

2 アンケート調査結果からの現状

(1) 調査の概要

本計画の策定の基礎資料として、保健サービスの需要等及び市民の実態やニーズを把握し今後の施策に反映させるため、令和4年度（2022年度）に「第3次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画策定に係るアンケート調査」を実施しました。調査概要は次のとおりです。

表2-2-1 「第3次越谷市健康づくり行動計画・食育推進計画策定に係るアンケート調査」の概要

項目	内容
調査地域	越谷市全域
調査対象	市内在住の18歳以上の男女
対象者数/回収数	3,000人(有効回収数:1,226票、40.9%)
抽出方法	住民基本台帳より無作為抽出
調査方法	郵送配付・郵送回収・WEB 回収
調査期間	令和4年(2022年)10月7日(金)～10月28日(金)

次ページからは、調査結果のうち、本計画に関わる項目について掲載します。

- 設問の構成比は、回答者数(該当設問での該当者数)を基数として百分率(%)で示しています。非該当者数は構成比に含まれません。
- 比率はすべて百分率(%)で表し、小数点以下第2位を四捨五入し算出しているため、合計が100%にならない場合があります。
- 複数回答については、回答者数を基数として百分率(%)で示しています。そのため、合計値が100%にならない場合があります。性別、年齢などの属性や項目による特性をみるためにクロス集計分析を行っているものがありますが、該当者数(n)が少ない場合は誤差範囲が大きくなることから、該当者数(n)が30に満たないものは参考値となります。

(2) 現在の傷病について

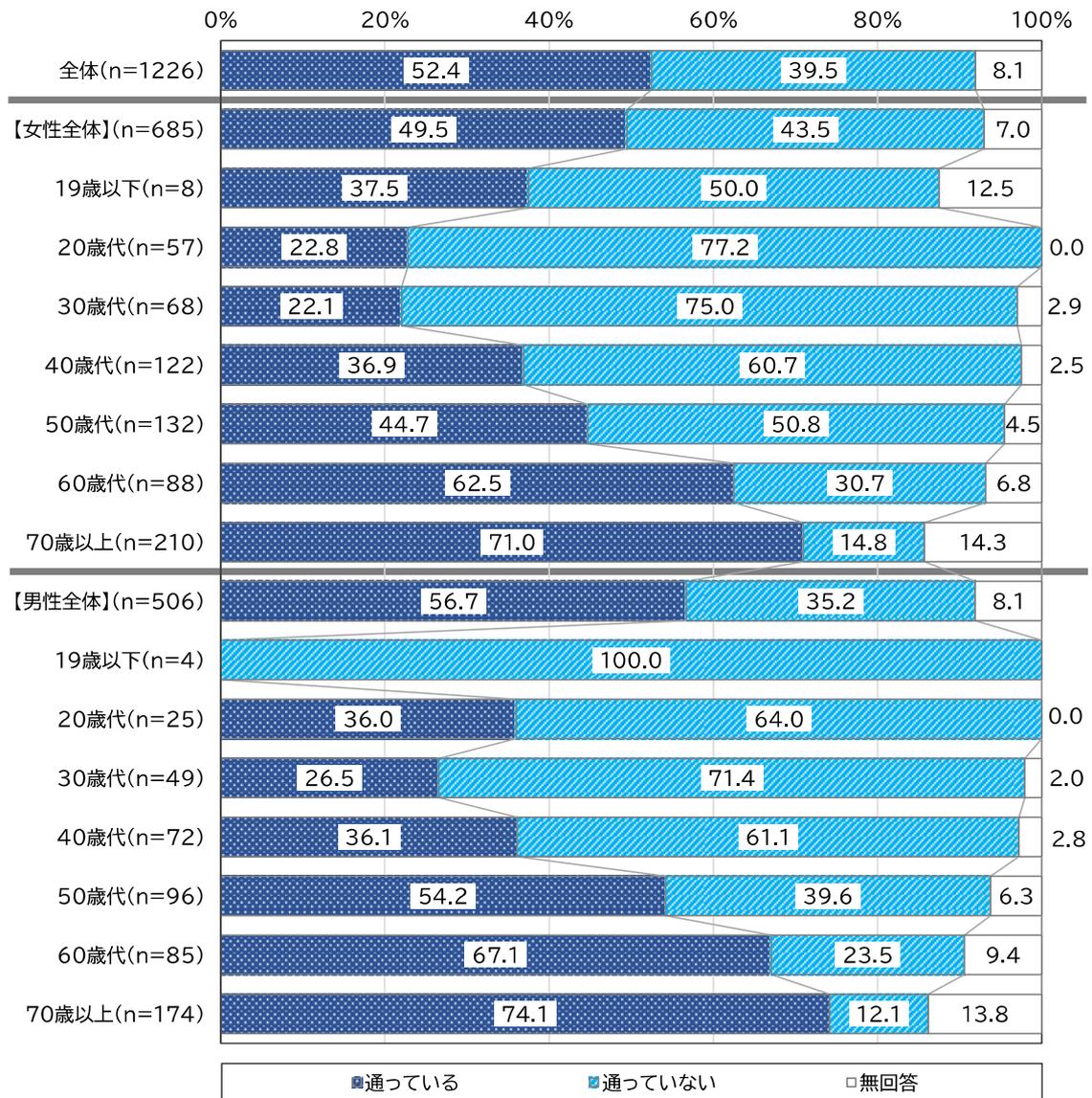
ア 現在の通院状況

現在の通院の状況について、全体で見ると「通っている」が52.4%、「通っていない」が39.5%となっています。

性別で見ると、「通っている」が女性よりも男性が7.2ポイント高くなっています。

性別・年代別で見ると、「通っている」が男女ともに「60歳代」、「70歳以上」で6割を超えています。

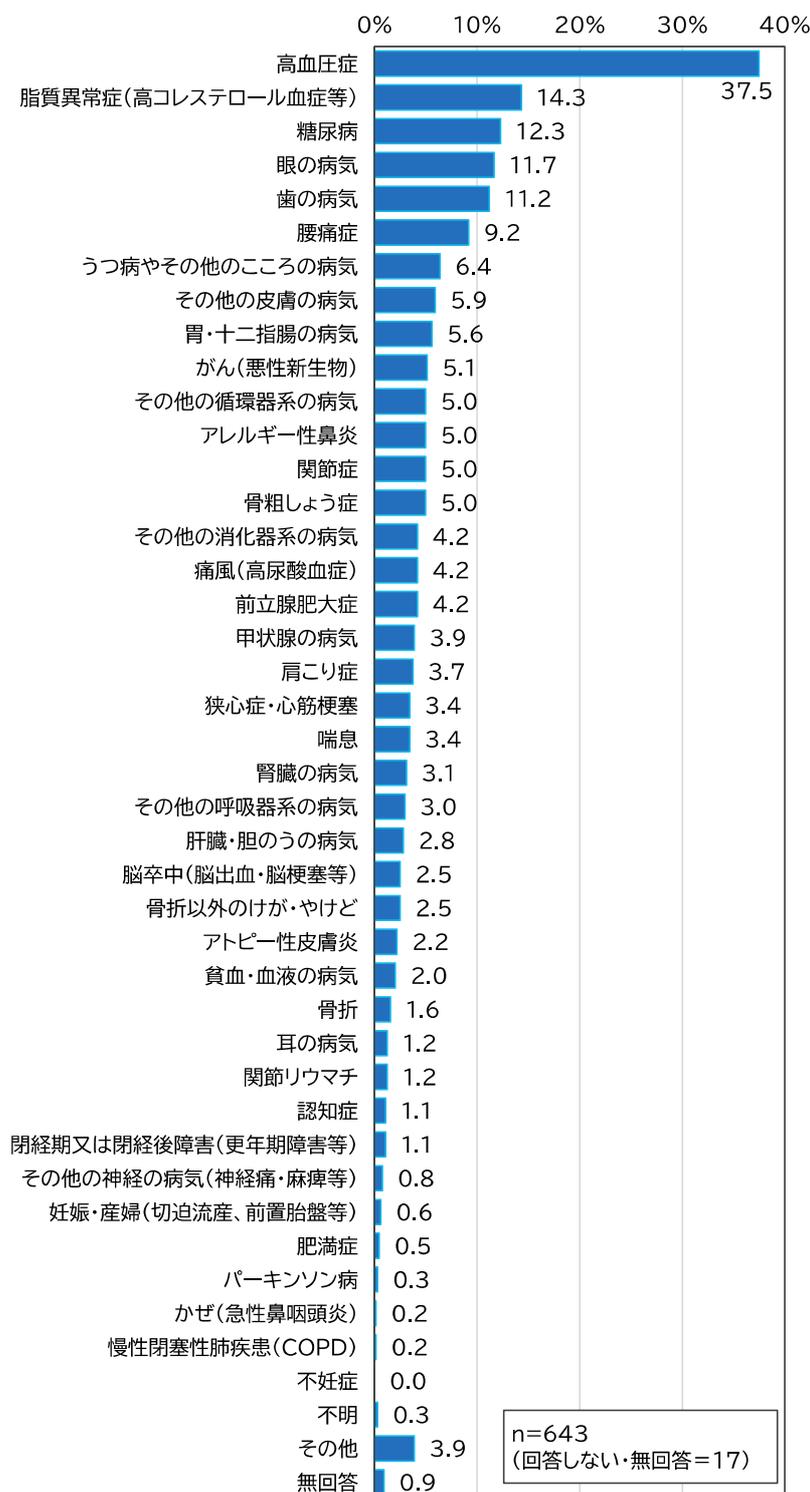
図2-2-1 通院状況(全体・性別・年代別)(問7)



イ 通院者の傷病

現在、通院している人の傷病では、「高血圧症」が37.5%と最も高く、次いで「脂質異常症（高コレステロール血症等）」が14.3%、「糖尿病」が12.3%となっています。

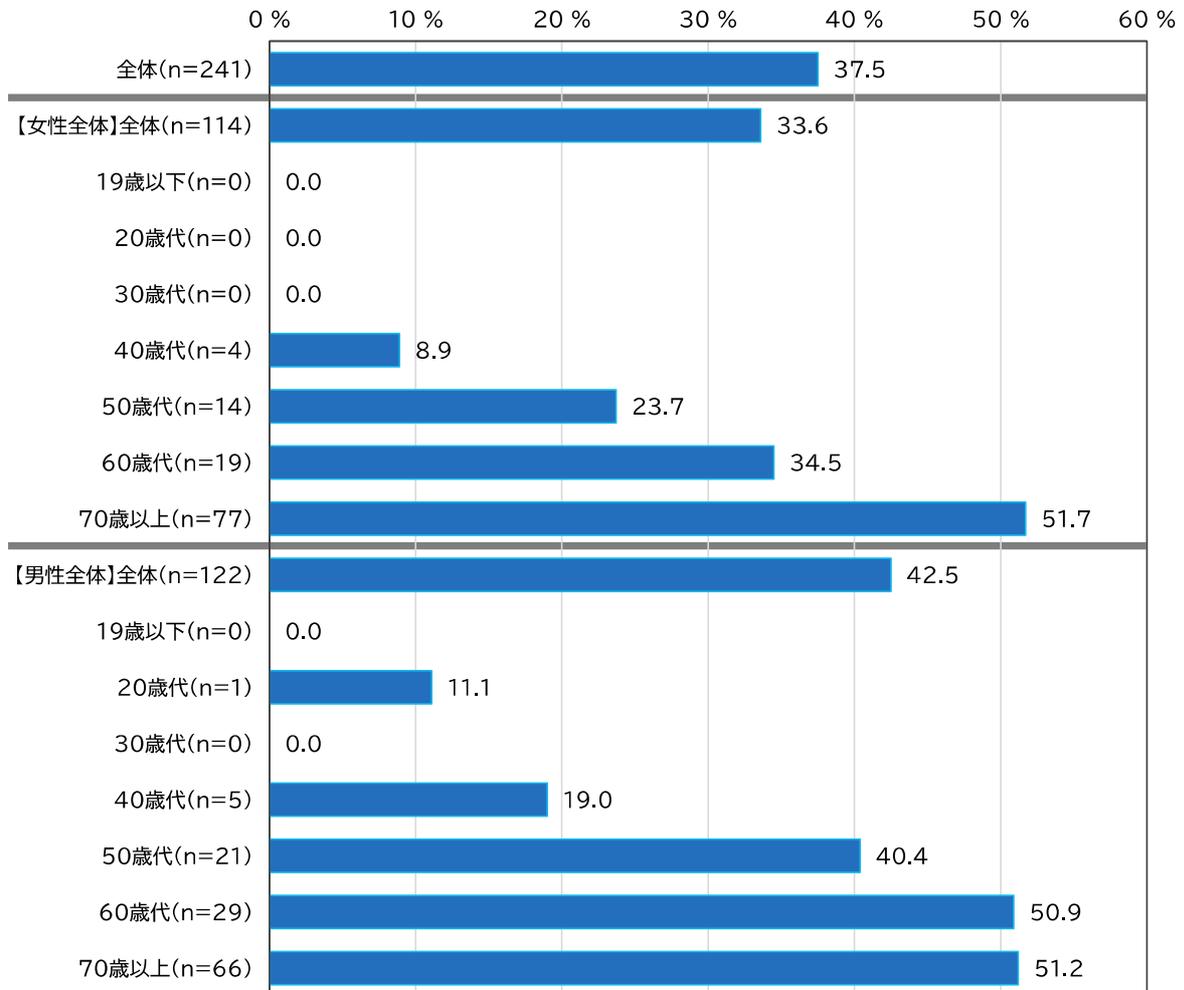
図2-2-2 通院者の傷病(全体)(問7-1)



■ 高血圧症で通院している人の状況

高血圧症で通院している人を性別・年代別にみると、男女とも40歳代以上から通院している人の割合が増加する傾向にあります。

図2-2-3 性別・年代別高血圧症で通院している人の割合(問7-1)



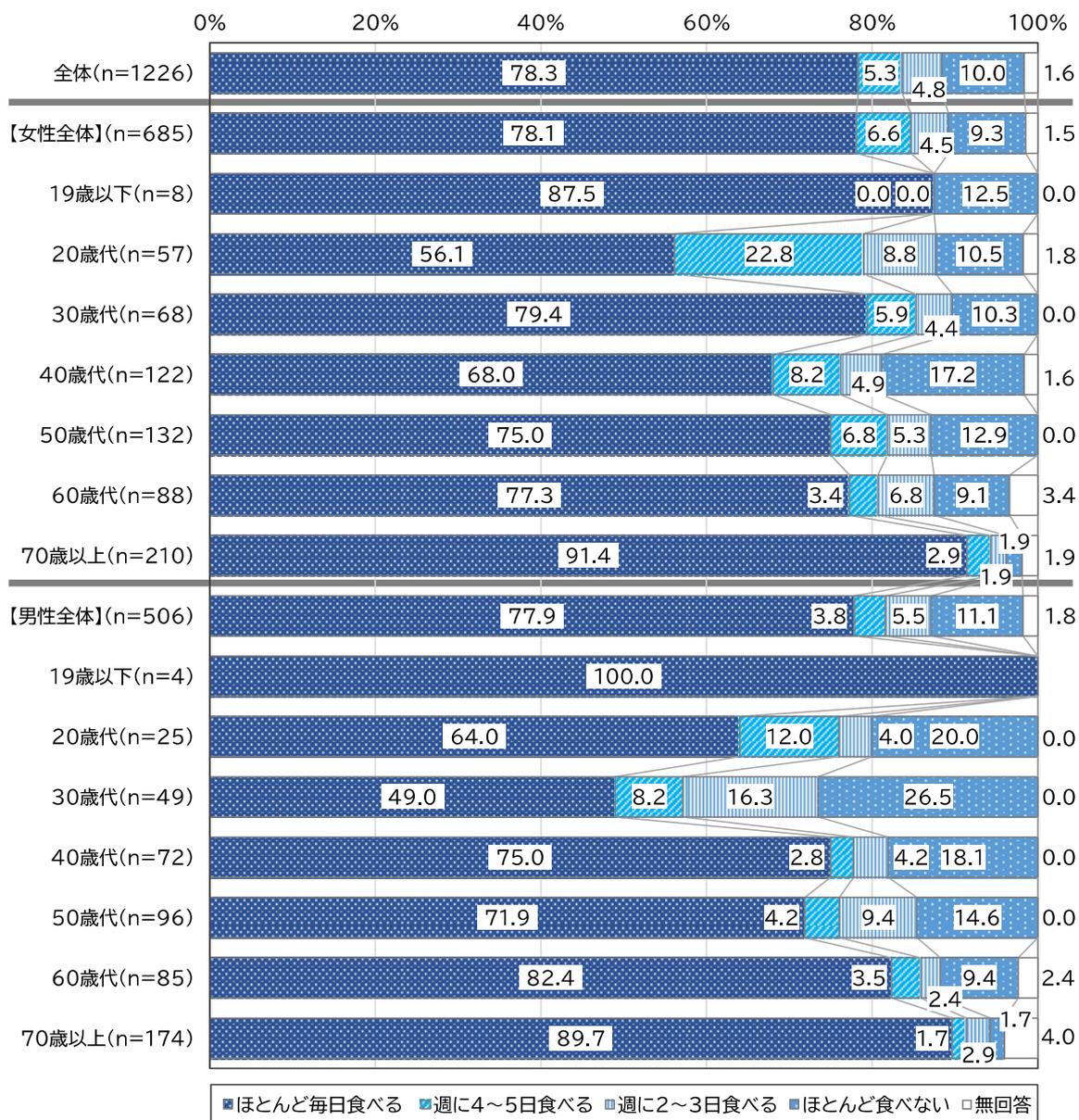
(3) 食生活について

ア 朝食を食べる頻度

朝食を食べる頻度を全体で見ると、「ほとんど毎日食べる」が78.3%と最も高くなっています。

性別・年代別で見ると、「ほとんど毎日食べる」は、男女ともに「70歳以上」で約9割となっています。

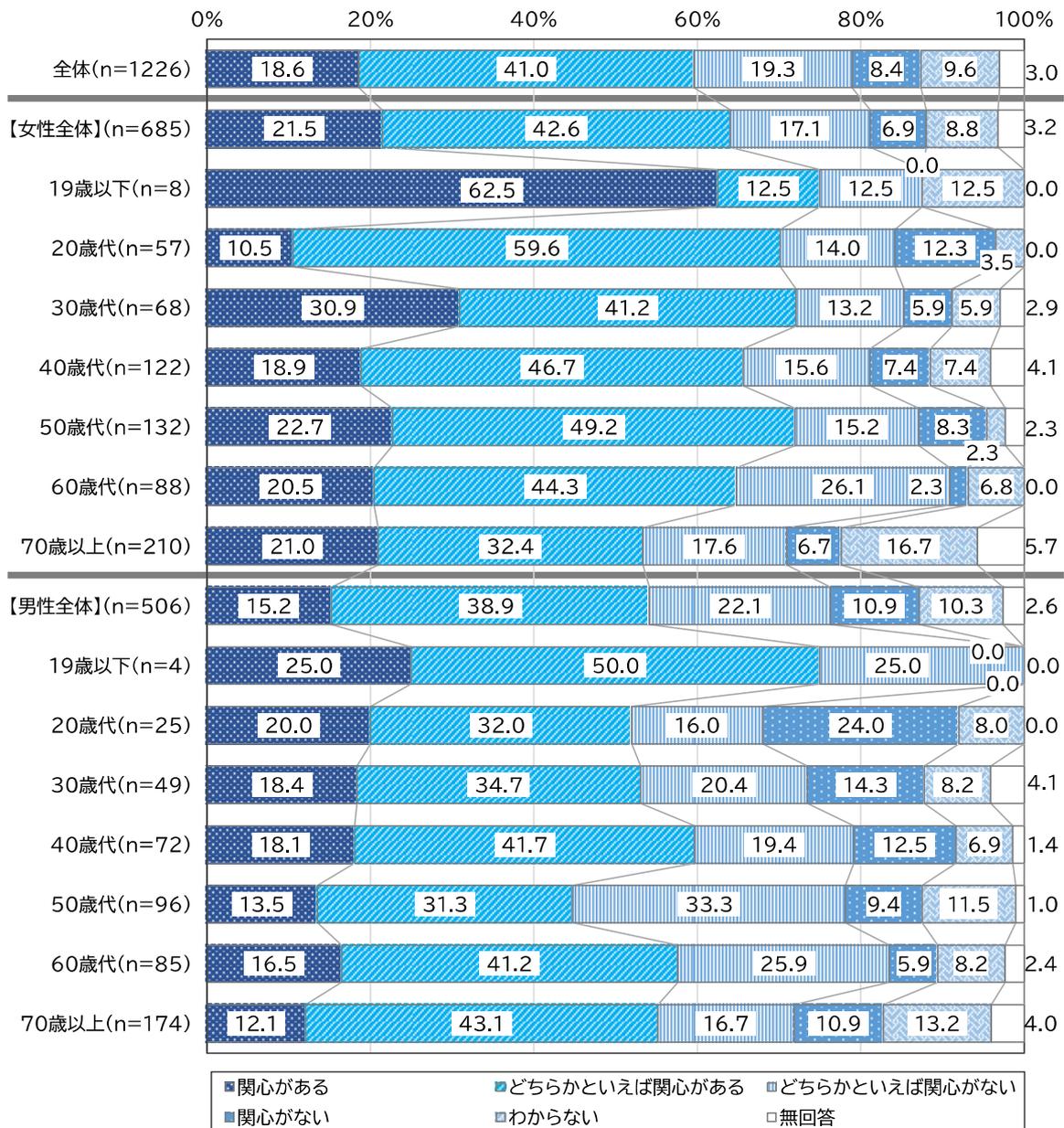
図2-2-4 朝食を食べる頻度(全体・性別・年代別)(問8)



イ 食育[※]への関心

食育への関心について全体でみると、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を合わせた『関心がある』(以下同様)が59.6%、「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を合わせた『関心がない』(以下同様)が27.7%となっています。性別でみると、『関心がある』は、男性よりも女性が10ポイント高くなっています。性別・年代別でみると、『関心がある』は、同じ年代であればおおむね男性より女性の割合が高くなっています。

図2-2-5 食育への関心(全体・性別・年代別)(問16)



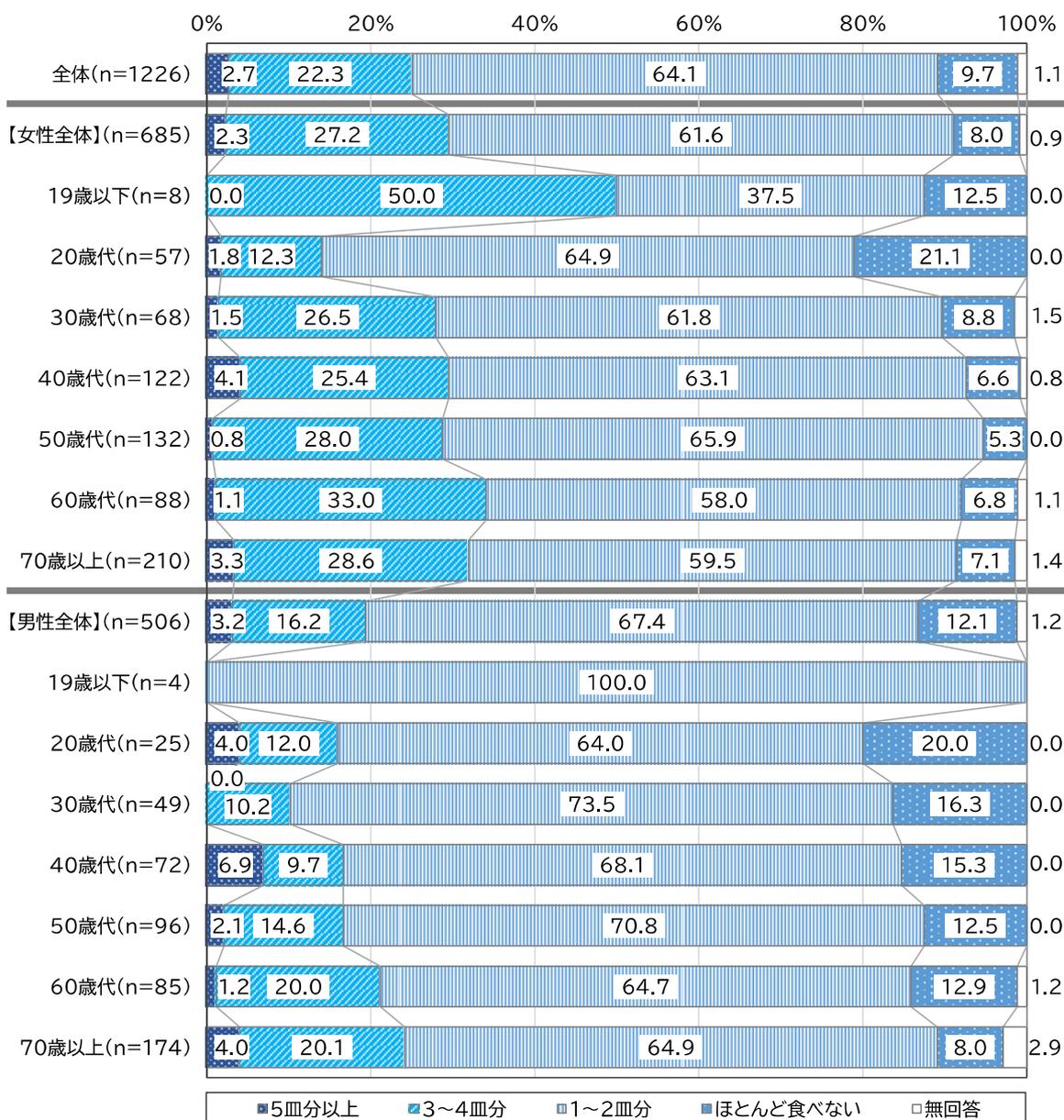
※ 「食育」とは、様々な経験をとおして「食」に関する正しい知識と「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

ウ 野菜の摂取状況

野菜の摂取状況を全体で見ると、「1～2皿分」が64.1%と最も高く、次いで「3～4皿分」が22.3%となっています。（※1皿の目安は、直径10cm位の小鉢1杯分（野菜70g程度）とします。）

性別で見ると、「3～4皿分」で、女性が男性よりも11ポイント高くなっています。性別・年代別で見ると、男女ともに「20歳代」の「ほとんど食べない」が2割以上となっています。

図2-2-6 1日の野菜または野菜料理の摂取量(全体・性別・年代別)(問9)

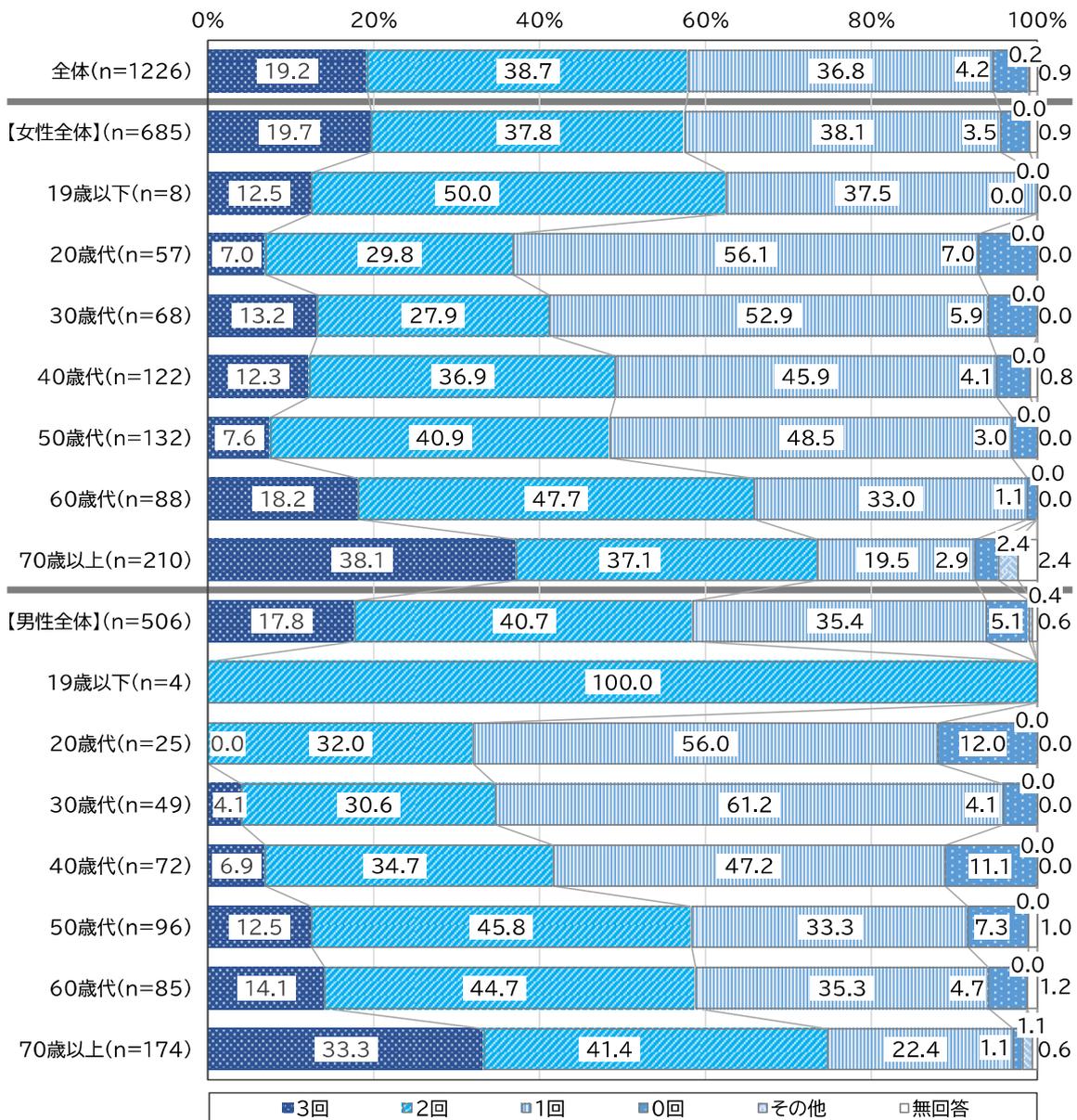


工 主食・主菜・副菜の摂取状況

1日のうち主食・主菜・副菜の3つをそろえて食べる回数を全体でみると、「2回」が38.7%と最も多く、次いで「1回」が36.8%、「3回」が19.2%となっています。

性別・年代別でみると、男女ともに「70歳以上」の「3回」の割合が3割を超えています。

図2-2-7 1日のうちの主食・主菜・副菜の3つがそろった食事の回数(全体・性別・年代別)(問10)

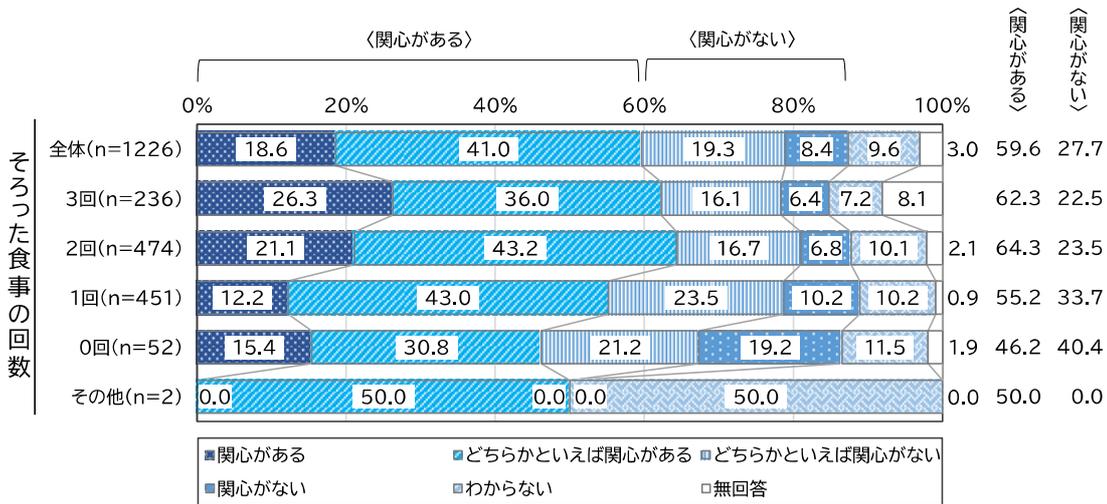


※ 主食とは、ごはん、パン、めん類など、主菜とは、魚、肉、卵、大豆製品のおかず、副菜とは、野菜、海そう、きのこ、いもなどを使った料理のこと。

■ 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数と食育への関心

食育への関心を主食・主菜・副菜のそろった食事回数別に集計すると、「関心がある」という回答は2回が64.3%で最も割合が高くなっています。「関心がない」という回答は0回では40.4%、1回では33.7%となっています。

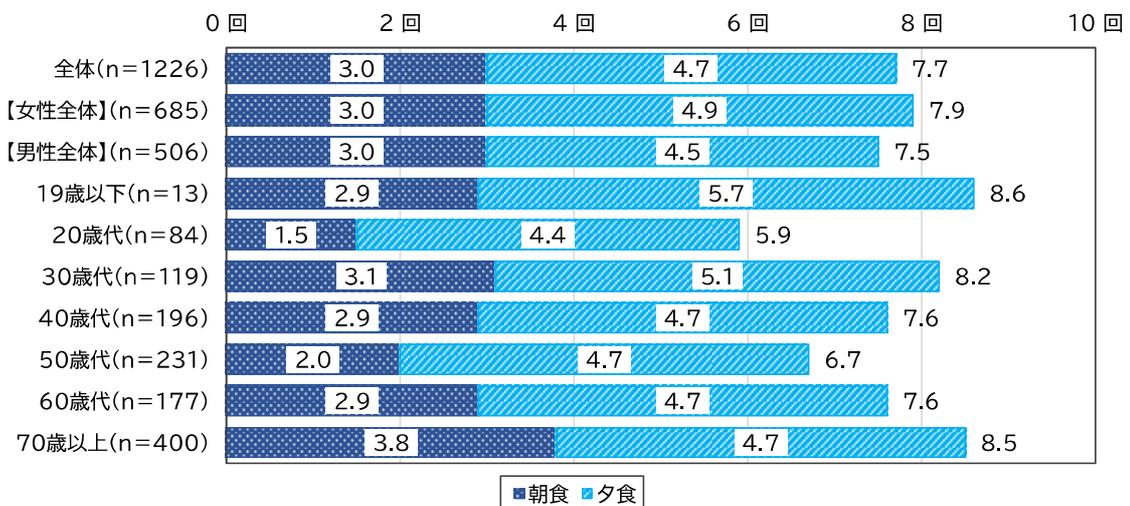
図2-2-8 主食・主菜・副菜のそろった食事の回数と食育への関心度(問10・問16)



■ 家族と一緒に食事をする共食の回数

1週間の朝食と夕食の共食回数について、性別で見ると、朝食では男女で差はありませんが、夕食で女性は4.9回、男性は4.5回と女性の方がやや多くなっています。年代別にみると、20歳代が朝食と夕食を合わせて5.9回で最も少なくなっており、朝食は1.5回と特に少なくなっています。

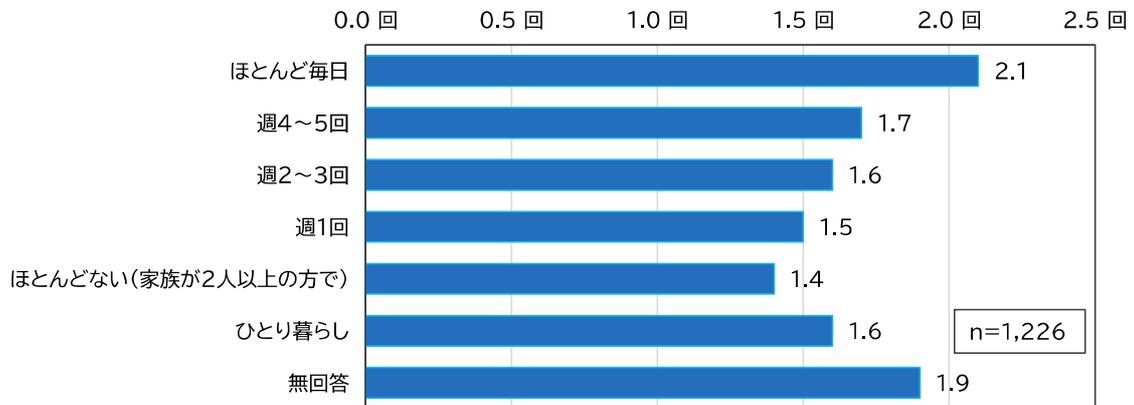
図2-2-9 1週間のうちの家族と一緒に食事をする共食の回数(問15)



※ 「ほとんど毎日」→6.5回、「週4~5回」→4.5回、「週2~3回」→2.5回、「週1回」→1回、「ほとんどない」→0回として、共食の回数を算出。

また、朝食を「ほとんど毎日」家族と一緒に食べると回答した人は、主食・主菜・副菜がそろった食事をする回数が1日に2.1回と最も多くなっています。

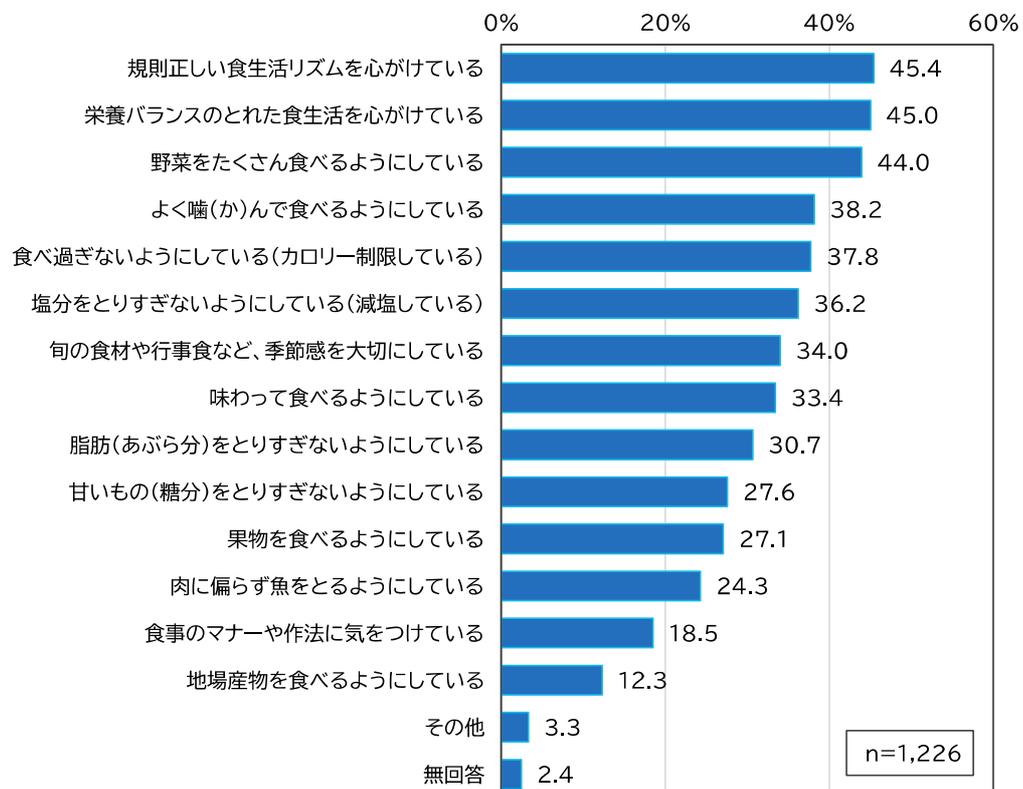
図2-2-10 朝食の共食頻度と主食・主菜・副菜がそろった食事をする回数(問10・問15)



オ 食生活で気をつけていること

食生活で気をつけていることを全体で見ると、「規則正しい食生活リズムを心がけている」が45.4%と最も高く、次いで「栄養バランスのとれた食生活を心がけている」が45.0%、「野菜をたくさん食べるようにしている」が44.0%となっています。

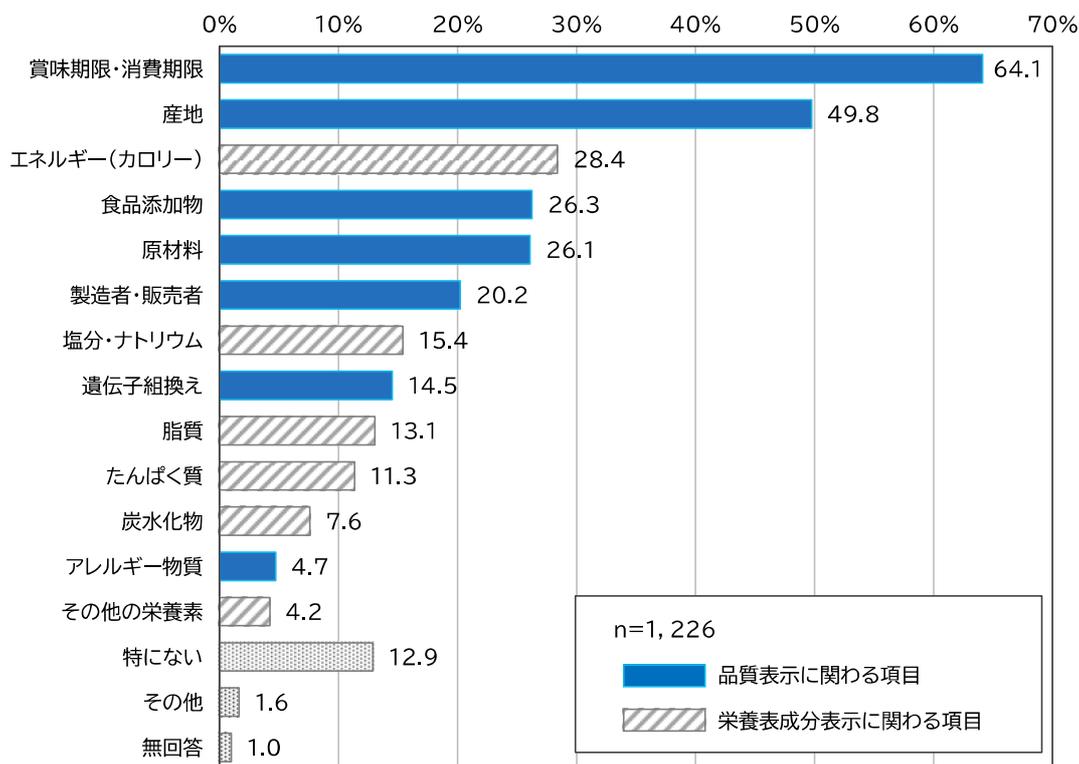
図2-2-11 食生活で気を付けていること(問11)



カ 参考にする食品表示

食品を購入するときや外食をするときに参考にする食品表示について全体でみると、「賞味期限・消費期限」が64.1%と最も高く、次いで「産地」が49.8%、「エネルギー（カロリー）」が28.4%となっています。

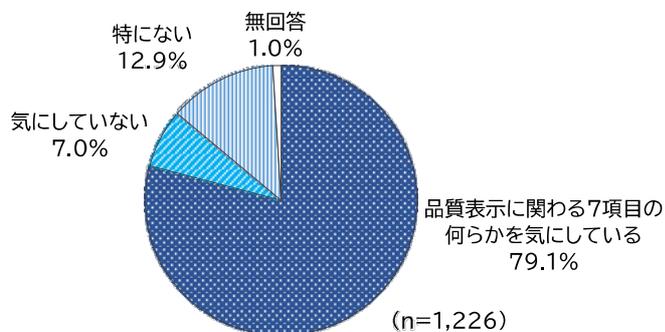
図2-2-12 参考にする食品表示(問12)



■ 食品表示を気にする割合

品質表示に関わる7項目※を気にしているかどうかをみると、79.1%が何らかを気にしていると回答しています。

図2-2-13 食品表示を気にする割合(全体)(問12)

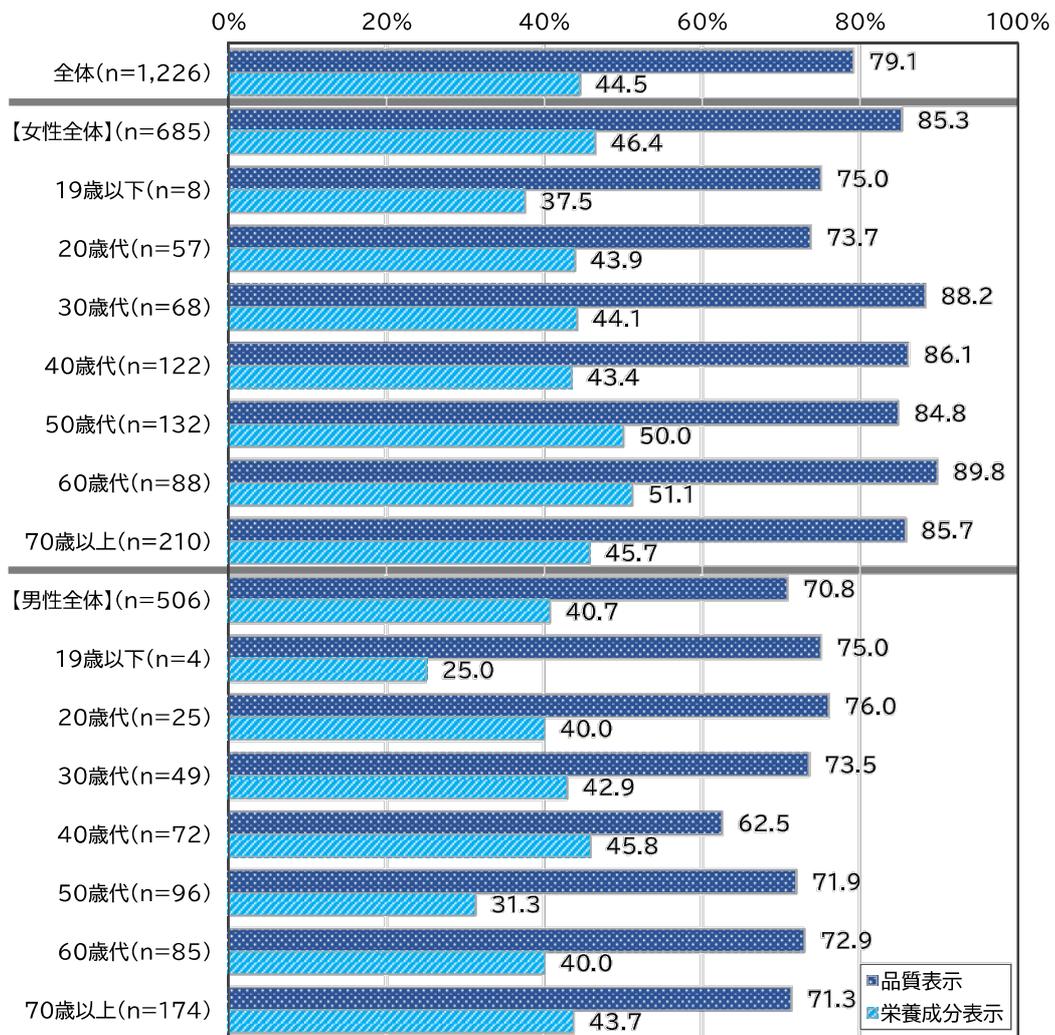


※ 品質表示に関わる7項目：
賞味期限・消費期限、産地、食品添加物、原材料、製造者・販売者、遺伝子組換え、アレルギー物質

■ 参考にする食品表示（区分別）

参考にする食品表示を品質表示及び栄養成分表示に分けてみると、品質表示に関わる項目は全体の79.1%が気にすると回答していますが、栄養成分表示に関わる項目では全体の44.5%が気にすると回答しています。

図2-2-14 参考にする食品表示(区分別・性別・年代別)(問12)



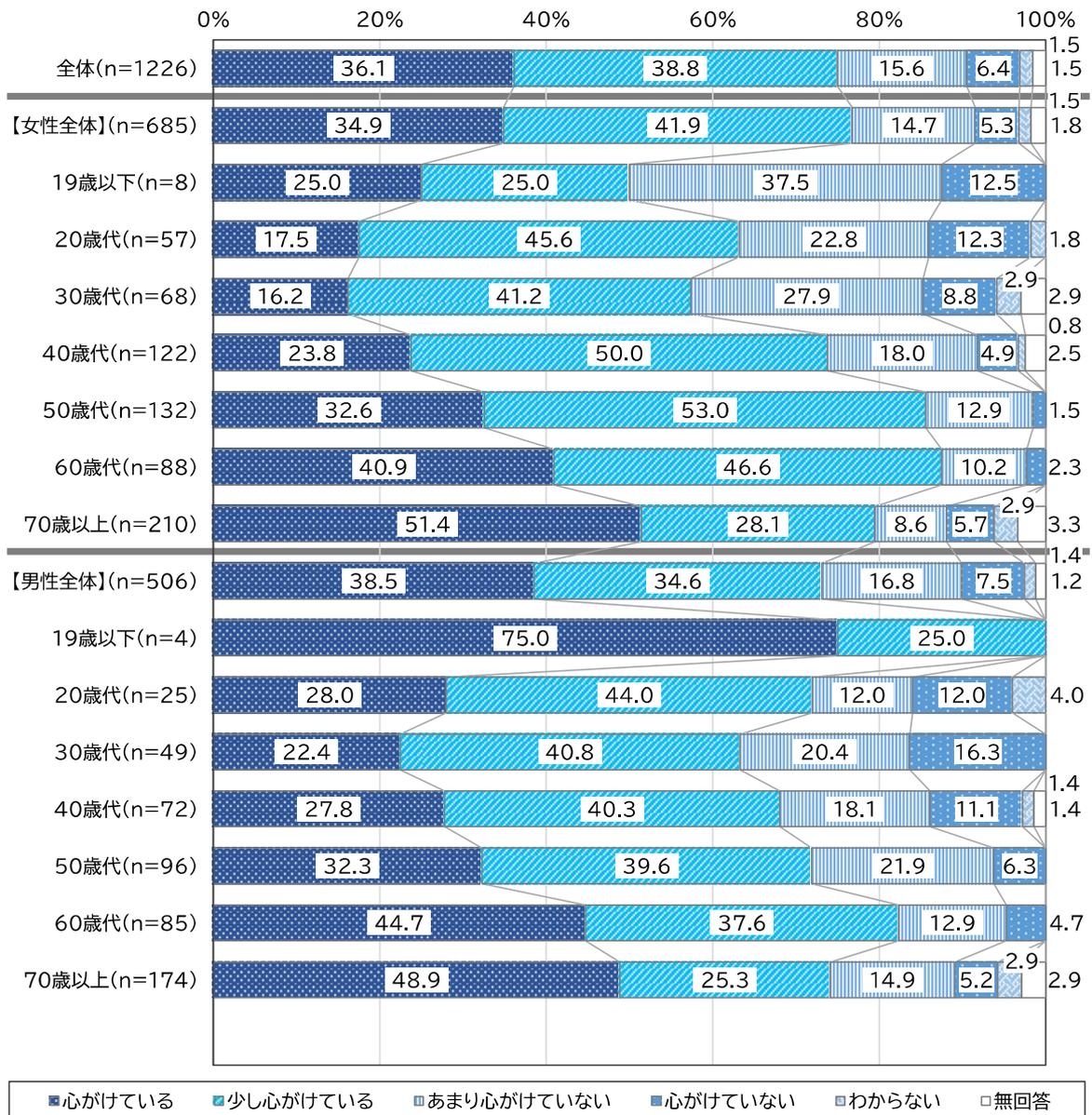
(4) 運動について

ア 体を動かすことの心がけ

体を動かすことの心がけについて全体で見ると、「心がけている」が36.1%、「少し心がけている」が38.8%と全体の74.9%となっています。

性別・年代別で見ると、「心がけている」は、女性よりも男性が3.6ポイント高くなっており、男性、女性とも30歳代で最も低く、年代が上がるにつれて増加傾向にあります。

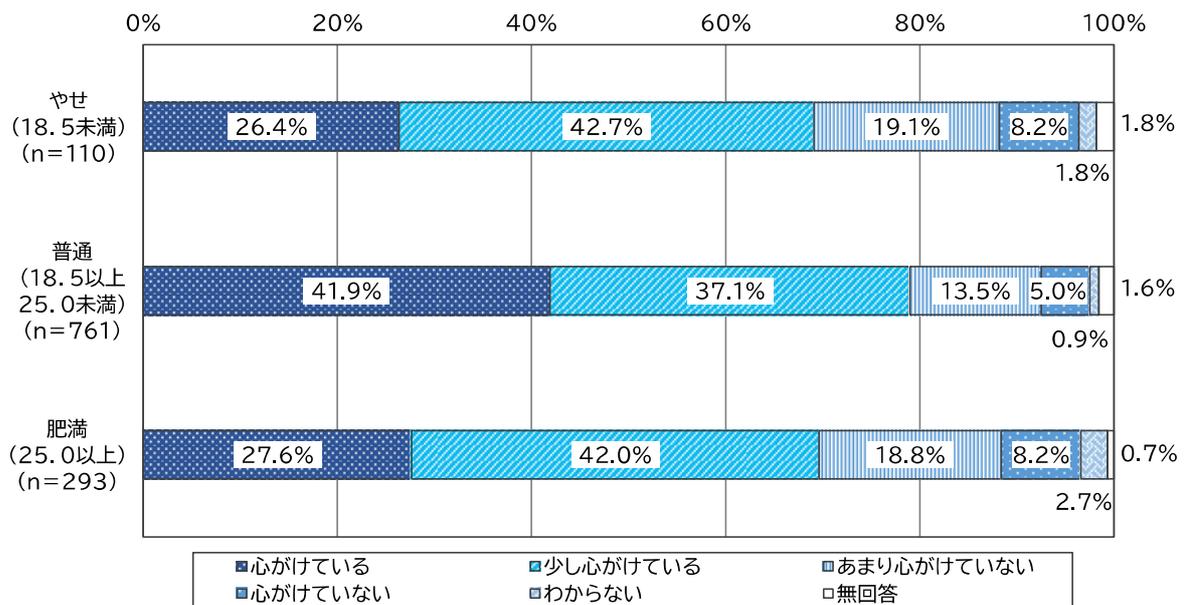
図2-2-15 体を動かすことの心がけ(全体・性別・年代別)(問17)



■ BMI※ごとの体を動かすことの心がけ

BMIごとに体を動かすことを心がけているかをみると、「心がけている」は、「普通18.5以上25.0未満」の41.9%と比べると、「やせ(18.5未満)」「肥満(25.0以上)」は27%前後と低くなっています。一方、「心がけていない」は、「やせ(18.5未満)」「肥満(25.0以上)」がそれぞれ8.2%で、「普通(18.5以上25.0未満)」の5.0%に対し高くなっています。

図2-2-16 BMIごとの体を動かすことの心がけ(問17・問34)



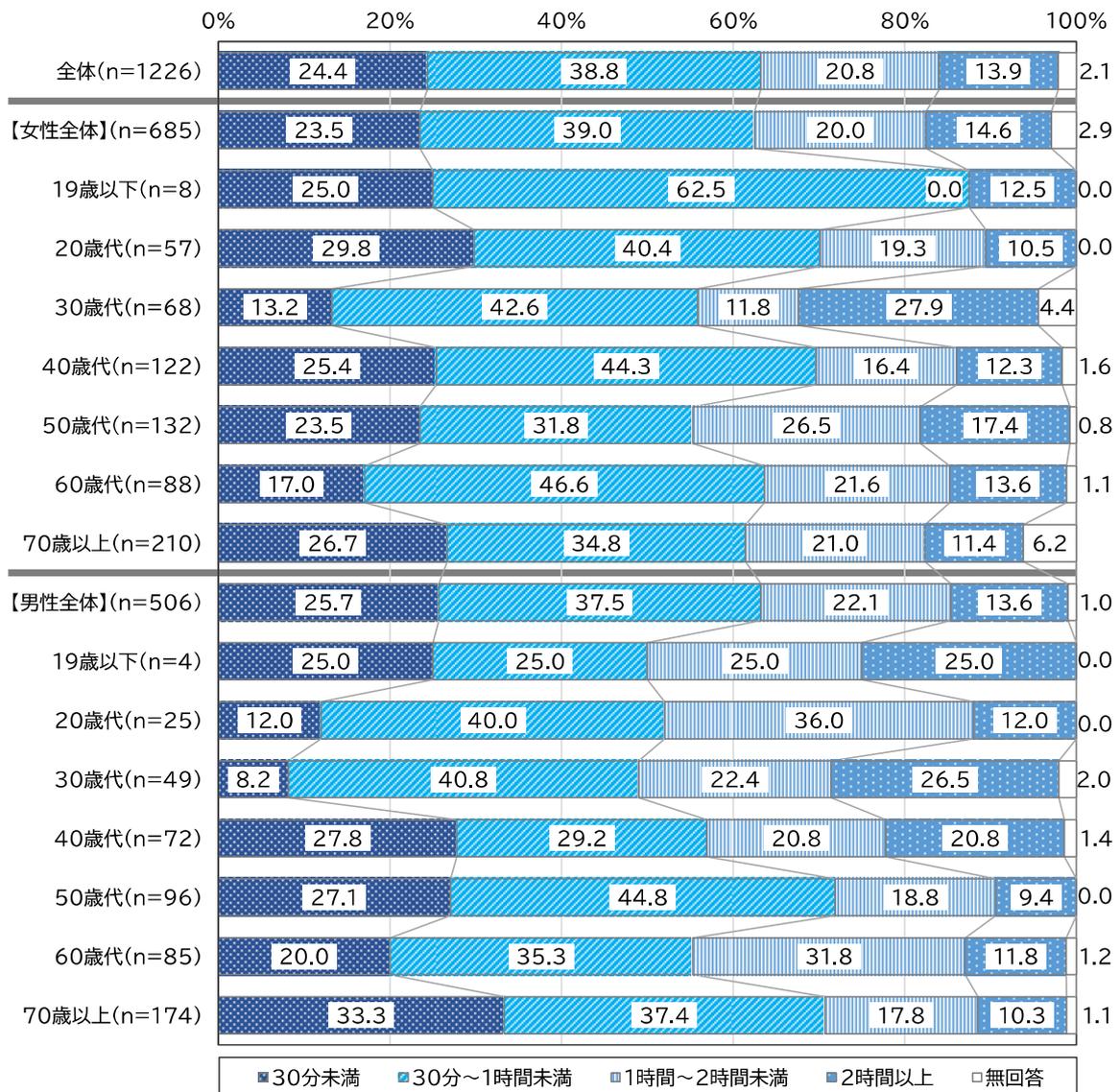
※ BMI (Body Mass Index) : 「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」によって求められる体格指標のこと。18.5未満を「やせ」、18.5以上25.0未満を「普通」、25.0以上を「肥満」として判定する。

イ 1日の平均歩行時間

1日の平均歩行時間について全体で見ると、「30分～1時間未満」が38.8%と最も高く、次いで「30分未満」が24.4%となっています。「1時間～2時間未満」と「2時間以上」を合わせた平均歩行時間が1時間以上の人は、34.7%となっています。

性別・年代別で見ると、「30分未満」は、女性よりも男性が2.2ポイント高くなっており、男性の「70歳以上」で3割を超えて最も高く、次いで女性の「20歳代」、男性の「40歳代」となっています。

図2-2-17 1日の歩行時間(全体・性別・年代別)(問18)

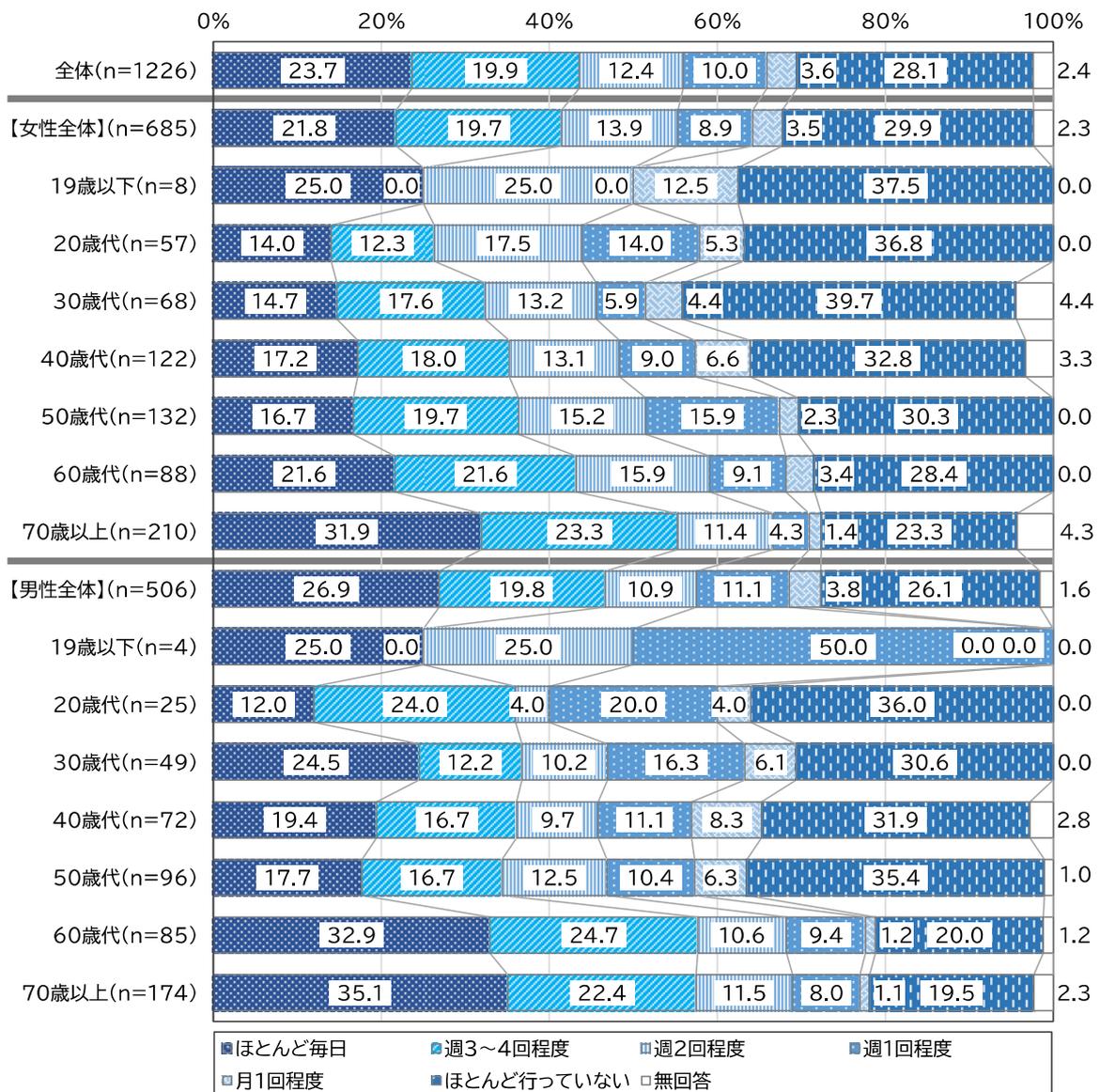


ウ 運動の頻度

運動の頻度について全体で見ると、「ほとんど行っていない」が28.1%と最も高く、次いで「ほとんど毎日」が23.7%、「週3～4回程度」が19.9%となっています。「ほとんど毎日」「週3～4回程度」「週2回程度」「週1回程度」を合わせた「週1回以上運動をしている人」は、66.0%となっています。

性別・年代別で見ると、「ほとんど毎日」は女性よりも男性が5.1ポイント高く、「ほとんど行っていない」は男性よりも女性が3.8ポイント高くなっています。「ほとんど毎日」では、女性の「70歳以上」、男性の「60歳代」「70歳以上」が3割を超えています。

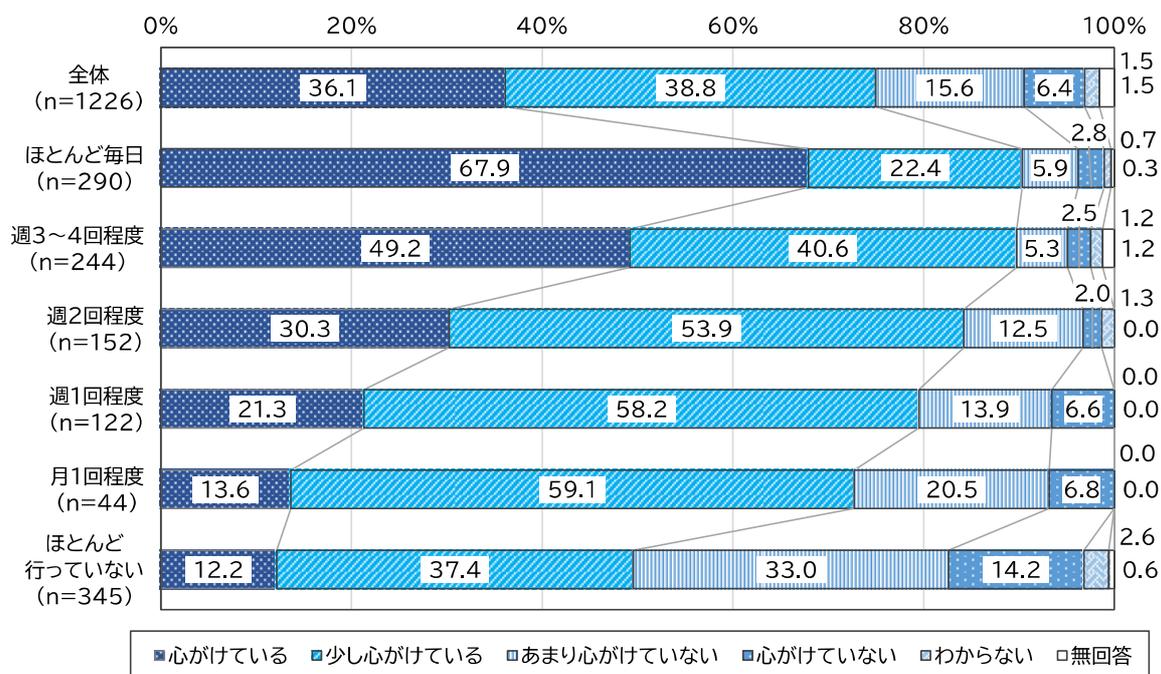
図2-2-18 運動の頻度(全体・性別・年代別)(問19)



■ 運動の頻度と体を動かすことの心がけ

運動の頻度ごとに生活の中で意識的に体を動かすことを心がけているかをみると、「心がけている」割合は、「ほとんど毎日」運動をしている人が67.9%で最も高く、運動の頻度が下がるごとに、その割合も減少する傾向にあります。

図2-2-19 運動の頻度と体を動かすことの心がけ(問17・問19)



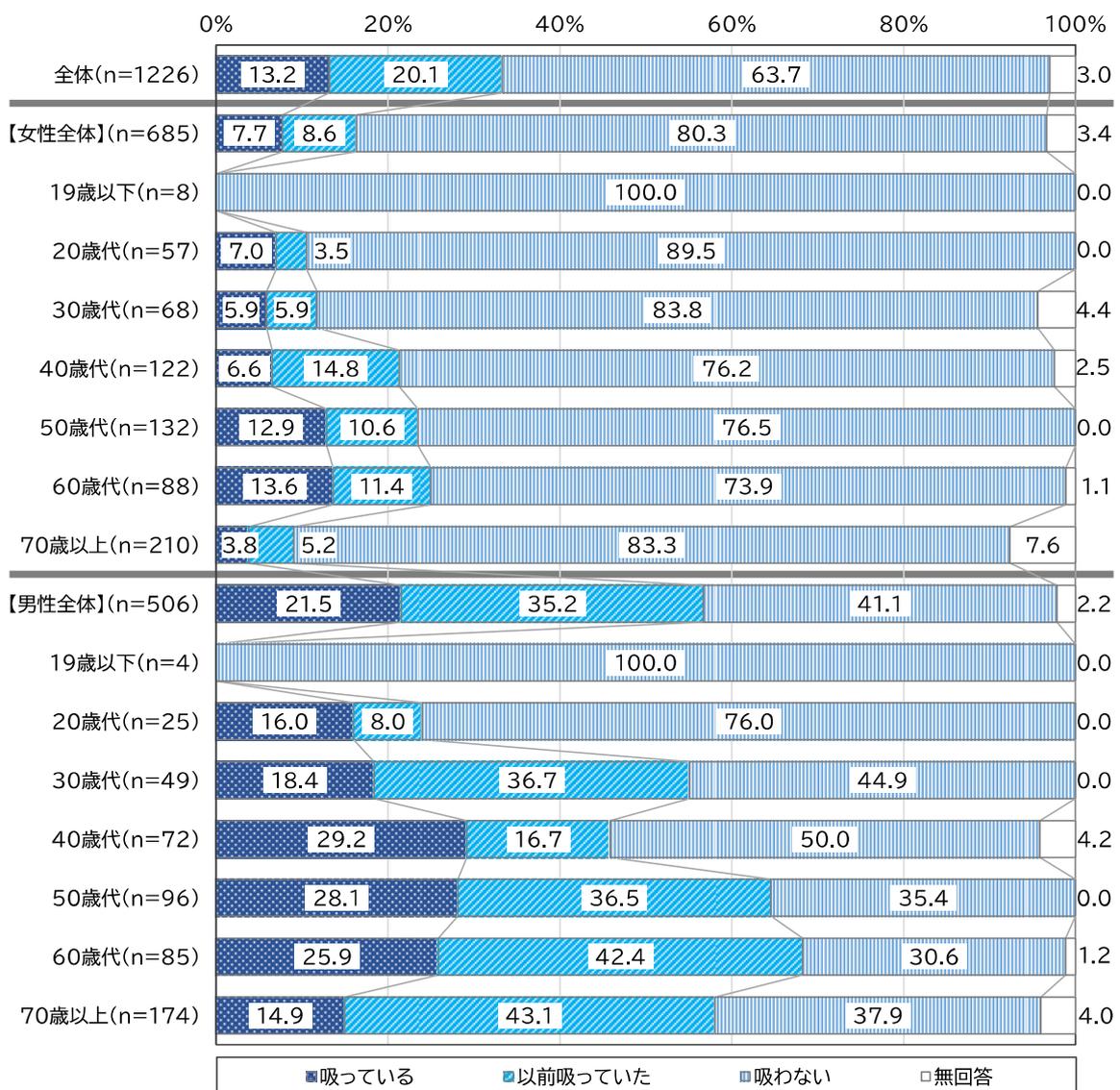
(5) 喫煙について

ア 喫煙の有無

喫煙の有無について全体で見ると、「吸っている」が13.2%、「以前吸っていた」が20.1%、「吸わない」が63.7%となっています。また、20歳以上の喫煙率は13.3%となっています。

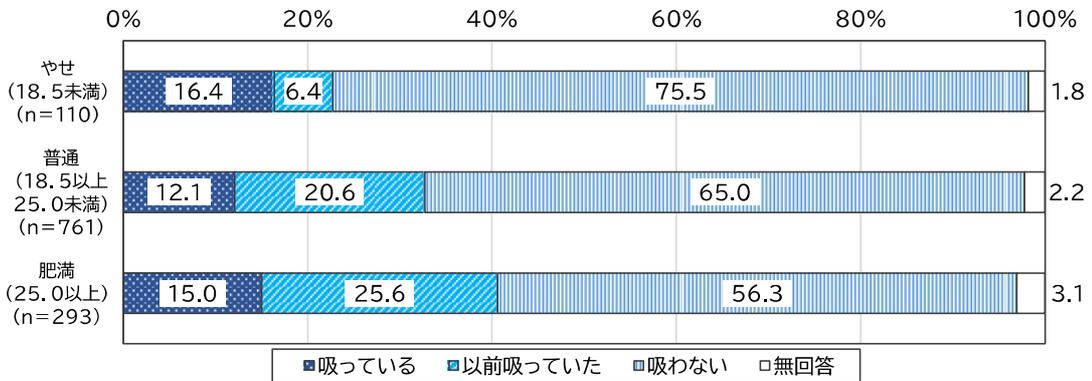
性別・年代別で見ると、「吸っている」は、女性よりも男性が13.8ポイント高く、男性の「40歳代」が29.2%、「50歳代」が28.1%と他の年代に比べ高くなっています。

図2-2-20 喫煙の有無(全体・性別・年代別)(問20)



喫煙の有無をBMI別で見ると、「以前吸っていた」が「肥満（25.0以上）」の人で最も多く、「吸わない」は「やせ（18.5未満）」が最も多くなっています。

図2-2-21 喫煙の有無とBMI値(問20・問34)

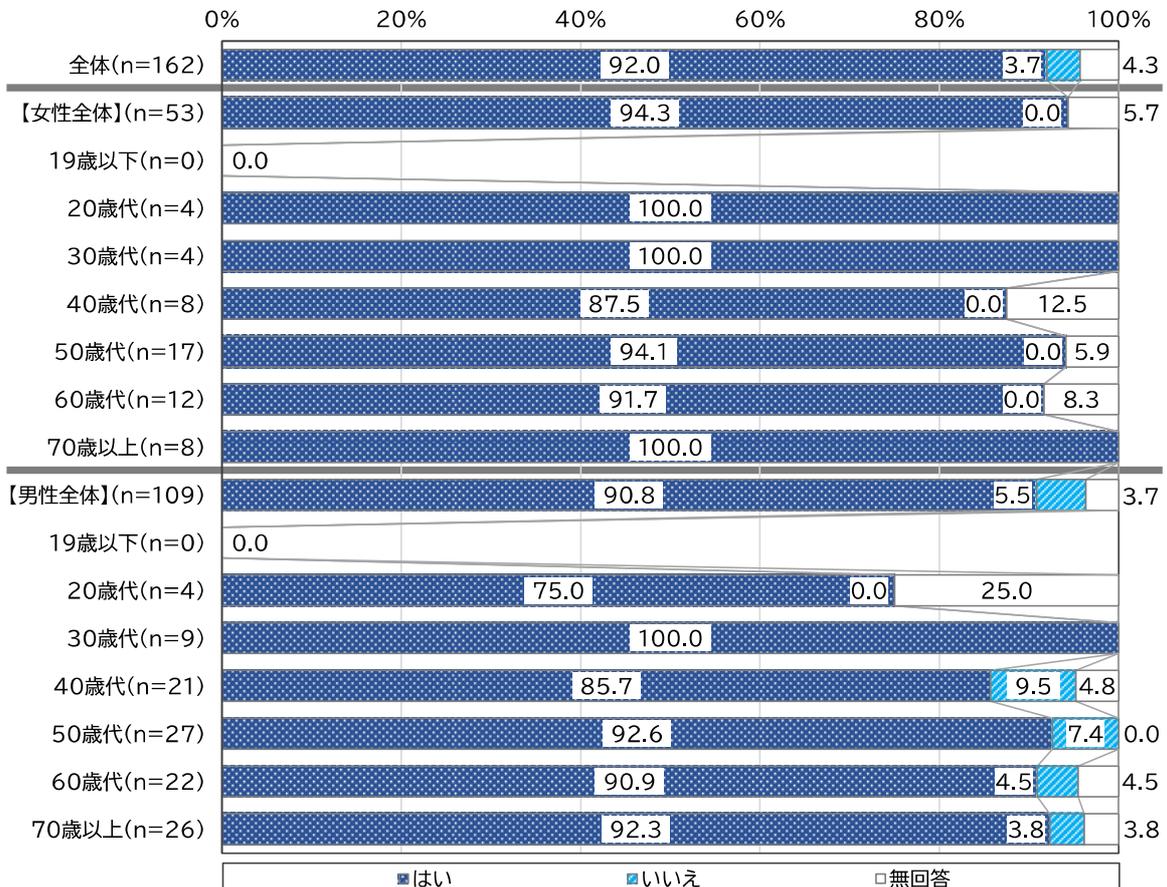


イ 喫煙マナー

たばこを「吸っている」と回答した人の喫煙マナーについて、全体的には「はい（守っている）」が約9割となっています。

性別では、「はい（守っている）」とした人の割合は、男性と比べて女性の方が3.5ポイント高くなっています。

図2-2-22 喫煙マナーを守る割合(全体・性別・年代別)(問20-1)

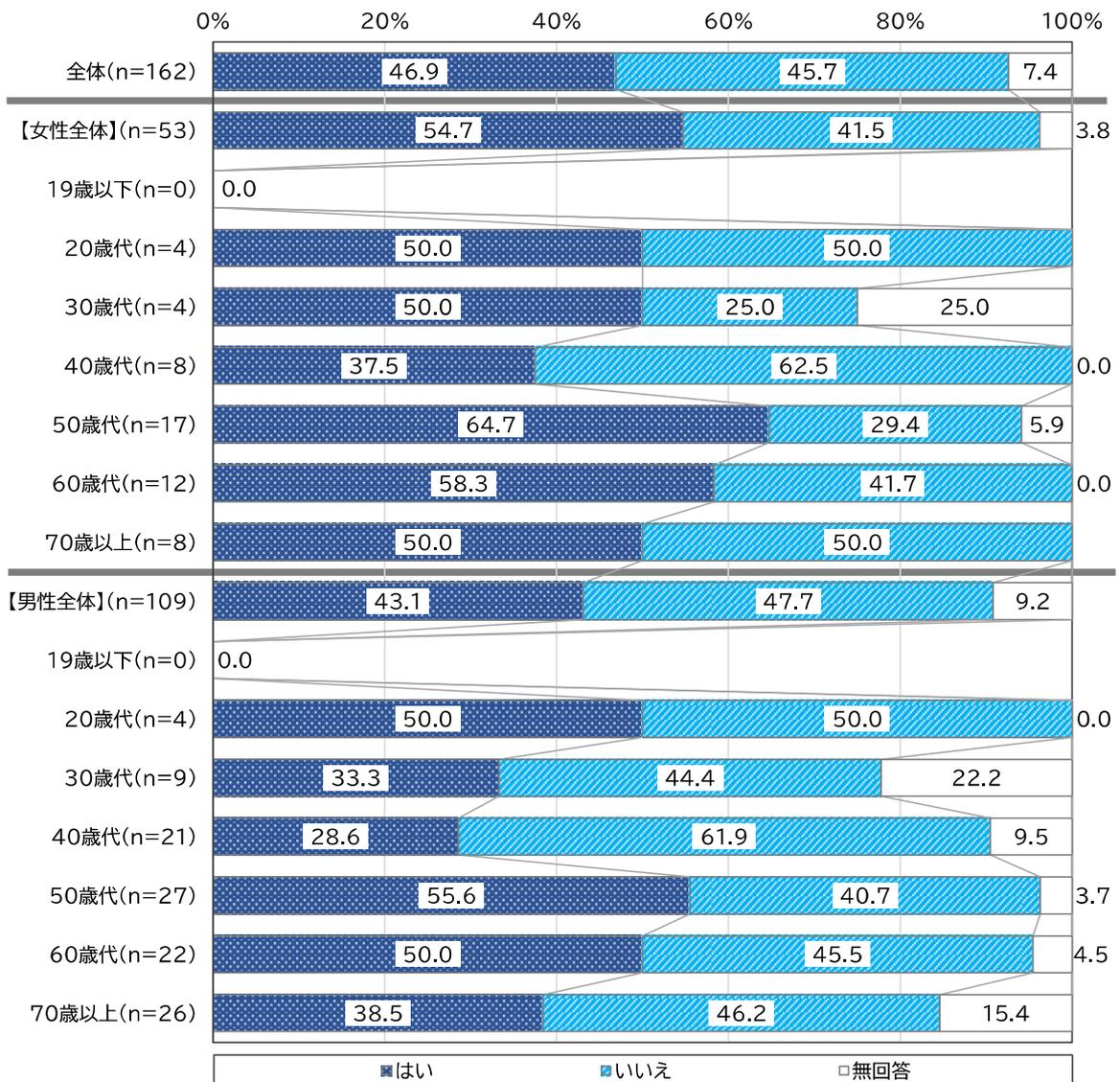


ウ 禁煙の希望

たばこを「吸っている」と回答した人の禁煙希望について、全体では46.9%の人が「はい（禁煙したい）」と回答し、禁煙を希望しています。

性別・年代別でみると、禁煙を希望する人は女性の方が男性よりも11.6ポイント高くなっており、男女とも「50歳代」「60歳代」で5割以上となっています。

図2-2-23 禁煙の希望(全体・性別・年代別)(問20-2)



工 喫煙が及ぼす影響の認知

喫煙が及ぼす影響の認知では、「がんにかかりやすくなる」が80.6%と最も高く、次いで「受動喫煙、副流煙が問題である※」が74.3%、「循環器疾患（脳卒中、心筋梗塞等）になりやすくなる」が65.1%となっています。

図2-2-24 喫煙が及ぼす健康への影響の認知度(問21)

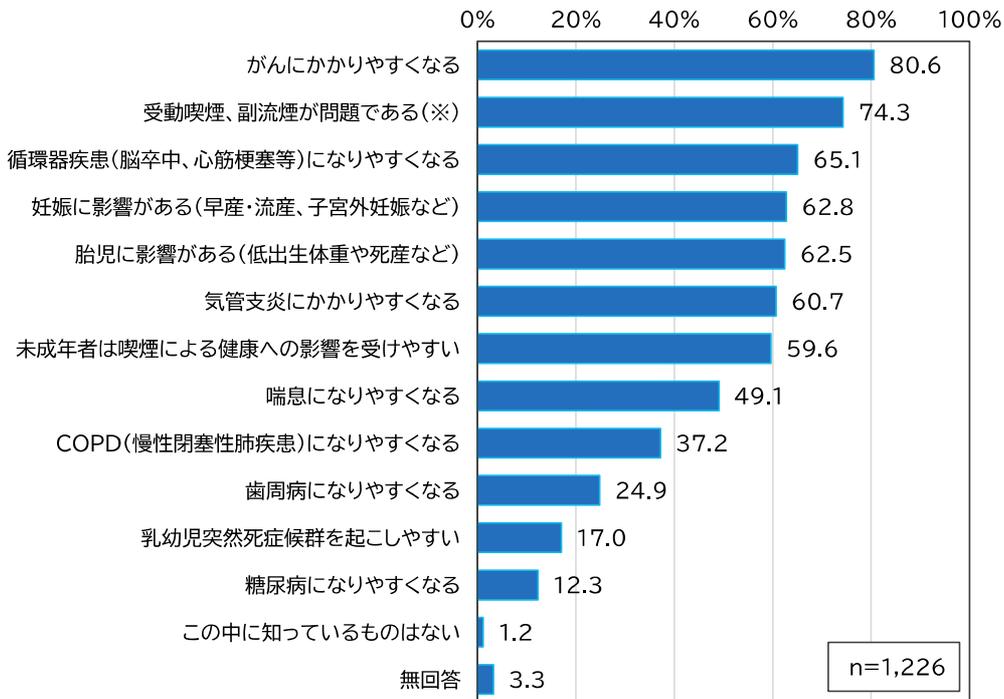


表2-2-2 性別・年代別 喫煙が及ぼす健康への影響の認知度(問21)

	全体 人	がんにかかりやすくなる	循環器疾患(脳卒中、心筋梗塞等)になりやすくなる	妊娠に影響がある(早産・流産、子宮外妊娠など)	胎児に影響がある(低出生体重や死産など)	気管支炎にかかりやすくなる	喘息になりやすくなる	COPD(慢性閉塞性肺疾患)になりやすくなる	歯周病になりやすくなる	糖尿病になりやすくなる	産(低出生体重や死産など)	胎児に影響がある(子宮外妊娠など)	妊娠に影響がある(早産・流産、子宮外妊娠など)	乳幼児突然死症候群を起こしやすい	未成年者は喫煙による健康への影響を受けやすい	受動喫煙、副流煙が問題である(※)	この中に知っているものはない	無回答
		%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	1,226	80.6	65.1	60.7	49.1	37.2	24.9	12.3	62.5	62.8	17.0	59.6	74.3	1.2	3.3			
【女性全体】	685	78.4	60.6	59.1	50.2	40.3	23.5	10.2	70.9	72.7	20.9	63.6	76.5	1.0	3.9			
19歳以下	8	87.5	62.5	50.0	75.0	12.5	62.5	25.0	50.0	62.5	12.5	87.5	75.0	0.0	0.0			
20歳代	57	84.2	66.7	52.6	54.4	28.1	26.3	17.5	78.9	89.5	28.1	71.9	75.4	0.0	0.0			
30歳代	68	80.9	70.6	67.6	63.2	42.6	32.4	13.2	86.8	89.7	42.6	73.5	86.8	1.5	4.4			
40歳代	122	80.3	59.8	59.0	49.2	47.5	30.3	9.0	80.3	83.6	38.5	70.5	79.5	0.0	4.1			
50歳代	132	79.5	64.4	58.3	47.0	40.2	24.2	8.3	76.5	74.2	18.2	64.4	87.9	0.0	0.0			
60歳代	88	80.7	63.6	65.9	52.3	47.7	15.9	8.0	76.1	72.7	9.1	65.9	84.1	0.0	0.0			
70歳以上	210	72.9	52.4	56.2	45.7	36.7	17.1	9.5	53.3	55.7	8.6	51.9	61.4	2.9	9.0			
【男性全体】	506	62.1	52.2	46.5	35.4	24.8	20.1	11.2	38.5	37.5	9.2	40.1	53.2	1.2	1.5			
19歳以下	4	100.0	75.0	100.0	100.0	0.0	50.0	25.0	75.0	75.0	25.0	75.0	75.0	0.0	0.0			
20歳代	25	96.0	84.0	52.0	64.0	32.0	40.0	16.0	68.0	72.0	16.0	68.0	84.0	4.0	0.0			
30歳代	49	91.8	71.4	67.3	65.3	34.7	44.9	28.6	73.5	73.5	26.5	71.4	87.8	0.0	0.0			
40歳代	72	90.3	79.2	63.9	48.6	41.7	30.6	16.7	65.3	70.8	15.3	65.3	83.3	1.4	1.4			
50歳代	96	88.5	71.9	66.7	45.8	35.4	22.9	13.5	58.3	55.2	12.5	55.2	72.9	1.0	1.0			
60歳代	85	83.5	72.9	67.1	44.7	36.5	25.9	14.1	51.8	56.5	12.9	54.1	77.6	0.0	2.4			
70歳以上	174	75.9	63.8	58.6	42.5	28.7	21.8	12.1	35.1	27.6	6.3	42.5	58.6	2.9	2.9			

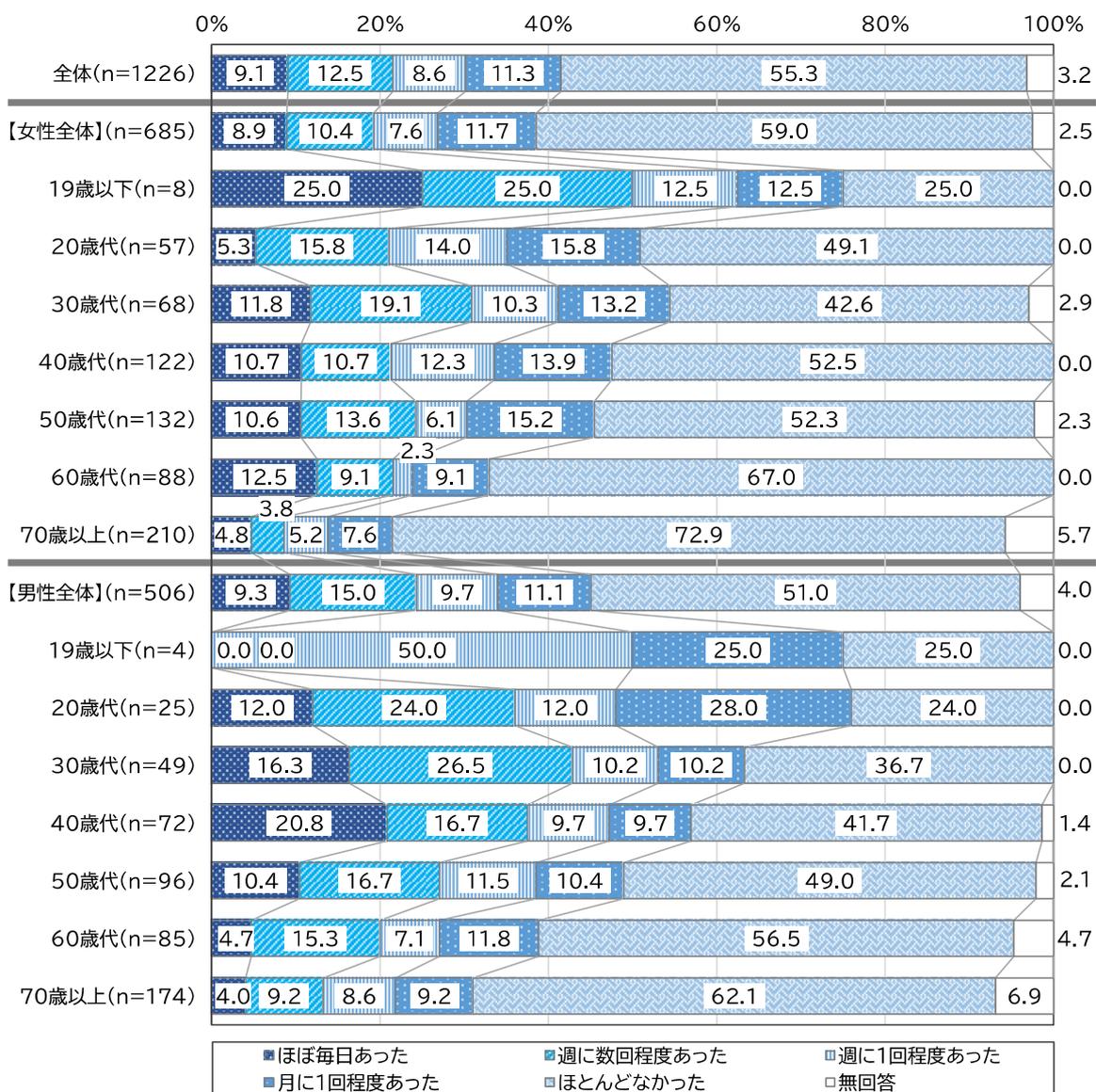
オ 受動喫煙

受動喫煙の頻度では、「ほとんどなかった」が55.3%と最も高く、次いで、「週に数回程度あった」が12.5%、「月に1回程度あった」が11.3%と続いています。

性別で見ると、「ほとんどなかった」では、男性よりも女性が8ポイント高くなっています。

性別・年代別で見ると、「ほぼ毎日あった」では、男性の「40歳代」が2割を超えています。

図2-2-25 受動喫煙の有無(全体・性別・年代別)(問22)



※ 「受動喫煙」とは、自分以外の方が吸っているたばこの煙を吸うこと。「副流煙」とは、たばこの先から立ちのぼる煙のこと。本人が吸う煙は「主流煙」という。

■ 受動喫煙の場所

過去1か月間に受動喫煙があった人の場所は、「道路」「職場」が上位になっています。一方、「飲食店」は、平成29年度（2017年度）に実施した同様のアンケート調査結果と比べて、36.8%から16.9%に減少しましたが、これは令和2年（2020年）の改正健康増進法の施行による規制の効果や、新型コロナウイルス感染症感染拡大の影響が考えられます。

図2-2-26 受動喫煙の場所(問22-1)

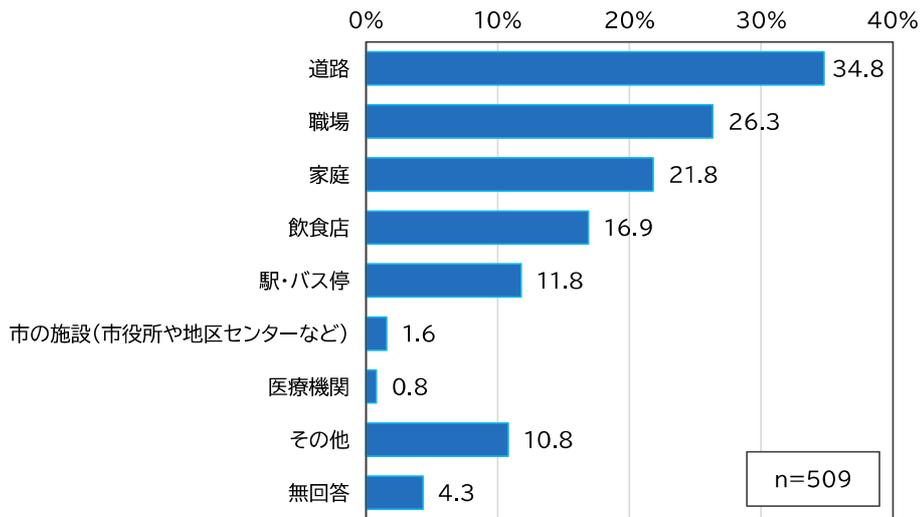


表2-2-3 性別・年代別 受動喫煙の場所(問22-1)

	全体	家庭	職場	飲食店	医療機関	駅・バス停	道路	市区の施設(市役所や地区センターなど)	その他	無回答	
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	
全体	509	21.8	26.3	16.9	0.8	11.8	34.8	1.6	10.8	4.3	
性別×年齢	【女性全体】	264	32.6	19.7	13.6	0.4	9.8	36.7	0.0	9.8	4.5
	19歳以下	6	33.3	16.7	0.0	0.0	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0
	20歳代	29	24.1	27.6	17.2	0.0	20.7	62.1	0.0	3.4	0.0
	30歳代	37	29.7	18.9	10.8	0.0	10.8	48.6	0.0	16.2	2.7
	40歳代	58	31.0	19.0	15.5	0.0	8.6	36.2	0.0	6.9	3.4
	50歳代	60	33.3	25.0	13.3	0.0	10.0	33.3	0.0	11.7	6.7
	60歳代	29	55.2	10.3	10.3	0.0	0.0	24.1	0.0	6.9	3.4
	70歳以上	45	26.7	15.6	15.6	2.2	6.7	24.4	0.0	13.3	8.9
	【男性全体】	228	9.2	34.6	21.1	1.3	14.5	32.5	2.6	12.3	3.5
	19歳以下	3	0.0	33.3	0.0	0.0	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0
	20歳代	19	21.1	42.1	21.1	5.3	15.8	47.4	10.5	0.0	0.0
	30歳代	31	12.9	48.4	19.4	0.0	19.4	32.3	0.0	6.5	0.0
	40歳代	41	4.9	46.3	22.0	2.4	14.6	29.3	7.3	14.6	4.9
	50歳代	47	6.4	34.0	10.6	0.0	12.8	31.9	0.0	12.8	8.5
60歳代	33	12.1	24.2	21.2	0.0	9.1	24.2	0.0	18.2	3.0	
70歳以上	54	7.4	22.2	31.5	1.9	14.8	33.3	1.9	14.8	1.9	

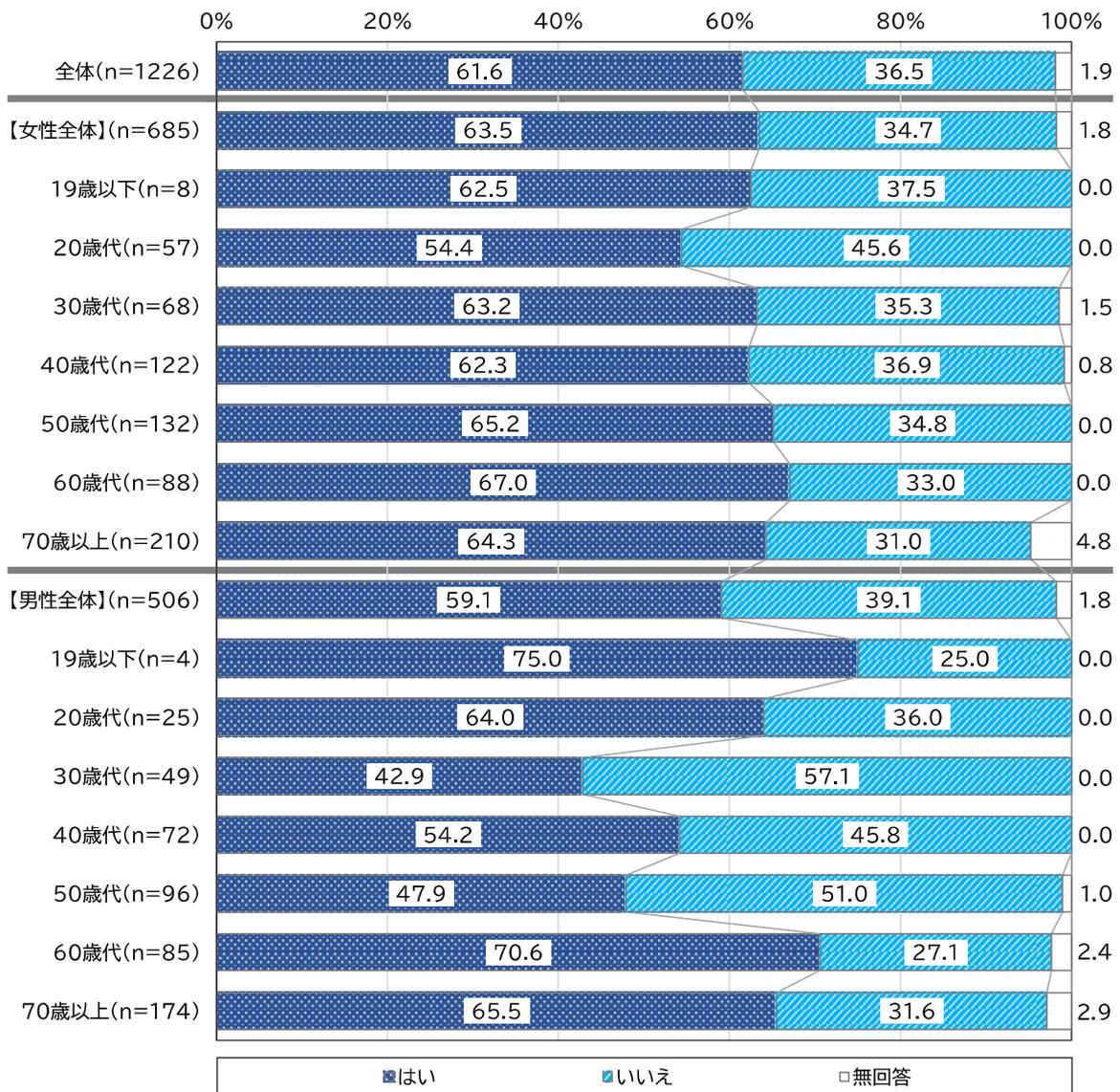
(6) 歯科と口腔について

ア 歯科健診の受診状況

過去1年間の歯科健診の受診状況を全体で見ると、「受診した」が61.6%となっています。

性別・年代別で見ると、「受診した」では、男性よりも女性が4.4ポイント高くなっており、男性の「30歳代」、「50歳代」が他の年代に比べ低い状況です。

図2-2-27 歯科健診の受診状況(全体・性別・年代別)(問23)

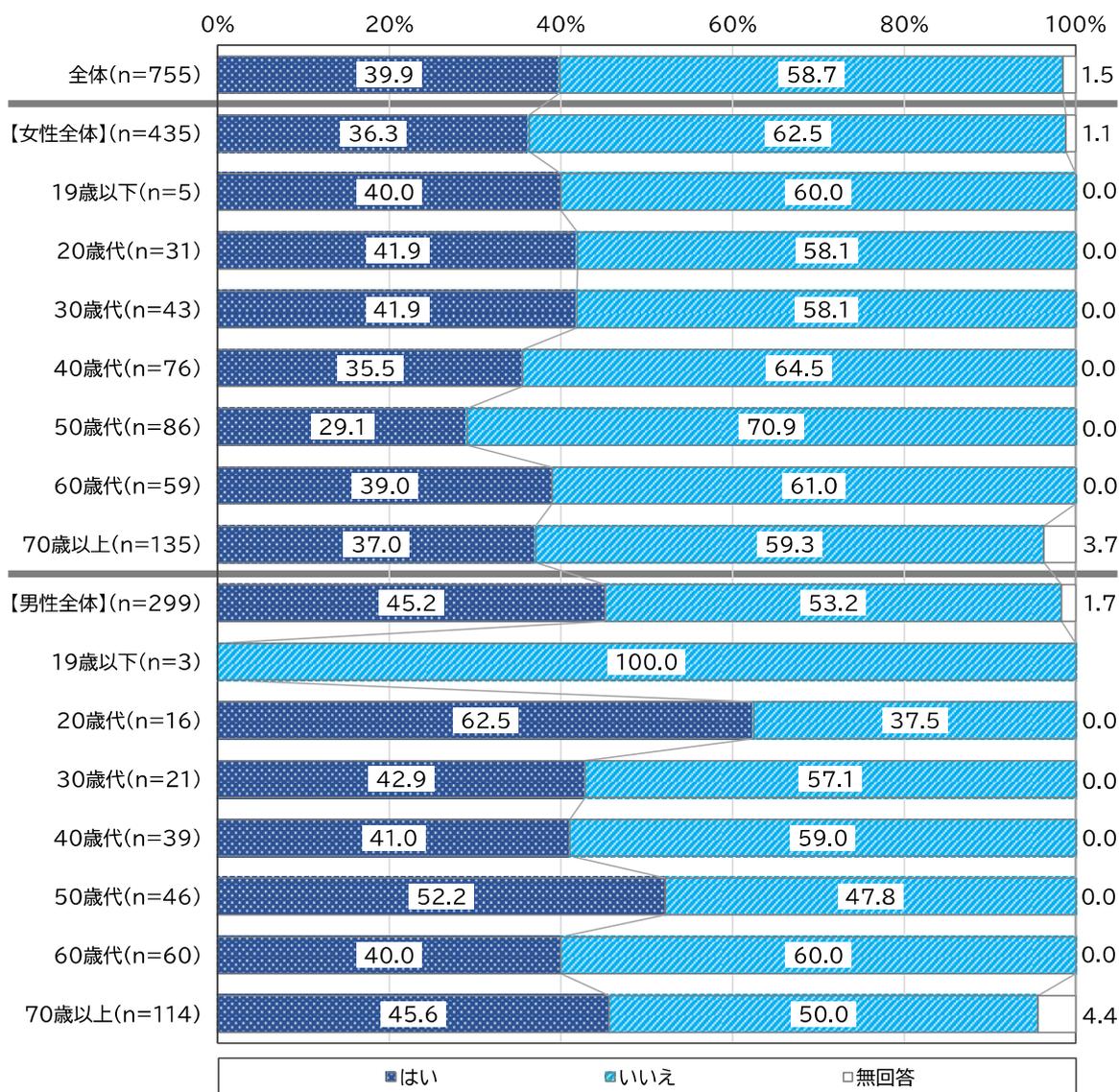


イ う歯（むし歯）の有無

過去1年間に歯科健診を受診した人のう歯（むし歯）の有無について、「う歯（むし歯）がある」が全体で39.9%となっています。

性別・年代別では、「う歯（むし歯）がある」割合は、女性よりも男性が8.9ポイント高くなっており、男性では50歳代が「う歯（むし歯）がある」傾向に対し、女性では「20歳代」、「30歳代」が「う歯（むし歯）がある」割合が高くなっています。

図2-2-28 う歯(むし歯)の有無(全体・性別・年代別)(問23-1)



ウ 歯ぐきの状態

「歯ぐきが下がって歯の根が出ている」が19.7%となっているほか、「歯を磨いたときに血が出る」「過去に歯科医師に歯周病（歯槽膿漏）と言われたことがある」が16.6%となっています。

図2-2-29 歯ぐきの状態(問25)

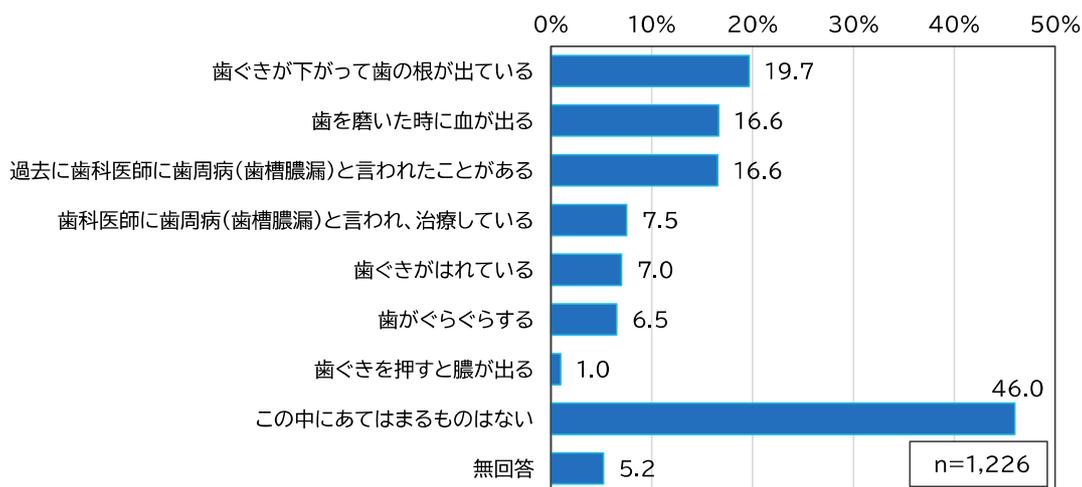


表2-2-4 性別・年代別 歯ぐきの状態(問25)

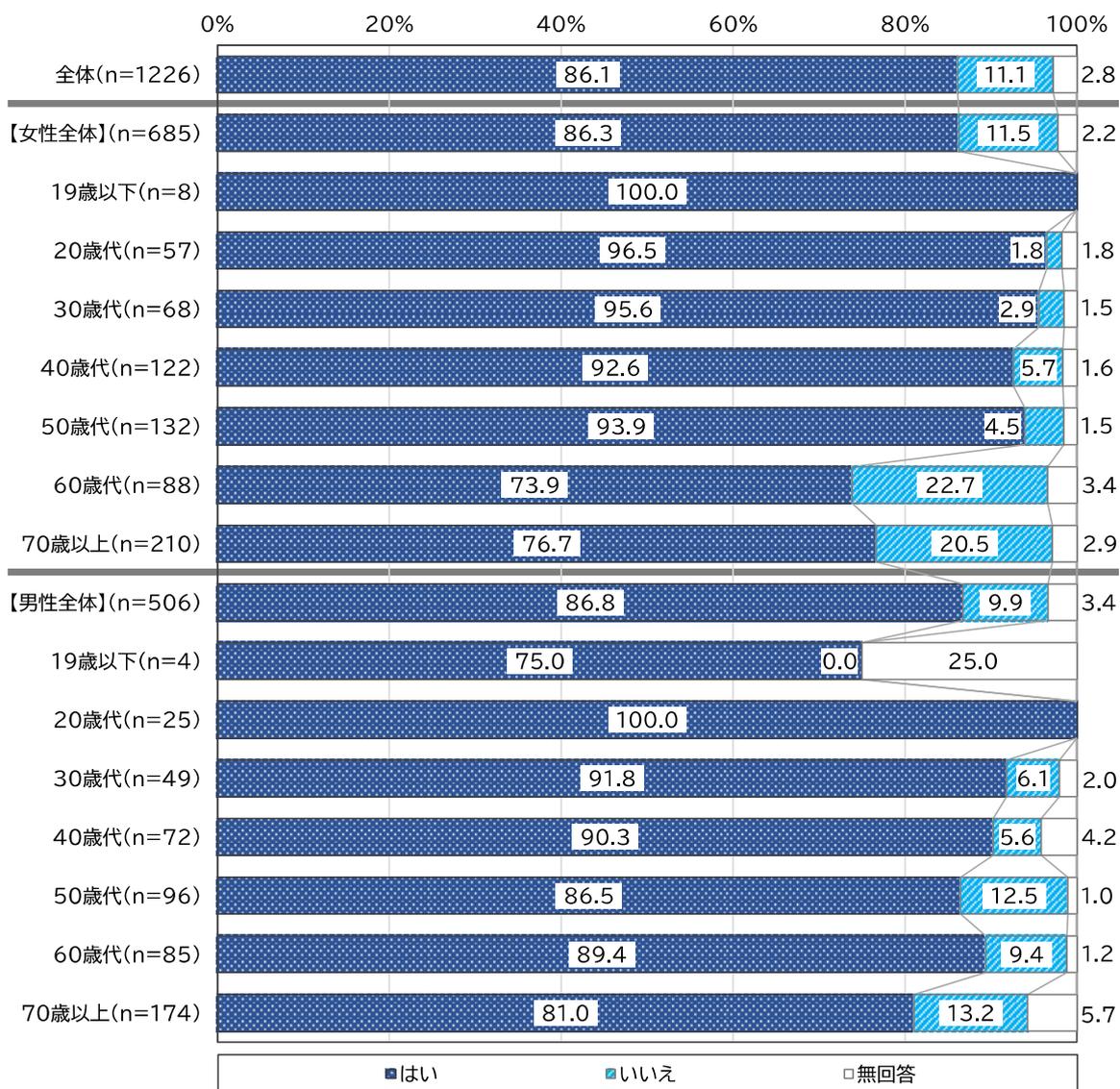
	全体	歯ぐきがはれている	歯を磨いた時に血が出る	歯の根ぐきが下がって出ている	歯ぐきを押しと膿が出る	歯がぐらぐらする	療槽膿漏(歯槽膿漏)と言われたことがある	病(歯槽膿漏)と言われたことがある	過去に歯科医師に歯周病と言われたことがある	この中にあてはまるものはない	無回答
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	1,226	7.0	16.6	19.7	1.0	6.5	7.5	16.6	46.0	5.2	
性別×年齢	【女性全体】	685	6.3	15.6	20.9	0.9	4.5	7.2	16.6	47.0	4.8
	19歳以下	8	0.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5	62.5	0.0
	20歳代	57	5.3	29.8	1.8	0.0	0.0	0.0	0.0	59.6	5.3
	30歳代	68	2.9	20.6	17.6	0.0	1.5	1.5	7.4	57.4	5.9
	40歳代	122	4.9	18.0	18.9	1.6	1.6	4.9	10.7	55.7	2.5
	50歳代	132	6.8	13.6	21.2	0.0	1.5	10.6	19.7	47.7	3.0
	60歳代	88	8.0	15.9	37.5	0.0	6.8	14.8	25.0	28.4	2.3
	70歳以上	210	7.6	9.5	21.9	1.9	9.5	7.1	22.4	41.9	8.1
	【男性全体】	506	7.5	18.0	17.6	1.2	9.1	7.9	16.2	45.3	5.3
	19歳以下	4	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	75.0	0.0
	20歳代	25	4.0	24.0	4.0	0.0	0.0	0.0	8.0	68.0	4.0
	30歳代	49	6.1	42.9	12.2	0.0	2.0	2.0	12.2	42.9	2.0
	40歳代	72	5.6	18.1	13.9	2.8	1.4	1.4	12.5	62.5	2.8
	50歳代	96	15.6	16.7	18.8	2.1	2.1	5.2	9.4	47.9	3.1
60歳代	85	7.1	18.8	25.9	1.2	8.2	12.9	17.6	36.5	3.5	
70歳以上	174	4.6	10.9	18.4	0.6	20.1	12.6	23.6	37.9	9.2	

工 ^{そしゃく} 咀嚼の可否

何でも噛んで食べることができるかについて、全体では「咀嚼できる」は86.1%となっています。

性別・年代別で見ると、「咀嚼できる」割合は、女性では男性と比べて30歳代から50歳代が高く、男性では女性と比べて「60歳代」、「70歳以上」が高くなっています。

図2-2-30 ^{そしゃく} 咀嚼の可否(全体・性別・年代別)(問24)

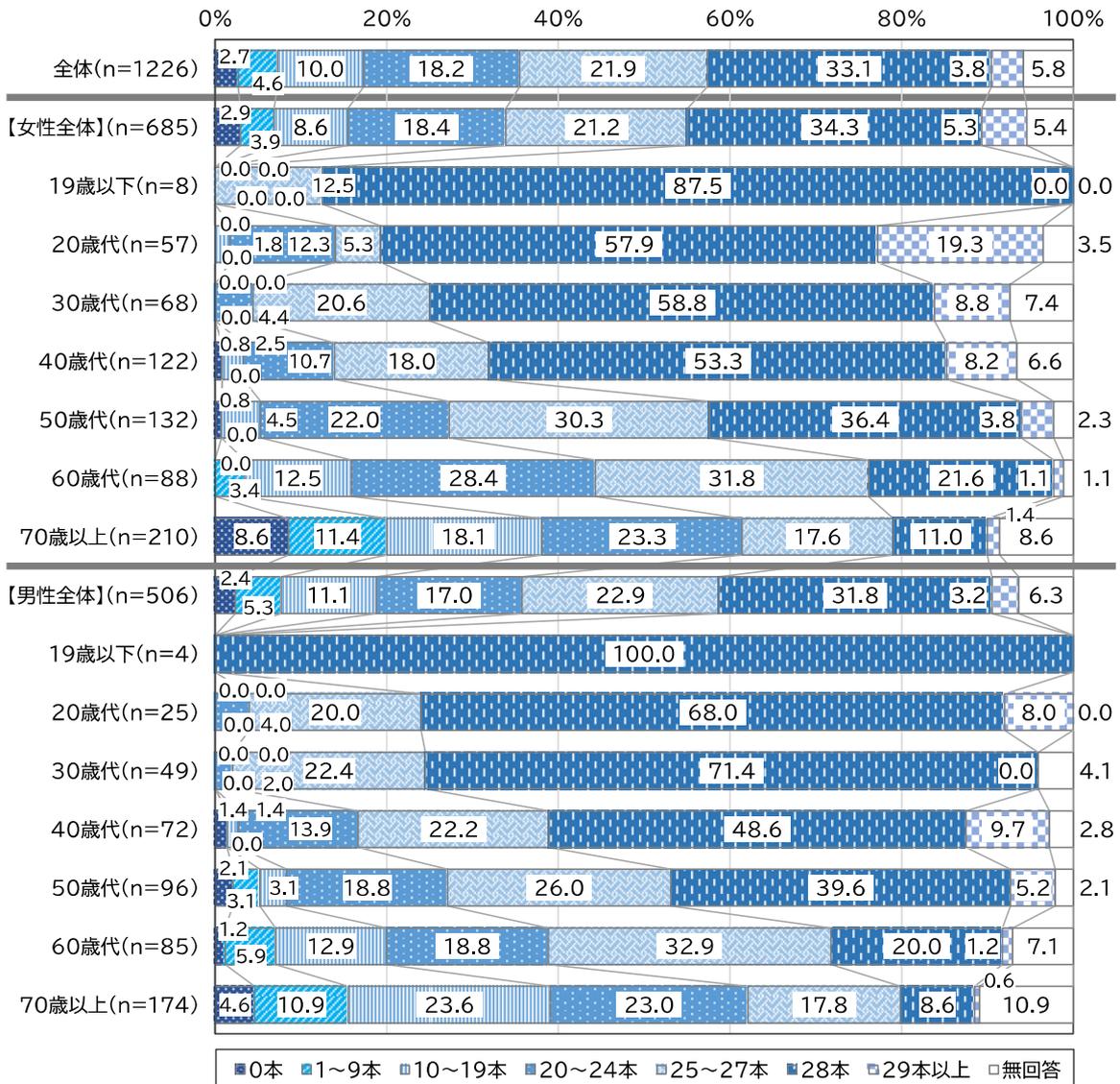


オ 歯の本数

歯の本数について全体では、「28本」が33.1%と最も高く、「25～27本」が21.9%、「20～24本」が18.2%と続いています。

性別・年代別で見ると、「28本」では、男性よりも女性が2.5ポイント高くなっており、男女とも年代の上昇に従い、歯の本数が少なくなっています。

図2-2-31 歯の本数(全体・性別・年代別)(問26)



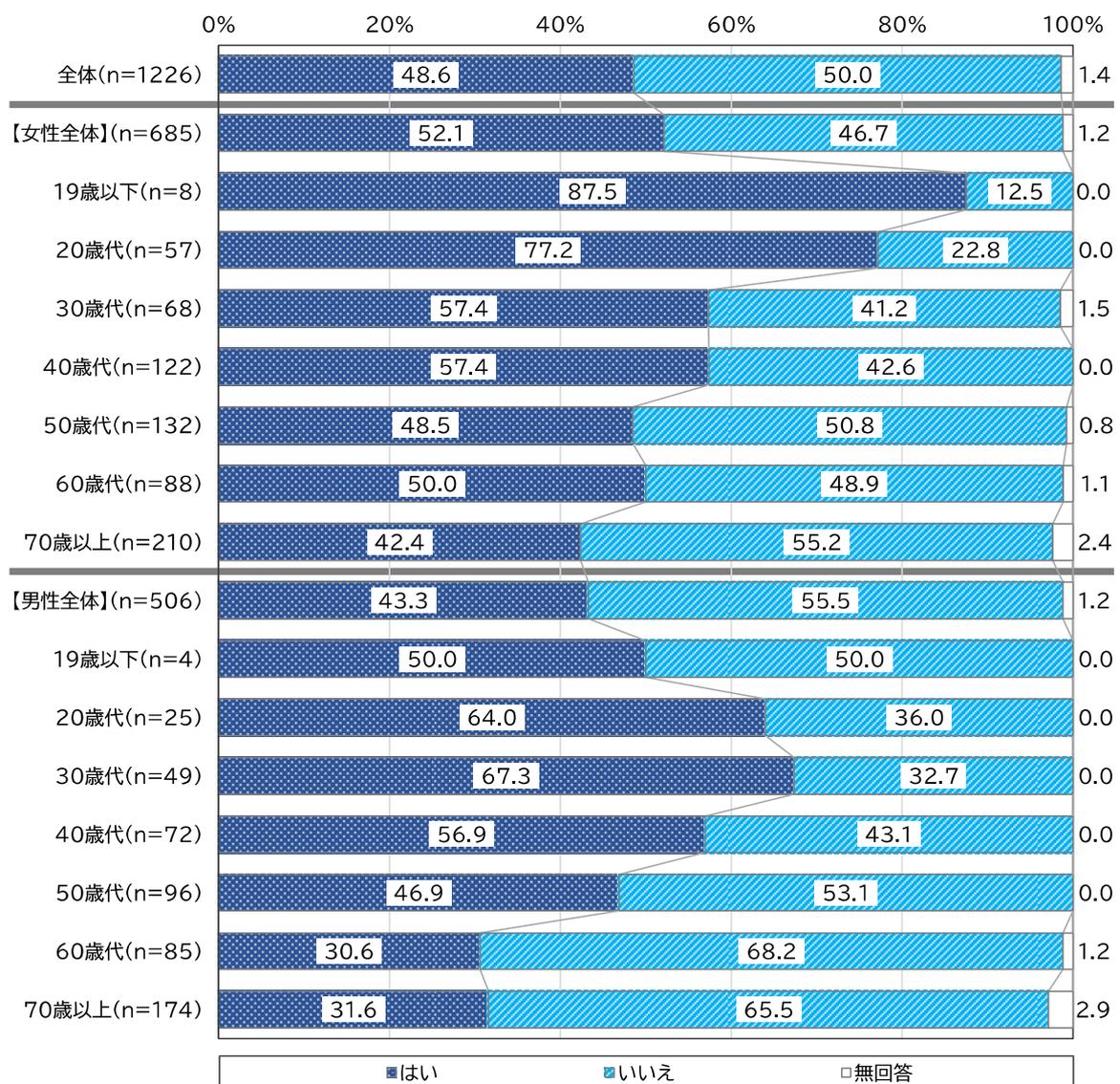
(7) こころの健康について

ア 最近1か月の気分の落ち込み

最近1か月以内に気分が落ち込んだり、不安を感じたり、なにもやる気が起きないなどと感じたことがあるかについて、全体で見ると、「感じたことがある」が48.6%となっています。

性別・年代別で見ると、「感じたことがある」では、男性よりも女性が8.8ポイント高くなっており、女性では特に20歳代以下、男性では20歳代、30歳代が他の年代と比べて高くなっています。

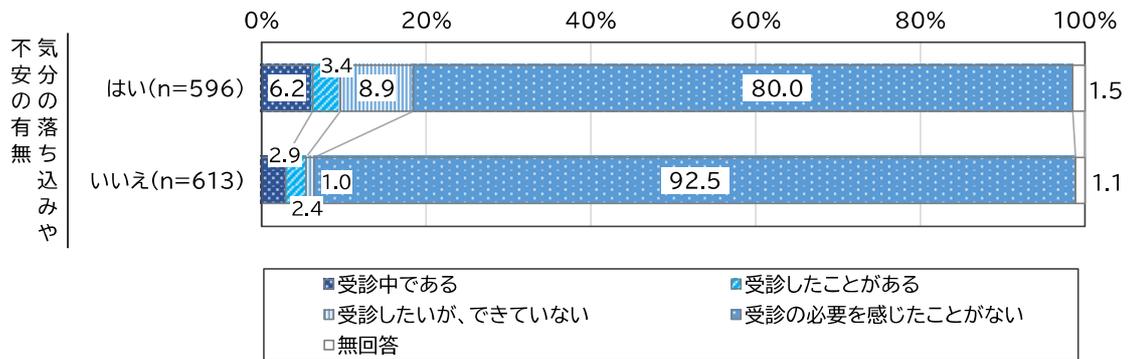
図2-2-32 最近1か月の気分の落ち込み(全体・性別・年代別)(問27)



■ 気分が落ち込んだりした人の精神科・心療内科等の受診の有無

最近1か月以内に、気分が落ち込んだり、不安を感じたり、なにもやる気が起きないなど感じたことがある人の精神科・心療内科等の受診の有無をみると、「受診したいが、できていない」は8.9%となっています。

図2-2-33 気分が落ち込んだりした人の精神科・心療内科等の受診の有無(問27・問31)

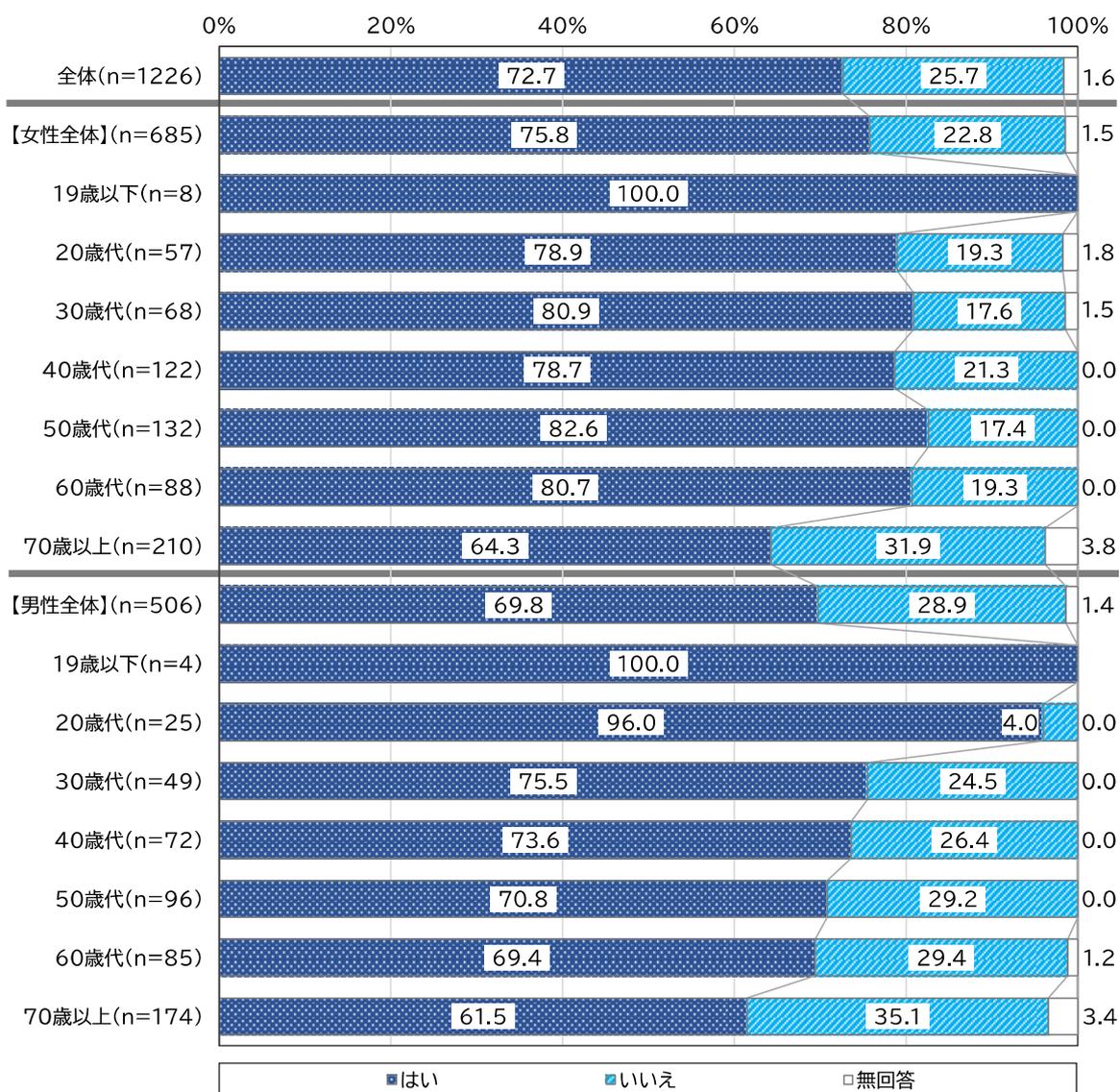


イ ストレス解消法の有無

ストレス解消法の有無について全体で見ると、「ストレス解消法を持っていない」が25.7%となっています。

性別・年代別で見ると、「ストレス解消法を持っていない」割合は、女性よりも男性が6.1ポイント高くなっており、同じ年代で比べても、おおむね女性よりも男性が高くなっています。

図2-2-34 ストレス解消法の有無(全体・性別・年代別)(問28)

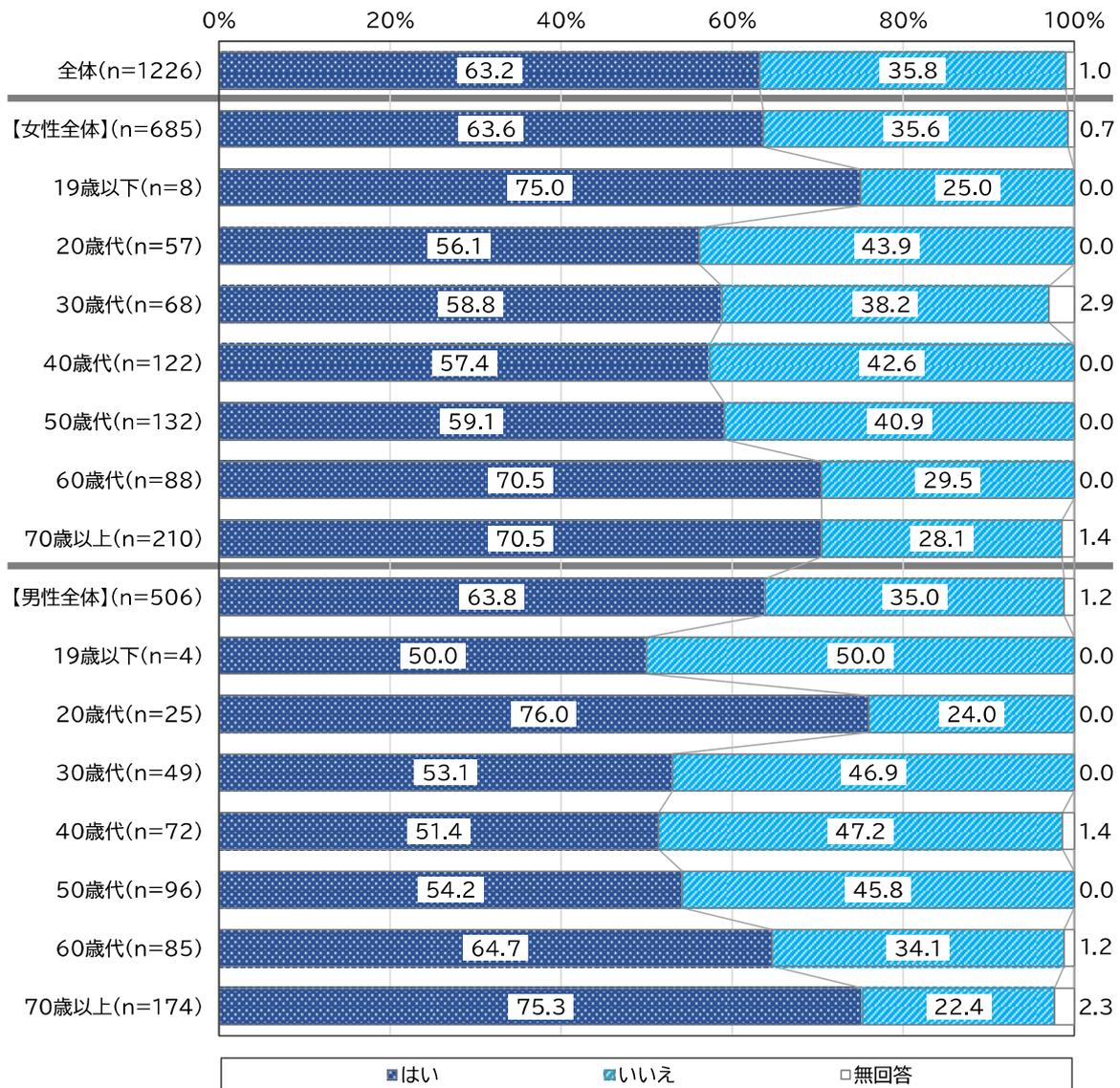


ウ 睡眠による休養

睡眠で十分に休養がとれているかについて全体でみると、「とれている」と回答した割合が63.2%、「とれていない」と回答した割合が35.8%となっています。

性別では、大きな差はみられませんが、「とれていない」では、女性では「20歳代」、男性では30歳代から50歳代が約4割半ばで、他の年代と比べて高くなっています。

図2-2-35 睡眠による休養(全体・性別・年代別)(問29)

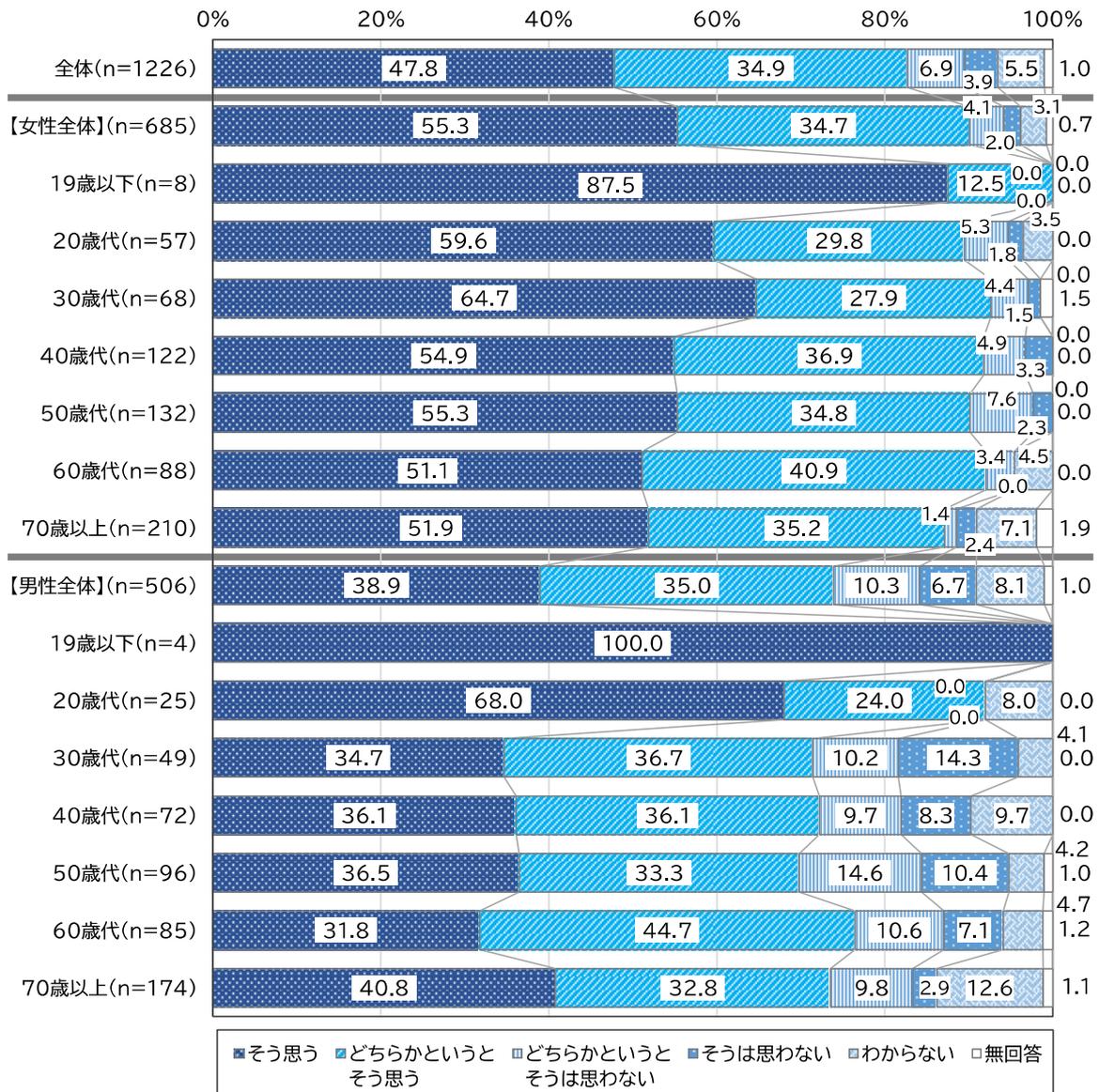


工 周囲の人たちとの関係

不満や悩みを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思うか尋ねたところ、全体では「そう思う」「どちらかというと思う」を合わせて82.7%となっています。

性別・年代別でみると、「そう思う」は、男性よりも女性が16.4ポイント高くなっており、おおむね同じ年代であれば男性よりも女性の割合が高くなっています。

図2-2-36 悩みごとを相談できる人の有無(全体・性別・年代別)(問30)

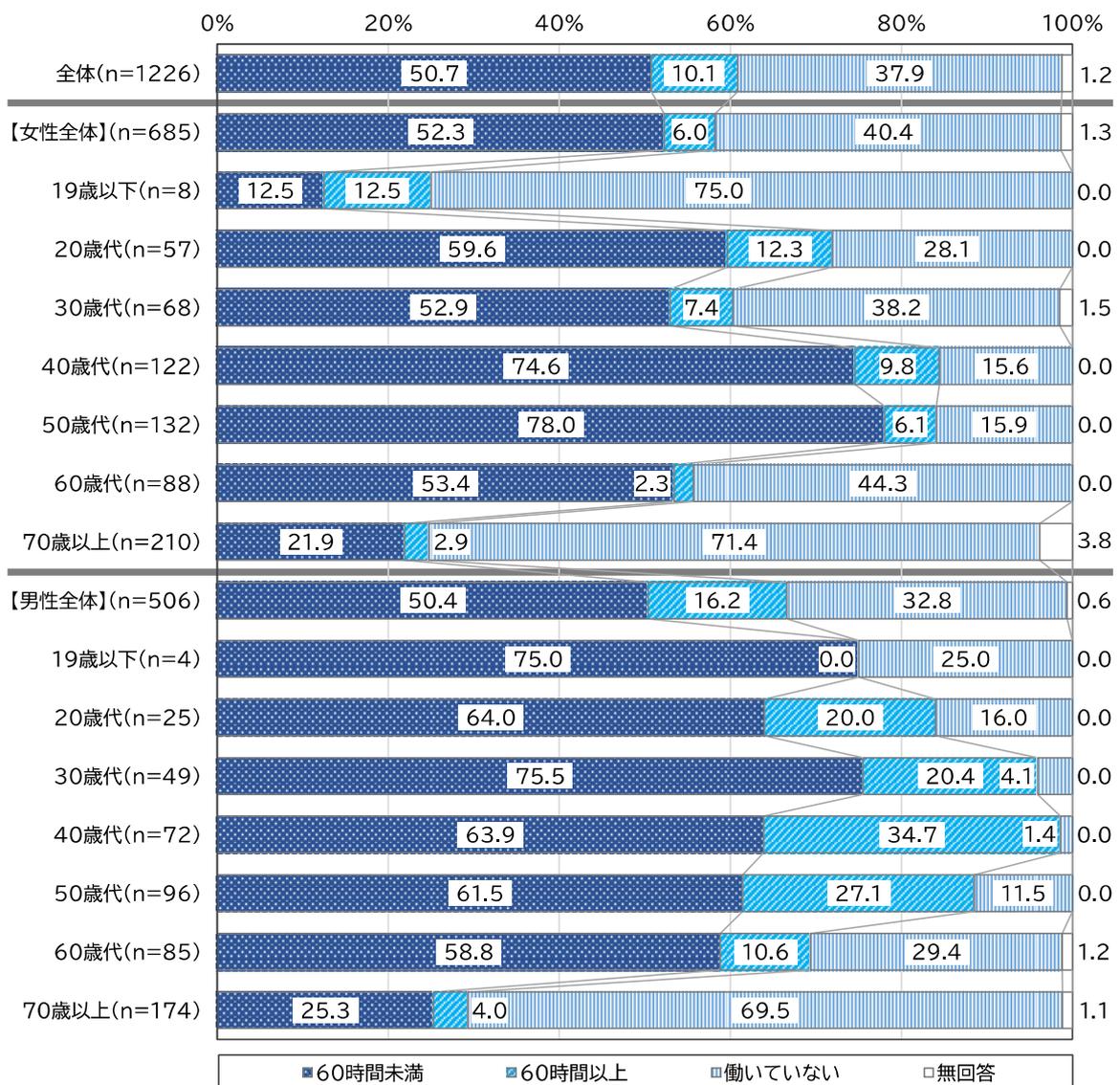


オ 1週間の労働時間

1週間の平均労働時間について全体でみると、「60時間未満」が50.7%、「60時間以上」が10.1%、「働いていない」が37.9%となっています。

性別・年代別でみると、「60時間以上」では、女性よりも男性が10.2ポイント高くなっており、男性の「40歳代」で34.7%、「50歳代」で27.1%と高くなっています。

図2-2-37 1週間の労働時間(全体・性別・年代別)(問32)



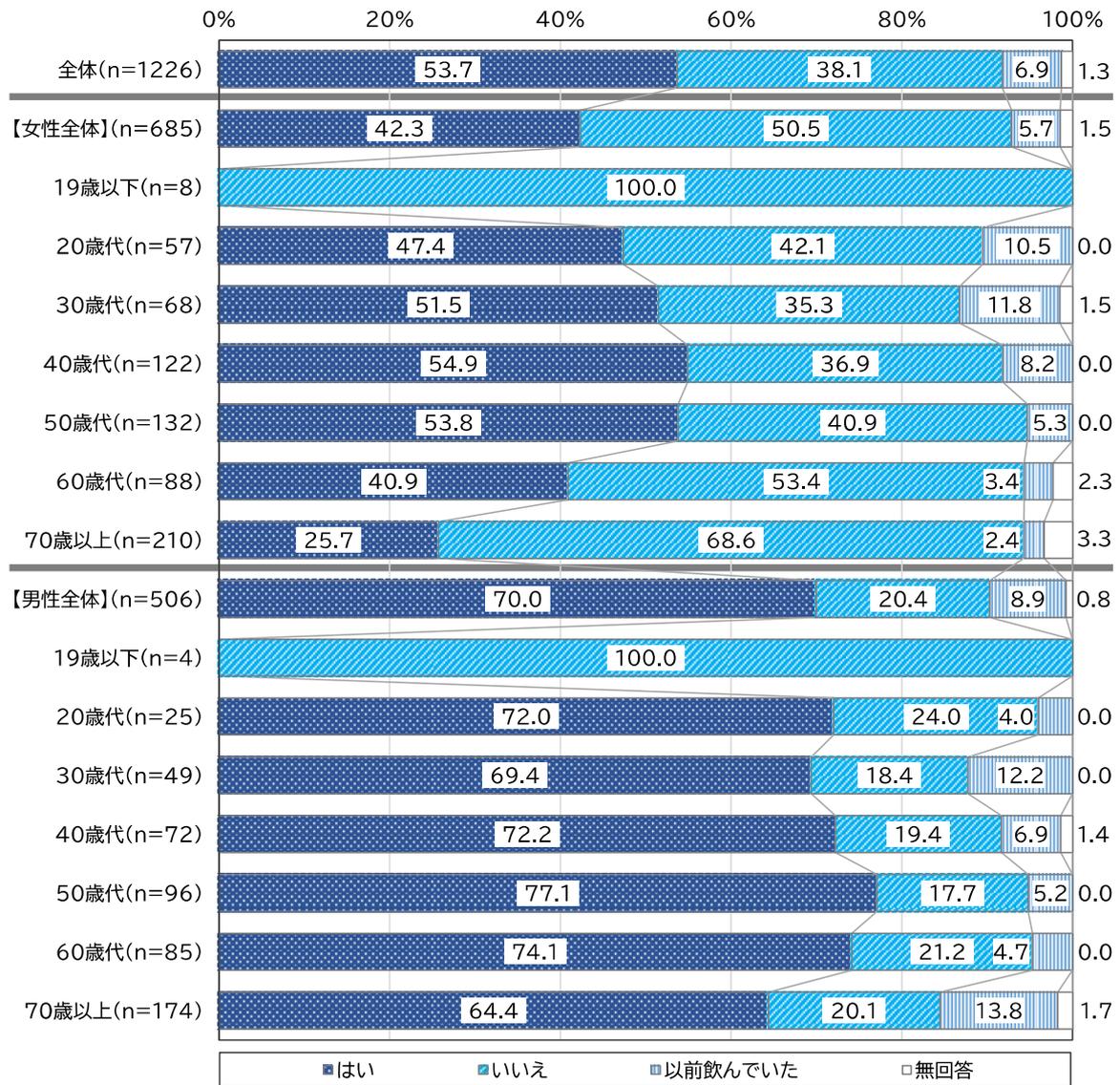
(8) 飲酒について

ア 飲酒の有無

飲酒の有無について全体でみると、「飲んでいる」が53.7%、「飲んでいない」が38.1%、「以前飲んでた」が6.9%となっています。

性別・年代別でみると、「飲んでいる」では、女性よりも男性が27.7ポイント高くなっており、男性の「50歳代」が77.1%と最も高く、次いで男性の「60歳代」の74.1%となっています。

図2-2-38 飲酒の有無(全体・性別・年代別)(問33)



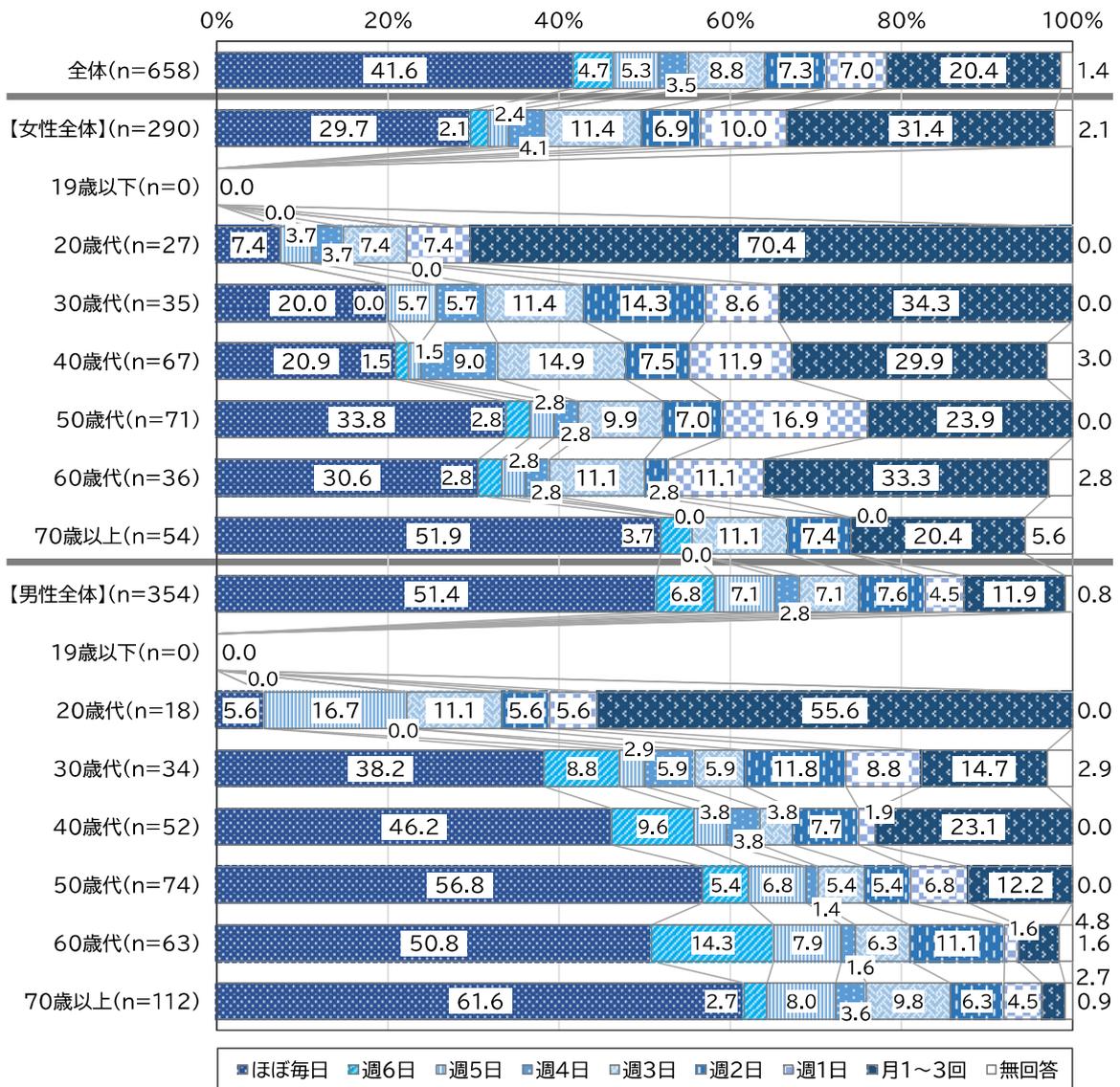
イ 飲酒の頻度

飲酒をしている人の頻度について全体で見ると、「ほぼ毎日」が41.6%と最も高く、次いで「月1～3回」が20.4%、「週3日」が8.8%となっています。

性別で見ると、「ほぼ毎日」では、女性よりも男性が21.7ポイント高く、「月1～3回」では、男性より女性が19.5ポイント高くなっています。

性別・年代別で見ると、「ほぼ毎日」では、女性の「70歳以上」、男性の「50歳代」、「60歳代」、「70歳以上」が5割を超えています。

図2-2-39 飲酒の頻度(全体・性別・年代別)(問33-1)



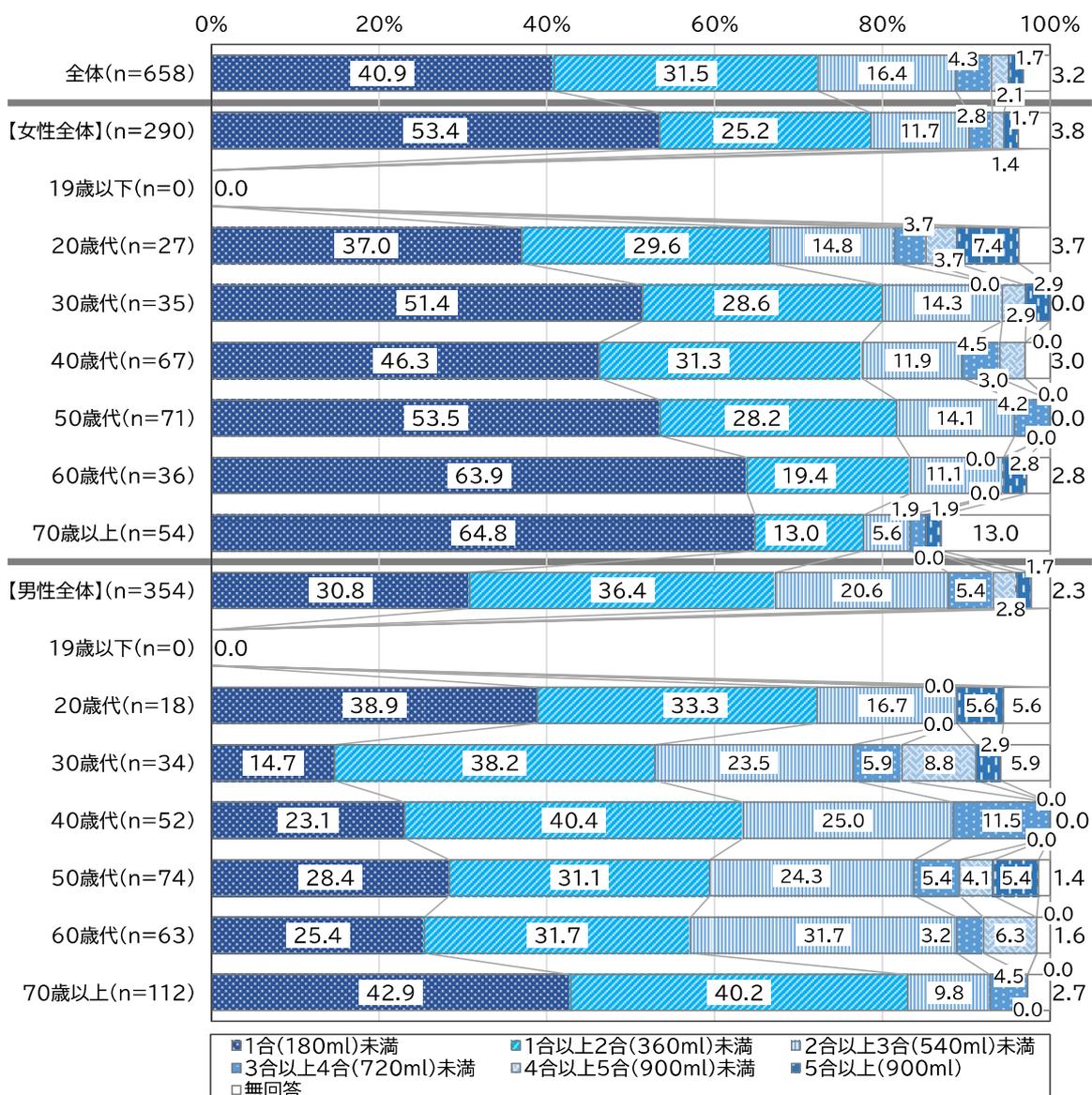
ウ 1日の飲酒量

飲酒をしている人の1日の飲酒量について全体で見ると、日本酒に換算した場合※「1合(180ml)未満」が40.9%と最も高く、「1合以上2合(360ml)未満」が31.5%、「2合以上3合(540ml)未満」が16.4%となっています。

性別で見ると、「1合(180ml)未満」では、男性よりも女性が22.6ポイント高く、「1合以上2合(360ml)未満」では、女性よりも男性が11.2ポイント高くなっています。

性別・年代別で見ると、「1合(180ml)未満」では、女性の「60歳代」、「70歳以上」が6割を超えています。

図2-2-40 1日の飲酒量(全体・性別・年代別)(問33-2)

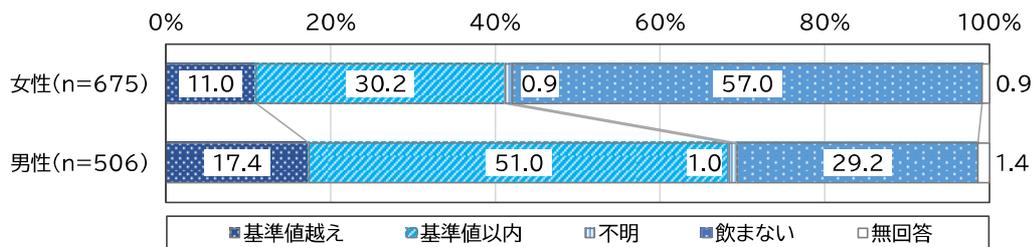


※ 日本酒1合は、ビールなら中びん1本、焼酎なら0.6合、ワインなら1/4本、ウイスキーならダブル1杯として換算。

■ 生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人の割合

生活習慣病（NCDs）のリスクを高める量を飲酒している人の割合を男女別にみると、「基準値超え」の量を飲んでいる人は、女性で11.0%、男性で17.4%と男性の方が多くなっています。

図2-2-41 生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している人の割合(問33-2)



☆ 生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している人とは？ ☆

「生活習慣病(NCDs)のリスクを高める量を飲酒している人」とは、1日当たりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上の人とし、次の方法で算出しました。

男性:「毎日×2合以上」+「週5～6日×2合以上」+「週3～4日×3合以上」+
「週1～2日×5合以上」+「月1～3日×5合以上」

飲酒日の1日あたりの飲酒量	飲酒の頻度				
	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3回
1合(180ml)未満					
1合以上2合(360ml)未満					
2合以上3合(540ml)未満	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人				
3合以上4合(720ml)未満					
4合以上5合(900ml)未満					
5合(900ml)以上					

女性:「毎日×1合以上」+「週5～6日×1合以上」+「週3～4日×1合以上」+
「週1～2日×3合以上」+「月1～3日×5合以上」

飲酒日の1日あたりの飲酒量	飲酒の頻度				
	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3回
1合(180ml)未満					
1合以上2合(360ml)未満	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人				
2合以上3合(540ml)未満					
3合以上4合(720ml)未満					
4合以上5合(900ml)未満					
5合(900ml)以上					

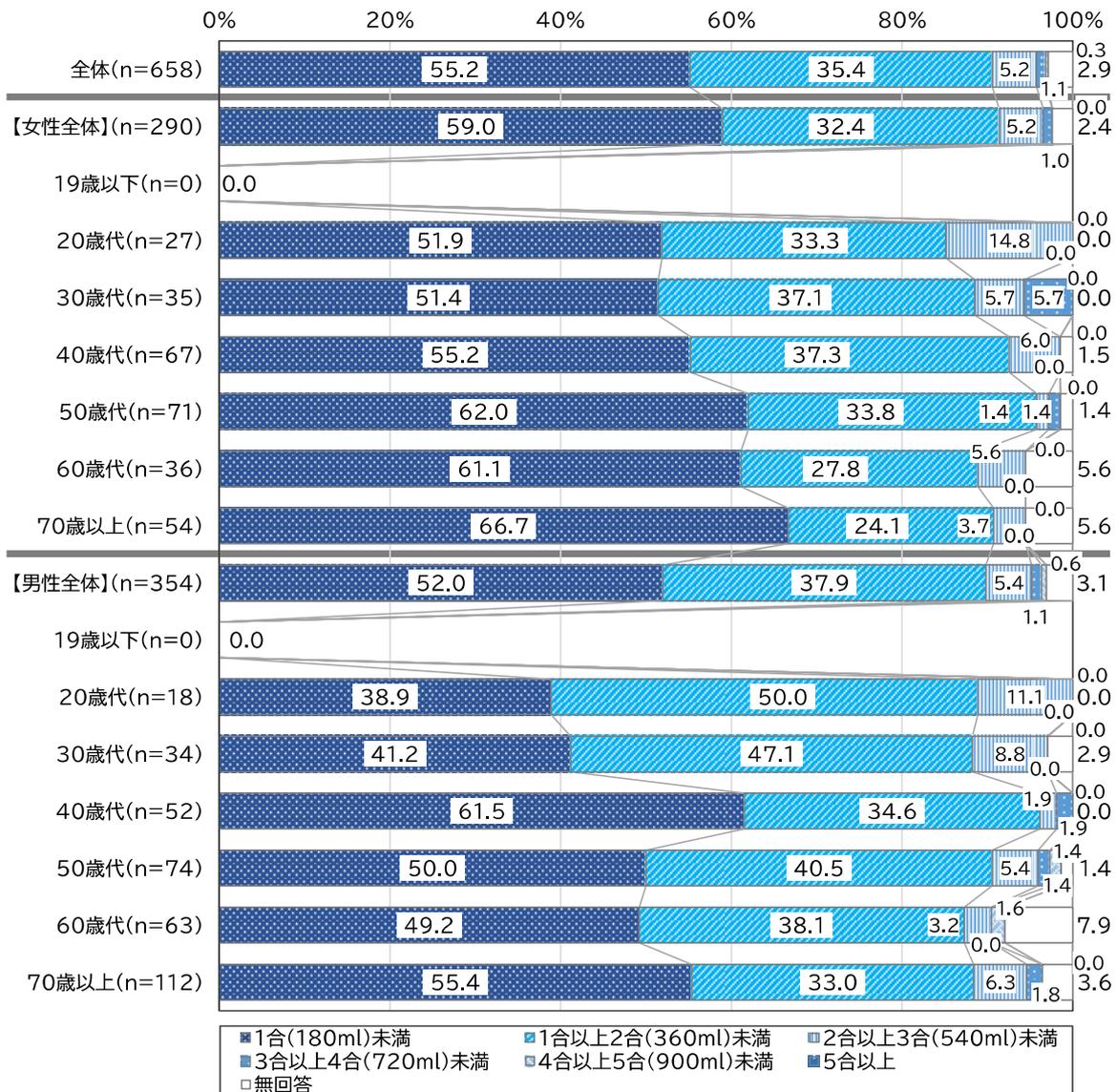
出典:厚生労働省 生活習慣調査

工 適切な飲酒量の認知

飲酒をしている人の「適切な飲酒量」の認知について、日本酒に換算すると、全体では「1合(180ml)未満」と回答した割合が55.2%と最も高く、次いで「1合以上2合(360ml)未満」が35.4%となっています。

性別・年代別で見ると、「1合(180ml)未満」と回答した割合は女性の「70歳以上」が最も高く、「1合以上2合(360ml)未満」は男性の「20歳代」が最も高くなっています。

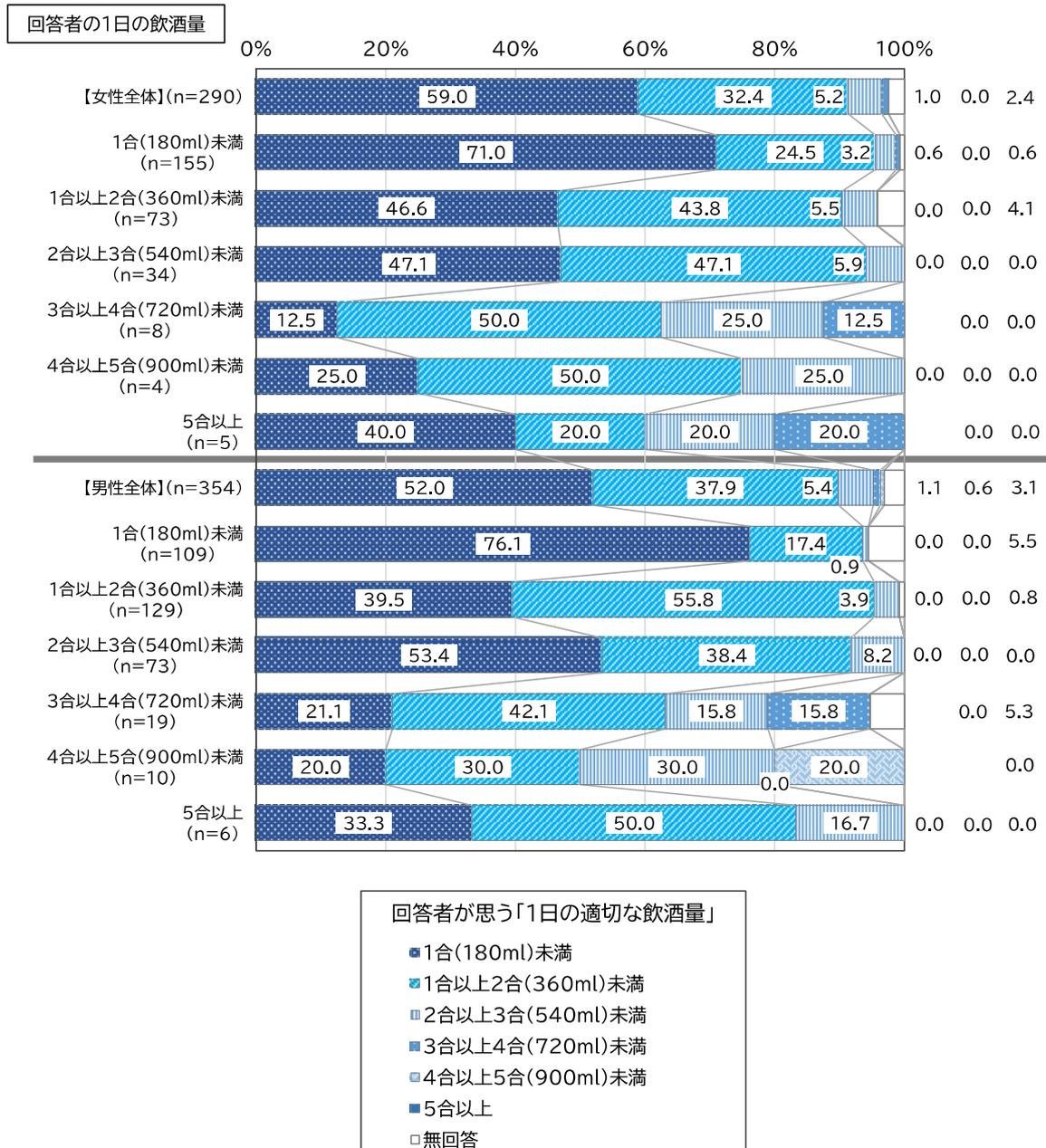
図2-2-42 適切な飲酒量の認知(全体・性別・年代別)(問33-3)



■ 飲酒量ごとの適切な飲酒量の認知割合

飲酒している人の1日の飲酒量ごとに、適切な飲酒量の認知割合をみると、男女とも1日の飲酒量が「1合(180ml)未満」の人は、7割以上が適切な飲酒量は「1合(180ml)未満」と回答しています。男女とも1日の飲酒量が増えるとともに適切と思う飲酒量も増える傾向にあります。

図2-2-43 飲酒する人の1日の飲酒量と適切な飲酒量の認知割合(問33-2・33-3)



(9) メタボリックシンドロームの予防とがん対策について

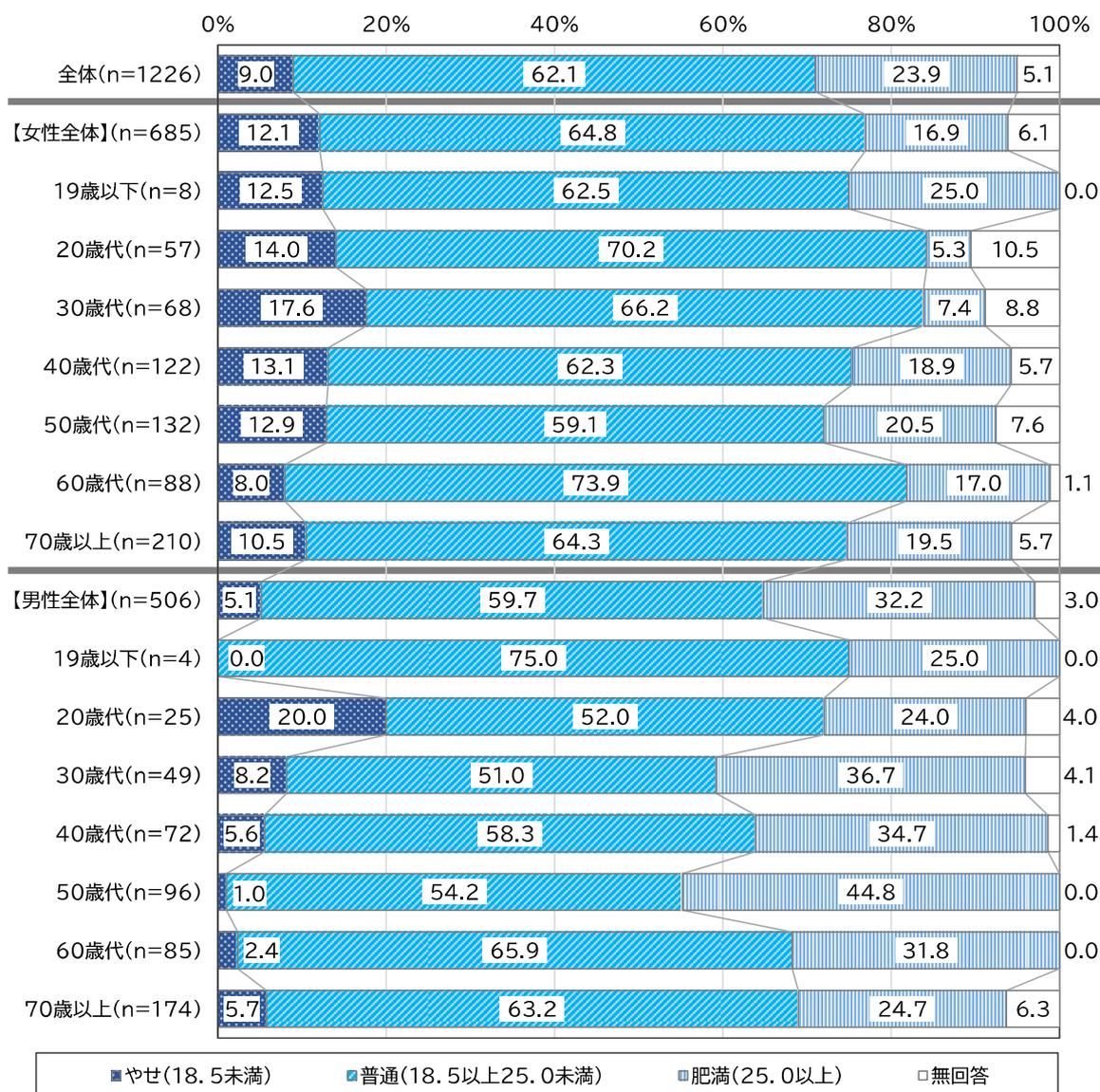
ア BMI

身長と体重から算出したBMIについて全体でみると、「やせ(18.5未満)」が9.0%、「普通(18.5以上25.0未満)」が62.1%、「肥満(25.0以上)」が23.9%となっています。

性別でみると、「やせ(18.5未満)」では、男性よりも女性が7ポイント高く、「肥満(25.0以上)」では、女性よりも男性が15.3ポイント高くなっています。

性別・年代別でみると、「やせ(18.5未満)」の割合は、男性の「20歳代」と、女性の「20歳代」「30歳代」が高くなっており、「肥満(25.0以上)」の割合は、男性の「50歳代」が最も高くなっていますが、男女とも、60歳代から70歳以上に年代が移行すると「やせ(18.5未満)」の割合が増加しています。

図2-2-44 BMI(全体・性別・年代別)(問34)

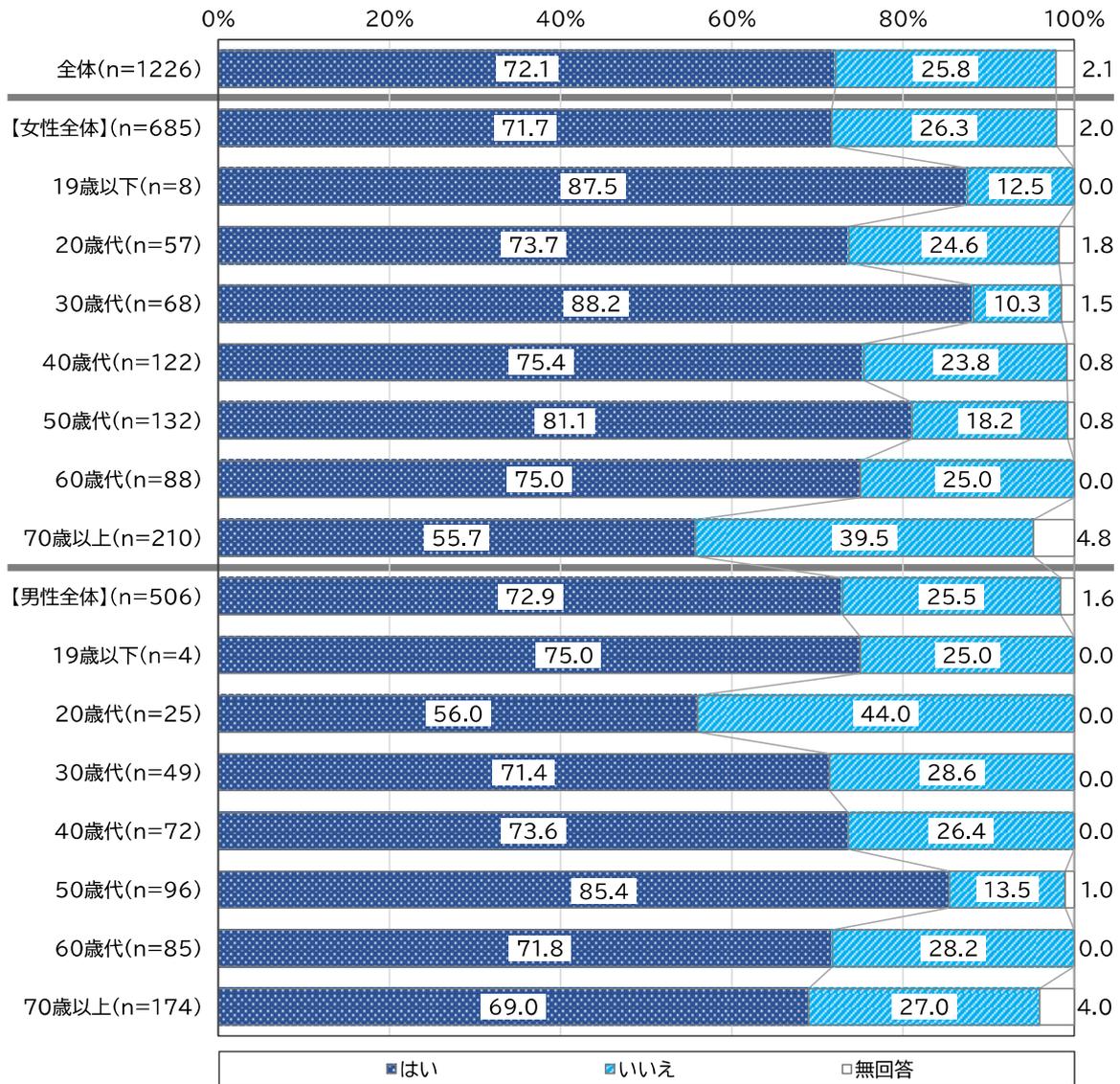


イ 適正体重の認知

自分の適正体重の認知について全体で見ると、「はい(知っている)」が72.1%、「いいえ(知らない)」が25.8%となっています。

男女で大きな差はありませんが、性別・年代別で見ると、「いいえ(知らない)」が女性の「70歳以上」、男性の「20歳代」で、他の年代に比べて高くなっています。

図2-2-45 適正体重の認知(全体・性別・年代別)(問35)

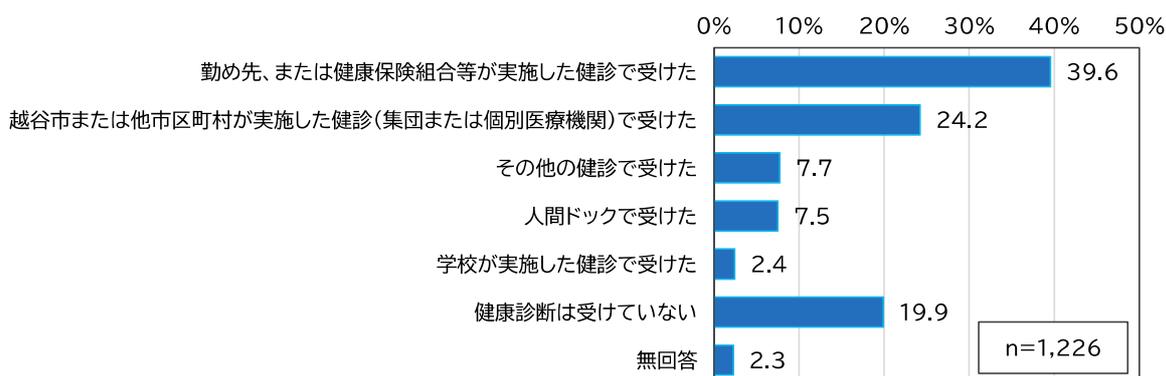


ウ 健診の受診状況

過去1年間に、いずれかの健康診断（健診）※を受けた人の割合は、約8割となっています。「勤め先、または健康保険組合等が実施した健診で受けた」が39.6%と最も高く、次いで「越谷市または他市区町村が実施した健診（集団または個別医療機関）で受けた」が24.2%となっています。

一方で、「健康診断は受けていない」が19.9%となっています。

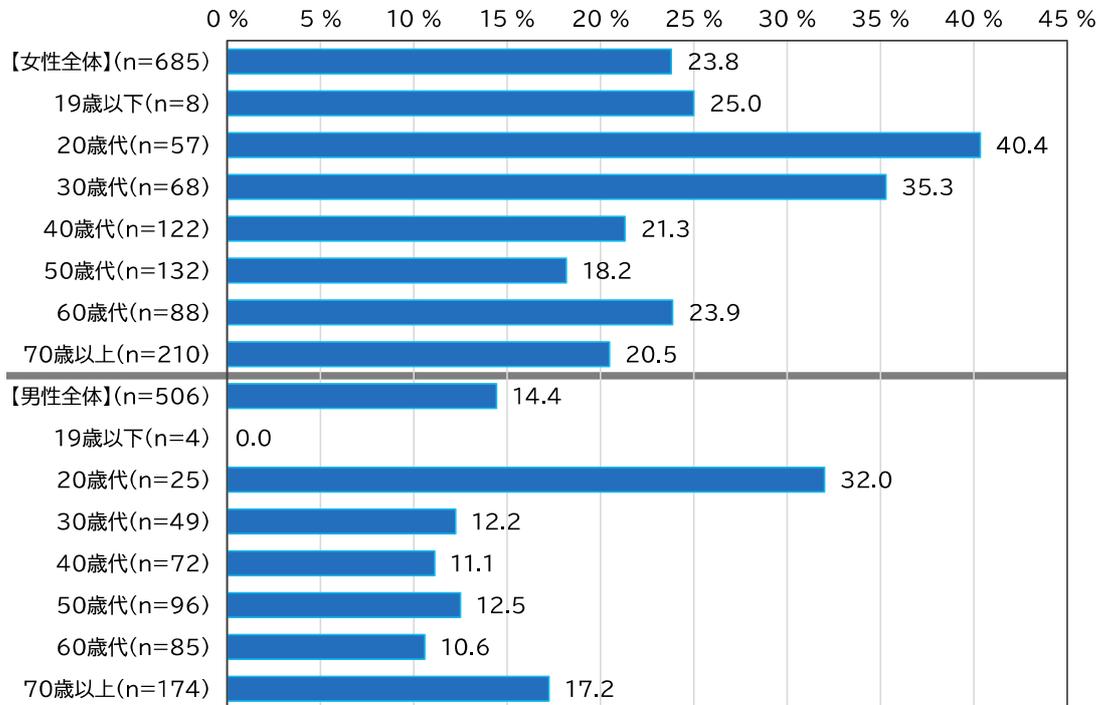
図2-2-46 健康診断(健診)の受診状況(全体)(問37)



※ この問いの健康診断（健診）とは、身体計測・血液検査・尿検査などの内容が含まれたものを指し、以下のようなものは健診には含まない。
がんのみの検診、妊産婦健診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査。

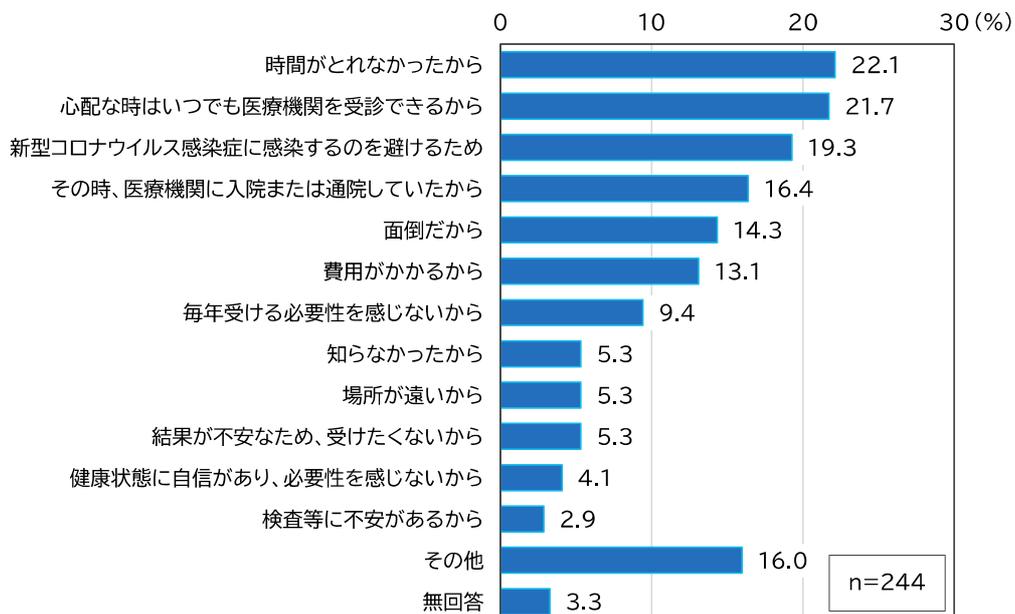
「健康診断を受けていない」人は、女性が23.8%、男性が14.4%と女性が多く、特に20歳代の女性が40.4%と最も多くなっています。

図2-2-47 健診未受診者の性別・年代別の状況(問37)



「健康診断を受けていない理由」は、「時間がとれなかったから」が22.1%と最も高く、次いで、「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」が21.7%、「新型コロナウイルス感染症に感染するのを避けるため」が19.3%となっています。

図2-2-48 健康診断を受けていない理由(問37-1)



工 がん検診の受診状況

過去1年間のがん検診の受診状況について、全体でみると「いずれかの検診を受けた※」割合は、胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診、乳がん検診で約3割、子宮頸がん検診で約4割となっています。

40歳代～60歳代の胃がん検診、大腸がん検診、肺がん検診の受診状況を性別で見ると、男性の方が高くなっています。

年代別にみると、乳がん検診は40歳代が5割半ば、子宮頸がん検診は20歳代が約6割と高くなっています。

【胃がん検診】

図2-2-49 受診状況(全体)(問38)

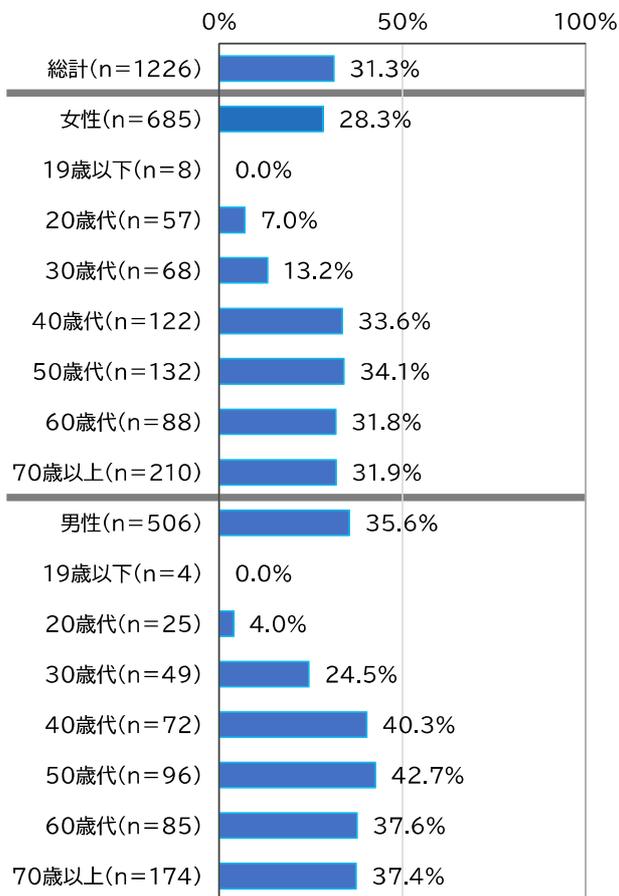
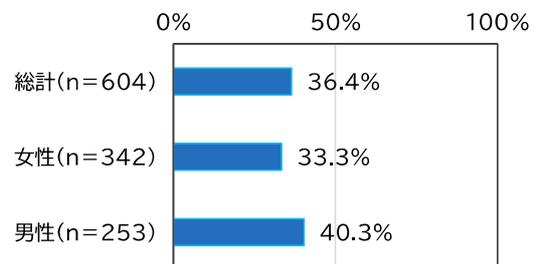


図2-2-50 40歳代～60歳代受診状況



※ いずれかの検診を受けた：

「越谷市または他市区町村が実施した検診で受けた」「勤め先、または健康保険組合等が実施した検診で受けた」「学校が実施した検診で受けた」「人間ドックで受けた」「その他の健診で受けた」「(胃がん、乳がん、子宮頸がんのみ) 過去2年間のあいだには受けた」のいずれかに回答があったもの。

【大腸がん検診】

図2-2-51 受況(全体)(問38)

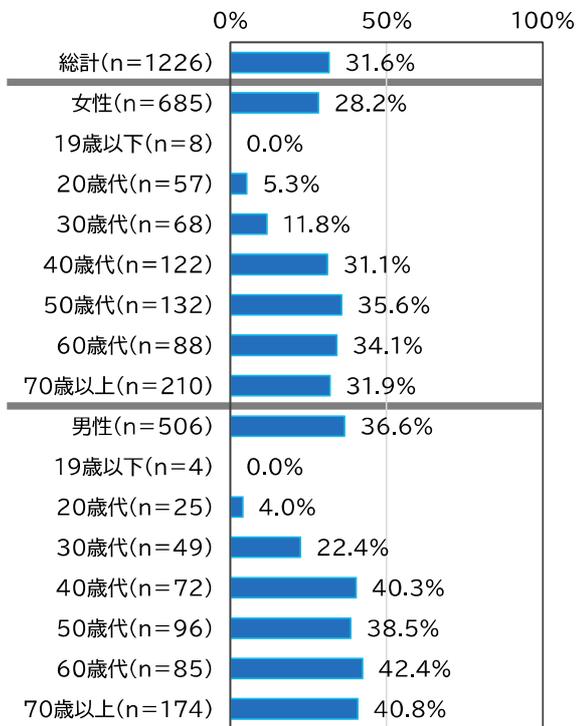
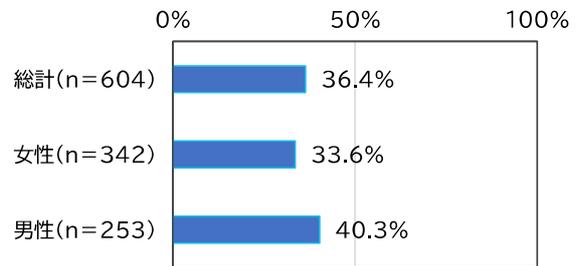


図2-2-52 40歳代~60歳代受診状況



【肺がん検診】

図2-2-53 受診状況(全体)(問38)

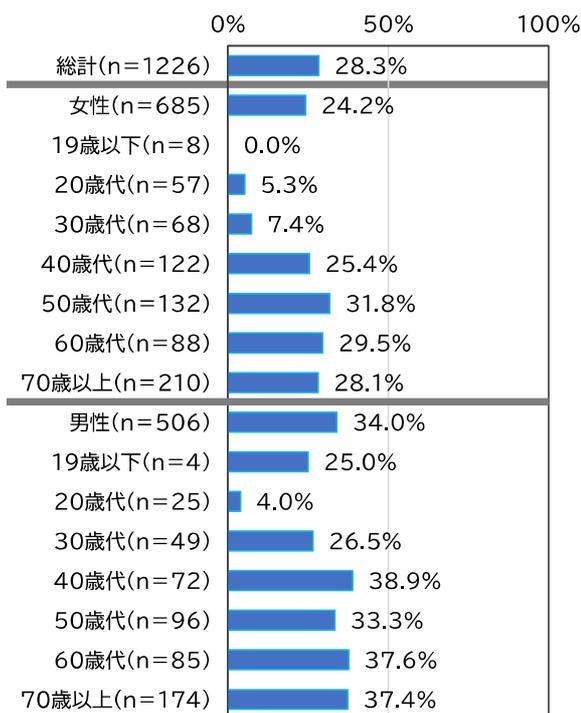
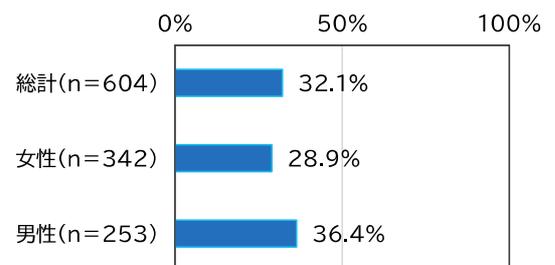


図2-2-54 40歳代~60歳代受診状況



【乳がん検診】

図2-2-55 受診状況(全体)(問38)

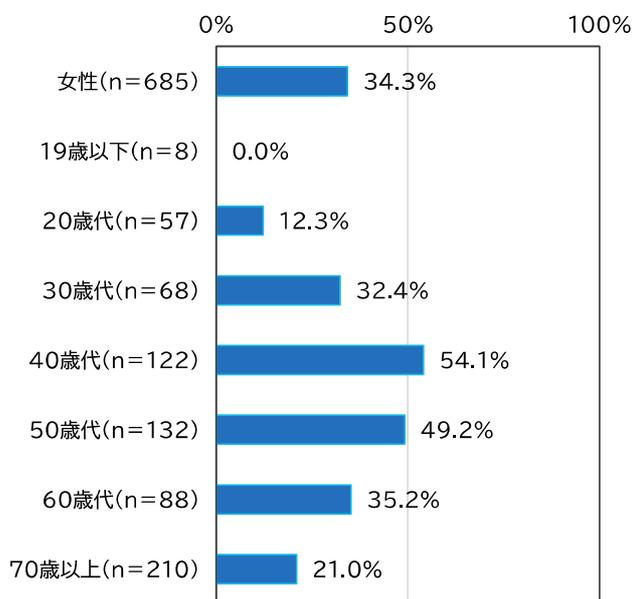
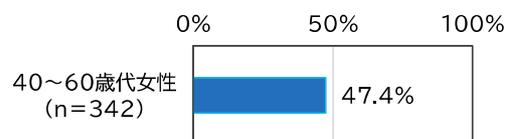


図2-2-56 40歳代~60歳代受診状況



【子宮頸がん検診】

図2-2-57 受診状況(全体)(問38)

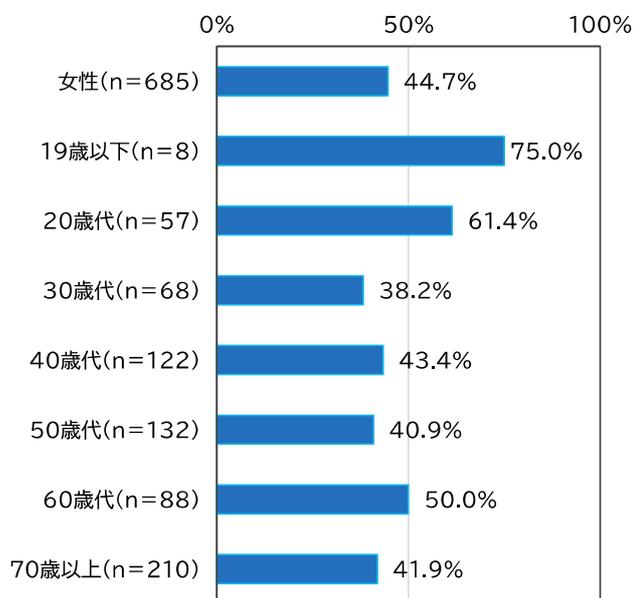
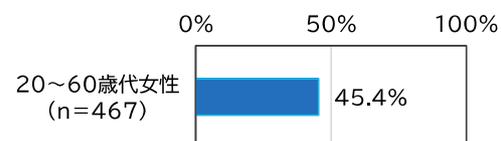


図2-2-58 20歳代~60歳代受診状況



■ がん検診を受けていない理由

がん検診を受けていない理由は、各種がん検診とも共通して、「心配な時はいつでも医療機関を受診できるから」「時間がとれなかったから」「面倒だから」が上位を占めています。

表2-2-5 がん検診を受けていない理由の割合(全体・性別・年代別)(問38)

順位	胃がん検診(n=573)	大腸がん検診(n=532)	肺がん検診(n=540)	乳がん検診(n=296)	子宮がん検診(n=306)
1	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(21.8%)	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(21.8%)	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(21.7%)	時間がとれなかったから(23.3%)	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(22.9%)
2	時間がとれなかったから(18.7%)	時間がとれなかったから(17.9%)	時間がとれなかったから(18.0%)	心配な時はいつでも医療機関を受診できるから(21.6%)	時間がとれなかったから(21.6%)
3	面倒だから(16.9%)	面倒だから 毎年受ける必要性を感じないから(各15.2%)	面倒だから(15.7%)	面倒だから(17.9%)	面倒だから(17.0%)

(10) 健康な生活を送るために心がけていること

健康な生活を送るために心がけていることについて全体で見ると、「食生活に気をつける」が58.2%と最も高く、次いで「歩くことを心がける」が54.2%、「ストレスをためないようにする」が51.5%となっています。

図2-2-59 健康な生活を送るために心がけていること(全体)(問39)

