

集計表 21

健康についておたずねします。

Q10〔回答票16〕生活習慣病の予防や改善のために、あなたは、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか。この中から1つ選んでください。

	総数	実践している (計)	いつも気をつけて実践している	気をつけて実践している	実践していない (計)	あまり気をつけて実践していない	全く気をつけて実践していない	わからない
【総数】	1786	68.2	25.0	43.2	31.4	27.1	4.3	0.4
〔性別〕 F 4								
男性	799	61.0	22.2	38.8	38.4	31.9	6.5	0.6
女性	987	74.1	27.3	46.8	25.7	23.2	2.5	0.2
〔若い世代 (20～39歳)〕								
総数	345	50.1	7.5	42.6	49.9	41.4	8.4	-
〔若い世代 (20～39歳)・性別〕								
男性	149	36.9	4.7	32.2	63.1	47.7	15.4	-
女性	196	60.2	9.7	50.5	39.8	36.7	3.1	-
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	61.0	22.2	38.8	38.4	31.9	6.5	0.6
20～29歳	58	34.5	3.4	31.0	65.5	50.0	15.5	-
30～39歳	91	38.5	5.5	33.0	61.5	46.2	15.4	-
40～49歳	145	45.5	12.4	33.1	53.8	45.5	8.3	0.7
50～59歳	120	65.0	21.7	43.3	35.0	29.2	5.8	-
60～69歳	150	69.3	22.0	47.3	30.0	28.0	2.0	0.7
70歳以上	235	78.3	39.6	38.7	20.4	17.4	3.0	1.3
[女性]	987	74.1	27.3	46.8	25.7	23.2	2.5	0.2
20～29歳	79	50.6	6.3	44.3	49.4	45.6	3.8	-
30～39歳	117	66.7	12.0	54.7	33.3	30.8	2.6	-
40～49歳	176	67.6	15.9	51.7	32.4	28.4	4.0	-
50～59歳	177	72.3	16.4	55.9	26.6	23.7	2.8	1.1
60～69歳	190	77.4	34.2	43.2	22.6	21.6	1.1	-
70歳以上	248	88.3	51.6	36.7	11.7	9.7	2.0	-
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある (計)	1400	72.8	27.6	45.2	26.8	24.3	2.5	0.4
関心がある	715	80.4	37.5	42.9	19.2	16.9	2.2	0.4
どちらかといえば関心がある	685	64.8	17.2	47.6	34.7	32.0	2.8	0.4
関心がない (計)	376	51.1	15.2	35.9	48.7	37.5	11.2	0.3
どちらかといえば関心がない	253	51.0	15.4	35.6	48.6	40.3	8.3	0.4
関心がない	123	51.2	14.6	36.6	48.8	31.7	17.1	-
わからない	10	70.0	30.0	40.0	30.0	30.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている (計)	1374	80.3	30.7	49.6	19.4	18.3	1.0	0.3
常に心掛けている	424	90.3	55.0	35.4	9.2	9.0	0.2	0.5
心掛けている	950	75.9	19.9	56.0	23.9	22.5	1.4	0.2
心掛けていない (計)	404	27.0	5.4	21.5	72.5	56.9	15.6	0.5
あまり心掛けていない	362	28.2	5.5	22.7	71.3	59.7	11.6	0.6
全く心掛けていない	42	16.7	4.8	11.9	83.3	33.3	50.0	-
わからない	8	62.5	25.0	37.5	25.0	25.0	-	12.5
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある (計)	837	76.0	30.6	45.4	23.8	20.4	3.3	0.2
ゆとりがある	253	78.3	39.9	38.3	21.7	16.6	5.1	-
ややゆとりがある	584	75.0	26.5	48.5	24.7	22.1	2.6	0.3
どちらともいえない	554	61.7	17.9	43.9	37.7	33.8	4.0	0.5
ゆとりはない (計)	393	60.6	23.2	37.4	38.9	32.1	6.9	0.5
あまりゆとりはない	339	62.2	23.3	38.9	37.2	30.7	6.5	0.6
全くゆとりはない	54	50.0	22.2	27.8	50.0	40.7	9.3	-
無回答	2	100.0	-	100.0	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる (計)	981	75.4	31.5	43.9	24.0	20.3	3.7	0.6
時間的なゆとりを感じる	540	78.9	37.2	41.7	20.6	16.5	4.1	0.6
やや時間的なゆとりを感じる	441	71.2	24.5	46.7	28.1	24.9	3.2	0.7
どちらともいえない	287	60.3	13.6	46.7	39.4	35.9	3.5	0.3
時間的なゆとりを感じない (計)	518	58.9	18.9	40.0	41.1	35.1	6.0	-
あまり時間的なゆとりを感じない	424	59.4	19.3	40.1	40.6	35.6	5.0	-
全く時間的なゆとりを感じない	94	56.4	17.0	39.4	43.6	33.0	10.6	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い (計)	1281	71.9	26.9	45.0	27.7	24.3	3.4	0.4
とても良い	254	73.2	41.3	31.9	26.0	21.7	4.3	0.8
まあ良い	1027	71.6	23.3	48.3	28.1	24.9	3.2	0.3
どちらともいえない	285	56.8	14.0	42.8	42.5	36.1	6.3	0.7
良くない (計)	219	61.2	28.3	32.9	38.8	32.0	6.8	-
あまり良くない	193	62.2	28.0	34.2	37.8	31.6	6.2	-
良くない	26	53.8	30.8	23.1	46.2	34.6	11.5	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 22

【Q10で「(ウ)あまり気をつけて実践していない」又は「(エ)全く気をつけて実践していない」と答えた方に】

SQ[回答票17]ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していない理由として、この中からいくつでも選んでください。(M.A.)

	該当数	自分の健康に自信がある	病気の自覚症状がない	病気になつてから治療する	生活習慣改善がストレス	生活習慣改善の時間的ゆとりなし	生活習慣改善の経済的ゆとりなし	社会的な環境が整っていない	面倒だから取組まない	あてはまるものはない	わからない	回答計
【総数】	561	14.3	33.9	4.5	15.2	29.4	7.3	5.7	46.7	7.1	1.1	165.1
〔性別〕 F 4												
男性	307	14.7	36.5	4.6	15.3	26.1	5.9	6.2	48.5	6.8	1.0	165.5
女性	254	13.8	30.7	4.3	15.0	33.5	9.1	5.1	44.5	7.5	1.2	164.6
〔若い世代(20~39歳)〕												
総数	172	15.1	31.4	3.5	13.4	37.2	9.9	8.7	50.0	5.8	-	175.0
〔若い世代(20~39歳)・性別〕												
男性	94	14.9	35.1	4.3	13.8	31.9	8.5	8.5	51.1	6.4	-	174.5
女性	78	15.4	26.9	2.6	12.8	43.6	11.5	9.0	48.7	5.1	-	175.6
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5												
〔男性〕												
20~29歳	38	13.2	34.2	2.6	18.4	31.6	7.9	7.9	55.3	7.9	-	178.9
30~39歳	56	16.1	35.7	5.4	10.7	32.1	8.9	8.9	48.2	5.4	-	171.4
40~49歳	78	14.1	37.2	3.8	19.2	41.0	6.4	7.7	39.7	7.7	-	176.9
50~59歳	42	14.3	45.2	9.5	19.0	26.2	7.1	4.8	54.8	4.8	-	185.7
60~69歳	45	8.9	42.2	6.7	17.8	8.9	2.2	2.2	57.8	4.4	4.4	155.6
70歳以上	48	20.8	25.0	-	6.3	6.3	2.1	4.2	43.8	10.4	2.1	120.8
〔女性〕												
20~29歳	39	10.3	28.2	2.6	5.1	43.6	15.4	7.7	51.3	5.1	-	169.2
30~39歳	39	20.5	25.6	2.6	20.5	43.6	7.7	10.3	46.2	5.1	-	182.1
40~49歳	57	14.0	36.8	7.0	24.6	45.6	10.5	5.3	42.1	7.0	3.5	196.5
50~59歳	47	12.8	31.9	-	14.9	31.9	10.6	2.1	36.2	6.4	-	146.8
60~69歳	43	14.0	27.9	7.0	11.6	23.3	4.7	4.7	51.2	4.7	-	148.8
70歳以上	29	10.3	31.0	6.9	6.9	-	3.4	-	41.4	20.7	3.4	124.1
〔食育への関心〕 Q 1												
関心がある(計)	375	14.7	33.6	5.3	16.3	33.3	6.4	5.6	44.8	6.9	1.1	168.0
関心がある	137	17.5	37.2	8.0	11.7	36.5	8.0	6.6	36.5	8.0	0.7	170.8
どちらかといえば関心がある	238	13.0	31.5	3.8	18.9	31.5	5.5	5.0	49.6	6.3	1.3	166.4
関心がない(計)	183	13.7	34.4	2.7	13.1	21.3	9.3	6.0	50.8	7.7	1.1	160.1
どちらかといえば関心がない	123	13.8	37.4	4.1	13.8	26.8	11.4	7.3	49.6	5.7	0.8	170.7
関心がない	60	13.3	28.3	-	11.7	10.0	5.0	3.3	53.3	11.7	1.7	138.3
わからない	3	-	33.3	-	-	33.3	-	-	33.3	-	-	100.0
〔食生活の実践〕 Q 3												
心掛けている(計)	266	17.3	37.2	4.1	13.9	28.9	4.9	5.6	38.7	8.6	0.8	160.2
常に心掛けている	39	17.9	41.0	7.7	15.4	25.6	-	7.7	23.1	15.4	-	153.8
心掛けている	227	17.2	36.6	3.5	13.7	29.5	5.7	5.3	41.4	7.5	0.9	161.2
心掛けていない(計)	293	11.6	31.1	4.8	16.0	30.0	9.6	5.8	53.9	5.8	1.4	170.0
あまり心掛けていない	258	11.2	32.6	4.7	16.3	31.0	10.5	6.2	54.3	4.7	1.2	172.5
全く心掛けていない	35	14.3	20.0	5.7	14.3	22.9	2.9	2.9	51.4	14.3	2.9	151.4
わからない	2	-	-	-	50.0	-	-	-	50.0	-	-	100.0
〔暮らし向き〕 F 7												
ゆとりがある(計)	199	15.6	35.7	4.0	12.1	27.1	2.0	6.0	46.7	7.5	0.5	157.3
ゆとりがある	55	16.4	21.8	-	5.5	16.4	-	7.3	50.9	12.7	-	130.9
ややゆとりがある	144	15.3	41.0	5.6	14.6	31.3	2.8	5.6	45.1	5.6	0.7	167.4
どちらともいえない	209	14.4	33.5	4.3	17.2	32.5	6.2	5.7	43.5	7.7	1.9	167.0
ゆとりはない(計)	153	12.4	32.0	5.2	16.3	28.1	15.7	5.2	51.0	5.9	0.7	172.5
あまりゆとりはない	126	13.5	33.3	5.6	16.7	28.6	12.7	5.6	53.2	4.8	0.8	174.6
全くゆとりはない	27	7.4	25.9	3.7	14.8	25.9	29.6	3.7	40.7	11.1	-	163.0
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8												
時間的なゆとりを感じる(計)	235	14.9	35.3	5.5	14.5	14.9	4.7	7.2	46.8	8.5	1.3	153.6
時間的なゆとりを感じる	111	13.5	29.7	4.5	12.6	5.4	3.6	6.3	45.9	9.9	2.7	134.2
やや時間的なゆとりを感じる	124	16.1	40.3	6.5	16.1	23.4	5.6	8.1	47.6	7.3	-	171.0
どちらともいえない	113	9.7	37.2	3.5	19.5	34.5	8.8	3.5	45.1	10.6	-	172.6
時間的なゆとりを感じない(計)	213	16.0	30.5	3.8	13.6	42.7	9.4	5.2	47.4	3.8	1.4	173.7
あまり時間的なゆとりを感じない	172	17.4	30.8	4.1	14.0	41.9	9.9	5.8	47.1	3.5	1.7	176.2
全く時間的なゆとりを感じない	41	9.8	29.3	2.4	12.2	46.3	7.3	2.4	48.8	4.9	-	163.4
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9												
良い(計)	355	19.7	39.4	4.5	13.0	27.0	4.2	4.2	44.5	7.3	0.8	164.8
とても良い	66	37.9	34.8	3.0	10.6	16.7	4.5	4.5	36.4	9.1	1.5	159.1
まあ良い	289	15.6	40.5	4.8	13.5	29.4	4.2	4.2	46.4	6.9	0.7	166.1
どちらともいえない	121	5.0	28.1	3.3	19.8	33.9	13.2	9.1	47.1	5.0	0.8	165.3
良くない(計)	85	4.7	18.8	5.9	17.6	32.9	11.8	7.1	55.3	9.4	2.4	165.9
あまり良くない	73	5.5	20.5	5.5	19.2	34.2	12.3	8.2	53.4	11.0	1.4	171.2
良くない	12	-	8.3	8.3	8.3	25.0	8.3	-	66.7	-	8.3	133.3
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

集計表 23

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

① エネルギー(カロリー)を調整すること

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	61.1	12.5	48.7	38.5	31.7	6.8	0.4
[性別] F 4								
男性	799	54.2	10.6	43.6	45.4	36.0	9.4	0.4
女性	987	66.8	14.0	52.8	32.8	28.2	4.7	0.4
[若い世代(20～39歳)]								
総数	345	53.9	7.2	46.7	46.1	34.5	11.6	-
[若い世代(20～39歳)・性別]								
男性	149	46.3	6.0	40.3	53.7	35.6	18.1	-
女性	196	59.7	8.2	51.5	40.3	33.7	6.6	-
[性・年齢別] F 4 × F 5								
[男性]								
20～29歳	799	54.2	10.6	43.6	45.4	36.0	9.4	0.4
30～39歳	58	48.3	10.3	37.9	51.7	36.2	15.5	-
40～49歳	91	45.1	3.3	41.8	54.9	35.2	19.8	-
50～59歳	145	50.3	6.2	44.1	49.7	38.6	11.0	-
60～69歳	120	57.5	12.5	45.0	42.5	38.3	4.2	-
70歳以上	150	54.7	10.7	44.0	44.7	36.7	8.0	0.7
[女性]	235	59.6	15.3	44.3	39.6	33.2	6.4	0.9
20～29歳	987	66.8	14.0	52.8	32.8	28.2	4.7	0.4
30～39歳	79	44.3	6.3	38.0	55.7	49.4	6.3	-
40～49歳	117	70.1	9.4	60.7	29.9	23.1	6.8	-
50～59歳	176	63.6	8.0	55.7	35.8	31.3	4.5	0.6
60～69歳	177	70.1	15.8	54.2	29.4	27.1	2.3	0.6
70歳以上	190	73.2	16.8	56.3	26.8	22.1	4.7	-
248	67.3	19.4	48.0	31.9	27.0	4.8	0.8	
[食育への関心] Q 1								
関心がある(計)	1400	66.1	14.1	52.0	33.6	29.0	4.6	0.4
関心がある	715	70.3	17.8	52.6	29.2	25.3	3.9	0.4
どちらかといえば関心がある	685	61.6	10.2	51.4	38.1	32.8	5.3	0.3
関心がない(計)	376	43.4	6.4	37.0	56.1	41.2	14.9	0.5
どちらかといえば関心がない	253	44.7	5.5	39.1	54.9	41.9	13.0	0.4
関心がない	123	40.7	8.1	32.5	58.5	39.8	18.7	0.8
わからない	10	40.0	20.0	20.0	60.0	50.0	10.0	-
[食生活の実践] Q 3								
心掛けている(計)	1374	70.1	15.2	54.9	29.7	26.2	3.5	0.2
常に心掛けている	424	77.1	28.1	49.1	22.6	20.0	2.6	0.2
心掛けている	950	66.9	9.5	57.5	32.8	28.9	3.9	0.2
心掛けていない(計)	404	31.2	3.0	28.2	68.1	50.2	17.8	0.7
あまり心掛けていない	362	32.0	3.0	29.0	67.1	51.4	15.7	0.8
全く心掛けていない	42	23.8	2.4	21.4	76.2	40.5	35.7	-
わからない	8	37.5	25.0	12.5	50.0	37.5	12.5	12.5
[暮らし向き] F 7								
ゆとりがある(計)	837	67.3	15.8	51.5	32.5	27.6	4.9	0.2
ゆとりがある	253	66.8	19.4	47.4	33.2	27.3	5.9	-
ややゆとりがある	584	67.5	14.2	53.3	32.2	27.7	4.5	0.3
どちらともいえない	554	59.4	8.8	50.5	39.9	33.8	6.1	0.7
ゆとりはない(計)	393	50.6	10.7	39.9	49.1	37.4	11.7	0.3
あまりゆとりはない	339	51.3	10.3	41.0	48.4	36.9	11.5	0.3
全くゆとりはない	54	46.3	13.0	33.3	53.7	40.7	13.0	-
無回答	2	50.0	-	50.0	50.0	50.0	-	-
[時間的なゆとり] F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	62.6	14.4	48.2	36.8	31.6	5.2	0.6
時間的なゆとりを感じる	540	63.3	16.3	47.0	36.3	30.0	6.3	0.4
やや時間的なゆとりを感じる	441	61.7	12.0	49.7	37.4	33.6	3.9	0.9
どちらともいえない	287	60.6	7.3	53.3	39.4	32.4	7.0	-
時間的なゆとりを感じない(計)	518	58.7	11.8	46.9	41.1	31.5	9.7	0.2
あまり時間的なゆとりを感じない	424	59.9	11.6	48.3	39.9	31.1	8.7	0.2
全く時間的なゆとりを感じない	94	53.2	12.8	40.4	46.8	33.0	13.8	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
[健康状態] F 9								
良い(計)	1281	63.3	13.3	50.0	36.3	30.5	5.8	0.4
とても良い	254	65.0	18.9	46.1	34.6	29.1	5.5	0.4
まあ良い	1027	62.9	12.0	50.9	36.7	30.9	5.8	0.4
どちらともいえない	285	55.4	8.4	47.0	44.2	35.4	8.8	0.4
良くない(計)	219	55.7	12.8	42.9	43.8	33.8	10.0	0.5
あまり良くない	193	57.5	11.9	45.6	42.0	33.7	8.3	0.5
良くない	26	42.3	19.2	23.1	57.7	34.6	23.1	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 24

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

②塩分を取り過ぎないようにする(減塩をする)こと

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	70.7	20.7	50.0	29.1	23.9	5.3	0.2
〔性別〕 F 4								
男性	799	63.6	18.3	45.3	36.2	29.0	7.1	0.3
女性	987	76.4	22.6	53.8	23.4	19.7	3.7	0.2
〔若い世代 (20～39歳)〕								
総数	345	51.6	10.7	40.9	48.1	37.4	10.7	0.3
〔若い世代 (20～39歳)・性別〕								
男性	149	45.6	8.7	36.9	53.7	40.3	13.4	0.7
女性	196	56.1	12.2	43.9	43.9	35.2	8.7	-
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]								
20～29歳	799	63.6	18.3	45.3	36.2	29.0	7.1	0.3
30～39歳	58	46.6	13.8	32.8	53.4	41.4	12.1	-
40～49歳	91	45.1	5.5	39.6	53.8	39.6	14.3	1.1
50～59歳	145	46.9	9.0	37.9	53.1	40.0	13.1	-
60～69歳	120	61.7	20.0	41.7	38.3	33.3	5.0	-
70歳以上	150	74.7	20.0	54.7	25.3	22.0	3.3	-
[女性]								
20～29歳	235	79.1	28.1	51.1	20.4	17.4	3.0	0.4
30～39歳	987	76.4	22.6	53.8	23.4	19.7	3.7	0.2
40～49歳	79	46.8	6.3	40.5	53.2	43.0	10.1	-
50～59歳	117	62.4	16.2	46.2	37.6	29.9	7.7	-
60～69歳	176	65.3	15.3	50.0	34.7	30.1	4.5	-
70歳以上	177	78.5	16.4	62.1	21.5	18.6	2.8	-
	190	85.8	27.4	58.4	14.2	12.6	1.6	-
	248	91.5	36.7	54.8	7.7	6.0	1.6	0.8
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある (計)	1400	74.4	22.0	52.4	25.4	21.8	3.6	0.2
関心がある								
どちらかといえば関心がある	715	77.6	27.0	50.6	22.1	19.0	3.1	0.3
関心がない (計)	685	71.1	16.8	54.3	28.8	24.7	4.1	0.1
関心がない	376	56.6	15.7	41.0	43.1	31.4	11.7	0.3
どちらかといえば関心がない	253	58.1	16.2	41.9	41.5	30.8	10.7	0.4
関心がない	123	53.7	14.6	39.0	46.3	32.5	13.8	-
わからない	10	70.0	20.0	50.0	30.0	30.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている (計)	1374	78.5	24.4	54.1	21.3	19.0	2.3	0.2
常に心掛けている	424	86.3	39.4	46.9	13.4	12.5	0.9	0.2
心掛けている	950	74.9	17.7	57.3	24.8	21.9	2.9	0.2
心掛けていない (計)	404	44.3	7.4	36.9	55.4	40.1	15.3	0.2
あまり心掛けていない	362	46.4	7.7	38.7	53.3	41.2	12.2	0.3
全く心掛けていない	42	26.2	4.8	21.4	73.8	31.0	42.9	-
わからない	8	62.5	50.0	12.5	37.5	37.5	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある (計)	837	75.5	24.1	51.4	24.4	20.3	4.1	0.1
ゆとりがある	253	74.7	27.7	47.0	25.3	20.2	5.1	-
ややゆとりがある	584	75.9	22.6	53.3	24.0	20.4	3.6	0.2
どちらともいえない	554	67.7	16.6	51.1	31.9	27.6	4.3	0.4
ゆとりはない (計)	393	64.4	19.1	45.3	35.4	26.2	9.2	0.3
あまりゆとりはない	339	64.3	19.5	44.8	35.4	25.7	9.7	0.3
全くゆとりはない	54	64.8	16.7	48.1	35.2	29.6	5.6	-
無回答	2	100.0	-	100.0	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる (計)	981	76.8	24.2	52.6	22.9	19.3	3.7	0.3
時間的なゆとりを感じる	540	79.8	28.3	51.5	20.0	15.2	4.8	0.2
やや時間的なゆとりを感じる	441	73.0	19.0	54.0	26.5	24.3	2.3	0.5
どちらともいえない	287	65.5	15.0	50.5	34.5	29.3	5.2	-
時間的なゆとりを感じない (計)	518	62.0	17.2	44.8	37.8	29.5	8.3	0.2
あまり時間的なゆとりを感じない	424	63.0	17.7	45.3	36.8	29.2	7.5	0.2
全く時間的なゆとりを感じない	94	57.4	14.9	42.6	42.6	30.9	11.7	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い (計)	1281	71.0	21.7	49.3	28.9	24.3	4.6	0.2
とても良い	254	72.0	25.6	46.5	27.6	22.8	4.7	0.4
まあ良い	1027	70.7	20.7	50.0	29.2	24.6	4.6	0.1
どちらともいえない	285	66.0	13.7	52.3	33.7	28.1	5.6	0.4
良くない (計)	219	74.9	23.7	51.1	24.7	16.0	8.7	0.5
あまり良くない	193	76.2	22.8	53.4	23.3	15.5	7.8	0.5
良くない	26	65.4	30.8	34.6	34.6	19.2	15.4	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 25

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

③脂肪(あぶら)分の量と質を調整すること

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	69.8	16.4	53.4	30.0	24.9	5.1	0.3
〔性別〕 F 4								
男性	799	61.7	12.5	49.2	38.0	31.0	7.0	0.3
女性	987	76.3	19.6	56.7	23.4	19.9	3.5	0.3
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	55.9	10.7	45.2	44.1	34.8	9.3	-
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	45.0	5.4	39.6	55.0	40.9	14.1	-
女性	196	64.3	14.8	49.5	35.7	30.1	5.6	-
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	61.7	12.5	49.2	38.0	31.0	7.0	0.3
20～29歳	58	44.8	1.7	43.1	55.2	39.7	15.5	-
30～39歳	91	45.1	7.7	37.4	54.9	41.8	13.2	-
40～49歳	145	55.9	10.3	45.5	43.4	33.1	10.3	0.7
50～59歳	120	67.5	10.0	57.5	32.5	30.0	2.5	-
60～69歳	150	64.0	16.0	48.0	36.0	32.7	3.3	-
70歳以上	235	71.5	17.4	54.0	28.1	23.0	5.1	0.4
[女性]	987	76.3	19.6	56.7	23.4	19.9	3.5	0.3
20～29歳	79	57.0	15.2	41.8	43.0	39.2	3.8	-
30～39歳	117	69.2	14.5	54.7	30.8	23.9	6.8	-
40～49歳	176	73.3	13.6	59.7	26.7	19.9	6.8	-
50～59歳	177	80.8	17.5	63.3	19.2	18.1	1.1	-
60～69歳	190	82.6	25.3	57.4	17.4	14.7	2.6	-
70歳以上	248	79.8	24.6	55.2	19.0	16.9	2.0	1.2
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	74.4	18.4	56.0	25.4	21.9	3.4	0.3
関心がある	715	78.9	23.5	55.4	21.0	18.3	2.7	0.1
どちらかといえば関心がある	685	69.6	13.0	56.6	29.9	25.7	4.2	0.4
関心がない(計)	376	52.9	9.3	43.6	46.8	35.6	11.2	0.3
どちらかといえば関心がない	253	54.9	9.5	45.5	44.7	35.2	9.5	0.4
関心がない	123	48.8	8.9	39.8	51.2	36.6	14.6	-
わからない	10	60.0	10.0	50.0	40.0	30.0	10.0	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	78.2	19.4	58.9	21.5	19.4	2.1	0.2
常に心掛けている	424	85.6	33.3	52.4	14.4	13.0	1.4	-
心掛けている	950	74.9	13.2	61.8	24.7	22.3	2.4	0.3
心掛けていない(計)	404	40.8	5.9	34.9	58.7	43.3	15.3	0.5
あまり心掛けていない	362	43.4	5.8	37.6	56.1	44.2	11.9	0.6
全く心掛けていない	42	19.0	7.1	11.9	81.0	35.7	45.2	-
わからない	8	75.0	37.5	37.5	25.0	25.0	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	75.7	18.3	57.5	24.1	20.7	3.5	0.1
ゆとりがある	253	73.5	20.2	53.4	26.5	19.8	6.7	-
ややゆとりがある	584	76.7	17.5	59.2	23.1	21.1	2.1	0.2
どちらともいえない	554	67.3	14.8	52.5	32.1	27.6	4.5	0.5
ゆとりはない(計)	393	60.3	14.5	45.8	39.4	30.0	9.4	0.3
あまりゆとりはない	339	60.2	13.9	46.3	39.5	30.4	9.1	0.3
全くゆとりはない	54	61.1	18.5	42.6	38.9	27.8	11.1	-
無回答	2	100.0	50.0	50.0	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	73.1	19.4	53.7	26.5	22.9	3.6	0.4
時間的なゆとりを感じる	540	76.5	22.0	54.4	23.3	18.9	4.4	0.2
やや時間的なゆとりを感じる	441	68.9	16.1	52.8	30.4	27.9	2.5	0.7
どちらともいえない	287	65.9	9.4	56.4	33.8	29.3	4.5	0.3
時間的なゆとりを感じない(計)	518	65.6	14.7	51.0	34.4	26.1	8.3	-
あまり時間的なゆとりを感じない	424	67.7	13.4	54.2	32.3	25.0	7.3	-
全く時間的なゆとりを感じない	94	56.4	20.2	36.2	43.6	30.9	12.8	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	70.6	16.7	53.9	29.1	24.6	4.5	0.2
とても良い	254	74.4	22.8	51.6	25.2	19.7	5.5	0.4
まあ良い	1027	69.7	15.2	54.5	30.1	25.8	4.3	0.2
どちらともいえない	285	63.5	14.7	48.8	36.1	30.2	6.0	0.4
良くない(計)	219	72.6	16.9	55.7	26.9	19.6	7.3	0.5
あまり良くない	193	75.6	15.5	60.1	23.8	17.6	6.2	0.5
良くない	26	50.0	26.9	23.1	50.0	34.6	15.4	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 26

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

④ 甘いもの(糖分)を取り過ぎないようにすること

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	61.7	14.4	47.3	37.7	31.2	6.6	0.6
〔性別〕 F 4								
男性	799	57.1	13.5	43.6	42.3	34.4	7.9	0.6
女性	987	65.5	15.2	50.3	34.0	28.6	5.5	0.5
〔若い世代 (20～39歳)〕								
総数	345	55.1	11.6	43.5	44.9	34.5	10.4	-
〔若い世代 (20～39歳)・性別〕								
男性	149	49.0	12.1	36.9	51.0	36.2	14.8	-
女性	196	59.7	11.2	48.5	40.3	33.2	7.1	-
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	57.1	13.5	43.6	42.3	34.4	7.9	0.6
20～29歳	58	50.0	13.8	36.2	50.0	29.3	20.7	-
30～39歳	91	48.4	11.0	37.4	51.6	40.7	11.0	-
40～49歳	145	55.2	10.3	44.8	44.1	35.2	9.0	0.7
50～59歳	120	64.2	15.0	49.2	35.8	28.3	7.5	-
60～69歳	150	56.0	14.0	42.0	44.0	40.0	4.0	-
70歳以上	235	60.4	15.3	45.1	37.9	32.3	5.5	1.7
[女性]	987	65.5	15.2	50.3	34.0	28.6	5.5	0.5
20～29歳	79	49.4	8.9	40.5	50.6	43.0	7.6	-
30～39歳	117	66.7	12.8	53.8	33.3	26.5	6.8	-
40～49歳	176	67.0	11.9	55.1	33.0	26.7	6.3	-
50～59歳	177	60.5	13.0	47.5	39.0	32.8	6.2	0.6
60～69歳	190	68.4	16.3	52.1	31.6	26.8	4.7	-
70歳以上	248	70.2	21.4	48.8	28.2	24.6	3.6	1.6
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある (計)	1400	65.6	16.1	49.4	33.9	29.6	4.2	0.6
関心がある	715	69.2	19.2	50.1	30.1	26.0	4.1	0.7
どちらかといえば関心がある	685	61.8	13.0	48.8	37.8	33.4	4.4	0.4
関心がない (計)	376	47.1	8.5	38.6	52.7	37.2	15.4	0.3
どちらかといえば関心がない	253	50.6	8.3	42.3	49.0	36.8	12.3	0.4
関心がない	123	39.8	8.9	30.9	60.2	38.2	22.0	-
わからない	10	70.0	-	70.0	20.0	20.0	-	10.0
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている (計)	1374	68.8	17.0	51.8	30.7	26.8	3.9	0.5
常に心掛けている	424	75.5	26.4	49.1	24.1	21.5	2.6	0.5
心掛けている	950	65.8	12.7	53.1	33.7	29.2	4.5	0.5
心掛けていない (計)	404	37.4	5.7	31.7	61.9	46.3	15.6	0.7
あまり心掛けていない	362	39.0	5.5	33.4	60.2	47.5	12.7	0.8
全く心掛けていない	42	23.8	7.1	16.7	76.2	35.7	40.5	-
わからない	8	75.0	25.0	50.0	25.0	25.0	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある (計)	837	65.8	16.0	49.8	33.6	28.2	5.4	0.6
ゆとりがある	253	66.4	18.6	47.8	33.6	25.3	8.3	-
ややゆとりがある	584	65.6	14.9	50.7	33.6	29.5	4.1	0.9
どちらともいえない	554	59.2	12.5	46.8	40.3	33.9	6.3	0.5
ゆとりはない (計)	393	56.5	14.0	42.5	43.0	33.6	9.4	0.5
あまりゆとりはない	339	56.9	13.0	44.0	42.5	33.9	8.6	0.6
全くゆとりはない	54	53.7	20.4	33.3	46.3	31.5	14.8	-
無回答	2	50.0	-	50.0	50.0	50.0	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる (計)	981	64.6	16.7	47.9	34.6	29.7	4.9	0.8
時間的なゆとりを感じる	540	66.3	18.7	47.6	33.0	27.6	5.4	0.7
やや時間的なゆとりを感じる	441	62.6	14.3	48.3	36.5	32.2	4.3	0.9
どちらともいえない	287	57.5	11.1	46.3	41.8	35.5	6.3	0.7
時間的なゆとりを感じない (計)	518	58.5	12.0	46.5	41.5	31.7	9.8	-
あまり時間的なゆとりを感じない	424	59.2	11.3	47.9	40.8	32.1	8.7	-
全く時間的なゆとりを感じない	94	55.3	14.9	40.4	44.7	29.8	14.9	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い (計)	1281	63.8	15.1	48.7	35.8	29.7	6.0	0.5
とても良い	254	65.7	21.3	44.5	33.9	24.8	9.1	0.4
まあ良い	1027	63.3	13.5	49.8	36.2	31.0	5.3	0.5
どちらともいえない	285	52.3	8.8	43.5	47.0	40.7	6.3	0.7
良くない (計)	219	61.6	18.3	43.4	37.4	27.4	10.0	0.9
あまり良くない	193	63.2	17.1	46.1	35.8	26.9	8.8	1.0
良くない	26	50.0	26.9	23.1	50.0	30.8	19.2	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 27

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

⑤野菜をたくさん食べるようにすること

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	85.6	37.8	47.7	14.3	11.6	2.7	0.2
〔性別〕 F 4								
男性	799	80.5	28.9	51.6	19.4	15.3	4.1	0.1
女性	987	89.7	45.1	44.6	10.1	8.6	1.5	0.2
〔若い世代 (20～39歳)〕								
総数	345	80.0	36.8	43.2	20.0	14.5	5.5	-
〔若い世代 (20～39歳)・性別〕								
男性	149	73.2	28.2	45.0	26.8	18.1	8.7	-
女性	196	85.2	43.4	41.8	14.8	11.7	3.1	-
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	80.5	28.9	51.6	19.4	15.3	4.1	0.1
20～29歳	58	74.1	32.8	41.4	25.9	20.7	5.2	-
30～39歳	91	72.5	25.3	47.3	27.5	16.5	11.0	-
40～49歳	145	78.6	25.5	53.1	21.4	15.2	6.2	-
50～59歳	120	80.0	24.2	55.8	20.0	16.7	3.3	-
60～69歳	150	80.7	27.3	53.3	19.3	18.7	0.7	-
70歳以上	235	86.4	34.9	51.5	13.2	10.6	2.6	0.4
[女性]	987	89.7	45.1	44.6	10.1	8.6	1.5	0.2
20～29歳	79	79.7	31.6	48.1	20.3	16.5	3.8	-
30～39歳	117	88.9	51.3	37.6	11.1	8.5	2.6	-
40～49歳	176	89.8	43.2	46.6	10.2	8.5	1.7	-
50～59歳	177	92.1	41.8	50.3	7.9	6.8	1.1	-
60～69歳	190	88.9	48.9	40.0	11.1	11.1	-	-
70歳以上	248	91.9	47.2	44.8	7.3	5.6	1.6	0.8
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある (計)	1400	89.8	41.2	48.6	10.1	9.2	0.9	0.1
関心がある	715	92.4	46.7	45.7	7.4	6.9	0.6	0.1
どちらかといえば関心がある	685	87.0	35.5	51.5	12.8	11.7	1.2	0.1
関心がない (計)	376	70.2	25.5	44.7	29.5	20.2	9.3	0.3
どちらかといえば関心がない	253	73.1	26.5	46.6	26.5	19.0	7.5	0.4
関心がない	123	64.2	23.6	40.7	35.8	22.8	13.0	-
わからない	10	70.0	30.0	40.0	30.0	20.0	10.0	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている (計)	1374	92.6	44.4	48.3	7.3	6.7	0.6	0.1
常に心掛けている	424	96.0	54.2	41.7	4.0	3.8	0.2	-
心掛けている	950	91.2	40.0	51.2	8.7	8.0	0.7	0.1
心掛けていない (計)	404	61.4	15.1	46.3	38.1	28.2	9.9	0.5
あまり心掛けていない	362	64.4	14.9	49.4	35.1	27.9	7.2	0.6
全く心掛けていない	42	35.7	16.7	19.0	64.3	31.0	33.3	-
わからない	8	87.5	62.5	25.0	12.5	12.5	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある (計)	837	89.7	43.4	46.4	10.2	8.0	2.2	0.1
ゆとりがある	253	89.7	47.0	42.7	10.3	6.7	3.6	-
ややゆとりがある	584	89.7	41.8	47.9	10.1	8.6	1.5	0.2
どちらともいえない	554	84.5	34.7	49.8	15.2	13.5	1.6	0.4
ゆとりはない (計)	393	78.1	30.5	47.6	21.9	16.5	5.3	-
あまりゆとりはない	339	79.1	30.7	48.4	20.9	15.9	5.0	-
全くゆとりはない	54	72.2	29.6	42.6	27.8	20.4	7.4	-
無回答	2	100.0	50.0	50.0	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる (計)	981	86.7	39.2	47.5	12.9	10.8	2.1	0.3
時間的なゆとりを感じる	540	85.7	41.7	44.1	13.9	11.1	2.8	0.4
やや時間的なゆとりを感じる	441	88.0	36.3	51.7	11.8	10.4	1.4	0.2
どちらともいえない	287	84.7	35.5	49.1	15.3	13.6	1.7	-
時間的なゆとりを感じない (計)	518	83.8	36.5	47.3	16.2	12.0	4.2	-
あまり時間的なゆとりを感じない	424	84.2	35.8	48.3	15.8	12.3	3.5	-
全く時間的なゆとりを感じない	94	81.9	39.4	42.6	18.1	10.6	7.4	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い (計)	1281	87.5	39.0	48.6	12.3	10.5	1.9	0.2
とても良い	254	88.6	46.5	42.1	11.0	8.7	2.4	0.4
まあ良い	1027	87.2	37.1	50.1	12.7	10.9	1.8	0.1
どちらともいえない	285	80.0	31.9	48.1	20.0	15.1	4.9	-
良くない (計)	219	81.3	39.3	42.0	18.3	13.7	4.6	0.5
あまり良くない	193	82.9	39.4	43.5	16.6	13.0	3.6	0.5
良くない	26	69.2	38.5	30.8	30.8	19.2	11.5	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 28

Q11 [回答票18] 次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度気をつけていますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

⑥果物を食べること

	総数	気をつけている (計)	とても気をつけている	気をつけている	気をつけていない (計)	あまり気をつけていない	全く気をつけていない	わからない
【総数】	1786	61.8	18.1	43.6	38.0	30.6	7.4	0.3
[性別] F 4								
男性	799	55.4	13.6	41.8	44.4	34.5	9.9	0.1
女性	987	66.9	21.8	45.1	32.7	27.4	5.4	0.4
[若い世代 (20～39歳)]								
総数	345	47.0	11.6	35.4	53.0	36.8	16.2	-
[若い世代 (20～39歳)・性別]								
男性	149	35.6	5.4	30.2	64.4	38.3	26.2	-
女性	196	55.6	16.3	39.3	44.4	35.7	8.7	-
[性・年齢別] F 4 × F 5								
[男性]								
20～29歳	799	55.4	13.6	41.8	44.4	34.5	9.9	0.1
30～39歳	58	41.4	6.9	34.5	58.6	36.2	22.4	-
40～49歳	91	31.9	4.4	27.5	68.1	39.6	28.6	-
50～59歳	145	41.4	8.3	33.1	58.6	45.5	13.1	-
60～69歳	120	50.0	8.3	41.7	50.0	41.7	8.3	-
70歳以上	150	62.7	16.0	46.7	37.3	34.7	2.7	-
[女性]	235	74.9	23.4	51.5	24.7	21.7	3.0	0.4
20～29歳	987	66.9	21.8	45.1	32.7	27.4	5.4	0.4
30～39歳	79	46.8	10.1	36.7	53.2	41.8	11.4	-
40～49歳	117	61.5	20.5	41.0	38.5	31.6	6.8	-
50～59歳	176	54.0	13.1	40.9	45.5	37.5	8.0	0.6
60～69歳	177	63.3	16.9	46.3	35.6	29.4	6.2	1.1
70歳以上	190	73.7	25.3	48.4	26.3	22.6	3.7	-
248	82.3	33.1	49.2	17.3	15.7	1.6	0.4	
[食育への関心] Q 1								
関心がある (計)	1400	64.8	20.1	44.6	35.0	29.4	5.6	0.2
関心がある								
どちらかといえば関心がある	715	70.2	22.8	47.4	29.5	26.3	3.2	0.3
関心がない (計)	685	59.1	17.4	41.8	40.7	32.7	8.0	0.1
関心がない (計)	376	50.8	10.9	39.9	48.9	35.1	13.8	0.3
どちらかといえば関心がない	253	52.6	11.1	41.5	47.0	34.0	13.0	0.4
関心がない	123	47.2	10.6	36.6	52.8	37.4	15.4	-
わからない	10	50.0	10.0	40.0	40.0	20.0	20.0	10.0
[食生活の実践] Q 3								
心掛けている (計)	1374	68.8	21.7	47.1	31.0	26.8	4.2	0.2
常に心掛けている	424	79.0	31.6	47.4	21.0	18.6	2.4	-
心掛けている	950	64.2	17.3	46.9	35.5	30.4	5.1	0.3
心掛けていない (計)	404	37.4	5.9	31.4	62.1	43.8	18.3	0.5
あまり心掛けていない	362	39.0	5.2	33.7	60.5	44.8	15.7	0.6
全く心掛けていない	42	23.8	11.9	11.9	76.2	35.7	40.5	-
わからない	8	87.5	25.0	62.5	12.5	12.5	-	-
[暮らし向き] F 7								
ゆとりがある (計)	837	67.0	20.4	46.6	32.9	27.1	5.7	0.1
ゆとりがある	253	70.8	25.7	45.1	29.2	22.1	7.1	-
ややゆとりがある	584	65.4	18.2	47.3	34.4	29.3	5.1	0.2
どちらともいえない	554	58.7	15.7	43.0	40.6	32.7	7.9	0.7
ゆとりはない (計)	393	55.0	16.8	38.2	45.0	34.9	10.2	-
あまりゆとりはない	339	55.8	16.8	38.9	44.2	34.5	9.7	-
全くゆとりはない	54	50.0	16.7	33.3	50.0	37.0	13.0	-
無回答	2	50.0	-	50.0	50.0	50.0	-	-
[時間的なゆとり] F 8								
時間的なゆとりを感じる (計)	981	68.1	21.4	46.7	31.6	27.2	4.4	0.3
時間的なゆとりを感じる	540	70.9	23.9	47.0	28.9	23.9	5.0	0.2
やや時間的なゆとりを感じる	441	64.6	18.4	46.3	34.9	31.3	3.6	0.5
どちらともいえない	287	54.4	16.0	38.3	44.9	35.2	9.8	0.7
時間的なゆとりを感じない (計)	518	53.9	13.1	40.7	46.1	34.4	11.8	-
あまり時間的なゆとりを感じない	424	55.4	13.2	42.2	44.6	34.4	10.1	-
全く時間的なゆとりを感じない	94	46.8	12.8	34.0	53.2	34.0	19.1	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
[健康状態] F 9								
良い (計)	1281	63.8	18.3	45.4	36.0	29.7	6.2	0.2
とても良い	254	66.1	26.0	40.2	33.5	25.6	7.9	0.4
まあ良い	1027	63.2	16.5	46.7	36.6	30.8	5.8	0.2
どちらともいえない	285	51.9	14.7	37.2	47.7	35.4	12.3	0.4
良くない (計)	219	62.6	21.5	41.1	37.0	29.2	7.8	0.5
あまり良くない	193	63.7	22.3	41.5	35.8	28.5	7.3	0.5
良くない	26	53.8	15.4	38.5	46.2	34.6	11.5	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 29

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

①エネルギー(カロリー)を調整すること

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していな い	わから ない
【総数】	1786	52.9	13.0	39.9	46.0	37.9	8.1	1.1
〔性別〕 F 4								
男性	799	48.2	11.1	37.0	50.6	40.1	10.5	1.3
女性	987	56.6	14.5	42.1	42.4	36.2	6.2	1.0
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	49.0	7.5	41.4	50.4	37.4	13.0	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	42.3	6.7	35.6	57.0	41.6	15.4	0.7
女性	196	54.1	8.2	45.9	45.4	34.2	11.2	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
〔男性〕								
20～29歳	799	48.2	11.1	37.0	50.6	40.1	10.5	1.3
30～39歳	58	46.6	10.3	36.2	51.7	37.9	13.8	1.7
40～49歳	91	39.6	4.4	35.2	60.4	44.0	16.5	-
50～59歳	145	35.9	6.2	29.7	63.4	52.4	11.0	0.7
60～69歳	120	50.8	12.5	38.3	47.5	35.8	11.7	1.7
70歳以上	150	48.7	10.0	38.7	49.3	39.3	10.0	2.0
〔女性〕								
20～29歳	235	57.9	17.0	40.9	40.9	34.0	6.8	1.3
30～39歳	987	56.6	14.5	42.1	42.4	36.2	6.2	1.0
40～49歳	79	44.3	8.9	35.4	54.4	43.0	11.4	1.3
50～59歳	117	60.7	7.7	53.0	39.3	28.2	11.1	-
60～69歳	176	48.9	11.4	37.5	50.0	43.2	6.8	1.1
70歳以上	177	57.6	12.4	45.2	41.2	38.4	2.8	1.1
	190	59.5	19.5	40.0	40.0	35.8	4.2	0.5
	248	61.3	19.4	41.9	37.1	31.5	5.6	1.6
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	57.1	14.8	42.3	41.9	36.0	5.9	1.1
関心がある								
どちらかといえば関心がある	715	62.0	19.2	42.8	36.8	31.9	4.9	1.3
関心がない(計)	685	52.0	10.2	41.8	47.2	40.3	6.9	0.9
関心がない	376	37.2	6.1	31.1	61.4	44.9	16.5	1.3
どちらかといえば関心がない	253	37.9	7.1	30.8	60.5	46.6	13.8	1.6
関心がない	123	35.8	4.1	31.7	63.4	41.5	22.0	0.8
わからない	10	50.0	20.0	30.0	50.0	40.0	10.0	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	61.5	15.7	45.8	37.6	33.1	4.4	0.9
常に心掛けている	424	69.1	28.3	40.8	29.7	27.1	2.6	1.2
心掛けている	950	58.1	10.1	48.0	41.1	35.8	5.3	0.8
心掛けていない(計)	404	23.8	3.5	20.3	74.8	54.0	20.8	1.5
あまり心掛けていない	362	24.6	3.9	20.7	73.8	54.7	19.1	1.7
全く心掛けていない	42	16.7	-	16.7	83.3	47.6	35.7	-
わからない	8	37.5	25.0	12.5	50.0	50.0	-	12.5
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	60.0	15.3	44.7	39.3	32.9	6.5	0.7
ゆとりがある	253	59.7	19.0	40.7	39.9	30.4	9.5	0.4
ややゆとりがある	584	60.1	13.7	46.4	39.0	33.9	5.1	0.9
どちらともいえない	554	50.0	11.0	39.0	48.0	41.2	6.9	2.0
ゆとりはない(計)	393	41.7	10.9	30.8	57.8	44.3	13.5	0.5
あまりゆとりはない	339	41.6	10.6	31.0	57.8	44.8	13.0	0.6
全くゆとりはない	54	42.6	13.0	29.6	57.4	40.7	16.7	-
無回答	2	50.0	-	50.0	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	57.1	14.9	42.2	41.5	35.0	6.5	1.4
時間的なゆとりを感じる	540	58.1	18.0	40.2	40.2	32.8	7.4	1.7
やや時間的なゆとりを感じる	441	55.8	11.1	44.7	43.1	37.6	5.4	1.1
どちらともいえない	287	47.0	8.0	39.0	52.3	44.9	7.3	0.7
時間的なゆとりを感じない(計)	518	48.1	12.2	35.9	51.2	39.6	11.6	0.8
あまり時間的なゆとりを感じない	424	48.1	11.6	36.6	50.9	41.5	9.4	0.9
全く時間的なゆとりを感じない	94	47.9	14.9	33.0	52.1	30.9	21.3	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	56.1	14.1	42.1	42.8	35.2	7.6	1.1
とても良い	254	57.9	21.7	36.2	40.6	33.1	7.5	1.6
まあ良い	1027	55.7	12.2	43.5	43.3	35.7	7.6	1.0
どちらともいえない	285	41.4	8.1	33.3	57.9	48.4	9.5	0.7
良くない(計)	219	48.4	13.2	35.2	49.8	40.2	9.6	1.8
あまり良くない	193	48.7	11.9	36.8	49.2	40.9	8.3	2.1
良くない	26	46.2	23.1	23.1	53.8	34.6	19.2	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 30

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

②塩分を取り過ぎないようにする(減塩をする)こと

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していな い	わから ない
【総数】	1786	65.8	19.3	46.5	33.5	27.8	5.7	0.7
〔性別〕 F 4								
男性	799	58.4	16.1	42.3	40.8	32.8	8.0	0.8
女性	987	71.7	21.9	49.8	27.6	23.7	3.9	0.7
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	47.2	8.4	38.8	52.2	40.6	11.6	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	39.6	6.0	33.6	59.7	44.3	15.4	0.7
女性	196	53.1	10.2	42.9	46.4	37.8	8.7	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
〔男性〕								
20～29歳	799	58.4	16.1	42.3	40.8	32.8	8.0	0.8
30～39歳	58	39.7	8.6	31.0	58.6	48.3	10.3	1.7
40～49歳	91	39.6	4.4	35.2	60.4	41.8	18.7	-
50～59歳	145	42.1	8.3	33.8	57.9	46.2	11.7	-
60～69歳	120	54.2	13.3	40.8	44.2	36.7	7.5	1.7
70歳以上	150	68.7	17.3	51.3	30.0	24.7	5.3	1.3
〔女性〕								
20～29歳	987	71.7	21.9	49.8	27.6	23.7	3.9	0.7
30～39歳	79	44.3	3.8	40.5	54.4	43.0	11.4	1.3
40～49歳	117	59.0	14.5	44.4	41.0	34.2	6.8	-
50～59歳	176	62.5	13.1	49.4	36.9	31.8	5.1	0.6
60～69歳	177	72.3	16.4	55.9	27.1	24.9	2.3	0.6
70歳以上	190	79.5	27.9	51.6	20.5	18.9	1.6	-
248	86.7	36.7	50.0	11.7	9.7	2.0	1.6	
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	69.6	21.2	48.4	29.6	25.6	4.1	0.7
関心がある	715	73.7	26.9	46.9	25.5	21.7	3.8	0.8
どちらかといえば関心がある	685	65.4	15.3	50.1	34.0	29.6	4.4	0.6
関心がない(計)	376	51.3	12.2	39.1	47.9	35.9	12.0	0.8
どちらかといえば関心がない	253	51.4	13.4	37.9	47.4	36.8	10.7	1.2
関心がない	123	51.2	9.8	41.5	48.8	34.1	14.6	-
わからない	10	70.0	20.0	50.0	30.0	30.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	73.5	22.9	50.6	25.8	23.2	2.5	0.7
常に心掛けている	424	81.6	39.2	42.5	17.5	16.3	1.2	0.9
心掛けている	950	69.9	15.7	54.2	29.5	26.3	3.2	0.6
心掛けていない(計)	404	39.6	6.4	33.2	59.7	43.1	16.6	0.7
あまり心掛けていない	362	41.7	6.9	34.8	57.5	43.4	14.1	0.8
全く心掛けていない	42	21.4	2.4	19.0	78.6	40.5	38.1	-
わからない	8	62.5	50.0	12.5	37.5	37.5	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	71.1	22.6	48.5	28.3	23.9	4.4	0.6
ゆとりがある	253	72.3	28.9	43.5	27.3	21.3	5.9	0.4
ややゆとりがある	584	70.5	19.9	50.7	28.8	25.0	3.8	0.7
どちらともいえない	554	61.6	15.9	45.7	37.2	33.0	4.2	1.3
ゆとりはない(計)	393	60.6	17.0	43.5	39.4	28.8	10.7	-
あまりゆとりはない	339	61.1	17.1	44.0	38.9	27.4	11.5	-
全くゆとりはない	54	57.4	16.7	40.7	42.6	37.0	5.6	-
無回答	2	50.0	50.0	-	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	72.6	23.1	49.4	26.4	21.9	4.5	1.0
時間的なゆとりを感じる	540	76.1	29.1	47.0	22.6	17.6	5.0	1.3
やや時間的なゆとりを感じる	441	68.3	15.9	52.4	31.1	27.2	3.9	0.7
どちらともいえない	287	56.1	13.9	42.2	43.6	38.7	4.9	0.3
時間的なゆとりを感じない(計)	518	58.3	15.1	43.2	41.3	32.8	8.5	0.4
あまり時間的なゆとりを感じない	424	59.0	14.4	44.6	40.6	32.5	8.0	0.5
全く時間的なゆとりを感じない	94	55.3	18.1	37.2	44.7	34.0	10.6	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	67.0	20.1	46.8	32.5	27.2	5.2	0.5
とても良い	254	67.3	26.0	41.3	31.5	25.6	5.9	1.2
まあ良い	1027	66.9	18.7	48.2	32.7	27.7	5.1	0.4
どちらともいえない	285	57.5	13.3	44.2	41.8	35.1	6.7	0.7
良くない(計)	219	69.4	22.4	47.0	28.8	21.5	7.3	1.8
あまり良くない	193	70.5	21.2	49.2	27.5	21.2	6.2	2.1
良くない	26	61.5	30.8	30.8	38.5	23.1	15.4	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 31

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

③脂肪(あぶら)分の量と質を調整すること

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していな い	わから ない
【総数】	1786	65.0	15.8	49.2	34.2	28.4	5.8	0.8
〔性別〕 F 4								
男性	799	57.2	12.4	44.8	41.9	34.7	7.3	0.9
女性	987	71.3	18.5	52.8	27.9	23.3	4.6	0.8
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	51.3	9.0	42.3	48.1	35.9	12.2	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	40.9	6.0	34.9	58.4	43.6	14.8	0.7
女性	196	59.2	11.2	48.0	40.3	30.1	10.2	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
〔男性〕								
20～29歳	799	57.2	12.4	44.8	41.9	34.7	7.3	0.9
30～39歳	58	36.2	6.9	29.3	62.1	48.3	13.8	1.7
40～49歳	91	44.0	5.5	38.5	56.0	40.7	15.4	-
50～59歳	145	46.2	6.9	39.3	53.8	44.1	9.7	-
60～69歳	120	56.7	9.2	47.5	41.7	35.8	5.8	1.7
70歳以上	150	62.7	14.0	48.7	36.0	32.7	3.3	1.3
〔女性〕	235	71.1	20.4	50.6	28.1	23.8	4.3	0.9
20～29歳	987	71.3	18.5	52.8	27.9	23.3	4.6	0.8
30～39歳	79	48.1	8.9	39.2	50.6	36.7	13.9	1.3
40～49歳	117	66.7	12.8	53.8	33.3	25.6	7.7	-
50～59歳	176	66.5	11.9	54.5	32.4	26.7	5.7	1.1
60～69歳	177	73.4	15.3	58.2	26.0	23.7	2.3	0.6
70歳以上	190	77.4	25.3	52.1	22.6	21.6	1.1	-
248	78.2	26.2	52.0	20.2	16.5	3.6	1.6	
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	69.3	17.6	51.7	29.9	25.6	4.3	0.9
関心がある	715	74.8	23.1	51.7	24.1	21.1	2.9	1.1
どちらかといえば関心がある	685	63.5	11.8	51.7	35.9	30.2	5.7	0.6
関心がない(計)	376	49.5	9.0	40.4	49.7	38.6	11.2	0.8
どちらかといえば関心がない	253	50.6	9.9	40.7	48.2	38.3	9.9	1.2
関心がない	123	47.2	7.3	39.8	52.8	39.0	13.8	-
わからない	10	50.0	20.0	30.0	50.0	40.0	10.0	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	72.9	18.5	54.4	26.2	23.7	2.5	0.9
常に心掛けている	424	82.8	34.0	48.8	15.8	14.9	0.9	1.4
心掛けている	950	68.5	11.6	56.9	30.8	27.7	3.2	0.6
心掛けていない(計)	404	37.9	6.2	31.7	61.4	44.3	17.1	0.7
あまり心掛けていない	362	40.3	6.4	34.0	58.8	44.8	14.1	0.8
全く心掛けていない	42	16.7	4.8	11.9	83.3	40.5	42.9	-
わからない	8	75.0	37.5	37.5	25.0	25.0	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	71.3	18.6	52.7	28.1	23.4	4.7	0.6
ゆとりがある	253	69.2	24.5	44.7	30.4	23.3	7.1	0.4
ややゆとりがある	584	72.3	16.1	56.2	27.1	23.5	3.6	0.7
どちらともいえない	554	60.8	13.7	47.1	37.5	32.7	4.9	1.6
ゆとりはない(計)	393	57.5	12.5	45.0	42.5	33.1	9.4	-
あまりゆとりはない	339	56.6	11.8	44.8	43.4	33.6	9.7	-
全くゆとりはない	54	63.0	16.7	46.3	37.0	29.6	7.4	-
無回答	2	50.0	50.0	-	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	69.5	19.5	50.1	29.4	24.9	4.5	1.1
時間的なゆとりを感じる	540	73.3	23.5	49.8	25.2	20.6	4.6	1.5
やや時間的なゆとりを感じる	441	64.9	14.5	50.3	34.5	30.2	4.3	0.7
どちらともいえない	287	57.1	9.8	47.4	42.5	38.0	4.5	0.3
時間的なゆとりを感じない(計)	518	60.8	12.2	48.6	38.6	29.7	8.9	0.6
あまり時間的なゆとりを感じない	424	61.1	11.3	49.8	38.2	30.7	7.5	0.7
全く時間的なゆとりを感じない	94	59.6	16.0	43.6	40.4	25.5	14.9	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	67.4	16.5	50.9	31.9	26.6	5.3	0.7
とても良い	254	70.9	25.2	45.7	27.6	20.9	6.7	1.6
まあ良い	1027	66.5	14.3	52.2	33.0	28.0	5.0	0.5
どちらともいえない	285	54.0	11.6	42.5	45.3	38.6	6.7	0.7
良くない(計)	219	65.3	17.4	47.9	32.9	25.6	7.3	1.8
あまり良くない	193	66.3	15.5	50.8	31.6	25.4	6.2	2.1
良くない	26	57.7	30.8	26.9	42.3	26.9	15.4	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 32

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

④甘いもの(糖分)を取り過ぎないようにすること

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していない	わから ない
【総数】	1786	57.2	15.1	42.1	41.8	34.5	7.2	1.0
〔性別〕 F 4								
男性	799	55.1	14.3	40.8	43.9	34.8	9.1	1.0
女性	987	59.0	15.8	43.2	40.0	34.3	5.7	1.0
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	48.1	11.9	36.2	51.3	39.1	12.2	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	40.9	12.1	28.9	58.4	42.3	16.1	0.7
女性	196	53.6	11.7	41.8	45.9	36.7	9.2	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	55.1	14.3	40.8	43.9	34.8	9.1	1.0
20～29歳	58	37.9	12.1	25.9	60.3	41.4	19.0	1.7
30～39歳	91	42.9	12.1	30.8	57.1	42.9	14.3	-
40～49歳	145	49.0	10.3	38.6	51.0	40.7	10.3	-
50～59歳	120	56.7	14.2	42.5	41.7	28.3	13.3	1.7
60～69歳	150	58.0	14.0	44.0	40.7	35.3	5.3	1.3
70歳以上	235	65.1	18.3	46.8	33.6	29.4	4.3	1.3
[女性]	987	59.0	15.8	43.2	40.0	34.3	5.7	1.0
20～29歳	79	46.8	8.9	38.0	51.9	41.8	10.1	1.3
30～39歳	117	58.1	13.7	44.4	41.9	33.3	8.5	-
40～49歳	176	56.3	11.4	44.9	43.2	38.1	5.1	0.6
50～59歳	177	54.2	11.9	42.4	44.1	39.0	5.1	1.7
60～69歳	190	62.6	20.5	42.1	36.8	32.1	4.7	0.5
70歳以上	248	65.7	21.4	44.4	32.7	28.2	4.4	1.6
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	60.4	17.2	43.1	38.6	33.1	5.4	1.1
関心がある	715	65.0	21.7	43.4	33.7	29.4	4.3	1.3
どちらかといえば関心がある	685	55.5	12.6	42.9	43.6	37.1	6.6	0.9
関心がない(計)	376	45.2	7.2	38.0	54.0	40.2	13.8	0.8
どちらかといえば関心がない	253	47.0	7.1	39.9	51.8	40.3	11.5	1.2
関心がない	123	41.5	7.3	34.1	58.5	39.8	18.7	-
わからない	10	70.0	20.0	50.0	30.0	20.0	10.0	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	63.7	17.6	46.1	35.3	31.0	4.3	1.0
常に心掛けている	424	73.1	30.0	43.2	25.5	22.9	2.6	1.4
心掛けている	950	59.5	12.1	47.4	39.7	34.6	5.1	0.8
心掛けていない(計)	404	34.9	6.2	28.7	64.1	46.8	17.3	1.0
あまり心掛けていない	362	36.5	6.4	30.1	62.4	47.8	14.6	1.1
全く心掛けていない	42	21.4	4.8	16.7	78.6	38.1	40.5	-
わからない	8	75.0	37.5	37.5	25.0	25.0	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	62.0	17.4	44.6	37.2	31.3	5.9	0.8
ゆとりがある	253	64.8	20.6	44.3	34.8	26.5	8.3	0.4
ややゆとりがある	584	60.8	16.1	44.7	38.2	33.4	4.8	1.0
どちらともいえない	554	54.2	13.7	40.4	44.2	37.4	6.9	1.6
ゆとりはない(計)	393	51.4	12.2	39.2	48.3	37.7	10.7	0.3
あまりゆとりはない	339	52.2	11.5	40.7	47.5	36.9	10.6	0.3
全くゆとりはない	54	46.3	16.7	29.6	53.7	42.6	11.1	-
無回答	2	50.0	-	50.0	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	62.2	17.8	44.3	36.7	31.3	5.4	1.1
時間的なゆとりを感じる	540	64.1	20.2	43.9	34.4	29.1	5.4	1.5
やや時間的なゆとりを感じる	441	59.9	15.0	44.9	39.5	34.0	5.4	0.7
どちらともいえない	287	50.9	10.8	40.1	47.4	40.4	7.0	1.7
時間的なゆとりを感じない(計)	518	51.4	12.4	39.0	48.3	37.5	10.8	0.4
あまり時間的なゆとりを感じない	424	50.9	10.8	40.1	48.6	39.2	9.4	0.5
全く時間的なゆとりを感じない	94	53.2	19.1	34.0	46.8	29.8	17.0	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	59.4	16.2	43.2	39.9	33.6	6.3	0.7
とても良い	254	60.6	22.4	38.2	38.2	29.9	8.3	1.2
まあ良い	1027	59.1	14.6	44.5	40.3	34.5	5.8	0.6
どちらともいえない	285	48.1	9.1	38.9	50.2	40.0	10.2	1.8
良くない(計)	219	56.2	16.9	39.3	42.0	33.3	8.7	1.8
あまり良くない	193	57.0	16.1	40.9	40.9	33.2	7.8	2.1
良くない	26	50.0	23.1	26.9	50.0	34.6	15.4	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 33

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

⑤野菜をたくさん食べるようにすること

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していな い	わから ない
【総数】	1786	80.9	33.1	47.8	18.4	15.8	2.5	0.8
〔性別〕 F 4								
男性	799	75.8	24.8	51.1	23.3	19.1	4.1	0.9
女性	987	84.9	39.8	45.1	14.4	13.2	1.2	0.7
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	75.7	29.9	45.8	23.8	19.1	4.6	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	68.5	20.8	47.7	30.9	23.5	7.4	0.7
女性	196	81.1	36.7	44.4	18.4	15.8	2.6	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
〔男性〕								
20～29歳	58	63.8	22.4	41.4	34.5	31.0	3.4	1.7
30～39歳	91	71.4	19.8	51.6	28.6	18.7	9.9	-
40～49歳	145	71.7	16.6	55.2	28.3	22.1	6.2	-
50～59歳	120	74.2	24.2	50.0	24.2	20.8	3.3	1.7
60～69歳	150	78.0	23.3	54.7	20.7	18.7	2.0	1.3
70歳以上	235	82.6	33.6	48.9	16.6	14.0	2.6	0.9
〔女性〕								
20～29歳	79	72.2	25.3	46.8	26.6	24.1	2.5	1.3
30～39歳	117	87.2	44.4	42.7	12.8	10.3	2.6	-
40～49歳	176	84.7	33.0	51.7	14.8	13.6	1.1	0.6
50～59歳	177	85.3	36.2	49.2	13.6	13.0	0.6	1.1
60～69歳	190	83.2	46.8	36.3	16.8	16.3	0.5	-
70歳以上	248	89.1	44.4	44.8	9.7	8.5	1.2	1.2
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	84.9	36.6	48.3	14.3	13.1	1.2	0.8
関心がある	715	87.6	41.3	46.3	11.6	10.8	0.8	0.8
どちらかといえば関心がある	685	82.2	31.8	50.4	17.1	15.5	1.6	0.7
関心がない(計)	376	65.7	20.2	45.5	33.5	26.1	7.4	0.8
どちらかといえば関心がない	253	68.4	21.3	47.0	30.4	24.9	5.5	1.2
関心がない	123	60.2	17.9	42.3	39.8	28.5	11.4	-
わからない	10	80.0	20.0	60.0	20.0	20.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	87.8	38.4	49.4	11.4	10.8	0.6	0.7
常に心掛けている	424	91.7	52.8	38.9	7.1	6.4	0.7	1.2
心掛けている	950	86.1	32.0	54.1	13.4	12.8	0.5	0.5
心掛けていない(計)	404	56.9	14.6	42.3	42.1	32.9	9.2	1.0
あまり心掛けていない	362	59.1	14.6	44.5	39.8	32.9	6.9	1.1
全く心掛けていない	42	38.1	14.3	23.8	61.9	33.3	28.6	-
わからない	8	87.5	50.0	37.5	12.5	12.5	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	85.4	38.0	47.4	14.0	12.2	1.8	0.6
ゆとりがある	253	84.6	43.5	41.1	15.0	12.6	2.4	0.4
ややゆとりがある	584	85.8	35.6	50.2	13.5	12.0	1.5	0.7
どちらともいえない	554	79.8	30.7	49.1	18.8	17.3	1.4	1.4
ゆとりはない(計)	393	72.8	26.0	46.8	27.2	21.6	5.6	-
あまりゆとりはない	339	73.5	26.3	47.2	26.5	21.2	5.3	-
全くゆとりはない	54	68.5	24.1	44.4	31.5	24.1	7.4	-
無回答	2	50.0	50.0	-	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	82.7	35.5	47.2	16.3	14.2	2.1	1.0
時間的なゆとりを感じる	540	83.3	38.7	44.6	15.4	12.8	2.6	1.3
やや時間的なゆとりを感じる	441	81.9	31.5	50.3	17.5	15.9	1.6	0.7
どちらともいえない	287	78.4	26.8	51.6	20.9	19.5	1.4	0.7
時間的なゆとりを感じない(計)	518	78.8	32.0	46.7	20.8	17.0	3.9	0.4
あまり時間的なゆとりを感じない	424	78.3	30.9	47.4	21.2	17.9	3.3	0.5
全く時間的なゆとりを感じない	94	80.9	37.2	43.6	19.1	12.8	6.4	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	82.7	34.7	48.0	16.6	14.6	2.0	0.6
とても良い	254	82.7	41.3	41.3	16.1	14.2	2.0	1.2
まあ良い	1027	82.8	33.1	49.7	16.7	14.7	2.0	0.5
どちらともいえない	285	73.3	26.0	47.4	26.0	22.5	3.5	0.7
良くない(計)	219	79.5	32.9	46.6	18.7	14.6	4.1	1.8
あまり良くない	193	81.3	33.2	48.2	16.6	13.5	3.1	2.1
良くない	26	65.4	30.8	34.6	34.6	23.1	11.5	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 34

Q12[回答票19]次の(1)～(6)に関する生活習慣病の予防や改善について、あなたは、どの程度実践していますか。

あてはまるものをそれぞれ1つずつ選んでください。

⑥果物を食べること

	総数	実践して いる (計)	いつも実 践してい る	実践して いる	実践して いない (計)	あまり実 践してい ない	全く実践 していな い	わから ない
【総数】	1786	59.9	18.3	41.6	39.2	31.9	7.3	1.0
〔性別〕 F 4								
男性	799	51.8	14.6	37.2	47.2	37.2	10.0	1.0
女性	987	66.4	21.2	45.2	32.7	27.6	5.2	0.9
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	43.5	10.1	33.3	55.9	40.0	15.9	0.6
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	28.2	5.4	22.8	71.1	45.6	25.5	0.7
女性	196	55.1	13.8	41.3	44.4	35.7	8.7	0.5
〔性・年齢別〕 F 4 × F 5								
[男性]	799	51.8	14.6	37.2	47.2	37.2	10.0	1.0
20～29歳	58	32.8	10.3	22.4	65.5	39.7	25.9	1.7
30～39歳	91	25.3	2.2	23.1	74.7	49.5	25.3	-
40～49歳	145	39.3	5.5	33.8	60.0	45.5	14.5	0.7
50～59歳	120	45.8	8.3	37.5	52.5	44.2	8.3	1.7
60～69歳	150	62.0	20.0	42.0	36.7	33.3	3.3	1.3
70歳以上	235	71.1	26.0	45.1	28.1	25.5	2.6	0.9
[女性]	987	66.4	21.2	45.2	32.7	27.6	5.2	0.9
20～29歳	79	46.8	6.3	40.5	51.9	41.8	10.1	1.3
30～39歳	117	60.7	18.8	41.9	39.3	31.6	7.7	-
40～49歳	176	51.7	14.2	37.5	47.2	37.5	9.7	1.1
50～59歳	177	61.0	16.4	44.6	37.9	33.3	4.5	1.1
60～69歳	190	76.8	25.3	51.6	22.6	20.0	2.6	0.5
70歳以上	248	81.5	32.3	49.2	17.3	15.7	1.6	1.2
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	63.1	20.4	42.7	35.9	29.7	6.1	1.0
関心がある	715	68.8	24.3	44.5	30.1	26.4	3.6	1.1
どちらかといえば関心がある	685	57.2	16.4	40.9	41.9	33.1	8.8	0.9
関心がない(計)	376	47.9	10.4	37.5	51.3	39.4	12.0	0.8
どちらかといえば関心がない	253	48.6	11.1	37.5	50.2	39.9	10.3	1.2
関心がない	123	46.3	8.9	37.4	53.7	38.2	15.4	-
わからない	10	50.0	10.0	40.0	50.0	50.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	66.4	21.5	44.9	32.6	27.9	4.7	0.9
常に心掛けている	424	77.6	34.2	43.4	21.2	18.2	3.1	1.2
心掛けている	950	61.5	15.9	45.6	37.7	32.3	5.4	0.8
心掛けていない(計)	404	36.9	6.9	30.0	62.1	45.5	16.6	1.0
あまり心掛けていない	362	38.4	6.4	32.0	60.5	46.7	13.8	1.1
全く心掛けていない	42	23.8	11.9	11.9	76.2	35.7	40.5	-
わからない	8	87.5	25.0	62.5	12.5	12.5	-	-
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	64.8	21.4	43.4	34.4	28.4	6.0	0.8
ゆとりがある	253	68.8	27.3	41.5	30.8	24.5	6.3	0.4
ややゆとりがある	584	63.0	18.8	44.2	36.0	30.1	5.8	1.0
どちらともいえない	554	57.4	14.6	42.8	41.0	33.9	7.0	1.6
ゆとりはない(計)	393	52.9	16.8	36.1	47.1	36.4	10.7	-
あまりゆとりはない	339	54.0	17.1	36.9	46.0	35.1	10.9	-
全くゆとりはない	54	46.3	14.8	31.5	53.7	44.4	9.3	-
無回答	2	50.0	-	50.0	-	-	-	50.0
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	66.4	21.6	44.8	32.5	28.2	4.3	1.1
時間的なゆとりを感じる	540	70.4	25.4	45.0	28.3	24.3	4.1	1.3
やや時間的なゆとりを感じる	441	61.5	17.0	44.4	37.6	33.1	4.5	0.9
どちらともいえない	287	50.2	15.3	34.8	48.4	39.0	9.4	1.4
時間的なゆとりを感じない(計)	518	52.9	13.5	39.4	46.7	34.7	12.0	0.4
あまり時間的なゆとりを感じない	424	53.8	13.2	40.6	45.8	35.6	10.1	0.5
全く時間的なゆとりを感じない	94	48.9	14.9	34.0	51.1	30.9	20.2	-
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	62.3	18.7	43.6	36.8	30.0	6.9	0.9
とても良い	254	63.8	26.0	37.8	35.0	27.6	7.5	1.2
まあ良い	1027	61.9	16.8	45.1	37.3	30.6	6.7	0.8
どちらともいえない	285	49.8	14.0	35.8	49.5	40.4	9.1	0.7
良くない(計)	219	58.4	21.5	37.0	39.7	32.0	7.8	1.8
あまり良くない	193	59.1	21.8	37.3	38.9	31.6	7.3	2.1
良くない	26	53.8	19.2	34.6	46.2	34.6	11.5	-
無回答	1	100.0	-	100.0	-	-	-	-

集計表 35

Q13〔回答票20〕あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。この中から1つ選んでください。

	総数	よく噛んで食べている (計)	ゆっくりよく噛んで食べている	どちらかといえば噛んでいる	よく噛んで食べていない (計)	どちらかといえば噛んでいない	ゆっくりよく噛んで食べていない	わからない
【総数】	1786	50.2	19.7	30.5	48.9	37.2	11.8	0.9
〔性別〕 F 4								
男性	799	46.3	18.5	27.8	52.6	38.2	14.4	1.1
女性	987	53.3	20.7	32.6	46.0	36.4	9.6	0.7
〔若い世代(20～39歳)〕								
総数	345	42.9	12.5	30.4	56.8	40.6	16.2	0.3
〔若い世代(20～39歳)・性別〕								
男性	149	39.6	12.8	26.8	60.4	40.9	19.5	-
女性	196	45.4	12.2	33.2	54.1	40.3	13.8	0.5
〔性・年齢別〕 F 4×F 5								
[男性]								
20～29歳	799	46.3	18.5	27.8	52.6	38.2	14.4	1.1
30～39歳	58	50.0	17.2	32.8	50.0	36.2	13.8	-
40～49歳	91	33.0	9.9	23.1	67.0	44.0	23.1	-
50～59歳	145	30.3	9.7	20.7	66.9	46.9	20.0	2.8
60～69歳	120	43.3	15.0	28.3	56.7	41.7	15.0	-
70歳以上	150	48.7	17.3	31.3	49.3	39.3	10.0	2.0
[女性]								
20～29歳	235	60.4	30.2	30.2	38.7	28.5	10.2	0.9
30～39歳	987	53.3	20.7	32.6	46.0	36.4	9.6	0.7
40～49歳	79	55.7	15.2	40.5	43.0	35.4	7.6	1.3
50～59歳	117	38.5	10.3	28.2	61.5	43.6	17.9	-
60～69歳	176	42.0	10.2	31.8	57.4	46.0	11.4	0.6
70歳以上	177	48.0	11.9	36.2	51.4	42.4	9.0	0.6
	190	52.1	21.6	30.5	47.4	35.8	11.6	0.5
	248	72.2	40.3	31.9	26.6	22.6	4.0	1.2
〔食育への関心〕 Q 1								
関心がある(計)	1400	52.4	20.7	31.6	46.9	36.9	10.0	0.8
関心がある	715	56.5	26.4	30.1	42.9	34.0	9.0	0.6
どちらかといえば関心がある	685	48.0	14.7	33.3	50.9	39.9	11.1	1.0
関心がない(計)	376	41.0	15.4	25.5	57.7	39.1	18.6	1.3
どちらかといえば関心がない	253	41.5	15.4	26.1	56.9	41.5	15.4	1.6
関心がない	123	39.8	15.4	24.4	59.3	34.1	25.2	0.8
わからない	10	90.0	40.0	50.0	10.0	10.0	-	-
〔食生活の実践〕 Q 3								
心掛けている(計)	1374	54.1	22.4	31.7	45.2	36.4	8.8	0.7
常に心掛けている	424	62.5	33.5	29.0	36.6	29.0	7.5	0.9
心掛けている	950	50.4	17.5	32.9	49.1	39.7	9.4	0.5
心掛けていない(計)	404	36.6	10.9	25.7	61.9	40.1	21.8	1.5
あまり心掛けていない	362	37.0	10.8	26.2	61.6	41.4	20.2	1.4
全く心掛けていない	42	33.3	11.9	21.4	64.3	28.6	35.7	2.4
わからない	8	50.0	-	50.0	37.5	25.0	12.5	12.5
〔暮らし向き〕 F 7								
ゆとりがある(計)	837	53.4	22.9	30.5	45.9	35.5	10.4	0.7
ゆとりがある	253	63.6	32.4	31.2	35.6	29.6	5.9	0.8
ややゆとりがある	584	49.0	18.8	30.1	50.3	38.0	12.3	0.7
どちらともいえない	554	46.4	15.5	30.9	52.7	41.7	11.0	0.9
ゆとりはない(計)	393	48.3	18.8	29.5	50.4	34.6	15.8	1.3
あまりゆとりはない	339	48.7	18.6	30.1	49.9	34.5	15.3	1.5
全くゆとりはない	54	46.3	20.4	25.9	53.7	35.2	18.5	-
無回答	2	100.0	-	100.0	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8								
時間的なゆとりを感じる(計)	981	59.7	25.4	34.4	39.3	30.4	9.0	0.9
時間的なゆとりを感じる	540	63.1	31.3	31.9	35.7	26.7	9.1	1.1
やや時間的なゆとりを感じる	441	55.6	18.1	37.4	43.8	34.9	8.8	0.7
どちらともいえない	287	40.1	12.9	27.2	59.6	44.9	14.6	0.3
時間的なゆとりを感じない(計)	518	37.6	12.7	24.9	61.2	45.8	15.4	1.2
あまり時間的なゆとりを感じない	424	40.1	13.4	26.7	58.7	45.8	13.0	1.2
全く時間的なゆとりを感じない	94	26.6	9.6	17.0	72.3	45.7	26.6	1.1
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9								
良い(計)	1281	51.2	20.1	31.1	47.9	37.1	10.8	0.9
とても良い	254	60.6	27.2	33.5	38.2	29.5	8.7	1.2
まあ良い	1027	48.9	18.4	30.5	50.2	38.9	11.3	0.9
どちらともいえない	285	44.6	14.7	29.8	54.4	41.8	12.6	1.1
良くない(計)	219	51.6	23.7	27.9	47.9	31.5	16.4	0.5
あまり良くない	193	49.7	22.8	26.9	49.7	33.7	16.1	0.5
良くない	26	65.4	30.8	34.6	34.6	15.4	19.2	-
無回答	1	-	-	-	100.0	100.0	-	-

集計表 36

【Q13で「(ウ)どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」「(エ)ゆっくりよく噛んで食べていない」を選んだ方に】

SQ[回答票21] あなたがゆっくりよく噛んで食べるには、どのようなことが必要だと思いますか。

この中からあてはまるものをいくつでも選んでください。(M.A.)

	該当数	食事時間が十分確保されている	早食いの習慣を直すこと	誰かと一緒に食事をする	噛んで食べるメリットを知っている	歯や口が健康であること	何でも噛める状態であること	その他	わからない	回答計
【総数】	874	38.0	62.0	12.8	23.9	20.0	12.8	1.5	1.4	172.4
〔性別〕 F 4										
男性	420	29.5	65.5	12.4	22.4	17.9	10.7	2.6	2.4	163.3
女性	454	45.8	58.8	13.2	25.3	22.0	14.8	0.4	0.4	180.8
〔若い世代 (20～39歳)〕										
総数	196	49.0	57.7	15.8	27.0	16.3	10.7	1.0	0.5	178.1
〔若い世代 (20～39歳)・性別〕										
男性	90	35.6	64.4	15.6	27.8	14.4	8.9	2.2	1.1	170.0
女性	106	60.4	51.9	16.0	26.4	17.9	12.3	-	-	184.9
〔性・年齢別〕 F 4×F 5										
[男性]	420	29.5	65.5	12.4	22.4	17.9	10.7	2.6	2.4	163.3
20～29歳	29	31.0	51.7	24.1	20.7	20.7	13.8	6.9	-	169.0
30～39歳	61	37.7	70.5	11.5	31.1	11.5	6.6	-	1.6	170.5
40～49歳	97	42.3	63.9	14.4	25.8	21.6	6.2	2.1	1.0	177.3
50～59歳	68	42.6	64.7	5.9	17.6	13.2	7.4	1.5	1.5	154.4
60～69歳	74	16.2	66.2	14.9	24.3	18.9	9.5	2.7	5.4	158.1
70歳以上	91	11.0	68.1	9.9	15.4	19.8	20.9	4.4	3.3	152.7
[女性]	454	45.8	58.8	13.2	25.3	22.0	14.8	0.4	0.4	180.8
20～29歳	34	47.1	47.1	26.5	23.5	11.8	2.9	-	-	158.8
30～39歳	72	66.7	54.2	11.1	27.8	20.8	16.7	-	-	197.2
40～49歳	101	67.3	48.5	11.9	20.8	16.8	12.9	2.0	-	180.2
50～59歳	91	45.1	60.4	9.9	27.5	20.9	8.8	-	-	172.5
60～69歳	90	27.8	68.9	14.4	25.6	25.6	20.0	-	1.1	183.3
70歳以上	66	15.2	69.7	13.6	27.3	33.3	22.7	-	1.5	183.3
〔食育への関心〕 Q 1										
関心がある (計)	656	40.5	62.7	13.9	24.8	21.6	14.0	1.2	0.8	179.6
関心がある	307	41.7	60.9	16.6	26.7	22.8	15.6	1.0	1.3	186.6
どちらかといえば関心がある	349	39.5	64.2	11.5	23.2	20.6	12.6	1.4	0.3	173.4
関心がない (計)	217	30.4	60.4	9.7	21.2	15.2	8.8	2.3	3.2	151.2
どちらかといえば関心がない	144	32.6	61.8	12.5	23.6	15.3	7.6	0.7	2.8	156.9
関心がない	73	26.0	57.5	4.1	16.4	15.1	11.0	5.5	4.1	139.7
わからない	1	-	-	-	-	-	100.0	-	-	100.0
〔食生活の実践〕 Q 3										
心掛けている (計)	621	38.8	63.8	13.4	24.3	21.3	13.0	1.1	1.1	176.8
常に心掛けている	155	33.5	61.9	14.2	25.8	25.2	14.8	0.6	2.6	178.7
心掛けている	466	40.6	64.4	13.1	23.8	20.0	12.4	1.3	0.6	176.2
心掛けていない (計)	250	36.0	57.6	11.6	22.8	17.2	12.4	2.4	2.0	162.0
あまり心掛けていない	223	37.7	58.3	10.8	22.0	17.9	13.9	2.7	2.2	165.5
全く心掛けていない	27	22.2	51.9	18.5	29.6	11.1	-	-	-	133.3
わからない	3	33.3	66.7	-	33.3	-	-	-	-	133.3
〔暮らし向き〕 F 7										
ゆとりがある (計)	384	32.3	65.6	15.1	25.8	22.4	13.3	1.0	2.1	177.6
ゆとりがある	90	32.2	64.4	16.7	25.6	22.2	12.2	3.3	2.2	178.9
ややゆとりがある	294	32.3	66.0	14.6	25.9	22.4	13.6	0.3	2.0	177.2
どちらともいえない	292	41.1	59.9	13.0	23.3	17.8	11.0	2.1	0.7	168.8
ゆとりはない (計)	198	44.4	58.1	8.1	21.2	18.7	14.6	1.5	1.0	167.7
あまりゆとりはない	169	45.6	56.8	8.3	21.9	18.3	14.2	1.8	1.2	168.0
全くゆとりはない	29	37.9	65.5	6.9	17.2	20.7	17.2	-	-	165.5
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
〔時間的なゆとり〕 F 8										
時間的なゆとりを感じる (計)	386	23.1	67.4	15.0	23.8	21.2	13.2	1.8	2.8	168.4
時間的なゆとりを感じる	193	11.9	68.9	14.0	20.7	23.8	14.0	3.1	2.6	159.1
やや時間的なゆとりを感じる	193	34.2	65.8	16.1	26.9	18.7	12.4	0.5	3.1	177.7
どちらともいえない	171	42.7	59.6	13.5	24.0	19.9	16.4	1.2	0.6	177.8
時間的なゆとりを感じない (計)	317	53.6	56.8	9.8	24.0	18.6	10.4	1.3	-	174.4
あまり時間的なゆとりを感じない	249	51.4	58.2	9.6	26.9	20.9	11.6	1.6	-	180.3
全く時間的なゆとりを感じない	68	61.8	51.5	10.3	13.2	10.3	5.9	-	-	152.9
無回答	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
〔健康状態〕 F 9										
良い (計)	613	36.5	64.1	14.4	22.8	19.4	12.4	1.1	1.5	172.3
とても良い	97	33.0	67.0	13.4	21.6	15.5	11.3	1.0	1.0	163.9
まあ良い	516	37.2	63.6	14.5	23.1	20.2	12.6	1.2	1.6	173.8
どちらともいえない	155	44.5	56.1	9.7	21.3	19.4	9.7	2.6	0.6	163.9
良くない (計)	105	37.1	59.0	8.6	34.3	24.8	20.0	1.9	1.0	186.7
あまり良くない	96	37.5	59.4	7.3	35.4	26.0	20.8	2.1	-	188.5
良くない	9	33.3	55.6	22.2	22.2	11.1	11.1	-	11.1	166.7
無回答	1	-	-	-	-	-	-	-	100.0	100.0