

# 第4章 成人調査の調査結果

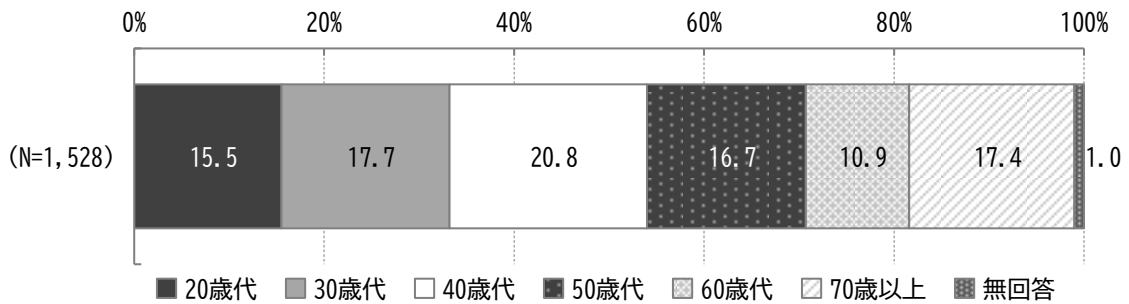
## 1 属性

あなたご自身のことについてお聞きします。

【問 44】

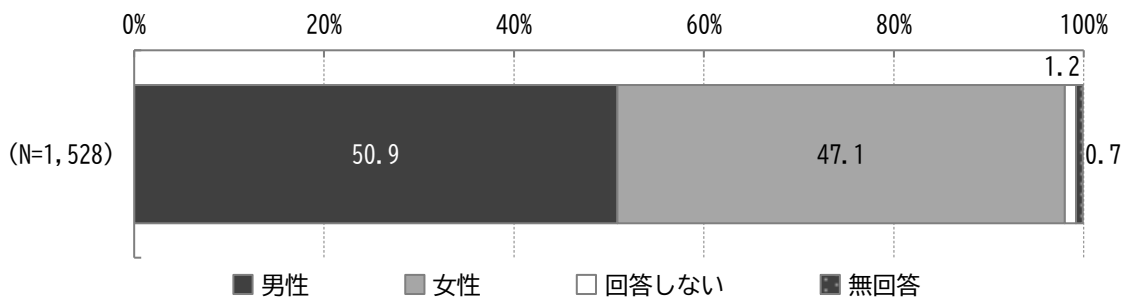
### (1) 年齢

「40歳代」が20.8%と最も高く、次いで「30歳代」が17.7%、「70歳以上」が17.4%となっている。



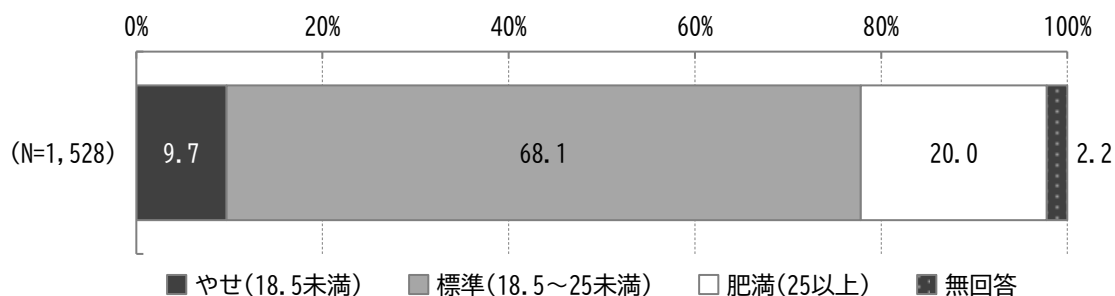
### (2) 性別

「男性」が50.9%、「女性」が47.1%、「回答しない」が1.2%となっている。



### (3) 身長・体重から算出した BMI\*

「標準(18.5~25未満)」が68.1%と最も高く、次いで「肥満(25以上)」が20.0%、「やせ(18.5未満)」が9.7%となっている。



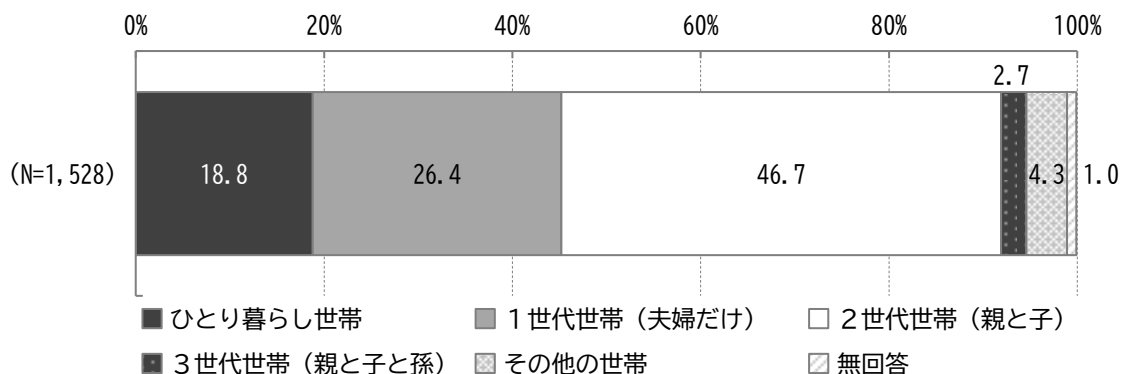
\*BMI：やせすぎや太りすぎを測るための国際的な指標で、自己申告の数値から、 $\text{体重(kg)} \div \{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}\}$ の式で算出している。

### 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	やせ(18.5未満)	標準(18.5~25未満)	肥満(25以上)	無回答
全体		1528	148 9.7	1041 68.1	306 20.0	33 2.2
男性	20歳代	115	12 10.4	85 73.9	18 15.7	0 0.0
	30歳代	149	9 6.0	104 69.8	35 23.5	1 0.7
	40歳代	186	5 2.7	122 65.6	59 31.7	0 0.0
	50歳代	125	5 4.0	83 66.4	35 28.0	2 1.6
	60歳代	81	1 1.2	45 55.6	35 43.2	0 0.0
	70歳以上	120	5 4.2	84 70.0	29 24.2	2 1.7
女性	20歳代	117	22 18.8	88 75.2	6 5.1	1 0.9
	30歳代	118	22 18.6	78 66.1	17 14.4	1 0.8
	40歳代	125	27 21.6	75 60.0	21 16.8	2 1.6
	50歳代	126	20 15.9	91 72.2	12 9.5	3 2.4
	60歳代	85	7 8.2	63 74.1	14 16.5	1 1.2
	70歳以上	145	13 9.0	105 72.4	22 15.2	5 3.4
回答しない	20歳代	5	0 0.0	4 80.0	1 20.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	0 0.0	6 85.7	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	2 66.7	0 0.0	1 33.3
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	11.1	66.4	18.4	4.1	

#### (4) 世帯構成

「2世代世帯（親と子）」が46.7%と最も高く、次いで「1世代世帯（夫婦だけ）」が26.4%、「ひとり暮らし世帯」が18.8%となっている。

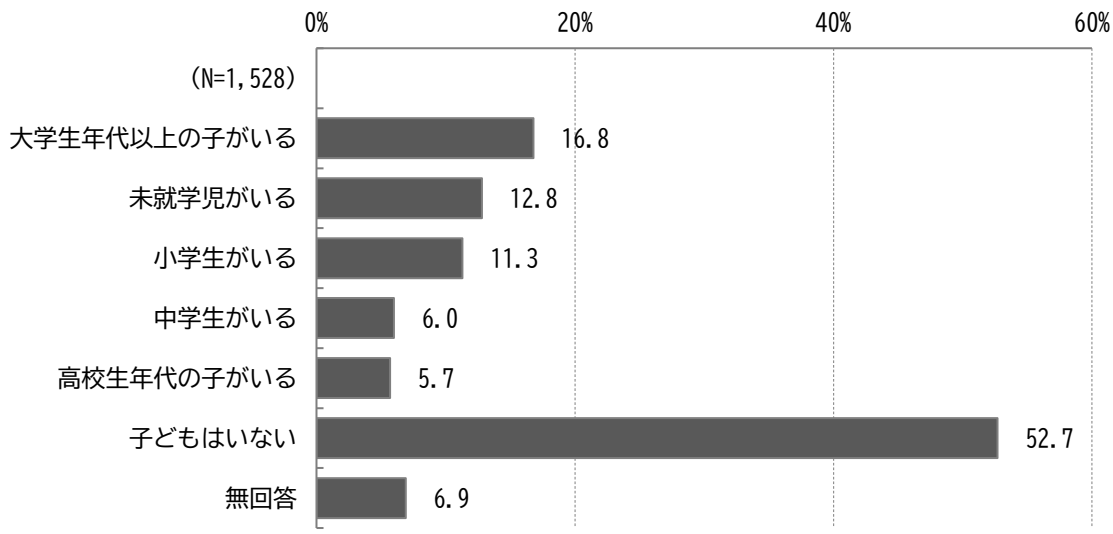


#### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	ひとり暮らし世帯	1世代世帯 (夫婦だけ)	2世代世帯 (親と子)	3世代世帯 (親と子と孫)	その他の世帯	無回答
全体	1528	288 18.8	403 26.4	713 46.7	42 2.7	66 4.3	16 1.0
20歳代	237	75 31.6	25 10.5	114 48.1	7 3.0	16 6.8	0 0.0
30歳代	270	44 16.3	62 23.0	147 54.4	5 1.9	12 4.4	0 0.0
40歳代	318	44 13.8	57 17.9	199 62.6	5 1.6	11 3.5	2 0.6
50歳代	255	37 14.5	64 25.1	128 50.2	11 4.3	13 5.1	2 0.8
60歳代	167	20 12.0	74 44.3	64 38.3	5 3.0	4 2.4	0 0.0
70歳以上	266	66 24.8	119 44.7	58 21.8	9 3.4	10 3.8	4 1.5
前回(H28)	1844	14.8	30.7	46.1	3.8	2.3	2.3

あなたの世帯には同居しているお子さんはいらっしゃいますか。(複数選択) 【問 45】

「大学生年代以上の子がいる」が 16.8%，次いで「未就学児がいる」が 12.8%，「小学生がいる」が 11.3%となっている。



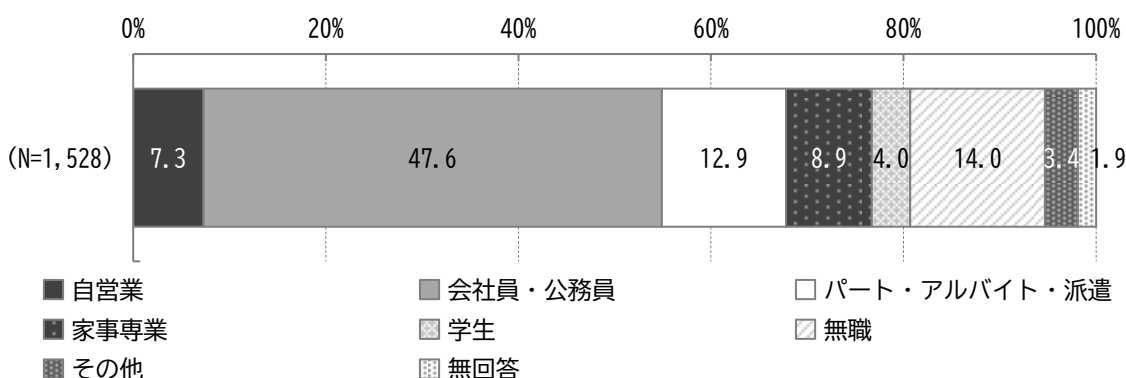
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	大学生年代以上の子がいる	未就学児がいる	小学生がいる	中学生がいる	高校生年代の子がいる	子どもはいない	無回答
全体	1528	257 16.8	195 12.8	172 11.3	91 6.0	87 5.7	805 52.7	106 6.9
20歳代	237	27 11.4	12 5.1	0 0.0	4 1.7	5 2.1	190 80.2	4 1.7
30歳代	270	1 0.4	112 41.5	44 16.3	5 1.9	1 0.4	137 50.7	3 1.1
40歳代	318	26 8.2	67 21.1	111 34.9	47 14.8	42 13.2	124 39.0	2 0.6
50歳代	255	89 34.9	1 0.4	11 4.3	31 12.2	32 12.5	123 48.2	4 1.6
60歳代	167	58 34.7	2 1.2	3 1.8	0 0.0	2 1.2	93 55.7	10 6.0
70歳以上	266	54 20.3	1 0.4	3 1.1	4 1.5	5 1.9	135 50.8	73 27.4
前回(H28)	1844	21.8	11.0	9.0	4.7	5.9	44.7	12.9

あなたのお仕事はどのような内容ですか。

【問 46】

「会社員・公務員」が47.6%と最も高く、次いで「無職」が14.0%、「パート・アルバイト・派遣」が12.9%となっている。



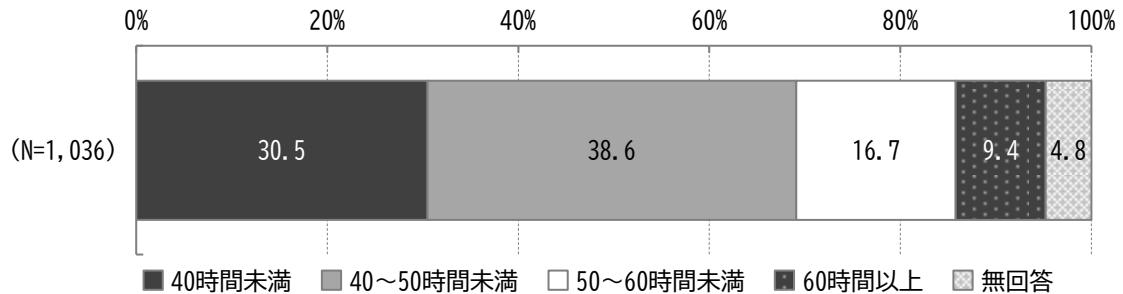
【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	自営業	会社員・公務員	パート・アルバイト・派遣	家事専業	学生	無職	その他	無回答
全体		1528	111 7.3	728 47.6	197 12.9	136 8.9	61 4.0	214 14.0	52 3.4	29 1.9
男性	20歳代	115	5 4.3	63 54.8	11 9.6	0 0.0	31 27.0	4 3.5	1 0.9	0 0.0
	30歳代	149	7 4.7	119 79.9	8 5.4	0 0.0	0 0.0	3 2.0	12 8.1	0 0.0
	40歳代	186	18 9.7	154 82.8	1 0.5	0 0.0	0 0.0	8 4.3	4 2.2	1 0.5
	50歳代	125	14 11.2	92 73.6	6 4.8	0 0.0	0 0.0	10 8.0	3 2.4	0 0.0
	60歳代	81	10 12.3	41 50.6	10 12.3	0 0.0	0 0.0	13 16.0	6 7.4	1 1.2
	70歳以上	120	16 13.3	4 3.3	13 10.8	0 0.0	0 0.0	77 64.2	5 4.2	5 4.2
女性	20歳代	117	3 2.6	66 56.4	5 4.3	6 5.1	29 24.8	3 2.6	5 4.3	0 0.0
	30歳代	118	9 7.6	64 54.2	20 16.9	20 16.9	0 0.0	1 0.8	3 2.5	1 0.8
	40歳代	125	7 5.6	53 42.4	42 33.6	19 15.2	0 0.0	3 2.4	1 0.8	0 0.0
	50歳代	126	13 10.3	48 38.1	37 29.4	20 15.9	0 0.0	5 4.0	2 1.6	1 0.8
	60歳代	85	3 3.5	10 11.8	33 38.8	23 27.1	0 0.0	10 11.8	2 2.4	4 4.7
	70歳以上	145	4 2.8	4 2.8	6 4.1	45 31.0	0 0.0	72 49.7	6 4.1	8 5.5
回答しない	20歳代	5	0 0.0	4 80.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	40歳代	7	1 14.3	1 14.3	3 42.9	2 28.6	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	3	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	6.8	30.0	17.1	19.0	1.2	20.6	2.8	2.5	

問 46 で「自営業」「会社員・公務員」「パート・アルバイト・派遣」と答えた方

常勤・非常勤・パートなどの勤務形態にかかわらず、あなたは、1週間で合計して何時間くらい働きますか。(残業時間は含め、通勤時間は除きます。) 【問 46-1】

「40～50 時間未満」が 38.6%と最も高く、次いで「40 時間未満」が 30.5%、「50～60 時間未満」が 16.7%となっている。



【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	40時間未満	40～50時間未満	50～60時間未満	60時間以上	無回答
全体		1036	316 30.5	400 38.6	173 16.7	97 9.4	50 4.8
男性	20歳代	79	12 15.2	39 49.4	10 12.7	14 17.7	4 5.1
	30歳代	134	11 8.2	57 42.5	39 29.1	18 13.4	9 6.7
	40歳代	173	12 6.9	80 46.2	43 24.9	32 18.5	6 3.5
	50歳代	112	19 17.0	55 49.1	21 18.8	11 9.8	6 5.4
	60歳代	61	21 34.4	26 42.6	7 11.5	6 9.8	1 1.6
	70歳以上	33	25 75.8	5 15.2	0 0.0	2 6.1	1 3.0
女性	20歳代	74	15 20.3	33 44.6	17 23.0	5 6.8	4 5.4
	30歳代	93	38 40.9	38 40.9	11 11.8	2 2.2	4 4.3
	40歳代	102	53 52.0	30 29.4	12 11.8	3 2.9	4 3.9
	50歳代	98	58 59.2	23 23.5	9 9.2	3 3.1	5 5.1
	60歳代	46	35 76.1	6 13.0	2 4.3	0 0.0	3 6.5
	70歳以上	14	11 78.6	2 14.3	0 0.0	0 0.0	1 7.1
回答しない	20歳代	4	0 0.0	1 25.0	1 25.0	1 25.0	1 25.0
	30歳代	2	0 0.0	2 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	5	3 60.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	1	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)		995	38.3	46.5	11.2	4.0	

あなたの住んでいる地域はどこですか。

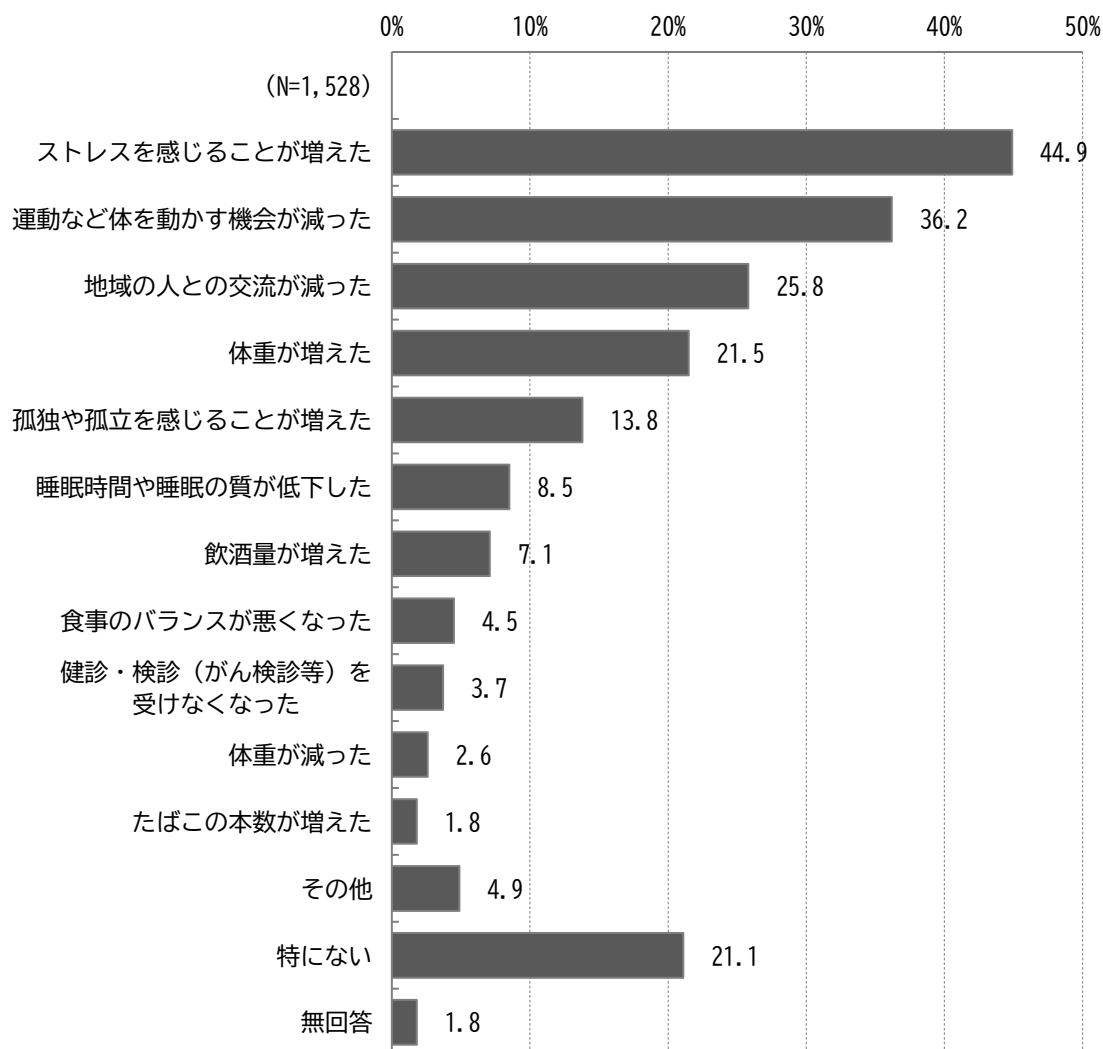
【問47】

「国領町」が10.5%と最も高く、次いで「布田」が7.3%、「多摩川」が6.3%となっている。

地域	回答件数	割合 (%)	地域	回答件数	割合 (%)
飛田給	52	3.4	入間町	67	4.4
上石原	51	3.3	仙川町	55	3.6
富士見町	56	3.7	緑ヶ丘	40	2.6
下石原	61	4.0	野水	0	0.0
小島町	70	4.6	西町	0	0.0
布田	112	7.3	若葉町	32	2.1
国領町	160	10.5	調布ヶ丘	77	5.0
染地	90	5.9	深大寺元町	36	2.4
多摩川	97	6.3	深大寺北町	47	3.1
佐須町	39	2.6	深大寺東町	62	4.1
柴崎	53	3.5	深大寺南町	31	2.0
菊野台	54	3.5	八雲台	19	1.2
東つつじヶ丘	42	2.7	無回答	35	2.3
西つつじヶ丘	90	5.9	合計	1,528	100.0

あなたは、新型コロナウイルス感染症の拡大により、こころとからだの健康に悪い影響はありましたか。(複数選択) 【問 48】

「ストレスを感じるが増えた」が44.9%と最も高く、次いで「運動など体を動かす機会が減った」が36.2%、「地域の人との交流が減った」が25.8%となっている。





## 【性別・年代別のクロス集計結果】

		N	ストレスを感じる ことが増えた	運動など体を動か す機会が減った	地域の人との交流 が減った	体重が増えた	孤独や孤立を感じ ることが増えた	睡眠時間や睡眠の 質が低下した	飲酒量が増えた
全体		1528	686 44.9	553 36.2	394 25.8	329 21.5	211 13.8	130 8.5	109 7.1
男性	20歳代	115	48 41.7	50 43.5	24 20.9	21 18.3	27 23.5	13 11.3	10 8.7
	30歳代	149	59 39.6	48 32.2	32 21.5	28 18.8	13 8.7	4 2.7	15 10.1
	40歳代	186	84 45.2	67 36.0	44 23.7	45 24.2	19 10.2	17 9.1	19 10.2
	50歳代	125	59 47.2	40 32.0	20 16.0	30 24.0	11 8.8	14 11.2	11 8.8
	60歳代	81	31 38.3	25 30.9	15 18.5	13 16.0	8 9.9	3 3.7	7 8.6
	70歳以上	120	36 30.0	38 31.7	29 24.2	13 10.8	9 7.5	8 6.7	7 5.8
女性	20歳代	117	61 52.1	46 39.3	19 16.2	26 22.2	26 22.2	12 10.3	5 4.3
	30歳代	118	64 54.2	44 37.3	38 32.2	31 26.3	20 16.9	8 6.8	7 5.9
	40歳代	125	62 49.6	49 39.2	46 36.8	37 29.6	21 16.8	17 13.6	12 9.6
	50歳代	126	66 52.4	48 38.1	41 32.5	30 23.8	22 17.5	10 7.9	11 8.7
	60歳代	85	46 54.1	38 44.7	26 30.6	15 17.6	9 10.6	6 7.1	3 3.5
	70歳以上	145	61 42.1	48 33.1	55 37.9	26 17.9	20 13.8	16 11.0	1 0.7
回答しない	20歳代	5	1 20.0	2 40.0	0 0.0	3 60.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3
	40歳代	7	5 71.4	3 42.9	1 14.3	4 57.1	3 42.9	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

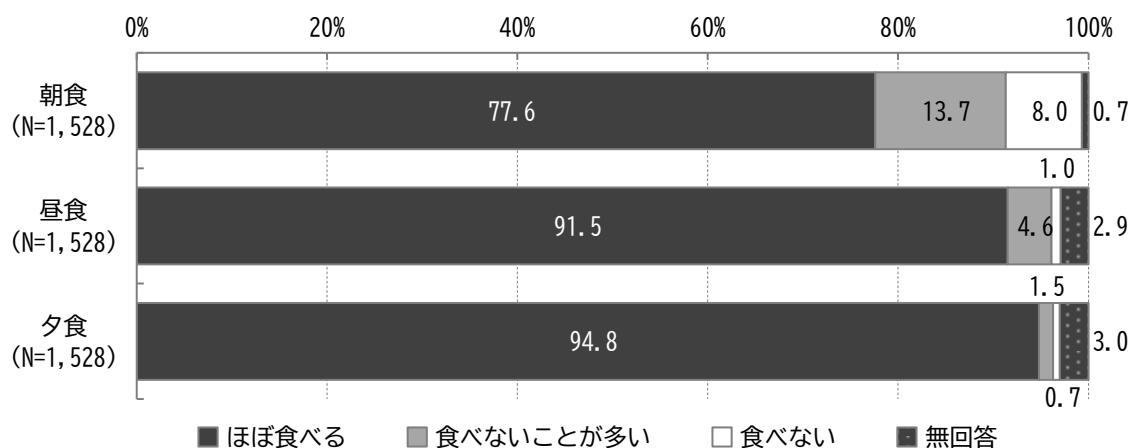
		N	食事のバランスが 悪くなった	健診・検診(がん検 診等)を受けな くなった	体重が減った	たばこの本数が 増えた	その他	特にない	無回答
全体		1528	68 4.5	57 3.7	39 2.6	28 1.8	75 4.9	322 21.1	28 1.8
男性	20歳代	115	9 7.8	3 2.6	2 1.7	3 2.6	2 1.7	26 22.6	1 0.9
	30歳代	149	4 2.7	2 1.3	2 1.3	6 4.0	10 6.7	38 25.5	2 1.3
	40歳代	186	9 4.8	1 0.5	4 2.2	3 1.6	5 2.7	43 23.1	3 1.6
	50歳代	125	4 3.2	2 1.6	0 0.0	1 0.8	3 2.4	32 25.6	1 0.8
	60歳代	81	2 2.5	3 3.7	1 1.2	2 2.5	7 8.6	20 24.7	1 1.2
	70歳以上	120	4 3.3	6 5.0	5 4.2	1 0.8	5 4.2	39 32.5	5 4.2
女性	20歳代	117	13 11.1	2 1.7	5 4.3	4 3.4	4 3.4	25 21.4	0 0.0
	30歳代	118	5 4.2	6 5.1	3 2.5	0 0.0	6 5.1	17 14.4	0 0.0
	40歳代	125	5 4.0	11 8.8	2 1.6	2 1.6	10 8.0	15 12.0	1 0.8
	50歳代	126	3 2.4	5 4.0	6 4.8	3 2.4	7 5.6	20 15.9	2 1.6
	60歳代	85	3 3.5	8 9.4	2 2.4	1 1.2	7 8.2	15 17.6	2 2.4
	70歳以上	145	6 4.1	7 4.8	7 4.8	1 0.7	4 2.8	28 19.3	4 2.8
回答しない	20歳代	5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 14.3	0 0.0	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

## 2 栄養・食生活

あなたの日頃の食生活はどれにあたりますか。

【問1】

いずれの時間帯においても「ほぼ食べる」が最も高くなっており、「朝食」では77.6%、「昼食」では91.5%、「夕食」では94.8%となっている。



### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

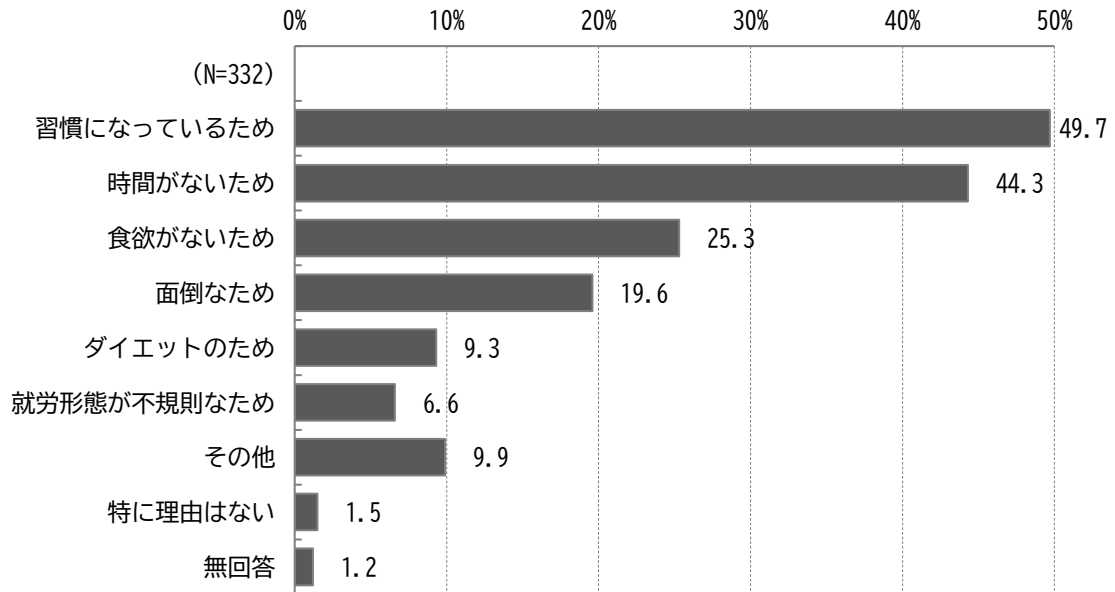
	N	朝食				昼食			
		ほぼ食べる	食べないことが多い	食べない	無回答	ほぼ食べる	食べないことが多い	食べない	無回答
全体	1528	1185 77.6	210 13.7	122 8.0	11 0.7	1398 91.5	70 4.6	15 1.0	45 2.9
20歳代	237	144 60.8	63 26.6	29 12.2	1 0.4	218 92.0	10 4.2	0 0.0	9 3.8
30歳代	270	190 70.4	52 19.3	27 10.0	1 0.4	251 93.0	13 4.8	2 0.7	4 1.5
40歳代	318	239 75.2	46 14.5	32 10.1	1 0.3	295 92.8	13 4.1	4 1.3	6 1.9
50歳代	255	209 82.0	23 9.0	21 8.2	2 0.8	230 90.2	12 4.7	5 2.0	8 3.1
60歳代	167	140 83.8	17 10.2	8 4.8	2 1.2	153 91.6	5 3.0	3 1.8	6 3.6
70歳以上	266	252 94.7	8 3.0	3 1.1	3 1.1	238 89.5	17 6.4	1 0.4	10 3.8
前回(H28)	1844	85.4	8.9	4.7	1.0	89.5	4.1	0.9	5.5

	N	夕食			
		ほぼ食べる	食べないことが多い	食べない	無回答
全体	1528	1448 94.8	23 1.5	11 0.7	46 3.0
20歳代	237	224 94.5	3 1.3	1 0.4	9 3.8
30歳代	270	258 95.6	7 2.6	1 0.4	4 1.5
40歳代	318	304 95.6	6 1.9	2 0.6	6 1.9
50歳代	255	242 94.9	3 1.2	1 0.4	9 3.5
60歳代	167	155 92.8	4 2.4	2 1.2	6 3.6
70歳以上	266	252 94.7	0 0.0	4 1.5	10 3.8
前回(H28)	1844	92.5	1.6	0.6	5.3

朝食を「食べないことが多い」「食べない」と答えた方

朝食を食べない理由を教えてください。(複数選択) 【問1-1】

「習慣になっているため」が49.7%と最も高く、次いで「時間がないため」が44.3%、「食欲がないため」が25.3%となっている。

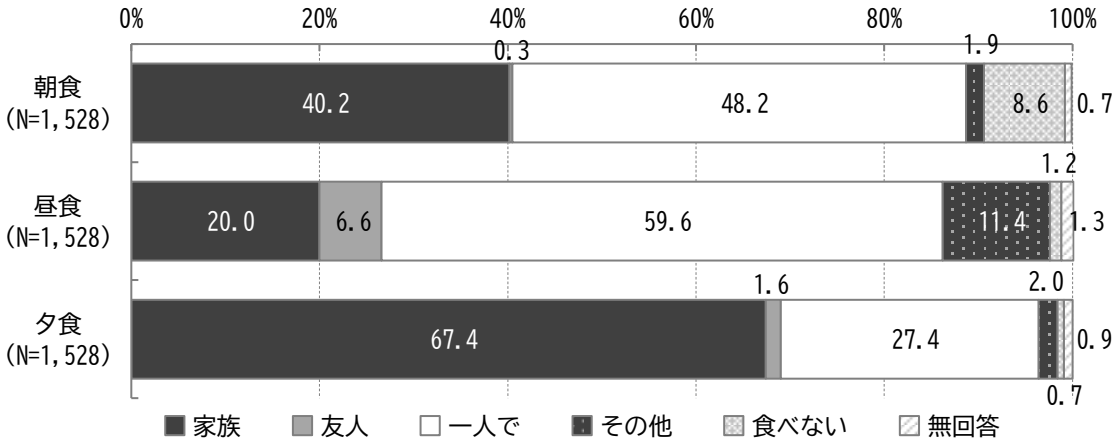


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	習慣に なってい るため	時間がない ため	食欲がない ため	面倒なた め	ダイエット のため	就労形態 が不規則 なため	その他	特に理由 はない	無回答
全体	332	165 49.7	147 44.3	84 25.3	65 19.6	31 9.3	22 6.6	33 9.9	5 1.5	4 1.2
20歳代	92	37 40.2	53 57.6	31 33.7	26 28.3	6 6.5	4 4.3	4 4.3	1 1.1	0 0.0
30歳代	79	35 44.3	46 58.2	14 17.7	18 22.8	11 13.9	6 7.6	3 3.8	1 1.3	1 1.3
40歳代	78	47 60.3	31 39.7	21 26.9	14 17.9	7 9.0	7 9.0	9 11.5	0 0.0	2 2.6
50歳代	44	23 52.3	11 25.0	12 27.3	6 13.6	5 11.4	3 6.8	8 18.2	2 4.5	0 0.0
60歳代	25	14 56.0	5 20.0	6 24.0	1 4.0	2 8.0	2 8.0	5 20.0	1 4.0	1 4.0
70歳以上	11	7 63.6	1 9.1	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 27.3	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	250	47.6	37.2	28.0	14.4	4.0	6.8	6.4	3.6	0.0

あなたは、ふだんの食事を誰と食べることが多いですか。 【問2】

「朝食」「昼食」では「一人で」が最も高く、それぞれ48.2%、59.6%となっている。「夕食」では「家族」が最も多く、67.4%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	朝食						昼食					
		家族	友人	一人で	その他	食べない	無回答	家族	友人	一人で	その他	食べない	無回答
全体	1528	615 40.2	5 0.3	737 48.2	29 1.9	132 8.6	10 0.7	305 20.0	101 6.6	910 59.6	174 11.4	18 1.2	20 1.3
20歳代	237	55 23.2	4 1.7	148 62.4	5 2.1	25 10.5	0 0.0	30 12.7	33 13.9	139 58.6	32 13.5	0 0.0	3 1.3
30歳代	270	118 43.7	1 0.4	121 44.8	2 0.7	28 10.4	0 0.0	40 14.8	16 5.9	169 62.6	42 15.6	2 0.7	1 0.4
40歳代	318	141 44.3	0 0.0	137 43.1	8 2.5	30 9.4	2 0.6	41 12.9	16 5.0	210 66.0	45 14.2	5 1.6	1 0.3
50歳代	255	91 35.7	0 0.0	132 51.8	5 2.0	25 9.8	2 0.8	27 10.6	24 9.4	168 65.9	30 11.8	5 2.0	1 0.4
60歳代	167	69 41.3	0 0.0	82 49.1	1 0.6	14 8.4	1 0.6	35 21.0	7 4.2	107 64.1	12 7.2	3 1.8	3 1.8
70歳以上	266	135 50.8	0 0.0	111 41.7	8 3.0	8 3.0	4 1.5	126 47.4	5 1.9	110 41.4	13 4.9	3 1.1	9 3.4
前回 (H28)	1844	52.3	0.3	40.3	0.9	6.1	0.9	26.5	9.4	48.3	15.3	1.6	2.1

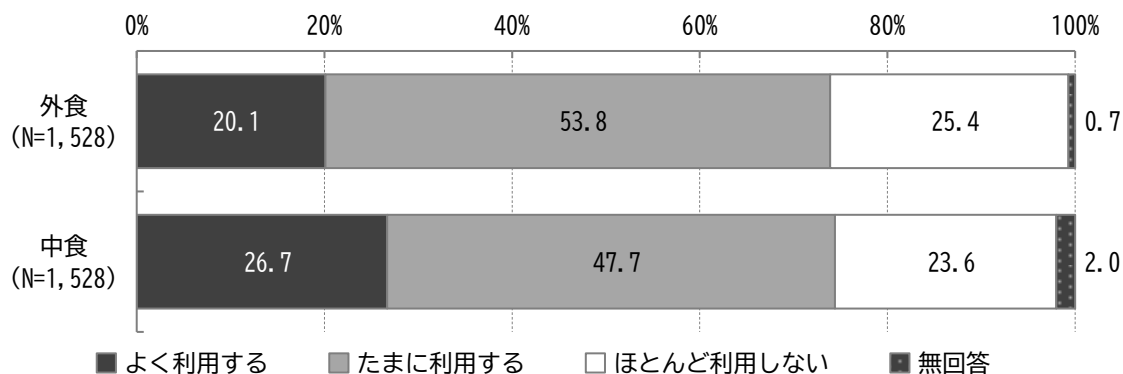
  

	N	夕食					
		家族	友人	一人で	その他	食べない	無回答
全体	1528	1030 67.4	25 1.6	418 27.4	31 2.0	11 0.7	13 0.9
20歳代	237	135 57.0	12 5.1	78 32.9	9 3.8	0 0.0	3 1.3
30歳代	270	190 70.4	4 1.5	72 26.7	3 1.1	1 0.4	0 0.0
40歳代	318	220 69.2	4 1.3	87 27.4	3 0.9	3 0.9	1 0.3
50歳代	255	184 72.2	2 0.8	61 23.9	4 1.6	3 1.2	1 0.4
60歳代	167	119 71.3	1 0.6	43 25.7	0 0.0	2 1.2	2 1.2
70歳以上	266	171 64.3	2 0.8	75 28.2	12 4.5	2 0.8	4 1.5
前回 (H28)	1844	71.1	2.5	24.1	1.2	0.8	2.2

あなたは外食・中食\*を利用することがありますか。

【問3】

「外食」「中食」ともに、「たまに利用する」が最も高く、それぞれ53.8%、47.7%となっている。



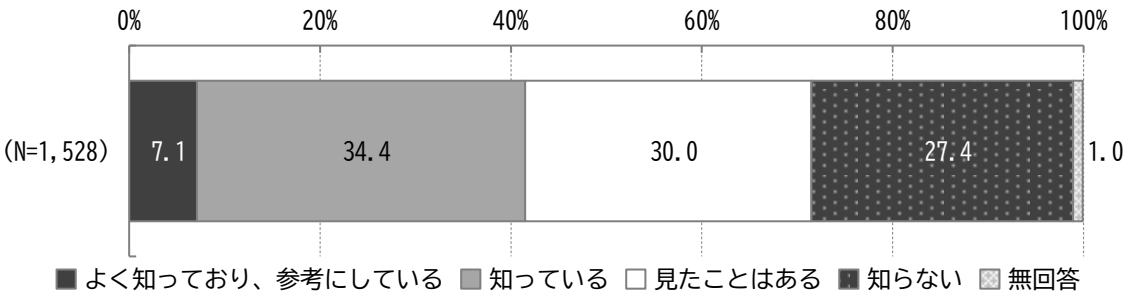
\*中食：惣菜店やコンビニエンスストア・スーパーなどでお弁当や惣菜などを購入したり、外食店のデリバリーなどを利用したり、家庭外で商業的に調理・加工されたものを購入して食べる形態の食事のこと。

【性別・年代別のクロス集計結果】

	N	外食				中食			
		よく利用する	たまに利用する	ほとんど利用しない	無回答	よく利用する	たまに利用する	ほとんど利用しない	無回答
全体	1528	307 20.1	822 53.8	388 25.4	11 0.7	408 26.7	729 47.7	360 23.6	31 2.0
男性	20歳代	115 36 31.3	59 51.3	20 17.4	0 0.0	44 38.3	44 38.3	25 21.7	2 1.7
	30歳代	149 52 34.9	75 50.3	22 14.8	0 0.0	50 33.6	74 49.7	25 16.8	0 0.0
	40歳代	186 56 30.1	91 48.9	39 21.0	0 0.0	48 25.8	93 50.0	44 23.7	1 0.5
	50歳代	125 28 22.4	63 50.4	33 26.4	1 0.8	37 29.6	54 43.2	32 25.6	2 1.6
	60歳代	81 18 22.2	45 55.6	18 22.2	0 0.0	19 23.5	40 49.4	21 25.9	1 1.2
	70歳以上	120 11 9.2	57 47.5	51 42.5	1 0.8	15 12.5	51 42.5	47 39.2	7 5.8
女性	20歳代	117 31 26.5	72 61.5	14 12.0	0 0.0	51 43.6	46 39.3	20 17.1	0 0.0
	30歳代	118 27 22.9	71 60.2	20 16.9	0 0.0	43 36.4	58 49.2	17 14.4	0 0.0
	40歳代	125 17 13.6	79 63.2	28 22.4	1 0.8	37 29.6	61 48.8	25 20.0	2 1.6
	50歳代	126 17 13.5	74 58.7	35 27.8	0 0.0	28 22.2	78 61.9	19 15.1	1 0.8
	60歳代	85 4 4.7	52 61.2	29 34.1	0 0.0	18 21.2	46 54.1	21 24.7	0 0.0
	70歳以上	145 5 3.4	65 44.8	68 46.9	7 4.8	13 9.0	61 42.1	59 40.7	12 8.3
回答しない	20歳代	5 40.0	2 40.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0	2 40.0	2 40.0	0 0.0
	30歳代	3 0.0	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7 0.0	6 85.7	1 14.3	0 0.0	1 14.3	5 71.4	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3 33.3	0 0.0	2 66.7	0 0.0	0 0.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

食事の望ましい組み合わせやその量をわかりやすくイラストで示した「食事バランスガイド」を知っていますか。 【問4】

「知っている」が34.4%と最も高く、次いで「見たことはある」が30.0%、「知らない」が27.4%となっている。

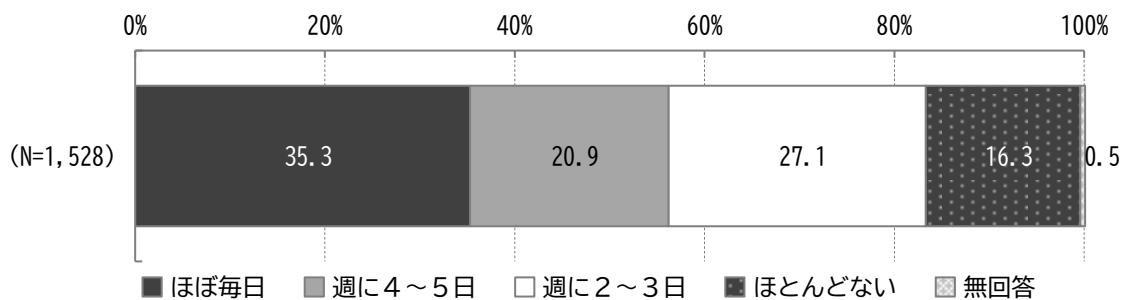


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	よく知っており、参考にしている	知っている	見たことはある	知らない	無回答
全体	1528	109 7.1	526 34.4	459 30.0	418 27.4	16 1.0
20歳代	237	14 5.9	108 45.6	70 29.5	44 18.6	1 0.4
30歳代	270	14 5.2	82 30.4	94 34.8	79 29.3	1 0.4
40歳代	318	26 8.2	110 34.6	89 28.0	91 28.6	2 0.6
50歳代	255	15 5.9	85 33.3	84 32.9	70 27.5	1 0.4
60歳代	167	16 9.6	54 32.3	54 32.3	42 25.1	1 0.6
70歳以上	266	21 7.9	82 30.8	64 24.1	90 33.8	9 3.4
前回(H28)	1844	6.6	36.6	30.4	25.4	1.1

あなたは、主食（ごはん、パン、麺など）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品などを使ったメインの料理）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻などを使った小鉢、小皿の料理）の3つをそろえて食べるのが1日に2回以上あるのは、週に何日ですか。 【問5】

「ほぼ毎日」が35.3%と最も高く、次いで「週に2～3日」が27.1%、「週に4～5日」が20.9%となっている。



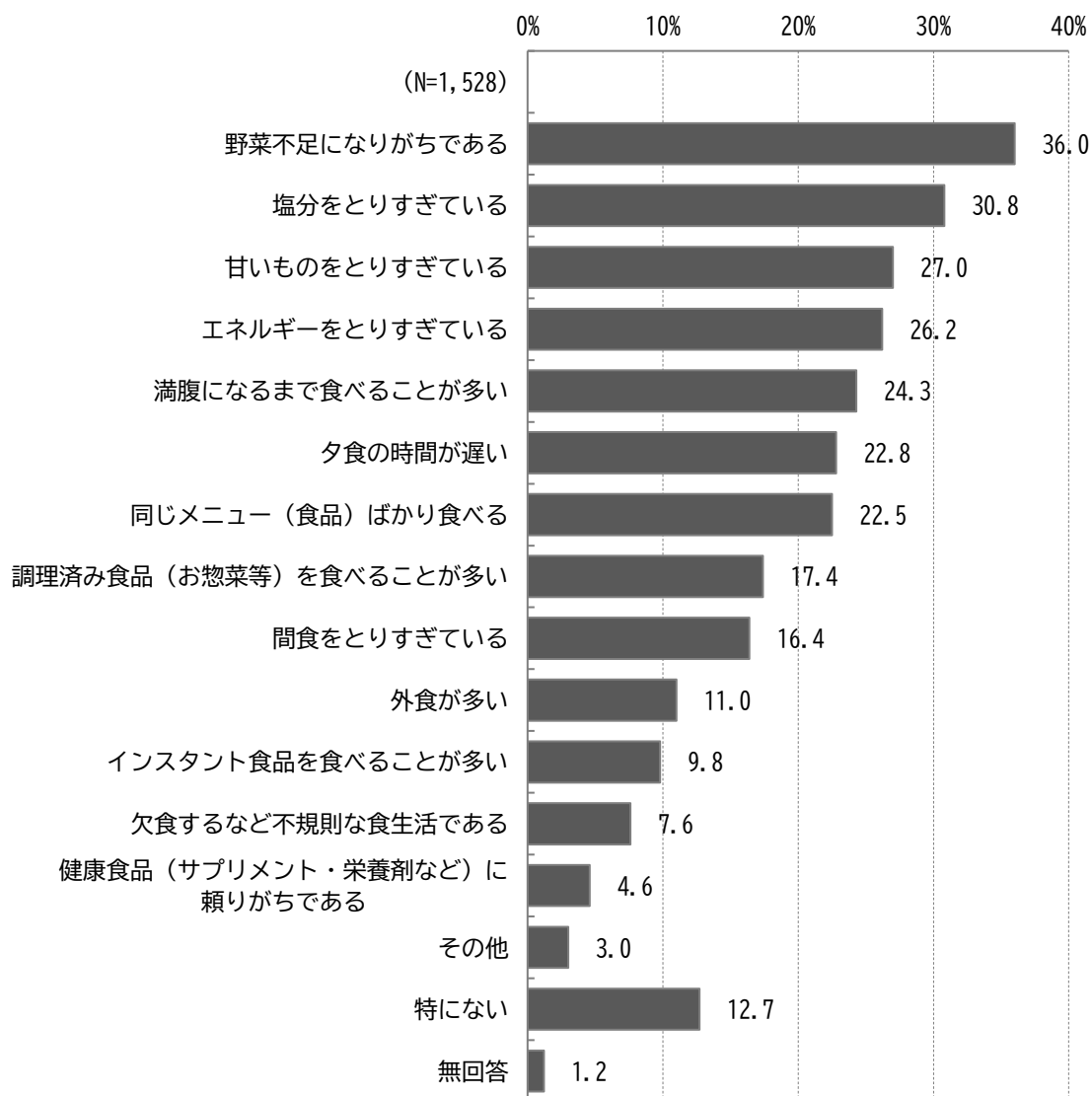
### 【性別・年代別のクロス集計結果】

		N	ほぼ毎日	週に4～5日	週に2～3日	ほとんどない	無回答
全体		1528	539 35.3	319 20.9	414 27.1	249 16.3	7 0.5
男性	20歳代	115	27 23.5	23 20.0	40 34.8	25 21.7	0 0.0
	30歳代	149	36 24.2	36 24.2	43 28.9	34 22.8	0 0.0
	40歳代	186	53 28.5	33 17.7	56 30.1	44 23.7	0 0.0
	50歳代	125	43 34.4	30 24.0	29 23.2	23 18.4	0 0.0
	60歳代	81	34 42.0	14 17.3	20 24.7	12 14.8	1 1.2
	70歳以上	120	65 54.2	24 20.0	19 15.8	12 10.0	0 0.0
女性	20歳代	117	17 14.5	28 23.9	40 34.2	32 27.4	0 0.0
	30歳代	118	30 25.4	26 22.0	38 32.2	24 20.3	0 0.0
	40歳代	125	40 32.0	28 22.4	42 33.6	15 12.0	0 0.0
	50歳代	126	49 38.9	26 20.6	39 31.0	12 9.5	0 0.0
	60歳代	85	42 49.4	19 22.4	18 21.2	6 7.1	0 0.0
	70歳以上	145	94 64.8	20 13.8	24 16.6	2 1.4	5 3.4
回答しない	20歳代	5	0 0.0	0 0.0	4 80.0	1 20.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	1 14.3	4 57.1	0 0.0	2 28.6	0 0.0
	50歳代	3	1 33.3	0 0.0	0 0.0	2 66.7	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

あなたの食生活上の気になる点は何ですか。(複数選択)

【問6】

「野菜不足になりがちである」が36.0%と最も高く、次いで「塩分をとりすぎている」が30.8%、「甘いものをとりすぎている」が27.0%となっている。





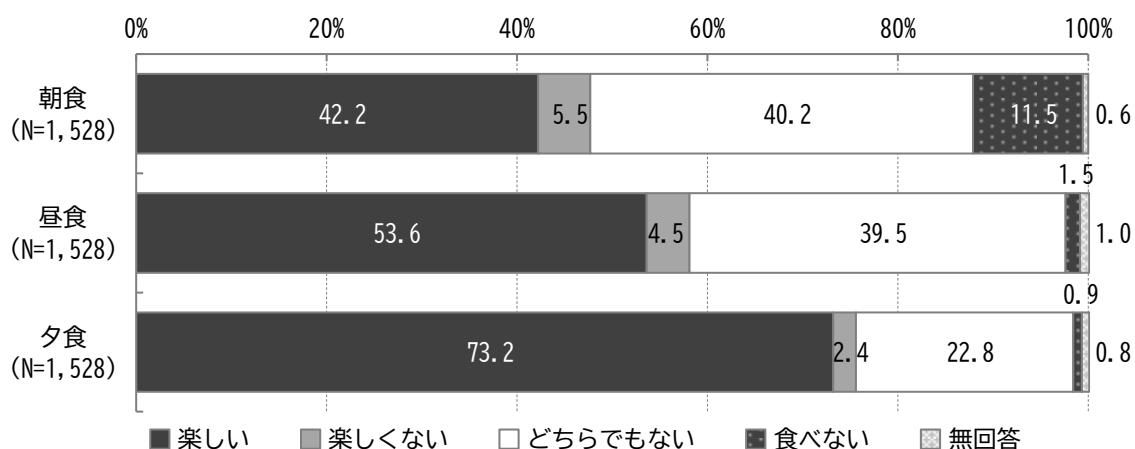
## 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	野菜不足になりがちである	塩分をとりすぎている	甘いものをとりすぎている	エネルギーをとりすぎている	満腹になるまで食べる人が多い	夕食の時間が遅い	同じメニュー（食品）ばかり食べる	調理済み食品（惣菜等）を食べることが多い
全体	1528	550 36.0	471 30.8	413 27.0	400 26.2	371 24.3	349 22.8	344 22.5	266 17.4
男性	20歳代	115 50 43.5	31 27.0	17 14.8	24 20.9	25 21.7	33 28.7	30 26.1	17 14.8
	30歳代	149 58 38.9	56 37.6	36 24.2	61 40.9	52 34.9	51 34.2	44 29.5	26 17.4
	40歳代	186 68 36.6	63 33.9	34 18.3	66 35.5	59 31.7	68 36.6	49 26.3	27 14.5
	50歳代	125 35 28.0	45 36.0	32 25.6	37 29.6	27 21.6	30 24.0	23 18.4	22 17.6
	60歳代	81 20 24.7	33 40.7	16 19.8	28 34.6	18 22.2	12 14.8	12 14.8	19 23.5
	70歳以上	120 39 32.5	37 30.8	17 14.2	17 14.2	17 14.2	9 7.5	11 9.2	15 12.5
	女性	20歳代	117 62 53.0	38 32.5	43 36.8	21 17.9	39 33.3	42 35.9	36 30.8
30歳代	118 57 48.3	39 33.1	46 39.0	36 30.5	34 28.8	28 23.7	35 29.7	26 22.0	
40歳代	125 55 44.0	42 33.6	54 43.2	34 27.2	27 21.6	24 19.2	38 30.4	21 16.8	
50歳代	126 41 32.5	24 19.0	40 31.7	28 22.2	27 21.4	25 19.8	24 19.0	22 17.5	
60歳代	85 21 24.7	18 21.2	23 27.1	19 22.4	14 16.5	13 15.3	17 20.0	12 14.1	
70歳以上	145 29 20.0	31 21.4	41 28.3	20 13.8	20 13.8	8 5.5	14 9.7	22 15.2	
回答しない	20歳代	5 4 80.0	3 60.0	3 60.0	3 60.0	2 40.0	2 40.0	4 80.0	2 40.0
	30歳代	3 2 66.7	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	40歳代	7 5 71.4	3 42.9	4 57.1	3 42.9	2 28.6	1 14.3	0 0.0	1 14.3
	50歳代	3 0 0.0	0 0.0	1 33.3	1 33.3	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	前回(H28)	1844	36.5	34.3	28.0	31.1	24.4	23.5	13.7
	N	間食をとりすぎている	外食が多い	インスタント食品を食べることが多い	欠食するなど不規則な生活である	健康食品（サプリメント・栄養剤など）に頼りがちである	その他	特にない	無回答
全体	1528	250 16.4	168 11.0	149 9.8	116 7.6	71 4.6	46 3.0	194 12.7	18 1.2
男性	20歳代	115 19 16.5	20 17.4	14 12.2	13 11.3	8 7.0	3 2.6	12 10.4	1 0.9
	30歳代	149 23 15.4	28 18.8	26 17.4	14 9.4	9 6.0	3 2.0	13 8.7	0 0.0
	40歳代	186 25 13.4	33 17.7	25 13.4	20 10.8	7 3.8	3 1.6	13 7.0	1 0.5
	50歳代	125 15 12.0	14 11.2	14 11.2	11 8.8	7 5.6	3 2.4	20 16.0	0 0.0
	60歳代	81 13 16.0	6 7.4	7 8.6	5 6.2	5 2.5	2 3.7	11 13.6	1 1.2
	70歳以上	120 12 10.0	7 5.8	3 2.5	3 2.5	4 3.3	5 4.2	31 25.8	2 1.7
	女性	20歳代	117 29 24.8	25 21.4	18 15.4	18 15.4	12 10.3	6 5.1	6 5.1
30歳代	118 24 20.3	12 10.2	16 13.6	6 5.1	2 1.7	0 0.8	1 8.5	10 8.5	
40歳代	125 30 24.0	8 6.4	11 8.8	9 7.2	6 4.8	5 4.0	11 8.8	1 0.8	
50歳代	126 18 14.3	12 9.5	1 0.8	6 4.8	4 3.2	5 4.0	16 12.7	4 3.2	
60歳代	85 11 12.9	0 0.0	5 5.9	5 5.9	1 1.2	4 4.7	15 17.6	1 1.2	
70歳以上	145 24 16.6	0 0.0	5 3.4	3 2.1	5 3.4	5 3.4	35 24.1	5 3.4	
回答しない	20歳代	5 2 40.0	1 20.0	1 20.0	1 20.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3 1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7 2 28.6	1 14.3	1 14.3	1 14.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	3 1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	前回(H28)	1844	11.9	9.9	7.3	5.7	3.3	3.1	11.9

あなたは食事をすることが楽しいですか。

【問7】

いずれの時間帯においても「楽しい」が最も高くなっており、「朝食」では42.2%、「昼食」では53.6%、「夕食」では73.2%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	朝食					昼食				
		楽しい	楽しくない	どちらでもない	食べない	無回答	楽しい	楽しくない	どちらでもない	食べない	無回答
全体	1528	645 42.2	84 5.5	614 40.2	176 11.5	9 0.6	819 53.6	68 4.5	603 39.5	23 1.5	15 1.0
20歳代	237	72 30.4	21 8.9	101 42.6	43 18.1	0 0.0	135 57.0	13 5.5	87 36.7	0 0.0	2 0.8
30歳代	270	94 34.8	31 11.5	107 39.6	38 14.1	0 0.0	139 51.5	26 9.6	103 38.1	2 0.7	0 0.0
40歳代	318	125 39.3	16 5.0	132 41.5	43 13.5	2 0.6	158 49.7	11 3.5	143 45.0	5 1.6	1 0.3
50歳代	255	106 41.6	9 3.5	114 44.7	26 10.2	0 0.0	130 51.0	7 2.7	111 43.5	7 2.7	0 0.0
60歳代	167	82 49.1	0 0.0	68 40.7	17 10.2	0 0.0	99 59.3	2 1.2	63 37.7	3 1.8	0 0.0
70歳以上	266	162 60.9	7 2.6	84 31.6	7 2.6	6 2.3	152 57.1	9 3.4	90 33.8	6 2.3	9 3.4
前回(H28)	1844	46.4	3.3	42.5	6.5	1.3	53.0	3.0	40.4	1.6	2.0

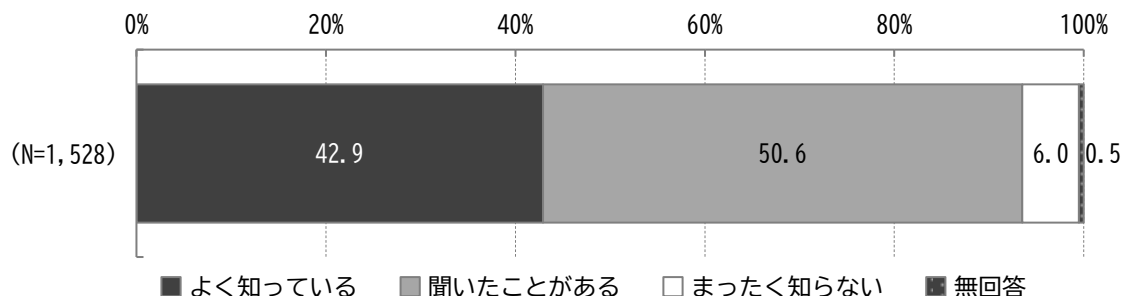
  

	N	夕食				
		楽しい	楽しくない	どちらでもない	食べない	無回答
全体	1528	1118 73.2	36 2.4	348 22.8	14 0.9	12 0.8
20歳代	237	172 72.6	9 3.8	55 23.2	0 0.0	1 0.4
30歳代	270	198 73.3	11 4.1	60 22.2	1 0.4	0 0.0
40歳代	318	238 74.8	5 1.6	71 22.3	3 0.9	1 0.3
50歳代	255	188 73.7	4 1.6	60 23.5	3 1.2	0 0.0
60歳代	167	129 77.2	0 0.0	35 21.0	3 1.8	0 0.0
70歳以上	266	183 68.8	7 2.6	65 24.4	4 1.5	7 2.6
前回(H28)	1844	69.0	1.8	26.9	0.7	1.6

あなたは、食育（しょくいく）\*という言葉を知っていますか。

【問8】

「聞いたことがある」が50.6%と最も高く、次いで「よく知っている」が42.9%、「まったく知らない」が6.0%となっている。



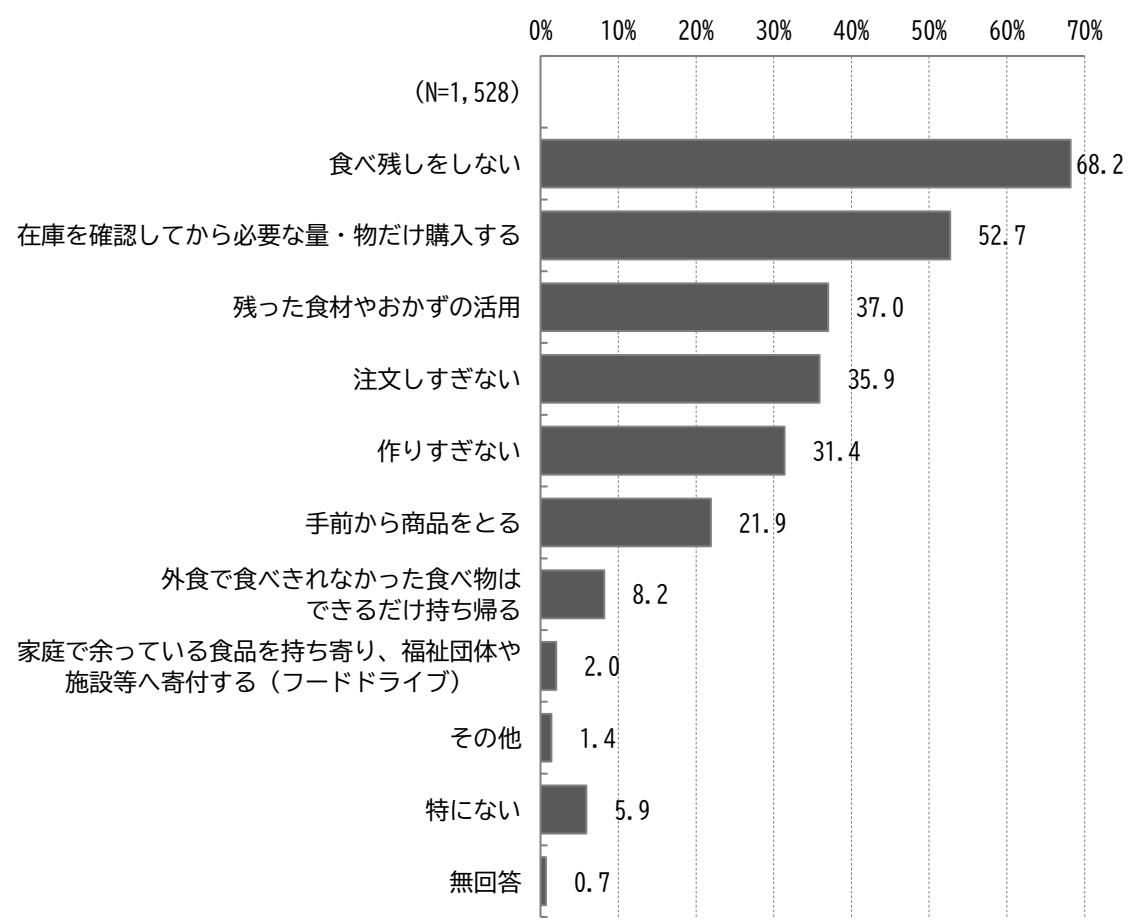
\*食育（しょくいく）：知育・体育・徳育の基礎となるもので、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

【性・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	よく知っている	聞いたことがある	まったく知らない	無回答
全体		1528	42.9	50.6	6.0	0.5
男性	20歳代	115	31.3	60.0	8.7	0.0
	30歳代	149	31.5	58.4	10.1	0.0
	40歳代	186	36.0	59.7	4.3	0.0
	50歳代	125	34.4	61.6	4.0	0.0
	60歳代	81	34.6	55.6	9.9	0.0
	70歳以上	120	30.8	50.0	19.2	0.0
女性	20歳代	117	37.6	54.7	7.7	0.0
	30歳代	118	50.8	47.5	1.7	0.0
	40歳代	125	66.4	32.0	0.8	0.8
	50歳代	126	61.1	37.3	1.6	0.0
	60歳代	85	58.8	38.8	2.4	0.0
	70歳以上	145	44.8	47.6	4.1	3.4
回答しない	20歳代	5	60.0	40.0	0.0	0.0
	30歳代	3	0.0	66.7	33.3	0.0
	40歳代	7	85.7	14.3	0.0	0.0
	50歳代	3	66.7	33.3	0.0	0.0
	60歳代	0	0.0	0.0	0.0	0.0
	70歳以上	0	0.0	0.0	0.0	0.0
前回(H28)	1844	32.0	52.9	11.9	3.1	

家庭やお店でまだ食べられるのに残った食べ物が廃棄される「食品ロス」を減らすために心がけていることはありますか。(複数選択) 【問9】

「食べ残しをしない」が68.2%と最も高く、次いで「在庫を確認してから必要な量・物だけ購入する」が52.7%、「残った食材やおかずの活用」が37.0%となっている。



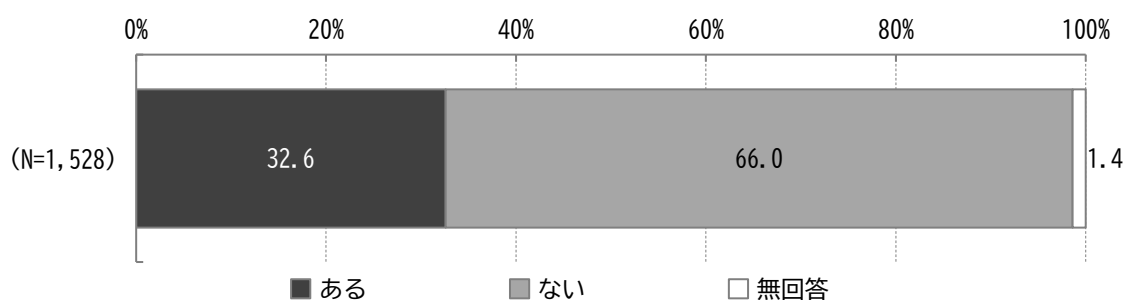
【年代別のクロス集計結果】

	N	食べ残しをしない	在庫を確認してから必要な量・物だけ購入する	残った食材やおかずの活用	注文しすぎない	作りすぎない	手前から商品をとる	外食で食べきれなかった食べ物はできるだけ持ち帰る	家庭で余っている食品を持ち寄り、福祉団体や施設等へ寄付する (フードドライブ)	その他	特にない	無回答
全体	1528	1042 68.2	805 52.7	565 37.0	548 35.9	480 31.4	335 21.9	125 8.2	31 2.0	22 1.4	90 5.9	11 0.7
20歳代	237	164 69.2	99 41.8	70 29.5	92 38.8	67 28.3	71 30.0	17 7.2	0 0.0	2 0.8	12 5.1	0 0.0
30歳代	270	193 71.5	145 53.7	76 28.1	100 37.0	66 24.4	56 20.7	20 7.4	2 0.7	2 0.7	23 8.5	0 0.0
40歳代	318	249 78.3	185 58.2	122 38.4	129 40.6	105 33.0	94 29.6	24 7.5	15 4.7	5 1.6	13 4.1	1 0.3
50歳代	255	182 71.4	146 57.3	104 40.8	119 46.7	89 34.9	64 25.1	34 13.3	9 3.5	4 1.6	5 2.0	1 0.4
60歳代	167	107 64.1	94 56.3	72 43.1	54 32.3	55 32.9	25 15.0	13 7.8	2 1.2	7 4.2	7 4.2	0 0.0
70歳以上	266	138 51.9	131 49.2	110 41.4	49 18.4	93 35.0	24 9.0	16 6.0	3 1.1	2 0.8	28 10.5	8 3.0

あなたは、意識的に調布産の農産物を購入することがありますか。

【問 10】

「ある」が32.6%、「ない」が66.0%となっている。

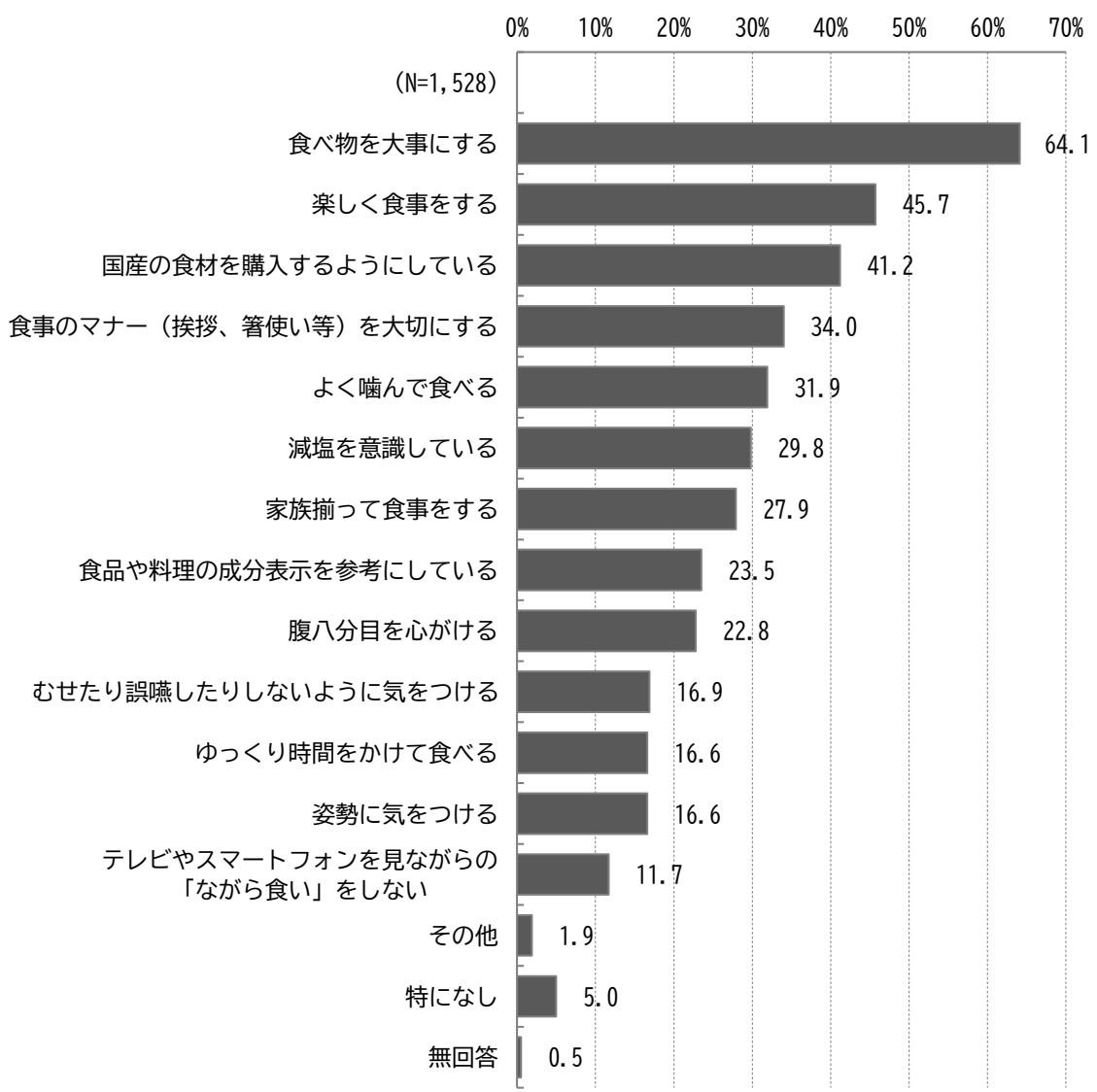


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	ある	ない	無回答
全体	1528	498 32.6	1008 66.0	22 1.4
20歳代	237	38 16.0	198 83.5	1 0.4
30歳代	270	58 21.5	211 78.1	1 0.4
40歳代	318	110 34.6	207 65.1	1 0.3
50歳代	255	99 38.8	155 60.8	1 0.4
60歳代	167	76 45.5	88 52.7	3 1.8
70歳以上	266	112 42.1	141 53.0	13 4.9
前回(H28)	1844	41.3	53.5	5.2

あなたは、ふだんの食事でのどのようなことを心がけていますか。(複数選択) 【問 11】

「食べ物を大事にする」が64.1%と最も高く、次いで「楽しく食事をする」が45.7%、「国産の食材を購入するようにしている」が41.2%となっている。



\*誤嚥（ごえん）：食べ物が気管に入ってしまうこと。肺炎などの原因になることがある。

## 【性別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	食べ物を大事にする	楽しく食事をする	国産の食材を購入するようにしている	食事のマナー（挨拶、箸使い等）を大切にする	よく噛んで食べる	減塩を意識している	家族揃って食事をする	食品や料理の成分表示を参考にしている
全体	1528	979 64.1	698 45.7	630 41.2	520 34.0	487 31.9	456 29.8	427 27.9	359 23.5
男性	778	493 63.4	327 42.0	240 30.8	221 28.4	219 28.1	191 24.6	189 24.3	145 18.6
女性	720	467 64.9	360 50.0	378 52.5	287 39.9	259 36.0	260 36.1	229 31.8	205 28.5
回答しない	19	11 57.9	7 36.8	8 42.1	9 47.4	4 21.1	1 5.3	5 26.3	7 36.8
前回(H28)	1844	61.4	48.0	-	30.2	30.3	-	29.9	-

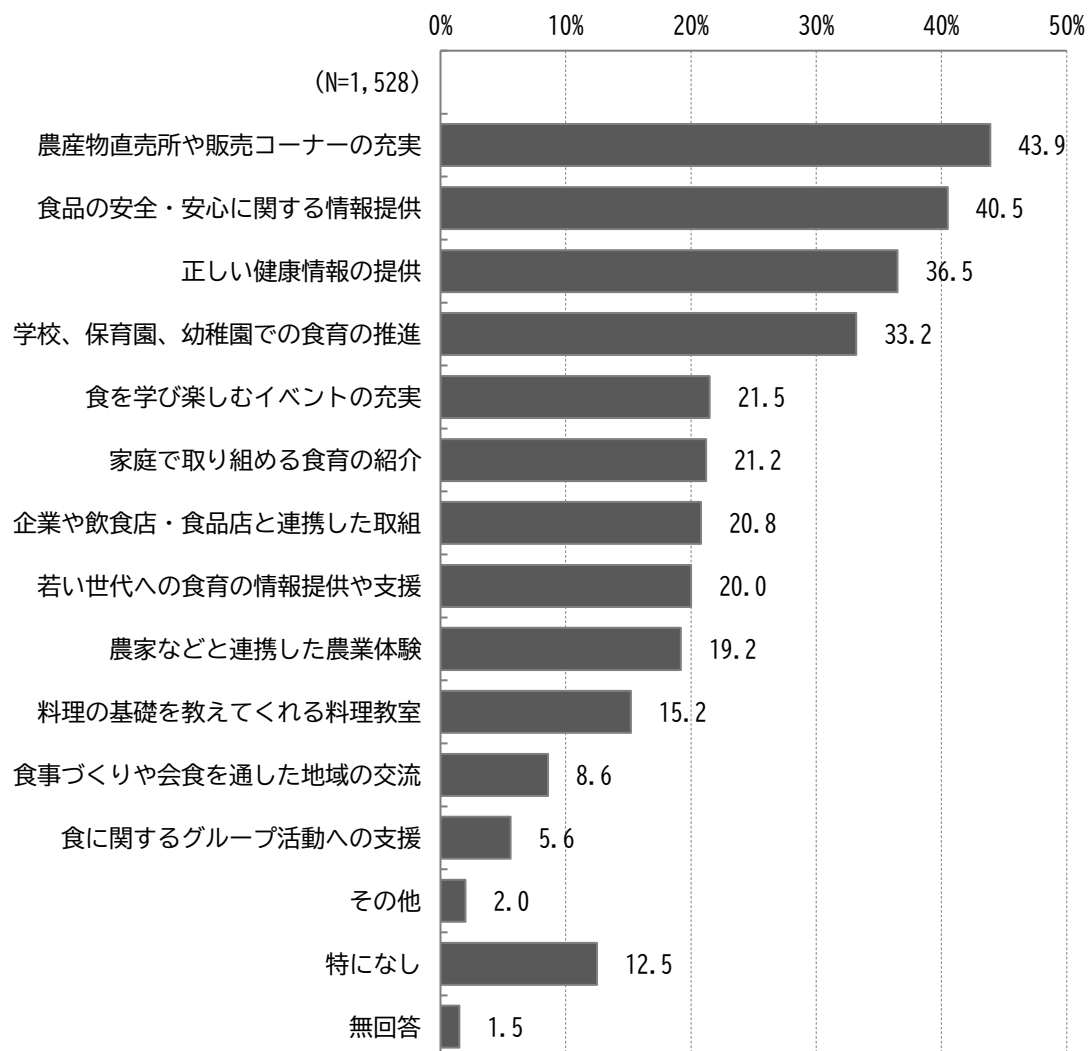
  

	N	腹八分目を心がける	むせたり誤嚥したりしないように気をつける	ゆっくり時間をかけて食べる	姿勢に気をつける	テレビやスマートフォンを見ながらの「ながら食い」をしない	その他	特になし	無回答
全体	1528	348 22.8	258 16.9	254 16.6	254 16.6	179 11.7	29 1.9	77 5.0	7 0.5
男性	778	171 22.0	117 15.0	115 14.8	95 12.2	76 9.8	9 1.2	56 7.2	2 0.3
女性	720	171 23.8	137 19.0	133 18.5	158 21.9	98 13.6	19 2.6	21 2.9	4 0.6
回答しない	19	2 10.5	1 5.3	2 10.5	1 5.3	5 26.3	1 5.3	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	31.0	17.1	17.7	18.8	11.4	2.3	6.9	0.5

※「-」と示している箇所については、前回調査にはなかった選択肢。

今後、食育を推進するために、市や企業、地域に何を期待しますか。(複数選択) 【問 12】

「農産物直売所や販売コーナーの充実」が43.9%と最も高く、次いで「食品の安全・安心に関する情報提供」が40.5%、「正しい健康情報の提供」が36.5%となっている。





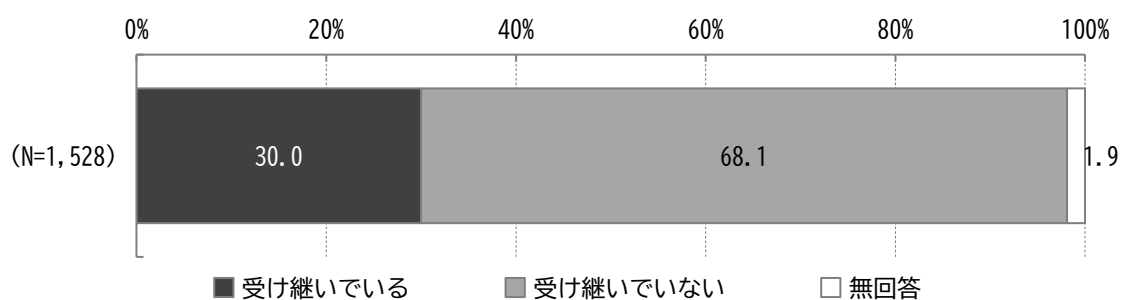
## 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	農産物直売所 や販売コー ナーの充実	食品の安全・ 安心に関する 情報提供	正しい健康情 報の提供	学校、保育 園、幼稚園で の食育の推進	食を学び楽し むイベントの 充実	家庭で取り組 める食育の紹 介	企業や飲食 店・食品店と 連携した取組	若い世代への 食育の情報提 供や支援
全体	1528	671 43.9	619 40.5	558 36.5	507 33.2	329 21.5	324 21.2	318 20.8	305 20.0
20歳代	237	66 27.8	68 28.7	84 35.4	60 25.3	56 23.6	48 20.3	62 26.2	60 25.3
30歳代	270	120 44.4	90 33.3	91 33.7	124 45.9	78 28.9	63 23.3	66 24.4	43 15.9
40歳代	318	160 50.3	122 38.4	116 36.5	142 44.7	89 28.0	71 22.3	76 23.9	73 23.0
50歳代	255	126 49.4	128 50.2	102 40.0	78 30.6	50 19.6	55 21.6	63 24.7	60 23.5
60歳代	167	82 49.1	79 47.3	67 40.1	48 28.7	33 19.8	30 18.0	28 16.8	27 16.2
70歳以上	266	110 41.4	123 46.2	91 34.2	50 18.8	21 7.9	54 20.3	19 7.1	38 14.3
前回(H28)	1844	48.5	51.8	39.0	30.2	17.2	25.1	15.6	18.0

	N	農家などと連 携した農業体 験	料理の基礎を 教えてくれる 料理教室	食事づくりや 会食を通じた 地域の交流	食に関するグ ループ活動へ の支援	その他	特になし	無回答
全体	1528	294 19.2	233 15.2	132 8.6	86 5.6	30 2.0	191 12.5	23 1.5
20歳代	237	28 11.8	46 19.4	19 8.0	20 8.4	3 1.3	40 16.9	0 0.0
30歳代	270	65 24.1	43 15.9	19 7.0	6 2.2	6 2.2	34 12.6	0 0.0
40歳代	318	98 30.8	56 17.6	32 10.1	21 6.6	11 3.5	26 8.2	4 1.3
50歳代	255	58 22.7	36 14.1	19 7.5	12 4.7	4 1.6	20 7.8	2 0.8
60歳代	167	28 16.8	29 17.4	17 10.2	11 6.6	5 3.0	15 9.0	0 0.0
70歳以上	266	16 6.0	19 7.1	25 9.4	14 5.3	1 0.4	54 20.3	16 6.0
前回(H28)	1844	14.2	14.1	7.8	2.5	1.6	10.1	2.8

**あなたは、郷土料理や伝統料理・行事食などを受け継いでいると感じていますか。 【問 13】**

「受け継いでいる」が30.0%、「受け継いでいない」が68.1%となっている。



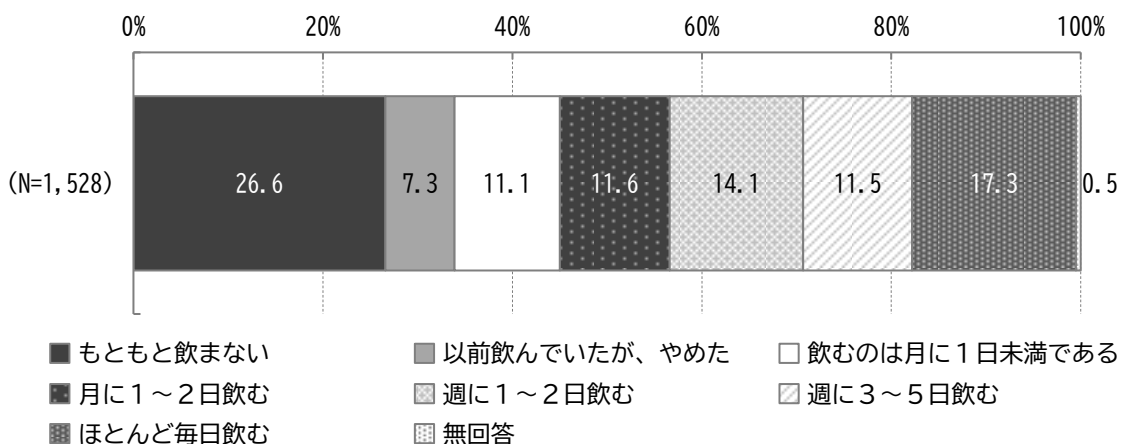
**【年代別のクロス集計結果】**

	N	受け継いでいる	受け継いでいない	無回答
全体	1528	458 30.0	1041 68.1	29 1.9
20歳代	237	71 30.0	165 69.6	1 0.4
30歳代	270	67 24.8	202 74.8	1 0.4
40歳代	318	91 28.6	226 71.1	1 0.3
50歳代	255	83 32.5	170 66.7	2 0.8
60歳代	167	56 33.5	111 66.5	0 0.0
70歳以上	266	86 32.3	160 60.2	20 7.5

### 3 飲酒

あなたは、お酒を飲む習慣がありますか。 【問 14】

「もともと飲まない」が26.6%と最も高く、次いで「ほとんど毎日飲む」が17.3%、「週に1～2日飲む」が14.1%となっている。



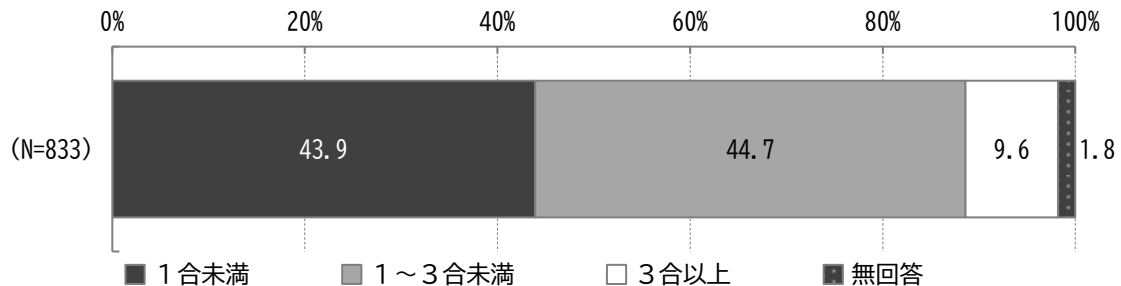
【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	もともと飲まない	以前飲んでしたが、やめた	飲むのは月に1日未満である	月に1～2日飲む	週に1～2日飲む	週に3～5日飲む	ほとんど毎日飲む	無回答
全体		1528	406 26.6	112 7.3	169 11.1	178 11.6	216 14.1	175 11.5	264 17.3	8 0.5
男性	20歳代	115	29 25.2	2 1.7	23 20.0	17 14.8	22 19.1	15 13.0	7 6.1	0 0.0
	30歳代	149	37 24.8	5 3.4	12 8.1	20 13.4	26 17.4	22 14.8	27 18.1	0 0.0
	40歳代	186	31 16.7	9 4.8	16 8.6	27 14.5	27 14.5	31 16.7	45 24.2	0 0.0
	50歳代	125	21 16.8	7 5.6	9 7.2	9 7.2	19 15.2	14 11.2	46 36.8	0 0.0
	60歳代	81	12 14.8	10 12.3	3 3.7	3 3.7	12 14.8	12 14.8	29 35.8	0 0.0
	70歳以上	120	20 16.7	16 13.3	9 7.5	8 6.7	10 8.3	12 10.0	41 34.2	4 3.3
女性	20歳代	117	25 21.4	4 3.4	24 20.5	32 27.4	20 17.1	8 6.8	4 3.4	0 0.0
	30歳代	118	33 28.0	22 18.6	11 9.3	13 11.0	19 16.1	11 9.3	9 7.6	0 0.0
	40歳代	125	35 28.0	9 7.2	19 15.2	13 10.4	20 16.0	16 12.8	12 9.6	1 0.8
	50歳代	126	33 26.2	9 7.1	15 11.9	16 12.7	22 17.5	11 8.7	20 15.9	0 0.0
	60歳代	85	34 40.0	3 3.5	10 11.8	8 9.4	5 5.9	11 12.9	13 15.3	1 1.2
	70歳以上	145	89 61.4	11 7.6	15 10.3	8 5.5	7 4.8	8 5.5	6 4.1	1 0.7
回答しない	20歳代	5	1 20.0	1 20.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	1 14.3	1 14.3	1 14.3	2 28.6	1 14.3	0 0.0	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	29.2	8.0	9.6	9.3	13.2	8.6	18.5	3.7	

月に1日以上お酒を飲む方

あなたは1回にどのくらいのお酒を飲みますか。 【問 14-1】

「1～3合未満」が44.7%と最も高く、次いで「1合未満」が43.9%、「3合以上」が9.6%となっている。



日本酒1合 (180ml) = ビール 500ml = ウイスキーダブル1杯 (60ml) = 焼酎0.6合 (110ml) = ワイン 180ml

【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

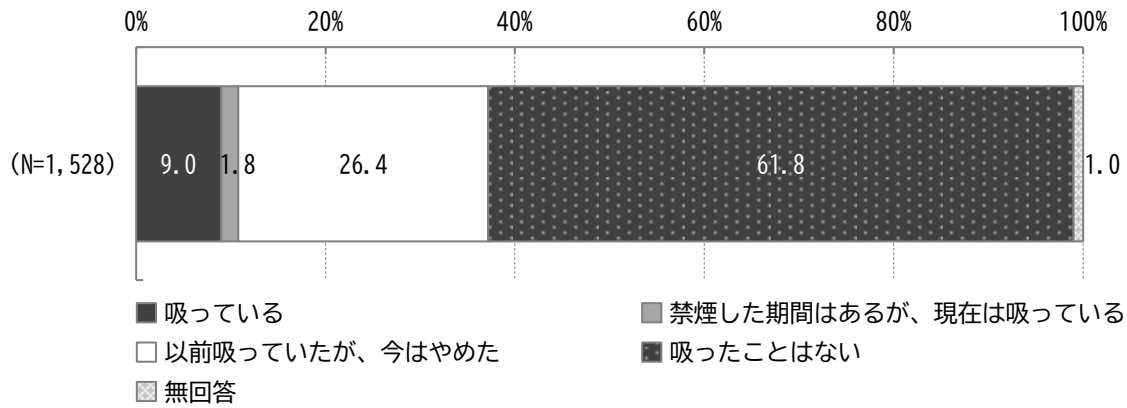
		N	1合未満	1～3合未満	3合以上	無回答
全体		833	366 43.9	372 44.7	80 9.6	15 1.8
男性	20歳代	61	19 31.1	33 54.1	8 13.1	1 1.6
	30歳代	95	31 32.6	47 49.5	15 15.8	2 2.1
	40歳代	130	51 39.2	63 48.5	14 10.8	2 1.5
	50歳代	88	20 22.7	54 61.4	14 15.9	0 0.0
	60歳代	56	19 33.9	27 48.2	10 17.9	0 0.0
	70歳以上	71	34 47.9	30 42.3	4 5.6	3 4.2
女性	20歳代	64	33 51.6	24 37.5	5 7.8	2 3.1
	30歳代	52	27 51.9	22 42.3	2 3.8	1 1.9
	40歳代	61	44 72.1	14 23.0	3 4.9	0 0.0
	50歳代	69	38 55.1	26 37.7	4 5.8	1 1.4
	60歳代	37	22 59.5	13 35.1	1 2.7	1 2.7
	70歳以上	29	19 65.5	9 31.0	0 0.0	1 3.4
回答しない	20歳代	2	2 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	1	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	4	2 50.0	2 50.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	2	1 50.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	913	42.9	42.6	13.3	1.2	

## 4 たばこ

あなたは現在、たばこを吸っていますか。

【問 15】

「吸ったことはない」が61.8%と最も高く、次いで「以前吸っていたが、今はやめた」が26.4%、「吸っている」が9.0%となっている。



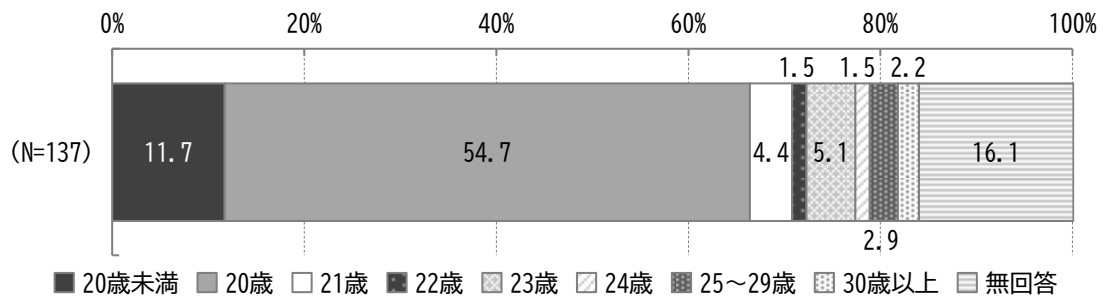
【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	吸っている	禁煙した期間はあるが、現在は吸っている	以前吸っていたが、今はやめた	吸ったことはない	無回答
全体		1528	137 9.0	28 1.8	403 26.4	945 61.8	15 1.0
男性	20歳代	115	12 10.4	0 0.0	16 13.9	86 74.8	1 0.9
	30歳代	149	29 19.5	3 2.0	30 20.1	87 58.4	0 0.0
	40歳代	186	25 13.4	4 2.2	65 34.9	92 49.5	0 0.0
	50歳代	125	17 13.6	5 4.0	53 42.4	50 40.0	0 0.0
	60歳代	81	12 14.8	2 2.5	42 51.9	24 29.6	1 1.2
	70歳以上	120	7 5.8	3 2.5	80 66.7	26 21.7	4 3.3
女性	20歳代	117	7 6.0	3 2.6	5 4.3	102 87.2	0 0.0
	30歳代	118	4 3.4	1 0.8	16 13.6	97 82.2	0 0.0
	40歳代	125	6 4.8	1 0.8	27 21.6	90 72.0	1 0.8
	50歳代	126	7 5.6	0 0.0	23 18.3	95 75.4	1 0.8
	60歳代	85	5 5.9	3 3.5	18 21.2	58 68.2	1 1.2
	70歳以上	145	5 3.4	2 1.4	20 13.8	114 78.6	4 2.8
回答しない	20歳代	5	0 0.0	0 0.0	1 20.0	4 80.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	2 66.7	0 0.0
	40歳代	7	0 0.0	0 0.0	1 14.3	6 85.7	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	0 0.0	2 66.7	1 33.3	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	10.0	2.2	28.6	53.4	5.8	

問 15 で「吸っている」と回答した方

【吸い始めた年齢】

「20 歳」が 54.7%と最も高く、次いで「20 歳未満」が 11.7%となっている。



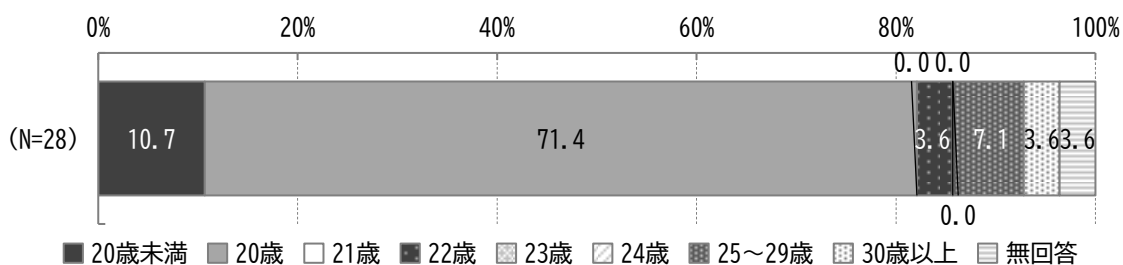
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	20歳未満	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25~29歳	30歳以上	無回答
全体	137	16 11.7	75 54.7	6 4.4	2 1.5	7 5.1	2 1.5	4 2.9	3 2.2	22 16.1
20歳代	19	0 0.0	11 57.9	2 10.5	0 0.0	1 5.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	5 26.3
30歳代	33	4 12.1	16 48.5	1 3.0	2 6.1	3 9.1	1 3.0	1 3.0	1 3.0	4 12.1
40歳代	31	3 9.7	20 64.5	2 6.5	0 0.0	1 3.2	1 3.2	0 0.0	0 0.0	4 12.9
50歳代	24	3 12.5	11 45.8	1 4.2	0 0.0	1 4.2	0 0.0	2 8.3	1 4.2	5 20.8
60歳代	17	2 11.8	11 64.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	4 23.5
70歳以上	12	3 25.0	6 50.0	0 0.0	0 0.0	1 8.3	0 0.0	1 8.3	1 8.3	0 0.0
前回(H28)	184	14.7	60.9					14.1	6.0	4.3

問 15 で「禁煙した期間はあるが、現在は吸っている」と回答した方

【吸い始めた年齢】

「20歳」が71.4%と最も高く、次いで「20歳未満」が10.7%となっている。

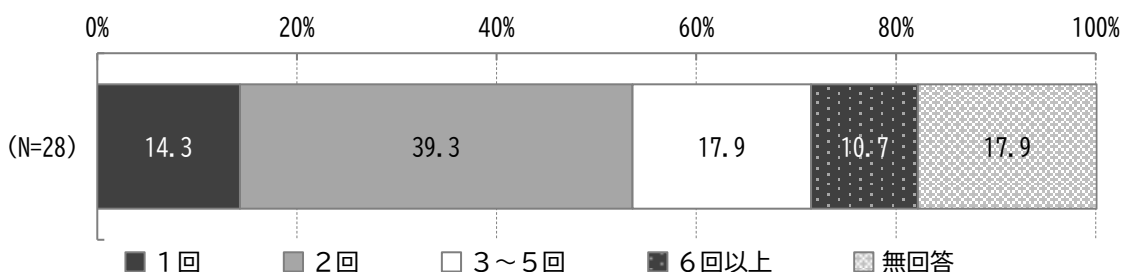


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	20歳未満	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25~29歳	30歳以上	無回答
全体	28	3 10.7	20 71.4	0 0.0	1 3.6	0 0.0	0 0.0	2 7.1	1 3.6	1 3.6
20歳代	3	0 0.0	3 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
30歳代	4	0 0.0	3 75.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 25.0	0 0.0	0 0.0
40歳代	5	1 20.0	4 80.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
50歳代	5	1 20.0	3 60.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0
60歳代	5	1 20.0	2 40.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	0 0.0
70歳以上	5	0 0.0	4 80.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0
前回(H28)	41	14.6	46.3					19.5	19.5	0.0

【これまでの禁煙回数】

「2回」が39.3%と最も多く、次いで「3~5回」が17.9%、「1回」が14.3%となっている。



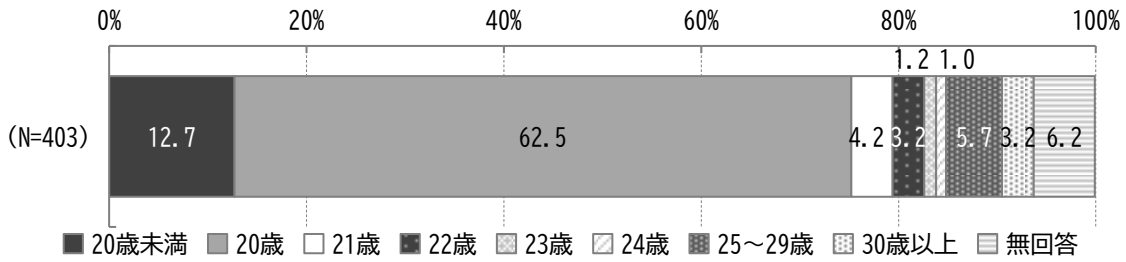
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	1回	2回	3~5回	6回以上	無回答
全体	28	4 14.3	11 39.3	5 17.9	3 10.7	5 17.9
20歳代	3	1 33.3	2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0
30歳代	4	2 50.0	1 25.0	0 0.0	1 25.0	0 0.0
40歳代	5	0 0.0	3 60.0	0 0.0	0 0.0	2 40.0
50歳代	5	0 0.0	0 0.0	3 60.0	1 20.0	1 20.0
60歳代	5	1 20.0	2 40.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0
70歳以上	5	0 0.0	2 40.0	1 20.0	1 20.0	1 20.0
前回(H28)	41	24.4	39.0	26.8	2.4	7.3

問 15 で「以前吸っていたが、今はやめた」と回答した方

【吸い始めた年齢】

「20歳」が62.5%と最も高く、次いで「20歳未満」が12.7%となっている。

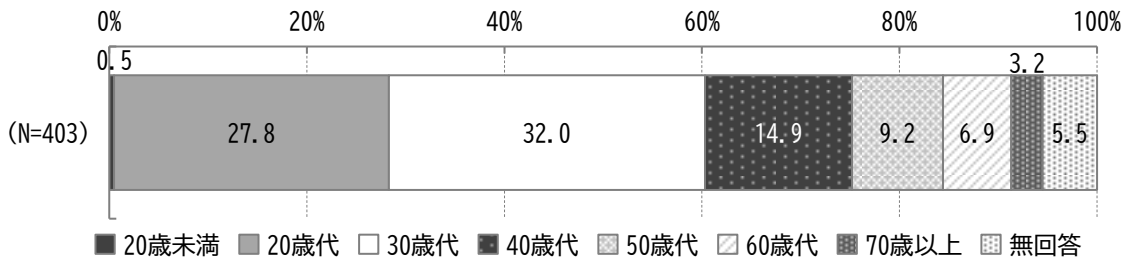


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	20歳未満	20歳	21歳	22歳	23歳	24歳	25~29歳	30歳以上	無回答
全体	403	51 12.7	252 62.5	17 4.2	13 3.2	5 1.2	4 1.0	23 5.7	13 3.2	25 6.2
20歳代	22	0 0.0	16 72.7	2 9.1	1 4.5	1 4.5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 9.1
30歳代	47	6 12.8	34 72.3	1 2.1	1 2.1	1 2.1	1 2.1	1 2.1	0 0.0	2 4.3
40歳代	93	15 16.1	58 62.4	7 7.5	6 6.5	0 0.0	0 0.0	2 2.2	0 0.0	5 5.4
50歳代	78	11 14.1	50 64.1	2 2.6	1 1.3	2 2.6	0 0.0	6 7.7	1 1.3	5 6.4
60歳代	60	6 10.0	42 70.0	0 0.0	1 1.7	1 1.7	2 3.3	2 3.3	2 3.3	4 6.7
70歳以上	101	13 12.9	51 50.5	5 5.0	3 3.0	0 0.0	1 1.0	11 10.9	10 9.9	7 6.9
前回(H28)	528	18.0	54.7					18.4	3.2	5.7

【やめた年齢】

「30歳代」が32.0%と最も高く、次いで「20歳代」が27.8%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

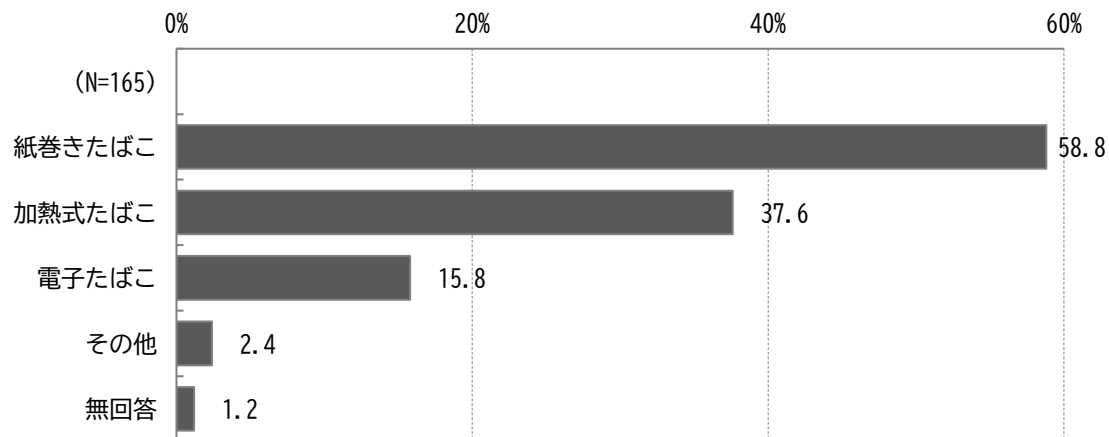
	N	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上	無回答
全体	403	2 0.5	112 27.8	129 32.0	60 14.9	37 9.2	28 6.9	13 3.2	22 5.5
20歳代	22	0 0.0	20 90.9	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 9.1
30歳代	47	0 0.0	25 53.2	20 42.6	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 4.3
40歳代	93	1 1.1	36 38.7	44 47.3	9 9.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 3.2
50歳代	78	1 1.3	12 15.4	31 39.7	25 32.1	6 7.7	0 0.0	0 0.0	3 3.8
60歳代	60	0 0.0	11 18.3	16 26.7	14 23.3	12 20.0	3 5.0	0 0.0	4 6.7
70歳以上	101	0 0.0	8 7.9	18 17.8	12 11.9	18 17.8	25 24.8	13 12.9	7 6.9
前回(H28)	528	0.4	22.3	25.9	15.9	16.1	14.0	-	5.3



現在たばこを吸っている方

現在、あなたが吸っているたばこ製品はどれですか。(複数選択) 【問 15-1】

「紙巻きたばこ」が58.8%と最も高く、次いで「加熱式たばこ」が37.6%となっている。



\*加熱式たばこ：たばこ葉やその加工品を、専用機器を用いて電気加熱することで煙を発生させるもの。加熱の方法や温度などは製品ごとに異なる。

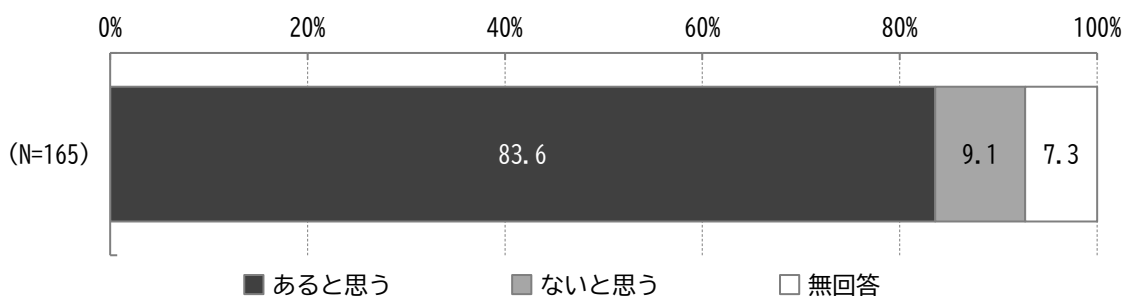
\*電子たばこ：たばこ葉は使用せず、カートリッジ内の香料などを含んだ液体（リキッド）を電気加熱により発生する蒸気を吸引するもの。製品によっては、液体の原材料は無害であっても加熱されることにより、発がん性物質などを発生するものがあると報告されている。

【年代別のクロス集計結果】

	N	紙巻きたばこ	加熱式たばこ	電子たばこ	その他	無回答
全体	165	97 58.8	62 37.6	26 15.8	4 2.4	2 1.2
20歳代	22	11 50.0	15 68.2	4 18.2	0 0.0	0 0.0
30歳代	37	15 40.5	15 40.5	7 18.9	2 5.4	0 0.0
40歳代	36	18 50.0	19 52.8	8 22.2	0 0.0	0 0.0
50歳代	29	19 65.5	9 31.0	4 13.8	0 0.0	0 0.0
60歳代	22	18 81.8	4 18.2	2 9.1	2 9.1	0 0.0
70歳以上	17	14 82.4	0 0.0	1 5.9	0 0.0	2 11.8

**加熱式たばこや電子たばこについて、健康に影響があると思いますか。 【問 15-2】**

「あると思う」が83.6%、「ないと思う」が9.1%となっている。

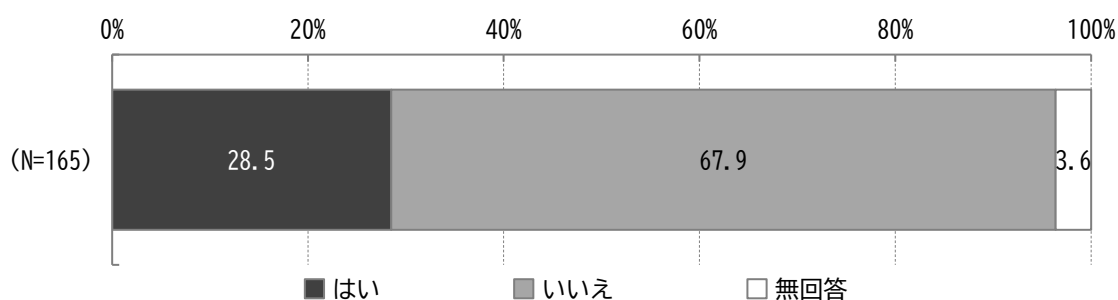


**【年代別のクロス集計結果】**

	N	あると思う	ないと思う	無回答
全体	165	138 83.6	15 9.1	12 7.3
20歳代	22	22 100.0	0 0.0	0 0.0
30歳代	37	35 94.6	1 2.7	1 2.7
40歳代	36	35 97.2	0 0.0	1 2.8
50歳代	29	22 75.9	6 20.7	1 3.4
60歳代	22	15 68.2	4 18.2	3 13.6
70歳以上	17	8 47.1	4 23.5	5 29.4

**あなたは現在、たばこをやめたいと思いますか。 【問 15-3】**

「はい」が28.5%、「いいえ」が67.9%となっている。

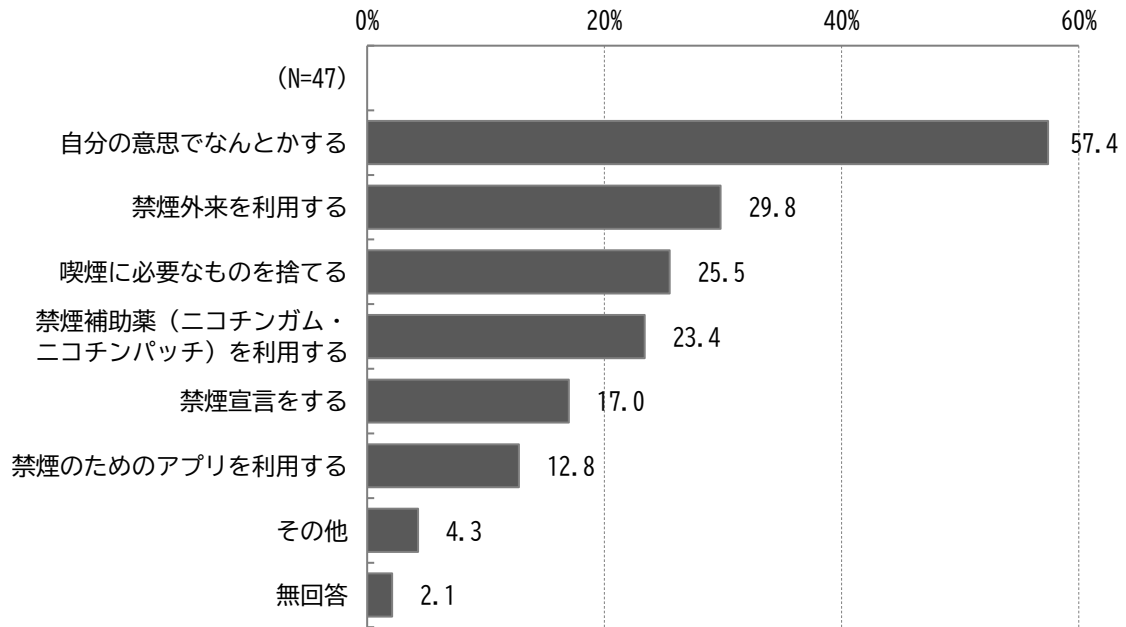


**【性別のクロス集計結果と前回調査結果】**

	N	はい	いいえ	無回答
全体	165	47 28.5	112 67.9	6 3.6
男性	119	31 26.1	84 70.6	4 3.4
女性	44	15 34.1	27 61.4	2 4.5
回答しない	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	225	40.9	56.4	2.7

**禁煙するために取り組みたいと考えていることはありますか。(複数選択) 【問 15-4】**

「自分の意思でなんとかする」が 57.4%と最も高く、次いで「禁煙外来を利用する」が 29.8%、「喫煙に必要なものを捨てる」が 25.5%となっている。



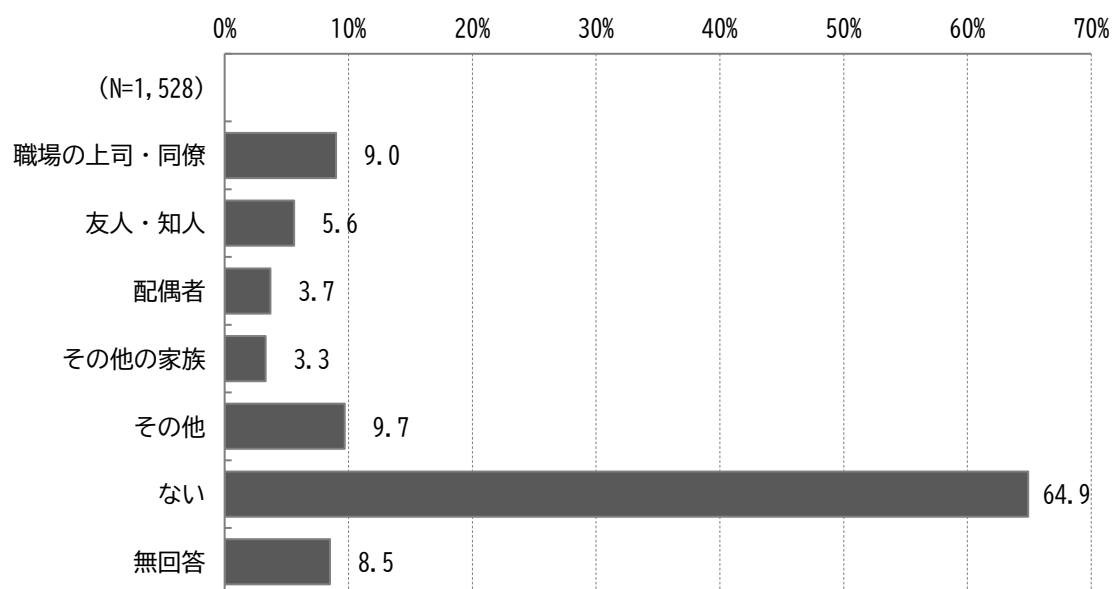
**【性別のクロス集計結果】**

	N	自分の意思で なんとかする	禁煙外来を利用する	喫煙に必要な ものを捨てる	禁煙補助薬 (ニコチンガム・ニコチン パッチ)を利用する	禁煙宣言をする	禁煙のための アプリを利用 する	その他	無回答
全体	47	27 57.4	14 29.8	12 25.5	11 23.4	8 17.0	6 12.8	2 4.3	1 2.1
男性	31	14 45.2	12 38.7	8 25.8	8 25.8	5 16.1	3 9.7	2 6.5	1 3.2
女性	15	12 80.0	2 13.3	4 26.7	2 13.3	3 20.0	3 20.0	0 0.0	0 0.0
回答しない	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

あなたはふだん、誰かのたばこの煙を吸うことがありますか。(複数選択)

【問 16】

「ない」が 64.9%と最も高い一方で、「職場の上司・同僚」が 9.0%、次いで「友人・知人」が 5.6%となっている。



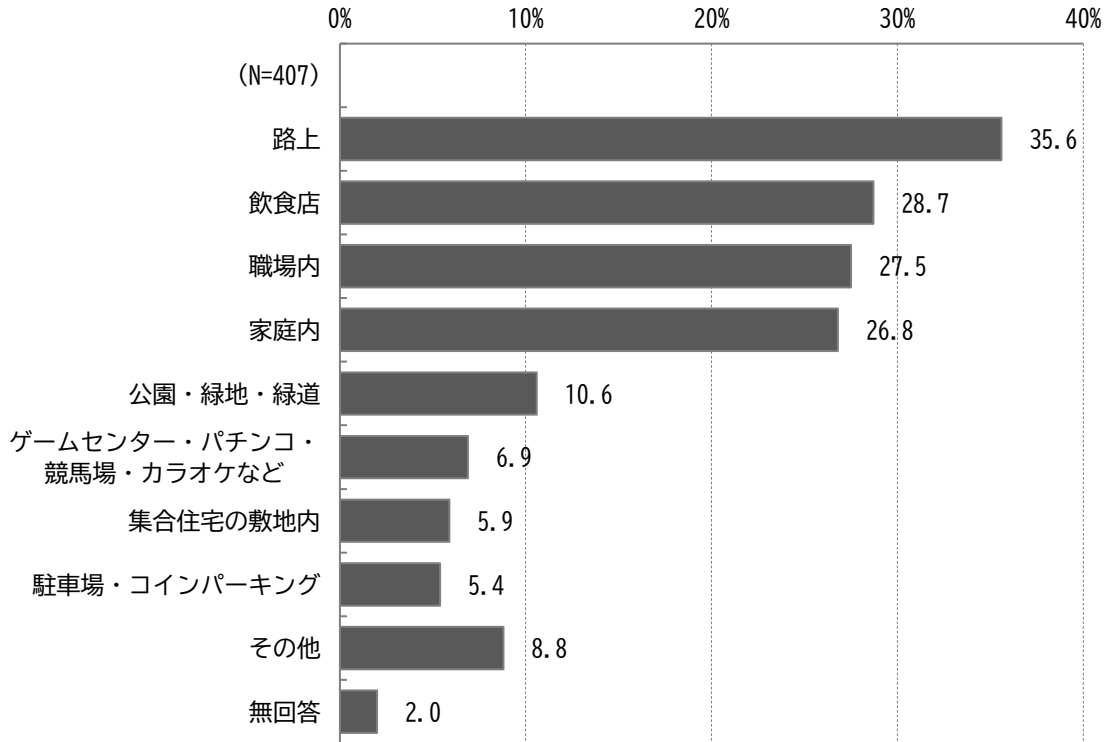
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	職場の上 司・同僚	友人・知 人	配偶者	その他の 家族	その他	ない	無回答
全体	1528	137 9.0	86 5.6	56 3.7	50 3.3	148 9.7	991 64.9	130 8.5
20歳代	237	26 11.0	28 11.8	2 0.8	19 8.0	21 8.9	141 59.5	15 6.3
30歳代	270	37 13.7	14 5.2	13 4.8	3 3.3	19 7.0	181 67.0	13 4.8
40歳代	318	37 11.6	13 4.1	15 4.7	0 0.0	47 14.8	199 62.6	23 7.2
50歳代	255	24 9.4	16 6.3	3 1.2	11 4.3	29 11.4	163 63.9	20 7.8
60歳代	167	11 6.6	9 5.4	10 6.0	7 4.2	23 13.8	103 61.7	14 8.4
70歳以上	266	2 0.8	6 2.3	10 3.8	4 1.5	9 3.4	196 73.7	41 15.4
前回(H28)	1844	13.6	11.8	6.9	5.1	10.1	55.6	6.2

誰かのたばこの煙を吸うことがある方

どこでたばこの煙を吸うことがありますか。(複数選択) 【問 16-1】

「路上」が35.6%と最も高く、次いで「飲食店」が28.7%、「職場内」が27.5%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

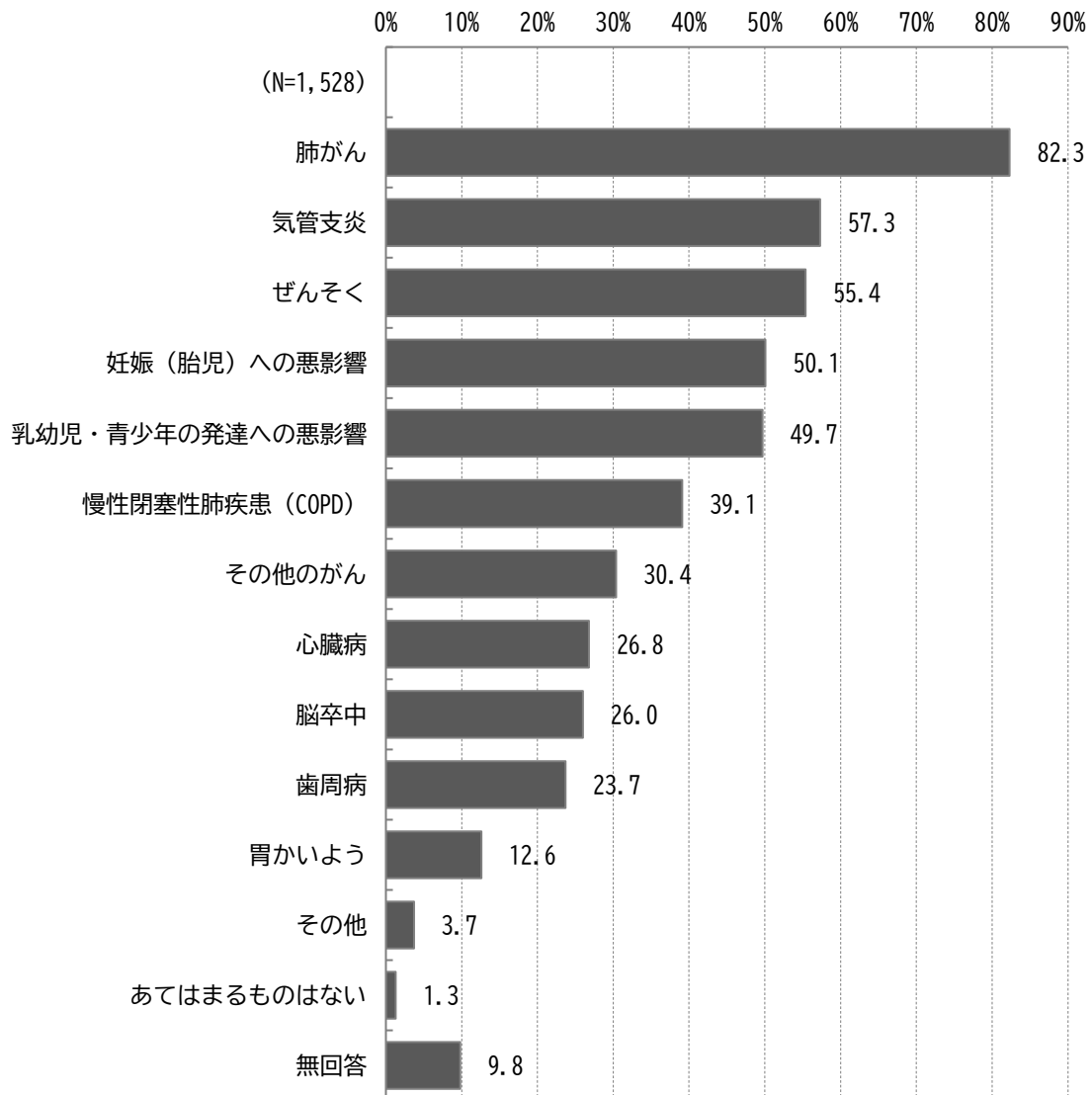
	N	路上	飲食店	職場内	家庭内	公園・緑地・緑道	ゲームセンター・パチンコ・競馬場・カラオケなど	集合住宅の敷地内	駐車場・コインパーキング	その他	無回答
全体	407	145 35.6	117 28.7	112 27.5	109 26.8	43 10.6	28 6.9	24 5.9	22 5.4	36 8.8	8 2.0
20歳代	81	24 29.6	31 38.3	23 28.4	25 30.9	11 13.6	9 11.1	2 2.5	5 6.2	5 6.2	1 1.2
30歳代	76	25 32.9	27 35.5	27 35.5	22 28.9	8 10.5	6 7.9	7 9.2	6 7.9	2 2.6	3 3.9
40歳代	96	43 44.8	23 24.0	27 28.1	16 16.7	17 17.7	5 5.2	7 7.3	8 8.3	10 10.4	1 1.0
50歳代	72	24 33.3	22 30.6	22 30.6	14 19.4	3 4.2	5 6.9	6 8.3	2 2.8	13 18.1	1 1.4
60歳代	50	21 42.0	9 18.0	10 20.0	17 34.0	3 6.0	0 0.0	1 2.0	1 2.0	4 8.0	0 0.0
70歳以上	29	8 27.6	5 17.2	3 10.3	12 41.4	1 3.4	3 10.3	1 3.4	0 0.0	2 6.9	2 6.9
前回(H28)	704	-	48.7	33.5	27.3	-	12.1	-	-	10.1	1.8

※「-」と示している箇所については、前回調査にはなかった選択肢。

たばこを吸うことで本人や周りの人にどのような影響があると思いますか。(複数選択)

【問 17】

「肺がん」が 82.3%と最も高く、次いで「気管支炎」が 57.3%、「ぜんそく」が 55.4%となっている。



\*慢性閉塞性肺疾患(COPD): 肺の炎症による病気で、慢性のせきや痰、息切れなどが起こる。

### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	肺がん	気管支炎	ぜんそく	妊娠（胎児）への悪影響	乳幼児・青少年の発達への悪影響	慢性閉塞性肺疾患（COPD）	その他のがん
全体	1528	1258 82.3	875 57.3	846 55.4	765 50.1	760 49.7	597 39.1	464 30.4
20歳代	237	214 90.3	143 60.3	137 57.8	143 60.3	137 57.8	102 43.0	86 36.3
30歳代	270	236 87.4	169 62.6	166 61.5	169 62.6	159 58.9	102 37.8	94 34.8
40歳代	318	276 86.8	189 59.4	177 55.7	174 54.7	169 53.1	126 39.6	99 31.1
50歳代	255	200 78.4	143 56.1	140 54.9	114 44.7	117 45.9	94 36.9	78 30.6
60歳代	167	136 81.4	95 56.9	93 55.7	78 46.7	71 42.5	74 44.3	56 33.5
70歳以上	266	190 71.4	131 49.2	127 47.7	83 31.2	101 38.0	94 35.3	50 18.8
前回(H28)	1844	89.4	58.8	55.9	55.7	57.7	42.7	28.8

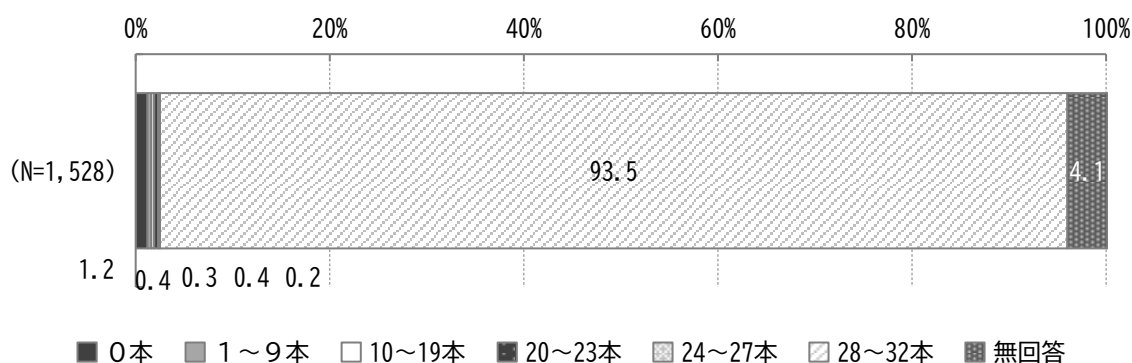
	N	心臓病	脳卒中	歯周病	胃かいよう	その他	あてはまるものはない	無回答
全体	1528	410 26.8	397 26.0	362 23.7	193 12.6	57 3.7	20 1.3	150 9.8
20歳代	237	63 26.6	57 24.1	87 36.7	42 17.7	7 3.0	4 1.7	13 5.5
30歳代	270	73 27.0	83 30.7	83 30.7	39 14.4	7 2.6	4 1.5	15 5.6
40歳代	318	72 22.6	90 28.3	77 24.2	39 12.3	7 2.2	2 0.6	22 6.9
50歳代	255	75 29.4	72 28.2	51 20.0	25 9.8	20 7.8	3 1.2	30 11.8
60歳代	167	64 38.3	49 29.3	34 20.4	27 16.2	9 5.4	2 1.2	15 9.0
70歳以上	266	62 23.3	44 16.5	26 9.8	21 7.9	7 2.6	4 1.5	49 18.4
前回(H28)	1844	31.2	27.6	23.4	12.5	2.8	1.2	2.8

## 5 口と歯

あなたの歯の本数は何本ですか。

【問 18】

「28～32本」が93.5%と最も高く、次いで「0本」が1.2%となっている。



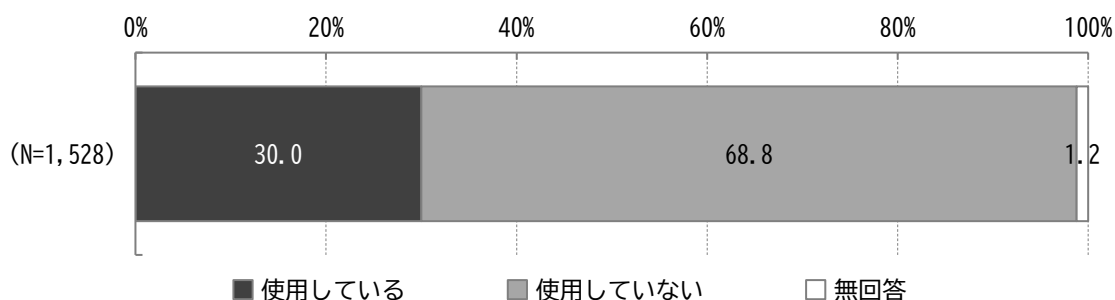
### 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	0本	1～9本	10～19本	20～23本	24～27本	28～32本	無回答
全体		1528	18 1.2	6 0.4	5 0.3	6 0.4	3 0.2	1428 93.5	62 4.1
男性	20歳代	115	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	111 96.5	4 3.5
	30歳代	149	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	144 96.6	5 3.4
	40歳代	186	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	184 98.9	2 1.1
	50歳代	125	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	123 98.4	2 1.6
	60歳代	81	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 1.2	1 1.2	77 95.1	2 2.5
	70歳以上	120	10 8.3	3 2.5	5 4.2	1 0.8	2 1.7	96 80.0	3 2.5
女性	20歳代	117	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	111 94.9	6 5.1
	30歳代	118	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	117 99.2	1 0.8
	40歳代	125	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 0.8	0 0.0	120 96.0	4 3.2
	50歳代	126	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	122 96.8	4 3.2
	60歳代	85	2 2.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	76 89.4	7 8.2
	70歳以上	145	5 3.4	3 2.1	0 0.0	3 2.1	0 0.0	119 82.1	15 10.3
回答しない	20歳代	5	1 20.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	4 80.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 100.0	0 0.0
	40歳代	7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	7 100.0	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	2 66.7	1 33.3
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	2.1	4.9	7.8	6.0	15.6	56.8	6.8	



あなたは「入れ歯」や「ブリッジ\*」、「インプラント\*」を使用していますか。 【問 19】

「使用している」が30.0%、「使用していない」が68.8%となっている。



\*ブリッジ：歯が抜けてしまった場合に、両隣りの歯を削って土台を作り、橋渡しをするように人工の歯を入れて欠損部分を補う治療のこと。

\*インプラント：歯が抜けてしまった部分に人工の歯根を埋め込み、それを土台として、上に人工の歯を取り付ける治療のこと。

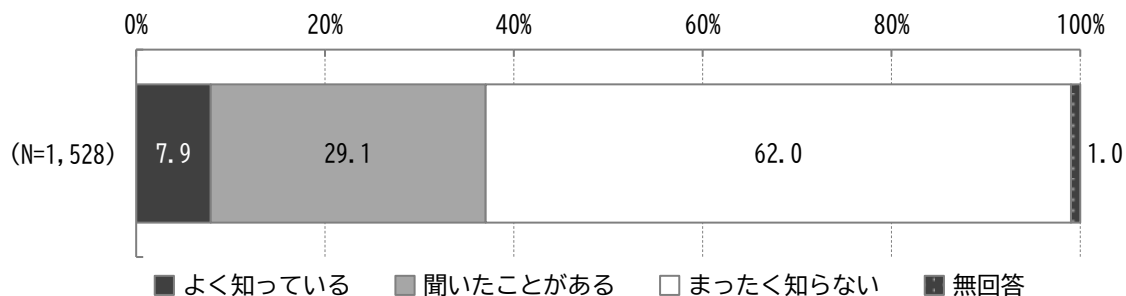
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	使用している	使用していない	無回答
全体	1528	459 30.0	1051 68.8	18 1.2
20歳代	237	12 5.1	224 94.5	1 0.4
30歳代	270	35 13.0	235 87.0	0 0.0
40歳代	318	50 15.7	266 83.6	2 0.6
50歳代	255	83 32.5	172 67.5	0 0.0
60歳代	167	95 56.9	70 41.9	2 1.2
70歳以上	266	180 67.7	78 29.3	8 3.0
前回(H28)	1844	42.1	56.5	1.4

あなたは、「口腔フレイル\*」を知っていますか。

【問 20】

「まったく知らない」が62.0%と最も高く、次いで「聞いたことがある」が29.1%、「よく知っている」が7.9%となっている。



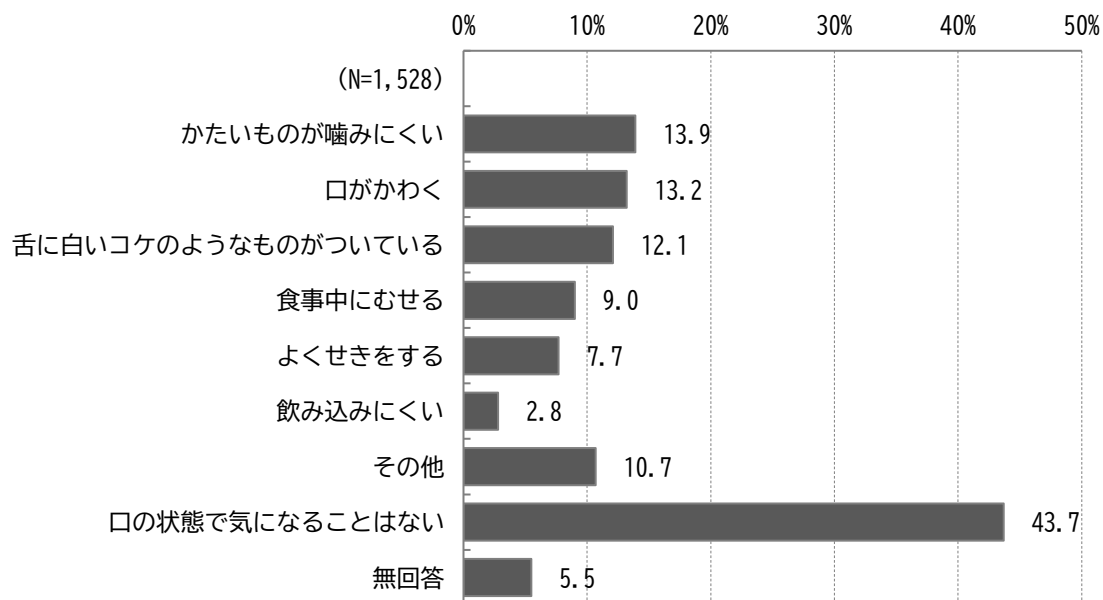
\*口腔フレイル：嚥んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを指し、早期の重要な老化のサインとされている。

### 【年代別のクロス集計結果】

	N	よく知っている	聞いたことがある	まったく知らない	無回答
全体	1528	120 7.9	445 29.1	947 62.0	16 1.0
20歳代	237	11 4.6	37 15.6	188 79.3	1 0.4
30歳代	270	15 5.6	52 19.3	203 75.2	0 0.0
40歳代	318	14 4.4	80 25.2	223 70.1	1 0.3
50歳代	255	17 6.7	85 33.3	153 60.0	0 0.0
60歳代	167	16 9.6	72 43.1	78 46.7	1 0.6
70歳以上	266	44 16.5	117 44.0	98 36.8	7 2.6

あなたの口の状態で気になることはありますか。(複数選択) 【問 21】

「口の状態で気になることはない」が 43.7%と最も高くなっている一方で、「かたいものが噛みにくい」が 13.9%，次いで「口がかわく」が 13.2%となっている。

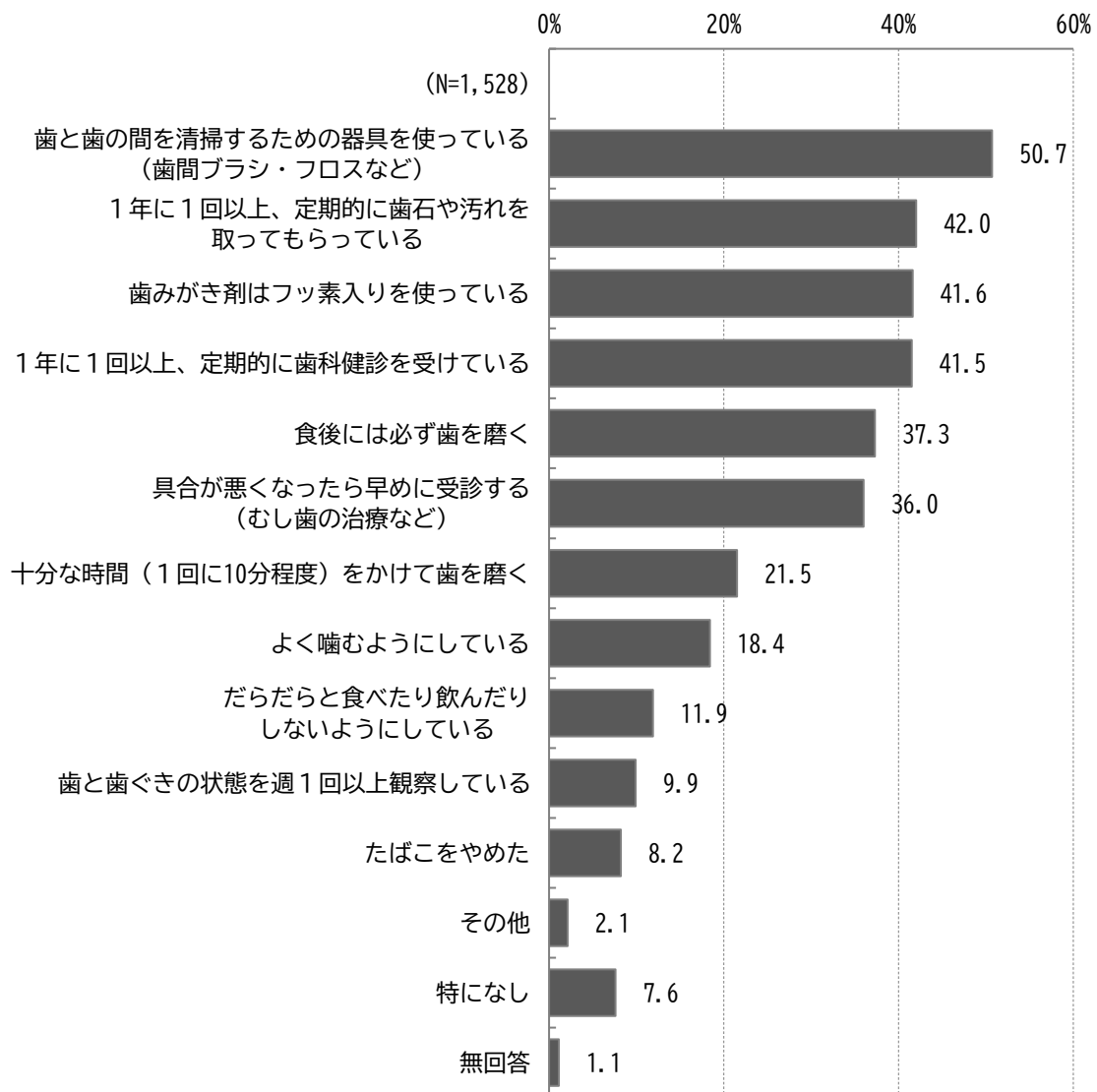


【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	かたいものが噛みにくい	口がかわく	舌に白いコケのようなものがついている	食事にむせる	よくせきをする	飲み込みにくい	その他	口の状態で気になることはない	無回答
全体		1528	213 13.9	202 13.2	185 12.1	138 9.0	117 7.7	43 2.8	163 10.7	667 43.7	84 5.5
男性	20歳代	115	3 2.6	18 15.7	20 17.4	4 3.5	10 8.7	4 3.5	10 8.7	59 51.3	6 5.2
	30歳代	149	5 3.4	17 11.4	28 18.8	9 6.0	9 6.0	0 0.0	17 11.4	82 55.0	0 0.0
	40歳代	186	18 9.7	21 11.3	20 10.8	10 5.4	16 8.6	4 2.2	22 11.8	102 54.8	3 1.6
	50歳代	125	14 11.2	15 12.0	9 7.2	15 12.0	9 7.2	4 3.2	11 8.8	61 48.8	5 4.0
	60歳代	81	16 19.8	9 11.1	1 1.2	14 17.3	8 9.9	0 0.0	10 12.3	34 42.0	1 1.2
	70歳以上	120	40 33.3	12 10.0	8 6.7	17 14.2	12 10.0	8 6.7	3 2.5	39 32.5	9 7.5
女性	20歳代	117	5 4.3	14 12.0	14 12.0	6 5.1	5 4.3	3 2.6	16 13.7	65 55.6	3 2.6
	30歳代	118	8 6.8	20 16.9	25 21.2	5 4.2	1 0.8	1 0.8	17 14.4	53 44.9	1 0.8
	40歳代	125	13 10.4	10 8.0	19 15.2	10 8.0	6 4.8	2 1.6	24 19.2	53 42.4	7 5.6
	50歳代	126	18 14.3	23 18.3	18 14.3	12 9.5	9 7.1	6 4.8	15 11.9	47 37.3	9 7.1
	60歳代	85	20 23.5	14 16.5	4 4.7	9 10.6	5 5.9	3 3.5	9 10.6	27 31.8	14 16.5
	70歳以上	145	50 34.5	27 18.6	17 11.7	25 17.2	23 15.9	8 5.5	5 3.4	31 21.4	19 13.1
回答しない	20歳代	5	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 20.0	0 0.0	1 20.0	3 60.0	0 0.0
	30歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	3 100.0	0 0.0
	40歳代	7	0 0.0	1 14.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 14.3	5 71.4	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)		1844	23.2	17.2	12.2	7.9	8.5	4.2	13.4	31.9	7.9

あなたは歯と歯ぐきの健康のために実行していることがありますか。(複数選択) 【問 22】

「歯と歯の間を清掃するための器具を使っている（歯間ブラシ・フロスなど）」が 50.7%と最も高く、次いで「1年に1回以上、定期的に歯石や汚れを取ってもらっている」が 42.0%、「歯みがき剤はフッ素入りを使っている」が 41.6%となっている。



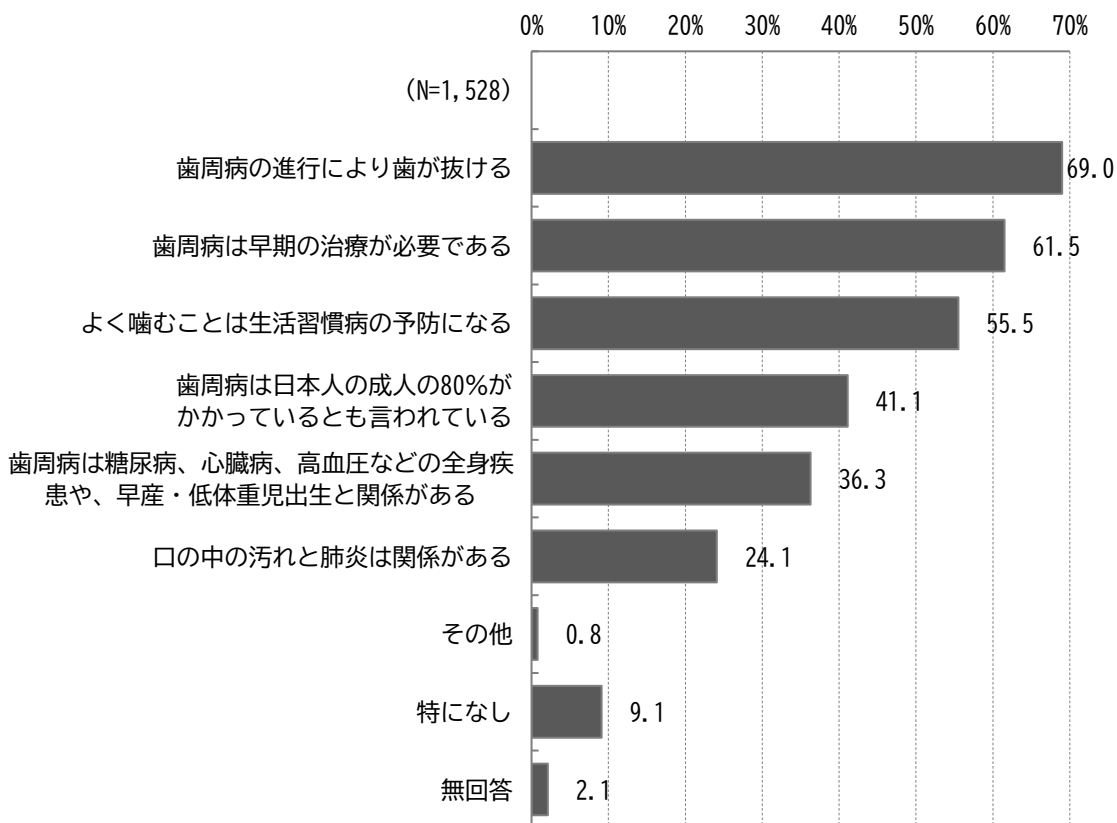
## 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	歯と歯の間を清掃するための器具を使っている（歯間ブラシ・フロスなど）	1年に1回以上、定期的に歯石や汚れを取ってもらっている	歯みがき剤はフッ素入りを使っている	1年に1回以上、定期的に歯科健診を受けている	食後には必ず歯を磨く	具合が悪くなったら早めに受診する（むし歯の治療など）	十分な時間（1回に10分程度）をかけて歯を磨く
全体	1528	775 50.7	641 42.0	635 41.6	634 41.5	570 37.3	550 36.0	329 21.5
20歳代	237	77 32.5	68 28.7	74 31.2	73 30.8	84 35.4	58 24.5	58 24.5
30歳代	270	124 45.9	110 40.7	119 44.1	122 45.2	83 30.7	79 29.3	74 27.4
40歳代	318	176 55.3	143 45.0	152 47.8	144 45.3	118 37.1	115 36.2	56 17.6
50歳代	255	150 58.8	119 46.7	117 45.9	104 40.8	96 37.6	112 43.9	53 20.8
60歳代	167	88 52.7	85 50.9	67 40.1	75 44.9	66 39.5	71 42.5	37 22.2
70歳以上	266	154 57.9	112 42.1	101 38.0	111 41.7	119 44.7	111 41.7	49 18.4
前回(H28)	1844	48.4	37.0	32.8	35.6	37.9	41.2	17.8
	N	よく噛むようにしている	だらだらと食べたり飲んだりしないようにしている	歯と歯ぐきの状態を週1回以上観察している	たばこをやめた	その他	特になし	無回答
全体	1528	281 18.4	182 11.9	151 9.9	125 8.2	32 2.1	116 7.6	17 1.1
20歳代	237	47 19.8	10 4.2	17 7.2	5 2.1	3 1.3	29 12.2	2 0.8
30歳代	270	32 11.9	22 8.1	21 7.8	13 4.8	2 0.7	23 8.5	0 0.0
40歳代	318	38 11.9	31 9.7	24 7.5	28 8.8	6 1.9	18 5.7	1 0.3
50歳代	255	41 16.1	28 11.0	29 11.4	25 9.8	6 2.4	11 4.3	0 0.0
60歳代	167	27 16.2	30 18.0	22 13.2	19 11.4	7 4.2	16 9.6	1 0.6
70歳以上	266	93 35.0	60 22.6	37 13.9	35 13.2	8 3.0	18 6.8	8 3.0
前回(H28)	1844	21.3	16.2	10.4	8.4	2.7	8.0	1.9

あなたは、口の健康について以下のことをご存知ですか。(複数選択)

【問 23】

「歯周病の進行により歯が抜ける」が69.0%と最も高く、次いで「歯周病は早期の治療が必要である」が61.5%、「よく噛むことは生活習慣病の予防になる」が55.5%となっている。



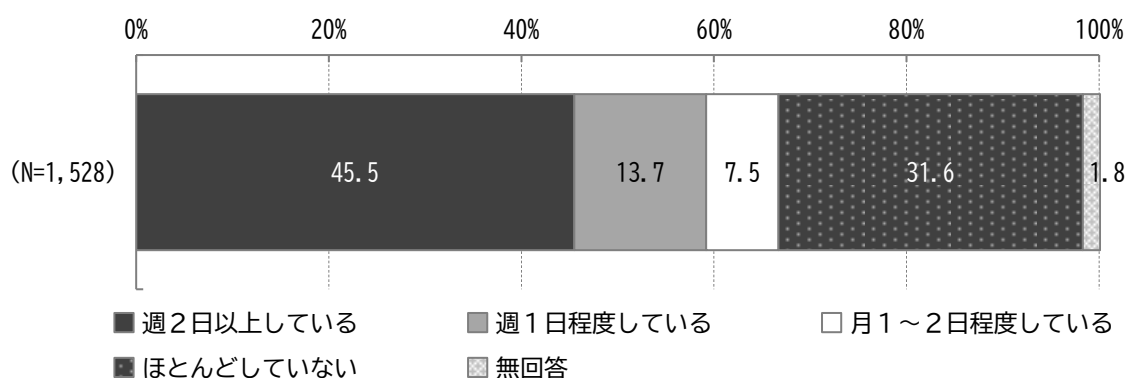
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	歯周病の進行により歯が抜ける	歯周病は早期の治療が必要である	よく噛むことは生活習慣病の予防になる	歯周病は日本人の成人の80%がかかっているとも言われている	歯周病は糖尿病、心臓病、高血圧などの全身疾患や、早産・低体重児出生と関係がある	口の中の汚れと肺炎は関係がある	その他	特になし	無回答
全体	1528	1055 69.0	940 61.5	848 55.5	628 41.1	554 36.3	368 24.1	12 0.8	139 9.1	32 2.1
20歳代	237	139 58.6	120 50.6	128 54.0	71 30.0	54 22.8	38 16.0	1 0.4	26 11.0	3 1.3
30歳代	270	183 67.8	156 57.8	143 53.0	112 41.5	82 30.4	47 17.4	1 0.4	37 13.7	1 0.4
40歳代	318	222 69.8	188 59.1	172 54.1	141 44.3	121 38.1	76 23.9	2 0.6	27 8.5	2 0.6
50歳代	255	195 76.5	171 67.1	131 51.4	117 45.9	113 44.3	70 27.5	5 2.0	17 6.7	4 1.6
60歳代	167	134 80.2	117 70.1	103 61.7	76 45.5	79 47.3	50 29.9	1 0.6	9 5.4	3 1.8
70歳以上	266	175 65.8	180 67.7	164 61.7	106 39.8	100 37.6	83 31.2	2 0.8	22 8.3	13 4.9
前回(H28)	1844	72.9	61.7	58.6	37.4	31.6	24.4	1.0	6.4	2.9

## 6 運動

あなたは健康維持・増進のために運動をしていますか。ここでいう運動は、ながら運動のような日常の動きやウォーキングなども含めてお考えください。 【問 24】

「週2日以上している」が45.5%と最も高く、次いで「ほとんどしていない」が31.6%、「週1日程度している」が13.7%となっている。



### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

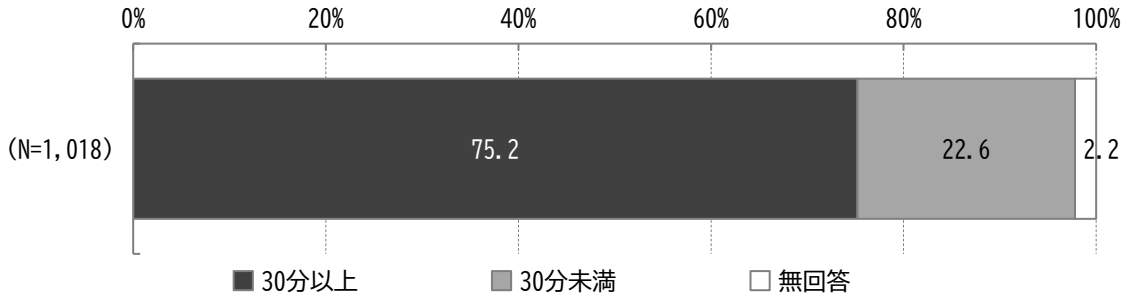
	N	週2日以上している	週1日程度している	月1~2日程度している	ほとんどしていない	無回答
全体	1528	695 45.5	209 13.7	114 7.5	483 31.6	27 1.8
20歳代	237	94 39.7	37 15.6	29 12.2	75 31.6	2 0.8
30歳代	270	96 35.6	31 11.5	29 10.7	114 42.2	0 0.0
40歳代	318	132 41.5	50 15.7	24 7.5	110 34.6	2 0.6
50歳代	255	125 49.0	39 15.3	11 4.3	77 30.2	3 1.2
60歳代	167	92 55.1	20 12.0	14 8.4	40 24.0	1 0.6
70歳以上	266	151 56.8	29 10.9	6 2.3	64 24.1	16 6.0
前回(H28)	1844	39.3	14.3	6.0	37.8	2.6



運動をしている方

その運動は1日あたりどのくらいしていますか。 【問 24-1】

「30分以上」が75.2%、「30分未満」が22.6%となっている。



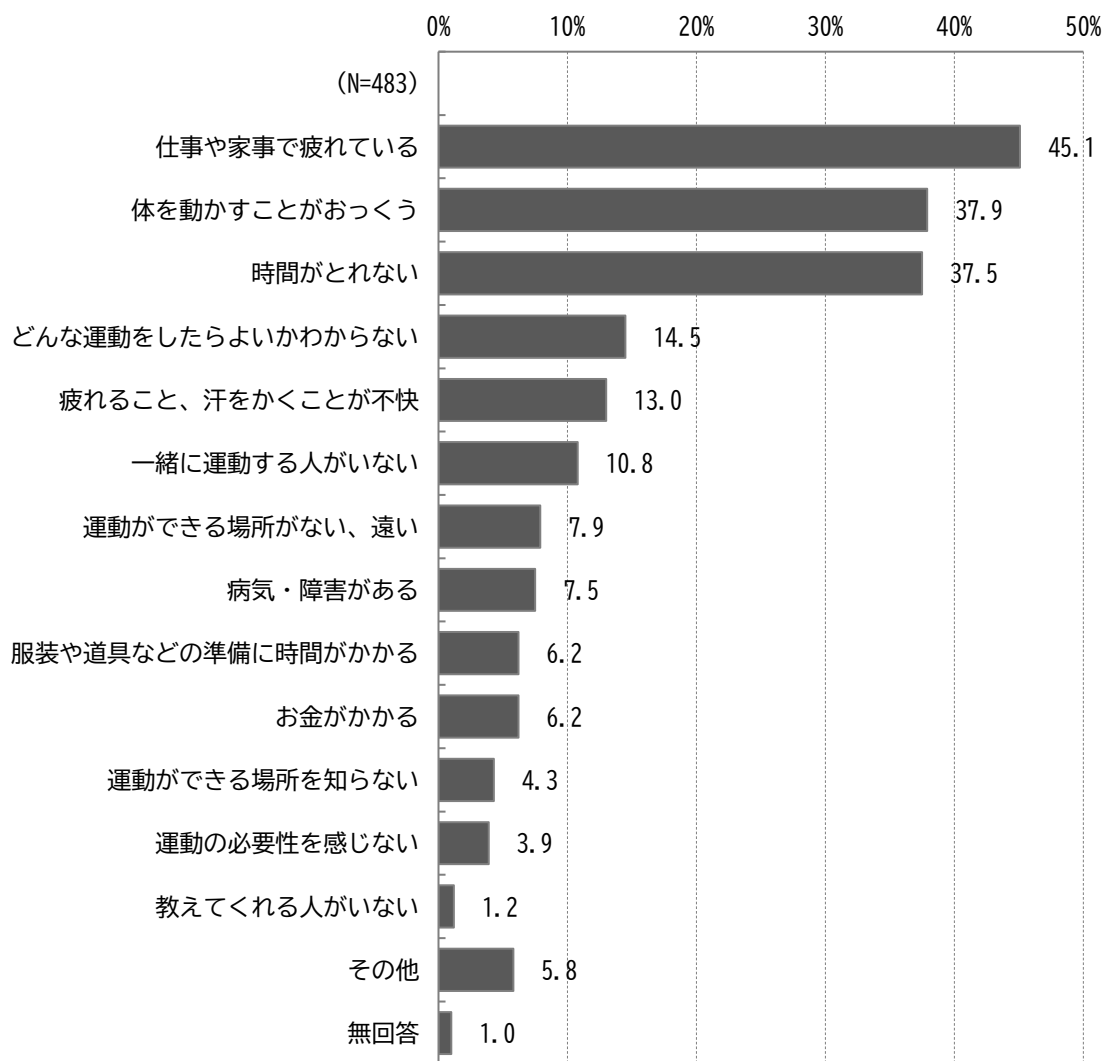
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	30分以上	30分未満	無回答
全体	1018	766 75.2	230 22.6	22 2.2
20歳代	160	109 68.1	50 31.3	1 0.6
30歳代	156	117 75.0	35 22.4	4 2.6
40歳代	206	157 76.2	47 22.8	2 1.0
50歳代	175	138 78.9	34 19.4	3 1.7
60歳代	126	98 77.8	23 18.3	5 4.0
70歳以上	186	141 75.8	39 21.0	6 3.2
前回(H28)	1844	75.3	24.0	0.6

運動を「ほとんどしていない」と答えた方

運動をするのに、どのような点が問題となりますか。(複数選択) 【問 24-2】

「仕事や家事で疲れている」が45.1%と最も高く、次いで「体を動かすことがおっくう」が37.9%、「時間がとれない」が37.5%となっている。



## 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	仕事や家事で 疲れている	体を動かすこ とがおっくう	時間がとれな い	どんな運動を したらよいか わからない	疲れること、 汗をかくこと が不快	一緒に運動す る人がいない	運動ができる 場所がない、 遠い	病気・障害が ある
全体	483	218 45.1	183 37.9	181 37.5	70 14.5	63 13.0	52 10.8	38 7.9	36 7.5
20歳代	75	30 40.0	27 36.0	27 36.0	12 16.0	14 18.7	10 13.3	13 17.3	2 2.7
30歳代	114	71 62.3	48 42.1	60 52.6	17 14.9	16 14.0	14 12.3	9 7.9	0 0.0
40歳代	110	56 50.9	49 44.5	48 43.6	17 15.5	15 13.6	13 11.8	6 5.5	2 1.8
50歳代	77	38 49.4	25 32.5	28 36.4	10 13.0	10 13.0	8 10.4	5 6.5	8 10.4
60歳代	40	13 32.5	12 30.0	13 32.5	8 20.0	2 5.0	5 12.5	1 2.5	3 7.5
70歳以上	64	10 15.6	21 32.8	5 7.8	5 7.8	6 9.4	2 3.1	4 6.3	21 32.8
前回(H28)	697	41.8	26.3	-	10.2	11.9	11.0	7.3	14.5

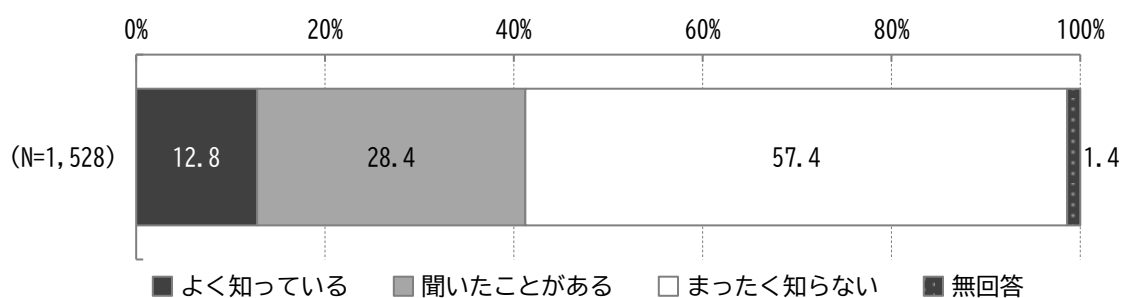
	N	服装や道具な どの準備に時 間がかかる	お金がかかる	運動ができる 場所を知らな い	運動の必要性 を感じない	教えてくれる 人がいない	その他	無回答
全体	483	30 6.2	30 6.2	21 4.3	19 3.9	6 1.2	28 5.8	5 1.0
20歳代	75	10 13.3	3 4.0	7 9.3	1 1.3	2 2.7	3 4.0	2 2.7
30歳代	114	5 4.4	8 7.0	4 3.5	1 0.9	0 0.0	3 2.6	1 0.9
40歳代	110	11 10.0	7 6.4	6 5.5	5 4.5	2 1.8	5 4.5	0 0.0
50歳代	77	2 2.6	4 5.2	0 0.0	3 3.9	1 1.3	5 6.5	1 1.3
60歳代	40	1 2.5	4 10.0	2 5.0	0 0.0	1 2.5	3 7.5	0 0.0
70歳以上	64	1 1.6	2 3.1	2 3.1	9 14.1	0 0.0	9 14.1	0 0.0
前回(H28)	697	5.9	7.0	4.3	5.5	3.7	7.0	1.9

※「-」と示している箇所については、前回調査では「育児や介護で時間がとれない」「仕事や家事で時間がとれない」「他の趣味で時間がとれない」としていた。

あなたは「フレイル\*」を知っていますか。

【問 25】

「まったく知らない」が57.4%と最も高く、次いで「聞いたことがある」が28.4%、「よく知っている」が12.8%となっている。



\*フレイル：加齢により、心身の活力が低下した状態などを指す。

【年代別のクロス集計結果】

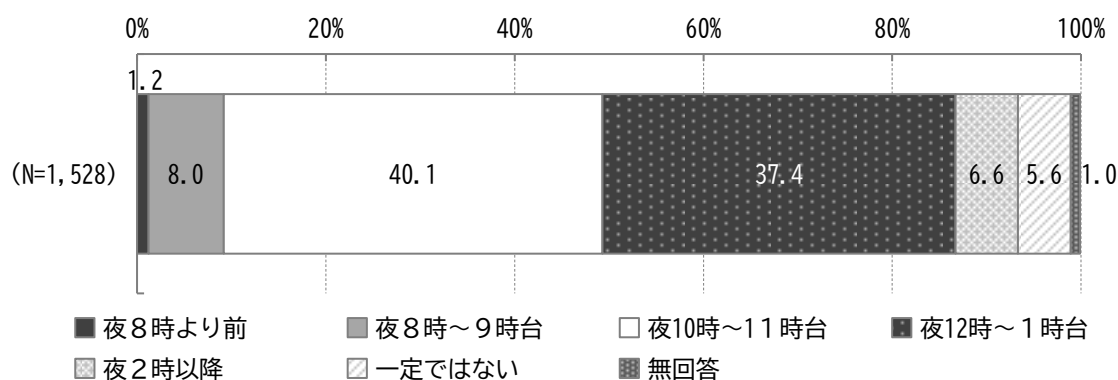
	N	よく知っている	聞いたことがある	まったく知らない	無回答
全体	1528	195 12.8	434 28.4	877 57.4	22 1.4
20歳代	237	21 8.9	43 18.1	171 72.2	2 0.8
30歳代	270	22 8.1	59 21.9	189 70.0	0 0.0
40歳代	318	27 8.5	78 24.5	210 66.0	3 0.9
50歳代	255	27 10.6	90 35.3	134 52.5	4 1.6
60歳代	167	29 17.4	65 38.9	73 43.7	0 0.0
70歳以上	266	65 24.4	97 36.5	94 35.3	10 3.8

## 7 睡眠

あなたが普段寝る時間は何時ですか。

【問 26】

「夜 10 時～11 時台」が 40.1%と最も高く、次いで「夜 12 時～1 時台」が 37.4%、「夜 8 時～9 時台」が 8.0%となっている。



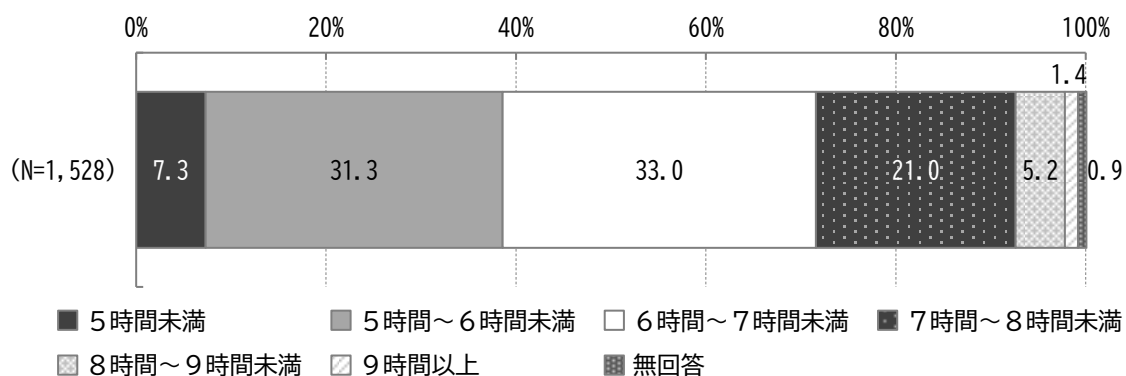
### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	夜8時より前	夜8時～9時台	夜10時～11時台	夜12時～1時台	夜2時以降	一定ではない	無回答
全体	1528	1.2	8.0	40.1	37.4	6.6	5.6	1.0
20歳代	237	0.4	1.3	22.4	51.5	13.5	10.5	0.4
30歳代	270	0.0	3.7	37.0	43.3	9.3	6.7	0.0
40歳代	318	0.3	5.0	38.1	42.8	6.9	6.6	0.3
50歳代	255	0.8	6.7	47.8	36.5	5.5	2.0	0.8
60歳代	167	2.4	13.2	44.9	31.1	2.4	5.4	0.6
70歳以上	266	3.8	19.9	51.9	17.7	1.5	2.6	2.6
前回(H28)	1844	1.4	14.3	51.4	26.4	3.3	2.5	0.8

あなたの平均睡眠時間は何時間ですか。

【問 27】

「6時間～7時間未満」が33.0%と最も高く、次いで「5時間～6時間未満」が31.3%、「7時間～8時間未満」が21.0%となっている。



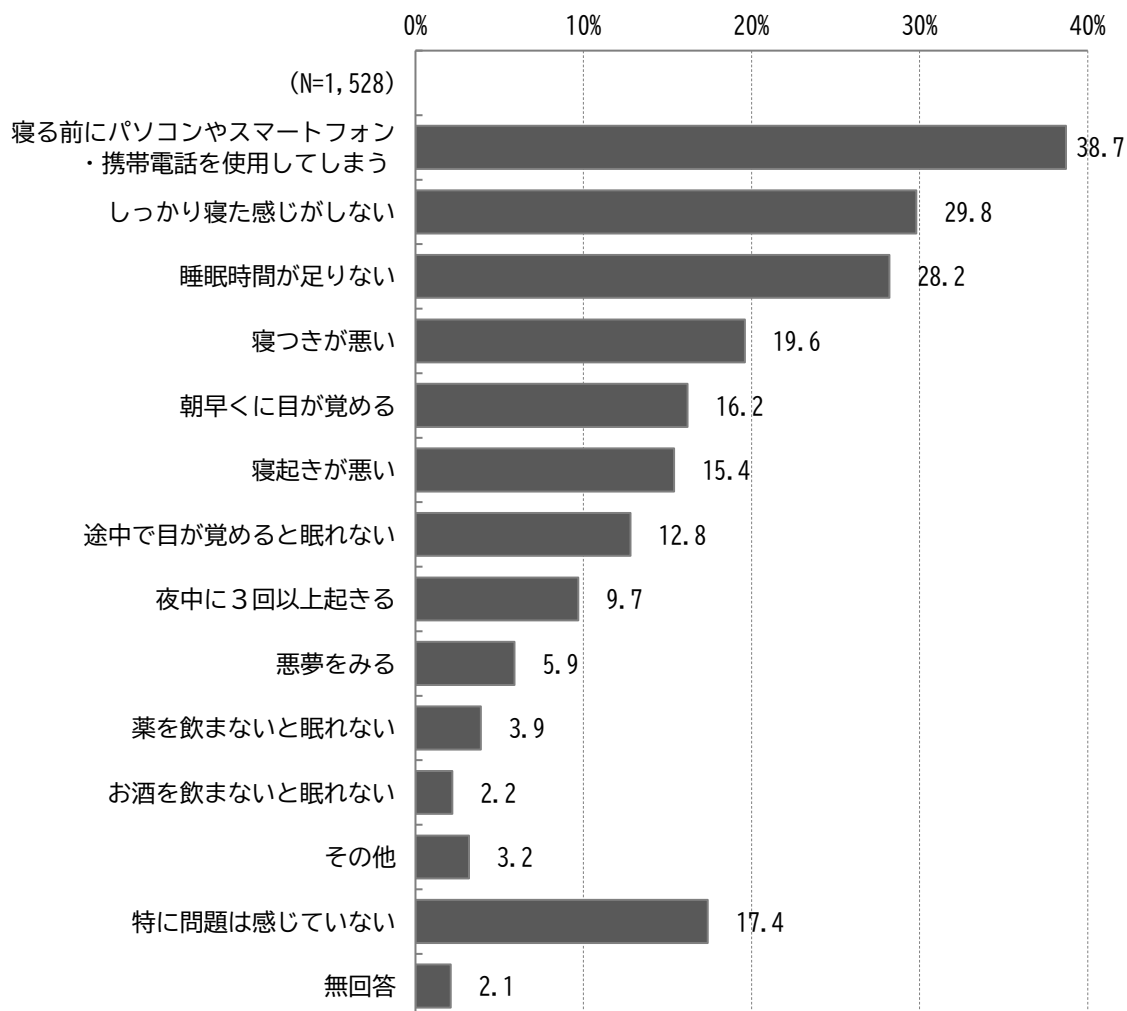
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	5時間未満	5時間～6時間未満	6時間～7時間未満	7時間～8時間未満	8時間～9時間未満	9時間以上	無回答
全体	1528	111 7.3	478 31.3	504 33.0	321 21.0	80 5.2	21 1.4	13 0.9
20歳代	237	5 2.1	68 28.7	87 36.7	57 24.1	17 7.2	2 0.8	1 0.4
30歳代	270	22 8.1	85 31.5	93 34.4	57 21.1	13 4.8	0 0.0	0 0.0
40歳代	318	26 8.2	112 35.2	115 36.2	53 16.7	9 2.8	2 0.6	1 0.3
50歳代	255	28 11.0	90 35.3	82 32.2	44 17.3	6 2.4	4 1.6	1 0.4
60歳代	167	10 6.0	66 39.5	49 29.3	31 18.6	8 4.8	3 1.8	0 0.0
70歳以上	266	19 7.1	52 19.5	73 27.4	77 28.9	27 10.2	10 3.8	8 3.0
前回(H28)	1844	8.7	32.5	32.0	19.3	5.4	1.3	0.8

あなたは睡眠にどんな問題を感じていますか。(複数選択)

【問 28】

「寝る前にパソコンやスマートフォン・携帯電話を使用してしまう」が38.7%と最も高く、次いで「しっかり寝た感じがしない」が29.8%、「睡眠時間が足りない」が28.2%となっている。



### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	寝る前にパソコンやスマートフォン・携帯電話を使用してしまう	しっかり寝た感じがしない	睡眠時間が足りない	寝つきが悪い	朝早くに目が覚める	寝起きが悪い	途中で目が覚めると眠れない
全体	1528	592 38.7	455 29.8	431 28.2	299 19.6	248 16.2	235 15.4	196 12.8
20歳代	237	152 64.1	83 35.0	102 43.0	55 23.2	22 9.3	76 32.1	16 6.8
30歳代	270	142 52.6	94 34.8	90 33.3	52 19.3	39 14.4	49 18.1	26 9.6
40歳代	318	143 45.0	112 35.2	107 33.6	53 16.7	35 11.0	51 16.0	36 11.3
50歳代	255	81 31.8	81 31.8	70 27.5	53 20.8	47 18.4	31 12.2	47 18.4
60歳代	167	44 26.3	37 22.2	34 20.4	26 15.6	38 22.8	14 8.4	28 16.8
70歳以上	266	25 9.4	47 17.7	28 10.5	58 21.8	65 24.4	13 4.9	39 14.7
前回(H28)	1844	24.6	28.0	22.5	16.9	18.0	12.5	16.4

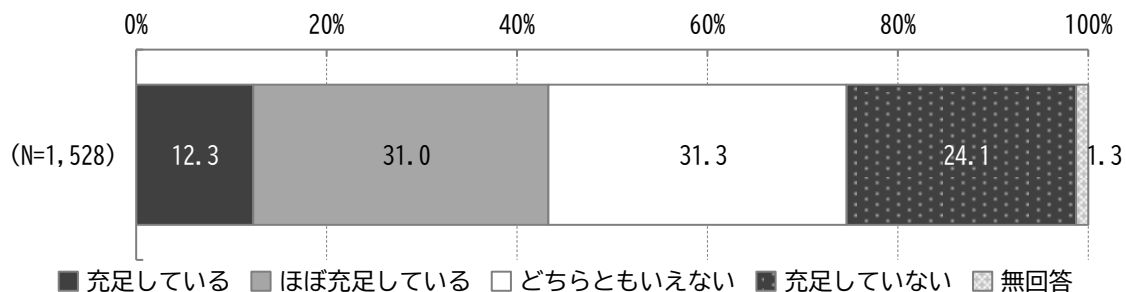
	N	夜中に3回以上起きる	悪夢をみる	薬を飲まない と眠れない	お酒を飲まない と眠れない	その他	特に問題は感じていない	無回答
全体	1528	148 9.7	90 5.9	59 3.9	34 2.2	49 3.2	266 17.4	32 2.1
20歳代	237	7 3.0	20 8.4	6 2.5	1 0.4	7 3.0	28 11.8	1 0.4
30歳代	270	23 8.5	21 7.8	7 2.6	3 1.1	10 3.7	43 15.9	0 0.0
40歳代	318	28 8.8	21 6.6	5 1.6	9 2.8	6 1.9	60 18.9	3 0.9
50歳代	255	20 7.8	9 3.5	13 5.1	11 4.3	9 3.5	38 14.9	3 1.2
60歳代	167	18 10.8	6 3.6	11 6.6	6 3.6	7 4.2	33 19.8	4 2.4
70歳以上	266	52 19.5	13 4.9	17 6.4	2 0.8	10 3.8	62 23.3	17 6.4
前回(H28)	1844	12.1	4.7	5.9	2.7	3.2	20.3	2.3



あなたの睡眠は充足していますか。

【問 29】

「充足している」と「ほぼ充足している」の合計が 43.3%となっている一方で、「どちらともいえない」が 31.3%、「充足していない」が 24.1%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

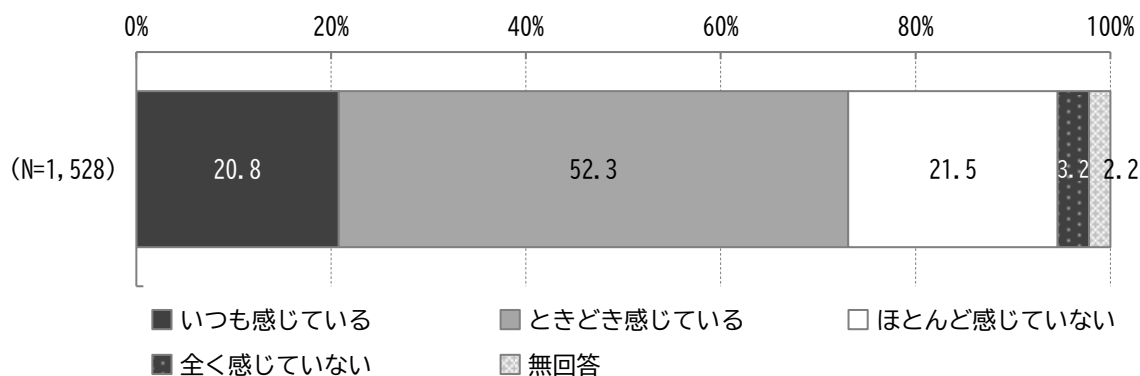
	N	充足している	ほぼ充足している	どちらともいえない	充足していない	無回答
全体	1528	188 12.3	473 31.0	479 31.3	368 24.1	20 1.3
20歳代	237	24 10.1	74 31.2	85 35.9	53 22.4	1 0.4
30歳代	270	34 12.6	72 26.7	77 28.5	87 32.2	0 0.0
40歳代	318	27 8.5	93 29.2	104 32.7	93 29.2	1 0.3
50歳代	255	28 11.0	73 28.6	80 31.4	71 27.8	3 1.2
60歳代	167	22 13.2	53 31.7	58 34.7	33 19.8	1 0.6
70歳以上	266	51 19.2	104 39.1	70 26.3	30 11.3	11 4.1
前回(H28)	1844	12.5	35.2	30.5	19.4	2.4

## 8 心の健康

あなたは最近ストレスを感じることがありますか。

【問 30】

「いつも感じている」と「ときどき感じている」の合計が 73.1%、「ほとんど感じていない」と「全く感じていない」の合計が 24.7%となっている。



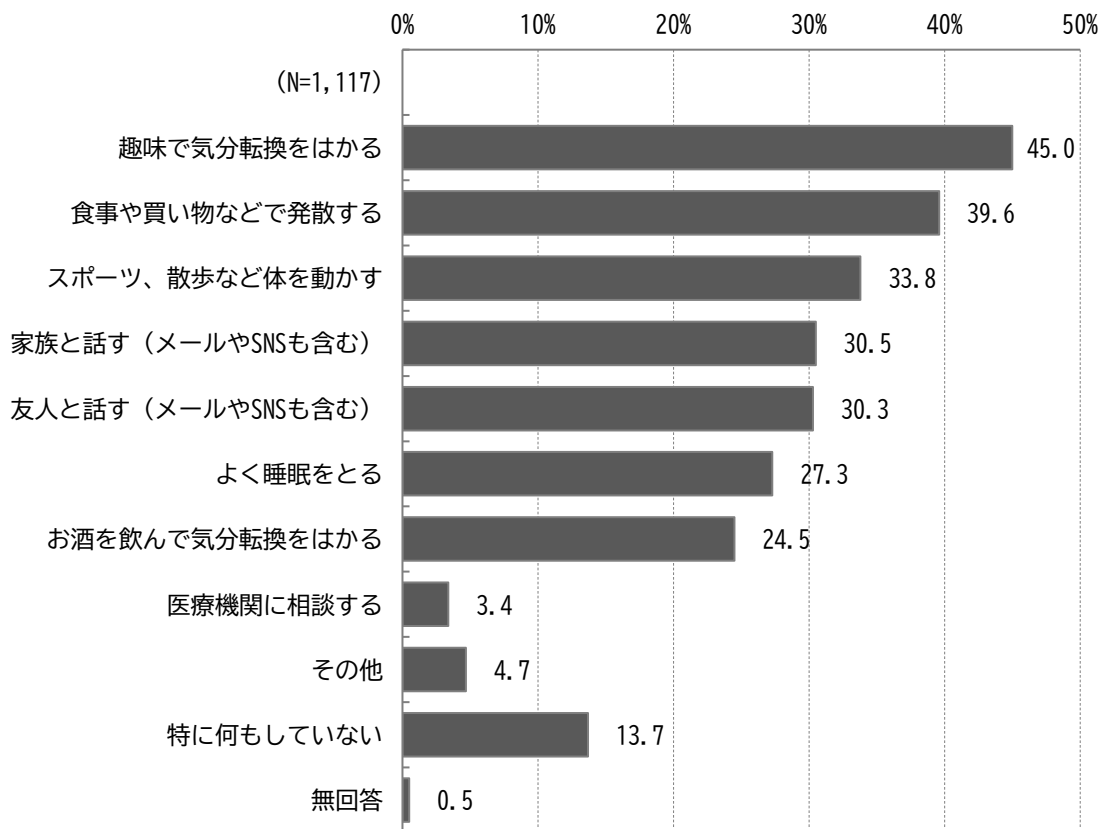
### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	いつも感じている	ときどき感じている	ほとんど感じていない	全く感じていない	無回答
全体	1528	318 20.8	799 52.3	328 21.5	49 3.2	34 2.2
20歳代	237	54 22.8	131 55.3	38 16.0	12 5.1	2 0.8
30歳代	270	75 27.8	146 54.1	42 15.6	6 2.2	1 0.4
40歳代	318	79 24.8	186 58.5	44 13.8	7 2.2	2 0.6
50歳代	255	63 24.7	140 54.9	44 17.3	3 1.2	5 2.0
60歳代	167	24 14.4	91 54.5	48 28.7	4 2.4	0 0.0
70歳以上	266	21 7.9	101 38.0	106 39.8	17 6.4	21 7.9
前回(H28)	1844	18.3	51.4	24.6	3.6	2.2

ストレスを「いつも感じている」「ときどき感じている」方

あなたはストレスを解消するために意識的に何かをしていますか。(複数選択) 【問 30-1】

「趣味で気分転換をはかる」が 45.0%と最も高く、次いで「食事や買い物などで発散する」が 39.6%、「スポーツ、散歩など体を動かす」が 33.8%となっている。



【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

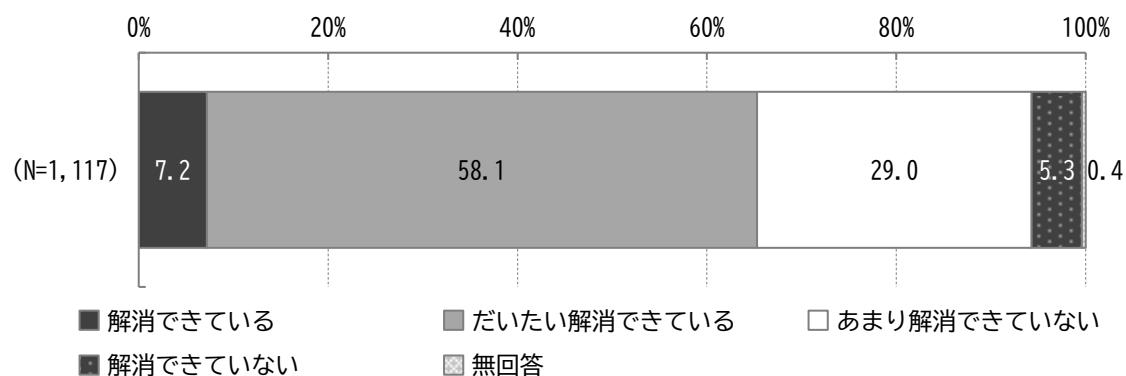
	N	趣味で気分転換をはかる	食事や買い物などで発散する	スポーツ、散歩などで体を動かす	家族と話す（メールやSNSも含む）	友人と話す（メールやSNSも含む）	よく睡眠をとる
全体	1117	503 45.0	442 39.6	377 33.8	341 30.5	339 30.3	305 27.3
男性	20歳代	82 43 52.4	29 35.4	29 35.4	16 19.5	32 39.0	26 31.7
	30歳代	119 59 49.6	47 39.5	44 37.0	26 21.8	21 17.6	36 30.3
	40歳代	150 67 44.7	43 28.7	66 44.0	41 27.3	25 16.7	43 28.7
	50歳代	92 48 52.2	26 28.3	36 39.1	20 21.7	9 9.8	21 22.8
	60歳代	52 19 36.5	16 30.8	16 30.8	6 11.5	5 9.6	11 21.2
	70歳以上	46 18 39.1	4 8.7	21 45.7	7 15.2	7 15.2	9 19.6
女性	20歳代	100 64 64.0	58 58.0	24 24.0	43 43.0	53 53.0	41 41.0
	30歳代	99 40 40.4	57 57.6	23 23.2	46 46.5	43 43.4	36 36.4
	40歳代	109 44 40.4	56 51.4	28 25.7	46 42.2	47 43.1	37 33.9
	50歳代	108 52 48.1	45 41.7	35 32.4	44 40.7	38 35.2	19 17.6
	60歳代	62 13 21.0	26 41.9	24 38.7	22 35.5	27 43.5	13 21.0
	70歳以上	76 29 38.2	23 30.3	25 32.9	17 22.4	22 28.9	6 7.9
回答しない	20歳代	3 1 33.3	2 66.7	0 0.0	1 33.3	2 66.7	0 0.0
	30歳代	3 1 33.3	1 33.3	2 66.7	2 66.7	1 33.3	2 66.7
	40歳代	6 3 50.0	3 50.0	2 33.3	1 16.7	3 50.0	1 16.7
	50歳代	2 0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1284	35.7	32.6	29.7	30.7	33.6	16.8

	N	お酒を飲んで気分転換をはかる	医療機関に相談する	その他	特に何もしていない	無回答
全体	1117	274 24.5	38 3.4	52 4.7	153 13.7	6 0.5
男性	20歳代	82 21 25.6	0 0.0	2 2.4	12 14.6	0 0.0
	30歳代	119 43 36.1	1 0.8	4 3.4	17 14.3	1 0.8
	40歳代	150 48 32.0	3 2.0	6 4.0	20 13.3	0 0.0
	50歳代	92 29 31.5	3 3.3	6 6.5	13 14.1	0 0.0
	60歳代	52 17 32.7	2 3.8	1 1.9	12 23.1	1 1.9
	70歳以上	46 7 15.2	1 2.2	3 6.5	12 26.1	0 0.0
女性	20歳代	100 22 22.0	2 2.0	2 2.0	5 5.0	0 0.0
	30歳代	99 22 22.2	10 10.1	3 3.0	8 8.1	0 0.0
	40歳代	109 24 22.0	3 2.8	9 8.3	12 11.0	1 0.9
	50歳代	108 23 21.3	8 7.4	7 6.5	9 8.3	2 1.9
	60歳代	62 9 14.5	2 3.2	6 9.7	11 17.7	0 0.0
	70歳以上	76 2 2.6	0 0.0	2 2.6	19 25.0	1 1.3
回答しない	20歳代	3 2 66.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3 1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	6 0 0.0	2 33.3	0 0.0	2 33.3	0 0.0
	50歳代	2 1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1284	21.4	4.0	3.2	13.5	1.1

あなたはストレスを解消できていますか。

【問 30-2】

「解消できている」と「だいたい解消できている」の合計が 65.3%、「あまり解消できていない」と「解消できていない」の合計が 34.3%となっている。



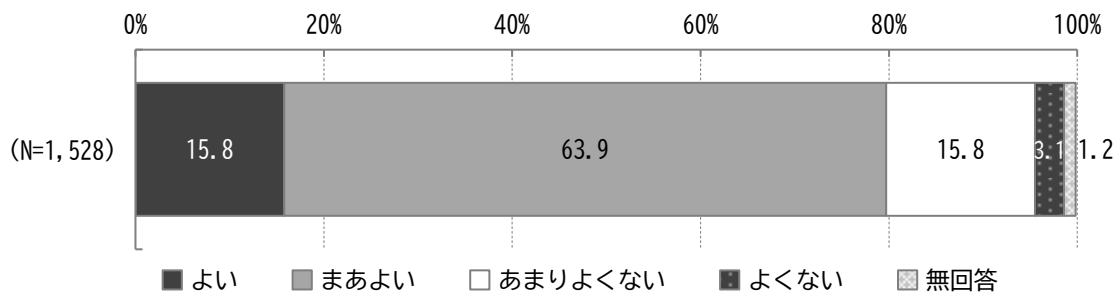
【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	解消できている	だいたい解消できている	あまり解消できていない	解消できていない	無回答
全体	1117	80 7.2	649 58.1	324 29.0	59 5.3	5 0.4
20歳代	185	17 9.2	117 63.2	39 21.1	11 5.9	1 0.5
30歳代	221	12 5.4	126 57.0	72 32.6	11 5.0	0 0.0
40歳代	265	21 7.9	147 55.5	84 31.7	11 4.2	2 0.8
50歳代	203	13 6.4	120 59.1	56 27.6	14 6.9	0 0.0
60歳代	115	7 6.1	69 60.0	34 29.6	5 4.3	0 0.0
70歳以上	122	9 7.4	67 54.9	37 30.3	7 5.7	2 1.6
前回(H28)	1284	6.1	52.5	33.6	6.2	1.6

あなたはご自身の心の健康状態についてどのように感じていますか。

【問 31】

「よい」と「まあよい」の合計が79.7%、「あまりよくない」と「よくない」の合計が18.9%となっている。



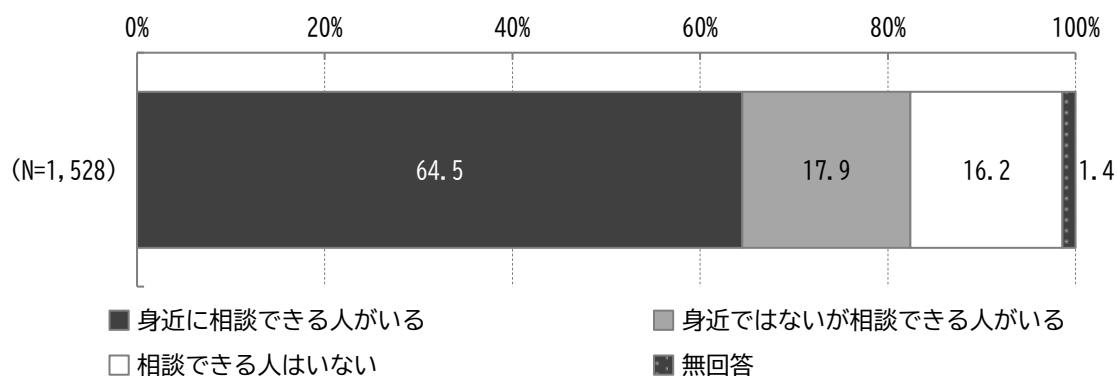
### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全体	1528	242 15.8	977 63.9	242 15.8	48 3.1	19 1.2
20歳代	237	40 16.9	148 62.4	30 12.7	17 7.2	2 0.8
30歳代	270	44 16.3	172 63.7	46 17.0	6 2.2	2 0.7
40歳代	318	53 16.7	200 62.9	57 17.9	8 2.5	0 0.0
50歳代	255	34 13.3	164 64.3	48 18.8	7 2.7	2 0.8
60歳代	167	26 15.6	113 67.7	25 15.0	2 1.2	1 0.6
70歳以上	266	43 16.2	173 65.0	32 12.0	8 3.0	10 3.8
前回(H28)	1844	17.0	61.5	18.4	2.4	0.7

あなたには悩みを相談できる人がいますか。

【問 32】

「身近に相談できる人がいる」が 64.5%と最も高く、次いで「身近ではないが相談できる人がいる」が 17.9%、「相談できる人はいない」が 16.2%となっている。



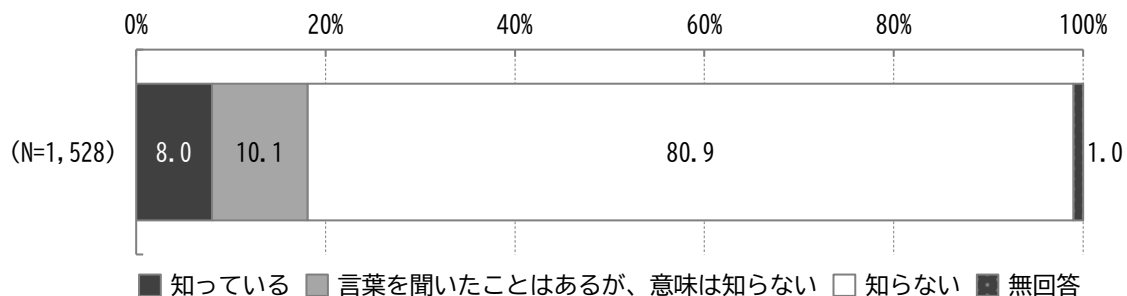
【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	身近に相談できる人がいる	身近ではないが相談できる人がいる	相談できる人はいない	無回答
全体		1528	985 64.5	273 17.9	248 16.2	22 1.4
男性	20歳代	115	65 56.5	28 24.3	20 17.4	2 1.7
	30歳代	149	93 62.4	25 16.8	30 20.1	1 0.7
	40歳代	186	118 63.4	25 13.4	43 23.1	0 0.0
	50歳代	125	67 53.6	25 20.0	32 25.6	1 0.8
	60歳代	81	48 59.3	14 17.3	19 23.5	0 0.0
	70歳以上	120	69 57.5	20 16.7	28 23.3	3 2.5
女性	20歳代	117	91 77.8	17 14.5	9 7.7	0 0.0
	30歳代	118	87 73.7	19 16.1	10 8.5	2 1.7
	40歳代	125	92 73.6	22 17.6	11 8.8	0 0.0
	50歳代	126	84 66.7	20 15.9	22 17.5	0 0.0
	60歳代	85	52 61.2	23 27.1	8 9.4	2 2.4
	70歳以上	145	100 69.0	25 17.2	10 6.9	10 6.9
回答しない	20歳代	5	2 40.0	2 40.0	1 20.0	0 0.0
	30歳代	3	2 66.7	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	40歳代	7	4 57.1	3 42.9	0 0.0	0 0.0
	50歳代	3	1 33.3	1 33.3	1 33.3	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	63.7	19.4	14.6	2.3	

あなたは「ゲートキーパー\*」を知っていますか。

【問 33】

「知らない」が 80.9%と最も高く、次いで「言葉を聞いたことはあるが、意味は知らない」が 10.1%、「知っている」が 8.0%となっている。



\*ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のこと。

### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	知っている	言葉を聞いたことはあるが、意味は知らない	知らない	無回答
全体	1528	122 8.0	155 10.1	1236 80.9	15 1.0
20歳代	237	21 8.9	27 11.4	187 78.9	2 0.8
30歳代	270	30 11.1	28 10.4	210 77.8	2 0.7
40歳代	318	26 8.2	36 11.3	256 80.5	0 0.0
50歳代	255	13 5.1	20 7.8	221 86.7	1 0.4
60歳代	167	12 7.2	17 10.2	138 82.6	0 0.0
70歳以上	266	18 6.8	27 10.2	214 80.5	7 2.6
前回(H28)	1844	4.6	7.5	86.4	1.6

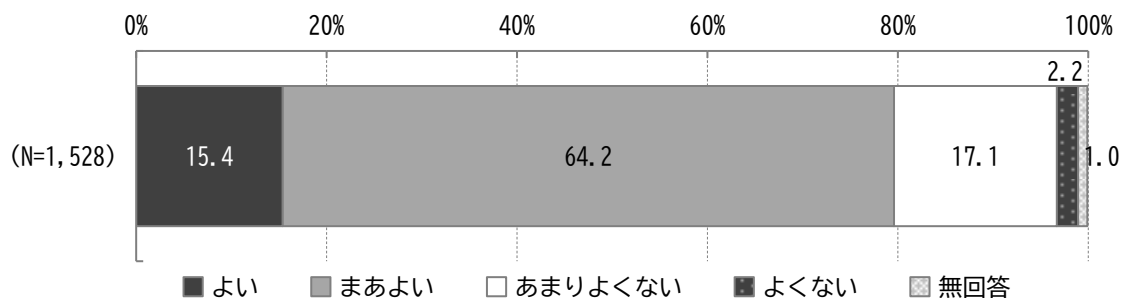


## 9 日頃の健康管理

あなたはご自身の健康状態についてどのように感じていますか。

【問 34】

「よい」と「まあよい」の合計が79.6%、「あまりよくない」と「よくない」の合計が19.3%となっている。

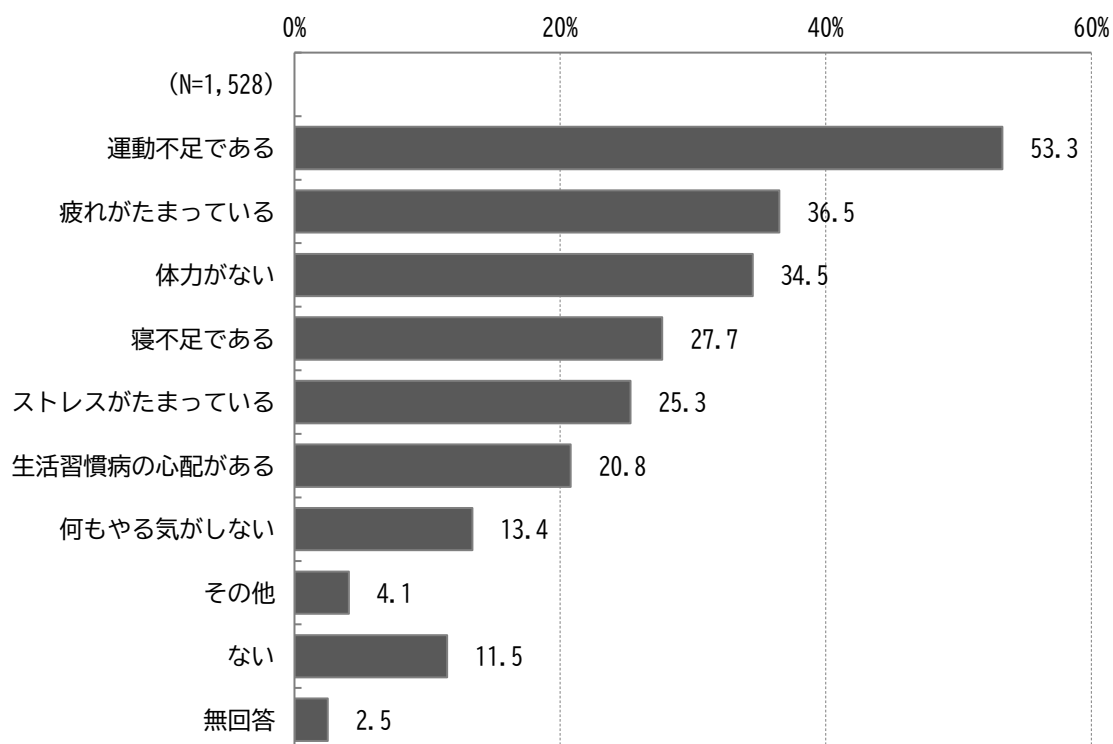


### 【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	よい	まあよい	あまりよくない	よくない	無回答
全体	1528	236 15.4	981 64.2	261 17.1	34 2.2	16 1.0
20歳代	237	46 19.4	145 61.2	37 15.6	7 3.0	2 0.8
30歳代	270	46 17.0	168 62.2	46 17.0	8 3.0	2 0.7
40歳代	318	50 15.7	208 65.4	51 16.0	8 2.5	1 0.3
50歳代	255	41 16.1	164 64.3	45 17.6	4 1.6	1 0.4
60歳代	167	16 9.6	124 74.3	27 16.2	0 0.0	0 0.0
70歳以上	266	35 13.2	163 61.3	52 19.5	7 2.6	9 3.4
前回(H28)	1844	13.7	61.6	20.4	2.8	1.5

あなたは、自分の健康や体力について気になることはありますか。(複数選択) 【問 35】

「運動不足である」が53.3%と最も高く、次いで「疲れがたまっている」が36.5%、「体力がない」が34.5%となっている。



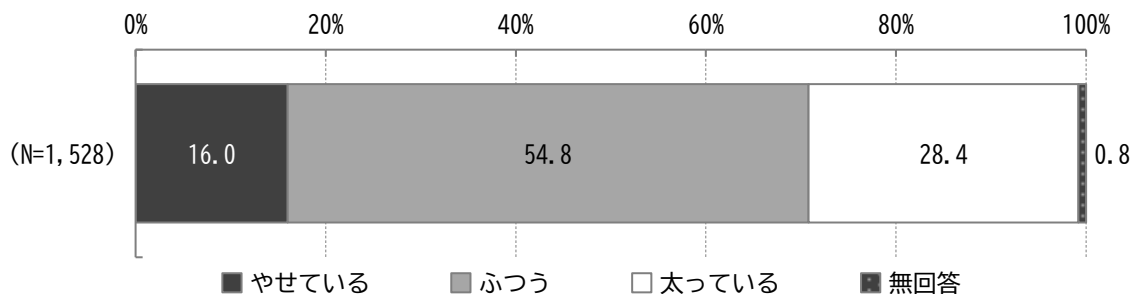
## 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	運動不足 である	疲れがた まっている	体力がな い	寝不足で ある	ストレス がたまっ ている	生活習慣 病の心配 がある	何もやる 気がしな い	その他	ない	無回答
全体		1528	814 53.3	558 36.5	527 34.5	424 27.7	387 25.3	318 20.8	205 13.4	62 4.1	175 11.5	38 2.5
男性	20歳代	115	58 50.4	40 34.8	30 26.1	38 33.0	30 26.1	14 12.2	26 22.6	1 0.9	20 17.4	2 1.7
	30歳代	149	84 56.4	72 48.3	49 32.9	42 28.2	53 35.6	38 25.5	24 16.1	2 1.3	18 12.1	1 0.7
	40歳代	186	102 54.8	79 42.5	50 26.9	66 35.5	47 25.3	51 27.4	29 15.6	4 2.2	25 13.4	1 0.5
	50歳代	125	68 54.4	38 30.4	30 24.0	36 28.8	26 20.8	42 33.6	8 6.4	9 7.2	12 9.6	3 2.4
	60歳代	81	38 46.9	14 17.3	15 18.5	17 21.0	11 13.6	24 29.6	3 3.7	6 7.4	11 13.6	2 2.5
	70歳以上	120	51 42.5	9 7.5	42 35.0	12 10.0	12 10.0	26 21.7	8 6.7	10 8.3	22 18.3	3 2.5
	女性	20歳代	117	80 68.4	64 54.7	57 48.7	42 35.9	39 33.3	25 21.4	33 28.2	2 1.7	7 6.0
30歳代		118	84 71.2	65 55.1	57 48.3	39 33.1	44 37.3	12 10.2	17 14.4	4 3.4	6 5.1	0 0.0
40歳代		125	78 62.4	71 56.8	53 42.4	44 35.2	44 35.2	26 20.8	22 17.6	5 4.0	7 5.6	0 0.0
50歳代		126	56 44.4	54 42.9	49 38.9	42 33.3	43 34.1	18 14.3	13 10.3	7 5.6	12 9.5	2 1.6
60歳代		85	41 48.2	21 24.7	23 27.1	17 20.0	13 15.3	16 18.8	8 9.4	7 8.2	12 14.1	4 4.7
70歳以上		145	54 37.2	21 14.5	55 37.9	23 15.9	15 10.3	14 9.7	7 4.8	5 3.4	20 13.8	18 12.4
回答しない		20歳代	5	4 80.0	3 60.0	2 40.0	2 40.0	2 40.0	2 40.0	3 60.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0
	40歳代	7	4 57.1	4 57.1	4 57.1	2 28.6	3 42.9	3 42.9	1 14.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	3	3 100.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	前回(H28)	1844	47.7	31.6	33.5	22.3	21.4	18.5	8.0	3.7	14.6	2.7

あなたは自分の体型についてどう思いますか。

【問 36】

「ふつう」が54.8%と最も高い一方で、「太っている」が28.4%、「やせている」が16.0%となっている。

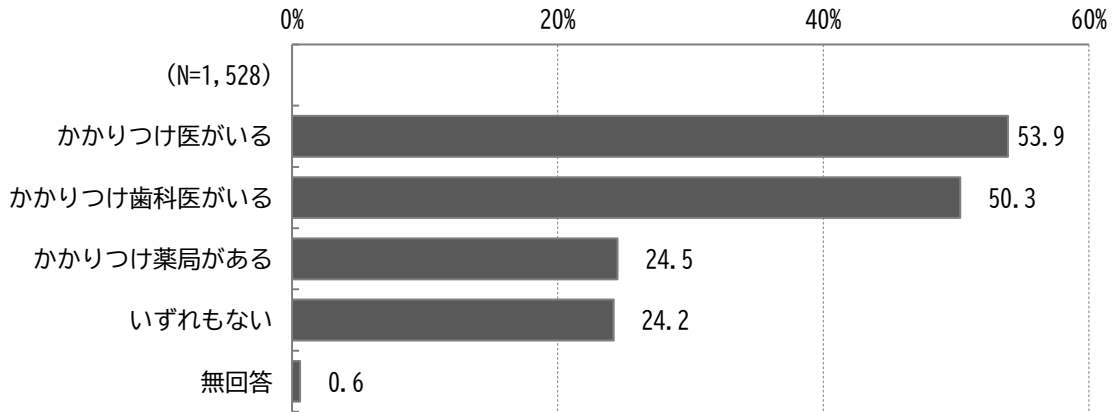


【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	やせている	ふつう	太っている	無回答
全体	1528	244 16.0	838 54.8	434 28.4	12 0.8
20歳代	237	51 21.5	135 57.0	50 21.1	1 0.4
30歳代	270	42 15.6	130 48.1	97 35.9	1 0.4
40歳代	318	50 15.7	162 50.9	106 33.3	0 0.0
50歳代	255	51 20.0	127 49.8	76 29.8	1 0.4
60歳代	167	13 7.8	98 58.7	56 33.5	0 0.0
70歳以上	266	37 13.9	177 66.5	46 17.3	6 2.3
前回(H28)	1844	15.6	56.8	27.1	0.5

あなたには、かかりつけ医やかかりつけ歯科医がいますか。また、かかりつけ薬局がありますか。(複数選択) 【問 37】

「かかりつけ医がいる」が 53.9%、「かかりつけ歯科医がいる」が 50.3%、「かかりつけ薬局がある」が 24.5%となっている。



【年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

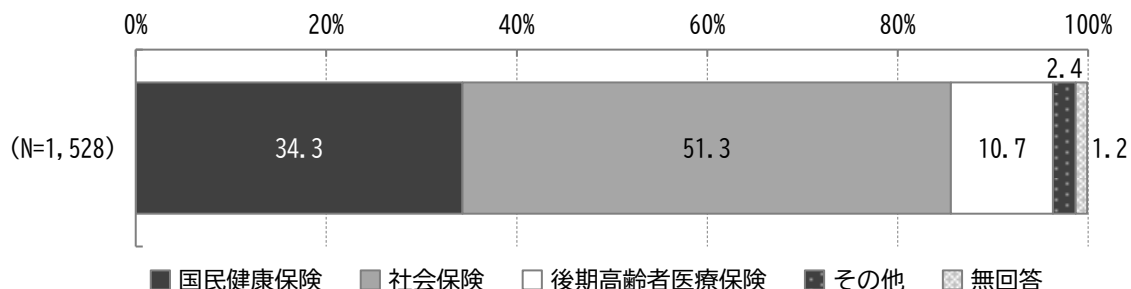
	N	かかりつけ医がいる	かかりつけ歯科医がいる	かかりつけ薬局がある	いずれもない	無回答
全体	1528	824 53.9	769 50.3	375 24.5	370 24.2	9 0.6
20歳代	237	99 41.8	88 37.1	40 16.9	96 40.5	1 0.4
30歳代	270	88 32.6	113 41.9	39 14.4	109 40.4	1 0.4
40歳代	318	144 45.3	169 53.1	55 17.3	81 25.5	0 0.0
50歳代	255	143 56.1	145 56.9	65 25.5	52 20.4	1 0.4
60歳代	167	116 69.5	85 50.9	37 22.2	20 12.0	0 0.0
70歳以上	266	226 85.0	164 61.7	136 51.1	10 3.8	4 1.5
前回(H28)	1844	57.4	50.4	-	21.6	0.4

※「-」と示している箇所については、前回調査にはなかった選択肢。

あなたが加入している健康保険の種類は次のどれですか。

【問 38】

「社会保険」が 51.3%と最も高く、次いで「国民健康保険」が 34.3%、「後期高齢者医療保険」が 10.7%となっている。



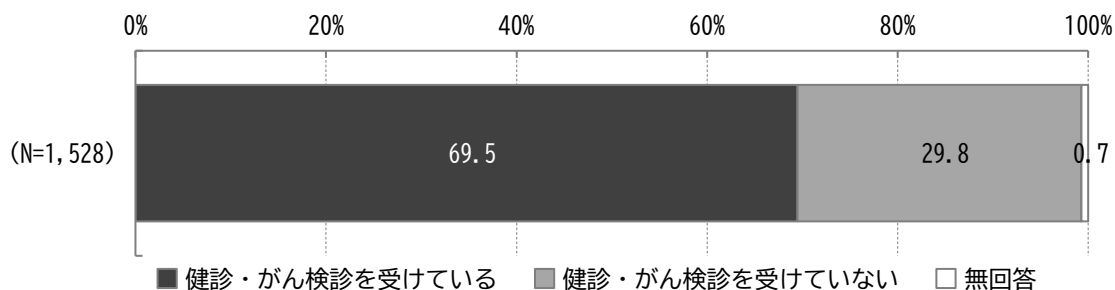
【性別・年代別のクロス集計結果】

		N	国民健康 保険	社会保険	後期高齢 者医療保 険	その他	無回答
全体		1528	524 34.3	784 51.3	164 10.7	37 2.4	19 1.2
男性	20歳代	115	55 47.8	56 48.7	0 0.0	2 1.7	2 1.7
	30歳代	149	59 39.6	86 57.7	0 0.0	3 2.0	1 0.7
	40歳代	186	53 28.5	123 66.1	1 0.5	7 3.8	2 1.1
	50歳代	125	27 21.6	90 72.0	0 0.0	7 5.6	1 0.8
	60歳代	81	33 40.7	43 53.1	1 1.2	3 3.7	1 1.2
	70歳以上	120	37 30.8	8 6.7	73 60.8	1 0.8	1 0.8
女性	20歳代	117	50 42.7	63 53.8	1 0.9	3 2.6	0 0.0
	30歳代	118	40 33.9	74 62.7	0 0.0	3 2.5	1 0.8
	40歳代	125	28 22.4	94 75.2	0 0.0	2 1.6	1 0.8
	50歳代	126	34 27.0	91 72.2	0 0.0	1 0.8	0 0.0
	60歳代	85	38 44.7	42 49.4	2 2.4	1 1.2	2 2.4
	70歳以上	145	50 34.5	4 2.8	82 56.6	3 2.1	6 4.1
回答しない	20歳代	5	3 60.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	3	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	5 71.4	1 14.3	0 0.0	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

あなたは、定期的に健診・がん検診を受けていますか。

【問 39】

「健診・がん検診を受けている」が69.5%、「健診・がん検診を受けていない」が29.8%となっている。



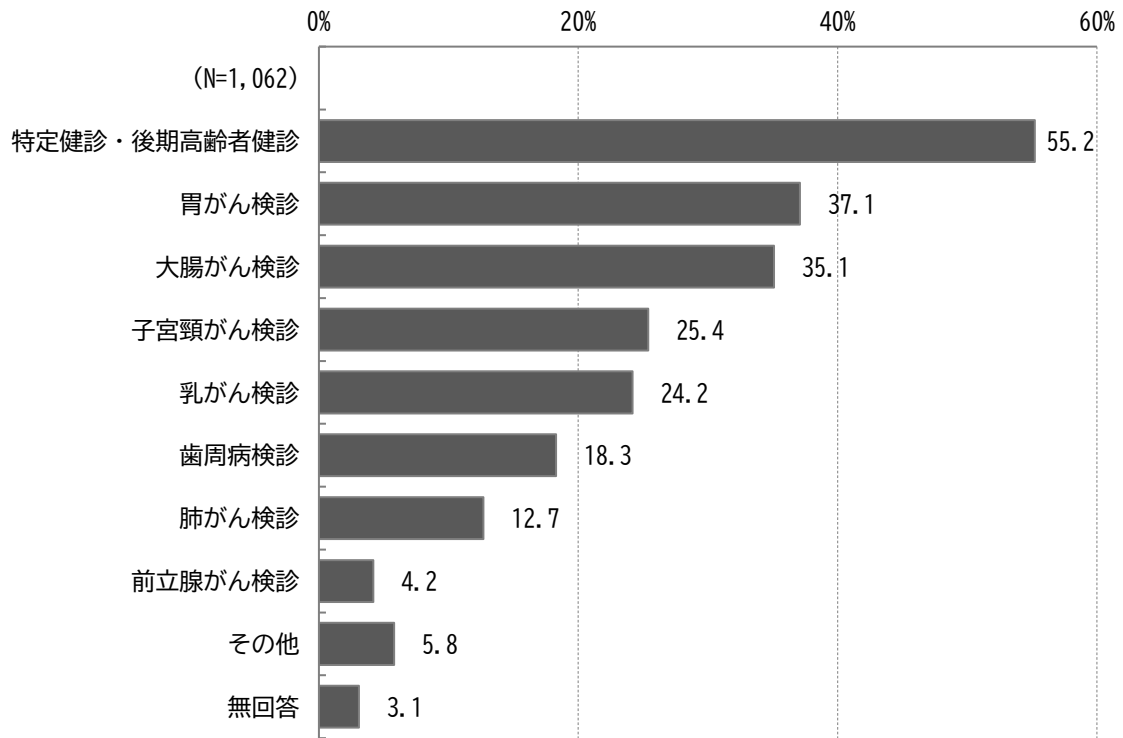
【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	健診・がん検診を受けている	健診・がん検診を受けていない	無回答
全体		1528	1062 69.5	456 29.8	10 0.7
男性	20歳代	115	35 30.4	79 68.7	1 0.9
	30歳代	149	89 59.7	60 40.3	0 0.0
	40歳代	186	143 76.9	43 23.1	0 0.0
	50歳代	125	96 76.8	28 22.4	1 0.8
	60歳代	81	71 87.7	10 12.3	0 0.0
	70歳以上	120	88 73.3	31 25.8	1 0.8
女性	20歳代	117	66 56.4	51 43.6	0 0.0
	30歳代	118	74 62.7	44 37.3	0 0.0
	40歳代	125	100 80.0	25 20.0	0 0.0
	50歳代	126	107 84.9	19 15.1	0 0.0
	60歳代	85	72 84.7	13 15.3	0 0.0
	70歳以上	145	98 67.6	41 28.3	6 4.1
回答しない	20歳代	5	2 40.0	3 60.0	0 0.0
	30歳代	3	2 66.7	1 33.3	0 0.0
	40歳代	7	5 71.4	2 28.6	0 0.0
	50歳代	3	1 33.3	2 66.7	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1844	81.3	17.7	1.0	

健診・がん検診を受けている方

あなたはどんな健診・がん検診を受けていますか。(複数選択) 【問 39-1】

「特定健診・後期高齢者健診」が 55.2%と最も高く、次いで「胃がん検診」が 37.1%、「大腸がん検診」が 35.1%となっている。





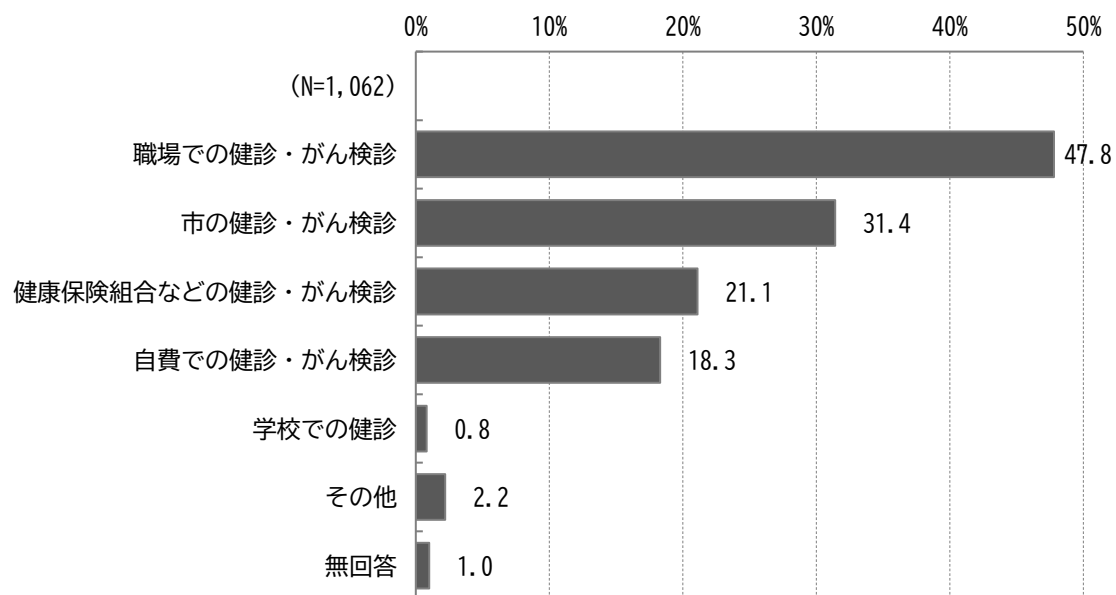
## 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	特定健 診・後期 高齢者健 診	胃がん検 診	大腸がん 検診	子宮頸が ん検診	乳がん検 診	歯周病検 診	肺がん検 診	前立腺が ん検診	その他	無回答
全体		1062	586 55.2	394 37.1	373 35.1	270 25.4	257 24.2	194 18.3	135 12.7	45 4.2	62 5.8	33 3.1
男性	20歳代	35	24 68.6	1 2.9	1 2.9	0 0.0	0 0.0	2 5.7	1 2.9	0 0.0	3 8.6	7 20.0
	30歳代	89	57 64.0	23 25.8	14 15.7	0 0.0	0 0.0	5 5.6	5 5.6	1 1.1	6 6.7	5 5.6
	40歳代	143	85 59.4	63 44.1	53 37.1	1 0.7	1 0.7	16 11.2	16 11.2	7 4.9	10 7.0	1 0.7
	50歳代	96	52 54.2	32 33.3	28 29.2	0 0.0	0 0.0	13 13.5	13 13.5	11 11.5	9 9.4	4 4.2
	60歳代	71	36 50.7	35 49.3	34 47.9	0 0.0	0 0.0	6 8.5	15 21.1	11 15.5	4 5.6	2 2.8
	70歳以上	88	66 75.0	49 55.7	49 55.7	0 0.0	0 0.0	18 20.5	15 17.0	14 15.9	2 2.3	2 2.3
女性	20歳代	66	18 27.3	0 0.0	3 4.5	36 54.5	14 21.2	8 12.1	1 1.5	0 0.0	9 13.6	6 9.1
	30歳代	74	26 35.1	15 20.3	11 14.9	58 78.4	47 63.5	16 21.6	3 4.1	0 0.0	3 4.1	0 0.0
	40歳代	100	48 48.0	34 34.0	33 33.0	73 73.0	68 68.0	31 31.0	12 12.0	0 0.0	3 3.0	1 1.0
	50歳代	107	54 50.5	43 40.2	33 30.8	59 55.1	63 58.9	29 27.1	13 12.1	0 0.0	5 4.7	2 1.9
	60歳代	72	34 47.2	43 59.7	44 61.1	30 41.7	38 52.8	21 29.2	24 33.3	0 0.0	3 4.2	1 1.4
	70歳以上	98	74 75.5	48 49.0	62 63.3	8 8.2	23 23.5	25 25.5	14 14.3	0 0.0	4 4.1	1 1.0
回答しない	20歳代	2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0
	30歳代	2	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	5	3 60.0	2 40.0	3 60.0	3 60.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	1	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0	1 100.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)		1499	60.8	41.2	40.3	36.8	41.0	20.7	15.3	14.5	9.8	4.6

あなたは健診・がん検診をどこで受けていますか。(複数選択)

【問 39-2】

「職場での健診・がん検診」が47.8%と最も高く、次いで「市の健診・がん検診」が31.4%、「健康保険組合などの健診・がん検診」が21.1%となっている。



## 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

		N	職場での 健診・がん 検診	市の健 診・がん 検診	健康保険 組合など の健診・ がん検診	自費での 健診・がん 検診	学校での 健診	その他	無回答
全体		1062	508 47.8	333 31.4	224 21.1	194 18.3	9 0.8	23 2.2	11 1.0
男性	20歳代	35	29 82.9	0 0.0	4 11.4	0 0.0	1 2.9	2 5.7	1 2.9
	30歳代	89	67 75.3	4 4.5	13 14.6	10 11.2	1 1.1	1 1.1	0 0.0
	40歳代	143	102 71.3	13 9.1	31 21.7	16 11.2	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	96	59 61.5	10 10.4	22 22.9	15 15.6	0 0.0	0 0.0	1 1.0
	60歳代	71	37 52.1	22 31.0	17 23.9	13 18.3	0 0.0	3 4.2	0 0.0
	70歳以上	88	4 4.5	65 73.9	2 2.3	27 30.7	0 0.0	4 4.5	2 2.3
女性	20歳代	66	45 68.2	12 18.2	3 4.5	8 12.1	7 10.6	0 0.0	2 3.0
	30歳代	74	48 64.9	15 20.3	15 20.3	12 16.2	0 0.0	1 1.4	0 0.0
	40歳代	100	49 49.0	36 36.0	48 48.0	14 14.0	0 0.0	1 1.0	0 0.0
	50歳代	107	40 37.4	27 25.2	41 38.3	28 26.2	0 0.0	2 1.9	0 0.0
	60歳代	72	17 23.6	38 52.8	23 31.9	18 25.0	0 0.0	3 4.2	1 1.4
	70歳以上	98	3 3.1	81 82.7	3 3.1	29 29.6	0 0.0	5 5.1	2 2.0
回答しない	20歳代	2	2 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	2	2 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	5	0 0.0	4 80.0	1 20.0	2 40.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	1	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
前回(H28)	1499	36.3	47.4	18.4	26.0	-	2.4	1.2	

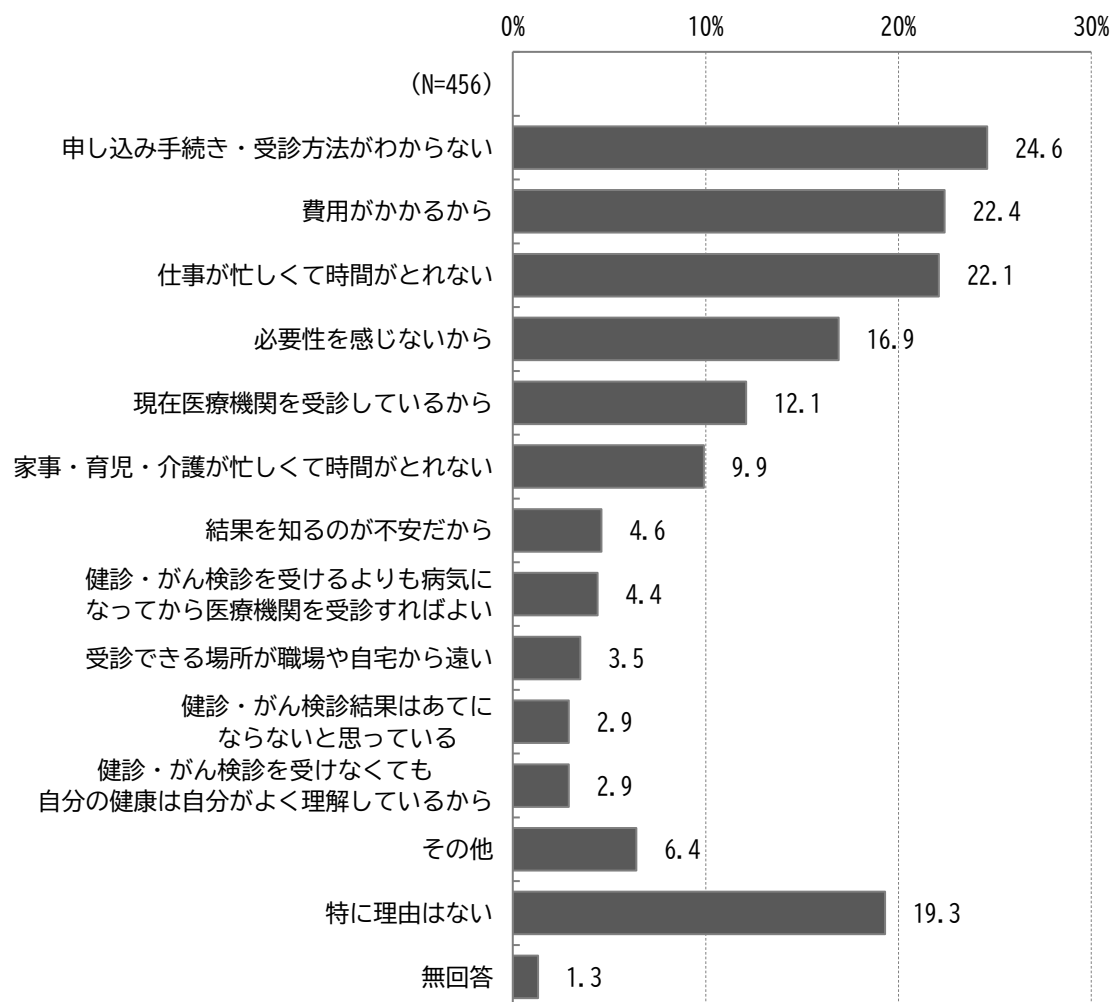
※「-」と示している箇所については、前回調査にはなかった選択肢。

## 健診・がん検診を受けていない方

健診・がん検診を受けていない理由を教えてください。(複数選択)

【問 39-3】

「申し込み手続き・受診方法がわからない」が24.6%と最も高く、次いで「費用がかかるから」が22.4%、「仕事が忙しくて時間がとれない」が22.1%となっている。

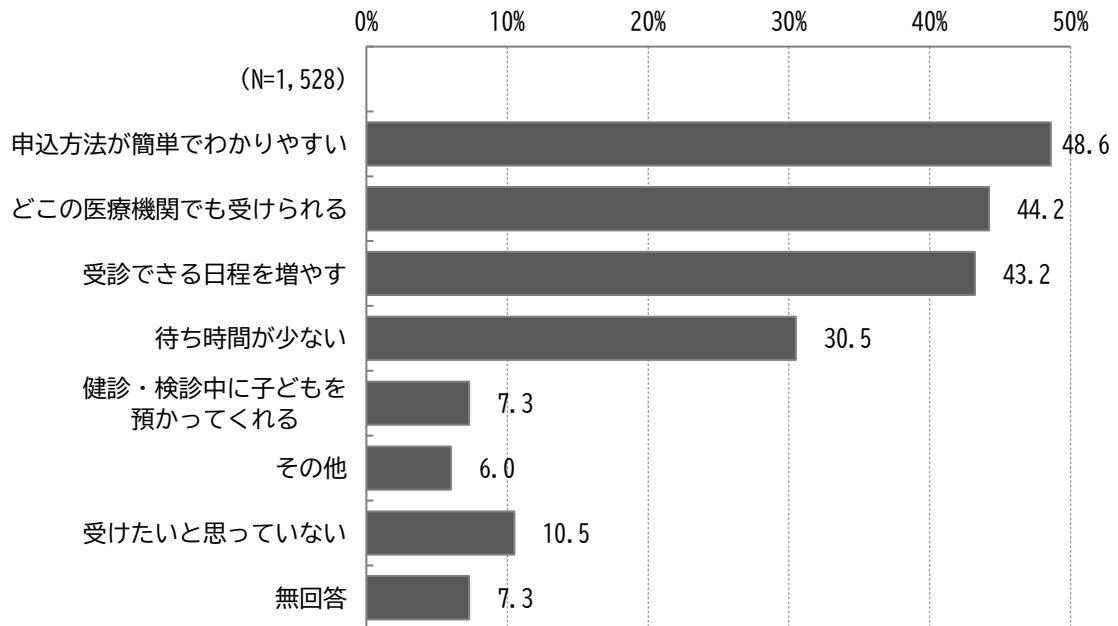


## 【性別・年代別のクロス集計結果と前回調査結果】

	N	申し込み手続き・受診方法がわからない	費用がかかるから	仕事が忙しくて時間がとれない	必要性を感じないから	現在医療機関を受診しているから	家事・育児・介護が忙しくて時間がとれない	結果を知るのが不安だから
全体	456	112 24.6	102 22.4	101 22.1	77 16.9	55 12.1	45 9.9	21 4.6
男性	20歳代	79 23 29.1	17 21.5	19 24.1	18 22.8	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	60 20 33.3	16 26.7	17 28.3	9 15.0	3 5.0	7 11.7	4 6.7
	40歳代	43 15 34.9	11 25.6	16 37.2	5 11.6	2 4.7	4 9.3	3 7.0
	50歳代	28 4 14.3	8 28.6	8 28.6	2 7.1	7 25.0	0 0.0	2 7.1
	60歳代	10 1 10.0	2 20.0	3 30.0	1 10.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	31 0 0.0	2 6.5	2 6.5	7 22.6	13 41.9	0 0.0	0 0.0
	女性	20歳代	51 26 51.0	14 27.5	11 21.6	12 23.5	3 5.9	6 11.8
30歳代	44 14 31.8	15 34.1	9 20.5	4 9.1	1 2.3	15 34.1	2 4.5	
40歳代	25 6 24.0	9 36.0	8 32.0	2 8.0	3 12.0	7 28.0	1 4.0	
50歳代	19 0 0.0	0 0.0	6 31.6	1 5.3	2 10.5	4 21.1	4 21.1	
60歳代	13 1 7.7	2 15.4	2 15.4	3 23.1	1 7.7	1 7.7	3 23.1	
70歳以上	41 0 0.0	3 7.3	0 0.0	9 22.0	19 46.3	1 2.4	1 2.4	
回答しない	20歳代	3 1 33.3	2 66.7	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	1 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	2 0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	50歳代	2 0 0.0	1 50.0	0 0.0	2 100.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	前回(H28)	326	14.7	23.6	17.5	12.6	18.1	12.9
	N	健診・がん検診を受けるよりも病気になる前から医療機関を受診すればよい	受診できる場所が職場や自宅から遠い	健診・がん検診の結果はあてにならないと思っている	健診・がん検診を受けなくても自分の健康は自分がよく理解しているから	その他	特に理由はない	無回答
全体	456	20 4.4	16 3.5	13 2.9	13 2.9	29 6.4	88 19.3	6 1.3
男性	20歳代	79 0 0.0	1 1.3	1 1.3	1 1.3	4 5.1	22 27.8	1 1.3
	30歳代	60 0 0.0	1 1.7	2 3.3	0 0.0	2 3.3	12 20.0	1 1.7
	40歳代	43 2 4.7	0 0.0	2 4.7	1 2.3	1 2.3	7 16.3	0 0.0
	50歳代	28 3 10.7	1 3.6	2 7.1	2 7.1	1 3.6	5 17.9	1 3.6
	60歳代	10 0 0.0	0 0.0	1 10.0	0 0.0	2 20.0	3 30.0	1 10.0
	70歳以上	31 2 6.5	0 0.0	0 0.0	4 12.9	2 6.5	5 16.1	1 3.2
	女性	20歳代	51 2 3.9	1 2.0	1 2.0	0 0.0	4 7.8	7 13.7
30歳代	44 1 2.3	6 13.6	1 2.3	1 2.3	2 4.5	7 15.9	0 0.0	
40歳代	25 2 8.0	0 0.0	1 4.0	0 0.0	5 20.0	1 4.0	1 4.0	
50歳代	19 2 10.5	3 15.8	0 0.0	0 0.0	4 21.1	4 21.1	0 0.0	
60歳代	13 1 7.7	1 7.7	0 0.0	0 0.0	0 0.0	5 38.5	0 0.0	
70歳以上	41 4 9.8	2 4.9	1 2.4	4 9.8	2 4.9	6 14.6	0 0.0	
回答しない	20歳代	3 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	30歳代	1 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	1 100.0	0 0.0
	40歳代	2 1 50.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0	0 0.0	1 50.0	0 0.0
	50歳代	2 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	60歳代	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0 0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	前回(H28)	326	10.4	2.5	5.5	10.7	8.3	14.1

市の健診・検診を受けやすくなるための方法や要望はありますか。(複数選択) 【問 40】

「申込方法が簡単でわかりやすい」が48.6%と最も高く、次いで「どこの医療機関でも受けられる」が44.2%、「受診できる日程を増やす」が43.2%となっている。



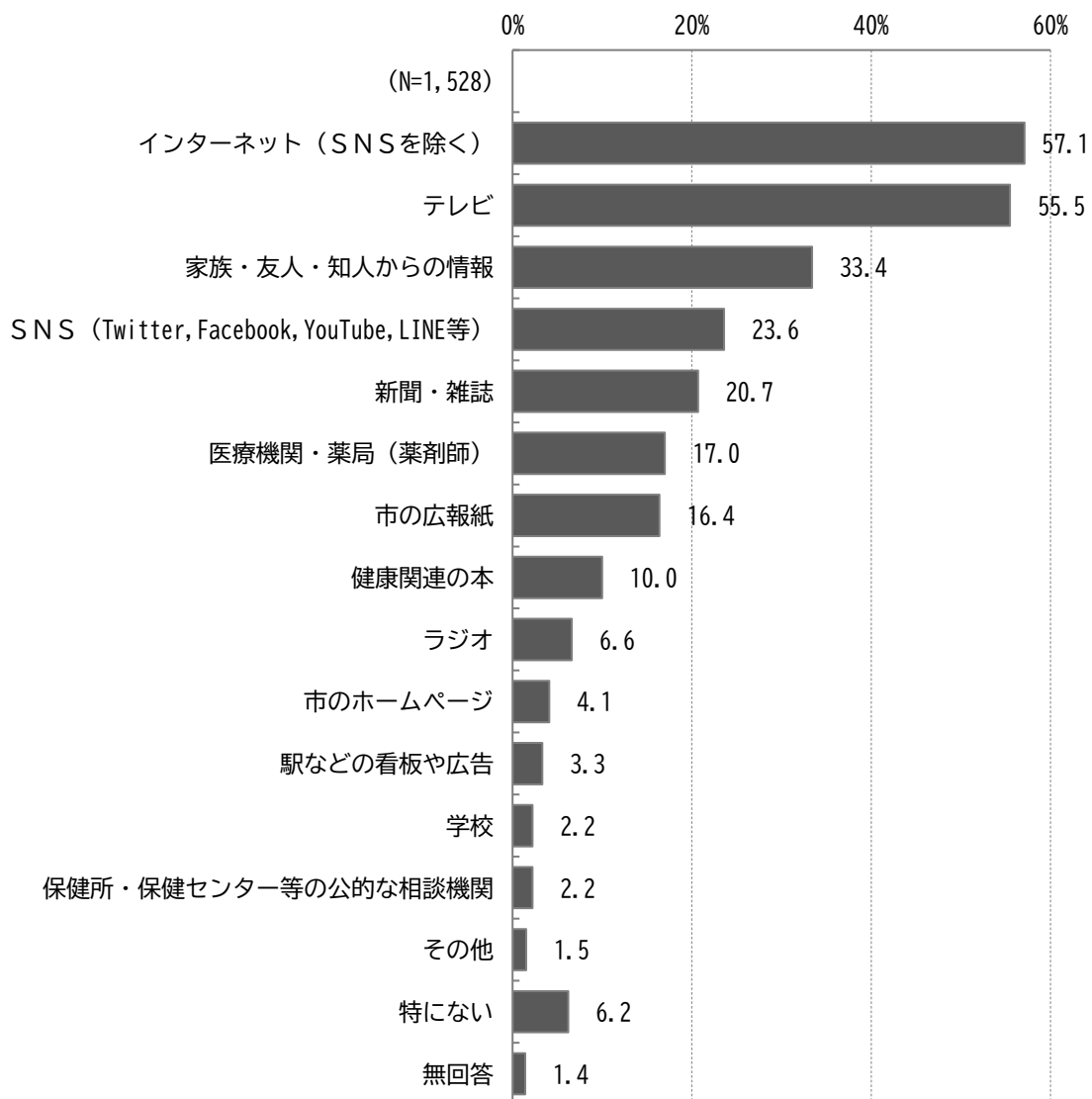
## 【性別・年代別のクロス集計結果】

		N	申込方法 が簡単で わかりや すい	どこの医 療機関で も受けら れる	受診でき る日程を 増やす	待ち時間 が少ない	健診・検 診中に子 どもを預 かってく れる	その他	受けたい と思っ ていない	無回答
全体		1528	742 48.6	675 44.2	660 43.2	466 30.5	111 7.3	91 6.0	161 10.5	112 7.3
男性	20歳代	115	57 49.6	46 40.0	34 29.6	47 40.9	0 0.0	2 1.7	21 18.3	6 5.2
	30歳代	149	73 49.0	69 46.3	68 45.6	59 39.6	23 15.4	8 5.4	29 19.5	3 2.0
	40歳代	186	101 54.3	84 45.2	101 54.3	70 37.6	13 7.0	8 4.3	24 12.9	2 1.1
	50歳代	125	61 48.8	55 44.0	54 43.2	35 28.0	1 0.8	5 4.0	18 14.4	8 6.4
	60歳代	81	39 48.1	38 46.9	36 44.4	17 21.0	2 2.5	4 4.9	5 6.2	2 2.5
	70歳以上	120	40 33.3	27 22.5	22 18.3	19 15.8	0 0.0	11 9.2	14 11.7	25 20.8
女性	20歳代	117	81 69.2	63 53.8	59 50.4	41 35.0	6 5.1	10 8.5	10 8.5	2 1.7
	30歳代	118	68 57.6	60 50.8	64 54.2	51 43.2	38 32.2	7 5.9	7 5.9	2 1.7
	40歳代	125	66 52.8	63 50.4	81 64.8	49 39.2	17 13.6	11 8.8	3 2.4	3 2.4
	50歳代	126	51 40.5	65 51.6	65 51.6	32 25.4	7 5.6	10 7.9	9 7.1	6 4.8
	60歳代	85	32 37.6	44 51.8	39 45.9	15 17.6	2 2.4	6 7.1	2 2.4	14 16.5
	70歳以上	145	61 42.1	46 31.7	24 16.6	26 17.9	1 0.7	5 3.4	13 9.0	33 22.8
回答しない	20歳代	5	3 60.0	2 40.0	2 40.0	2 40.0	0 0.0	1 20.0	2 40.0	0 0.0
	30歳代	3	1 33.3	2 66.7	1 33.3	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	40歳代	7	3 42.9	4 57.1	4 57.1	2 28.6	0 0.0	1 14.3	1 14.3	0 0.0
	50歳代	3	0 0.0	1 33.3	0 0.0	0 0.0	1 33.3	0 0.0	2 66.7	0 0.0
	60歳代	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0
	70歳以上	0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0	0 0.0

あなたはふだん、健康に関する情報をどこから得ていますか。(複数選択)

【問 41】

「インターネット（SNSを除く）」が57.1%と最も高く、次いで「テレビ」が55.5%、「家族・友人・知人からの情報」が33.4%となっている。





## 【年代別のクロス集計結果】

	N	インターネット (SNSを除く)	テレビ	家族・友人・ 知人からの情報	SNS (Twitter, Facebook, YouTube, LINE等)	新聞・雑誌	医療機関・薬局 (薬剤師)	市の広報紙	健康関連の本
全体	1528	872 57.1	848 55.5	511 33.4	361 23.6	317 20.7	260 17.0	250 16.4	153 10.0
20歳代	237	138 58.2	94 39.7	87 36.7	133 56.1	12 5.1	30 12.7	11 4.6	10 4.2
30歳代	270	182 67.4	127 47.0	73 27.0	103 38.1	32 11.9	33 12.2	37 13.7	21 7.8
40歳代	318	234 73.6	173 54.4	105 33.0	74 23.3	38 11.9	42 13.2	46 14.5	29 9.1
50歳代	255	175 68.6	163 63.9	93 36.5	38 14.9	66 25.9	51 20.0	32 12.5	31 12.2
60歳代	167	82 49.1	113 67.7	50 29.9	9 5.4	49 29.3	28 16.8	42 25.1	23 13.8
70歳以上	266	52 19.5	169 63.5	98 36.8	4 1.5	116 43.6	75 28.2	79 29.7	37 13.9

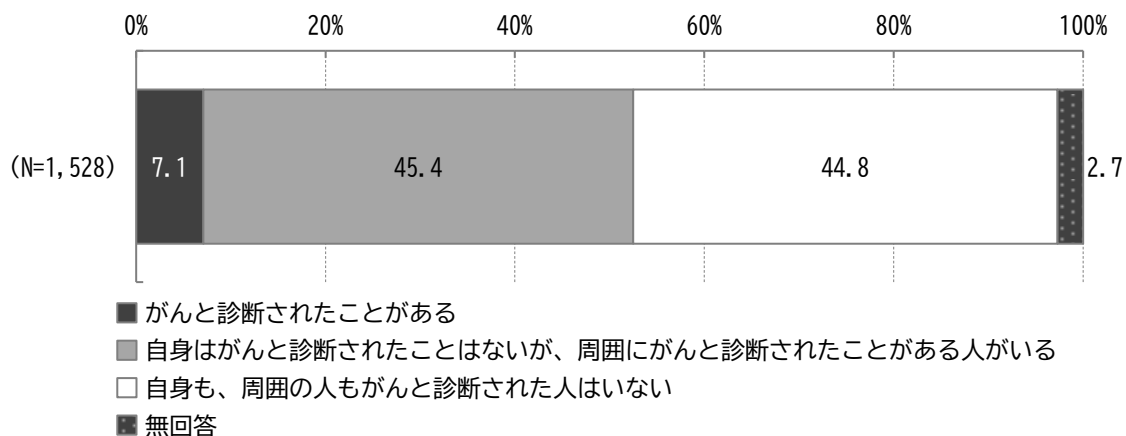
  

	N	ラジオ	市のホームページ	駅などの看板 や広告	保健所・保健 センター等の 公的な相談機 関	学校	その他	特になし	無回答
全体	1528	101 6.6	62 4.1	51 3.3	34 2.2	33 2.2	23 1.5	95 6.2	22 1.4
20歳代	237	8 3.4	5 2.1	15 6.3	6 2.5	24 10.1	0 0.0	16 6.8	0 0.0
30歳代	270	11 4.1	13 4.8	9 3.3	3 1.1	3 1.1	4 1.5	22 8.1	1 0.4
40歳代	318	29 9.1	15 4.7	14 4.4	11 3.5	5 1.6	3 0.9	23 7.2	1 0.3
50歳代	255	20 7.8	4 1.6	8 3.1	7 2.7	1 0.4	7 2.7	10 3.9	1 0.4
60歳代	167	8 4.8	5 3.0	3 1.8	4 2.4	0 0.0	6 3.6	8 4.8	1 0.6
70歳以上	266	23 8.6	18 6.8	2 0.8	3 1.1	0 0.0	3 1.1	15 5.6	16 6.0

## 10 がん

あなたは、がんと診断されたことがありますか。または周囲の人でがんと診断された方がいますか。 【問 42】

「自身のがんと診断されたことはないが、周囲にがんと診断されたことがある人がいる」が45.4%と最も高く、次いで「自身も、周囲の人もがんと診断された人はいない」が44.8%となっている。



### 【年代別のクロス集計結果】

	N	がんと診断されたことがある	自身はがんと診断されたことはないが、周囲にがんと診断されたことがある人がいる	自身も、周囲の人もがんと診断された人はいない	無回答
全体	1528	109 7.1	694 45.4	684 44.8	41 2.7
20歳代	237	3 1.3	95 40.1	136 57.4	3 1.3
30歳代	270	2 0.7	126 46.7	141 52.2	1 0.4
40歳代	318	5 1.6	156 49.1	155 48.7	2 0.6
50歳代	255	23 9.0	136 53.3	96 37.6	0 0.0
60歳代	167	16 9.6	86 51.5	59 35.3	6 3.6
70歳以上	266	60 22.6	89 33.5	90 33.8	27 10.2

「がんと診断されたことがある」「周囲にがんと診断されたことがある」方

あなたや周囲の人が、がんと診断されたとき、どういったことに困りましたか。また、相談した内容もしくは、相談したかった内容はありましたか。 【問 42-1】

### 【困ったこと】

#### ■声のかけ方や接し方に関すること（45件）

- ・診断された本人の動揺とそれにどう対応すべきか、初めての経験だったため困った。
- ・がんと診断されたご本人に、どう接したり声掛けしたりするのがベストなのか全くわからず、何もできず無力感に陥ったり、後悔したりした。
- ・どういった言葉をかければよいのかわからなかった。

#### ■医療費などの金銭面に関すること（27件）

- ・入院や医療費にお金がかかること。
- ・治療費が高い。
- ・高額療養費限度額がわかりにくかった。

#### ■介護、生活のサポートに関すること（23件）

- ・退院後、家族の食事を作ることが大変なので、宅配を頼んだりした。家事は主人にお願いしてもらったが、何かそういうのを助けてくれるシステムがあるとよいと思う。
- ・治療中はどういう食事を作ってあげればよいか、1週間の献立の例や抗がん効果のある食品はどのような食品なのか等の情報が欲しい。また、作り置き可能な食品や患者のケアの仕方、ケアする人がいない場合などを考慮して、家事や料理のサポート情報、急な状況に対応できる病院があるとよい。
- ・進行に伴ってどういう生活が待っているのかがイメージしにくかった。

#### ■情報収集に関すること（22件）

- ・情報が足りないこと。
- ・市や国の利用できる制度がもっとわかりやすく知れたらより助かった。また、申請の手間も容易だとなおよかった。
- ・がん、および治療法についての知識がなかった。

#### ■今後に対する不安、将来のこと（22件）

- ・相続問題、子供たちの今後。
- ・どう対応すればいいのかわからない、もし亡くなった場合のあとのことをどうすればいいのかわからない。
- ・自分も将来、がんになるかもしれないという不安。長く生きられるのかという不安。

#### ■病院の選択, 相談に関すること (21 件)

- ・医療関係の相談をする場所がわからない。
- ・セカンドオピニオンをどこで受診すればいいのかよくわからない。
- ・ひとつの病院だけの診断と治療方法だけで信用できるかどうか悩んだ。

#### ■仕事や収入に関すること (19 件)

- ・建設現場での仕事で忙しく仕事量を調節できず, がん患者に対する理解もとぼしかった。
- ・当時中学生と小学生の子どもへの影響と経済的なことを含めた家族への負担。
- ・病気と仕事の両立, 看病と仕事の両立。

#### ■病状, 治療法に関すること (19 件)

- ・今のがんはすぐに死につながるものだけではないので, どのレベルなのか, どのように治療していけばいいのか。
- ・がんのステージと治療方法。(前立腺がんによる転移)。
- ・その人に合った最善の治療方法など。

#### ■遠方のため近くにいられないこと (12 件)

- ・親が診断されたときに, 海外赴任中で近くにいてあげられなかった。
- ・離れて暮らす親が診断されたので, 付き添って病院の先生の話の聞けなかった。

#### ■その他・感想など (74 件)

- ・現実を受け止めること。かかりつけ医に誤診されて, がんが進行してしまったこと。
- ・担当医がいつも助言をしてくれた。うれしかった。
- ・生死に関わる病気だと改めて感じた。見た目には全く病気という感じはなく, 不安を覚えた。
- ・子宮頸がんに関して誤解や偏見が多くて相談しづらかった。

**【相談した内容、相談しなかった内容】****■治療に関すること（42件）**

- ・がんの進行具合と年齢との関係で、どういう治療が受けられるのか。
- ・痛みを和らげるようホスピスの紹介を受けた。医師会地域連携と地域包括支援センターの方々が行き届いていて助かった。
- ・治療方法を選択するため、セカンドオピニオンを依頼した。

**■相談機関や相談場所に関すること（26件）**

- ・どのように生活すればよいか、心のケアをどうすればよいか、相談したかった。
- ・治療方針、セカンドオピニオンをどうするか、カウンセラーや専門家の助言が欲しかった。
- ・手術要否の判断、術式の情報、最新医療を受けられる医療機関の情報。

**■退院後や今後の生活に関すること（18件）**

- ・退院後の看護。
- ・食事に関して、食べてはいけないものや注意したほうがよい食材を相談。
- ・今後の日常生活についての注意点等。

**■金銭面に関すること（17件）**

- ・今回は大丈夫だったが、もし、今後また再発することがあったり、自分もがんになったら費用面で補助があると助かると思った。
- ・治療費、入院費等のお金の問題。一般市民ほど、安心して治療に専念なんてできないのでは。
- ・費用や病院の選定。

**■声のかけ方や接し方に関すること（13件）**

- ・身内であれば主治医に正しいアドバイスを受けられたが、会社の同僚等の場合はどのような配慮をするべきか分からず、SNSを見てその理解をした。
- ・何と言われたら辛くて(励ましなどでも)、何と言われたら元気が出て前向きになれるものなのか知りたいと思う。
- ・がんとその本人の向き合い方、接し方など。

**■仕事や収入に関すること（4件）**

- ・仕事の休み方と受けられる補助。
- ・仕事、収入。

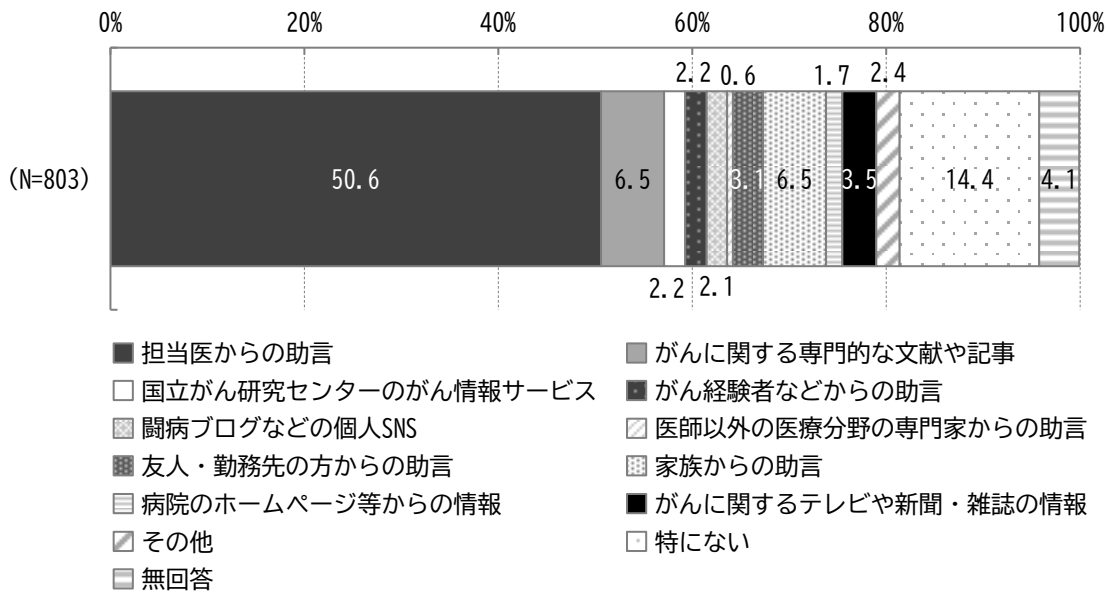
**■その他・感想など（50件）**

- ・早く検診を受けさせればよかった
- ・他人事ではないのだなと思った。
- ・がんの知識が少なかったこと。

あなたもしくは、周囲の人が、がんと診断されたとき、どこから情報を収集しましたか。

【問 42-2】

「担当医からの助言」が 50.6%と最も高く、次いで「がんに関する専門的な文献や記事」「家族からの助言」が 6.5%となっている一方で、「特にない」が 14.4%となっている。



【年代別のクロス集計結果】

	N	担当医からの助言	がんに関する専門的な文献や記事	国立がん研究センターのがん情報サービス	がん経験者などからの助言	闘病ブログなどの個人SNS	医師以外の医療分野の専門家からの助言	友人・勤務先の方からの助言
全体	803	406 50.6	52 6.5	18 2.2	18 2.2	17 2.1	5 0.6	25 3.1
20歳代	98	35 35.7	4 4.1	0 0.0	2 2.0	1 1.0	0 0.0	2 2.0
30歳代	128	50 39.1	5 3.9	4 3.1	2 1.6	6 4.7	1 0.8	4 3.1
40歳代	161	76 47.2	12 7.5	9 5.6	3 1.9	4 2.5	0 0.0	3 1.9
50歳代	159	88 55.3	11 6.9	3 1.9	1 0.6	3 1.9	1 0.6	4 2.5
60歳代	102	58 56.9	10 9.8	2 2.0	8 7.8	3 2.9	0 0.0	3 2.9
70歳以上	149	94 63.1	10 6.7	0 0.0	2 1.3	0 0.0	3 2.0	9 6.0

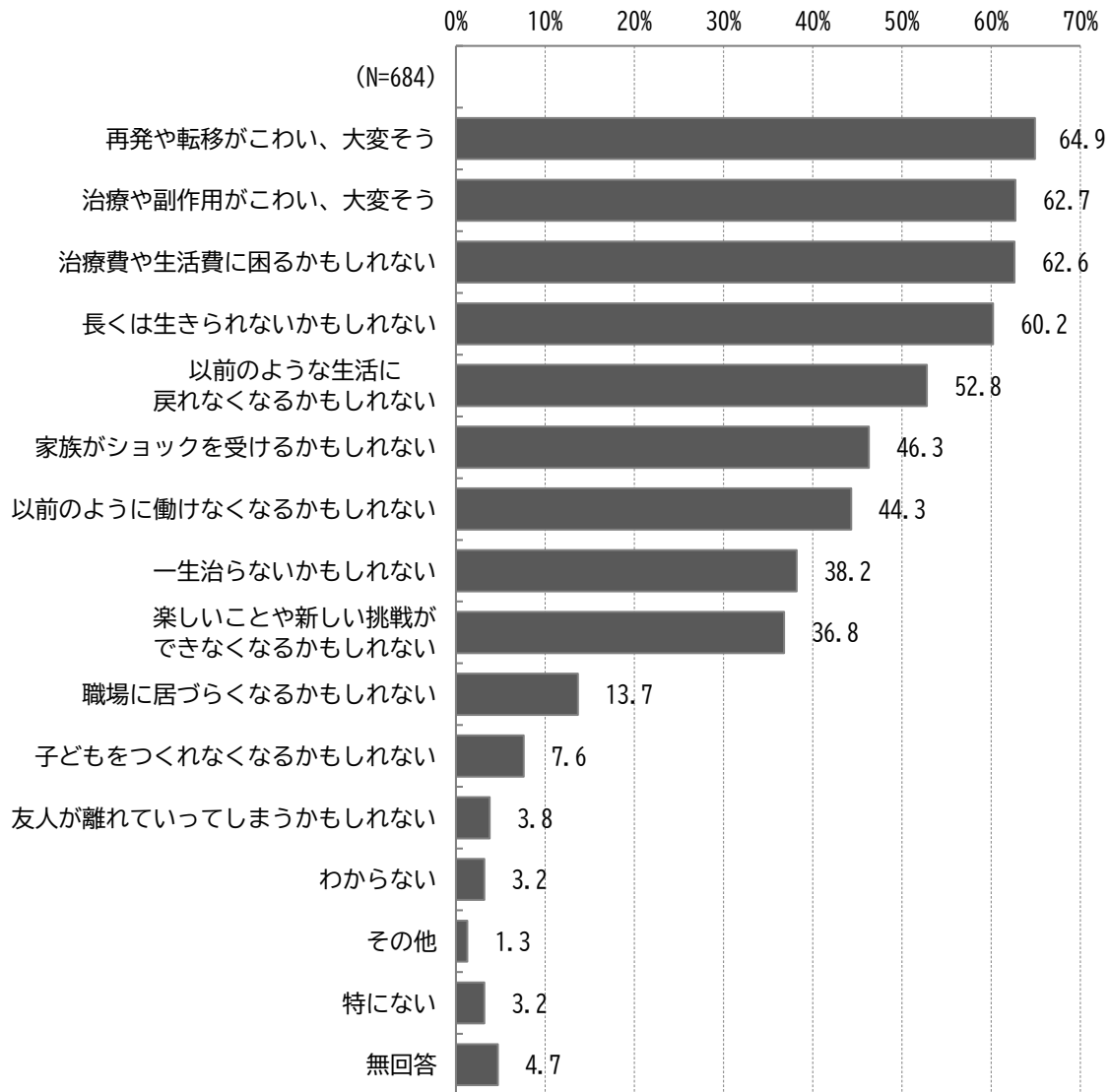
  

	N	家族からの助言	病院のホームページ等からの情報	がんに関するテレビや新聞・雑誌の情報	その他	特にない	無回答
全体	803	52 6.5	14 1.7	28 3.5	19 2.4	116 14.4	33 4.1
20歳代	98	13 13.3	0 0.0	3 3.1	5 5.1	26 26.5	7 7.1
30歳代	128	11 8.6	2 1.6	5 3.9	2 1.6	29 22.7	7 5.5
40歳代	161	12 7.5	4 2.5	2 1.2	4 2.5	27 16.8	5 3.1
50歳代	159	10 6.3	4 2.5	7 4.4	7 4.4	18 11.3	2 1.3
60歳代	102	2 2.0	3 2.9	4 3.9	0 0.0	7 6.9	2 2.0
70歳以上	149	4 2.7	1 0.7	7 4.7	1 0.7	8 5.4	10 6.7

「あなたも、周囲の人もがんと診断されたことがない」方

あなたが、もしがんと診断されたとしたら、どういったことに困ったり、不安を感じたりすると思いますか。(複数選択) 【問 42-3】

「再発や転移がこわい、大変そう」が64.9%と最も高く、次いで「治療や副作用がこわい、大変そう」が62.7%、「治療費や生活費に困るかもしれない」が62.6%となっている。



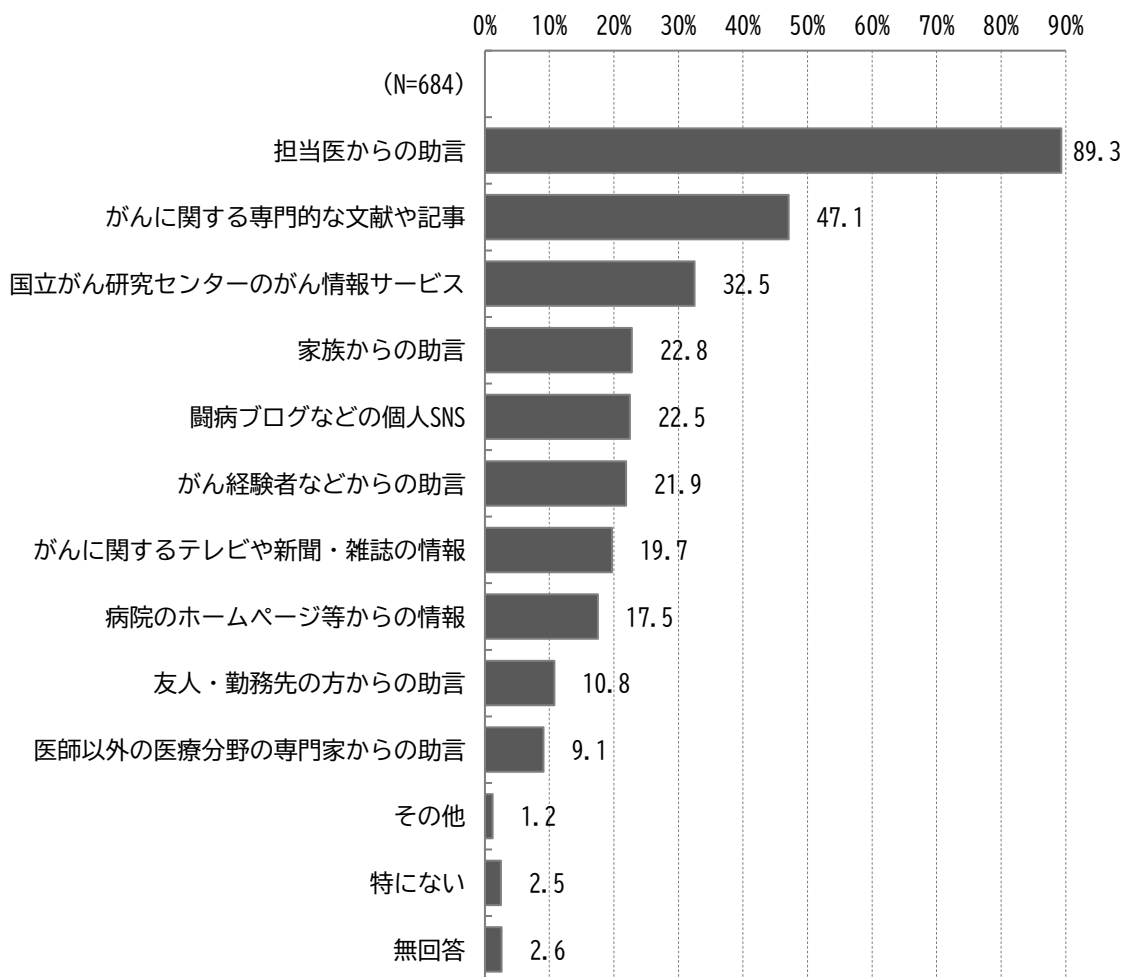
## 【年代別のクロス集計結果】

	N	再発や転移が こわい、大変 そう	治療や副作用 がこわい、大 変そう	治療費や生活 費に困るかも しれない	長くは生きら れないかもし れない	以前のよう な生活に戻れ なくなるかも しれない	家族がショッ クを受けるか もしれない	以前のように 働けなくなる かもしれない	一生治らない かもしれない
全体	684	444 64.9	429 62.7	428 62.6	412 60.2	361 52.8	317 46.3	303 44.3	261 38.2
20歳代	136	81 59.6	79 58.1	86 63.2	84 61.8	57 41.9	62 45.6	49 36.0	49 36.0
30歳代	141	99 70.2	95 67.4	94 66.7	96 68.1	91 64.5	85 60.3	80 56.7	65 46.1
40歳代	155	110 71.0	108 69.7	110 71.0	95 61.3	90 58.1	75 48.4	89 57.4	64 41.3
50歳代	96	64 66.7	62 64.6	66 68.8	59 61.5	56 58.3	42 43.8	52 54.2	36 37.5
60歳代	59	32 54.2	29 49.2	33 55.9	30 50.8	26 44.1	16 27.1	18 30.5	18 30.5
70歳以上	90	53 58.9	52 57.8	35 38.9	44 48.9	38 42.2	33 36.7	12 13.3	25 27.8
	N	楽しいことや 新しい挑戦が できなくなる かもしれない	職場に居づら くなるかもし れない	子どもをつく れなくなるか もしれない	友人が離れて いってしまう かもしれない	わからない	その他	特にな	無回答
全体	684	252 36.8	94 13.7	52 7.6	26 3.8	22 3.2	9 1.3	22 3.2	32 4.7
20歳代	136	53 39.0	14 10.3	26 19.1	5 3.7	5 3.7	1 0.7	4 2.9	7 5.1
30歳代	141	59 41.8	29 20.6	21 14.9	9 6.4	5 3.5	0 0.0	5 3.5	4 2.8
40歳代	155	53 34.2	29 18.7	2 1.3	4 2.6	5 3.2	3 1.9	5 3.2	3 1.9
50歳代	96	36 37.5	16 16.7	2 2.1	5 5.2	2 2.1	3 3.1	2 2.1	3 3.1
60歳代	59	19 32.2	3 5.1	0 0.0	1 1.7	0 0.0	2 3.4	2 3.4	4 6.8
70歳以上	90	28 31.1	2 2.2	0 0.0	1 1.1	5 5.6	0 0.0	4 4.4	9 10.0



あなたが、もしがんと診断されたとしたら、どこから情報を得ようと思いますか。(複数選択)  
【問 42-4】

「担当医からの助言」が89.3%と最も高く、次いで「がんに関する専門的な文献や記事」が47.1%、「国立がん研究センターのがん情報サービス」が32.5%となっている。



## 【年代別のクロス集計結果】

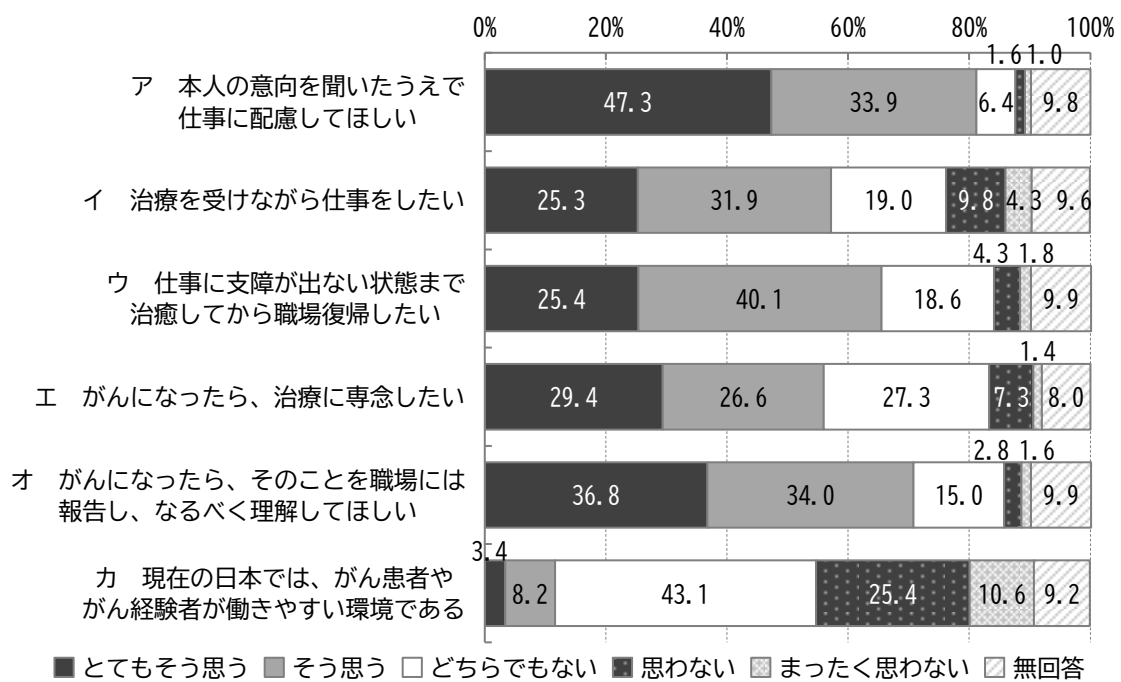
	N	担当医からの助言	がんに関する専門的な文献や記事	国立がん研究センターのがん情報サービス	家族からの助言	闘病ブログなどの個人SNS	がん経験者などからの助言	がんに関するテレビや新聞・雑誌の情報
全体	684	611 89.3	322 47.1	222 32.5	156 22.8	154 22.5	150 21.9	135 19.7
20歳代	136	117 86.0	54 39.7	34 25.0	34 25.0	44 32.4	37 27.2	20 14.7
30歳代	141	124 87.9	76 53.9	61 43.3	35 24.8	41 29.1	31 22.0	21 14.9
40歳代	155	140 90.3	77 49.7	51 32.9	37 23.9	38 24.5	37 23.9	38 24.5
50歳代	96	93 96.9	56 58.3	32 33.3	20 20.8	18 18.8	24 25.0	25 26.0
60歳代	59	49 83.1	26 44.1	21 35.6	7 11.9	7 11.9	6 10.2	9 15.3
70歳以上	90	83 92.2	29 32.2	23 25.6	20 22.2	3 3.3	12 13.3	19 21.1

	N	病院のホームページ等からの情報	友人・勤務先の方からの助言	医師以外の医療分野の専門家からの助言	その他	特にない	無回答
全体	684	120 17.5	74 10.8	62 9.1	8 1.2	17 2.5	18 2.6
20歳代	136	25 18.4	15 11.0	14 10.3	1 0.7	2 1.5	6 4.4
30歳代	141	33 23.4	16 11.3	21 14.9	2 1.4	5 3.5	1 0.7
40歳代	155	27 17.4	21 13.5	7 4.5	2 1.3	5 3.2	1 0.6
50歳代	96	20 20.8	8 8.3	8 8.3	1 1.0	1 1.0	1 1.0
60歳代	59	4 6.8	5 8.5	3 5.1	1 1.7	2 3.4	2 3.4
70歳以上	90	10 11.1	7 7.8	8 8.9	1 1.1	2 2.2	5 5.6

がんと診断されたとき、またはがんと診断された場合、仕事をするのことにどう思いますか。あなたの考えに近いものをお答えください。(ア～カのそれぞれで1つ選択) 【問 43】

「とてもそう思う」と「そう思う」の合計について、「本人の意向を聞いたうえで仕事に配慮してほしい」が81.2%と最も高く、次いで「がんになったら、そのことを職場には報告し、なるべく理解してほしい」が70.8%、「仕事に支障が出ない状態まで治療してから職場復帰したい」が65.5%となっている。

一方で、「現在の日本では、がん患者やがん経験者が働きやすい環境である」は、「思わない」と「まったく思わない」を合計すると36.0%となっている。



## 【性別のクロス集計結果】

		N	とてもそう思 う	そう思 う	どちらでもな い	思わない	まったく思わ ない	無回答
ア 本人の意向を聞いたうえで仕事に配慮してほしい	全体	1528	723 47.3	518 33.9	98 6.4	24 1.6	16 1.0	149 9.8
	男性	237	136 57.4	76 32.1	20 8.4	3 1.3	1 0.4	1 0.4
	女性	270	155 57.4	93 34.4	14 5.2	2 0.7	4 1.5	2 0.7
	回答しない	318	182 57.2	104 32.7	15 4.7	5 1.6	1 0.3	11 3.5
イ 治療を受けながら仕事をしたい	全体	1528	387 25.3	488 31.9	291 19.0	150 9.8	65 4.3	147 9.6
	男性	237	57 24.1	63 26.6	54 22.8	44 18.6	18 7.6	1 0.4
	女性	270	70 25.9	87 32.2	74 27.4	24 8.9	13 4.8	2 0.7
	回答しない	318	106 33.3	112 35.2	52 16.4	29 9.1	12 3.8	7 2.2
ウ 仕事に支障が出ない状態まで治療してから職場復帰したい	全体	1528	388 25.4	613 40.1	284 18.6	65 4.3	27 1.8	151 9.9
	男性	237	85 35.9	102 43.0	40 16.9	6 2.5	3 1.3	1 0.4
	女性	270	87 32.2	112 41.5	59 21.9	8 3.0	2 0.7	2 0.7
	回答しない	318	90 28.3	140 44.0	61 19.2	17 5.3	3 0.9	7 2.2
エ がんになったら、治療に専念したい	全体	1528	449 29.4	407 26.6	417 27.3	111 7.3	22 1.4	122 8.0
	男性	237	95 40.1	62 26.2	57 24.1	19 8.0	2 0.8	2 0.8
	女性	270	92 34.1	72 26.7	83 30.7	16 5.9	5 1.9	2 0.7
	回答しない	318	91 28.6	98 30.8	92 28.9	25 7.9	6 1.9	6 1.9
オ がんになったら、そのことを職場には報告し、なるべく理解してほしい	全体	1528	562 36.8	519 34.0	229 15.0	43 2.8	24 1.6	151 9.9
	男性	237	108 45.6	77 32.5	38 16.0	10 4.2	3 1.3	1 0.4
	女性	270	123 45.6	87 32.2	47 17.4	5 1.9	5 1.9	3 1.1
	回答しない	318	148 46.5	111 34.9	43 13.5	6 1.9	3 0.9	7 2.2
カ 現在の日本では、がん患者やがん経験者が働きやすい環境である	全体	1528	52 3.4	126 8.2	659 43.1	388 25.4	162 10.6	141 9.2
	男性	237	15 6.3	19 8.0	130 54.9	51 21.5	21 8.9	1 0.4
	女性	270	12 4.4	28 10.4	131 48.5	68 25.2	29 10.7	2 0.7
	回答しない	318	9 2.8	23 7.2	164 51.6	79 24.8	36 11.3	7 2.2

## 11 その他

あなたの「健康づくり」についてのご意見をご自由にお書きください。

【問 49】

健康づくりの意見として、「健康づくりへの心がけ・実践」や「健康診断・がん検診」、「運動」などに関する意見や要望があった。

### ■健康づくりへの心がけ・実践に関すること（116件）

- ・運動することも健康になることの一つだが、気楽におしゃべりしたり、好きな事(趣味)などを楽しむことも体にとって大切なことだと思う。
- ・食事をしっかり取り、毎日楽しく過ごせるよう地域活動に参加し、他人との交流に元気を頂いていると実感している。
- ・心と体のバランスが大事だと思う。
- ・健康は生活習慣からと考え、栄養の取り方や運動の継続に気をつけて生活している。
- ・日頃意識しないでもできること(家事など)で身体をなるべく動かし、ストレスは早めに解消すること(疲れもストレスもため込まないこと)。
- ・極端なダイエット等ではなく、日ごろ無理なく生活に取り入れられることを意識して生活することが健康づくりにつながっていると思う。

### ■健康診断・がん検診に関すること（49件）

- ・健診を毎年受診できるようにする(無料で)。健診中に子どもや親を預かってくれる人を確保する。苦痛の少ない健診を導入する。
- ・健康診断は継続が大切と考えている。従い退職後からもクリニックで診断を続けている。ただ自費なので負担が重いので市で何割か補助してもらえると助かる。
- ・歯の定期検診は、年1回無料で受けられると、多くの人を受けられるようになると思う(かかりつけの医院で、だれでもOKなようにしてほしい)。

### ■運動に関すること（48件）

- ・歩いて30分以内で行ける所へは、電車、バスを利用せずに歩いていくようにしている。
- ・自分のペースで身体を動かすことを心掛けている。1日5000歩を目安にしているが、できない時はあまり気にせず、無理はしない。
- ・毎日運動をしているがあまり改善しない。血圧、血糖値などなぜか変わらない。

### ■地域・まちづくり・イベントの開催に関すること（45件）

- ・家族で参加できる健康づくりに関するイベントをやって欲しい。食育とか。気軽に学べたり、体を動かしたり。インターネットなどで手軽に予約したい(平日の電話予約とかやめてほしい)。子供も含めてできるイベントが望ましい。やはり、予約(参加)方法が開催する日など、夫婦で働いている人も多いので、考慮いただきたい。
- ・「健康づくり」は心と体の両方を一人一人が目標をもって取り組むものだと思う。それに対し市は一人一人の要望にできるだけ応えられる体制を整えてほしいと思う。
- ・運動をもっと気軽にできる、外に出たくなる地域のイベント作りなど。

### ■食に関すること (32 件)

- ・ 普段の食事は冷凍食品や出来合いのものは使わず，自分で調理したものを家族に出すようにしている。
- ・ 本当は野菜を色々な料理して，メニュー豊かにしたいのに，子どもが食べないからいつも同じようなメニューになってしまって，いつか色々食べるようになったらよいと思う。
- ・ 食と農について学ぶ場を探している。人脈作り，知ること，自分で育てて作ることを身近で体験する機会が増えると嬉しい。

### ■喫煙に関すること (6 件)

- ・ 路上でタバコを吸う人をなんとかしてほしい。禁煙が周知徹底されていない。
- ・ 調布市は路上たばこ禁止に対するメッセージが弱いと感じている。より強いメッセージを出すことを希望する。

### ■施設に関すること (17 件)

- ・ 身体を動かせる公的施設の充実をして欲しい。
- ・ 40～50 代からの定期的な運動が，高齢者になった時の病気の予防につながると思っている。野川沿いを週末にジョギングしているが，他にも整備された景観の良いコースがあれば嬉しい。市内のあちこちに気軽に格安で筋トレ等ができる施設があると嬉しい。
- ・ 子供たちを含め，運動（野球・サッカー・バスケットボール・スケートボードなどボールや道具を使うスポーツを含む）を目的とした「自由に使える施設」を拡張してほしい。また，小学生・中学生に「挨拶をすることの大切さ」をもっと教えていただき，子供から大人まで「挨拶運動」を広げてほしい。

### ■情報提供に関すること (13 件)

- ・ 健康に関する正確な情報が欲しい。情報過多な現代で，食い違う情報なども多く判断に困っており，正しい情報をわかりやすく端的に入手したい。
- ・ どんな小さな事(体調，健康)でも気軽に相談できる病院，相談窓口を設けて欲しい。
- ・ 自分から市のホームページを見ることが少ないので，市からメールや LINE で市民に直接届く情報発信を積極的・能動的にしていきたい。

### ■医療・生活サービスの充実 (8 件)

- ・ ウォーキングポイントアプリの充実，アプリの活用，ポイントの配布の検討をしていただきたい。
- ・ 市の肺炎ワクチン接種一部負担はありがたい。带状疱疹ワクチンについてももっと知識が広まると良いと思う。

### ■その他・感想など (85 件)

- ・ 年をとって歩けなくなるのは怖い。筋力のおとろえは，なんとかなくしたい。
- ・ 自分の身体がどれくらい健康か知らないから，まずは，知るところから始める。
- ・ このアンケートにより健康に関する興味が少し沸いたので，今後活かしていきたいと思う。