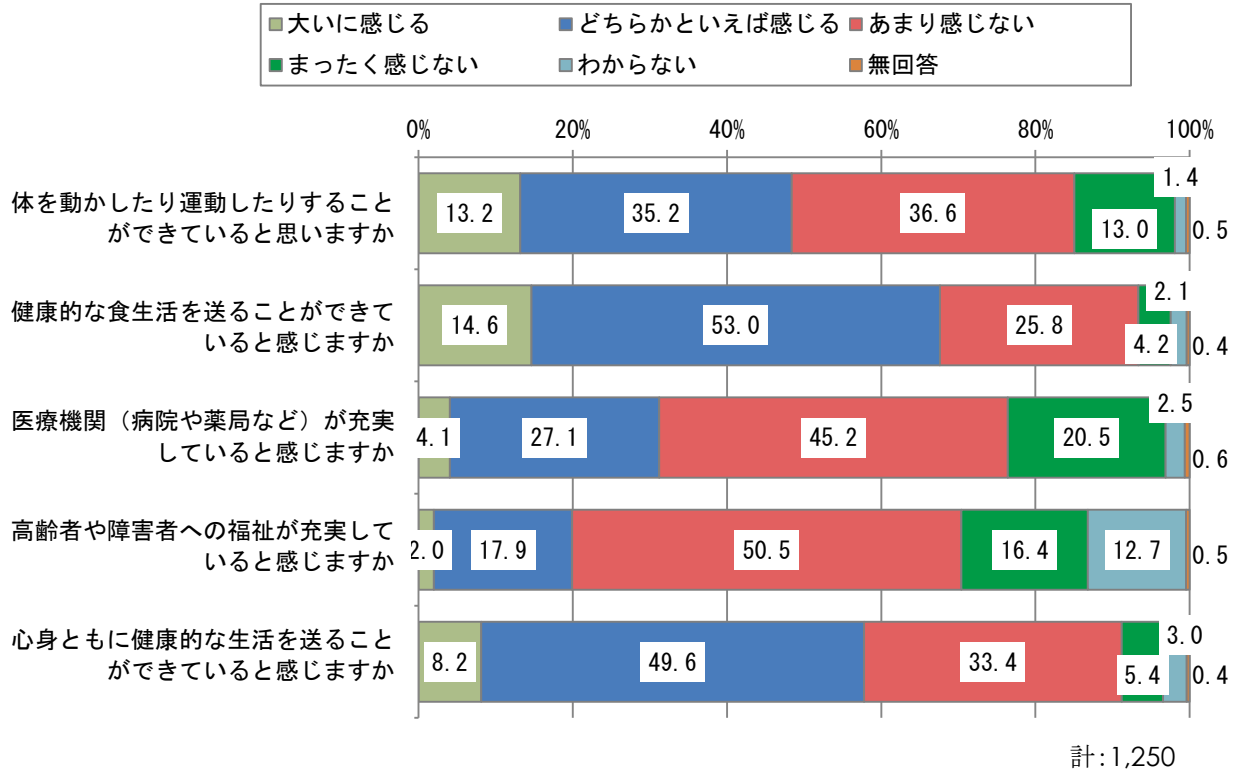


2. 健康・福祉について

問9 次の各項目について、あなたの実感に最も近いものをお答えください。

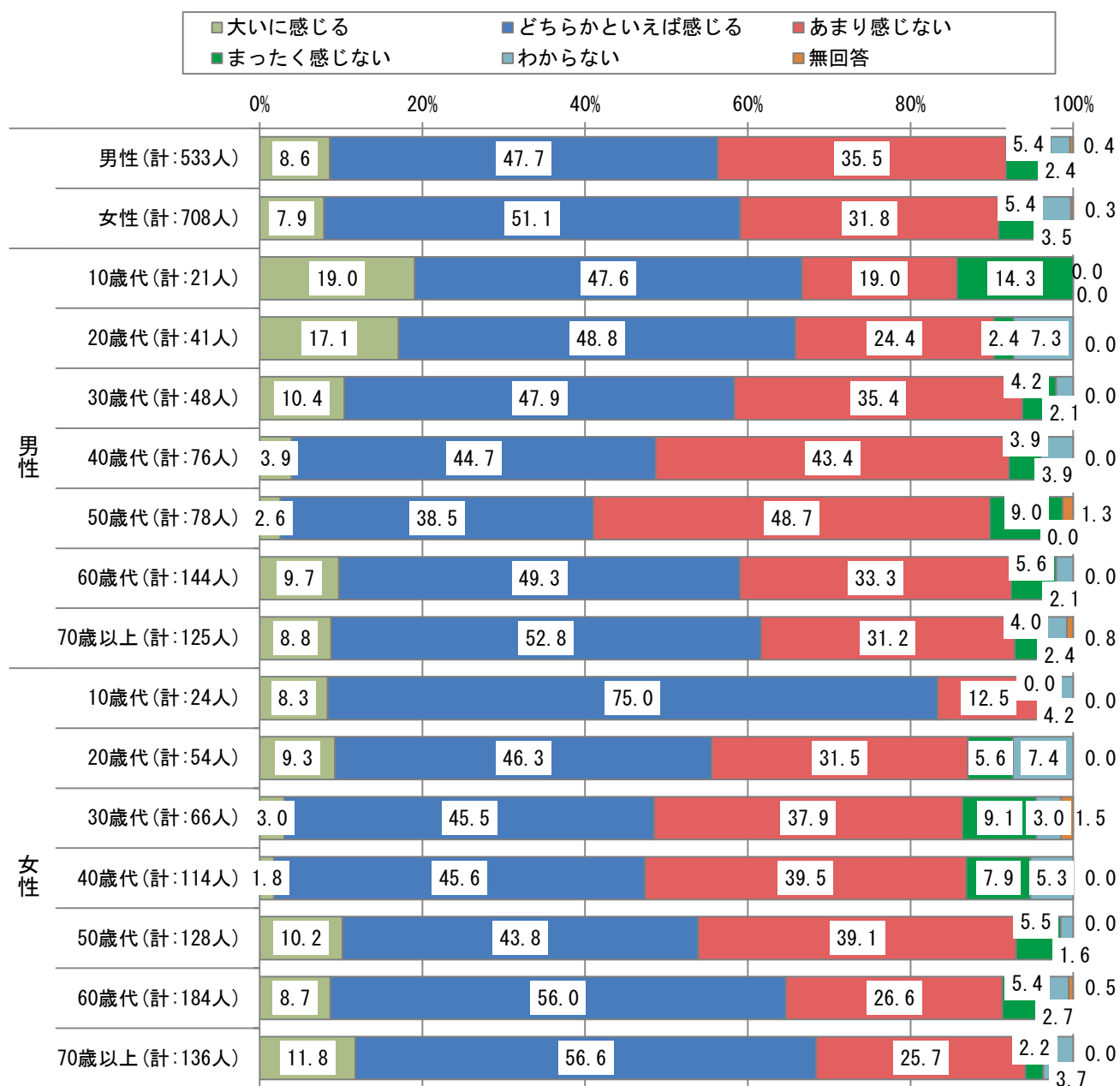


健康・福祉について実感をたずねたところ、肯定的な回答(大いに感じる+どちらかといえば感じる)の割合が最も高かったのは、「健康的な食生活を送ることができていると感じる」の67.6%となっており、次に「心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じる」の57.8%となっています。

一方で、否定的な回答(あまり感じない+まったく感じない)の割合が最も高かったのは「高齢者や障害者への福祉が充実していると感じない」の66.9%で、次に「医療機関(病院や薬局など)が充実していると感じない」の65.7%となっています。

問 9-5 心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じますか

【性別・年齢別】



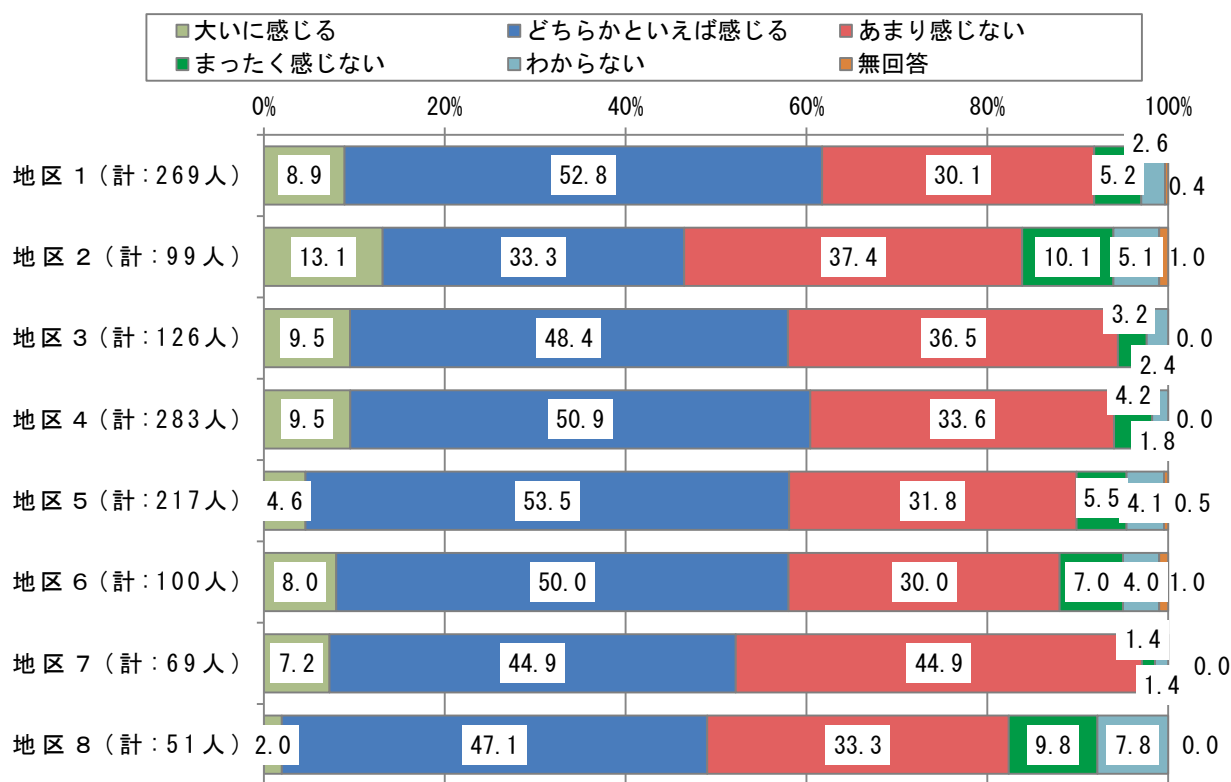
心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じているか、性別・年齢別にみると、男性では10歳代(66.6%)が肯定的(大いに感じる+どちらかといえば感じる)に感じている割合が最も高く、最も低い50歳代(41.1%)にかけて少しずつ減少し、60歳代(59.0%)から増加に転じ70歳以上では61.6%となっています。

女性でも10歳代が最も肯定的に感じている割合が高く(83.3%)、40歳代(47.4%)にかけて減少し、50歳代(54.0%)からは増加に転じ、女性で2番目に高い70歳以上(68.4%)に至ります。

男女ともに中年層で健康的な生活を送れていないと感じている割合が高くなっています。

問 9-5 心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じますか

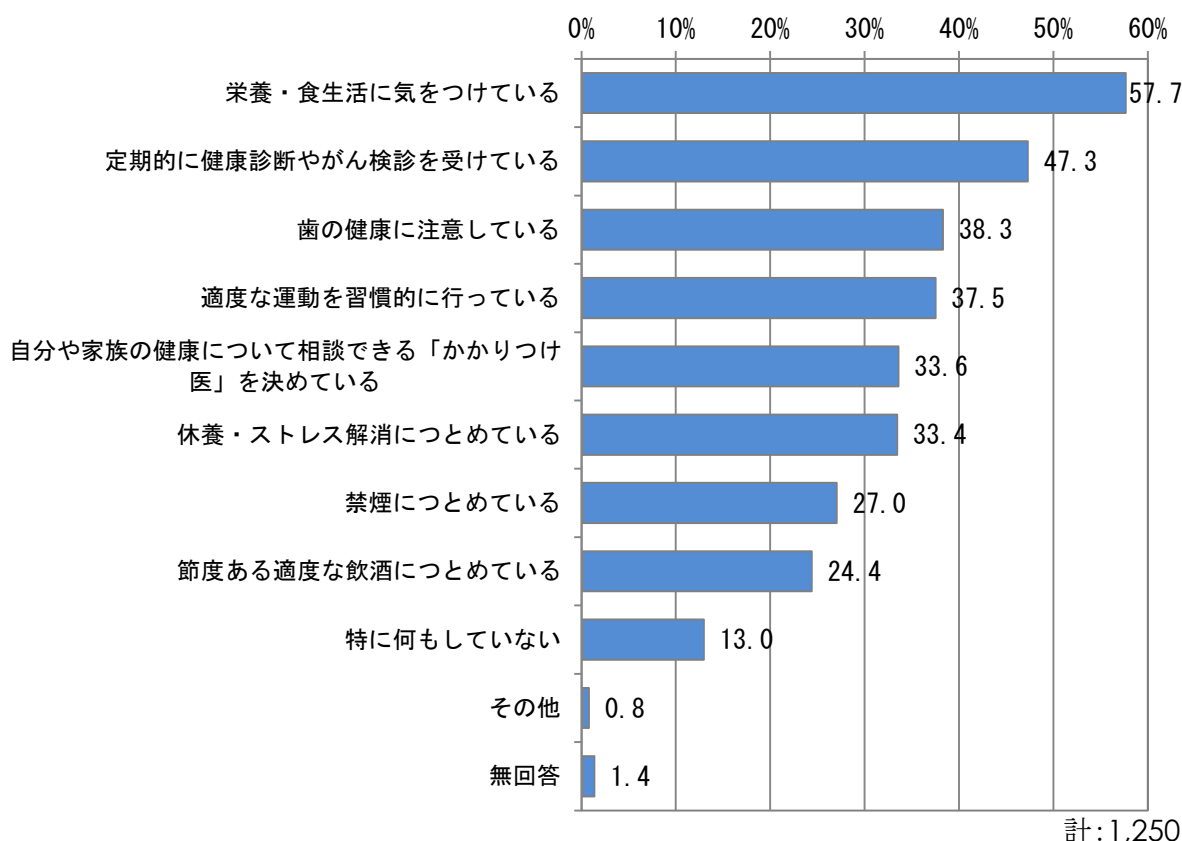
【居住地区別】



心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じているか、居住地区別にみると、肯定的に感じている割合(大いに感じる+どちらかといえば感じる)が最も高い地区は「地区1」の61.7%となっており、次いで「地区4」の60.4%となっています。

「地区2」では肯定的に感じている割合が最も低く46.4%となっており、否定的に感じている割合(あまり感じない+まったく感じない)が47.5%と、肯定的な割合を超えています。

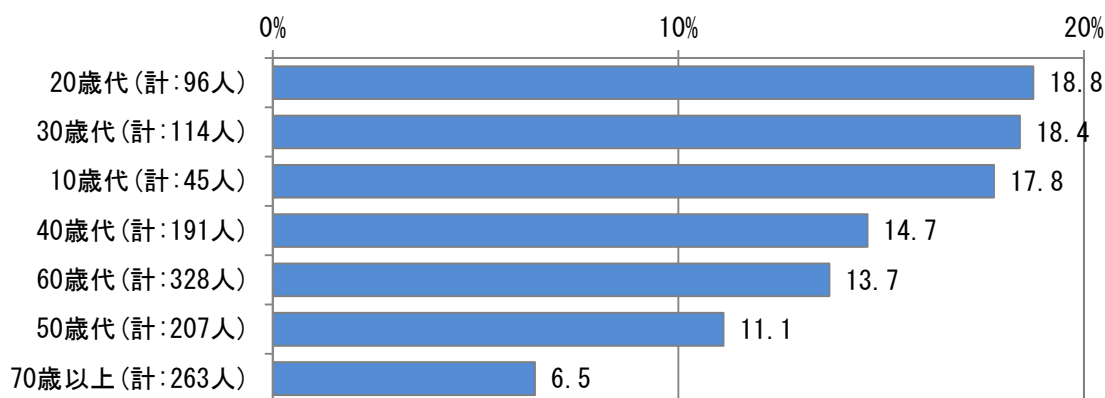
問 10 あなたは、健康の維持増進のために日頃から行っていることはありますか。(〇はいくつでも)



健康の維持増進のために日頃から行っていることがあるかとたずねたところ、「栄養・食生活に気をつけている」と回答した割合が最も多く、57.7%となっています。次いで、「定期的に健康診断やがん検診を受けている」(47.3%)、「歯の健康に注意している」(38.3%)と続いています。

一方で、「特に何もしていない」と回答した割合は 13.0%となっています。

【年齢別】「特に何もしていない」と回答した人の割合



「特に何もしていない」と回答した人の割合は、おおむね年齢階層が低くなるほど高くなる傾向にあり、最も高い 20 歳代では 18.8%となっていますが、前回調査の 20 歳代(32.0%)より 13.2 ポイント減少し、健康への意識が改善されています。

問 10 あなたは、健康の維持増進のために日頃から行っていることはありますか。(〇はいくつでも)

【年代別ランキング】

(単位:%)

	1位	2位	3位	4位	5位
10歳代 (有効回答:83票)	休養・ストレス解消につとめている	栄養・食生活に気をつけている	適度な運動を習慣的に行っている	歯の健康に注意している	特に何もしていない
	20.5	19.3	16.9	16.9	9.6
20歳代 (有効回答:242票)	休養・ストレス解消につとめている	栄養・食生活に気をつけている	適度な運動を習慣的に行っている	禁煙につとめている	歯の健康に注意している
	17.4	15.7	12.8	12.8	12.4
30歳代 (有効回答:277票)	栄養・食生活に気をつけている	定期的に健康診断やがん検診を受けている	休養・ストレス解消につとめている	禁煙につとめている	歯の健康に注意している
	19.4	13.4	12.3	11.2	11.2
40歳代 (有効回答:489票)	定期的に健康診断やがん検診を受けている	栄養・食生活に気をつけている	歯の健康に注意している	休養・ストレス解消につとめている	禁煙につとめている
	19.0	19.0	12.7	10.0	8.4
50歳代 (有効回答:636票)	栄養・食生活に気をつけている	定期的に健康診断やがん検診を受けている	歯の健康に注意している	休養・ストレス解消につとめている	適度な運動を習慣的に行っている
	18.7	18.2	12.4	11.2	10.1
60歳代 (有効回答:1096票)	栄養・食生活に気をつけている	定期的に健康診断やがん検診を受けている	適度な運動を習慣的に行っている	歯の健康に注意している	自分や家族の健康について相談できる「かかりつけ医」を決めている
	19.8	14.9	12.4	12.2	11.1
70歳以上 (有効回答:1079票)	栄養・食生活に気をつけている	自分や家族の健康について相談できる「かかりつけ医」を決めている	定期的に健康診断やがん検診を受けている	適度な運動を習慣的に行っている	歯の健康に注意している
	17.2	15.4	15.2	14.5	12.0

年代別にランク付けしたところ、10歳代、20歳代では「休養・ストレス解消につとめている」が1位になっています。

いずれの年代においても1位または2位に「栄養・食生活に気をつけている」が挙がっています。

30歳代以上では「定期的に健康診断やがん検診を受けている」が1位から3位までの間に挙がっています。

70歳以上では、2位に「自分や家族の健康について相談できる『かかりつけ医』を決めている」が挙がっており、他の年代の割合より高くなっています。