

世田谷区民の健康づくりに関する調査 報告書

平成28年3月

世田谷区

は じ め に

世田谷区では、健康増進法等を踏まえ、「世田谷区健康づくり推進条例」を定めるとともに、平成24年から10か年の区の総合保健計画「健康せたがやプラン（第二次）」を策定し、「区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことができる地域社会の実現」を基本理念（めざす姿）に掲げ、積極的に区民の皆様の健康づくりに取り組んでいます。

プランでは、基本理念を実現する3つの目標を定め、この間、生活習慣病対策等の「主要な健康課題への対応」やライフステージやテーマに応じた「一人ひとりの健康づくりの支援」、健康危機管理の向上等の「健康に関する安全と安心の確保」、地域住民や団体等と協働した「地域の健康づくり」に関する施策等に取り組んでまいりました。

プランは、計画期間の中間地点において評価・検証し、平成29年度からの後期プランに改定することとしていることから、その基礎資料とするため、このたび、区民の皆様の健康に関する意識、具体的な健康づくり行動や生活習慣、心身の健康状況について伺い、その結果をとりまとめました。

平均寿命が延伸するなか、健康な状態を維持していくためには、若い時期から生活習慣に配慮していくことが重要です。そのためには、一人ひとりが主体的に健康づくりに取り組んでいくとともに、ライフステージに応じた健康づくりを進めやすい環境を区民や行政、事業者等が一体となって整えていくことが重要です。

調査結果からは、区民の皆様は健康に対する知識や意識が高いことが伺えましたが、依然として実践に結びついていない方がいることが見られました。今回の結果を踏まえ、取り組みの改善を図り、後期プランへの改定に活かしてまいります。

調査にご協力いただきました区民の皆様に心からお礼を申し上げます。

平成28年3月

世 田 谷 保 健 所

目 次

I 調査の概要	1
1 調査の目的	1
2 調査対象	1
3 調査期間	1
4 調査方法	1
5 回収状況	1
6 調査結果の表示方法	2
II 調査結果	5
1 あなた自身のことについて	5
2 健康状態や意識について	7
3 食生活について	45
4 身体活動・運動について	72
5 休養、こころの健康について	82
6 飲酒について	98
7 喫煙について	108
8 口と歯の健康について	123
9 健康管理について	136
10 地域活動について	173
11 生活環境について	183
12 食品衛生について	190
13 感染症予防について	209
14 健康せたがやプランについて	213
III 調査結果のまとめ	217
1 調査結果の総括	217
2 分野ごとのまとめ	220
3 性・年代別のまとめ	229
4 地域別のまとめ	236

資料	241
----------	-----

世田谷区民の健康づくりに関する調査 調査票	241
-----------------------------	-----

世田谷区の健康づくりに関する調査結果の経年比較 (平成12年、17年、22年、27年)	261
--	-----

I 調査の概要

I 調査の概要

1 調査の目的

区では、「区民が生涯にわたり健やかで心豊かに暮らすことができる地域社会の実現」をめざし、『健康せたがやプラン（第二次）』（平成24年度～33年度）のもとで、様々な健康づくり施策を展開している。現行のせたがやプランで、計画期間の中間段階において評価、後期プラン改定を行うにあたり、区民の健康についての考えや生活習慣などを把握するため、区民の健康に係る意識調査を実施した。

2 調査対象

区内在住の20歳以上の男女4,000人を無作為に抽出

3 調査期間

平成27年9月10日～平成27年9月30日

4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

地 域	区全体	世田谷 地域	北沢 地域	玉川 地域	砧 地域	烏山 地域
配布数（人）	4,000	1,120	686	974	696	524
回収数（人）	2,059	573	353	500	374	259
回収率（％）	51.5	51.2	51.5	51.3	53.7	49.4
有効回収数（人）	2,056	571	352	500	374	259
有効回収率（％）	51.4	51.0	51.3	51.3	53.7	49.4

I 調査の概要

6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（％）で示してある。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合がある。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合がある。
- ・調査結果を図表で表示しているが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを  で網掛けをしている。（無回答、その他を除く）
- ・各設問ごとの調査結果を、「単純集計のグラフ」と「説明」、その内訳として「性別」「性・年代別」「地域別」のグラフあるいは表で示している。
- ・統計数値を考察するにあたっては、表現を概ね以下の通りにしている。

例	表現
17.0～19.9%	約2割
20.0～20.9%	2割
21.0～22.9%	2割を超える
23.0～26.9%	2割台半ば
27.0～29.9%	約3割

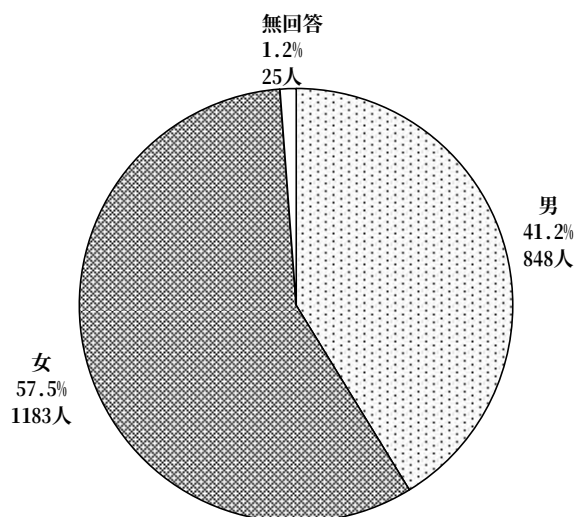
- ・図表中の比率の小さい項目については、省略しているところもある。
- ・クロス集計の分析の軸（＝表側）とした回答者の属性で、基数が30を下回るものについては、調査数が少ないので参考として図示するに留め、文中では述べていない

// 調查結果

Ⅱ 調査結果

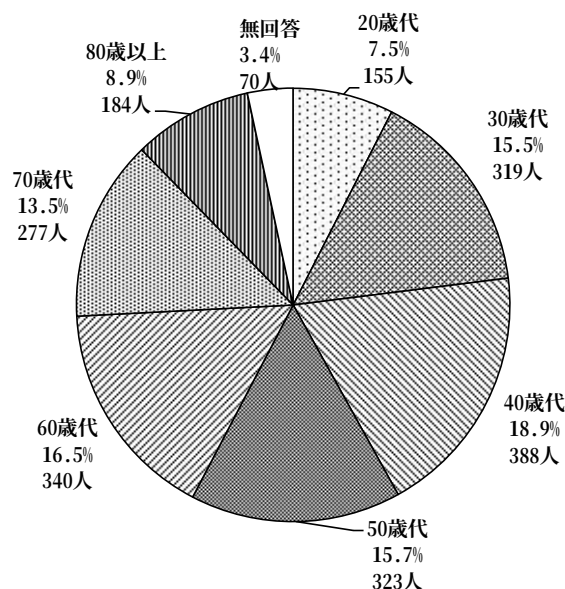
1 あなた自身のことについて

(1) 性別



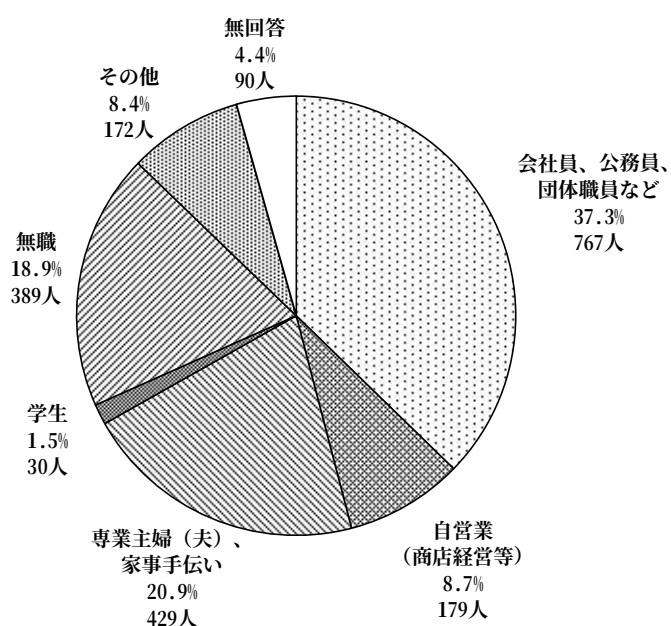
有効回答数：2056 件

(2) 年齢



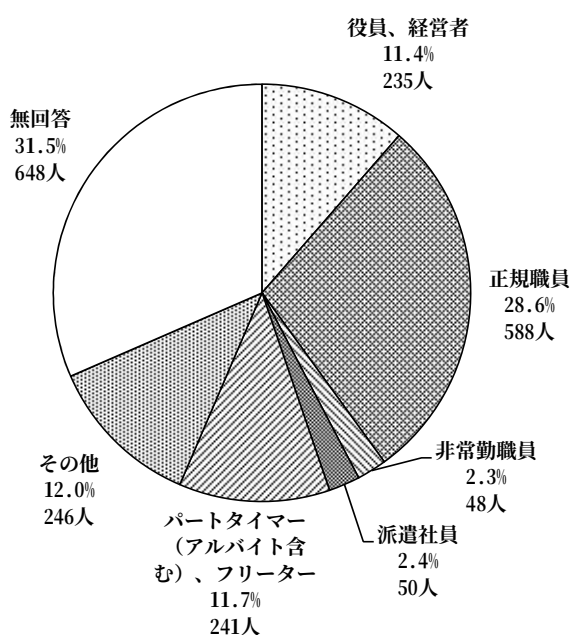
有効回答数：2056 件

(3) 職業



有効回答数：2056 件

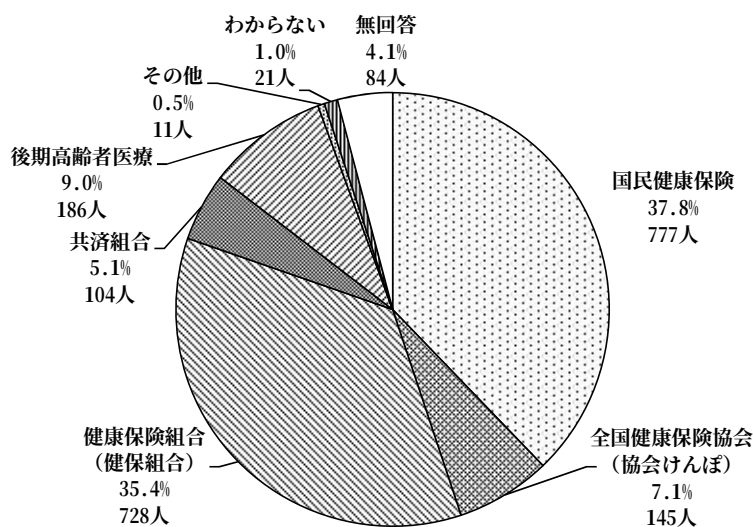
(4) 職業形態



有効回答数：2056 件

II 調査結果

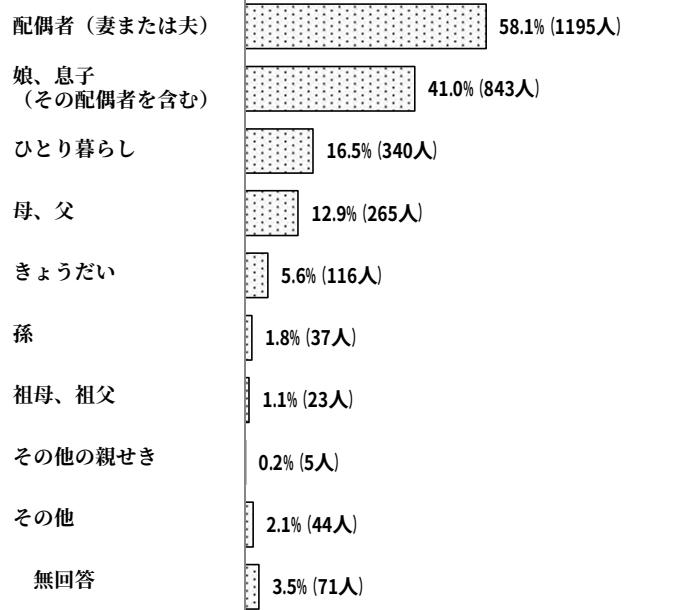
(5) 加入医療保険の種類



有効回答数：2056 件

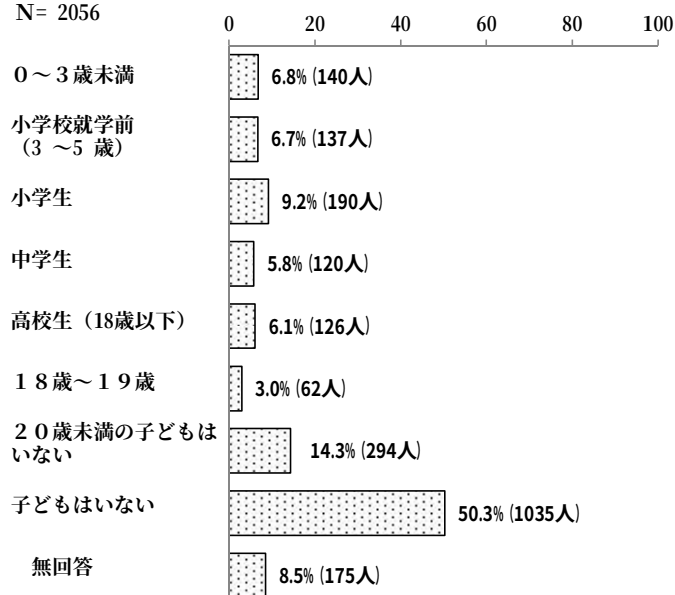
(6) 同居者

N= 2056



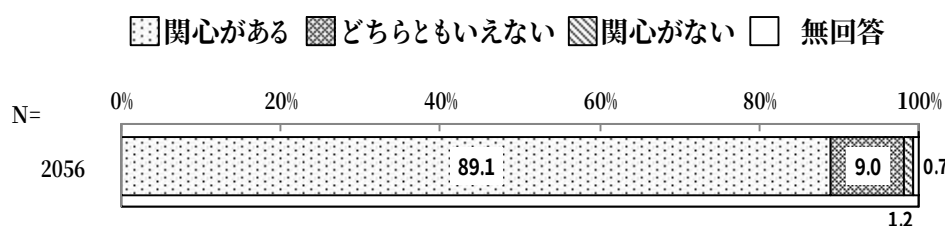
(7) 子どもの有無

N= 2056



2 健康状態や意識について

問1 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(1つに○)



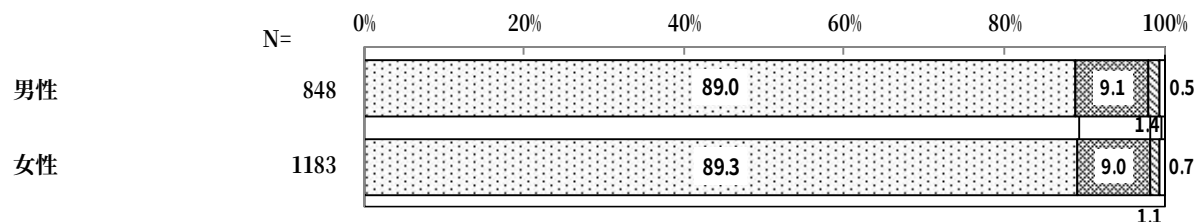
健康への関心については、「関心がある」89.1%が最も高く、次いで、「どちらともいえない」9.0%、「関心がない」1.2%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「関心がある」は、男性の60歳代以上、女性の40歳代、50歳代、70歳代で9割を超え高くなっている。またどの性・年代でも、概ね8割以上となっているが、男性の20歳代で7割台と低くなっている。

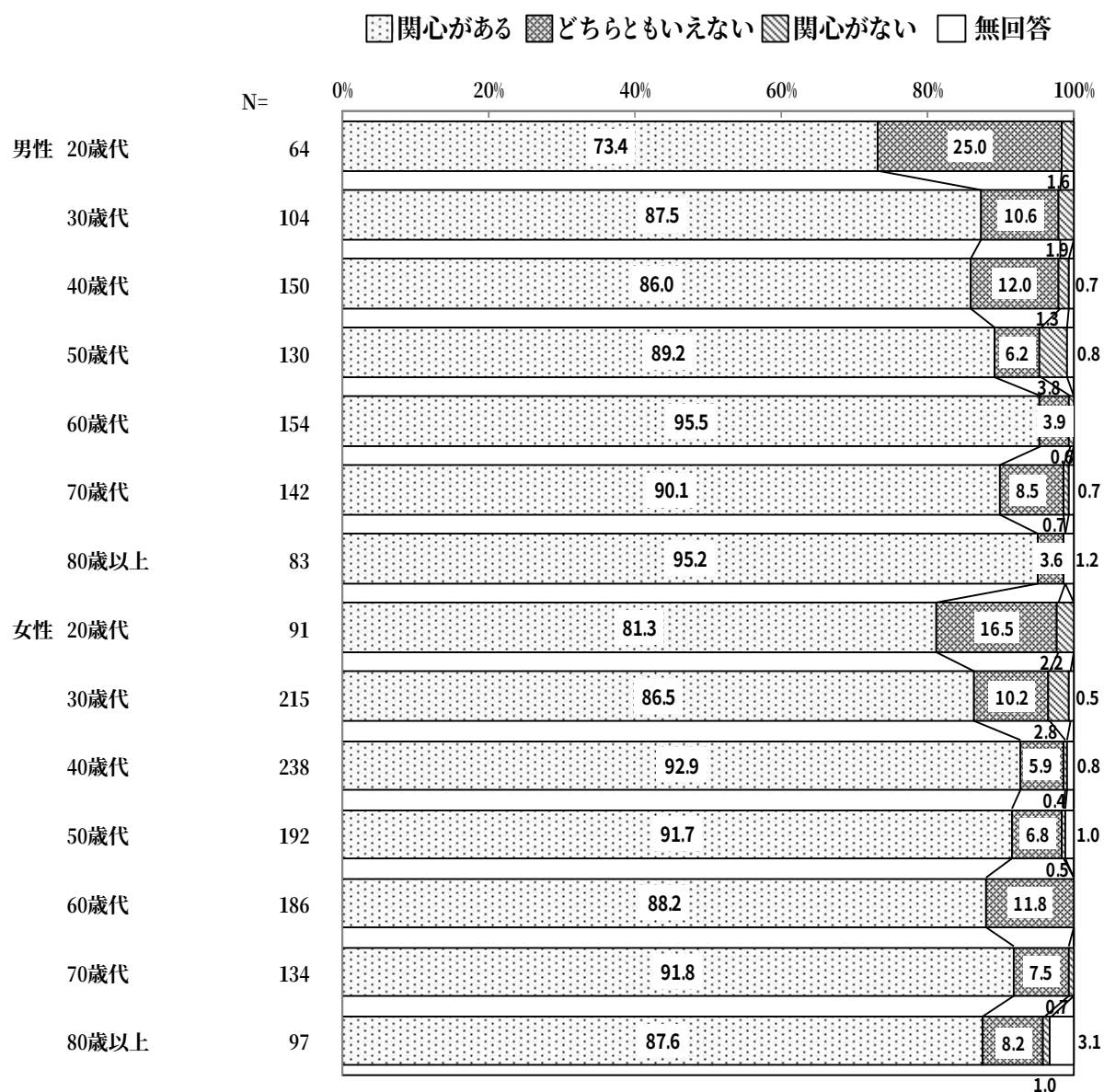
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性別】

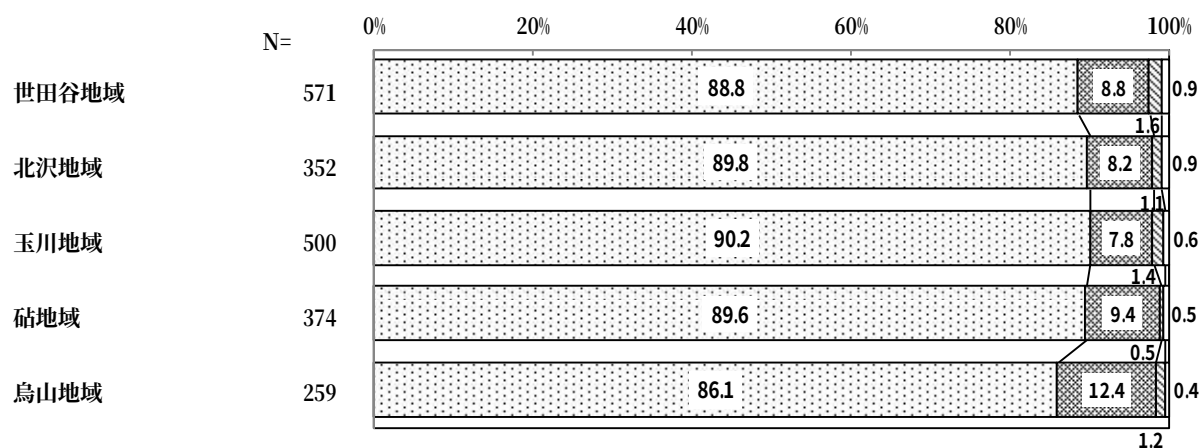


II 調査結果

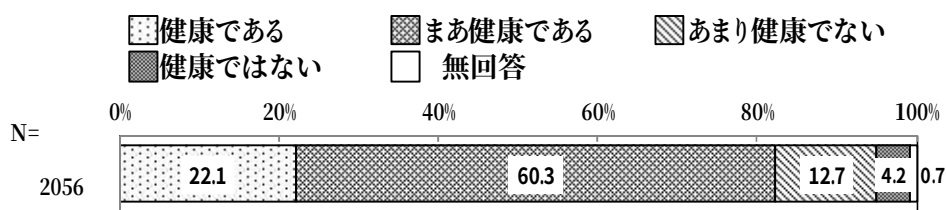
【性・年代別】



【地 域 別】



問2 あなたは、自分のことを健康だと思いますか。(1つに○)



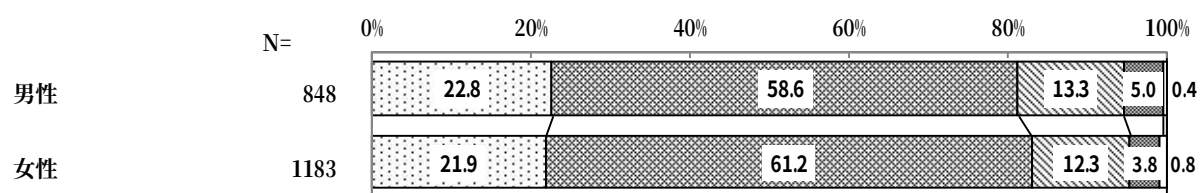
自分の健康観については、「健康である」と「まあ健康である」を合わせた「健康であると思う人」は82.4%、「あまり健康でない」と「健康ではない」を合わせた「健康でないと思う人」は16.9%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「健康である」と「まあ健康である」を合わせた「健康であると思う人」は、概ね8割以上となっているが、男性・女性ともに80歳以上で6割台と低くなっている。

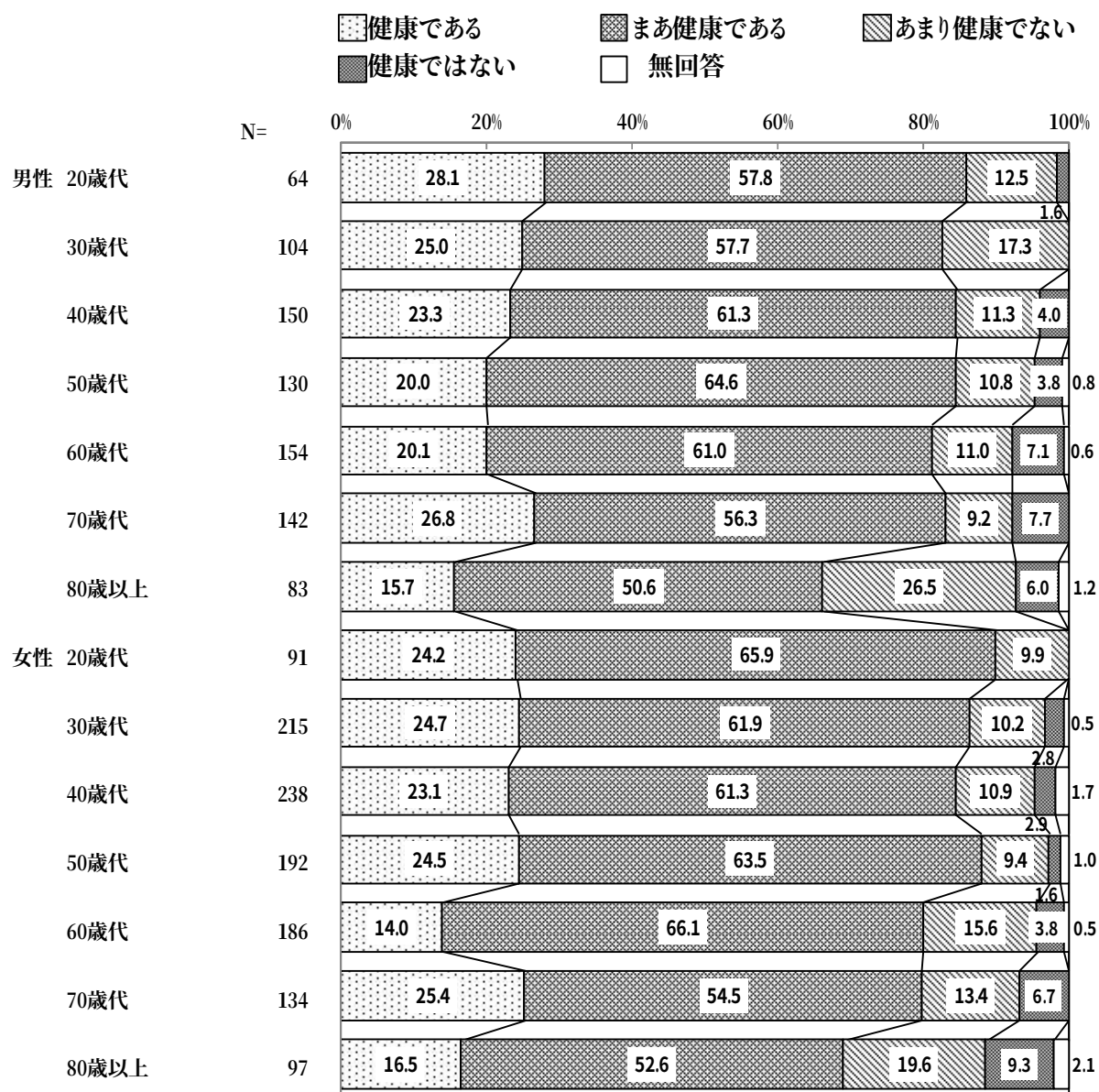
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性別】

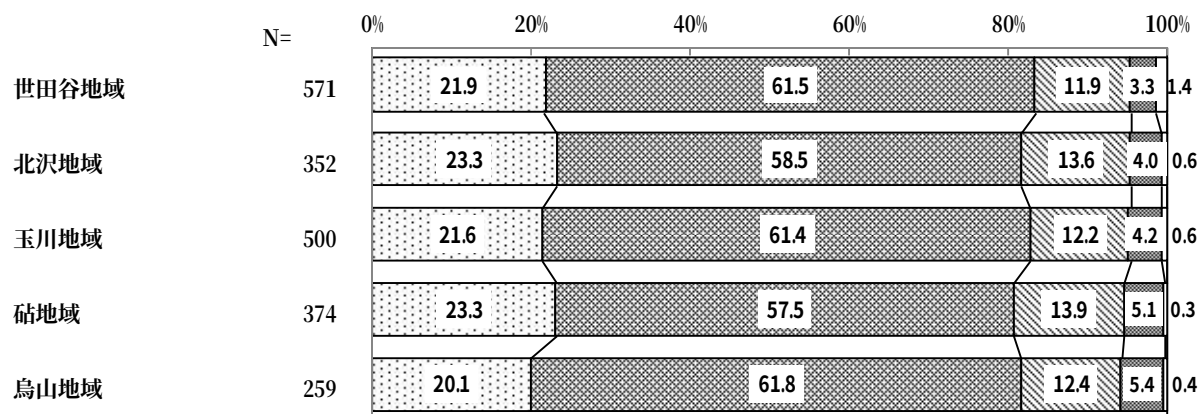


II 調査結果

【性・年代別】

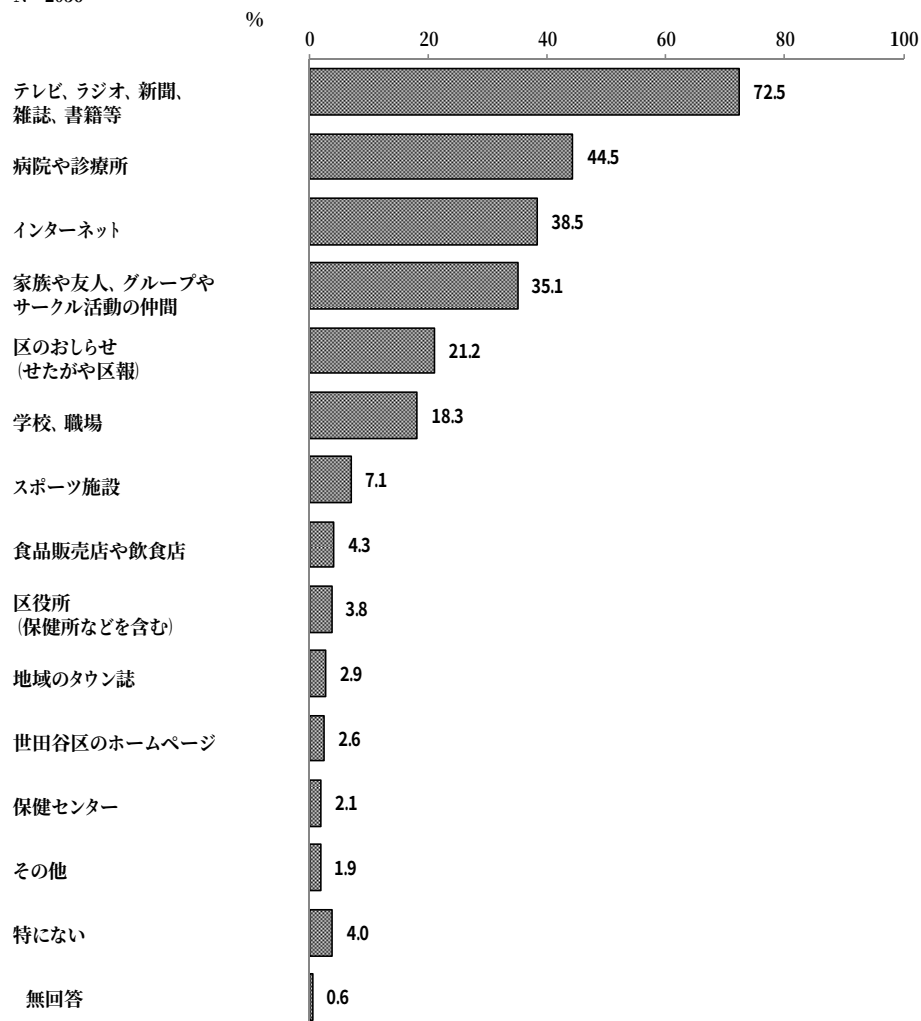


【地 域 別】



問3 あなたは、ふだん、健康に関する情報を主にどこで目にしたり、聞いたりしていますか。
(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



健康に関する情報の入手先については、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」72.5%が最も高く、次いで、「病院や診療所」44.5%、「インターネット」38.5%となっている。

性別にみると、ほとんどの項目で女性が男性より高くなっており、特に「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」は、19.1ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」は、女性の70歳代で約9割と最も高く、次いで、女性の50歳代、60歳代で8割台半ば、男性の60歳代で約8割となっている。「病院や診療所」は、男性の70歳代で6割を超えて最も高く、次いで、男性・女性の60歳代、80歳以上で5割台半ばとなっている。

地域別にみると、「インターネット」は、北沢地域で4割を超え最も高く、最も低い烏山地域と比べると8.0ポイントの差がある。「病院や診療所」は、玉川地域で約5割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、7.5ポイントの差がある。

II 調査結果

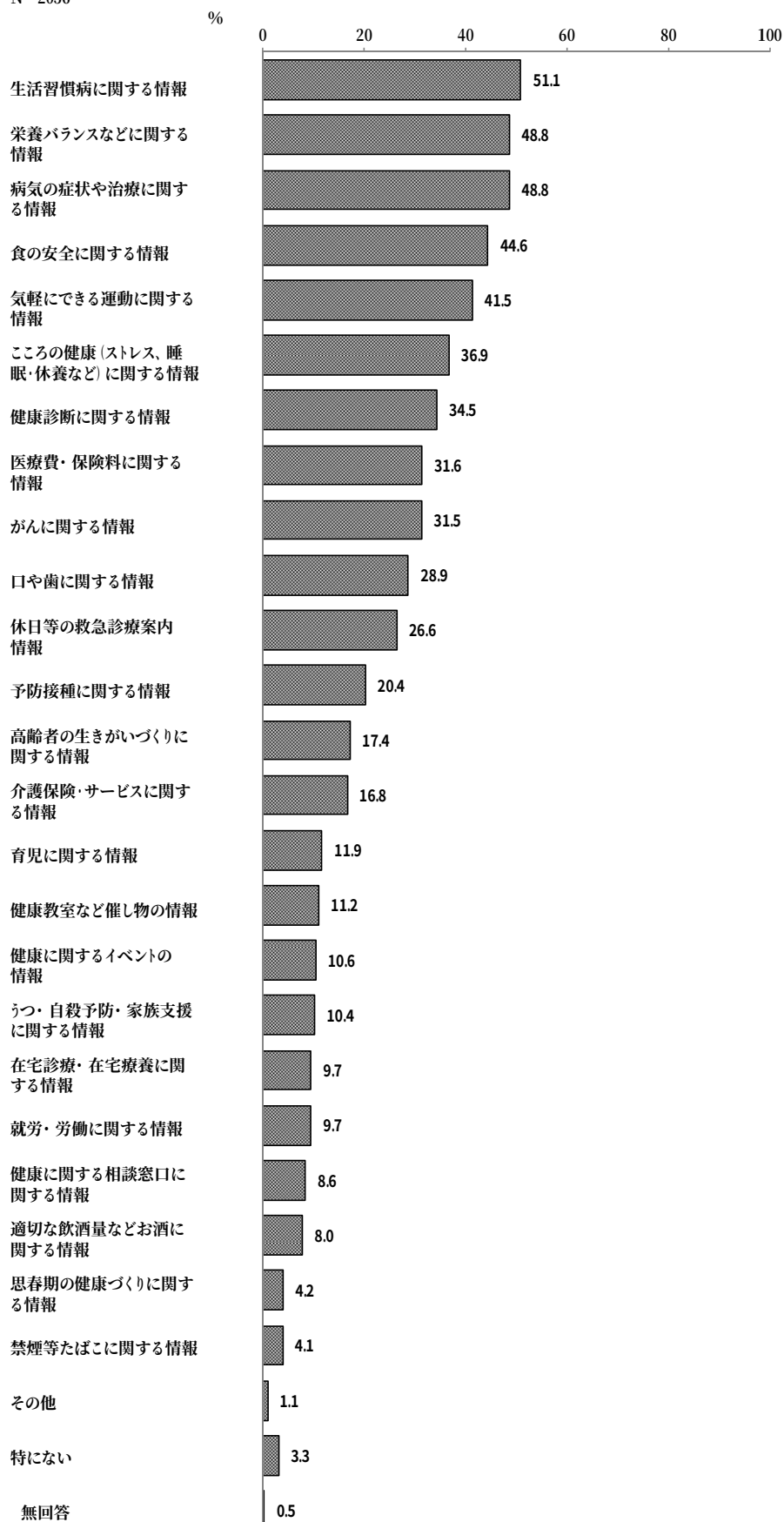
【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		区報 （おしらせ せたがや	世田谷区 のホームペー ジ	区役所 （保健所など を含む）	学校、職 場	病院や診 療所	食品販 売店や飲 食店	スポー ツ施設	家族や友 人、グル ープやサ ークル活 動の仲間	地域のタ ウン誌	雑誌、書 籍等	テレビ、 ラジオ、 新聞、	イン ターネ ット	保 健 セ ン タ ー	そ の 他	特 に な い	無 回 答	有効回 答数 （件）
男 性		17.7	1.9	3.7	20.3	44.3	2.5	7.7	24.3	1.3	66.0	36.6	1.8	1.8	6.1	0.2		848
女 性		23.6	3.0	4.0	17.2	44.7	5.6	6.5	43.4	4.0	77.5	40.2	2.3	1.9	2.5	0.7		1183
男 性	20歳代	1.6	-	1.6	37.5	35.9	4.7	9.4	20.3	1.6	59.4	50.0	3.1	3.1	7.8	-		64
	30歳代	2.9	1.0	3.8	31.7	26.9	1.0	9.6	21.2	1.9	45.2	62.5	1.0	-	11.5	-		104
	40歳代	6.0	0.7	0.7	30.7	28.0	1.3	8.0	22.0	-	57.3	57.3	-	1.3	8.7	-		150
	50歳代	14.6	2.3	2.3	27.7	43.1	3.1	6.9	20.8	2.3	73.8	42.3	2.3	2.3	6.2	-		130
	60歳代	20.1	2.6	2.6	13.6	53.9	3.2	7.1	28.6	1.9	77.3	31.8	1.9	2.6	1.9	0.6		154
	70歳代	29.6	0.7	5.6	4.9	61.3	1.4	8.5	25.4	1.4	71.1	12.7	2.8	2.8	7.0	-		142
	80歳以上	47.0	7.2	10.8	2.4	55.4	4.8	4.8	28.9	-	72.3	2.4	2.4	-	-	1.2		83
女 性	20歳代	1.1	3.3	-	27.5	36.3	4.4	3.3	38.5	2.2	70.3	65.9	-	-	7.7	-		91
	30歳代	12.6	3.7	2.3	24.7	36.3	7.0	4.7	42.3	1.4	67.9	61.4	0.5	3.3	3.7	0.9		215
	40歳代	20.6	2.5	4.6	27.3	44.1	8.4	8.0	47.9	4.6	74.4	62.2	1.3	0.8	2.9	0.8		238
	50歳代	17.7	2.1	2.1	24.5	41.7	6.3	5.2	39.1	5.7	84.4	42.2	3.6	2.1	1.0	0.5		192
	60歳代	34.4	1.1	3.2	4.8	54.3	4.8	7.0	43.0	5.9	84.4	17.7	2.2	0.5	1.1	0.5		186
	70歳代	41.8	3.0	6.7	-	44.8	2.2	9.7	52.2	3.7	89.6	9.7	5.2	1.5	-	-		134
	80歳以上	39.2	7.2	6.2	1.0	54.6	3.1	5.2	36.1	1.0	68.0	5.2	4.1	5.2	4.1	2.1		97
世田谷地域		17.3	3.0	2.8	17.3	44.1	3.3	7.4	32.4	2.6	71.3	40.5	2.5	2.3	5.1	0.7		571
北沢地域		21.6	2.6	4.3	18.8	42.0	3.1	7.4	34.4	2.0	75.0	42.0	3.1	0.6	2.0	0.6		352
玉川地域		22.8	3.8	4.0	18.6	48.8	5.0	7.0	37.6	3.0	72.0	35.6	1.6	1.8	3.2	0.6		500
砧地域		21.9	1.3	4.0	19.0	43.6	5.3	7.5	36.9	4.0	72.7	39.3	1.3	2.1	5.6	0.3		374
烏山地域		24.7	1.2	5.0	18.1	41.3	5.4	5.8	34.7	3.1	72.6	34.0	1.9	2.7	3.5	1.2		259

問4 あなたの健康にとって、必要な情報は何か。(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



II 調査結果

健康に必要な情報については、「生活習慣病に関する情報」51.1%が最も高く、次いで、「栄養バランスなどに関する情報」、「病気の症状や治療に関する情報」がともに48.8%、「食の安全に関する情報」44.6%となっている。

性別にみると、「気軽にできる運動に関する情報」は、女性が男性よりも14.0ポイント、「休日等の救急診療案内情報」は女性が男性よりも11.6ポイント、「栄養バランスなどに関する情報」は、女性が男性よりも10.5ポイント、高くなっている。一方、「適切な飲酒量などお酒に関する情報」は、男性が女性よりも8.8ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「生活習慣病に関する情報」は、男性の50歳代で6割台半ばと最も高く、次いで、女性の70歳代で6割を超え、男性の60歳代、女性の50歳代、60歳代で約6割となっている。「栄養バランスなどに関する情報」は、女性の70歳代で6割台半ばと最も高く、次いで、女性の20歳代で6割となっている。

地域別にみると、「生活習慣病に関する情報」は、玉川地域で5割台半ばと最も高く、次いで、北沢地域、砧地域で5割を超えている。

【性 別】

単位：％

区 分	育児に関する情報	思春期の健康づくりに関する情報	生活習慣病に関する情報	高齢者の生きがいづくりに関する情報	栄養バランスなどに関する情報	食の安全に関する情報	気軽にできる運動に関する情報	眠・休養などに関する情報	こころの健康（ストレス、睡眠）に関する情報	援に関する情報	うつ・自殺予防・家族支援に関する情報	口や歯に関する情報	適切な飲酒量などお酒に関する情報	禁煙等たばこに関する情報	病気の症状や治療に関する情報	がんに関する情報	健康教室など催し物の情報	健康に関するイベントの情報
男 性	7.4	2.4	54.8	18.9	42.9	40.0	33.5	34.1	10.7	26.8	13.2	5.4	46.6	34.7	5.9	7.2		
女 性	15.3	5.5	48.9	16.5	53.4	48.2	47.5	39.1	10.3	30.7	4.4	3.0	50.8	29.0	15.3	13.1		

単位：％

区 分	健康に関する相談窓口に関する情報	休日等の救急診療案内情報	介護保険・サービスに関する情報	在宅診療・在宅療養に関する情報	予防接種に関する情報	健康診断に関する情報	医療費・保険料に関する情報	就労・労働に関する情報	その他	特になし	無回答	有効回答数（件）
男 性	7.1	19.7	17.2	9.0	17.2	30.9	31.8	10.1	0.9	4.7	0.1	848
女 性	9.7	31.3	16.4	10.0	22.9	37.4	31.6	9.6	1.1	2.4	0.8	1183

II 調査結果

【性・年代別】

単位：％

区 分		育児に関する情報	思春期の健康づくりに関する情報	生活習慣病に関する情報	高齢者の生きがいづくりに関する情報	栄養バランスなどに関する情報	食の安全に関する情報	気軽にできる運動に関する情報	こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報	支援に関する情報	うつ・自殺予防・家族	口や歯に関する情報	適切な飲酒量などお酒に関する情報	禁煙等たばこに関する情報	病気の症状や治療に関する情報	がんに関する情報	健康教室など催し物の情報	健康に関するイベントの情報
																		報
男性	20歳代	7.8	7.8	46.9	3.1	51.6	35.9	35.9	42.2	18.8	26.6	10.9	6.3	37.5	18.8	1.6	6.3	
	30歳代	25.0	2.9	49.0	4.8	44.2	36.5	33.7	42.3	14.4	31.7	8.7	9.6	31.7	26.0	4.8	4.8	
	40歳代	19.3	4.7	51.3	7.3	38.7	39.3	31.3	37.3	10.7	30.0	17.3	9.3	44.0	31.3	4.0	6.7	
	50歳代	1.5	2.3	66.9	13.1	45.4	39.2	29.2	36.9	13.1	26.2	16.2	4.6	49.2	42.3	8.5	6.9	
	60歳代	-	0.6	59.1	22.1	50.0	45.5	39.6	21.4	5.8	24.7	12.3	3.2	57.1	36.4	3.9	8.4	
	70歳代	-	-	54.9	26.8	38.0	39.4	29.6	31.0	7.0	23.9	12.7	2.8	47.9	38.0	6.3	8.5	
	80歳以上	1.2	1.2	49.4	54.2	32.5	43.4	34.9	36.1	8.4	25.3	13.3	3.6	50.6	41.0	10.8	6.0	
女性	20歳代	22.0	5.5	27.5	-	60.4	41.8	37.4	46.2	7.7	26.4	5.5	2.2	35.2	19.8	4.4	3.3	
	30歳代	47.0	5.1	32.6	4.2	49.8	43.7	37.2	34.0	10.2	28.4	7.4	4.7	40.9	16.7	10.7	9.3	
	40歳代	21.8	15.1	50.8	8.8	52.5	53.4	50.0	41.2	12.2	32.4	7.1	5.0	55.0	36.6	16.4	13.4	
	50歳代	3.1	5.2	57.3	11.5	52.1	46.9	48.4	33.9	8.9	29.2	3.6	2.6	54.2	26.6	17.2	14.1	
	60歳代	0.5	1.1	57.5	23.1	48.9	51.1	49.5	40.9	10.2	29.6	0.5	1.6	57.5	36.0	16.7	14.5	
	70歳代	0.7	0.7	61.2	40.3	63.4	52.2	63.4	45.5	11.9	35.8	3.0	3.0	55.2	34.3	20.9	20.9	
	80歳以上	-	-	46.4	39.2	50.5	44.3	45.4	35.1	5.2	34.0	2.1	-	47.4	26.8	18.6	13.4	

単位：％

区 分		窓口健康に関する情報	案内情報	休日等の救急診療	介護保険・サービスに関する情報	在宅診療・在宅情報	予防接種に関する情報	健康診断に関する情報	医療費・保険料に関する情報	就労・労働に関する情報	その他	特にな	無回答	有効回答数(件)
男性	20歳代	6.3	7.8	4.7	1.6	12.5	18.8	20.3	26.6	1.6	9.4	-	-	64
	30歳代	4.8	23.1	6.7	1.0	18.3	22.1	25.0	17.3	1.9	4.8	-	-	104
	40歳代	6.0	25.3	7.3	4.0	16.0	26.7	31.3	14.7	-	3.3	-	-	150
	50歳代	8.5	32.3	18.5	8.5	18.5	38.5	37.7	11.5	2.3	5.4	-	-	130
	60歳代	8.4	11.7	23.4	8.4	16.9	31.2	28.6	7.1	0.6	2.6	-	-	154
	70歳代	6.3	17.6	19.0	12.7	16.9	38.0	40.1	1.4	-	7.0	-	-	142
	80歳以上	8.4	14.5	41.0	30.1	22.9	27.7	33.7	-	-	3.6	1.2	-	83
女性	20歳代	-	20.9	2.2	-	25.3	25.3	31.9	16.5	-	6.6	-	-	91
	30歳代	8.8	35.3	6.0	2.3	37.2	40.9	34.4	13.5	1.4	1.4	0.9	-	215
	40歳代	13.9	37.4	12.2	5.0	30.3	42.4	37.4	14.3	1.3	2.1	0.8	-	238
	50歳代	11.5	31.8	17.2	7.8	11.5	36.5	26.0	10.4	0.5	1.0	0.5	-	192
	60歳代	8.6	33.3	18.3	15.6	13.4	30.1	26.9	6.5	1.6	2.2	0.5	-	186
	70歳代	11.2	28.4	24.6	20.9	14.9	35.8	29.1	0.7	1.5	0.7	-	-	134
	80歳以上	5.2	18.6	45.4	26.8	22.7	42.3	30.9	-	1.0	6.2	3.1	-	97

II 調査結果

【地 域 別】

単位：％

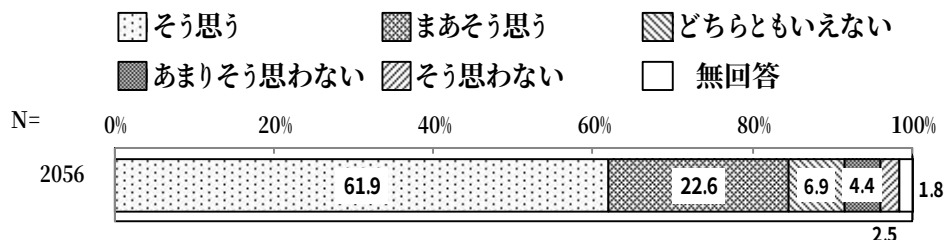
区 分	育児に関する情報	思春期の健康づくりに関する情報	生活習慣病に関する情報	高齢者の生きがいづくりに関する情報	栄養バランスなどに関する情報	食の安全に関する情報	気軽に行ける運動に関する情報	こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報	支援に関する情報	うつ・自殺予防・家族支援に関する情報	口や歯に関する情報	適切な飲酒量などお酒に関する情報	禁煙等たばこに関する情報	病気の症状や治療に関する情報	がんに関する情報	健康教室など催し物の情報	健康に関するイベントの情報
世田谷地域	12.4	4.6	49.0	14.7	46.1	44.5	38.2	34.2	9.3	25.6	6.7	3.7	49.0	32.0	11.9	11.6	
北沢地域	11.1	3.4	52.6	19.3	52.6	50.9	42.6	42.3	11.6	31.8	8.5	4.5	51.1	35.5	12.8	13.9	
玉川地域	11.8	4.2	54.6	19.0	46.8	42.2	42.6	35.0	9.6	28.8	9.0	3.6	48.8	30.4	10.0	9.6	
砧地域	13.6	5.9	51.6	17.6	50.8	44.1	40.1	36.6	11.0	31.0	7.8	4.8	47.9	30.7	9.6	7.5	
烏山地域	9.7	1.9	45.9	17.0	51.0	42.1	47.5	39.4	11.6	29.7	8.9	4.6	46.7	27.8	12.4	10.0	

単位：％

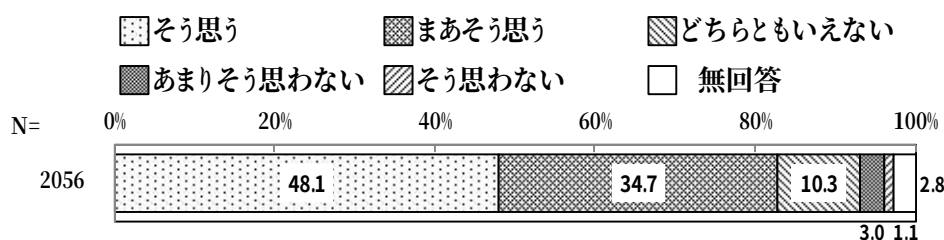
区 分	健康に関する情報	休日等の救急診療案内情報	介護保険・サービスに関する情報	在宅診療・在宅療養に関する情報	予防接種に関する情報	健康診断に関する情報	医療費・保険料に関する情報	就労・労働に関する情報	その他	特になし	無回答	有効回答数（件）
世田谷地域	7.7	27.7	17.0	9.6	20.5	34.9	32.7	10.2	1.1	4.0	0.9	571
北沢地域	8.0	29.8	17.6	9.1	18.5	35.5	29.8	9.7	1.4	1.4	0.3	352
玉川地域	9.8	25.4	14.0	9.8	21.0	35.8	32.4	8.6	1.0	3.8	0.6	500
砧地域	10.2	28.6	17.9	9.6	21.9	32.9	29.4	10.2	0.8	3.7	0.3	374
烏山地域	6.9	18.9	18.9	10.8	19.7	32.0	33.2	10.0	1.2	2.7	0.4	259

問5 健康に関するそれぞれの項目について、あなたのふだんのお考えにもっとも近いものを選んでください。(それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○)

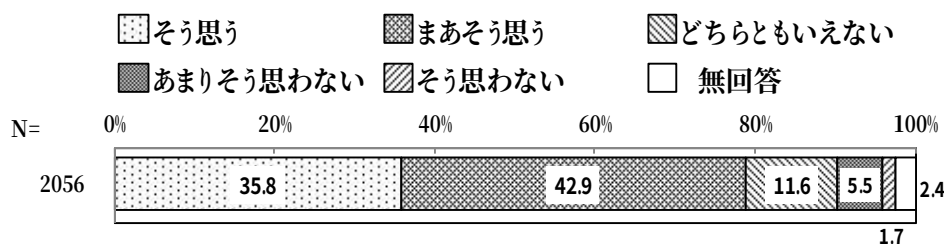
①生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



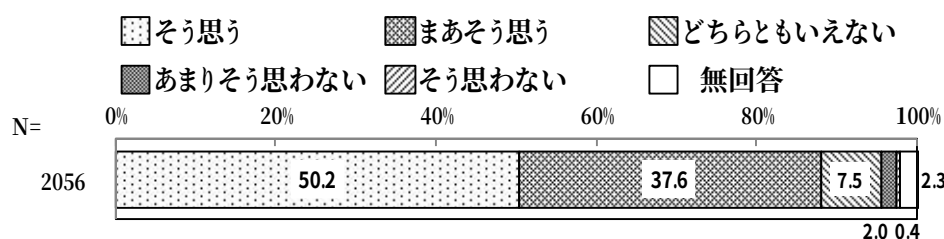
②食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい



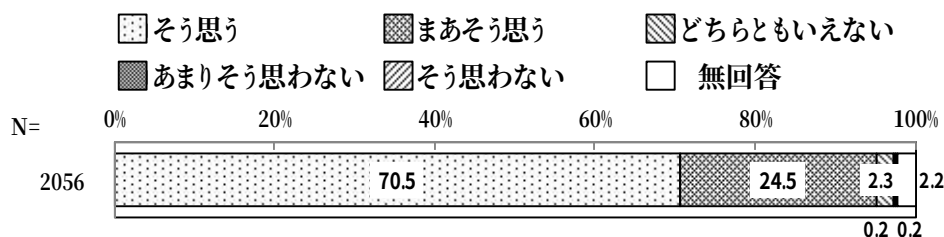
③健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ



④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

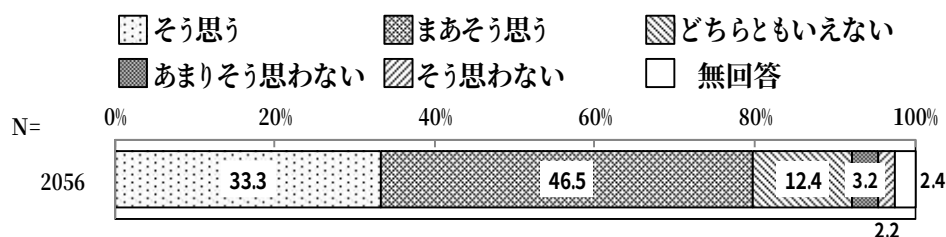


⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ

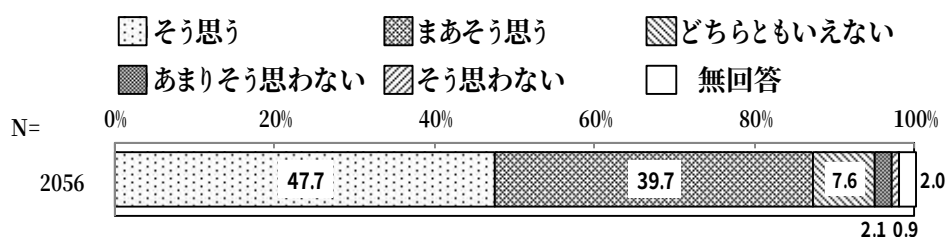


II 調査結果

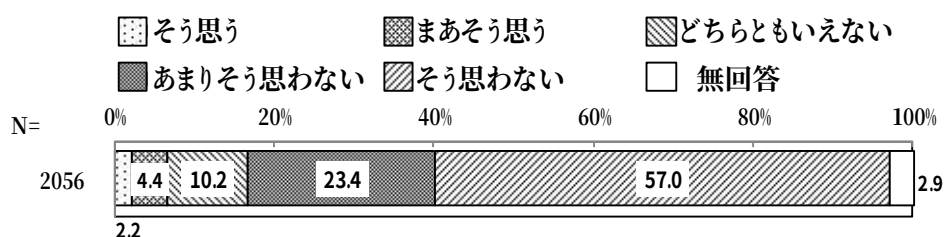
⑥現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない



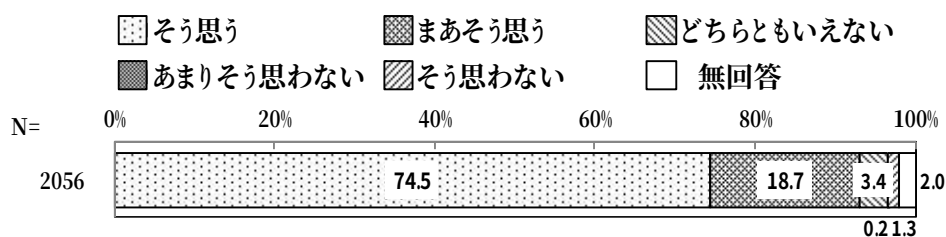
⑦健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ



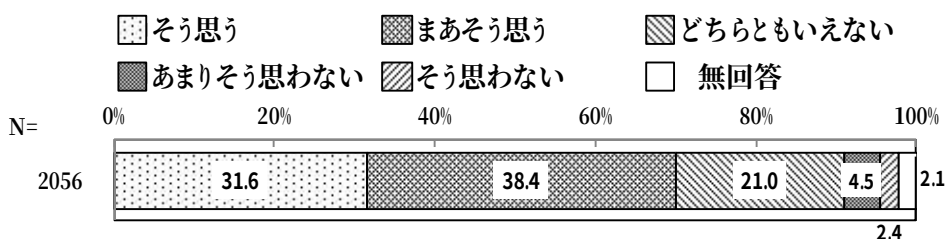
⑧ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい



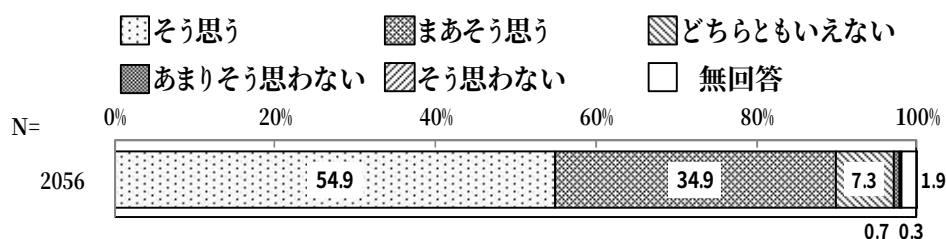
⑨自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい



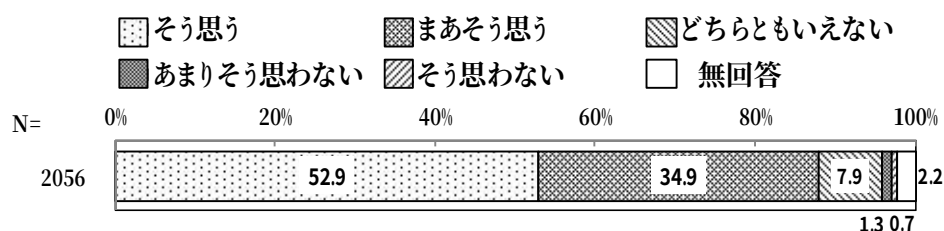
⑩健康でいるためには、ある程度のお金や時間がかかる必要がある



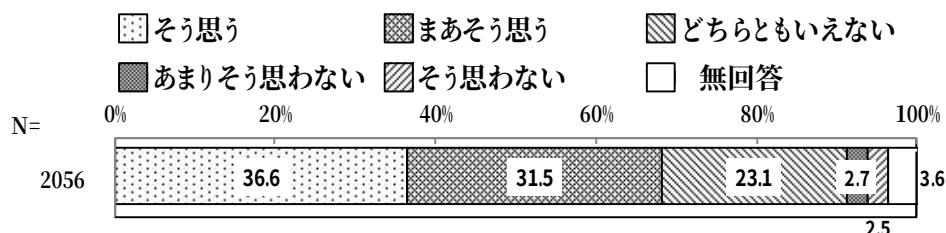
⑪自分の健康は自分で守るものだ



⑫ 病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ



⑬若者への「妊娠好適期」の教育は必要だ



【全 体】

区民の健康に関する考え方として、「自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい」（設問⑨）は、「そう思う」と「まあそう思う」を合わせた「そう思う人」で9割台半ばと最も高く、「運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ」（設問④）、「健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ」（設問⑦）は、「そう思う人」で約9割となっている。一方、「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい」（設問⑧）は、「そう思わない」と「あまりそう思わない」を合わせた「そう思わない人」で8割と高くなっている。

II 調査結果

【性 別】

性別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ」（設問⑫）、「そう思う人」で女性が男性よりも 6.7 ポイント、「健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ」（設問③）も、「そう思う人」で女性が男性よりも 5.7 ポイント高くなっている。

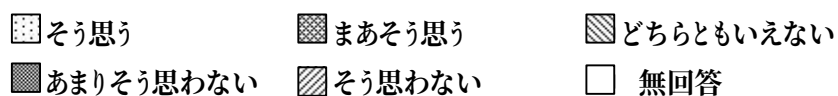
【性・年代別】

性・年代別にみると、「健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ」（設問⑤）は、「そう思う人」が、女性の 20 歳代から 50 歳代で約 10 割と高くなっている。「生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ」（設問①）は、「そう思う人」が、男性 80 歳以上、女性 70 歳代で 9 割台半ばと高くなっており、「そう思う」では、男性・女性ともに年齢が上がるほど高くなる傾向がある。「自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい」（設問⑨）は、男性・女性ともに概ね 9 割以上と高くなっている。一方、「ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい」（設問⑧）は、「そう思わない人」で、男性の 60 歳代、女性の 20 歳代から 60 歳代で 8 割台半ばと高くなっている。

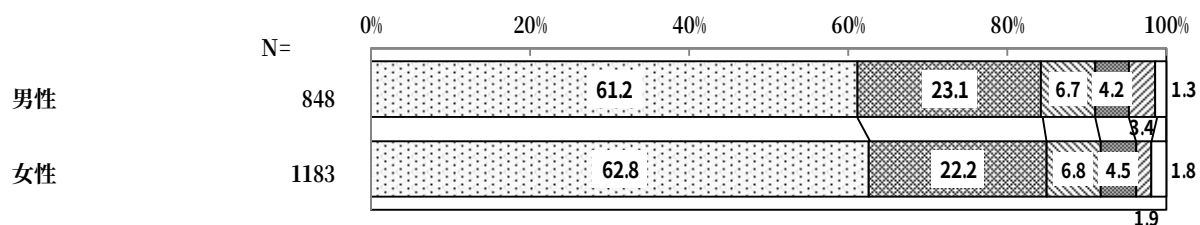
【地 域 別】

地域別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ」（設問④）は、「そう思う人」で、北沢地域が 9 割と最も高くなっている。「健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ」（設問③）も、「そう思う人」で、北沢地域が 8 割を超えて高くなっている。「健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある」（設問⑩）は、「そう思う人」で、玉川地域、北沢地域で 7 割を超えて高く、次いで、世田谷地域で 7 割と高くなっている。

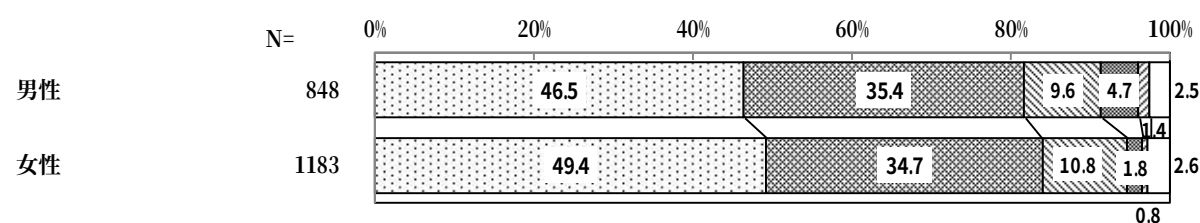
【性 別】



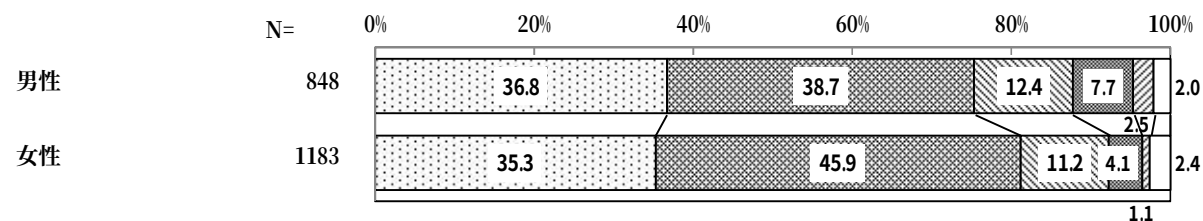
①生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



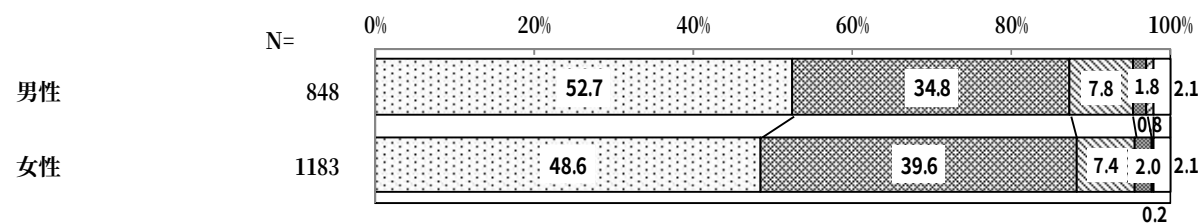
②食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい



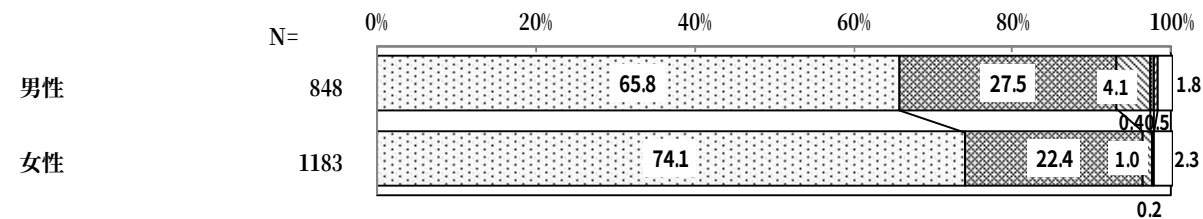
③健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ



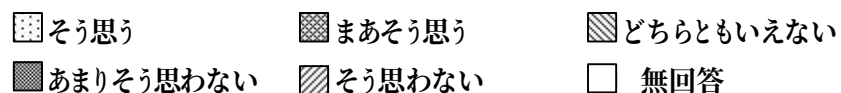
④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ



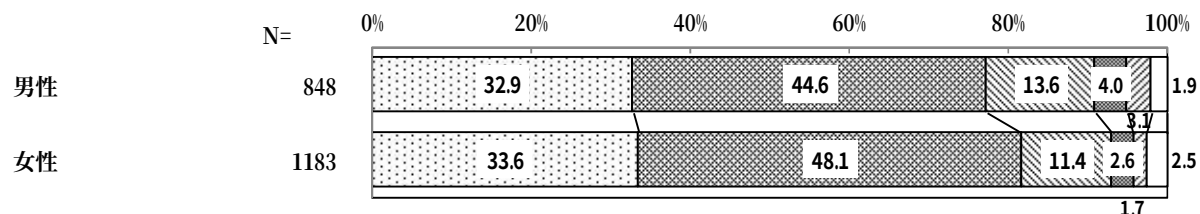
⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



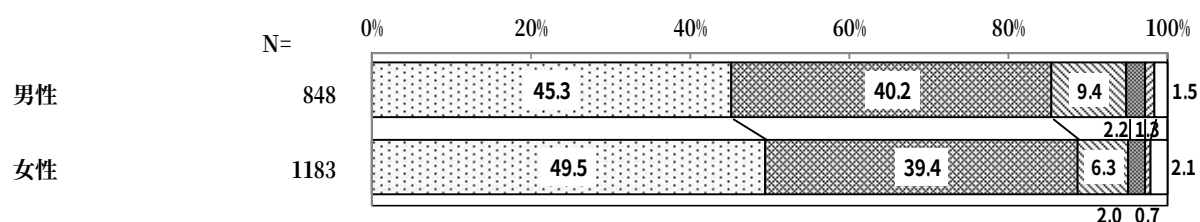
II 調査結果



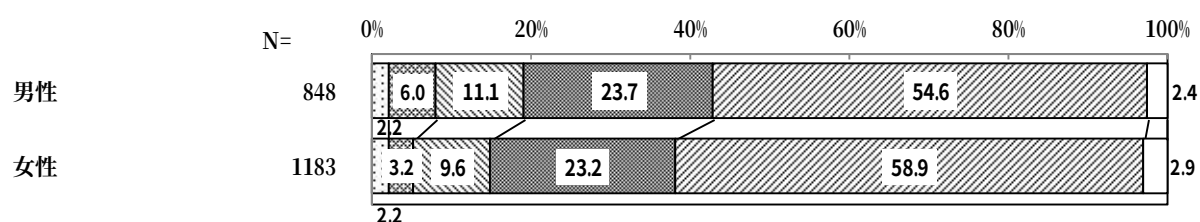
⑥現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない



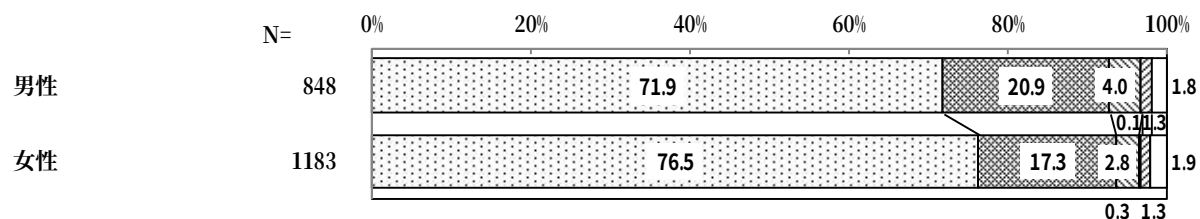
⑦健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ



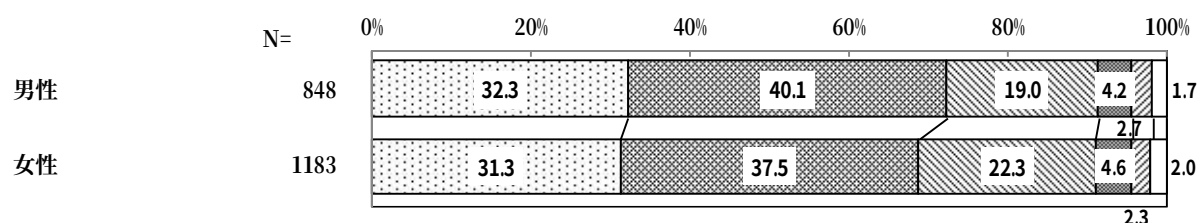
⑧ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい



⑨自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい



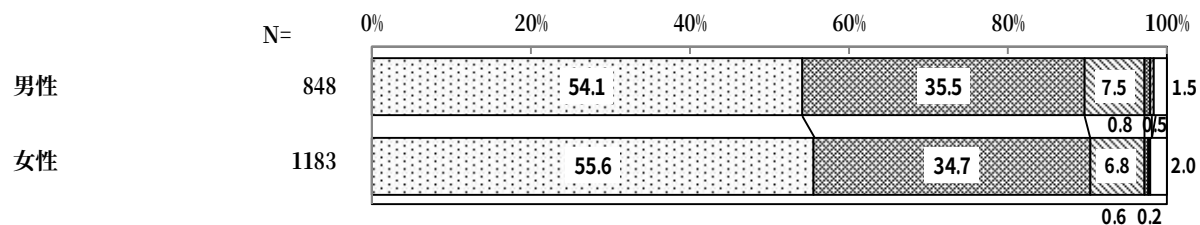
⑩健康でいるためには、ある程度のお金や時間がかかる必要がある



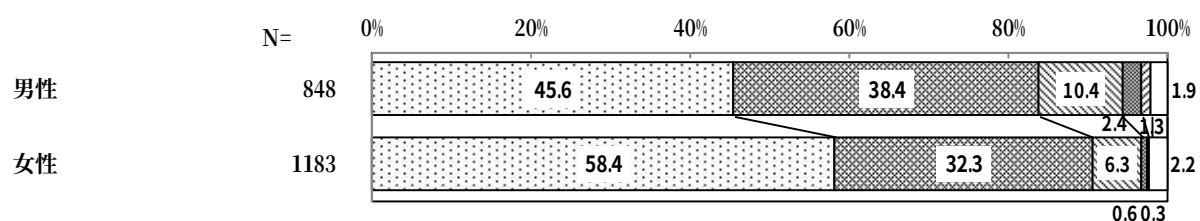
II 調査結果

そう思う
 まあそう思う
 どちらともいえない
 あまりそう思わない
 そう思わない
 無回答

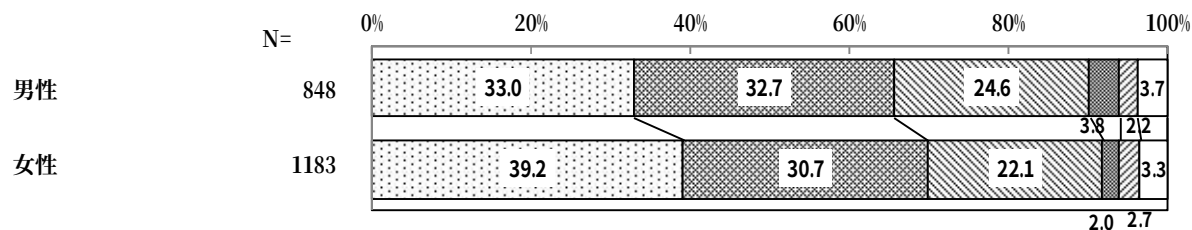
⑪自分の健康は自分で守るものだ



⑫病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ

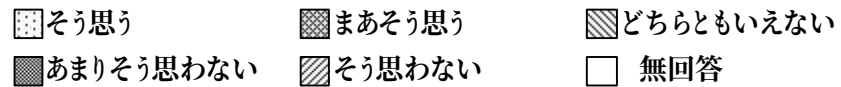


⑬若者への「妊娠好適期」の教育は必要だ

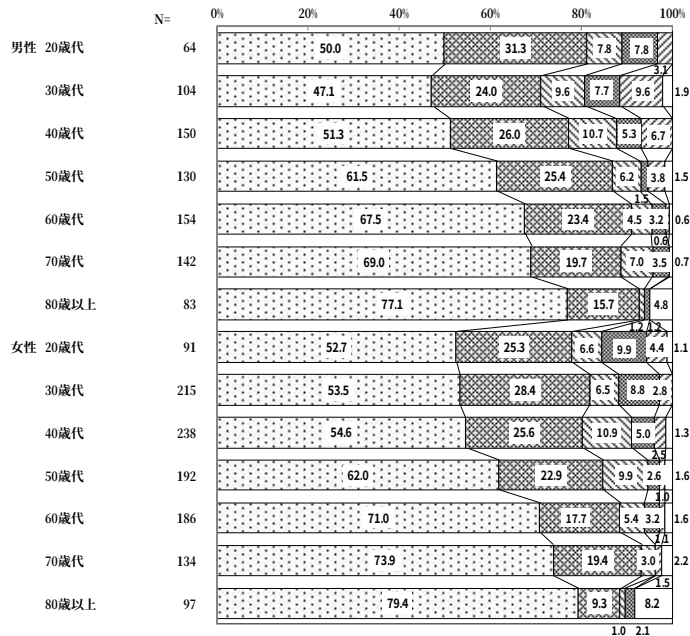


II 調査結果

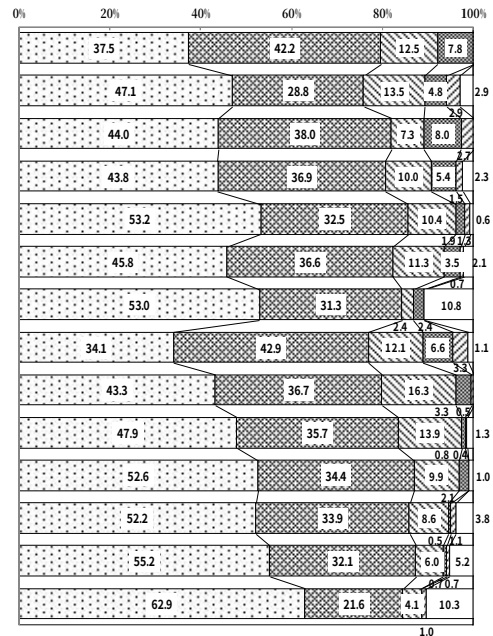
【性・年代別】



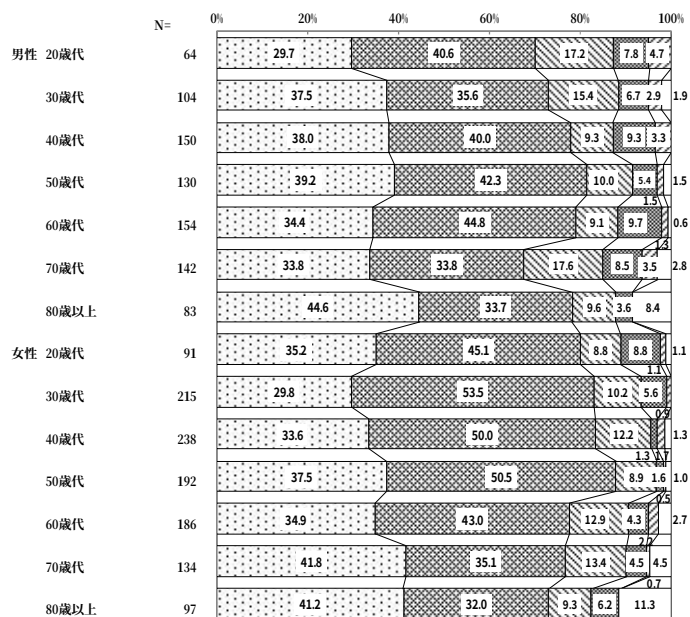
①生活のスタイルにあわせて三度の
食事をとることが大切だ



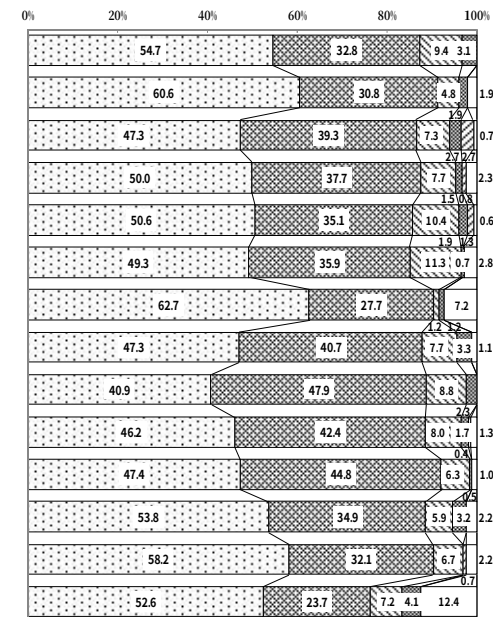
②食の安全が確保されていなければ、
健康を守るのはむずかしい



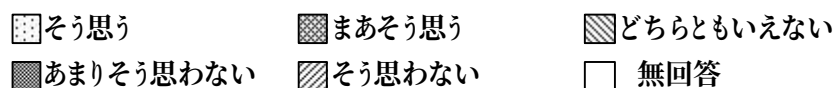
③健康を保つためには、時には好きな
食べものを控えることも大切だ



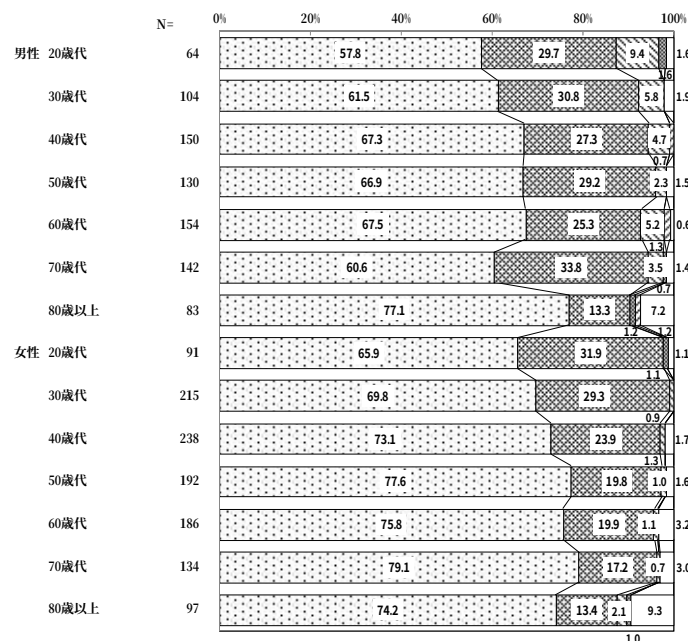
④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ



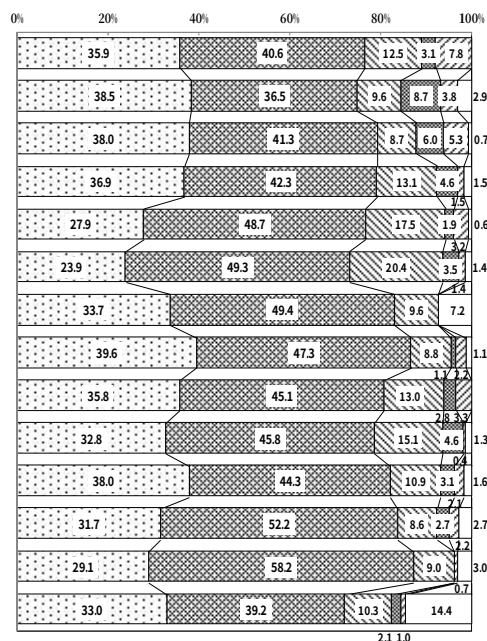
II 調査結果



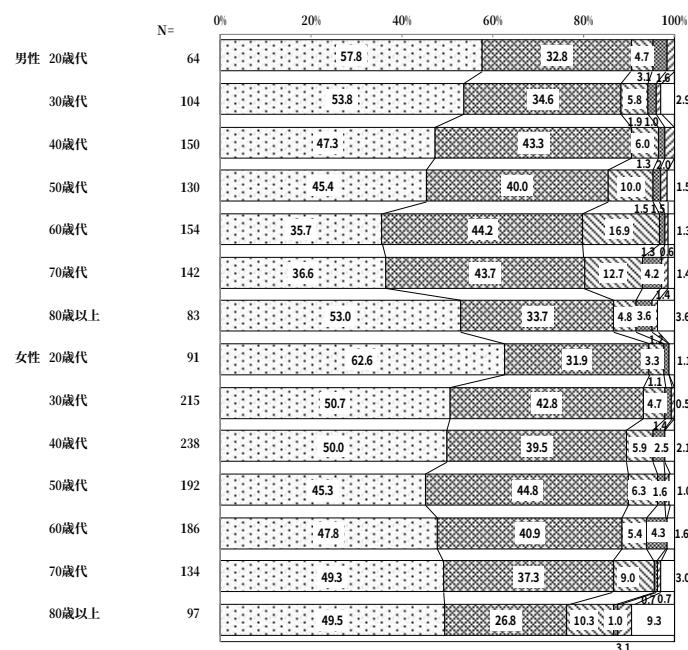
⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



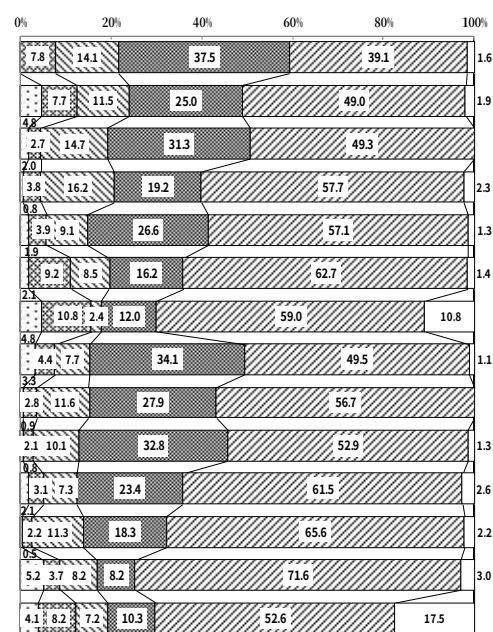
⑥現代社会においては、 ある程度のストレスはやむをえない



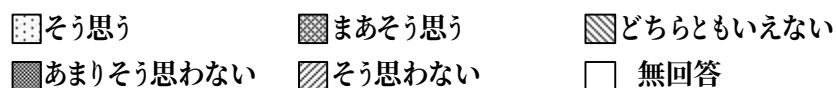
⑦健康で長生きするためには、 自分の生活習慣を改めることも必要だ



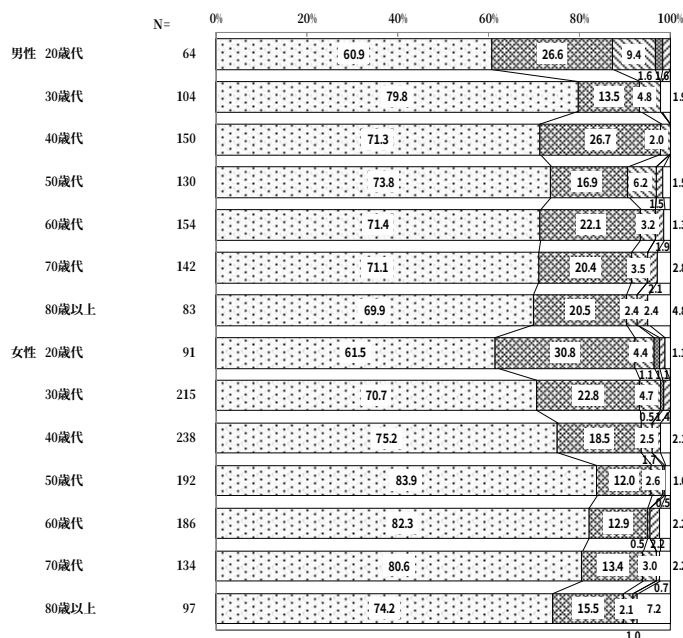
⑧ふだんから健康に気をつけるよりも、 病気になってから病院に行けばよい



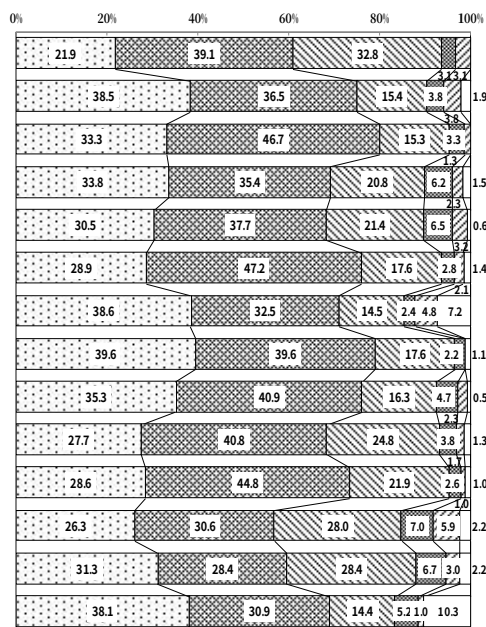
II 調査結果



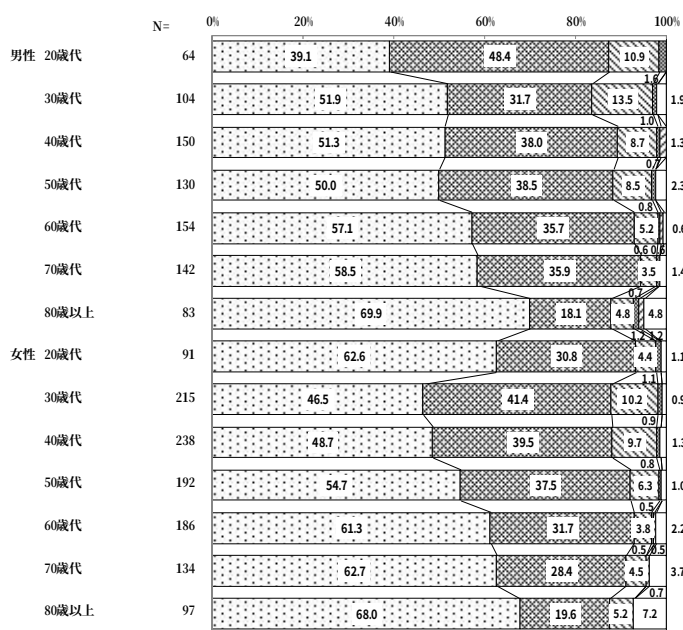
⑨ 自分の健康に気をつけて、 将来、介護が必要にならないようにしたい



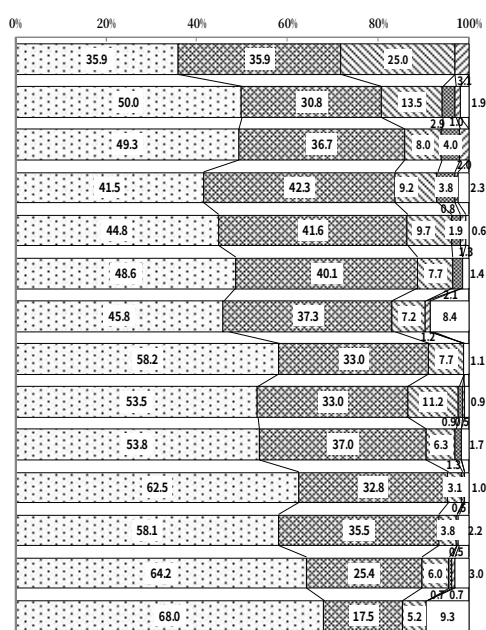
⑩ 健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある



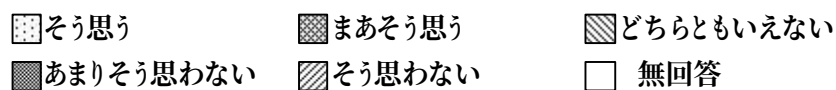
⑪ 自分の健康は自分で守るものだ



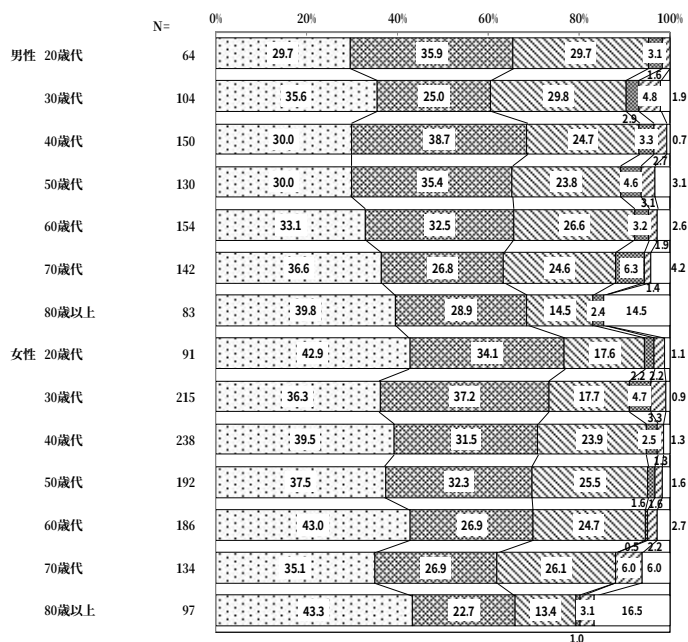
⑫ 病気や障害があっても、 自分らしく毎日を過ごすことが大切だ



II 調査結果

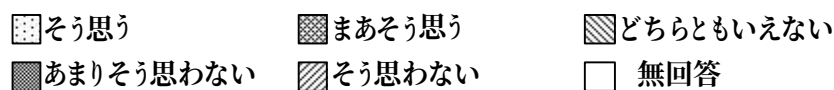


⑬ 若者への「妊娠好適期」の教育は必要だ

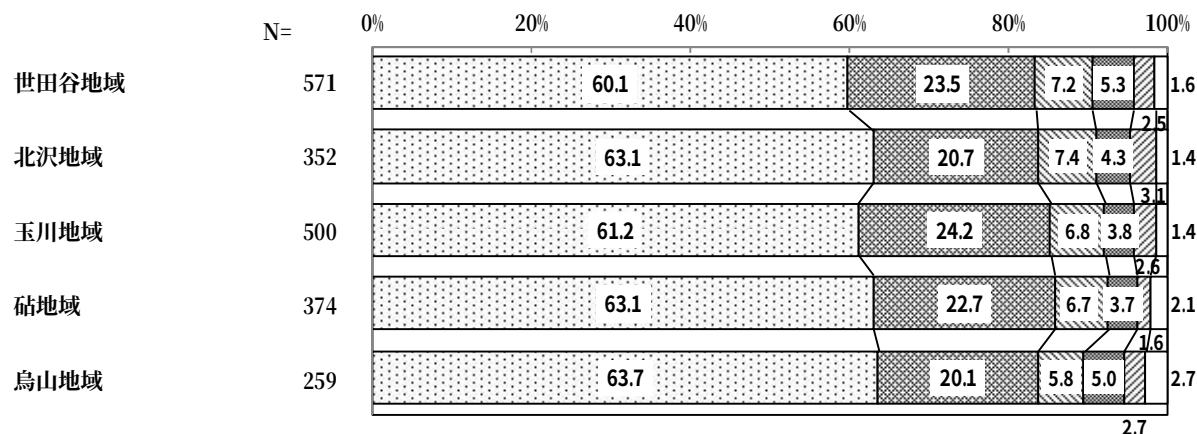


II 調査結果

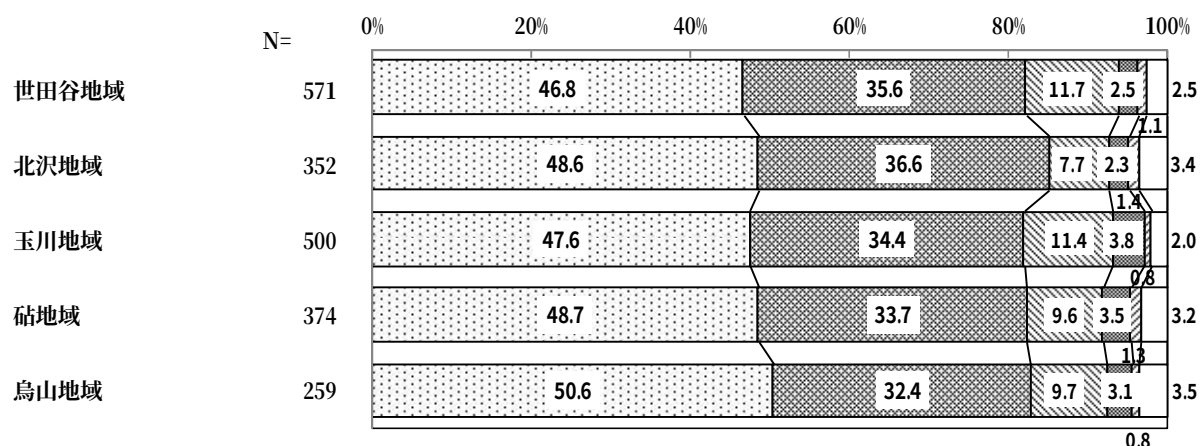
【地 域 別】



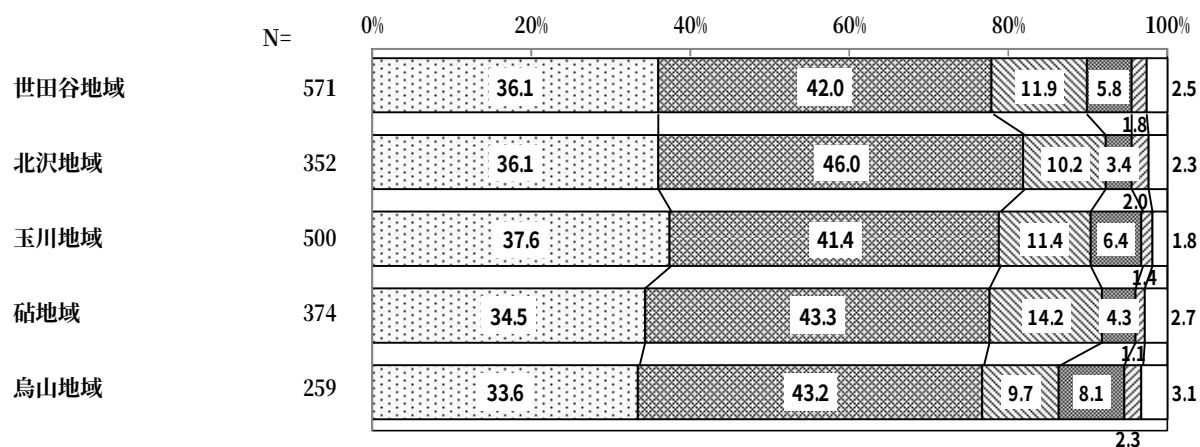
①生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



②食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい



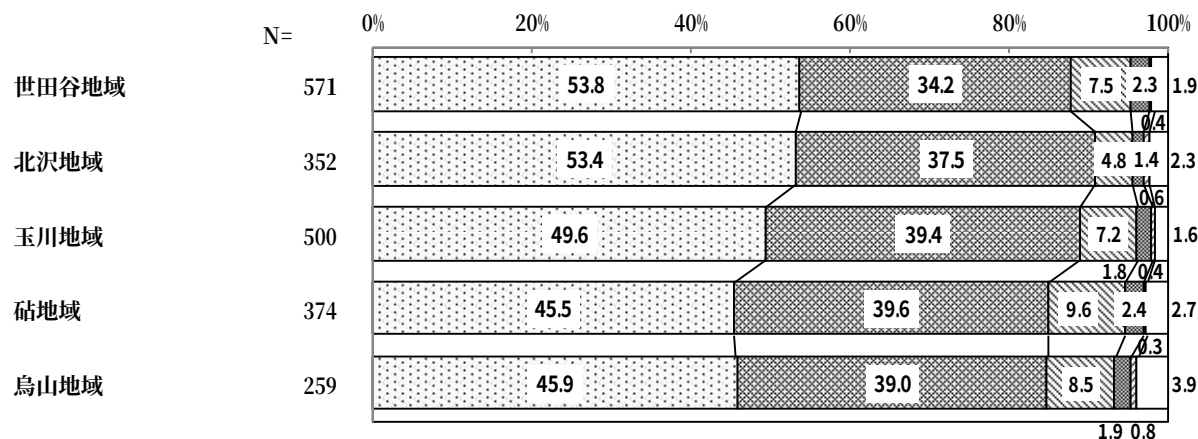
③健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ



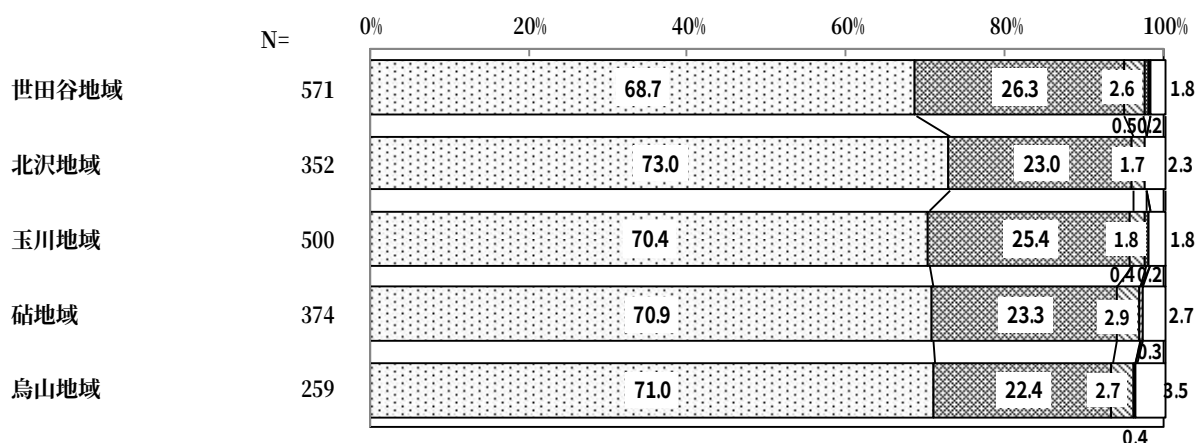
II 調査結果

そう思う
 まあそう思う
 どちらともいえない
 あまりそう思わない
 そう思わない
 無回答

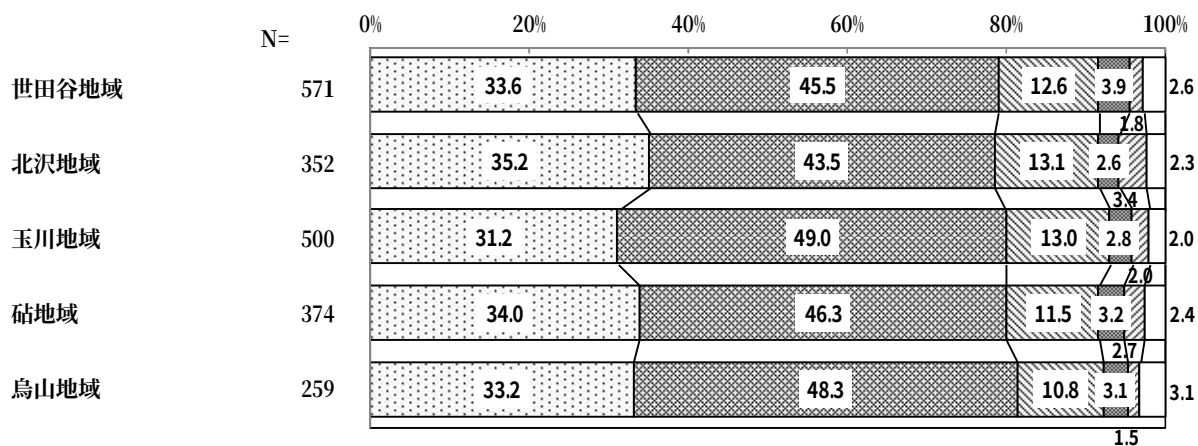
④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ



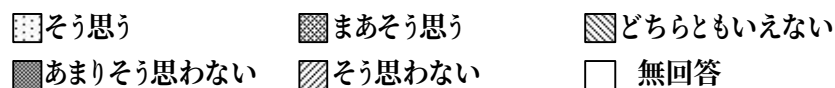
⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



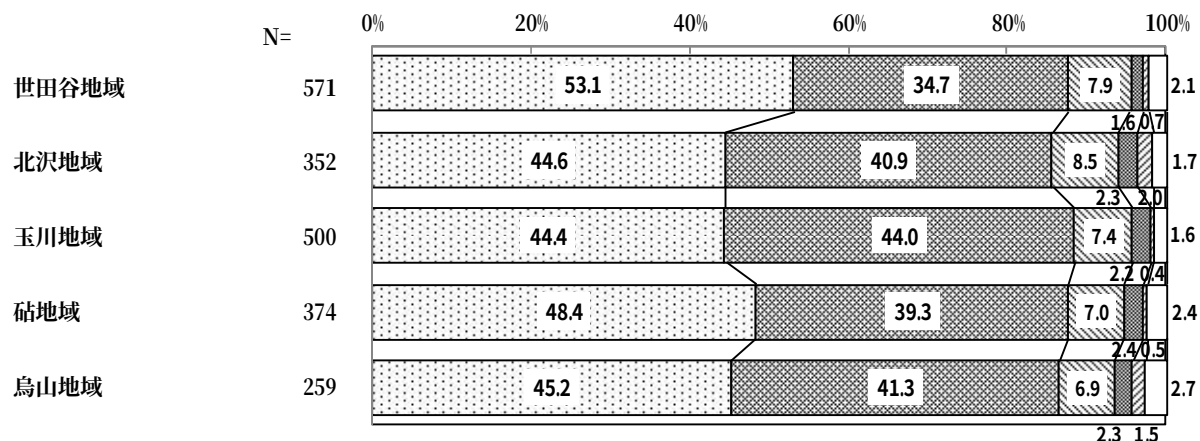
⑥現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない



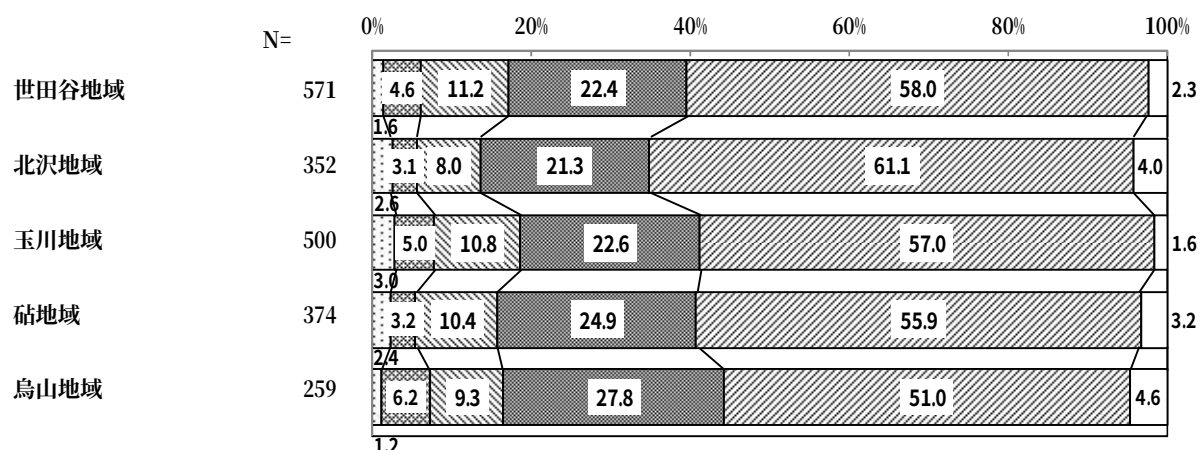
II 調査結果



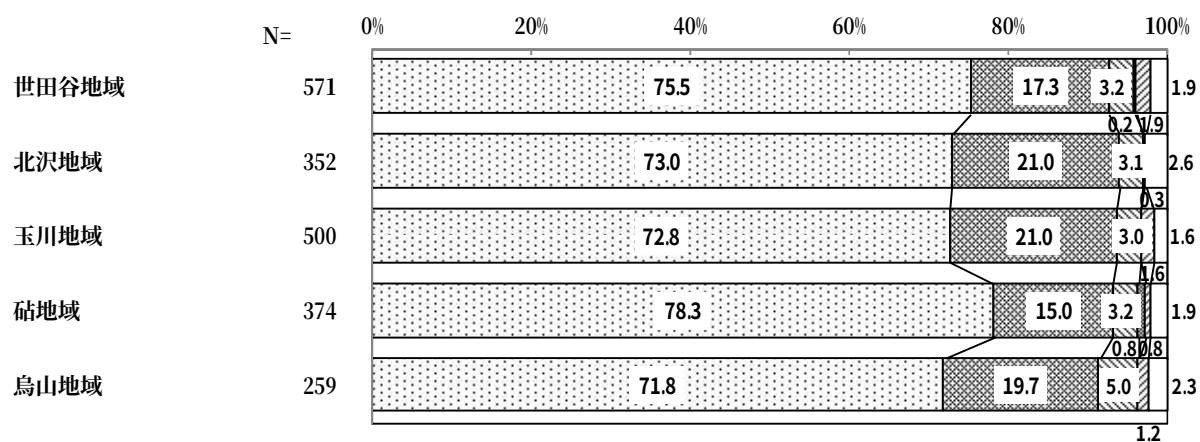
⑦健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ



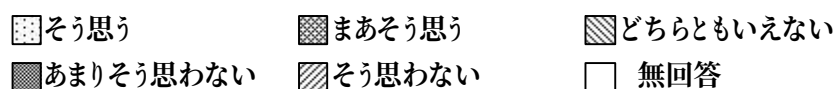
⑧ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい



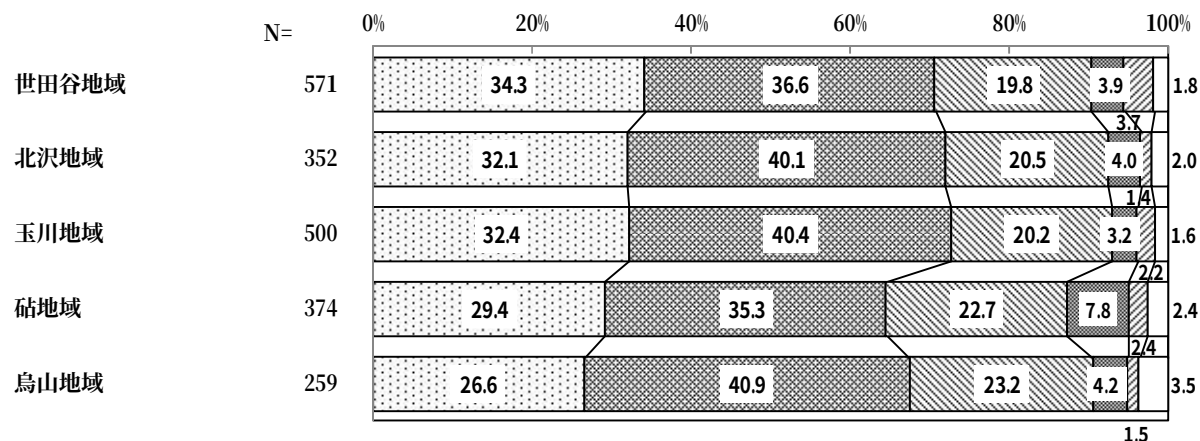
⑨自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい



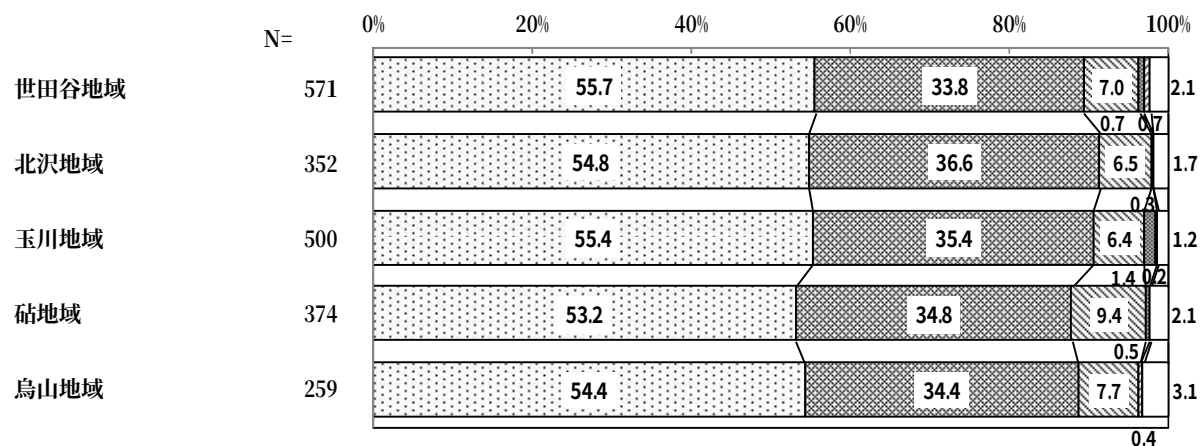
II 調査結果



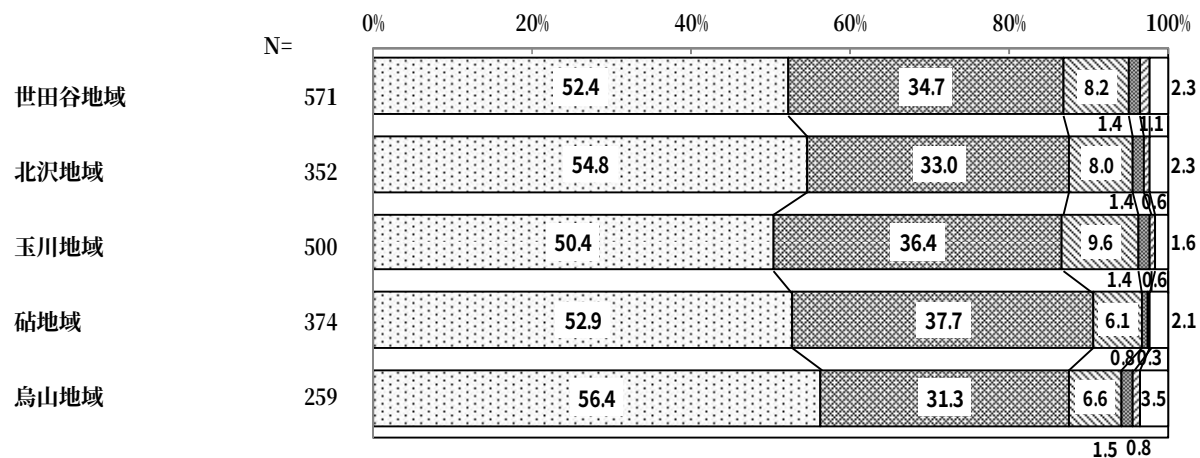
⑩健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある



⑪自分の健康は自分で守るものだ



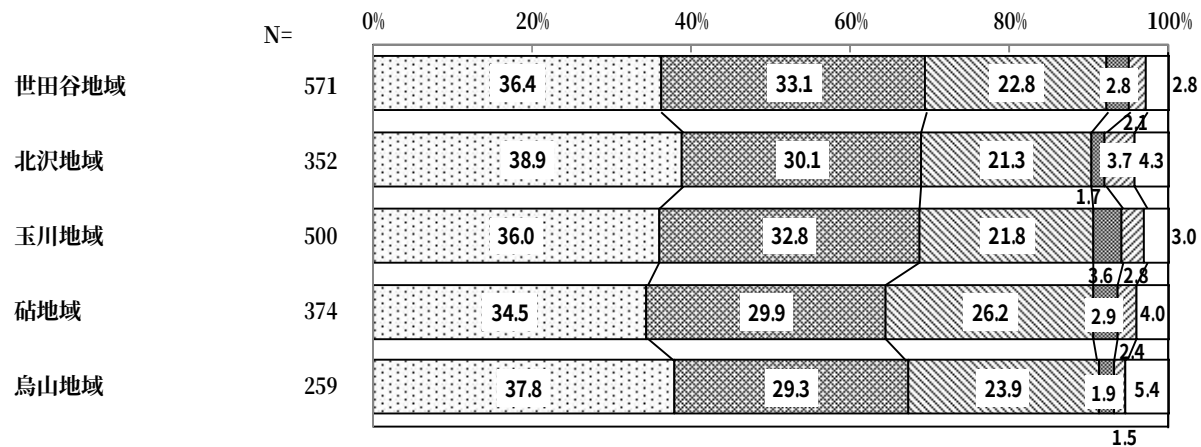
⑫病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ



II 調査結果

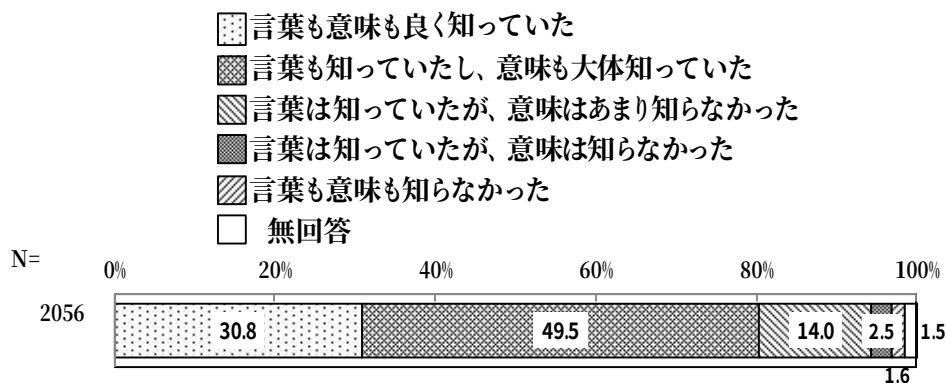
そう思う
 まあそう思う
 どちらともいえない
 あまりそう思わない
 そう思わない
 無回答

⑬若者への「妊娠好適期」の教育は必要だ



問6 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことで。

あなたは、『メタボリックシンドローム』という言葉やその意味を知っていましたか。（1つに○）



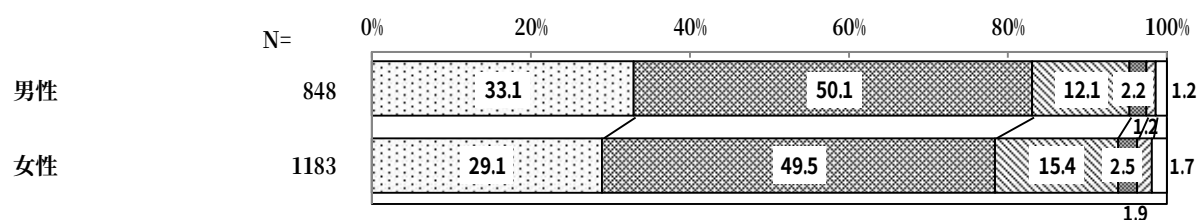
『メタボリックシンドローム』の認知度については、「言葉も知っていたし、意味も大体知っていた」と「言葉も意味も良く知っていた」を合わせた「意味を知っていた人」は80.3%、「言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった」「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」「言葉も意味も知らなかった」を合わせた「意味を知らなかった人」は18.1%となっている。

性別にみると、「意味を知っていた人」は、男性が女性よりも、4.6ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「意味を知っていた人」は、男性の50歳代、70歳代で約9割と最も高く、次いで、男性の40歳代、60歳代、女性の50歳代・70歳代で8割台半ばとなっている。

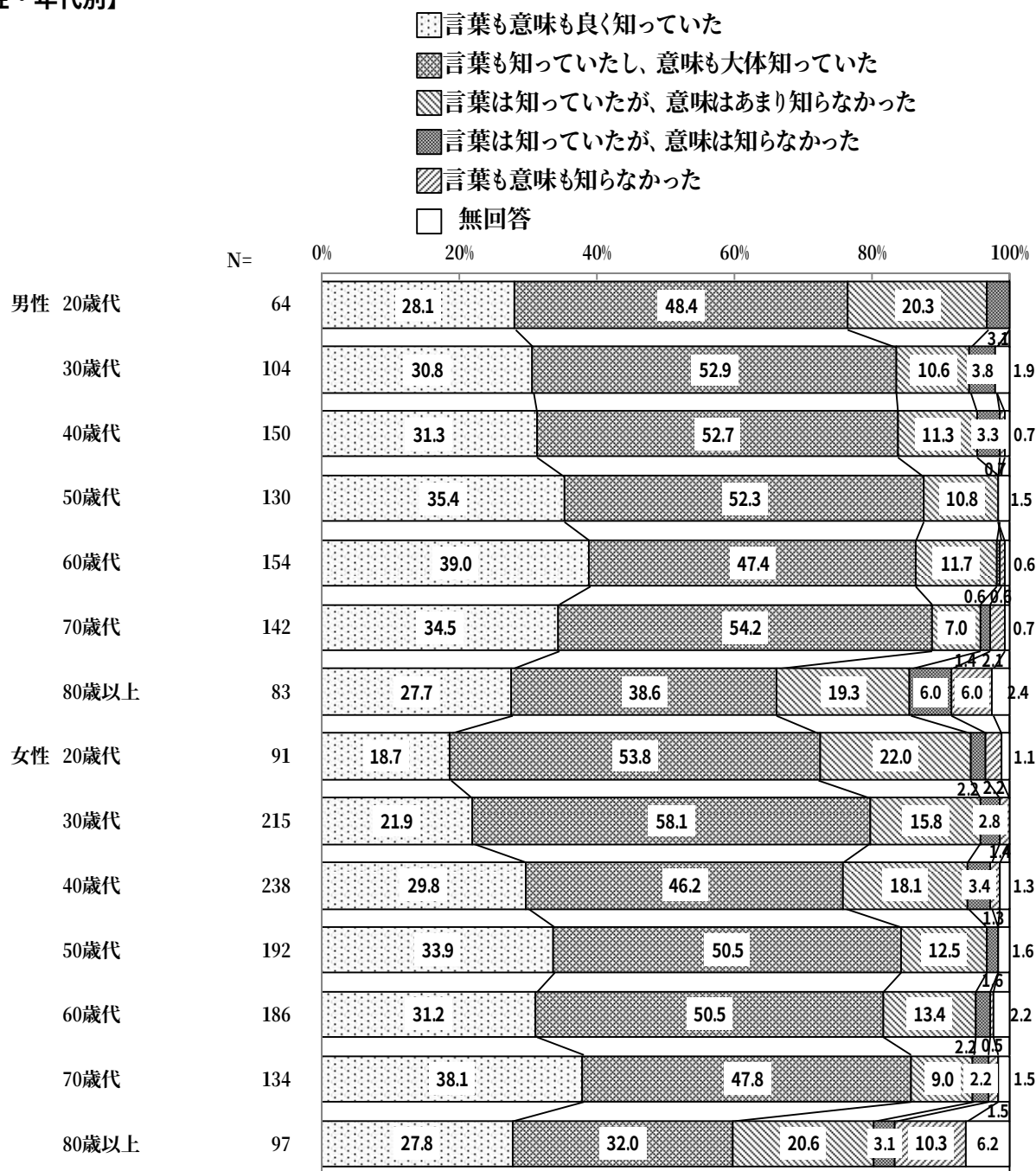
地域別にみると、「言葉も意味も良く知っていた」は、砧地域で3割台半ばと最も高く、最も低い玉川地域と比べると、4.5ポイントの差がある。

【性別】

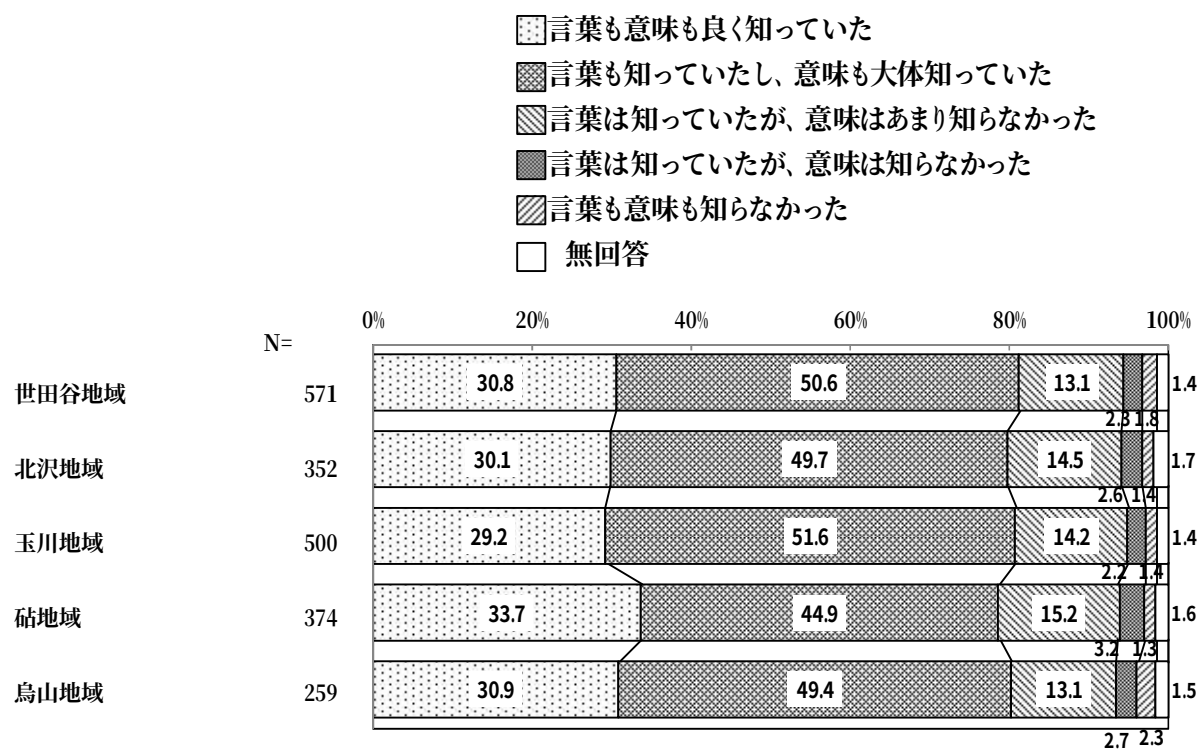


II 調査結果

【性・年代別】

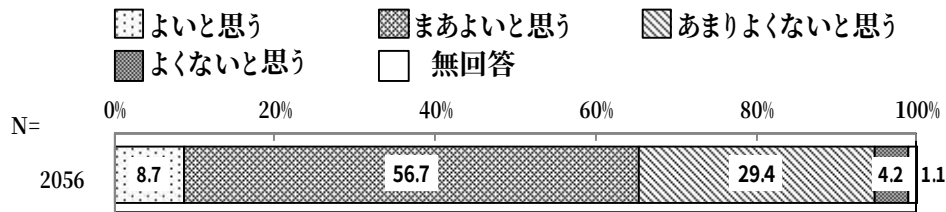


【地 域 別】



II 調査結果

問7 あなたは、健康面から見て、ご自分のふだんの生活習慣をどう思いますか。(1つに○)



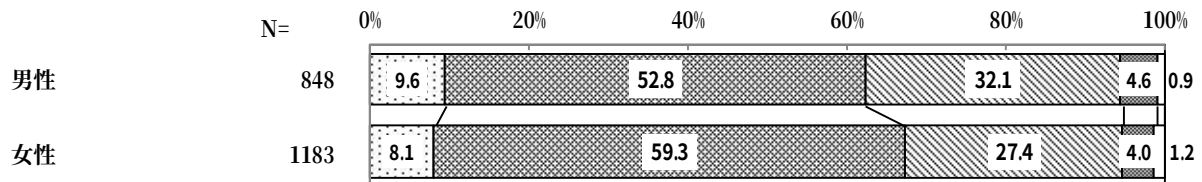
ふだんの生活習慣については、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」は65.4%、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせた「よくないと思う人」は33.6%となっている。

性別にみると、「よいと思う人」は、女性が男性よりも5.0ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「よいと思う人」は、女性の70歳代で8割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳代、80歳以上で8割を超え、女性の80歳以上で7割台半ばとなっている。

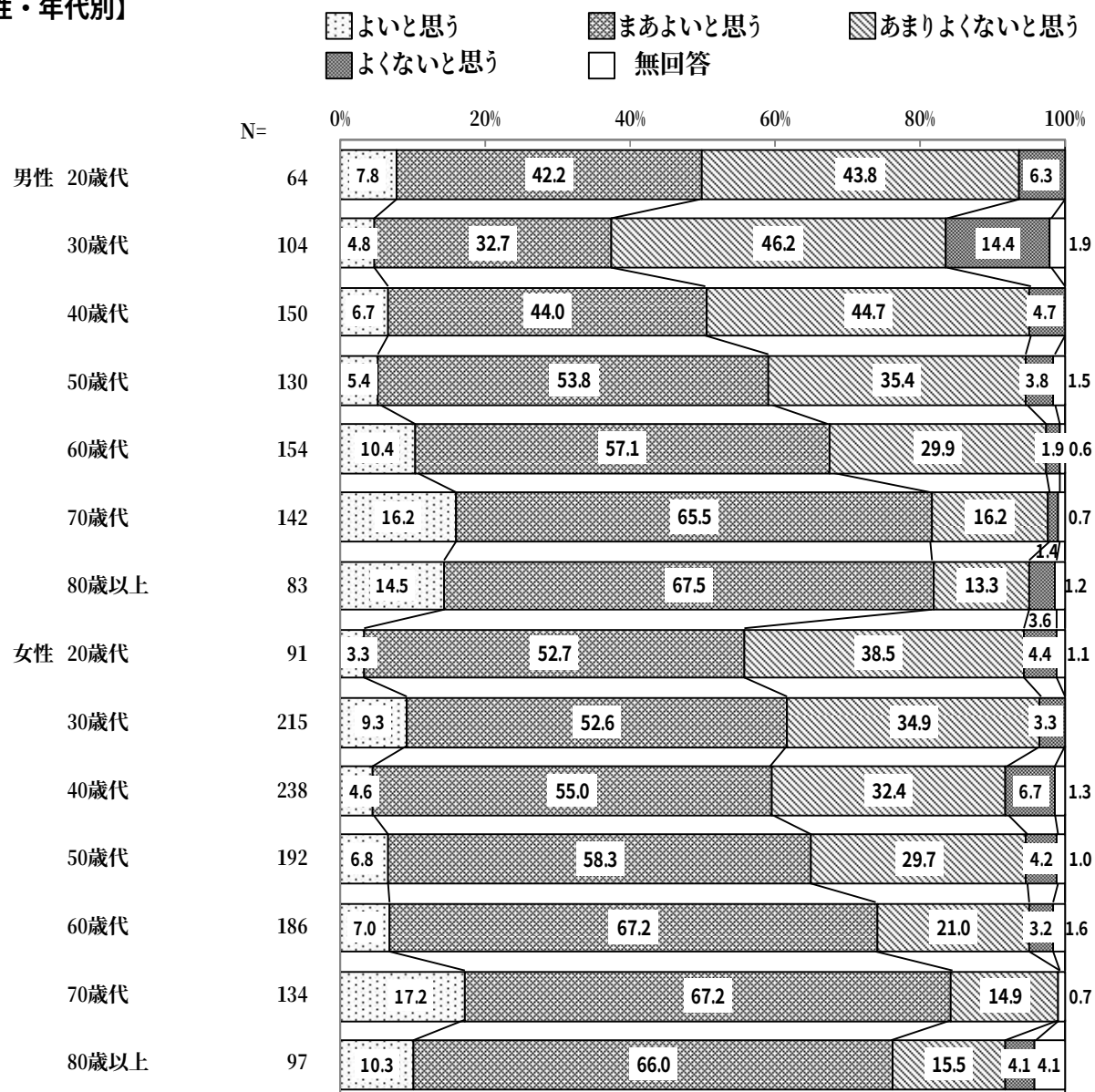
地域別にみると、「よいと思う人」は、世田谷地域、烏山地域で約7割、北沢地域、玉川地域、砧地域で6割台半ばとなっている。

【性別】

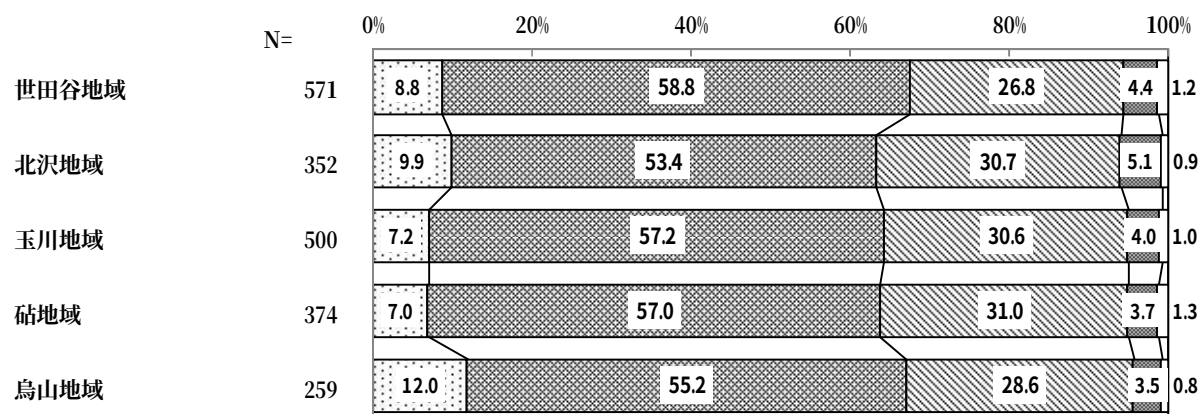


II 調査結果

【性・年代別】

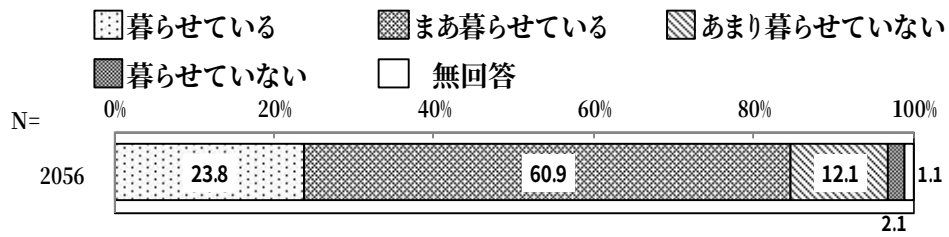


【地 域 別】



II 調査結果

問8 あなたは、毎日を健やかに充実して暮らせていますか。(1つに○)



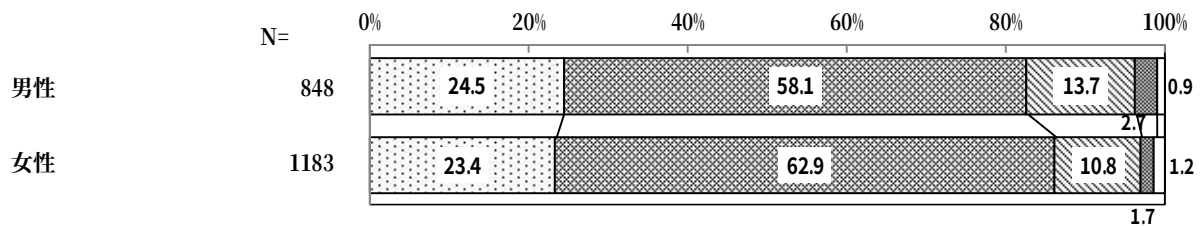
毎日を健やかに充実して暮らせているかについては、「まあ暮らせている」60.9%が最も高く、次いで、「暮らせている」23.8%、「あまり暮らせていない」12.1%となっている。

性別にみると、「まあ暮らせている」は、女性が男性よりも4.8ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「暮らせている」と「まあ暮らせている」を合わせた「暮らせている人」は、女性の70歳代で9割を超えて最も高く、次いで、男性の80歳以上、女性の20歳代で9割となっている。

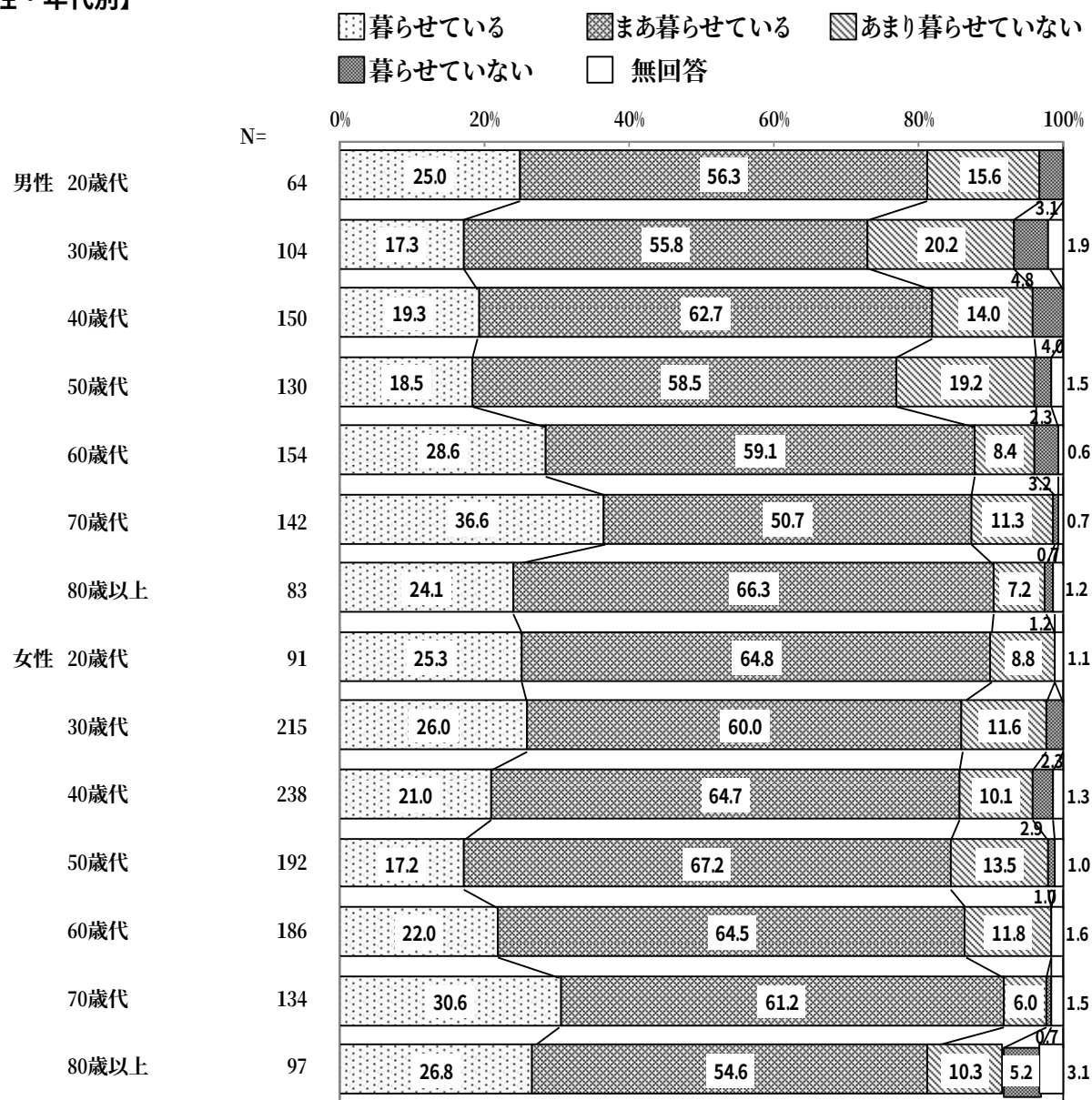
地域別にみると、「暮らせている人」は、玉川地域で約9割と最も高くなっている。最も低い砧地域と比べると、7.7ポイントの差がある。

【性別】

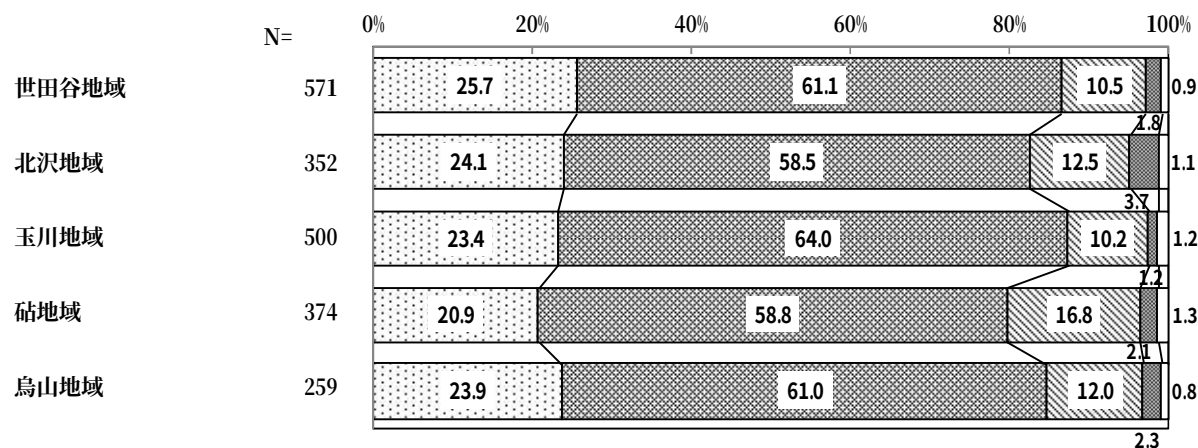


II 調査結果

【性・年代別】

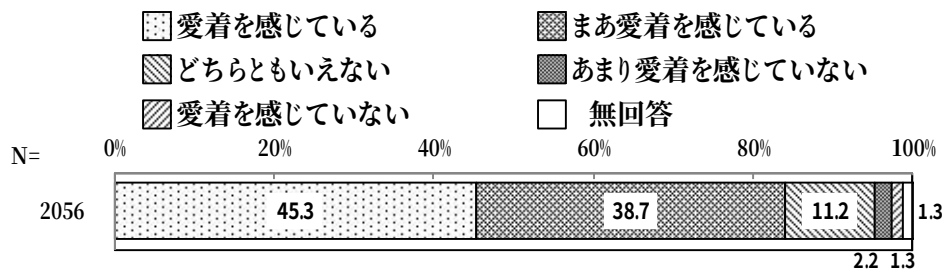


【地 域 別】



II 調査結果

問9 あなたは、世田谷区に愛着を感じていますか。(1つに○)



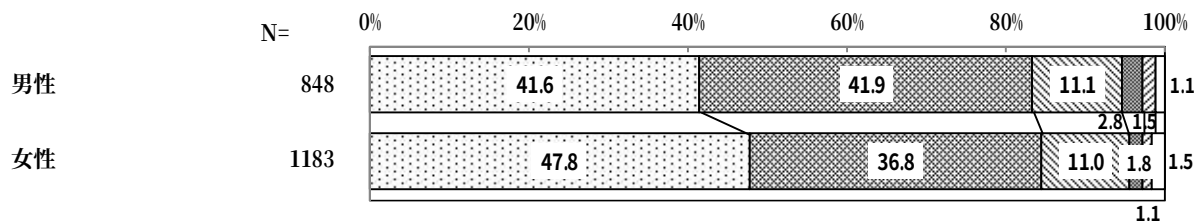
世田谷区への愛着については、「愛着を感じている」「まあ愛着を感じている」を合わせた「愛着を感じている人」は84.0%、「どちらともいえない」11.2%となっている。

性別にみると、「まあ愛着を感じている」は、男性が女性よりも5.1ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「愛着を感じている人」は、概ね8割以上と高くなっているが、男性・女性ともに30歳代で7割台となっている。

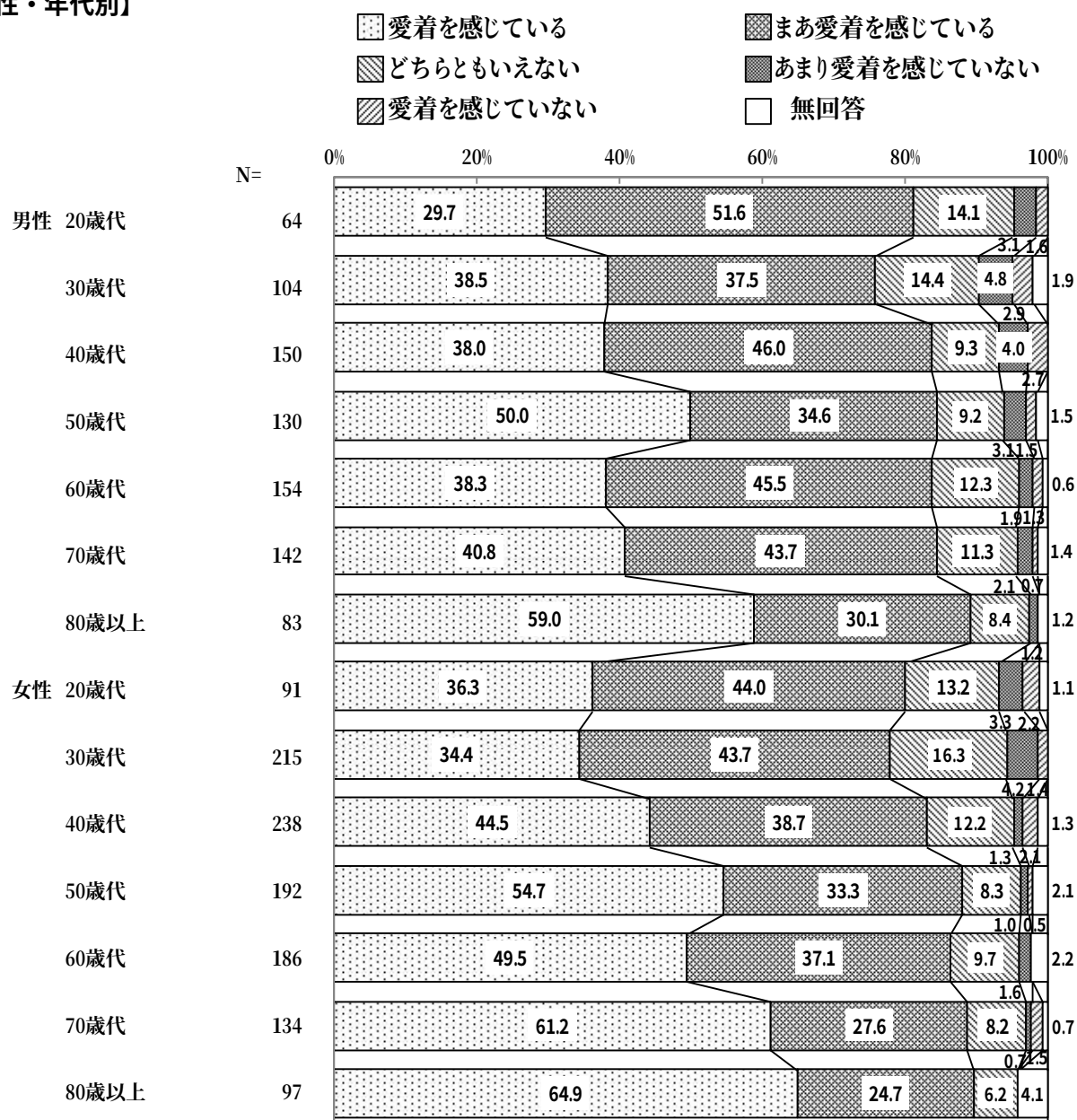
地域別にみると、「愛着を感じている人」は、世田谷地域、北沢地域、玉川地域、砧地域で8割台半ばとなっているが、烏山地域では約8割となっている。

【性別】

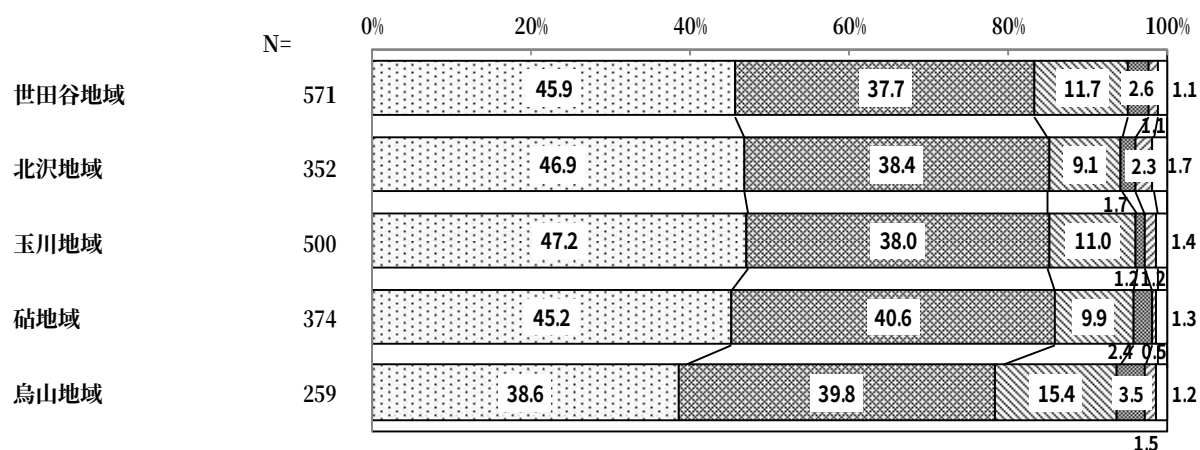


II 調査結果

【性・年代別】



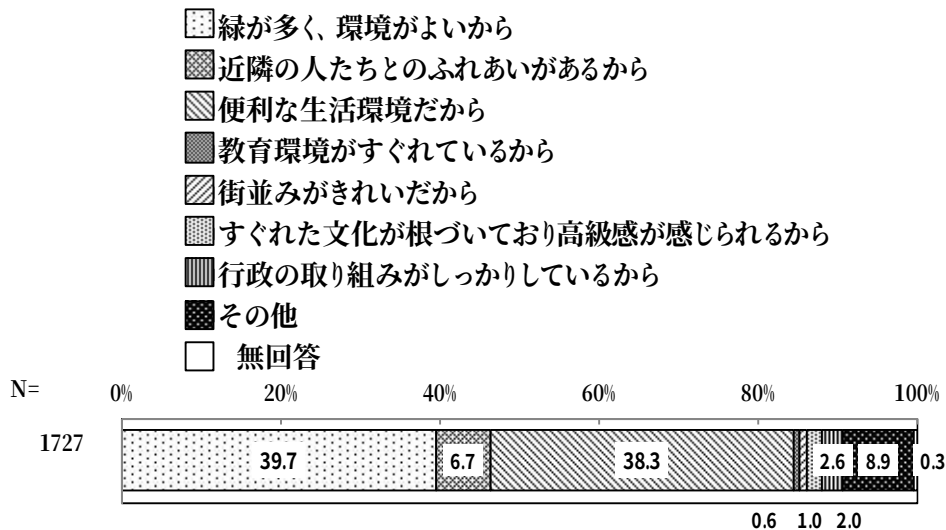
【地 域 別】



II 調査結果

問9で「1. 愛着を感じている」、「2. まあ愛着を感じている」を選ばれた方におうかがいします。

問9-1 あなたが、世田谷区に愛着を感じる理由は何ですか。(1つに○)



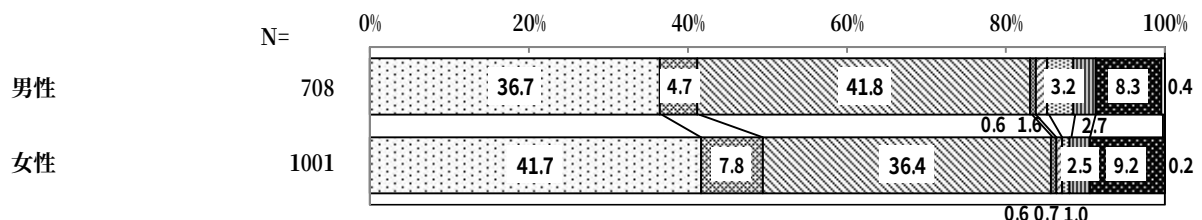
愛着を感じる理由については、「緑が多く、環境がよいから」39.7%が最も高く、次いで、「便利な生活環境だから」38.3%、「近隣の人たちとのふれあいがあるから」6.7%となっている。

性別にみると、「便利な生活環境だから」は、男性が女性よりも5.4ポイント高くなっている。一方、「緑が多く、環境がよいから」は、女性が男性よりも5.0ポイント高くなっている。

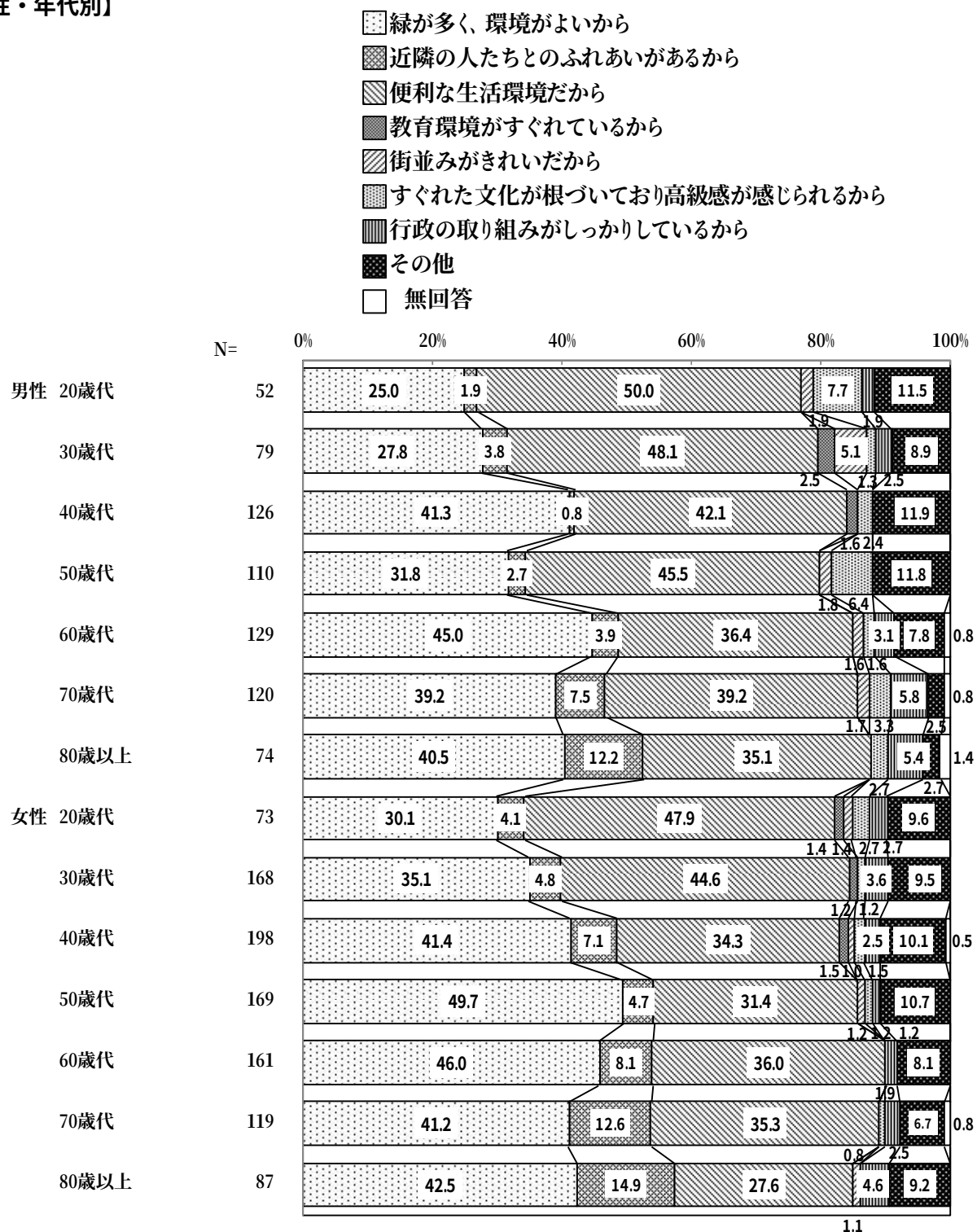
性・年代別にみると、「緑が多く、環境がよいから」は、女性の50歳代で約5割と最も高く、次いで、男性・女性の60歳代で4割台半ばとなっている。「便利な生活環境だから」は、男性の20歳代で5割と最も高く、次いで、男性の30歳代、女性の20歳代で約5割となっている。

地域別にみると、「緑が多く、環境がよいから」は、砧地域で5割を超えて最も高く、次いで、玉川地域で4割台半ばとなっている。「便利な生活環境だから」は、北沢地域で約5割と最も高く、次いで、世田谷地域で4割台半ばとなっている。

【性別】

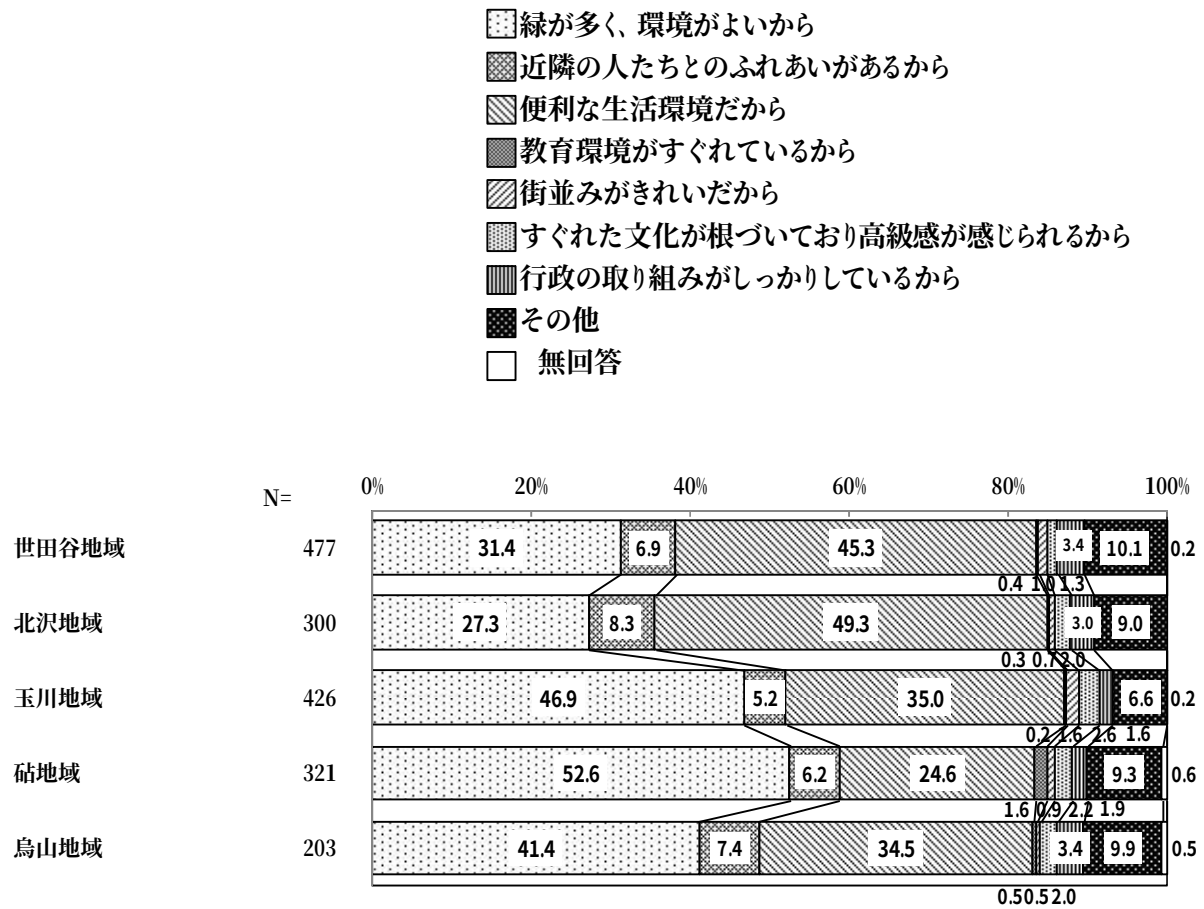


【性・年代別】



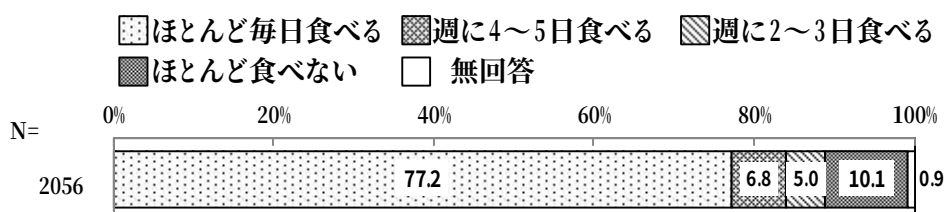
II 調査結果

【地 域 別】



3 食生活について

問 10 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。(1つに○)



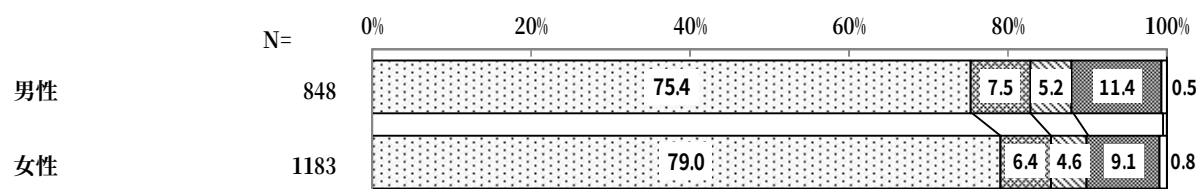
朝食の摂取状況については、「ほとんど毎日食べる」77.2%が最も高く、次いで、「ほとんど食べない」10.1%、「週に4～5日食べる」6.8%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「ほとんど毎日食べる」は、女性の70歳代で9割台半ばと最も高く、次いで、男性の80歳以上で9割を超え、女性の60歳代、80歳以上で約9割となっており、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。一方、「ほとんど食べない」は、男性の30歳代で約3割と高くなっている。

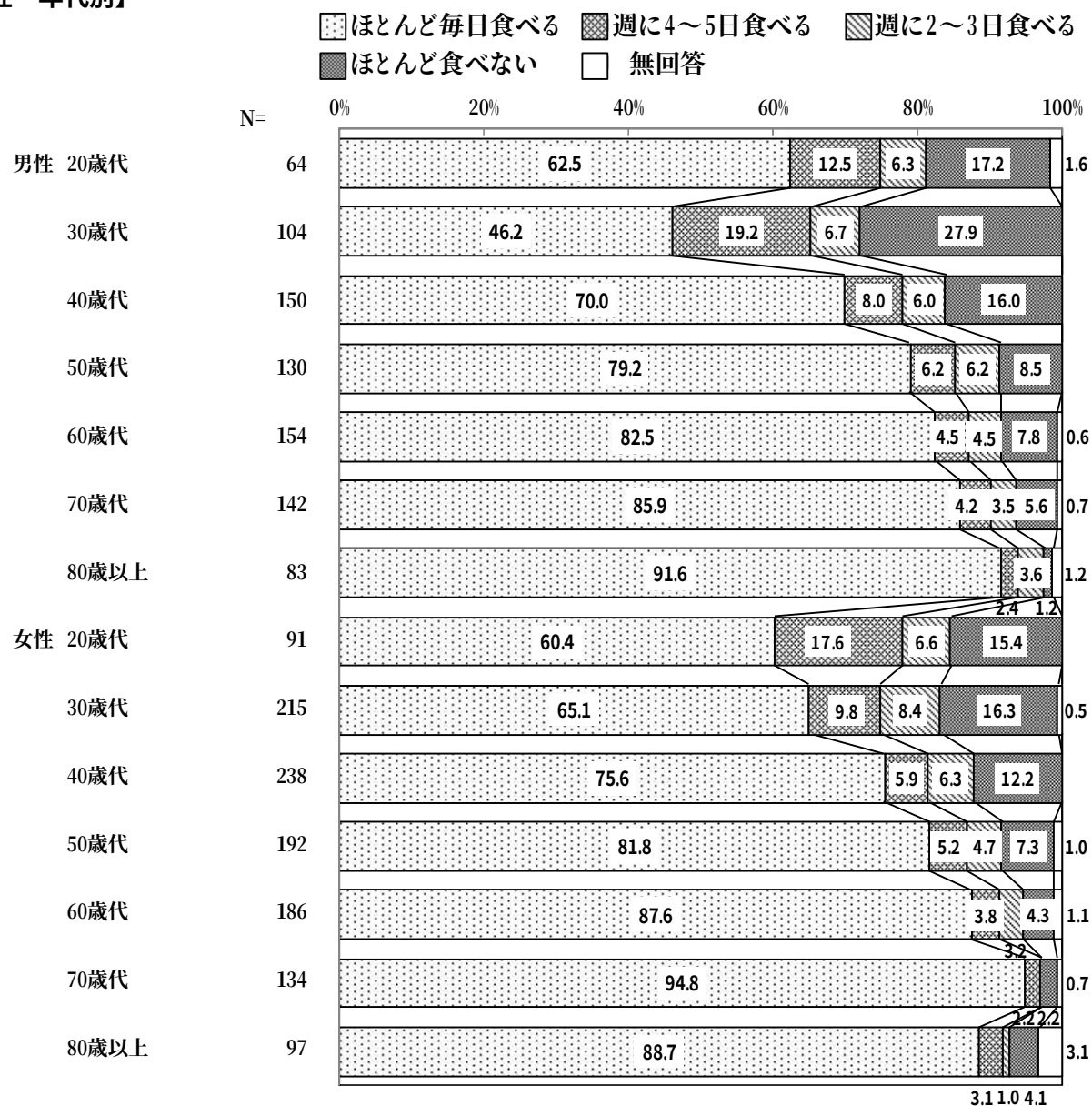
地域別にみると、「ほとんど毎日食べる」は、玉川地域、砧地域で約8割と高くなっている。

【性 別】

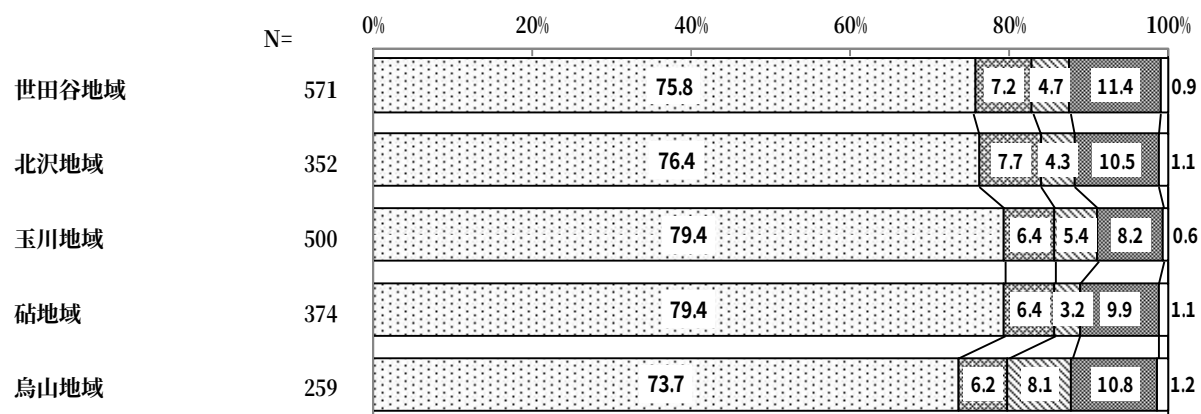


II 調査結果

【性・年代別】

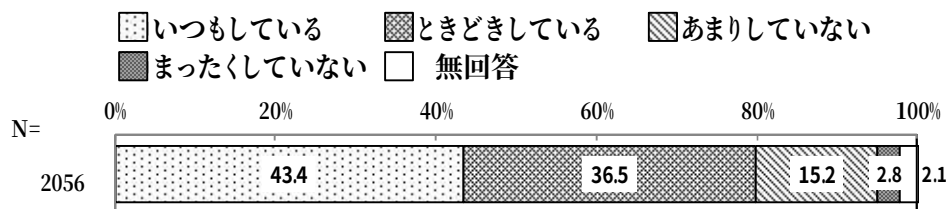


【地 域 別】

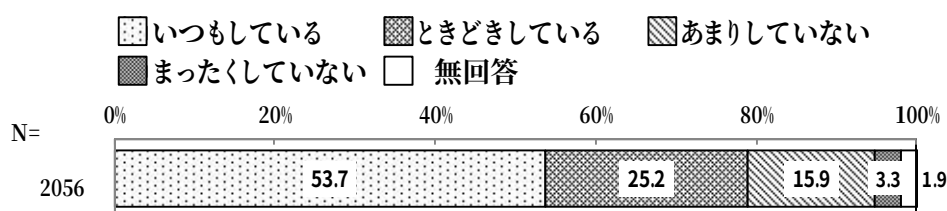


問 11 あなたは、ふだんの食生活の中で、次のそれぞれのことがらをどれくらいしていますか。
(それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○)

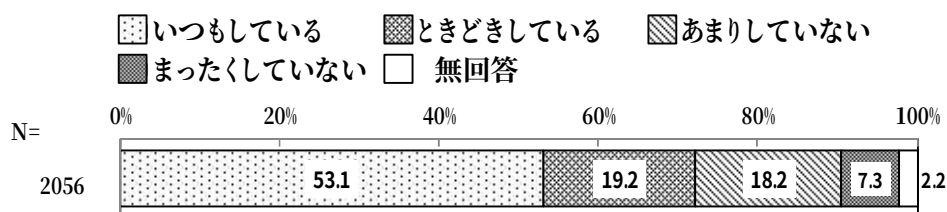
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



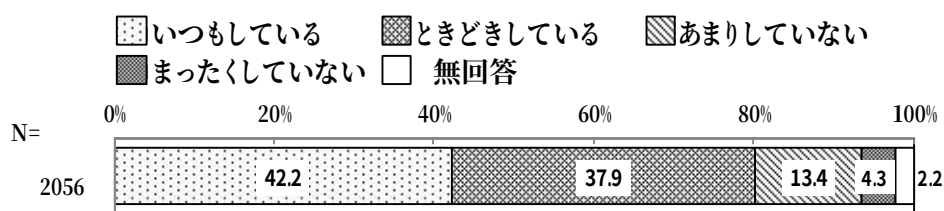
②規則正しく食事をするようにしている



③食事は寝る2時間前までに取るようにしている

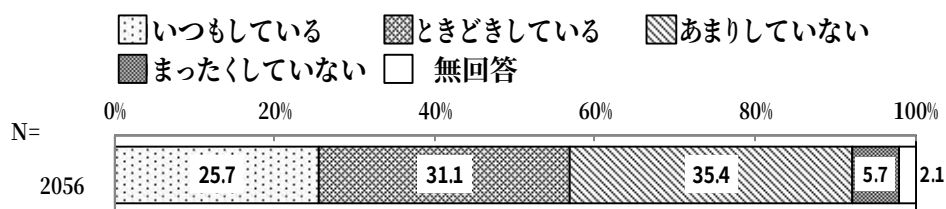


④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている

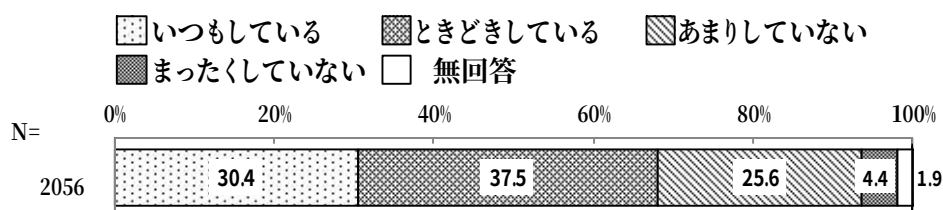


II 調査結果

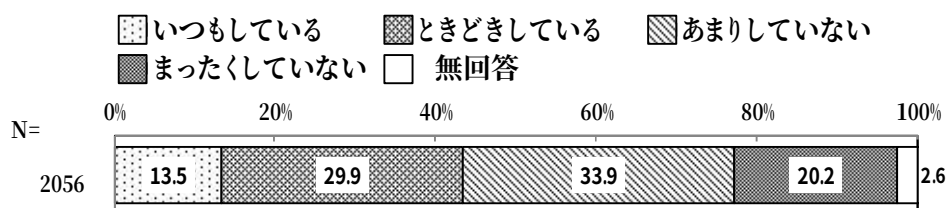
⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



⑥塩分をとりすぎないようにしている



⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている



【全 体】

ふだんの食生活で実践していることとして、「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」（設問④）は、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」で8割と最も高くなっている。「栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている」（設問①）、「規則正しく食事をするようにしている」（設問②）は、「している人」で約8割となっている。一方、「食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている」（設問⑦）は、「まったくしていない」と「あまりしていない」を合わせた「していない人」で5割台半ばとなっており、半数を超えている。

【性 別】

性別にみると、「食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている」（設問⑦）は、「している人」で女性が男性よりも 19.2 ポイント高く、「食事は寝る 2 時間前までにとるようにしている」（設問③）も、「している人」で女性が男性よりも 16.5 ポイント高くなっている。また、その他いずれかのことがらについても女性が男性よりも高くなっている。

【性・年代別】

性・年代別にみると、「食事は寝る 2 時間前までにとるようにしている」（設問③）は、「している人」で女性の 60 歳代で 9 割を超えて最も高く、次いで、女性の 70 歳代、80 歳以上で約 9 割となっている。

「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」（設問④）も、「している人」で女性の 40 歳代が 9 割を超えて高くなっている。一方、「食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている」（設問⑦）は、「していない人」で男性の 20 歳代が 7 割を超えて最も高く、次いで、男性の 30 歳代、60 歳代、70 歳代で約 7 割となっている。

【地 域 別】

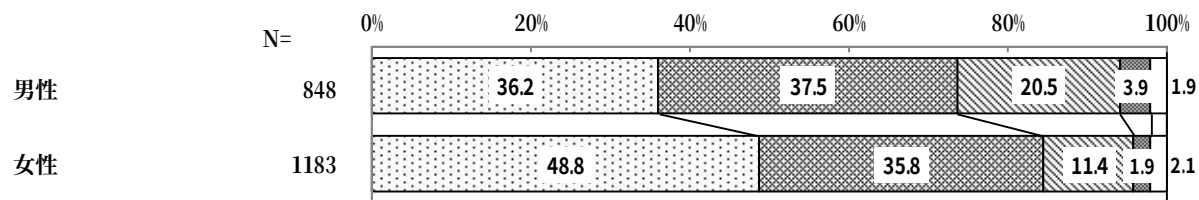
地域別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「食事は寝る 2 時間前までにとるようにしている」（設問③）は、「している人」が、砧地域、北沢地域で 7 割台半ばと高くなっている。「塩分をとりすぎないようにしている」（設問⑥）は、「している人」で烏山地域が 7 割を超えて高くなっている。「食事はゆっくりとよく噛んで食べている」（設問⑤）は、「している人」が烏山地域で 6 割と高く、次いで、砧地域で約 6 割となっている。

II 調査結果

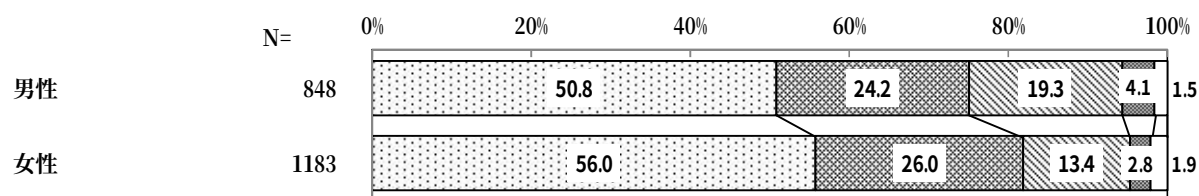
【性 別】

いつもしている
 ときどきしている
 あまりしていない
 まったくしていない
 無回答

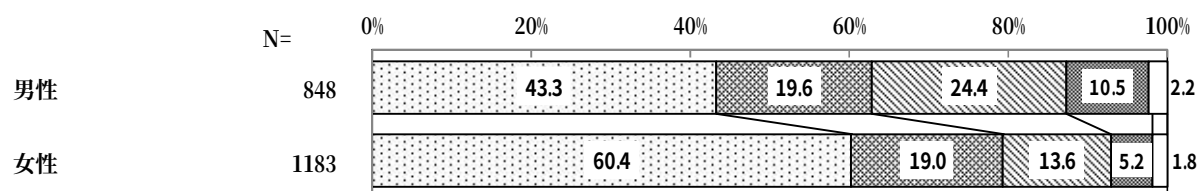
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



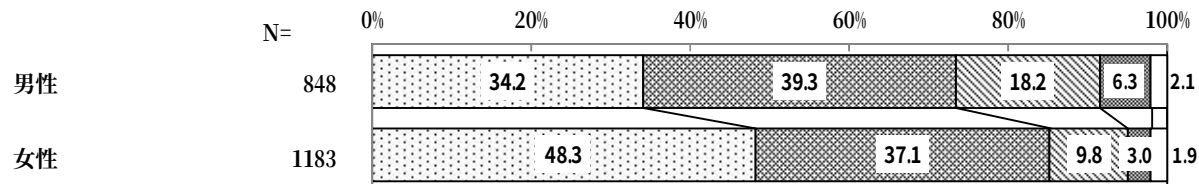
②規則正しく食事をするようにしている



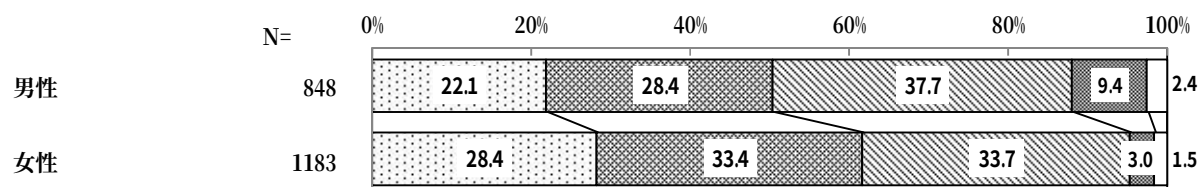
③食事は寝る2時間前までにとるようにしている



④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている



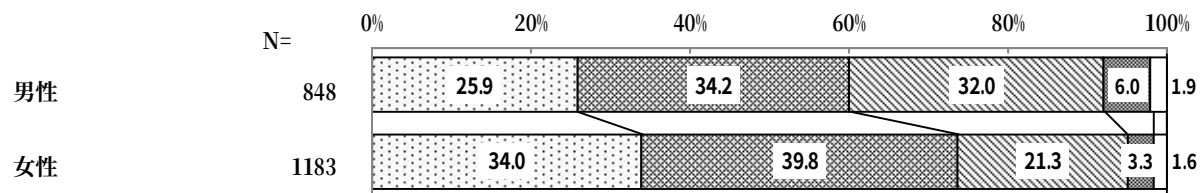
⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



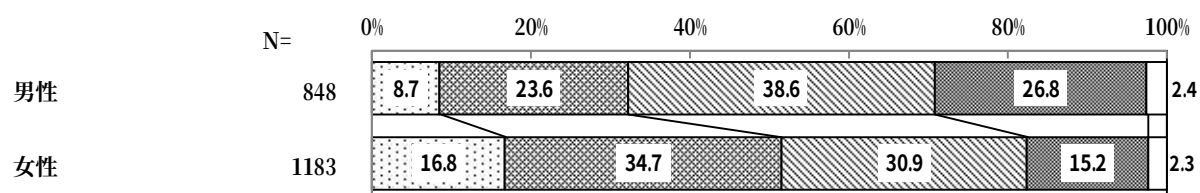
II 調査結果

いつもしている
 ときどきしている
 あまりしていない
 まったくしていない
 無回答

⑥塩分をとりすぎないようにしている



⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている

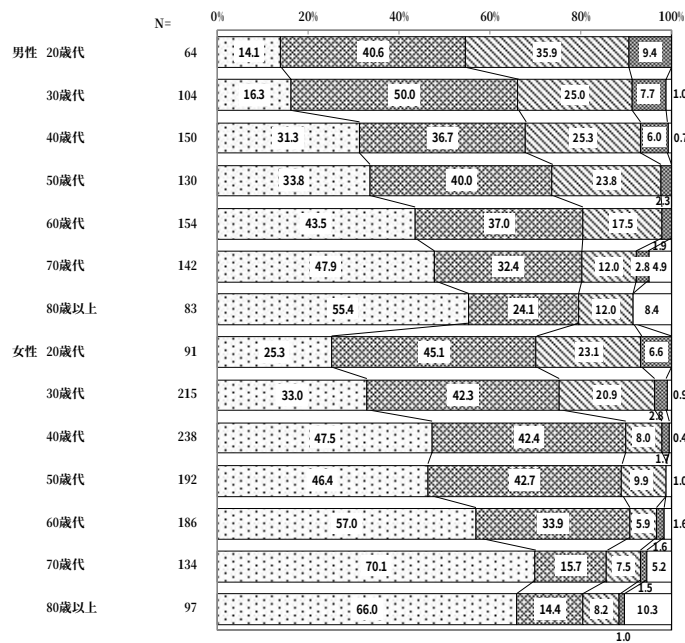


II 調査結果

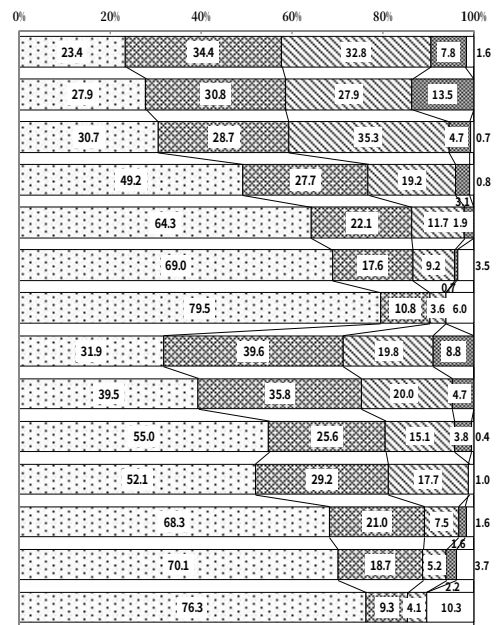
【性・年代別】

☐ いつもしている ☐ ととききしている ☐ あまりしていない
☐ まったくしていない ☐ 無回答

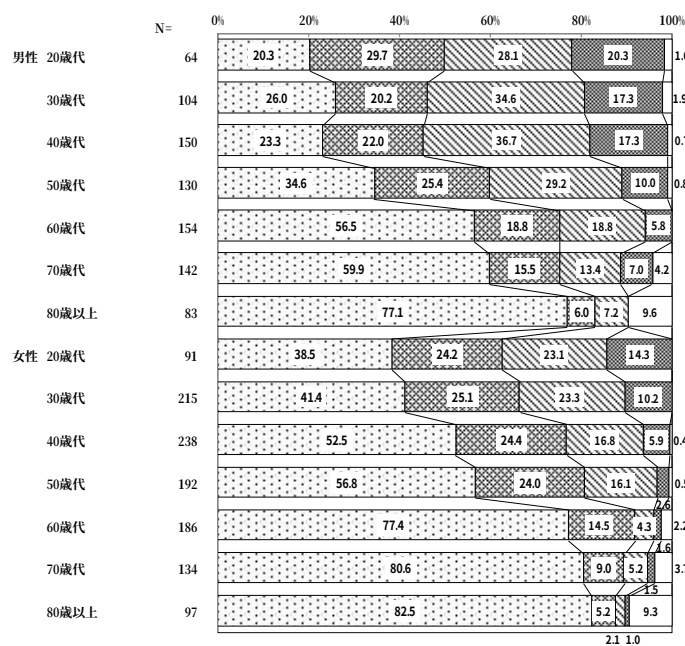
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど） とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



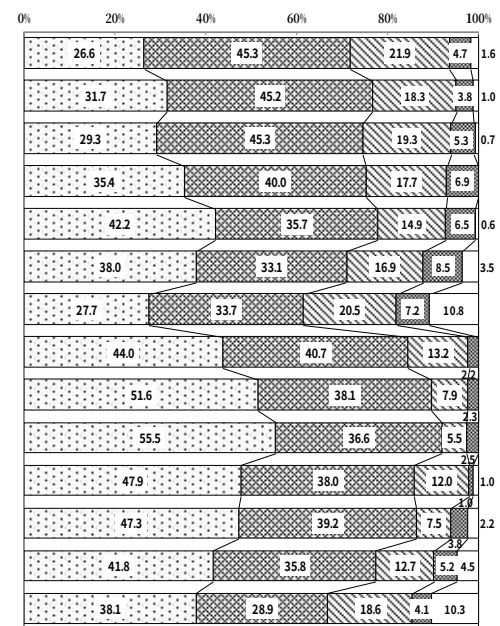
②規則正しく食事をするようにしている



③食事は寝る2時間前までに取るようにしている



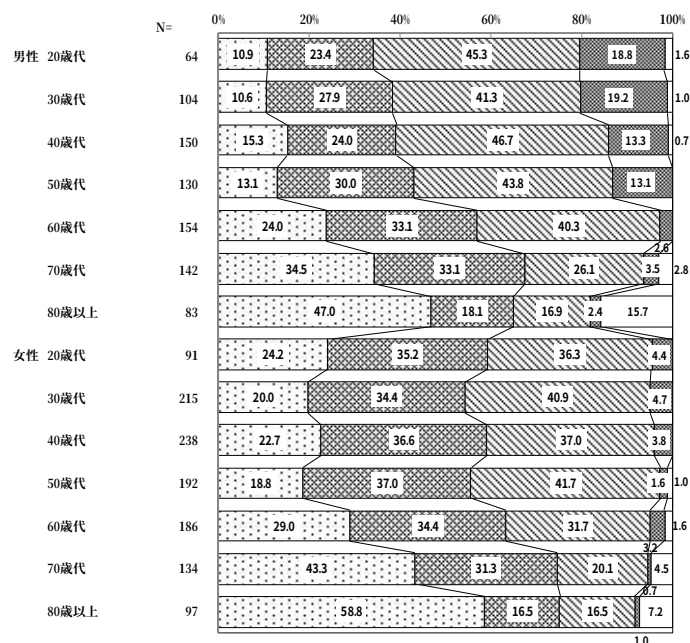
④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている



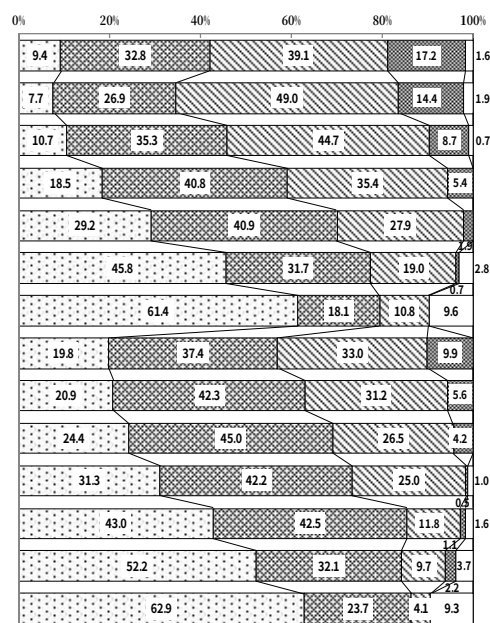
II 調査結果

☐ いつもしている ☐ ときどきしている ☐ あまりしていない
☐ まったくしていない ☐ 無回答

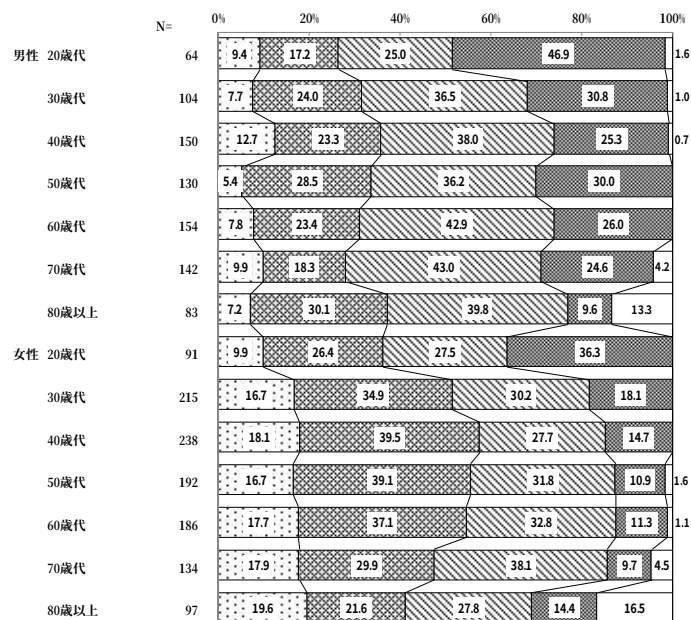
⑤ 食事はゆっくりとよく噛んで食べている



⑥ 塩分をとりすぎないようにしている



⑦ 食品を購入するときやメニューを選ぶときに、 栄養成分表示を参考にしている

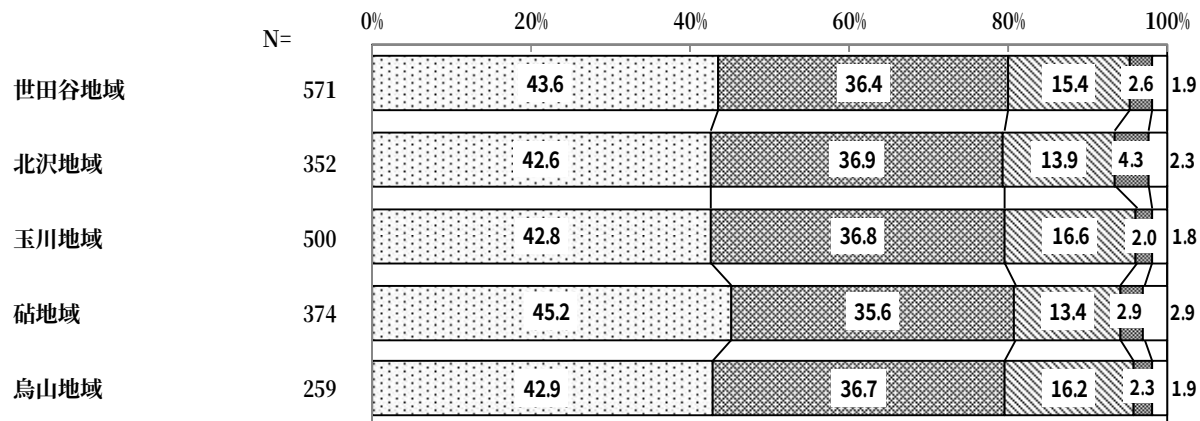


II 調査結果

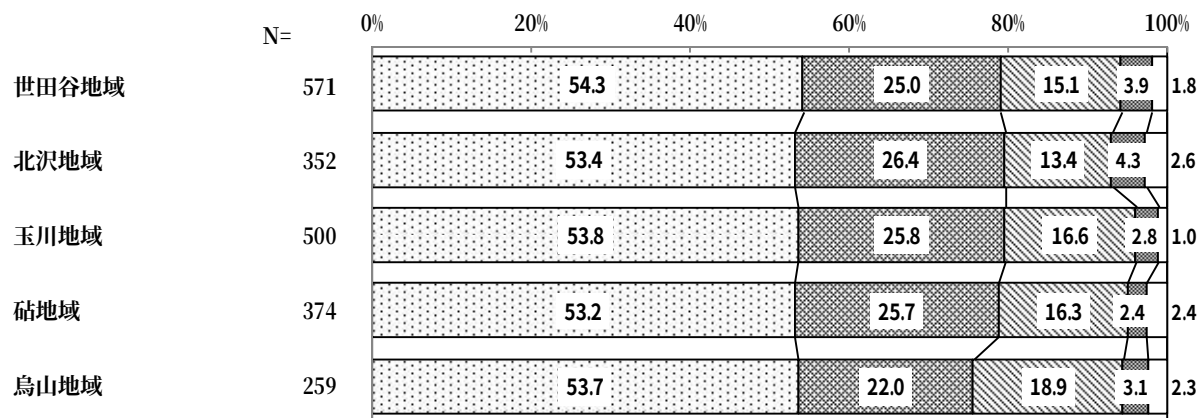
【地 域 別】

いつもしている
 ととききしている
 あまりしていない
 まったくしていない
 無回答

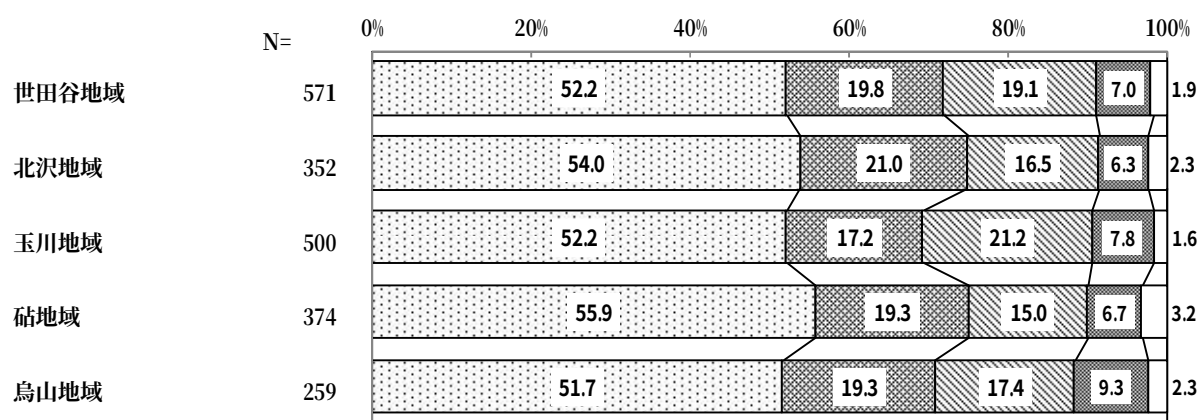
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



②規則正しく食事をとるようにしている



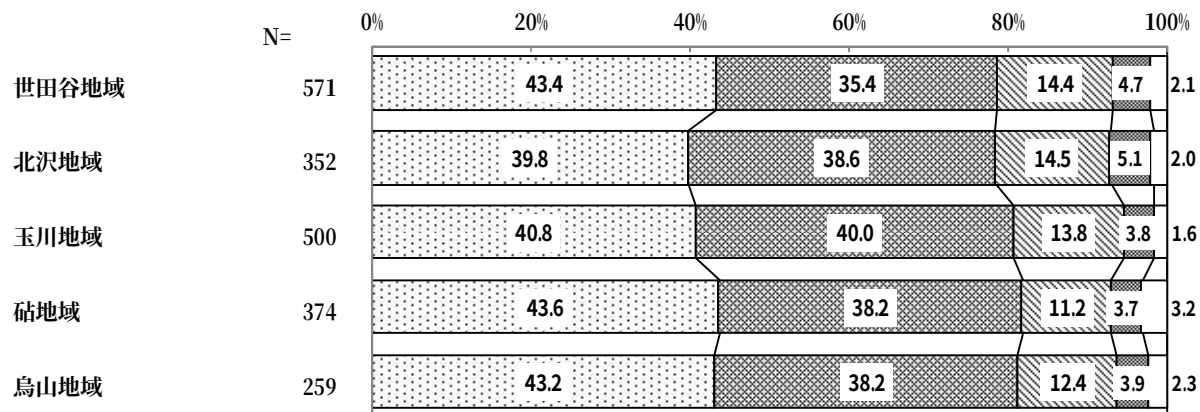
③食事は寝る2時間前までにとるようにしている



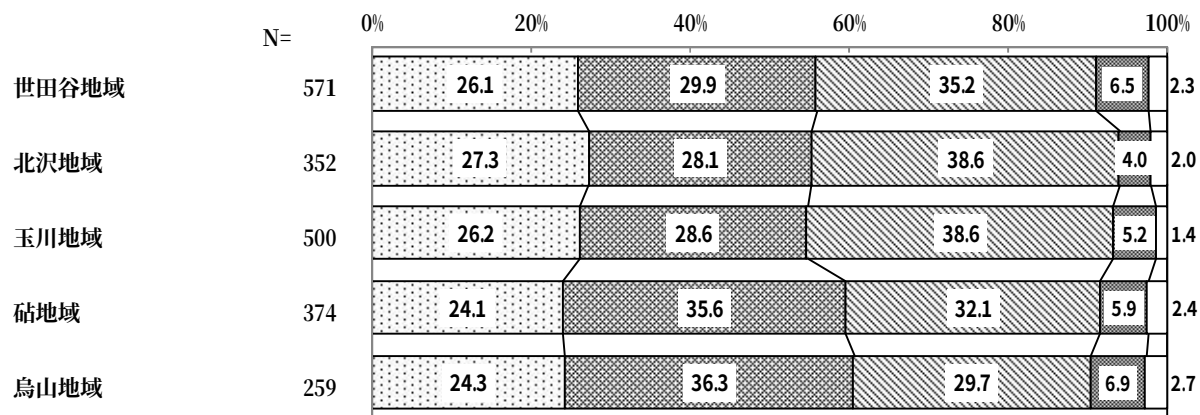
II 調査結果

いつもしている
 とときどきしている
 あまりしていない
 まったくしていない
 無回答

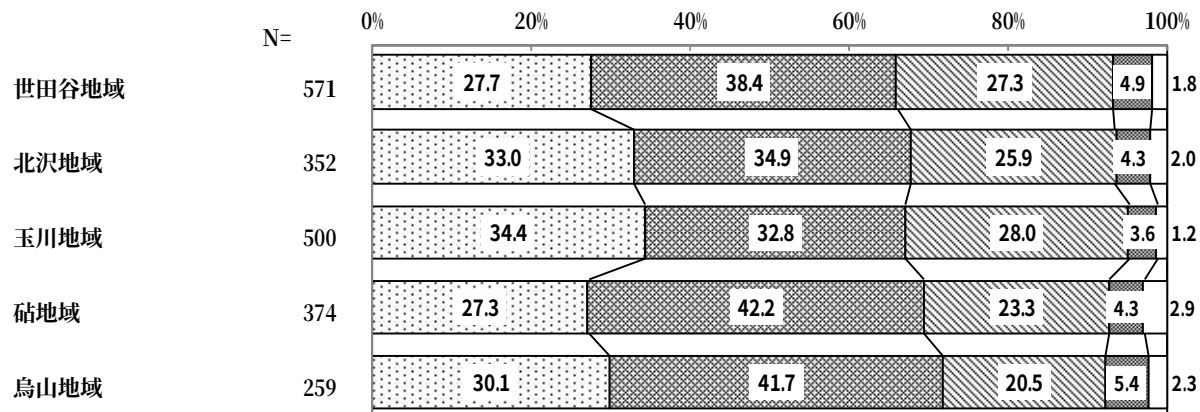
④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている



⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



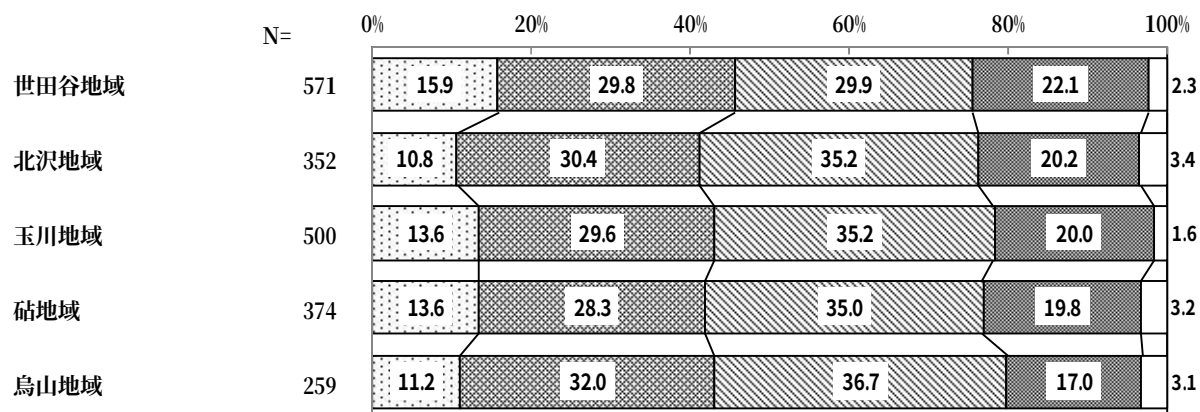
⑥塩分をとりすぎないようにしている



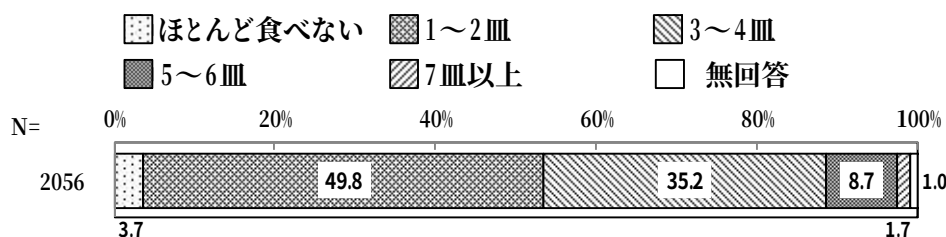
II 調査結果

いつもしている
 とときどきしている
 あまりしていない
 まったくしていない
 無回答

⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている



問 12 あなたはふだん、1日に野菜料理（野菜を主な材料とした料理）を皿数で数えると何皿食べていますか。1皿は小鉢1コ分程度として、お肉などの付け合せの野菜も含めてください。



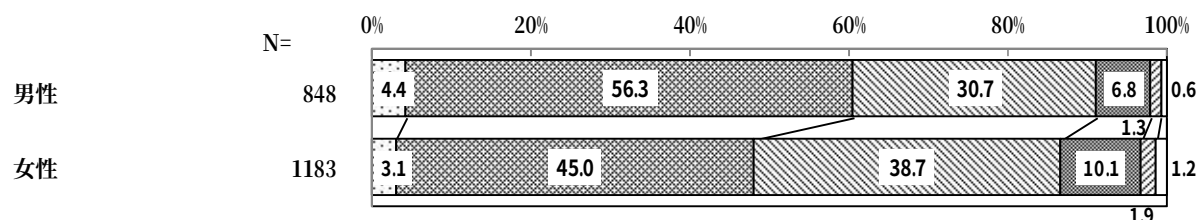
普段の食生活において、1日に摂取する野菜料理の皿数については、「1～2皿」49.8%が最も高く、次いで、「3～4皿」35.2%、「5～6皿」8.7%となっている。

性別にみると、「1～2皿」は、男性が女性よりも11.3ポイント高くなっている。一方、「3～4皿」は、女性が男性よりも8.0ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「1～2皿」は、男性の40歳代で6割台半ばと最も高く、次いで、男性の30歳代で6割を超え、男性の20歳代で約6割となっている。「3～4皿」は、男性では、50歳代以上で3割以上となっており、女性では、40歳代以上で4割以上となっている。

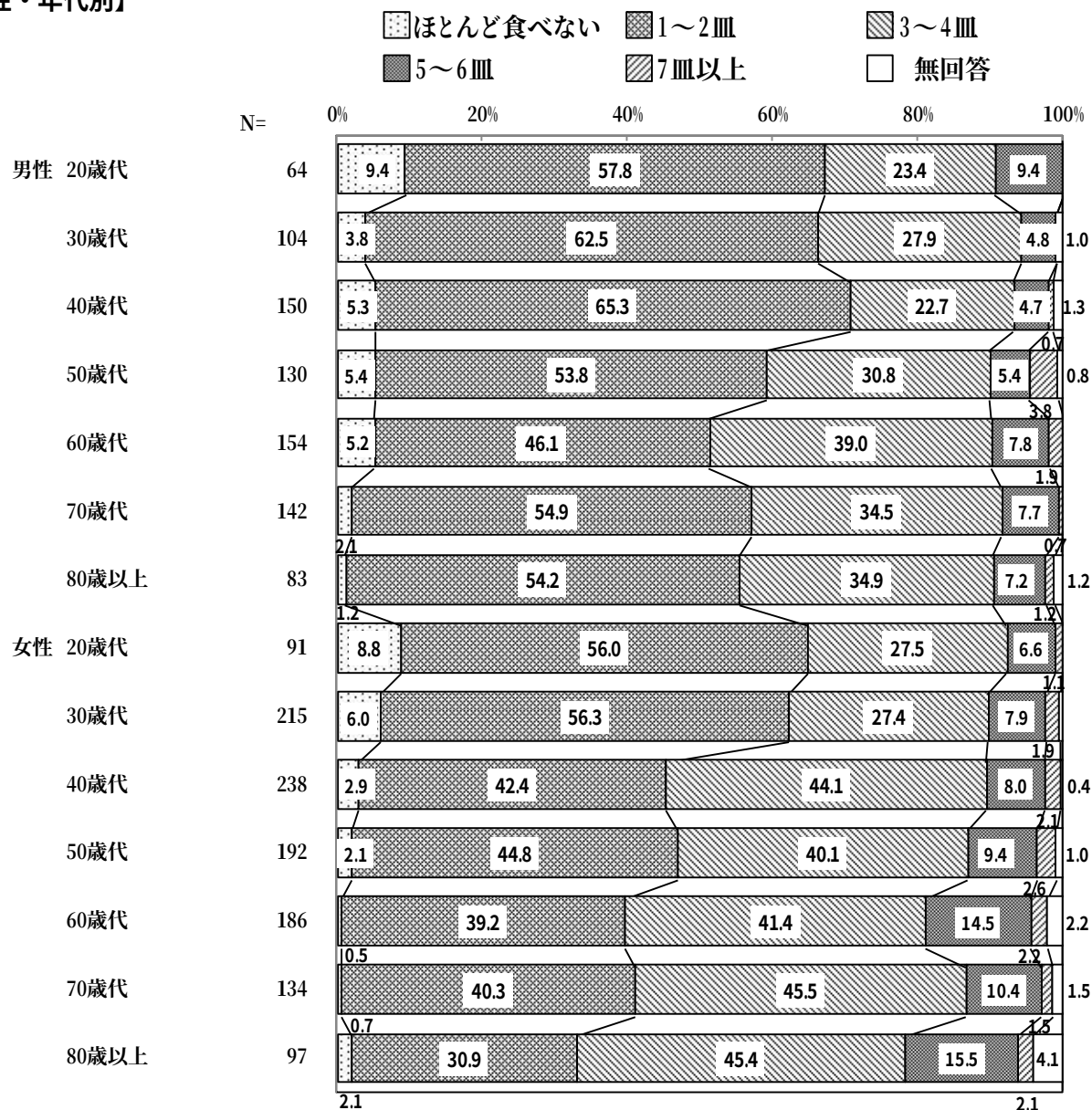
地域別にみると、「1～2皿」は、世田谷地域で5割台半ばと最も高く、次いで、烏山地域で5割となっている。

【性別】

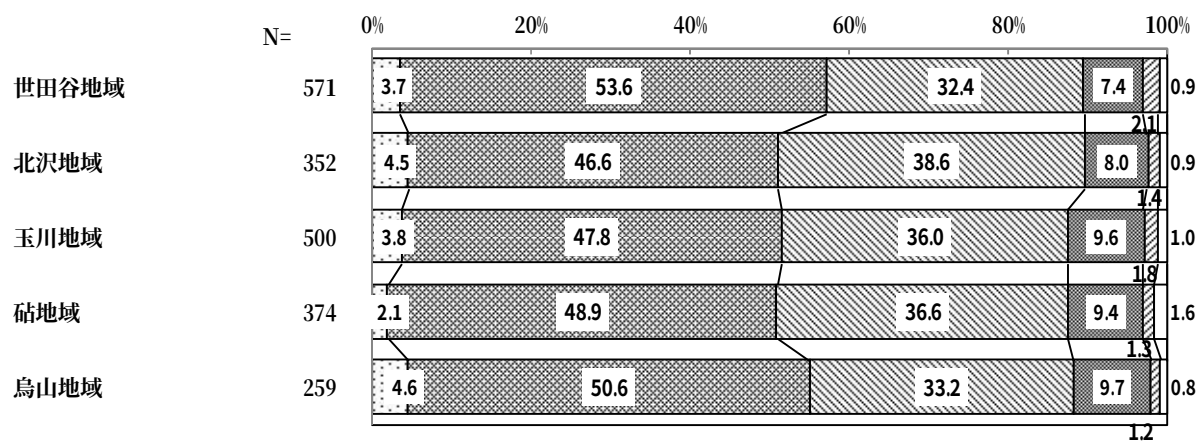


II 調査結果

【性・年代別】

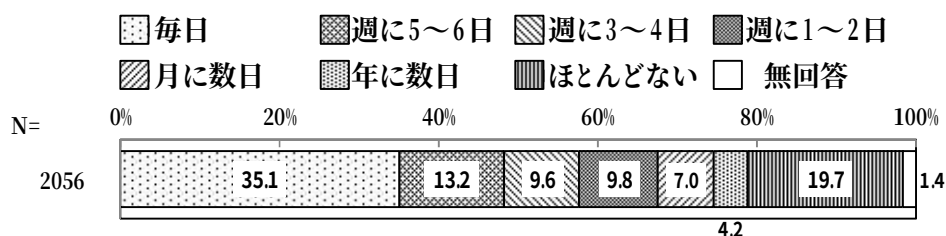


【地 域 別】

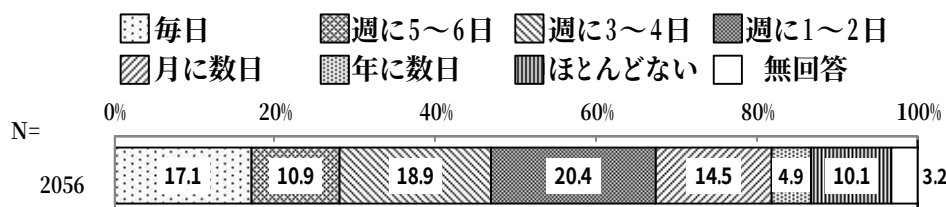


問 13 あなたは、ふだんの食生活の中で、次のそれぞれのことがらをする機会がどのくらいありますか。（それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○）

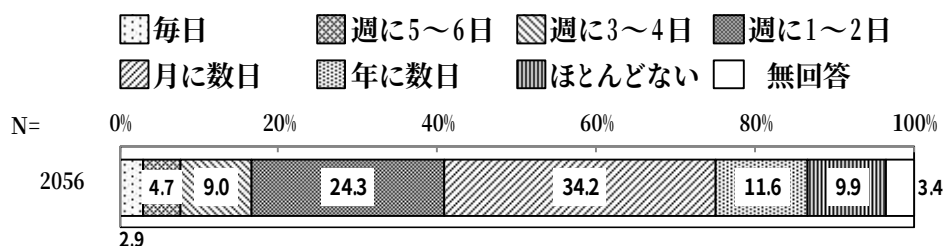
①自分で調理し食事をつくること



②自分で食品やお弁当などを購入すること



③外食をすること



【全 体】

ふだんの食生活の中で実践する機会として、「自分で調理し食事をつくること」（設問①）は、「毎日」で3割台半ばと最も高くなっている。一方、「ほとんどない」は、約2割となっている。「自分で食品やお弁当などを購入すること」（設問②）は、「週に1～2日」で2割と最も高く、次いで、「週に5～6回」で2割となっている。「外食をすること」（設問③）は、「月に数日」で3割台半ばと最も高く、次いで、「週に1～2日」で2割台半ばとなっている。

II 調査結果

【性 別】

性別にみると、「自分で調理し食事をつくること」（設問①）は、「毎日」で女性が男性よりも 44.1 ポイント、「自分で食品やお弁当などを購入すること」（設問②）も、「毎日」で女性が男性よりも 12.1 ポイント高くなっている。「外食をすること」（設問③）は、「月に数日」で女性が男性よりも 8.5 ポイント高くなっている。

【性・年代別】

性・年代別にみると、「自分で調理し食事をつくること」（設問①）は、「毎日」が女性の 70 歳代で 7 割と最も高く、次いで、女性の 60 歳代で約 7 割となっている。一方、「ほとんどない」では、男性の 40 歳代、80 歳以上で 4 割台半ばと高くなっている。「自分で食品やお弁当などを購入すること」（設問②）は、「週に 1～2 日」が女性の 30 歳代で 3 割を超えて最も高く、次いで、女性の 20 歳代で約 3 割となっている。「外食をすること」（設問③）は、「月に数日」が女性の 50 歳代、60 歳代で 4 割台半ばと高く、次いで、女性の 40 歳代で 4 割を超えている。

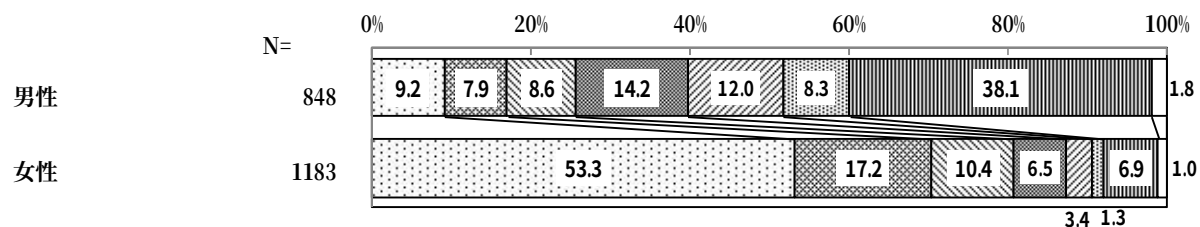
【地 域 別】

地域別にみると、「自分で調理し食事をつくること」（設問①）、「自分で食品やお弁当などを購入すること」（設問②）に大きな差異はみられないが、「外食をすること」（設問③）は、「週に 1～2 日」が世田谷地域で約 3 割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると 7.7 ポイントの差がある。

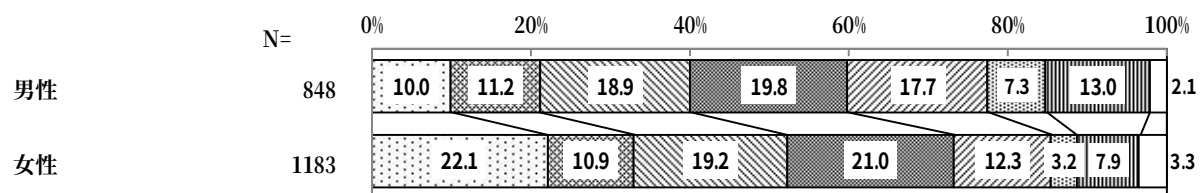
【性 別】

毎日 週に5～6日 週に3～4日 週に1～2日
 月に数日 年に数日 ほとんどない 無回答

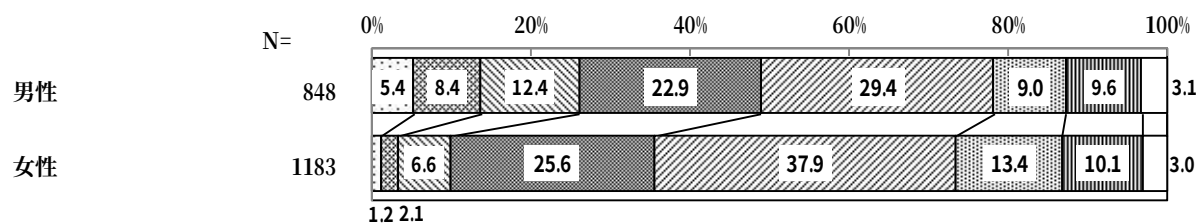
①自分で調理し食事をつくること



②自分で食品やお弁当などを購入すること



③外食をすること

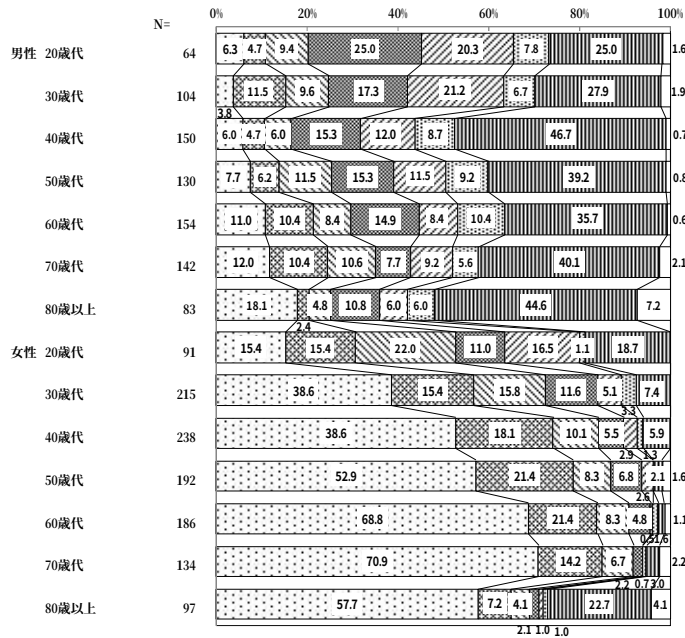


II 調査結果

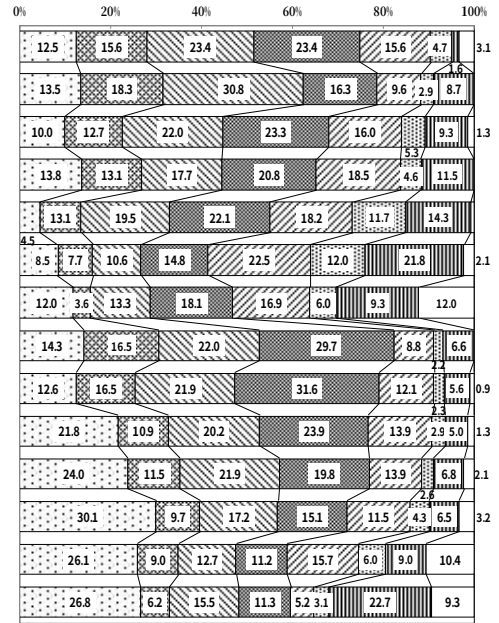
【性・年代別】



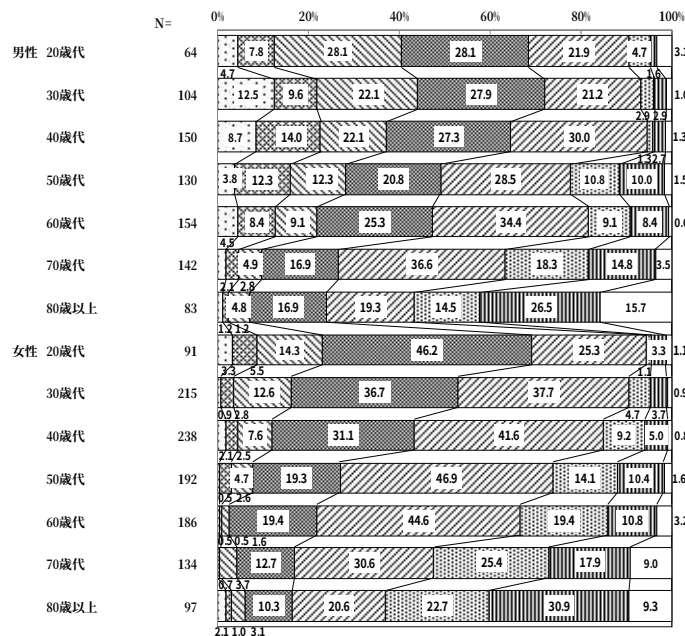
① 自分で調理し食事をつくること



② 自分で食品やお弁当などを購入すること



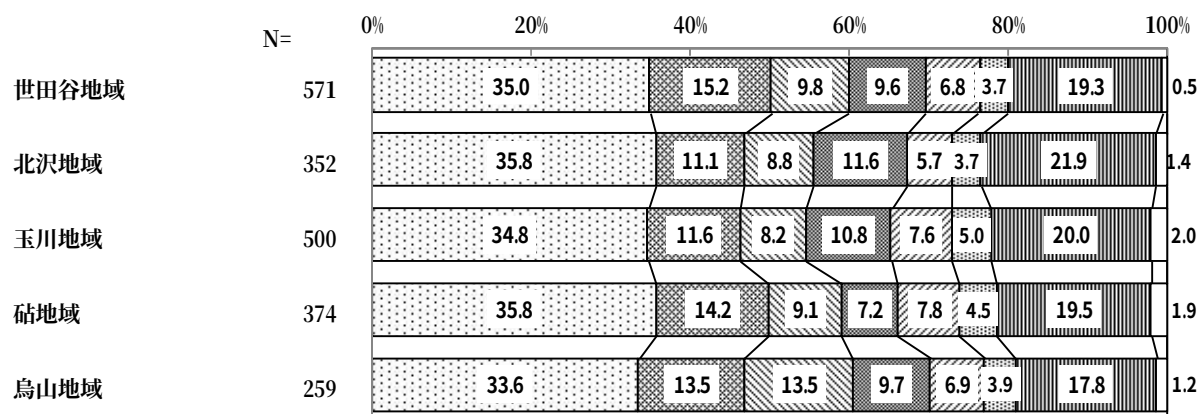
③ 外食をすること



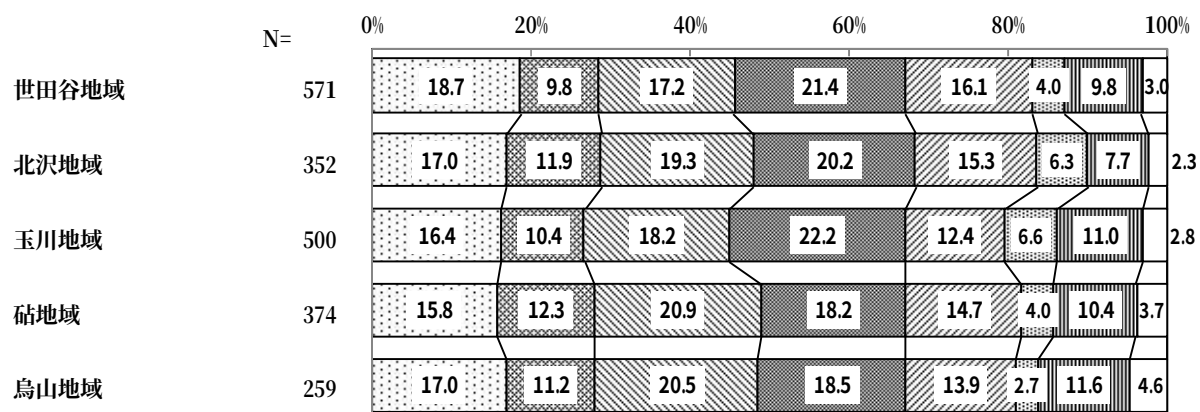
【地 域 別】

毎日
 週に5～6日
 週に3～4日
 週に1～2日
 月に数日
 年に数日
 ほとんどない
 無回答

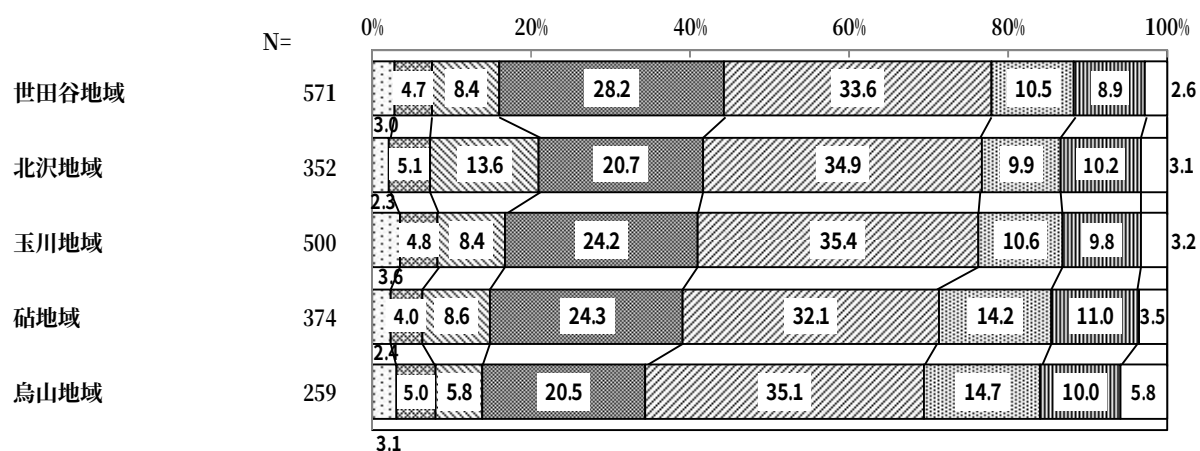
①自分で調理し食事をつくること



②自分で食品やお弁当などを購入すること

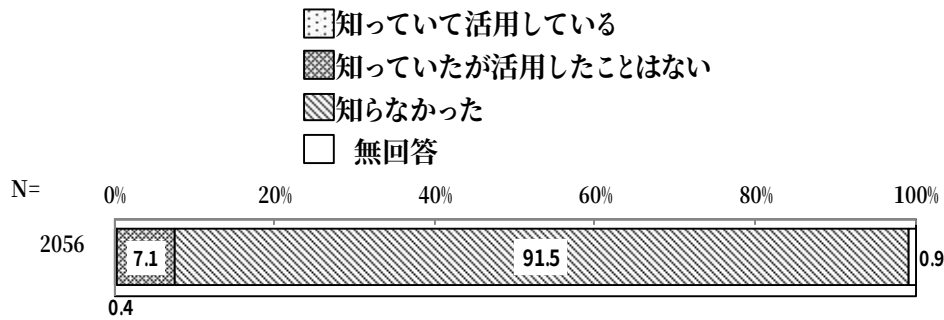


③外食をすること



II 調査結果

問 14 あなたは、『せたがや食育メニュー』（食育パンフレットやホームページに掲載）を知っていましたか。（1つに○）



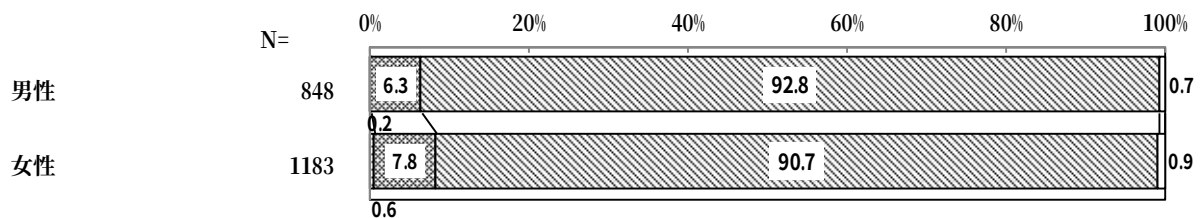
『せたがや食育メニュー』の認知度については、「知らなかった」91.5%が最も高く、「知っている活用している」と「知っている活用したことはない」を合わせた「知っている人」は7.5%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

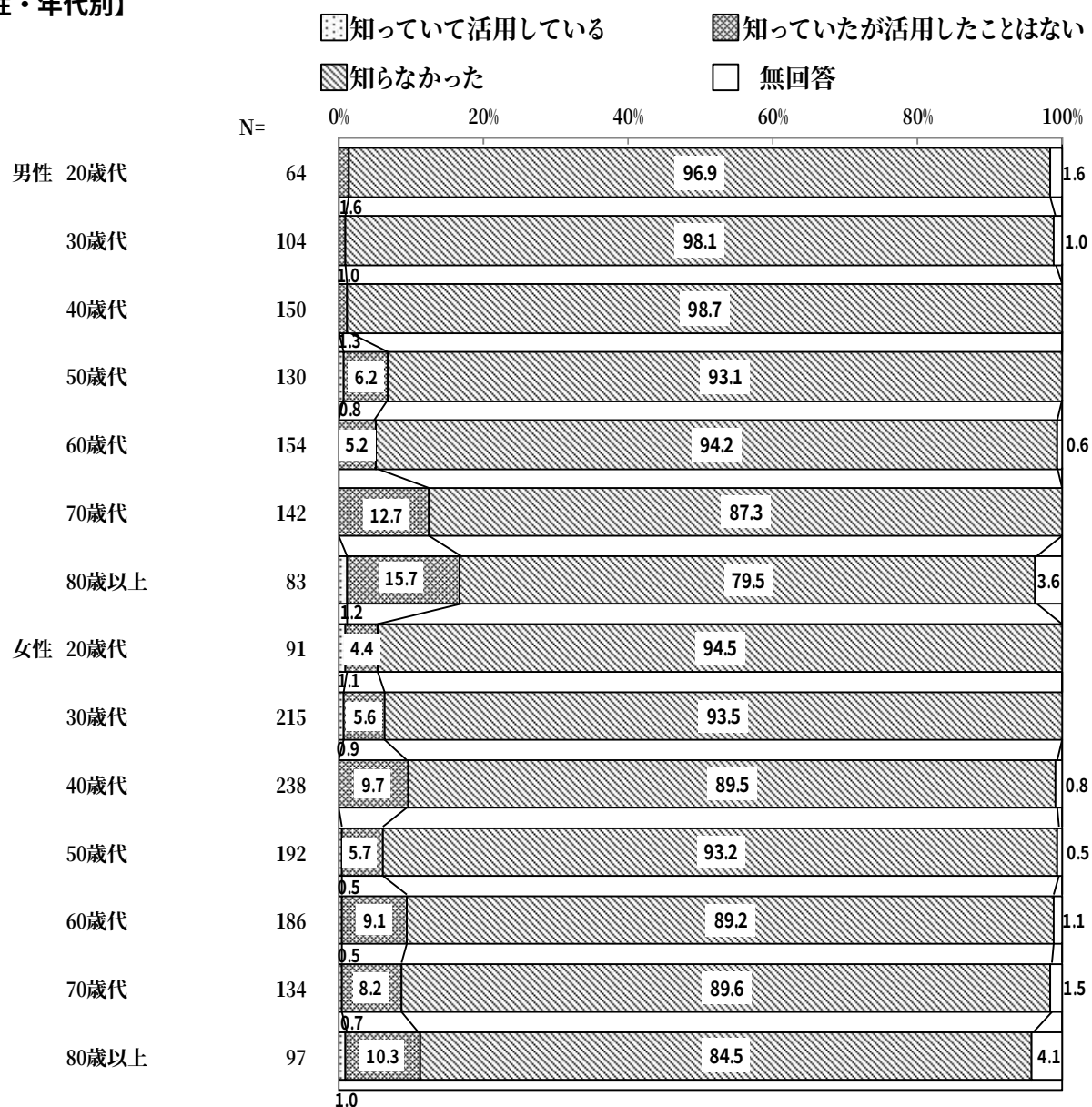
性・年代別にみると、「知らなかった」は、男性の30歳代、40歳代で約10割と最も高くなっている。また、男性の20歳代から60歳代、女性の20歳代、30歳代、50歳代で9割以上となっている。

地域別にみると、「知らなかった」は、概ね9割以上となっており、大きな差異はみられない。

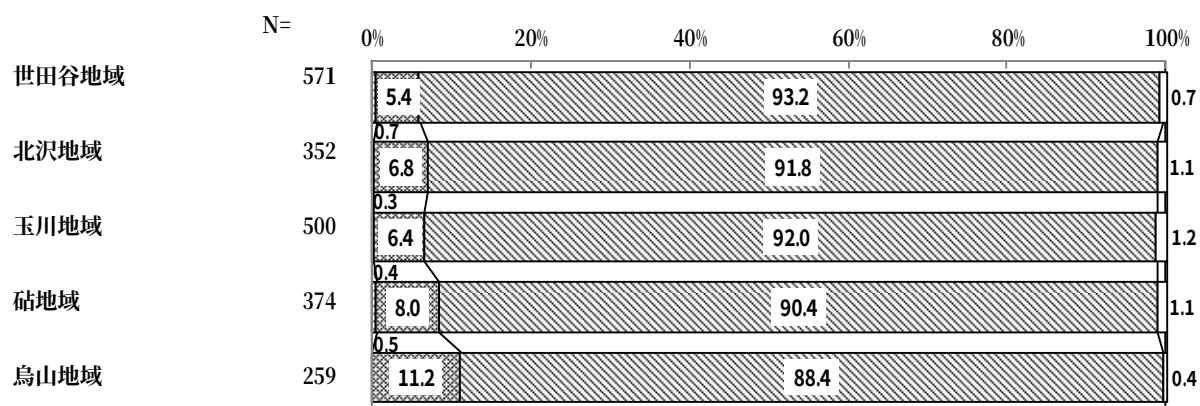
【性別】



【性・年代別】

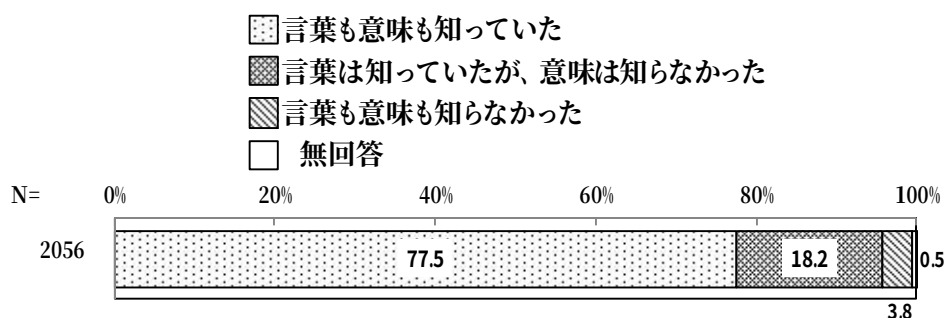


【地 域 別】



II 調査結果

問 15 あなたは、主食・主菜・副菜という言葉を知っていましたか。(1つに○)



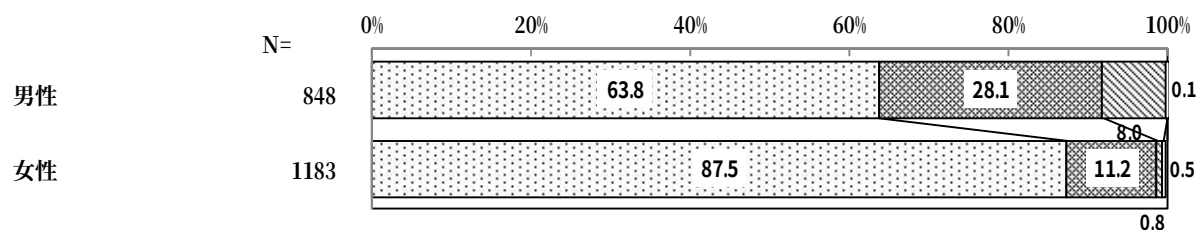
主食・主菜・副菜という言葉の認知度については、「言葉も意味も知っていた」と「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」を合わせた「言葉を知っていた人」は95.7%となっている。

性別にみると、「言葉も意味も知っていた」は、女性が男性よりも23.7ポイント高くなっている。また、女性で「言葉を知っていた人」は、約10割となっている。

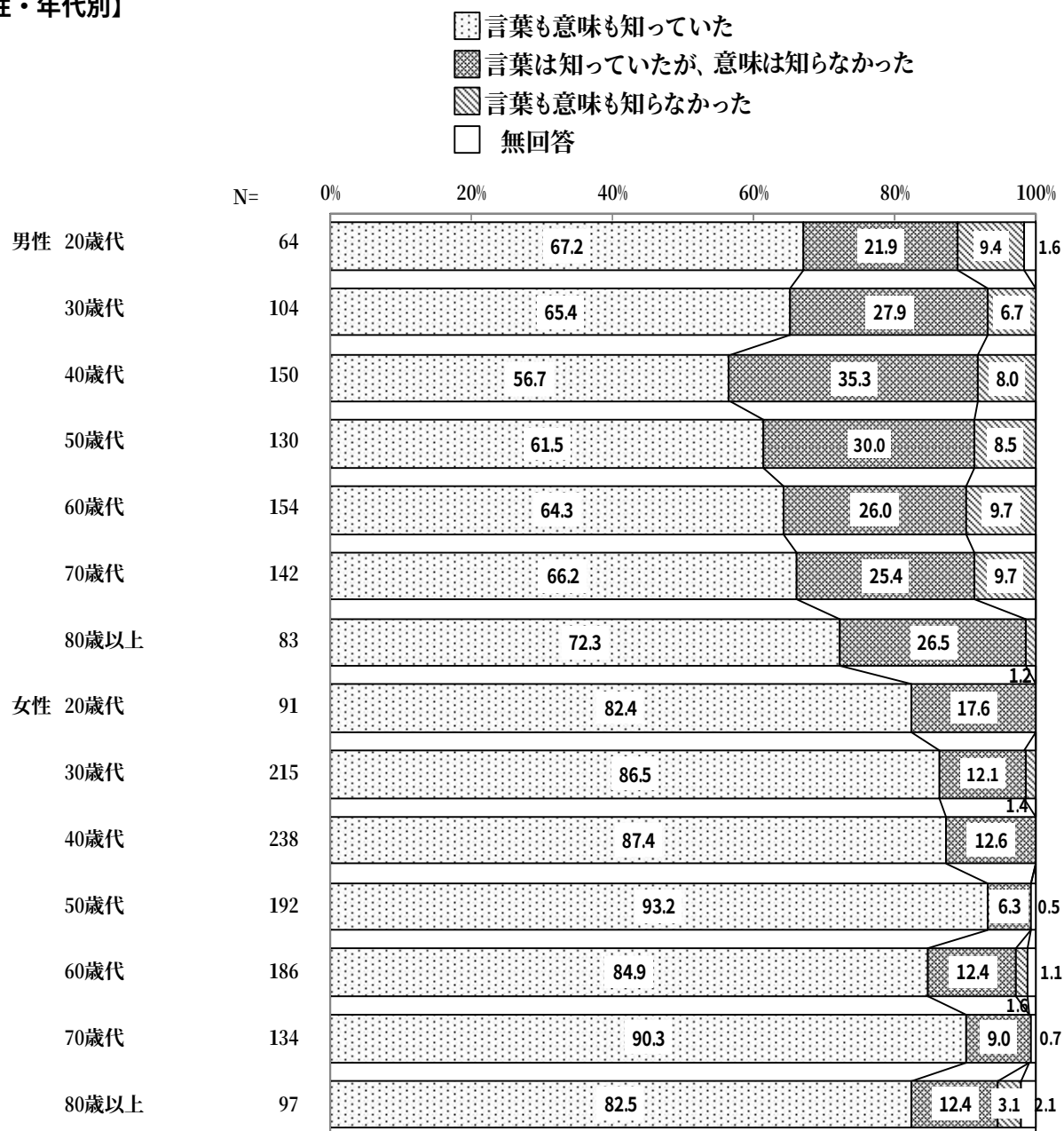
性・年代別にみると、「言葉も意味も知っていた」は、女性の50歳代で9割台半ばと最も高く、次いで、女性の70歳代で9割、女性の40歳代で約9割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

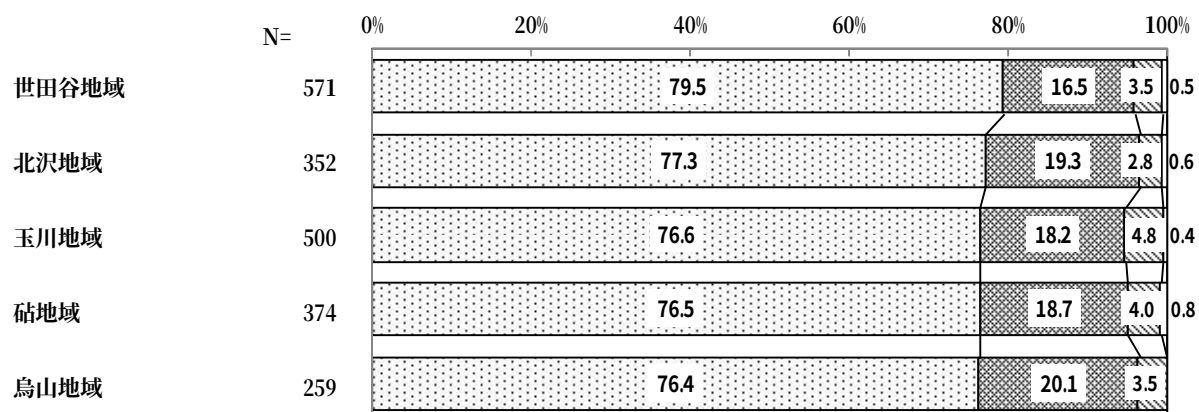
【性別】



【性・年代別】

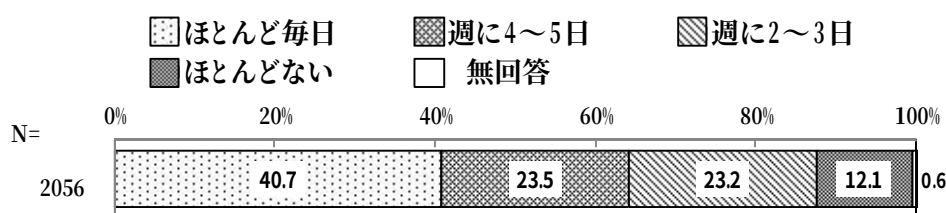


【地 域 別】



II 調査結果

問 16 あなたは、主食（ごはん、パン、めん類など）、主菜（肉・魚・大豆製品などを使ったメインの料理）、副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて1日に2回以上食べることが、週に何日ありますか。（1つに○）



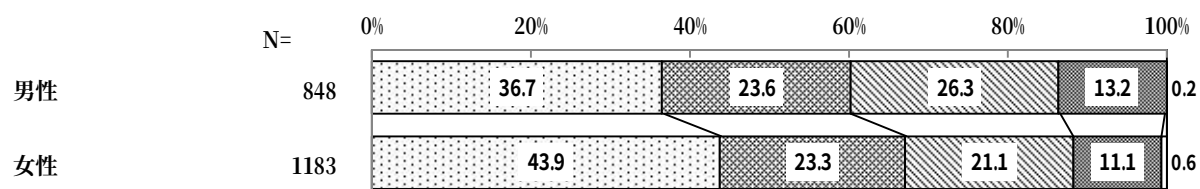
主食・主菜・副菜を3つそろえて1日に2回以上食べることが週に何回あるかについては、「ほとんど毎日」40.7%が最も高く、次いで、「週に4～5日」23.5%、「週に2～3日」23.2%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日」は、女性が男性よりも7.2ポイント高くなっている。一方、「週に2～3日」は、男性が女性よりも5.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、女性の70歳代、80歳以上で6割台半ばと高く、次いで、女性の60歳代で5割台半ば、男性の70歳代、80歳以上で約5割となっており、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。「ほとんどない」は男性の30歳代、女性の20歳代で約3割と高くなっている。

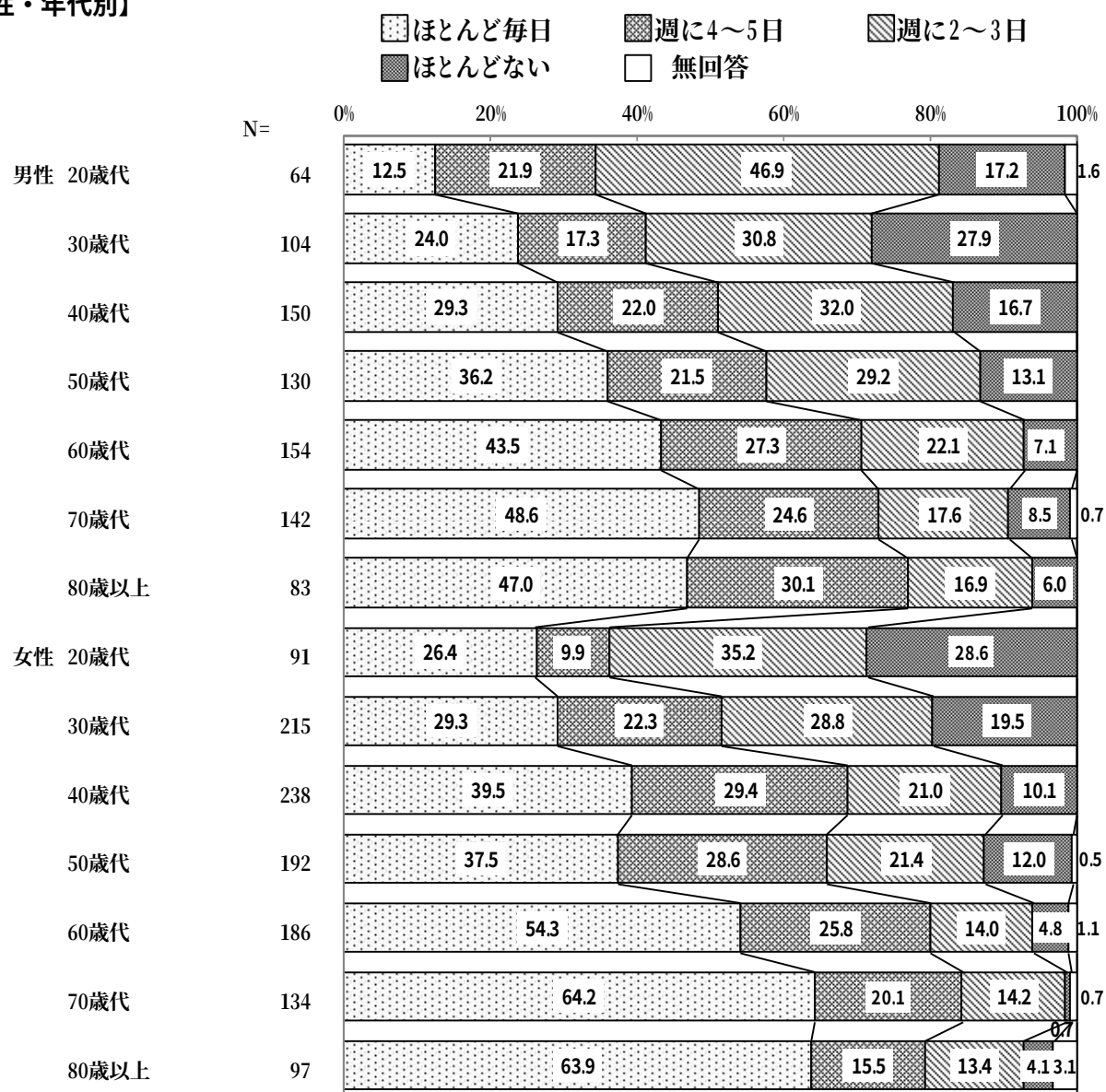
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性別】

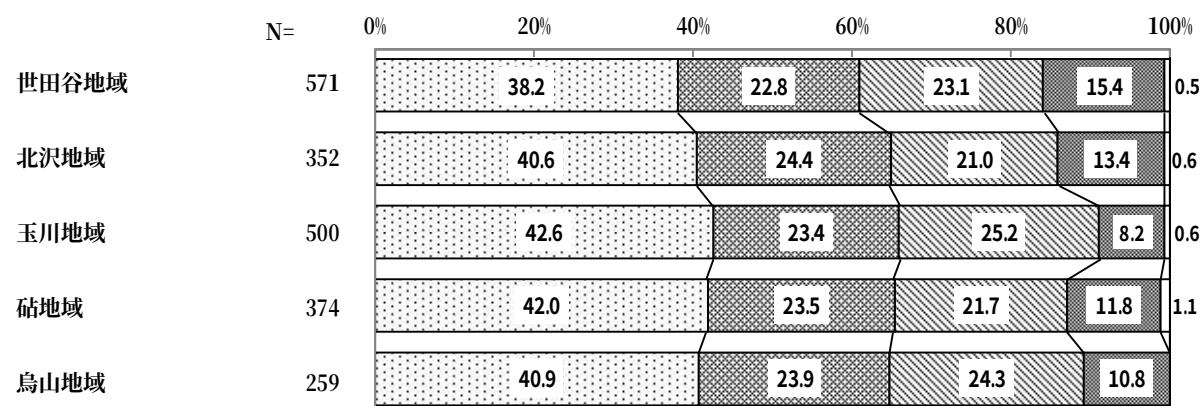


II 調査結果

【性・年代別】

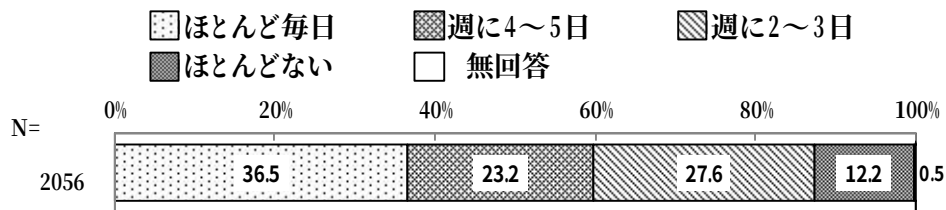


【地 域 別】



II 調査結果

問 17 あなたは、副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を1日に2回以上食べることが、週に何日ありますか。（1つに○）



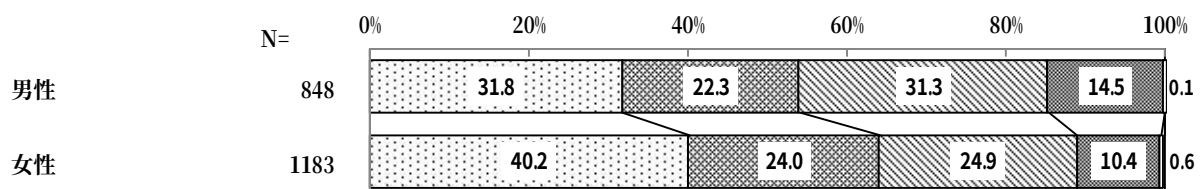
副菜を1日に2回以上食べることが週に何回あるかについては、「ほとんど毎日」36.5%が最も高く、次いで、「週に2～3日」27.6%、「週に4～5日」23.2%となっている。

性別にみると、「ほとんど毎日」は、女性が男性よりも8.4ポイント高くなっている。一方、「週に2～3日」は、男性が女性よりも6.4ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、女性の80歳以上で約6割と最も高く、次いで、女性の70歳代で5割台半ばとなっている。「週に2～3日」は、男性・女性ともに20歳代で最も高くなっており、男性では4割、女性では3割台半ばとなっている。

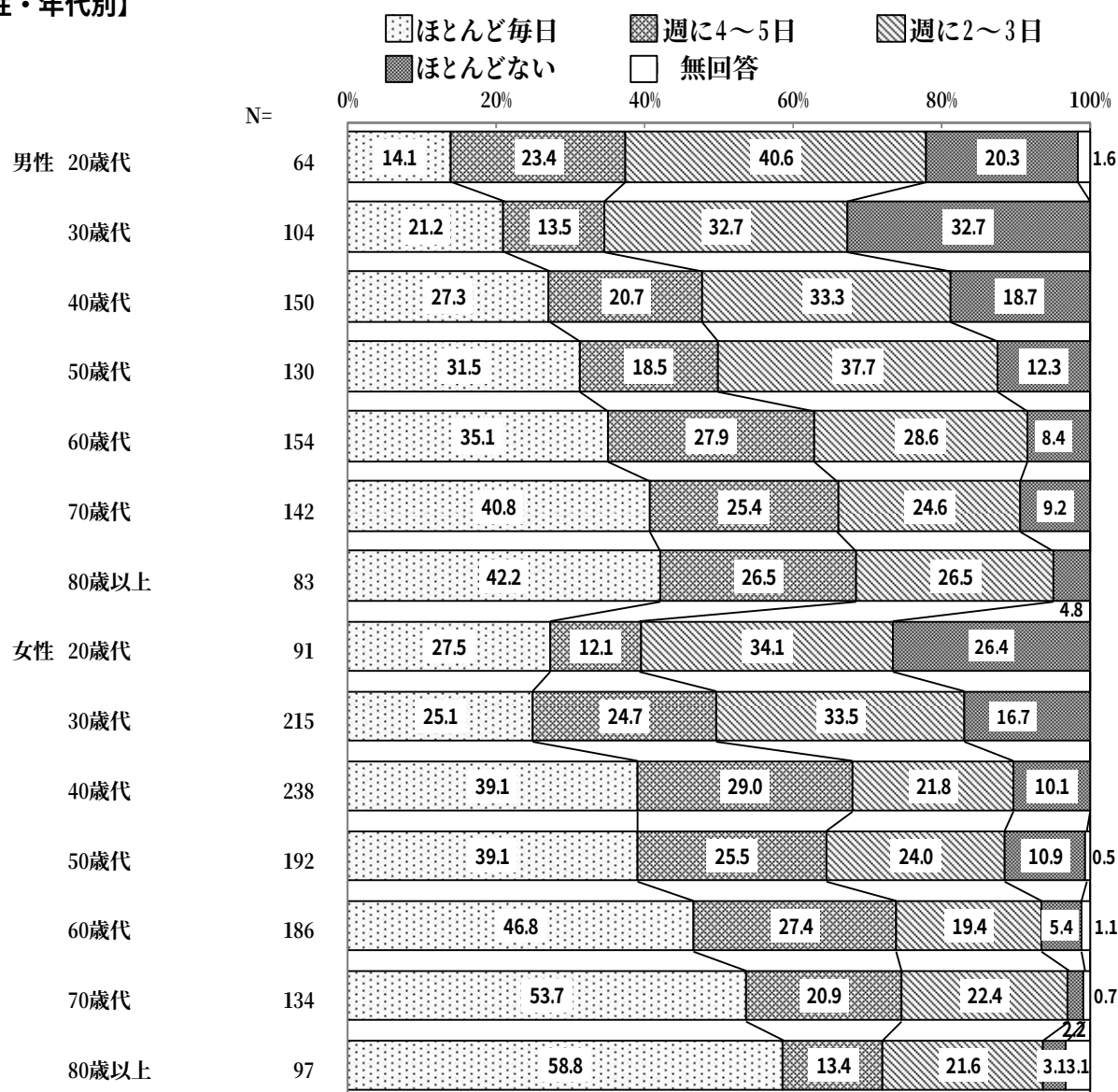
地域別にみると、「ほとんど毎日」は、玉川地域、砧地域、北沢地域で約4割と高くなっている。烏山地域、世田谷地域は、3割台半ばとなっている。

【性 別】

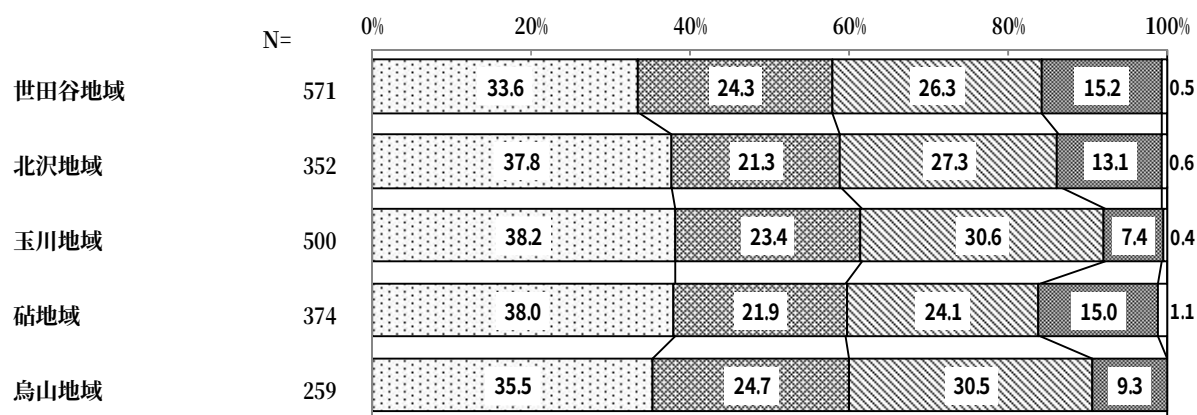


II 調査結果

【性・年代別】



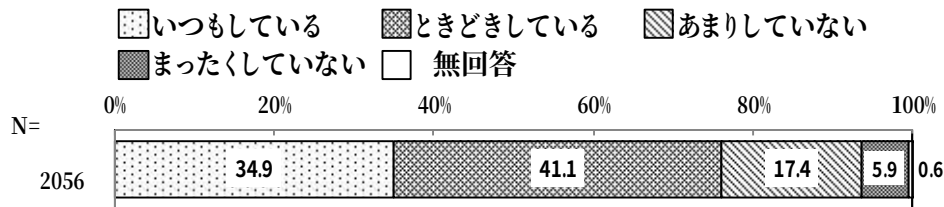
【地 域 別】



II 調査結果

4 身体活動・運動について

問 18 あなたは、意識して体を動かしたり、運動したりしていますか（通勤や通学、買い物でなるべく歩く、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などを含む）。（1つに○）



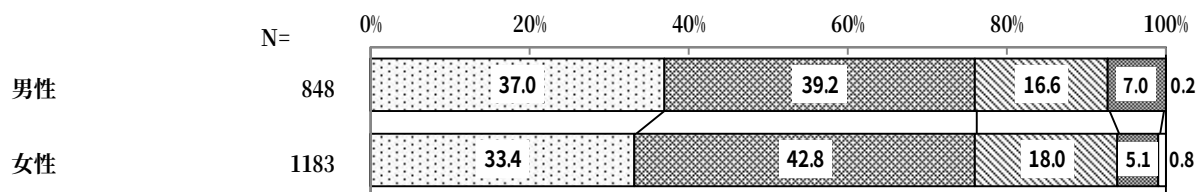
意識して体を動かしたり、運動したりしているかについては、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は76.0%、「あまりしていない」と「まったくしていない」を合わせた「していない人」は23.3%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「している人」は、男性の20歳代、60歳代、女性の50歳代から70歳代で8割以上と高くなっている。一方、「していない人」は、男性の80歳以上、女性の20歳代、30歳代で3割を超えて高くなっており、次いで、男性の30歳代で3割となっている。

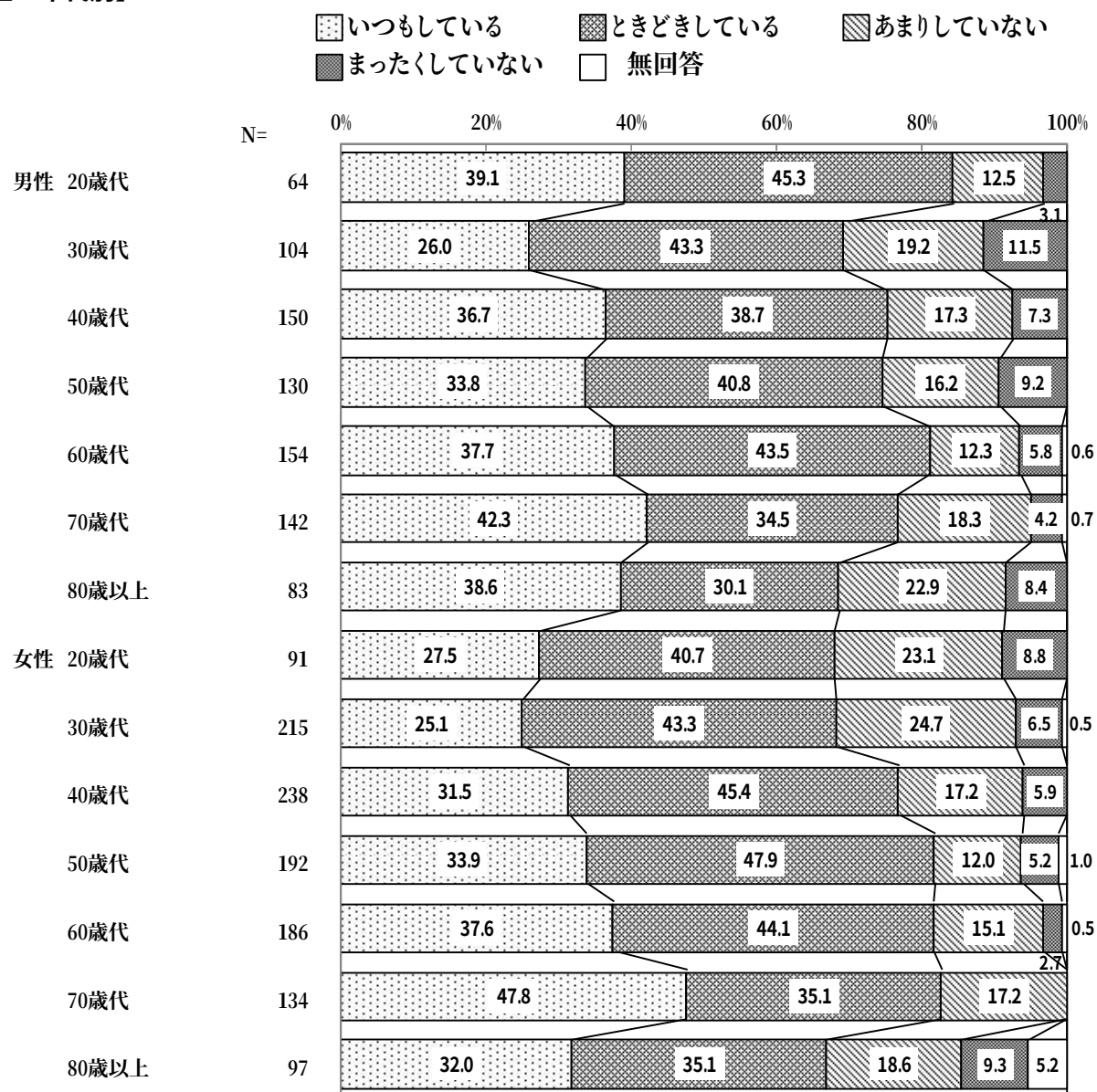
地域別にみると、「している人」は、世田谷地域で約8割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、6.0ポイントの差がある。

【性 別】

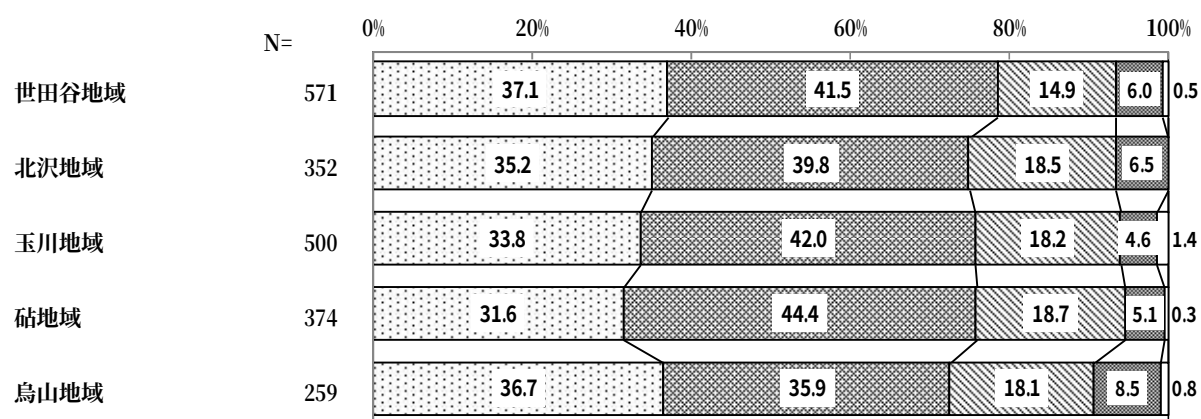


II 調査結果

【性・年代別】

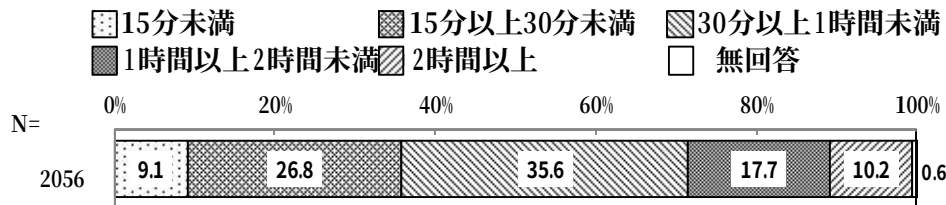


【地 域 別】



II 調査結果

問 19 あなたは、1日にあわせてどのくらい歩きますか（通勤のための徒歩や室内の移動、散歩を含む）。（1つに○）



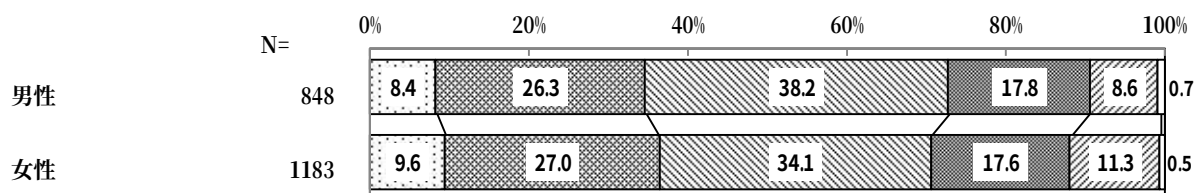
1日の歩く時間については、「30分以上1時間未満」35.6%が最も高く、次いで、「15分以上30分未満」26.8%、「1時間以上2時間未満」17.7%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

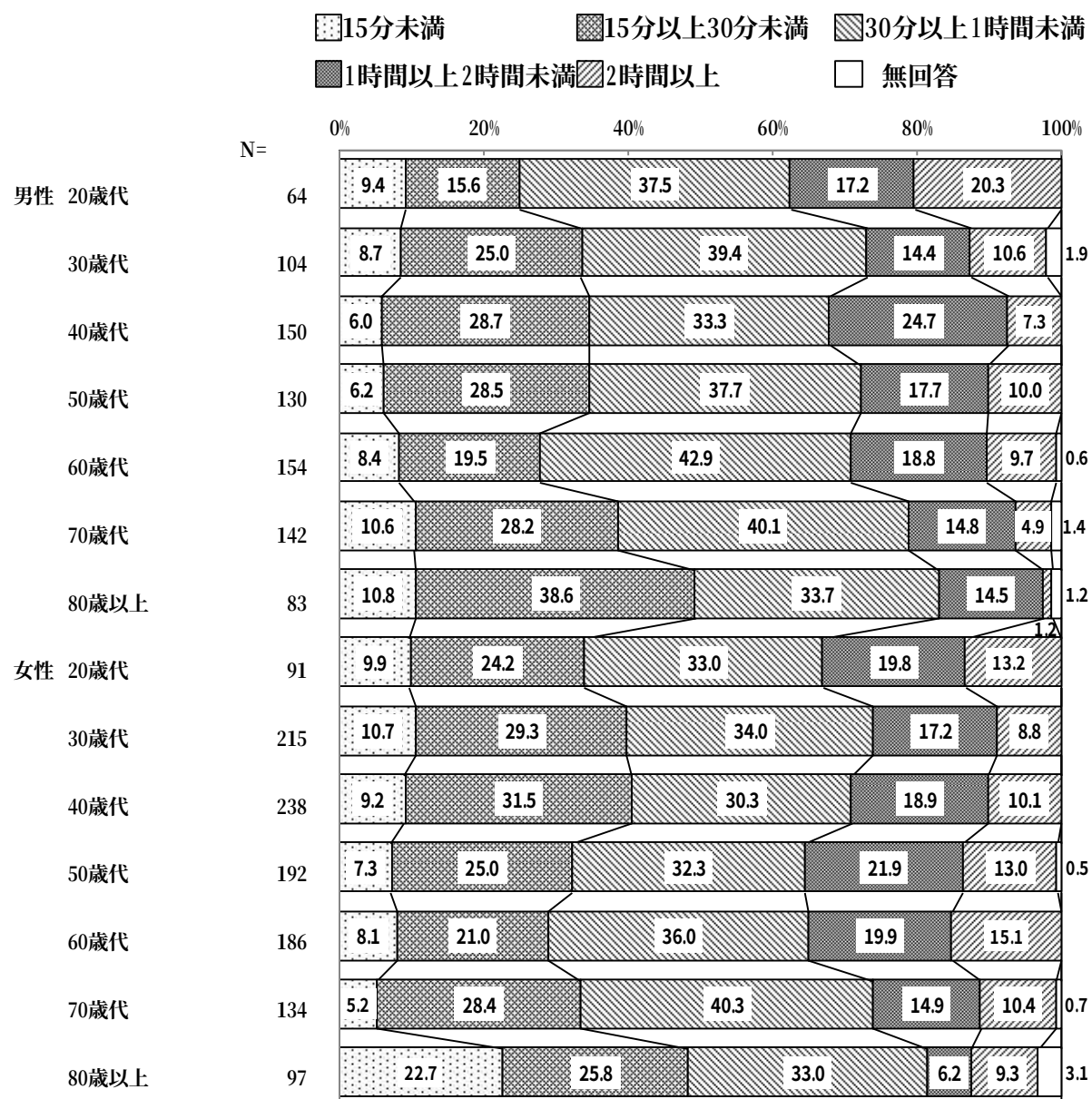
性・年代別にみると、「30分以上1時間未満」は、男性の60歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性・女性の70歳代で4割となっている。「15分以上30分未満」は、男性の80歳以上で約4割と最も高く、次いで、女性の40歳代で3割を超えている。

地域別にみると、「30分以上1時間未満」は、北沢地域、玉川地域で約4割と高くなっている。最も高い北沢地域と最も低い砧地域で比べると、8.8ポイントの差がある。

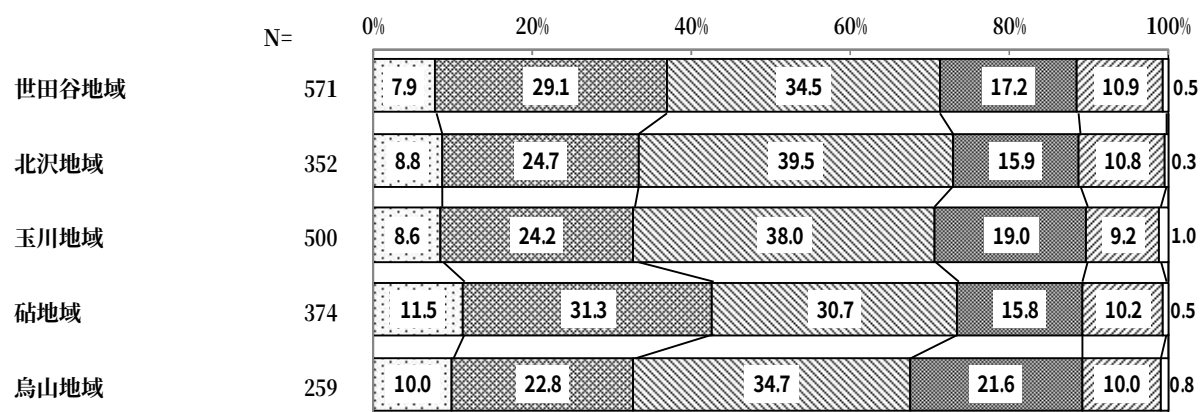
【性 別】



【性・年代別】

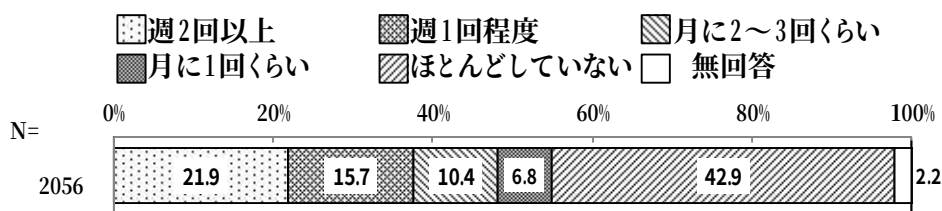


【地 域 別】



II 調査結果

問 20 あなたは、「息が少しはずむ程度」の 30 分以上の運動（連続）をどれくらいしていますか。
（1 つに○）



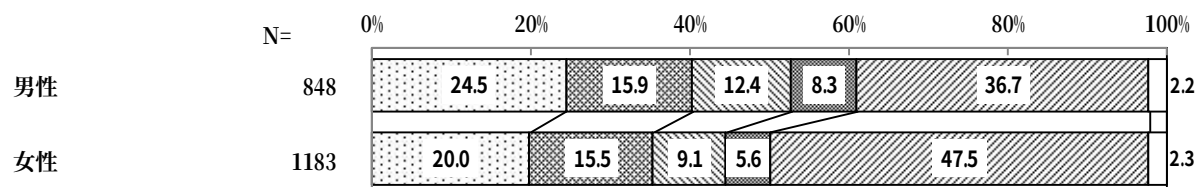
「少し息がはずむ程度」の 30 分以上の運動の実施状況については、「週 2 回以上」と「週 1 回程度」を合わせた「週 1 回以上運動をしている人」は 37.6%、「ほとんどしていない」は 42.9%となっている。

性別にみると、「ほとんどしていない」は、女性が男性よりも 10.8 ポイント高くなっている。

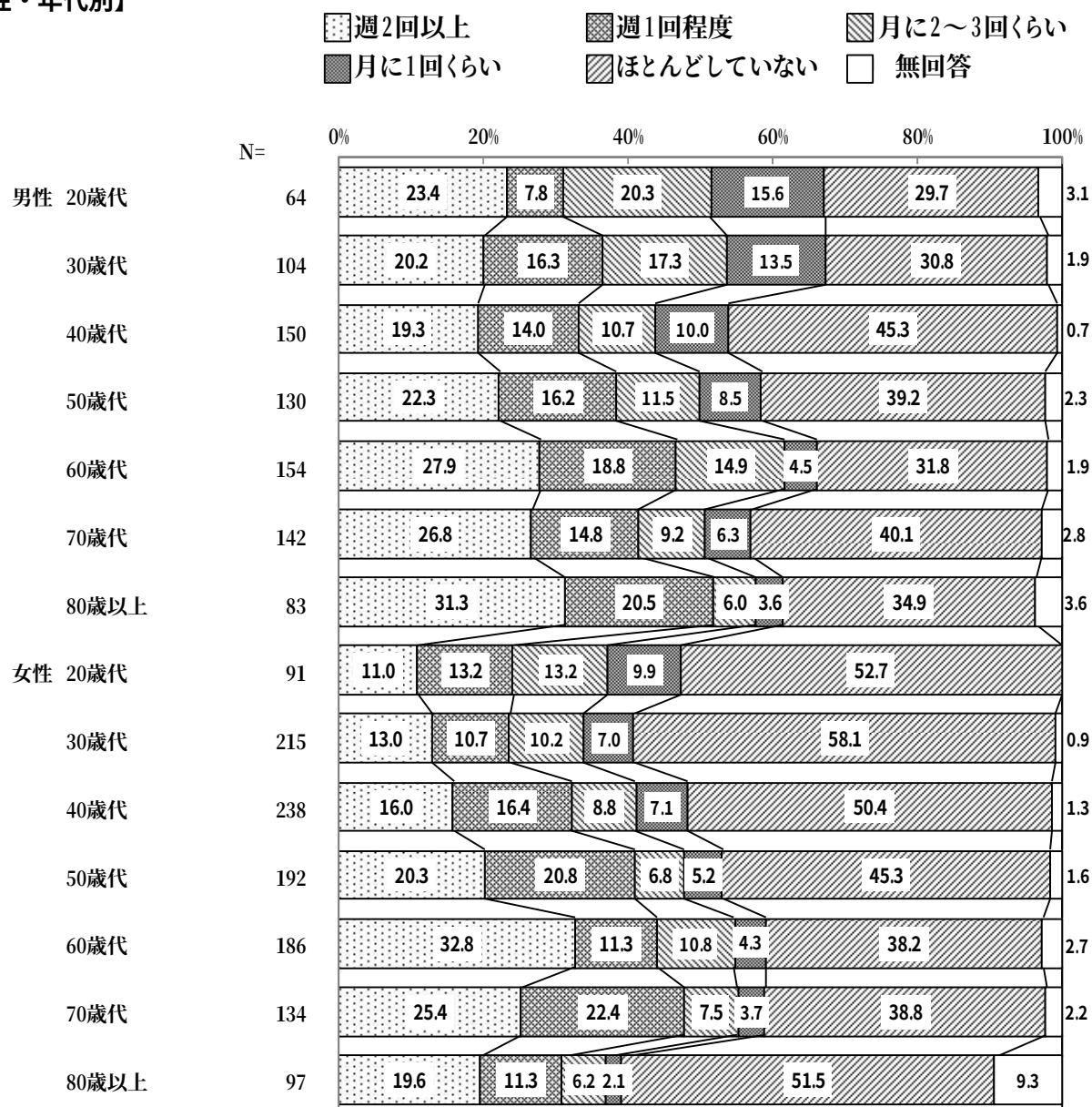
性・年代別にみると、「週 2 回以上」は、男性の 80 歳以上、女性の 60 歳代で 3 割を超えて高くなっている。「ほとんどしていない」は、女性の 30 歳代で約 6 割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代、80 歳以上で 5 割を超えている。男性では、40 歳代で 4 割台半ばと最も高くなっている。

地域別にみると、「週 2 回以上」は、玉川地域で 2 割台半ばと最も高くなっている。「ほとんどしていない」は、砧地域で約 5 割と最も高くなっている。

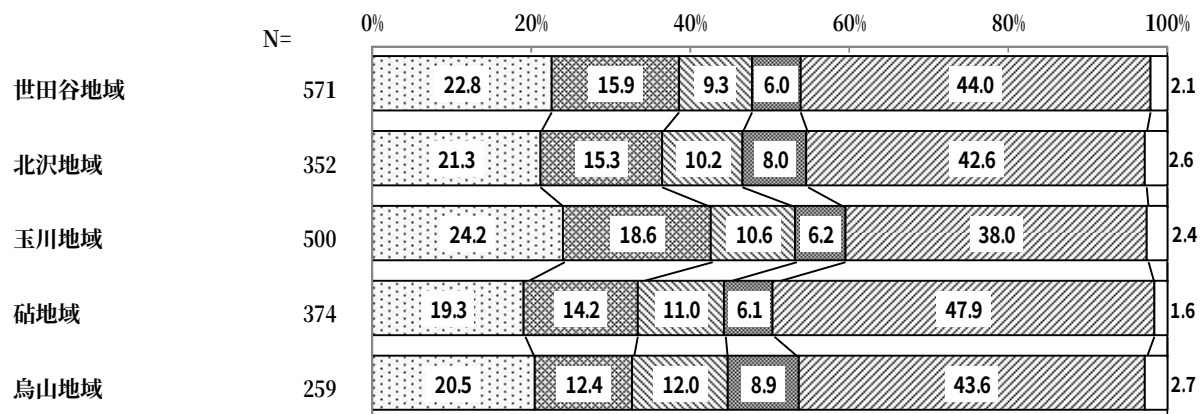
【性 別】



【性・年代別】



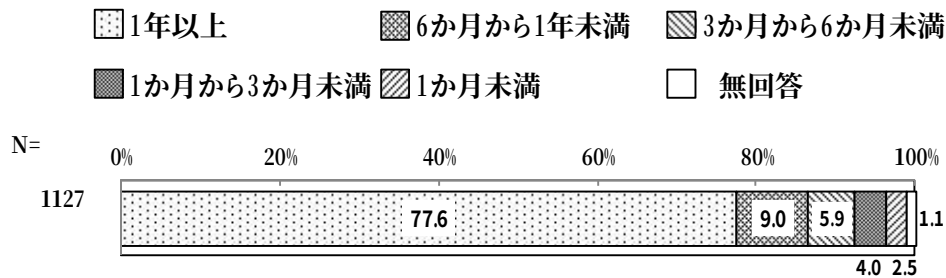
【地 域 別】



II 調査結果

問 20 で「1. 週2回以上」、「2. 週1回程度」、「3. 月に2～3回くらい」、「4. 月に1回くらい」を選ばれた方にうかがいます。

問 20－1 あなたは、その運動をどれくらいの期間、継続していますか。（1つに○）



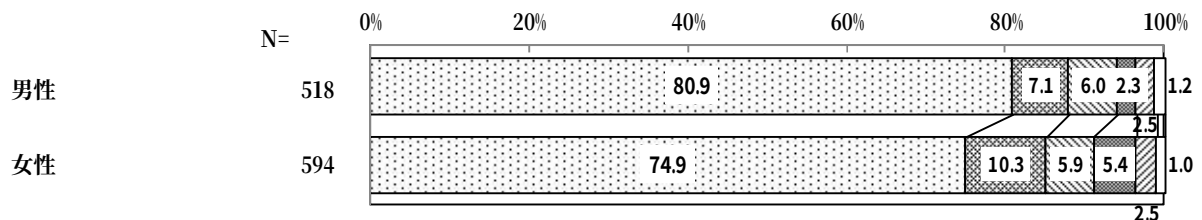
運動を継続している期間については、「1年以上」77.6%が最も高く、次いで、「6か月から1年未満」9.0%、「3か月から6か月未満」5.9%となっている。

性別にみると、「1年以上」は、男性が女性よりも6.0ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「1年以上」は、男性の50歳代、女性の70歳代で約9割と高くなっている。次いで、男性の40歳代、70歳代で8割台半ばとなっている。

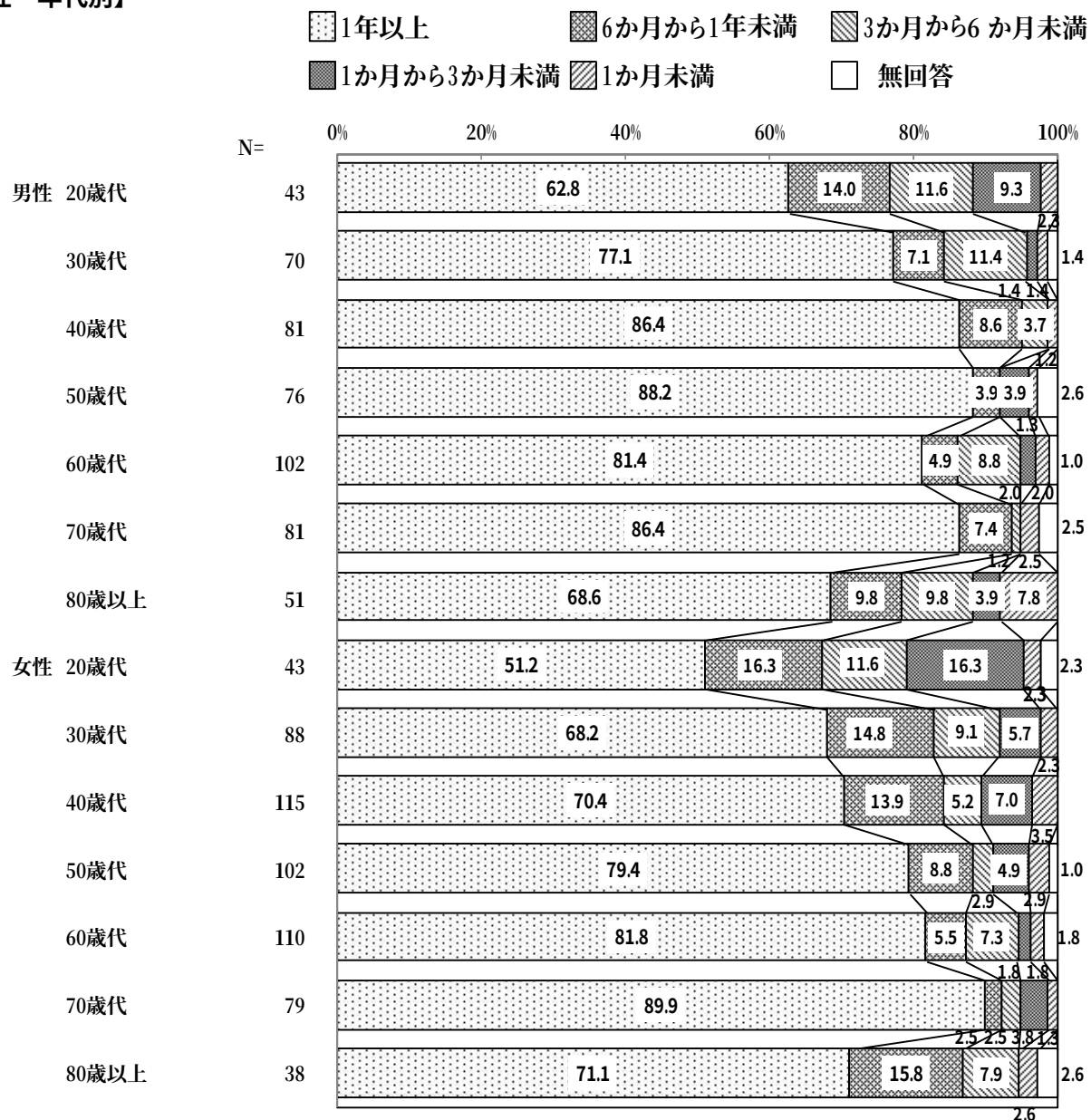
地域別にみると、「1年以上」は、砧地域で8割を超えて最も高く、次いで、玉川地域で8割となっている。

【性 別】

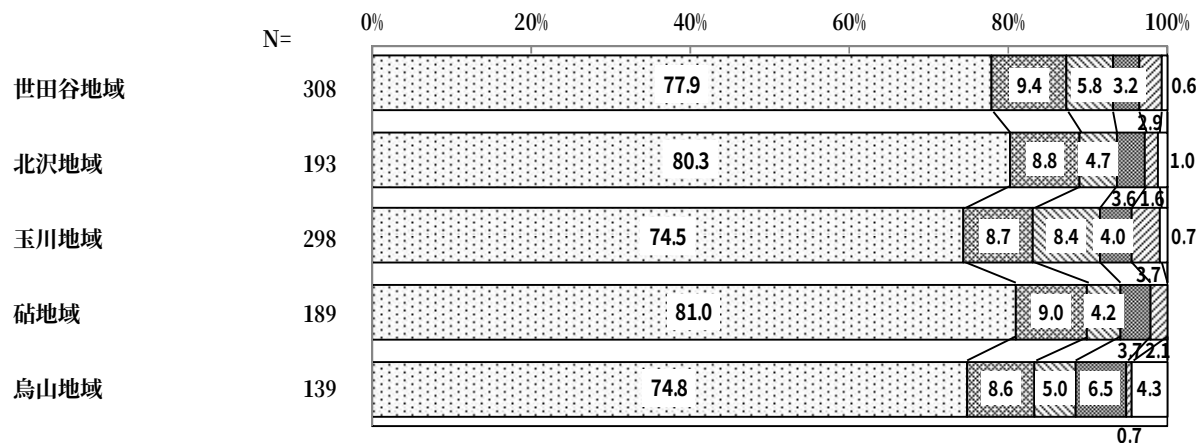


II 調査結果

【性・年代別】



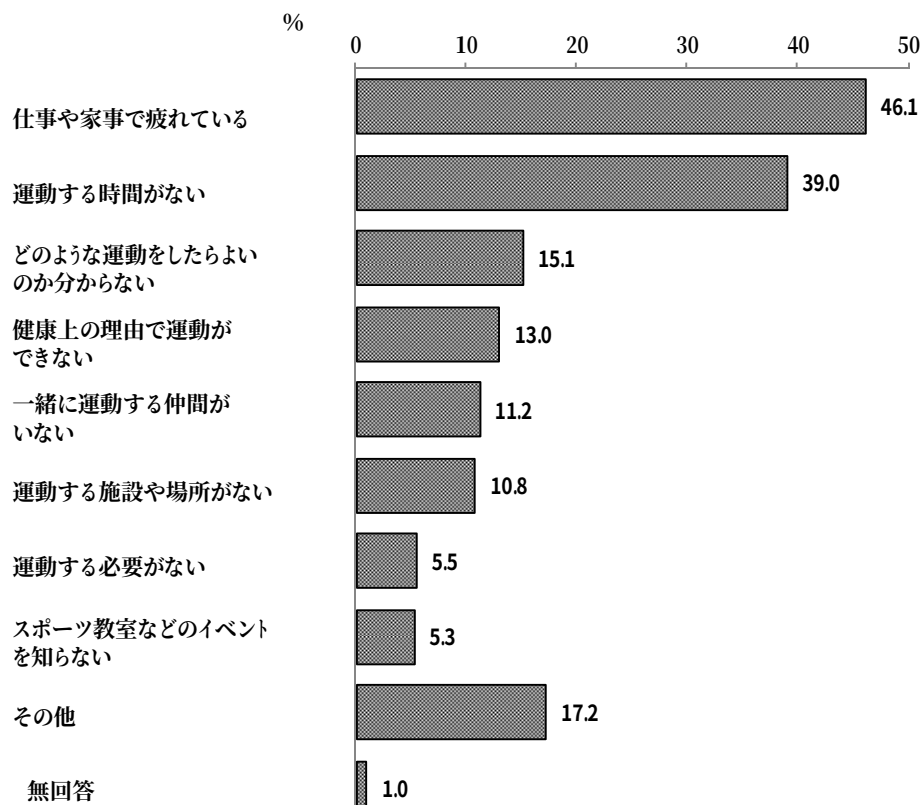
【地 域 別】



II 調査結果

問 20 で「ほとんどしていない」を選ばれた方にうかがいます。

問 20－2 あなたが、運動していない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）



運動していない理由については、「仕事や家事で疲れている」46.1%が最も高く、次いで、「運動する時間がない」39.0%、「どのような運動をしたらよいのか分からない」15.1%となっている。

性別にみると、「仕事や家事で疲れている」は、女性が男性より 11.5 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「運動する時間がない」は、女性の 20 歳代で 6 割を超えて最も高く、次いで、男性の 30 歳代、50 歳代で約 6 割となっている。「仕事や家事で疲れている」は、女性の 40 歳代で約 7 割と最も高く、次いで、女性の 30 歳代で 6 割を超え、男性の 40 歳代で 6 割となっている。

地域別にみると、「運動する時間がない」は、砧地域で 4 割を超えて最も高くなっており、最も低い烏山地域と比べると、7.4 ポイントの差がある。「仕事や家事で疲れている」は、世田谷地域、北沢地域、砧地域で約 5 割と高くなっている。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

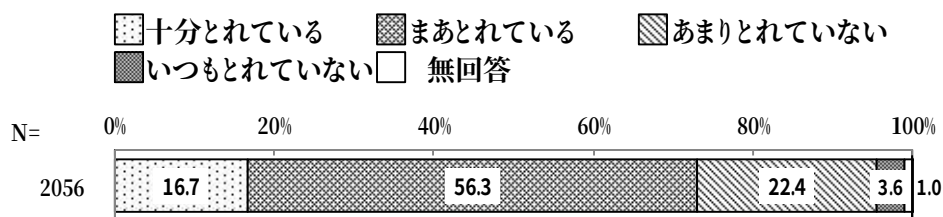
単位：％

区 分		運動する施設や場所がない	一緒に運動する仲間がない	どのような運動をしただろうか分からない	スポーツ教室などのイベントを知らない	運動する時間がない	仕事や家事で疲れている	運動する必要がある	健康上の理由で運動ができない	その他	無回答	有効回答数（件）
男 性		10.3	11.9	11.9	3.9	37.9	38.9	7.7	13.8	16.7	1.9	311
女 性		11.2	11.0	17.1	6.2	39.7	50.4	4.4	12.3	17.3	0.4	562
男 性	20歳代	31.6	26.3	31.6	5.3	63.2	63.2	10.5	5.3	15.8	-	19
	30歳代	12.5	15.6	9.4	3.1	59.4	43.8	6.3	3.1	21.9	-	32
	40歳代	8.8	13.2	13.2	8.8	55.9	60.3	5.9	4.4	5.9	1.5	68
	50歳代	15.7	9.8	9.8	2.0	58.8	43.1	5.9	7.8	7.8	2.0	51
	60歳代	4.1	6.1	6.1	-	18.4	38.8	14.3	22.4	18.4	2.0	49
	70歳代	5.3	8.8	8.8	3.5	12.3	17.5	8.8	26.3	24.6	3.5	57
	80歳以上	10.3	13.8	13.8	3.4	6.9	6.9	3.4	24.1	34.5	3.4	29
女 性	20歳代	25.0	14.6	27.1	-	62.5	56.3	2.1	4.2	12.5	-	48
	30歳代	11.2	8.8	12.8	7.2	55.2	61.6	2.4	7.2	14.4	-	125
	40歳代	8.3	12.5	23.3	9.2	45.0	69.2	1.7	4.2	15.8	-	120
	50歳代	14.9	11.5	17.2	5.7	36.8	51.7	4.6	6.9	18.4	-	87
	60歳代	8.5	15.5	21.1	8.5	28.2	43.7	8.5	16.9	15.5	-	71
	70歳代	9.6	11.5	7.7	5.8	21.2	15.4	9.6	19.2	25.0	-	52
	80歳以上	2.0	4.0	8.0	2.0	8.0	10.0	8.0	48.0	26.0	4.0	50
世田谷地域		11.6	7.6	13.1	2.8	38.2	48.6	6.0	12.4	14.7	1.2	251
北沢地域		12.0	17.3	14.7	6.0	40.0	48.0	6.7	15.3	17.3	1.3	150
玉川地域		8.4	10.0	17.4	8.4	38.9	42.1	5.3	11.6	23.7	-	190
砧地域		10.1	10.1	12.8	3.9	41.9	48.0	5.6	11.2	14.5	2.2	179
烏山地域		12.4	15.0	19.5	7.1	34.5	41.6	3.5	16.8	15.9	-	113

II 調査結果

5 休養、こころの健康について

問 21 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか。(1つに○)



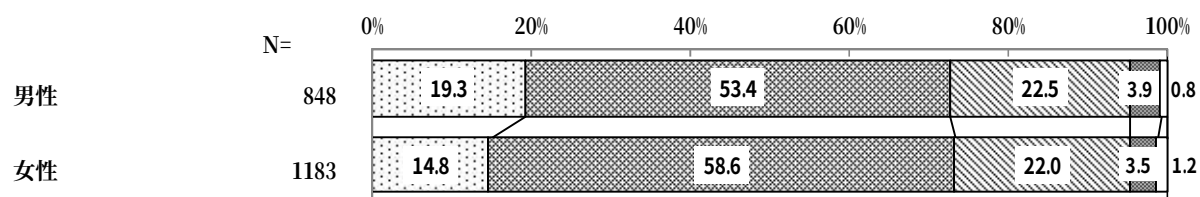
こころや体の休養については、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「とれている人」は73.0%、「あまりとれていない」と「いつもとれていない」を合わせた「とれていない人」は26.0%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「とれている人」は、男性の60歳代、70歳代、女性の70歳代で8割台半ばと高くなっている。一方、「とれていない人」は、男性の40歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性の30歳代、50歳代で3割台半ばとなっている。女性では、30歳代と40歳代で3割を超えて最も高くなっている。

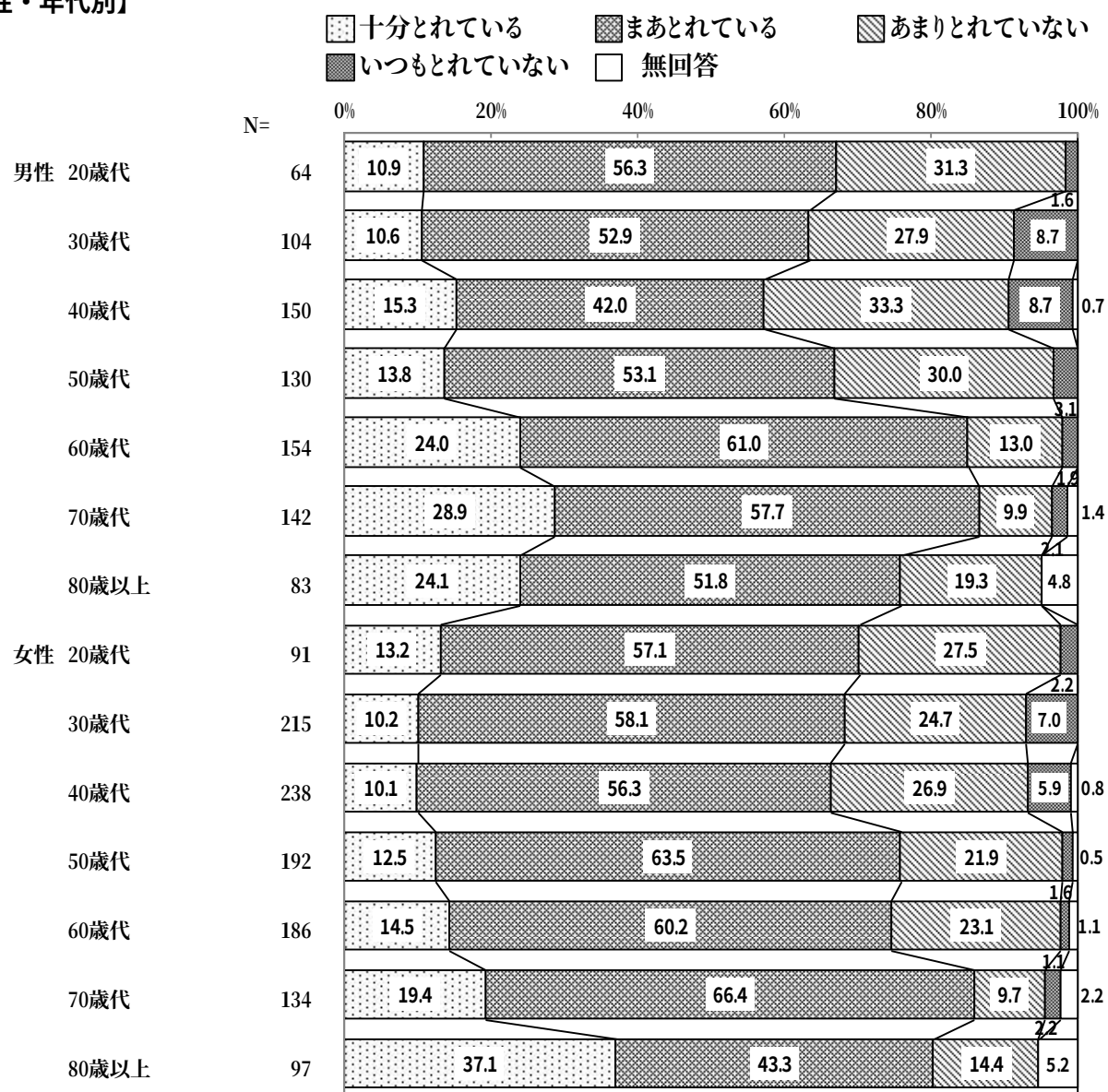
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性 別】

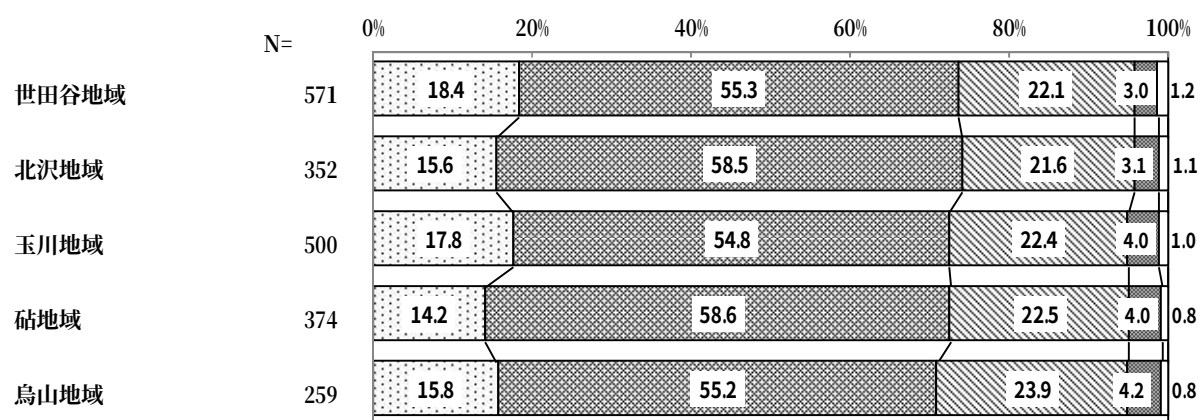


II 調査結果

【性・年代別】



【地域別】

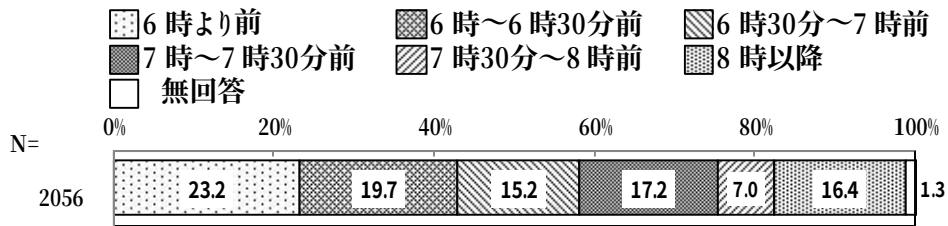


II 調査結果

問 22 あなたのふだんの起床時間と就寝時間をご記入ください。

時間は 24 時間制でご記入ください。

①起床時間



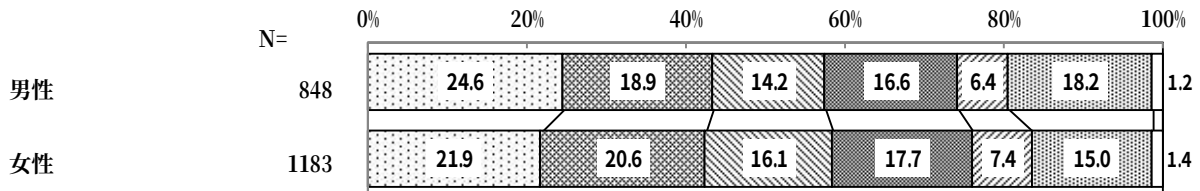
起床時間については、「6 時より前」23.2%が最も高く、次いで、「6 時～6 時 30 分前」19.7%、「7 時～7 時 30 分前」17.2%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

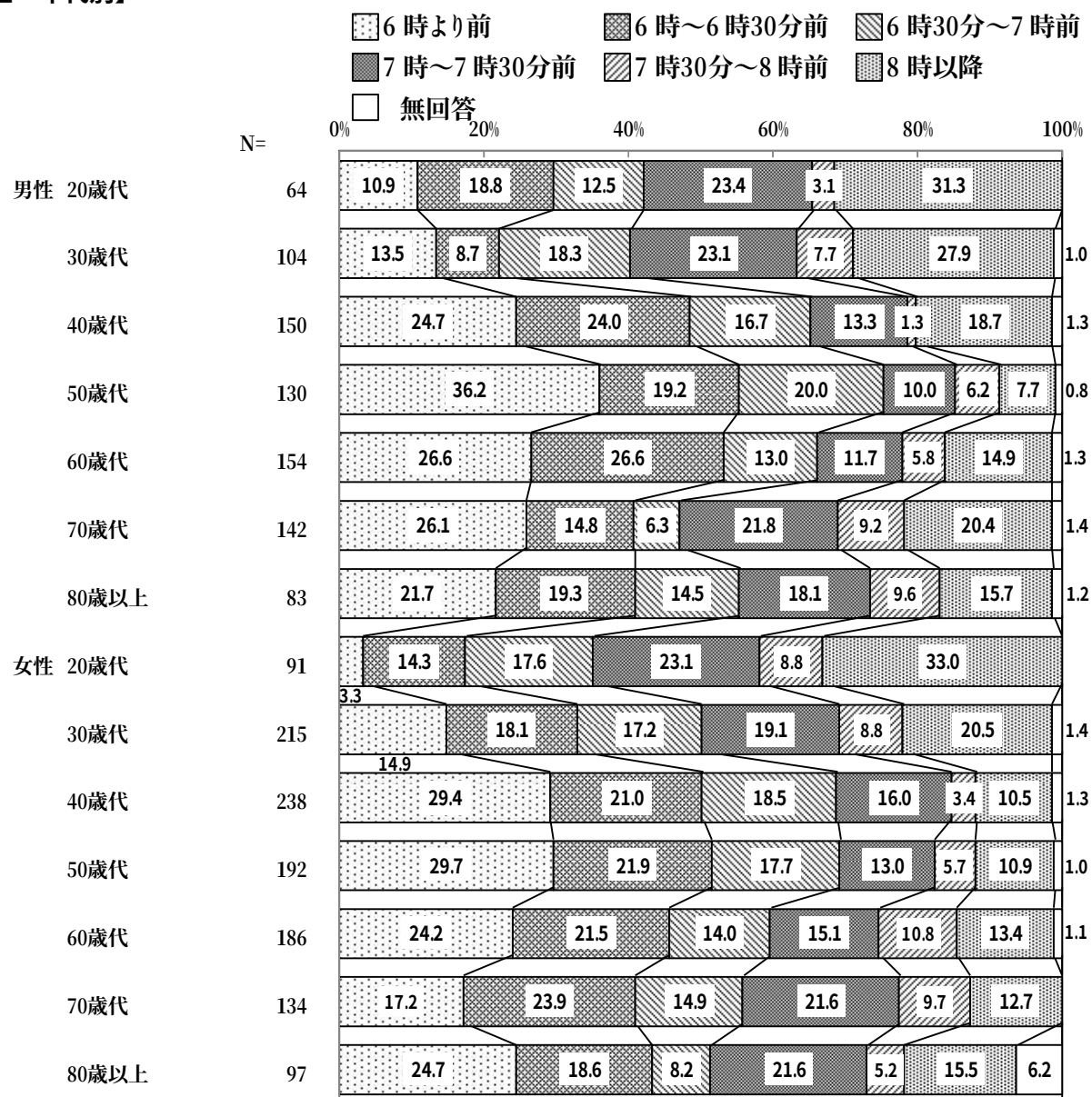
性・年代別にみると、「6 時より前」は、男性の 50 歳代で 3 割台半ばと最も高く、次いで、女性の 40 歳代、50 歳代で約 3 割となっている。「7 時～7 時 30 分前」は、男性の 20 歳代、30 歳代、女性の 20 歳代で 2 割台半ばと高くなっている。

地域別にみると、「6 時より前」は、砧地域、玉川地域、北沢地域で 2 割台半ばと高くなっている。

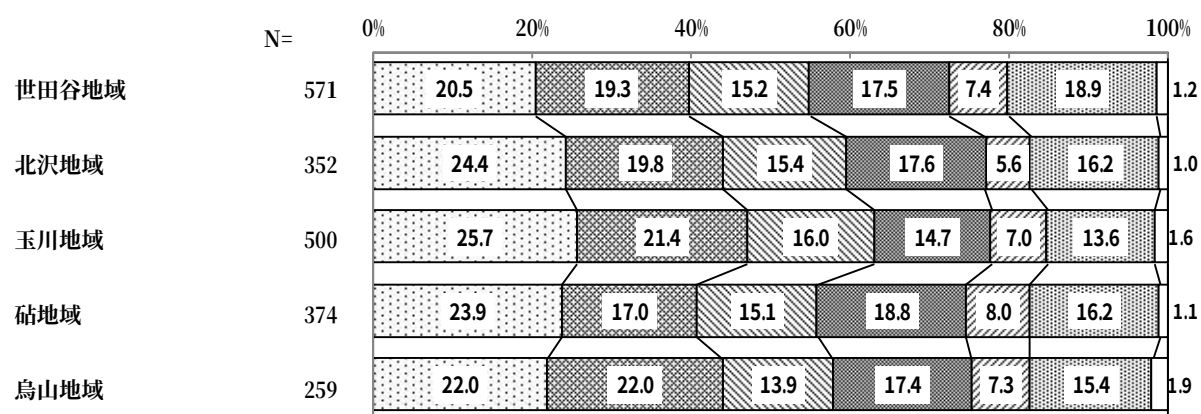
【性 別】



【性・年代別】

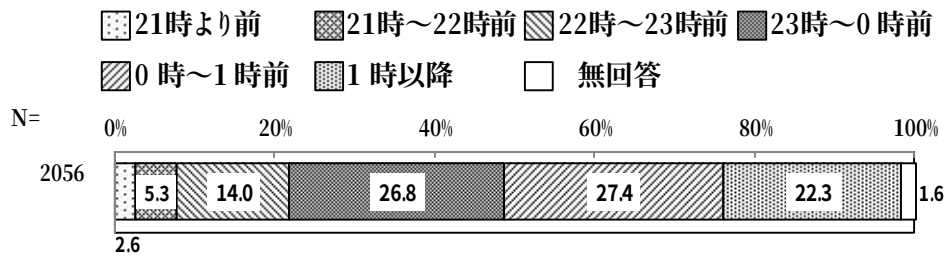


【地 域 別】



II 調査結果

②就寝時間



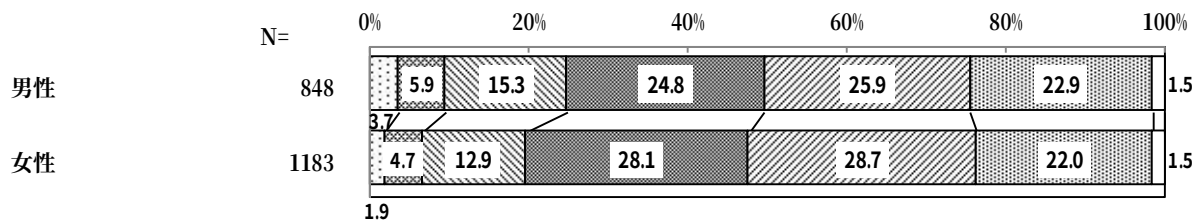
就寝時間については、「0時～1時前」27.4%が最も高く、次いで、「23時～0時前」26.8%、「1時以降」22.3%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「23時～0時前」は、女性の70歳代で3割台半ばが最も高く、次いで、男性の50歳代、60歳代で3割を超えている。「0時～1時前」は、女性の20歳代で約4割、男性の20歳代、30歳代で3割台半ばとなっている。

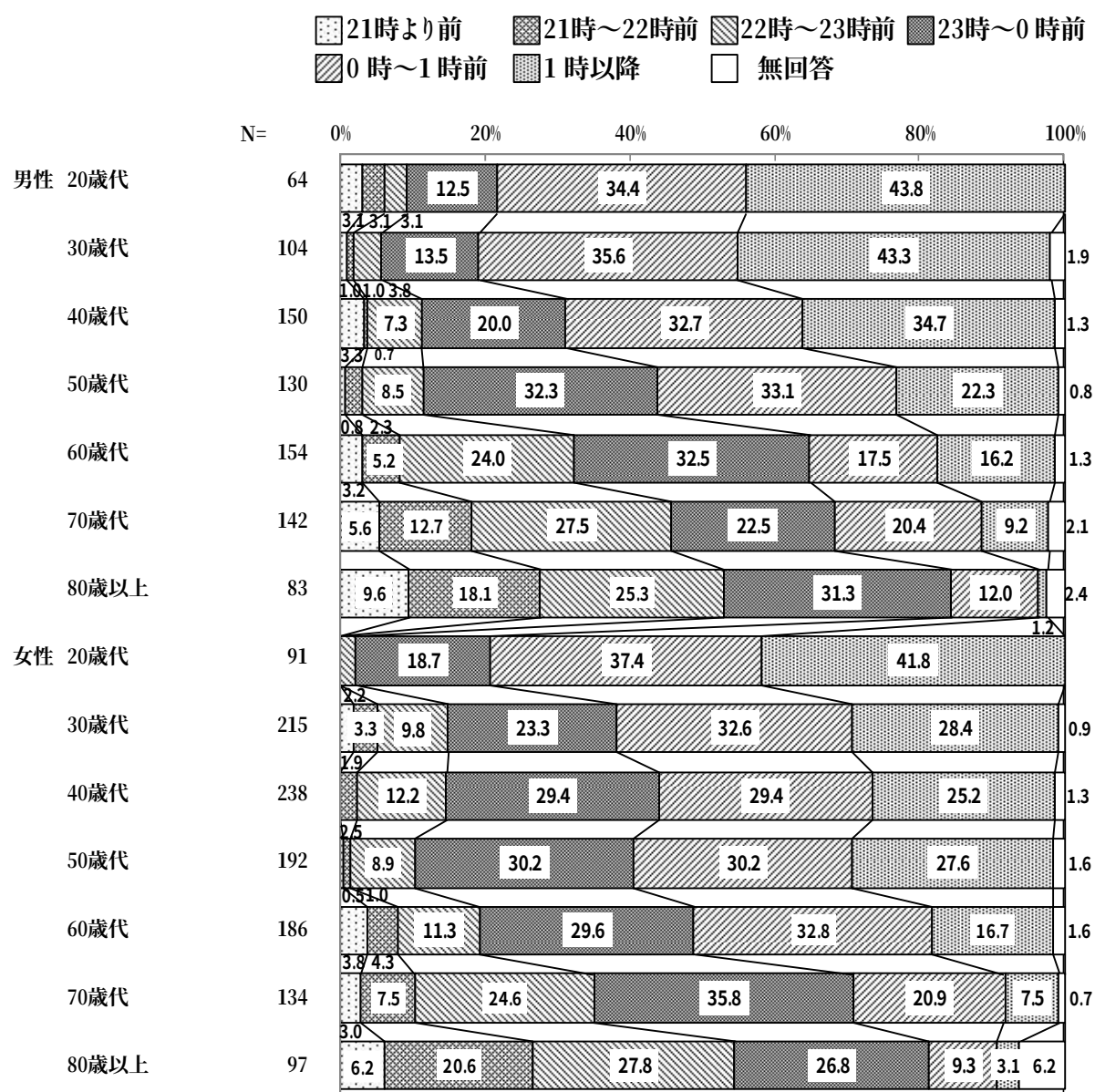
地域別にみると、「23時～0時前」は、砧地域、玉川地域、北沢地域で約3割と高くなっている。

【性別】

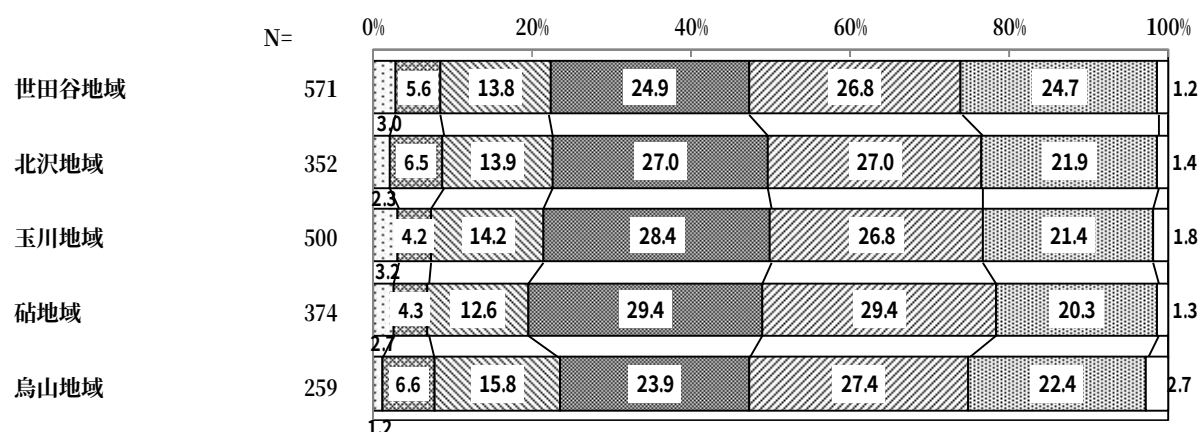


II 調査結果

【性・年代別】

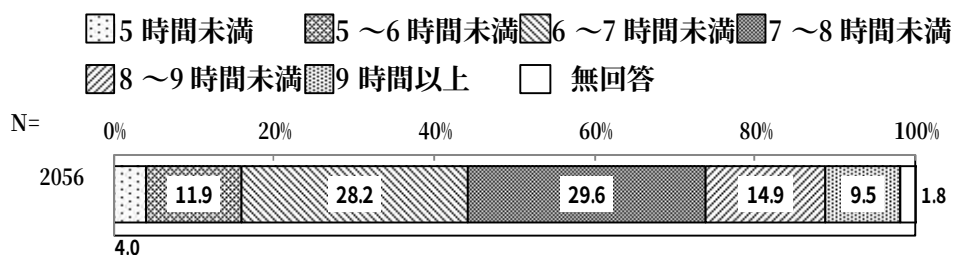


【地 域 別】



II 調査結果

睡眠時間



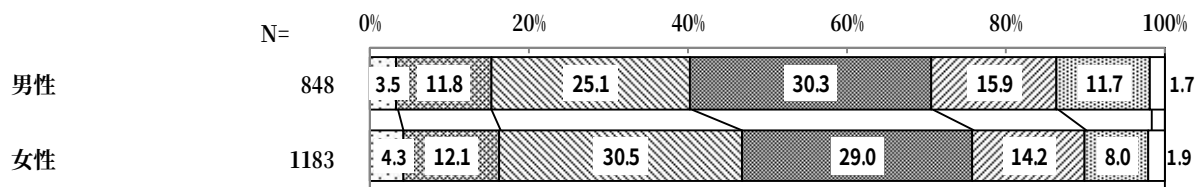
睡眠時間については、「7～8時間未満」29.6%が最も高く、次いで、「6～7時間未満」28.2%、「8～9時間未満」14.9%となっている。

性別にみると、「6～7時間未満」は、女性が男性よりも5.4ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「7～8時間未満」は、男性の20歳代、60歳代で約4割と最も高く、次いで、女性の20歳代、60歳代、70歳代で3割台半ばとなっている。「6～7時間未満」は、男性の30歳代から50歳代、女性の20歳代、30歳代、50歳代で3割台半ばと高くなっている。

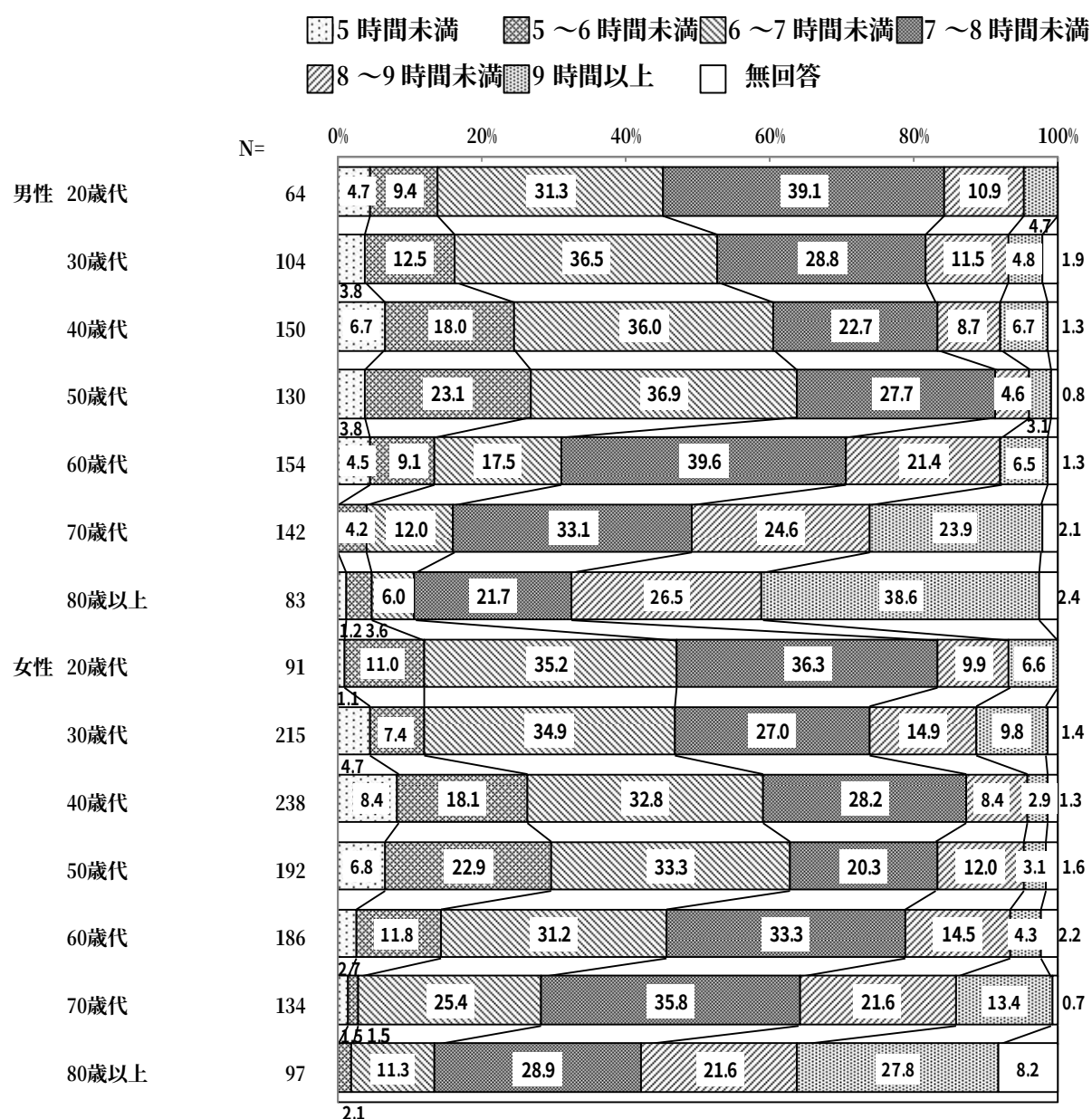
地域別にみると、「7～8時間未満」は、北沢地域で3割を超えて最も高く、次いで、烏山地域で3割となっている。「6～7時間未満」は、世田谷地域、北沢地域、玉川地域、砧地域で約3割と高くなっている。

【性別】

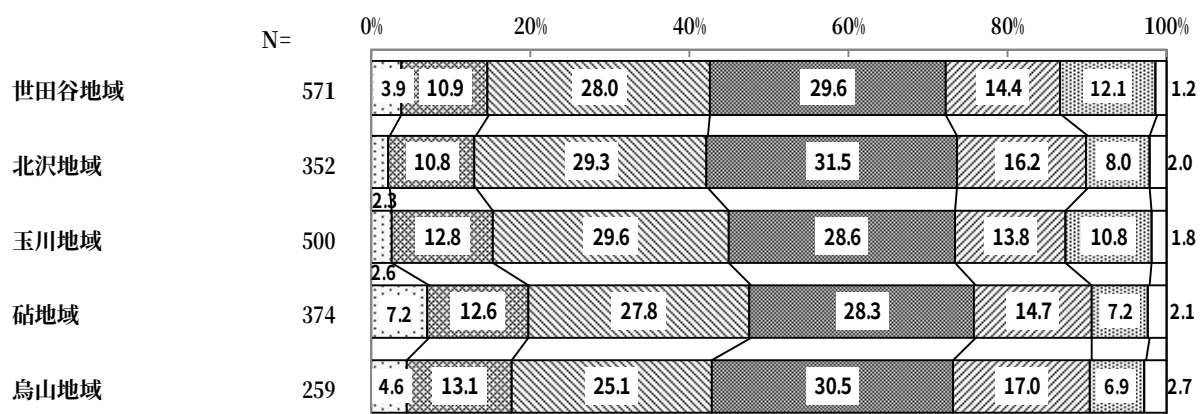


II 調査結果

【性・年代別】

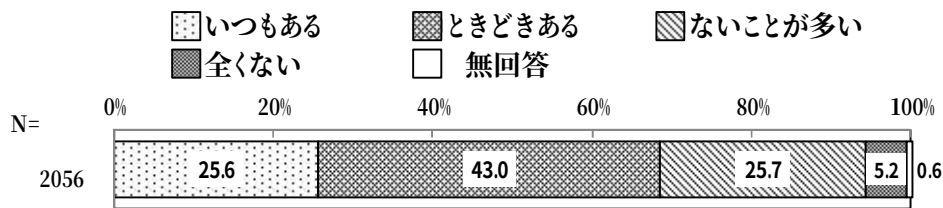


【地 域 別】



II 調査結果

問 23 あなたは、目覚めたときにぐっすり眠った感じ（睡眠の質）はありますか。（1つに○）



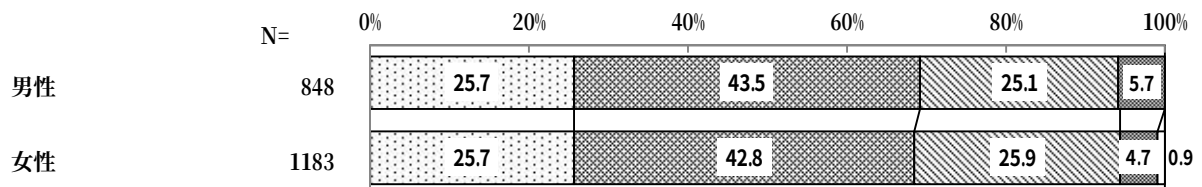
目覚めたときにぐっすり眠った感じ（睡眠の質）については、「いつもある」と「ときどきある」を合わせた「ある人」は68.6%、「ないことが多い」と「全くない」を合わせた「ない人」は30.9%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「ある人」は、男性・女性ともに70歳代、80歳以上で約8割、次いで、60歳代で7割台半ばとなっている。「ない人」は、男性の40歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の20歳代、女性の20歳代、30歳代で約4割となっている。

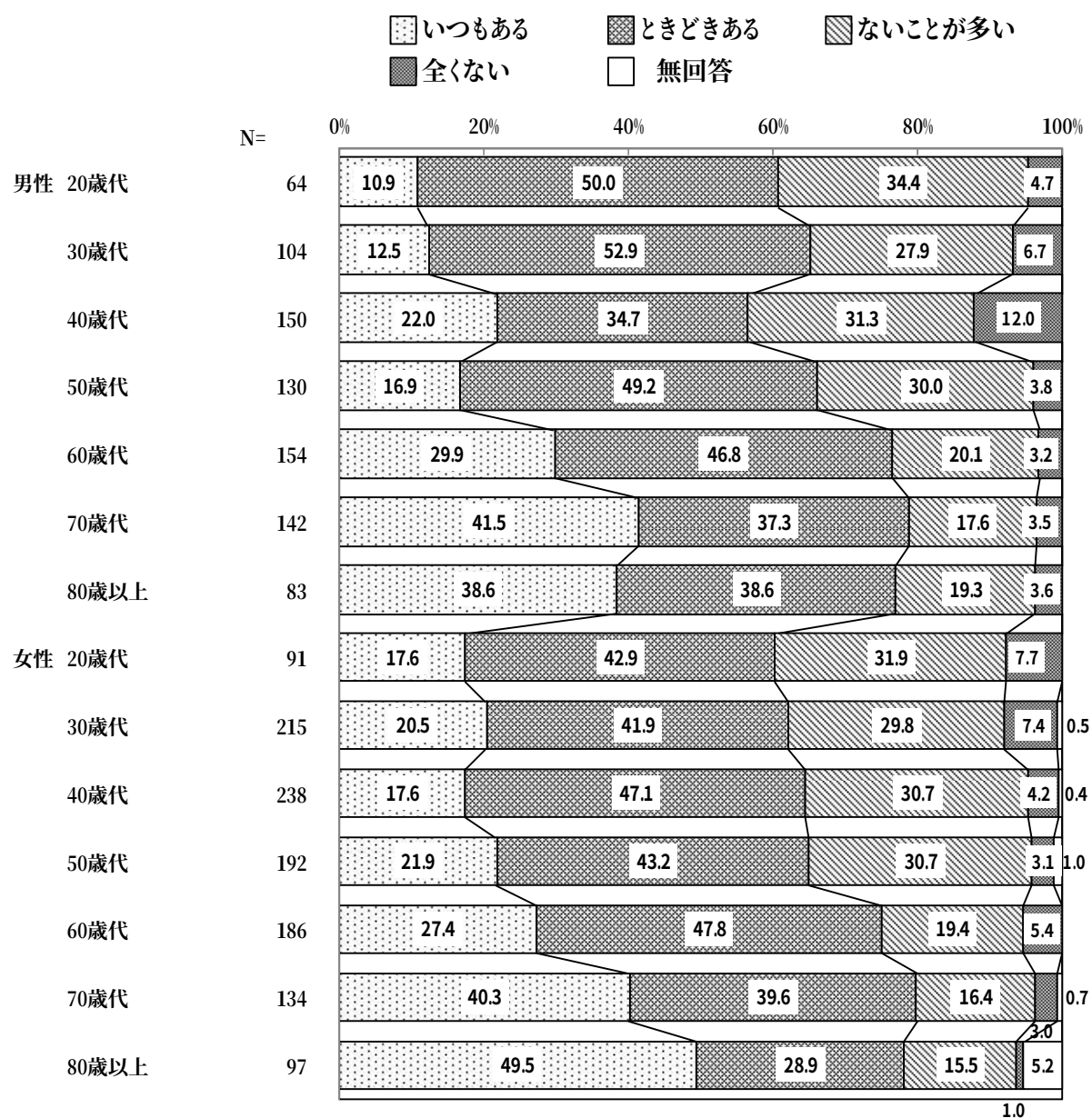
地域別にみると、「ある人」は、玉川地域、世田谷地域、北沢地域で7割となっている。「ない人」は、砧地域で約4割と最も高く、次いで、烏山地域で3割を超えている。

【性 別】

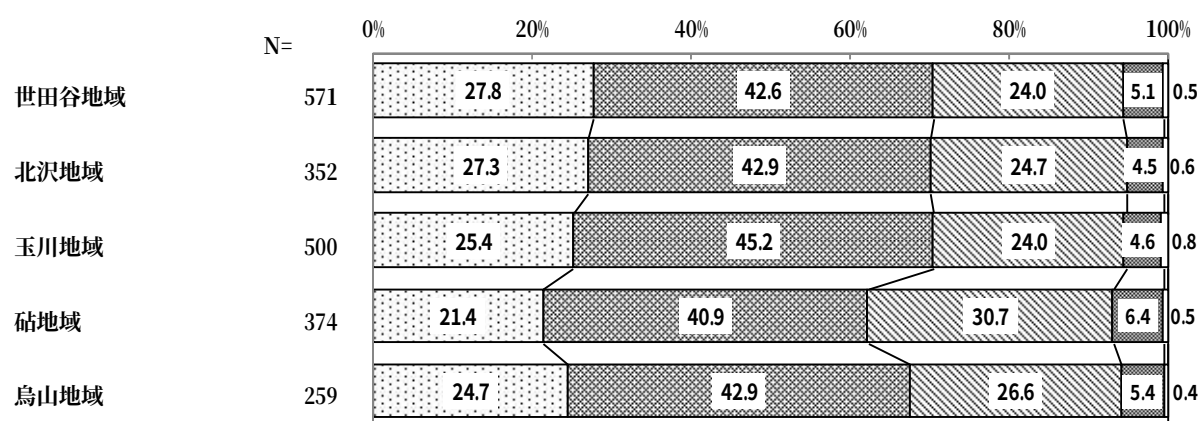


II 調査結果

【性・年代別】

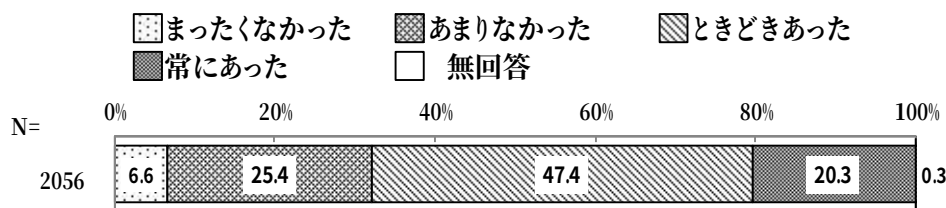


【地 域 別】



II 調査結果

問 24 最近1か月間に、悩みや不安、ストレス等を感じたことはありますか。(1つに○)



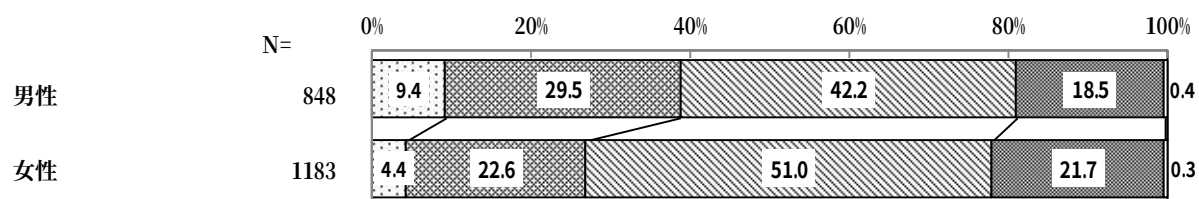
悩みや不安、ストレスの有無については、「まったくなかった」と「あまりなかった」を合わせた「なかった人」は32.0%、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は67.7%となっている。

性別にみると、「あった人」は、女性が男性よりも12.0ポイント高くなっている。

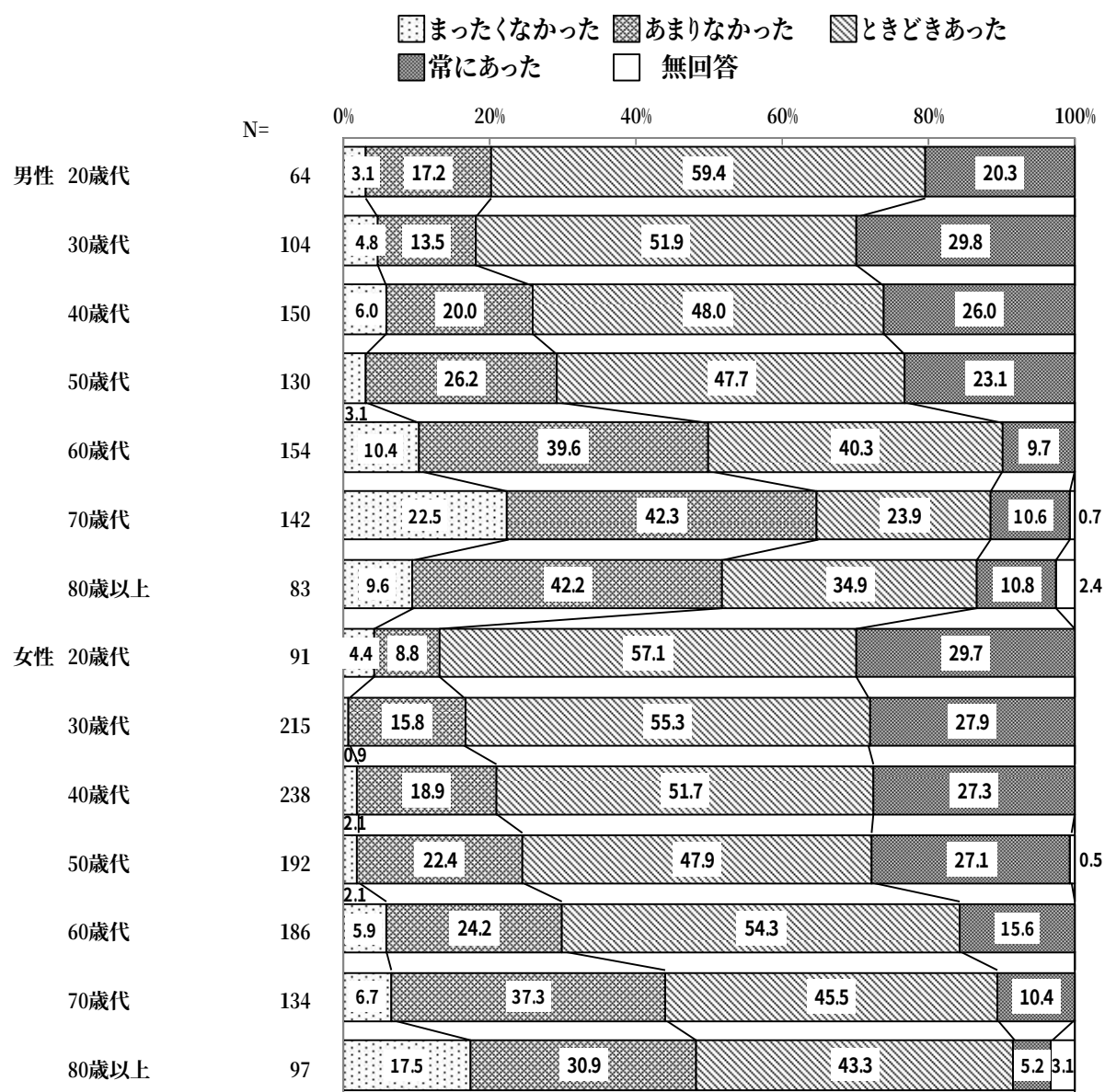
性・年代別にみると、「なかった人」は、男性の70歳代で6割台半ばと最も高く、次いで、男性の80歳以上で5割超え、男性の60歳代で5割となっている。また、女性ではどの年代も半数以下となっている。「あった人」は、女性の20歳代、30歳代で8割台半ばと高く、次いで、男性の30歳代で8割を超えている。

地域別にみると、「あった人」は、世田谷地域、北沢地域、砧地域、烏山地域で約7割と高くなっている。

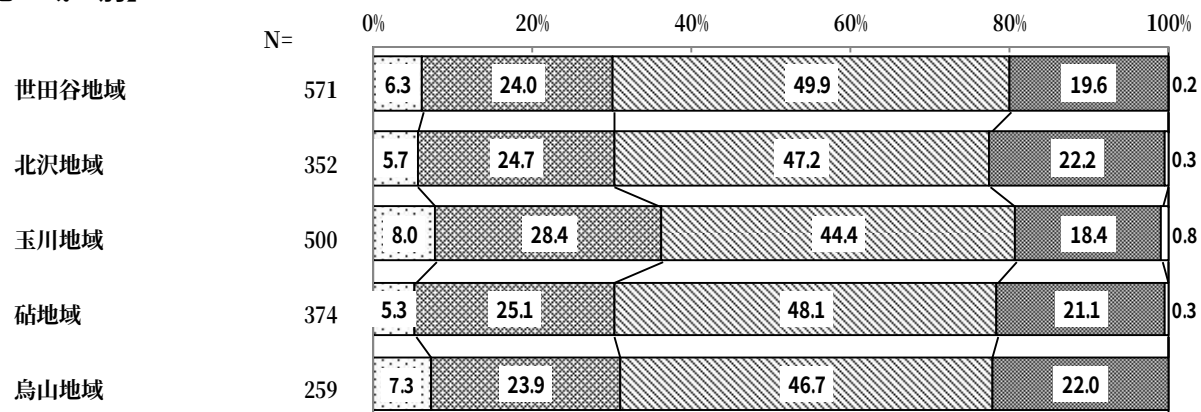
【性別】



【性・年代別】

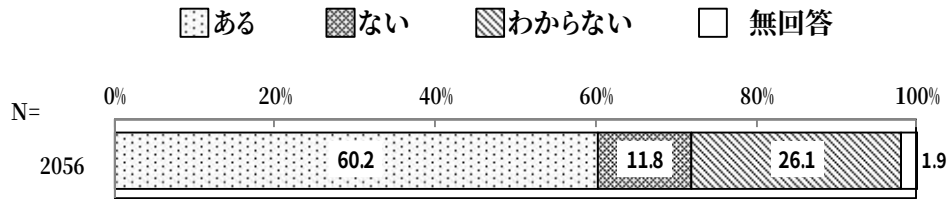


【地 域 別】



II 調査結果

問 25 あなたはストレスを解消する方法がありますか。(1つに○)



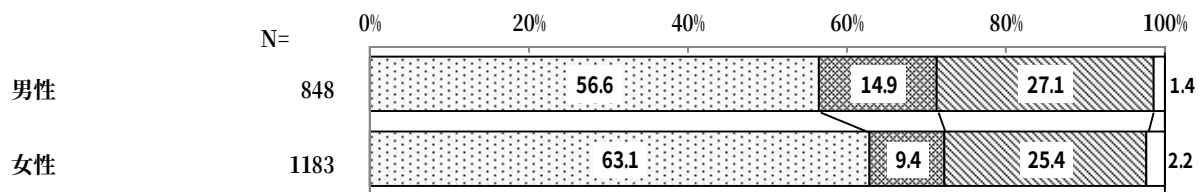
ストレス解消法については、「ある」60.2%、「ない」11.8%となっている。

性別にみると、「ある」は、女性が男性よりも6.5ポイント高くなっている。

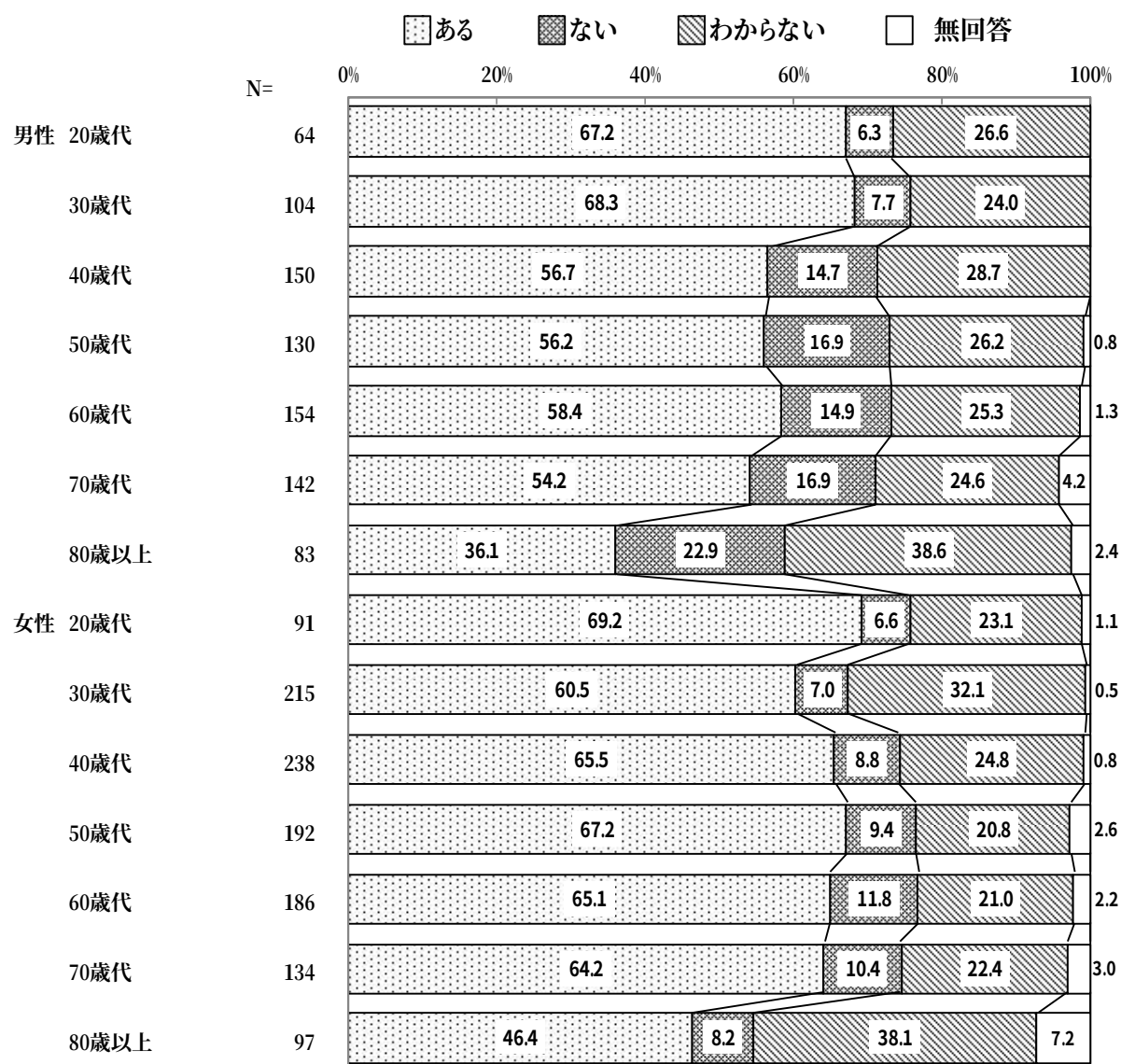
性・年代別にみると、「ある」は、男性の20歳代、30歳代、女性の20歳代、50歳代で約7割と高くなっている。また、男性・女性ともに、80歳以上が5割以下で低くなっている。

地域別にみると、「ある」は、玉川地域で6割台半ばと最も高く、次いで、世田谷地域で6割となっている。一方、「ない」は、烏山地域で1割台半ばと最も高くなっている。最も低い玉川地域と比べると、5.4ポイントの差がある。

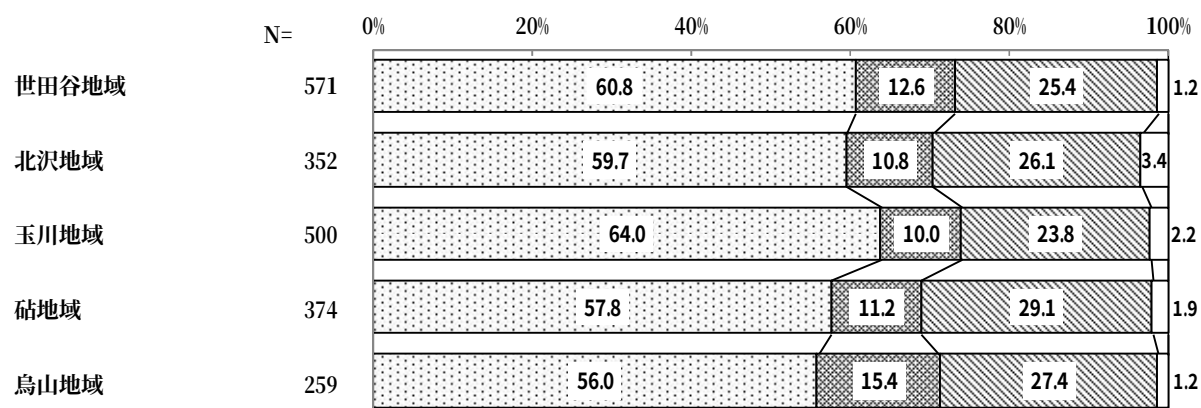
【性 別】



【性・年代別】



【地 域 別】

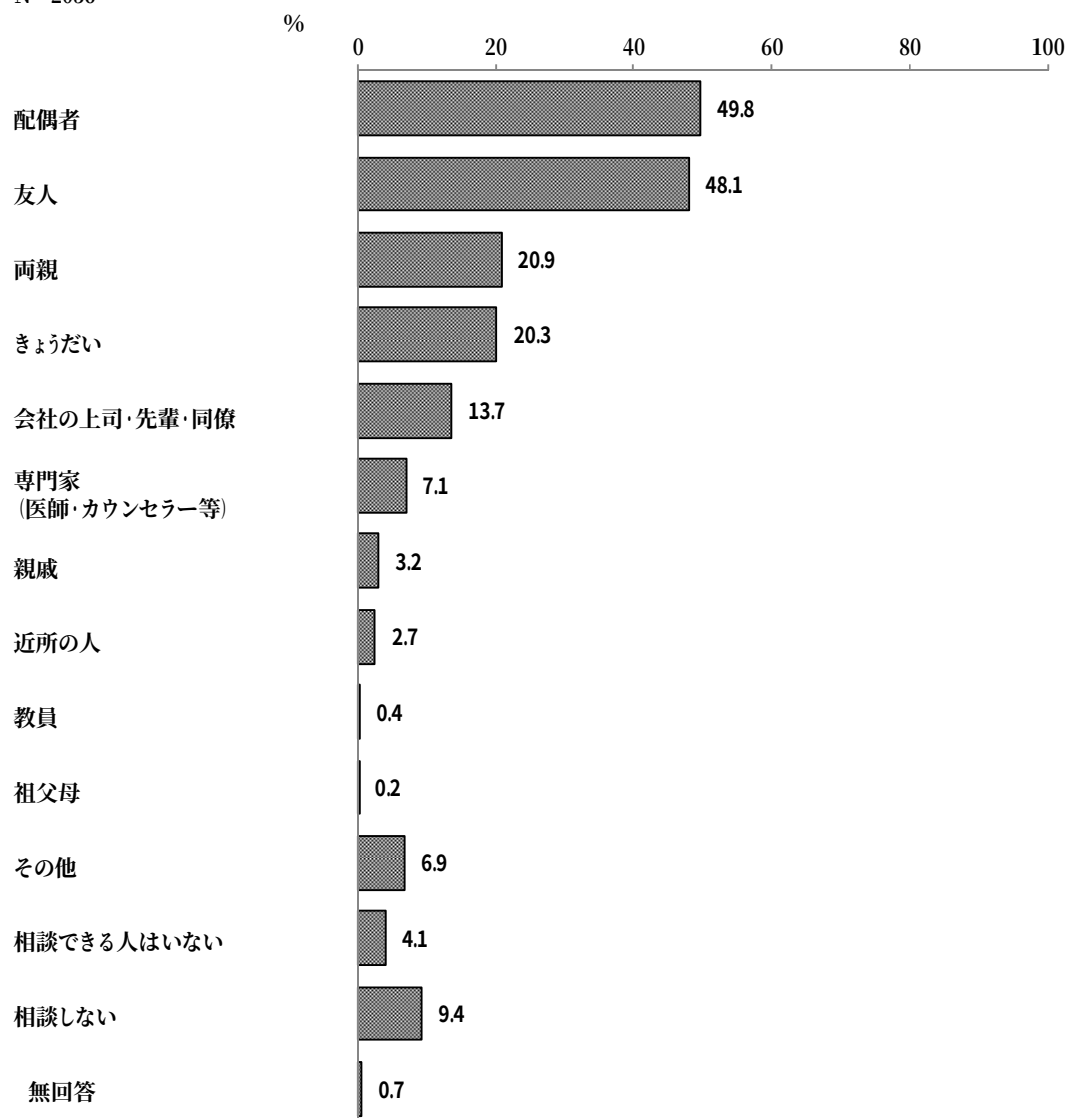


II 調査結果

問 26 あなたは、悩みや困ったことがあったとき、どなたに相談をされますか。

(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



相談相手については、「配偶者」49.8%が最も高く、次いで、「友人」48.1%、「両親」20.9%となっている。

性別にみると、「友人」は、女性が男性よりも28.1ポイント、「きょうだい」は、女性が男性よりも16.9ポイント高くなっている。一方、「配偶者」は、男性が女性よりも9.6ポイント高くなっている。「相談しない」も男性が女性よりも6.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「配偶者」は、男性の80歳以上で7割を超えて最も高く、次いで、男性の60歳代、70歳代で6割台半ばとなっている。「友人」は、女性の20歳代で7割台半ばと最も高く、次いで、女性の30歳代で7割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

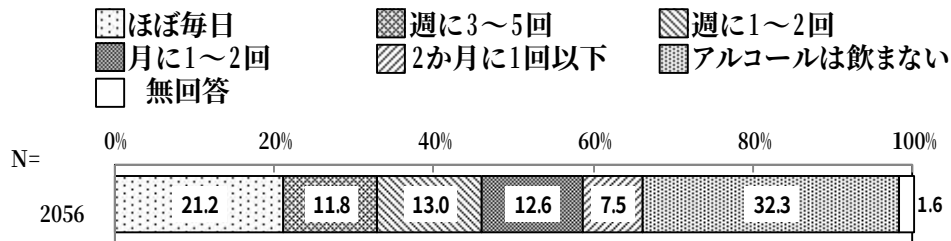
単位：％

区 分		配偶者	両親	きょうだい	祖父母	親戚	友人	近所の人	僚会 社の 上司・先輩・同	専門家 (医師・カウンセラー等)	教員	その他	相談できる人はいない	相談しない	無回答	有効回答数 (件)
男 性		55.4	12.9	10.7	-	1.9	32.2	0.8	13.9	7.4	0.2	2.5	5.9	12.7	0.2	848
女 性		45.8	27.0	27.6	0.3	4.1	60.3	4.1	13.7	7.0	0.5	9.8	2.8	6.5	1.1	1183
男 性	20歳代	20.3	48.4	14.1	-	-	62.5	-	23.4	1.6	1.6	9.4	6.3	6.3	-	64
	30歳代	38.5	32.7	9.6	-	-	51.9	1.0	27.9	4.8	1.0	1.9	6.7	11.5	-	104
	40歳代	56.7	19.3	6.0	-	0.7	30.7	0.7	26.7	2.0	-	0.7	8.0	15.3	0.7	150
	50歳代	52.3	7.7	7.7	-	0.8	26.9	0.8	17.7	3.8	-	0.8	5.4	16.9	-	130
	60歳代	63.6	1.9	12.3	-	1.3	33.8	-	5.8	9.1	-	2.6	2.6	15.6	-	154
	70歳代	64.1	-	15.5	-	4.2	23.2	2.8	0.7	14.1	-	0.7	5.6	11.3	0.7	142
	80歳以上	72.3	-	12.0	-	4.8	13.3	-	1.2	15.7	-	7.2	8.4	6.0	-	83
女 性	20歳代	25.3	68.1	26.4	1.1	2.2	76.9	-	22.0	5.5	1.1	2.2	1.1	2.2	-	91
	30歳代	51.2	52.6	22.8	0.9	2.3	70.7	1.9	20.9	7.0	0.5	1.9	3.3	5.1	-	215
	40歳代	52.9	44.5	29.4	-	2.1	68.5	4.6	21.4	9.7	1.7	4.6	2.1	6.3	-	238
	50歳代	50.5	16.7	25.0	0.5	4.2	63.0	4.2	17.7	5.2	-	14.6	2.1	5.2	1.0	192
	60歳代	47.3	2.2	32.3	-	3.2	55.9	5.4	4.8	4.8	-	9.7	5.4	9.1	-	186
	70歳代	49.3	0.7	32.8	-	5.2	43.3	4.5	0.7	6.0	-	14.9	1.5	9.7	1.5	134
	80歳以上	18.6	1.0	22.7	-	12.4	28.9	7.2	-	11.3	-	32.0	2.1	8.2	6.2	97
世田谷地域		48.2	23.5	20.7	0.2	3.5	48.7	2.5	14.2	6.0	0.5	6.3	3.9	9.3	0.7	571
北沢地域		48.6	19.6	19.3	0.3	3.1	48.3	2.8	14.8	8.2	0.9	8.0	5.4	7.7	0.3	352
玉川地域		51.8	19.2	20.0	0.2	3.8	48.4	2.0	14.0	8.0	-	6.2	4.0	9.0	1.4	500
砧地域		48.7	20.3	21.4	-	2.4	47.3	3.2	12.3	7.0	0.3	8.3	3.7	10.7	0.5	374
烏山地域		52.5	21.2	20.1	0.4	2.3	47.1	3.9	12.4	6.9	0.4	5.8	3.5	10.8	0.4	259

II 調査結果

6 飲酒について

問 27 あなたがアルコール類（お酒）を飲む回数は、平均でどの程度ですか。（1 つに○）



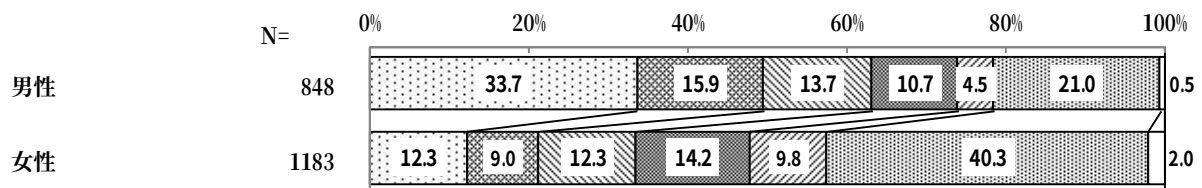
アルコール類（お酒）を飲む回数については、「アルコールは飲まない」32.3%が最も高く、次いで、「ほぼ毎日」21.2%、「週に1～2回」13.0%となっている。

性別にみると、「ほぼ毎日」は、男性が女性よりも21.4ポイント高くなっている。一方、「アルコールは飲まない」は、女性が男性よりも19.3ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性の60歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性の40歳代、50歳代で約4割となっている。「アルコールは飲まない」は、女性の80歳以上で7割台半ばと最も高く、次いで、女性の50歳代、60歳代で5割台半ばとなっている。

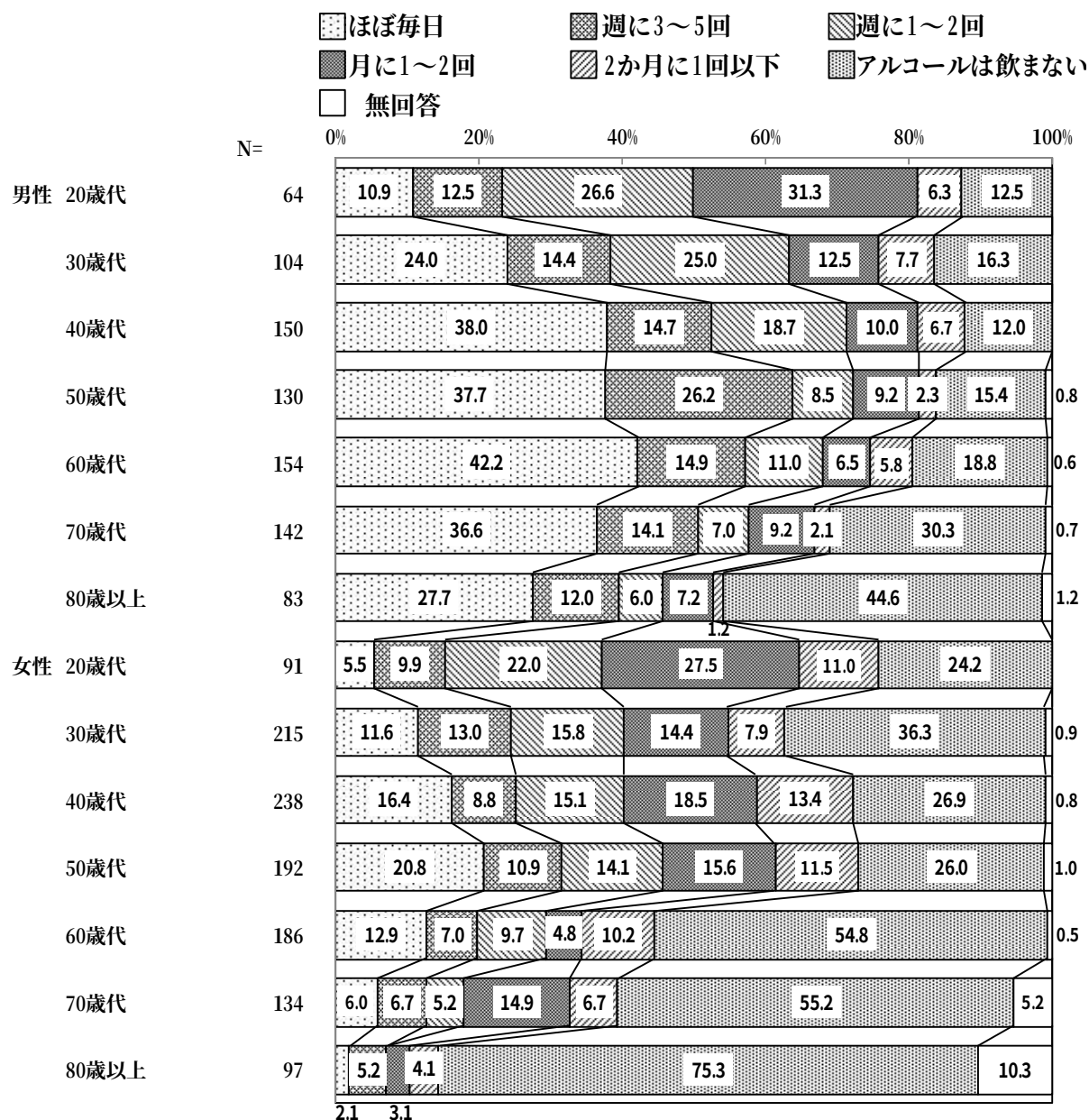
地域別にみると、「ほぼ毎日」は、玉川地域で2割台半ばと最も高くなっている。最も低い北沢地域と比べると、5.8ポイントの差がある。

【性別】

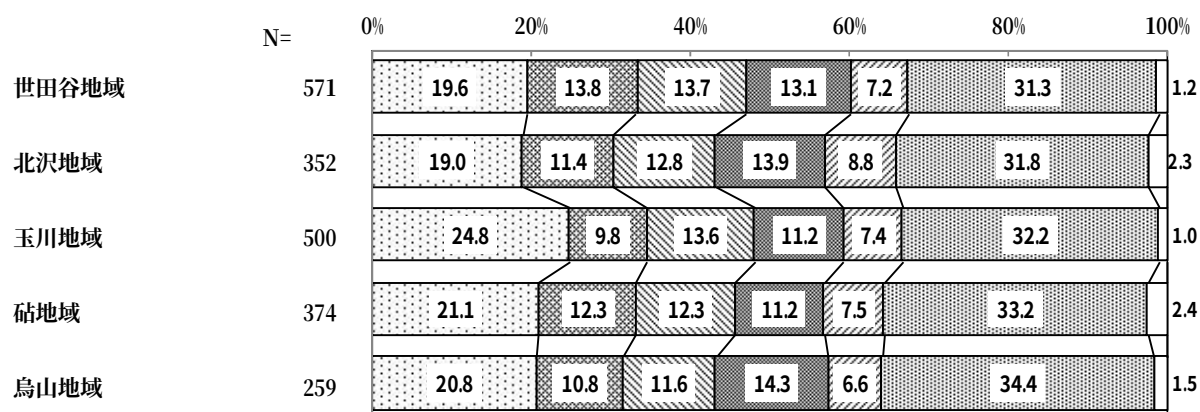


II 調査結果

【性・年代別】

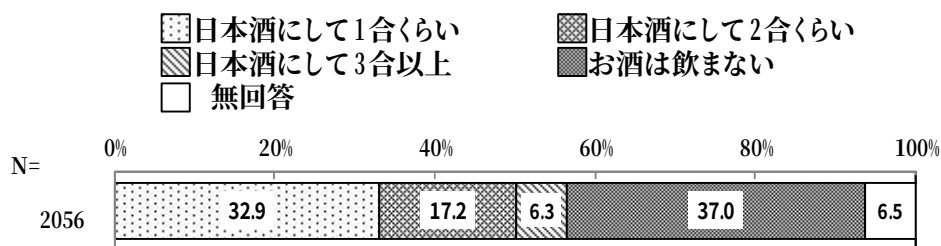


【地 域 別】



II 調査結果

問 28 ふだん、1日（1回）、平均でどれくらいアルコール類（お酒）を飲みますか。（1つに○）



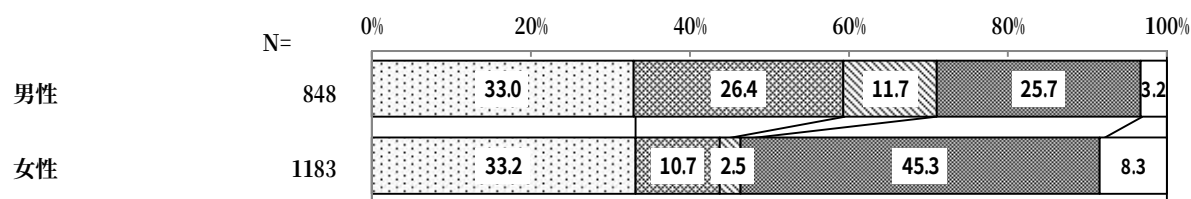
1日の飲酒量については、「お酒は飲まない」37.0%が最も高く、次いで、「日本酒にして1合くらい」32.9%、「日本酒にして2合くらい」17.2%となっている。

性別にみると、「日本酒にして2合くらい」は、男性が女性よりも15.7ポイント高くなっている。一方、「お酒は飲まない」は、女性が男性よりも19.6ポイント高くなっている。

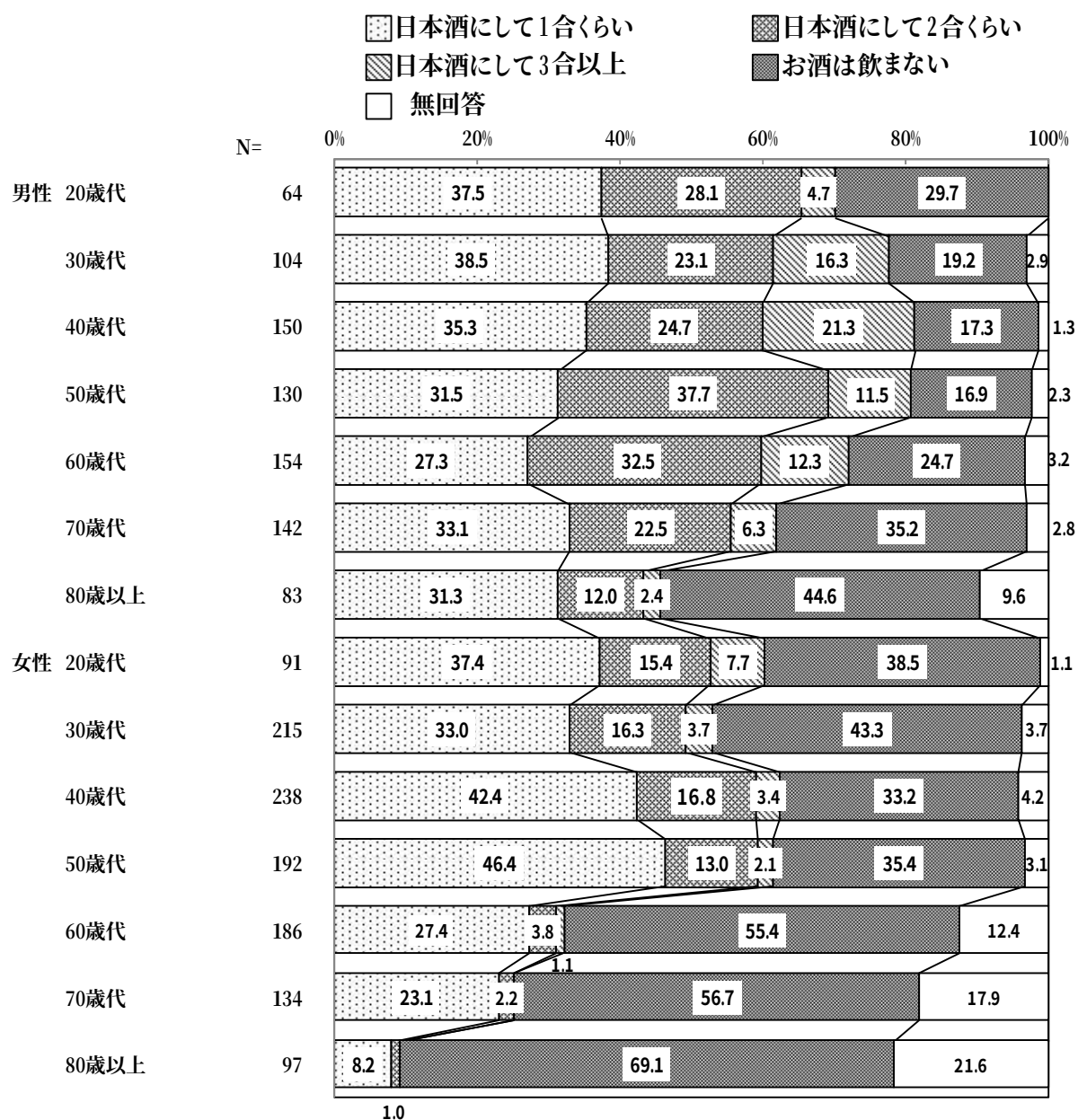
性・年代別にみると、「日本酒にして1合くらい」は、女性の50歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、女性の40歳代で4割を超え、男性の20歳代、30歳代で約4割となっている。

地域別にみると、「日本酒にして1合くらい」は、砧地域、北沢地域、世田谷地域で3割台半ばと高くなっている。「日本酒にして2合くらい」は、玉川地域で2割となっている。

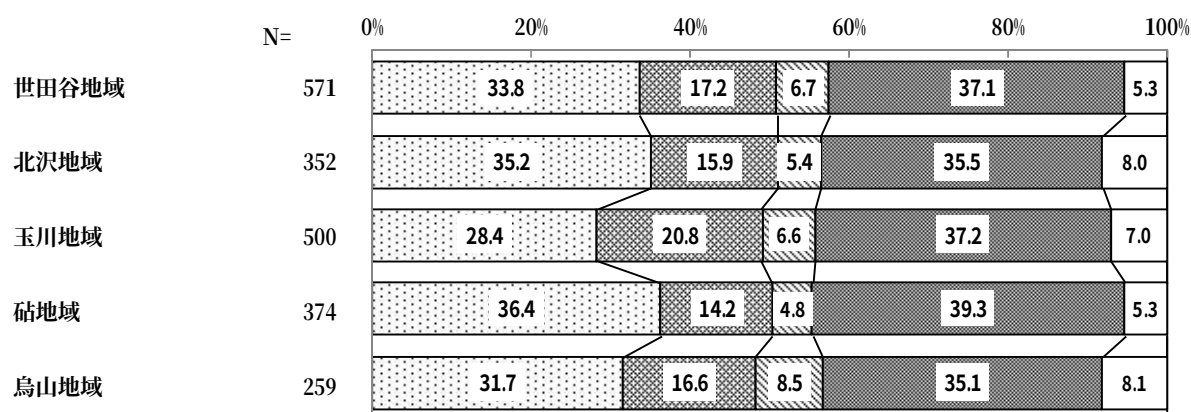
【性 別】



【性・年代別】

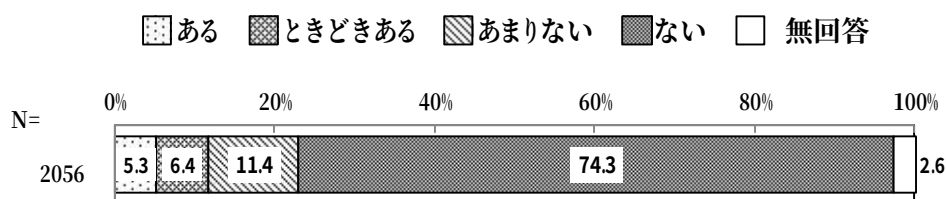


【地 域 別】



II 調査結果

問 29 あなたは、寝付けないときにお酒を飲むことがありますか。(1つに○)



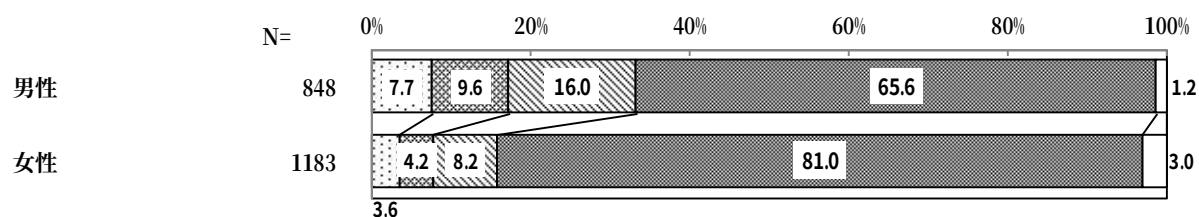
寝付けないときの飲酒については、「ある」と「ときどきある」を合わせた「ある人」は11.7%、「あまりない」と「ない」を合わせた「ない人」は85.7%となっている。

性別にみると、「ある人」は、男性が女性よりも9.5ポイント高くなっている。

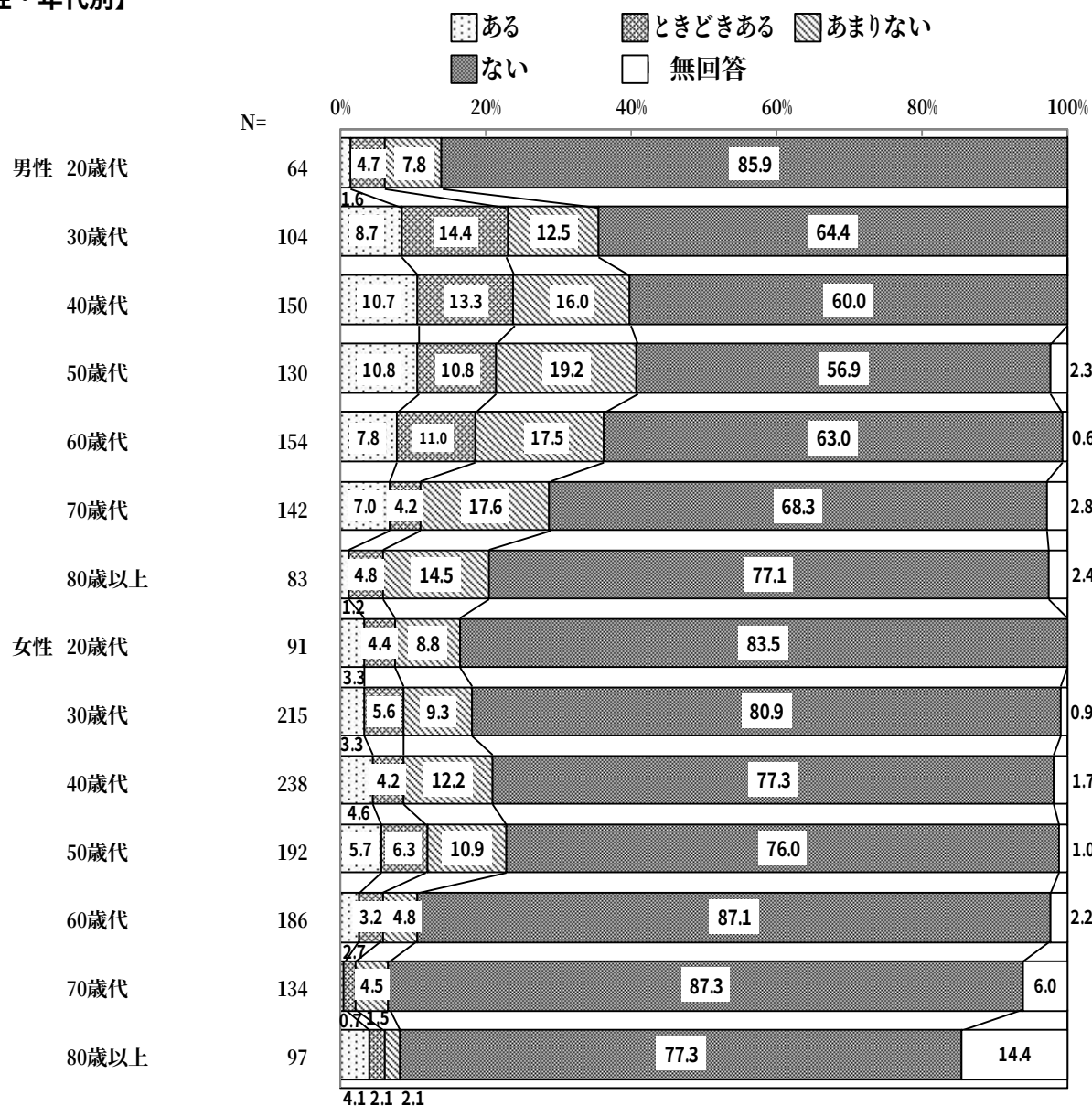
性・年代別にみると、「ある人」は、男性の30歳代、40歳代で2割台半ばと高く、次いで、男性の50歳代で2割を超えている。「ない人」は、男性の20歳代が9割台半ばで最も高く、男性の80歳以上と女性の20歳代、30歳代、60歳代、70歳代で9割を超えて高くなっている。

地域別にみると、「ない人」は、北沢地域、世田谷地域で約9割となっている。

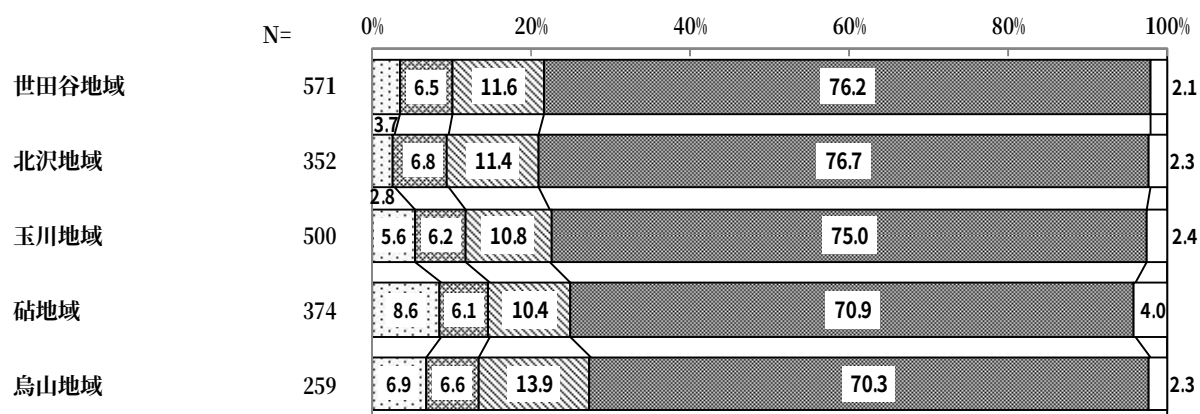
【性 別】



【性・年代別】



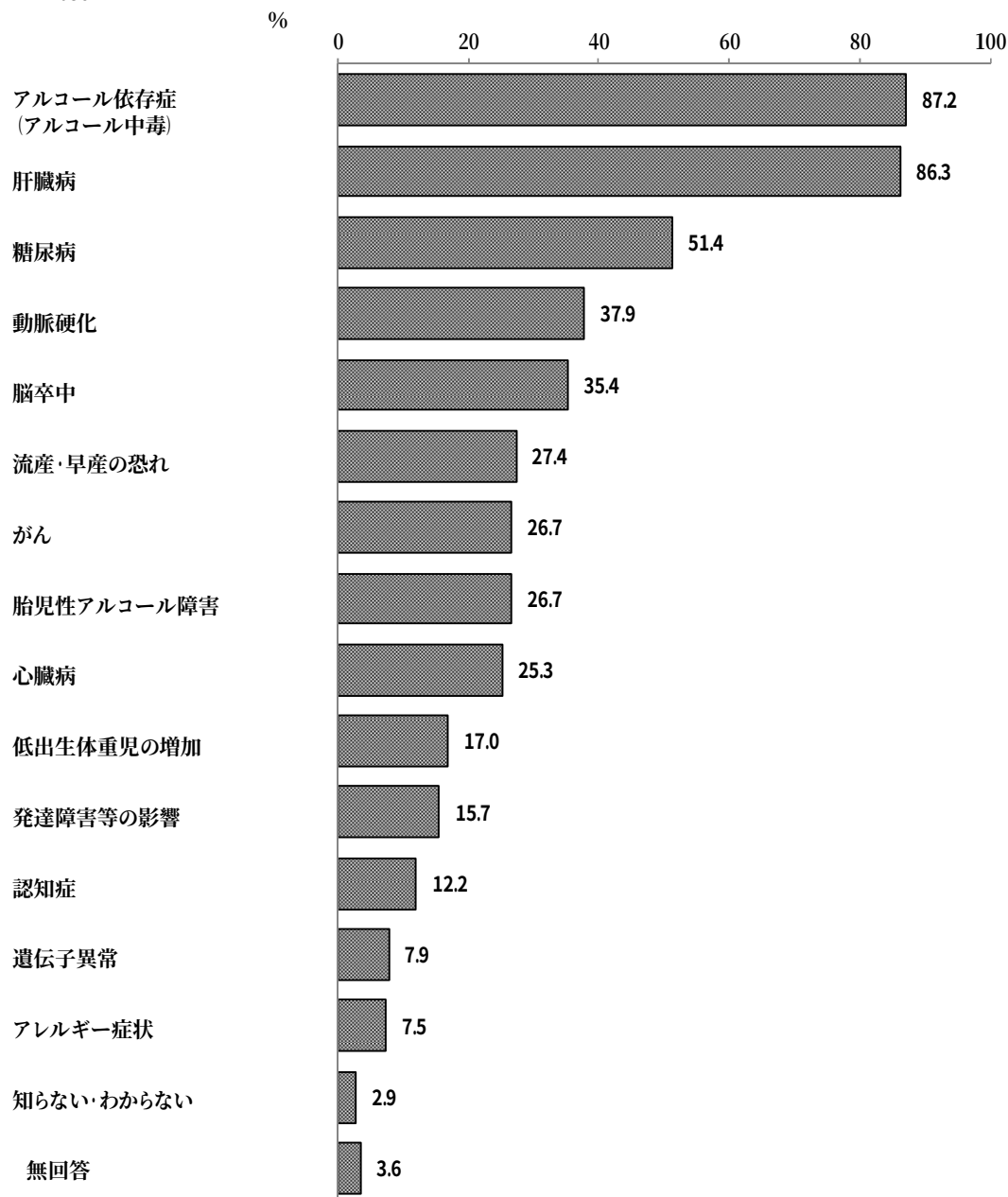
【地 域 別】



II 調査結果

問 30 次のうち、酒を大量に飲む、または長期間続けることによって影響があると知っているものを選んでください。(○はいくつでも)

N= 2056



飲酒量、または長期間飲酒することによって影響があると認知されているものについては、「アルコール依存症 (アルコール中毒)」87.2%が最も高く、次いで、「肝臓病」86.3%、「糖尿病」51.4%と続いている。

性別にみると、「胎児性アルコール障害」は、女性が男性よりも21.0ポイント、「低出生体重児の増加」は、女性が男性よりも16.5ポイント高くなっている。一方、「糖尿病」は、男性が女性よりも6.3ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「アルコール依存症 (アルコール中毒)」は、女性の20歳代、30歳代、50

II 調査結果

歳代で9割台半ばと高く、次いで、女性の40歳代で9割を超えている。「肝臓病」は、女性の50歳代、60歳代で9割台半ばと高く、次いで、男性の50歳代、60歳代で9割となっている。

地域別にみると、「動脈硬化」は、北沢地域で4割を超えて最も高く、最も低い砧地域と比べると、6.2ポイントの差がある。

【性 別】

単位：％

区 分	肝臓病	アルコール依存症 (アルコール中毒症)	脳卒中	心臓病	糖尿病	がん	動脈硬化	認知症	低出生体重児の増加	害胎児性アルコール障	発達障害等の影響
男 性	87.1	84.9	36.8	28.7	55.2	26.7	40.9	12.1	7.5	14.7	10.3
女 性	86.6	89.3	34.7	22.9	48.9	26.8	36.3	12.3	24.0	35.7	19.9

単位：％

区 分	流産・早産の恐れ	アレルギー症状	遺伝子異常	知らない・わからない	無回答	有効回答数 (件)
男 性	15.2	6.0	5.2	3.7	1.7	848
女 性	36.4	8.6	10.1	2.5	4.2	1183

II 調査結果

【性・年代別】

単位：％

区 分		肝臓病	毒（アルコール依存症）	脳卒中	心臓病	糖尿病	がん	動脈硬化	認知症	加齢出生体重児の増	障害胎児性アルコール	発達障害等の影響
男性	20歳代	79.7	90.6	29.7	25.0	48.4	18.8	39.1	9.4	18.8	21.9	20.3
	30歳代	86.5	85.6	26.9	21.2	52.9	30.8	36.5	7.7	12.5	18.3	17.3
	40歳代	88.7	84.7	36.7	22.0	48.7	24.0	35.3	8.7	6.7	12.7	8.7
	50歳代	90.0	88.5	32.3	30.8	58.5	30.8	42.3	13.1	6.9	20.0	13.1
	60歳代	90.9	88.3	39.0	31.2	63.6	29.9	42.9	18.2	5.8	17.5	7.1
	70歳代	84.5	78.2	41.5	31.0	55.6	21.8	43.0	12.7	4.9	9.2	6.3
	80歳以上	81.9	79.5	48.2	38.6	51.8	32.5	47.0	12.0	3.6	4.8	4.8
女性	20歳代	75.8	95.6	34.1	20.9	44.0	25.3	41.8	8.8	28.6	39.6	27.5
	30歳代	86.5	93.5	27.0	15.3	45.6	26.5	28.8	9.8	30.2	45.1	23.3
	40歳代	89.5	92.4	30.7	21.8	53.4	31.5	34.0	12.6	29.0	43.3	26.5
	50歳代	94.3	94.8	35.9	25.5	52.1	30.7	44.3	16.7	30.7	38.0	23.4
	60歳代	94.1	92.5	37.6	24.2	49.5	21.5	32.8	10.8	17.2	31.2	14.0
	70歳代	82.8	81.3	44.8	33.6	57.5	26.1	44.8	12.7	12.7	23.1	9.7
	80歳以上	67.0	62.9	38.1	23.7	30.9	20.6	34.0	11.3	11.3	15.5	8.2

単位：％

区 分		流産・早産の恐れ	アレルギー症状	遺伝子異常	知らない・わからない	無回答	有効回答数（件）
男性	20歳代	32.8	10.9	12.5	4.7	-	64
	30歳代	26.0	10.6	8.7	4.8	-	104
	40歳代	12.0	3.3	4.0	3.3	-	150
	50歳代	17.7	6.9	4.6	3.1	1.5	130
	60歳代	12.3	6.5	3.9	2.6	1.9	154
	70歳代	9.2	4.2	2.8	4.2	4.2	142
	80歳以上	6.0	3.6	2.4	4.8	3.6	83
女性	20歳代	44.0	18.7	24.2	2.2	-	91
	30歳代	46.5	9.3	11.2	2.3	1.4	215
	40歳代	42.4	9.2	13.0	1.3	3.8	238
	50歳代	39.6	8.3	9.9	1.0	1.0	192
	60歳代	30.6	3.8	5.4	1.1	2.2	186
	70歳代	26.9	9.0	5.2	3.0	9.7	134
	80歳以上	12.4	6.2	4.1	9.3	18.6	97

II 調査結果

【地 域 別】

単位：％

区 分	肝臓病	アルコール依存症 (アルコール中毒症)	脳卒中	心臓病	糖尿病	がん	動脈硬化	認知症	低出生体重児の増加	害胎児性アルコール障	発達障害等の影響
世田谷地域	87.0	88.4	37.3	26.4	51.5	27.8	37.7	12.4	17.2	27.8	14.7
北沢地域	87.5	89.2	36.1	24.4	53.4	27.8	41.8	11.6	19.3	24.4	17.9
玉川地域	87.0	85.0	33.4	24.4	51.4	24.6	36.6	13.2	14.4	26.0	15.4
砧地域	84.2	86.4	32.9	23.3	47.6	25.4	35.6	10.4	17.9	28.3	14.4
烏山地域	84.9	86.9	37.8	28.6	54.1	28.2	39.0	13.1	17.4	26.3	17.4

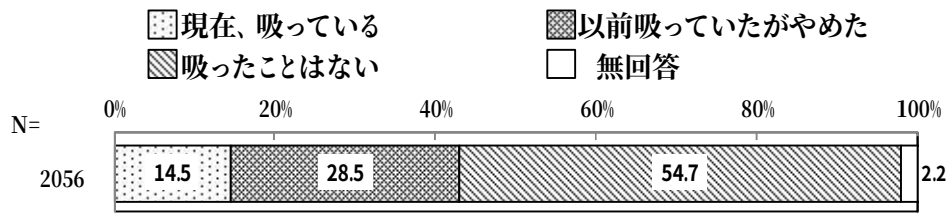
単位：％

区 分	流産・早産の恐れ	アレルギー症状	遺伝子異常	知らない・わからない	無回答	有効回答数 (件)
世田谷地域	29.2	7.2	6.8	3.2	3.0	571
北沢地域	29.3	8.2	8.5	2.0	4.0	352
玉川地域	23.8	7.4	8.2	3.0	3.2	500
砧地域	27.8	6.7	7.0	3.2	4.8	374
烏山地域	27.0	8.5	10.4	3.1	3.1	259

II 調査結果

7 喫煙について

問 31 あなたは、たばこを吸いますか。(1つに○)



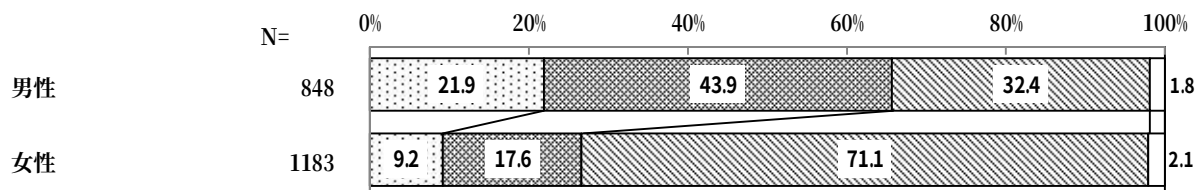
喫煙状況については、「吸ったことはない」54.7%が最も高く、次いで、「以前吸っていたがやめた」28.5%、「現在、吸っている」14.5%となっている。

性別にみると、「現在、吸っている」は、男性が女性よりも12.7ポイント高くなっている。一方、「吸ったことはない」は、女性が男性よりも38.7ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「現在、吸っている」は、男性の30歳代で3割と最も高く、次いで、男性の20歳代、40歳代で約3割となっている。「以前吸っていたがやめた」は、男性の80歳以上で6割台半ばと最も高く、次いで、男性の60歳代で約6割となっている。「吸ったことはない」は、女性の70歳代で8割台半ばと最も高く、次いで、女性の20歳代、80歳以上で8割を超えている。女性の中では、30歳代から50歳代が6割台で低くなっている。

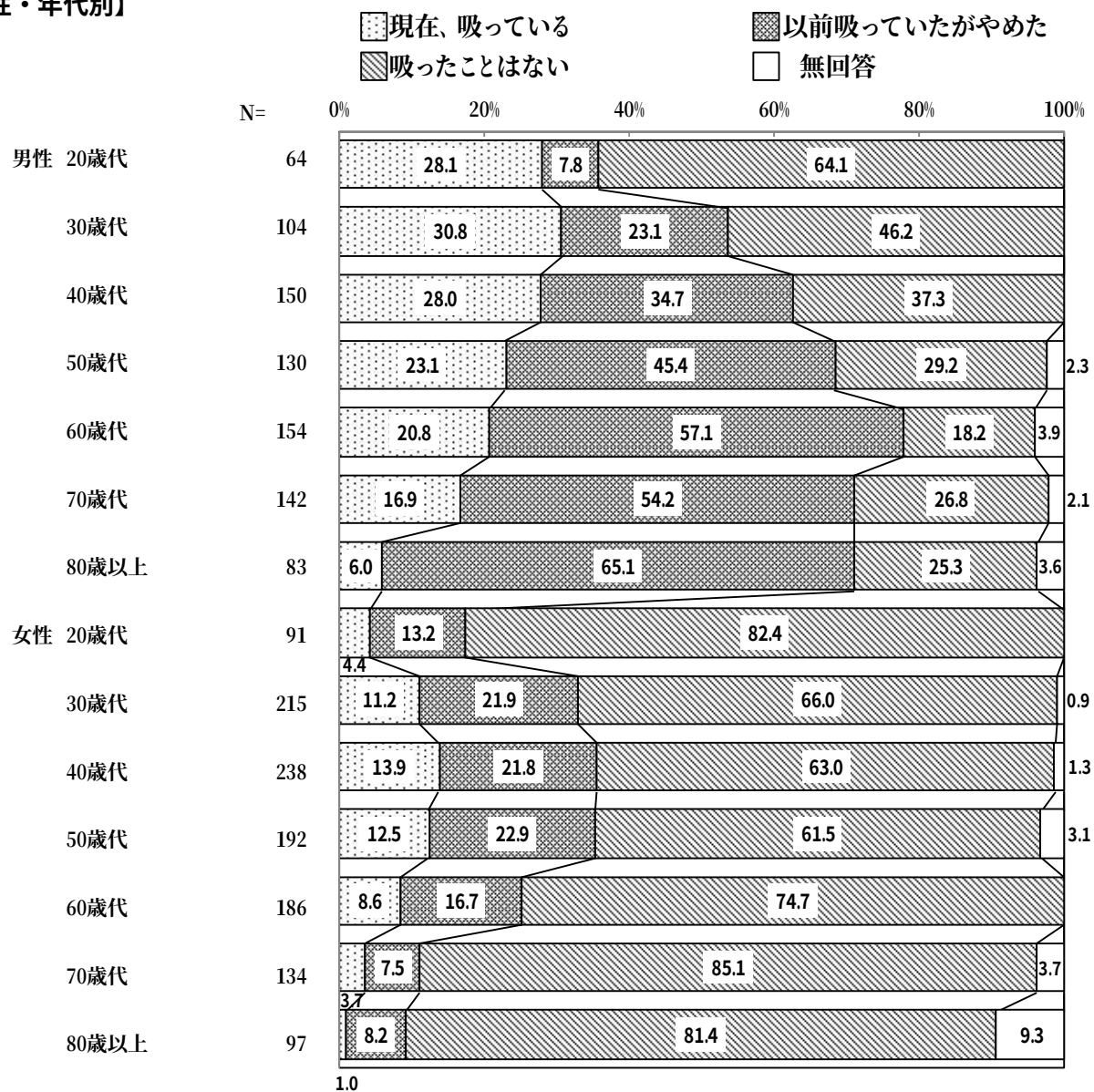
地域別にみると、「現在、吸っている」は、烏山地域で約2割と最も高く、次いで、砧地域、北沢地域、世田谷地域で1割台半ばとなっている。「以前吸っていたがやめた」は、玉川地域で3割を超えて最も高くなっている。

【性別】

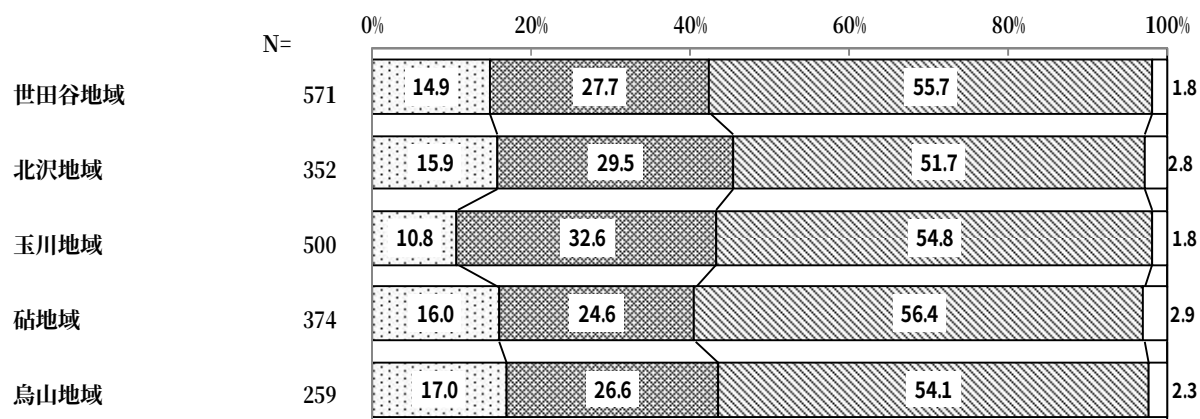


II 調査結果

【性・年代別】



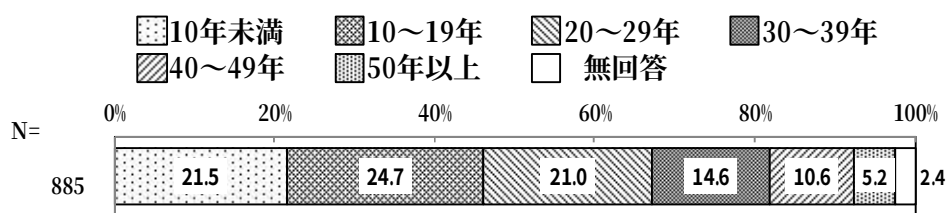
【地 域 別】



II 調査結果

問 31 で「1. 現在、吸っている」「2. 以前吸っていたがやめた」を選ばれた方にうかがいます。

問 31-1 あなたは、たばこを何年くらい吸っていますか（吸っていましたか）。また1日あたり、どのくらいのたばこを吸いますか（吸っていましたか）。



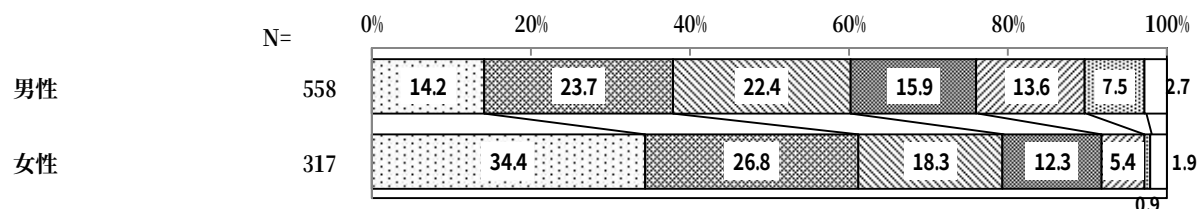
喫煙年数については、「10～19年」24.7%が最も高く、次いで、「10年未満」21.5%、「20～29年」21.0%となっている。

性別にみると、「10年未満」は、女性が男性よりも20.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「10年未満」は、女性の30歳代で4割を超えて最も高く、次いで、女性の40歳代で3割台半ばとなっている。「10～19年」は、男性の30歳代で約6割と最も高く、次いで、女性の30歳代で5割となっている。

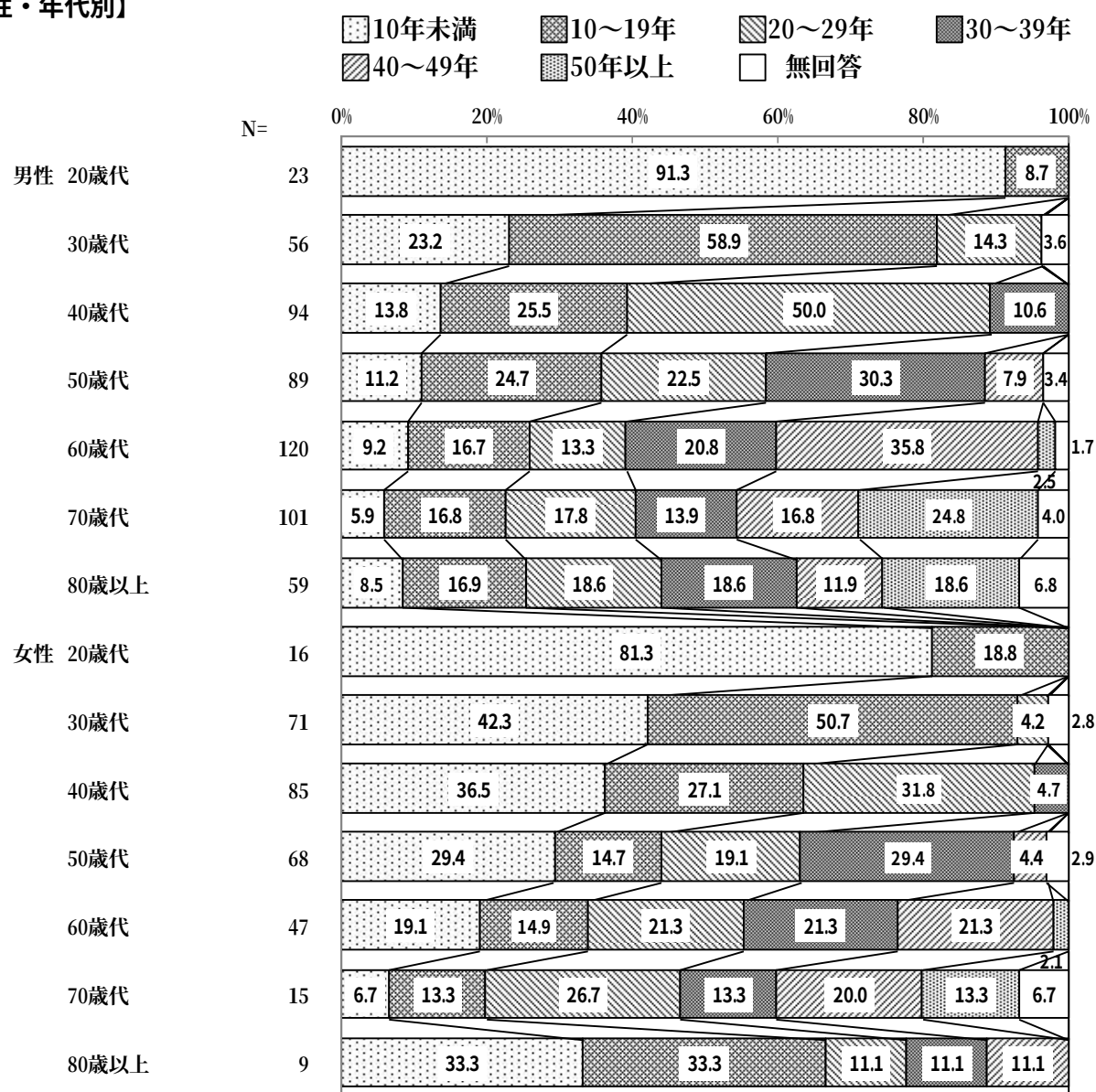
地域別にみると、「10年未満」は、玉川地域で2割台半ばと最も高く、最も低い烏山地域と比べると、10.8ポイントの差がある。

【性別】

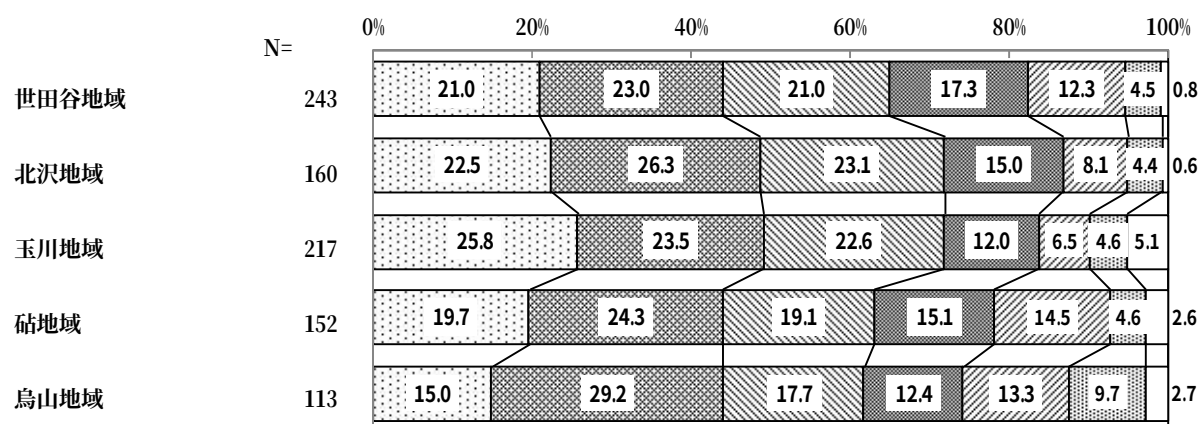


II 調査結果

【性・年代別】

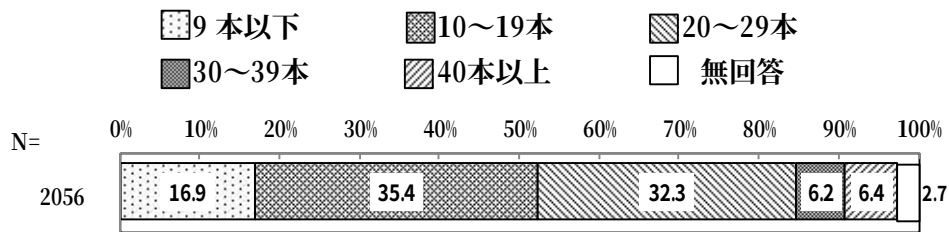


【地 域 別】



II 調査結果

1日あたりの喫煙本数



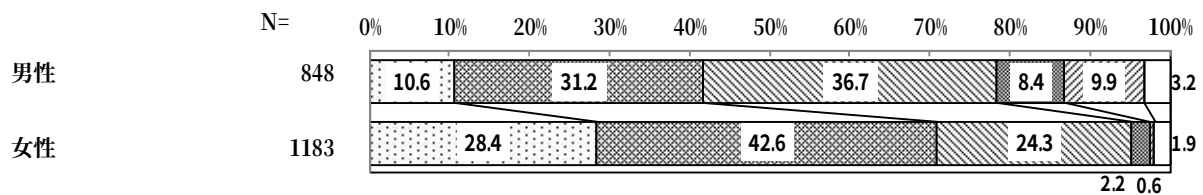
1日あたりの喫煙本数については、「10～19本」35.4%が最も多く、次いで、「20～29本」32.3%、「9本以下」16.9%となっている。

性別にみると、「9本以下」は、女性が男性よりも17.8ポイント、「10～19本」は、女性が男性よりも11.4ポイント高くなっている。一方、「20～29本」は、男性が女性よりも12.4ポイント高くなっている。

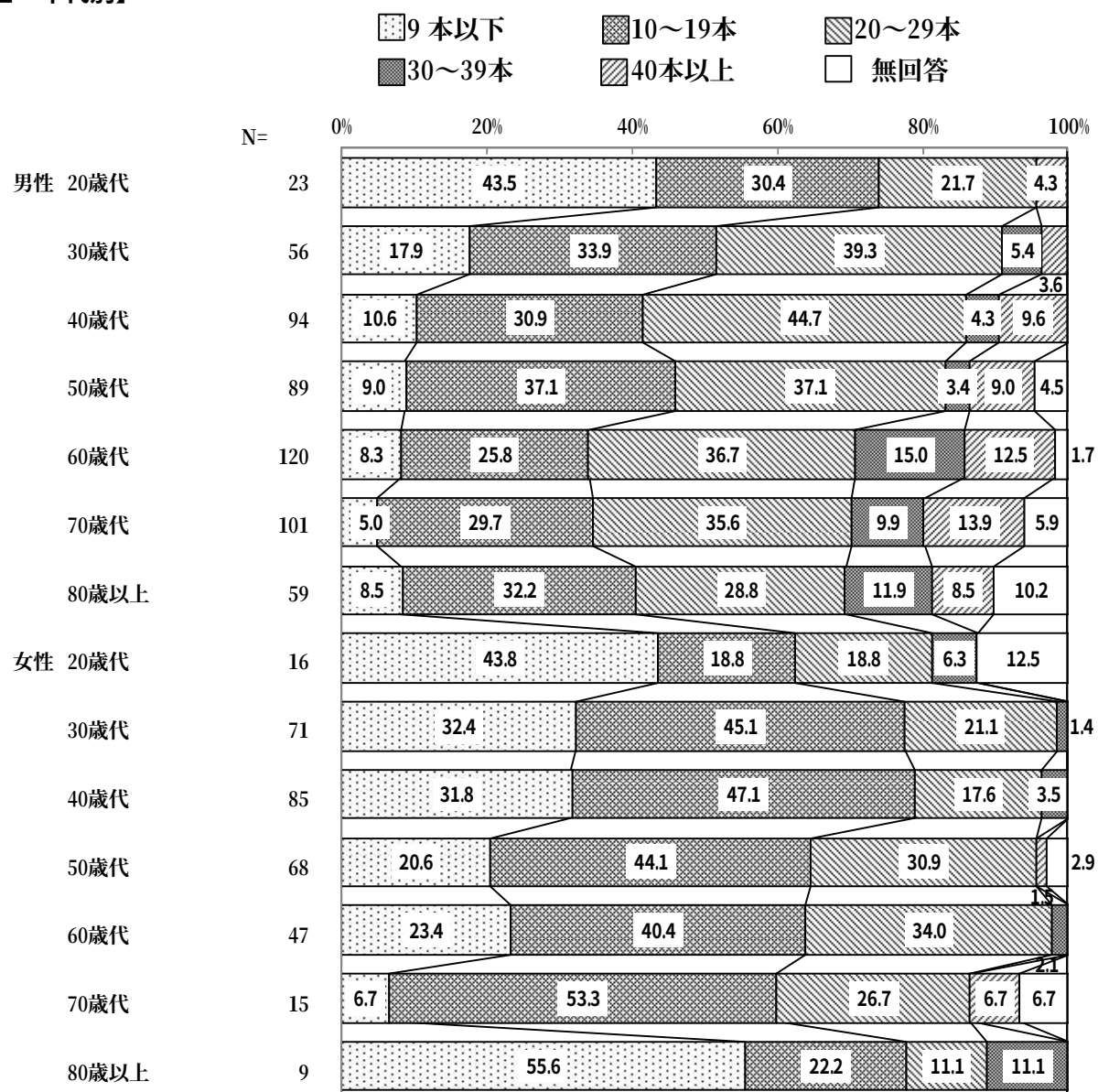
性・年代別にみると、「10～19本」は、女性の40歳代で約5割と最も高く、次いで、女性の30歳代、50歳代で4割台半ばとなっている。「20～29本」は、男性の40歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の30歳代、50歳代で約4割となっている。

地域別にみると、「10～19本」は、北沢地域で4割を超えて最も高く、最も低い砧地域と比べると、13.6ポイントの差がある。「9本以下」は、砧地域で2割を超えて高くなっている。

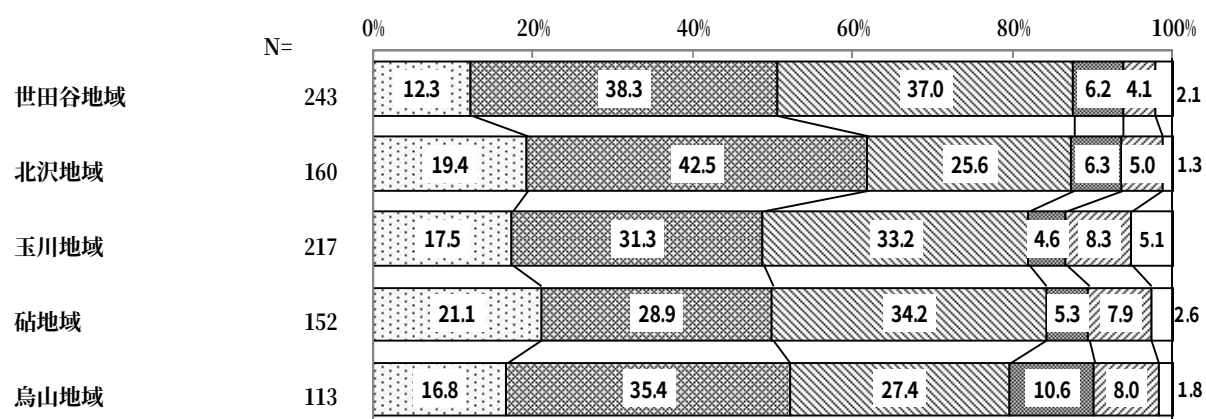
【性別】



【性・年代別】



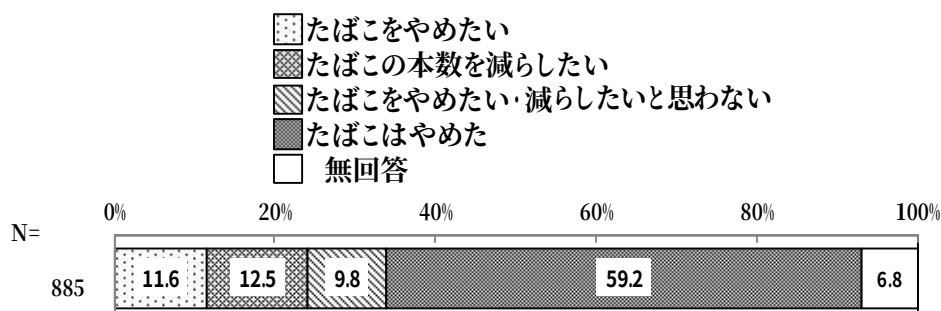
【地 域 別】



II 調査結果

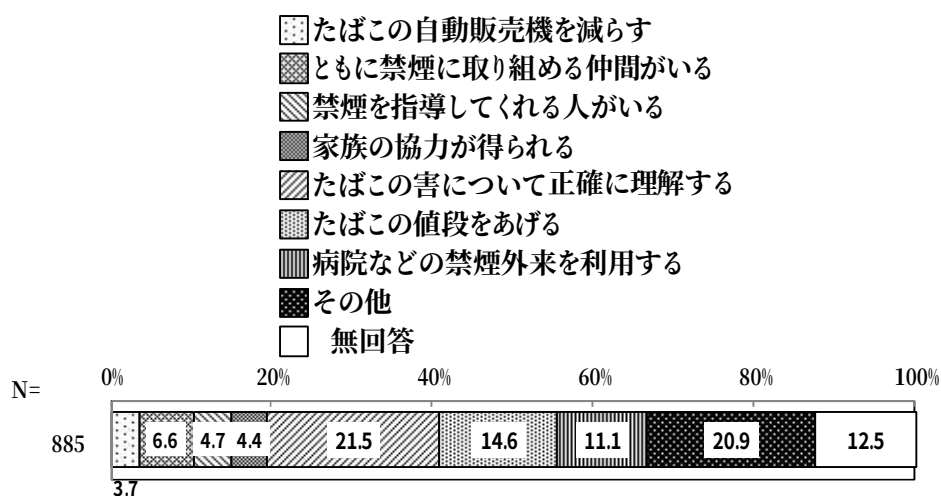
問 31 で「1. 現在、吸っている」「2. 以前吸っていたがやめた」を選ばれた方にうかがいます。

問 31-2 あなたは、今後、たばこをやめたい・減らしたいと思っていますか。(1つに○)



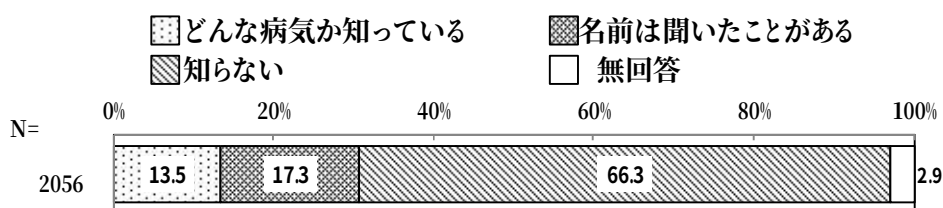
今後、たばこをやめたい・減らしたいかについては、「たばこの本数を減らしたい」12.5%が最も高く、次いで、「たばこをやめたい」11.6%、「たばこをやめたい・減らしたいと思わない」9.8%、「たばこはやめた」は、59.2%となっている。

問 31-3 あなたは、どうしたら、たばこをやめられる・減らせると思いますか。(1つに○)



たばこをやめる・減らす方法については、「たばこの害について正確に理解する」21.5%が最も高く、「その他」を除き、「たばこの値段をあげる」14.6%、「病院などの禁煙外来を利用する」11.1%となっている。

問 32 あなたは、「COPD」という病気を知っていますか。(1つに○)



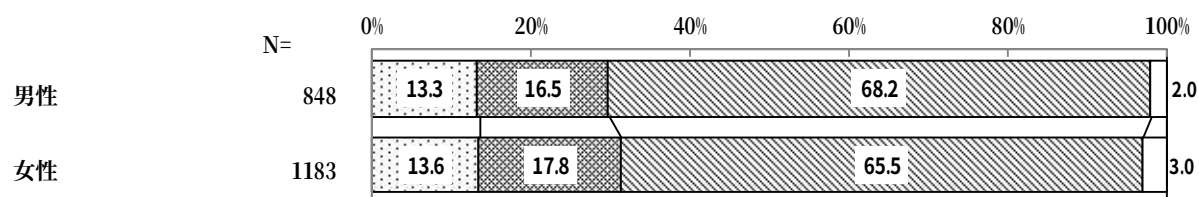
「COPD」という病気の認知度について、「知らない」66.3%が最も高く、「どんな病気か知っている」と「名前は聞いたことがある」を合わせた「知っている人」は30.8%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の60歳代で約4割と最も高く、次いで、男性の30歳代、50歳代、60歳代、女性の30歳代、50歳代で3割台半ばとなっている。

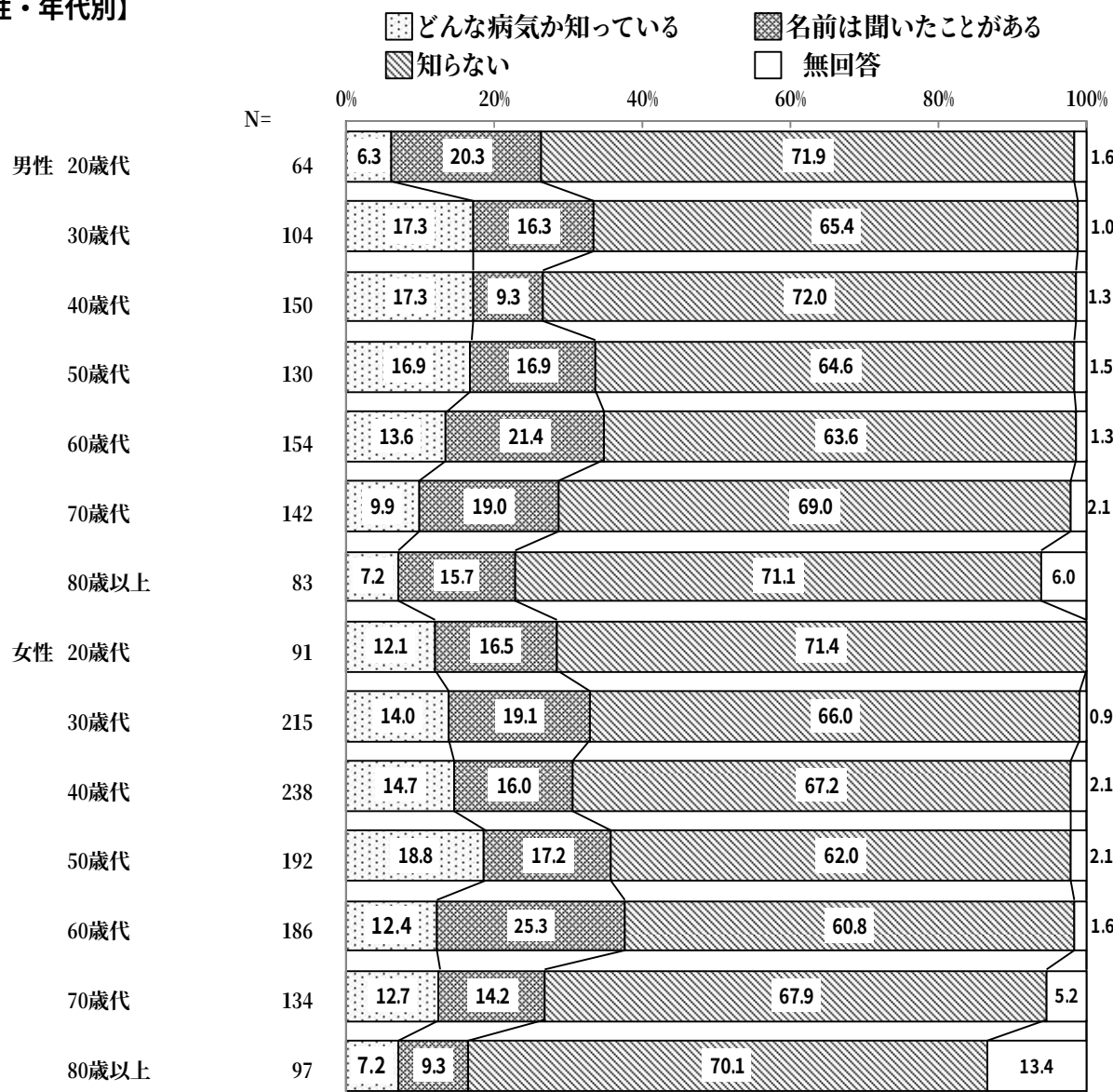
地域別にみると、「知らない」は、世田谷地域、北沢地域で約7割と高くなっている。最も高い世田谷地域と最も低い烏山地域で比べると、7.6ポイントの差がある。

【性 別】

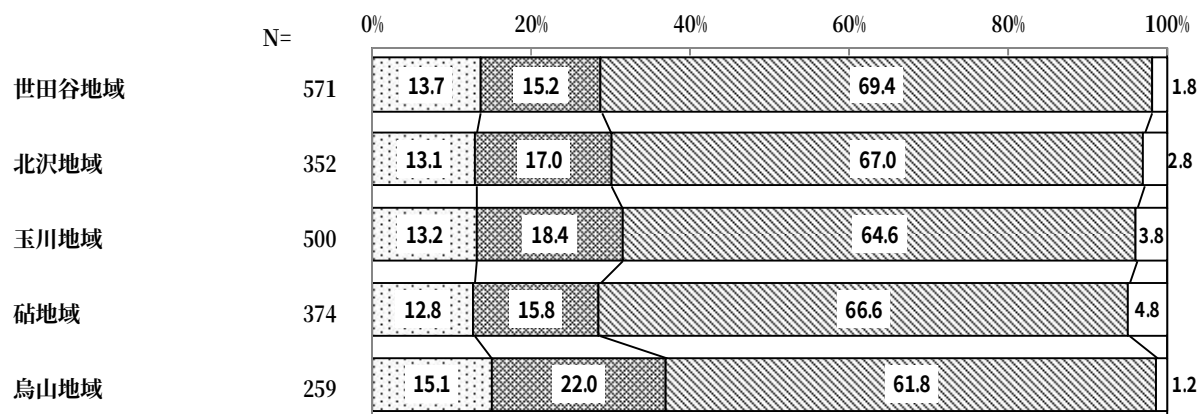


II 調査結果

【性・年代別】

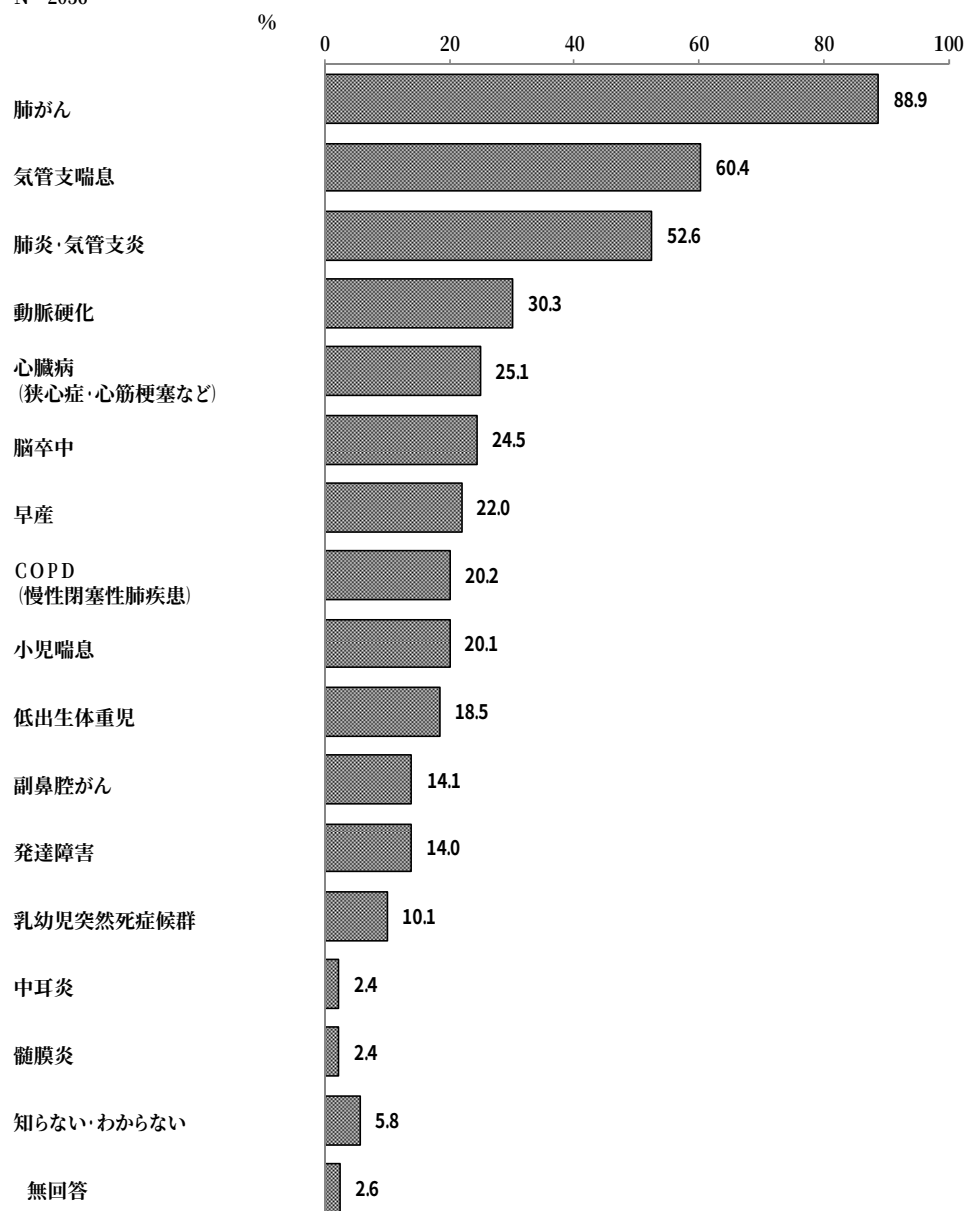


【地 域 別】



問 33 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。(○はいくつでも)

N = 2056



受動喫煙による影響についての認知度については、「肺がん」88.9%が最も高く、次いで、「気管支喘息」60.4%、「肺炎・気管支炎」52.6%となっている。

性別にみると、「早産」は、女性が男性よりも18.7ポイント、「低出生体重児」は、女性が男性よりも16.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「肺がん」は、男性の20歳代、女性の20歳代、40歳代で9割台半ばと最も高く、男性は年齢が上がるほど、概ね低くなる傾向がある。「気管支喘息」は、女性の50歳代、70歳代で約7割と高く、次いで、男性の70歳代、女性の40歳代で6割台半ばとなっている。

地域別にみると、「肺がん」は、玉川地域で9割を超えて最も高く、最も低い北沢地域と比べると、4.8ポイントの差がある。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】

単位：％

区 分		肺がん	副鼻腔がん	気管支喘息	肺炎・気管支炎	動脈硬化	心臓病（狭心症・心筋梗塞など）	脳卒中	C O P D（慢性閉塞性肺疾患）	早産	乳幼児突然死症候群	低出生体重児	中耳炎
男 性		88.8	16.7	59.6	53.5	33.8	28.9	27.2	19.0	11.3	5.0	9.2	1.5
女 性		89.5	12.3	61.4	52.6	28.1	22.3	22.7	21.2	30.0	14.0	25.4	3.0
男 性	20歳代	96.9	23.4	57.8	64.1	40.6	32.8	34.4	21.9	20.3	6.3	18.8	1.6
	30歳代	91.3	28.8	56.7	53.8	32.7	24.0	27.9	19.2	24.0	10.6	19.2	2.9
	40歳代	87.3	14.0	56.0	48.0	26.7	20.7	22.7	18.0	9.3	6.7	8.0	1.3
	50歳代	87.7	21.5	62.3	52.3	36.2	23.1	26.2	19.2	9.2	6.2	7.7	1.5
	60歳代	89.0	13.0	61.0	59.7	31.8	35.7	27.3	21.4	9.7	2.6	7.8	1.9
	70歳代	88.7	10.6	64.1	48.6	33.8	33.1	30.3	19.7	5.6	2.1	4.9	1.4
	80歳以上	81.9	13.3	55.4	51.8	44.6	36.1	28.9	15.7	6.0	1.2	3.6	-
女 性	20歳代	95.6	23.1	62.6	62.6	26.4	23.1	31.9	17.6	36.3	23.1	25.3	4.4
	30歳代	91.2	14.4	57.7	50.2	21.4	16.3	20.0	21.9	38.6	27.0	32.1	5.1
	40歳代	94.1	11.8	63.4	54.6	25.2	16.0	20.6	21.0	33.6	18.5	33.2	4.2
	50歳代	92.7	12.0	67.2	57.3	33.3	25.5	24.0	23.4	30.2	10.9	29.2	3.6
	60歳代	91.4	6.5	60.2	54.8	29.0	27.4	22.0	23.1	24.2	4.3	18.3	0.5
	70歳代	85.8	12.7	67.2	50.7	35.8	32.8	29.9	22.4	28.4	4.5	14.9	0.7
	80歳以上	63.9	9.3	48.5	35.1	27.8	21.6	14.4	11.3	13.4	6.2	13.4	2.1

単位：％

区 分		小児喘息	髄膜炎	発達障害	わからない・無回答	無回答	有効回答数 (件)
男 性		13.4	1.4	9.4	7.4	1.2	848
女 性		25.1	3.2	17.5	4.7	3.0	1183
男 性	20歳代	18.8	1.6	17.2	3.1	-	64
	30歳代	19.2	1.9	21.2	4.8	-	104
	40歳代	15.3	1.3	10.7	9.3	-	150
	50歳代	13.1	1.5	7.7	7.7	2.3	130
	60歳代	10.4	1.3	8.4	7.1	1.3	154
	70歳代	12.0	1.4	3.5	7.7	2.1	142
	80歳以上	7.2	1.2	2.4	12.0	2.4	83
女 性	20歳代	34.1	5.5	28.6	3.3	-	91
	30歳代	29.8	5.1	23.7	3.3	0.9	215
	40歳代	30.7	2.9	19.7	2.5	1.3	238
	50歳代	27.1	4.2	15.6	3.6	2.1	192
	60歳代	17.7	0.5	9.7	3.8	1.1	186
	70歳代	19.4	2.2	16.4	5.2	7.5	134
	80歳以上	12.4	3.1	11.3	16.5	15.5	97

II 調査結果

【地 域 別】

単位：％

区 分	肺がん	副鼻腔がん	気管支喘息	肺炎・気管支炎	動脈硬化	心臓病（狭心症・心筋梗塞など）	脳卒中	COPD（慢性閉塞性肺疾患）	早産	乳幼児突然死症候群	低出生体重児	中耳炎
世田谷地域	89.7	16.5	63.6	54.1	30.5	24.9	24.5	19.4	22.8	9.3	19.6	2.1
北沢地域	86.6	15.1	61.9	54.3	29.3	27.6	22.2	20.7	23.3	11.1	20.5	3.4
玉川地域	91.4	12.4	58.6	49.8	30.4	25.2	24.4	20.4	20.0	10.6	17.4	2.4
砧地域	86.9	12.6	59.6	53.5	32.6	23.5	25.9	18.2	24.1	12.3	18.4	2.4
烏山地域	88.4	13.1	56.0	51.4	27.8	24.3	25.9	23.6	19.7	6.6	15.4	1.5

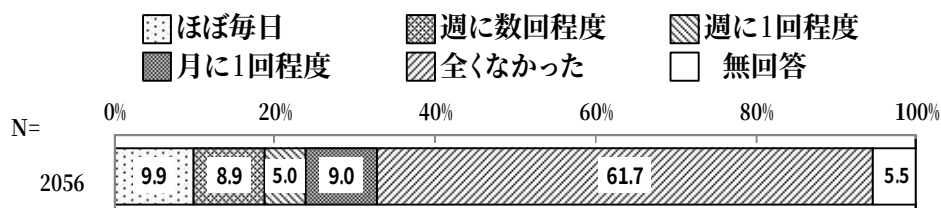
単位：％

区 分	小児喘息	髄膜炎	発達障害	知らない・わからない	無回答	有効回答数（件）
世田谷地域	19.6	2.3	15.1	5.6	2.3	571
北沢地域	22.4	4.3	13.6	5.7	3.7	352
玉川地域	19.8	2.0	13.8	4.4	2.2	500
砧地域	19.5	2.1	13.9	8.0	2.9	374
烏山地域	19.7	1.5	12.7	5.8	2.3	259

II 調査結果

問 34 あなたは、この1か月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか
(1) 家庭、(2) 家庭以外のそれぞれの場所についてお答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

(1) 家庭

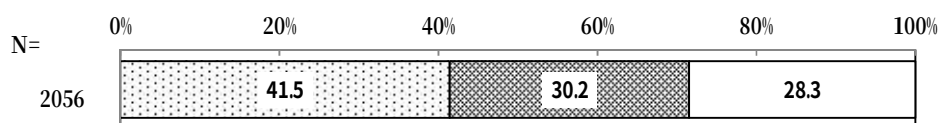


家庭でこの1か月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会は、「全くなかった」61.7%が最も高く、次いで、「ほぼ毎日」9.9%、「月に1回程度」9.0%となっている。

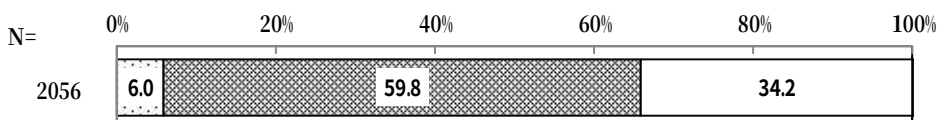
(2) 家庭以外

□行った □行かなかった □無回答

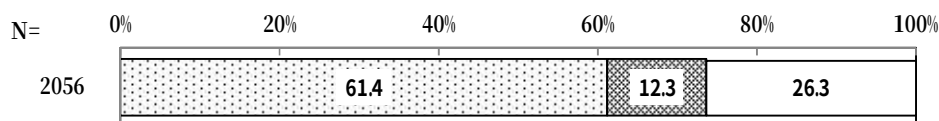
①職場



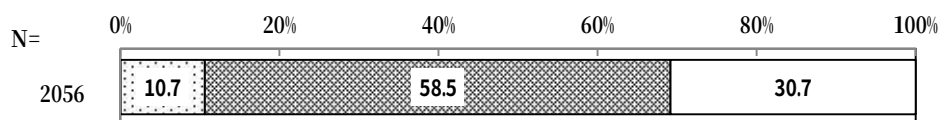
②学校



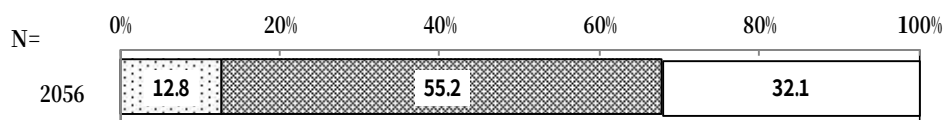
③飲食店



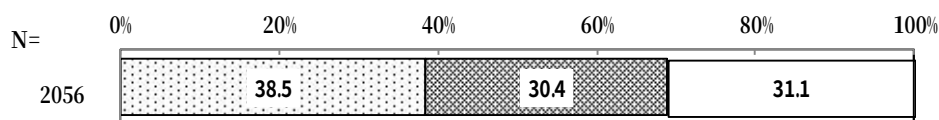
④遊技場



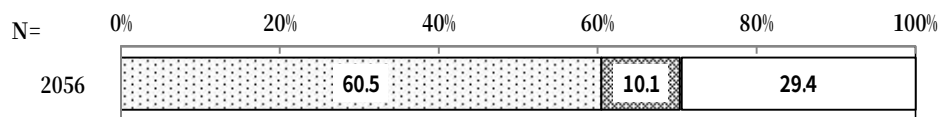
⑤行政機関



⑥医療機関



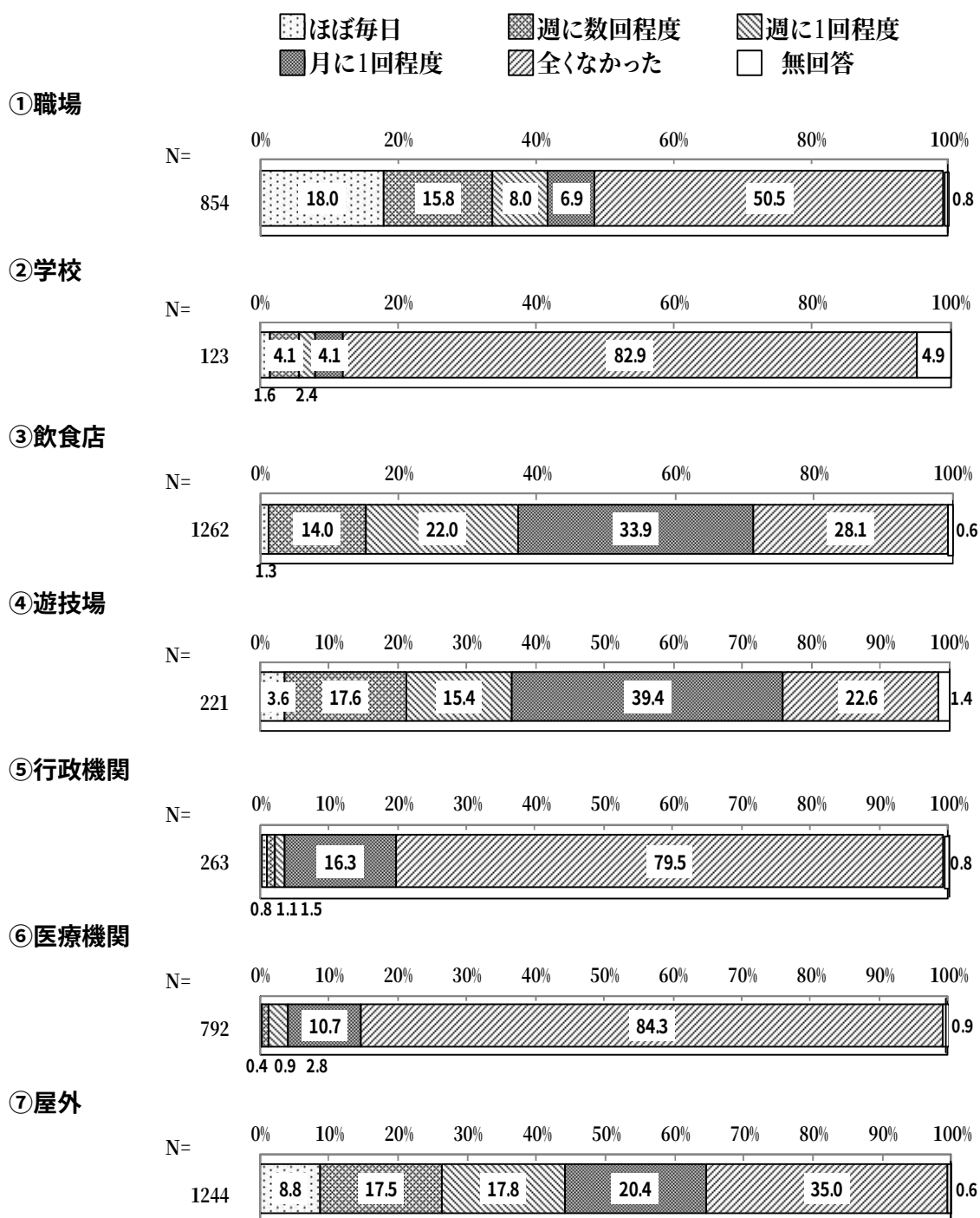
⑦屋外



家庭以外の往訪状況は、「行った」は、「飲食店」（設問③）で6割を超えて最も高く、次いで、「屋外」（設問⑦）で6割、「職場」（設問①）となっている。

II 調査結果

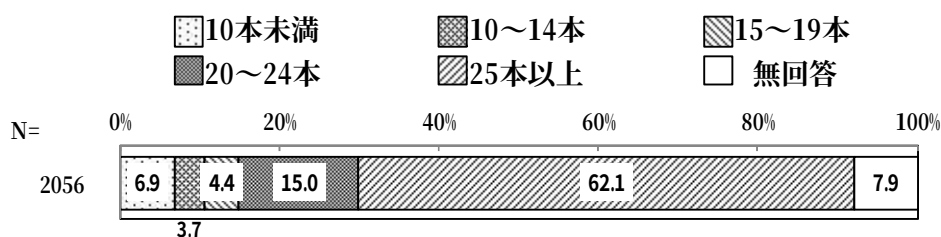
(2) 家庭以外



家庭以外でこの1か月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会は、「ほぼ毎日」は、「職場」（設問①）で約2割となっている。「月に1回程度」は、「遊技場」（設問④）で約4割と最も高く、次いで、「飲食店」で3割台半ばとなっている。「全くなかった」は、「医療機関」（設問⑥）で8割台半ばと最も高く、次いで、「学校」（設問②）で8割を超え、「行政機関」（設問⑤）で約8割となっている。

8 口と歯の健康について

問 35 あなたの歯の数は何本ですか



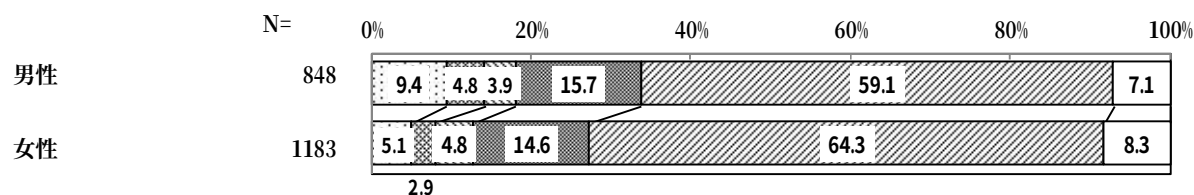
歯の本数については、「25 本以上」62.1%が最も高く、次いで、「20～24 本」15.0%、「10 本未満」6.9%となっている。

性別にみると、「25 本以上」は、女性が男性よりも 5.2 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「10 本未満」は、男性の 80 歳以上で 4 割を超えて最も高く、次いで、女性の 80 歳代で約 3 割となっている。

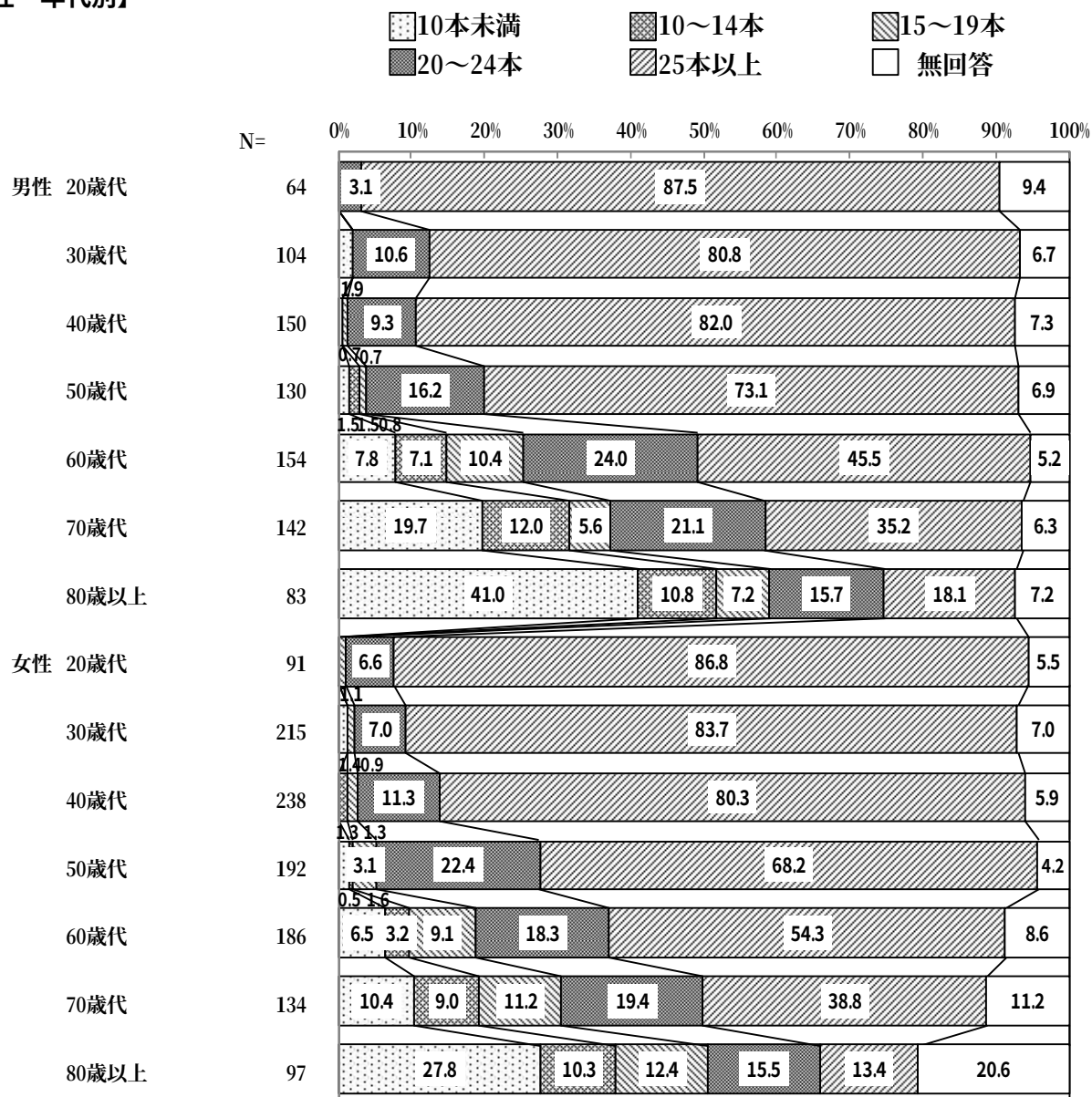
地域別にみると、「10 本未満」は、烏山地域で 1 割となっている。

【性 別】

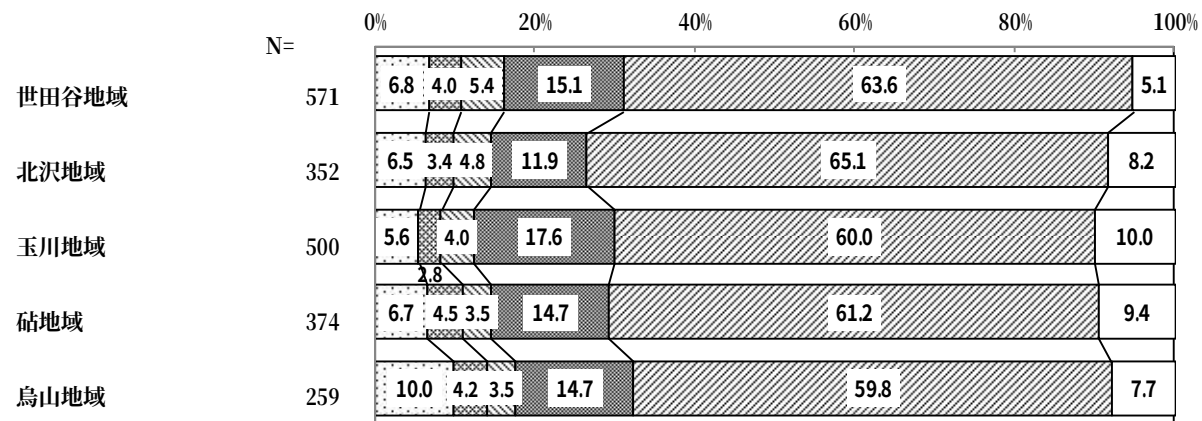


II 調査結果

【性・年代別】

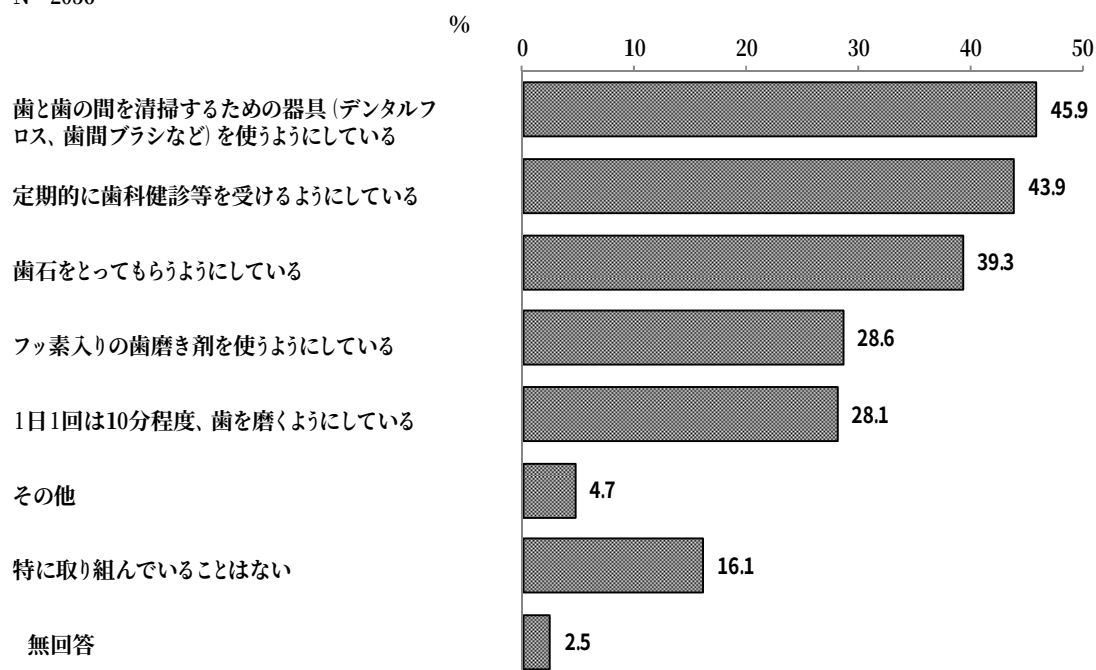


【地 域 別】



問 36 あなたは、ふだん、歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことに取り組んでいますか。
(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



歯や歯ぐきの健康のために取り組んでいることについては、「歯と歯の間を清掃するための器具 (デンタルフロス、歯間ブラシなど) を使うようにしている」45.9%が最も高く、次いで、「定期的に歯科健診等を受けるようにしている」43.9%、「歯石をとってもらおうようにしている」39.3%となっている。

性別にみると、「歯と歯の間を清掃するための器具 (デンタルフロス、歯間ブラシなど) を使うようにしている」は、女性が男性よりも18.4ポイント、「定期的に歯科健診等を受けるようにしている」は、女性が男性よりも14.2ポイント、「歯石をとってもらおうようにしている」は、女性が男性よりも12.2ポイント高くなっている。一方、「特に取り組んでいることはない」は、男性が女性よりも10.3ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「歯石をとってもらおうようにしている」は、女性の70歳代で約6割と最も高く、次いで、女性の50歳代で5割、女性の60歳代で約5割となっている。「特に取り組んでいることはない」は、男性の20歳代で3割を超えて最も高く、次いで、男性の40歳代で約3割、男性の30歳代、50歳代で2割台半ばとなっている。

地域別にみると、「定期的に歯科健診等を受けるようにしている」は、玉川地域で約5割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、9.7ポイントの差がある。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】

単位：％

区 分		定期的に歯科健診等を受けるようにしている	歯石をとってもらうようにしている	歯と歯の間を清掃するための器具（デンタルフロス、歯間ブラシなど）を使うようにしている	1日1回は10分程度、歯を磨くようにしている	フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている	その他	特に取り組んでいることはない	無回答	有効回答数（件）
男 性		35.8	32.3	35.4	27.2	22.5	4.2	22.2	1.9	848
女 性		50.0	44.5	53.8	28.8	32.9	4.9	11.9	2.6	1183
男 性	20歳代	18.8	18.8	23.4	28.1	20.3	1.6	31.3	-	64
	30歳代	34.6	29.8	27.9	25.0	24.0	2.9	23.1	1.0	104
	40歳代	28.7	33.3	34.0	18.7	27.3	0.7	28.7	0.7	150
	50歳代	26.9	32.3	36.9	20.0	22.3	6.9	26.9	0.8	130
	60歳代	48.1	42.2	49.4	30.5	19.5	1.9	18.2	-	154
	70歳代	46.5	35.2	33.1	32.4	18.3	6.3	16.2	4.2	142
	80歳以上	37.3	24.1	32.5	39.8	27.7	8.4	14.5	8.4	83
女 性	20歳代	34.1	26.4	28.6	40.7	38.5	1.1	17.6	1.1	91
	30歳代	46.0	38.1	46.5	17.7	32.6	3.7	15.8	0.5	215
	40歳代	50.8	46.2	60.9	25.2	43.3	4.6	9.2	0.4	238
	50歳代	53.1	50.5	64.1	27.6	29.7	4.7	8.3	2.6	192
	60歳代	50.5	48.9	59.1	29.6	28.5	8.1	10.2	2.7	186
	70歳代	63.4	59.0	58.2	35.1	31.3	3.0	12.7	3.7	134
	80歳以上	44.3	33.0	37.1	41.2	21.6	8.2	15.5	11.3	97

II 調査結果

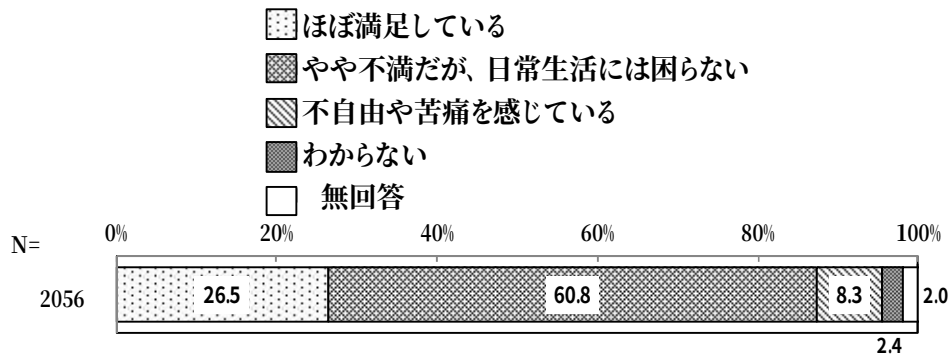
【地 域 別】

単位：％

区 分	定期的に歯科健診等を受けるよう にしている	歯石をとってもらうようにして いる	歯と歯の間を清掃するための器 具（デンタルフロス、歯間ブラ シなど）を使うようにしている	1日1回は10分程度、歯を磨 くようにしている	フッ素入りの歯磨き剤を使うよ うにしている	その他	特に取り組んでいることはない	無回 答	有効回 答数（件）
世田谷地域	44.0	38.7	45.9	28.4	26.3	4.6	19.8	1.4	571
北沢地域	43.8	40.1	45.7	28.7	29.0	5.1	15.6	2.6	352
玉川地域	47.2	39.8	45.4	27.8	30.0	4.8	12.8	3.4	500
砧地域	43.9	38.8	46.8	29.1	28.9	4.5	14.4	2.9	374
烏山地域	37.5	39.4	45.9	25.9	29.7	4.6	17.0	2.7	259

II 調査結果

問 37 あなたは、歯や口の状態について、どのように感じていますか。（1つに○）



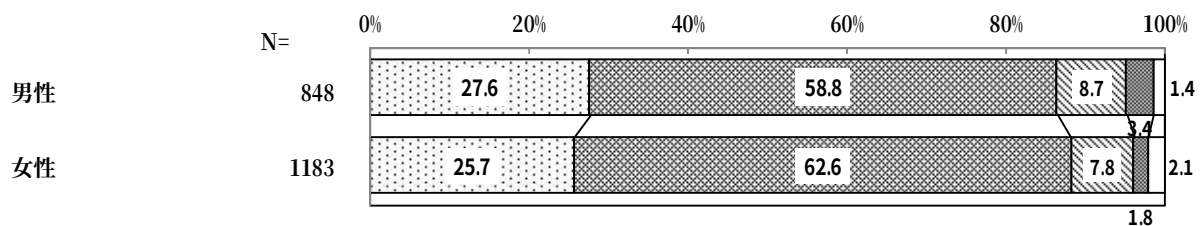
歯や口の状態については、「やや不満だが、日常生活には困らない」60.8%が最も高く、次いで、「ほぼ満足している」26.5%、「不自由や苦痛を感じている」8.3%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

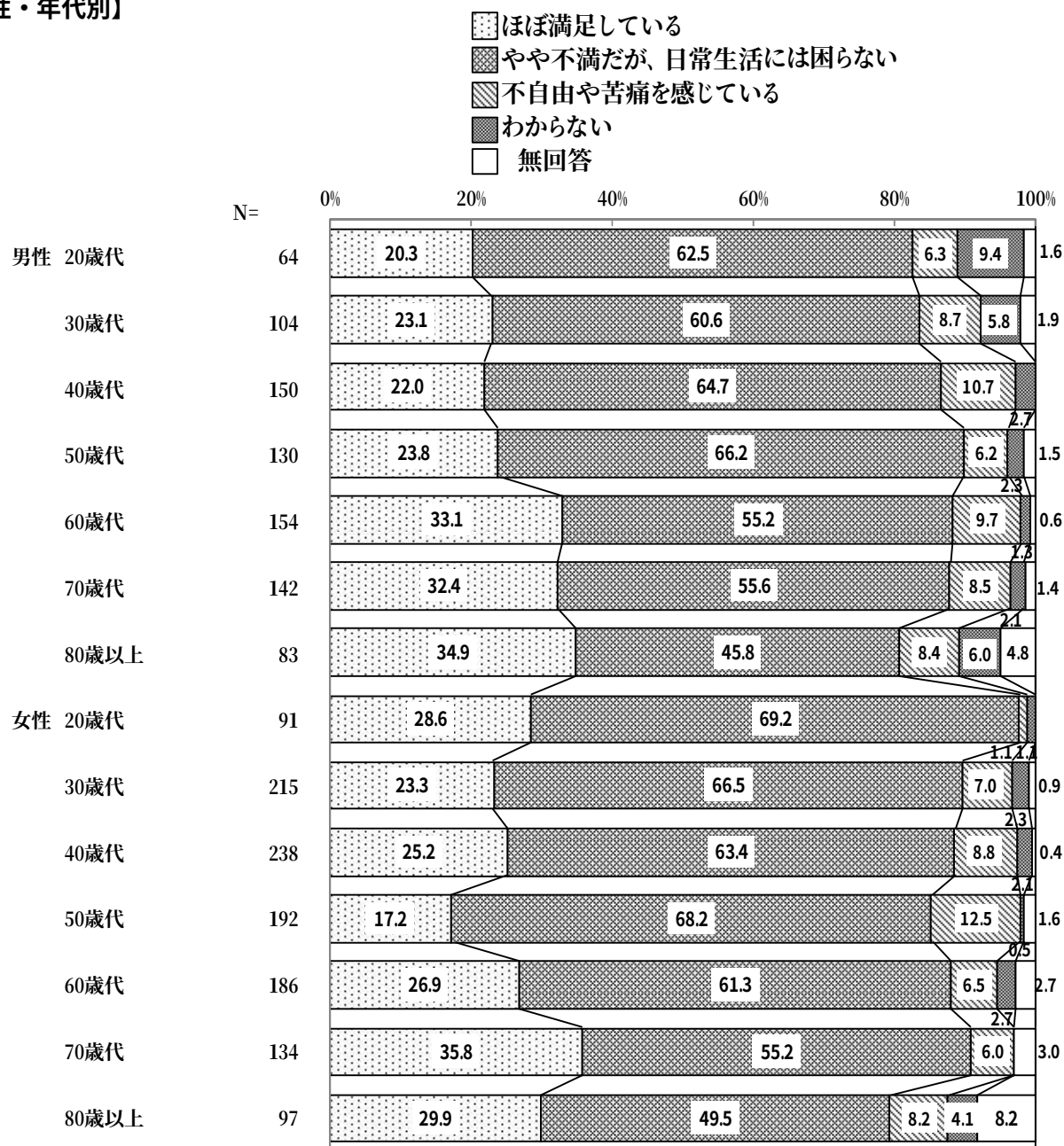
性・年代別にみると、「ほぼ満足している」は、男性の80歳以上、女性の70歳代で3割台半ばと最も高くなっている。「やや不満だが、日常生活には困らない」は、男性の20歳代から50歳代、女性の20歳代から60歳代で6割以上となっている。

地域別にみると、「ほぼ満足している」は、玉川地域で3割と最も高く、最も低い砧地域と比べると、9.7ポイントの差がある。「やや不満だが、日常生活には困らない」は、砧地域で6割台半ばと最も高くなっている。

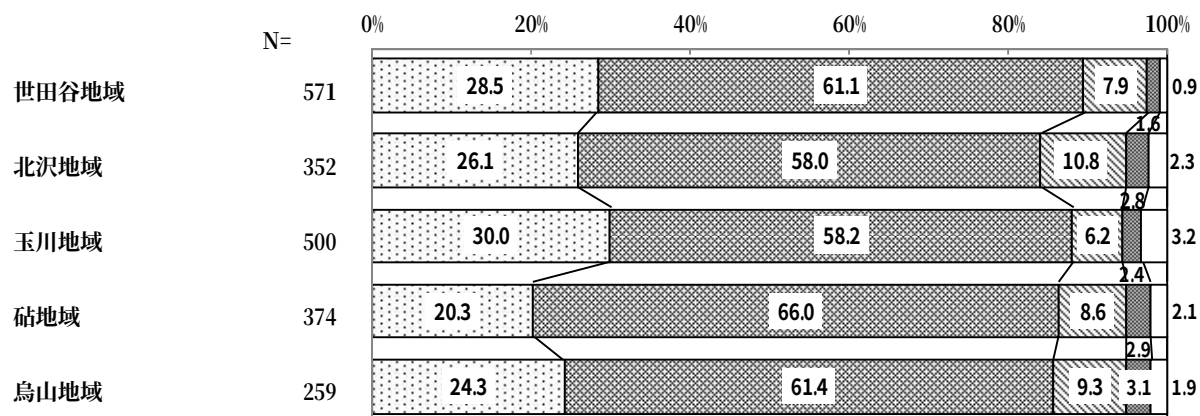
【性 別】



【性・年代別】

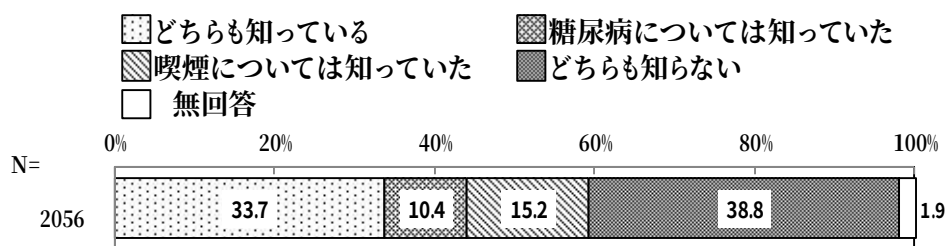


【地 域 別】



II 調査結果

問 38 糖尿病や喫煙が歯周病のリスクであることを知っていますか。(1つに○)



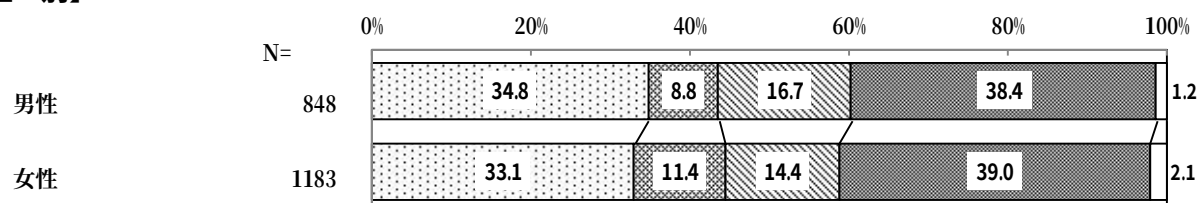
糖尿病や喫煙が歯周病のリスクであることの認知度は、「どちらも知っている」、「糖尿病については知っていた」、「喫煙については知っていた」を合わせて「知っている人」は59.3%、「どちらも知らない」は38.8%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

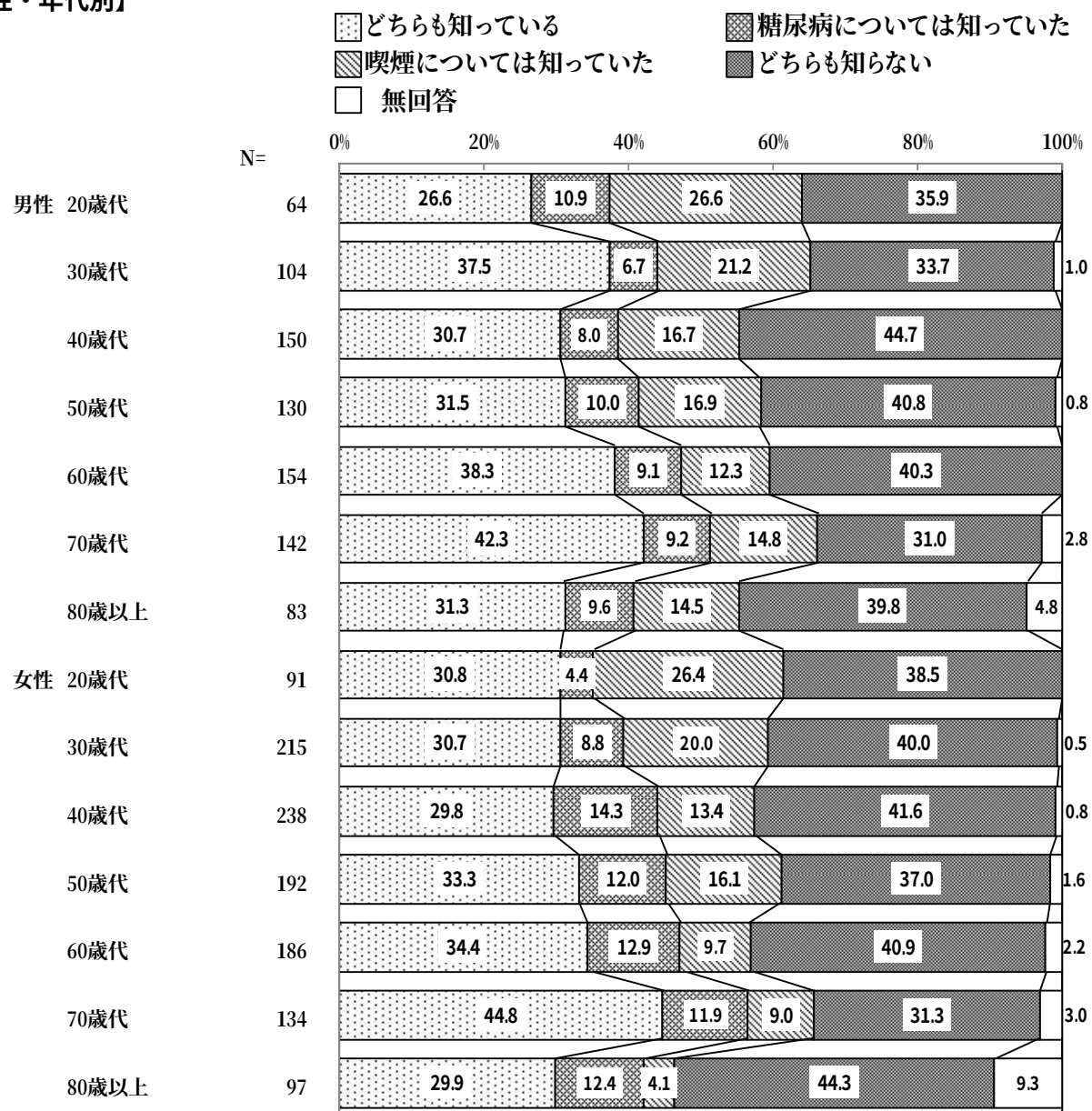
性・年代別にみると、「どちらも知っている」は、女性の70歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳代で4割を超えている。一方、「どちらも知らない」は、男性の40歳代、女性の80歳以上で4割台半ばとなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

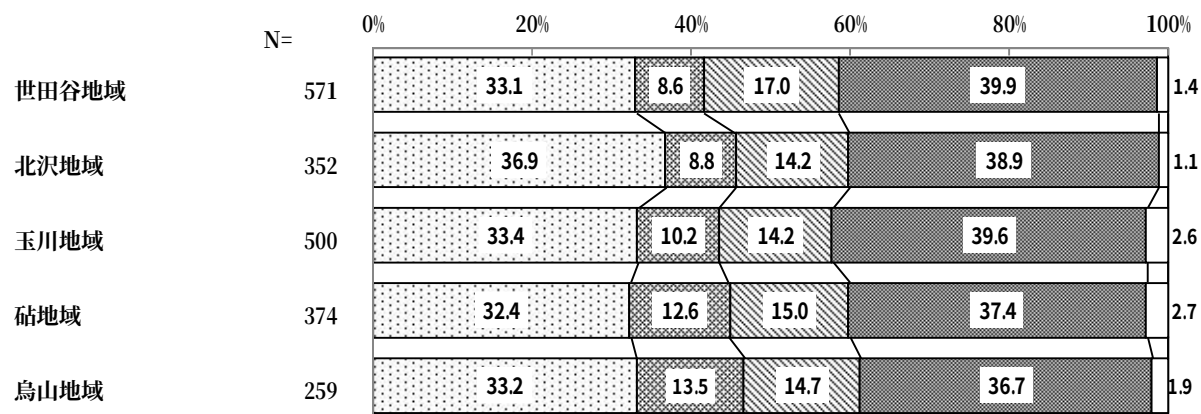
【性 別】



【性・年代別】

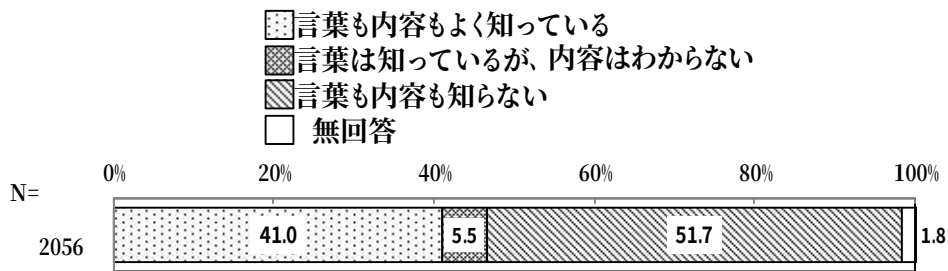


【地 域 別】



II 調査結果

問 39 あなたは、『8020 運動』について知っていますか。（1つに○）



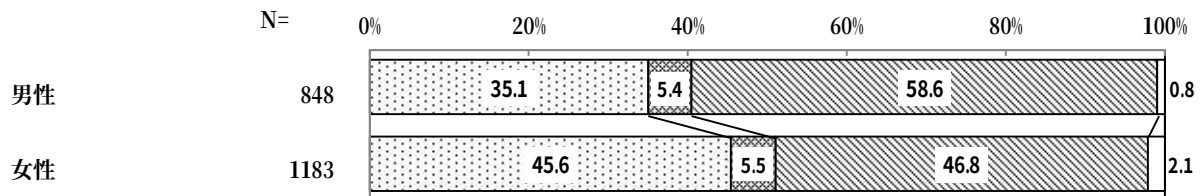
『8020 運動』の認知度は、「言葉も内容もよく知っている」と「言葉は知っているが、内容はわからない」を合わせた「知っている人」は46.5%、「言葉も内容も知らない」は51.7%となっている。

性別にみると、「知っている人」は、女性が男性よりも10.6ポイント高くなっている。

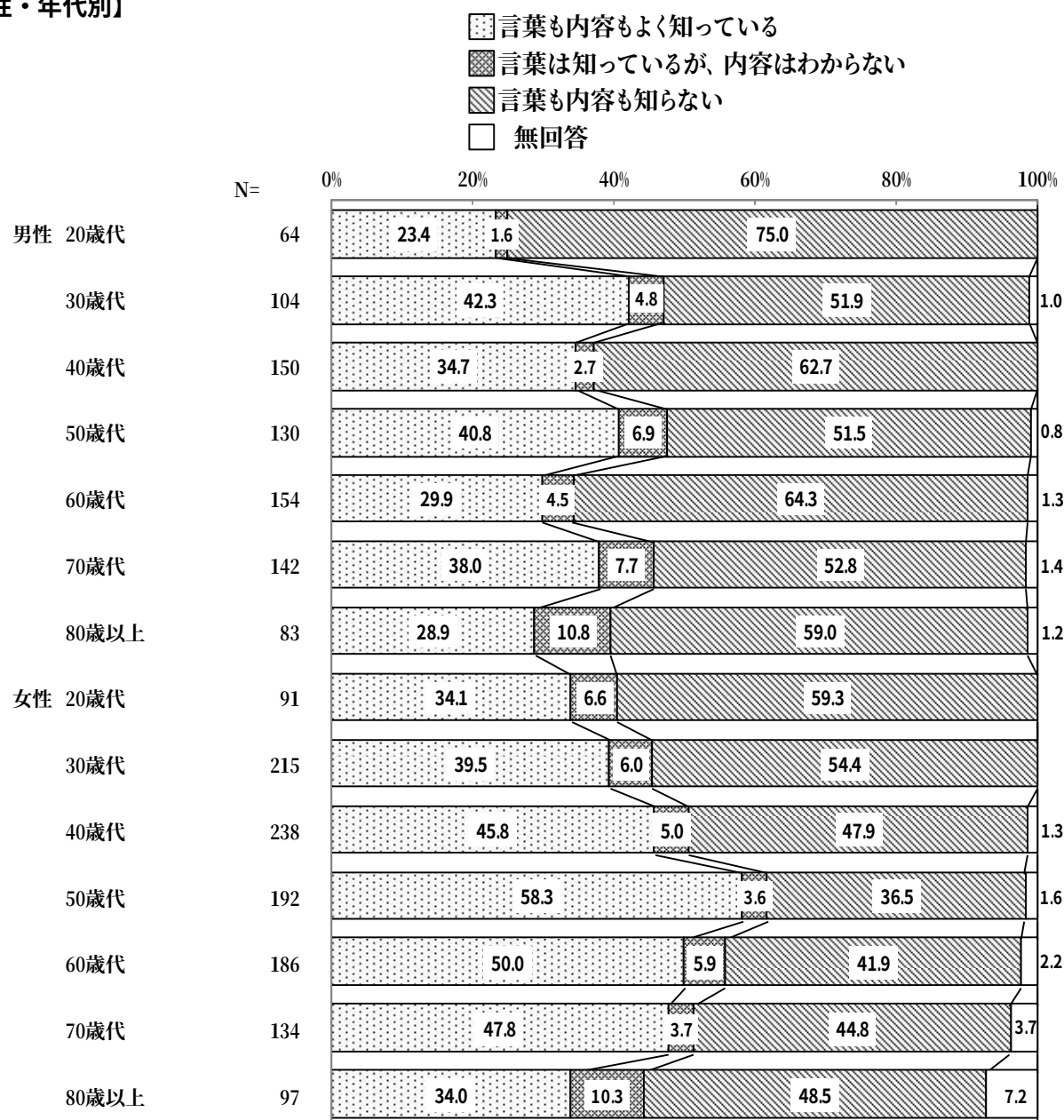
性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の50歳代で6割を超えて最も高く、次いで、女性の60歳代で5割台半ば、女性の70歳代で5割を超えている。女性はどの年代も4割以上となっている。

地域別にみると、「知っている人」は、烏山地域で5割と最も高く、次いで、世田谷地域で約5割となっている。

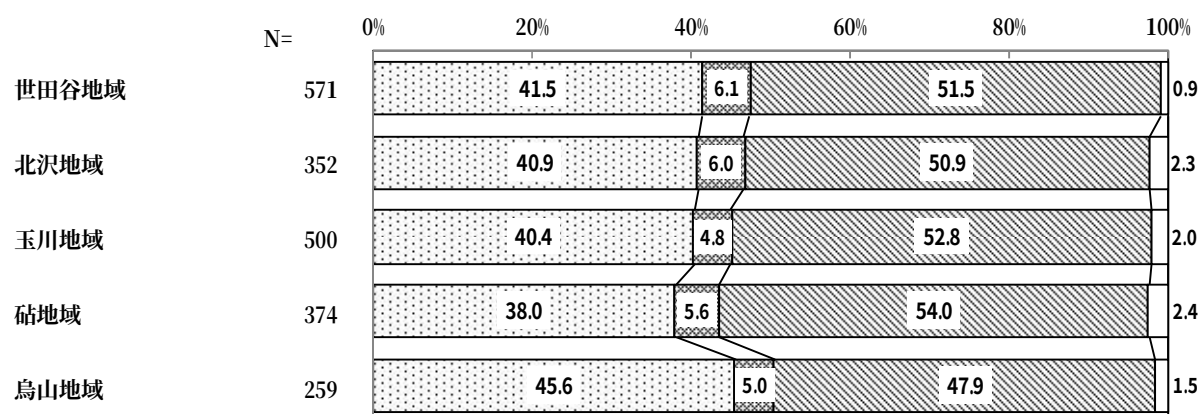
【性 別】



【性・年代別】

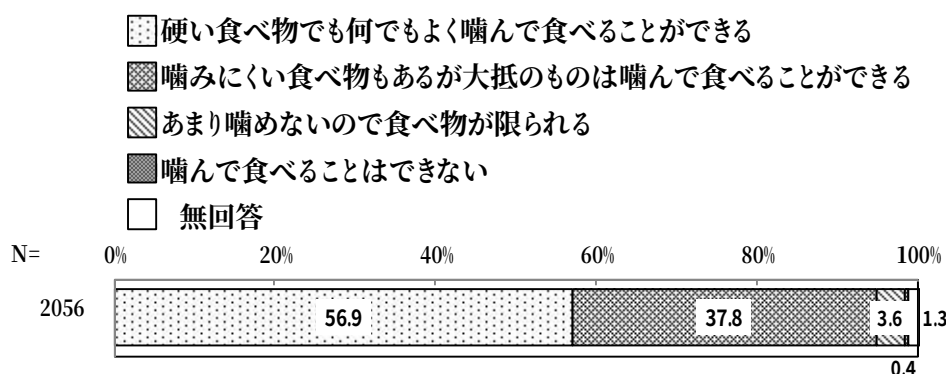


【地 域 別】



II 調査結果

問 40 あなたは、ものを噛んで食べるときどのような状態ですか。(1つに○)



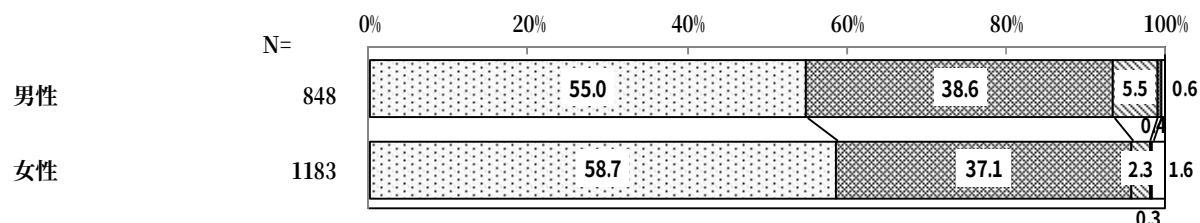
咀嚼については、「硬い食べ物でも何でもよく噛んで食べることができる」と「噛みにくい食べ物もあるが大抵のものは噛んで食べることができる」を合わせた「噛んで食べることができる人」は 94.7%、「あまり噛めないで食べ物が限られる」と「噛んで食べることはできない」を合わせた「噛んで食べることが困難な人」は 4.0%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「噛んで食べることができる人」は、男性・女性ともに 20 歳代から 70 歳代で 9 割以上となっているが、80 歳以上では、8 割台となっている。

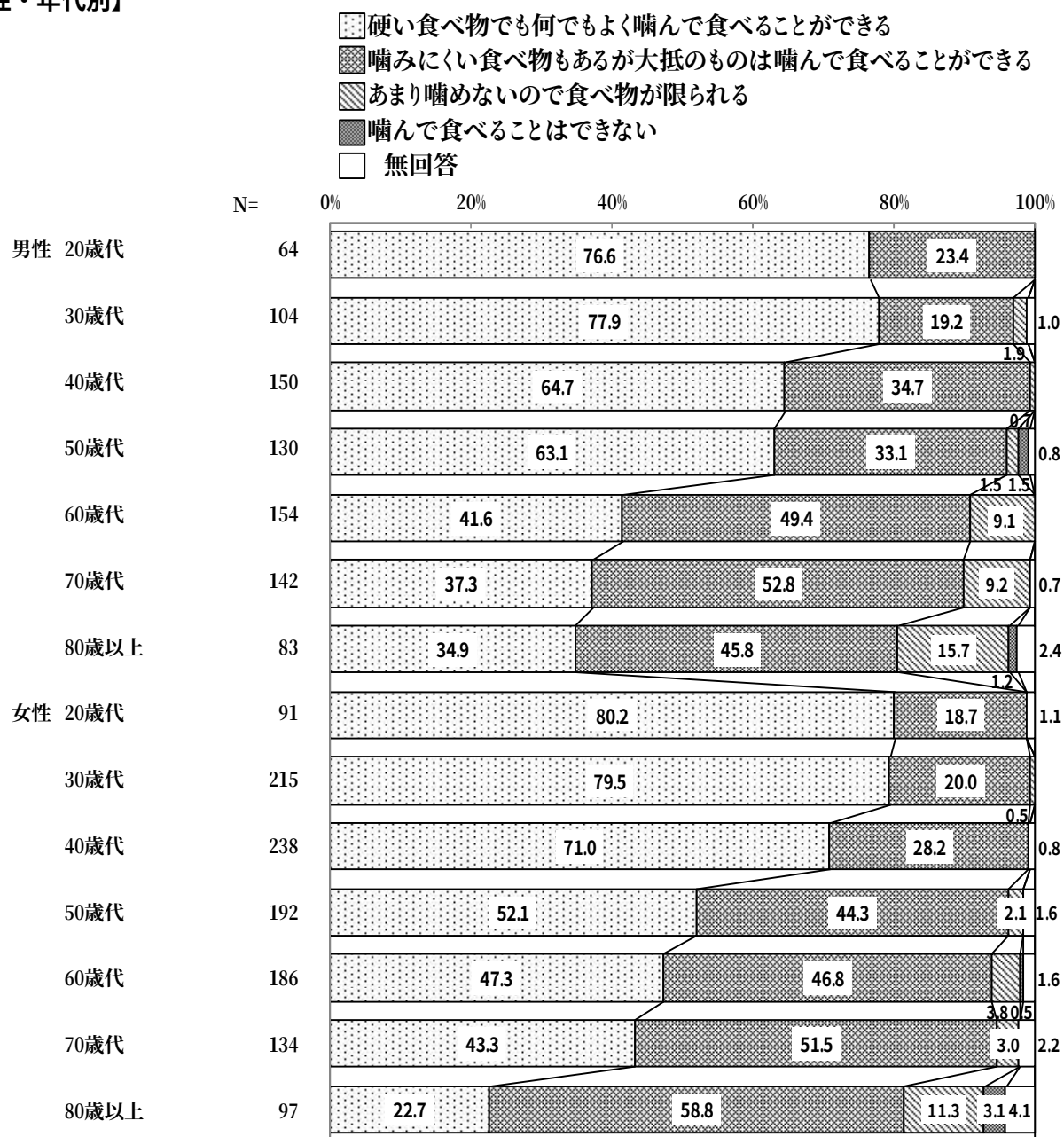
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性 別】

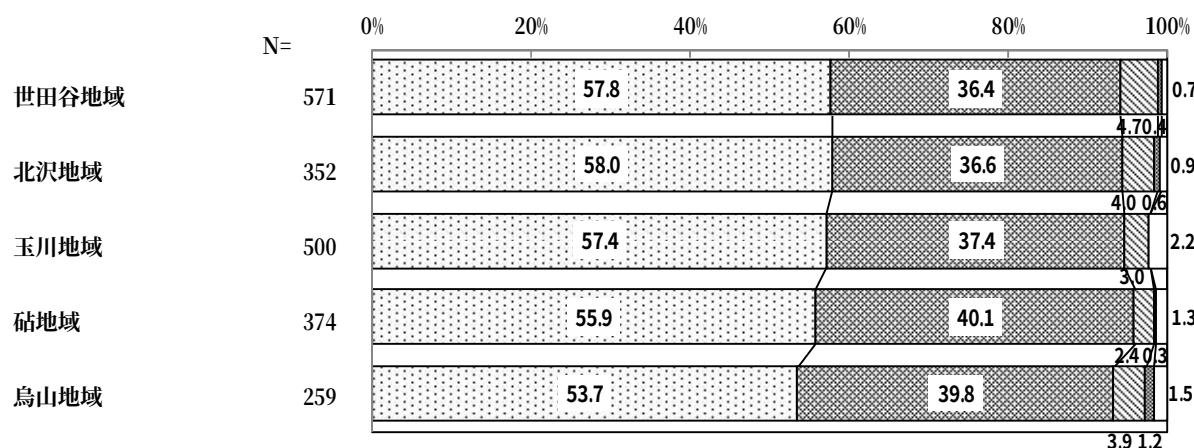


II 調査結果

【性・年代別】



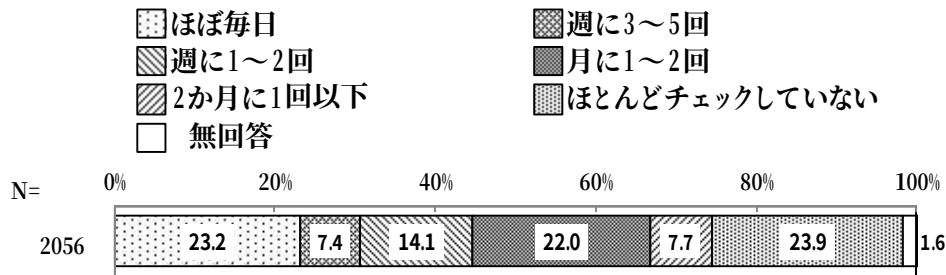
【地 域 別】



II 調査結果

9 健康管理について

問 41 あなたは、自分の体重をどの程度チェックしていますか。(1つに○)



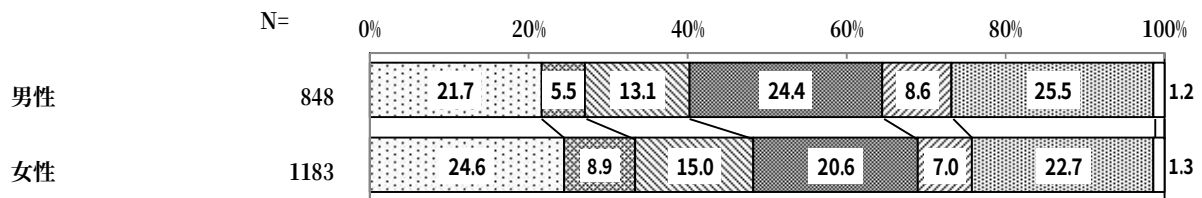
自分の体重の確認については、「ほとんどチェックしていない」23.9%が最も高く、次いで、「ほぼ毎日」23.2%、「月に1~2回」22.0%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

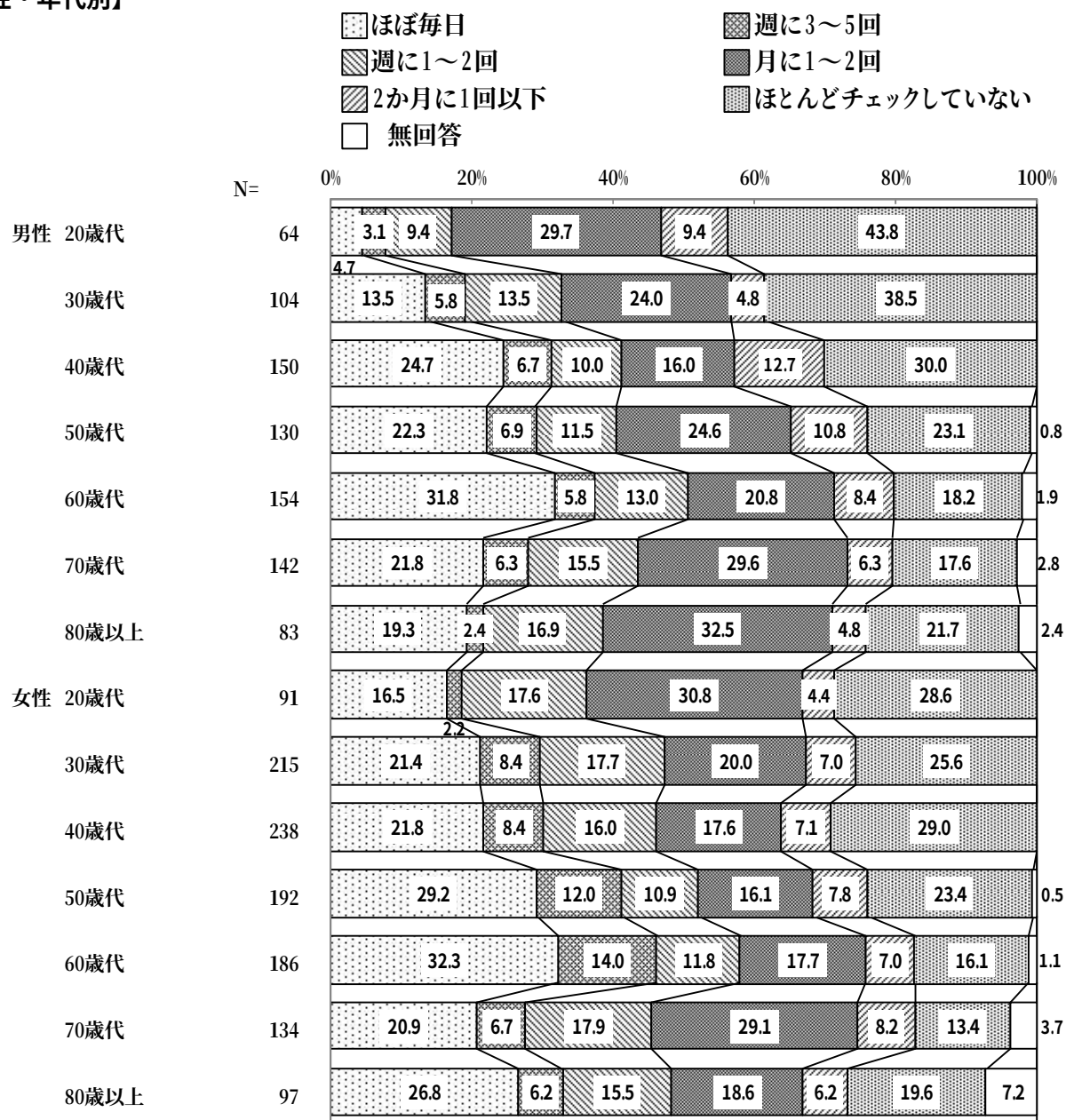
性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性・女性ともに20歳代から60歳代にかけて年齢が上がるほど高くなる傾向がある。「ほとんどチェックしていない」は、男性の20歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の30歳代で約4割、男性の40歳代で3割となっている。

地域別にみると、「月に1~2回」は、烏山地域、玉川地域で2割台半ばと高く、最も高い烏山地域と最も低い砧地域を比べると、5.9ポイントの差がある。

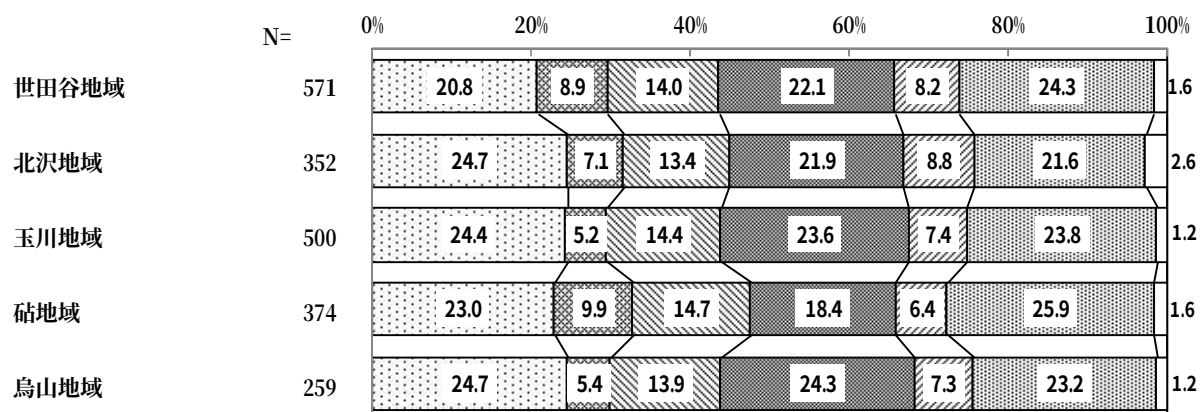
【性 別】



【性・年代別】



【地 域 別】



II 調査結果

問 42 次の項目は、区民の方の現在の体の健康状態などを正しく把握するために必要な項目です。

①あなたのおよその身長と体重を整数でお答えください。

身長と体重からBMI（Body Mass Index）を算出した。

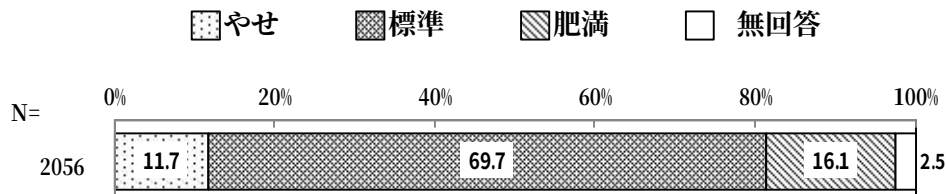
《BMIとは》

身長と体重から求める体格指標のひとつで、体重（kg）を身長（m）の二乗した数値で除して算出する。

$$BMI = \frac{\text{体重 (kg)}}{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}}$$

判定	やせ	標準	肥満
BMI	18.5 未満	18.5 以上 25.0 未満	25.0 以上

（例）身長 160 cm、60 kg の場合、 $60 \text{ kg} \div (1.6\text{m} \times 1.6\text{m}) = 23.4$ （標準）と判定。



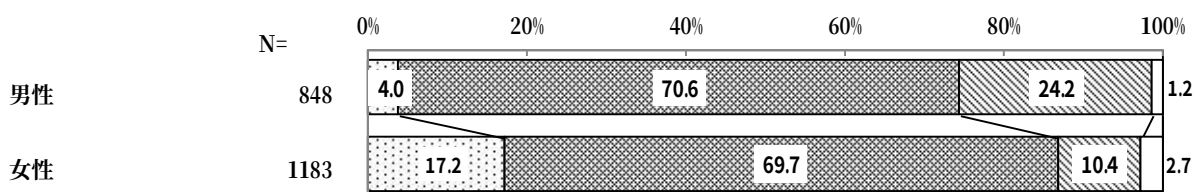
BMI の値については、「標準」69.7%が最も高く、次いで、「肥満」16.1%、「やせ」11.7%となっている。

性別にみると、「肥満」は、男性が女性よりも13.8ポイント高くなっている。一方、「やせ」は、女性が男性よりも13.2ポイント高くなっている。

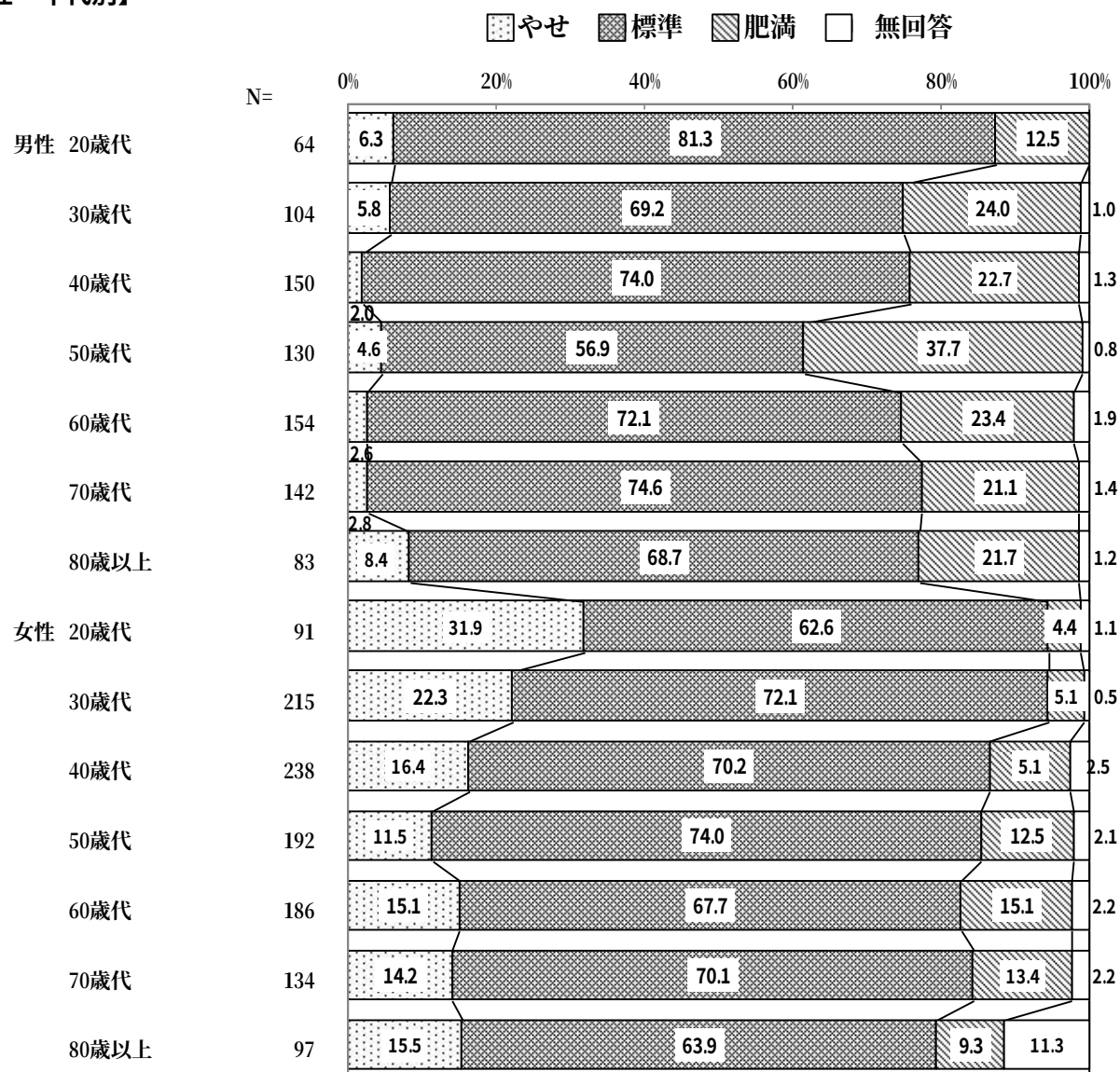
性・年代別にみると、「肥満」は、男性の50歳代で約4割と最も高く、次いで、男性の30歳代、60歳代で2割台半ばとなっている。「やせ」は、女性の20歳代で3割を超えて最も高く、次いで、女性の30歳代で2割を超えている。

地域別にみると、「やせ」は、世田谷地域で1割台半ばと最も高くなっている。最も低い北沢地域と比べると、4.6ポイントの差がある。

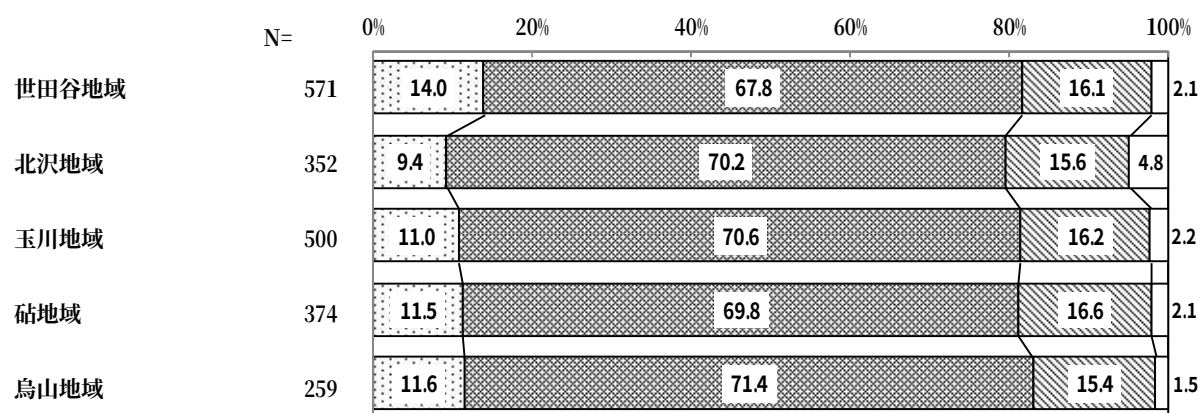
【性 別】



【性・年代別】

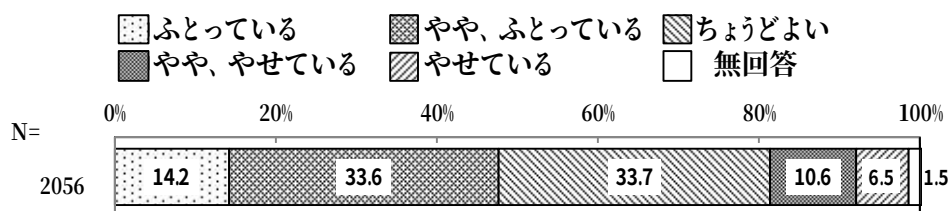


【地 域 別】



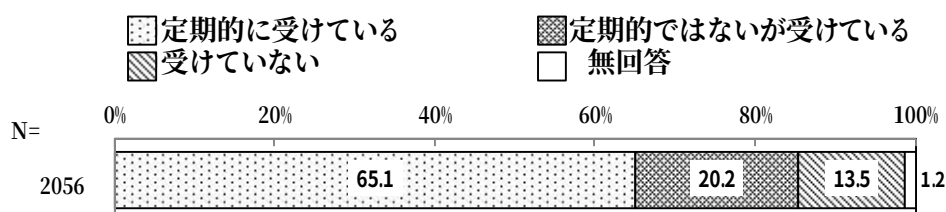
II 調査結果

②あなたご自身の体型についてどのように思われますか。(1つに○)



自身の体型については、「ふとっている」と「やや、ふとっている」を合わせた「ふとっていると思う人」は47.8%、「ちょうどよい」33.7%、「やや、やせている」と「やせている」を合わせた「やせていると思う人」は17.1%となっている。

問 43 あなたは、健康診断を受けていますか。(1つに○)



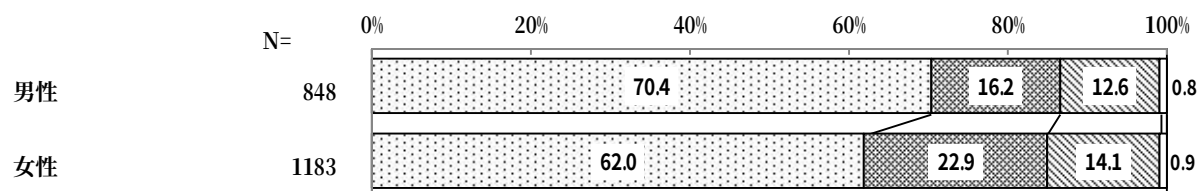
健康診断については、「定期的を受けている」65.1%が最も高く、次いで、「定期的ではないが受けている」20.2%、「受けていない」13.5%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「定期的を受けている」は、男性の40歳代で約8割と最も高く、次いで、男性の50歳代で7割台半ばとなっている。また、「定期的を受けている」と「定期的ではないが受けている」を合わせた「受けている人」は、男性の80歳以上で9割を超えて最も高く、次いで、男性の40歳代で9割となっている。

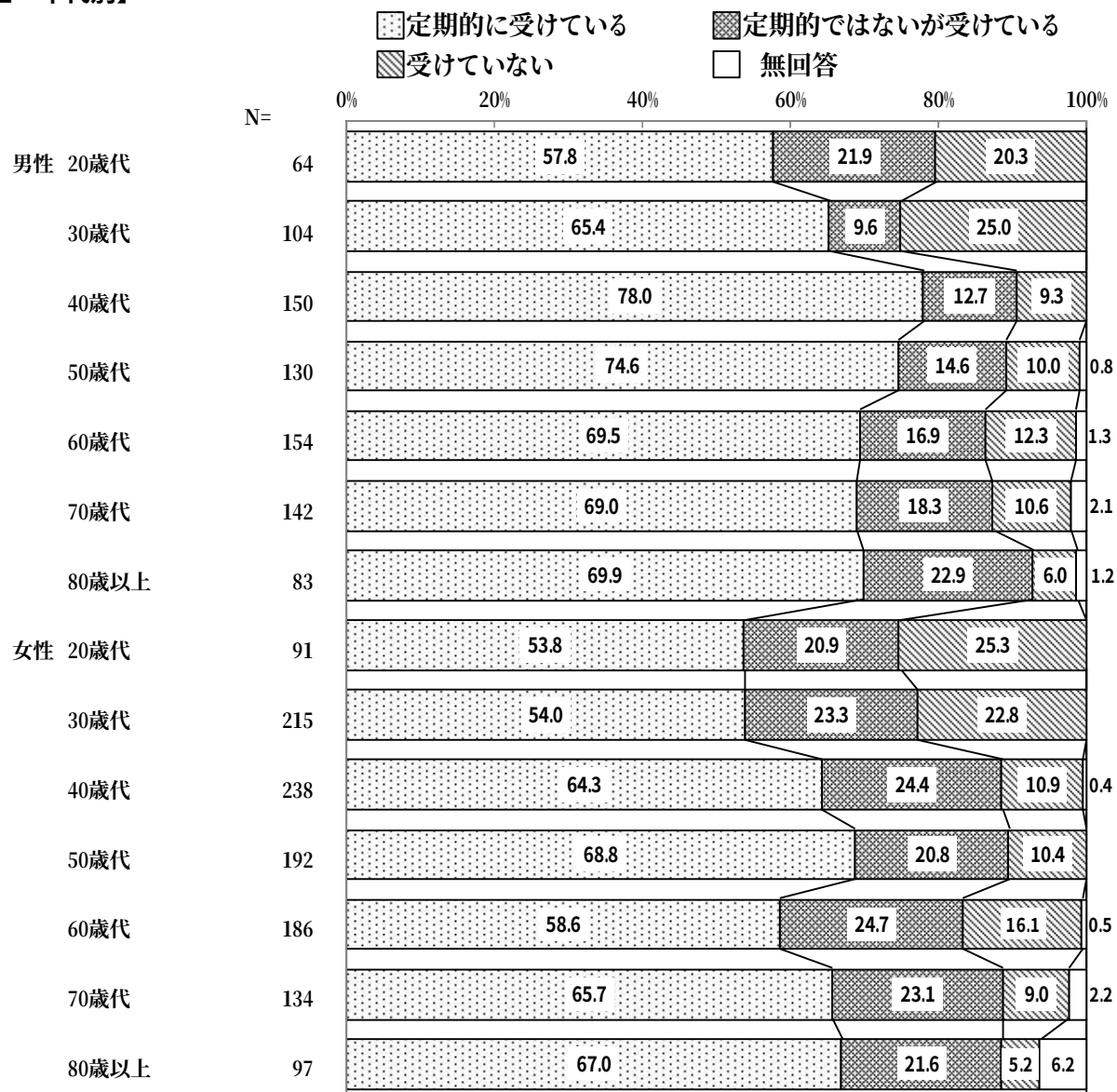
地域別にみると、「定期的を受けている」は、玉川地域、北沢地域で約7割と高くなっている。最も高い玉川地域と最も低い烏山地域で比べると、8.2ポイントの差がある。

【性別】

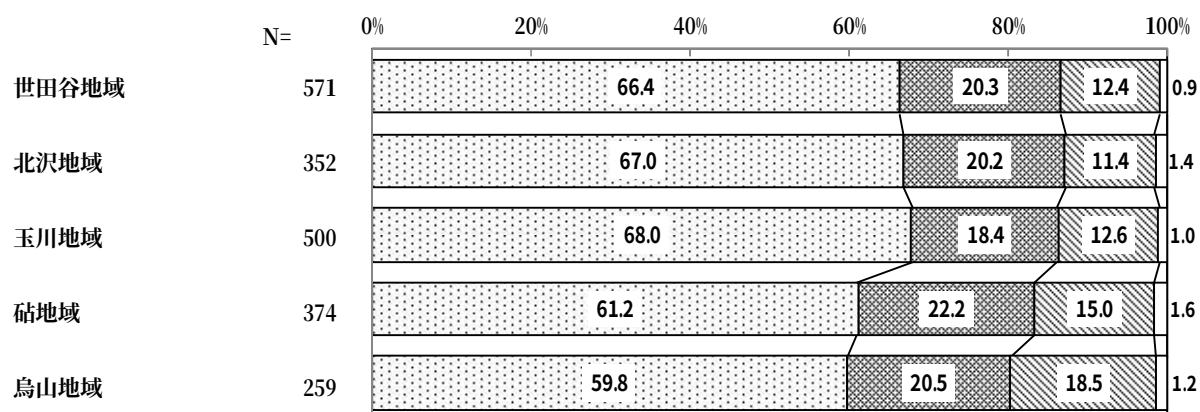


II 調査結果

【性・年代別】



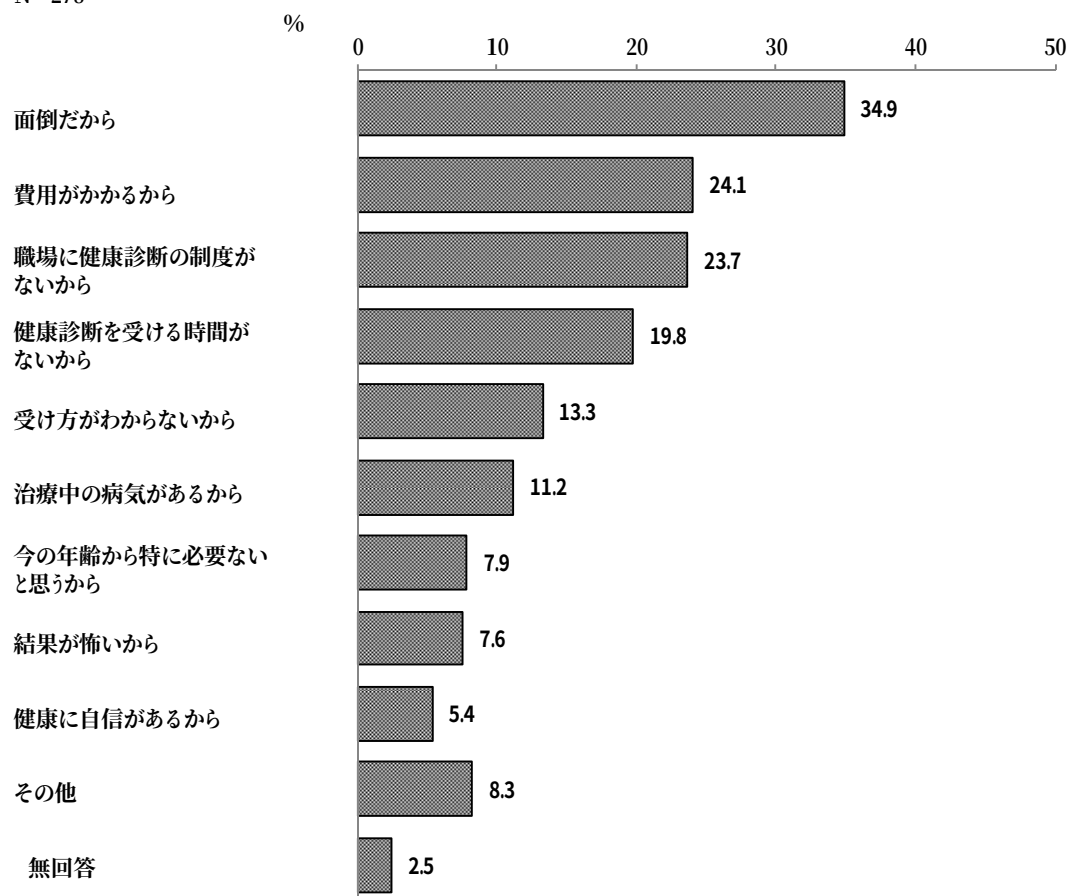
【地 域 別】



問 43 で「3. 受けていない」を選ばれた方にうかがいます。

問 43－1 受けていない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

N= 278



健康診断を受けていない理由については、「面倒だから」34.9%が最も高く、次いで、「費用がかかるから」24.1%、「職場に健康診断の制度がないから」23.7%となっている。

性別にみると、「職場に健康診断の制度がないから」は、男性が女性よりも12.6ポイント高くなっている。

地域別にみると、「職場に健康診断の制度がないから」は、砧地域で3割と最も高く、次いで、世田谷地域、北沢地域で2割台半ばとなっている。「面倒だから」は、北沢地域で5割を超えて最も高く、次いで砧地域で約4割となっている。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

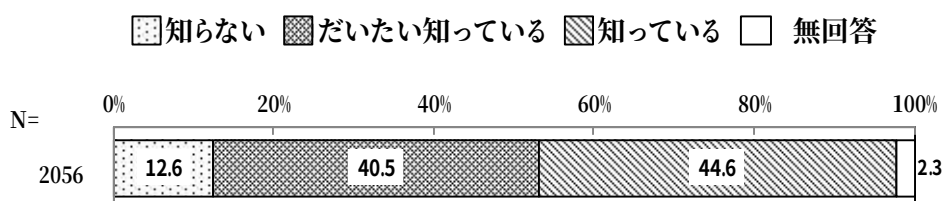
単位：％

区 分		職場に健康診断の制度がないから	健康に自信があるから	今の年齢から特に必要ないと思うから	健康診断を受ける時間がないから	費用がかかるから	面倒だから	結果が怖いから	治療中の病気があるから	受け方がわからないから	その他	無回答	有効回答数（件）
男 性		31.8	7.5	5.6	21.5	24.3	37.4	7.5	11.2	13.1	2.8	0.9	107
女 性		19.2	3.6	9.0	19.2	24.6	34.1	7.8	11.4	13.8	11.4	3.0	167
男 性	20歳代	53.8	-	7.7	15.4	46.2	38.5	7.7	-	38.5	7.7	-	13
	30歳代	38.5	3.8	3.8	15.4	26.9	46.2	11.5	-	23.1	3.8	-	26
	40歳代	50.0	14.3	-	28.6	28.6	35.7	7.1	-	-	-	7.1	14
	50歳代	53.8	-	-	61.5	30.8	23.1	15.4	-	7.7	7.7	-	13
	60歳代	10.5	10.5	-	15.8	21.1	36.8	-	36.8	5.3	-	-	19
	70歳代	-	20.0	13.3	6.7	-	46.7	6.7	26.7	6.7	-	-	15
	80歳以上	-	-	20.0	20.0	20.0	20.0	-	20.0	-	-	-	5
女 性	20歳代	43.5	-	17.4	21.7	43.5	30.4	-	-	39.1	8.7	-	23
	30歳代	32.7	-	4.1	24.5	36.7	20.4	4.1	10.2	22.4	12.2	-	49
	40歳代	11.5	7.7	-	30.8	19.2	53.8	3.8	7.7	3.8	7.7	7.7	26
	50歳代	10.0	-	-	20.0	10.0	40.0	20.0	15.0	5.0	20.0	-	20
	60歳代	3.3	6.7	10.0	10.0	13.3	36.7	13.3	13.3	3.3	10.0	10.0	30
	70歳代	-	16.7	25.0	-	8.3	41.7	8.3	16.7	-	16.7	-	12
	80歳以上	-	-	60.0	-	-	20.0	-	20.0	-	-	-	5
世田谷地域		25.4	1.4	5.6	14.1	25.4	33.8	9.9	12.7	16.9	8.5	2.8	71
北沢地域		25.0	12.5	7.5	17.5	20.0	52.5	5.0	7.5	15.0	7.5	2.5	40
玉川地域		17.5	7.9	7.9	20.6	23.8	27.0	9.5	12.7	14.3	6.3	3.2	63
砧地域		30.4	5.4	12.5	26.8	21.4	37.5	8.9	5.4	8.9	12.5	3.6	56
烏山地域		20.8	2.1	6.3	20.8	29.2	29.2	2.1	16.7	10.4	6.3	-	48

問 44 あなたは、自分の血圧の値、血糖値、コレステロールの値を知っていますか。

(それぞれに1つに○)

①自分の血圧の値



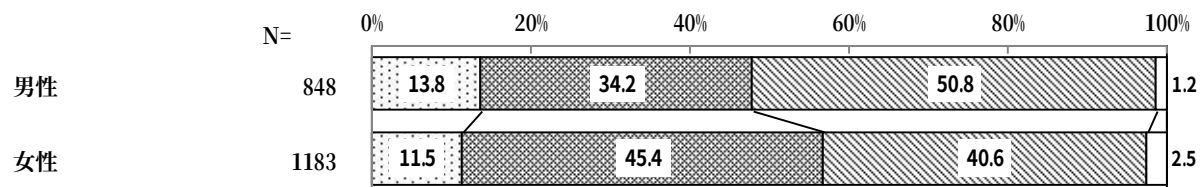
自分の血圧の値については、「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は85.1%となっている。

性別にみると、「知っている」は、男性が女性よりも10.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「知っている」は、年齢が上がるほど概ね高くなる傾向があり、男性の80歳以上で7割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳代で7割を超え、女性の70歳代で7割となっている。

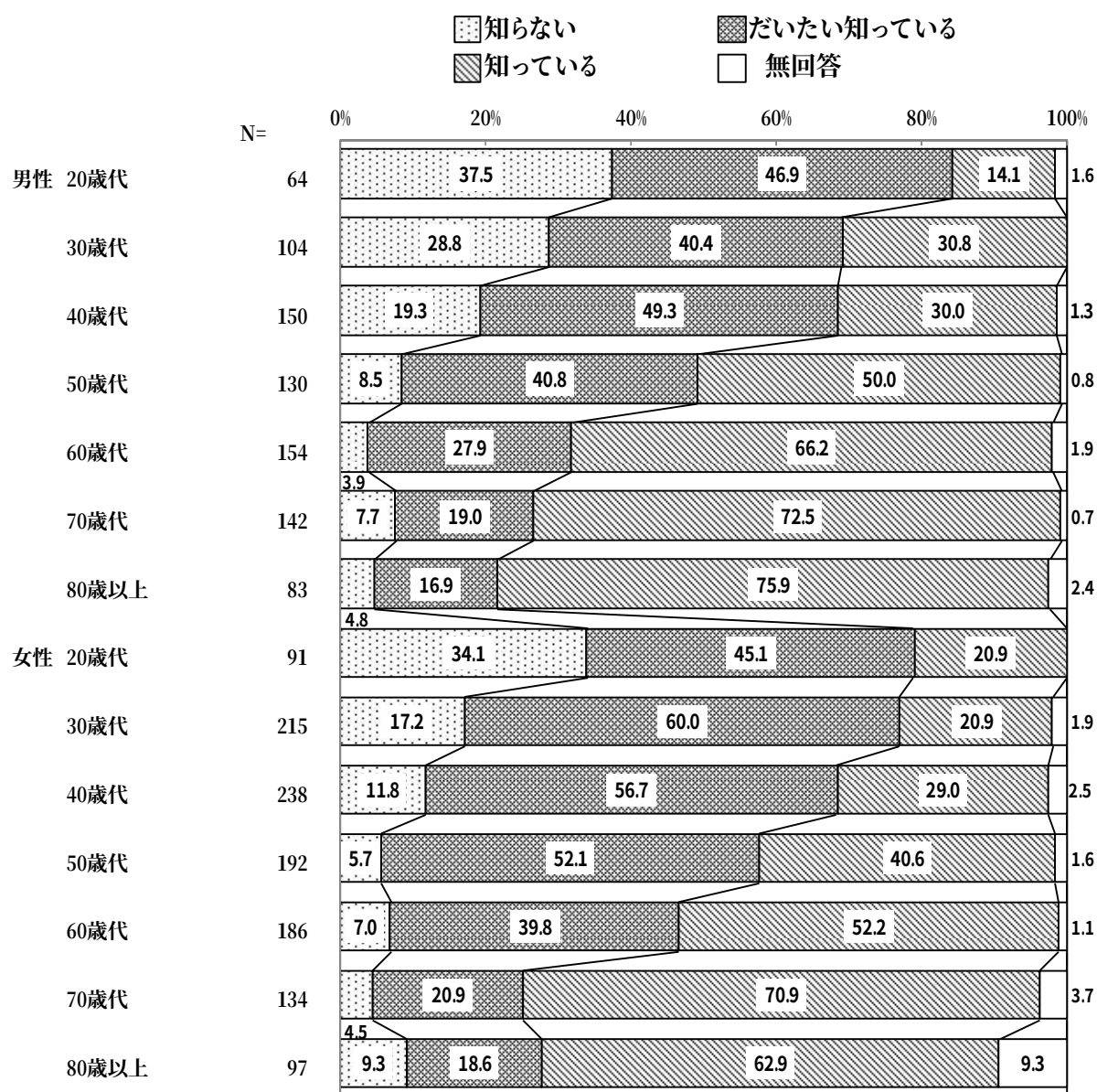
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性 別】

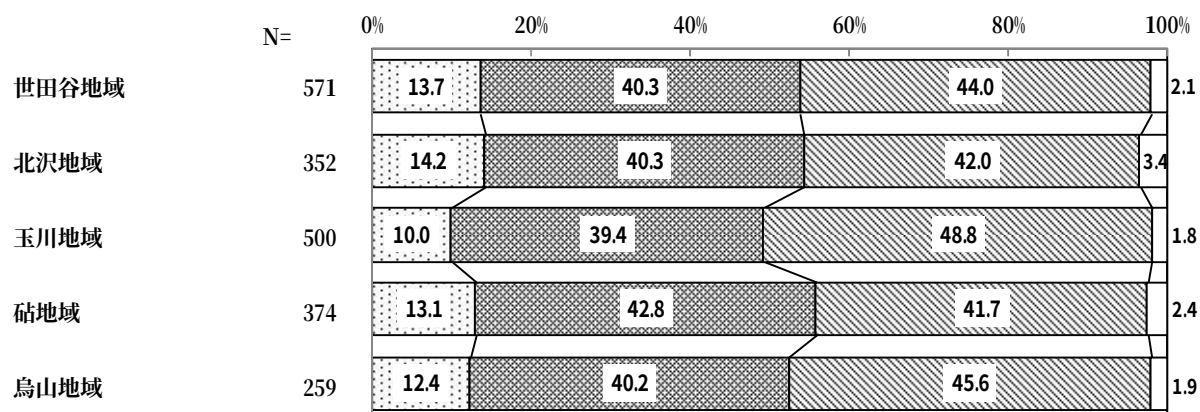


II 調査結果

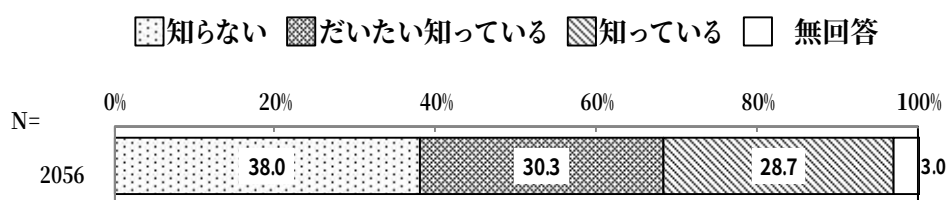
【性・年代別】



【地 域 別】



②自分の血糖値



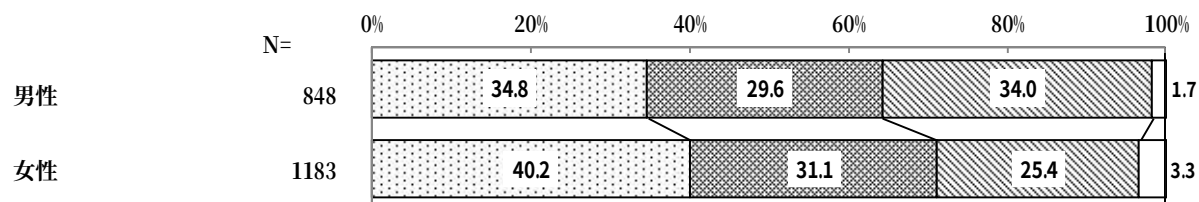
自分の血糖値については、「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は59.0%となっている。

性別にみると、「知っている人」は、男性が女性よりも7.1ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「知らない」は、女性の20歳代で7割を超えて最も高く、次いで、男性の20歳代で7割となっている。「知っている人」は、年齢が上がるほど概ね高くなる傾向がある。

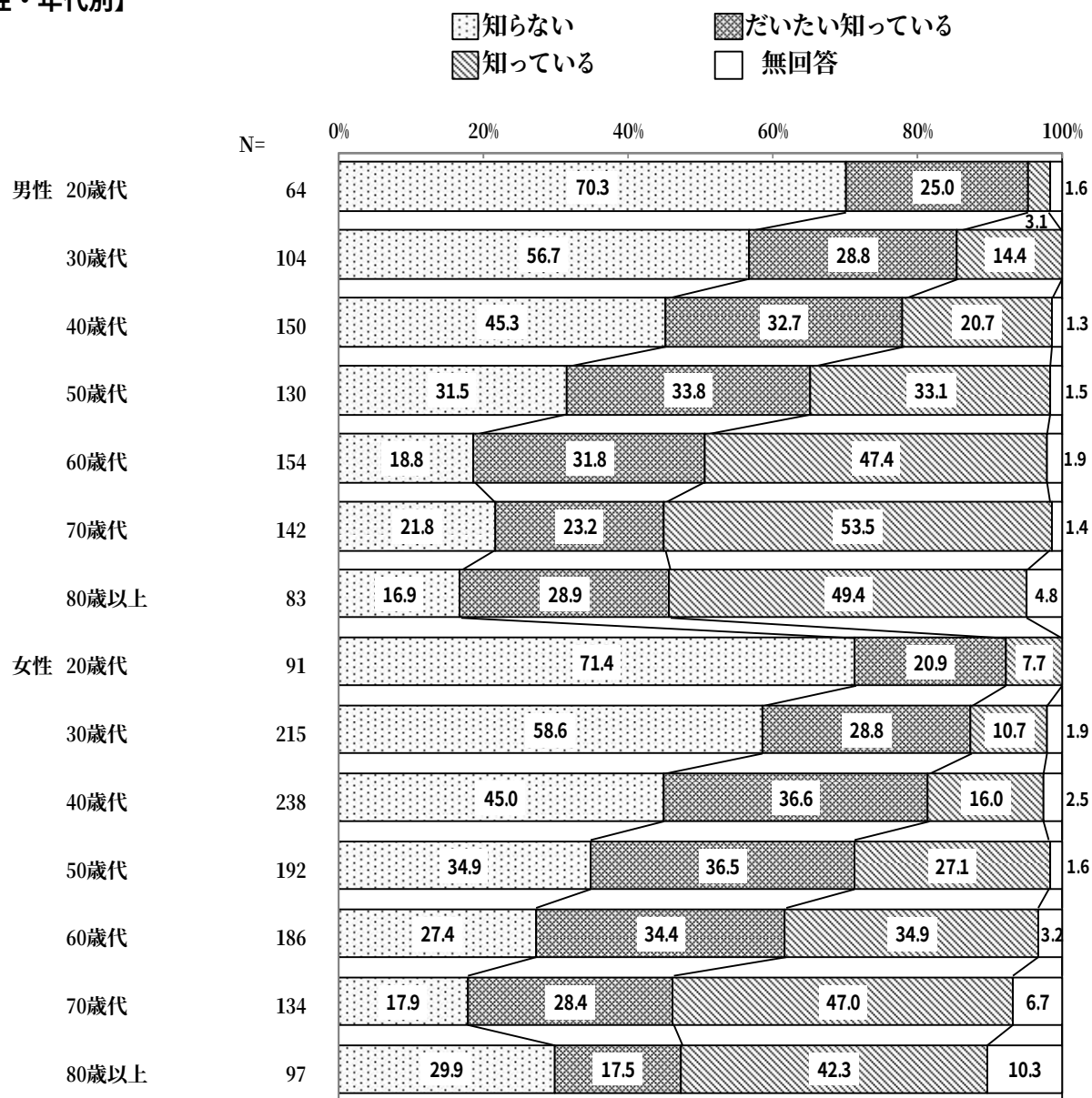
地域別にみると、「知っている人」は、玉川地域、烏山地域、世田谷地域、北沢地域で約6割となっている。

【性別】

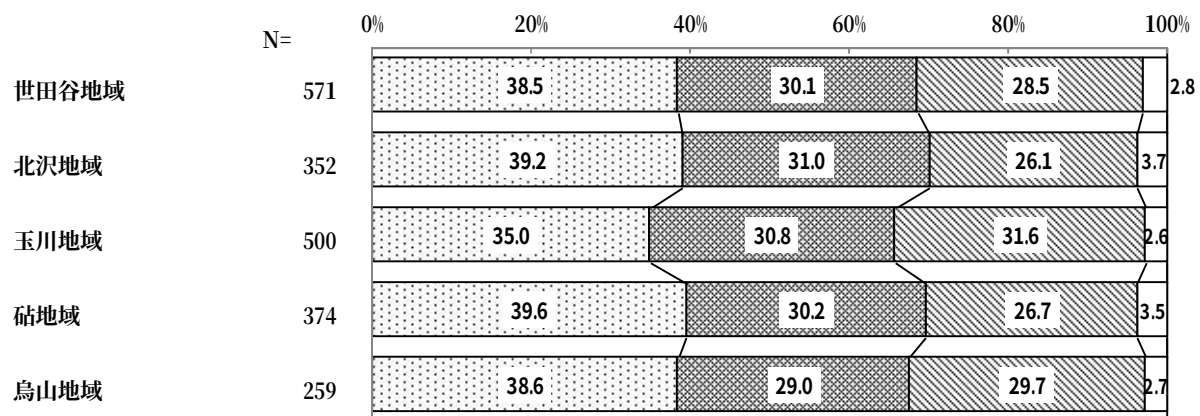


II 調査結果

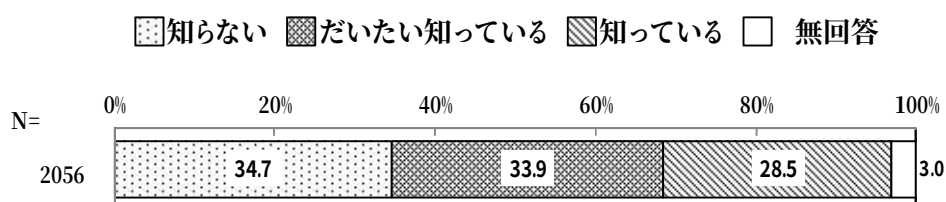
【性・年代別】



【地 域 別】



③自分のコレステロールの値



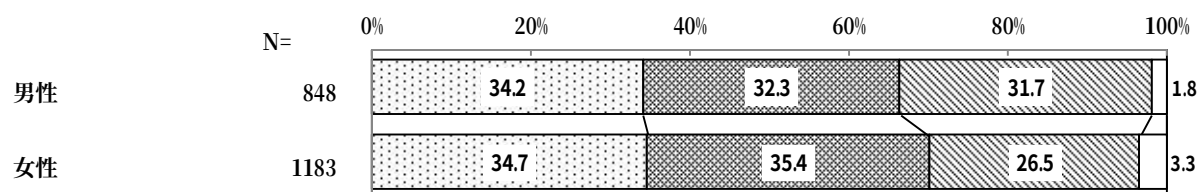
自分のコレステロール値については、「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は62.4%となっている。

性別にみると、「知っている」は、男性が女性よりも5.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「知らない」は、男性の20歳代で7割を超えて最も高く、次いで、女性の20歳代で約7割となっている。「知っている人」は年齢が上がるほど概ね高くなる傾向がある。

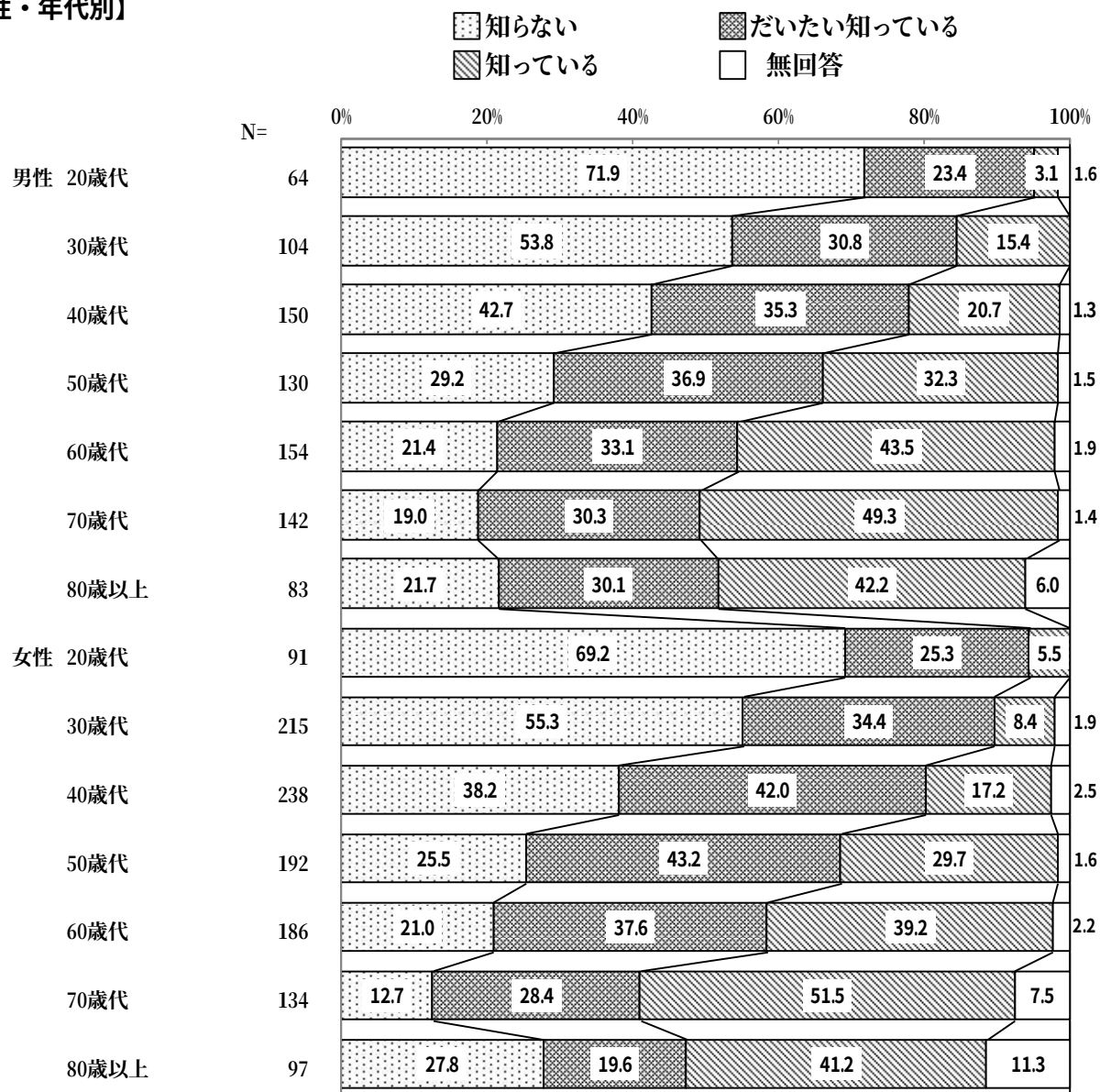
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性別】

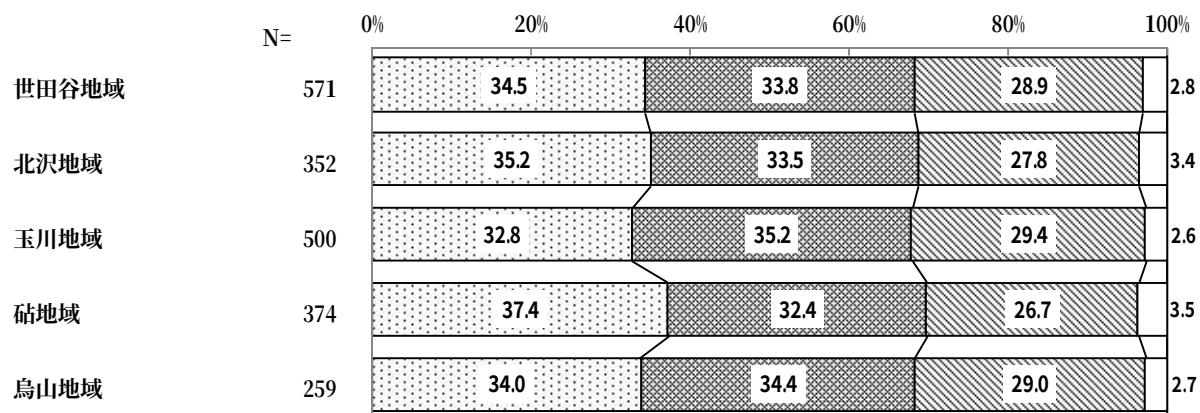


II 調査結果

【性・年代別】

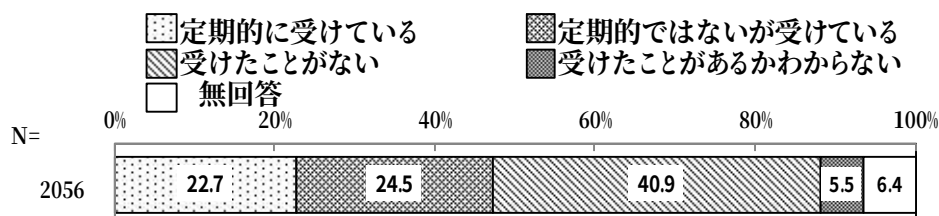


【地 域 別】

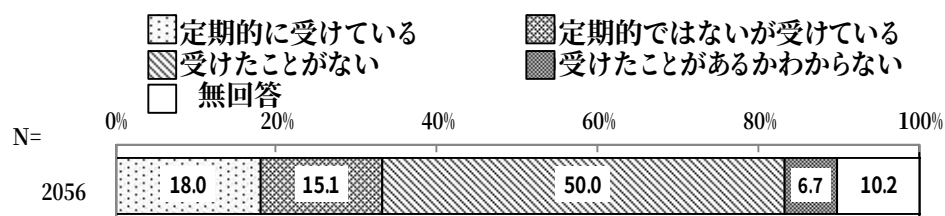


問 45 あなたは、次のがん検診を受けたことがありますか。前立腺がんは男性のみ、乳がん・子宮がんは女性のみお答えください。（それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○）

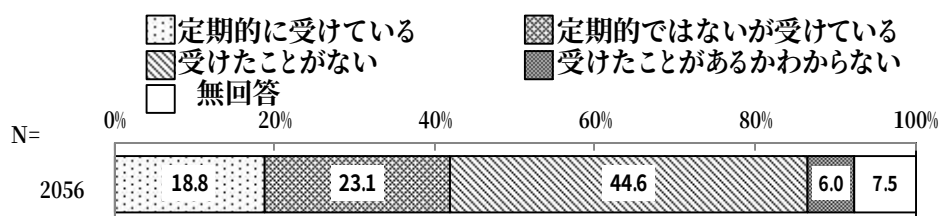
①胃がん



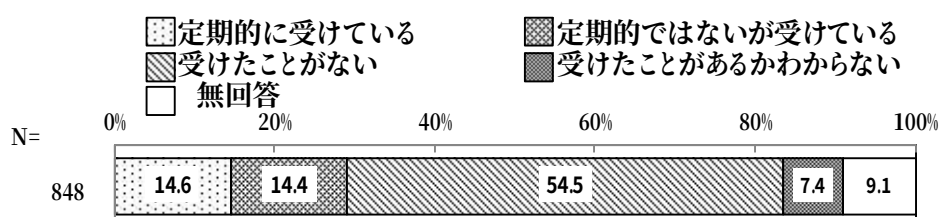
②肺がん



③大腸がん

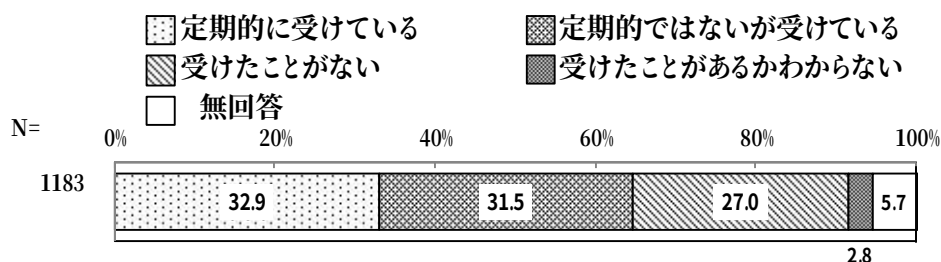


④前立腺がん（男性のみ）

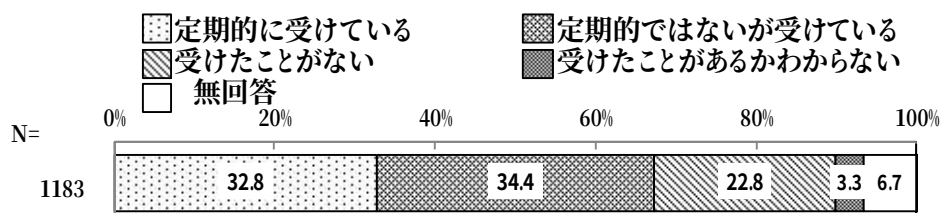


II 調査結果

⑤乳がん（女性のみ）



⑥子宮がん（女性のみ）



【全 体】

がん検診の受診について、「定期的に受けている」と「定期的ではないが受けている」を合わせた「受けている人」は、「子宮がん（女性のみ）」（設問⑥）で約7割と最も高く、次いで、「乳がん（女性のみ）」（設問⑤）で6割台半ば、「胃がん」で約5割となっている。一方、「受けたことがない」は、「前立腺がん（男性のみ）」で5割台半ばと最も高くなっている。

【性 別】

性別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「肺がん」（設問②）は、「受けている人」で男性が女性よりも7.8ポイント高くなっている。

【年 代 別】

年代別にみると、「前立腺がん（男性のみ）」（設問④）は、「受けたことがない」が20歳代で約9割と最も高く、年齢が下がるほど概ね高くなる傾向がある。「乳がん（女性のみ）」（設問⑤）、「子宮がん（女性のみ）」（設問⑥）は、「受けている人」が女性の40歳代で約9割と最も高く、次いで、女性の50歳代で8割台半ばとなっている。

【性・年代別】

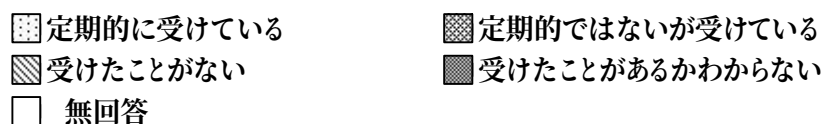
性年代別にみると、「胃がん」（設問①）は、「受けている人」が男性・女性ともに 60 歳代で 7 割を超えている。「肺がん」（設問②）は、「受けている人」が男性の 60 歳代で 5 割台半ばと最も高く、次いで、男性の 70 歳代で約 5 割となっている。「大腸がん」（設問③）は、男性の 60 歳代で 6 割台半ばと最も高く、次いで、女性の 70 歳代で 6 割を超え、女性の 60 歳代で 6 割となっている。

【地 域 別】

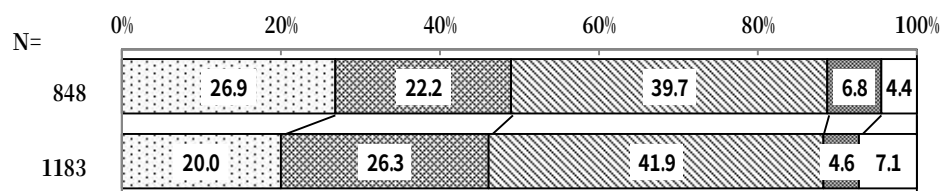
地域別にみると、「胃がん」（設問①）は、「受けている人」が玉川地域で 5 割を超え、「肺がん」（設問②）も、「受けている人」が玉川地域で 3 割台半ば、「大腸がん」（設問③）も、「受けている人」が玉川地域で 4 割台半ばと高くなっている。

II 調査結果

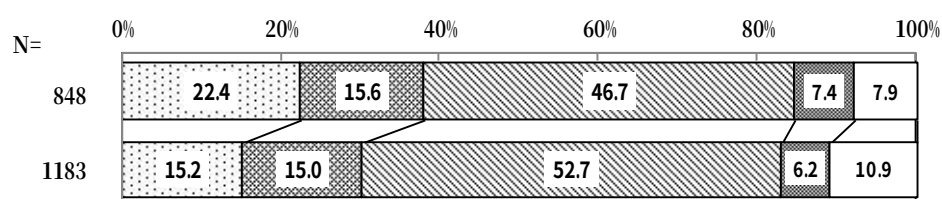
【性別】



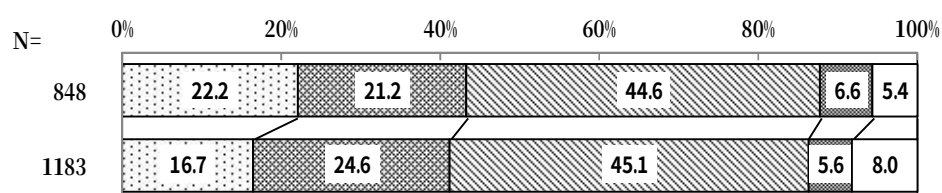
①胃がん



②肺がん

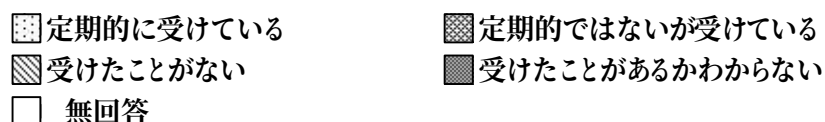


③大腸がん

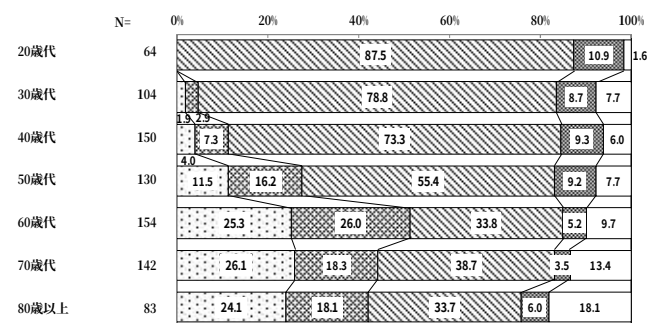


II 調査結果

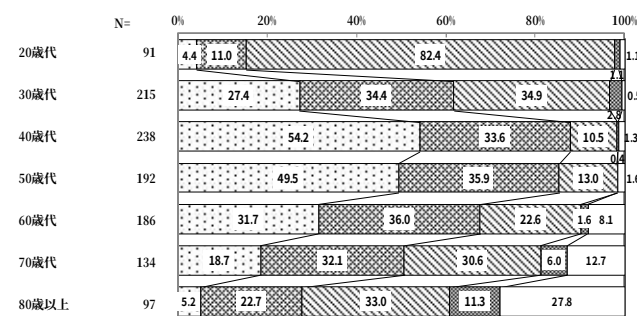
【年 代 別】



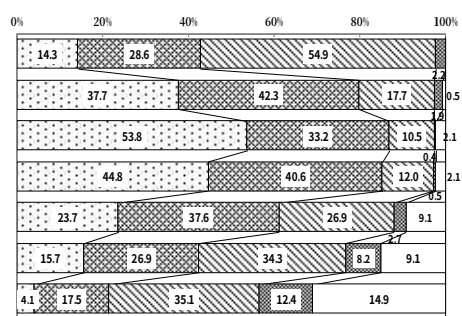
④前立腺がん（男性のみ）



⑤乳がん（女性のみ）

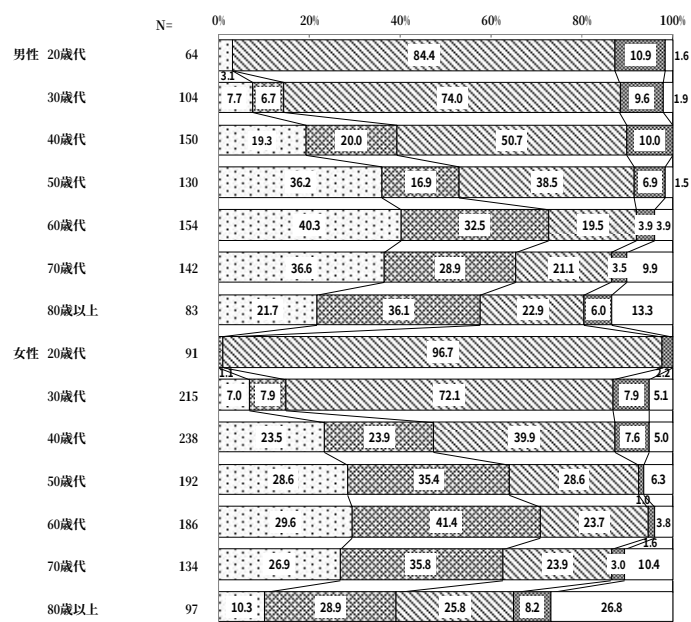


⑥子宮がん（女性のみ）

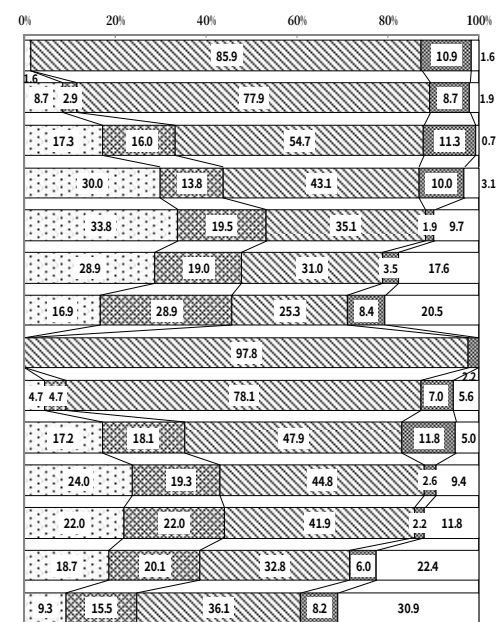


【性・年代別】

①胃がん



②肺がん

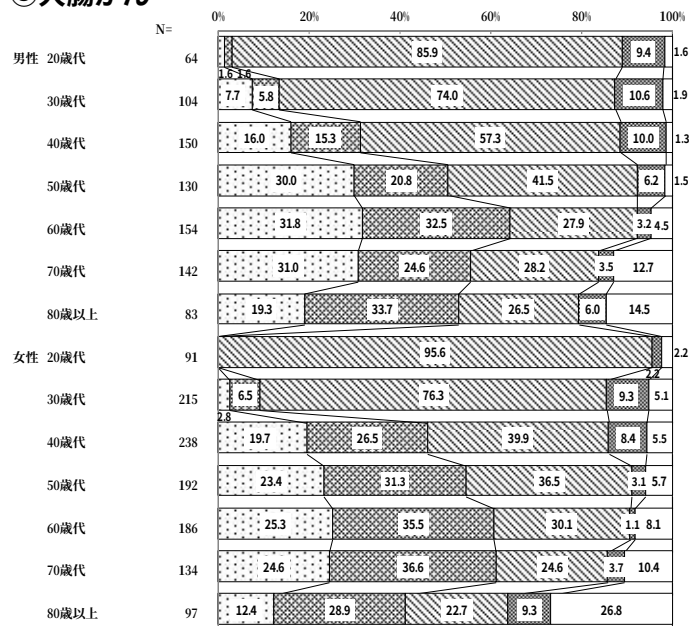


II 調査結果

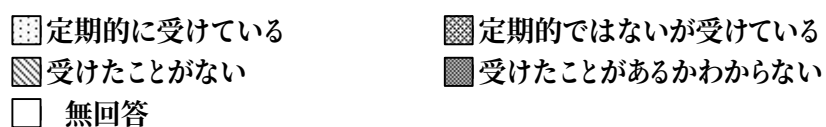
 定期的に受けている
 受けたことがない
 無回答

 定期的ではないが受けている
 受けたことがあるかわからない

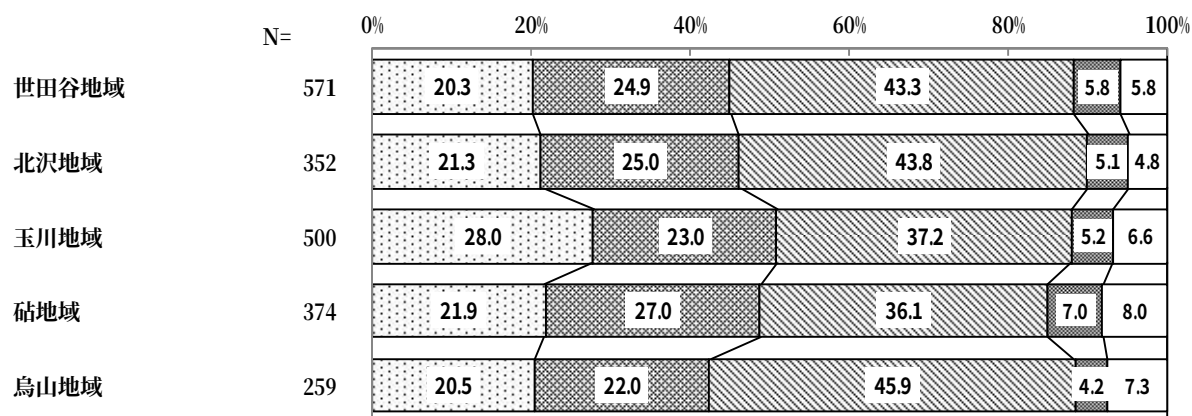
③大腸がん



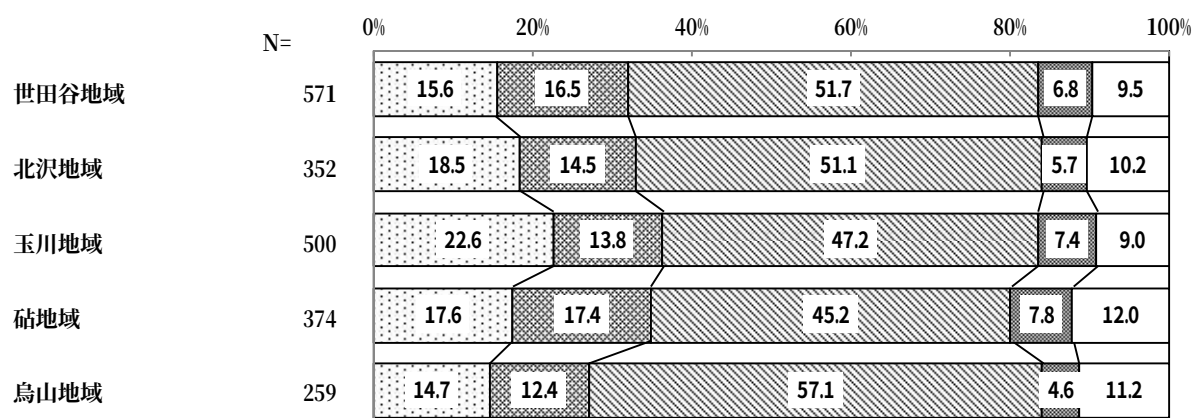
【地 域 別】



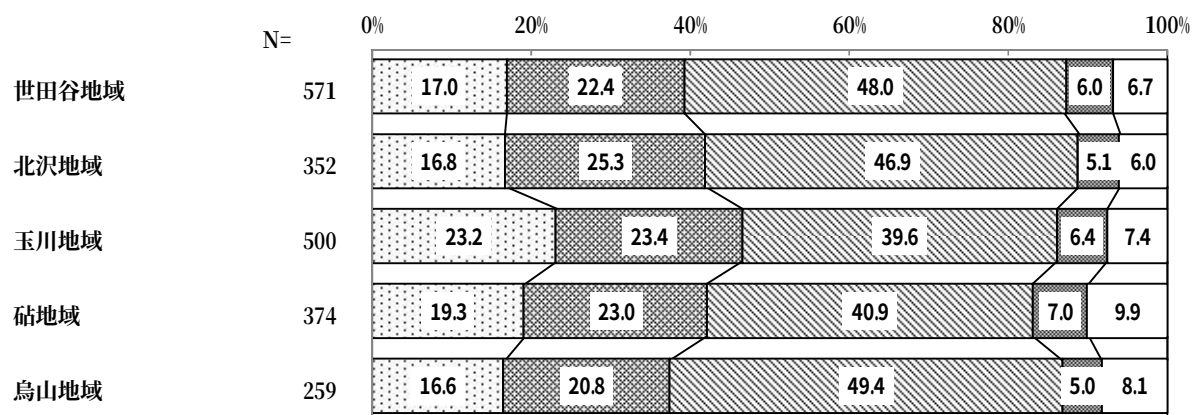
①胃がん



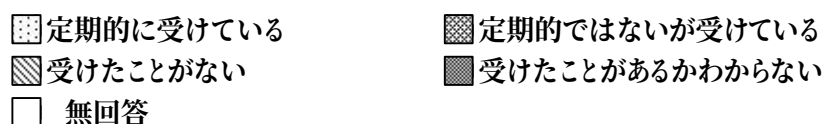
②肺がん



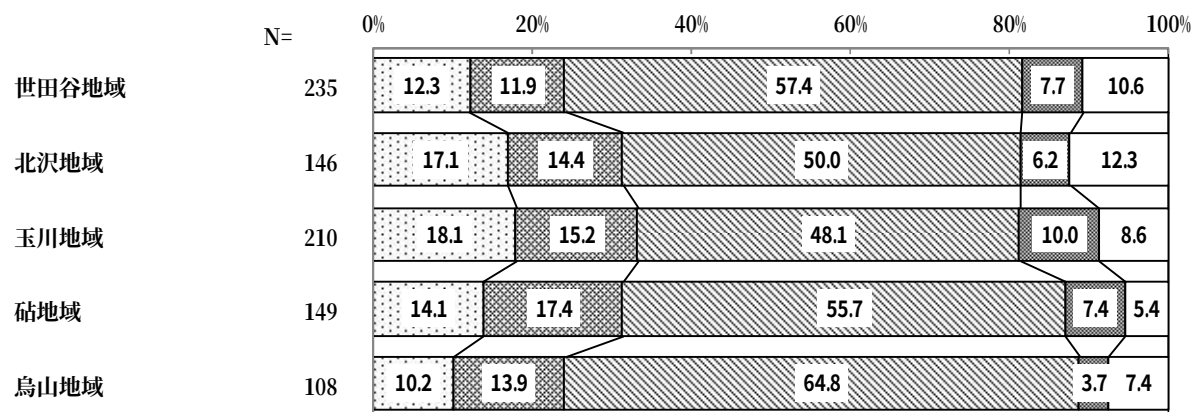
③大腸がん



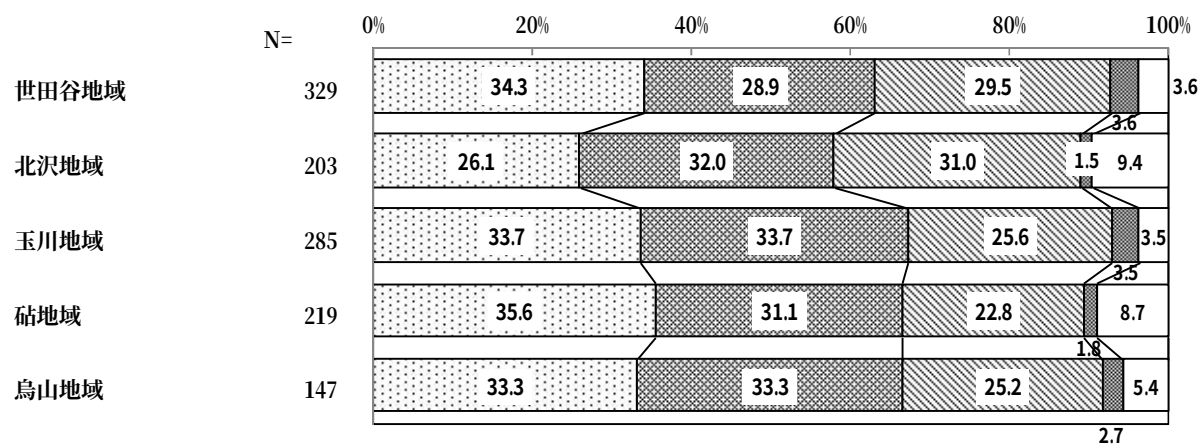
II 調査結果



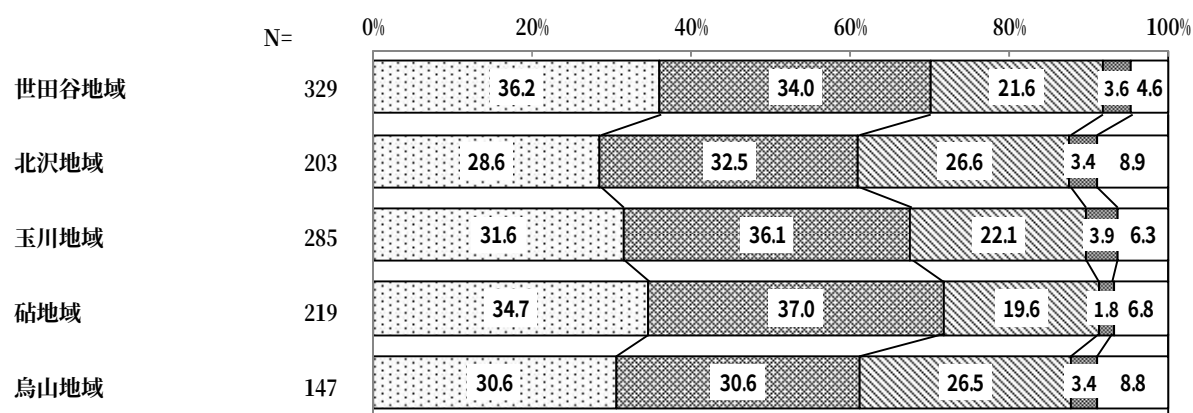
④前立腺がん（男性のみ）



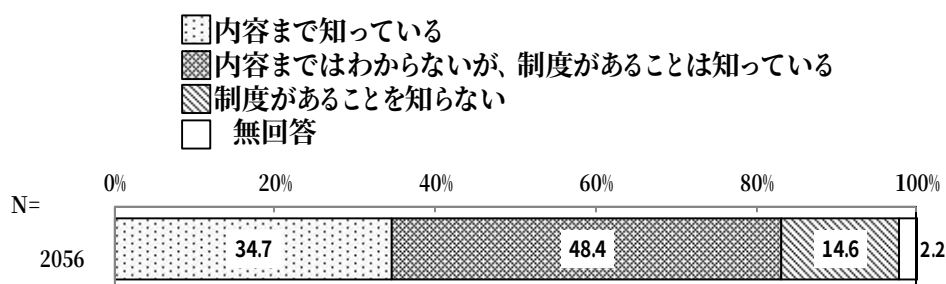
⑤乳がん（女性のみ）



⑥子宮がん（女性のみ）



問 46 あなたは、区でがん検診を受けられる制度があることを知っていますか。（1つに○）



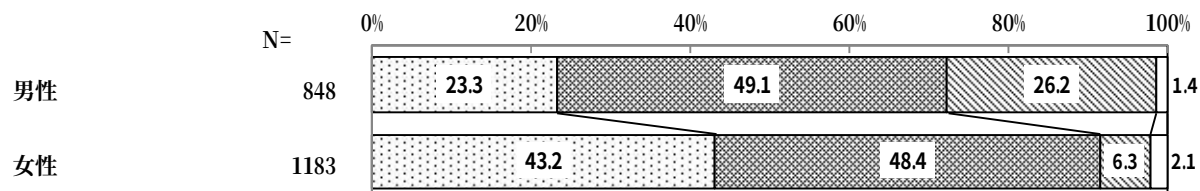
区の検診制度の認知度については、「内容まで知っている」と「内容まではわからないが、制度があることは知っている」を合わせた「知っている人」は83.1%となっている。

性別にみると、「知っている人」は、女性が男性よりも19.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「知っている人」は、女性40歳代、60歳代で約10割と高く、次いで、女性の50歳代、70歳代で9割台半ば、男性の60歳代、70歳代で9割を超えている。

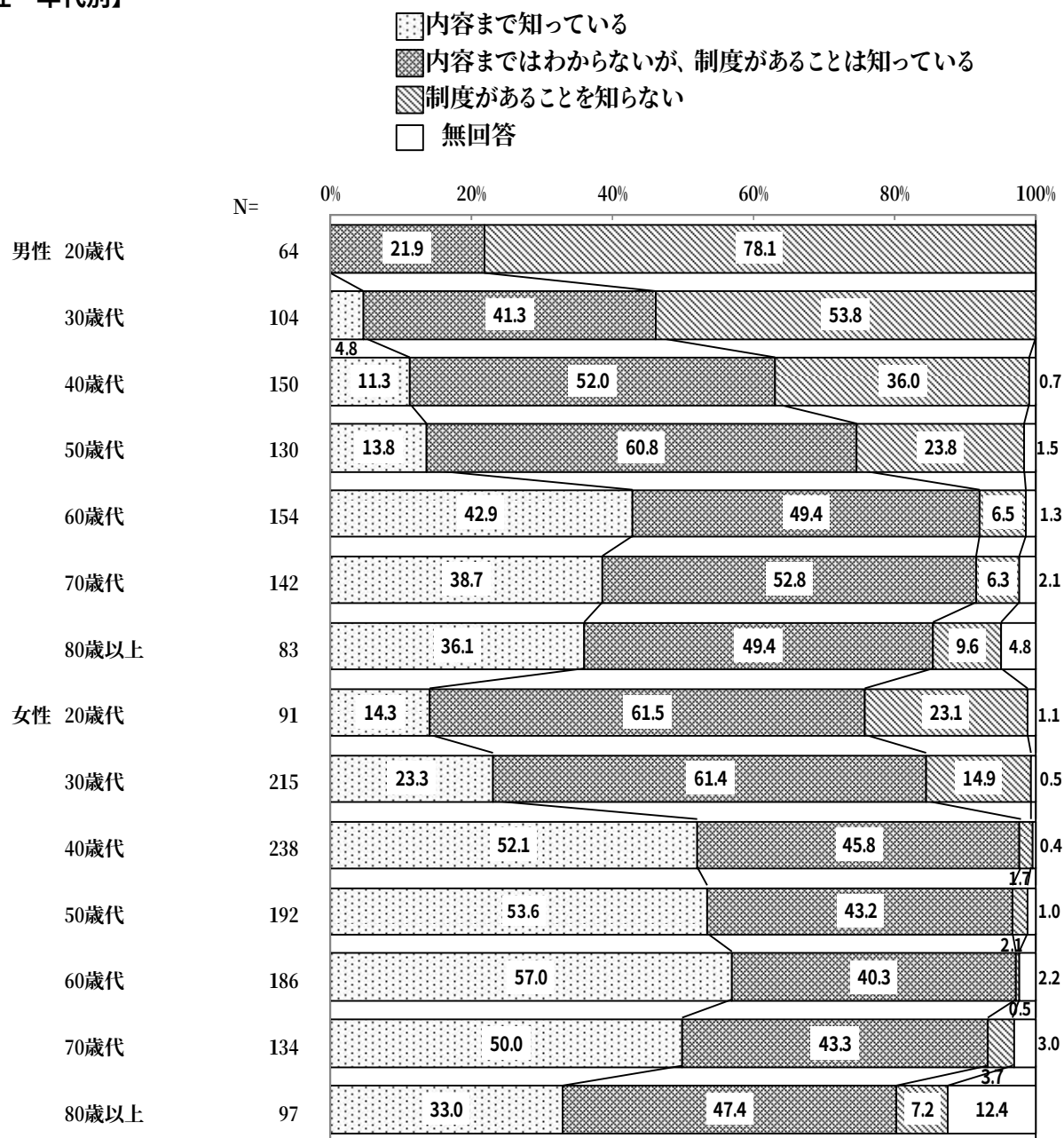
地域別にみると、「知っている人」は、北沢地域、玉川地域、砧地域で8割台半ばと高くなっている。最も高い北沢地域と最も低い烏山地域で比べると、5.6ポイントの差がある。

【性 別】

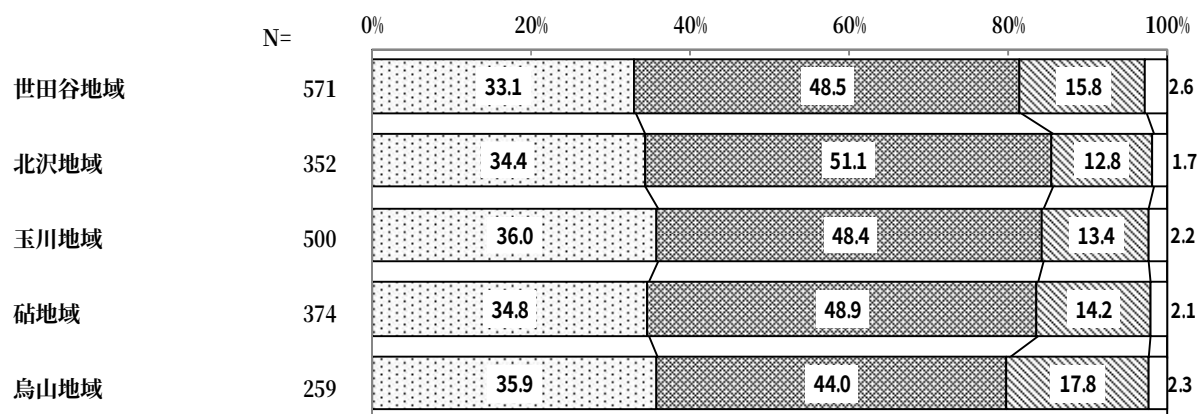


II 調査結果

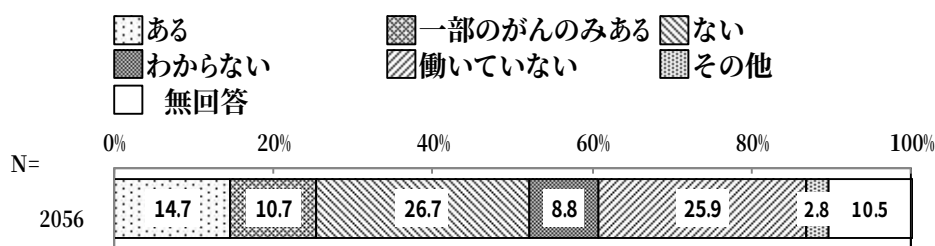
【性・年代別】



【地 域 別】



問 47 職場でがん検診の制度はありますか。(1つに○)



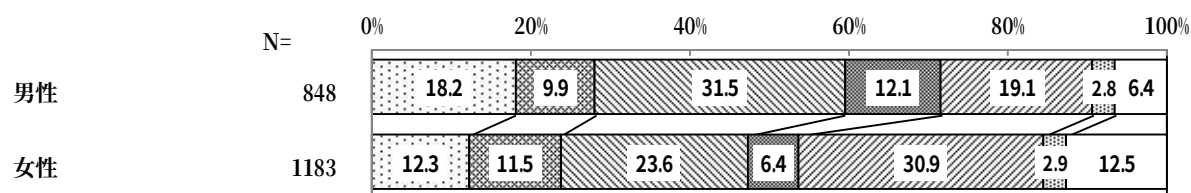
職場のがん検診の制度については、「ある」と「一部のがんとみある」を合わせた「ある人」は25.4%となっている。

性別にみると、「ある」は、男性が女性よりも5.9ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ある人」は、男性50歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の40歳代で4割を超え、女性の40歳代で約4割となっている。

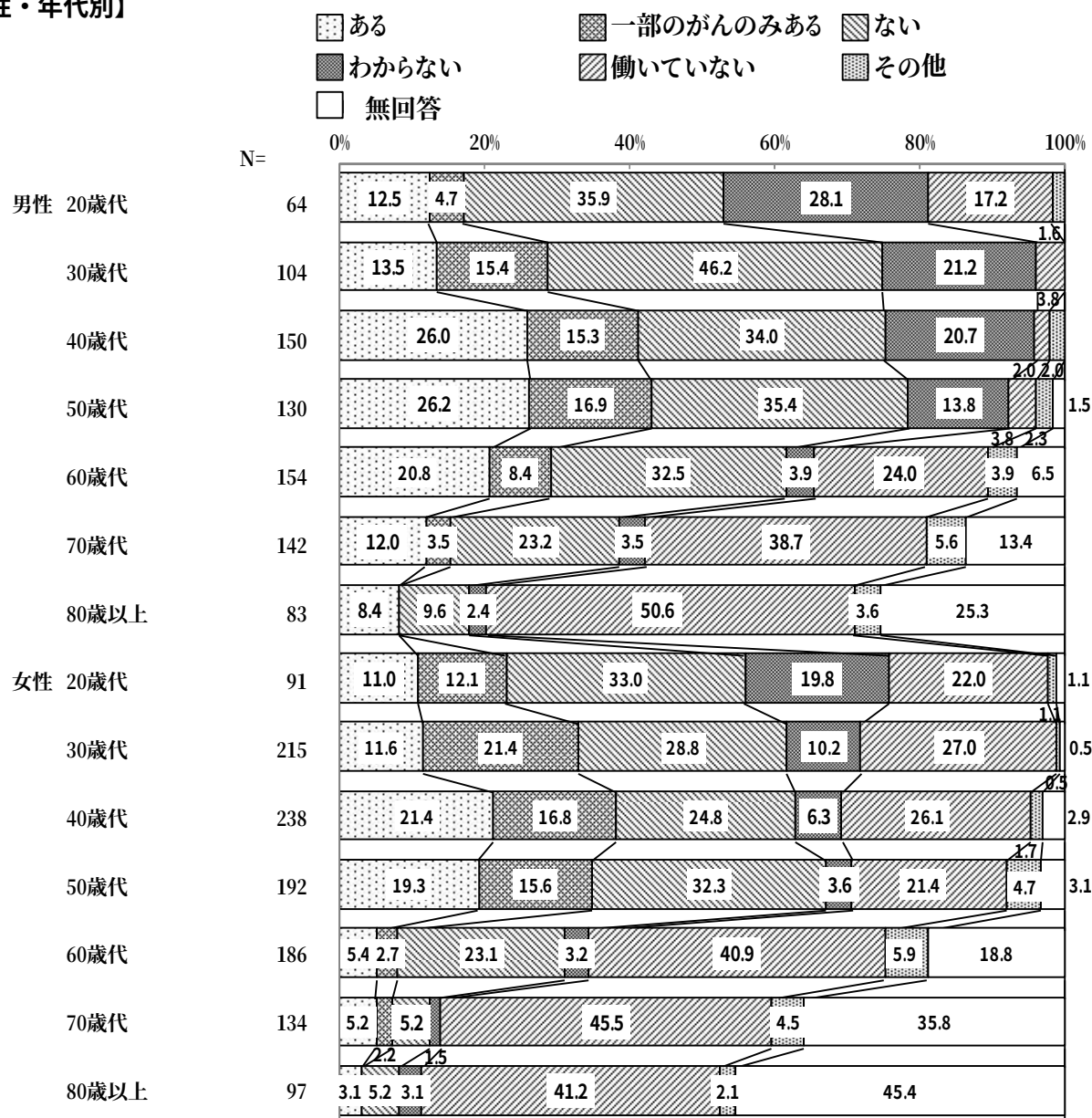
地域別にみると、「ある人」は、玉川地域で約3割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると7.2ポイントの差がある。

【性別】

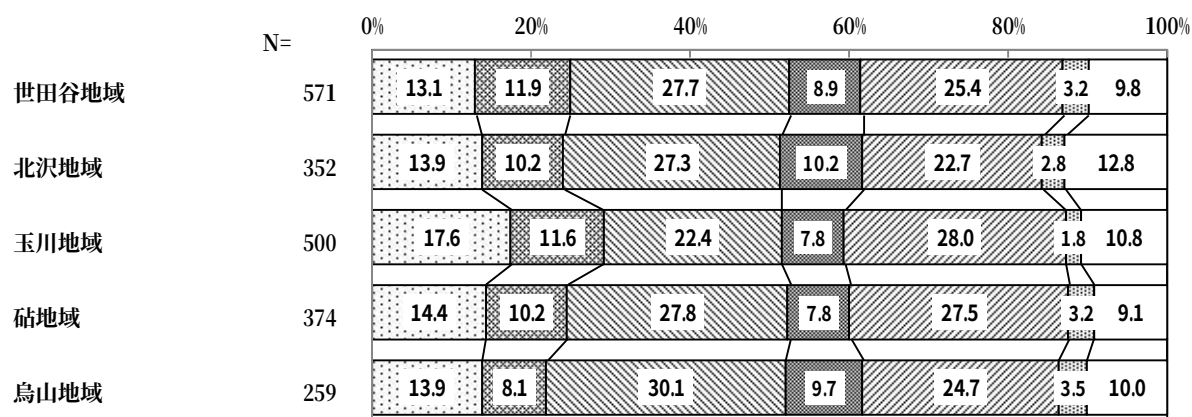


II 調査結果

【性・年代別】

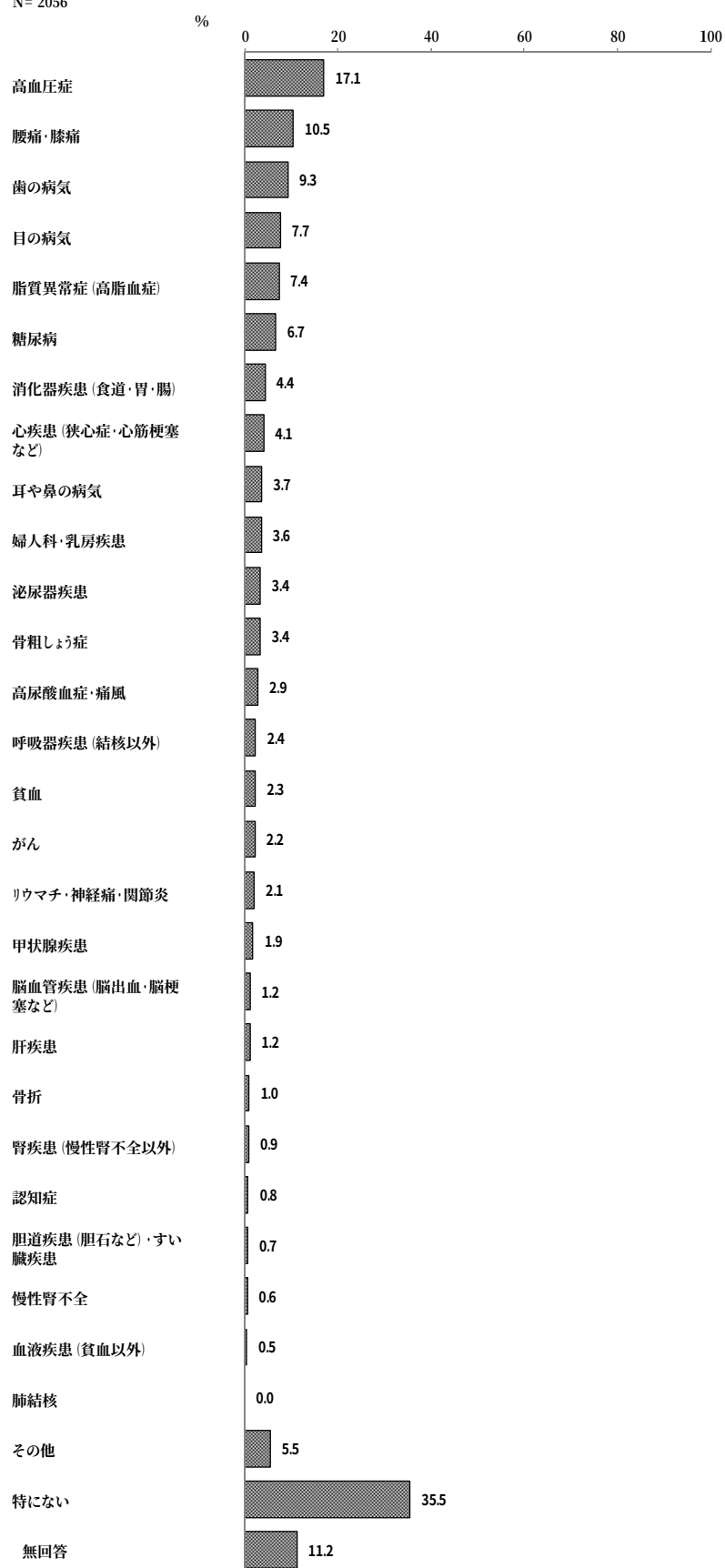


【地 域 別】



問 48 現在、治療中の病気や症状はありますか。(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



II 調査結果

治療中の病気については、「特にない」35.5%が最も高く、次いで、「高血圧症」17.1%、「腰痛・膝痛」10.5%となっている。

性別にみると、「高血圧症」は、男性が女性よりも6.8ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「高血圧症」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど、高くなる傾向がある。「特にない」は、女性の20歳代で約7割と最も高く、次いで、男性の20歳代で6割台半ば、30歳代で6割となっている。

地域別にみると、「高血圧症」は、玉川地域で2割と高くなっている。

【性 別】

単位：％

区 分	心筋疾患 (狭心症、 心筋梗塞など)	高血圧症	脂質異常症 (高脂血症)	糖尿病	慢性腎不全	腎疾患 (慢性腎不全以外)	泌尿器疾患	高尿酸血症・ 痛風	脳血管疾患 (脳出血、脳梗塞など)	消化器疾患 (食道・胃・腸)	肝疾患	胆道疾患 (胆石など)	貧血	血液疾患 (貧血以外)	肺結核	呼吸器疾患 (結核以外)
男 性	6.1	21.2	8.5	10.3	1.3	1.1	6.4	6.6	1.5	4.4	2.0	0.8	0.9	0.2	0.1	2.4
女 性	2.7	14.4	6.8	4.1	0.1	0.8	1.4	0.3	1.0	4.5	0.6	0.6	3.4	0.7	-	2.5

単位：％

区 分	婦人科・乳房疾患	がん	甲状腺疾患	リウマチ・ 痛・関節炎・ 神経	目の病気	歯の病気	耳や鼻の 病気	腰痛・膝痛	骨折	骨粗しょう症	認知症	その他	特にない	無回答	有効回答数 (件)
男 性	-	2.6	0.5	1.1	8.6	9.2	4.1	9.8	0.8	0.7	0.5	4.2	34.4	10.1	848
女 性	6.3	1.9	3.0	3.0	7.0	9.6	3.5	10.9	1.0	5.2	1.0	6.4	36.8	11.3	1183

II 調査結果

【性・年代別】

単位：％

区 分		心筋疾患 (狭心症・ 心筋梗塞など)	高血圧症	脂質異常症 (高脂血症)	糖尿病	慢性腎不全	腎疾患 (慢性腎不全以外)	泌尿器疾患	高尿酸血症・痛風	脳血管疾患 (脳出血・脳梗塞など)	消化器疾患 (食道・胃・腸)	肝疾患	胆道疾患 (胆石など)・すい臓疾患	貧血	血液疾患 (貧血以外)	肺結核	呼吸器疾患 (結核以外)
男性	20歳代	1.6	1.6	-	1.6	-	1.6	-	1.6	-	3.1	-	-	1.6	-	-	4.7
	30歳代	-	1.9	-	1.0	-	-	1.0	1.0	1.0	2.9	1.0	-	-	-	-	-
	40歳代	0.7	4.0	5.3	2.7	-	1.3	1.3	4.7	0.7	1.3	1.3	-	-	-	-	-
	50歳代	3.1	19.2	8.5	4.6	0.8	0.8	2.3	5.4	-	3.1	-	0.8	-	-	-	1.5
	60歳代	9.1	29.2	15.6	14.3	1.9	-	5.2	10.4	1.3	6.5	3.9	-	0.6	0.6	-	4.5
	70歳代	12.0	37.3	14.8	23.9	2.1	2.8	11.3	9.9	2.1	4.2	2.8	2.1	2.1	-	-	2.1
	80歳以上	18.1	53.0	9.6	19.3	4.8	1.2	28.9	10.8	7.2	9.6	2.4	2.4	3.6	1.2	1.2	4.8
女性	20歳代	1.1	-	-	-	-	-	-	-	-	2.2	-	-	1.1	-	-	-
	30歳代	0.5	-	-	0.5	-	0.5	-	-	-	2.3	-	-	3.3	-	-	0.9
	40歳代	-	2.1	1.3	1.3	-	-	0.8	0.4	-	2.9	-	0.4	6.7	0.4	-	2.9
	50歳代	0.5	9.4	9.9	2.6	-	1.0	1.0	0.5	-	2.6	0.5	1.0	0.5	1.6	-	1.0
	60歳代	3.8	23.1	14.0	7.0	-	0.5	2.2	-	1.1	7.0	1.1	0.5	1.1	-	-	3.2
	70歳代	8.2	33.6	11.9	7.5	-	1.5	3.7	0.7	2.2	9.7	1.5	1.5	2.2	-	-	3.7
	80歳以上	11.3	51.5	11.3	14.4	1.0	3.1	3.1	-	6.2	6.2	1.0	1.0	9.3	4.1	-	4.1

単位：％

区 分		婦人科・乳房疾患	がん	甲状腺疾患	リウマチ・神経痛・関節炎	目の病気	歯の病気	耳や鼻の病気	腰痛・膝痛	骨折	骨粗しょう症	認知症	その他	特にない	無回答	有効回答数 (件)
男性	20歳代	-	-	-	-	-	3.1	1.6	1.6	1.6	1.6	-	6.3	64.1	15.6	64
	30歳代	-	-	-	1.0	3.8	4.8	2.9	7.7	-	-	-	2.9	60.6	17.3	104
	40歳代	-	0.7	0.7	-	-	6.7	4.0	7.3	0.7	-	-	4.0	52.0	14.7	150
	50歳代	-	1.5	-	-	6.9	6.9	4.6	5.4	-	-	-	6.2	41.5	10.0	130
	60歳代	-	3.9	1.3	2.6	10.4	11.7	5.8	10.4	1.3	-	-	4.5	20.8	6.5	154
	70歳代	-	4.2	-	-	14.8	9.2	2.1	12.7	1.4	0.7	0.7	2.1	10.6	5.6	142
	80歳以上	-	7.2	-	3.6	25.3	20.5	7.2	25.3	1.2	3.6	3.6	4.8	6.0	4.8	83
女性	20歳代	4.4	-	2.2	1.1	1.1	3.3	1.1	2.2	-	-	-	3.3	69.2	11.0	91
	30歳代	7.9	0.9	1.9	0.5	1.4	4.2	1.9	3.3	-	-	-	10.2	56.3	14.9	215
	40歳代	10.5	1.7	2.5	3.4	0.8	5.9	2.5	5.9	-	-	-	8.0	45.4	16.4	238
	50歳代	8.3	1.6	5.2	3.6	3.6	14.6	4.2	9.9	1.0	1.6	-	4.2	34.4	10.4	192
	60歳代	4.8	2.2	4.3	3.8	9.7	11.8	3.8	12.4	1.1	8.1	-	5.4	25.3	7.0	186
	70歳代	-	3.0	0.7	3.7	15.7	11.9	4.5	23.1	2.2	12.7	1.5	5.2	14.2	6.7	134
	80歳以上	2.1	4.1	5.2	6.2	27.8	16.5	7.2	29.9	4.1	20.6	10.3	5.2	6.2	8.2	97

II 調査結果

【地 域 別】

単位：％

区 分	心筋疾患 (狭心症、 心筋梗塞など)	高血圧症	脂質異常症 (高脂血症)	糖尿病	慢性腎不全	腎疾患 (慢性腎不全以外)	泌尿器疾患	高尿酸血症・痛風	脳血管疾患 (脳出血、脳梗塞など)	消化器疾患 (食道・胃・腸)	肝疾患	胆道疾患 (胆石など)	貧血	血液疾患 (貧血以外)	肺結核	呼吸器疾患 (結核以外)
世田谷地域	3.5	14.7	6.1	6.1	0.4	0.9	3.2	3.5	1.2	3.0	1.2	0.9	2.1	1.1	-	3.3
北沢地域	4.3	14.8	6.3	3.7	0.9	1.1	3.4	3.7	1.7	6.8	0.9	0.9	4.3	0.6	-	2.0
玉川地域	3.8	20.4	9.4	9.0	0.2	0.6	3.4	3.0	0.2	5.0	1.2	0.6	1.6	0.2	-	1.8
砧地域	3.7	18.4	8.0	6.1	0.8	1.3	2.4	1.9	1.1	3.5	0.8	-	1.9	0.3	0.3	1.3
烏山地域	6.6	17.0	6.9	8.1	1.2	0.4	5.4	1.9	2.7	4.2	1.9	1.2	2.3	-	-	3.9

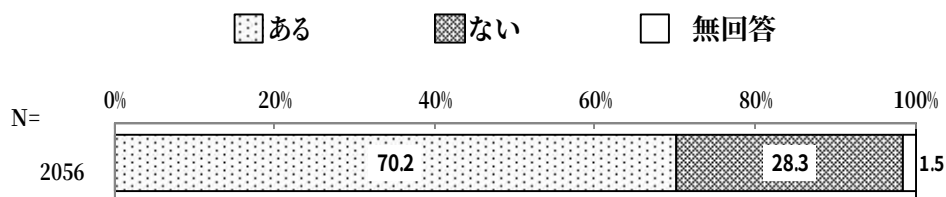
単位：％

区 分	婦人科・乳房疾患	がん	甲状腺疾患	リウマチ・神経痛・関節炎	目の病気	歯の病気	耳や鼻の病気	腰痛・膝痛	骨折	骨粗しょう症	認知症	その他	特にない	無回答	有効回答数 (件)
世田谷地域	5.1	2.6	1.4	2.5	7.0	8.9	3.2	8.9	0.5	2.6	0.9	4.2	37.8	12.6	571
北沢地域	3.4	1.1	2.3	0.9	7.4	10.5	4.8	10.5	0.6	3.1	1.1	4.5	35.5	12.2	352
玉川地域	3.2	2.0	2.2	1.6	9.0	10.8	3.4	11.4	2.0	4.2	0.6	5.4	32.4	11.2	500
砧地域	2.1	1.3	1.6	4.0	7.2	7.2	3.7	12.3	1.3	3.5	0.5	5.3	37.2	9.1	374
烏山地域	3.5	4.2	2.7	1.5	7.7	8.9	3.9	9.7	0.4	3.5	1.2	10.0	34.0	10.0	259

問 49 あなたは、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局がありますか。

(それぞれに1つに○)

①かかりつけ医



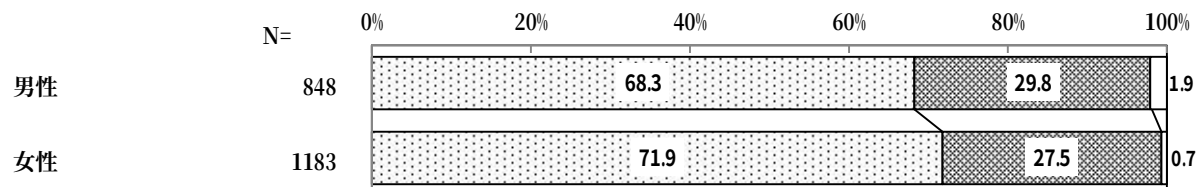
かかりつけ医については、「ある」70.2%、「ない」28.3%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「ある」は、女性の70歳以上で9割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳以上で9割となっている。男性・女性ともに70歳以上は9割以上となっている。「ない」は、男性の30歳代で5割台半ばと最も高く、次いで、男性の40歳代、女性の30歳代で約5割となっている。

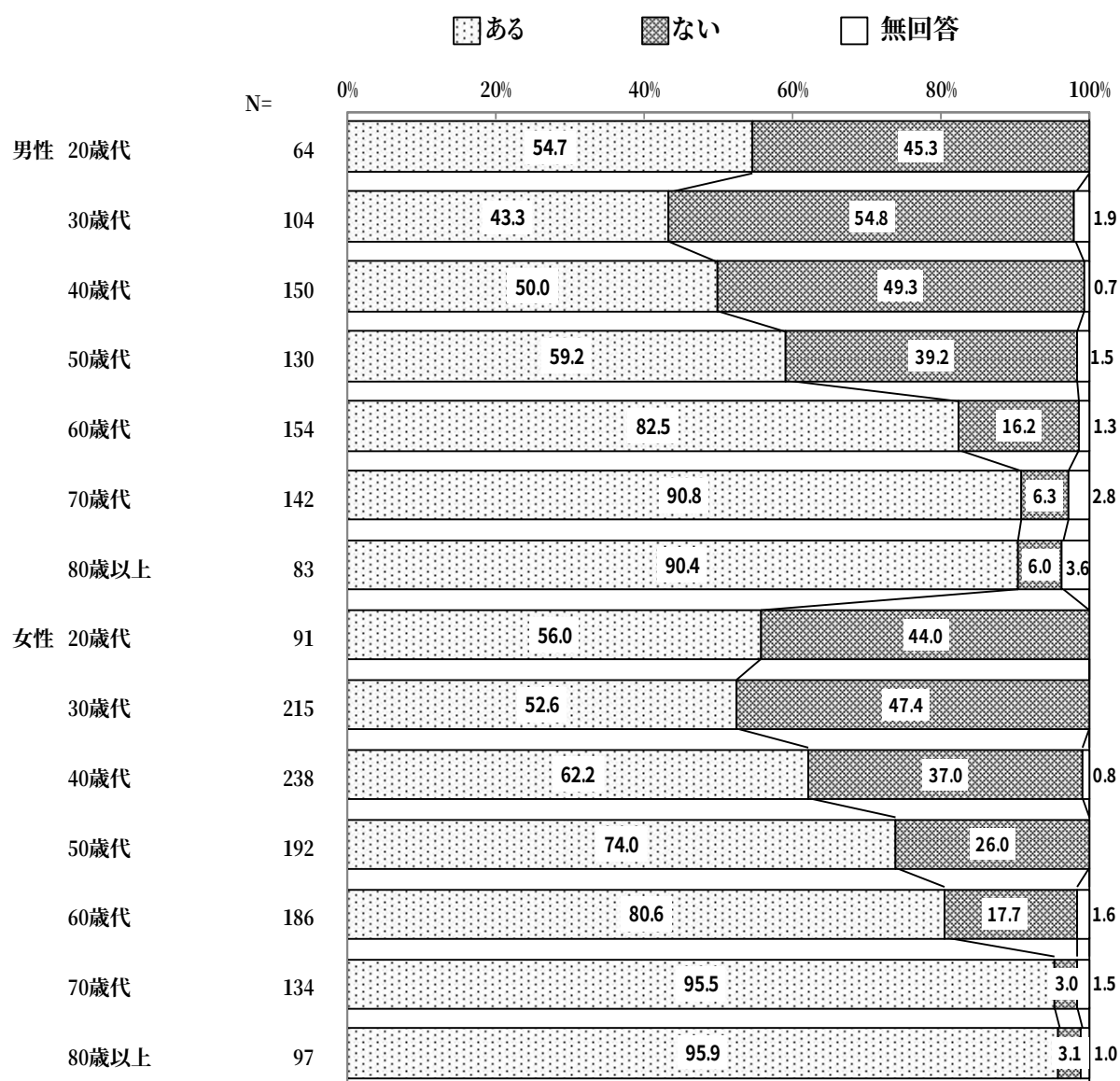
地域別にみると、「ある」は、北沢地域、玉川地域で7割を超えて高くなっている。最も低い世田谷地域と比べると、5.3ポイントの差がある。

【性 別】

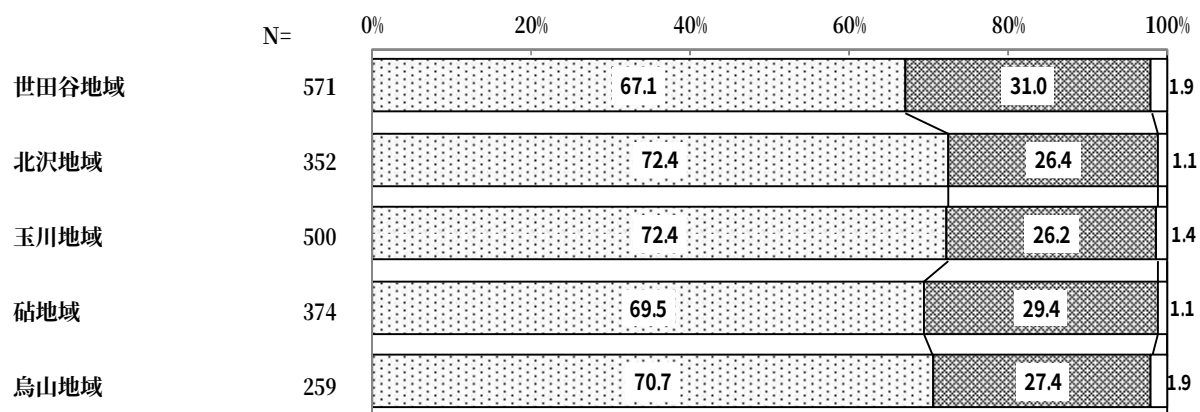


II 調査結果

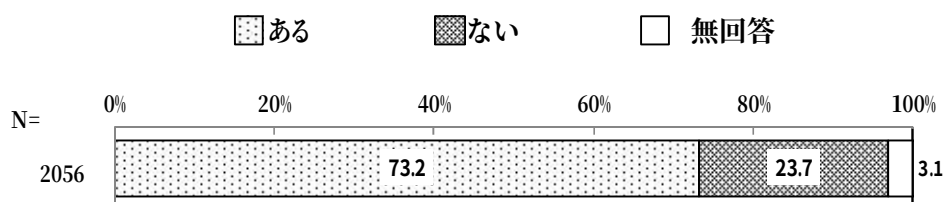
【性・年代別】



【地 域 別】



②かかりつけ歯科医



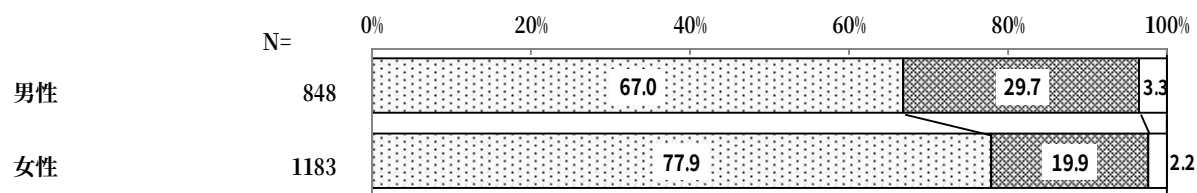
かかりつけ歯科医については、「ある」73.2%、「ない」23.7%となっている。

性別にみると、「ある」は、女性が男性よりも10.9ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ある」は、女性の60歳代で9割を超えて最も高く、次いで、女性の70歳代で約9割となっている。「ない」は、男性の20歳代、30歳代で約5割と高く、次いで、女性の20歳代で4割を超えている。

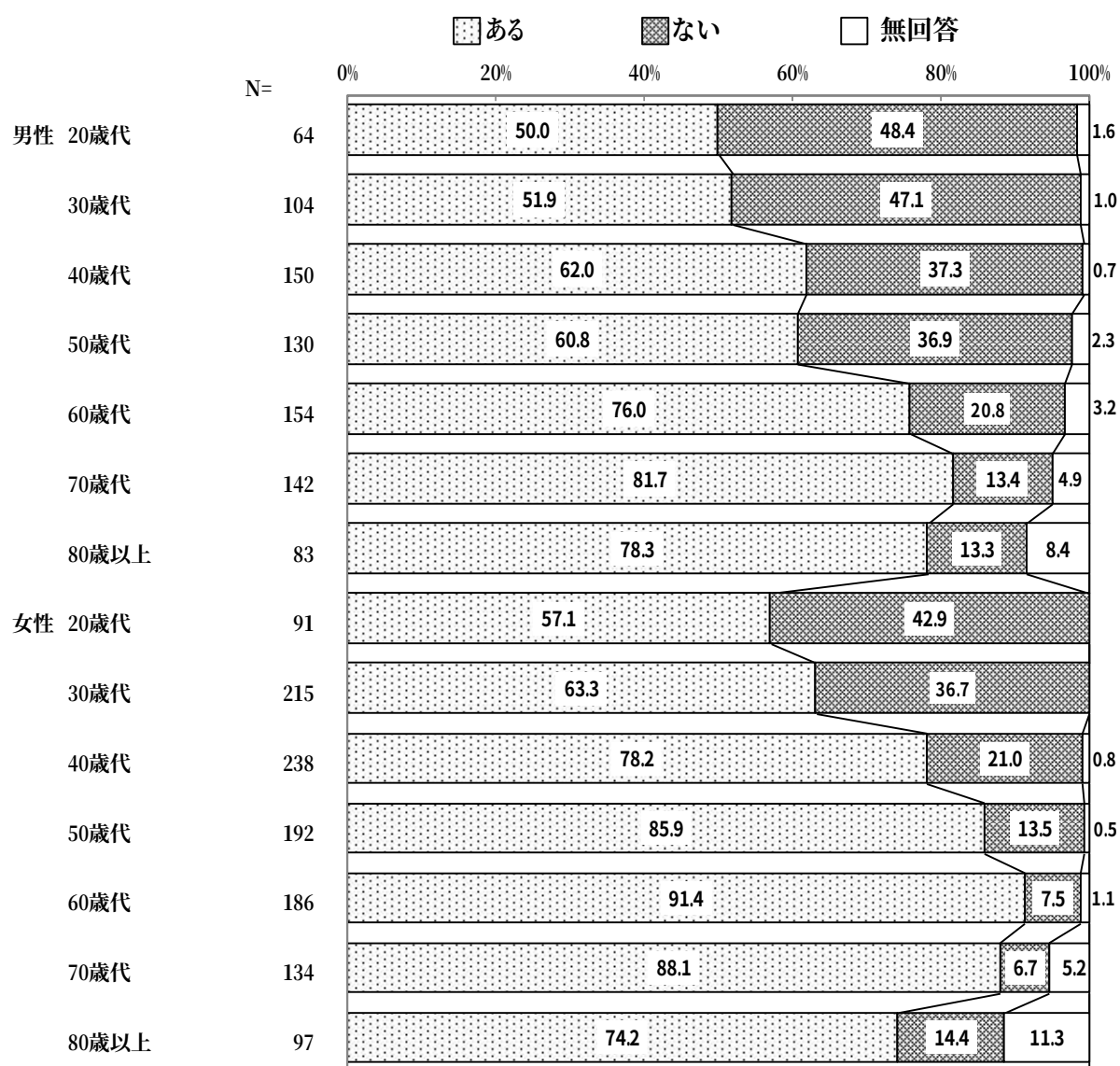
地域別にみると、玉川地域で約8割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、7.7ポイントの差がある。

【性別】

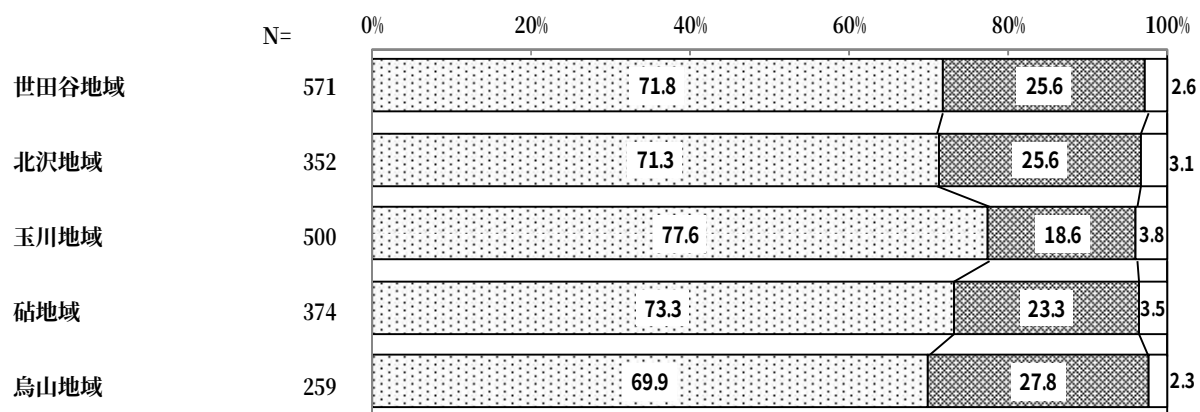


II 調査結果

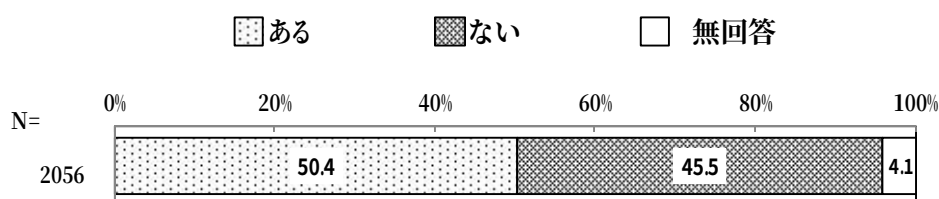
【性・年代別】



【地 域 別】



③かかりつけ薬局



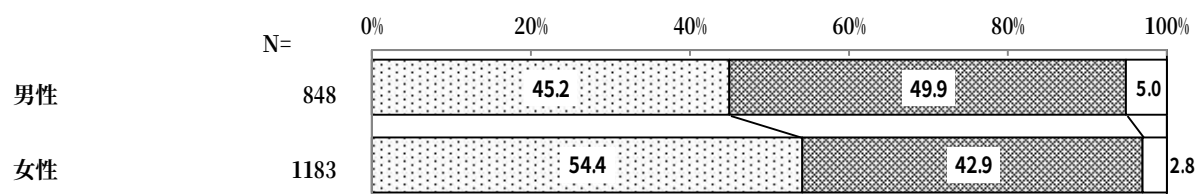
かかりつけ薬局については、「ある」50.4%、「ない」45.5%となっている。

性別にみると、「ある」は、女性が男性よりも9.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「ある」は、女性の70歳以上で7割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳代、女性の60歳代で約7割と高くなっている。一方、「ない」は、男性の30歳代で7割台半ばと最も高く、次いで、女性の20歳代で約7割、男性の20歳代、40歳代で6割台半ばとなっている。

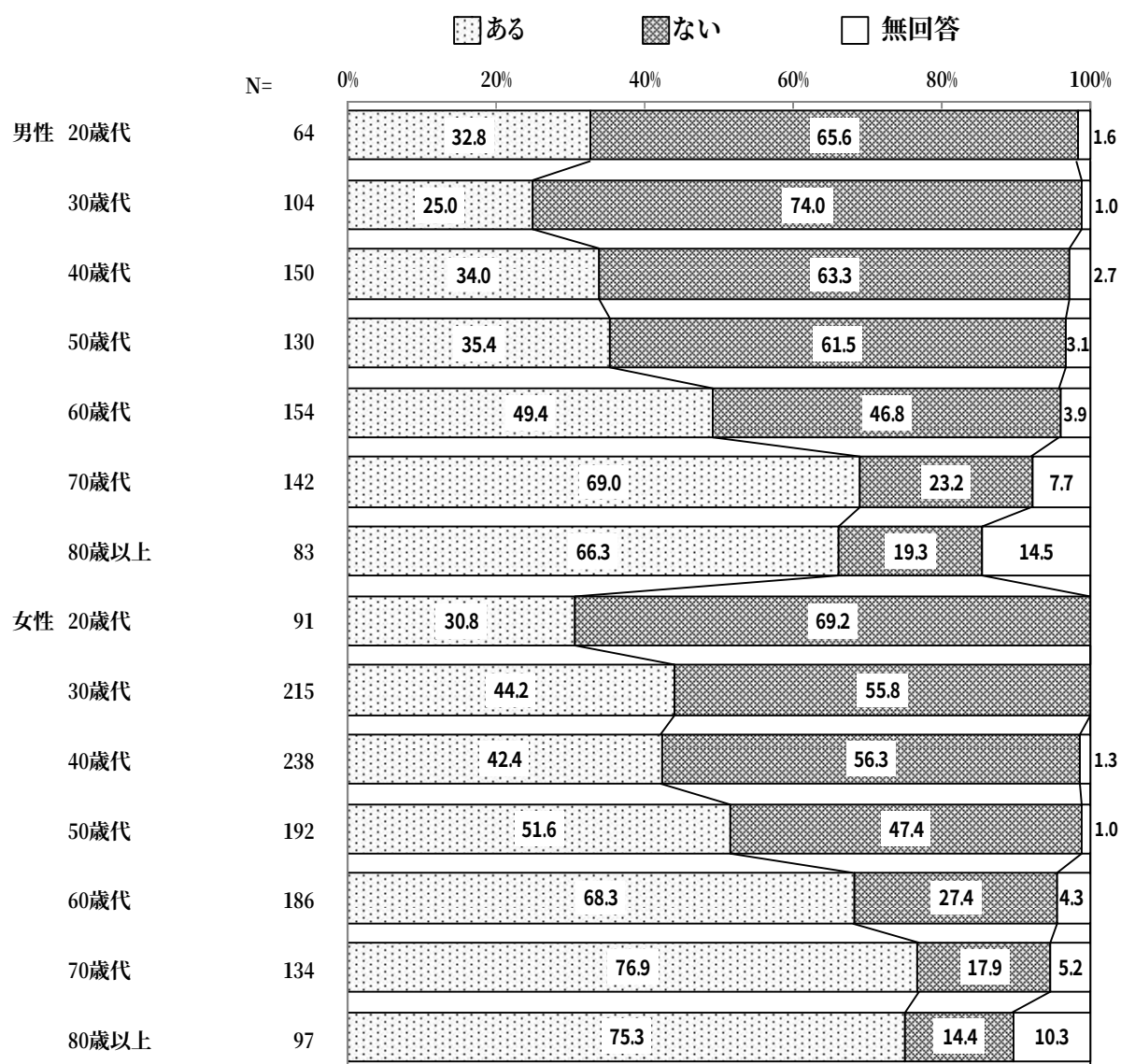
地域別にみると、「ある」は、玉川地域で5割台半ばと最も高くなっている。

【性別】

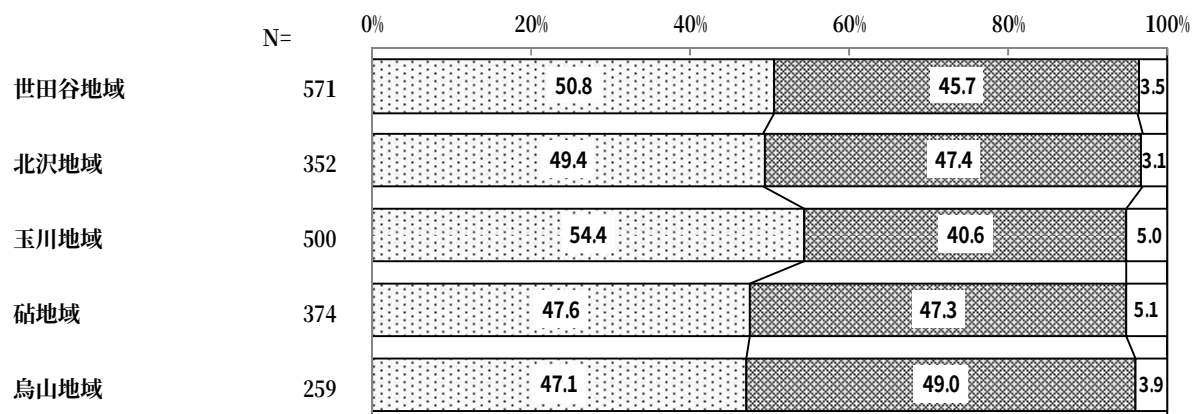


II 調査結果

【性・年代別】

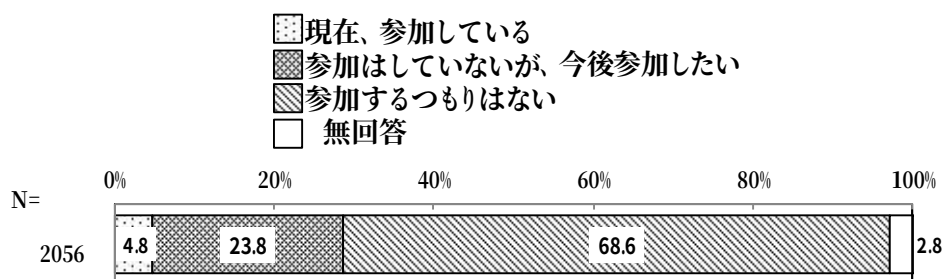


【地 域 別】



10 地域活動について

問 50 あなたは現在、区民の方々が地域で行なっている「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」に参加していますか。(1つに○)



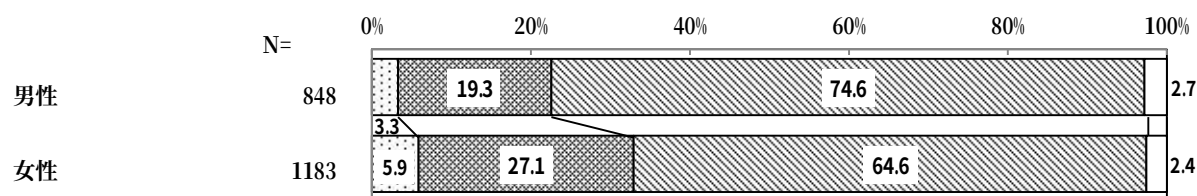
「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」への参加状況については、「参加するつもりはない」68.6%が最も高く、次いで、「参加はしていないが、今後参加したい」23.8%、「現在、参加している」4.8%となっている。

性別にみると、「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性が男性よりも7.8ポイント高くなっている。一方、「参加するつもりはない」は、男性が女性よりも10.0ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性の70歳代で約4割と最も高く、次いで、女性の60歳代で3割台半ば、女性の40歳代、50歳代、男性の80歳以上で約3割となっている。「参加するつもりはない」は、男性の20歳代で約9割と最も高く、次いで、男性の40歳代、女性の20歳代で8割台半ばとなっている。

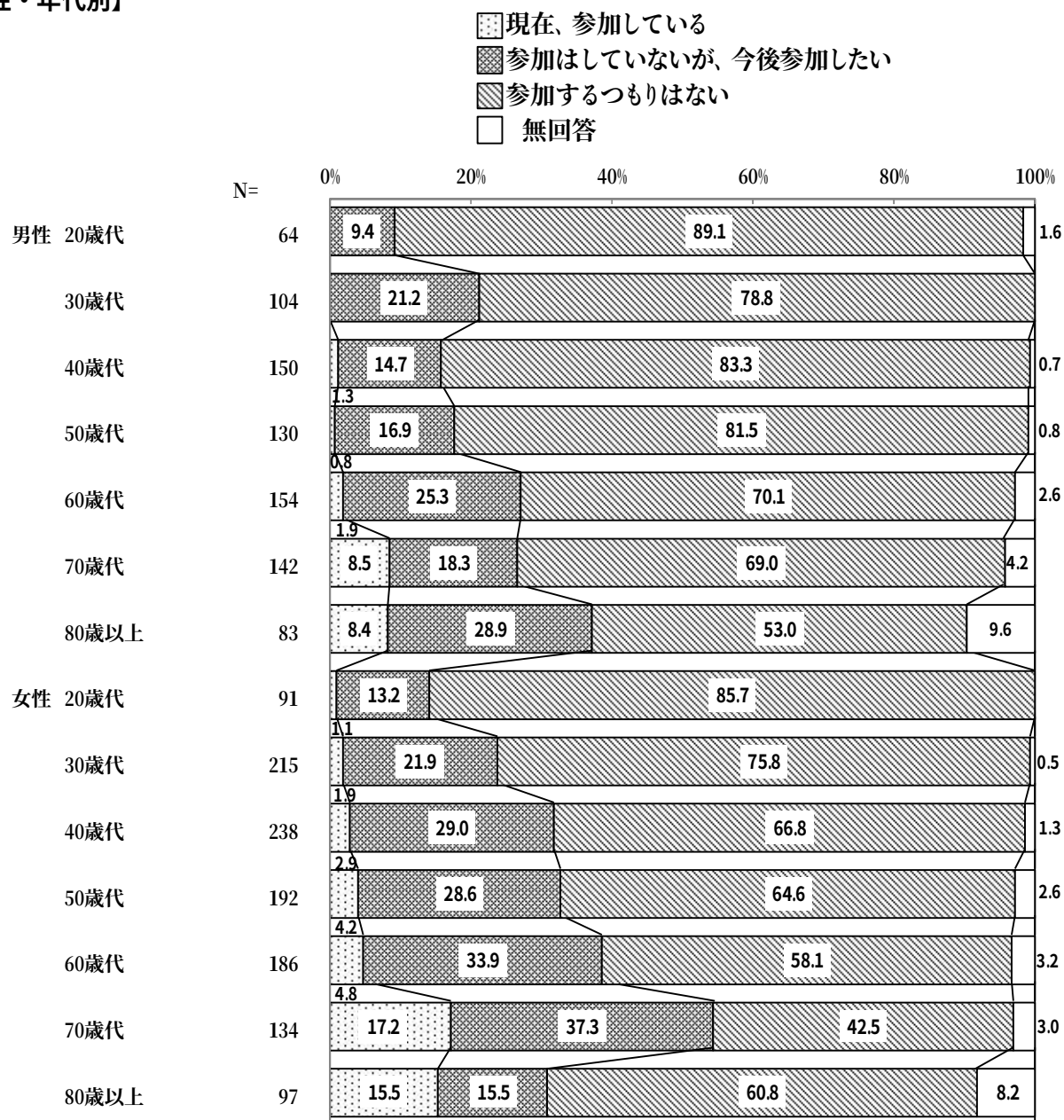
地域別にみると、大きさ差異はみられない。

【性 別】

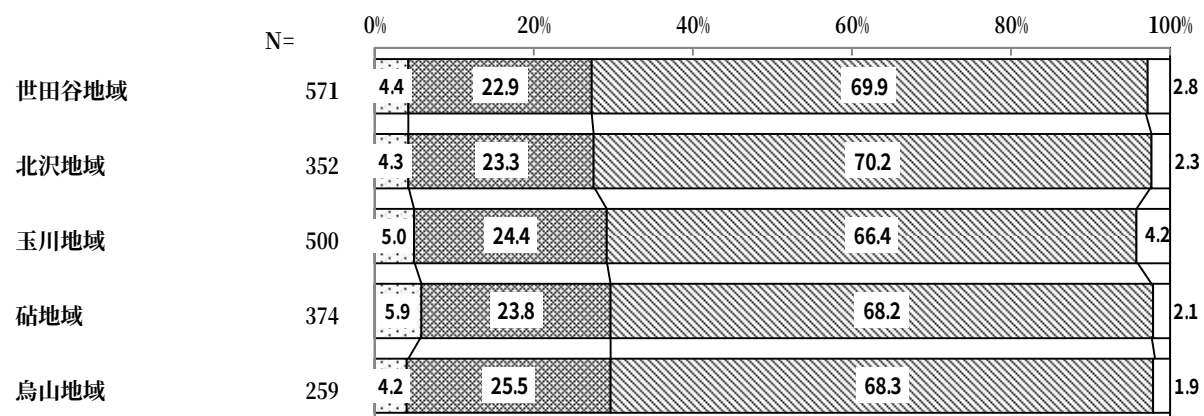


II 調査結果

【性・年代別】



【地 域 別】

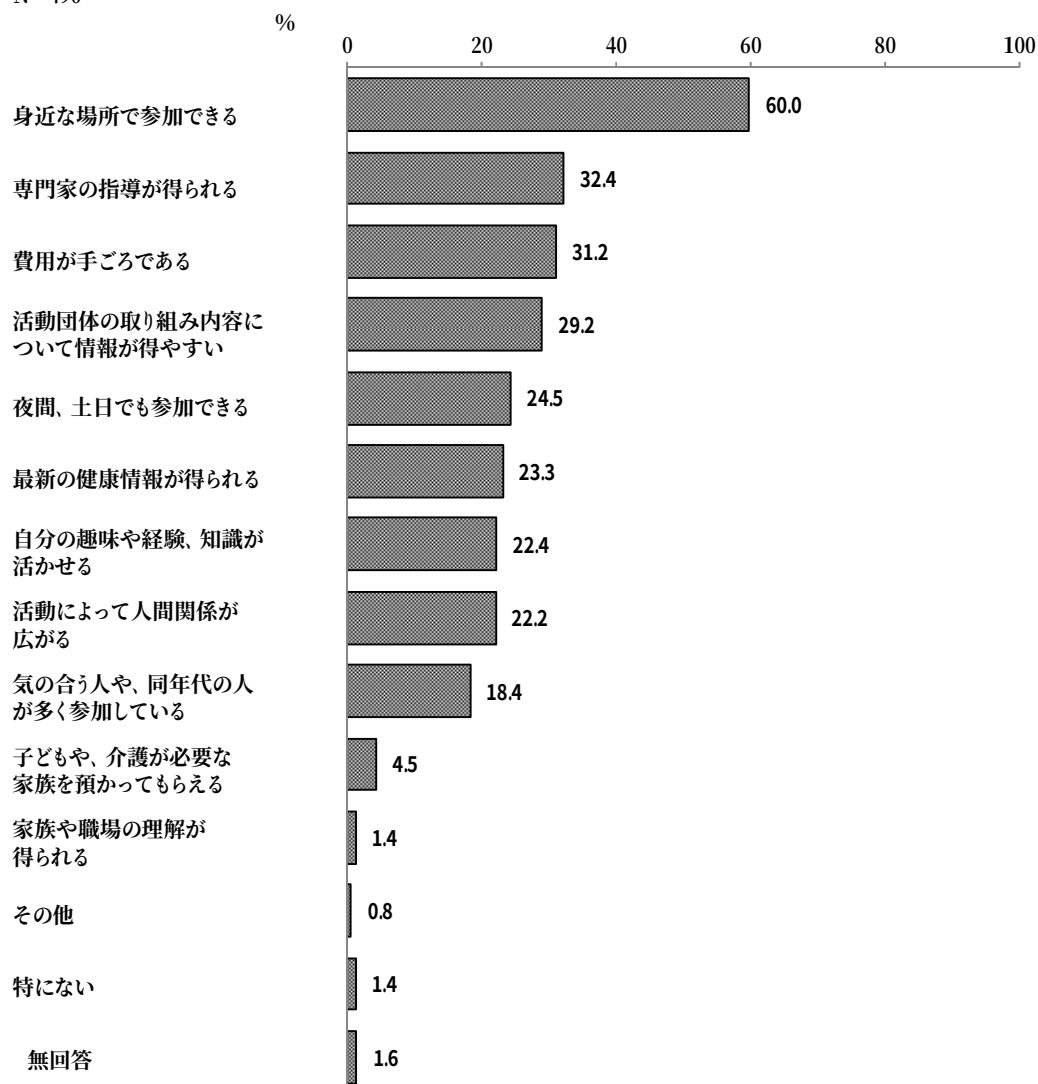


問 50 で「2. 参加はしていないが、今後参加したい」を選ばれた方にうかがいます。

問 50-1 あなたが、グループ活動に参加するにはどのような条件が必要だと思いますか。

(主なもの3つに○)

N= 490



グループ活動に参加する条件については、「身近な場所に参加できる」60.0%が最も高く、「専門家の指導が得られる」32.4%、「費用が手ごろである」31.2%となっている。

性別にみると、「身近な場所に参加できる」は、女性が男性よりも13.9ポイント、「専門家の指導が得られる」も女性が男性よりも7.2ポイント高くなっている。一方、「自分の趣味や経験、知識が得られる」は、男性が女性よりも12.1ポイント、「活動によって人間関係が広がる」も男性が女性よりも7.8ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「身近な場所に参加できる」は、女性の50歳代で7割を超えて高く、女性の60歳代で約7割となっている。

地域別にみると、「身近な場所に参加できる」は、烏山地域で約7割と最も高く、次いで、砧地域で6割台半ばとなっている。「専門家の指導が得られる」は、玉川地域で4割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、22.0ポイントの差がある。

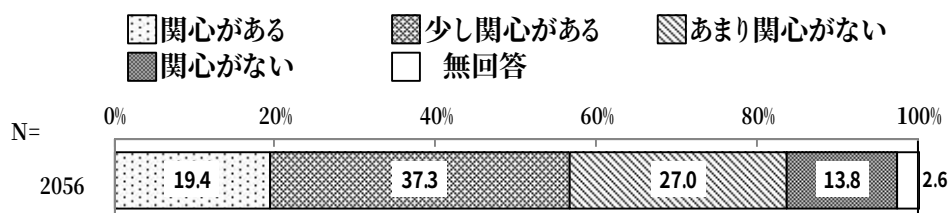
II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		活動団体の取組内容について情報が得やすい	最新の健康情報が得られる	自分の趣味や経験、知識が活かせる	夜間、土日でも参加できる	身近な場所に参加できる	専門家の指導が得られる	気の合う人や、同年代の人が多く参加している	活動によって人間関係が広がる	家族や職場の理解が得られる	費用が手ごろである	子どもや、介護が必要な家族を預かってもらえる	その他	特にな	無回答	有効回答数（件）
男 性		33.5	21.3	30.5	27.4	50.6	28.0	16.5	26.8	1.8	26.2	1.8	1.2	1.8	2.4	164
女 性		27.1	24.3	18.4	22.7	64.5	35.2	19.3	19.9	1.2	34.0	5.9	0.6	1.2	0.9	321
男 性	20歳代	50.0	33.3	33.3	-	66.7	33.3	50.0	16.7	-	16.7	-	-	-	-	6
	30歳代	27.3	4.5	31.8	59.1	31.8	18.2	13.6	31.8	13.6	31.8	9.1	-	-	-	22
	40歳代	40.9	13.6	22.7	68.2	45.5	22.7	22.7	13.6	-	36.4	4.5	-	-	-	22
	50歳代	27.3	13.6	45.5	31.8	31.8	27.3	22.7	36.4	-	18.2	-	4.5	-	4.5	22
	60歳代	38.5	25.6	30.8	12.8	64.1	35.9	5.1	28.2	-	23.1	-	2.6	2.6	2.6	39
	70歳代	38.5	34.6	38.5	11.5	46.2	26.9	15.4	23.1	-	26.9	-	-	7.7	-	26
	80歳以上	20.8	29.2	12.5	4.2	62.5	29.2	20.8	29.2	-	25.0	-	-	-	8.3	24
女 性	20歳代	25.0	8.3	16.7	16.7	66.7	41.7	16.7	-	-	25.0	8.3	-	8.3	-	12
	30歳代	38.3	17.0	23.4	40.4	57.4	21.3	21.3	10.6	-	40.4	19.1	2.1	-	-	47
	40歳代	30.4	20.3	20.3	33.3	65.2	33.3	15.9	20.3	1.4	34.8	8.7	1.4	1.4	-	69
	50歳代	25.5	27.3	10.9	36.4	72.7	36.4	16.4	25.5	3.6	32.7	-	-	-	1.8	55
	60歳代	22.2	22.2	14.3	9.5	69.8	44.4	12.7	19.0	-	44.4	4.8	-	-	1.6	63
	70歳代	24.0	30.0	26.0	4.0	60.0	26.0	32.0	28.0	2.0	22.0	-	-	2.0	2.0	50
	80歳以上	26.7	46.7	20.0	6.7	53.3	53.3	33.3	13.3	-	13.3	-	-	6.7	-	15
世田谷地域		29.8	24.4	21.4	29.8	59.5	30.5	16.0	24.4	-	32.8	3.8	0.8	1.5	3.1	131
北沢地域		29.3	25.6	22.0	24.4	51.2	35.4	17.1	23.2	-	31.7	4.9	1.2	2.4	2.4	82
玉川地域		27.9	19.7	20.5	15.6	59.0	40.2	20.5	20.5	3.3	28.7	3.3	0.8	1.6	0.8	122
砧地域		30.3	23.6	25.8	22.5	64.0	32.6	20.2	21.3	1.1	33.7	6.7	1.1	-	-	89
烏山地域		28.8	24.2	24.2	33.3	68.2	18.2	18.2	21.2	3.0	28.8	4.5	-	1.5	1.5	66

問 51 あなたは、こころの健康に関する支援について関心がありますか。(1つに○)



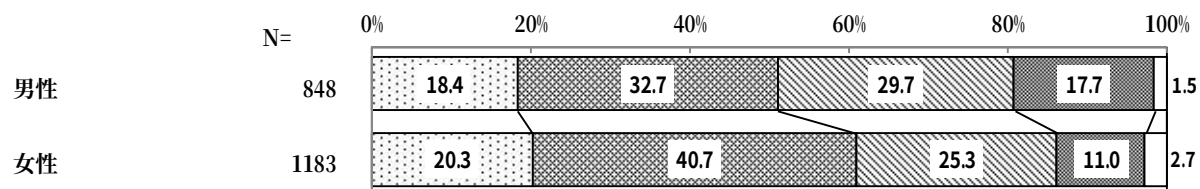
心の健康に関する支援への関心については、「関心がある」と「少し関心がある」を合わせた「関心がある人」は56.7%、「あまり関心がない」と「関心がない」を合わせた「関心がない人」は40.8%となっている。

性別にみると、「関心がある人」は、女性が男性よりも9.9ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「関心がある人」は、女性の50歳代で約7割と最も高く、次いで、女性の30歳代、70歳代で6割台半ば、男性の80歳以上で6割を超えている。

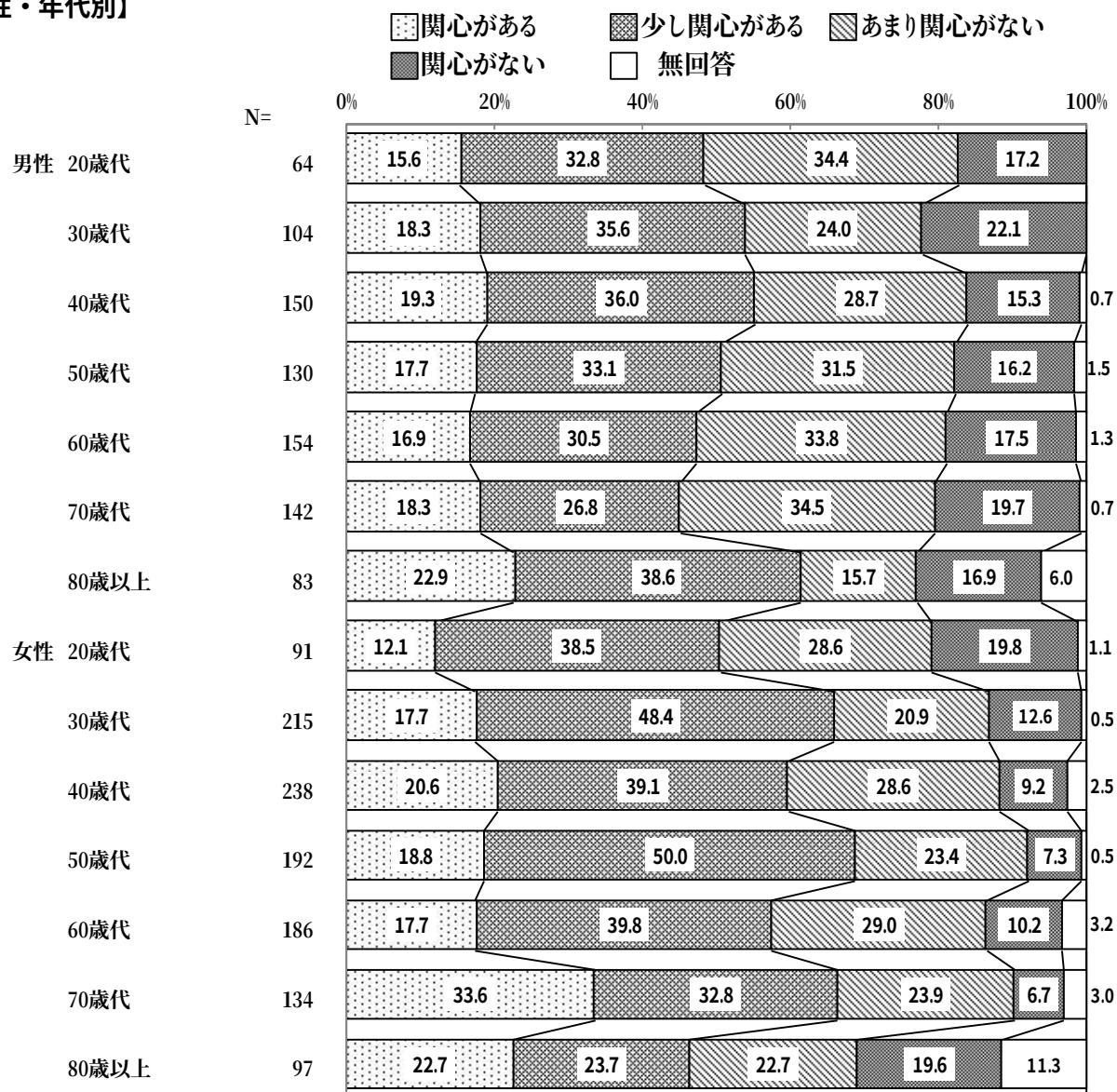
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性 別】

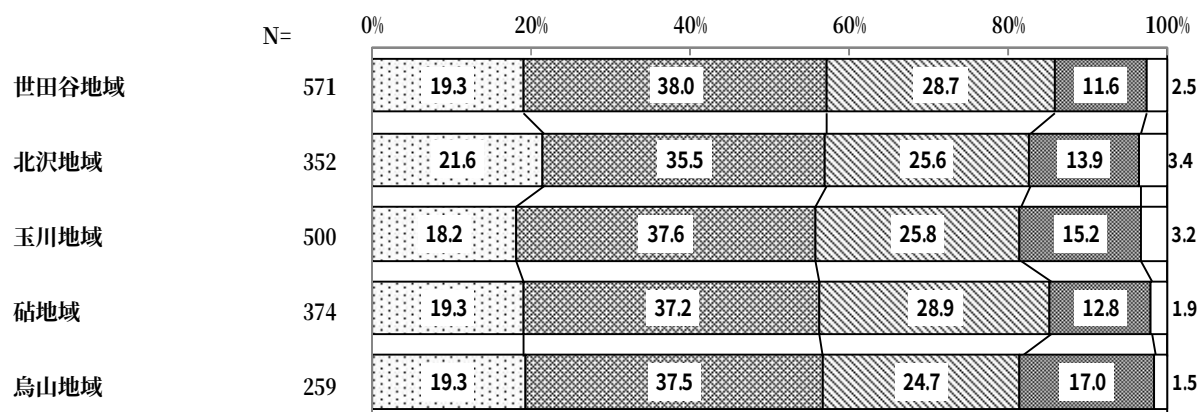


II 調査結果

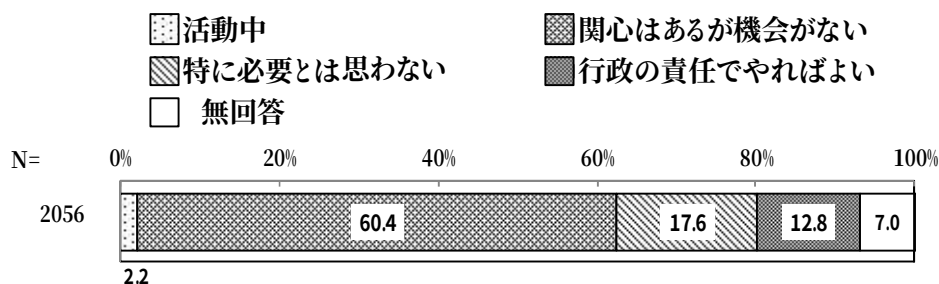
【性・年代別】



【地 域 別】



問 52 あなたは、地域で支える子育て活動や親支援の活動に関心がありますか。（1つに○）



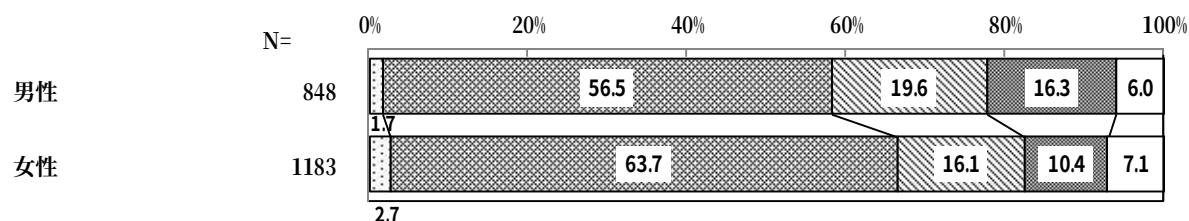
地域で支える子育て活動や親支援の活動への関心については、「関心はあるが機会がない」60.4%が最も高く、次いで、「特に必要なとは思わない」17.6%、「行政の責任でやればよい」12.8%となっている。

性別にみると、「関心はあるが機会がない」は、女性が男性よりも7.2ポイント高くなっている

性・年代別にみると、「関心はあるが機会がない」は、女性の20歳代、30歳代で7割台半ばと最も高く、次いで、女性の40歳代で約7割、男性の20歳代から40歳代、女性の50歳代で6割台半ばとなっている。また、「関心はあるが機会がない」は、年齢が下がるほど高くなる傾向がある。

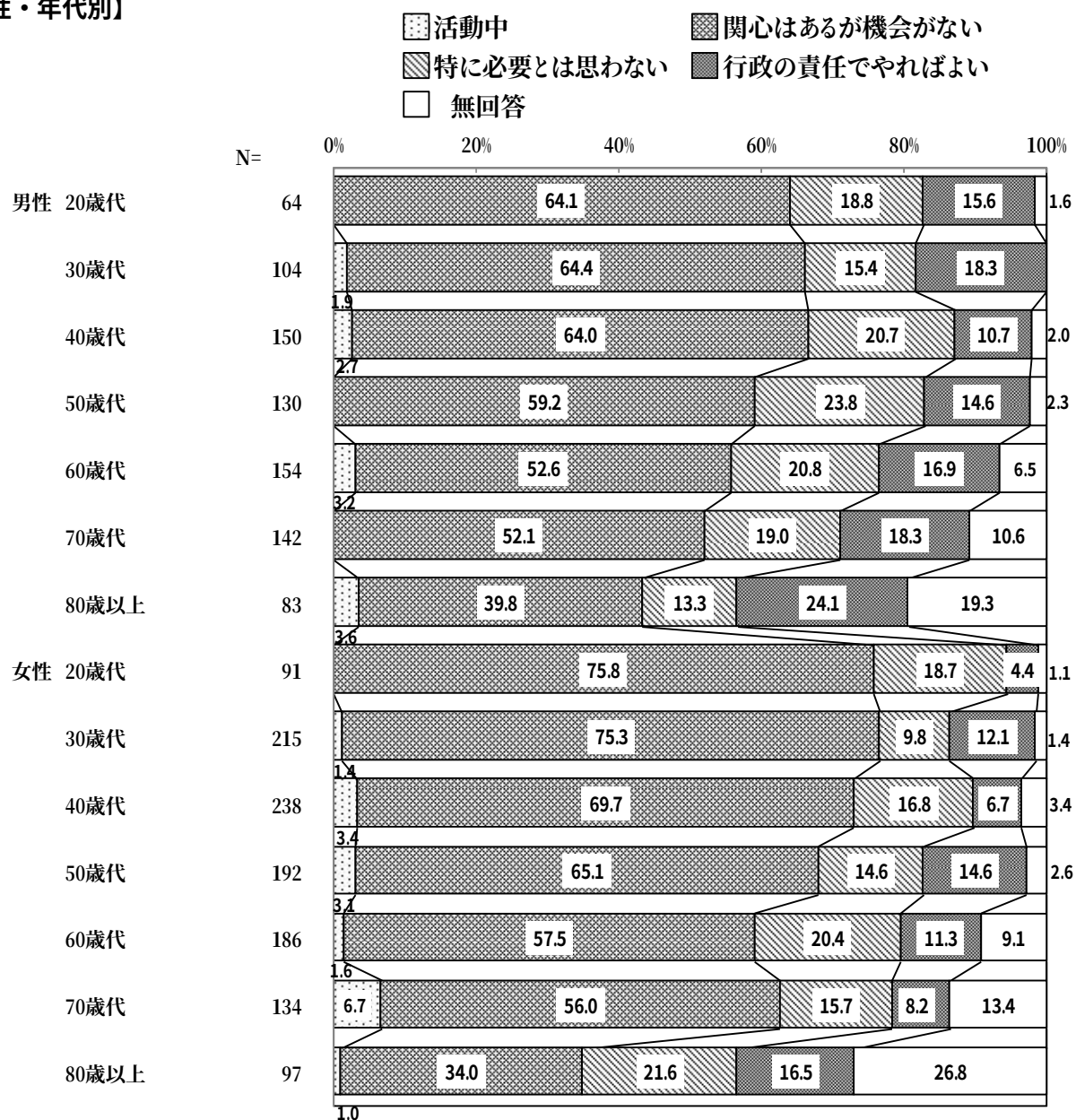
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性別】

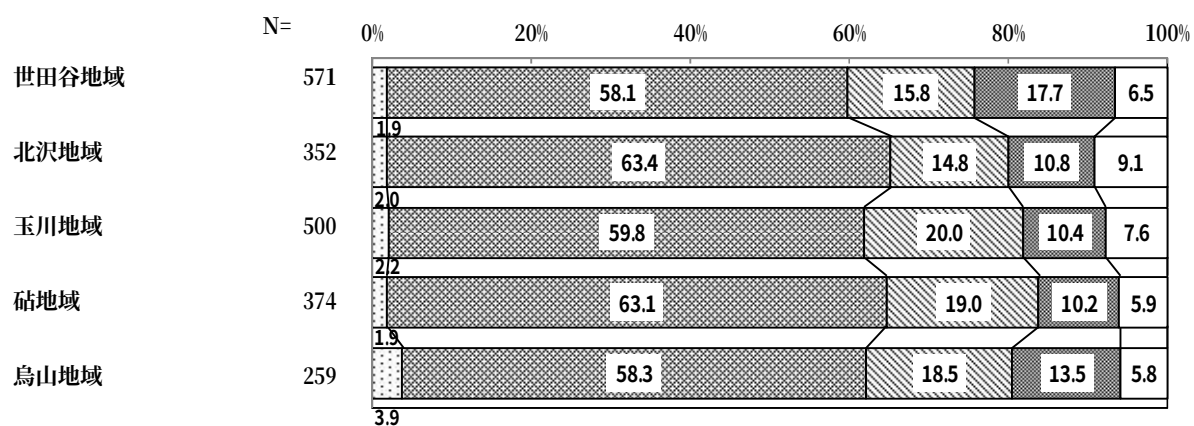


II 調査結果

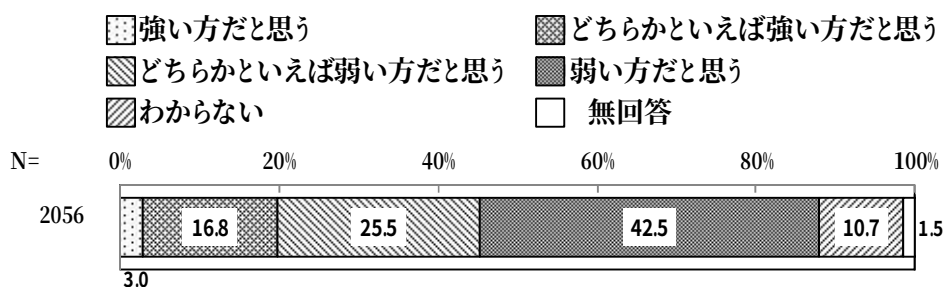
【性・年代別】



【地 域 別】



問 53 あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは強い方だと思いますか。（1つに○）



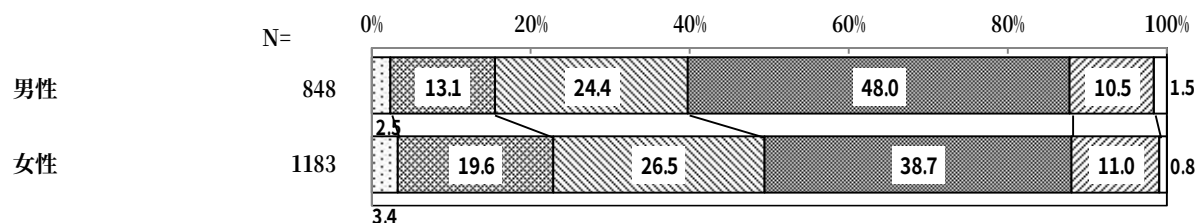
自身と地域の人たちとのつながりが強い方だと思うかについては、「強い方だと思う」と「どちらかといえば強い方だと思う」を合わせた「強い方だと思う人」は 19.8%、「どちらかといえば弱い方だと思う」と「弱い方だと思う」を合わせた「弱い方だと思う人」は 68.0%となっている。

性別にみると、「強い方だと思う人」は、女性が男性よりも 7.4 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「弱い方だと思う人」は、女性の 20 歳代で 8 割台半ばと最も高く、次いで、男性の 40 歳代で 8 割、男性の 30 歳代で約 8 割となっている。

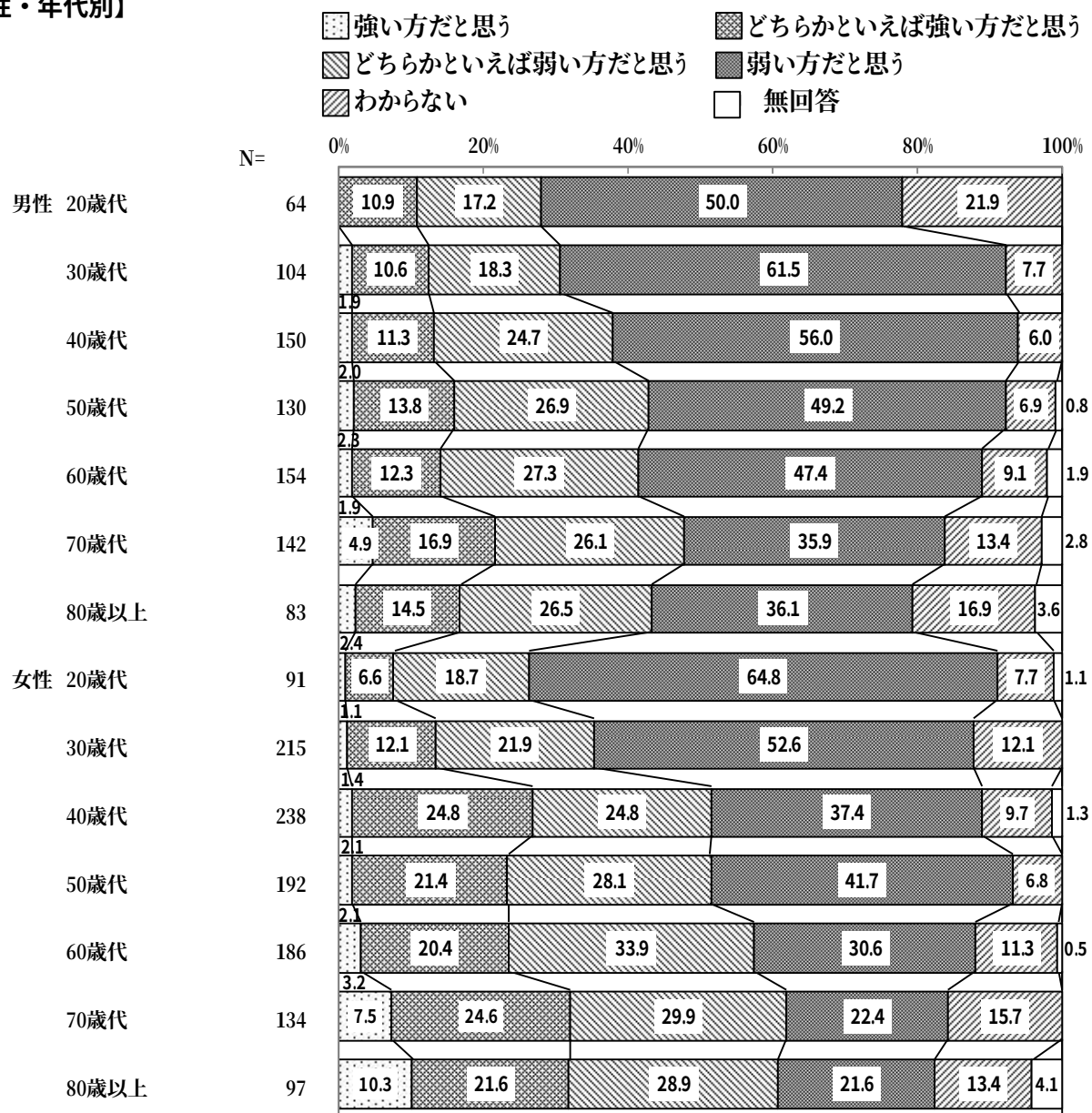
地域別にみると、「弱い方だと思う人」は、世田谷地域で 7 割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、9.7 ポイントの差がある。

【性 別】

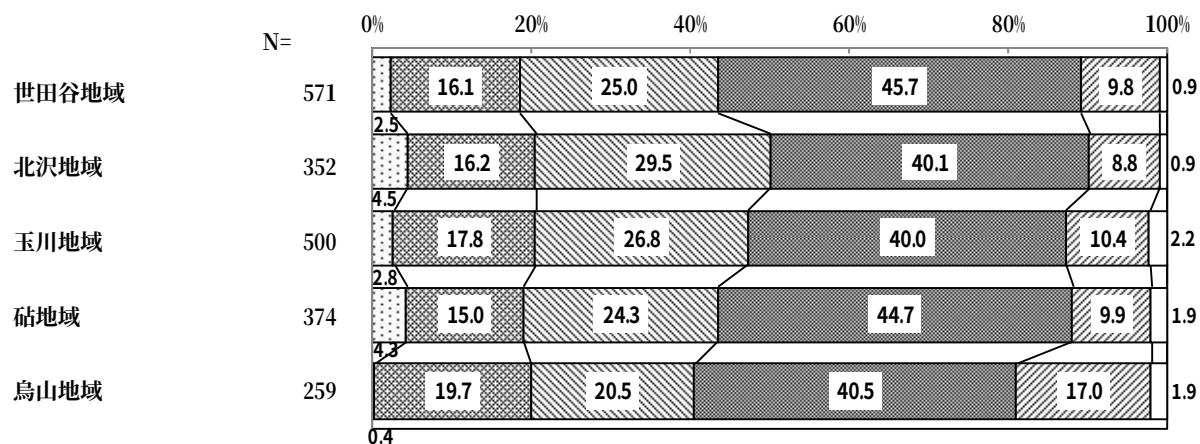


II 調査結果

【性・年代別】



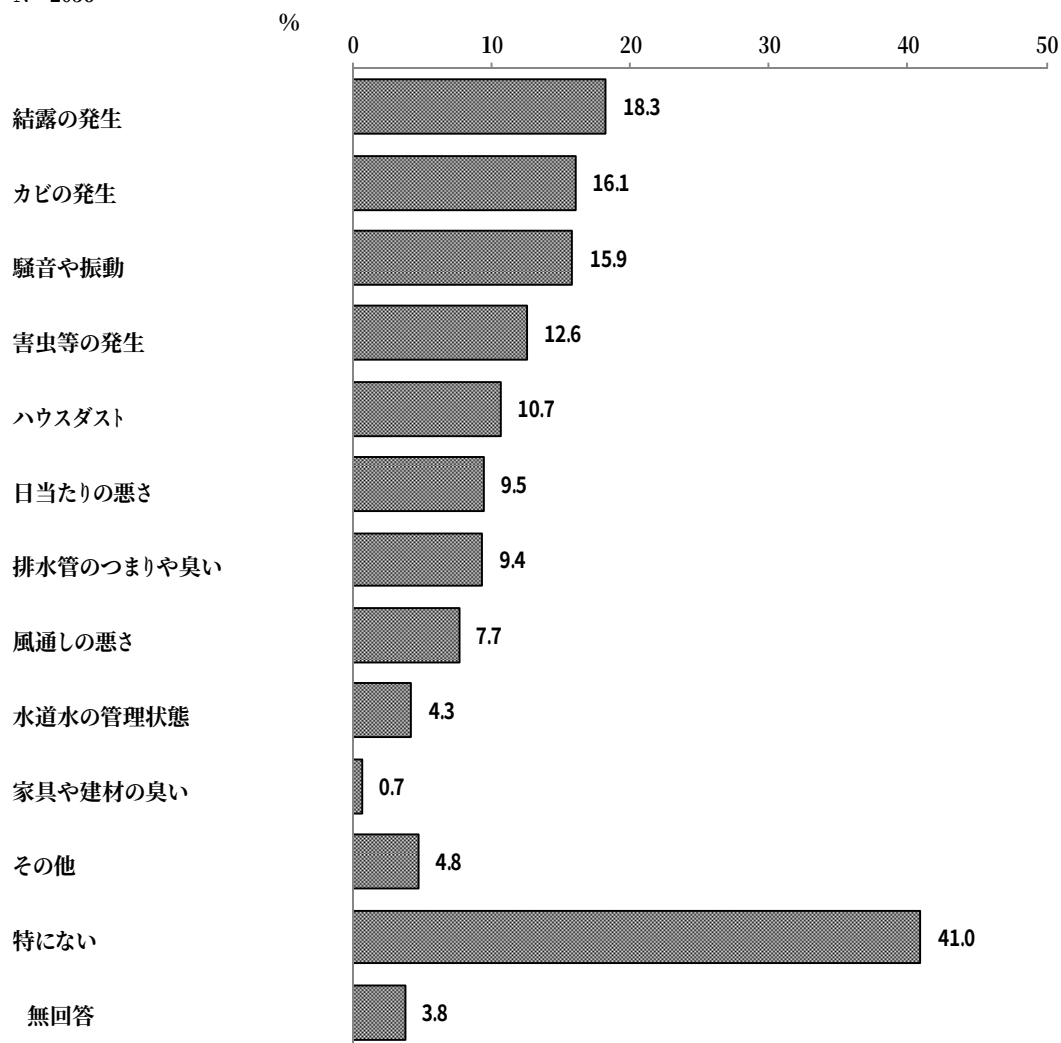
【地 域 別】



11 生活環境について

問 54 あなたのお住まいで気になることがありますか。(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



住まいで気になることについては、「特にない」41.0%が最も高く、次いで、「結露の発生」18.3%、「カビの発生」16.1%となっている。

性別にみると、「結露の発生」は、女性が男性よりも 6.4 ポイント、「カビの発生」も女性が男性よりも 5.0 ポイント高くなっている。一方、「特にない」は、男性が女性よりも 5.1 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「結露の発生」は、女性の 40 歳代、50 歳代で約 3 割と高く、次いで、男性の 30 歳代、女性の 30 歳代で 2 割を超えている。「特にない」は女性の 80 歳以上で 6 割を超え最も高く、次いで男性の 60 歳代、女性の 70 歳代で 5 割を超えて高くなっている。

地域別にみると、「結露の発生」は、砧地域で 2 割を超えて最も高く、次いで、烏山地域で 2 割となっている。「特にない」は、玉川地域で 4 割台半ばと最も高くなっている。

II 調査結果

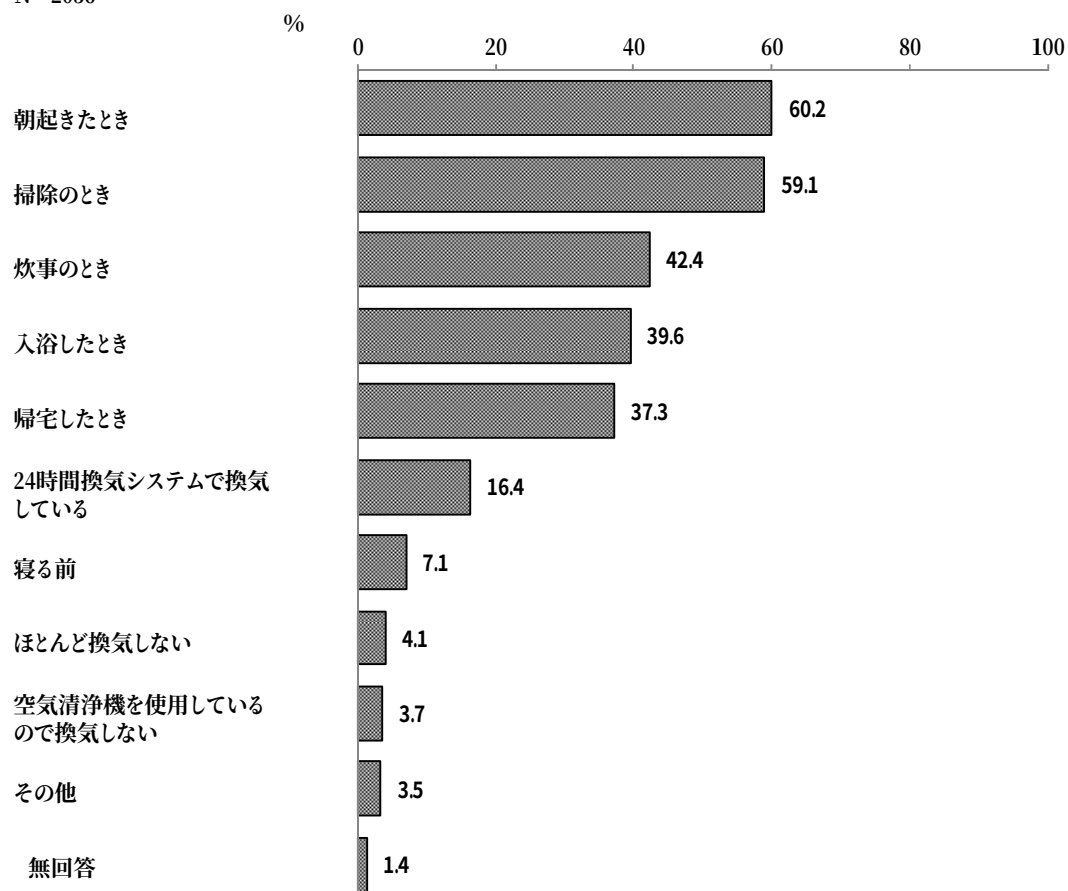
【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		日当たりの悪さ	風通しの悪さ	水道水の管理状態	臭い排水管のつまりや	騒音や振動	家具や建材の臭い	ハウスダスト	結露の発生	カビの発生	害虫等の発生	その他	特にない	無回答	有効回答数 (件)
男 性		10.5	7.5	4.2	8.5	16.4	0.4	9.1	14.6	13.3	11.9	4.1	44.0	3.5	848
女 性		9.0	8.0	4.5	10.1	15.8	0.8	12.0	21.0	18.3	13.2	5.2	38.9	3.6	1183
男 性	20歳代	7.8	10.9	1.6	10.9	20.3	-	12.5	10.9	14.1	23.4	3.1	39.1	3.1	64
	30歳代	13.5	17.3	7.7	11.5	24.0	-	6.7	22.1	11.5	12.5	5.8	39.4	1.0	104
	40歳代	12.7	8.0	6.0	12.0	19.3	-	10.7	16.7	20.7	12.7	1.3	36.0	2.7	150
	50歳代	10.8	6.9	4.6	7.7	16.2	-	16.2	17.7	16.9	7.7	5.4	40.8	1.5	130
	60歳代	11.0	5.2	3.9	7.1	14.3	0.6	8.4	12.3	11.0	8.4	5.2	51.9	3.2	154
	70歳代	8.5	2.8	2.8	6.3	12.7	0.7	4.9	9.9	7.0	12.7	4.9	50.7	4.2	142
	80歳以上	7.2	6.0	2.4	6.0	9.6	1.2	3.6	12.0	13.3	14.5	3.6	44.6	8.4	83
女 性	20歳代	4.4	14.3	3.3	9.9	17.6	2.2	12.1	11.0	14.3	19.8	2.2	42.9	-	91
	30歳代	9.3	10.2	7.0	11.6	18.1	0.5	14.9	22.8	20.5	14.0	8.4	34.4	0.9	215
	40歳代	11.8	10.5	5.0	14.3	21.0	1.7	19.3	28.2	25.6	13.9	5.9	26.5	3.4	238
	50歳代	8.3	8.9	5.7	13.5	17.7	0.5	10.9	29.7	22.4	10.4	5.2	31.3	2.1	192
	60歳代	9.1	4.8	1.6	7.0	13.4	0.5	9.1	19.9	14.5	11.3	2.7	45.2	5.4	186
	70歳代	7.5	2.2	5.2	6.0	7.5	-	6.7	14.2	12.7	13.4	5.2	52.2	6.7	134
	80歳以上	7.2	1.0	1.0	3.1	6.2	1.0	3.1	4.1	6.2	9.3	5.2	61.9	8.2	97
世田谷地域		11.6	10.2	5.3	9.1	16.8	0.5	11.2	19.1	16.5	10.7	3.9	41.3	2.5	571
北沢地域		8.0	8.0	4.5	10.5	16.8	-	11.1	13.6	15.6	14.8	5.7	36.4	6.8	352
玉川地域		7.8	6.0	3.2	9.8	15.6	1.2	10.6	16.0	15.6	10.2	4.6	44.2	3.8	500
砧地域		8.3	6.7	3.2	7.5	13.6	0.3	9.4	23.5	16.0	13.6	6.1	40.9	4.0	374
烏山地域		12.4	6.9	5.8	10.8	16.2	1.5	11.6	20.1	17.0	17.0	4.2	40.2	2.7	259

問 55 あなたは、どのようなときに換気していますか。(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



換気については、「朝起きたとき」60.2%が最も高く、次いで、「掃除のとき」59.1%、「炊事のとき」42.4%となっている。

性別にみると、ほとんどの項目で女性が男性よりも高くなっており、「炊事のとき」は20.9ポイント、「掃除のとき」は17.1ポイント女性のほうが高くなっている。

性・年代別にみると、「朝起きたとき」は、女性の40歳代で7割を超えて最も高く、次いで、女性の50歳代で7割、女性の60歳代で約7割となっている。

地域別にみると、「朝起きたとき」は、玉川地域で6割を超えて最も高く、最も低い烏山地域と比べると、4.5ポイントの差がある。

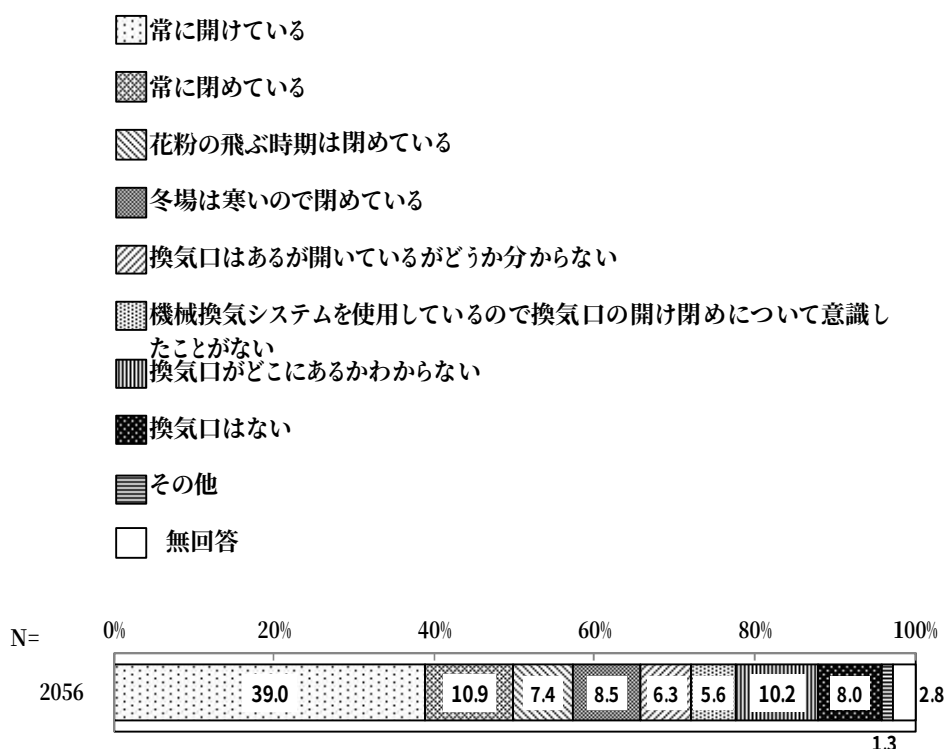
II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		朝 起 き た と き	炊 事 の と き	入 浴 し た と き	掃 除 の と き	帰 宅 し た と き	寝 る 前	2 4 時 間 換 気 シ ス テ ム で 換 気 し て い る	空 気 清 浄 機 を 使 用 し て い る の で 換 気 し な い	ほ と ん ど 換 気 し な い	そ の 他	無 回 答	有 効 回 答 数 (件)
男 性		52.9	30.3	33.8	49.3	30.3	7.3	15.3	3.9	5.8	3.8	1.1	848
女 性		65.4	51.2	43.8	66.4	42.4	7.1	17.2	3.5	3.0	3.4	1.1	1183
男 性	20歳代	43.8	23.4	23.4	51.6	40.6	12.5	10.9	4.7	10.9	1.6	-	64
	30歳代	48.1	17.3	23.1	45.2	35.6	9.6	22.1	3.8	5.8	3.8	-	104
	40歳代	51.3	20.7	30.7	48.0	25.3	4.7	28.7	4.7	4.7	2.7	-	150
	50歳代	53.8	27.7	34.6	52.3	35.4	10.0	14.6	4.6	4.6	5.4	0.8	130
	60歳代	53.2	38.3	35.7	49.4	33.8	5.8	8.4	3.9	5.2	5.8	0.6	154
	70歳代	55.6	42.3	46.5	47.2	23.2	9.2	13.4	2.1	5.6	3.5	1.4	142
	80歳以上	59.0	38.6	34.9	51.8	22.9	2.4	6.0	4.8	7.2	2.4	3.6	83
女 性	20歳代	50.5	30.8	27.5	64.8	44.0	17.6	16.5	3.3	2.2	4.4	-	91
	30歳代	61.4	33.0	29.8	66.5	41.4	8.8	26.5	4.2	4.7	4.7	-	215
	40歳代	71.8	44.1	43.3	73.1	47.9	6.7	20.2	4.6	2.9	1.3	1.3	238
	50歳代	70.8	56.8	53.1	72.4	47.9	4.7	17.7	2.6	2.6	2.6	-	192
	60歳代	67.7	68.3	58.6	64.5	47.8	6.5	12.9	2.7	2.2	3.8	1.1	186
	70歳代	62.7	75.4	52.2	56.7	32.1	4.5	8.2	3.7	1.5	3.7	-	134
	80歳以上	61.9	52.6	32.0	55.7	22.7	5.2	10.3	3.1	5.2	6.2	6.2	97
世田谷地域		59.7	43.3	37.8	58.7	40.5	9.5	17.9	4.0	4.0	3.7	1.2	571
北沢地域		60.5	39.5	38.1	59.4	39.5	6.3	13.1	2.6	4.0	2.0	1.1	352
玉川地域		62.0	42.8	39.6	57.8	34.8	5.8	14.0	4.2	4.2	3.4	1.8	500
砧地域		59.9	44.1	43.3	61.8	34.5	6.7	19.8	4.0	3.5	4.3	1.3	374
烏山地域		57.5	40.9	40.5	58.7	36.3	6.6	17.4	3.1	5.4	4.2	1.2	259

問 56 室内の換気をするために、窓や換気扇とともに換気口（通気口）があります。あなたのお住まいの換気口はどのような状態ですか。（1つに○）



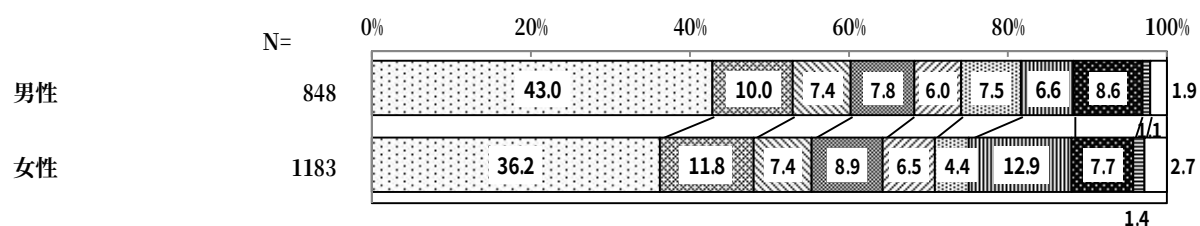
住まいの換気口については、「常に開けている」39.0%が最も高く、「常に閉めている」10.9%、「換気口がどこにあるかわからない」10.2%となっている。

性別にみると、「常に開けている」は、男性が女性よりも 6.8 ポイント高くなっている。一方、「換気口がどこにあるかわからない」は、女性が男性よりも 6.3 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「常に開けている」は、男性の 70 歳代で 5 割台半ばと最も高く、次いで、男性の 80 歳以上で約 5 割となっている。「常に閉めている」は、女性の 30 歳代で約 2 割と最も高く、次いで、男性の 20 歳代、50 歳代と女性の 20 歳代、40 歳代で 1 割台半ばとなっている。

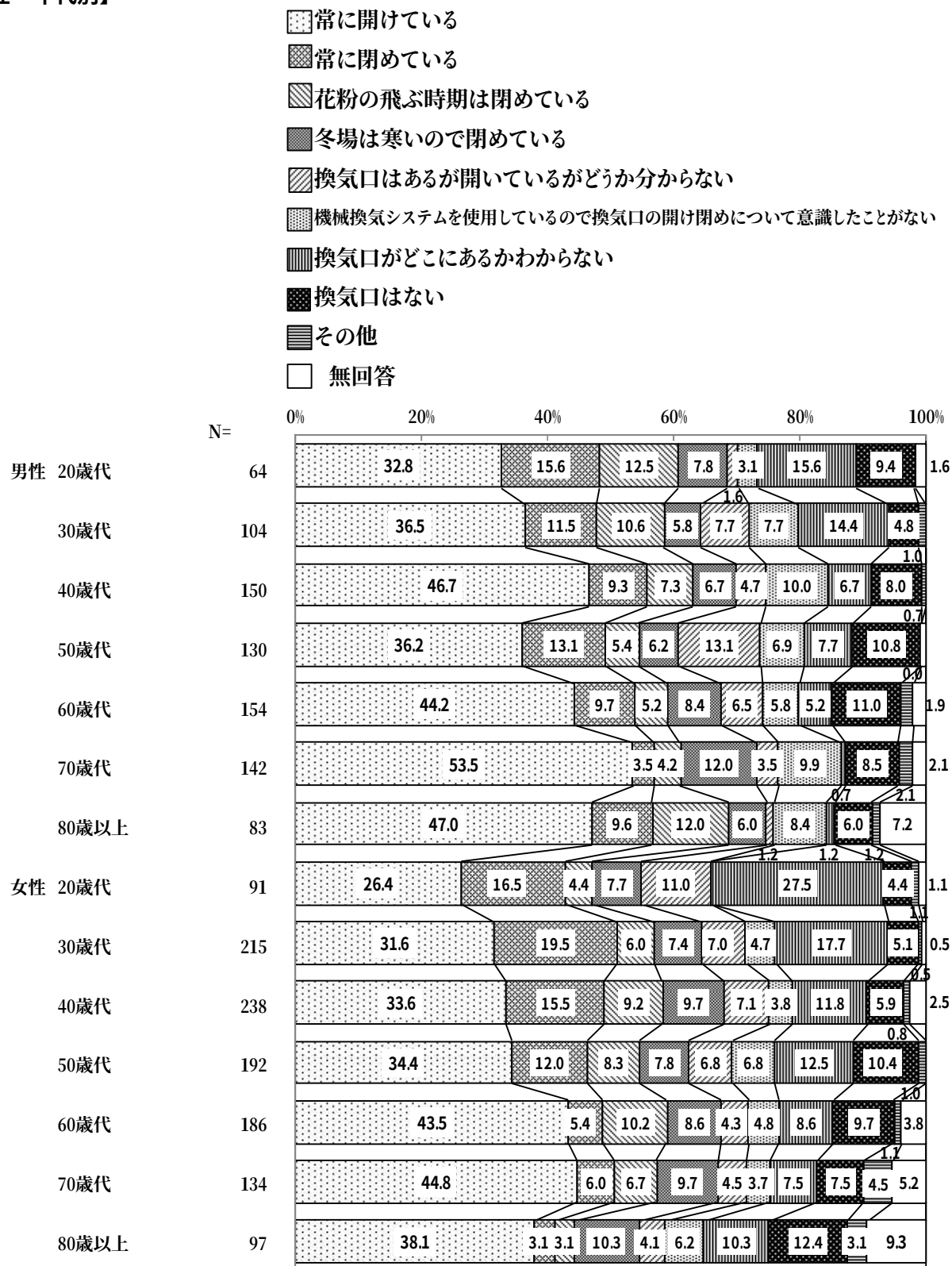
地域別にみると、「常に開けている」は、烏山地域と世田谷地域で 4 割を超えて高くなっている。最も高い烏山地域と、最も低い北沢地域を比べると、6.4 ポイントの差がある。

【性別】

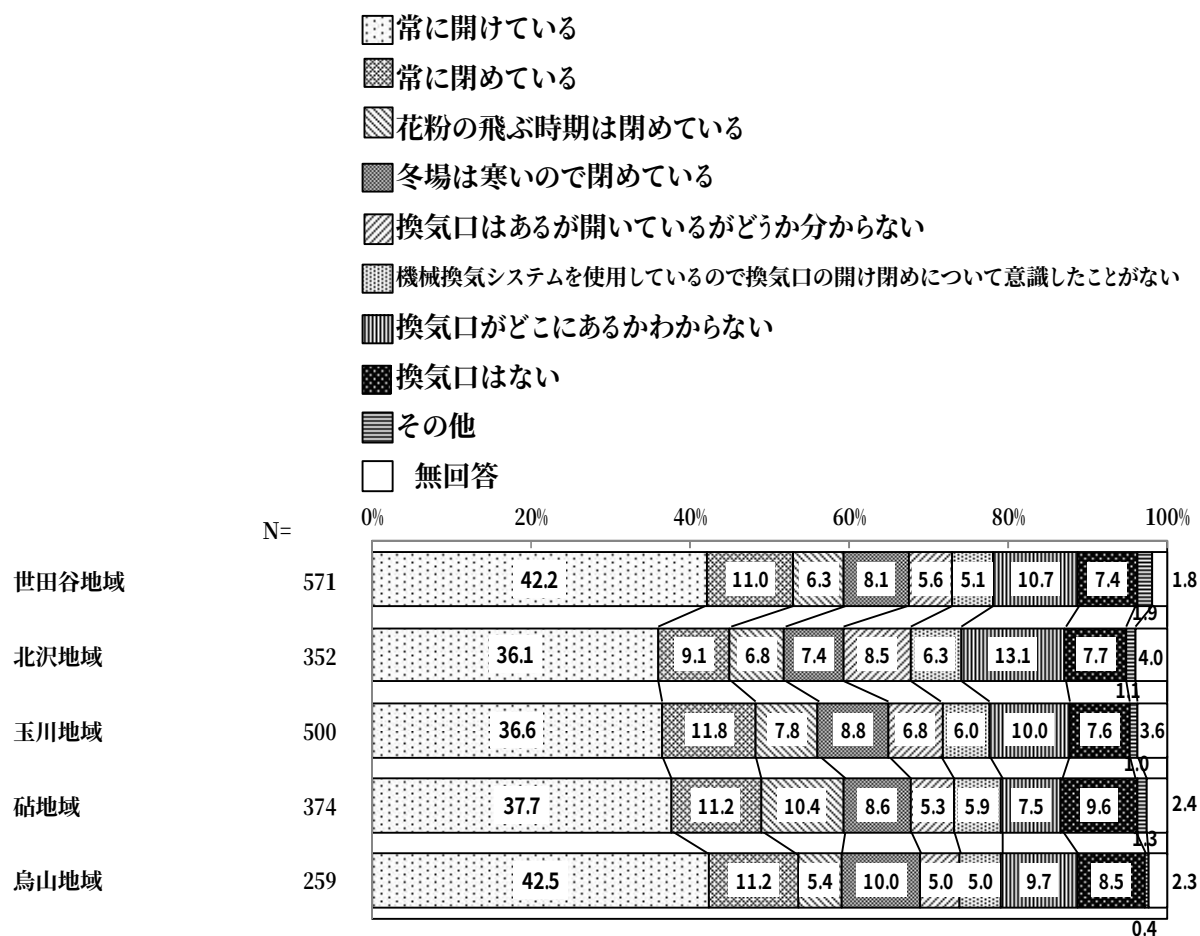


II 調査結果

【性・年代別】



【地 域 別】

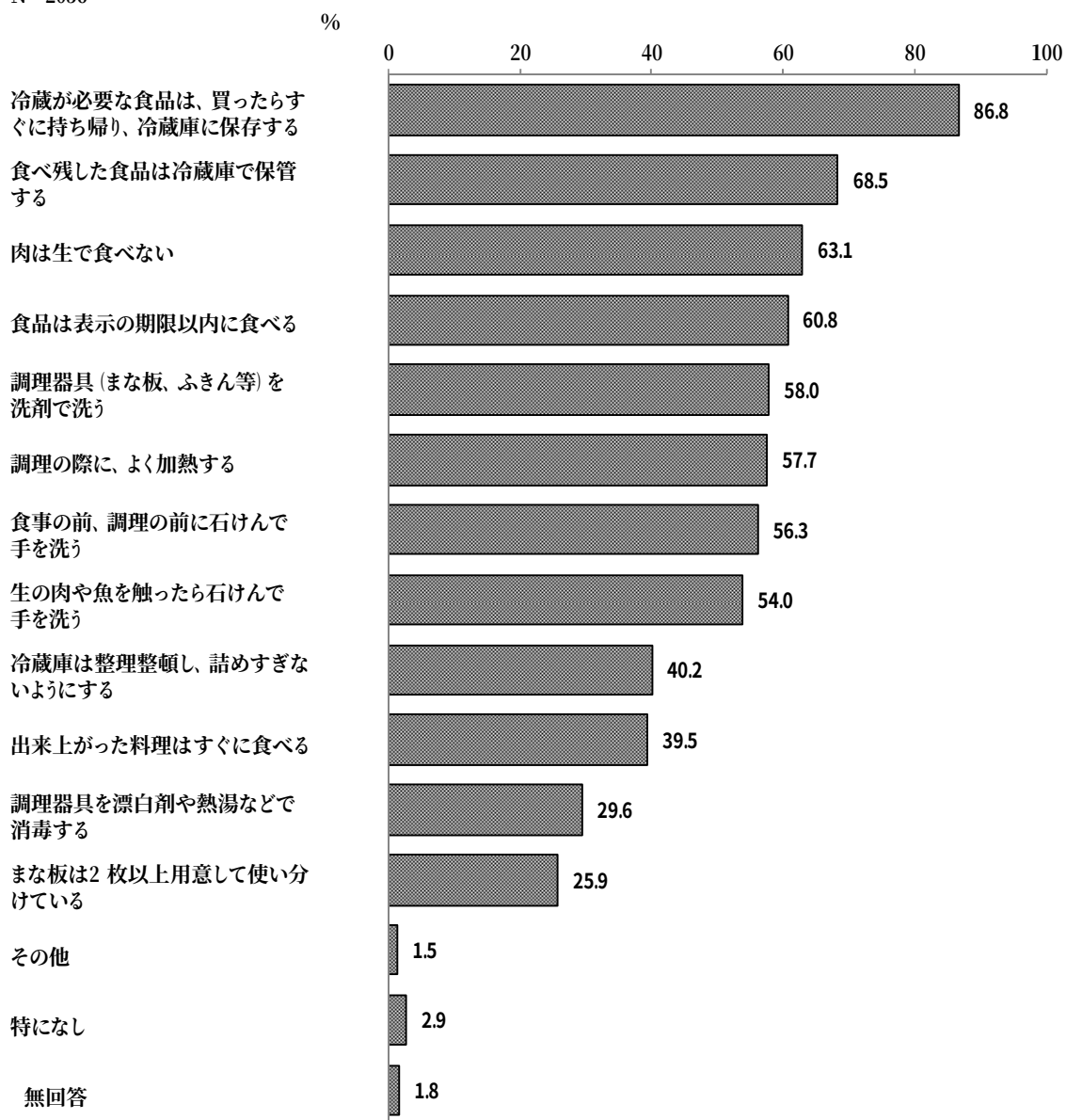


II 調査結果

12 食品衛生について

問 57 食中毒を防ぐために、あなたが行っていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



II 調査結果

食中毒を防ぐために行っていることについては、「冷蔵が必要な食品は、買ったらずぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」86.8%が最も高く、次いで、「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」68.5%、「肉は生で食べない」63.1%となっている。

性別にみると、「調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する」は、女性が男性よりも28.5ポイント、「生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う」も女性が男性よりも24.6ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「冷蔵が必要な食品は、買ったらずぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」は、女性の40歳代から70歳代で9割台半ばと最も高く、次いで、女性の30歳代で9割を超えている。「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」は、女性の40歳代、60歳代で8割を超えて最も高く、次いで、女性の30歳代、50歳代で約8割となっている。

地域別にみると、「調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する」は、砧地域、玉川地域で3割を超えて高く、次いで、北沢地域で2割台半ばとなっている。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】

単位：％

区 分		ぐに冷い冷食食を食を生の分ま調洗調毒調出来る食肉そ特無有	に蔵蔵蔵品洗事の肉のけてな板理剤器上上がった残はは他にな回答効	に持蔵蔵品は、買ったらす	に庫庫は整理整頓し、詰めすぎない	は表示の期限以内に食べる	の前の、調理の前に石けんで手	の肉や魚を触ったら石けんで手	いては2枚以上用意して使い	の際に、よく加熱する	剤で洗う	理器具（まな板、ふきん等）を	する器具を漂白剤や熱湯などで消毒する	調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する	出来上がった料理はすぐに食べる	食べた食品は冷蔵庫で保管する	は生で食べない	その他	特になし	無回答	有効回答数（件）
男 性		79.1	29.8	59.6	46.6	39.9	16.6	45.8	41.5	19.6	35.0	56.5	50.5	1.4	5.7	2.1	848				
女 性		92.7	48.0	62.0	63.3	64.5	32.5	66.5	70.0	36.7	43.1	77.5	72.0	1.6	0.9	1.3	1183				
男 性	20歳代	75.0	14.1	64.1	50.0	51.6	10.9	53.1	46.9	12.5	32.8	54.7	46.9	3.1	14.1	-	64				
	30歳代	71.2	27.9	54.8	38.5	47.1	12.5	51.9	34.6	13.5	32.7	48.1	32.7	3.8	10.6	1.9	104				
	40歳代	80.0	18.0	63.3	39.3	34.7	16.0	45.3	34.7	12.7	32.0	54.7	46.7	0.7	6.7	0.7	150				
	50歳代	83.8	27.7	60.0	56.2	44.6	13.8	50.8	42.3	22.3	31.5	53.8	52.3	0.8	3.8	2.3	130				
	60歳代	81.2	31.8	58.4	51.9	39.6	18.2	40.3	41.6	22.1	35.7	61.7	46.8	-	1.3	2.6	154				
	70歳代	81.0	39.4	55.6	47.2	31.7	24.6	45.1	48.6	23.9	40.8	58.5	61.3	0.7	6.3	1.4	142				
	80歳以上	75.9	48.2	60.2	38.6	37.3	15.7	37.3	44.6	27.7	37.3	57.8	69.9	3.6	2.4	7.2	83				
女 性	20歳代	86.8	35.2	62.6	62.6	59.3	20.9	58.2	56.0	22.0	33.0	70.3	60.4	1.1	3.3	-	91				
	30歳代	92.1	39.1	55.8	64.2	70.2	26.0	67.9	67.0	29.3	34.0	79.1	62.3	1.4	1.9	0.5	215				
	40歳代	95.4	46.6	60.5	62.6	72.7	35.7	74.4	72.7	34.9	45.0	82.8	70.2	1.7	-	0.4	238				
	50歳代	94.3	46.9	64.1	62.0	66.7	28.6	68.8	70.8	38.5	42.2	79.2	71.9	1.6	-	0.5	192				
	60歳代	94.6	58.6	71.5	67.2	62.4	40.3	62.4	76.3	44.6	50.5	81.7	77.4	1.1	0.5	1.6	186				
	70歳代	94.0	61.9	64.9	63.4	56.0	36.6	67.9	79.1	42.5	51.5	68.7	88.8	1.5	-	0.7	134				
	80歳以上	83.5	47.4	56.7	58.8	50.5	34.0	54.6	58.8	42.3	45.4	66.0	75.3	4.1	3.1	7.2	97				

II 調査結果

【地 域 別】

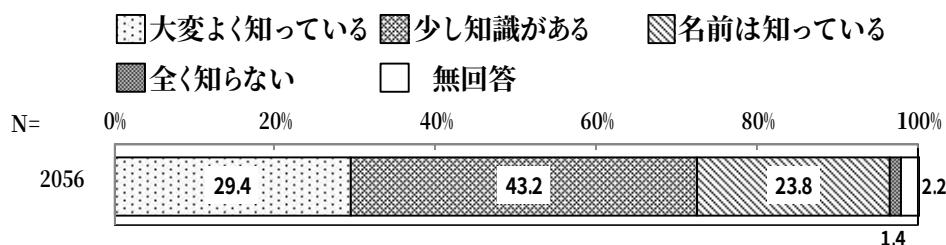
単位：％

区 分	冷蔵が必要な食品は、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する	冷蔵庫は整理整頓し、詰めすぎないようにする	食品は表示の期限内に食べる	食事前、調理の前に石けんで手を洗う	生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う	まな板は2枚以上用意して使い分けている	調理の際に、よく加熱する	調理器具（まな板、ふきん等）を洗剤で洗う	調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する	出来上がった料理はすぐに食べる	食べ残した食品は冷蔵庫で保管する	肉は生で食べない	その他	特になし	無回答	有効回答数（件）
世田谷地域	87.6	40.3	59.9	54.1	52.9	26.1	58.8	58.1	29.8	38.9	68.5	62.0	1.2	2.6	1.8	571
北沢地域	84.4	39.5	59.7	56.8	54.3	25.9	58.2	56.5	23.0	39.8	70.5	61.6	1.4	4.3	0.9	352
玉川地域	88.0	41.0	62.4	56.2	53.2	25.6	57.0	57.6	31.8	37.0	67.2	63.4	1.6	3.0	2.2	500
砧地域	87.4	40.1	60.2	58.6	57.8	25.7	55.1	58.3	32.4	40.9	68.4	63.1	2.1	2.1	1.9	374
烏山地域	84.9	39.8	62.5	57.5	52.1	26.6	59.5	60.2	29.7	43.6	68.3	66.8	1.2	2.3	2.7	259

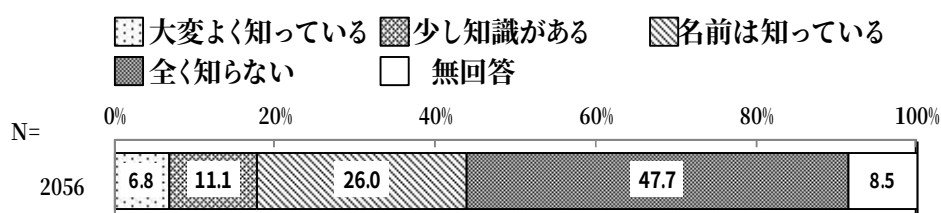
II 調査結果

問 58 あなたは、食中毒の原因物質（以下の囲みの中）について、どの程度知っていますか。
次の項目についてあてはまる数字に○をしてください。

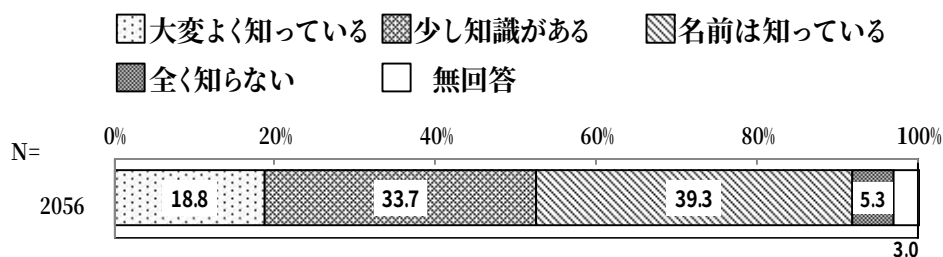
①ノロウイルス



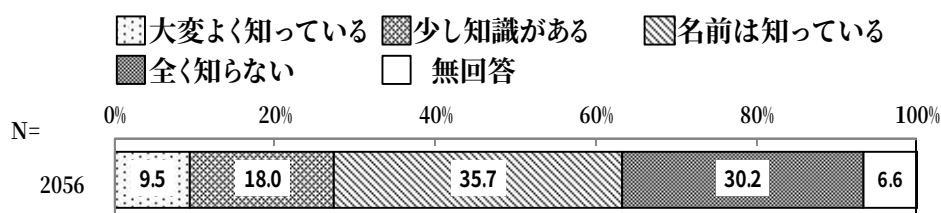
②カンピロバクター



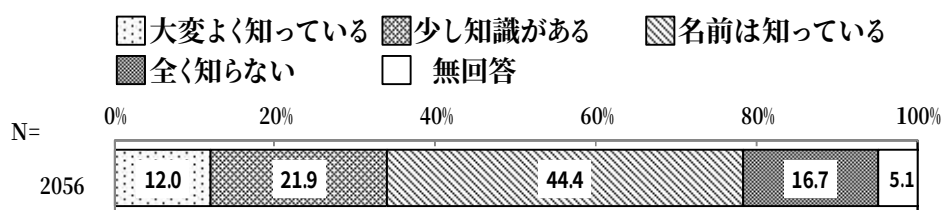
③サルモネラ



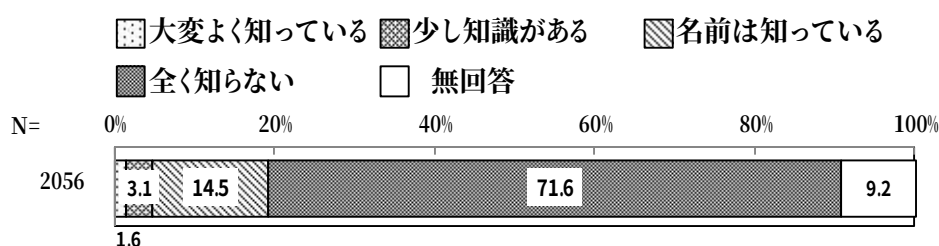
④腸管出血性大腸菌



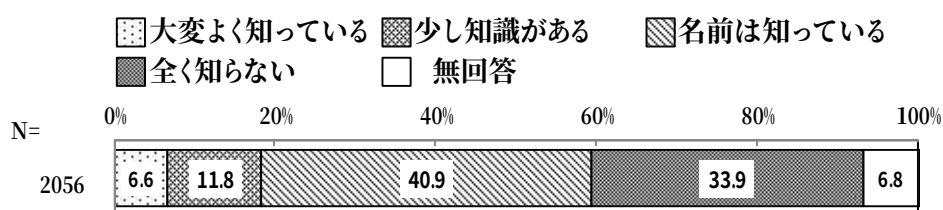
⑤黄色ブドウ球菌



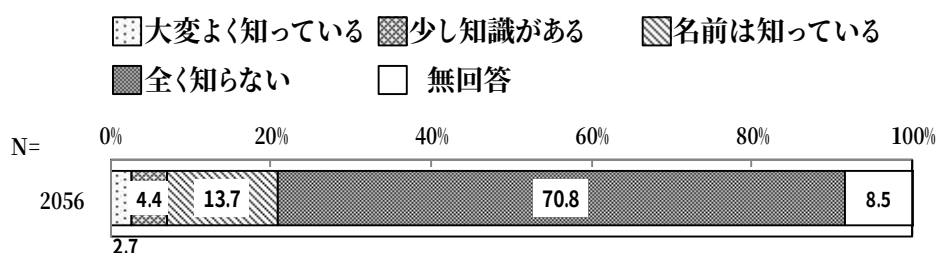
⑥ リステリア



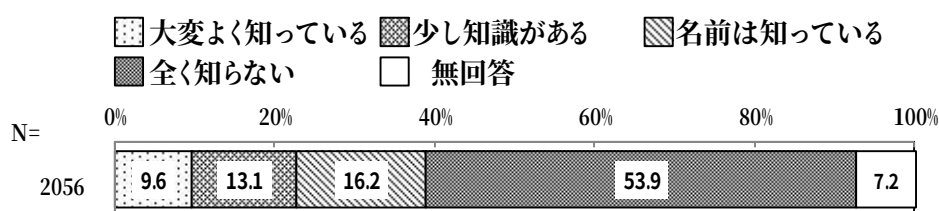
⑦腸炎ビブリオ



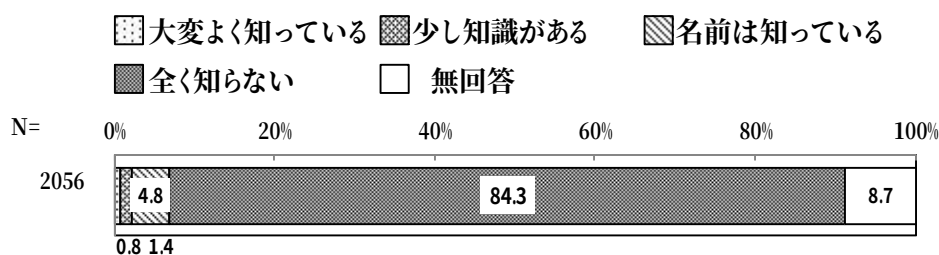
⑧ウェルシュ菌



⑨ アニサキス



⑩クドア



II 調査結果

【全 体】

食中毒の原因物質について、「大変よく知っている」と「少し知識がある」と「名前は知っている」を合わせた「知っている人」は、「ノロウイルス」（設問①）で9割台半ばと最も高く、次いで、「サルモネラ」（設問③）で9割を超え、「黄色ブドウ球菌」で約8割となっている。一方、「全く知らない」は、「クドア」（設問⑩）で8割台半ばと最も高く、次いで、「リステリア」（設問⑥）で7割を超え、「ウェルシュ菌」（設問⑧）で7割となっている。

【性 別】

性別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「全く知らない」は、「腸炎ビブリオ」（設問⑦）で男性が女性よりも8.5ポイント、「アニサキス」（設問⑨）で5.3ポイント高くなっている。

【性・年代別】

性・年代別にみると、「サルモネラ」（設問③）は、「知っている人」が男性の60歳代、女性の30歳代、50歳代で約10割と高くなっている。「ノロウイルス」（設問①）は「知っている人」が男性・女性ともに20歳代から70歳代で9割台半ば以上となっているが、80歳以上では8割台となっている。一方、「クドア」は、「全く知らない」が女性の20歳代で9割台半ばと最も高く、次いで、女性の30歳代、40歳代で9割となっている。「リステリア」（設問⑥）は、「全く知らない」が男性の30歳代で約8割と高くなっている。

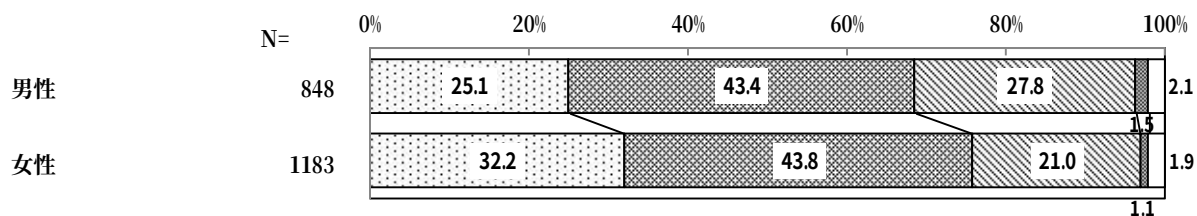
【地 域 別】

地域別にみると、「黄色ブドウ球菌」（設問⑤）は、「知っている人」で玉川地域が8割となっている。「腸管出血性大腸菌」（設問④）は、「知っている人」で烏山地域、玉川地域で6割台半ばと高くなっている。一方、「カンピロバクター」（設問②）は、「全く知らない」が砧地域で5割と高くなっている。

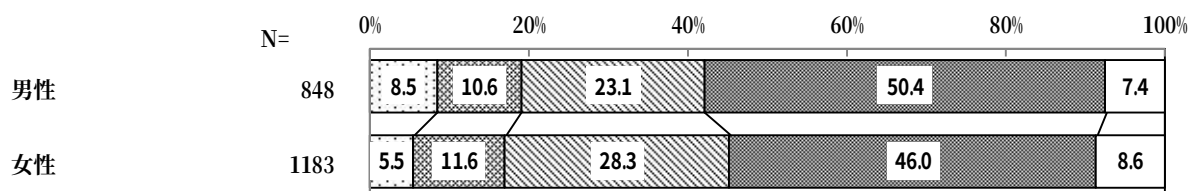
【性 別】

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

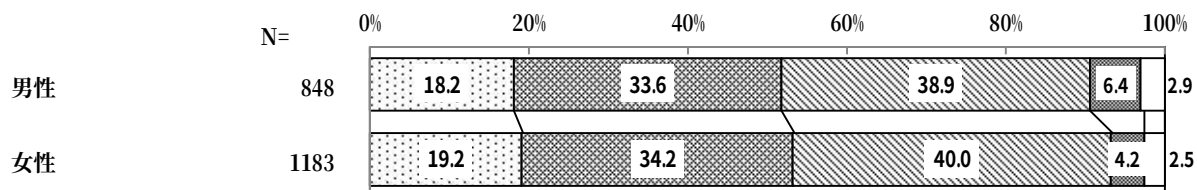
①ノロウイルス



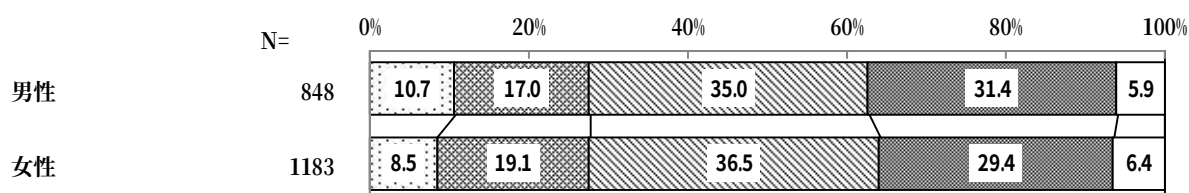
②カンピロバクター



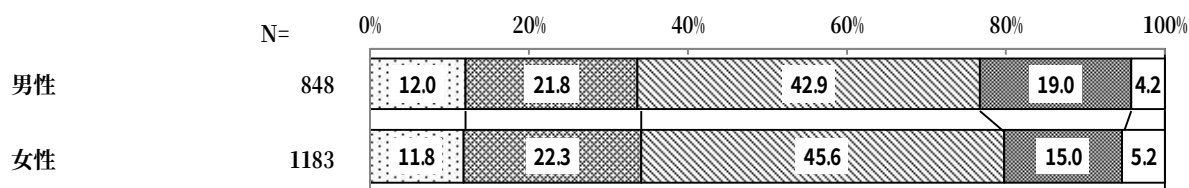
③サルモネラ



④腸管出血性大腸菌



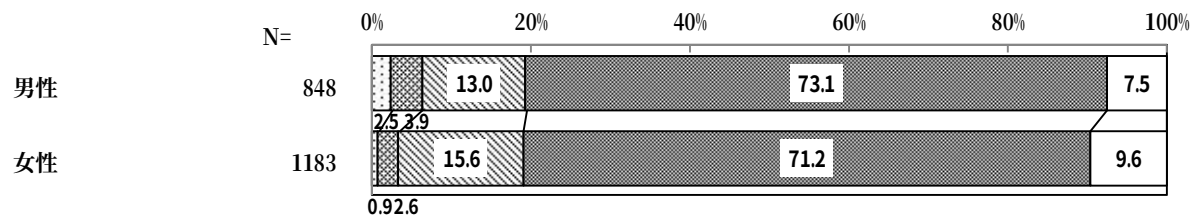
⑤黄色ブドウ球菌



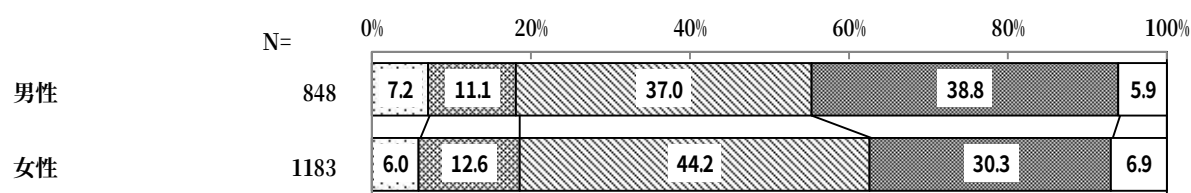
II 調査結果

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

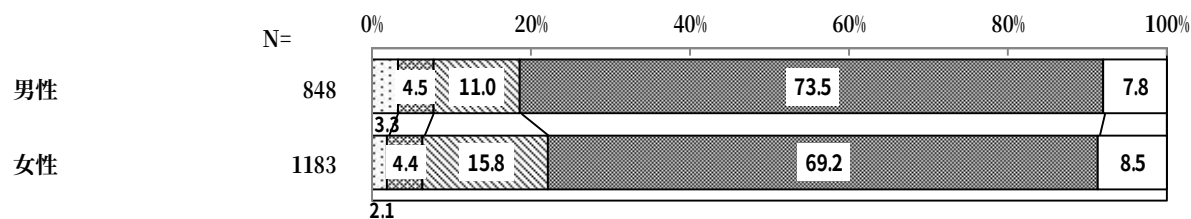
⑥ リステリア



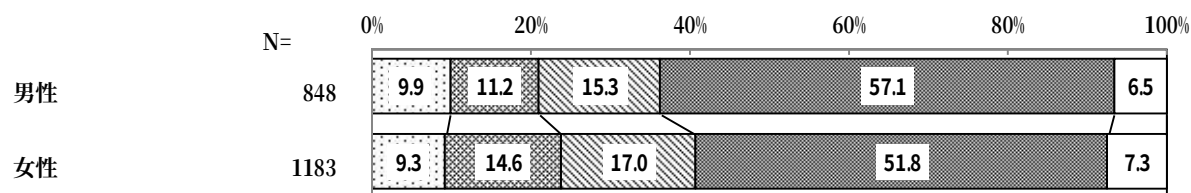
⑦ 腸炎ビブリオ



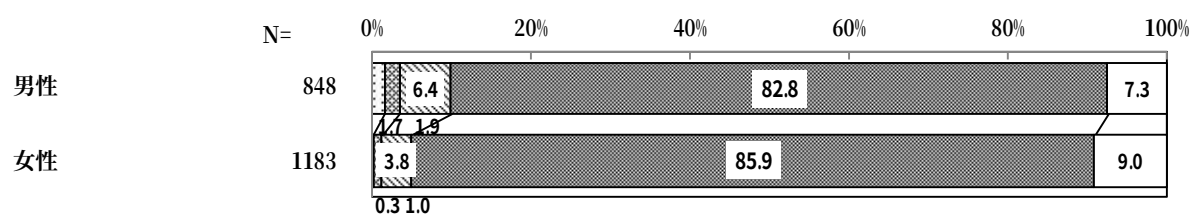
⑧ ウェルシュ菌



⑨ アニサキス



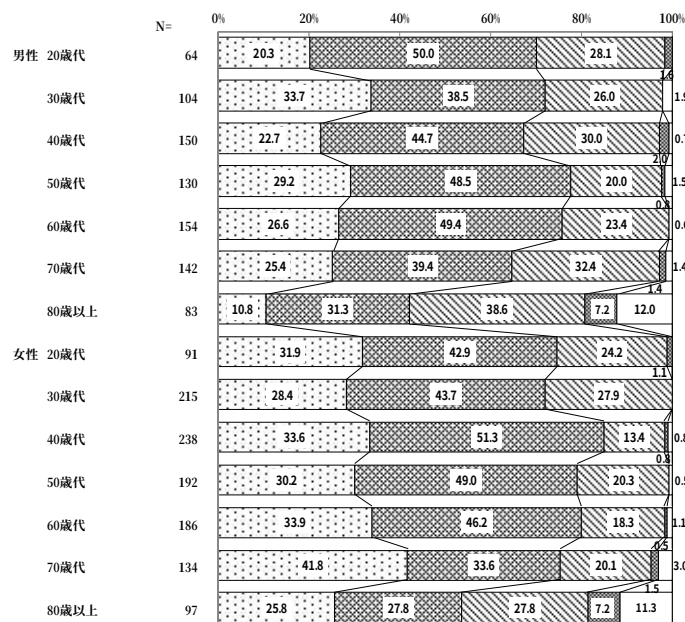
⑩ クドア



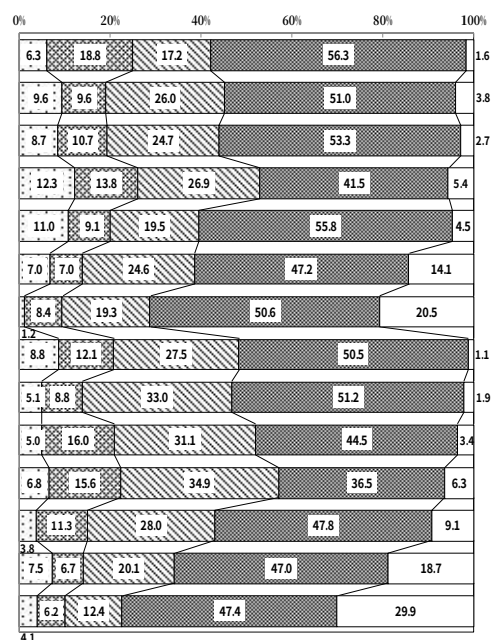
【性・年代別】

☐ 大変よく知っている ☐ 少し知識がある ☐ 名前は知っている
☐ 全く知らない ☐ 無回答

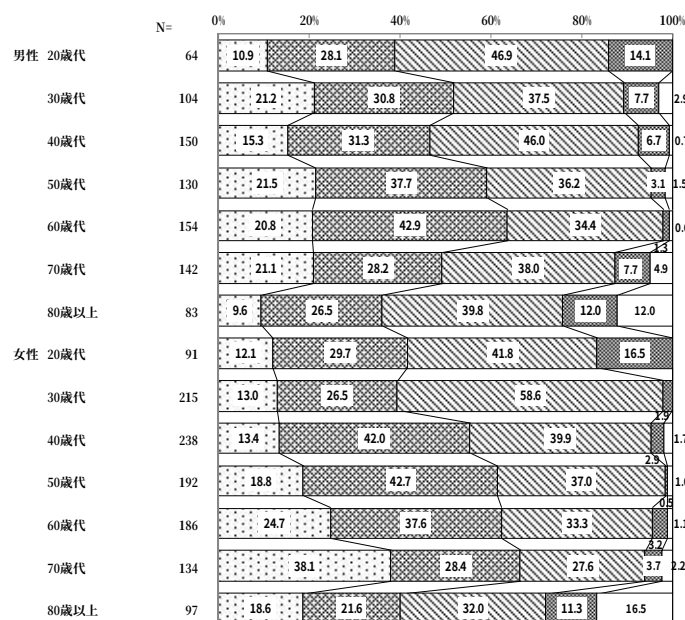
① ノロウイルス



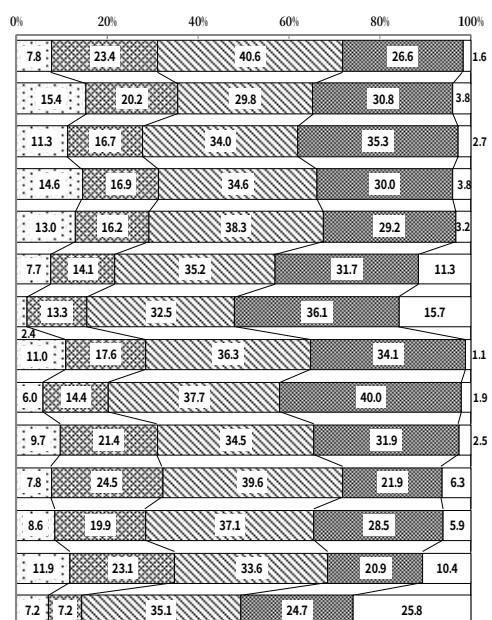
② カンピロバクター



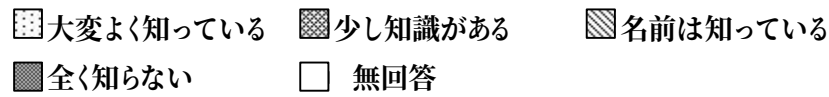
③ サルモネラ



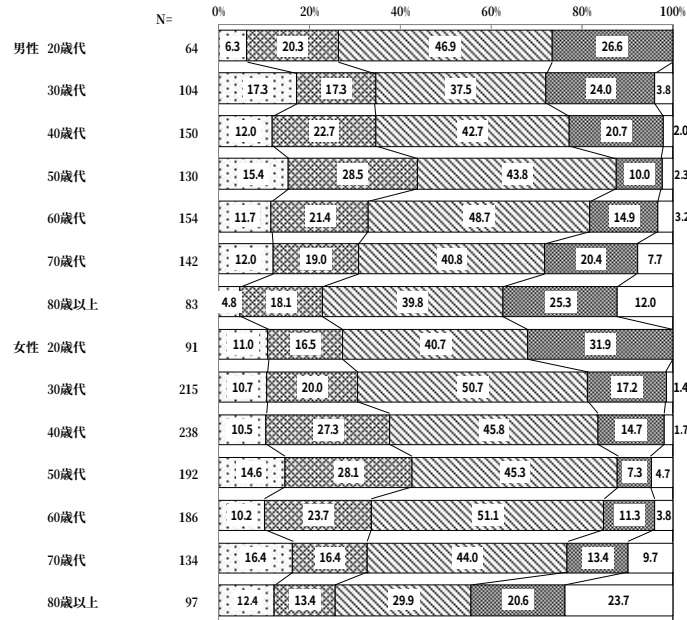
④ 腸管出血性大腸菌



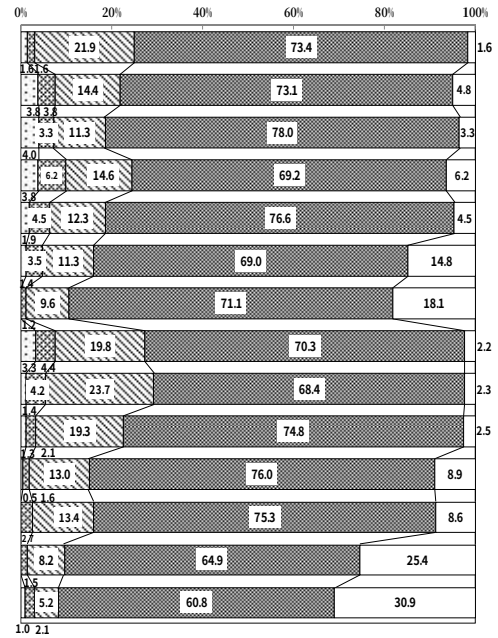
II 調査結果



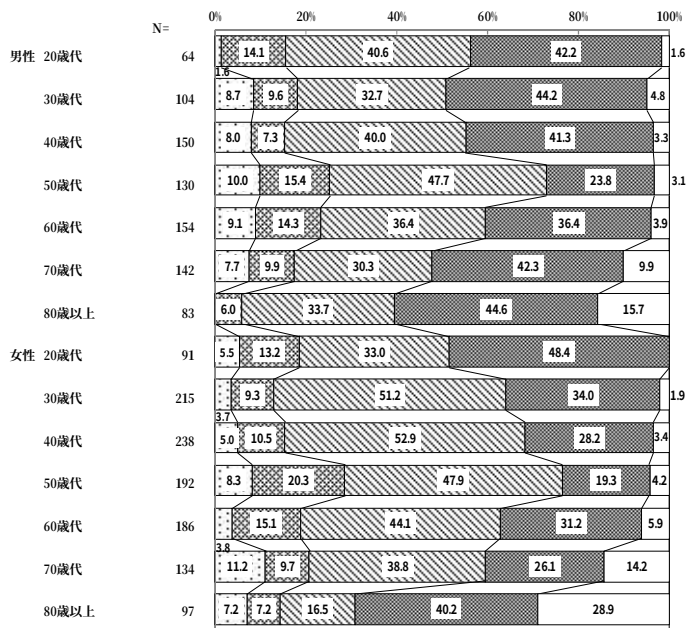
⑤黄色ブドウ球菌



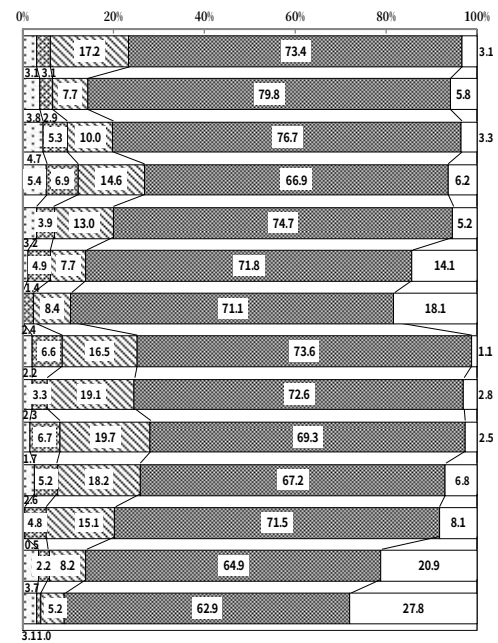
⑥リステリア



⑦腸炎ビブリオ



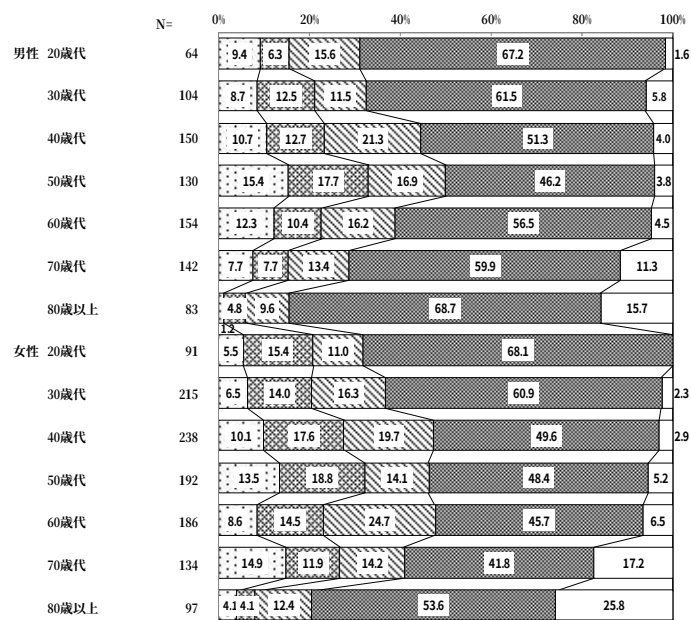
⑧ウェルシュ菌



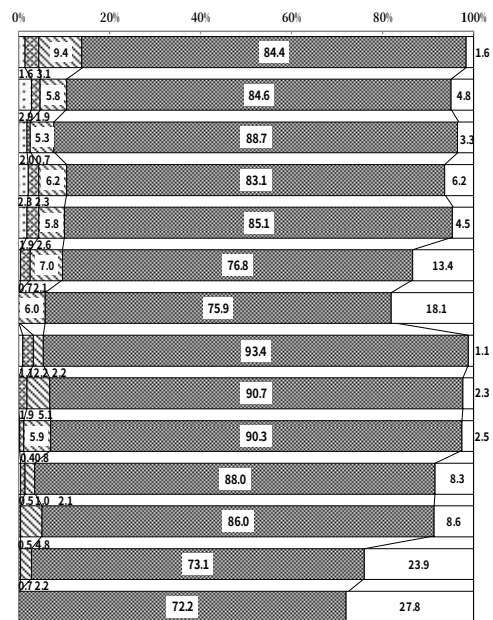
II 調査結果

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

⑨ アニサキス



⑩ クドア

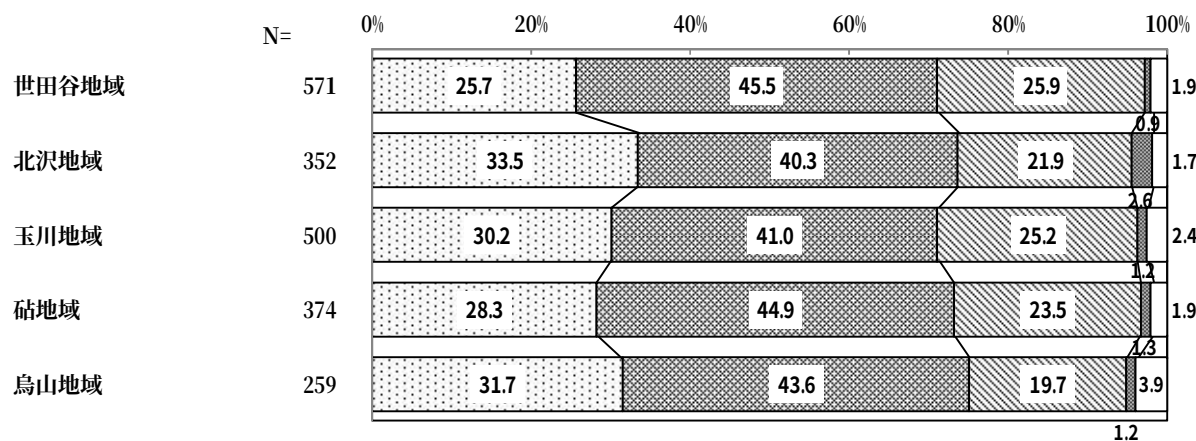


II 調査結果

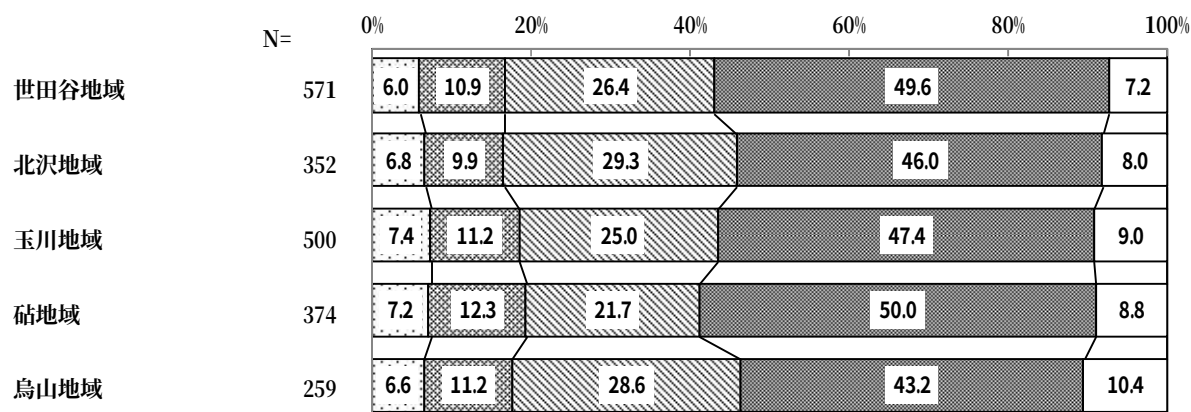
【地 域 別】

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

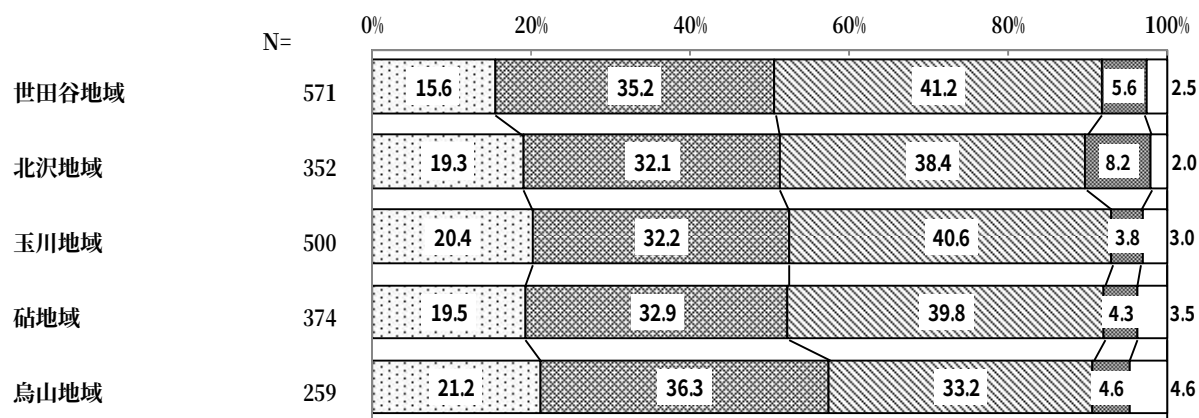
①ノロウイルス



②カンピロバクター



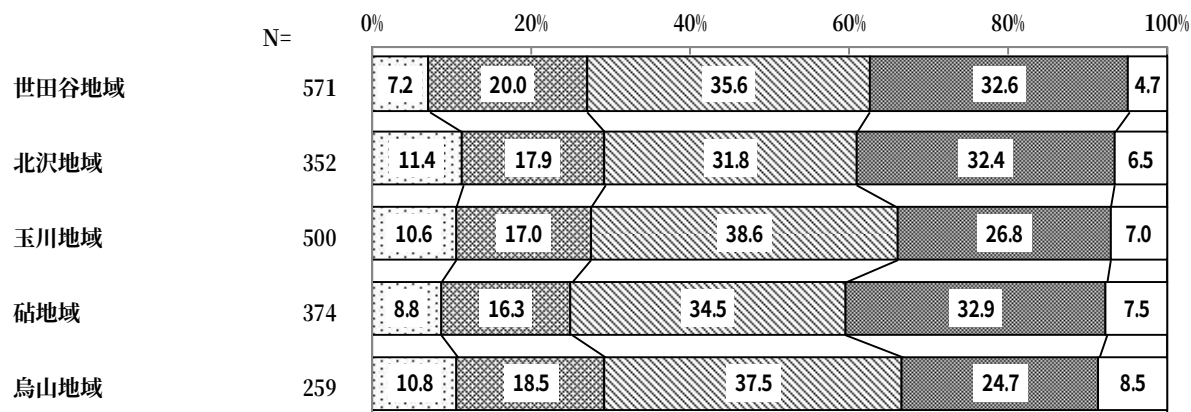
③サルモネラ



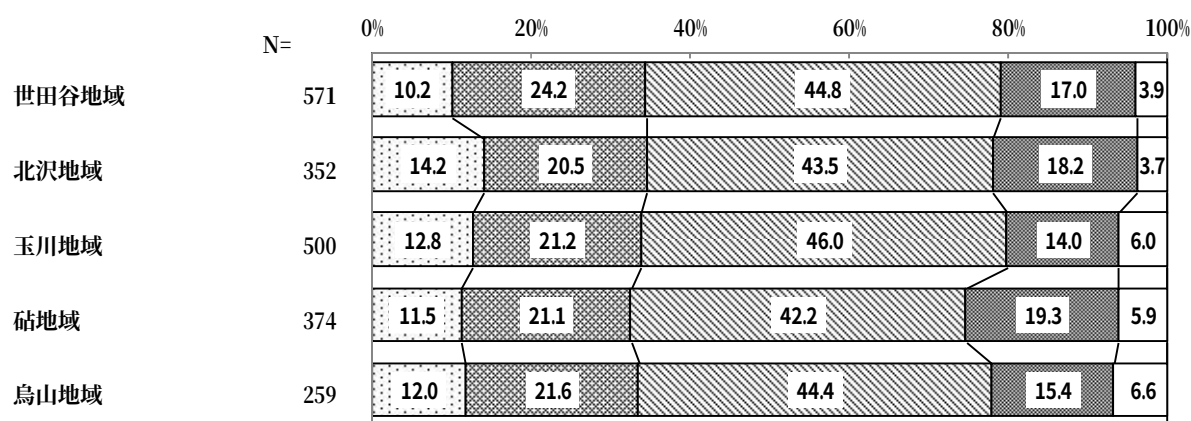
II 調査結果

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

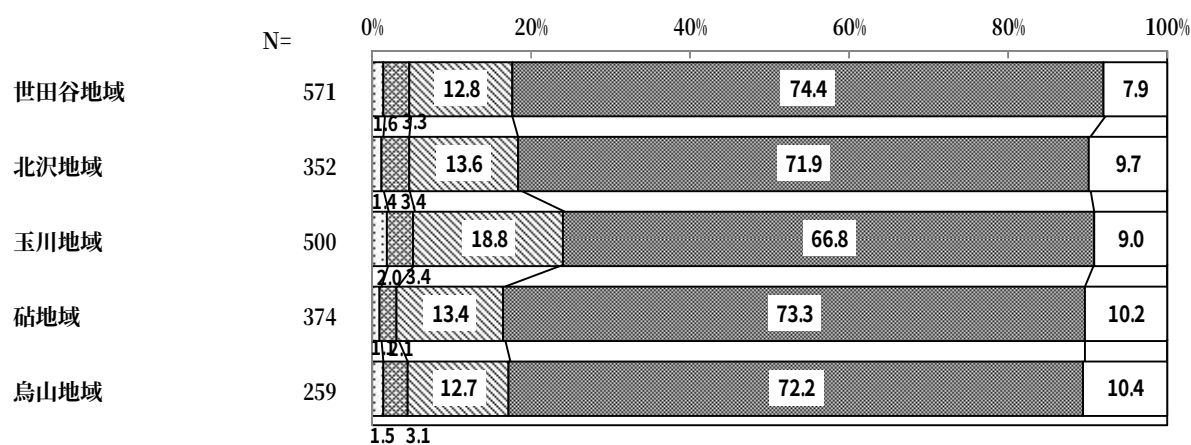
④腸管出血性大腸菌



⑤黄色ブドウ球菌



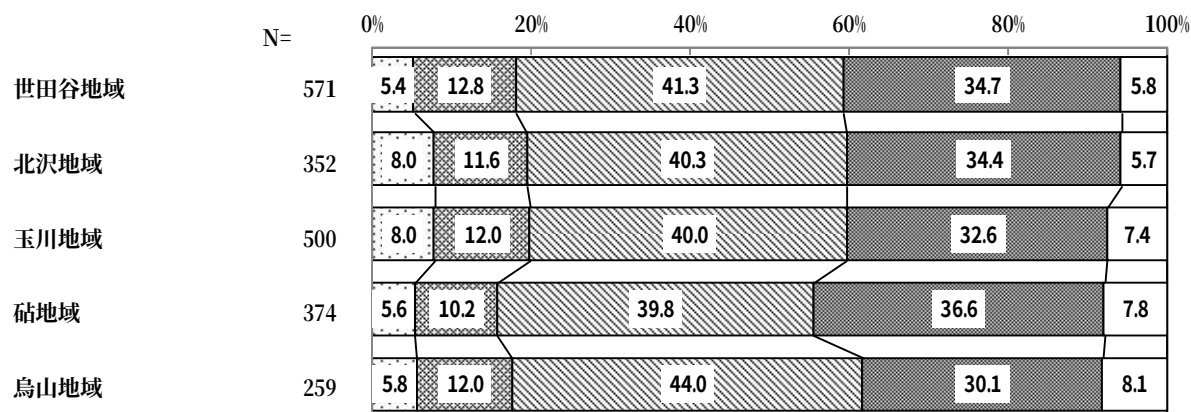
⑥リステリア



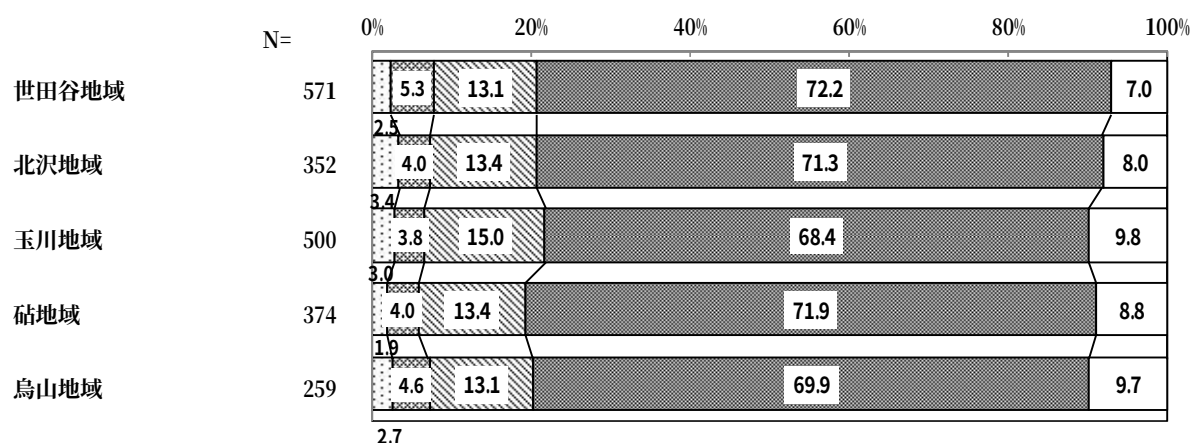
II 調査結果

大変よく知っている
 少し知識がある
 名前は知っている
 全く知らない
 無回答

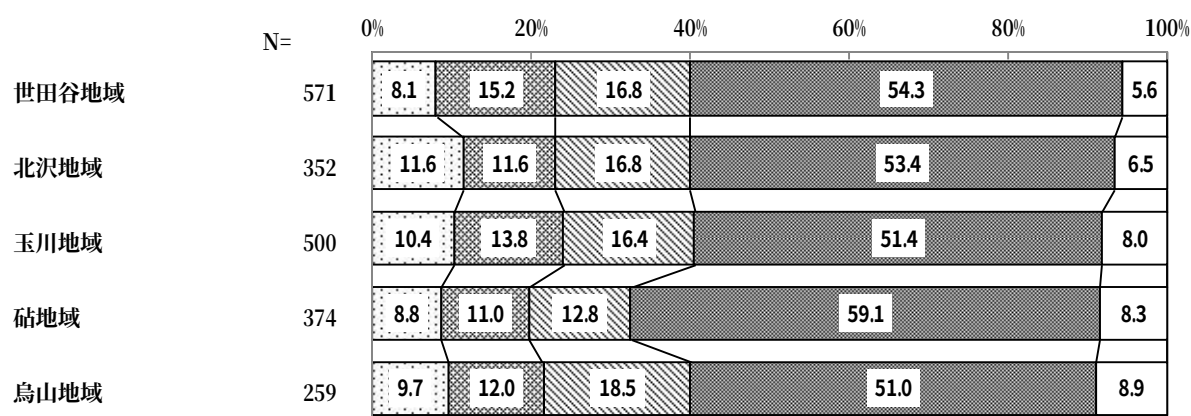
⑦腸炎ビブリオ



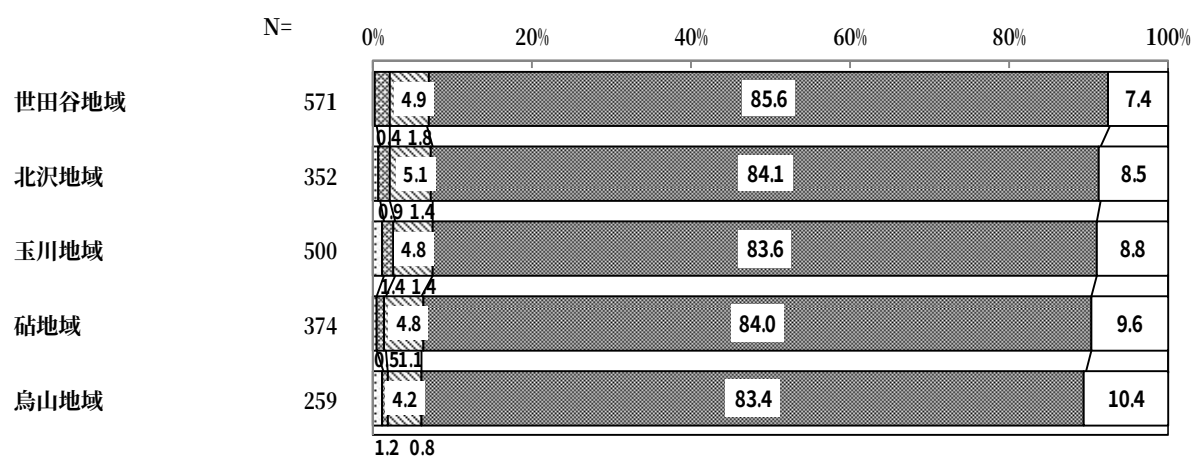
⑧ウェルシュ菌



⑨アニサキス



⑩ クドア

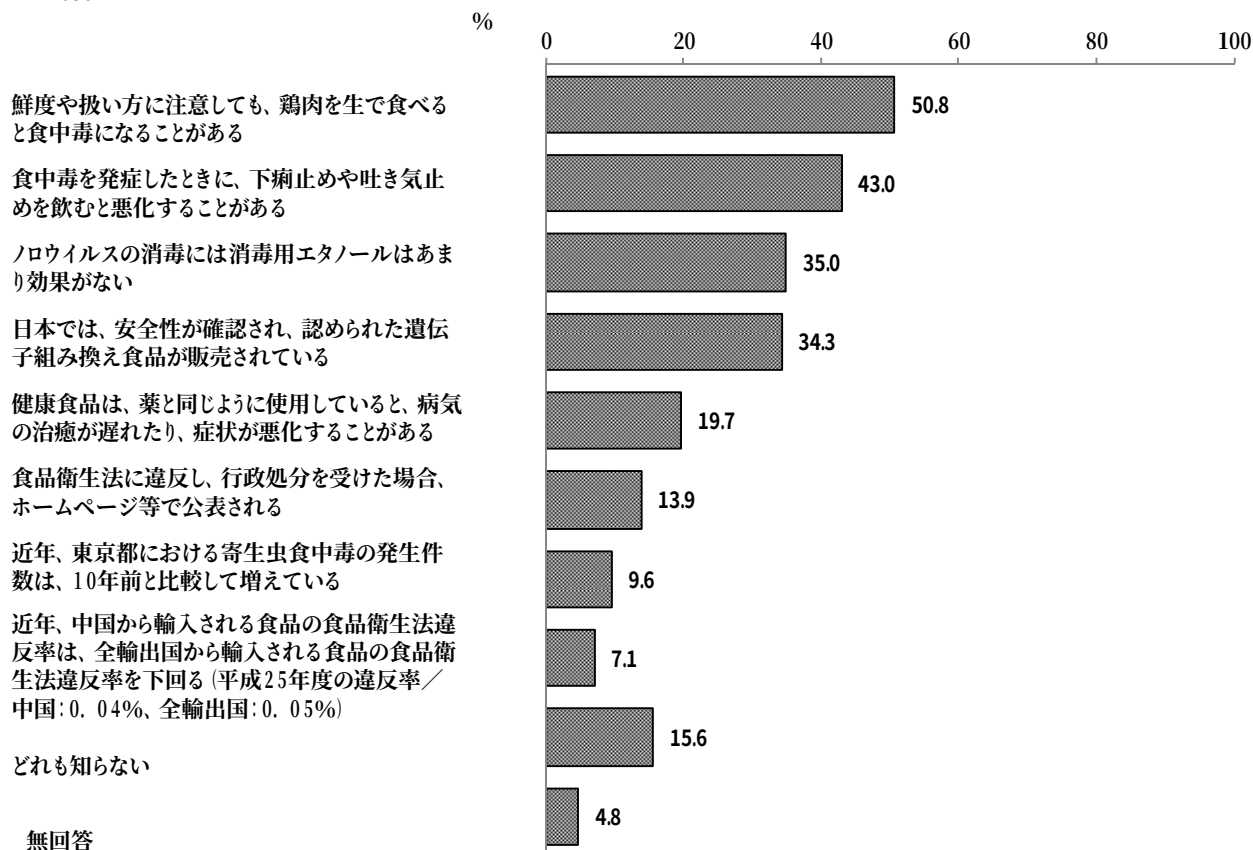


II 調査結果

問 59 食品に関する以下の情報のうち、あなたが知っているものはどれですか。

(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



食品に関する情報の認知度については、「鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある」50.8%が最も高く、次いで、「食中毒を発症したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある」43.0%、「ノロウイルスの消毒には消毒用エタノールはあまり効果がない」35.0%となっている。

性別にみると、「食中毒を発症したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある」は、女性が男性よりも13.5ポイント、「ノロウイルスの消毒には消毒用エタノールはあまり効果がない」は、女性が男性よりも10.1ポイント、「鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある」は、女性が男性よりも8.6ポイント高くなっている。一方、「どれも知らない」は、男性が女性よりも8.7ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある」は、女性の40歳代、50歳代、70歳代で約6割と高く、次いで、男性の40歳代、女性の20歳代で5割台半ばとなっている。「食中毒を発症したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある」は、女性の50歳代で6割と最も高くなっている。男性は全ての年代で半数以下となっている。

地域別にみると、「鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある」は、烏山地域で5割台半ばと最も高く、次いで、玉川地域、砧地域で5割を超えている。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		食中毒を発生したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある	鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある	近年、東京都における寄生虫食中毒の発生件数は、10年前と比較して増えている	ノロウイルスの消毒には消毒用エタノールはあまり効果がない	健康食品は、薬と同じように使用していると、病気の治癒が遅れたり、症状が悪化することがある	日本では、安全性が確認され、認められた遺伝子組み換え食品が販売されている
男 性		35.3	46.1	10.1	29.2	17.7	32.2
女 性		48.8	54.7	9.0	39.3	21.2	36.2
男 性	20歳代	35.9	50.0	7.8	32.8	12.5	23.4
	30歳代	38.5	44.2	7.7	29.8	10.6	33.7
	40歳代	36.7	55.3	12.7	40.0	18.0	28.0
	50歳代	46.2	52.3	11.5	36.2	20.8	40.0
	60歳代	31.2	50.6	12.3	27.3	20.8	33.1
	70歳代	28.2	35.2	8.5	21.1	18.3	35.9
	80歳以上	31.3	28.9	8.4	18.1	19.3	22.9
女 性	20歳代	36.3	56.0	5.5	34.1	18.7	27.5
	30歳代	46.5	51.2	4.2	43.3	13.0	26.0
	40歳代	50.4	59.2	9.7	48.7	20.6	37.8
	50歳代	60.9	58.9	10.4	45.8	24.0	45.3
	60歳代	50.0	52.2	10.2	35.5	22.6	37.6
	70歳代	48.5	59.7	11.9	35.1	32.8	45.5
	80歳以上	33.0	43.3	12.4	13.4	16.5	33.0
世田谷地域		44.7	48.7	11.6	33.6	20.3	34.9
北沢地域		43.8	49.7	8.5	36.1	19.9	34.7
玉川地域		43.6	51.4	9.4	33.8	18.0	34.0
砧地域		39.0	51.3	8.0	37.2	19.0	32.6
烏山地域		42.9	55.2	9.3	35.9	22.4	35.9

II 調査結果

単位：％

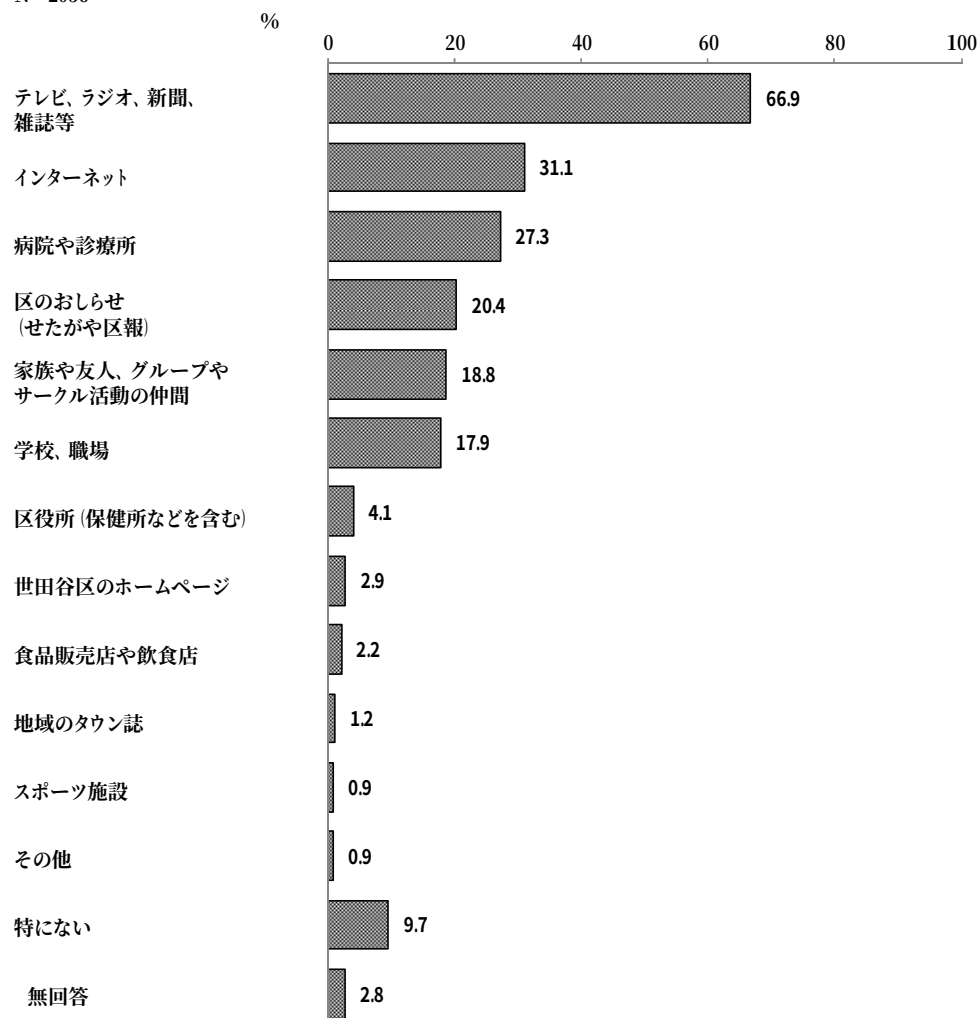
区 分		近 年、中国から輸入される食品の衛生法違反率は、全輸入食品の衛生法違反率を中国：0.05％（平成25年度の衛生法違反率：0.04％、全輸出：0.05％）	た 食 品 衛 生 法 に 違 反 し、行政処分を受ける場合、ホームページ等で公表される	ど れ も 知 ら な い	無 回 答	有 効 回 答 数 (件)
男 性		6.3	17.2	20.8	4.2	848
女 性		7.9	11.7	12.1	4.4	1183
男 性	20歳代	1.6	10.9	20.3	1.6	64
	30歳代	1.9	17.3	22.1	1.9	104
	40歳代	4.7	16.0	22.7	0.7	150
	50歳代	7.7	18.5	17.7	1.5	130
	60歳代	6.5	21.4	17.5	3.9	154
	70歳代	6.3	15.5	20.4	8.5	142
	80歳以上	14.5	16.9	26.5	14.5	83
女 性	20歳代	1.1	6.6	17.6	-	91
	30歳代	6.5	9.3	20.5	1.4	215
	40歳代	6.3	15.1	6.3	2.1	238
	50歳代	10.9	12.0	8.3	1.6	192
	60歳代	7.0	9.7	11.3	3.2	186
	70歳代	9.7	17.2	9.7	8.2	134
	80歳以上	12.4	10.3	14.4	20.6	97
世田谷地域		8.1	14.5	18.7	3.9	571
北沢地域		8.0	11.9	13.1	5.7	352
玉川地域		6.4	15.0	13.8	5.2	500
砧地域		4.3	13.6	16.3	4.5	374
烏山地域		9.7	13.5	14.3	5.0	259

13 感染症予防について

問 60 あなたは、感染症全般についての情報をどのような方法や手段で入手していましたか。

(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



感染症に関する情報の入手方法については、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」66.9%が最も高く、次いで、「インターネット」31.1%、「病院や診療所」27.3%となっている。

性別にみると、「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」は、女性は男性よりも12.9ポイント、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」は、女性が男性よりも8.1ポイント高くなっている。一方、「特にない」は、男性が女性よりも5.4ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」は、女性の60歳代で8割台半ばと最も高く、次いで、女性の70歳代で8割を超え、男性の60歳代、女性の50歳代で約8割となっている。「インターネット」は、男性の30歳代で5割台半ばと最も高く、次いで、女性の30歳代で約5割となっている。

地域別にみると、「病院や診療所」は、玉川地域で3割と最も高く、最も低い北沢地域と比べると、6.1ポイントの差がある。

II 調査結果

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

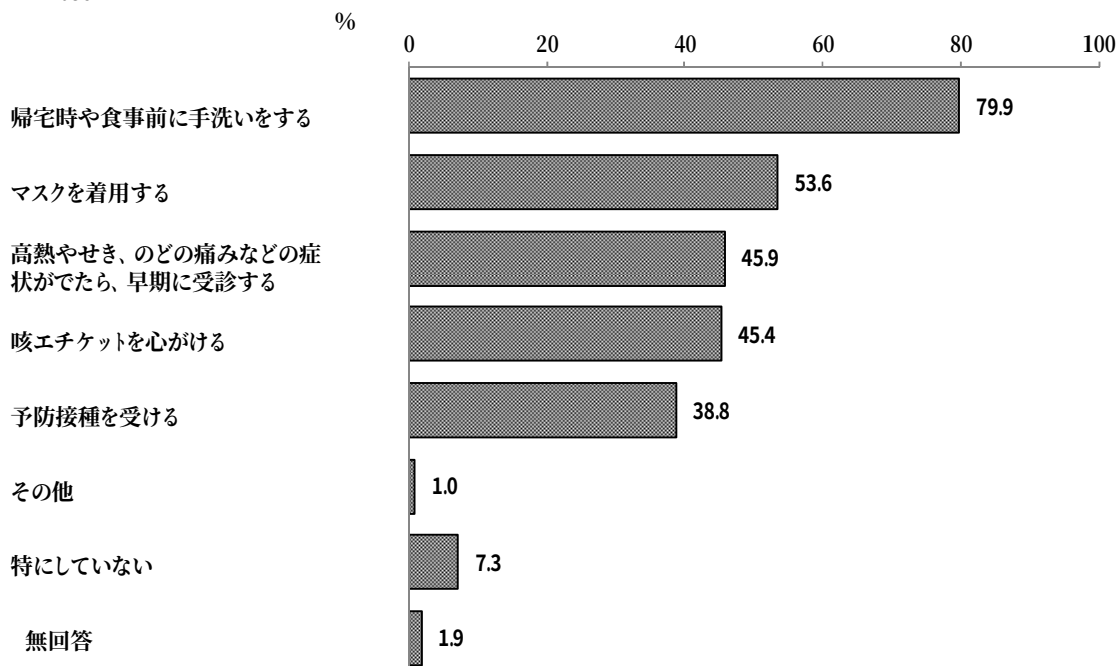
単位：％

区 分		区のおしらせ (せたがや 区報)	世田谷区のホームページ	区役所 (保健所などを含む)	学校、職場	病院や診療所	食品販売店や飲食店	スポーツ施設	家族や友人、グループやサークル活動の仲間	地域のタウン誌	雑誌等	テレビ、ラジオ、新聞、インターネット	その他	特にない	無回答	有効回答数 (件)
男 性		19.6	2.9	5.1	14.9	23.7	1.8	1.2	11.4	0.9	62.4	32.1	0.5	12.9	2.8	848
女 性		21.0	2.9	3.4	20.5	29.8	2.5	0.8	24.3	1.4	70.5	30.8	1.2	7.5	2.3	1183
男 性	20歳代	9.4	3.1	3.1	31.3	23.4	4.7	-	12.5	3.1	54.7	46.9	-	17.2	1.6	64
	30歳代	6.7	1.0	2.9	24.0	14.4	1.0	-	12.5	1.0	47.1	54.8	-	15.4	1.9	104
	40歳代	7.3	4.0	1.3	27.3	18.0	0.7	1.3	10.7	-	59.3	40.7	0.7	14.0	0.7	150
	50歳代	16.9	3.1	3.8	16.9	20.8	1.5	1.5	9.2	-	59.2	37.7	0.8	16.9	2.3	130
	60歳代	24.0	0.6	3.2	5.8	24.0	1.3	1.3	10.4	0.6	77.9	31.8	0.6	5.8	1.3	154
	70歳代	28.2	1.4	6.3	4.2	31.7	1.4	0.7	15.5	2.1	64.1	12.7	0.7	13.4	5.6	142
	80歳以上	43.4	8.4	19.3	1.2	36.1	2.4	3.6	9.6	1.2	62.7	2.4	-	10.8	8.4	83
女 性	20歳代	4.4	-	1.1	26.4	16.5	4.4	-	22.0	-	58.2	44.0	-	16.5	1.1	91
	30歳代	10.2	5.1	1.9	27.4	27.9	2.3	0.9	23.3	1.4	55.8	49.8	1.9	7.4	1.4	215
	40歳代	13.9	3.8	2.1	41.2	31.5	3.4	0.4	26.1	1.7	69.3	45.0	1.7	8.0	0.8	238
	50歳代	18.2	1.0	2.6	23.4	27.1	2.1	-	25.0	2.1	79.2	31.8	1.6	4.7	-	192
	60歳代	28.5	1.6	4.3	7.0	28.5	1.6	0.5	23.1	0.5	83.9	16.1	1.1	5.4	1.6	186
	70歳代	40.3	1.5	6.7	0.7	38.8	3.7	2.2	29.9	1.5	81.3	9.0	-	4.5	4.5	134
	80歳以上	37.1	6.2	5.2	1.0	34.0	1.0	1.0	17.5	2.1	62.9	3.1	-	11.3	8.2	97
世田谷地域		18.7	2.3	3.7	16.8	27.0	1.8	0.9	18.2	1.6	67.6	34.3	1.9	10.0	2.5	571
北沢地域		20.7	2.8	3.7	16.2	23.9	1.7	1.1	15.9	0.6	69.9	28.4	0.3	9.4	3.1	352
玉川地域		21.6	3.6	5.0	17.2	30.0	2.2	0.6	20.6	0.8	65.0	28.8	0.4	10.0	2.8	500
砧地域		19.3	3.7	3.7	21.4	28.6	3.5	0.8	21.4	1.9	67.4	32.6	-	9.1	2.1	374
烏山地域		23.2	1.9	4.2	19.3	25.5	1.9	1.5	17.0	0.8	64.1	30.1	1.5	10.0	4.2	259

問 61 あなたは、感染症予防のためにどのようなことを行っていますか。

(あてはまるものすべてに○)

N= 2056



感染症予防対策については、「帰宅時や食事前に手洗いをする」79.9%が最も高く、次いで、「マスクを着用する」53.6%、「高熱やせき、のどの痛みなどの症状がでたら、早期に受診する」45.9%となっている。

性別にみると、「マスクを着用する」は、女性が男性よりも22.2ポイント、「帰宅時や食事前に手洗いをする」は、女性が男性よりも15.6ポイント高くなっている。一方、「特にしていない」は、男性が女性よりも9.2ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「帰宅時や食事前に手洗いをする」は、女性の50歳代で9割と最も高く、次いで、女性の30歳代、40歳代、60歳代で約9割となっている。「マスクを着用する」は、女性の40歳代、50歳代で7割を超えて高く、女性の30歳代、60歳代で6割台半ばとなっている。

地域別にみると、「マスクを着用する」は、砧地域で約6割と最も高く、最も低い北沢地域と比べると、8.7ポイントの差がある。

II 調査結果

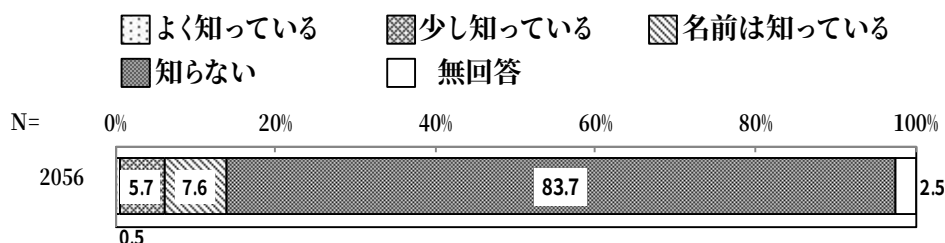
【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区 分		帰宅時や食事前に手洗いを する	咳エチケットを心がける	マスクを着用する	予防接種を受ける	高熱やせき、のどの痛みなどの 症状がでたら、痛早期に受診する	その他	特にしていない	無回答	有効回答数 (件)
男 性		71.1	32.8	40.9	31.7	35.7	0.4	12.7	1.5	848
女 性		86.7	55.0	63.1	44.1	53.3	1.4	3.5	1.7	1183
男 性	20歳代	70.3	20.3	43.8	28.1	23.4	-	14.1	-	64
	30歳代	67.3	27.9	44.2	21.2	25.0	1.0	17.3	1.9	104
	40歳代	68.0	40.0	43.3	35.3	27.3	0.7	16.0	-	150
	50歳代	79.2	38.5	51.5	30.0	36.9	0.8	9.2	1.5	130
	60歳代	77.3	33.8	35.7	26.0	35.1	-	9.1	0.6	154
	70歳代	67.6	31.0	33.1	36.6	46.5	-	14.1	1.4	142
	80歳以上	60.2	26.5	36.1	44.6	49.4	-	12.0	7.2	83
女 性	20歳代	76.9	37.4	58.2	37.4	33.0	-	9.9	-	91
	30歳代	89.8	50.2	63.3	43.3	47.0	1.9	2.3	0.5	215
	40歳代	89.5	64.3	71.8	44.5	50.8	1.7	2.5	0.8	238
	50歳代	90.6	67.2	72.9	43.8	54.2	2.1	2.6	-	192
	60歳代	89.2	53.8	63.4	36.0	54.3	0.5	1.6	1.6	186
	70歳代	82.8	54.5	53.0	50.0	71.6	0.7	3.7	3.7	134
	80歳以上	77.3	40.2	46.4	56.7	58.8	3.1	6.2	6.2	97
世田谷地域		76.7	43.8	51.7	36.4	46.1	1.2	11.2	1.4	571
北沢地域		81.5	42.9	50.9	38.9	44.3	0.9	7.1	2.0	352
玉川地域		79.4	45.0	52.0	39.6	46.6	0.6	6.6	2.2	500
砧地域		84.8	46.5	59.6	42.5	44.9	1.3	4.5	1.9	374
烏山地域		78.8	51.4	56.4	36.7	47.5	0.8	4.2	2.7	259

14 健康せたがやプランについて

問 62 世田谷区は区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことのできる地域社会の実現を目指し、平成24年度から10年にわたる区の総合保健計画として「健康せたがやプラン（第二次）」を策定しました。このプランをご存知ですか。（1つに○）



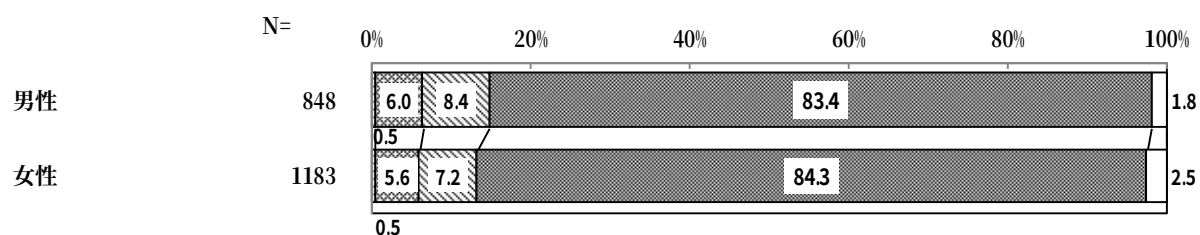
「健康せたがやプラン」の認知度については、「よく知っている」「少し知っている」「名前は知っている」を合わせた「知っている人」は13.8%、「知らない」は83.7%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

性・年代別にみると、「知らない」は、女性の30歳代で約10割と最も高く、次いで、男性の40歳代で9割台半ば、男性の20歳代で、女性の20歳代、40歳代で9割を超えている。

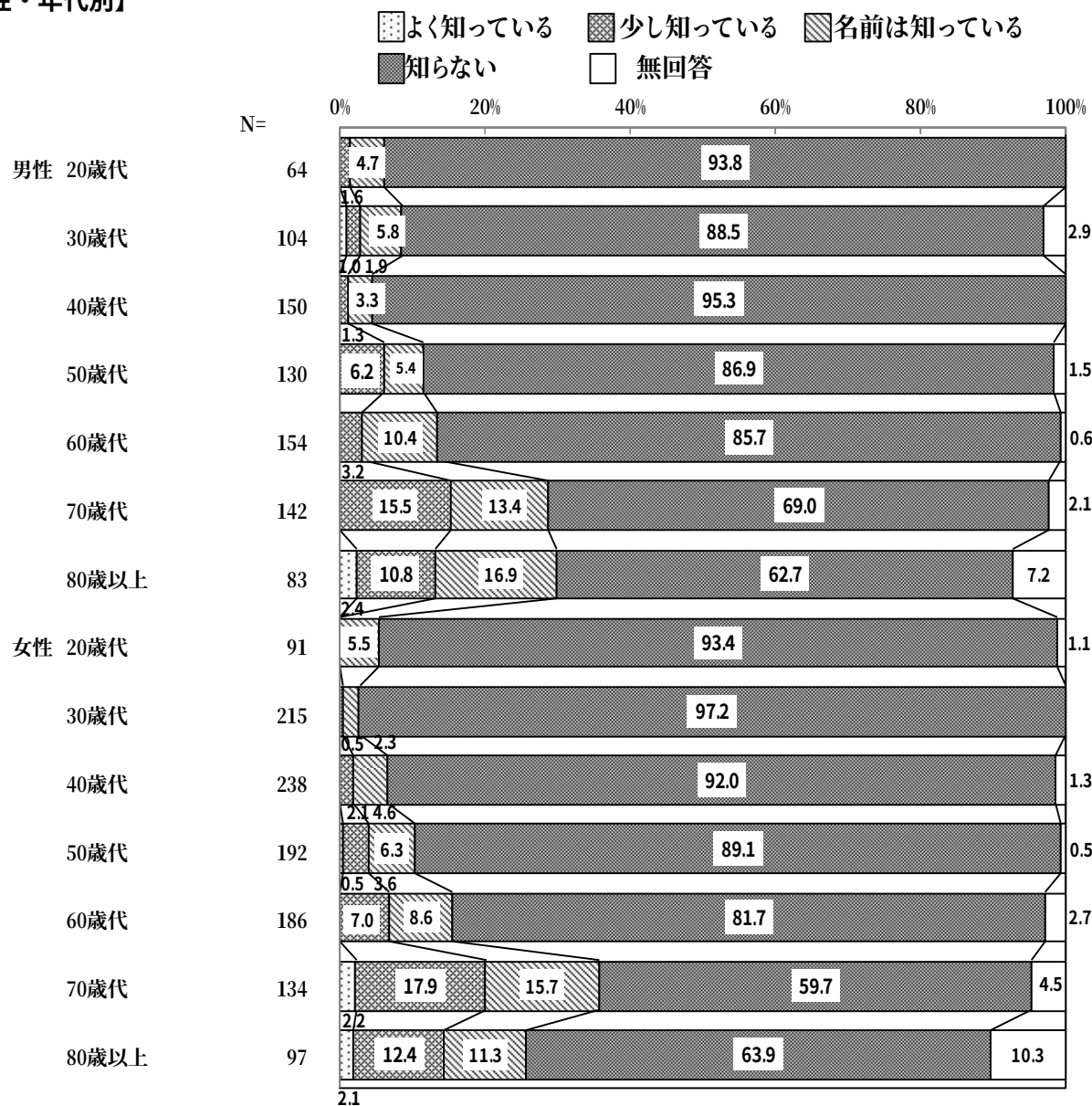
地域別にみると、大きな差異はみられない。

【性 別】

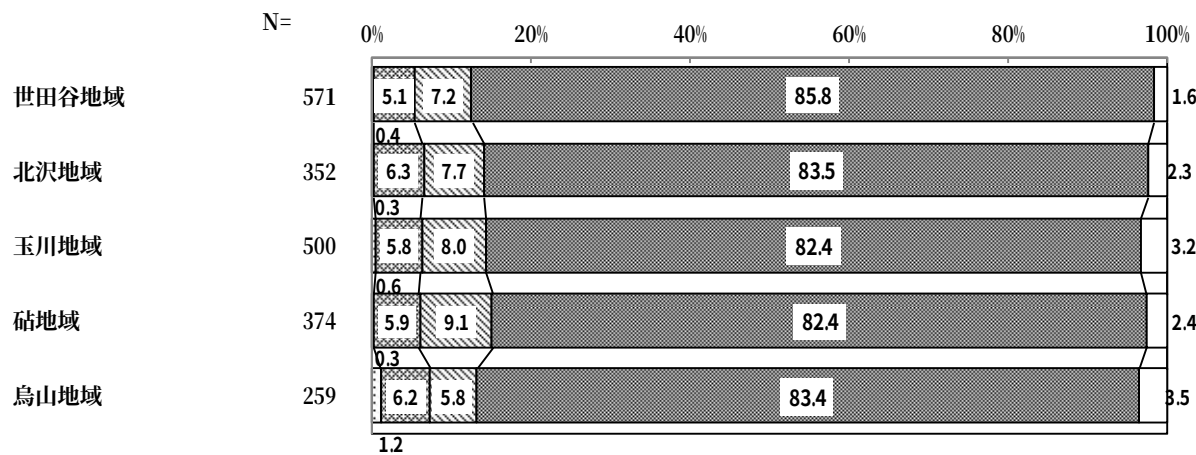


II 調査結果

【性・年代別】



【地 域 別】



III 調査結果のまとめ

III 調査結果のまとめ

調査結果をより明確にし、区民の健康に関する意識や実態などを的確に把握するため、この報告書では調査項目ごとに「性別」、「性・年代別」、「地域別」の調査結果についても示した。これらの結果をもとに、ここでは区民の健康に関する実態や意識をまとめるとともに、「分野ごとのまとめ」、「性・年代別のまとめ」、「地域別のまとめ」として整理した。

1 調査結果の総括

ここでは、調査分野ごとの結果、性別や年代別、地域別の結果を踏まえ、調査結果全体をとりまとめた。まとめにあたっては、「区民の生活習慣」、「区民の健康状態」、「地域の健康づくり活動への参加意欲と地域の特徴」及び「区民の健康意識」の4つの視点で整理した。

なお、調査回答者の主な属性等については次の通り。

- 有効回答率 51.4%（配布数4,000人、有効回答数2,056人）
- 男 女 比 男性41.2% 女性57.5%
- 年 代 比 20歳代7.5% 30～50歳代50.1% 60歳代以上38.9%
- 職 業 比 会社員・公務員等37.3%、自営業8.7%、専業主婦（夫）等20.9%、学生1.5%、無職18.9%、その他8.4%

全体として、女性が男性を上回っているほか、回答者の半数が30～50歳代である。職業比は、会社員・公務員等が最も高く、次いで専業主婦（夫）、無職となっている。

そのほかの属性を補足すると、医療保険の加入状況は、国民健康保険が37.8%、健康保険組合（健保組合）が35.4%と概ね並んでおり、同居者は配偶者が58.1%と最も高く、20歳未満の子どもの有無は「子どもはいない」が50.3%となっている。

区民の生活習慣

<総 括>

- 朝食の摂取状況は、区民全体で「ほとんど毎日食べる」が約8割となっており、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる。また、「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」、「栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている」、「規則正しく食事をするようにしている」を区民の8割前後が実践している。しかし、20歳代から30歳代が他の年代に比べ、食生活の実践状況が低い傾向にある。
- 食生活の実践状況のほか、身体活動を区民全体で76.0%が「している」と回答している中で、女性の20歳代、男性女性ともに30歳代は「していない」が3割を超えることや、運動も女性の20歳代から30歳代は5割から6割が「ほとんどしていない」など、特に改善の必要な年代もある。

III 調査結果のまとめ

- こころの健康については、こころや体の休養をとれていないのは、区民全体で2割台半ばであるが、男性・女性ともに20歳代から50歳代でとれていない割合が高い。また、悩みや不安、ストレスという観点からみると、それらを感じているのは区民全体で約7割だが、ここでも20歳代から30歳代は8割前後と他の年代との差異がみられる。ただし、ストレス等の解消法は、他の年代に比べて「ある」という割合が高い。
- 飲酒については、「ほぼ毎日」飲むは区民全体で21.2%だが、男性の40歳代から60歳代は4割前後と高く、これらの年代は飲酒量も多い傾向にある。
また、喫煙については、「吸ったことはない」が区民全体の54.7%で、「現在、吸っている」（14.5%）を上回っている。しかし、男性の喫煙率が女性に比べて高く、特に、20歳代から40歳代で3割前後となっている。

区民の健康状態

<総括>

- 身長と体重から求める体格指標の一つであるBMIは、「標準」が区民全体で69.7%、「肥満」が16.1%、「やせ」が11.7%となっている。性・年代別にみると、「肥満」は、男性の50歳代で約4割と高い。一方、「やせ」は、女性の20歳代で3割を超えて最も高く、次いで、女性の30歳代で2割を超えている。
- 「歯の本数」は、概して、加齢に伴って少なくなる傾向にあるが、「8020運動」（80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目標にした運動）という視点からみると、男性の80歳以上で33.8%、女性の80歳以上で28.9%が目標を達成している。また、歯や口の状態については、男性・女性ともに「やや不満だが、日常生活には困らない」の割合が各年代で高いものの、「ほぼ満足している」が、男性・女性ともに60歳代以上でそれ以下の年代に比べて比較的高くなっている。
- 治療中の病気や症状は、「特にない」が区民全体で35.5%であり、病気や症状がある中では、「高血圧症」が17.1%、「腰痛・膝痛」が10.5%などとなっている。なお、「高血圧症」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど高くなる傾向があり、80歳以上で5割を超える。

地域の健康づくり活動への参加意欲と地域の特徴

<総括>

- 健康づくりについて自主グループ活動やサークル活動への参加状況は、「参加するつもりはない」が区民全体で68.6%、「参加はしていないが、今後参加したい」23.8%で、「現在、参加している」は4.8%である。「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性の70歳代で約4割と最も高いが、一方、「参加するつもりはない」は、男性の20歳代で約9割、女性の20歳代で8割台半ばである。
- いずれの設問でも、地域による大きな違いというのは少なかったが、次のような点で若干の地域差がみられた。

- ▶ 世田谷地域 自分のふだんの生活習慣をよいと思う人が、烏山地域と並び、他の地域よりも比較的高く、意識して体を動かしている割合も他の地域に比べて高い。
- ▶ 北沢地域 運動をしていない理由で、「一緒に運動する仲間がいない」が他の地域に比べて最も高い。「健康診断を受けていない」が他の地域に比べて最も低い。健康診断を受けていない理由で、「面倒だから」が他の地域に比べて最も高い。
- ▶ 玉川地域 健康に関する情報の収集源で、「病院や診療所」が他の地域に比べて最も高い。がん検診の受診状況は、「子宮がん（女性のみ）」を除けば、概して、他の地域に比べて受診率が高い傾向にあり、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局がある割合も他の地域に比べて高い傾向がみられる。
- ▶ 砧地域 健やかに充実して暮らしている程度で、「あまり暮らせていない」と「暮らせていない」を合わせた割合が約2割と他の地域に比べて最も高い。運動の頻度で、「ほとんどしていない」が他の地域に比べて最も高い。
- ▶ 烏山地域 自分のふだんの生活習慣をよいと思う人が、世田谷地域と並び、他の地域よりも比較的高いが、区への愛着を感じている割合は他の地域に比べて低い。「健康診断を受けていない」が約2割で、他の地域に比べて最も高い。

区民の健康意識

<総括>

- 自分の健康に約9割の区民が関心を持ち、8割を超える区民が主観的健康感を健康だと思い、毎日を健やかに充実して暮らしていると考えている。しかし、自分の生活習慣をよいと思う区民は全体で65.4%であり、特に、20歳代から30歳代で、生活習慣がよくないと認識している区民は多い。
- 健康診断を定期的に受けている区民が65.1%であったり、かかりつけ医やかかりつけ歯科医のある区民が7割を超えるなど、健康管理意識の高い区民は多いと考えられる。しかし、健康診断を「受けていない」区民は全体で13.5%であり、男性・女性ともに20歳代から30歳代で2割から2割台半ばと高く、「受けていない」理由は「面倒だから」が34.9%と最も高い。
- 健康に関する情報の収集源は、区民全体では「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」、「病院や診療所」、「インターネット」の順で高い。「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」は概ね50歳代以上で高いが、「インターネット」は、男性・女性ともに20歳代から40歳代で半数を超える。

2 分野ごとのまとめ

分野別ごとのまとめとして、各分野における全般的な傾向、性・年代別あるいは地域による特徴などを、「II 調査結果」では言及していないことも含め、以下のとおり整理した。

健康状態や意識について

<分野別>

(1) 健康への関心について

- 「自分の健康への関心」（問1）では、「関心がある」が89.1%と高く、性・年代別にみると、男性の60歳代以上、女性の40歳代、50歳代、70歳代で9割を超えている。しかし、男性の20歳代は7割台にとどまる。
- 「自分の主観的健康感」（問2）では、「健康である」と「まあ健康である」を合わせた「健康であると思う人」は82.4%である。性・年代別にみると、「健康であると思う人」は、概ね8割以上となっているが、男性・女性ともに80歳以上で6割台と低くなっている。
- 「健康に関する情報の収集源」（問3）では、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」が72.5%で最も高く、次いで、「病院や診療所」が44.5%、「インターネット」が38.5%となっている。性・年代別にみると、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」は、女性の70歳代で約9割と最も高く、次いで、女性の50歳代、60歳代で8割台半ば、男性の60歳代で約8割となっている。「病院や診療所」は、男性の70歳代で6割を超えて最も高い。また、「インターネット」は、男性・女性ともに20歳代から40歳代で半数を超える。また、地域別にみると、「インターネット」は、北沢地域で4割を超え最も高く、最も低い烏山地域と比べると8.0ポイントの差がある。「病院や診療所」は、玉川地域で約5割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、7.5ポイントの差がある。
- 「健康にとって必要な情報」（問4）では、「生活習慣病に関する情報」が51.1%で最も高く、次いで、「栄養バランスなどに関する情報」、「病気の症状や治療に関する情報」がともに48.8%、「食の安全に関する情報」が44.6%となっている。性・年代別にみると、「生活習慣病に関する情報」は男性の50歳代で6割台半ば、「栄養バランスなどに関する情報」は女性の70歳代で6割台半ばと最も高い。

(2) 健康への意識について

- 「健康に関する意識」（問5）では、「そう思う」と「まあそう思う」を合わせた「そう思う人」が、「自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい」で9割台半ばと最も高く、次いで、「運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ」、「健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ」で約9割となっている。
- 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」は65.4%、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせた「よくないと思う人」は33.6%となっている。性・年代別にみると、「よいと思う人」は、女性の70歳代で8割台半ばと最も高く、次いで、男性の70歳代、80歳以上で8割を超え、女

性の80歳以上で7割台半ばとなっている。一方、「よくないと思う人」が男性の30歳代で6割みられる。

食生活について

<分野別>

(1) 朝食の摂取状況について

- 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど毎日食べる」が77.2%で最も高くなっているが、「ほとんど食べない」が10.1%みられた。性・年代別にみると、「ほとんど毎日食べる」は、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。一方、「ほとんど食べない」は、男性の30歳代で約3割と高くなっている。

(2) 食生活の意識と実践について

- 「食生活の意識」（問11）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」が、「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」で8割と最も高く、次いで、「栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている」、「規則正しく食事をするようにしている」で約8割である。一方、「食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている」は、「まったくしていない」と「あまりしていない」を合わせた「していない人」で5割台半ばとなっている。
- 「野菜の摂取量」（問12）では、「1～2皿」が49.8%で最も高く、次いで、「3～4皿」が35.2%となっている。調査票では1皿目安を70gとしており、野菜350g以上と考えられる「5～6皿」は8.7%、「7皿以上」は1.7%と、合わせて1割である。性・年代別にみると、「1～2皿」は、男性の40歳代で6割台半ばと最も高く、次いで、男性の30歳代で6割を超える。「3～4皿」は、男性では50歳代以上で3割以上、女性では40歳以上で4割以上となっている。
- 「自炊や外食などの頻度」（問13）では、「自分で調理し食事をつくること」を「毎日」が3割台半ばとなっているが、「ほとんどない」が約2割みられる。「自分で食品やお弁当などを購入すること」は、「週に1～2日」で2割と最も高く、次いで、「週に5～6回」で2割となっている。「外食をすること」は、「月に数日」で3割台半ばと最も高く、次いで、「週に1～2日」で2割台半ばとなっている。
- 「主食・主菜・副菜という言葉の認知度」（問15）では、「言葉も意味も知っていた」と「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」を合わせた「言葉を知っていた人」は95.7%となっている。性・年代別にみると、「言葉も意味も知っていた」は、女性の50歳代で9割台半ばと最も高いが、男性の40歳代は5割台半ばにとどまっている。
- 「バランスのよい食事の頻度」（問16）では、「ほとんど毎日」が40.7%で最も高く、次いで、「週に4～5日」23.5%、「週に2～3日」23.2%となっている。性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、女性の70歳代、80歳以上で6割台半ばと高く、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。一方、「ほとんどない」は男性の30歳代、女性の20歳代で約3割と高くなっている。

III 調査結果のまとめ

- 「副菜の摂取頻度」（問17）では、「ほとんど毎日」が36.5%で最も高く、次いで、「週に2～3日」27.6%、「週に4～5日」23.2%となっている。性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、女性の80歳以上で約6割と最も高く、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。

身体活動・運動について

<分野別>

(1) 意識した身体活動の取り組みについて

- 「身体活動の状況」（問18）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は76.0%、「あまりしていない」と「まったくしていない」を合わせた「していない人」は23.3%となっている。性・年代別にみると、「していない人」は、男性の80歳以上、女性の20歳代、30歳代で3割を超えて高く、男性の30歳代も3割みられる。

(2) 歩く時間と運動について

- 「1日で歩く時間」（問19）では、「30分以上1時間未満」が35.6%で最も高くなっている。性・年代別にみると、「30分以上1時間未満」は、男性の60歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性・女性の70歳代で4割となっている。「15分以上30分未満」は、男性の80歳以上で約4割と最も高く、次いで、女性の40歳代で3割を超えている。
- 「運動の頻度」（問20）では、「週2回以上」と「週1回程度」を合わせた「週1回以上運動をしている人」は37.6%、「ほとんどしていない」は42.9%となっている。性・年代別にみると、「ほとんどしていない」は、女性の30歳代で約6割と最も高く、次いで、女性の20歳代、80歳以上で5割を超えている。男性では、40歳代で4割台半ばと最も高い。
- 「運動をほとんどしていない理由」（問20-2）では、「仕事や家事で疲れている」が46.1%で最も高く、次いで、「運動する時間がない」が39.0%となっている。性・年代別にみると、「仕事や家事で疲れている」は、女性の40歳代で約7割と最も高く、次いで、女性の30歳代で6割を超え、男性の40歳代で6割となっている。「運動する時間がない」は、女性の20歳代で6割を超えて最も高く、次いで、男性の30歳代、50歳代で約6割となっている。

休養、こころの健康について

<分野別>

(1) こころやからだの休養について

- 「こころや体の休養」（問21）では、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「とれている人」は73.0%となっている。一方、「あまりとれていない」と「いつもとれていない」を合わせた「とれていない人」が26.0%みられる。性・年代別にみると、「とれていない人」は、男性の40歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性の30歳代、50歳代で3割台半ばとなっている。女性では、30歳代と40歳代で3割を超えて最も高くなっている。
- 「睡眠時間」（問22）では、「7～8時間未満」が29.6%で最も高く、次いで、「6～7時間未満」が28.2%、「8～9時間未満」が14.9%となっている。性・年代別にみると、「7～8時間未満」は、男性の20歳代、60歳代で約4割と最も高く、次いで、女性の20歳代、60

歳代、70歳代で3割台半ばとなっている。「6～7時間未満」は、男性の30歳代から50歳代、女性の20歳代、30歳代、50歳代で3割台半ばと高くなっている。なお、「5～6時間」は、男性・女性ともに50歳代で2割台半ば近い。

- 「睡眠の充足度」（問23）では、「いつもある」と「ときどきある」を合わせた「ある人」は68.6%、「ないことが多い」と「全くない」を合わせた「ない人」は30.9%となっている。性・年代別にみると、「ない人」は、男性の40歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の20歳代、女性の20歳代、30歳代で約4割となっている。

（2）悩みや不安、ストレスについて

- 「悩みや不安、ストレス」（問24）では、「まったくなかった」と「あまりなかった」を合わせた「なかった人」は32.0%、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は67.7%となっている。性・年代別にみると、「あった人」は、女性の20歳代、30歳代で8割台半ばと高く、次いで、男性の30歳代で8割を超えている。
- 「ストレスの解消法の有無」（問25）では、「ある」60.2%、「ない」11.8%となっている。性・年代別にみると、「ある」は、男性の20歳代、30歳代、女性の20歳代、50歳代で約7割と高くなっている。また、男性・女性ともに、80歳以上が5割以下で低い。
- 「悩みなどの相談先」（問26）では、「配偶者」が49.8%で最も高く、次いで、「友人」が48.1%、「両親」が20.9%となっている。なお、「相談できる人はいない」は4.1%、「相談しない」は9.4%みられる。性・年代別にみると、「配偶者」は、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高く、逆に「友人」は、概ね年齢が低いほど高い傾向がみられる。また、「相談しない」は、男性の40歳代から60歳代で1割台半ばと高くなっている。

飲酒について

<分野別>

（1）飲酒の摂取状況について

- 「飲酒の平均回数」（問27）では、「アルコールは飲まない」32.3%が最も高く、次いで、「ほぼ毎日」21.2%、「週に1～2回」13.0%となっている。性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性の60歳代で4割を超えて最も高く、次いで、男性の40歳代、50歳代で約4割となっている。
- 「1日の飲酒量」（問28）では、「日本酒にして1合くらい」が32.9%、「日本酒にして2合くらい」が17.2%となっている。性・年代別にみると、「日本酒にして1合くらい」は、女性の50歳代で4割台半ばと最も高いが、「日本酒にして2合くらい」は、男性の50歳代で約4割と高くなっている。

（2）飲酒の知識について

- 「多量飲酒等による影響の認知度」（問30）では、「アルコール依存症（アルコール中毒）」が87.2%で最も高く、次いで、「肝臓病」が86.3%、「糖尿病」が51.4%と続いている。「胎児性アルコール障害」、「低出生体重児の増加」、「流産・早産の恐れ」は、女性が男性よ

III 調査結果のまとめ

りも高く、性・年代別でも各年代で女性が上回っている。

喫煙について

<分野別>

(1) 喫煙の状況について

- 「喫煙の状況」（問31）では、「吸ったことはない」が54.7%で最も高く、次いで、「以前吸っていたがやめた」が28.5%、「現在、吸っている」が14.5%となっている。性・年代別にみると、「現在、吸っている」は、男性の30歳代で3割と最も高く、次いで、男性の20歳代、40歳代で約3割となっている。
- 「やめたい・減らしたい意向」（問31-2）では、「たばこの本数を減らしたい」が12.5%、「たばこをやめたい」が11.6%であり、「たばこをやめたい・減らしたいと思わない」の9.8%を上回っている。

(2) 喫煙・受動喫煙の知識について

- 「COPDの認知度」（問32）では、「知らない」が66.3%で最も高く、「どんな病気か知っている」と「名前は聞いたことがある」を合わせた「知っている人」は30.8%である。性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の60歳代で約4割と最も高くなっているが、男性・女性とも各年代で「知らない」が6割以上である。
- 「受動喫煙による影響の認知度」（問33）では、「肺がん」が88.9%で最も高く、次いで、「気管支喘息」が60.4%、「肺炎・気管支炎」が52.6%となっており、それ以外の疾病等についての認知度は3割以下である。「早産」、「乳幼児突然死症候群」、「低出生体重児」、「小児喘息」、「発達障害」のような妊娠期に胎児や母体へ影響があるもので、女性と男性の認知度が大きく異なり、性・年代別でも各年代で女性が上回っている。

口と歯の健康について

<分野別>

(1) 歯と口の状況について

- 「歯の本数」（問35）では、「25本以上」が62.1%で最も高く、次いで、「20～24本」が15.0%、「10本未満」が6.9%となっている。性・年代別にみると、「10本未満」は、男性の80歳以上で4割を超えて最も高く、次いで、女性の80歳代で約3割となっている。
- 「歯や口の状態」（問37）では、「やや不満だが、日常生活には困らない」が60.8%で最も高く、次いで、「ほぼ満足している」が26.5%、「不自由や苦痛を感じている」が8.3%となっている。
- 「咀嚼の状況」（問40）では、「硬い食べ物でも何でもよく噛んで食べることができる」と「噛みにくい食べ物もあるが大抵のものは噛んで食べることができる」を合わせた「噛んで食べることができる人」は94.7%で、「あまり噛めないので食べ物が限られる」と「噛んで食べることはできない」を合わせた「噛んで食べることが困難な人」は4.0%となっている。

(2) 歯や口の健康に関する知識と実践について

- 「歯や歯ぐきの健康のための取り組み」（問36）では、「歯と歯の間を清掃するための器具（デンタルフロス、歯間ブラシなど）を使うようにしている」が45.9%で最も高く、次いで、「定期的に歯科健診等を受けるようにしている」が43.9%、「歯石をとってもらおうようにしている」が39.3%となっている。その一方で、「特に取り組んでいることはない」が16.1%みられる。性・年代別にみると、「特に取り組んでいることはない」は、男性の20歳代で3割を超えて最も高く、次いで、男性の40歳代で約3割、男性の30歳代、50歳代で2割台半ばとなっている。
- 「歯周病のリスクの認知度」（問38）では、「どちらも知っている」、「糖尿病については知っていた」、「喫煙については知っていた」を合わせて「知っている人」は59.3%、「どちらも知らない」は38.8%となっている。性・年代別にみると、「どちらも知らない」は、男性の40歳代、女性の80歳以上で4割台半ばとなっている。
- 「『8020運動』の認知度」（問39）では、「言葉も内容もよく知っている」と「言葉は知っているが、内容はわからない」を合わせた「知っている人」は46.5%だが、「言葉も内容も知らない」が51.7%と高くなっている。性・年代別にみると、「言葉も内容も知らない」は、男性の各年代で5割以上であり、特に、20歳代で7割台半ばと高くなっている。

健康管理について

<分野別>

（1）自身の健康管理とかかりつけ医等について

- 「自分の体重のチェック頻度」（問41）では、「ほとんどチェックしていない」が23.9%で最も高く、次いで、「ほぼ毎日」23.2%、「月に1~2回」22.0%となっている。性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性・女性ともに20歳代から60歳代にかけて年齢が上がるほど高くなる傾向がある。「ほとんどチェックしていない」は、男性の20歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の30歳代で約4割、男性の40歳代で3割となっている。
- 「BMI」（問42）では、「標準」が69.7%で最も高く、次いで、「肥満」が16.1%、「やせ」が11.7%となっている。性・年代別にみると、「肥満」は、男性の50歳代で約4割と最も高く、次いで、男性の30歳代、60歳代で2割台半ばとなっている。一方、「やせ」は、女性の20歳代で3割を超えて最も高く、次いで、女性の30歳代で2割を超えている。
- 「自分の血圧の値や血糖値、コレステロール値の認知度」（問44）では、「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は、「自分の血圧の値について」で85.1%、「自分の血糖値について」で59.0%、「自分のコレステロール値について」で62.4%となっており、把握しやすさによる認知度の違いがみられる。また、男性・女性ともに概ね年代が低いほど認知度は低く、血糖値とコレステロール値では、男性・女性とも20歳代の7割前後が「知らない」と回答している。
- 「かかりつけ医・歯科医・薬局の有無」（問49）では、かかりつけ医が「ある」は70.2%、かかりつけ歯科医が「ある」は73.2%で、性・年代別にみると、男性・女性とも概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がみられる。その一方で、かかりつけ薬局が「ある」は50.4%となっており、男性の20歳代から60歳代、女性の20歳代から40歳代で5割を下回っている。

III 調査結果のまとめ

(2) 健康診断について

- 「健康診断の受診状況」（問43）では、「定期的に受けている」が65.1%で最も高くなっているが、「受けていない」が13.5%みられる。性・年代別にみると、「受けていない」は男性・女性ともに20歳代から30歳代で高く、2割から2割台半ばである。
- 「健康診断を受けていない理由」（問43-1）では、「面倒だから」が34.9%で最も高く、次いで、「費用がかかるから」が24.1%、「職場に健康診断の制度がないから」が23.7%となっている。

(3) がん検診について

- 「がん検診の受診状況」（問45）では、「定期的に受けている」と「定期的ではないが受けている」を合わせた「受けている人」は、「子宮がん（女性のみ）」で約7割と最も高く、次いで、「乳がん（女性のみ）」で6割台半ば、「胃がん」で約5割となっている。なお、女性は、女性特有の「子宮がん（女性のみ）」、「乳がん（女性のみ）」を「定期的に受けている」が3割を超えているのに対して、「胃がん」、「肺がん」、「大腸がん」は2割以下となっている。
- 「区でがん検診を受けられる制度の認知度」（問46）では、「内容まで知っている」と「内容まではわからないが、制度があることは知っている」を合わせた「知っている人」は83.1%となっている。一方、「制度があることを知らない」が14.6%みられる。性・年代別にみると、「制度があることを知らない」は、男性の20歳代で約8割、男性の30歳代で5割台半ばと高くなっている。
- 「職場でのがん検診制度の有無」（問47）では、「ある」と「一部のがんのみある」を合わせた「ある人」は25.4%となっている。性・年代別にみると、「ある人」は、男性50歳代で4割台半ばと最も高く、次いで、男性の40歳代で4割を超え、女性の40歳代で約4割となっている。

(4) 治療中の病気や症状について

- 「治療中の病気や症状」（問48）では、「特にない」が35.5%で最も高く、次いで、「高血圧症」が17.1%、「腰痛・膝痛」が10.5%となっている。性・年代別にみると、「高血圧症」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど高くなる傾向があり、80歳以上で5割を超える。

地域活動について

<分野別>

(1) 地域におけるグループなどの活動について

- 「健康づくりについて自主グループ活動やサークル活動への参加状況」（問50）では、「参加するつもりはない」が68.6%で最も高く、次いで、「参加はしていないが、今後参加したい」23.8%で、「現在、参加している」は4.8%にとどまっている。性・年代別にみると、「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性の70歳代で約4割と最も高い。その一方で、

「参加するつもりはない」は、男性の20歳代で約9割、男性の40歳代、女性の20歳代で8割台半ばと高くなっている。

- 「参加するのに必要な条件」（問50-1）では、「身近な場所で参加できる」が60.0%で最も高く、「専門家の指導が得られる」が32.4%、「費用が手ごろである」が31.2%となっている。性別にみると、「身近な場所で参加できる」と「専門家の指導が得られる」は女性が男性よりも高く、一方、「自分の趣味や経験、知識が得られる」と「活動によって人間関係が広がる」は男性が女性よりも高い。

（2）地域のつながりについて

- 「地域のつながりの印象」（問53）では、「強い方だと思う」と「どちらかといえば強い方だと思う」を合わせた「強い方だと思う人」は19.8%、「どちらかといえば弱い方だと思う」と「弱い方だと思う」を合わせた「弱い方だと思う人」は68.0%となっている。性・年代別にみると、「弱い方だと思う人」は、女性の20歳代で8割台半ばと最も高く、次いで、男性の40歳代で8割、男性の30歳代で約8割となっている。また、地域別にみると、「弱い方だと思う人」は、世田谷地域で7割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、9.7ポイントの差がある。

生活環境について

<分野別>

（1）住まいの環境について

- 「住まいで気になること」（問54）では、「特にない」が41.0%で最も高く、次いで、「結露の発生」が18.3%、「カビの発生」が16.1%となっている。

（2）住まいの換気について

- 「住まいの換気状況」（問55）では、「朝起きたとき」が60.2%で最も高く、次いで、「掃除のとき」が59.1%、「炊事のとき」が42.4%となっている。性・年代別にみると、「朝起きたとき」、「掃除のとき」、「炊事のとき」のいずれも女性の40歳代から50歳代で高くっており、特に、「朝起きたとき」と「掃除のとき」は7割以上である。
- 「住まいの換気口の状態」（問56）では、「常に開けている」が39.0%で最も高く、「常に閉めている」が10.9%、「換気口がどこにあるかわからない」が10.2%となっている。一方、「換気口がどこにあるかわからない」が10.2%、「換気口はない」が8.0%みられる。

食品衛生について

<分野別>

（1）食中毒を防ぐための実践について

- 「食中毒を防ぐために行っていること」（問57）では、「冷蔵が必要な食品は、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」が86.8%で最も高く、次いで、「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」が68.5%、「肉は生で食べない」が63.1%となっている。「特になし」を除

III 調査結果のまとめ

いた全てで女性が男性よりも高く、性・年代別にみると、特に「冷蔵が必要な食品は、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」は女性の40歳代から70歳代で9割台半ば、女性の30歳代で9割と高くなっている。一方、「特になし」は男性の20歳代で1割台半ば、男性の30歳代で1割みられる。

(2) 食中毒の知識について

- 「食中毒の原因物質の認知度」（問58）では、「大変よく知っている」と「少し知識がある」と「名前は知っている」を合わせた「知っている人」は、「ノロウイルス」で9割台半ばと最も高く、「サルモネラ」で9割を超え、「黄色ブドウ球菌」で約8割となっている。一方、「全く知らない」は、「クドア」で8割台半ばと最も高く、次いで、「リステリア」で7割を超え、「ウェルシュ菌」で7割となっている。
- 「食品情報の認知度」（問59）では、「鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある」が50.8%で最も高く、次いで、「食中毒を発症したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある」が43.0%、「ノロウイルスの消毒には消毒用エタノールはあまり効果がない」が35.0%となっている。

感染症予防について

<分野別>

(1) 感染症情報について

- 「感染症情報の入手方法」（問60）では、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」が66.9%で最も高く、次いで、「インターネット」が31.1%、「病院や診療所」が27.3%となっている。一方で、「特になし」が9.7%みられる。

(2) 感染症予防の実践について

- 「感染症予防のために行っていること」（問61）では、「帰宅時や食事前に手洗いをする」が79.9%で最も高く、次いで、「マスクを着用する」が53.6%、「高熱やせき、のどの痛みなどの症状がでたら、早期に受診する」が45.9%となっている。一方、「特にしていない」が7.3%みられる。性・年代別にみると、「特にしていない」は、男性で50歳代から60歳代を除いた各年代で1割を超え、特に、30歳代で約2割となっている。

健康せたがやプランについて

<分野別>

- 「健康せたがやプラン（第二次）の認知度」（問62）では、「よく知っている」、「少し知っている」、「名前は知っている」を合わせた「知っている人」は13.8%で、「知らない」は83.7%と高くなっている。

3 性・年代別のまとめ

分野別の調査結果から年代別の特徴を浮き彫りにするために、若い世代の「20歳代」、働き盛りや子育て世代といわれる「30歳代から50歳代」、セカンドライフを見据え「60歳以上」に分け、健康増進という視点に絞って、「II 調査結果」では言及していないことも含め、以下のとおり整理した。

20歳代

<性・年代別>

(1) 健康状態や意識について

- 「自分の健康への関心」（問1）では、他の年代と同様に「関心がある」は高いものの、多くの性・年代で8割以上となっている中で、男性の20歳代は7割台にとどまり、この層は「どちらともいえない」が25.0%となっている。
- 「健康に関する情報の収集源」（問3）では、男性・女性ともに「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」か「インターネット」の割合が高く、特に、「インターネット」は女性で65.9%と他の年代に比べて最も高い。また、男性では「学校、職場」の割合が高く、37.5%で他の年代に比べて最も高い。
- 「健康にとって必要な情報」（問4）では、男性・女性ともに「栄養バランスなどに関する情報」の割合が最も高く、特に、女性は60.4%となっている。このあとには、男性は「生活習慣病に関する情報」（46.9%）、「こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報」（42.2%）と続き、女性は「こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報」（46.2%）、「食の安全に関する情報」（41.8%）と続く。「生活習慣病に関する情報」は男性が女性よりも19.4ポイント高く、性別による違いが大きく、また、女性の「こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報」の割合は、他の年代に比べて最も高い。
- 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、男性で「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」は50.0%、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせた「よくないと思う人」は50.1%と、二極化している。女性で「よくないと思う人」は42.9%だが、女性の中では他の年代に比べて最も高くなっている。

(2) 食生活について

- 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど食べない」が男性で17.2%、女性で15.4%となっており、男性・女性ともに30歳代に次いで高くなっている。
- 「野菜の摂取量」（問12）では、男性・女性ともに「1～2皿」の割合が5割台半ばから約6割と高く、皿数が増えるほど低くなる。
- 「バランスのよい食事の頻度」（問16）では、男性・女性ともに「ほとんど毎日」が他の年代に比べて最も低く、特に、男性の20歳代は12.5%にとどまる。また、「ほとんどない」女性で28.6%と他の年代に比べて最も高くなっている。

III 調査結果のまとめ

(3) 身体活動・運動と休養、こころの健康について

- ☐ 「身体活動の状況」（問18）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は、男性で84.4%、女性で68.2%と、性別による違いが大きい。
- ☐ 「運動の頻度」（問20）では、「週2回以上」と「週1回程度」を合わせた「週1回以上運動をしている人」は、男性で31.2%、女性で24.2%と男性が高い。さらに、「ほとんどしていない」は、男性が29.7%であるのに対し、女性は52.7%と、性別による違いが大きい。
- ☐ 「こころや体の休養」（問21）では、「あまりとれていない」と「いつもとれていない」を合わせた「とれていない人」は、男性・女性ともに3割前後となっている。
- ☐ 「悩みや不安、ストレス」（問24）では、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は、男性で79.7%、女性で86.8%となっており、特に、女性の中では他の年代に比べて最も高くなっている。

(4) 飲酒と喫煙について

- ☐ 「飲酒の平均回数」（問27）では、男性・女性ともに「月に1～2回」の割合が3割前後と高くなっている。
- ☐ 「1日の飲酒量」（問28）では、男性・女性ともに「日本酒にして1合くらい」の割合が約4割と高くなっている。
- ☐ 「喫煙の状況」（問31）では、「吸ったことはない」の割合が男性で6割台半ば、女性で8割を超えて高くなっている。「現在、吸っている」は、男性で28.1%、女性で4.4%となっており、性別による違いが大きい。

(5) 口と歯の健康について

- ☐ 「歯の本数」（問35）では、男性・女性ともに「25本以上」の割合が8割台半ばから約9割で、それぞれの性別の中で最も高くなっている。
- ☐ 「歯や口の状態」（問37）では、男性・女性ともに「ほぼ満足している」よりも「やや不満だが、日常生活には困らない」の割合が高くなっている。

(6) 健康管理や地域活動について

- ☐ 「BMI」（問42）では、男性・女性ともに「標準」の割合が高いが、女性では「やせ」が31.9%と他の年代に比べて最も高くなっている。
- ☐ 「健康診断の受診状況」（問43）では、男性・女性ともに「定期的に受けている」の割合が高いが、「受けていない」が男性で20.3%、女性で25.3%となっており、特に、女性は他の年代に比べて最も高くなっている。
- ☐ 「がん検診の受診状況」（問45）では、男性・女性ともにいずれのがん検診も「受けたことがない」の割合が高く8割以上となっているが、女性特有の「子宮がん（女性のみ）」は54.9%にとどまり、「定期的ではないが受けている」が28.6%である。
- ☐ 「健康づくりについて自主グループ活動やサークル活動への参加状況」（問50）では、「参加するつもりはない」が、男性で89.1%、女性で85.7%と高くなっている。

30歳代から50歳代

<性・年代別>

(1) 健康状態や意識について

- 「自分の健康への関心」（問1）では、男性・女性ともに「関心がある」は8割以上であり、特に、女性の40歳代で9割を超え他の年代に比べて最も高い。
- 「健康に関する情報の収集源」（問3）では、男性・女性ともに「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」か「インターネット」の割合が高いことは20歳代と変わらないが、男性・女性ともに「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」は年齢が上がるほど高くなり、逆に「インターネット」は年齢が上がるほど低くなる。
- 「健康にとって必要な情報」（問4）では、男性は「生活習慣病に関する情報」の割合が最も高く、特に50歳代で66.9%と他の年代に比べて最も高い。女性は「生活習慣病に関する情報」、「栄養バランスなどに関する情報」、「食の安全に関する情報」、「気軽にできる運動に関する情報」、「病気の症状や治療に関する情報」といった割合が高い傾向にあり、40歳代はこれらの全て5割以上である。
- 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせた「よくないと思う人」は、男性の30歳代で60.6%と他の年代に比べて最も高く、この年代をピークに年齢が上がるほど低くなる。女性は「よくないと思う人」が30歳代と40歳代で約4割である。

(2) 食生活について

- 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど食べない」が男性の30歳代で27.9%と他の年代に比べて最も高い。なお、女性の30歳代は「ほとんど食べない」が16.3%で、女性の中で最も高い。
- 「野菜の摂取量」（問12）では、男性・女性ともに「1～2皿」の割合が概ね高く、特に、男性の30歳代で62.5%、40歳代で65.3%と他の年代に比べて高くなっている。調査票では1皿目安を70gとしており、野菜350g以上と考えられる「5～6皿」と「7皿以上」の合計をみると、男性の30歳代、40歳代は5%前後であるのに対して、女性の同年代は1割前後となっている。
- 「バランスのよい食事の頻度」（問16）では、男性・女性ともに「ほとんど毎日」が概ね年齢が上がるほど高くなり、女性の40歳代から50歳代で約4割である。また、「ほとんどない」は男性の30歳代で27.9%と高くなっている。

(3) 身体活動・運動と休養、こころの健康について

- 「身体活動の状況」（問18）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は、男性で20歳代が84.4%であったのに対して、30歳代で69.3%、40歳代と50歳代で7割台半ばと低くなり、特に、30歳代で「まったくしていない」が11.5%と高くなっている。女性では「している人」は年齢が上がるほど高くなり、50歳代で81.8%となる。

III 調査結果のまとめ

- 「運動の頻度」（問20）では、「週2回以上」と「週1回程度」を合わせた「週1回以上運動をしている人」は、男性はこの年代を通じて3割台と概ね並んでいるが、女性は年齢が上がるほど高くなり40歳代で4割を超える。「ほとんどしていない」は、男性の40歳代で45.3%、女性の30歳代で58.1%となっており、それぞれの性別の中で他の年代に比べて最も高くなっている。
- 「こころや体の休養」（問21）では、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「とれている人」は、男性の40歳代で57.3%と他の年代に比べて最も低くなっている。そのため、「あまりとれていない」と「いつもとれていない」を合わせた「とれていない人」は、男性の40歳代で42.0%に上る。
- 「悩みや不安、ストレス」（問24）では、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は、男性の30歳代で81.7%となっており、年齢が上がるほど低くなる。女性の30歳代は83.2%で、20歳代に次いで高くなっている。

（4）飲酒と喫煙について

- 「飲酒の平均回数」（問27）では、概して男性の方が女性よりも平均回数が多く、「ほぼ毎日」は男性の40歳代から50歳代で約4割となっている。
- 「1日の飲酒量」（問28）では、男性・女性ともに「日本酒にして1合くらい」の割合が高いが、男性の50歳代になると「日本酒にして1合くらい」よりも「日本酒にして2合くらい」の割合が高くなる。また、「日本酒にして3合以上」は男性の40歳以上で2割を超える。
- 「喫煙の状況」（問31）では、男性・女性ともに「吸ったことはない」の割合が高いが、年齢が上がるほど低くなっている。「現在、吸っている」は、男性の30歳代から40歳代で3割前後であるが、年齢が上がるほど低くなり、女性は1割台で概ね並んでいる。なお、男性は「以前吸っていたがやめた」で年齢が上がるほど高くなり、50歳代で45.4%となっている。

（5）口と歯の健康について

- 「歯の本数」（問35）では、男性・女性ともに「25本以上」の割合が高いが、年齢が上がるほど低くなり、「20～24本」の割合が高くなってくる。
- 「歯や口の状態」（問37）では、男性・女性ともに「ほぼ満足している」よりも「やや不満だが、日常生活には困らない」の割合が高くなっている。

（6）健康管理や地域活動について

- 「BMI」（問42）では、男性・女性ともに「標準」の割合が高いが、女性では「やせ」が20歳代で31.9%と、他の年代に比べて最も高い。また、「肥満」は男性の50歳代で37.7%と、他の年代に比べて最も高くなっている。
- 「健康診断の受診状況」（問43）では、男性・女性ともに「定期的に受けている」の割合が高いが、「受けていない」が男性の30歳代で25.0%、女性の30歳代で22.8%みられる。
- 「がん検診の受診状況」（問45）では、男性・女性ともに「胃がん」、「肺がん」、「大腸がん」は、「受けたことがない」の割合が高くなっているが、年齢が上がるほど低くなり、

「定期的に受けている」の割合が高くなっていく。また、男性特有の「前立腺がん（男性のみ）」も、「受けたことがない」の割合は年齢が上がるほど低くなるが、50歳代でも5割台半ばと過半数である。女性特有の「乳がん（女性のみ）」と「子宮がん（女性のみ）」は、40歳代で「定期的に受けている」が5割台半ばで、他の年代に比べて最も高い。

- 「健康づくりについて自主グループ活動やサークル活動への参加状況」（問50）では、「参加するつもりはない」が、男性では概ね8割前後で並んでいる。女性では30歳代の75.8%から年齢が上がるほど低くなり、「参加はしていないが、今後参加したい」が40歳代から50歳代で約3割となっている。

60歳以上

<性・年代別>

（1）健康状態や意識について

- 「自分の健康への関心」（問1）では、「関心がある」は、男性で9割以上となっているが、女性では70歳代で9割を超え、60歳代と80歳以上で約9割となっている。
- 「健康に関する情報の収集源」（問3）では、男性・女性ともに「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」の割合がいずれの年代でも高く、特に、女性の70歳代は89.6%と他の年代に比べて最も高い。「病院や診療所」は、女性の70歳代を除けば5割以上となっており、特に、男性の70歳代は61.3%となっている。また、「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」は女性の70歳代で52.2%と他の年代に比べて最も高い。
- 「健康にとって必要な情報」（問4）では、「高齢者の生きがいづくりに関する情報」が男性の80歳以上で54.2%と他の年代に比べて最も高い。また、「栄養バランスなどに関する情報」と「気軽にできる運動に関する情報」が、女性の70歳代で6割台半ばと他の年代に比べて最も高くなっている。
- 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」は、男性の70歳代以上で8割を超え、女性の70歳代で8割台半ばとなっている。

（2）食生活について

- 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど毎日食べる」が男性の80歳以上で9割を超え、女性の70歳代で9割台半ばであるなど、男性・女性ともに60歳代以上は8割以上となっている。特に、女性では「ほとんど食べない」は5%に満たない。
- 「野菜の摂取量」（問12）では、男性は「1～2皿」の割合が高いが、女性は「3～4皿」の割合が高くなっている。野菜350g以上と考えられる「5～6皿」と「7皿以上」の合計をみると、女性の60歳代で16.7%、80歳以上で17.6%と他の年代に比べて高くなっている。
- 「バランスのよい食事の頻度」（問16）では、男性・女性ともに「ほとんど毎日」が概ね年齢が上がるほど高くなり、女性の70歳代から80歳以上で6割台半ばである。また、「ほとんどない」は、男性・女性ともにいずれの年代でも1割に満たない。

III 調査結果のまとめ

(3) 身体活動・運動と休養、こころの健康について

- 「身体活動の状況」（問18）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は、男性で60歳代が81.2%で、年齢が上がるほど低くなる。一方、女性は「している人」が60歳代と70歳代で8割を超えるが、80歳以上で約7割となる。
- 「運動の頻度」（問20）では、「週2回以上」と「週1回程度」を合わせた「週1回以上運動をしている人」は、男性の80歳以上で51.8%と他の年代に比べて最も高くなっている。一方、「ほとんどしていない」は、男性の80歳以上で34.9%であるのに対し、女性の80歳以上で51.5%と高くなっている。
- 「こころや体の休養」（問21）では、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「とれている人」は、男性の60歳代から70歳代、女性の70歳代で8割台半ばと高くなっている。
- 「悩みや不安、ストレス」（問24）では、「まったくなかった」と「あまりなかった」を合わせた「なかった人」は、男性で5割以上であるのに対して、女性は60歳代が30.1%で年齢が上がるほど高くなり、80歳以上で48.4%となっている。「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は、女性の60歳代で69.9%となっており、60歳以上の中では最も高い。

(4) 飲酒と喫煙について

- 「飲酒の平均回数」（問27）では、概して男性の方が女性よりも平均回数が多く、特に、「ほぼ毎日」は男性の60歳代で42.2%となっており、他の年代に比べて最も高い。
- 「1日の飲酒量」（問28）では、男性の60歳代を除けば、男性・女性ともに「お酒は飲まない」の回答が高く、特に、女性は5割以上である。
- 「喫煙の状況」（問31）では、男性は「以前吸っていたがやめた」の回答が5割以上と高く、特に、80歳以上は65.1%である。女性は「吸ったことはない」の回答が7割以上と高く、特に、70歳代で85.1%と他の年代に比べて最も高い。

(5) 口と歯の健康について

- 「歯の本数」（問35）では、男性・女性ともに「20本以上」は、年齢が上がるほど低くなり、男性の80歳以上で33.8%、女性の80歳以上で28.9%となっている。
- 「歯や口の状態」（問37）では、男性・女性ともに「ほぼ満足している」よりも「やや不満だが、日常生活には困らない」の割合が高くなっている。ただし、20歳代、30歳代から50歳代に比べると、「ほぼ満足している」の割合が、それぞれの性別の中で高い傾向にある。

(6) 健康管理や地域活動について

- 「BMI」（問42）では、男性・女性ともに「標準」の割合が高くなっている。「やせ」は、男性の60歳代以上で1割に満たないのに対して、女性の60歳代以上は1割台半ば前後で並んでいる。

- 「健康診断の受診状況」（問43）では、男性・女性ともに「定期的に受けている」の割合が高く、特に、男性は約7割で並ぶ。
- 「がん検診の受診状況」（問45）では、男性・女性ともに「胃がん」、「大腸がん」は、概ね「定期的に受けている」か「定期的ではないが受けている」の割合が高く、それぞれの性別の各年代で「受けたことがない」の割合を上回っている。「肺がん」は、男性では「定期的に受けている」か「定期的ではないが受けている」の割合が高くなっているが、女性では「受けたことがない」の割合が高い状況にある。また、男性特有の「前立腺がん（男性のみ）」も、「受けたことがない」が3割台、「定期的に受けている」が2割台半ばで並ぶ。さらに、女性特有の「乳がん（女性のみ）」と「子宮がん（女性のみ）」は、「定期的に受けている」か「定期的ではないが受けている」で年齢が上がるほど低くなり、「受けたことがない」が高くなる。
- 「健康づくりについて自主グループ活動やサークル活動への参加状況」（問50）では、男性・女性ともに「参加するつもりはない」の割合は高いものの、20歳代、30歳代から50歳代に比べると低くなっている。特に、女性の70歳代は「参加するつもりはない」が唯一5割を下回り、「参加はしていないが、今後参加したい」が37.3%と、他の年代に比べて最も高くなっている。

III 調査結果のまとめ

4 地域別のまとめ

地域別の調査結果では、多くの設問で回答に大きな地域差はみられなかった。各地域の回答者の属性などにはばらつきがあり、必ずしも地域の特徴を表すものではないが、ここでは、区全体との比較あるいは地域間で差異のあった回答の一部を、地域の傾向として、「II 調査結果」では言及していないことも含め、以下のとおり整理した。

世田谷地域

<地域別>

【有効回答率】 51.0%（配布数1,120人、有効回収数571人）

- ☐ 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」が67.6%（区全体65.4%）と、烏山地域と並び比較的高い。
- ☐ 「身体活動の状況」（問18）では、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は78.6%（区全体76.0%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「地域で支える子育て活動や親支援の活動への関心」（問52）では、他の地域同様に「関心はあるが機会がない」の割合が高いが、「行政の責任でやればよい」が17.7%（区全体12.8%）と、他の地域に比べて最も高い。

北沢地域

<地域別>

【有効回答率】 51.3%（配布数686人、有効回収数352人）

- ☐ 「運動の頻度」（問20）では、「ほとんどしていない」は42.6%（区全体42.9%）と、他の地域に比べて低いわけではないが、「運動をしていない理由」（問20-2）では、「仕事や家事で疲れている」が48.0%（区全体46.1%）、「運動する時間がない」が40.0%（区全体39.0%）に続き、「一緒に運動する仲間がいない」が17.3%となっており（区全体11.2%）、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「歯や口の状態」（問37）では、他の地域同様に「やや不満だが、日常生活には困らない」の割合が高いものの、「不自由や苦痛を感じている」が10.8%（区全体8.3%）と、地域の中で唯一1割を超え、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「健康診断の受診状況」（問43）では、他の地域同様に「定期的に受けている」や「定期的ではないが受けている」の割合が高く、「受けていない」が11.4%（区全体13.5%）で他の地域に比べて最も低い。が、「健康診断を受けていない理由」（問43-1）では、「面倒だから」が52.5%（区全体34.9%）と、他の地域に比べて最も高い。

玉川地域

<地域別>

【有効回答率】 51.3%（配布数974人、有効回収数500人）

- ☐ 「健康に関する情報の収集源」（問3）では、「病院や診療所」が48.8%（区全体44.5%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「健康にとって必要な情報」（問4）では、「生活習慣病に関する情報」が54.6%（区全体51.1%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど毎日食べる」が79.4%（区全体77.2%）と、砧地域と並び比較的高い。
- ☐ 「ストレス解消方法の有無」（問25）では、「ある」が64.0%（区全体60.2%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「がん検診の受診状況」（問45）では、「子宮がん（女性のみ）」を除けば、概して、他の地域に比べて受診率が高い傾向にある。
- ☐ 「治療中の病気や症状」（問48）では、他の地域同様に「特にない」の割合が高いものの、「高血圧症」が20.4%（区全体17.1%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「かかりつけ医・歯科医・薬局の有無」（問49）では、3つとも他の地域に比べて「ある」が高い傾向にあり、特に、「かかりつけ歯科医」は77.6%（区全体73.2%）となっている。

砧地域

<地域別>

【有効回答率】 53.7%（配布数696人、有効回収数374人）

- ☐ 「健やかに充実して暮らしている程度」（問8）では、「暮らせている」と「まあ暮らせている」を合わせた「暮らせている人」が79.7%（区全体84.7%）と、地域の中で唯一8割を下回る。「あまり暮らせていない」と「暮らせていない」を合わせた「暮らせていない人」が18.9%（区全体14.2%）と、他の地域に比べて最も高い。
- ☐ 「朝食の摂取状況」（問10）では、「ほとんど毎日食べる」が79.4%（区全体77.2%）と、玉川地域と並び比較的高い。
- ☐ 「運動の頻度」（問20）では、「ほとんどしていない」が47.9%（区全体42.9%）と、他の地域に比べて最も高い。

烏山地域

<地域別>

【有効回答率】 49.4%（配布数524人、有効回収数259人）

- ☐ 「自分の健康への関心」（問1）では、「関心がある」が86.1%ではあるものの、「どちらともいえない」が12.4%（区全体9.0%）と他の地域で1割を下回る中、この地域は1割を超えている。
- ☐ 「自分のふだんの生活習慣」（問7）では、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせ

III 調査結果のまとめ

た「よいと思う人」が67.2%（区全体65.4%）と、世田谷地域と並び比較的高い。

- 「世田谷区への愛着」（問9）では、「愛着を感じている」と「まあ愛着を感じている」を合わせた「愛着を感じている人」が78.4%（区全体84.0%）と、地域の中で唯一8割を下回り、「どちらともいえない」が15.4%（区全体11.2%）と、他の地域に比べて最も高い。
- 「『せたがや食育メニュー』の認知度」（問14）では、他の地域同様に「知らなかった」の割合が高いものの、「知っていたが活用したことはない」が11.2%（区全体7.1%）と、他の地域に比べて最も高い。
- 「ストレス解消方法の有無」（問25）では、他の地域同様に「ある」の割合が高いものの、「ない」が15.4%（区全体11.8%）と、他の地域に比べて最も高い。
- 「『COPD』という病気の認知度」（問32）では、他の地域同様に「知らない」の割合が高いものの、「名前は聞いたことがある」が22.0%（区全体17.3%）と、他の地域に比べて最も高い。
- 「健康診断の受診状況」（問43）では、他の地域同様に「定期的に受けている」や「定期的ではないが受けている」の割合が高いものの、「受けていない」が18.5%（区全体13.5%）と、他の地域に比べて最も高い。

資料

世田谷区民の健康づくりに関する調査 回答用紙

健康状態や意識についてお聞きします

1. 育児に関する情報	2. 思春期の健康づくりに関する情報
3. 生活習慣病に関する情報	4. 高齢者の生きがいづくりに関する情報
5. 栄養バランスなどに関する情報	6. 食の安全に関する情報
7. 気軽にできる運動に関する情報	8. こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報
9. うつ・自殺予防・家族支援に関する情報	10. 口や歯に関する情報
11. 適切な飲酒量などお酒に関する情報	12. 禁煙等たばこに関する情報
13. 病気の症状や治療に関する情報	14. がんに関する情報
15. 健康教室など催し物の情報	16. 健康に関するイベントの情報
17. 健康に関する相談窓口に関する情報	18. 休日等の救急診療案内情報
19. 介護保険・サービスに関する情報	20. 在宅診療・在宅療養に関する情報
21. 予防接種に関する情報	22. 健康診断に関する情報
23. 医療費・保険料に関する情報	24. 就労・労働に関する情報
25. その他（ ）	26. 特になし

資 料

問5 健康に関するそれぞれの項目について、あなたのふだんのお考えにもっとも近いものを選んでください。（それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○）

項 目	そう思う	まあ そう思う	いえない どちらとも	あまりそう 思わない	そう 思わない
① 生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ	1	2	3	4	5
② 食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい	1	2	3	4	5
③ 健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ	1	2	3	4	5
④ 運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ	1	2	3	4	5
⑤ 健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ	1	2	3	4	5
⑥ 現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない	1	2	3	4	5
⑦ 健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ	1	2	3	4	5
⑧ ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい	1	2	3	4	5
⑨ 自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい	1	2	3	4	5
⑩ 健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある	1	2	3	4	5
⑪ 自分の健康は自分で守るものだ	1	2	3	4	5
⑫ 病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ	1	2	3	4	5
⑬ 若者への「妊娠好適期」の教育は必要だ	1	2	3	4	5

問6 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

あなたは、『メタボリックシンドローム』という言葉やその意味を知っていましたか。（1つに○）

1. 言葉も意味も良く知っていた
2. 言葉も知っていたし、意味も大体知っていた
3. 言葉は知っていたが、意味はあまり知らなかった
4. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
5. 言葉も意味も知らなかった

問7 あなたは、健康面から見て、ご自分のふだんの生活習慣をどう思いますか。（1つに○）

- | | |
|---------------|------------|
| 1. よいと思う | 2. まあよいと思う |
| 3. あまりよくないと思う | 4. よくないと思う |

問8 あなたは、毎日を健やかに充実して暮らせていますか。（1つに○）

1. 暮らせている
2. まあ暮らせている
3. あまり暮らせていない
4. 暮らせていない

食生活についてお聞きします

問10 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。(1つに○)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日食べる | 2. 週に4～5日食べる |
| 3. 週に2～3日食べる | 4. ほとんど食べない |

問11 あなたは、ふだんの食生活の中で、次のそれぞれのことがらをどれくらいしていますか。
(それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○)

項 目	いつも している	ときどき している	あまり していない	まったく していない
① 栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている	1	2	3	4
② 規則正しく食事をするようにしている	1	2	3	4
③ 食事は寝る2時間前までにとるようにしている	1	2	3	4
④ 家族や友人と食事をする機会を持つようにしている	1	2	3	4
⑤ 食事はゆっくりとよく噛んで食べている	1	2	3	4
⑥ 塩分をとりすぎないようにしている	1	2	3	4
⑦ 食品を購入するときやメニューを選ぶときに、 栄養成分表示 を参考になっている	1	2	3	4

栄養成分表示の一例

栄養成分表示＜一本 100g あたり＞

エネルギー 67kcal	たんぱく質 3.3g	脂質 3.8g
炭水化物 4.8g	食塩相当量 0.1g	

問12 あなたはふだん、1日に野菜料理（野菜を主な材料とした料理）を皿数で考えると何皿食べていますか。 1皿は小鉢1コ分程度として、お肉などの付け合せの野菜も含めてください。

- | | | |
|-------------|---------|---------|
| 1. ほとんど食べない | 2. 1～2皿 | 3. 3～4皿 |
| 4. 5～6皿 | 5. 7皿以上 | |

小鉢1コ分（1皿）の例

※1皿の目安は70g

「青菜のお浸し」



「野菜サラダ」



問13 あなたは、ふだんの食生活の中で、次のそれぞれのことがらをする機会がどのくらいありますか。
(それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○)

項 目	毎日	週に5～6日	週に3～4日	週に1～2日	月に数日	年に数日	ほとんどない
① 自分で調理し食事をつくること	1	2	3	4	5	6	7
② 自分で食品やお弁当などを購入すること	1	2	3	4	5	6	7
③ 外食をすること	1	2	3	4	5	6	7

問14 あなたは、『せたがや食育メニュー』（食育パンフレットやホームページに掲載）を知っていましたか。（1つに○）

1. 知っていて活用している
2. 知っていたが活用したことはない
3. 知らなかった



区のホームページでレシピを紹介しています。

せたがや食育メニュー

検索

問15 あなたは主食・主菜・副菜※という言葉を知っていましたか。（1つに○）

1. 言葉も意味も知っていた
2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった

※主食とは：米、パン、めん類などの穀類で、主にエネルギー源となる料理。
主菜とは：魚や肉、卵、大豆製品など主にたんぱく質を多く含む料理。
副菜とは：数種類の野菜やいも類、海藻、きのこなど、ビタミン・ミネラルを多く含む料理。

食事は、主食、主菜、副菜をそろえて食べると栄養のバランスがとれます

問16 あなたは、主食（ごはん、パン、めん類など）、主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）、副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて1日に2回以上食べることが、週に何日ありますか。（1つに○）

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に4～5日 |
| 3. 週に2～3日 | 4. ほとんどない |

問17 あなたは、副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を1日に2回以上食べることが、週に何日ありますか。（1つに○）

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週に4～5日 |
| 3. 週に2～3日 | 4. ほとんどない |

身体活動・運動についてお聞きします

問18 あなたは、意識して体を動かしたり、運動したりしていますか（通勤や通学、買い物でなるべく歩く、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などを含む）。（1つに○）

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. ときどきしている |
| 3. あまりしていない | 4. まったくしていない |

問19 あなたは、1日にあわせてどのくらい歩きますか（通勤のための徒歩や室内の移動、散歩を含む）。（1つに○）

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 15分未満 | 2. 15分以上30分未満 |
| 3. 30分以上1時間未満 | 4. 1時間以上2時間未満 |
| 5. 2時間以上 | |

問20 あなたは、「息が少しはずむ程度」の30分以上の運動（連続）をどれくらいしていますか。（1つに○）

- | | |
|--------------|------------|
| 1. 週2回以上 | → 問 20-1 へ |
| 2. 週1回程度 | |
| 3. 月に2～3回くらい | |
| 4. 月に1回くらい | |
| 5. ほとんどしていない | → 問 20-2 へ |

問20で「1. 週2回以上」、「2. 週1回程度」、「3. 月に2～3回くらい」、「4. 月に1回くらい」を選ばれた方にうかがいます。

問20-1 あなたは、その運動をどれくらいの期間、継続していますか。（1つに○）

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 1年以上 | 2. 6か月から1年未満 |
| 3. 3か月から6か月未満 | 4. 1か月から3か月未満 |
| 5. 1か月未満 | |

問20で「ほとんどしていない」を選ばれた方にうかがいます。

問20-2 あなたが、運動していない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1. 運動する施設や場所がない | 2. 一緒に運動する仲間がいない |
| 3. どのような運動をしたらよいのか分からない | 4. スポーツ教室などのイベントを知らない |
| 5. 運動する時間がない | 6. 仕事や家事で疲れている |
| 7. 運動する必要がない | 8. 健康上の理由で運動ができない |
| 9. その他（ | ） |

1. 十分とれている 2. まあとれている
3. あまりとれていない 4. いつもとれていない

① 起床時間：() 時 () 分ごろ ② 就寝時間：() 時 () 分ごろ

1. いつもある 2. ときどきある
3. ないことが多い 4. 全くない

1. まったくなかった 2. あまりなかった
3. ときどきあった 4. 常にあった

1. ある 2. ない
3. わからない

1. 配偶者
2. 両親
3. きょうだい
4. 祖父母
5. 親戚
6. 友人
7. 近所の人
8. 会社の上司・先輩・同僚
9. 専門家（医師・カウンセラー等）
10. 教員
11. その他（ ）
12. 相談できる人はいない
13. 相談しない

飲酒についてお聞きします

問27 あなたがアルコール類（お酒）を飲む回数は、平均でどの程度ですか。（1つに○）

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に3～5回 |
| 3. 週に1～2回 | 4. 月に1～2回 |
| 5. 2か月に1回以下 | 6. アルコールは飲まない |

問28 ふだん、1日（1回）、平均でどれくらいアルコール類（お酒）を飲みますか。（1つに○）

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 日本酒にして1合くらい | 2. 日本酒にして2合くらい |
| 3. 日本酒にして3合以上 | 4. お酒は飲まない |

参考 日本酒1合（180ml）に相当する酒量（純アルコール分で約20g）

お酒の種類	ビール	ウイスキー・ブランデー	焼酎	ワイン
日本酒にして 1合くらい	中ビン 1本 (350ml 缶なら1.5缶)	ダブル 1杯 (または水割り 2杯)	25度で 2/3 合 (100ml)	240ml ワイングラス2杯

問29 あなたは、寝付けないときにお酒を飲むことがありますか。（1つに○）

- | | |
|----------|-----------|
| 1. ある | 2. ときどきある |
| 3. あまりない | 4. ない |

問30 次のうち、酒を大量に飲む、または長期間続けることによって影響があると知っているものを選んでください。（○はいくつでも）

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 肝臓病 | 2. アルコール依存症（アルコール中毒） |
| 3. 脳卒中 | 4. 心臓病 |
| 5. 糖尿病 | 6. がん |
| 7. 動脈硬化 | 8. 認知症 |
| 9. 低出生体重児の増加 | 10. 胎児性アルコール障害 |
| 11. 発達障害等の影響 | 12. 流産・早産の恐れ |
| 13. アレルギー症状 | 14. 遺伝子異常 |
| 15. 知らない・わからない | |

※網掛けは飲酒量に関わらず妊娠中に胎児や母体への影響があるものです。

喫煙についてお聞きします

問31 あなたは、たばこを吸いますか。(1つに○)

- | | | |
|-------------|----------------|-------------|
| 1. 現在、吸っている | 2. 以前吸っていたがやめた | 3. 吸ったことはない |
|-------------|----------------|-------------|

問32

問31で「1. 現在、吸っている」「2. 以前吸っていたがやめた」を選ばれた方にうかがいます。

問31-1 あなたは、たばこを何年くらい吸っていますか(吸っていましたか)。また1日あたり、どのくらいのたばこを吸いますか(吸っていましたか)。

年くらい吸っており、1日に

本程度吸っている(吸っていました)。

問31-2 あなたは、今後、たばこをやめたい・減らしたいと思っていますか。(1つに○)

- | | |
|------------------------|-----------------|
| 1. たばこをやめたい | 2. たばこの本数を減らしたい |
| 3. たばこをやめたい・減らしたいと思わない | 4. たばこはやめた |

問31-3 あなたは、どうしたら、たばこをやめられる・減らせると思いますか。(1つに○)

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 1. たばこの自動販売機を減らす | 2. とともに禁煙に取り組める仲間がいる |
| 3. 禁煙を指導してくれる人がある | 4. 家族の協力が得られる |
| 5. たばこの害について正確に理解する | 6. たばこの値段をあげる |
| 7. 病院などの禁煙外来を利用する | 8. その他 () |

問32 あなたは「COPD」という病気を知っていますか。(1つに○)

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. どんな病気か知っている | 2. 名前は聞いたことがある |
| 3. 知らない | |

問33 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。(○はいくつでも)

- | | |
|------------|--------------------|
| 1. 肺がん | 2. 副鼻腔がん |
| 3. 気管支喘息 | 4. 肺炎・気管支炎 |
| 5. 動脈硬化 | 6. 心臓病(狭心症・心筋梗塞など) |
| 7. 脳卒中 | 8. COPD(慢性閉塞性肺疾患) |
| 9. 早産 | 10. 乳幼児突然死症候群 |
| 11. 低出生体重児 | 12. 中耳炎 |
| 13. 小児喘息 | 14. 髄膜炎 |
| 15. 発達障害 | 16. 知らない・わからない |

※網掛けは妊娠期に胎児や母体への影響があるものです。

資 料

問34 あなたは、この1か月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか。

(1) 家庭、(2) 家庭以外のそれぞれの場所についてお答えください。(○はそれぞれ1つずつ)

(1) 家庭

1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度
4. 月に1回程度	5. 全くなかった	

(2) 家庭以外

	往訪状況 (○はそれぞれ1つ)	副流煙を吸った頻度 (○はそれぞれ1つ)
① 職場	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
② 学校	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
③ 飲食店※1	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
④ 遊技場※2	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
⑤ 行政機関	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
⑥ 医療機関	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった
⑦ 屋外	1. 行った 2. 行かなかった	1. ほぼ毎日 2. 週に数回程度 3. 週に1回程度 4. 月に1回程度 5. 全くなかった

※1 飲食店：食堂・喫茶店・居酒屋など

※2 遊技場：ゲームセンター・パチンコ・競馬場・カラオケなど

歯の数え方:永久歯は、親知らずをのぞくと全部で28本あります。
 自分の歯として数えるもの = つめたり、かぶせたりしてある歯や差し歯
 自分の歯として数えないもの = 入れ歯、インプラント、ブリッジなどの人工の歯

1. 定期的に歯科健診等を受けるようにしている
2. 歯石をとってもらっている
3. 歯と歯の間を清掃するための器具（デンタルフロス、歯間ブラシなど）を使うようにしている
4. 1日1回は10分程度、歯を磨くようにしている
5. フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている
6. その他（ ）
7. 特に取り組んでいることはない

1. ほぼ満足している 2. やや不満だが、日常生活には困らない
3. 不自由や苦痛を感じている 4. わからない

1. どちらも知っている 2. 糖尿病については知っていた
3. 喫煙については知っていた 4. どちらも知らない

1. 言葉も内容もよく知っている 2. 言葉は知っているが、内容はわからない
3. 言葉も内容も知らない

1. 硬い食べ物でも何でもよく噛んで食べることができる
2. 噛みにくい食べ物もあるが大抵のものは噛んで食べることができる
3. あまり噛めないなので食べ物が限られる
4. 噛んで食べることはできない

1. ほぼ毎日
2. 週に3～5回
3. 週に1～2回
4. 月に1～2回
5. 2か月に1回以下
6. ほとんどチェックしていない

1. ふとっている
2. やや、ふとっている
3. ちょうどよい
4. やや、やせている
5. やせている

1. 定期的に受けている
2. 定期的ではないが受けている
3. 受けていない

1. 職場に健康診断の制度がないから
2. 健康に自信があるから
3. 今の年齢から特に必要ないと思うから
4. 健康診断を受ける時間がないから
5. 費用がかかるから
6. 面倒だから
7. 結果が怖いから
8. 治療中の病気があるから
9. 受け方がわからないから
10. その他（ ）

① 自分の血圧の値	1. 知らない 2. だいたい知っている 3. 知っている
② 自分の血糖値	1. 知らない 2. だいたい知っている 3. 知っている
③ 自分のコレステロールの値	1. 知らない 2. だいたい知っている 3. 知っている

問45 あなたは、次のがん検診を受けたことがありますか。前立腺がんは男性のみ、乳がん・子宮がんは女性のみお答えください。（それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○）

項 目	定期的に 受けている	定期的ではない が受けている	受けたこと がない	受けたことがあるか わからない
① 胃がん	1	2	3	4
② 肺がん	1	2	3	4
③ 大腸がん	1	2	3	4
④前立腺がん（男性のみ）	1	2	3	4
⑤ 乳がん（女性のみ）	1	2	3	4
⑥ 子宮がん（女性のみ）	1	2	3	4

問46 あなたは、区でがん検診を受けられる制度があることを知っていますか。（1つに○）

1. 内容まで知っている
2. 内容まではわからないが、制度があることは知っている
3. 制度があることを知らない

問47 職場でがん検診の制度はありますか。（1つに○）

1. ある
2. 一部のがんのみある
3. ない
4. わからない
5. 働いていない
6. その他（ ）

問48 現在、治療中の病気や症状はありますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 心疾患（狭心症・心筋梗塞など）
2. 高血圧症
3. 脂質異常症（高脂血症）
4. 糖尿病
5. 慢性腎不全
6. 腎疾患（慢性腎不全以外）
7. 泌尿器疾患
8. 高尿酸血症・痛風
9. 脳血管疾患（脳出血・脳梗塞など）
10. 消化器疾患（食道・胃・腸）
11. 肝疾患
12. 胆道疾患（胆石など）・すい臓疾患
13. 貧血
14. 血液疾患（貧血以外）
15. 肺結核
16. 呼吸器疾患（結核以外）
17. 婦人科・乳房疾患
18. がん
19. 甲状腺疾患
20. リウマチ・神経痛・関節炎
21. 目の病気
22. 歯の病気
23. 耳や鼻の病気
24. 腰痛・膝痛
25. 骨折
26. 骨粗しょう症
27. 認知症
28. その他（ ）
29. 特にない

資 料

問49 あなたは、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局がありますか。
(それぞれに1つに○)

① かかりつけ医	1. ある	2. ない
② かかりつけ歯科医	1. ある	2. ない
③ かかりつけ薬局	1. ある	2. ない

地域活動についてお聞きします

問50 あなたは現在、区民の方々が地域で行なっている「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」に参加していますか。(1つに○)

- 1. 現在、参加している
- 2. 参加はしていないが、今後参加したい
- 3. 参加するつもりはない

問50で「2. 参加はしていないが、今後参加したい」を選ばれた方にうかがいます。

問50-1 あなたが、グループ活動に参加するにはどのような条件が必要だと思いますか。
(主なもの3つに○)

- 1. 活動団体の取り組み内容について情報が得やすい
- 2. 最新の健康情報が得られる
- 3. 自分の趣味や経験、知識が活かせる
- 4. 夜間、土日でも参加できる
- 5. 身近な場所で参加できる
- 6. 専門家の指導が得られる
- 7. 気の合う人や、同年代の人が多く参加している
- 8. 活動によって人間関係が広がる
- 9. 家族や職場の理解が得られる
- 10. 費用が手ごろである
- 11. 子どもや、介護が必要な家族を預かってもらえる
- 12. その他 ()
- 13. 特にない

問51 あなたは、こころの健康に関する支援について関心がありますか。(1つに○)

- 1. 関心がある
- 2. 少し関心がある
- 3. あまり関心がない
- 4. 関心がない

問52 あなたは、地域で支える子育て活動や親支援の活動に関心がありますか。(1つに○)

- 1. 活動中
- 2. 関心はあるが機会がない
- 3. 特に必要とは思わない
- 4. 行政の責任でやればよい

問53 あなたにとって、ご自分と地域の人たちとのつながりは強い方だと思いますか。(1つに○)

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 1. 強い方だと思う | 2. どちらかといえば強い方だと思う |
| 3. どちらかといえば弱い方だと思う | 4. 弱い方だと思う |
| 5. わからない | |

生活環境についてお聞きします

問54 あなたのお住まいで気になることがありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------|---------------|
| 1. 日当たりの悪さ | 2. 風通しの悪さ |
| 3. 水道水の管理状態 | 4. 排水管のつまりや臭い |
| 5. 騒音や振動 | 6. 家具や建材の臭い |
| 7. ハウスダスト | 8. 結露の発生 |
| 9. カビの発生 | 10. 害虫等の発生 |
| 11. その他 (|) 12. 特にない |

問55 あなたは、どのようなときに換気していますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. 朝起きたとき | 2. 炊事のとき |
| 3. 入浴したとき | 4. 掃除のとき |
| 5. 帰宅したとき | 6. 寝る前 |
| 7. 24時間換気システムで換気している | 8. 空気清浄機を使用しているので換気しない |
| 9. ほとんど換気しない | 10. その他 () |

問56 室内の換気をするために、窓や換気扇とともに換気口（通気口）があります。
あなたのお住まいの換気口はどのような状態ですか。(1つに○)

- | |
|---|
| 1. 常にかけている |
| 2. 常に閉めている |
| 3. 花粉の飛ぶ時期は閉めている |
| 4. 冬場は寒いので閉めている |
| 5. 換気口はあるが開いているがどうか分からない |
| 6. 機械換気システムを使用しているので換気口の開け閉めについて意識したことがない |
| 7. 換気口がどこにあるかわからない |
| 8. 換気口はない |
| 9. その他 () |

食品衛生についてお聞きします

問57 食中毒を防ぐために、あなたが行っていることは何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------------------|-----------------------|
| 1. 冷蔵が必要な食品は、買ったらずぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する | 3. 食品は表示の期限以内に食べる |
| 2. 冷蔵庫は整理整頓し、詰めすぎないようにする | 5. 生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う |
| 4. 食事の前、調理の前に石けんで手を洗う | 7. 調理の際に、よく加熱する |
| 6. まな板は2枚以上用意して使い分けている | 9. 調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する |
| 8. 調理器具(まな板、ふきん等)を洗剤で洗う | 11. 食べ残した食品は冷蔵庫で保管する |
| 10. 出来上がった料理はすぐに食べる | 12. 肉は生で食べない |
| 12. 肉は生で食べない | 13. その他 () |
| 14. 特になし | |

問58 あなたは、食中毒の原因物質(以下の囲みの中)について、どの程度知っていますか。次の項目についてあてはまる数字に○をしてください。

項 目	大変よく 知っている	少し知識がある	名前 は 知 っ て い る	全く知らない
① ノロウイルス	1	2	3	4
② カンピロバクター	1	2	3	4
③ サルモネラ	1	2	3	4
④ 腸管出血性大腸菌	1	2	3	4
⑤ 黄色ブドウ球菌	1	2	3	4
⑥ リステリア	1	2	3	4
⑦ 腸炎ビブリオ	1	2	3	4
⑧ ウェルシュ菌	1	2	3	4
⑨ アニサキス	1	2	3	4
⑩ クドア	1	2	3	4

問59 食品に関する以下の情報のうち、あなたが知っているものはどれですか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 食中毒を発症したときに、下痢止めや吐き気止めを飲むと悪化することがある
2. 鮮度や扱い方に注意しても、鶏肉を生で食べると食中毒になることがある
3. 近年、東京都における寄生虫食中毒の発生件数は、10年前と比較して増えている
4. ノロウイルスの消毒には消毒用エタノールはあまり効果がない
5. 健康食品は、薬と同じように使用していると、病気の治癒が遅れたり、症状が悪化することがある
6. 日本では、安全性が確認され、認められた遺伝子組み換え食品が販売されている
7. 近年、中国から輸入される食品の食品衛生法違反率は、全輸出国から輸入される食品の食品衛生法違反率を下回る(平成25年度の違反率/中国: 0.04%、全輸出国: 0.05%)
8. 食品衛生法に違反し、行政処分を受けた場合、ホームページ等で公表される
9. どれも知らない

感染症予防についてお聞きします

問60 あなたは、感染症全般についての情報をどのような方法や手段で入手していましたか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| 1. 区のおしらせ(せたがや区報) | 2. 世田谷区のホームページ |
| 3. 区役所(保健所などを含む) | 4. 学校、職場 |
| 5. 病院や診療所 | 6. 食品販売店や飲食店 |
| 7. スポーツ施設 | 8. 家族や友人、グループやサークル活動の仲間 |
| 9. 地域のタウン誌 | 10. テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等 |
| 11. インターネット | 12. その他() |
| 13. 特にない | |

問61 あなたは、感染症予防のためにどのようなことを行なっていますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------------------|----------------|
| 1. 帰宅時や食事前に手洗いをする | 2. 咳エチケットを心がける |
| 3. マスクを着用する | 4. 予防接種を受ける |
| 5. 高熱やせき、のどの痛みなどの症状がでたら、早期に受診する | |
| 6. その他() | |
| 7. 特にしていない | |

健康せたがやプランについてお聞きします

問62 世田谷区は区民が生涯にわたり健やかでこころ豊かに暮らすことのできる地域社会の実現をめざし、平成24年度から10カ年にわたる区の総合保健計画として「健康せたがやプラン(第二次)」を策定しました。このプランをご存じですか。(1つに○)

- | | |
|-------------|------------|
| 1. よく知っている | 2. 少し知っている |
| 3. 名前は知っている | 4. 知らない |

あなたご自身のことについてお聞きします

F 1 性別であてはまるものを選んでください。(1つに○)

1. 男

2. 女

F 2 年齢はおいくつですか。 ※平成27年9月1日現在、算用数字で記入

--	--	--

歳

F 3 あなたの職業は何ですか。(1つに○)

1. 会社員、公務員、団体職員など

2. 自営業（商店経営等）

3. 専業主婦（夫）、家事手伝い

4. 学生

5. 無職

6. その他（ ）

F 4 あなたの就業形態は何ですか。(1つに○)

1. 役員、経営者

2. 正規職員

3. 非常勤職員

4. 派遣社員

5. パートタイマー（アルバイト含む）、フリーター

6. その他（ ）

F 5 あなたが加入している医療保険は何ですか。(1つに○)

1. 国民健康保険

2. 全国健康保険協会（協会けんぽ）

3. 健康保険組合（健保組合）

4. 共済組合

5. 後期高齢者医療

6. その他（ ）

7. わからない

F 6 あなたは現在、誰と暮らしていますか（あてはまるものすべてに○）

1. ひとり暮らし

2. 配偶者（妻または夫）

3. 娘、息子（その配偶者を含む）

4. 母、父

5. 祖母、祖父

6. きょうだい

7. 孫

8. その他の親せき

9. その他（ ）

F 7 あなたの家庭には、子ども（20歳未満）はいますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 0～3歳未満

2. 小学校就学前（3～5歳）

3. 小学生

4. 中学生

5. 高校生（18歳以下）

6. 18歳～19歳

7. 20歳未満の子どもはいない

8. 子どもはいない

◎健康づくりに関する意見、行政への要望等がありましたら、
ご自由にお書きください。

区健康づくりの取り組みに関して、よいところ、悪いところは何だと思えますか。

区が、健康づくりの施策を進めるにあたって必要なこと、考慮すべきことは何だと思えますか。

その他、健康づくりに関するご意見等、ご自由にお書きください。

アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、**9月30日（水）**までに投函してください。
封筒やアンケートに、あなたのお名前を書く必要はありません。

世田谷区の健康づくりに関する調査結果の経年比較

(平成12年、17年、22年、27年)

世田谷区民の健康づくりに関する調査は、これまで平成12年度(『「せたがやプラン」策定に係る基礎調査』)、17年度『「健康せたがやプラン」評価・改定に係る基礎調査』、22年度『世田谷区民の健康づくりに関する調査』を実施している。

以下の表は、平成12年度調査、17年度調査、22年度調査と今回の調査において、主たる調査項目について比較を行ったものである。

《調査概要》

何れの調査も区内在住の20歳以上の男女を無作為に抽出

調査年度	調査時期	配布数	回収数	回収率	有効回答数	有効回収率
平成27年度	平成27年9月	4,000	2,059	51.5%	2,056	51.4%
平成22年度	平成22年9月	4,046	2,371	58.6%	2,356	58.2%
平成17年度	平成17年7月～8月	3,990	1,585	39.7%	1,582	39.6%
平成12年度	平成13年2月～3月	4,000	2,357	58.9%	2,357	58.9%

※有効回答数が異なる項目は、表に記載

問1 あなたは、自分の健康に関心がありますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
関心がある	84.3	87.7	89.8	89.1
どちらともいえない	12.2	9.1	8.1	9.0
関心がない	1.1	0.4	1.4	1.2
無回答	2.4	2.8	0.8	0.7

問2 あなたは、自分のことを健康だと思いますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
健康である	18.5	16.6	21.1	22.1
まあ健康である	58.4	60.9	58.1	60.3
あまり健康ではない	15.4	14.0	13.7	12.7
健康ではない	4.6	5.4	6.5	4.2
無回答	3.2	3.1	0.7	0.7

問5 健康に関するそれぞれの項目について、あなたのふだんのお考えにもっとも近いものを選んでください。(それぞれについて、あてはまる番号1つだけに○)

※ 選択肢「どちらともいえない」は、平成17年度調査では「どちらでもない」となっている。

①生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	60.8	60.9	67.4	61.9
まあそう思う	23.5	23.9	20.9	22.6
あまりそう思わない	3.9	2.5	2.2	6.9
そう思わない	1.1	1.1	1.3	4.4
どちらともいえない	7.8	5.1	4.8	2.5
無回答	2.8	6.5	3.5	1.8

②食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	58.3	51.1	49.8	48.1
まあそう思う	30.2	31.2	32.0	34.7
あまりそう思わない	2.6	3.1	3.1	10.3
そう思わない	0.9	0.6	0.7	3.0
どちらともいえない	4.7	6.5	9.7	1.1
無回答	3.3	7.5	4.7	2.8

③健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	14.8	63.7	40.4	35.8
まあそう思う	29.1	26.2	37.5	42.9
あまりそう思わない	22.2	0.8	5.3	11.6
そう思わない	8.4	0.3	1.4	5.5
どちらともいえない	22.0	2.6	11.0	1.7
無回答	3.4	6.4	4.5	2.4

④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	51.4	49.4	51.0	50.2
まあそう思う	37.1	35.6	34.8	37.6
あまりそう思わない	2.0	1.8	2.3	7.5
そう思わない	0.3	0.3	0.6	2.0
どちらともいえない	6.3	5.9	6.8	0.4
無回答	2.9	7.0	4.6	2.3

⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	65.2	63.7	67.4	70.5
まあそう思う	26.8	26.2	24.7	24.5
あまりそう思わない	1.2	0.8	0.6	2.3
そう思わない	0.3	0.3	0.2	0.2
どちらともいえない	3.5	2.6	2.2	0.2
無回答	3.0	6.4	4.8	2.2

⑥現代社会においては、ある程度のストレスはやむをえない

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	33.9	30.0	32.5	33.3
まあそう思う	48.5	49.1	46.6	46.5
あまりそう思わない	4.7	3.8	3.7	12.4
そう思わない	2.7	1.7	2.2	3.2
どちらともいえない	7.0	7.8	10.2	2.2
無回答	3.2	7.6	4.8	2.4

⑦健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	63.3	58.5	47.1	47.7
まあそう思う	27.9	28.5	36.5	39.7
あまりそう思わない	1.7	2.2	2.2	7.6
そう思わない	1.0	0.7	1.1	2.1
どちらともいえない	3.0	2.7	8.4	0.9
無回答	3.1	7.5	4.8	2.0

⑧ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	2.5	3.4	2.0	2.2
まあそう思う	5.5	4.2	4.3	4.4
あまりそう思わない	17.3	16.9	19.6	10.2
そう思わない	64.8	61.5	58.4	23.4
どちらともいえない	6.4	5.9	10.4	57.0
無回答	3.5	8.2	5.3	2.9

⑨自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	76.7	73.4	71.9	74.5
まあそう思う	15.3	15.4	17.7	18.7
あまりそう思わない	0.9	0.6	0.7	3.4
そう思わない	0.9	0.9	1.4	0.2
どちらともいえない	3.2	2.3	3.7	1.3
無回答	3.0	7.5	4.6	2.0

⑩健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	34.0	34.9	31.6	31.6
まあそう思う	35.9	38.1	37.3	38.4
あまりそう思わない	9.0	6.3	4.9	21.0
そう思わない	5.1	3.4	3.2	4.5
どちらともいえない	12.7	9.7	18.6	2.4
無回答	3.3	7.7	4.4	2.1

⑪自分の健康は自分で守るものだ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	73.9	70.9	57.9	54.9
まあそう思う	21.8	21.9	29.7	34.9
あまりそう思わない	0.1	0.3	0.5	7.3
そう思わない	0.3	0.3	0.6	0.7
どちらともいえない	1.5	0.9	7.2	0.3
無回答	2.3	5.8	4.2	1.9

⑫病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
そう思う	42.3	38.3	55.1	52.9
まあそう思う	33.6	35.0	31.8	34.9
あまりそう思わない	6.3	6.0	1.4	7.9
そう思わない	4.9	4.9	0.8	1.3
どちらともいえない	9.9	9.1	6.8	0.7
無回答	2.9	6.6	4.0	2.2

問 7 あなたは、健康面から見て、ご自分のふだんの生活習慣をどう思いますか。
(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
よいと思う	10.5	14.1	10.6	8.7
まあよいと思う	50.7	54.0	59.3	56.7
あまりよくないと思う	31.1	23.7	25.0	29.4
よくないと思う	5.6	3.3	3.5	4.2
無回答	2.1	4.9	1.7	1.1

問 8 あなたは、毎日を健やかに充実して暮らせていますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
暮らせている	37.0	37.4	30.7	23.8
まあ暮らせている	48.3	48.8	54.7	60.9
あまり暮らせていない	10.0	8.8	7.6	12.1
暮らせていない	2.2	2.5	2.0	2.1
無回答	2.5	2.5	5.1	1.1

問 9 あなたは、世田谷区に愛着を感じていますか (1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
愛着を感じている	57.1	60.6	48.0	45.3
まあ愛着を感じている	30.4	27.4	34.6	38.7
あまり愛着を感じていない	1.8	1.7	1.4	11.2
愛着を感じていない	1.1	0.8	1.1	2.2
どちらともいえない	8.6	8.7	9.6	1.3
無回答	1.0	0.8	5.3	1.3

問 9 - 1 あなたが、世田谷区に愛着を感じる理由は何ですか。(1つに○)

単位：%

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
緑が多く、環境がよいから	43.0	50.2	28.2	39.7
近隣の人たちとのふれあいがあるから	6.7	9.1	4.5	6.7
便利な生活環境だから	36.8	28.2	28.6	38.3
教育環境がすぐれているから	0.7	0.3	0.4	0.6
街並みがきれいだから	1.0	1.7	0.5	1.0
すぐれた文化が根づいており高級感が感じられるから	3.0	2.9	1.7	2.0
行政の取り組みがしっかりしているから	1.9	1.9	1.4	2.6
その他	5.6	4.0	6.2	8.9
無回答	1.2	1.7	28.7	0.3
有効回答数(件)	2062	1391	1946	1727

※ 平成 17 年度・平成 12 年度調査では、「便利な生活環境だから」の選択肢が「便利な生活都市だから」となっている。

問 10 あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。(1つに○)

単位：%

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ほとんど毎日食べている			80.5	77.2
週に 4 ～ 5 回食べる			4.8	6.8
週に 2 ～ 3 日食べる			4.7	5.0
ほとんど食べない			9.0	10.1
無回答			0.9	0.9

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 11 あなたは、ふだんの食生活の中で、次のそれぞれのことがらをどれくらいしていますか。（それぞれについて、あてはまる番号 1 つだけに○）

①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている 単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもしている	42.8	54.6	44.9	43.4
ときどきしている	31.5	23.8	32.9	36.5
あまりしていない	19.5	15.3	15.4	15.2
まったくしていない	3.3	1.2	2.8	2.8
無回答	2.9	5.1	3.9	2.1

④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている 単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもしている	37.7	39.1	35.8	42.2
ときどきしている	35.7	33.6	39.2	37.9
あまりしていない	14.9	14.1	14.1	13.4
まったくしていない	7.3	5.9	5.2	4.3
無回答	4.3	7.3	5.6	2.2

⑥塩分をとりすぎないようにしている 単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもしている	34.3	39.6	31.7	30.4
ときどきしている	28.6	27.3	31.9	37.5
あまりしていない	24.6	21.0	26.6	25.6
まったくしていない	9.8	6.8	6.1	4.4
無回答	2.8	5.2	3.7	1.9

⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもしている	11.9	15.7	15.5	13.5
ときどきしている	61.1	65.0	37.1	29.9
あまりしていない			27.3	33.9
まったくしていない	26.8	18.4	18.0	20.2
無回答	0.2	0.9	2.0	2.6

※ 平成 22 年度、平成 17 年度、平成 12 年度調査では、「いつも参考にしている」「ときどき参考にしている」、「あまり参考にしていない」、「参考にしていない」の選択肢である。

※ 平成 17 年度・平成 12 年度調査では、前問の回答により対象者を限定しているため、「あまり参考にしていない」の選択肢はない。

問 15 あなたは主食・主菜・副菜※という言葉を知っていましたか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
言葉も意味も知っていた			71.7	77.5
言葉は知っていたが、意味は知らなかった			21.5	18.2
言葉も意味も知らなかった			5.8	3.8
無回答			1.0	0.5

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 18 あなたは、意識して体を動かしたり、運動したりしていますか（通勤や通学、買い物でなるべく歩く、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 などを含む）。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもしている	30.2	34.3	28.1	34.9
ときどきしている	33.6	35.3	37.5	41.1
あまりしていない	26.9	19.5	21.6	17.4
まったくしていない	6.5	5.9	11.4	5.9
無回答	2.8	5.1	1.3	0.6

問 19 あなたは、1日にあわせてどのくらい歩きますか（通勤のための徒歩や室内の移動、散歩を含む）(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
15分未満	6.7	9.2	9.7	9.1
15分以上30分未満	15.4	15.2	27.0	26.8
30分以上1時間未満	42.4	44.2	34.4	35.6
1時間以上2時間未満	19.3	16.9	18.1	17.7
2時間以上	13.2	9.7	9.2	10.2
無回答	3.1	4.8	1.7	0.6

問 20 あなたは、「息が少しはずむ程度」の 30 分以上の運動（連続）をどれくらいしていますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
週 2 回以上			21.2	21.9
週 1 回程度	26.6	29.3	15.5	15.7
月に 2 ～ 3 回くらい	15.0	15.5	8.5	10.4
月に 1 回くらい	9.0	10.5	5.9	6.8
ほとんどしていない	45.7	39.6	45.9	42.9
無回答	3.6	5.2	3.0	2.2

※ 平成 17 年度・平成 12 年度調査では、「週 2 回以上」の選択肢がない。

問 21 あなたは、こころや体の休養が十分にとれていますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
十分とれている	11.6	16.2	18.5	16.7
まあとれている	49.2	52.3	56.1	56.3
あまりとれていない	29.3	23.3	20.5	22.4
いつもとれていない	7.2	3.2	3.5	3.6
無回答	2.7	5.0	1.4	1.0

問 23 あなたは、目覚めたときにぐっすり眠った感じ（睡眠の質）はありますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
いつもある			27.8	25.6
ときどきある			43.3	43.0
ないことが多い			24.2	25.7
全くない			3.2	5.2
無回答			1.5	0.6

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 24 最近 1 か月間に、悩みや不安、ストレス等を感じたことはありますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
まったくなかった	6.2	10.0	8.9	6.6
あまりなかった	19.7	33.1	27.3	25.4
ときどきあった	47.1	39.2	43.4	47.4
常にあった	24.3	13.3	18.7	20.3
無回答	2.7	4.4	1.6	0.3

問 25 あなたはストレスを解消する方法がありますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ある	66.6	74.6	56.7	60.2
ない	9.1	7.6	13.2	11.8
わからない	19.8	11.1	26.9	26.1
無回答	4.5	6.7	3.2	1.9

問 26 あなたは、悩みや困ったことがあったとき、どなたに相談をされますか。
(あてはまるものすべてに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
配偶者			46.0	49.8
両親			13.4	20.9
きょうだい			17.4	20.3
祖父母			0.3	0.2
親戚			4.8	3.2
友人			39.9	48.1
近所の人			2.5	2.7
会社の上司・先輩・同僚			10.0	13.7
専門家(医師・カウンセラー等)			7.1	7.1
教員			0.2	0.4
その他			9.1	6.9
相談できる人はいない			3.2	4.1
相談しない			12.2	9.4
無回答			1.7	0.7

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 27 あなたがアルコール類(お酒)を飲む回数は、平均でどの程度ですか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ほぼ毎日	32.0	40.0	21.7	21.2
週に3～5回	16.6	16.2	11.3	11.8
週に1～2回	24.5	21.7	13.5	13.0
月に1～2回	19.4	15.3	12.0	12.6
2か月に1回以下	7.0	4.7	6.5	7.5
アルコールは飲まない			33.4	32.3
無回答	0.5	2.0	1.7	1.6
有効回答数(件)	1520	889	2356	2056

※ 平成 17 年度・平成 12 年度調査では、前問の回答により、対象者を限定しているため、「アルコールは飲まない」の選択肢がない。

問 28 ふだん、1日（1回）、平均でどれくらいアルコール類（お酒）を飲みますか。
（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
日本酒にして1合くらい	58.2	66.6	32.5	32.9
日本酒にして2合くらい	25.5	19.6	16.5	17.2
日本酒にして3合以上	8.2	6.7	5.1	6.3
お酒は飲まない			37.4	37.0
無回答	8.2	7.1	8.5	6.5
有効回答数（件）	1520	889	2356	2056

※ 平成 17 年度・平成 12 年度調査では、前問の回答により、対象者を限定しているため、「アルコールは飲まない」の選択肢がない。

問 31 あなたは、たばこを吸いますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
現在、吸っている	26.6	15.8	15.7	14.5
以前吸っていたがやめた	18.8	27.9	29.6	28.5
吸ったことはない	48.6	51.3	51.7	54.7
無回答	5.9	4.9	3.0	2.2

問 31-1 あなたは、たばこを何年くらい吸っていますか。（吸っていましたか）。また 1 日あたり、どのくらいのたばこを吸いますか（吸っていましたか）。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
1～10本	26.0	30.4	32.8	41.4
11～20本	46.3	44.8	44.8	42.3
21本以上	26.3	22.8	19.9	13.7
無回答	1.4	2.0	2.6	2.7
有効回答数（件）	628	250	1068	885

※ 平成 27 年度・平成 17 年度、平成 12 年度調査では、前問の回答により、対象者を限定している。

問 31-2 あなたは、今後、たばこをやめたい・減らしたいと思っていますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
たばこをやめたい	26.0	31.2	16.1	11.6
たばこの本数を減らしたい	37.3	30.8	12.1	12.5
たばこをやめたい・減らしたいと思わない	35.0	33.2	7.7	9.8
たばこはやめた			56.8	59.2
無回答	1.8	4.8	7.3	6.8
有効回答数(件)	628	250	1068	885

※ 平成17年度・平成12年度調査では、前問の回答により、対象者を限定しているため、「たばこをやめたい・減らしたいと思わない」、「たばこはやめた」の選択肢がない。

問 31-3 あなたは、どうしたら、たばこをやめられる・減らせると思いますか。
(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
たばこの自動販売機を減らす	11.6	9.0	1.8	3.7
ともに禁煙に取り組める仲間がいる	17.9	12.9	4.2	6.6
禁煙を指導してくれる人がある	19.9	20.0	3.7	4.7
家族の協力が得られる	10.6	5.8	2.7	4.4
たばこの害について正確に理解する	31.5	21.9	20.6	21.5
たばこの値段をあげる			15.1	14.6
病院などの禁煙外来を利用する			7.3	11.1
その他	34.0	43.2	25.1	20.9
無回答	5.0	7.7	19.6	12.5
有効回答数(件)	397	155	1068	885

※ 平成17年度・平成12年度調査では、「たばこの値段をあげる」「病院などの禁煙外来を利用する」の選択肢はない。

問 35 あなたの歯の数は何本ですか。

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
0本	3.1	4.6	5.1	2.7
1～9本	4.4	7.6	6.5	4.2
10本～19本	8.8	12.5	11.0	8.1
20本～27本	35.9	36.6	37.1	37.9
28本(全部)	47.8	38.6	27.2	34.1
無回答	0.0	0.0	13.2	12.9

問 36 あなたは、ふだん、歯や歯ぐきの健康のために、どのようなことに取り組んでいますか。（あてはまるものすべてに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に歯科健診等を受けるようにしている	22.3	35.5	35.1	43.9
歯石をとってもらおうようにしている	25.7	34.3	32.4	39.3
歯と歯の間を清掃するための器具（デンタルフロス、歯間ブラシなど）を使うようにしている	29.6	35.1	37.0	45.9
1日1回は10分程度、歯を磨くようにしている	23.1	26.5	24.5	28.1
フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている	19.6	20.5	21.7	28.6
その他	7.2	10.6	7.0	4.7
特に取り組んでいることはない	27.9	18.8	20.5	16.1
無回答	7.9	6.4	3.9	2.5

問 37 あなたは、歯や口の状態について、どのように感じていますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ほぼ満足している	32.2	36.2	28.0	26.5
やや不満だが、日常生活には困らない	47.6	46.1	58.1	60.8
不自由や苦痛を感じている	10.5	8.0	8.4	8.3
わからない	2.6	2.2	2.9	2.4
無回答	7.1	7.4	2.5	2.0

問 39 あなたは、『8020 運動』について知っていますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
言葉も内容も知っている			37.7	41.0
言葉は知っているが、内容はわからない			5.6	5.5
言葉も内容も知らない			54.7	51.7
無回答			2.0	1.8

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 42 BMI（体格指数）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
やせ（18.5未満）	10.5	10.9	11.2	11.7
標準（18.5以上25.0未満）	73.7	72.2	71.7	69.7
肥満（25.0以上）	14.3	14.9	15.5	16.1
無回答	1.5	2.0	1.6	2.5

問 43 あなたは、健康診断を受けていますか。（1つに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			62.1	65.1
定期的ではないが受けている			22.2	20.2
受けていない			15.0	13.5
無回答			0.6	1.2

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 43－1 受けていない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
職場に健康診断の制度がないから			20.3	23.7
健康に自信があるから			7.9	5.4
今の年齢から特に必要ないと思うから			7.9	7.9
健康診断を受ける時間がないから			16.4	19.8
費用がかかるから			21.5	24.1
面倒だから			30.8	34.9
結果が怖いから			9.3	7.6
治療中の病気があるから			12.7	11.2
受け方がわからないから			15.8	13.3
その他			12.7	8.3
無回答			3.4	2.5

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 44 あなたは、自分の血圧の値、血糖値、コレステロールの値を知っていますか。
(それぞれに1つに○)

①自分の血圧の値

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
知らない			13.1	12.6
だいたい知っている			37.0	40.5
知っている			48.1	44.6
無回答			1.8	2.3

②自分の血糖値

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
知らない			35.8	38.0
だいたい知っている			29.2	30.3
知っている			31.7	28.7
無回答			3.3	3.0

③自分のコレステロールの値

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
知らない			32.5	34.7
だいたい知っている			32.0	33.9
知っている			32.3	28.5
無回答			3.2	3.0

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 45 あなたは、次のがん検診を受けたことがありますか。前立線がんは男性のみ、乳がん・子宮がんは女性のみお答えください。
(それぞれについて、あてはまる番号 1 つだけに○)

①胃がん

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			20.2	22.7
定期的ではないが受けている			24.8	24.5
受けたことがない			39.7	40.9
受けたことがあるかわからない			5.6	5.5
無回答			9.6	6.4

②肺がん

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			14.8	18.0
定期的ではないが受けている			14.8	15.1
受けたことがない			50.2	50.0
受けたことがあるかわからない			5.5	6.7
無回答			14.7	10.2

③大腸がん

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			15.1	18.8
定期的ではないが受けている			22.6	23.1
受けたことがない			45.1	44.6
受けたことがあるかわからない			5.3	6.0
無回答			12.0	7.5

⑤乳がん（女性のみ）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			21.6	32.9
定期的ではないが受けている			27.3	31.5
受けたことがない			37.6	27.0
受けたことがあるかわからない			4.4	2.8
無回答			9.2	5.7

⑥子宮がん（女性のみ）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
定期的に受けている			21.9	32.8
定期的ではないが受けている			32.0	34.4
受けたことがない			31.0	22.8
受けたことがあるかわからない			5.5	3.3
無回答			9.6	6.7

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 46 あなたは、区でがん検診を受けられる制度があることを知っていますか。
(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
内容まで知っている			27.9	34.7
内容まではわからないが、 制度があることは知っている			52.0	48.4
制度があることを知らない			18.2	14.6
無回答			1.9	2.2

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 47 職場でがん検診の制度はありますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ある			12.3	14.7
一部のがんのみある			6.9	10.7
ない			24.5	26.7
わからない			7.9	8.8
働いていない			30.4	25.9
その他			4.6	2.8
無回答			13.5	10.5

※ 平成 22 年度からの調査である。

資 料

問 49 あなたは、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局がありますか。
(それぞれに1つに○)

①かかりつけ医

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ある			70.8	70.2
ない			26.7	28.3
無回答			2.5	1.5

②かかりつけ歯科医

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ある			71.5	73.2
ない			23.4	23.7
無回答			5.1	3.1

③かかりつけ薬局

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
ある			44.6	50.4
ない			48.3	45.5
無回答			7.1	4.1

※ 平成 22 年度からの調査である。

問 50 あなたは現在、区民の方々が地域で行なっている「健康づくりについての自主グループ活動やサークル活動」に参加していますか。(1つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
現在、参加している	4.0	4.7	6.1	4.8
参加はしていないが、今後参加したい	39.2	35.7	27.5	23.8
参加するつもりはない	52.1	51.5	62.9	68.6
無回答	4.7	8.2	3.5	2.8

問 50-1 あなたが、グループ活動に参加するにはどのような条件が必要だと思いますか。
(主なもの3つに○)

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
活動団体の取り組み内容について 情報が得やすい	21.7	20.2	18.0	29.2
最新の健康情報が得られる	16.5	24.3	13.4	23.3
自分の趣味や経験、知識が活かせる	20.4	16.1	16.6	22.4
夜間、土日でも参加できる	29.7	22.2	15.4	24.5
身近な場所で参加できる	66.3	59.9	52.5	60.0
専門家の指導が得られる	36.0	37.2	25.9	32.4
気の合う人や、同年代の人が 多く参加している	24.6	22.5	16.0	18.4
活動によって人間関係が広がる	27.2	30.3	20.6	22.2
家族や職場の理解が得られる	3.7	2.3	2.2	1.4
費用が手ごろである	36.6	38.3	27.0	31.2
子どもや、介護が必要な家族を 預かってもらえる	5.5	4.3	2.9	4.5
その他	2.2	1.2	1.7	0.8
特になし	2.2	1.4	2.0	1.4
無回答	1.3	6.9	18.0	1.6
有効回答数（件）	925	564	649	490

問 55 あなたは、どのようなときに換気していますか。（あてはまるものすべてに○）

単位：％

選 択 肢	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度
朝起きたとき			58.9	60.2
炊事するとき			43.8	42.4
入浴したとき			34.4	39.6
掃除のとき			55.7	59.1
帰宅したとき			33.3	37.3
寝る前			7.0	7.1
24時間換気システムで喚起している			3.9	16.4
空気清浄器を使用しているので喚起しない			0.9	3.7
ほとんど喚起しない			3.8	4.1
その他			4.7	3.5
無回答			2.7	1.4

※ 平成 22 年度からの調査である。

自由意見・要望等のまとめ

今回の「世田谷区民の健康づくりに関する調査」では、健康づくりに関する意見、行政への要望等に関し、以下の3点にわたる自由記載欄を設けた。

- 1 区の健康づくりの取り組みに関して、よいところ、悪いところは何だと思えますか。
- 2 区が健康づくりの施策を進めるにあたって必要なこと、考慮すべきことは何だと思えますか
- 3 その他、健康づくりに関するご意見等、ご自由にお書きください。

数多くの方からご意見等が寄せられ、次の通り分類・整理した。

なお、1人の回答者が複数の内容を回答している場合があるため、回答件数が回答者数より多くなっている。

＜自由意見・要望等のまとめ＞

- 1 区の健康づくりの取り組みに関して、よいところ、悪いところは何だと思えますか。

- この設問の回答者数 299 人
- 具体的な意見・要望件数 348 件

【区の健康づくりの取り組みに関してよいところ】

回 答 内 容	
1	健康診査や健診について
	●毎年来る定期健診の通知が助かっています。 ●健康診断の内容が充実しているところです。 ●がん健診の補助が出ることはよいと思います。 ●女性向けのがん検診のクーポンもイメージ写真があってみやすく、クーポンを頂いた事がきっかけで健診を受けることもできてよかったです。
2	健康教室や情報提供について
	●地区会館などでヨガ教室や体操教室など開催していることはとてもよいです。 ●せたがや区報に詳しく掲載してくれているところがよいです。

回 答 内 容	
3	子どもの健康について
●	子ども医療助成によって、子どもにかかる医療費を支援していただけるのがとても助かっています。
●	予防接種のお知らせが、適時に届き、また、ポスターがいたるところにあったりするので、打ち忘れることがなくよいです。妊娠中、産後すぐは、いろいろな制度でサポートされているのがよくわかりました。
●	離乳食や食育の講座、検診とセットでの発育相談など、乳幼児を育てるうえで様々なサポートがあり、とてもありがたく思っています。
4	高齢者の健康や福祉について
●	通所型リハビリ施設はとてもよいと思います。
●	区のシルバー情報を配布して頂き、春夏秋冬の健康管理術など、親切に明記して頂き感謝しております。熱心な取り組みが沢山あってとても参考になります。あんしんすこやかセンターなど設備も充実していて大変心強いです。
5	運動施設について
●	緑道や公園が整備されており、健康づくりに活用されているところは大変よいと思います。
●	区のスポーツ施設の情報をわかりやすく発信しているところは良いと思います。
6	生活習慣病の予防及び健康の自己管理について
●	足を使う散歩、テレビを見ているときも軽く運動を心がけている。筋肉を落とさないように気にしています。
7	啓発について
●	喫煙、飲酒、食品衛生の幅広い分野に対して情報発信のサイト等を運営し、区民の健康意識向上に努めている点はよいと思います。
8	アンケートについて
●	積極的に区民の意識を知ろうとしていてよいと思います。
9	その他
●	緑を保つ事で心の健康につながると考えているので、そのあたりは今後も続けていってほしいです。

【区の健康づくりの取り組みに関して悪いところ】

回 答 内 容	
1	啓発について
●	広告、周知が弱い。意欲を高める活動が少ないと思います。
●	おそらく、色々な取り組みをしてもらっていると思いますが、我々区民にはあまり見えてきません。
●	情報発信が弱いです。

回 答 内 容	
2	健康診査や健診について
	●乳がん検診が40歳以上でしか受けられないところです。 ●がん検診など予約の締め切り日が早いと思います ●場所が不便なので会場を複数にしてほしいです。 ●定期的に受診できるが毎年受診できるように頻度を見直してほしいです(例えば乳がん検診などは2年に1回)。 ●2歳児健康診査を行っていないので、そこを改善してほしいです。
3	健康教室や情報提供について
	●高齢者対象の内容が多い。若年層が参加出来る時間帯やメニューもあってほしいです。 ●平日は大半仕事をしているので、休日等に開催するような「健康づくり」指導を行っていただきたいです。 ●気軽に参加出来る場所が少ない。地区会館のような身近な施設を利用して遠出不可の高齢者の健康づくり教室があれば参加しやすいと思います。 ●地区によってバラつきがある(期間、指導員、設備など)統一してほしいです。
4	運動施設等について
	●施設の個人利用はできず、何人か集まった団体にならないと利用できません。 ●公園の中に健康器具などを取り入れは良いが、小さく狭いが多い。 ●気軽に参加出来る場所が少ないです。
5	医療について
	●病院と区行政（老人の健康）との連携が少ないと思います。
6	高齢者の健康や福祉について
	●病院と区行政（老人の健康）との連携が少ないと思います。
7	アンケートについて
	●このアンケートが健康づくりの施策に有効とは思えません。
8	その他
	●歩きタバコが多いこと。

2 区が健康づくりの施策を進めるにあたって必要なこと、考慮すべきことは何だと思いますか。

- この設問の回答者数 279 人
○具体的な意見・要望件数 299 件

回 答 内 容	
1 啓発や情報提供について	●世代によって情報発信方法を考えるとよいと思います。 ●近くの地区会館で健康づくりの説明や老人会に出向き説明をするとよいと思います。 ●子どもの予防接種のように、定期的なお知らせが必要だと思います。 ●区民が気軽に参加できるイベント、サークル、教室、相談窓口がまとまっている小冊子のようなものがあるとよいと思います。
2 健康診査や健診について	●健康診断は区民全員が無料で受けられるようにしてほしい。会社の健康診断だけでは足りないと思う事もあるので、希望するものだけでも受けられるようにしてほしいです。 ●がん検診等の受付をネットでできるようにしてほしいです。 ●受診したか、していないかの調査も必要だと思います。 ●仕事をしていて日程や時間が限られている人でもまんべんなく受けられる活動があればよいと思います。 ●小さい子どもがいる母親のための預かり健診受診、お年寄りの世話をしている人のための預かり健診受診、誰もが受診しやすい環境をつくってほしいです。
3 高齢者の健康や福祉について	●高齢になると外へ出ることが難しくなり、病院への通院なども人の手を借りないと行けなくなってしまっています。こんな時、行政サービスで手軽に助けてくれる制度などいろいろなサービスメニューができるといいと思います。 ●寿命を延ばす事ではなく寿命が来るまで健康で自立した生活が出来るように努力してゆく事が大切だと思います。 ●70歳以上の方しか住んでいない世帯へは定期的に訪問したり、健康を確かめる必要があります。
4 健康教室について	●近所の学校等を利用したスポーツ教室等を実施してほしいです。 ●子どもも参加できるイベントを実施してほしいです。 ●民間企業とも協力しながら、区民が運動に取り組める環境づくりを推進していただきたいと思います。
5 運動施設について	●ランニングやウォーキングを安全にできる道が少ない。自転車が多いので、できれば自転車が専用通行しやすい道路わき等ができれば、ランニングなどもしやすくなると思います。 ●大人向けの施設をもっと作ってほしいです。 ●立派、豪華な施設ではなく、気軽に、少し運動の出来る小さな施設がいくつもあることがよいと考えます。

回 答 内 容	
6	生活習慣病の予防及び健康の自己管理について
●	健康維持出来なくなっている人には、区、役所等の見守り制度を住んでいる地域で作って行く事が必要です。
●	食品別に、どんなときにどんな食べ方をすると栄養が身体にききめがくるような、こまかい点がほしいです。
7	たばこについて
●	禁煙区域でも吸っている人をよく見かけるし、歩きタバコがまだまだ多いです。
●	吸ってよい所、いけない所がわかりにくいです。
●	喫煙できない場所が増えたためか、歩きタバコの人が多いように感じます。
8	医療について
●	地域によって医療の手厚さに差がでないように考慮すべきです。
●	健康づくりには、医師（医療）との連携の体制を強めていくことが望ましいと思います。
9	その他
●	大気汚染のリアルタイム情報が必要です。
●	将来ある若い人にこそ焦点をあてるべきです。

3 その他、健康づくりに関するご意見等、ご自由にお書きください。

- この設問の回答者数 261 人
- 具体的な意見・要望件数 272 件

回 答 内 容	
1	高齢者の健康や福祉について
●	区民の高齢者が、看護を受けずに長生きできるよう、自分たちで意識を高めていかななくてはならないと思います。
●	認知症は重くなってから、家族や本人が問題を自覚する事が多いのではないかと思うので、認知症のテストのようなものを元気な高齢の方を対象に受けてもらう、または、それについて語り合える場所を作っていただくと嬉しいです。
●	医療費を抑制し、健康寿命を延ばすために、自分の健康は自分で守るという意識を、区民全体が持つべきです。

回 答 内 容
2 啓発について
●区内の学校に在学中の子ども達から情報を得ることが多いので、学校向けに区内の健康づくりやスポーツの情報を流すと良いと思います。 ●防災の日のように健康づくり喚起日を設け広報車を出動させてほしいです。 ●どんなに良い施策を計画しても、実施される事を知らなければ役に立ちません。通知方法についての吟味をお願いします。
3 健康や健診について
●歯の定期健診も区で実施できるようになることを望みます。 ●脳ドッグ・胃カメラ・大腸カメラを区の検診又は補助に入れてほしいです。 ●HIV 検査を木曜だけでなく、夜ないし土日など働いている人が受けやすいようにしてほしいです。
4 生活習慣病の予防及び健康の自己管理について
●食事の仕方や、栄養、むくみなど、病院までは行けない人などのために、管理栄養士、栄養士のいる窓口を作してほしいです。 ●最終的には自分の体は自分で守るしかないと思っています。 ●健康は自己責任第一で住民の自覚と啓発運動を推進してください。
5 健康教室等や情報提供について
●親子で安心して手軽に運動や健康づくりに取り組める環境を増やしてほしいです。 ●スポーツができる場所が、もっと借りやすいと嬉しいです。場所の数、時間以外に、借りるための申請が使いにくいです。 ●健康教室に使用させていただくのに、常に使えて安いとよいです。
6 子どもの健康について
●子どもの医療費が無料なのは大変助かる。子どもの健康づくりにも貢献していると思います。 ●子ども達の食育に力を入れてほしいです。
7 たばこについて
●建物以外での受動喫煙が多すぎます。区としてしっかり対策をとって下さい。
8 アンケートについて
●今回のアンケート調査で区の健康づくりに対しての理解が少し深くなりました。今後、区の情報等、もう少し関心持って見るようにします。
9 その他
●多くの方とのふれあいが健康づくりにつながると思います。 ●20 代から 30 代こそ健康の大切さを学ぶべきであり、予防医学をもっと周知してほしいと強く感じます。

※ 区民の皆様より貴重なご意見等を多数お寄せいただき、ありがとうございました。

世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書

平成28年3月発行

発行：世田谷区

編集：世田谷保健所健康企画課

〒154-8504 東京都世田谷区世田谷4-22-35

T E L 03 (5432) 2432

F A X 03 (5432) 3022

広報印刷物登録番号：No.1360