

## II 調査結果

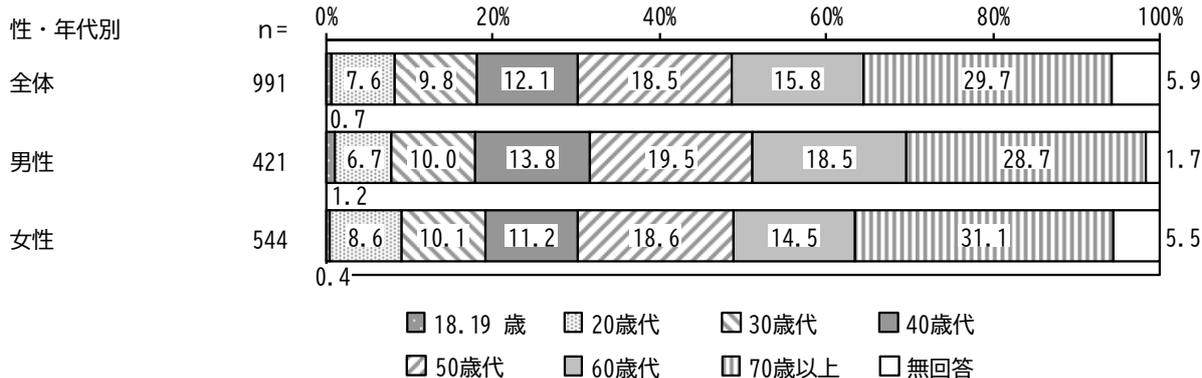
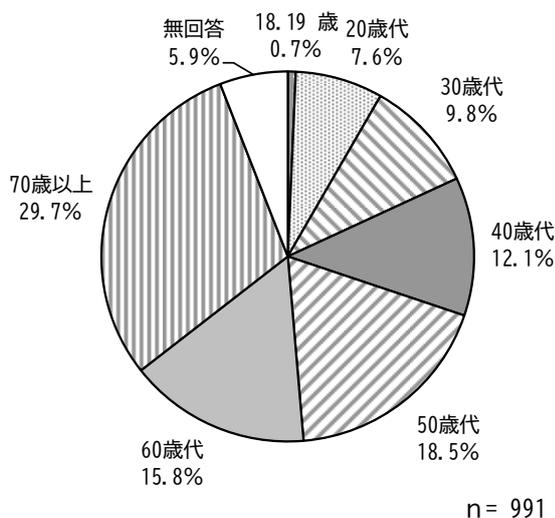
### 1 区民向け調査

#### (1) 調査回答者の属性

##### ■年代

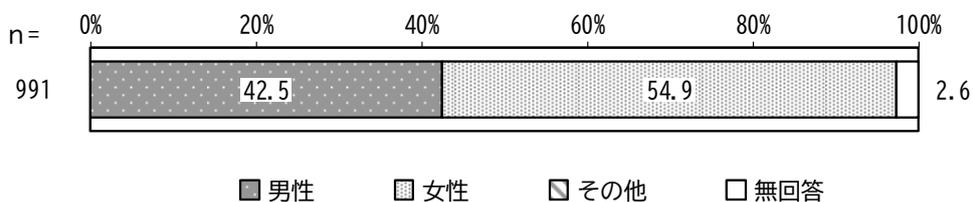
「70歳以上」の割合が29.7%と最も高く、次いで「50歳代」の割合が18.5%、「60歳代」の割合が15.8%となっています。

性別にみると、大きな差はみられません。



##### ■性別

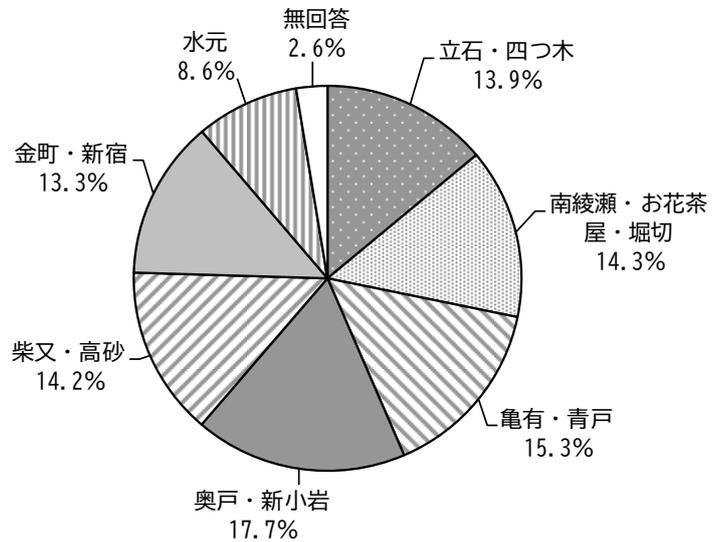
「男性」の割合が42.5%、「女性」の割合が54.9%となっています。



## ■居住地域

「奥戸・新小岩」の割合が17.7%と最も高く、次いで「亀有・青戸」の割合が15.3%、「南綾瀬・お花茶屋・堀切」の割合が14.3%となっています。

カテゴリ	件数
立石・四つ木	138
南綾瀬・お花茶屋・堀切	142
亀有・青戸	152
奥戸・新小岩	175
柴又・高砂	141
金町・新宿	132
水元	85
無回答	26
全体	991

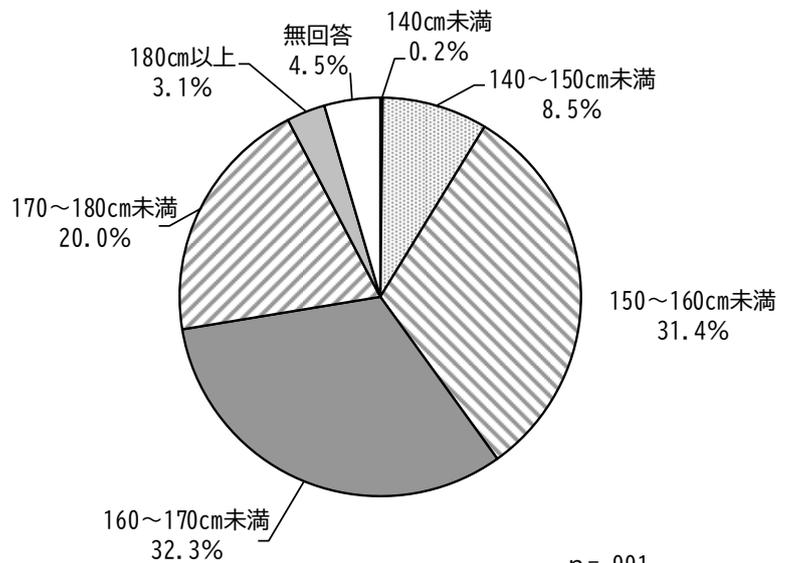


n = 991

## ■身長

「160～170cm未満」の割合が32.3%と最も高く、次いで「150～160cm未満」の割合が31.4%、「170～180cm未満」の割合が20.0%となっています。

カテゴリ	件数
140cm未満	2
140～150cm未満	84
150～160cm未満	311
160～170cm未満	320
170～180cm未満	198
180cm以上	31
無回答	45
全体	991

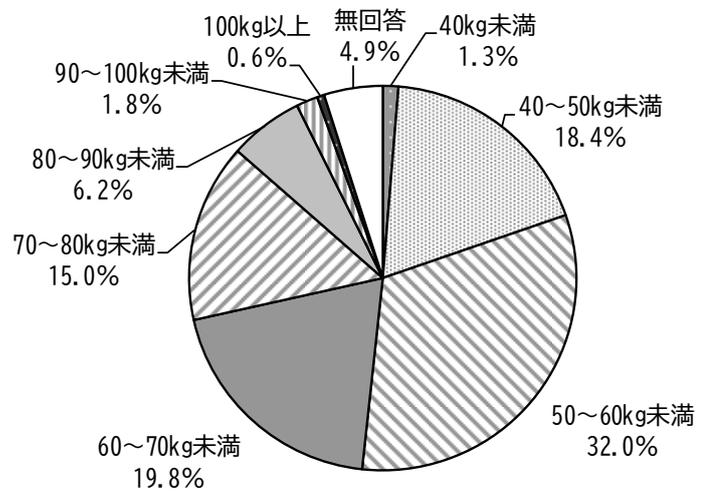


n = 991

## ■体重

「50～60kg 未満」の割合が 32.0%と最も高く、次いで「60～70kg 未満」の割合が 19.8%、「40～50kg 未満」の割合が 18.4%となっています。

カテゴリ	件数
40kg未満	13
40～50kg未満	182
50～60kg未満	317
60～70kg未満	196
70～80kg未満	149
80～90kg未満	61
90～100kg未満	18
100kg以上	6
無回答	49
全体	991

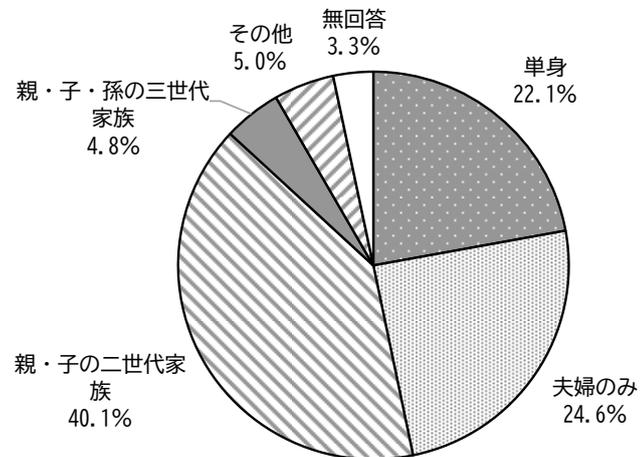


n = 991

## ■同居家族

「親・子の二世世代家族」の割合が 40.1%と最も高く、次いで「夫婦のみ」の割合が 24.6%、「単身」の割合が 22.1%となっています。

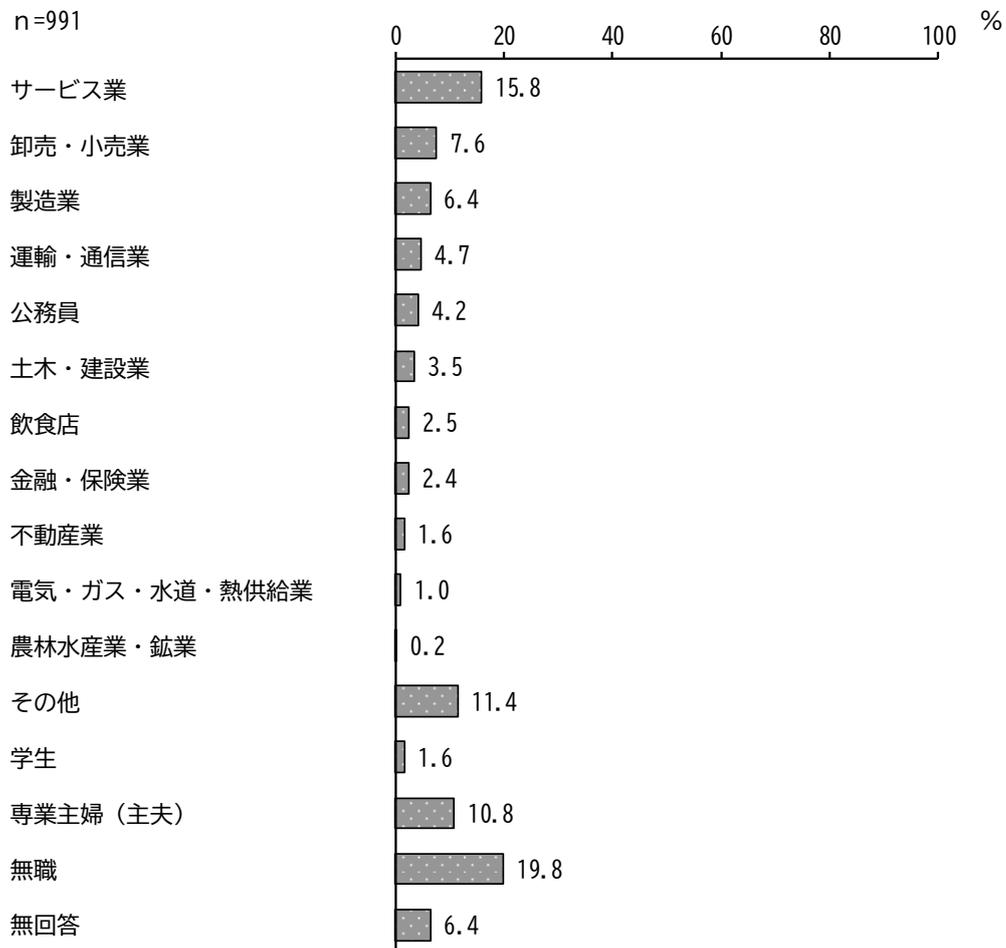
カテゴリ	件数
単身	219
夫婦のみ	244
親・子の二世世代家族	397
親・子・孫の三世世代家族	48
その他	50
無回答	33
全体	991



n = 991

## ■業種

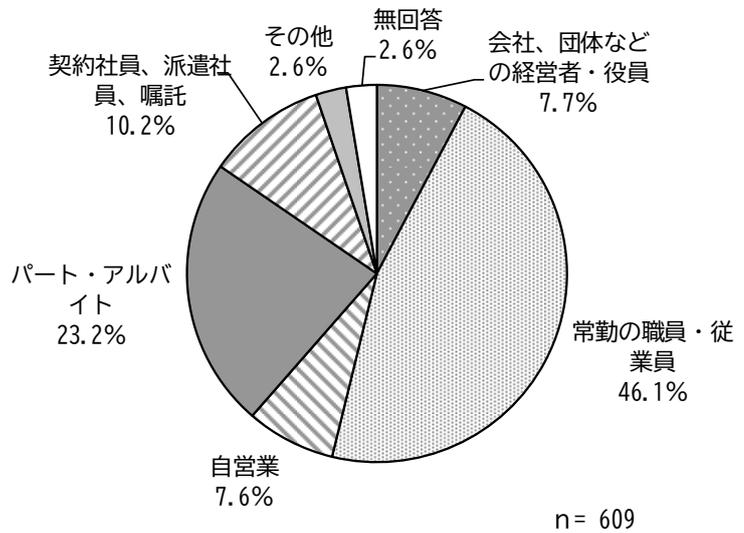
「無職」の割合が19.8%と最も高く、次いで「サービス業」の割合が15.8%、「専業主婦（主夫）」の割合が10.8%となっています。



## ■就業形態

「常勤の職員・従業員」の割合が46.1%と最も高く、次いで「パート・アルバイト」の割合が23.2%、「契約社員、派遣社員、嘱託」の割合が10.2%となっています。

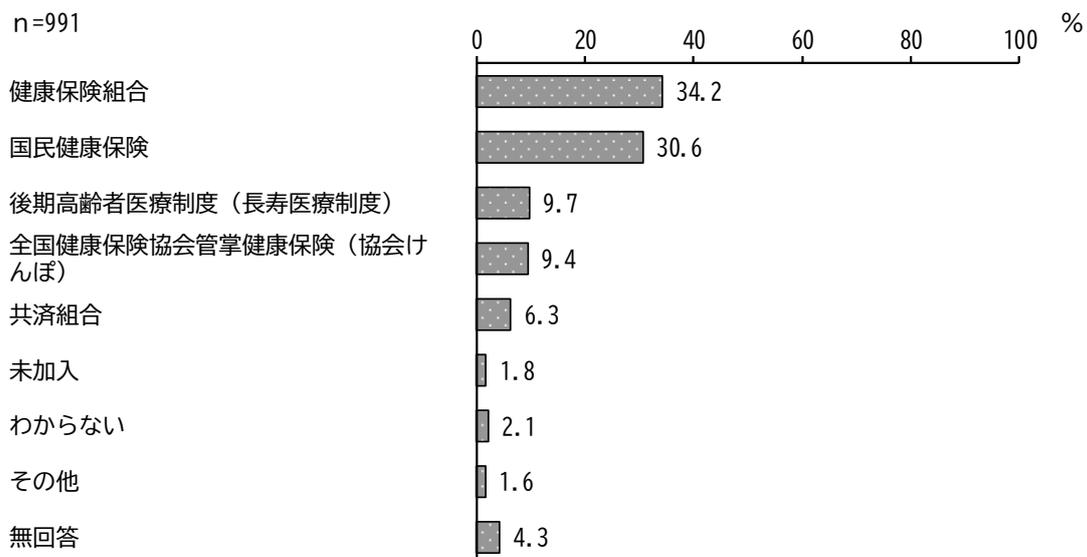
カテゴリ	件数
会社、団体などの経営者・役員	47
常勤の職員・従業員	281
自営業	46
パート・アルバイト	141
契約社員、派遣社員、嘱託	62
その他	16
無回答	16
全体	609



※■業種で、学生、専業主婦（主夫）、無職と答えた人及び無回答者を除く

## ■健康保険種別

「健康保険組合」の割合が34.2%と最も高く、次いで「国民健康保険」の割合が30.6%となっています。

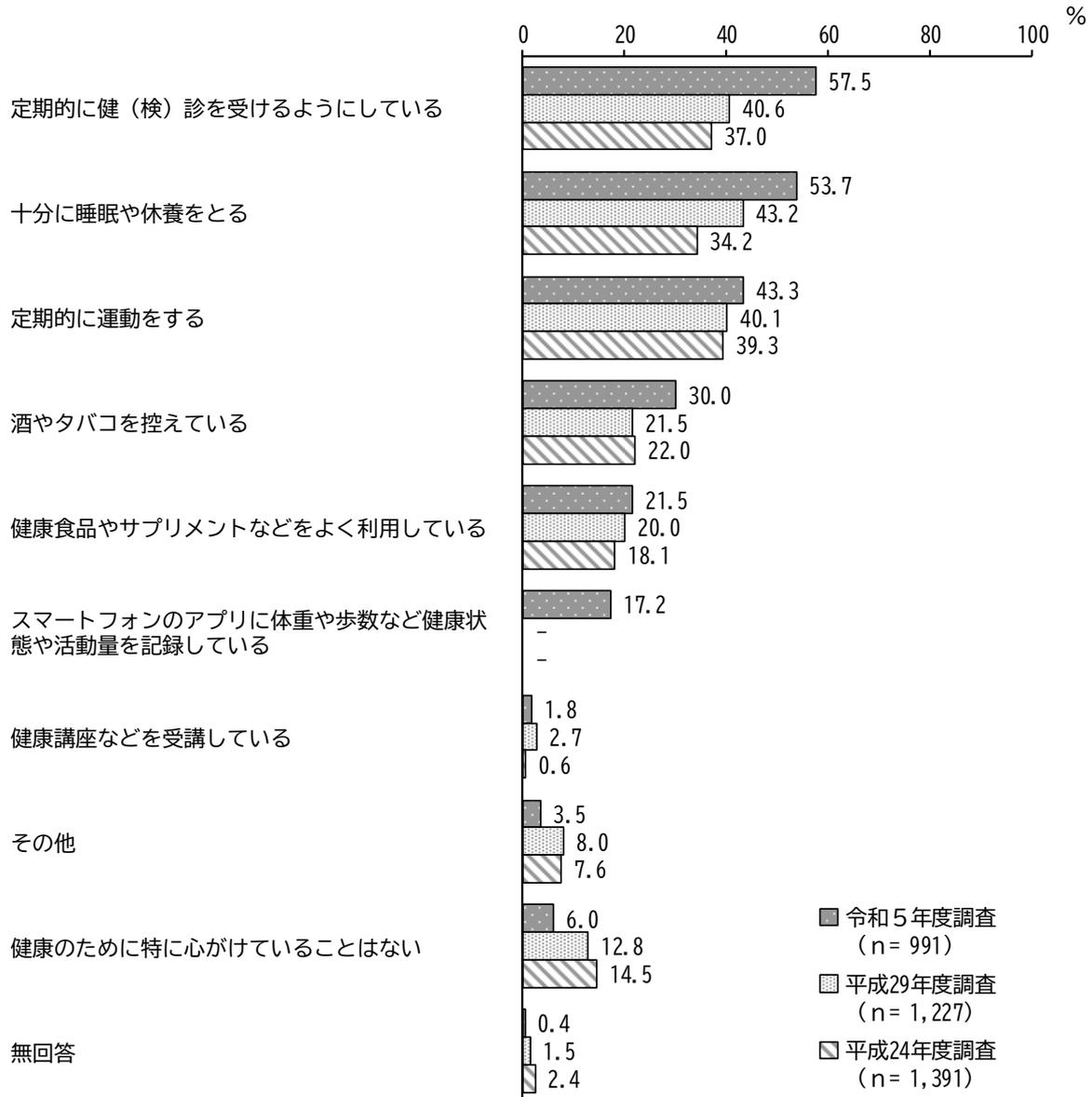


## (2) 健康づくりについて

### 問1 あなたが日頃、健康のために心がけていることは何ですか。(〇はいくつでも)

「定期的に健（検）診を受けるようにしている」の割合が57.5%と最も高く、次いで「十分に睡眠や休養をとる」の割合が53.7%、「定期的に運動をする」の割合が43.3%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「定期的に健（検）診を受けるようにしている」「酒やタバコを控えている」「十分に睡眠や休養をとる」の割合が増加しています。また、「健康のために特に心がけていることはない」の割合が減少しています。



※平成29年度調査、平成24年度調査では、「スマートフォンのアプリに体重や歩数など健康状態や活動量を記録している」の選択肢がありませんでした。

性別で見ると、男性で「定期的に運動をする」の割合が高くなっています。

性・年代別で見ると、男性 20 歳代で「酒やタバコを控えている」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

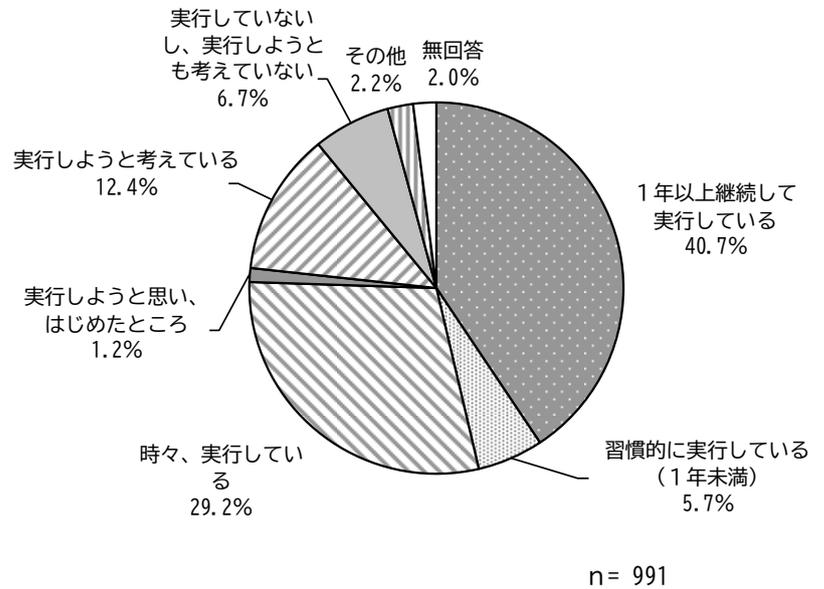
単位：％

区分	n (件)	定期的に運動をする	定期的に健(検)診を受けるようにしている	健康講座などを受講している	酒やタバコを控えている	十分に睡眠や休養をとる	健康食品やサプリメントなどをよく利用している	スマートフォンのアプリに体重や歩数など健康状態や活動量を記録している	その他	健康のために特に心がけていることはない	無回答
全 体	991	43.3	57.5	1.8	30.0	53.7	21.5	17.2	3.5	6.0	0.4
男性	421	48.9	56.5	1.2	34.9	52.3	21.1	16.6	3.1	5.9	0.5
女性	544	38.6	58.8	2.0	26.8	55.0	20.8	17.8	3.7	6.1	0.2
男性 18.19 歳	5	60.0	—	—	20.0	60.0	—	20.0	—	40.0	—
20 歳代	28	46.4	14.3	3.6	67.9	39.3	21.4	21.4	—	—	—
30 歳代	42	45.2	40.5	—	35.7	45.2	16.7	14.3	—	11.9	—
40 歳代	58	50.0	44.8	—	32.8	41.4	27.6	15.5	3.4	8.6	—
50 歳代	82	43.9	68.3	1.2	28.0	45.1	18.3	18.3	—	6.1	1.2
60 歳代	78	48.7	71.8	1.3	34.6	52.6	23.1	20.5	5.1	3.8	—
70 歳以上	121	54.5	61.2	1.7	33.9	66.9	21.5	14.0	5.8	3.3	0.8
女性 18.19 歳	2	—	—	—	50.0	100.0	50.0	50.0	—	—	—
20 歳代	47	25.5	19.1	—	38.3	46.8	29.8	17.0	4.3	12.8	—
30 歳代	55	27.3	41.8	—	34.5	63.6	27.3	29.1	5.5	3.6	—
40 歳代	61	24.6	63.9	—	23.0	57.4	14.8	13.1	3.3	8.2	—
50 歳代	101	41.6	63.4	—	26.7	51.5	23.8	20.8	3.0	5.9	—
60 歳代	79	40.5	63.3	2.5	21.5	48.1	17.7	20.3	5.1	5.1	—
70 歳以上	169	47.3	71.0	5.3	23.7	58.6	15.4	9.5	3.0	5.3	0.6

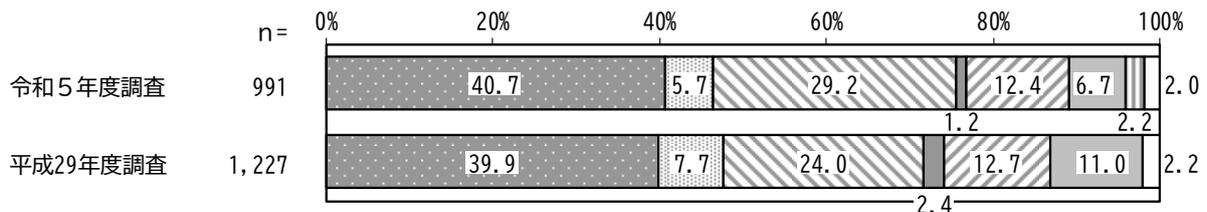
問2 健康の維持・増進のために、「生活活動（日常生活で身体を動かすこと）」が推奨されていますが、あなたは実行していますか。（○は1つだけ）

「1年以上継続して実行している」の割合が40.7%と最も高く、次いで「時々、実行している」の割合が29.2%、「実行しようと考えている」の割合が12.4%となっています。

カテゴリ	件数
1年以上継続して実行している	403
習慣的に実行している（1年未満）	56
時々、実行している	289
実行しようと思い、はじめたところ	12
実行しようと考えている	123
実行していないし、実行しようとも考えていない	66
その他	22
無回答	20
全 体	991



(参考)

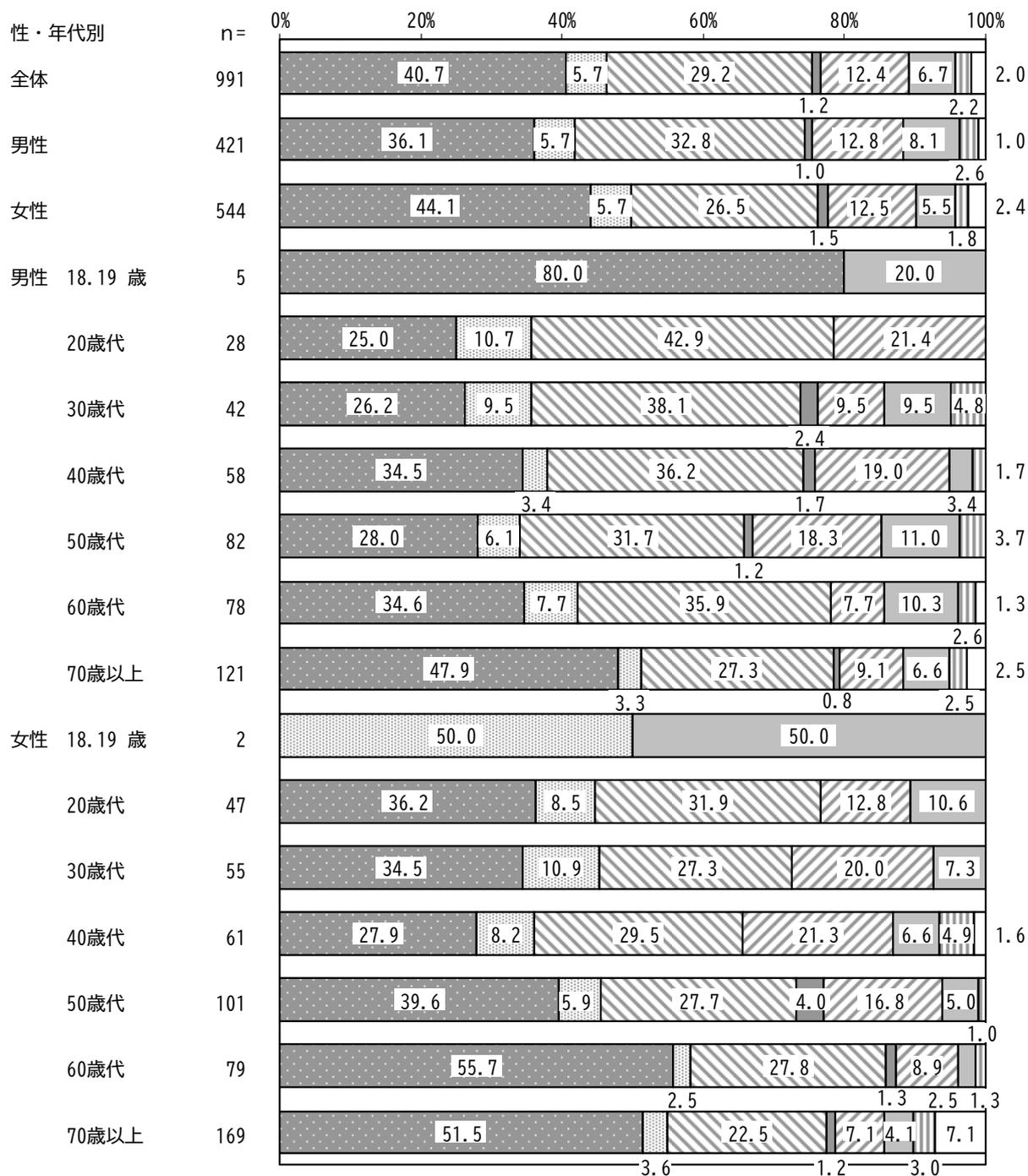


- 1年以上継続して実行している    ▨ 習慣的に実行している（1年未満）    ▩ 時々、実行している
- 実行しようと思い、はじめたところ    ▨ 実行しようと考えている    ■ 実行していないし、実行しようとも考えていない
- その他    □ 無回答

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

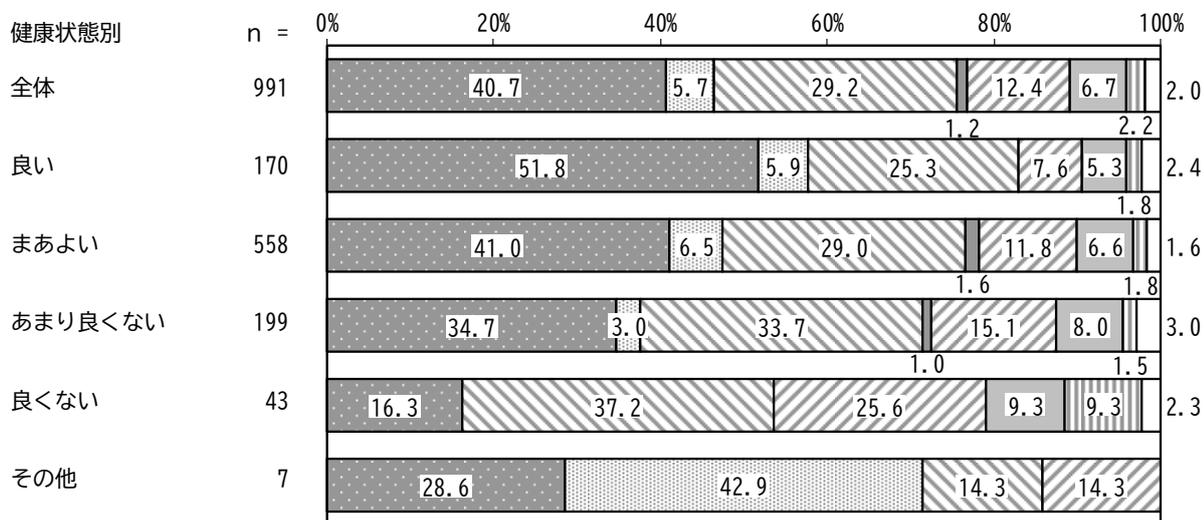
性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性 60 歳代で「1 年以上継続して実行している」の割合が高くなっています。



- 1年以上継続して実行している    ▨ 習慣的に実行している (1年未満)    ▩ 時々、実行している
- ▤ 実行しようと思ひ、はじめたところ    □ 実行しようと考えている    ◻ 実行していないし、実行しようとも考えていない
- ▧ その他    □ 無回答

健康状態別でみると、健康状態を「良くない」と回答した人で、「実行しようと考えている」の割合が高く、健康状態を「良い」と回答した人では、「1年以上継続して実行している」の割合が高くなっています。

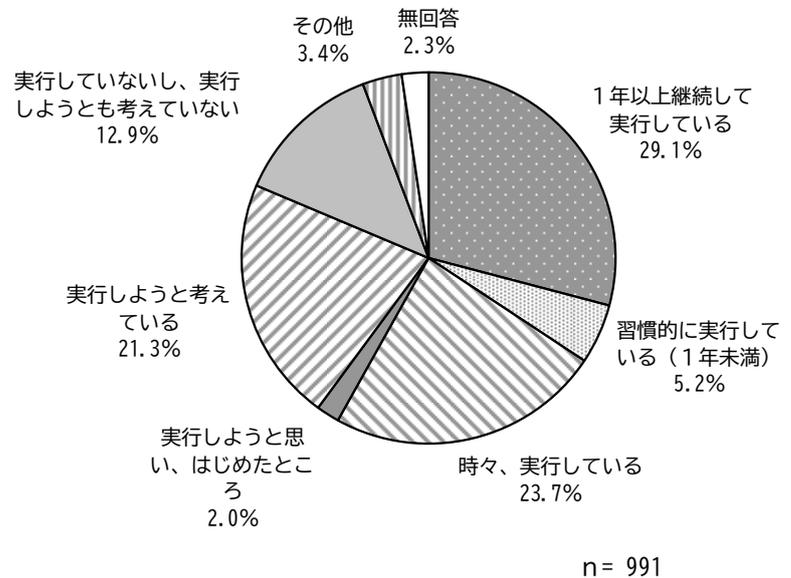


- 1年以上継続して実行している    ■ 習慣的に実行している (1年未満)    ■ 時々、実行している
- 実行しようと思い、はじめたところ    ■ 実行しようと考えている    ■ 実行していないし、実行しようとも考えていない
- その他    □ 無回答

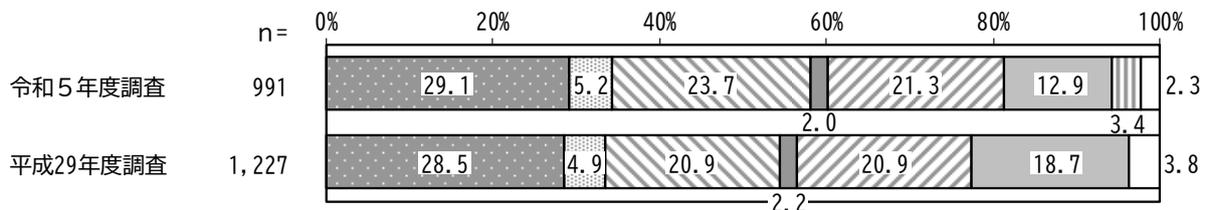
問3 健康の維持・増進のために、「運動」が推奨されていますが、あなたは実行していますか。(〇は1つだけ)

「1年以上継続して実行している」の割合が29.1%と最も高く、次いで「時々、実行している」の割合が23.7%、「実行しようと考えている」の割合が21.3%となっています。一方、「実行していないし、実行しようとも考えていない」の割合が12.9%となっています。

カテゴリ	件数
1年以上継続して実行している	288
習慣的に実行している(1年未満)	52
時々、実行している	235
実行しようと思ひ、はじめたところ	20
実行しようと考えている	211
実行していないし、実行しようとも考えていない	128
その他	34
無回答	23
全 体	991



(参考)

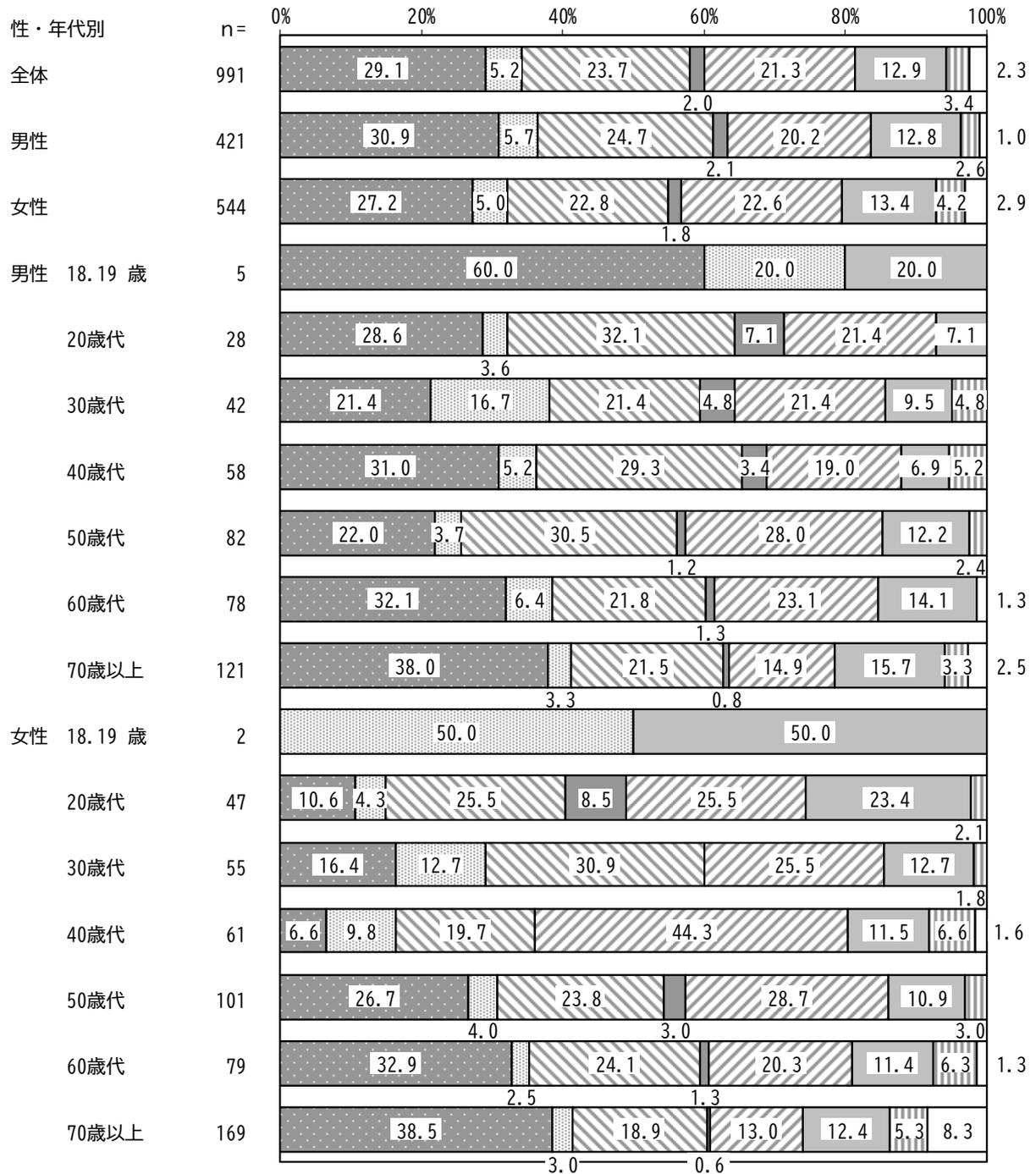


- 1年以上継続して実行している
- ▨ 習慣的に実行している(1年未満)
- ▩ 時々、実行している
- 実行しようと思ひ、はじめたところ
- ▨ 実行しようと考えている
- 実行していないし、実行しようとも考えていない
- ▩ その他
- 無回答

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

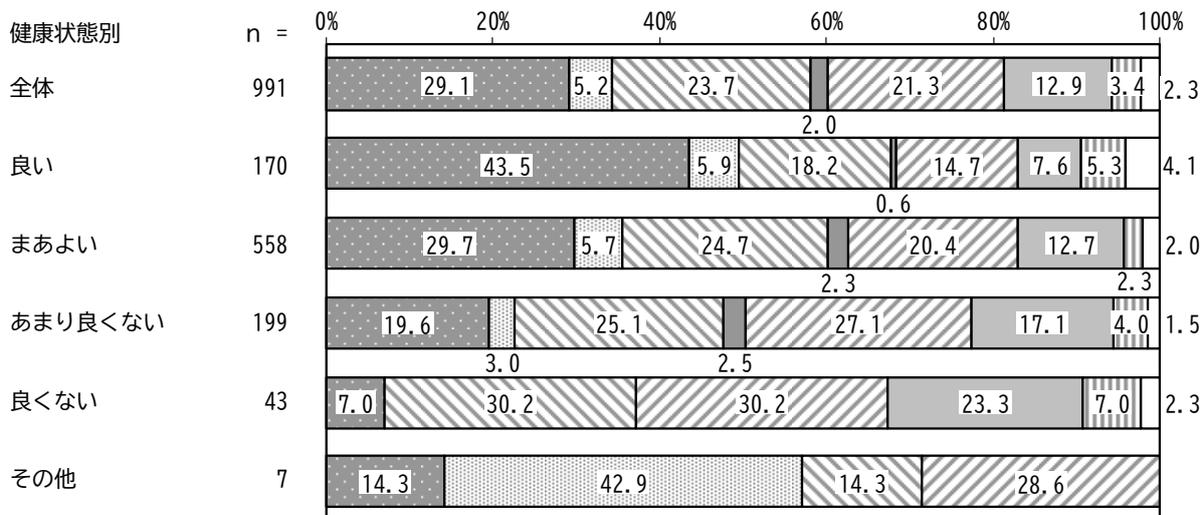
性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性 40 歳代で「実行しようと考えている」の割合が高くなっています。

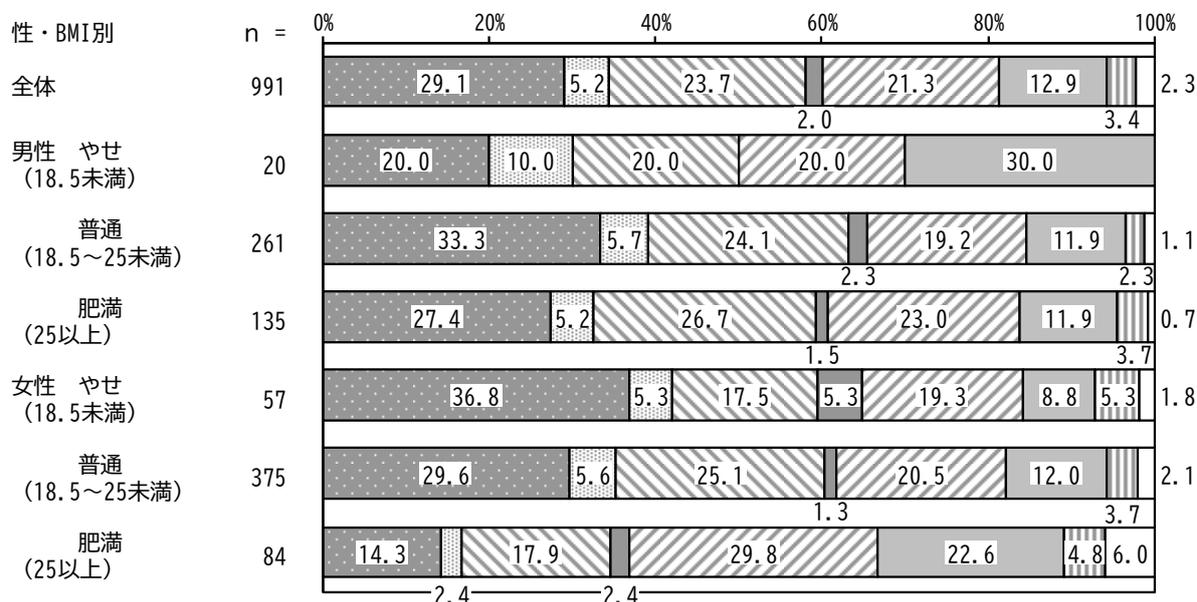


- 1年以上継続して実行している    ▨ 習慣的に実行している（1年未満）    ▩ 時々、実行している
- 実行しようと思い、はじめたところ    □ 実行しようと考えている    □ 実行していないし、実行しようとも考えていない
- ▨ その他    □ 無回答

健康状態別でみると、「良い」で「1年以上継続して実行している」の割合が高くなっています。



性・BMIの区分では、女性やせ (18.5未満) で「1年以上継続して実行している」の割合が高くなっていますが、男性やせ (18.5未満) では「実行していないし、実行しようとも考えていない」が多くなっています。また、男女とも肥満 (25以上) で「実行しようと考えている」が高くなっている傾向がみられます。



- 1年以上継続して実行している
- 習慣的に実行している (1年未満)
- 時々、実行している
- 実行しようと思い、はじめたところ
- 実行しようと考えている
- 実行していないし、実行しようとも考えていない
- その他
- 無回答

(参考)

【運動習慣の有無（全国の調査）】

単位：％

		総数	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
総数	運動の習慣有	28.7	20.9	15.6	15.1	23.4	29.8	39.1
	運動の習慣無	71.3	79.1	84.4	84.9	76.6	70.2	60.9
男性	運動の習慣有	33.4	28.4	25.9	18.5	21.8	35.5	42.7
	運動の習慣無	66.6	71.6	74.1	81.5	78.2	64.5	57.3
女性	運動の習慣有	25.1	12.9	9.4	12.9	24.4	25.3	35.9
	運動の習慣無	74.9	87.1	90.6	87.1	75.6	74.7	64.1

(※) 全国の調査は「国民健康・栄養調査」(厚生労働省・令和2年12月)

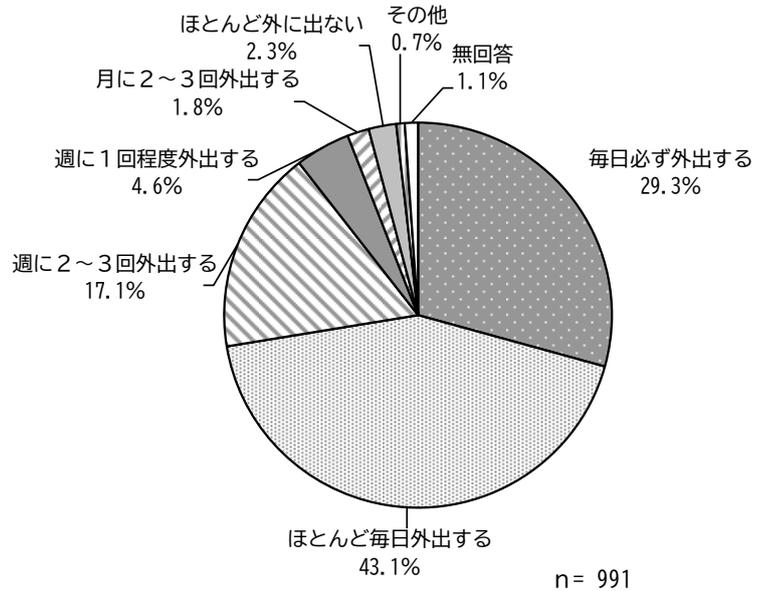
注) 「運動の習慣有」とは、1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続していると回答した者。

### (3) 地域や社会とのつながりについて

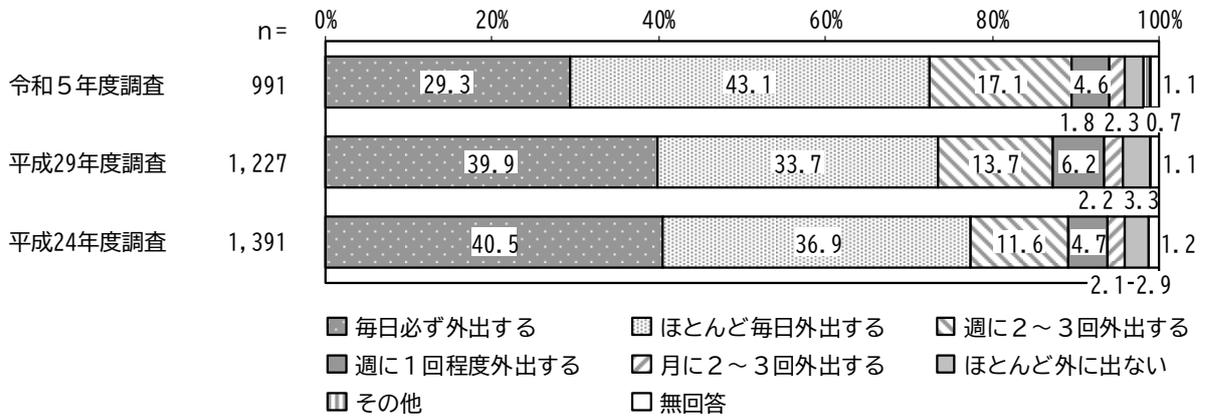
問4 あなたは、ふだん（仕事のある日も含めて）外出することがありますか。  
（○は1つだけ）

「ほとんど毎日外出する」の割合が43.1%と最も高く、次いで「毎日必ず外出する」の割合が29.3%、「週に2～3回外出する」の割合が17.1%となっています。

カテゴリ	件数
毎日必ず外出する	290
ほとんど毎日外出する	427
週に2～3回外出する	169
週に1回程度外出する	46
月に2～3回外出する	18
ほとんど外に出ない	23
その他	7
無回答	11
全体	991



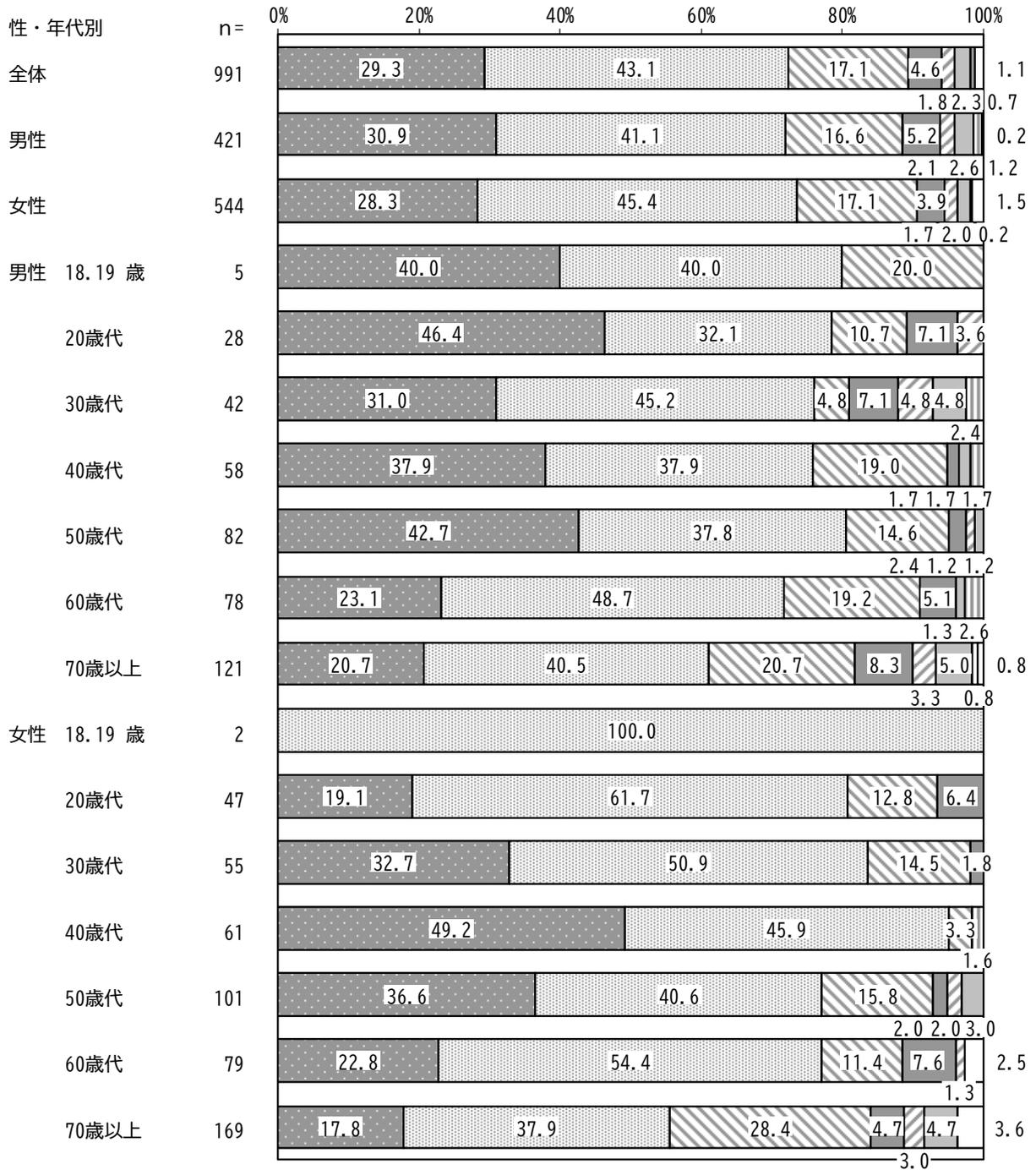
(参考)



※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、男性 20 歳代と女性 40 歳代で「毎日必ず外出する」の割合が高くなっています。

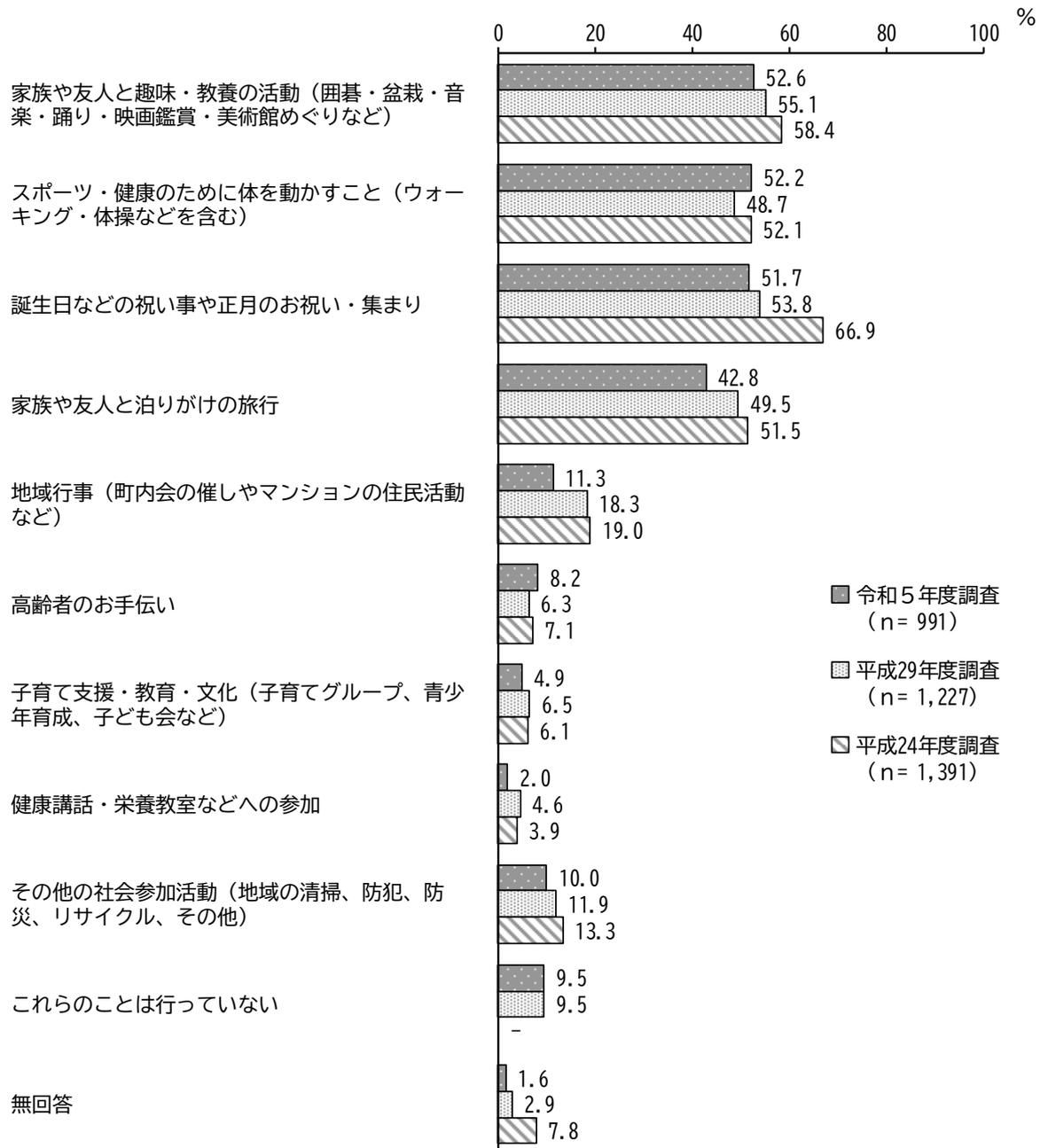


- 毎日必ず外出する
- ほとんど毎日外出する
- 週に2~3回外出する
- 週に1回程度外出する
- 月に2~3回外出する
- ほとんど外に出ない
- その他
- 無回答

問5 あなたはこの1年間に、次のことを行いましたか。(〇はいくつでも)

「家族や友人と趣味・教養の活動(囲碁・盆栽・音楽・踊り・映画鑑賞・美術館めぐりなど)」の割合が52.6%と最も高く、次いで「スポーツ・健康のために体を動かすこと(ウォーキング・体操などを含む)」の割合が52.2%、「誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり」の割合が51.7%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「家族や友人と泊りがけの旅行」「地域行事(町内会の催しやマンションの住民活動など)」の割合が減少しています。



※平成24年度調査では、「これらのことは行っていない」の選択肢がありませんでした。

性別でみると、女性で「誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性30歳代で「家族や友人と泊りがけの旅行」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

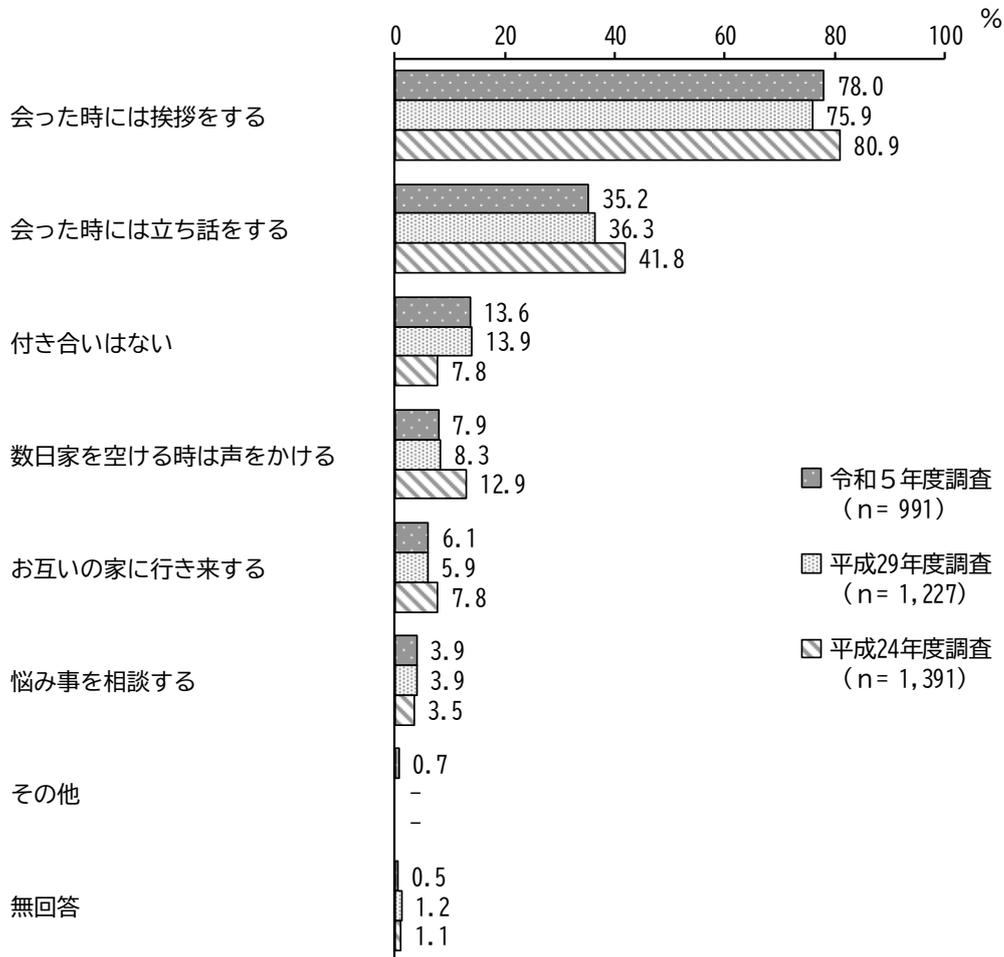
単位：%

区分	n(件)	家族や友人と泊りがけの旅行 音楽・踊り・映画鑑賞・美術館めぐりなど)	家族や友人と泊りがけの旅行	スポーツ・健康のために体を動かすこと(ウオーキング・体操などを含む)	健康講話・栄養教室などへの参加	誕生日などの祝い事や正月のお祝い・集まり	地域行事(町内会の催しやマンションの住民活動など)	子育て支援・教育・文化(子育てグループ、青少年育成、子ども会など)	高齢者のお手伝い	その他の社会参加活動(地域の清掃、防犯、防災、リサイクル、その他)	これらのことは行っていない	無回答
全体	991	52.6	42.8	52.2	2.0	51.7	11.3	4.9	8.2	10.0	9.5	1.6
男性	421	46.3	39.7	56.5	0.5	43.2	8.1	2.1	7.8	9.0	10.2	0.7
女性	544	58.3	46.7	48.2	3.1	59.4	14.2	7.0	8.8	10.8	8.8	1.8
男性 18.19歳	5	100.0	60.0	80.0	—	60.0	—	20.0	—	—	—	—
20歳代	28	67.9	39.3	64.3	3.6	42.9	10.7	3.6	17.9	—	—	—
30歳代	42	52.4	54.8	64.3	—	64.3	9.5	4.8	4.8	4.8	2.4	—
40歳代	58	51.7	53.4	56.9	—	50.0	5.2	3.4	8.6	8.6	10.3	—
50歳代	82	57.3	46.3	53.7	—	47.6	9.8	3.7	9.8	17.1	8.5	—
60歳代	78	46.2	35.9	47.4	—	43.6	11.5	—	11.5	12.8	5.1	1.3
70歳以上	121	28.1	24.8	59.5	0.8	28.9	5.8	—	1.7	5.8	19.0	1.7
女性 18.19歳	2	100.0	100.0	—	—	100.0	—	—	—	—	—	—
20歳代	47	89.4	72.3	48.9	2.1	72.3	8.5	4.3	8.5	2.1	2.1	—
30歳代	55	72.7	80.0	49.1	3.6	81.8	21.8	18.2	1.8	14.5	—	—
40歳代	61	72.1	59.0	47.5	4.9	70.5	26.2	21.3	3.3	18.0	6.6	1.6
50歳代	101	60.4	40.6	56.4	4.0	62.4	6.9	2.0	19.8	12.9	6.9	—
60歳代	79	65.8	48.1	46.8	1.3	64.6	13.9	8.9	11.4	12.7	5.1	2.5
70歳以上	169	34.3	26.0	42.6	3.6	42.0	14.2	1.8	5.3	8.3	16.6	4.1

問6 あなたは、ご近所の方とどのようにお付き合いをしていますか。  
(〇はいくつでも)

「会った時には挨拶をする」の割合が78.0%と最も高く、次いで「会った時には立ち話をする」の割合が35.2%、「付き合いはない」の割合が13.6%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

性別でみると、女性で「会った時には立ち話をする」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「会った時には立ち話をする」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

単位：%

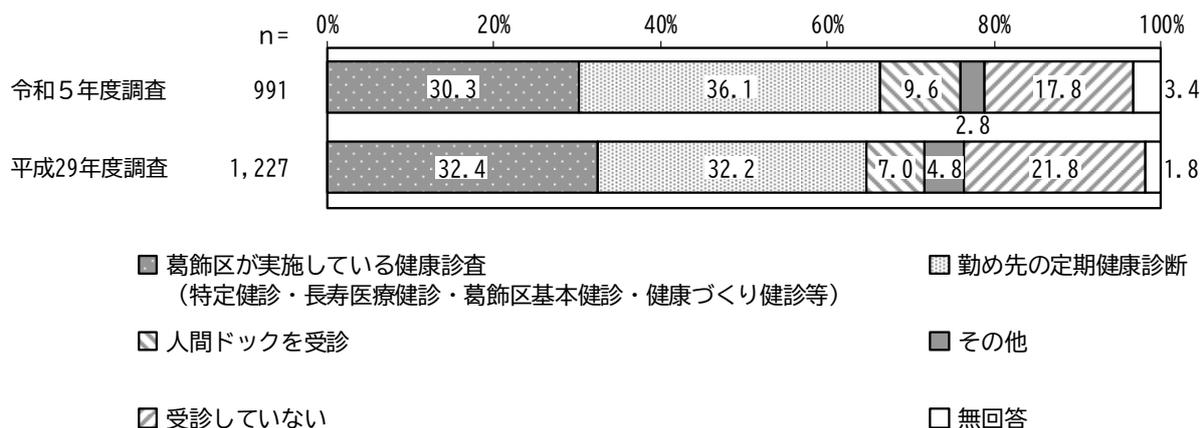
区分	n (件)	悩み事を相談する	お互いの家に行き来する	数日家を空ける時は声をかける	会った時には立ち話をする	会った時には挨拶をする	付き合いはない	その他	無回答
全 体	991	3.9	6.1	7.9	35.2	78.0	13.6	0.7	0.5
男性	421	1.0	2.9	5.0	25.2	76.7	15.0	0.7	0.2
女性	544	6.4	8.5	10.3	42.3	78.9	13.1	0.7	0.7
男性 18.19 歳	5	—	—	—	20.0	80.0	20.0	—	—
20 歳代	28	—	—	—	3.6	82.1	17.9	—	—
30 歳代	42	—	2.4	—	11.9	71.4	26.2	—	—
40 歳代	58	1.7	5.2	3.4	20.7	74.1	22.4	—	—
50 歳代	82	—	2.4	3.7	19.5	79.3	15.9	1.2	—
60 歳代	78	—	1.3	6.4	26.9	80.8	11.5	—	1.3
70 歳以上	121	1.7	4.1	9.1	39.7	75.2	7.4	1.7	—
女性 18.19 歳	2	—	—	—	—	100.0	—	—	—
20 歳代	47	—	—	4.3	4.3	63.8	36.2	—	—
30 歳代	55	7.3	5.5	1.8	16.4	72.7	23.6	1.8	—
40 歳代	61	4.9	6.6	1.6	36.1	80.3	11.5	1.6	—
50 歳代	101	5.0	4.0	5.9	32.7	86.1	10.9	—	—
60 歳代	79	3.8	5.1	12.7	46.8	75.9	10.1	2.5	1.3
70 歳以上	169	10.1	18.3	20.1	68.6	82.2	4.7	—	1.8

#### (4) 健康診査の受診について

問7-(1) あなたが、過去1年以内に受診した健診はどれですか。(○は1つだけ)

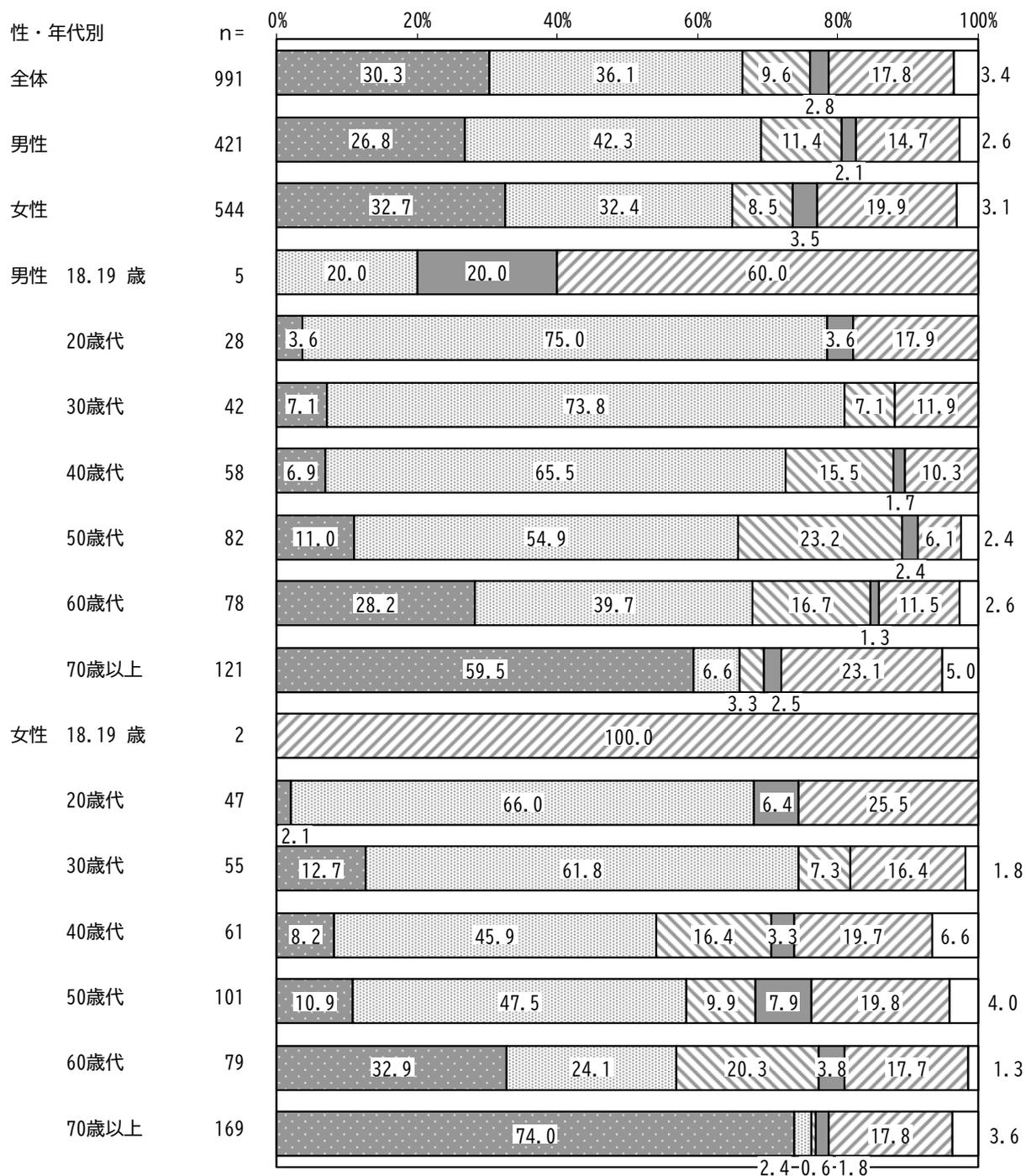
「勤め先の定期健康診断」の割合が36.1%と最も高く、次いで「葛飾区が実施している健康診査（特定健診・長寿医療健診・葛飾区基本健診・健康づくり健診等）」の割合が30.3%、「受診していない」の割合が17.8%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



性別でみると、男性で「勤め先の定期健康診断」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「葛飾区が実施している健康診査（特定健診・長寿医療健診・葛飾区基本健診・健康づくり健診等）」の割合が高くなっています。



- 葛飾区が実施している健康診査  
(特定健診・長寿医療健診・葛飾区基本健診・健康づくり健診等)
- 勤め先の定期健康診断
- 人間ドックを受診
- その他
- 受診していない
- 無回答

(参考)

【健診の受診有無（全国の調査）】

単位：％

	健診等を受けた						健診等を受けていない	無回答
	市区町村が実施した健診	勤め先等が実施した健診	学校が実施した健診	人間ドック	その他	無回答		
総数	19.6	40.5	1.3	5.6	5.4	0.3	29.9	0.9
男性(計)	16.3	46.3	1.4	6.8	5.1	0.3	26.1	0.9
20歳代	1.3	54.4	13.3	0.5	1.7	0.3	28.1	1.2
30歳代	2.2	71.6	0.6	3.4	1.3	0.2	21.4	0.7
40歳代	4.7	69.6	0.4	7.5	1.3	0.3	18.4	0.7
50歳代	6.2	66.6	0.3	9.4	2.5	0.3	17.8	0.6
60歳代	17.2	46.0	0.2	9.9	5.3	0.2	24.7	0.6
70歳代	38.5	12.2	—	7.4	10.2	0.4	34.4	1.0
80歳以上	38.3	1.6	—	4.2	13.2	0.7	43.1	1.9
女性(計)	22.5	35.2	1.2	4.5	5.8	0.3	33.3	0.9
20歳代	2.1	53.0	12.8	0.6	1.7	0.1	30.3	1.0
30歳代	6.0	54.1	0.5	3.1	2.3	0.2	35.9	0.4
40歳代	11.3	58.8	0.3	5.3	2.1	0.3	26.6	0.5
50歳代	12.2	56.4	0.2	6.6	3.1	0.2	26.2	0.4
60歳代	27.6	32.1	0.1	6.6	5.6	0.2	32.1	0.7
70歳代	44.5	7.0	—	4.4	9.1	0.5	36.4	1.3
80歳以上	35.2	0.8	—	1.9	13.9	0.7	47.2	2.1

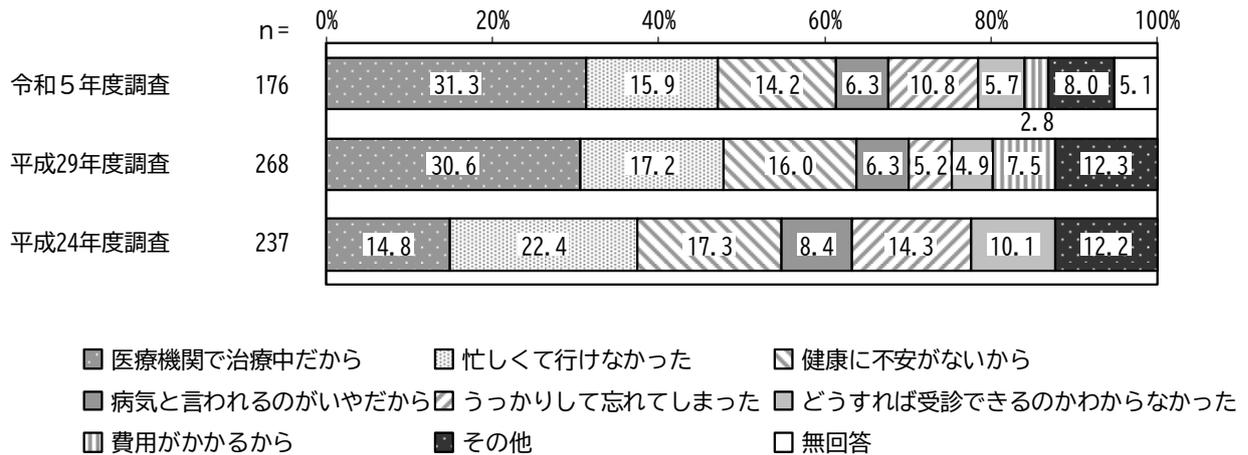
(※) 全国の調査は「国民生活基礎調査」(令和5年7月)

(問7-(1)で「5 受診していない」を選んだ方へ)

問7-(2) 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。(○は1つだけ)

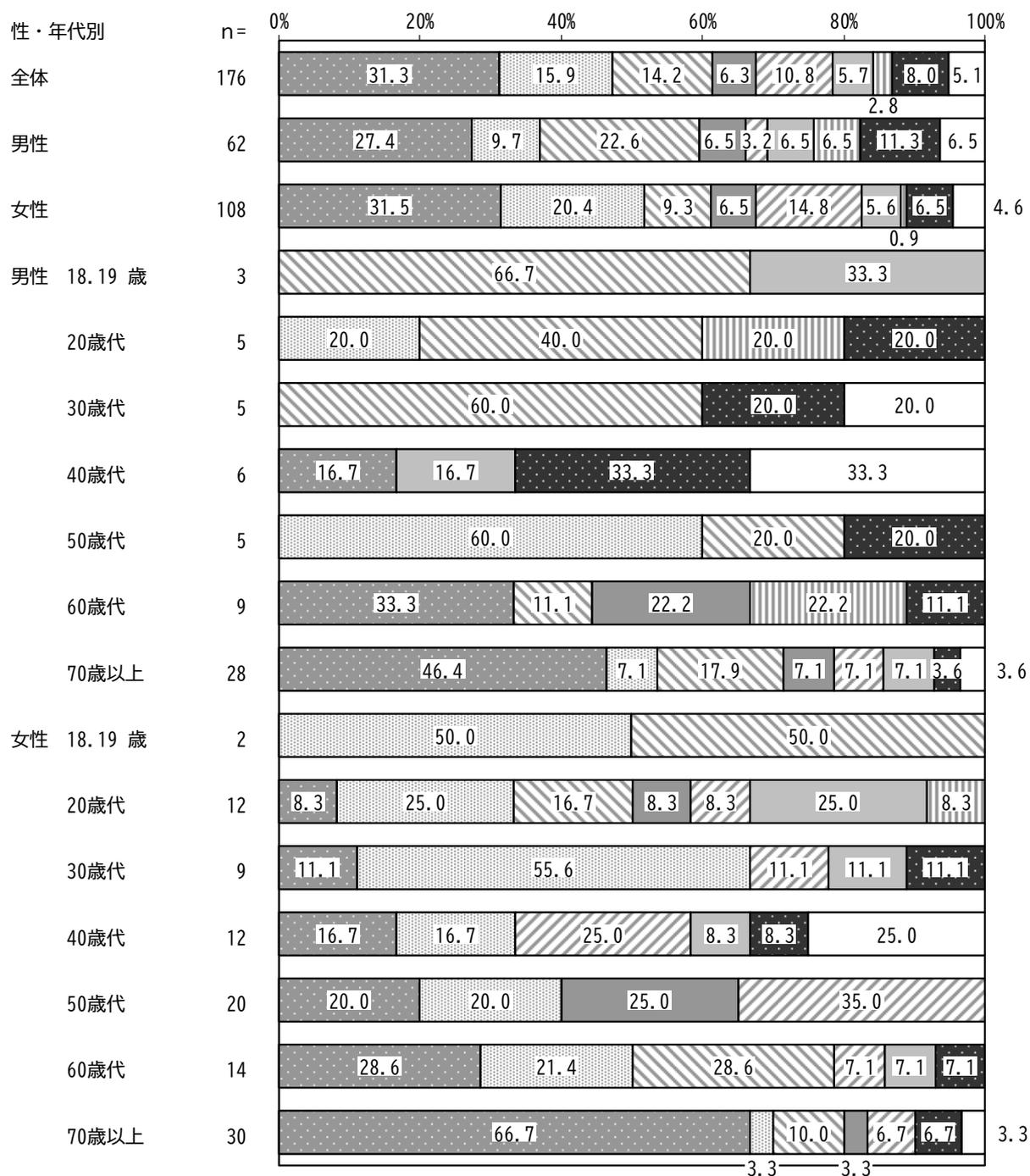
「医療機関で治療中だから」の割合が31.3%と最も高く、次いで「忙しくて行けなかった」の割合が15.9%、「健康に不安がないから」の割合が14.2%となっています。

平成29年度調査と比較すると、「うっかりして忘れてしまった」の割合が増加しています。また、「費用がかかるから」の割合は減少しています。



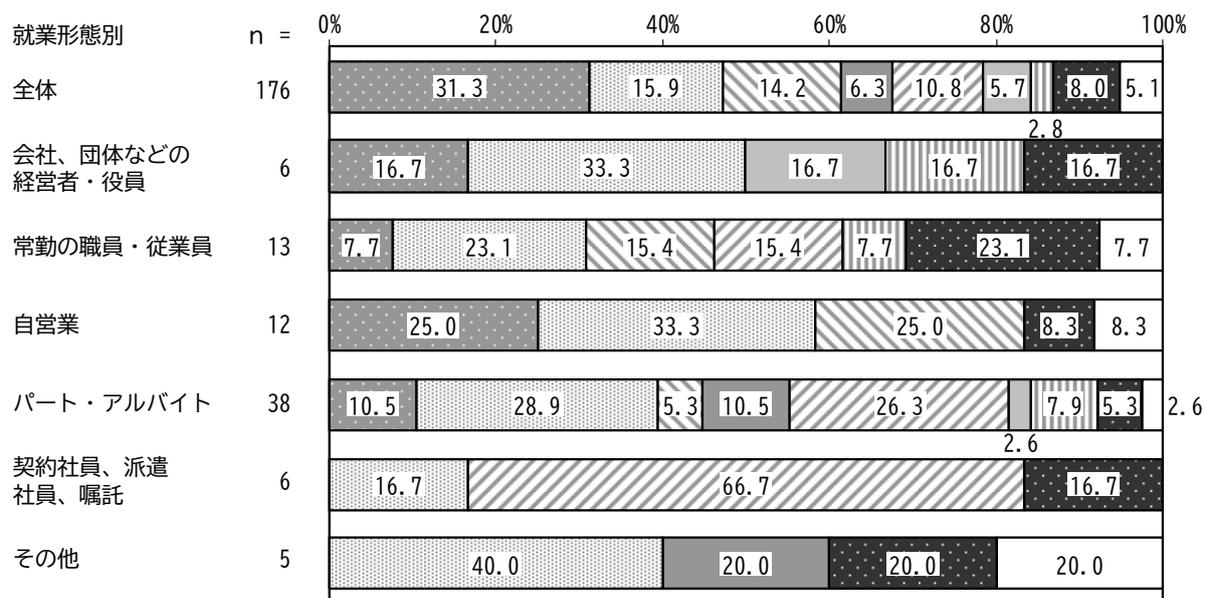
性別でみると、男性で「健康に不安がないから」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「医療機関で治療中だから」の割合が高くなっています。



- 医療機関で治療中だから
- 忙しくて行けなかった
- 健康に不安がないから
- 病気と言われるのがいやだから
- うっかりして忘れてしまった
- どうすれば受診できるのかわからなかった
- 費用がかかるから
- その他
- 無回答

就業形態別でみると、自営業で「医療機関で治療中だから」の割合が高くなっています。



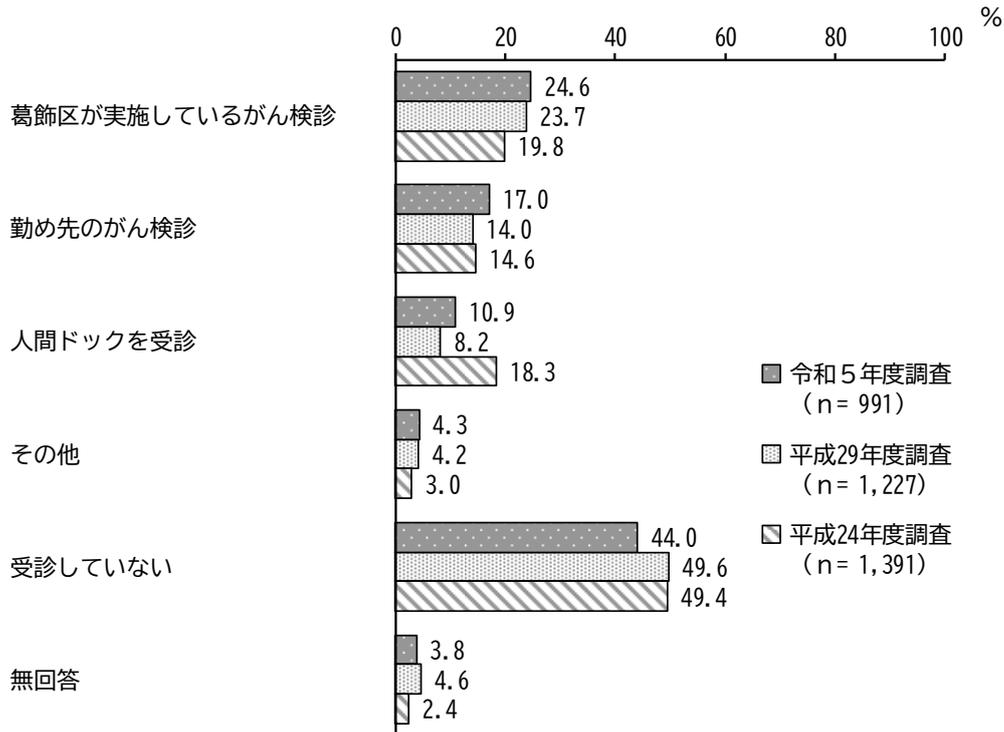
- 医療機関で治療中だから
- 忙しくて行けなかった
- 健康に不安がないから
- 病気と言われるのがいやだから
- うっかりして忘れてしまった
- どうすれば受診できるのかわからなかった
- 費用がかかるから
- その他
- 無回答

問8－(1) あなたが過去1年以内に受診したがん検診は、次のうち、どれにあてはまりますか。どこで受診したか(1～5)、及びがん検診の種別(①～⑦)のあてはまる番号すべてに○を付けてください。(○はいくつでも)

○どこで受診したか

「葛飾区が実施しているがん検診」の割合が24.6%、「勤め先のがん検診」の割合が17.0%となっています。

また、「受診していない」の割合は44.0%ですが、これは平成29年度調査と比較すると減少しています。



※平成24年度調査では、「人間ドックを受診」が「個人的に医療機関で受診」でした。

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、男性 30 歳代で「受診していない」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

単位：%

区分	n (件)	葛飾区が実施しているがん検診	勤め先のがん検診	人間ドックを受診	その他	受診していない	無回答
全 体	991	24.6	17.0	10.9	4.3	44.0	3.8
男性	421	19.2	18.1	12.8	3.1	47.3	3.1
女性	544	28.7	16.4	9.7	5.3	41.2	4.4
男性 18.19 歳	5	—	—	—	—	100.0	—
20 歳代	28	—	21.4	—	—	78.6	—
30 歳代	42	—	11.9	4.8	—	83.3	—
40 歳代	58	5.2	31.0	15.5	—	51.7	—
50 歳代	82	8.5	26.8	24.4	4.9	36.6	2.4
60 歳代	78	25.6	21.8	20.5	1.3	35.9	3.8
70 歳以上	121	41.3	5.8	5.8	6.6	37.2	5.8
女性 18.19 歳	2	—	—	—	—	100.0	—
20 歳代	47	6.4	10.6	—	4.3	78.7	—
30 歳代	55	29.1	23.6	9.1	1.8	41.8	3.6
40 歳代	61	18.0	29.5	19.7	8.2	32.8	1.6
50 歳代	101	21.8	24.8	12.9	8.9	39.6	1.0
60 歳代	79	29.1	17.7	16.5	6.3	32.9	3.8
70 歳以上	169	45.0	4.1	2.4	3.6	38.5	10.1

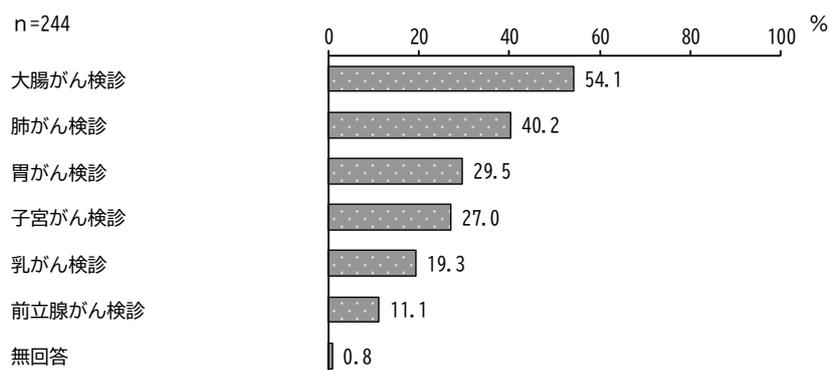
## ○がん検診の種別

### ・葛飾区が実施しているがん検診

「大腸がん検診」の割合が54.1%と最も高く、次いで「肺がん検診」の割合が40.2%、「胃がん検診」の割合が29.5%となっています。

性別でみると、男性では「肺がん検診」、「大腸がん検診」に比べ「胃がん検診」の割合が低くなっています。女性では「大腸がん検診」、「子宮がん検診」の割合が高くなっています。

性年代別でみると、男性の各年代で「肺がん検診」の割合が高く、女性では50歳代までで「子宮がん検診」、「乳がん検診」、60歳代以降で「大腸がん検診」の割合が多くなっています。



### 【性・年代別】

単位：%

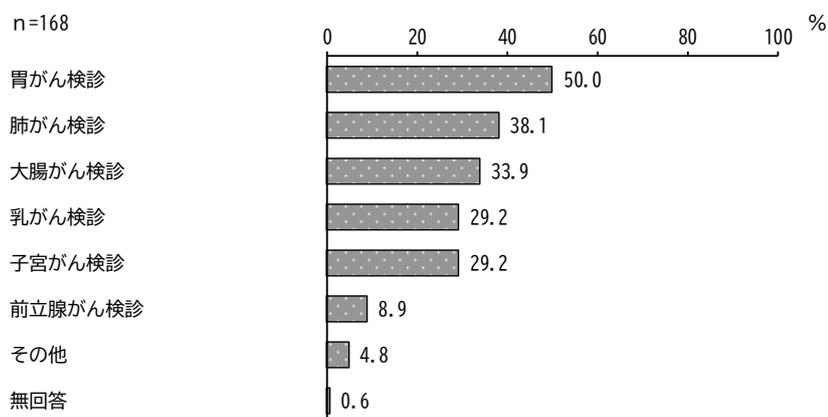
区分	n (件)	胃がん検診	肺がん検診	乳がん検診	子宮がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	無回答
全体	244	29.5	40.2	19.3	27.0	54.1	11.1	0.8
男性	81	38.3	55.6	—	—	61.7	33.3	2.5
女性	156	25.0	32.7	28.8	41.0	49.4	—	—
男性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—
30 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—
40 歳代	3	—	66.7	—	—	33.3	—	—
50 歳代	7	57.1	57.1	—	—	28.6	—	—
60 歳代	20	60.0	60.0	—	—	50.0	50.0	5.0
70 歳以上	50	28.0	52.0	—	—	72.0	32.0	2.0
女性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	3	—	—	—	100.0	—	—	—
30 歳代	16	—	6.3	—	100.0	—	—	—
40 歳代	11	—	9.1	81.8	72.7	18.2	—	—
50 歳代	22	36.4	27.3	59.1	63.6	27.3	—	—
60 歳代	23	39.1	43.5	47.8	43.5	60.9	—	—
70 歳以上	76	25.0	42.1	11.8	13.2	68.4	—	—

・勤め先のがん検診

「胃がん検診」の割合が50.0%と最も高く、次いで「肺がん検診」の割合が38.1%、「大腸がん検診」の割合が33.9%となっています。

性別でみると、女性で「乳がん検診」「子宮がん検診」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性30歳代で「子宮がん検診」の割合が高くなっています。



【性・年代別】

単位：%

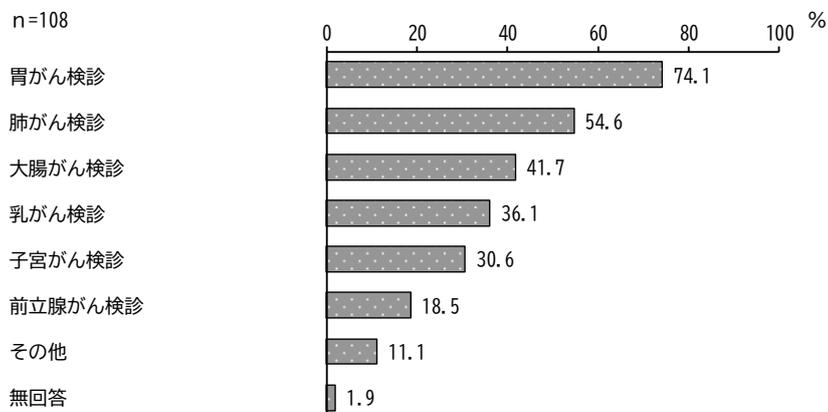
区分	n (件)	胃がん検診	肺がん検診	乳がん検診	子宮がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	その他	無回答
全体	168	50.0	38.1	29.2	29.2	33.9	8.9	4.8	0.6
男性	76	64.5	48.7	—	—	36.8	19.7	9.2	1.3
女性	89	37.1	28.1	55.1	55.1	31.5	—	1.1	—
男性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	6	33.3	50.0	—	—	16.7	16.7	—	—
30 歳代	5	80.0	20.0	—	—	—	40.0	—	—
40 歳代	18	66.7	44.4	—	—	27.8	5.6	11.1	—
50 歳代	22	72.7	31.8	—	—	45.5	18.2	9.1	—
60 歳代	17	70.6	70.6	—	—	47.1	35.3	11.8	—
70 歳以上	7	42.9	71.4	—	—	42.9	14.3	14.3	14.3
女性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	5	—	—	100.0	80.0	—	—	—	—
30 歳代	13	30.8	15.4	61.5	69.2	15.4	—	—	—
40 歳代	18	44.4	11.1	55.6	66.7	27.8	—	—	—
50 歳代	25	40.0	40.0	68.0	56.0	44.0	—	—	—
60 歳代	14	42.9	57.1	35.7	35.7	50.0	—	—	—
70 歳以上	7	57.1	28.6	14.3	—	42.9	—	14.3	—

・人間ドックを受診

「胃がん検診」の割合が74.1%と最も高く、次いで「肺がん検診」の割合が54.6%、「大腸がん検診」の割合が41.7%となっています。

性別でみると、女性で「乳がん検診」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性40歳代で「乳がん検診」の割合が高くなっています。



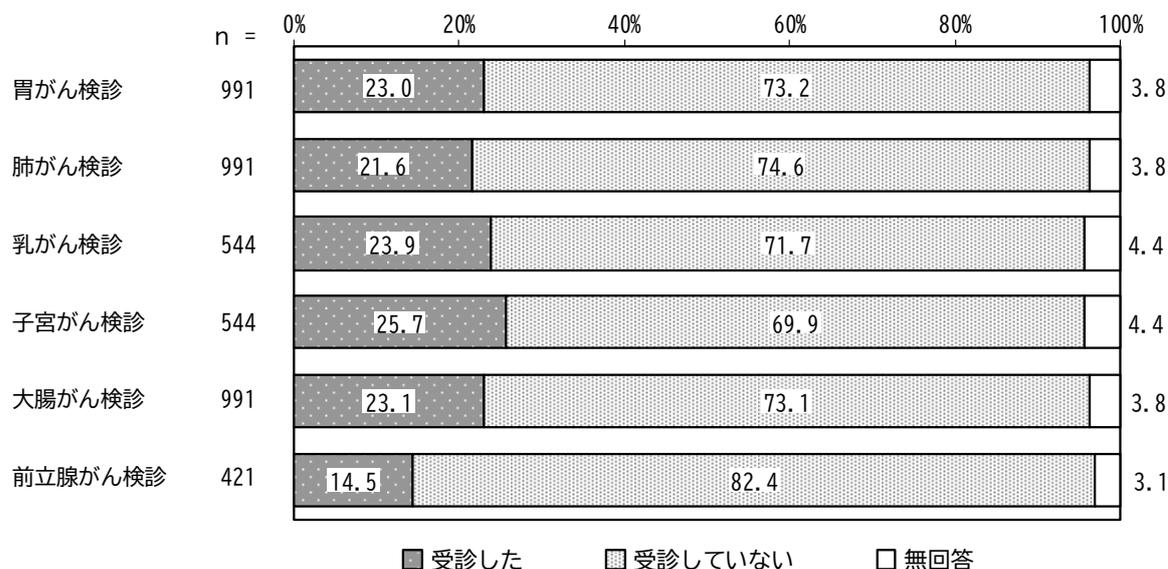
【性・年代別】

単位：%

区分	n (件)	胃がん検診	肺がん検診	乳がん検診	子宮がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	その他	無回答
全体	108	74.1	54.6	36.1	30.6	41.7	18.5	11.1	1.9
男性	54	81.5	59.3	—	—	46.3	37.0	13.0	1.9
女性	53	66.0	49.1	71.7	60.4	35.8	—	9.4	1.9
男性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—	—
30 歳代	2	100.0	50.0	—	—	50.0	50.0	—	—
40 歳代	9	66.7	55.6	—	—	44.4	33.3	11.1	11.1
50 歳代	20	85.0	65.0	—	—	45.0	20.0	10.0	—
60 歳代	16	87.5	50.0	—	—	50.0	37.5	12.5	—
70 歳以上	7	71.4	71.4	—	—	42.9	85.7	28.6	—
女性 18.19 歳	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20 歳代	—	—	—	—	—	—	—	—	—
30 歳代	5	60.0	40.0	100.0	80.0	20.0	—	—	—
40 歳代	12	75.0	66.7	91.7	75.0	66.7	—	—	—
50 歳代	13	53.8	30.8	61.5	53.8	23.1	—	7.7	—
60 歳代	13	76.9	46.2	69.2	53.8	38.5	—	23.1	—
70 歳以上	4	50.0	50.0	25.0	25.0	50.0	—	25.0	25.0

### 【がん検診の種類別の受診状況】

「受診した」の割合が、「子宮がん検診」で25.7%と最も高く、次いで「乳がん検診」で23.9%、「大腸がん検診」で23.1%となっています。

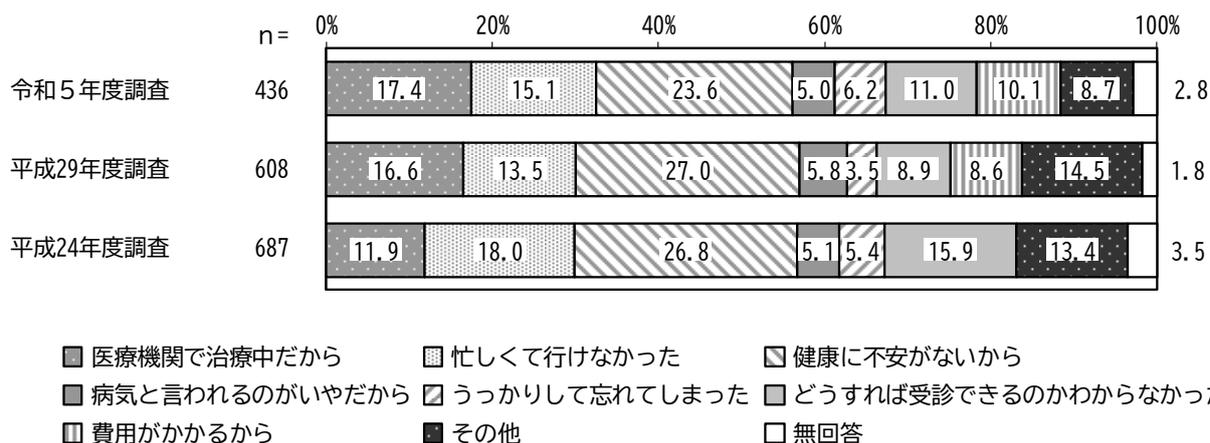


(問8-(1)で「5 受診していない」を選んだ方へ)

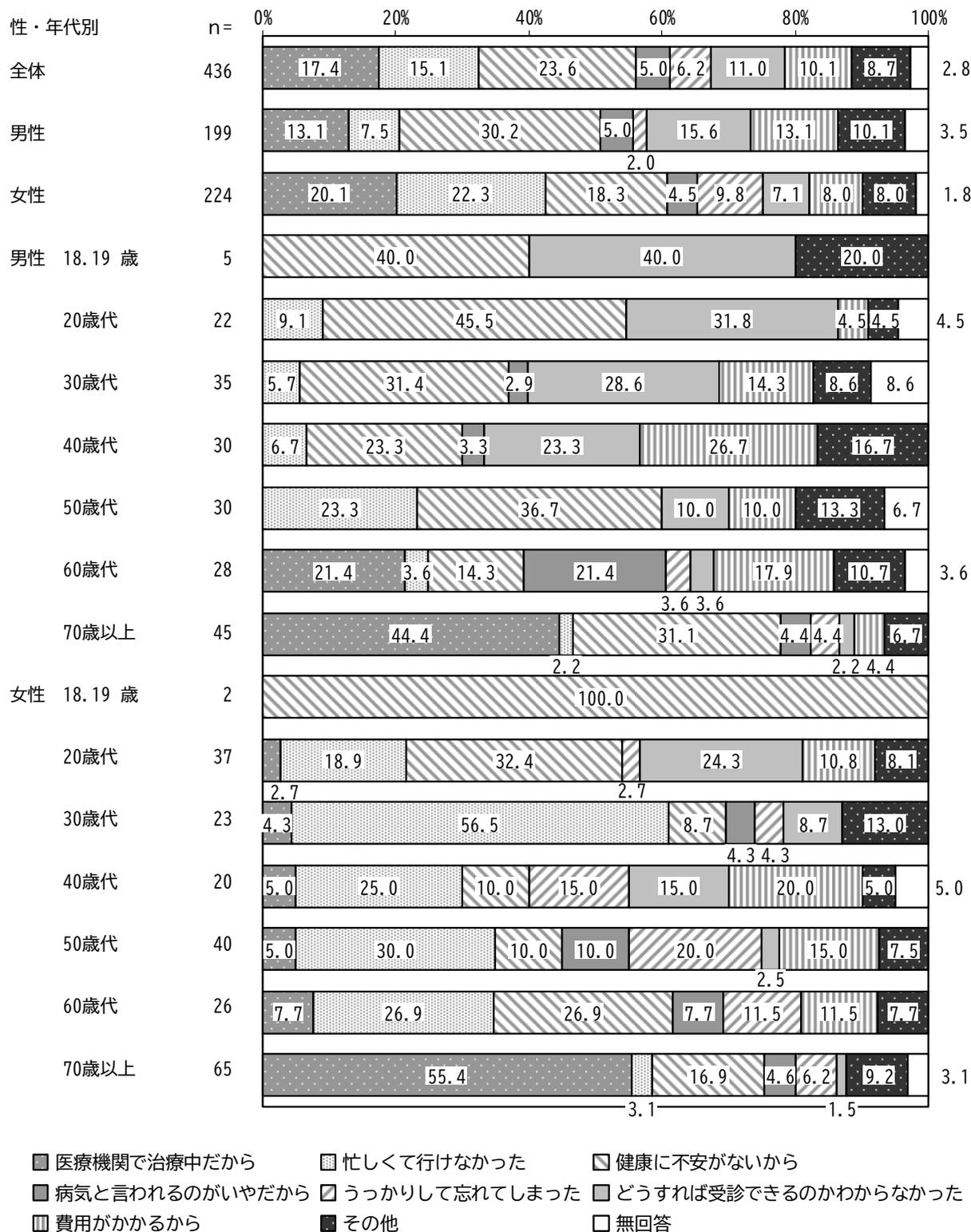
問8-(2) 受診しなかった理由は何ですか。最もよくあてはまる番号に○を1つ付けてください。(○は1つだけ)

「健康に不安がないから」の割合が23.6%と最も高く、次いで「医療機関で治療中だから」の割合が17.4%、「忙しくて行けなかった」の割合が15.1%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



性別でみると、女性で「忙しくて行けなかった」の割合が高くなっています。  
 性・年代別でみると、女性30歳代で「忙しくて行けなかった」の割合が高くなっています。

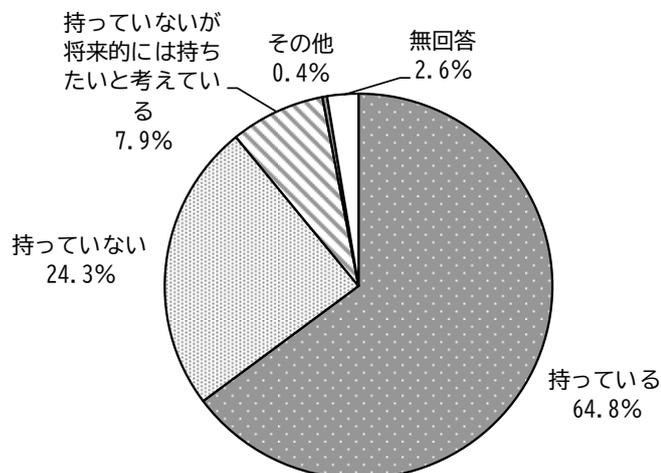


## (5) かかりつけについて

問9 あなたは、かかりつけ医を持っていますか。(○は1つだけ)

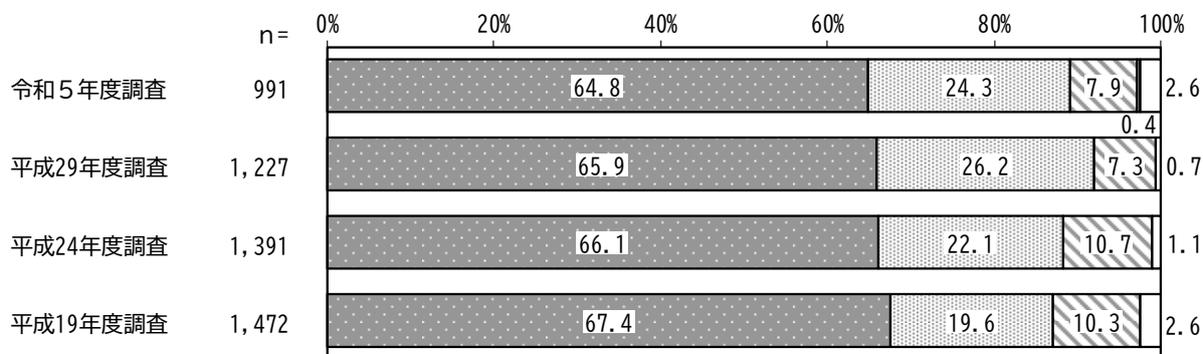
「持っている」の割合が64.8%と最も高く、次いで「持っていない」の割合が24.3%となっています。

カテゴリ	件数
持っている	642
持っていない	241
持っていないが将来的には持ちたいと考えている	78
その他	4
無回答	26
全 体	991



n = 991

(参考)

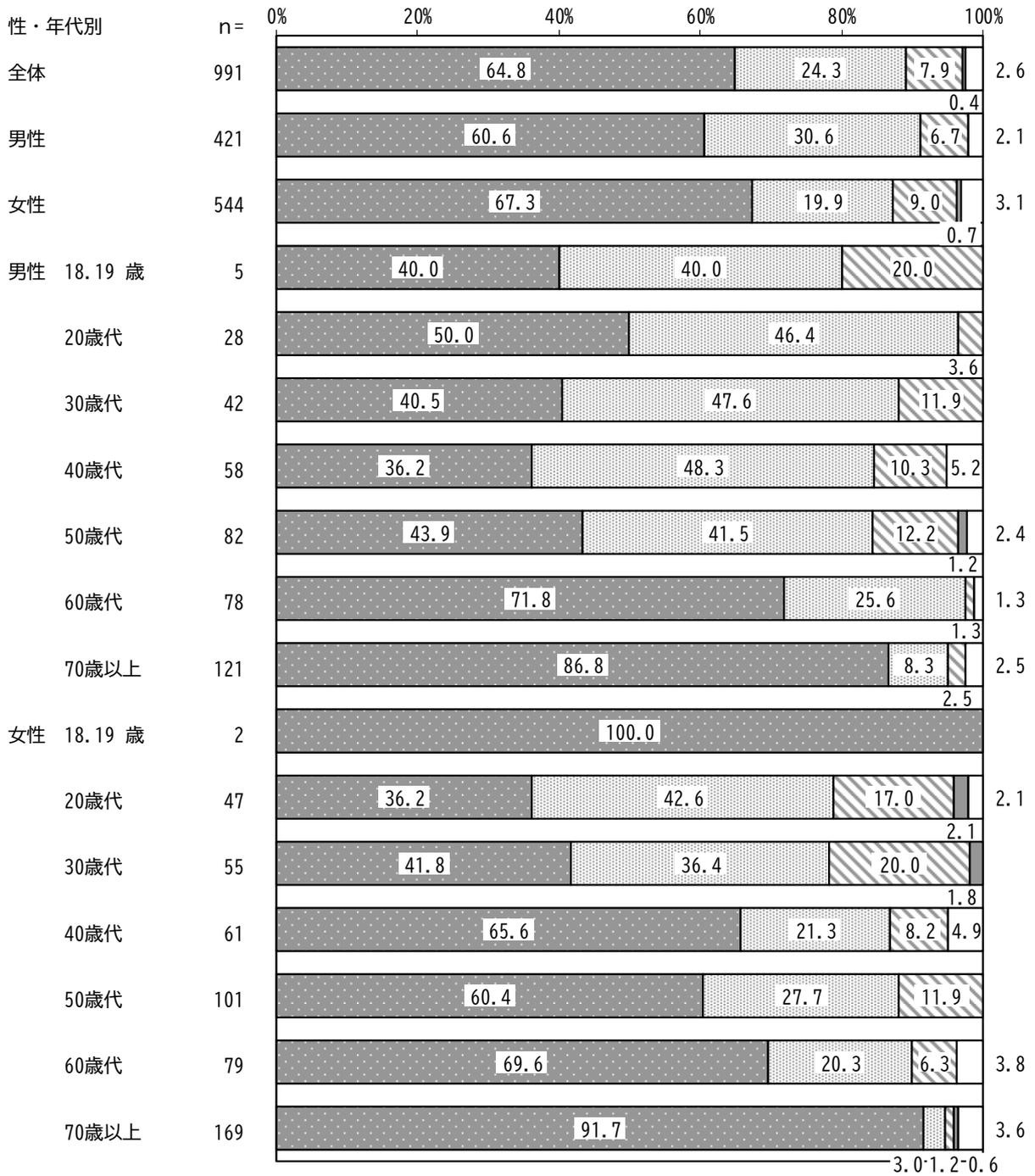


持っている
  持っていない  
 持っていないが将来的には持ちたいと考えている
  その他  
 無回答

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

※平成29年度調査以前は、選択肢の「持っている」が「決めている」となっていました。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「持っている」の割合が高くなっています。



■ 持っている ■ 持っていない ■ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている ■ その他 □ 無回答

(参考)

【かかりつけ医の有無（東京都の調査）】

単位：％

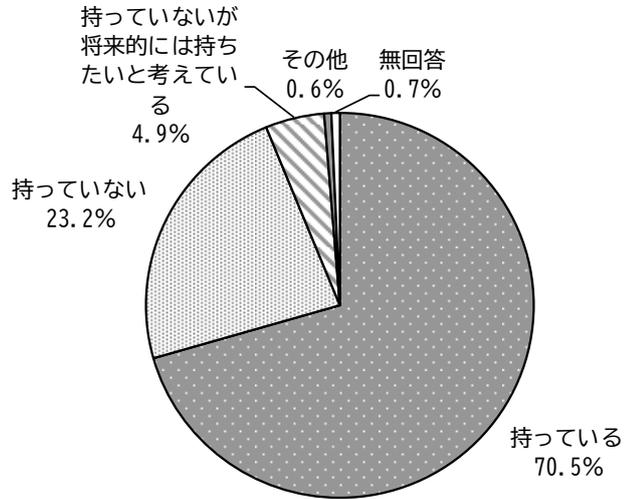
	ある	ない	無回答
総数	65.0	34.6	0.4
男性(計)	63.9	35.5	0.6
18・19歳	37.5	62.5	—
20歳代	47.7	52.3	—
30歳代	39.3	59.5	1.2
40歳代	51.7	48.3	—
50歳代	58.6	40.8	0.6
60歳代	72.4	27.6	—
70歳以上	86.3	12.3	1.4
女性(計)	66.0	33.8	0.2
18・19歳	40.0	60.0	—
20歳代	44.0	56.0	—
30歳代	52.1	47.9	—
40歳代	58.2	41.8	—
50歳代	63.2	36.8	—
60歳代	71.2	28.0	0.8
70歳以上	86.9	12.7	0.4

(※) 東京都の調査は「保健医療に関する世論調査」(令和5年2月)

問10 あなたは、かかりつけ歯科医を持っていますか。(○は1つだけ)

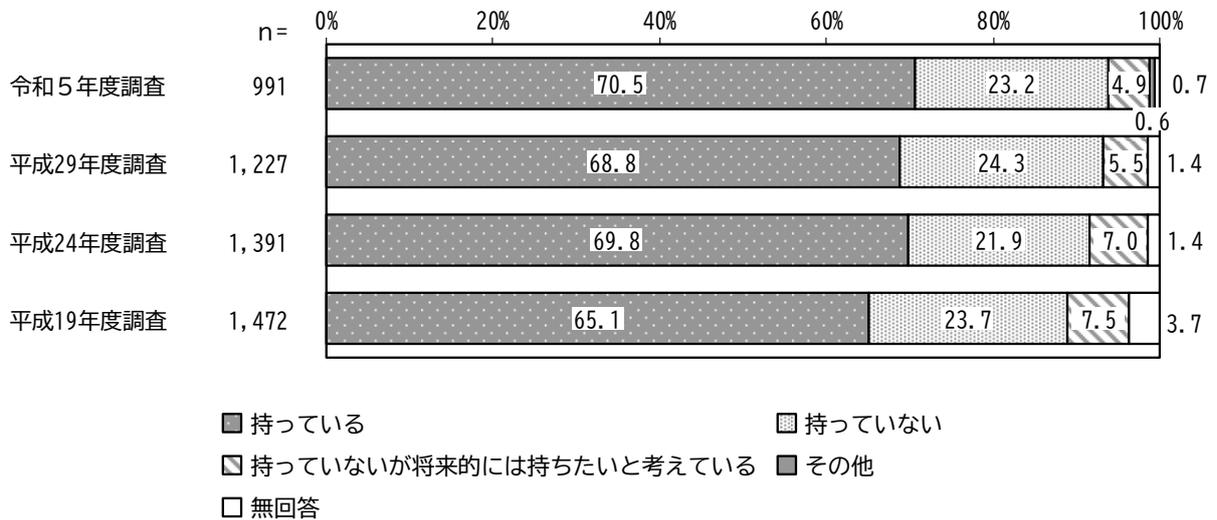
「持っている」の割合が70.5%と最も高く、次いで「持っていない」の割合が23.2%となっています。

カテゴリ	件数
持っている	699
持っていない	230
持っていないが将来的には持ちたいと考えている	49
その他	6
無回答	7
全体	991



n = 991

(参考)

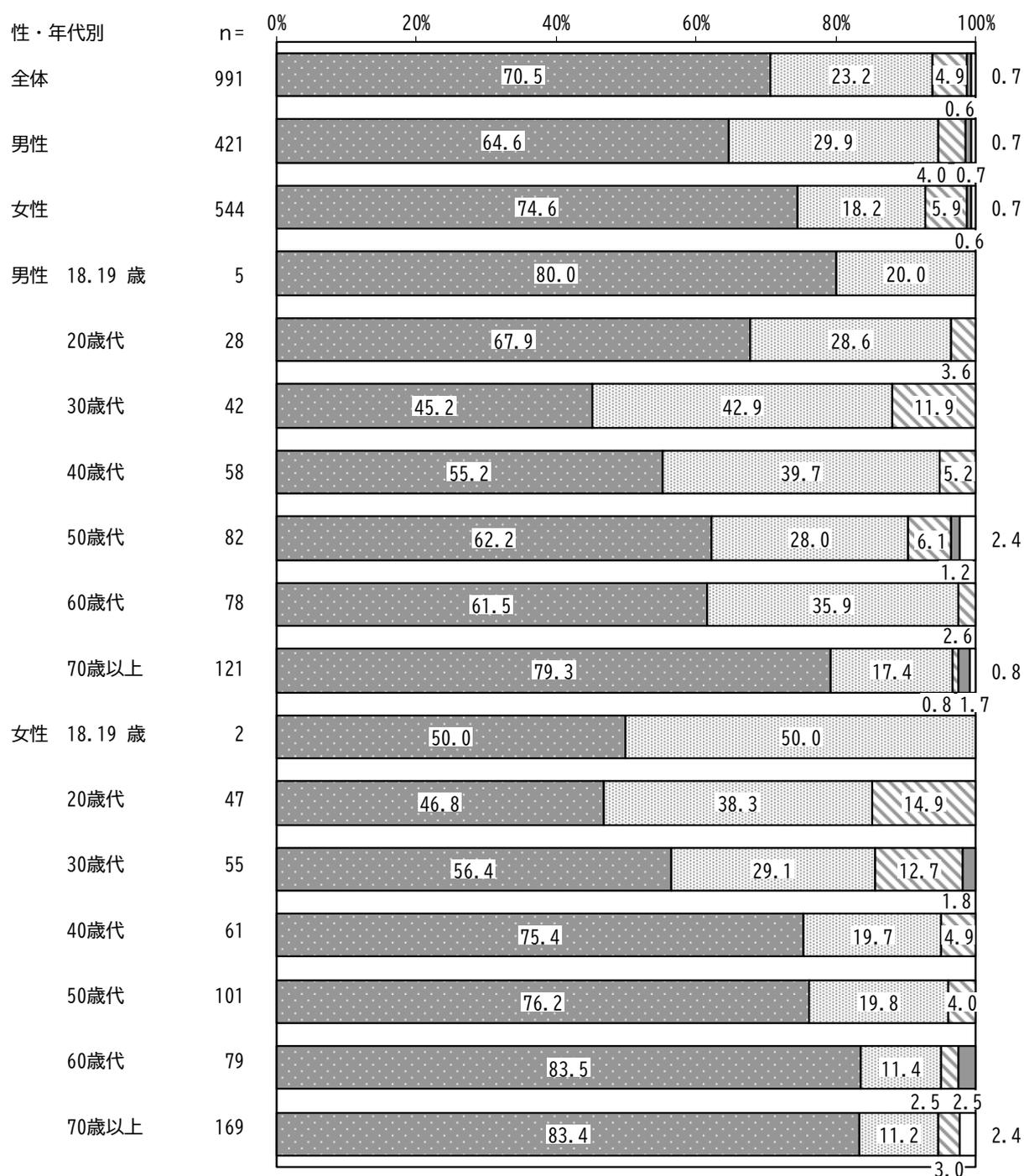


※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

※平成29年度調査以前は、選択肢の「持っている」が「決めている」となっていました。

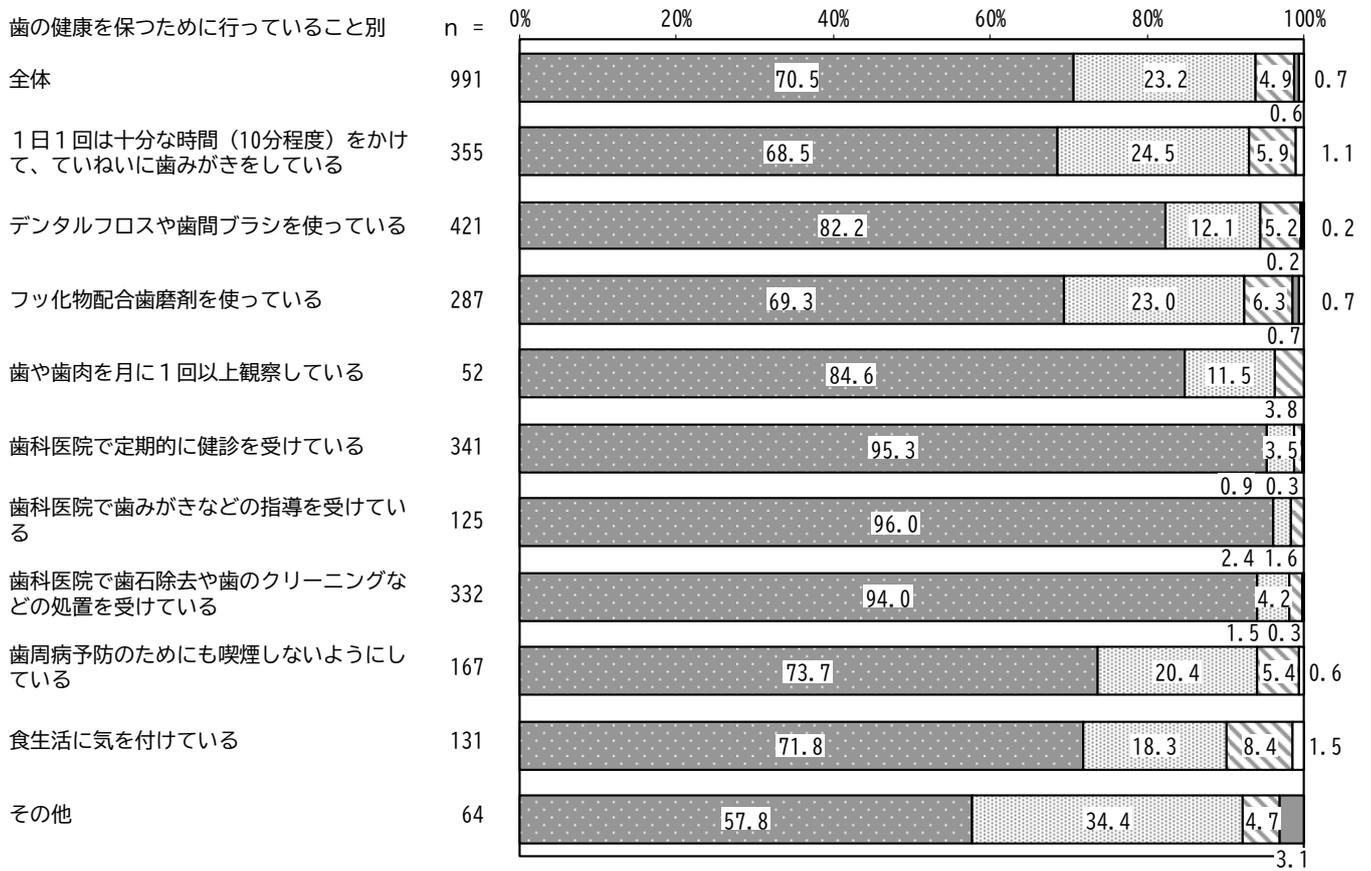
性別で見ると、女性で「持っている」の割合が高くなっています。

性・年代別で見ると、男性30歳代で「持っている」の割合が低くなっています。



■ 持っている ■ 持っていない ▨ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている ■ その他 □ 無回答

歯の健康を保つために行っていること別にみると、「歯科医院で定期的に健診を受けている」、「歯科医院で歯みがきなどの指導を受けている」、「歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングなどの処置を受けている」で「持っている」の割合が高くなっています。

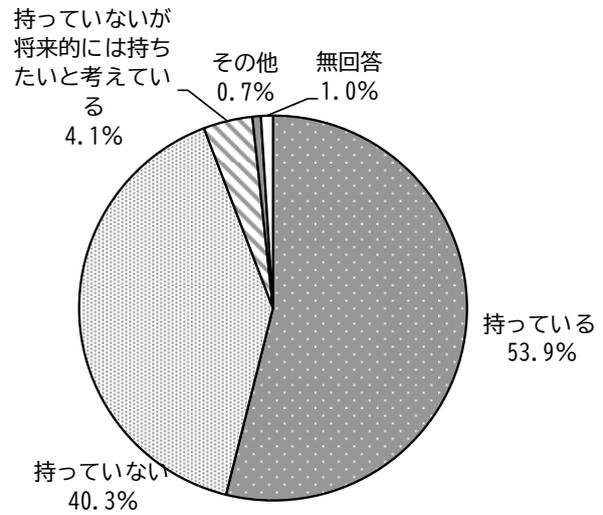


■ 持っている ■ 持っていない □ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている ■ その他 □ 無回答

問11 あなたは、かかりつけ薬局を持っていますか。(○は1つだけ)

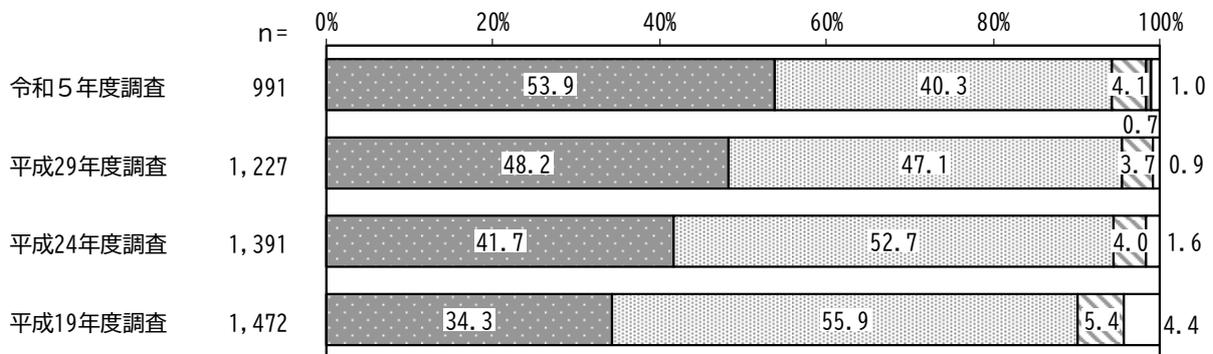
「持っている」の割合が53.9%と最も高く、次いで「持っていない」の割合が40.3%となっています。

カテゴリ	件数
持っている	534
持っていない	399
持っていないが将来的には持ちたいと考えている	41
その他	7
無回答	10
全体	991



n = 991

(参考)

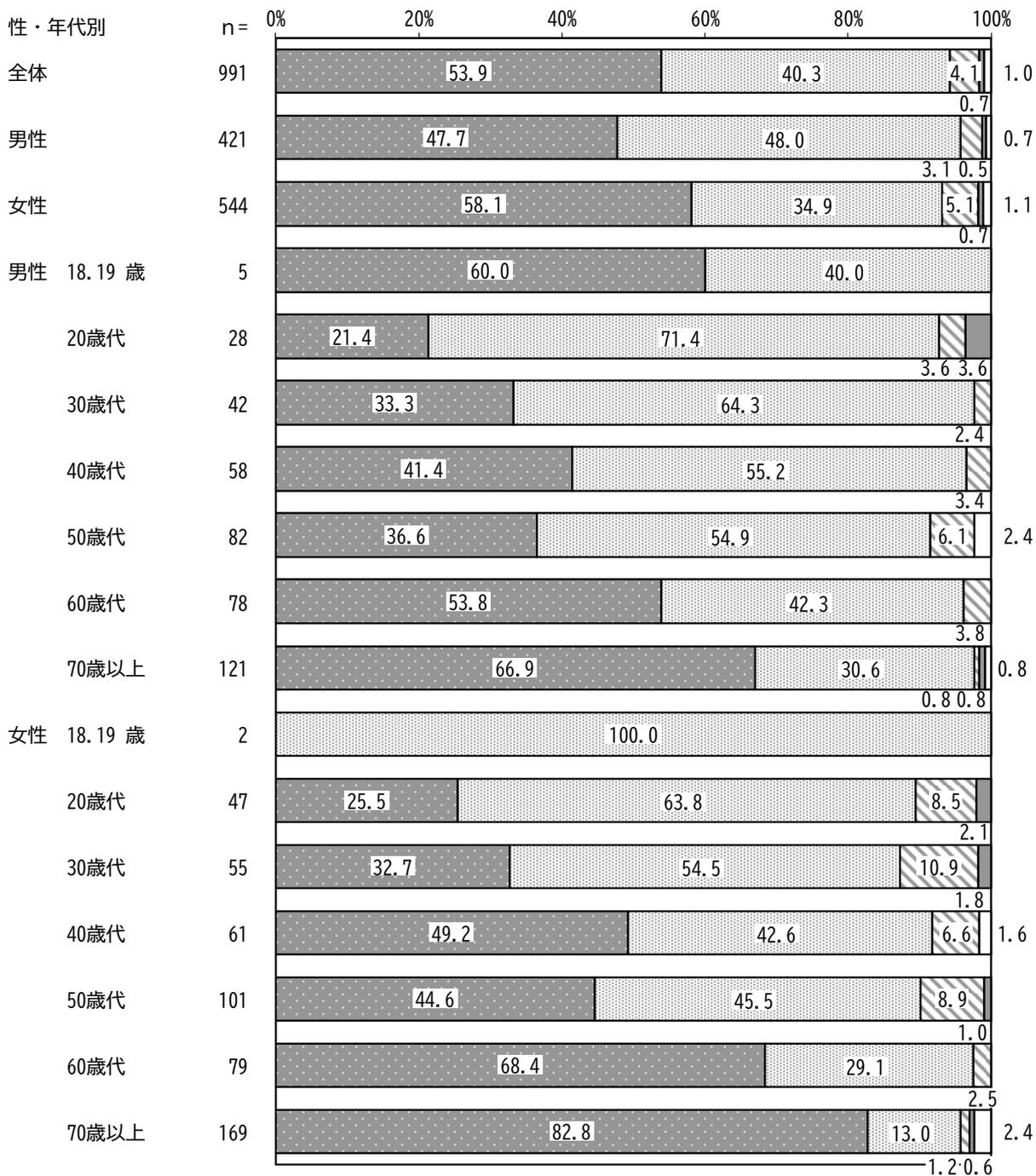


- 持っている
- 持っていない
- ▨ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている
- その他
- 無回答

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

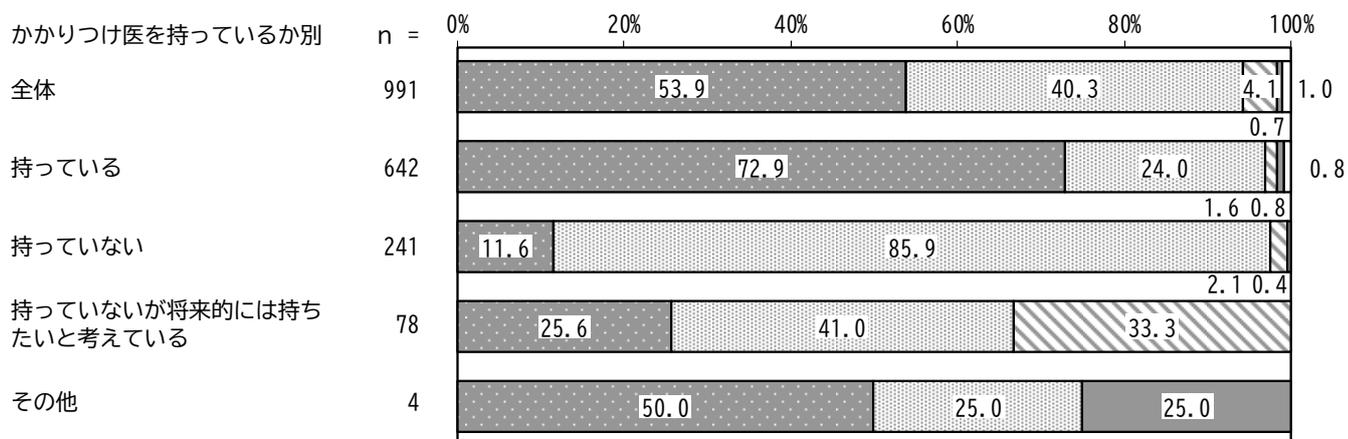
※平成29年度調査以前は、選択肢の「持っている」が「決めている」となっていました。

性・年代別で見ると、男性 20 歳代で「持っていない」の割合が高くなっています。



■ 持っている □ 持っていない ▨ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている ■ その他 □ 無回答

かかりつけ医の有無でみると、かかりつけ医を持っていない人は、かかりつけ薬局も持っていない割合が高くなっています。



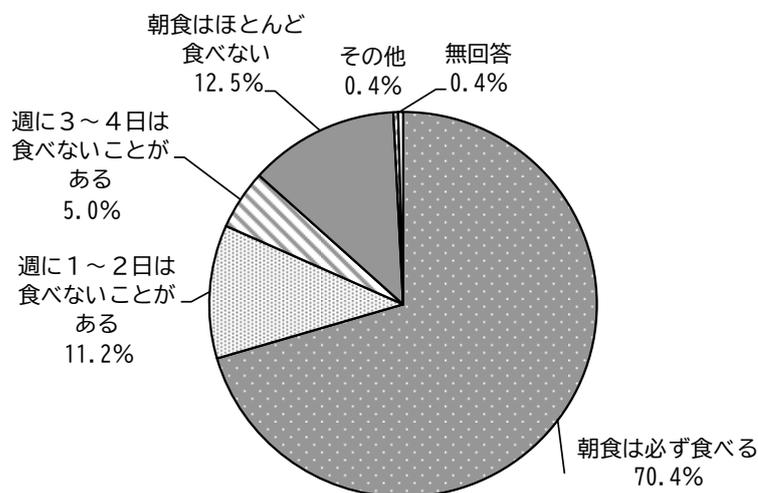
■ 持っている ■ 持っていない ▨ 持っていないが将来的には持ちたいと考えている ■ その他 □ 無回答

## (6) 食生活について

問 12 あなたは、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

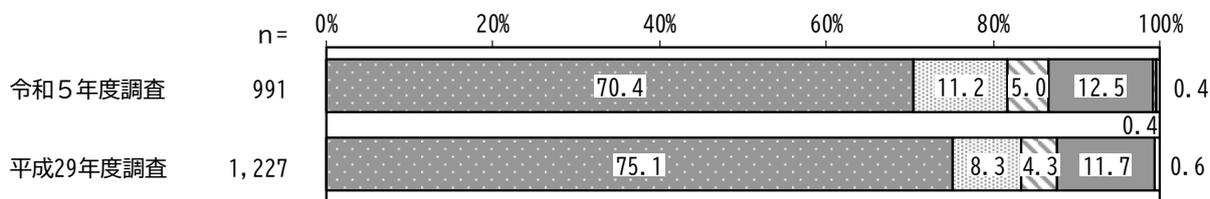
「朝食は必ず食べる」の割合が70.4%と最も高く、次いで「朝食はほとんど食べない」の割合が12.5%、「週に1～2日は食べないことがある」の割合が11.2%となっています。

カテゴリ	件数
朝食は必ず食べる	698
週に1～2日は食べないことがある	111
週に3～4日は食べないことがある	50
朝食はほとんど食べない	124
その他	4
無回答	4
全 体	991



n = 991

(参考)

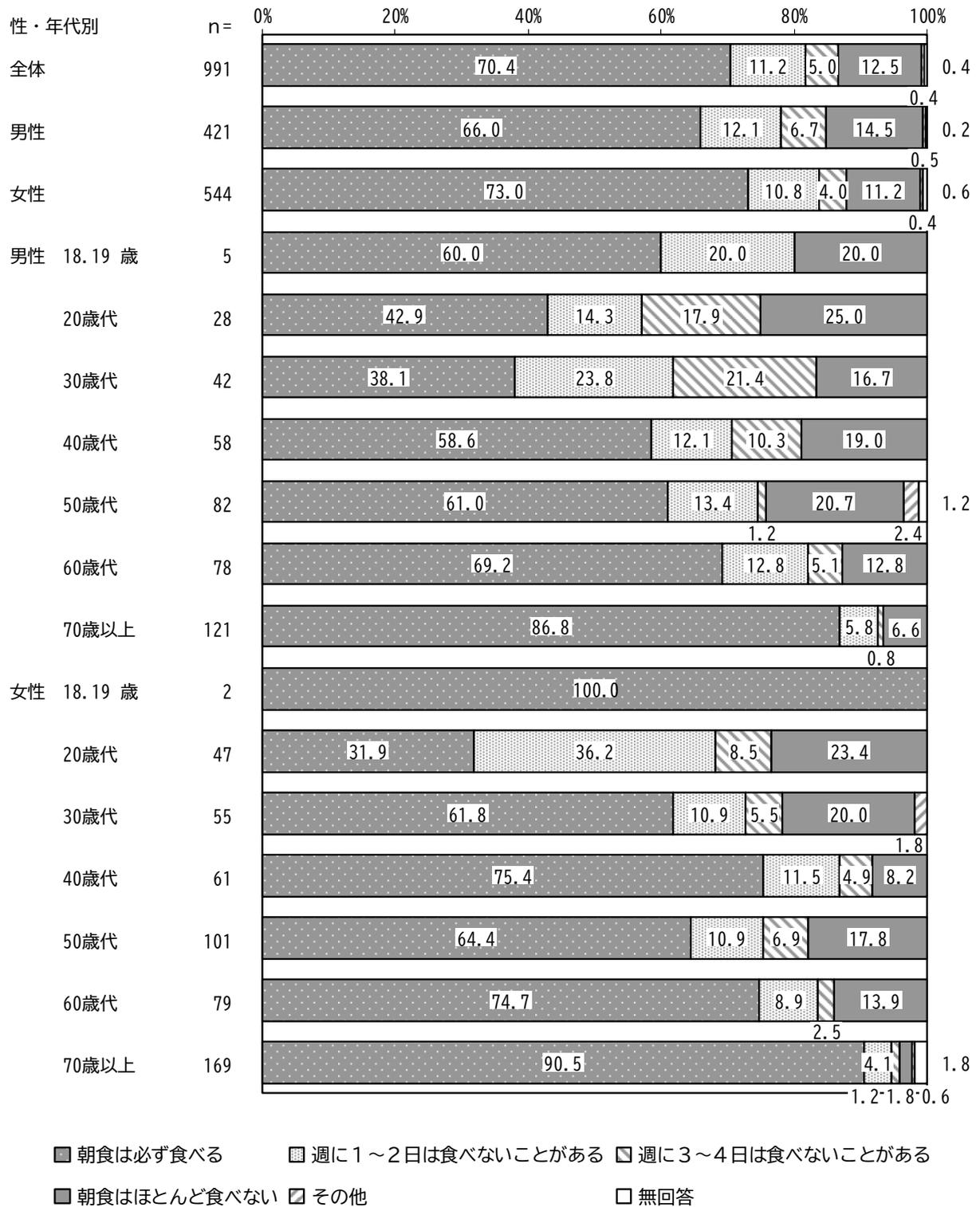


- 朝食は必ず食べる
- 週に1～2日は食べないことがある
- 週に3～4日は食べないことがある
- 朝食はほとんど食べない
- その他
- 無回答

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性 20 歳代で「週に 1～2 日は食べないことがある」の割合が高くなっています。



(参考)

【朝食の摂取状況（東京都の調査）】

単位：％

	ほとんど 毎日食べる	週に4～5日 食べる	週に2～3日 食べる	ほとんど 食べない	無回答
総数	76.2	5.6	5.1	12.2	0.8
男性(計)	70.8	6.1	6.4	15.9	0.8
18.19歳	81.8	18.2	—	—	—
20歳代	44.4	15.3	12.5	27.8	—
30歳代	55.6	7.4	10.4	25.2	1.5
40歳代	64.5	5.8	7.6	21.5	0.6
50歳代	68.7	8.0	6.0	16.7	0.7
60歳代	80.5	3.8	4.4	10.1	1.3
70歳以上	93.3	1.2	1.8	3.0	0.6
女性(計)	81.1	5.2	4.0	8.9	0.8
18.19歳	63.6	27.3	—	9.1	—
20歳代	50.0	7.9	17.1	25.0	—
30歳代	72.0	9.1	5.6	11.2	2.1
40歳代	79.9	5.7	4.3	8.6	1.4
50歳代	84.1	6.1	1.2	8.5	—
60歳代	89.1	3.2	1.3	5.8	0.6
70歳以上	93.7	—	2.1	3.7	0.5

(※) 東京都の調査は「食生活と食育に関する世論調査」(令和2年1月)

(参考)

【朝食の摂取状況（全国の調査）】

単位：%

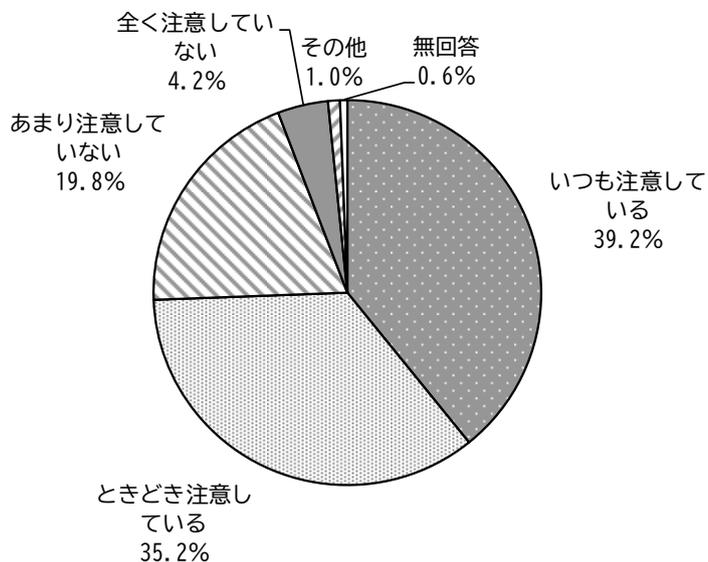
	ほとんど 毎日食べる	週に4～5日 食べる	週に2～3日 食べる	ほとんど 食べない	無回答
総数	79.0	5.5	3.8	10.1	1.6
男性(計)	77.5	5.2	4.2	12.2	0.9
20歳代	50.0	13.6	6.1	30.3	—
30歳代	56.5	10.2	7.4	25.0	0.9
40歳代	72.6	7.0	5.7	14.6	—
50歳代	70.3	5.5	6.6	17.6	—
60歳代	84.7	3.9	2.5	7.4	1.5
70歳以上	91.4	1.8	1.8	3.6	1.5
女性(計)	80.2	5.7	3.5	8.4	2.2
20歳代	53.6	13.4	11.3	21.6	—
30歳代	69.4	16.7	3.5	10.4	—
40歳代	77.7	3.9	4.8	12.7	0.9
50歳代	78.4	5.6	3.9	9.5	2.6
60歳代	85.4	4.2	1.9	5.0	3.5
70歳以上	91.0	1.4	1.4	2.8	3.4

(※) 全国の調査は「食育に関する意識調査」(農林水産省 消費・安全局・令和5年3月)

問13 あなたは調理や食事をするとき、栄養バランスに注意していますか。  
(○は1つだけ)

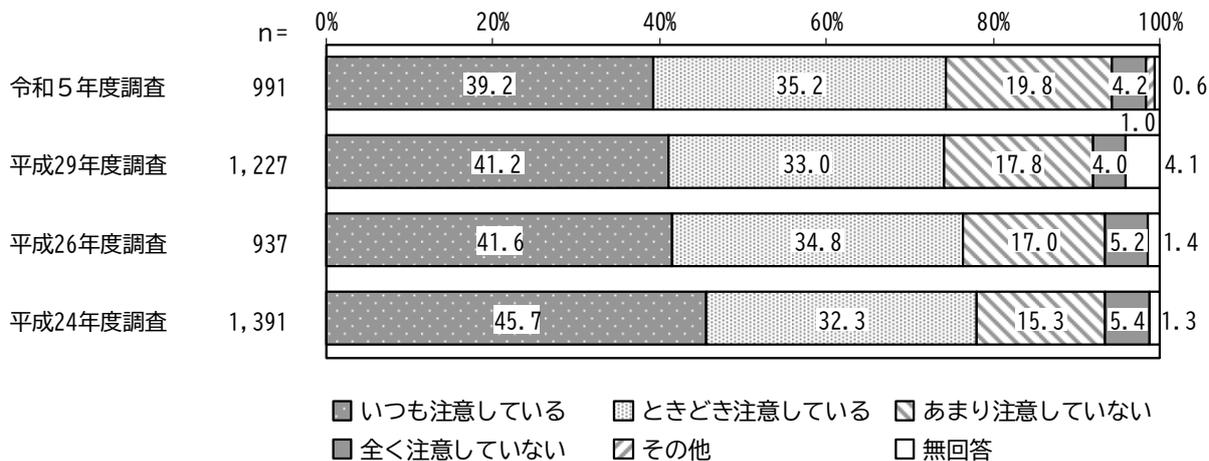
「いつも注意している」の割合が39.2%と最も高く、次いで「ときどき注意している」の割合が35.2%、「あまり注意していない」の割合が19.8%となっています。

カテゴリ	件数
いつも注意している	388
ときどき注意している	349
あまり注意していない	196
全く注意していない	42
その他	10
無回答	6
全体	991



n = 991

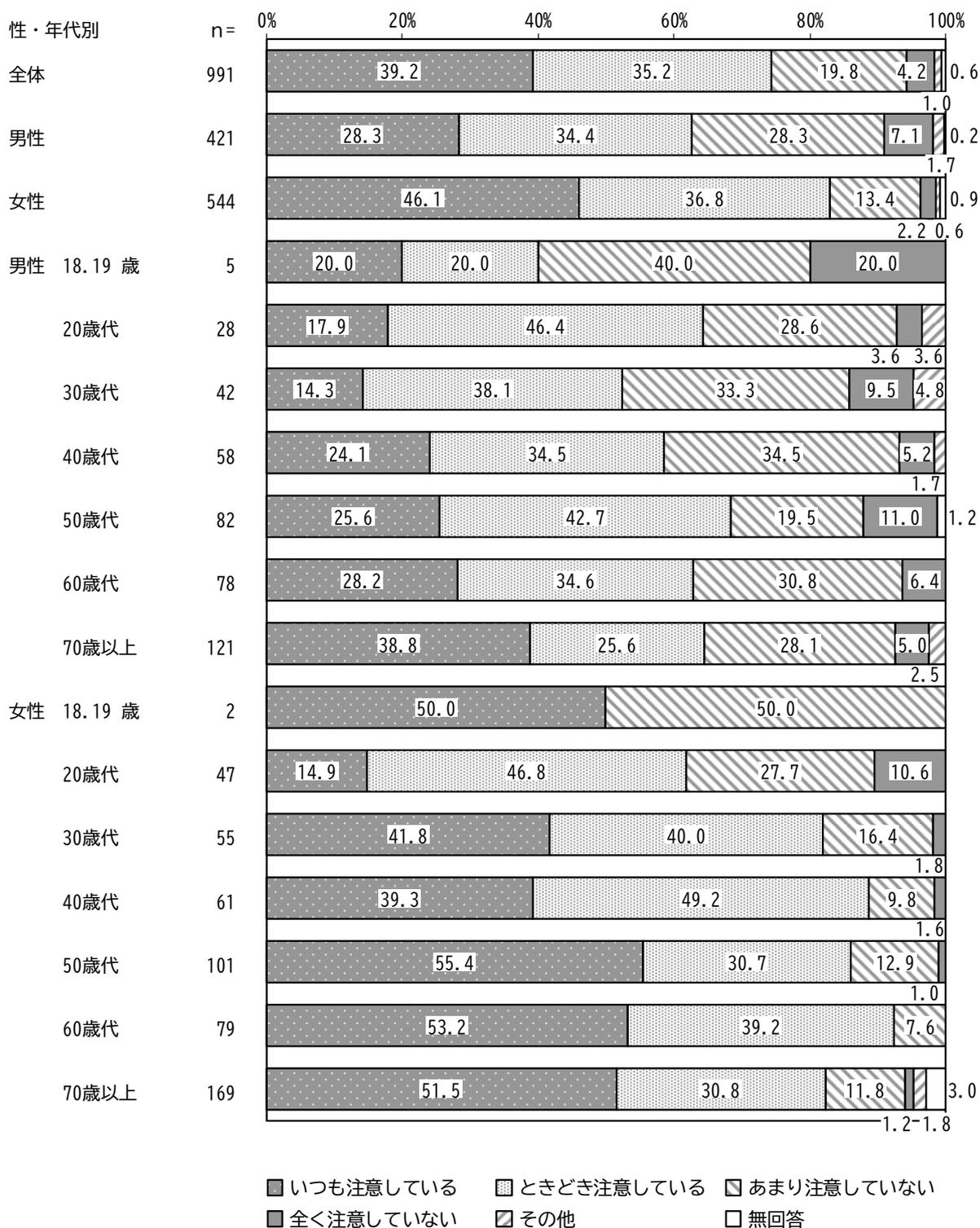
(参考)



(※) 平成26年度調査は、「食育（食生活）実態調査」（平成27年3月）

※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

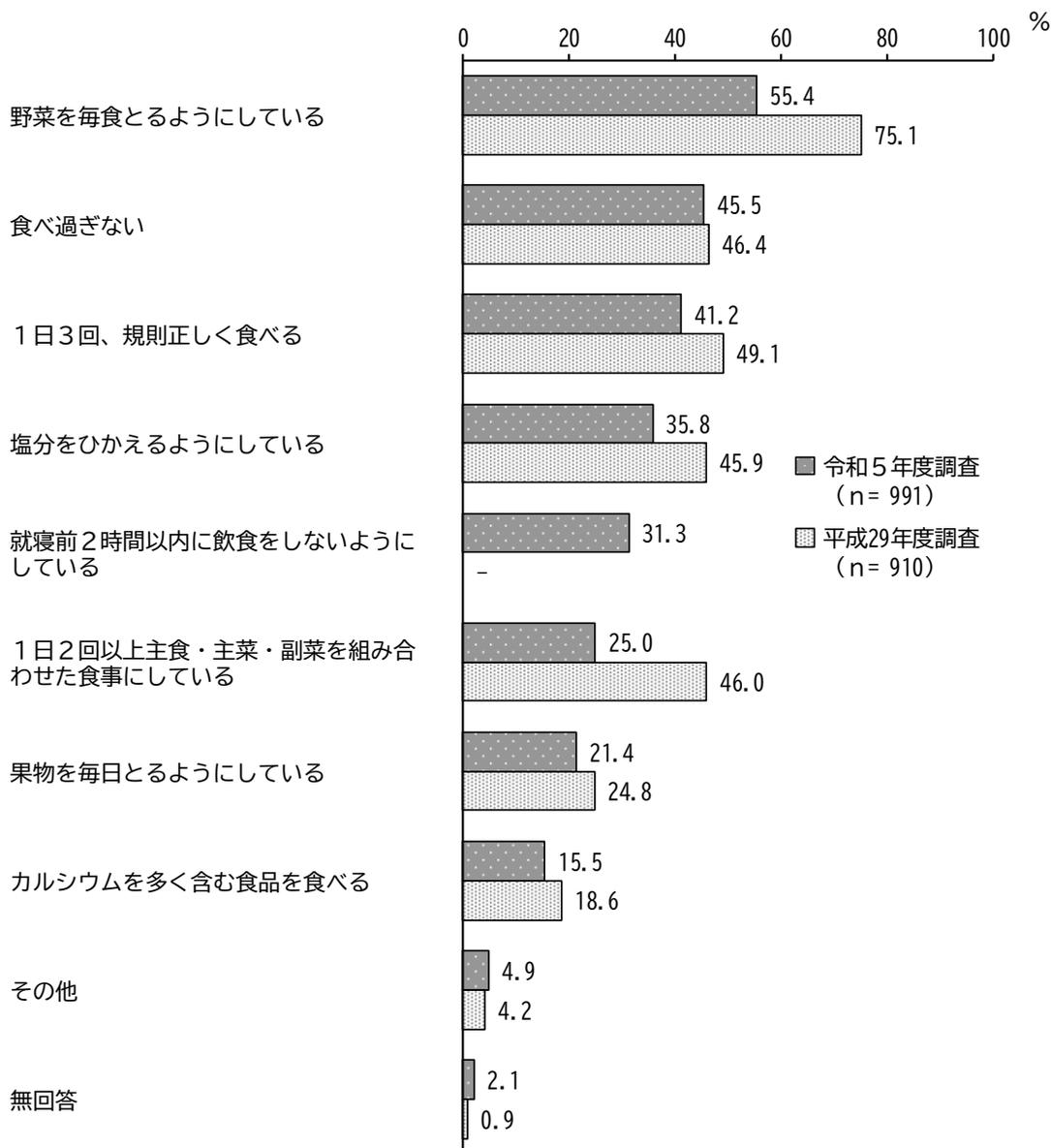
性別で見ると、男性で「あまり注意していない」の割合が高くなっています。  
 性・年代別で見ると、女性 50 歳代で「いつも注意している」の割合が高くなっています。



問 14 あなたは食事のとり方でどのようなことに気をつけていますか。  
(○はいくつでも)

「野菜を毎食とるようにしている」の割合が 55.4%と最も高く、次いで「食べ過ぎない」の割合が 45.5%、「1日3回、規則正しく食べる」の割合が 41.2%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「野菜を毎食とるようにしている」「1日2回以上主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている」「1日3回、規則正しく食べる」「塩分をひかえるようにしている」の割合が減少しています。



※平成 29 年度調査では、前問の「あなたは調理や食事をするとき、栄養バランスに注意していますか。」で、「いつも注意している」、「ときどき注意している」と回答した場合のみ質問の対象となっています。

※平成 29 年度調査では、「1日2回以上主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている」は「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている」としていました。

※平成 29 年度調査では、「就寝前2時間以内に飲食をしないようにしている」の選択肢がありませんでした。

性別でみると、女性で「塩分をひかえるようにしている」の割合が高くなっています。  
 性・年代別でみると、女性70歳以上で「塩分をひかえるようにしている」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

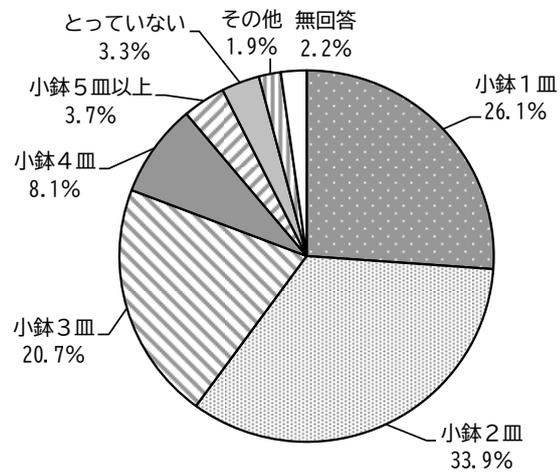
単位：％

区分	n(件)	野菜を毎食とるようにしている	食べ過ぎない	1日2回以上主食・主菜・副菜を組み合わせた食事になっている	1日3回、規則正しく食べる	塩分をひかえるようにしている	就寝前2時間以内に飲食をしないようにしている	カルシウムを多く含む食品を食べる	果物を毎日とるようにしている	その他	無回答
全体	991	55.4	45.5	25.0	41.2	35.8	31.3	15.5	21.4	4.9	2.1
男性	421	49.6	42.3	19.5	38.7	26.1	24.2	10.5	16.6	5.2	2.9
女性	544	59.6	48.3	28.7	42.8	42.1	36.9	19.3	25.0	5.0	1.5
男性 18.19歳	5	20.0	20.0	20.0	60.0	—	—	20.0	—	—	—
20歳代	28	32.1	39.3	14.3	32.1	17.9	17.9	—	7.1	7.1	3.6
30歳代	42	31.0	54.8	9.5	14.3	9.5	14.3	9.5	4.8	4.8	9.5
40歳代	58	50.0	39.7	20.7	24.1	19.0	17.2	3.4	12.1	8.6	1.7
50歳代	82	54.9	40.2	15.9	32.9	30.5	18.3	9.8	4.9	7.3	1.2
60歳代	78	53.8	43.6	14.1	42.3	21.8	20.5	14.1	17.9	5.1	—
70歳以上	121	55.4	43.0	29.8	55.4	37.2	37.2	14.0	33.9	2.5	3.3
女性 18.19歳	2	50.0	50.0	—	—	—	—	—	50.0	50.0	—
20歳代	47	27.7	51.1	10.6	19.1	8.5	29.8	6.4	4.3	12.8	4.3
30歳代	55	54.5	40.0	27.3	41.8	25.5	12.7	9.1	18.2	10.9	1.8
40歳代	61	54.1	45.9	23.0	41.0	23.0	27.9	9.8	18.0	3.3	3.3
50歳代	101	65.3	54.5	29.7	27.7	41.6	27.7	15.8	19.8	5.0	—
60歳代	79	64.6	50.6	31.6	41.8	50.6	44.3	17.7	26.6	2.5	—
70歳以上	169	66.9	45.0	34.3	60.9	61.5	55.0	34.3	39.1	2.4	1.8

問 15 1日の野菜摂取量の目標は350g以上（調理前の生の状態）です。野菜料理では5皿分程度の量です。あなたは、ふだん1日でどれくらいの量の野菜をとっていますか。（○は1つだけ）

「小鉢2皿」の割合が33.9%と最も高く、次いで「小鉢1皿」の割合が26.1%、「小鉢3皿」の割合が20.7%となっています。

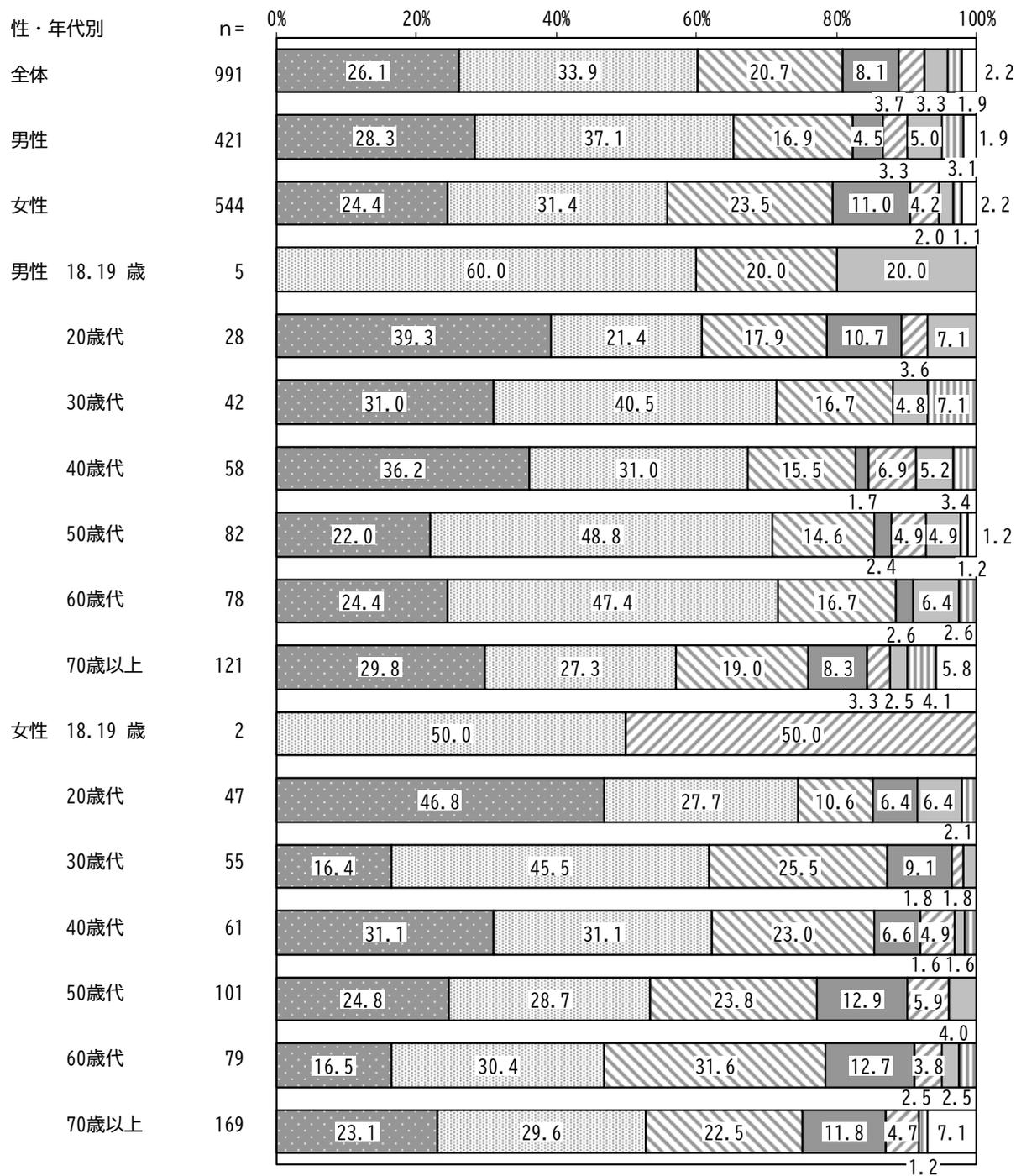
カテゴリ	件数
小鉢1皿	259
小鉢2皿	336
小鉢3皿	205
小鉢4皿	80
小鉢5皿以上	37
とっていない	33
その他	19
無回答	22
全 体	991



n = 991

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性 20 歳代で「小鉢 1 皿」の割合が高くなっています。

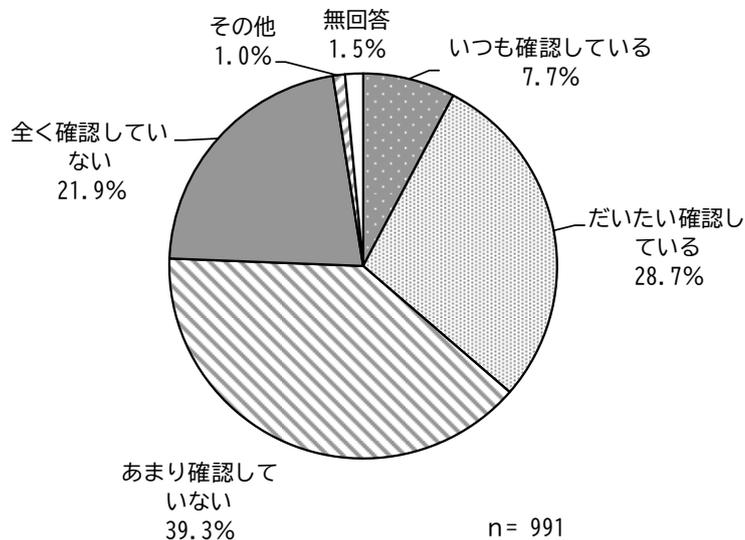


- 小鉢 1 皿
- 小鉢 2 皿
- ▨ 小鉢 3 皿
- 小鉢 4 皿
- ▨ 小鉢 5 皿以上
- とっていない
- ▨ その他
- 無回答

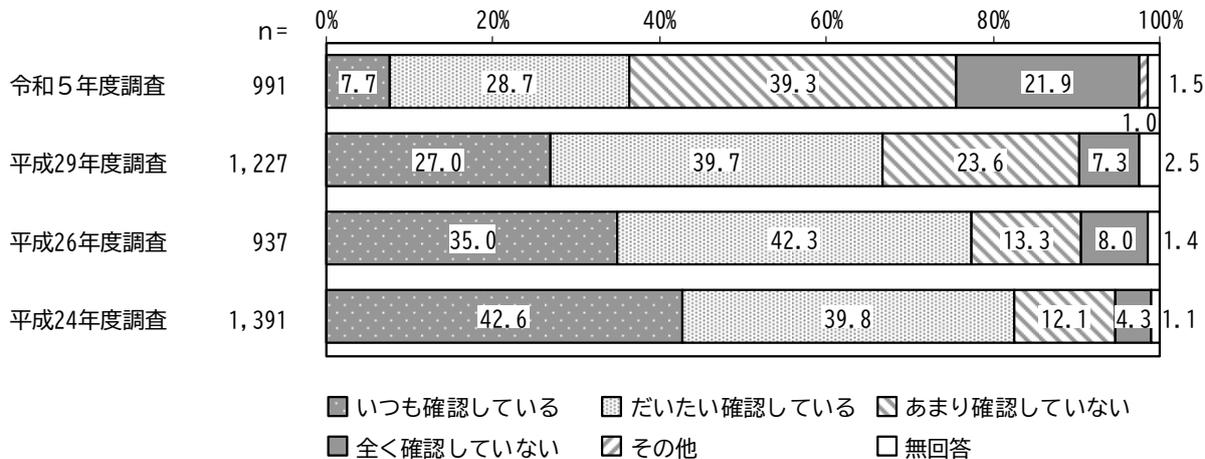
問 16 あなたは、ふだん食品を購入するときに栄養成分表示を確認していますか。  
(○は1つだけ)

「いつも確認している」と「だいたい確認している」と合わせて 36.4%となっています。

カテゴリ	件数
いつも確認している	76
だいたい確認している	284
あまり確認していない	389
全く確認していない	217
その他	10
無回答	15
全 体	991



(参考)



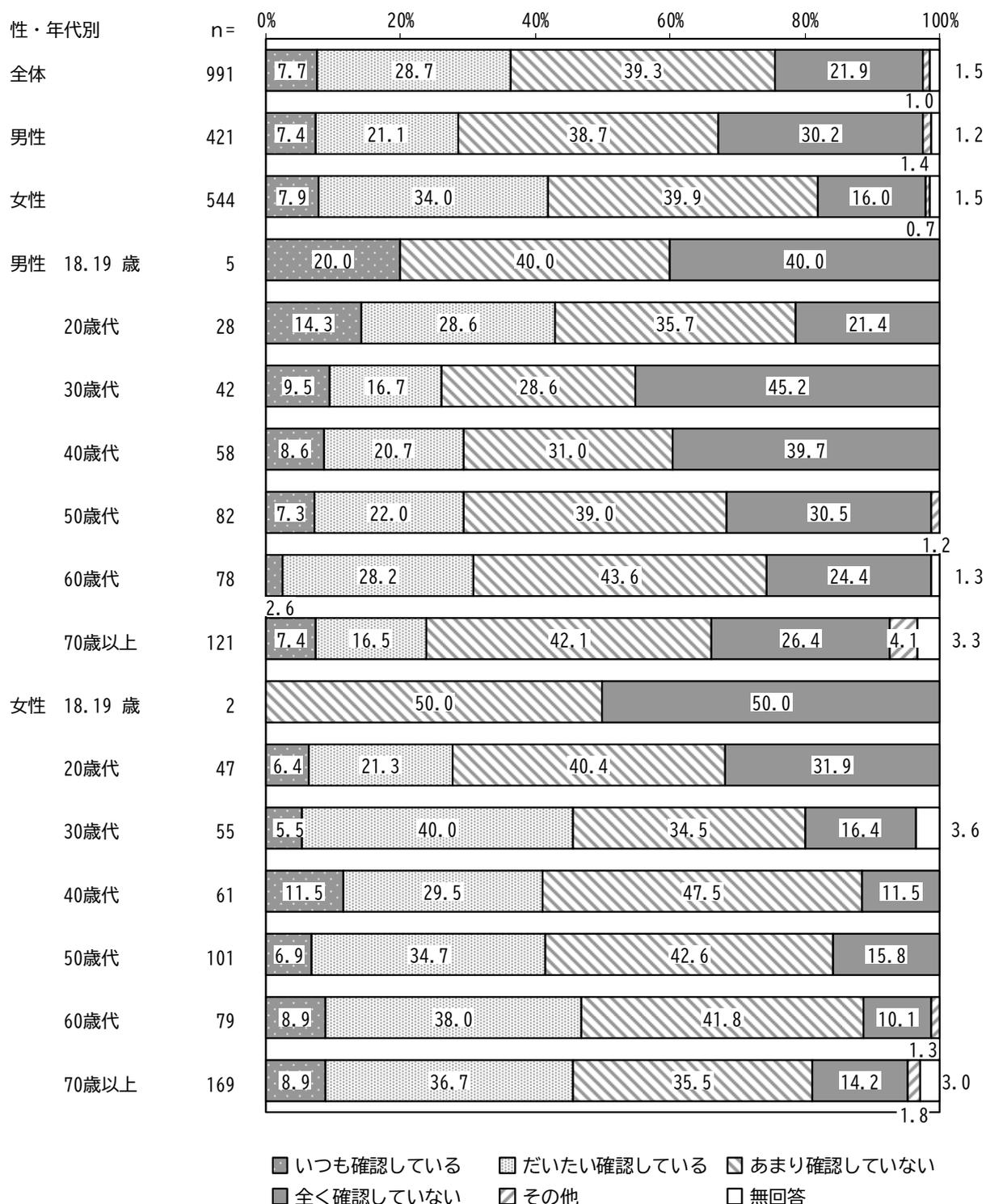
(※) 平成 26 年度調査は、「食育（食生活）実態調査」（平成 27 年 3 月）

※令和 5 年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

※平成 29 年度調査では、「あなたは、ふだん食品を購入するときに表示等を確認していますか。」と質問していました。

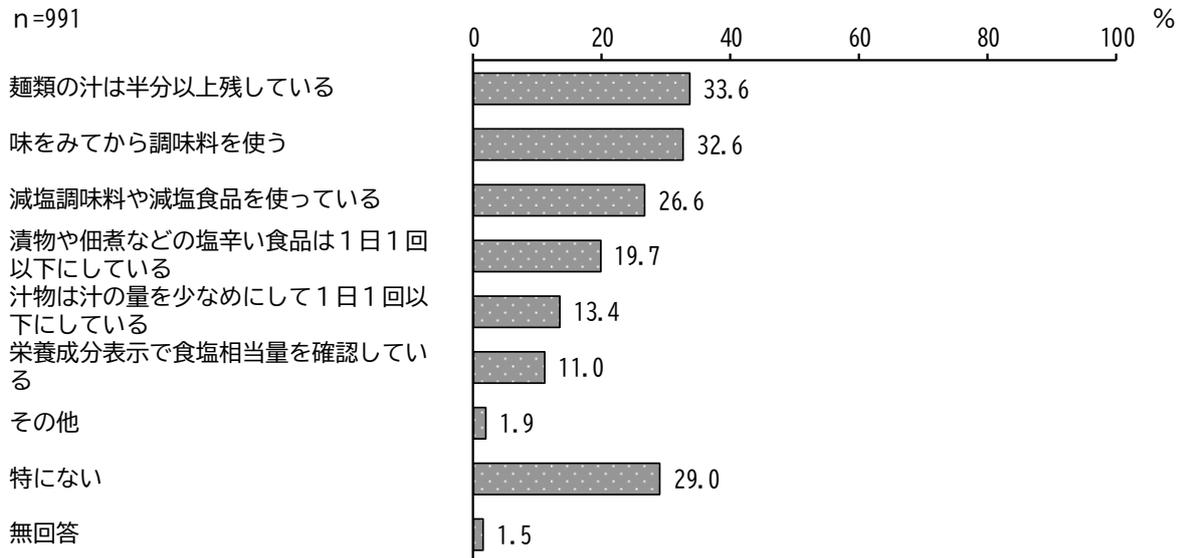
※平成 24 年度調査では、「あなたは、ふだん食品を購入するときに賞味期限や原材料名などの表示を確認していますか。」と質問していました。

性別で見ると、男性で「全く確認していない」の割合が高くなっています。  
 性・年代別で見ると、男性30歳代で「全く確認していない」の割合が高くなっています。



問 17 1日の食塩摂取量の目標は男性が7.5g未満、女性が6.5g未満です。あなたが減塩のために実践していることは何ですか。(〇はいくつでも)

「麺類の汁は半分以上残している」の割合が33.6%と最も高く、次いで「味をみてから調味料を使う」の割合が32.6%、「特にない」の割合が29.0%となっています。



性別でみると、女性で「味をみてから調味料を使う」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「汁物は汁の量を少なめにして1日1回以下にしている」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

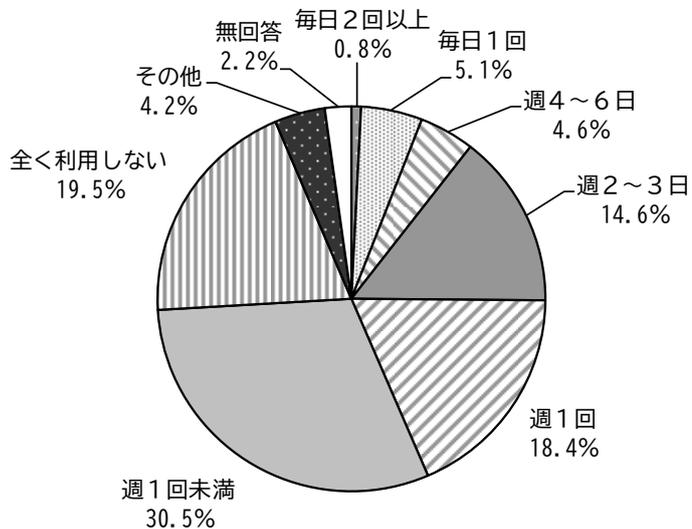
単位：%

区分	n (件)	栄養成分表示で食塩相当量を 確認している	味をみてから調味料を使う	麺類の汁は半分以上残してい る	汁物は汁の量を少なめにして 1日1回以下にしている	漬物や佃煮などの塩辛い食品 は1日1回以下にしている	減塩調味料や減塩食品を使っ ている	その他	特 に ない	無 回 答
全 体	991	11.0	32.6	33.6	13.4	19.7	26.6	1.9	29.0	1.5
男性	421	10.0	20.9	23.3	6.4	13.1	21.4	2.4	39.7	1.7
女性	544	11.4	41.5	41.7	18.6	24.4	30.7	1.5	21.0	1.3
男性 18.19 歳	5	—	—	40.0	—	—	—	—	60.0	—
20 歳代	28	17.9	14.3	21.4	—	3.6	25.0	—	53.6	—
30 歳代	42	2.4	11.9	21.4	9.5	7.1	19.0	—	57.1	—
40 歳代	58	10.3	15.5	17.2	1.7	6.9	13.8	—	53.4	—
50 歳代	82	8.5	19.5	19.5	3.7	12.2	23.2	7.3	34.1	—
60 歳代	78	12.8	25.6	15.4	9.0	16.7	25.6	2.6	39.7	—
70 歳以上	121	9.9	25.6	33.1	9.1	18.2	22.3	1.7	28.1	5.8
女性 18.19 歳	2	—	—	—	—	—	—	—	100.0	—
20 歳代	47	—	19.1	27.7	8.5	8.5	27.7	—	44.7	—
30 歳代	55	5.5	36.4	40.0	5.5	18.2	25.5	3.6	27.3	—
40 歳代	61	8.2	27.9	34.4	11.5	11.5	23.0	1.6	32.8	—
50 歳代	101	8.9	44.6	34.7	13.9	20.8	30.7	—	22.8	—
60 歳代	79	13.9	49.4	50.6	20.3	35.4	27.8	—	13.9	—
70 歳以上	169	19.5	50.3	49.7	31.4	34.3	37.9	2.4	6.5	4.1

問18 あなたは、外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか。  
 (○は1つだけ)

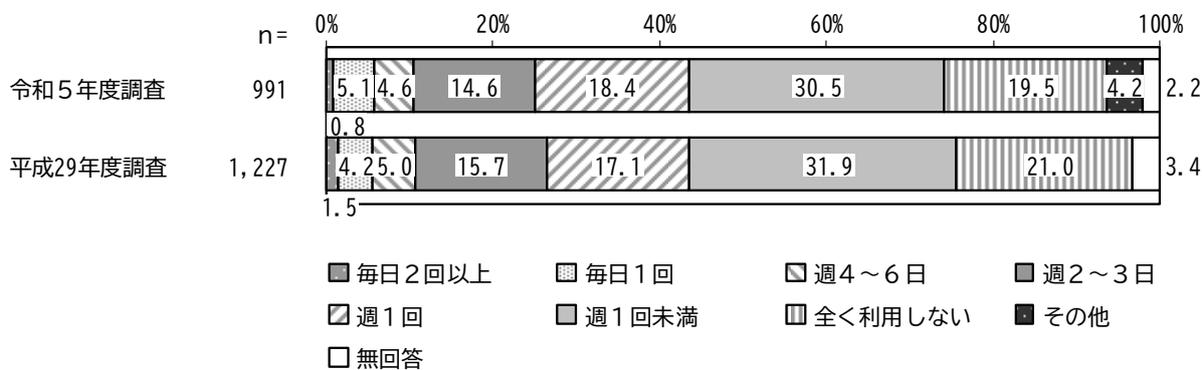
「週1回未満」の割合が30.5%と最も高く、次いで「全く利用しない」の割合が19.5%、「週1回」の割合が18.4%となっています。

カテゴリ	件数
毎日2回以上	8
毎日1回	51
週4～6日	46
週2～3日	145
週1回	182
週1回未満	302
全く利用しない	193
その他	42
無回答	22
全体	991



n = 991

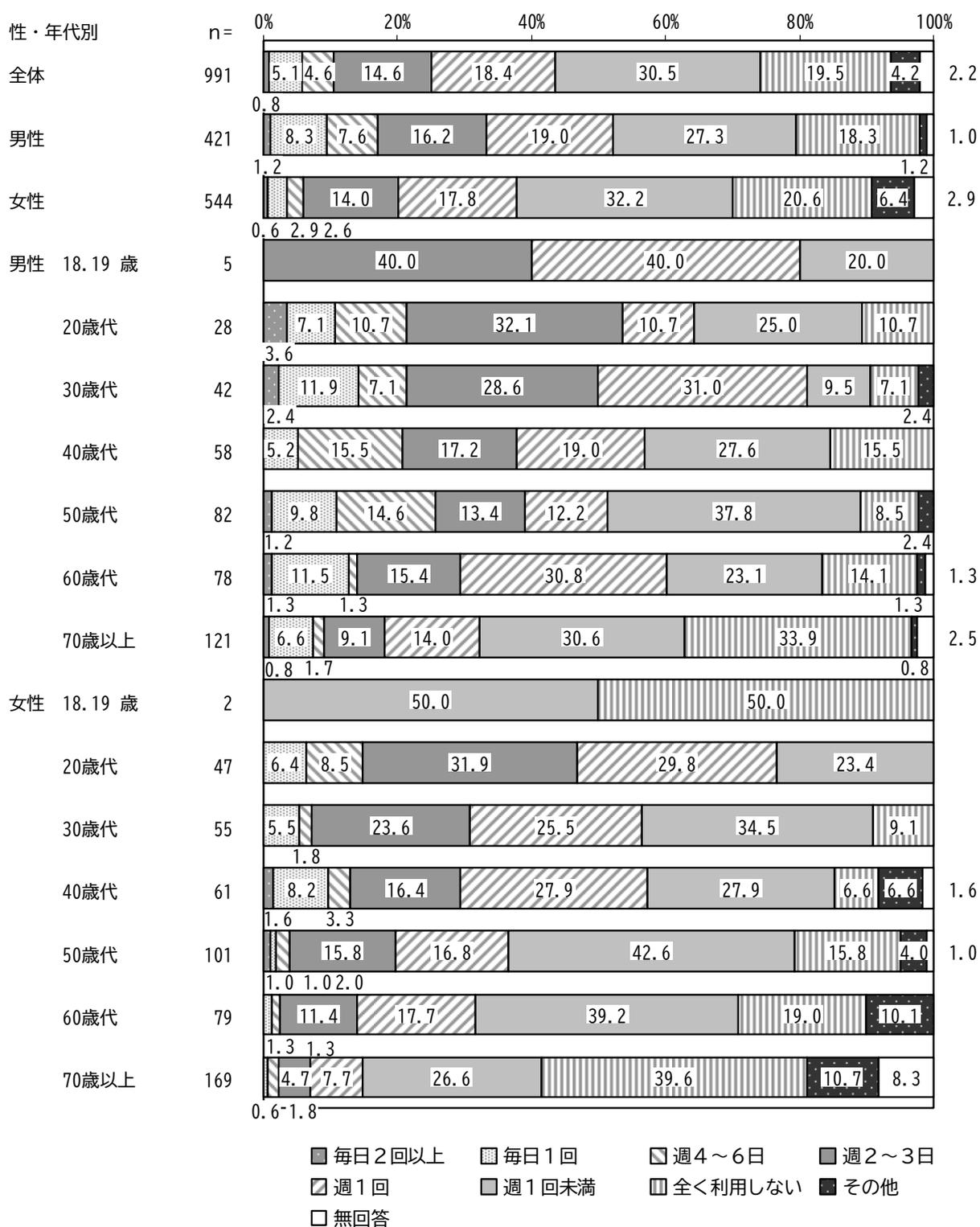
(参考)



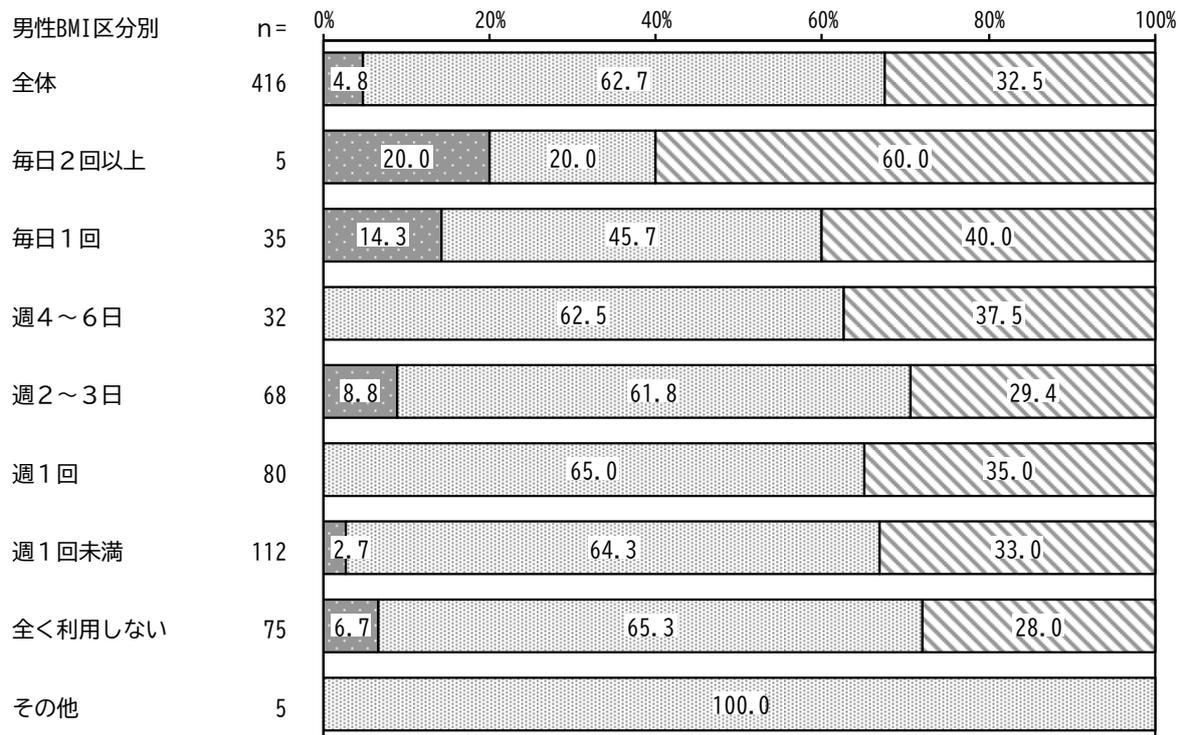
※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性 70 歳以上で「全く利用しない」の割合が高くなっています。

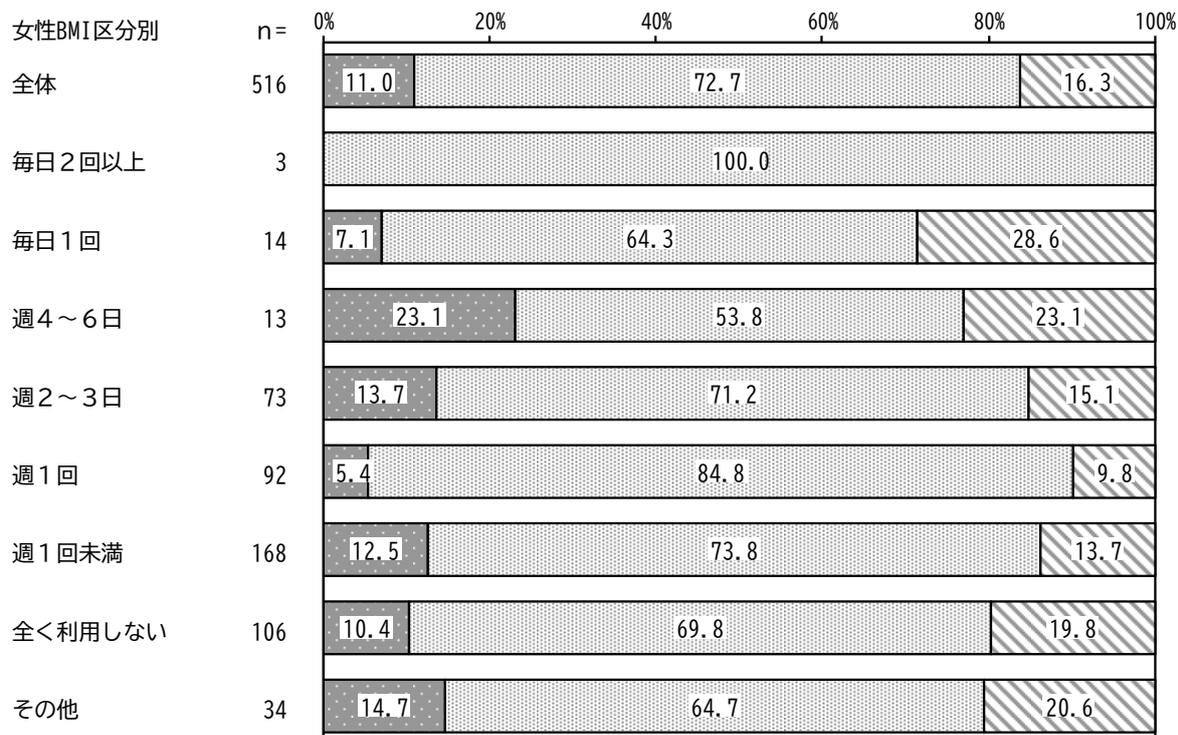


男性 BMI 区別に外食の頻度をみると、毎日2回で「男性 肥満 (25 以上)」の割合が高くなっています。



■ 男性 やせ (18.5未満)      ■ 男性 普通 (18.5~25未満)  
 ■ 男性 肥満 (25以上)

女性 BMI 区別に外食の頻度をみると、週4~6日で「女性 やせ (18.5 未満)」の割合が高くなっています。



■ 女性 やせ (18.5未満)      ■ 女性 普通 (18.5~25未満)  
 ■ 女性 肥満 (25以上)

(参考)

【外食を利用している頻度（全国の調査）】

単位：%

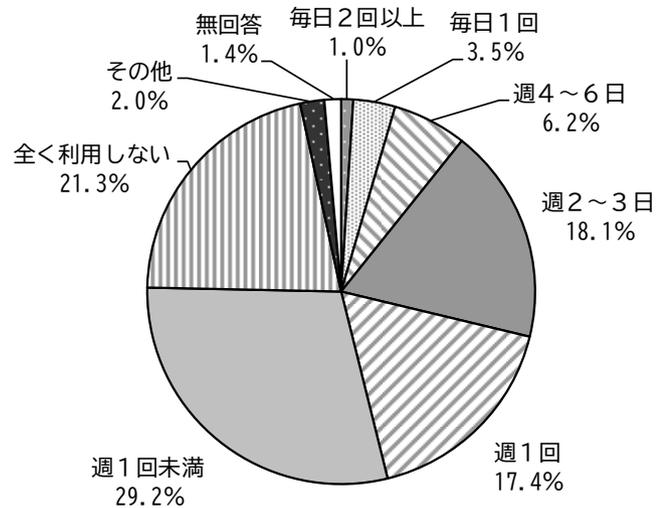
	毎日2回 以上	毎日1回	週4～6日	週2～3日	週1回	週1回 未満	全く利用 しない
総数	0.5	2.4	3.9	11.0	15.8	44.2	22.2
男性(計)	0.9	4.2	6.9	13.6	16.0	37.6	20.9
20歳代	1.8	3.6	11.3	26.7	23.5	27.1	5.9
30歳代	0.4	5.1	11.0	22.4	24.4	28.7	7.9
40歳代	1.6	6.5	8.4	16.1	22.4	36.2	8.6
50歳代	0.2	5.1	11.4	12.6	15.9	42.5	12.3
60歳代	1.6	4.8	5.5	11.5	13.8	43.3	19.5
70歳以上	0.1	1.8	2.2	7.7	9.3	37.6	41.3
女性(計)	0.2	0.9	1.3	8.7	15.6	50.0	23.3
20歳代	0.9	2.2	4.9	21.2	27.4	38.1	5.3
30歳代	0.3	1.3	2.3	14.8	24.8	47.7	8.7
40歳代	－	1.1	1.5	13.4	19.6	53.8	10.6
50歳代	－	1.0	1.0	6.9	17.3	62.7	11.0
60歳代	0.3	0.7	0.7	5.8	13.4	53.6	25.6
70歳以上	0.1	0.5	0.6	4.2	8.7	42.8	43.1

(※) 全国の調査は「国民健康・栄養調査」(厚生労働省・令和2年12月)

問 19 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜、宅配食やデリバリーをどのくらい利用していますか。(○は1つだけ)

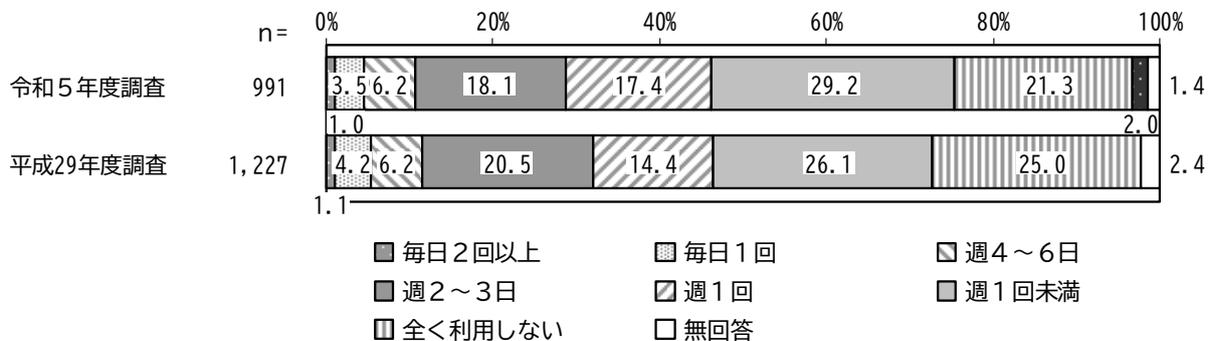
「週1回未満」の割合が29.2%と最も高く、次いで「全く利用しない」の割合が21.3%、「週2～3日」の割合が18.1%となっています。

カテゴリ	件数
毎日2回以上	10
毎日1回	35
週4～6日	61
週2～3日	179
週1回	172
週1回未満	289
全く利用しない	211
その他	20
無回答	14
全 体	991



n = 991

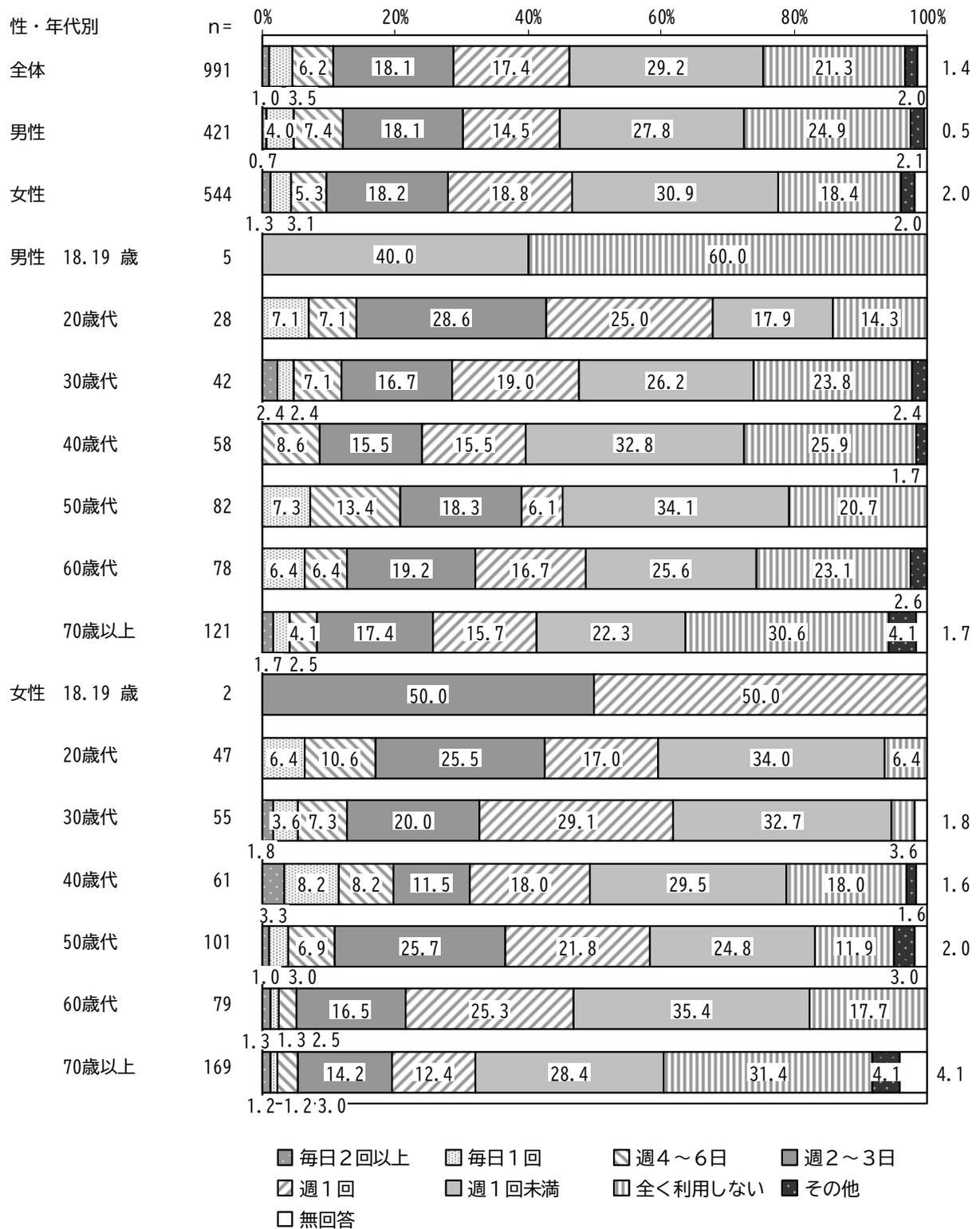
(参考)



※令和5年度調査では、選択肢に「その他」が追加されています。

性別でみると、大きな差はみられません。

性・年代別でみると、女性30歳代で「週1回」の割合が高くなっています。



(参考)

【持ち帰りの弁当や惣菜を利用している頻度（全国の調査）】

単位：％

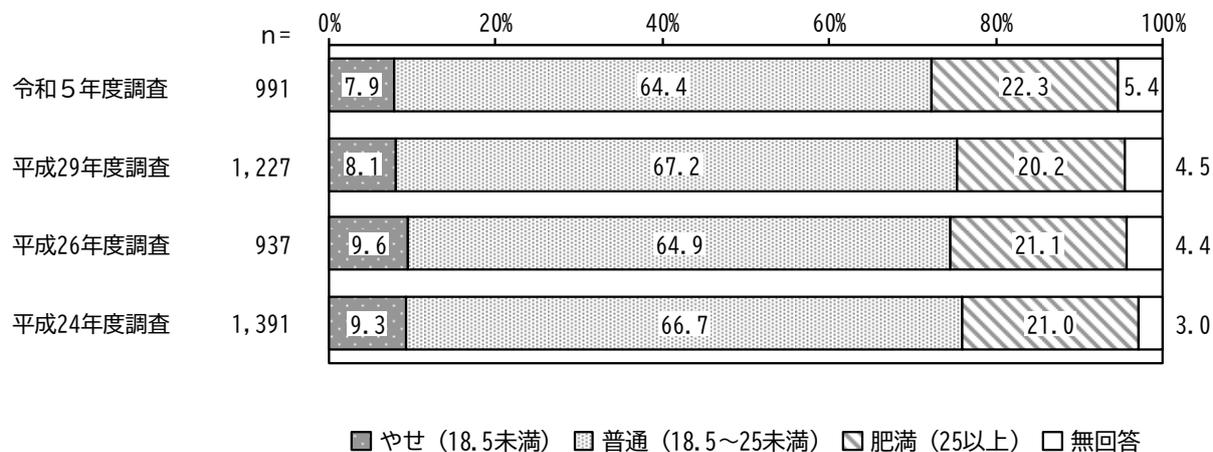
	毎日2回 以上	毎日1回	週4～6日	週2～3日	週1回	週1回 未満	全く利用 しない
総数	1.1	3.0	6.3	17.8	17.4	31.3	23.0
男性(計)	1.8	4.1	8.9	16.9	15.5	27.7	25.0
20歳代	2.7	5.4	12.7	20.4	12.7	25.3	20.8
30歳代	1.2	5.9	11.0	22.8	16.9	27.6	14.6
40歳代	2.1	7.0	12.4	20.1	16.6	27.2	14.5
50歳代	1.7	3.9	10.4	21.3	16.4	30.0	16.4
60歳代	2.5	2.7	9.6	14.9	16.0	29.3	25.0
70歳以上	1.3	2.7	3.9	11.5	14.3	26.5	39.7
女性(計)	0.4	2.1	4.1	18.6	19.1	34.4	21.3
20歳代	0.4	3.1	6.2	20.8	23.0	24.3	22.1
30歳代	0.7	2.3	7.0	19.1	23.8	34.2	12.8
40歳代	0.2	1.7	4.7	24.0	21.3	36.0	12.1
50歳代	0.4	3.7	5.4	20.8	19.1	39.3	11.2
60歳代	－	1.8	2.8	20.5	18.5	38.3	18.0
70歳以上	0.7	1.4	2.6	13.0	15.9	31.1	35.3

(※) 全国の調査は「国民健康・栄養調査」(厚生労働省・令和2年12月)

## ■BMI について

「普通(18.5~25未満)」の割合が64.4%と最も高く、次いで「肥満(25以上)」の割合が22.3%となっています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



(※) 平成26年度調査は、「食育(食生活)実態調査」(平成27年3月)

## ○BMI とは

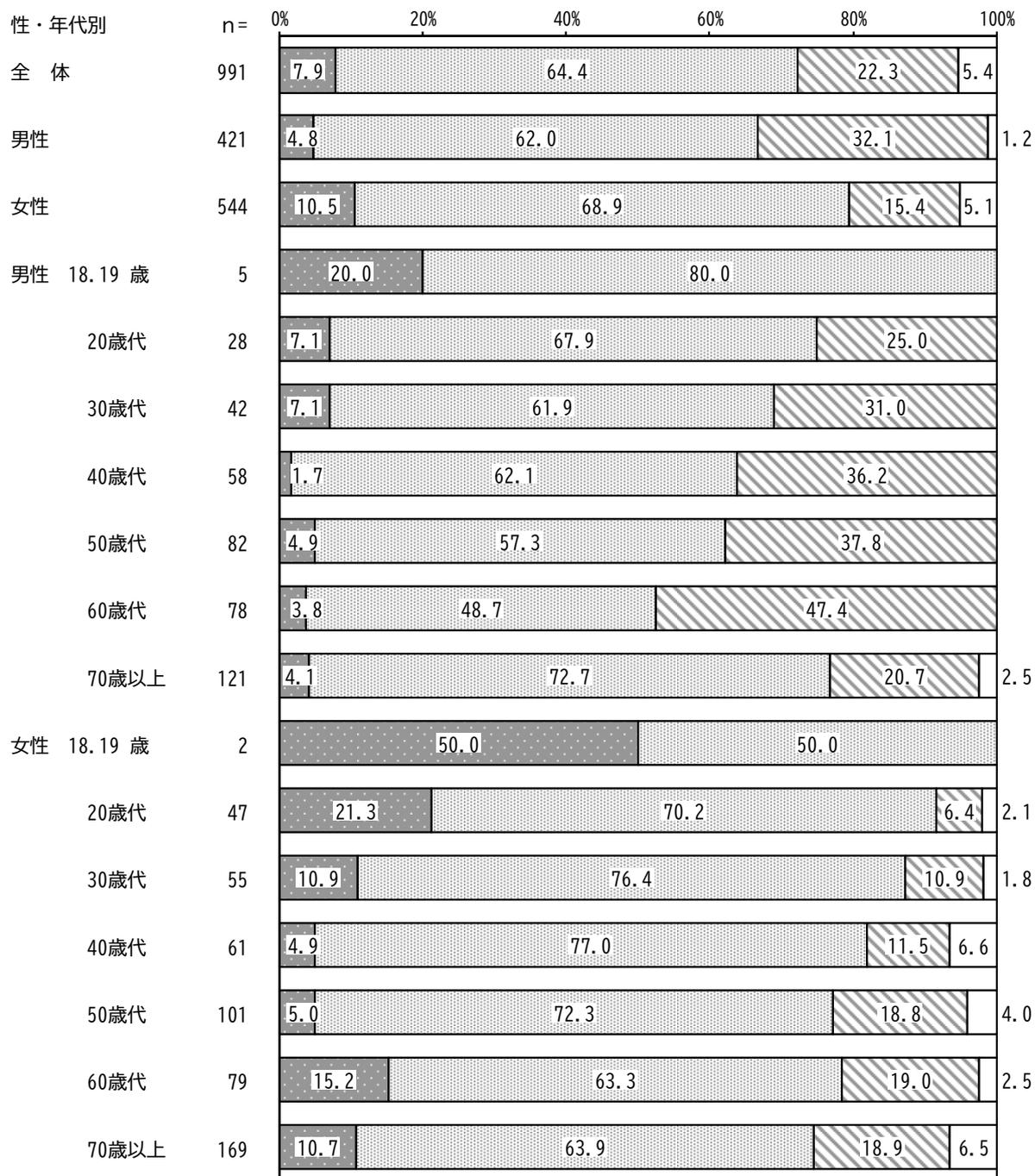
Body Mass Index の略で、世界共通の肥満度の指標です。

身長と体重からBMIを求め、国では18.5未満を「やせ」、18.5以上25未満を「普通」、25以上を「肥満」と分類しています。

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

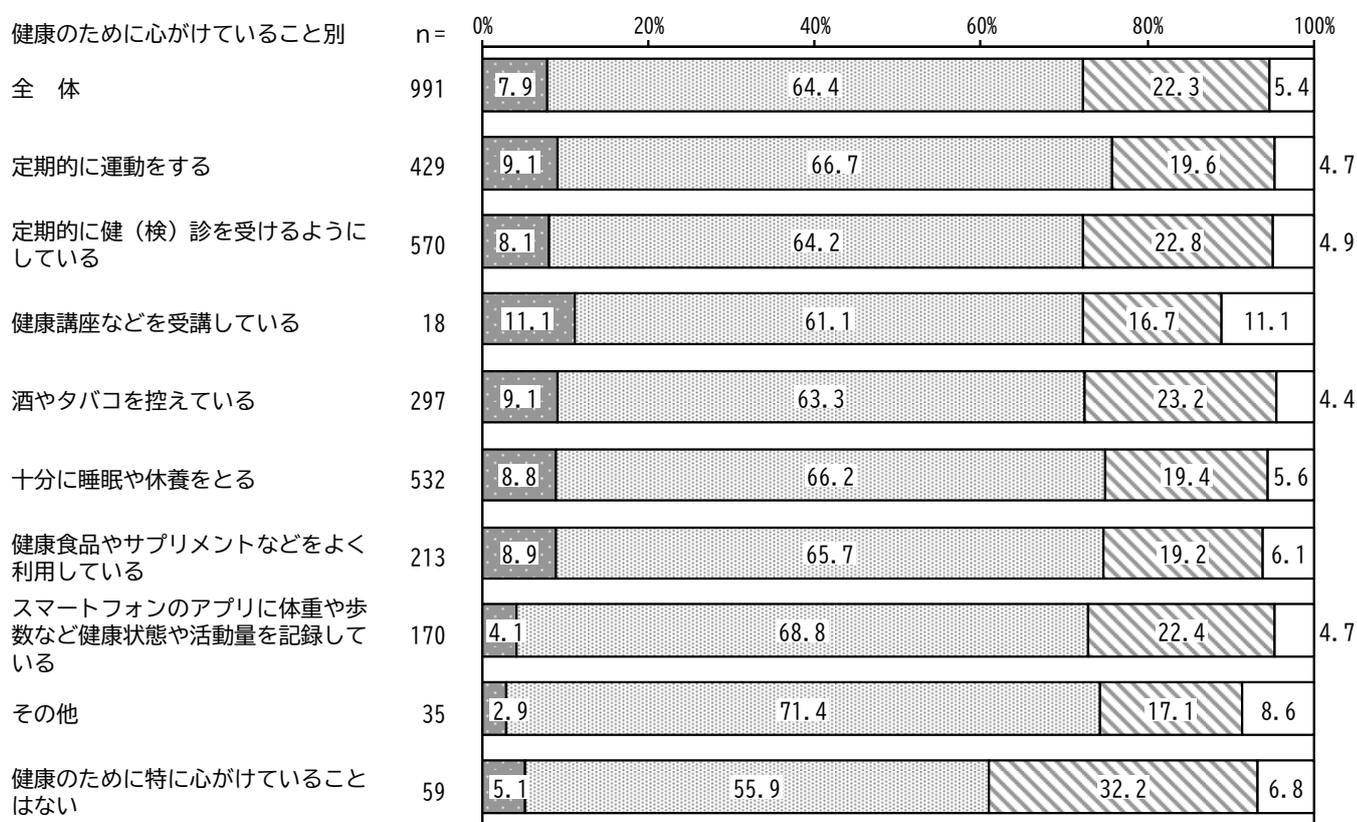
性別でみると、男性で「肥満（25以上）」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、男性60歳代で「肥満（25以上）」の割合が高くなっています。



■ やせ (18.5未満) ■ 普通 (18.5~25未満) ▨ 肥満 (25以上) □ 無回答

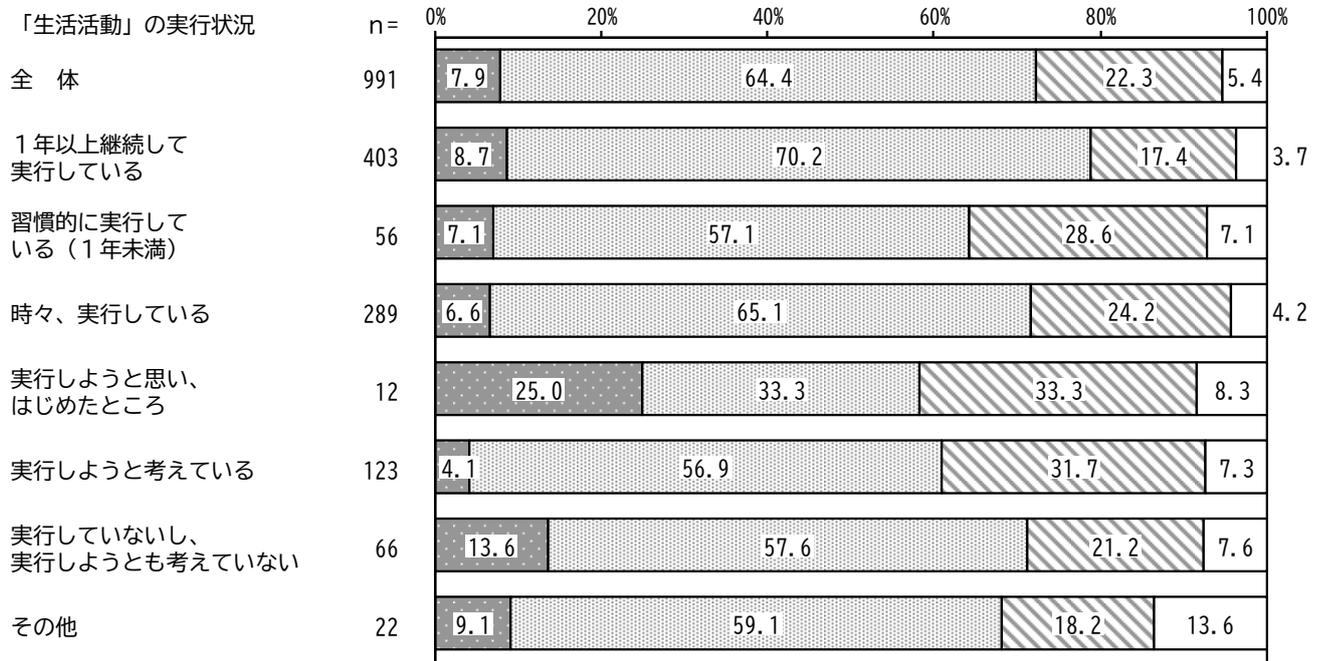
健康のために心がけていること別にみると、「健康のために特に心がけていることはない」で「肥満（25以上）」の割合が高くなっています。



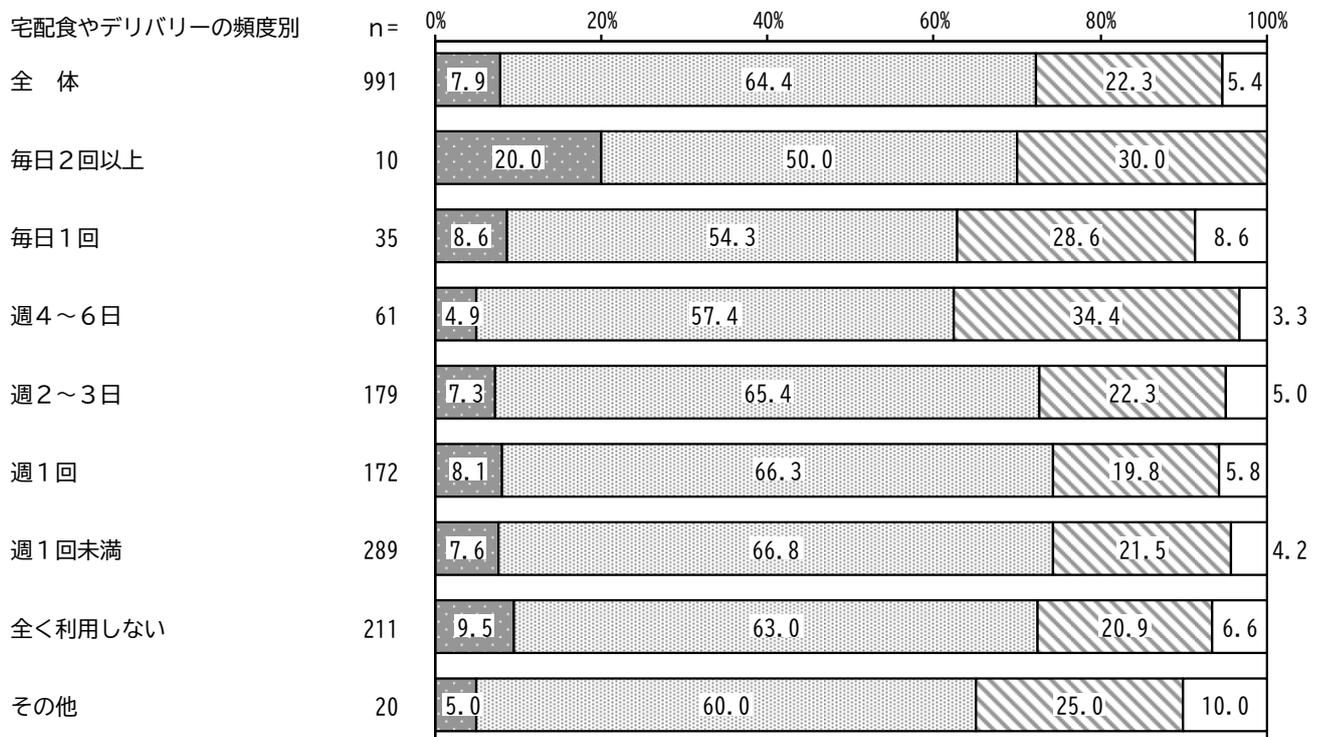
■ やせ（18.5未満） ■ 普通（18.5～25未満） ▨ 肥満（25以上） □ 無回答

「生活活動」の実行状況にみると、「実行しようと思い、はじめたところ」で「肥満（25以上）」の割合が高くなっています。

宅配食やデリバリーの頻度別にみると、「週4～6日」で「肥満（25以上）」の割合が高くなっています。

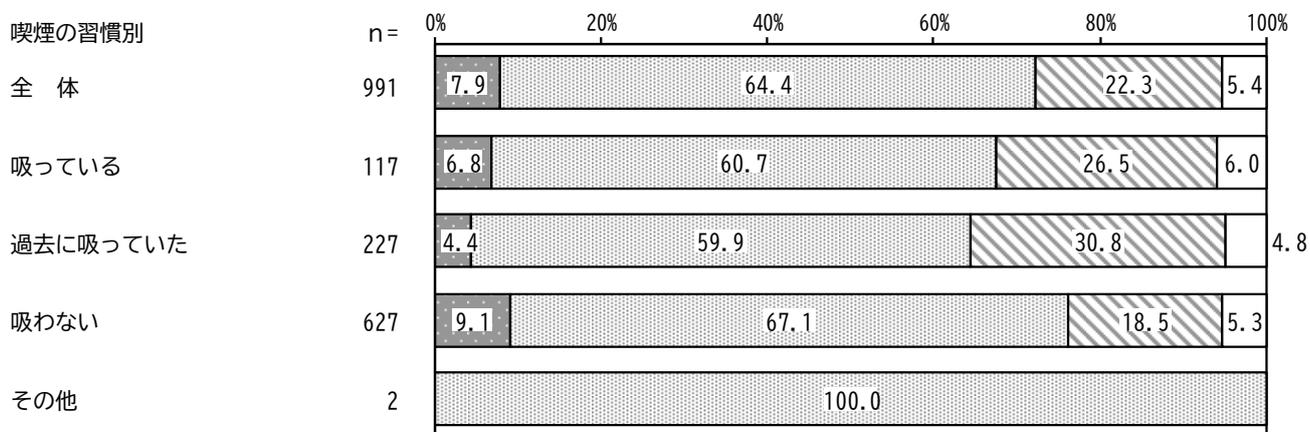


■ やせ (18.5未満) ■ 普通 (18.5~25未満) ■ 肥満 (25以上) □ 無回答

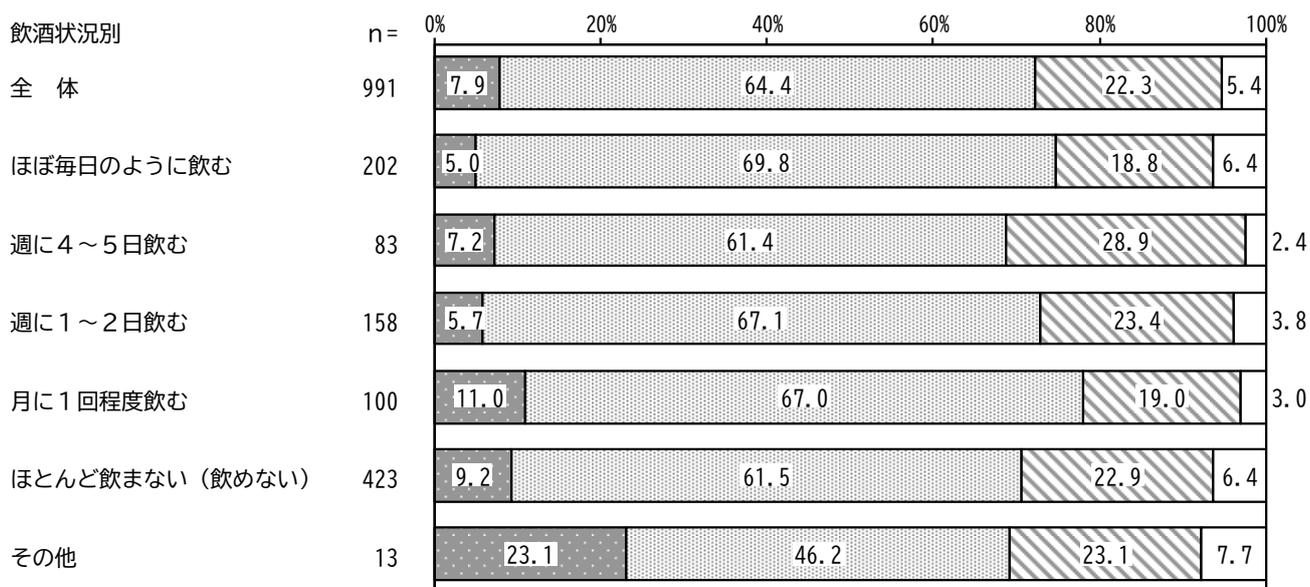


■ やせ (18.5未満) ■ 普通 (18.5~25未満) ■ 肥満 (25以上) □ 無回答

喫煙の習慣別にみると、「過去に吸っていた」で「肥満 (25 以上)」の割合が高くなっています。  
 飲酒状況別にみると、「週に4～5日飲む」で「肥満 (25 以上)」の割合が高くなっています。



■ やせ (18.5未満) ■ 普通 (18.5~25未満) ■ 肥満 (25以上) □ 無回答



■ やせ (18.5未満) ■ 普通 (18.5~25未満) ■ 肥満 (25以上) □ 無回答

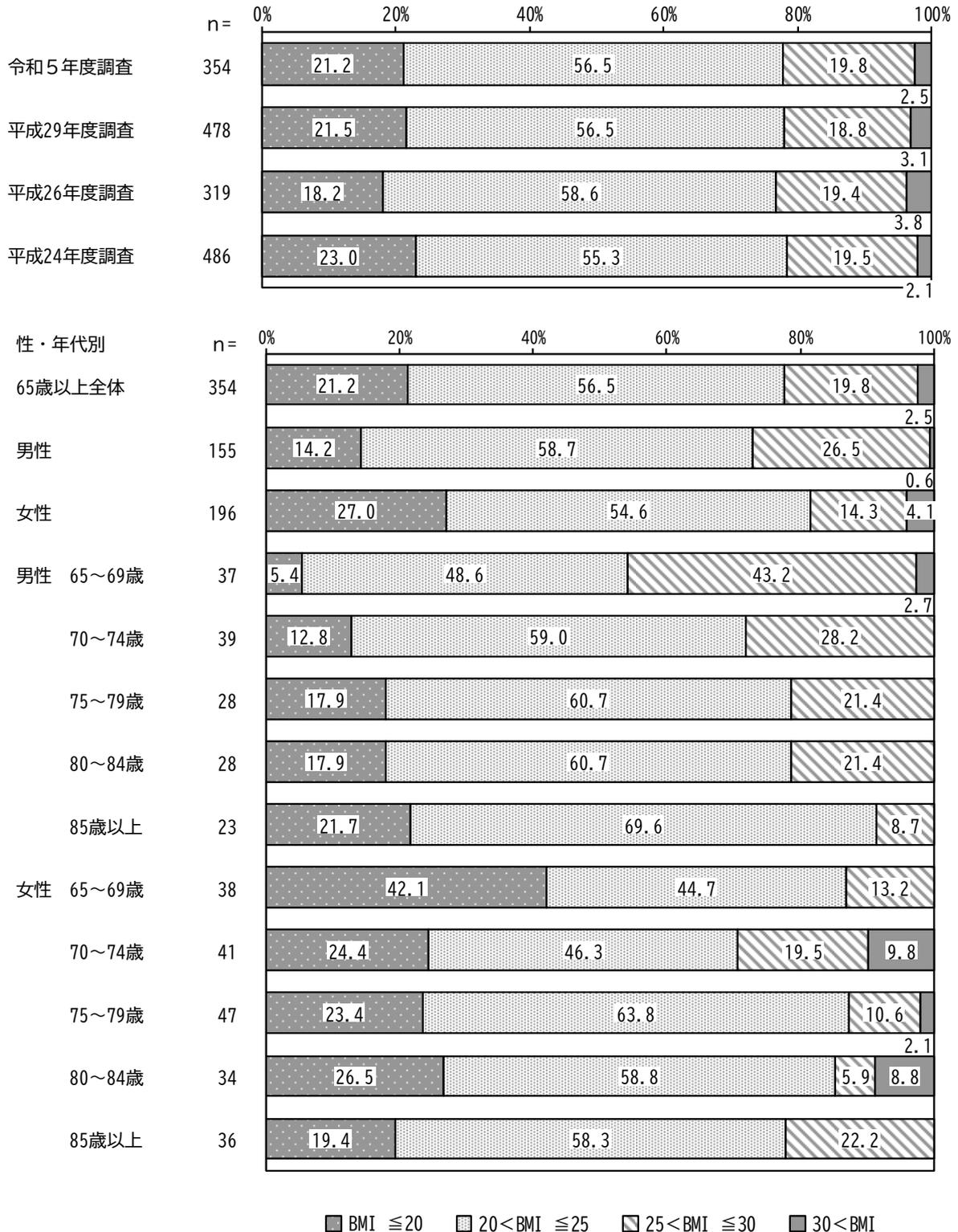
## ■高齢者(65歳以上)のBMIについて

国では、高齢者(65歳以上)においては、低栄養傾向にある指標として、BMI20以下が有用と考えられています。

平成29年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

性別でみると、女性で「BMI $\leq$ 20」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、男性65~69歳で「25<BMI $\leq$ 30」の割合が高くなっています。

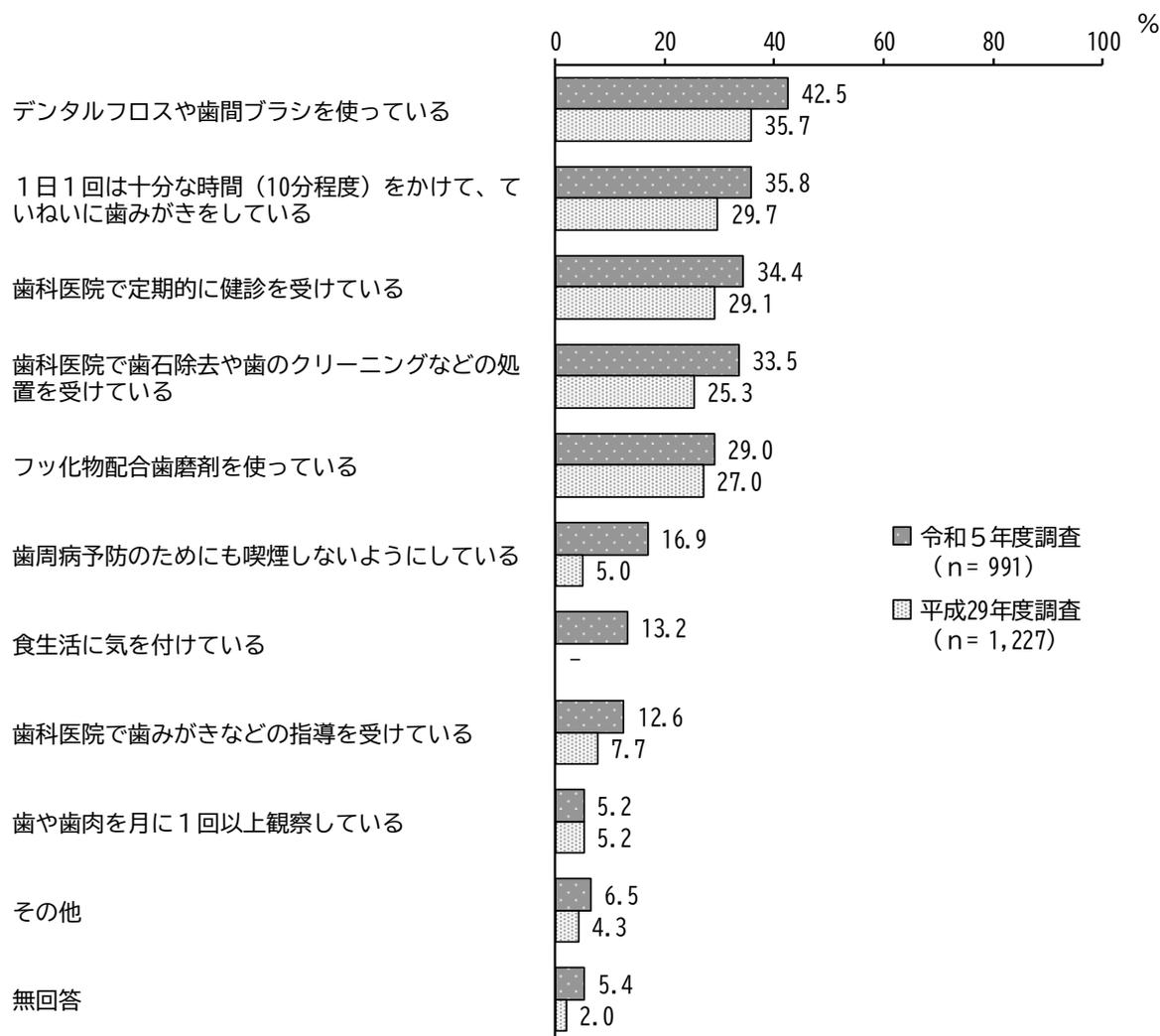


## (7) 歯の健康について

問 20 あなたが、歯や歯肉の健康を保つために行っていることは何ですか。  
(〇はいくつでも)

「デンタルフロスや歯間ブラシを使っている」の割合が 42.5%と最も高く、次いで「1日1回は十分な時間（10分程度）をかけて、ていねいに歯みがきをしている」の割合が 35.8%、「歯科医院で定期的に健診を受けている」の割合が 34.4%となっています。

平成 29 年度調査と比較すると、「1日1回は十分な時間（10分程度）をかけて、ていねいに歯みがきをしている」「デンタルフロスや歯間ブラシを使っている」「歯科医院で定期的に健診を受けている」「歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングなどの処置を受けている」「歯周病予防のためにも喫煙しないようにしている」の割合が増加しています。



※平成 29 年度調査では、「歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングなどの処置を受けている」が「歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングを受けている」でした。また、「フッ化物配合歯磨剤を使っている」が「フッ素（フッ化物）入りの歯磨き剤を使っている」でした。

※平成 29 年度調査では、「食生活に気を付けている」の選択肢がありませんでした。

性別でみると、女性で「デンタルフロスや歯間ブラシを使っている」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、男女とも、20歳代で「1日1回は十分な時間（10分程度）をかけて、ていねいに歯みがきをしている」の割合が高くなっています。

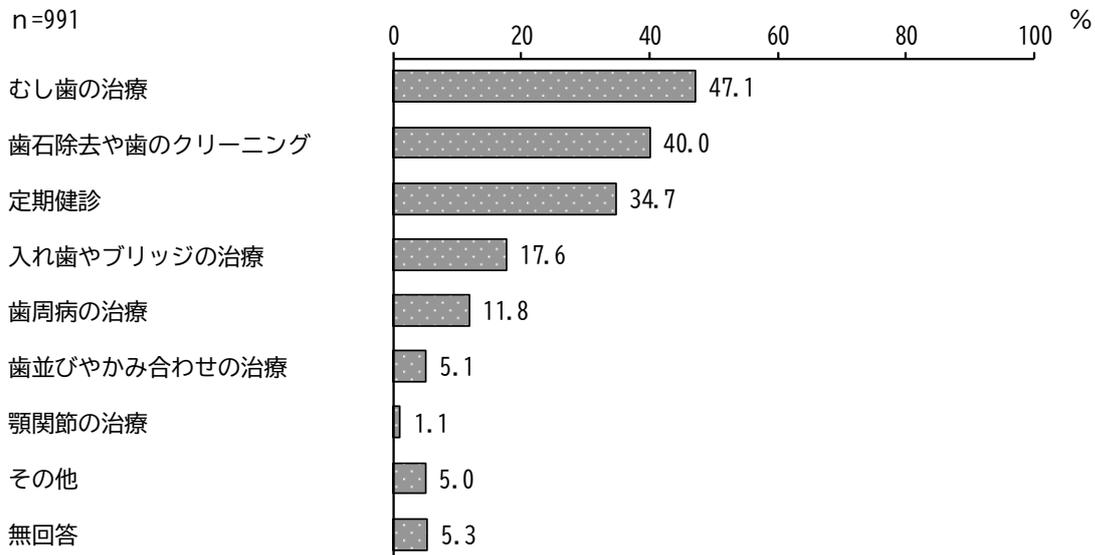
【性・年代別】

単位：%

区分	n(件)	1日1回は十分な時間(10分程度)をかけて、ていねいに歯みがきをしている	デンタルフロスや歯間ブラシを使っている	フッ化物配合歯磨剤を使っている	歯や歯肉を月に1回以上観察している	歯科医院で定期的に健診を受けている	歯科医院で歯みがきなどの指導を受けている	歯科医院で歯石除去や歯のクリーニングなどの処置を受けている	歯周病予防のためにも喫煙しないようにしている	食生活に気を付けている	その他	無回答
全体	991	35.8	42.5	29.0	5.2	34.4	12.6	33.5	16.9	13.2	6.5	5.4
男性	421	36.6	31.6	26.4	3.3	28.7	9.7	22.8	17.6	11.2	7.8	6.2
女性	544	34.6	51.5	30.7	6.4	39.0	15.1	41.7	16.5	14.7	5.3	4.8
男性 18.19歳	5	40.0	20.0	—	—	—	—	—	—	40.0	—	—
20歳代	28	42.9	14.3	17.9	10.7	25.0	7.1	14.3	25.0	17.9	3.6	—
30歳代	42	42.9	38.1	19.0	2.4	31.0	11.9	21.4	26.2	4.8	2.4	4.8
40歳代	58	44.8	34.5	24.1	—	25.9	3.4	15.5	12.1	5.2	13.8	3.4
50歳代	82	19.5	32.9	37.8	2.4	31.7	15.9	29.3	13.4	14.6	3.7	6.1
60歳代	78	43.6	39.7	30.8	1.3	28.2	9.0	21.8	21.8	7.7	7.7	2.6
70歳以上	121	35.5	27.3	21.5	5.8	31.4	9.9	27.3	15.7	13.2	11.6	10.7
女性 18.19歳	2	50.0	—	50.0	—	—	—	—	—	—	—	—
20歳代	47	42.6	29.8	14.9	6.4	21.3	6.4	34.0	23.4	17.0	6.4	—
30歳代	55	32.7	56.4	38.2	3.6	36.4	12.7	41.8	23.6	14.5	3.6	5.5
40歳代	61	29.5	57.4	41.0	6.6	45.9	14.8	44.3	23.0	13.1	4.9	3.3
50歳代	101	26.7	57.4	42.6	6.9	40.6	23.8	48.5	15.8	9.9	2.0	3.0
60歳代	79	40.5	68.4	34.2	6.3	49.4	15.2	50.6	21.5	11.4	6.3	—
70歳以上	169	37.3	41.4	18.3	5.9	37.3	13.6	38.5	7.7	19.5	7.7	9.5

問 21 あなたが、歯科を受診する（受診した）理由は何ですか。（〇はいくつでも）

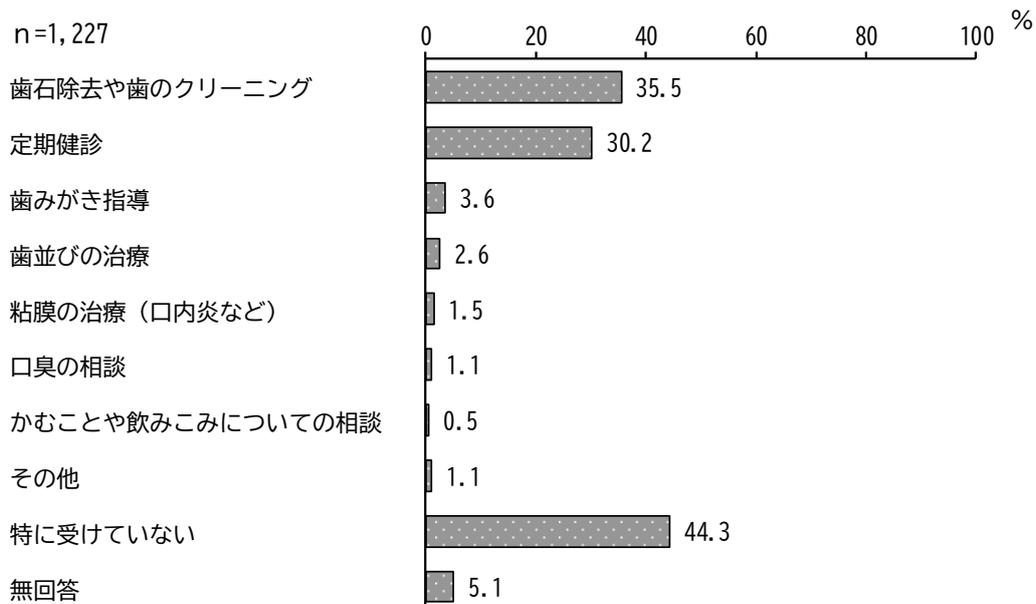
「むし歯の治療」の割合が 47.1%と最も高く、次いで「歯石除去や歯のクリーニング」の割合が 40.0%、「定期健診」の割合が 34.7%となっています。



(参考)

【平成 29 年度調査】

あなたが、むし歯や歯周病、入れ歯などの治療のほかに、歯科を受診する理由は何ですか。



性別でみると、女性で「歯石除去や歯のクリーニング」、「歯並びやかみ合わせの治療」の割合が高くなっています。

性・年代別でみると、女性 40 歳代から 60 歳代で、「むし歯の治療」よりも「歯石除去や歯のクリーニング」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

単位：%

区分	n (件)	定期健診	歯石除去や歯のクリーニング	むし歯の治療	歯周病の治療	入れ歯やブリッジの治療	顎関節の治療	歯並びやかみ合わせの治療	その他	無回答
全 体	991	34.7	40.0	47.1	11.8	17.6	1.1	5.1	5.0	5.3
男性	421	28.5	33.0	48.5	10.2	18.3	1.0	1.7	5.7	5.9
女性	544	39.5	45.6	46.5	13.2	16.9	1.3	7.5	4.6	4.8
男性 18.19 歳	5	40.0	20.0	—	—	—	20.0	20.0	20.0	—
20 歳代	28	46.4	25.0	35.7	3.6	—	3.6	—	10.7	3.6
30 歳代	42	33.3	40.5	57.1	7.1	2.4	—	4.8	7.1	4.8
40 歳代	58	25.9	36.2	55.2	10.3	3.4	1.7	1.7	3.4	6.9
50 歳代	82	29.3	39.0	50.0	9.8	7.3	—	1.2	6.1	3.7
60 歳代	78	23.1	30.8	60.3	3.8	17.9	—	1.3	3.8	2.6
70 歳以上	121	27.3	29.8	37.2	18.2	43.8	0.8	0.8	5.8	9.9
女性 18.19 歳	2	50.0	—	50.0	—	—	—	50.0	—	—
20 歳代	47	29.8	36.2	51.1	4.3	2.1	4.3	21.3	8.5	—
30 歳代	55	47.3	49.1	49.1	—	—	1.8	10.9	5.5	1.8
40 歳代	61	52.5	57.4	49.2	9.8	4.9	1.6	4.9	—	4.9
50 歳代	101	40.6	49.5	48.5	17.8	13.9	2.0	3.0	4.0	2.0
60 歳代	79	41.8	57.0	55.7	21.5	17.7	—	11.4	5.1	—
70 歳以上	169	33.1	35.5	36.7	16.6	34.3	0.6	4.7	5.9	10.7