

## 第3章 住民健康状況調査の概要

### 1 調査の概要

対象群をライフステージ別に6つの年齢階層のグループに分け、それぞれの人口から必要回収数を計算した。また、やや低めに回収率を想定し、必要送付数を計算し、住民基本台帳から無作為抽出で対象者を選出した。乳幼児期のうち保育園に在籍する子については、保育園で配布、回収。学童期は小学校で配布、回収。思春期のうち中学生は中学校で配布、回収とした。その他の年代につ

調査票回収状況

No.	対象群	対象年齢	人口	必要回収数	設定回収率	発送必要数	実発送数	回収数	回収率	
									今回	前回
1	乳幼児期	0～6歳	511	185	35%	529	474	312	65.8%	76.2%
2	学童期	7～12歳	675	202	40%	505	626	482	77.0%	85.4%
3	思春期	13～19歳	1,102	229	25%	916	1,014	332	32.7%	44.9%
4	青年期	20～39歳	3,310	266	25%	1,064	1,063	216	20.3%	29.0%
5	壮年期	40～64歳	7,571	278	30%	927	923	306	33.5%	39.5%
6	高齢期	65歳以上	10,084	281	50%	562	556	278	50.0%	58.8%
	計		23,253	1,441		4,503	4,656	1,929	41.4%	52.8%

いては、対象者に調査票を郵送し、記入した調査票を郵送で回収する郵送調査とした。

質問項目は、性別・年齢・就業状況等の「1. 属性」、健康状態、体型、健康法等の「2. 健康関心」、朝食摂食状況・野菜摂取・食材選択・塩分配慮等の「3. 食事」、食事の挨拶・食育行動・食育意識等の「4. 食育」、運動有無・運動内容等の「5. 運動」、就寝時間・睡眠時間・目覚め等の「6. 睡眠」、ストレス有無・ストレス対策等の「7. 精神保健」、喫煙状況・禁煙意思等の「8. 喫煙」、飲酒状況・飲酒量等の「9. 飲酒」、薬物知識・薬物意識の「10. 薬物」、歯磨き習慣・自歯本数等の「11. 歯科保健」、社会活動・外出状況等の「12. 健康対策」、および

アンケート調査項目数

「13. その他」の、計13領域、延118問で構成した。なお、対象群によって状況や意識が異なるため、質問内容を調整した。また、乳幼児期については、回答する保護者の意識も併せて質問した。

No.	領域	全体	1.乳幼児	2.学童期	3.思春期	4.青年期	5.壮年期	6.高齢期
1	属性	6	5	5	4	4	4	4
2	健康関心	15	7	10	10	14	14	14
3	食事	21	11	13	13	13	13	18
4	食育	3	0	1	1	2	2	0
5	運動	6	1	3	3	4	4	4
6	睡眠	5	3	4	4	2	2	2
7	精神保健	20	9	15	8	8	8	8
8	喫煙	13	2	3	3	10	10	10
9	飲酒	4	0	1	1	3	3	3
10	薬物	2	0	2	2	0	0	0
11	歯科保健	6	2	5	5	5	5	5
12	健康対策	15	2	0	7	3	3	3
13	その他	2	1	1	1	2	2	2
	合計	118	43	63	62	70	70	73

## 2 調査結果の概要

調査結果については、ライフステージごとの単純集計、性・年齢別集計のほかに、同じ質問項目については全年代を比較するなどの分析を行った。また、前回調査（2015 年春）ならびに同様な調査を行った他市町村の調査結果とも比較し、本町の特徴を抽出した。データの比較については、検定をかけ、統計学的に有意に差があるものを抽出した。

比較調査地区と調査時期

No.	調査地区	調査時期
1	清川村(H20)	2008 年末
2	中井町	2011 年夏
3	葉山町	2012 年始
4	清川村(H24)	2012 年末
5	松田町(H24)	2013 年始
6	逗子市(H26)	2014 年春
7	湯河原町(H26)	2015 年春
8	逗子市(R4)	2022 年夏
9	松田町(R4)	2022 年冬
10	清川村(R5)	2023 年秋
11	湯河原町(R6)	2024 年秋

### 検定結果の見方

「差があるかどうか」を統計学的に調べたもの。  
(カイニ乗検定という方法で検定をかけた結果を示す)

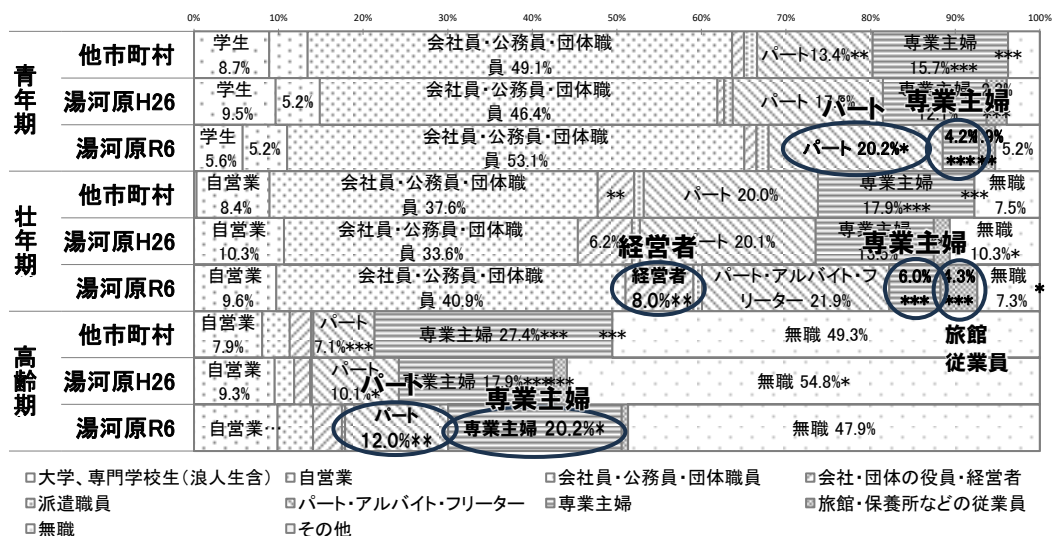
表示	意味		統計学的な表現
*	少なそうだ	多そうだ	有意水準 5%で有意
**	少ない	多い	有意水準 1%で高度に有意
***	確実に少ない	確実に多い	有意水準 0.1%で高度に有意

ここでは各ライフステージで特徴的な調査結果について、その一部を示す。

### 1) 全体の傾向

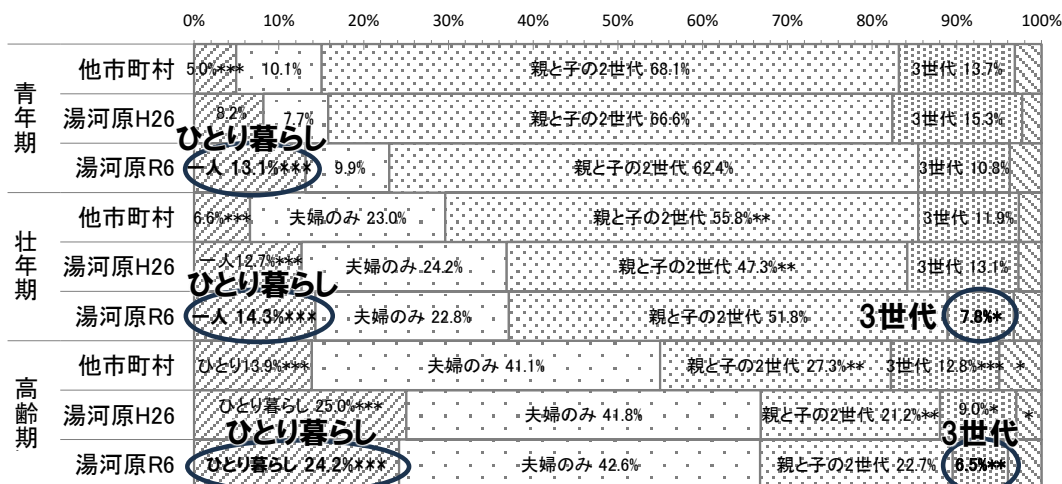
【職業】専業主婦が少ない

職業については、前回・他市町村と比べると、青年期、壮年期、高齢期とも「専業主婦」が少なく、「パート・アルバイト」が多い。



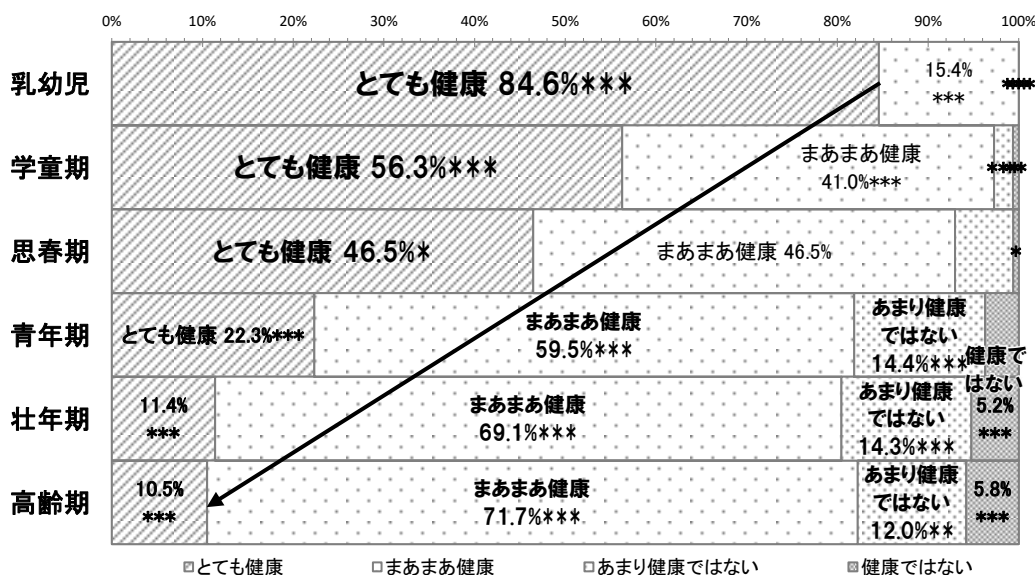
## 【世帯】ひとり暮らしが多い

世帯については、前回・他市町村と比べると、青年期、壮年期、高齢期とも「ひとり暮らし」が多く、「3世代」が少ない。



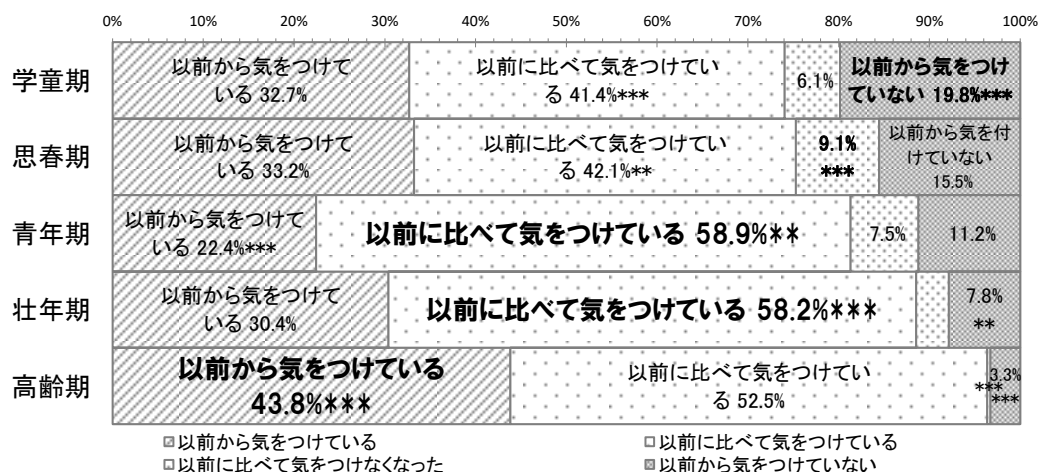
## 【健康状態】年齢が上がるほど健康ではない

健康状態は、乳幼児期が最も健康で、年齢が上がるほど「とても健康」が低くなり、「あまり健康ではない」、「健康ではない」が上がる傾向を示している。



## 【健康意識】年齢が上がるほど健康に気をつけている

健康に気をつけているかどうかでは、「以前から気をつけている」人は学童期・思春期で高く、青年期で低く、その後年齢が上がると高くなる傾向を示している。一方、「以前から気をつけていない」人は、学童期で最も高く年齢が上がると低下する傾向を示す。学童期では、気をつけている人といない人に二極化している傾向がうかがえる。



## 【健康法】「朝ごはんを毎日食べる」が多い

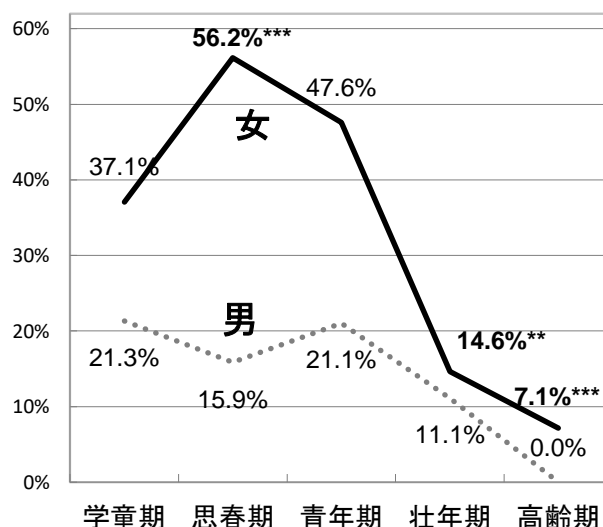
健康法について上位5位までをみると、青年期以外は「朝ごはんを毎日食べる」が1位になっている。

順位	乳幼児期	順位	学童期	順位	思春期	順位	青年期	順位	壮年期	順位	高齢期
1	朝ごはんを毎日食べる 79.1%	1	朝ごはんを毎日食べる 82.3%	1	朝ごはんを毎日食べる 73.2%	1	きちんと水分をとる 60.0%	1	朝ごはんを毎日食べる 62.7%	1	朝ごはんを毎日食べる 85.6%
2	よく眠る 72.3%	2	友だちと会う・遊ぶ 60.8%	2	残さず食べるよう気をつける 59.5%	2	朝ごはんを毎日食べる 56.7%	2	きちんと水分をとる 59.1%	2	きちんと水分をとる 67.6%
3	外で遊ばせたり体を動かしたりする 71.4%	3	残さず食べるよう気をつける 59.2%	3	運動やスポーツをする 52.7%	3	睡眠を十分とる 49.3%	3	健康診断を定期的に受診する 51.3%	3	できるだけ歩いたり体を動かしたりする 60.1%
4	歯を大切にすると 69.5%	4	運動やスポーツをする 58.5%	4	きちんと水分をとる 50.0%	4	できるだけ歩いたり体を動かしたりする 41.4%	4	食べすぎないよう気をつける 48.4%	4	健康診断を定期的に受診する 59.4%
5	日光によくあたる 43.7%	5	汗をかいたらきちんと水分をとる 58.1%	5	友だちと会う・遊ぶ 47.3%	5	残さず食べるよう気をつける 38.1%	5	栄養のバランスを考えて食べる 48.4%	5	規則的な生活をこころがける 58.3%

## 【体型】女性はやせているのにもっとやせたい人が多い

体型希望を BMI と比較すると、現在やせているのに、更にやせたい人は学童期から壮年期までの女性に多く見られる。若い女性のやせ傾向は特に神奈川県において顕著と言われるが、広い年代に広がっていることがうかがえる。

やせているのに更にやせたいと思っている人



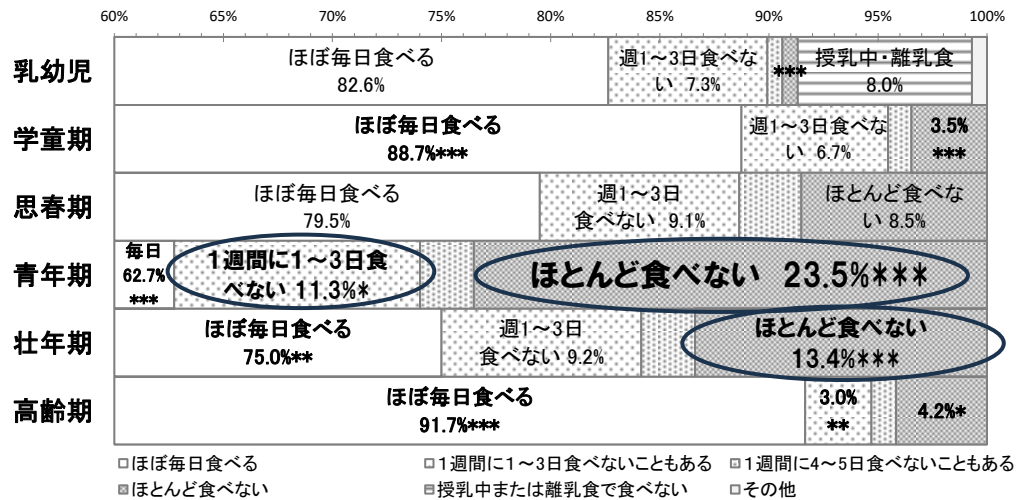
## 【ほしい健康情報】思春期、高齢期は「特にない」が多い

ほしい健康情報の 1 位は、学童期では「けんこうによい食事について」、青年期、壮年期では「ストレスなど、心の健康について」となっていました。ところが、思春期と高齢期では「特にない」が 1 位となっており、健康についての意識が低いことが課題である。

順位	学童期	順位	思春期	順位	青年期	順位	壮年期	順位	高齢期
1	けんこうによい食事について 36.0%	1	特にない 35.6%	1	ストレスなど、心の健康について 38.9%	1	ストレスなど、心の健康について 35.0%	1	特にない 39.9%
2	運動やスポーツについて 33.9%	2	運動やスポーツについて 31.3%	2	健康によい食事について 36.9%	2	健康によい食事について 33.2%	2	健康によい食事について 31.7%
3	安全な食材、食事について 32.0%	3	健康によい食事について 28.1%	3	自分の体について 28.6%	3	特にない 27.4%	3	睡眠について 23.9%
4	すいみんについて 30.5%	4	睡眠について 26.9%	4	安全な食材、食事について 26.1%	4	安全な食材、食事について 27.1%	4	安全な食材、食事について 22.6%
5	特にない 26.9%	5	友だちとのつきあいについて 19.7%	5	運動やスポーツについて 24.1%	5	睡眠について 23.1%	5	ストレスなど、心の健康について 18.5%

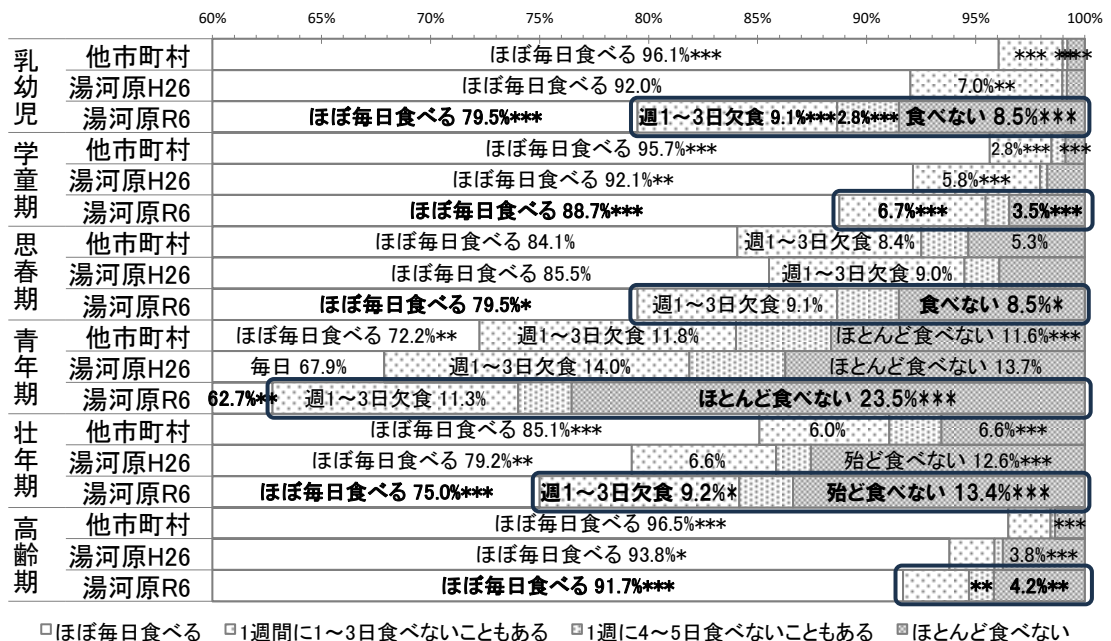
【朝食】 青年期、壮年期では「ほとんど食べない」人が多い

朝食については、青年期と壮年期で「ほとんど食べない」人が多くなっている。特に青年期では「ほぼ毎日食べる」人が 62.7%と 3 分の 2 程度にとどまっている。



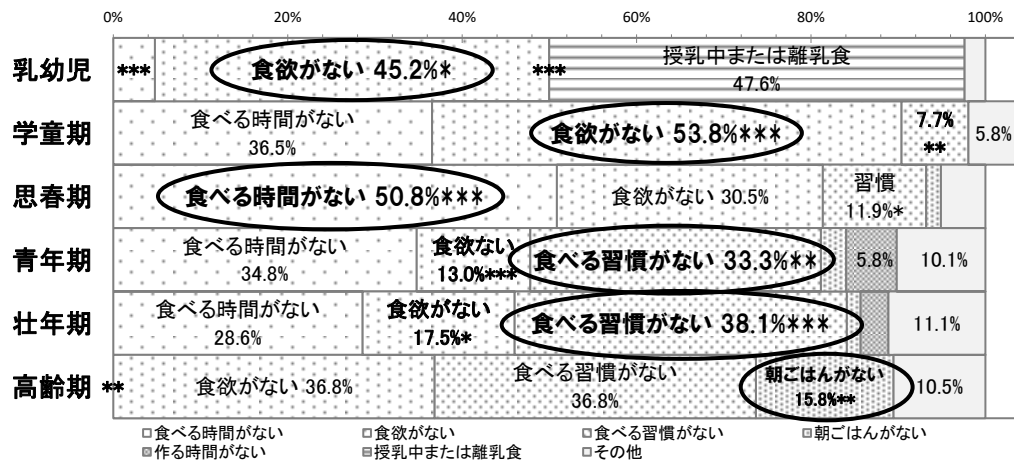
【朝食】 すべての年代で、毎日食べる人が減少している

すべての年代で、「ほぼ毎日食べる」人が他市町村より少なく、かつ前回調査より減少している。



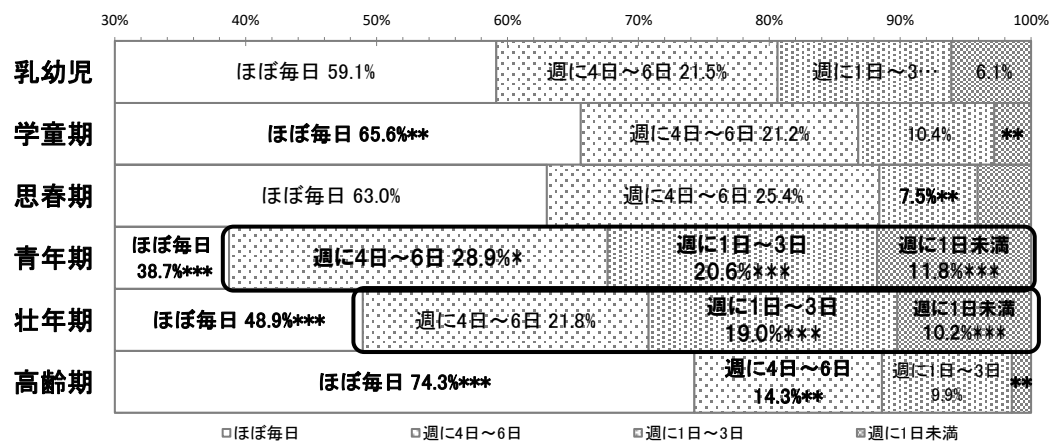
【朝食欠食理由】青年期、壮年期は「食べる習慣がない」が多い

朝食を食べない理由では、乳幼児期・学童期では、「食欲がない」が多い。思春期では、「食べる時間がない」が多い。青年期、壮年期では、「食べる習慣がない」が多い。高齢期では、「朝ごはんがない」が多くなっていた。



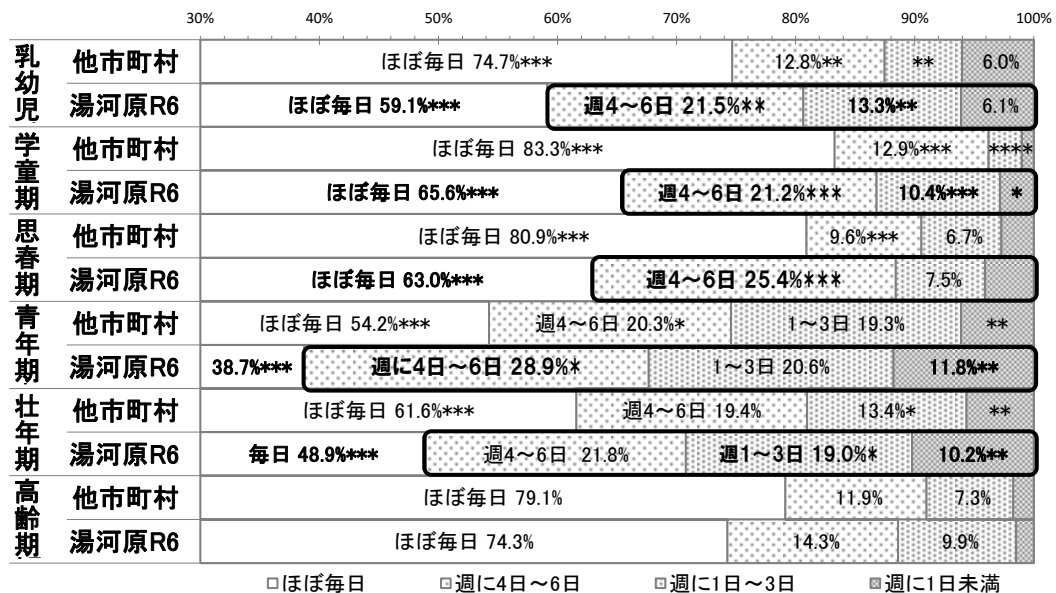
【主食・主菜・副菜 1日2回以上】青年期・壮年期は「ほぼ毎日」が少ない

主食・主菜・副菜を揃えた食事を1日2回以上摂る頻度については、青年期、壮年期で「ほぼ毎日」摂る人の割合が少ない。特に青年期では4割程度しかいない。



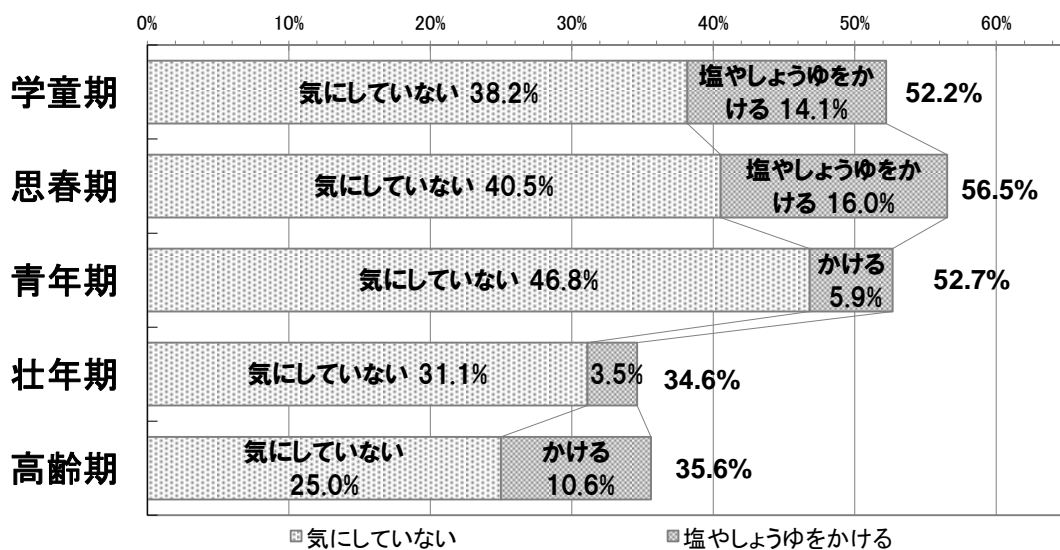
【主食・主菜・副菜 1 日 2 回以上】他市町村に比べ、全体的に「ほぼ毎日」が少ない

主食・主菜・副菜 1 日 2 回以上について、同様設問のある逗子市 R4、松田町 R4、清川村 R5 と比べると、乳幼児期から壮年期で「ほぼ毎日」が少ない。



【塩分】塩分を気にしない人が多い

塩分を気にしていない、または塩やしょうゆをかける人の割合は、学童、思春期、青年期で5割を超える。高齢期でさえ3割以上が無関心という結果になっている。





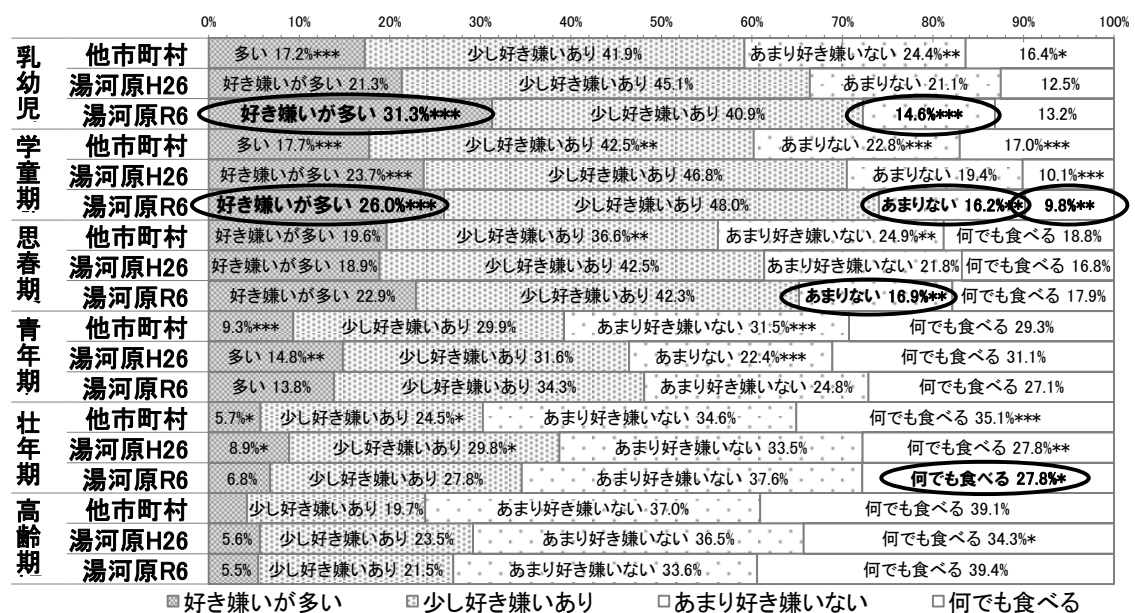
## 【野菜】野菜をあまり食べない人が多い

野菜については、前回調査で他市町村に比べ、全般的に「ほとんど毎食食べる」人が少なく、摂取頻度が少なかったが、今回調査でも同様の傾向となっている。



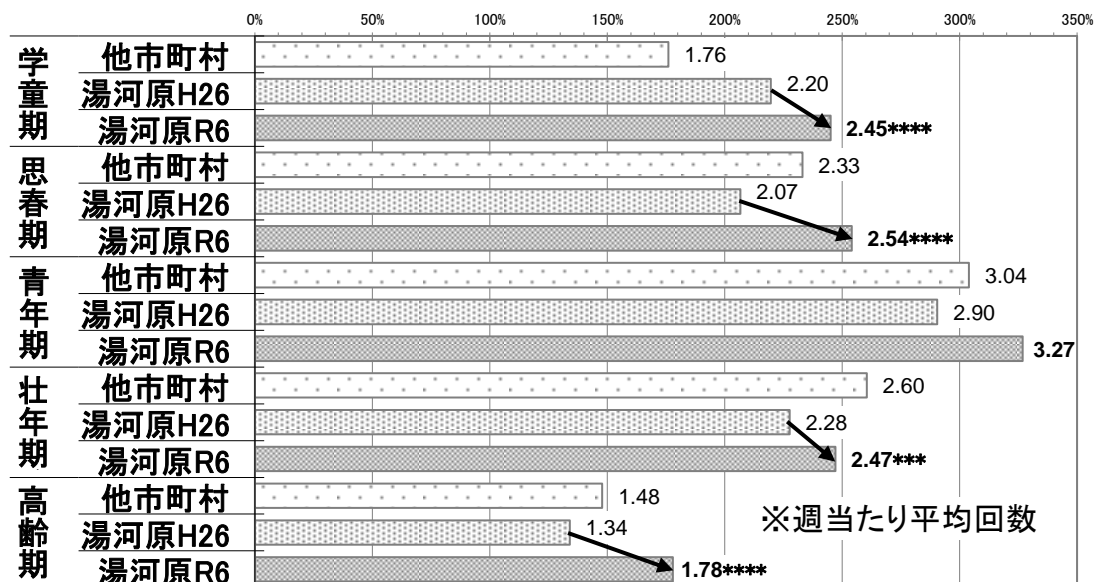
## 【好き嫌い】好き嫌いが多い

好き嫌いについては、前回調査で他市町村に比べ、全般的に「好き嫌いが多い」や「少し好き嫌いあり」が多く、「何でも食べる」が少なくなっており、好き嫌いが多い傾向にあったが、今回調査では、特に乳幼児期、学童期、思春期でその傾向がさらに強くなっている。



## 【外食・弁当・惣菜の頻度】利用頻度が上がっている

外食・弁当・おかずの頻度について前回と比べると、青年期以外で利用頻度が上がっている。



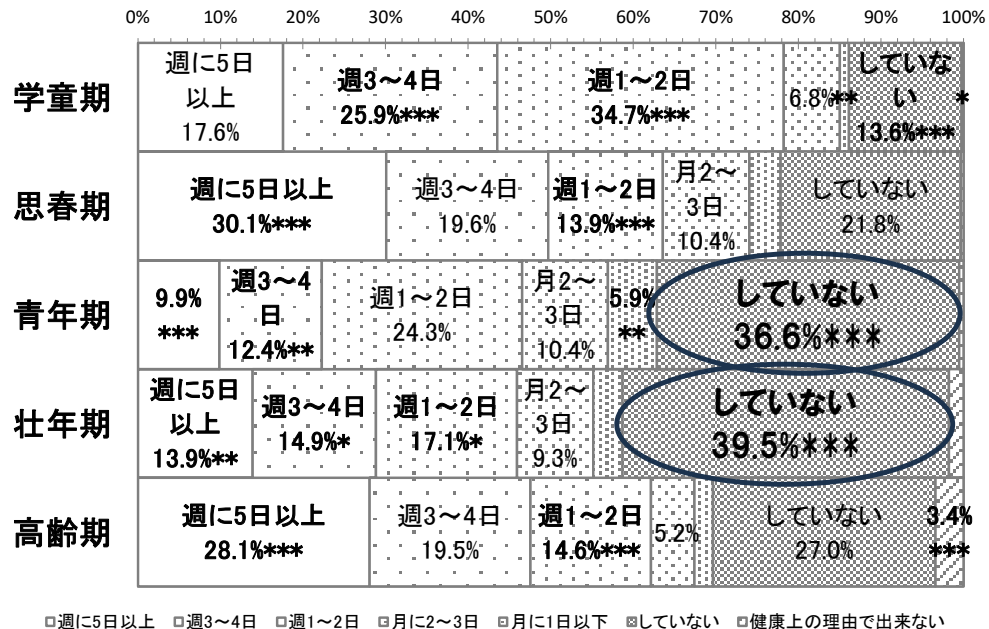
## 【食品購入の際の配慮】全ての年代で配慮が低下

食品購入の際の配慮を他市町村、前回と比べると、全般的に「カロリー」、「原産地」、「賞味期限」、「鮮度」が低下している。逆に増加したのは、「価格」、「おいしさ・味」、「特に気にしない」など、配慮が低下している。



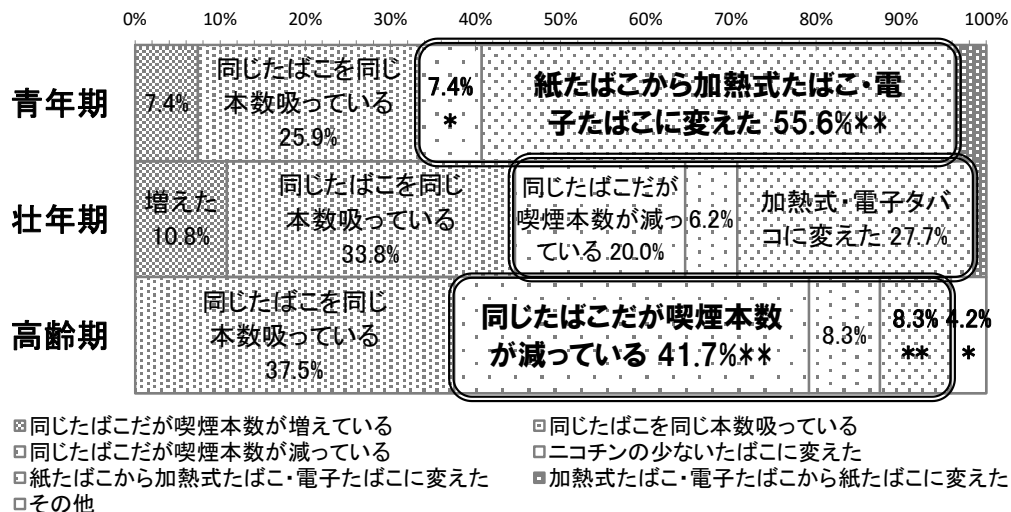
【運動の頻度】青年期・壮年期で運動をしていない人が多い

運動を週5日以上しているのは思春期、高齢期が多い。一方していない人は、青年期、壮年期で多くなっている。



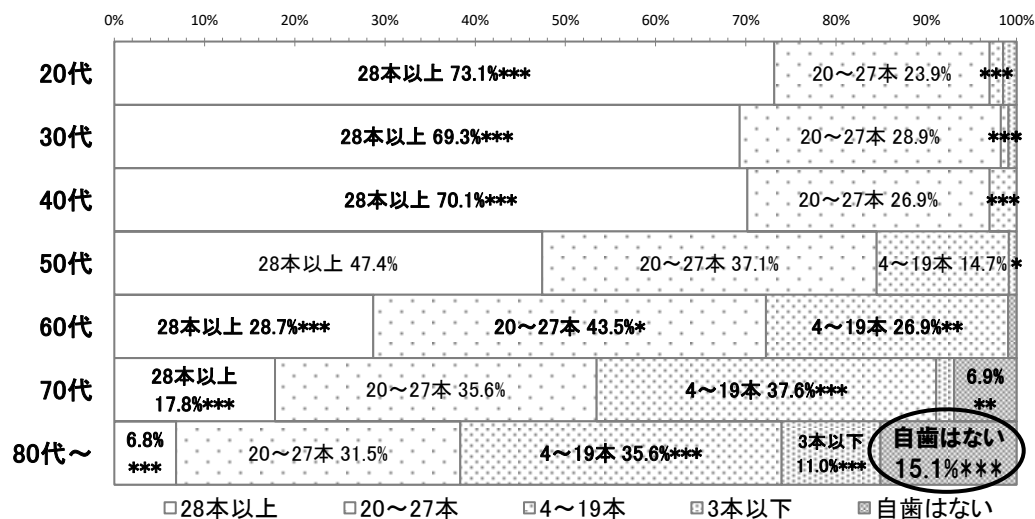
【喫煙状況変化】青年期、高齢期でニコチン量が減少傾向

喫煙状況は、青年期では、「紙たばこから加熱式たばこ・電子たばこに変えた」が多く、高齢期では、「同じたばこだが喫煙本数が減っている」が多いなど、全ての年代で摂取するニコチン量が減っている。



## 【自歯本数】年齢が上がるほど歯がなくなる

自歯本数は、年齢が上がるほど 28 本以上が少なくなり、80 歳以上では「自歯はない」人が 15%程度いる。年齢が上がるにつれ歯を失っている。80 歳で自歯が 20 本以下の人は 4 割程度となっている。



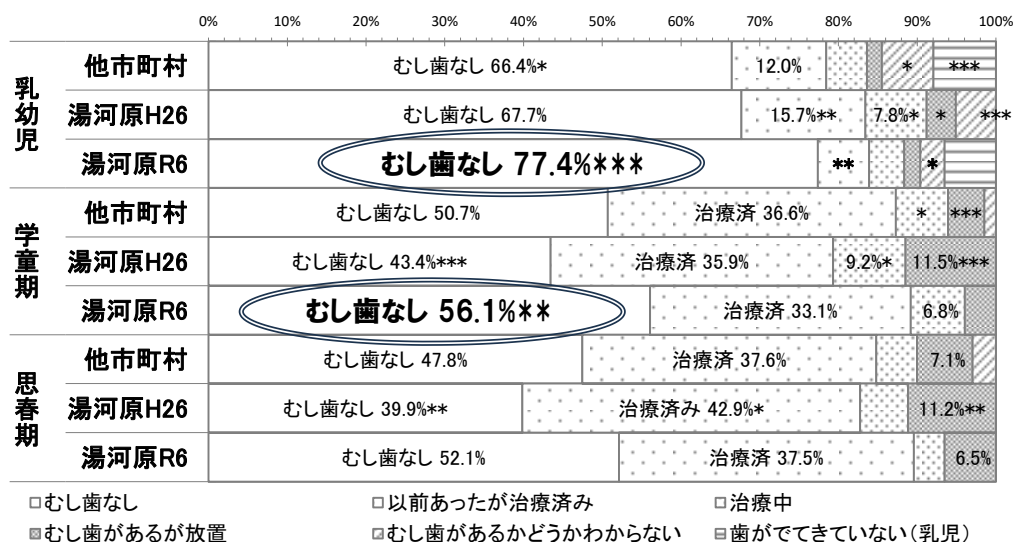
## 【自歯本数】自歯本数は増加傾向

自歯本数を前回と比べると 60 代以上で増加傾向となっており、特に 80 代以上では「20～27 本」が増加し、「自歯はない」が減少している。80 代以上の「自歯はない」人は、前回の 31.9%～今回 15.1%と、半減している。



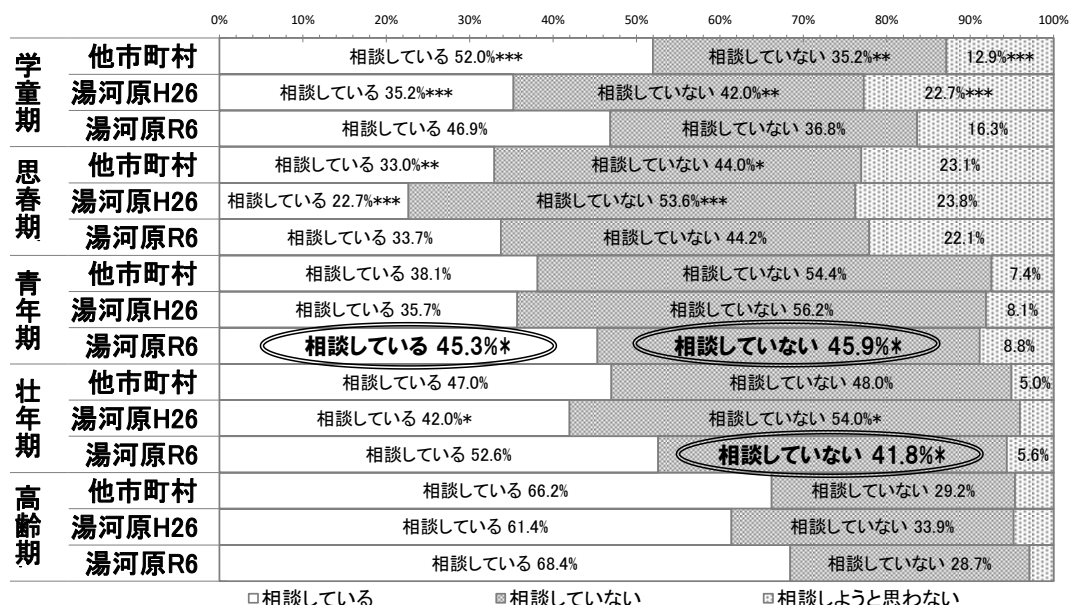
# 【虫歯状況】乳幼児期、学童期では、「むし歯なし」が増加

虫歯の状況について他市町村・前回と比べると、乳幼児期、学童期では、「むし歯なし」が多くなっている。



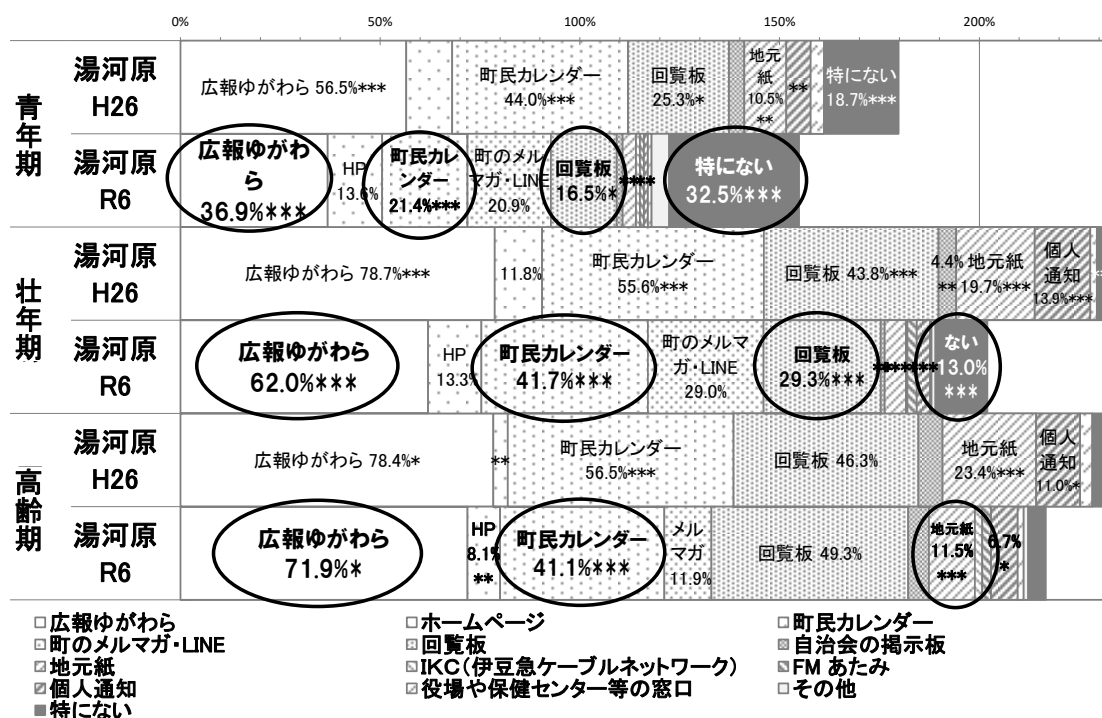
# 【歯の相談】青年期、壮年期では「相談していない」人が減少

歯の相談について他市町村・前回と比べると、青年期では、「相談している」が多く、「相談していない」が少ない。壮年期では、「相談していない」が少なくなっており、全般的に相談する人が多くなっている。



## 【町の情報入手手段】広報ゆがわら、町民カレンダーが減少

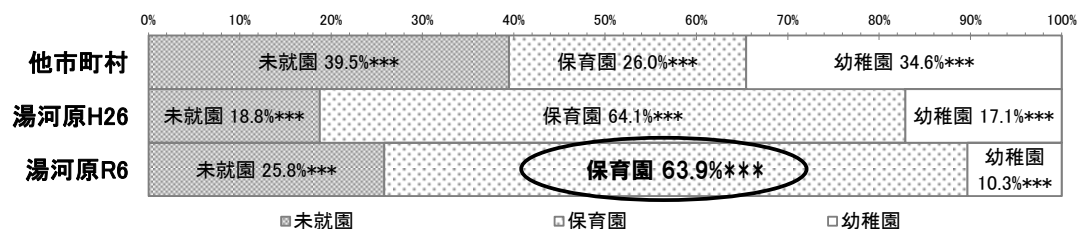
町の情報入手手段について前回と比べると、全般的に「広報ゆがわら」、「町民カレンダー」などが減少しており、「特にない」が増加している。一方で、「ホームページ」もさほど増加していない。



## 2) 乳幼児期

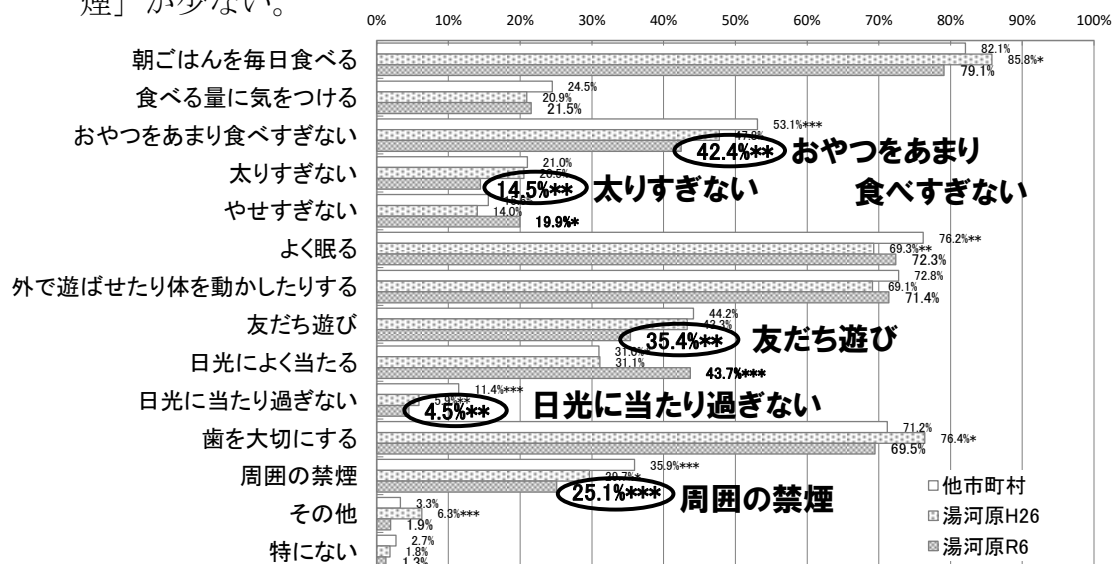
### 【属性】保育園が多く、未就園が少ない

属性について他市町村・前回と比べると、「保育園」が多く、「未就園」「幼稚園」が少なくなっている。



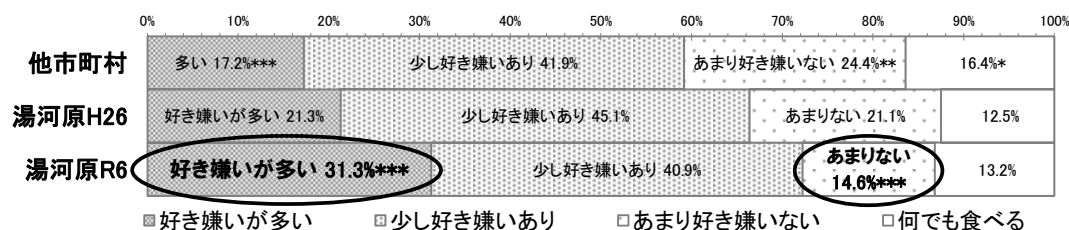
## 【健康法】ふだん心がけている健康法が少なくなっている

健康法について、前回と比べると「おやつをあまり食べすぎない」、「太りすぎない」、「友だち遊び」、「日光に当たり過ぎない」、「周囲の禁煙」が少ない。



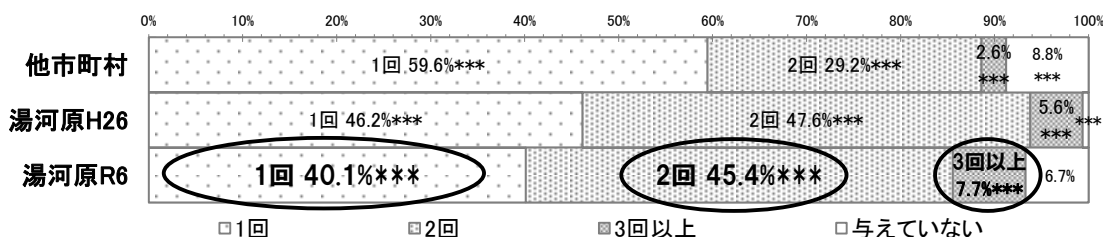
## 【好き嫌い】好き嫌いが多い子が増えた

好き嫌いについて他市町村・前回と比べると、「好き嫌いが多い」子は他市町村より多く、前回より増えた。



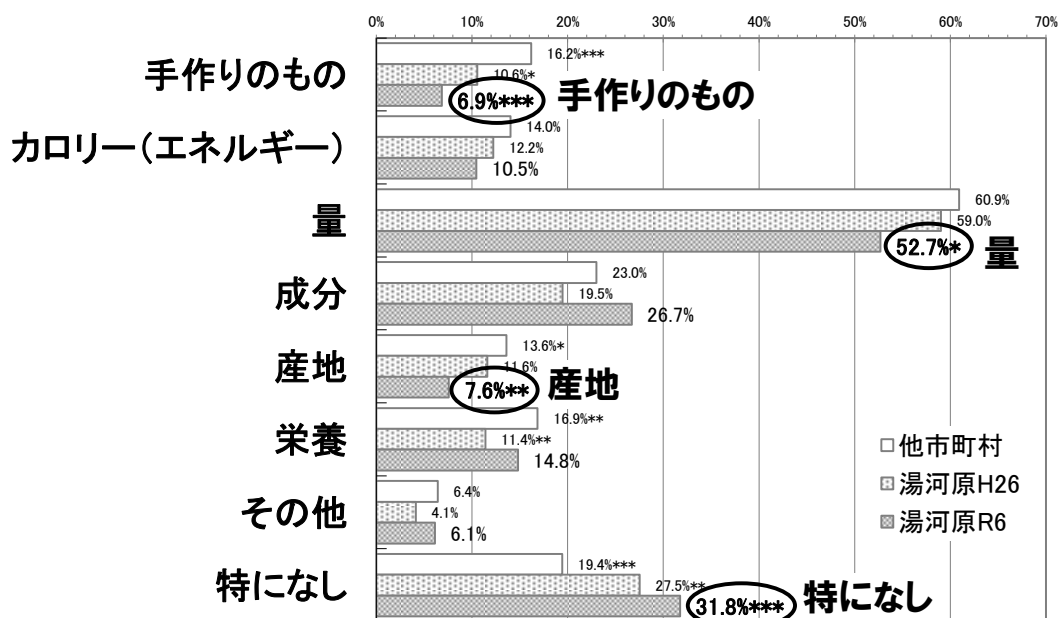
## 【おやつ回数】おやつの回数が多い

好き嫌いについて他市町村・前回と比べると、「1回」が減少し、「2回」、「3回以上」が増加している。



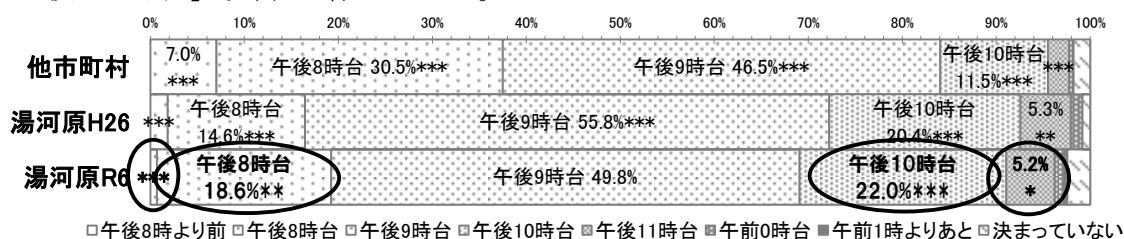
## 【おやつへの配慮】おやつへの配慮が低下した

おやつへの配慮については、他市町村・前回と比べると、前回より「手作りのもの」、「量」、「産地」について配慮する人が低下し、「特になし」が多くなっている。



## 【就寝時間】就寝時間が遅い

就寝時間は、他市町村に比べ、「午後8時より前」、「午後8時台」が少なく、「午後10時台」、「午後11時台」が多い。前回と比べても、「午後10時台」以降が増えている。





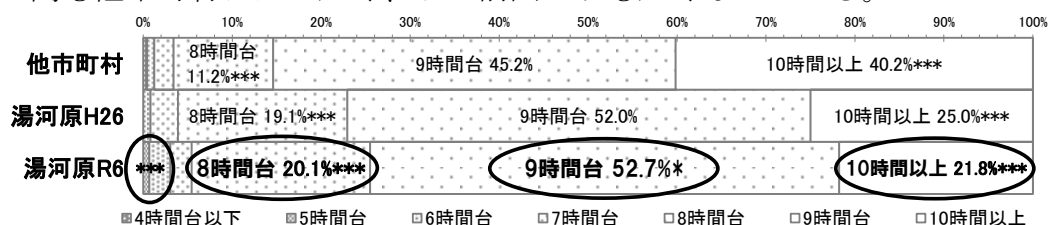
## 【昼寝時間】昼寝時間が長い

昼寝時間については、他市町村・前回に比べ、全体的に長い傾向がうかがえる。特に、2歳、3歳では2時間以上が増えた。4歳以上では「ほとんどしない」が他市町村では半数を超えるが、本町では前回3割、今回2割とさらに減り、1～2時間未満が多くなっている。



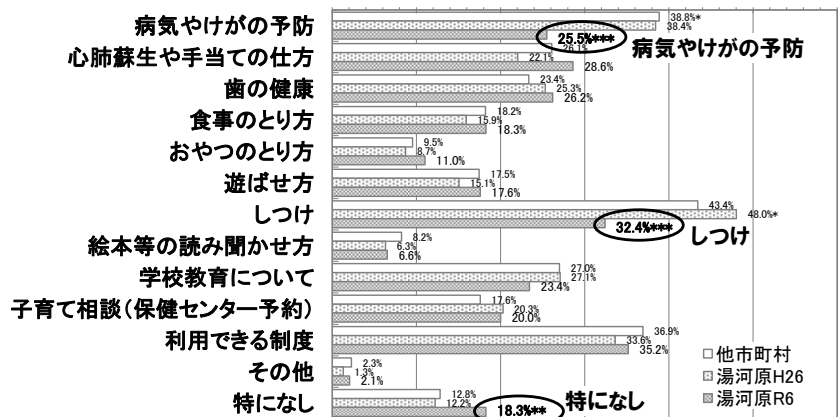
## 【睡眠時間】睡眠時間が短い

就寝時間が遅いため昼寝時間が長くなっているとみられるが、睡眠時間も他市町村に比べ短く、また前回よりも短くなっている。



## 【子育て情報要望】「特になし」が多くなった

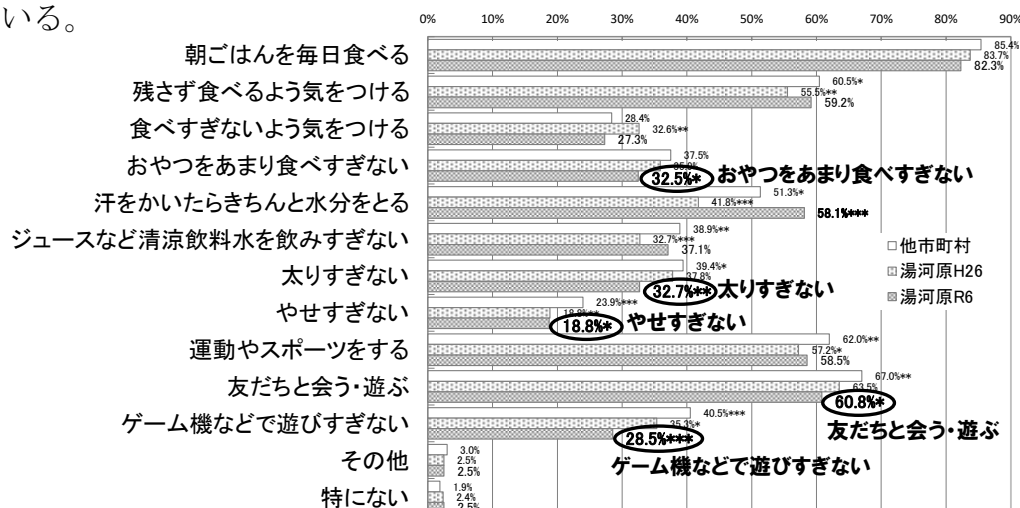
子育て情報要望について他市町村、前回と比べてみると「特になし」が多く、「病気やけがの予防」、「しつけ」が少なくなっていた。



### 3)学童期

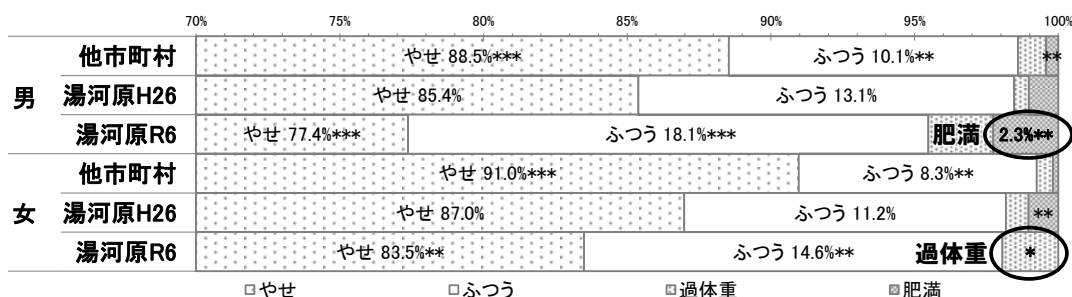
#### 【健康法】健康法が少ない

健康法について比べると、「おやつをあまり食べすぎない」、「太りすぎない」、「やせすぎない」、「友だちと会う・遊ぶ」、「ゲーム機などで遊びすぎない」が他市町村に比べて少なく、前回と比べても少なくなっている。



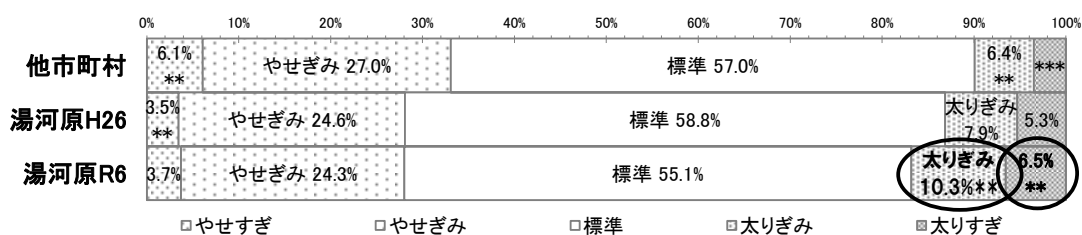
#### 【BMI】男子で「肥満」、女子で「過体重」が多い

BMI（体型）について前回・他市町村と比べてみると、男子では「肥満」が多く、女子では「過体重」が多い。特に男子の「肥満」は前回より増えている。



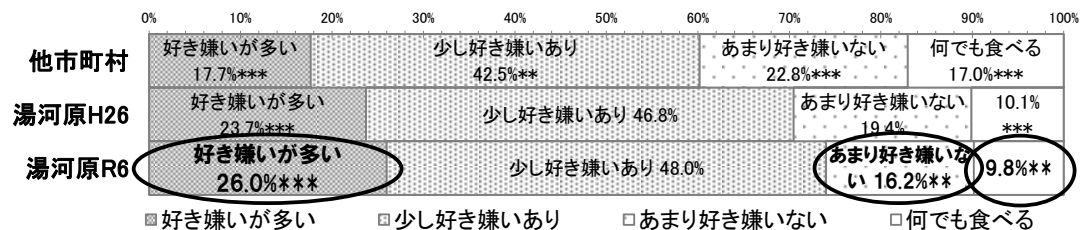
#### 【ローレル指数】太りすぎが多い

ローレル指数（体型）について比べると、「太りぎみ」、「太りすぎ」が他市町村より多く、前回より増えている。



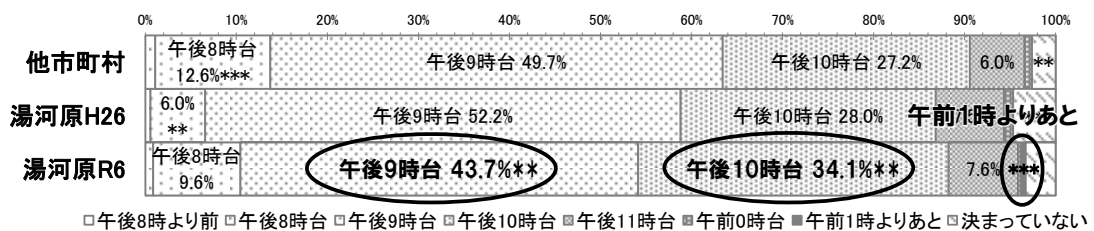
### 【好き嫌い】好き嫌いが多い

好き嫌いについて前回・他市町村と比べると、「好き嫌いが多い」が多く、「あまり好き嫌いない」、「何でも食べる」が少ない。特に、「あまり好き嫌いない」、「何でも食べる」は前回より減った。



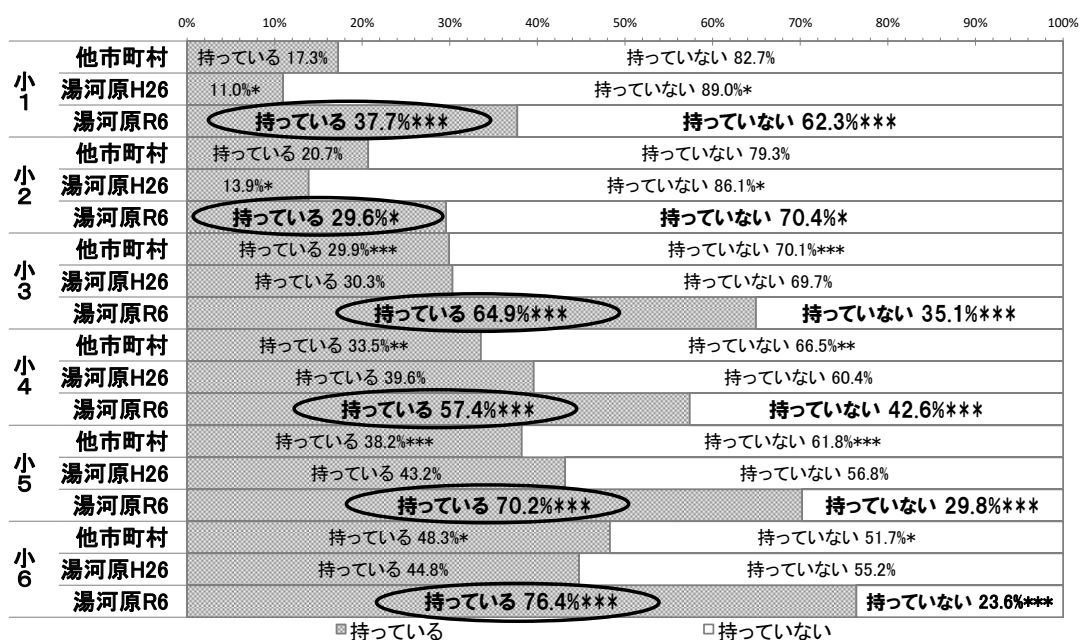
### 【就寝時間】就寝時間が遅い

就寝時間について前回・他市町村と比べると、「午後9時台」が少なく、「午後10時台」、「午前1時よりあと」が多い。前回より「午後10時台」以降が多くなっていた。



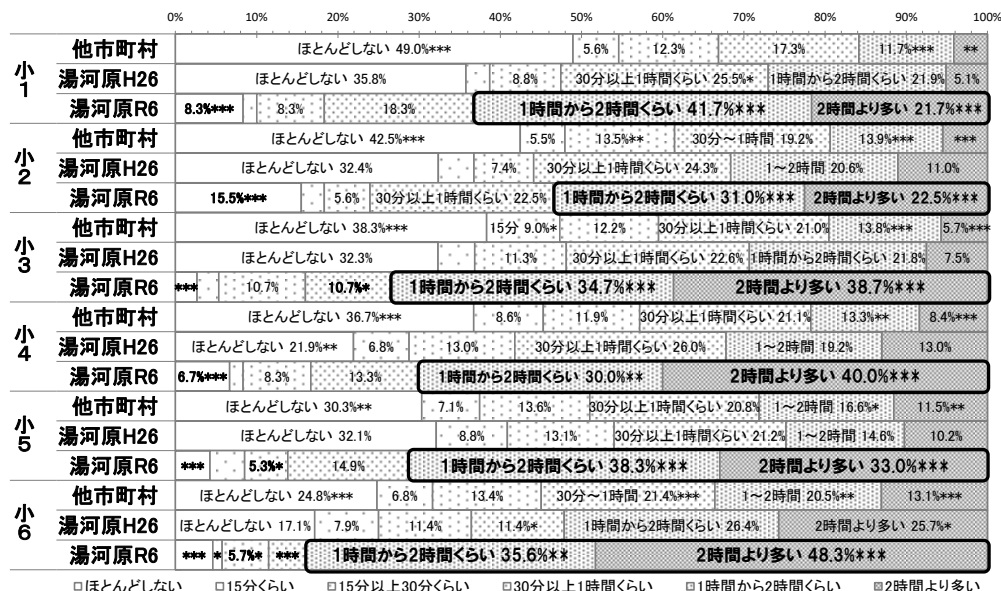
### 【携帯、スマホ、タブレット】持っている比率が増加

携帯、スマホ、タブレットを持っている比率について前回・他市町村と比べると、全ての学年で高くなっていました。



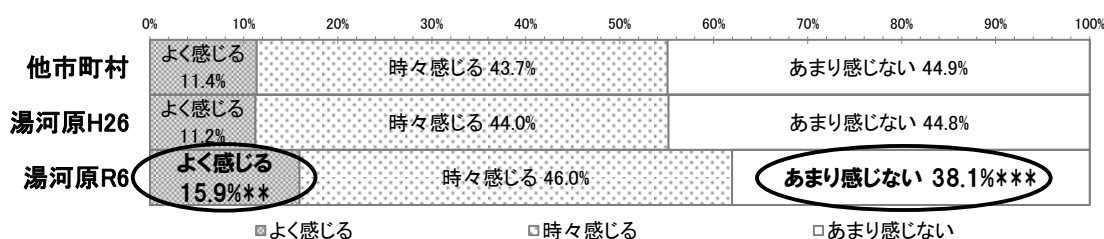
## 【ゲーム・メール・SNS・動画視聴時間】視聴時間が増加

電話・メール・インターネット時間については、他市町村と比べると、全体的に「1 時間から 2 時間くらい」、「2 時間より多い」が多く、「ほとんどしない」、「15 分以上 30 分くらい」が少ない。前回と比べても、1 時間以上が多くなっている。



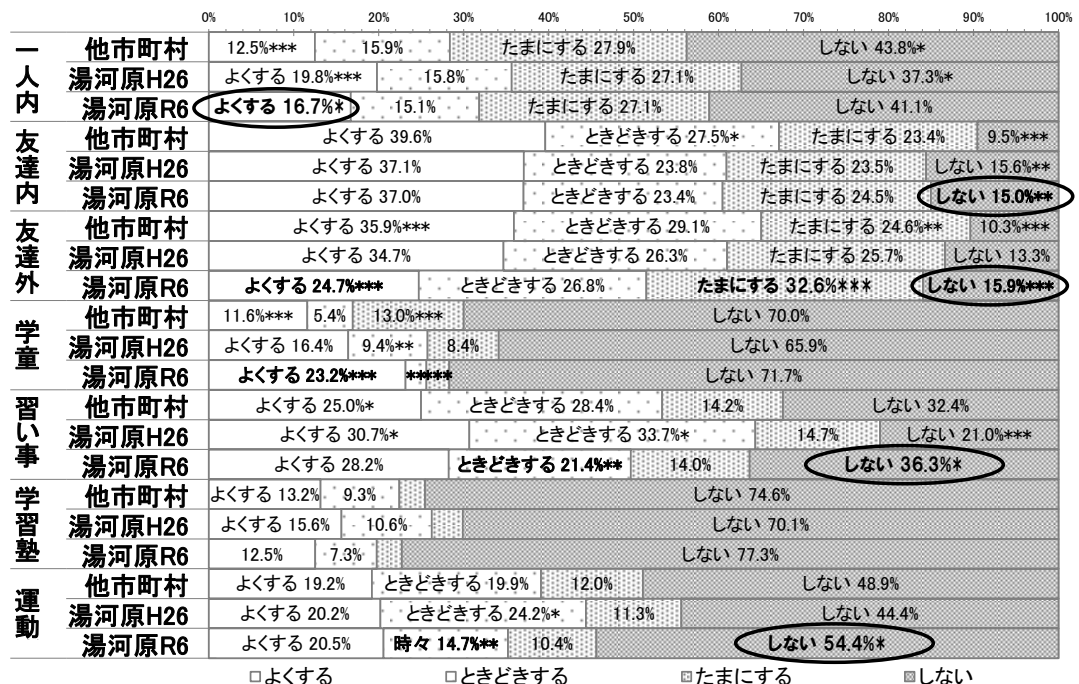
## 【ストレス有無】ストレスを感じる子が多くなった

就寝時間について前回・他市町村と比べると、「あまり感じない」が少なくなり、「よく感じる」が多くなった。



## 【放課後の過ごし方】放課後は一人で室内で過ごす子が多い

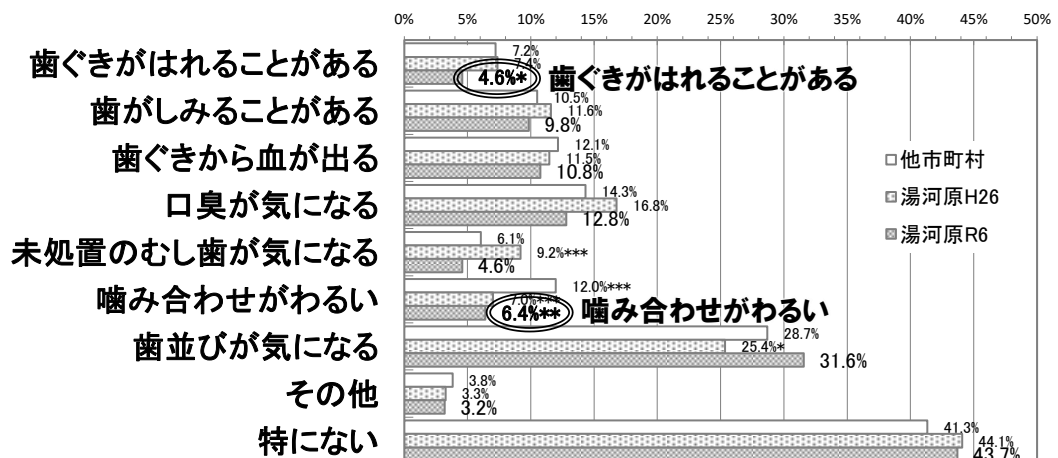
放課後の過ごし方については、前回・他市町村と比べると、「ひとりで室内で過ごす」のは、「よくする」が多い。一方、「友だち・兄弟などと室内で遊ぶ」、「友だち・兄弟などと外で遊ぶ」、「習い事」、「スポーツクラブ」などは「しない」が多く、全体的に放課後は外に出ない傾向がうかがえる。



※一人内=「ひとりで室内で過ごす」、友達内=「友だち・兄弟などと室内で遊ぶ」、友達外=「友だち・兄弟などと外で遊ぶ」、学童=「学童保育や児童館へ行く」、運動=「スポーツクラブ」

## 【歯や口の悩み】歯や口の悩みが減少

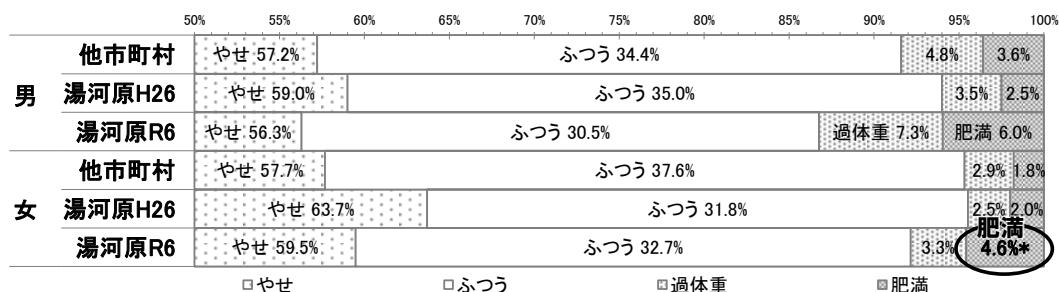
歯や口の悩みについては、前回・他市町村と比べ、「歯ぐきがはれることがある」、「歯がしみることもある」、「歯ぐきから血が出る」、「口臭が気になる」、「未処置のむし歯が気になる」、「噛み合わせがわるい」、「歯並びが気になる」、「その他」、「特にない」が減少している。



#### 4) 思春期

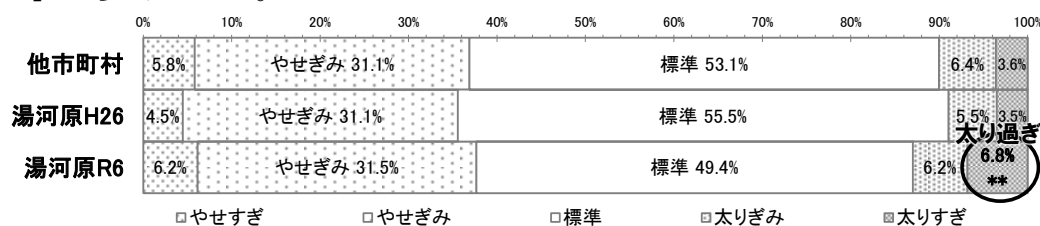
##### 【体型（BMI）】女子で肥満が多くなった

体型（BMI）については、前回・他市町村と比べ、女子で「肥満」が多くなった。



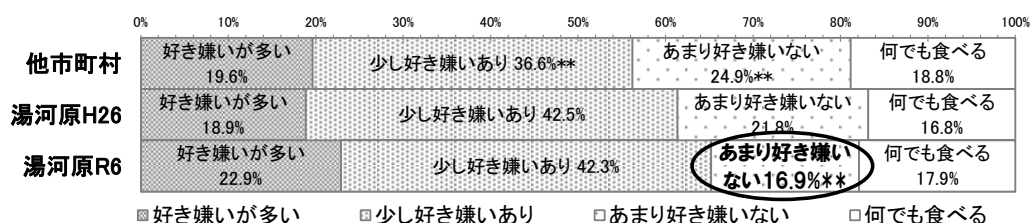
##### 【体型（ローレル指数）】太り過ぎが多くなった

体型（ローレル指数）については、前回・他市町村と比べ、「太り過ぎ」が多くなった。



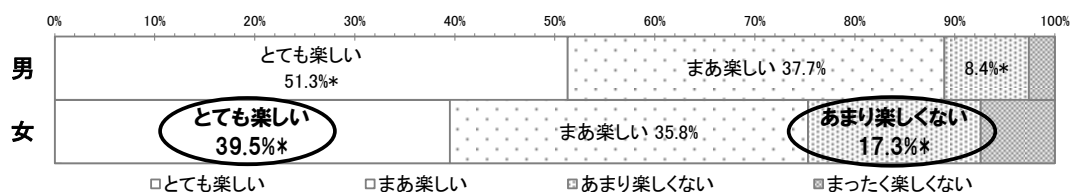
##### 【好き嫌い】「あまり好き嫌いない」が減少

好き嫌いについては、前回・他市町村と比べ、「あまり好き嫌いない」が少なくなった。



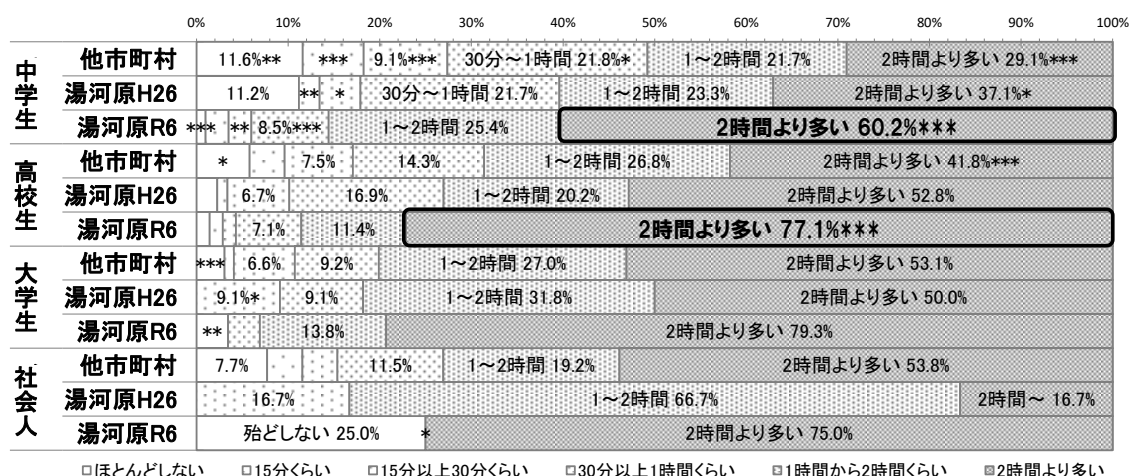
## 【運動楽しいか】女子で「とても楽しい」が少なく、「あまり楽しくない」が多い

運動が楽しいかについては、女子で「とても楽しい」が少なく、「あまり楽しくない」が多い。



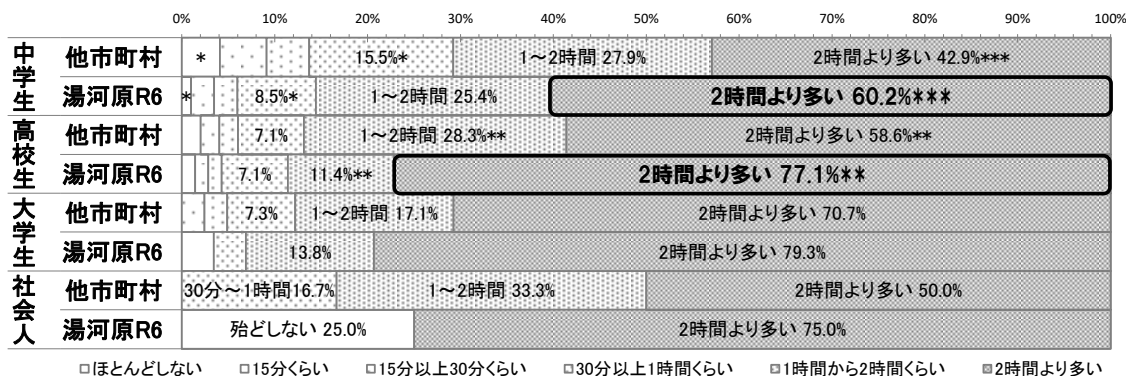
## 【ゲーム・メール・SNS・動画視聴時間】視聴時間が増加

電話・メール・インターネットをする時間については、前回・他市町村と比べ、中学生、高校生で「2時間より多い」が多くなっていた。



## 【ゲーム・メール・SNS・動画視聴時間】直近調査比較でも視聴時間が長い

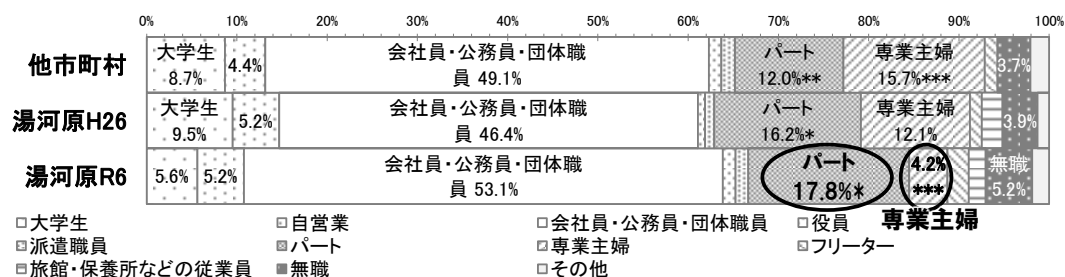
電話・メール・インターネット時間については、近年の普及が著しいため、直近での調査結果と比べてみても、「2時間より多い」が多くなっていた。



## 5) 青年期

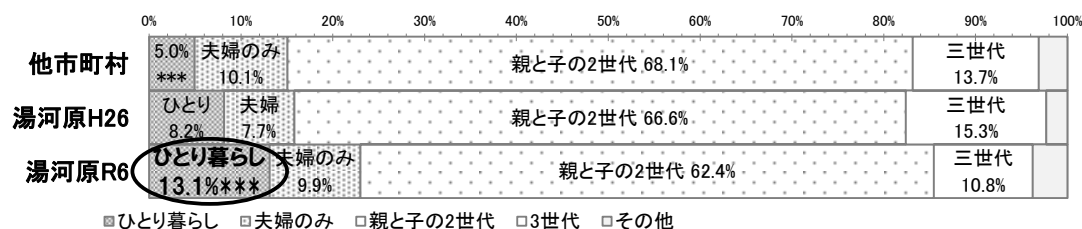
### 【属性】働く女性が多い

属性については、前回・他市町村と比べ、「パート」が多く、「専業主婦」が激減した。



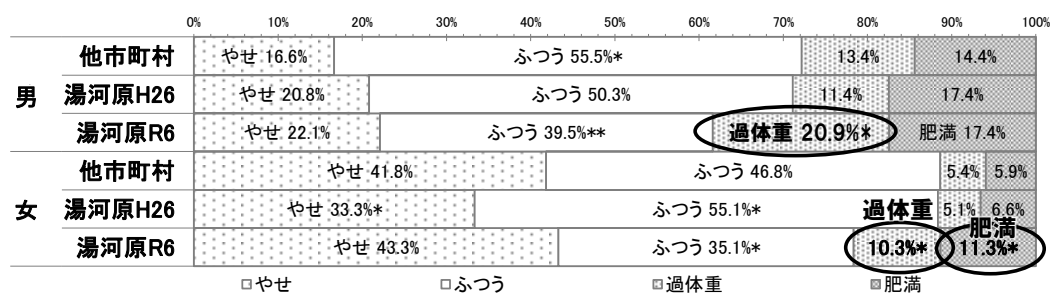
### 【同居者】ひとり暮らしが多い

同居者については、前回・他市町村と比べ、「ひとり暮らし」が多い。



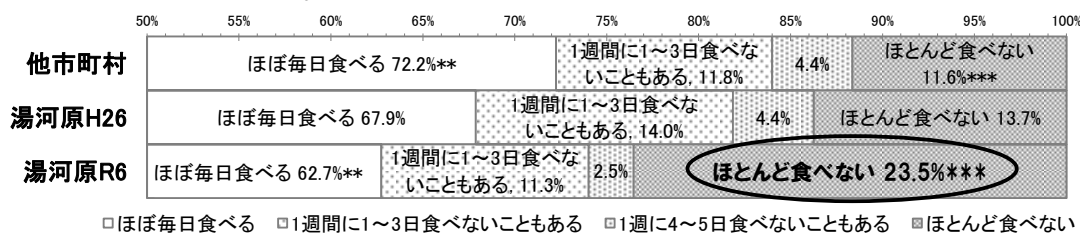
### 【体型（BMI）】過体重、肥満が増加した

体型については、前回・他市町村と比べ、男性では「過体重」が増加。女性では「過体重」、「肥満」が増加している。



### 【朝食】「ほとんど食べない」人が増加した

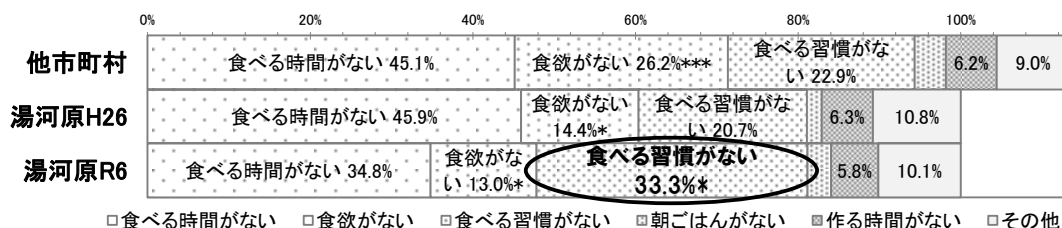
朝食については、前回・他市町村と比べ、「ほとんど食べない」人が多くなっていた。





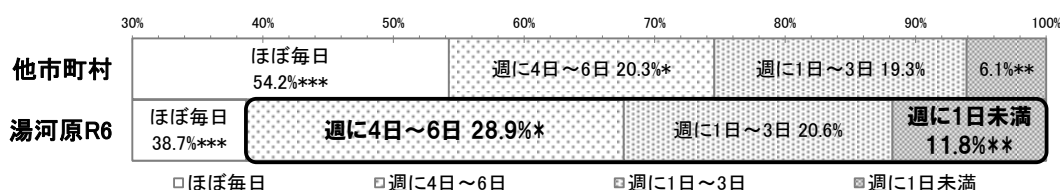
### 【朝食欠食理由】「食べる習慣がない」人が増加した

朝食欠食の理由については、前回・他市町村と比べ、「食べる習慣がない」人が多くなっていた。



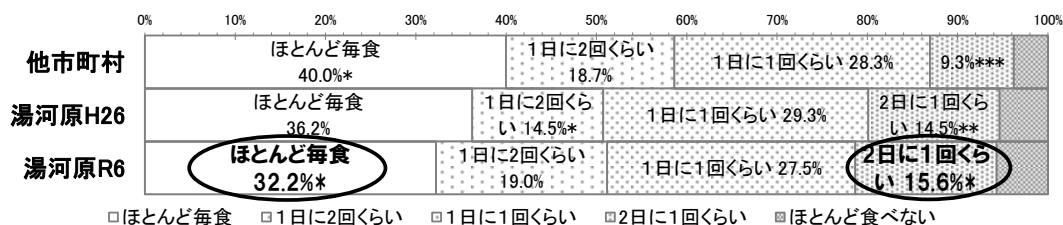
### 【主食・主菜・副菜 1日2回以上】「ほぼ毎日」が少ない

主食・主菜・副菜 1日2回以上摂取しているかについては、他市町村と比べ、「ほぼ毎日」が少なく、「週に4日～6日」、「週に1日未満」が多くなっていた。



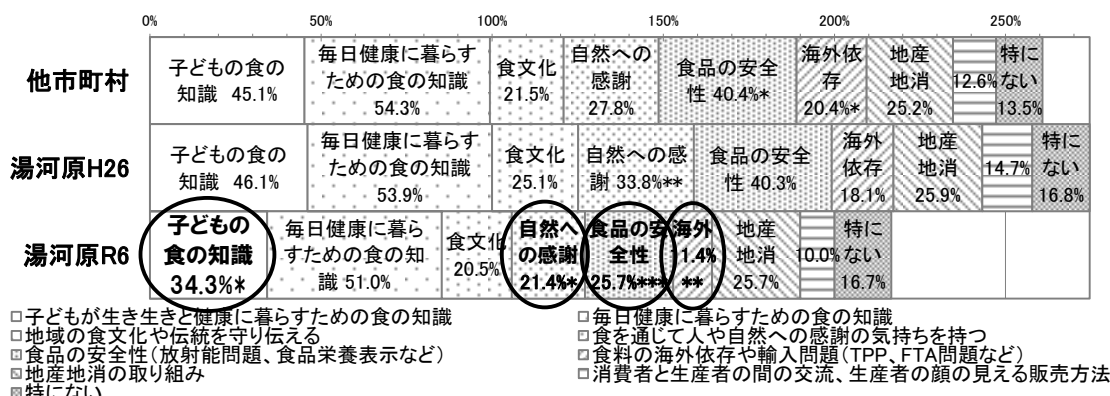
### 【野菜摂取】「ほとんど毎食」が少ない

野菜摂取の頻度については、前回・他市町村と比べ、「2日に1回くらい」が多く、「ほとんど毎食」が少なくなっている。



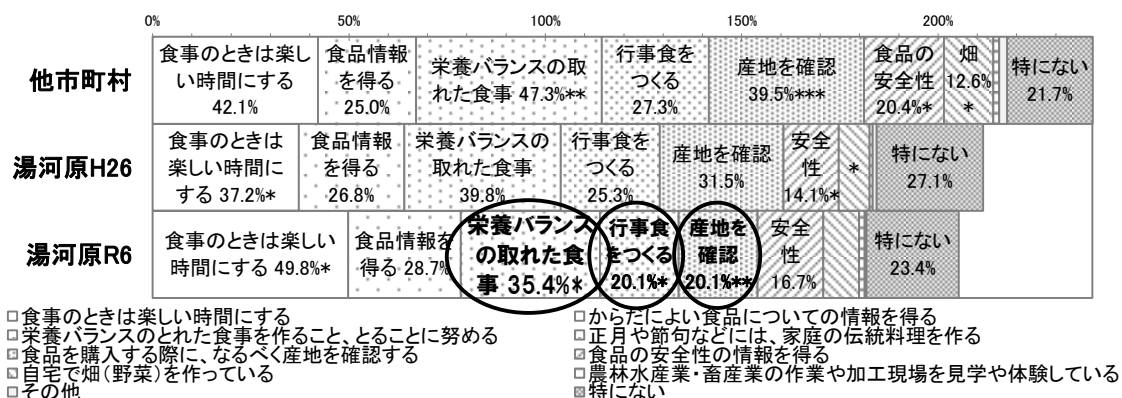
## 【食育関心】食育への関心が低下した

食育への関心については、前回・他市町村と比べ、「子どもが生き生きと健康に暮らすための食の知識」、「食を通じて人や自然への感謝の気持ちを持つ」、「食品の安全性（放射能問題、食品栄養表示など）」、「食料の海外依存や輸入問題（TPP、FTA 問題など）」が少なくなった。



## 【食育行動】食育への取り組みが低下した

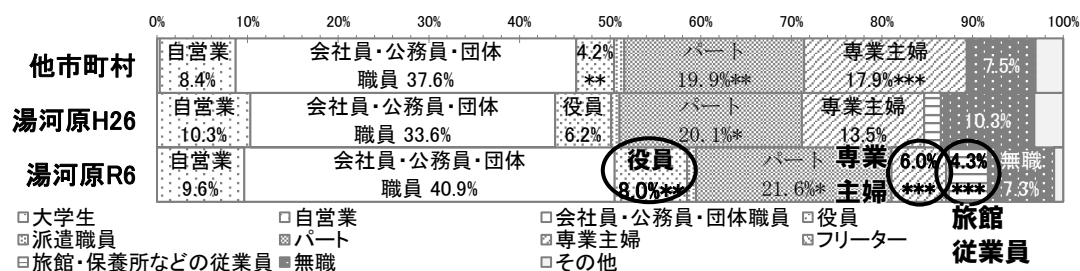
食育への取り組みについては、前回・他市町村と比べ、「栄養バランスのとれた食事を作ること、とることに努める」、「正月や節句などには、家庭の伝統料理を作る」、「食品を購入する際に、なるべく産地を確認する」が少なくなった。



## 6) 壮年期

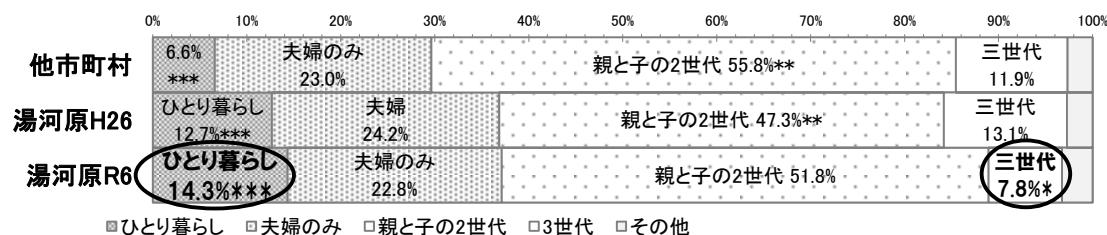
### 【属性】働く女性が多い

属性については、前回・他市町村と比べ、「役員」、「旅館・保養所などの従業員」が多く、「専業主婦」、「その他」が少ない。特に「専業主婦」が激減した。



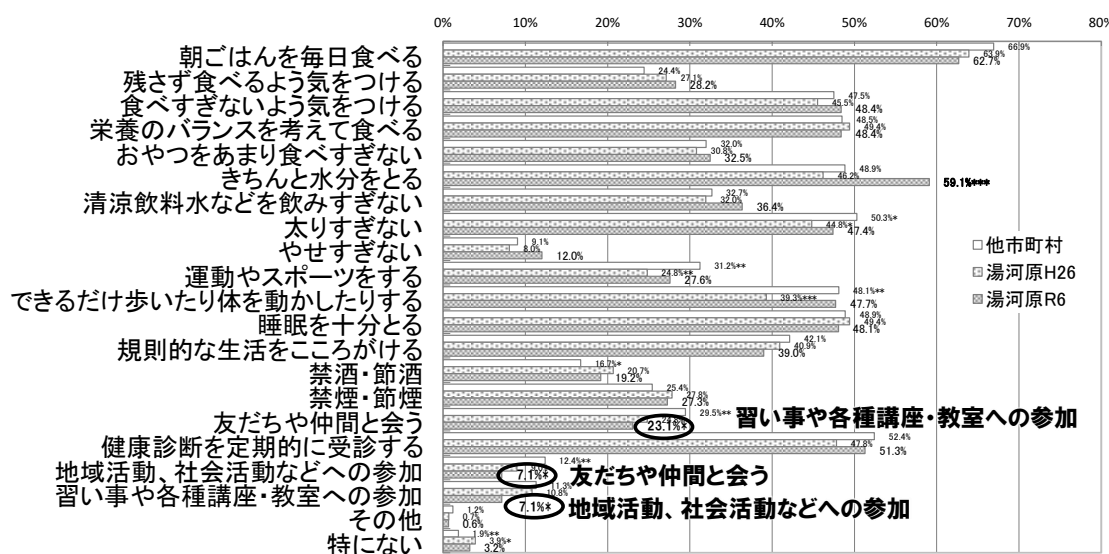
### 【同居者】ひとり暮らしが多い

同居者については、前回・他市町村と比べ、「3世代」が少なく、「ひとり暮らし」が多い。



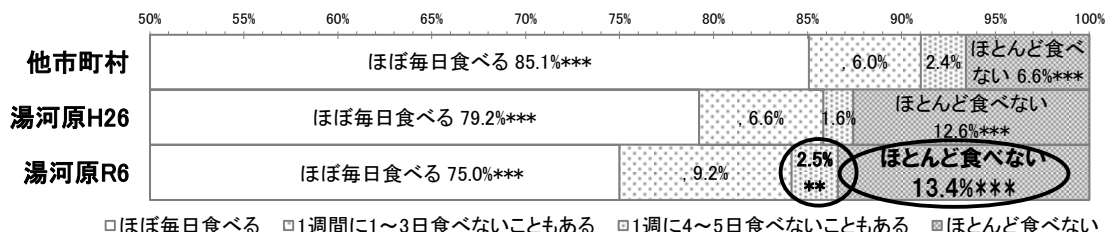
### 【健康法】健康法が少ない

健康法については、前回・他市町村と比べ、「友だちや仲間と会う」、「地域活動、社会活動などへの参加」、「習い事や各種講座・教室への参加」が少ないなど、社会的健康面が低い。



### 【朝食】「ほとんど食べない」人が多い

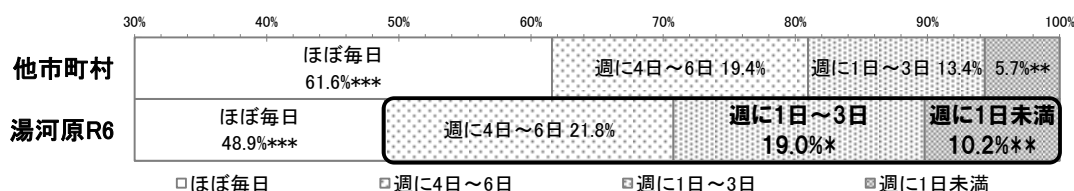
朝食については、前回・他市町村と比べ、「1週間に1～3日食べないこともある」、「ほとんど食べない」が多く、「ほぼ毎日食べる」が少ない。



□ほぼ毎日食べる □1週間に1～3日食べないこともある □1週に4～5日食べないこともある □ほとんど食べない

### 【主食・主菜・副菜 1日2回以上】「ほぼ毎日」が少ない

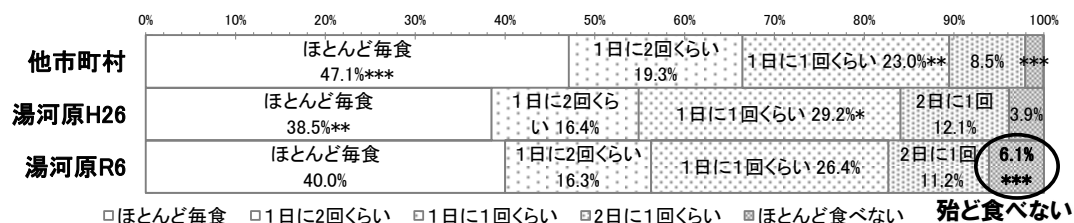
主食・主菜・副菜 1日2回以上摂取しているかについては、他市町村と比べ、「ほぼ毎日」が少なく、「週に1日～3日」、「週に1日未満」が多くなっていた。



□ほぼ毎日 □週に4日～6日 □週に1日～3日 □週に1日未満

### 【野菜摂取】「ほとんど食べない」が多い

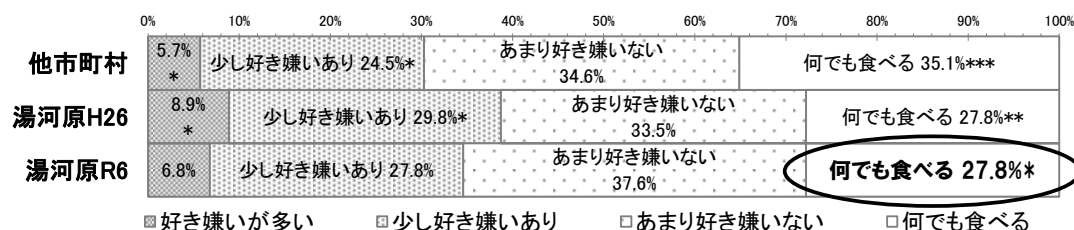
野菜摂取の頻度については、前回・他市町村と比べ、「ほとんど食べない」が多い。



□ほとんど毎食 □1日に2回くらい □1日に1回くらい □2日に1回くらい □ほとんど食べない 殆ど食べない

### 【好き嫌い】「何でも食べる」が少ない

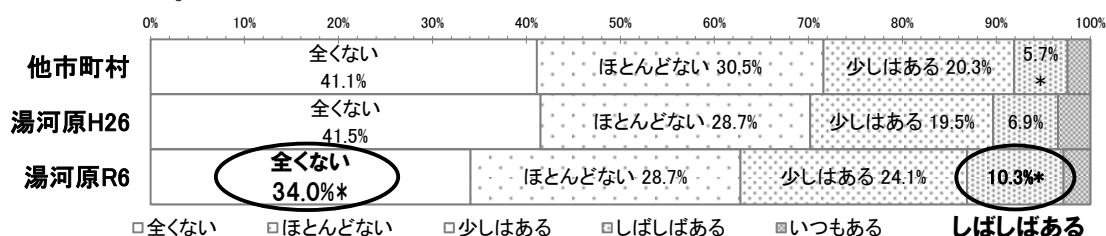
好き嫌いについては、前回・他市町村と比べ、「何でも食べる」が少ない。



□好き嫌いが多い □少し好き嫌いあり □あまり好き嫌いない □何でも食べる

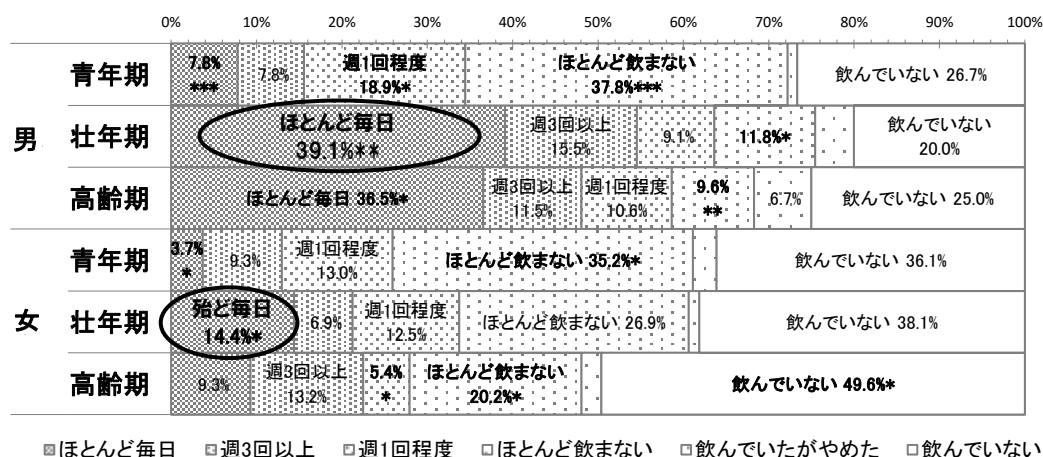
# 【憂鬱】 生きているのが辛くなるときが「しばしばある」が増えた

憂鬱で生きているのが辛くなるときがあるかどうかについては、前回・他市町村と比べ、「全くない」が減少し、「しばしばある」が多くなっている。



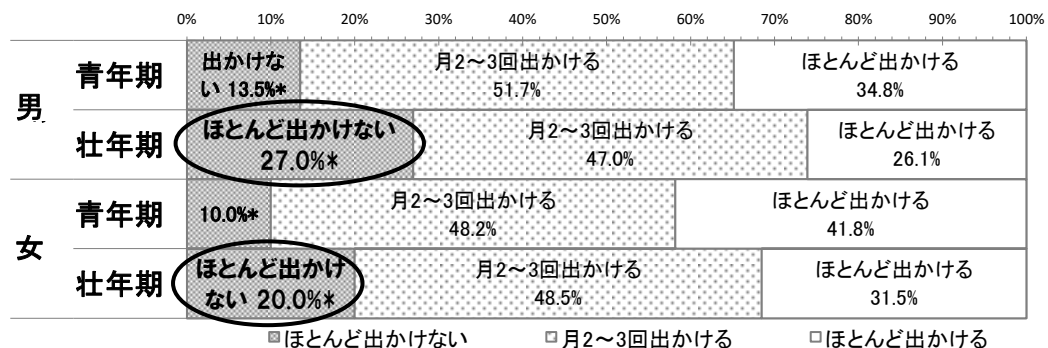
# 【飲酒状況】 男女とも「ほとんど毎日」が多い

飲酒状況について年代別に比べると、男女とも壮年期で「ほとんど毎日」飲む人が多くなっている。



# 【休日の外出】 男女とも「ほとんど出かけない」が多い

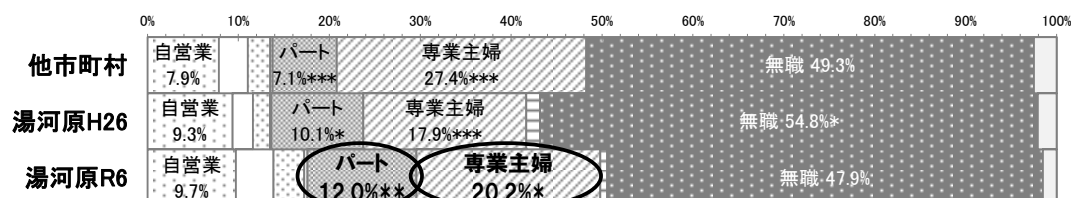
休日に外出するかどうかについては、男女とも壮年期で「ほとんど出かけない」人が多い。



## 7) 高齢期

### 【属性】働く女性が多い

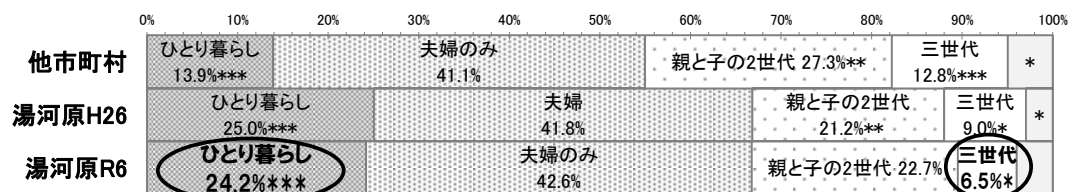
属性については、前回・他市町村と比べ、「パート」が多く、「専業主婦」が少ない。



□自営業 □会社員・公務員・団体職員 □役員 □派遣職員 □パート □専業主婦 □旅館・保養所などの従業員 ■無職 □その他

### 【同居者】ひとり暮らしが多い

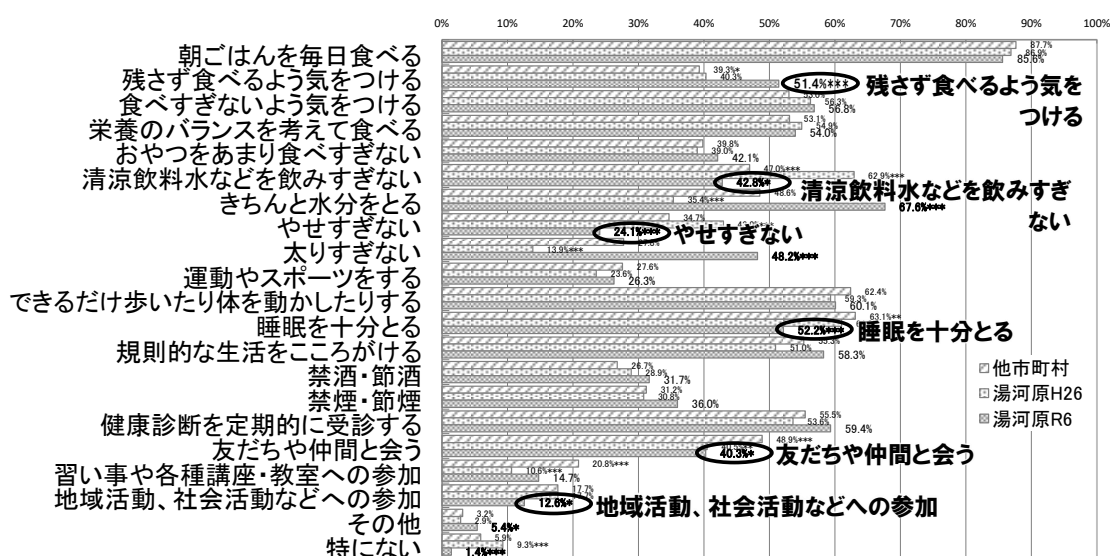
同居者については、前回・他市町村と比べ、「3世代」が少なく、「ひとり暮らし」が多い。



□ひとり暮らし □夫婦のみ □親と子の2世代 □3世代 □その他

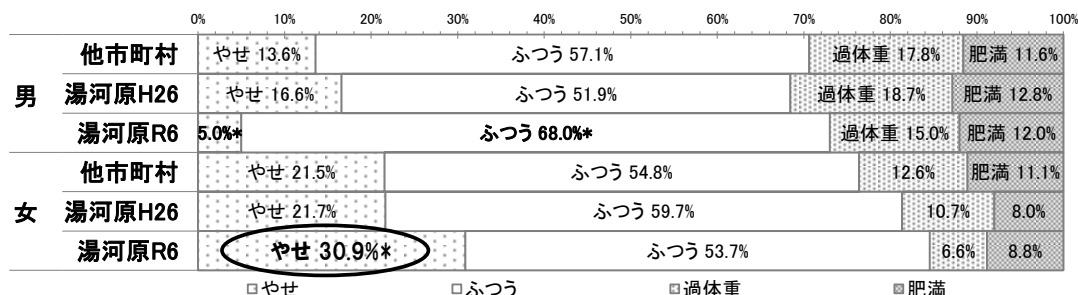
### 【健康法】健康法が少ない

健康法については、前回・他市町村と比べ、「残さず食べるよう気をつける」が多く、「清涼飲料水などを飲みすぎない」、「やせすぎない」、「睡眠を十分とる」、「友だちや仲間と会う」、「地域活動、社会活動などへの参加」が少なくなっているなど、全般的に健康法が少ない。



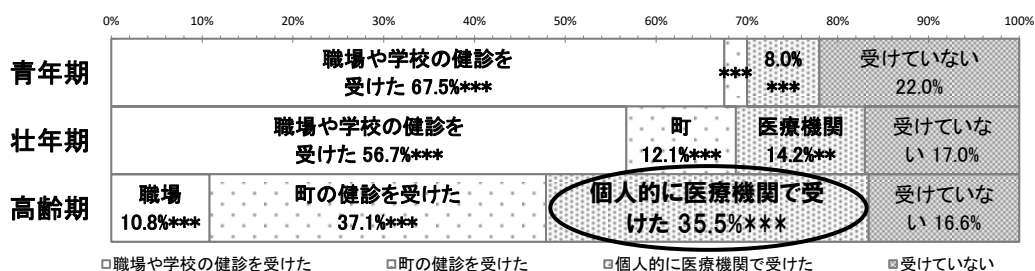
## 【体型（BMI）】女性で「やせ」が増えた

体型（BMI）について他市町村・前回と比べると、女性で「やせ」が増加している。



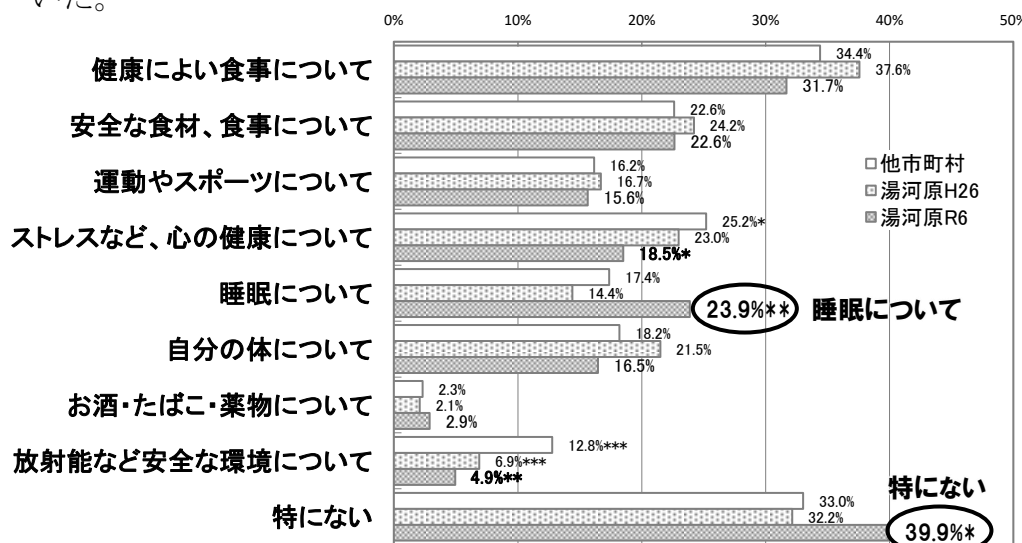
## 【健診受診状況】「個人的に医療機関で受けた」と回答する人が多い

健診の受診状況について他の年代と比べると、高齢者では「個人的に医療機関で受けた」という回答が多くなっているが、これは「健診」ではなく、病気の「受診」を指している可能性もある。



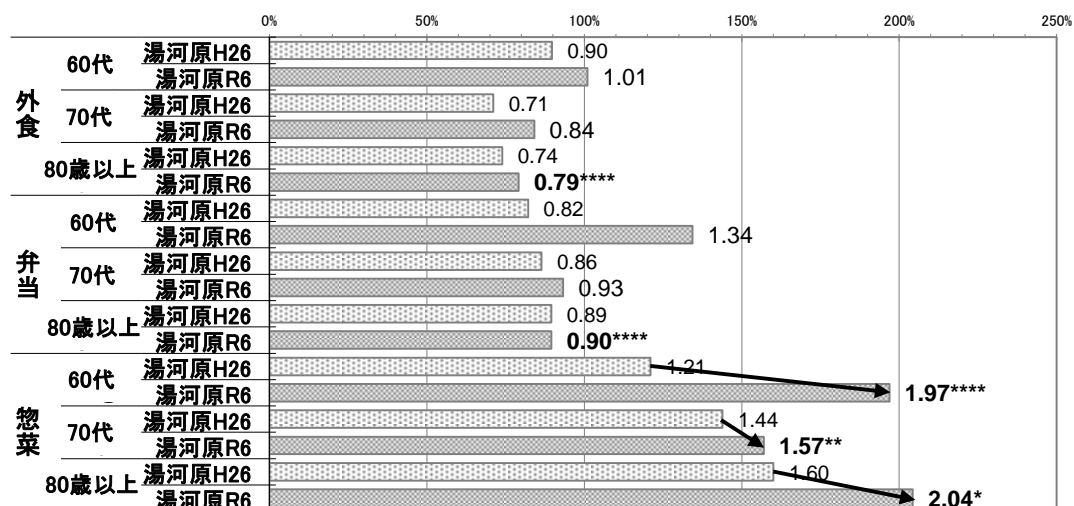
## 【ほしい健康情報】「特にない」が増えた

ほしい健康情報について他市町村・前回と比べると、健診の受診状況について他の年代と比べると、「睡眠について」、「特にない」が増加していた。



【外食・弁当・惣菜の頻度】惣菜を買う頻度が多くなっている

外食・弁当・おかずの頻度について前回とくらべると、外食、弁当では 80 歳以上で利用頻度が上がっている。惣菜ではすべての年代で利用頻度が上がっている。



【食生活の課題】「問題を感じていない」ことが問題

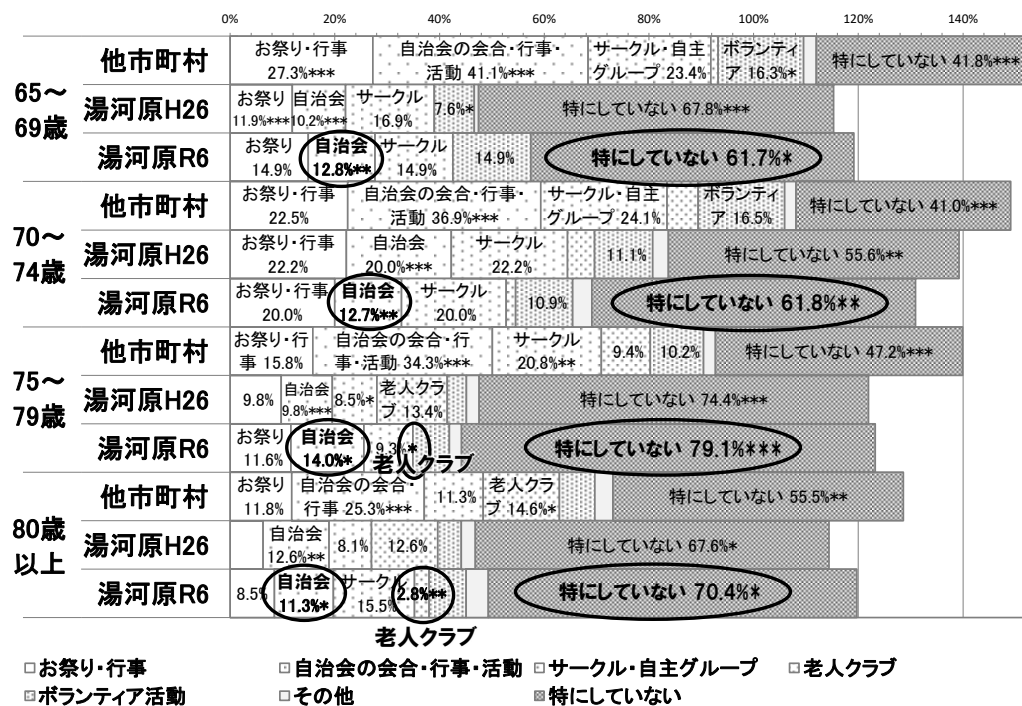
食生活の課題を順位別にみると、前回同様、男女とも「特に課題はない」が 1 位となっており、問題を感じていないことから、改善の必要性も感じていないため、介入の難しさが想定される。

順位	男		順位	女	
1	特に課題はない	35.8%	1	特に課題はない	31.6%
2	緑黄色野菜が少なすぎる	20.8%	2	ひとりで食べることが多い	21.8%
3	早食い	12.3%	3	緑黄色野菜が少なすぎる	18.0%
4	脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる	12.3%	4	摂取品目が少ない	17.3%
5	果物類が少なすぎる	12.3%	5	果物類が少なすぎる	15.0%
6	食事時間が短い	11.3%	6	早食い	13.5%
7	ひとりで食べることが多い	10.4%	7	脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる	13.5%
8	食べすぎる	10.4%	8	塩分が多すぎる	12.0%
9	適切な食事の量や内容が分らない	10.4%	9	食事時間が短い	9.0%
10	摂取品目が少ない	10.4%	10	食べすぎる	9.0%



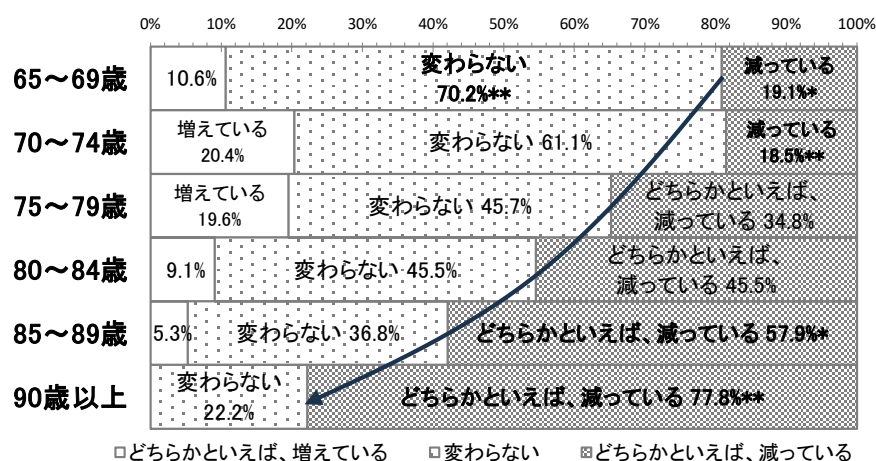
## 【社会活動参加】社会活動への参加が少ない

高齢期の社会活動参加については、前回・他市町村と比べ、全体的に「自治会の会合・行事・活動」、「老人クラブ」が少なく、「特にしていない」が多くなっている。全体的に社会参加が低い状況がうかがえる。



## 【1年前と比べた外出の回数】年齢が上がるほど「減っている」が多い

1年前と比べた外出の回数は、年齢が上がるほど減っている傾向にある。



### 【スマホを持っているか】高齢期でも若いほどスマホを持っている

高齢期でスマホを持っているかについて年齢別・性別にみると、65～69歳では男女とも100%と高く、年齢が上がるほど下がる傾向にある。

