

健康づくりに関する市民調査（クロス集計の結果）

問5 食生活に関して意識していること

全体では、最も多いのは「野菜をなるべく食べるようにしている」(78.2%)です。次いで「塩分をなるべくひかえるようにしている」(43.6%)、「大豆製品をなるべく食べるようにしている」(40.1%)の順です。

BMI 別にみると、BMI が高くなるにつれ、「大豆製品をなるべく食べるようにしている」と「よく噛んで食べるようにしている」の割合が低くなっています。また、「魚をなるべく食べるようにしている」の割合は、BMI18 以上、25 未満で 40.0%と最も高く、BMI25 以上で 28.3%と最も低くなっています。

表 食生活に関して意識していること（全体、BMI 別：複数回答）

| | | 合計(人) | Q5. 食生活に関して、ふだん、意識していること (%) | | | | | |
|------|--------------|-------|------------------------------|------------------|---------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | | | 野菜をなるべく食べるようにしている | 魚をなるべく食べるようにしている | 大豆製品をなるべく食べるようにしている | 塩分をなるべくひかえるようにしている | 脂質をなるべくひかえるようにしている | 糖分をなるべくひかえるようにしている |
| 全体 | | 739 | 78.2 | 37.8 | 40.1 | 43.6 | 28.7 | 28.1 |
| BMI別 | 18未満：やせ | 58 | 77.6 | 32.8 | 50.0 | 41.4 | 22.4 | 24.1 |
| | 18以上、25未満：標準 | 547 | 79.0 | 40.0 | 39.9 | 44.4 | 30.7 | 27.6 |
| | 25以上：肥満 | 113 | 77.0 | 28.3 | 36.3 | 39.8 | 24.8 | 32.7 |

| | | 合計(人) | Q5. 食生活に関して、ふだん、意識していること (%) | | | | | |
|------|--------------|-------|------------------------------|-----------------|---------------|-----|------|-----|
| | | | 腹八分目を心がけている | よく噛んで食べるようにしている | 楽しく食べるようにしている | その他 | 特にない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 29.8 | 26.5 | 28.7 | 4.6 | 7.4 | 1.2 |
| BMI別 | 18未満：やせ | 58 | 24.1 | 31.0 | 22.4 | 1.7 | 6.9 | 3.4 |
| | 18以上、25未満：標準 | 547 | 31.3 | 27.4 | 28.9 | 4.8 | 7.9 | 1.3 |
| | 25以上：肥満 | 113 | 27.4 | 18.6 | 28.3 | 6.2 | 6.2 | 0.0 |

問6 食事に関し、ふだんしていること

全体では、最も多いのは「1日3食、食べている」(80.1%)です。次いで「朝食を食べている」(74.6%)、「食事の時間はおおよそ決まっている」(72.8%)の順です。

ふだんの体調別にみると、調子よくなるにつれ、「1日3食、食べている」、「朝食を食べている」、「主食と主菜と副菜を揃える等、栄養バランスを考えている」の割合が高くなっており、「惣菜をよく利用する」の割合は低くなっています。また、調子はよくない人は「朝食を食べている」の割合が全体より20ポイント程度、「1日3食、食べている」の割合は15ポイント程度、「主食と主菜と副菜を揃える等、栄養バランスを考えている」、「食事の時間はおおよそ決まっている」の割合が10ポイント程度低くなっており、食事に関し、ふだんしていることが少ない傾向がみられます。

診断の有無別(糖尿病)にみると、医師から注意するよう言われている人は、「朝食を食べている」の割合が全体より10ポイント程度低く、「甘い飲み物をよく飲む」の割合が全体より10ポイント程度高くなっています。

BMI別にみると、割合はBMIが高くなるにつれ、「食事の時間はおおよそ決まっている」と「主菜と副菜を揃える等、栄養バランスを考えている」の割合が低くなり、「昼食は外食が多い」の割合が高くなる傾向がみられます。

表 食事に関し、ふだんしていること
(全体、ふだんの体調、診断の有無(糖尿病)、BMI別：複数回答)

| | 合計(人) | Q6. 食事に関し、ふだんしていること (%) | | | | | | | |
|-------------------|------------------|-------------------------|------------------|----------|----------------------------|------------------------|-----------------|--------|------|
| | | 1日3食、食べている | 食事の時間はおおよそ決まっている | 朝食を食べている | 主食と主菜と副菜を揃える等、栄養バランスを考えている | 1日350g(1日5皿)以上野菜を食べている | 食事の量を調整し、制限している | 間食をすする | |
| 全体 | 739 | 80.1 | 72.8 | 74.6 | 52.2 | 11.9 | 23.0 | 34.0 | |
| F7. ふだんの体調(統合) | 調子はよい | 567 | 82.2 | 74.1 | 77.2 | 53.6 | 13.2 | 23.8 | 33.7 |
| | どちらともいえない | 84 | 75.0 | 76.2 | 71.4 | 50.0 | 8.3 | 11.9 | 32.1 |
| | 調子はよくない | 64 | 64.1 | 59.4 | 54.7 | 42.2 | 7.8 | 29.7 | 34.4 |
| 新F8-1. 診断の有無(糖尿病) | 診断されたことがある | 37 | 86.5 | 73.0 | 89.2 | 51.4 | 16.2 | 40.5 | 21.6 |
| | 医師から注意するよう言われている | 23 | 82.6 | 78.3 | 65.2 | 47.8 | 13.0 | 30.4 | 30.4 |
| | 医師から特に何も言われていない | 385 | 78.7 | 67.0 | 74.0 | 52.2 | 10.4 | 19.5 | 37.7 |
| BMI別 | 18未満 | 58 | 70.7 | 75.9 | 65.5 | 65.5 | 12.1 | 8.6 | 31.0 |
| | 18以上、25未満 | 547 | 82.3 | 74.0 | 76.4 | 53.9 | 12.8 | 24.3 | 34.9 |
| | 25以上 | 113 | 74.3 | 64.6 | 70.8 | 39.8 | 8.8 | 23.0 | 31.0 |

| | 合計(人) | Q6. 食事に関し、ふだんしていること (%) | | | | | | | |
|-------------------|------------------|-------------------------|-----------|------------|--------------------|------|------|-----|-----|
| | | 昼食は外食が多い | 惣菜をよく利用する | 甘い飲み物をよく飲む | 食品を購入する時、栄養成分表示を見る | その他 | 特になし | 無回答 | |
| 全体 | 739 | 16.1 | 12.4 | 6.5 | 17.3 | 2.3 | 3.0 | 0.9 | |
| F7. ふだんの体調(統合) | 調子はよい | 567 | 16.4 | 10.8 | 5.1 | 18.0 | 2.3 | 2.5 | 1.1 |
| | どちらともいえない | 84 | 16.7 | 16.7 | 11.9 | 19.0 | 2.4 | 3.6 | 1.2 |
| | 調子はよくない | 64 | 10.9 | 23.4 | 10.9 | 14.1 | 3.1 | 7.8 | 0.0 |
| 新F8-1. 診断の有無(糖尿病) | 診断されたことがある | 37 | 24.3 | 8.1 | 8.1 | 24.3 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | 医師から注意するよう言われている | 23 | 21.7 | 13.0 | 17.4 | 21.7 | 4.3 | 4.3 | 0.0 |
| | 医師から特に何も言われていない | 385 | 18.2 | 13.2 | 7.8 | 17.1 | 1.0 | 4.2 | 1.0 |
| BMI別 | 18未満 | 58 | 6.9 | 13.8 | 3.4 | 17.2 | 1.7 | 5.2 | 3.4 |
| | 18以上、25未満 | 547 | 13.7 | 13.0 | 6.9 | 18.1 | 2.2 | 2.7 | 0.9 |
| | 25以上 | 113 | 32.7 | 8.8 | 6.2 | 12.4 | 3.5 | 2.7 | 0.0 |

※《調子はよい》は、「ほぼ毎日調子はよい」と「だいたい調子はよい」の合計
 《調子はよくない》は、「だいたい調子はよくない」と「ほぼ毎日調子はよくない」の合計

※《診断されたことがある》は、「現在治療している」と「治療し、完治した」、「治療を自己中断もしくは未治療」の合計

問 16 ストレスの内容

全体では、最も多いのは「特にない」(41.0%)です。次いで「朝起きたとき疲れを感じる」(31.1%)、「イライラしている」(21.8%)の順です。

1日の平均睡眠時間別にみると、5時間未満の人は、「朝起きたとき疲れを感じる」、「イライラしている」で4割、「ゆううつである」、「よく眠れない」で3割を超え、全体より高くなっています。また、6時間以上睡眠時間を取っている人は「特にない」の割合が5割程度となっており、全体より高い傾向がみられます。

表 ストレスの内容（全体、一日の平均睡眠時間別）

| | | 合計(人) | Q16. 最近1か月間にあったこと(%) | | | | | | | | | |
|--------------------|------------|-------|----------------------|----------------------|------------|--------------|-------------|------------|-----------|------|------|-----|
| | | | 何もする 気になれ ない | 朝起きた とき疲れ を感じる | 落ち着か ない | イライラ している | ゆううつ である | よく眠れ ない | 食欲がな い | その他 | 特にない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 14.1 | 31.1 | 6.8 | 21.8 | 17.5 | 13.8 | 3.7 | 2.4 | 41.0 | 3.0 |
| Q13. 1日の平 均睡眠時間 | 5時間未満 | 66 | 15.2 | 47.0 | 9.1 | 40.9 | 31.8 | 31.8 | 3.0 | 1.5 | 16.7 | 0.0 |
| | 5時間以上6時間未満 | 222 | 14.0 | 35.6 | 10.4 | 25.7 | 19.4 | 16.2 | 4.1 | 3.2 | 34.2 | 2.3 |
| | 6時間以上7時間未満 | 239 | 11.3 | 26.8 | 4.2 | 18.0 | 14.2 | 10.0 | 2.1 | 1.3 | 48.5 | 2.5 |
| | 7時間以上8時間未満 | 156 | 16.7 | 28.2 | 5.1 | 16.0 | 15.4 | 9.0 | 2.6 | 2.6 | 48.1 | 1.9 |
| | 8時間以上9時間未満 | 37 | 16.2 | 24.3 | 2.7 | 13.5 | 13.5 | 10.8 | 10.8 | 2.7 | 51.4 | 5.4 |
| | 9時間以上 | 8 | 25.0 | 25.0 | 12.5 | 37.5 | 12.5 | 12.5 | 12.5 | 12.5 | 50.0 | 0.0 |

問 17 死にたいと思うほど気持ちが落ち込んだこと

全体では、「ある」は9.9%、「ない」は86.3%です。

年代別にみると、「ある」の割合は、10歳代と20歳代で2割を超えており、全体より10ポイント以上高く、死にたいと思うほど気持ちが落ち込んだことがある傾向がみられます。

表 死にたいと思うほど気持ちが落ち込んだこと（全体、年代別）

| | | 合計(人) | Q17. 死にたいと思うほど気持ちが落ち込んだこと(%) | | |
|-----|--------|-------|------------------------------|------|------|
| | | | ある | ない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 9.9 | 86.3 | 3.8 |
| 年代別 | 10歳代 | 14 | 28.6 | 71.4 | 0.0 |
| | 20歳代 | 46 | 26.1 | 69.6 | 4.3 |
| | 30歳代 | 107 | 12.1 | 86.9 | 0.9 |
| | 40歳代 | 112 | 8.0 | 90.2 | 1.8 |
| | 50歳代 | 108 | 8.3 | 91.7 | 0.0 |
| | 60歳代 | 148 | 7.4 | 88.5 | 4.1 |
| | 70歳代 | 131 | 6.9 | 87.0 | 6.1 |
| | 80歳代以上 | 67 | 7.5 | 82.1 | 10.4 |

問 18 ストレスがあったときの対処法

全体では、最も多いのは「テレビを見たり、音楽を聴く」(37.3%)です。次いで「楽観的に考えようとする」(34.9%)、「家族や友人に悩みを聞いてもらう」(33.3%)の順です。

性別にみると、男性は「体を動かす」、「趣味(映画、旅行など)を楽しむ」、「テレビを見たり、音楽を聴く」、「楽観的に考えようとする」の割合が3割を超えています。女性は、「テレビを見たり、音楽を聴く」と「家族や友人に悩みを聞いてもらう」の割合が4割を超えています。

年代別にみると、20歳代では「食べる」、30歳代では「家族や友人に悩みを聞いてもらう」、40歳代では「テレビを見たり、音楽を聴く」と「家族や友人に悩みを聞いてもらう」、50歳代では「趣味(映画、旅行など)を楽しむ」と「楽観的に考えようとする」、60歳代では「テレビを見たり、音楽を聴く」、70歳代と80歳代では「楽観的に考えようとする」、がそれぞれ最も多くなっており、年代によって対処法が異なる傾向がみられます。

表 ストレスがあったときの対処法(全体、性別、年代別：複数回答)

| | | 合計(人) | Q18. ストレスがあったときの対処法 (%) | | | | | | | | |
|-----|--------|-------|-------------------------|-------|-----------------|-----------------|---------------|-----------------|--------------|---------|-------------|
| | | | 積極的に問題の解決にとりくむ | 体を動かす | リラクゼーションやマッサージな | 趣味(映画、旅行など)を楽しむ | テレビを見たり、音楽を聴く | 家族や友人に悩みを聞いてもらう | 解決をあきらめて放棄する | 我慢して耐える | 楽観的に考えようとする |
| 全体 | | 739 | 17.6 | 26.8 | 12.0 | 30.6 | 37.3 | 33.3 | 5.3 | 16.8 | 34.9 |
| 性別 | 男性 | 277 | 19.1 | 31.4 | 5.4 | 31.4 | 32.5 | 12.3 | 3.2 | 16.2 | 35.0 |
| | 女性 | 437 | 16.7 | 24.0 | 16.5 | 30.9 | 40.5 | 47.1 | 6.2 | 16.5 | 34.6 |
| 年代別 | 10歳代 | 14 | 7.1 | 35.7 | 7.1 | 35.7 | 64.3 | 21.4 | 21.4 | 57.1 | 14.3 |
| | 20歳代 | 46 | 21.7 | 21.7 | 13.0 | 45.7 | 41.3 | 43.5 | 6.5 | 23.9 | 19.6 |
| | 30歳代 | 107 | 12.1 | 18.7 | 17.8 | 29.0 | 37.4 | 51.4 | 3.7 | 19.6 | 33.6 |
| | 40歳代 | 112 | 21.4 | 33.0 | 17.0 | 38.4 | 42.9 | 42.9 | 8.0 | 17.0 | 33.9 |
| | 50歳代 | 108 | 15.7 | 31.5 | 18.5 | 38.9 | 29.6 | 33.3 | 5.6 | 18.5 | 38.9 |
| | 60歳代 | 148 | 25.0 | 29.7 | 8.1 | 30.4 | 43.9 | 28.4 | 6.1 | 11.5 | 43.2 |
| | 70歳代 | 131 | 16.0 | 26.7 | 4.6 | 22.9 | 32.1 | 21.4 | 1.5 | 16.0 | 34.4 |
| | 80歳代以上 | 67 | 10.4 | 19.4 | 7.5 | 10.4 | 25.4 | 17.9 | 4.5 | 7.5 | 32.8 |

| | | 合計(人) | Q18. ストレスがあったときの対処法 (%) | | | | | | | 特にない | 無回答 |
|-----|--------|-------|-------------------------|------|--------|------|------|-----|------|------|-----|
| | | | お金を使うことで解消する | 酒を飲む | たばこを吸う | 食べる | 眠る | その他 | | | |
| 全体 | | 739 | 8.4 | 17.1 | 3.9 | 23.5 | 23.8 | 4.3 | 6.8 | 3.1 | |
| 性別 | 男性 | 277 | 5.1 | 24.5 | 7.2 | 16.6 | 21.7 | 3.2 | 10.8 | 4.0 | |
| | 女性 | 437 | 10.8 | 13.0 | 2.1 | 29.1 | 25.9 | 4.8 | 3.9 | 2.3 | |
| 年代別 | 10歳代 | 14 | 14.3 | 7.1 | 0.0 | 28.6 | 42.9 | 7.1 | 14.3 | 0.0 | |
| | 20歳代 | 46 | 28.3 | 23.9 | 8.7 | 56.5 | 43.5 | 2.2 | 6.5 | 0.0 | |
| | 30歳代 | 107 | 20.6 | 19.6 | 5.6 | 39.3 | 35.5 | 7.5 | 3.7 | 0.9 | |
| | 40歳代 | 112 | 12.5 | 26.8 | 6.3 | 41.1 | 37.5 | 6.3 | 1.8 | 0.0 | |
| | 50歳代 | 108 | 0.9 | 24.1 | 3.7 | 22.2 | 26.9 | 2.8 | 3.7 | 0.0 | |
| | 60歳代 | 148 | 4.7 | 18.2 | 4.7 | 12.2 | 14.2 | 3.4 | 4.7 | 5.4 | |
| | 70歳代 | 131 | 0.8 | 5.3 | 0.0 | 7.6 | 9.9 | 4.6 | 13.7 | 3.1 | |
| | 80歳代以上 | 67 | 3.0 | 4.5 | 0.0 | 4.5 | 7.5 | 1.5 | 14.9 | 13.4 | |

問 19 悩みやストレスの相談先

全体では、最も多いのは「家族」(49.4%)です。次いで「友人・知人・職場の同僚など」(42.2%)、「特に相談していない」(30.9%)の順です。

性別にみると、男性は「特に相談していない」が4割を超え、最も多くなっています。相談している人の相談先は「家族」(40.1%)と「友人・知人・職場の同僚など」(27.1%)の割合が高くなっていますが、全体に比べて低い割合となっています。女性では相談している人の相談先は「家族」(57.0%)が最も多く、「友人・知人・職場の同僚など」(53.1%)が5割以上と高い割合となっています。

年代別にみると、相談している人の相談先は、全ての年代で「家族」と「友人・知人・職場の同僚など」が上位の項目となっています。しかし、70歳代では「家族」と「友人・知人・職場の同僚など」の割合が、全体より10ポイント以上低くなっており、80歳代では「家族」の割合は15ポイント以上、「友人・知人・同僚など」の割合は20ポイント以上低くなっています。また、60歳代、70歳代、80歳代では「特に相談していない」の割合が3～4割と高い割合となっており、相談していない傾向がみられます。

**表 悩みやストレスの相談先
(全体、性別、年代別：複数回答)**

| | | Q19. 悩みやストレスなどについて誰かに相談していますか (%) | | | | | | | | | | |
|-----|--------|-----------------------------------|------|---------------|------|-----------|-----------|---------|------------------|-----|-----------|------|
| | | 合計(人) | 家族 | 友人・知人・職場の同僚など | 医療機関 | 職場や学校の相談室 | 公的機関の相談窓口 | 民間の相談機関 | インターネットでの情報交換や相談 | その他 | 特に相談していない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 49.4 | 42.2 | 4.3 | 0.7 | 0.9 | 0.5 | 1.4 | 1.8 | 30.9 | 2.3 |
| 性別 | 男性 | 277 | 40.1 | 27.1 | 4.0 | 0.4 | 0.7 | 0.0 | 1.1 | 1.4 | 44.4 | 1.8 |
| | 女性 | 437 | 57.0 | 53.1 | 4.6 | 0.9 | 1.1 | 0.9 | 1.6 | 1.8 | 21.5 | 1.6 |
| 年代別 | 10歳代 | 14 | 42.9 | 35.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 7.1 | 42.9 | 0.0 |
| | 20歳代 | 46 | 63.0 | 69.6 | 8.7 | 2.2 | 2.2 | 0.0 | 4.3 | 0.0 | 17.4 | 0.0 |
| | 30歳代 | 107 | 69.2 | 55.1 | 2.8 | 0.9 | 0.0 | 0.9 | 2.8 | 1.9 | 18.7 | 0.0 |
| | 40歳代 | 112 | 55.4 | 55.4 | 1.8 | 1.8 | 2.7 | 1.8 | 1.8 | 0.0 | 24.1 | 0.0 |
| | 50歳代 | 108 | 44.4 | 47.2 | 5.6 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.9 | 28.7 | 0.0 |
| | 60歳代 | 148 | 50.0 | 33.8 | 3.4 | 0.7 | 0.0 | 0.0 | 1.4 | 2.7 | 35.1 | 1.4 |
| | 70歳代 | 131 | 35.9 | 32.1 | 4.6 | 0.0 | 0.8 | 0.8 | 0.8 | 3.1 | 43.5 | 3.1 |
| | 80歳代以上 | 67 | 32.8 | 16.4 | 7.5 | 0.0 | 3.0 | 0.0 | 0.0 | 1.5 | 38.8 | 13.4 |

問 23 喫煙状況

全体では、最も多いのは「吸っていない」(75.9%)です。次いで「以前吸っていたがやめた」(12.8%)、「吸っている」(8.1%)の順です。

F 8による疾病別の診断の有無と合わせてみると、糖尿病と診断されたことがある人は他の疾病と比べて「吸っている」の割合が、16.2%と最も高くなっています。

表 喫煙状況（全体、診断の有無（疾病別））

| | | 合計（人） | 新Q23. 喫煙状況（%） | | | |
|------------------------------------------|------------------|-------|---------------|-------------|--------|-----|
| | | | 吸っている | 以前吸っていたがやめた | 吸っていない | 無回答 |
| 全体 | | 719 | 8.5 | 12.8 | 75.9 | 2.8 |
| 新F8-1. 診断の有無 （糖尿病） | 診断されたことがある | 37 | 16.2 | 16.2 | 67.6 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 22 | 4.5 | 45.5 | 45.5 | 4.5 |
| | 何も言われていない | 373 | 7.5 | 12.3 | 79.1 | 1.1 |
| 新F8-2. 診断の有無 （高血圧症） | 診断されたことがある | 133 | 7.5 | 19.5 | 69.2 | 3.8 |
| | 診断されていないが注意されている | 32 | 12.5 | 21.9 | 65.6 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 335 | 7.2 | 11.0 | 80.6 | 1.2 |
| 新F8-3. 診断の有無 （脂質異常症） | 診断されたことがある | 88 | 3.4 | 12.5 | 83.0 | 1.1 |
| | 診断されていないが注意されている | 53 | 9.4 | 18.9 | 71.7 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 320 | 8.4 | 13.1 | 76.9 | 1.6 |
| 新F8-4. 診断の有無 （脳卒中） | 診断されたことがある | 7 | 0.0 | 57.1 | 42.9 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 4 | 25.0 | 25.0 | 50.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 408 | 8.1 | 13.0 | 77.9 | 1.0 |
| 新F8-5. 診断の有無 （心疾患） | 診断されたことがある | 23 | 4.3 | 17.4 | 73.9 | 4.3 |
| | 診断されていないが注意されている | 16 | 6.3 | 43.8 | 50.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 391 | 8.4 | 12.0 | 78.5 | 1.0 |
| 新F8-6. 診断の有無 （痛風） | 診断されたことがある | 18 | 11.1 | 16.7 | 72.2 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 14 | 21.4 | 28.6 | 50.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 390 | 7.2 | 12.6 | 79.2 | 1.0 |
| 新F8-7. 診断の有無 （歯周病） | 診断されたことがある | 95 | 12.6 | 20.0 | 67.4 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 350 | 6.9 | 12.9 | 79.1 | 1.1 |
| 新F8-8. 診断の有無 （がん） | 診断されたことがある | 42 | 7.1 | 14.3 | 78.6 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 400 | 8.0 | 13.3 | 77.8 | 1.0 |
| 新F8-9. 診断の有無 （骨粗しょう症） | 診断されたことがある | 32 | 3.1 | 6.3 | 81.3 | 9.4 |
| | 診断されていないが注意されている | 15 | 6.7 | 33.3 | 60.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 399 | 8.0 | 13.5 | 77.4 | 1.0 |
| 新F8-10. 診断の有無 （COPD（慢性閉塞性 肺疾患）） | 診断されたことがある | 5 | 0.0 | 60.0 | 40.0 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 1 | 0.0 | 0.0 | 100.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 416 | 8.2 | 13.7 | 77.2 | 1.0 |
| 新F8-11. 診断の有無 （肝炎） | 診断されたことがある | 14 | 14.3 | 28.6 | 57.1 | 0.0 |
| | 診断されていないが注意されている | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 410 | 8.0 | 13.2 | 77.8 | 1.0 |
| 新F8-12. 診断の有無 （うつ病など心の病） | 診断されたことがある | 29 | 6.9 | 6.9 | 79.3 | 6.9 |
| | 診断されていないが注意されている | 4 | 0.0 | 25.0 | 75.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 397 | 8.6 | 13.9 | 76.6 | 1.0 |
| 新F8-13. 診断の有無 （その他） | 診断されたことがある | 88 | 9.1 | 14.8 | 70.5 | 5.7 |
| | 診断されていないが注意されている | 6 | 16.7 | 33.3 | 50.0 | 0.0 |
| | 何も言われていない | 0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 |

問 33 かかりつけ医の有無

全体では、最も多いのは「かかりつけ医を決めている」(60.1%)です。次いで「かかりつけ歯科医を決めている」(55.5%)、「特に決めていない」(24.6%)の順です。

各種検診の受診状況(健康診断)別にみると、健康診断を受診していない人は「かかりつけ医」がいる割合が全体より12.5ポイント低くなっています。

歯周病予防の有無別にみると、歯周病予防をしている人は、「かかりつけ歯科医」を決めている割合が7割程度と高くなっています。また、歯周病予防をしていない人は「特に決めていない」の割合が4割を超え、高い割合となっています。

主治医(かかりつけ医・かかりつけ歯科医)を決めている方が、健診の受診や歯周病予防の意識が高い傾向がみられます。

表 かかりつけ医の有無
(全体、各種健診の受診状況(健康診断)、歯周病予防：複数回答)

| | | 合計(人) | Q33.「かかりつけ(主治医など)」を決めているもの(%) | | | | |
|---------------------|---------|-------|-------------------------------|----------|---------|----------|-----|
| | | | かかりつけ医 | かかりつけ歯科医 | かかりつけ薬局 | 特に決めていない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 60.1 | 55.5 | 22.2 | 24.6 | 1.1 |
| 新Q1.各種健診の受診状況(健康診断) | 受診した | 559 | 61.9 | 57.2 | 23.1 | 24.0 | 0.7 |
| | 受診していない | 124 | 47.6 | 47.6 | 20.2 | 32.3 | 1.6 |
| Q29.歯周病予防をしていますか | はい | 446 | 67.5 | 69.7 | 26.9 | 15.0 | 0.9 |
| | いいえ | 253 | 45.8 | 30.8 | 13.8 | 43.5 | 0.8 |

問 35 近所づきあいの程度

全体では、最も多いのは「たまに挨拶や立ち話等をする程度です」(45.2%)です。次いで「ほとんど付き合いはない」(27.3%)、「特定の人とは親しくしている」(18.8%)の順です。

年代別にみると、「多くの人と親しく付き合っている」の割合は、80歳代以上で2割を超え、高い割合となっています。また、「特定の人とは親しくしている」の割合は、「50歳代」で2割、「70歳代」で3割を超え、高い割合となっていることから、「ほとんど付き合いはない」と回答している割合が高い10歳代から30歳代の若年層と比べて、年齢を重ねるごとに近所づきあいをする傾向にあり、世代間により差があります。

ストレスの状況別にみると、大きな変化は見られませんが、「大いにある」と回答した人は、「ほとんど付き合いはない」の割合が3割を超え、全体と比べ高い割合となっています。

表 近所づきあいの程度（全体、年代別、ストレスの状況別）

| | | 合計(人) | Q35. 隣近所の人とのお付き合いの程度 (%) | | | | |
|----------|--------|-------|--------------------------|---------------|--------------------|-------------|-----|
| | | | 多くの人と親しく付き合っている | 特定の人とは親しくしている | たまに挨拶や立ち話等をする程度である | ほとんど付き合いはない | 無回答 |
| 全体 | | 739 | 8.4 | 18.8 | 45.2 | 27.3 | 0.3 |
| 年代別 | 10歳代 | 14 | 0.0 | 7.1 | 42.9 | 50.0 | 0.0 |
| | 20歳代 | 46 | 2.2 | 6.5 | 34.8 | 56.5 | 0.0 |
| | 30歳代 | 107 | 1.9 | 15.0 | 36.4 | 46.7 | 0.0 |
| | 40歳代 | 112 | 8.0 | 14.3 | 48.2 | 29.5 | 0.0 |
| | 50歳代 | 108 | 7.4 | 24.1 | 42.6 | 25.9 | 0.0 |
| | 60歳代 | 148 | 8.8 | 15.5 | 54.1 | 20.3 | 1.4 |
| | 70歳代 | 131 | 9.2 | 32.1 | 45.0 | 13.7 | 0.0 |
| | 80歳代以上 | 67 | 22.4 | 17.9 | 47.8 | 11.9 | 0.0 |
| ストレスの状況別 | 大いにある | 107 | 6.5 | 20.6 | 37.4 | 34.6 | 0.9 |
| | 多少ある | 312 | 6.7 | 20.2 | 46.8 | 26.3 | 0.0 |
| | あまりない | 235 | 10.6 | 17.0 | 46.4 | 25.5 | 0.4 |
| | まったくない | 68 | 8.8 | 16.2 | 45.6 | 29.4 | 0.0 |