

# 調査結果の分析 中学・高校生調査

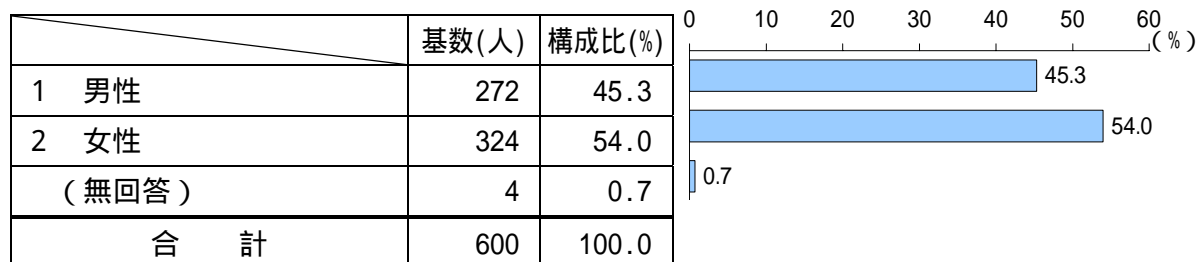
## < 調査実施の概要 >

調査地域	江東区内全域
調査方法 調査期間	郵送法（郵送配付 郵送回収）平成19年9月28日（金）～10月19日（金）
標本数	1,300人
有効回収数	600人
有効回収率	46.2%

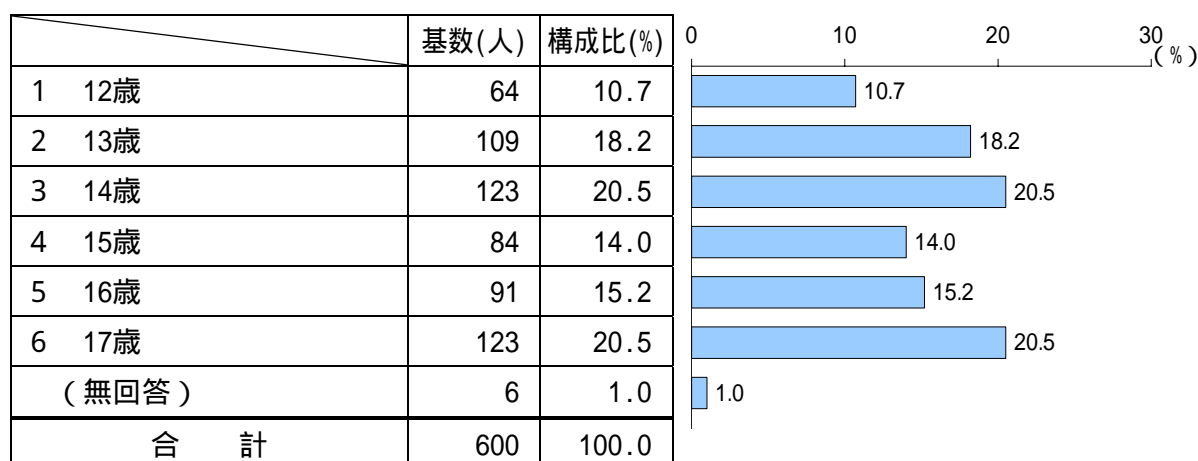
## 1 基本的な属性について

## (1) 基本的な属性

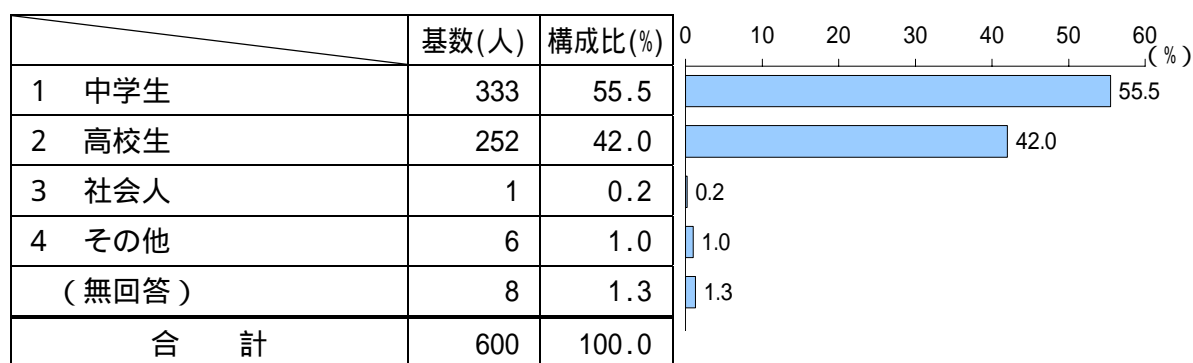
## 性別



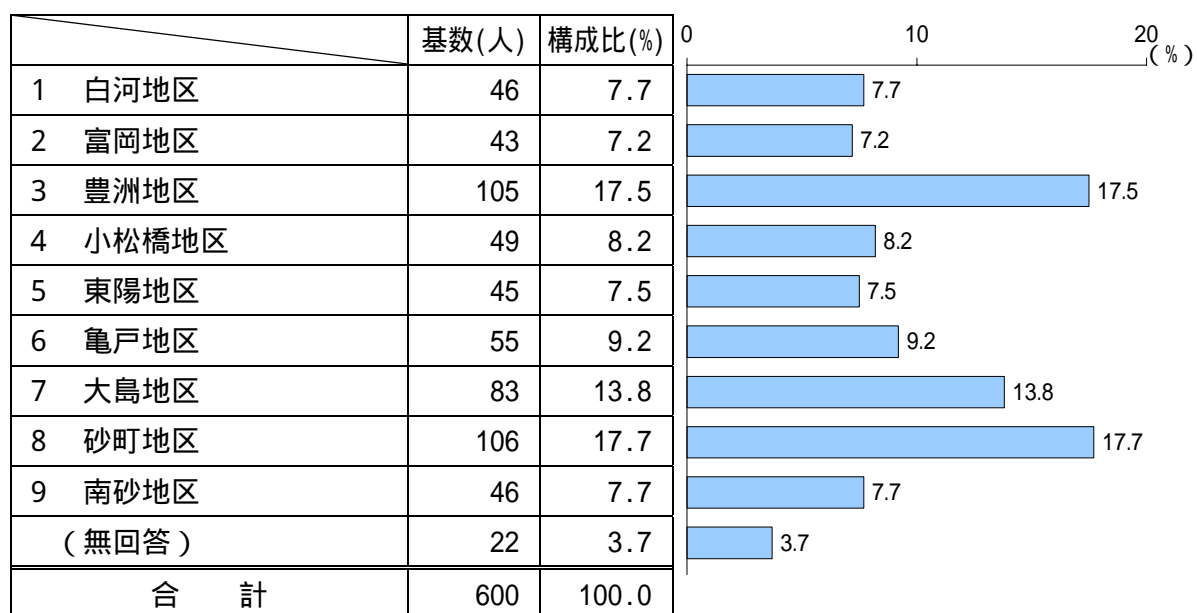
## 年齢別



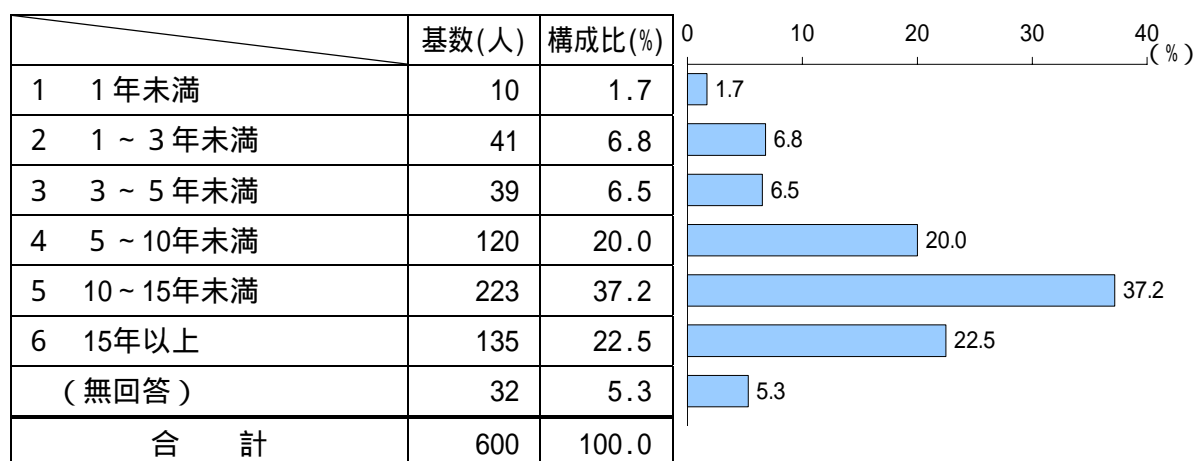
## 学年・社会人



### 居住地区



### 居住年数



(2) 身長・体重

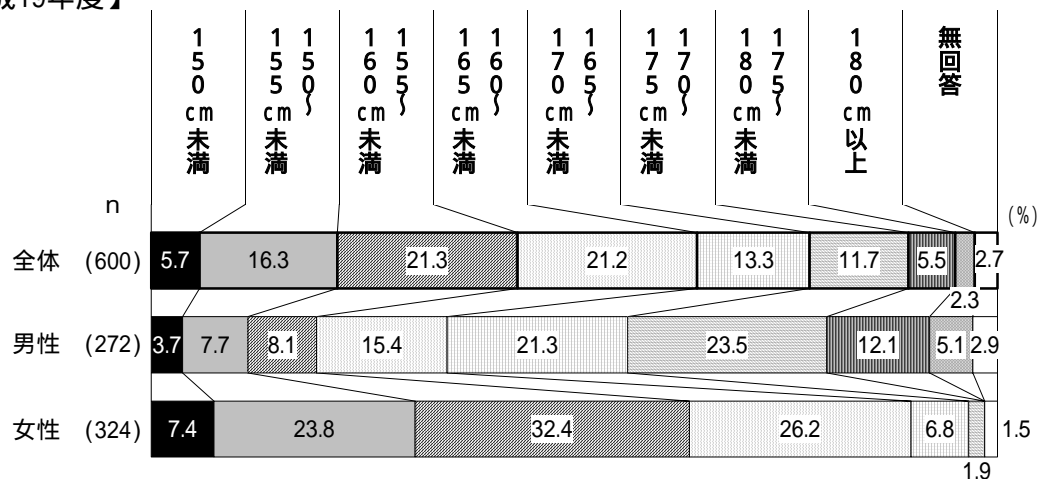
身長

平均身長は161.2cm

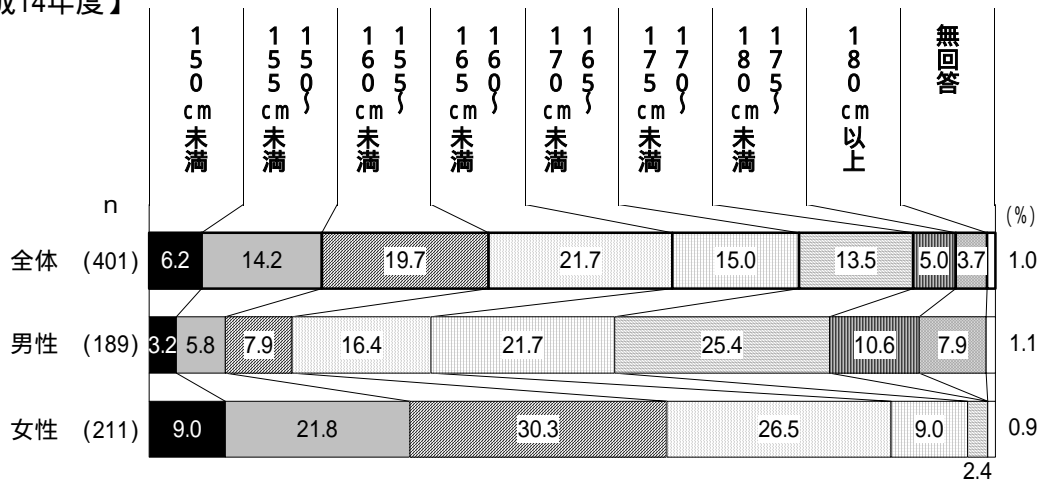
問4 あなたのおよその身長と体重を整数でご記入ください。

<図表 - 1 - 1> 身長

【平成19年度】



【平成14年度】



身長は、平均身長が161.2cmで、構成比は「155～160cm未満」(21.3%)と「160～165cm未満」(21.2%)がそれぞれ2割を超えている。

性別で見ると、男性の平均身長は166.1cmで、女性の平均身長は157.1cmである。従って、男女の差は9.0cmである。また、構成比で見ると、男性では、「170～175cm未満」で2割台半ば、「165～170cm未満」で2割を超える。一方、女性では、「155～160cm未満」が3割を超え最も高く、「160～165cm未満」と「150～155cm未満」が2割台半ばとなっている。

平成14年度と比較すると、全体、性別ともに特に大きな違いはみられない。(図表 - 1 - 1)

【性 / 年齢別】

< 図表 - 1 - 2 >

〔平均身長〕

	( cm )						
	全体	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
全体	<u>161.2</u>	<u>152.9</u>	<u>158.5</u>	<u>161.5</u>	<u>162.6</u>	<u>163.5</u>	<u>164.6</u>
男性	<u>166.1</u>	153.4	160.5	166.1	167.9	171.9	172.8
女性	<u>157.1</u>	152.4	156.4	157.9	158.4	157.1	158.2

「全体」には、太字で下線を施している。

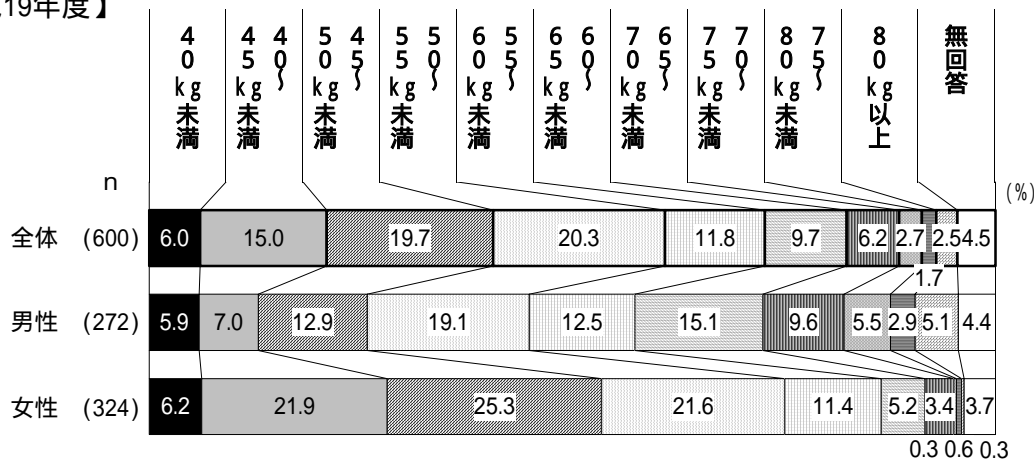
男性の平均身長は、当然のことながら、12歳で153.4cm と低く年齢が上がるほど漸増し、17歳で172.8cmとなっている。高低差は19.4cmである。一方、女性も同様に平均身長は12歳で最も低く152.4cmで、15歳まで年齢が上がるほど漸増し、15歳で158.4cm となっている。高低差は6.0cm で、男性よりもその差は小さい。( 図表 - 1 - 2 )

体重

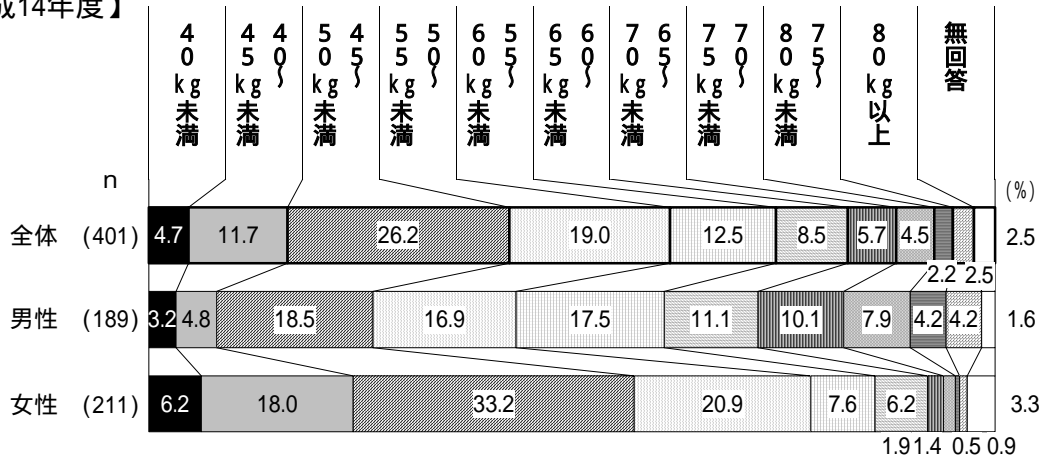
平均体重は52.5kg

< 図表 - 1 - 3 > 体重

【平成19年度】



【平成14年度】



体重は、平均体重が52.5kgで、構成比は「50～55kg未満」(20.3%)と「45～50kg未満」(19.7%)で2割前後となっている。

性別で見ると、男性の平均体重は56.5kgで、女性の平均体重は49.1kgである。従って、男女の差は7.4kgとなっている。構成比で見ると、男性は「50～55kg未満」が約2割で最も高くなっている。一方、女性では、「45～50kg未満」が2割台半ばで最も高く、「40～45kg未満」と「50～55kg未満」が2割を超え分散している。

平成14年度と比較すると、全体では、「45～50kg未満」で7ポイント減少している。性別でも、「45～50kg未満」が男女ともに減り、男性で6ポイント、女性で8ポイント減少している。また、「55～60kg未満」が男性で5ポイント減少している。(図表 - 1 - 3)

#### 【性/年齢別】

< 図表 - 1 - 4 >

〔平均体重〕

	(kg)						
	全体	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
全体	<u>52.5</u>	43.9	47.9	51.5	53.9	56.3	57.8
男性	<u>56.5</u>	46.7	49.5	54.6	57.8	62.9	65.2
女性	<u>49.1</u>	41.6	46.3	49.1	50.8	51.3	52.2

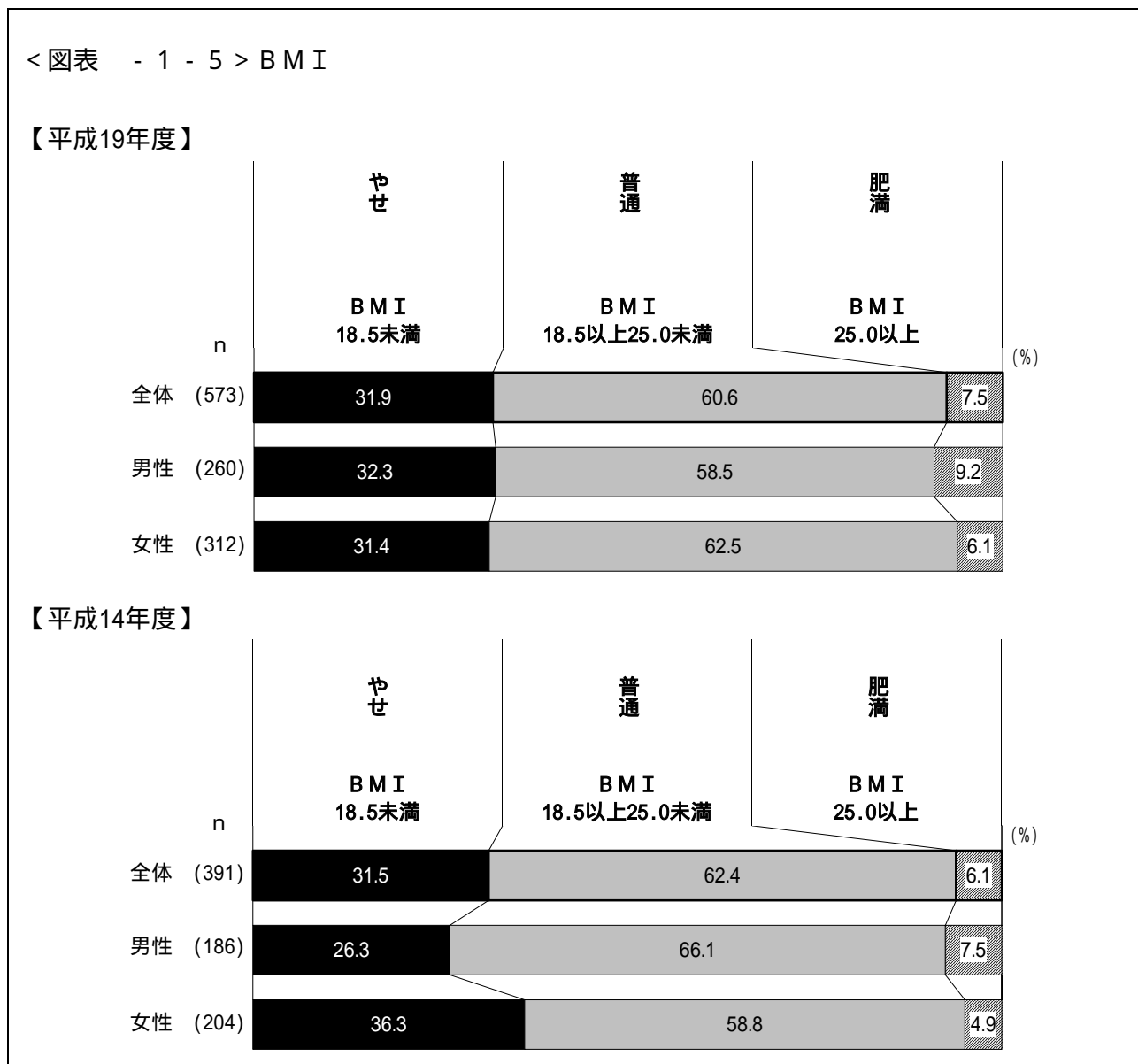
「全体」には、太字で下線を施している。

男性の平均体重は、12歳が46.7kgで最も低く、13歳(49.5kg)とともに40kg台である。14歳(54.6kg)と15歳(57.8kg)は50kg台に乗り、16歳(62.9kg)と17歳(65.2kg)は60kg台に乗っている。また、高低差は18.5kgである。一方、女性の平均体重でも、12歳は41.6kgで最も低く、15歳(50.8kg)～17歳(52.2kg)は50kg台となっている。なお、高低差は10.6kgである。(図表 - 1 - 4)

(3) BMI・肥満度

BMI

平均BMIは20.1。構成比は「普通」が6割で、「やせ」が3割を超える



身長と体重の結果をもとに、BMIを算出したところ、その平均は20.1となっている。日本肥満学会の判定基準による構成比は、「やせ：18.5未満」（31.9%）が3割を超え、「普通：18.5以上25.0未満」（60.6%）が6割と高くなっている。

性別で見ると、男性の平均は20.3で、女性の平均は19.8である。構成比では、性別による特に大きな違いはみられない。

平成14年度と比較すると、全体では特に大きな違いはみられない。性別では、「やせ」が男性で6ポイント増加する一方、女性で5ポイント減少している。また、「普通」が男性で8ポイント減少している。（図表 - 1 - 5）

## 【性 / 年齢別】

&lt; 図表 - 1 - 6 &gt;

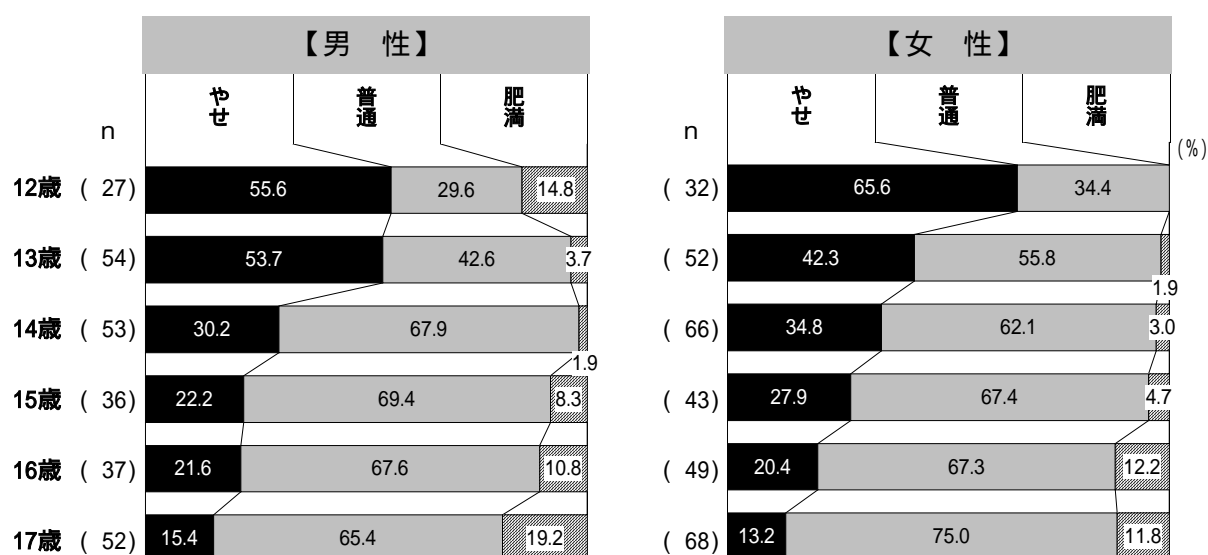
〔平均BMI〕

(%)

	全体	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
全体	<u>20.1</u>	18.7	19.0	19.6	20.3	21.0	21.3
男性	<u>20.3</u>	19.7	19.1	19.7	20.4	21.3	21.8
女性	<u>19.8</u>	17.8	18.9	19.6	20.2	20.7	20.9

「全体」には、太字で下線を施している。

〔構成比〕



平均BMIを性 / 年齢別で見ると、男女ともに16歳～17歳で高い傾向がみられ、男性では16歳で21.3、17歳で21.8、女性では16歳で20.7、17歳で20.9となっている。

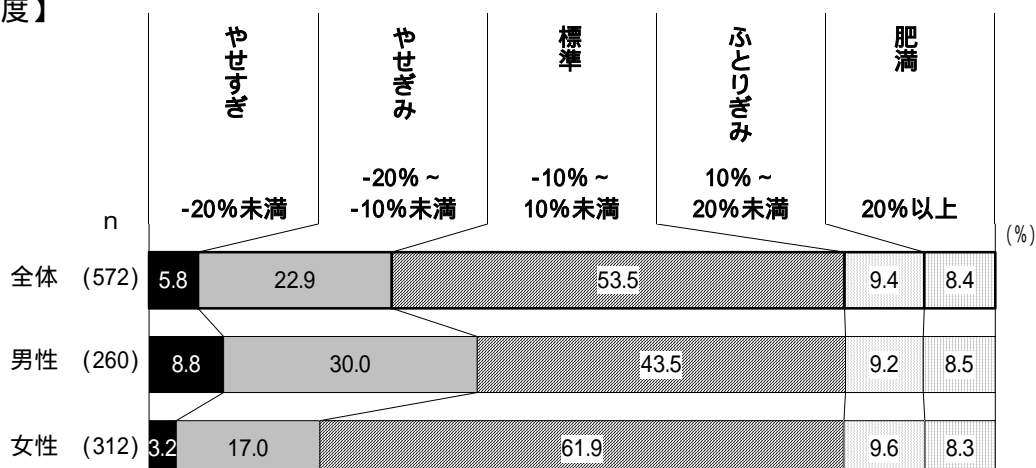
構成比で見ると、男性では、「やせ」が若いほど高く5割台半ばで、年齢が上がるほど漸減している。「普通」は14歳～16歳で約7割、「肥満」は17歳で約2割と高くなっている。一方、女性でも若い層で「やせ」が多い傾向をみることができ、特に、12歳は6割台半ばと目立つ。「普通」は年齢が上がるほど漸増し、17歳で7割台半ばとなる。また、「肥満」は16歳～17歳で1割を超えている。(図表 - 1 - 6)

## 肥満度

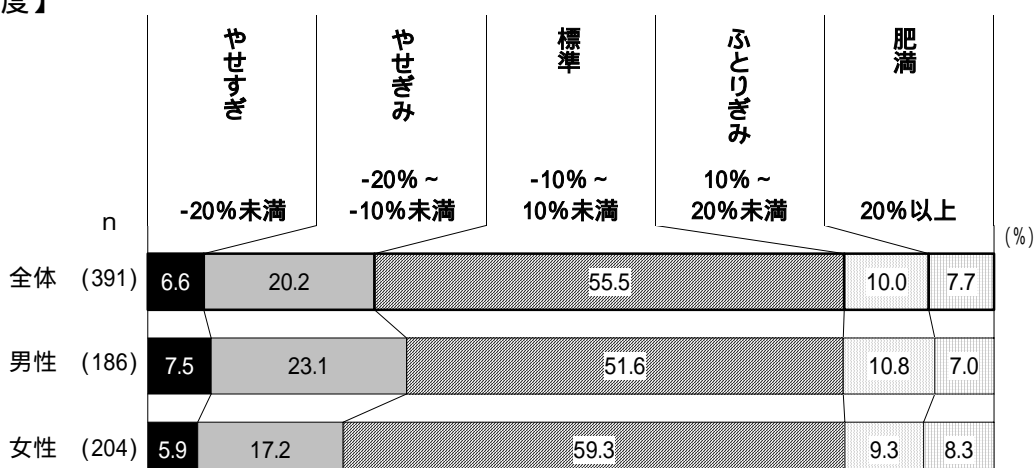
平均肥満度は - 1.4%である。構成比では「肥満」が約 1 割

< 図表 - 1 - 7 > 肥満度

### 【平成19年度】



### 【平成14年度】



#### 肥満度とは

実際の体重が標準体重と比較して何%重い(軽い)かを示すものである。

$$\text{肥満度} = (\text{実際の体重 (kg)} - \text{標準体重 (kg)}) \div \text{標準体重 (kg)} \times 100$$

文部科学省学校保健統計調査に基づく判定基準では、20～30%未満を「軽度肥満」、30～50%未満を「中等度肥満」、50%以上を「高度肥満」としている。

ここでの算出方法は、『健康日本21』（財団法人 健康・体力づくり事業財団）を参考にし、まず、標準体重を日比式で算出している。その後、記入された実際の体重から差し引いて肥満度を算出した。なお、構成比は性別によって標準体重の算出式が異なる。

また、比率の算出も、『健康日本21』を参考にし、20%以上を「肥満」と捉えることとした。20%未満の分類については、-20%未満を「やせすぎ」、-20～-10%未満を「やせぎみ」、-10～10%未満を「標準」、10～20%未満を「ふとりぎみ」としている。

なお、日比式の標準体重の算出式を参考までに記載する。

(日比式) 男性	標準体重 = (0.0000641424 × [身長] <sup>3</sup> ) + (-0.0182083 × [身長] <sup>2</sup> ) + (2.01339 × [身長]) + (-67.9488)
女性	標準体重 = (0.0000312278 × [身長] <sup>3</sup> ) + (-0.00517476 × [身長] <sup>2</sup> ) + (0.34215 × [身長]) + 1.66406

BMIとは別に、日比式を用いて肥満度も算出してみたところ、その平均は - 1.4%となっている。構成比は、「標準： - 10% ~ 10%未満」(53.5%)が5割台半ばで最も高くなっている。なお、「肥満：20%以上」(8.4%)が約1割である。

性別で見ると、男性全体の平均は - 3.6%で、女性全体の平均は0.3%である。構成比で見ると、「やせぎみ」は男性の方が女性よりも13ポイント高く3割となっている。「標準」は女性の方が約18ポイント高く6割を超える。

平成14年度と比較すると、全体では特に大きな違いはみられない。性別では、男性の変化が大きく、「やせぎみ」が7ポイント増加し、逆に、「標準」が8ポイント減少している。(図表 - 1 - 7)

【性 / 年齢別】

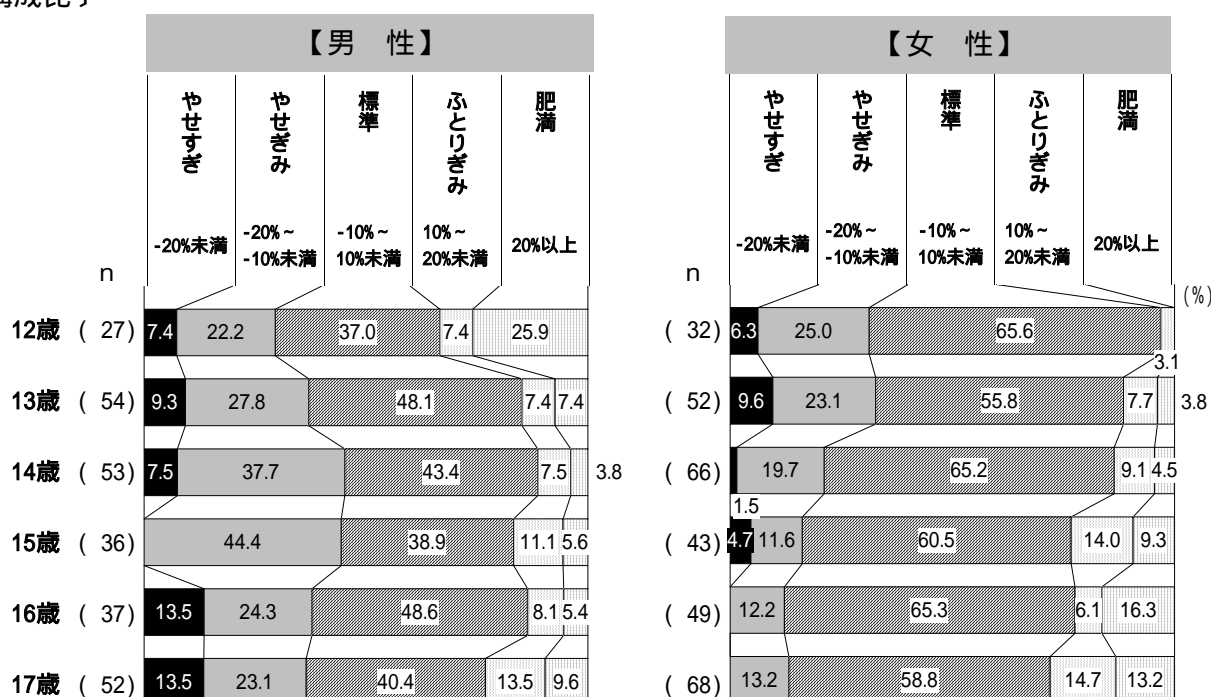
< 図表 - 1 - 8 >

〔平均肥満度〕

	(%)						
	全体	12歳	13歳	14歳	15歳	16歳	17歳
全体	<u>-1.4</u>	-1.1	-4.2	-3.8	-1.3	1.0	1.4
男性	<u>-3.6</u>	5.1	-4.3	-6.8	-4.6	-4.2	-3.0
女性	<u>0.3</u>	-6.3	-4.0	-1.4	1.4	4.8	4.8

「全体」には、太字で下線を施している。

〔構成比〕



平均肥満度は、男性は12歳を除いた年齢でマイナスであり、中でも、14歳が - 6.8%で低い。女性では、15歳以上でプラスに転じて16歳～17歳で4.8%となっており、12歳が - 6.3%で低い。

構成比で見ると、男性では、「やせすぎ」は16歳～17歳が1割台半ばで並び、「やせぎみ」が15歳で4割台半ばと最も高い。「標準」は13歳と16歳で約5割、「ふとりぎみ」は17歳で1割台半ばとなっている。「肥満」は12歳で2割台半ばと目立つ。一方、女性では、「やせすぎ」は13歳で約1割、「やせぎみ」は12歳～13歳で2割台半ばと比較的高い。「ふとりぎみ」は15歳と17歳で1割台半ば、「肥満」でも17歳は16歳とともに1割台半ばとなっている。(図表 - 1 - 8)

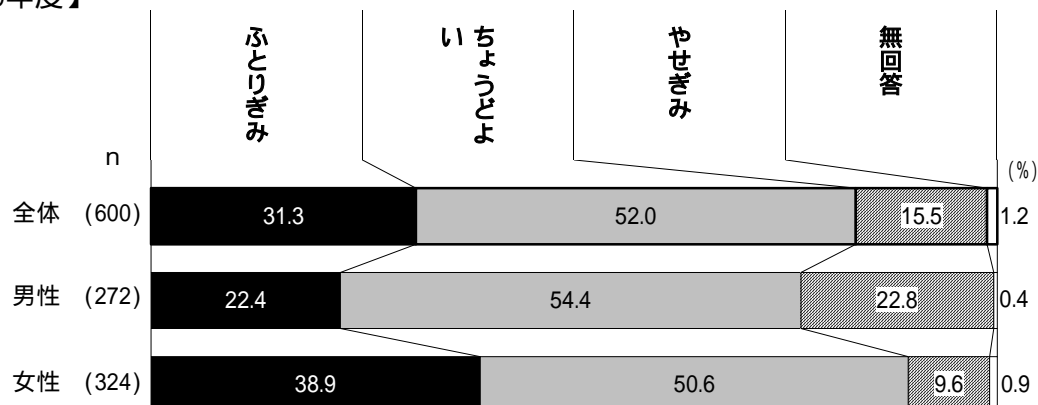
## (4) 体型についての認知

「ちょうどよい」が5割で最も高い

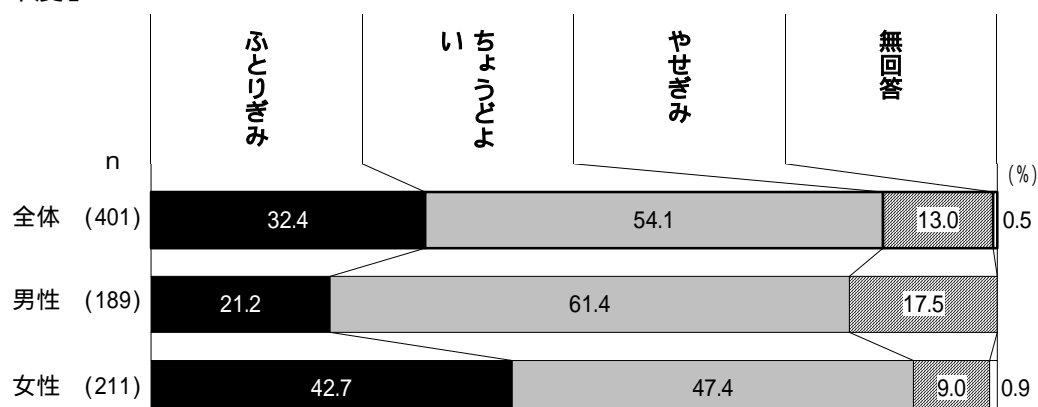
問5 あなたは、自分の体型についてどう思いますか。( は1つだけ)

<図表 - 1 - 9> 体型についての認知

## 【平成19年度】



## 【平成14年度】



体型については、「ふとりぎみ」(31.3%)が3割を超え、「ちょうどよい」(52.0%)が5割を超え最も高くなっている。「やせぎみ」(15.5%)は1割台半ばである。

性別でみると、「ふとりぎみ」は女性の方が男性よりも17ポイント高く約4割となっている。逆に、「やせぎみ」は男性が13ポイント上回り2割を超える。

平成14年度と比較すると、全体では特に大きな違いはみられない。性別では、男性の変化が大きく、「ちょうどよい」が7ポイント減少し、逆に、「やせぎみ」が5ポイント増加している。(図表 - 1 - 9)



## ～ 体型の認識差 ～

回答者自身の認知している体型と肥満度から浮かび上がる実際とが一致しているかどうかの分析を試みた。ここでは、数値の算出方法がこれまでとは異なるので、その条件と算出方法を示すことにする。

条件：性別によっていかに体型の認識差があらわれるかを明確化するため、性別をきちんと回答している人数（男性 = 272人、女性 = 324人）を対象とする。

条件：条件 を満たし、『身長』と『体重』をきちんと回答して、肥満度が算出できた人数（男性 = 260人、女性 = 312人）を対象とする。

条件：分析を明確にするために、 と の条件を満たして、『体型についての認知』にきちんと回答した人数を対象とし、 の条件を満たしながらも『体型についての認知』に無回答だった人（女性で2人）を除いた。

その結果、 から の条件を満たす人数は、「男性 = 260人、女性 = 310人」となった。

表中の比率は、上記のように算出された「男性 = 260人、女性 = 310人」を基数（= 分母）として、全ての項目の人数を割ったものである。なお、表の左側は『肥満度』の、表の上段は『体型についての認知』の回答結果となっている。ただし、『肥満度』については、上から「肥満」、「ふとりぎみ」、「標準」、「やせぎみ」、「やせ」の順に記載している。

これらを整理すると、表中で■で示されている部分は、『肥満度』と『体型についての認知』が一致している人の集団を表し、この部分を【一致型】とする。次に、対角線より左下の部分を『肥満度』に比べて、『体型についての認知』がややふとりぎみと判断している集団を表す【認知過剰型】とする。さらに、表の右上の部分を、『肥満度』に比べて『体型についての認知』をやややせていると判断している集団を表す【認知希薄型】とする。

## 表の見方

例えば、『肥満度』で「やせすぎ」だった人が、『体型についての認知』で「ちょうどよい」と回答した場合に、その人はどの欄に位置するかを考えてみる。

- ( ) <図表 - 1 - 11>の左側（表側）で「やせすぎ」の行を右に進む。
- ( ) 上段（表頭）の「ちょうどよい」の列を下に進む。
- ( ) ( ) と ( ) が交差する部分を見つける。

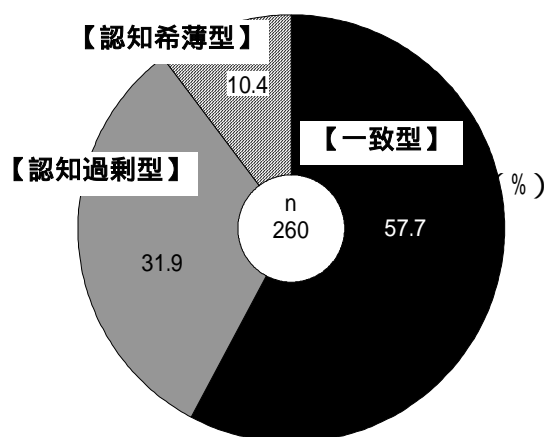
上記の手順を踏んだ場合、この例での回答者は、( ) と ( ) が交差する部分にある5人の中の1人であり、『肥満度』は「やせすぎ」だが、『体型の認知』は「ちょうどよい」と考えている集団、つまり、【認知過剰型】に属していると言える。

【男性】

< 図表 - 1 - 11 >

『肥満度』 \ 『体型についての認知』		上段：人数(人) 下段：比率(%)			【認知希薄型】
		ふとりぎみ	ちょうどよい	やせぎみ	
肥満 (20%以上)		19 7.3	3 1.2	0 0.0	27人 10.4%
ふとりぎみ (10%～20%未満)		12 4.6	12 4.6	0 0.0	
標準 (-10%～10%未満)		27 10.4	74 28.5	12 4.6	【一致型】 150人 57.7%
やせぎみ (-20%～-10%未満)		0 0.0	51 19.6	27 10.4	
やせすぎ (-20%未満)		0 0.0	5 1.9	18 6.9	
【認知過剰型】 83人 31.9%					

例えば、表中の【一致型】【認知過剰型】【認知希薄型】の、それぞれの比率を全て足し合わせたものと、右下にある比率とではやや異なるが、これは、小数点以下第2位を四捨五入しているためにおきる差である。



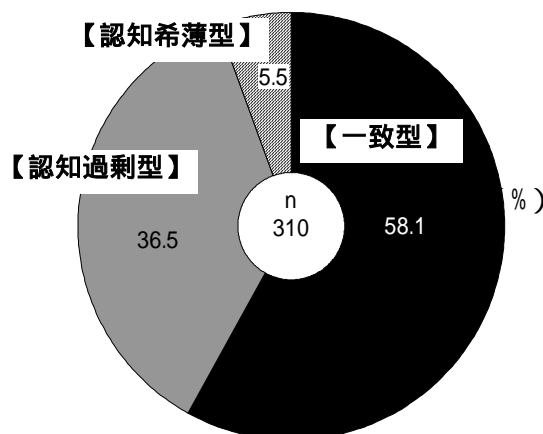
体型の認識差をみてみると、【一致型】は150人で57.7%である。そして、【認知過剰型】が83人で31.9%、【認知希薄型】は27人で10.4%となっている。つまり、約6割の人は『肥満度』と『体型の認知』の認識が一致しているが、4割を超える人は『肥満度』と『体型の認知』の認識が乖離していることが分かる。(図表 - 1 - 11)

【女性】

< 図表 - 1 - 12 >

『肥満度』 \ 『体型についての認知』		上段：人数(人) 下段：比率(%)			【認知希薄型】
		ふとりぎみ	ちょうどよい	やせぎみ	
肥満 (20%以上)	26 8.4	0 0.0	0 0.0	0 0.0	17人 5.5%
ふとりぎみ (10%～20%未満)	21 6.8	9 2.9	0 0.0	0 0.0	
標準 (-10%～10%未満)	71 22.9	113 36.5	8 2.6	8 2.6	【一致型】 180人 58.1%
やせぎみ (-20%～-10%未満)	6 1.9	32 10.3	14 4.5	14 4.5	
やせすぎ (-20%未満)	0 0.0	4 1.3	6 1.9	6 1.9	
【認知過剰型】 113人 36.5%					

例えば、表中の【一致型】【認知過剰型】【認知希薄型】の、それぞれの比率を全て足し合わせたものと、右下にある比率とではやや異なるが、これは、小数点以下第2位を四捨五入しているためにおきる差である。



体型の認識差をみてみると、【一致型】は180人で58.1%である。そして、【認知過剰型】が113人で36.5%、【認知希薄型】は17人で5.5%となっている。前述している男性と同様に、約6割の人は『肥満度』と『体型の認知』の認識が一致しているが、4割を超える人は『肥満度』と『体型の認知』の認識が乖離していることが分かる。(図表 - 1 - 12)

【総括】

【認知過剰型】は女性が若干高く、逆に【認知希薄型】は男性が若干高い

体型の認識で【一致型】での性別による大きな違いはみられない。ただし、【認知過剰型】は女性が男性よりも5ポイント高く、逆に、【認知希薄型】は男性が5ポイント高い。

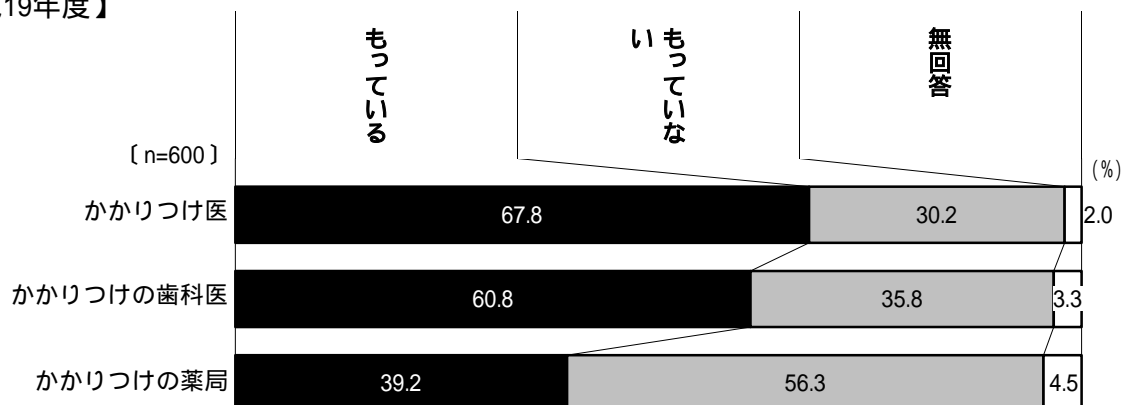
(5) かかりつけの医薬機関

「もっている」は、“かかりつけ医”が約7割、“かかりつけの歯科医”が6割

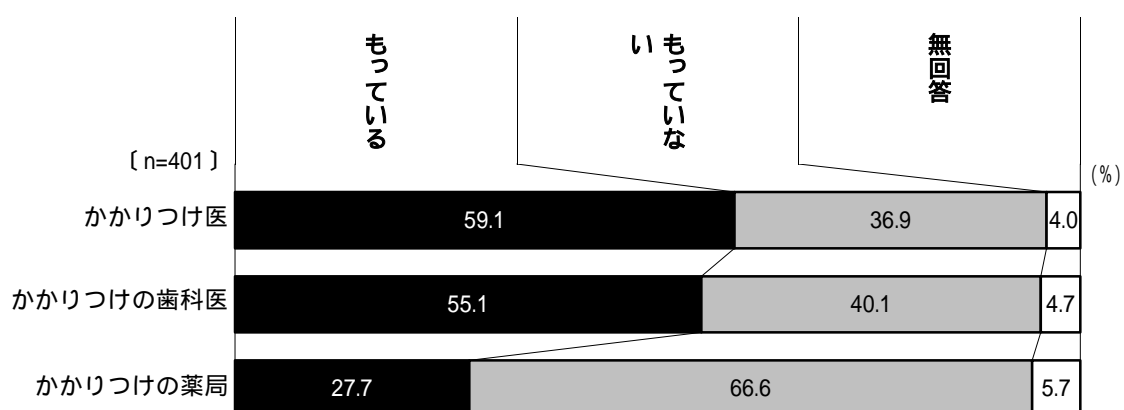
問6-1 あなたは、かかりつけの医者・歯医者・薬局をもっていますか。  
(はそれぞれ1つずつ)

<図表 - 1 - 13> かかりつけの医薬機関

【平成19年度】



【平成14年度】

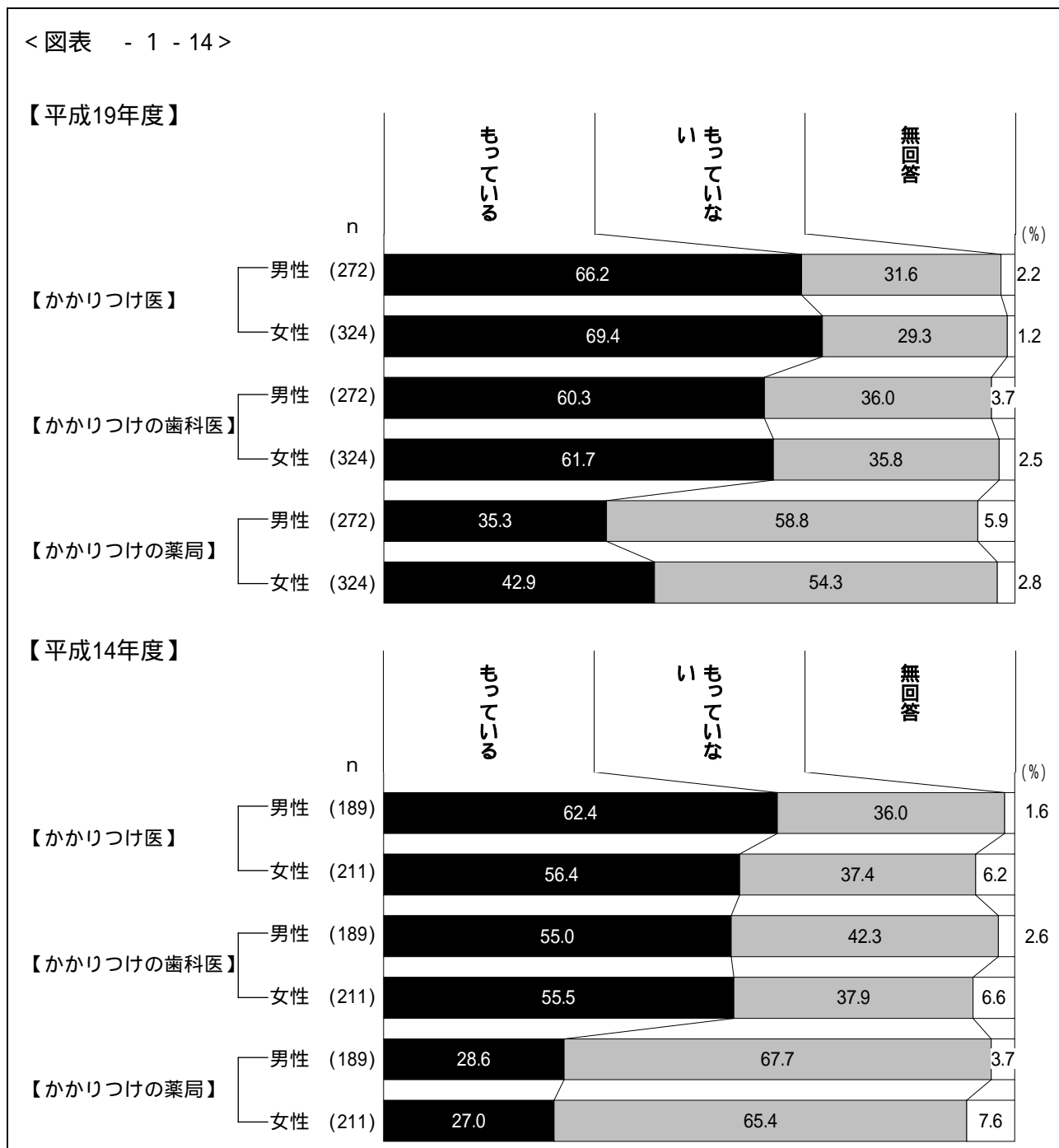


かかりつけの医薬機関では、「もっている」は“かかりつけ医”(67.8%)が約7割で最も高く、次いで“かかりつけの歯科医”(60.8%)が6割となっており、どちらも「もっていない」を上回っている。一方、“かかりつけの薬局”では、「もっている」(39.2%)が約4割で、「もっていない」(56.3%)が5割台半ばと、「もっていない」が上回っている。

平成14年度と比較すると、「もっている」がいずれにおいても増加しており、中でも、“かかりつけの薬局”は12ポイント増加している。そのほか、“かかりつけ医”で9ポイント、“かかりつけの歯科医”で6ポイント増加となっている。(図表 - 1 - 13)

【性別】

< 図表 - 1 - 14 >



性別で見ると、“かかりつけ医”と“かかりつけの歯科医”では、性別による大きな違いはみられないが、“かかりつけの薬局”では、「もっている」は女性の方が男性よりも8ポイント高く4割を超えている。

平成14年度と比較すると、いずれの医薬機関も「もっている」は男女ともに増加している。特に、増加が目立つのは、“かかりつけの薬局”で女性が16ポイント増加し、“かかりつけ医”でも女性が13ポイント増加していることなどである。(図表 - 1 - 14)

(6) かかりつけの医薬機関を選んだ理由

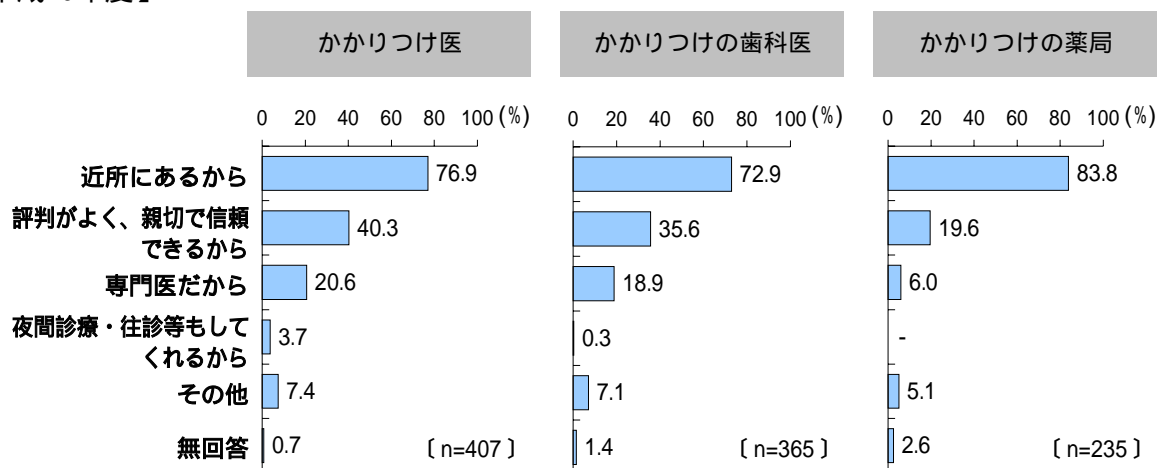
いずれの医薬機関も「近所にあるから」が最も大きな理由

(問6-1で、1つでも「1 もっている」とお答えの方に)

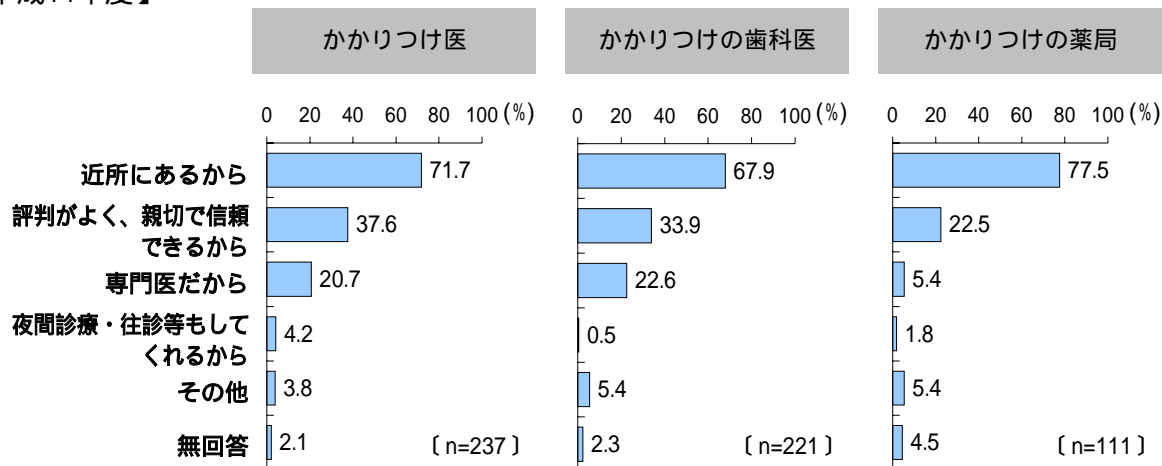
問6-2 どのような理由で選びましたか。( はそれぞれいくつでも)

<図表 - 1 - 15> かかりつけの医薬機関を選んだ理由

【平成19年度】



【平成14年度】



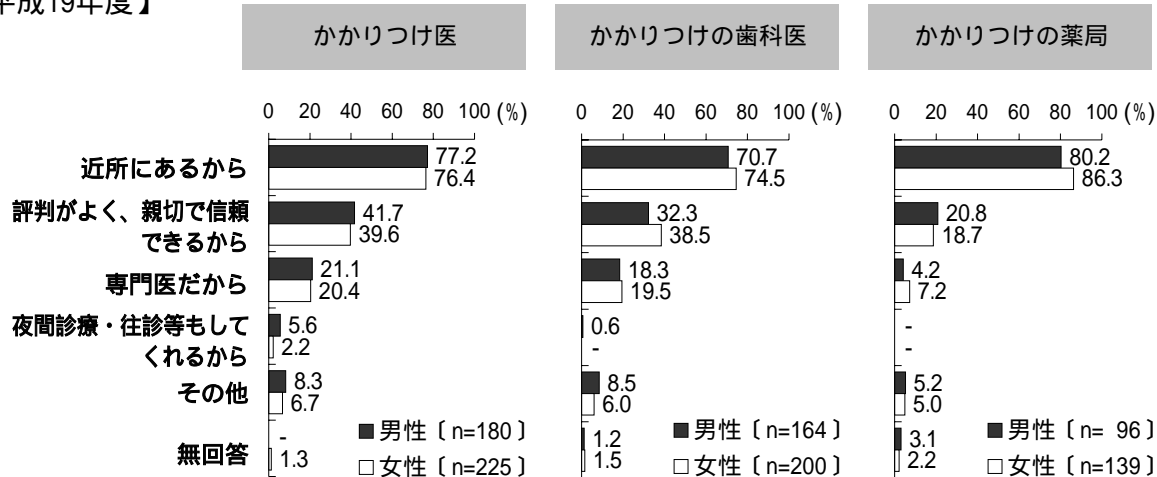
問6-1で、かかりつけの医薬機関を「もっている」と回答した人に、選んだ理由を聞いた。その結果、いずれの医薬機関とも「近所にあるから」が最も高く、特に、“かかりつけの薬局”(83.8%)は8割台半ばと高くなっている。2番目の理由としては、いずれも「評判がよく、親切で信頼できるから」であり、特に、“かかりつけ医”(40.3%)は4割となっている。

平成14年度と比較すると、「近所にあるから」がいずれも増加しており、それぞれ列挙すると、“かかりつけ医”と“かかりつけの歯科医”で5ポイント、“かかりつけの薬局”で6ポイント増加している。(図表 - 1 - 15)

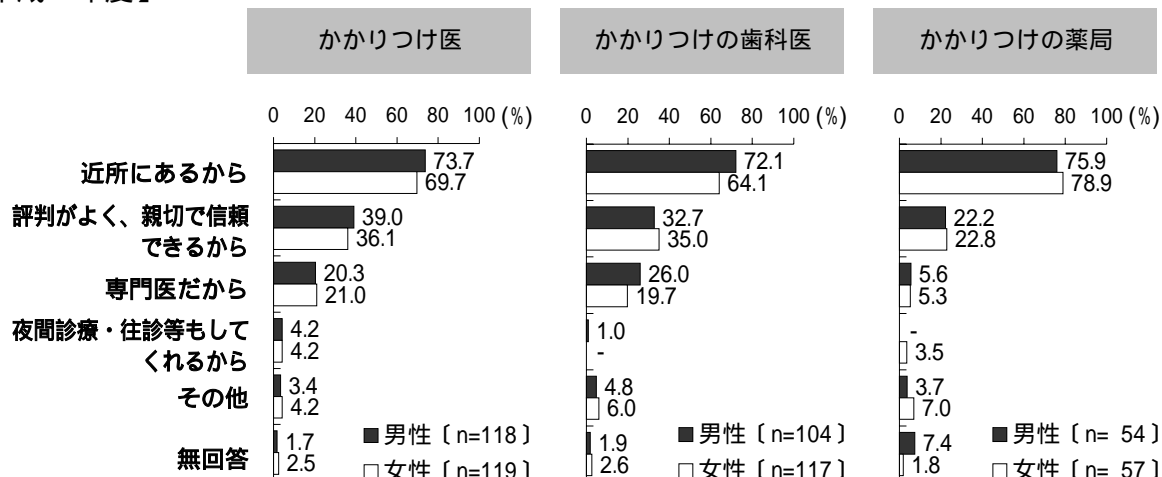
【性別】

< 図表 - 1 - 16 >

【平成19年度】



【平成14年度】



性別でみると、“かかりつけの歯科医”では、「評判がよく、親切で信頼できるから」で女性の方が男性よりも6ポイント高くなっている。“かかりつけの薬局”では、「近所にあるから」で女性の方が男性よりも6ポイント高い。

平成14年度と比較すると、いずれの医薬機関も「近所にあるから」は女性で増加しており、順に列挙していくと、“かかりつけ医”で7ポイント、“かかりつけの歯科医”で10ポイント、“かかりつけの薬局”で7ポイント増加している。一方で、“かかりつけの歯科医”では、「専門医だから」が男性で8ポイント減少している。（図表 - 1 - 16）

(7) かかりつけの医薬機関をもっていない理由

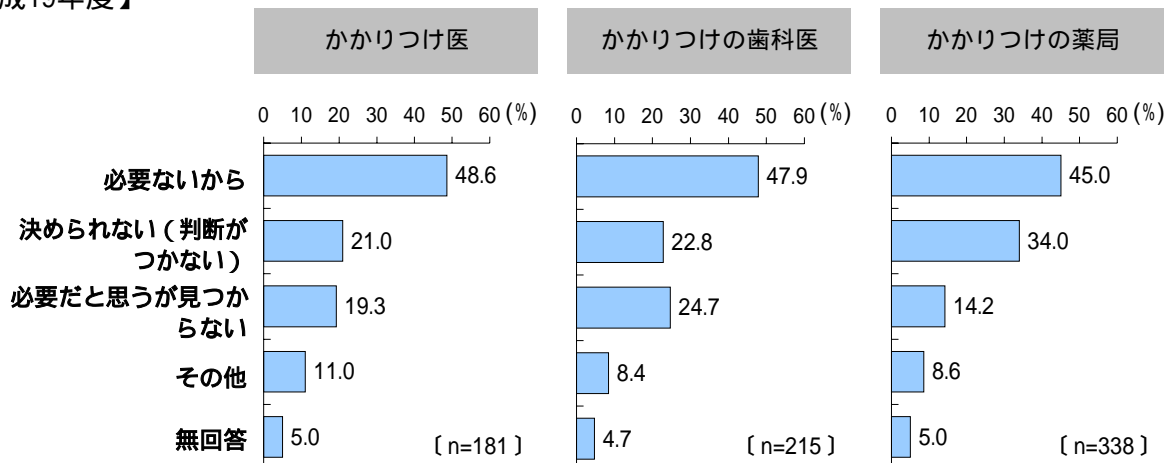
いずれの医薬機関も「必要ないから」が高い

(問6-1で、1つでも「2 もっていない」とお答えの方に)

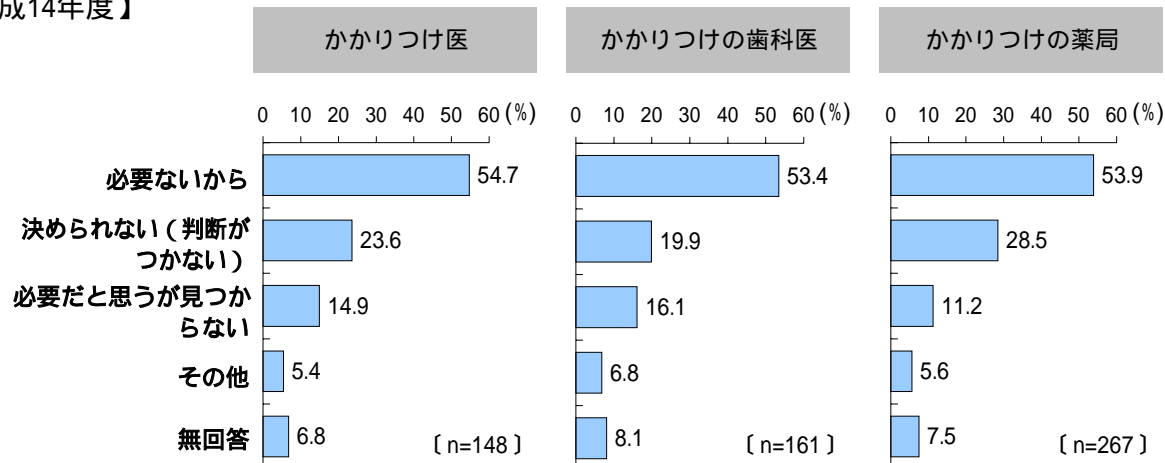
問6-3 もっていない理由に をつけてください。( はそれぞれいくつでも)

<図表 - 1 - 17> かかりつけの医薬機関をもっていない理由

【平成19年度】



【平成14年度】



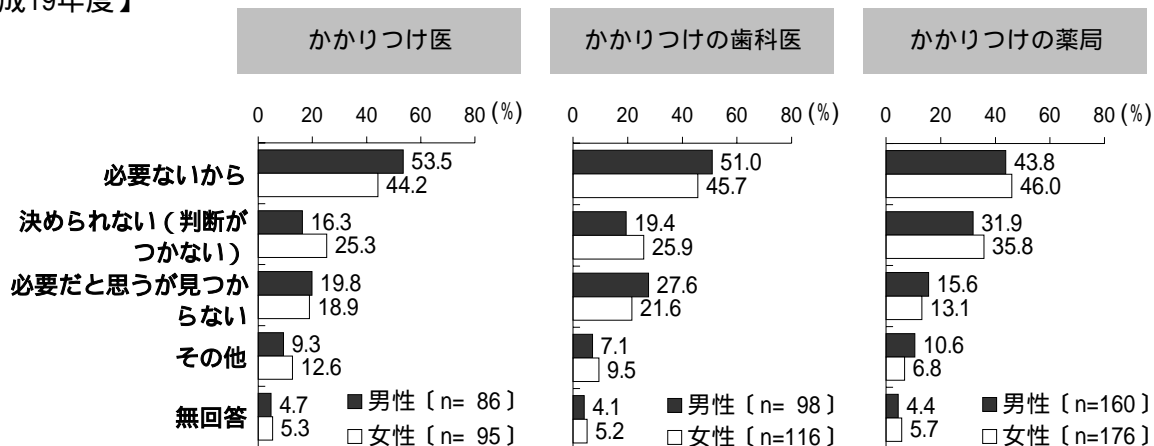
問6-1で、かかりつけの医薬機関を「もっていない」と回答した人に、もっていない理由を聞いた。その結果、いずれの医薬機関でも「必要ないから」が最も高く、“かかりつけ医”(48.6%)と“かかりつけの歯科医”(47.9%)で約5割、“かかりつけの薬局”(45.0%)で4割台半ばとなっている。また、2番目の理由として、“かかりつけの薬局”では、「決められない(判断がつかない)」(34.0%)が3割台半ばとなっている。

平成14年度と比較すると、いずれの医薬機関でも「必要ないから」が減少しており、特に、“かかりつけの薬局”は9ポイント減少となっている。逆に、「必要だと思うが見つからない」は“かかりつけの歯科医”で9ポイント、「決められない(判断がつかない)」は“かかりつけの薬局”で6ポイント増加している。(図表 - 1 - 17)

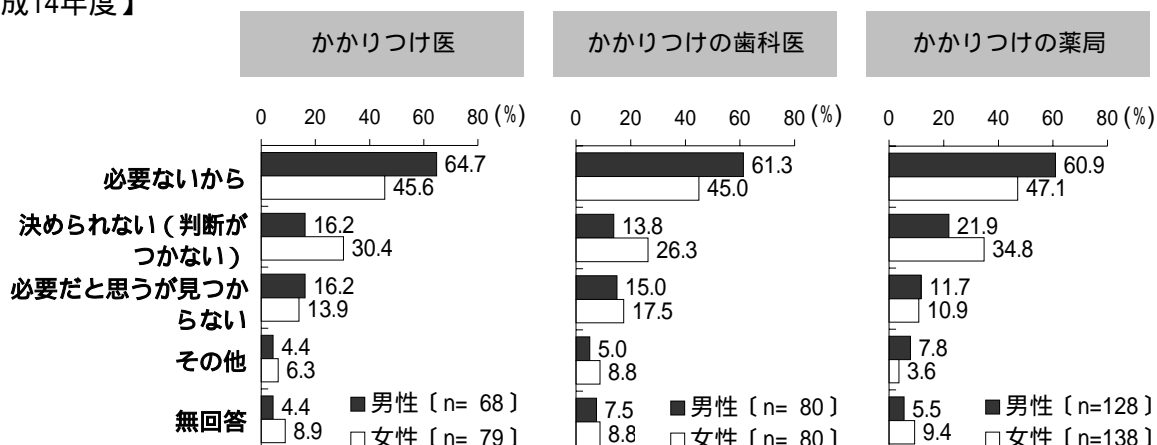
【性別】

< 図表 - 1 - 18 >

【平成19年度】



【平成14年度】



性別でみると、「必要ないから」は、「かかりつけ医」で男性の方が女性よりも9ポイント高く、「かかりつけの歯科医」でも男性で5ポイント上回る。逆に、「決められない(判断がつかない)」は、「かかりつけ医」で女性の方が男性よりも9ポイント高く、「かかりつけの歯科医」でも女性が7ポイント上回る。また、「必要だと思うが見つからない」は、「かかりつけの歯科医」で男性の方が女性よりも6ポイント高くなっている。なお、「かかりつけの薬局」については、性別による特に大きな違いはみられない。

平成14年度と比較すると、いずれの医薬機関も「必要ないから」は男性で大きく減少しており、順に列挙していくと、「かかりつけ医」で11ポイント、「かかりつけの歯科医」で10ポイント、「かかりつけの薬局」で17ポイント減少している。一方、「かかりつけ医」では「必要だと思うが見つからない」が女性で5ポイント増加し、「かかりつけの歯科医」では「必要だと思うが見つからない」が男性で13ポイント、「決められない(判断がつかない)」も男性で6ポイント増加している。また、「かかりつけの薬局」でも「決められない(判断がつかない)」が、男性で10ポイント増加している。(図表 - 1 - 18)

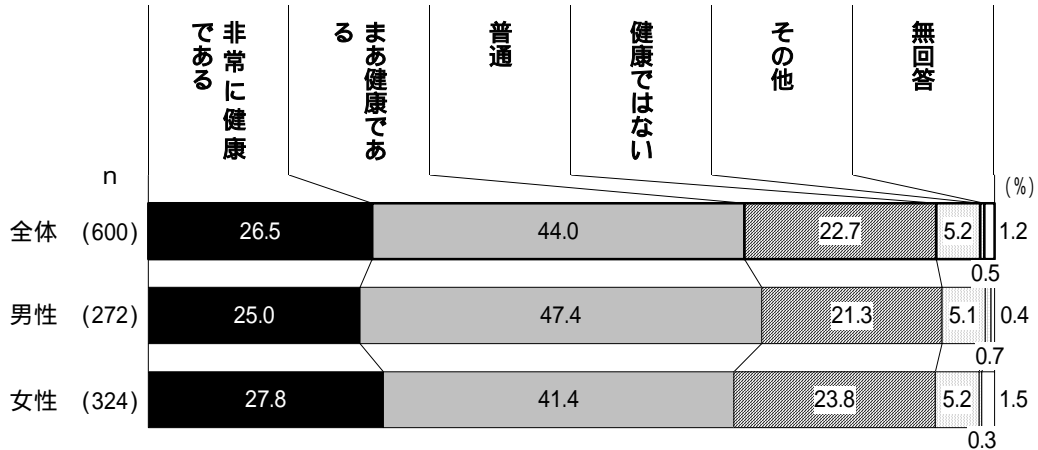
(8) 健康状態 (主観的)

《健康である》が7割

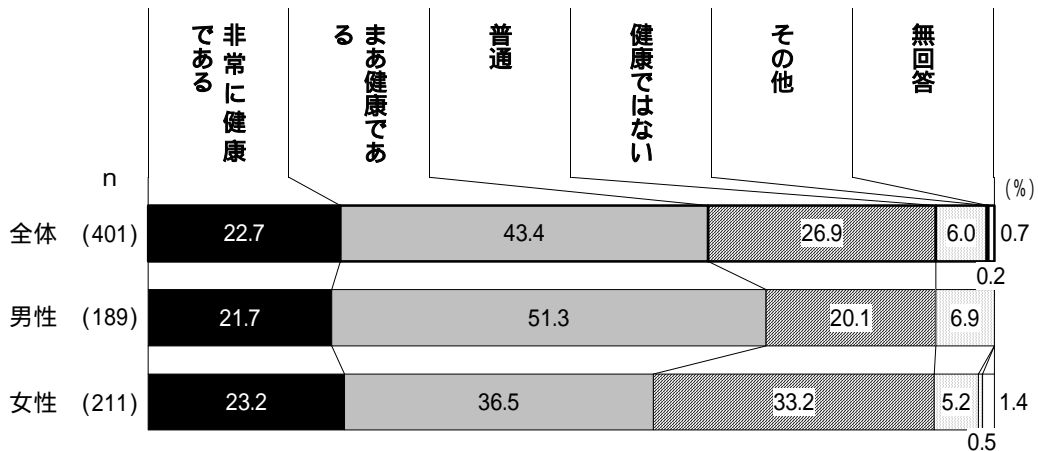
問7 あなたは、自分が健康であると思いますか。( は1つだけ)

< 図表 - 1 - 19 > 健康状態 (主観的)

【平成19年度】



【平成14年度】



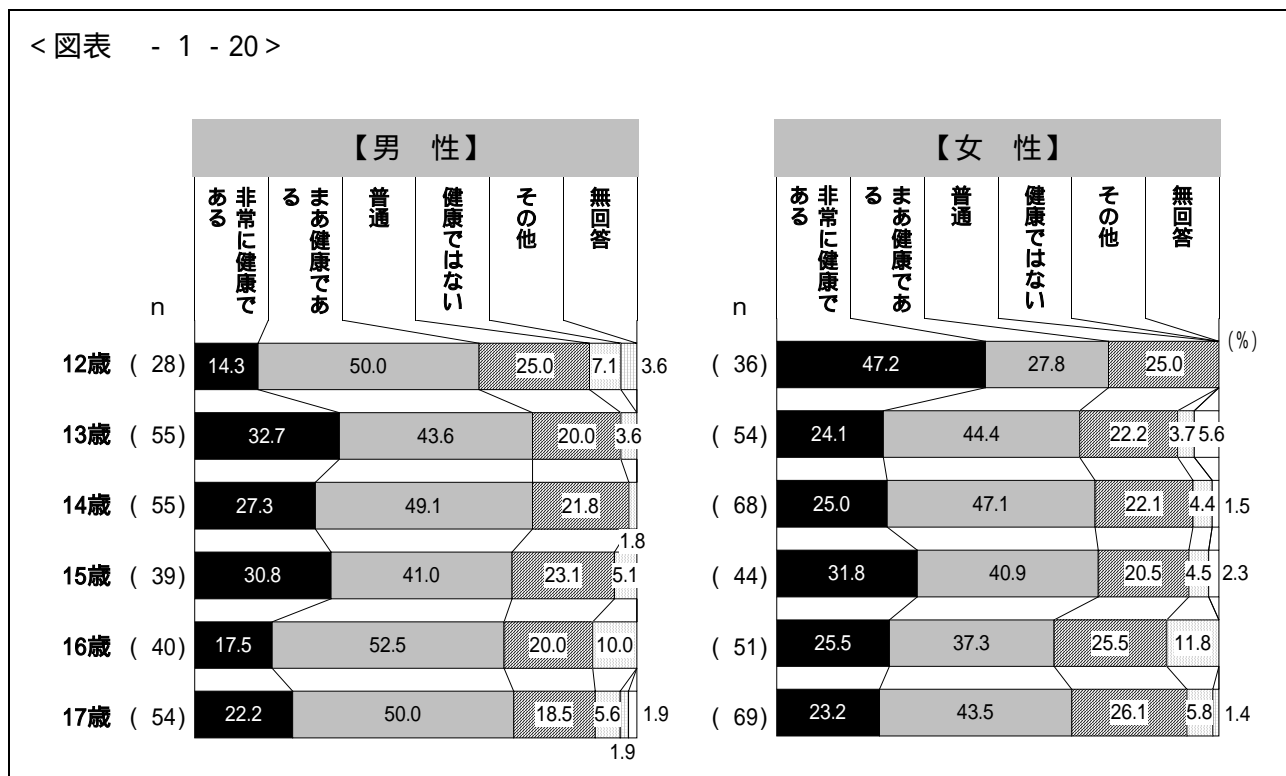
現在の健康状態 (主観的) としては、「非常に健康である」(26.5%) が2割台半ばで、「まあ健康である」(44.0%) が4割台半ばと最も高く、これらを合わせると《健康である》(70.5%) は7割となっている。また、「普通」(22.7%) は2割を超える。ただし、「健康ではない」(5.2%) が1割に満たないながらも存在する。

性別でみると、「まあ健康である」で男性の方が女性よりも6ポイント高く約5割となっているが、総じて、特に大きな違いはみられない。

平成14年度と比較すると、全体では特に大きな違いはみられない。性別では、男性での大きな変化はみられないものの、女性は《健康である》が10ポイント増加している。(図表 - 1 - 19)

【性 / 年齢別】

< 図表 - 1 - 20 >



男性では、「非常に健康である」が13歳で3割を超え、15歳も3割となっている。また、「健康である」としてみた場合、13歳～14歳で7割台半ばとなっている。一方、女性では、「非常に健康である」が12歳で約5割と目立ち、15歳で3割を超え続く。「健康である」としてみた場合、12歳で7割台半ばとなっており、14歳～15歳で7割を超える。逆に、「健康ではない」は16歳で1割を超え最も高い。(図表 - 1 - 20)

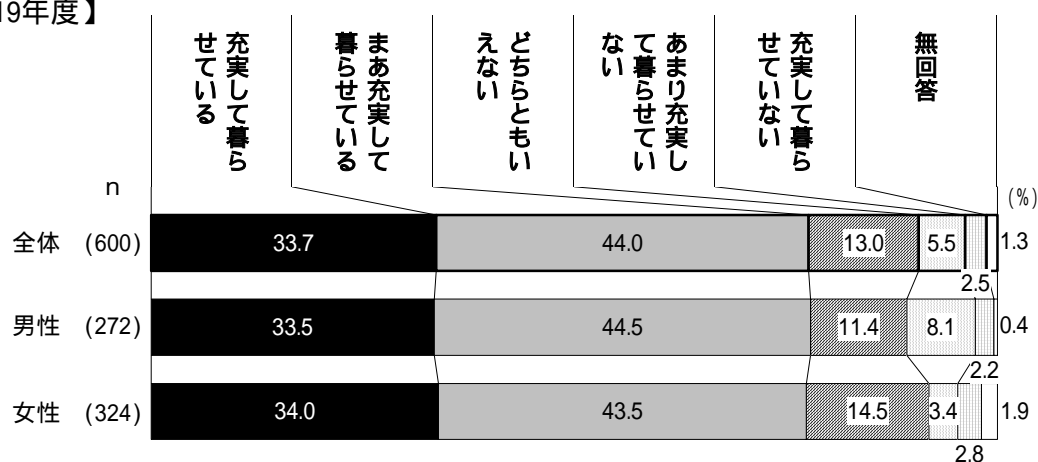
(9) 日常生活の充実度

《充実して暮らせている》は約8割。一方、《暮らせていない》は約1割

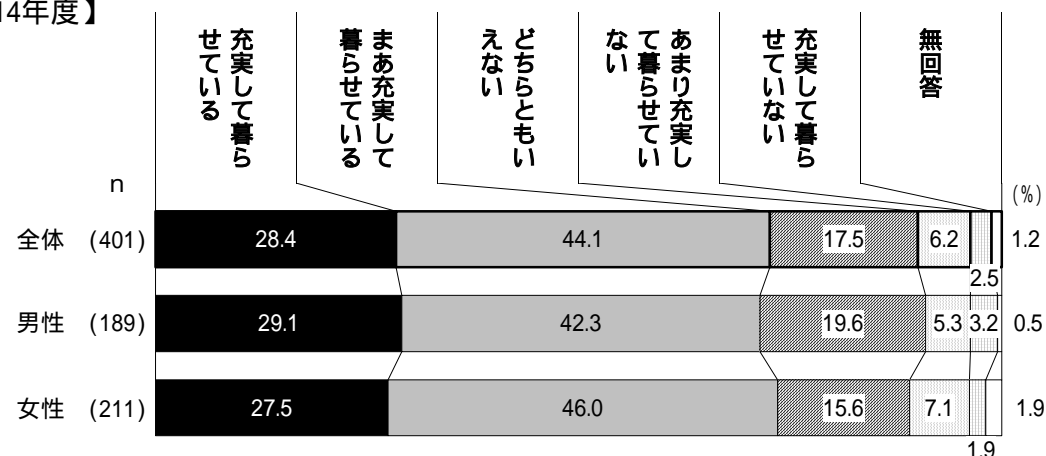
問8 あなたは、毎日を充実して暮らせていると思いますか。( は1つだけ)

<図表 - 1 - 21> 日常生活の充実度

【平成19年度】



【平成14年度】

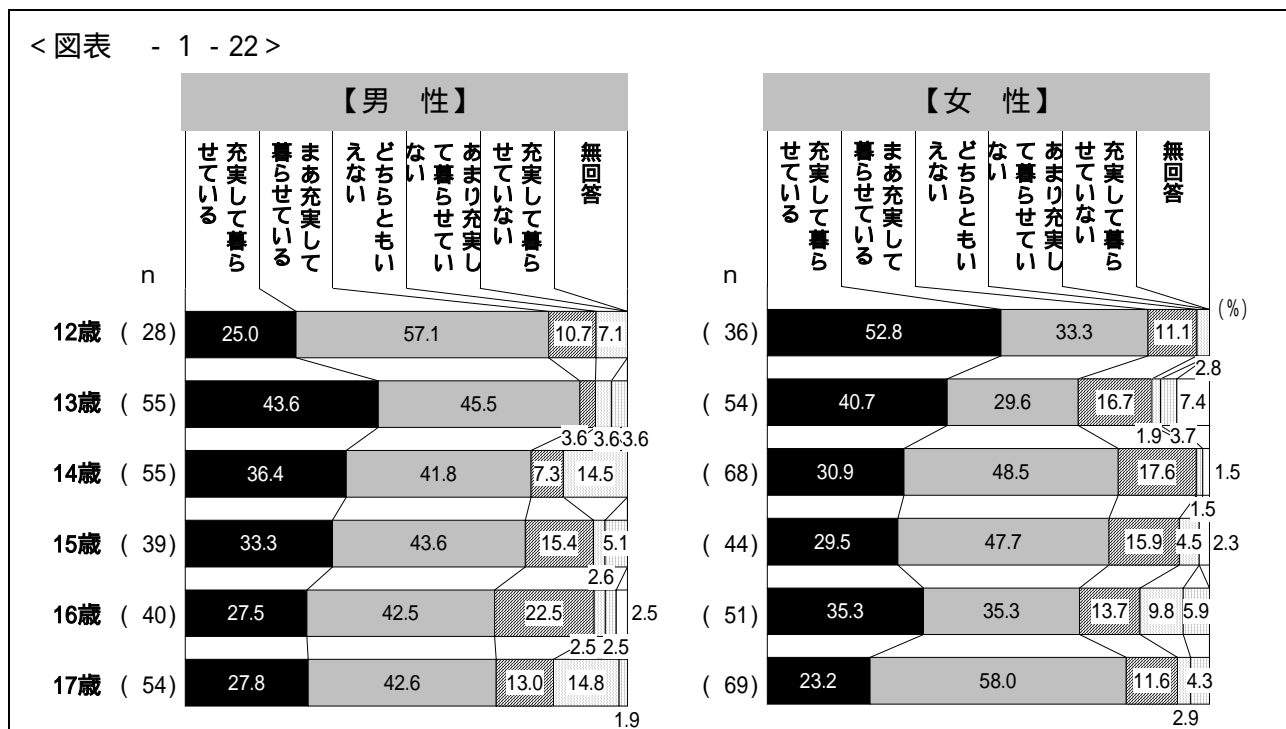


日常生活の充実度では、「充実して暮らせている」(33.7%)が3割台半ば、「まあ充実して暮らせている」(44.0%)が4割台半ばで最も高い。これらを合わせると、《充実して暮らせている》(77.7%)は約8割である。一方、「どちらともいえない」(13.0%)は1割台半ばで、「あまり充実して暮らせていない」(5.5%)と「充実して暮らせていない」(2.5%)を合わせた《充実して暮らせていない》(8.0%)は約1割である。

性別でみると、「あまり充実して暮らせていない」で男性の方が女性よりも5ポイント高くなっているが、総じて、特に大きな違いはみられない。

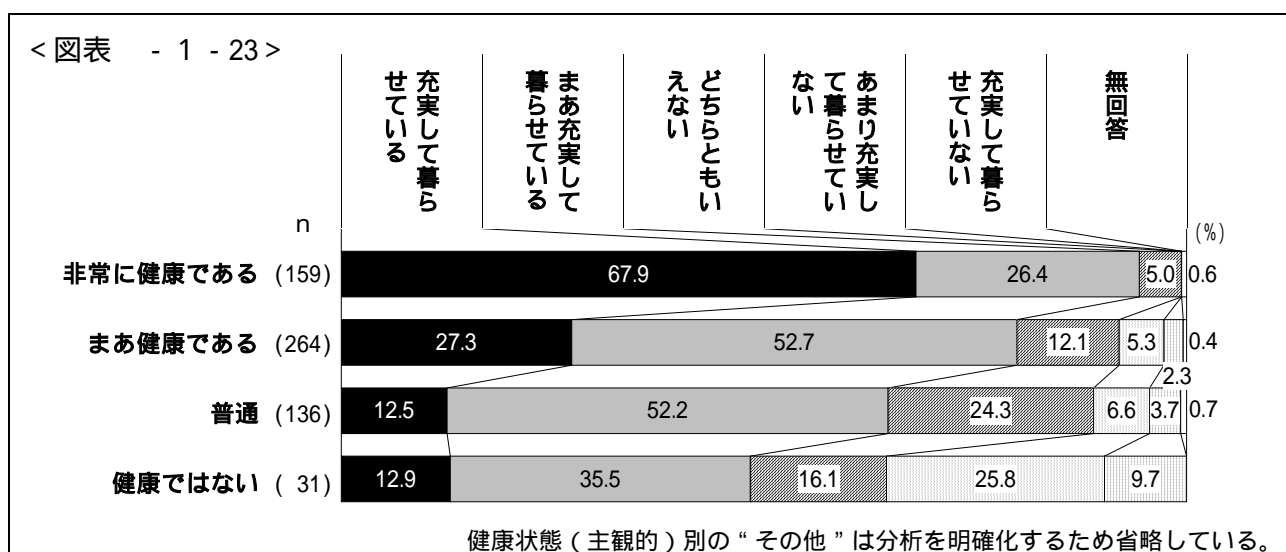
平成14年度と比較すると、全体では、《充実して暮らせている》が5ポイント増加している。性別では、男性で《充実して暮らせている》が7ポイント増加し、「どちらともいえない」が8ポイント減少している一方、女性で「充実して暮らせている」が7ポイント増加している。(図表 - 1 - 21)

【性 / 年齢別】



男性では、「充実して暮らしている」は13歳で4割台半ばと目立ち、《充実して暮らしている》としてみた場合、12歳で8割を超え、13歳で約9割と高くなっている。逆に、《充実して暮らしていない》は14歳と17歳で1割台半ばと高い。一方、女性では、「充実して暮らしている」が12歳で5割を超え最も高く、この年齢層は《充実して暮らしている》としてみた場合に8割台半ばとなっている。逆に、《充実して暮らしていない》は16歳で1割台半ばと最も高い。(図表 - 1 - 22)

【健康状態(主観的)別】

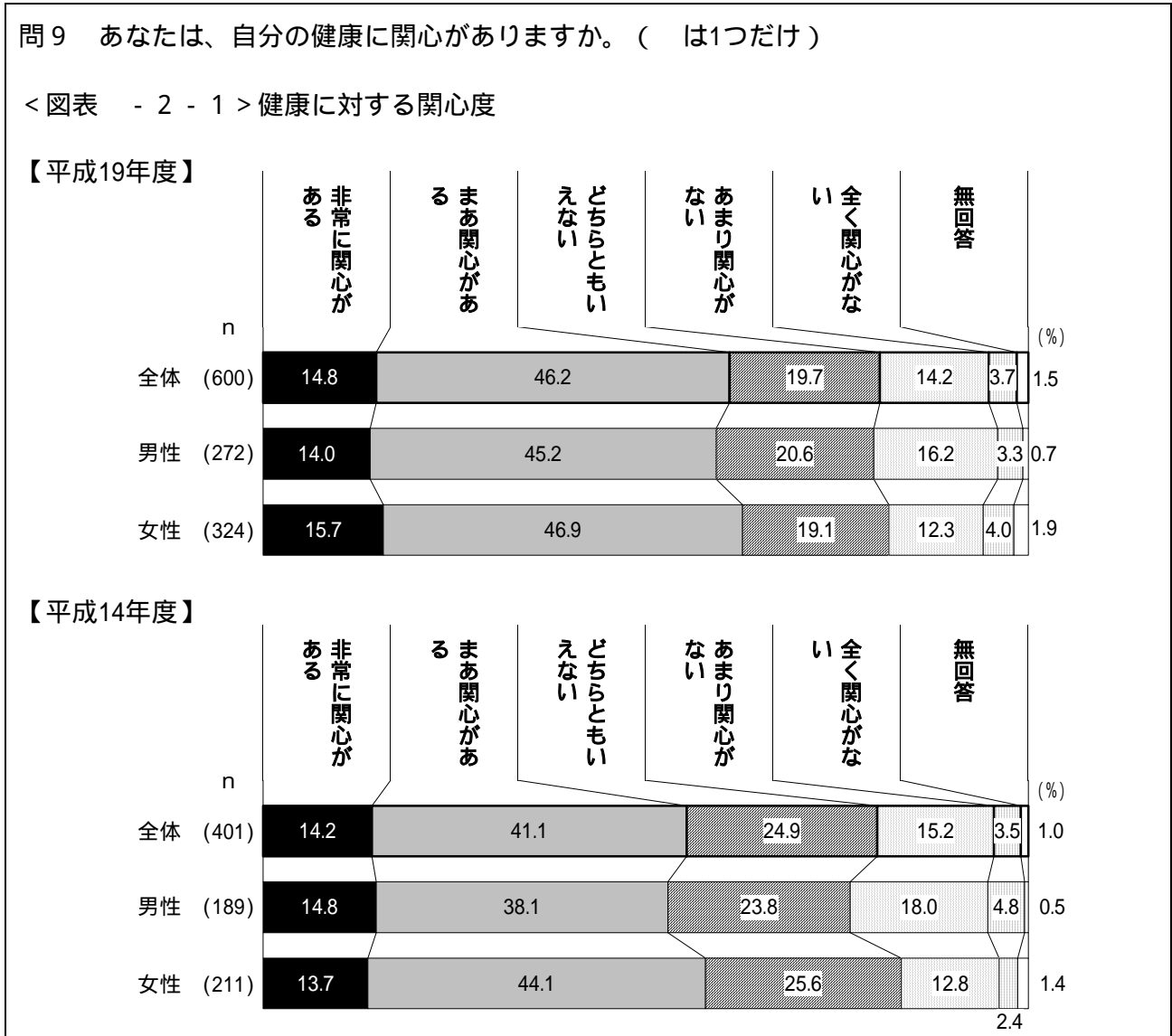


『問7 健康状態(主観的)』の回答別でみると、“健康である”人ほど充実して暮らしていると回答している。逆に、“健康ではない”人ほど充実度が低くなっている。(図表 - 1 - 23)

## 2 健康づくりについて

### (1) 健康に対する関心度

《関心がある》は6割を超える。一方、《関心がない》が約2割

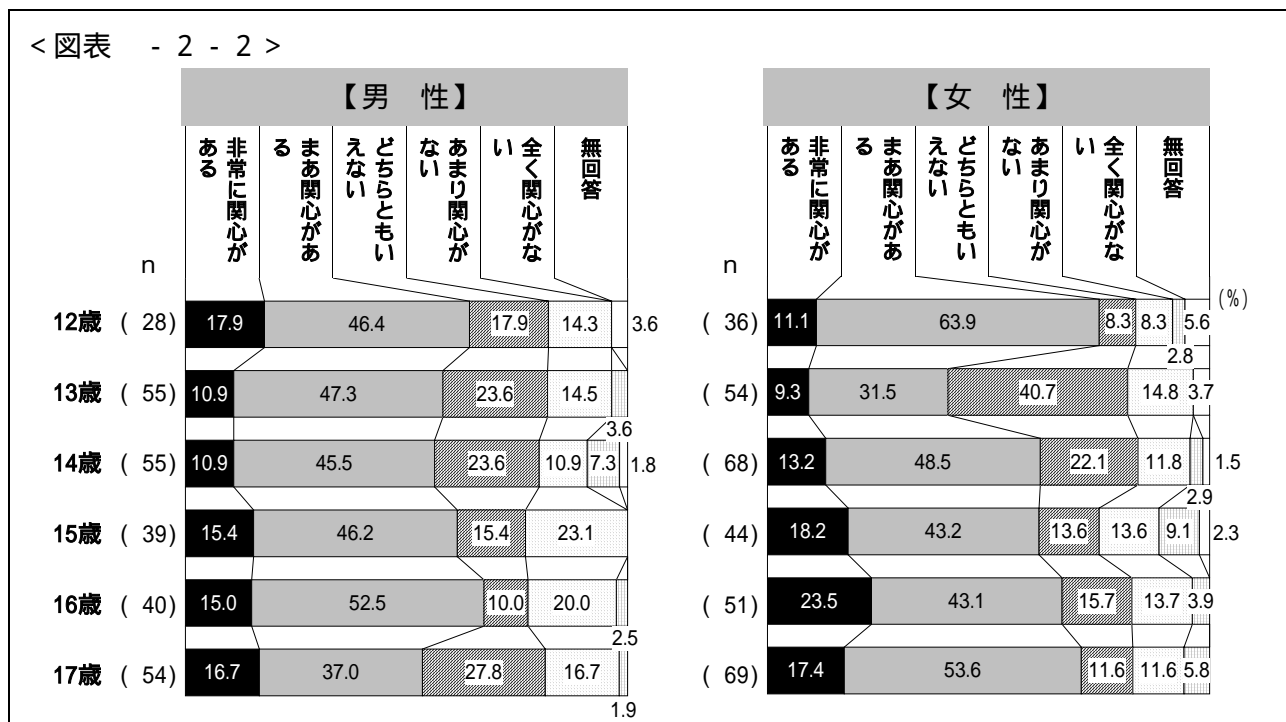


健康に対する関心度としては、「非常に関心がある」(14.8%)が1割台半ばで、「まあ関心がある」(46.2%)が4割台半ばと最も高く、これらを合わせると《関心がある》(61.0%)が6割を超える。「どちらともいえない」(19.7%)は約2割で、「あまり関心がない」(14.2%)と「全く関心がない」(3.7%)を合わせた、《関心がない》(17.9%)は約2割である。

性別では、特に大きな違いはみられない。

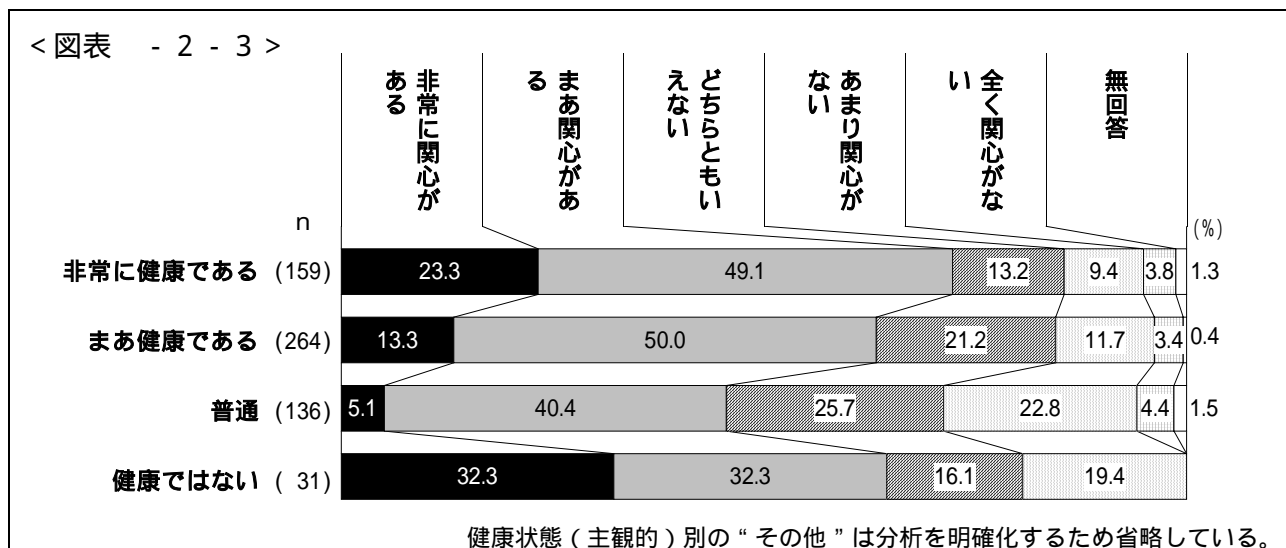
平成14年度と比較すると、全体では、「まあ関心がある」が5ポイント増加し、《関心がある》としてみた場合は6ポイント増加している。性別では、《関心がある》でみた場合、男性で6ポイント、女性で5ポイント増加している。(図表 - 2 - 1)

【性 / 年齢別】



男性では、《関心がある》としてみた場合、16歳で約7割と最も高い。逆に、《関心がない》は15歳～16歳でおおむね2割台半ばとなっている。一方、女性では、《関心がある》は12歳で7割台半ばと最も高く、17歳で7割を超える。13歳は4割と低いが、この年齢層は「どちらともいえない」で4割と高くなっている。また、《関心がない》は15歳で2割を超えている。(図表 - 2 - 2)

【健康状態(主観的)別】



『問7 健康状態(主観的)』の回答別でみると、「非常に関心がある」では、“非常に健康である”人と“健康ではない”人の両方で高く、特に、“健康ではない”人で3割を超えている。この2つの層が高い傾向は《関心がある》としてみても変わらず、健康であるからこそ関心がある人と健康でないからこそ関心がある人の両者が並存していることを示している。(図表 - 2 - 3)

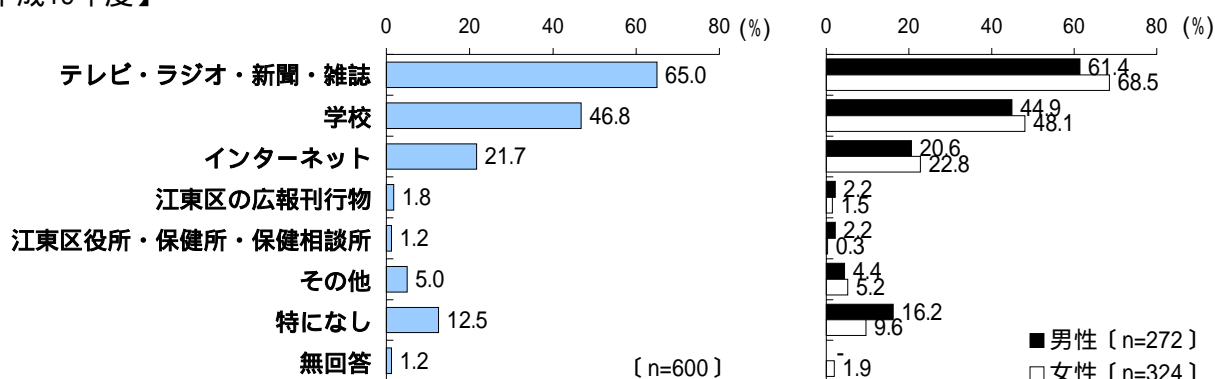
(2) 健康に関する情報源

「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」が6割台半ばで最も高い

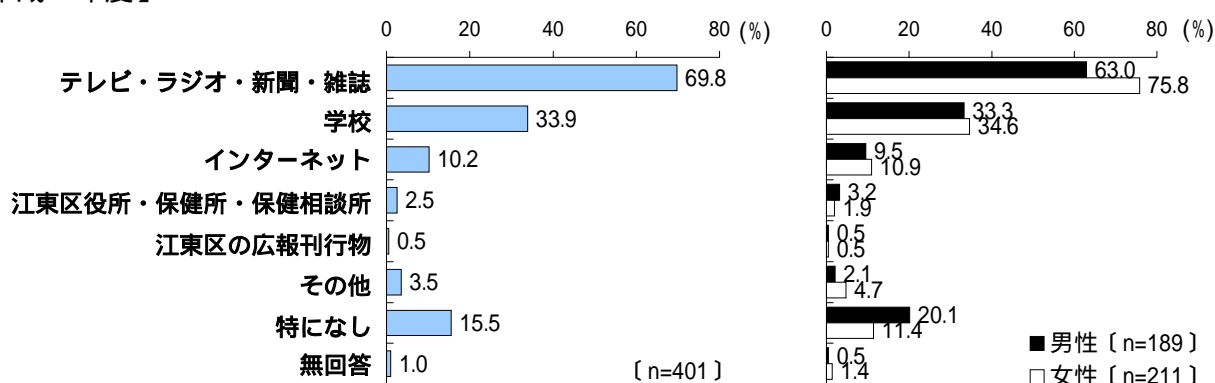
問10 健康に関する知識をどのようなところから得ようと思いますか。(はいいくつでも)

<図表 - 2 - 4> 健康に関する情報源

【平成19年度】



【平成14年度】



健康に関する情報源としては、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」(65.0%)が6割台半ばで最も高くなっている。次いで、「学校」(46.8%)が4割台半ば、「インターネット」(21.7%)が2割を超える。また、「特になし」(12.5%)は1割を超える。

性別で見ると、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」は女性の方が7ポイント高く、逆に、「特になし」は男性が7ポイント上回る。

平成14年度と比較すると、全体では、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」が5ポイント減少し、逆に、「学校」が13ポイント、「インターネット」が12ポイント増加している。性別では、「テレビ・ラジオ・新聞・雑誌」が女性で7ポイント減少し、「学校」と「インターネット」が男女ともに11~14ポイント増加している。(図表 - 2 - 4)

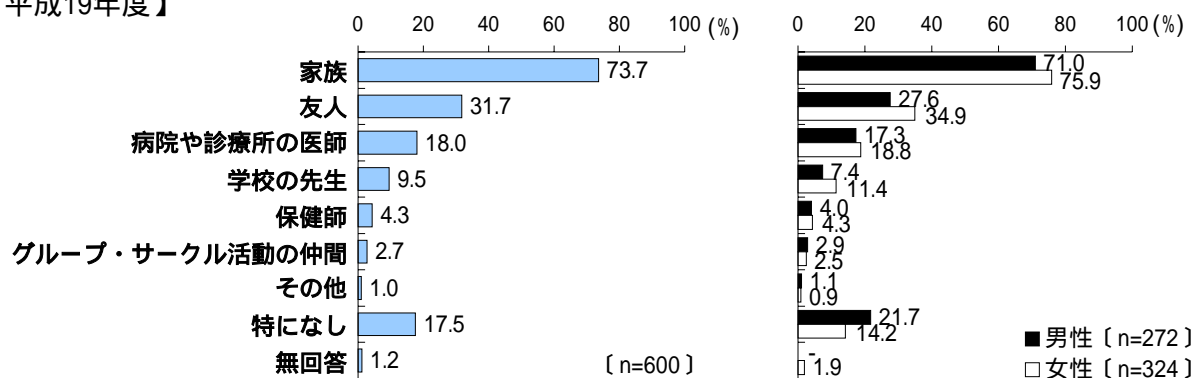
## (3) 健康に関する相談相手

「家族」が7割台半ばで突出。しかしながら、「特になし」が約2割いる

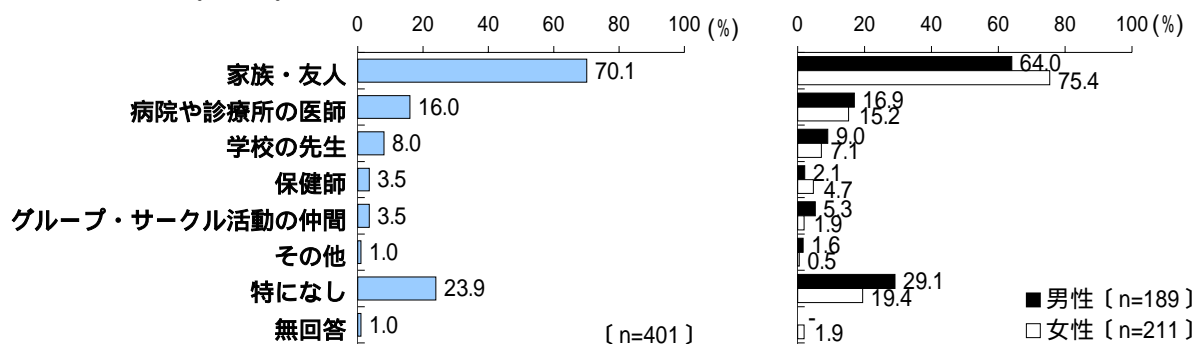
問11 健康に関することを誰に相談しますか。(はいくつでも)

<図表 - 2 - 5> 健康に関する相談相手

## 【平成19年度】



## 【平成14年度】(参考)



健康に関する相談相手としては、「家族」(73.7%)が7割台半ばで突出している。次いで、「友人」(31.7%)が3割を超え、「病院や診療所の医師」(18.0%)が約2割となっている。しかしその一方で、「特になし」(17.5%)が約2割と比較的高いことも目立つ。

性別でみると、「友人」は女性の方が男性よりも7ポイント高く、「家族」でも女性は5ポイント上回る。逆に、「特になし」は男性の方が女性よりも8ポイント高くなっている。

平成14年度との比較については、選択肢数が異なることから、参考までに図示するに留める。(図表 - 2 - 5)

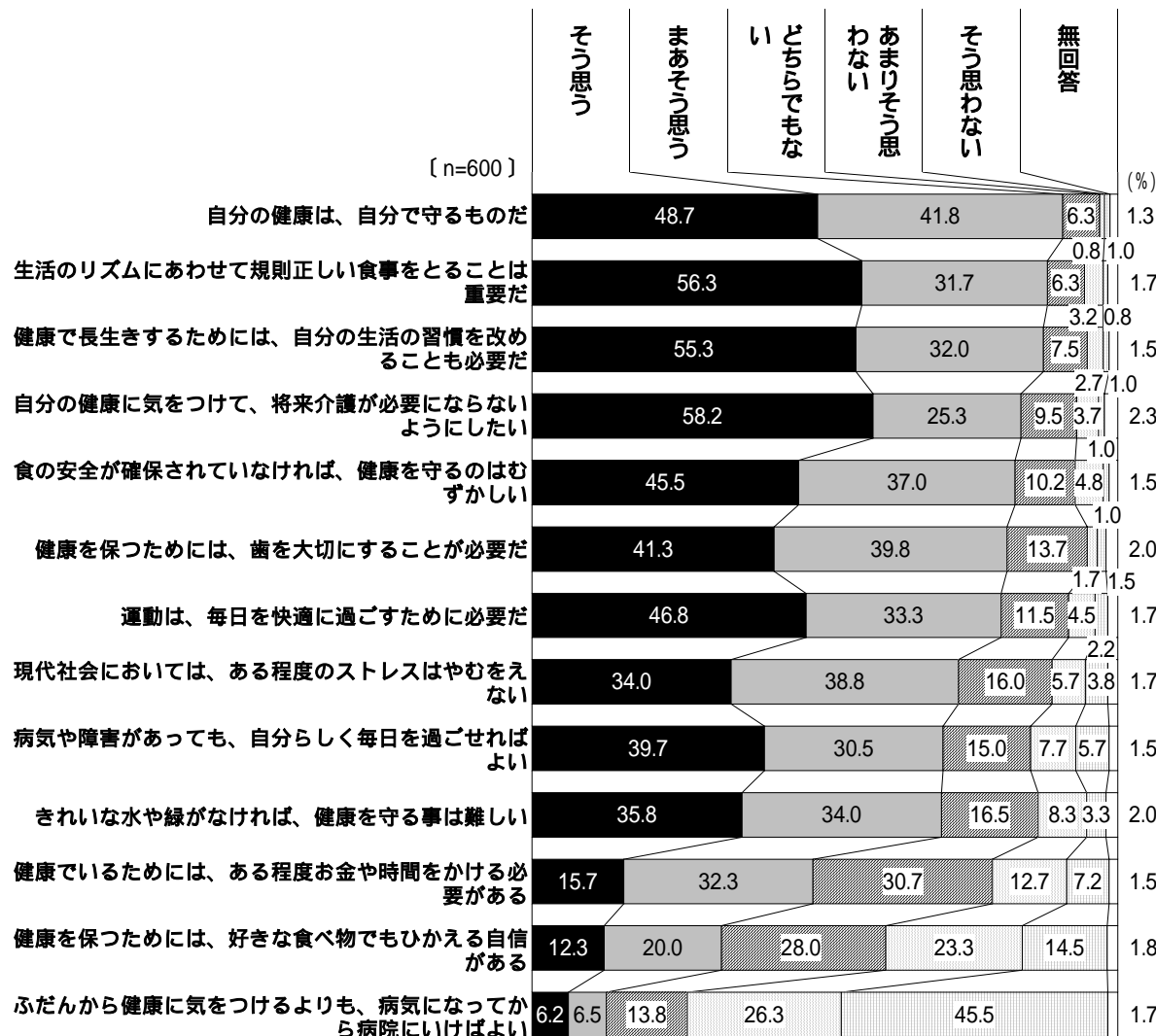
(4) 健康に関する考え方

《肯定派》は「自分の健康は、自分で守るものだ」が9割で最も高い

問12 健康に関するそれぞれの考え方について、あなたのお考えに最も近いものの番号を選んでください。( はそれぞれ1つずつ)

< 図表 - 2 - 6 > 健康に関する考え方

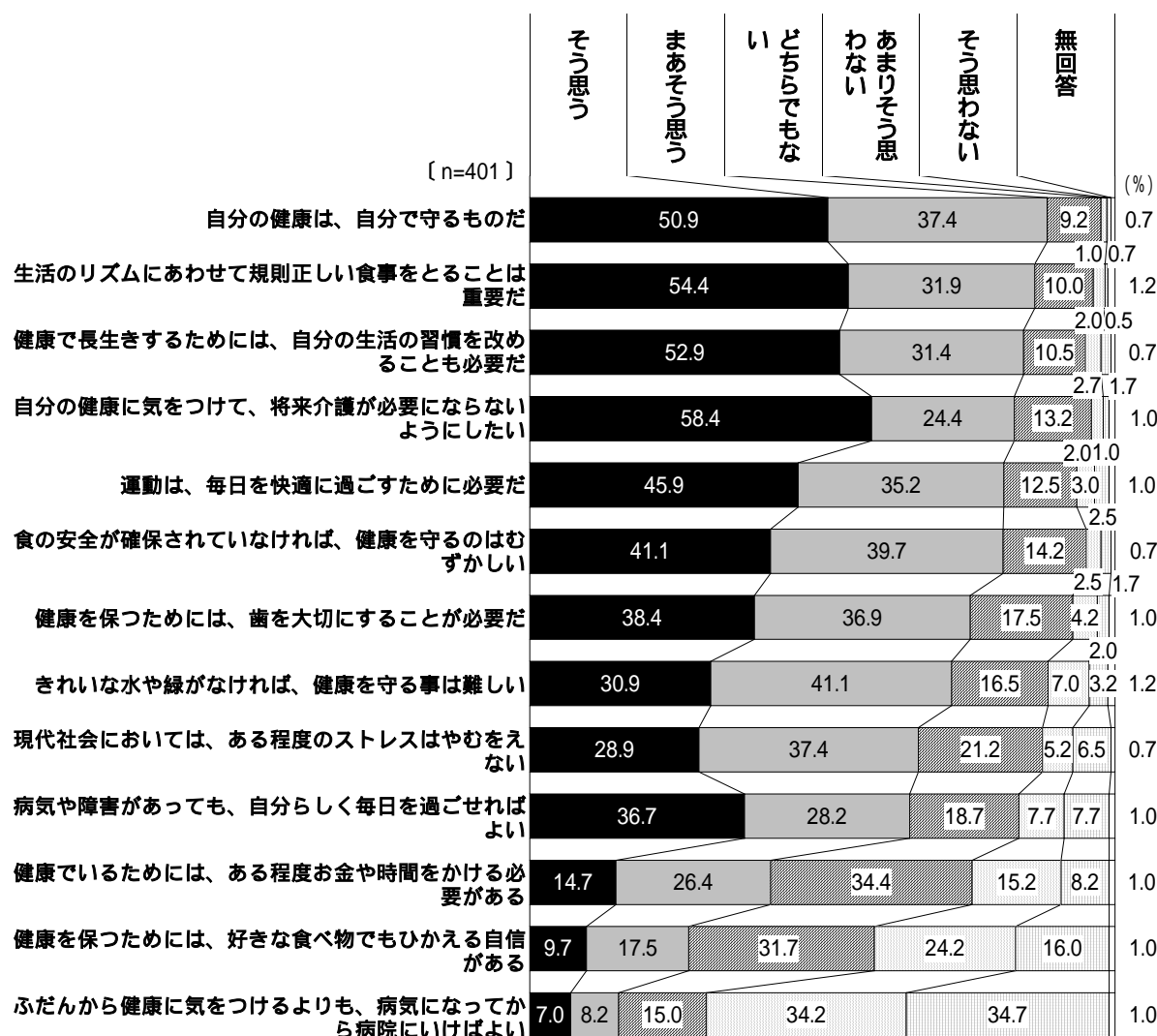
【平成19年度】



この図表は《肯定派》の比率が高い項目順に並べ替えている。

< 図表 - 2 - 7 >

【平成14年度】



この図表は《肯定派》の比率が高い項目順に並べ替えている。

---

---

健康に関する考え方を、「そう思う」と「まあそう思う」を合わせて《肯定派》、「あまりそう  
思わない」と「そう思わない」を合わせて《否定派》と仮定し、それぞれの上位5項目を整理する  
と次のようになる。

#### 《肯定派》

---

自分の健康は、自分で守るものだ .....	90.5%
生活のリズムにあわせて規則正しい食事をとることは重要だ.....	88.0
健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ.....	87.3
自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい.....	83.5
食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい.....	82.5

#### 《否定派》

---

ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい..	71.8%
健康を保つためには、好きな食べ物でもひかえる自信がある.....	37.8
健康であるためには、ある程度お金や時間をかける必要がある.....	19.9
病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごせればよい.....	13.4
きれいな水や緑がなければ、健康を守る事は難しい.....	11.6

《否定派》で「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」の比率が高いことは、  
健康に関する考え方が肯定的であると捉える必要がある。

平成14年度と比較すると、《肯定派》と《否定派》で比率に特に大きな違いはみられない。

順位で見ると、《肯定派》の上位4位までは変化がみられないが、平成14年度は5位だった「運  
動は、毎日を快適に過ごすために必要だ」に変わり、今回調査では「食の安全が確保されていな  
ければ、健康を守るのはむずかしい」が5位となっている。一方、《否定派》でも上位4位までは変  
化がみられないものの、平成14年度は5位だった「現代社会においては、ある程度のストレスはや  
むをえない」に変わり、今回調査では「きれいな水や緑がなければ、健康を守る事は難しい」が5  
位となっている。(図表 - 2 - 6 ~ 7)

【性別】

< 図表 - 2 - 8 >

	《肯定派》 (「そう思う」+「まあそう思う」) 8割以上の項目	《否定派》 (「あまりそう思わない」+「そう思わない」) 2割以上の項目
男性	自分の健康は、自分で守るものだ(90.4%) 規則正しい食事をとることは重要だ(86.4%) 自分の生活の習慣を改めることも必要だ(85.6%) 将来介護が必要にならないようにしたい(84.6%) 食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(83.1%) 歯を大切にすることが必要だ(80.8%) 運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(80.8%)	気をつけるより病気になってから病院に行く(73.2%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(39.0%) 健康には、ある程度お金や時間が必要である(22.4%)
女性	自分の健康は、自分で守るものだ(90.8%) 規則正しい食事をとることは重要だ(89.6%) 自分の生活の習慣を改めることも必要だ(88.9%) 将来介護が必要にならないようにしたい(82.7%) 食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(82.1%) 歯を大切にすることが必要だ(81.8%)	気をつけるより病気になってから病院に行く(70.9%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(37.4%)

図表中の番号は、その層での順位を表す。

《否定派》で「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」の比率が高いことは、健康に関する考え方が肯定的であると捉える必要がある。

紙面の都合上、項目は次のように省略している。以下、表に関してはこの表記とする。

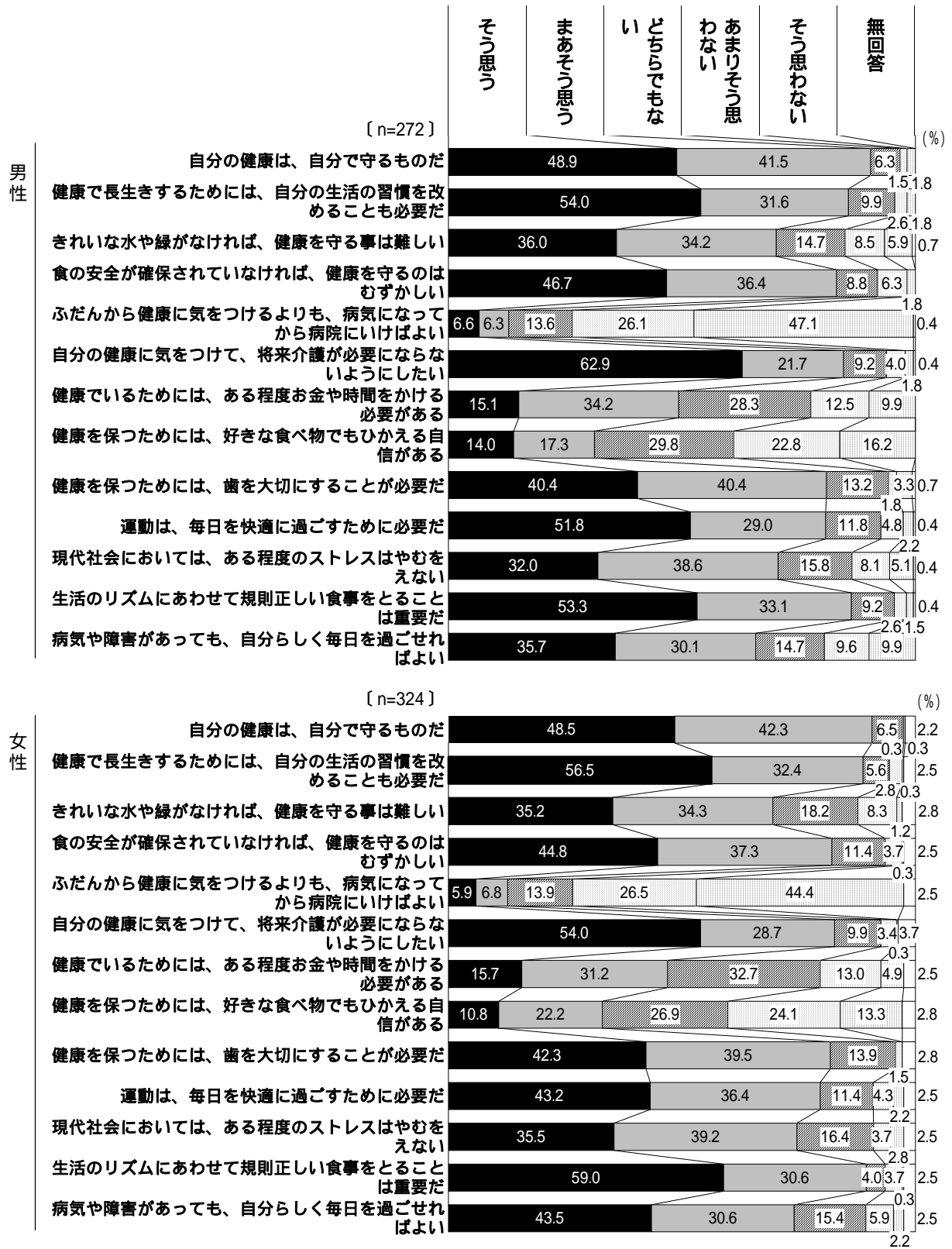
正規	省略文
健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ	自分の生活の習慣を改めることも必要だ
きれいな水や緑がなければ、健康を守る事は難しい	きれいな環境でなければ健康を守るのは難しい
食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい
ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい	気をつけるより病気になってから病院に行く
自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい	将来介護が必要にならないようにしたい
健康でいるためには、ある程度お金や時間をかける必要がある	健康には、ある程度お金や時間が必要である
健康を保つためには、好きな食べ物でもひかえる自信がある	好きな食べ物でもひかえる自信がある
健康を保つためには、歯を大切にすることが必要だ	歯を大切にすることが必要だ
現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない	現代では、ある程度のストレスはやむをえない
生活のリズムにあわせて規則正しい食事をとることは重要だ	規則正しい食事をとることは重要だ
病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごせればよい	病気等があっても、自分らしく過ごせればよい

《肯定派》からは、その比率が8割以上の項目を抽出した。一方、《否定派》からは、その比率が2割以上の項目を抽出した。

《肯定派》では、男女ともに「自分の健康は、自分で守るものだ」、「健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ」、「食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい」、「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」、「健康を保つためには、歯を大切にすることが必要だ」、「生活のリズムにあわせて規則正しい食事をとることは重要だ」の6項目がいずれも8割を超え、男性では「運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ」も8割を超える。なお、構成比では特に大きな違いはみられない。

逆に、《否定派》では、男女ともに「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」と「健康を保つためには、好きな食べ物でもひかえる自信がある」が高く、男性は「健康でいるためには、ある程度お金や時間をかける必要がある」も2割を超えている。なお、「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」が高いことは、それだけ健康に関する考え方が肯定的なことであると考えられる。(図表 - 2 - 8 ~ 9)

< 図表 - 2 - 9 >



【性 / 年齢別】

< 図表 - 2 - 10 >

		《肯定派》 (「そう思う」+「まあそう思う」) 8割以上の項目	
		男性	女性
1 2 歳	将来介護が必要にならないようにしたい(96.5%)	自分の健康は、自分で守るものだ(92.9%)	自分の健康は、自分で守るものだ(91.6%)
	自分の健康は、自分で守るものだ(92.9%)	規則正しい食事をとることは重要だ(89.3%)	規則正しい食事をとることは重要だ(91.6%)
1 3 歳	規則正しい食事をとることは重要だ(89.3%)	歯を大切にすることが必要だ(89.3%)	歯を大切にすることが必要だ(88.9%)
	歯を大切にすることが必要だ(89.3%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(85.7%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(86.1%)
1 4 歳	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(85.7%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(85.7%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(83.3%)
	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(85.7%)	きれいな環境でなければ健康を守るのは難しい(82.2%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(83.3%)
1 5 歳	きれいな環境でなければ健康を守るのは難しい(82.2%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(82.1%)	将来介護が必要にならないようにしたい(80.5%)
	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(82.1%)	自分の健康は、自分で守るものだ(90.9%)	規則正しい食事をとることは重要だ(94.5%)
1 6 歳	自分の健康は、自分で守るものだ(90.9%)	将来介護が必要にならないようにしたい(85.5%)	自分の健康は、自分で守るものだ(92.6%)
	将来介護が必要にならないようにしたい(85.5%)	歯を大切にすることが必要だ(85.5%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(83.3%)
1 7 歳	歯を大切にすることが必要だ(85.5%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(81.8%)	歯を大切にすることが必要だ(81.4%)
	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(81.8%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(81.8%)	規則正しい食事をとることは重要だ(81.8%)
1 8 歳	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(81.8%)	規則正しい食事をとることは重要だ(81.8%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(80.0%)
	規則正しい食事をとることは重要だ(81.8%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(80.0%)	自分の健康は、自分で守るものだ(92.7%)
1 9 歳	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(80.0%)	規則正しい食事をとることは重要だ(89.1%)	規則正しい食事をとることは重要だ(91.2%)
	自分の健康は、自分で守るものだ(92.7%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(80.0%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(89.7%)
20 歳	規則正しい食事をとることは重要だ(89.1%)	将来介護が必要にならないようにしたい(80.0%)	自分の健康は、自分で守るものだ(86.8%)
	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(80.0%)	将来介護が必要にならないようにしたい(80.0%)	将来介護が必要にならないようにしたい(86.8%)
21 歳	将来介護が必要にならないようにしたい(80.0%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(89.8%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(83.8%)
	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(89.8%)	規則正しい食事をとることは重要だ(89.8%)	自分の健康は、自分で守るものだ(93.2%)
22 歳	規則正しい食事をとることは重要だ(89.8%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(89.7%)	現代では、ある程度のストレスはやむをえない(90.9%)
	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(89.7%)	自分の健康は、自分で守るものだ(84.6%)	規則正しい食事をとることは重要だ(86.4%)
23 歳	自分の健康は、自分で守るものだ(84.6%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(84.6%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(84.1%)
	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(84.6%)	歯を大切にすることが必要だ(82.1%)	歯を大切にすることが必要だ(84.1%)
24 歳	歯を大切にすることが必要だ(82.1%)	現代では、ある程度のストレスはやむをえない(82.1%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(81.8%)
	現代では、ある程度のストレスはやむをえない(82.1%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(90.0%)	将来介護が必要にならないようにしたい(81.8%)
25 歳	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(90.0%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(87.5%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(81.8%)
	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(87.5%)	規則正しい食事をとることは重要だ(87.5%)	自分の健康は、自分で守るものだ(90.2%)
26 歳	規則正しい食事をとることは重要だ(87.5%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(85.0%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(90.2%)
	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(85.0%)	現代では、ある程度のストレスはやむをえない(85.0%)	規則正しい食事をとることは重要だ(86.3%)
27 歳	現代では、ある程度のストレスはやむをえない(85.0%)	自分の健康は、自分で守るものだ(82.5%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(84.3%)
	自分の健康は、自分で守るものだ(82.5%)	将来介護が必要にならないようにしたい(82.5%)	将来介護が必要にならないようにしたい(84.3%)
28 歳	将来介護が必要にならないようにしたい(82.5%)	自分の健康は、自分で守るものだ(96.3%)	運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(84.3%)
	自分の健康は、自分で守るものだ(96.3%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(92.6%)	歯を大切にすることが必要だ(80.4%)
29 歳	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(92.6%)	将来介護が必要にならないようにしたい(88.9%)	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(97.1%)
	将来介護が必要にならないようにしたい(88.9%)	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(88.8%)	自分の健康は、自分で守るものだ(91.3%)
30 歳	食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(88.8%)	規則正しい食事をとることは重要だ(85.2%)	規則正しい食事をとることは重要だ(87.0%)
	規則正しい食事をとることは重要だ(85.2%)	歯を大切にすることが必要だ(81.4)	歯を大切にすることが必要だ(82.6%)
31 歳	歯を大切にすることが必要だ(81.4)		将来介護が必要にならないようにしたい(81.1%)

図表中の番号は、その年齢層での順位を表す。  
項目名に下線が引いてあるものは、各年齢層で性別を比べた際に、一方の性には含まれていない項目である。

性別と同様に、ここでも《肯定派》が8割以上の項目を抽出した。

まず、項目数で見ると、12歳～13歳、17歳は男性の方が、14歳～15歳は女性の方が多くなっている。中でも、13歳は男性が7項目であるのに対し、女性は4項目と差が大きい。

さらに、それぞれの年齢層について、性別による違いを整理すると次のようになる。ただし、性別間の差を記述する場合は、5ポイント差以上の項目に限っている。(図表 - 2 - 10)

---

---

#### 12歳

男性にあり、女性にない項目として「きれいな水や緑がなければ、健康を守る事は難しい」がある。

同じ項目を比較すると、男性が大きく上回る項目は、「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」で16ポイント差がある。

#### 13歳

男性にあり、女性にない項目として「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」、「食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい」、「運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ」がある。

同じ項目で差が大きいのは、「生活のリズムにあわせて規則正しい食事をとることは重要だ」で、女性の方が男性よりも13ポイント高くなっている。

#### 14歳

女性にあり、男性にない項目として「食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい」がある。

同じ項目で差が目立つものとしては、「自分の健康は、自分で守るものだ」は男性の方が女性よりも6ポイント高くなっている。逆に、「健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ」は女性の方が男性よりも10ポイント高く、「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」でも女性は7ポイント上回る。

#### 15歳

女性にあり、男性にない項目として「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」がある。

同じ項目で差が目立つものとしては、「自分の健康は、自分で守るものだ」と「現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない」は、女性の方が男性よりも9ポイント高くなっている。逆に、「健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ」と「運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ」は、男性が8ポイント上回っている。

#### 16歳

男性にあり、女性にない項目として「現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない」がある。逆に、女性にあり、男性にないのは「健康を保つためには、歯を大切にすることが必要だ」となっている。

同じ項目での違いをみると、「自分の健康は、自分で守るものだ」は女性の方が男性よりも8ポイント高くなっている。逆に、「食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい」は、男性が6ポイント上回っている。

#### 17歳

男性にあり、女性にない項目として「食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい」がある。

同じ項目での違いをみると、「自分の健康は、自分で守るものだ」は男性の方が女性よりも5ポイント高く、「自分の健康に気をつけて、将来介護が必要にならないようにしたい」でも男性が8ポイント上回る。逆に、「健康で長生きするためには、自分の生活の習慣を改めることも必要だ」は、女性が5ポイント高くなっている。

## 【健康状態（主観的）別】

&lt; 図表 - 2 - 11 &gt;

	《肯定派》 （「そう思う」+「まあそう思う」） 8割以上の項目	《否定派》 （「あまりそう思わない」+「そう思わない」） 2割以上の項目
「健康である」	自分の健康は、自分で守るものだ(93.8%) 規則正しい食事をとることは重要だ(92.4%) 自分の生活の習慣を改めることも必要だ(87.7%) 将来介護が必要にならないようにしたい(85.9%) 食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(84.9%) <u>運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(83.4%)</u> 歯を大切にすることが必要だ(83.0%)	気をつけるより病気になってから病院に行く(75.0%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(36.2%)
普通	自分の生活の習慣を改めることも必要だ(90.4%) 自分の健康は、自分で守るものだ(82.4%) 将来介護が必要にならないようにしたい(80.1%)	気をつけるより病気になってから病院に行く(65.4%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(41.2%) <u>健康には、ある程度お金や時間が必要である(20.6%)</u>
健康ではない	自分の健康は、自分で守るものだ(90.3%) 歯を大切にすることが必要だ(90.3%) 自分の生活の習慣を改めることも必要だ(87.1%) 食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(87.1%) 規則正しい食事をとることは重要だ(80.6%)	気をつけるより病気になってから病院に行く(71.0%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(48.4%) <u>きれいな環境でなければ健康を守るのは難しい(25.8%)</u>

図表中の番号は、その層での順位を表す。

項目名に下線が引いてあるものは、3つの健康状態（主観的）の層を比べた際に、1つの層にしか含まれていない項目である。

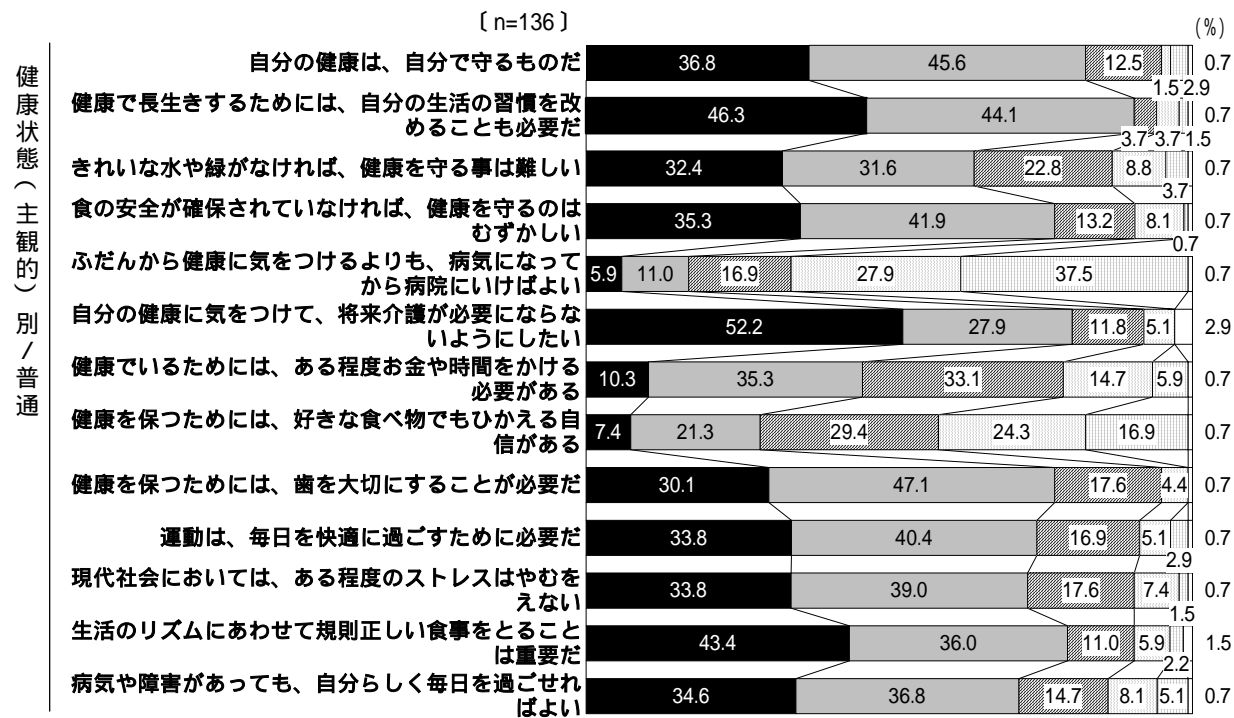
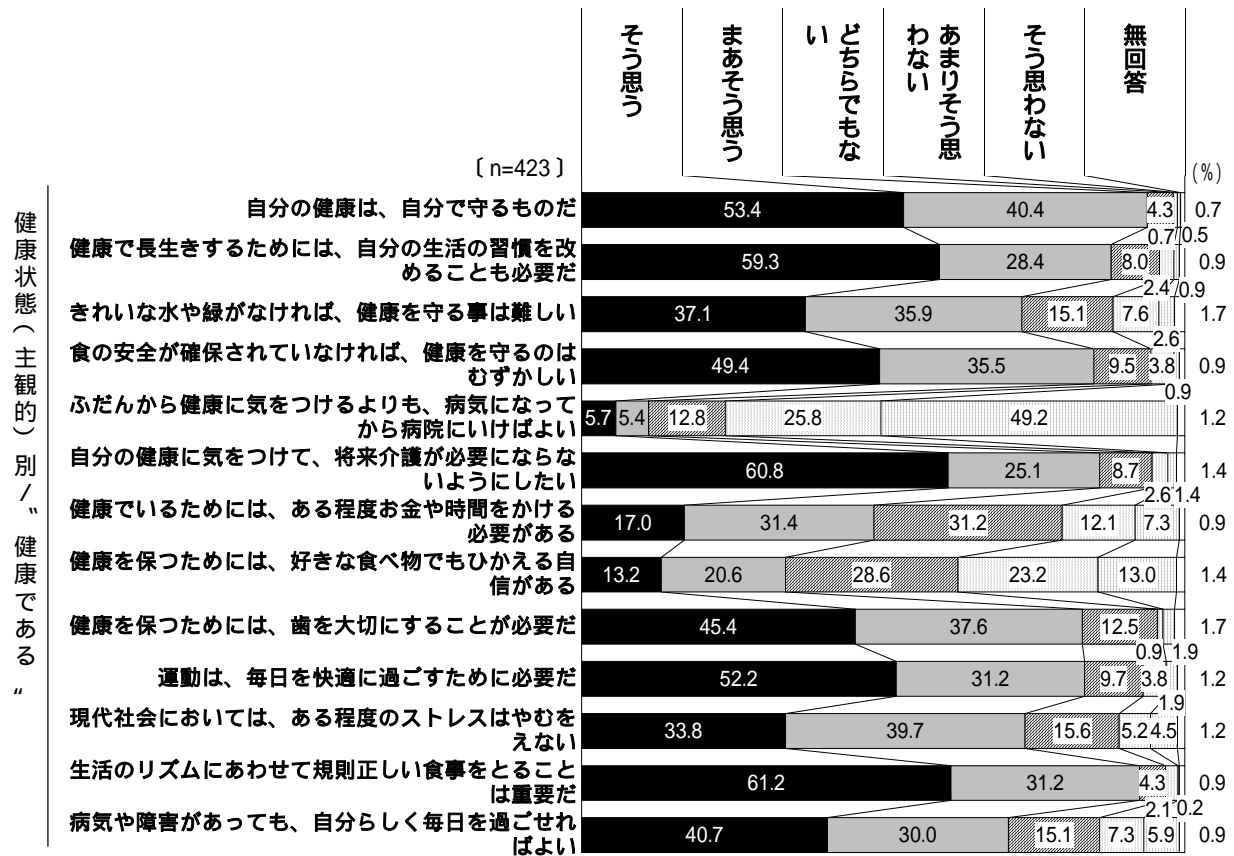
《否定派》で「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」の比率が高いことは、健康に関する考え方が肯定的であると捉える必要がある。

『問7 健康状態（主観的）』の回答別でもこの設問を分析することとする。クロス集計の項目にするにあたっては、より分析を明確化するため、『問7』の選択肢を整理している。内容は、「非常に健康である」と「まあ健康である」を合わせて“健康である”とした。また、『問7』の“その他”については件数が少なく、判別が煩雑になるため省略している。

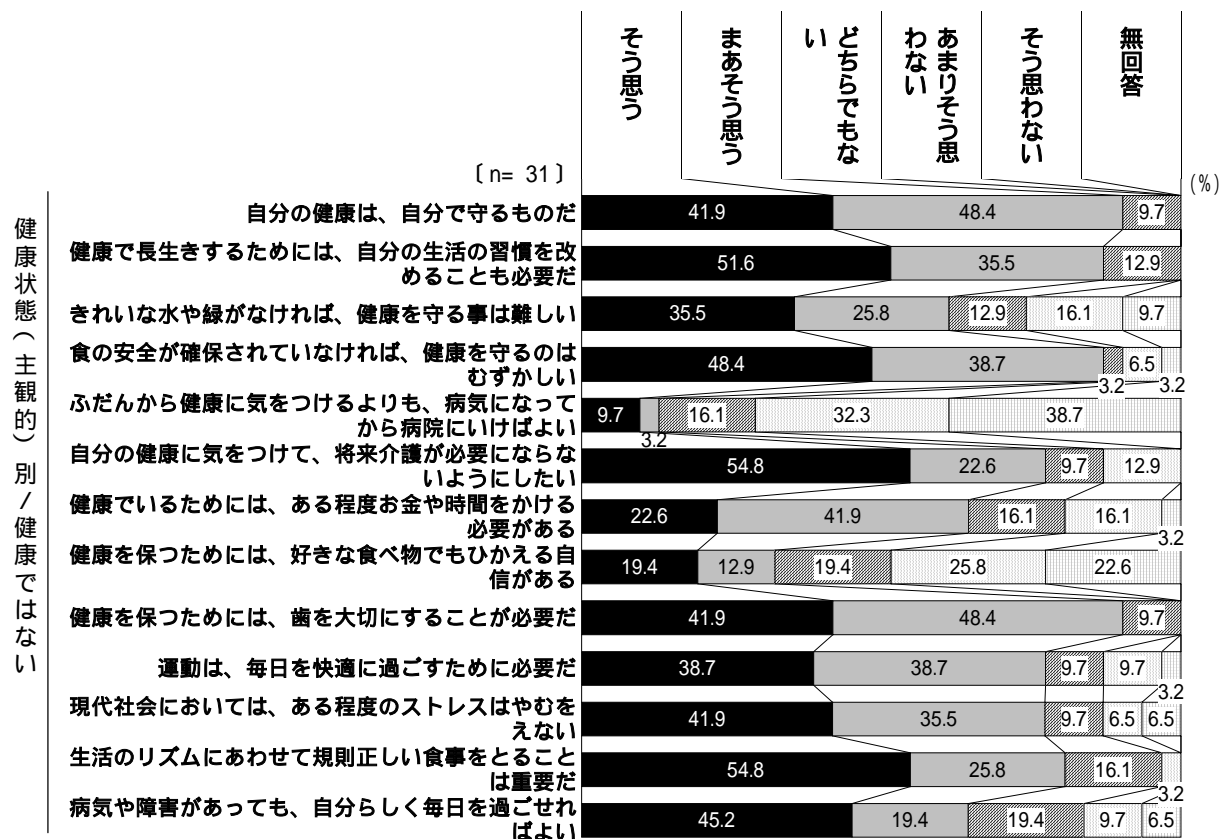
《肯定派》では、「普通」の項目数が最も少なく、“健康である”人のみ「運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ」が入っている。

一方、《否定派》では、「健康を保つためには、好きな食べ物でもひかえる自信がある」で、健康状態（主観的）が悪くなるにつれて比率が漸増している。（図表 - 2 - 11～13）

< 図表 - 2 - 12 > 健康状態（主観的）別



<図表 - 2 - 13> 健康状態（主観的）別



【健康に対する関心度別】

< 図表 - 2 - 14 >

	《肯定派》 （「そう思う」+「まあそう思う」） 8割以上の項目	《否定派》 （「あまりそう思わない」+「そう思わない」） 2割以上の項目
“ 関 心 が あ る ”	自分の健康は、自分で守るものだ(94.8%) 自分の生活の習慣を改めることも必要だ(94.8%) <u>規則正しい食事をとることは重要だ(94.8%)</u> 将来介護が必要にならないようにしたい(89.8%) <u>食が安全でないと健康を守るのはむずかしい(88.6%)</u> <u>運動は、毎日を快適に過ごすために必要だ(88.5%)</u> <u>歯を大切にすることが必要だ(86.9%)</u>	気をつけるより病気になってから病院に行く(81.7%) 好きな食べ物でもひかえる自信がある(32.2%)
“ 関 心 が な い ”	自分の健康は、自分で守るものだ(85.0%)	好きな食べ物でもひかえる自信がある(57.0%) 気をつけるより病気になってから病院に行く(52.3%) <u>健康には、ある程度お金や時間が必要である(27.1%)</u>

図表中の番号は、その層での順位を表す。  
 項目名に下線が引いてあるものは、“関心がある”と“関心がない”の2つの層を比べた際に、1つの層にしか含まれていない項目である。  
 《否定派》で「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」の比率が高いことは、健康に関する考え方が肯定的であると捉える必要がある。

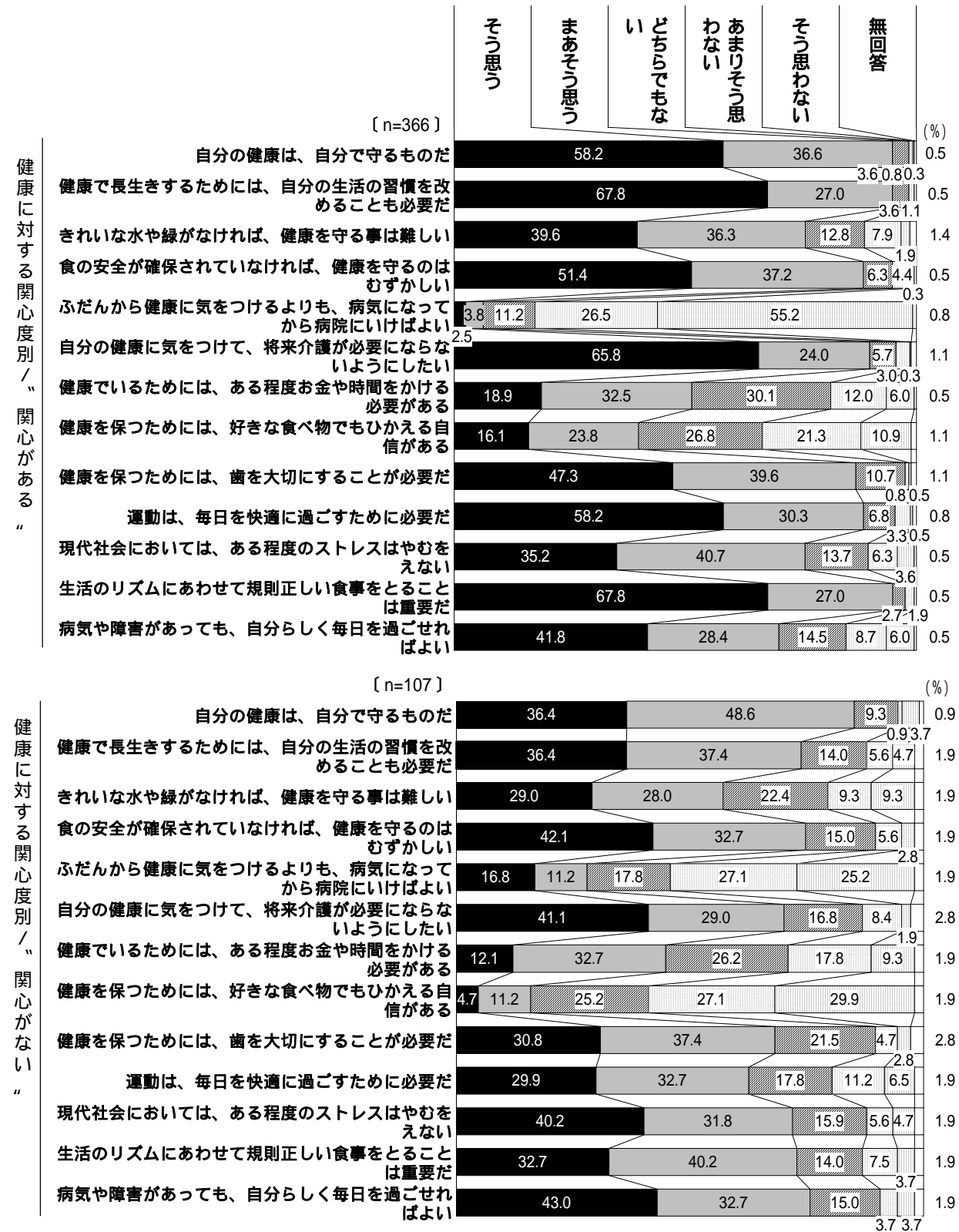
『問9 健康に対する関心度』の回答別でみることにする。なお、クロス集計の項目にあたっては、『問9』の選択肢を整理している。その内容は、「非常に関心がある」と「まあ関心がある」を合わせたものを“関心がある”とし、「あまり関心がない」と「全く関心がない」を合わせて“関心がない”とした。また、「どちらともいえない」については、分析の明確を図るため省略している。

《肯定派》では、“関心がある”人と“関心がない”人とでの違いが大きいことが分かる。「自分の健康は、自分で守るものだ」が唯一重複している項目であるが、その比率でも“関心がある”人は10ポイント高くなっている。

《否定派》では、“関心がない”人の方が項目数は1つ多く、【一般区民調査】と同様に、「健康であるためには、ある程度お金や時間をかける必要がある」といった経済面には否定的であることが伺える。同じ項目を比較してみると、《否定派》で「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院にいけばよい」が高いことは、健康に関する考え方が肯定的であると考えられるが、“関心がある”人の方が29ポイント高くなっている。逆に、「健康を保つためには、好きな食べ物でもひかえる自信がある」は“関心がない”人の方が25ポイント高くなっている。

従って、関心の強弱によって、健康に関する考え方が大きく異なっていることが分かる。(図表 - 2 - 14 ~ 15)

<図表 - 2 - 15> 健康に対する関心度別



### 3 生活習慣病について

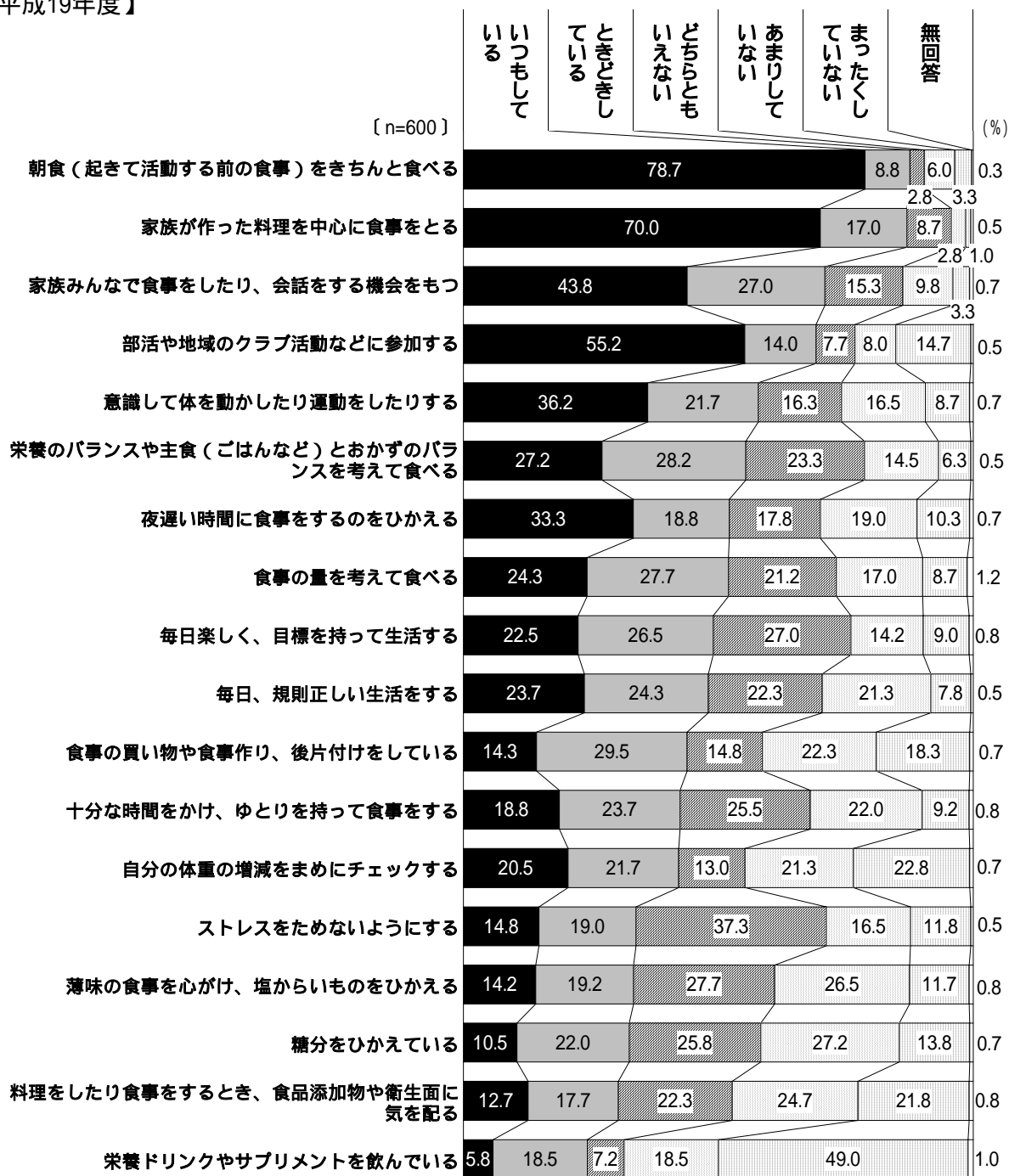
#### (1) ふだんの生活習慣について

《実践》が多いのは、「朝食をきちんと食べる」や「自分や家族が作った料理を中心に食事」など

問13 あなたは、ふだん、次のそれぞれのことを、どのくらいしていますか。  
( はそれぞれ1つずつ )

< 図表 - 3 - 1 > ふだんの生活習慣について

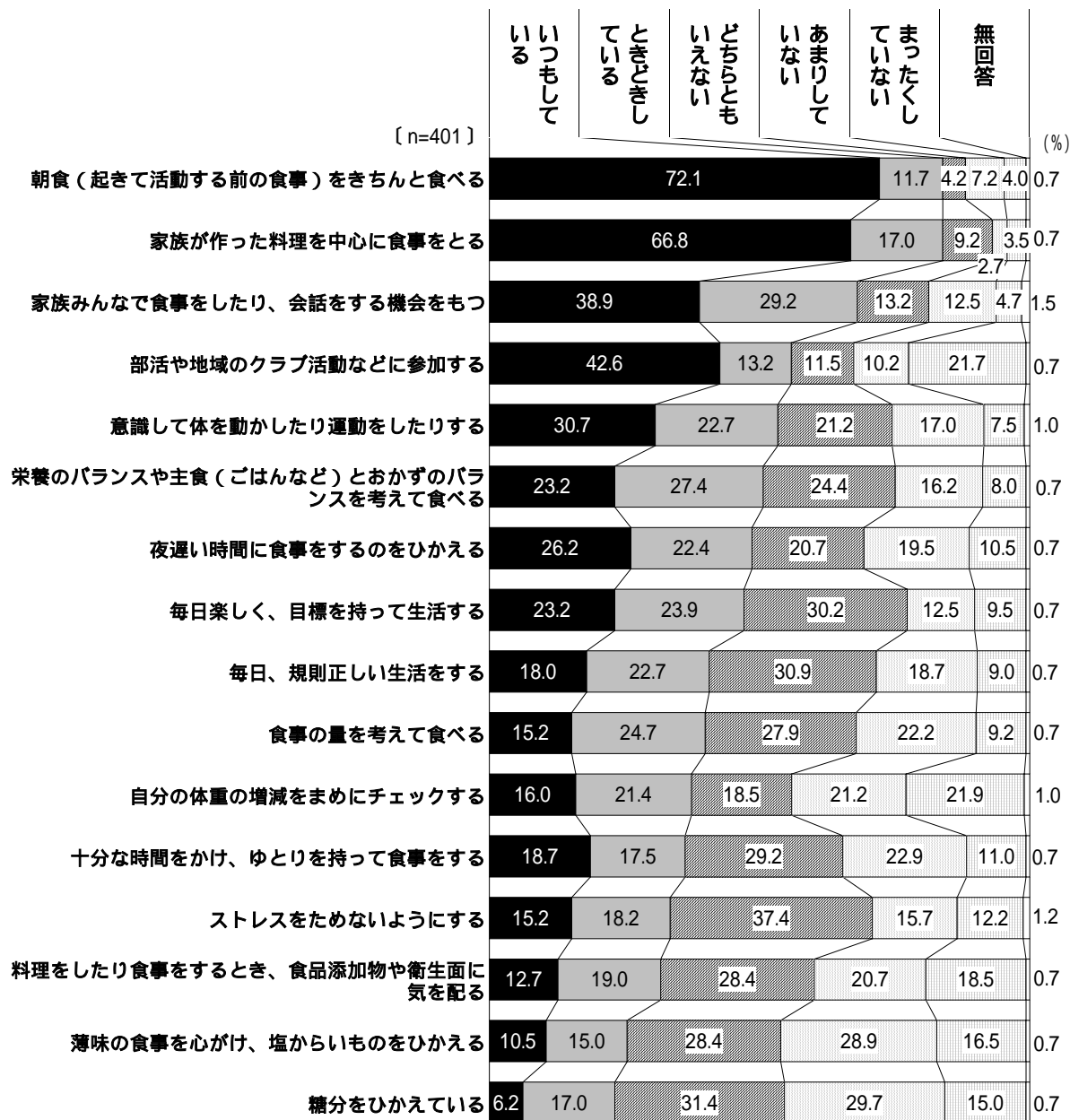
【平成19年度】



この図表は《実践派》の比率が高い項目順に並べ替えている。

< 図表 - 3 - 2 >

【平成14年度】



この図表は《実践派》の比率が高い項目順に並べ替えている。

---

---

ふだんの生活習慣を18項目に分け、どの程度実施しているかを聞いた。「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせて《実践派》、「あまりしていない」と「まったくしていない」を合わせて《非実践派》と仮定し、それぞれの上位5項目を整理すると次のようになる。

#### 《実践派》

---

朝食（起きて活動する前の食事）をきちんと食べる	87.5%
家族が作った料理を中心に食事をとる	87.0
家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ	70.8
部活や地域のクラブ活動などに参加する	69.2
意識して体を動かしたり運動をしたりする	57.9

#### 《非実践派》

---

栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる	67.5%
料理をしたり食事をするとき、食品添加物や衛生面に気を配る	46.5
自分の体重の増減をまめにチェックする	44.1
糖分をひかえている	41.0
食事の買い物や食事作り、後片付けをしている	40.6

平成14年度と比較すると、《実践派》は「部活や地域のクラブ活動などに参加する」が13ポイント、「食事の量を考えて食べる」が12ポイント増加している。

順位で見ると、上位5項目で《実践派》に順位の変動はみられない。一方、《非実践派》については、今回調査で新規項目として聞いた「栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる」が1位となり、平成14年度で1位だった「薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる」は、今回5位以降となっている。（図表 - 3 - 1 ~ 2）

## 【性別】

&lt; 図表 - 3 - 3 &gt;

	《実践派》 (「いつもしている」+「ときどきしている」) 7割以上の項目	《非実践派》 (「あまりしていない」+「まったくしていない」) 3割以上の項目
男性	朝食をきちんと食べる(87.5%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(87.5%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(66.2%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(54.1%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(54.0%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(46.7%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(46.7%) 糖分をひかえている(45.2%) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする(35.0%) 夜遅い時間に食事をするのをひかえる(34.9%) 食事の量を考えて食べる(31.2%)
女性	朝食をきちんと食べる(87.3%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(86.4%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(74.7%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(68.8%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(40.4%) 糖分をひかえている(37.6%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(36.1%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(35.5%) 毎日、規則正しい生活をする(32.1%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(31.4%)

図表中の番号は、その層での順位を表す。

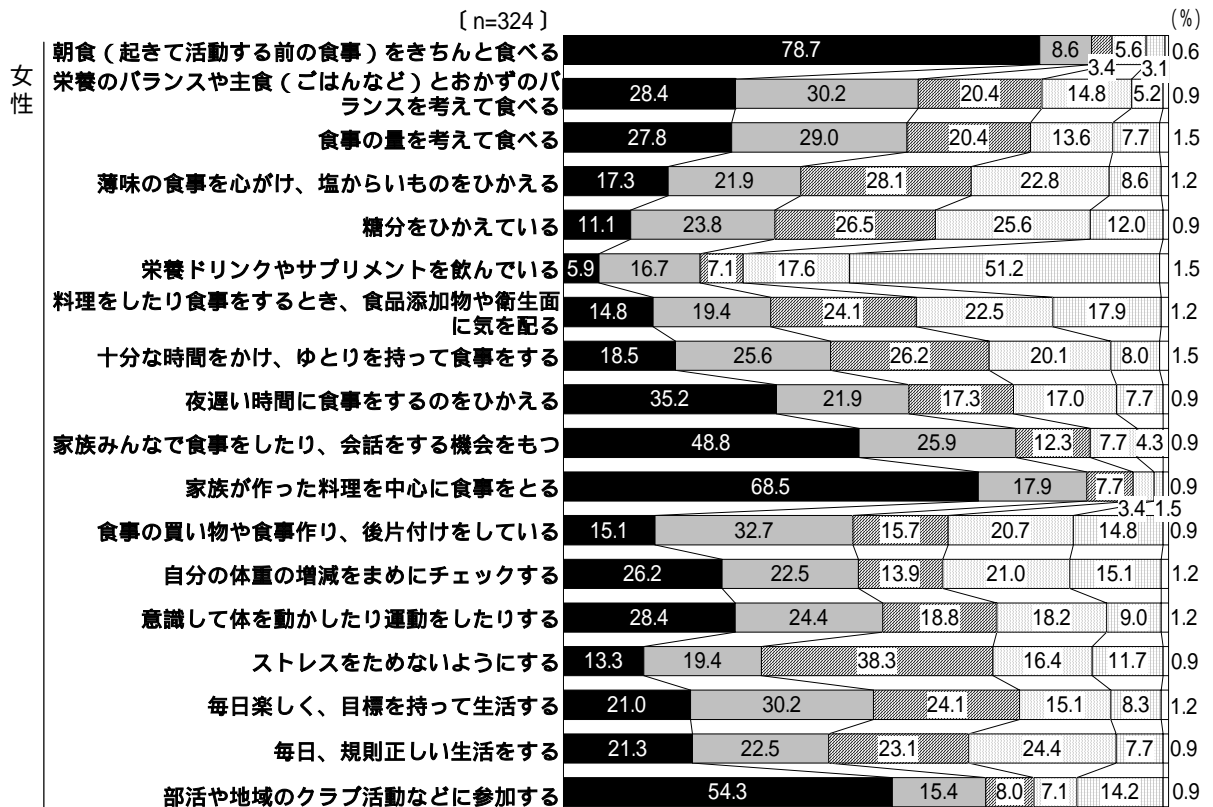
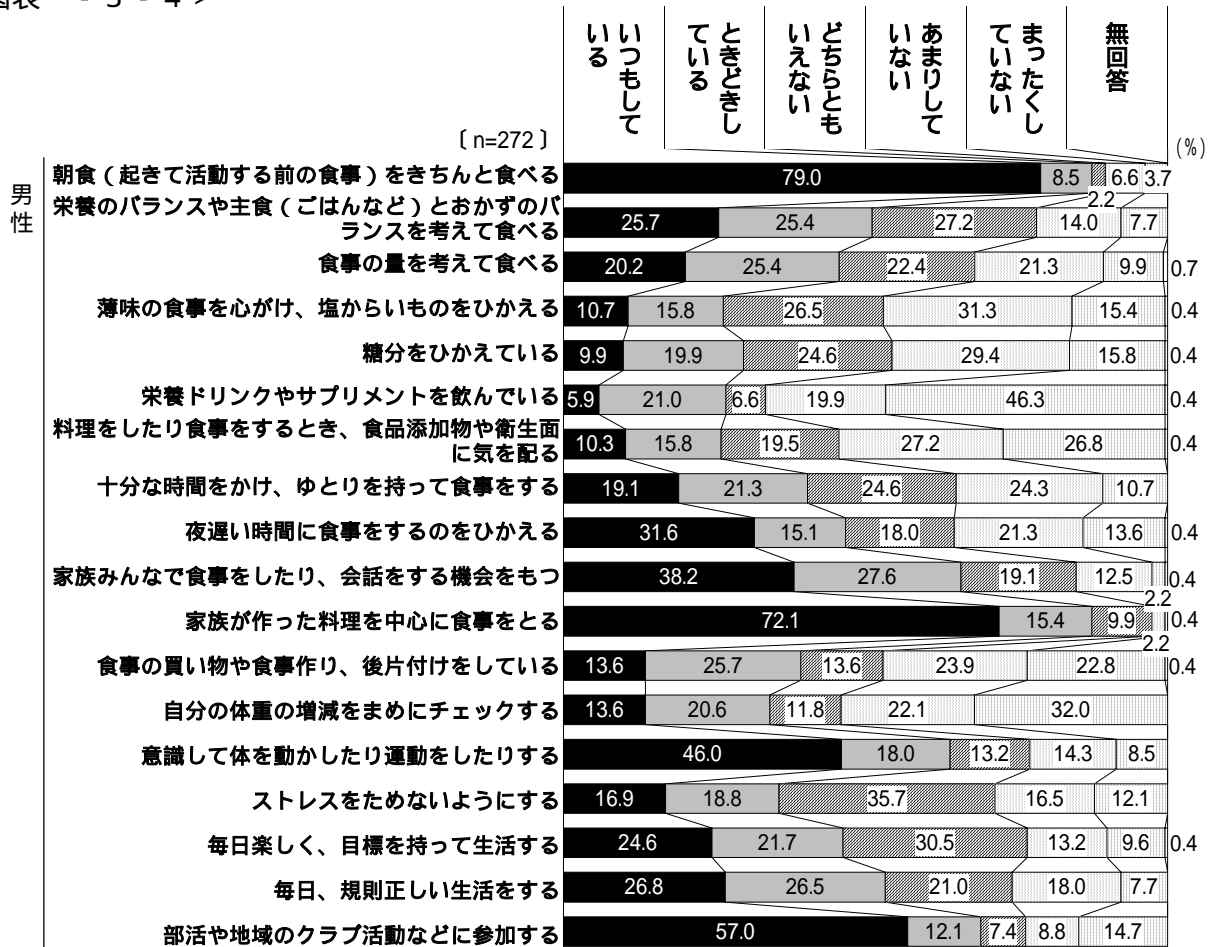
紙面の都合上、項目は次のように省略している。以下、表に関してはこの表記とする。

正規	省略文
朝食(起きて活動する前の食事)をきちんと食べる	朝食をきちんと食べる
栄養のバランスや主食(ごはんなど)とおかずのバランスを考慮して食べる	栄養のバランスや食事の品目を考慮して食べる
料理をしたり食事をするとき、食品添加物や衛生面に気を配る	料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る
家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ	家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ

《実践派》からは、その比率が7割以上の項目を抽出した。一方、《非実践派》からは、その比率が3割以上の項目を抽出した。

これらを性別でみると、《実践派》は女性で「家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ」が入っていることが特徴的である。一方、《非実践派》では、男性にあって女性にない項目として、「十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする」、「夜遅い時間に食事をするのをひかえる」、「食事の量を考慮して食べる」がある。逆に、女性にあって、男性にない項目は「毎日、規則正しい生活をする」である。(図表 - 3 - 3 ~ 4)

< 図表 - 3 - 4 >



## 【性 / 年齢別】

&lt; 図表 - 3 - 5 &gt;

	《実践派》 (「いつもしている」+「ときどきしている」) 7割以上の項目	
	男性	女性
1 2 歳	朝食をきちんと食べる(92.8%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(85.8%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(75.0%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(75.0%)	朝食をきちんと食べる(91.7%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(88.9%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(80.5%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(77.8%) 栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる(72.3%)
1 3 歳	家族が作った料理を中心に食事をとる(92.7%) 朝食をきちんと食べる(92.7%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(87.2%)	朝食をきちんと食べる(92.6%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(92.6%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(87.1%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(79.6%)
1 4 歳	朝食をきちんと食べる(94.6%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(90.9%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(72.8%)	朝食をきちんと食べる(91.2%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(88.2%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(79.4%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(77.9%)
1 5 歳	朝食をきちんと食べる(84.6%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(79.4%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(76.9%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(71.8%)	朝食をきちんと食べる(81.8%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(81.8%)
1 6 歳	朝食をきちんと食べる(85.0%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(85.0%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(72.5%)	家族が作った料理を中心に食事をとる(86.3%) 朝食をきちんと食べる(82.3%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(70.6%)
1 7 歳	家族が作った料理を中心に食事をとる(87.0%) 朝食をきちんと食べる(77.8%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(72.2%)	朝食をきちんと食べる(84.0%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(81.2%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(71.0%)

図表中の番号は、その年齢層での順位を表す。  
項目名に下線が引いてあるものは、各年齢層で性別を比べた際に、一方の性には含まれていない項目である。

性別と同様に、ここでも《実践派》が7割以上の項目を抽出した。

項目数でみると、12歳～14歳は女性が多く、逆に、15歳は男性の方が多くなっている。また、目立つこととしては、男性は12歳～17歳まで項目数がほとんど変わらないことに対して、女性は15歳で2項目と少なく実践度が低い。

それぞれの年齢層について、性別による違いを整理すると次のようになる。ただし、性別間の差を記述する場合は、5ポイント差以上の項目に限っている。(図表 - 3 - 5)

## 12歳

女性にあり、男性にない項目として「栄養のバランスや主食(ごはんなど)とおかずのバランスを考えると食べる」がある。

同じ項目で違いをみると、「家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ」は、女性の方が男性よりも6ポイント高くなっている。

---

13歳

女性にあり、男性にない項目として「家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ」がある。

同じ項目での性別による大きな違いはみられない。

14歳

女性にあり、男性にない項目として「家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ」がある。

同じ項目で違いをみると、「部活や地域のクラブ活動などに参加する」は、女性の方が男性よりも5ポイント高くなっている。

15歳

男性にあり、女性にない項目として「部活や地域のクラブ活動などに参加する」と「意識して体を動かしたり運動をしたりする」がある。

同じ項目での性別による大きな違いはみられない。

16歳

男性にあり、女性にない項目として「意識して体を動かしたり運動をしたりする」がある。逆に、女性にあり、男性にない項目として「家族みんなで食事をしたり、会話をする機会をもつ」がある。

同じ項目での性別による大きな違いはみられない。

17歳

男女ともに同じ項目の実践が高くなっており、同じ項目で違いをみると、「家族が作った料理を中心に食事をする」は、男性の方が女性よりも6ポイント高くなっている。逆に、「朝食（起きて活動する前の食事）をきちんと食べる」は、女性が6ポイント上回る。

## 【健康状態（主観的）別】

&lt; 図表 - 3 - 6 &gt;

	《実践派》 （「いつもしている」+「ときどきしている」） 7割以上の項目	《非実践派》 （「あまりしていない」+「まったくしていない」） 3割以上の項目
健康である	朝食をきちんと食べる(90.3%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(89.8%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(74.2%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(74.0%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(66.0%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(45.2%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(44.7%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(40.4%) 糖分をひかえている(39.5%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(37.1%)
普通	家族が作った料理を中心に食事をとる(80.1%) 朝食をきちんと食べる(79.4%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(72.1%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(51.5%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(46.3%) 糖分をひかえている(45.6%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(43.4%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(42.6%) 毎日、規則正しい生活をする(38.2%) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする(37.5%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(35.3%) 夜遅い時間に食事をするのをひかえる(34.6%) 食事の量を考えて食べる(33.1%) 栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる(32.4%) ストレスをためないようにする(31.6%) 毎日楽しく、目標を持って生活する(31.6%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(30.9%)
健康ではない	朝食をきちんと食べる(83.8%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(77.4%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(70.9%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(71.0%) ストレスをためないようにする(45.2%) 毎日楽しく、目標を持って生活する(45.2%) 糖分をひかえている(45.2%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(41.9%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(41.9%) 毎日、規則正しい生活をする(38.7%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(38.7%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(35.5%) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする(35.5%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(32.3%)

図表中の番号は、その層での順位を表す。

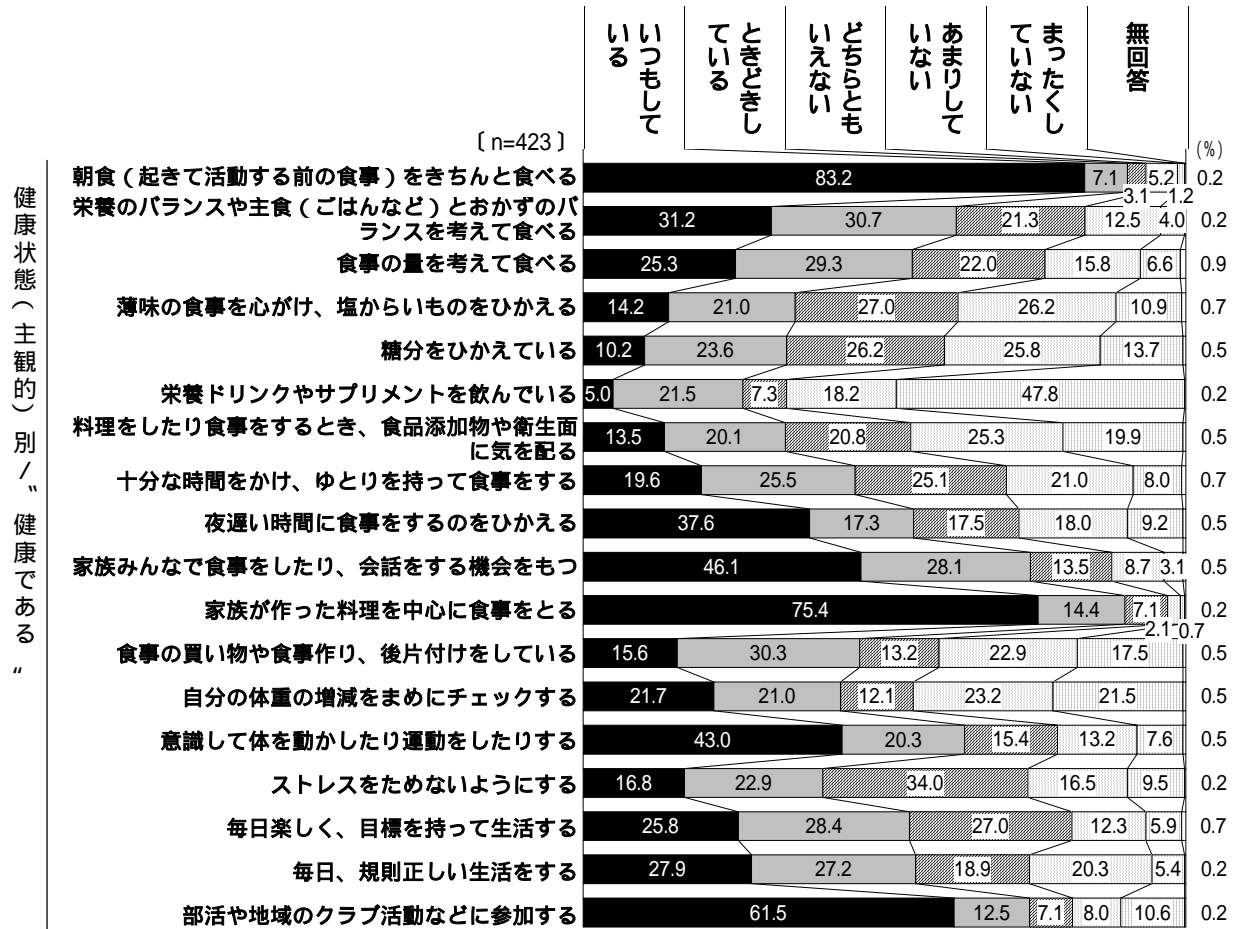
項目名に下線が引いてあるものは、3つの健康状態（主観的）の層を比べた際に、1つの層にしか含まれていない項目である。

『問7 健康状態（主観的）』の回答別でもこの設問を分析した。クロス集計の項目にあたっては、問12（289ページ）と同様に整理している。

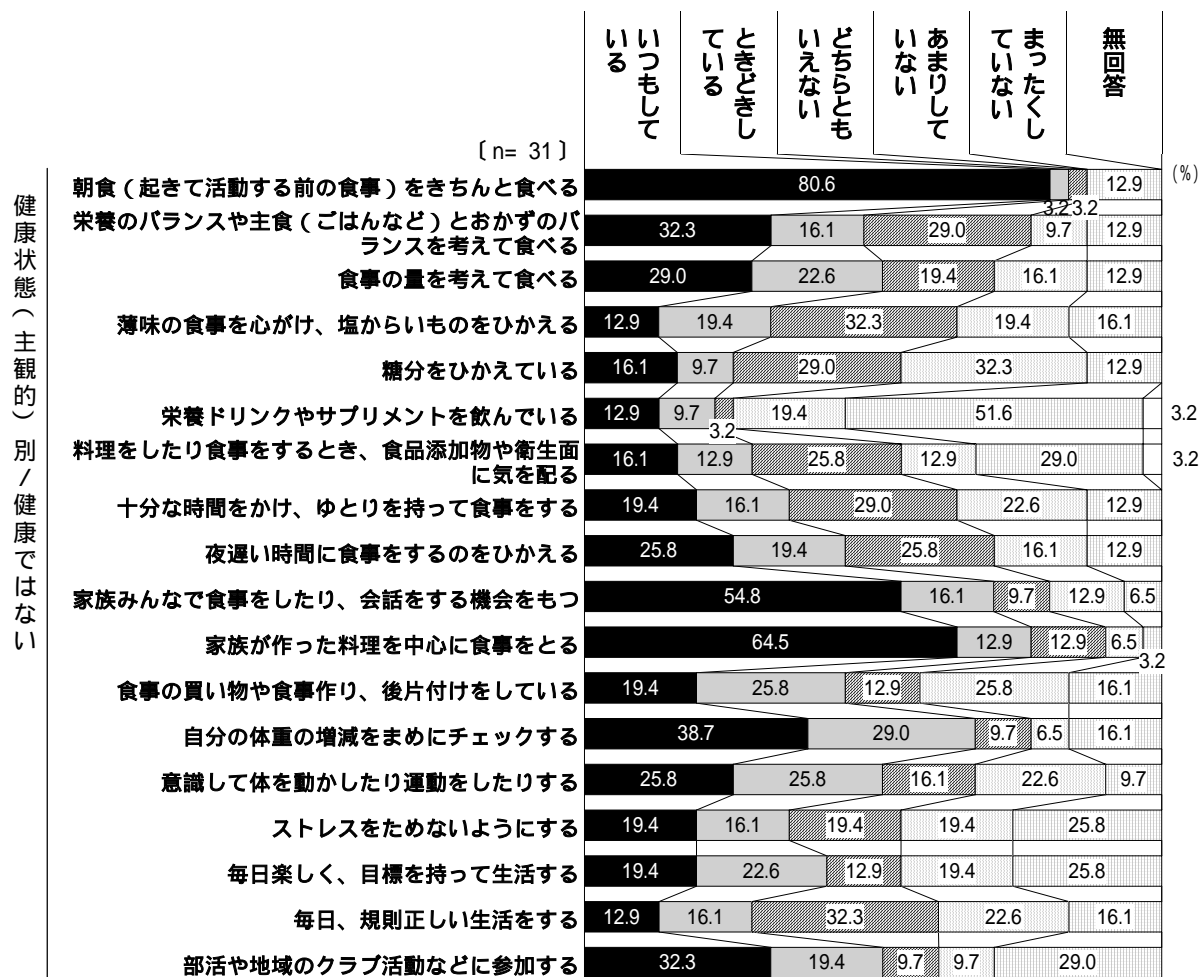
《実践派》は、“健康である”人の項目数が4つで最も多くなっている。また、「家族が作った料理を中心に食事をとる」はいずれの健康状態（主観的）でも高く実践されているものの、その比率は、健康状態（主観的）が良いほど高い。

逆に、《非実践派》は普通の人で多く、18項目中15項目が該当している。また、健康ではない人は18項目中11項目となっている。（図表 - 3 - 6 ~ 8）

<図表 - 3 - 7> 健康状態（主観的）別



< 図表 - 3 - 8 > 健康状態（主観的）別



【健康に対する関心度別】

< 図表 - 3 - 9 >

	《実践派》 (「いつもしている」+「ときどきしている」) 7割以上の項目	《非実践派》 (「あまりしていない」+「まったくしていない」) 3割以上の項目
“関心がある”	朝食をきちんと食べる(90.1%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(89.0%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(75.7%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(72.7%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(65.0%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(38.0%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(35.5%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(34.7%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(32.8%) 糖分をひかえている(32.8%)
“関心がない”	朝食をきちんと食べる(81.3%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(78.5%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(72.8%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(67.3%) 糖分をひかえている(64.4%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(60.8%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(59.8%) 毎日、規則正しい生活をする(53.3%) 食事の量を考えて食べる(51.4%) ストレスをためないようにする(51.4%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(50.4%) 栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる(48.6%) 夜遅い時間に食事をするのをひかえる(46.8%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(46.8%) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする(44.9%) 毎日楽しく、目標を持って生活する(39.3%)

図表中の番号は、その層での順位を表す。

項目名に下線が引いてあるものは、“関心がある”と“関心がない”の2つの層を比べた際に、1つの層にしか含まれていない項目である。

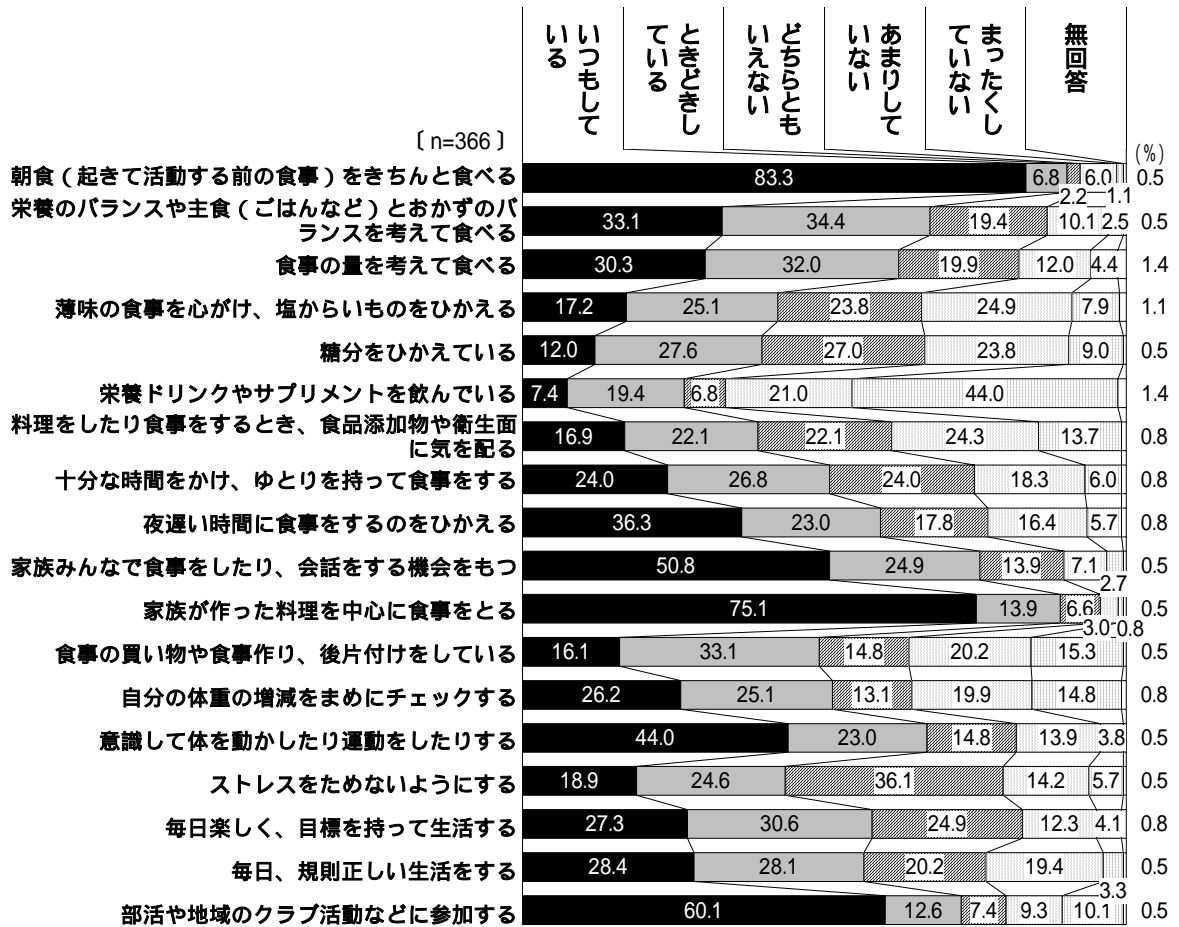
『問9 健康に対する関心度』の回答別で分析を試みることにする。クロス集計の項目にあたっては、問12(292ページ)と同様に整理している。

《実践派》は“関心がある”人の方が4項目で、“関心がない”人の2項目を上回る。逆に、《非実践派》は“関心がない”人の18項目中14項目が3割を超えており、そのうち、“関心がある”人でも《非実践派》が高い「栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる」を除けば、8項目において“関心がない”人の5割以上が実践していない。

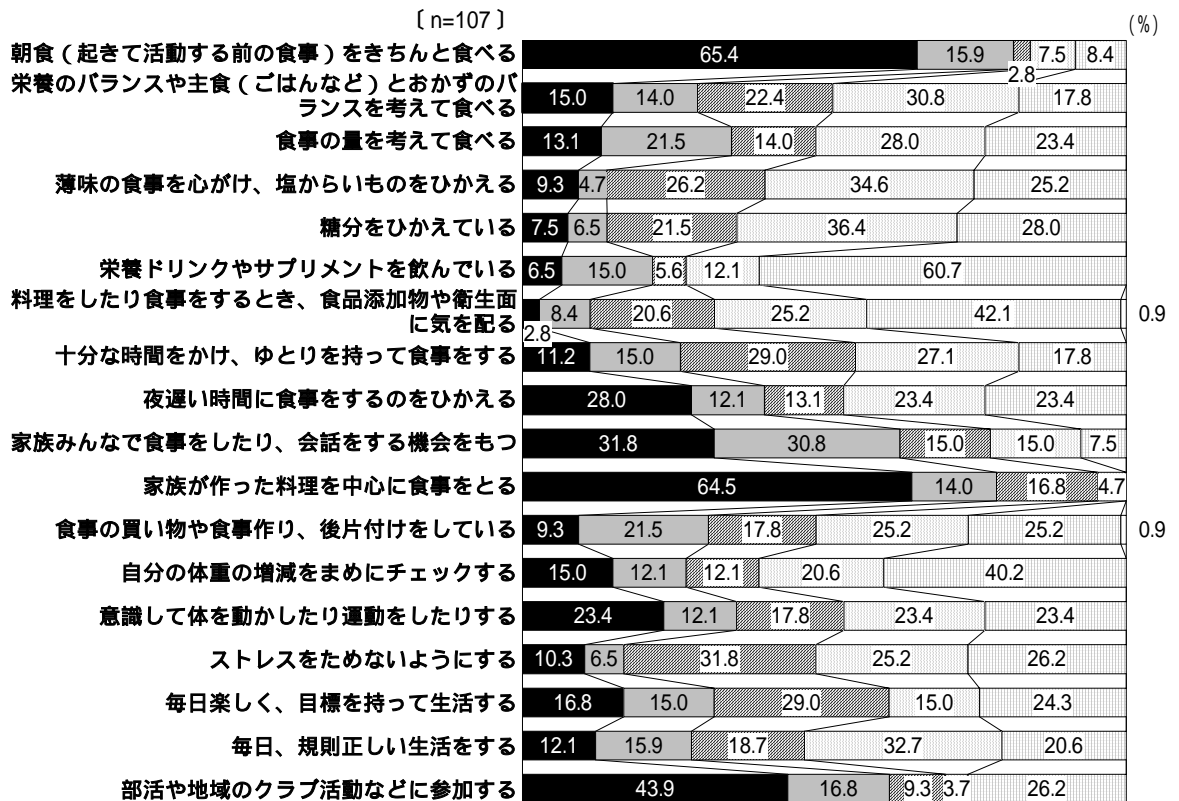
問12(292ページ)からは関心度によって健康への理解が左右されていることが分かったが、関心度は実践度にも大きく関わっていることが分かる。(図表 - 3 - 9 ~ 10)

<図表 - 3 - 10> 健康に対する関心度別

健康に対する関心度別 / “関心がある”



健康に対する関心度別 / “関心がない”



【健康の面からみた自分の生活習慣別】

< 図表 - 3 - 11 >

	《実践派》 (「いつもしている」+「ときどきしている」) 7割以上の項目	《非実践派》 (「あまりしていない」+「まったくしていない」) 3割以上の項目
「よいと思う」	朝食をきちんと食べる(95.0%) 家族が作った料理を中心に食事をとる(93.3%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(78.8%) 家族で食事をしたり、会話をする機会をもつ(75.9%) 毎日、規則正しい生活をする(72.8%) 栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる(72.4%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(71.3%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(65.7%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(39.6%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(38.5%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(36.8%) 糖分をひかえている(34.3%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(33.2%)
「よくないと思う」	家族が作った料理を中心に食事をとる(76.4%) 朝食をきちんと食べる(75.0%)	栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる(71.6%) 毎日、規則正しい生活をする(54.9%) 料理や食事で、食品添加物や衛生面に気を配る(52.1%) 糖分をひかえている(52.1%) 薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる(50.7%) 自分の体重の増減をまめにチェックする(50.0%) 意識して体を動かしたり運動をしたりする(46.6%) 夜遅い時間に食事をするのをひかえる(45.2%) 食事の買い物や食事作り、後片付けをしている(44.5%) 毎日楽しく、目標を持って生活する(41.7%) 栄養のバランスや食事の品目を考えて食べる(39.6%) 十分な時間をかけ、ゆとりを持って食事をする(39.6%) 食事の量を考えて食べる(39.6%) ストレスをためないようにする(38.9%) 部活や地域のクラブ活動などに参加する(31.9%)

図表中の番号は、その層での順位を表す。

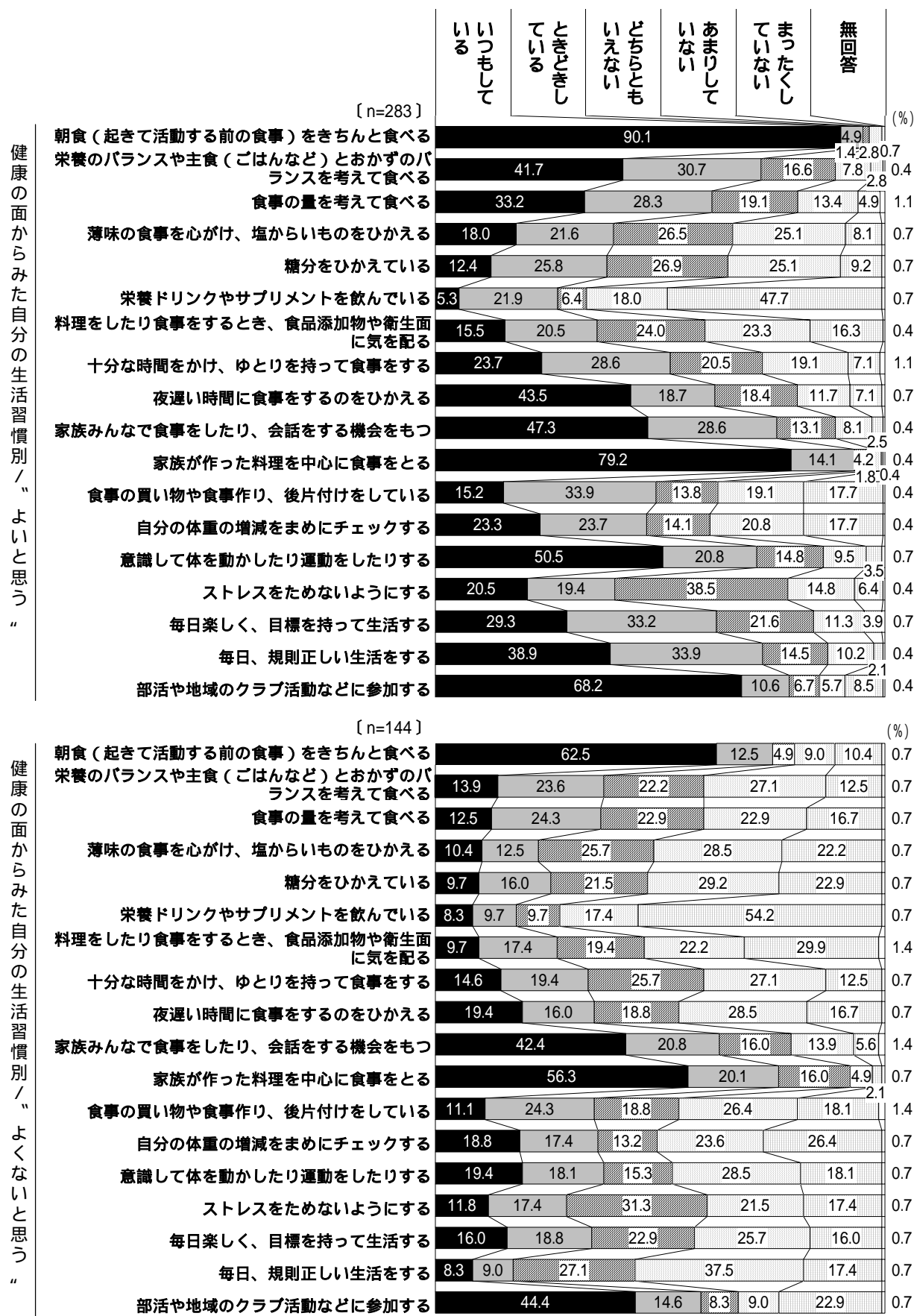
項目名に下線が引いてあるものは、「よいと思う」と「よくないと思う」の2つの層を比べた際に、1つの層にしか含まれていない項目である。

設問の順番は前後してしまいが、ここでは『問15 - 1 健康の面からみた自分の生活習慣』の回答別でも分析を試みた。なお、クロス集計の項目にあたっては、『問15 - 1』の選択肢を整理している。その内容は、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせて「よいと思う」とし、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせたものを「よくないと思う」とまとめた。また、「どちらともいえない」については、分析の明確を図るため省略している。

当然のことかもしれないが、《実践派》は、自分の生活習慣を「よいと思う」と回答した人で、項目数が7つと多くなっている。中でも、「朝食(起きて活動する前の食事)をきちんと食べる」と「家族が作った料理を中心に食事をとる」は9割台半ばと高い。

逆に、《非実践派》は「よくないと思う」人で多くなっており、18項目中15項目が3割以上に該当している。その中でも、「よいと思う」人でも《非実践派》が高い「栄養ドリンクやサプリメントを飲んでいる」を除けば、「毎日、規則正しい生活をする」、「料理をしたり食事をするとき、食品添加物や衛生面に気を配る」、「糖分をひかえている」、「薄味の食事を心がけ、塩からいものをひかえる」、「自分の体重の増減をまめにチェックする」の5項目で、「よくないと思う」人の5割以上が非実践となっている。(図表 - 3 - 11~12)

<図表 - 3 - 12> 健康の面からみた自分の生活習慣別



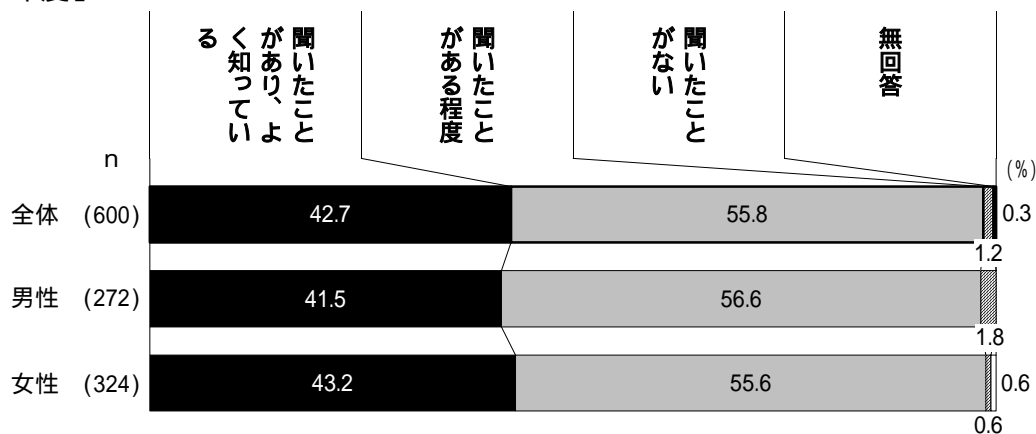
(2) 生活習慣病という言葉の認知度

《認知している》がほぼ全員に近い

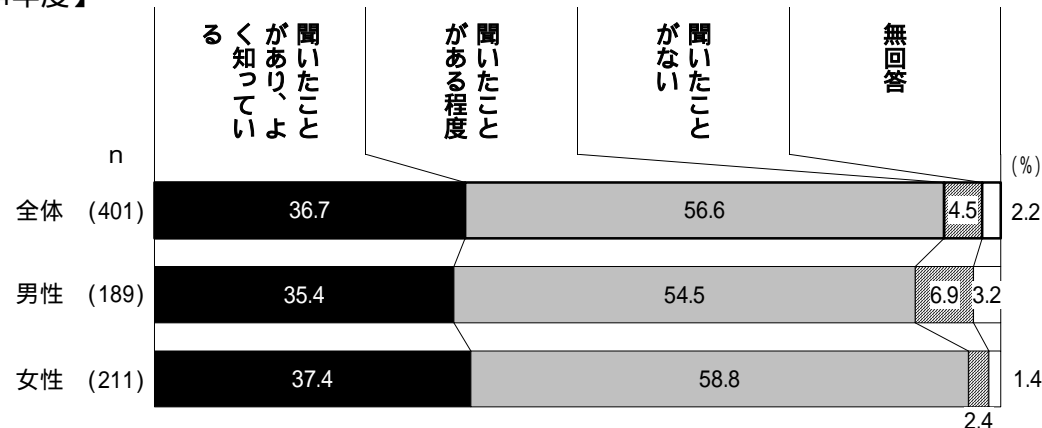
問14 あなたは、生活習慣病という言葉を知っていますか。( は1つだけ)

<図表 - 3 - 13> 生活習慣病という言葉の認知度

【平成19年度】



【平成14年度】



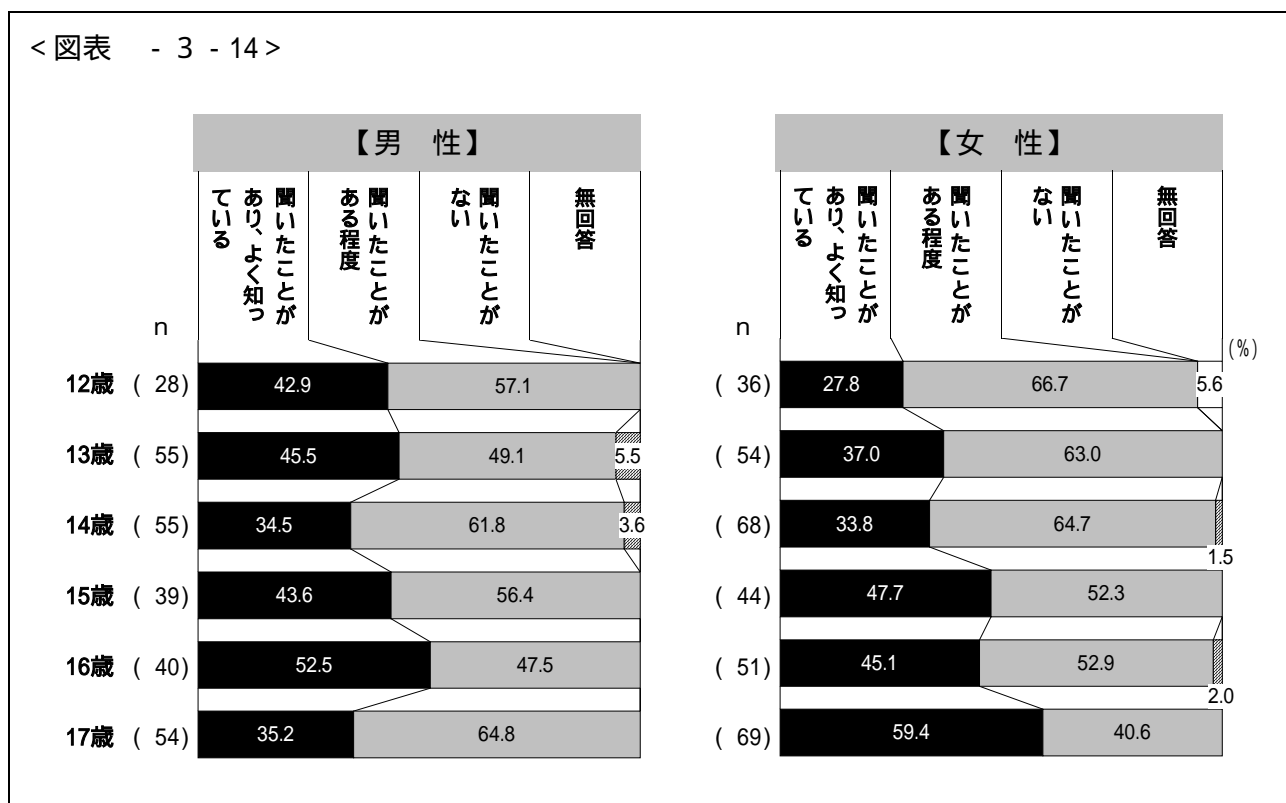
生活習慣病という言葉を知っている「聞いたこと、よく知っている」(42.7%)は4割を超え、「聞いたことがある程度」(55.8%)が5割台半ばで最も高くなっている。これらを合わせると《認知している》(98.5%)はほぼ全員に近い。

性別では、特に大きな違いはみられない。

平成14年度と比較すると、全体では「聞いたこと、よく知っている」が6ポイント増加しており、性別でも男女ともに6ポイント増加している。(図表 - 3 - 13)

【性 / 年齢別】

< 図表 - 3 - 14 >



「聞いたことがあり、よく知っている」は、男性の16歳で5割を超え、女性の17歳で約6割と高くなっている。男女ともに大半の年齢層で、「聞いたことがあり、よく知っている」よりも「聞いたことがある程度」の方が高くなっている中、男性の16歳と女性の17歳だけは、「聞いたことがあり、よく知っている」が上回っている。(図表 - 3 - 14)

(3) 健康の面からみた自分の生活習慣

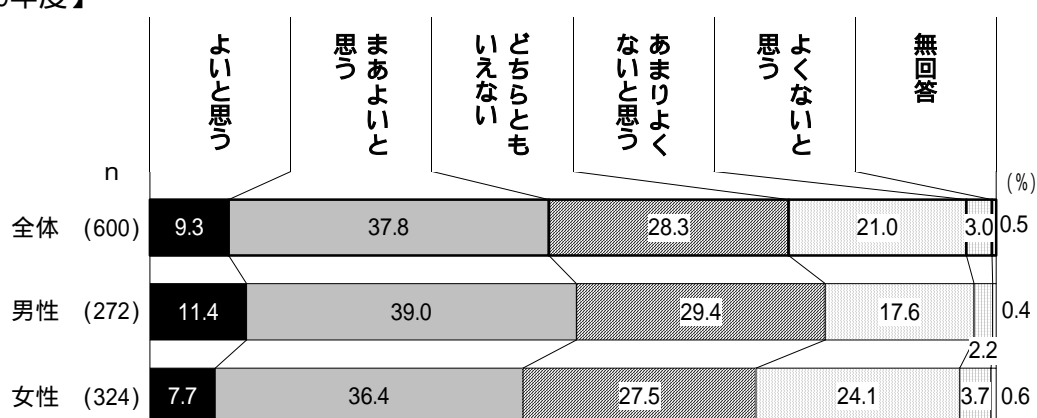
《よいと思う》は約5割。一方、《よくないと思う》は2割台半ば

問15-1 生活習慣病とは、名前のとおり、みなさんの「生活習慣」のなかで、健康に良くない要素が長い間蓄積されて、命にもかかわる病気として、発症するものです。皆さんの年代から、普段の生活に気をつけて自分で健康管理することにより、このような病気にならないよう予防することができます。

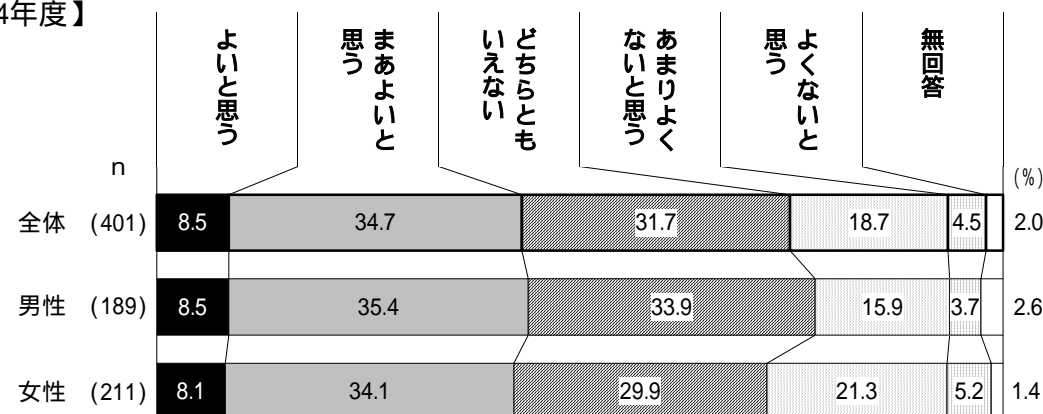
あなたは、健康の面から見て、自分のふだんの生活習慣をどう思いますか。( は1つだけ)

<図表 - 3 - 15> 健康の面からみた自分の生活習慣

【平成19年度】



【平成14年度】



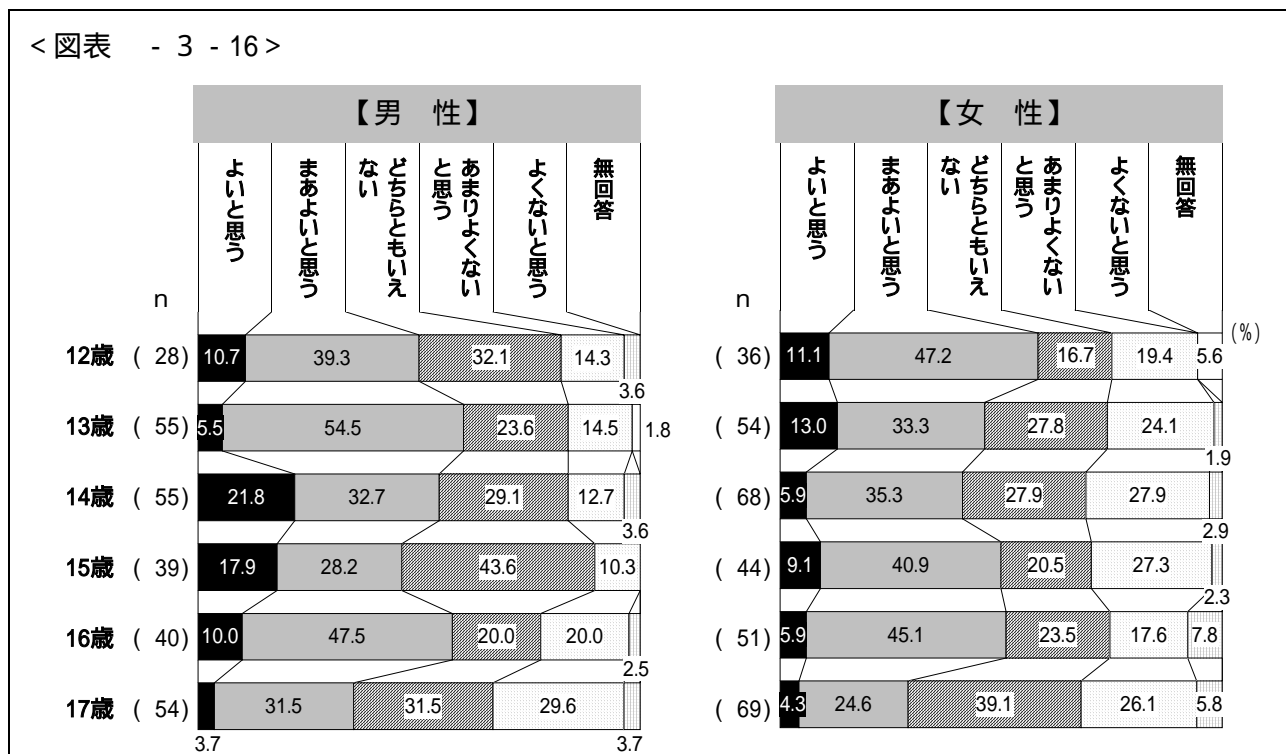
健康の面からみた自分の生活習慣を「よいと思う」(9.3%)は約1割に留まるものの、「まあよいと思う」(37.8%)が約4割と高く、これらを合わせると《よいと思う》(47.1%)は約5割となっている。他方、「どちらともいえない」(28.3%)は約3割で、また、「あまりよくないと思う」(21.0%)と「よくないと思う」(3.0%)を合わせた《よくないと思う》(24.0%)は2割台半ばである。

性別でみると、《よいと思う》は男性の方が女性よりも6ポイント高く5割となっている。逆に、《よくないと思う》は女性が8ポイント上回り約3割となっている。

平成14年度と比較すると、全体では特に大きな違いはみられないが、性別では、《よいと思う》が男性で7ポイント増加している。(図表 - 3 - 15)

【性 / 年齢別】

< 図表 - 3 - 16 >



男性では、「よいと思う」が14歳で2割を超え最も高く、15歳で約2割と続く。《よいと思う》としてみた場合、13歳で6割、16歳で約6割と高く、逆に、《よくないと思う》は17歳で3割台半ばとなっている。一方、女性では、《よいと思う》が12歳で約6割と最も高い。逆に、《よくないと思う》は、14歳～15歳、17歳で3割前後となっている。(図表 - 3 - 16)

(4) 健康維持や健康のための生活改善意向

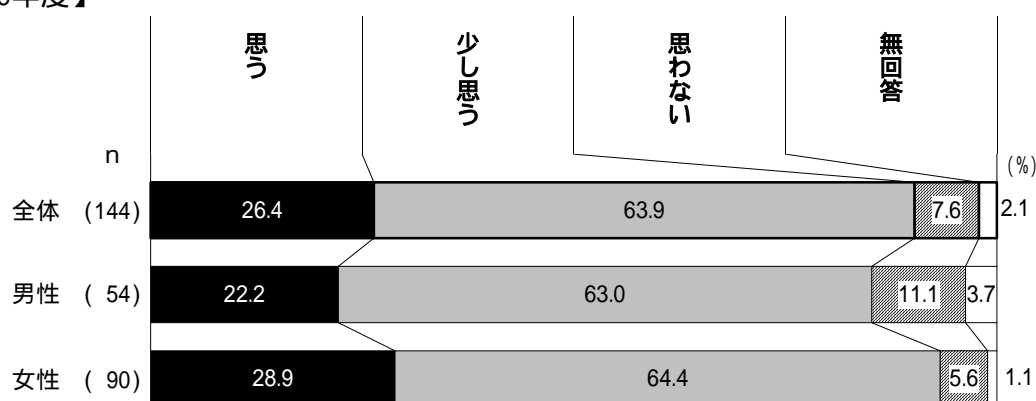
生活改善をしようと《思う》が9割を占める

(問15-1で、「4」か「5」とお答えの方に)

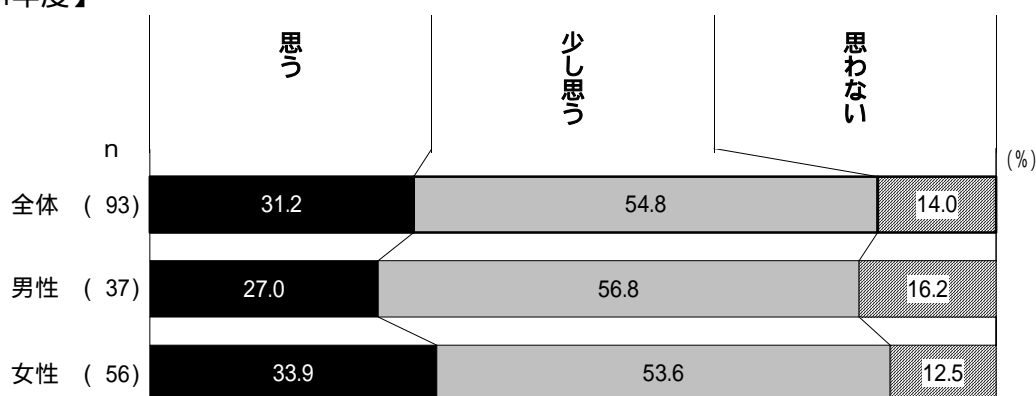
問15-2 これから、健康を維持するために、または健康になるために、生活改善をしようと思いませんか。(は1つだけ)

<図表 - 3 - 17> 健康維持や健康のための生活改善意向

【平成19年度】



【平成14年度】



問15-1で、健康の面からみた自分の生活習慣を《よくないと思う》と回答した人で、今後生活改善をしようと「思う」(26.4%)は2割台半ばとなっている。また、「少し思う」(63.9%)が6割台半ばで最も高く、これらを合わせると《思う》(90.3%)は9割となる。

性別でみると、「思う」は女性の方が男性よりも7ポイント高く、《思う》としてみた場合、女性は8ポイント上回り9割台半ばとなっている。逆に、「思わない」は男性の方が6ポイント高く1割を超える。

平成14年度と比較すると、全体では、「思う」が5ポイント減少し、「少し思う」が9ポイント増加しているものの、総じて、《思う》は大差がみられない。性別では、女性での変化が大きく、《思う》としてみた場合に6ポイント増加している。(図表 - 3 - 17)

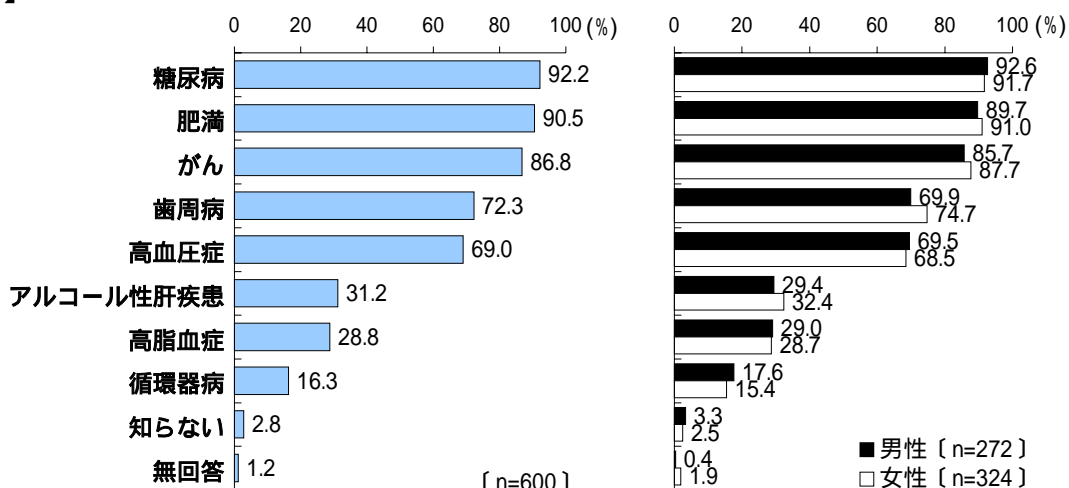
(5) 生活習慣病の認知度

「糖尿病」、「肥満」、「がん」が上位3項目で高い

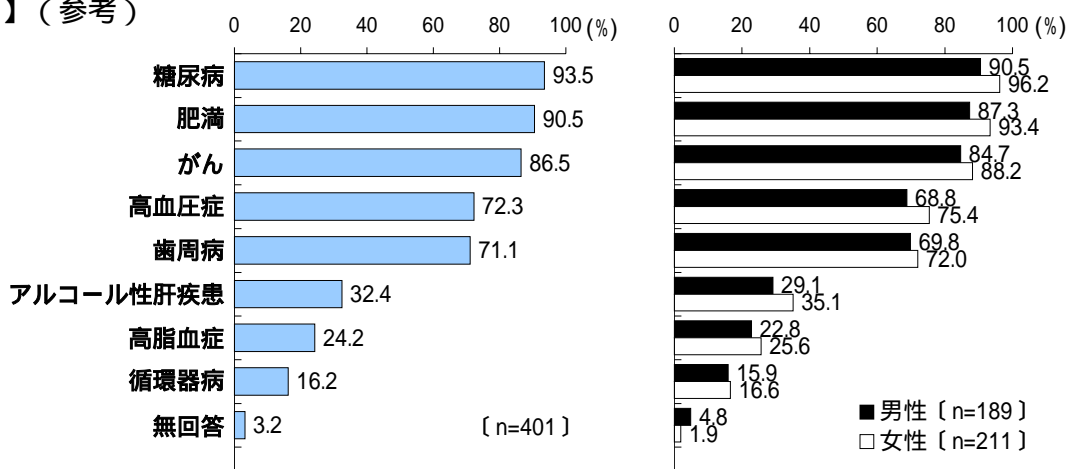
問16 次の生活習慣病の名前を知っていますか。(はいいくつでも)

<図表 - 3 - 18> 生活習慣病の認知度

【平成19年度】



【平成14年度】(参考)



生活習慣病の認知度としては、「糖尿病」(92.2%)が9割を超え最も高く、僅差で「肥満」(90.5%)が続き、「がん」(86.8%)が8割台半ばとなっている。このほか、「歯周病」(72.3%)と「高血圧症」(69.0%)が7割前後となっている。なお、「循環器病」(16.3%)の認知度は1割台半ばに留まる。

性別でみると、「歯周病」で女性の方が男性よりも5ポイント高くなっている。

平成14年度との比較については、選択肢数が異なることから、参考までに図示するに留める。(図表 - 3 - 18)

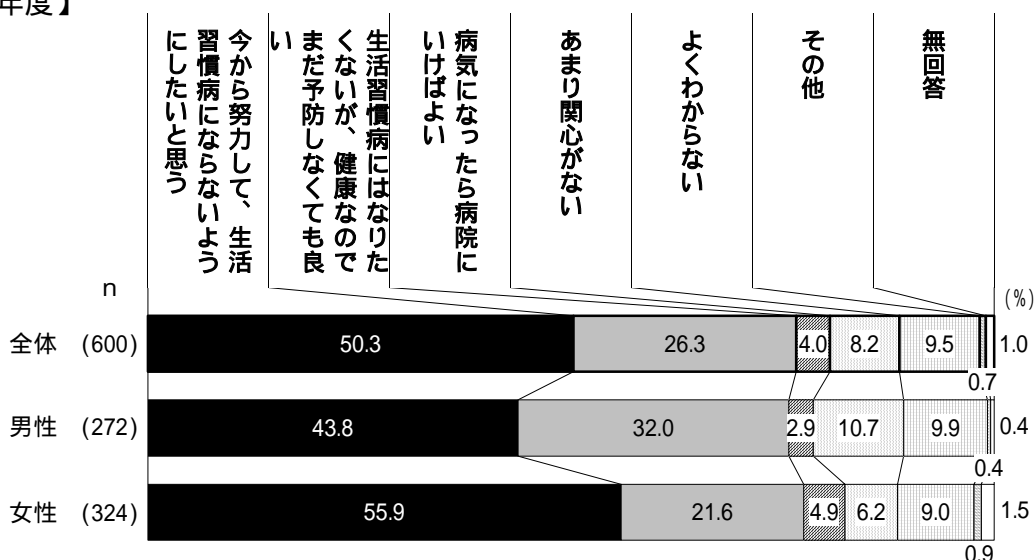
(6) 生活習慣病予防への心がけ

「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」が5割で最も高い

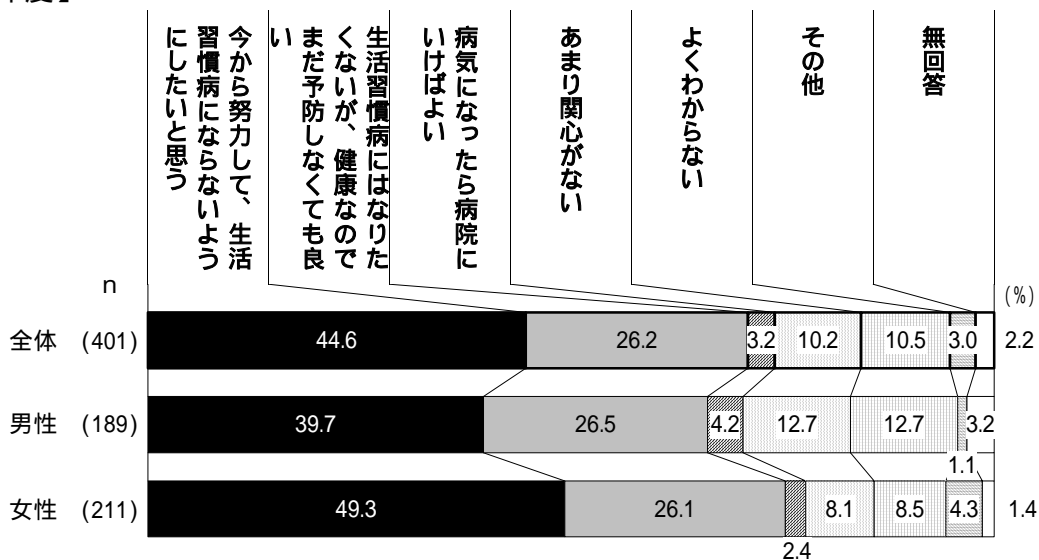
問17 このような生活習慣病にならないように、努力しようと思いませんか。( は1つだけ)

<図表 - 3 - 19> 生活習慣病予防への心がけ

【平成19年度】



【平成14年度】

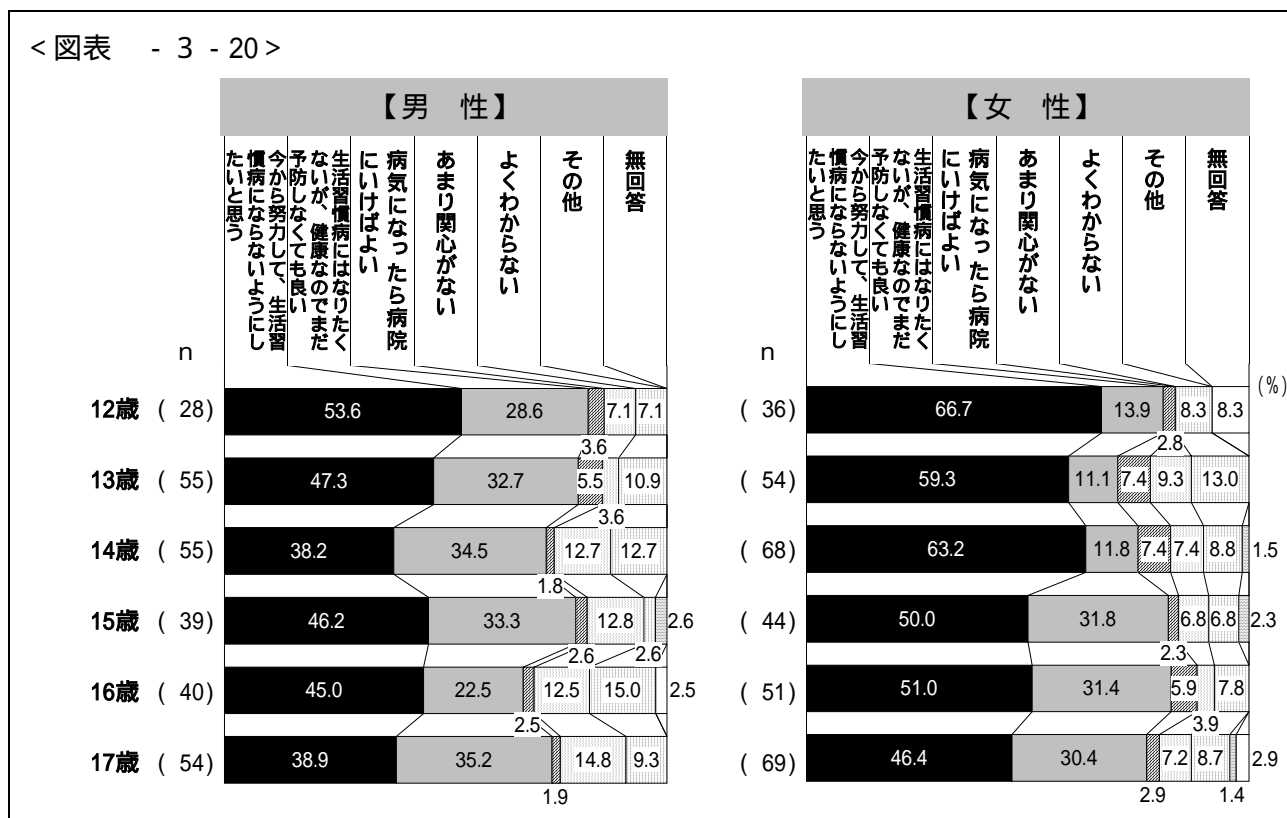


生活習慣病予防への心がけとしては、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」(50.3%)が5割で最も高くなっている。しかし、その一方で、「生活習慣病にはなりたくないが、健康なのでまだ予防しなくても良い」(26.3%)が2割台半ば、「あまり関心がない」(8.2%)が約1割あり、若い時期からの生活習慣病予防への心がけは、非常に大切であることも伝えていく必要がある。

性別でみると、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」は、女性の方が男性よりも12ポイント高く5割台半ばとなっている。一方、「生活習慣病にはなりたくないが、健康なのでまだ予防しなくても良い」は、男性で10ポイント高く3割を超え、「あまり関心がない」でも男性は5ポイント高く1割となっている。

平成14年度と比較すると、全体では、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」が6ポイント増加している。性別では、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」が男女ともに増加し、特に、女性は7ポイント増加している。その反面、男性は「生活習慣病にはなりたくないが、健康なのでまだ予防しなくても良い」でも6ポイント増加している。  
(図表 - 3 - 19)

【性 / 年齢別】



男性では、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」が、12歳で5割台半ばと最も高くなっている。「生活習慣病にはなりたくないが、健康なのでまだ予防しなくても良い」は、12歳と16歳を除き3割台でおおむね並ぶ。一方、女性でも、「今から努力して、生活習慣病にならないようにしたいと思う」は、12歳で6割台半ばと最も高く、14歳が僅差で続く。また、「生活習慣病にはなりたくないが、健康なのでまだ予防しなくても良い」は、15歳以上で3割を超えている。(図表 - 3 - 20)