

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。その他の年代についても同様に調査票を郵送して回収する郵送調査とした。

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	調査票回収状況	
									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%

質問項目は、性別・年齢・就業状況等の「1. 属性」、健康状態、体型、健常法等の「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「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。

アンケート調査項目数

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)

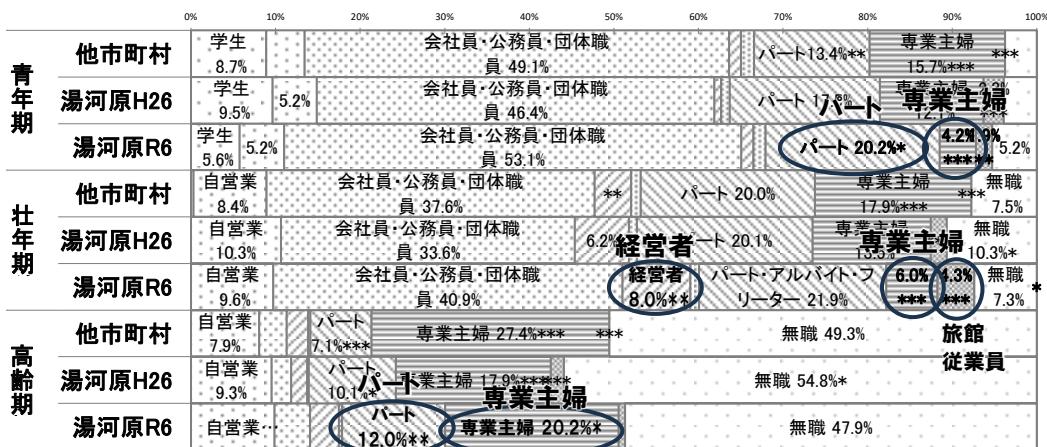
表示	意味		統計学的な表現
*	少なそうだ	多そうだ	有意水準 5%で有意
**	少ない	多い	有意水準 1%で高度に有意
***	確実に少ない	確実に多い	有意水準 0.1%で高度に有意

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。



- 大学、専門学校生(浪人生含) □自営業 □会社員・公務員・団体職員 □会社・団体の役員・経営者
- 派遣職員 □パート・アルバイト・フリーター □専業主婦 □旅館・保養所などの従業員
- 無職 □その他

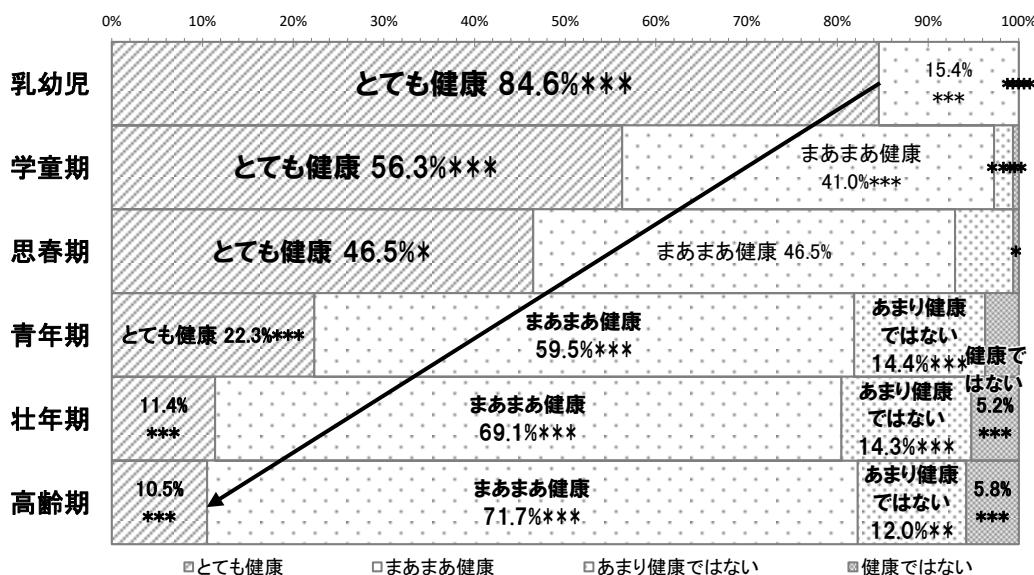
【世帯】ひとり暮らしが多い

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。

		0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
青年期	他市町村	5.0%***	10.1%									3世代 13.7%
	湯河原H26	8.2%	7.7%									3世代 15.3%
	湯河原R6	ひとり暮らし 一人 13.1%***	9.9%									3世代 10.8%
壮年期	他市町村	6.6%***	夫婦のみ 23.0%									3世代 11.9%
	湯河原H26	ひとり暮らし 一人 12.7%***	夫婦のみ 24.2%									3世代 13.1%
	湯河原R6	ひとり暮らし 一人 14.3%***	夫婦のみ 22.8%									3世代 7.8**
高齢期	他市町村	ひとり暮らし 13.9%***	夫婦のみ 41.1%									3世代 12.8%*** *
	湯河原H26	ひとり暮らし 25.0%***	夫婦のみ 41.8%									3世代 9.0% *
	湯河原R6	ひとり暮らし 24.2%***	夫婦のみ 42.6%									3世代 6.5%**

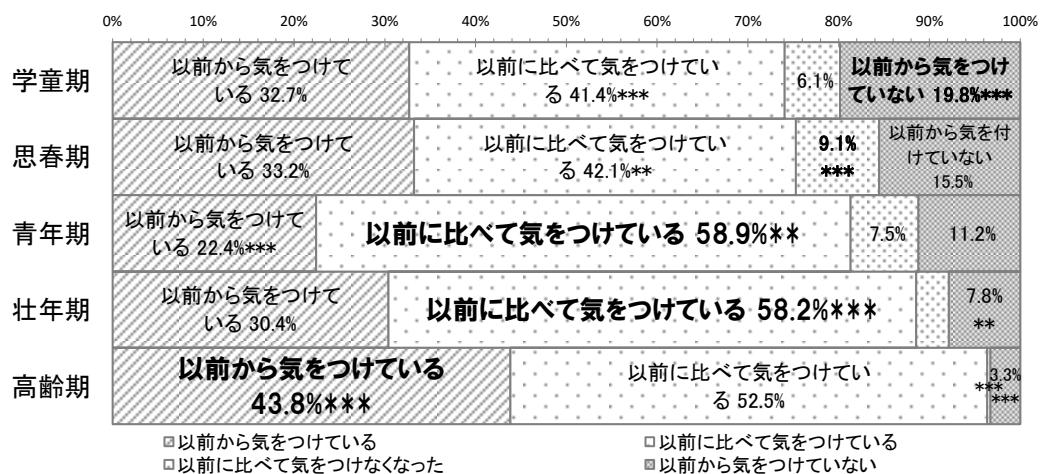
【健康状態】年齢が上がるほど健康ではない

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

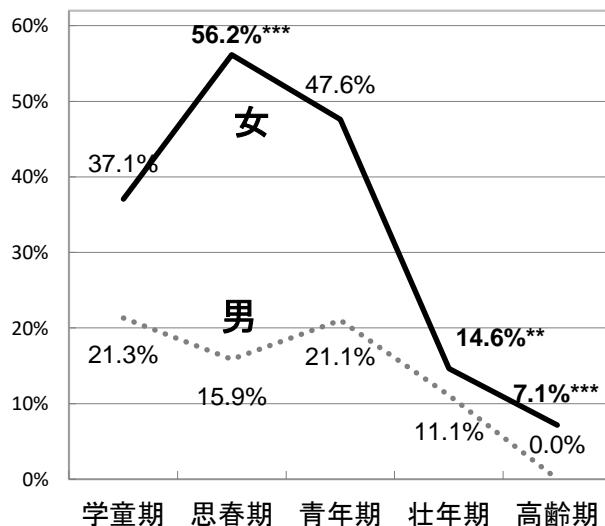
健康法について上位 5 位までをみると、青年期以外は「朝ごはんを毎日食べる」が 1 位になっている。

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 59.2%	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 58.5%	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 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



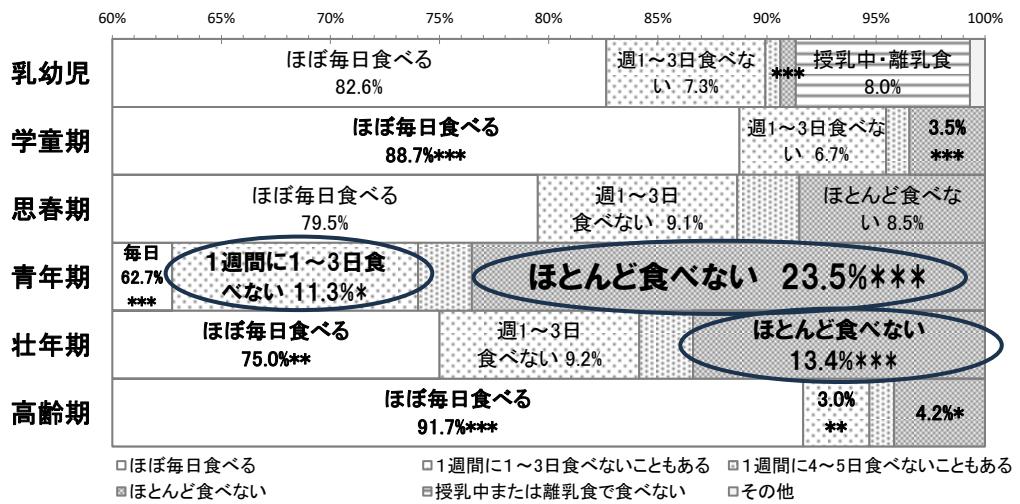
【ほしい健康情報】思春期、高齢期は「特ない」が多い

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「特ない」が 1 位となっていました。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 特ない	35.6%	ストレスな 1 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%
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%	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%
3	安全な食 材、食事に ついて	32.0%	3 食事につ いて	28.1%	自分の体 について	28.6%	3	特ない	27.4%
4	すいみん について	30.5%	4 睡眠につ いて	26.9%	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%
5	特ない	26.9%	5 友だちとの つきあいに ついて	19.7%	運動やス ポーツに ついて	24.1%	5	睡眠に ついて	23.1%

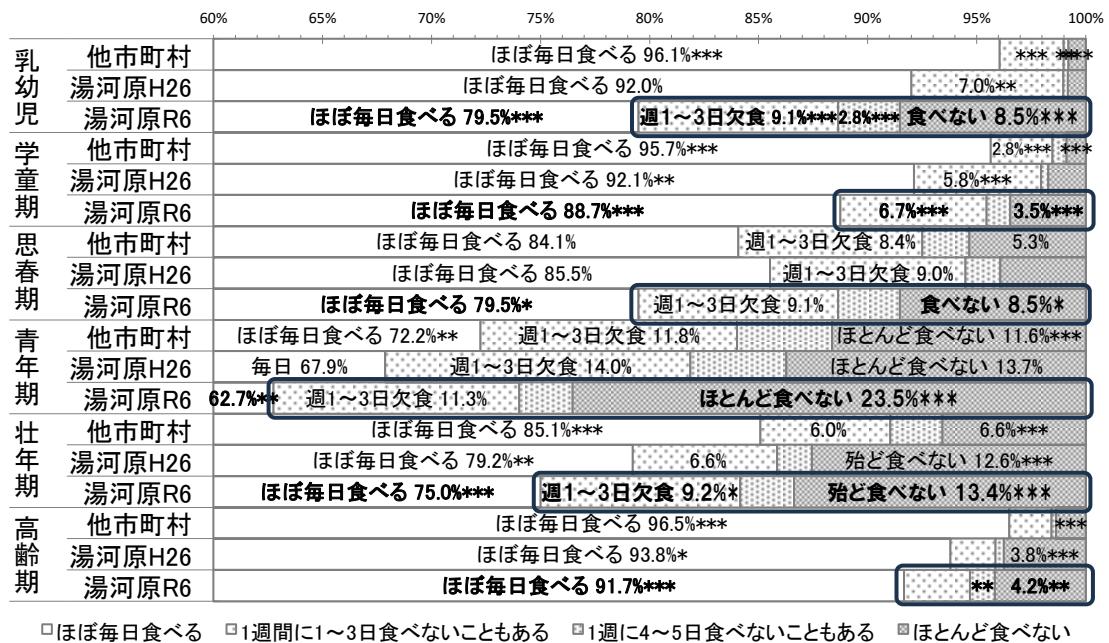
【朝食】青年期、壮年期では「ほとんど食べない」人が多い

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。



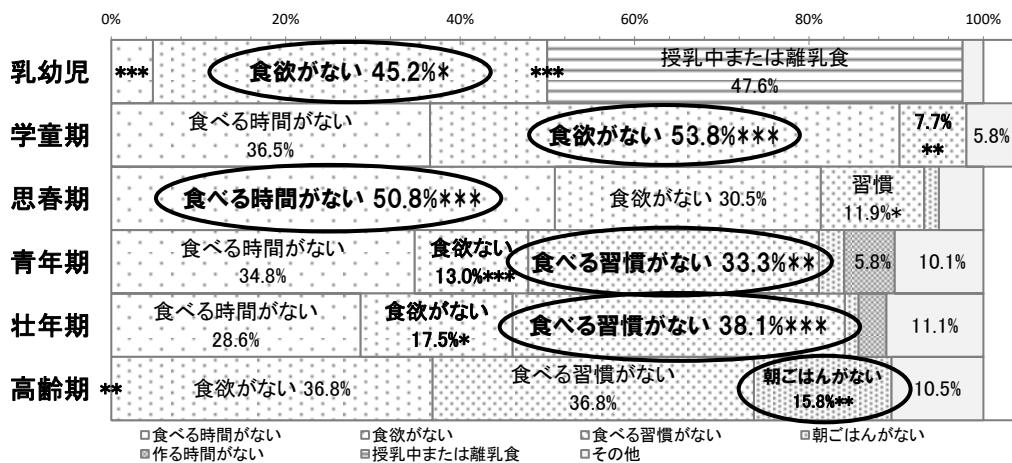
【朝食】すべての年代で、毎日食べる人が減少している

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。



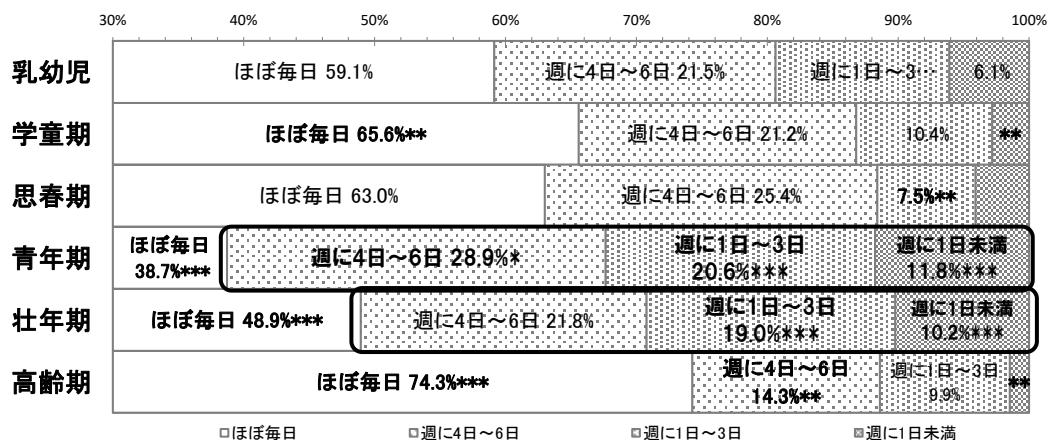
【朝食欠食理由】青年期、壮年期は「食べる習慣がない」が多い

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。



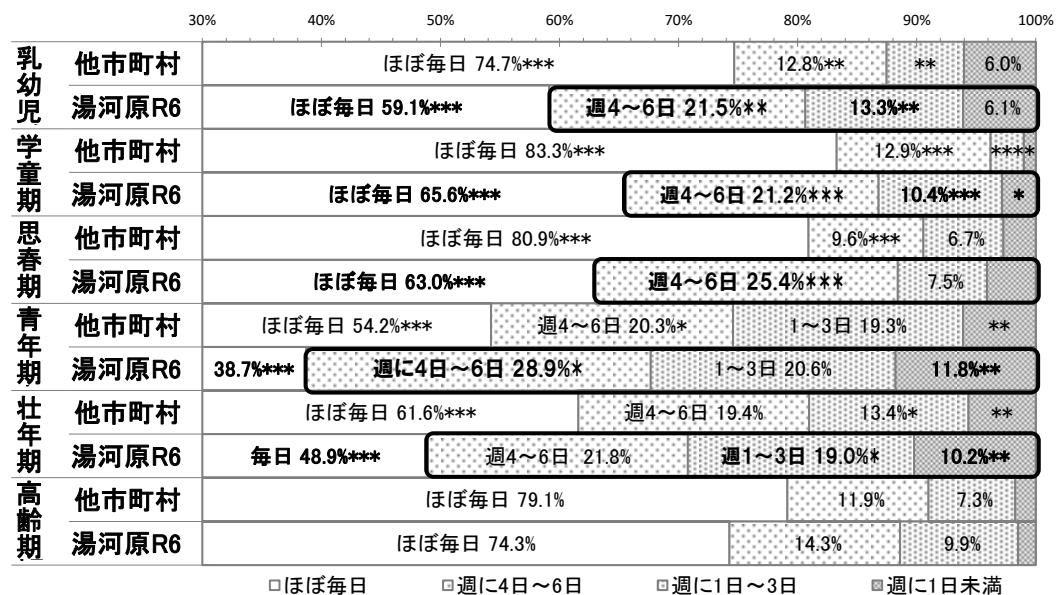
【主食・主菜・副菜 1日2回以上】青年期・壮年期は「ほぼ毎日」が少ない

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。



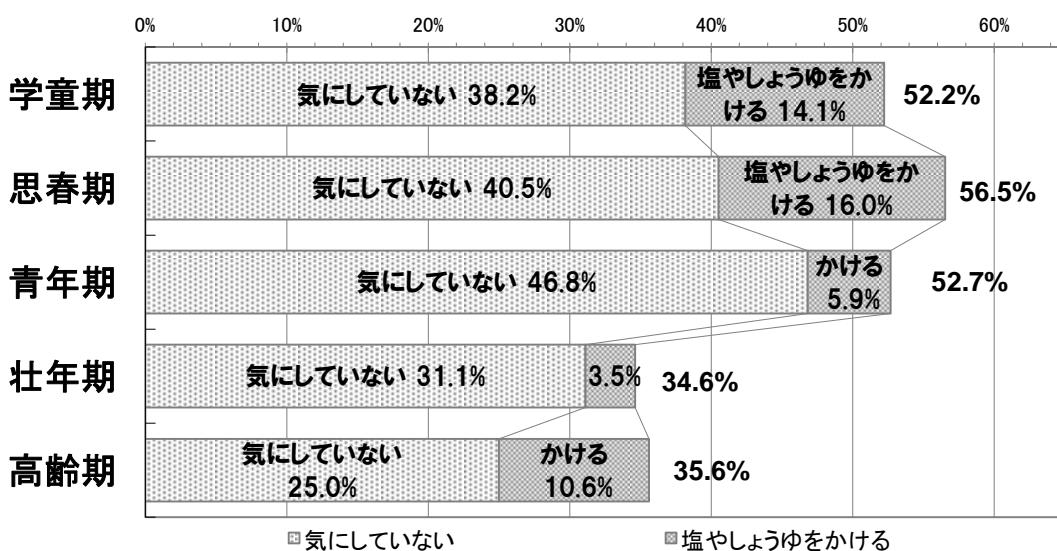
【主食・主菜・副菜 1日2回以上】他市町村に比べ、全体的に「ほぼ毎日」が少ない

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

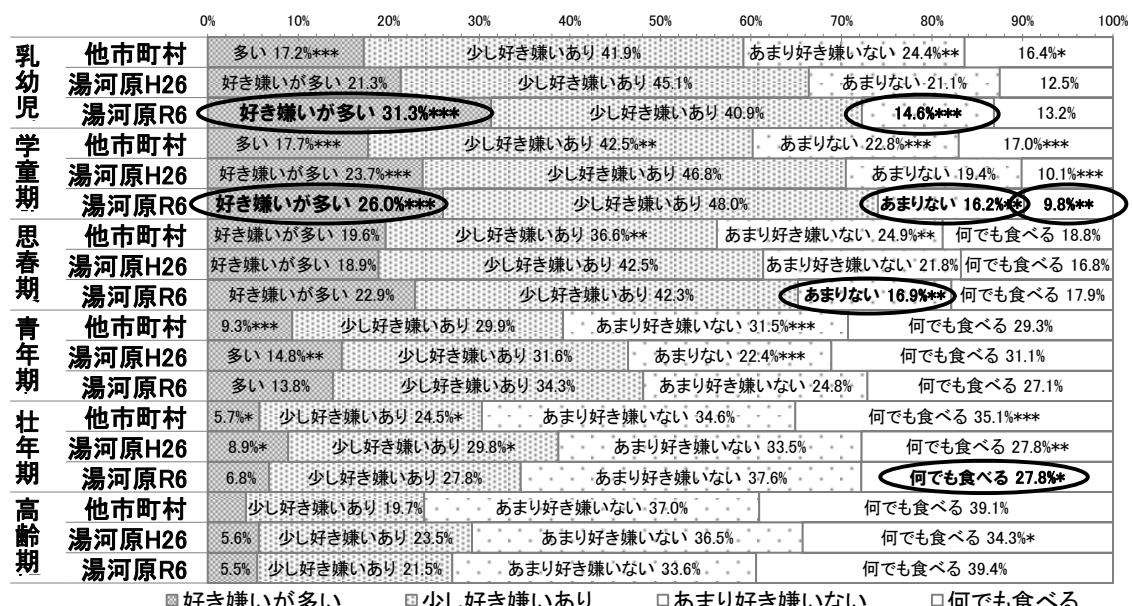
野菜については、前回調査で他市町村に比べ、全般的に「ほとんど毎食食べる」人が少なく、摂取頻度が少なかったが、今回調査でも同様の傾向となっている。



□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 □授乳中のため食べさせていない □ほとんど食べない

【好き嫌い】好き嫌いが多い

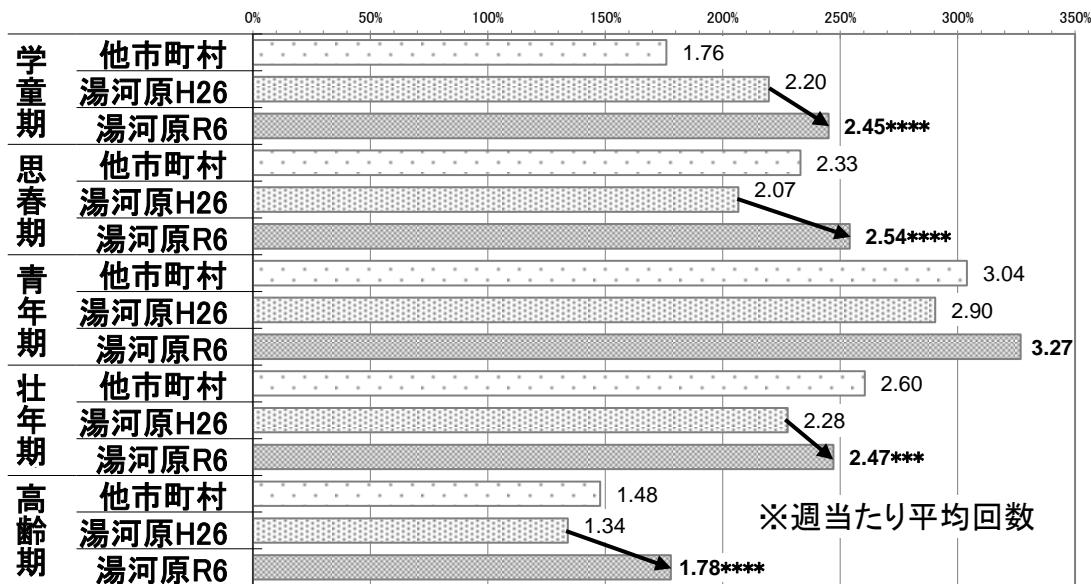
好き嫌いについては、前回調査で他市町村に比べ、全般的に「好き嫌いが多い」や「少し好き嫌いあり」が多く、「何でも食べる」が少なくなっている。特に乳幼児期、学童期、思春期でその傾向がさらに強くなっている。



■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

【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くらべると、青年期以外で利用頻度が上がっている。



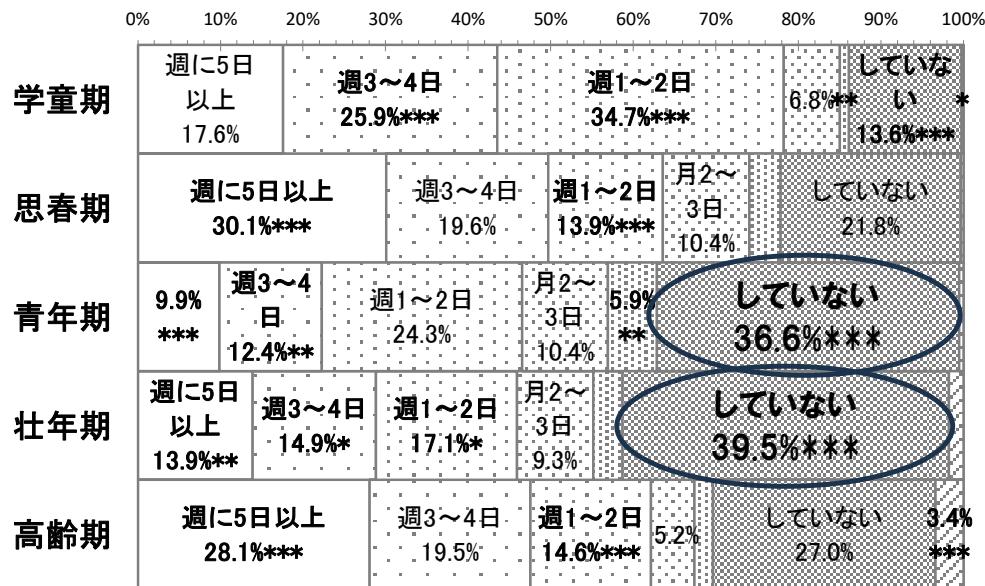
【食品購入の際の配慮】全ての年代で配慮が低下

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

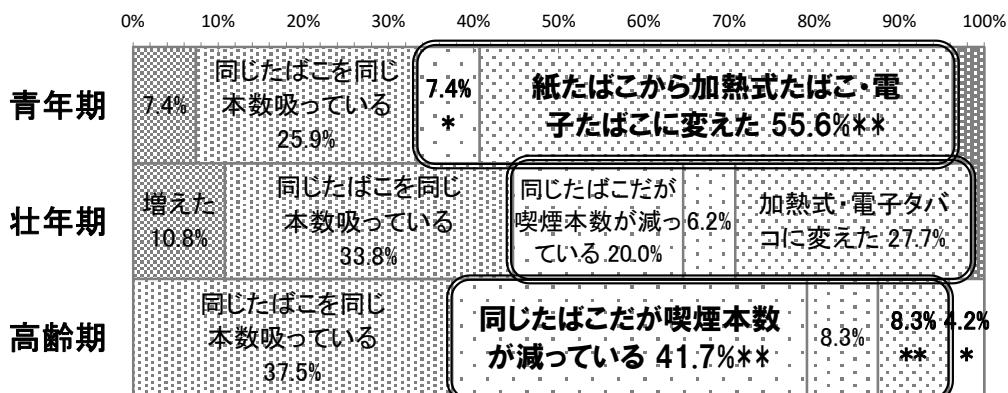
運動を週5日以上しているのは思春期、高齢期が多い。一方していない人は、青年期、壮年期で多くなっている。



□週に5日以上 □週3~4日 □週1~2日 □月に2~3日 □月に1日以下 □していない □健康上の理由で出来ない

【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。

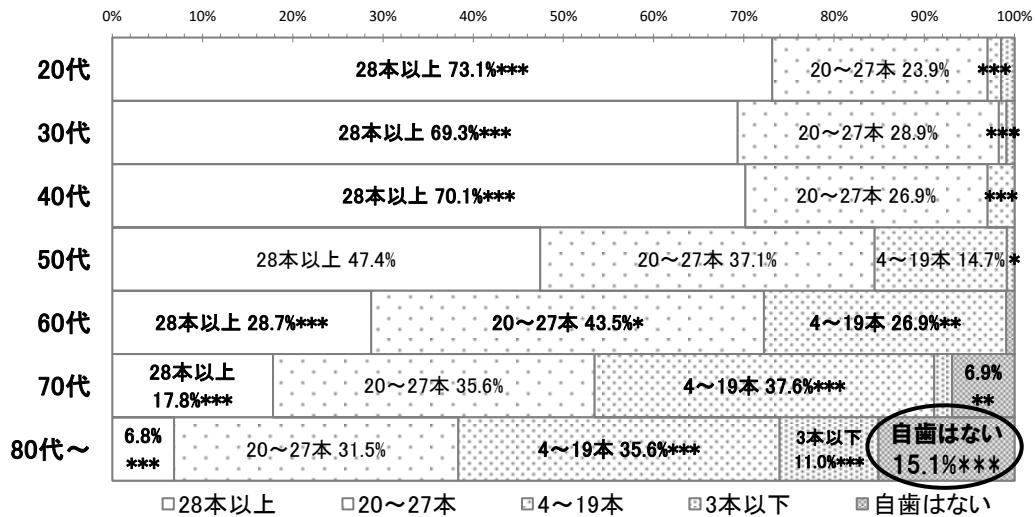


■同じたばこだが喫煙本数が増えている
□同じたばこだが喫煙本数が減っている
□紙たばこから加熱式たばこ・電子たばこに変えた
□その他

■同じたばこと同じ本数吸っている
□ニコチンの少ないたばこに変えた
□加熱式たばこ・電子たばこから紙たばこに変えた

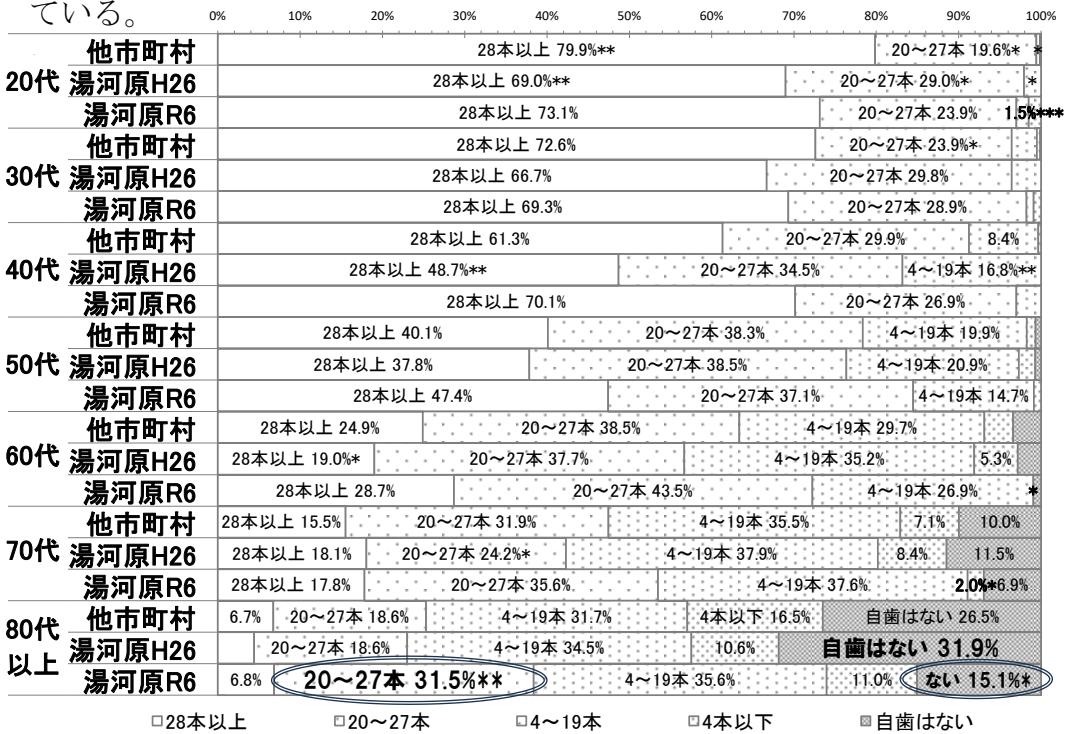
【自歯本数】年齢が上がるほど歯がなくなる

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。



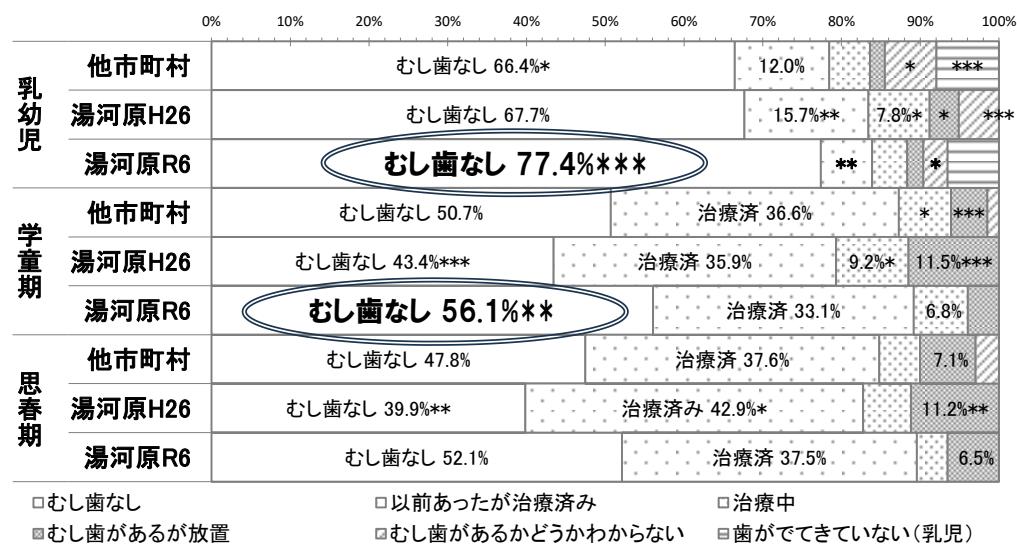
【自歯本数】自歯本数は増加傾向

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。



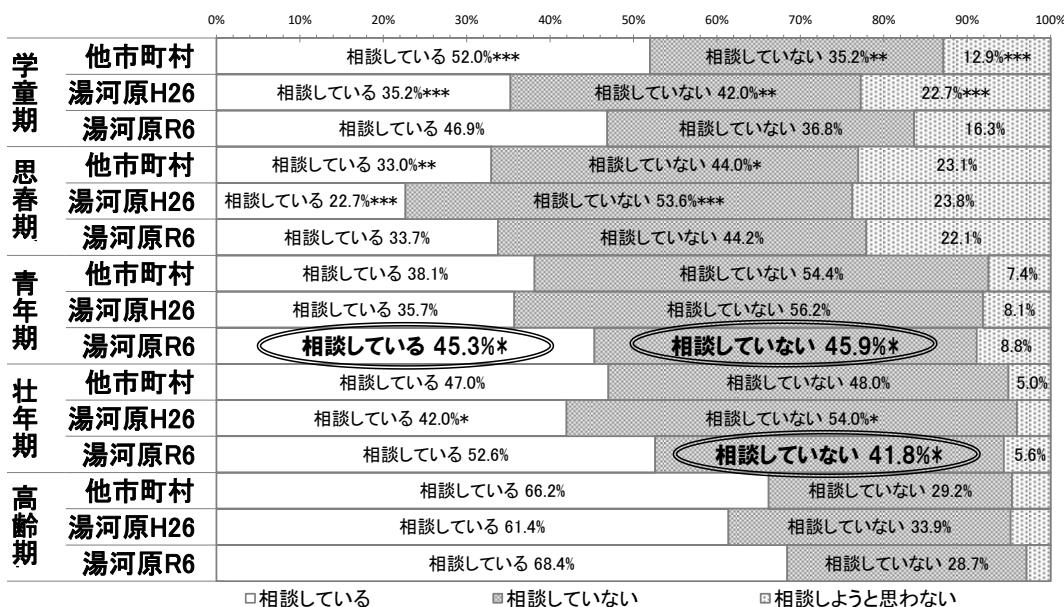
【虫歯状況】乳幼児期、学童期では、「むし歯なし」が増加

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。



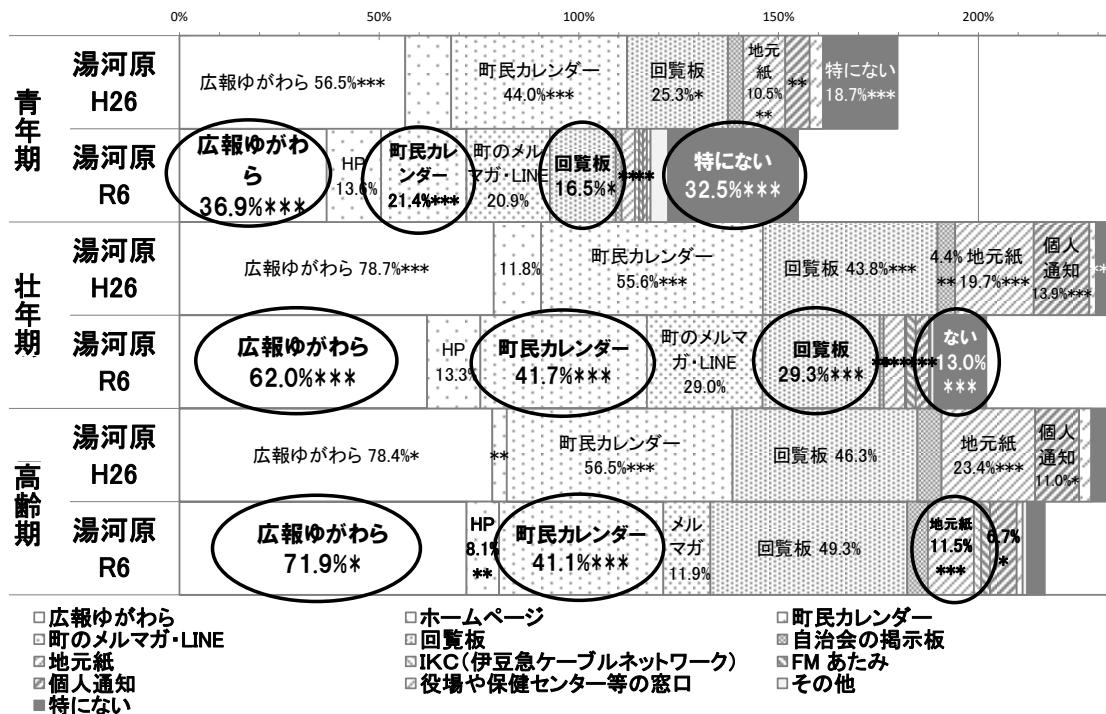
【歯の相談】青年期、壮年期では「相談していない」人が減少

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

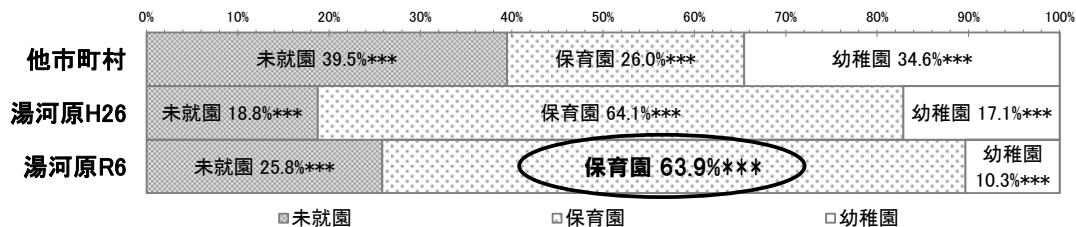
町の情報入手手段について前回と比べると、全般的に「広報ゆがわら」、「町民カレンダー」などが減少しており、「特にない」が増加している。一方で、「ホームページ」もさほど増加していない。



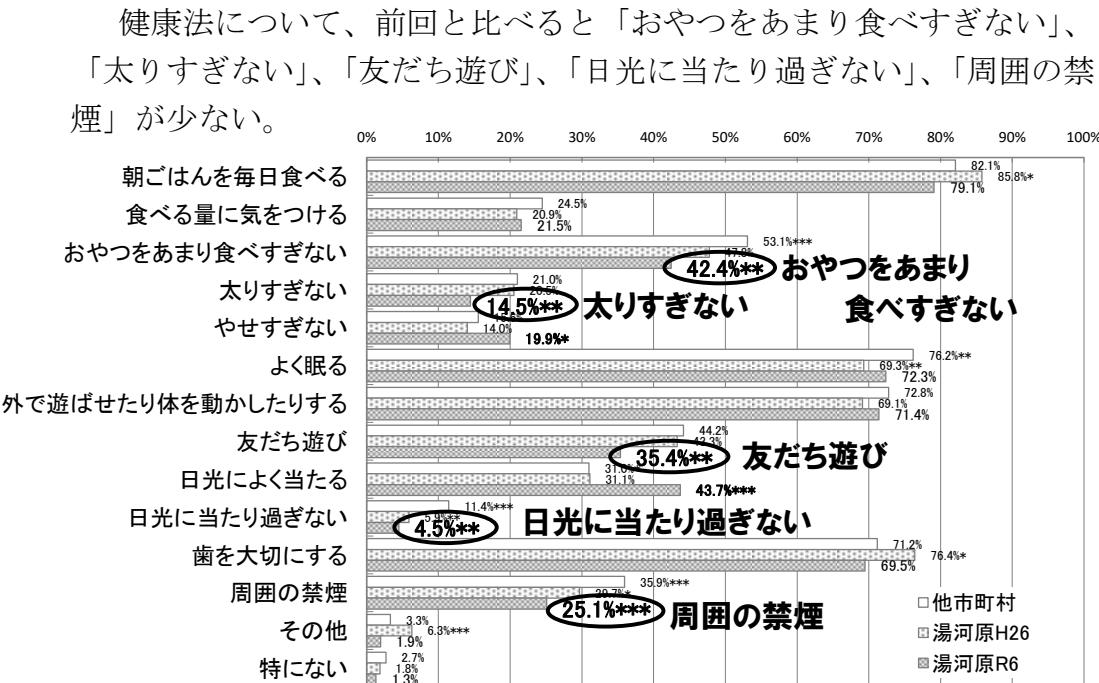
2) 乳幼児期

【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。

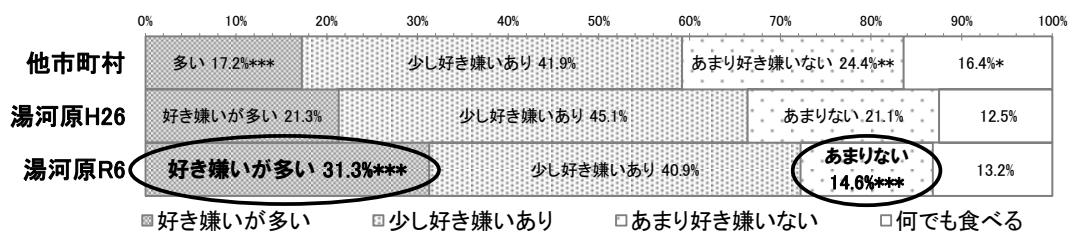


【健康法】ふだん心がけている健康法が少なくなっている



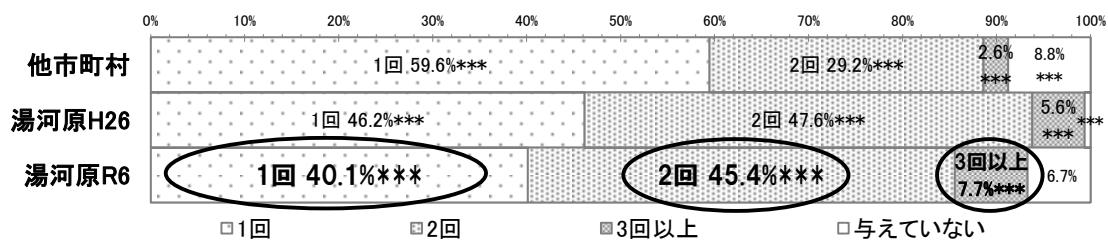
【好き嫌い】好き嫌いが多い子が増えた

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。



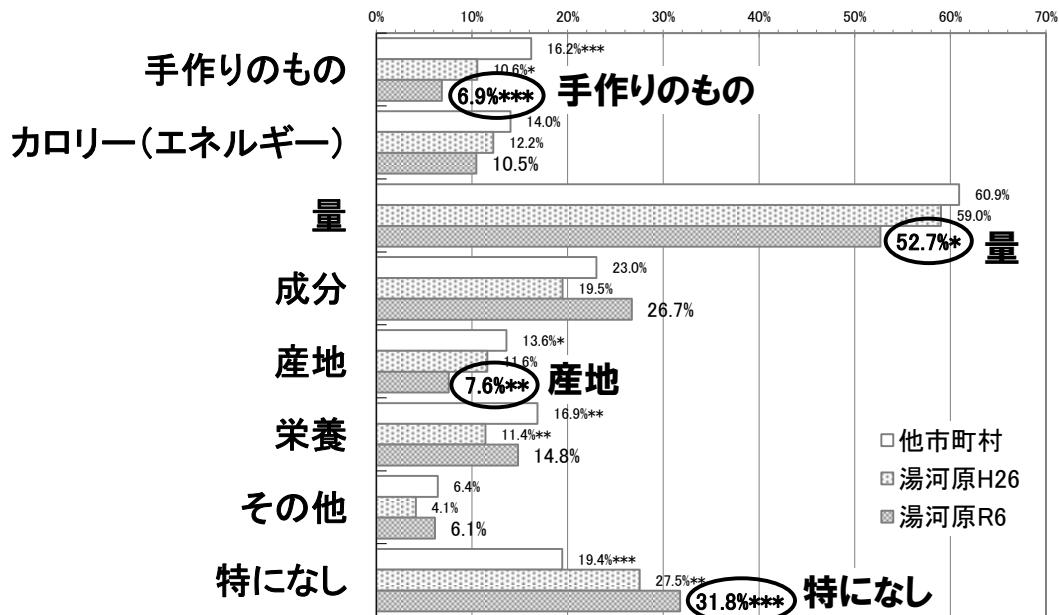
【おやつ回数】おやつの回数が多い

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。



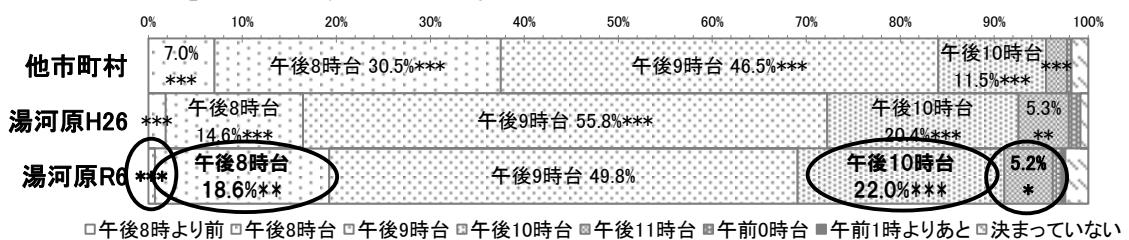
【おやつへの配慮】おやつへの配慮が低下した

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。



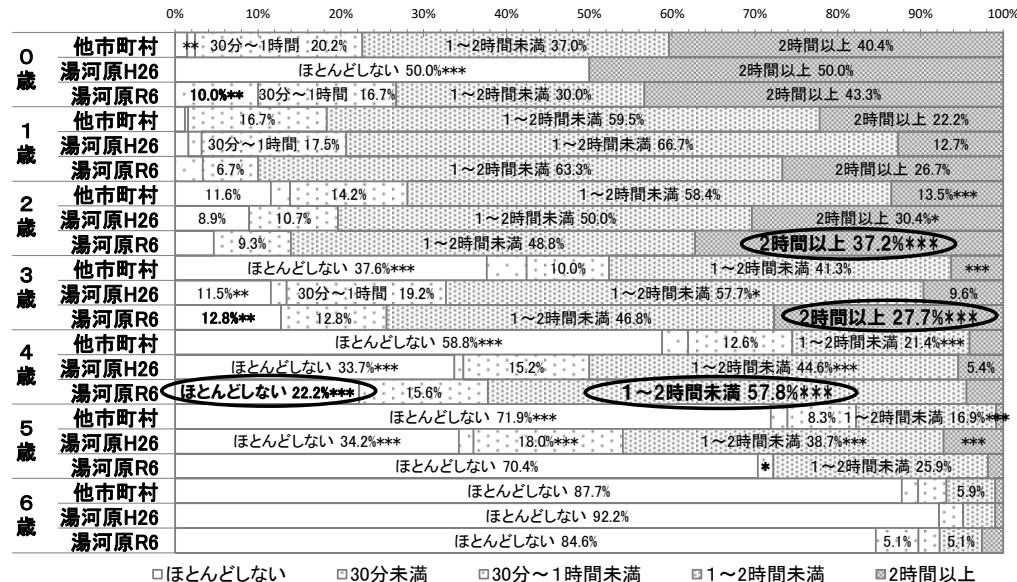
【就寝時間】就寝時間が遅い

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

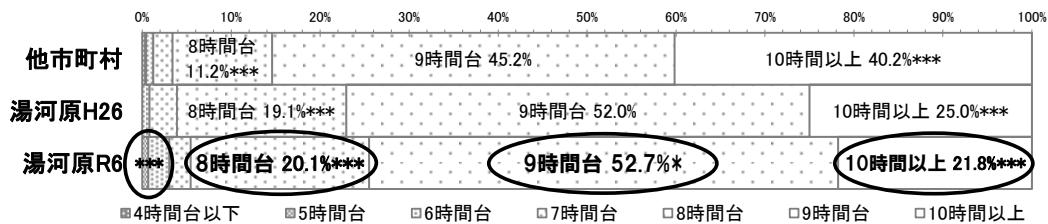
昼寝時間については、他市町村・前回に比べ、全体的に長い傾向があるが見える。特に、2歳、3歳では2時間以上が増えた。4歳以上では「ほとんどしない」が他市町村では半数を超えるが、本町では前回3割、今回2割とさらに減り、1~2時間未満が多くなっている。



□ほとんどしない □30分未満 □30分～1時間未満 □1～2時間未満 □2時間以上

【睡眠時間】睡眠時間が短い

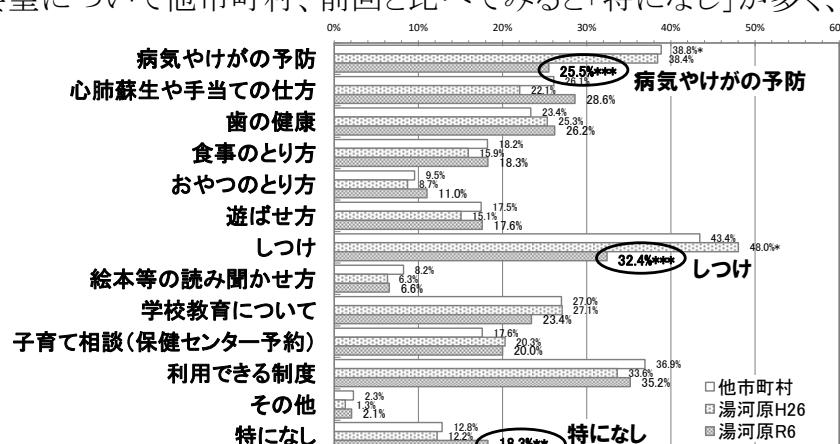
就寝時間が遅いため昼寝時間が長くなっているとみられるが、睡眠時間も他市町村に比べ短く、また前回よりも短くなっている。



□4時間台以下 □5時間台 □6時間台 □7時間台 □8時間台 □9時間台 □10時間以上

【子育て情報要望】「特になし」が多くなった

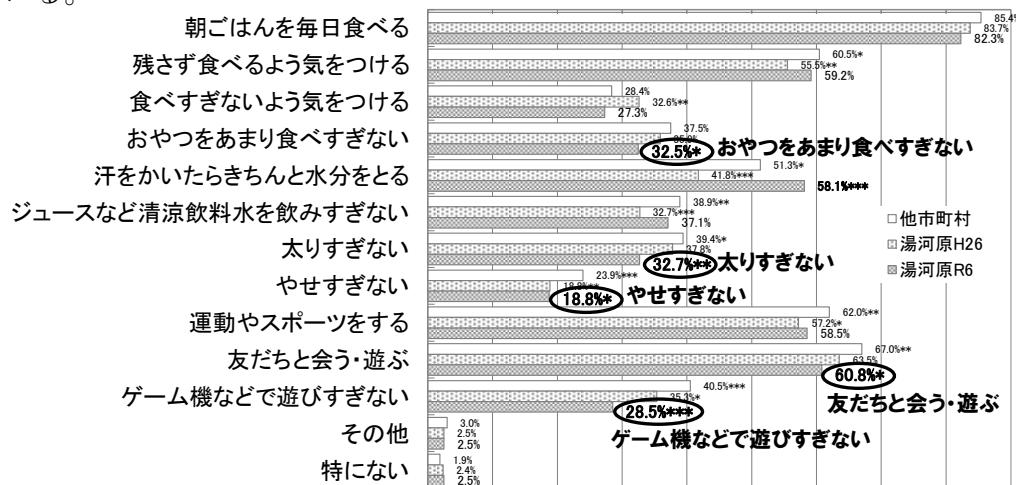
子育て情報要望について他市町村、前回と比べてみると「特になし」が多く、「病気やけがの予防」「心肺蘇生や手当の仕方」「歯の健康」「食事のとり方」「おやつのとり方」「遊びせ方」「しつけ」「絵本等の読み聞かせ方」「学校教育について」「子育て相談(保健センター予約)」「利用できる制度」「その他」が少なくなった。



3) 学童期

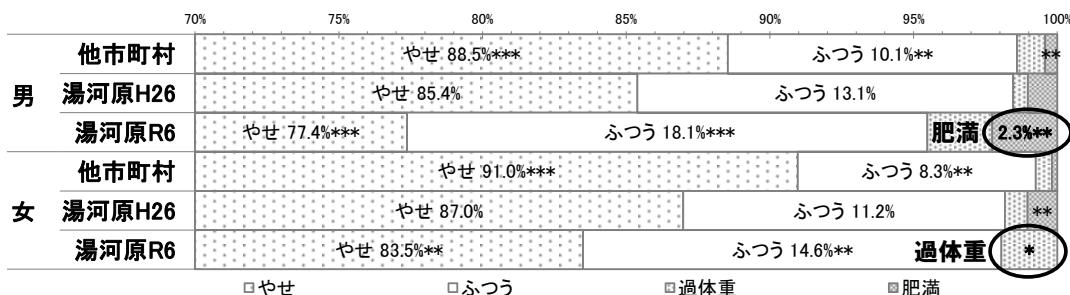
【健康法】健康法が少ない

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。



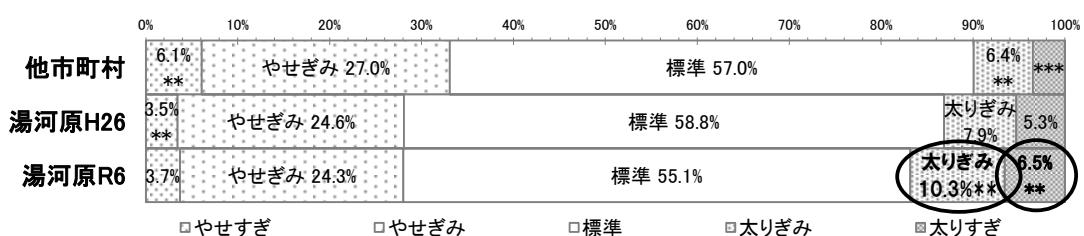
【BMI】男子で「肥満」、女子で「過体重」が多い

B M I（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。



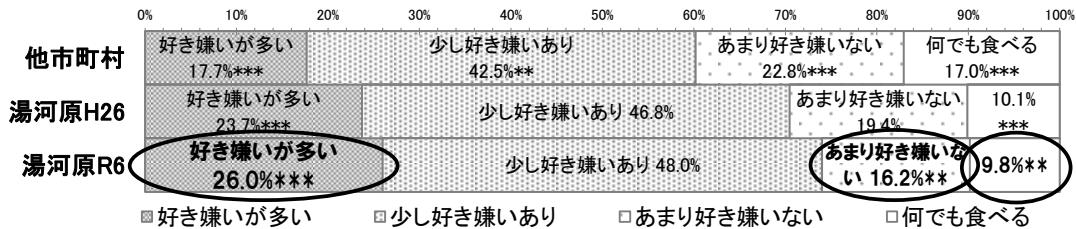
【ローレル指数】太りすぎが多い

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。



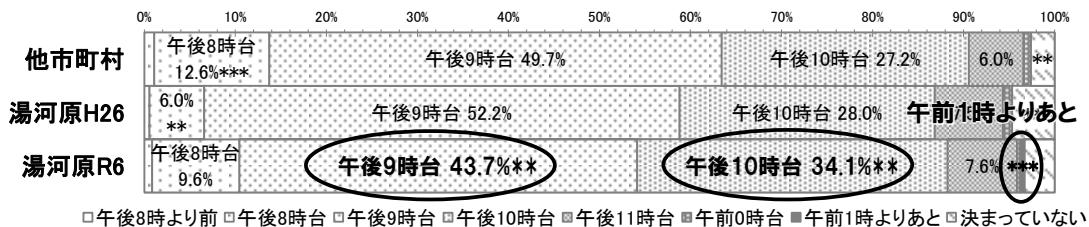
【好き嫌い】 好き嫌いが多い

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。



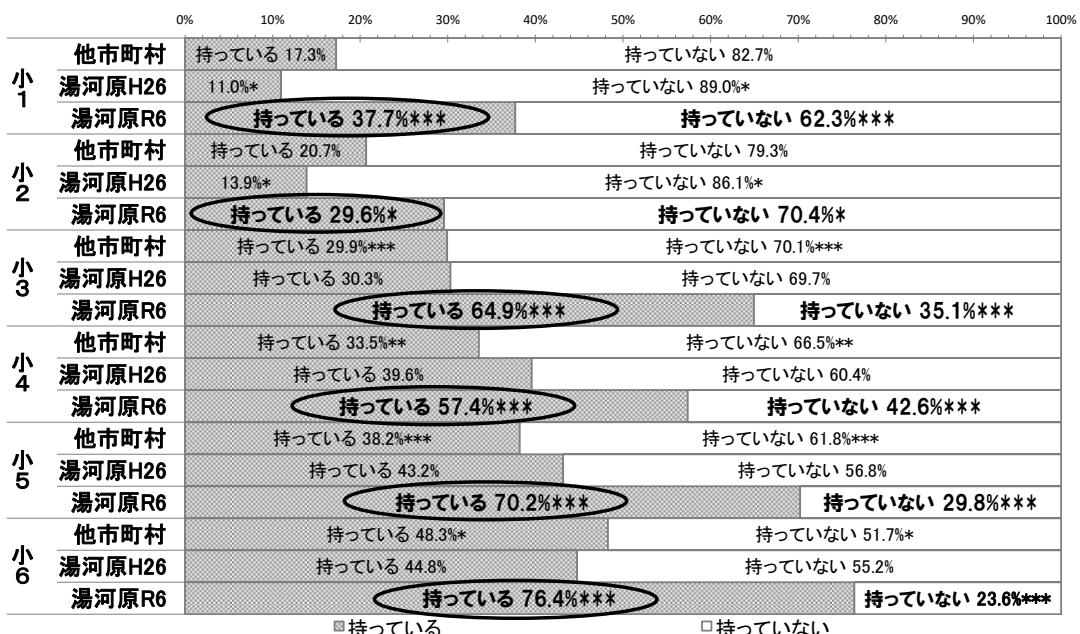
【就寝時間】 就寝時間が遅い

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。



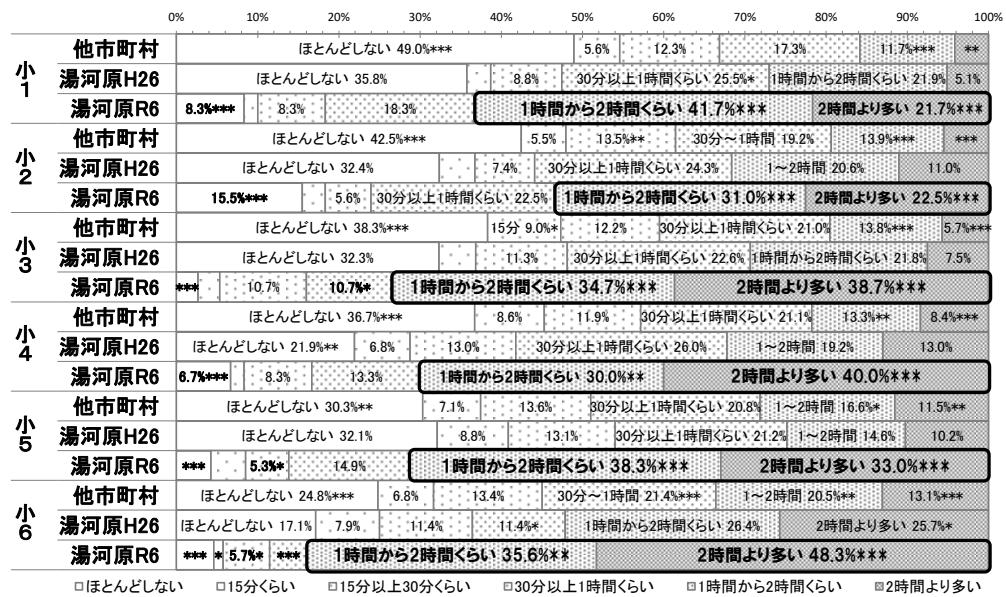
【携帯、スマホ、タブレット】持っている比率が増加

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。



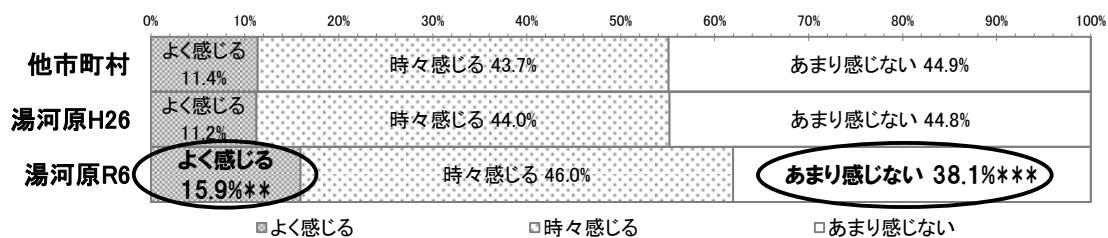
【ゲーム・メール・SNS・動画視聴時間】視聴時間が増加

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。

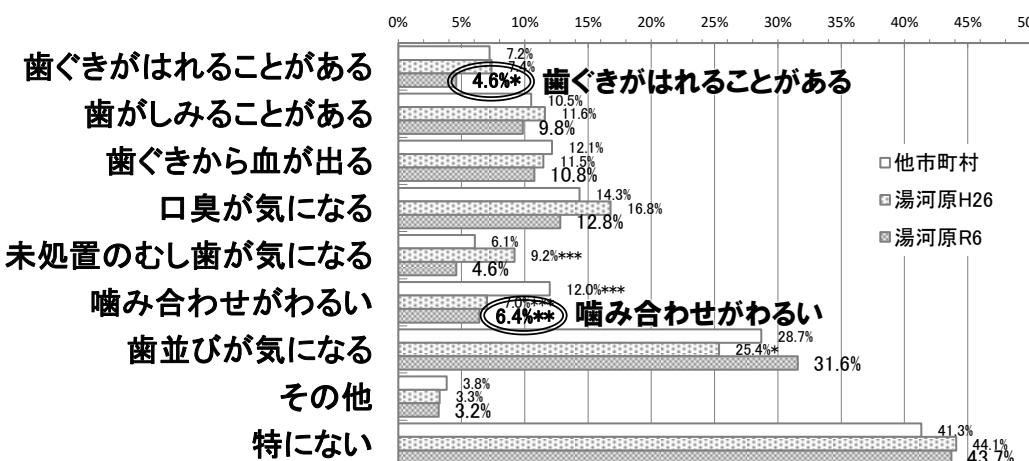
		0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%			
		よくする	ときどきする	たまにする	しない
一人内	他市町村	12.5***	15.9%	たまにする 27.9%	しない 43.8**
内	湯河原H26	よくする 19.8***	15.8%	たまにする 27.1%	しない 37.3**
内	湯河原R6	よくする 16.7**	15.1%	たまにする 27.1%	しない 41.1%
友達内	他市町村	よくする 39.6%	ときどきする 27.5*	たまにする 23.4%	しない 9.5***
内	湯河原H26	よくする 37.1%	ときどきする 23.8%	たまにする 23.5%	しない 15.6***
内	湯河原R6	よくする 37.0%	ときどきする 23.4%	たまにする 24.5%	しない 15.0**
友達外	他市町村	よくする 35.9***	ときどきする 29.1%	たまにする 24.6**	しない 10.3***
外	湯河原H26	よくする 34.7%	ときどきする 26.3%	たまにする 25.7%	しない 13.3%
外	湯河原R6	よくする 24.7***	ときどきする 26.8%	たまにする 32.6***	しない 15.9***
学童	他市町村	11.6***	5.4%	13.0***	しない 70.0%
童	湯河原H26	よくする 16.4%	9.4**	8.4%	しない 65.9%
童	湯河原R6	よくする 23.2***	*****	*****	しない 71.7%
習い事	他市町村	よくする 25.0*	ときどきする 28.4%	14.2%	しない 32.4%
事	湯河原H26	よくする 30.7*	ときどきする 33.7*	14.7%	しない 21.0***
事	湯河原R6	よくする 28.2%	ときどきする 21.4**	14.0%	しない 36.3*
学習塾	他市町村	よくする 13.2%	9.3%	*****	しない 74.6%
塾	湯河原H26	よくする 15.6%	10.6%	*****	しない 70.1%
塾	湯河原R6	12.5%	7.3%	*****	しない 77.3%
運動	他市町村	よくする 19.2%	ときどきする 19.9%	12.0%	しない 48.9%
動	湯河原H26	よくする 20.2%	ときどきする 24.2*	11.3%	しない 44.4%
動	湯河原R6	よくする 20.5%	時々 14.7**	10.4%	しない 54.4*

□よくする □ときどきする □たまにする □しない

※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

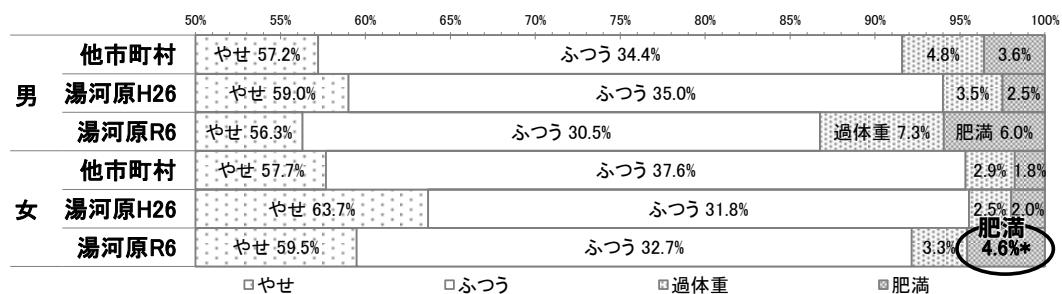
歯や口の悩みについては、前回・他市町村と比べ、「「歯ぐきがはれることがある」、「噛み合わせがわるい」が減少している。



4) 思春期

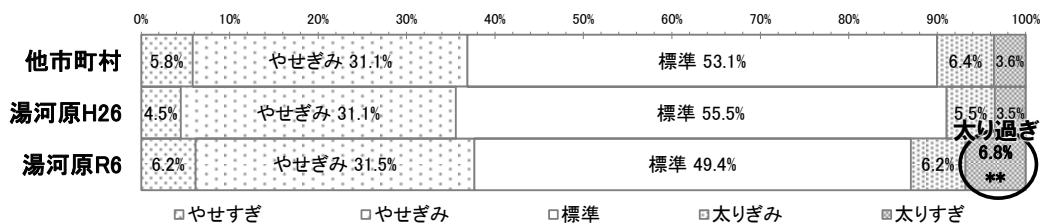
【体型（BMI）】女子で肥満が多くなった

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。



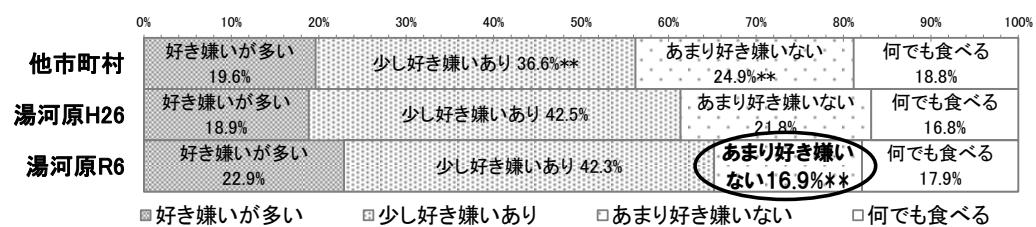
【体型（ローレル指数）】太り過ぎが多くなった

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。



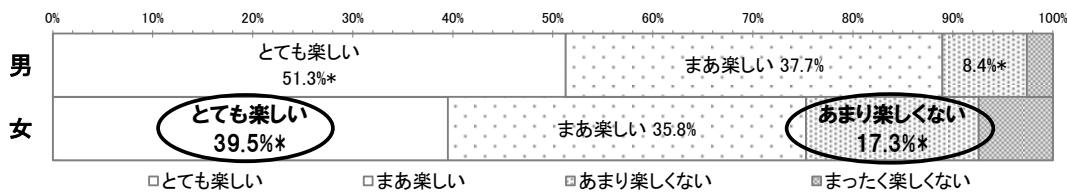
【好き嫌い】「あまり好き嫌いない」が減少

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。



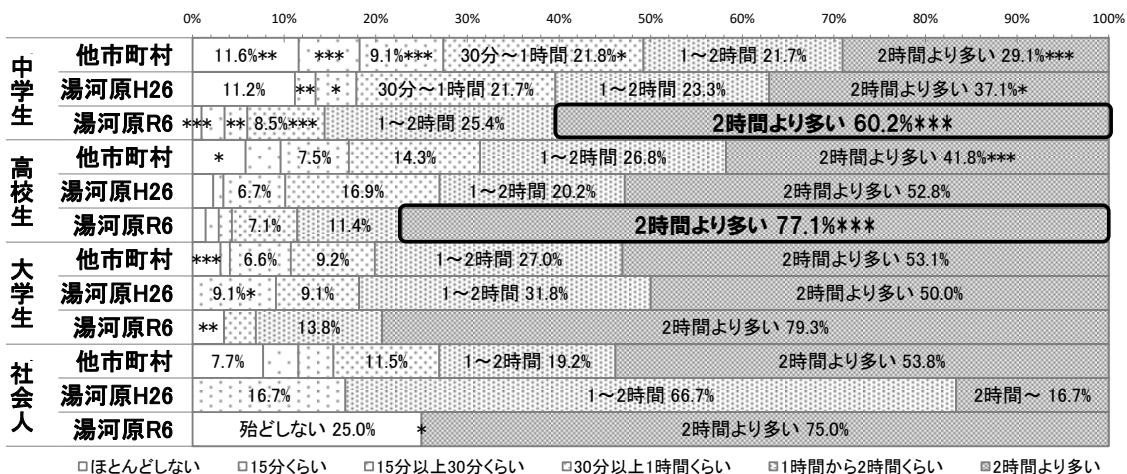
【運動楽しいか】女子で「とても楽しい」が少なく、「あまり楽しくない」が多い

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。



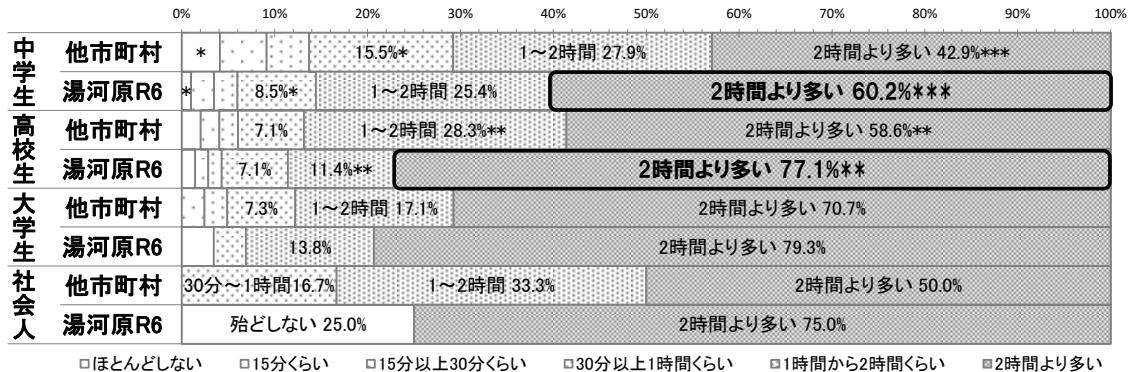
【ゲーム・メール・SNS・動画視聴時間】視聴時間が増加

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

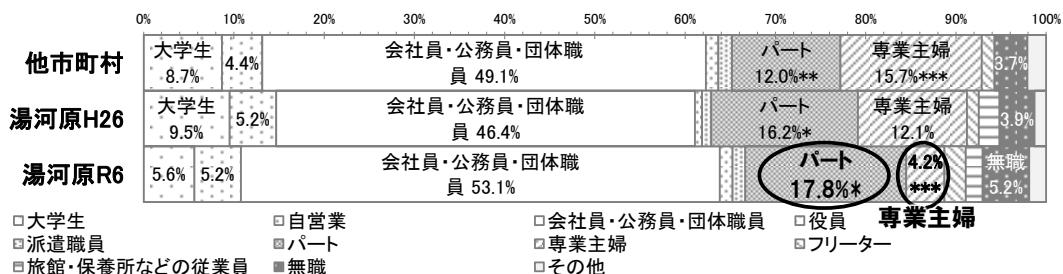
電話・メール・インターネット時間については、近年の普及が著しいため、直近での調査結果と比べてみても、「2時間より多い」が多くなっていた。



5) 青年期

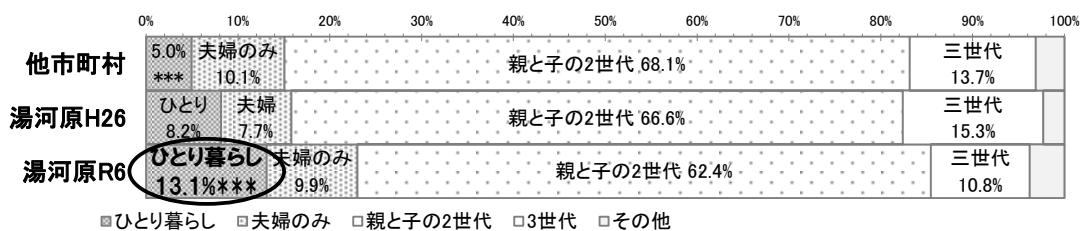
【属性】働く女性が多い

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。



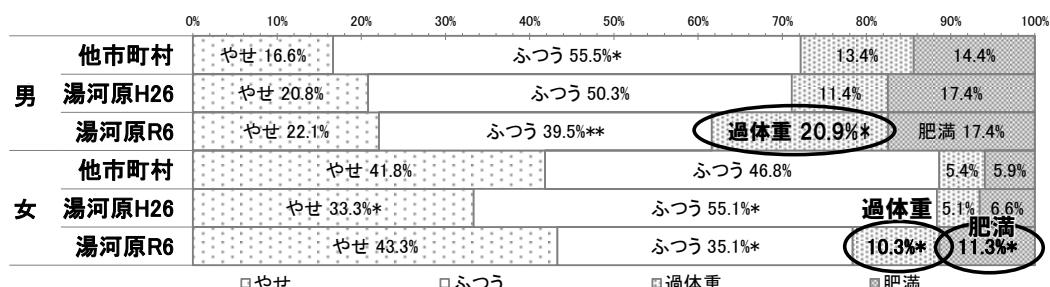
【同居者】ひとり暮らしが多い

同居者については、前回・他市町村と比べ、「ひとり暮らし」が多い。



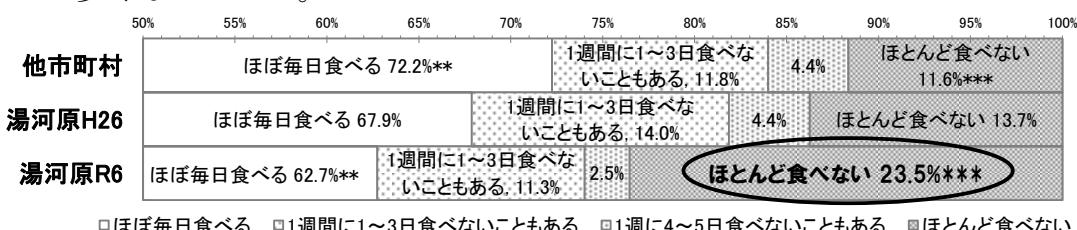
【体型（BMI）】過体重、肥満が増加した

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。



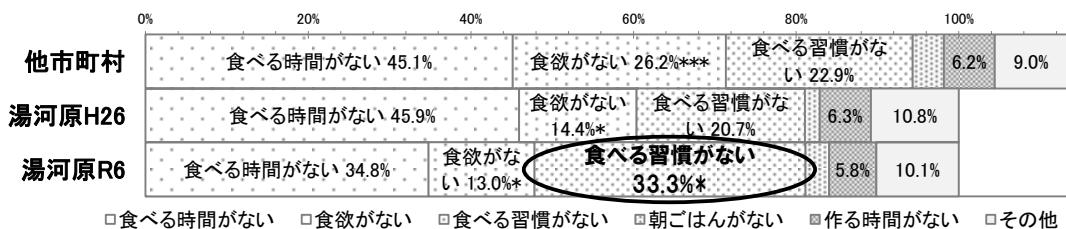
【朝食】「ほとんど食べない」人が増加した

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。



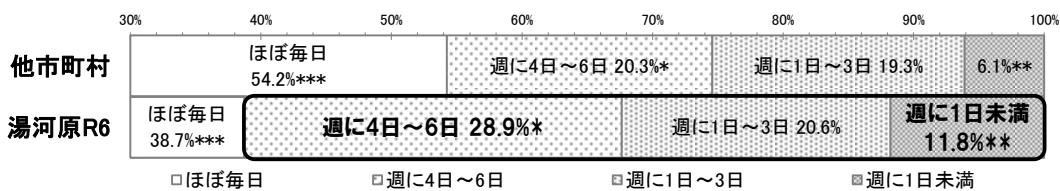
【朝食欠食理由】「食べる習慣がない」人が増加した

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。



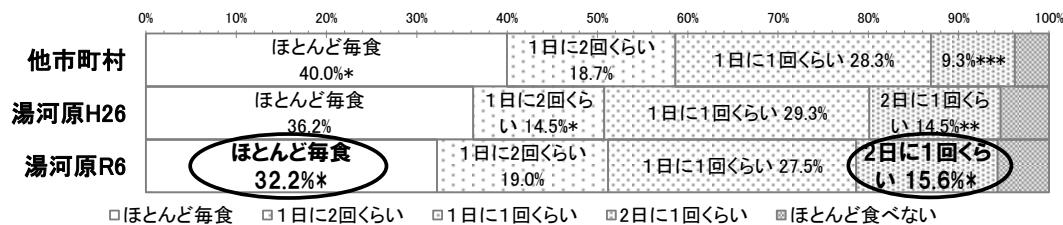
【主食・主菜・副菜 1日2回以上】「ほぼ毎日」が少ない

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。



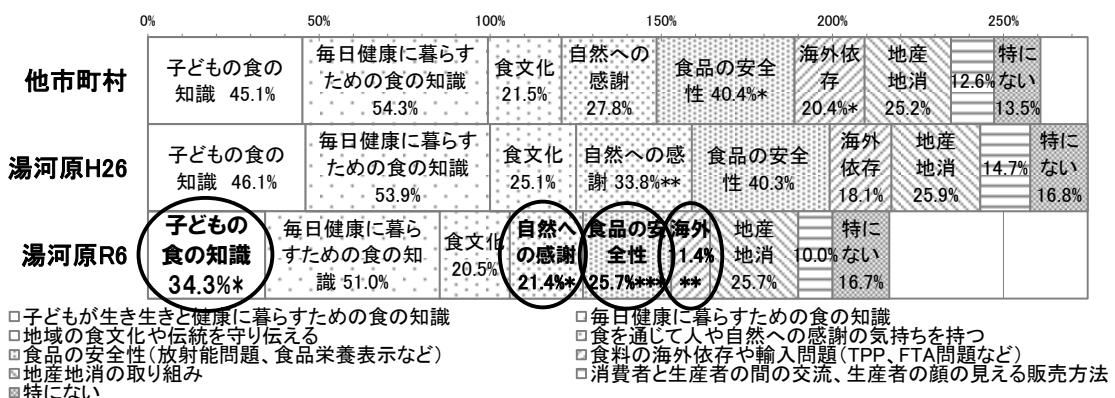
【野菜摂取】「ほとんど毎食」が少ない

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。



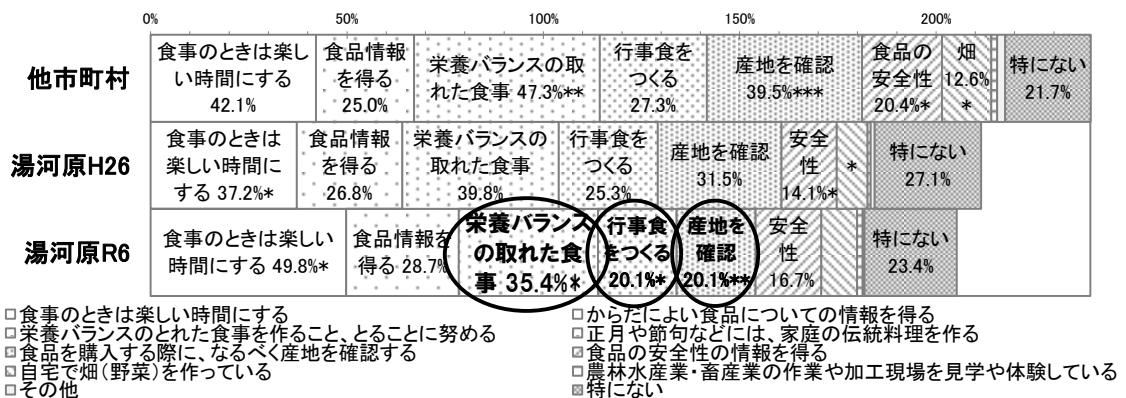
【食育関心】食育への関心が低下した

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

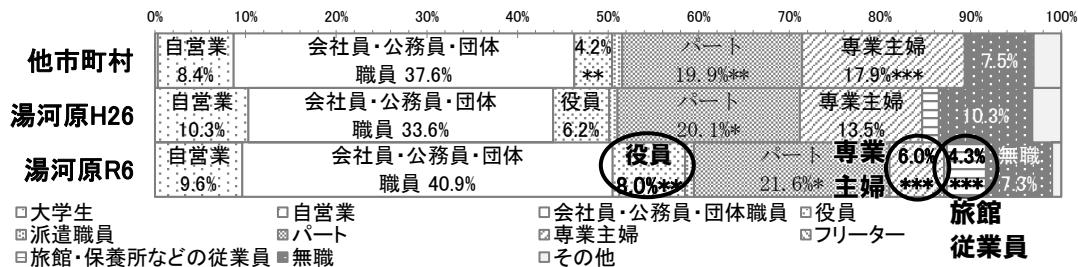
食育への取り組みについては、前回・他市町村と比べ、「栄養バランスのとれた食事を作ること、とることに努める」、「正月や節句などには、家庭の伝統料理を作る」、「食品を購入する際に、なるべく産地を確認する」が少なくなった。



6) 壮年期

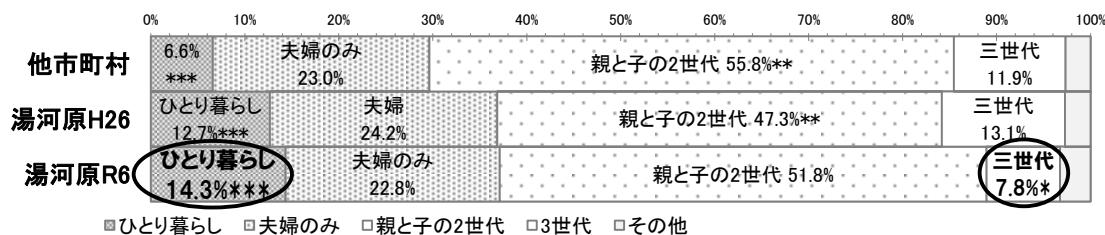
【属性】働く女性が多い

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。



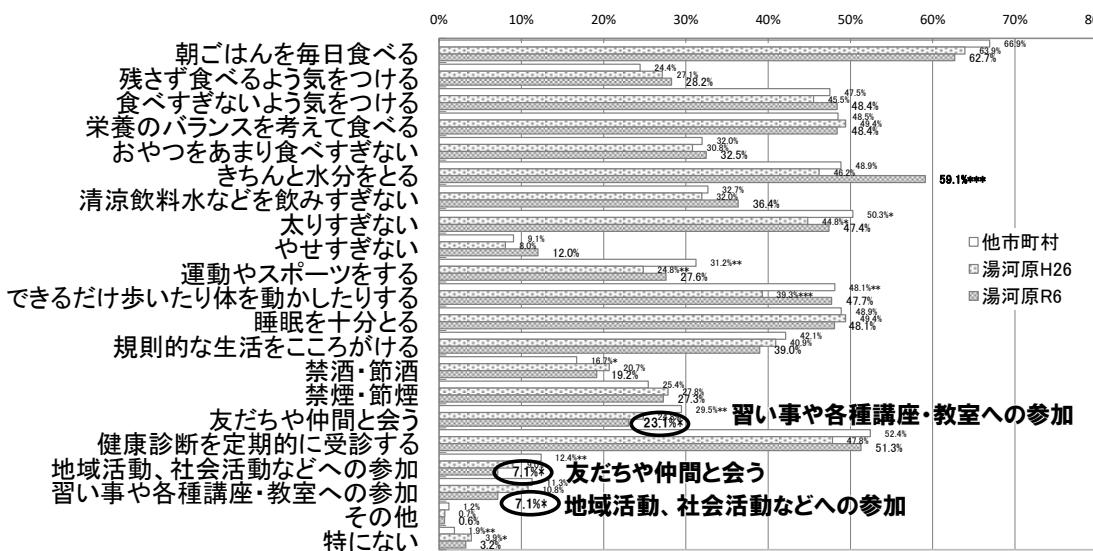
【同居者】ひとり暮らしが多い

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。



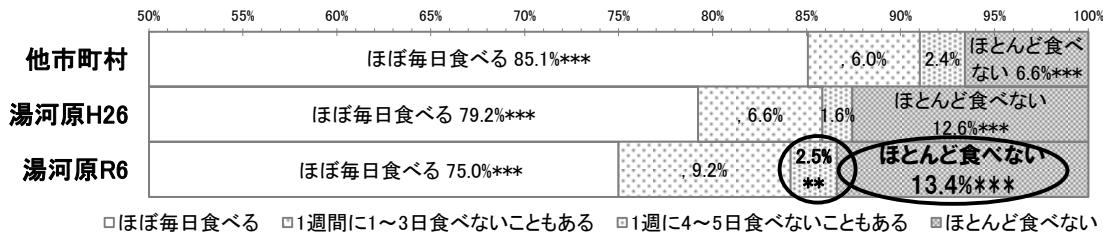
【健康法】健康法が少ない

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。



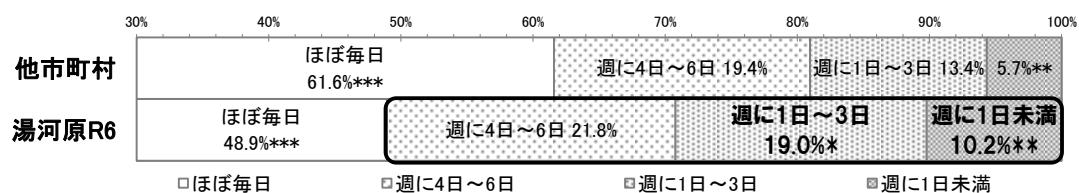
【朝食】「ほとんど食べない」人が多い

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。



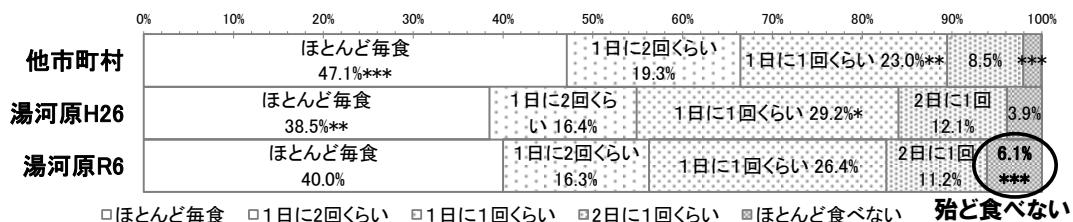
【主食・主菜・副菜 1日2回以上】「ほぼ毎日」が少ない

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。



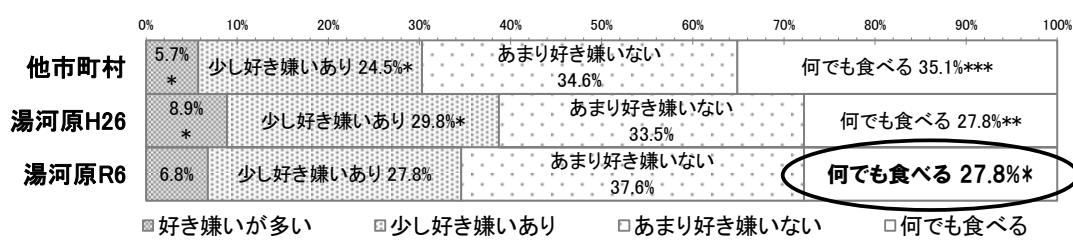
【野菜摂取】「ほとんど食べない」が多い

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。



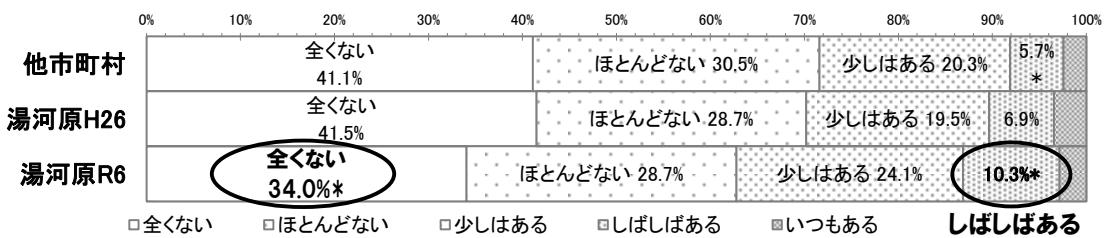
【好き嫌い】「何でも食べる」が少ない

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。



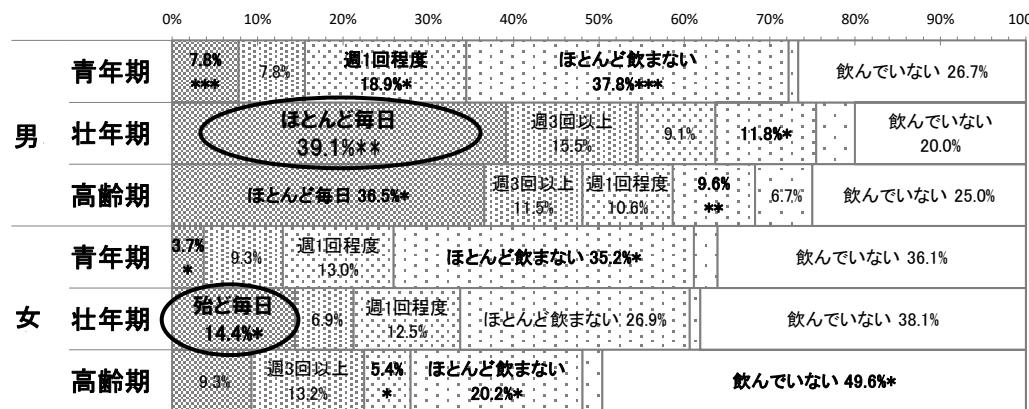
【憂鬱】生きているのが辛くなるときが「しばしばある」が増えた

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

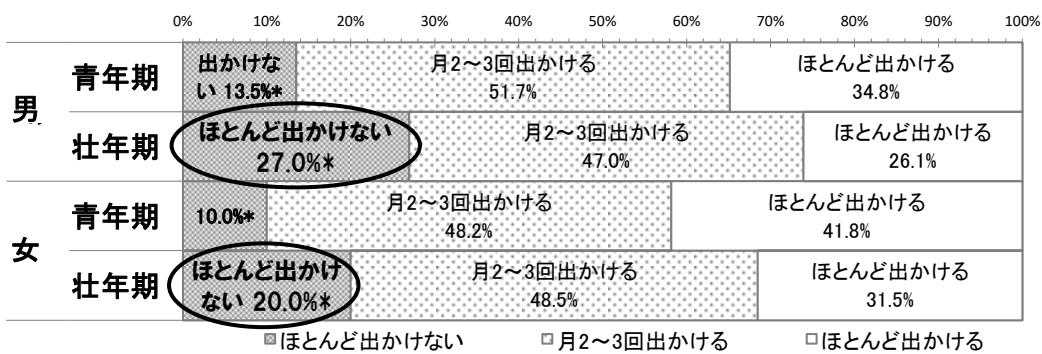
飲酒状況について年代別に比べると、男女とも壮年期で「ほとんど毎日」飲む人が多くなっている。



■ほとんど毎日 ■週3回以上 ■週1回程度 ■ほとんど飲まない ■飲んでいたがやめた ■飲んでいない

【休日の外出】男女とも「ほとんど出かけない」が多い

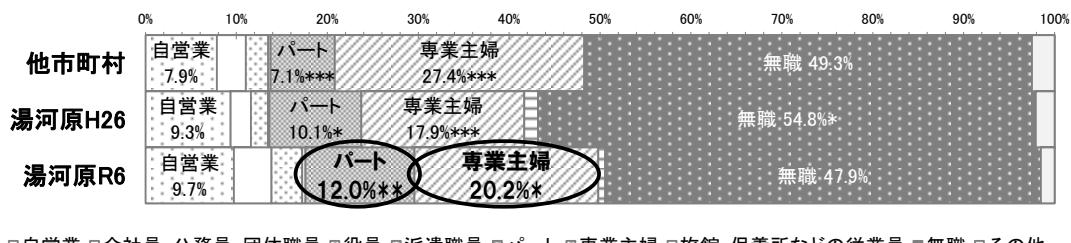
休日に外出するかどうかについては、男女とも壮年期で「ほとんど出かけない」人が多い。



7) 高齢期

【属性】働く女性が多い

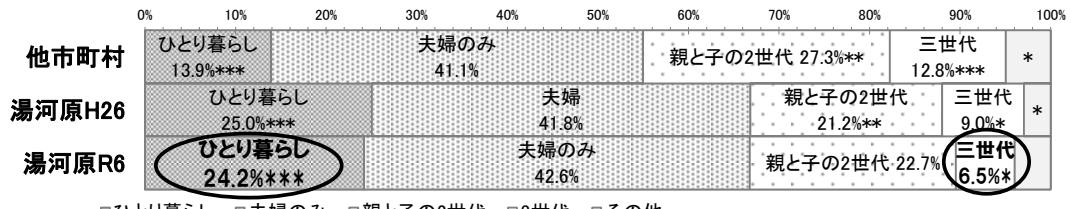
属性については、前回・他市町村と比べ、「パート」が多く、「専業主婦」が少ない。



□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

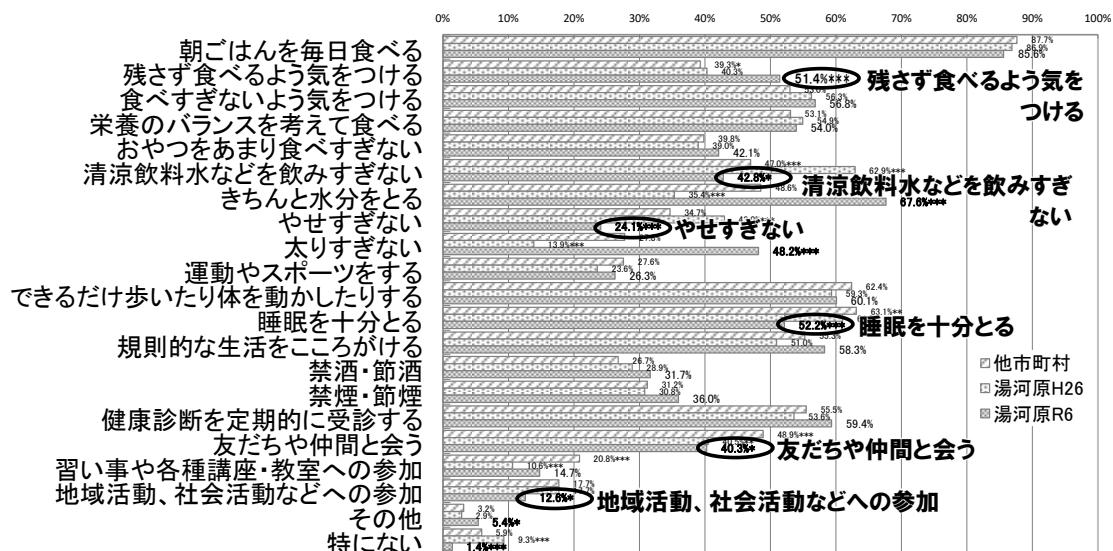
同居者については、前回・他市町村と比べ、「3世代」が少なく、「ひとり暮らし」が多い。



■ひとり暮らし □夫婦のみ □親と子の2世代 □3世代 □その他

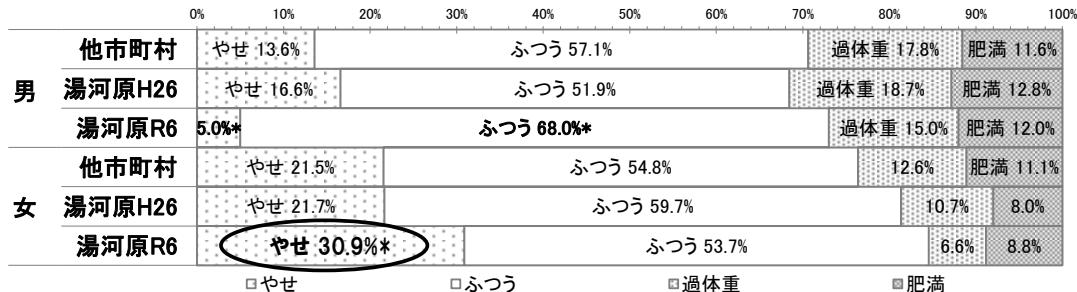
【健康法】健康法が少ない

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。



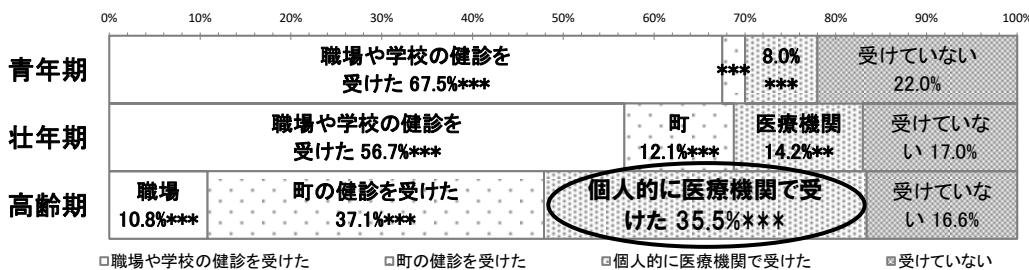
【体型（BMI）】女性で「やせ」が増えた

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。



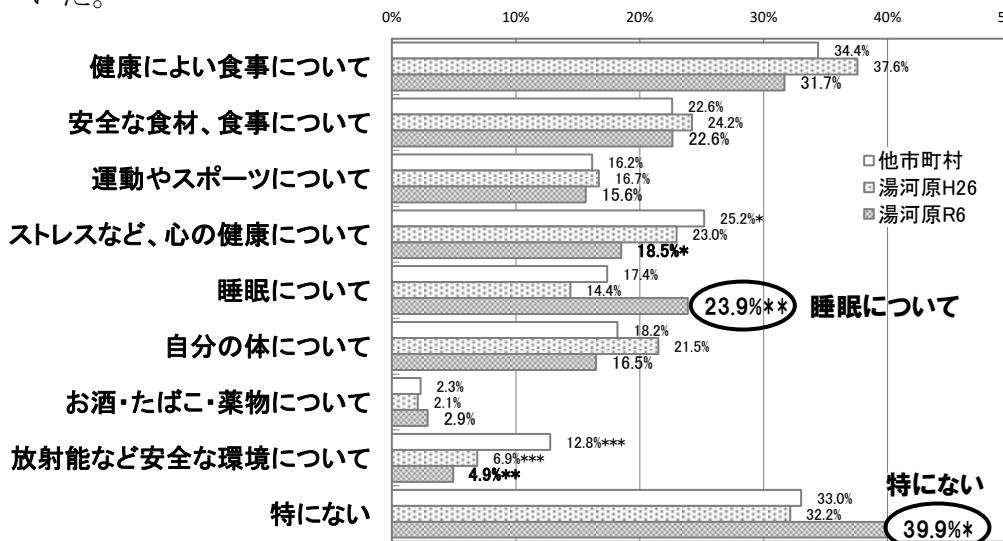
【健診受診状況】「個人的に医療機関で受けた」と回答する人が多い

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。



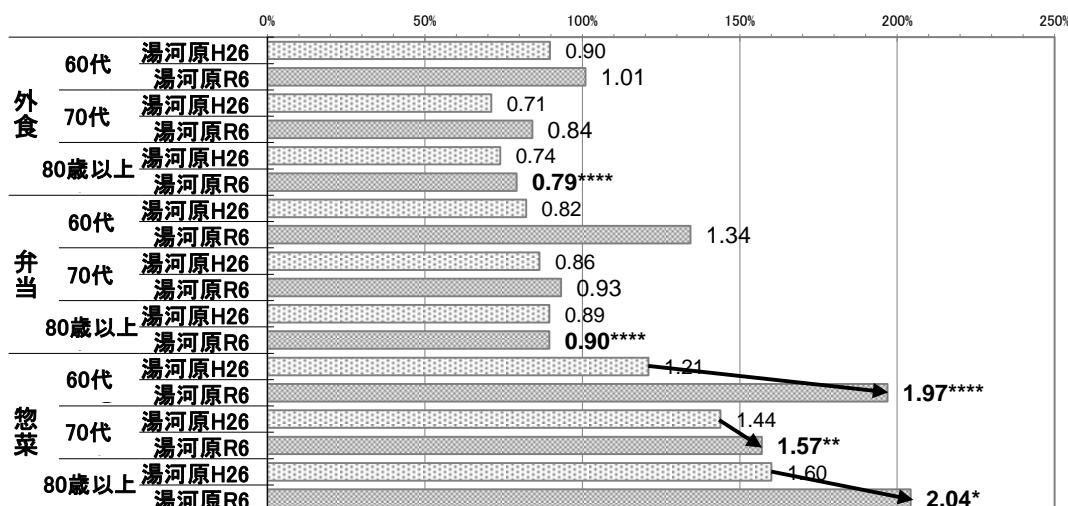
【ほしい健康情報】「特にない」が増えた

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。



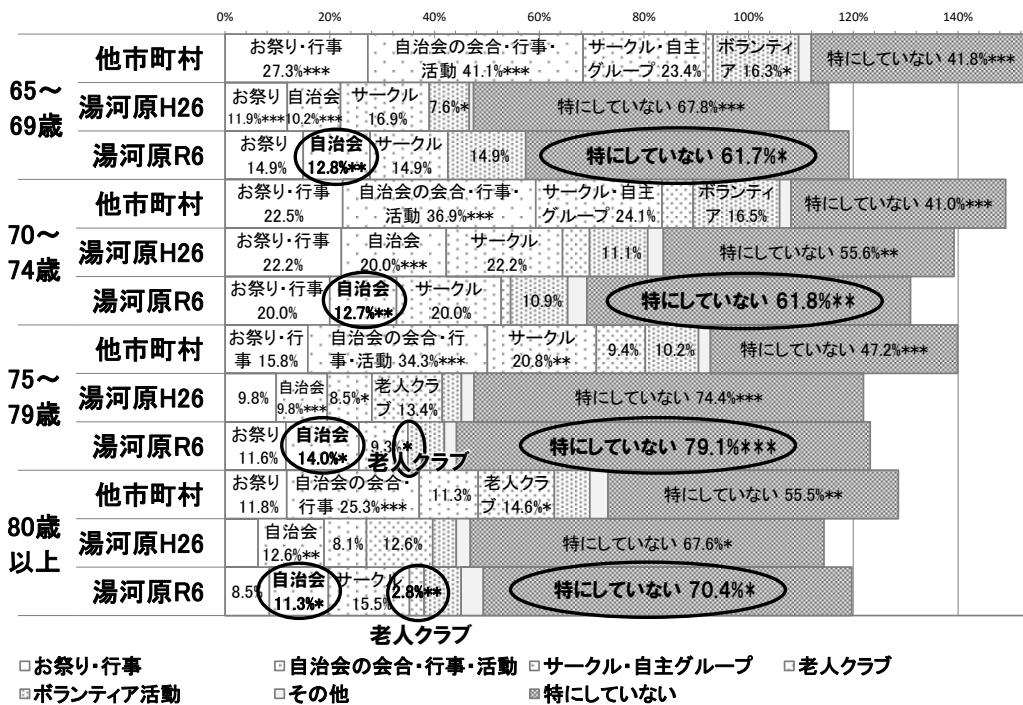
【食生活の課題】「問題を感じていない」ことが問題

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%

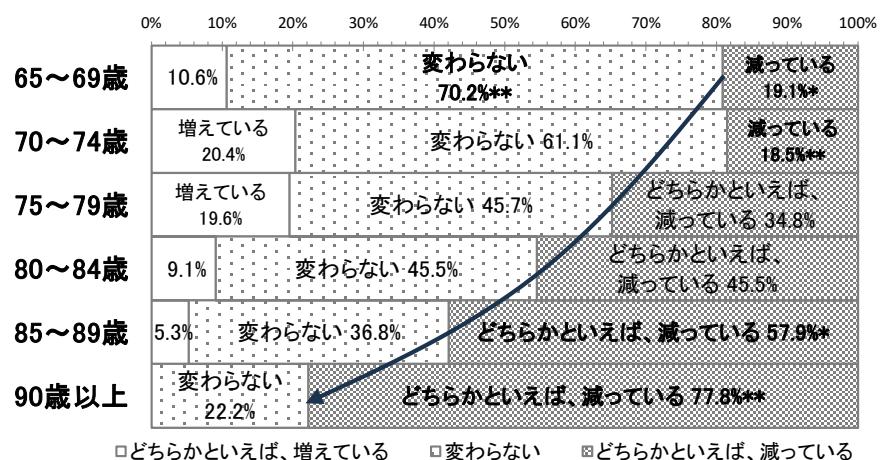
【社会活動参加】社会活動への参加が少ない

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、「特にしている」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。

