

## 7. 健康や食生活について

### 7-1 健康への不安（問21）

問21 あなたは、健康に不安を感じていますか。【回答数：○印を1つだけ】

「ある」が12.3%、「まあある」が39.1%と、合わせて51.4%の人が健康への不安を感じています。また、年齢が上がるにつれて、その割合は増え、70歳代では63.9%となっています。

#### 【全体】（図7-1-1）

○健康への不安は「まあある」が39.1%と最も多くなっています。「ある」は12.3%であり、51.4%の人が健康に何らかの不安を感じています。

○また、「どちらともいえない」は20.8%であり、「あまりない」は20.6%、「ない」は6.1%となっています。

#### 【前回比較】（図7-1-1）

○平成27年調査と比較して、「ある」、「まあある」と回答した健康に何らかの不安を感じている人は、4.6ポイント減少しており、「ない」、「あまりない」と回答した健康に不安を感じていない人は、5.1ポイント増加しています。

#### 【性別】（図7-1-2）

○健康に不安を抱えている人は僅かながら男性が女性を上回っています。

図7-1-1 前回比較「健康への不安」

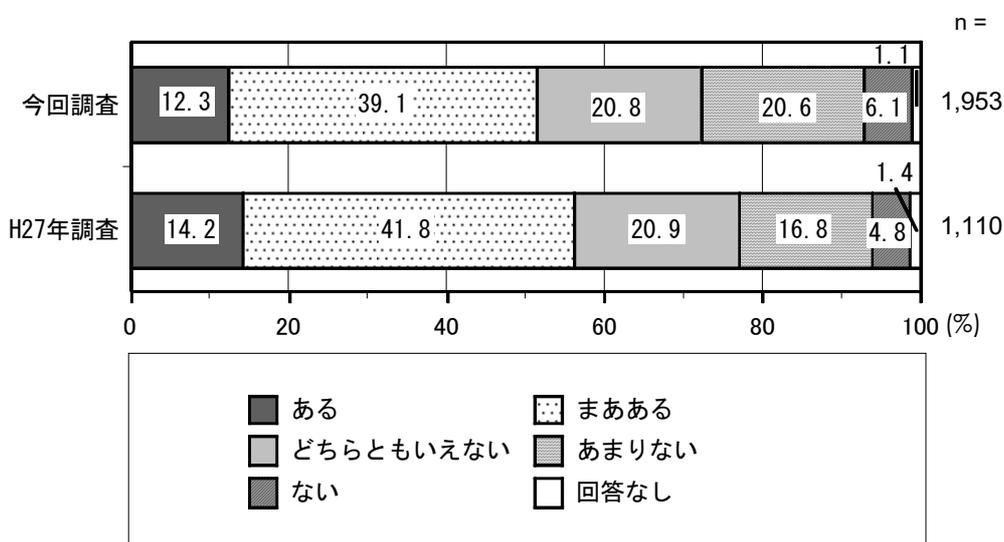
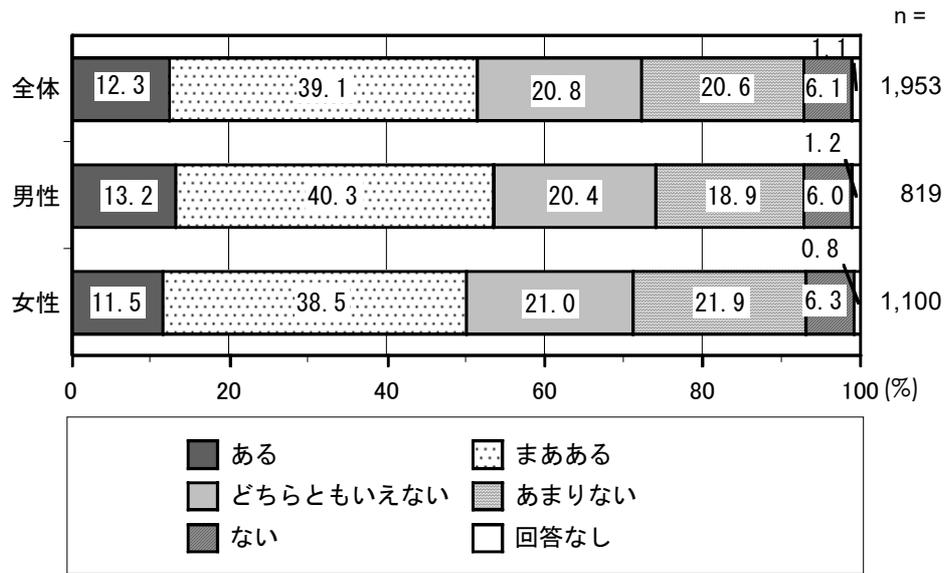


図 7-1-2 性別「健康への不安」

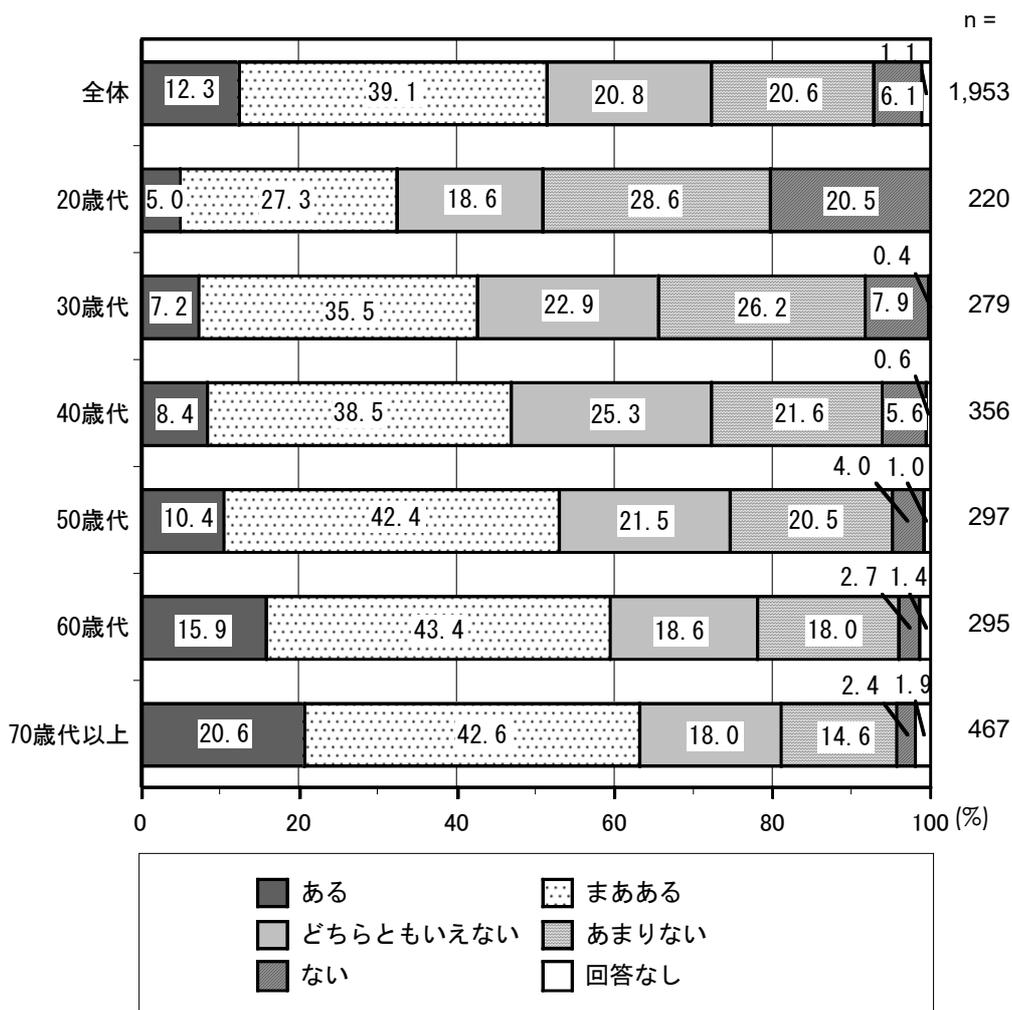


**【年齢別】** (図 7-1-3)

○20 歳代では「あまりない」が 28.6%、「ない」が 20.6%、合わせると 49.1%と半数近くが程度に差はあれ、不安を感じていません。この割合は 30 歳代では 34.1%、40 歳代では 27.2%、50 歳代では 24.5%、60 歳代では 20.7%、70 歳代以上では 17.0%と年齢が上がるにつれて少なくなっています。

○健康への不安感を持つ人は加齢とともに順次増加し、70 歳以上では「ある」の 20.6%と「まあある」の 42.6%を合わせると、63.2%が健康への不安を感じています。

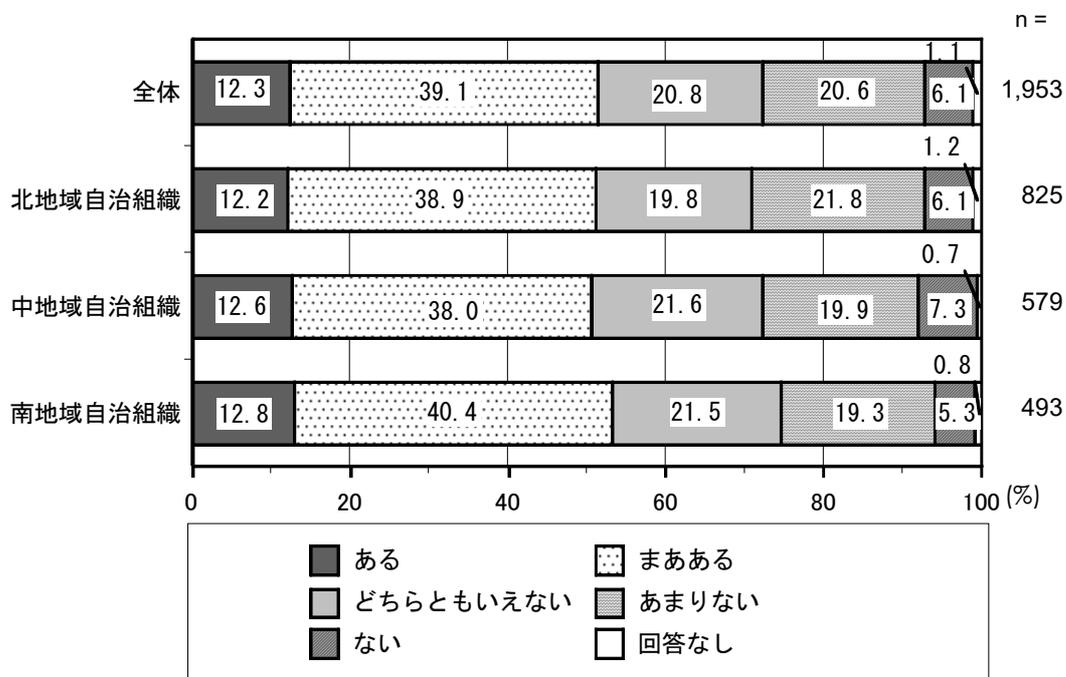
図 7-1-3 年齢別「健康への不安」



【居住地域別】 (図 7-1-4)

○健康への不安に関して、居住地域別では、ほとんど差は認められません。

図 7-1-4 居住地域別「健康への不安」



## 7-2 健康に気がつかった暮らし（問 22）

**問 22** あなたは、日頃、検査を受けたり運動をしたりと健康に気がつかった暮らしができていると思いますか。【回答数：○印を1つだけ】

回答者の6割が”健康に気がつかった暮らしができている”と考えています。年代が高いほど、健康への関心は高く、70歳代以上では73.0%と、30歳代の45.8%に比べて多くの方が健康に気がついています。

### 【全体】（図 7-2-1）

- 「まあそう思う」が45.5%と最も多くなっています。ここに「そう思う」の14.8%を合わせると、60.3%の人が“健康に気がつかった暮らしができている”と考えています。
- 一方、「あまりそう思わない」は11.6%、「そう思わない」は2.7%と、“健康に気がつかった暮らしができている”と考える人は14.3%でした。

### 【前回比較】（図 7-2-1）

- 平成27年調査との比較では、ほとんど差は認められません。

### 【性別】（図 7-2-2）

- 「そう思う」の割合は男性の方が僅かながら多いですが、有意な差があるとまでは言えません。

図 7-2-1 前回比較「健康に気がつかった暮らし」

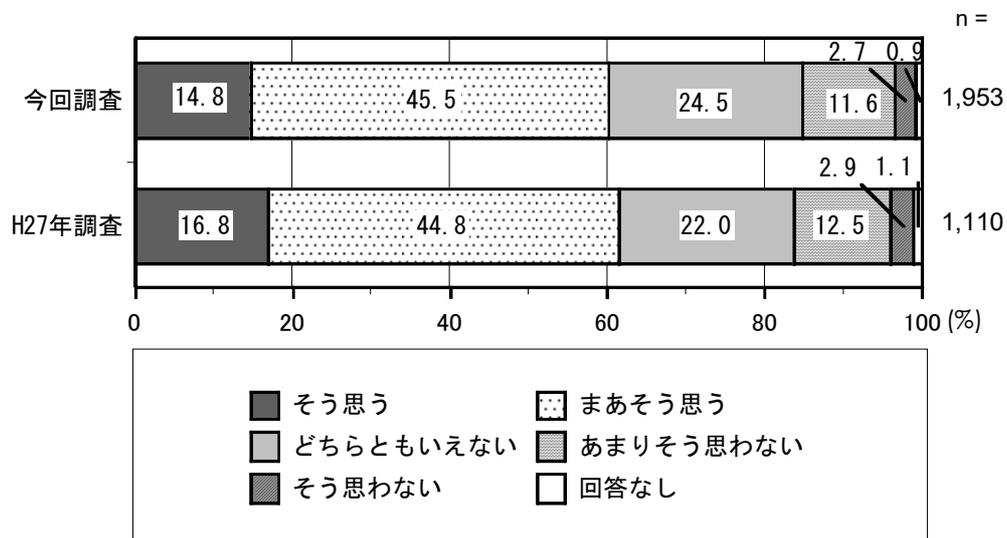
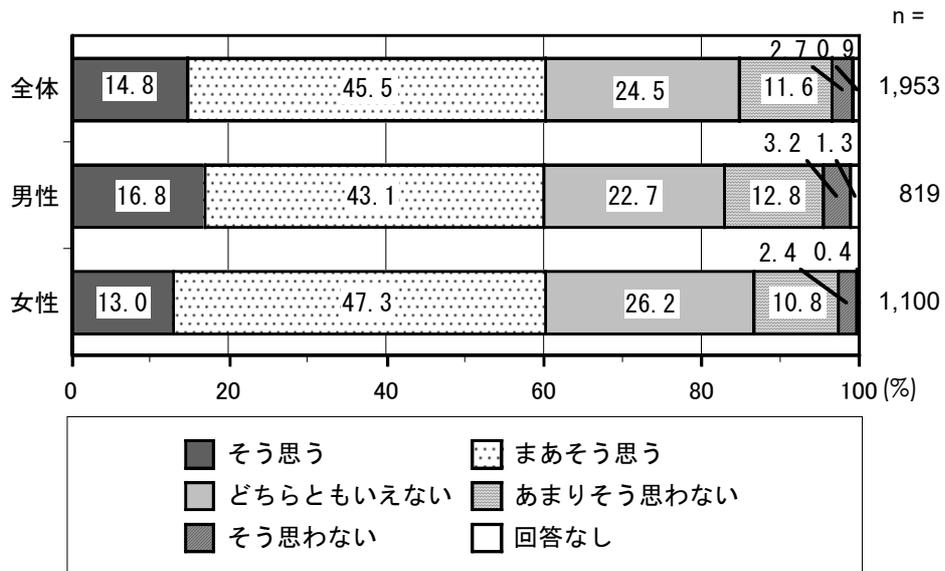


図 7-2-2 性別「健康に気がつかった暮らし」

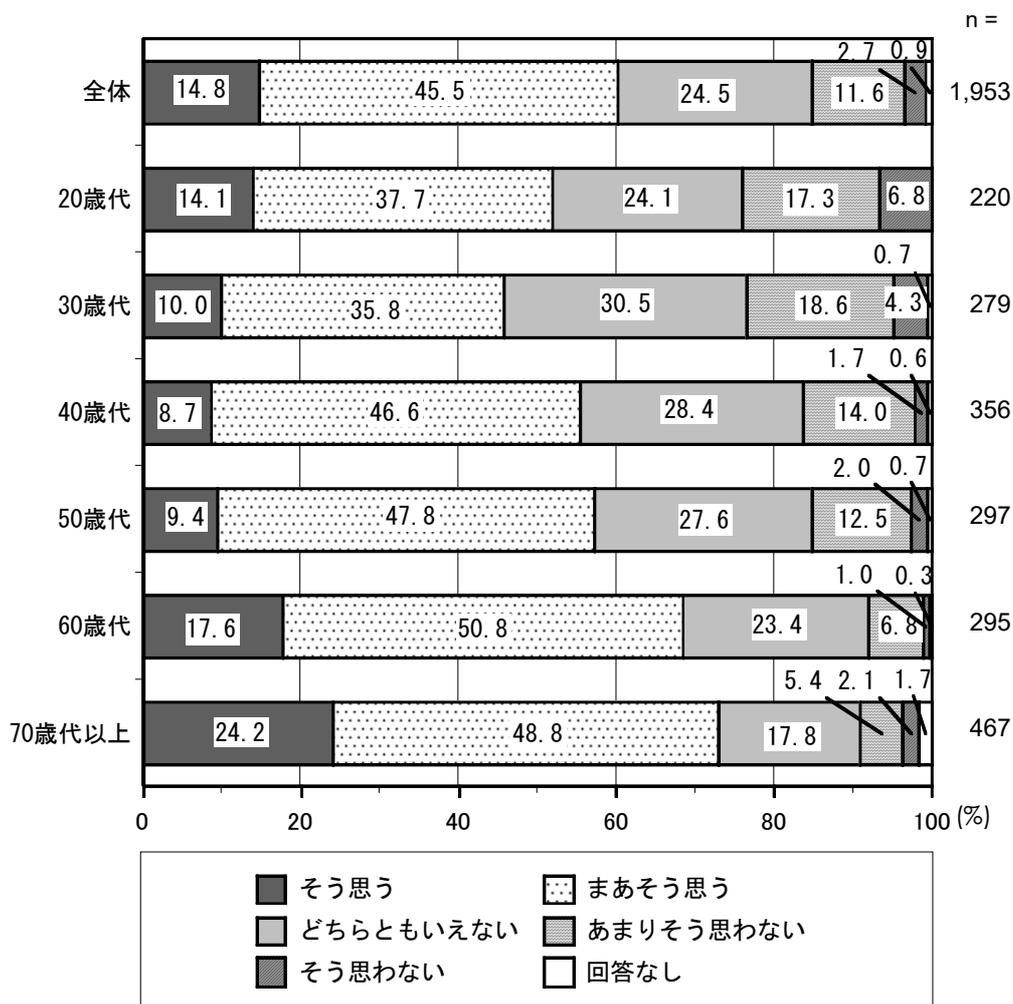


**【年齢別】** (図 7-2-3)

○年代別では大きな差がみられ、70歳代以上は「そう思う」が24.2%、「まあそう思う」が48.8%と、合わせると約7割の人が“健康に気がつかった暮らしができています”としています。

○この傾向は年代が若くなるにつれて低下し、60歳代で68.4%、50歳代で57.2%、40歳代で55.3%、30歳代においては、45.8%となり、「あまりそう思わない」が18.6%、「そう思わない」が4.3%と、合わせると22.9%と“健康に気がつかった暮らしができていない”と考える人が20歳代(24.1%)とともに他の世代に比べて多くなっています。

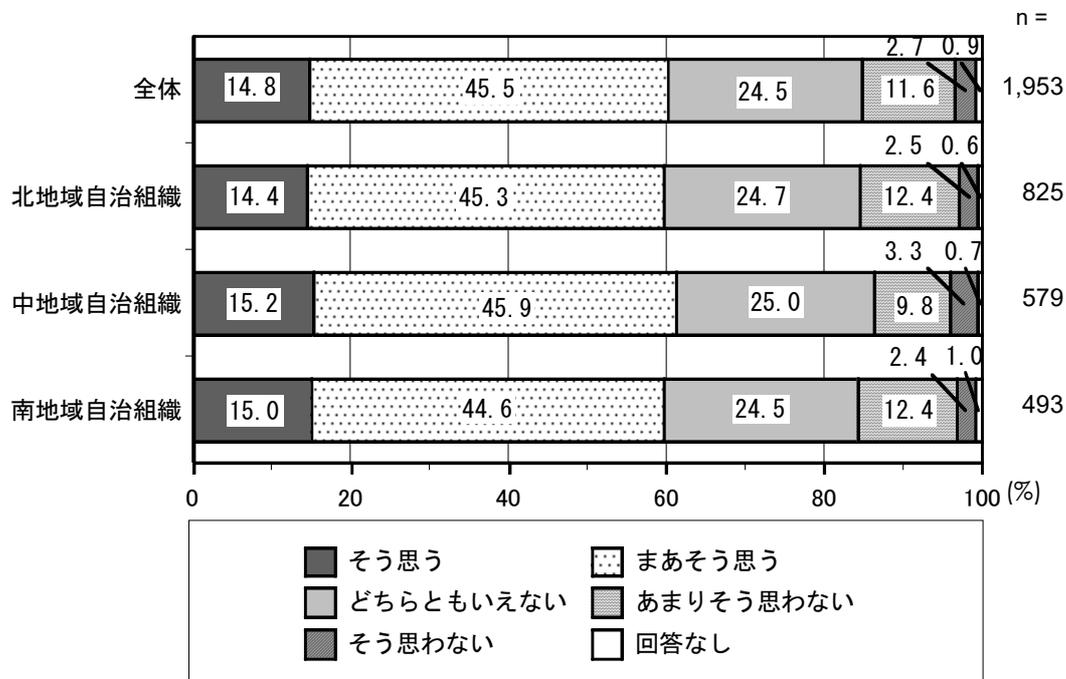
図 7-2-3 年齢別「健康に気がつかった暮らし」



【居住地域別】 (図 7-2-4)

○健康に気をつかった暮らしに関して、居住地域別では、ほとんど差は認められません。

図 7-2-4 居住地域別「健康に気をつかった暮らし」



### 7-3 かかりつけ医の有無（問23）

問23 あなたには「かかりつけ医」がいますか。【回答数：○印を1つだけ】

回答者の63.7%が“かかりつけ医がいる”と答えています。若い世代では半数以下と少ないのですが、高齢になるにつれて、かかりつけ医を持つ人は増え、健康への不安感も最も高い70歳代以上では約9割となっています。

#### 【全体】（図7-3-1）

○かかりつけ医が「いる」は63.7%と、「いない」の35.4%を28.3ポイント上回っています。

#### 【前回比較】（図7-3-1）

○平成27年調査との比較では、ほとんど差は認められません。

#### 【性別】（図7-3-2）

○かかりつけ医が「いる」は、女性で、67.0%、男性で58.6%と女性が男性を8.4ポイント上回っています。

図7-3-1 前回比較「かかりつけ医の有無」

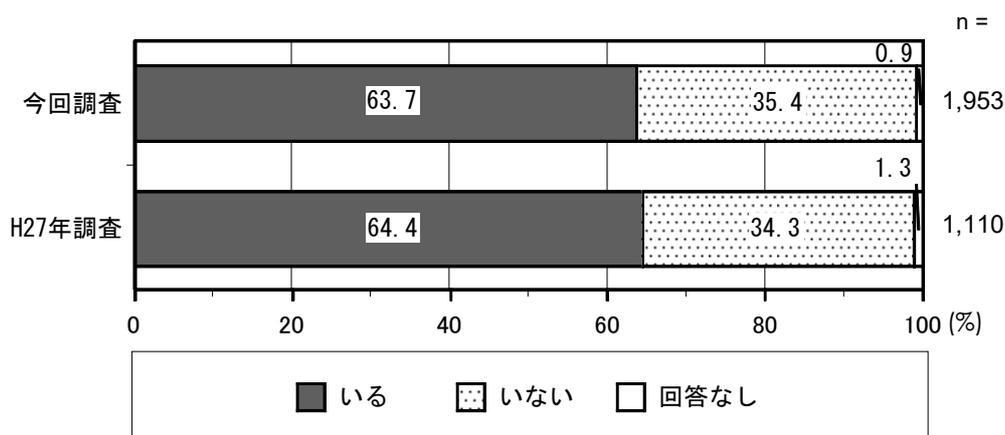
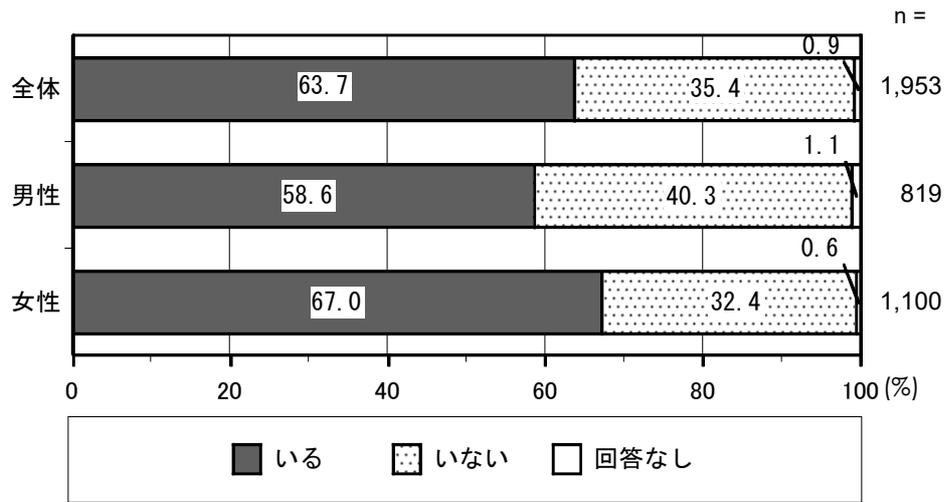


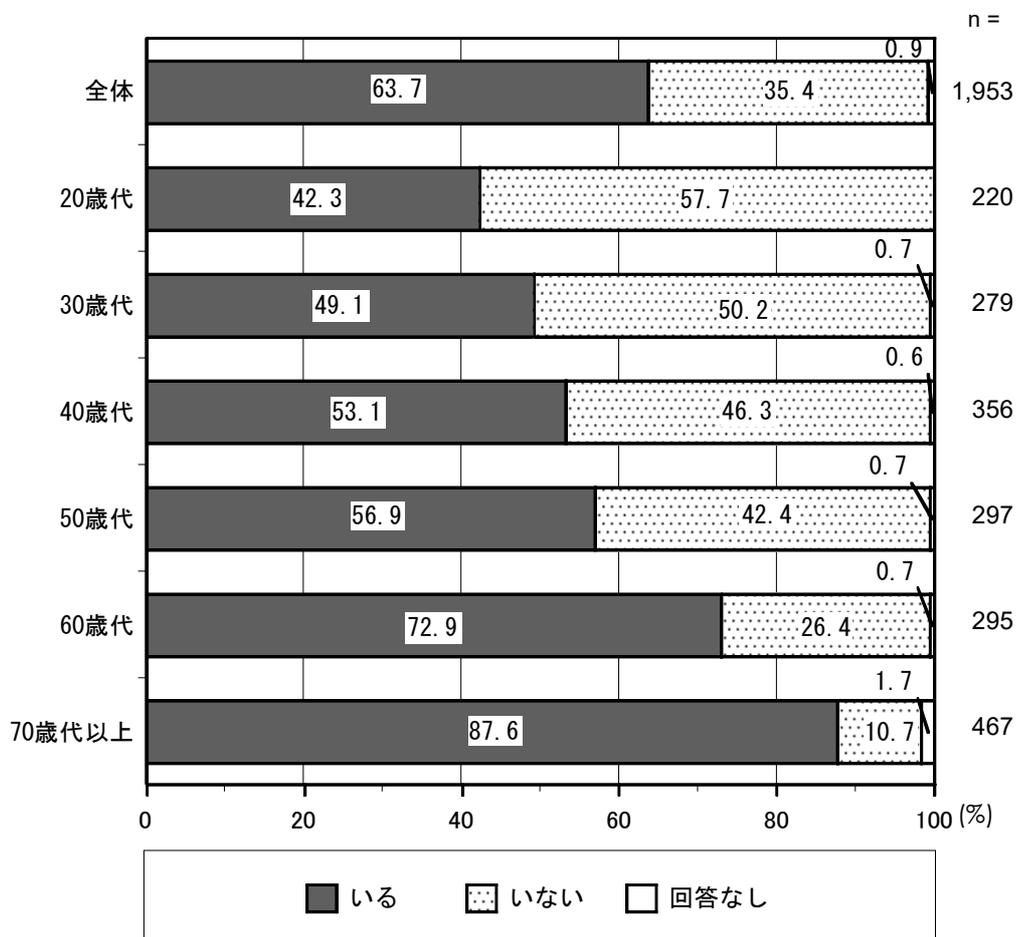
図 7-3-2 性別「かかりつけ医の有無」



【年齢別】 (図 7-3-3)

○かかりつけ医が「いる」は、20歳代は42.3%、30歳代では49.1%と、若い世代では半数に満たないのに対し、年代があがるにつれて、増加し、70歳代以上では87.6%と9割近くになっています。

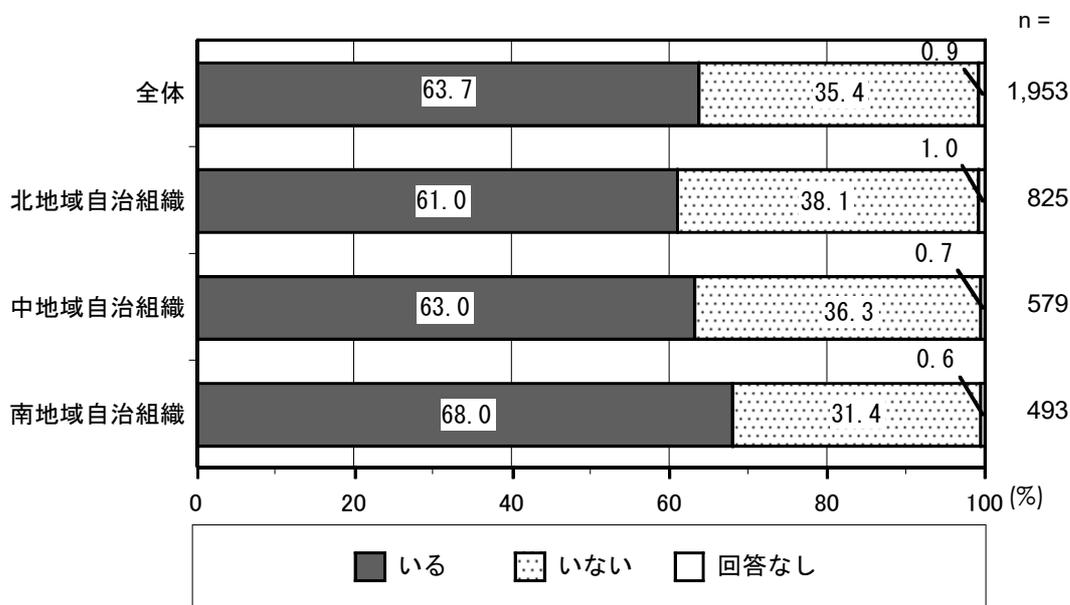
図 7-3-3 年齢別「かかりつけ医の有無」



【居住地域別】 (図 7-3-4)

○南地域自治組織では「いる」が68.0%と、他の地域自治組織に比べ、若干多くなっていますが、これは高齢者の割合が高いためであると考えられます。

図 7-3-4 居住地域別「かかりつけ医の有無」



#### 7-4 歯科検診の受診 (問 24)

問 24 あなたは、ここ 1～2 年ぐらいの間に、治療目的以外に定期的に歯科の健康診査を受けましたか。

【回答数：○印を 1 つだけ】

ここ 1～2 年の間に治療目的以外で歯科を受診した人は 54.3%、受診していない人は 44.8%となっています。年代別で見ると、20 歳代を除くすべての年齢層で過半数が受診しています。また男性よりも女性の受診率が高くなっています。

##### 【全体】 (図 7-4-1)

○ここ 1～2 年ぐらいの間に、治療目的以外に歯科の健康診査を「受けた」は 54.3%、「受けていない」は 44.8%となっています。

##### 【前回比較】 (図 7-4-1)

○平成 27 年調査との比較では、「受けた」とする人は、7.5 ポイント増加しており、「受けていない」とする人は、7.4 ポイント減少しています。

##### 【性別】 (図 7-4-2)

○「受けた」は、女性の方が男性よりも 14.5 ポイントも高くなっています。

図 7-4-1 前回比較「歯科検診の受診」

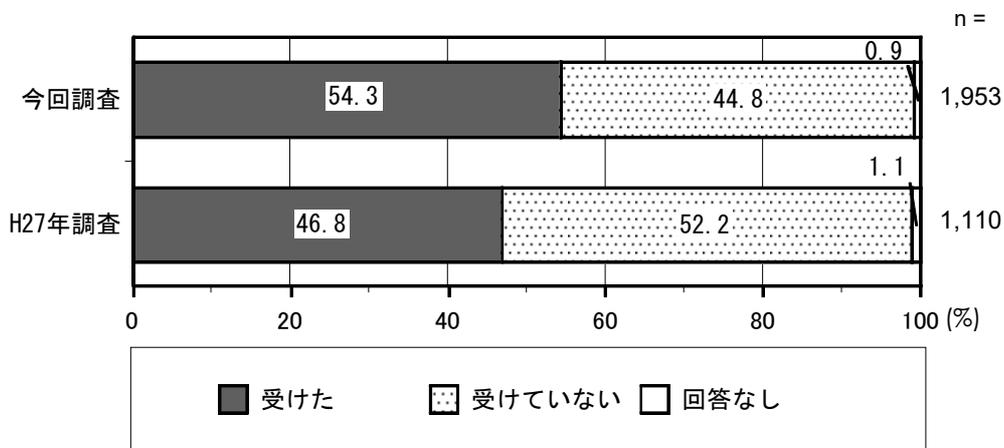
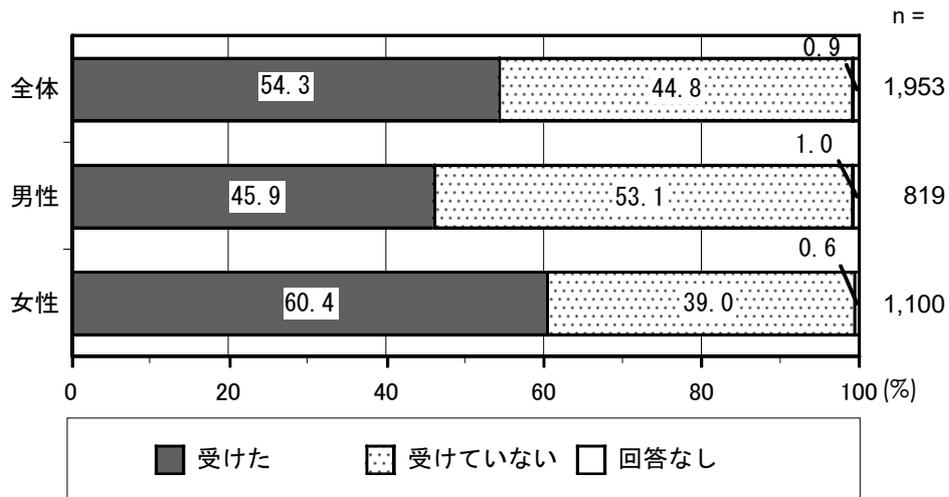


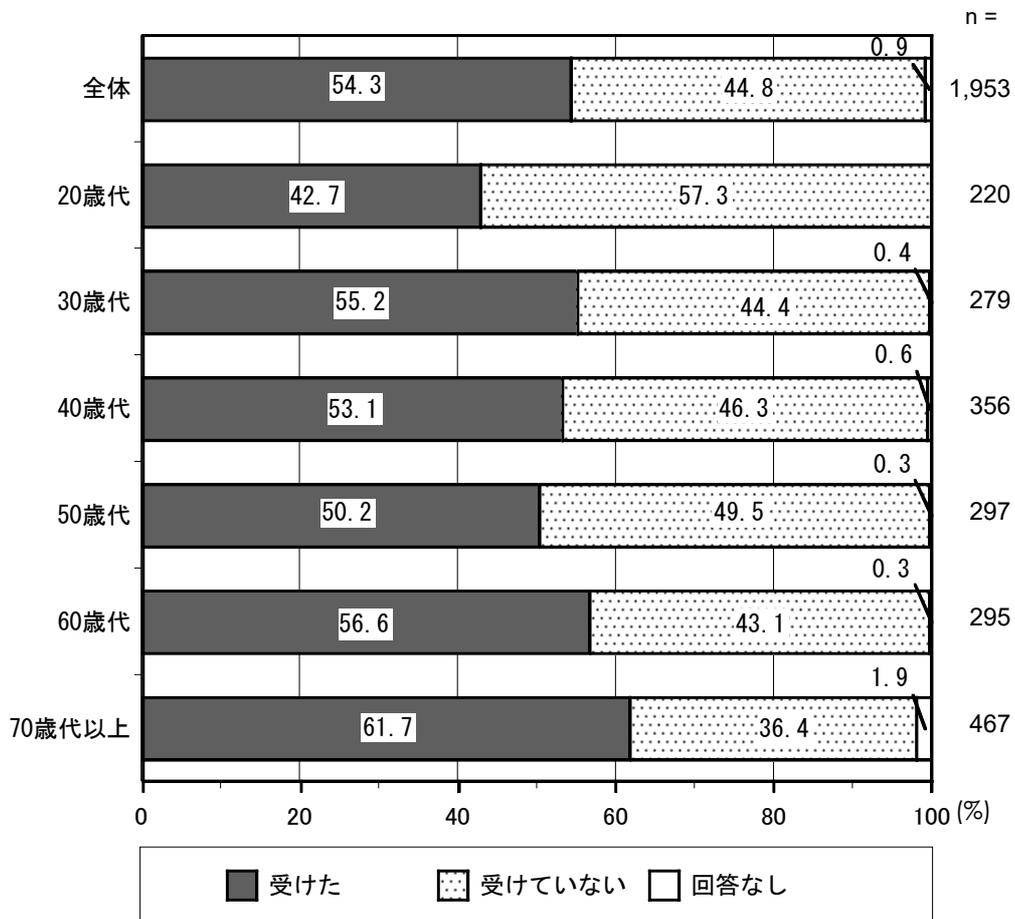
図 7-4-2 性別「歯科検診の受診」



【年齢別】 (図 7-4-3)

○「受けた」という回答は、20歳代を除くすべての年齢で過半数以上を占めており、中でも70歳代以上(61.7%)で多くなっています。

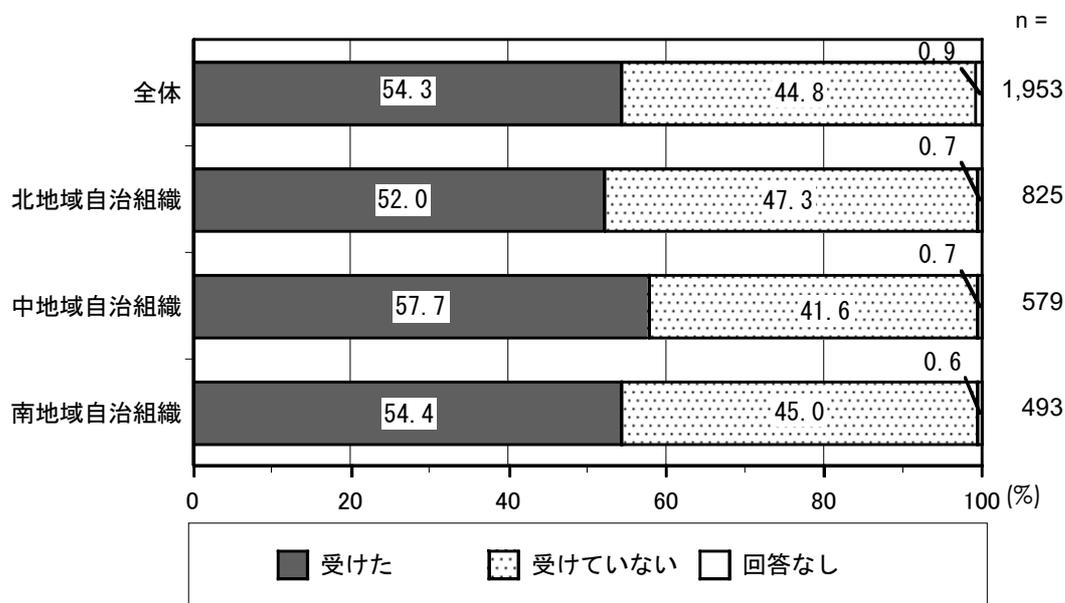
図 7-4-3 年齢別「歯科検診の受診」



【居住地域別】 (図 7-4-4)

○中地域自治組織では、「受けた」が 57.7%と、他の地区に比べ僅か多くはありますが、有意な差があるとまでは言えません。

図 7-4-4 居住地域別「歯科検診の受診」



## 7-5 運動ができる環境（問 25）

問 25 お住まいの地域では、気軽に運動をする場所や機会、散歩ができるような環境がありますか。  
【回答数：○印を1つだけ】

全体では約8割の人が“気軽に運動できる場所や機会など、環境がある”としています。

### 【全体】（図 7-5-1）

- 「ある」が39.8%と最も多く、「まあある」の38.5%を合わせると、78.3%の人が“運動ができる環境はある”と評価しています。
- 「あまりない」は6.9%、「ない」は2.9%となっています。

### 【前回比較】（図 7-5-1）

- 平成 27 年調査との比較では、“運動ができる環境はある”が、6.3ポイント増加しています。

### 【性別】（図 7-5-2）

- 性別による大きな差は認められません。

図 7-5-1 前回比較「運動ができる環境」

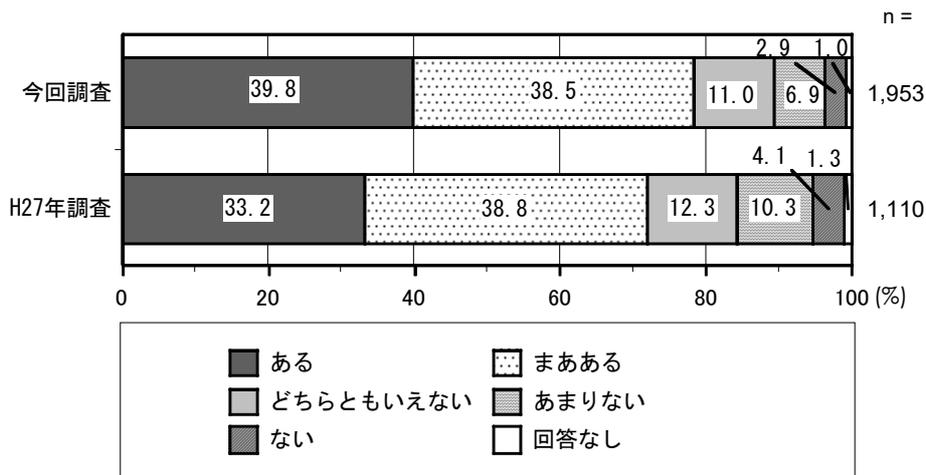
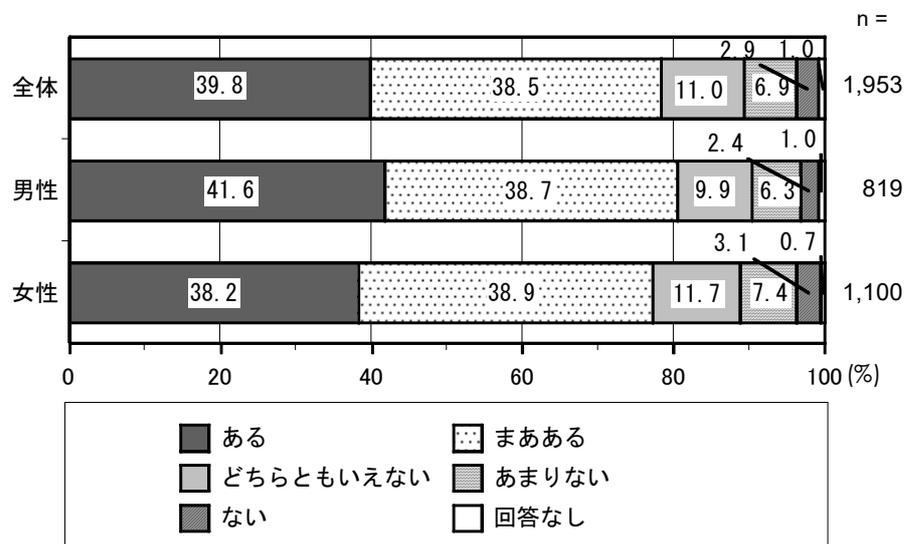


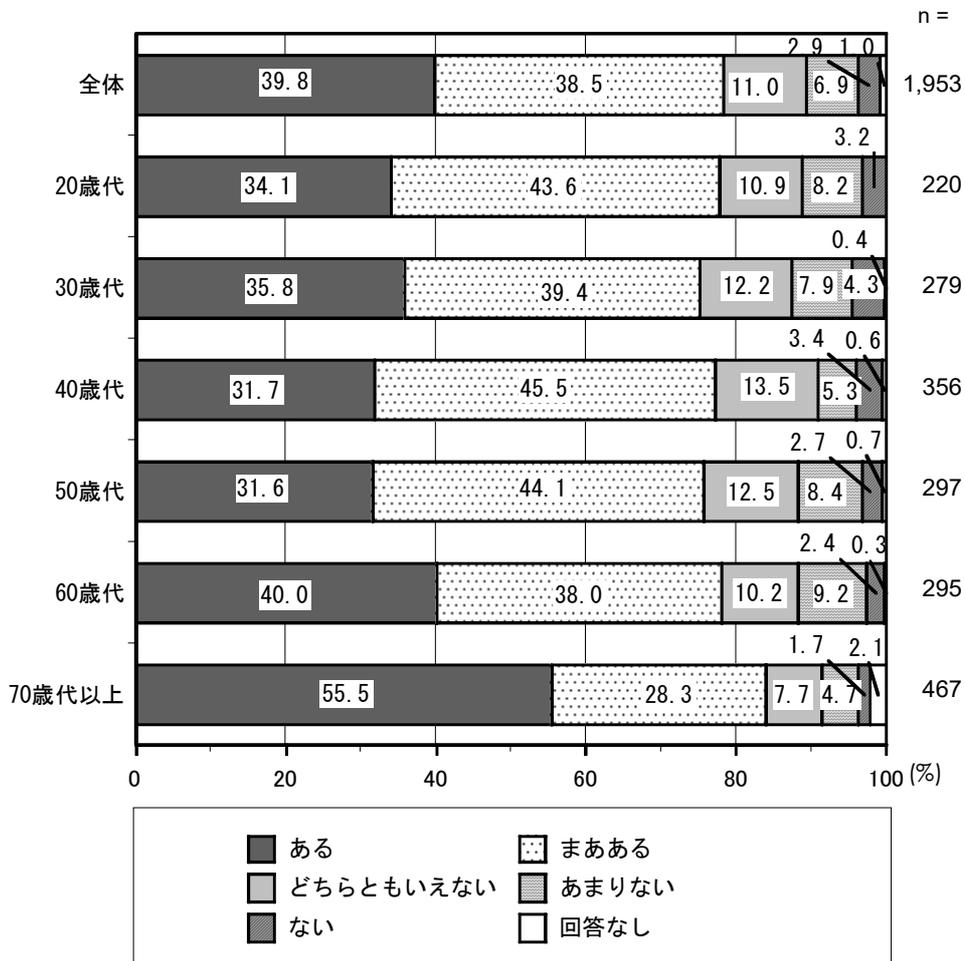
図 7-5-2 性別「運動ができる環境」



【年齢別】 (図 7-5-3)

○ “運動ができる環境がある” とする人の割合は、70 歳代以上は 83.8% と非常に多いものの、60 歳代以下の各年齢層でも 7 割を超えています。

図 7-5-3 年齢別「運動ができる環境」

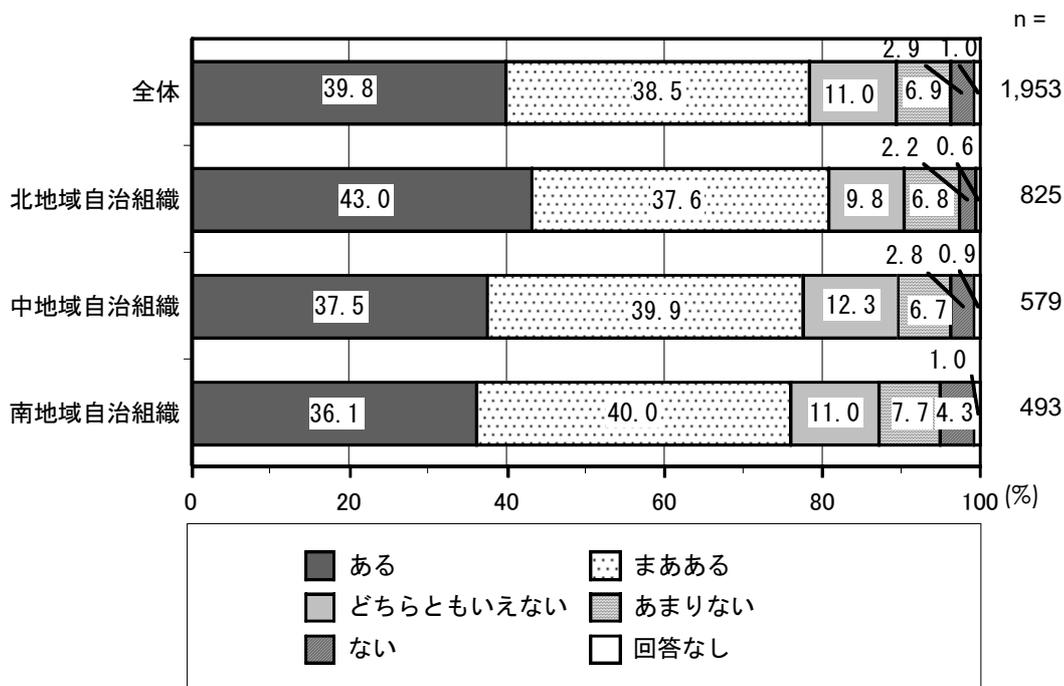


【居住地域別】 (図 7-5-4)

○北地域自治組織では「ある」が43.0%と他の地区に比べ、若干多くなっています。

○南地域自治組織では「あまりない」+「ない」が他の地区に比べて若干多くなっています。当地域は農地が多く、また町の体育施設も中や北地域に多くあることから、運動ができる環境が不足していると考えられています。

図 7-5-4 居住地域別「運動ができる環境」



## 7-6 健康的な食生活 (問 26)

問 26 あなたは、健康的な食生活ができていますか。【回答数：○印を1つだけ】

全体では6割の人が“健康的な食生活ができています”としています。男性よりも女性の方が、また若い世代よりも高齢者の方が、より健康的な食生活を心がけているようです。

### 【全体】 (図 7-6-1)

- 「まあそう思う」が45.4%と最も多く、「そう思う」の15.1%と合わせると、60.5%の人が“健康的な食生活ができています”と考えています。
- 「どちらともいえない」が25.5%と2番目に多く、「あまりそう思わない」は10.6%、「そう思わない」は2.5%と、“健康的な食生活ができていない”と考える人は13.1%となっています。

### 【前回比較】 (図 7-6-1)

- 平成 27 年調査との比較では、ほとんど差は認められません。

### 【性別】 (図 7-6-2)

- “健康的な食生活ができていない”は、男性が女性を5.0ポイント上回っています。

図 7-6-1 前回比較「健康的な食生活」

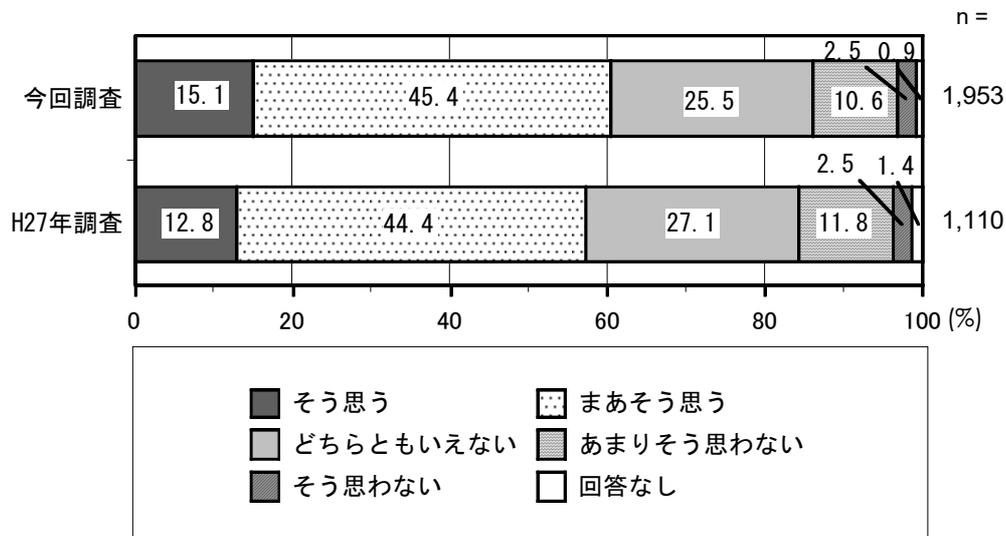
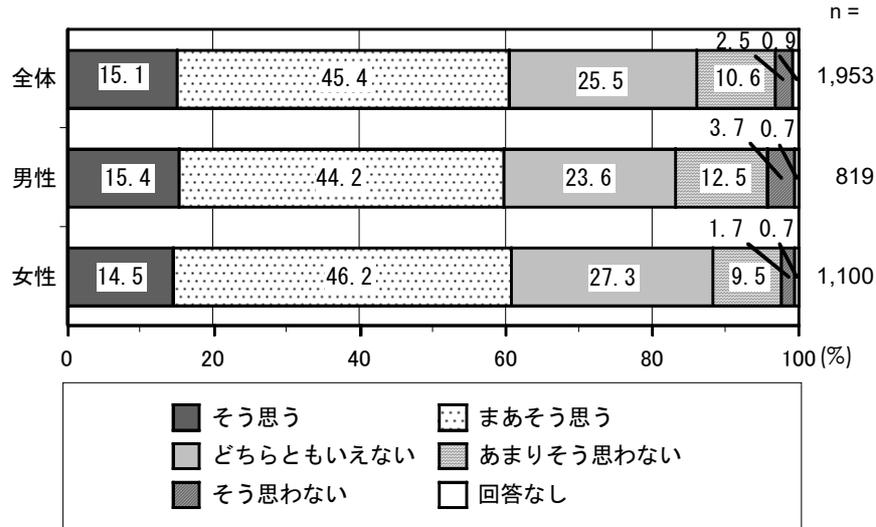


図 7-6-2 性別「健康的な食生活」

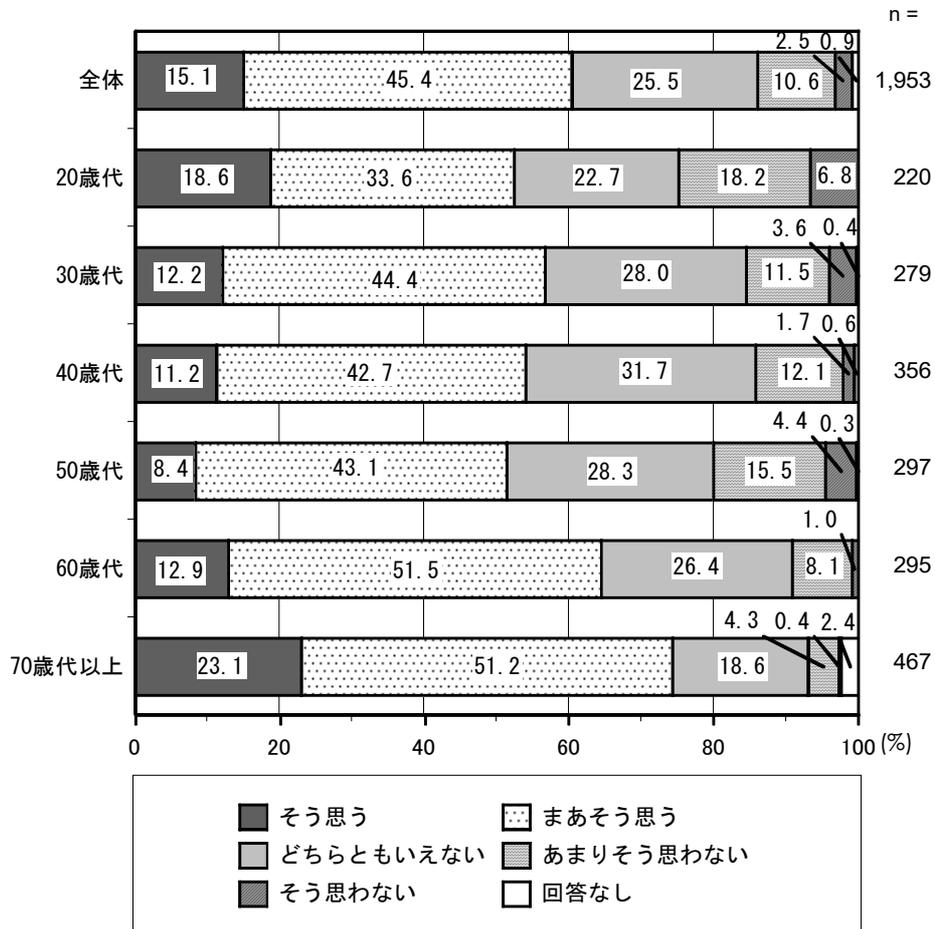


【年齢別】 (図 7-6-3)

○健康的な食生活に関して、“できている”とする人は60歳代以上で多くなり、70歳代以上では74.3%と非常に多くなっています。

○20歳代において、「あまりそう思わない」が18.2%、「そう思わない」が6.8%と、他の世代に比べて多く、合わせると24.4%が“健康的な食生活ができていない”と自覚しています。

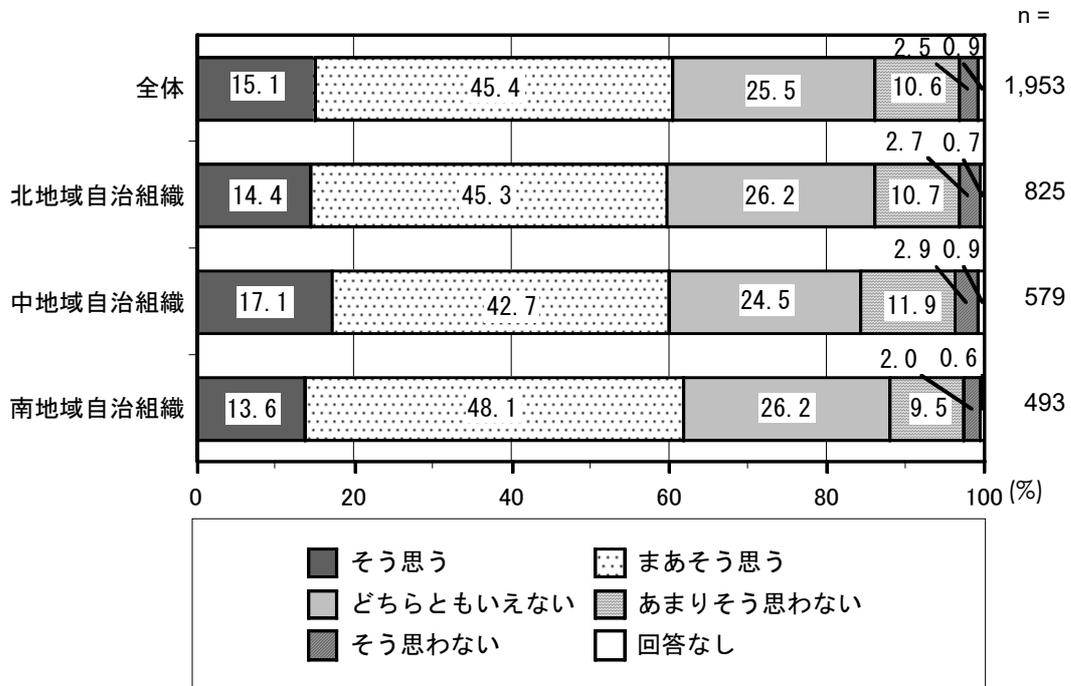
図 7-6-3 年齢別「健康的な食生活」



【居住地域別】 (図 7-6-4)

○居住地域別による有意な差は認められません。

図 7-6-4 居住地域別「健康的な食生活」



## 7-7 朝食の摂取（問27）

問27 あなたは、毎日朝食を食べていますか。【回答数：○印を1つだけ】

回答者の90.1%が“毎日あるいはほぼ毎日朝食を食べている”と答えました。高齢者は朝食摂取率が非常に高いですが、20歳代においては55.9%にとどまっており、5.9%が「まったく食べていない」としています。

### 【全体】（図7-7-1）

○「毎日食べている」が76.1%と最も多く、「ほぼ毎日食べている」が14.0%、「たまには食べている」が6.6%と続き、「まったく食べていない」は2.6%にとどまりました。

### 【前回比較】（図7-7-1）

○平成27年調査との比較では、ほとんど差は認められません。

### 【性別】（図7-7-2）

○「毎日食べている」は、男性よりも女性の方が、6.5ポイント高くなっています。

図7-7-1 前回比較「朝食の摂取」

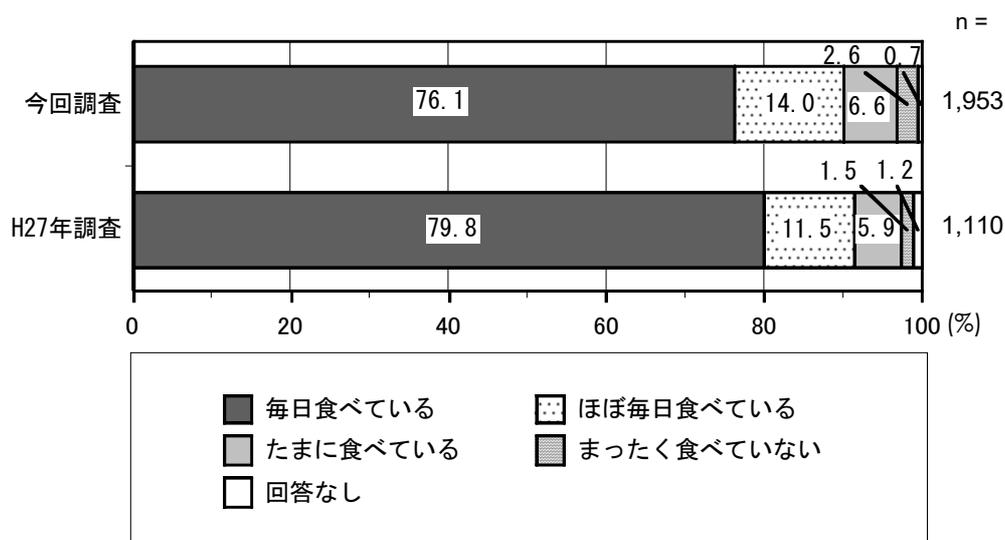
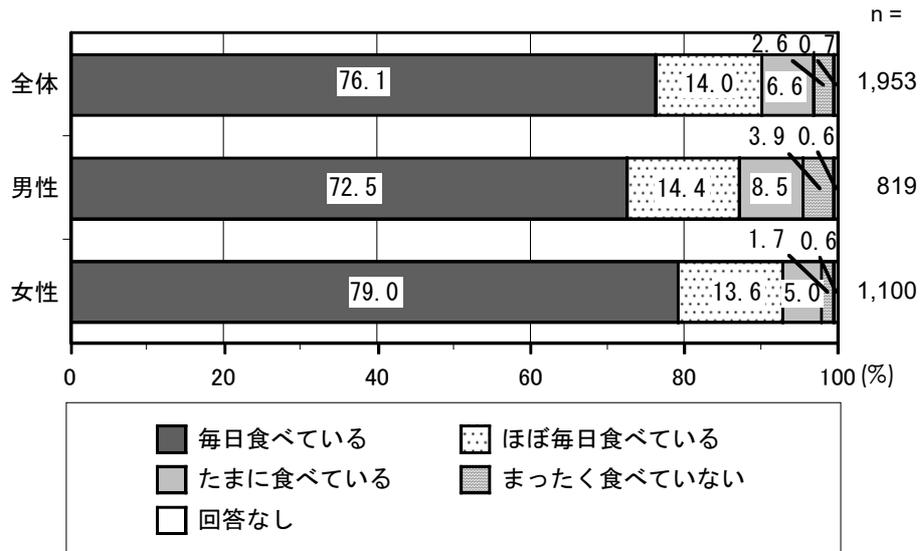


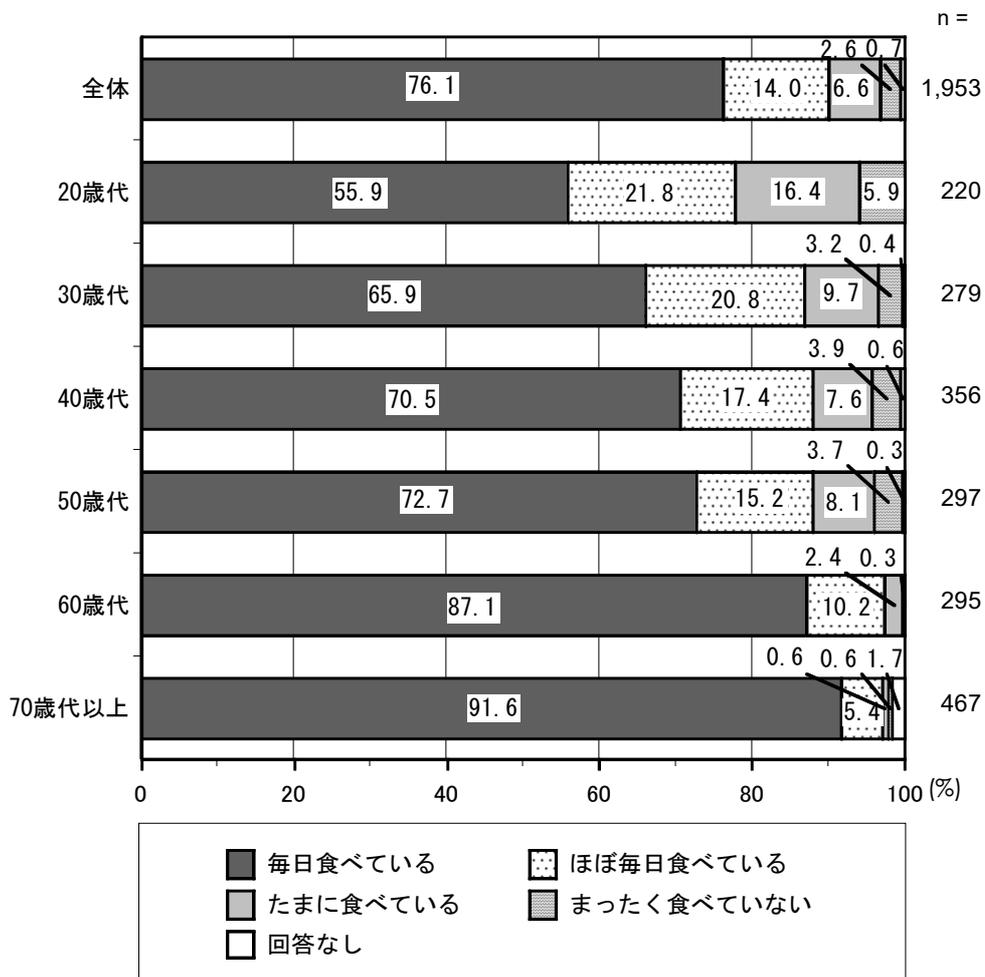
図 7-7-2 性別「朝食の摂取」



【年齢別】 (図 7-7-3)

○朝食の摂取率は、若い世代において低くなる傾向にあり、20 歳代では「毎日食べている」が 55.9%にとどまっています。

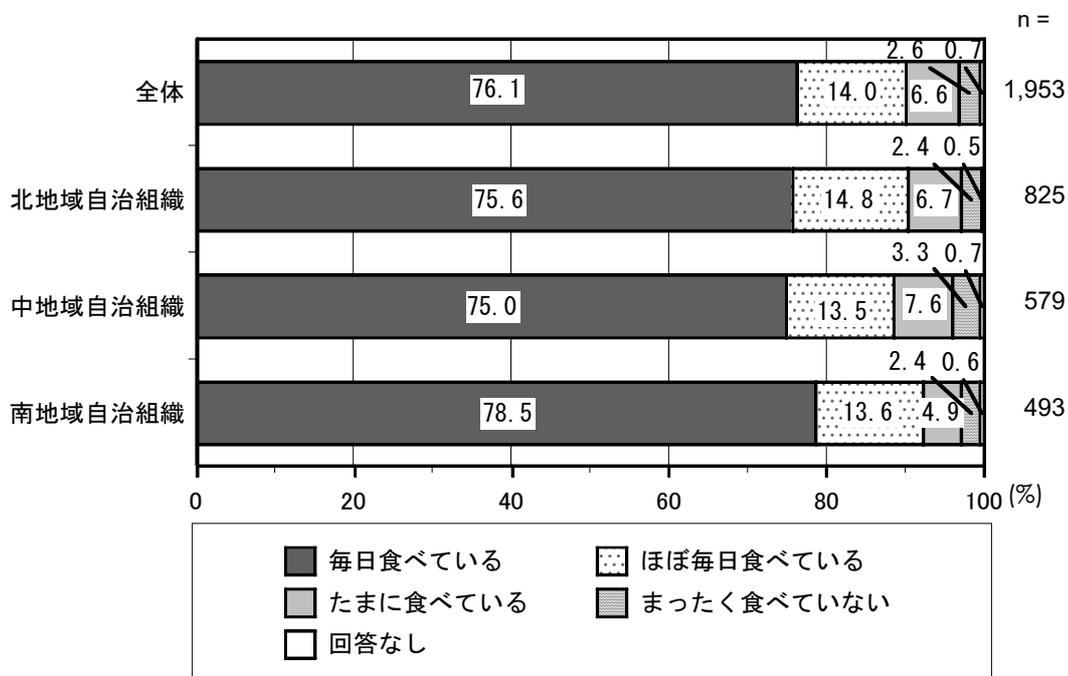
図 7-7-3 年齢別「朝食の摂取」



【居住地域別】 (図 7-7-4)

○居住地域別による有意な差は認められません。

図 7-7-4 居住地域別「朝食の摂取」



## 7-8 地産地消を意識した購買行動（問28）

問28 あなたは、地産地消を意識して食材の買い物を行っていますか。【回答数：○印を1つだけ】

「あまり意識していない」が49.6%と最も多く、“地産地消を意識した購買行動”はまだ浸透しているとは言えません。特に若い世代において、「まったく意識していない」人が20歳代で27.7%、30歳代で17.2%と目立って多くなっています。

### 【全体】（図7-8-1）

○「まあまあ意識して行っている」が31.5%で、これに「かなり意識的に行っている」の6.2%を合すると地産地消を意識した購買行動“の浸透率は37.7%となっています。「あまり意識していない」(49.6%)と「まったく意識していない」(11.4%)とを合わせた割合61.0%に対して23.3ポイントも下回る結果になっており、“地産地消を意識した販売行動”は必ずしも十分に浸透しているとまでは言えない状況です。

### 【前回比較】（図7-8-1）

○平成27年調査と比較すると、「かなり意識的に行っている」と「まあまあ意識して行っている」を合わせた割合は、今回調査が前回調査を5.1ポイント減っています。

### 【性別】（図7-8-2）

○女性の方が男性よりも、“地産地消を意識した購買行動”をしている割合が非常に高く、「かなり意識的に行っている」(6.7%)と「まあまあ意識して行っている」(36.8%)を合わせると、43.5%であり、男性の29.6%よりも13.9ポイント高くなっています。

図7-8-1 前回比較「地産地消を意識した購買行動」

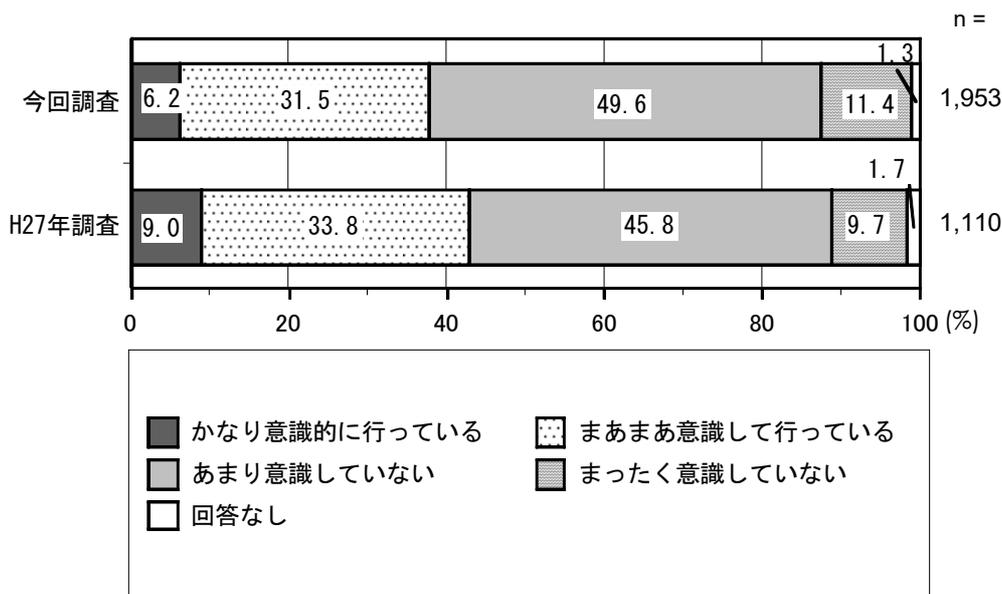
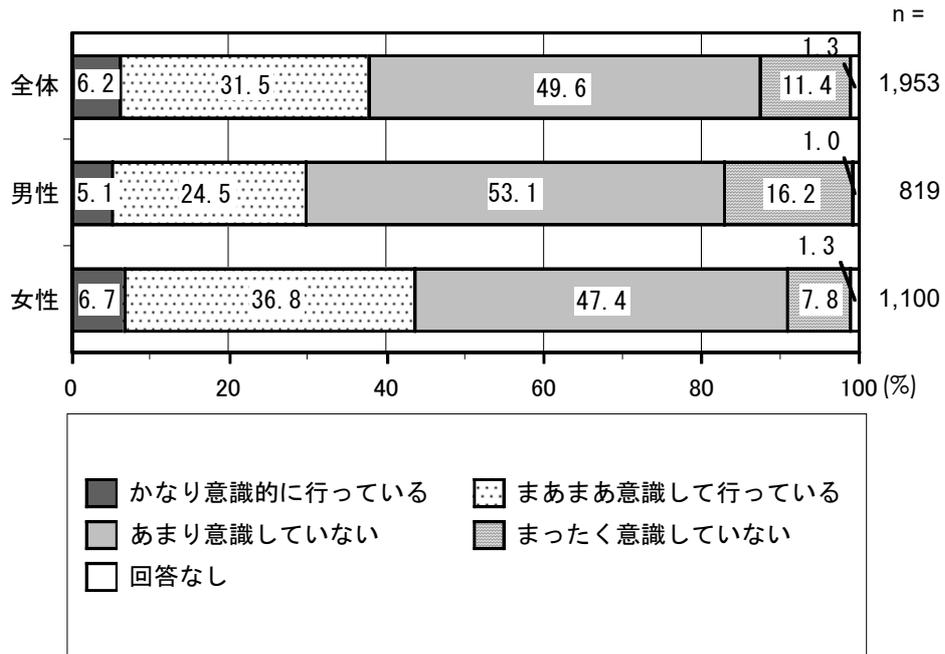


図 7-8-2 性別「地産地消を意識した購買行動」

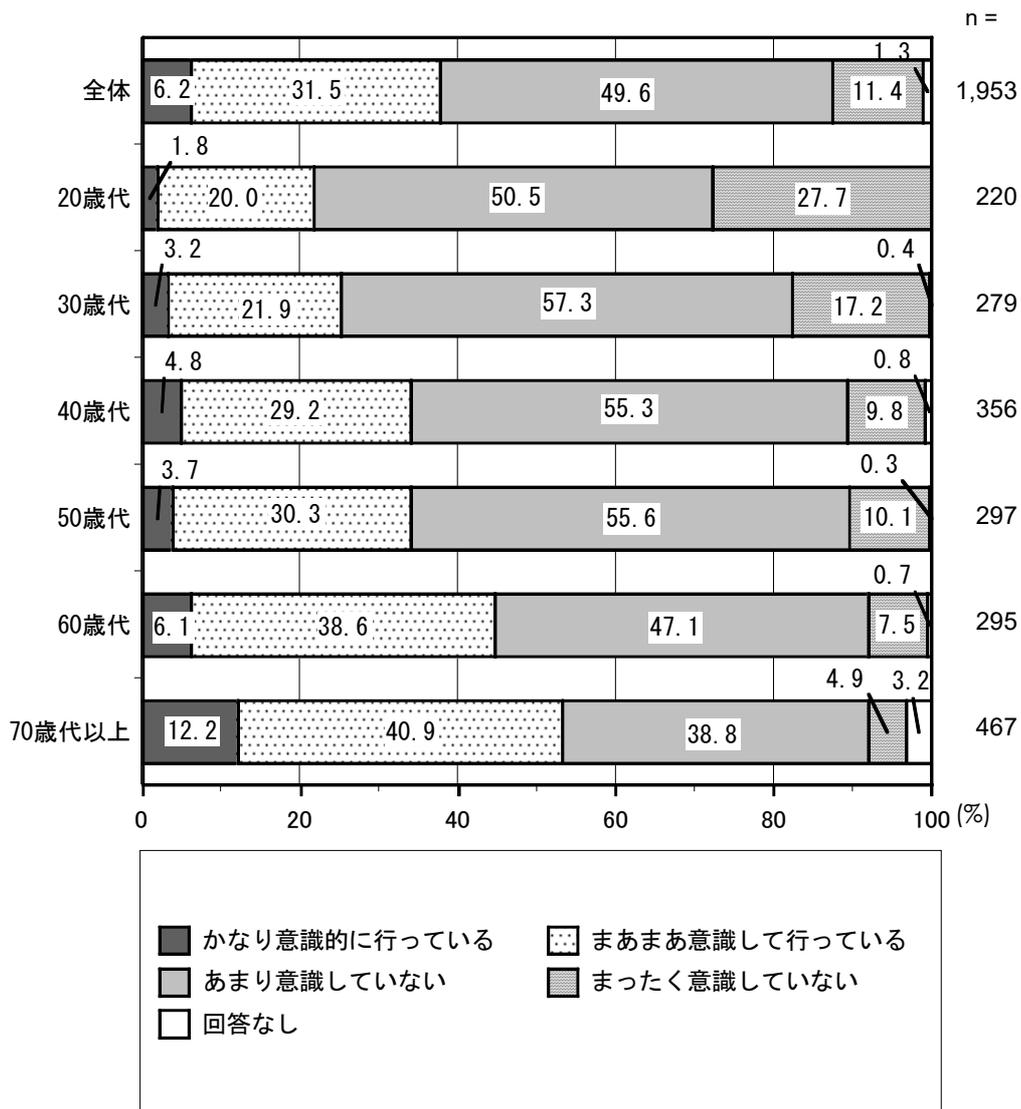


**【年齢別】** (図 7-8-3)

○年齢別では20歳代において、「かなり意識的に行っている」が1.8%、「まあまあ意識的に行っている」が20.0%と目立って少なくなっています。

○70歳代以上は「かなり意識的に行っている」は12.2%と多いとは言えませんが、「まあまあ意識的に行っている」(40.9%) と合わせると過半数 (53.1%) の人が“地産地消を意識した購買行動”をしています。

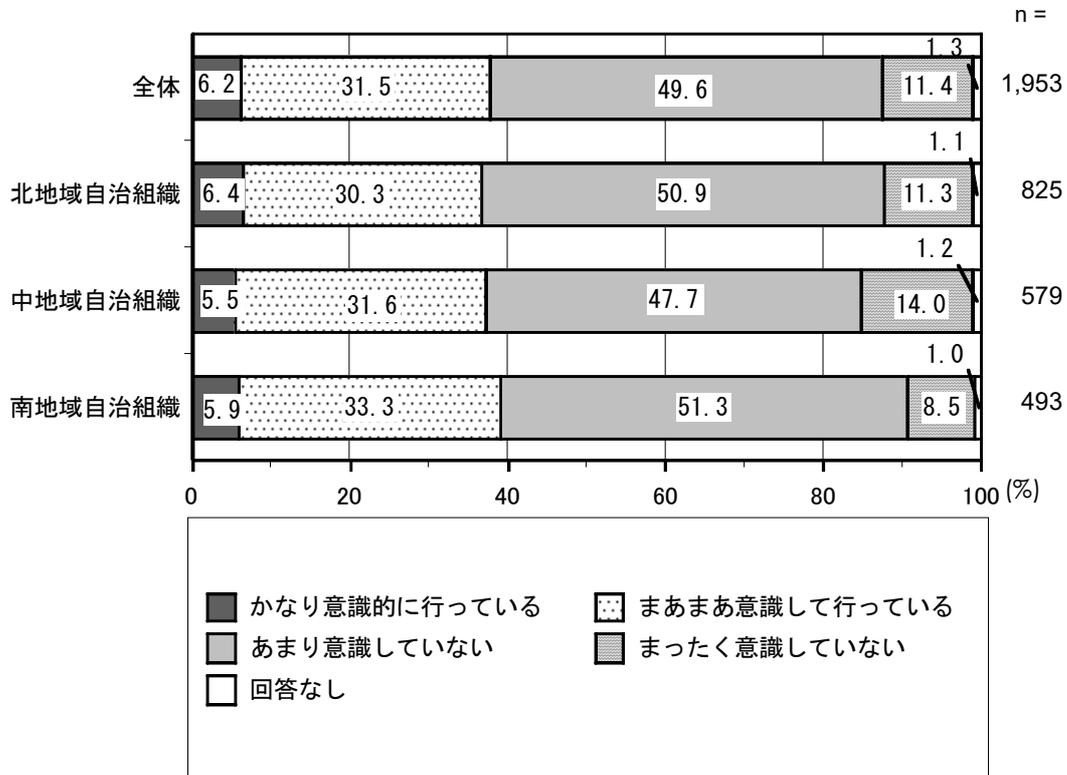
図 7-8-3 年齢別「地産地消を意識した購買行動」



【居住地域別】 (図 7-8-4)

○居住地域別による有意な差は認められません。

図 7-8-4 居住地域別「地産地消を意識した購買行動」



## 7-9 心豊かな生活（問29）

問29 あなたは、日頃から笑顔で心豊かな生活ができていますか。【回答数：○印を1つだけ】

回答者の約6割が“日頃から笑顔で心豊かな生活ができています”と答えています。女性の方がその傾向は強く、また、20歳代や70歳代で若干多くなっています。

### 【全体】（図7-9-1）

- 「まあそう思う」が44.9%と最も多く、ここに「そう思う」の14.4%を合わせると、59.3%が“日頃から笑顔で心豊かな生活ができています”と考えています。
- 「どちらともいえない」が28.5%と、2番目に多くなっています。
- 「あまりそう思わない」の8.6%と、「そう思わない」の2.5%と合わせると“日頃から笑顔で心豊かな生活ができていない”と考える人は11.1%です。

### 【前回比較】（図7-9-1）

- 平成27年調査との比較では、「まあそう思う」と「そう思う」を合わせた割合で、今回調査が前回調査を4.7ポイント増加しています。

### 【性別】（図7-9-2）

- 男性よりも女性の方が“日頃から笑顔で心豊かな生活ができています”人は多く、「まあそう思う」と「そう思う」を合わせた割合で、5.3ポイント高くなっています。

図7-9-1 前回比較「心豊かな生活」

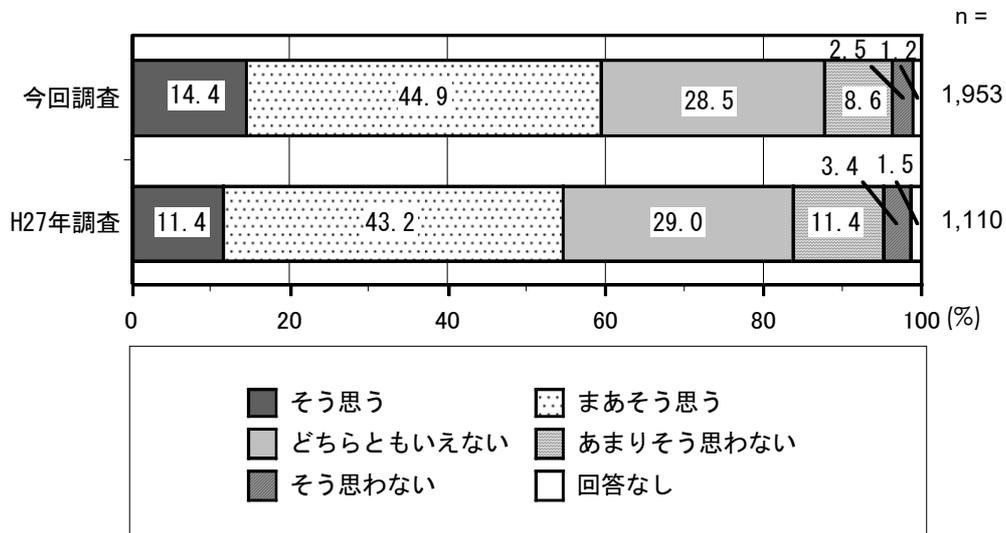
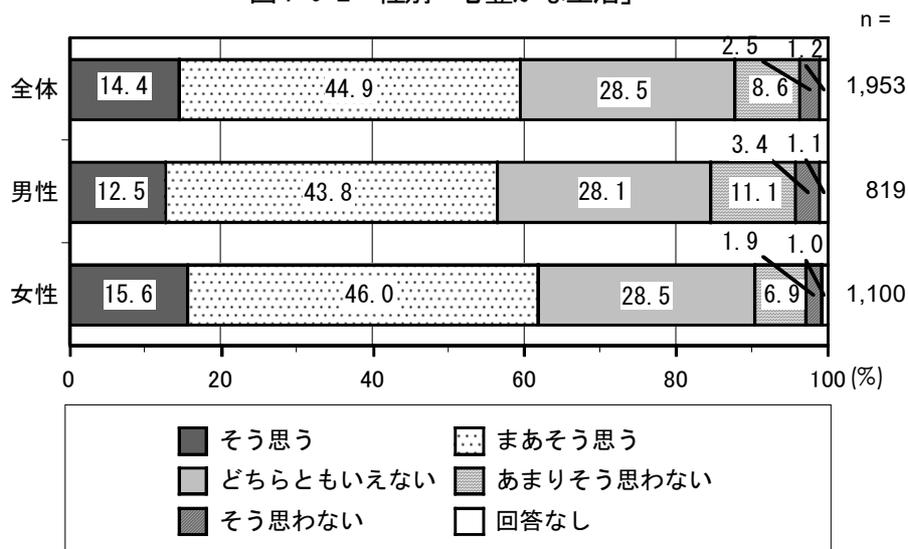


図 7-9-2 性別「心豊かな生活」



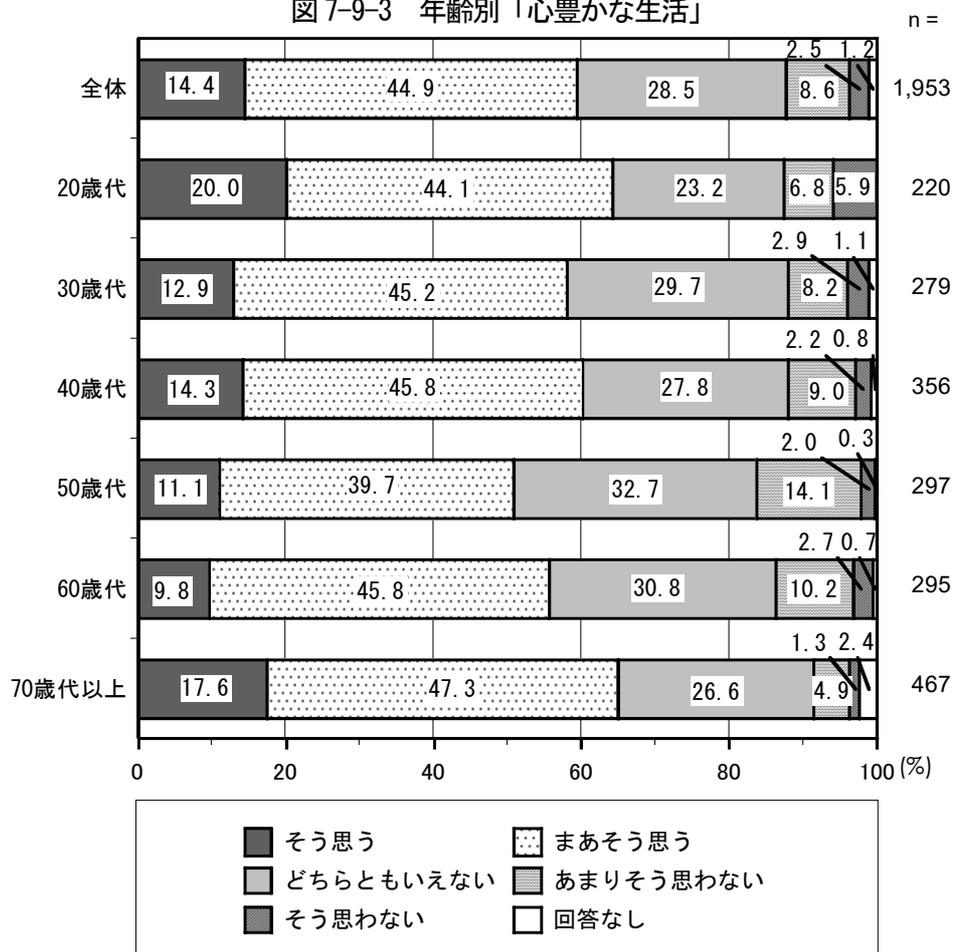
【年齢別】 (図 7-9-3)

○「そう思う」は、20歳代で20.0%と若干多くなっています。

○また、「まあそう思う」と「そう思う」合わせた割合は、70歳代以上で4.9%となっており、他の世代に比べて若干多くなっています。

○50歳代では、「あまりそう思わない」が14.1%で、他の世代に比べて若干多くなっています。その分、50歳代では、「日頃から笑顔で心豊かな生活ができている」人は（「まあそう思う」と「そう思う」を合わせた割合）が50.8%と少なくなっています。

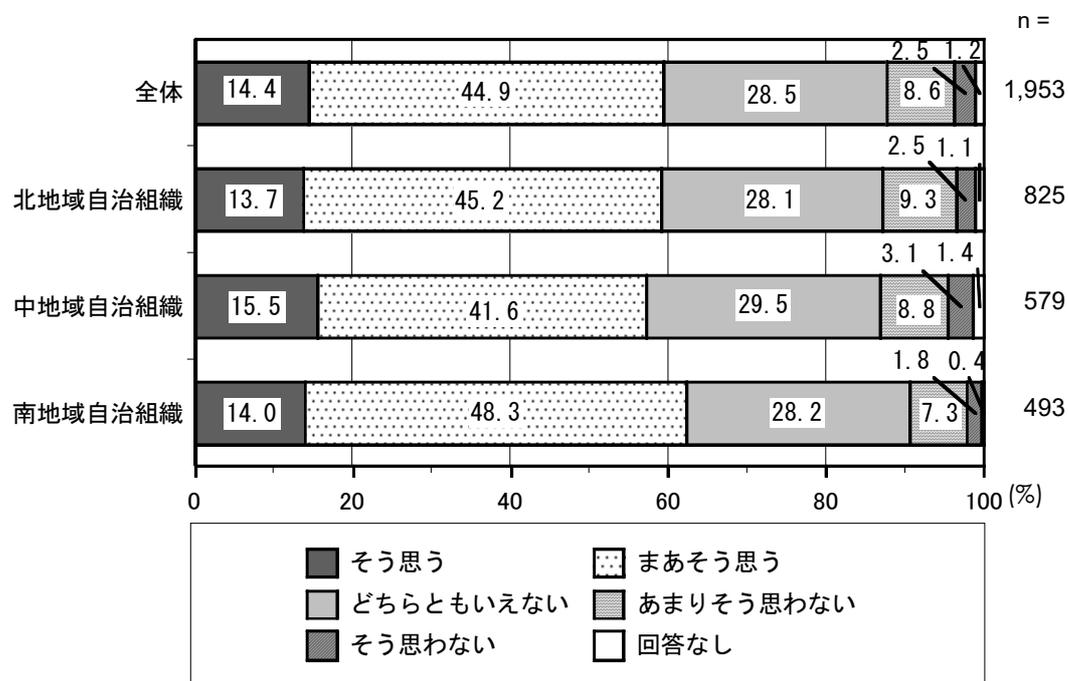
図 7-9-3 年齢別「心豊かな生活」



【居住地域別】 (図 7-9-4)

○居住地域別による有意な差は認められません。

図 7-9-4 居住地域別「心豊かな生活」

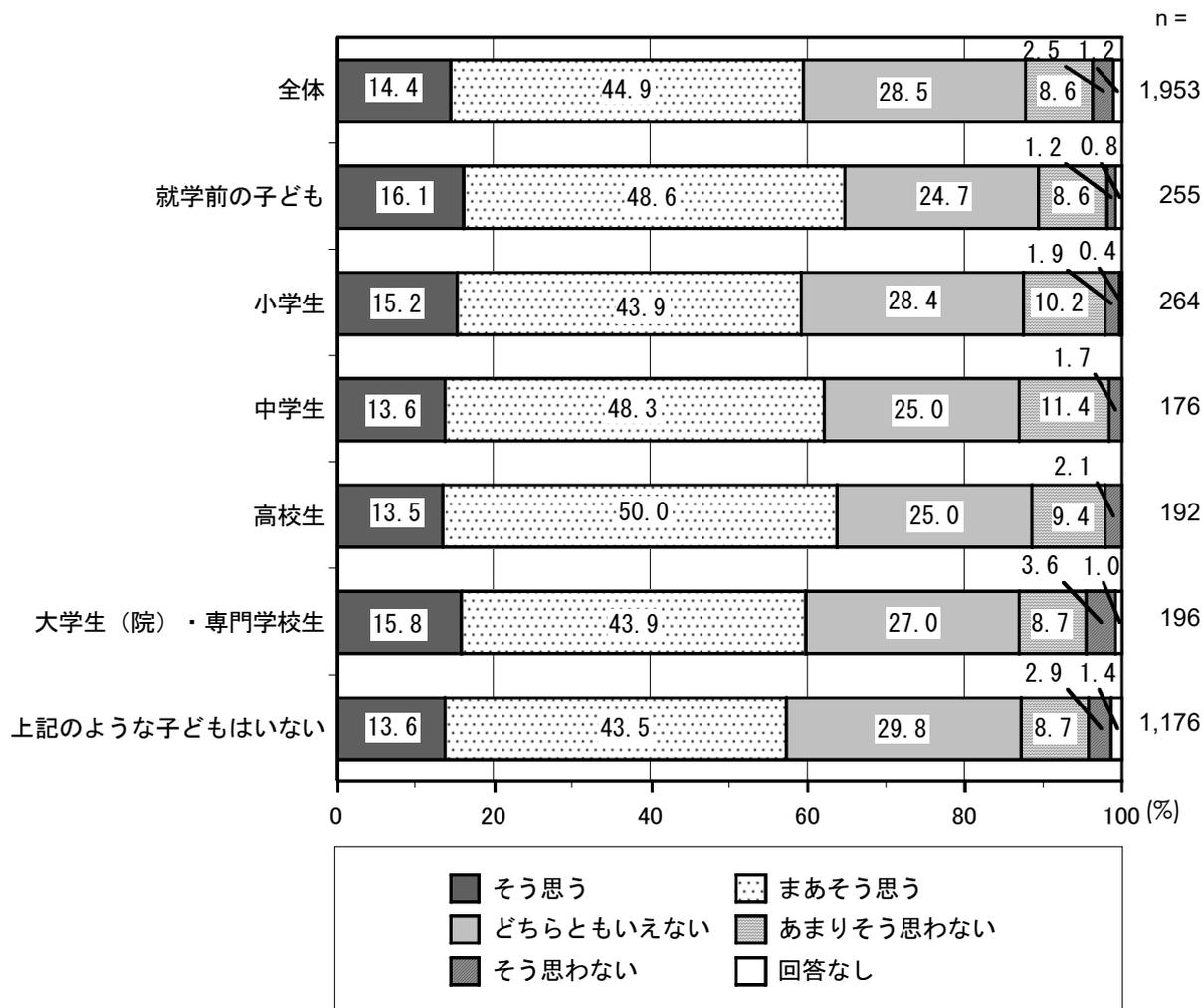


**【大学(院)生・専門学校生以下の子どもの有無別】** (図 7-9-5)

○子どもの有無、および子どもの学齢別にみると、就学前の子どもを持つ回答者において、“日頃から笑顔で心豊かな生活ができている”は64.7%と若干多くなっています。

○なお、「まあそう思う」については、高校生を持つ回答者において、50.0%と最も多くなっています。

図 7-9-5 大学(院)生・専門学校生以下の子どもの有無別「心豊かな生活」



## 7-10 力を入れるべき健康づくり施策（問 30）

**問 30** 大口町では、次のような健康づくりの施策を実施していますが、今後、どの施策により一層力を入れるべきと思われますか。【回答数：3つまで○印】

「健康診断やがん検診の充実」が 65.5%、「健康教室・講座・広報などを通じて健康に関する知識を得るための機会の充実」が 36.8%と、より一層力を入れるべきだと回答しています。また、若い世代は疾病の早期発見のための施策をより強く望んでいます。

### 【全体】（図 7-10-2）

- 「健康診断やがん検診の充実」が 65.5%、「健康教室・講座・広報などを通じて健康に関する知識を得るための機会の充実」が 36.8%と多くなっています。
- 次いで「歯科保健事業の充実」が 28.0%、「健康問題にかんする相談の充実」が 22.3%、「気軽にできる健康体操教室の充実」が 21.1%、「食生活の改善に向けて栄養指導の充実」が 18.6%の順になっています。

### 【前回比較】（図 7-10-1）

- 平成 27 年調査との比較では、「歯科保健事業の充実」で今回調査が前回調査を 4.0 ポイント増加した一方で、「健康教室・講座・広報などを通じて健康に関する知識を得るための機会の充実」では、4.9 ポイント減少しました。

### 【性別】（図 7-10-2）

- 「気軽に参加できる健康体操教室の充実」は女性で 28.2%と男性を 13.1 ポイント上回っており、より強く望んでいます。これに対し、「食生活の改善に向けて栄養指導の充実」については、男性が女性を 5.5 ポイント上回っています。

図 7-10-1 前回比較「力を入れるべき健康づくり施策」

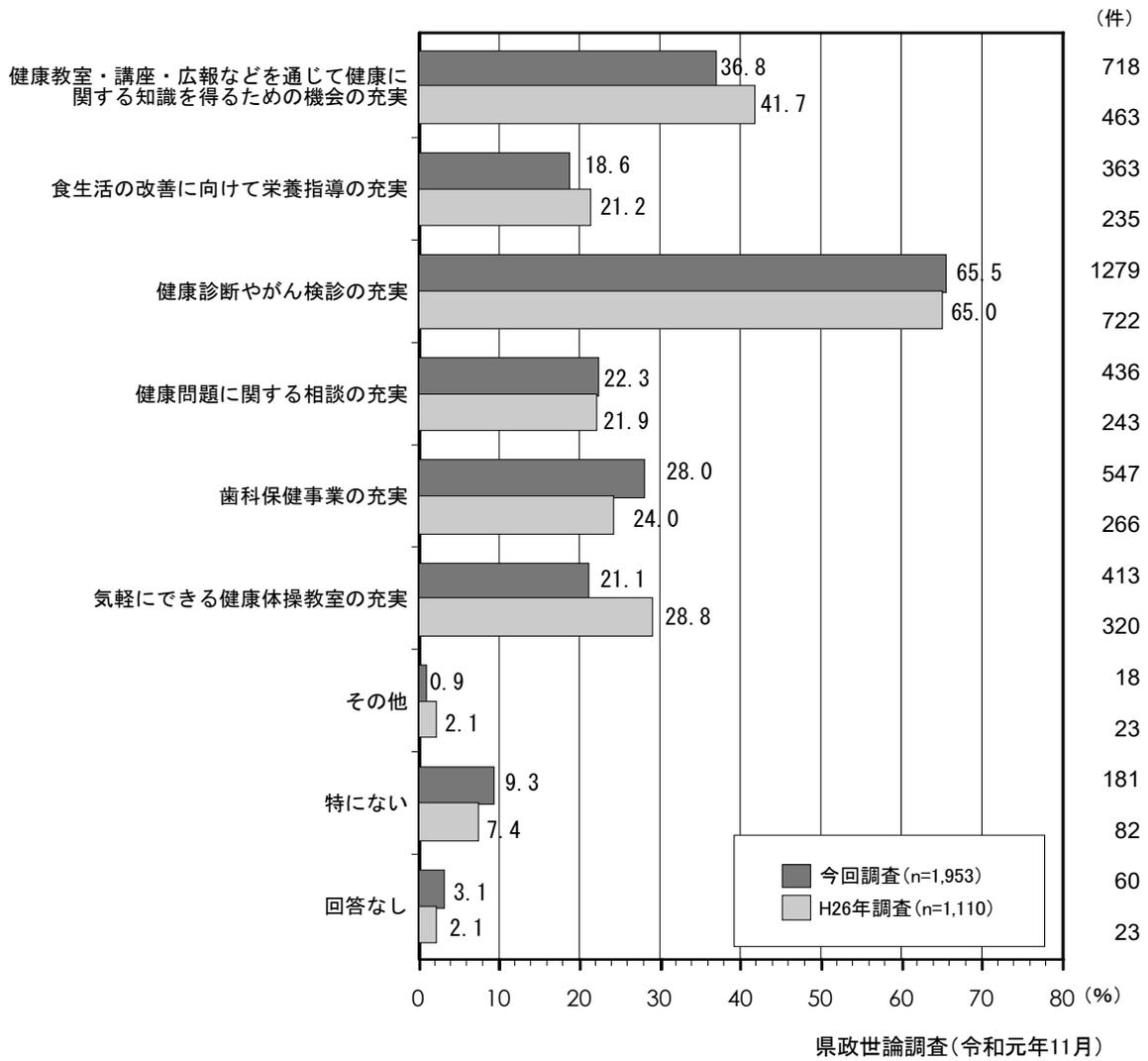
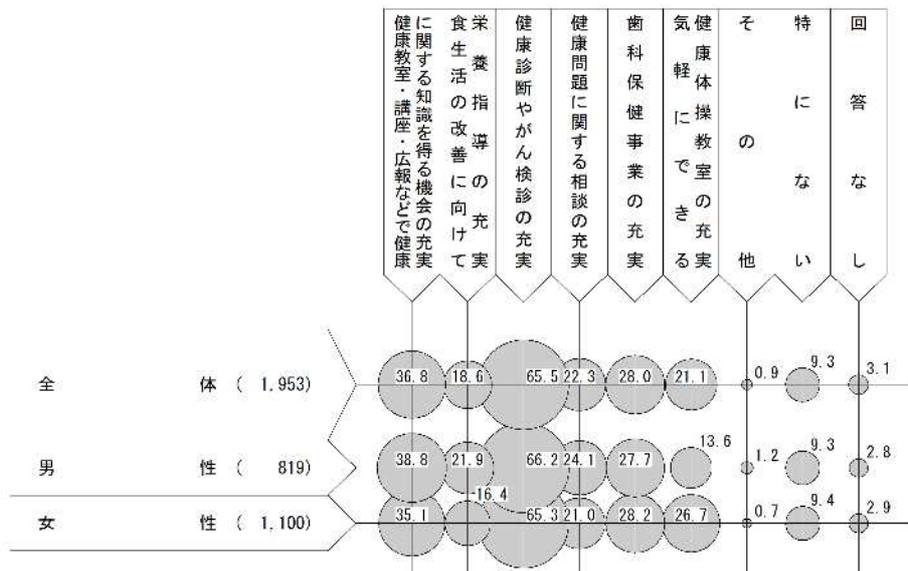


図 7-10-2 性別「力を入れるべき健康づくり施策」





【居住地域別】 (図 7-10-4)

○居住地域別にみると、南地域自治組織では「歯科保健事業の充実」が他地域自治組織よりも若干少なくなっていますが、全般的に大きな差異はみられません。

図 7-10-4 居住地域別「力を入れるべき健康づくり施策」

