

健康あだち21 (第二次)行動計画 ～評価報告書 資料編Ⅱ～



住んでいるだけで
自ずと健康になれるまち

衛生部 ころとからだの健康づくり課

令和5年12月

目次

第1章 調査概要

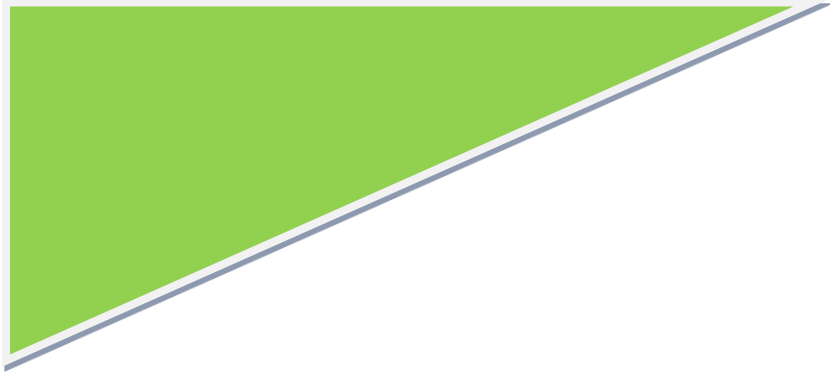
- 1 調査目的 P 1
- 2 調査設計
- 3 調査項目
- 4 回収結果

第2章 調査回答者の属性

- 1 性別 P 3
- 2 年齢
- 3 身長・体重・BMI
- 4 同居家族
- 5 職業
- 6 最後に通った（または在学中の）学校
- 7 最後に通った（または在学中の）学校の状況
- 8 加入している健康保険

第3章 調査結果

- 1 地域とのかかわりについて P 9
- 2 日常生活について
- 3 身体の状態について
- 4 こころの健康について



第1章

調査概要



第1章 調査概要

1 調査目的

本調査は、健康あだち21（第二次）行動計画（平成25年度～令和4年度）の取り組みの成果を評価しつつ課題等を明らかにするとともに、区民アンケート調査等による区民の意識の変化などの調査の集計分析や、他自治体の動向などの実態把握に基づき、令和6年度からの「健康あだち21（第三次）行動計画」骨子の策定業務を行うために実施した。

2 調査設計

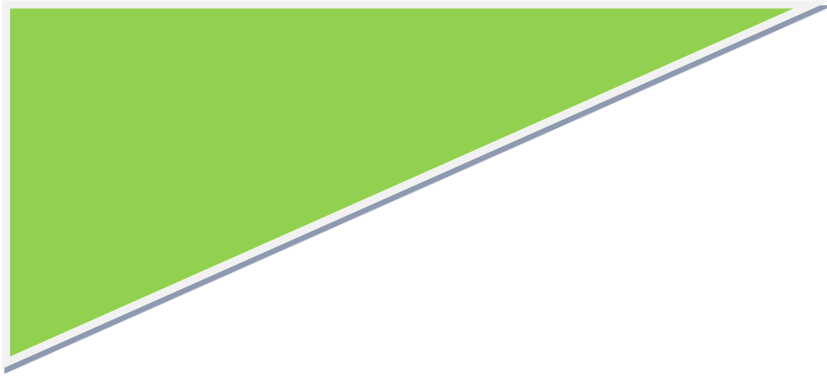
- (1) 調査地域 足立区全域
- (2) 調査対象 足立区に居住する20歳以上の男女個人
- (3) 標本数 4,000人
- (4) 抽出方法 無作為抽出
- (5) 調査方法 郵送配布、郵送回収
- (6) 調査期間 令和4年12月2日～12月27日

3 調査項目

- (1) 地域とのかかわりについて
- (2) 日常生活について
- (3) 身体の状態について
- (4) こころの健康について

4 回収結果

- (1) 標本数 4,000件
- (2) 有効回収数 1,643件
- (3) 有効回収率 41.1%



第2章

調査回答者の属性

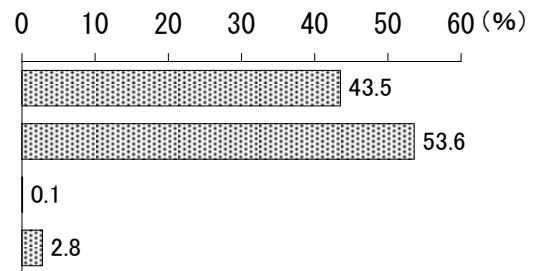


第2章 調査回答者の属性

1 性別

性別は、「男性」が43.5%、「女性」は53.6%となっている。

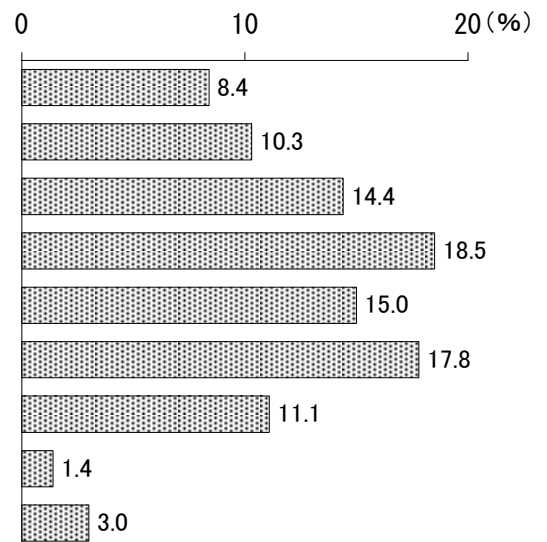
	回答件数	比率
男性	715	43.5%
女性	880	53.6
どちらでもない	2	0.1
無回答	46	2.8
合 計	1,643	100.0



2 年齢

年齢は、「50歳代」が18.5%で最も高く、次いで「70歳代」が17.8%、「60歳代」が15.0%、「40歳代」が14.4%となっている。

	回答件数	比率
20歳代	138	8.4%
30歳代	169	10.3
40歳代	237	14.4
50歳代	304	18.5
60歳代	246	15.0
70歳代	293	17.8
80歳代	183	11.1
90歳以上	23	1.4
無回答	50	3.0
合 計	1,643	100.0



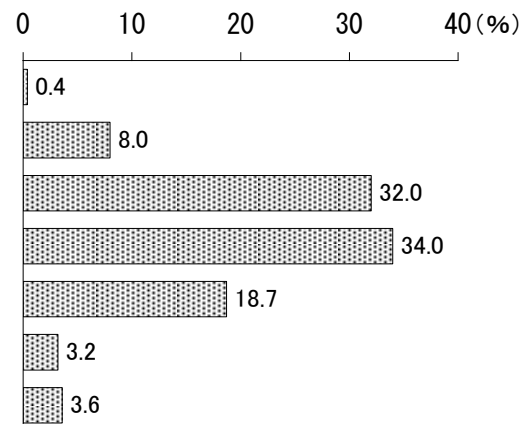
3 身長・体重・BMI

身長は、「160～170cm未満」が34.0%で最も高く、次いで「150～160cm未満」が32.0%、「170～180cm未満」が18.7%となっている。

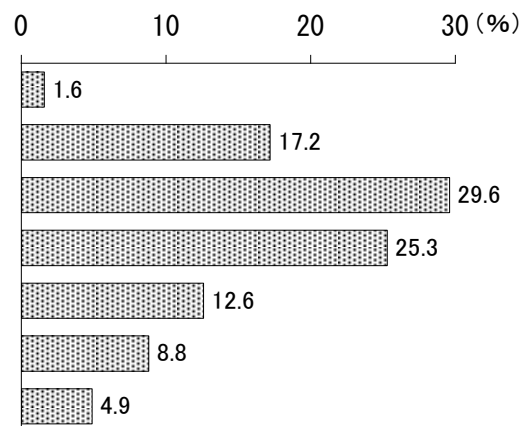
体重は、「50～60kg未満」が29.6%で最も高く、次いで「60～70kg未満」が25.3%、「40～50kg未満」が17.2%となっている。

BMIは、「標準(18.5以上25未満)」が62.4%で最も高く、次いで「肥満(25以上)」が24.6%、「やせ(18.5未満)」が7.9%となっている。

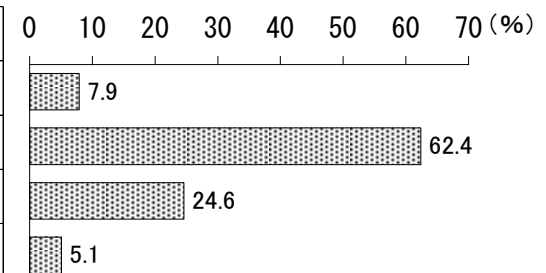
【身長】	回答件数	比率
140cm未満	7	0.4%
140～150cm未満	132	8.0
150～160cm未満	526	32.0
160～170cm未満	559	34.0
170～180cm未満	308	18.7
180cm以上	52	3.2
無回答	59	3.6
合 計	1,643	100.0



【体重】	回答件数	比率
40kg未満	27	1.6%
40～50kg未満	283	17.2
50～60kg未満	486	29.6
60～70kg未満	415	25.3
70～80kg未満	207	12.6
80kg以上	144	8.8
無回答	81	4.9
合 計	1,643	100.0

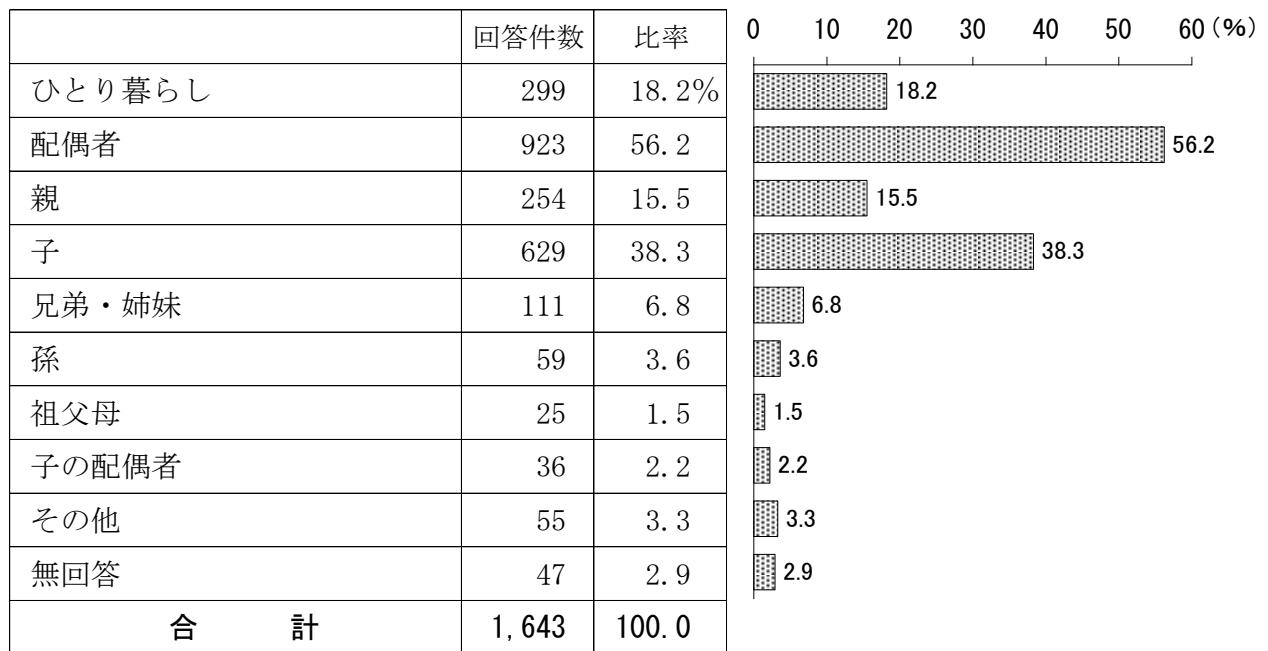


【BMI】	回答件数	比率
やせ(18.5未満)	129	7.9%
標準(18.5以上25未満)	1,026	62.4
肥満(25以上)	404	24.6
無回答	84	5.1
合 計	1,643	100.0



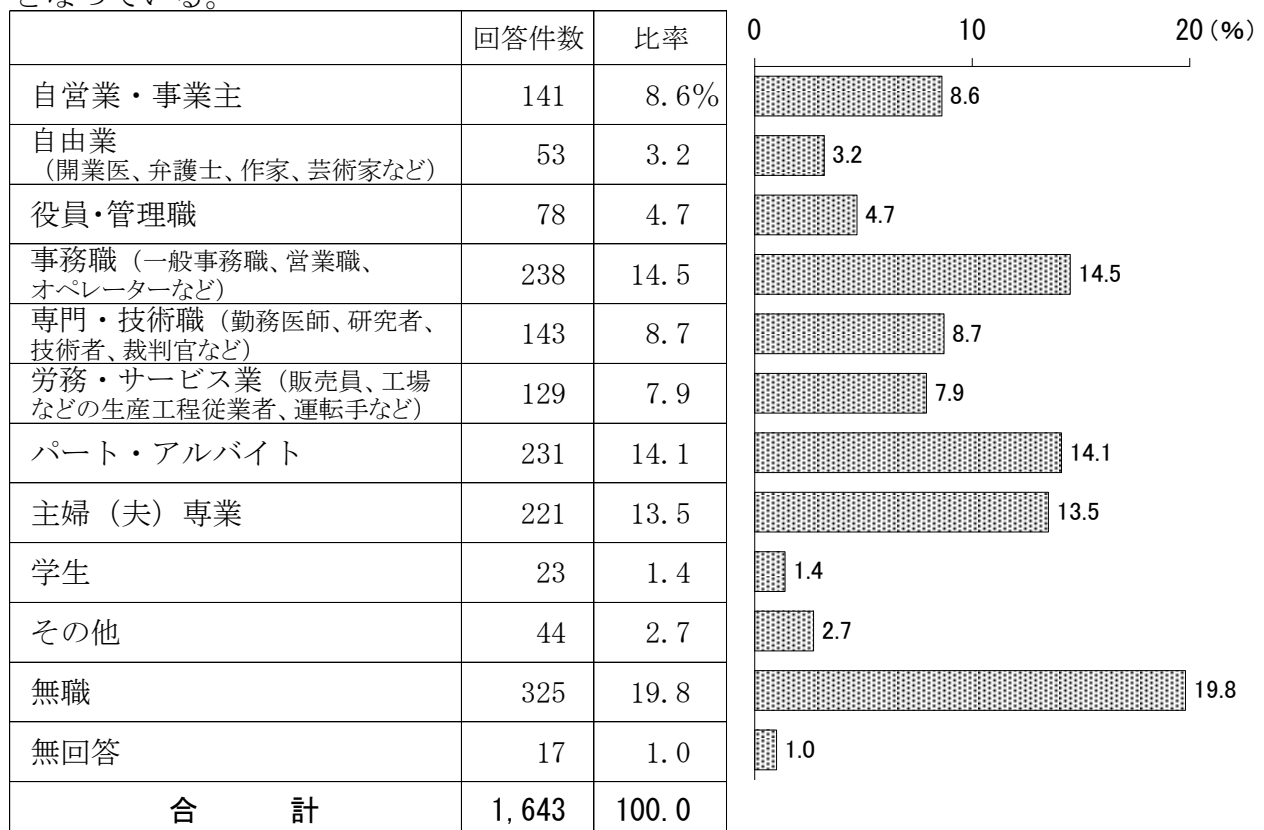
4 同居家族

同居家族は、「配偶者」が56.2%で最も高く、次いで「子」が38.3%、「親」が15.5%となっている。また、「ひとり暮らし」は18.2%となっている。



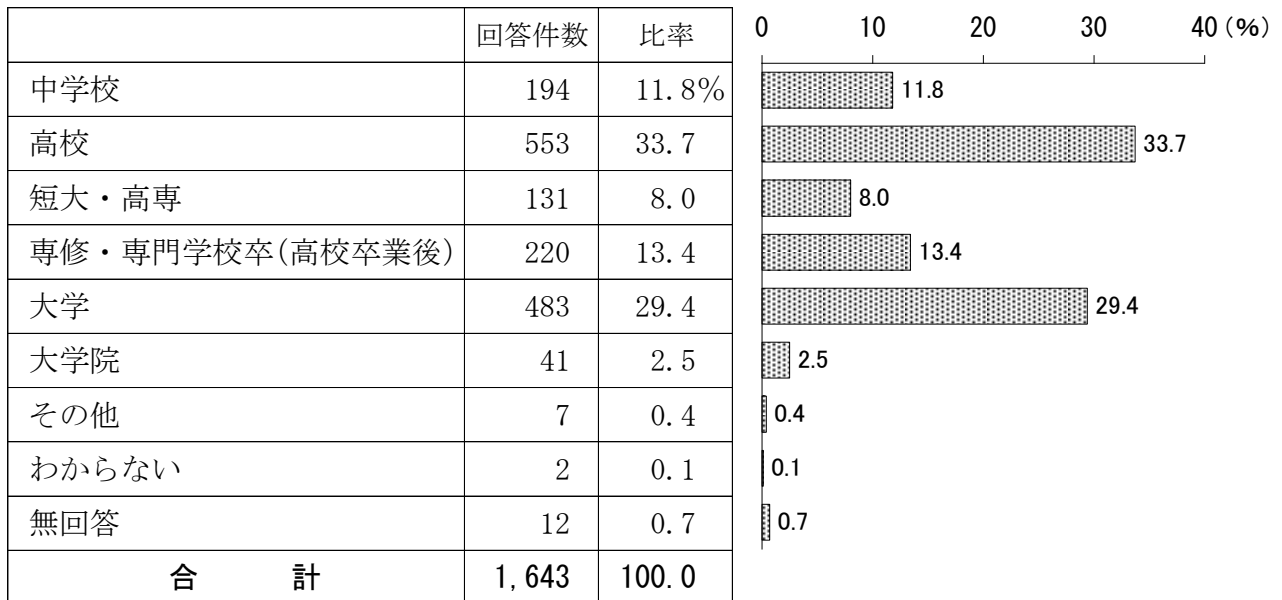
5 職業

職業は、「無職」が19.8%で最も高く、次いで「事務職（一般事務職、営業職、オペレーターなど）」が14.5%、「パート・アルバイト」が14.1%、「主婦（夫）専業」が13.5%となっている。



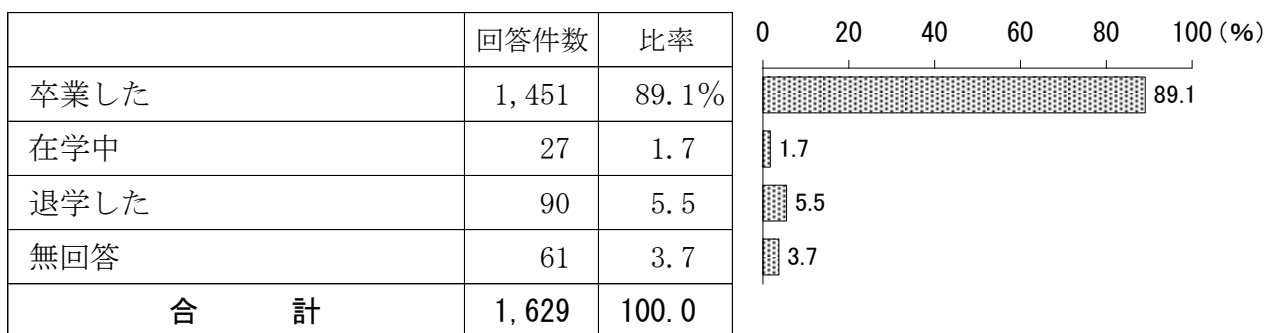
6 最後に通った(または在学中の)学校

最後に通った(または在学中の)学校は、「高校」が33.7%で最も高く、次いで「大学」が29.4%、「専修・専門学校卒(高校卒業後)」が13.4%、「中学校」が11.8%となっている。



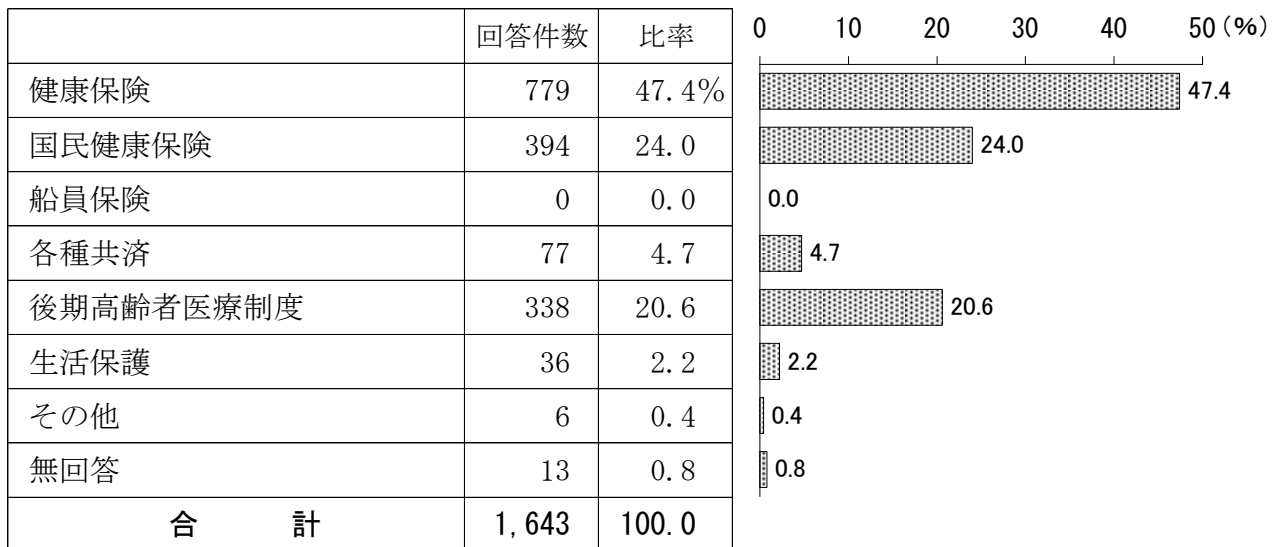
7 最後に通った(または在学中の)学校の状況

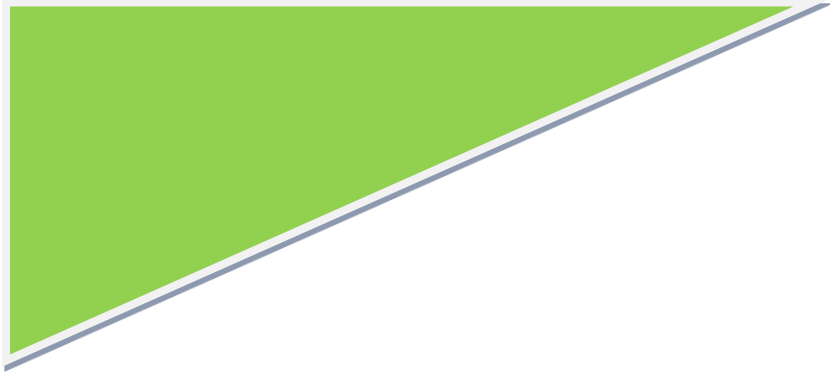
最後に通った(または在学中の)学校の状況は、「卒業した」が89.1%で最も高く、次いで「退学した」が5.5%、「在学中」が1.7%となっている。



8 加入している健康保険

加入している健康保険は、「健康保険」が47.4%で最も高く、次いで「国民健康保険」が24.0%、「後期高齢者医療制度」が20.6%となっている。





第3章

調査結果



第3章 調査結果

1 地域とのかかわりについて

(1) 居住年数

今の地域に何年くらい住んでいるか聞いたところ、「20年以上」が54.3%で最も高く、次いで「10～20年未満」が17.0%、「5～10年未満」が11.4%となっている。

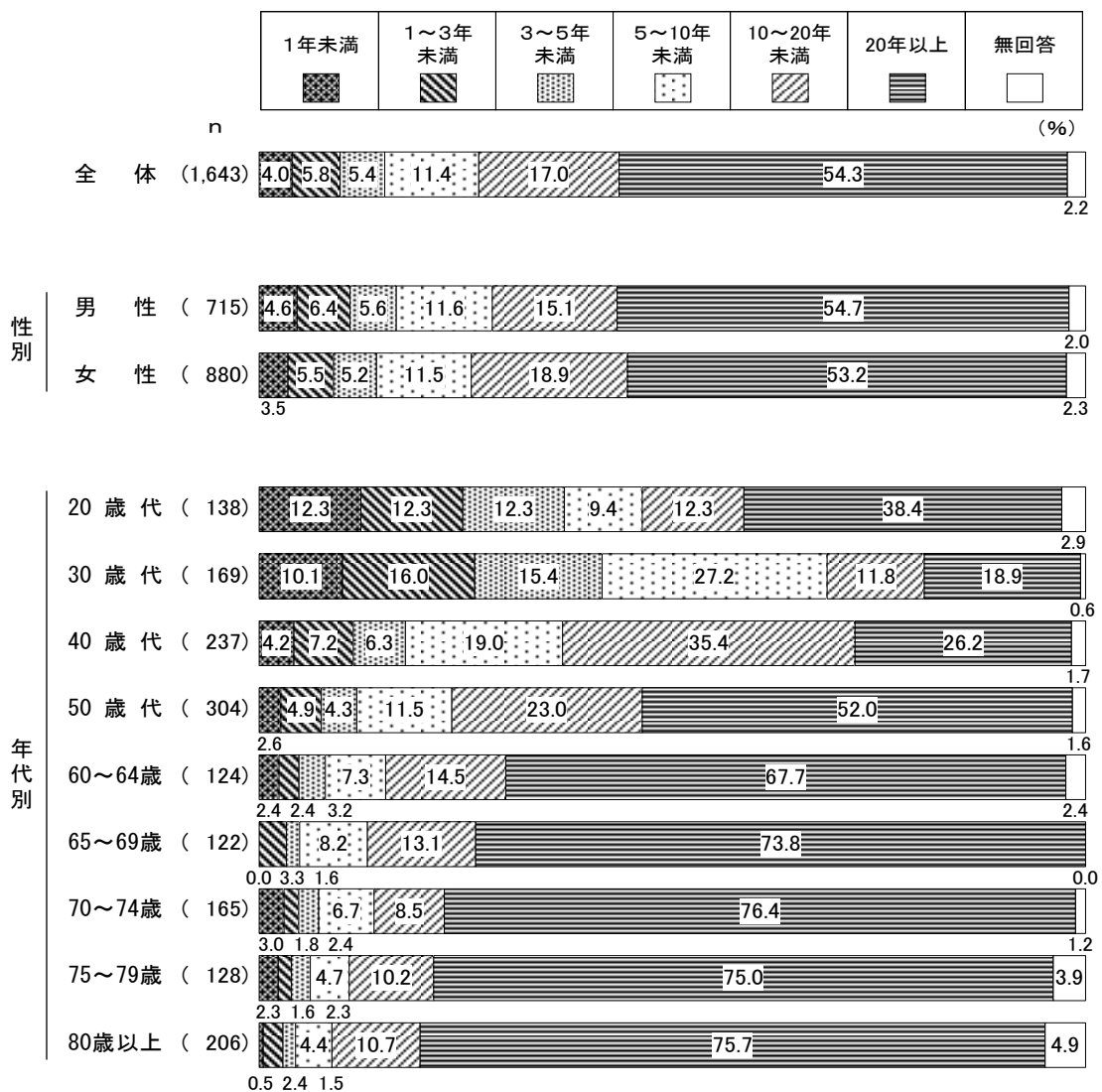
<性別、年代別>

性別で見ると、「10～20年未満」は女性（18.9%）が男性（15.1%）より3.8ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「5～10年未満」は30歳代で27.2%と高くなっている。「10～20年未満」は40歳代で35.4%と高くなっている。「20年以上」は70～74歳で76.4%と高くなっている。

問1 あなたは、今の地域（同じ町内会くらいの範囲）に何年くらい住んでいますか。

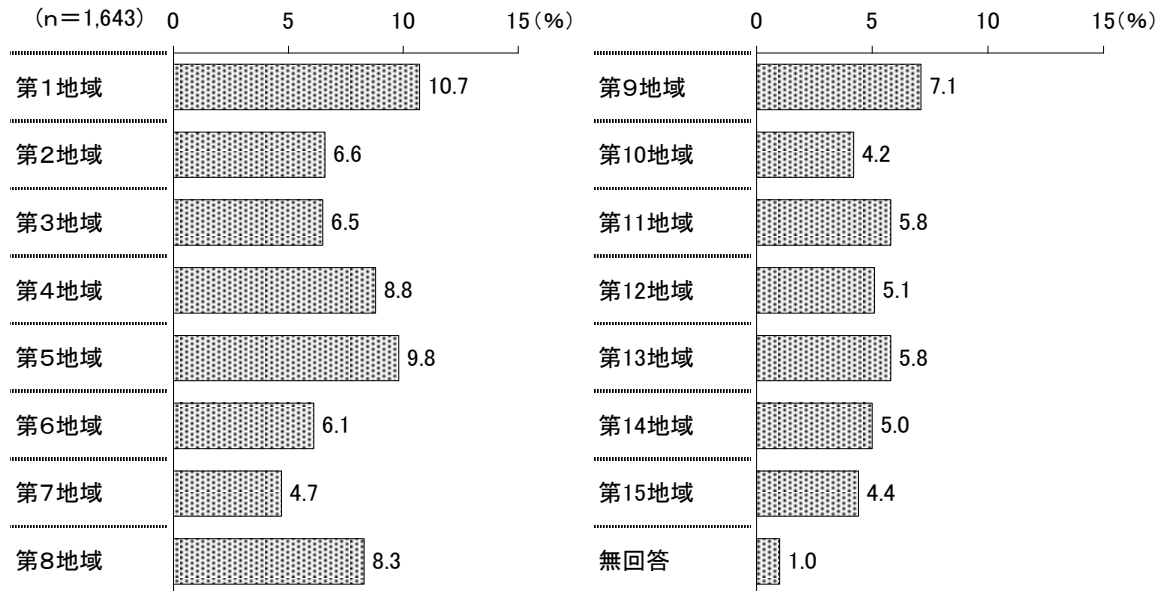
【図Ⅱ-3-1】 居住年数（性別、年代別）



(2) 居住地域

問2 お住まいの町名をお書きください(丁目・番地は不要です)。

【図Ⅱ-3-2】 居住地域



住まいの町名を聞いたところ、「第1地域」が10.7%で最も高く、次いで「第5地域」が9.8%、「第4地域」が8.8%、「第8地域」が8.3%となっている。

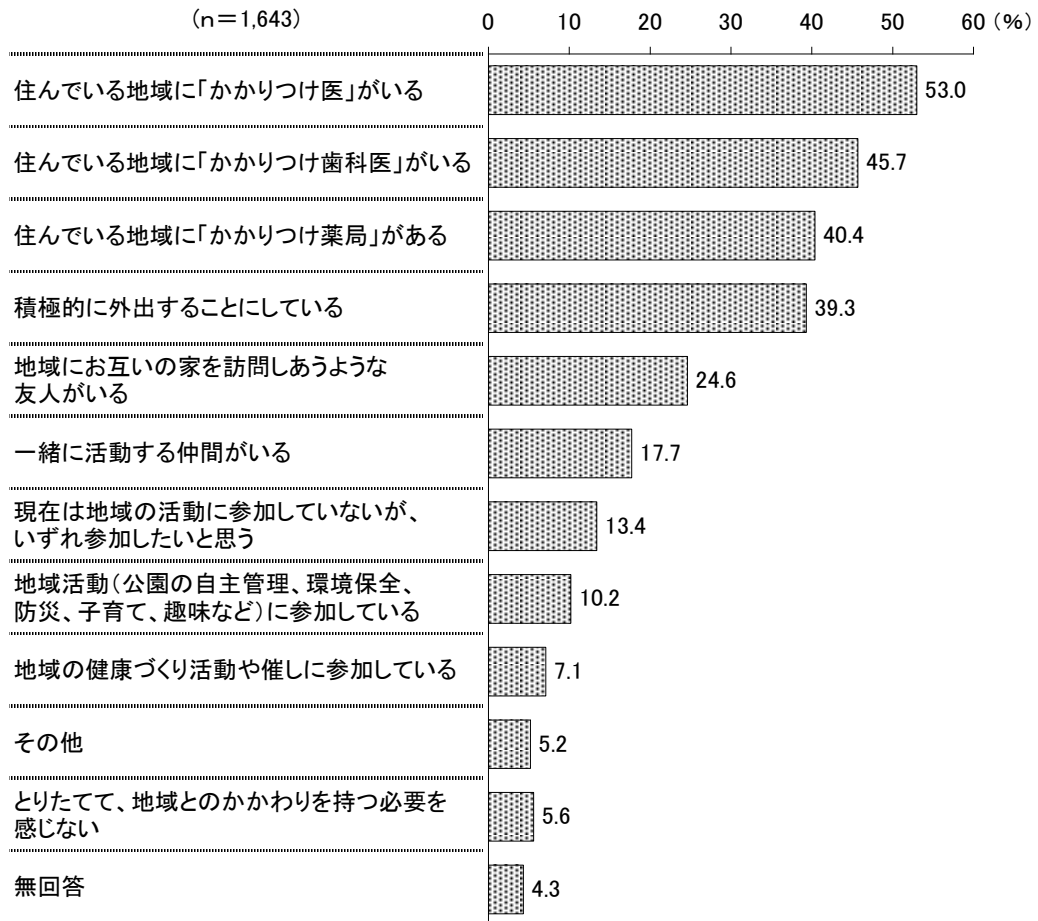
<地域区分>

地域	町丁目名
第1地域	千住関屋町、千住曙町、千住東、千住旭町、柳原、日ノ出町、千住橋戸町、千住河原町、千住仲町、千住緑町、千住宮元町、千住中居町、千住龍田町、千住桜木、千住、千住大川町、千住寿町、千住元町、千住柳町
第2地域	小台、宮城、新田、堀之内、江北
第3地域	西新井本町、扇、興野、本木、本木東町、本木西町、本木南町、本木北町
第4地域	西新井栄町、関原、梅田、梅島
第5地域	足立、西綾瀬、中央本町、弘道、青井
第6地域	綾瀬、東綾瀬
第7地域	東和、中川
第8地域	大谷田、佐野、辰沼、六木、神明、神明南、北加平町、加平、谷中
第9地域	西加平、六町、一ツ家、保塚町、東六月町、平野、南花畑、東保木間
第10地域	花畑、保木間
第11地域	西保木間、竹の塚、六月、島根
第12地域	西新井、栗原
第13地域	西伊興町、西伊興、伊興、西竹の塚、東伊興、伊興本町
第14地域	谷在家、鹿浜、椿、加賀、皿沼
第15地域	舎人、入谷、古千谷、古千谷本町、入谷町、舎人町、舎人公園

(3) 地域とのかかわり

問3 地域とのかかわりは、いかがですか（○はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-3】 地域とのかかわり



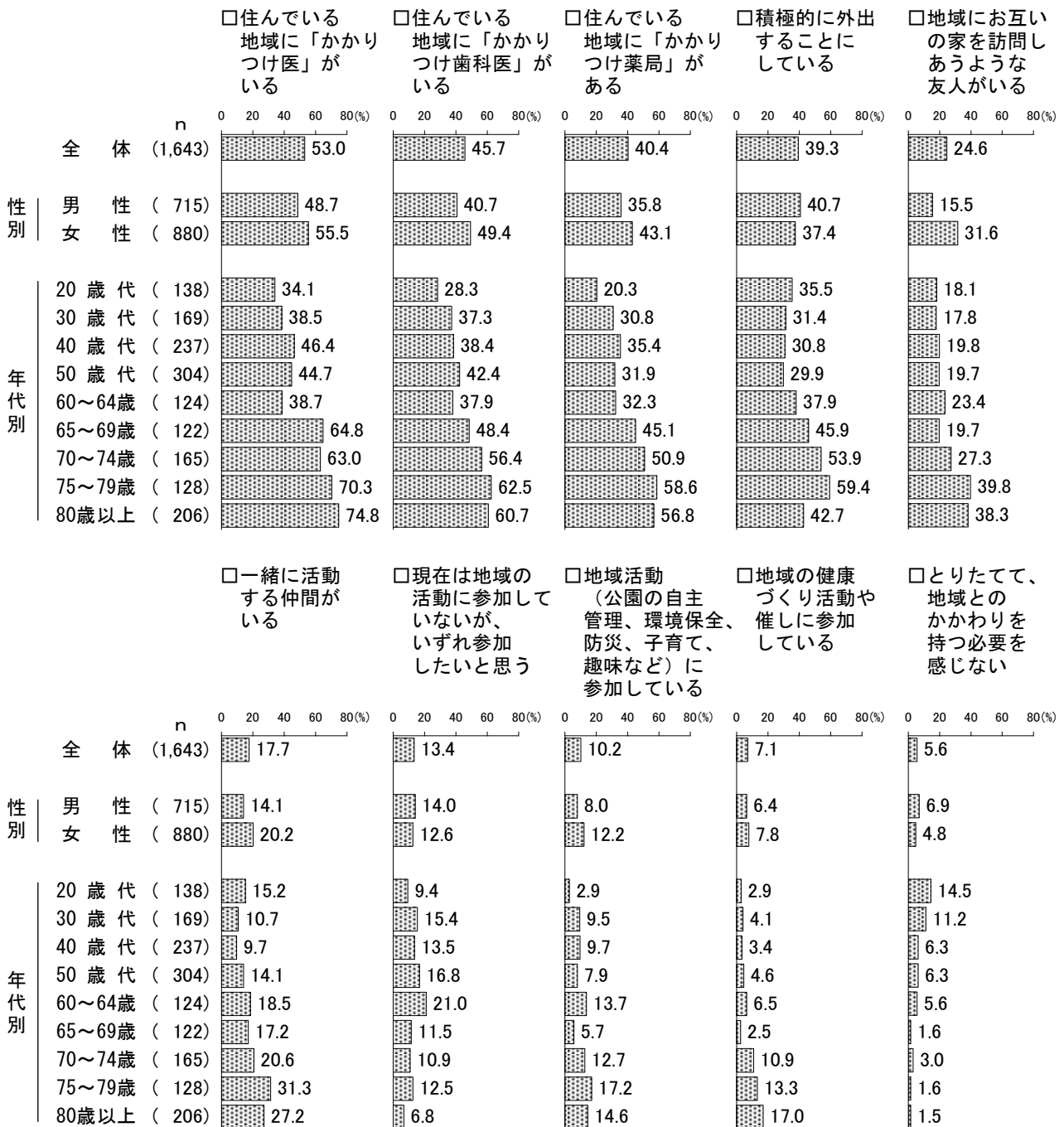
地域とのかかわりについて聞いたところ、「住んでいる地域に『かかりつけ医』がいる」が53.0%で最も高く、次いで「住んでいる地域に『かかりつけ歯科医』がいる」が45.7%、「住んでいる地域に『かかりつけ薬局』がある」が40.4%、「積極的に外出することになっている」が39.3%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「地域にお互いの家を訪問しあうような友人がいる」は女性(31.6%)が男性(15.5%)より16.1ポイント、「住んでいる地域に『かかりつけ歯科医』がいる」は女性(49.4%)が男性(40.7%)より8.7ポイント、それぞれ高くなっている。

年代別でみると、「住んでいる地域に『かかりつけ医』がいる」は80歳以上で74.8%、75~79歳で70.3%と高くなっている。「住んでいる地域に『かかりつけ歯科医』がいる」は75~79歳で62.5%、80歳以上で60.7%と高くなっている。「積極的に外出することになっている」は75~79歳で59.4%と高くなっている。

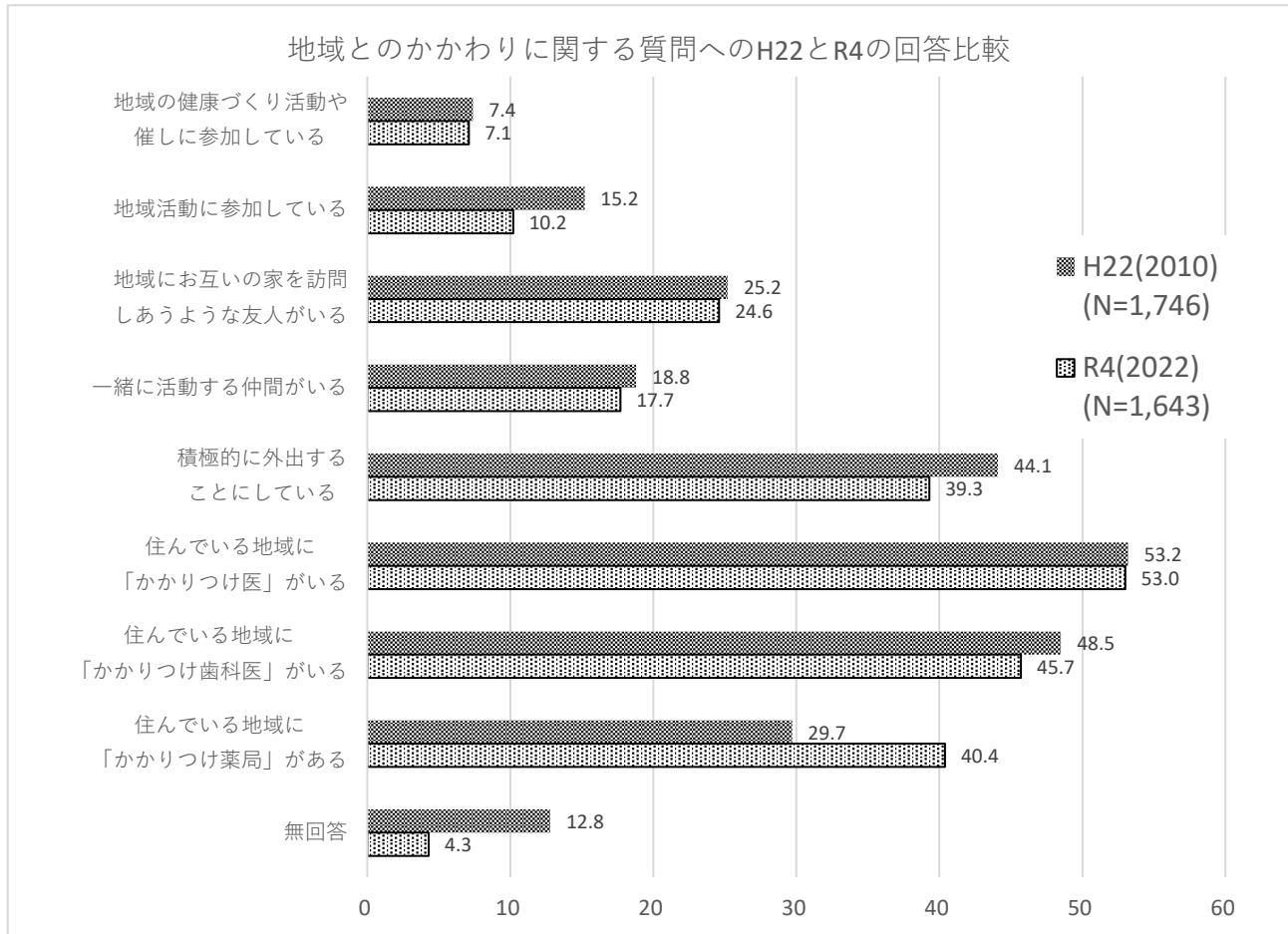
【図Ⅱ-3-4】 地域とのかかわり（性別、年代別）



＜平成22年と令和4年の比較＞

「地域活動に参加している」「積極的に外出することになっている」と回答した割合が減少している一因として、新型コロナウイルス感染症の流行が影響している可能性が考えられる。

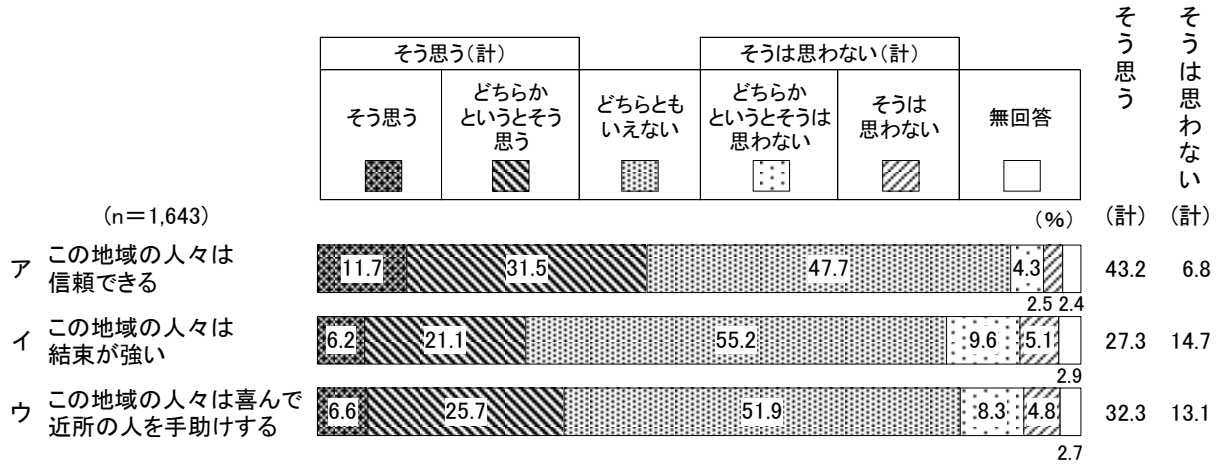
【図Ⅱ-3-5】



(4) 地域の人々について

問4 あなたは、あなたの住む地域（同じ町内会くらいの範囲）の人々について、どのように思いますか（○はそれぞれ1つずつ）。

【図Ⅱ-3-6】 地域の人々について



地域の人々について聞いたところ、「そう思う」と「どちらかというと思う」を合わせた『そう思う(計)』は、“この地域の人々は信頼できる”で43.2%と最も高く、次いで“この地域の人々は喜んで近所の人を手助けする”で32.3%、“この地域の人々は結束が強い”で27.3%となっている。

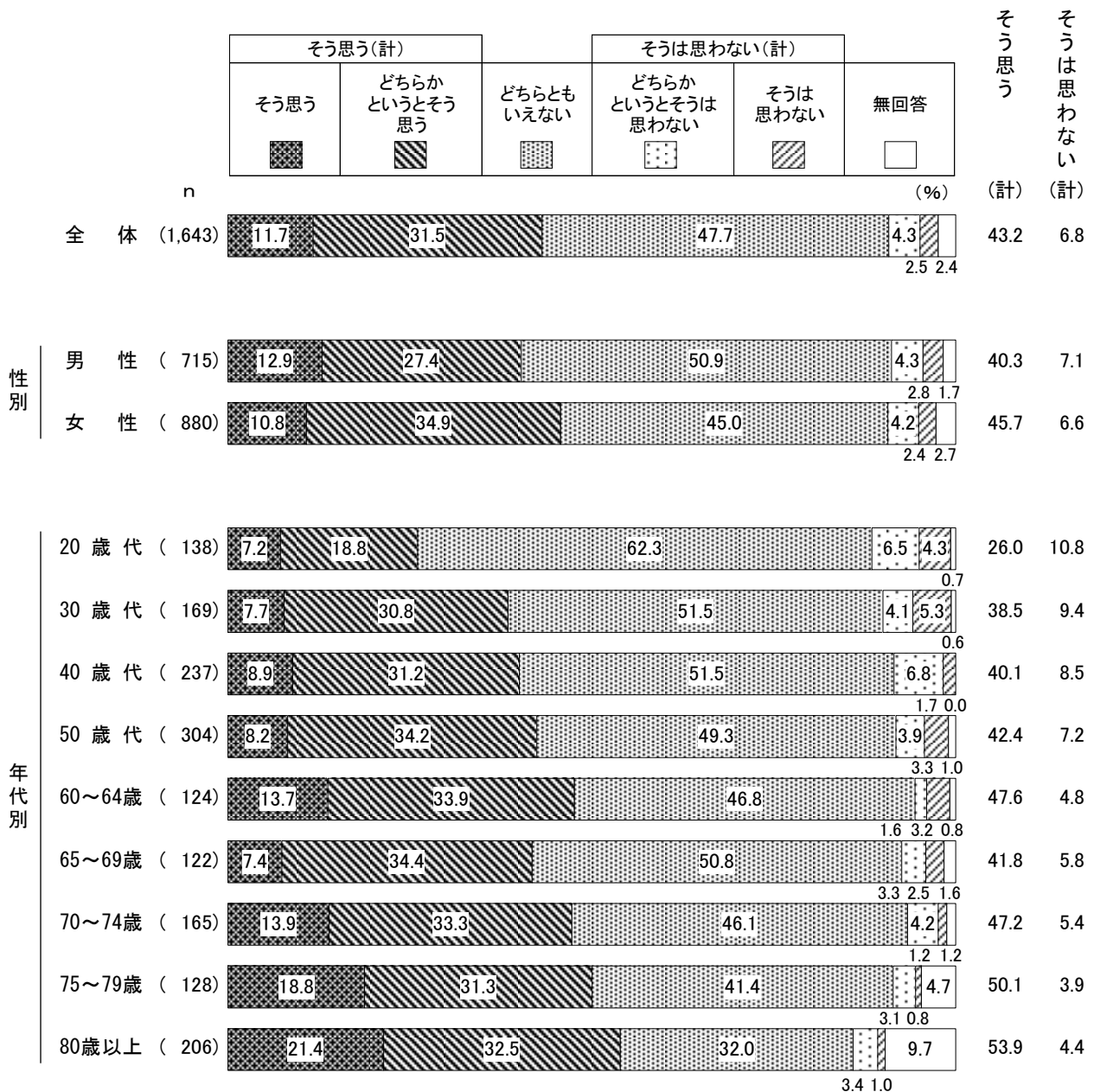
一方、「どちらかというとは思わない」と「そうは思わない」を合わせた『そうは思わない(計)』は、“この地域の人々は結束が強い”で14.7%と最も高くなっている。

＜性別、年代別＞ 【ア この地域の人々は信頼できる】

性別で見ると、『そう思う（計）』は女性（45.7%）が男性（40.3%）より5.4ポイント高くなっている。

年代別で見ると、『そう思う（計）』は80歳以上で53.9%、75～79歳で50.1%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-7】 地域の人々について（性別、年代別） 【ア この地域の人々は信頼できる】

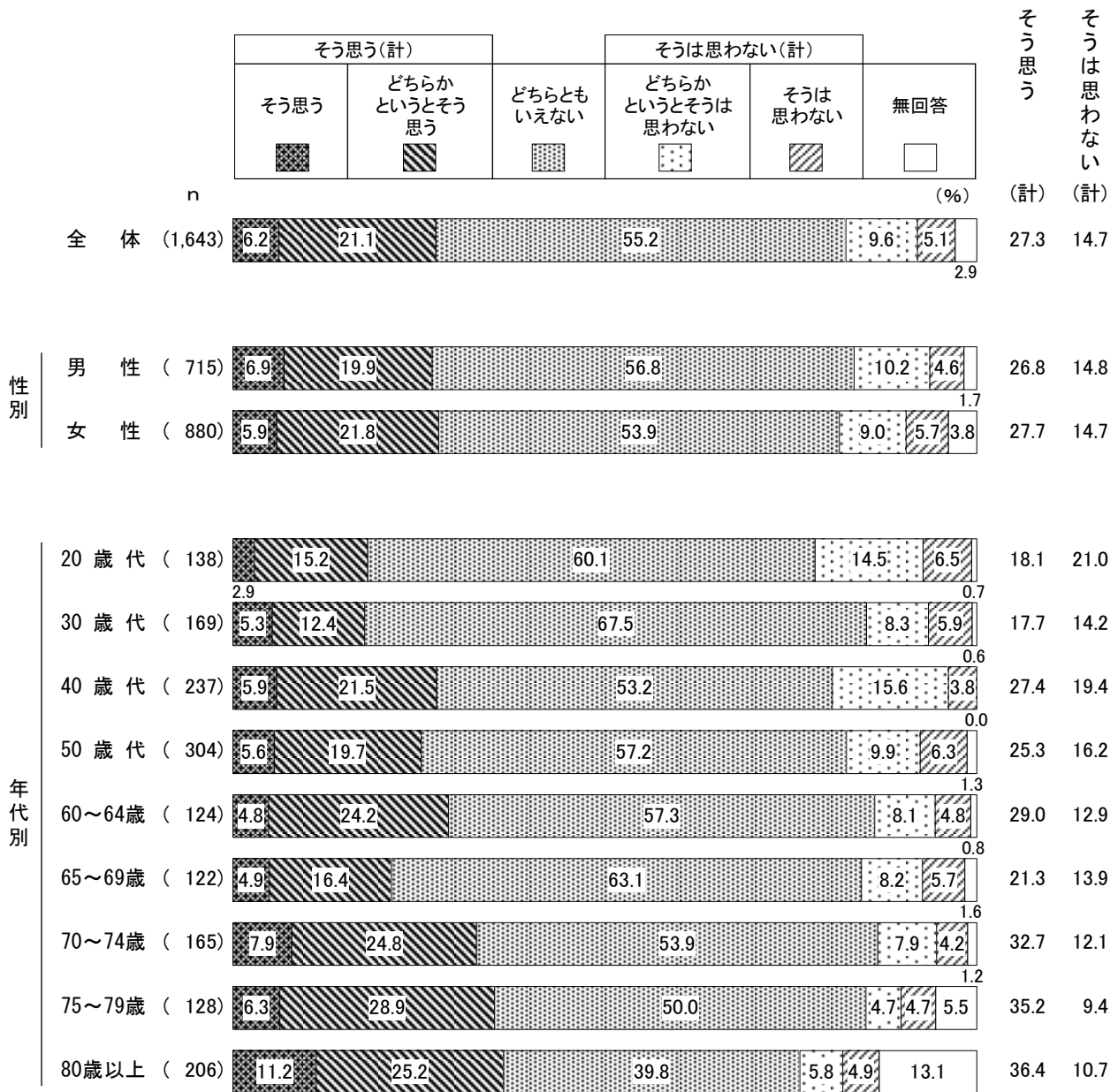


<性別、年代別> 【イ この地域の人々は結束が強い】

性別でみると、大きな違いはみられない。

年代別でみると、『そう思う（計）』は80歳以上で36.4%、75～79歳で35.2%と高くなっている。一方、『そうは思わない（計）』は20歳代で21.0%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-8】 地域の人々について（性別、年代別） 【イ この地域の人々は結束が強い】



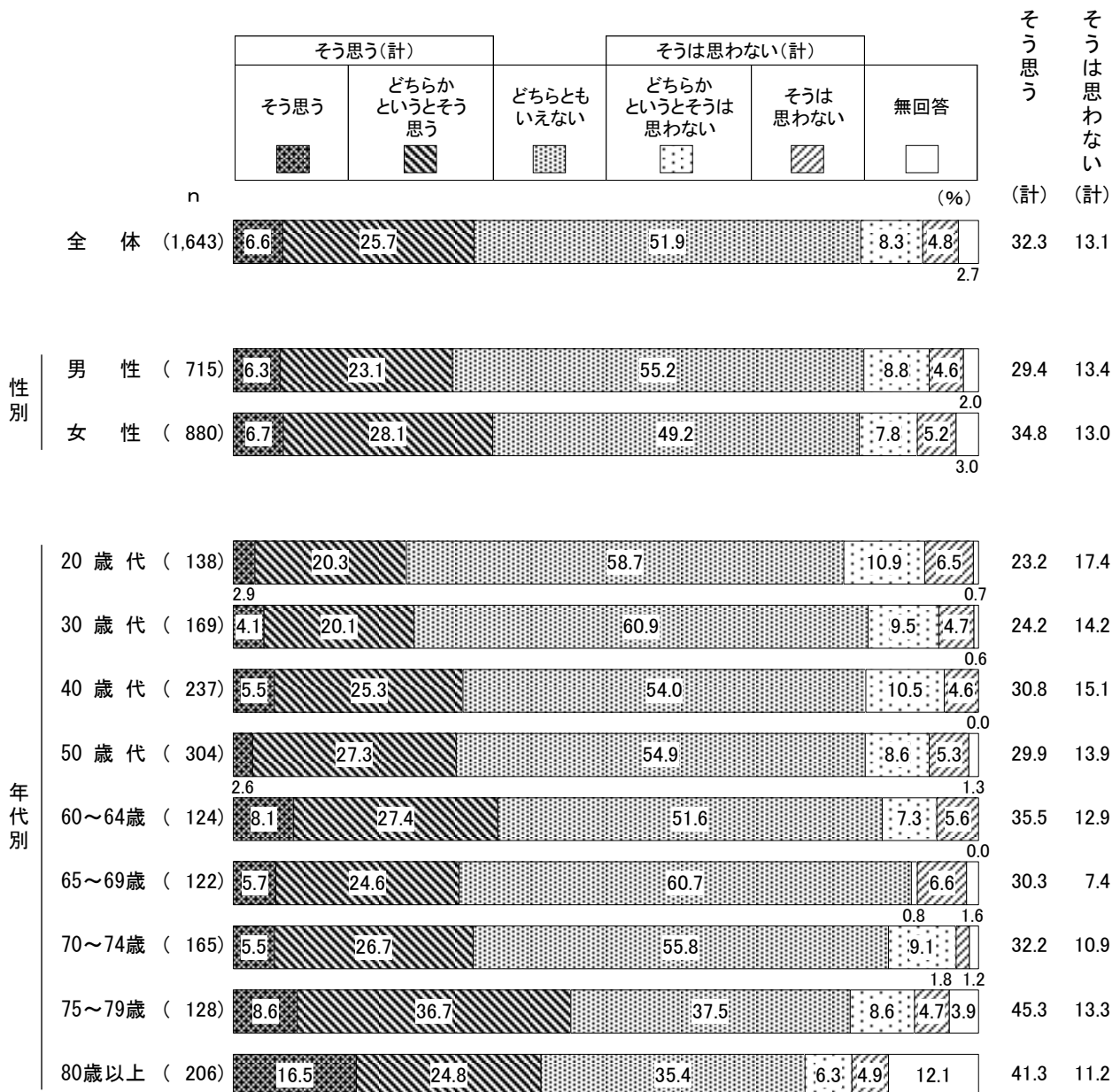
＜性別、年代別＞ 【ウ この地域の人々は喜んで近所の人を手助けする】

性別でみると、『そう思う（計）』は女性（34.8%）が男性（29.4%）より5.4ポイント高くなっている。

年代別でみると、『そう思う（計）』は75～79歳で45.3%、80歳以上で41.3%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-9】 地域の人々について（性別、年代別）

【ウ この地域の人々は喜んで近所の人を手助けする】



(5) 地域の中で10分程度の世間話をする頻度

地域の中で10分程度の世間話をする頻度を聞いたところ、「ほとんどない」が53.0%で最も高く、次いで「月1回以上」が14.1%、「週1回以上」が12.4%、「数日に1回」が12.3%となっている。

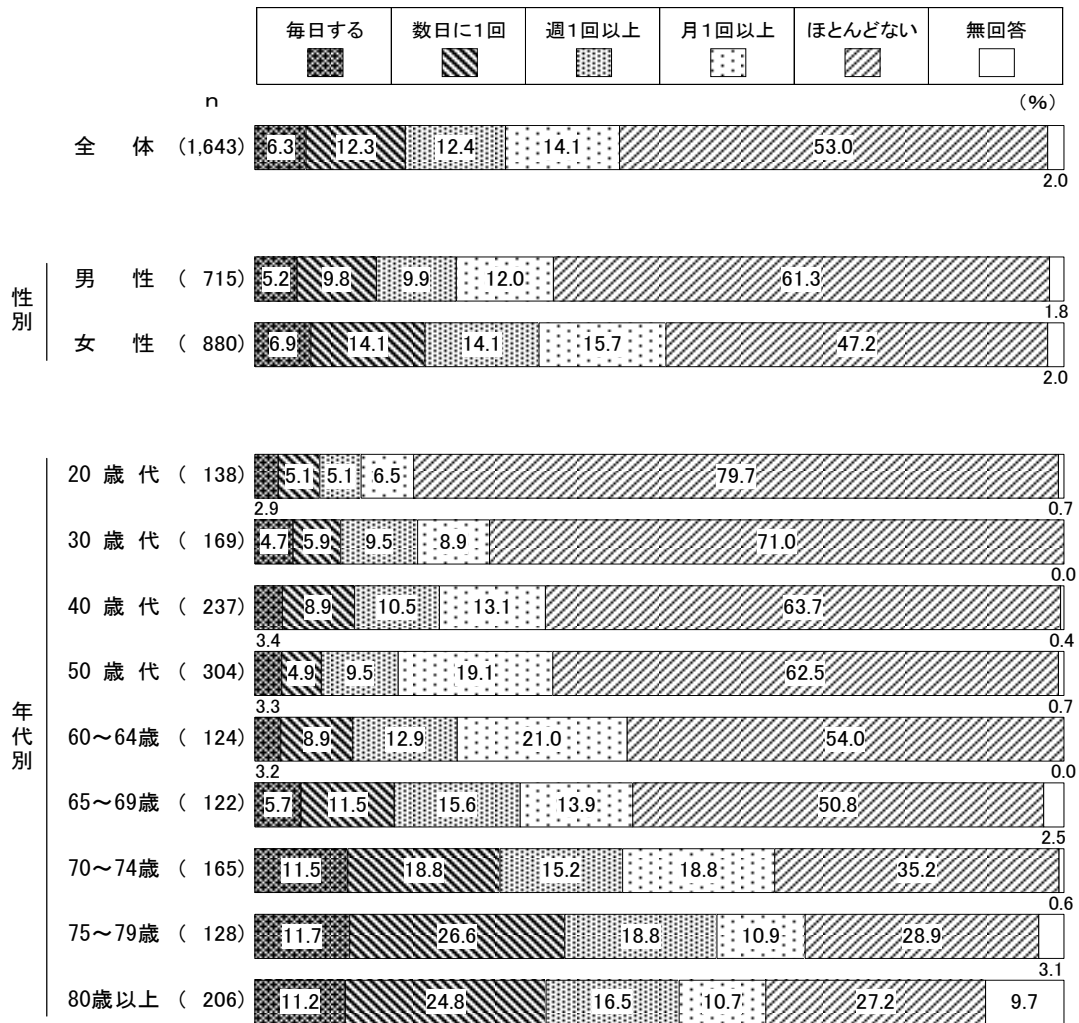
<性別、年代別>

性別で見ると、「ほとんどない」は男性(61.3%)が女性(47.2%)より14.1ポイント高くなっている。一方、「数日に1回」は女性(14.1%)が男性(9.8%)より4.3ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「数日に1回」は75~79歳で26.6%、80歳以上で24.8%と高くなっている。「ほとんどない」は年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で79.7%となっている。

問5 あなたは、地域の中で、10分程度の世間話をする頻度（世帯構成員以外）はどの程度ですか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-10】 地域の中で10分程度の世間話をする頻度（性別、年代別）

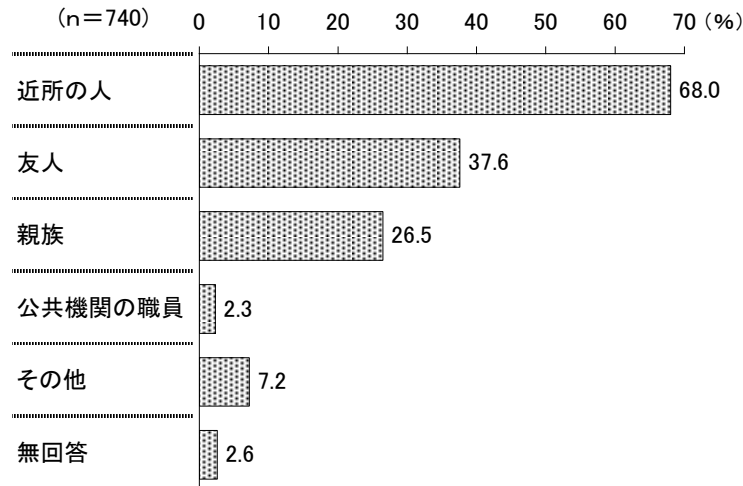


(6) 世間話をする話相手

(問5で、「毎日する」「数日に1回」「週1回以上」「月1回以上」と答えた方にお聞きします)

問5-1 10分程度の世間話をする話相手は誰ですか(○はあてはまるものすべて)。

【図Ⅱ-3-11】 世間話をする話相手



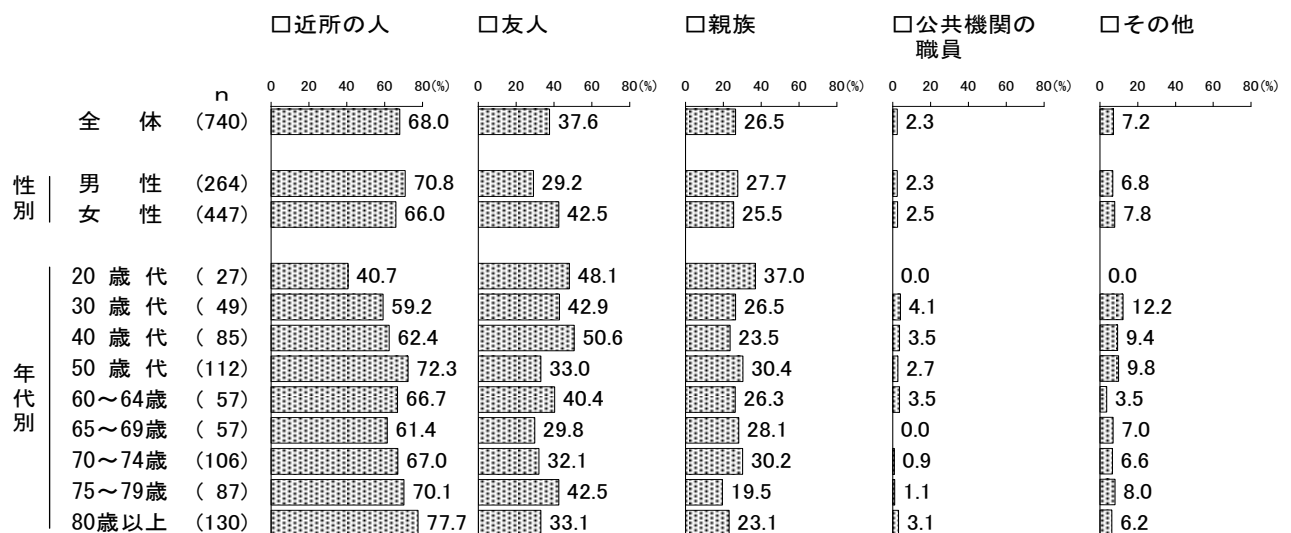
地域の中で10分程度の世間話をする頻度で「毎日する」、「数日に1回」、「週1回以上」、「月1回以上」と答えた方に、世間話をする話相手を聞いたところ、「近所の人」が68.0%で最も高く、次いで「友人」が37.6%、「親族」が26.5%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「友人」は女性(42.5%)が男性(29.2%)より13.3ポイント高くなっている。

年代別でみると、「近所の人」は80歳以上で77.7%、50歳代で72.3%と高くなっている。「友人」は40歳代で50.6%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-12】 世間話をする話相手(性別、年代別)



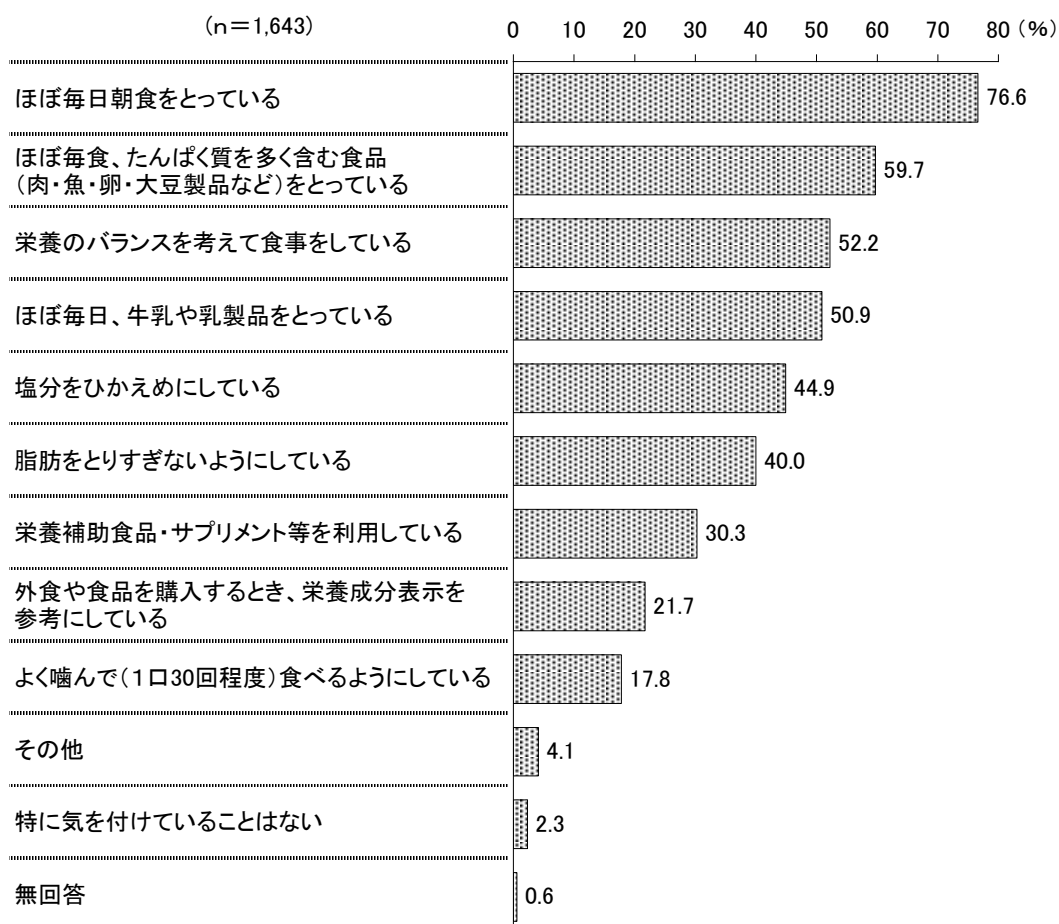
2 日常生活について

<食生活について>

(1) 食生活について気をつけていること

問6 あなたが気をつけていることはありますか（○はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-13】 食生活について気をつけていること



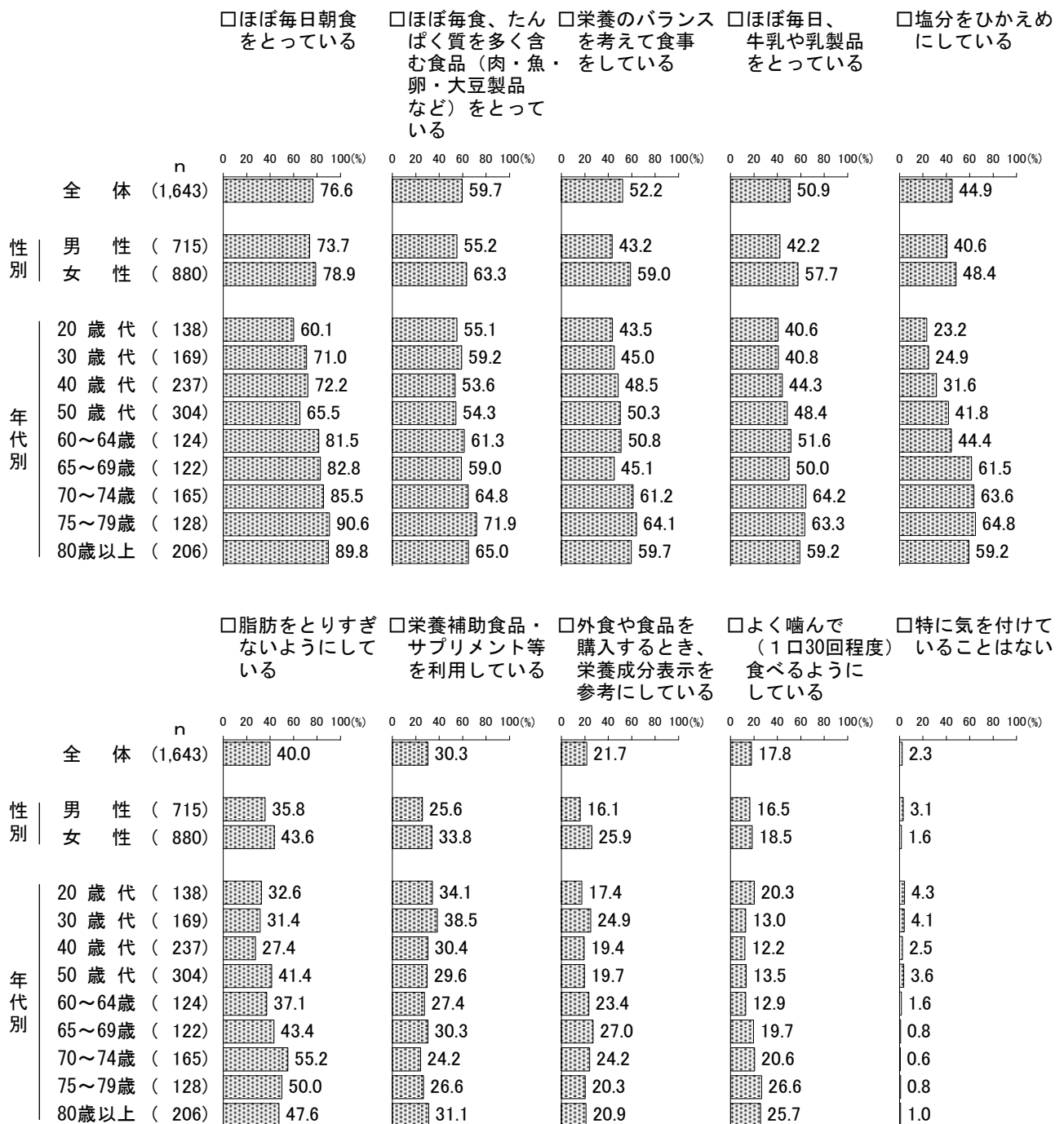
食生活について気をつけていることを聞いたところ、「ほぼ毎日朝食をとっている」が76.6%で最も高く、次いで「ほぼ毎食、たんぱく質を多く含む食品（肉・魚・卵・大豆製品など）をとっている」が59.7%、「栄養のバランスを考えて食事をしている」が52.2%、「ほぼ毎日、牛乳や乳製品をとっている」が50.9%となっている。

＜性別、年代別＞

性別でみると、「栄養のバランスを考えて食事をしている」は女性（59.0%）が男性（43.2%）より15.8ポイント、「ほぼ毎日、牛乳や乳製品をとっている」は女性（57.7%）が男性（42.2%）より15.5ポイント、それぞれ高くなっている。

年代別でみると、「ほぼ毎日朝食をとっている」は75～79歳で90.6%、80歳以上で89.8%と高くなっている。「ほぼ毎食、たんぱく質を多く含む食品（肉・魚・卵・大豆製品など）をとっている」は75～79歳で71.9%と高くなっている。「塩分をひかえめにしている」は75～79歳で64.8%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-14】 食生活について気をつけていること（性別、年代別）

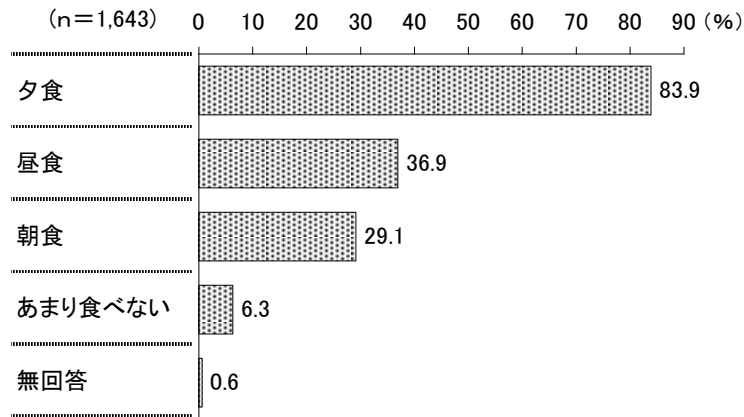


(2) 野菜料理を食べるタイミング

問7 あなたは、一日のうちで、いつ野菜料理*を食べますか（○はあてはまるものすべて）。

※ 野菜料理とは、サラダ・お浸し・野菜の煮物・具だくさんの味噌汁・スープなど

【図Ⅱ-3-15】 野菜料理を食べるタイミング



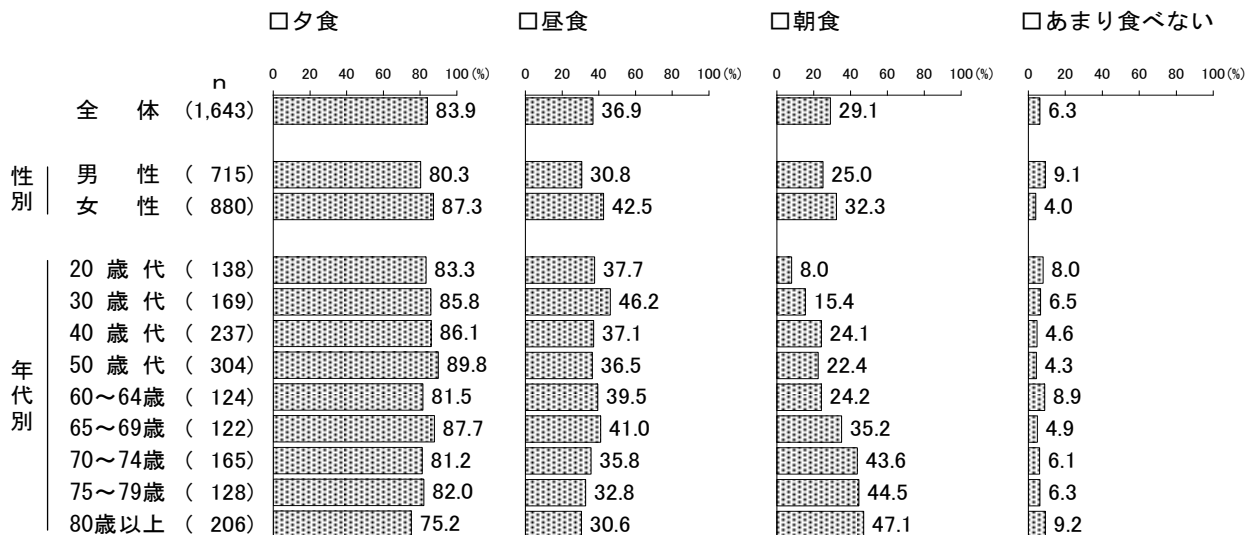
一日のうちで、いつ野菜料理を食べるか聞いたところ、「夕食」が83.9%で最も高く、次いで「昼食」が36.9%、「朝食」が29.1%となっている。一方、「あまり食べない」は6.3%となっている。

<性別、年代別>

性別で見ると、「昼食」は女性（42.5%）が男性（30.8%）より11.7ポイント高くなっている。一方、「あまり食べない」は男性（9.1%）が女性（4.0%）より5.1ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「夕食」は50歳代で89.8%と高くなっている。「朝食」はおおむね年代が上がるにつれて割合が高くなっており、80歳以上で47.1%となっている。

【図Ⅱ-3-16】 野菜料理を食べるタイミング（性別、年代別）



(3) 一番はじめに食べる食材

食事のとき、何を一番はじめに食べるか聞いたところ、「野菜」が36.5%で最も高く、次いで「汁もの・スープ」が24.5%、「ごはん・パンなど(主食)」が9.3%となっている。一方、「決まっていない」は12.1%、「意識していない」は12.6%となっている。

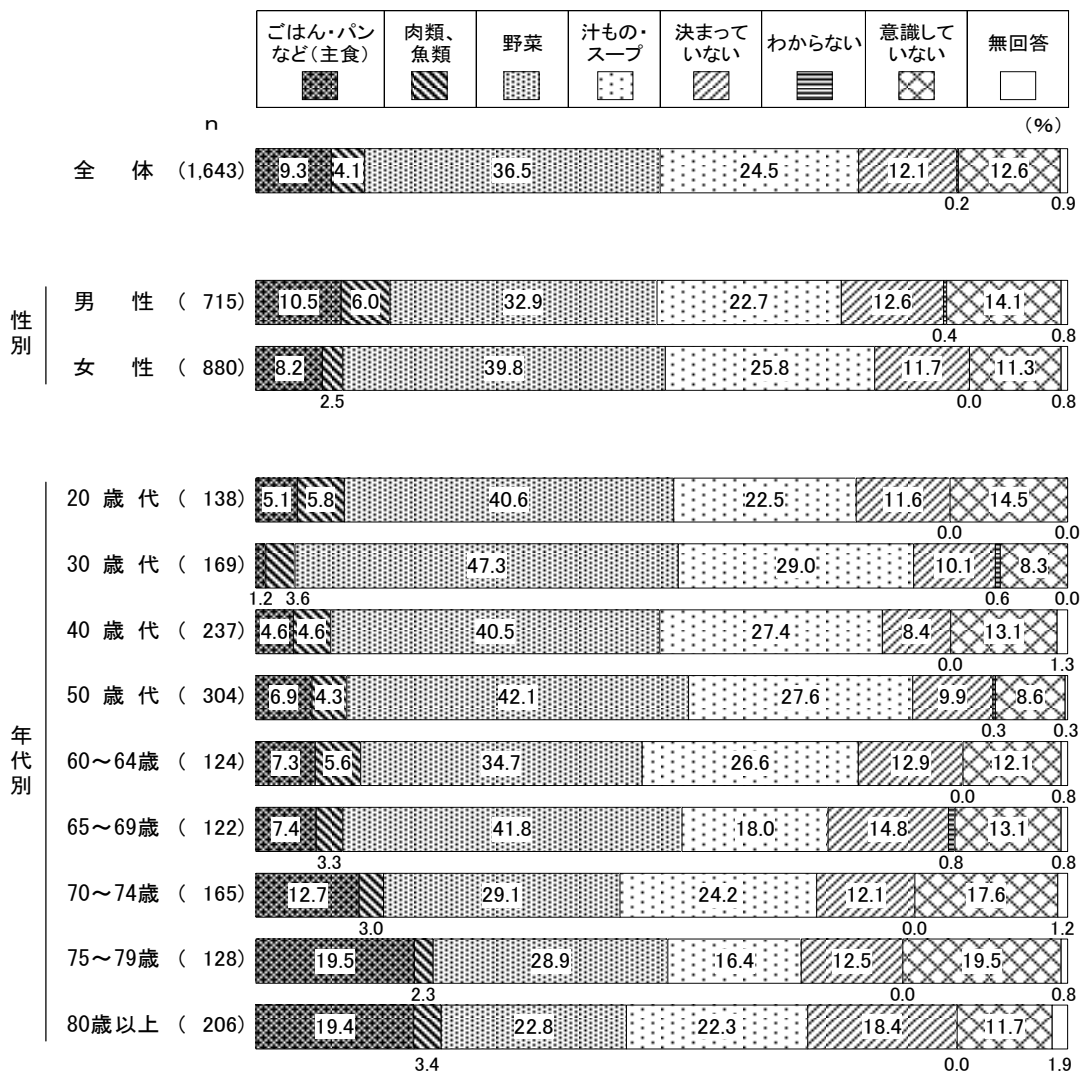
<性別、年代別>

性別で見ると、「野菜」は女性(39.8%)が男性(32.9%)より6.9ポイント高くなっている。一方、「肉類、魚類」は男性(6.0%)が女性(2.5%)より3.5ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「野菜」は30歳代で47.3%と高くなっている。「汁もの・スープ」は30歳代で29.0%と高くなっている。

問8 あなたは、食事のとき、何を一番はじめに食べますか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-17】 一番はじめに食べる食材(性別、年代別)



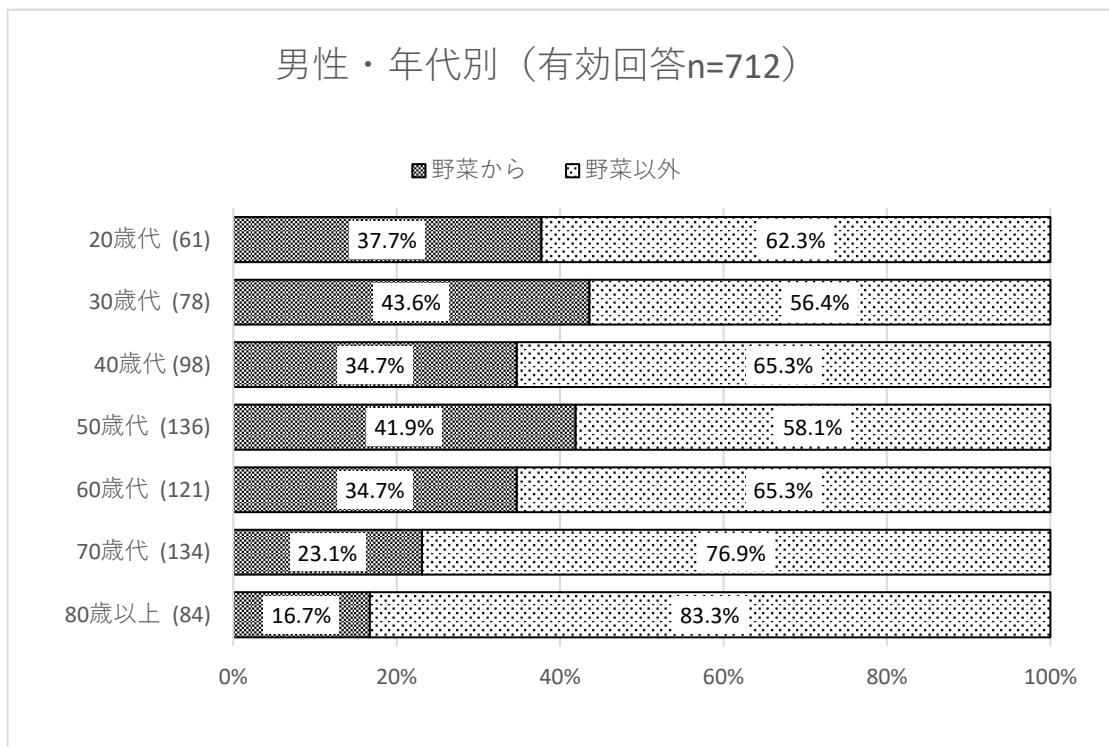
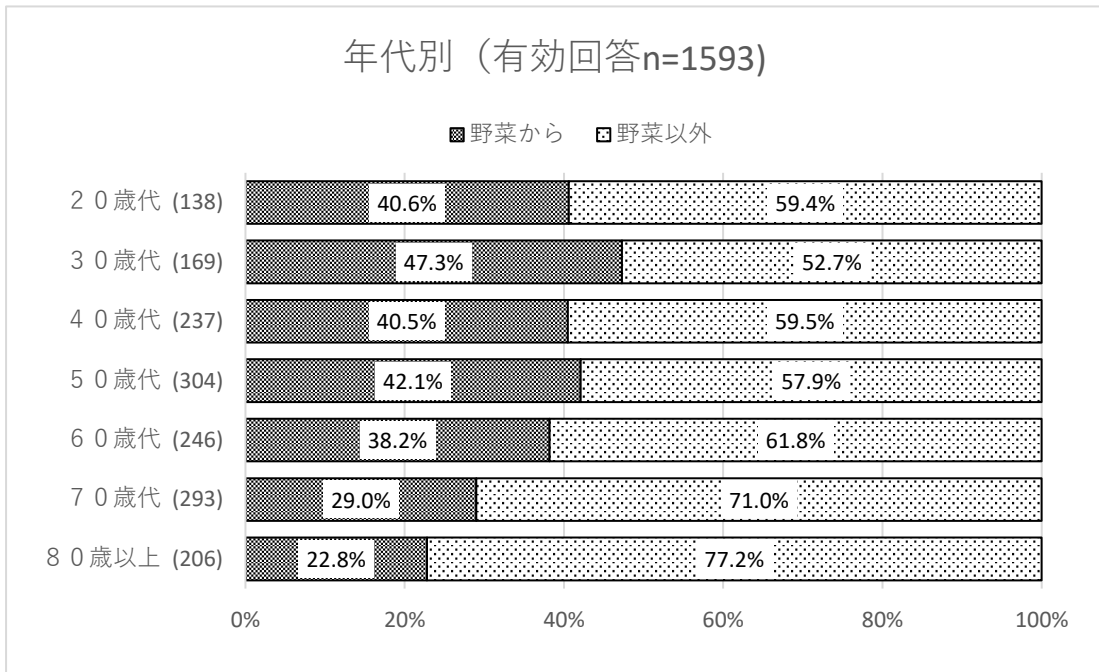
ア 「ひと口目は野菜から」実践状況

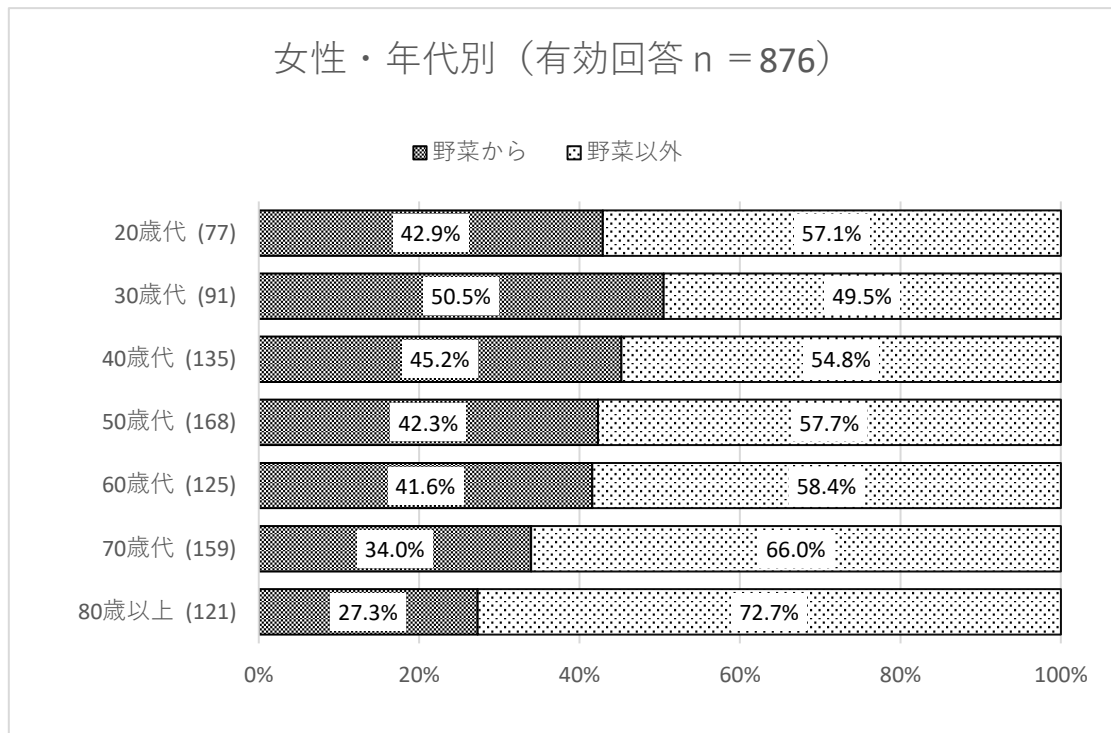
(ア) 性別、年代別

最多は男女ともに30歳代だった。「野菜から食べている」と回答した30歳代のうち、約65%が子と同居しており、そのうちの96%が普段「家族やパートナーと食べることが多い」という回答内容だった。

70歳代以上では少ない傾向だが、たんぱく質の摂取も推奨される年代であるためと考えられる。

【図Ⅱ-3-18】

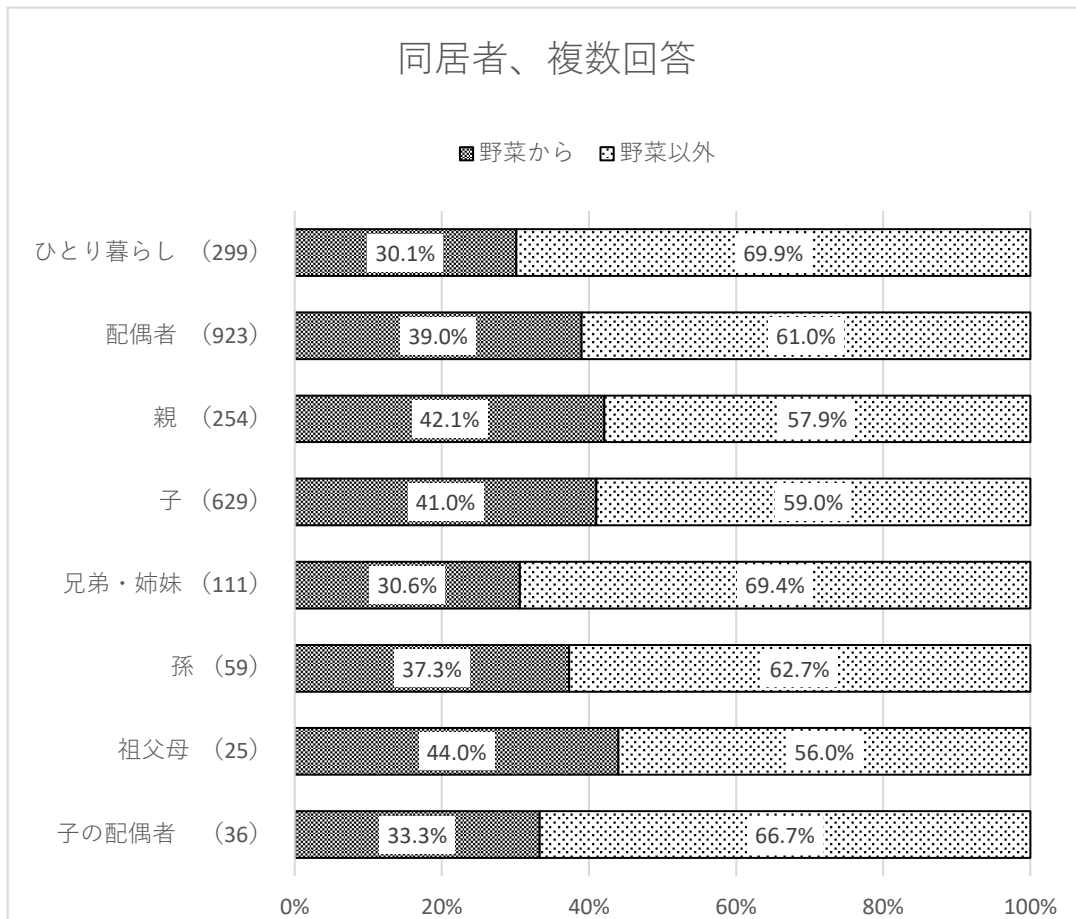




(イ) 同居者

同居者別では、ひとり暮らしや兄弟姉妹との同居の場合に野菜から食べる割合がやや低い傾向だった。

【Ⅱ-3-19】



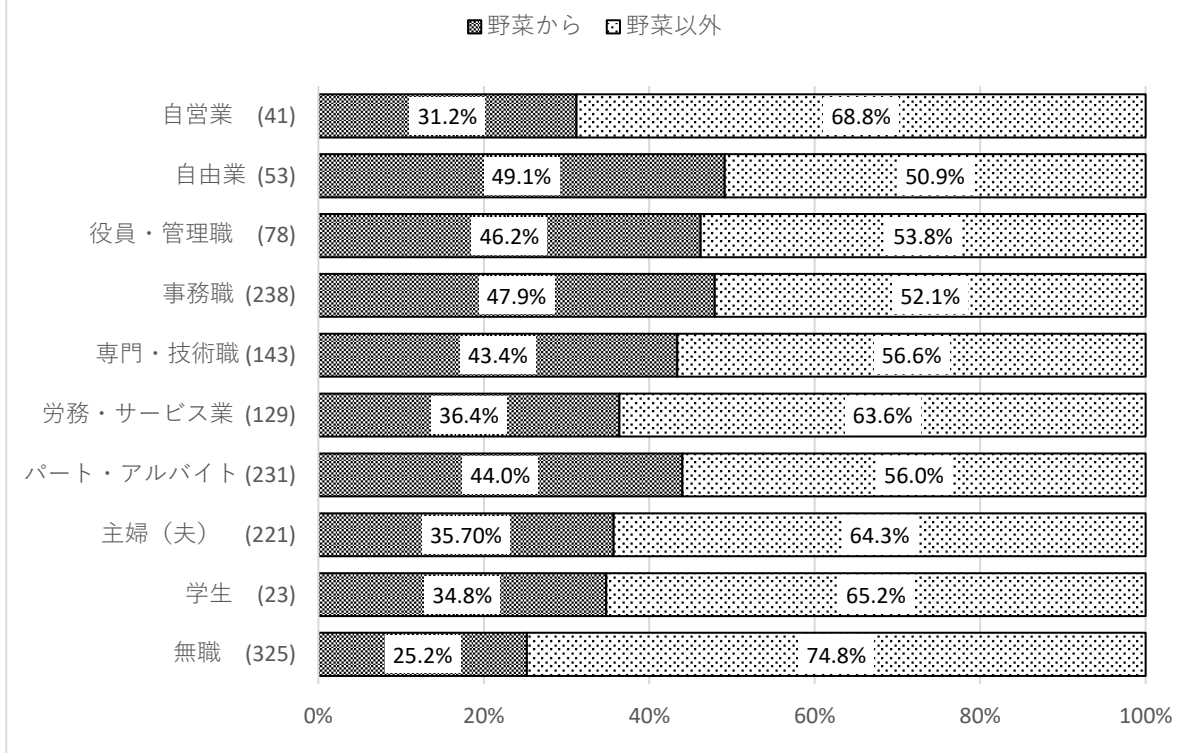
(ウ) 職業別

職業別では、「自由業」や「事務職」が高く、「無職」や「自営業」が低い傾向だった。年代が上がると野菜から食べる人の割合が減少している傾向があるため、「無職」と回答した人の約78%は70歳以上であったことが影響している可能性がある。

一方「自営業」と回答した人は「汁物、スープ」と回答した割合が最多となり、70歳以上は約29%だった。

「ごはん・パンなど（主食）」と回答した割合が一番高かったのは、学生で13%だった。

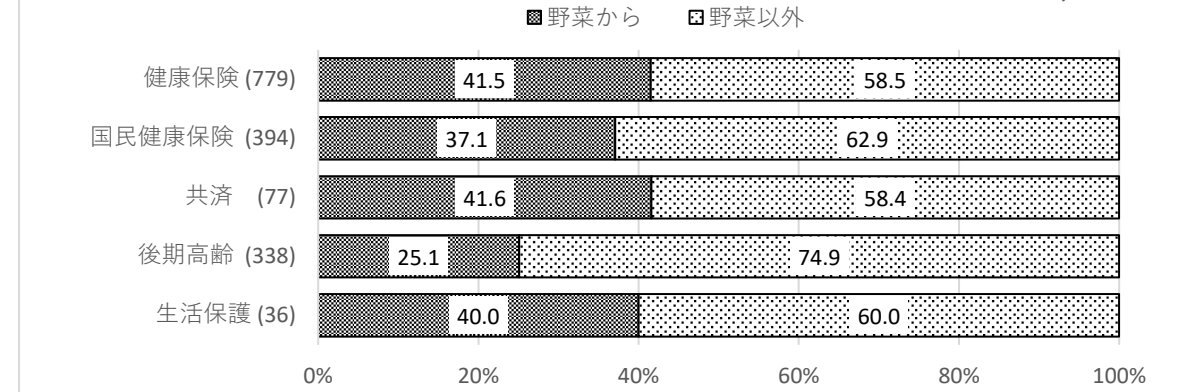
【図Ⅱ-3-20】 職業別（有効回答n=1,582）



(エ) 健康保険の種類別

加入している健康保険の種類で分類すると、後期高齢者医療保険加入者では野菜から食べる人の割合が低い傾向だったが、年齢による影響が考えられる。

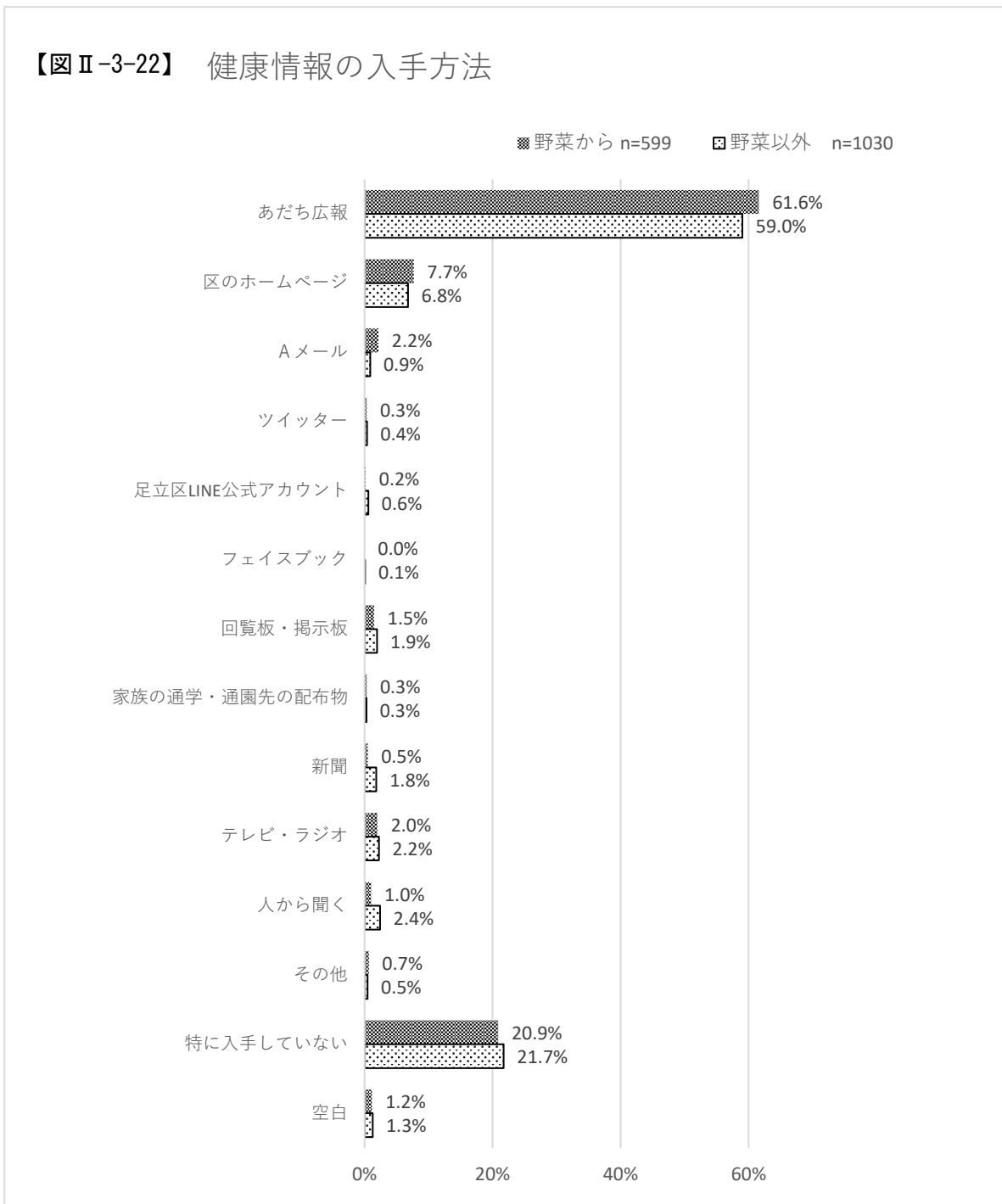
【図Ⅱ-3-21】 加入している健康保険の種類（有効回答1,624）



(オ) 区健康情報を入手する手段

野菜から食べ始めている人も、それ以外の人も、「あだち広報」が最多で大きな差は見られなかった。

【図Ⅱ-3-22】 健康情報の入手方法



(4) 自宅で食事を作る頻度

自宅で食事を作る頻度を聞いたところ、「週に6日以上」が44.7%で最も高く、次いで「週に4～5日程度」と「週に2～3日程度」がともに13.2%、「週に1日以下」が9.9%となっている。一方、「作らない」は18.0%となっている。

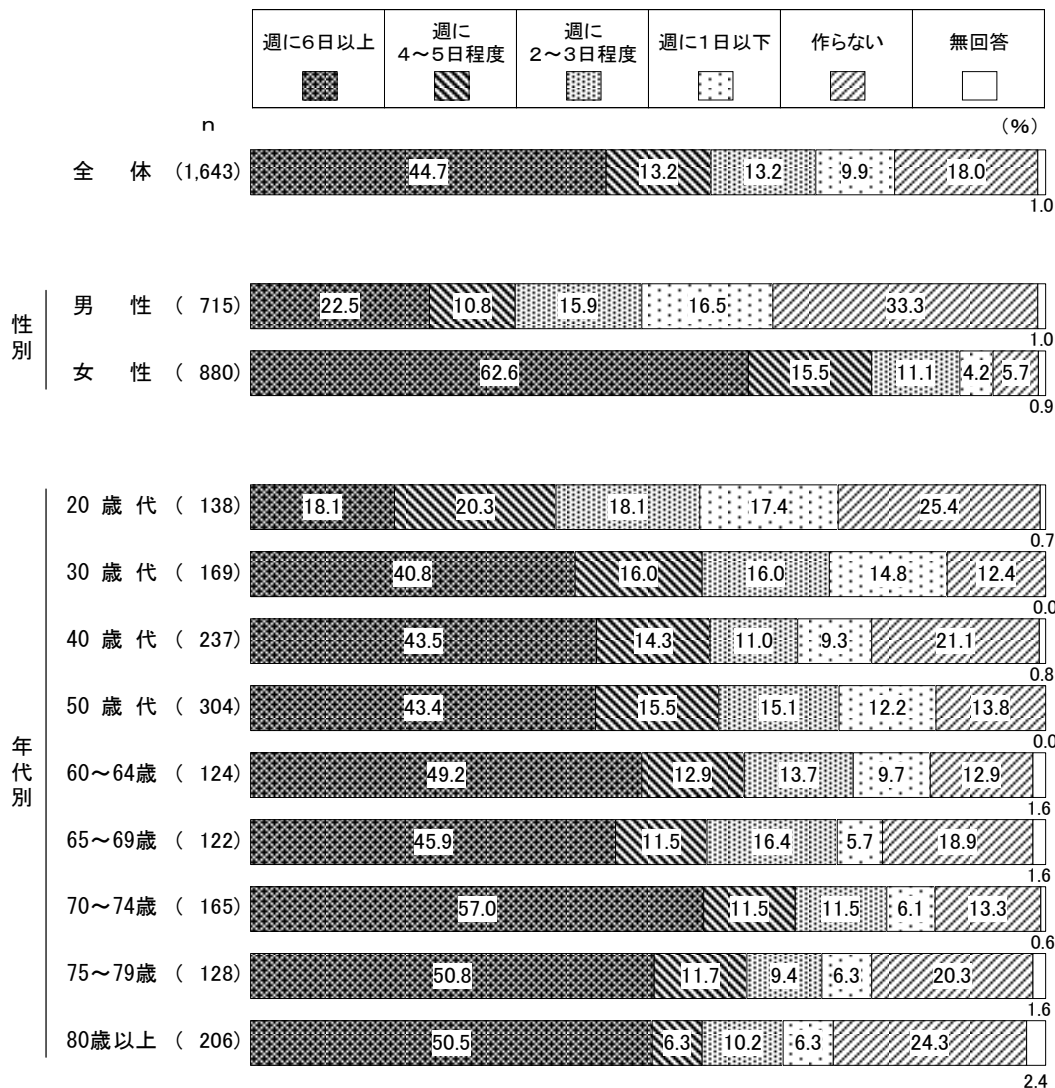
<性別、年代別>

性別でみると、「週に6日以上」は女性(62.6%)が男性(22.5%)より40.1ポイント高くなっている。一方、「作らない」は男性(33.3%)が女性(5.7%)より27.6ポイント高くなっている。

年代別でみると、「週に6日以上」は70～74歳で57.0%と高くなっている。「作らない」は20歳代で25.4%、80歳以上で24.3%と高くなっている。

問9 あなたは、ふだん、ご自宅で食事を作ることがどのくらいありますか(目玉焼きなどの簡単な料理を含みます。○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-23】 自宅で食事を作る頻度(性別、年代別)



(5) いっしょに食事を食べることが多い相手

ふだん、食事をだれと食べることが多いか聞いたところ、「家族・パートナー」が70.1%で最も高く、次いで「ひとり」が27.3%となっている。

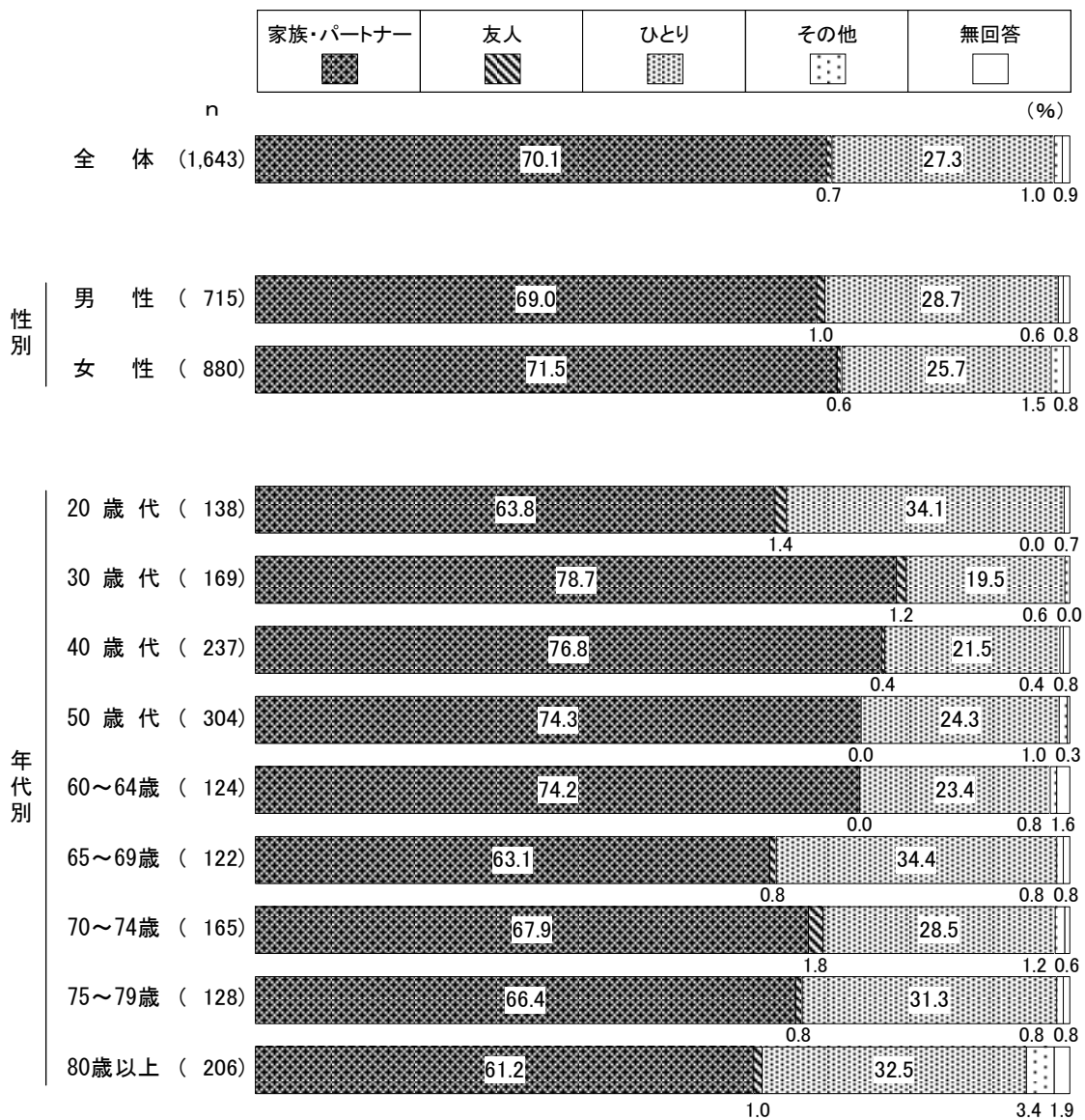
<性別、年代別>

性別で見ると、「ひとり」は男性（28.7%）が女性（25.7%）より3.0ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「家族・パートナー」は30歳代で78.7%、40歳代で76.8%と高くなっている。「ひとり」は65～69歳で34.4%、20歳代で34.1%と高くなっている。

問10 あなたは、ふだん、食事をだれと食べることが多いですか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-24】 いっしょに食事を食べることが多い相手（性別、年代別）

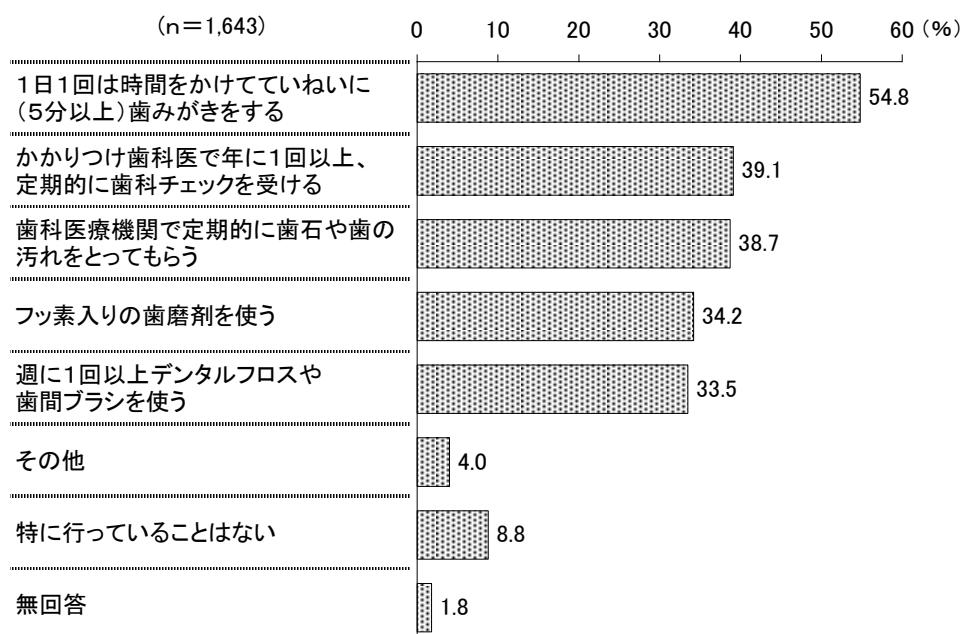


＜口腔ケアについて＞

(6) 歯の健康を保つために行っていること

問11 あなたが、歯の健康を保つために行っていることはありますか（○はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-25】 歯の健康を保つために行っていること



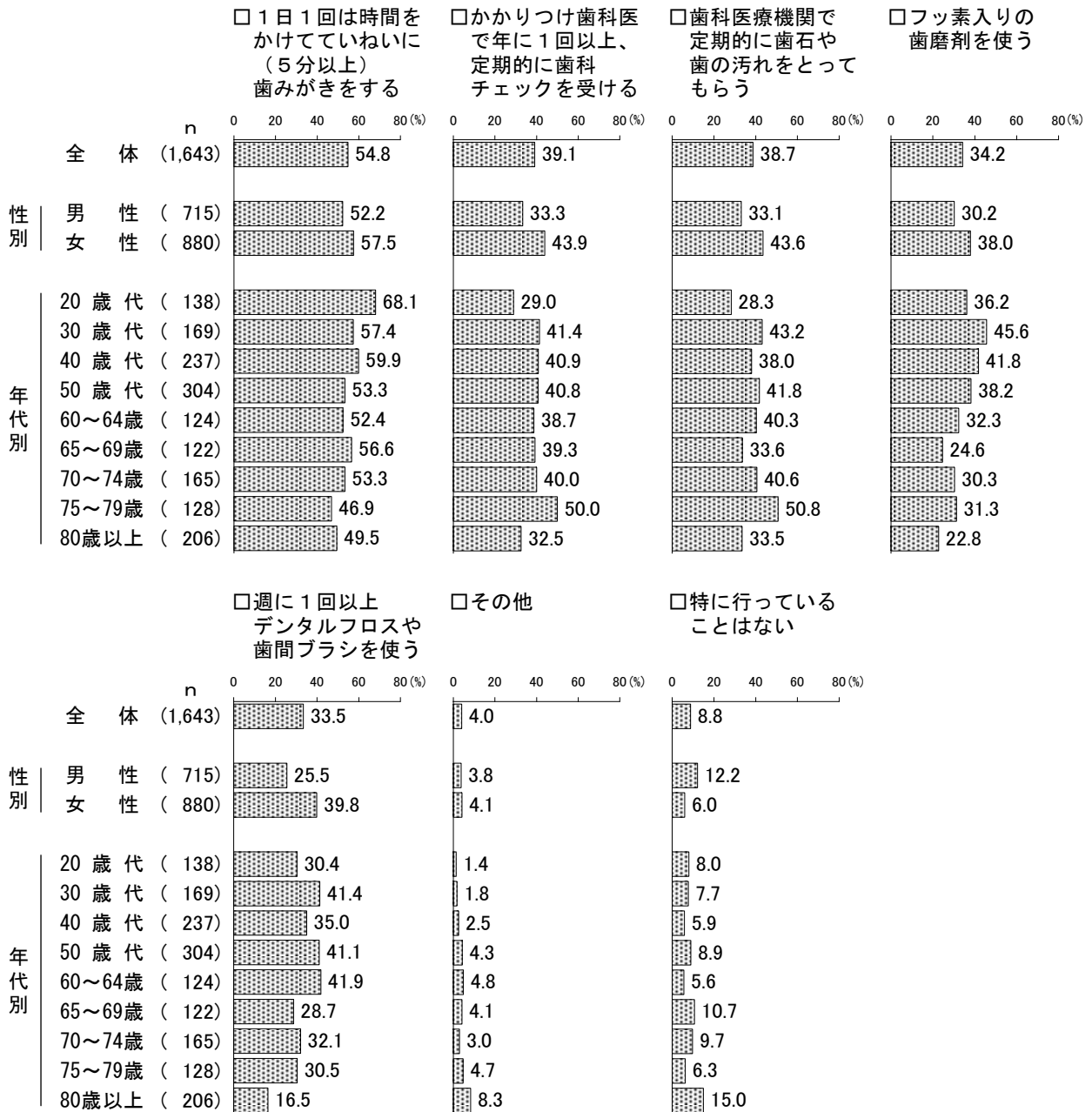
歯の健康を保つために行っていることを聞いたところ、「1日1回は時間をかけていねいに（5分以上）歯みがきをする」が54.8%で最も高く、次いで「かかりつけ歯科医で年に1回以上、定期的に歯科チェックを受ける」が39.1%、「歯科医療機関で定期的に歯石や歯の汚れをとってもらう」が38.7%、「フッ素入りの歯磨剤を使う」が34.2%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「週に1回以上デンタルフロスや歯間ブラシを使う」は女性(39.8%)が男性(25.5%)より14.3ポイント、「かかりつけ歯科医で年に1回以上、定期的に歯科チェックを受ける」は女性(43.9%)が男性(33.3%)より10.6ポイント、それぞれ高くなっている。

年代別でみると、「1日1回は時間をかけてていねいに(5分以上)歯みがきをする」は20歳代で68.1%と高くなっている。「かかりつけ歯科医で年に1回以上、定期的に歯科チェックを受ける」は75~79歳で50.0%と高くなっている。「歯科医療機関で定期的に歯石や歯の汚れをとってもらう」は75~79歳で50.8%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-26】 歯の健康を保つために行っていること(性別、年代別)



<運動について>

(7) 身体を動かす習慣の有無

健康のために仕事や家事以外で身体を動かす習慣の有無を聞いたところ、「ある」が56.4%、「ない」は42.7%となっている。

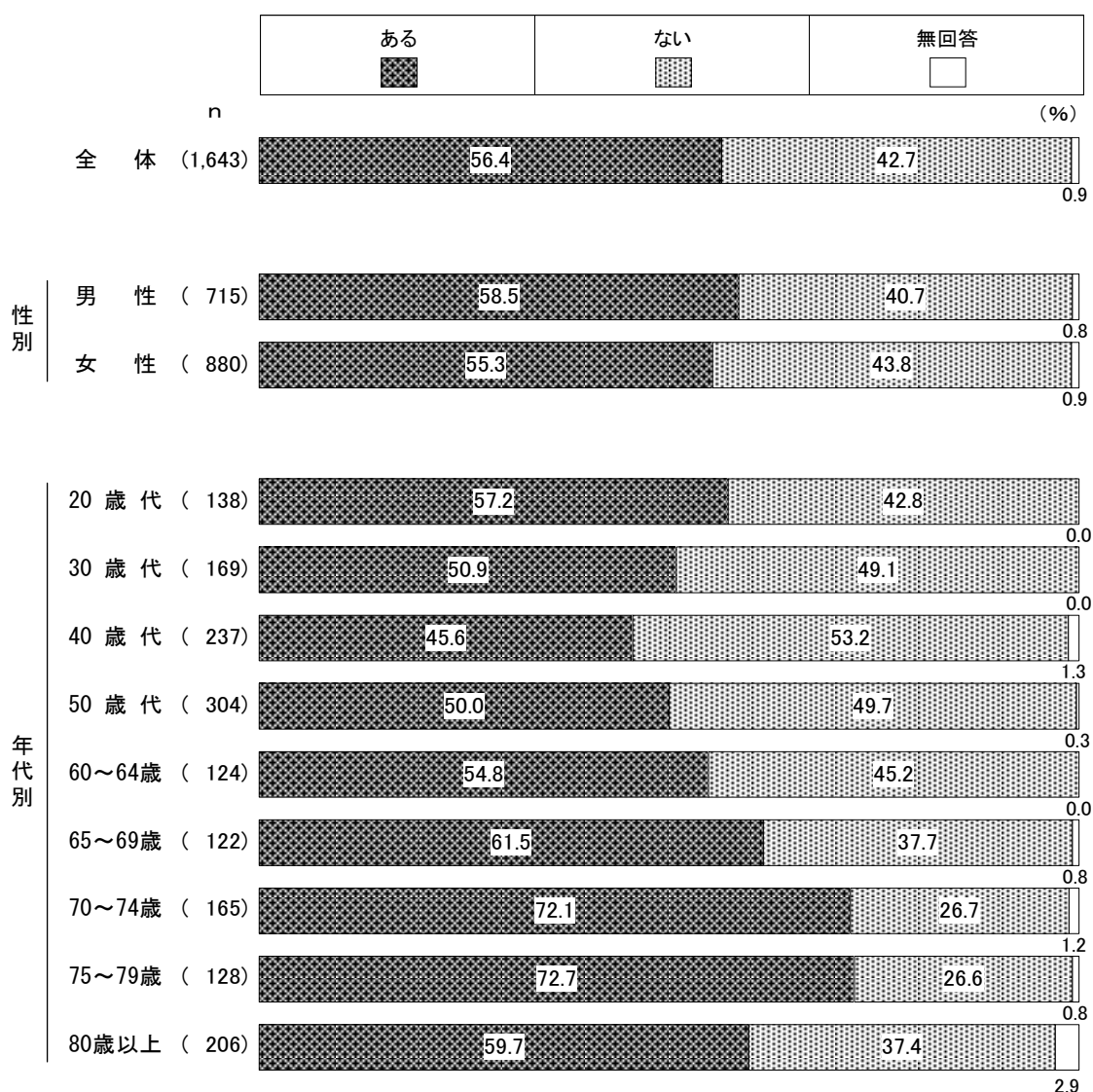
<性別、年代別>

性別でみると、「ある」は男性(58.5%)が女性(55.3%)より3.2ポイント高くなっている。

年代別でみると、「ある」は75~79歳で72.7%、70~74歳で72.1%と高くなっている。一方、「ない」は40歳代で53.2%と高くなっている。

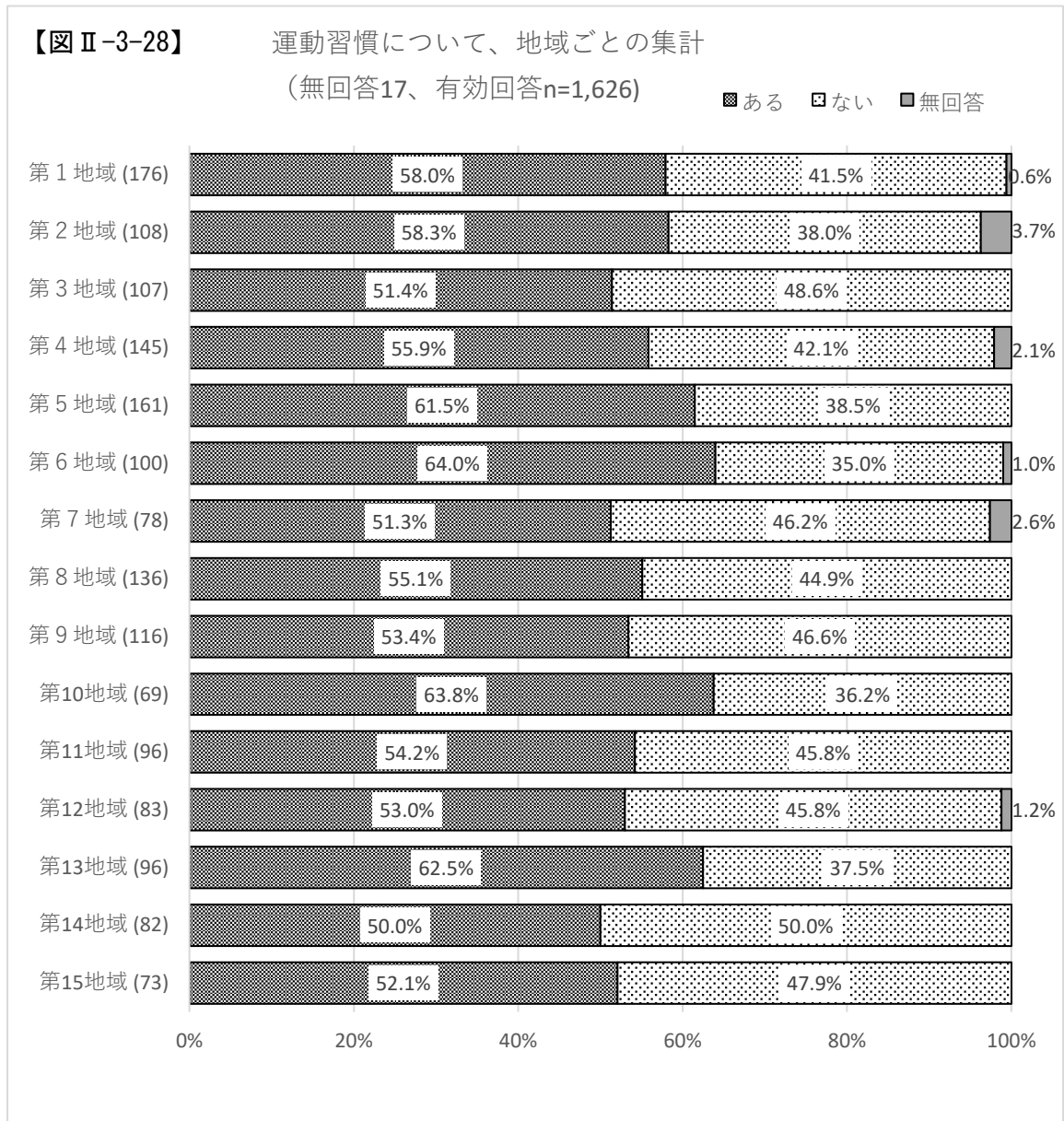
問12 あなたは、健康のために仕事や家事以外で身体を動かす習慣がありますか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-27】 身体を動かす習慣の有無(性別、年代別)



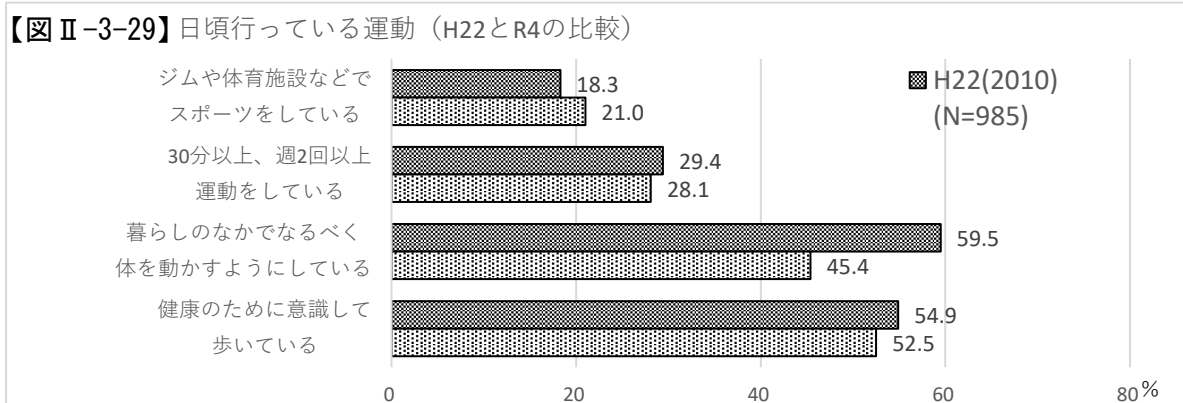
<地域別>

第6地域、第10地域、第13地域、第5地域では「あり」が60%以上だった。



<平成22年と令和4年の比較>

前回の調査時と比較すると、暮らしのなかでなるべく体を動かすようにしている人の割合が増加した。

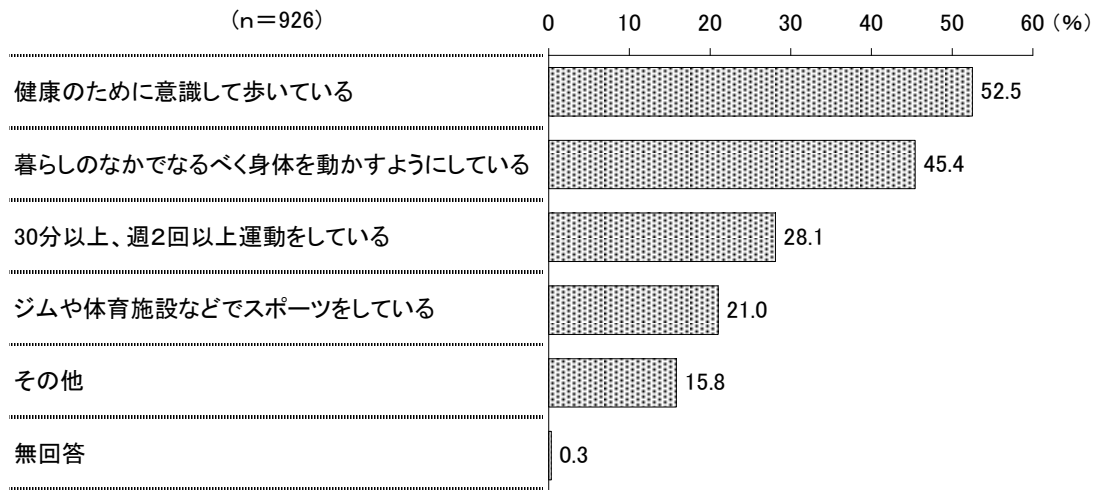


(8) 日頃行っている運動

(問12で、「ある」と答えた方にお聞きします)

問12-1 あなたが日頃行っている運動について、あてはまるものすべてに○をつけてください。

【図Ⅱ-3-30】 日頃行っている運動



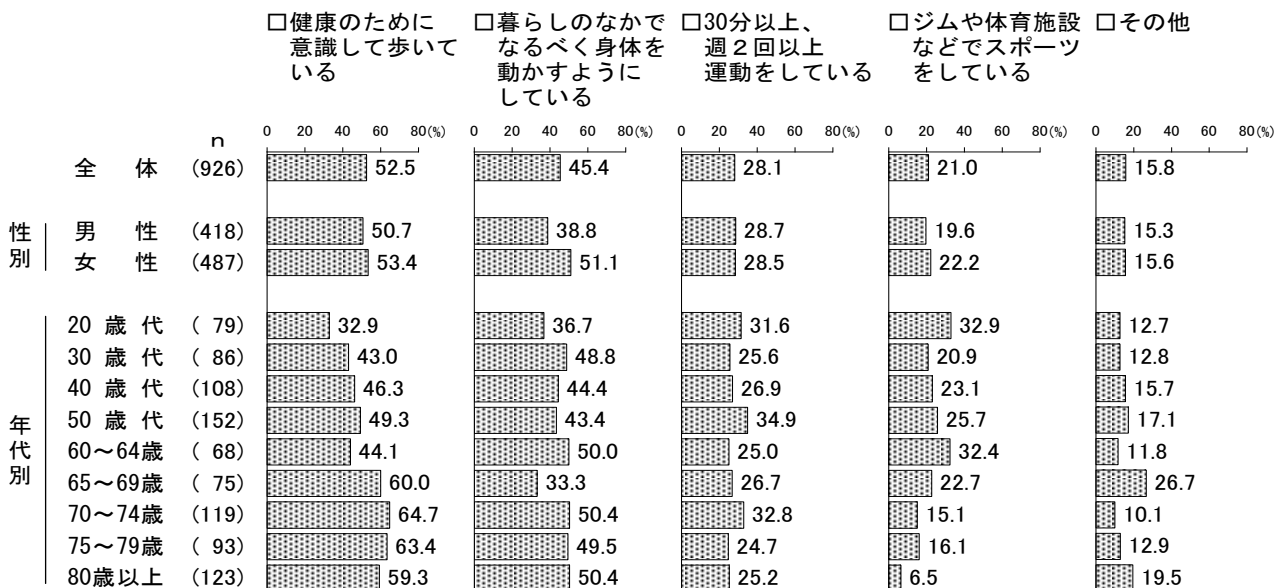
身体を動かす習慣が「ある」と答えた方に、日頃行っている運動について聞いたところ、「健康のために意識して歩いている」が52.5%で最も高く、次いで「暮らしのなかでなるべく身体を動かすようにしている」が45.4%、「30分以上、週2回以上運動をしている」が28.1%、「ジムや体育施設などでスポーツをしている」が21.0%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「暮らしのなかでなるべく身体を動かすようにしている」は女性(51.1%)が男性(38.8%)より12.3ポイント高くなっている。

年代別でみると、「健康のために意識して歩いている」は70~74歳で64.7%、75~79歳で63.4%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-31】 日頃行っている運動(性別、年代別)

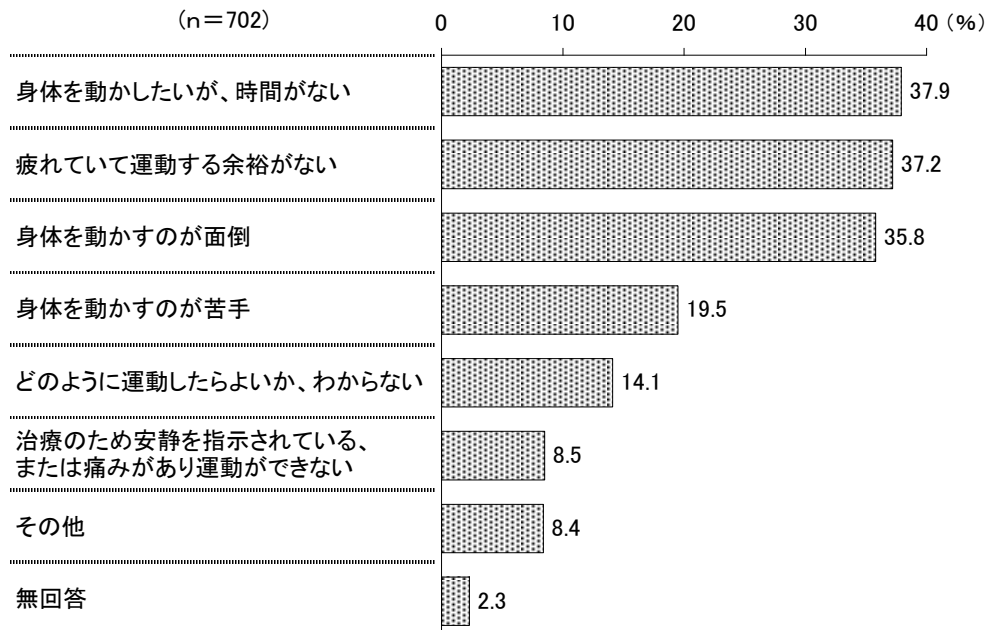


(9) 身体を動かす習慣がない理由

(問12で、「ない」と答えた方にお聞きします)

問12-2 身体を動かす習慣がない理由について、あてはまるものすべてに○をつけてください。

【図Ⅱ-3-32】 身体を動かす習慣がない理由



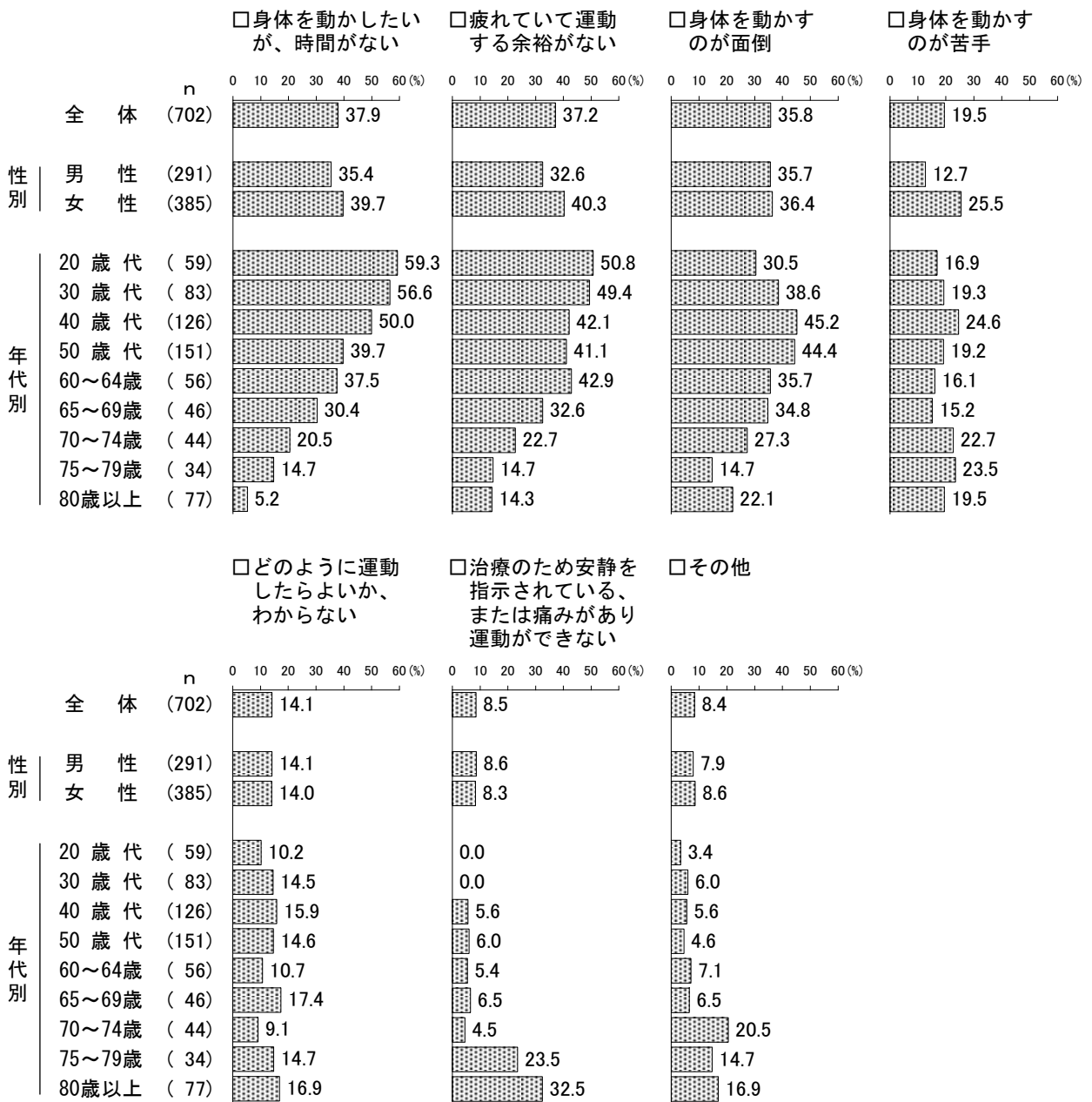
身体を動かす習慣が「ない」と答えた方に、その理由を聞いたところ、「身体を動かしたいが、時間がない」が37.9%で最も高く、次いで「疲れていて運動する余裕がない」が37.2%、「身体を動かすのが面倒」が35.8%、「身体を動かすのが苦手」が19.5%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「身体を動かすのが苦手」は女性（25.5%）が男性（12.7%）より12.8ポイント、「疲れていて運動する余裕がない」は女性（40.3%）が男性（32.6%）より7.7ポイント、それぞれ高くなっている。

年代別でみると、「身体を動かしたいが、時間がない」は年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で59.3%となっている。「疲れていて運動する余裕がない」は20歳代で50.8%、30歳代で49.4%と高くなっている。「身体を動かすのが面倒」は40歳代で45.2%、50歳代で44.4%と高くなっている。

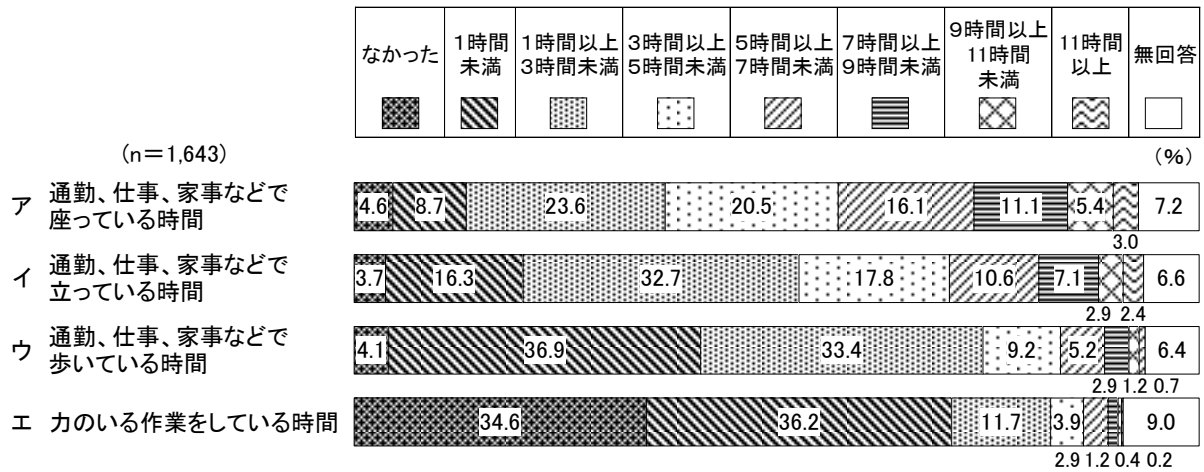
【図Ⅱ-3-33】 身体を動かす習慣がない理由（性別、年代別）



(10) 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳

問13 昨年1年間のうち、通常のとりの期の1日の仕事の時間の内訳を教えてください。通勤や家事の時間も含めてお答えください（○はそれぞれ1つずつ）。

【図Ⅱ-3-34】 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳



1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳を聞いたところ、「1時間以上3時間未満」は“通勤、仕事、家事などで歩いている時間”で33.4%と最も高く、次いで“通勤、仕事、家事などで立っている時間”で32.7%、“通勤、仕事、家事などで座っている時間”で23.6%となっている。

「1時間未満」は“通勤、仕事、家事などで歩いている時間”で36.9%と最も高く、次いで“力のいる作業をしている時間”で36.2%となっている。

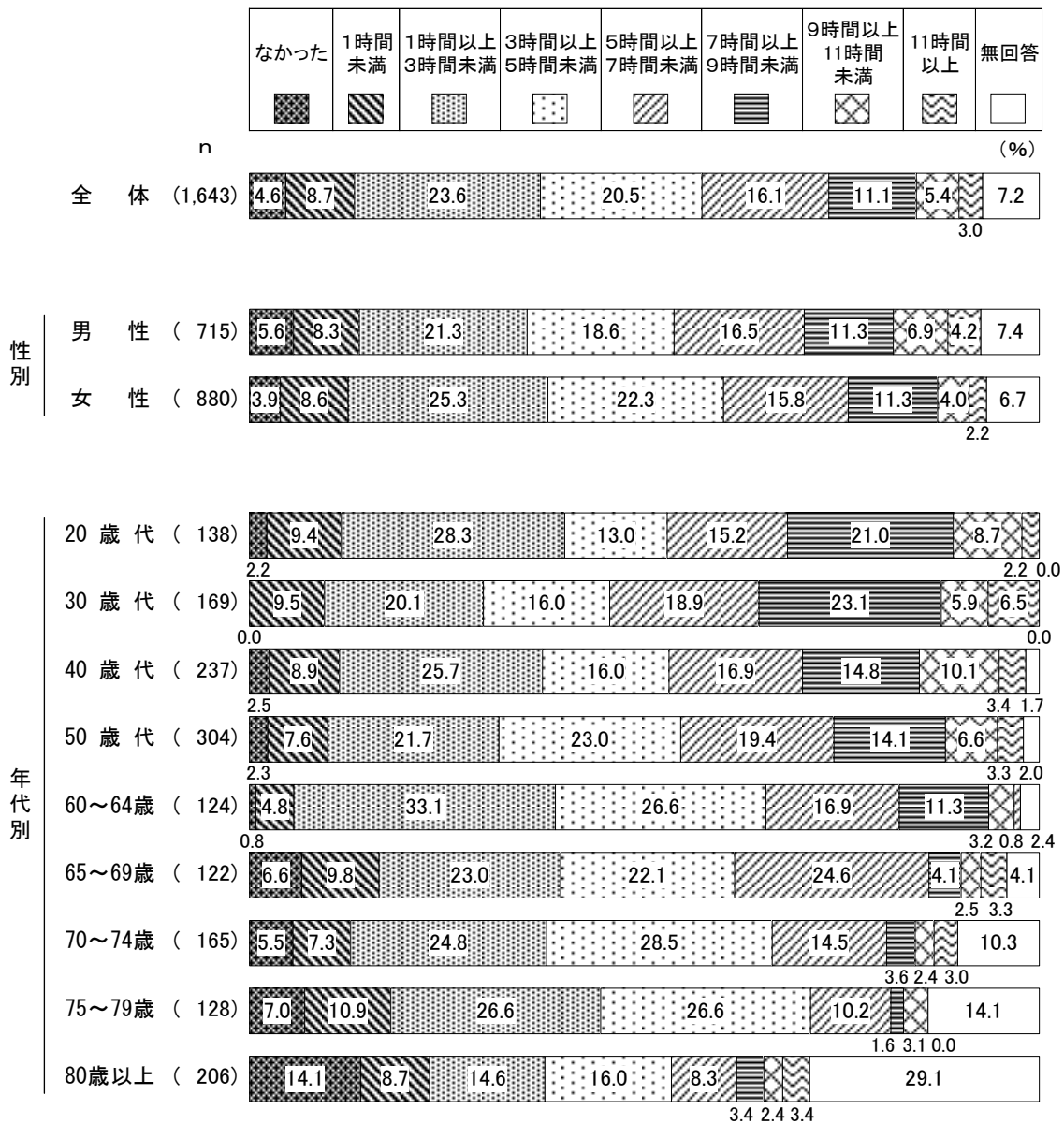
「なかった」は“力のいる作業をしている時間”で34.6%と最も高くなっている。

<性別、年代別> 【ア 通勤、仕事、家事などで座っている時間】

性別で見ると、「1時間以上3時間未満」は女性（25.3%）が男性（21.3%）より4.0ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「1時間以上3時間未満」は60～64歳で33.1%と高くなっている。「3時間以上5時間未満」は70～74歳で28.5%と高くなっている。「5時間以上7時間未満」は65～69歳で24.6%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-35】 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳（性別、年代別）
【ア 通勤、仕事、家事などで座っている時間】

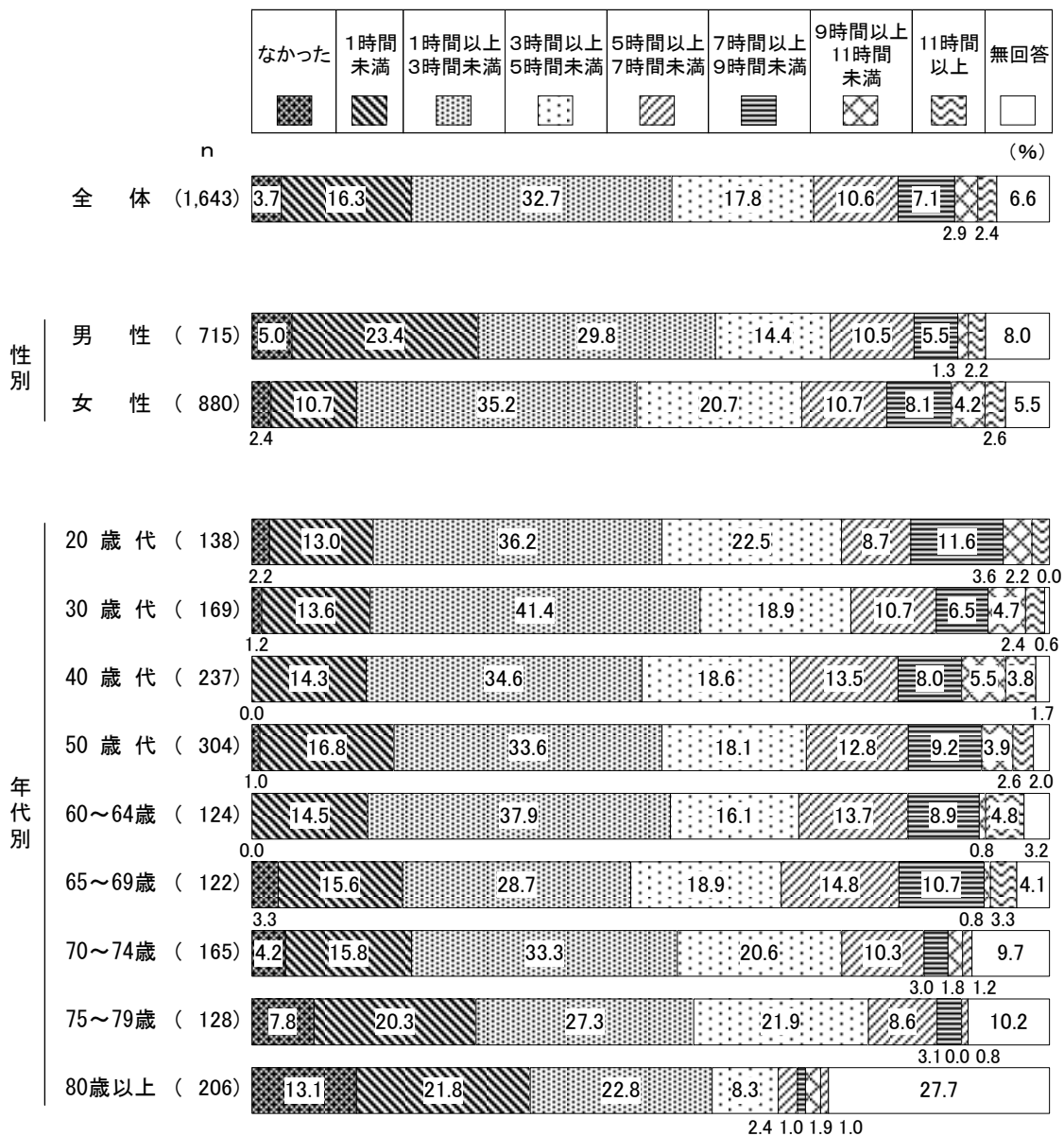


<性別、年代別> 【イ 通勤、仕事、家事などで立っている時間】

性別でみると、「1時間未満」は男性（23.4%）が女性（10.7%）より12.7ポイント高くなっている。一方、「3時間以上5時間未満」は女性（20.7%）が男性（14.4%）より6.3ポイント高くなっている。

年代別でみると、「1時間未満」は80歳以上で21.8%、75～79歳で20.3%と高くなっている。「1時間以上3時間未満」は30歳代で41.4%と高くなっている。「3時間以上5時間未満」は20歳代で22.5%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-36】 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳（性別、年代別）
【イ 通勤、仕事、家事などで立っている時間】

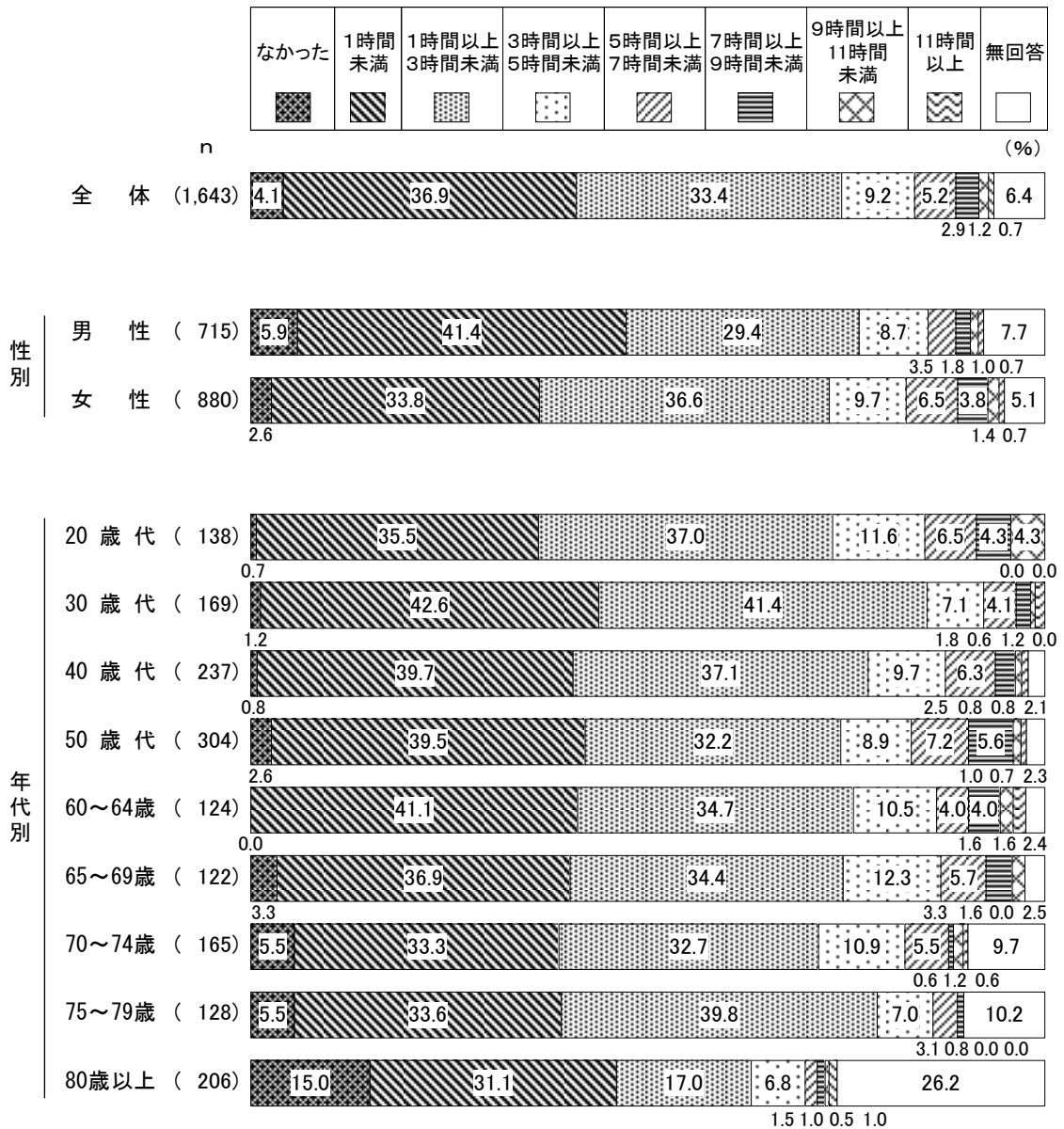


<性別、年代別> 【ウ 通勤、仕事、家事などで歩いている時間】

性別で見ると、「1時間未満」は男性（41.4%）が女性（33.8%）より7.6ポイント高くなっている。一方、「1時間以上3時間未満」は女性（36.6%）が男性（29.4%）より7.2ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「1時間未満」は30歳代で42.6%、60～64歳で41.1%と高くなっている。「1時間以上3時間未満」は30歳代で41.4%、75～79歳で39.8%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-37】 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳（性別、年代別）
【ウ 通勤、仕事、家事などで歩いている時間】

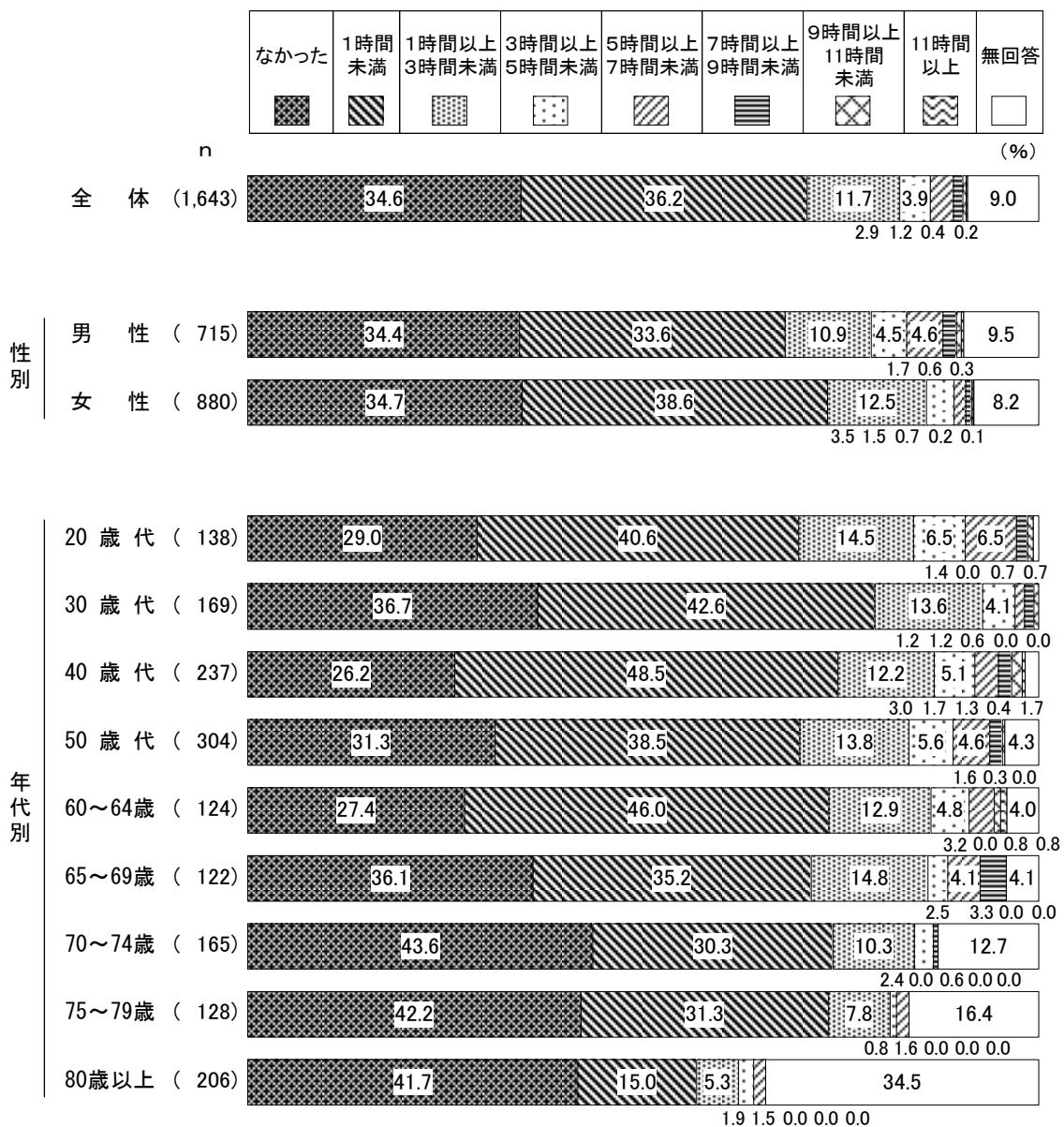


<性別、年代別> 【エ 力のいる作業をしている時間】

性別でみると、「1時間未満」は女性（38.6%）が男性（33.6%）より5.0ポイント高くなっている。

年代別でみると、「なかった」は70～74歳で43.6%、75～79歳で42.2%、80歳以上で41.7%と高くなっている。「1時間未満」は40歳代で48.5%、60～64歳で46.0%と高くなっている。

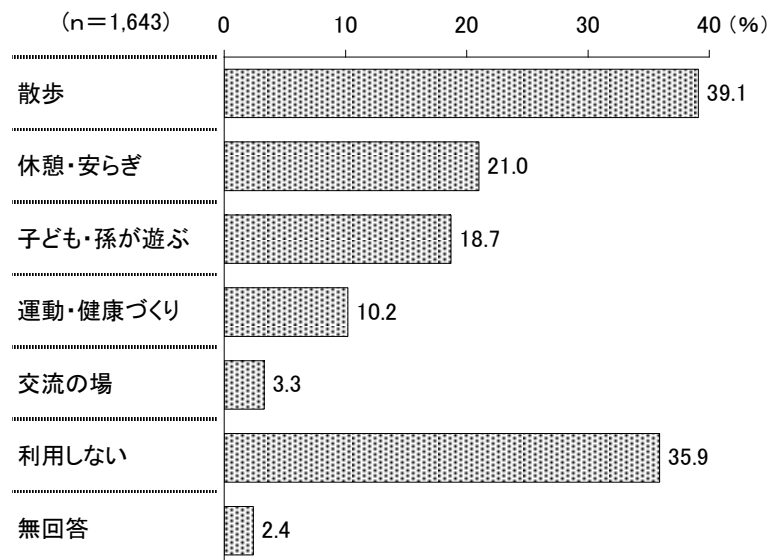
【図Ⅱ-3-38】 1日の仕事、通勤、家事などの時間の内訳（性別、年代別）
【エ 力のいる作業をしている時間】



(11) 公園の利用目的

問14 あなたは、公園をどのような目的で利用しますか（〇はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-39】 公園の利用目的

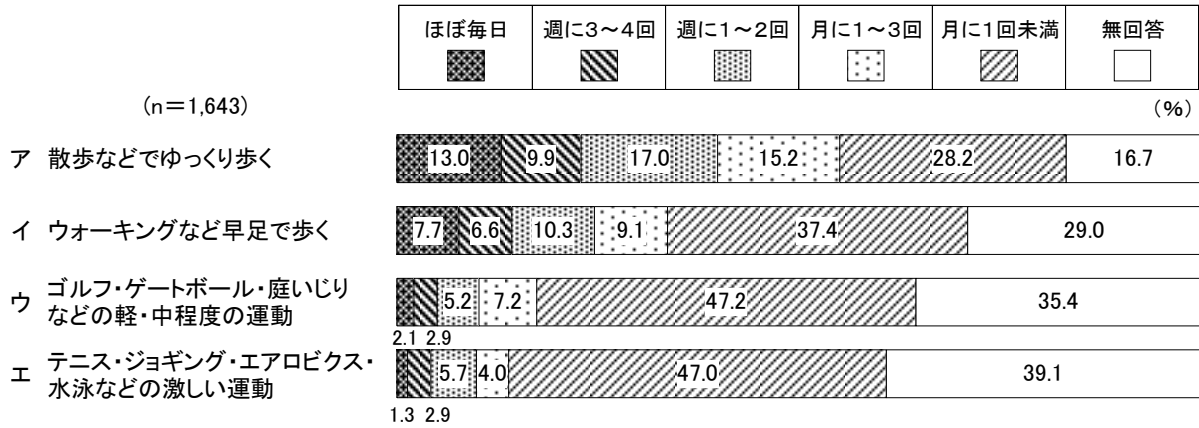


公園の利用目的を聞いたところ、「散歩」が39.1%で最も高く、次いで「休憩・安らぎ」が21.0%、「子ども・孫が遊ぶ」が18.7%となっている。一方、「利用しない」は35.9%となっている。

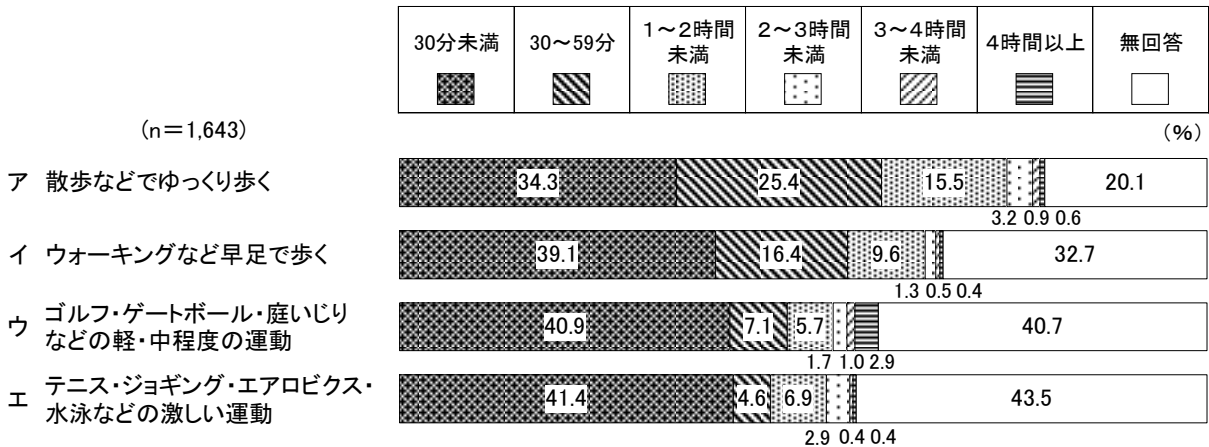
(12) 余暇での「身体の動かし方」

問15 余暇での「身体の動かし方」についておたずねします。昨年、次のことを行う頻度と1回あたりの時間はどのくらいでしたか（〇はそれぞれ1つずつ）。

【図Ⅱ-3-40】 余暇での「身体の動かし方」 【頻度】



【図Ⅱ-3-41】 余暇での「身体の動かし方」 【1回あたりの時間】



余暇での「身体の動かし方」について、頻度をみると、「ほぼ毎日」は“散歩などでゆっくり歩く”で13.0%と最も高くなっている。

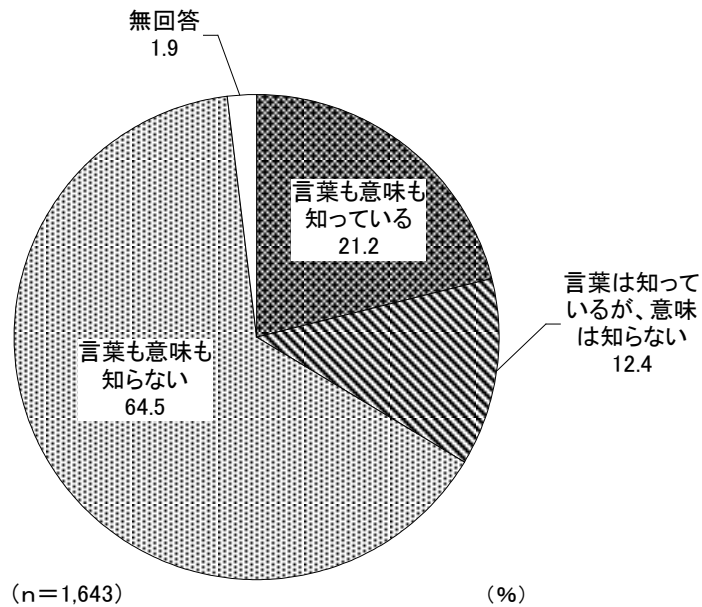
「月に1回未満」は“ゴルフ・ゲートボール・庭いじりなどの軽・中程度の運動”で47.2%と最も高く、次いで“テニス・ジョギング・エアロビクス・水泳などの激しい運動”で47.0%、“ウォーキングなど早足で歩く”で37.4%となっている。

また、1回あたりの時間をみると、「30分未満」は“テニス・ジョギング・エアロビクス・水泳などの激しい運動”で41.4%と最も高く、次いで“ゴルフ・ゲートボール・庭いじりなどの軽・中程度の運動”で40.9%、“ウォーキングなど早足で歩く”で39.1%となっている。

(13) 「ロコモティブシンドローム」もしくは「フレイル」の認知度

問16 あなたは、「ロコモティブシンドローム」もしくは「フレイル」（どちらも、筋力が低下して外出が困難になる状態）という言葉や意味を知っていますか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-42】 「ロコモティブシンドローム」もしくは「フレイル」の認知度



「ロコモティブシンドローム」もしくは「フレイル」を知っているか聞いたところ、「言葉も意味も知っている」が21.2%、「言葉は知っているが、意味は知らない」は12.4%となっている。一方、「言葉も意味も知らない」は64.5%となっている。

<喫煙について>

(14) 喫煙状況

たばこを吸っているか聞いたところ、「吸っているが、禁煙したい」が3.9%、「吸っているが、たばこの本数を減らしたい（節煙したい）」は6.4%、「吸っていて、禁煙も節煙もしたくない」は5.7%となっている。一方、「過去に吸っていたことがあるが、今は吸っていない」は29.0%、「過去も現在も吸っていない」は52.6%となっている。

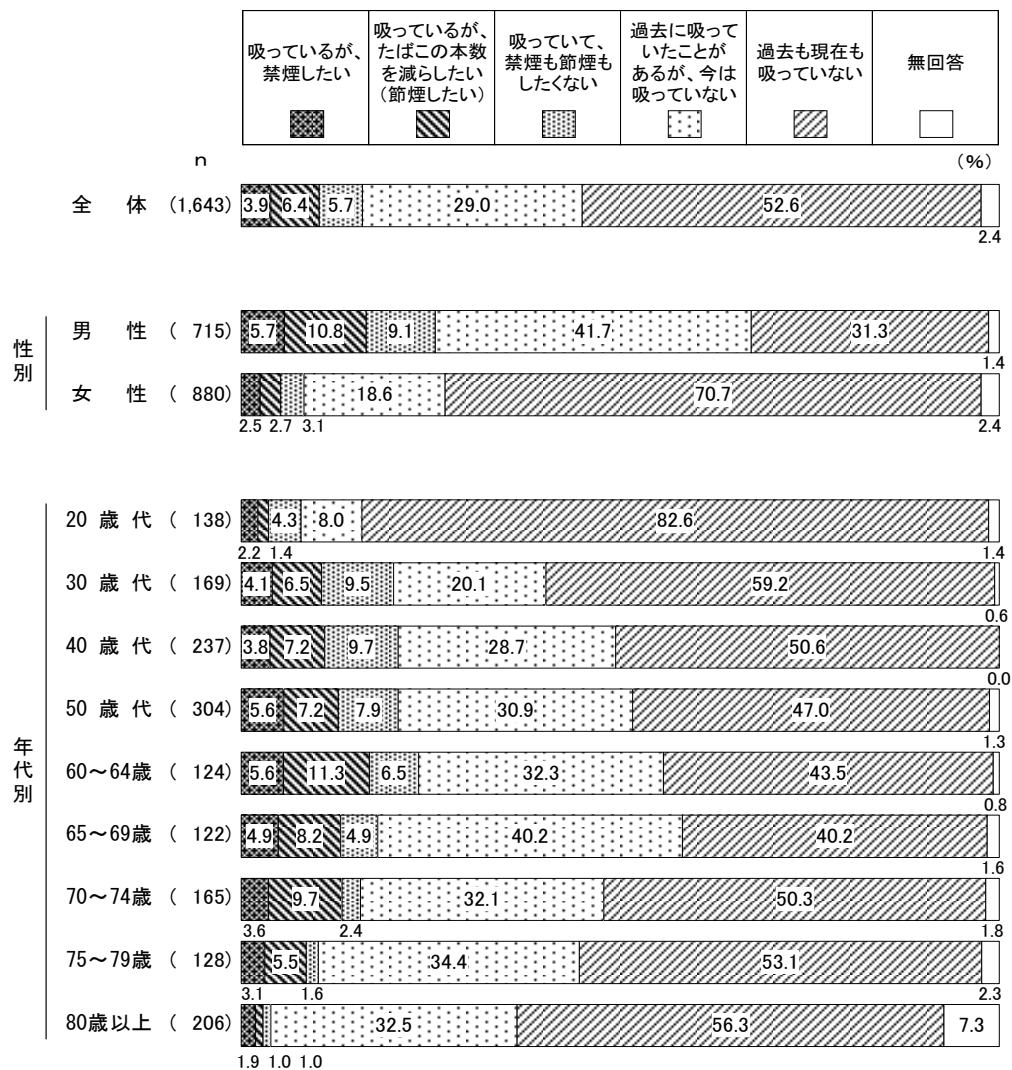
<性別、年代別>

性別でみると、「過去も現在も吸っていない」は女性（70.7%）が男性（31.3%）より39.4ポイント高くなっている。一方、「過去に吸っていたことがあるが、今は吸っていない」は男性（41.7%）が女性（18.6%）より23.1ポイント高くなっている。

年代別でみると、「過去に吸っていたことがあるが、今は吸っていない」は65～69歳で40.2%と高くなっている。「過去も現在も吸っていない」は20歳代で82.6%と高くなっている。

問17 現在、あなたは、たばこを吸っていますか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-43】 喫煙状況（性別、年代別）

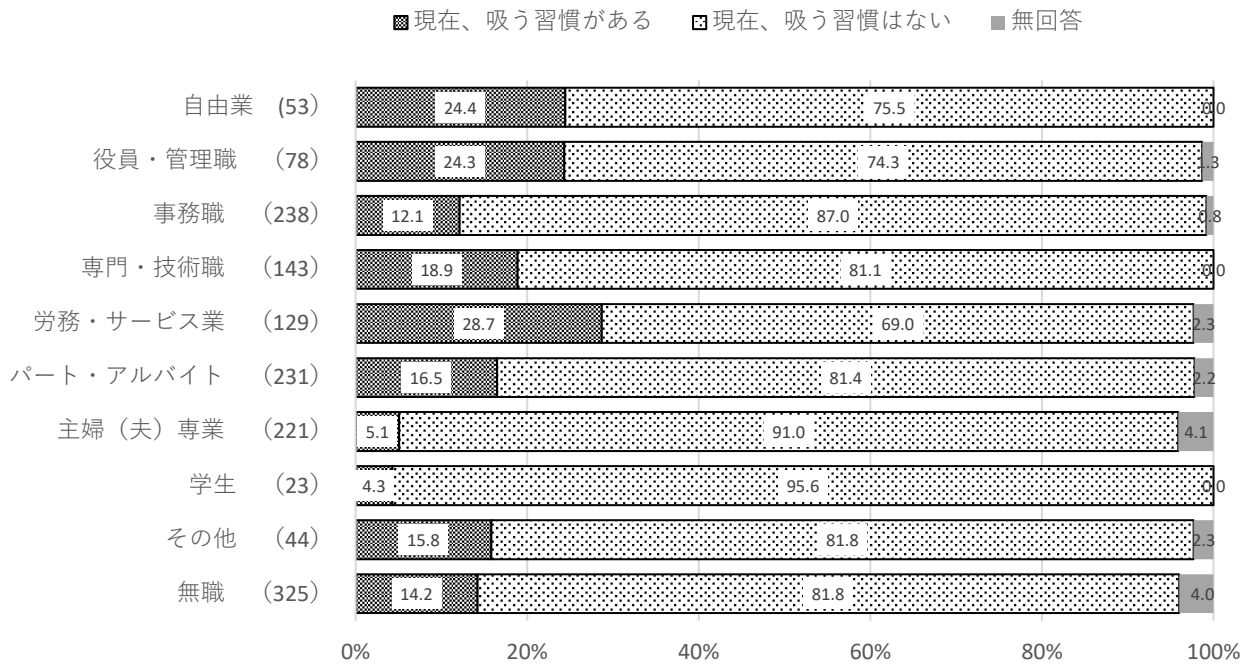


<職業別>

職業別では、労務・サービス業、自由業、自営業の順に喫煙習慣が高かった。

【図Ⅱ-3-44】

職業別の喫煙習慣

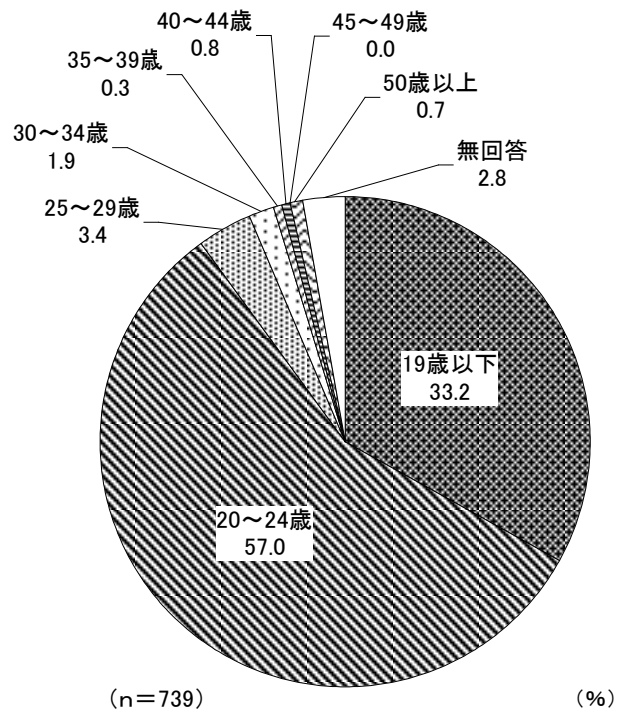


(15) 初めて喫煙した年齢

(問17で、「吸っているが、禁煙したい」「吸っているが、たばこの本数を減らしたい(節煙したい)」「吸っていて、禁煙も節煙もしたくない」「過去に吸っていたことがあるが、今は吸っていない」と答えた方にお聞きします)

問17-1 初めてたばこを吸った年齢は何歳ですか(数字で記入)。

【図Ⅱ-3-45】 初めて喫煙した年齢



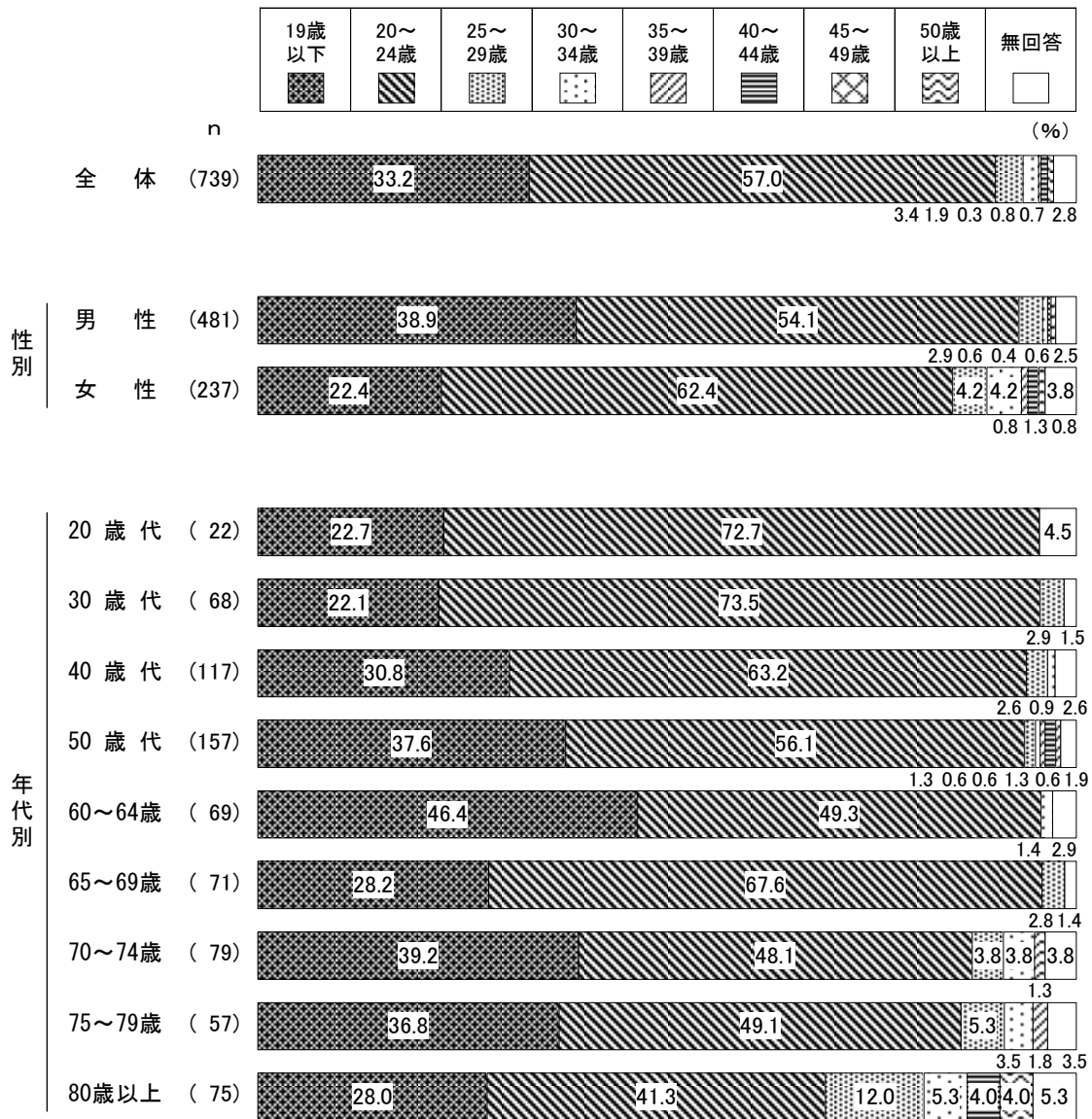
喫煙状況で「吸っているが、禁煙したい」、「吸っているが、たばこの本数を減らしたい(節煙したい)」、「吸っていて、禁煙も節煙もしたくない」、「過去に吸っていたことがあるが、今は吸っていない」と答えた方に、初めてたばこを吸った年齢を聞いたところ、「20～24歳」が57.0%で最も高く、次いで「19歳以下」が33.2%となっている。

＜性別、年代別＞

性別で見ると、「19歳以下」は男性（38.9%）が女性（22.4%）より16.5ポイント高くなっている。一方、「20～24歳」は女性（62.4%）が男性（54.1%）より8.3ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「19歳以下」は60～64歳で46.4%と高くなっている。「20～24歳」は30歳代で73.5%、20歳代で72.7%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-46】 初めて喫煙した年齢（性別、年代別）



(16) 「COPD」の認知度

「COPD（慢性閉塞性肺疾患、主に喫煙を原因とする肺の疾患）」を知っているか聞いたところ、「言葉も意味も知っている」が24.2%、「言葉は知っているが、意味は知らない」は15.4%となっている。一方、「言葉も意味も知らない」は57.7%となっている。

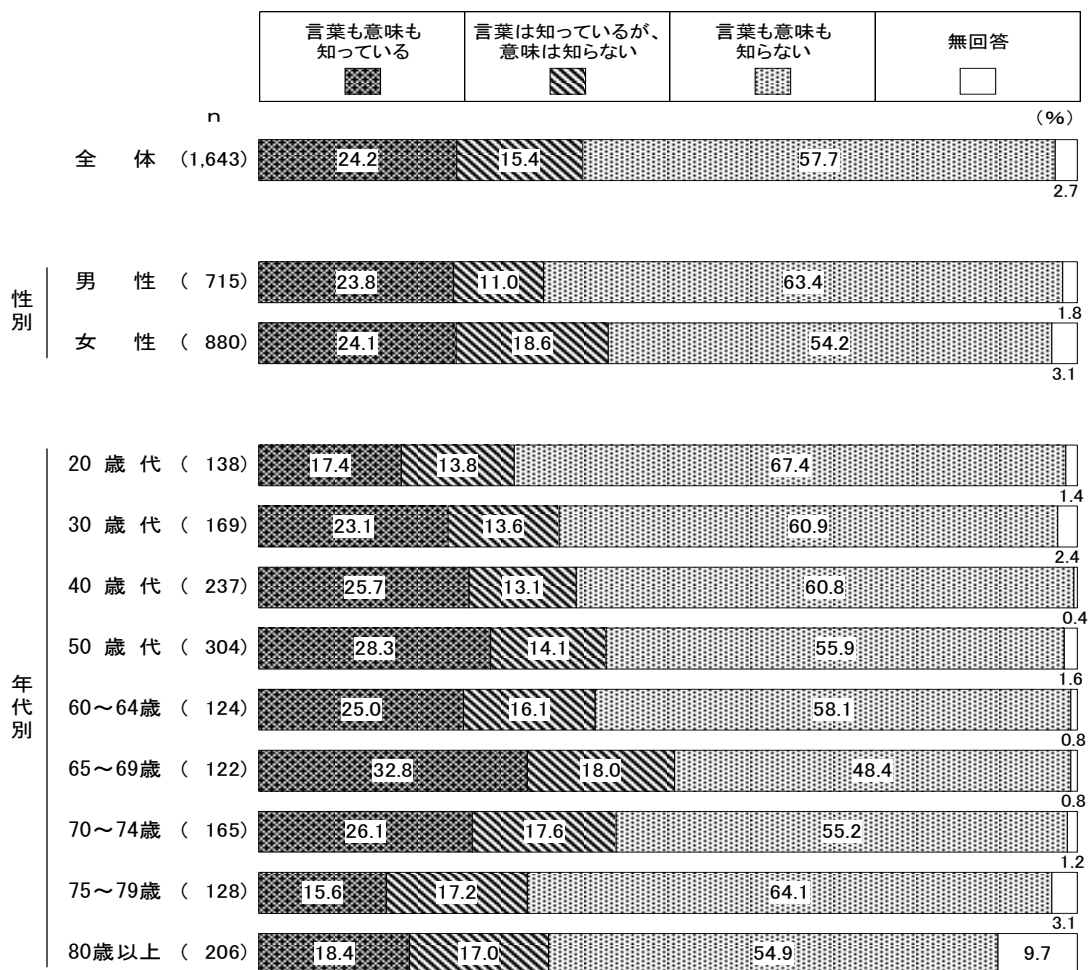
<性別、年代別>

性別でみると、「言葉も意味も知らない」は男性（63.4%）が女性（54.2%）より9.2ポイント高くなっている。一方、「言葉は知っているが、意味は知らない」は女性（18.6%）が男性（11.0%）より7.6ポイント高くなっている。

年代別でみると、「言葉も意味も知っている」は65～69歳で32.8%と高くなっている。一方、「言葉も意味も知らない」は20歳代で67.4%、75～79歳で64.1%と高くなっている。

問18 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患、主に喫煙を原因とする肺の疾患）」という言葉や意味を知っていますか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-47】 「COPD」の認知度（性別、年代別）



<飲酒の状況について>

(17) 飲酒状況

飲酒状況を聞いたところ、「はい」が48.3%となっている。一方、「飲んだことはあるが、現在は飲んでいない」は18.4%、「いいえ」は31.6%となっている。

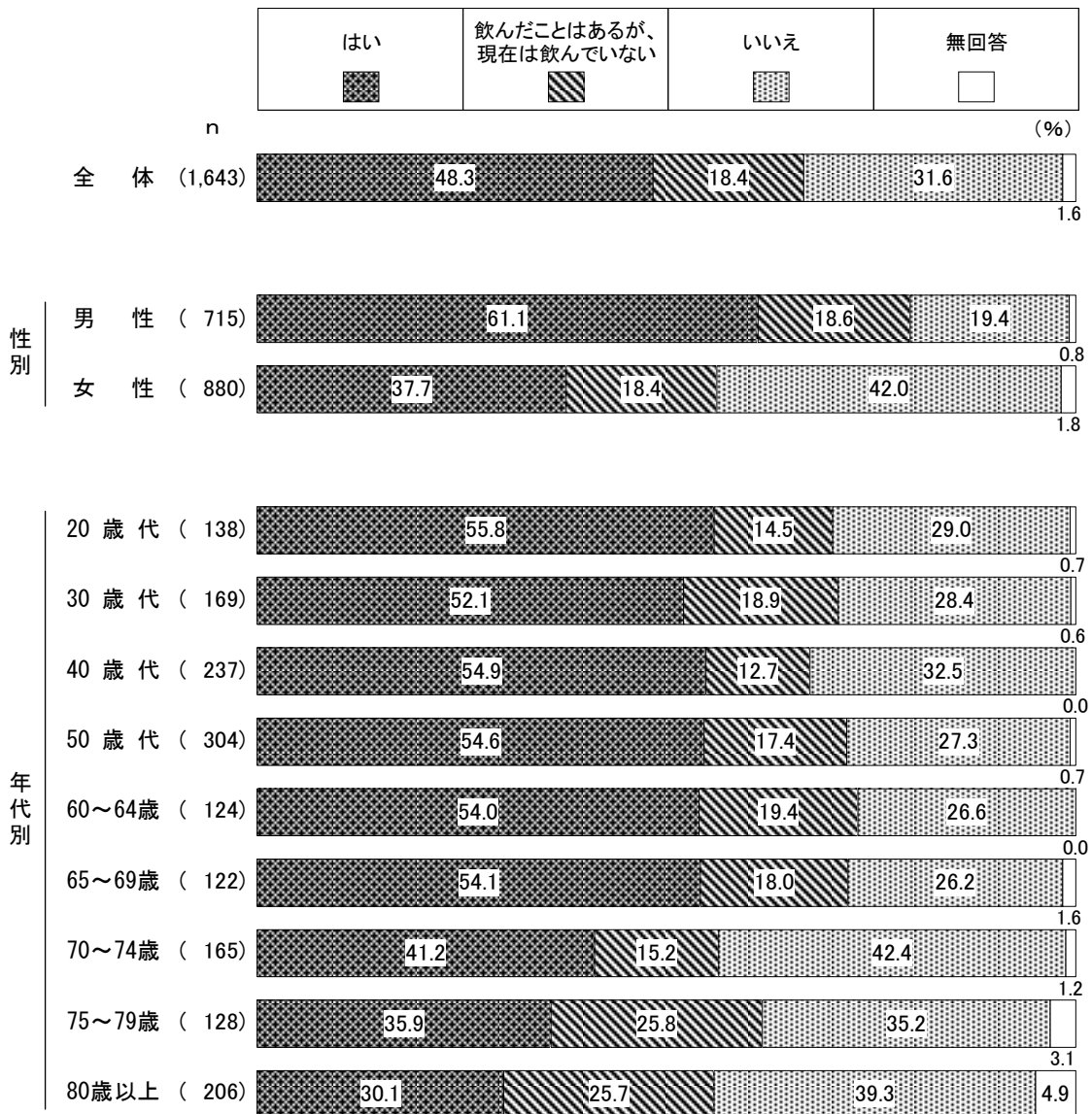
<性別、年代別>

性別で見ると、「はい」は男性(61.1%)が女性(37.7%)より23.4ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「はい」は20歳代で55.8%と高くなっている。一方、「いいえ」は70~74歳で42.4%、80歳以上で39.3%と高くなっている。

問19 あなたは、今までに習慣的にお酒を飲んだことがある、あるいは現在飲んでいますか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-48】 飲酒状況(性別、年代別)

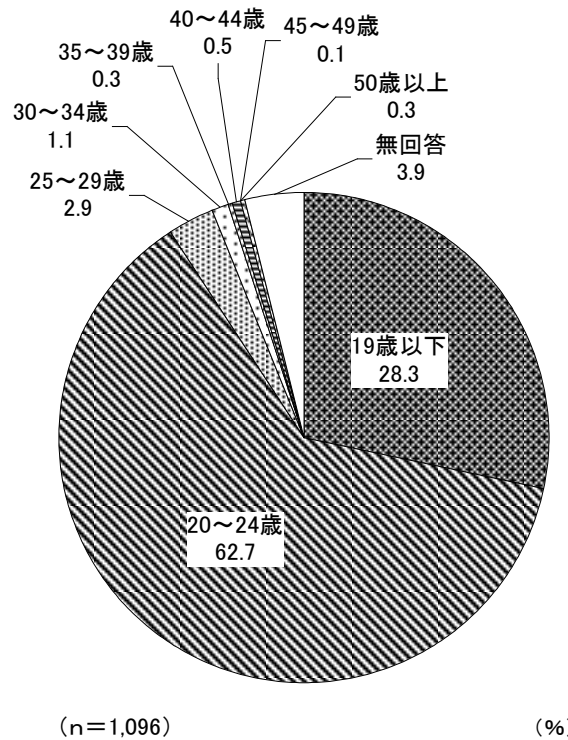


(18) 初めて飲酒をした年齢

(問19で、「はい」「飲んだことはあるが、現在は飲んでいない」と答えた方にお聞きします)

問19-1 初めて飲酒をした年齢は何歳ですか(数字で記入)。

【図Ⅱ-3-49】 初めて飲酒をした年齢



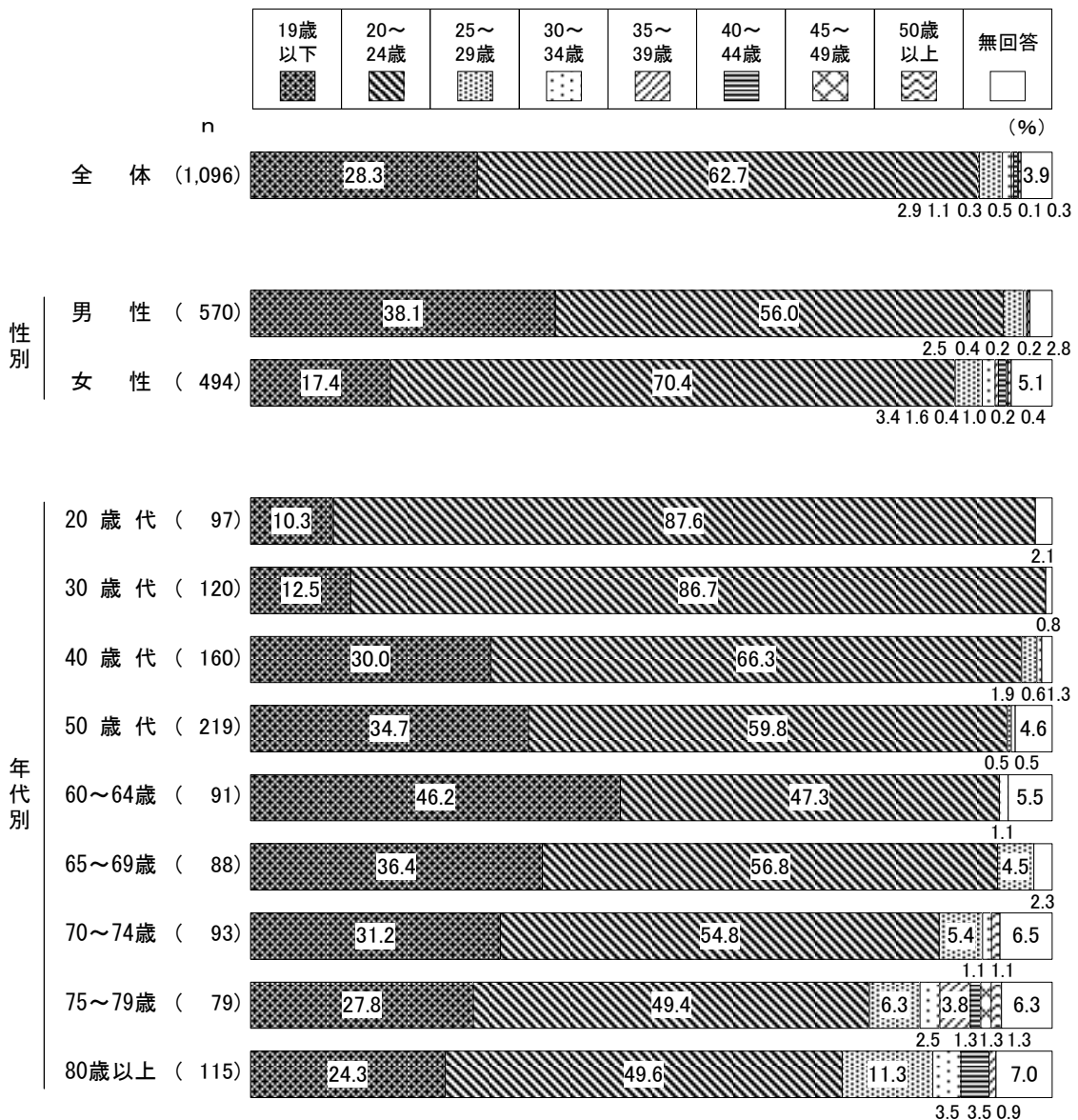
飲酒状況で「習慣的に飲酒している」、「飲んだことはあるが、現在は飲んでいない」と答えた方に、初めて飲酒をした年齢を聞いたところ、「20~24歳」が62.7%で最も高く、次いで「19歳以下」が28.3%となっている。

＜性別、年代別＞

性別で見ると、「19歳以下」は男性（38.1%）が女性（17.4%）より20.7ポイント高くなっている。一方、「20～24歳」は女性（70.4%）が男性（56.0%）より14.4ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「19歳以下」は60～64歳で46.2%と高くなっている。「20～24歳」は20歳代で87.6%、30歳代で86.7%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-50】 初めて飲酒をした年齢（性別、年代別）



(19) 飲酒の頻度

飲酒状況で「習慣的に飲酒している」と答えた方に、飲酒の頻度を聞いたところ、「毎日」が38.0%で最も高く、次いで「週に3～6回」が25.9%、「週1回未満」が18.0%、「週に1～2回」が16.8%となっている。

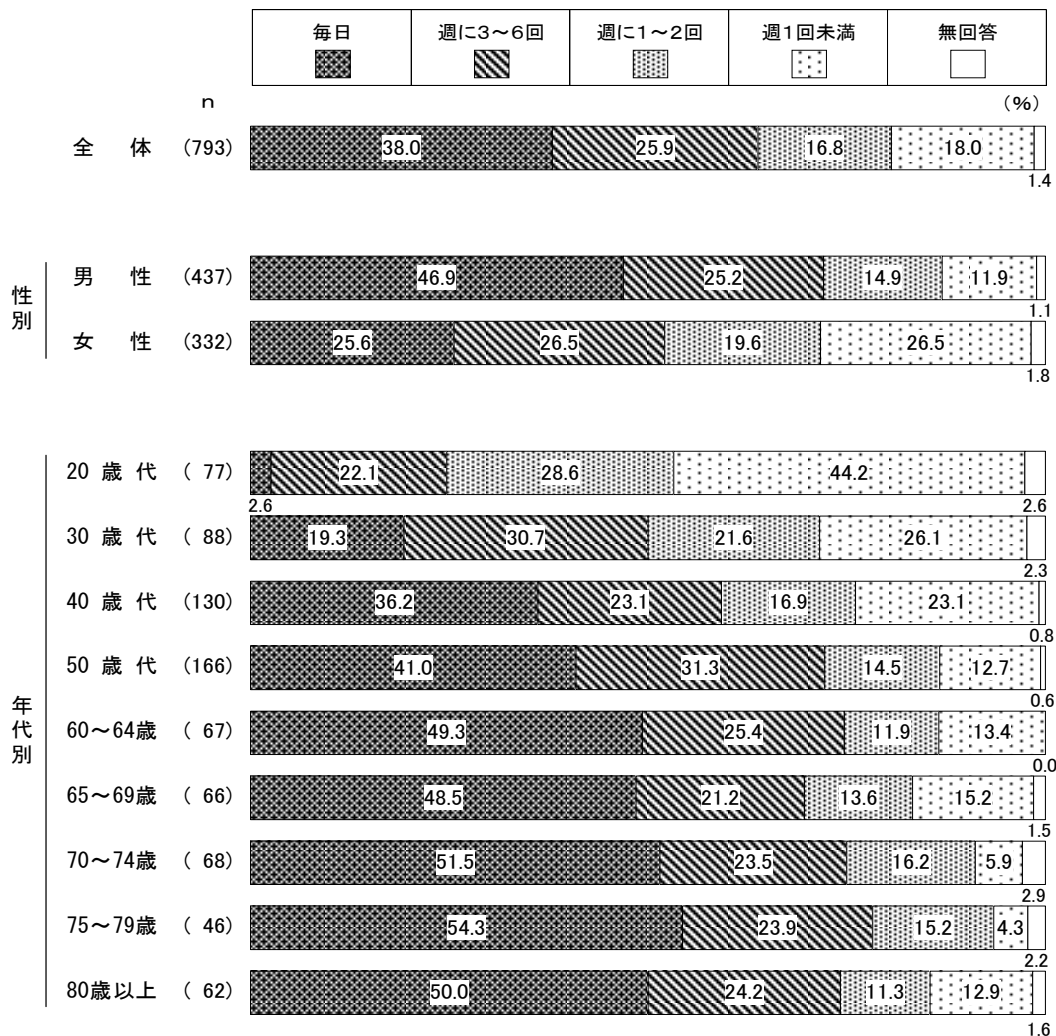
<性別、年代別>

性別でみると、「毎日」は男性(46.9%)が女性(25.6%)より21.3ポイント高くなっている。一方、「週1回未満」は女性(26.5%)が男性(11.9%)より14.6ポイント高くなっている。

年代別でみると、「毎日」は75～79歳で54.3%と高くなっている。「週に3～6回」は50歳代で31.3%、30歳代で30.7%と高くなっている。「週1回未満」は20歳代で44.2%と高くなっている。

(問19で、「はい」と答えた方(現在お酒を飲む習慣がある方)にお聞きします)
問19-2 お酒を飲む頻度はどれくらいですか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-51】 飲酒の頻度(性別、年代別)



(20) 一日の飲酒量

飲酒状況で「習慣的に飲酒している」と答えた方に、一日の飲酒量を聞いたところ、「1合未満」が35.3%で最も高く、次いで「1～2合未満」が34.3%、「2～3合未満」が21.1%、「3合以上」が8.3%となっている。

※ 生活習慣病のリスクを高める1日あたりの飲酒量：純アルコール摂取量で男性40g以上、女性20g以上。日本酒（約15%）1合の純アルコール量は22g（出典：厚生労働省HP）。

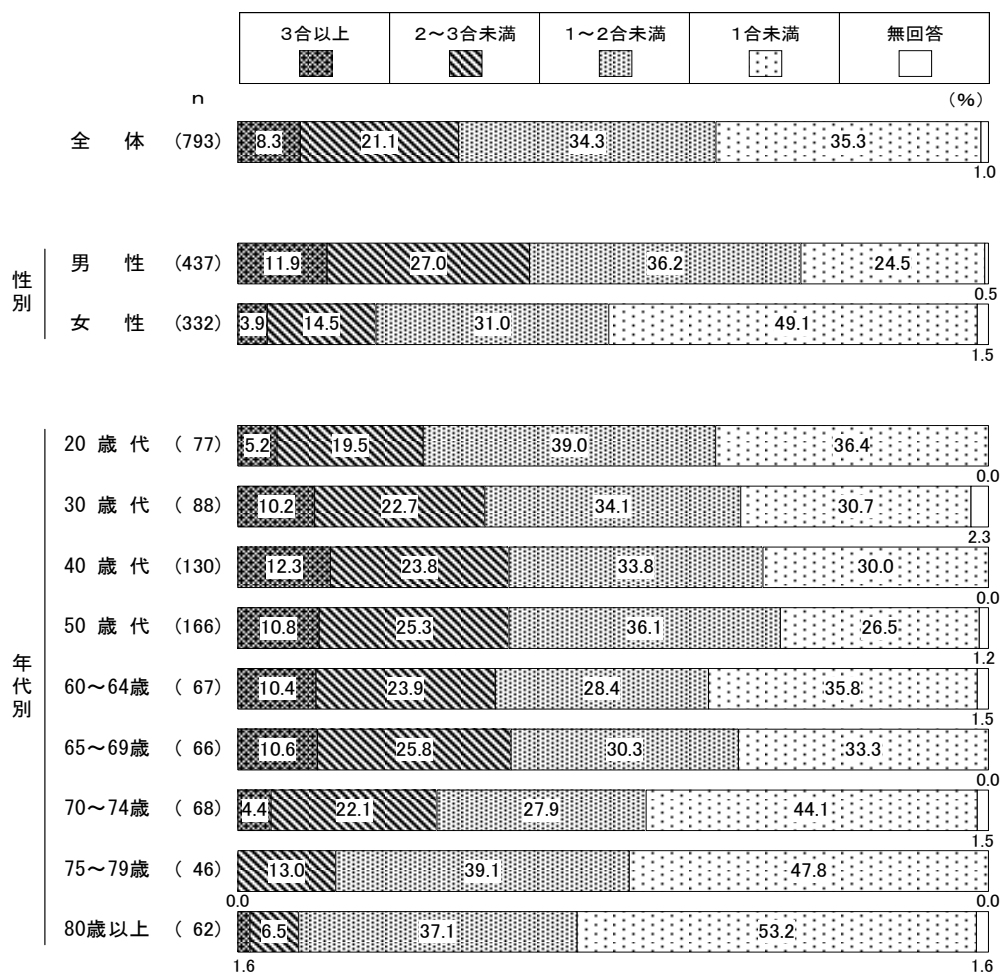
<性別、年代別>

性別でみると、「1合未満」は女性（49.1%）が男性（24.5%）より24.6ポイント高くなっている。一方、「2～3合未満」は男性（27.0%）が女性（14.5%）より12.5ポイント高くなっている。

年代別でみると、「1～2合未満」は75～79歳で39.1%、20歳代で39.0%と高くなっている。「1合未満」は80歳以上で53.2%と高くなっている。

（問19で、「はい」と答えた方（現在お酒を飲む習慣がある方）にお聞きします）
問19-3 一日あたりの飲酒量はどのくらいですか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-52】 一日の飲酒量（性別、年代別）



<インターネットの利用について>

(21) インターネットやメールの利用の有無

インターネットやメールを使っているか聞いたところ、「はい」が79.2%、「いいえ」は19.6%となっている。

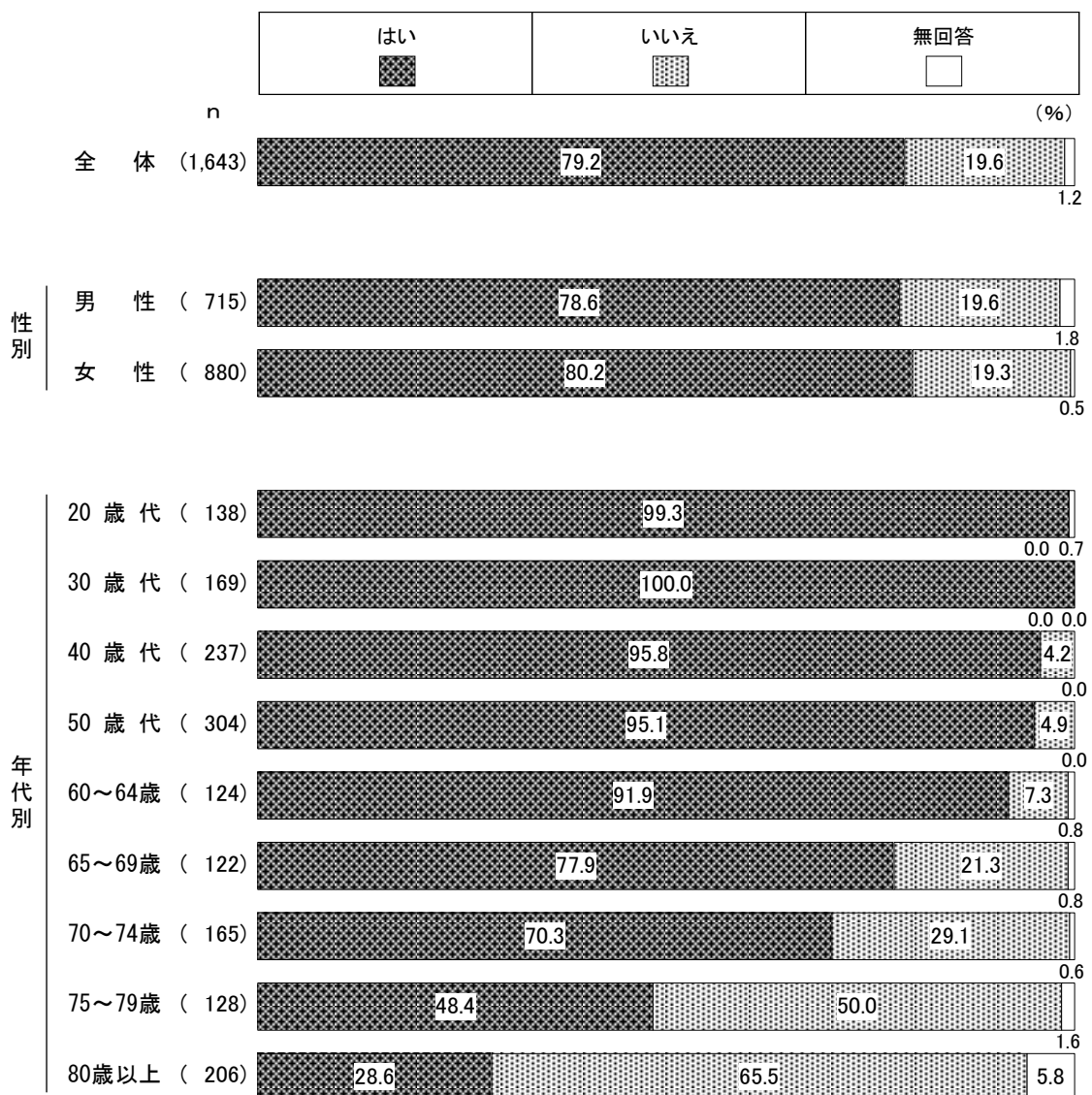
<性別、年代別>

性別でみると、大きな違いはみられない。

年代別でみると、「はい」はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、30歳代で100.0%、20歳代で99.3%となっている。一方、「いいえ」は80歳以上で65.5%と高くなっている。

問20 あなたは、インターネットやメールを使っていますか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-53】 インターネットやメールの利用の有無（性別、年代別）



(22) インターネットの利用時間

インターネットやメールを「使っている」と答えた方に、一日のうち、何時間程度インターネットを使用しているか聞いたところ、「2時間未満」が41.4%で最も高く、次いで「2～4時間未満」が20.2%、「4～6時間未満」が20.1%となっている。

<性別、年代別>

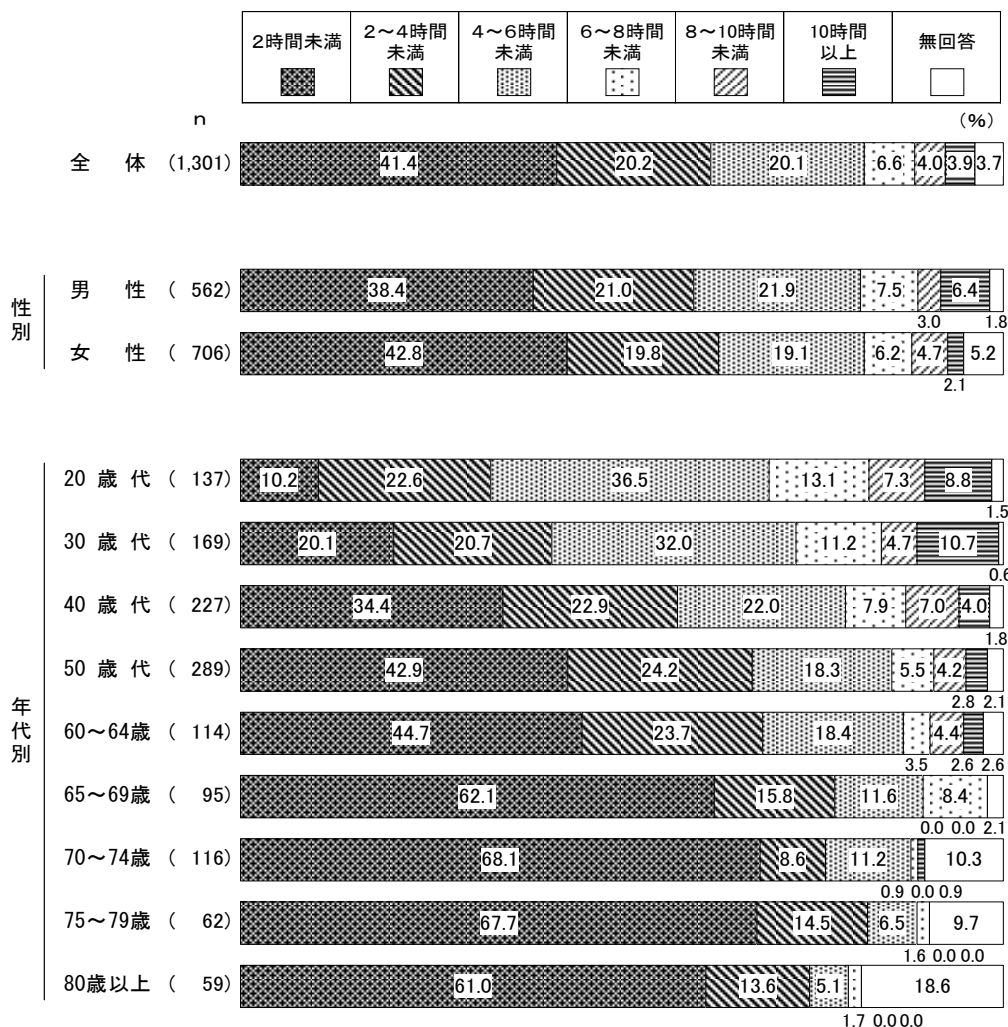
性別でみると、「2時間未満」は女性（42.8%）が男性（38.4%）より4.4ポイント高くなっている。一方、「10時間以上」は男性（6.4%）が女性（2.1%）より4.3ポイント高くなっている。

年代別でみると、「2時間未満」はおおむね年代が上がるにつれて割合が高くなっており、70～74歳で68.1%、75～79歳で67.7%となっている。「4～6時間未満」はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で36.5%となっている。

（問20で、「はい」と答えた方にお聞きします）

問20-1 一日のうち、何時間程度インターネットを使用しますか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-54】 インターネットの利用時間（性別、年代別）

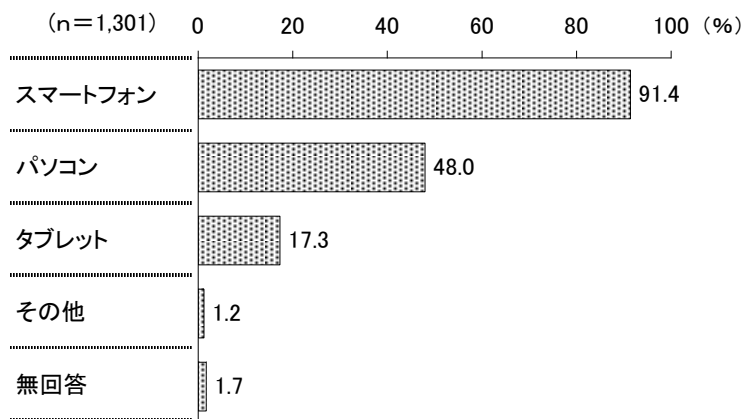


(23) インターネットやメールを利用する端末

(問20で、「はい」と答えた方にお聞きします)

問20-2 インターネットやメールを利用する端末は何ですか(○はあてはまるものすべて)。

【図Ⅱ-3-55】 インターネットやメールを利用する端末



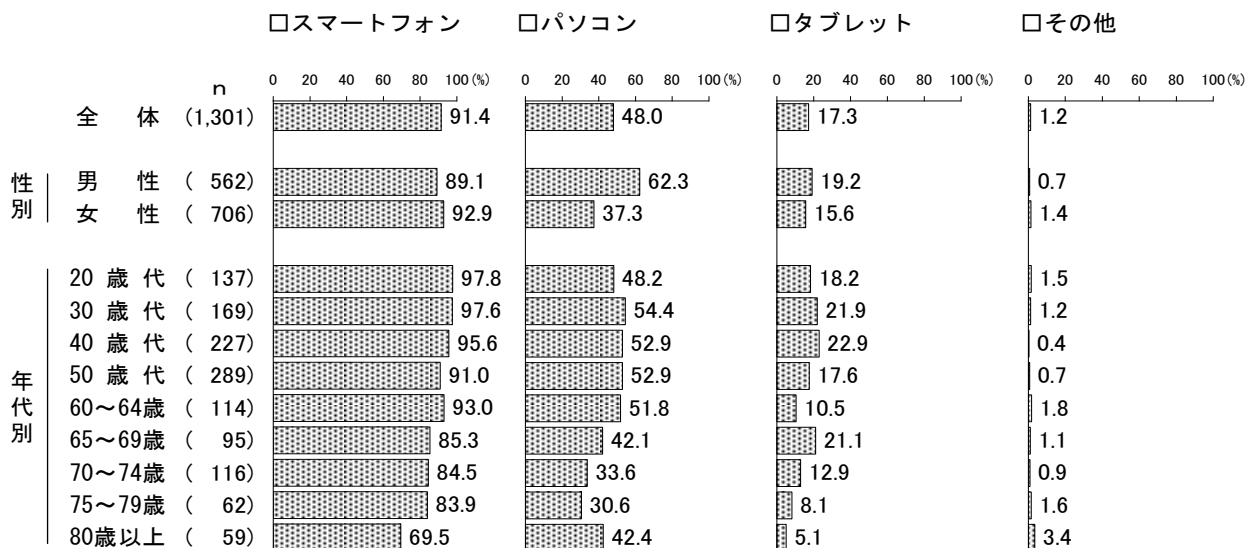
インターネットやメールを「使っている」と答えた方に、インターネットやメールを利用する端末を聞いたところ、「スマートフォン」が91.4%で最も高く、次いで「パソコン」が48.0%、「タブレット」が17.3%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「パソコン」は男性(62.3%)が女性(37.3%)より25.0ポイント高くなっている。

年代別でみると、「スマートフォン」はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で97.8%、30歳代で97.6%となっている。「パソコン」は30歳代で54.4%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-56】 インターネットやメールを利用する端末(性別、年代別)



(24) インターネットを使用した電子申請等を行う自信

インターネットやメールを「使っている」と答えた方に、インターネットを使用して、電子申請や予約申し込み等を行う自信があるか聞いたところ、「自信がある」(30.8%)と「どちらかという、自信がある」(22.4%)を合わせた『自信がある(計)』は53.2%となっている。一方、「どちらかという、自信がない」(15.4%)と「自信がない」(14.5%)を合わせた『自信がない(計)』は29.9%となっている。

<性別、年代別>

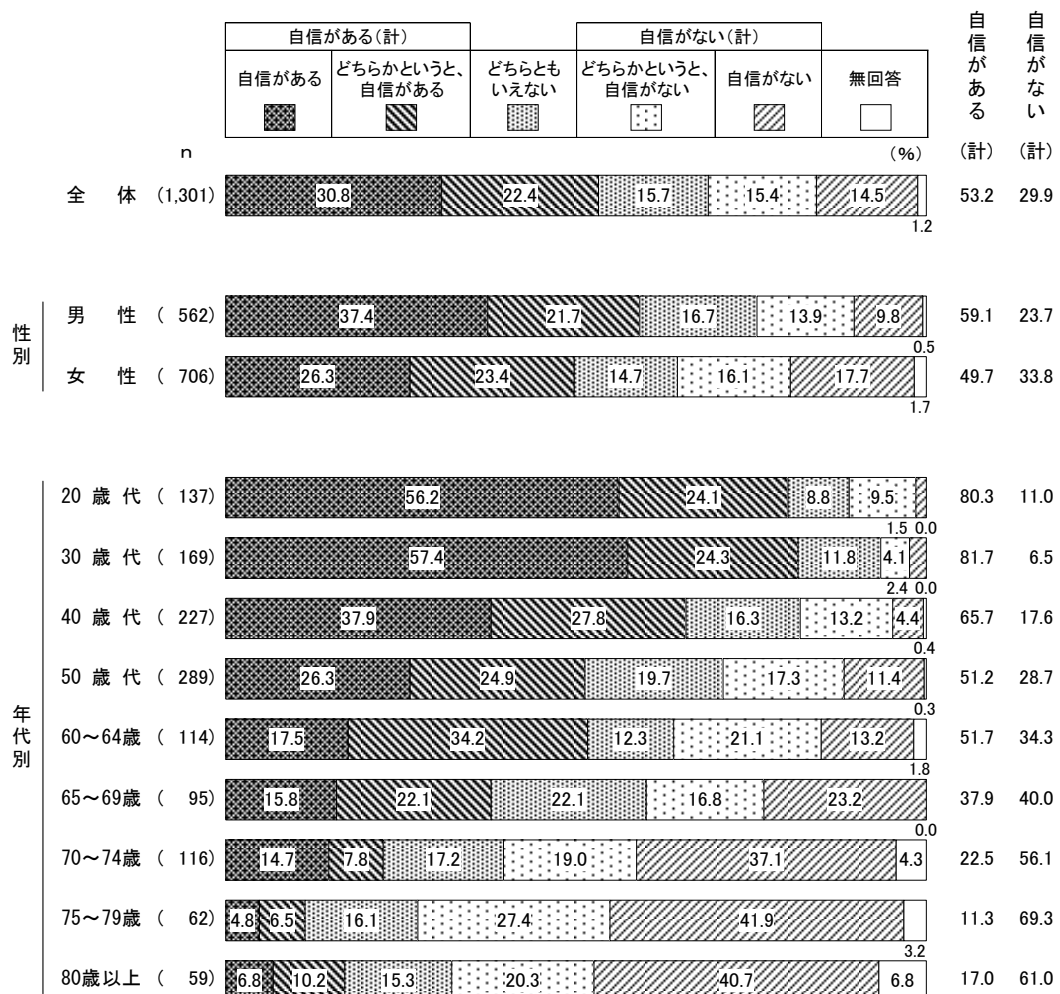
性別でみると、『自信がある(計)』は男性(59.1%)が女性(49.7%)より9.4ポイント高くなっている。

年代別でみると、『自信がある(計)』は30歳代で81.7%、20歳代で80.3%と高くなっている。一方、『自信がない(計)』は75~79歳で69.3%、80歳以上で61.0%と高くなっている。

(問20で、「はい」と答えた方にお聞きします)

問20-3 インターネットを使用して、電子申請や予約申し込み等を行う自信がありますか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-57】 インターネットを使用した電子申請等を行う自信(性別、年代別)

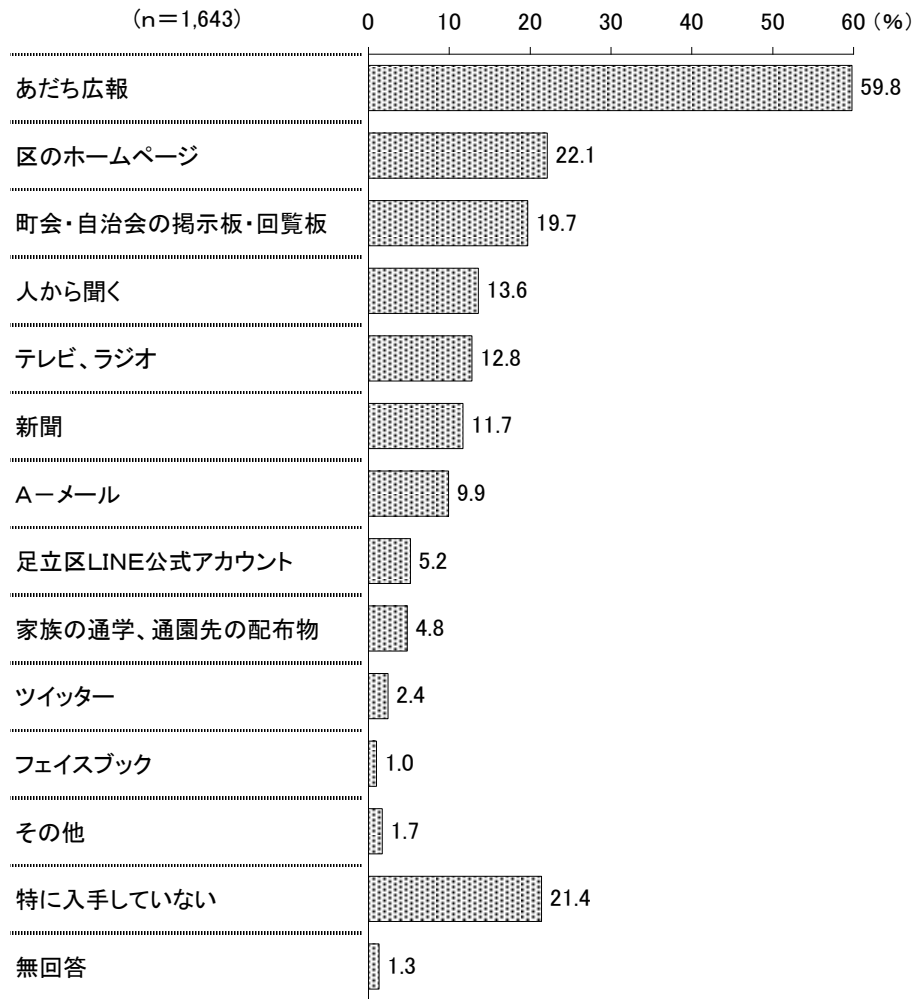


<区の健康情報の入手方法について>

(25) 区の健康に関する情報の入手方法

問21 あなたは、区の健康に関する情報を、どのような手段で入手していますか（〇はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-58】 区の健康に関する情報の入手方法



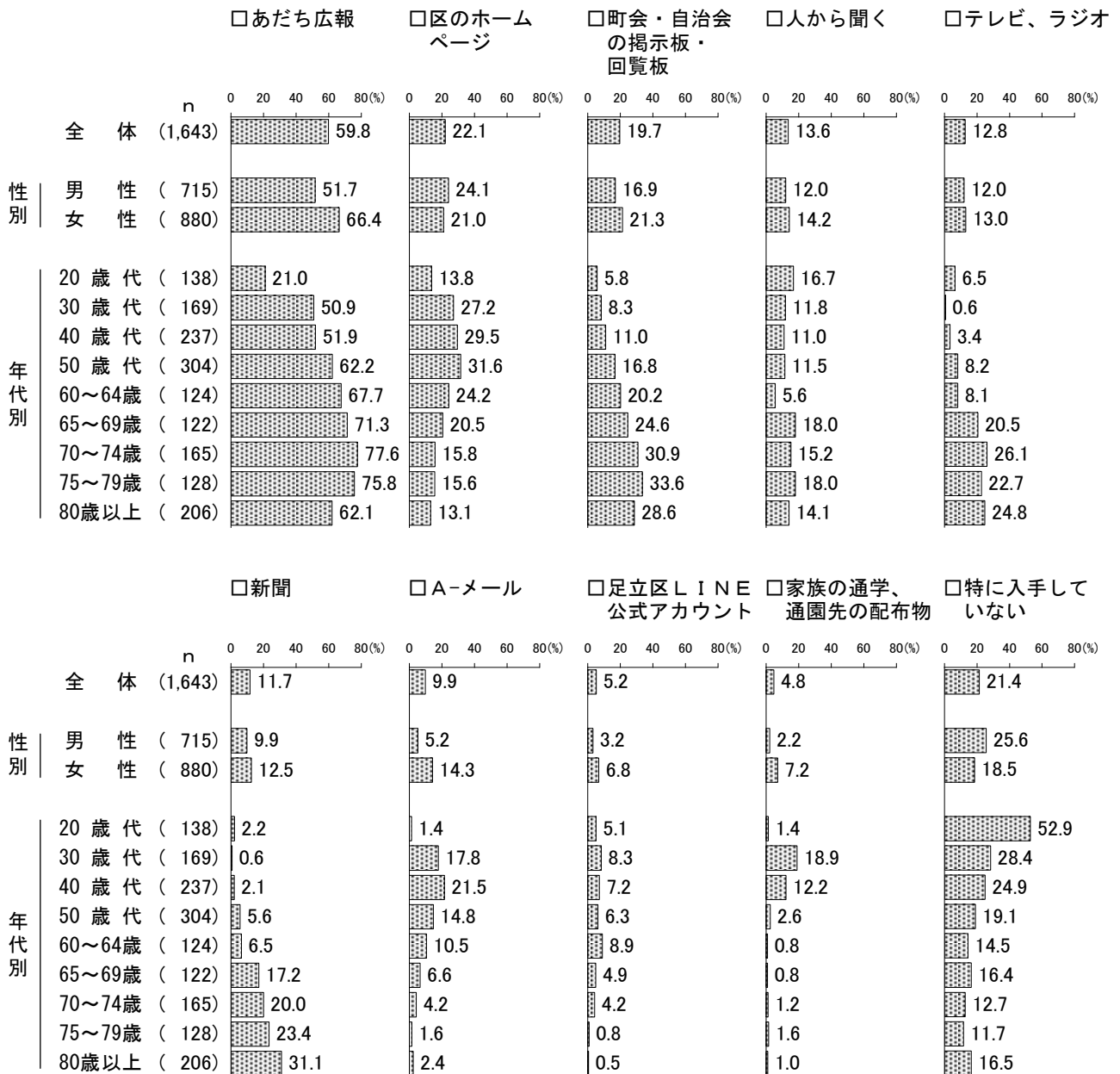
区の健康に関する情報の入手方法を聞いたところ、「あだち広報」が59.8%で最も高く、次いで「区のホームページ」が22.1%、「町会・自治会の掲示板・回覧板」が19.7%、「人から聞く」が13.6%となっている。一方、「特に入手していない」は21.4%となっている。

＜性別、年代別＞（上位10項目）

性別でみると、「あだち広報」は女性（66.4%）が男性（51.7%）より14.7ポイント、「A-メール」は女性（14.3%）が男性（5.2%）より9.1ポイント、それぞれ高くなっている。一方、「特に入手していない」は男性（25.6%）が女性（18.5%）より7.1ポイント高くなっている。

年代別でみると、「あだち広報」は70～74歳で77.6%、75～79歳で75.8%と高くなっている。「区のホームページ」は50歳代で31.6%と高くなっている。「町会・自治会の掲示板・回覧板」は75～79歳で33.6%と高くなっている。「特に入手していない」は20歳代で52.9%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-59】 区の健康に関する情報の入手方法（性別、年代別）－上位10項目



3 身体の状態について

(1) 健康状態

健康状態を聞いたところ、「よい」(20.3%)と「まあよい」(11.3%)を合わせた『よい(計)』は31.6%となっている。一方、「あまりよくない」(12.3%)と「よくない」(5.1%)を合わせた『よくない(計)』は17.4%となっている。また、「ふつう」は49.7%となっている。

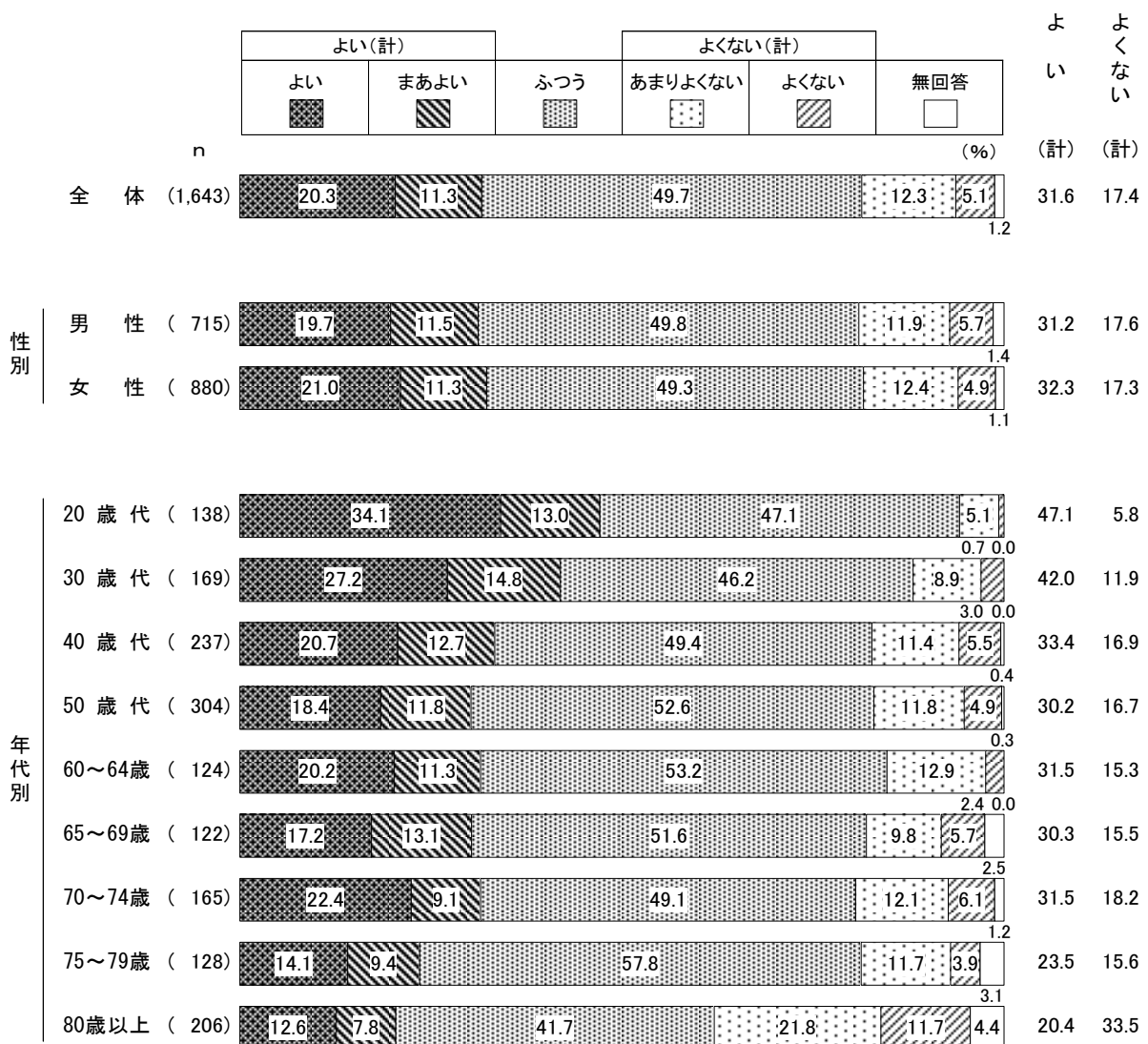
<性別、年代別>

性別で見ると、大きな違いはみられない。

年代別で見ると、『よい(計)』は20歳代で47.1%、30歳代で42.0%と高くなっている。一方、『よくない(計)』は80歳以上で33.5%と高くなっている。

問22 あなたの健康状態は、いかがですか(○は1つだけ)。

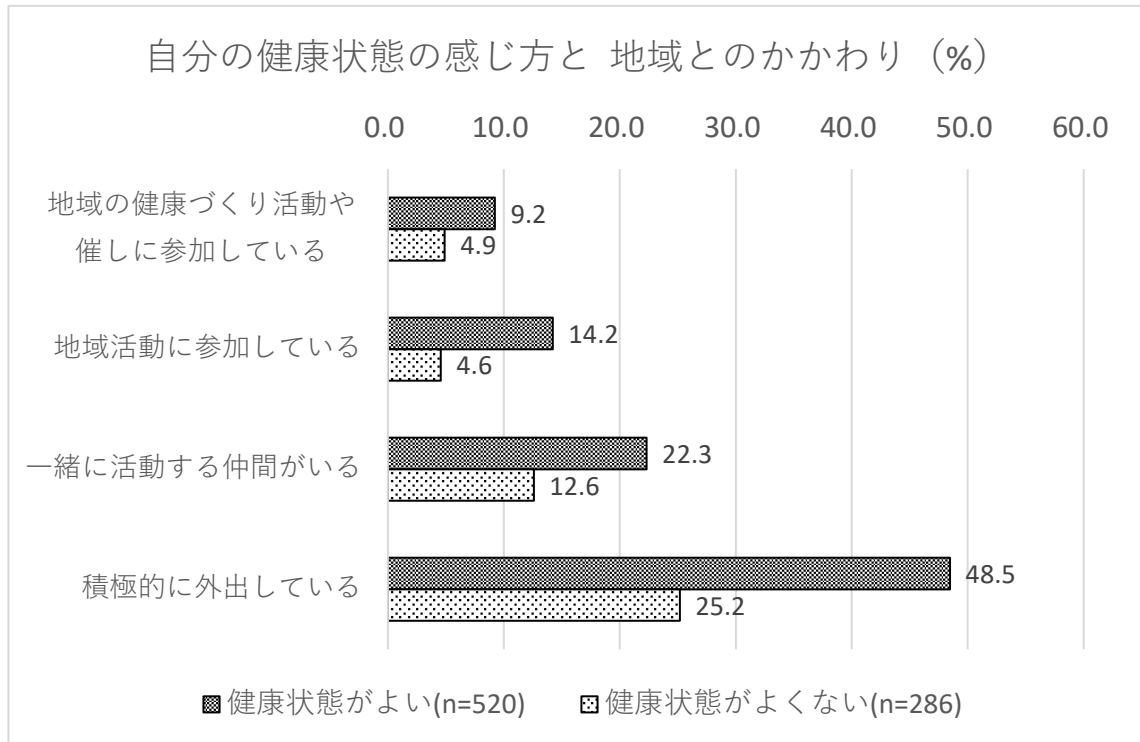
【図Ⅱ-3-60】健康状態(性別、年代別)



＜自分の健康状態の感じ方＞

「よい」「まあよい」と回答した人は、「よくない」「あまりよくない」と回答した人と比べ、地域とのかかわりが見られた。

【図Ⅱ-3-61】



(2) 自分の歯や口の状態への満足度

自分の歯や口の状態に満足しているか聞いたところ、「はい」が42.2%、「いいえ」は56.0%となっている。

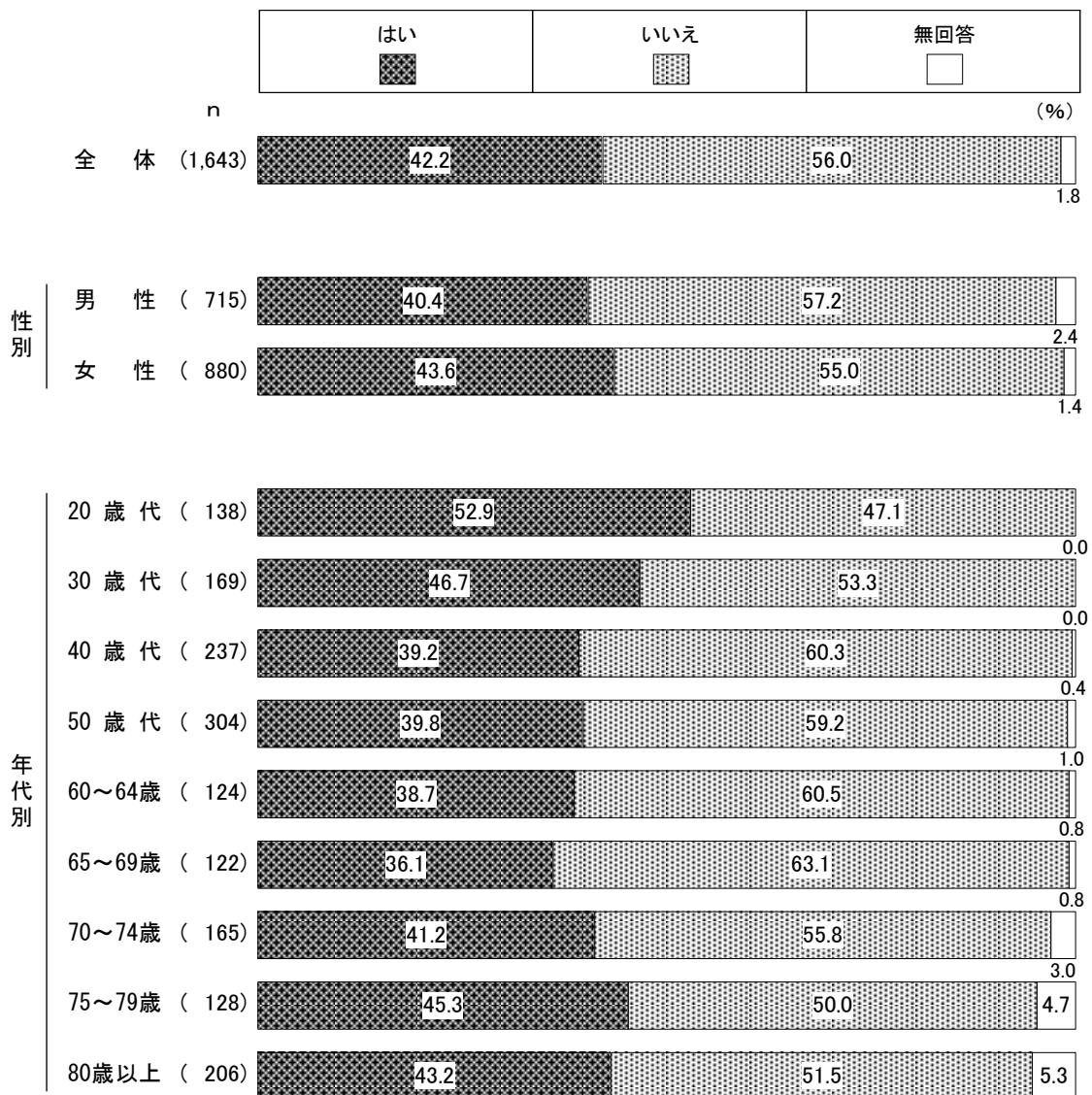
<性別、年代別>

性別で見ると、「はい」は女性(43.6%)が男性(40.4%)より3.2ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「はい」は20歳代で52.9%と高くなっている。一方、「いいえ」は65～69歳で63.1%と高くなっている。

問23 あなたは、自分の歯や口の状態に満足していますか(○は1つだけ)。

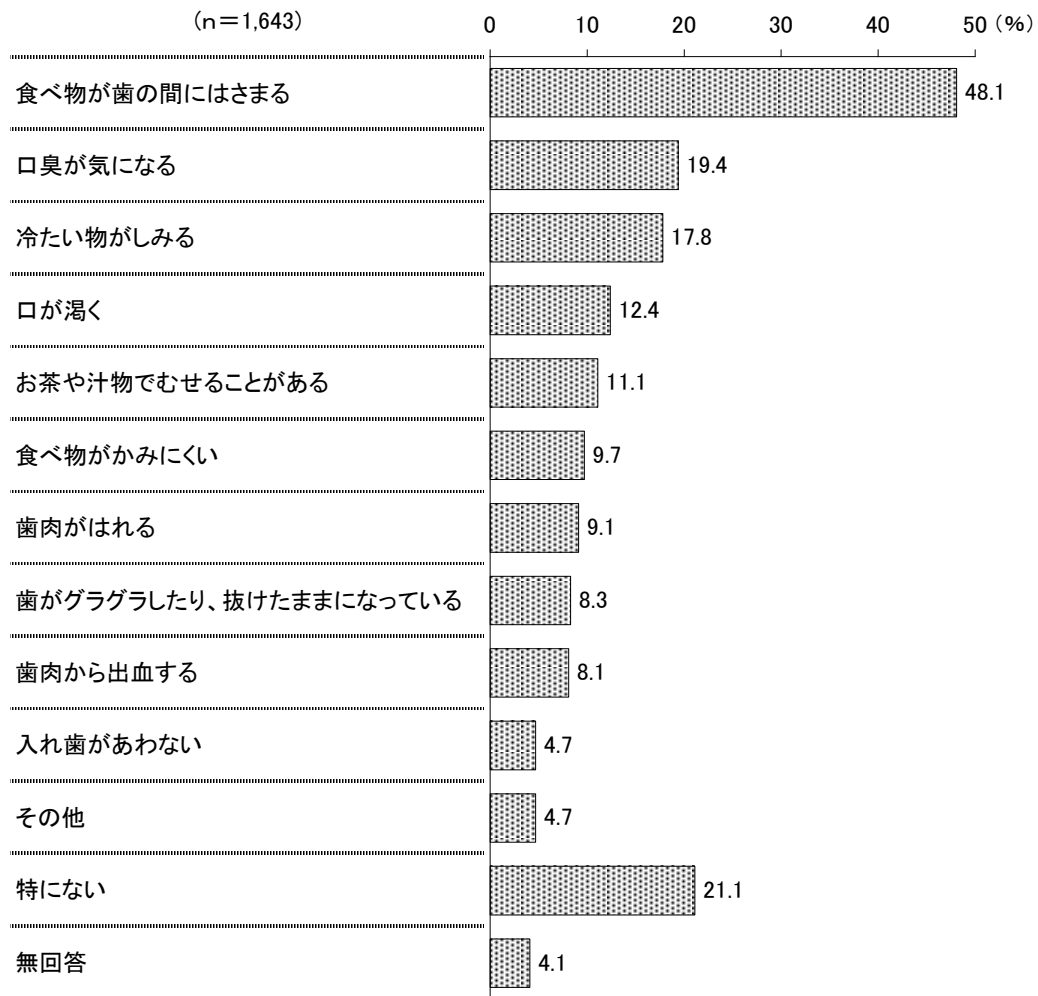
【図Ⅱ-3-62】 自分の歯や口の状態への満足度(性別、年代別)



(3) 歯や口についての症状の有無

問24 あなたは、歯や口について次の症状がありますか（○はあてはまるものすべて）。

【図Ⅱ-3-63】 歯や口についての症状の有無



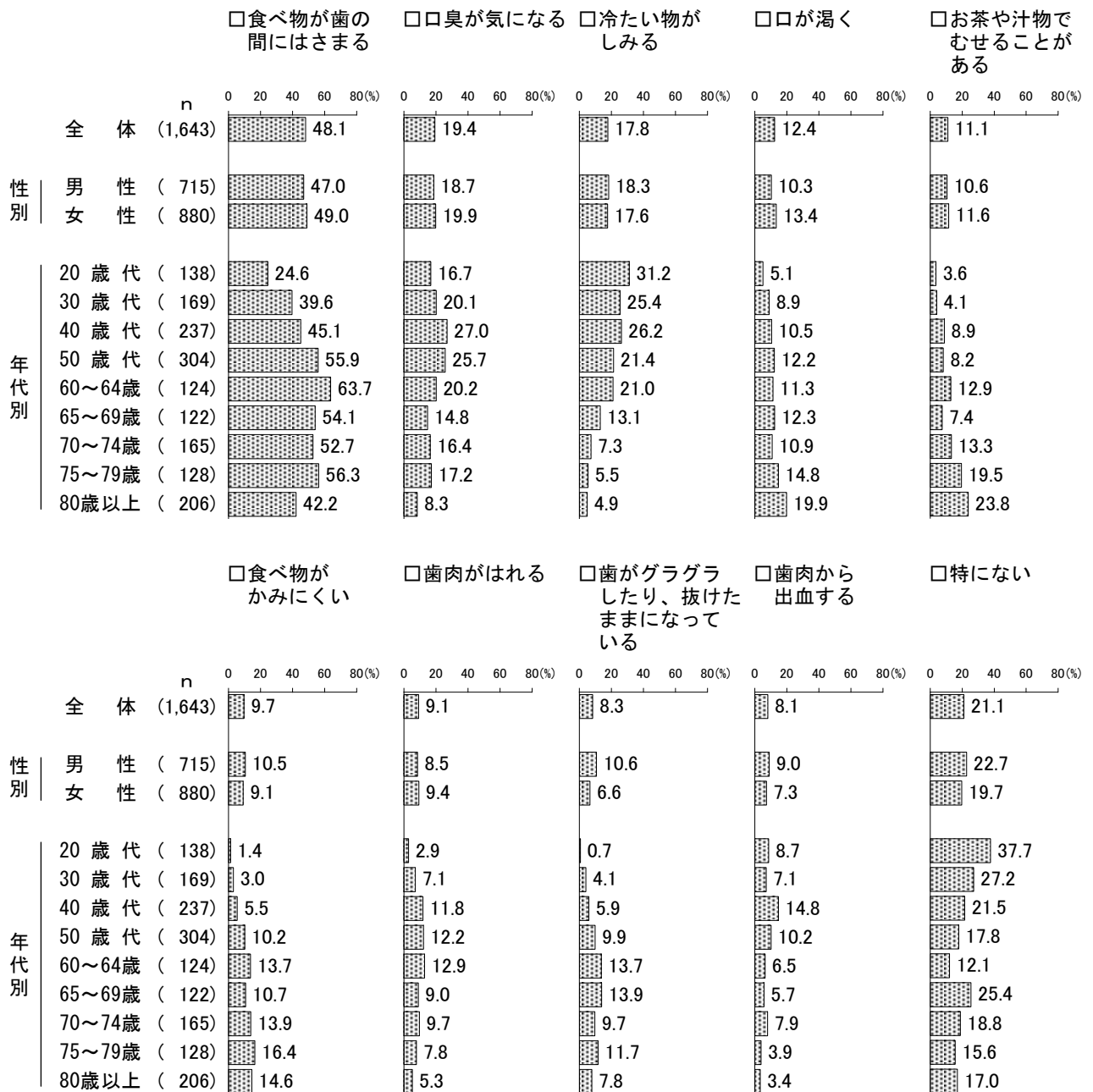
歯や口についての症状の有無を聞いたところ、「食べ物（食べ物が）が歯の間にささまる」が48.1%で最も高く、次いで「口臭が気になる」が19.4%、「冷たい物がしみる」が17.8%、「口が渇く」が12.4%となっている。一方、「特になし」は21.1%となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「歯がグラグラしたり、抜けたままになっている」は男性(10.6%)が女性(6.6%)より4.0ポイント高くなっている。一方、「口が渴く」は女性(13.4%)が男性(10.3%)より3.1ポイント高くなっている。

年代別でみると、「食べ物が歯の間にはさまる」は60~64歳で63.7%と高くなっている。「口臭が気になる」は40歳代で27.0%と高くなっている。「冷たい物がしみる」はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で31.2%となっている。

【図Ⅱ-3-64】 歯や口についての症状の有無（性別、年代別）



(4) 自分の歯の数

自分の歯の数を聞いたところ、「28本以上」が36.3%で最も高く、次いで「21～27本」が35.3%、「14～20本」が11.0%となっている。

<性別、年代別>

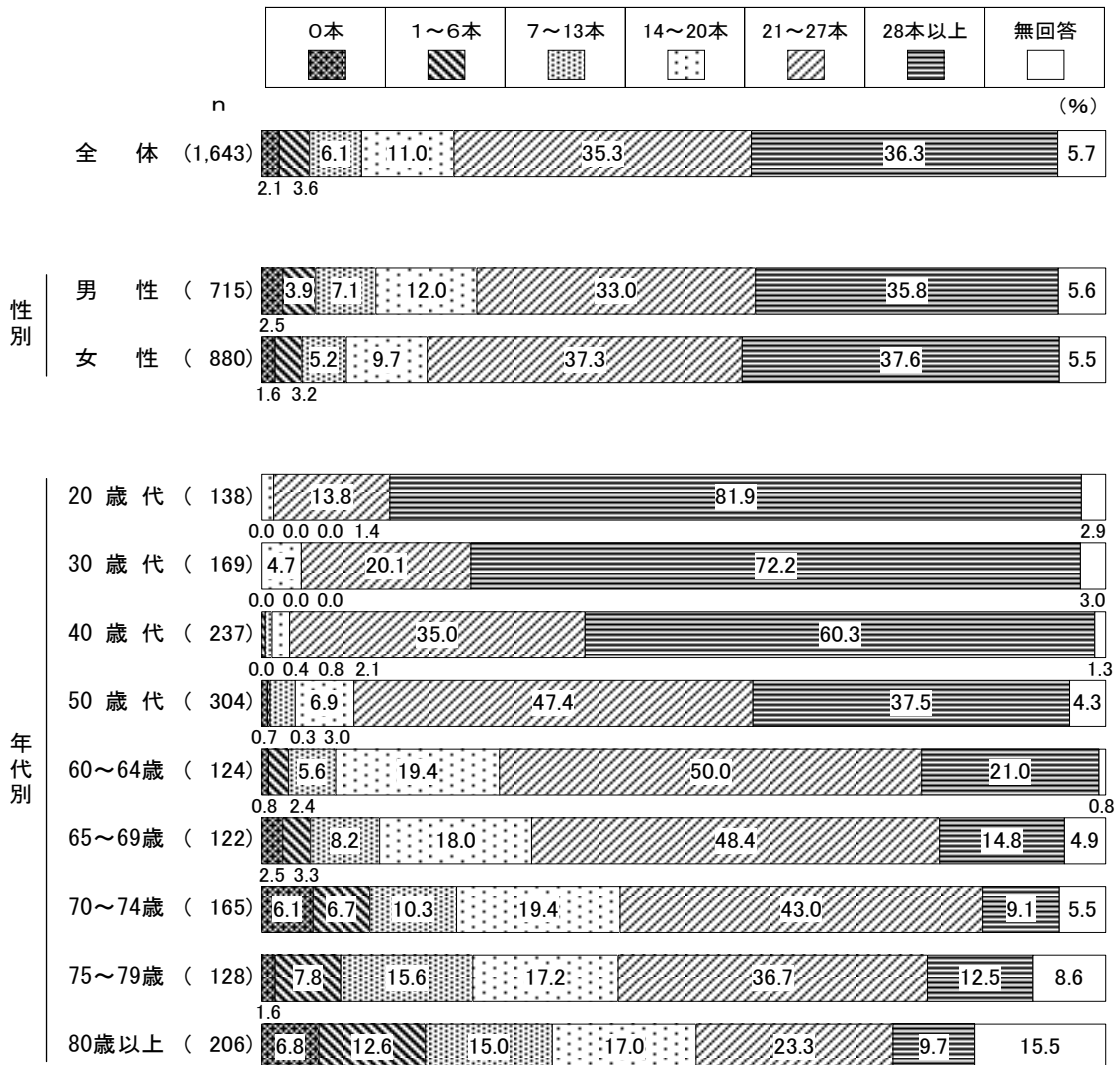
性別で見ると、「21～27本」は女性（37.3%）が男性（33.0%）より4.3ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「21～27本」は60～64歳で50.0%と高くなっている。「28本以上」はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で81.9%となっている。

問25 現在、自分の歯の数は全部で何本ありますか（数字で記入）。

※永久歯は、親知らずを除くと全部で28本あります。入れ歯やブリッジなど人工の歯は数えません。治療で詰めたり、かぶせたりしている自分の歯は数えます。

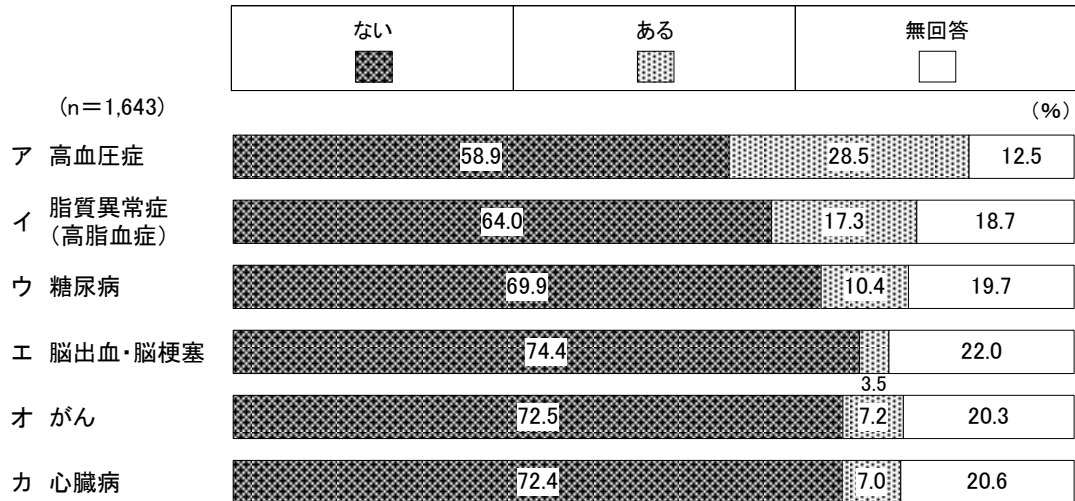
【図Ⅱ-3-65】 自分の歯の数（性別、年代別）



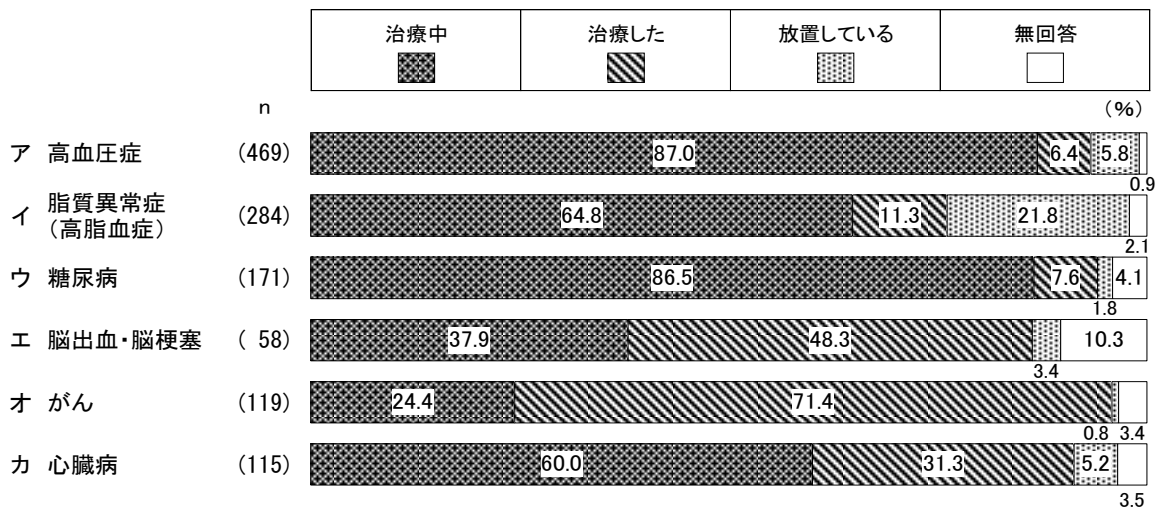
(5) 生活習慣病の罹患状況

問26 つぎの生活習慣病にかかったことがありますか。かかったことがある病気については、現在の状況もあわせてお答えください（○はそれぞれ1つずつ）。

【図Ⅱ-3-66】 生活習慣病の罹患状況



【図Ⅱ-3-67】 生活習慣病の現在の状況



生活習慣病の罹患状況を聞いたところ、かかったことが「ある」は“高血圧症”で28.5%と最も高く、次いで“脂質異常症（高脂血症）”で17.3%、“糖尿病”で10.4%となっている。

また、現在の状況をみると、「治療中」は“高血圧症”で87.0%と最も高く、次いで“糖尿病”で86.5%、“脂質異常症（高脂血症）”で64.8%となっている。

「治療した」は“がん”で71.4%と最も高く、次いで“脳出血・脳梗塞”で48.3%、“心臓病”で31.3%となっている。

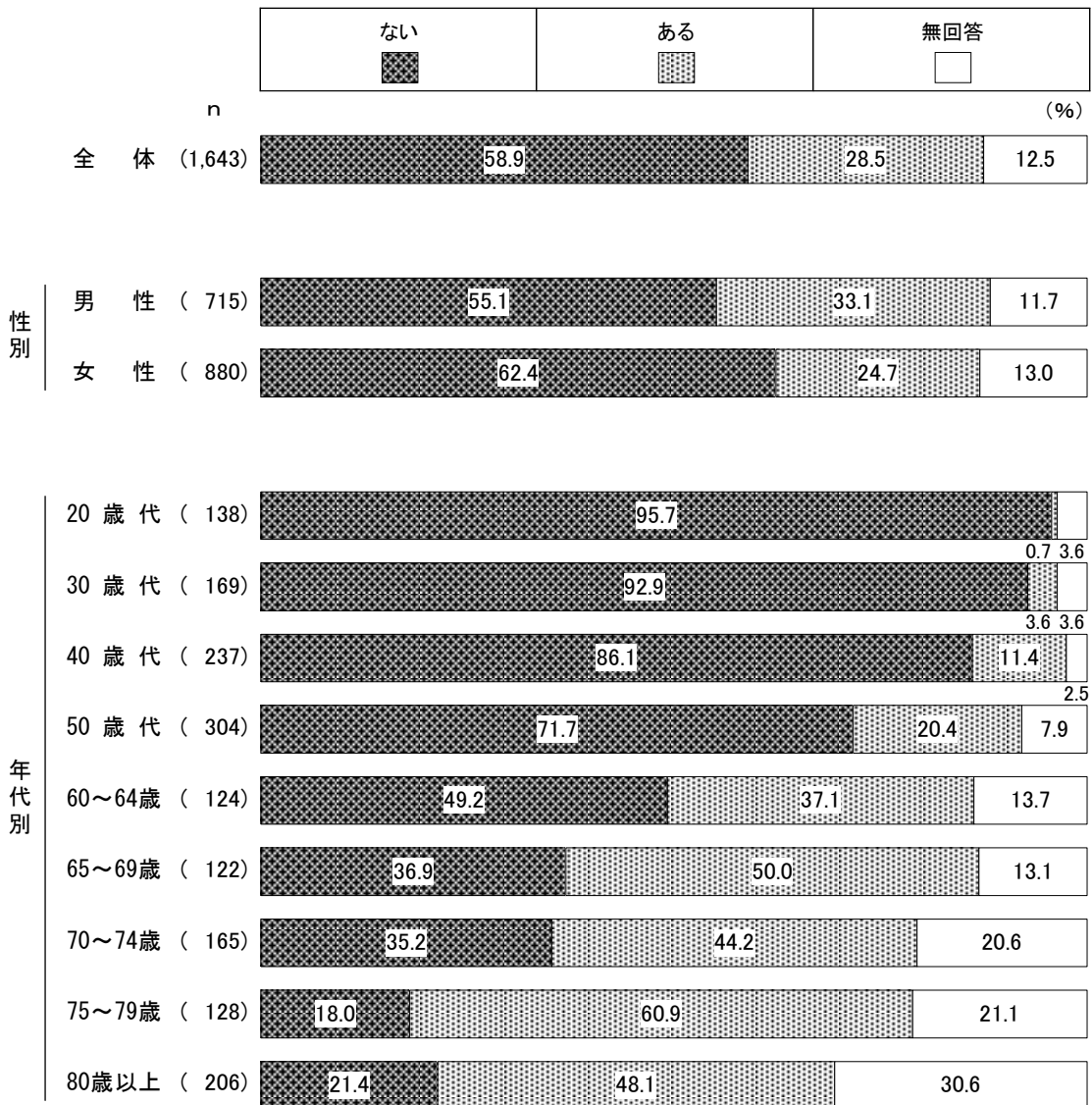
「放置している」は“脂質異常症（高脂血症）”で21.8%と最も高くなっている。

<性別、年代別> 【ア 高血圧症】

罹患状況を性別で見ると、「ある」は男性（33.1%）が女性（24.7%）より8.4ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「ある」は75～79歳で60.9%、65～69歳で50.0%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-68】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【ア 高血圧症】

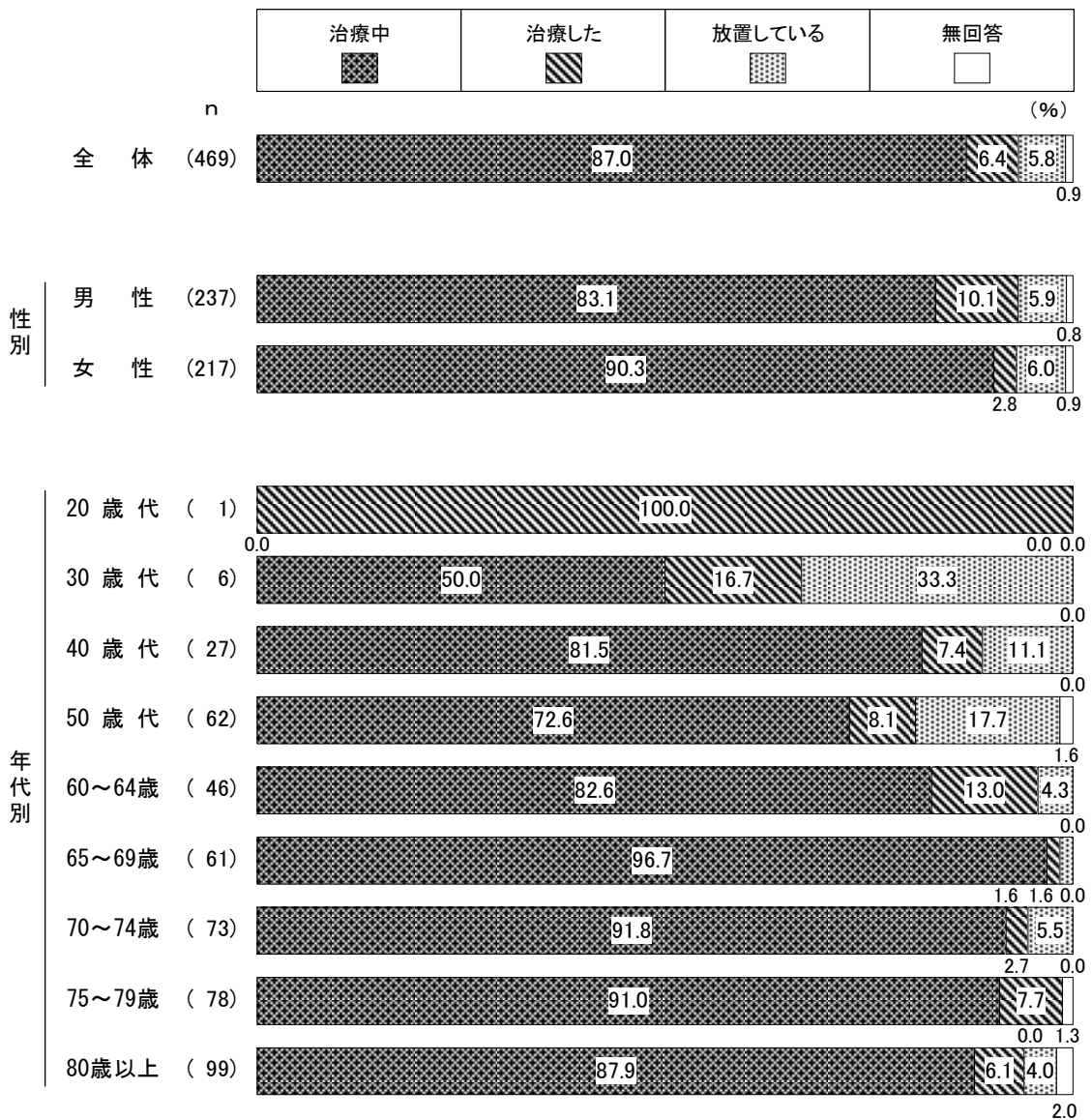


<性別、年代別> 【ア 高血圧症】

現在の状況を性別で見ると、「治療した」は男性（10.1%）が女性（2.8%）より7.3ポイント高くなっている。一方、「治療中」は女性（90.3%）が男性（83.1%）より7.2ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「治療中」は65～69歳で96.7%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-69】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【ア 高血圧症】

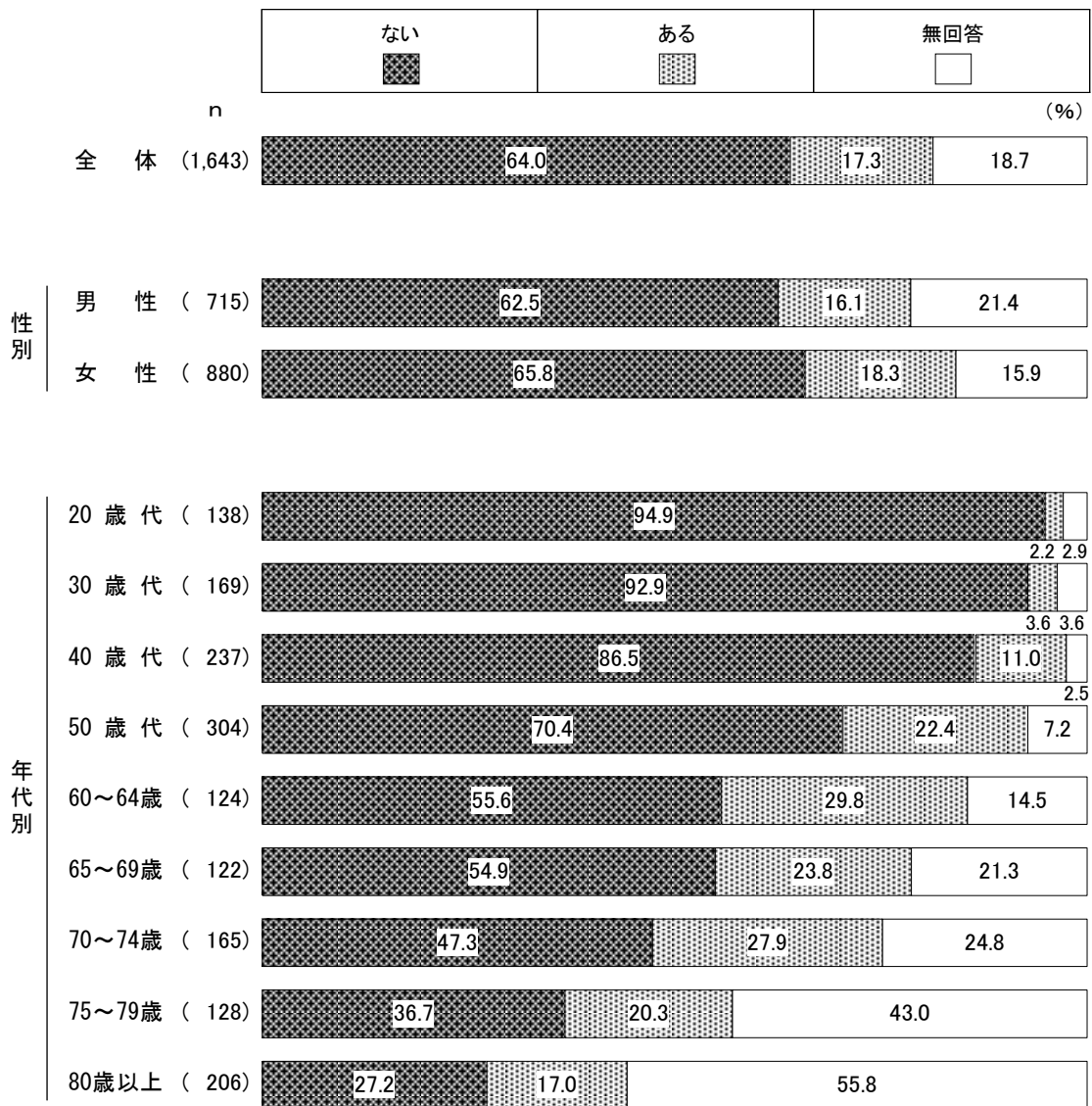


<性別、年代別> 【イ 脂質異常症（高脂血症）】

罹患状況を性別で見ると、「ない」は女性（65.8%）が男性（62.5%）より3.3ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「ある」は60～64歳で29.8%、70～74歳で27.9%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-70】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【イ 脂質異常症（高脂血症）】

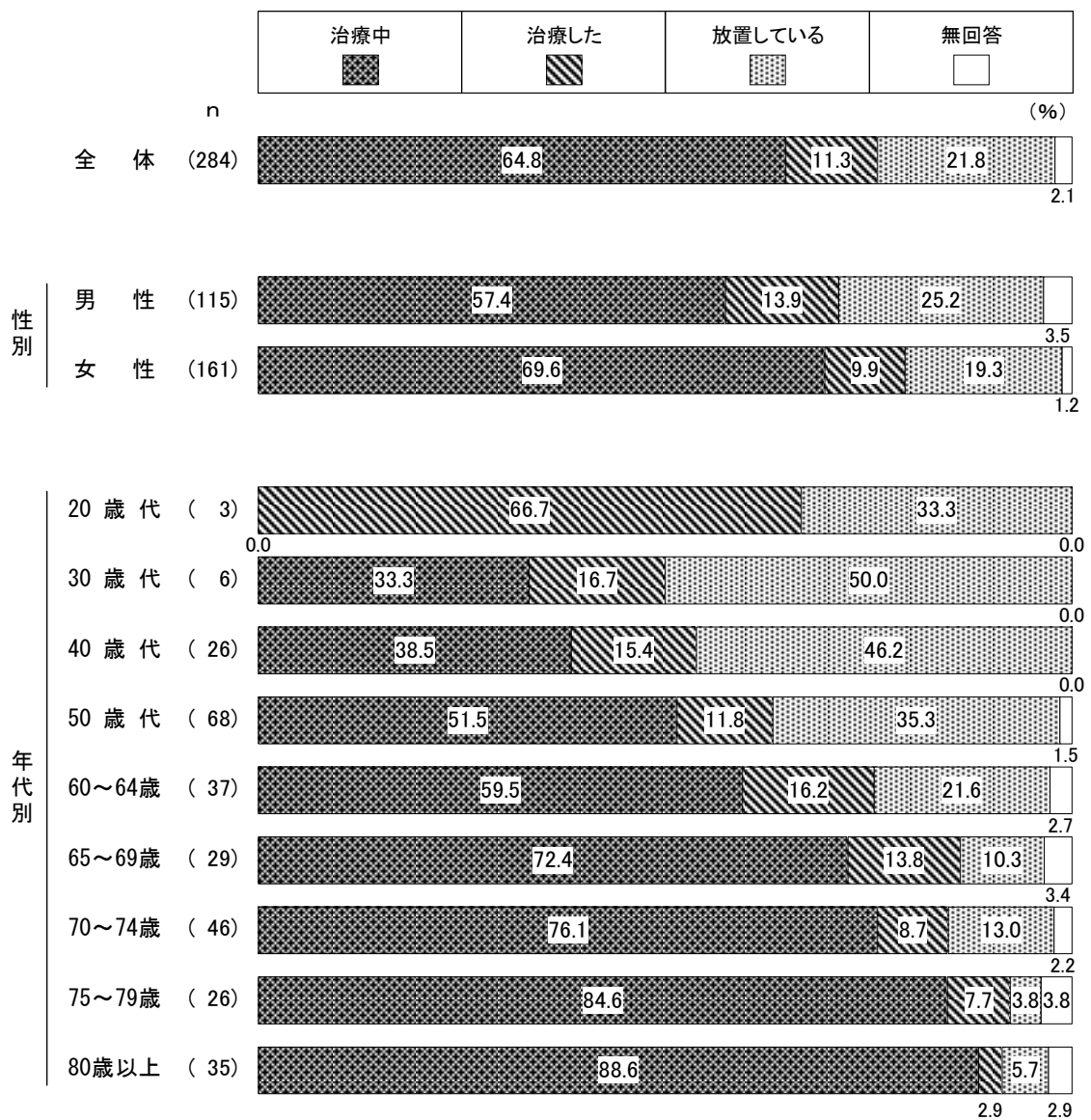


＜性別、年代別＞ 【イ 脂質異常症（高脂血症）】

現在の状況を性別で見ると、「治療中」は女性（69.6%）が男性（57.4%）より12.2ポイント高くなっている。一方、「放置している」は男性（25.2%）が女性（19.3%）より5.9ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「治療中」は年代が上がるにつれて割合が高くなっており、80歳以上で88.6%となっている。一方、「放置している」は40歳代で46.2%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-71】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【イ 脂質異常症（高脂血症）】

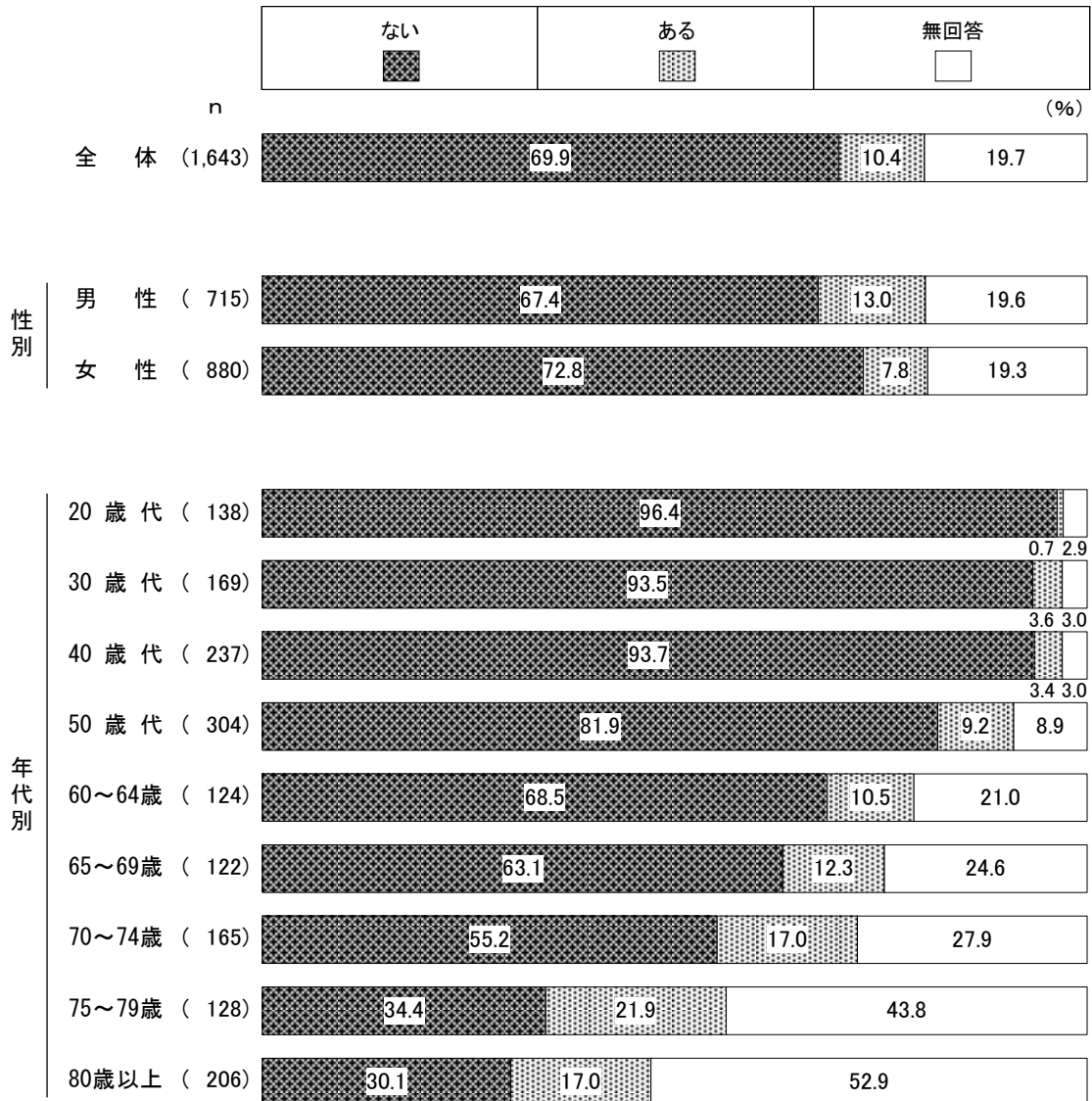


<性別、年代別> 【ウ 糖尿病】

罹患状況を性別で見ると、「ある」は男性（13.0%）が女性（7.8%）より5.2ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「ある」は75～79歳で21.9%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-72】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【ウ 糖尿病】

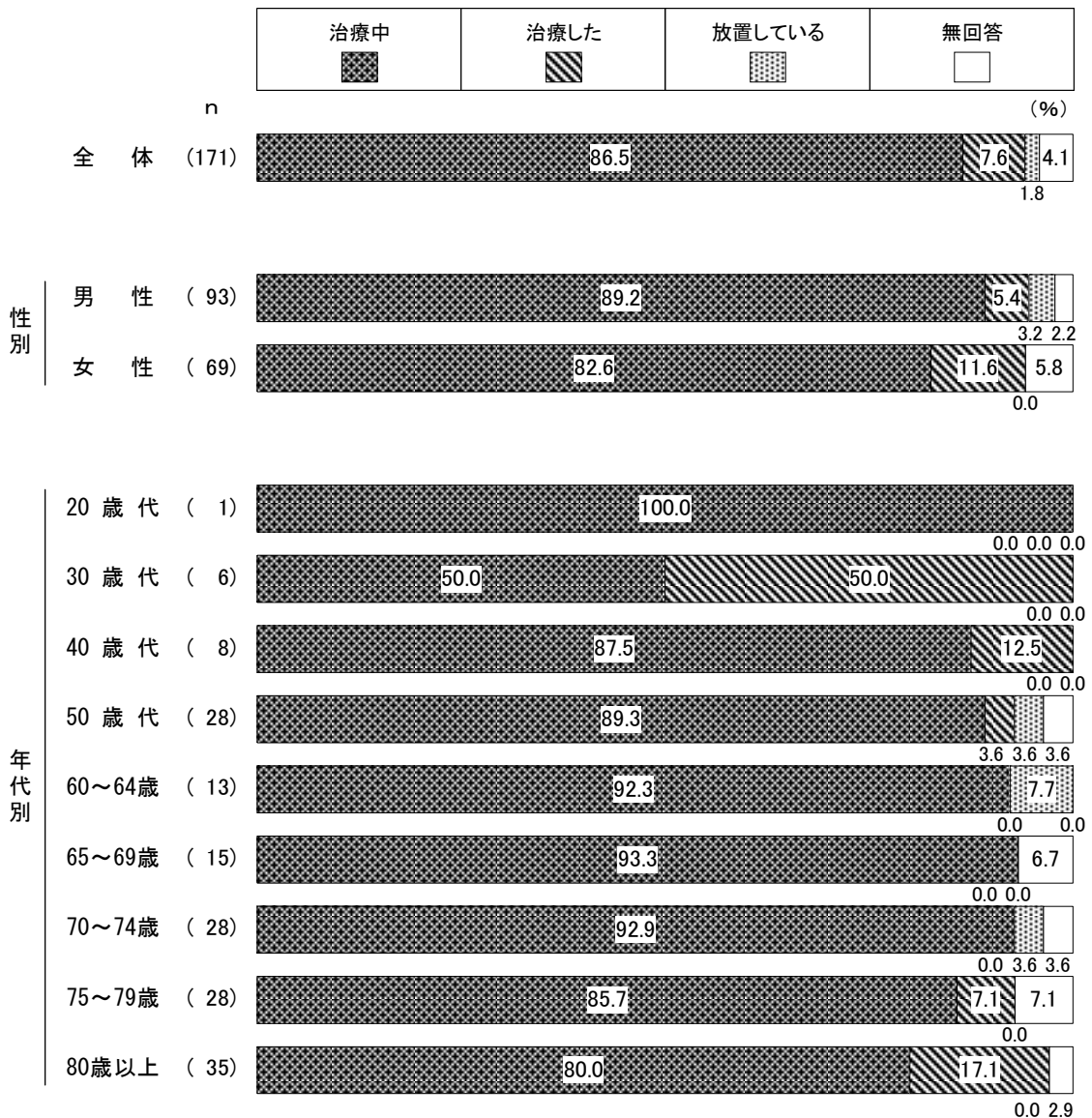


<性別、年代別> 【ウ 糖尿病】

現在の状況を性別で見ると、「治療中」は男性（89.2%）が女性（82.6%）より6.6ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「治療中」は70～74歳で92.9%と高くなっている。

【図Ⅱ-3-73】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【ウ 糖尿病】

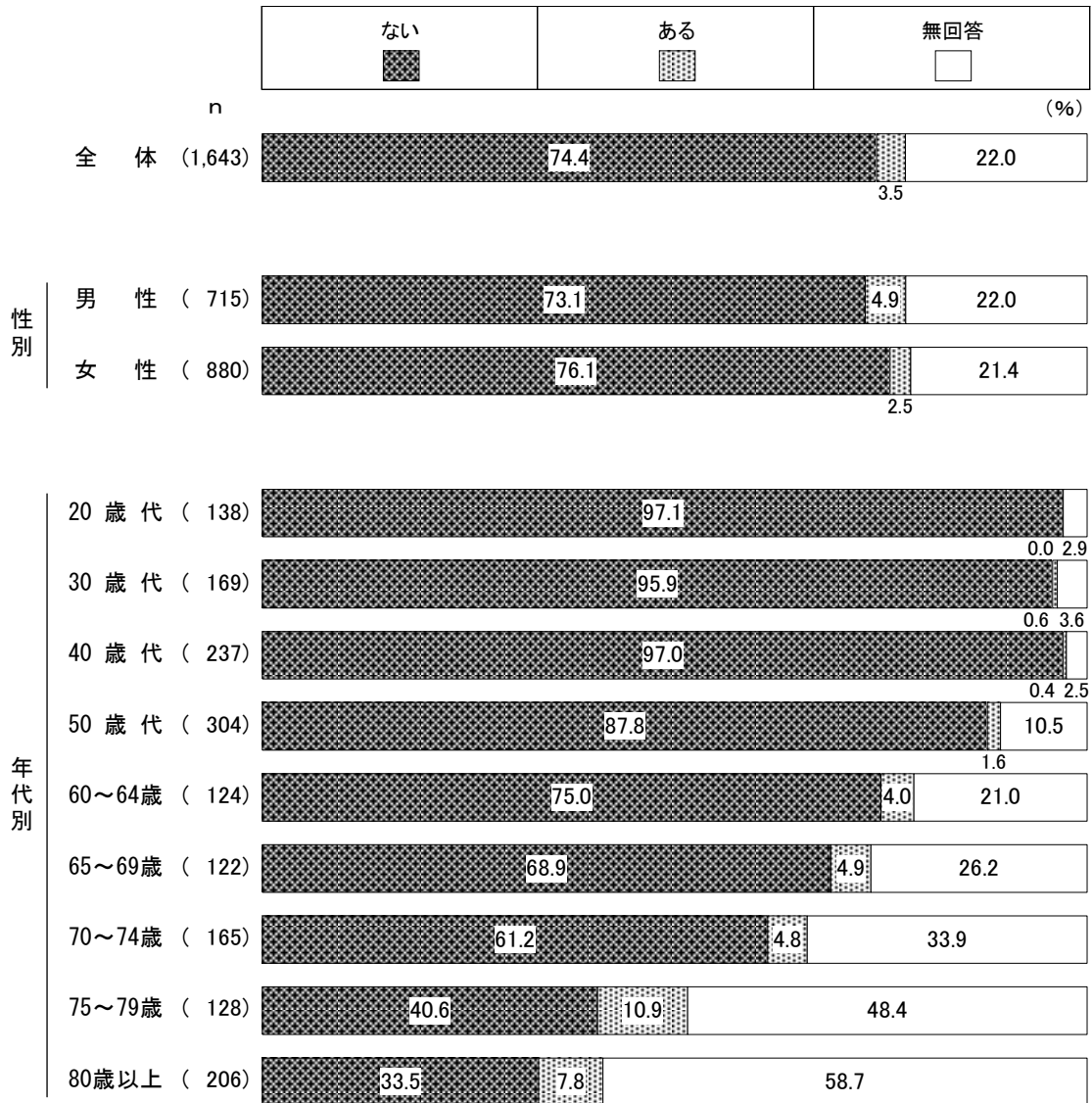


<性別、年代別> 【エ 脳出血・脳梗塞】

罹患状況を性別で見ると、「ない」は女性（76.1%）が男性（73.1%）より3.0ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「ある」は75～79歳で10.9%となっている。

【図Ⅱ-3-74】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【エ 脳出血・脳梗塞】

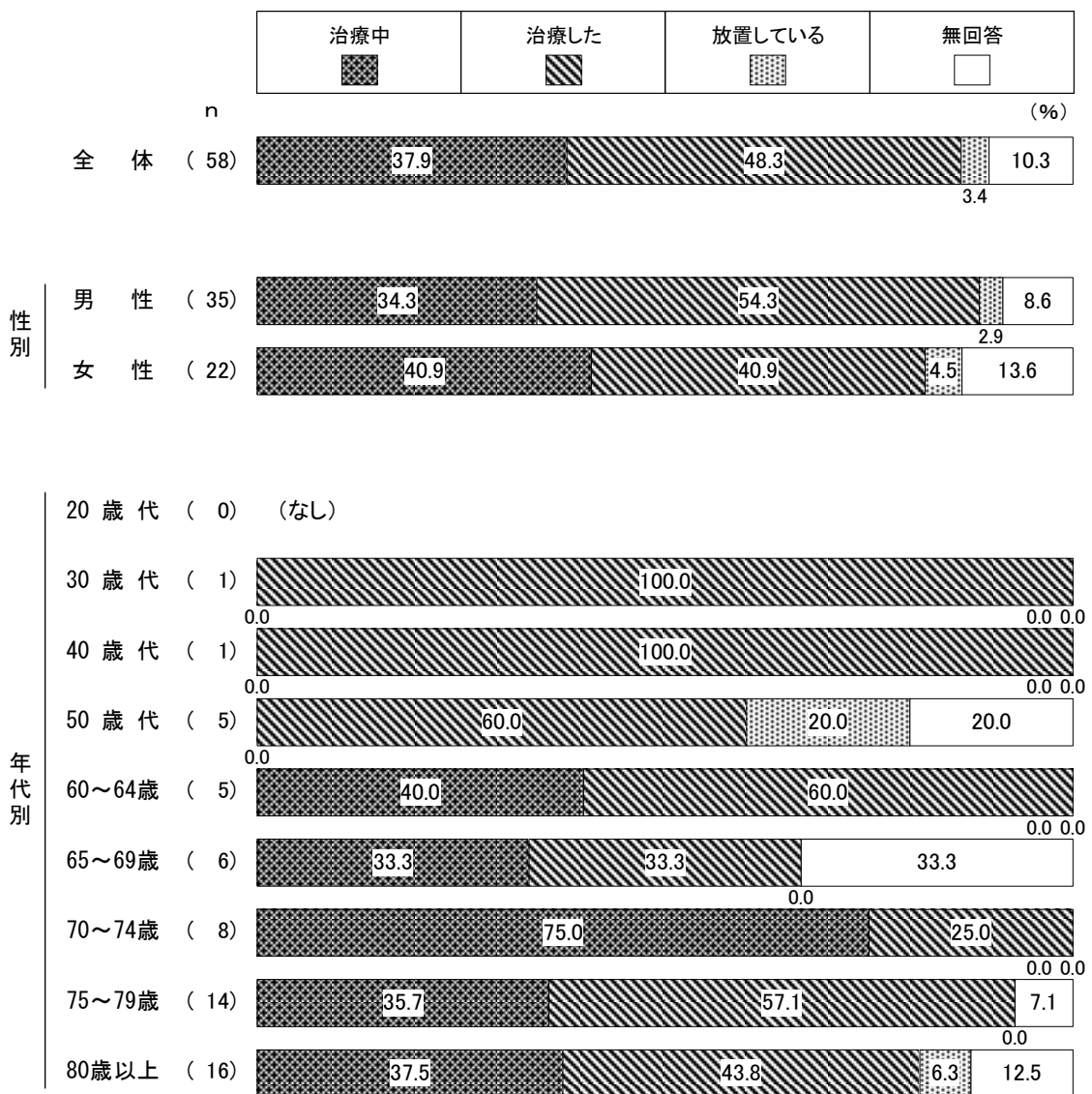


<性別、年代別> 【エ 脳出血・脳梗塞】

現在の状況を性別で見ると、「治療した」は男性（54.3%）が女性（40.9%）より13.4ポイント高くなっている。一方、「治療中」は女性（40.9%）が男性（34.3%）より6.6ポイント高くなっている。

年代別は基数が少ないため、参考に図示する。

【図Ⅱ-3-75】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【エ 脳出血・脳梗塞】

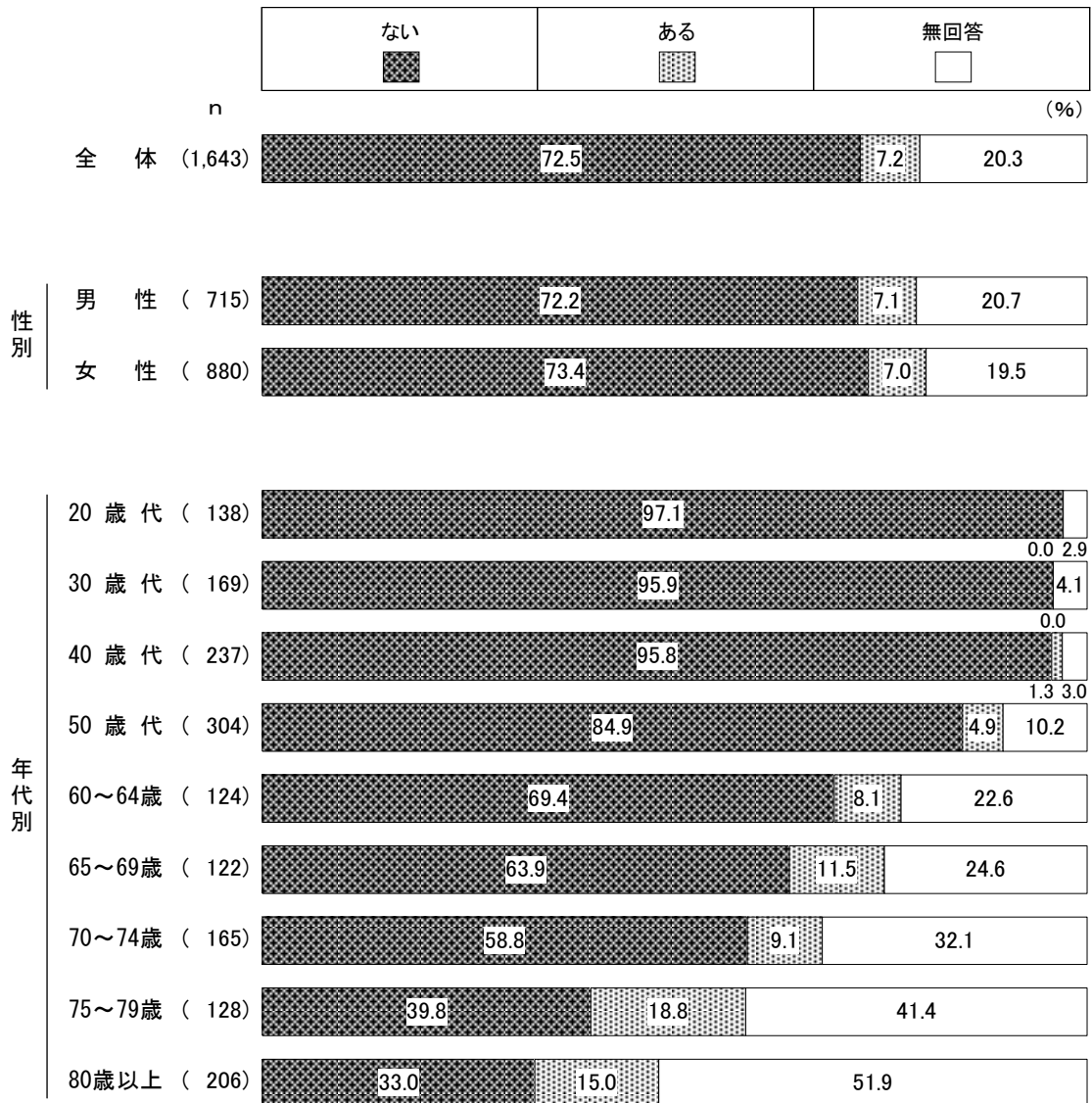


<性別、年代別> 【オ がん】

罹患状況を性別で見ると、大きな違いはみられない。

年代別で見ると、「ある」は75～79歳で18.8%、80歳以上で15.0%となっている。

【図Ⅱ-3-76】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【オ がん】

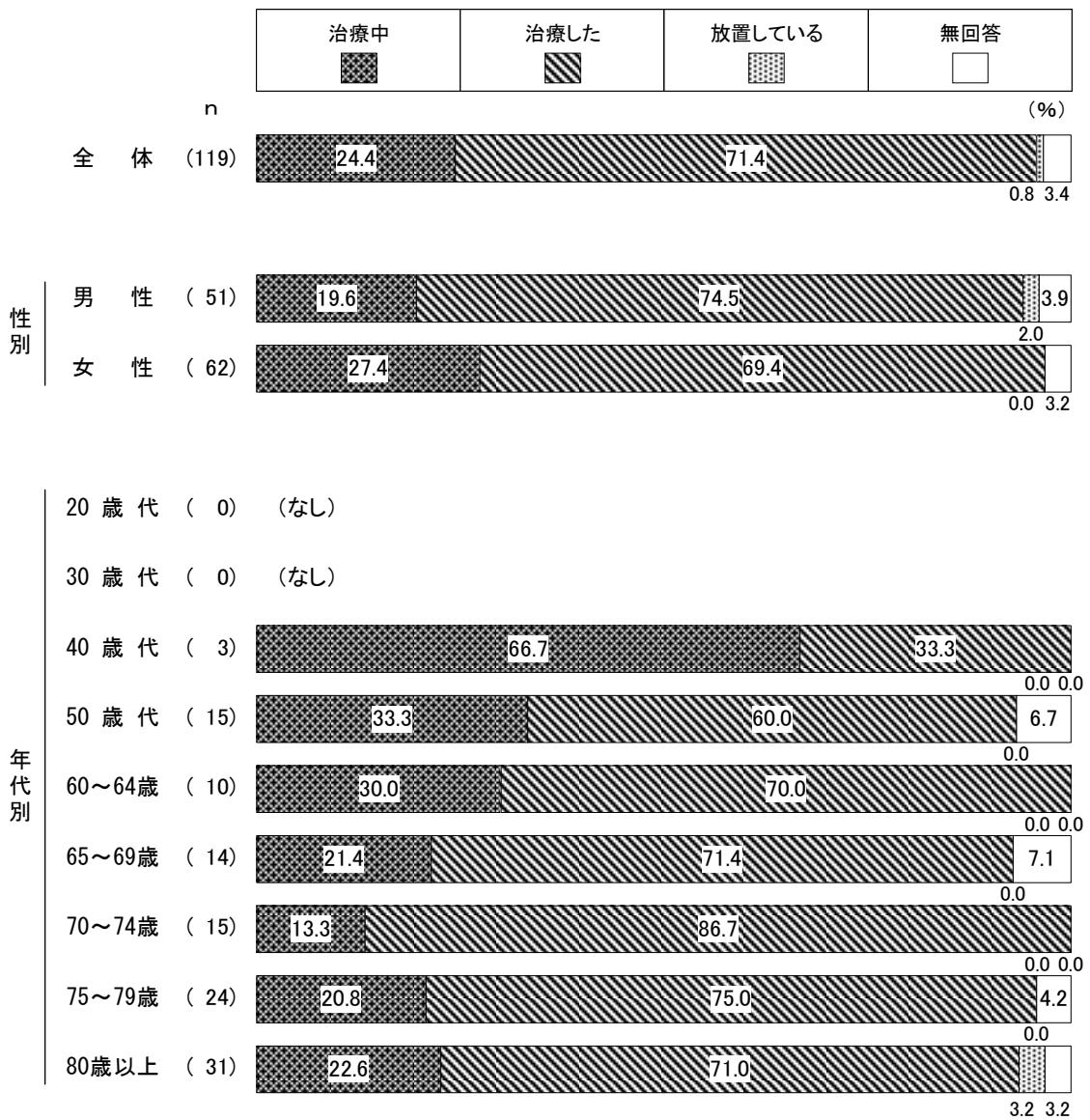


<性別、年代別> 【オ がん】

現在の状況を性別で見ると、「治療中」は女性（27.4%）が男性（19.6%）より7.8ポイント高くなっている。一方、「治療した」は男性（74.5%）が女性（69.4%）より5.1ポイント高くなっている。

年代別は基数が少ないため、参考に図示する。

【図Ⅱ-3-77】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【オ がん】

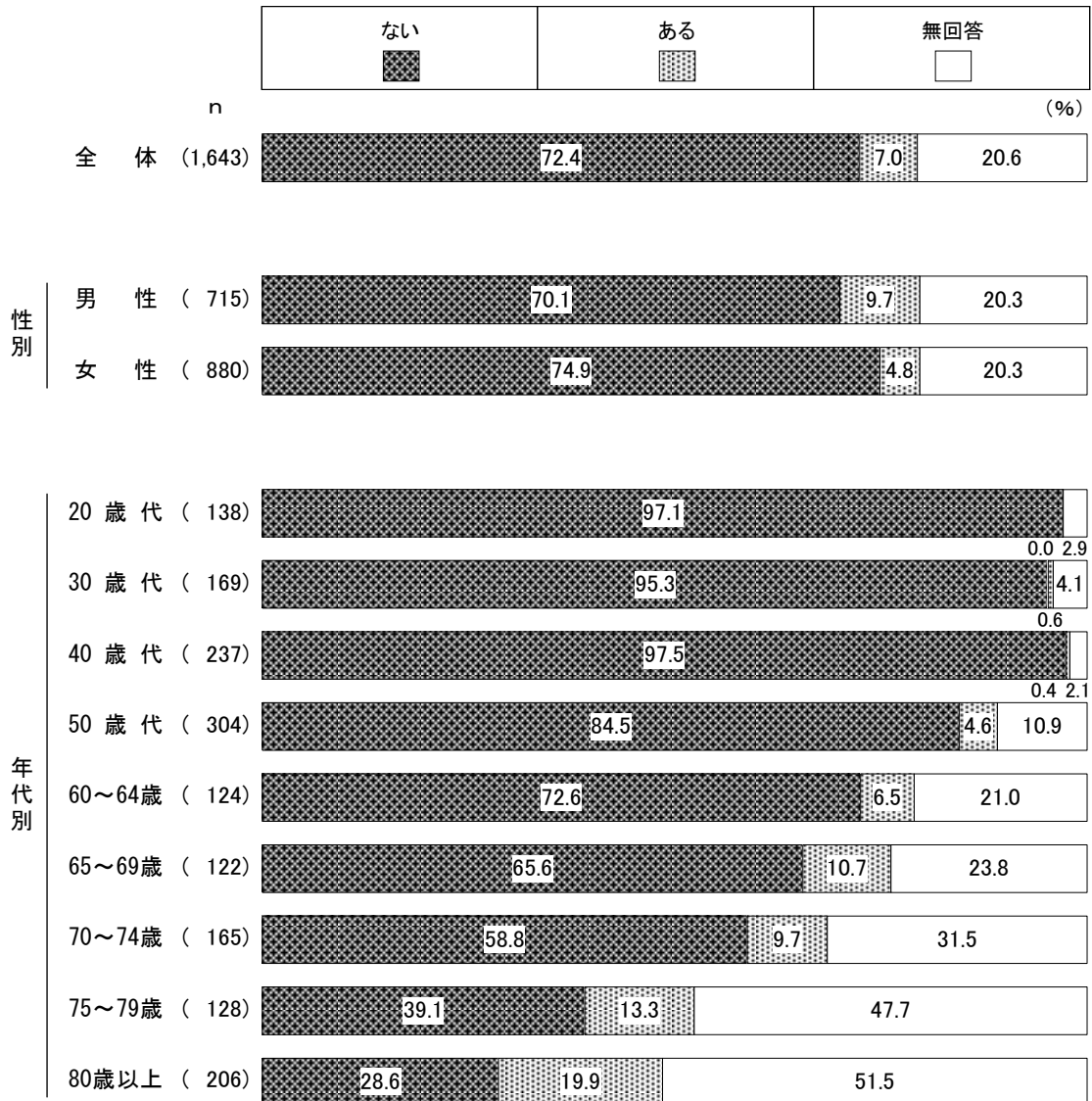


<性別、年代別> 【カ 心臓病】

罹患状況を性別で見ると、「ある」は男性（9.7%）が女性（4.8%）より4.9ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「ある」は80歳以上で19.9%、75～79歳で13.3%となっている。

【図Ⅱ-3-78】 生活習慣病の罹患状況（性別、年代別） 【カ 心臓病】

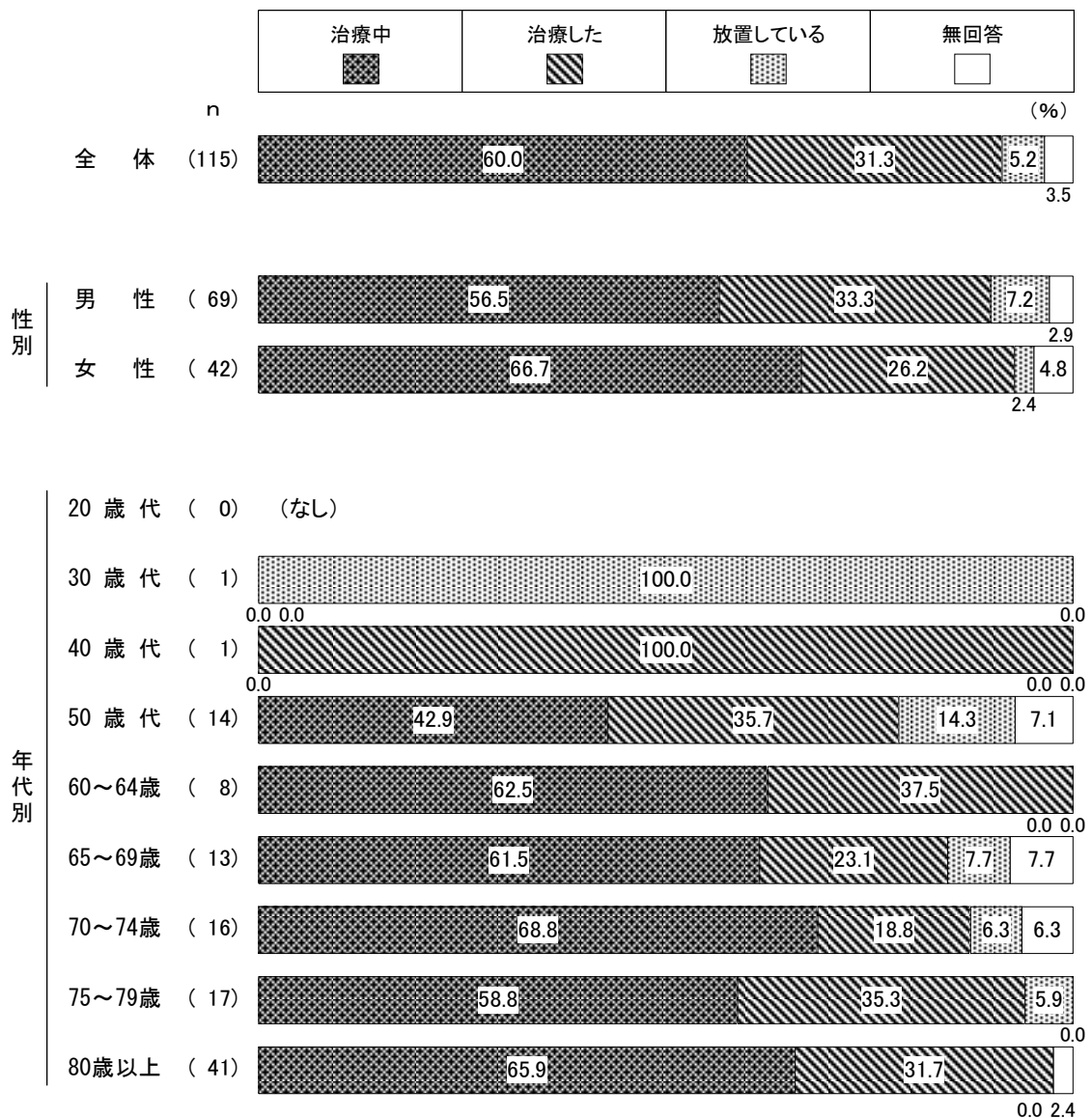


<性別、年代別> 【カ 心臓病】

現在の状況を性別で見ると、「治療中」は女性（66.7%）が男性（56.5%）より10.2ポイント高くなっている。一方、「治療した」は男性（33.3%）が女性（26.2%）より7.1ポイント、「放置している」は男性（7.2%）が女性（2.4%）より4.8ポイント、それぞれ高くなっている。

年代別は基数が少ないため、参考に図示する。

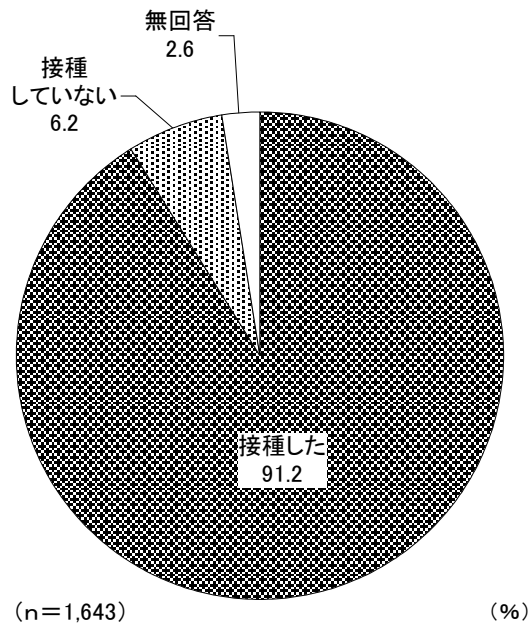
【図Ⅱ-3-79】 生活習慣病の現在の状況（性別、年代別） 【カ 心臓病】



(6) 新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種状況

問27 あなたは、新型コロナウイルス感染症のワクチンを接種しましたか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-80】 新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種状況



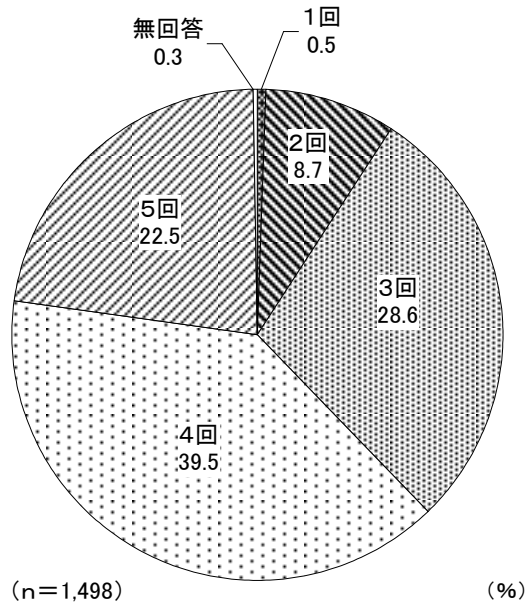
新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種状況を聞いたところ、「接種した」が91.2%、「接種していない」は6.2%となっている。

(7) 新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種回数

(問27で、「接種した」と答えた方にお聞きします)

問27-1 接種回数は何回ですか(○は1つだけ)。

【図Ⅱ-3-81】 新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種回数

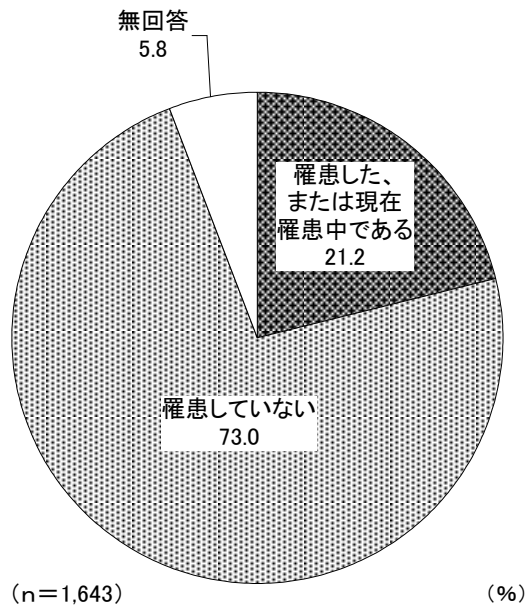


新型コロナウイルス感染症のワクチンを「接種した」と答えた方に、接種回数を聞いたところ、「4回」が39.5%で最も高く、次いで「3回」が28.6%、「5回」が22.5%となっている。

(8) 新型コロナウイルス感染症の罹患状況

問28 あなたは、現在までに新型コロナウイルス感染症に罹患しましたか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-82】 新型コロナウイルス感染症の罹患状況

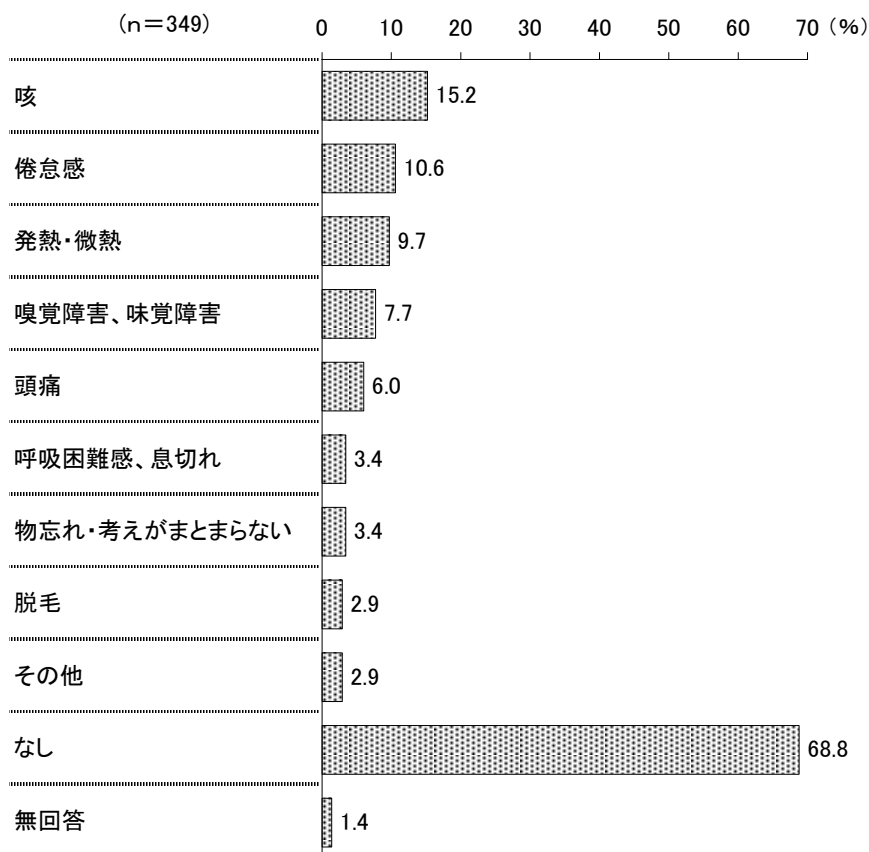


新型コロナウイルス感染症の罹患状況を聞いたところ、「罹患した、または現在罹患中である」が21.2%、「罹患していない」は73.0%となっている。

(9) 新型コロナウイルス感染症の後遺症の有無

(問28で、「罹患した、または現在罹患中である」と答えた方にお聞きします)
 問28-1 新型コロナウイルス感染症の後遺症はありますか(○はあてはまるものすべて)。

【図Ⅱ-3-83】 新型コロナウイルス感染症の後遺症の有無



新型コロナウイルス感染症に「罹患した、または現在罹患中である」と答えた方に、新型コロナウイルス感染症の後遺症の有無を聞いたところ、「なし」が68.8%で最も高くなっている。一方、後遺症がある中では、「咳」が15.2%で最も高く、次いで「倦怠感」が10.6%、「発熱・微熱」が9.7%となっている。

(10) この1年間のがん検診の受診状況

この1年間で、何らかのがん検診を受けたか聞いたところ、「受けた」が37.7%、「受けていない」は56.5%となっている。

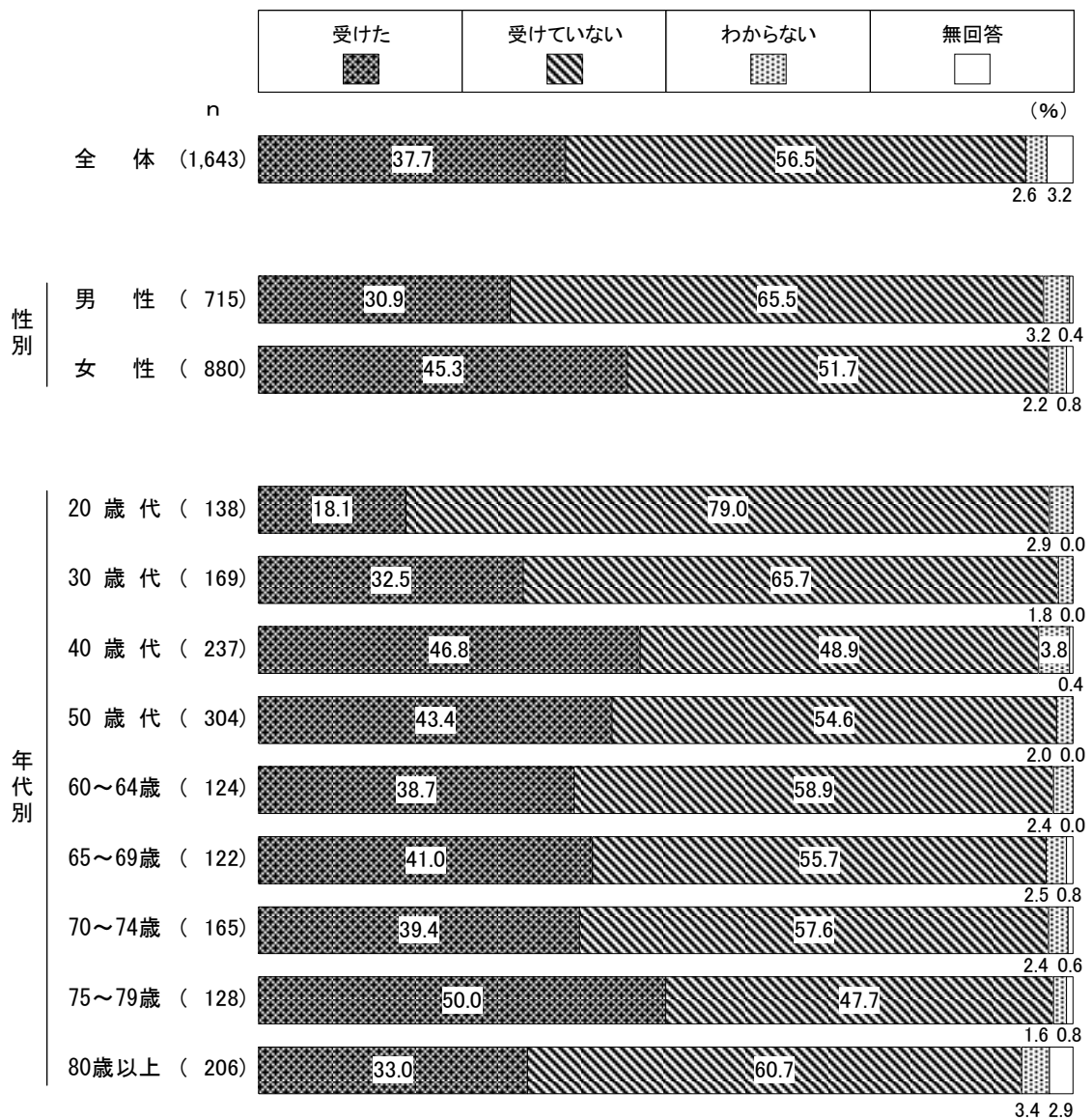
<性別、年代別>

性別で見ると、「受けた」は女性（45.3%）が男性（30.9%）より14.4ポイント高くなっている。

年代別で見ると、「受けた」は75～79歳で50.0%と高くなっている。一方、「受けていない」は20歳代で79.0%と高くなっている。

問29 あなたは、この1年間で、何らかのがん検診を受けましたか（○は1つだけ）。

【図Ⅱ-3-84】 この1年間のがん検診の受診状況（性別、年代別）

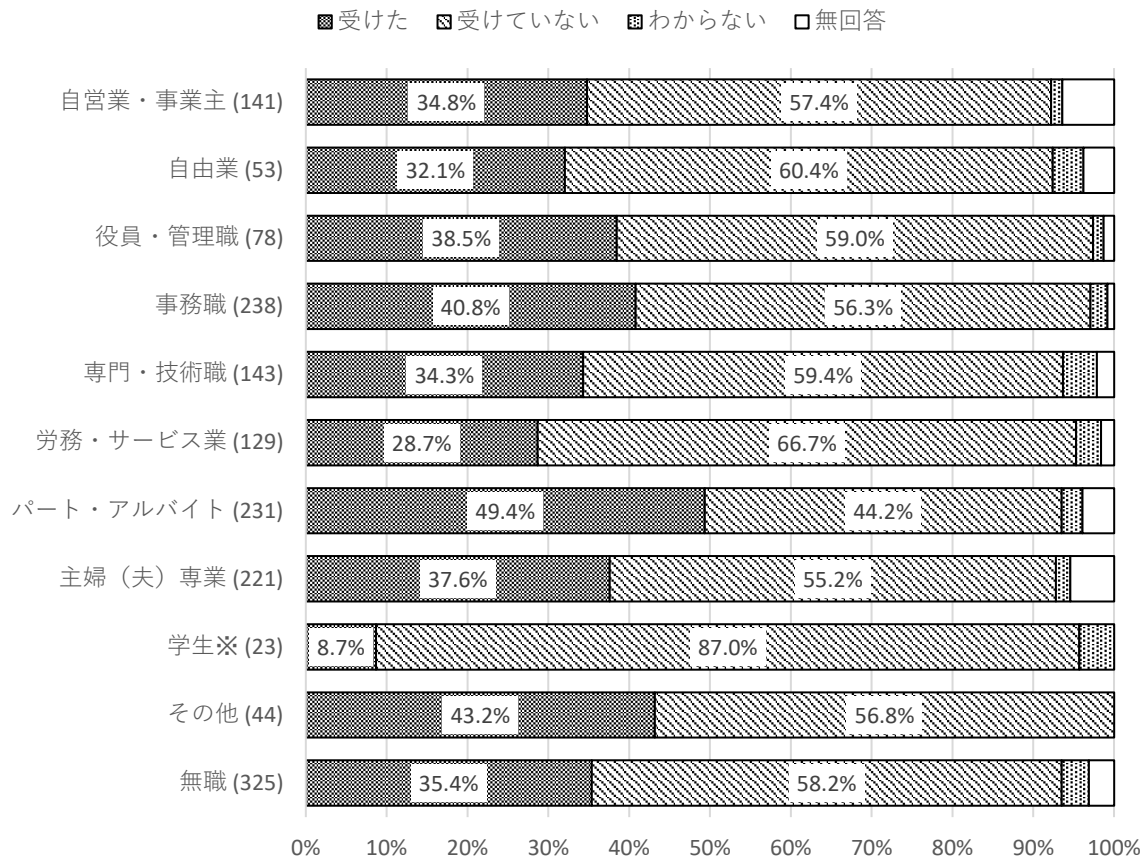


＜職業別＞

職業別でみると「受けた」はパート・アルバイトで高くなっている。

※ 「学生」と回答している人は30歳代以下であり、区の無料がん検診では子宮頸がん検診のみ対象。

【図Ⅱ-3-85】 この1年間のがん検診の受診状況、職業別
(職業無回答17、有効回答n=1,626)

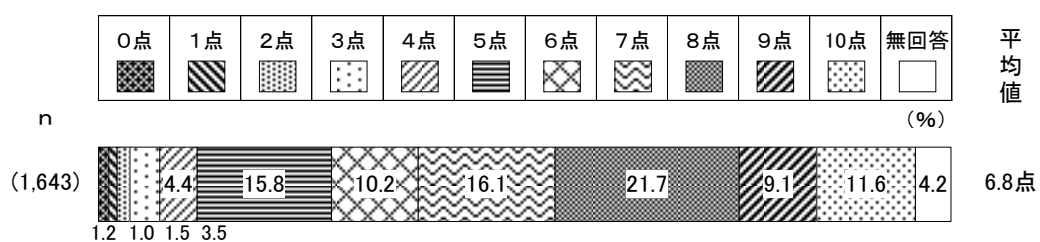


4 こころの健康について

(1) 幸福度

問30 あなたは、ご自分が幸せだと思いますか。あてはまる点数をひとつ選んでください。

【図Ⅱ-3-86】 幸福度



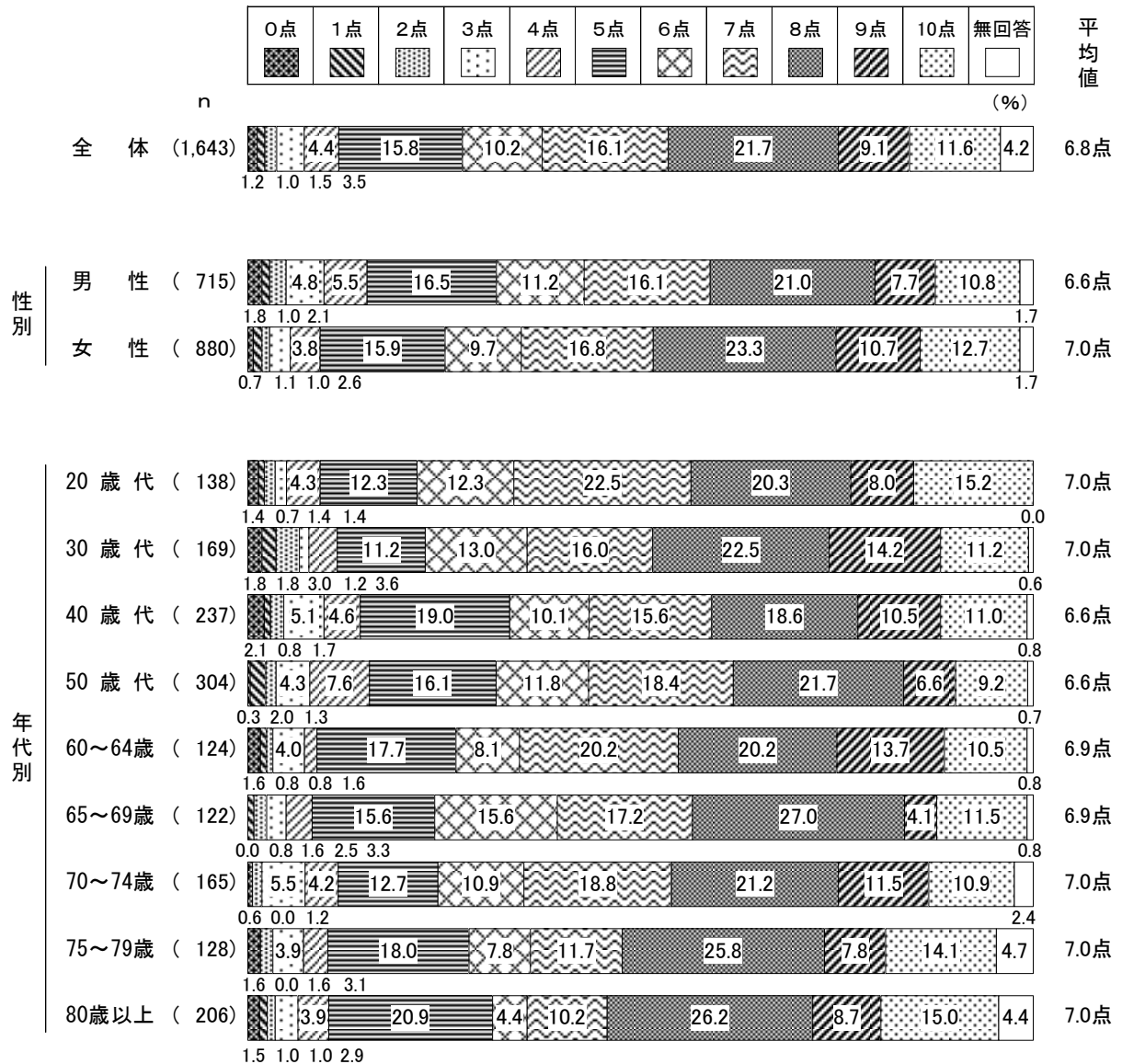
自分が幸せだと思うか点数で聞いたところ、「8点」が21.7%で最も高く、次いで「7点」が16.1%、「5点」が15.8%、「10点」が11.6%となっており、平均値は6.8点となっている。

<性別、年代別>

性別でみると、「9点」は女性（10.7%）が男性（7.7%）より3.0ポイント高くなっている。また、平均値では、女性（7.0点）が男性（6.6点）より0.4点高くなっている。

年代別でみると、「8点」は65～69歳で27.0%、80歳以上で26.2%と高くなっている。

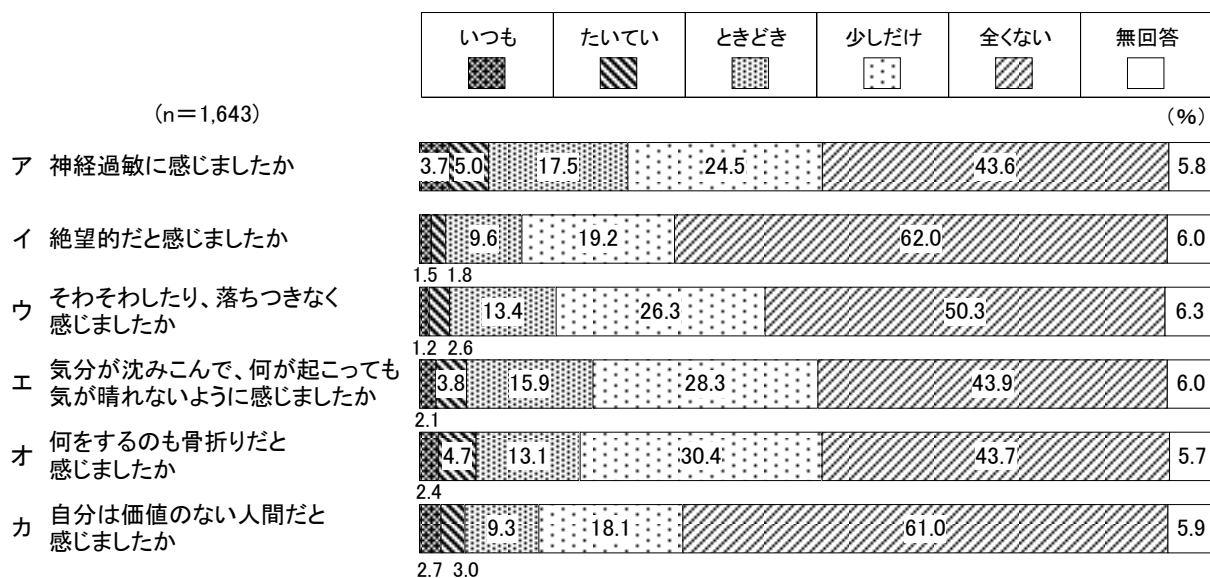
【図Ⅱ-3-87】 幸福度（性別、年代別）



(2) こころの状況

問31 次のそれぞれの質問について過去1か月の間はどのようなようであったか、あてはまる番号をひとつ選んでください（○はそれぞれ1つずつ）。

【図Ⅱ-3-88】 こころの状況



こころの状況について6項目に分けて聞いたところ、「ときどき」は“神経過敏に感じましたか”で17.5%と最も高く、次いで“気分が沈みこんで、何が起っても気が晴れないように感じましたか”で15.9%、“そわそわしたり、落ちつきなく感じましたか”で13.4%となっている。

「全くない」は“絶望的だと感じましたか”で62.0%と最も高く、次いで“自分は価値のない人間だと感じましたか”で61.0%、“そわそわしたり、落ちつきなく感じましたか”で50.3%となっている。

また、この質問は「K6」という国際的な調査尺度を用いており、ア～カの合計点によって、うつ状態の尺度をはかるものである。

【点数の算出方法】

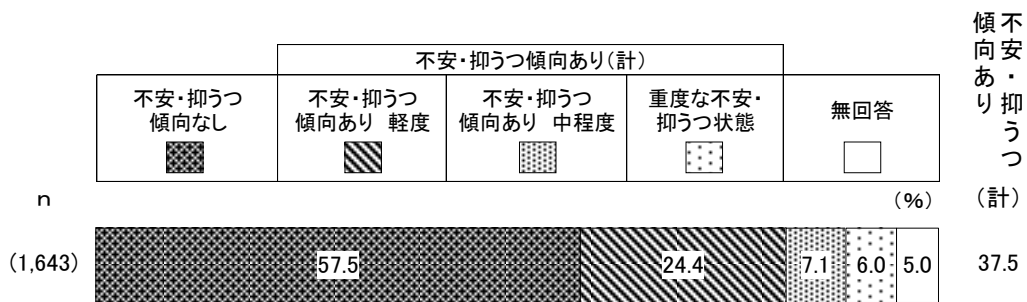
いつも＝4点、たいてい＝3点、ときどき＝2点、少しだけ＝1点、全くない＝0点

【「K6」に基づく測定（4区分）】

- 5点未満：不安・抑うつ傾向なし
- 5点以上10点未満：不安・抑うつ傾向あり 軽度
- 10点以上13点未満：不安・抑うつ傾向あり 中程度
- 13点以上：重度な不安・抑うつ状態

「K6」に基づく測定（4区分）結果をみると、「不安・抑うつ傾向なし」が57.5%となっている。一方、「不安・抑うつ傾向あり 軽度」は24.4%、「不安・抑うつ傾向あり 中程度」は7.1%、「重度な不安・抑うつ状態」は6.0%となっており、これらを合わせた『不安・抑うつ傾向あり（計）』は37.5%となっている。

【図Ⅱ-3-89】 こころの状況 【「K6」に基づく測定（4区分）】



<性別、年代別> 【「K6」に基づく測定（4区分）】

性別で見ると、『不安・抑うつ傾向あり（計）』は女性（40.0%）が男性（36.8%）より3.2ポイント高くなっている。

年代別で見ると、『不安・抑うつ傾向あり（計）』はおおむね年代が下がるにつれて割合が高くなっており、20歳代で52.2%となっている。

【図Ⅱ-3-90】 こころの状況（性別、年代別） 【「K6」に基づく測定（4区分）】

