

第2部 一般区民調査結果

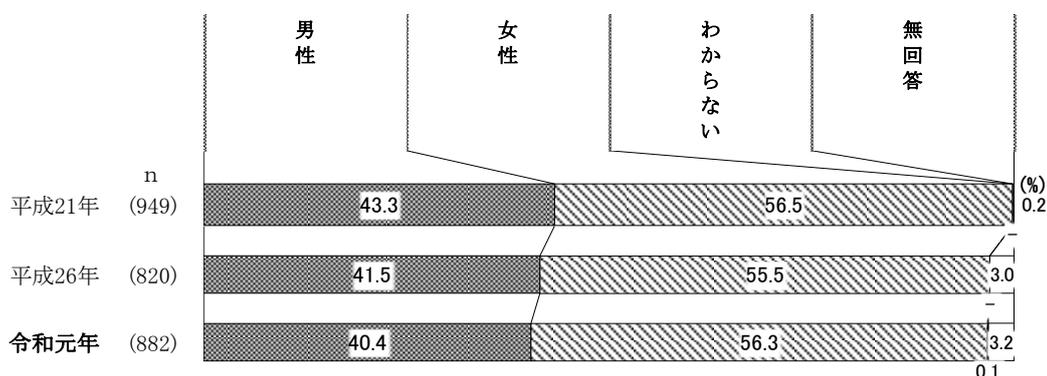
第2部 一般区民調査結果

1 回答者自身について

(1) 性別

問52 性別をお答えください。(〇は1つ)

回答者の性別は、「男性」が40.4%で、「女性」は56.3%となっている。
平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。



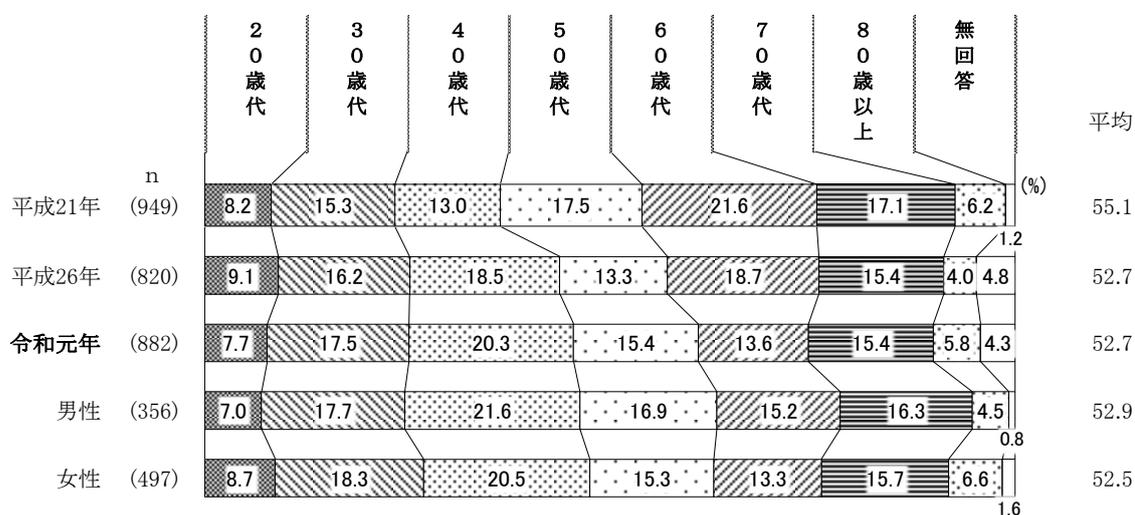
※「わからない」は、今回調査で新設。

(2) 年齢

問53 年齢をお答えください。

回答者の年齢構成は、「40歳代」が20.3%、「30歳代」が17.5%、「50歳代」「70歳代」が15.4%などとなっている。

平成26年との比較で見ると、「60歳代」が5.1ポイント減少している。
性別で見ると、特に大きな違いはみられない。



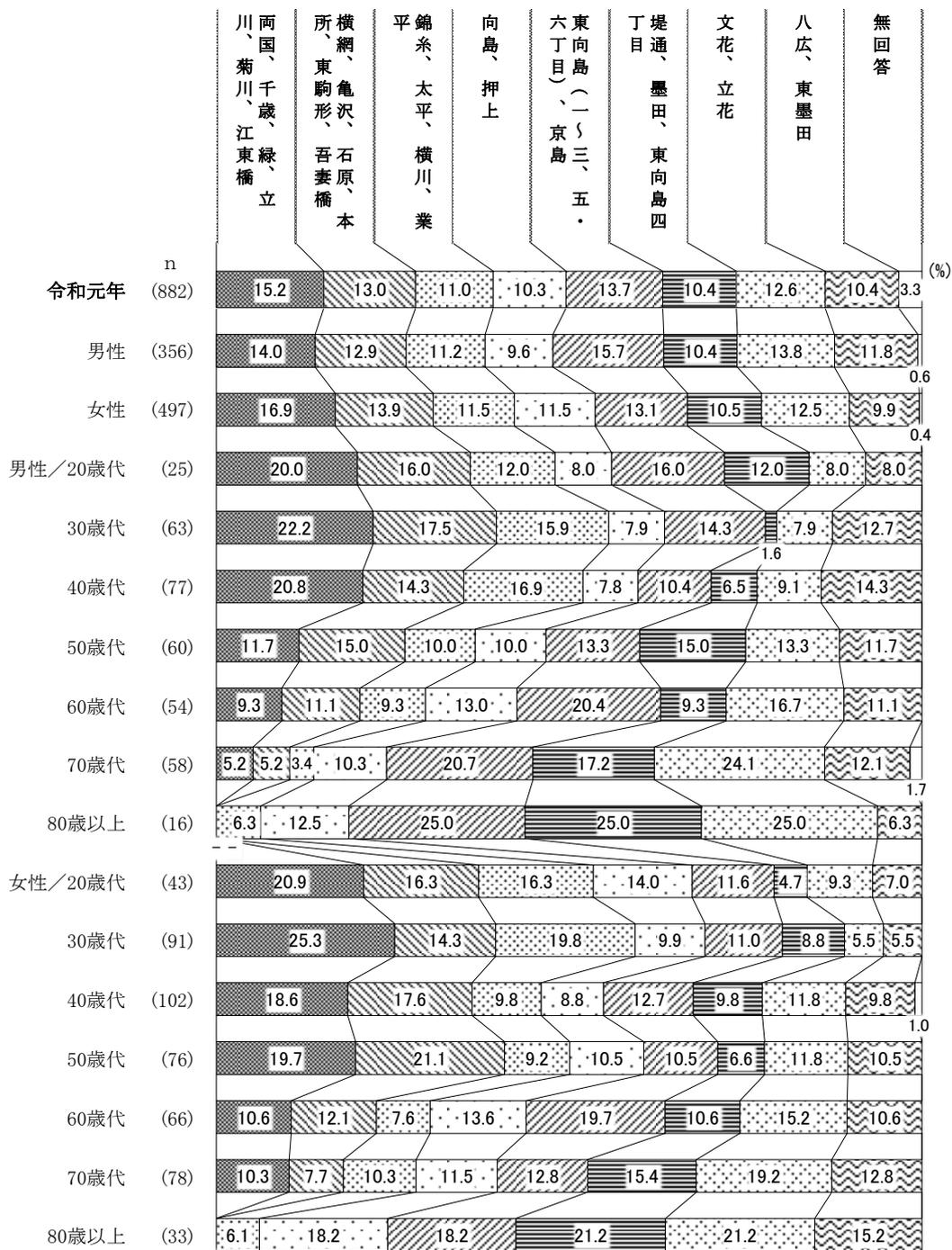
(3) 居住地域

問54 お住まいの居住地域をお答えください。(○は1つ)

回答者の居住地域の構成は、「両国、千歳、緑、立川、菊川、江東橋」が15.2%、「東向島（一～三、五・六丁目）、京島」が13.7%、「横網、亀沢、石原、本所、東駒形、吾妻橋」が13.0%などとなっている。

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、「両国、千歳、緑、立川、菊川、江東橋」は男女ともに若年層が高く、男性の20～40歳代、女性の20～30歳代で2割以上となっている。一方、「堤通、墨田、東向島四丁目」「文花、立花」では高年層が高い傾向にあり、前者は女性の80歳以上、後者は男性70歳代、女性の80歳以上で2割以上となっている。

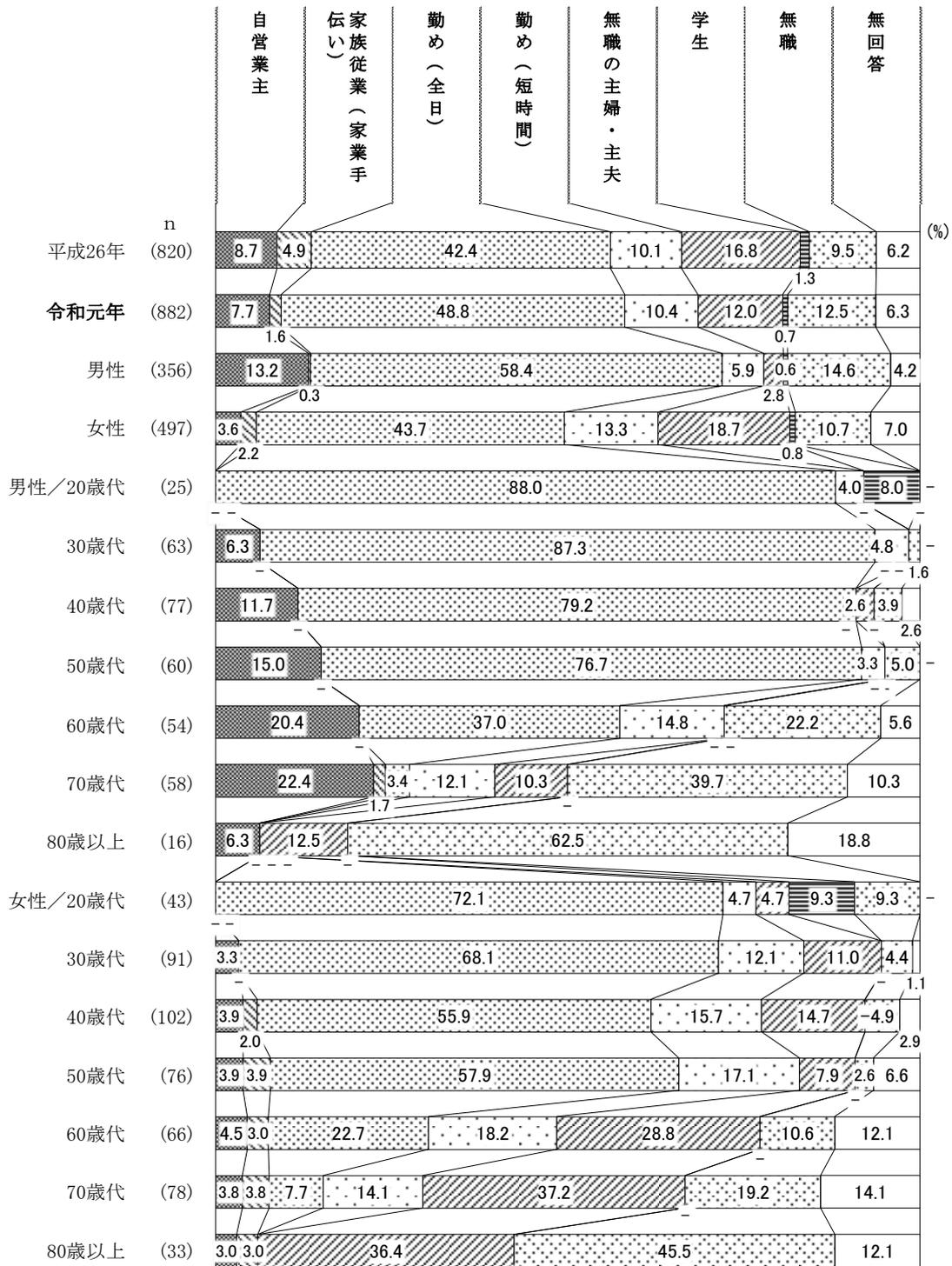


(4) 職業

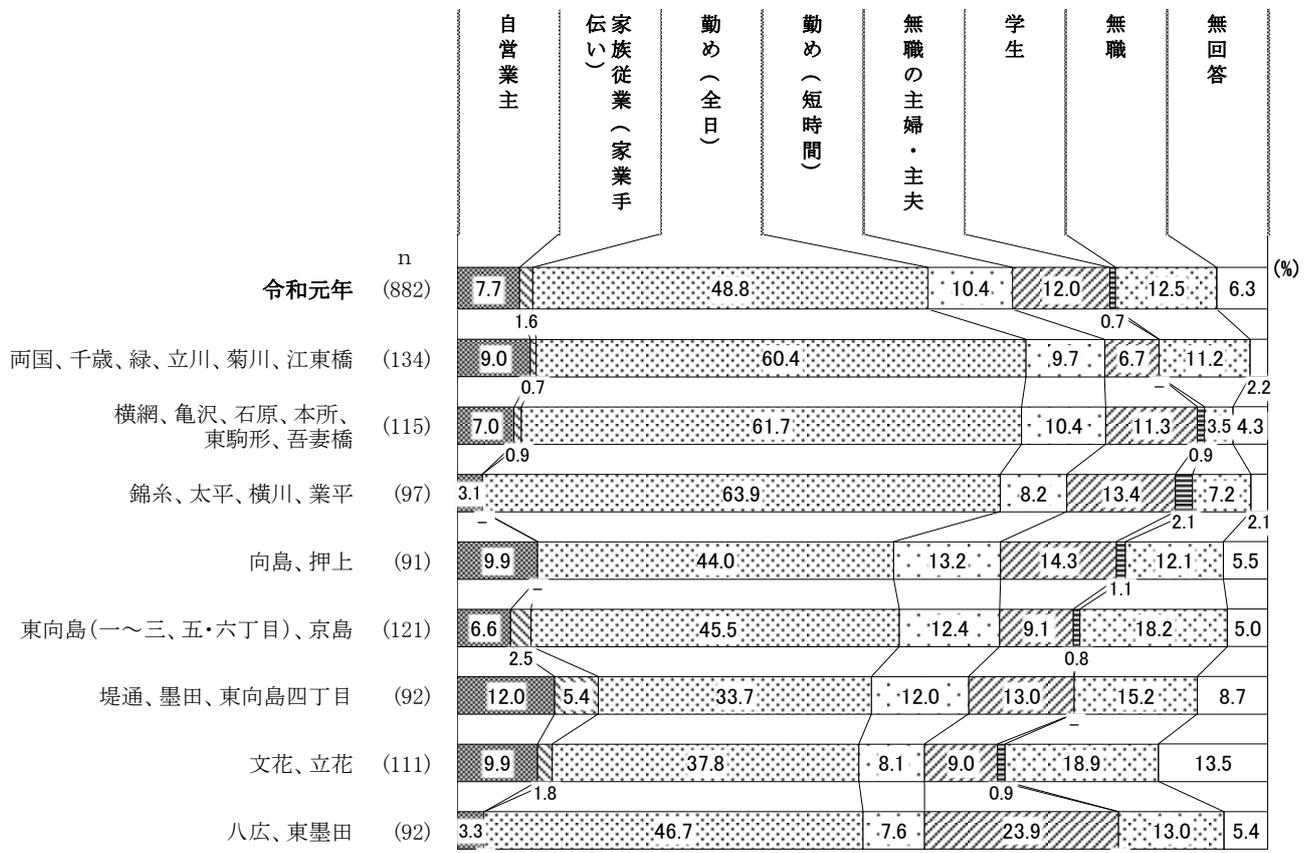
問55 お仕事をお答えください。(○は1つ)

回答者の職業の構成は、「勤め（全日）」が48.8%、「無職」が12.5%、「無職の主婦・主夫」が12.0%などとなっている。

平成26年との比較でみると、「勤め（全日）」は6.4ポイント増加している。



地区別でみると、「勤め（全日）」は“錦糸、太平、横川、業平”で6割台半ばと最も高く、“横網、亀沢、石原、本所、東駒形、吾妻橋”“両国、千歳、緑、立川、菊川、江東橋”で6割以上となっている。「無職の主婦・主夫」は“八広、東墨田”で2割台半ばと比較的高くなっている。



(4-1) 雇用形態

付問55-1 お勤めの方にお聞きします。あなたの働き方は次のどれでしょうか。

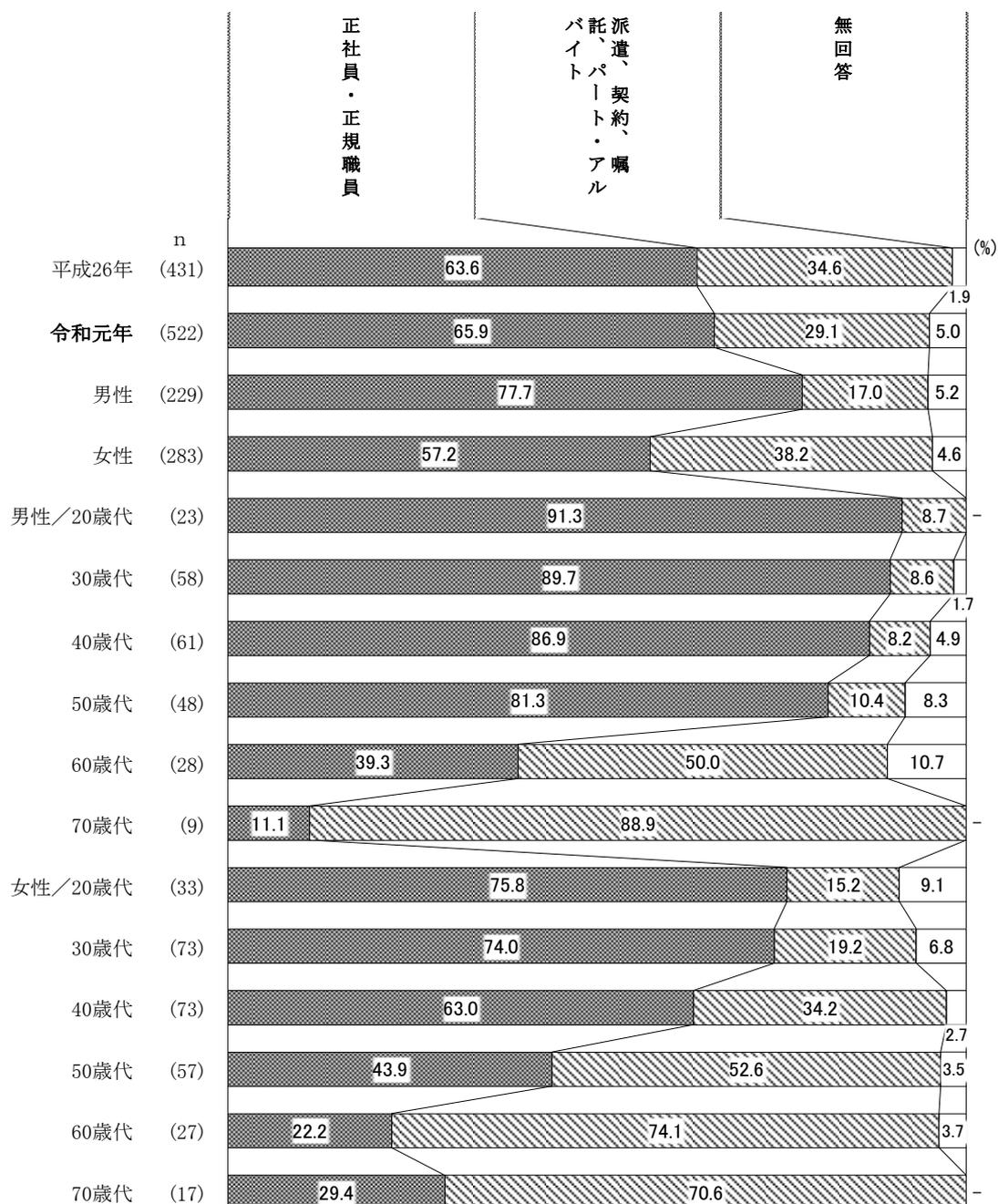
(○は1つ)

就労者の働き方（雇用形態）は、「正社員・正規職員」が65.9%で高く、「派遣、契約、嘱託、パート・アルバイト」は29.1%となっている。

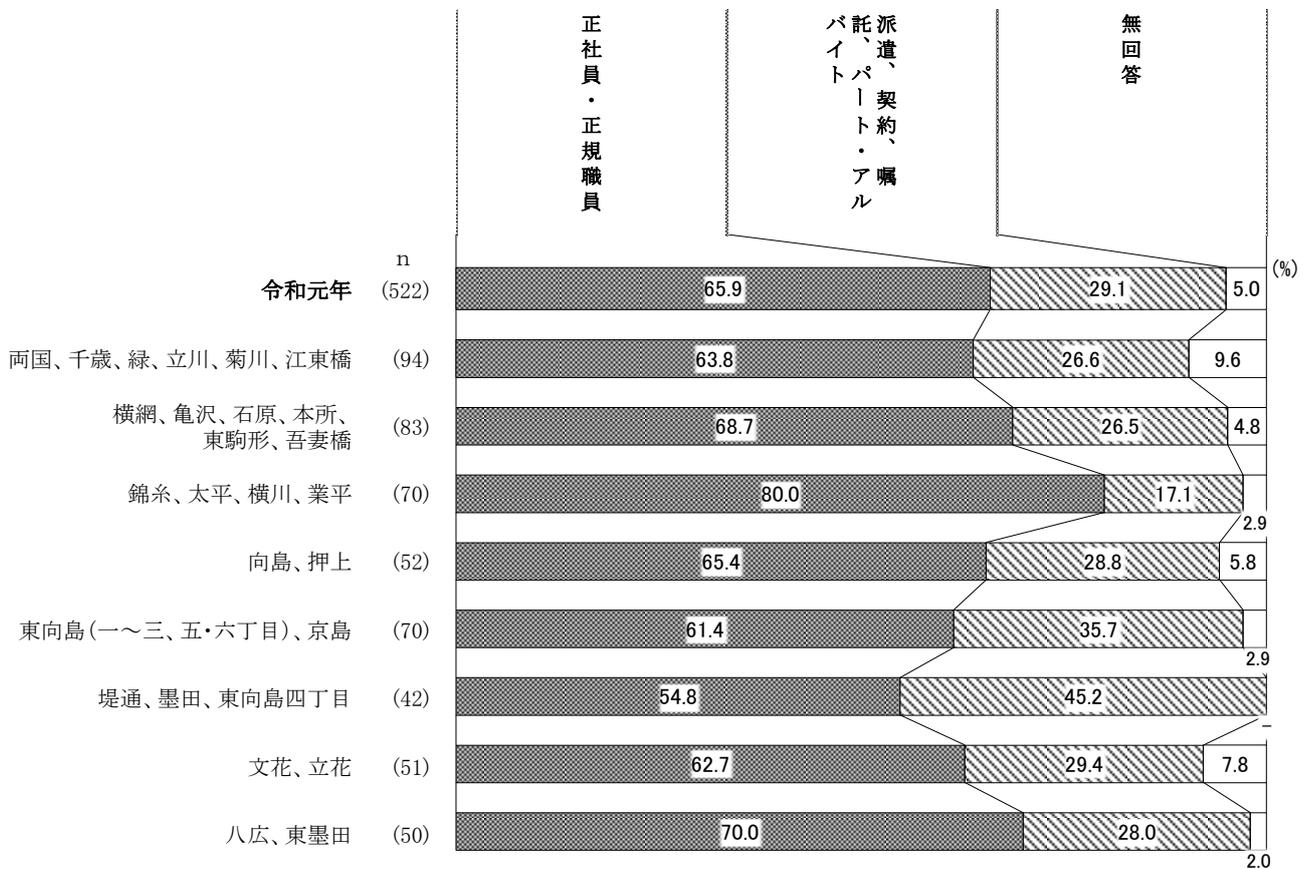
平成26年との比較で見ると、「派遣、契約、嘱託、パート・アルバイト」は5.5ポイント減少した。

性別で見ると、「正社員・正規職員」は男性の方が女性より20.5ポイント高くなっている。

性／年代別については、nの少ない年代層が多いため、参考として掲載する。



地区別でみると、「正社員・正規職員」は“錦糸、太平、横川、業平”で8割、「派遣、契約、嘱託、パート・アルバイト」は“堤通、墨田、東向島四丁目”が4割台半ばと高くなっている。



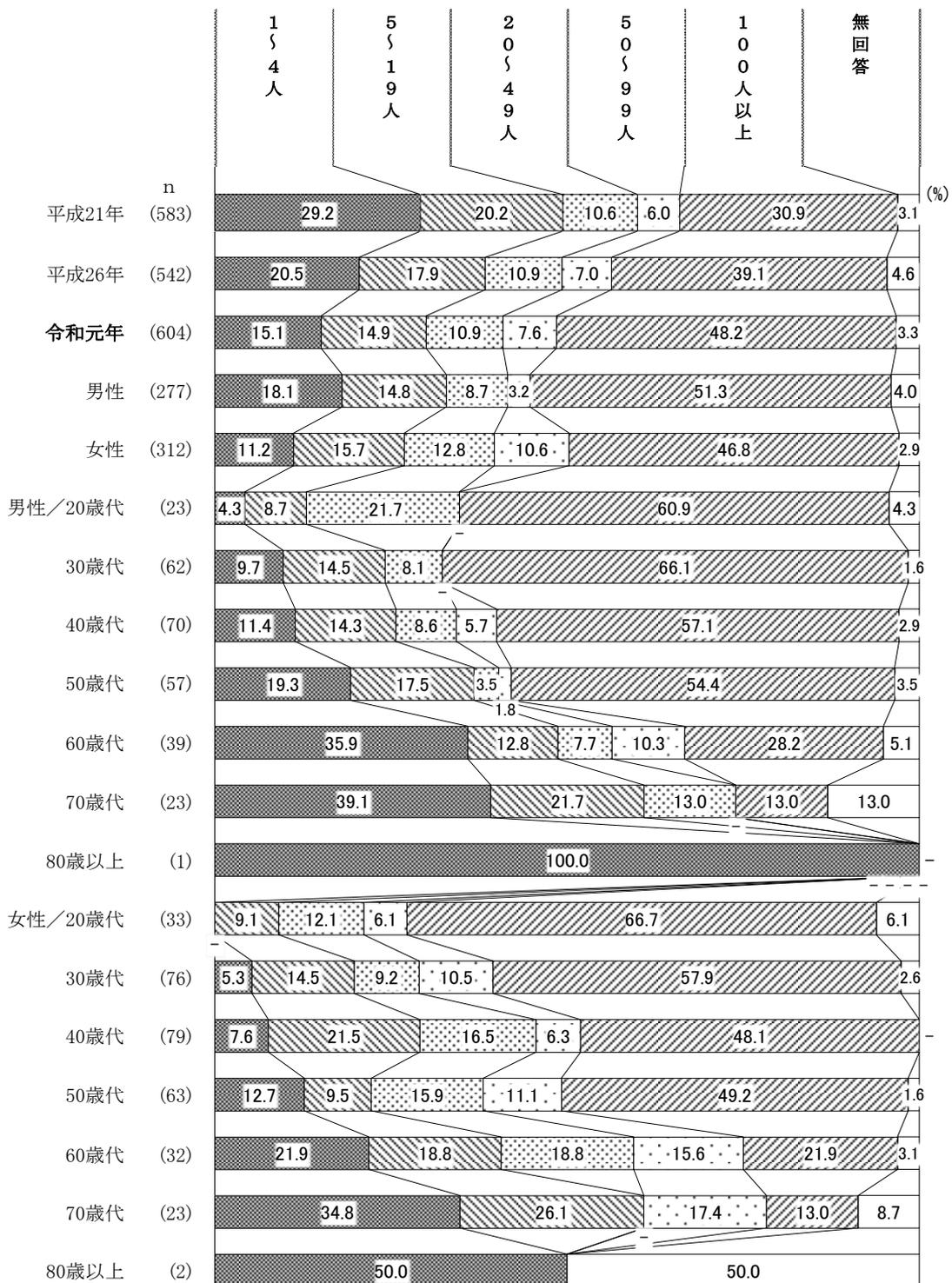
(4-2) 事業所規模

付問55-2 働いている事業所の規模（従事者数）をお答えください。（○は1つ）

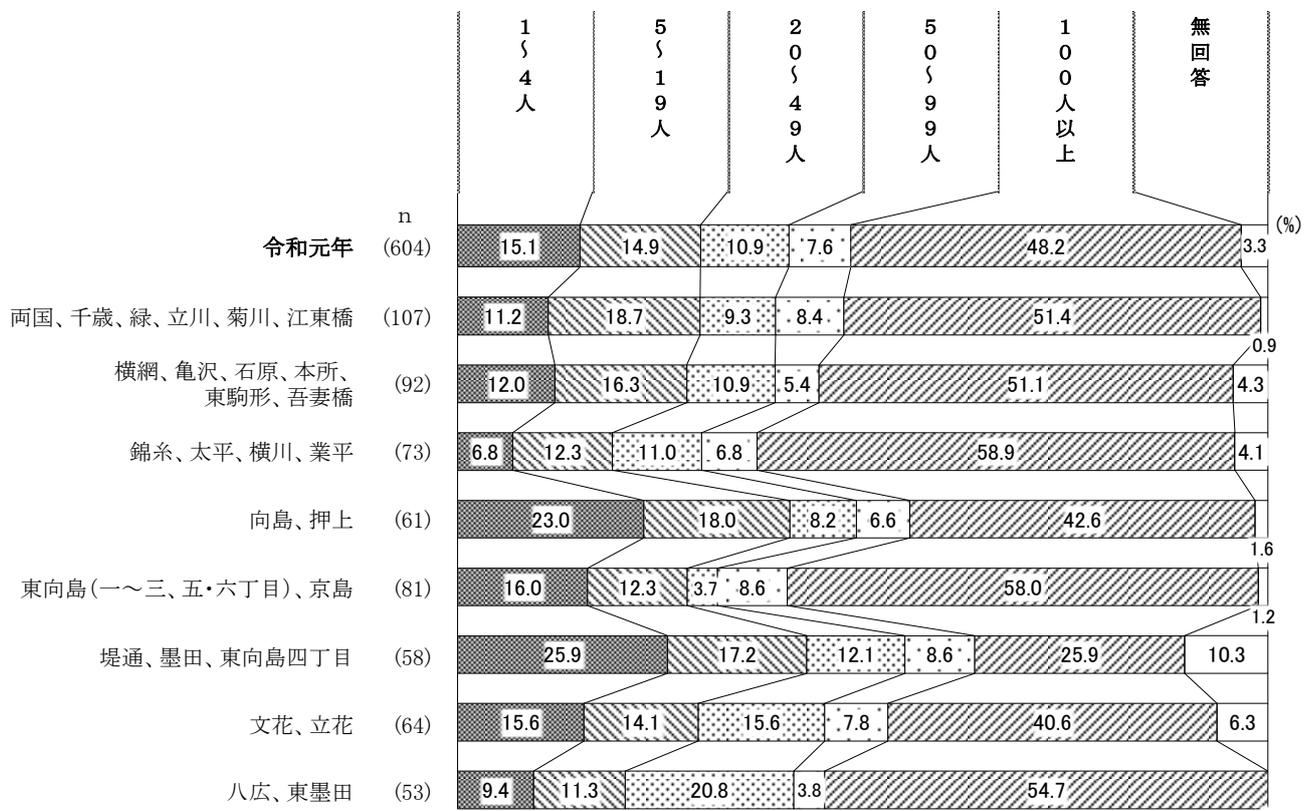
就労者が働いている事業所の規模は、「100人以上」が48.2%、「1～4人」が15.1%、「5～19人」が14.9%、「20～49人」が10.9%などとなっている。

平成26年との比較で見ると、「100人以上」が9.1ポイント増加し、「1～4人」が5.4ポイント減少している。

性／年代別で見ると、男性の30歳代と女性の20歳代で「100人以上」が6割以上となっている。



地区別でみると、「100人以上」は“錦糸、太平、横川、業平”“東向島（一～三、五・六丁目）、京島”で6割近くと高くなっている。「1～4人」は“堤通、墨田、東向島四丁目”“向島、押上”で2割以上となっている。



(5) 世帯構成

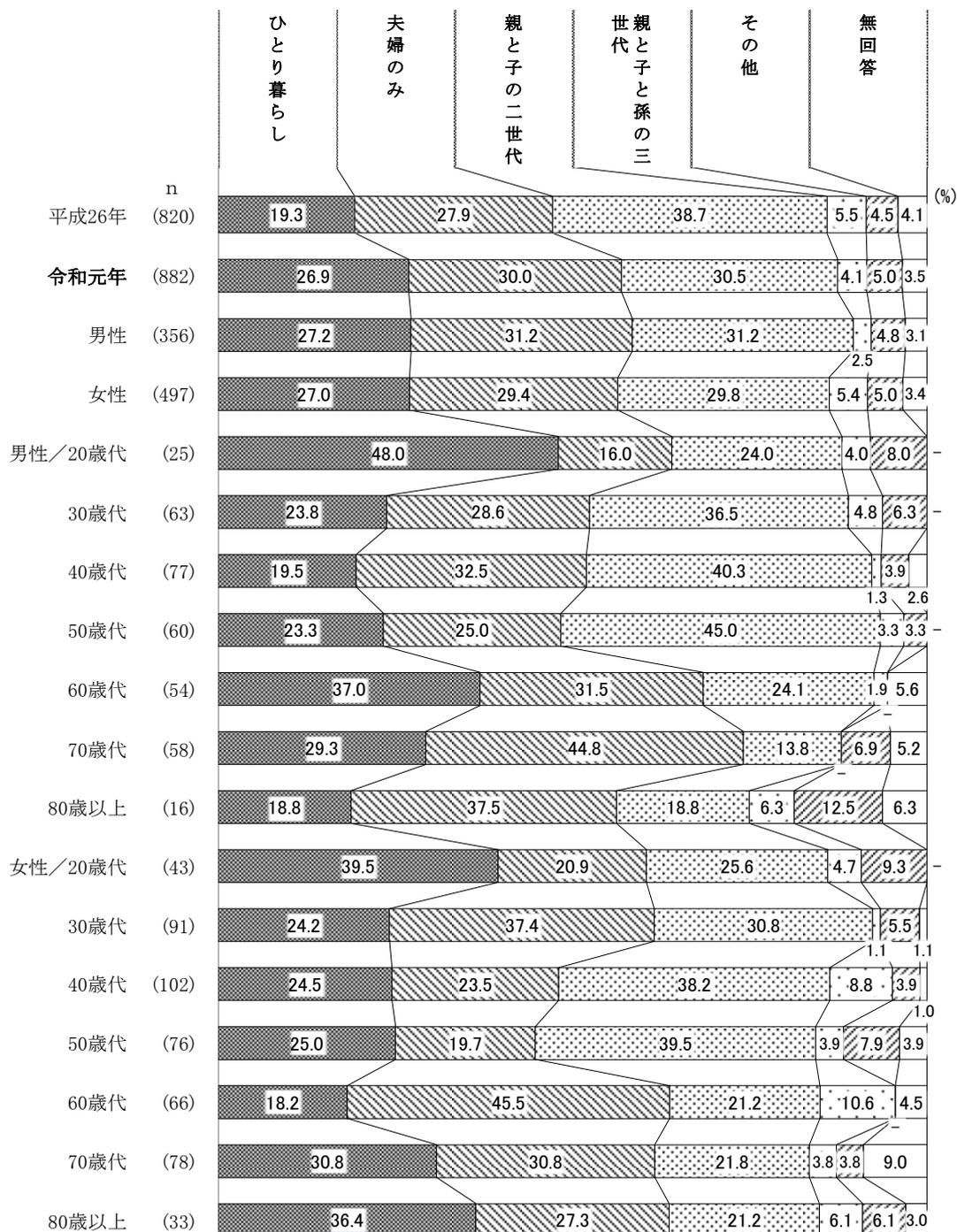
問56 世帯構成をお答えください。(〇は1つ)

回答者の世帯構成は、「親と子の二世帯」が30.5%、「夫婦のみ」が30.0%、「ひとり暮らし」が26.9%などとなっている。

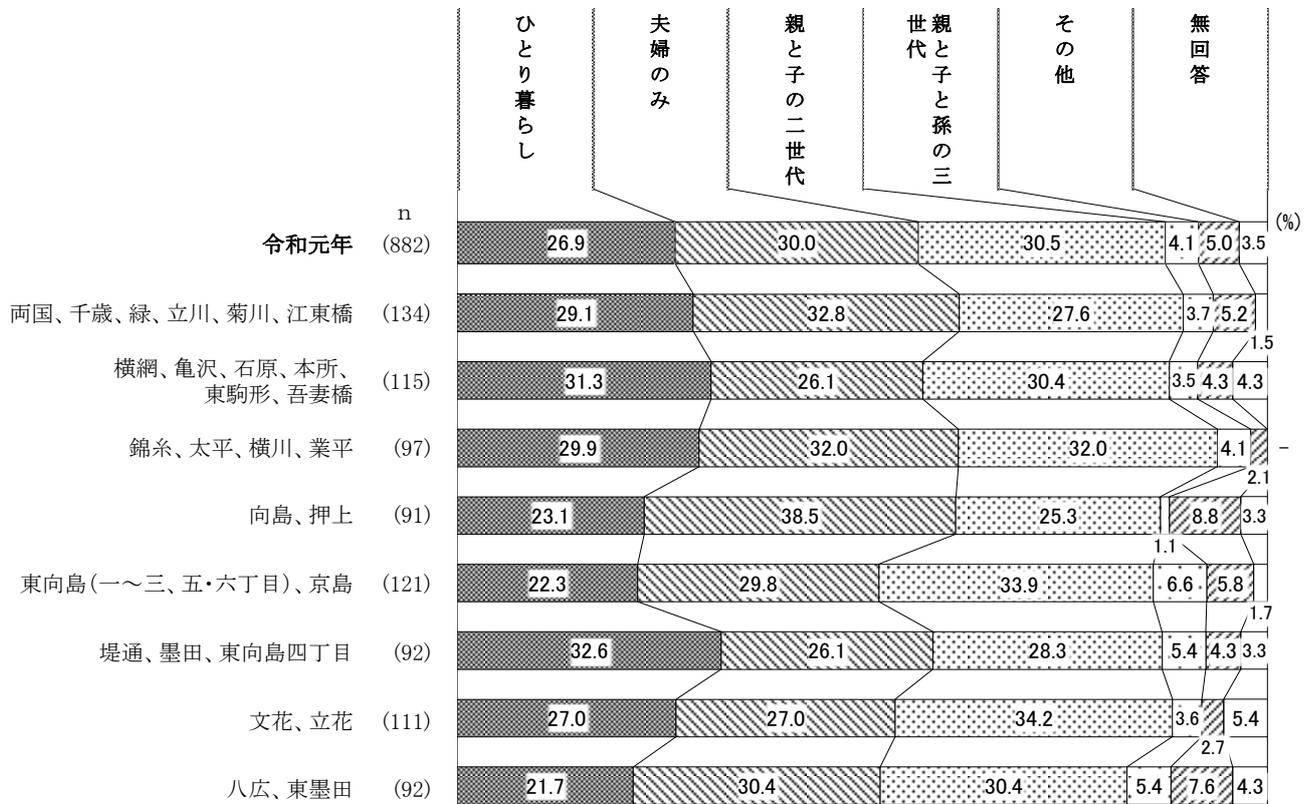
平成26年との比較で見ると、「ひとり暮らし」は7.6ポイント増加し、「親と子の二世帯」は8.2ポイント減少している。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別で見ると、男女ともに40～50歳代で「親と子の二世帯」で4割近くから4割台半ばとなっている。また、「ひとり暮らし」は、男女の20歳代が、それぞれ5割近く、約4割と高く、他では男性の60歳代、女性の70歳以上で3割以上となっている。



地区別でみると、「ひとり暮らし」は“堤通、墨田、東向島四丁目”“横網、亀沢、石原、本所、東駒形、吾妻橋”で3割を超える。



(6) 子どもの年齢

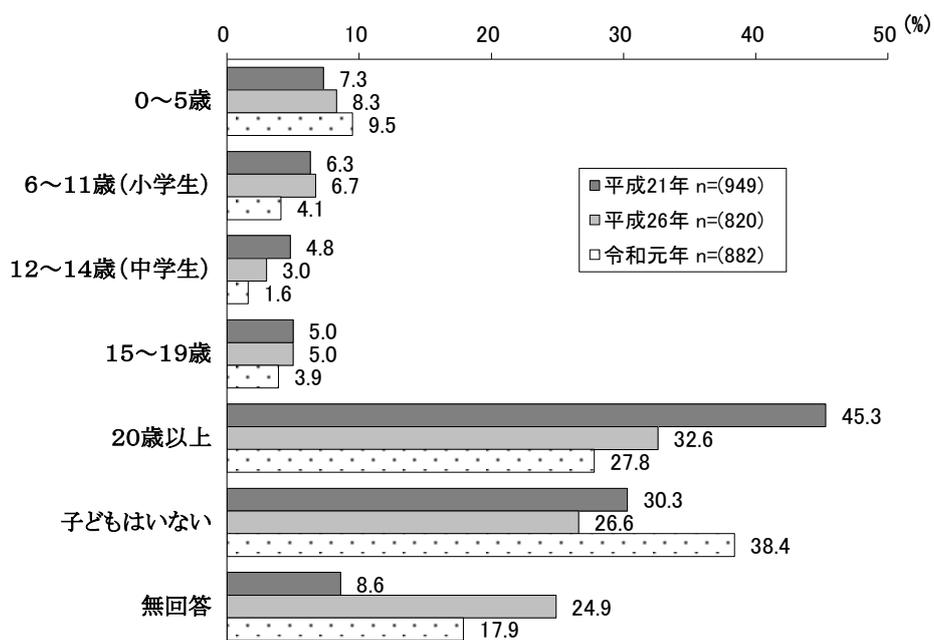
問57 お子さんの年齢はいくつですか。(平成31年4月2日基準) (〇はいくつでも)

子どもの年齢は、「20歳以上」が27.8%で最も高く、「0～5歳」が9.5%などとなっている。また、「子どもはいない」は38.4%となっている。

平成26年との比較でみると、「子どもはいない」が11.8ポイント増加している。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、「20歳以上」は男性の60歳以上、女性の60～70歳代で5割以上となっている。「子どもはいない」は男性の20～40歳代と女性の20～30歳代で5割以上となっている。



単位：%

		n	0～5歳	6～11歳(小学生)	12～14歳(中学生)	15～19歳	20歳以上	子どもはいない	無回答	
令和元年		882	9.5	4.1	1.6	3.9	27.8	38.4	17.9	
性別	男性	356	10.4	3.7	2.5	5.1	25.3	40.7	17.1	
	女性	497	8.9	4.4	1.0	3.0	28.6	37.8	18.3	
性／年代別	男性／20歳代	25	8.0	-	-	-	4.0	84.0	4.0	
	30歳代	63	28.6	6.3	-	-	-	58.7	12.7	
	40歳代	77	20.8	5.2	6.5	9.1	2.6	58.4	6.5	
	50歳代	60	1.7	6.7	6.7	13.3	26.7	33.3	18.3	
	60歳代	54	-	-	-	-	55.6	16.7	27.8	
	70歳代	58	-	2	-	3	55.2	20.7	22.4	
	80歳以上	16	-	-	-	-	56.3	6	37.5	
	女性／20歳代	43	9.3	-	-	-	-	-	74.4	16.3
	30歳代	91	25.3	4.4	-	-	-	-	57.1	14.3
	40歳代	102	15.7	13.7	2.9	6.9	4.9	47.1	12.7	
	50歳代	76	1	1	2.6	10.5	39.5	39.5	11.8	
	60歳代	66	-	2	-	-	65.2	18.2	15.2	
70歳代	78	-	1.3	-	-	57.7	11.5	29.5		
80歳以上	33	-	3	-	-	48.5	12	36.4		

2 健康状態や意識について

(1) 健康状態

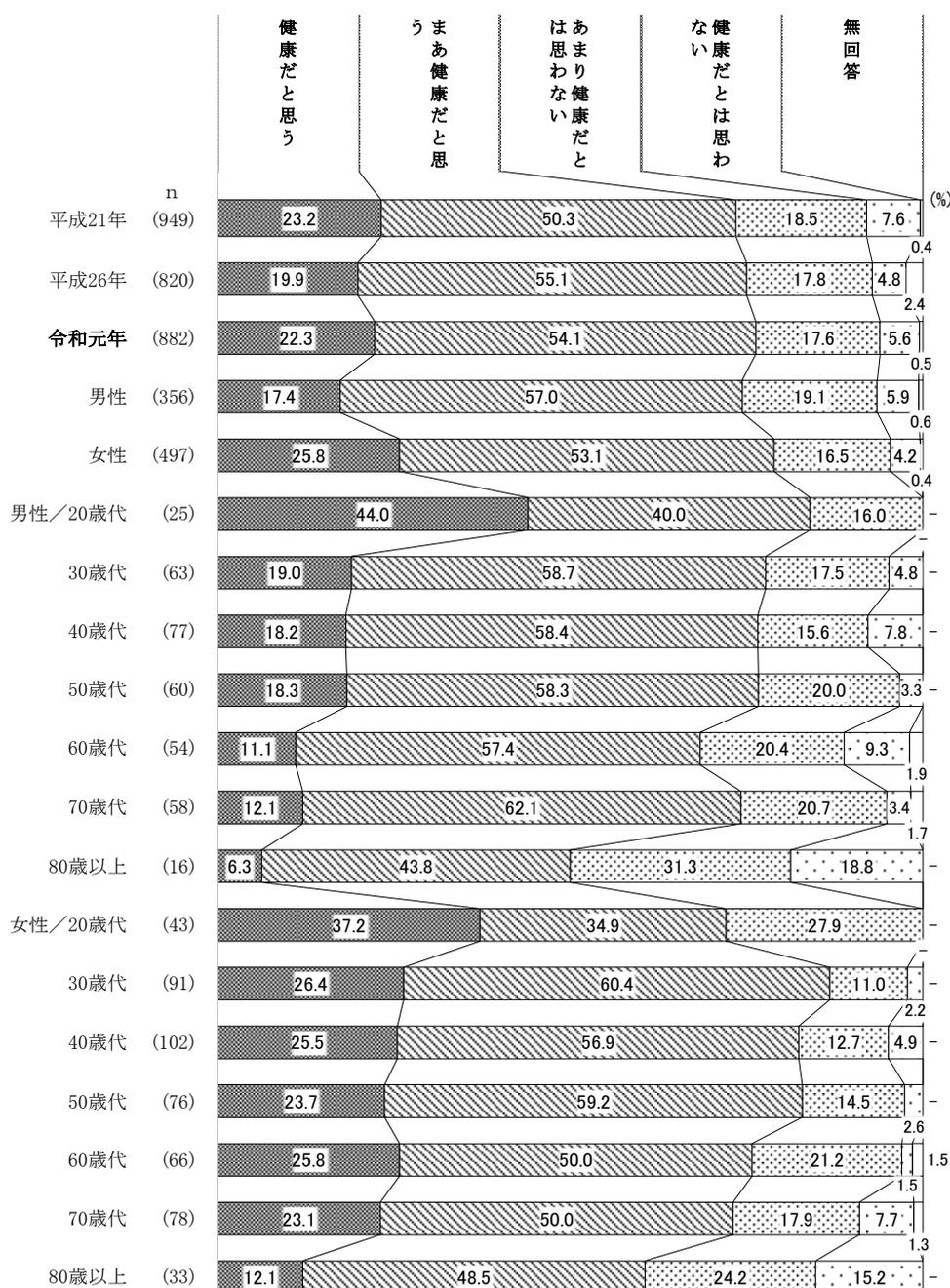
問1 あなたは、自分自身の健康状態をどのように感じていますか。(〇は1つ)

健康状態について、「健康だと思う」(22.3%)と「まあ健康だと思う」(54.1%)を合わせた《健康だと思う》が76.4%となっている。一方、「あまり健康だとは思わない」(17.6%)と「健康だとは思わない」(5.6%)を合わせた《健康だとは思わない》が23.2%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「健康だと思う」は女性の方が男性より8.4ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《健康だと思う》は、女性の30歳代が9割近くで最も高く、男性の20歳代で8割台半ば、女性の40～50歳代で8割を超えて高い割合となっている。



(2) 睡眠による休養

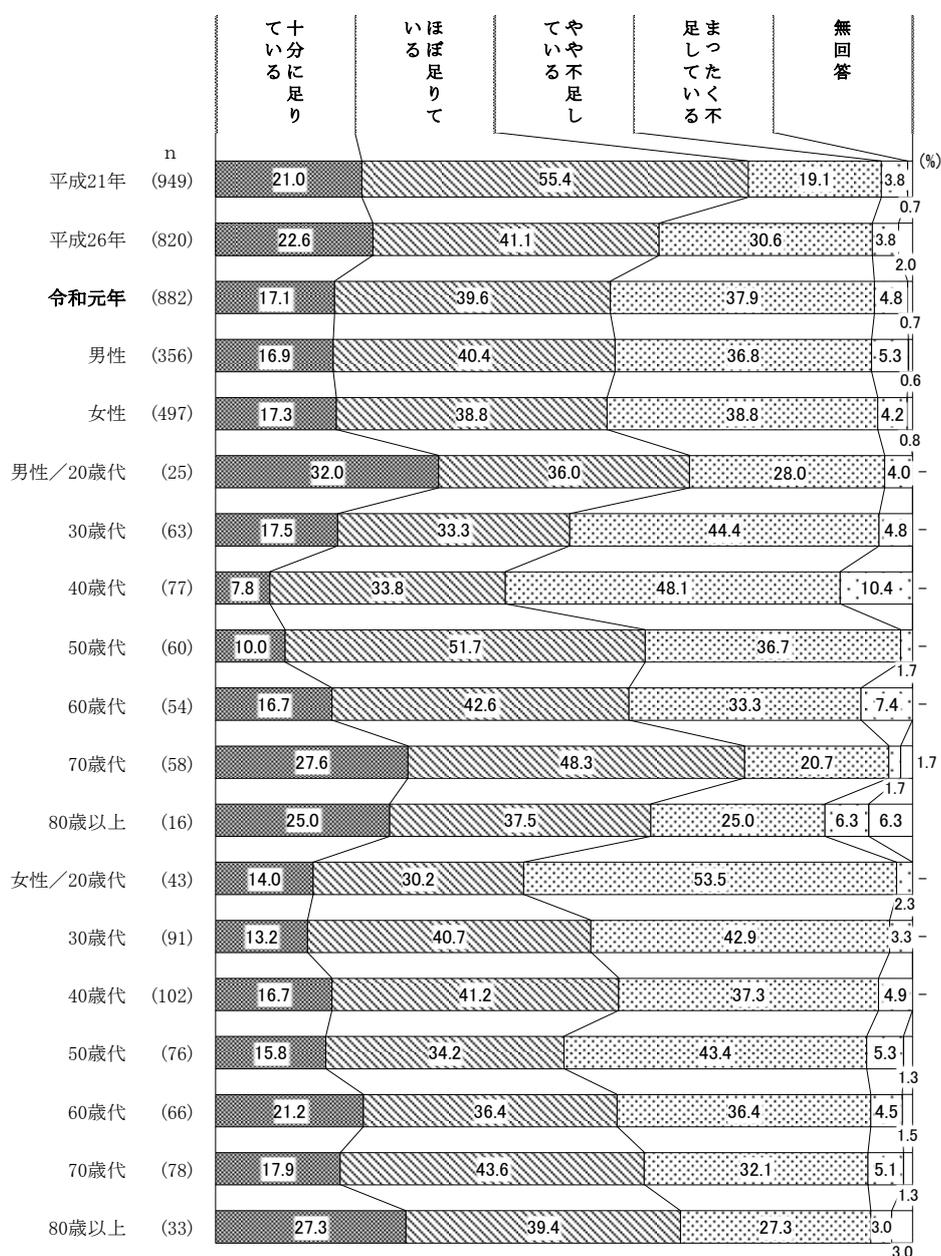
問2 あなたの普段の睡眠時間は足りていますか。(○は1つ)

睡眠による休養について、「十分に足りている」(17.1%)と「ほぼ足りている」(39.6%)を合わせた《足りている》が56.7%となっている。一方、「やや不足している」(37.9%)と「まったく不足している」(4.8%)を合わせた《不足している》が42.7%となる。

平成26年との比較でみると、《不足している》は令和元年の方が平成26年より8.3ポイント高くなっており、《不足している》は年々高くなる傾向にある。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《不足している》は、男性の40歳代が6割近くで最も高く、女性の20歳代で5割台半ばとなっている。



※平成21年の設問文は、「睡眠による休養はとれていますか。」であり、選択肢は「十分にとれている」「まあとれている」「あまりとれていない」「いつもとれていない」となっており、設問文と選択肢が異なるため、単純に比較できないが、参考のために掲載している。

(3) 平均睡眠時間

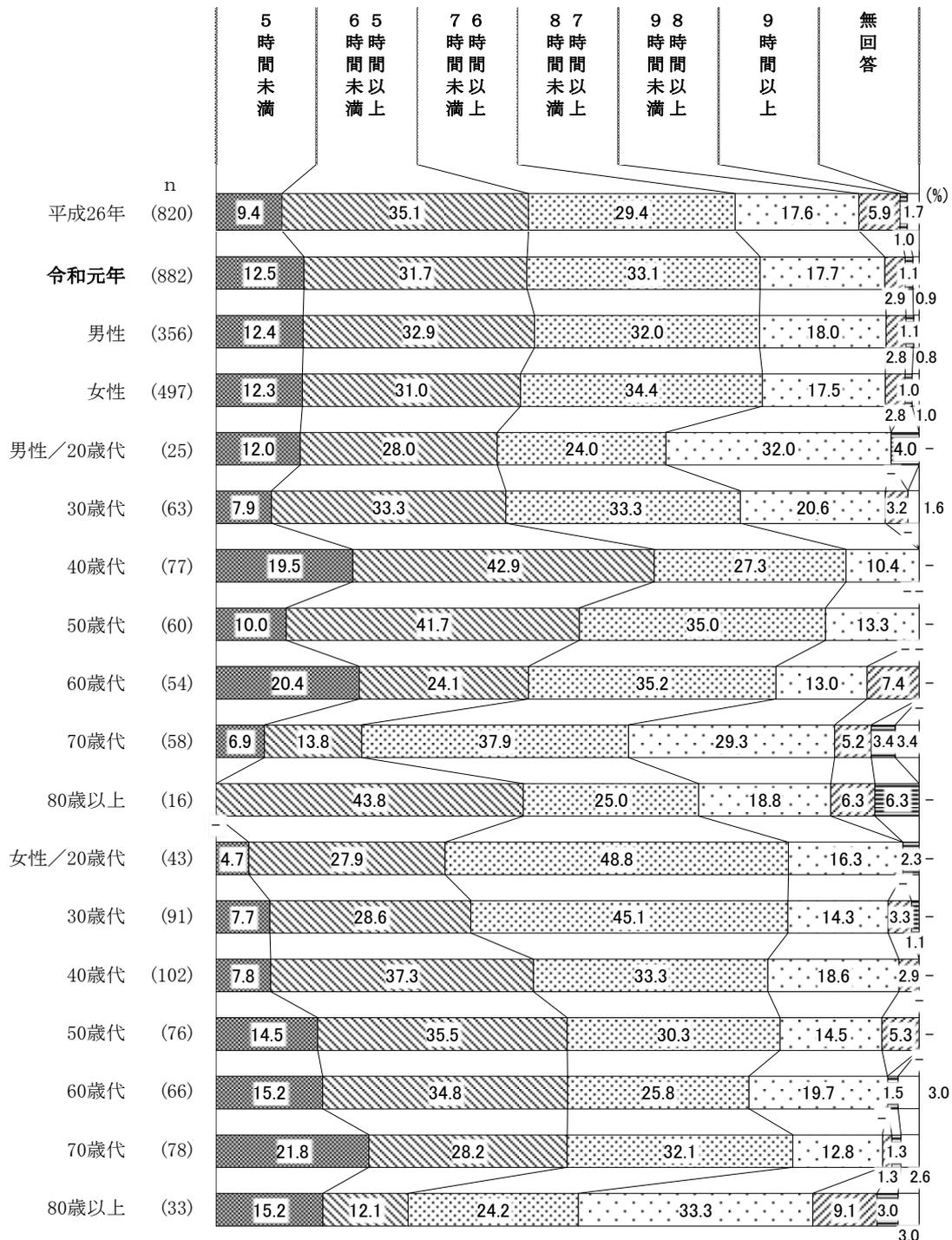
問3 この1か月のあなたの平均睡眠時間は何時間でしたか。(〇は1つ)

この1か月間の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が33.1%で最も高く、「5時間以上6時間未満」(31.7%)と「5時間未満」(12.5%)を合わせた《6時間未満》は44.2%となる。

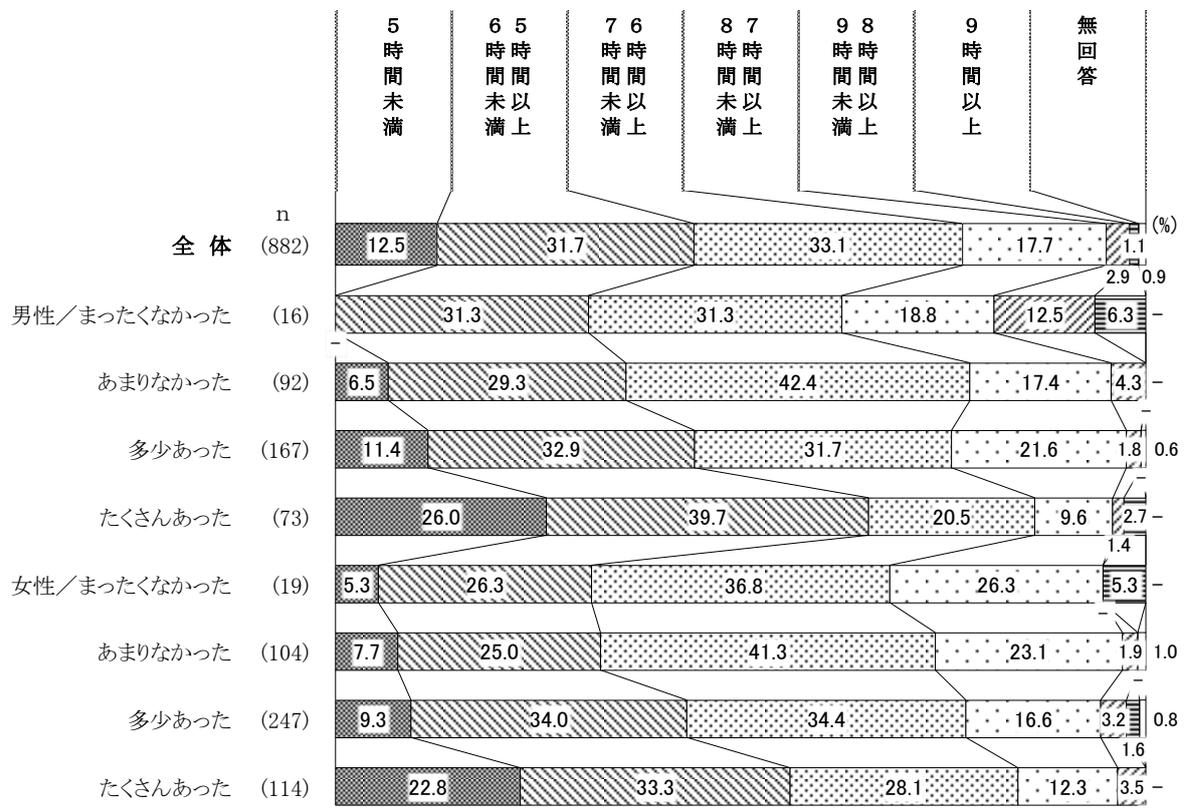
平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《6時間未満》は男性の40歳代が6割超えと最も高くなっている。



性別／ストレスの状況別にみると、《6時間未満》は、男女ともに“ストレスがたくさんあった”層で高くなっている。



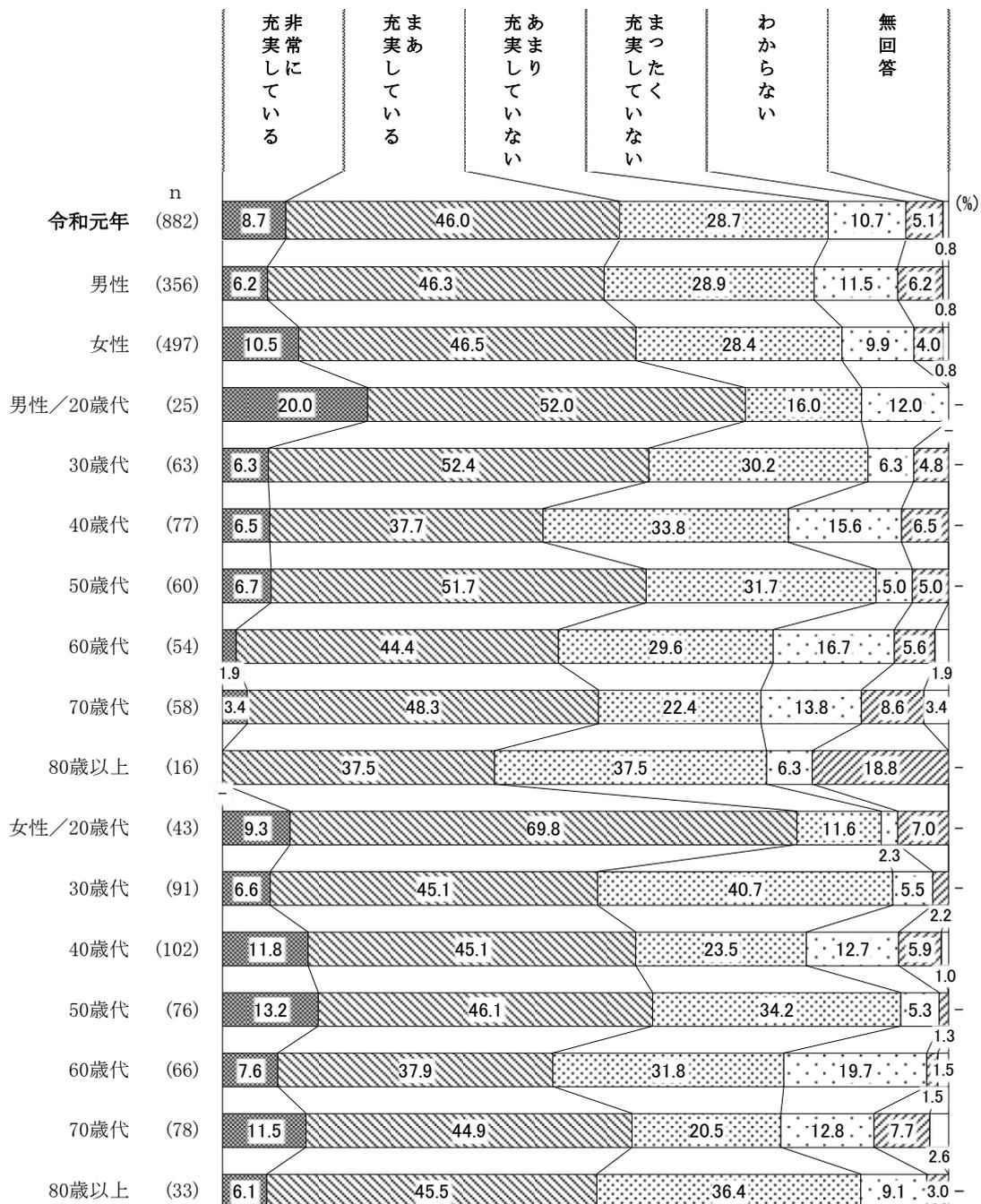
(4) 余暇の充実度

問4 あなたは、体を休めること以外に、趣味や運動、スポーツ、学習活動、地域活動などの余暇の過ごし方は充実していますか。(〇は1つ)

余暇の充実度は、「非常に充実している」(8.7%)と「まあ充実している」(46.0%)を合わせた《充実している》が54.7%となっている。一方、「あまり充実していない」(28.7%)と「まったく充実していない」(10.7%)を合わせた《充実していない》は39.4%となる。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《充実している》は男女ともに20歳代が7割以上で高くなっている。一方、《充実していない》は女性の60歳代で5割を超え、男性の40歳代で5割近くとなる。



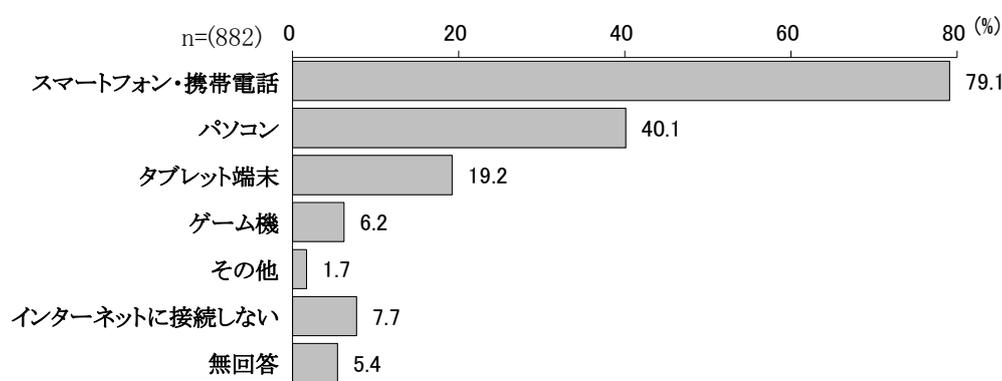
(5) インターネット接続機器

問5 あなたは、学業や仕事での使用を除き、どのインターネット接続機器を使用していますか。(〇はいくつでも)

インターネット接続機器は、「スマートフォン・携帯電話」が79.1%で最も高く、「パソコン」(40.1%)、「タブレット端末」(19.2%)と続く。一方、「インターネットに接続しない」は7.7%となる。

性別でみると、「パソコン」は男性の方が女性より19.0ポイント、「スマートフォン・携帯電話」は女性の方が男性より6.0ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「スマートフォン・携帯電話」は男女ともに年齢が上がるほど割合が下がる傾向にある。



単位：%

		n	スマートフォン・携帯電話	パソコン	タブレット端末	ゲーム機	その他	インターネットに接続しない	無回答
令和元年		882	79.1	40.1	19.2	6.2	1.7	7.7	5.4
性別	男性	356	76.1	52.2	19.9	8.7	2.2	7.6	5.1
	女性	497	82.1	33.2	19.1	4.8	1.2	7.2	5.2
性/年代別	男性/20歳代	25	96.0	76.0	20.0	32.0	-	-	-
	30歳代	63	95.2	55.6	25.4	15.9	3.2	1.6	-
	40歳代	77	92.2	55.8	29.9	10.4	2.6	1.3	-
	50歳代	60	76.7	63.3	23.3	1.7	-	6.7	-
	60歳代	54	77.8	44.4	16.7	3.7	1.9	9.3	1.9
	70歳代	58	37.9	37.9	5.2	3.4	1.7	22.4	19.0
	80歳以上	16	25.0	18.8	-	-	12.5	18.8	37.5
	女性/20歳代	43	100.0	34.9	23.3	16.3	2.3	-	-
	30歳代	91	98.9	40.7	20.9	8.8	1.1	-	-
	40歳代	102	97.1	48.0	26.5	2.9	-	2.0	-
	50歳代	76	92.1	42.1	23.7	3.9	-	-	-
	60歳代	66	71.2	25.8	12.1	-	1.5	13.6	3.0
70歳代	78	52.6	14.1	12.8	1.3	1.3	21.8	16.7	
80歳以上	33	39.4	6.1	3.0	3.0	6.1	21.2	30.3	

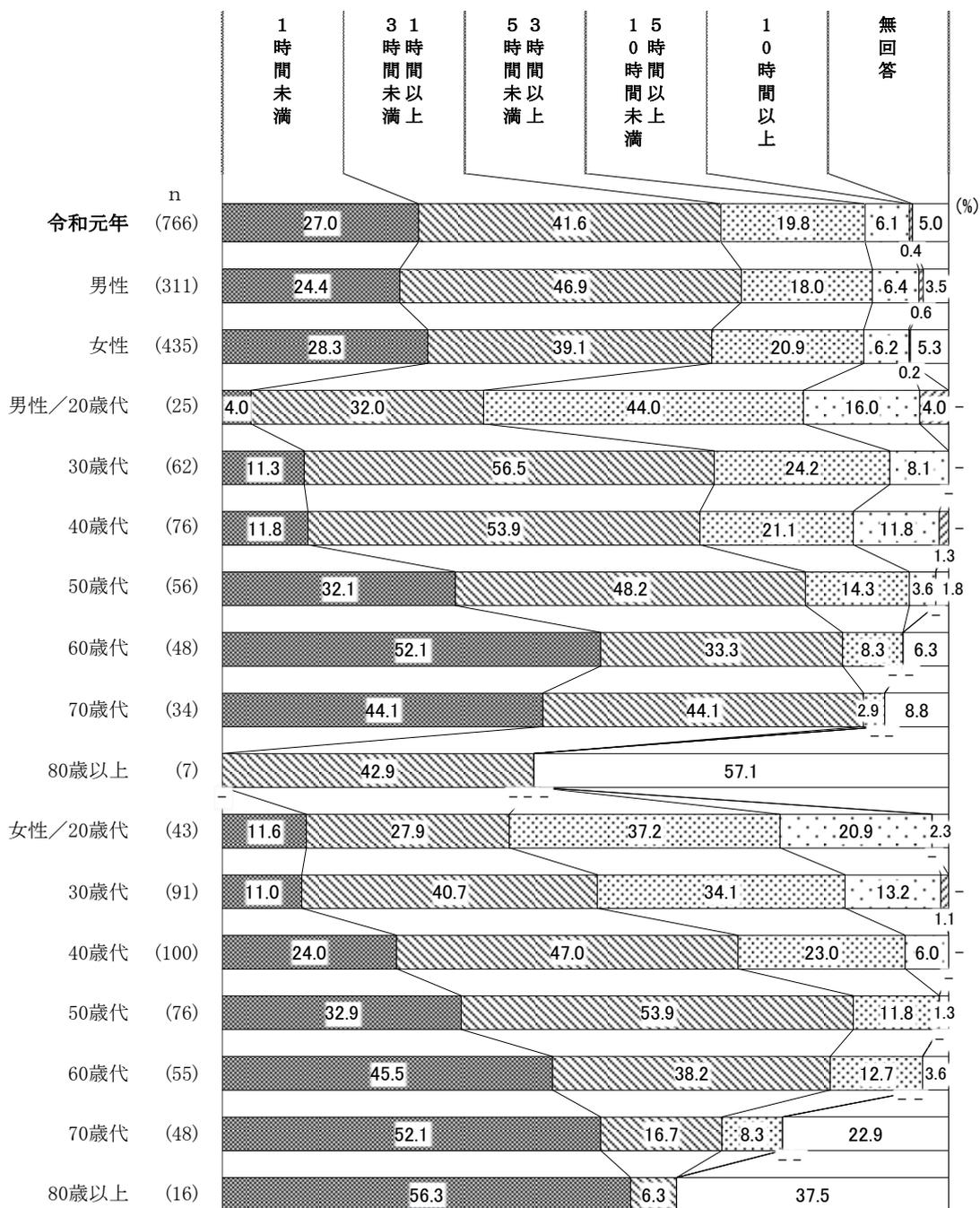
(5-1) インターネットの利用時間

付問5-1 学業や仕事での使用を除き、インターネットを1日どの程度利用していますか。
(○は1つ)

インターネット接続機器で「インターネットに接続しない」と回答した以外の方に、インターネットの利用時間をたずねた。その結果、「1時間以上3時間未満」が41.6%で最も高く、「1時間未満」(27.0%)と合わせた《3時間未満》は68.6%となっている。一方、「5時間以上10時間未満」(6.1%)と「10時間以上」(0.4%)を合わせた《5時間以上》は6.5%となる。

性別でみると、「1時間以上3時間未満」は男性の方が女性より7.8ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《3時間未満》は男性の50~70歳代と女性の50~60歳代で8割以上と高くなっている。一方、《5時間以上》は男女ともに20歳代が2割を超え高くなっている。



(6) 直近1か月間の不安、悩み、ストレスなどの状況

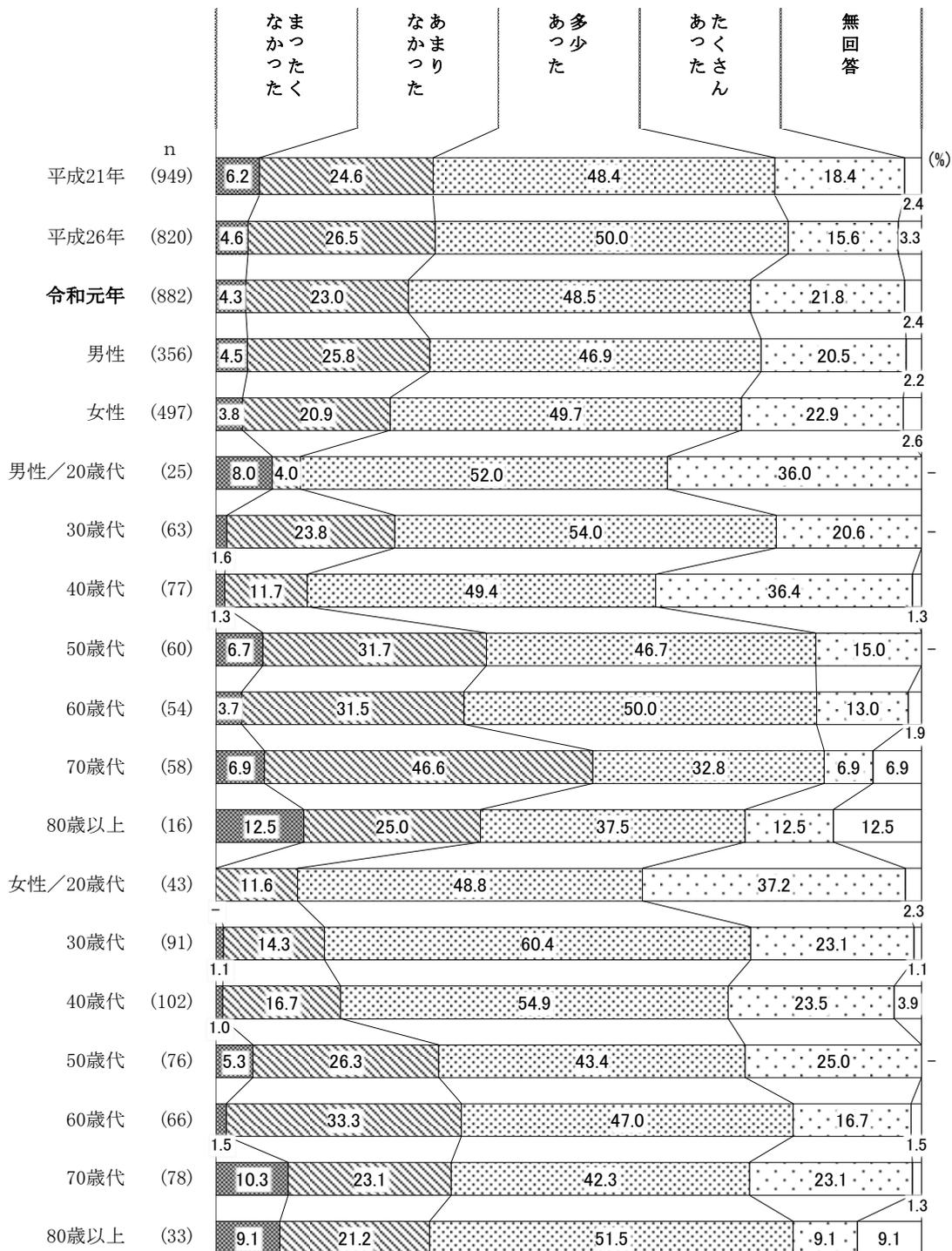
問6 あなたは、この1か月に、不安、悩み、ストレスなどがありましたか。(○は1つ)

直近1か月間の不安、悩み、ストレスなどの状況について、「多少あった」(48.5%)と「たくさんあった」(21.8%)を合わせた《あった》は70.3%となっている。

平成26年との比較では、「たくさんあった」は6.2ポイント増加している。

性別でみると、《あった》は、女性の方が男性より5.2ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《あった》は、男性の20歳代が9割近くで最も高く、男性の40歳代、女性の20~30歳代が8割台半ばと高い割合となっている。



(6-1) 不安、悩み、ストレスなどの解消

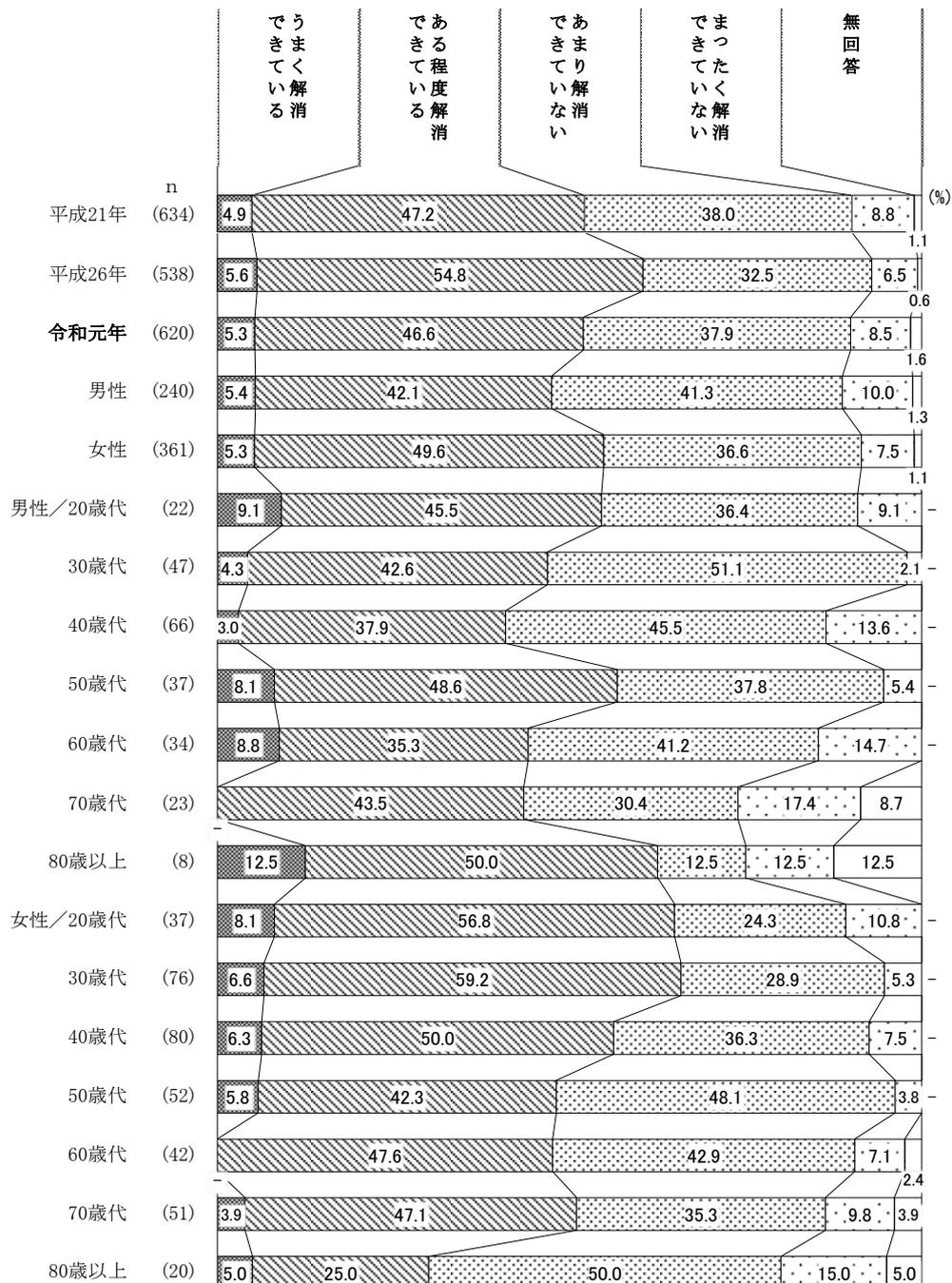
付問6-1 この1か月間を振り返り、不安、悩み、ストレスなどを解消できていると思いますか。(〇は1つ)

直近1か月間の不安、悩み、ストレスなどの状況で、「多少あった」か「たくさんあった」と回答した方に、それらが解消できているかをたずねた。その結果、「うまく解消できている」(5.3%)と「ある程度解消できている」(46.6%)を合わせて、「解消できている」が51.9%となっている。一方、「あまり解消できていない」(37.9%)と「まったく解消できていない」(8.5%)を合わせた「解消できていない」(46.4%)も4割台半ばと比較的高い。

平成26年との比較で見ると、「解消できていない」は7.4ポイント増加している。

性別で見ると、「解消できていない」は、男性の方が女性より7.2ポイント高くなっている。

性/年代別で見ると、「解消できていない」は、男性の40歳代で6割近くと最も高くなっている。



(7) 現在の精神状態

問7 あなたは、次のようなことについて、過去1か月の間はどのようなようでしたか。それぞれについてお答えください。(それぞれ○は1つ)

現在の精神状態で“神経過敏”をたずねたところ、「まったくない」が32.2%に対して、「いつも」「たいてい」「ときどき」「少しだけ」を合わせた《ある》は64.7%となっている。

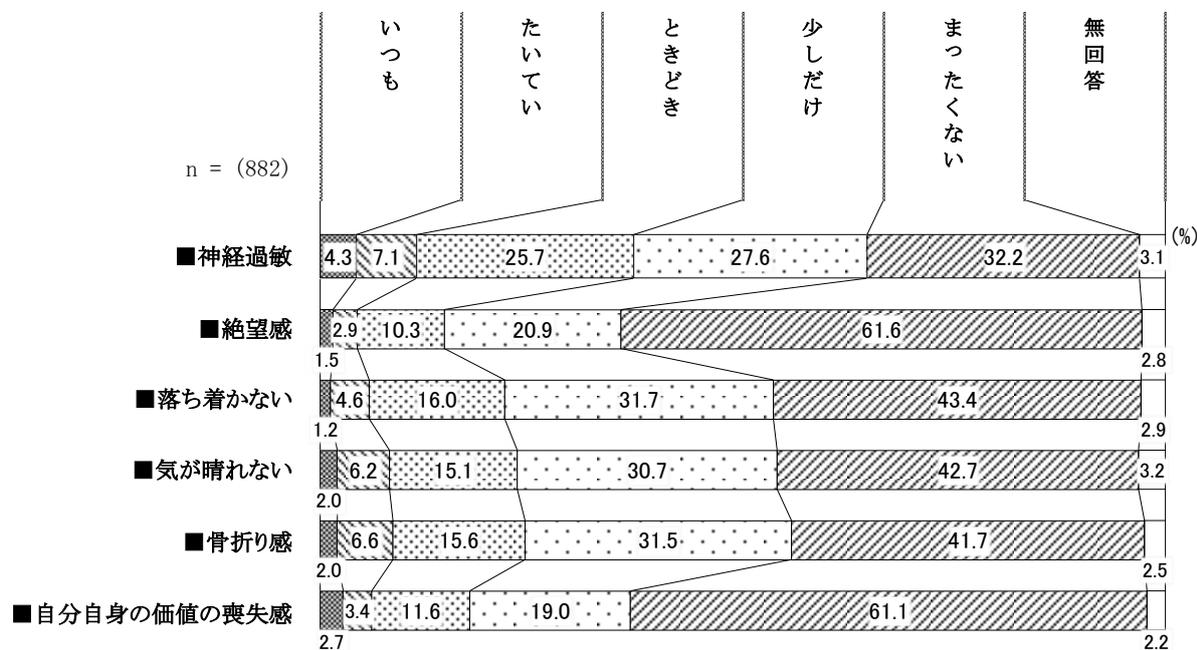
“絶望感”では、「まったくない」が61.6%に対して、《ある》は35.6%となっている。

“落ち着かない”では、「まったくない」が43.4%に対して、《ある》は53.5%となっている。

“気が晴れない”では、「まったくない」が42.7%に対して、《ある》は54.0%となっている。

“骨折り感”では、「まったくない」が41.7%に対して、《ある》は55.7%となっている。

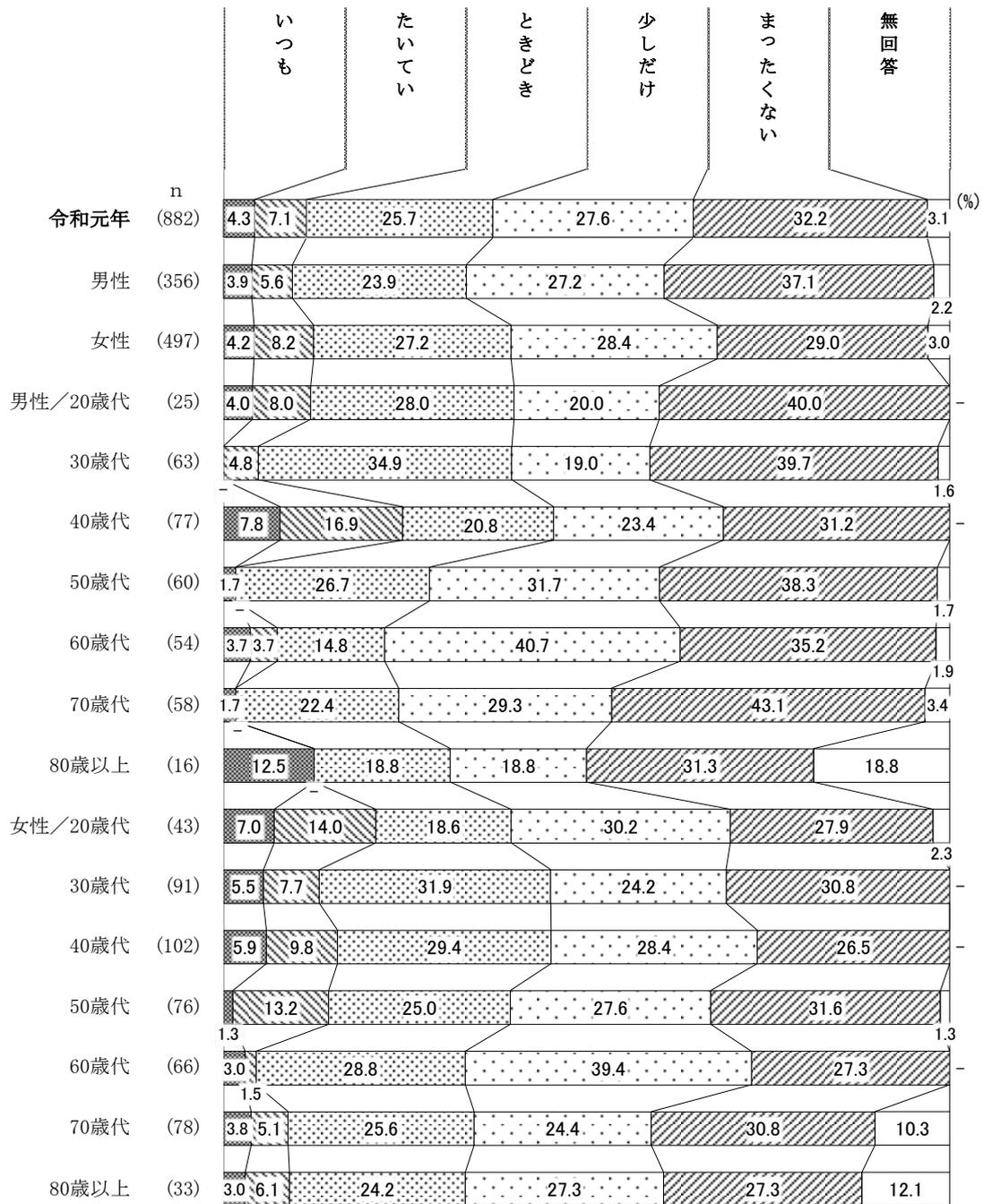
“自分自身の価値の喪失感”では、「まったくない」が61.1%に対して、《ある》は36.7%となっている。



■神経過敏

性別でみると、《ある》は、女性の方が男性より7.4ポイント高くなっている。

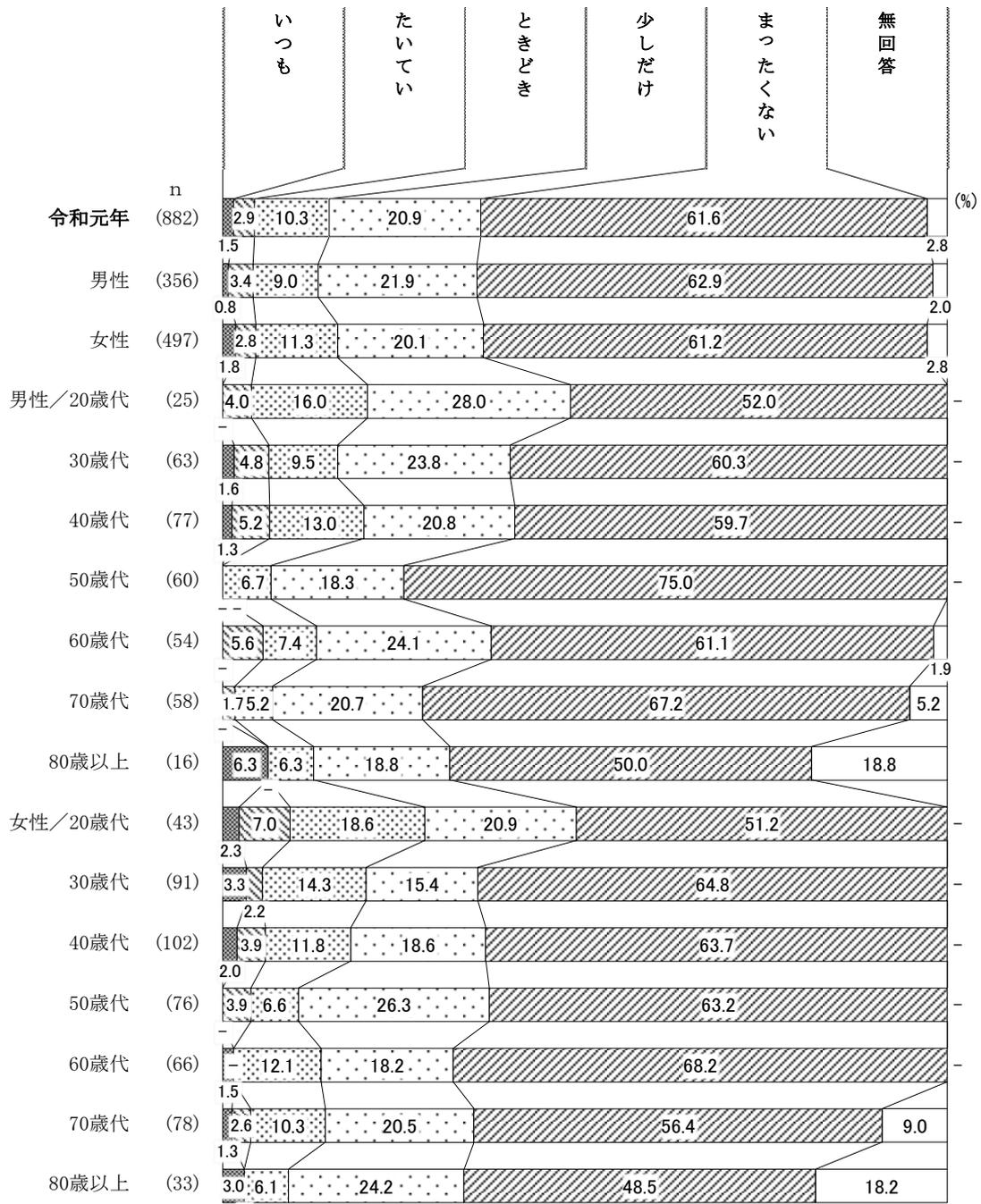
性／年代別でみると、《ある》は、女性の40歳代、60歳代で7割以上となっている。



■絶望感

性別では、特に大きな違いはみられない。

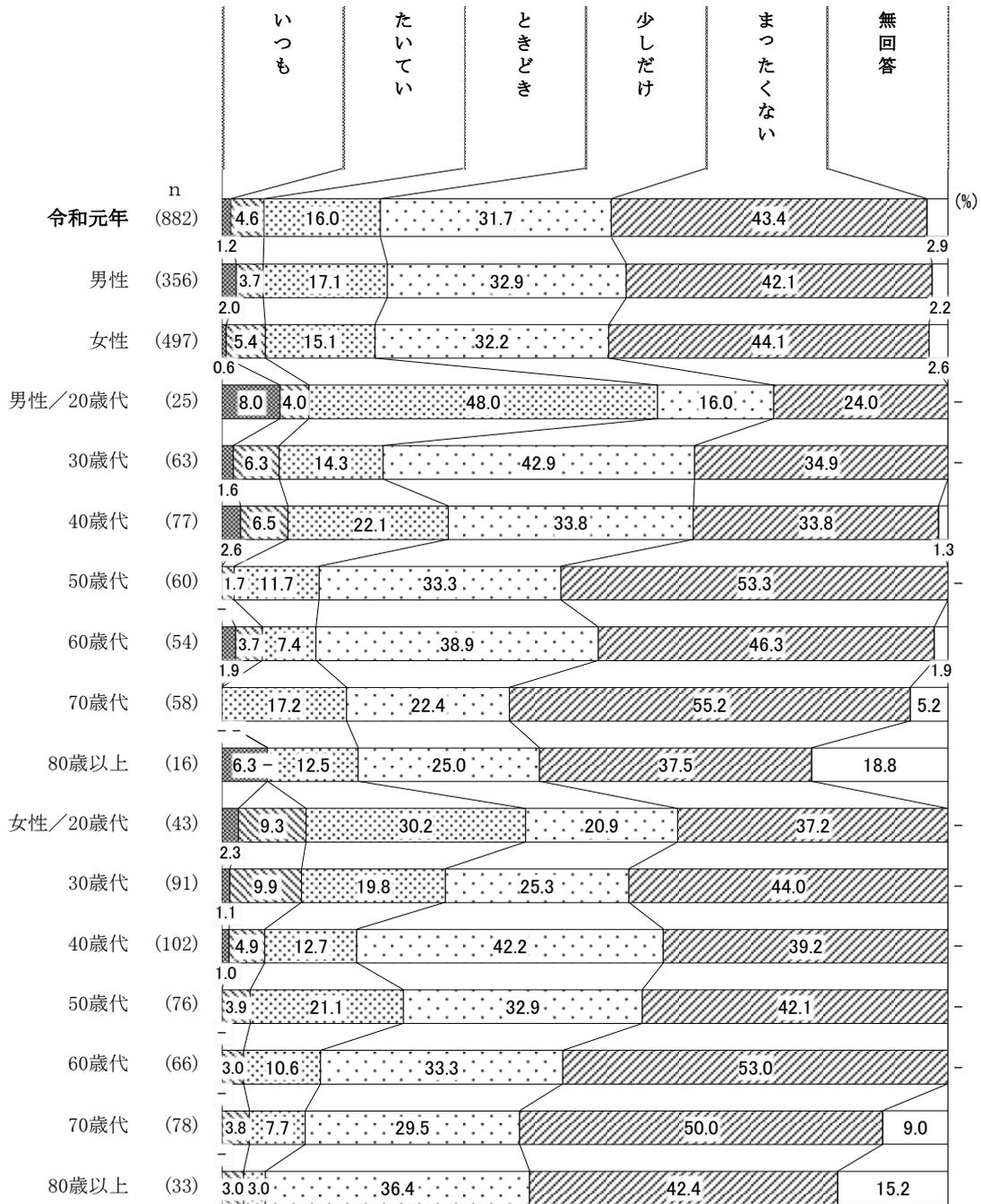
性／年代別でみると、《ある》は、男女ともに20歳代で5割近くと高くなっている。



■ 落ち着かない

性別では、特に大きな違いはみられない。

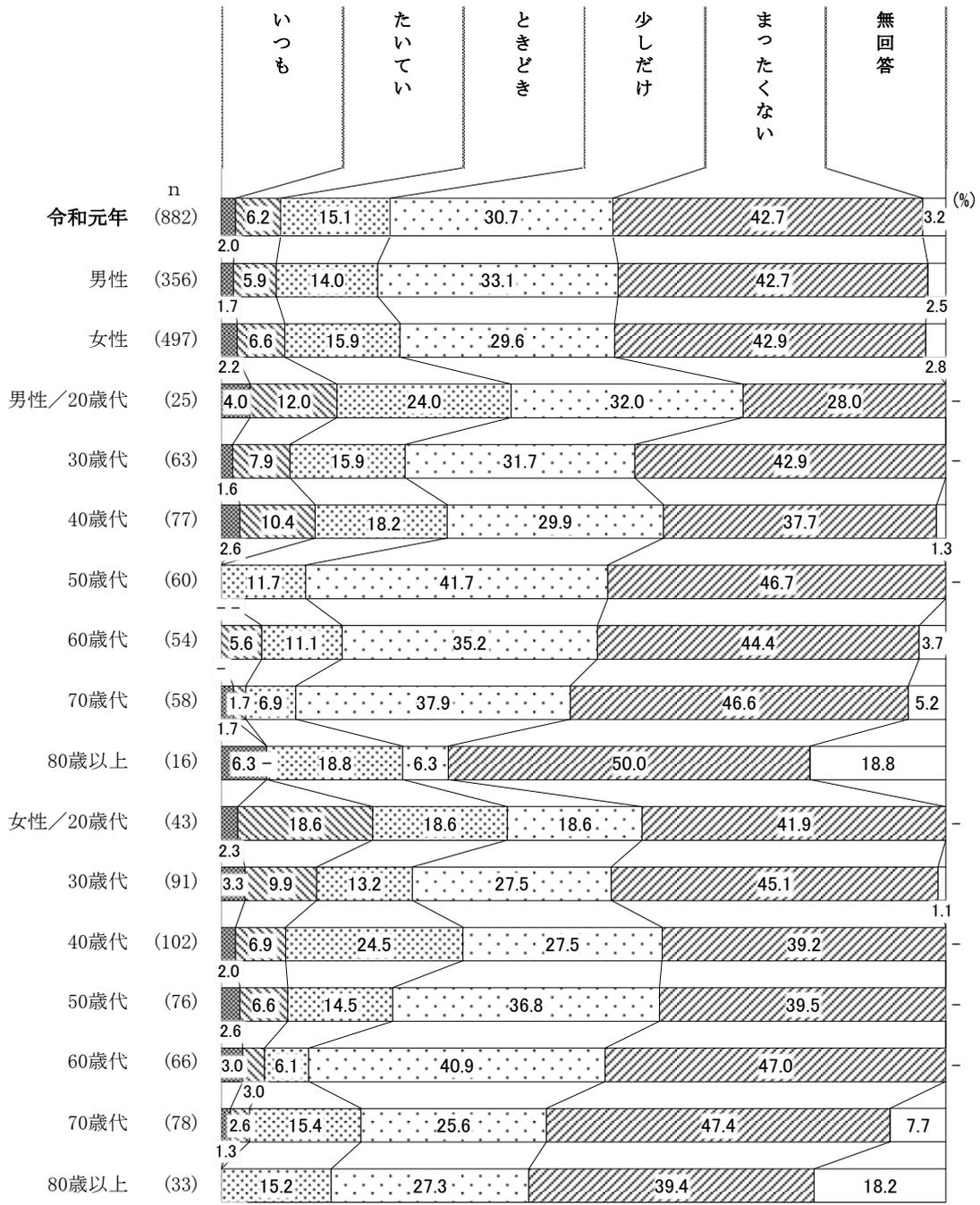
性／年代別でみると、《ある》は、男性の20歳代で7割台半ばと最も高く、男性の30～40歳代で6割台半ば、女性の20歳代、40歳代で6割超えとなっている。



■気が晴れない

性別では、特に大きな違いはみられない。

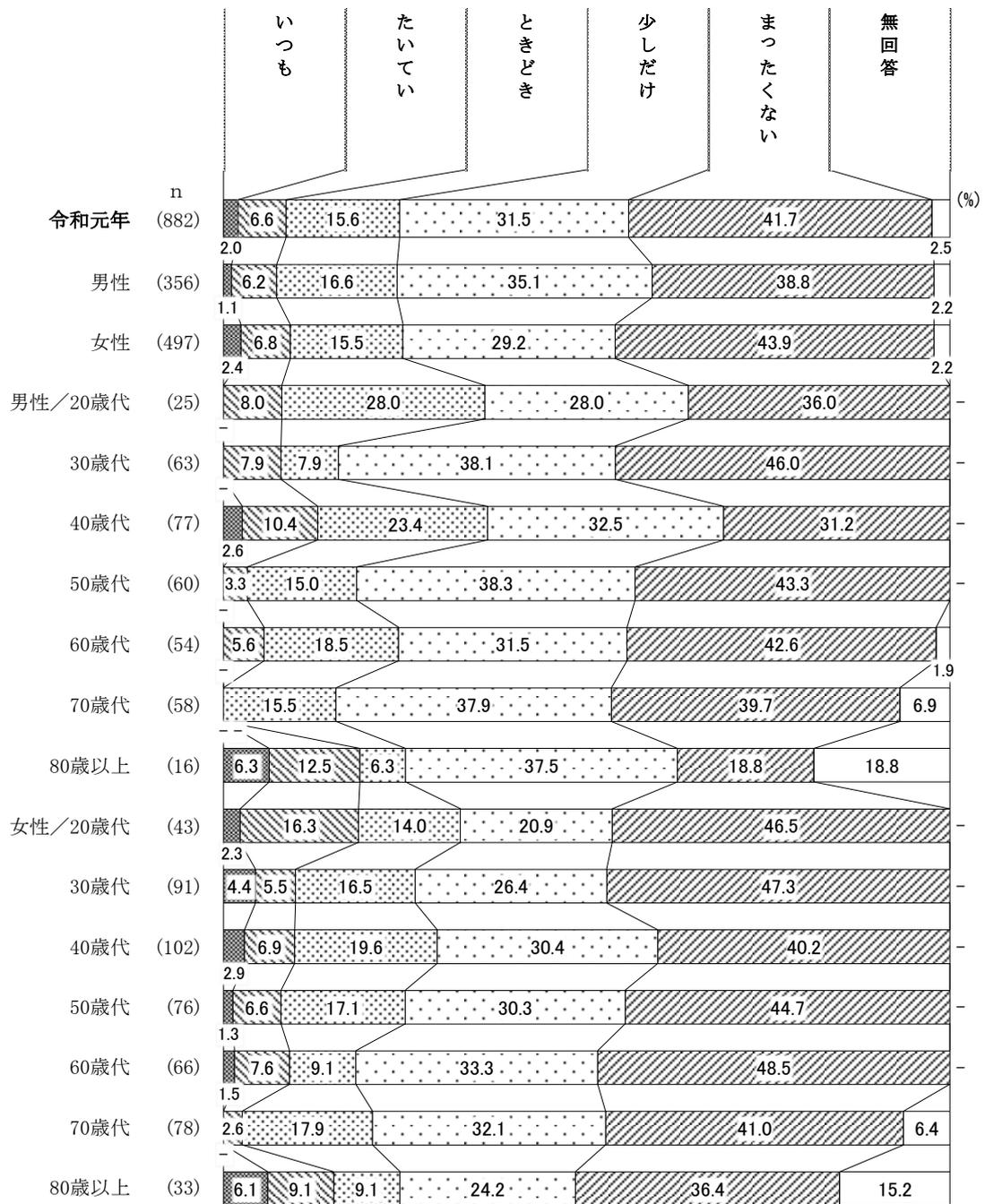
性／年代別でみると、《ある》は、男性の20歳代で7割超えと最も高くなっている。



■骨折り感

性別でみると、《ある》は、男性の方が女性より5.1ポイント高くなっている。

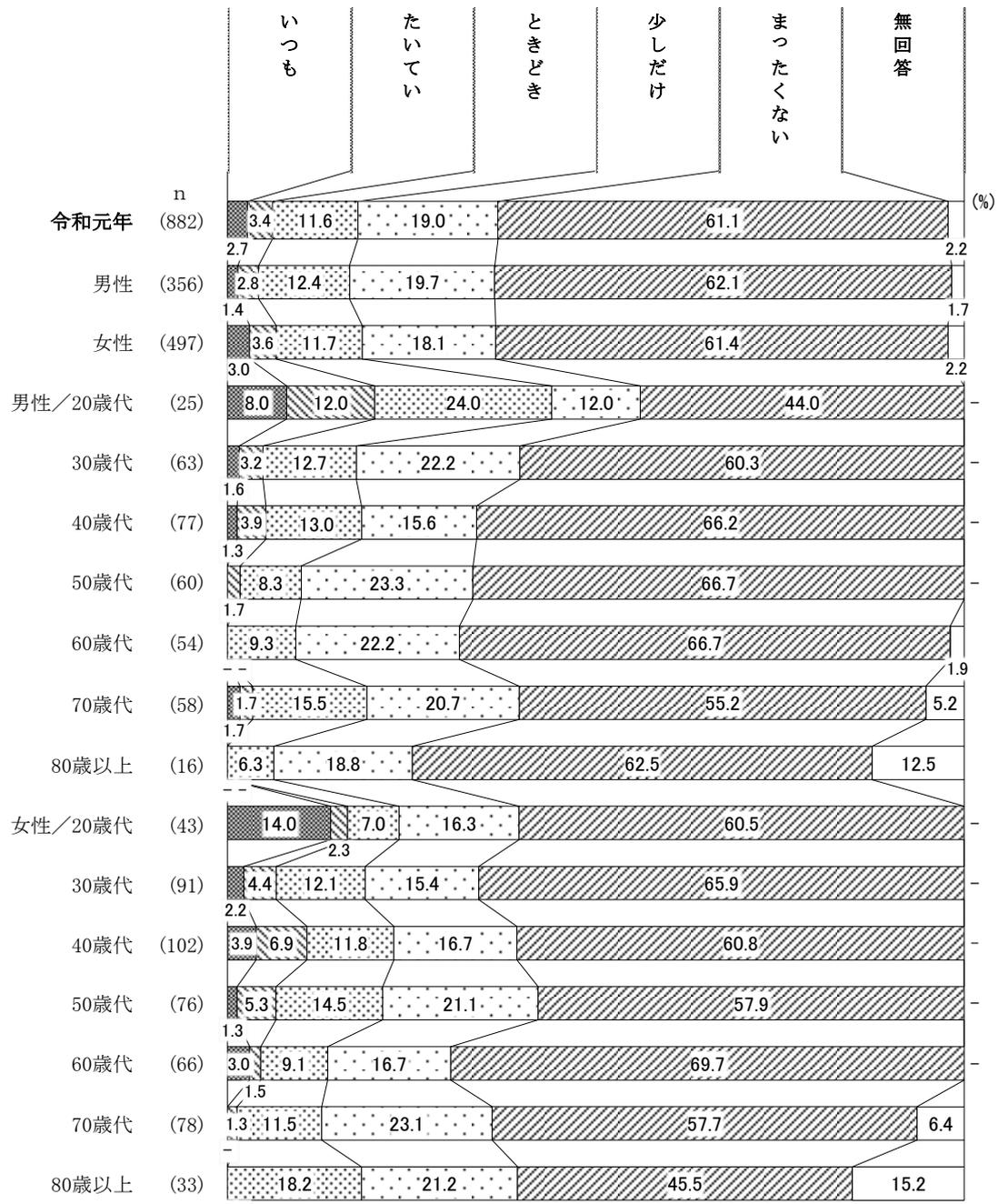
性／年代別でみると、《ある》は、男性の40歳代で7割近くと最も高くなっている。



■自分自身の価値の喪失感

性別では、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、《ある》は、男性の20歳代で5割台半ばと最も高くなっている。



★K6指標

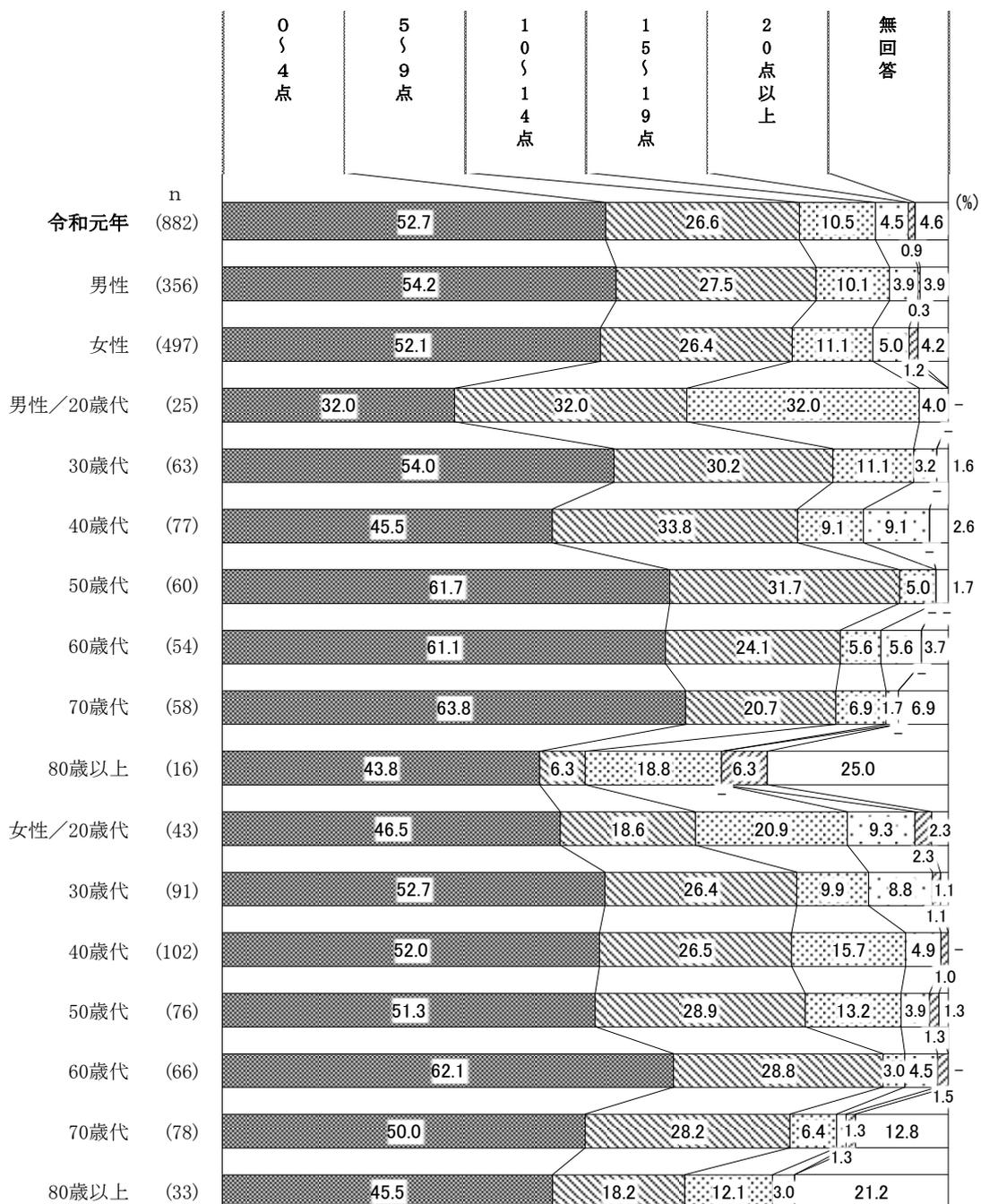
K6指標で点数化したところ、「0～4点」が52.7%で最も高く、「5～9点」(26.6%)、「10～14点」(10.5%)、「15～19点」(4.5%)、「20点以上」(0.9%)となった。

性別では、特に大きな違いはみられない。

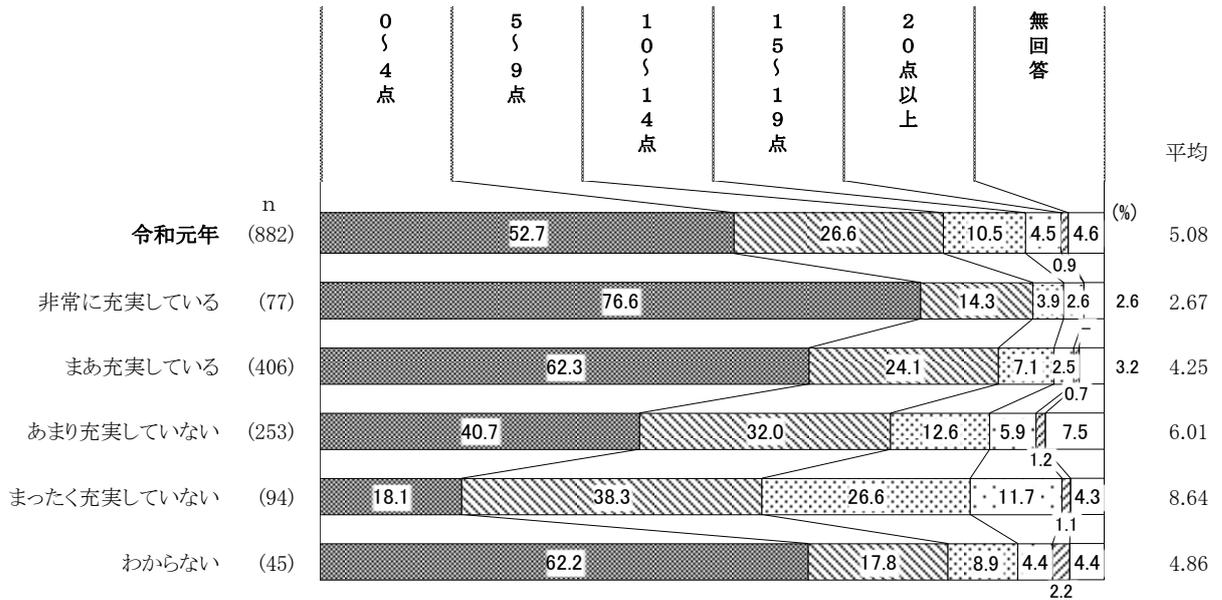
性／年代別でみると、「10～14点」は、男女とも20歳代で高い割合となっている。

※K6指標

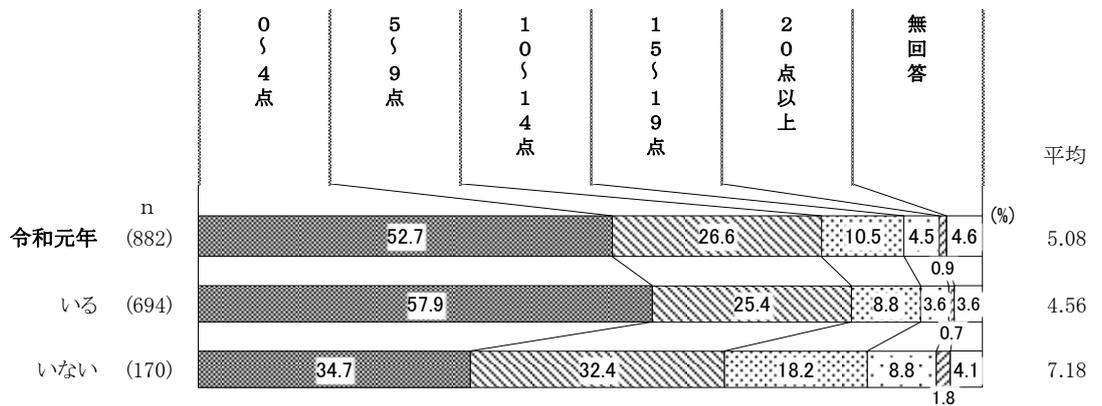
“神経過敏に感じましたか” “絶望的だと感じましたか” “そろそろ、落ち着かなく感じましたか” “気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか” “何をするのも骨折りだと感じましたか” “自分は価値のない人間だと感じましたか” の6つの質問について5段階（「まったくない」(0点)、「少しだけ」(1点)、「ときどき」(2点)、「たいてい」(3点)、「いつも」(4点)）で点数化する。その合計点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられている。



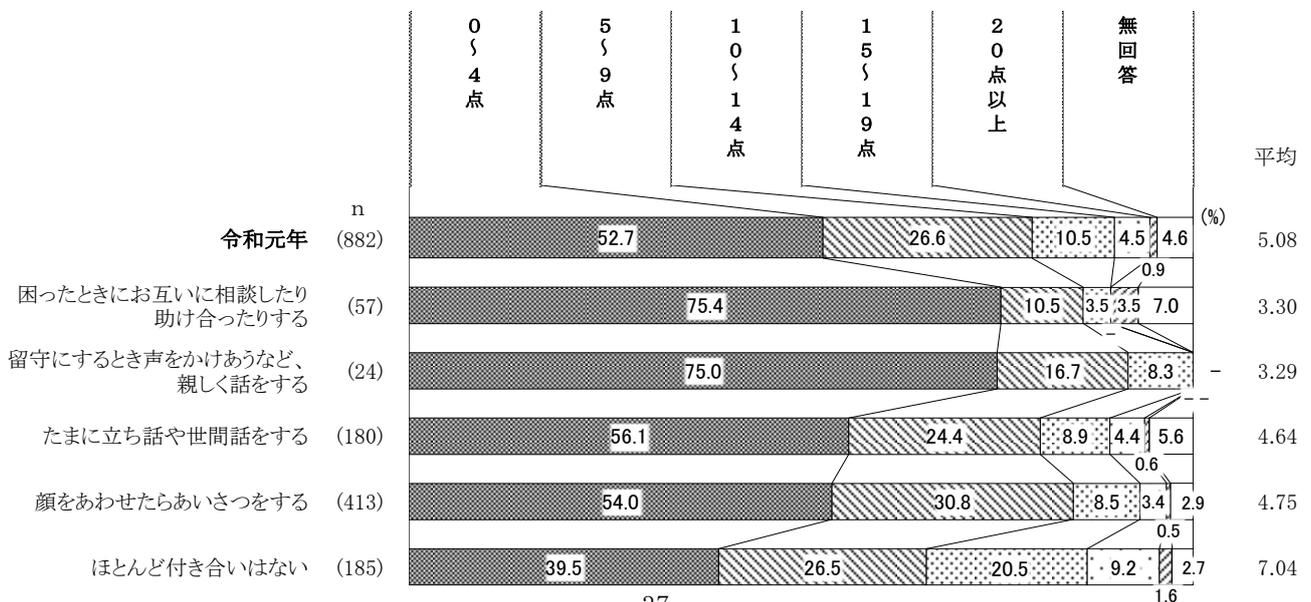
余暇の充実度別でみると、余暇の充実度が高いほど点数が低くなる傾向にある。



悩みの相談相手の有無別でみると、相談相手がいる方が、点数が低くなっている。



近所付き合いの程度別にみると、近所付き合いの程度が親密なほど、概ね点数が低くなる傾向にある。



(8) 悩みや相談相手の有無

問8 あなたは、生活の中で気軽に悩みを話したり、相談したりできる人がいますか。

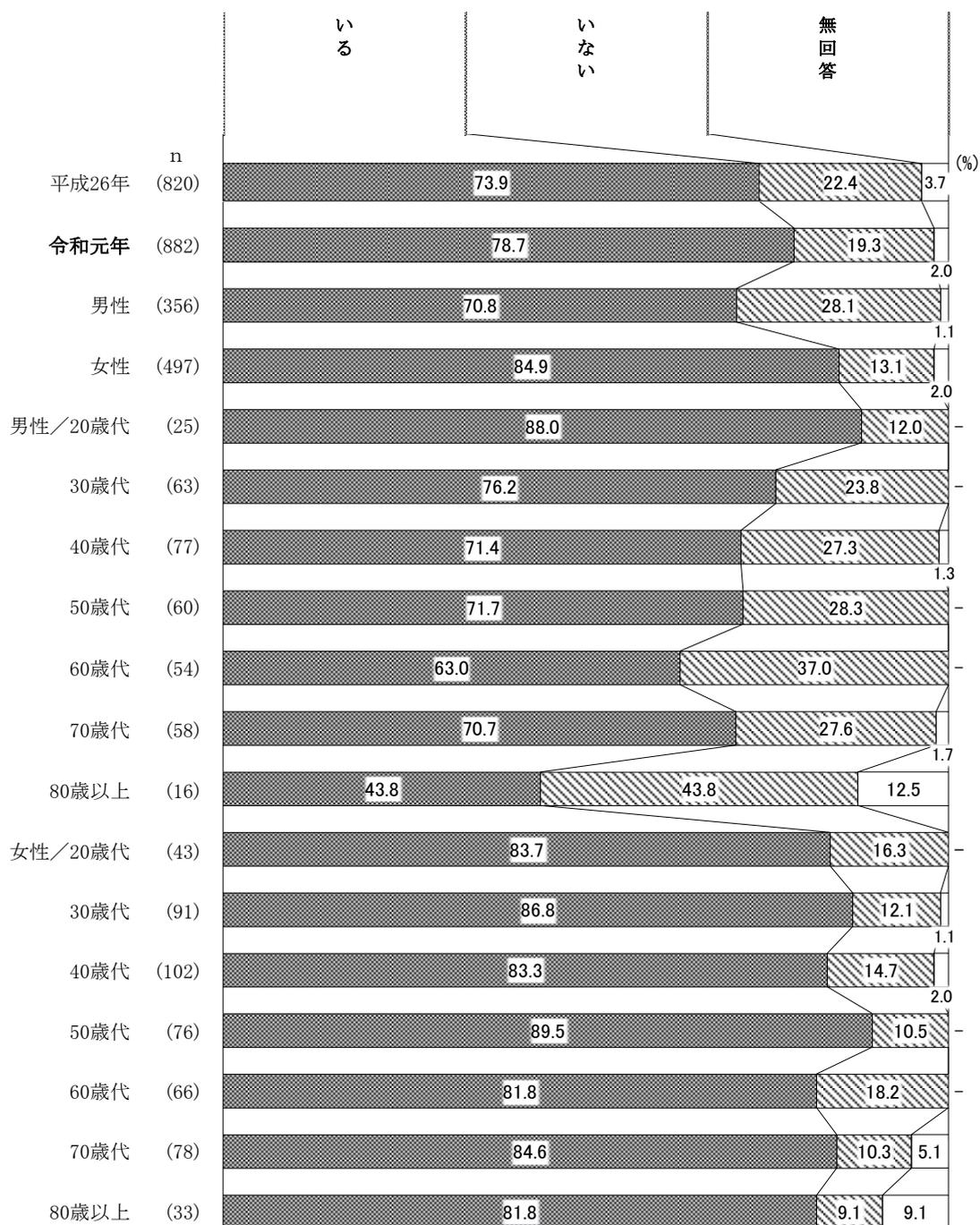
(○は1つ)

悩みや相談相手が「いる」は78.7%で、「いない」が19.3%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「いる」は女性の方が男性より14.1ポイント高くなっている。

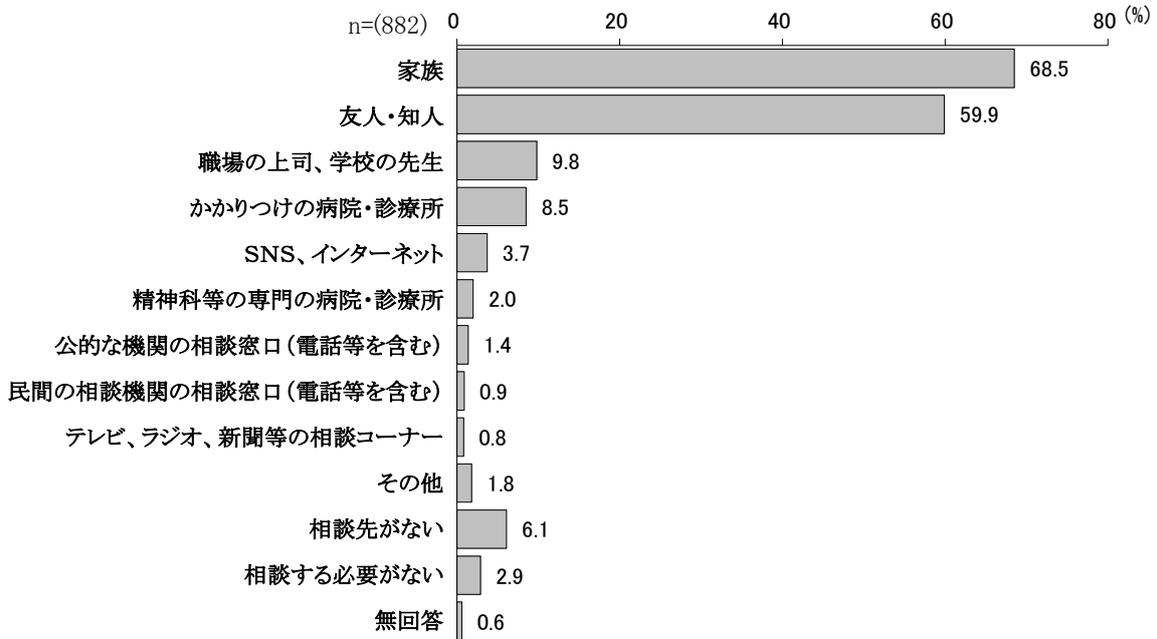
性/年代別でみると、「いる」は女性のすべての年代及び男性の20歳代で8割以上となっている。一方、「いない」は男性の60歳代で4割近くと最も高くなっている。



(9) 悩みの相談相手 (先)

問9 あなたは、だれ（どこ）に悩みを相談しますか。（〇はいくつでも）

悩みの相談相手（先）は、「家族」が68.5%で最も高く、「友人・知人」（59.9%）、「職場の上司、学校の先生」（9.8%）と続く。一方、「相談先がない」は6.1%となっている。



性別でみると、「家族」、「友人・知人」は女性の方が男性よりそれぞれ12.7ポイント、22.7ポイント高くなっている。一方、「相談先がない」は男性の方が女性より6.4ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「相談先がない」は男性の40歳代、60歳代で1割以上と比較的高くなっている。

		単位：%													
	n	家族	友人・知人	職場の上司、学校の先生	かかりつけの病院・診療所	SNS、インターネット	精神科等の専門の病院・診療所	公的な機関の相談窓口(電話等を含む)	民間の相談機関の相談窓口(電話等を含む)	テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナー	その他	相談先がない	相談する必要がある	無回答	
令和元年	882	68.5	59.9	9.8	8.5	3.7	2.0	1.4	0.9	0.8	1.8	6.1	2.9	0.6	
性別															
男性	356	61.5	46.9	12.4	8.4	3.1	2.2	1.1	1.1	0.6	1.1	9.8	4.8	0.3	
女性	497	74.2	69.6	8.2	7.6	4.4	2.0	1.4	0.6	0.8	2.4	3.4	1.2	0.6	
性/年代別	男性/20歳代	25	52.0	60.0	16.0	-	4.0	-	-	-	4.0	8.0	4.0	-	
	30歳代	63	63.5	54.0	25.4	3.2	7.9	1.6	-	1.6	1.6	9.5	3.2	-	
	40歳代	77	63.6	44.2	14.3	7.8	1.3	3.9	1.3	1.3	1.3	10.4	3.9	-	
	50歳代	60	65.0	45.0	16.7	5.0	1.7	3.3	3.3	3.3	-	8.3	1.7	-	
	60歳代	54	63.0	46.3	5.6	7.4	1.9	1.9	-	-	-	11.1	5.6	-	
	70歳代	58	58.6	46.6	-	22.4	3.4	1.7	1.7	1.7	-	1.7	8.6	6.9	-
	80歳以上	16	56.3	25.0	-	12.5	-	-	-	-	-	-	12.5	12.5	6.3
	女性/20歳代	43	65.1	74.4	20.9	2.3	14.0	-	-	-	-	-	9.3	-	-
	30歳代	91	85.7	69.2	14.3	6.6	8.8	5.5	2.2	-	-	4.4	2.2	-	-
	40歳代	102	73.5	77.5	10.8	2.9	4.9	2.0	1.0	2.0	-	1.0	2.9	1.0	1.0
	50歳代	76	75.0	76.3	7.9	3.9	2.6	2.6	-	-	1.3	3.9	2.6	-	-
	60歳代	66	68.2	65.2	3.0	6.1	-	-	1.5	1.5	-	-	4.5	3.0	-
70歳代	78	65.4	65.4	-	14.1	1.3	-	3.8	-	1.3	5.1	2.6	3.8	1.3	
80歳以上	33	84.8	45.5	-	24.2	-	3.0	-	-	6.1	-	3.0	-	3.0	

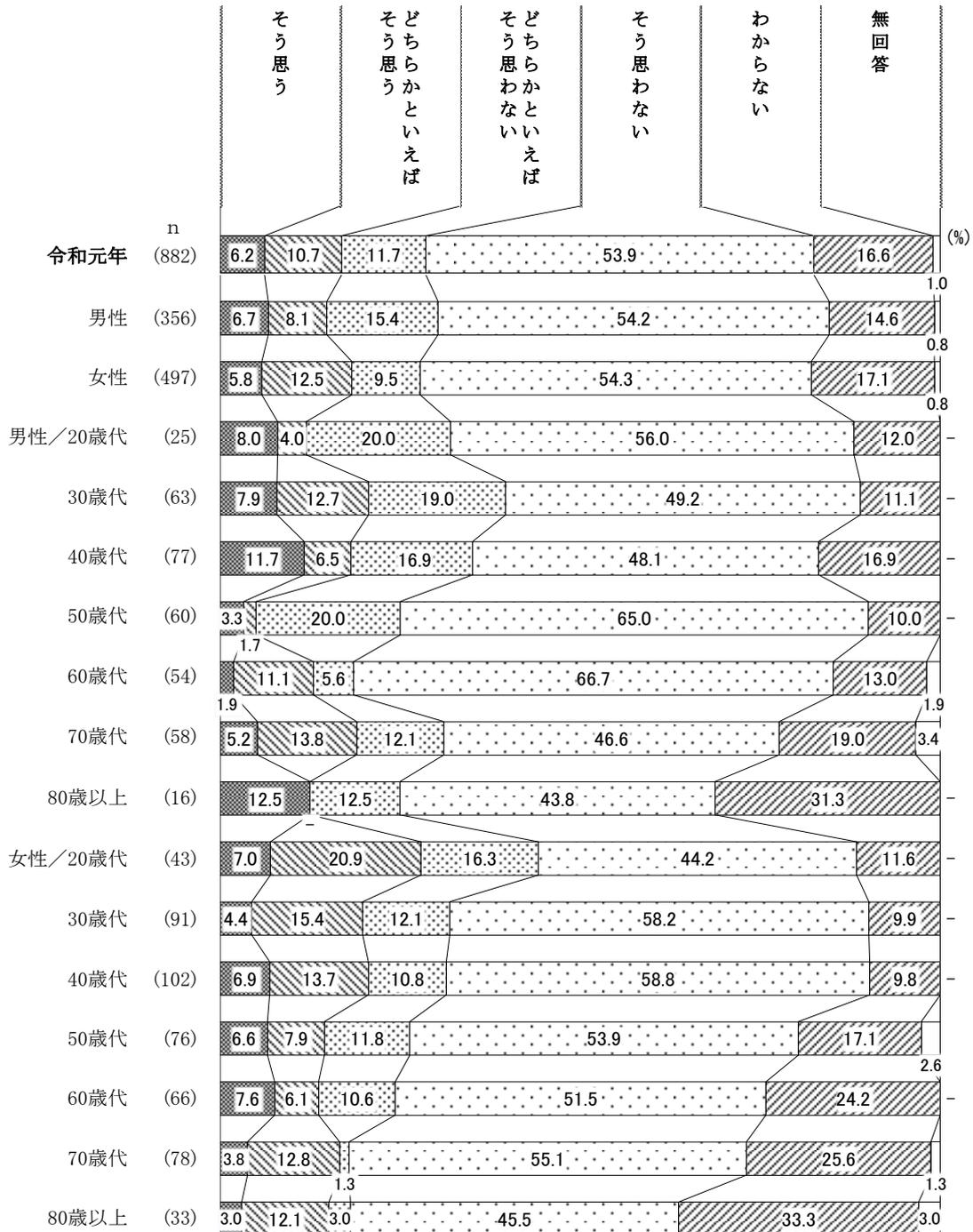
(10) 自殺対策が自分自身に関わるという考え

問10 自殺対策は自分自身に関わることだと思いますか。(〇は1つ)

自殺対策が自分自身に関わるという考えは、「そう思う」(6.2%)と「どちらかといえばそう思う」(10.7%)を合わせた《思う》が16.9%となっている。一方、「どちらかといえばそう思わない」(11.7%)と「そう思わない」(53.9%)を合わせた《思わない》は65.6%となっている。

性別でみると、《思わない》は男性の方が女性より5.8ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《思う》は女性の20歳代で3割近くと高くなっている。



3 食生活・栄養について

(1) 「食育」の認知度・関心度

問11 「食育」についておたずねします。

①あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(〇は1つ)

②あなたは、「食育」に関心がありますか。(〇は1つ)

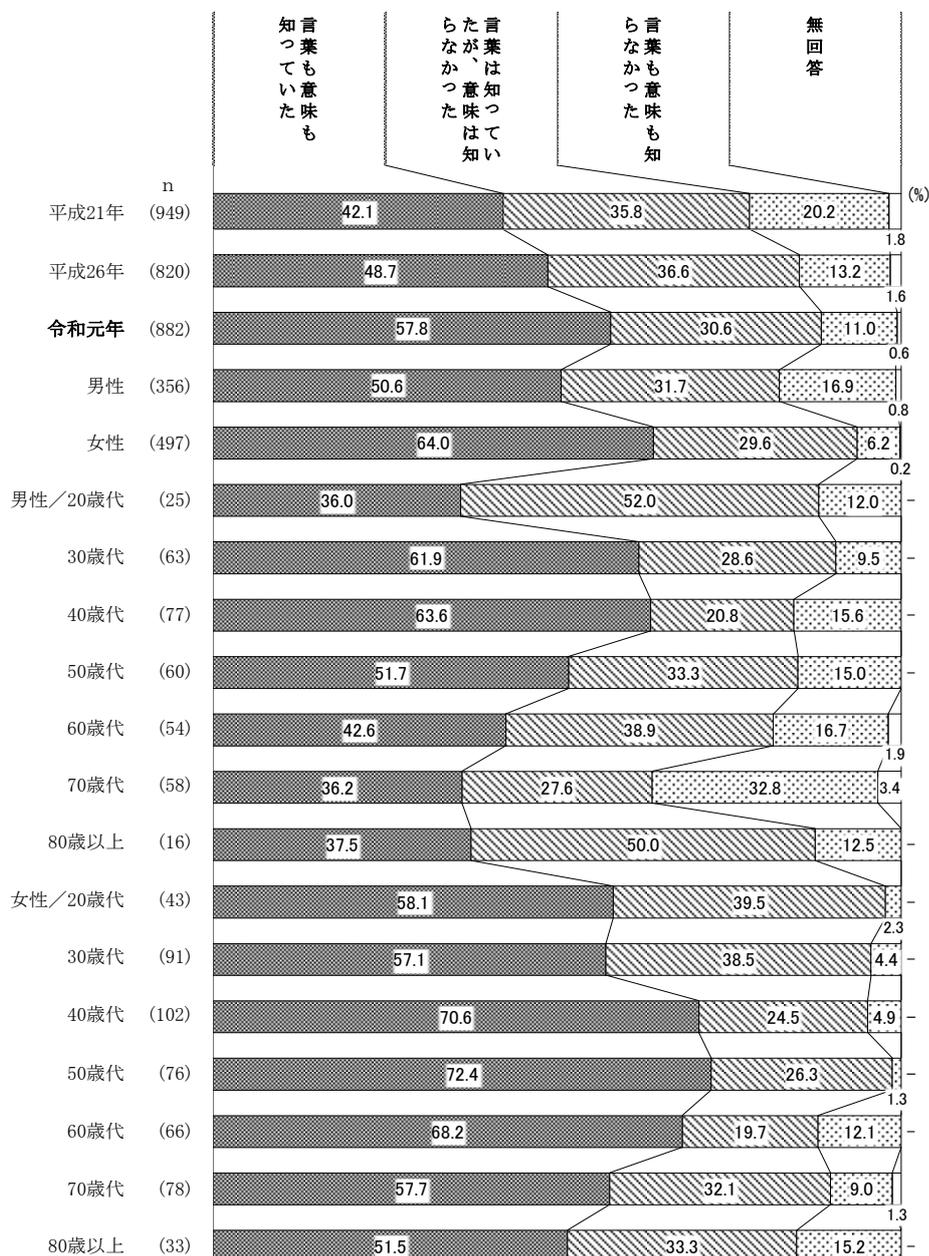
①「食育」の認知度

「食育」という言葉やその意味について、「言葉も意味も知っていた」が57.8%で最も高く、次いで「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」が30.6%となっている。一方、「言葉も意味も知らなかった」は11.0%となっている。

平成26年との比較では、「言葉も意味も知っていた」が9.1ポイント増加している。

性別でみると、「言葉も意味も知っていた」は女性の方が男性よりも13.4ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「言葉も意味も知っていた」は女性の40～50歳代で7割超え、女性の60歳代で7割近くと高くなっている。



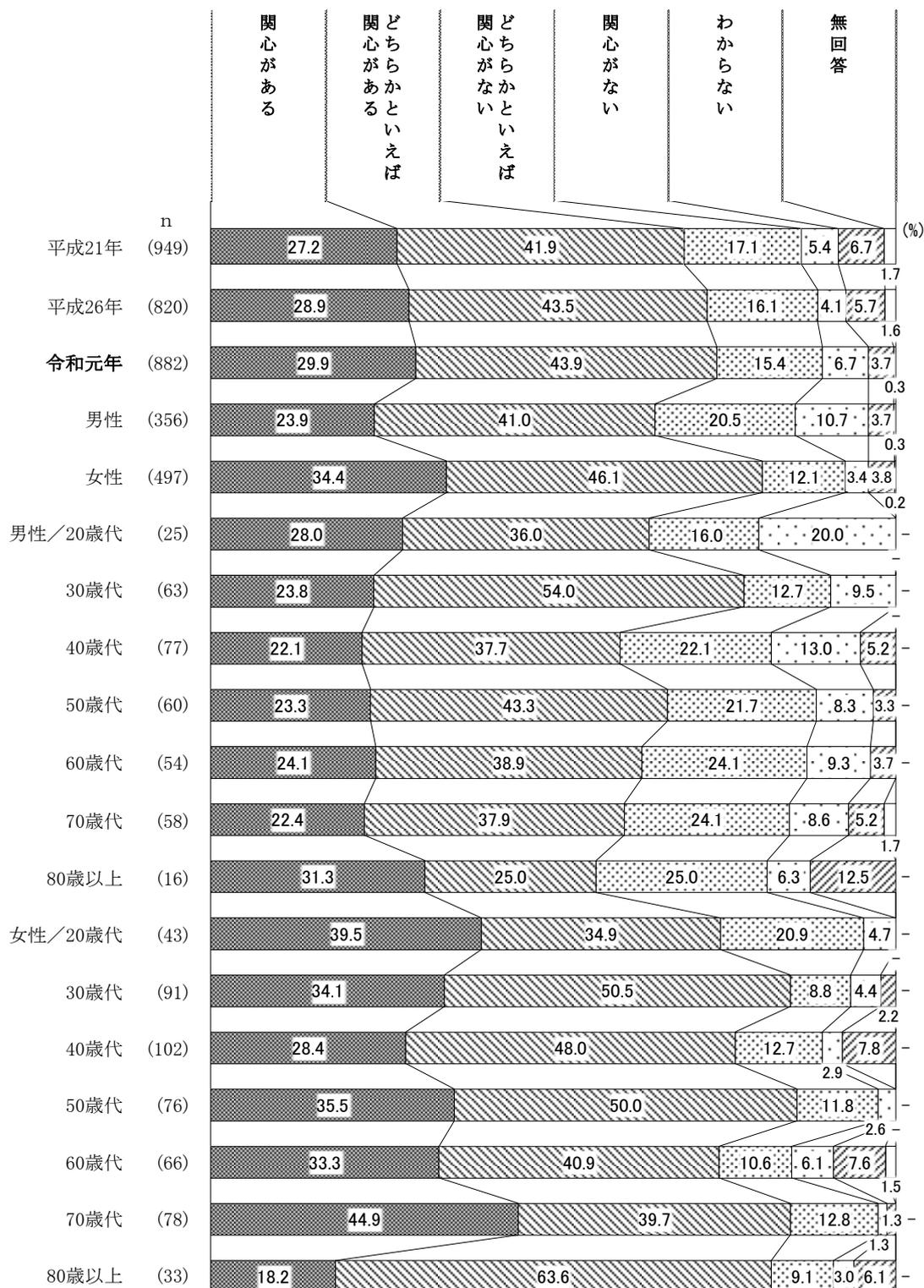
②「食育」への関心度

「食育」への関心度について、「関心がある」(29.9%)と「どちらかといえば関心がある」(43.9%)を合わせた《関心がある》は73.8%となっている。一方、「どちらかといえば関心がない」(15.4%)と「関心がない」(6.7%)を合わせた《関心がない》は22.1%となる。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、《関心がある》は女性の方が男性より15.6ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《関心がない》は、男性では30歳代を除いたすべての年代で3割以上と高くなっている。



(2) 朝食の頻度

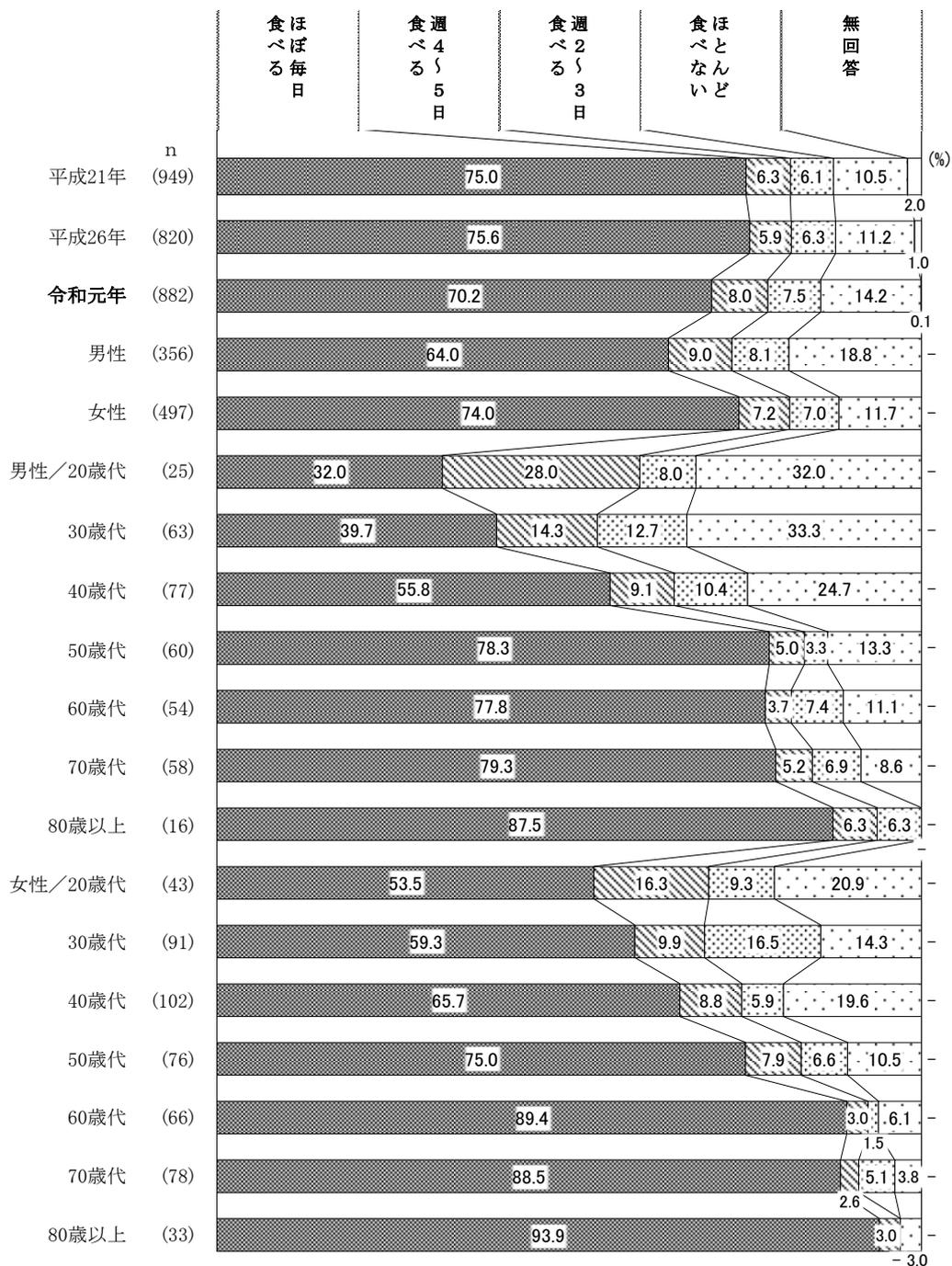
問12 あなたは、朝食を1週間にどの程度とっていますか。(○は1つ)

朝食の頻度は、「ほぼ毎日食べる」が70.2%で最も高く、「週4～5日食べる」(8.0%)と合わせた《週4日以上朝食を摂取》は78.2%となっている。一方、「週2～3日食べる」(7.5%)と「ほとんど食べない」(14.2%)を合わせた《週4日以上朝食を欠食》は21.7%となる。

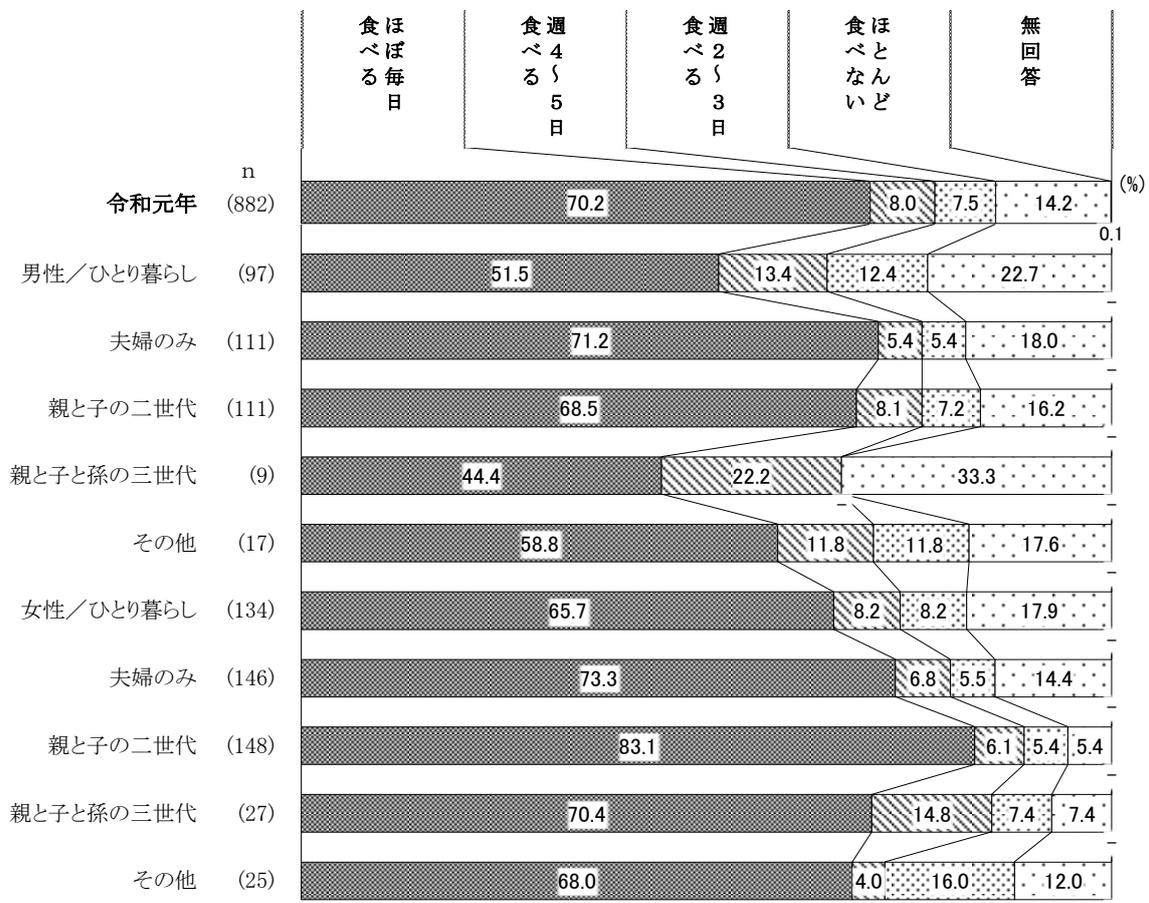
平成26年との比較でみると、「ほぼ毎日食べる」は5.4ポイント減少している。

性別でみると、「ほぼ毎日食べる」は女性の方が男性より10.0ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「ほぼ毎日食べる」は男女ともに概ね年齢が上がるほど高くなり、女性の80歳以上が9割台半ば、女性の60～70歳代で9割近くとなっている。「ほとんど食べない」は男性の20～30歳代で3割を超える。《週4日以上朝食を欠食》でみると、男性の20～40歳代が3割台半ばから4割台半ば、女性の20～30歳代が3割以上と高くなっている。



性別／世帯構成別でみると、《週4日以上朝食を欠食》は、男女ともひとり暮らしで割合が高くなる傾向にあり、特に男性のひとり暮らしで3割台半ばとなっている。



(3) 食事の頻度

問13 あなたの以下のそれぞれの食事の頻度はどのくらいですか。

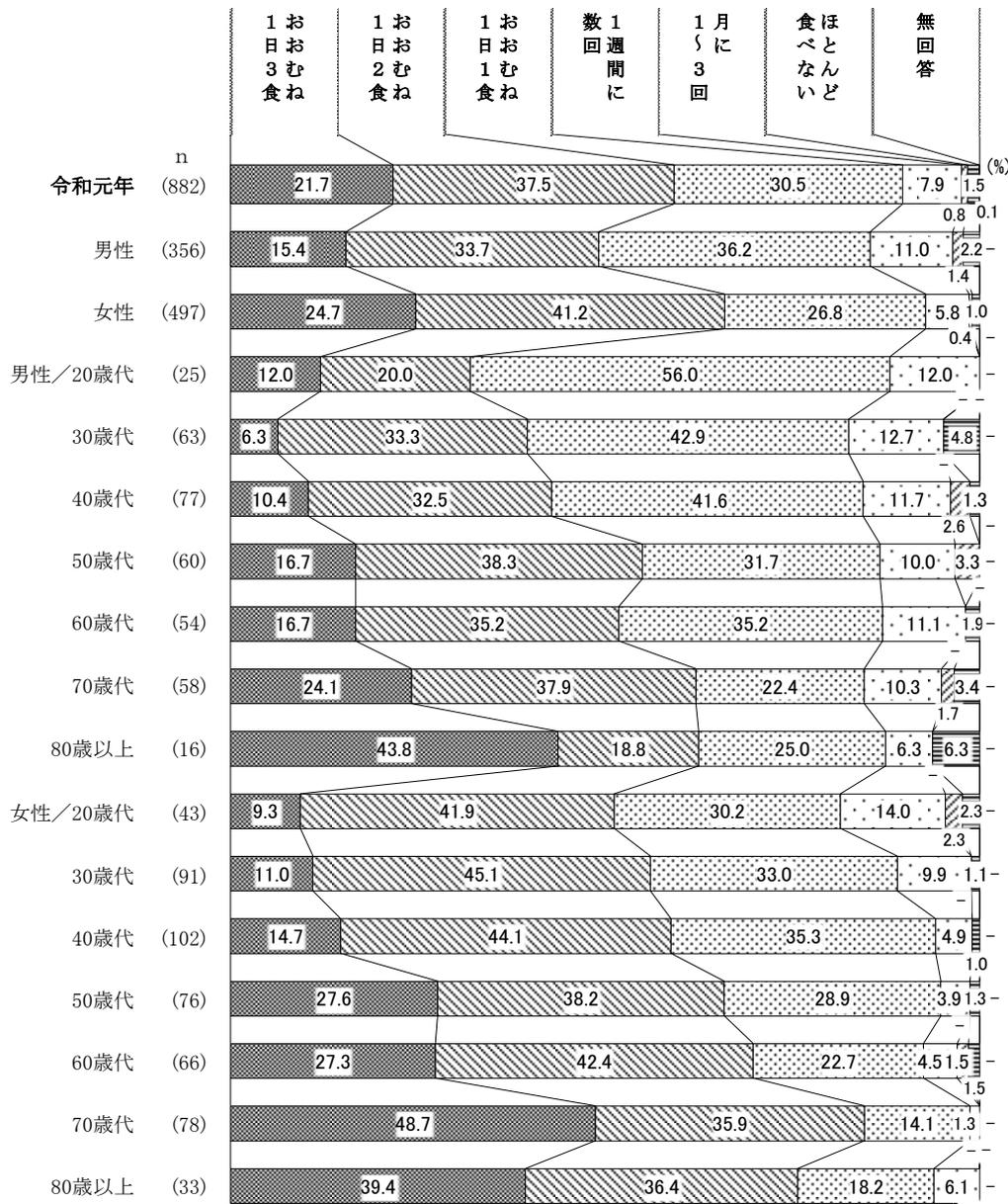
- ①野菜を使った料理 (〇は1つ)
- ②主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事 (〇は1つ)

①野菜を使った料理

野菜を使った料理の頻度は、「おおむね1日3食」が21.7%で、「おおむね1日2食」が37.5%と最も高くなっている。これらを合わせた《おおむね1日2食以上摂取》は59.2%となる。

性別でみると、《おおむね1日2食以上摂取》は女性の方が男性より16.8ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《おおむね1日2食以上摂取》は、女性の60～80歳以上で約7割から8割台半ばと高くなっている。

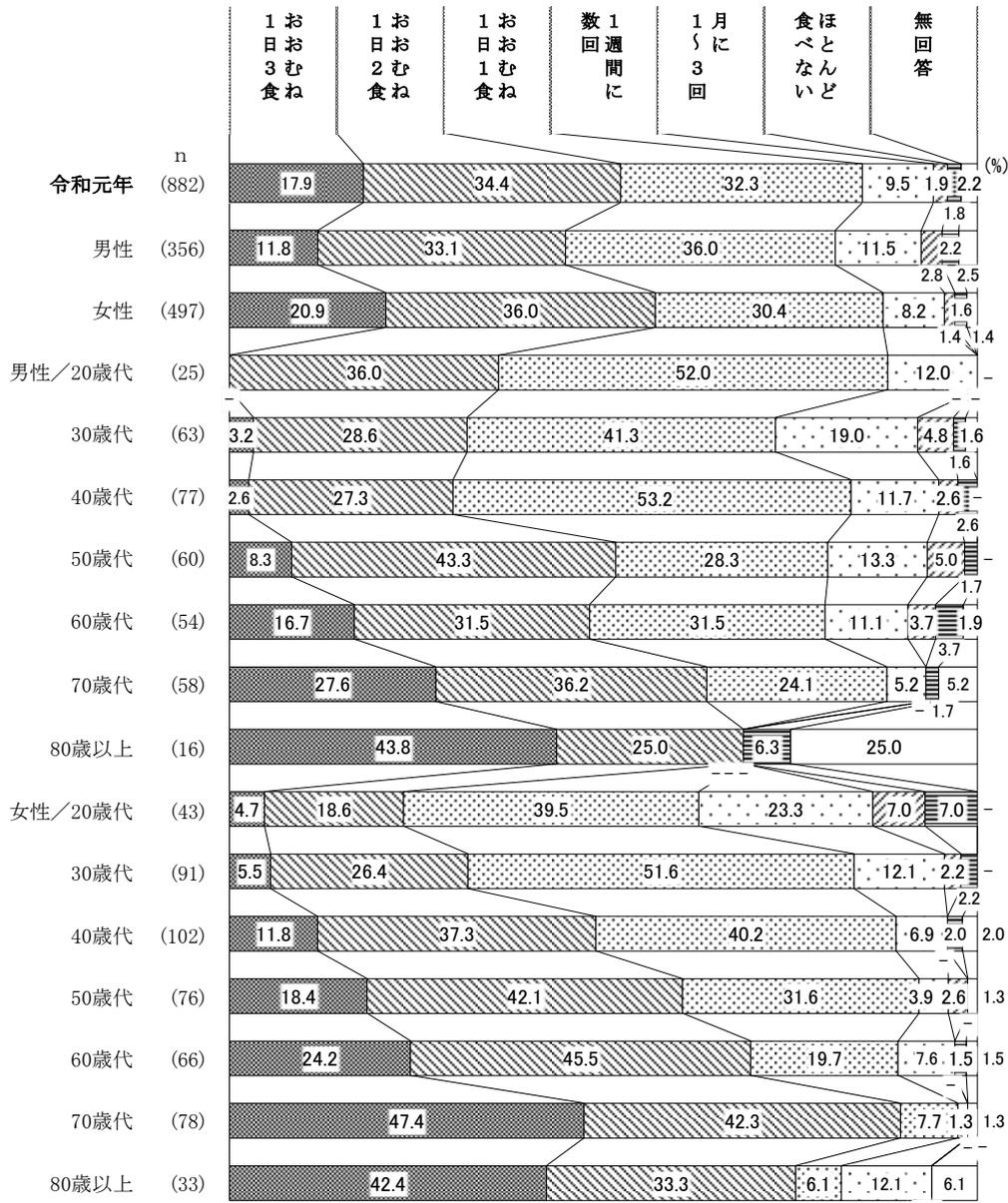


②主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事

主食・主菜・副菜をそろえたバランスのよい食事の頻度は、「おおむね1日2食」が34.4%で最も高くなっている。「おおむね1日3食」（17.9%）と合わせた《おおむね1日2食以上摂取》は52.3%となる。

性別で見ると、《おおむね1日2食以上摂取》は、女性の方が男性より12.0ポイント高くなっている。

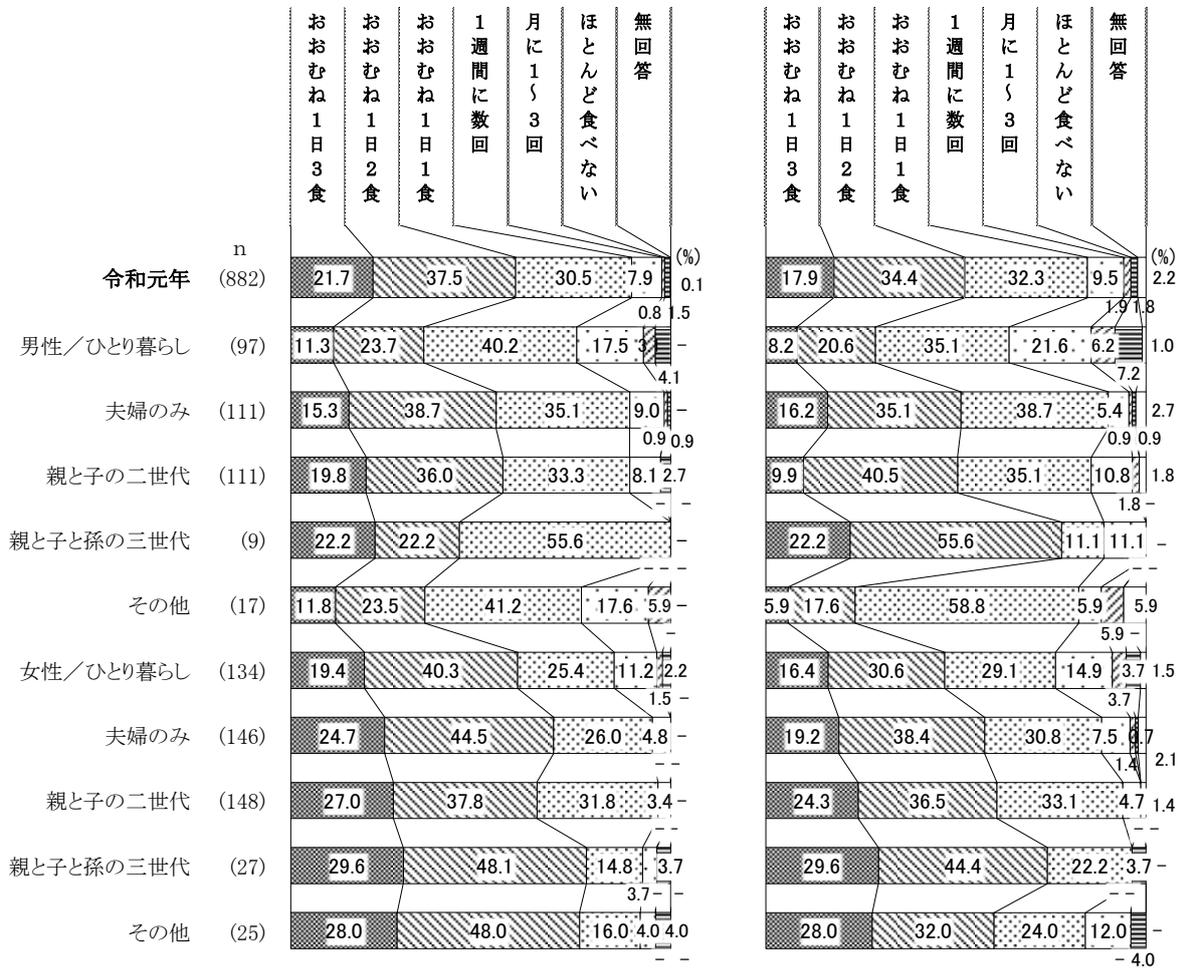
性／年代別で見ると、《おおむね1日2食以上摂取》は男性の70歳代、女性の60～80歳以上で高く、特に、女性の70歳代で約9割となっている。一方、「1週間に数回」は、女性の20歳代で2割超えと最も高く、男性の30歳代でも2割近くとなっている。



性別／世帯構成別にみると、《おおむね1日2食以上摂取》は①野菜を使った料理の頻度、②バランスのよい食事の頻度ともに、男性のひとり暮らしで割合が低くなっている。

<①野菜を使った料理の頻度>

<②バランスのよい食事の頻度>

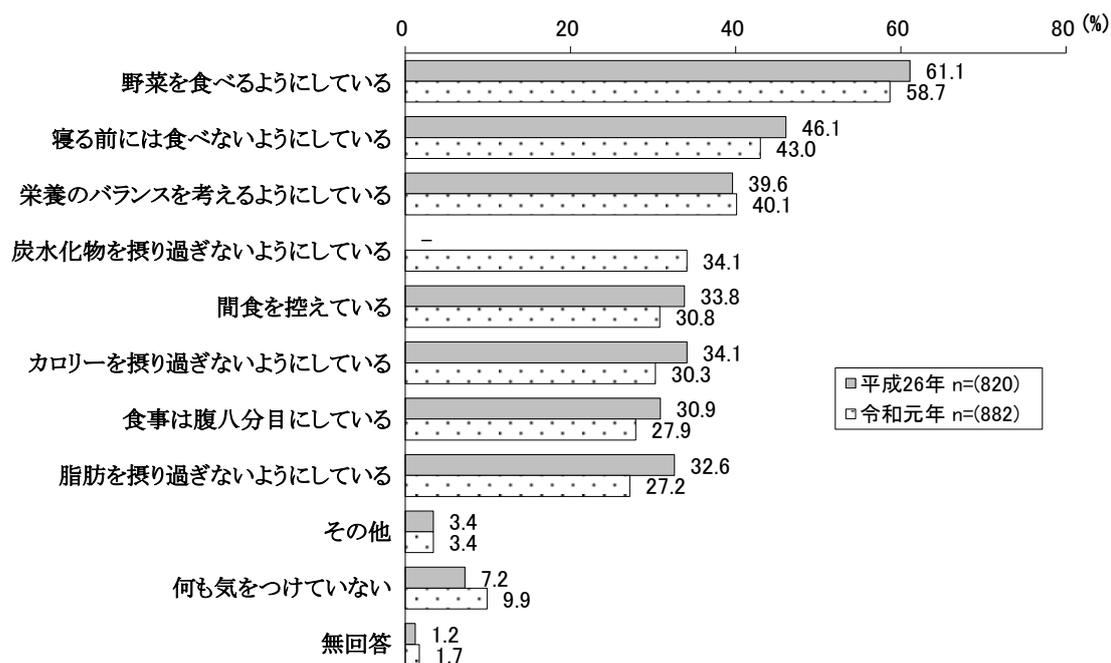


(4) 日頃の食生活で実践していること

問14 あなたは、日頃の食生活で実践していることはありますか。(〇はいくつでも)

日頃の食生活で実践していることは、「野菜を食べるようにしている」が58.7%で最も高く、「寝る前には食べないようにしている」(43.0%)、「栄養のバランスを考えるようにしている」(40.1%)と続く。

平成26年との比較で見ると、「脂肪を摂り過ぎないようにしている」が5.4ポイント減少している。



※「炭水化物を摂り過ぎないようにしている」は、今回調査で新設。

性別でみると、8項目中7項目で女性の方が男性より高く、なかでも「野菜を食べるようにしている」「栄養のバランスを考えるようにしている」はその差が目立ち、20ポイント以上高くなっている。

性／年代別でみると、「野菜を食べるようにしている」は女性の30歳代、50歳代、70歳以上で7割以上、「寝る前には食べないようにしている」は女性の60歳以上で6割台半ばから7割超えと高くなっている。

単位：%

	n	野菜を食べるようにしている	寝る前には食べないようにしている	栄養のバランスを考えている	炭水化物を摂り過ぎないようにしている	間食を控えている	カロリーを摂り過ぎないようにしている	食事は腹八分目にして	脂肪を摂り過ぎないようにしている	その他	何も気をつけていない	無回答	
令和元年	882	58.7	43.0	40.1	34.1	30.8	30.3	27.9	27.2	3.4	9.9	1.7	
性別													
男性	356	47.2	33.4	27.0	30.9	34.6	25.0	26.7	24.4	3.9	14.3	2.2	
女性	497	68.0	49.7	50.3	37.4	29.2	34.6	28.6	29.8	2.6	6.8	1.0	
性／年代別	男性／20歳代	25	32.0	4.0	32.0	28.0	20.0	32.0	24.0	4.0	12.0	-	
	30歳代	63	44.4	25.4	22.2	30.2	38.1	15.9	11.1	14.3	4.8	15.9	1.6
	40歳代	77	46.8	22.1	26.0	29.9	27.3	26.0	16.9	16.9	3.9	16.9	-
	50歳代	60	50.0	43.3	33.3	41.7	35.0	25.0	25.0	28.3	5.0	10.0	1.7
	60歳代	54	51.9	50.0	20.4	31.5	44.4	25.9	40.7	25.9	3.7	18.5	1.9
	70歳代	58	51.7	44.8	25.9	27.6	39.7	29.3	41.4	36.2	1.7	13.8	1.7
	80歳以上	16	31.3	25.0	31.3	12.5	18.8	12.5	43.8	31.3	6.3	6.3	25.0
	女性／20歳代	43	46.5	30.2	23.3	41.9	30.2	39.5	11.6	20.9	2.3	16.3	-
	30歳代	91	72.5	40.7	41.8	27.5	20.9	30.8	19.8	24.2	2.2	7.7	-
	40歳代	102	64.7	34.3	45.1	37.3	19.6	26.5	18.6	19.6	2.9	11.8	2.0
	50歳代	76	76.3	46.1	53.9	46.1	38.2	36.8	21.1	30.3	3.9	6.6	-
	60歳代	66	54.5	63.6	54.5	39.4	25.8	42.4	39.4	37.9	1.5	1.5	1.5
70歳代	78	79.5	73.1	70.5	35.9	38.5	35.9	44.9	41.0	2.6	-	1.3	
80歳以上	33	69.7	72.7	57.6	36.4	42.4	36.4	60.6	45.5	3.0	6.1	3.0	

(5) 適正な塩分の摂取量の認知度

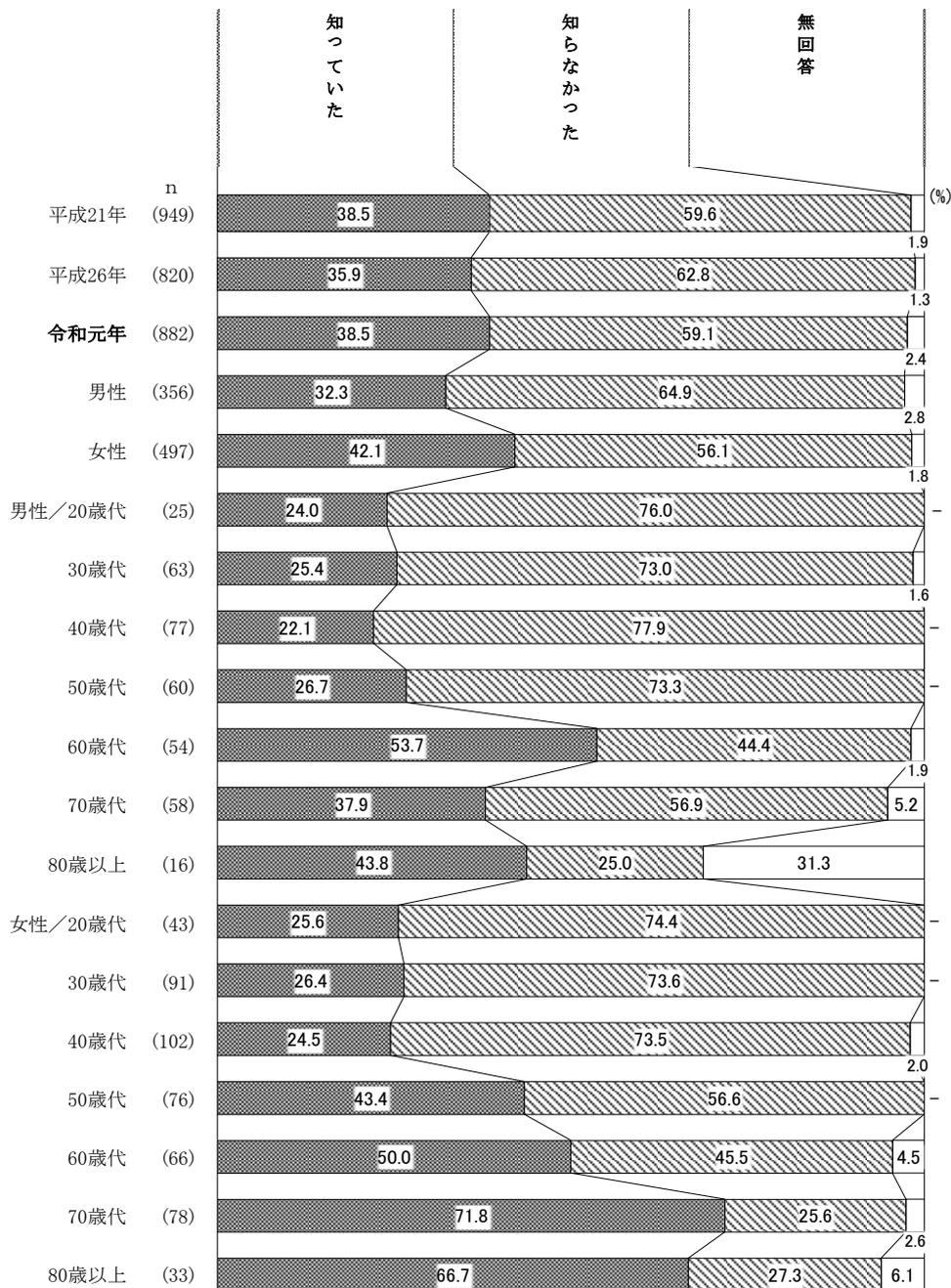
問15 あなたは、1日の適正な塩分の摂取量が、現在、男性が8.0グラム未満、女性が7.0グラム未満だと知っていましたか。(〇は1つ)

適正な塩分摂取量を「知っていた」は38.5%で、「知らなかった」が59.1%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「知っていた」は女性の方が男性より9.8ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「知っていた」は女性の70歳代で7割超えと最も高くなっている。一方、「知らなかった」は男性の20～50歳代と女性の20～40歳代で7割以上となっている。



※ 1日の適正な塩分摂取量は、平成21年度の調査で「男性10.0グラム未満、女性が8.0グラム未満」、平成26年度の調査で「男性9.0グラム未満、女性が7.5グラム未満」としていたが、その後「日本人の食事摂取基準（2015年版）策定検討会」で、摂取目標量は男性8.0グラム未満、女性7.0グラム未満と示された。

(6) 外食や中食の利用頻度

問16 あなたは、外食や中食をどのくらい利用しますか。(それぞれ○は1つ)

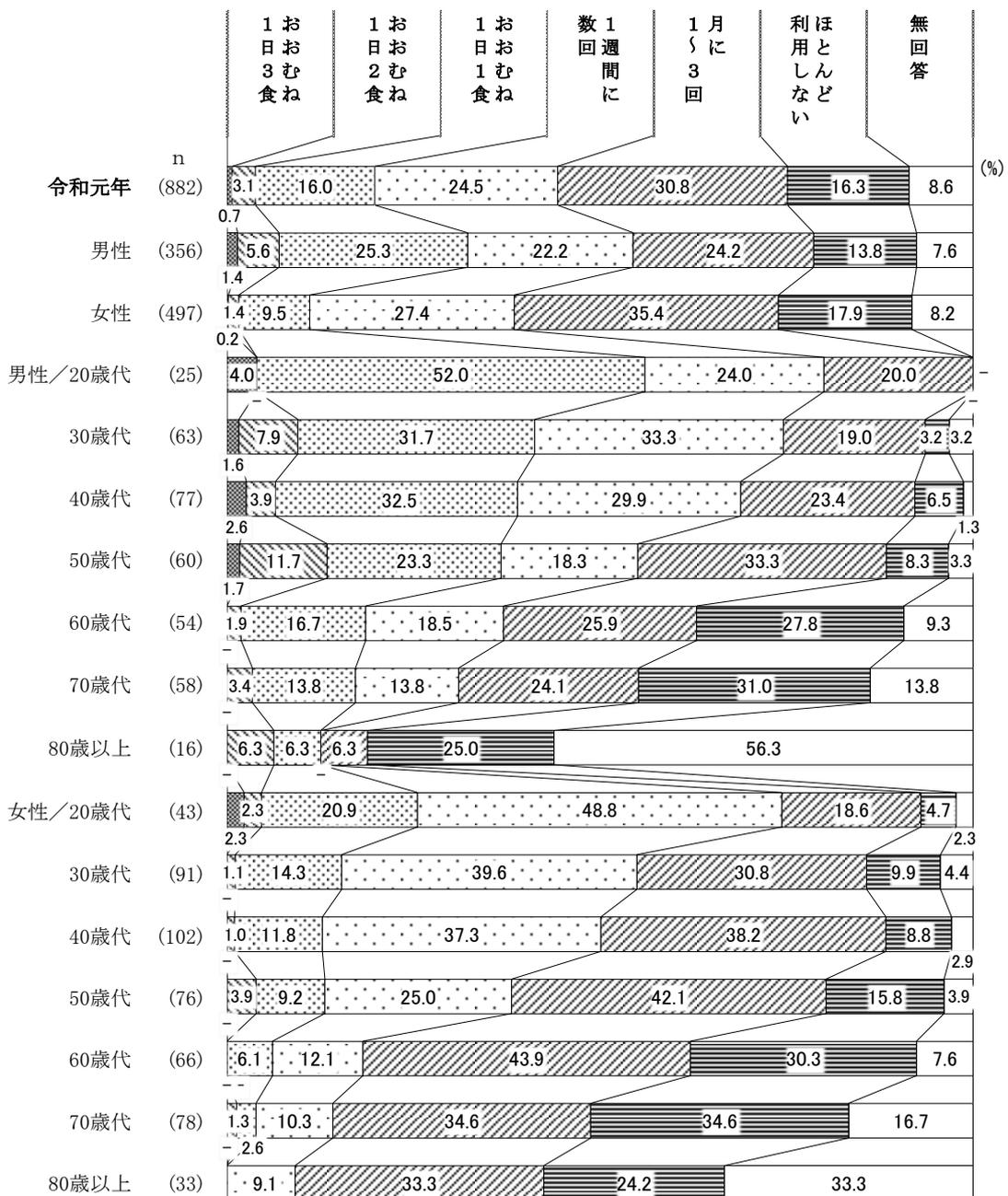
※中食とは、持ち帰り弁当や持ち帰り寿司、おにぎり、惣菜類など調理済みの料理を購入して家や職場などで食べる食事のことをいいます。

■外食

外食の利用頻度は、「月に1～3回」が30.8%で最も高くなっている。「おおむね1日3食」(0.7%)と「おおむね1日2食」(3.1%)と「おおむね1日1食」(16.0%)を合わせた《おおむね1日1食以上》は19.8%となる。

性別でみると、《おおむね1日1食以上》は、男性の方が女性より21.2ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《おおむね1日1食以上》は男性の20～50歳代で高く、特に男性の20歳代で5割台半ばと高くなっている。

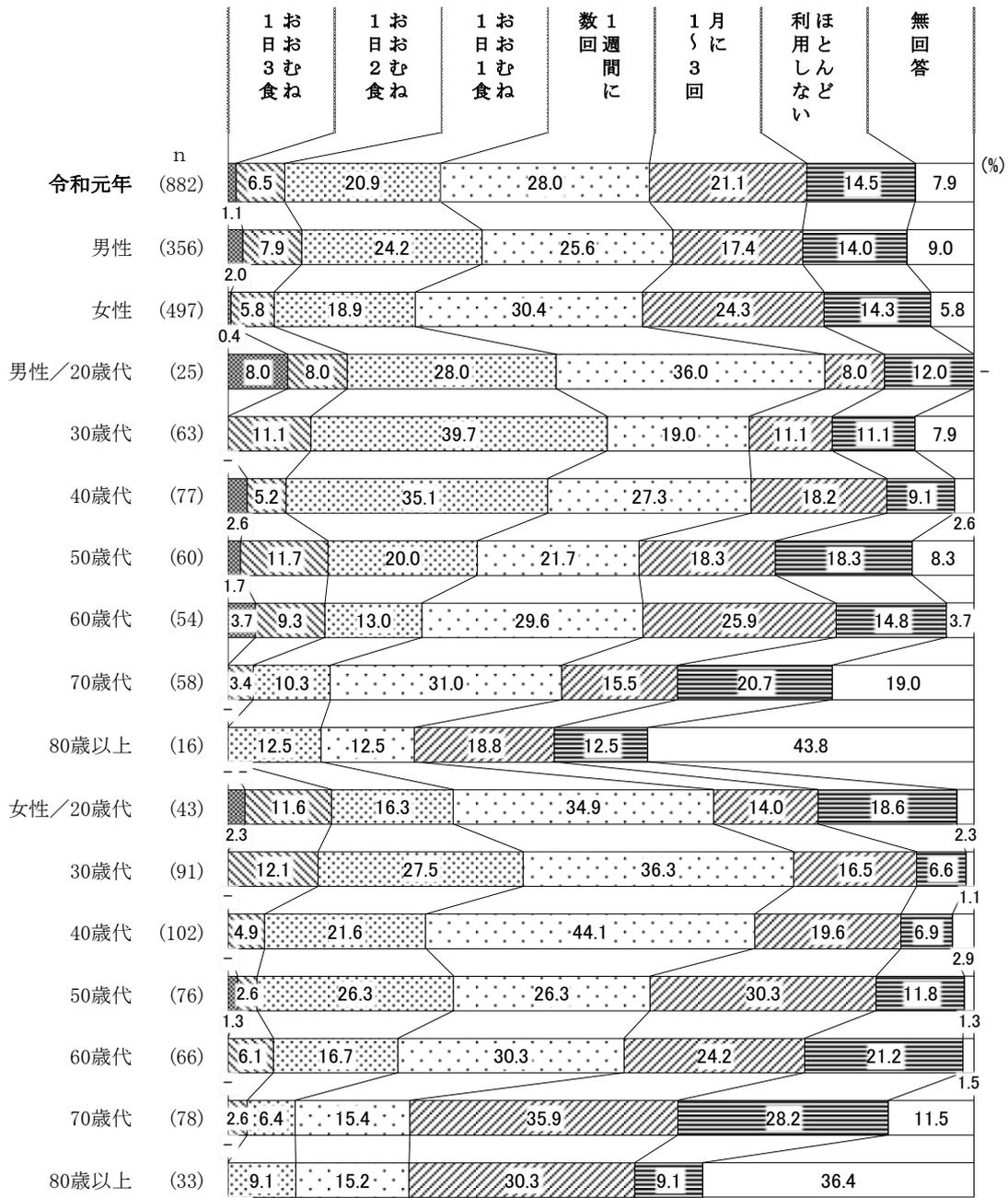


■中食

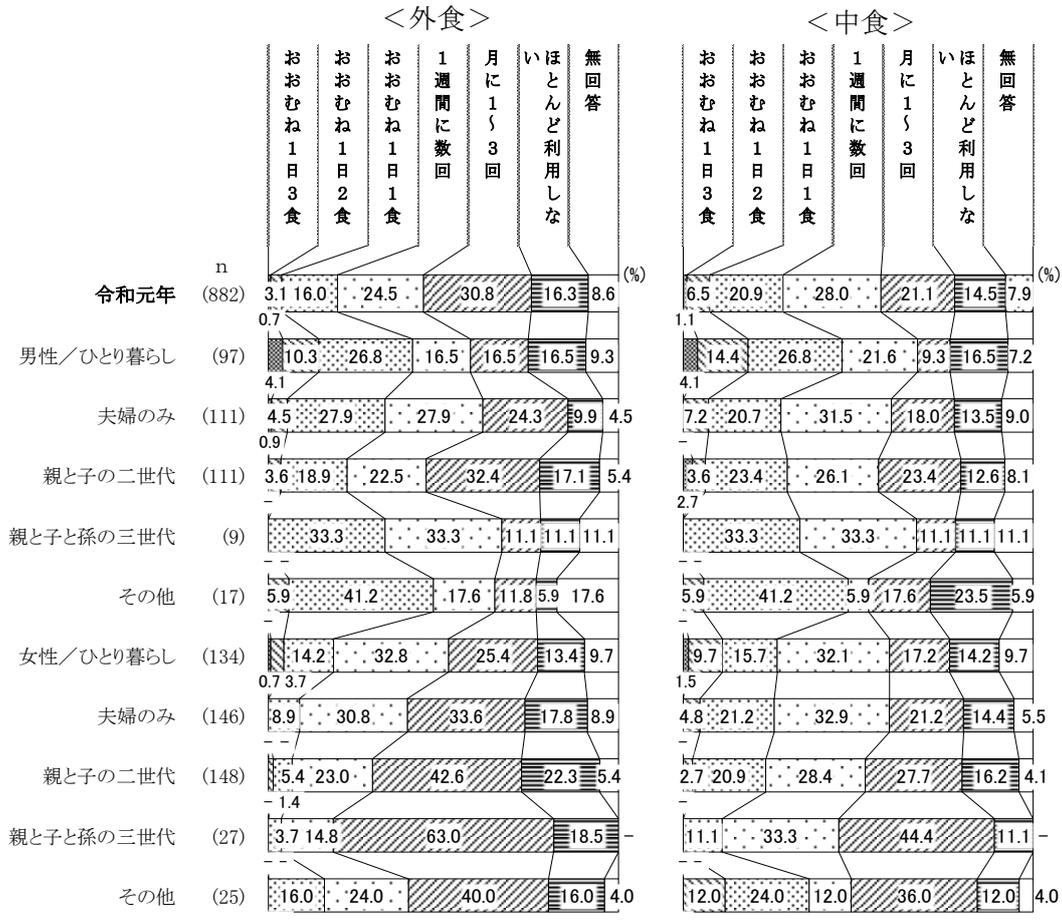
中食の利用頻度は、「1週間に数回」が28.0%で最も高くなっている。「おおむね1日3食」(1.1%)と「おおむね1日2食」(6.5%)と「おおむね1日1食」(20.9%)を合わせた《おおむね1日1食以上》は28.5%となる。

性別で見ると、《おおむね1日1食以上》は、男性の方が女性より9.0ポイント高くなっている。

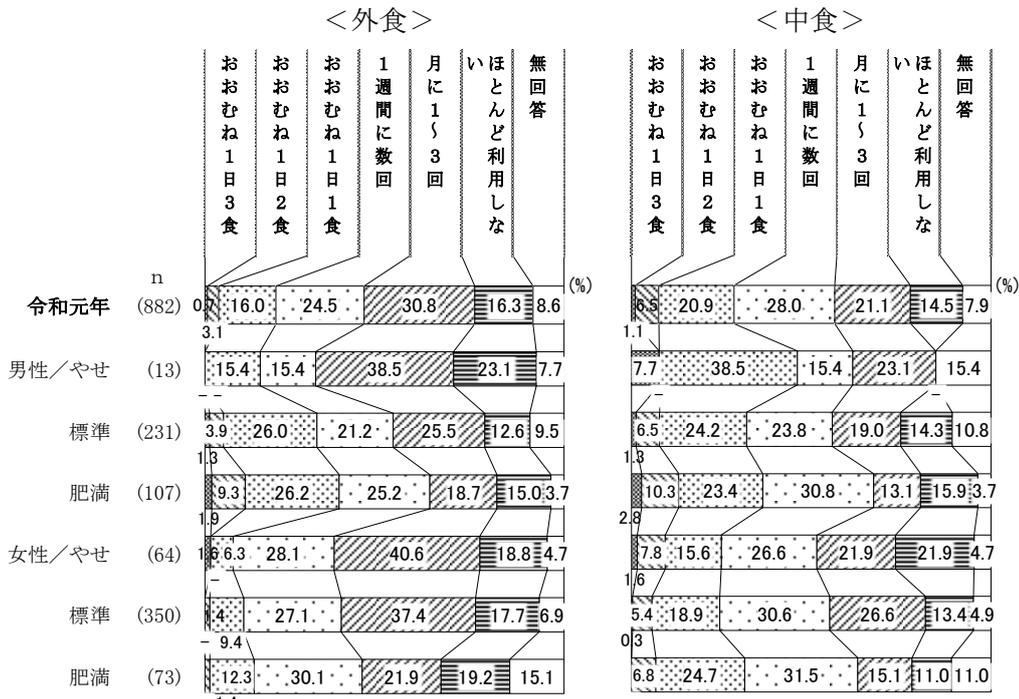
性/年代別で見ると、《おおむね1日1食以上》は男性の20～40歳代と女性の30歳代で高く、特に男性の30歳代で5割を超えと高くなっている。



性別／世帯構成別にみると、《おおむね1日1食以上》は、外食では、男性のひとり暮らしで4割超え、夫婦のみ世帯で3割超えと高くなっている。中食では、男性のひとり暮らしが4割台半ばと高い。



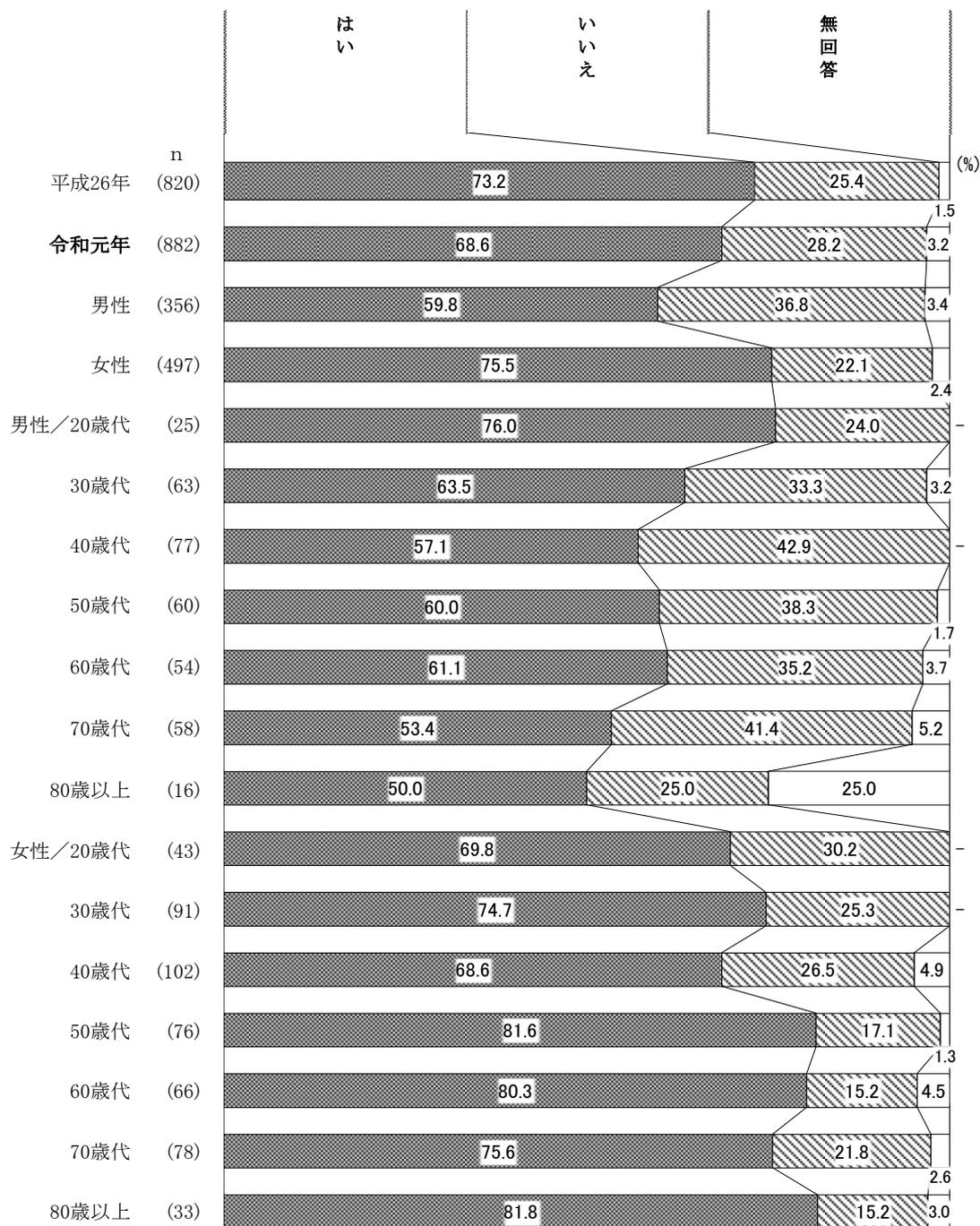
性別／BMI別にみると、《おおむね1日1食以上》は、外食では、男性の肥満で4割近くと高くなっている。中食では、男女とも肥満の割合が高く、男性では4割近く、女性では3割超えとなっている。



(7) 食べ方への関心

問17 あなたは、よく噛んで味わって食べるなどの食べ方に関心がありますか。(〇は1つ)

食べ方への関心があるかでは、「はい」が68.6%、「いいえ」が28.2%となっている。
 平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。
 性別では、「はい」は女性の方が男性より15.7ポイント高くなっている。
 性/年代別でみると、「はい」は女性の50～60歳代、80歳以上で高く8割を超える。



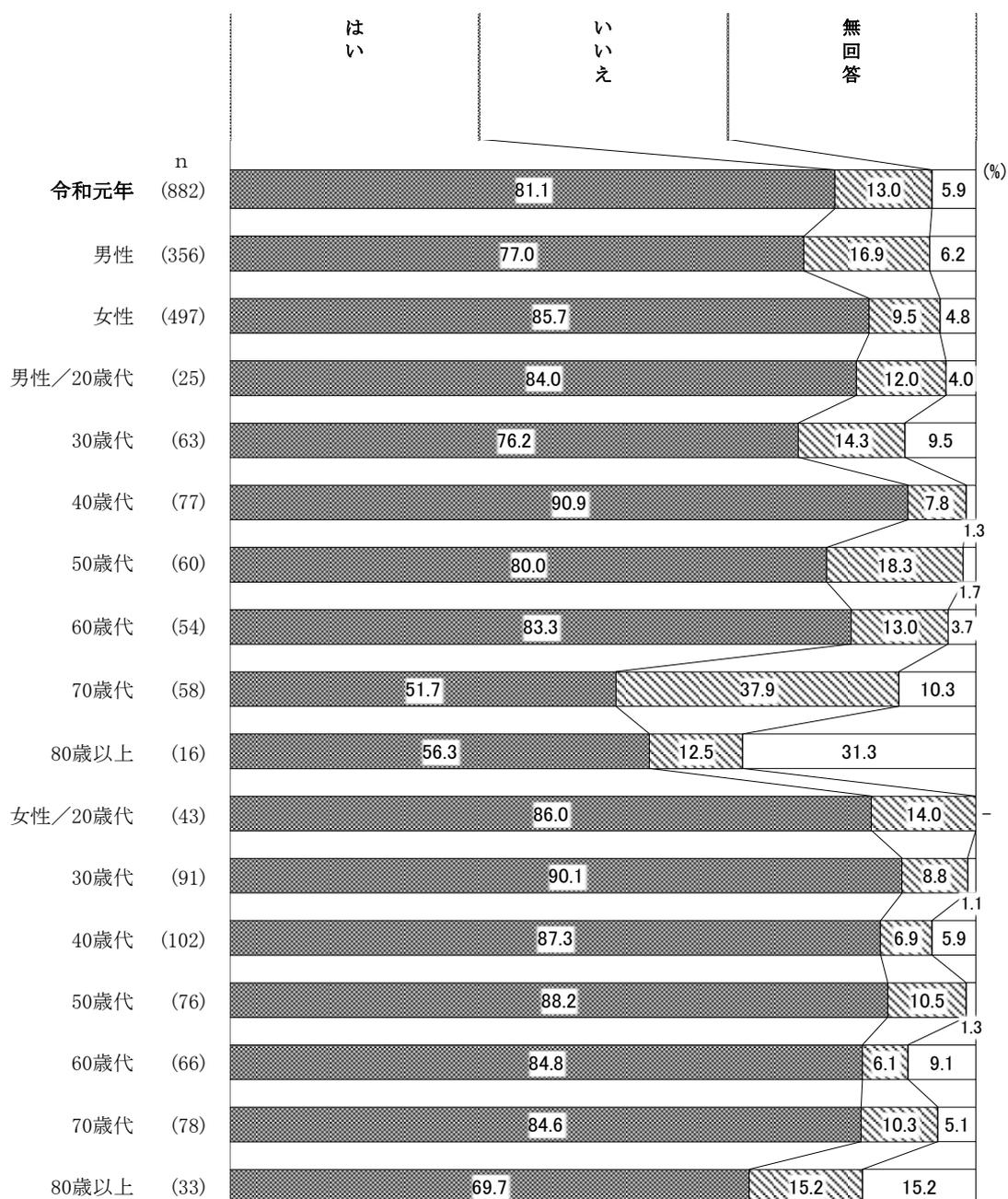
(8) 食品に「栄養成分表示」がされていることの認知度

問18 あなたは、食品に「栄養成分表示」(栄養成分の量及び熱量)がされていることを知っていますか。(〇は1つ)

食品に「栄養成分表示」がされていることの認知度は、「はい」が81.1%、「いいえ」が13.0%となっている。

性別では、「はい」は女性の方が男性より8.7ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「はい」は男性の40歳代と女性の30歳代で9割以上となっている。



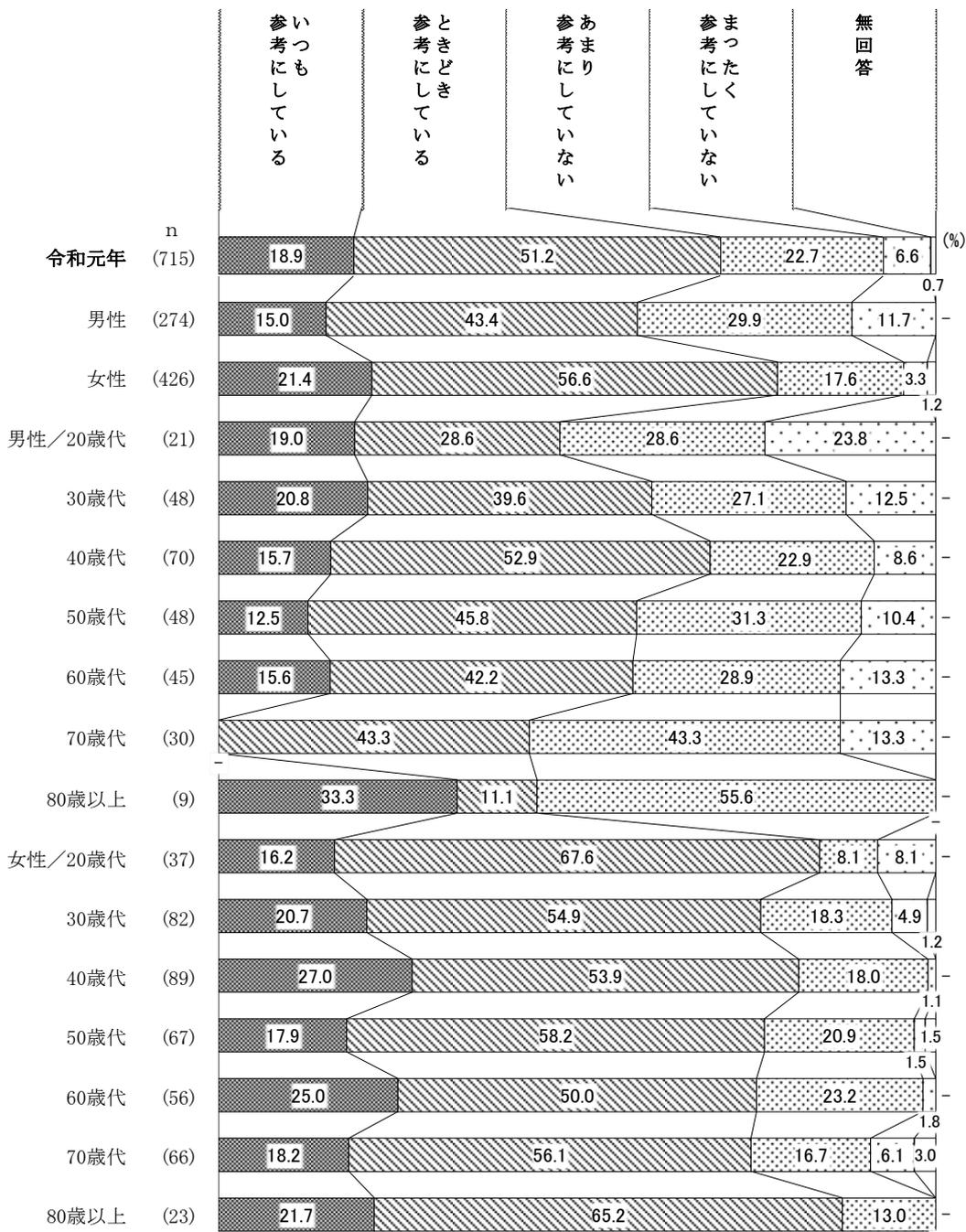
(8-1)「栄養成分表示」の参考程度

付問18-1 あなたは、食品の購入時など、普段の食生活において「栄養成分表示」をどの程度参考にしていますか。(〇は1つ)

食品に「栄養成分表示」がされていることの認知度で「はい」と回答した方に「栄養成分表示」の参考程度を聞いた。その結果、「いつも参考にしている」(18.9%)と「ときどき参考にしている」(51.2%)を合わせた《参考にしている》は70.1%となっている。一方、「あまり参考にしている」(22.7%)と「まったく参考にしている」(6.6%)を合わせた《参考にしている》は29.3%となっている。

性別でみると、《参考にしている》は女性の方が男性より19.6ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《参考にしている》は女性の20歳代、40歳代、80歳以上で8割以上と高く、一方、《参考にしている》は男性の20歳代、70歳代で5割以上と高くなっている。



4 身体を動かすことについて

(1) 日頃の身体活動の程度

問19 あなたは、日頃、次のようなことをどの程度していますか。それぞれについてお答えください。(それぞれ○は1つ)

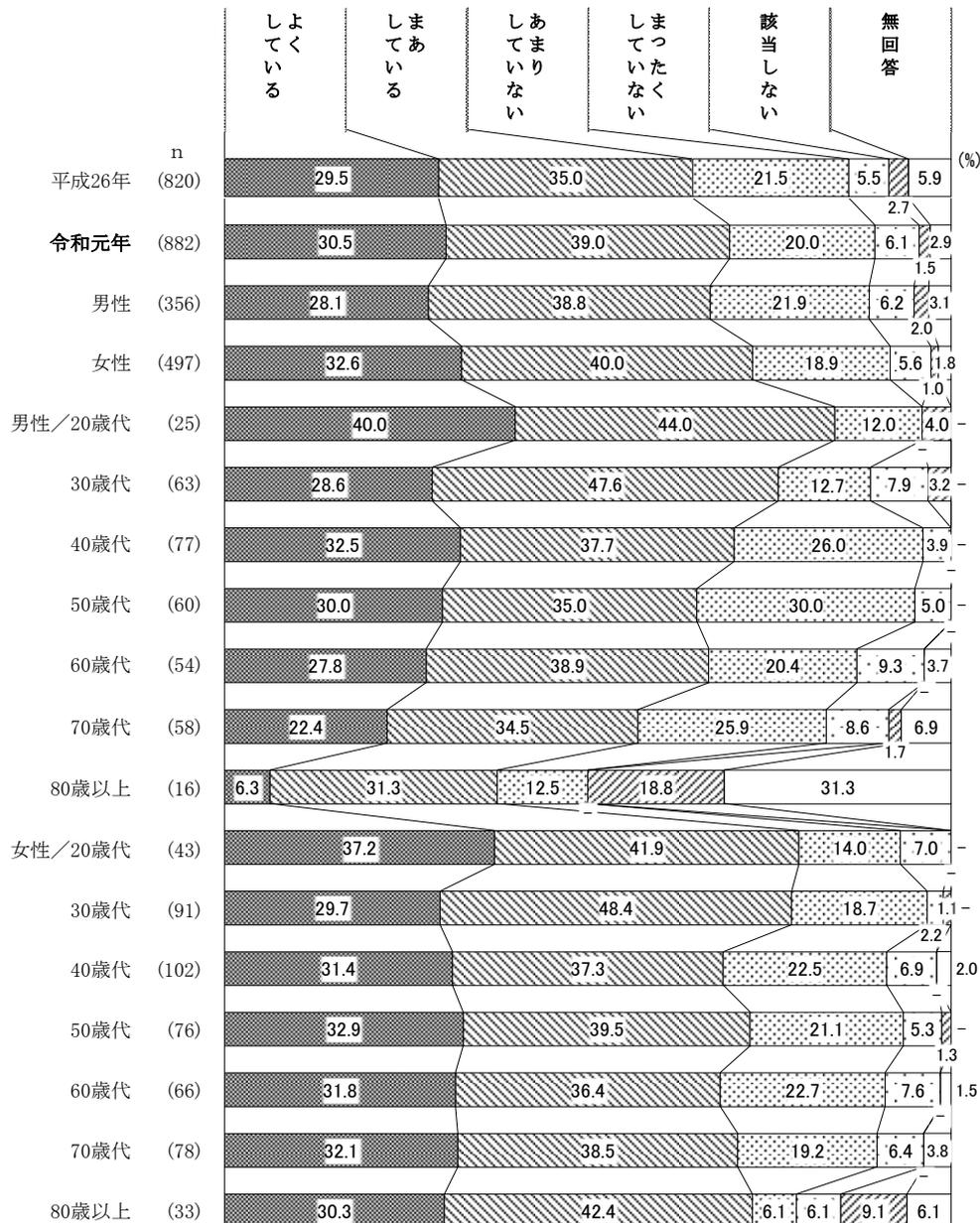
■通勤や通学、近所への買い物などの時、歩くようにしている

通勤や通学、近所への買い物などの時、歩くようにしているかでは、「よくしている」が30.5%、「まあしている」が39.0%で、これらを合わせた《している》は69.5%となる。一方、「あまりしていない」(20.0%)と「まったくしていない」(6.1%)を合わせた《していない》は26.1%となる。

平成26年との比較で見ると、《している》は5.0ポイント増加している。

性別で見ると、《している》は女性の方が男性より5.7ポイント高くなっている。

性/年代別で見ると、《している》は、男性の20歳代で8割台半ばと最も高く、女性の20～30歳代でも8割近くになっている。



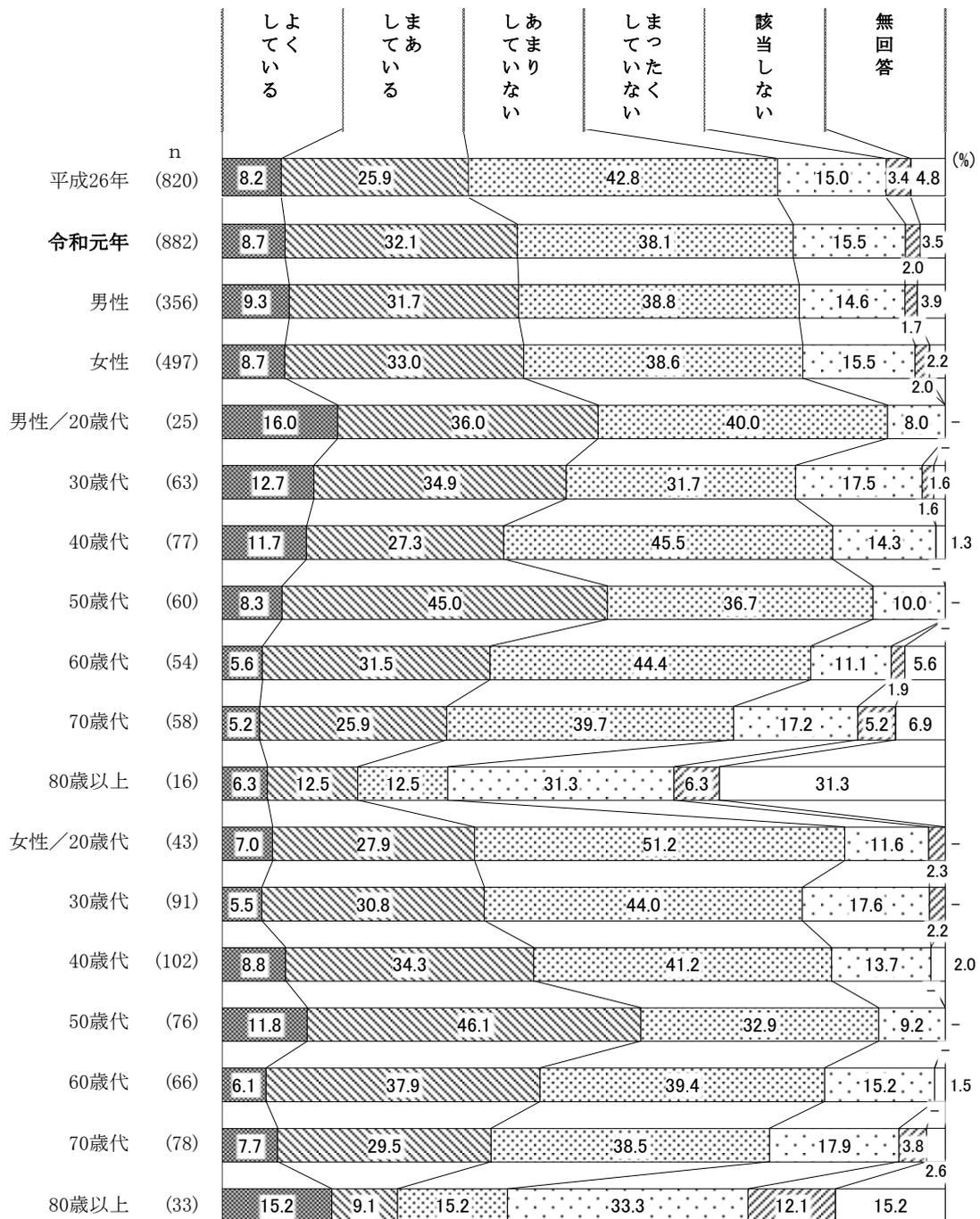
■エレベーターやエスカレーターを使わず階段を利用する

エレベーターやエスカレーターを使わず階段を利用するかでは、「よくしている」(8.7%)と「まあしている」(32.1%)を合わせた《している》は40.8%となる。一方、「あまりしていない」が38.1%で最も高く、「まったくしていない」(15.5%)を合わせた《していない》は53.6%である。

平成26年との比較でみると、《している》は6.7ポイント増加している。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《している》は女性の50歳代で6割近くと最も高く、男性の20歳代、50歳代も5割を超えている。



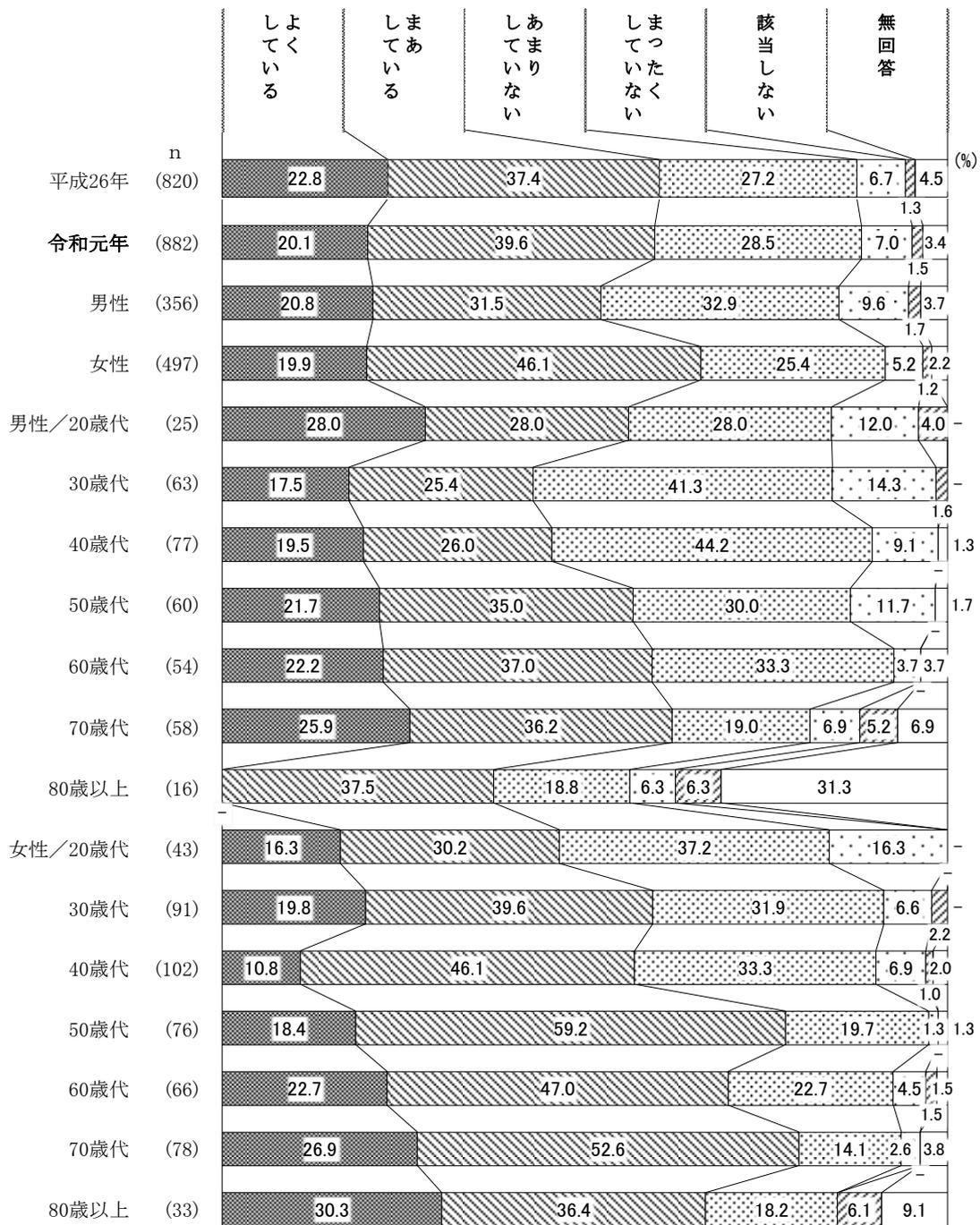
■仕事や家事などで体を動かすようにしている

仕事や家事などで体を動かすようにしているかでは、「よくしている」が20.1%、「まあしている」が39.6%で、これらを合わせた《している》は59.7%となる。一方、「あまりしていない」(28.5%)と「まったくしていない」(7.0%)を合わせた《していない》は35.5%である。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、《している》は女性の方が男性より13.7ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《している》は、女性の50～70歳代で約7割～約8割と高くなっている。



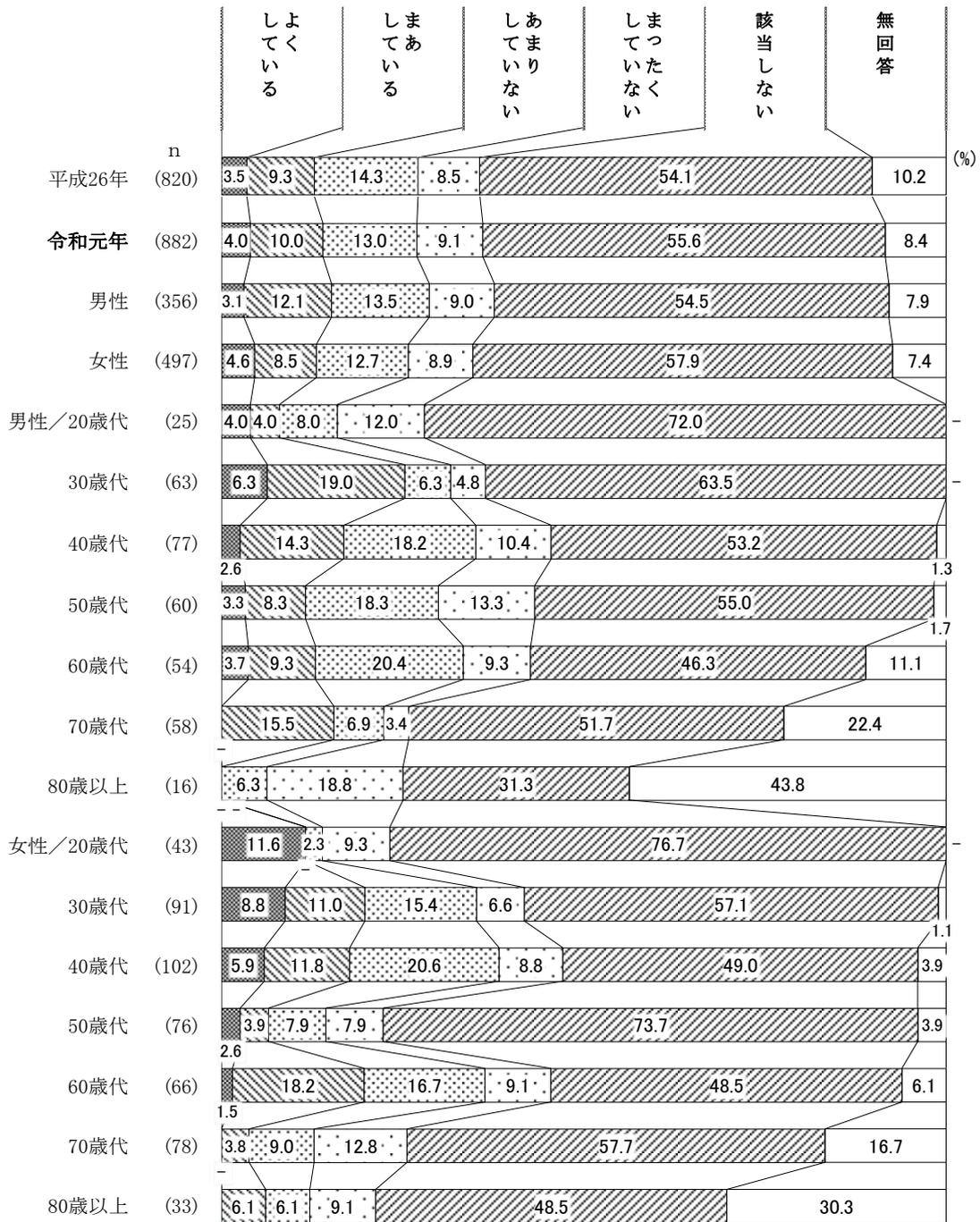
■子どもと一緒に体を動かして遊ぶようにしている

子どもと一緒に体を動かして遊ぶようにしているかでは、「よくしている」(4.0%)と「まあしている」(10.0%)を合わせた《している》は14.0%となる。一方、「あまりしていない」(13.0%)と「まったくしていない」(9.1%)を合わせた《していない》は22.1%である。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《している》は男性の30歳代で2割台半ばと他の年代より高くなっている。



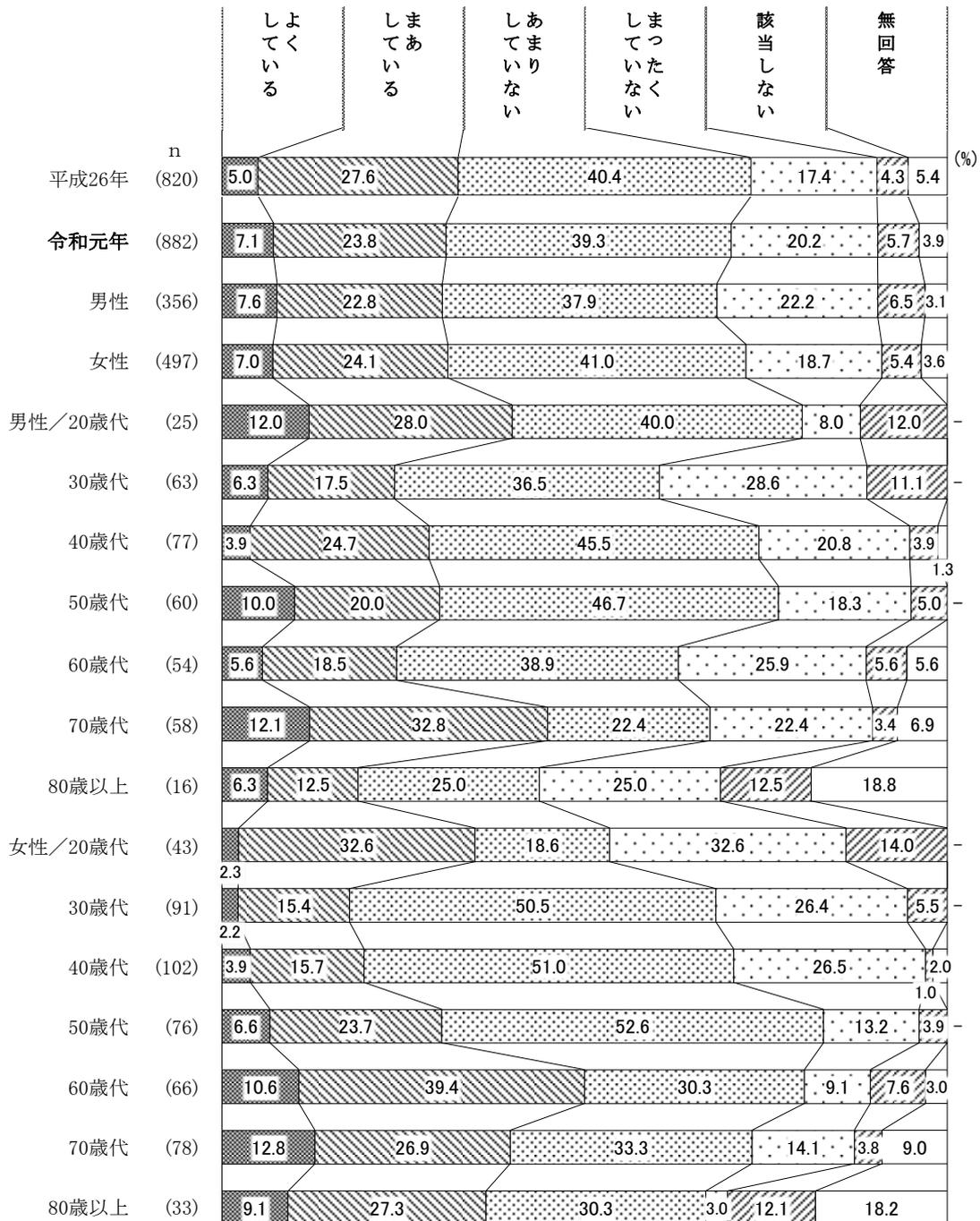
■空き時間に体を動かすようにしている

空き時間に体を動かすようにしているかでは、「よくしている」(7.1%)と「まあしている」(23.8%)を合わせた《している》が30.9%となる。一方、「あまりしていない」(39.3%)と「まったくしていない」(20.2%)を合わせた《していない》は59.5%である。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、《している》は女性の60歳代で5割と最も高く、男性の70歳代でも4割台半ばとなっている。



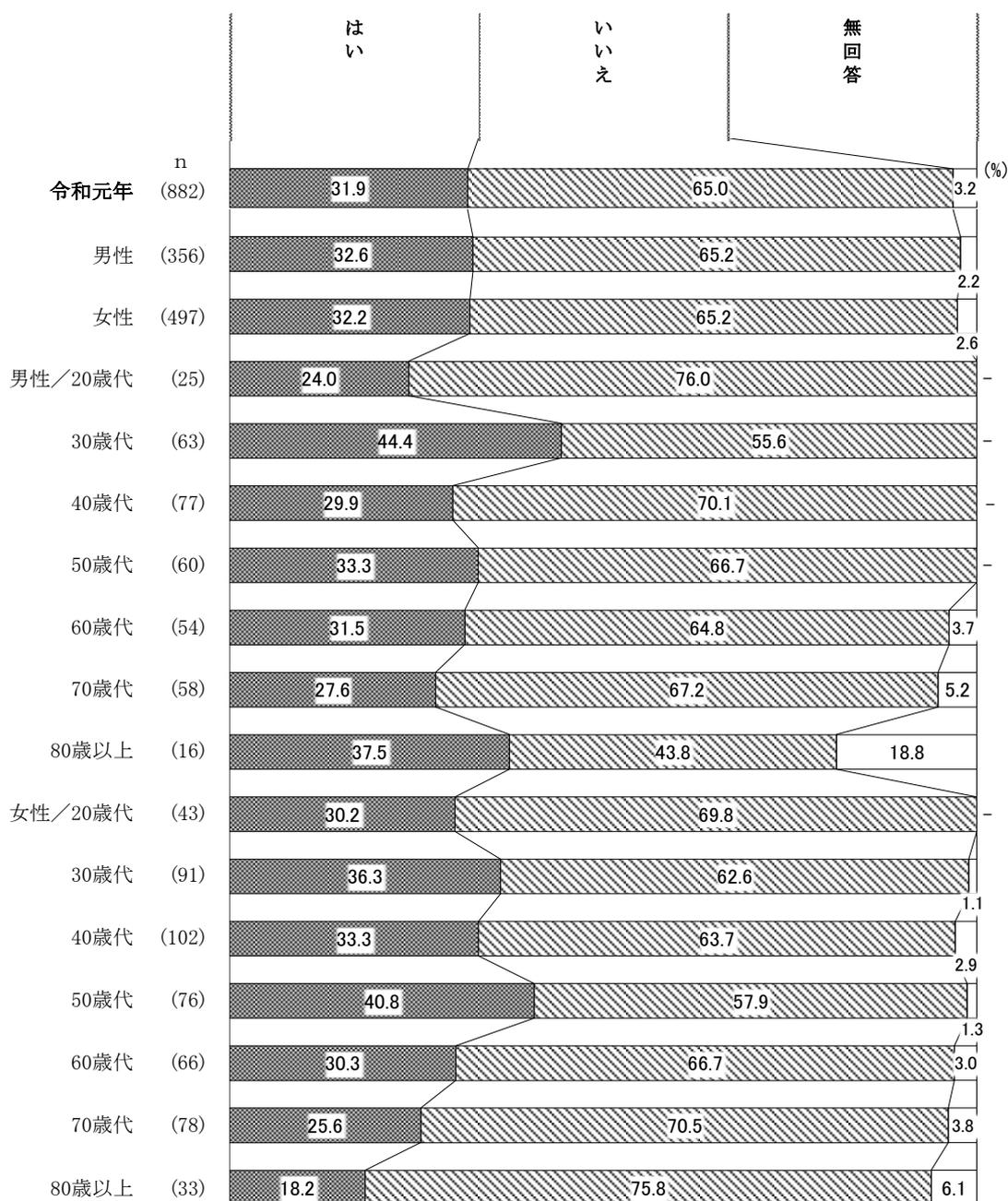
(2) 1日の歩数計測状況

問20 あなたは、1日の歩数を計測していますか。(〇は1つ)

1日の歩数計測状況は、「はい」は31.9%、「いいえ」は65.0%となっている。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、《している》は男性の30歳代で4割台半ばと最も高く、女性の50歳代で4割を超える。



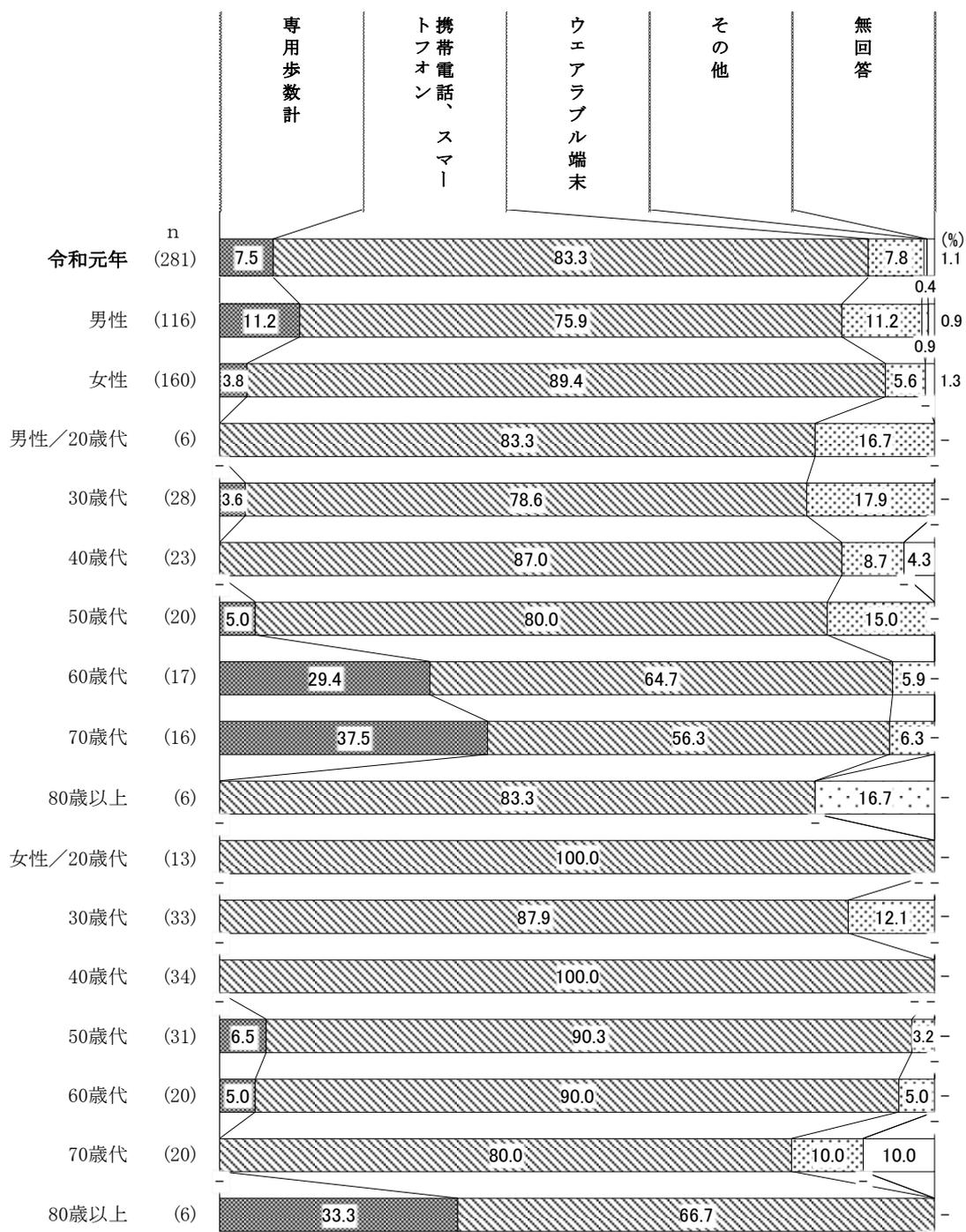
(2-1) 主に使用している計測器

付問20-1 主に何で計測していますか。(〇は1つ)

1日の歩数計測状況で「はい」と回答した方に、主に使用している計測器をきいた。その結果、「携帯電話、スマートフォン」が83.3%で最も高く、「ウェアラブル端末」(7.8%)、「専用歩数計」(7.5%)と続く。

性別でみると、「携帯電話、スマートフォン」は女性の方が男性より13.5ポイント高くなっている。

性/年代別については、nの少ない年代層が多いため、参考として掲載する。

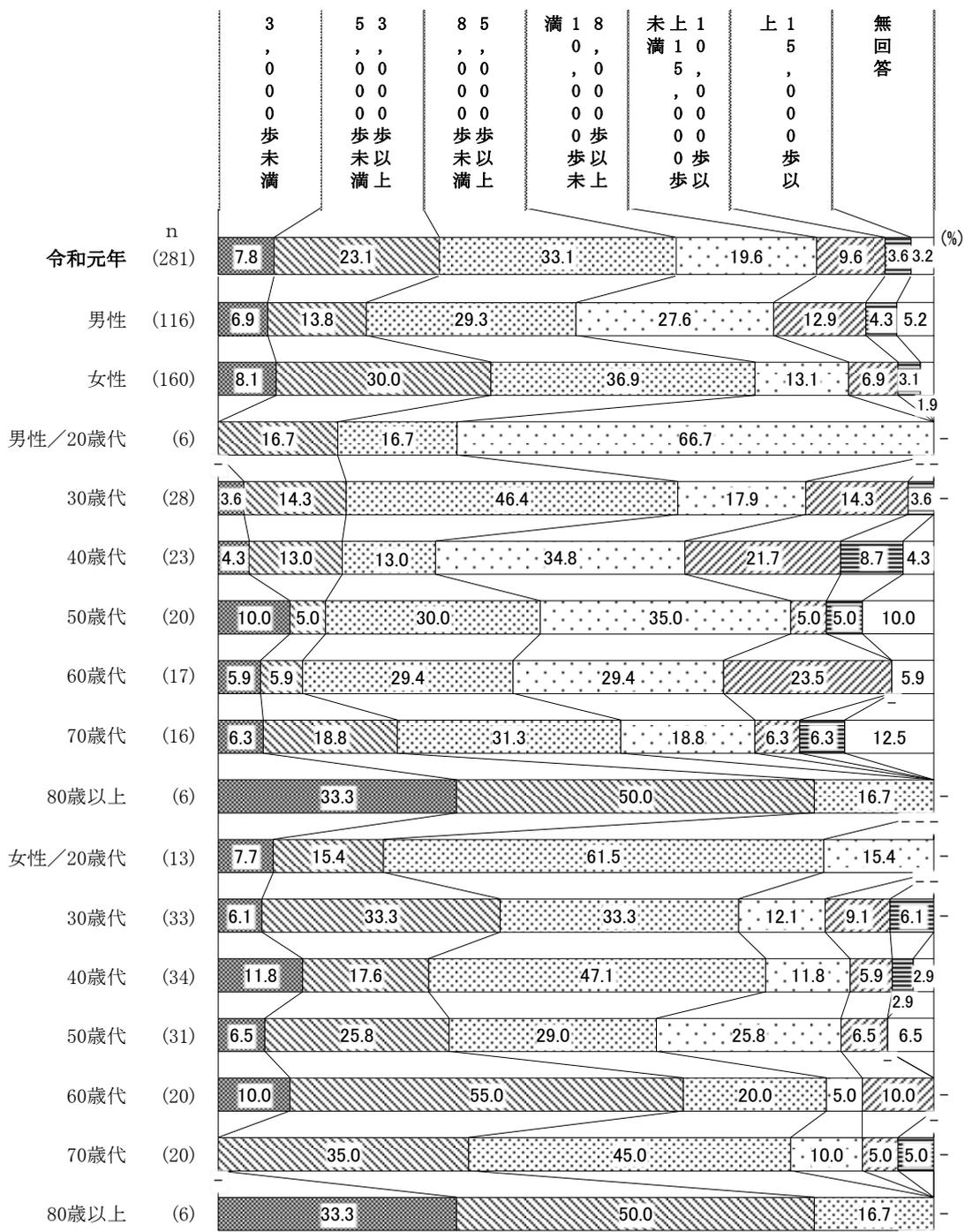


(2-2) 1日の歩数

付問20-2 1日の歩数は大体どの程度ですか。(○は1つ)

1日の歩数計測状況で「はい」と回答した方に、1日の歩数をきいた。その結果、「5,000歩以上8,000歩未満」が33.1%と最も高く、「8,000歩以上10,000歩未満」(19.6%)と「10,000歩以上15,000歩未満」(9.6%)と「15,000歩以上」(3.6%)を合わせた《8,000歩以上》は32.8%となっている。一方、「3,000歩未満」(7.8%)と「3,000歩以上5,000歩未満」(23.1%)を合わせた《5,000歩未満》は30.9%となる。

性別でみると、《5,000歩未満》は女性の方が男性より17.4ポイント高くなっている。性/年代別については、nの少ない年代層が多いため、参考として掲載する。



(3) 1週間の運動状況

問21 あなたは、1日合計30分以上の軽く汗をかく運動を1週間でどれくらいしますか。

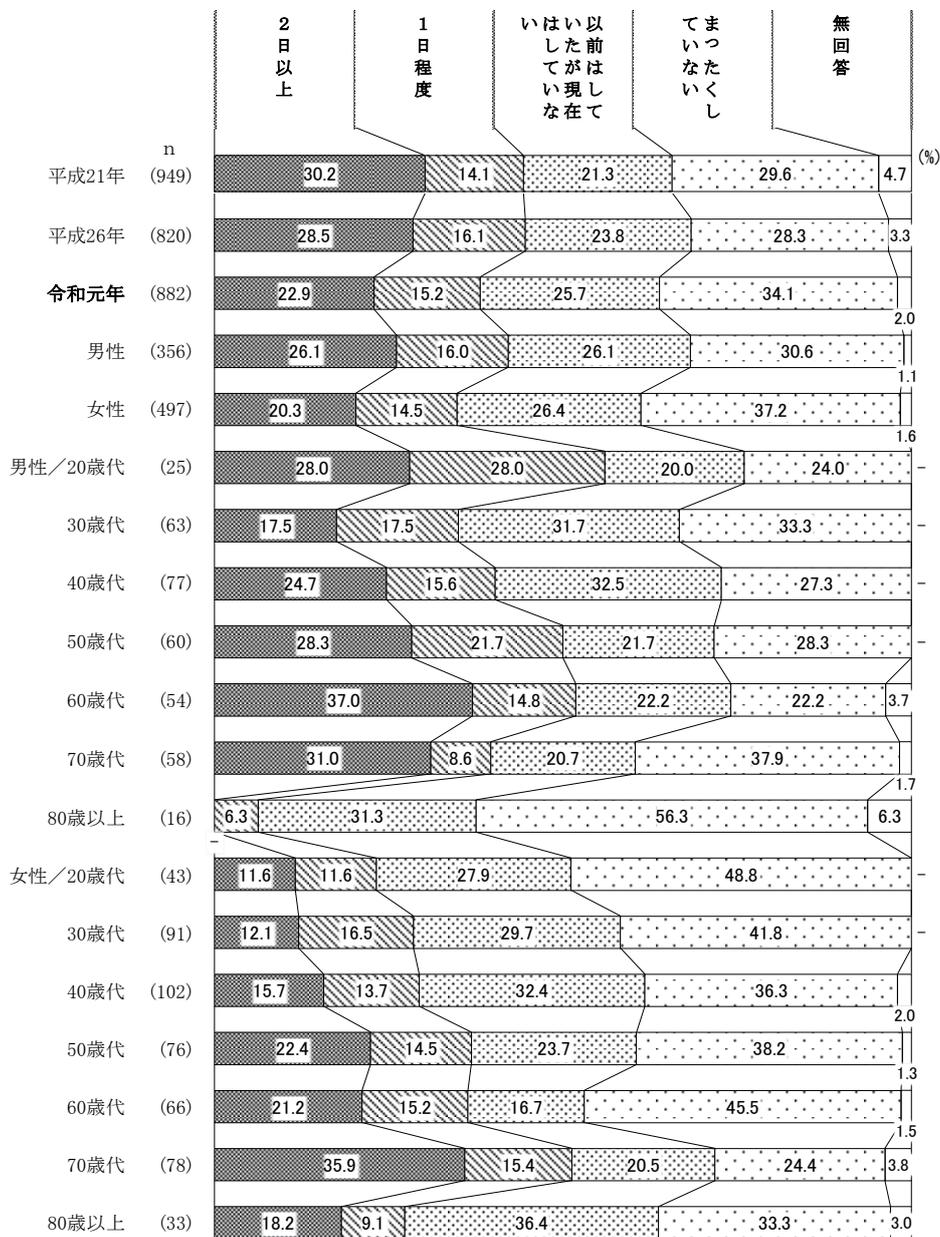
(○は1つ)

1週間における1日合計30分以上の運動状況については、「2日以上」(22.9%)、「1日程度」(15.2%)を合わせた《最低1日以上は運動をしている》は38.1%となっている。一方、「以前はしていたが現在はしていない」(25.7%)と「まったくしていない」(34.1%)を合わせた《運動をしていない》は59.8%となる。

平成26年との比較でみると、《運動をしていない》は7.7ポイント増加している。

性別でみると、《運動をしていない》は女性の方が男性より6.9ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、《最低1日以上は運動をしている》は男性の20歳代、50～60歳代、女性の70歳代で5割以上と高くなっている。一方、《運動をしていない》は、女性の20～30歳代で7割以上と高くなっている。



※平成21年の設問文は、「あなたは1回30分(または10分×3回程度)以上の汗ばむ運動を1週間でどれ位しますか。」となっており、今回調査の設問文と異なるが、内容は大きくは変わらないことから比較している。

(3-1) 運動の継続期間

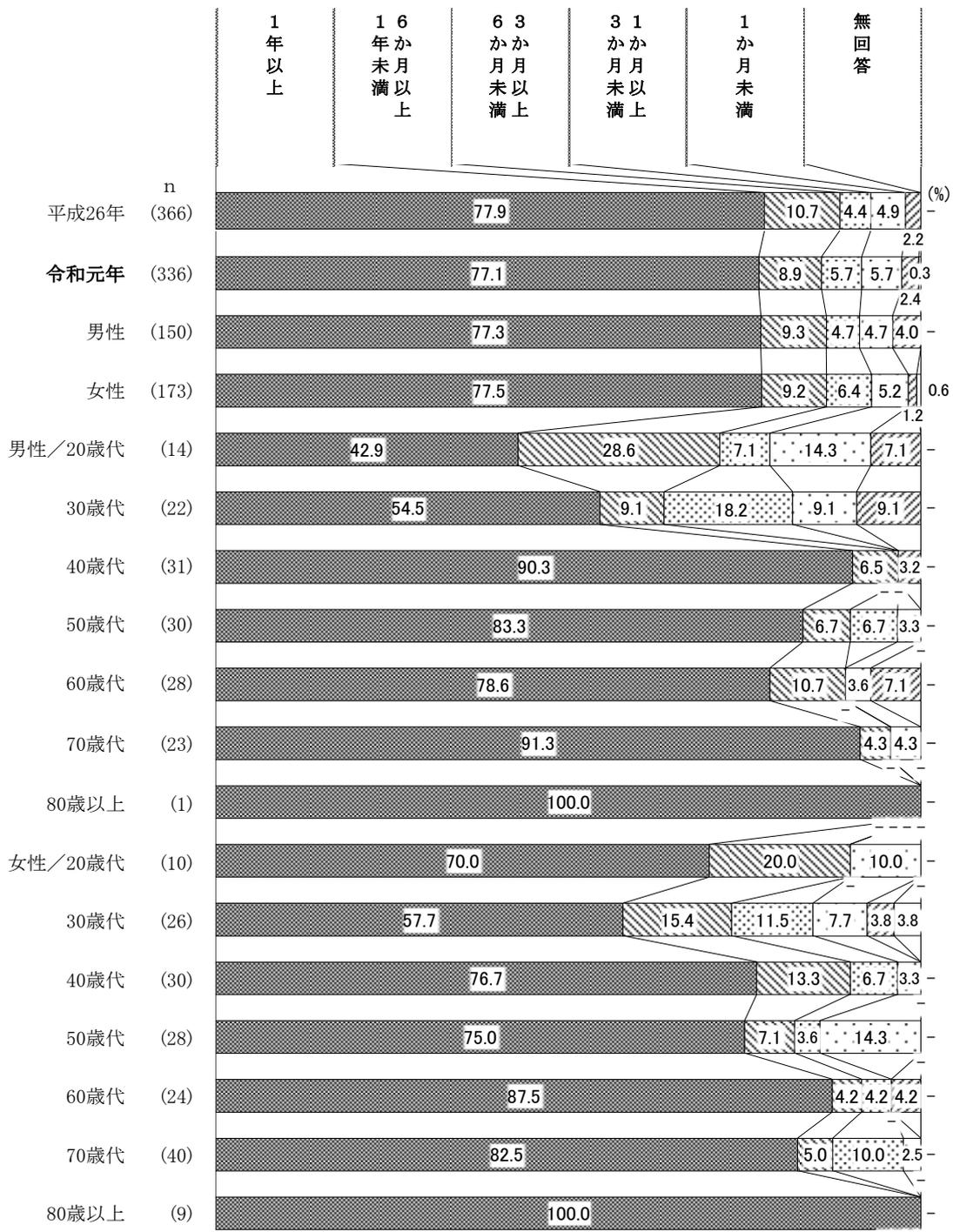
付問21-1 その運動をどれくらいの期間、継続していますか。(〇は1つ)

1週間の運動状況で《最低1日以上は運動をしている》と回答した方に、その継続期間をたずねた。その結果、「1年以上」が77.1%を占めている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別については、nの少ない年代層が多いため、参考として掲載する。



5 たばこについて

(1)「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」の認知度

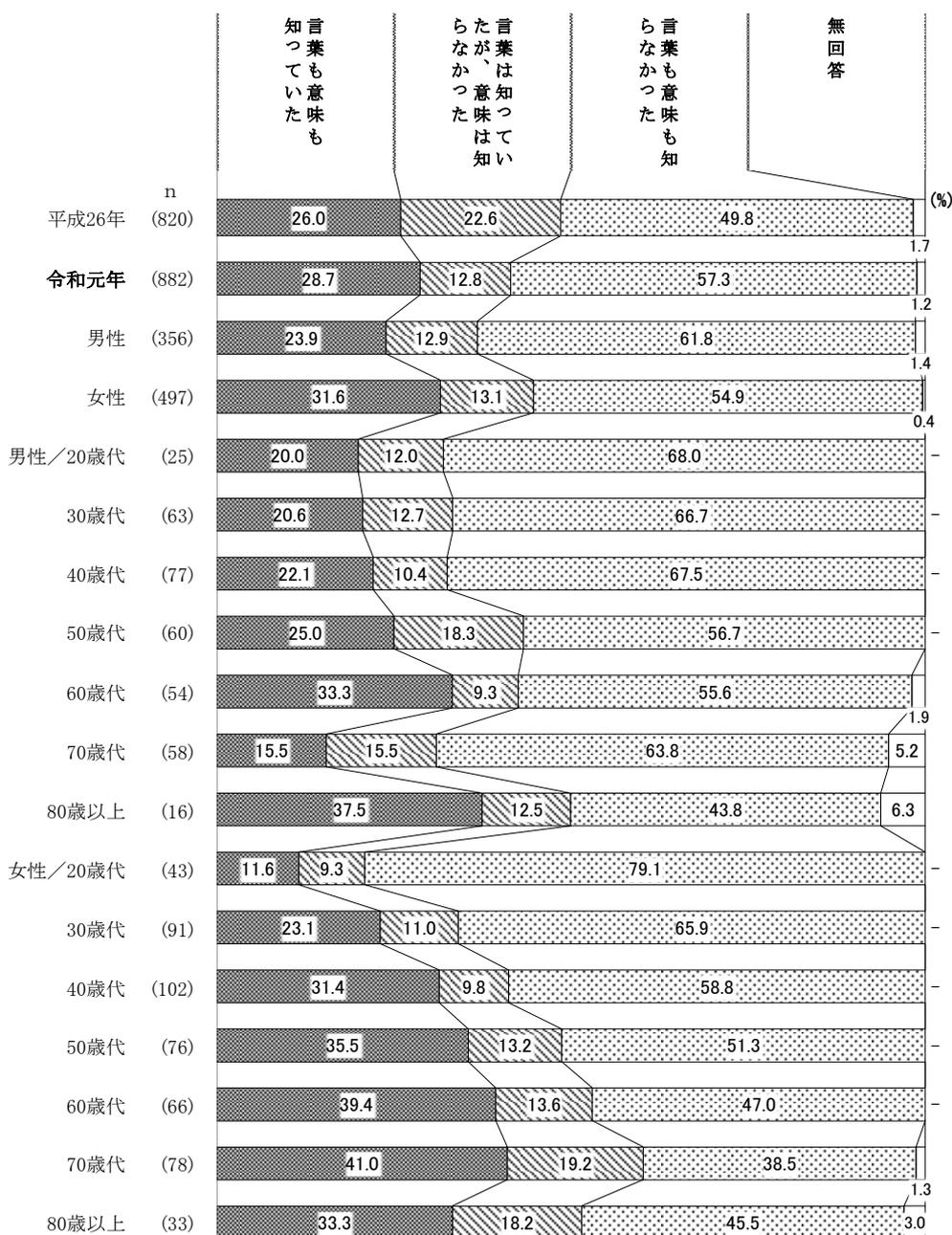
問22 あなたは、「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という言葉やその意味を知っていましたか。（〇は1つ）

「COPD（慢性閉塞性疾患）」の認知度は、「言葉も意味も知っていた」は28.7%、「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」は12.8%となっている。一方、「言葉も意味も知らなかった」は57.3%である。

平成26年との比較で見ると、「言葉も意味も知らなかった」が7.5ポイント増加している。

性別で見ると、「言葉も意味も知っていた」は女性の方が男性より7.7ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「言葉も意味も知っていた」は女性の60～70歳代で4割近くから4割超えと高く、一方、「言葉も意味も知らなかった」は女性の20歳代で8割近くと最も高く、男性の20～40歳代でも7割近くとなっている。



(2) 受動喫煙の認知度

問23 受動喫煙についておたずねします。

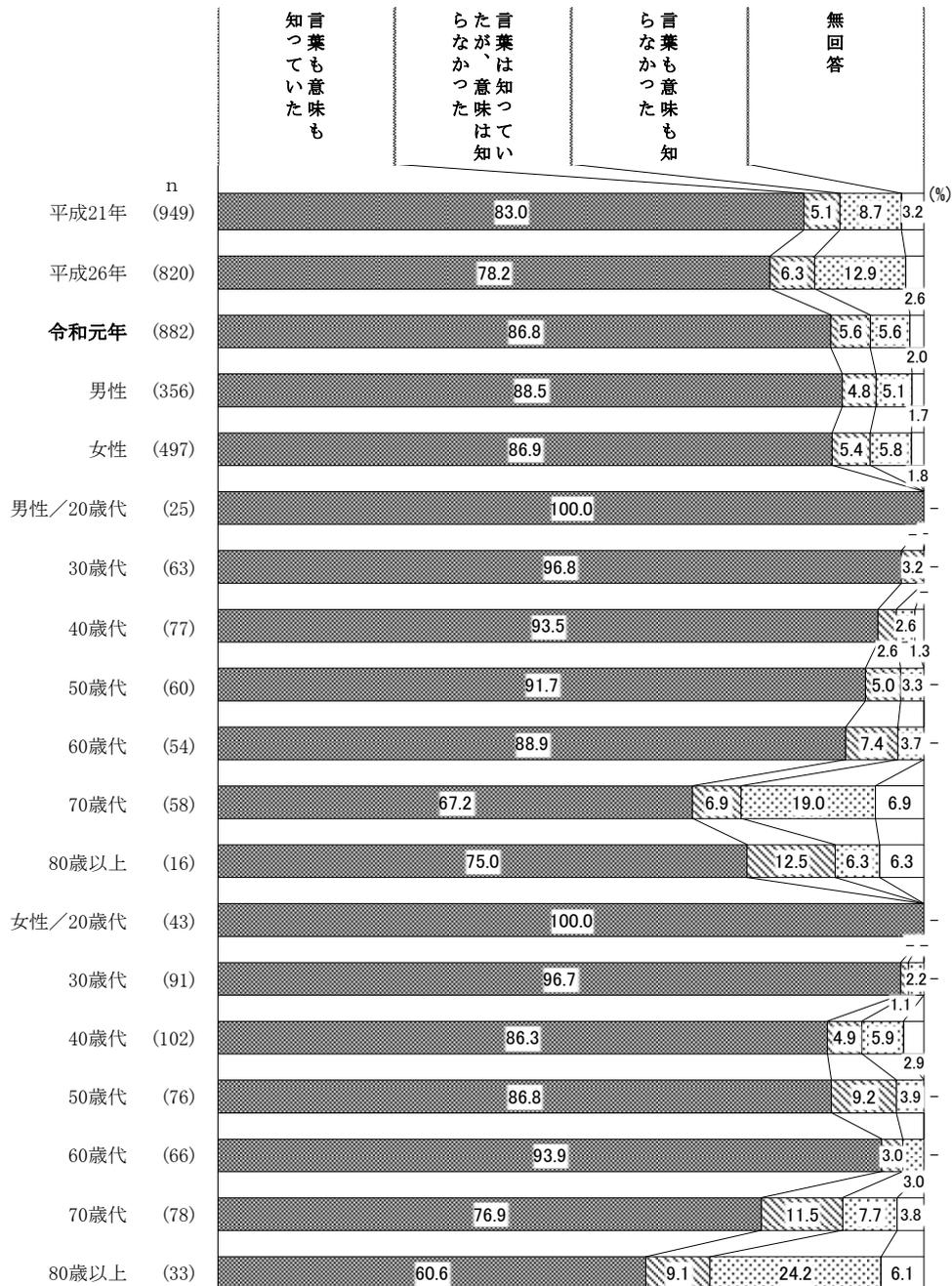
あなたは、「受動喫煙」という言葉やその意味を知っていましたか。(〇は1つ)

受動喫煙の認知度は、「言葉も意味も知っていた」が86.8%を占める。

平成26年との比較では、「言葉も意味も知っていた」が8.6ポイント増加している。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、「言葉も意味も知っていた」は男性の20～50歳代、女性の20～30歳代、60歳代で9割以上となっている。



※平成21年調査時の選択肢は「知っていた」「言葉は知っていたが意味は知らなかった」「知らなかった」となっていた。

【受動喫煙とは…】

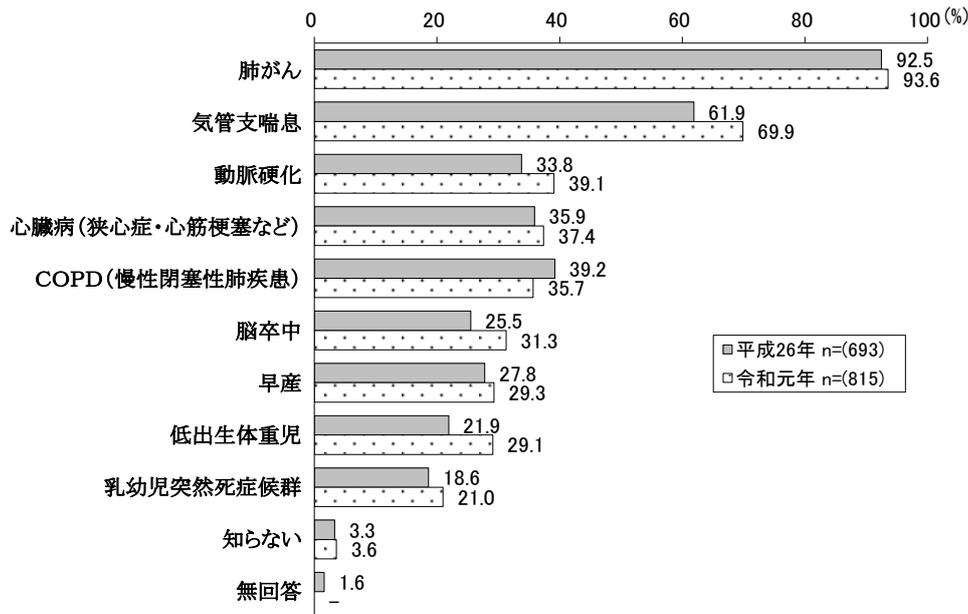
室内及びこれに準ずる環境において、他人のたばこの煙、副流煙を吸わされることです。副流煙には喫煙者が吸い込む主流煙よりも高い濃度で多くの有害物質が含まれているといわれています。

(2-1) 受動喫煙による影響

付問23-1 受動喫煙による影響について知っているものを選んでください。(〇はいくつでも)

受動喫煙の認知度で「言葉も意味も知っていた」「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」と回答した方に受動喫煙による影響について知っているものを聞いた。その結果、「肺がん」が93.6%で最も高く、「気管支喘息」(69.9%)、「動脈硬化」(39.1%)と続く。

平成26年との比較でみると、「気管支喘息」「脳卒中」「低出生体重児」はそれぞれ8.0ポイント、5.8ポイント、7.2ポイント増加している。



性別でみると、特に差が大きな項目として、「動脈硬化」は男性の方が女性より11.6ポイント高く、一方、「早産」「低出生体重児」は女性の方が男性より15.7ポイント、18.6ポイント高くなっている。

性/年代別でみると、「肺がん」はいずれの年代層でも比率が高くなっており、女性の30歳代を除き、9割以上となっている。

単位：%

	n	肺がん	気管支喘息	動脈硬化	心臓病(狭心症・心筋梗塞など)	COPD(慢性閉塞性肺疾患)	脳卒中	早産	低出生体重児	乳幼児突然死症候群	知らない
令和元年	815	93.6	69.9	39.1	37.4	35.7	31.3	29.3	29.1	21.0	3.6
性別											
男性	332	93.7	69.9	45.8	39.2	30.4	36.1	20.2	18.4	16.9	3.9
女性	459	93.7	70.2	34.2	34.6	38.8	27.7	35.9	37.0	24.0	3.1
性/年代別											
男性/20歳代	25	96.0	64.0	60.0	40.0	32.0	52.0	32.0	28.0	36.0	4.0
30歳代	63	92.1	69.8	44.4	36.5	25.4	36.5	28.6	27.0	15.9	7.9
40歳代	74	91.9	66.2	36.5	33.8	25.7	35.1	23.0	21.6	21.6	5.4
50歳代	58	98.3	67.2	51.7	36.2	32.8	39.7	15.5	17.2	17.2	-
60歳代	52	90.4	75.0	51.9	48.1	32.7	30.8	15.4	7.7	5.8	1.9
70歳代	43	93.0	72.1	39.5	41.9	37.2	34.9	9.3	9.3	9.3	4.7
80歳以上	14	100.0	78.6	35.7	42.9	28.6	21.4	14.3	14.3	21.4	-
女性/20歳代	43	93.0	60.5	30.2	25.6	27.9	25.6	34.9	34.9	30.2	7.0
30歳代	89	87.6	64.0	36.0	37.1	29.2	30.3	52.8	50.6	39.3	4.5
40歳代	93	93.5	66.7	30.1	28.0	34.4	24.7	37.6	43.0	31.2	3.2
50歳代	73	95.9	67.1	32.9	32.9	41.1	32.9	34.2	37.0	17.8	1.4
60歳代	64	95.3	75.0	42.2	34.4	45.3	29.7	35.9	43.8	23.4	3.1
70歳代	69	100.0	87.0	36.2	43.5	52.2	23.2	20.3	18.8	2.9	-
80歳以上	23	87.0	73.9	30.4	47.8	43.5	21.7	21.7	4.3	8.7	4.3

(3) 受動喫煙の機会

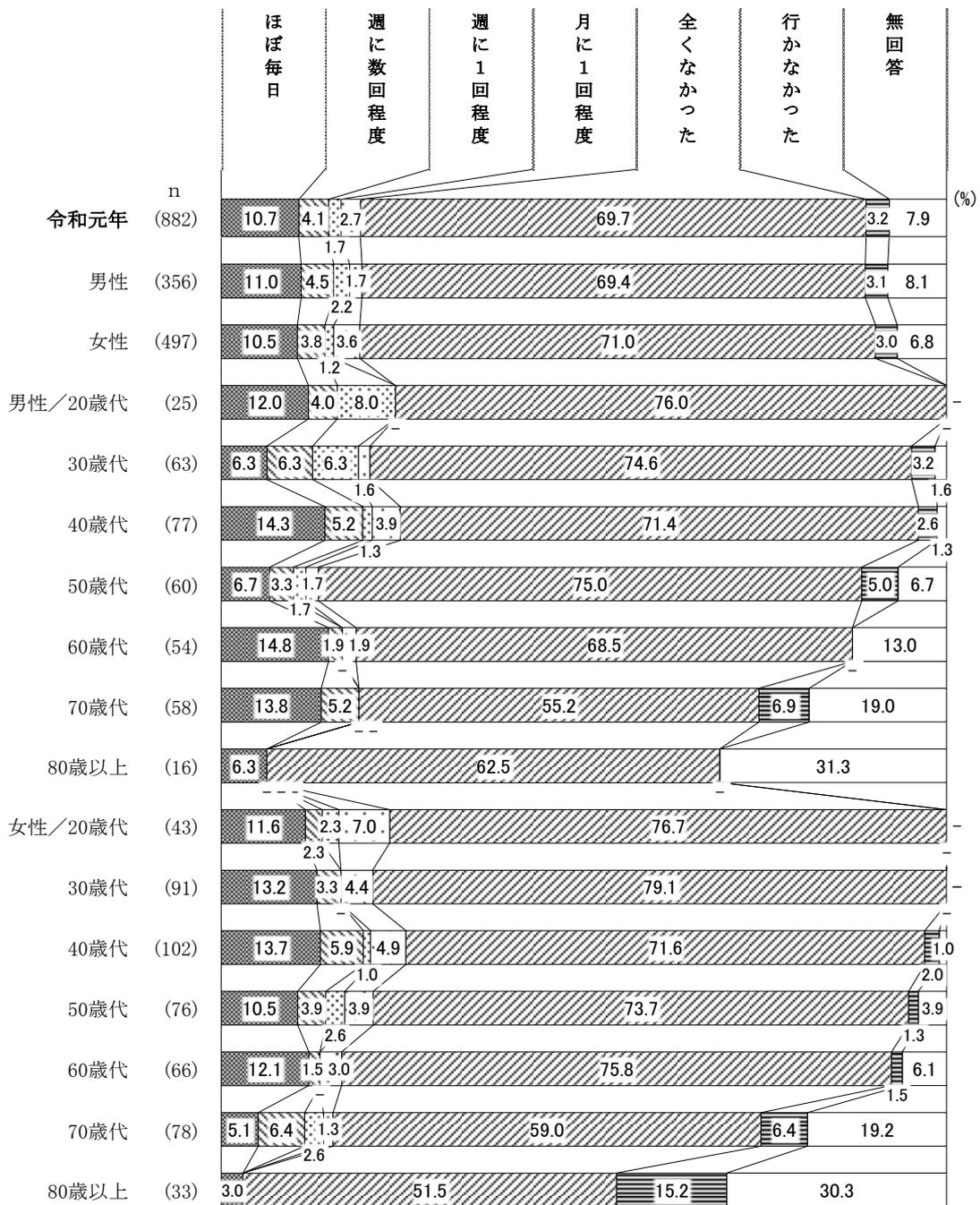
問24 あなたは、この1か月の間に、受動喫煙の機会がありましたか。それぞれについてお答えください。(それぞれ〇は1つ)

■家庭

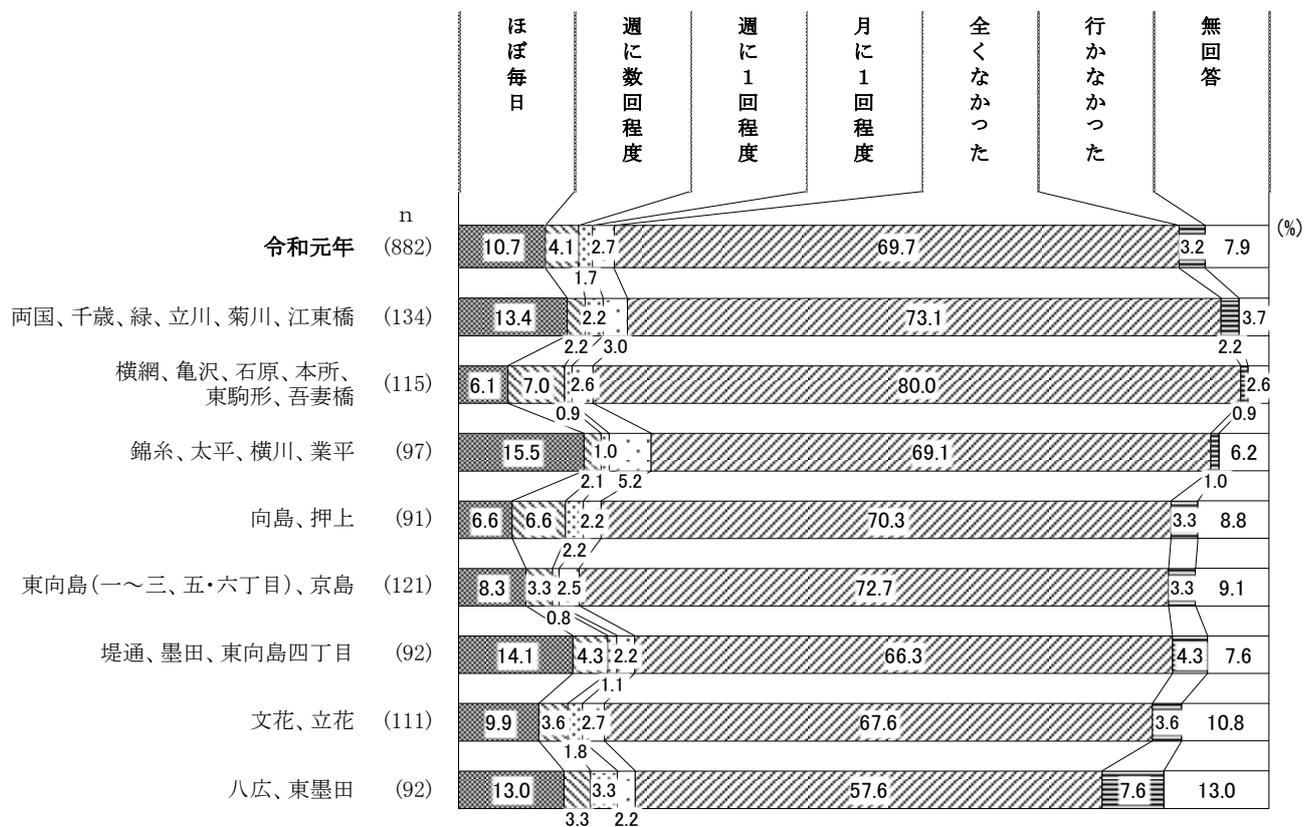
“家庭”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」は10.7%となっている。一方、「全くなかった」は69.7%となる。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、「全くなかった」は女性の30歳代で8割近くと最も高くなっている。



地区別でみると、「ほぼ毎日」は“錦糸、太平、横川、業平”“堤通、墨田、東向島四丁目”で1割台半ばと比較的高くなっている。

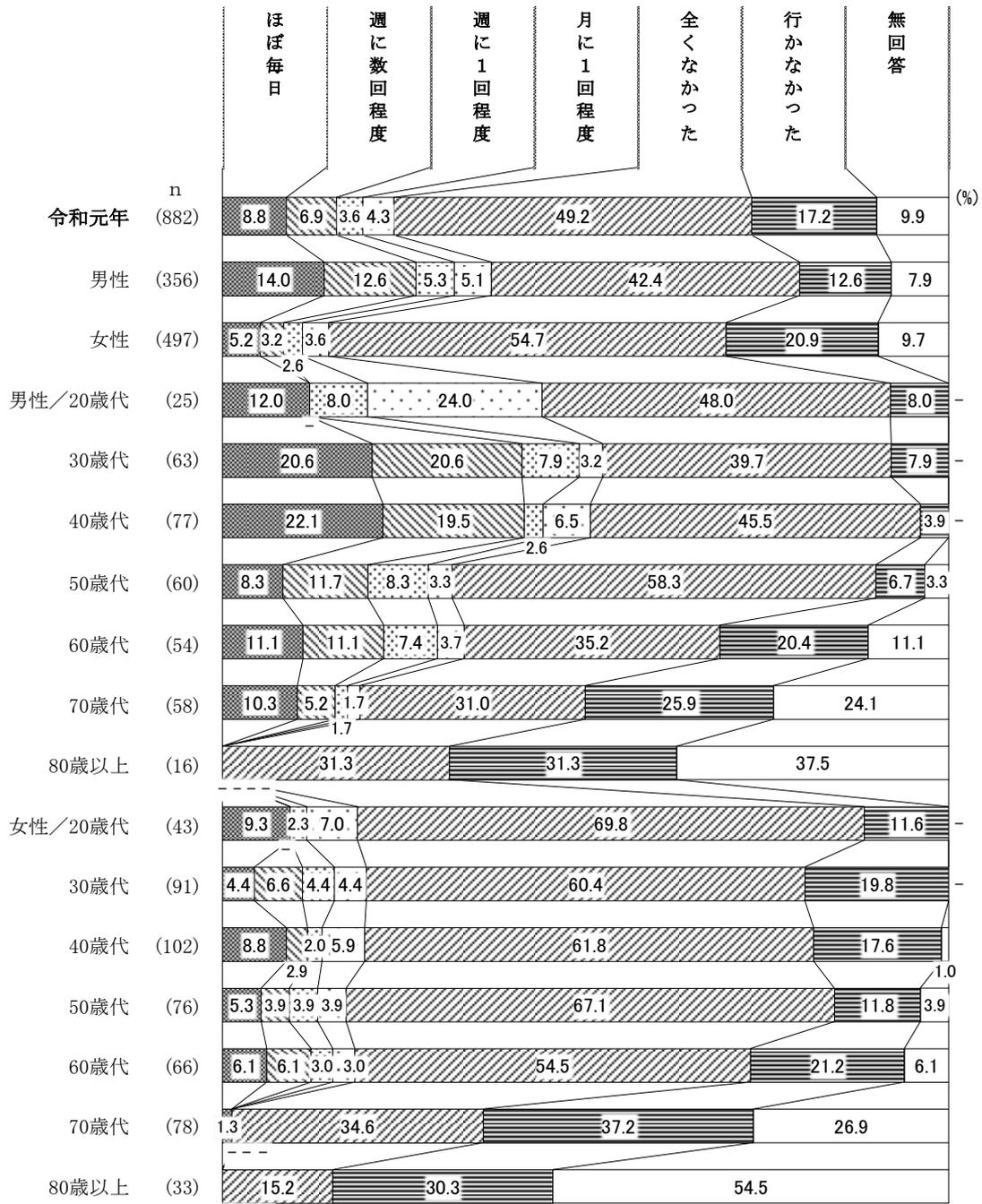


■ 職場

“職場”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は23.6%となっている。一方、「全くなかった」は49.2%となる。

性別で見ると、《月に1回以上》は男性の方が女性より22.4ポイント高くなっている。

性/年代別で見ると、《月に1回以上》は男性の30～40歳代で5割を超えと高くなっている。

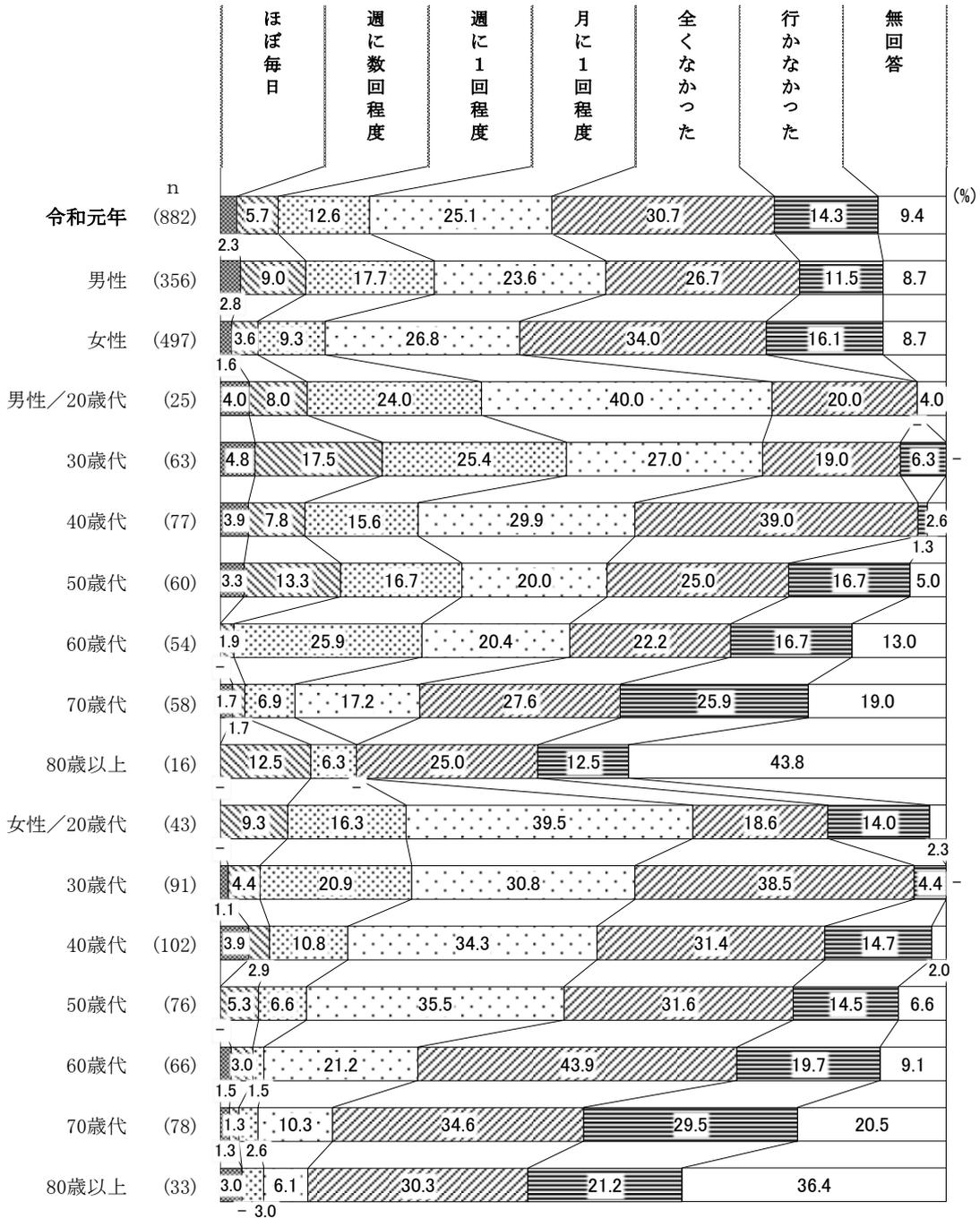


■飲食店

“飲食店”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は45.7%となっている。一方、「全くなかった」は30.7%となる。

性別で見ると、《月に1回以上》は男性の方が女性より11.8ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、《月に1回以上》は男性の20～30歳代で7割台半ばと他層より高くなっている。

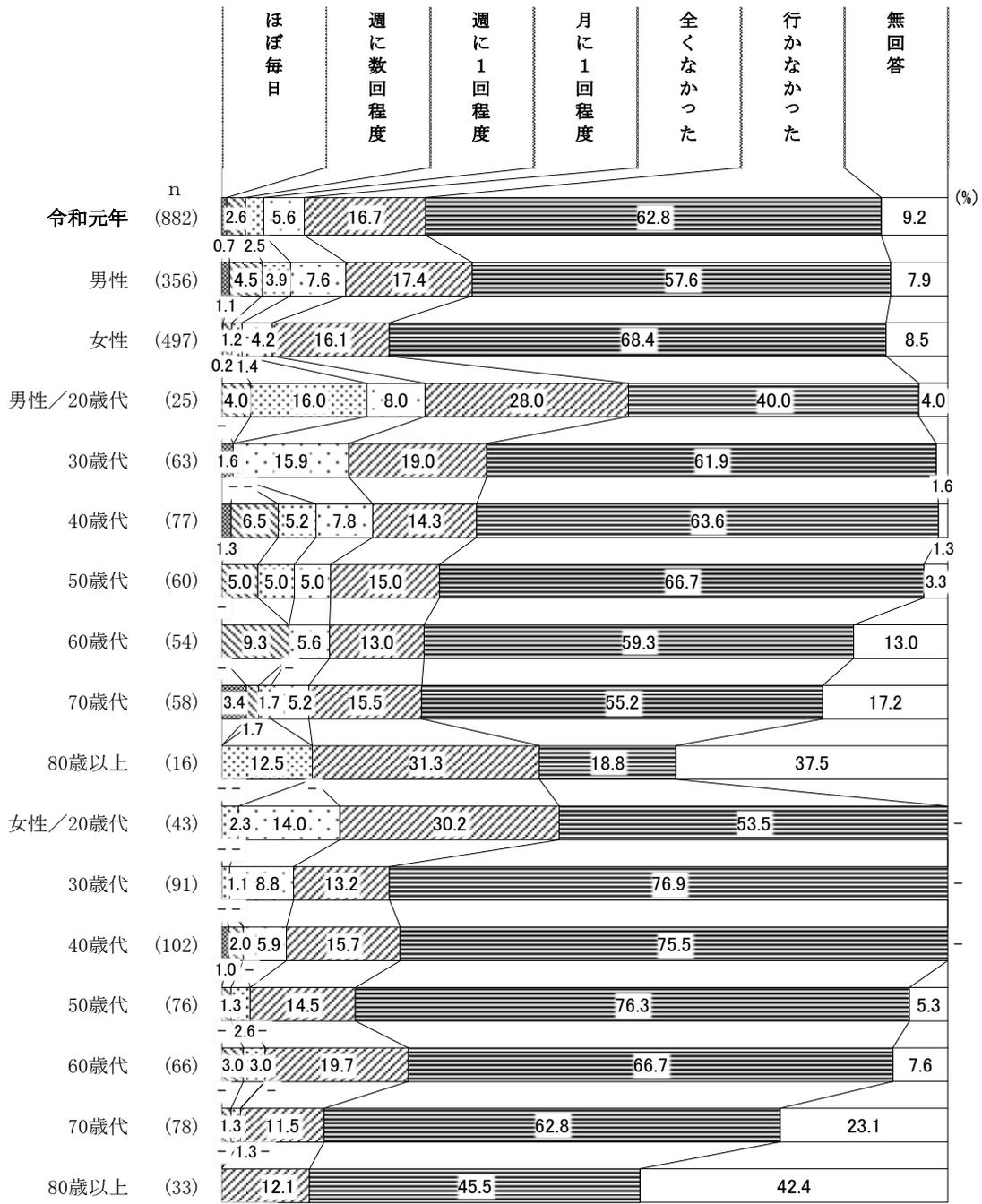


■遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）

“遊技場”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は11.4%となっている。一方、「全くなかった」は16.7%となる。

性別で見ると、「行かなかった」は女性の方が男性より10.8ポイント高くなっている。

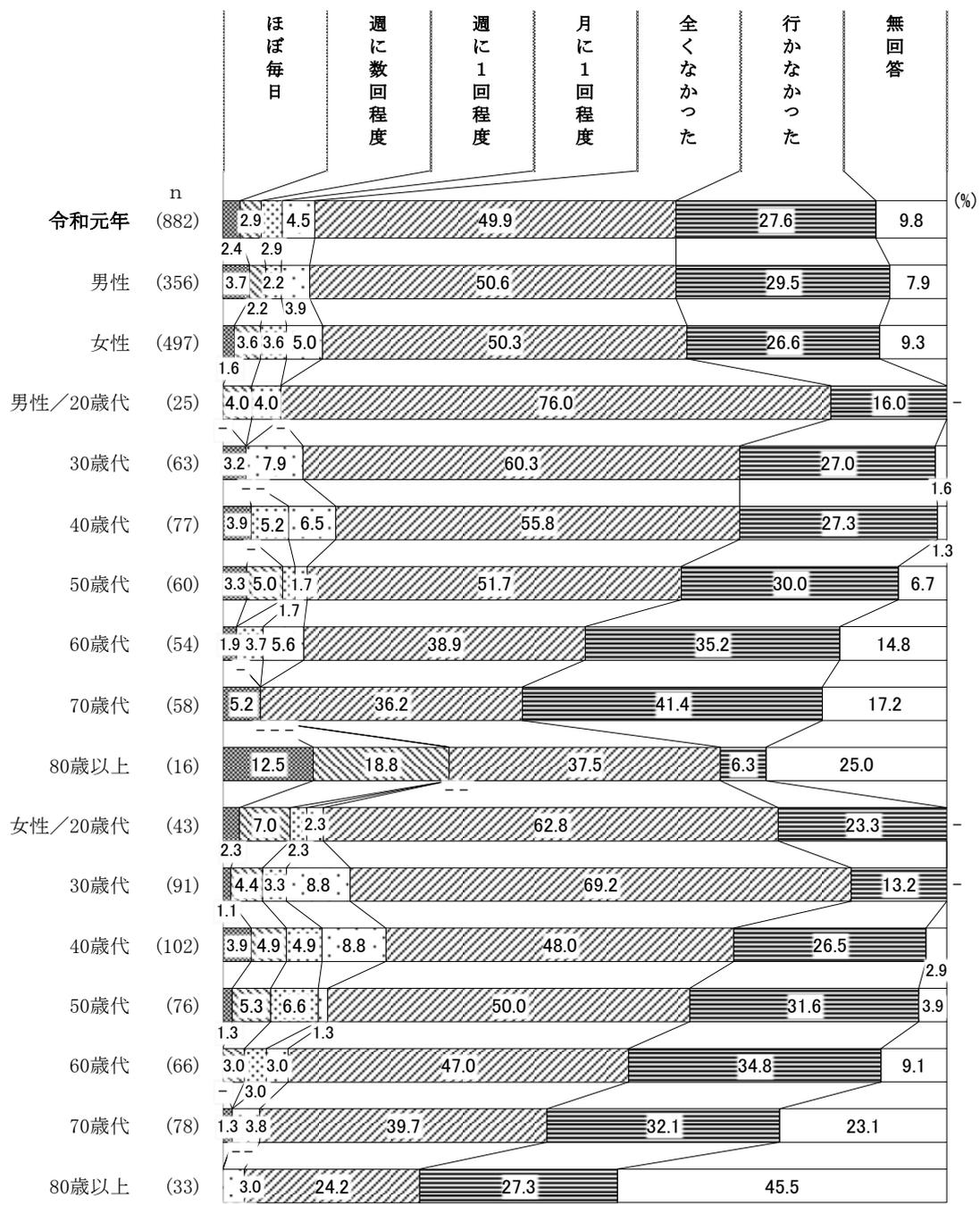
性／年代別で見ると、「全くなかった」は男女とも20歳代で3割近くから約3割で高くなっている。



■マンション等の集合住宅の共有部分（ベランダを含む）

“マンション等の集合住宅の共有部分”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は12.7%となっている。一方、「全くなかった」は49.9%となる。性別では、特に大きな違いはみられない。

性/年代別でみると、「全くなかった」は男性の20歳代で7割台半ばと高くなっている。

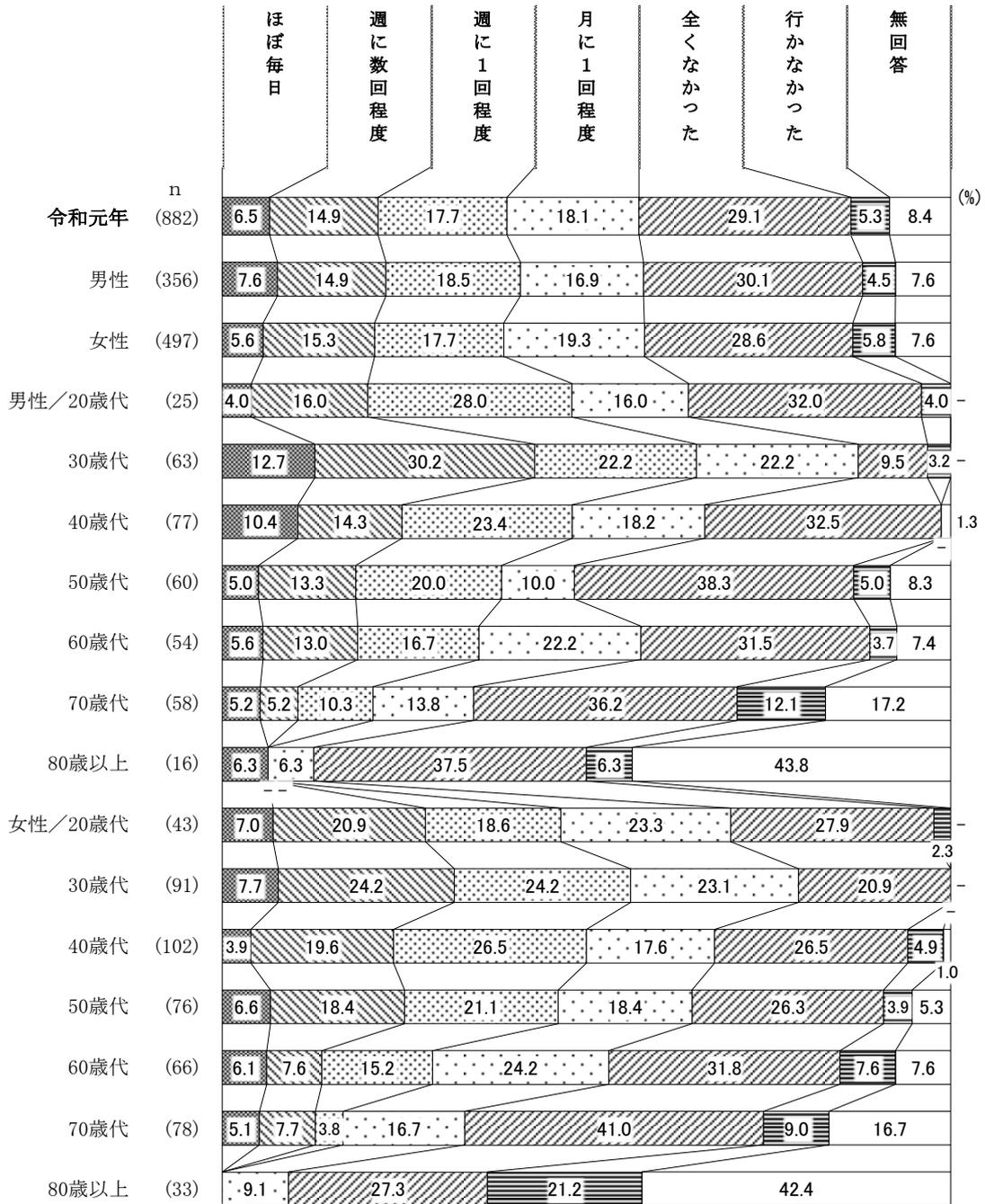


■路上

“路上”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は57.2%となっている。一方、「全くなかった」は29.1%となる。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、《月に1回以上》は男女とも30歳代で高く、特に男性で9割近くとなっている。

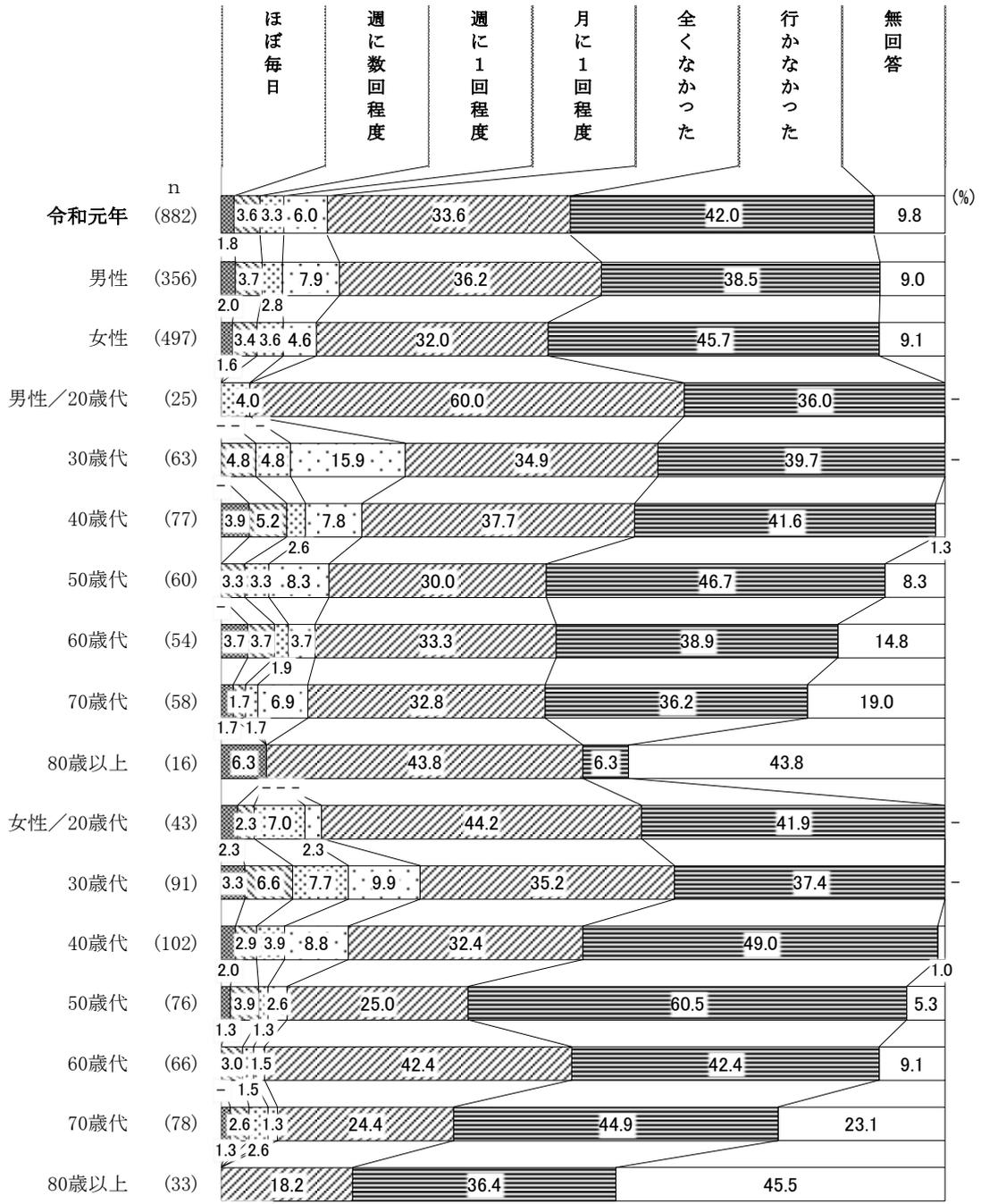


■子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など）

“子どもが利用する屋外の空間”での受動喫煙について、「ほぼ毎日」から「月に1回程度」を合わせた《月に1回以上》は14.7%となっている。一方、「全くなかった」は33.6%となる。

性別で見ると、「行かなかった」は女性の方が男性より7.2ポイント高くなっている。

性/年代別で見ると、「行かなかった」は女性の50歳代で6割超えと高くなっている。



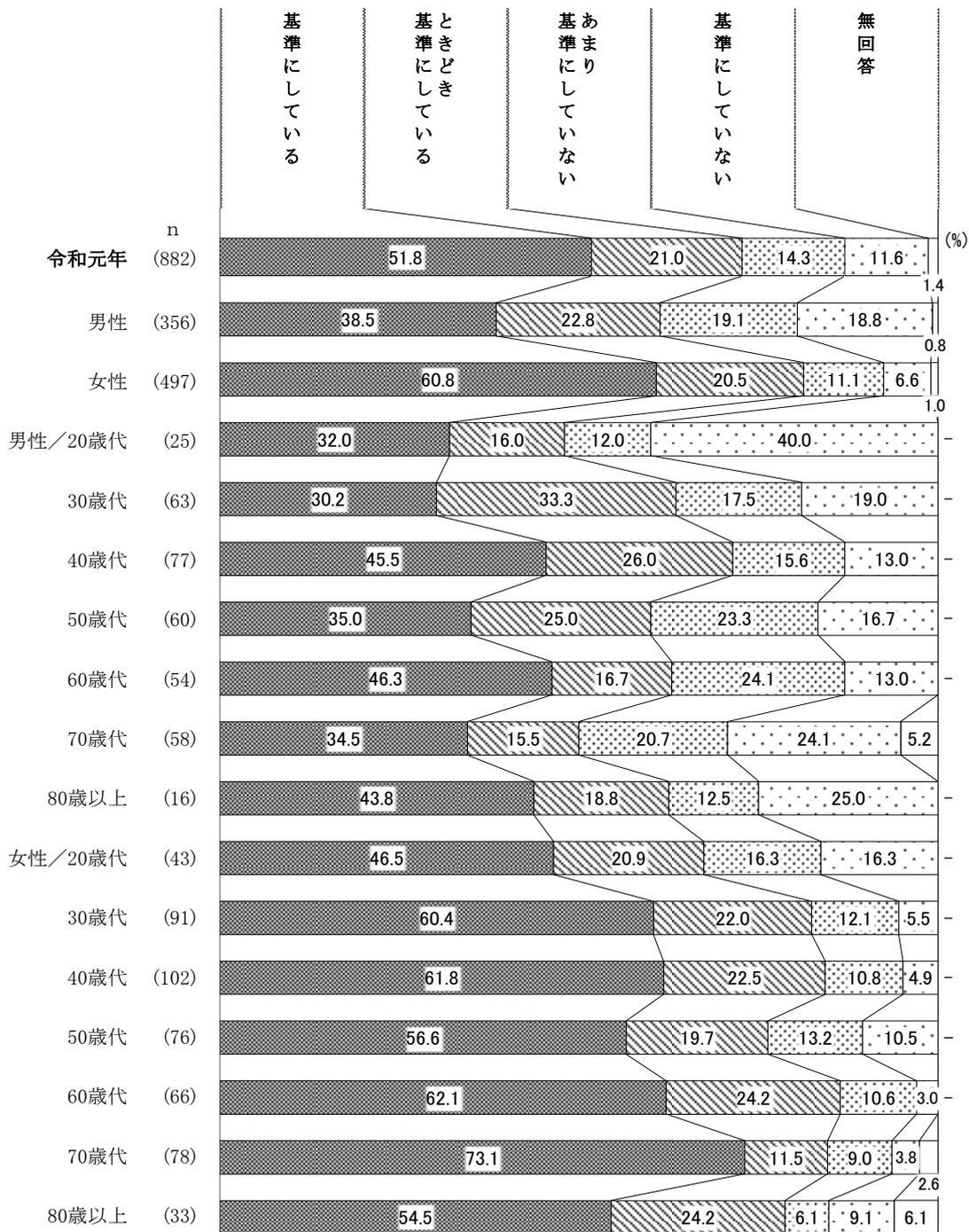
(4) 飲食店を選ぶ際の「禁煙」または「喫煙スペース」に対する基準

問25 あなたは、飲食店を選ぶ際、「禁煙」であること、または喫煙スペースがあることを基準にしていますか。(〇は1つ)

飲食店を選ぶ際、「禁煙」または「喫煙スペース」について、「基準にしている」が51.8%で、「ときどき基準にしている」(21.0%)と合わせた《基準にしている》は72.8%となっている。一方、「あまり基準にしていない」(14.3%)と「基準にしていない」(11.6%)を合わせた《基準にしていない》は25.9%である。

性別でみると、《基準にしている》は女性の方が男性より20.0ポイント高くなっている

性/年代別でみると、《基準にしている》は、女性の30歳代以上で7割台半ばから8割台半ばと高くなっている。

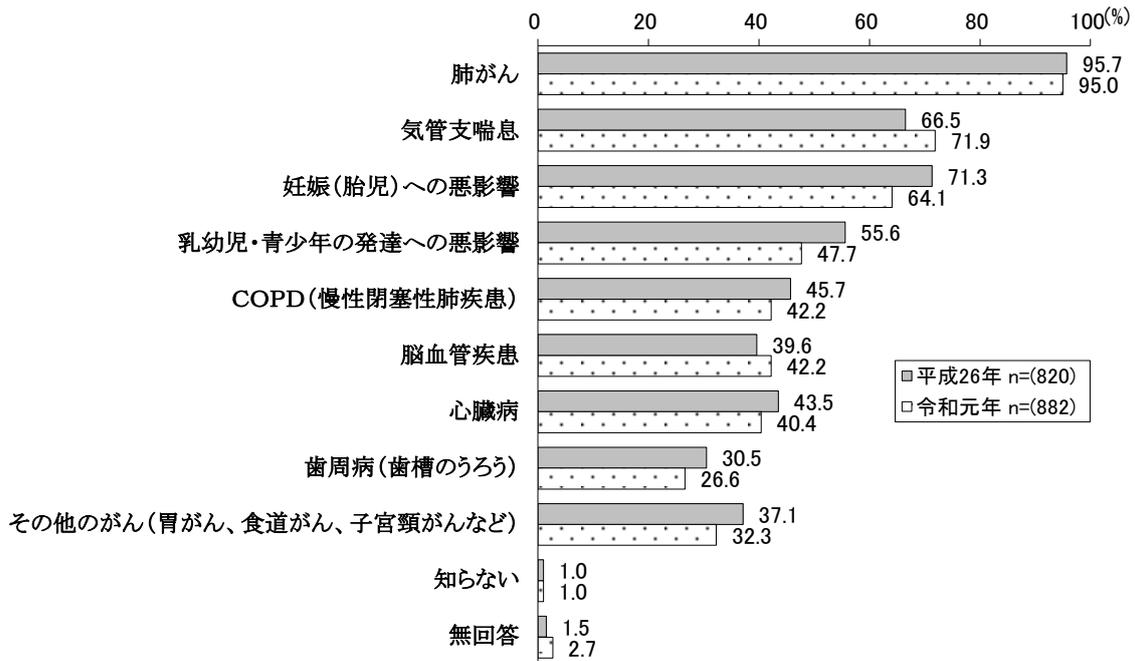


(5) 喫煙による影響についての認知度

問26 次のうち、たばこを吸うと、かかりやすくなる、または影響が出るとあなたが知っているものを選んでください。(〇はいくつでも)

喫煙による影響について知っているものは、「肺がん」が95.0%で最も高く、「気管支喘息」(71.9%)、「妊娠(胎児)への悪影響」(64.1%)と続く。

平成26年との比較で見ると、「気管支喘息」は5.4ポイントの増加、「妊娠(胎児)への悪影響」「乳幼児・青少年の発達への悪影響」はそれぞれ7.2ポイント、7.9ポイントの減少となっている。



※【COPDとは…】

COPDは、たばこ煙や粉じんなどの有害物質を長期吸入することによって、慢性的に咳やたんが続く、息が切れやすくなる、などの状態が続く病気です。重症化すると、酸素吸入が必要になることもあります。

性別でみると、「妊娠（胎児）への悪影響」「乳幼児・青少年の発達への悪影響」「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」は女性の方が男性よりそれぞれ26.0ポイント、19.5ポイント、10.0ポイント高く、「心臓病」は男性の方が女性より5.5ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「肺がん」はいずれの年代でも比率が高くなっており、男性の70歳代を除き9割以上になっており、「妊娠（胎児）への悪影響」は女性20～50歳代で8割以上と高くなっている。また、「乳幼児・青少年の発達への悪影響」でも女性20～50歳代で6割以上と高くなっている。

単位：％

	n	肺がん	気管支喘息	響妊娠（胎児）への悪影響	へ乳幼児・青少年の発達	肺COPD（慢性閉塞性疾患）	脳血管疾患	心臓病	がん、その他（子宮が頸、食道がん、胃が頸）	歯周病（歯槽のうろ）	知らない	無回答
令和元年	882	95.0	71.9	64.1	47.7	42.2	42.2	40.4	32.3	26.6	1.0	2.7
性別												
男性	356	95.8	74.2	49.7	36.8	36.5	44.7	43.5	32.3	26.1	2.0	2.0
女性	497	96.0	71.0	75.7	56.3	46.5	40.8	38.0	33.2	27.6	0.2	2.2
性／年代別	男性／20歳代	25	92.0	72.0	64.0	44.0	40.0	52.0	44.0	32.0	8.0	-
	30歳代	63	95.2	65.1	47.6	36.5	27.0	31.7	30.2	28.6	3.2	1.6
	40歳代	77	97.4	72.7	53.2	40.3	31.2	46.8	48.1	35.1	20.8	2.6
	50歳代	60	98.3	73.3	41.7	31.7	41.7	55.0	43.3	38.3	35.0	-
	60歳代	54	100.0	88.9	61.1	46.3	48.1	53.7	59.3	31.5	33.3	-
	70歳代	58	87.9	70.7	39.7	27.6	31.0	32.8	37.9	22.4	15.5	1.7
	80歳以上	16	100.0	81.3	37.5	18.8	43.8	43.8	37.5	25.0	12.5	-
	女性／20歳代	43	97.7	65.1	81.4	65.1	32.6	32.6	30.2	46.5	44.2	-
	30歳代	91	94.5	67.0	84.6	68.1	39.6	39.6	37.4	38.5	33.0	-
	40歳代	102	95.1	62.7	80.4	61.8	39.2	35.3	32.4	34.3	26.5	-
	50歳代	76	100.0	72.4	85.5	61.8	56.6	56.6	44.7	36.8	30.3	-
	60歳代	66	95.5	74.2	72.7	50.0	51.5	47.0	39.4	34.8	27.3	-
	70歳代	78	97.4	83.3	53.8	38.5	60.3	41.0	44.9	20.5	23.1	-
80歳以上	33	97.0	81.8	69.7	39.4	45.5	24.2	36.4	18.2	6.1	3.0	

(6) 喫煙状況

問27 あなたは、現在たばこを習慣的に吸いますか。(○は1つ)

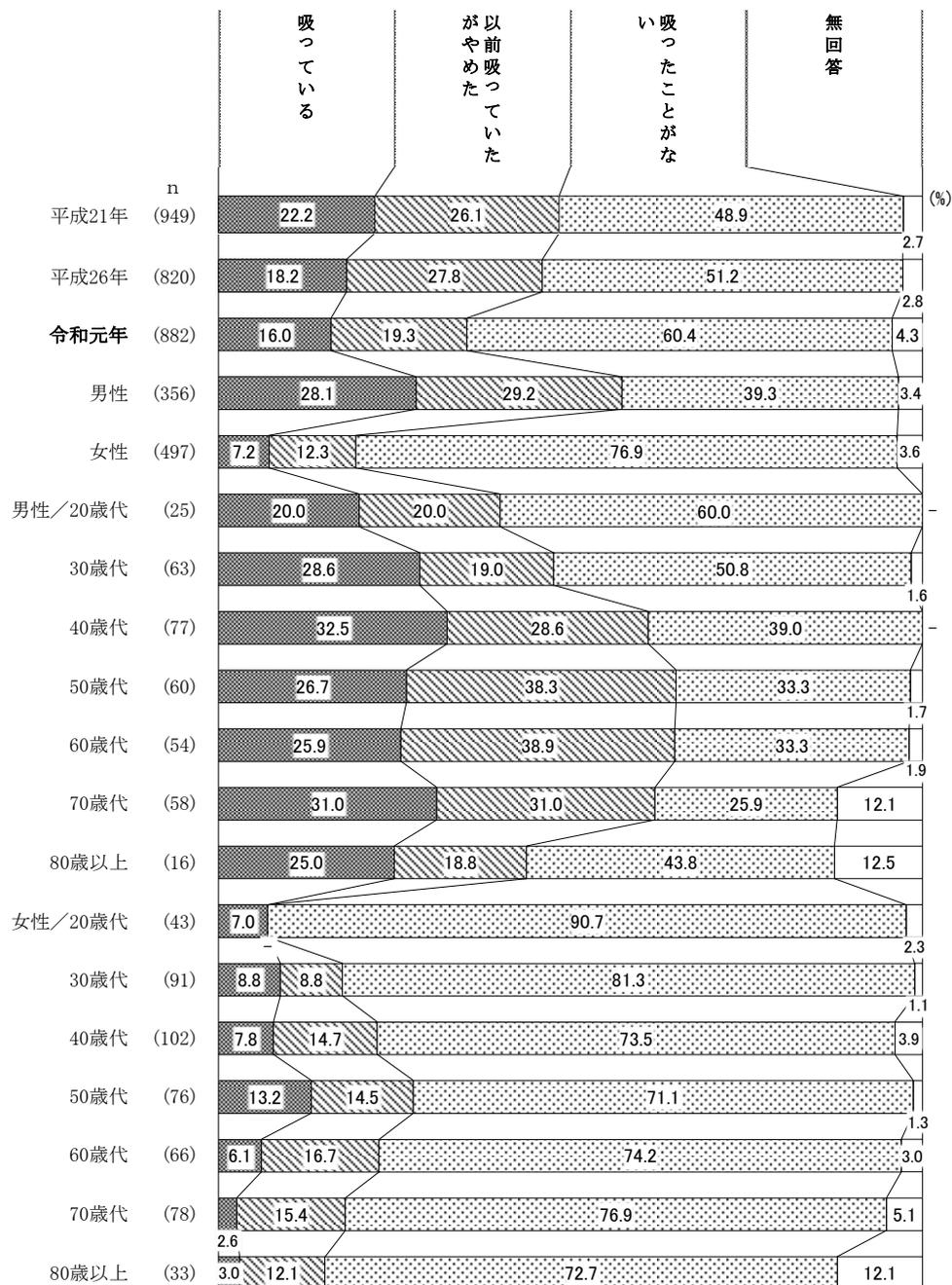
※「習慣的に」とは、今までに合計100本以上、または6か月間吸っていて、最近1か月間も吸っている場合をいいます。

喫煙状況は、「吸っている」が16.0%となっている。一方、「以前吸っていたがやめた」(19.3%)と「吸ったことがない」(60.4%)を合わせた《現在吸っていない》は79.7%である。

平成21・26年との比較でみると、「吸っている」は年々減少傾向にある。

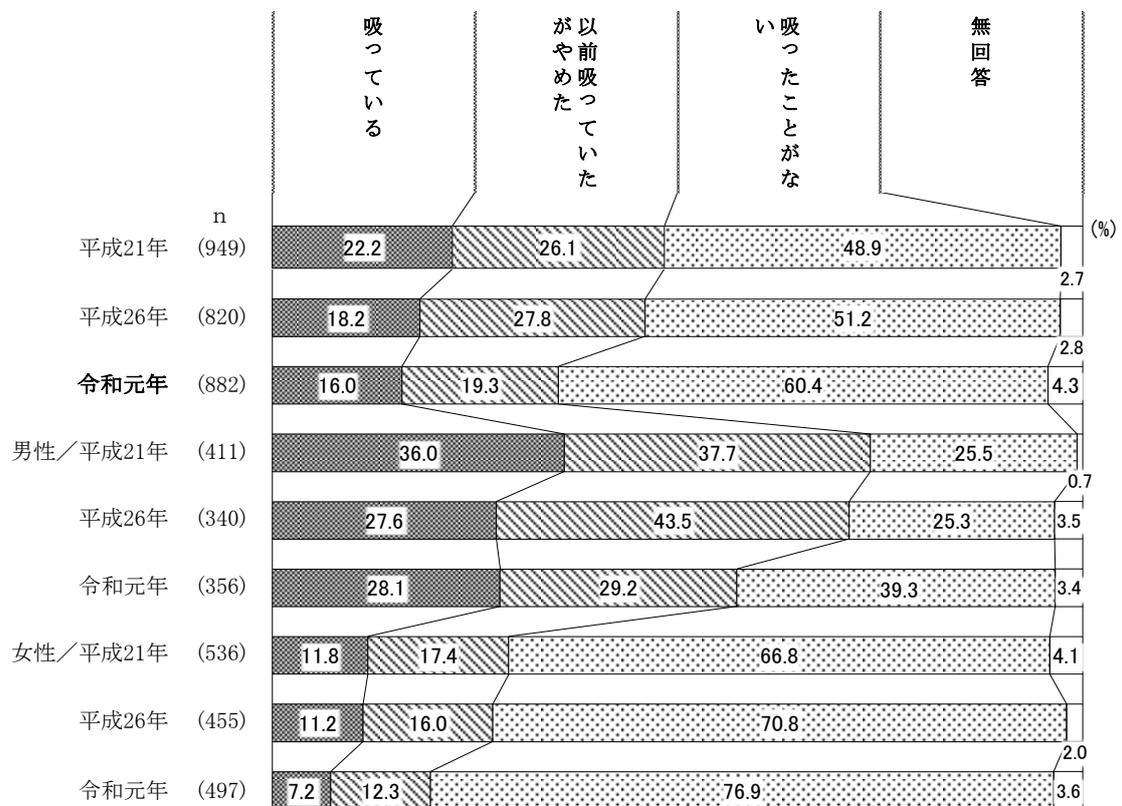
性別でみると、「吸っている」は男性で28.1%、女性で7.2%となっている。

性/年代別でみると、「吸っている」は、男性の40歳代、70歳代で3割を超えている。



※平成26年から設問文に“習慣的に”を追加している。

平成26年との比較を男女別で見ると、男性では「吸ったことがない」は、平成26年から14.0ポイント増加している。女性では「吸っている」は年々減少傾向にある。



(6-1) 喫煙歴

付問27-1 喫煙歴をお答えください。

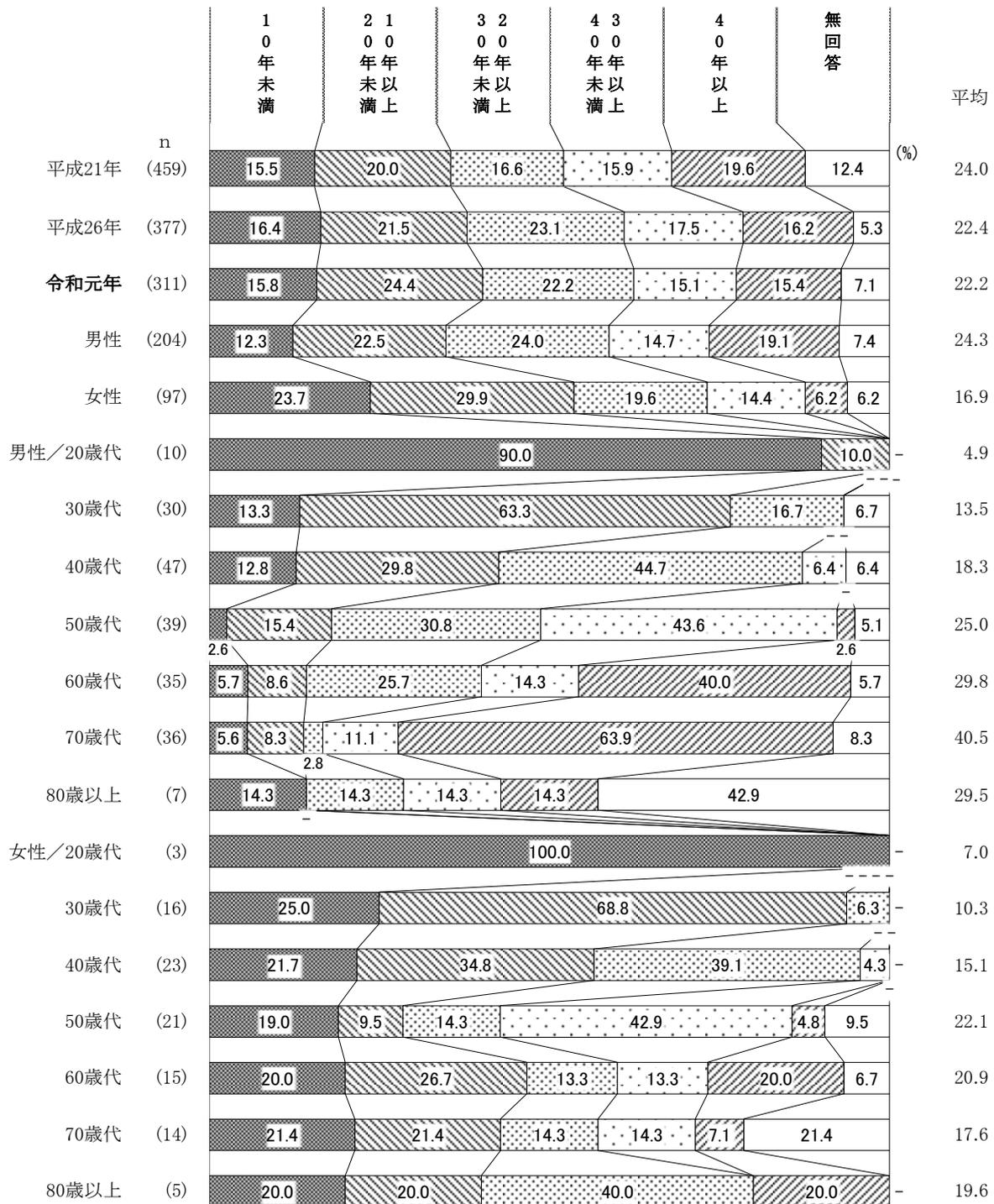
■喫煙歴

喫煙状況で、「吸っている」か「以前吸っていたがやめた」と回答した方に、喫煙歴をたずねた。その結果、平均喫煙歴は22.2年となっている。構成比は、「10年以上20年未満」が24.4%で最も高く、次いで「20年以上30年未満」が22.2%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、平均で男性の方が女性よりも約7年長く、24.3年となっている。

男性/年代別でみると、概ね年代が上がるほど、平均喫煙歴は長くなっている。



(6-2) 平均喫煙本数

付問27-2 1日の平均本数をお答えください。

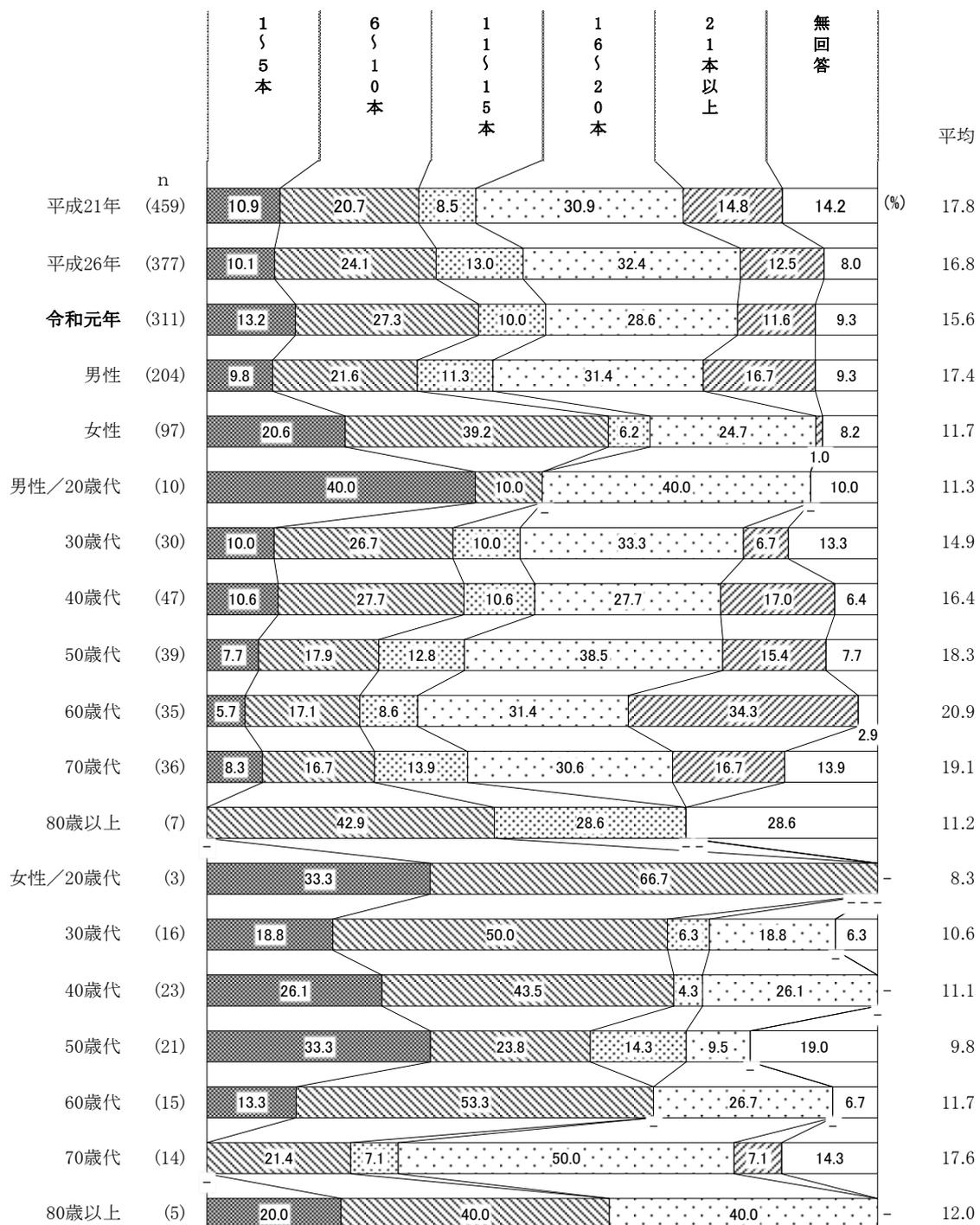
■ 1日の平均本数

喫煙状況で、「吸っている」か「以前吸っていたがやめた」と回答した方に、1日の喫煙本数をたずねた。その結果、平均喫煙本数は15.6本である。構成比では、「16～20本」が28.6%で最も高く、次いで「6～10本」が27.3%である。

平成26年との比較で見ると、平均喫煙本数は1.2本減少している。

性別で見ると、平均喫煙本数は、男性が17.4本で多く、女性が11.7本となっている。

男性/年代別で見ると、平均喫煙本数は、60歳代の20.9本が最も多く、50歳代、70歳代で20本弱となっている。



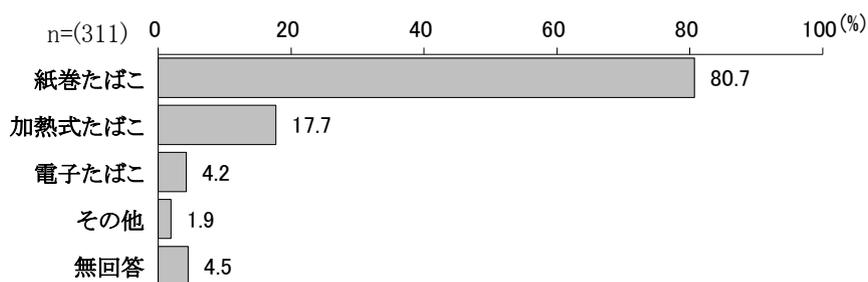
(6-3) 吸っている（吸っていた）たばこの種類

付問27-3 吸っている（吸っていた）たばこを選んでください。（○はいくつでも）

喫煙状況で、「吸っている」か「以前吸っていたがやめた」と回答した方に、吸っている（吸っていた）たばこの種類をたずねた。その結果、「紙巻たばこ」が80.7%を占め、「加熱式たばこ」が17.7%と続く。

性別では、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、「加熱式たばこ」は概ね年齢が上がるにつれて減少傾向にある。



単位：%

		n	紙巻たばこ	加熱式たばこ	電子たばこ	その他	無回答
令和元年		311	80.7	17.7	4.2	1.9	4.5
性別	男性	204	79.4	18.1	3.4	2.0	6.4
	女性	97	82.5	18.6	6.2	2.1	-
性／年代別	男性／20歳代	10	80.0	40.0	10.0	-	-
	30歳代	30	73.3	33.3	10.0	3.3	3.3
	40歳代	47	74.5	27.7	4.3	-	4.3
	50歳代	39	76.9	17.9	-	2.6	10.3
	60歳代	35	85.7	5.7	-	5.7	2.9
	70歳代	36	88.9	2.8	2.8	-	8.3
	80歳以上	7	71.4	-	-	-	28.6
	女性／20歳代	3	66.7	33.3	33.3	-	-
	30歳代	16	75.0	18.8	12.5	-	-
	40歳代	23	87.0	21.7	4.3	-	-
	50歳代	21	85.7	23.8	-	-	-
	60歳代	15	80.0	13.3	6.7	6.7	-
	70歳代	14	78.6	14.3	-	7.1	-
80歳以上	5	100.0	-	20.0	-	-	

(6-4) 喫煙の際の意識

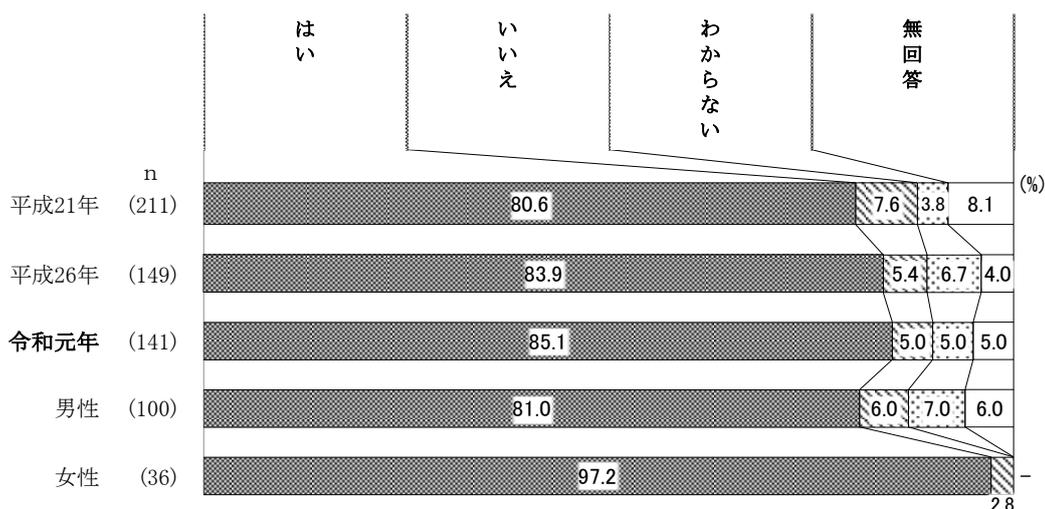
付問27-4 喫煙する際の意識をお答えください。(それぞれ〇は1つ)

■子どもや妊婦の前ではたばこは吸わない

喫煙者に対し、“子どもや妊婦の前ではたばこは吸わない”意識をたずねたところ、「はい」は85.1%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「はい」は女性の方が男性より16.2ポイント高くなっている。

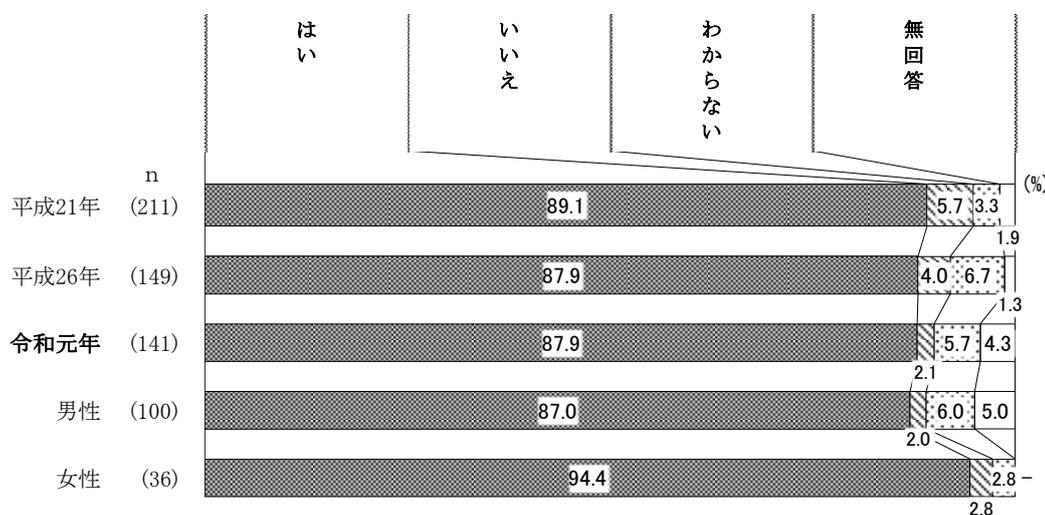


■たばこを吸うときには周囲に迷惑がかからないようにしている

喫煙者に対し、“たばこを吸うときには周囲に迷惑がかからないようにしている”意識をたずねたところ、「はい」は87.9%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「はい」は女性の方が男性より7.4ポイント高くなっている。



(6-5) 禁煙・減煙意向

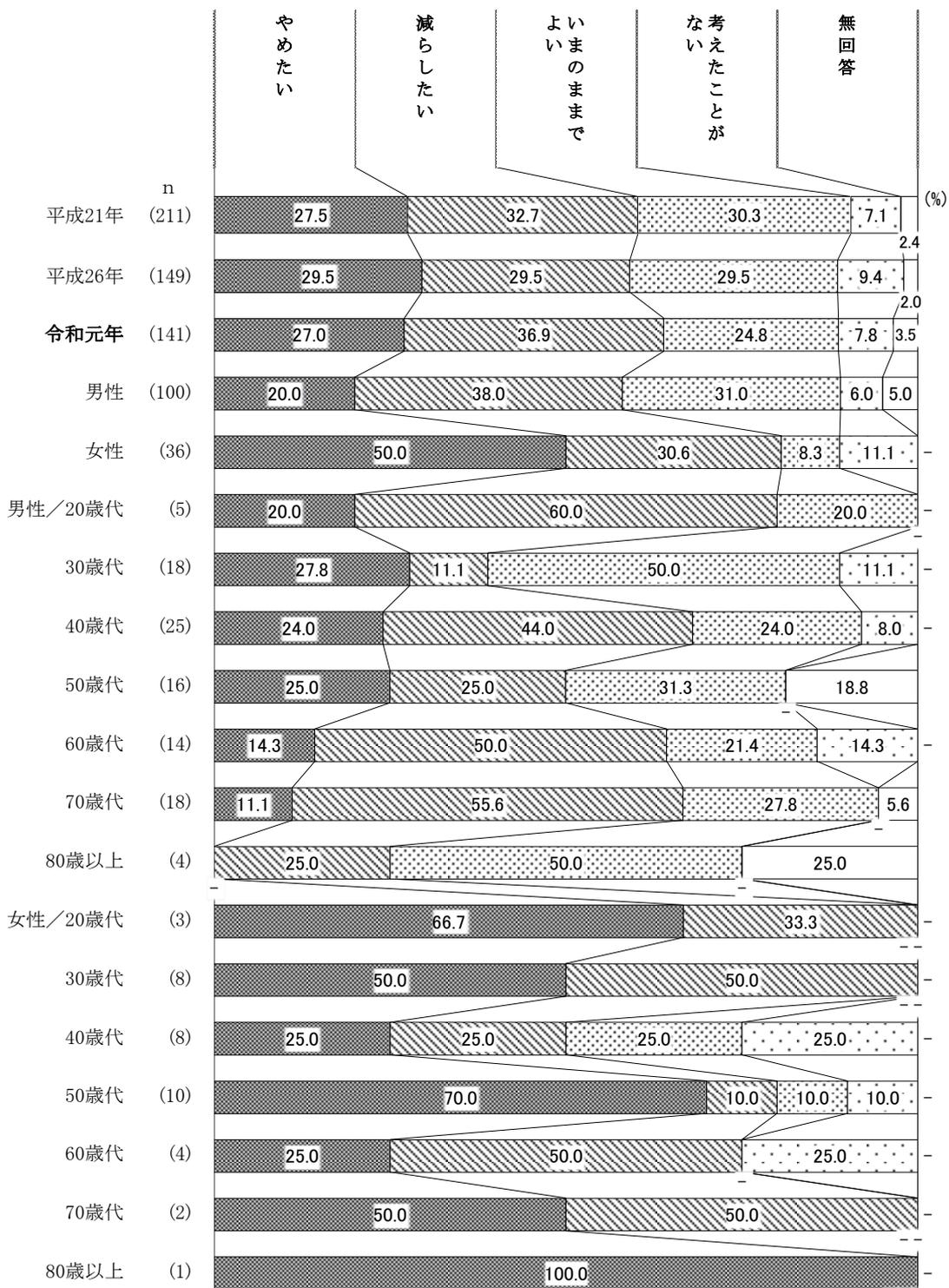
付問27-5 今後、たばこをやめたい・減らしたいと思いますか。(〇は1つ)

喫煙状況で「吸っている」と回答した方に、禁煙・減煙意向をたずねた。その結果、「やめたい」が27.0%、「減らしたい」が36.9%、「いまのままでよい」が24.8%となっており、「考えたことがない」が7.8%である。

平成26年との比較で見ると、「減らしたい」が7.4ポイント増加している。

性別で見ると、「やめたい」は女性の方が男性より30.0ポイント高くなっている。

性/年代別については、nの少ない年代層が多いため、参考として掲載する。



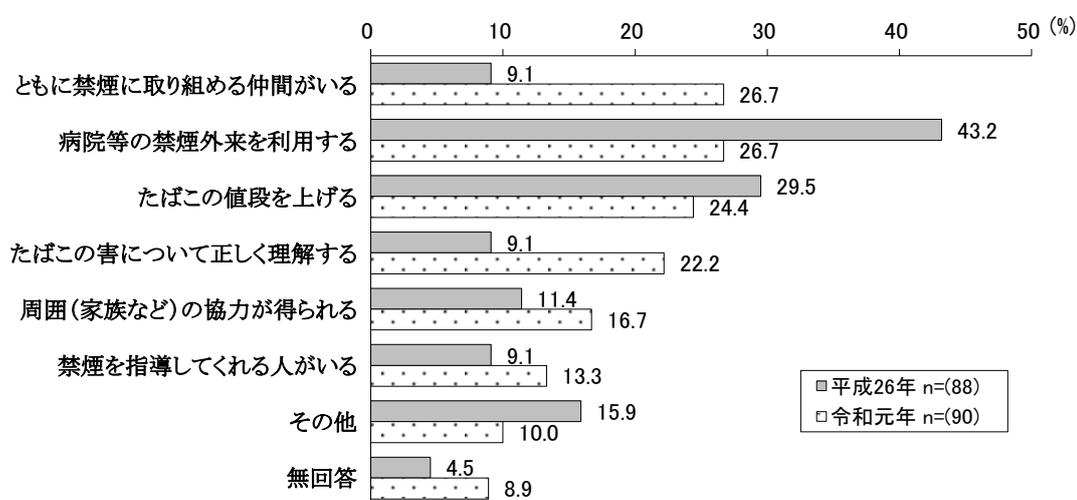
(6-6) 禁煙・減煙のための考え

付問27-5-1 どうしたら、たばこがやめられる・減らせると思われますか。

(〇はいくつでも)

喫煙状況で「吸っている」とし、「やめたい」または「減らしたい」と回答した方に、禁煙・減煙のための考えをたずねた。その結果、「ともに禁煙に取り組める仲間がいる」と「病院等の禁煙外来を利用する」がともに26.7%で最も高く、次いで「たばこの値段を上げる」が24.4%、「たばこの害について正しく理解する」が22.2%などとなっている。

平成26年との比較では、「ともに禁煙に取り組める仲間がいる」が17.6ポイント増加、「病院等の禁煙外来を利用する」は16.5ポイント減少している。



6 飲酒について

(1) 飲酒頻度

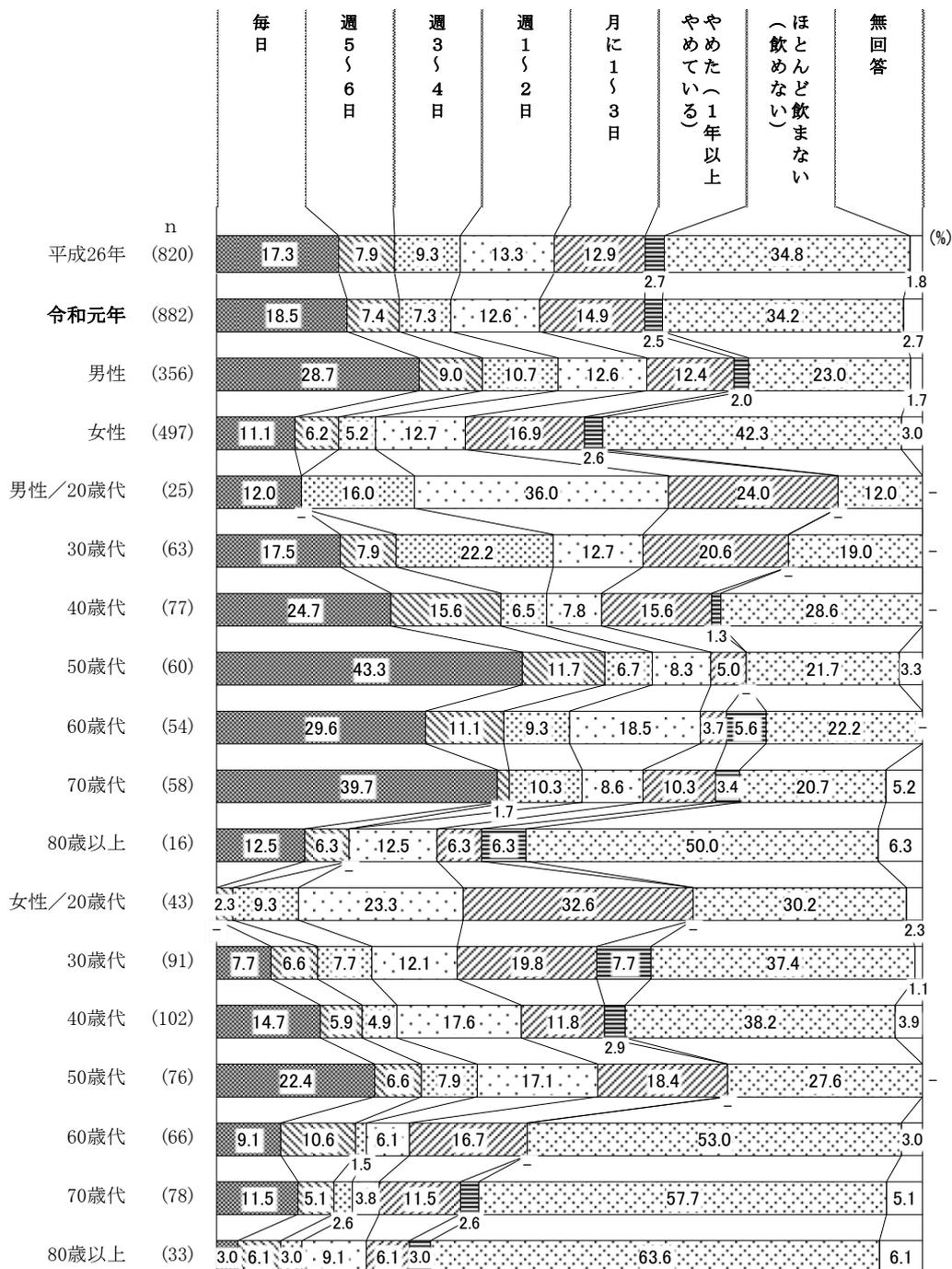
問28 あなたは、週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。
(〇は1つ)

飲酒頻度は、「毎日」が18.5%、「月に1～3日」が14.9%で、「ほとんど飲まない（飲めない）」は34.2%となっている。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別については、「毎日」は男性で28.7%、女性で11.1%となっている。

性／年代別でみると、「毎日」は、男性の50歳代で4割超え、70歳代で約4割となっているが、男性20～30歳代では1割台となっている。



(1-1) 1日(回)の平均的な飲酒量

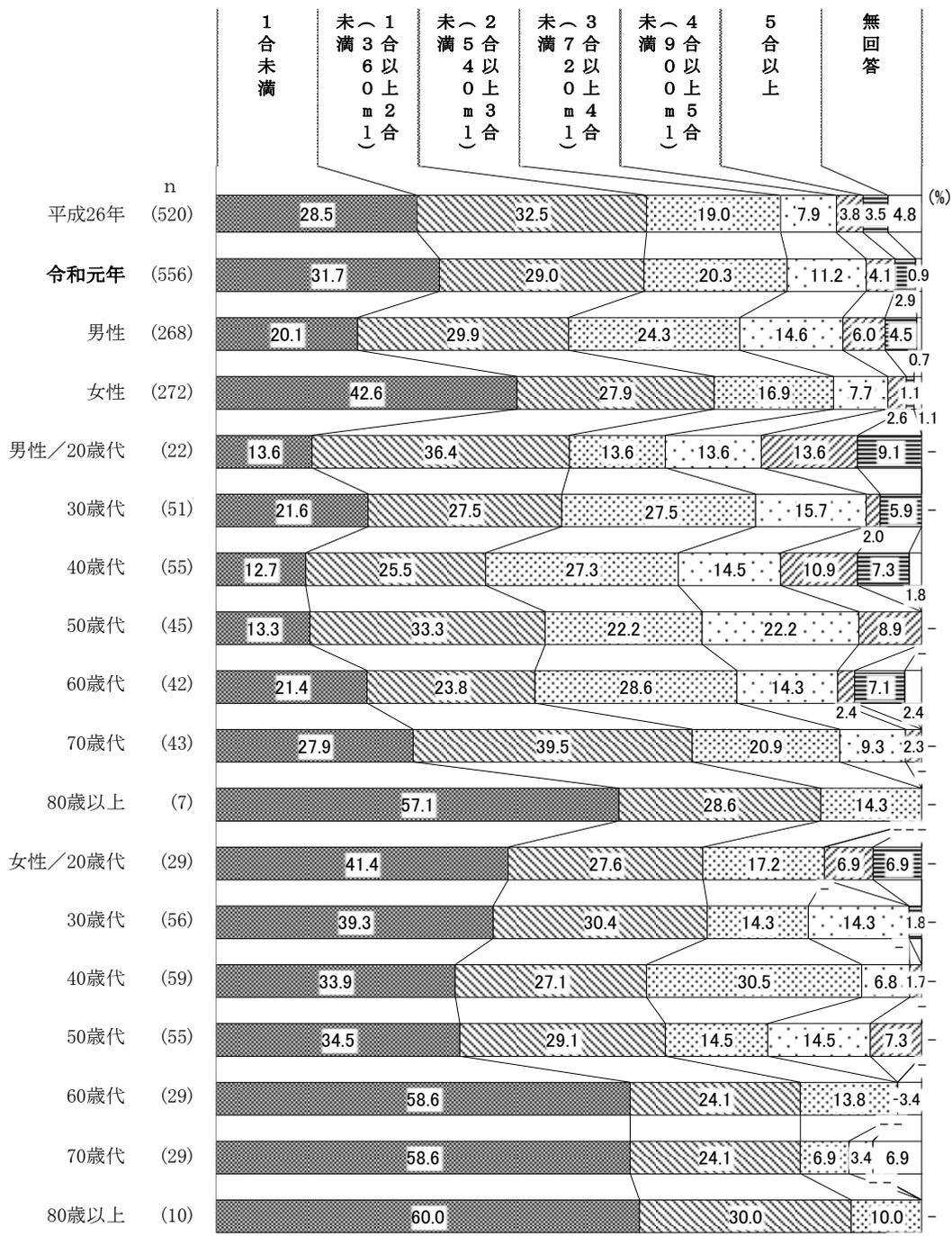
付問28-1 1日(回)の平均的な飲酒量をお答えください。(〇は1つ)

1日(回)の平均的な飲酒量は、「1合未満」が31.7%で最も高く、「1合以上2合(360ml)未満」(29.0%)、「2合以上3合(540ml)未満」(20.3%)、「3合以上4合(720ml)未満」(11.2%)が続く。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、「1合未満」は女性の方が男性よりも22.5ポイント高くなっており、それ以上の飲酒量になると、男性の方が女性より高くなっている。

性/年代別でみると、「4合以上5合(900ml)未満」が、男性の40歳代で1割以上と高くなっている。



(2) 適度な飲酒量

問29 あなたは、一般的にいわれている「適度な飲酒」が、どれくらいの量だと思いますか。
(○は1つ)

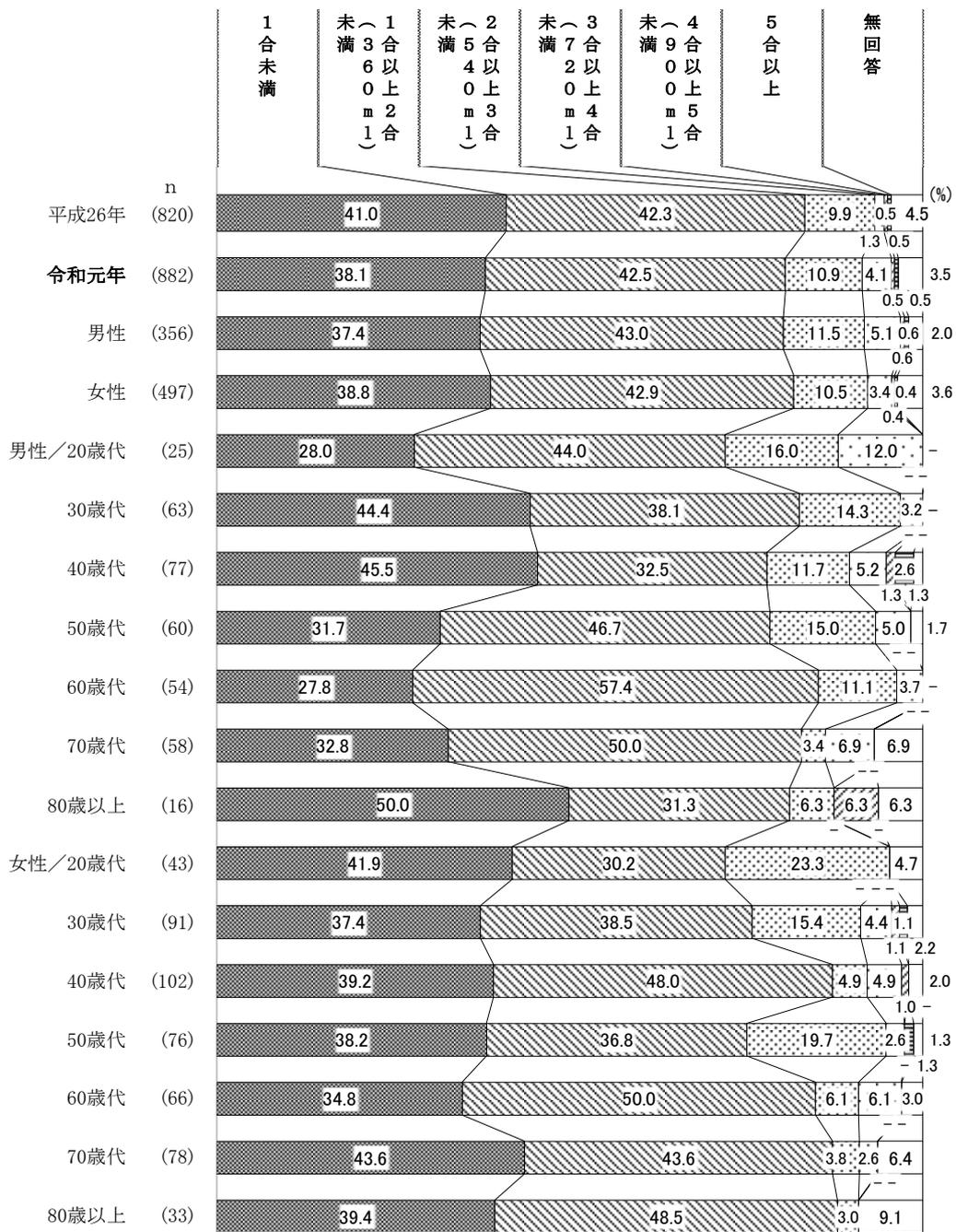
適度な飲酒量について、「1合以上2合(360ml)未満」が42.5%で最も高く、「1合未満」が38.1%となっている。これらを合わせた《2合未満》は80.6%となる。

平成26年との比較では、特に大きな違いはみられない。

性別でみると、男性で《2合未満》は8割超えに対して、女性で「1合未満」は4割近くにとどまる。

性/年代別でみると、男性で《2合未満》と答えた割合は、20~60歳代で5割以下となっている。女性で「1合未満」と答えた割合は、30~50歳代で3割台と低くなっている。

※適正飲酒量の基準 男性：2合未満 女性：1合未満

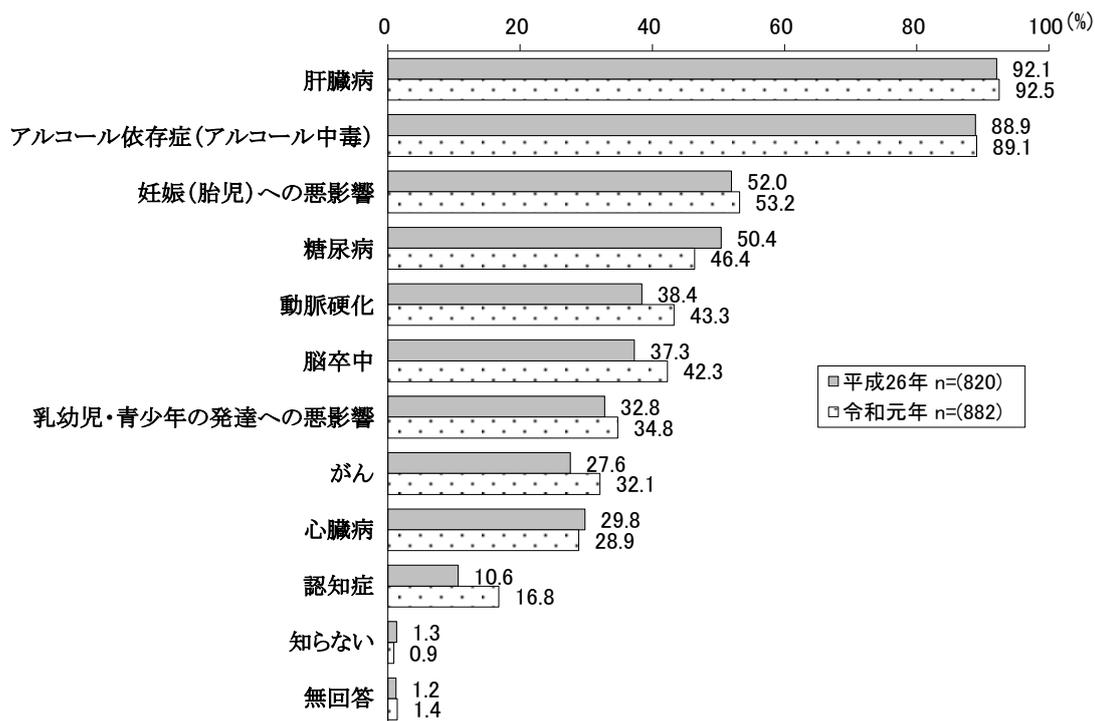


(3) 多量・長期間の飲酒による影響

問30 次のうち、多量の飲酒を長期間続けることで、かかりやすくなる、または影響が出るとあなたが知っているものを選んでください。(〇はいくつでも)

多量・長期間の飲酒によってかかりやすくなる、または影響が出るものとして、「肝臓病」が92.5%で最も高く、以下、「アルコール依存症(アルコール中毒)」(89.1%)、「妊娠(胎児)への悪影響」(53.2%)、「糖尿病」(46.4%)などと続く。

平成26年との比較で見ると、「脳卒中」は5.0ポイント増加している。



性別でみると、10項目中8項目で女性が高く、なかでも「妊娠（胎児）への悪影響」で29.0ポイント、「乳幼児・青少年の発達への悪影響」で16.8ポイントの差がみられる。

性／年代別でみると、「肝臓病」と「アルコール依存症（アルコール中毒）」は、多くの年代層でも比率が高くなっているが、「アルコール依存症（アルコール中毒）」は、男性の70歳代で8割近くと比較的低い。「妊娠（胎児）への悪影響」は、女性の20～50歳代で高く、特に30歳代で8割を超える。

単位：％

	n	肝臓病	（アルコール依存症）	悪影響（胎児）への	糖尿病	動脈硬化	脳卒中	悪影響乳幼児・青少年の発達への	がん	心臓病	認知症	知らない	無回答	
令和元年	882	92.5	89.1	53.2	46.4	43.3	42.3	34.8	32.1	28.9	16.8	0.9	1.4	
性別														
男性	356	92.1	86.8	36.8	47.8	42.4	41.0	25.3	29.2	30.6	14.6	1.4	1.1	
女性	497	93.4	91.8	65.8	45.5	44.3	43.5	42.1	34.6	27.4	17.7	0.4	1.0	
性／年代別	男性／20歳代	25	92.0	92.0	56.0	36.0	52.0	52.0	40.0	32.0	44.0	24.0	4.0	-
	30歳代	63	84.1	90.5	44.4	49.2	34.9	25.4	36.5	20.6	23.8	12.7	1.6	-
	40歳代	77	97.4	89.6	36.4	51.9	41.6	37.7	26.0	31.2	23.4	13.0	-	-
	50歳代	60	96.7	91.7	28.3	53.3	43.3	48.3	21.7	35.0	36.7	15.0	-	-
	60歳代	54	96.3	85.2	40.7	53.7	50.0	51.9	18.5	29.6	38.9	16.7	1.9	1.9
	70歳代	58	84.5	79.3	25.9	36.2	37.9	37.9	17.2	25.9	25.9	10.3	3.4	5.2
	80歳以上	16	93.8	68.8	31.3	43.8	50.0	50.0	18.8	37.5	31.3	18.8	-	-
	女性／20歳代	43	90.7	95.3	72.1	34.9	44.2	46.5	48.8	27.9	30.2	16.3	-	-
	30歳代	91	89.0	95.6	81.3	44.0	40.7	39.6	51.6	30.8	24.2	11.0	-	-
	40歳代	102	93.1	88.2	68.6	41.2	40.2	34.3	41.2	28.4	22.5	21.6	-	-
	50歳代	76	98.7	90.8	64.5	56.6	48.7	48.7	43.4	39.5	35.5	23.7	-	1.3
	60歳代	66	93.9	93.9	59.1	40.9	51.5	48.5	42.4	48.5	30.3	25.8	3.0	1.5
70歳代	78	93.6	87.2	53.8	55.1	50.0	48.7	28.2	34.6	26.9	12.8	-	2.6	
80歳以上	33	97.0	97.0	48.5	36.4	33.3	45.5	33.3	33.3	21.2	6.1	-	-	