

資料2

令和4年度健康づくり道民調査及び歯科保健実態調査結果の概要

「すこやか北海道21」最終評価の基礎資料となる「健康づくり道民調査及び歯科保健実態調査」を令和4年度に行いました。調査結果は次のとおりです。

1. 栄養素等摂取状況調査の結果

表1 栄養素等摂取量

栄養素別等		総数			男性			女性		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
対象者数	人	4,063			1,648			2,415		
エネルギー	kcal	2,148	314	1,990	2,487	155	2,520	1,916	132	1,953
たんぱく質	g	82.9	17.5	81.1	90.3	18.7	89.3	77.8	14.5	77.0
うち動物性	g	48.3	16.7	46.4	52.0	18.5	50.0	45.7	14.8	44.5
脂質	g	62.4	15.4	61.2	68.5	17.3	68.2	58.2	12.3	57.7
うち動物性	g	29.8	10.1	28.5	32.8	11.5	31.4	27.8	8.5	27.1
飽和脂肪酸	g	16.7	4.8	16.3	18.2	5.4	18.0	15.7	4.0	15.4
n-3系脂肪酸	g	3.0	1.0	2.9	3.3	1.0	3.2	2.8	0.9	2.8
n-6系脂肪酸	g	12.2	3.3	11.8	13.5	3.6	13.3	11.2	2.7	11.0
コレステロール	mg	459	163	445	499	185	488	431	140	423
炭水化物	g	282.7	62.1	275.0	325.2	61.8	325.2	253.7	42.4	253.0
食物繊維	g	14.1	4.3	13.6	14.4	4.5	13.9	13.9	4.2	13.3
うち水溶性	g	3.6	1.2	3.5	3.6	1.3	3.5	3.6	1.2	3.4
うち不溶性	g	10.1	3.0	9.7	10.3	3.1	10.1	9.9	2.9	9.5
ビタミンA	μgRE*1	725	430	622	759	462	653	702	404	611
ビタミンD	μg	16.3	10.0	14.0	16.6	10.3	14.2	16.1	9.8	13.9
ビタミンE	mg*2	8.2	2.2	8.0	8.7	2.4	8.5	7.9	1.9	7.8
ビタミンK	μg	360	188	321	367	198	324	356	180	320
ビタミンB1	mg	0.90	0.21	0.88	0.95	0.23	0.94	0.86	0.18	0.86
ビタミンB2	mg	1.51	0.41	1.48	1.60	0.44	1.56	1.45	0.37	1.42
ナイアシン	mgNE	20.8	6.1	20.2	22.9	6.6	22.3	19.4	5.2	18.9
ビタミンB6	mg	1.51	0.39	1.48	1.61	0.41	1.57	1.44	0.36	1.42
ビタミンB12	μg	11.1	5.8	9.9	11.7	6.1	10.5	10.7	5.6	9.6
葉酸	μg	371	129	351	379	129	360	366	129	344
パントテン酸	mg	7.77	1.69	7.58	8.38	1.84	8.31	7.36	1.44	7.21
ビタミンC	mg	126	58	117	121	58	112	129	57	121
ナトリウム	mg	5,033	1,188	4,907	5,684	1,226	5,589	4,589	928	4,515
食塩相当量	g	12.7	3.0	12.4	14.4	3.1	14.1	11.6	2.4	11.4
食塩相当量	g/1,000kcal	6.0	1.3	5.9	5.8	1.3	5.7	6.1	1.3	6.0
カリウム	mg	2,950	800	2,880	3,063	839	2,990	2,873	764	2,813
カルシウム	mg	611	215	588	623	232	595	602	203	586
マグネシウム	mg	295	67	290	317	69	312	280	62	276
リン	mg	1,236	266	1,212	1,333	280	1,307	1,170	233	1,150
鉄	mg	9.0	2.3	8.7	9.4	2.4	9.3	8.7	2.1	8.4
亜鉛	mg	9.6	1.8	9.4	10.6	1.9	10.6	8.9	1.3	8.9
銅	mg	1.34	0.26	1.32	1.46	0.28	1.46	1.26	0.22	1.24
脂肪エネルギー比	%*3	26.3	5.8	26.5	24.8	6.0	24.9	27.3	5.8	27.3
炭水化物エネルギー比	%*3	58.1	8.2	57.9	60.6	8.3	60.6	57.9	7.8	57.9
動物性たんぱく質比	%*3	56.9	10.0	57.3	56.2	10.2	56.3	56.1	10.6	57.0
穀物エネルギー比	%*3	21.5	7.1	21.1	22.8	7.4	22.5	20.6	6.8	20.2

*1 RE:レチノール当量

*2 α-トコフェロール量。(α-トコフェノール以外のビタミンEは含んでいない)

*3 これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

表2 脂肪エネルギー比率の分布

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0
	15%未満	111	2.7	18	3.9	8	1.4	16	2.5	22	3.6	18	2.3	29	2.8
	15-20%未満	439	10.8	57	12.3	62	11.2	77	12.0	71	11.8	85	11.0	87	8.5
	20-25%未満	1,053	25.9	127	27.4	149	27.0	171	26.6	157	26.0	195	25.2	254	24.7
	25-30%未満	1,379	33.9	146	31.5	166	30.1	208	32.4	197	32.7	279	36.0	383	37.3
	30-35%未満	828	20.4	80	17.3	122	22.1	129	20.1	122	20.2	152	19.6	223	21.7
	35%以上	253	6.2	35	7.6	45	8.2	41	6.4	34	5.6	46	5.9	52	5.1
	(再掲)25%未満	1,603	39.5	202	43.6	219	39.7	264	41.1	250	41.5	298	38.5	370	36.0
	(再掲)25%以上	2,460	60.5	261	56.4	333	60.3	378	58.9	353	58.5	477	61.5	658	64.0
	(再掲)30%以上	1,081	26.6	115	24.8	167	30.3	170	26.5	156	25.9	198	25.5	275	26.8
男性	男性総数	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	15%未満	79	4.8	14	6.5	6	2.6	10	3.7	17	6.3	11	3.5	21	6.1
	15-20%未満	277	16.8	37	17.3	41	17.5	46	17.2	49	18.0	57	18.2	47	13.5
	20-25%未満	477	28.9	67	31.3	73	31.2	78	29.2	78	28.7	84	26.8	97	28.0
	25-30%未満	486	29.5	60	28.0	55	23.5	75	28.1	79	29.0	105	33.4	112	32.3
	30-35%未満	258	15.7	27	12.6	41	17.5	44	16.5	39	14.3	48	15.3	59	17.0
	35%以上	71	4.3	9	4.2	18	7.7	14	5.2	10	3.7	9	2.9	11	3.2
	(再掲)25%未満	833	50.5	118	55.1	120	51.3	134	50.2	144	52.9	152	48.4	165	47.6
	(再掲)25%以上	815	49.5	96	44.9	114	48.7	133	49.8	128	47.1	162	51.6	182	52.4
	(再掲)30%以上	329	20.0	36	16.8	59	25.2	58	21.7	49	18.0	57	18.2	70	20.2
女性	女性総数	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	15%未満	32	1.3	4	1.6	2	0.6	6	1.6	5	1.5	7	1.5	8	1.2
	15-20%未満	162	6.7	20	8.0	21	6.6	31	8.3	22	6.6	28	6.1	40	5.9
	20-25%未満	576	23.9	60	24.1	76	23.9	93	24.8	79	23.9	111	24.1	157	23.1
	25-30%未満	893	37.0	86	34.5	111	34.9	133	35.5	118	35.6	174	37.7	271	39.8
	30-35%未満	570	23.6	53	21.3	81	25.5	85	22.7	83	25.1	104	22.6	164	24.1
	35%以上	182	7.5	26	10.4	27	8.5	27	7.2	24	7.3	37	8.0	41	6.0
	(再掲)25%未満	770	31.9	84	33.7	99	31.1	130	34.7	106	32.0	146	31.7	205	30.1
	(再掲)25%以上	1,645	68.1	165	66.3	219	68.9	245	65.3	225	68.0	315	68.3	476	69.9
	(再掲)30%以上	752	31.1	79	31.7	108	34.0	112	29.9	107	32.3	141	30.6	205	30.1

表3 食品群別摂取量

食品群別	総数			男性			女性		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
対象者数	4,063			1,648			2,415		
総量	2271.3	541.8	8.5	2603.2	13.3	541.2	2090.7	9.4	460.5
動物性食品	385.9	147.7	2.3	410.5	4.1	166.1	369.1	2.7	131.1
植物性食品	1885.4	532.1	8.3	2192.6	13.5	549.7	1721.6	9.2	451.5
穀類	466.5	183.5	2.9	568.3	194.3	4.8	396.9	137.6	2.8
いも類	56.8	42.2	0.7	58.1	45.4	1.1	55.9	39.8	0.8
砂糖・甘味料類	5.5	4.6	0.1	5.8	5.1	0.1	5.4	4.1	0.1
豆類	74.2	52.1	0.8	71.8	53.6	1.3	75.9	50.9	1.0
野菜類	264.2	140.8	2.2	253.7	142.3	3.5	271.5	139.3	2.8
緑黄色野菜	102.9	69.2	1.1	100.0	71.3	1.8	104.8	67.7	1.4
その他の野菜	161.4	89.9	1.4	153.7	89.8	2.2	166.7	89.6	1.8
(再掲)100%ジュース	7.9	18.4	0.3	9.6	21.4	0.5	6.7	16.0	0.3
(再掲)漬物	18.2	19.6	0.5	18.2	19.6	0.5	16.6	18.3	0.4
果実類	128.5	109.3	1.7	119.5	115.6	2.8	134.7	104.4	2.1
(再掲)100%ジュース	27.2	63.4	1.0	33.1	73.5	1.8	23.2	55.1	1.1
きのこ類	14.6	12.1	0.2	13.1	12.2	0.3	15.6	11.9	0.2
藻類	12.7	13.0	0.2	12.6	13.7	0.3	12.7	12.5	0.3
魚介類	89.4	53.2	0.8	94.1	56.5	1.4	86.2	50.7	1.0
肉類	91.1	50.4	0.8	103.5	58.1	1.4	82.7	42.4	0.9
卵類	51.3	32.0	0.5	56.8	36.5	0.9	47.6	28.0	0.6
乳類	154.1	123.6	1.9	156.2	137.9	3.4	152.6	112.8	2.3
油脂類	12.8	6.4	0.1	15.0	7.2	0.2	11.2	5.3	0.1
菓子類	53.9	42.2	0.7	53.5	44.5	1.1	54.2	40.5	0.8
嗜好飲料類	771.1	520.3	8.2	960.2	575.3	14.2	642.3	434.4	8.8
アルコール飲料	170.1	338.7	5.3	287.2	416.5	10.3	90.2	242.7	4.9
その他嗜好飲料	601.0	395.7	6.2	672.9	429.3	10.6	552.1	362.9	7.4
調味料・香辛料類	24.5	9.6	0.2	28.1	10.2	0.3	22.1	8.4	0.2

注)野菜類の100%ジュースは係数を乗じた値

注)果実類の100%ジュースは係数を乗じた値

表4 野菜摂取量の分布

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0
	70g未満	117	2.9	22	4.8	17	3.1	20	3.1	27	4.5	12	1.5	19	1.8
	70-140g未満	534	13.1	89	19.2	79	14.3	92	14.3	83	13.8	92	11.9	99	9.6
	140-210g未満	970	23.9	133	28.7	142	25.7	161	25.1	144	23.9	175	22.6	215	20.9
	210-280g未満	934	23.0	92	19.9	145	26.3	148	23.1	127	21.1	186	24.0	236	23.0
	280-350g未満	621	15.3	46	9.9	68	12.3	109	17.0	81	13.4	129	16.6	188	18.3
	350g以上	887	21.8	81	17.5	101	18.3	112	17.4	141	23.4	181	23.4	271	26.4
男性	総数	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	70g未満	74	4.5	11	5.1	9	3.8	11	4.1	20	7.4	9	2.9	14	4.0
	70-140g未満	265	16.1	44	20.6	41	17.5	44	16.5	47	17.3	47	15.0	42	12.1
	140-210g未満	376	22.8	50	23.4	63	26.9	57	21.3	66	24.3	66	21.0	74	21.3
	210-280g未満	365	22.1	45	21.0	53	22.6	64	24.0	55	20.2	73	23.2	75	21.6
	280-350g未満	220	13.3	22	10.3	27	11.5	43	16.1	27	9.9	52	16.6	49	14.1
	350g以上	348	21.1	42	19.6	41	17.5	48	18.0	57	21.0	67	21.3	93	26.8
女性	総数	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	70g未満	43	1.8	11	4.4	8	2.5	9	2.4	7	2.1	3	0.7	5	0.7
	70-140g未満	269	11.1	45	18.1	38	11.9	48	12.8	36	10.9	45	9.8	57	8.4
	140-210g未満	594	24.6	83	33.3	79	24.8	104	27.7	78	23.6	109	23.6	141	20.7
	210-280g未満	569	23.6	47	18.9	92	28.9	84	22.4	72	21.8	113	24.5	161	23.6
	280-350g未満	401	16.6	24	9.6	41	12.9	66	17.6	54	16.3	77	16.7	139	20.4
	350g以上	539	22.3	39	15.7	60	18.9	64	17.1	84	25.4	114	24.7	178	26.1

注) 野菜類の内訳は、緑黄色野菜+その他の野菜。

緑黄色野菜の内訳には、100%ジュースから換算した緑黄色野菜量を含む。

表5 果実類摂取量の分布

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0
	0g	197	4.8	40	8.6	34	6.2	52	8.1	39	6.5	23	3.0	9	0.9
	50g未満	874	21.5	136	29.4	159	28.8	205	31.9	150	24.9	141	18.2	83	8.1
	50-100g未満	866	21.3	112	24.2	146	26.4	155	24.1	138	22.9	151	19.5	164	16.0
	100-150g未満	727	17.9	69	14.9	84	15.2	108	16.8	93	15.4	156	20.1	217	21.1
	150-200g未満	572	14.1	41	8.9	68	12.3	53	8.3	77	12.8	117	15.1	216	21.0
	200-250g未満	334	8.2	32	6.9	22	4.0	30	4.7	48	8.0	72	9.3	130	12.6
	250-300g未満	216	5.3	14	3.0	23	4.2	18	2.8	24	4.0	48	6.2	89	8.7
	300-350g未満	109	2.7	7	1.5	8	1.4	9	1.4	15	2.5	25	3.2	45	4.4
	350-400g未満	67	1.6	4	0.9	3	0.5	4	0.6	5	0.8	14	1.8	37	3.6
	400g以上	101	2.5	8	1.7	5	0.9	8	1.2	14	2.3	28	3.6	38	3.7
	(再掲)食べている(1g以上)	3,866	95.2	423	91.4	518	93.8	590	91.9	564	93.5	752	97.0	1,019	99.1
男性	総数	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	0g	136	8.3	28	13.1	21	9.0	35	13.1	32	11.8	15	4.8	5	1.4
	50g未満	407	24.7	64	29.9	76	32.5	85	31.8	79	29.0	65	20.7	38	11.0
	50-100g未満	340	20.6	45	21.0	57	24.4	59	22.1	54	19.9	61	19.4	64	18.4
	100-150g未満	258	15.7	29	13.6	31	13.2	41	15.4	31	11.4	62	19.7	64	18.4
	150-200g未満	188	11.4	13	6.1	24	10.3	18	6.7	30	11.0	33	10.5	70	20.2
	200-250g未満	123	7.5	15	7.0	8	3.4	12	4.5	20	7.4	24	7.6	44	12.7
	250-300g未満	79	4.8	10	4.7	9	3.8	7	2.6	11	4.0	21	6.7	21	6.1
	300-350g未満	45	2.7	2	0.9	5	2.1	4	1.5	7	2.6	11	3.5	16	4.6
	350-400g未満	27	1.6	3	1.4	1	0.4	2	0.7	2	0.7	6	1.9	13	3.7
	400g以上	45	2.7	5	2.3	2	0.9	4	1.5	6	2.2	16	5.1	12	3.5
	(再掲)食べている(1g以上)	1,512	91.7	186	86.9	213	91.0	232	86.9	240	88.2	299	95.2	342	98.6
女性	総数	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	0g	61	2.5	12	4.8	13	4.1	17	4.5	7	2.1	8	1.7	4	0.6
	50g未満	467	19.3	72	28.9	83	26.1	120	32.0	71	21.5	76	16.5	45	6.6
	50-100g未満	526	21.8	67	26.9	89	28.0	96	25.6	84	25.4	90	19.5	100	14.7
	100-150g未満	469	19.4	40	16.1	53	16.7	67	17.9	62	18.7	94	20.4	153	22.5
	150-200g未満	384	15.9	28	11.2	44	13.8	35	9.3	47	14.2	84	18.2	146	21.4
	200-250g未満	211	8.7	17	6.8	14	4.4	18	4.8	28	8.5	48	10.4	86	12.6
	250-300g未満	137	5.7	4	1.6	14	4.4	11	2.9	13	3.9	27	5.9	68	10.0
	300-350g未満	64	2.7	5	2.0	3	0.9	5	1.3	8	2.4	14	3.0	29	4.3
	350-400g未満	40	1.7	1	0.4	2	0.6	2	0.5	3	0.9	8	1.7	24	3.5
	400g以上	56	2.3	3	1.2	3	0.9	4	1.1	8	2.4	12	2.6	26	3.8
	(再掲)食べている(1g以上)	2,354	97.5	237	95.2	305	95.9	358	95.5	324	97.9	453	98.3	677	99.4

表6 平日の平均的な食事状況（朝食）

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	家庭	3,318	81.7	271	58.5	408	73.9	501	78.0	480	79.6	696	89.8	962	93.6
	家庭食	3,172	78.1	238	51.4	379	68.7	468	72.9	461	76.5	682	88.0	944	91.8
	調理済み食	146	3.6	33	7.1	29	5.3	33	5.1	19	3.2	14	1.8	18	1.8
	外食	11	0.3	3	0.6	1	0.2	3	0.5	1	0.2	1	0.1	2	0.2
	給食	33	0.8	11	2.4	5	0.9	3	0.5	2	0.3	7	0.9	5	0.5
	寄宿舎や寮等で提供される食事	15	0.4	5	1.1	2	0.4	1	0.2	2	0.3	1	0.1	4	0.4
	職場給食(社員食堂を含む)	18	0.4	6	1.3	3	0.5	2	0.3	0	0.0	6	0.8	1	0.1
	欠食	676	16.6	175	37.8	137	24.8	133	20.7	116	19.2	68	8.8	47	4.6
	菓子・果物・乳製品・嗜好飲料等のみ	258	6.3	36	7.8	45	8.2	49	7.6	51	8.5	41	5.3	36	3.5
	サプリ(ビタミン・ミネラル)、栄養ドリンク剤のみ	67	1.6	15	3.2	15	2.7	18	2.8	13	2.2	3	0.4	3	0.3
	何も口にしない(水のみを含む)	351	8.6	124	26.8	77	13.9	66	10.3	52	8.6	24	3.1	8	0.8
	無回答	25	0.6	3	0.6	1	0.2	2	0.3	4	0.7	3	0.4	12	1.2
	総数	4,063	100	463	100	552	100	642	100	603	100	775	100	1,028	100
	男性	家庭	1,255	76.2	112	52.3	144	61.5	197	73.8	198	72.8	279	88.9	325
家庭食		1,162	70.5	93	43.5	129	55.1	178	66.7	181	66.5	268	85.4	313	90.2
調理済み食		93	5.6	19	8.9	15	6.4	19	7.1	17	6.3	11	3.5	12	3.5
外食		7	0.4	2	0.9	1	0.4	2	0.7	0	0.0	1	0.3	1	0.3
給食		19	1.2	6	2.8	4	1.7	2	0.7	2	0.7	3	1.0	2	0.6
寄宿舎や寮等で提供される食事		11	0.7	5	2.3	1	0.4	1	0.4	2	0.7	0	0.0	2	0.6
職場給食(社員食堂を含む)		8	0.5	1	0.5	3	1.3	1	0.4	0	0.0	3	1.0	0	0.0
欠食		356	21.6	92	43.0	85	36.3	65	24.3	69	25.4	31	9.9	14	4.0
菓子・果物・乳製品・嗜好飲料等のみ		105	6.4	13	6.1	24	10.3	13	4.9	25	9.2	18	5.7	12	3.5
サプリ(ビタミン・ミネラル)、栄養ドリンク剤のみ		34	2.1	10	4.7	6	2.6	8	3.0	9	3.3	1	0.3	0	0.0
何も口にしない(水のみを含む)		217	13.2	69	32.2	55	23.5	44	16.5	35	12.9	12	3.8	2	0.6
無回答		11	0.7	2	0.9	0	0.0	1	0.4	3	1.1	0	0.0	5	1.4
総数		1,648	100	214	100	234	100	267	100	272	100	314	100	347	100
女性		家庭	2,063	85.4	159	63.9	264	83.0	304	81.1	282	85.2	417	90.5	637
	家庭食	2,010	83.2	145	58.2	250	78.6	290	77.3	280	84.6	414	89.8	631	92.7
	調理済み食	53	2.2	14	5.6	14	4.4	14	3.7	2	0.6	3	0.7	6	0.9
	外食	4	0.2	1	0.4	0	0.0	1	0.3	1	0.3	0	0.0	1	0.1
	給食	14	0.6	5	2.0	1	0.3	1	0.3	0	0.0	4	0.9	3	0.4
	寄宿舎や寮等で提供される食事	4	0.2	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.2	2	0.3
	職場給食(社員食堂を含む)	10	0.4	5	2.0	0	0.0	1	0.3	0	0.0	3	0.7	1	0.1
	欠食	320	13.3	83	33.3	52	16.4	68	18.1	47	14.2	37	8.0	33	4.8
	菓子・果物・乳製品・嗜好飲料等のみ	153	6.3	23	9.2	21	6.6	36	9.6	26	7.9	23	5.0	24	3.5
	サプリ(ビタミン・ミネラル)、栄養ドリンク剤のみ	33	1.4	5	2.0	9	2.8	10	2.7	4	1.2	2	0.4	3	0.4
	何も口にしない(水のみを含む)	134	5.5	55	22.1	22	6.9	22	5.9	17	5.1	12	2.6	6	0.9
	無回答	14	0.6	1	0.4	1	0.3	1	0.3	1	0.3	3	0.7	7	1.0
	総数	2,415	100	249	100	318	100	375	100	331	100	461	100	681	100

2 身体状況調査等の結果

表7 BMIの状況

		総数		低体重(やせ)		普通		肥満		(再掲)		(再掲)		(再掲)	
				18.5未満		18.5以上25未満		25以上		25以上30未満		30以上		20以下	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	999,016	100.0	57,659	100.0	603,128	100.0	338,229	100.0	266,309	100.0	71,920	100.0		
	40-49歳	334,799	33.5	19,792	34.3	201,315	33.4	113,692	33.6	83,905	31.5	29,787	41.4		
	50-59歳	311,080	31.1	18,305	31.7	183,918	30.5	108,857	32.2	84,535	31.7	24,322	33.8		
	60-69歳	238,053	23.8	13,322	23.1	144,703	24.0	80,028	23.7	67,039	25.2	12,989	18.1		
	70歳以上	115,084	11.5	6,240	10.8	73,192	12.1	35,652	10.5	30,830	11.6	4,822	6.7		
	(再掲)40-64歳	772,260	77.3	45,369	78.7	461,320	76.5	265,571	78.5	203,978	76.6	61,593	85.6		
	(再掲)65-74歳	226,756	22.7	12,290	21.3	141,808	23.5	72,658	21.5	62,331	23.4	10,327	14.4	31,460	3.1
男性	総数	554,562	100.0	12,163	100.0	312,578	100.0	229,821	100.0	184,016	100.0	45,805	100.0		
	40-49歳	193,716	34.9	4,310	35.4	108,303	34.6	81,103	35.3	60,928	33.1	20,175	44.0		
	50-59歳	176,026	31.7	3,488	28.7	96,546	30.9	75,992	33.1	60,073	32.6	15,919	34.8		
	60-69歳	131,357	23.7	3,044	25.0	75,129	24.0	53,184	23.1	45,551	24.8	7,633	16.7		
	70歳以上	53,463	9.6	1,321	10.9	32,600	10.4	19,542	8.5	17,464	9.5	2,078	4.5		
	(再掲)40-64歳	442,629	79.8	9,458	77.8	246,145	78.7	187,026	81.4	146,237	79.5	40,789	89.0		
	(再掲)65-74歳	111,933	20.2	2,705	22.2	66,433	21.3	42,795	18.6	37,779	20.5	5,016	11.0	8,288	1.5
女性	総数	444,454	100.0	45,496	100.0	290,550	100.0	108,408	100.0	82,293	100.0	26,115	100.0		
	40-49歳	141,083	31.7	15,482	34.0	93,012	32.0	32,589	30.1	22,977	27.9	9,612	36.8		
	50-59歳	135,054	30.4	14,817	32.6	87,372	30.1	32,865	30.3	24,462	29.7	8,403	32.2		
	60-69歳	106,696	24.0	10,278	22.6	69,574	23.9	26,844	24.8	21,488	26.1	5,356	20.5		
	70歳以上	61,621	13.9	4,919	10.8	40,592	14.0	16,110	14.9	13,366	16.2	2,744	10.5		
	(再掲)40-64歳	329,631	74.2	35,911	78.9	215,175	74.1	78,545	72.5	57,741	70.2	20,804	79.7		
	(再掲)65-74歳	114,823	25.8	9,585	21.1	75,375	25.9	29,863	27.5	24,552	29.8	5,311	20.3	23,172	5.2

注)BMIの判定は日本肥満学会による肥満の判定基準による。

出典:NDBオープンデータ

表8 糖尿病の治療状況

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
過去から現在にかけて継続的に受けている	男性	160	66.1	6	85.7	3	37.5	11	39.3	33	71.7	42	70.0	65	69.9
	女性	144	58.1	0	0.0	2	20.0	9	47.4	13	46.4	45	60.0	75	66.4
	計	304	62.0	6	60.0	5	27.8	20	42.6	46	62.2	87	64.4	140	68.0
過去に中断したことがあるが、現在は受けている	男性	4	1.7	0	0.0	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0	3	3.2
	女性	2	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.3	1	0.9
	計	6	1.2	0	0.0	0	0.0	1	2.1	0	0.0	1	0.7	4	1.9
過去に受けたことがあるが、現在は受けていない	男性	11	4.5	0	0.0	0	0.0	1	3.6	1	2.2	2	3.3	7	7.5
	女性	14	5.6	1	33.3	3	30.0	1	5.3	1	3.6	2	2.7	6	5.3
	計	25	5.1	1	10.0	3	16.7	2	4.3	2	2.7	4	3.0	13	6.3
これまでに治療を受けたことがない	男性	66	27.3	1	14.3	5	62.5	15	53.6	12	26.1	16	26.7	17	18.3
	女性	86	34.7	2	66.7	5	50.0	9	47.4	14	50.0	26	34.7	30	26.5
	計	152	31.0	3	30.0	10	55.6	24	51.1	26	35.1	42	31.1	47	22.8
無回答	男性	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	女性	2	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.3	1	0.9
	計	3	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	2	1.0
総計	男性	242	100.0	7	100.0	8	100.0	28	100.0	46	100.0	60	100.0	93	100.0
	女性	248	100.0	3	100.0	10	100.0	19	100.0	28	100.0	75	100.0	113	100.0
	計	490	100.0	10	100.0	18	100.0	47	100.0	74	100.0	135	100.0	206	100.0

表9 運動習慣の状況

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0
	運動習慣無	2,939	72.3	377	81.4	475	86.1	529	82.4	484	80.3	536	69.2	538	52.3
	運動習慣有	1,124	27.7	86	18.6	77	13.9	113	17.6	119	19.7	239	30.8	490	47.7
男性	男性総数	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	運動習慣無	1,174	71.2	155	72.4	189	80.8	209	78.3	212	77.9	225	71.7	184	53.0
	運動習慣有	474	28.8	59	27.6	45	19.2	58	21.7	60	22.1	89	28.3	163	47.0
女性	女性総数	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	運動習慣無	1,765	73.1	222	89.2	286	89.9	320	85.3	272	82.2	311	67.5	354	52.0
	運動習慣有	650	26.9	27	10.8	32	10.1	55	14.7	59	17.8	150	32.5	327	48.0

		(再掲)20-64歳		(再掲)65歳以上		(再掲)65-74歳		(再掲)75歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2,623	100.0	1,440	100.0	964	100.0	476	100.0
	運動習慣無	2,126	81.1	813	56.5	581	60.3	232	48.7
	運動習慣有	497	18.9	627	43.5	383	39.7	244	51.3
男性	男性総数	1,125	100.0	523	100.0	359	100.0	164	100.0
	運動習慣無	867	77.1	307	58.7	229	63.8	78	47.6
	運動習慣有	258	22.9	216	41.3	130	36.2	86	52.4
女性	女性総数	1,498	100.0	917	100.0	605	100.0	312	100.0
	運動習慣無	1,259	84.0	506	55.2	352	58.2	154	49.4
	運動習慣有	239	16.0	411	44.8	253	41.8	158	50.6

表 10 歩行数の平均値及び標準偏差

		人数	平均値(歩)	標準偏差
総数	総数	1,568	5,469	3,128
	20-29歳	163	5,177	2,836
	30-39歳	167	5,527	3,123
	40-49歳	223	5,689	3,399
	50-59歳	234	5,999	3,206
	60-69歳	283	5,691	3,322
	70歳以上	498	5,072	2,874
	(再掲)20-64歳	915	5,646	3,204
	(再掲)65-74歳	414	5,432	3,131
	(再掲)65歳以上	653	5,221	3,001
(再掲)75歳以上	239	4,857	2,723	
男性	男性総数	609	6,151	3,328
	20-29歳	62	6,193	2,934
	30-39歳	64	6,597	3,446
	40-49歳	89	6,454	3,633
	50-59歳	101	6,526	3,110
	60-69歳	122	6,356	3,684
	70歳以上	171	5,445	2,979
	(再掲)20-64歳	370	6,381	3,307
	(再掲)65-74歳	157	6,225	3,522
	(再掲)65歳以上	239	5,795	3,328
(再掲)75歳以上	82	4,971	2,739	
女性	女性総数	959	5,036	2,912
	20-29歳	101	4,553	2,584
	30-39歳	103	4,863	2,699
	40-49歳	134	5,182	3,133
	50-59歳	133	5,598	3,220
	60-69歳	161	5,188	2,920
	70歳以上	327	4,877	2,798
	(再掲)20-64歳	545	5,147	3,032
	(再掲)65-74歳	257	4,947	2,755
	(再掲)65歳以上	414	4,890	2,740
(再掲)75歳以上	157	4,797	2,713	

表 11 歩行数の分布

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1,568	100.0	163	100.0	167	100.0	223	100.0	234	100.0	283	100.0	498	100.0
	2,000歩未満	100	6.4	15	9.2	12	7.2	9	4.0	10	4.3	14	4.9	40	8.0
	2,000～4,000歩未満	375	23.9	38	23.3	44	26.3	61	27.4	46	19.7	61	21.6	125	25.1
	4,000～6,000	468	29.8	51	31.3	42	25.1	64	28.7	66	28.2	90	31.8	155	31.1
	6,000～8,000	281	17.9	27	16.6	29	17.4	35	15.7	47	20.1	46	16.3	97	19.5
	8,000～10,000	186	11.9	16	9.8	19	11.4	27	12.1	36	15.4	40	14.1	48	9.6
	10,000歩以上	158	10.1	16	9.8	21	12.6	27	12.1	29	12.4	32	11.3	33	6.6
	9,200歩(男)/8,300歩(女)以上	177	11.3	18	11.0	23	13.8	30	13.5	31	13.2	34	12.0	31	6.2
男性	総数	609	100.0	62	100.0	64	100.0	89	100.0	101	100.0	122	100.0	171	100.0
	2,000歩未満	31	5.1	4	6.5	2	3.1	1	1.1	3	3.0	4	3.3	17	9.9
	2,000～4,000歩未満	111	18.2	9	14.5	13	20.3	17	19.1	16	15.8	21	17.2	35	20.5
	4,000～6,000	160	26.3	17	27.4	15	23.4	27	30.3	26	25.7	34	27.9	41	24.0
	6,000～8,000	122	20.0	12	19.4	10	15.6	18	20.2	17	16.8	26	21.3	39	22.8
	8,000～10,000	97	15.9	11	17.7	12	18.8	13	14.6	20	19.8	17	13.9	24	14.0
	10,000歩以上	88	14.4	9	14.5	12	18.8	13	14.6	19	18.8	20	16.4	15	8.8
	(再掲)9,200歩以上	90	14.8	9	14.5	12	18.8	13	14.6	19	18.8	20	16.4	17	9.9
女性	総数	959	100.0	101	100.0	103	100.0	134	100.0	133	100.0	161	100.0	327	100.0
	2,000歩未満	69	7.2	11	10.9	10	9.7	8	6.0	7	5.3	10	6.2	23	7.0
	2,000～4,000歩未満	264	27.5	29	28.7	31	30.1	44	32.8	30	22.6	40	24.8	90	27.5
	4,000～6,000	308	32.1	34	33.7	27	26.2	37	27.6	40	30.1	56	34.8	114	34.9
	6,000～8,000	159	16.6	15	14.9	19	18.4	17	12.7	30	22.6	20	12.4	58	17.7
	8,000～10,000	89	9.3	5	5.0	7	6.8	14	10.4	16	12.0	23	14.3	24	7.3
	10,000歩以上	70	7.3	7	6.9	9	8.7	14	10.4	10	7.5	12	7.5	18	5.5
	(再掲)8,300歩以上	87	9.1	9	8.9	11	10.7	17	12.7	12	9.0	14	8.7	14	4.3

		(再掲)20～64歳以上		(再掲)65歳以上		(再掲)65～74歳以上		(再掲)75歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	915	100.0	653	100.0	414	100.0	217	100.0
	2,000歩未満	53	5.8	47	7.2	21	5.1	26	12.0
	2,000～4,000歩未満	219	23.9	156	23.9	93	22.5	52	24.0
	4,000～6,000	257	28.1	211	32.3	142	34.3	62	28.6
	6,000～8,000	160	17.5	121	18.5	75	18.1	35	16.1
	8,000～10,000	117	12.8	69	10.6	49	11.8	21	9.7
	10,000歩以上	109	11.9	49	7.5	34	8.2	21	9.7
	9,200歩(男)/8,300歩(女)以上	118	12.9	59	9.0	40	9.7	19	8.8
男性	総数	370	100.0	239	100.0	157	100.0	60	100.0
	2,000歩未満	12	3.2	19	7.9	9	5.7	10	16.7
	2,000～4,000歩未満	66	17.8	45	18.8	24	15.3	10	16.7
	4,000～6,000	101	27.3	59	24.7	42	26.8	10	16.7
	6,000～8,000	66	17.8	56	23.4	35	22.3	10	16.7
	8,000～10,000	63	17.0	34	14.2	25	15.9	10	16.7
	10,000歩以上	62	16.8	26	10.9	22	14.0	10	16.7
(再掲)9,200歩以上	62	16.8	28	11.7	23	14.6	5	8.3	
女性	総数	545	100.0	414	100.0	257	100.0	157	100.0
	2,000歩未満	41	7.5	28	6.8	12	4.7	16	10.2
	2,000～4,000歩未満	153	28.1	111	26.8	69	26.8	42	26.8
	4,000～6,000	156	28.6	152	36.7	100	38.9	52	33.1
	6,000～8,000	94	17.2	65	15.7	40	15.6	25	15.9
	8,000～10,000	54	9.9	35	8.5	24	9.3	11	7.0
	10,000歩以上	47	8.6	23	5.6	12	4.7	11	7.0
(再掲)8,300歩以上	56	10.3	31	7.5	17	6.6	14	8.9	

3 健康意識調査結果

表 12 健康に対する自覚

		総数		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
健康	男性	270	16.4	49	22.9	43	18.4	36	13.5	43	15.8	41	13.1	58	16.7
	女性	460	19.0	73	29.3	74	23.3	66	17.6	59	17.8	73	15.8	115	16.9
	計	730	18.0	122	26.3	117	21.2	102	15.9	102	16.9	114	14.7	173	16.8
まあまあ健康	男性	1,006	61.0	108	50.5	130	55.6	168	62.9	161	59.2	206	65.6	233	67.1
	女性	1,602	66.3	142	57.0	193	60.7	247	65.9	227	68.6	330	71.6	463	68.0
	計	2,608	64.2	250	54.0	323	58.5	415	64.6	388	64.3	536	69.2	696	67.7
あまり健康ではない	男性	320	19.4	48	22.4	52	22.2	54	20.2	63	23.2	60	19.1	43	12.4
	女性	294	12.2	28	11.2	47	14.8	56	14.9	36	10.9	45	9.8	82	12.0
	計	614	15.1	76	16.4	99	17.9	110	17.1	99	16.4	105	13.5	125	12.2
健康ではない	男性	45	2.7	6	2.8	9	3.8	7	2.6	5	1.8	6	1.9	12	3.5
	女性	51	2.1	6	2.4	2	0.6	5	1.3	8	2.4	10	2.2	20	2.9
	計	96	2.4	12	2.6	11	2.0	12	1.9	13	2.2	16	2.1	32	3.1
無回答	男性	7	0.4	3	1.4	0	0.0	2	0.7	0	0.0	1	0.3	1	0.3
	女性	8	0.3	0	0.0	2	0.6	1	0.3	1	0.3	3	0.7	1	0.1
	計	15	0.4	3	0.6	2	0.4	3	0.5	1	0.2	4	0.5	2	0.2
総計	男性	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	女性	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	計	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0

表 13 健康のために実行していること

		総数		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	-	463	-	552	-	642	-	603	-	775	-	1,028	-
	規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	2,279	56.1	147	31.7	231	41.8	279	43.5	290	48.1	518	66.8	814	79.2
	バランスのとれた食事をしている	1,389	34.2	99	21.4	155	28.1	196	30.5	206	34.2	290	37.4	443	43.1
	うす味のもの食べている	1,596	39.3	64	13.8	122	22.1	167	26.0	221	36.7	378	48.8	644	62.6
	食べ過ぎないようにしている	2,042	50.3	173	37.4	221	40.0	285	44.4	297	49.3	425	54.8	641	62.4
	適度に運動(スポーツを含む)をするか身体を動かしている	1,588	39.1	113	24.4	134	24.3	177	27.6	194	32.2	330	42.6	640	62.3
	睡眠を十分にとっている	1,702	41.9	152	32.8	183	33.2	215	33.5	226	37.5	333	43.0	593	57.7
	たばこを吸わない	2,428	59.8	251	54.2	315	57.1	346	53.9	333	55.2	479	61.8	704	68.5
	お酒を飲み過ぎないようにしている	1,633	40.2	189	40.8	225	40.8	230	35.8	220	36.5	312	40.3	457	44.5
	ストレスをためないようにしている	1,348	33.2	104	22.5	113	20.5	158	24.6	182	30.2	300	38.7	491	47.8
	その他	82	2.0	1	0.2	9	1.6	16	2.5	15	2.5	15	1.9	26	2.5
	特に何もしていない	357	8.8	64	13.8	55	10.0	79	12.3	60	10.0	48	6.2	51	5.0
	男性	男性総数	1,648	-	214	-	234	-	267	-	272	-	314	-	347
規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている		830	50.4	60	28.0	77	32.9	100	37.5	123	45.2	205	65.3	265	76.4
バランスのとれた食事をしている		475	28.8	42	19.6	55	23.5	64	24.0	71	26.1	106	33.8	137	39.5
うす味のもの食べている		436	26.5	22	10.3	27	11.5	43	16.1	58	21.3	112	35.7	174	50.1
食べ過ぎないようにしている		735	44.6	59	27.6	83	35.5	100	37.5	110	40.4	164	52.2	219	63.1
適度に運動(スポーツを含む)をするか身体を動かしている		650	39.4	72	33.6	80	34.2	78	29.2	83	30.5	135	43.0	202	58.2
睡眠を十分にとっている		680	41.3	63	29.4	74	31.6	80	30.0	101	37.1	158	50.3	204	58.8
たばこを吸わない		911	55.3	100	46.7	117	50.0	115	43.1	130	47.8	194	61.8	255	73.5
お酒を飲み過ぎないようにしている		684	41.5	81	37.9	84	35.9	78	29.2	93	34.2	145	46.2	203	58.5
ストレスをためないようにしている		511	31.0	50	23.4	50	21.4	59	22.1	77	28.3	124	39.5	151	43.5
その他		21	1.3	0	0.0	5	2.1	4	1.5	3	1.1	5	1.6	4	1.2
特に何もしていない		186	11.3	32	15.0	27	11.5	42	15.7	38	14.0	20	6.4	27	7.8
女性		女性総数	2,415	-	249	-	318	-	375	-	331	-	461	-	681
	規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	1,449	60.0	87	34.9	154	48.4	179	47.7	167	50.5	313	67.9	549	80.6
	バランスのとれた食事をしている	914	37.8	57	22.9	100	31.4	132	35.2	135	40.8	184	39.9	306	44.9
	うす味のもの食べている	1,160	48.0	42	16.9	95	29.9	124	33.1	163	49.2	266	57.7	470	69.0
	食べ過ぎないようにしている	1,307	54.1	114	45.8	138	43.4	185	49.3	187	56.5	261	56.6	422	62.0
	適度に運動(スポーツを含む)をするか身体を動かしている	938	38.8	41	16.5	54	17.0	99	26.4	111	33.5	195	42.3	438	64.3
	睡眠を十分にとっている	1,022	42.3	89	35.7	109	34.3	135	36.0	125	37.8	175	38.0	389	57.1
	たばこを吸わない	1,517	62.8	151	60.6	198	62.3	231	61.6	203	61.3	285	61.8	449	65.9
	お酒を飲み過ぎないようにしている	949	39.3	108	43.4	141	44.3	152	40.5	127	38.4	167	36.2	254	37.3
	ストレスをためないようにしている	837	34.7	54	21.7	63	19.8	99	26.4	105	31.7	176	38.2	340	49.9
	その他	61	2.5	1	0.4	4	1.3	12	3.2	12	3.6	10	2.2	22	3.2
	特に何もしていない	171	7.1	32	12.9	28	8.8	37	9.9	22	6.6	28	6.1	24	3.5

注)複数回答のため、内訳合計は100%にならない。

表 14 適正体重の認知度

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
知っている	男性	1,125	68.3	140	65.4	167	71.4	189	70.8	181	66.5	231	73.6	217	62.5
	女性	1,863	77.1	199	79.9	255	80.2	301	80.3	272	82.2	351	76.1	485	71.2
	計	2,988	73.5	339	73.2	422	76.4	490	76.3	453	75.1	582	75.1	702	68.3
知らない	男性	514	31.2	72	33.6	67	28.6	77	28.8	91	33.5	82	26.1	125	36.0
	女性	545	22.6	50	20.1	62	19.5	74	19.7	59	17.8	108	23.4	192	28.2
	計	1,059	26.1	122	26.3	129	23.4	151	23.5	150	24.9	190	24.5	317	30.8
無回答	男性	9	0.5	2	0.9	0	0.0	1	0.4	0	0.0	1	0.3	5	1.4
	女性	7	0.3	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	2	0.4	4	0.6
	計	16	0.4	2	0.4	1	0.2	1	0.2	0	0.0	3	0.4	9	0.9
総計	男性	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	女性	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	計	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0

表 15 睡眠による疲労回復の状況

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0
	男性	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	女性	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
充分とれている	総数	727	17.9	69	14.9	71	12.9	79	12.3	69	11.4	150	19.4	289	28.1
	男性	320	19.4	36	16.8	30	12.8	36	13.5	38	14.0	76	24.2	104	30.0
	女性	407	16.9	33	13.3	41	12.9	43	11.5	31	9.4	74	16.1	185	27.2
まあまあとれている	総数	2,413	59.4	238	51.4	274	49.6	306	47.7	327	54.2	431	55.6	567	55.2
	男性	842	51.1	104	48.6	111	47.4	122	45.7	143	52.6	171	54.5	191	55.0
	女性	1,301	53.9	134	53.8	163	51.3	184	49.1	184	55.6	260	56.4	376	55.2
あまりとれていない	総数	995	24.5	130	28.1	164	29.7	221	34.4	173	28.7	165	21.3	142	13.8
	男性	399	24.2	61	28.5	72	30.8	90	33.7	75	27.6	60	19.1	41	11.8
	女性	596	24.7	69	27.7	92	28.9	131	34.9	98	29.6	105	22.8	101	14.8
まったくとれていない	総数	107	2.6	16	3.5	31	5.6	23	3.6	19	3.2	10	1.3	8	0.8
	男性	42	2.5	6	2.8	14	6.0	10	3.7	9	3.3	3	1.0	0	0.0
	女性	65	2.7	10	4.0	17	5.3	13	3.5	10	3.0	7	1.5	8	1.2
わからない	総数	81	2.0	6	1.3	11	2.0	12	1.9	15	2.5	18	2.3	19	1.8
	男性	40	2.4	3	1.4	7	3.0	8	3.0	7	2.6	4	1.3	11	3.2
	女性	41	1.7	3	1.2	4	1.3	4	1.1	8	2.4	14	3.0	8	1.2
無回答	総数	10	0.2	4	0.9	1	0.2	1	0.2	0	0.0	1	0.1	3	0.3
	男性	5	0.3	4	1.9	0	0.0	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	女性	5	0.2	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.2	3	0.4

※睡眠で休養がとれている者は「十分とれている」、「まあまあとれている」と回答した者。

表 16 ここ1か月間の1日の平均睡眠時間

	総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20～59歳		(再掲)60歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
5時間未満	男性	116	7.0	17	7.9	12	5.1	17	6.4	25	9.2	25	8.0	20	5.8	71	7.2	45	6.8
	女性	194	8.0	18	7.2	21	6.6	28	7.5	27	8.2	40	8.7	60	8.8	94	7.4	100	8.8
	計	310	7.6	35	7.6	33	6.0	45	7.0	52	8.6	65	8.4	80	7.8	165	7.3	145	8.0
5時間以上 6時間未満	男性	495	30.0	67	31.3	95	40.6	100	37.5	93	34.2	74	23.6	66	19.0	355	36.0	140	21.2
	女性	846	35.0	75	30.1	106	33.3	138	36.8	139	42.0	182	39.5	206	30.2	458	36.0	388	34.0
	計	1,341	33.0	142	30.7	201	36.4	238	37.1	232	38.5	256	33.0	272	26.5	813	36.0	528	29.3
6時間以上 7時間未満	男性	593	36.0	81	37.9	84	35.9	95	35.6	104	38.2	118	37.6	111	32.0	364	36.9	229	34.6
	女性	799	33.1	84	33.7	101	31.8	136	36.3	114	34.4	153	33.2	211	31.0	435	34.2	364	31.9
	計	1,392	34.3	165	35.6	185	33.5	231	36.0	218	36.2	271	35.0	322	31.3	799	35.4	593	32.9
7時間以上 8時間未満	男性	315	19.1	36	16.8	35	15.0	46	17.2	39	14.3	67	21.3	92	26.5	156	15.8	159	24.1
	女性	429	17.8	52	20.9	67	21.1	58	15.5	44	13.3	70	15.2	138	20.3	221	17.4	208	18.2
	計	744	18.3	88	19.0	102	18.5	104	16.2	83	13.8	137	17.7	230	22.4	377	16.7	367	20.4
8時間以上 9時間未満	男性	102	6.2	10	4.7	8	3.4	6	2.2	9	3.3	24	7.6	45	13.0	33	3.3	69	10.4
	女性	125	5.2	15	6.0	20	6.3	14	3.7	7	2.1	11	2.4	58	8.5	56	4.4	69	6.0
	計	227	5.6	25	5.4	28	5.1	20	3.1	16	2.7	35	4.5	103	9.9	89	3.9	138	7.7
9時間以上	男性	21	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.4	2	0.7	6	1.9	12	3.5	3	0.3	18	2.7
	女性	19	0.8	5	2.0	2	0.6	1	0.3	0	0.0	4	0.9	7	1.0	8	0.6	11	1.0
	計	40	1.0	5	1.1	2	0.4	2	0.3	2	0.3	10	1.3	19	1.8	11	0.5	29	1.6
無回答	男性	6	0.4	3	1.4	0	0.0	2	0.7	0	0.0	0	0.0	1	0.3	5	0.5	1	0.2
	女性	3	0.1	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.1	1	0.1	2	0.2
	計	9	0.2	3	0.6	1	0.2	2	0.3	0	0.0	1	0.1	2	0.2	6	0.3	3	0.2
総数	男性	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0	987	100.0	661	100.0
	女性	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0	1,273	100.0	1,142	100.0
	計	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0	2,260	100.0	1,803	100.0

4 喫煙に関する結果

表 17 20歳以上の者の喫煙率

	2001年			2004年			2007年			2010年			2013年			2016年			2019年		
	総数	人数	%	総数	人数	%	総数	人数	%	総数	人数	%	総数	人数	%	総数	人数	%	総数	人数	%
総数	4,441	1,688	38.0	4,391	1,542	35.1	4,345	1,370	31.5	4,319	1,073	24.8	4,383	1,212	27.7	4,202	1,038	24.7	4,297	865	20.1
男性	2,084	1,115	53.5	2,039	1,018	49.9	2,034	892	43.9	2,011	704	35.0	2,018	791	39.2	1,944	673	34.6	1,990	559	28.1
女性	2,358	574	24.3	2,353	523	22.2	2,320	479	20.6	2,309	373	16.2	2,365	420	17.8	2,258	364	16.1	2,307	305	13.2

注)「毎日吸っている」または「時々吸う日がある」と回答した者の人数
 出典:国民生活基礎調査

表 18 20歳未満の者の喫煙率

	性別	平成29年調査			令和5年調査		
		総数	人数	%	総数	人数	%
中学1年生	男子	591	3	0.5	689	2	0.3
	女子	617	1	0.2	677	1	0.1
高校3年生	男子	1,134	9	0.8	986	18	1.8
	女子	1,363	7	0.5	1,227	5	0.4

*「喫煙者」とは、この1か月の間に喫煙していた者の数。
 出典:道調査

表 19 受動喫煙の機会

		家庭		職場		飲食店	
		人数	%	人数	%	人数	%
H 2 8 年	ほぼ毎日	414	17.0	330	13.5	17	0.7
	週に数回程度	76	3.1	125	5.1	35	1.4
	週に1回程度	46	1.9	58	2.4	111	4.5
	月に1回程度	56	2.3	73	3.0	435	17.8
	全くなかった	1,618	66.3	864	35.4	801	32.8
	行かなかった	137	5.6	816	33.4	877	35.9
	無回答	93	3.8	174	7.1	164	6.7
	総数	2,440	100.0	2,440	100.0	2,440	100.0
	※ 受動喫煙の機会を有する者の割合		18.4		25.2		41.7
R 4 年	ほぼ毎日	184	5.4	52	1.5	2	0.1
	週に数回程度	73	2.2	88	2.6	10	0.3
	週に1回程度	51	1.5	60	1.8	47	1.4
	月に1回程度	82	2.4	98	2.9	318	9.4
	全くなかった	2,784	82.1	1,960	57.9	1,844	54.4
	行かなかった	218	6.4	1,128	33.3	1,171	34.5
	無回答		0.0		0.0		0.0
	総数	3,392	100.0	3,386	100.0	3,392	100.0
	※ 受動喫煙の機会を有する者の割合		5.4		13.3		17.0

※受動喫煙の機会を有する者の割合の計算式(%)

【公共施設/職場/飲食店】

$$\left(\frac{\text{「ほぼ毎日」} + \text{「週に数回」} + \text{「週に1回」} + \text{「月に1回」}}{\text{「総数」} - \text{「無回答」}} \times 100 \right) \div \left(100 - \frac{\text{「行かなかった」}}{\text{「総数」} - \text{「無回答」}} \times 100 \right) \times 100$$

【家庭】

$$\frac{\text{「ほぼ毎日」}}{\text{「総数」} - \text{「無回答」}} \times 100$$

5 飲酒に関する結果

表 20 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合 (20歳以上)

男性	総数		女性	総数	
	人数	%		人数	%
毎日×2合以上	224	13.7	毎日×1合以上	168	7.0
週5～6日×2合以上	51	3.1	週5～6日×1合以上	76	3.2
週3～4日×3合以上	32	2.0	週3～4日×1合以上	113	4.7
週1～2日×5合以上	19	1.2	週1～2日×3合以上	14	0.6
月1～3日×5合以上	10	0.6	月1～3日×5合以上	5	0.2
総数	336	20.5	総数	376	15.7
男性全回答者数	1,640		女性全回答者数	2,397	

※1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者

※1合＝日本酒換算

表 21 20歳未満の者の飲酒率

	性別	平成29年調査			令和5年調査		
		総数	人数	%	総数	人数	%
中学1年生	男子	541	7	1.3	642	4	0.6
	女子	596	7	1.2	619	4	0.6
高校3年生	男子	1,134	58	5.1	986	52	5.3
	女子	1,363	81	5.9	1,227	43	3.5

*「飲酒者」とは、この1か月の間に飲酒していた者の数。

出典：道調査

6 歯・口腔に関する結果

表 22 口腔機能維持・向上

	性別	総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
何でもかんで食べることができる	男性	1,274	77.3	192	89.7	208	88.9	222	83.1	211	77.6	219	69.7	222	64.0
	女性	1,854	76.8	213	85.5	278	87.4	314	83.7	253	76.4	326	70.7	470	69.0
	計	3,128	77.0	405	87.5	486	88.0	536	83.5	464	76.9	545	70.3	692	67.3
歯や歯ぐき、かみあわせなどきになる部分があり、かみにくいことがある	男性	350	21.2	20	9.3	22	9.4	41	15.4	59	21.7	89	28.3	119	34.3
	女性	542	22.4	35	14.1	37	11.6	60	16.0	76	23.0	132	28.6	202	29.7
	計	892	22.0	55	11.9	59	10.7	101	15.7	135	22.4	221	28.5	321	31.2
ほとんどかめない	男性	16	1.0	0	0.0	3	1.3	2	0.7	2	0.7	5	1.6	4	1.2
	女性	12	0.5	1	0.4	1	0.3	1	0.3	1	0.3	2	0.4	6	0.9
	計	28	0.7	1	0.2	4	0.7	3	0.5	3	0.5	7	0.9	10	1.0
無回答	男性	8	0.5	2	0.9	1	0.4	2	0.7	0	0.0	1	0.3	2	0.6
	女性	7	0.3	0	0.0	2	0.6	0	0.0	1	0.3	1	0.2	3	0.4
	計	15	0.4	2	0.4	3	0.5	2	0.3	1	0.2	2	0.3	5	0.5
総計	男性	1,648	100.0	214	100.0	234	100.0	267	100.0	272	100.0	314	100.0	347	100.0
	女性	2,415	100.0	249	100.0	318	100.0	375	100.0	331	100.0	461	100.0	681	100.0
	計	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0

表 23 歯の喪失防止

	総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)80歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
対象者数	4,063	-	463	-	552	-	642	-	603	-	775	-	1,028	-	165	-
20本以上	3,242	79.8	458	98.9	543	98.4	626	97.5	554	91.9	554	71.5	507	49.3	69	41.8
24本以上	2,760	67.9	456	98.5	530	96.0	588	91.6	482	79.9	397	51.2	307	29.9	44	26.7

表 24 過去1年間の歯科健診の受診状況

	総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
はい	1,666	41.0	141	30.5	220	39.9	251	39.1	231	38.3	340	43.9	483	47.0
いいえ	2,384	58.7	319	68.9	330	59.8	389	60.6	371	61.5	434	56.0	541	52.6
無回答	13	0.3	3	0.6	2	0.4	2	0.3	1	0.2	1	0.1	4	0.4
総数	4,063	100.0	463	100.0	552	100.0	642	100.0	603	100.0	775	100.0	1,028	100.0