世田谷区民の健康づくりに関する調査
報告書

令和３年３月

世　田　谷　区

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 3

1　区民調査 3
（1）回答者属性 3
（2）健康状態や意識について 5
（3）食生活について 39
（4）身体活動・運動について 69
（5）休養、こころの健康について 81
（6）飲酒について 109
（7）喫煙について 118
（8）口と歯の健康について 135
（9）健康管理について 147
(10) 地域活動や防災等について 194
(11) 生活環境について 210
(12) 食品衛生について 217
(13) 感染症予防について 235
(14) 健康せたがやプランについて 248

Ⅲ　調査結果のまとめ 250

1　区民調査結果の総括 250
2　分野ごとのまとめ 253
3　性・年代別のまとめ 262
4　地域別のまとめ 269

Ⅳ　資料 272
世田谷区民の健康づくりに関する調査 調査票 272
世田谷区の健康づくりに関する調査結果の経年比較 292
自由意見・要望等のまとめ 330

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）後期』（平成 29 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。本調査は、現行のせたがやプランが令和３年度に終了することに伴い、次期プランの策定に向けた基礎資料を得ることを目的として実施した。

２　調査対象

区民調査　：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

令和２年９月 17 日から令和２年 10 月５日

４　調査方法

区民調査　：郵送による配布・回収

５　回収状況

		区全体	世田谷地域	北沢地域	玉川地域	砧地域	烏山地域
区民調査	配布数（人）	4,000	1,114	691	969	701	525
	回収数（人）	2,045	555	352	507	359	272
	有効回収数（人）	2,045	555	352	507	359	272
	有効回収率（%）	51.1	49.8	50.9	52.3	51.2	51.8

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

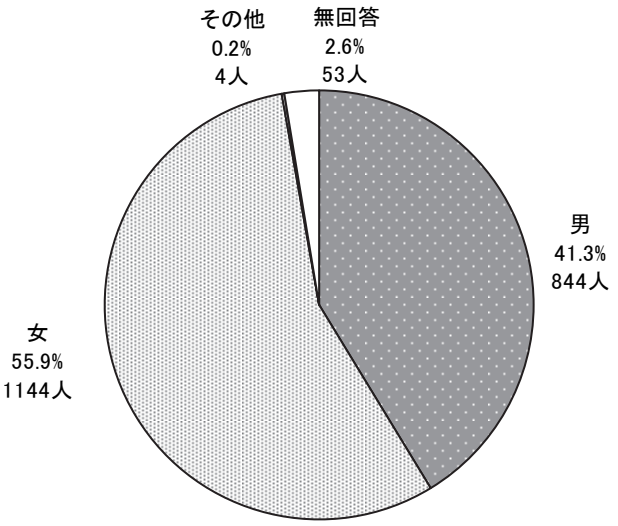
・図表中の比率の小さい項目については、省略しているところもある。
・クロス集計の分析の軸（＝表側）とした回答者の属性で、基数が 30 を下回るものについては、調査数が少ないので参考として図示するに留め、文中では述べていない。
（例：「性別」のその他　等）

Ⅱ　調査結果

１　区民調査

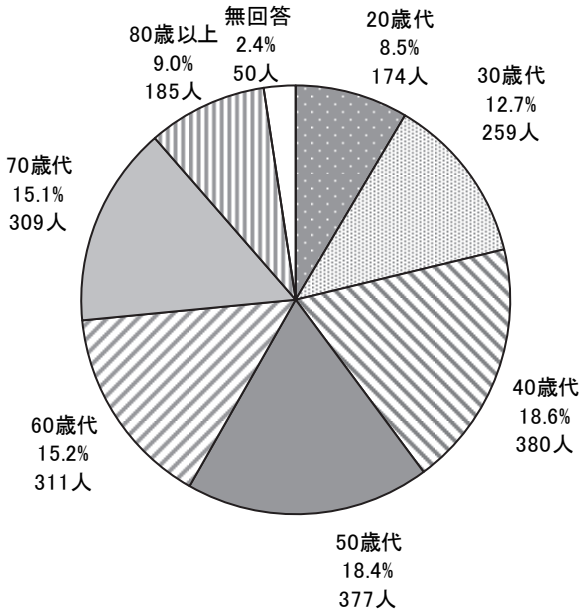
（１）回答者属性

１．性別



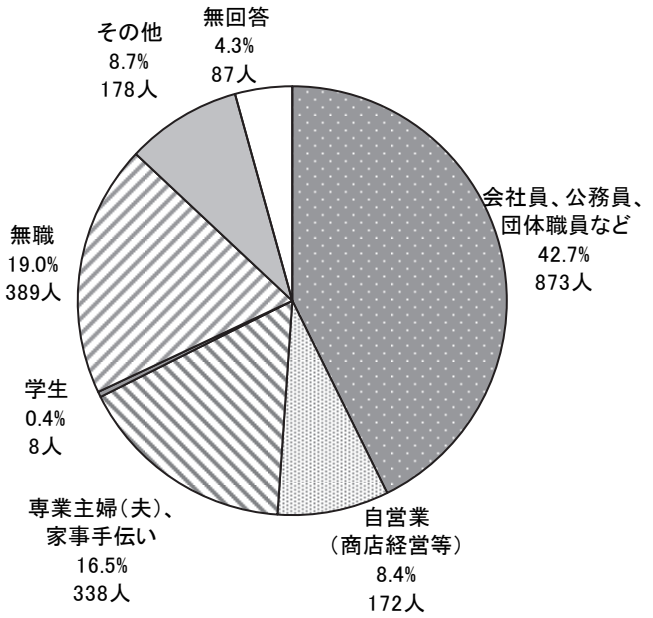
有効回答数：2,045 件

２．年齢



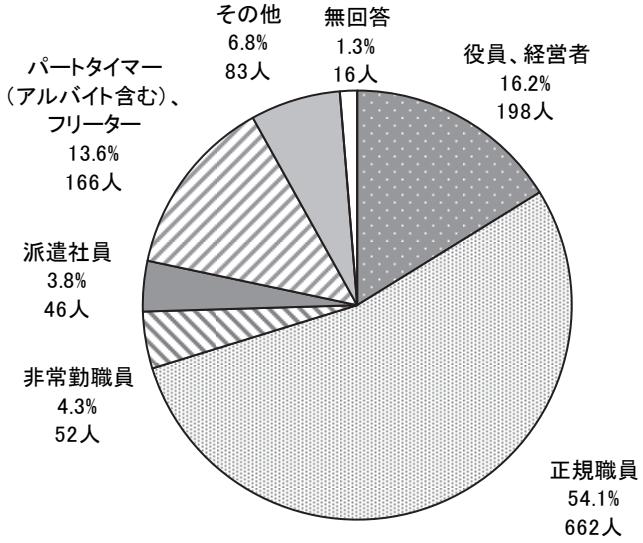
有効回答数：2,045 件

３．職業



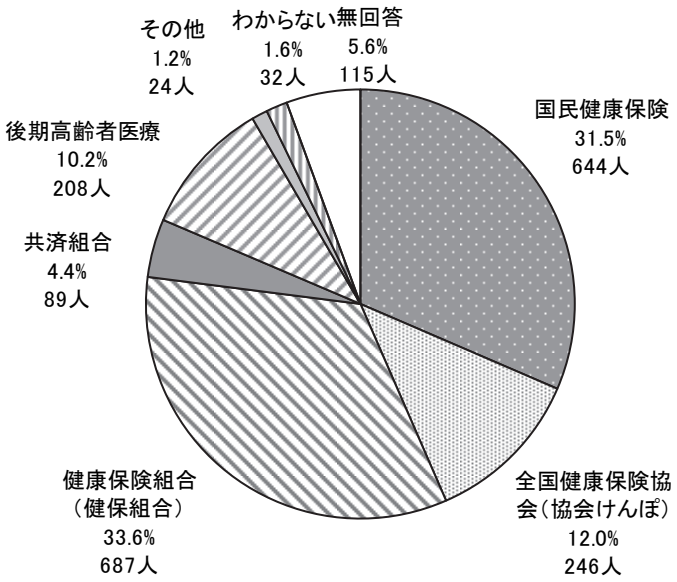
有効回答数：2,045 件

４．就業形態



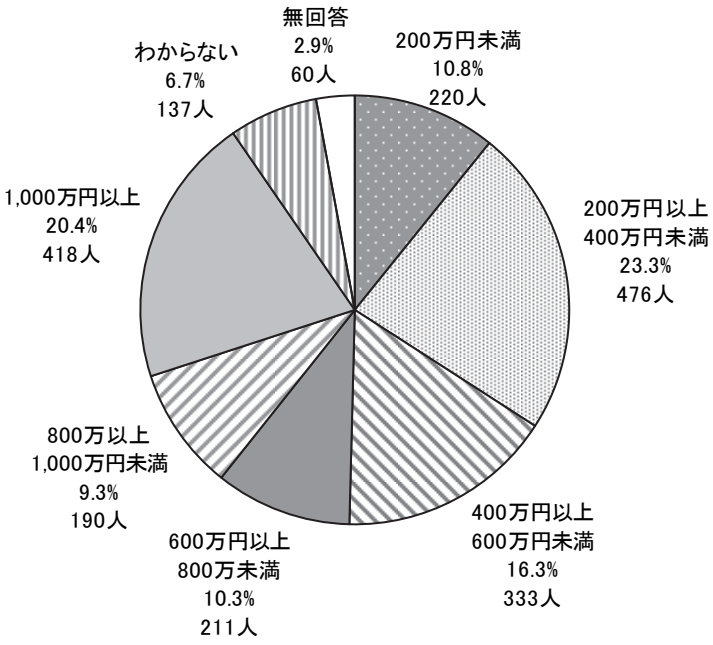
有効回答数：2,045 件

５．加入医療保険の種類



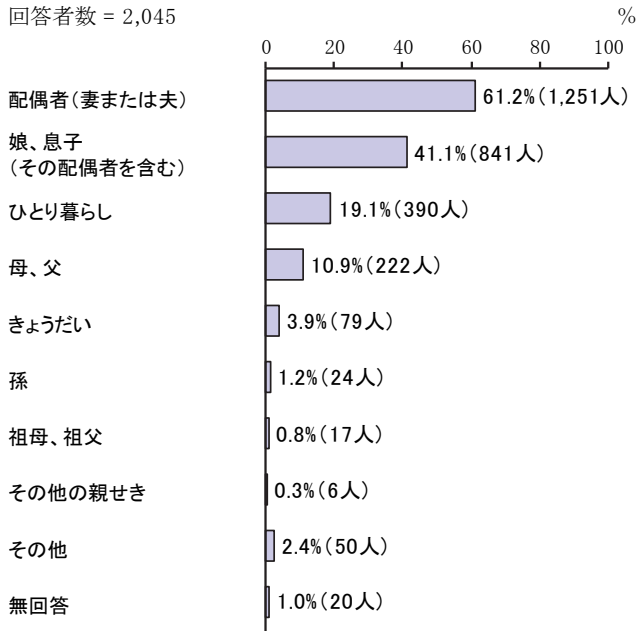
有効回答数：2,045 件

６．世帯年収

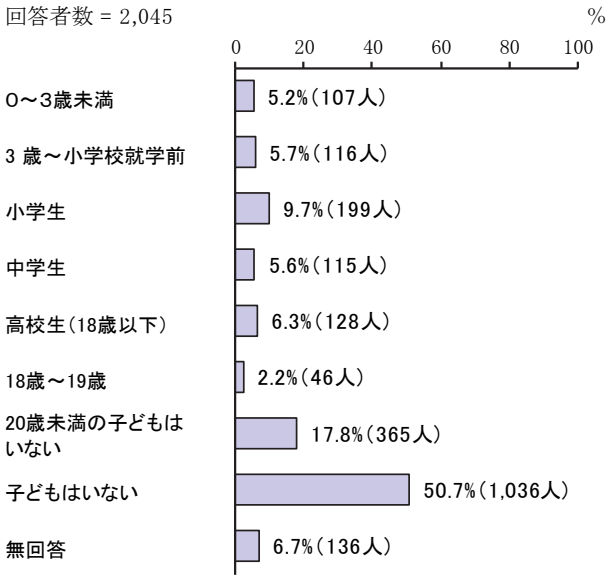


有効回答数：2,045 件

７．同居者

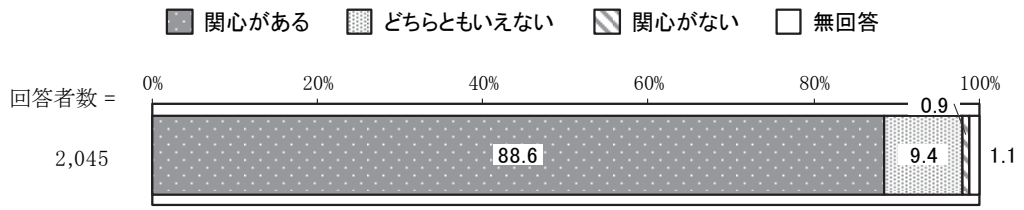


８．子どもの有無



（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○）



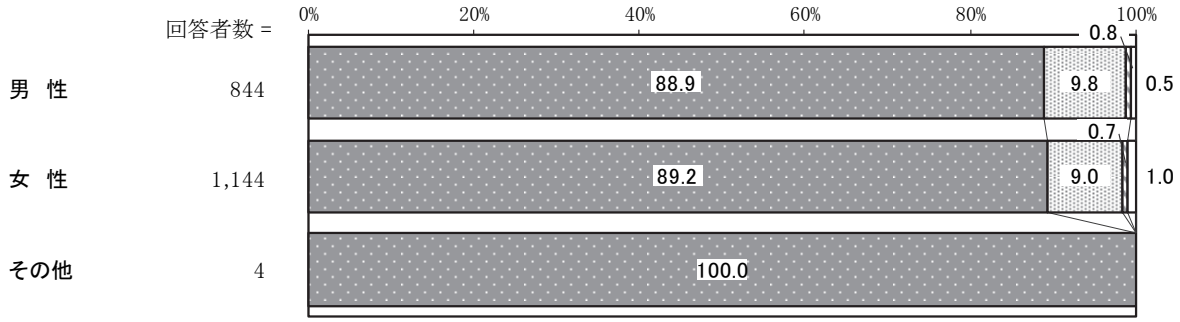
健康への関心については、「関心がある」88.6%が最も高くなっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

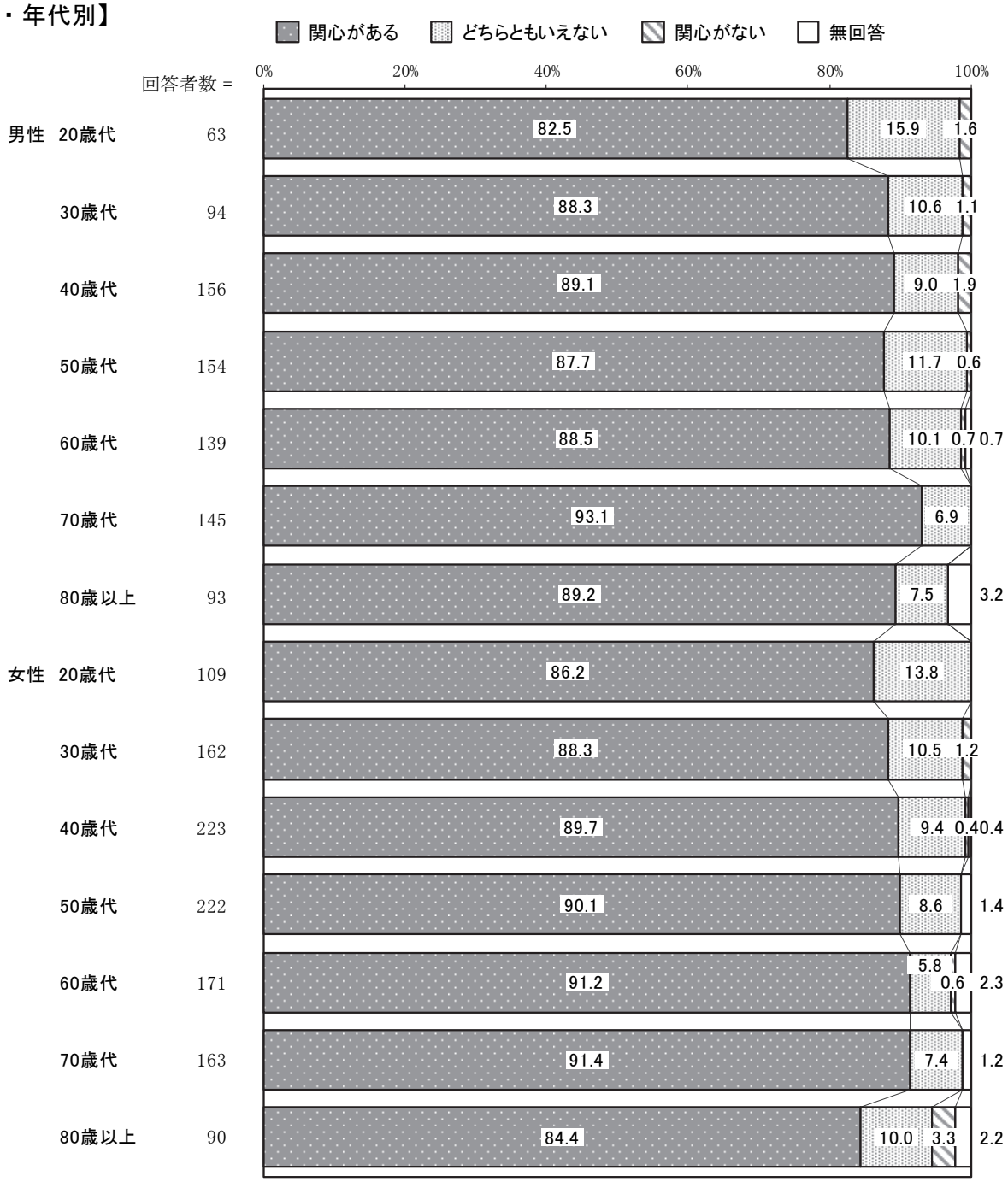
性・年代別にみると、「関心がある」は、男性の 70 歳代、女性の 50 歳代から 70 歳代で９割を超え高くなっている。またどの性・年代でみても、概ね８割以上となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

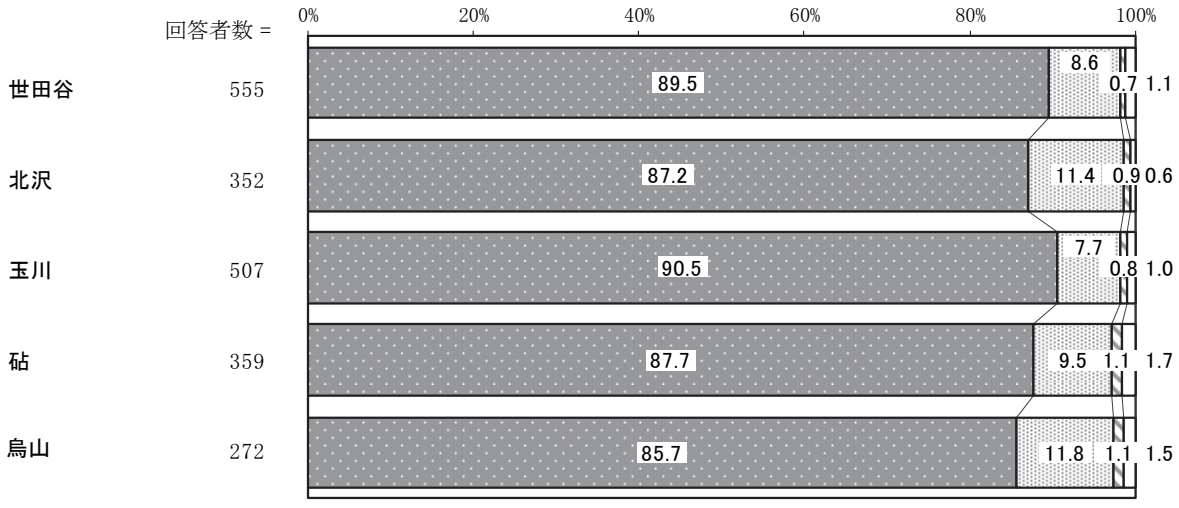
【性　別】



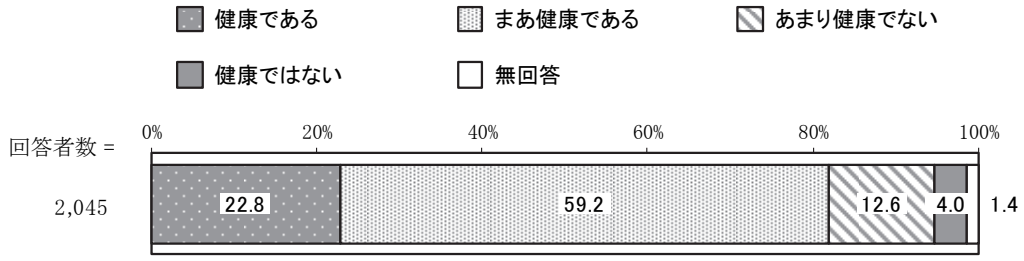
【性・年代別】


関心がある
どちらともいえない
関心がない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 82.5 15.9 1.6
30歳代 94 88.3 10.6 1.1
40歳代 156 89.1 9.0 1.9
50歳代 154 87.7 11.7 0.6
60歳代 139 88.5 10.1 0.7 0.7
70歳代 145 93.1 6.9
80歳以上 93 89.2 7.5 3.2
女性 20歳代 109 86.2 13.8
30歳代 162 88.3 10.5 1.2
40歳代 223 89.7 9.4 0.4 0.4
50歳代 222 90.1 8.6 1.4
60歳代 171 91.2 5.8 0.6 2.3
70歳代 163 91.4 7.4 1.2
80歳以上 90 84.4 10.0 3.3 2.2

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 89.5 8.6 0.7 1.1
北沢 352 87.2 11.4 0.9 0.6
玉川 507 90.5 7.7 0.8 1.0
砧 359 87.7 9.5 1.1 1.7
烏山 272 85.7 11.8 1.1 1.5

問２　あなたは、自分のことを健康だと思いますか。（１つに○）



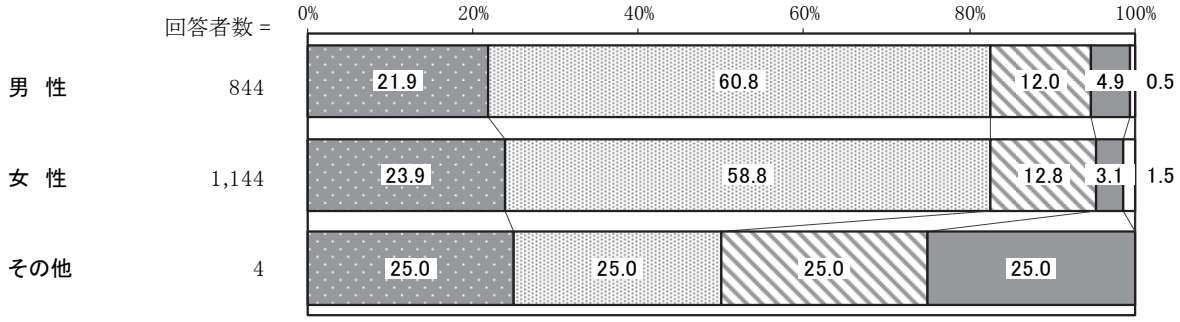
自分の健康観については、「健康である」と「まあ健康である」を合わせた「健康であると思う人」は 82.0%、「あまり健康でない」と「健康ではない」を合わせた「健康でないと思う人」は 16.6%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

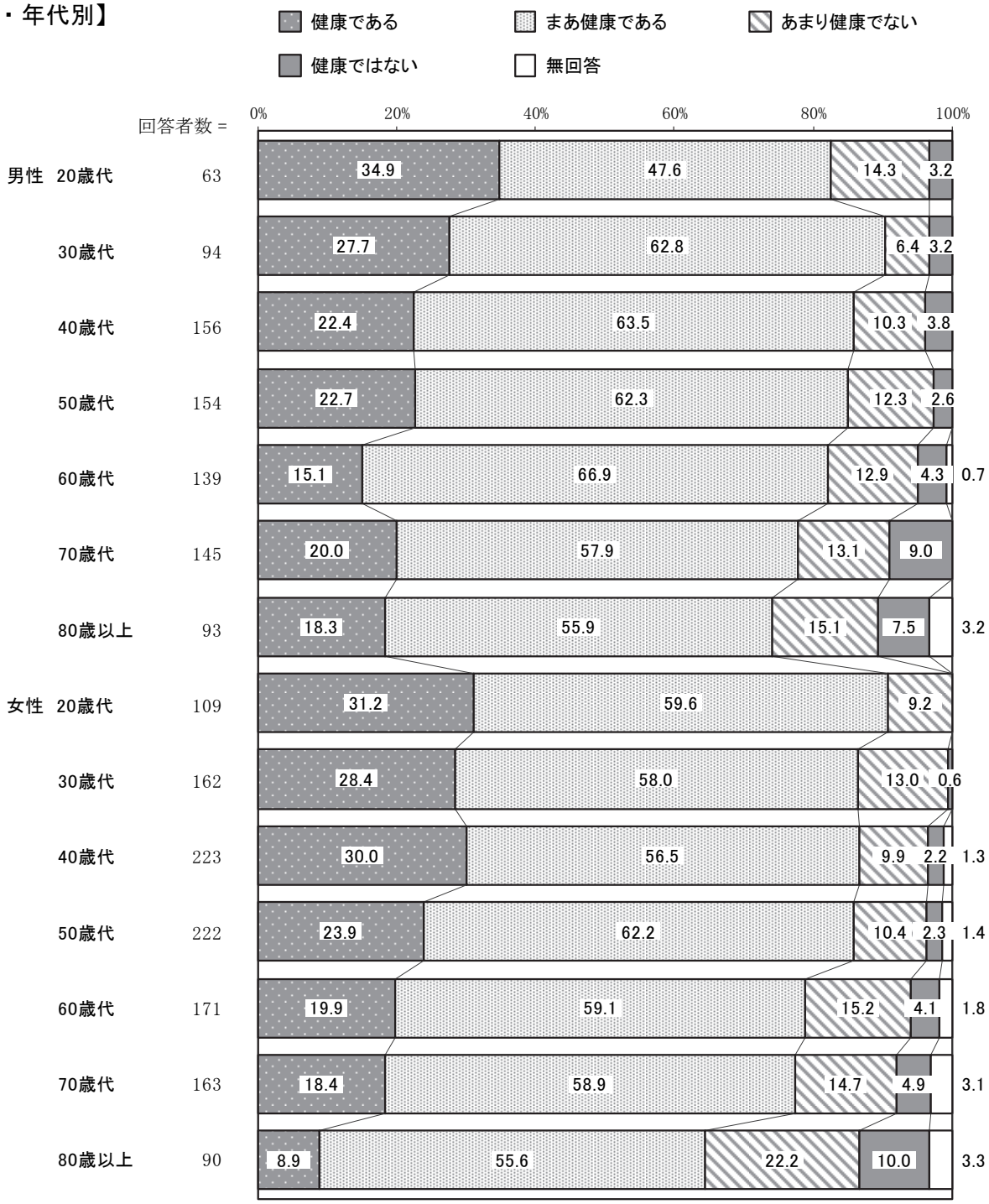
性・年代別にみると、「健康である」と「まあ健康である」を合わせた「健康であると思う人」は、概ね８割以上となっているが、女性の 80 歳以上で６割台と低くなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

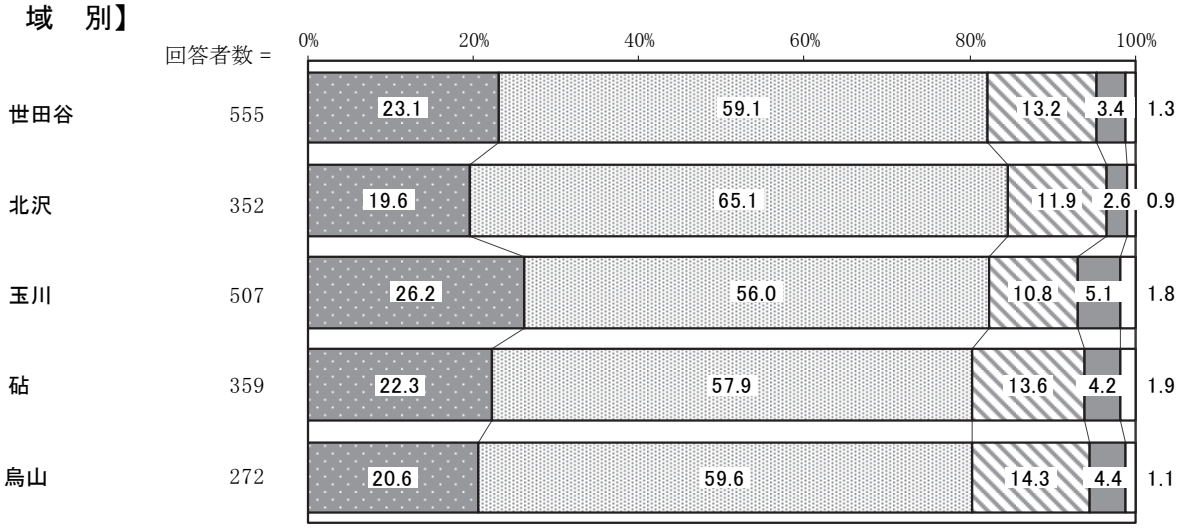
【性　別】



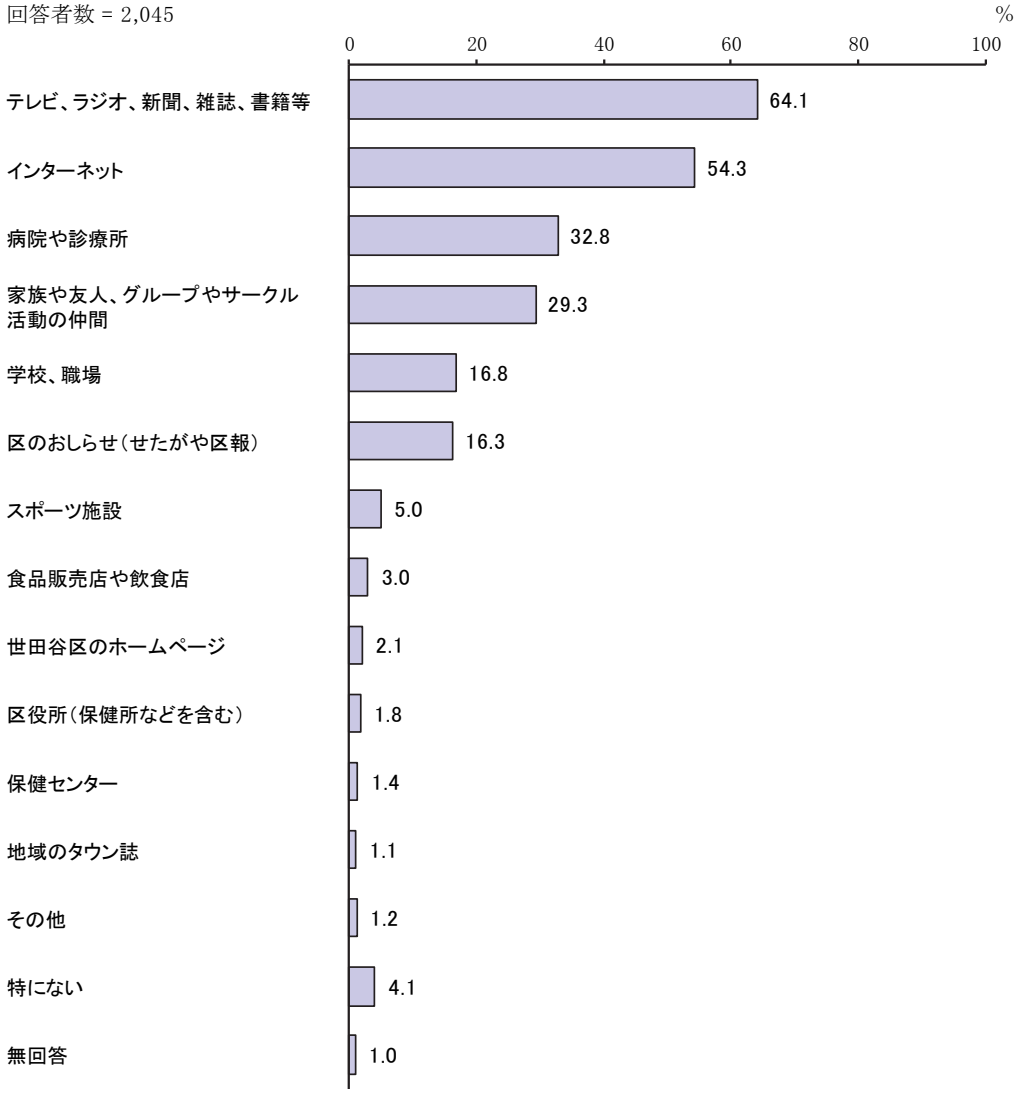
【性・年代別】


健康である
まあ健康である
あまり健康でない
健康ではない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 34.9 47.6 14.3 3.2
30歳代 94 27.7 62.8 6.4 3.2
40歳代 156 22.4 63.5 10.3 3.8
50歳代 154 22.7 62.3 12.3 2.6
60歳代 139 15.1 66.9 12.9 4.3 0.7
70歳代 145 20.0 57.9 13.1 9.0
80歳以上 93 18.3 55.9 15.1 7.5 3.2
女性 20歳代 109 31.2 59.6 9.2
30歳代 162 28.4 58.0 13.0 0.6
40歳代 223 30.0 56.5 9.9 2.2 1.3
50歳代 222 23.9 62.2 10.4 2.3 1.4
60歳代 171 19.9 59.1 15.2 4.1 1.8
70歳代 163 18.4 58.9 14.7 4.9 3.1
80歳以上 90 8.9 55.6 22.2 10.0 3.3

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 23.1 59.1 13.2 3.4 1.3
北沢 352 19.6 65.1 11.9 2.6 0.9
玉川 507 26.2 56.0 10.8 5.1 1.8
砧 359 22.3 57.9 13.6 4.2 1.9
烏山 272 20.6 59.6 14.3 4.4 1.1

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○）



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」64.1%が最も高く、次いで「インターネット」54.3%、「病院や診療所」32.8%となっている。

性別にみると、「区役所（保健所などを含む）」「保健センター」「学校、職場」「病院や診療所」をのぞき、男性より女性で割合が高くなっており、特に「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」は、15.2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50歳代、60歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の70歳代、女性の70歳代で７割台半ばとなっている。「病院や診療所」は、男性の70歳代、80歳以上で５割を超えて最も高く、次いで、男性の60歳代、女性の70歳代で４割を超えている。

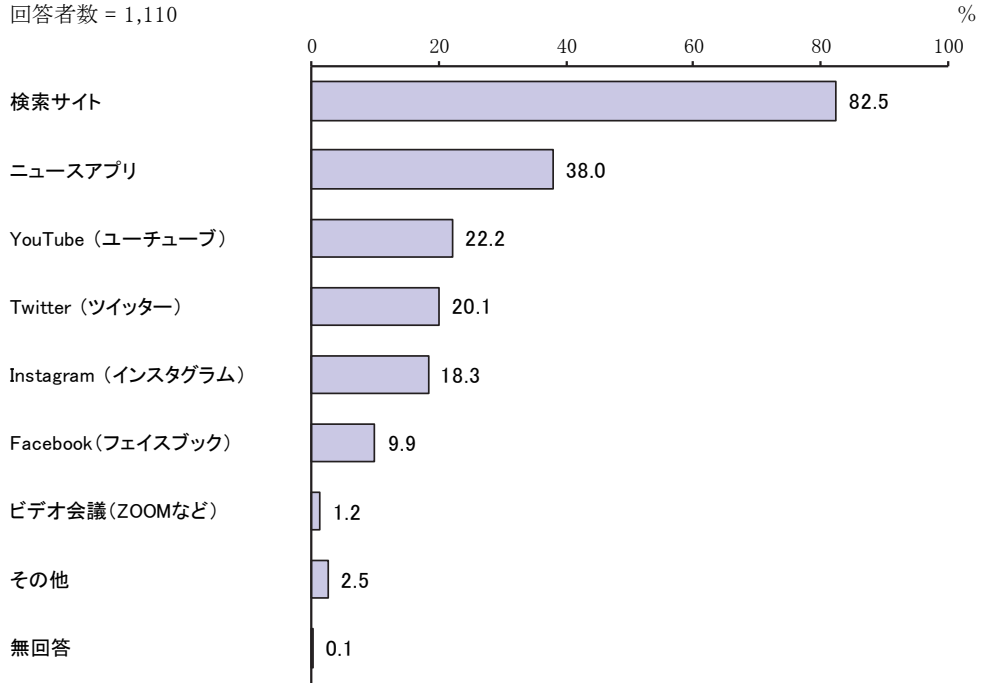
地域別にみると、「インターネット」は、世田谷地域で約６割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると6.4ポイントの差がみられる。「病院や診療所」は、玉川地域で約４割と最も高く、最も低い北沢地域と比べると、8.2ポイントの差がみられる。

【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）	保健センター	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	テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等	インターネット	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
男 性		13.4	1.9	2.5	1.9	19.3	35.7	2.1	3.9	20.9	0.4	58.8	51.2	1.1	4.9	0.4	844
女 性		18.2	2.2	1.0	1.0	15.6	30.4	3.6	5.9	36.1	1.7	69.1	57.7	1.0	3.8	1.0	1144
その他		－	－	－	－	25.0	25.0	25.0	－	50.0	－	50.0	100.0	－	－	－	4
男性	20 歳代	1.6	－	1.6	－	20.6	15.9	4.8	3.2	14.3	－	33.3	79.4	－	11.1	－	63
	30 歳代	3.2	2.1	1.1	－	30.9	19.1	4.3	2.1	21.3	－	53.2	78.7	1.1	4.3	－	94
	40 歳代	5.1	1.9	0.6	－	31.4	25.6	1.9	4.5	19.2	－	46.8	73.1	0.6	4.5	－	156
	50 歳代	10.4	1.9	－	2.6	27.3	31.8	1.3	5.2	18.8	－	56.5	58.4	－	7.1	－	154
	60 歳代	18.7	0.7	2.2	5.0	18.7	43.2	0.7	5.0	19.4	0.7	64.7	42.4	1.4	0.7	0.7	139
	70 歳代	24.8	3.4	4.8	1.4	2.8	51.7	2.1	2.1	27.6	1.4	75.2	20.0	2.1	4.8	－	145
	80 歳以上	24.7	2.2	8.6	3.2	－	52.7	2.2	4.3	22.6	－	71.0	17.2	2.2	4.3	2.2	93
女性	20 歳代	1.8	0.9	－	－	27.5	17.4	2.8	6.4	33.0	0.9	56.0	84.4	0.9	2.8	－	109
	30 歳代	8.0	3.1	0.6	0.6	21.0	24.1	5.6	5.6	38.3	0.6	57.4	79.0	1.9	5.6	－	162
	40 歳代	10.3	1.8	0.4	0.4	25.1	26.9	2.7	2.2	39.0	1.8	64.1	72.2	1.3	4.9	0.4	223
	50 歳代	17.6	2.3	0.5	0.9	17.1	31.5	6.3	5.9	33.3	0.9	77.9	72.5	－	0.9	1.4	222
	60 歳代	27.5	1.8	0.6	－	9.4	36.3	2.3	11.7	33.3	2.9	79.5	45.6	－	2.3	1.2	171
	70 歳代	34.4	0.6	3.7	3.7	2.5	41.1	1.8	7.4	42.3	2.5	76.7	19.0	1.2	2.5	1.2	163
	80 歳以上	31.1	6.7	2.2	2.2	－	33.3	2.2	1.1	28.9	2.2	63.3	7.8	3.3	10.0	3.3	90
世田谷		14.6	2.5	1.8	1.8	15.5	31.7	3.1	5.6	29.0	1.6	65.2	57.5	1.1	4.1	0.9	555
北沢		17.3	1.7	1.1	2.0	19.0	29.3	2.0	2.8	29.3	0.6	67.0	54.0	0.3	2.0	0.9	352
玉川		17.4	2.0	1.6	1.2	15.4	37.5	2.0	6.9	31.0	1.4	62.7	53.3	1.6	4.7	1.0	507
砧		15.3	2.8	3.1	1.1	16.2	32.3	3.9	4.2	27.9	0.6	64.6	53.5	1.7	4.5	1.1	359
烏山		17.6	0.7	1.1	0.4	20.2	31.6	5.1	4.4	29.0	0.7	59.9	51.1	1.1	5.1	1.5	272

問３－１　インターネットでの情報を収集する際に、どのようなツールを使用しますか。（あてはまるものすべてに○）



インターネットでの情報収集ツールについては、「検索サイト」82.5%が最も高く、次いで「ニュースアプリ」38.0%、「YouTube（ユーチューブ）」22.2%となっている。

性別にみると、「Instagram（インスタグラム）」は女性が男性よりも 16.0 ポイント、「ニュースアプリ」は女性が男性よりも 7.2 ポイント、「Twitter（ツイッター）」は女性が男性より 5.2 ポイント高くなっている。一方、「YouTube（ユーチューブ）」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、「Twitter （ツイッター）」は女性の 20 歳代で６割半ば、「Instagram （インスタグラム）」は女性の 20 歳代で５割台半ばと高くなっている。また、「検索サイト」は概ね８割以上となっているが、女性の 20 歳代では約７割と低くなっている。

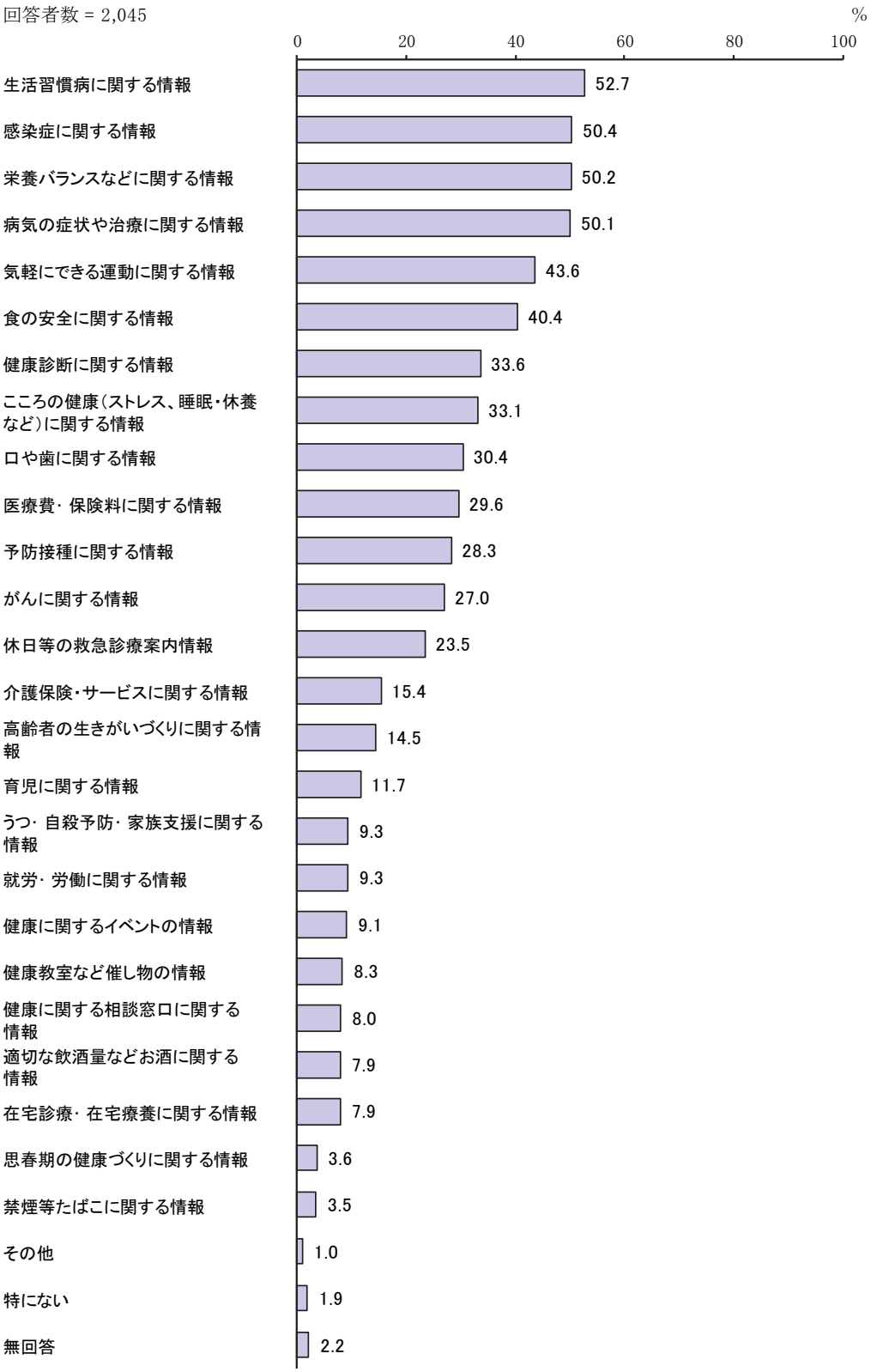
地域別にみると、「Twitter （ツイッター）」「Facebook（フェイスブック）」は、烏山地域で最も高く、最も低い砥地域と 10 ポイント程度の差がみられる。

【性 別】【性・年代別】【地 域 別】

単位：％

区分		検索サイト	ニュースアプリ	Twitter（ツイッター）	Facebook（フェイスブック）	Instagram（インスタグラム）	YouTube（ユーチューブ）	ビデオ会議（ＺＯＯＭなど）	その他	無回答	回答者数（件）
男 性		81.7	34.3	17.1	10.2	8.8	25.2	1.2	3.2	－	432
女 性		83.3	41.5	22.3	10.0	24.8	19.8	1.2	1.8	0.2	660
その他		75.0	－	50.0	－	－	75.0	－	－	－	4
男性	20 歳代	72.0	40.0	36.0	4.0	30.0	50.0	－	10.0	－	50
	30 歳代	85.1	29.7	27.0	13.5	8.1	35.1	－	－	－	74
	40 歳代	80.7	37.7	20.2	11.4	7.0	24.6	0.9	0.9	－	114
	50 歳代	82.2	40.0	8.9	11.1	6.7	10.0	1.1	3.3	－	90
	60 歳代	88.1	32.2	5.1	5.1	3.4	22.0	3.4	3.4	－	59
	70 歳代	89.7	17.2	6.9	13.8	3.4	17.2	3.4	－	－	29
	80 歳以上	62.5	18.8	－	12.5	－	18.8	－	18.8	－	16
女性	20 歳代	67.4	41.3	63.0	6.5	55.4	33.7	3.3	－	－	92
	30 歳代	86.7	36.7	25.0	13.3	37.5	18.8	0.8	2.3	0.8	128
	40 歳代	86.3	44.7	17.4	13.0	21.7	11.2	1.2	2.5	－	161
	50 歳代	88.2	39.8	14.9	10.6	14.3	21.1	0.6	1.2	－	161
	60 歳代	79.5	47.4	6.4	5.1	7.7	23.1	1.3	－	－	78
	70 歳代	87.1	41.9	－	3.2	3.2	19.4	－	6.5	－	31
	80 歳以上	71.4	28.6	－	－	－	－	－	14.3	－	7
世田谷		81.5	39.5	19.7	10.3	16.9	21.6	0.9	2.2	－	319
北沢		85.8	33.7	22.6	10.5	17.4	22.6	1.1	3.2	0.5	190
玉川		81.1	41.9	17.8	8.1	18.1	19.6	1.5	3.3	－	270
砧		84.9	34.9	16.7	6.3	19.3	28.1	1.0	1.6	－	192
烏山		79.9	37.4	26.6	16.5	21.6	19.4	1.4	2.2	－	139

問４　あなたの健康にとって、必要な情報は何ですか。（あてはまるものすべてに○）



健康に必要な情報については、「生活習慣病に関する情報」52.7%が最も高く、次いで「感染症に関する情報」50.4%、「栄養バランスなどに関する情報」50.2%となっている。

性別にみると、「休日等の救急診療案内情報」は、女性が男性よりも 10.6 ポイント、「気軽にできる運動に関する情報」は女性が男性よりも 10.3 ポイント高くなっている。一方、「生活習慣病に関する情報」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、「生活習慣病に関する情報」は、男性の 40 歳代から 60 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、男性の 70 歳代で６割を超え、女性の 60 歳代、70 歳代で約６割となっている。「感染症に関する情報」は、女性の 50 歳代から 70 歳代で約６割と最も高く、次いで、女性の 30 歳代、40 歳代で５割を超え、男性の 40 歳代以下で約５割となっている。

地域別にみると、「栄養バランスなどに関する情報」は、北沢地域で５割台半ばと最も高く、最も低い烏山地域とは 10.9 ポイントの差がみられる。

【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	こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）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	感染症に関する情報
男 性	9.8	2.0	59.0	12.9	45.5	37.7	38.0	28.3	7.5	26.4	12.0	5.5	45.7	25.8	46.6
女 性	13.6	4.8	48.7	15.3	53.9	43.1	48.3	36.5	10.5	33.5	4.9	1.9	53.8	27.8	54.1
その他	25.0	－	25.0	－	50.0	－	25.0	50.0	50.0	25.0	25.0	－	75.0	25.0	50.0

区分	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	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	特にない	無回答	回答者数（件）
男 性	3.6	5.2	5.5	17.7	13.6	6.8	25.7	32.2	30.6	9.0	0.9	2.5	1.7	844
女 性	11.8	12.2	9.9	28.3	16.5	8.4	30.6	35.0	29.5	9.9	1.0	1.5	1.8	1144
その他	－	－	－	25.0	－	－	25.0	25.0	50.0	50.0	－	－	－	4

【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	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	感染症に関する情報
男性	20歳代	11.1	1.6	42.9	1.6	55.6	27.0	41.3	34.9	19.0	28.6	11.1	4.8	36.5	6.3	49.2
	30歳代	41.5	5.3	46.8	3.2	48.9	41.5	41.5	34.0	14.9	22.3	10.6	6.4	40.4	9.6	51.1
	40歳代	21.2	4.5	63.5	0.6	53.2	39.7	36.5	32.7	9.0	33.3	14.7	10.3	39.7	26.9	47.4
	50歳代	1.3	0.6	64.3	11.7	44.2	36.4	39.0	27.3	5.8	19.5	9.7	5.8	49.4	22.1	45.5
	60歳代	0.7	－	64.0	20.9	39.6	33.8	36.0	24.5	5.0	23.7	12.9	2.9	44.6	32.4	46.0
	70歳代	－	0.7	62.8	22.1	35.2	40.0	37.9	25.5	2.8	28.3	14.5	4.1	51.7	34.5	45.5
	80歳以上	1.1	2.2	52.7	26.9	49.5	41.9	36.6	22.6	3.2	30.1	7.5	2.2	53.8	36.6	43.0
女性	20歳代	15.6	3.7	40.4	0.9	59.6	33.9	46.8	46.8	11.9	33.9	4.6	3.7	32.1	14.7	47.7
	30歳代	47.5	9.9	32.1	3.1	50.6	36.4	48.1	38.3	11.1	33.3	6.2	3.1	55.6	22.8	53.1
	40歳代	23.3	11.2	43.9	6.7	51.6	44.8	43.9	38.6	13.5	33.6	4.9	2.2	57.4	27.8	52.5
	50歳代	4.1	3.6	54.1	13.5	57.2	46.4	53.2	39.6	10.4	33.8	5.4	1.4	59.5	32.4	57.7
	60歳代	－	－	60.8	25.1	54.4	45.0	53.8	33.3	7.6	33.9	5.8	2.3	55.0	32.2	57.9
	70歳代	－	－	59.5	31.3	52.8	46.0	46.6	31.3	11.0	32.5	2.5	－	55.2	33.1	57.1
	80歳以上	－	1.1	45.6	33.3	52.2	44.4	43.3	24.4	5.6	33.3	4.4	1.1	51.1	23.3	47.8

区分		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	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	特にない	無回答	回答者数（件）
男性	20歳代	－	1.6	－	17.5	3.2	3.2	22.2	17.5	22.2	17.5	1.6	1.6	1.6	63
	30歳代	1.1	2.1	5.3	22.3	1.1	1.1	23.4	21.3	22.3	16.0	1.1	1.1	－	94
	40歳代	2.6	3.8	3.8	22.4	7.7	2.6	26.3	30.8	32.7	12.2	－	0.6	1.3	156
	50歳代	6.5	7.1	7.8	18.2	13.0	5.8	20.8	30.5	22.7	9.1	0.6	5.8	1.3	154
	60歳代	2.9	4.3	4.3	16.5	16.5	4.3	23.7	34.5	39.6	7.9	2.9	1.4	1.4	139
	70歳代	4.1	7.6	5.5	13.1	22.1	13.1	35.9	44.1	35.9	4.1	0.7	2.1	2.8	145
	80歳以上	5.4	7.5	9.7	12.9	26.9	17.2	24.7	36.6	32.3	－	－	4.3	3.2	93
女性	20歳代	0.9	6.4	6.4	15.6	0.9	0.9	25.7	27.5	23.9	17.4	1.8	2.8	－	109
	30歳代	4.9	8.6	7.4	39.5	4.3	2.5	40.7	45.7	32.7	13.6	0.6	1.2	－	162
	40歳代	7.2	10.3	9.9	34.1	9.9	7.2	32.7	32.3	33.2	14.3	0.9	1.3	1.3	223
	50歳代	15.8	16.2	10.4	33.8	15.3	5.0	23.9	34.7	27.0	11.3	1.4	－	2.3	222
	60歳代	17.5	14.6	13.5	26.9	24.6	10.5	31.6	37.4	28.1	5.3	1.2	0.6	2.9	171
	70歳代	19.0	12.9	9.8	20.2	26.4	14.7	27.0	33.7	25.8	2.5	－	－	3.1	163
	80歳以上	15.6	13.3	10.0	14.4	44.4	24.4	35.6	28.9	35.6	1.1	1.1	7.8	3.3	90

【地 域 別】

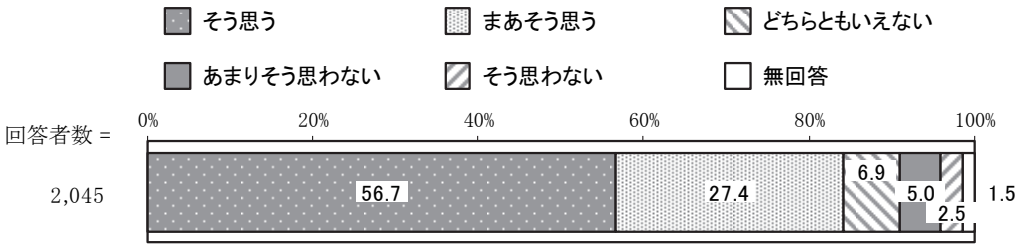
単位：%

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	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	感染症に関する情報
世田谷	11.5	2.9	49.4	14.4	48.8	37.5	42.9	33.7	8.3	32.1	8.5	5.2	48.8	27.6	48.8
北沢	8.5	4.5	54.5	13.1	56.5	41.8	44.6	34.7	10.8	30.7	7.7	4.0	47.2	26.7	53.1
玉川	11.8	3.0	56.4	14.4	50.9	41.6	44.8	30.8	7.7	29.4	8.9	2.2	48.5	25.8	52.5
砧	12.3	3.3	53.8	15.3	48.5	40.7	43.7	34.0	10.9	29.8	6.1	2.2	53.5	27.9	49.6
烏山	15.4	5.5	48.5	15.8	45.6	41.9	41.5	33.1	10.3	29.0	7.7	3.3	55.1	27.6	47.1

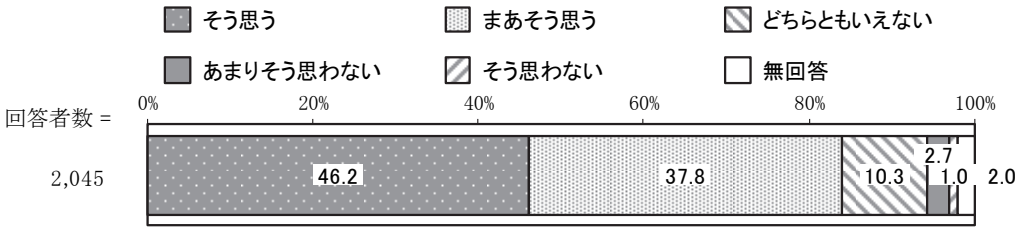
区分	健康教室など催し物の情報	健康に関するイベントの情報	健康に関する相談窓口に関する情報	休日等の救急診療案内情報	介護保険・サービスに関する情報	在宅診療・在宅療養に関する情報	予防接種に関する情報	健康診断に関する情報	医療費・保険料に関する情報	就労・労働に関する情報	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
世田谷	9.5	9.0	8.5	24.7	16.2	6.3	31.0	34.4	29.9	8.5	0.9	2.2	2.0	555
北沢	6.3	6.5	7.1	22.4	13.6	7.7	24.7	33.5	28.1	7.7	0.6	0.6	2.6	352
玉川	8.5	9.5	7.5	22.3	13.4	8.7	26.4	32.7	29.8	9.5	1.6	2.0	2.4	507
砧	8.4	12.3	10.0	25.3	16.2	7.8	29.0	35.7	30.9	11.1	0.8	1.4	1.7	359
烏山	7.7	8.1	6.3	22.1	18.4	9.9	29.8	30.9	29.0	10.7	0.7	3.7	2.6	272

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○）

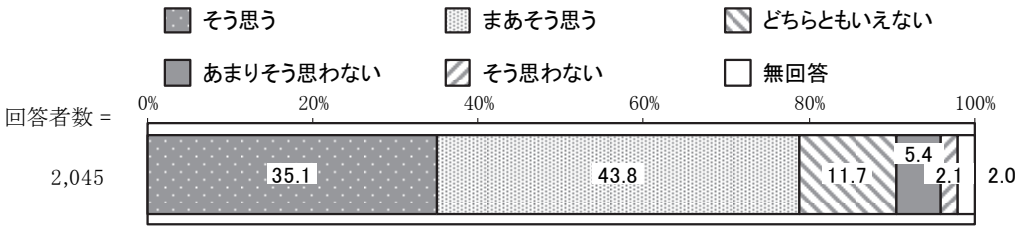
①　生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



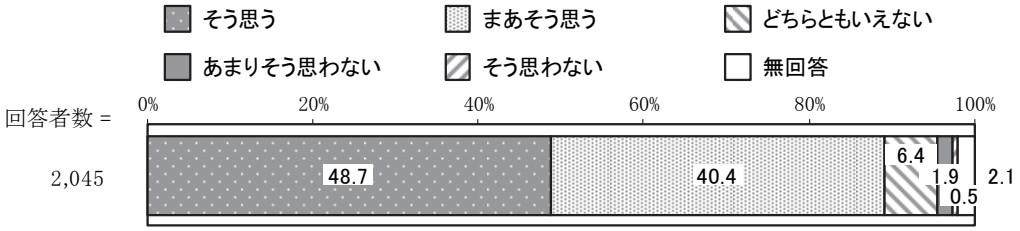
②　食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい



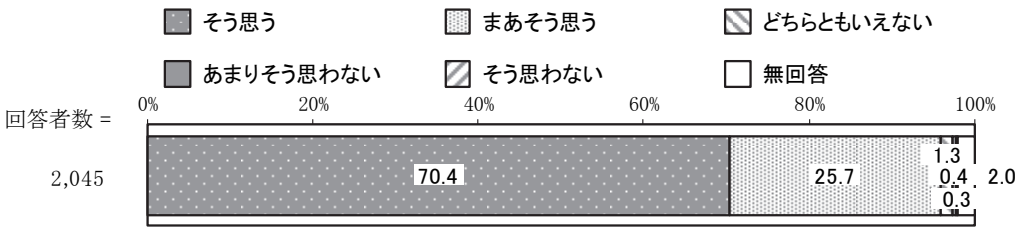
③　健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ



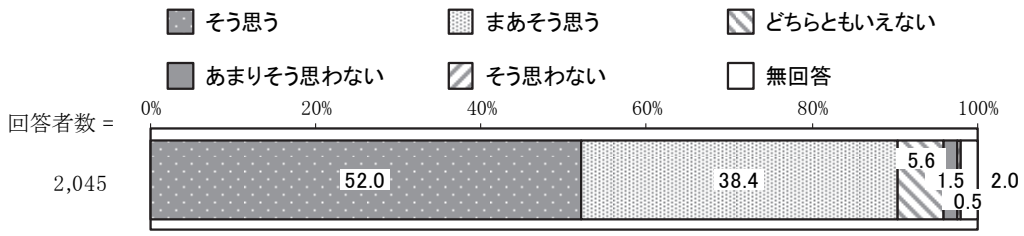
④　運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ



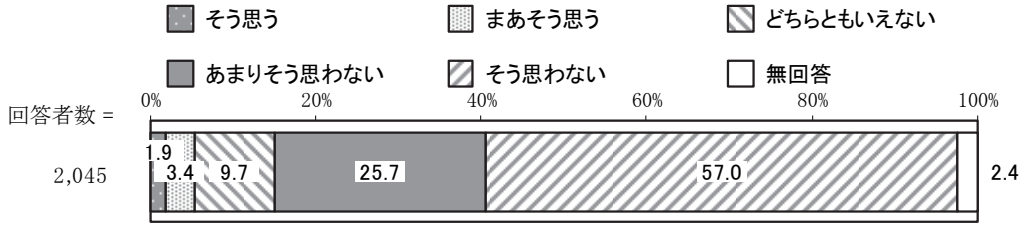
⑤　健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



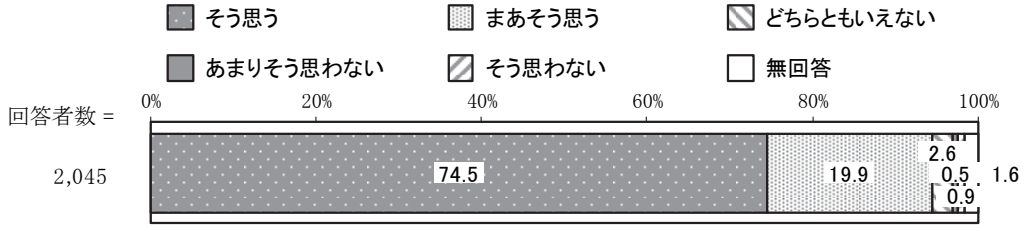
⑥　健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ



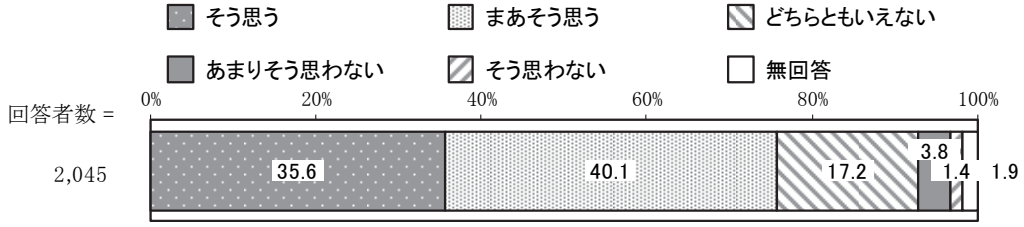
⑦　ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい



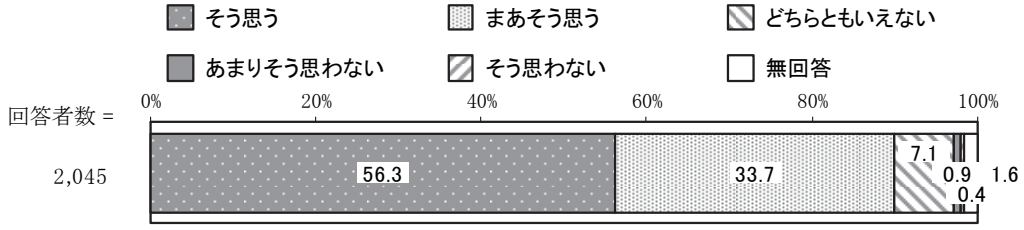
⑧　自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい



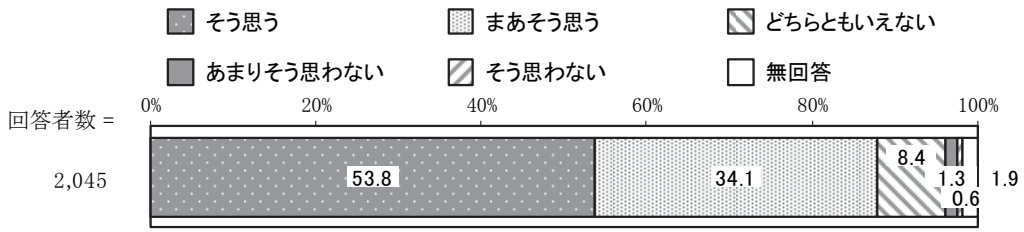
⑨　健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある



⑩　自分の健康は自分で守るものだ



⑪　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



【全 体】

区民の健康に関する考え方として、「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）、「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⑧）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⑥）、「自分の健康は自分で守るものだ」（設問⑩）、「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⑪）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⑦）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割を超えている。

【性　別】

性別にみると、概ね大きな差異はみられず、いずれの項目の「そう思う人」「そう思わない人」ともに男女の差は5ポイント未満となっている。

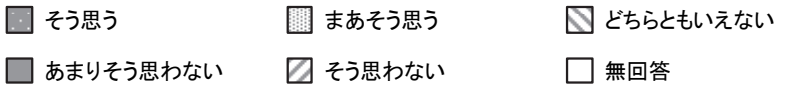
【性・年代別】

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」、男性の20歳代、女性の20歳代から60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」、男性60歳以上で９割を超え高くなっており、「そう思う」では、男性で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⑧）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⑦）は、「そう思わない人」で、男性の60歳代、女性の20歳代、50歳代で約９割と高くなっている。

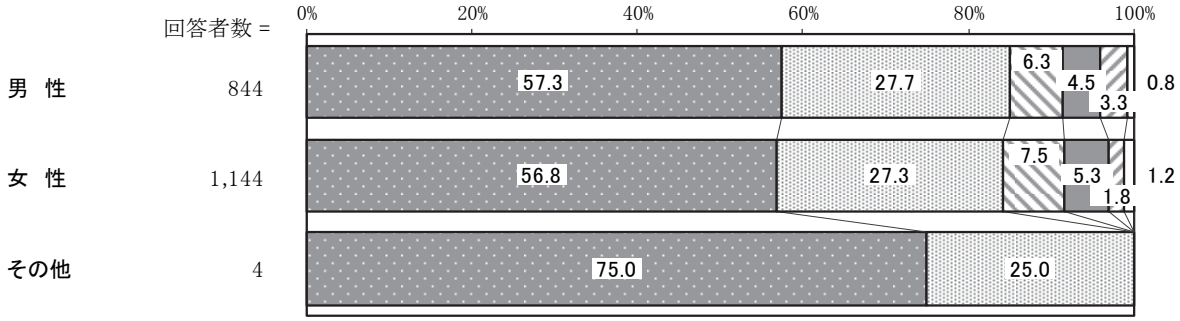
【地　域　別】

地域別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「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」（設問②）は、「そう思う人」で、北沢地域が約９割と最も高くなっている。また、「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」で、烏山地域が約９割と最も高くなっている。

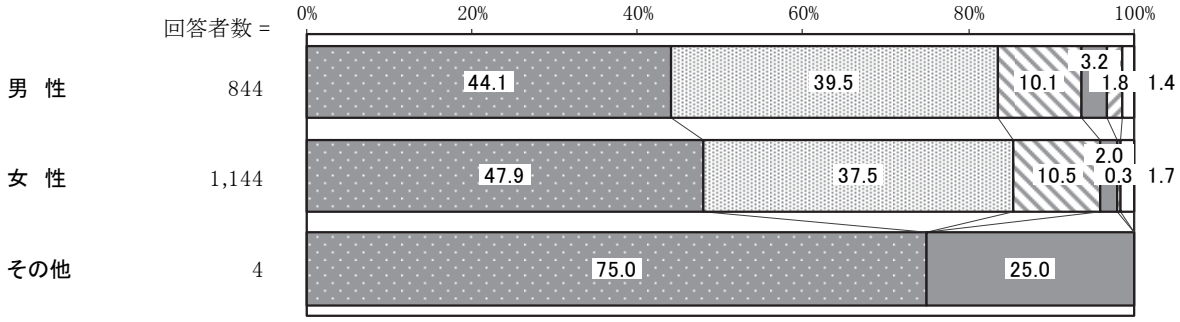
【性　別】



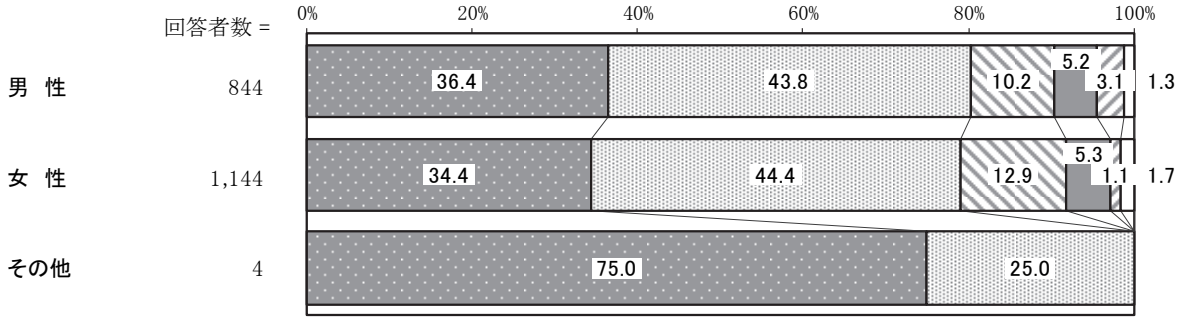
① 生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



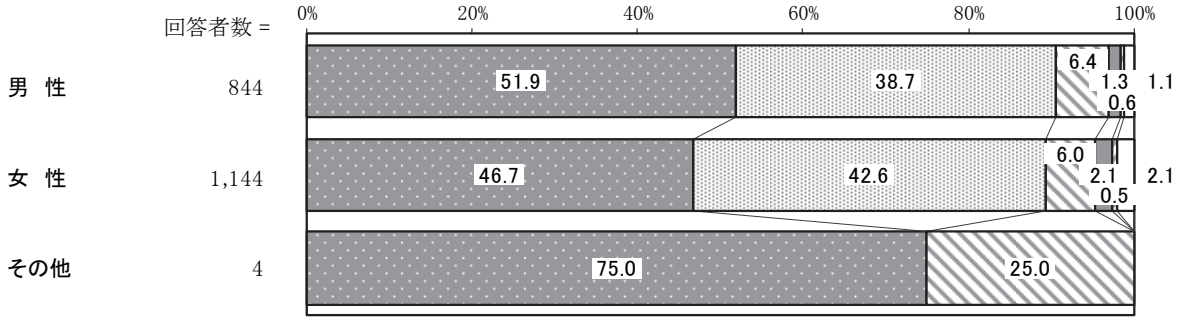
② 食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい

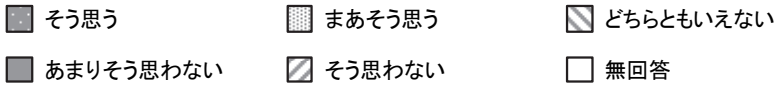


③ 健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ

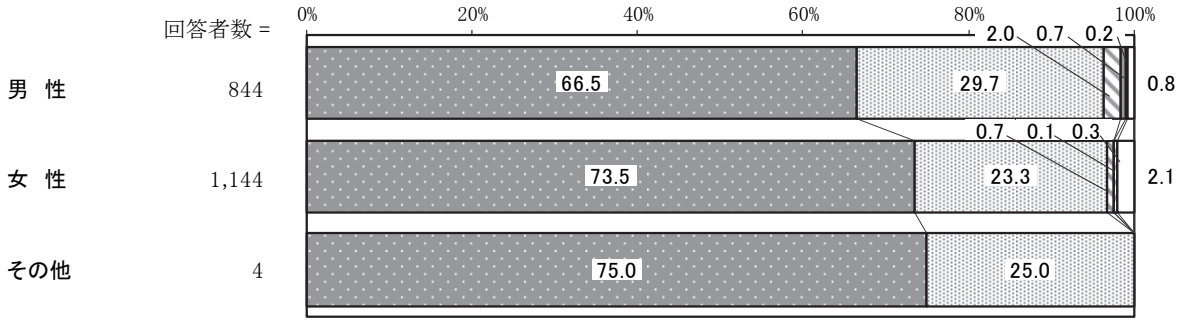


④ 運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

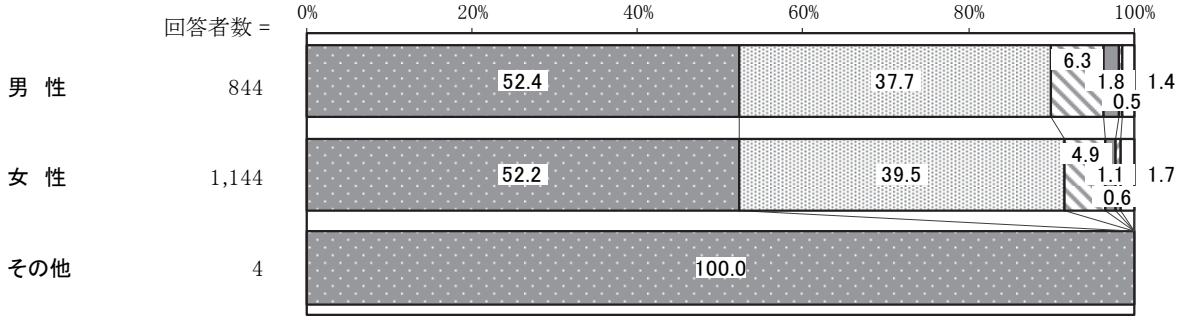




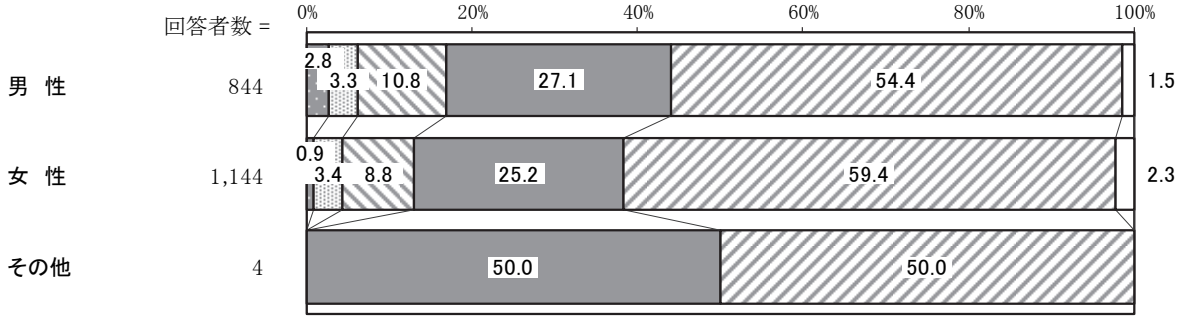
⑤　健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



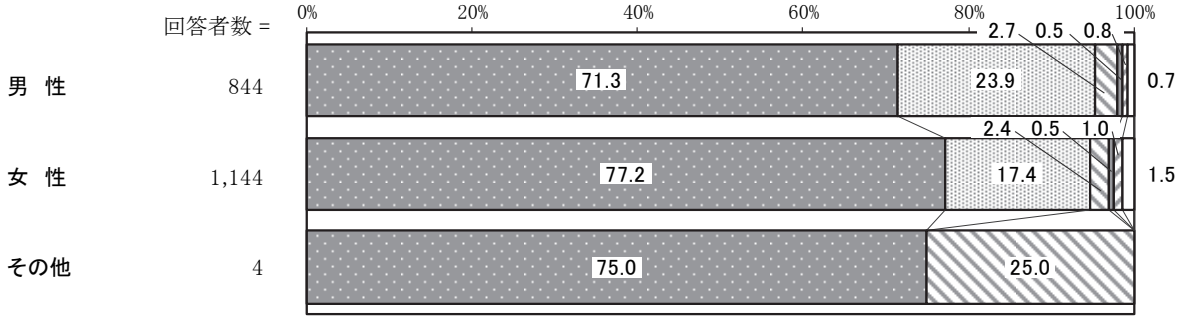
⑥　健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ

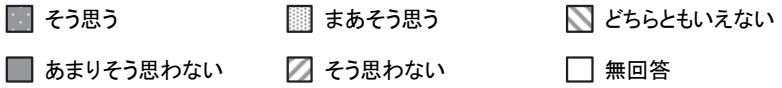


⑦　ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい

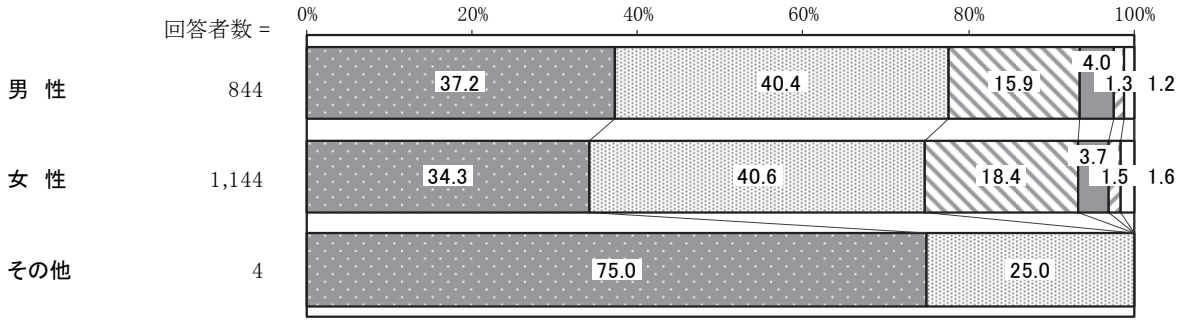


⑧　自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい

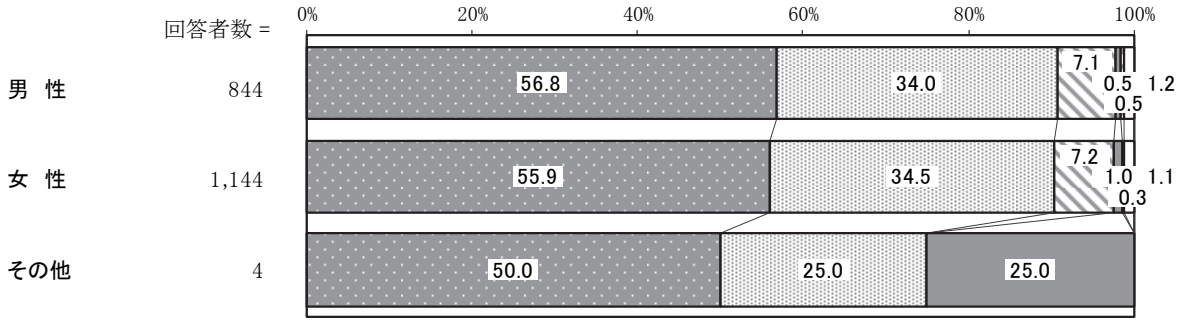




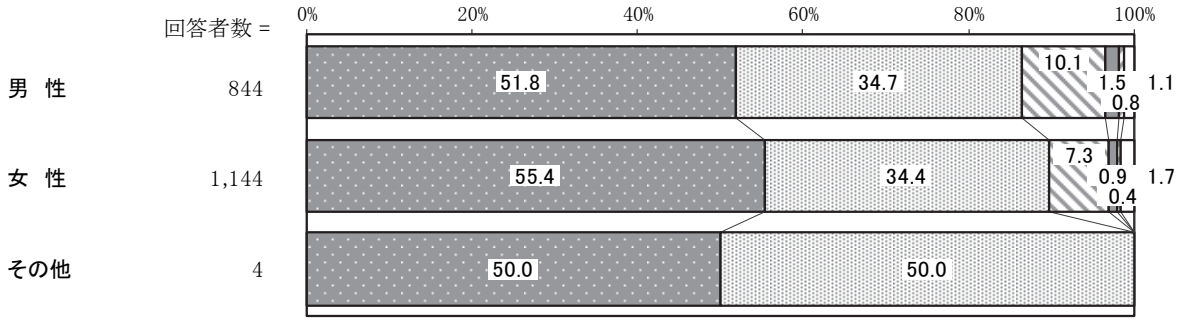
⑨　健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある



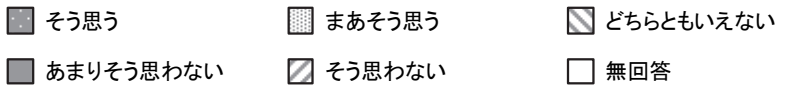
⑩　自分の健康は自分で守るものだ



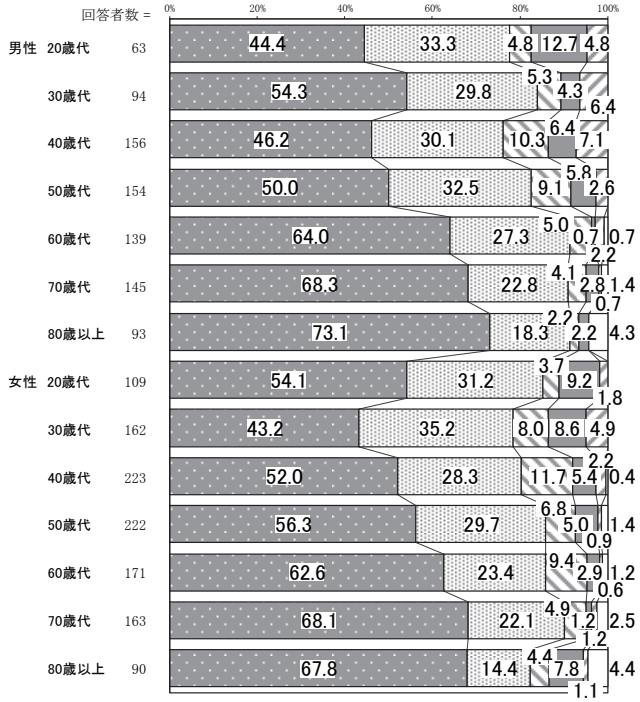
⑪　病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ



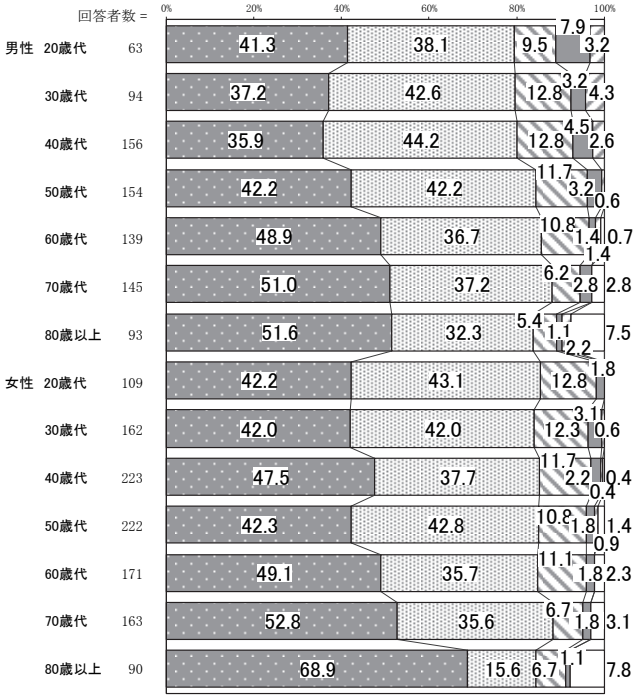
【性・年代別】



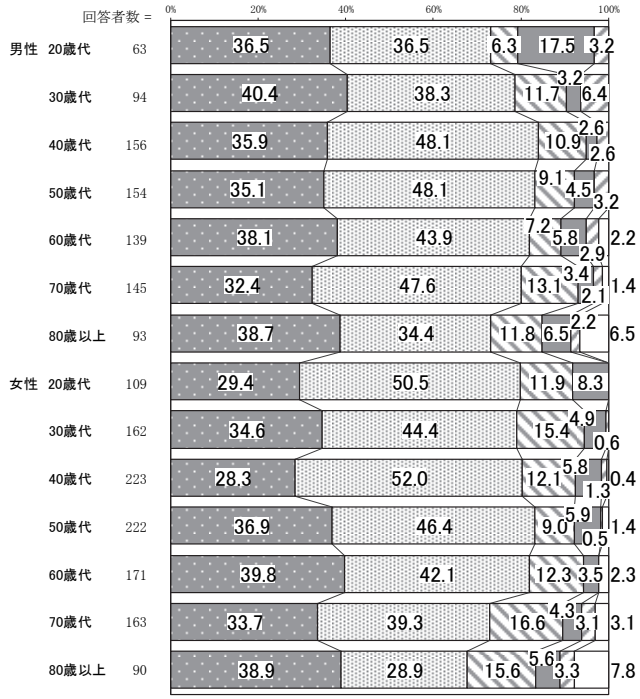
①生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ



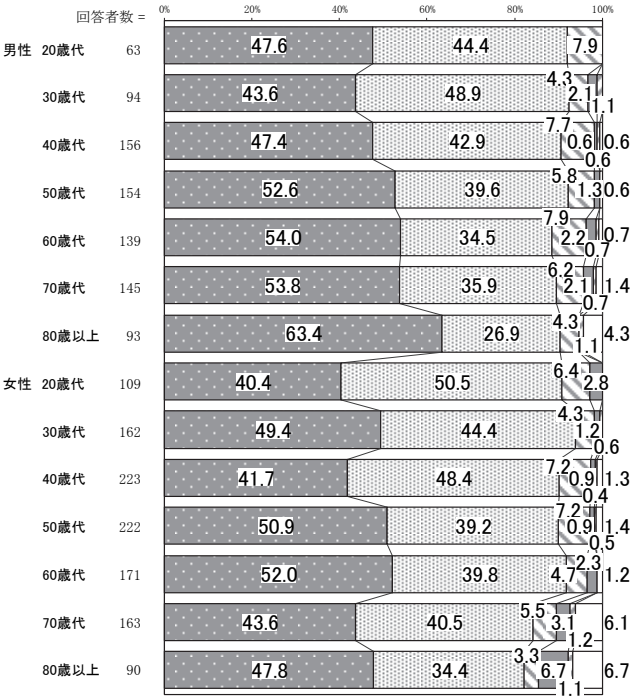
②食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい



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

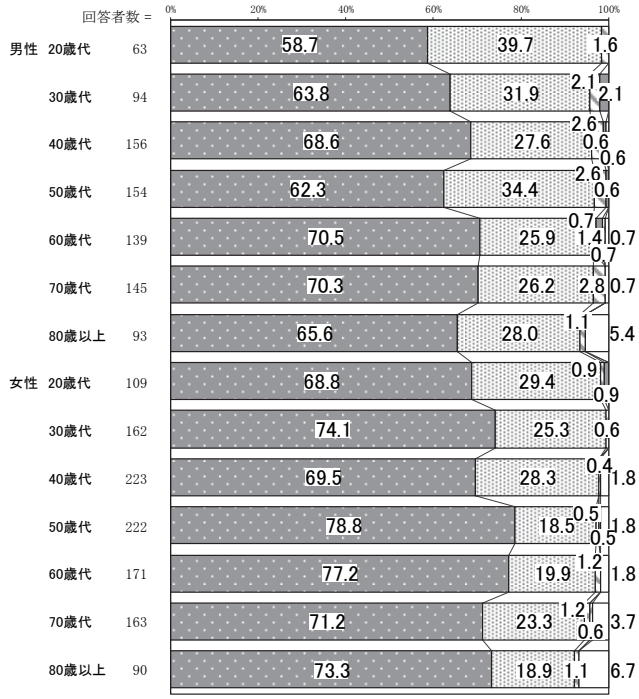


④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

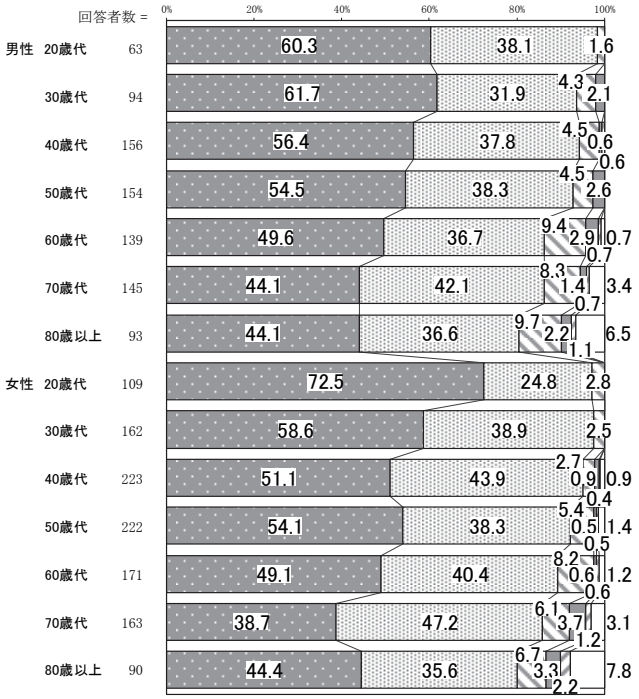


そう思う　まあそう思う　どちらともいえない
あまりそう思わない　そう思わない　無回答

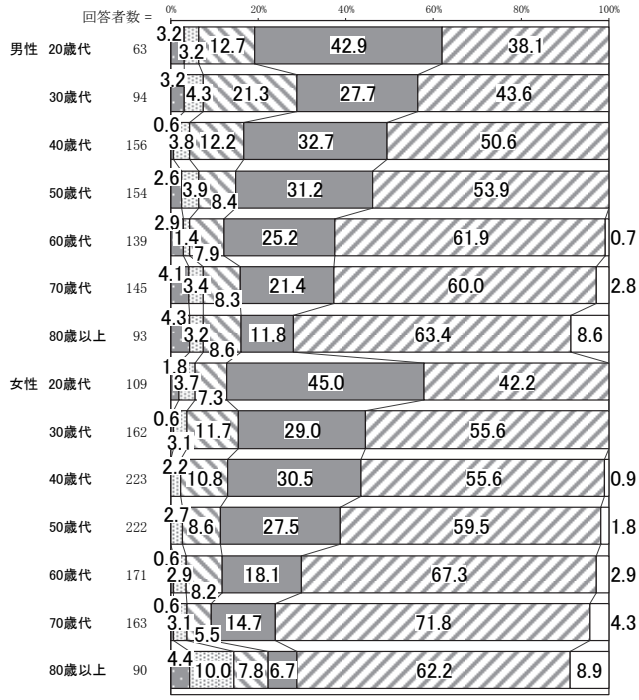
⑤健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ



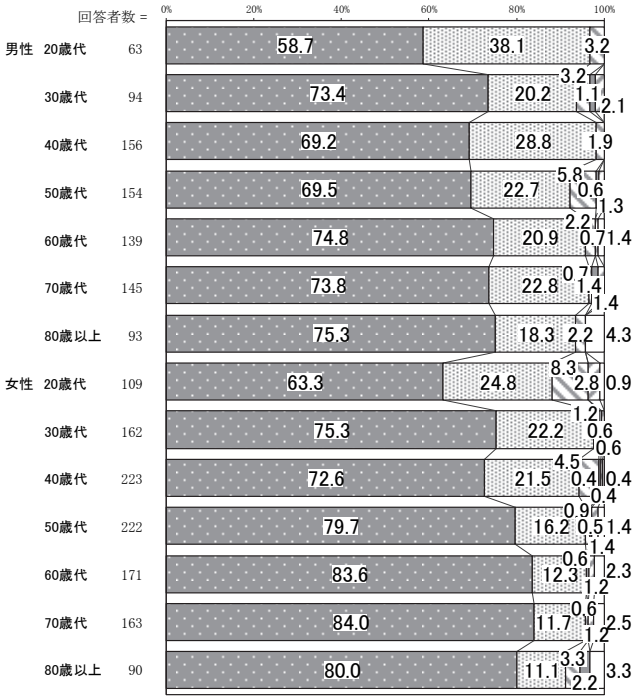
⑥健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ



⑦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

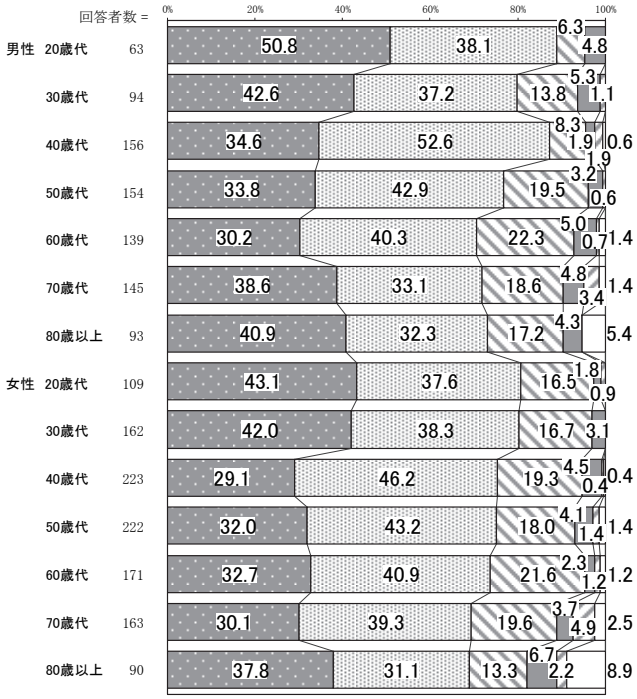


⑧自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい

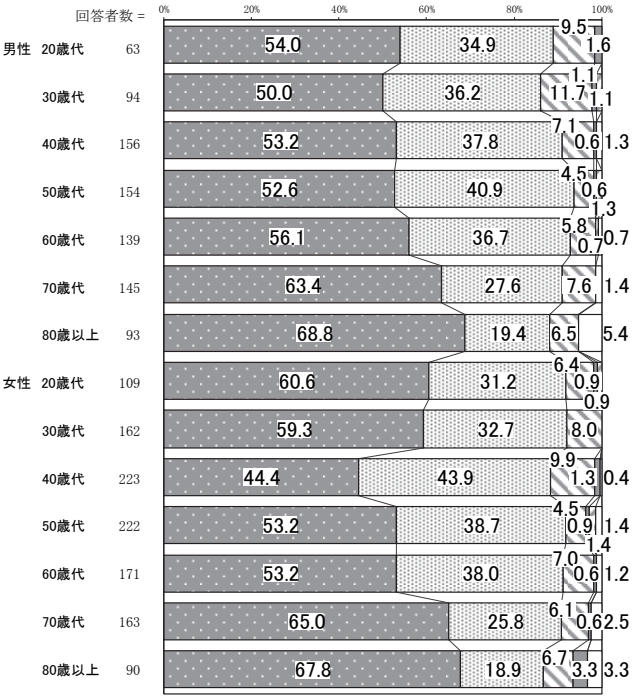


そう思う　まあそう思う　どちらともいえない
あまりそう思わない　そう思わない　無回答

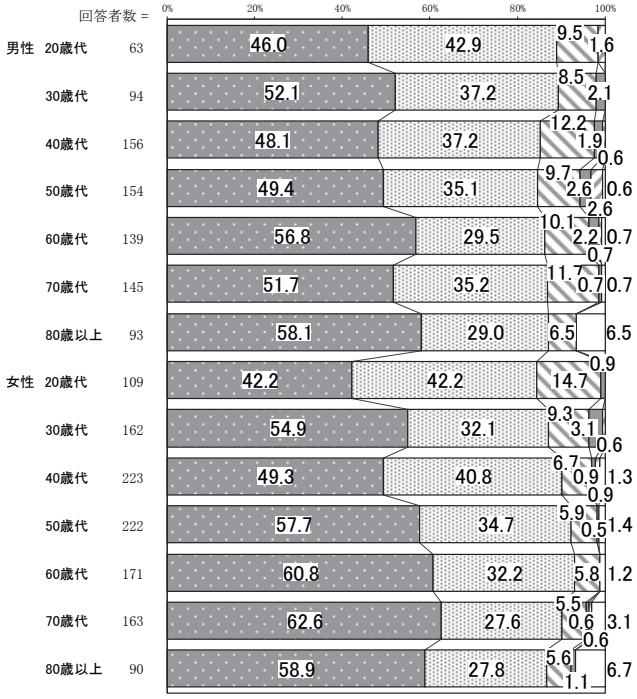
⑨健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある



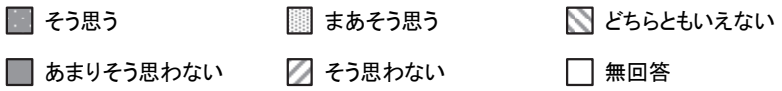
⑩自分の健康は自分で守るものだ



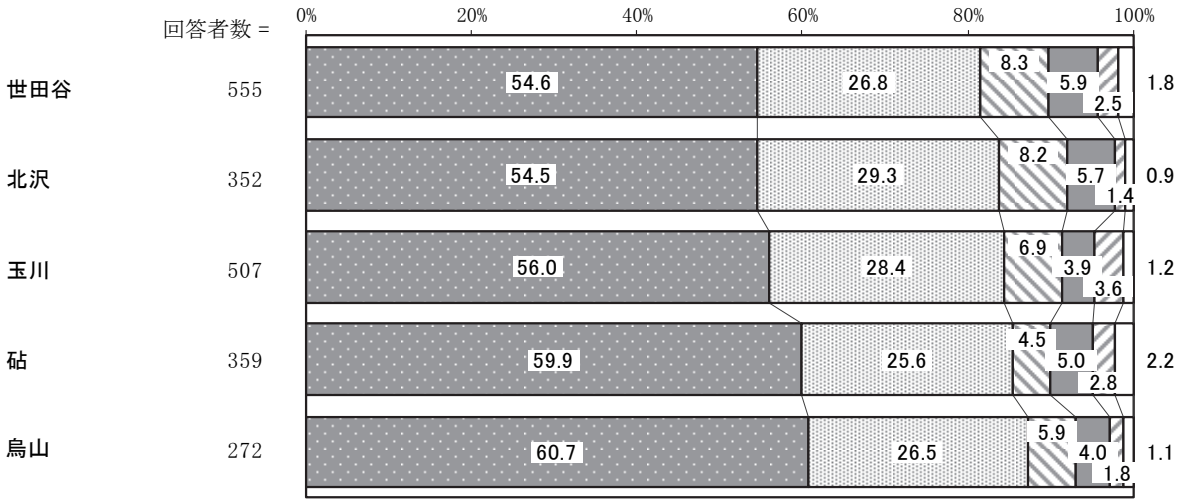
⑪病気や障害があっても、自分らしく毎日を過ごすことが大切だ



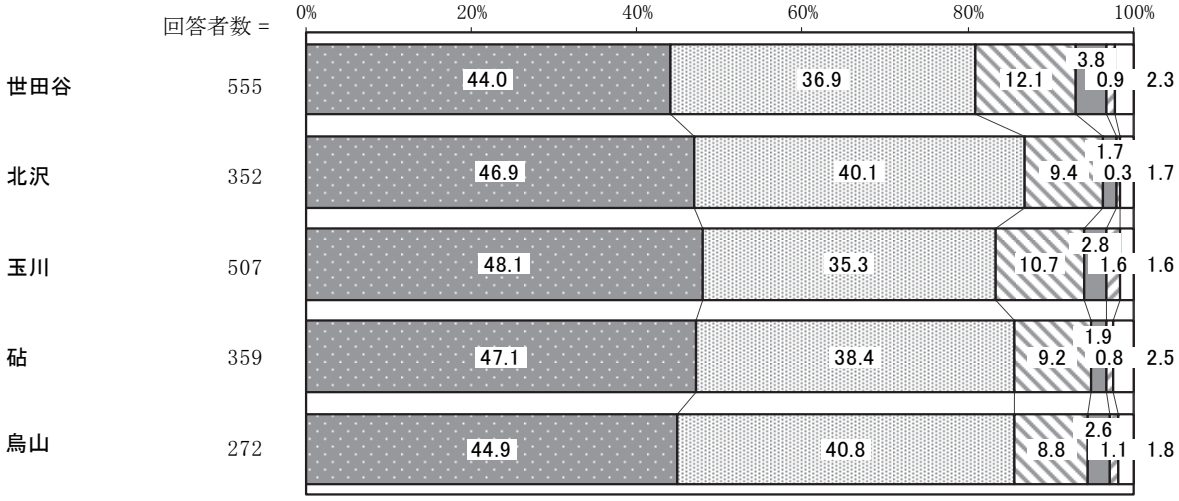
【地　域　別】



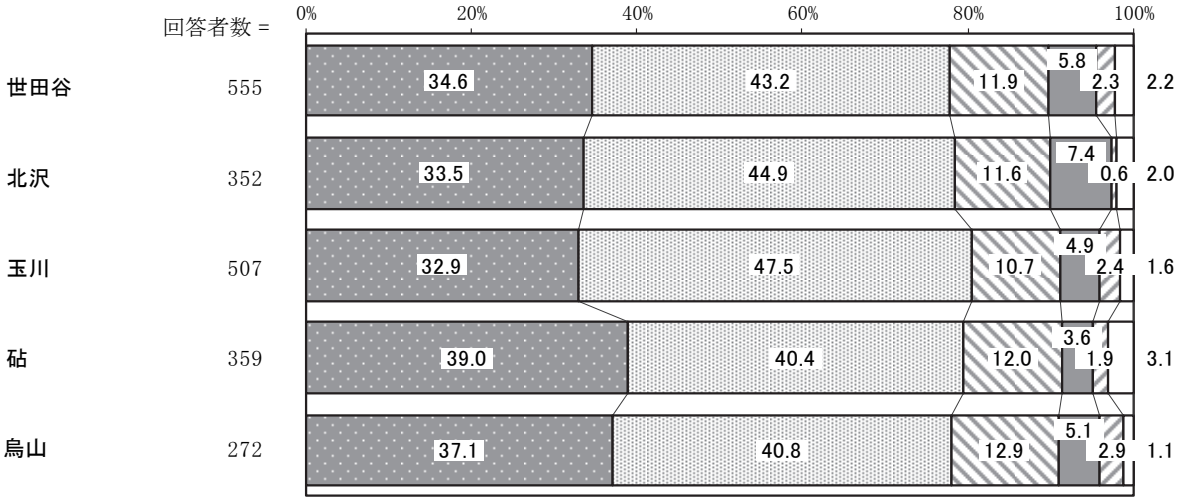
① 生活のスタイルにあわせて三度の食事をとることが大切だ

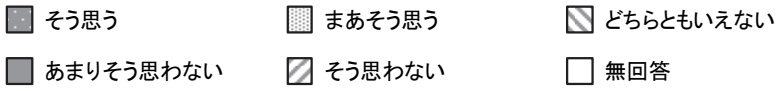


② 食の安全が確保されていなければ、健康を守るのはむずかしい

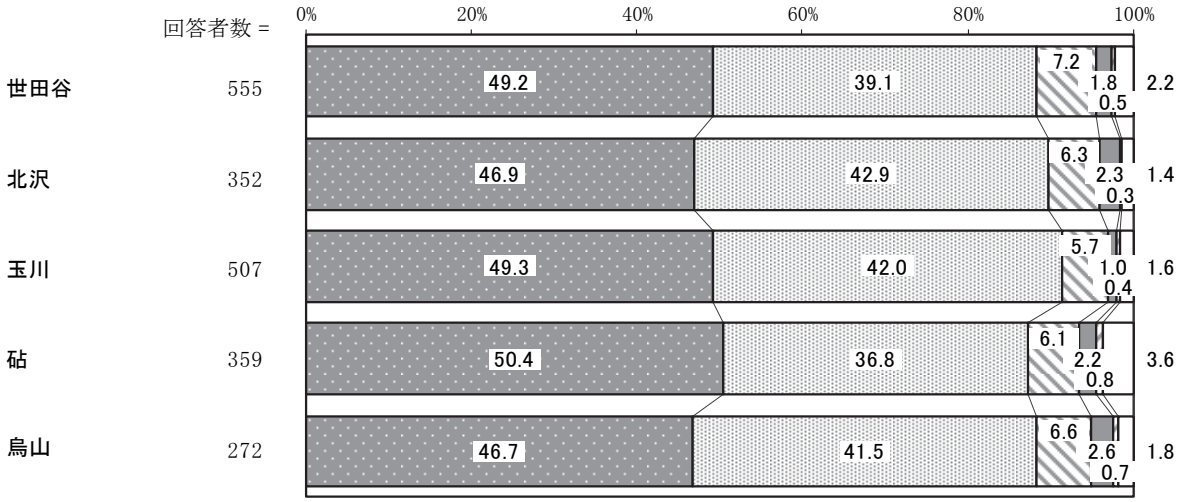


③ 健康を保つためには、時には好きな食べものを控えることも大切だ

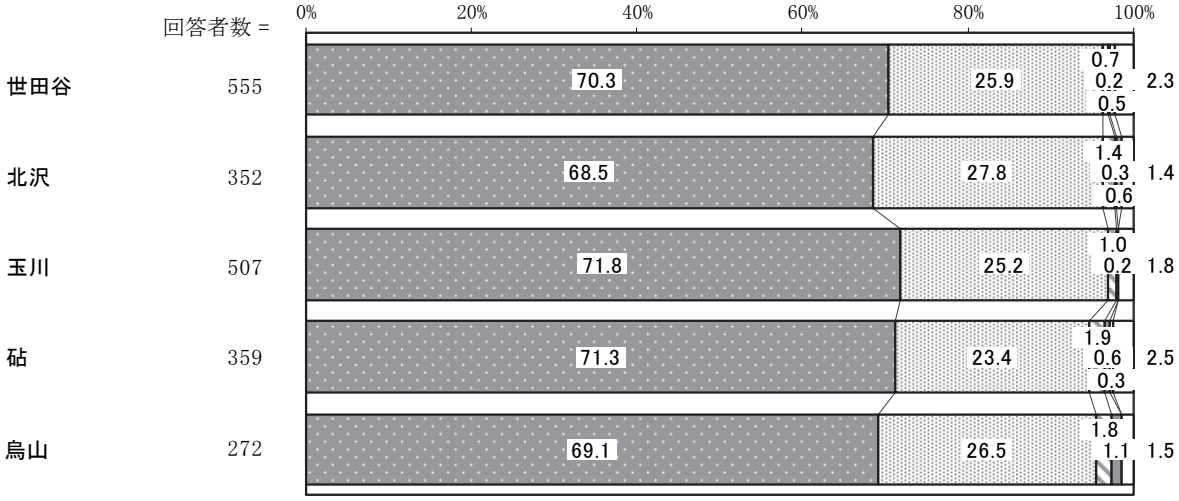




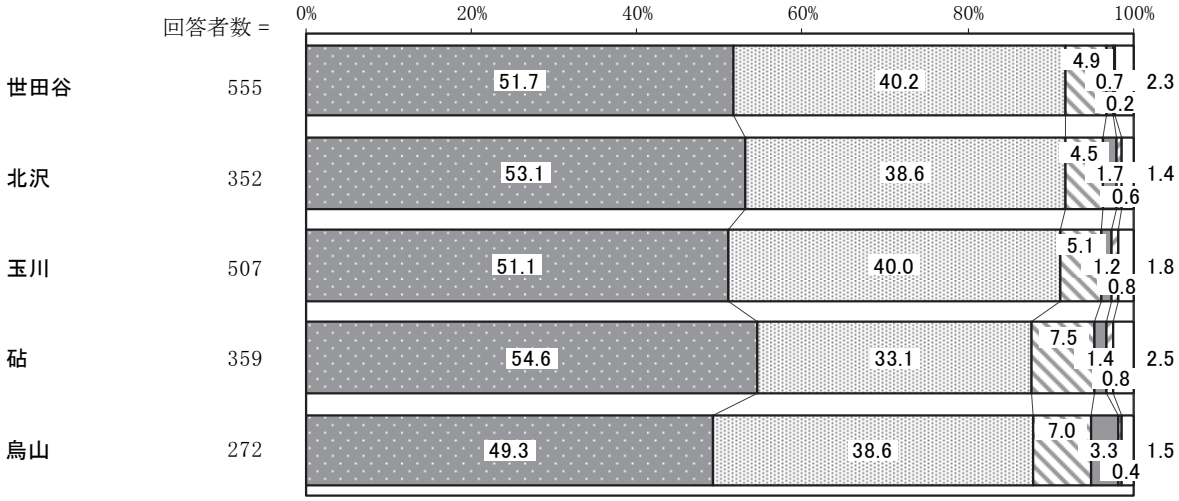
④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

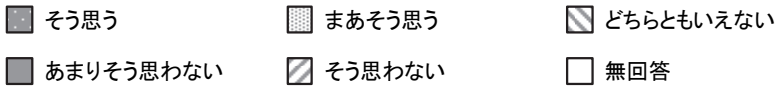


⑤　健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ

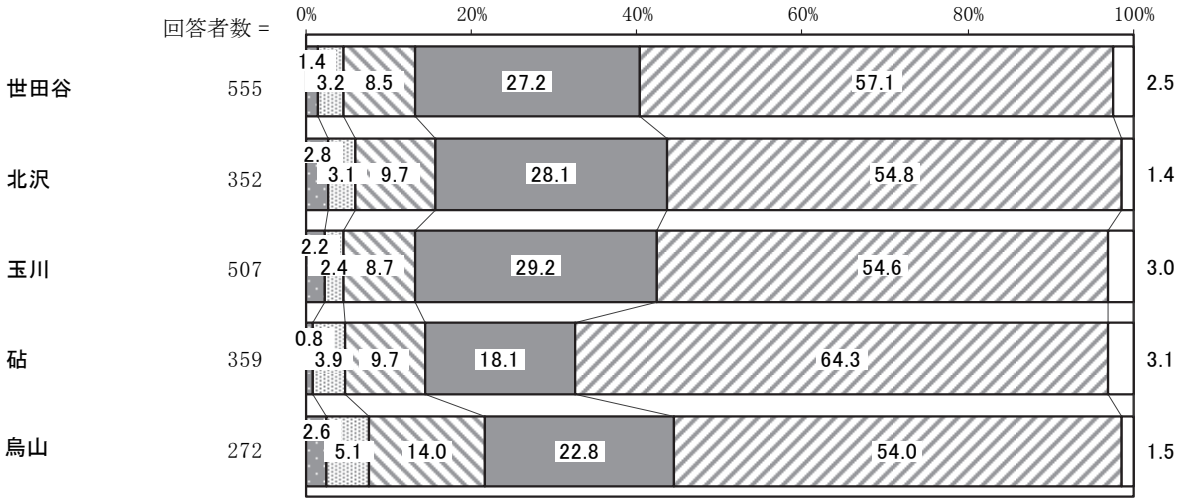


⑥健康で長生きするためには、自分の生活習慣を改めることも必要だ

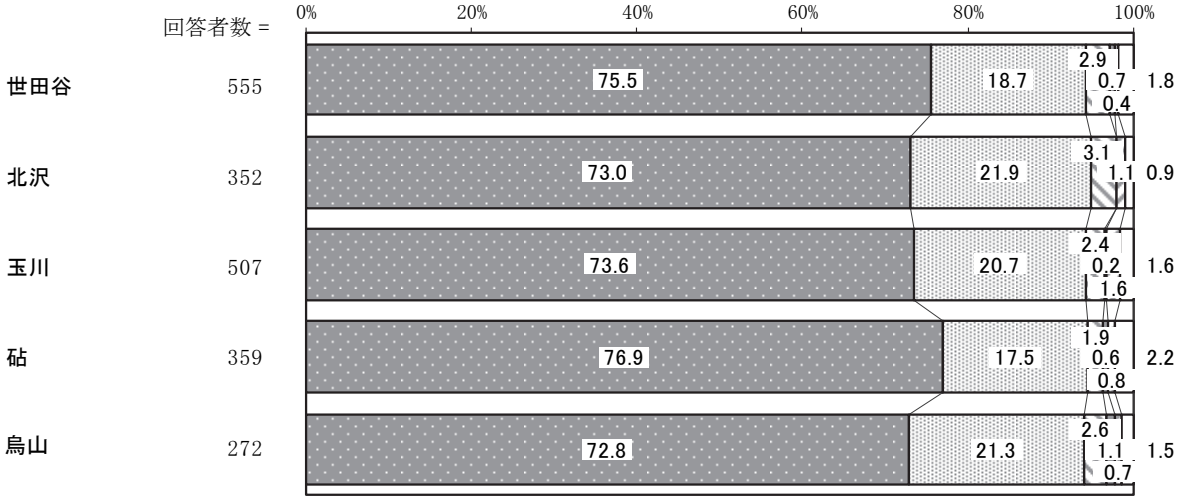




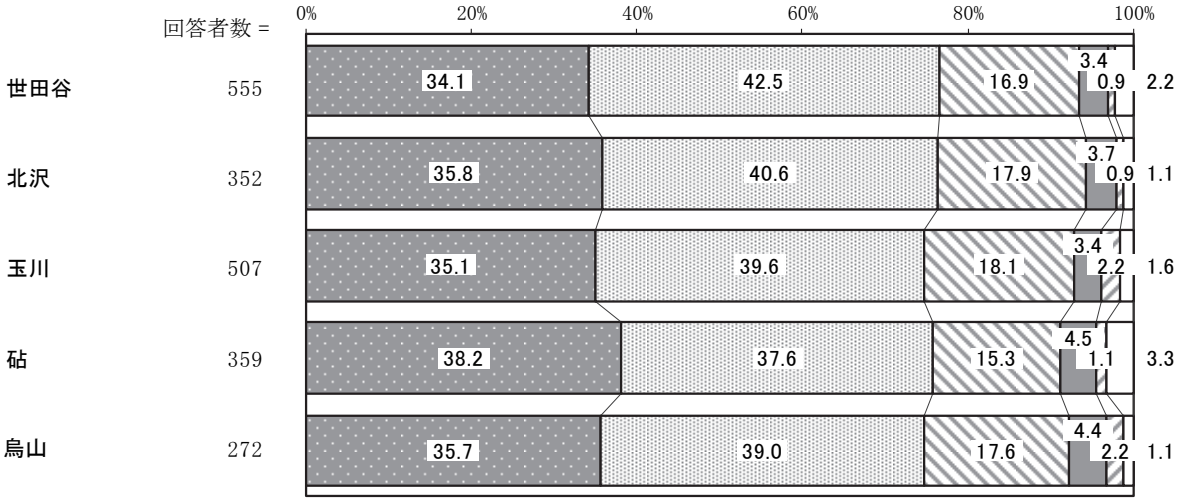
⑦ふだんから健康に気をつけるよりも、病気になってから病院に行けばよい

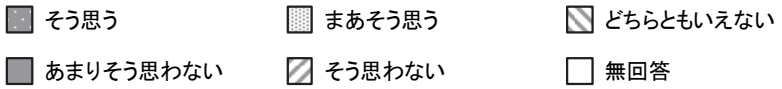


⑧自分の健康に気をつけて、将来、介護が必要にならないようにしたい

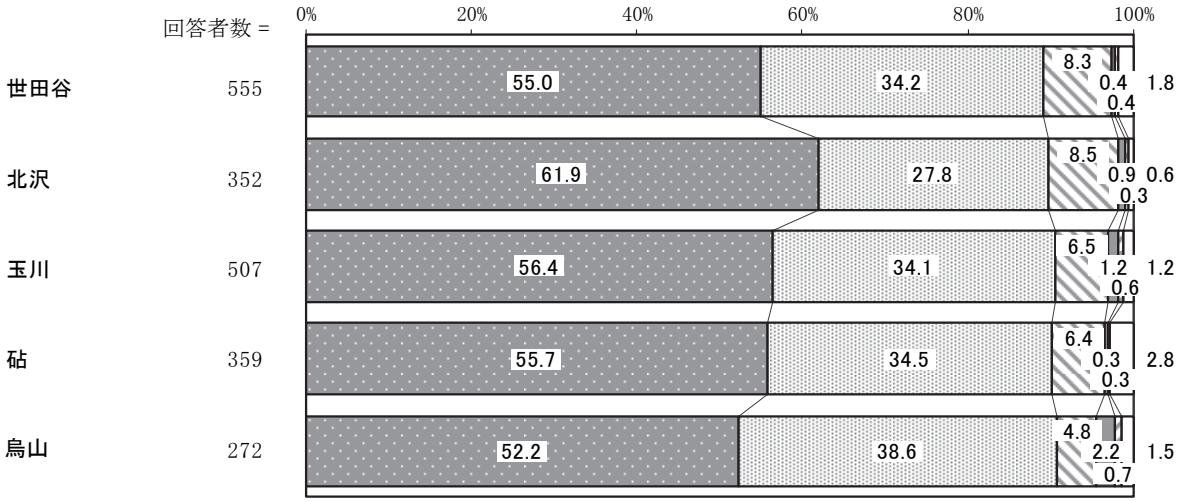


⑨健康でいるためには、ある程度のお金や時間をかける必要がある

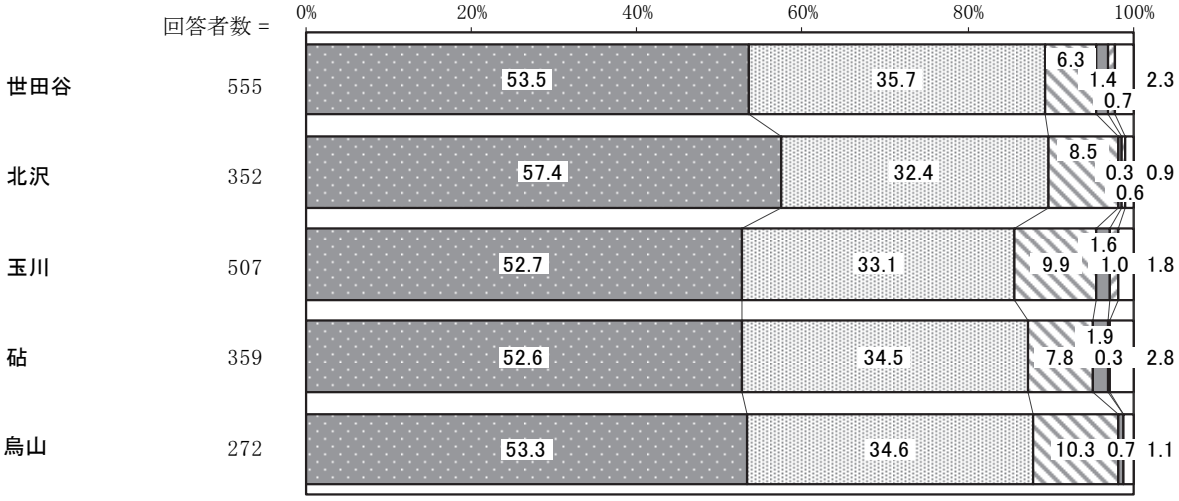




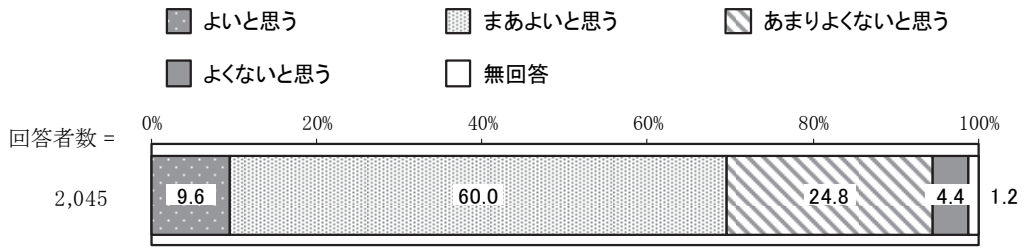
⑩自分の健康は自分で守るものだ



⑪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



問６　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○）



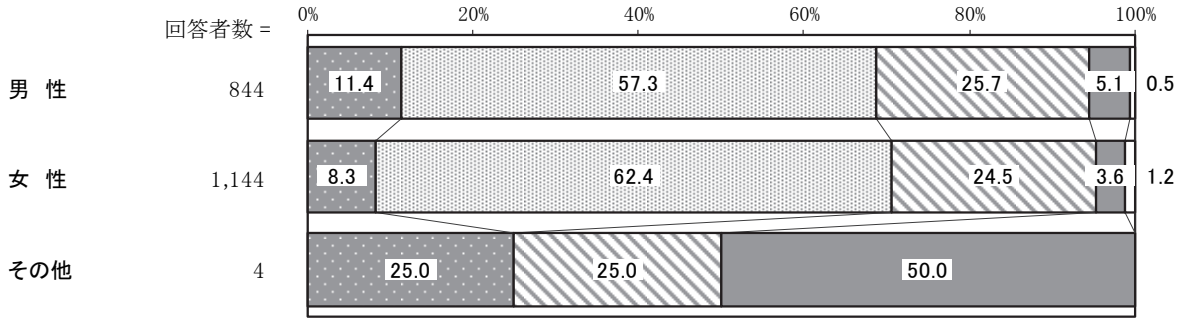
ふだんの生活習慣については、「よいと思う」と「まあよいと思う」を合わせた「よいと思う人」は 69.6%、「あまりよくないと思う」と「よくないと思う」を合わせた「よくないと思う人」は 29.2%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

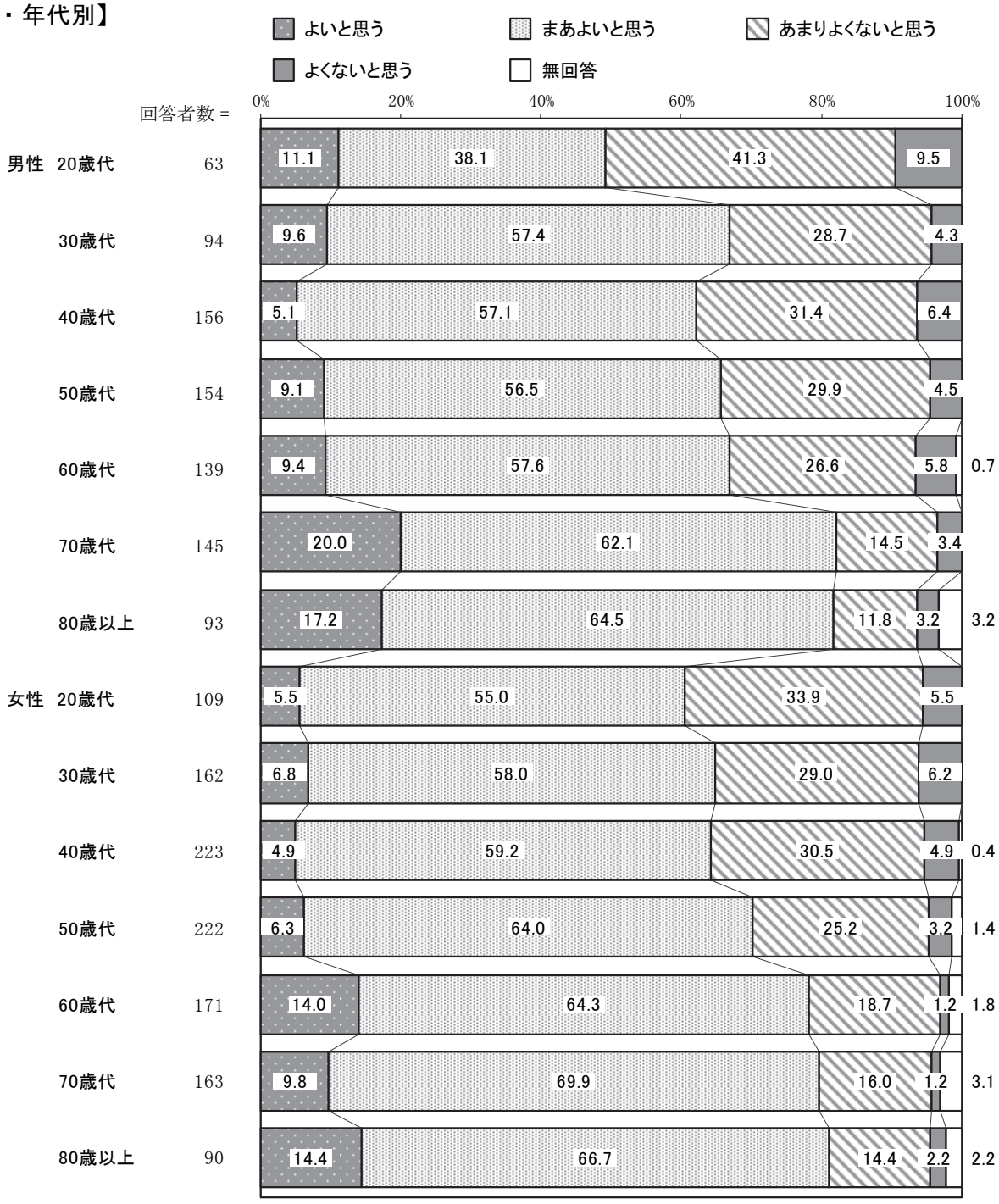
性・年代別にみると、「よいと思う人」は、男性の 70 歳代以上、女性の 60 歳代以上で約８割と高くなっている。一方、「よくないと思う人」は、男性の 20 歳代で５割と高くなっている。

地域別にみると、「よいと思う人」は、砧地域で７割を超え最も高く、世田谷地域で７割となっている。

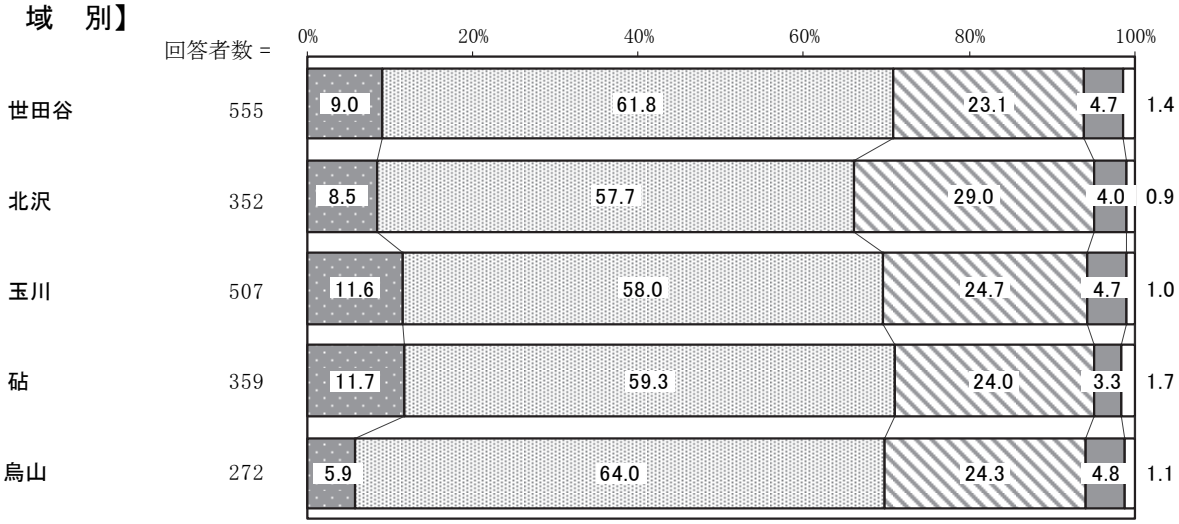
【性　別】



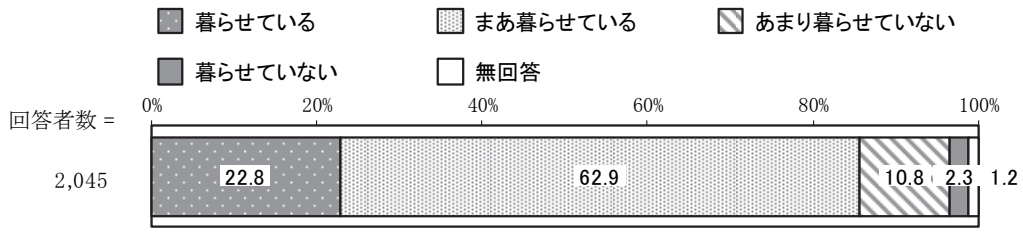
【性・年代別】


よいと思う
まあよいと思う
あまりよくないと思う
よくないと思う
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 11.1 38.1 41.3 9.5
30歳代 94 9.6 57.4 28.7 4.3
40歳代 156 5.1 57.1 31.4 6.4
50歳代 154 9.1 56.5 29.9 4.5
60歳代 139 9.4 57.6 26.6 5.8 0.7
70歳代 145 20.0 62.1 14.5 3.4
80歳以上 93 17.2 64.5 11.8 3.2 3.2
女性 20歳代 109 5.5 55.0 33.9 5.5
30歳代 162 6.8 58.0 29.0 6.2
40歳代 223 4.9 59.2 30.5 4.9 0.4
50歳代 222 6.3 64.0 25.2 3.2 1.4
60歳代 171 14.0 64.3 18.7 1.2 1.8
70歳代 163 9.8 69.9 16.0 1.2 3.1
80歳以上 90 14.4 66.7 14.4 2.2 2.2

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 9.0 61.8 23.1 4.7 1.4
北沢 352 8.5 57.7 29.0 4.0 0.9
玉川 507 11.6 58.0 24.7 4.7 1.0
砧 359 11.7 59.3 24.0 3.3 1.7
烏山 272 5.9 64.0 24.3 4.8 1.1

問７　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○）



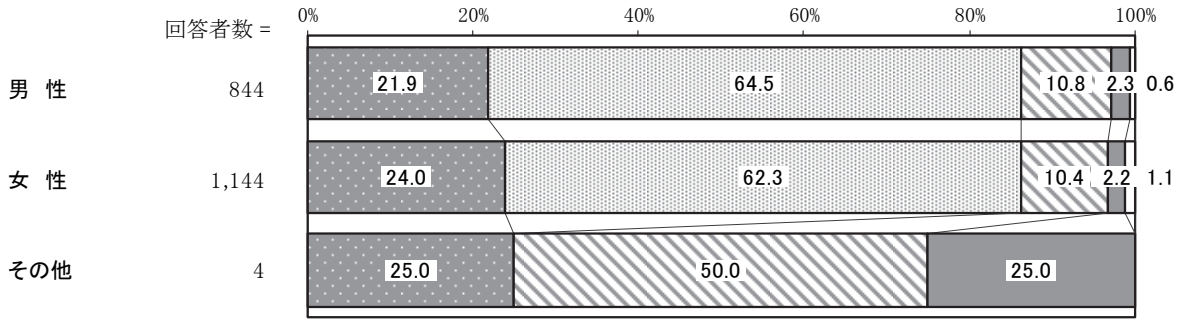
毎日を健やかに充実して暮らせているかについては、「暮らせている」と「まあ暮らせている」を合わせた「健やかに暮らせている人」は 85.7%、「あまり暮らせていない」と「暮らせていない」を合わせた「健やかに暮らせていない人」は 13.1%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

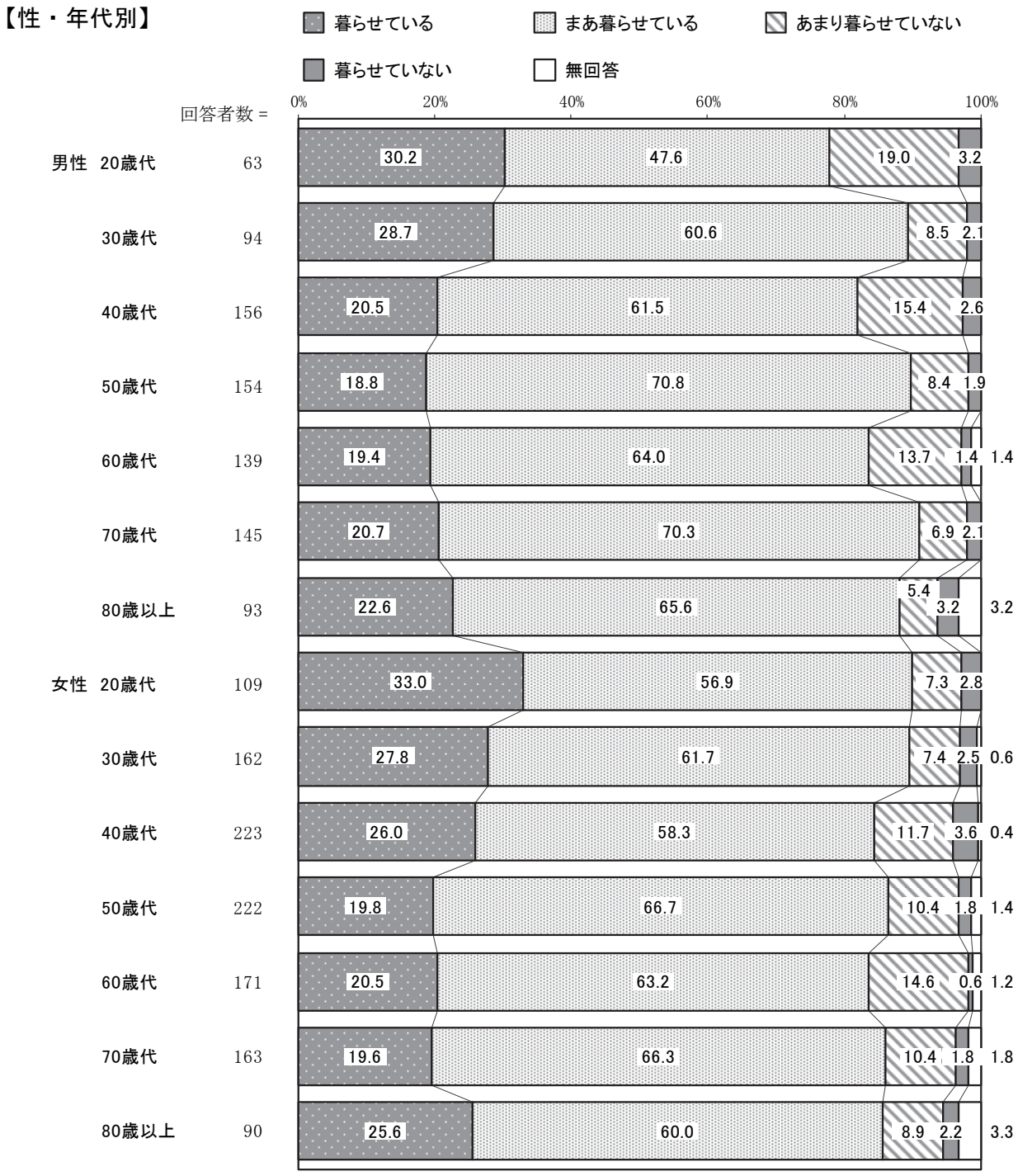
性・年代別にみると、「暮らせている」と「まあ暮らせている」を合わせた「暮らせている人」は、男性の 70 歳代で９割を超えて最も高くなっている。

地域別にみると、「暮らせている人」は、世田谷地域で約９割と最も高くなっている。最も低い烏山地域と比べると、4.8 ポイントの差がある。

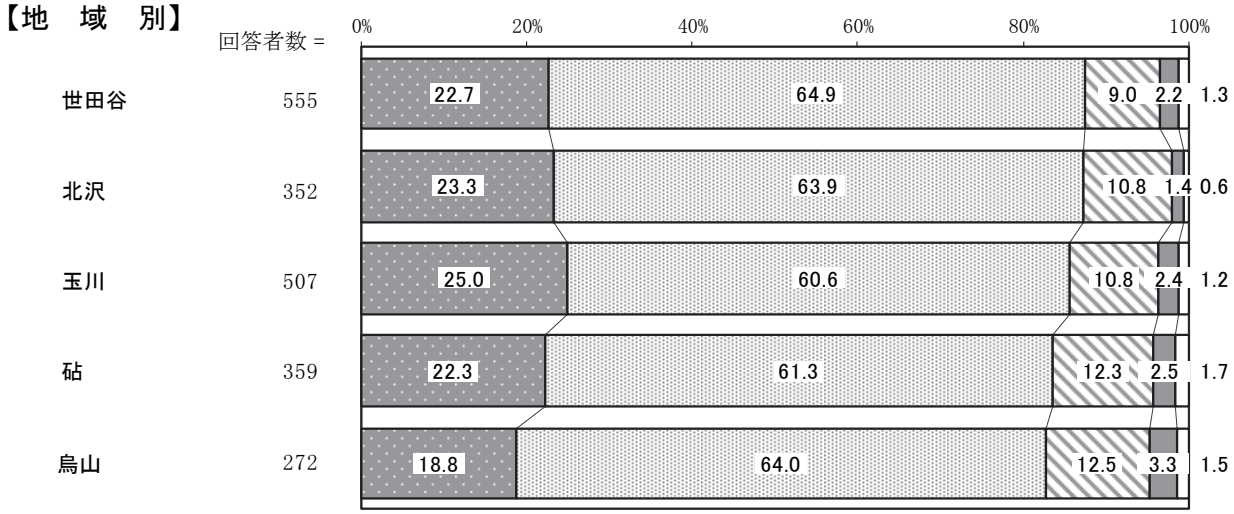
【性　別】



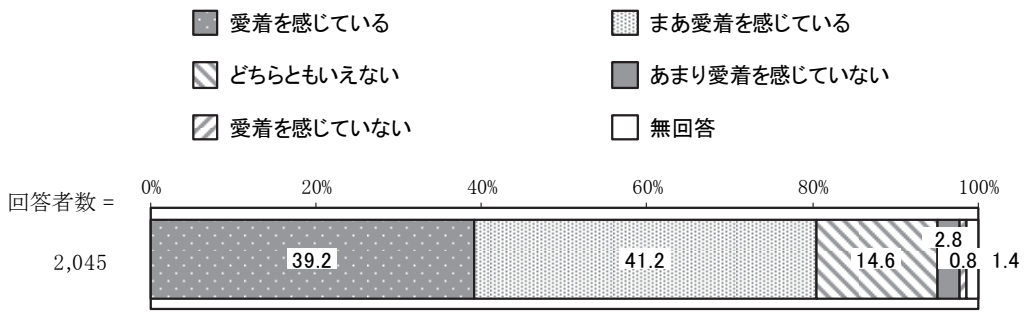
【性・年代別】


暮らせている
まあ暮らせている
あまり暮らせていない
暮らせていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 30.2 47.6 19.0 3.2
30歳代 94 28.7 60.6 8.5 2.1
40歳代 156 20.5 61.5 15.4 2.6
50歳代 154 18.8 70.8 8.4 1.9
60歳代 139 19.4 64.0 13.7 1.4 1.4
70歳代 145 20.7 70.3 6.9 2.1
80歳以上 93 22.6 65.6 5.4 3.2 3.2
女性 20歳代 109 33.0 56.9 7.3 2.8
30歳代 162 27.8 61.7 7.4 2.5 0.6
40歳代 223 26.0 58.3 11.7 3.6 0.4
50歳代 222 19.8 66.7 10.4 1.8 1.4
60歳代 171 20.5 63.2 14.6 0.6 1.2
70歳代 163 19.6 66.3 10.4 1.8 1.8
80歳以上 90 25.6 60.0 8.9 2.2 3.3

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 22.7 64.9 9.0 2.2 1.3
北沢 352 23.3 63.9 10.8 1.4 0.6
玉川 507 25.0 60.6 10.8 2.4 1.2
砧 359 22.3 61.3 12.3 2.5 1.7
烏山 272 18.8 64.0 12.5 3.3 1.5

問８　あなたは、世田谷区に愛着を感じていますか（１つに○）



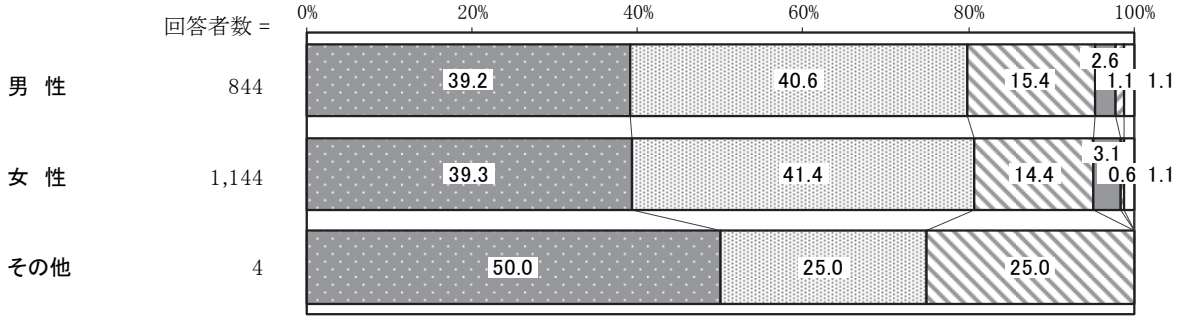
世田谷区への愛着については、「愛着を感じている」「まあ愛着を感じている」を合わせた「愛着を感じている人」は 80.4%、「どちらともいえない」14.6%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

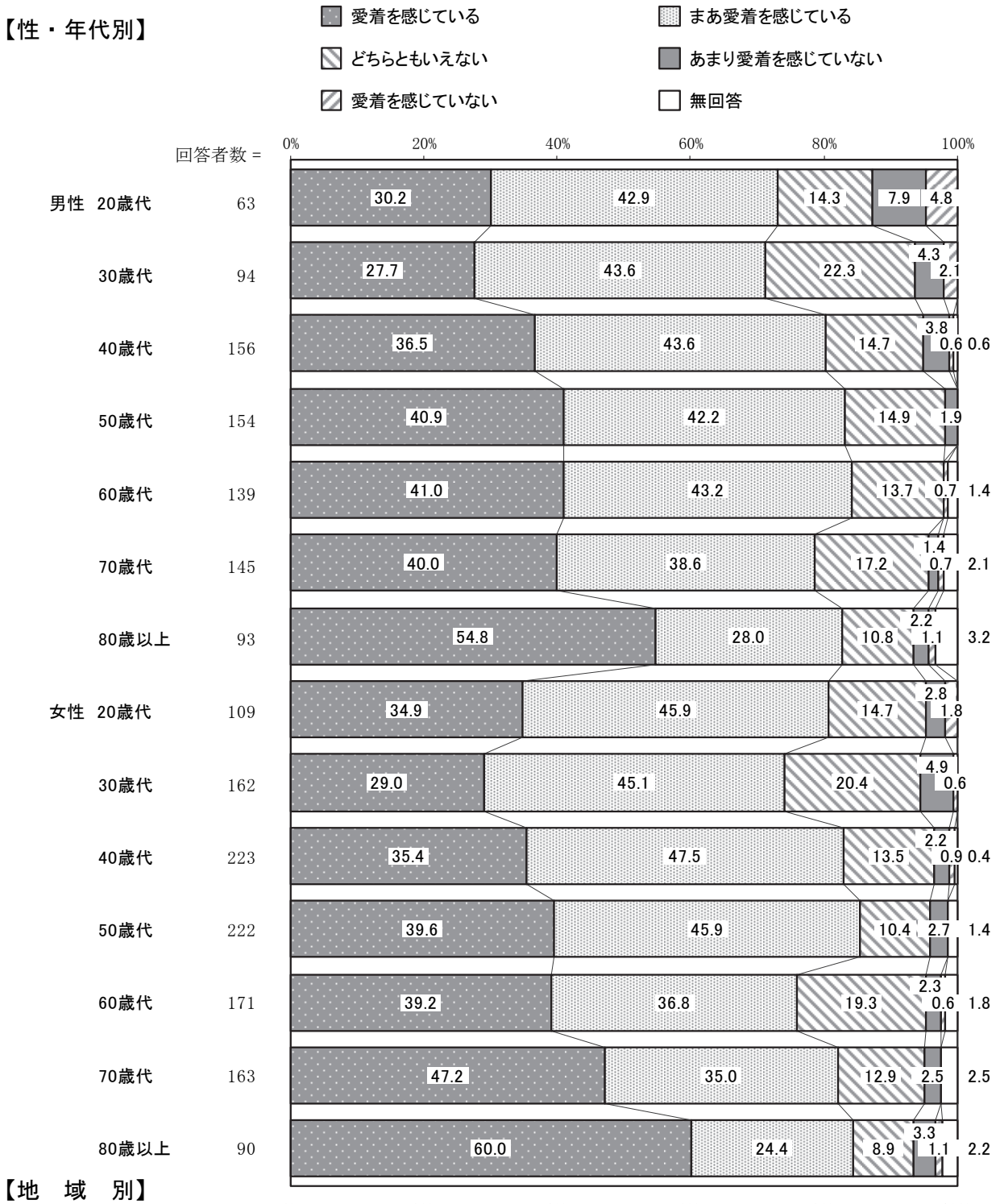
性・年代別にみると、「愛着を感じている人」は、概ね８割以上と高くなっているが、男性の 20 歳代、30 歳代、70 歳代、女性の 30 歳代、60 歳代で７割台と低くなっている。

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割以上となっているが、烏山地域では７割台半ばとなっている。

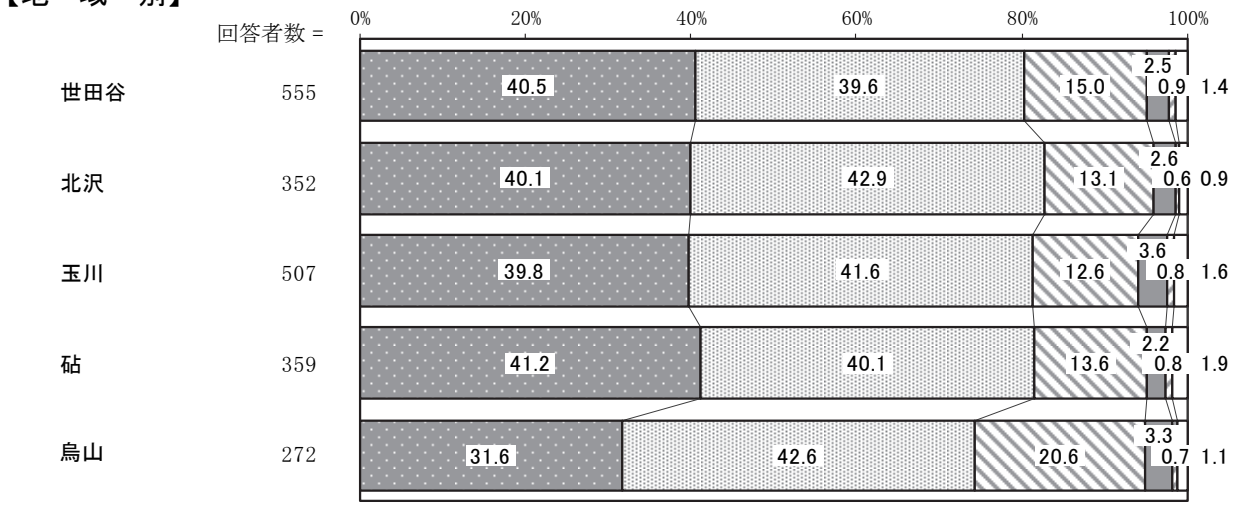
【性　別】



【性・年代別】

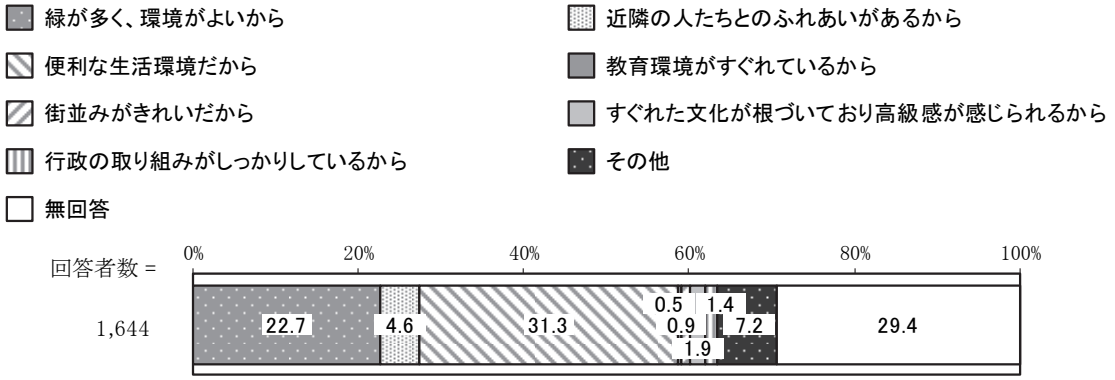

愛着を感じている
まあ愛着を感じている
どちらともいえない
あまり愛着を感じていない
愛着を感じていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 30.2 42.9 14.3 7.9 4.8
30歳代 94 27.7 43.6 22.3 4.3 2.1
40歳代 156 36.5 43.6 14.7 3.8 0.6 0.6
50歳代 154 40.9 42.2 14.9 1.9
60歳代 139 41.0 43.2 13.7 0.7 1.4
70歳代 145 40.0 38.6 17.2 1.4 0.7 2.1
80歳以上 93 54.8 28.0 10.8 2.2 1.1 3.2
女性 20歳代 109 34.9 45.9 14.7 2.8 1.8
30歳代 162 29.0 45.1 20.4 4.9 0.6
40歳代 223 35.4 47.5 13.5 2.2 0.9 0.4
50歳代 222 39.6 45.9 10.4 2.7 1.4
60歳代 171 39.2 36.8 19.3 2.3 0.6 1.8
70歳代 163 47.2 35.0 12.9 2.5 2.5
80歳以上 90 60.0 24.4 8.9 3.3 1.1 2.2

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 40.5 39.6 15.0 2.5 0.9 1.4
北沢 352 40.1 42.9 13.1 2.6 0.6 0.9
玉川 507 39.8 41.6 12.6 3.6 0.8 1.6
砧 359 41.2 40.1 13.6 2.2 0.8 1.9
烏山 272 31.6 42.6 20.6 3.3 0.7 1.1

問８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８-1　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○）



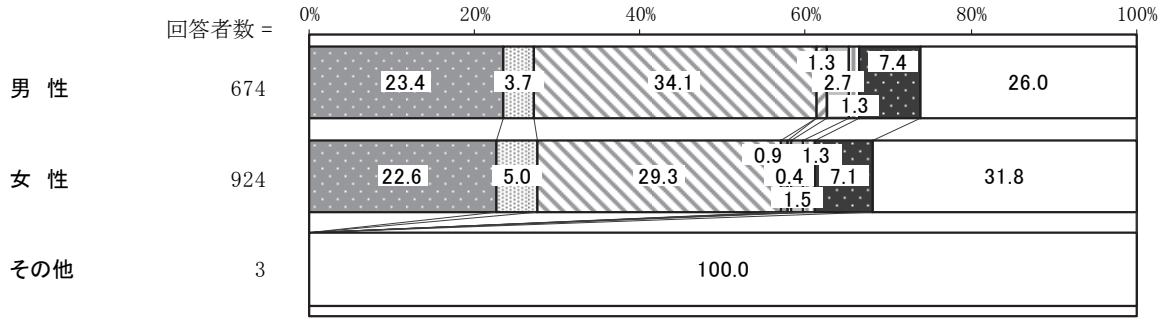
愛着を感じる理由については、「便利な生活環境だから」31.3％が最も高く、次いで「緑が多く、環境がよいから」22.7％、「近隣の人たちとのふれあいがあるから」4.6％となっている。

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 4.8 ポイント高くなっている。

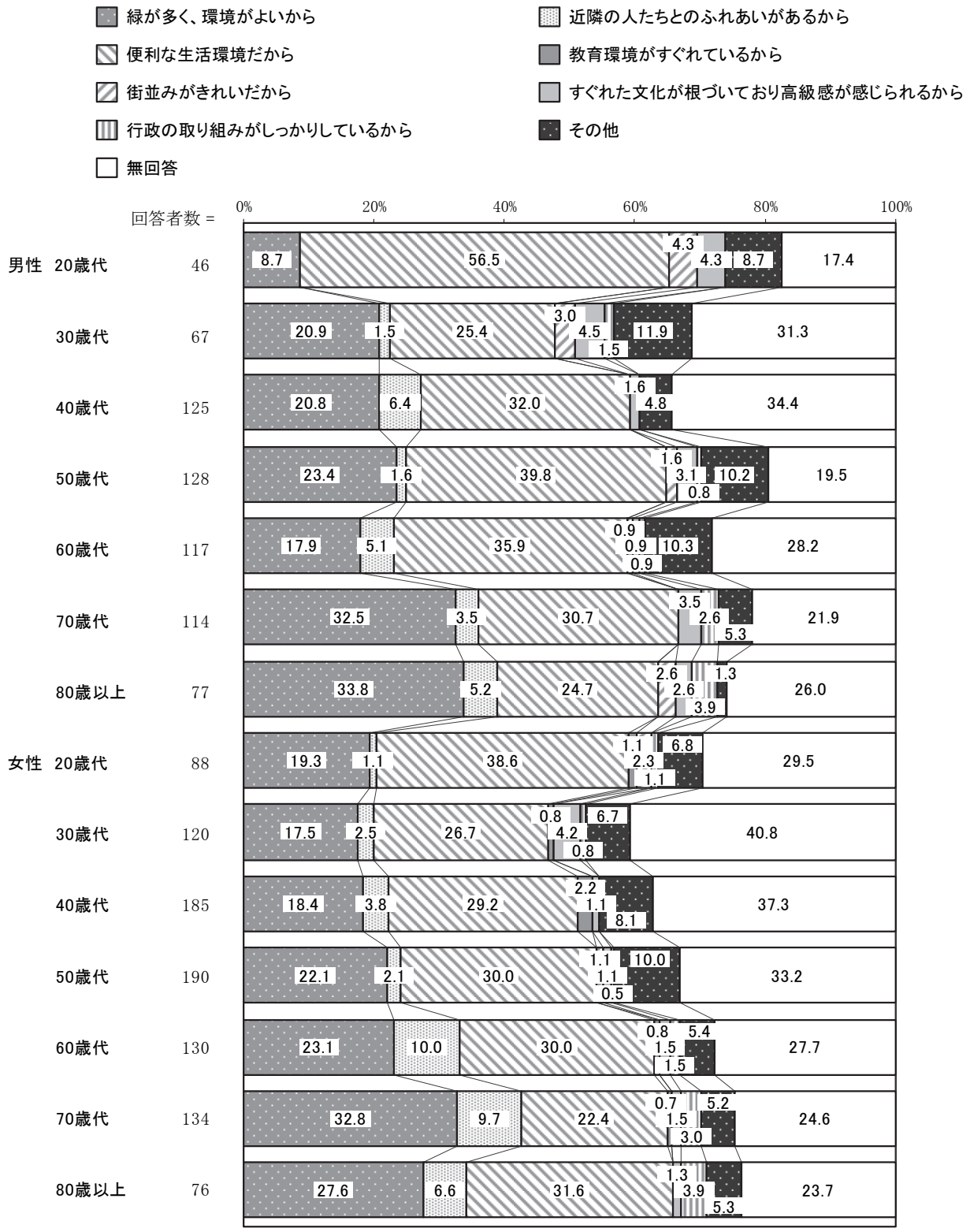
性・年代別にみると、「便利な生活環境だから」は、男性の 20 歳代で５割台半ばと最も高く、次いで、男性の 50 歳代、女性の 20 歳代で約４割となっている。「緑が多く、環境がよいから」は、男性の 70 歳代以上、女性の 70 歳代で３割を超え最も高く、次いで、女性の 80 歳以上で約３割となっている。

地域別にみると、「緑が多く、環境がよいから」は、砧地域で３割台半ばと最も高く、最も低い世田谷地域とは 21.4 ポイントの差がみられる。「便利な生活環境だから」は、世田谷地域、北沢地域で約４割と最も高くなっている。

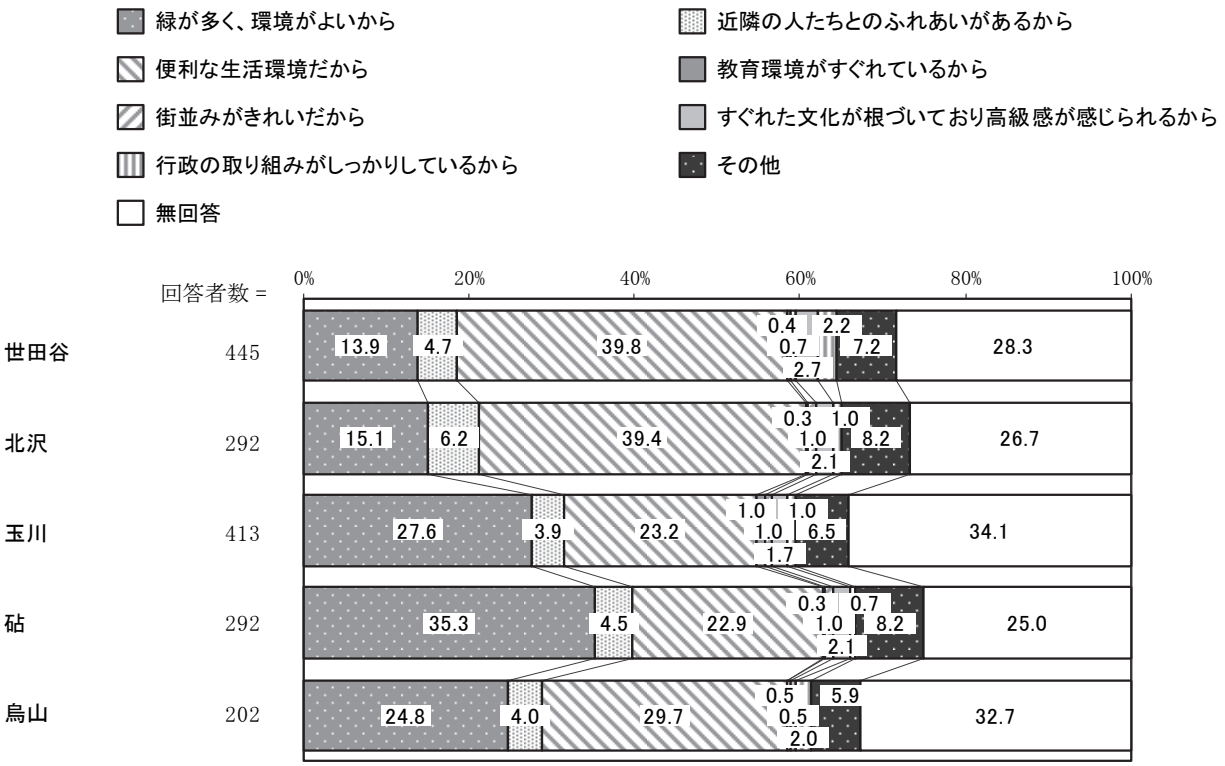
【性　別】



【性・年代別】

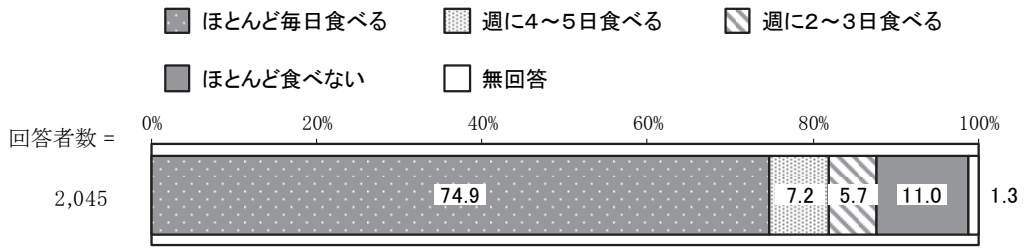

緑が多く、環境がよいから
便利な生活環境だから
街並みがきれいだから
行政の取り組みがしっかりしているから
無回答
近隣の人たちとのふれあいがあるから
教育環境がすぐれているから
すぐれた文化が根づいており高級感が感じられるから
その他
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 46 8.7 56.5 4.3 4.3 8.7 17.4
30歳代 67 20.9 1.5 25.4 3.0 4.5 11.9 1.5 31.3
40歳代 125 20.8 6.4 32.0 1.6 4.8 34.4
50歳代 128 23.4 1.6 39.8 1.6 3.1 10.2 0.8 19.5
60歳代 117 17.9 5.1 35.9 0.9 0.9 10.3 0.9 28.2
70歳代 114 32.5 3.5 30.7 3.5 2.6 5.3 21.9
80歳以上 77 33.8 5.2 24.7 2.6 1.3 2.6 3.9 26.0
女性 20歳代 88 19.3 1.1 38.6 1.1 6.8 2.3 1.1 29.5
30歳代 120 17.5 2.5 26.7 0.8 6.7 4.2 0.8 40.8
40歳代 185 18.4 3.8 29.2 2.2 1.1 8.1 37.3
50歳代 190 22.1 2.1 30.0 1.1 10.0 1.1 0.5 33.2
60歳代 130 23.1 10.0 30.0 0.8 5.4 1.5 1.5 27.7
70歳代 134 32.8 9.7 22.4 0.7 5.2 1.5 3.0 24.6
80歳以上 76 27.6 6.6 31.6 1.3 3.9 5.3 23.7

【地　域　別】


緑が多く、環境がよいから
近隣の人たちとのふれあいがあるから
便利な生活環境だから
教育環境がすぐれているから
街並みがきれいだから
すぐれた文化が根づいており高級感が感じられるから
行政の取り組みがしっかりしているから
その他
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
445
13.9
4.7
39.8
0.4
2.2
0.7
7.2
2.7
28.3
北沢
292
15.1
6.2
39.4
0.3
1.0
1.0
8.2
2.1
26.7
玉川
413
27.6
3.9
23.2
1.0
1.0
1.0
6.5
1.7
34.1
砧
292
35.3
4.5
22.9
0.3
0.7
1.0
8.2
2.1
25.0
烏山
202
24.8
4.0
29.7
0.5
5.9
0.5
2.0
32.7

（３）食生活について

問９　あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。（１つに○）



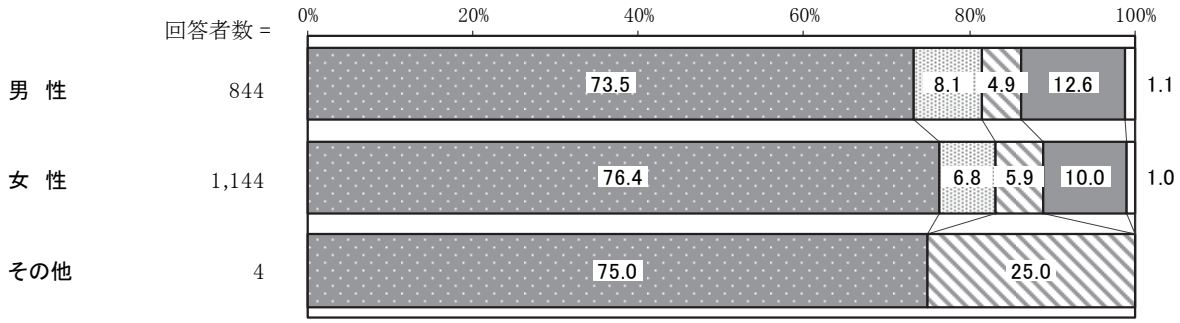
朝食の摂取状況については、「ほとんど毎日食べる」74.9％が最も高く、次いで「ほとんど食べない」11.0％、「週に４～５日食べる」7.2％となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

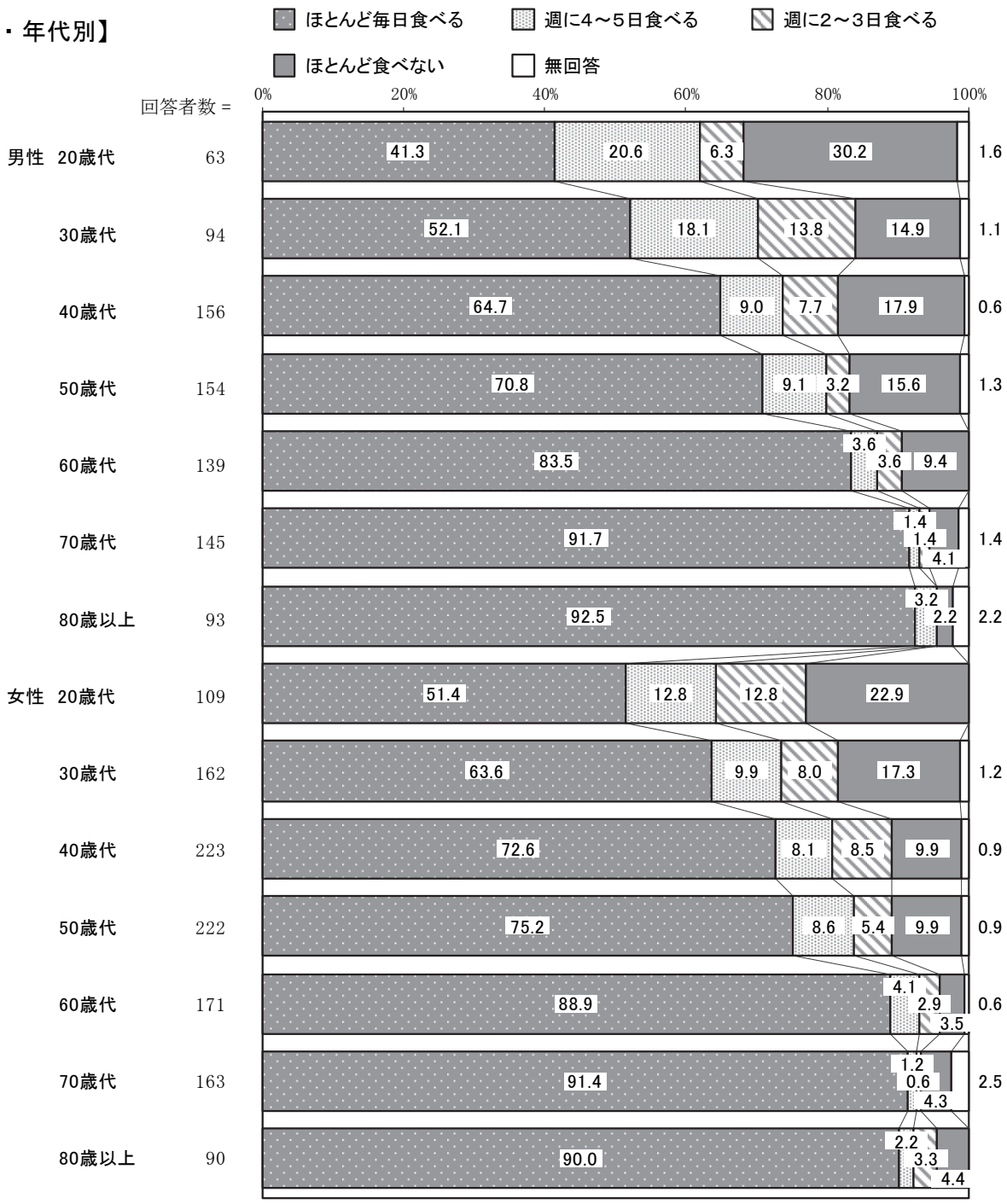
性・年代別にみると、「ほとんど毎日食べる」は、男性の 70 歳以上、女性の 70 歳代で９割を超え最も高く、次いで、女性の 80 歳以上で９割、女性の 60 歳代で約９割となっており、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる傾向がある。一方、「ほとんど食べない」は、男性の 20 歳代で３割と高くなっている。

地域別にみると、「ほとんど毎日食べる」は、砧地域で約８割と高くなっている。

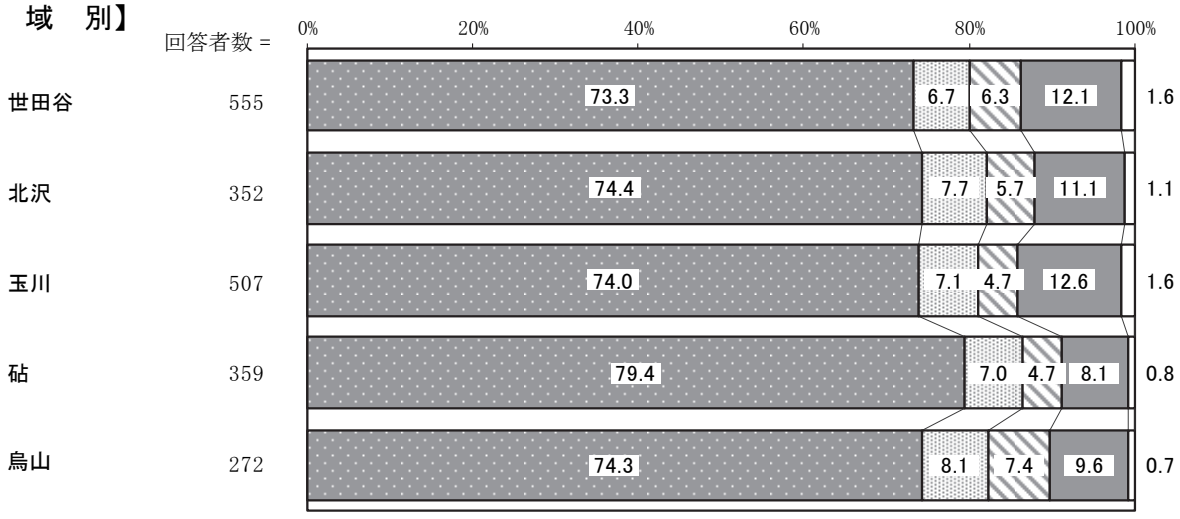
【性　別】



【性・年代別】

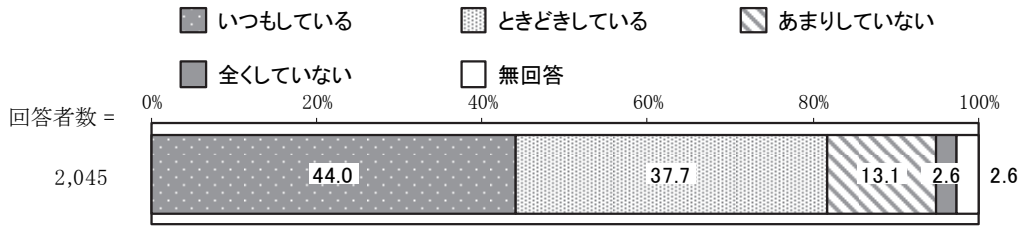

ほとんど毎日食べる
週に4～5日食べる
週に2～3日食べる
ほとんど食べない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 41.3 20.6 6.3 30.2 1.6
30歳代 94 52.1 18.1 13.8 14.9 1.1
40歳代 156 64.7 9.0 7.7 17.9 0.6
50歳代 154 70.8 9.1 3.2 15.6 1.3
60歳代 139 83.5 3.6 3.6 9.4
70歳代 145 91.7 1.4 1.4 4.1 1.4
80歳以上 93 92.5 3.2 2.2 2.2
女性 20歳代 109 51.4 12.8 12.8 22.9
30歳代 162 63.6 9.9 8.0 17.3 1.2
40歳代 223 72.6 8.1 8.5 9.9 0.9
50歳代 222 75.2 8.6 5.4 9.9 0.9
60歳代 171 88.9 4.1 2.9 3.5 0.6
70歳代 163 91.4 1.2 0.6 4.3 2.5
80歳以上 90 90.0 2.2 3.3 4.4

【地　域　別】

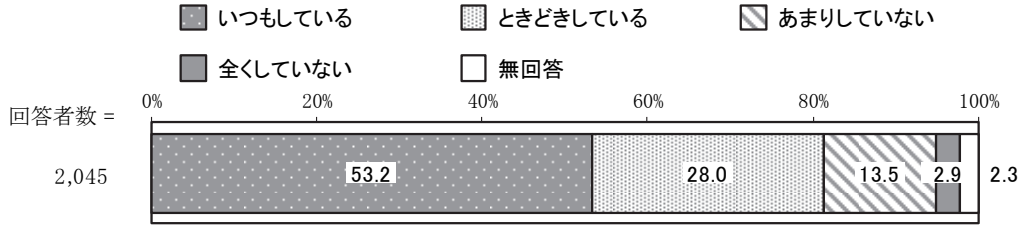

回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 73.3 6.7 6.3 12.1 1.6
北沢 352 74.4 7.7 5.7 11.1 1.1
玉川 507 74.0 7.1 4.7 12.6 1.6
砧 359 79.4 7.0 4.7 8.1 0.8
烏山 272 74.3 8.1 7.4 9.6 0.7

問 10　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○）

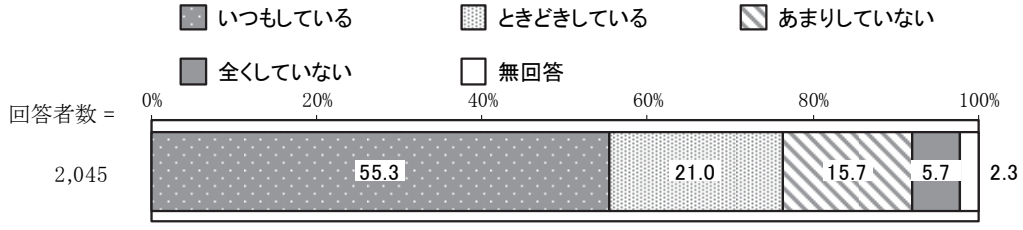
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



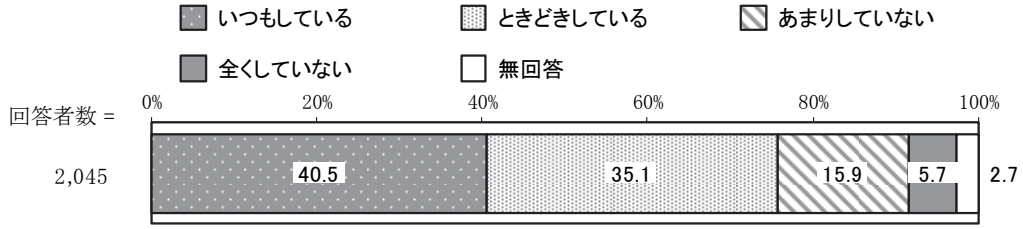
②　規則正しく食事をとるようにしている



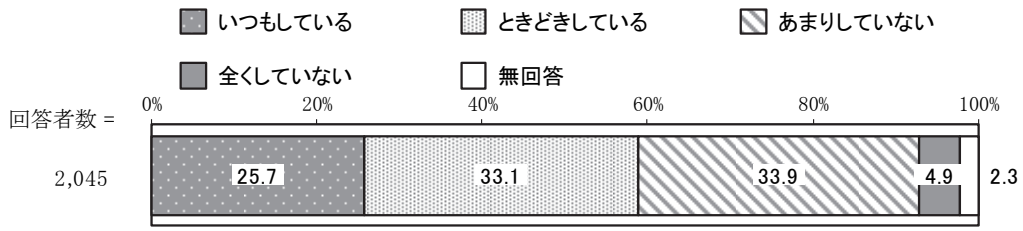
③　食事は寝る２時間前までにとるようにしている



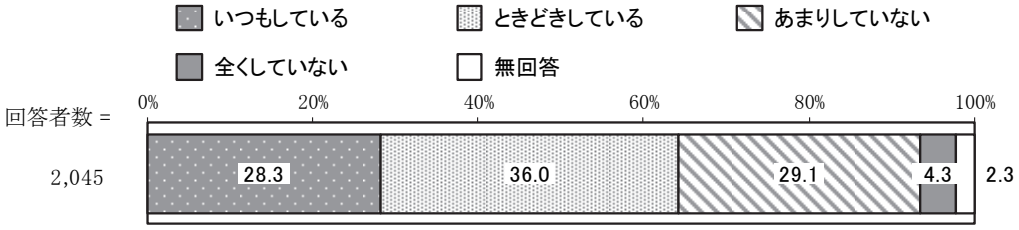
④　家族や友人と食事をする機会を持つようにしている



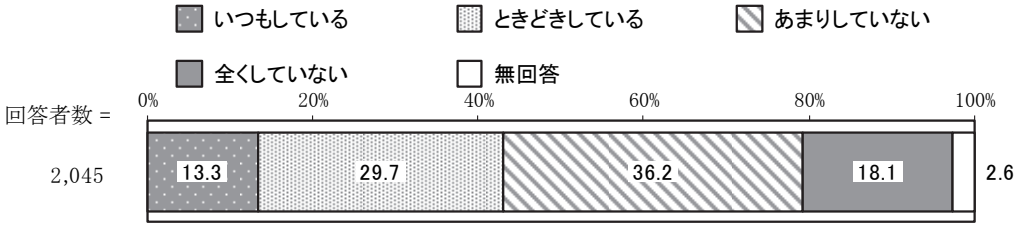
⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



⑥塩分をとりすぎないようにしている



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、「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）、「規則正しく食事をとるようにしている」（設問②）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割を超え最も高くなっている。「食事は寝る２時間前までにとるようにしている」（設問③）、「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、「している人」で７割台半ばとなっている。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 12.1 ポイント高く、「食事はゆっくりとよく噛んで食べている」（設問⑤）も、「している人」で女性が男性よりも 11.1 ポイント高くなっている。

【性・年代別】

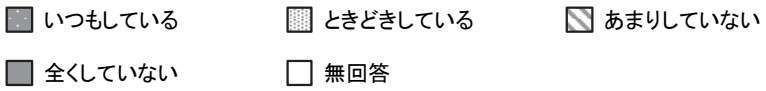
性・年代別にみると、「食事は寝る２時間前までにとるようにしている」（設問③）は、「している人」で女性の 60 歳代で９割と最も高く、次いで男性の 70 歳以上、女性の 70 歳代で約９割となっている。「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」（設問④）も、「している人」で女性の 30 歳代が約９割と高くなっている。

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」は、男性の 20 歳代が約７割と最も高く、次いで、男性の 60 歳代で６割台半ばとなっている。

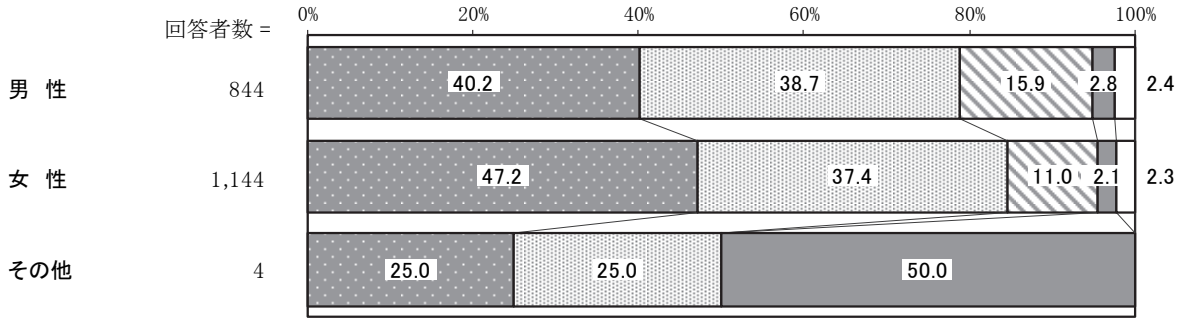
【地　域　別】

地域別にみると、概ね大きな差異はみられないが、「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）、「規則正しく食事をとるようにしている」（設問②）は、「している人」が、砧地域、烏山地域で８割台半ばと高くなっている。「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、砧地域で約８割と高くなっている。「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」が砧地域で６割台半ばと高くなっている。

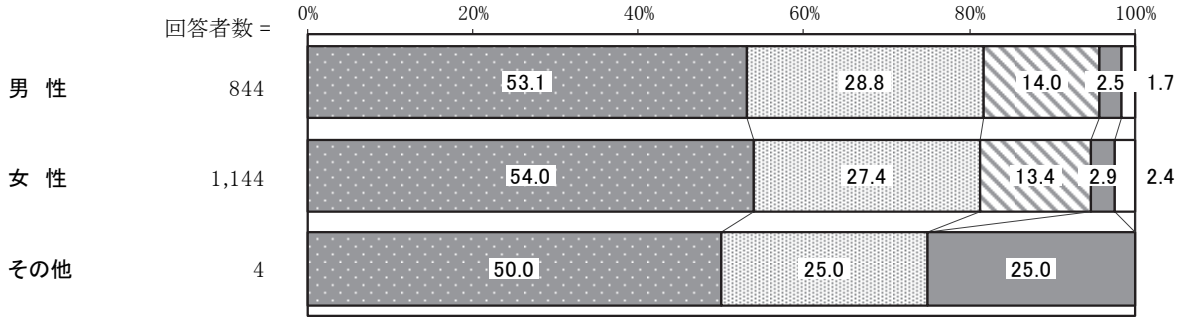
【性　別】



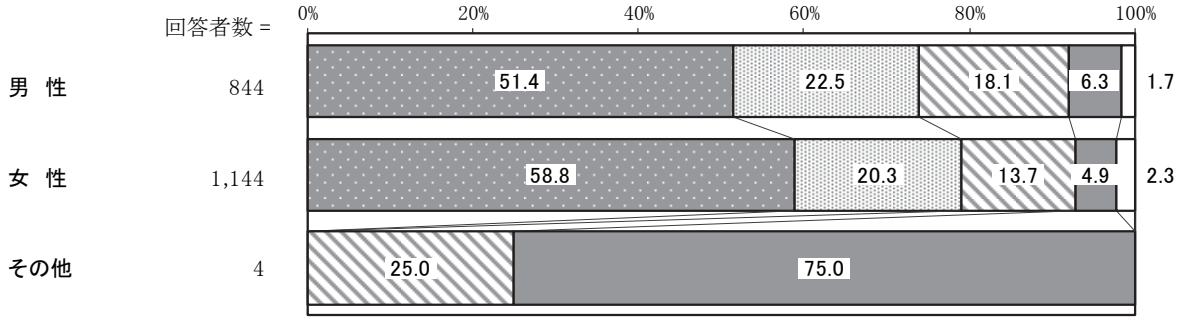
①栄養のバランスや、主食（ごはんなど）とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



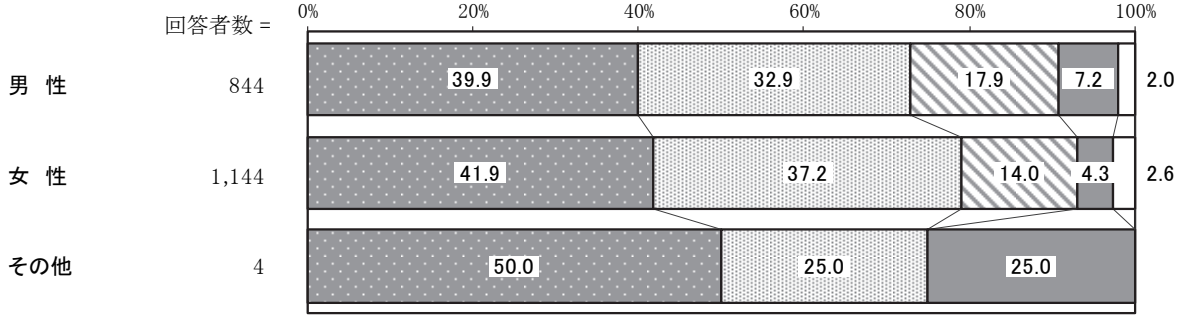
②　規則正しく食事をとるようにしている

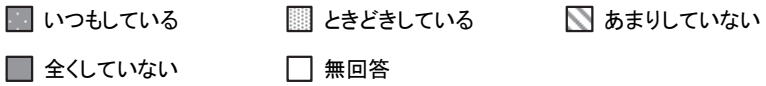


③食事は寝る２時間前までにとるようにしている

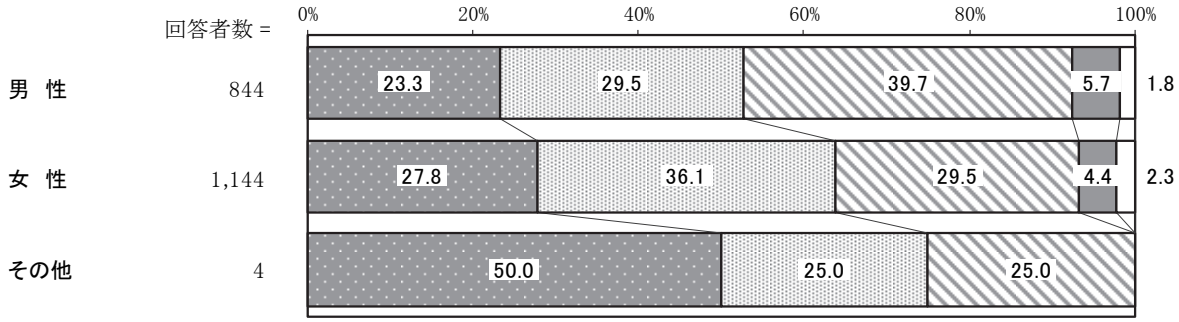


④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている

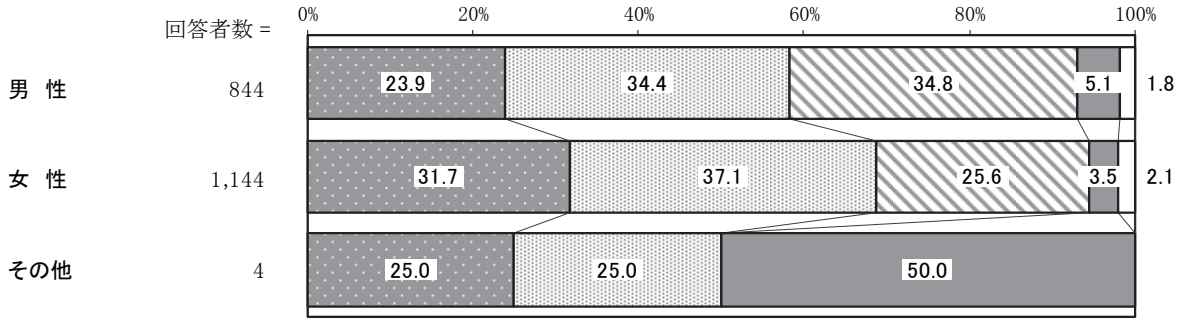




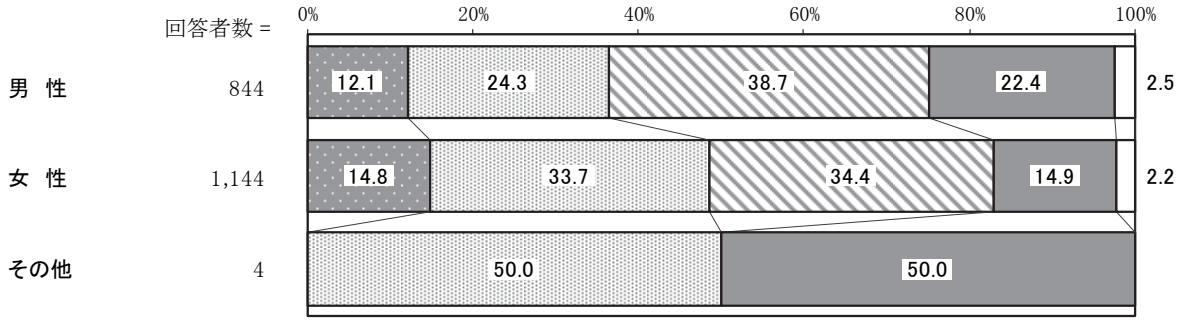
⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



⑥塩分をとりすぎないようにしている



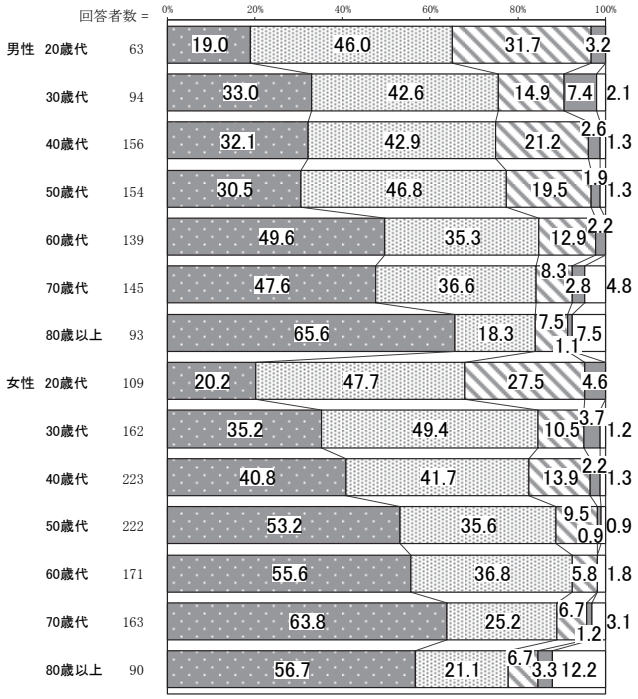
⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、栄養成分表示を参考にしている



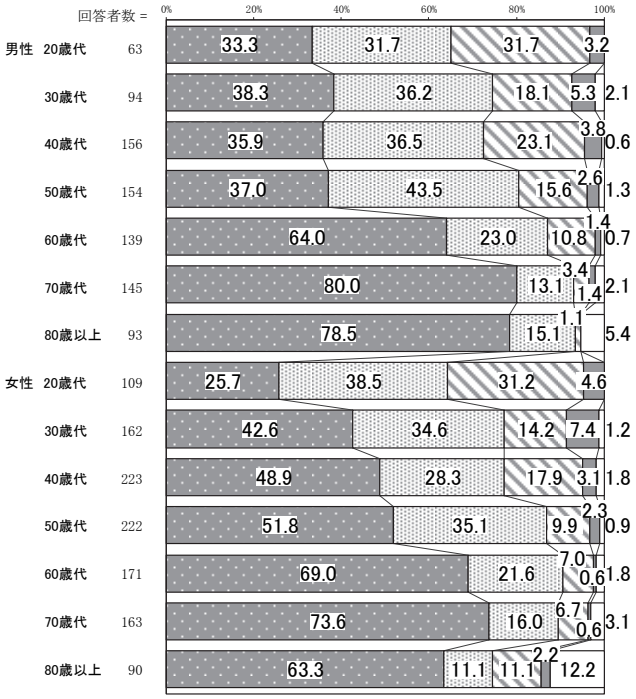
【性・年代別】

いつもしている　ときどきしている　あまりしていない　全くしていない　無回答

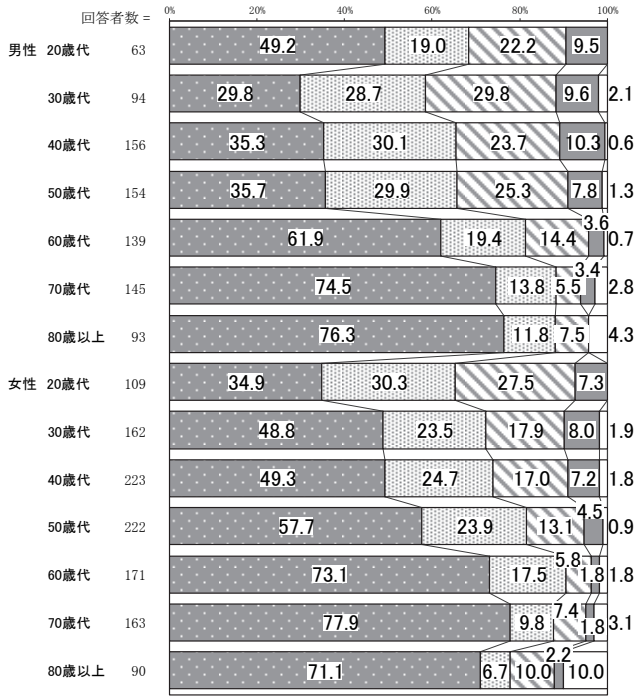
①栄養のバランスや、主食とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている



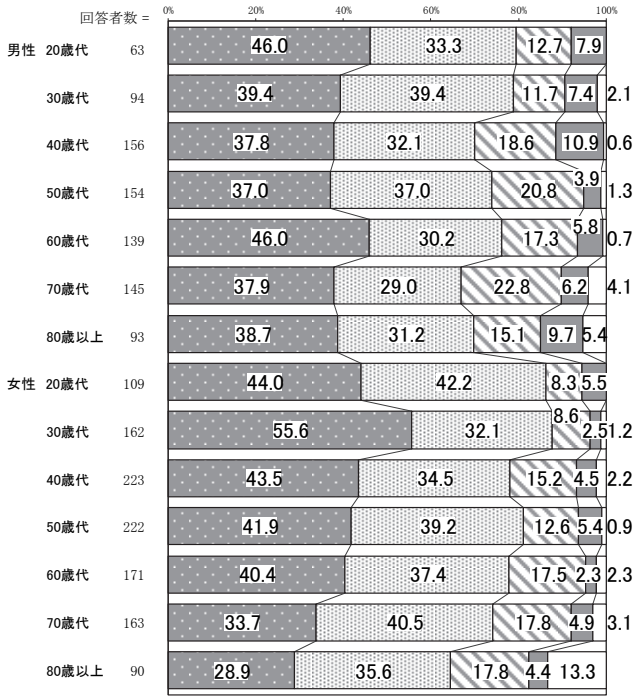
②規則正しく食事をとるようにしている



③食事は寝る２時間前までにとるようにしている

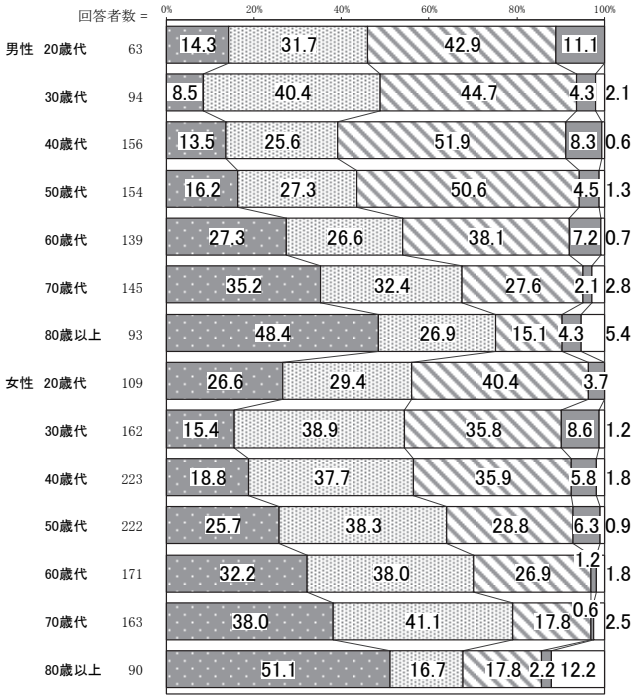


④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている

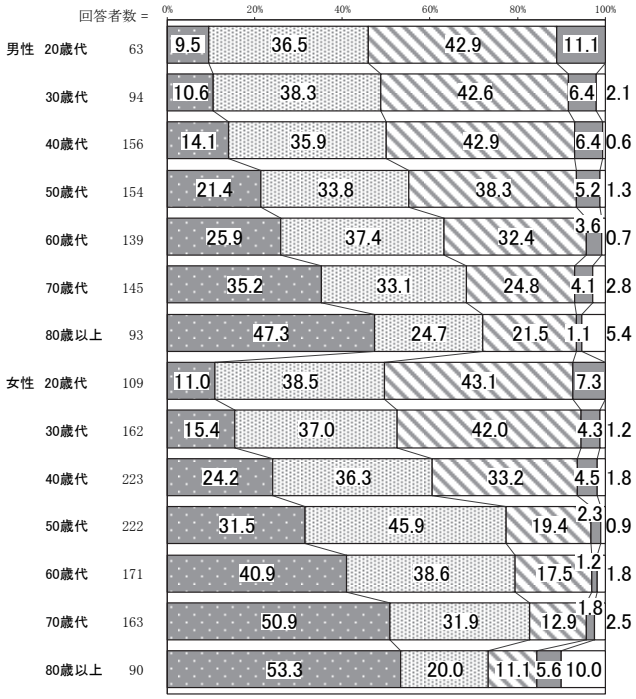


いつもしている　ときどきしている　あまりしていない
全くしていない　無回答

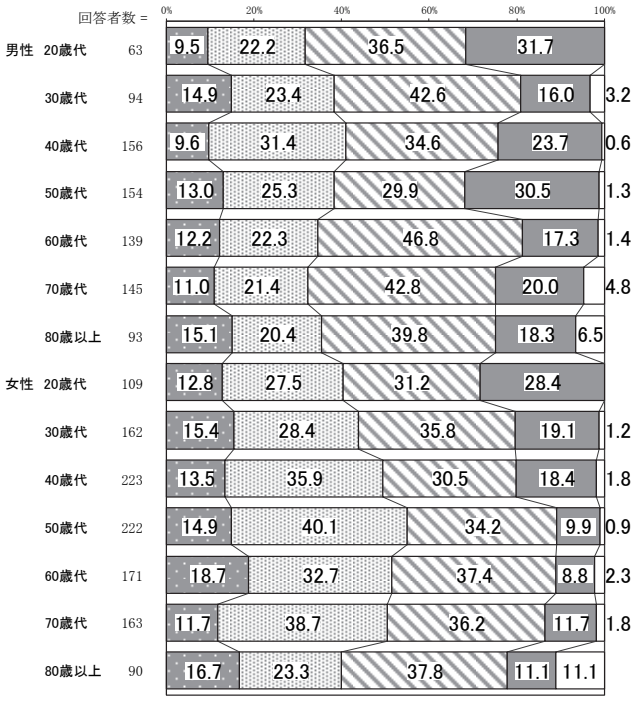
⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている



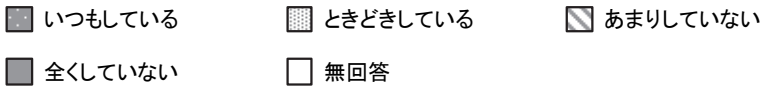
⑥塩分をとりすぎないようにしている



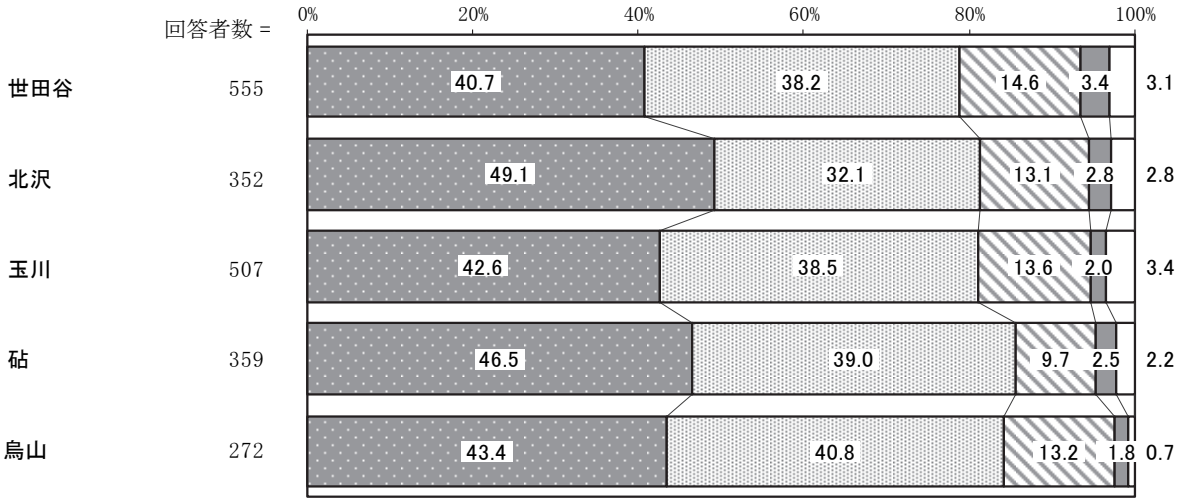
⑦食品を購入するときやメニューを選ぶときに、
栄養成分表示を参考にしている



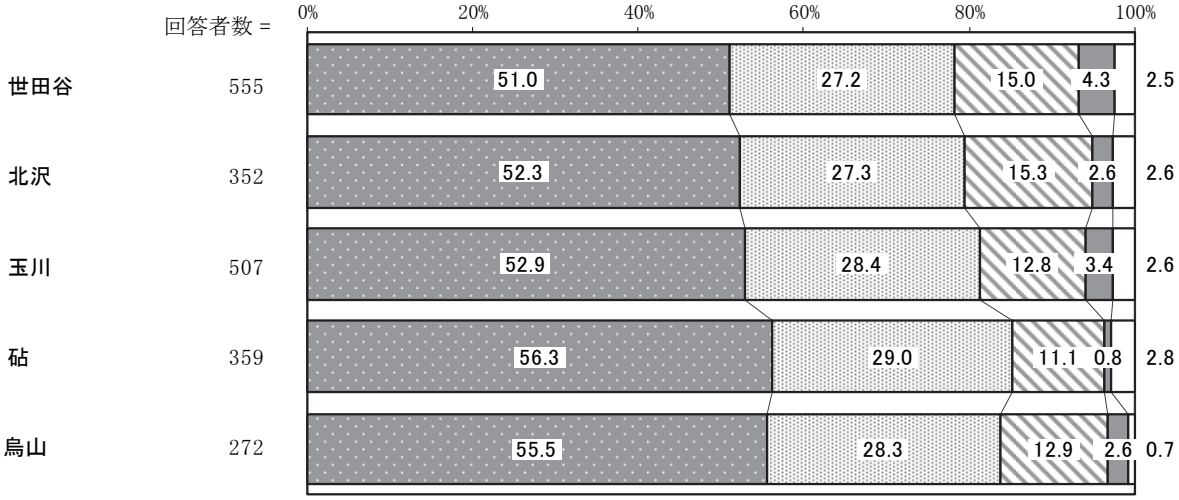
【地　域　別】



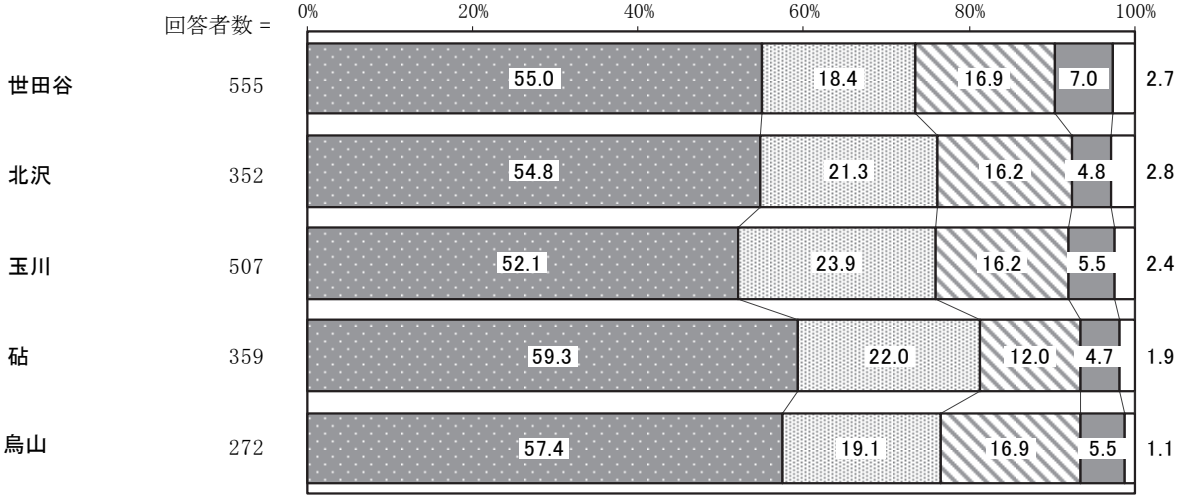
①栄養のバランスや、主食とおかずのバランス、食事の量を考えて食べている

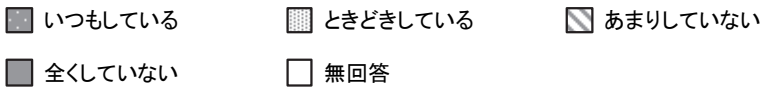


②　規則正しく食事をとるようにしている

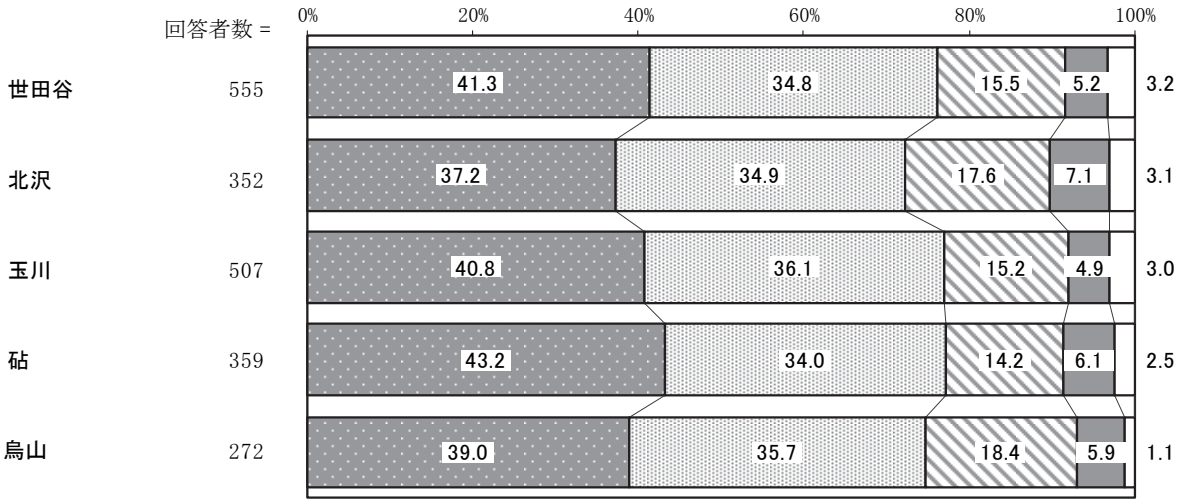


③食事は寝る２時間前までにとるようにしている

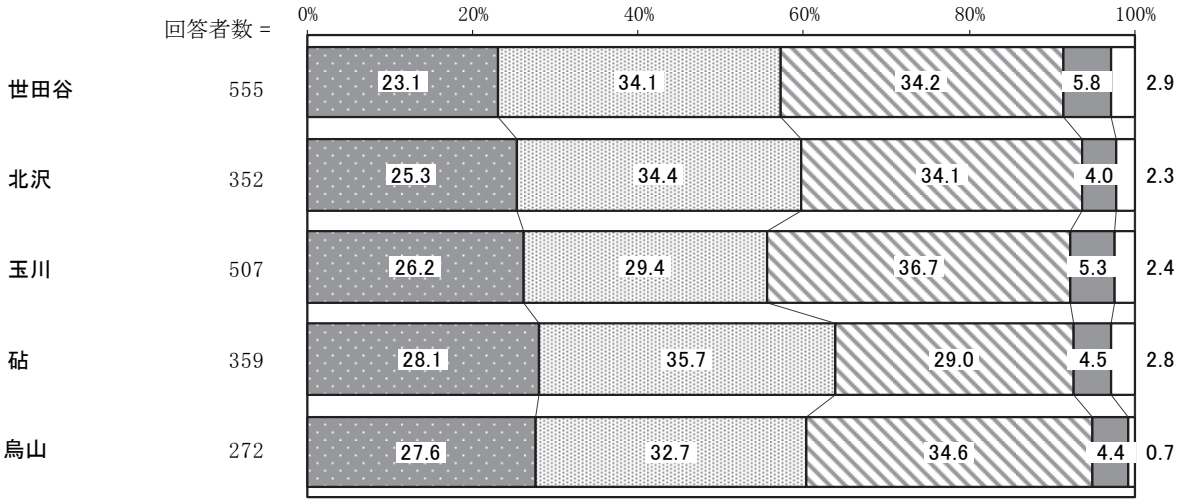


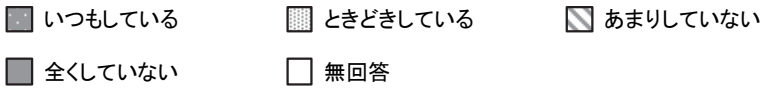


④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている

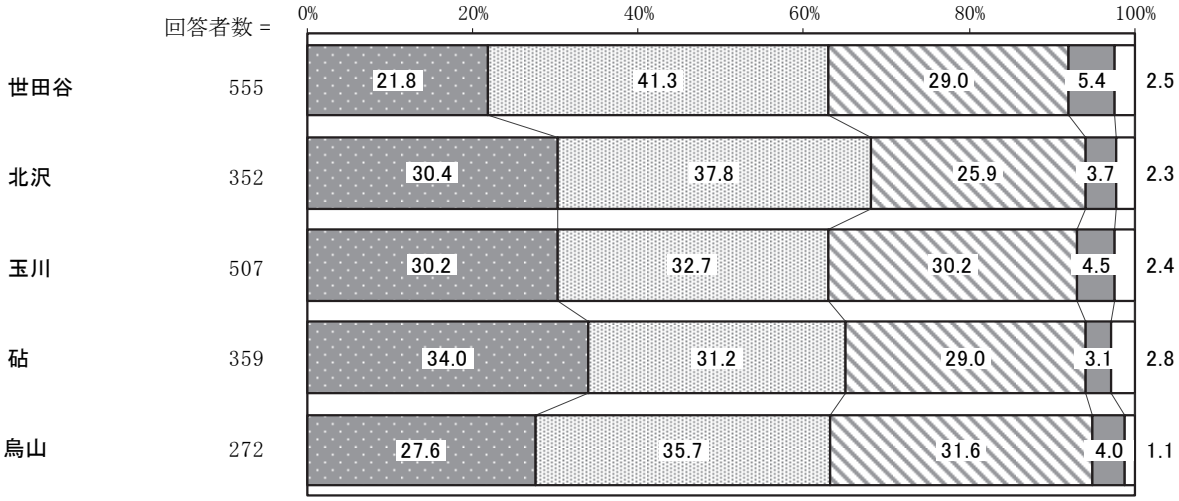


⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている

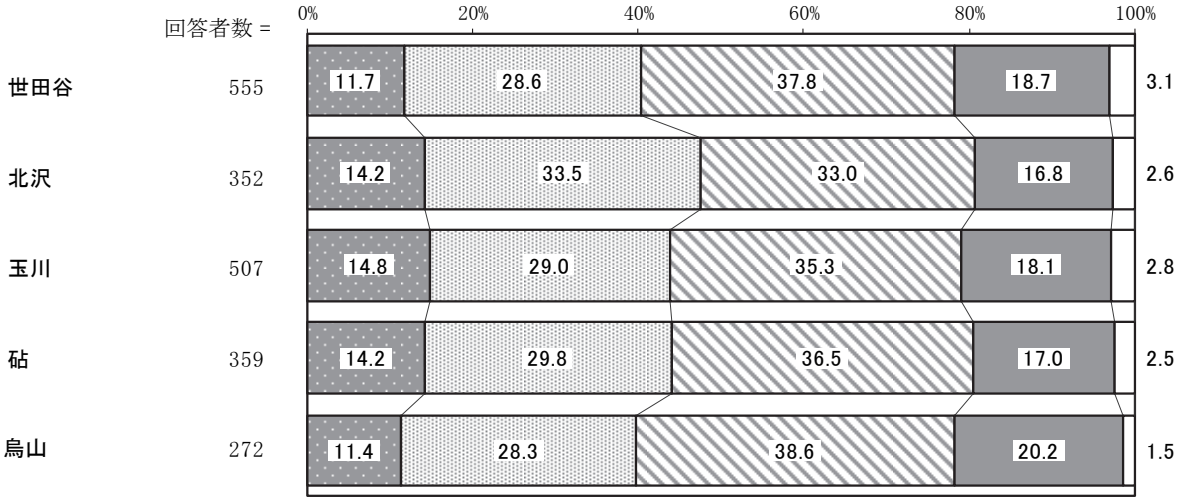




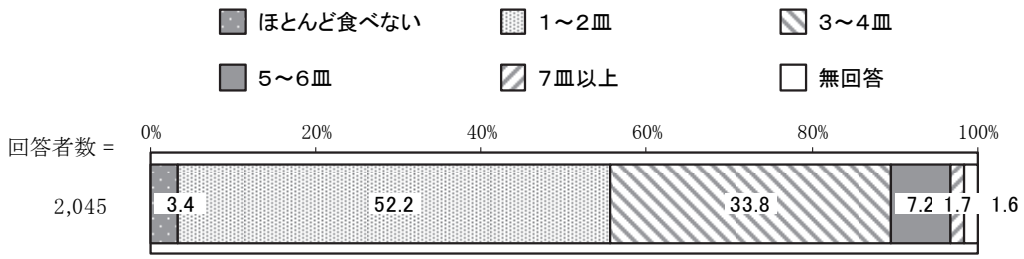
⑥塩分をとりすぎないようにしている



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 11　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つに○）



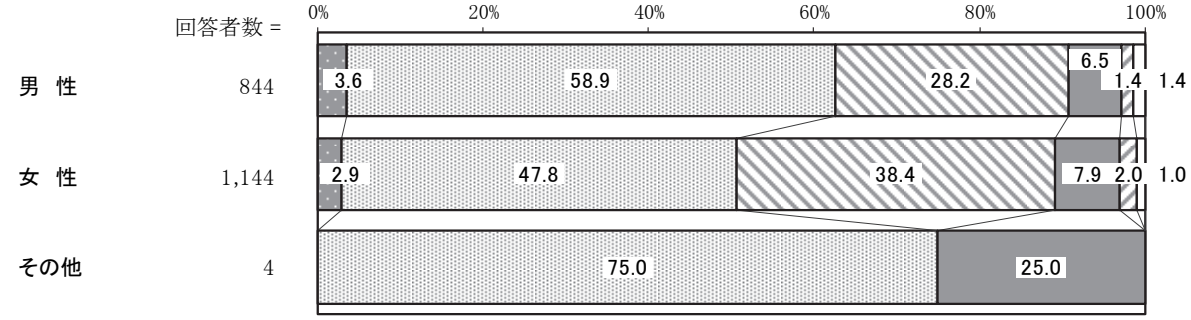
普段の食生活において、１日に摂取する野菜料理の皿数については、「１～２皿」52.2%が最も高く、次いで「３～４皿」33.8%、「５～６皿」7.2%となっている。

性別にみると、「１～２皿」は、男性が女性よりも 11.1 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 10.2 ポイント高くなっている。

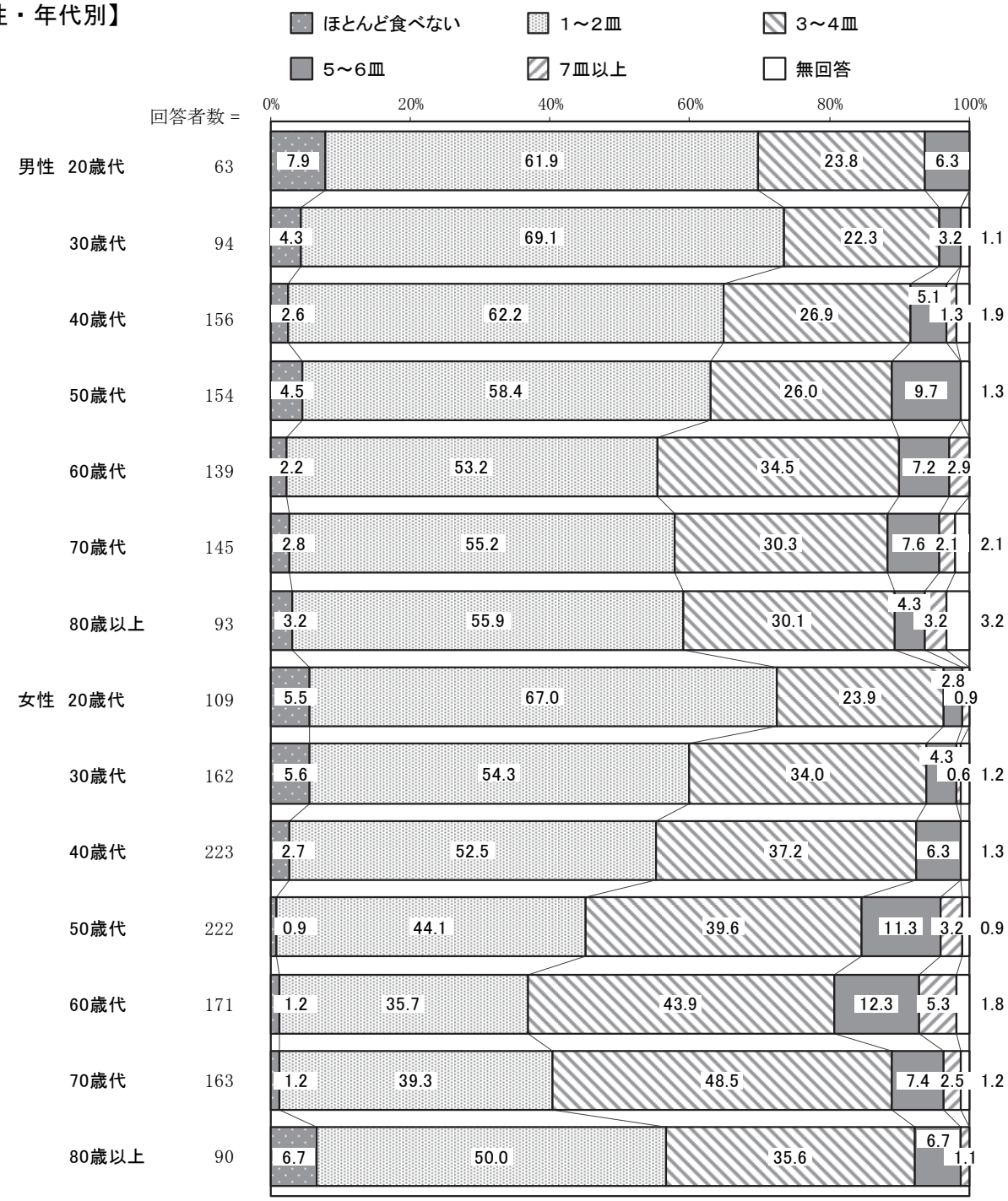
性・年代別にみると、「１～２皿」は、男性の 30 歳代、女性の 20 歳代で約７割と最も高く、次いで、男性の 20 歳代、40 歳代で６割を超え、男性の 50 歳代で約６割となっている。「３～４皿」は、女性の 70 歳代で約５割となっており、女性の 60 歳代で４割台半ばとなっている。

地域別にみると、「１～２皿」は、概ね大きな差異はみられないが、烏山地域で５割台半ばと高くなっている。

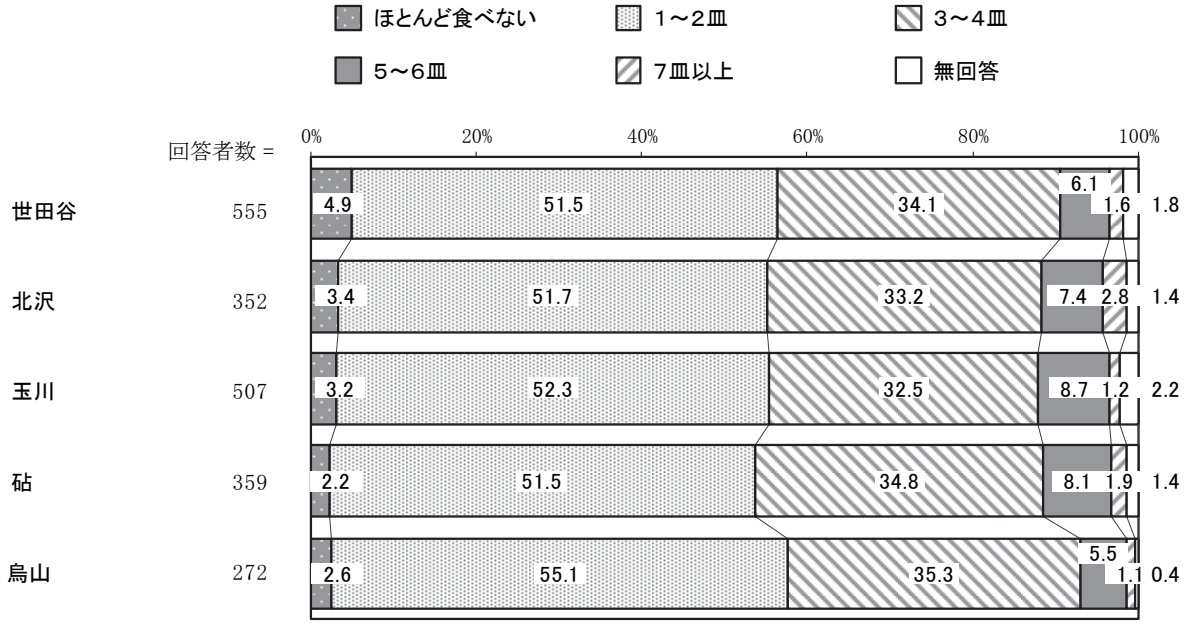
【性　別】



【性・年代別】

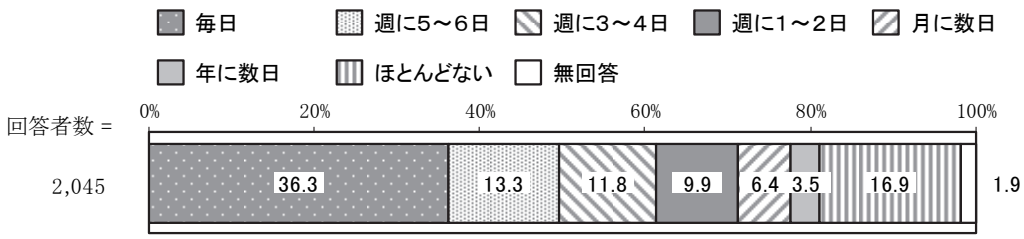

ほとんど食べない
1～2皿
3～4皿
5～6皿
7皿以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 7.9 61.9 23.8 6.3
30歳代 94 4.3 69.1 22.3 3.2 1.1
40歳代 156 2.6 62.2 26.9 5.1 1.3 1.9
50歳代 154 4.5 58.4 26.0 9.7 1.3
60歳代 139 2.2 53.2 34.5 7.2 2.9
70歳代 145 2.8 55.2 30.3 7.6 2.1 2.1
80歳以上 93 3.2 55.9 30.1 4.3 3.2 3.2
女性 20歳代 109 5.5 67.0 23.9 2.8 0.9
30歳代 162 5.6 54.3 34.0 4.3 0.6 1.2
40歳代 223 2.7 52.5 37.2 6.3 1.3
50歳代 222 0.9 44.1 39.6 11.3 3.2 0.9
60歳代 171 1.2 35.7 43.9 12.3 5.3 1.8
70歳代 163 1.2 39.3 48.5 7.4 2.5 1.2
80歳以上 90 6.7 50.0 35.6 6.7 1.1

【地　域　別】

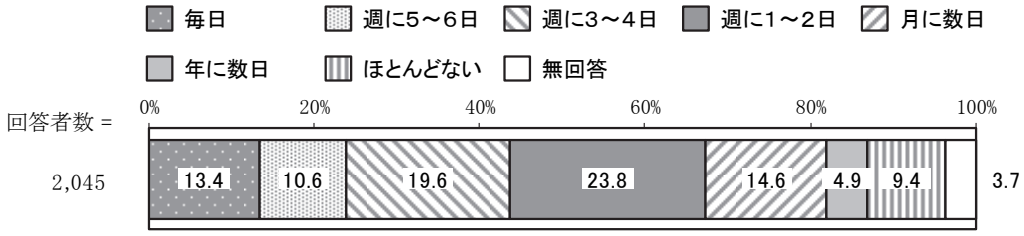

ほとんど食べない
1～2皿
3～4皿
5～6皿
7皿以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
4.9
51.5
34.1
6.1
1.6
1.8
北沢
352
3.4
51.7
33.2
7.4
2.8
1.4
玉川
507
3.2
52.3
32.5
8.7
1.2
2.2
砧
359
2.2
51.5
34.8
8.1
1.9
1.4
烏山
272
2.6
55.1
35.3
5.5
1.1
0.4

問 12　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○）

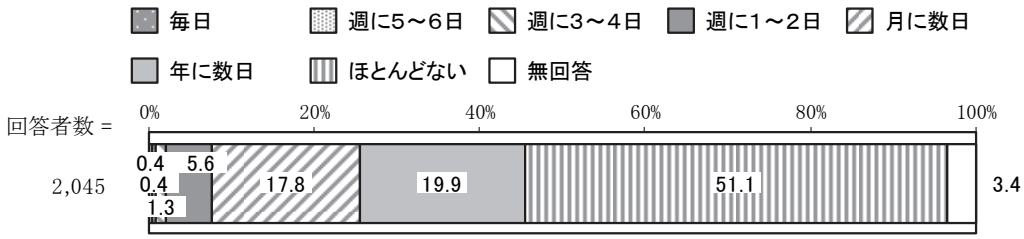
①自分で調理し食事をつくること



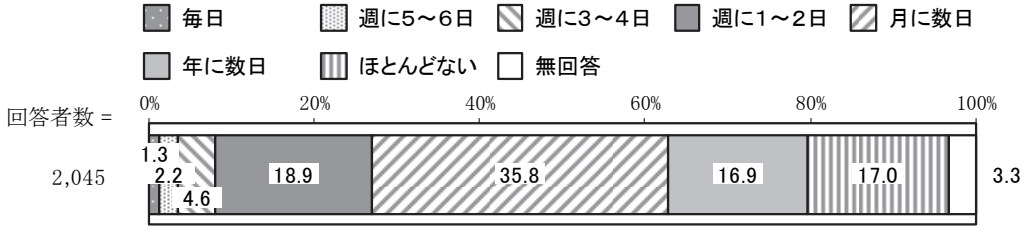
②自分で食品やお弁当などを購入すること



③出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること



④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、１割台半ばとなっている。「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割台半ばと最も高く、次いで、「週に３～４日」で約２割となっている。「出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること」（設問③）は、「ほとんどない」で５割を超え最も高く、次いで「年に数日」、「月に数日」で約２割となっている。「外食をすること」（設問④）は、「月に数日」で３割台半ばと最も高く、次いで、「週に１～２日」で約２割となっている。

【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 39.8 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 6.0 ポイント高くなっている。「出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること」（設問③）、「外食をすること」（設問④）は大きな差異はみられない。

【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割を超え最も高く、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 80 歳以上で４割を超え最も高くなっている。

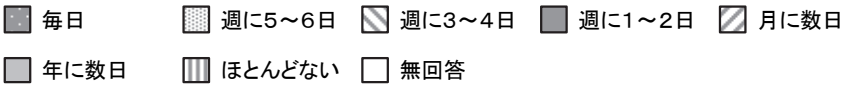
「自分で食品やお弁当などを購入すること」（設問②）は、「毎日」が女性の 60 歳代、70 歳代で２割台半ばと最も高く、次いで、女性の 50 歳代、80 歳以上で約２割となっている。

「外食をすること」（設問④）は、「月に数日」が女性の 20 歳代、30 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。

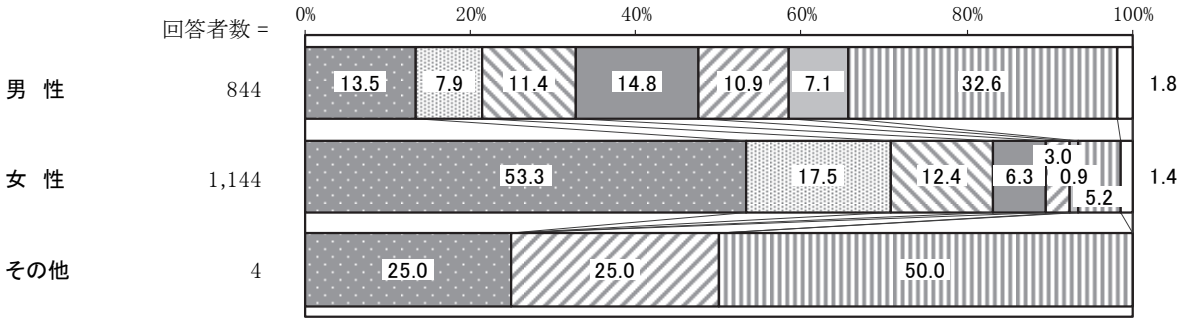
【地　域　別】

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④）は、「ほとんどない」が烏山地域で２割を超えて最も高く、最も低い北沢地域と比べると 11.9 ポイントの差がある。

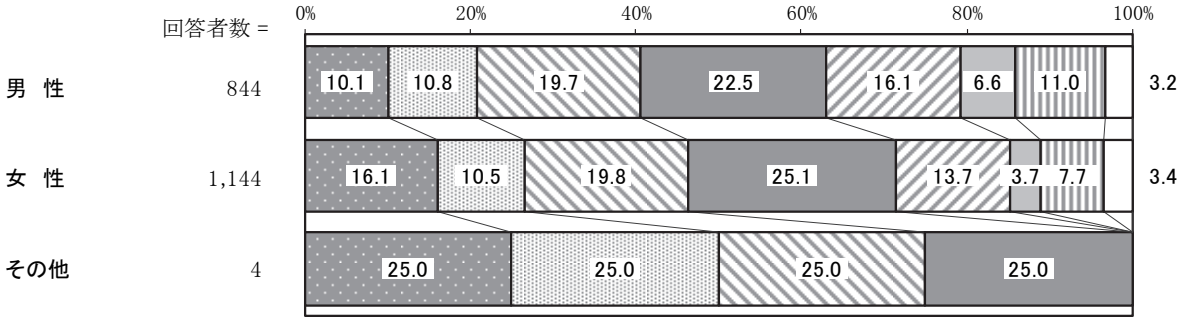
【性　別】



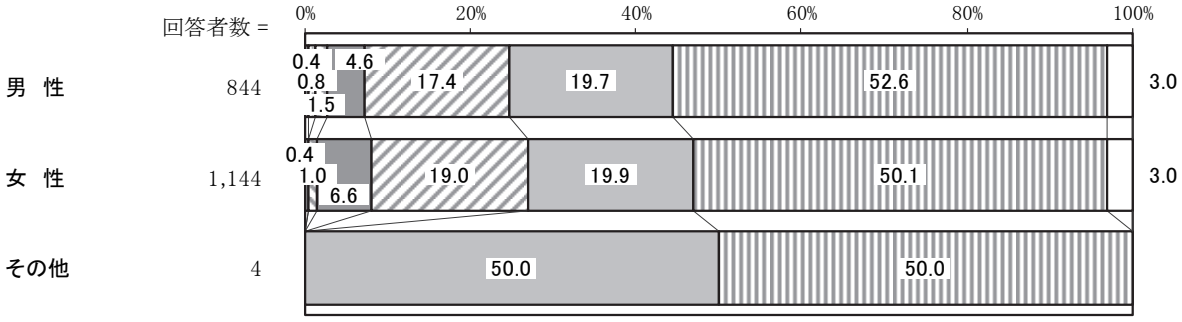
①自分で調理し食事をつくること



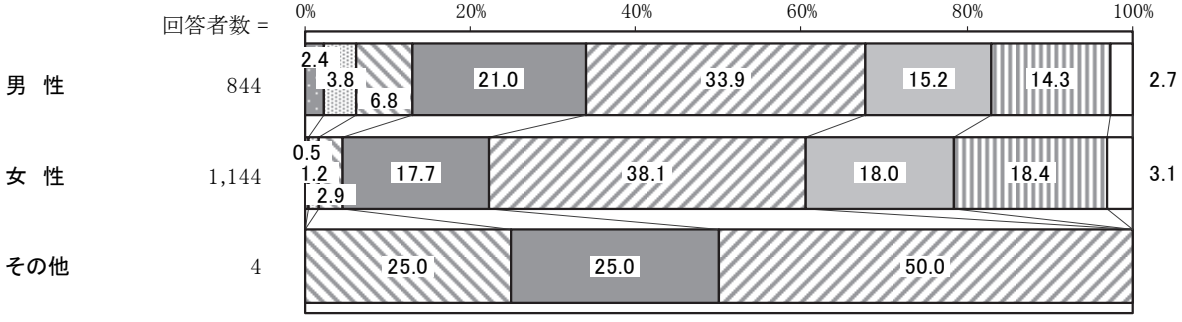
②自分で食品やお弁当などを購入すること



③出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること



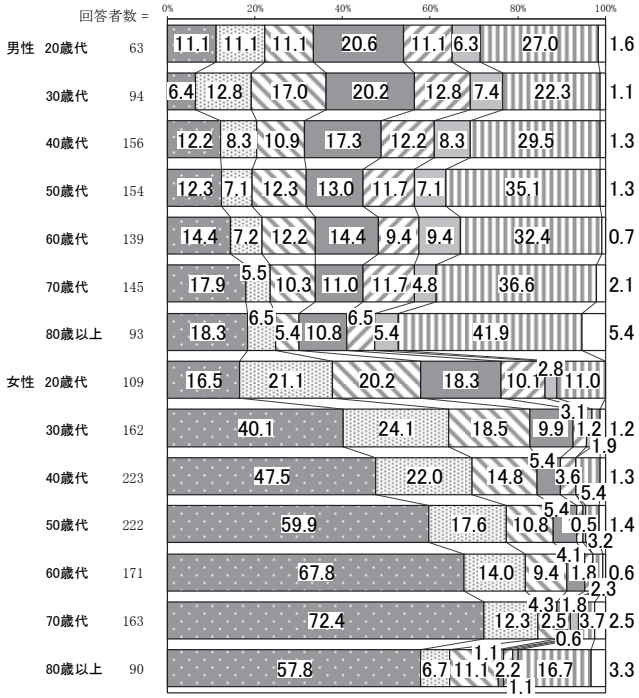
④外食をすること



【性・年代別】

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

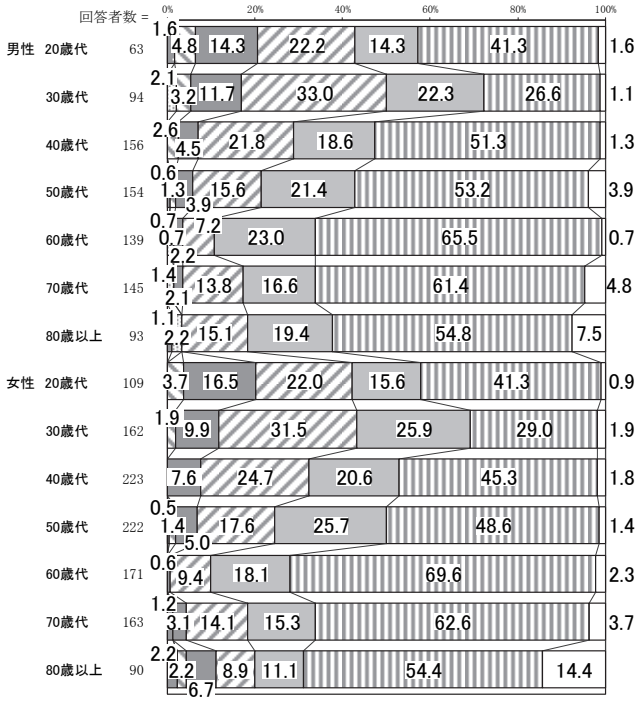
①自分で調理し食事をつくること



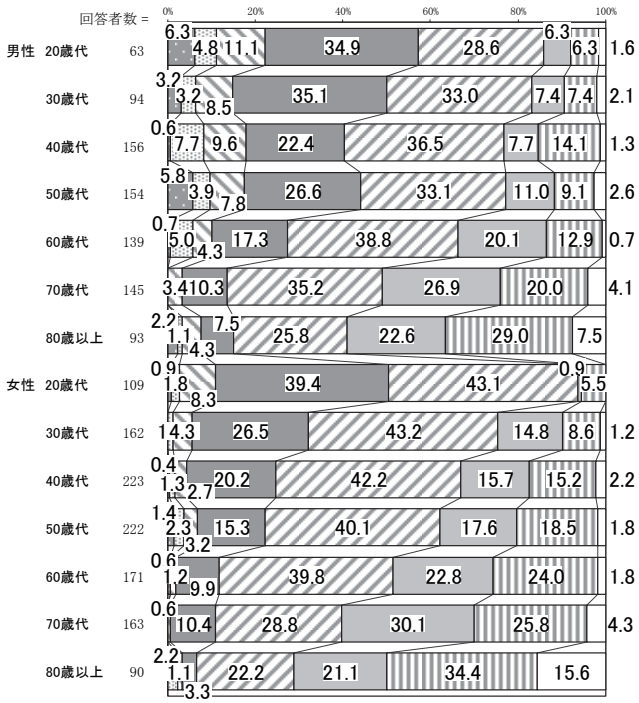
②自分で食品やお弁当などを購入すること



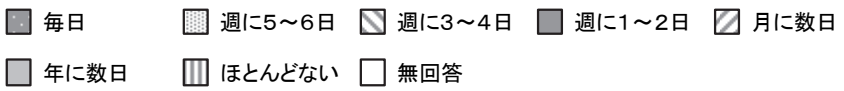
③出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること



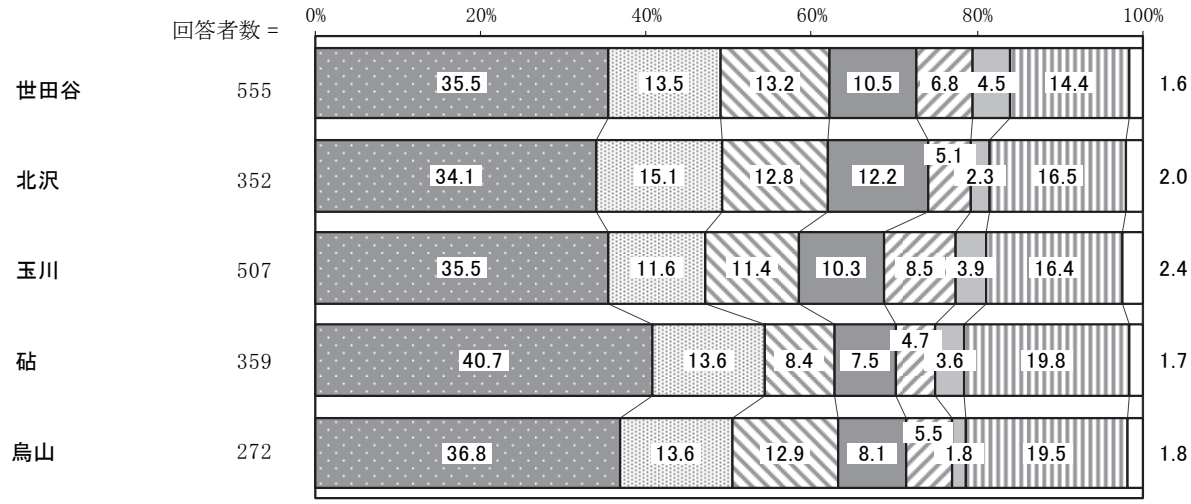
④外食をすること



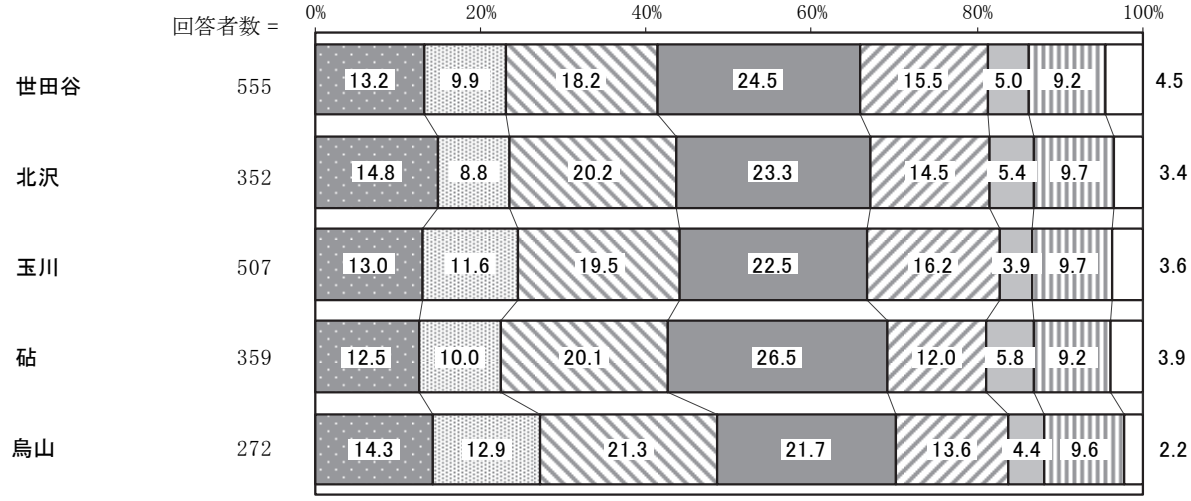
【地　域　別】

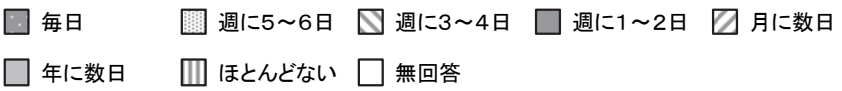


①自分で調理し食事をつくること

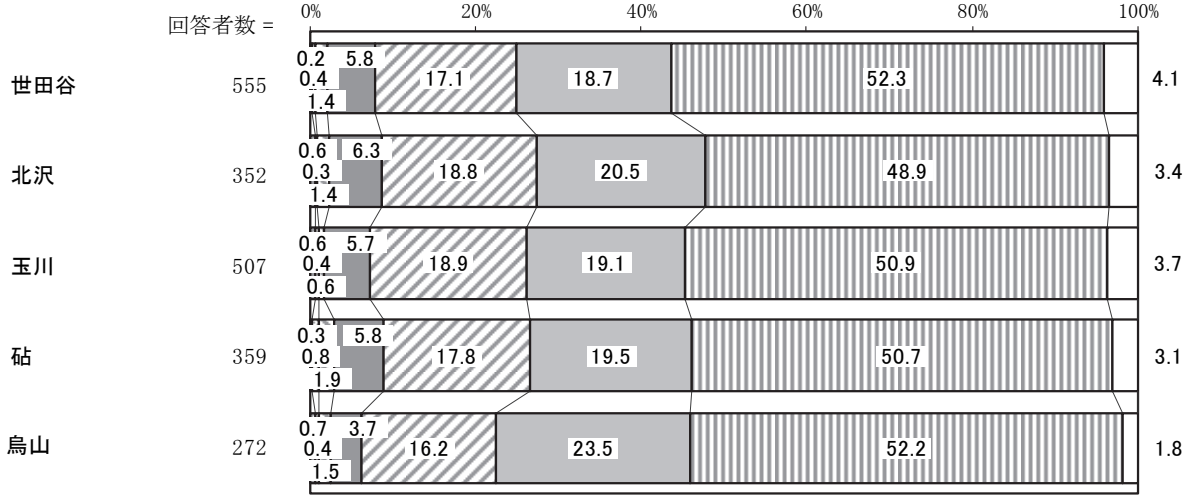


②自分で食品やお弁当などを購入すること

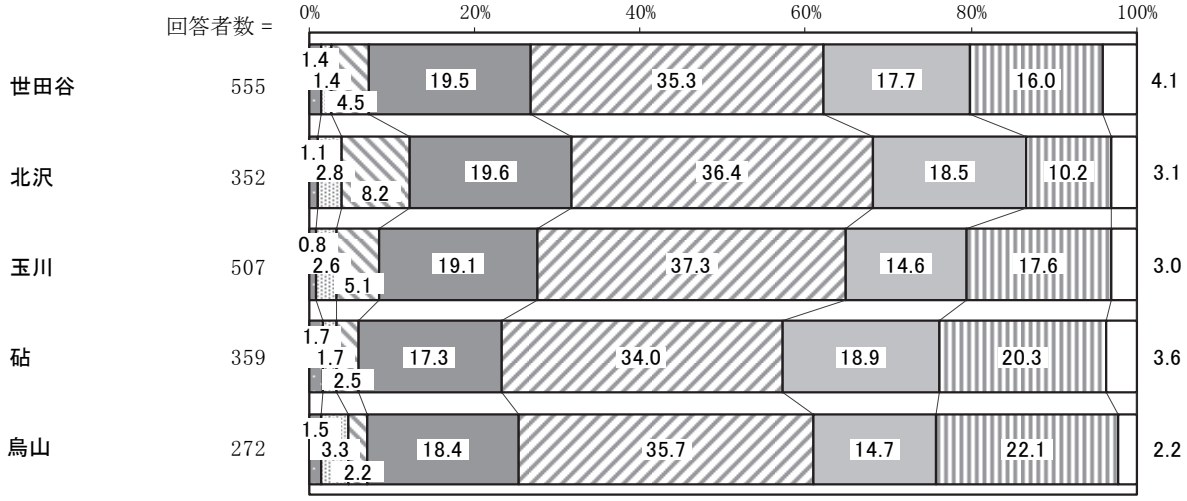




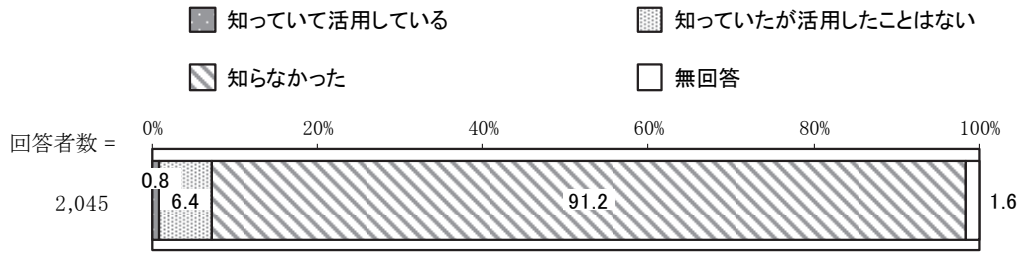
③出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること



④外食をすること



問 13　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○）



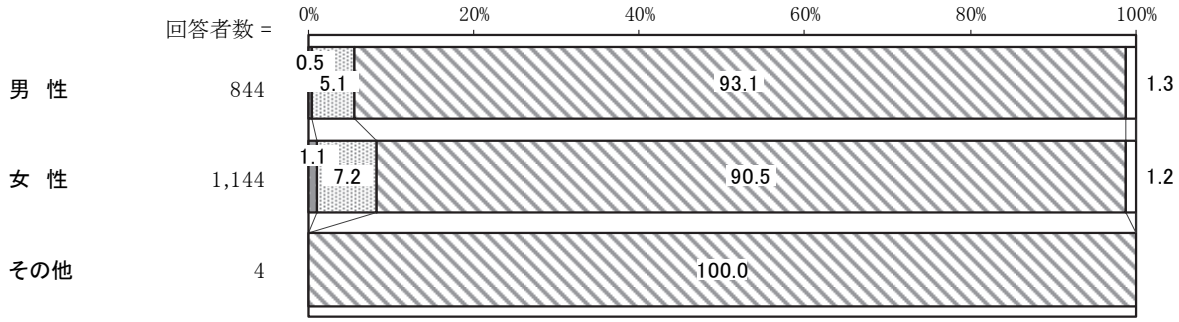
『せたがや食育メニュー』の認知度については、「知らなかった」91.2%が最も高く、「知っていたが活用したことはない」と「知っていて活用している」を合わせた「知っている人」は 7.2%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

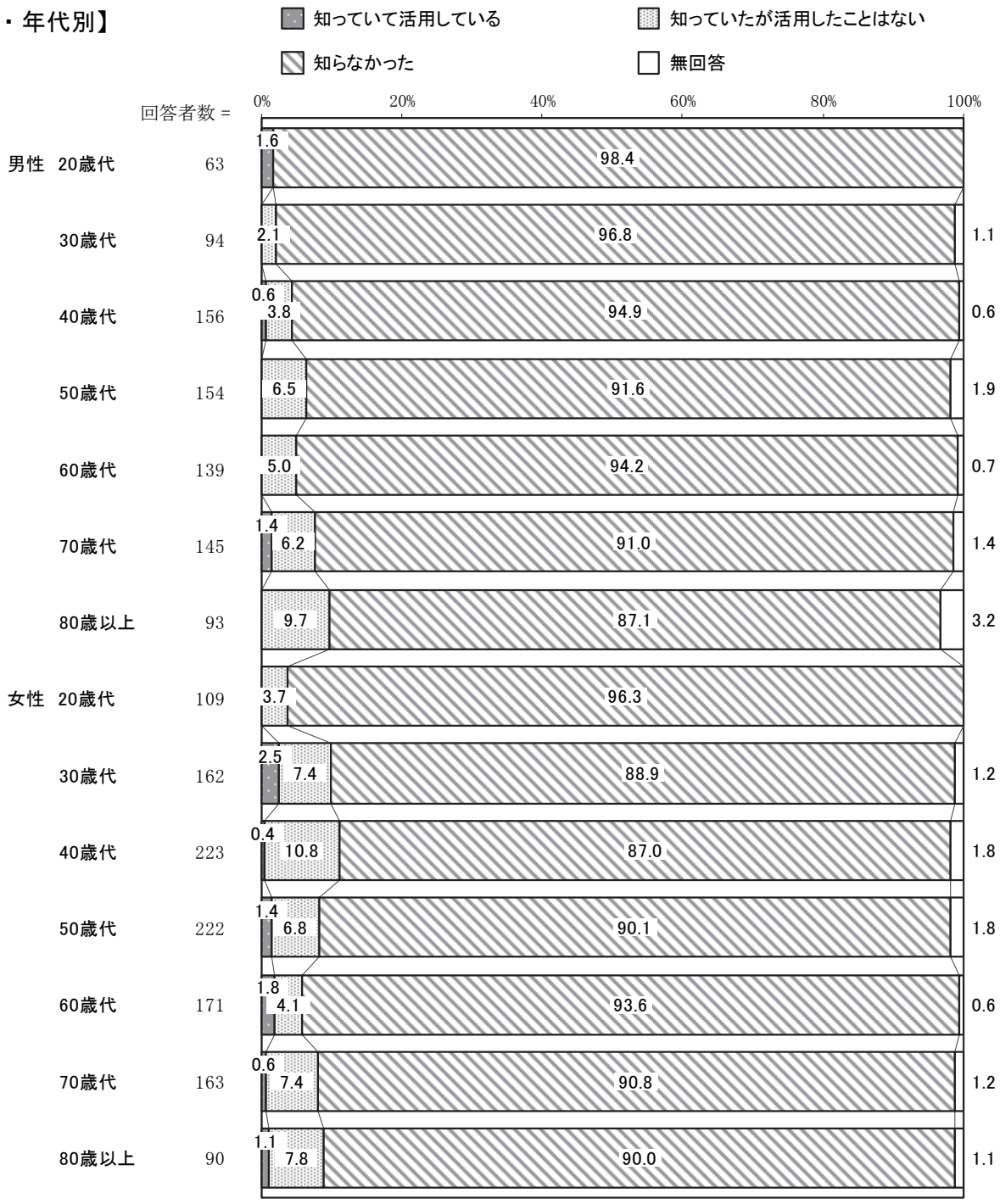
性・年代別にみると、「知らなかった」は、男性の 20 歳代で約 10 割と最も高くなっている。また、男性の 30 歳代、40 歳代、60 歳代、女性の 20 歳代、60 歳代で９割台半ばとなっている。

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

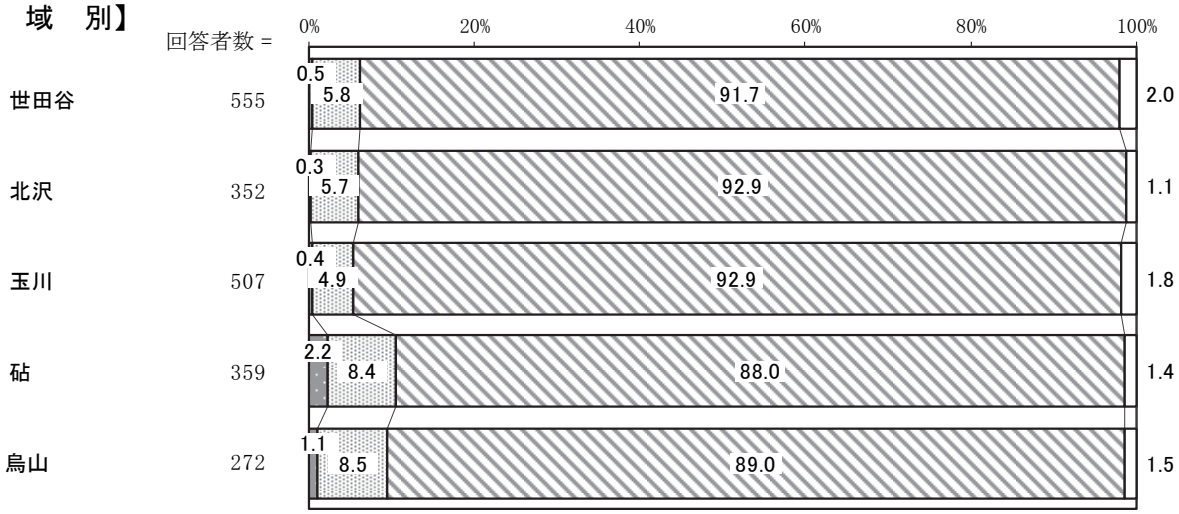
【性　別】



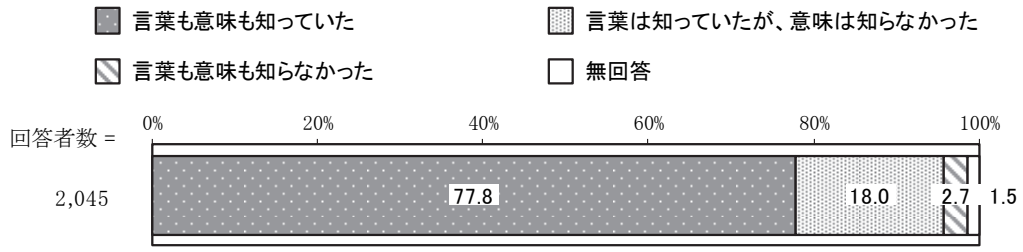
【性・年代別】


知っていて活用している
知っていたが活用したことはない
知らなかった
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 1.6 98.4
30歳代 94 2.1 96.8 1.1
40歳代 156 0.6 3.8 94.9 0.6
50歳代 154 6.5 91.6 1.9
60歳代 139 5.0 94.2 0.7
70歳代 145 1.4 6.2 91.0 1.4
80歳以上 93 9.7 87.1 3.2
女性 20歳代 109 3.7 96.3
30歳代 162 2.5 7.4 88.9 1.2
40歳代 223 0.4 10.8 87.0 1.8
50歳代 222 1.4 6.8 90.1 1.8
60歳代 171 1.8 4.1 93.6 0.6
70歳代 163 0.6 7.4 90.8 1.2
80歳以上 90 1.1 7.8 90.0 1.1

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 0.5 5.8 91.7 2.0
北沢 352 0.3 5.7 92.9 1.1
玉川 507 0.4 4.9 92.9 1.8
砧 359 2.2 8.4 88.0 1.4
烏山 272 1.1 8.5 89.0 1.5

問 14　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○）



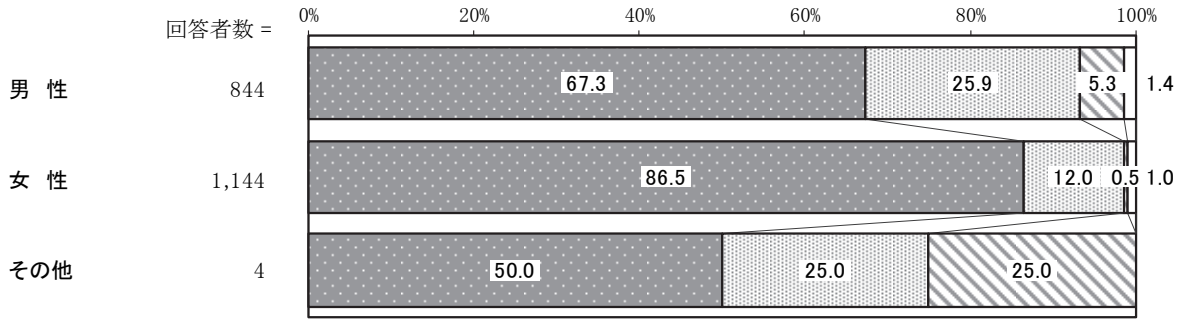
主食・主菜・副菜という言葉の認知度については、「言葉も意味も知っていた」と「言葉は知っていたが、意味は知らなかった」を合わせた「言葉を知っていた人」は 95.8%となっている。

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 19.2 ポイント高くなっている。

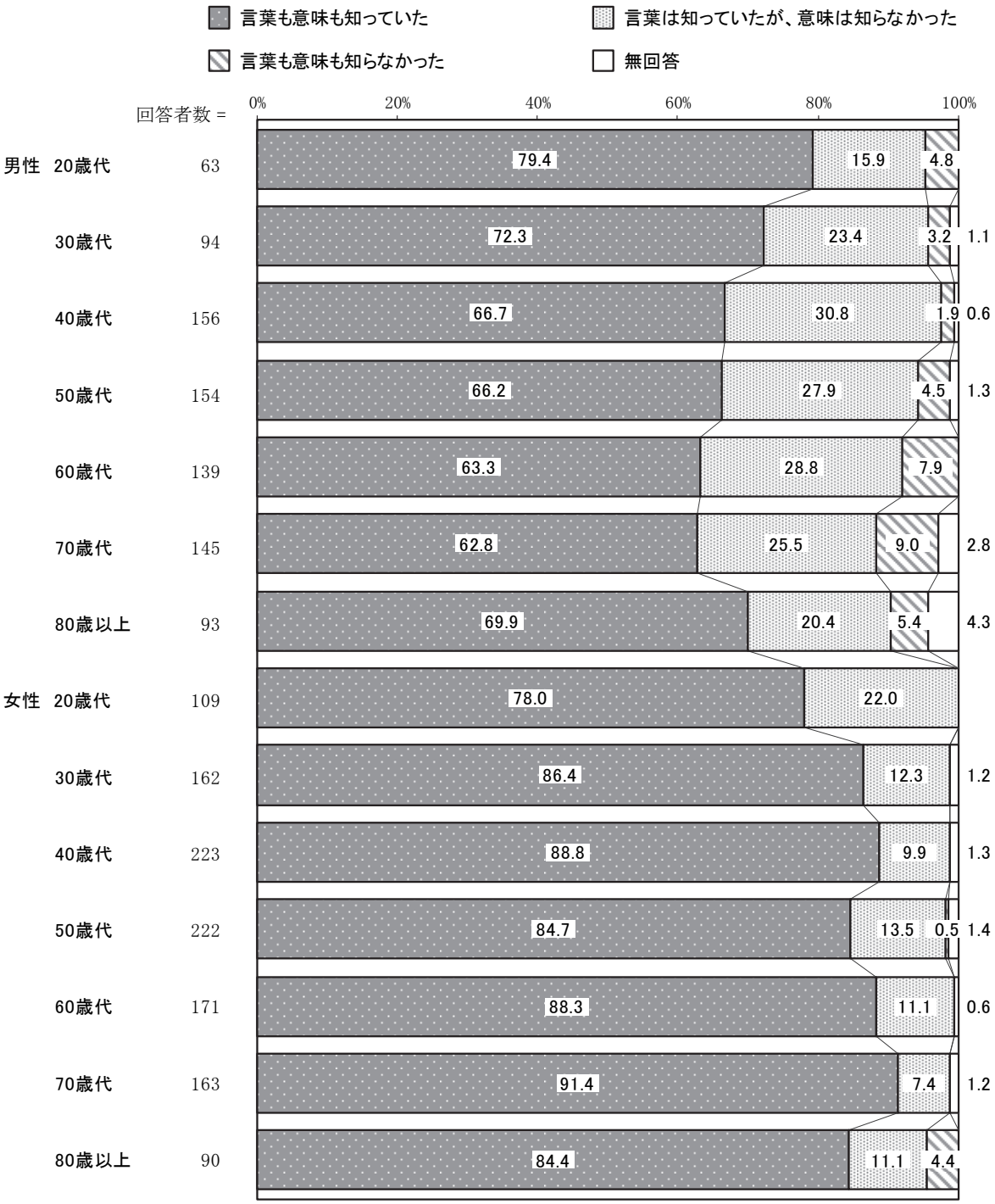
性・年代別にみると、「言葉も意味も知っていた」は、女性の 70 歳代で９割を超え最も高く、次いで、女性の 40 歳代、60 歳代で約９割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

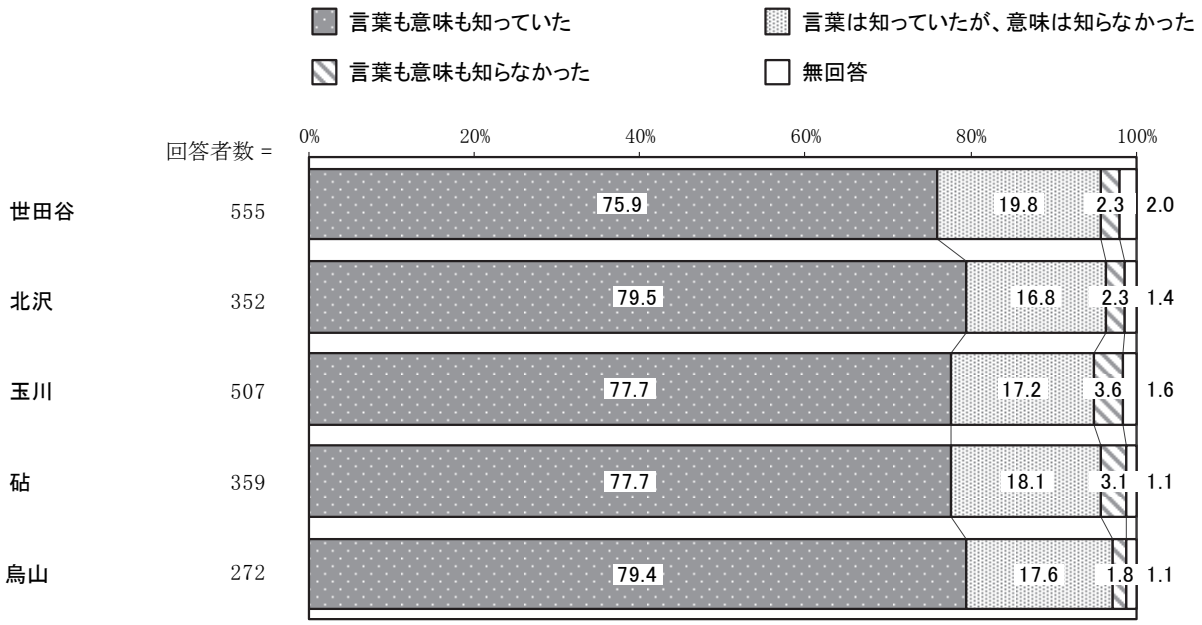
【性　別】



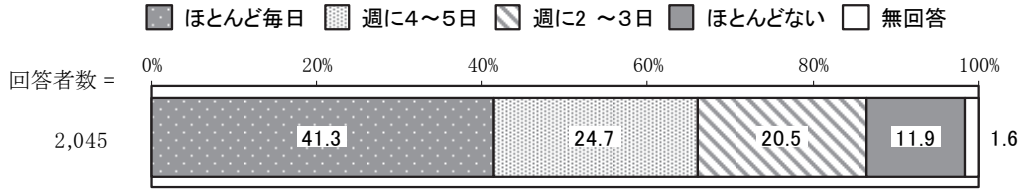
【性・年代別】


言葉も意味も知っていた
言葉は知っていたが、意味は知らなかった
言葉も意味も知らなかった
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 79.4 15.9 4.8
30歳代 94 72.3 23.4 3.2 1.1
40歳代 156 66.7 30.8 1.9 0.6
50歳代 154 66.2 27.9 4.5 1.3
60歳代 139 63.3 28.8 7.9
70歳代 145 62.8 25.5 9.0 2.8
80歳以上 93 69.9 20.4 5.4 4.3
女性 20歳代 109 78.0 22.0
30歳代 162 86.4 12.3 1.2
40歳代 223 88.8 9.9 1.3
50歳代 222 84.7 13.5 0.5 1.4
60歳代 171 88.3 11.1 0.6
70歳代 163 91.4 7.4 1.2
80歳以上 90 84.4 11.1 4.4

【地　域　別】


言葉も意味も知っていた
言葉は知っていたが、意味は知らなかった
言葉も意味も知らなかった
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
75.9
19.8
2.3
2.0
北沢
352
79.5
16.8
2.3
1.4
玉川
507
77.7
17.2
3.6
1.6
砧
359
77.7
18.1
3.1
1.1
烏山
272
79.4
17.6
1.8
1.1

問 15　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○）



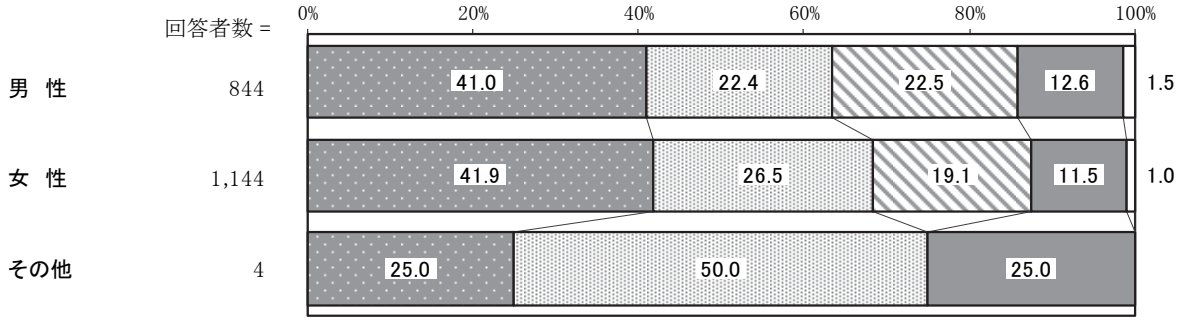
主食・主菜・副菜を３つそろえて１日に２回以上食べることが週に何回あるかについては、「ほとんど毎日」41.3%が最も高く、次いで、「週に４～５日」24.7%、「週に２～３日」20.5%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

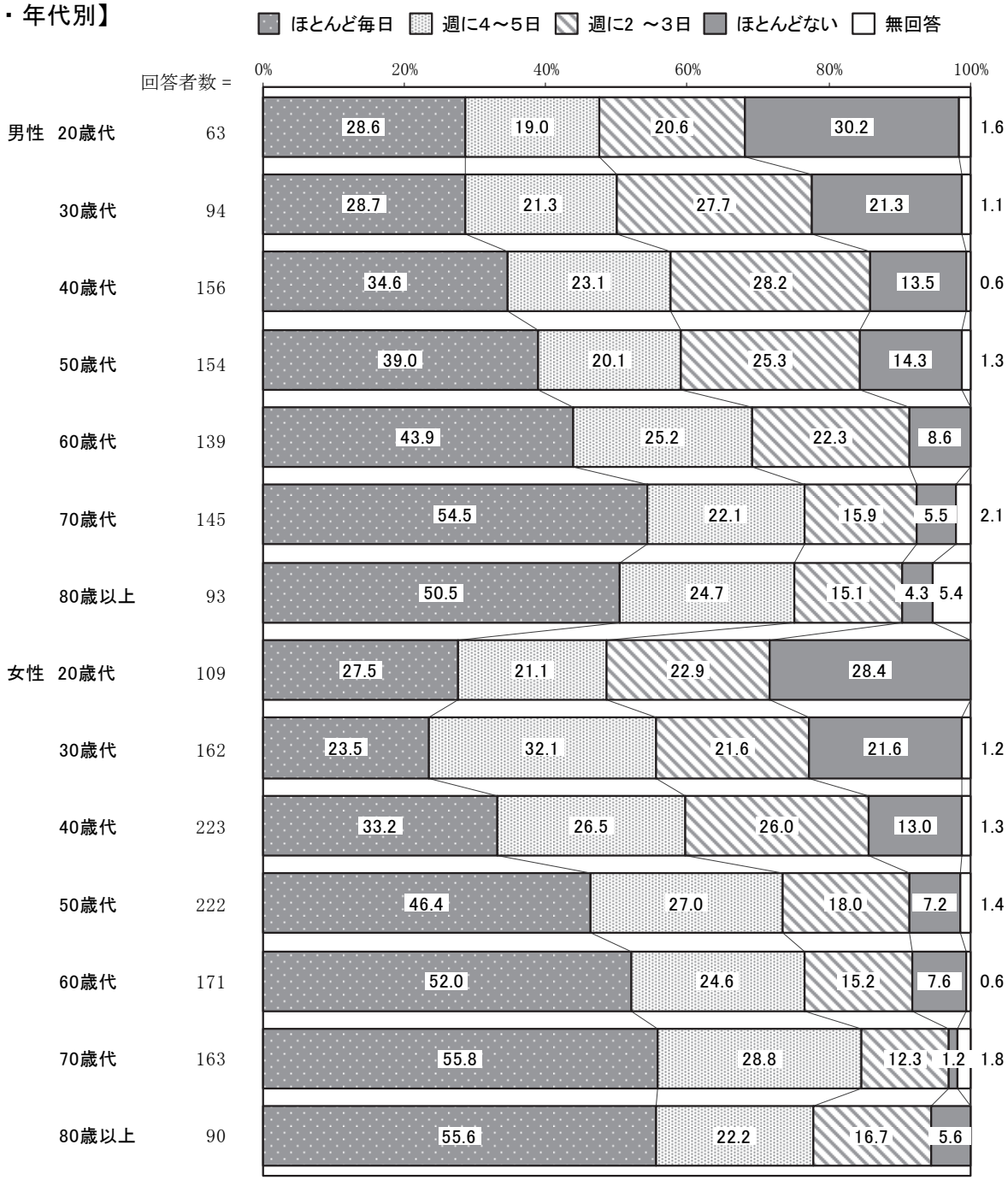
性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、男性の 70 歳代、女性の 70 歳以上で５割台半ばと最も高く、次いで、女性の 60 歳代で５割を超え、男性の 80 歳以上で５割となっている。「ほとんどない」は男性・女性ともに 20 歳代で約３割と高くなっている。

地域別にみると、「ほとんど毎日」は、玉川地域で４割台半ばと最も高く、最も低い北沢地域と比べると 6.9 ポイントの差がある。

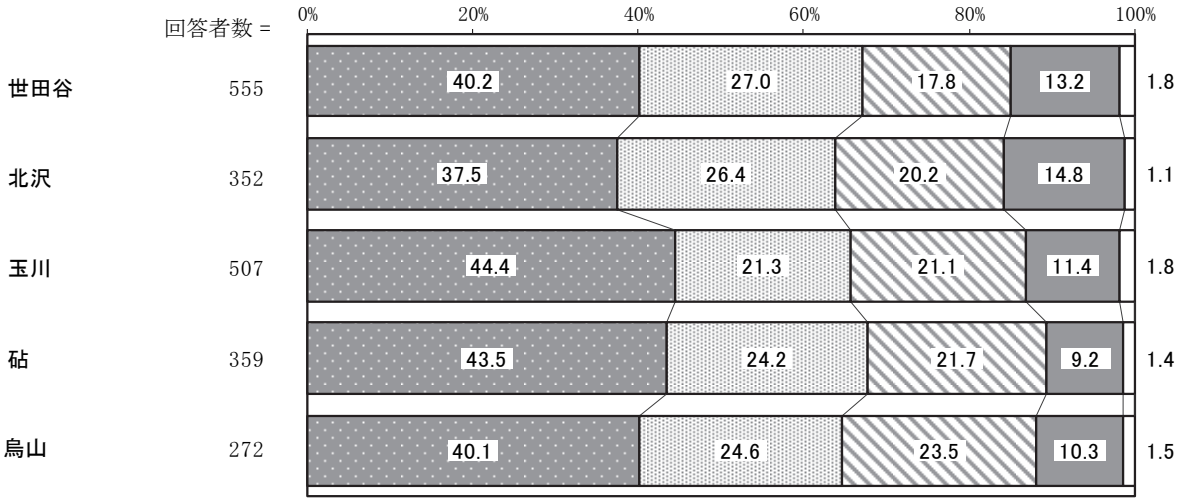
【性　別】



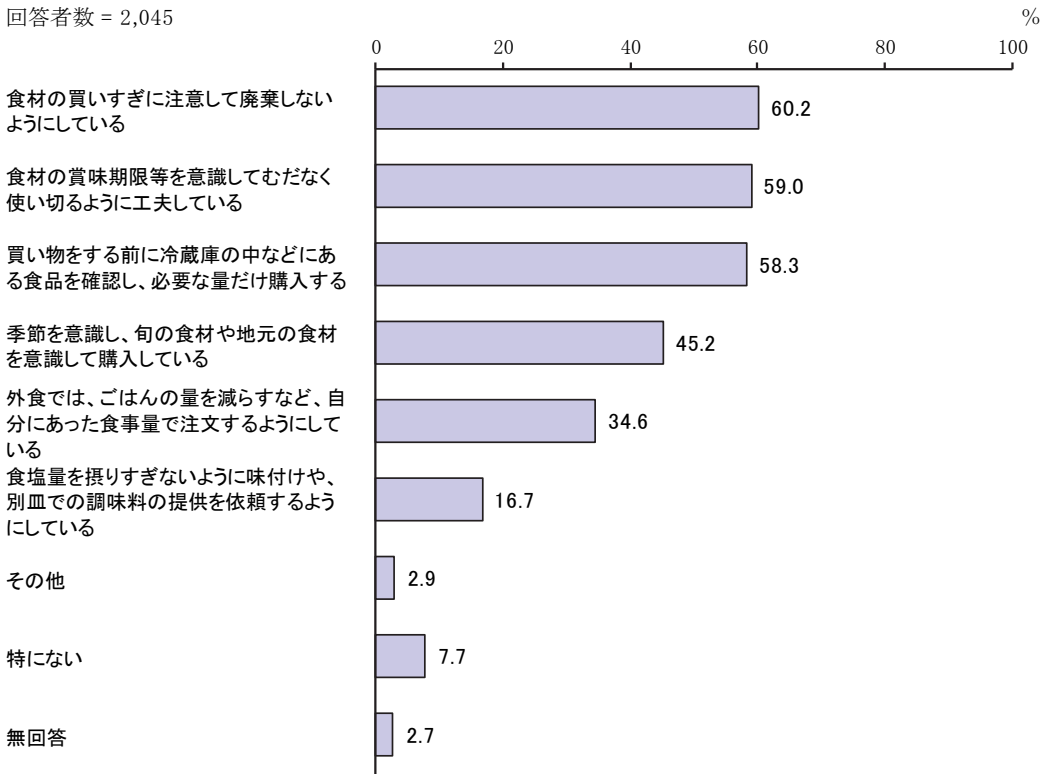
【性・年代別】


ほとんど毎日
週に4～5日
週に2 ～3日
ほとんどない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 28.6 19.0 20.6 30.2 1.6
30歳代 94 28.7 21.3 27.7 21.3 1.1
40歳代 156 34.6 23.1 28.2 13.5 0.6
50歳代 154 39.0 20.1 25.3 14.3 1.3
60歳代 139 43.9 25.2 22.3 8.6
70歳代 145 54.5 22.1 15.9 5.5 2.1
80歳以上 93 50.5 24.7 15.1 4.3 5.4
女性 20歳代 109 27.5 21.1 22.9 28.4
30歳代 162 23.5 32.1 21.6 21.6 1.2
40歳代 223 33.2 26.5 26.0 13.0 1.3
50歳代 222 46.4 27.0 18.0 7.2 1.4
60歳代 171 52.0 24.6 15.2 7.6 0.6
70歳代 163 55.8 28.8 12.3 1.2 1.8
80歳以上 90 55.6 22.2 16.7 5.6

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 40.2 27.0 17.8 13.2 1.8
北沢 352 37.5 26.4 20.2 14.8 1.1
玉川 507 44.4 21.3 21.1 11.4 1.8
砧 359 43.5 24.2 21.7 9.2 1.4
烏山 272 40.1 24.6 23.5 10.3 1.5

問 16　家庭での食事や、外食のときなどに意識していることはありますか。
（あてはまるものすべてに〇）



食事や、外食のときなどに意識していることについては、「食材の買いすぎに注意して廃棄しないようにしている」60.2%が最も高く、次いで「食材の賞味期限等を意識してむだなく使い切るように工夫している」59.0%、「買い物をする前に冷蔵庫の中などにある食品を確認し、必要な量だけ購入する」58.3%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、特に「季節を意識し、旬の食材や地元の食材を意識して購入している」は 21.2 ポイント、「食材の買いすぎに注意して廃棄しないようにしている」は 18.3 ポイント、「買い物をする前に冷蔵庫の中などにある食品を確認し、必要な量だけ購入する」は 17.2 ポイント、女性が男性より高くなっている。一方、「特にない」は女性より男性が 9.4 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「食材の買いすぎに注意して廃棄しないようにしている」は、女性の 30 歳代、60 歳代で７割台半ばと最も高く、次いで女性の 70 歳代で７割を超えている。一方、「特にない」は、男性の 20 歳代で約２割と最も高くなっている。

地域別にみると、「季節を意識し、旬の食材や地元の食材を意識して購入している」は、北沢地域で約５割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると 8.7 ポイントの差がある。また、「外食では、ごはんの量を減らすなど、自分にあった食事量で注文するようにしている」は、北沢地域で４割を超え、最も低い玉川地域と比べると 9.1 ポイントの差がある。

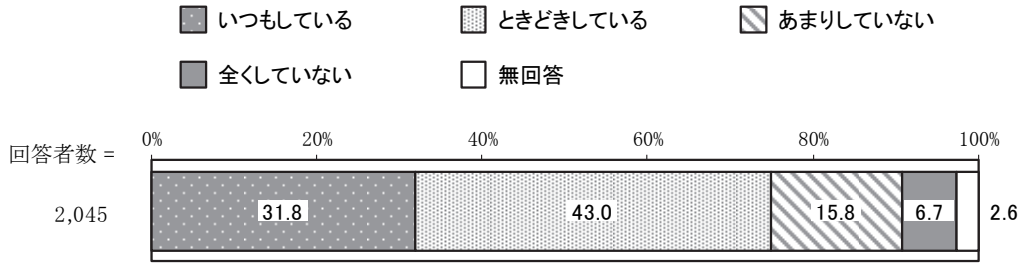
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		買い物をする前に冷蔵庫の中などにある食品を確認し、必要な量だけ購入する	食材の買いすぎに注意して廃棄しないようにしている	季節を意識し、旬の食材や地元の食材を意識して購入している	食材の賞味期限等を意識してむだなく使い切るように工夫している	外食では、ごはんの量を減らすなど、自分にあった食事量で注文するようにしている	食塩量を摂りすぎないように味付けや、別皿での調味料の提供を依頼するようにしている	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
男　性		48.7	50.1	33.5	49.9	26.1	15.6	1.8	13.0	3.0	844
女　性		65.9	68.4	54.7	66.8	41.5	17.4	3.4	3.6	2.1	1144
その他		50.0	25.0	－	25.0	25.0	－	－	25.0	－	4
男性	20 歳代	46.0	50.8	20.6	54.0	17.5	6.3	1.6	17.5	－	63
	30 歳代	54.3	58.5	33.0	55.3	21.3	4.3	2.1	12.8	1.1	94
	40 歳代	52.6	49.4	34.0	51.3	18.6	13.5	0.6	12.8	1.9	156
	50 歳代	44.8	46.8	34.4	44.8	29.9	13.6	1.3	14.9	1.9	154
	60 歳代	51.1	52.5	40.3	54.0	33.1	18.7	2.2	10.1	2.9	139
	70 歳代	44.8	46.2	31.0	46.2	28.3	24.1	3.4	13.1	4.8	145
	80 歳以上	47.3	50.5	34.4	47.3	29.0	22.6	1.1	11.8	7.5	93
女性	20 歳代	61.5	56.0	36.7	56.0	33.9	6.4	4.6	7.3	1.8	109
	30 歳代	72.8	74.1	50.0	69.1	40.7	12.3	3.7	1.9	0.6	162
	40 歳代	70.0	68.2	58.3	63.7	37.7	14.3	4.0	3.1	1.3	223
	50 歳代	68.9	68.5	59.9	73.0	44.1	14.4	4.5	2.3	2.3	222
	60 歳代	65.5	73.7	60.2	68.4	39.2	24.0	2.3	1.8	3.5	171
	70 歳代	59.5	72.4	55.2	69.9	47.9	25.2	0.6	2.5	1.8	163
	80 歳以上	55.6	57.8	51.1	60.0	48.9	26.7	4.4	11.1	4.4	90
世田谷		58.7	60.7	45.9	59.1	33.2	15.0	2.9	7.9	2.0	555
北沢		62.8	60.5	47.7	59.4	42.0	17.6	3.4	5.7	2.6	352
玉川		56.2	60.2	46.2	60.0	32.9	18.9	2.4	8.5	2.6	507
砧		56.0	58.5	44.8	56.3	33.1	17.8	3.3	8.6	3.6	359
烏山		58.8	61.0	39.0	60.3	33.1	13.2	2.9	7.0	3.7	272

（４）身体活動・運動について

問 17　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○）



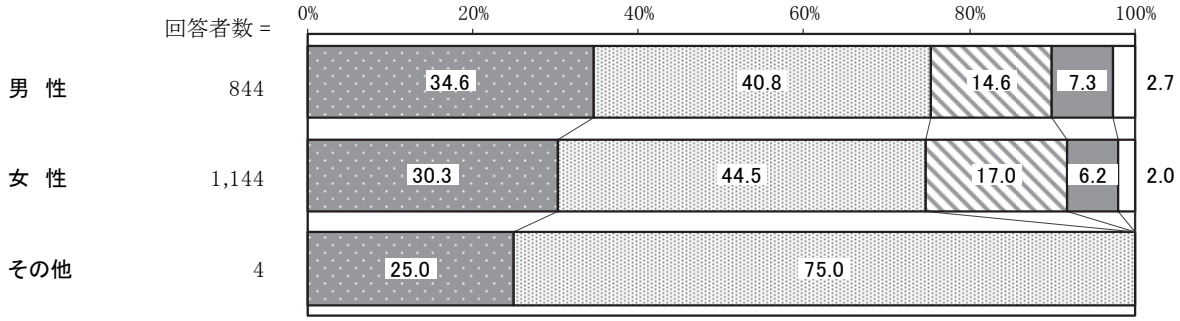
意識して体を動かしたり、運動したりしているかについては、「いつもしている」と「ときどきしている」を合わせた「している人」は 74.8%、「あまりしていない」と「まったくしていない」を合わせた「していない人」は 22.5%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

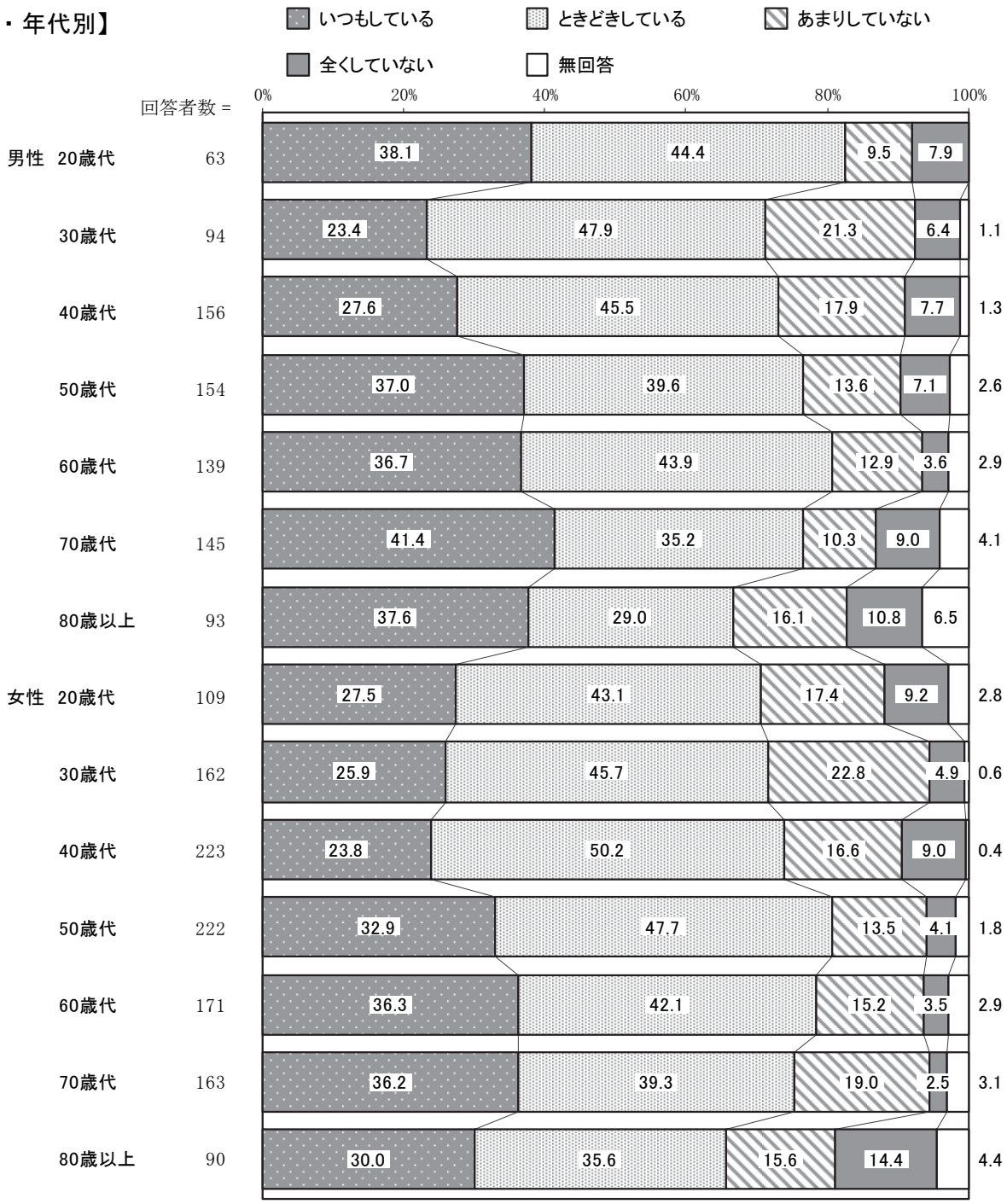
性・年代別にみると、「している人」は、男性の 20 歳代で８割を超え最も高く、男性の 60 歳代、女性の 50 歳代で８割となっている。一方、「していない人」は、女性の 80 歳以上で３割と最も高く、男性・女性ともに 30 歳代で約３割となっている。

地域別にみると、「している人」は、北沢地域で約８割と最も高く、最も低い砧地域と比べると、6.6 ポイントの差がある。

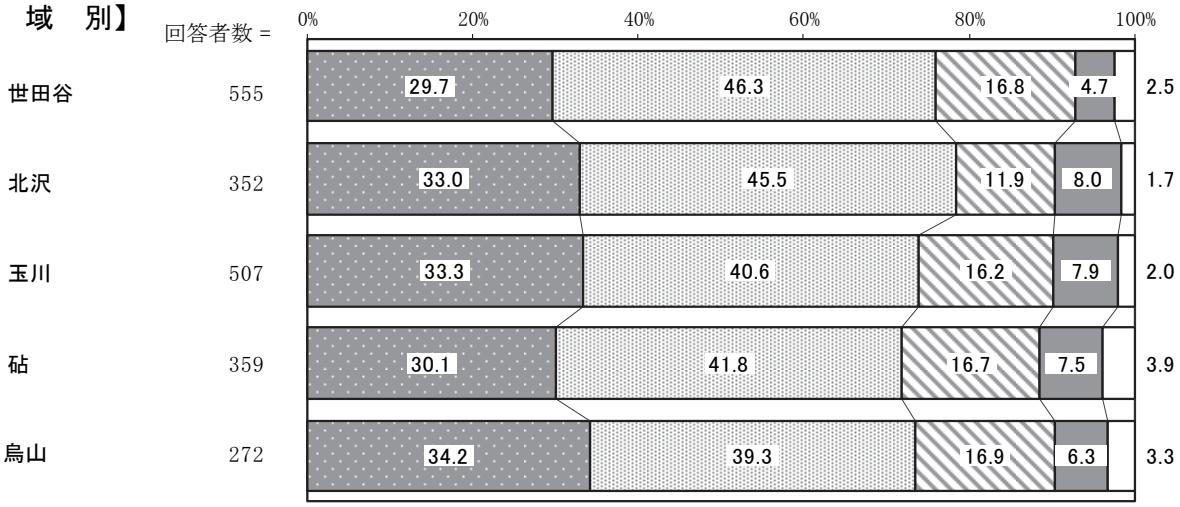
【性　別】



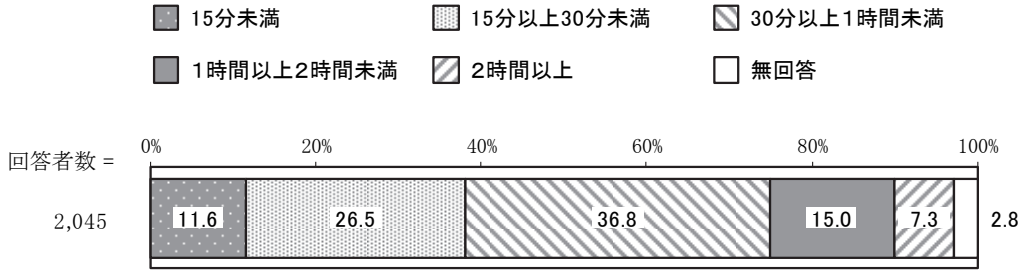
【性・年代別】


いつもしている
ときどきしている
あまりしていない
全くしていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 38.1 44.4 9.5 7.9
30歳代 94 23.4 47.9 21.3 6.4 1.1
40歳代 156 27.6 45.5 17.9 7.7 1.3
50歳代 154 37.0 39.6 13.6 7.1 2.6
60歳代 139 36.7 43.9 12.9 3.6 2.9
70歳代 145 41.4 35.2 10.3 9.0 4.1
80歳以上 93 37.6 29.0 16.1 10.8 6.5
女性 20歳代 109 27.5 43.1 17.4 9.2 2.8
30歳代 162 25.9 45.7 22.8 4.9 0.6
40歳代 223 23.8 50.2 16.6 9.0 0.4
50歳代 222 32.9 47.7 13.5 4.1 1.8
60歳代 171 36.3 42.1 15.2 3.5 2.9
70歳代 163 36.2 39.3 19.0 2.5 3.1
80歳以上 90 30.0 35.6 15.6 14.4 4.4

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 29.7 46.3 16.8 4.7 2.5
北沢 352 33.0 45.5 11.9 8.0 1.7
玉川 507 33.3 40.6 16.2 7.9 2.0
砧 359 30.1 41.8 16.7 7.5 3.9
烏山 272 34.2 39.3 16.9 6.3 3.3

問 18　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○）



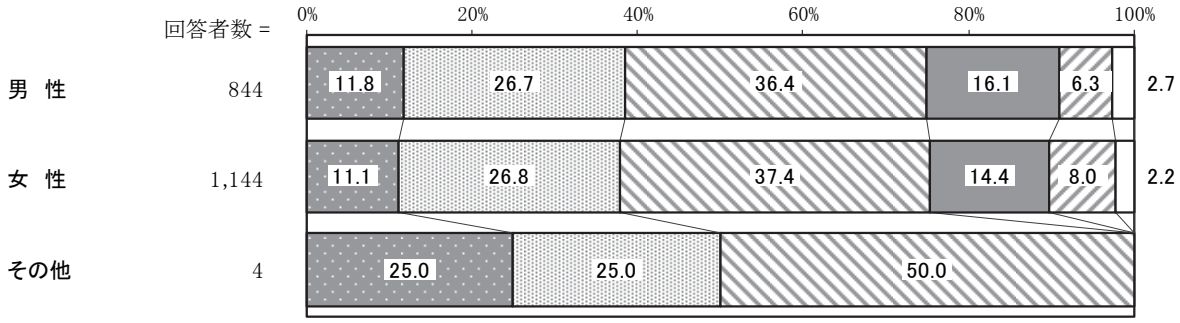
１日の歩く時間については、「30 分以上１時間未満」36.8%が最も高く、次いで「15 分以上 30 分未満」26.5%、「１時間以上２時間未満」15.0%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

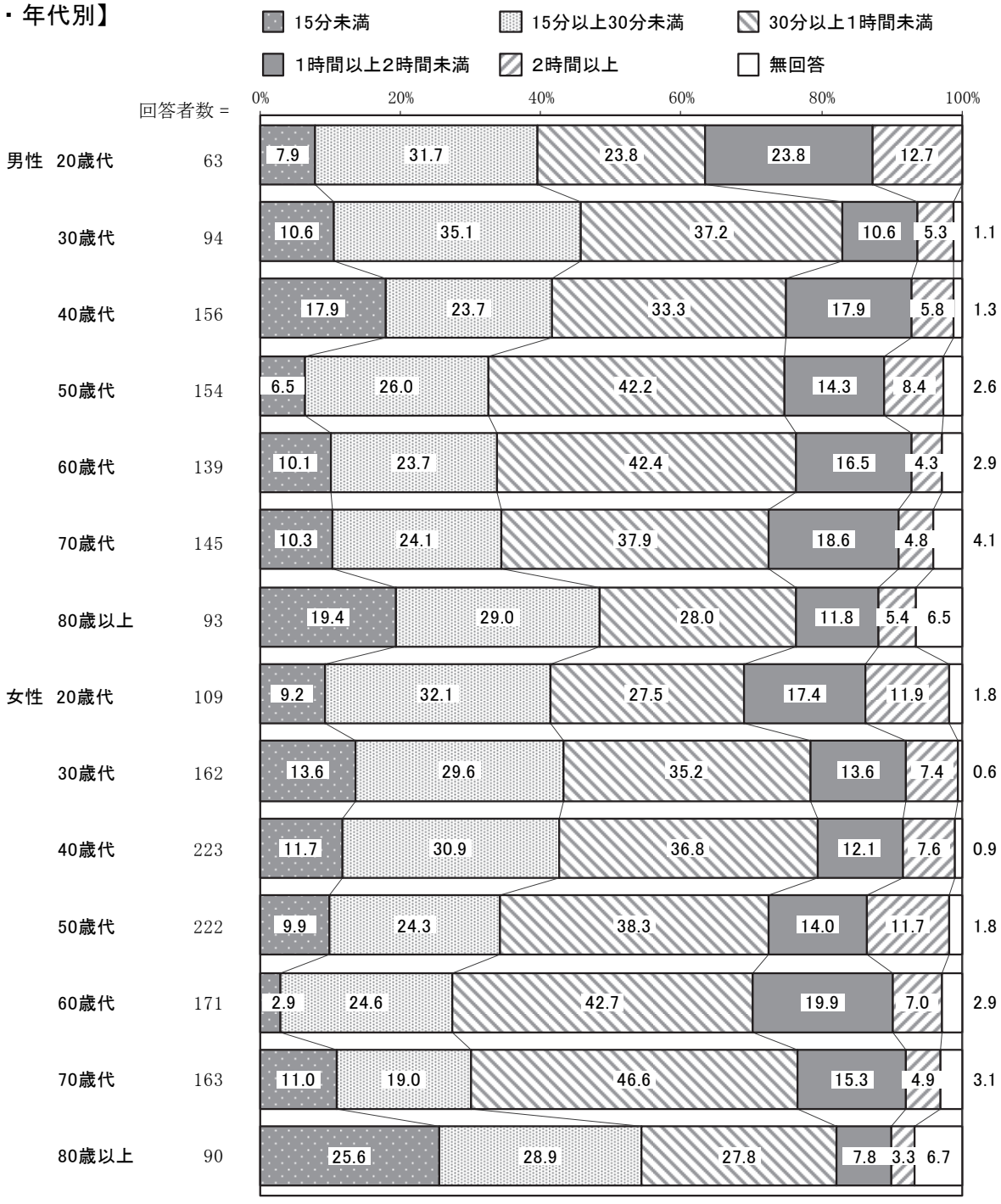
性・年代別にみると、「30 分以上１時間未満」は、女性の 70 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、男性の 50 歳代、60 歳代、女性の 60 歳代で４割を超えている。一方、「15 分未満」は、女性の 80 歳以上で２割台半ばと最も高くなっている。

地域別にみると、「15 分以上 30 分未満」は、世田谷地域、烏山地域で約３割と高くなっている。最も高い世田谷地域と最も低い北沢地域で比べると、8.2 ポイントの差がある。

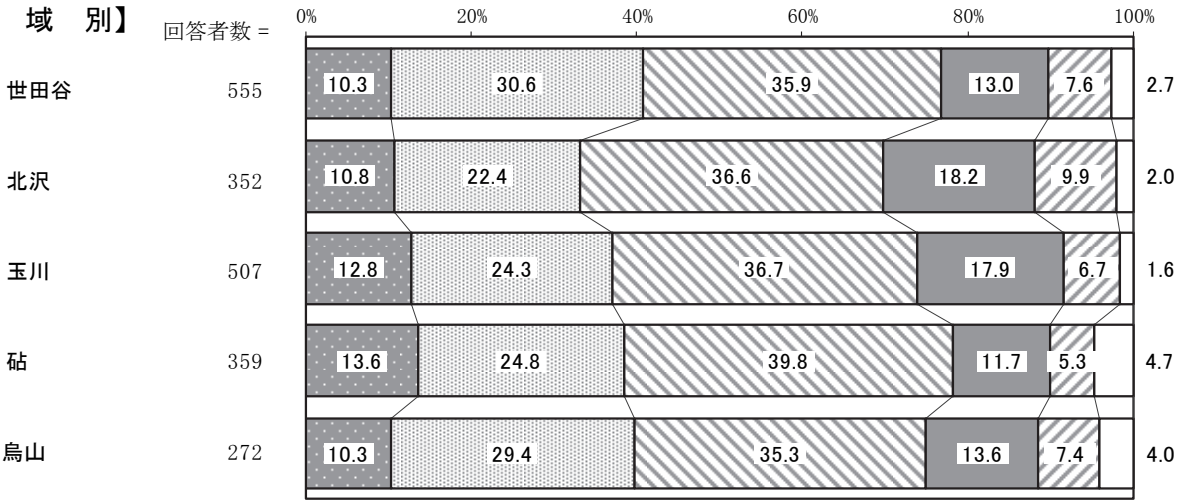
【性　別】



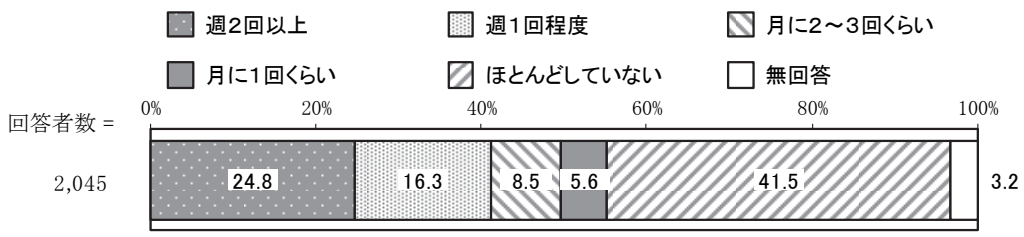
【性・年代別】


15分未満
15分以上30分未満
30分以上1時間未満
1時間以上2時間未満
2時間以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 7.9 31.7 23.8 23.8 12.7
30歳代 94 10.6 35.1 37.2 10.6 5.3 1.1
40歳代 156 17.9 23.7 33.3 17.9 5.8 1.3
50歳代 154 6.5 26.0 42.2 14.3 8.4 2.6
60歳代 139 10.1 23.7 42.4 16.5 4.3 2.9
70歳代 145 10.3 24.1 37.9 18.6 4.8 4.1
80歳以上 93 19.4 29.0 28.0 11.8 5.4 6.5
女性 20歳代 109 9.2 32.1 27.5 17.4 11.9 1.8
30歳代 162 13.6 29.6 35.2 13.6 7.4 0.6
40歳代 223 11.7 30.9 36.8 12.1 7.6 0.9
50歳代 222 9.9 24.3 38.3 14.0 11.7 1.8
60歳代 171 2.9 24.6 42.7 19.9 7.0 2.9
70歳代 163 11.0 19.0 46.6 15.3 4.9 3.1
80歳以上 90 25.6 28.9 27.8 7.8 3.3 6.7

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 10.3 30.6 35.9 13.0 7.6 2.7
北沢 352 10.8 22.4 36.6 18.2 9.9 2.0
玉川 507 12.8 24.3 36.7 17.9 6.7 1.6
砧 359 13.6 24.8 39.8 11.7 5.3 4.7
烏山 272 10.3 29.4 35.3 13.6 7.4 4.0

問 19　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○）



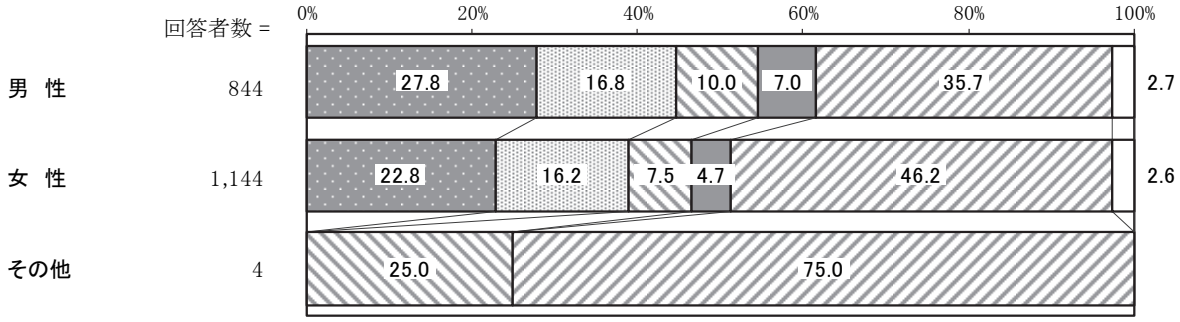
「少し息がはずむ程度」の 30 分以上の運動の実施状況については、「週２回以上」と「週１回程度」を合わせた「週１回以上運動をしている人」は 41.1%、「ほとんどしていない」は 41.5%となっている。

性別にみると、「ほとんどしていない」は、女性が男性よりも 10.5 ポイント高くなっている。

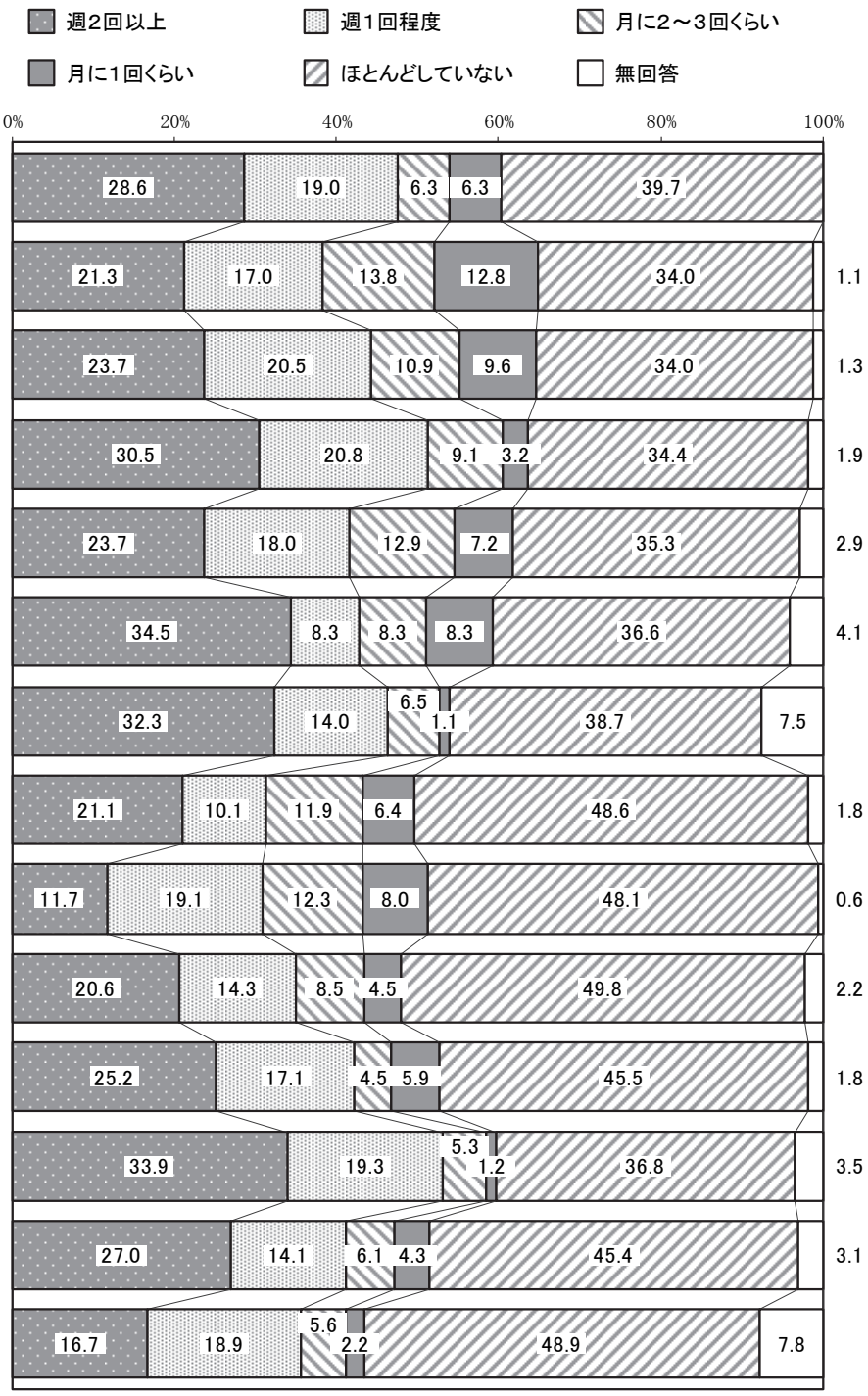
性・年代別にみると、「週２回以上」は、男性の 70 歳代、女性の 60 歳代で３割台半ばと最も高く、男性の 80 歳以上で３割を超えている。「ほとんどしていない」は、女性の 20 歳代から 40 歳代、80 歳以上で約５割と最も高くなっている。

地域別にみると、「ほとんどしていない」は、烏山地域で約５割と最も高く、最も低い玉川地域と 7.5 ポイントの差がある。

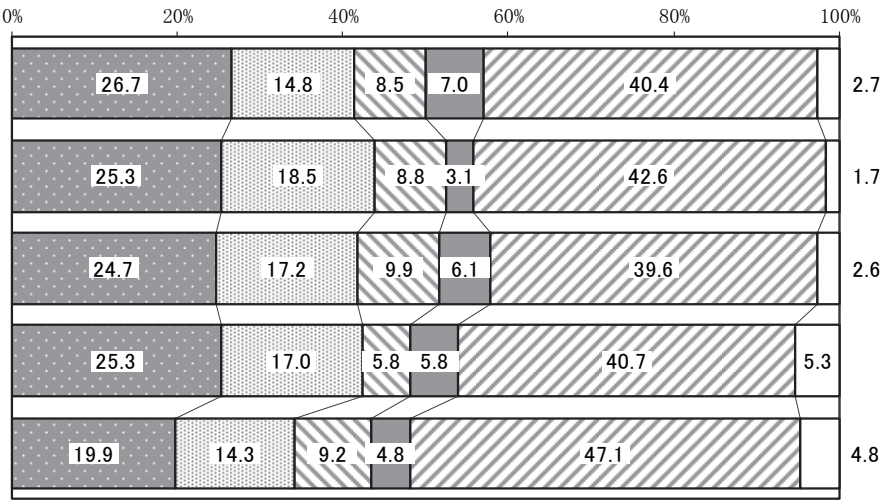
【性　別】



【性・年代別】

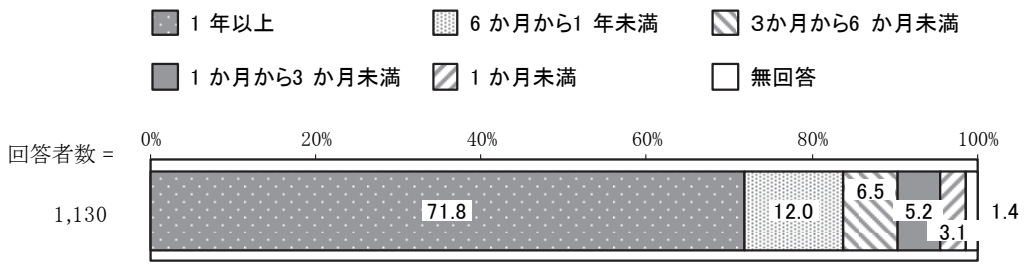

週2回以上
週1回程度
月に2～3回くらい
月に1回くらい
ほとんどしていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 28.6 19.0 6.3 6.3 39.7
30歳代 94 21.3 17.0 13.8 12.8 34.0 1.1
40歳代 156 23.7 20.5 10.9 9.6 34.0 1.3
50歳代 154 30.5 20.8 9.1 3.2 34.4 1.9
60歳代 139 23.7 18.0 12.9 7.2 35.3 2.9
70歳代 145 34.5 8.3 8.3 8.3 36.6 4.1
80歳以上 93 32.3 14.0 6.5 1.1 38.7 7.5
女性 20歳代 109 21.1 10.1 11.9 6.4 48.6 1.8
30歳代 162 11.7 19.1 12.3 8.0 48.1 0.6
40歳代 223 20.6 14.3 8.5 4.5 49.8 2.2
50歳代 222 25.2 17.1 4.5 5.9 45.5 1.8
60歳代 171 33.9 19.3 5.3 1.2 36.8 3.5
70歳代 163 27.0 14.1 6.1 4.3 45.4 3.1
80歳以上 90 16.7 18.9 5.6 2.2 48.9 7.8

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 26.7 14.8 8.5 7.0 40.4 2.7
北沢 352 25.3 18.5 8.8 3.1 42.6 1.7
玉川 507 24.7 17.2 9.9 6.1 39.6 2.6
砧 359 25.3 17.0 5.8 5.8 40.7 5.3
烏山 272 19.9 14.3 9.2 4.8 47.1 4.8

問 19 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 19-1　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○）



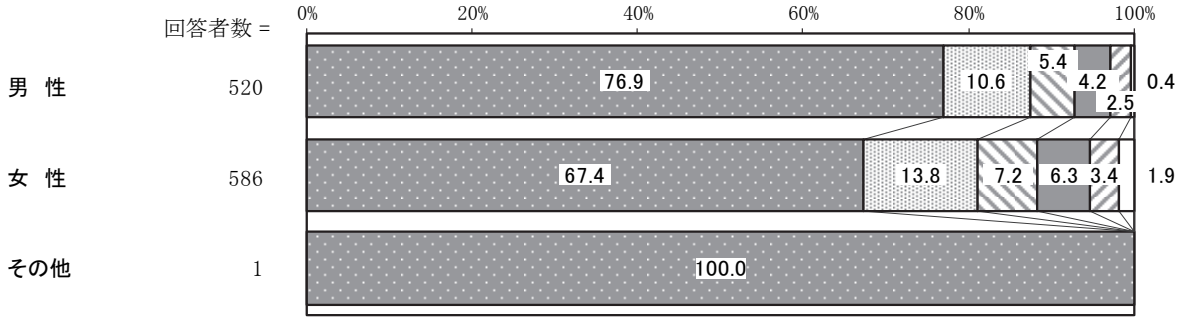
運動を継続している期間については、「１年以上」71.8%が最も高く、次いで、「6 か月から 1 年未満」12.0%、「３か月から６か月未満」6.5%となっている。

性別にみると、「１年以上」は、男性が女性よりも 9.5 ポイント高くなっている。

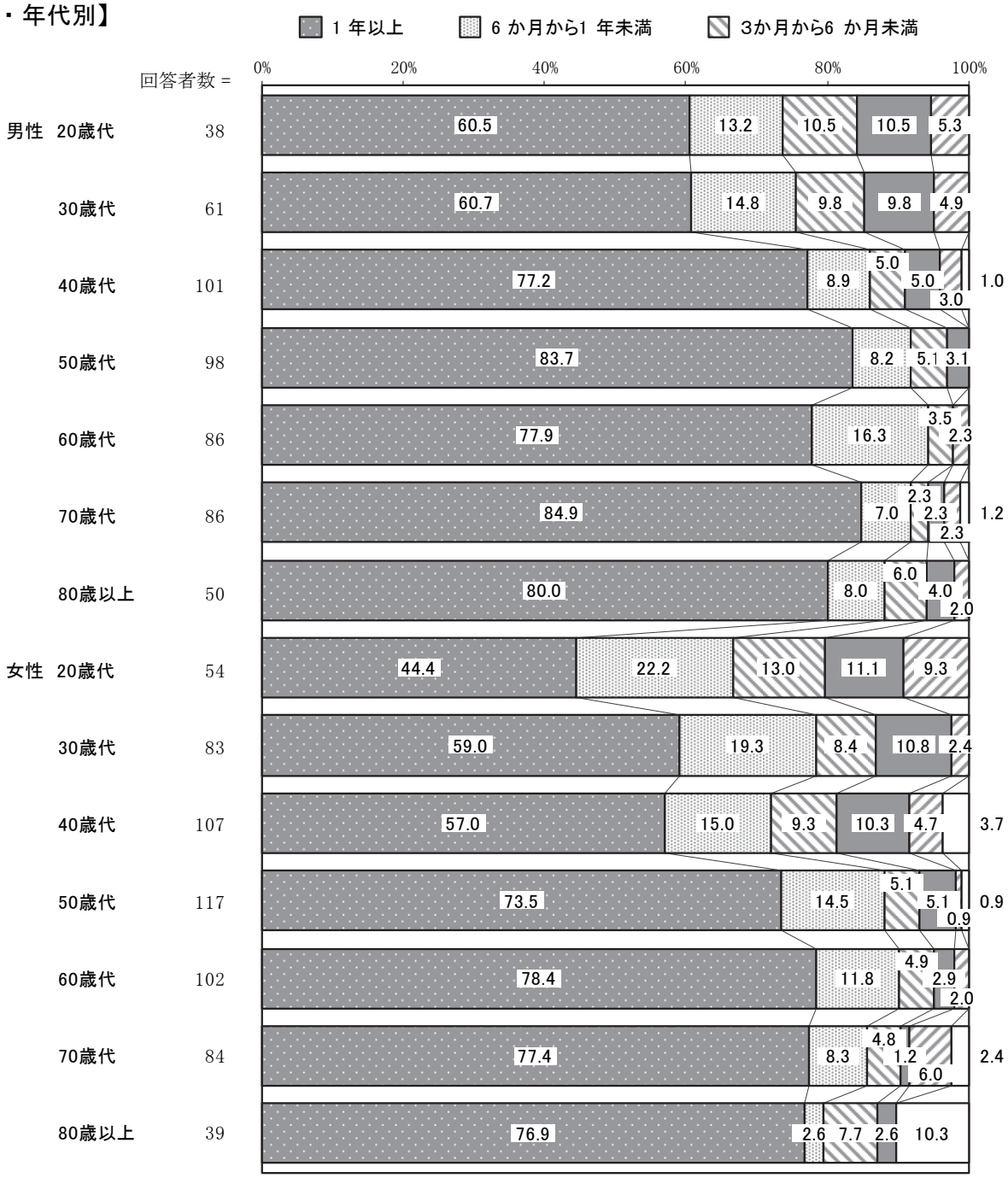
性・年代別にみると、「１年以上」は、男性の 50 歳代、70 歳代で８割台半ばと最も高く、次いで、男性の 80 歳以上で８割となっている。

地域別にみると、「１年以上」は、北沢地域、玉川地域で７割台半ばと最も高く、次いで、世田谷地域で７割を超えている。最も高い北沢地域と最も低い烏山地域で比べると、12.1 ポイントの差がある。

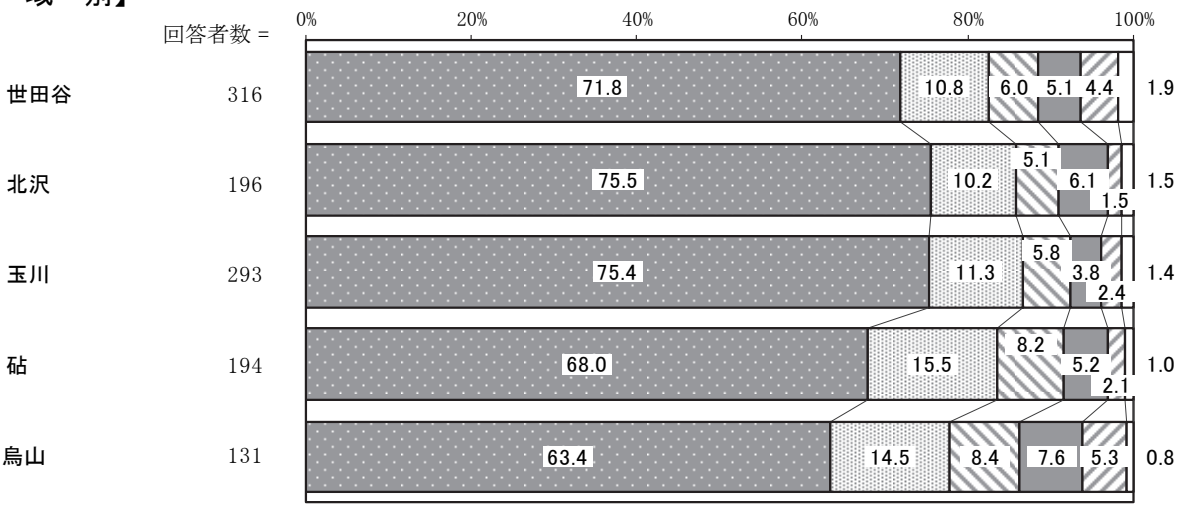
【性　別】



【性・年代別】

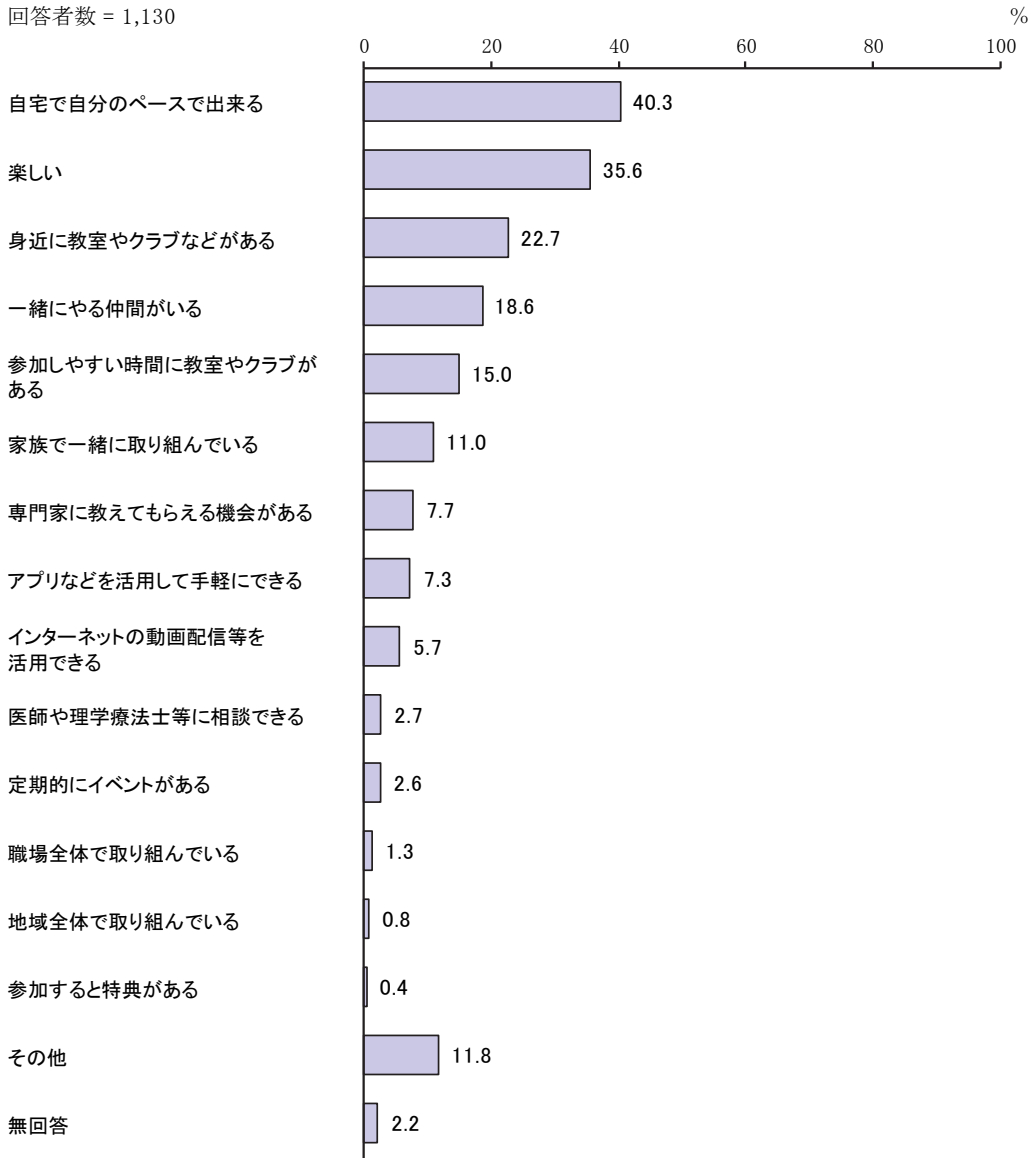

1 年以上
6 か月から1 年未満
3か月から6 か月未満
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 38 60.5 13.2 10.5 10.5 5.3
30歳代 61 60.7 14.8 9.8 9.8 4.9
40歳代 101 77.2 8.9 5.0 5.0 3.0 1.0
50歳代 98 83.7 8.2 5.1 3.1
60歳代 86 77.9 16.3 3.5 2.3
70歳代 86 84.9 7.0 2.3 2.3 2.3 1.2
80歳以上 50 80.0 8.0 6.0 4.0 2.0
女性 20歳代 54 44.4 22.2 13.0 11.1 9.3
30歳代 83 59.0 19.3 8.4 10.8 2.4
40歳代 107 57.0 15.0 9.3 10.3 4.7 3.7
50歳代 117 73.5 14.5 5.1 5.1 0.9 0.9
60歳代 102 78.4 11.8 4.9 2.9 2.0
70歳代 84 77.4 8.3 4.8 1.2 6.0 2.4
80歳以上 39 76.9 2.6 7.7 2.6 10.3

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 316 71.8 10.8 6.0 5.1 4.4 1.9
北沢 196 75.5 10.2 5.1 6.1 1.5 1.5
玉川 293 75.4 11.3 5.8 3.8 2.4 1.4
砧 194 68.0 15.5 8.2 5.2 2.1 1.0
烏山 131 63.4 14.5 8.4 7.6 5.3 0.8

問 19 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 19-2　あなたが運動を継続できている理由は何だと思いますか。
（あてはまるものすべてに○）



運動を継続できている理由については、「自宅で自分のペースで出来る」40.3%が最も高く、次いで「楽しい」35.6%、「身近に教室やクラブなどがある」22.7%となっている。

性別にみると、「参加しやすい時間に教室やクラブがある」は女性が男性より 14.9 ポイント、「身近に教室やクラブなどがある」は女性が男性より 12.5 ポイント高くなっている。

性・年代別でみると、「自宅で自分のペースで出来る」は、男性の 80 歳以上で６割ともっとも高く、男性の 60 歳代、70 歳代で５割台半ばとなっている。また、「身近に教室やクラブなどがある」は、女性の 70 歳以上で４割を超え最も高くなっている。

地域別にみると、「自宅で自分のペースで出来る」は、烏山で５割を超え最も高く、次いで砧地域で４割を超えている。また、「楽しい」は、北沢地域で４割を超えている。

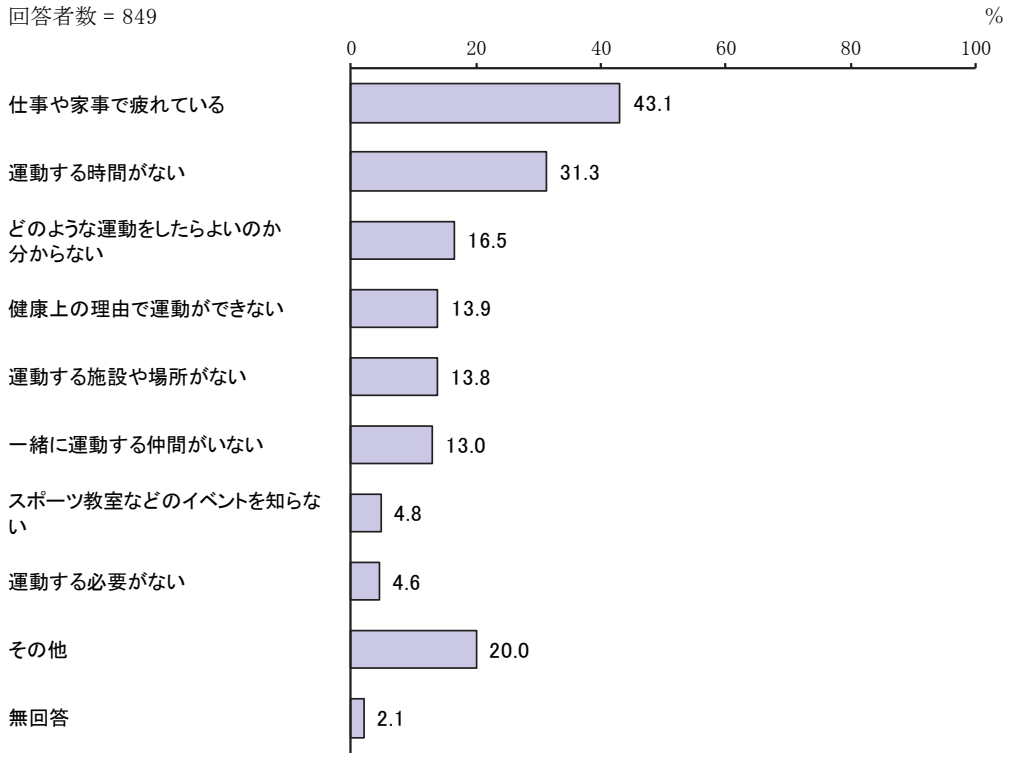
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		身近に教室やクラブなどがある	参加しやすい時間に教室やクラブがある	自宅で自分のペースで出来る	一緒にやる仲間がいる	楽しい	医師や理学療法士等に相談できる	地域全体で取り組んでいる	職場全体で取り組んでいる	家族で一緒に取り組んでいる	定期的にイベントがある	専門家に教えてもらえる機会がある	参加すると特典がある	アプリなどを活用して手軽にできる	インターネットの動画配信等を活用できる	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		16.3	7.1	41.9	14.0	32.3	2.5	0.2	2.1	10.0	2.7	4.2	0.8	5.2	1.9	13.8	1.9	520
女　性		28.8	22.0	39.2	22.5	38.6	2.7	1.4	0.7	12.1	2.6	10.8	0.2	9.4	9.0	9.7	2.0	586
その他		－	－	100.0	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	1
男性	20 歳代	15.8	7.9	26.3	23.7	39.5	2.6	－	－	2.6	2.6	－	－	10.5	7.9	15.8	－	38
	30 歳代	8.2	1.6	39.3	13.1	31.1	－	－	9.8	14.8	4.9	1.6	1.6	9.8	3.3	16.4	4.9	61
	40 歳代	17.8	9.9	30.7	12.9	34.7	1.0	－	1.0	12.9	3.0	3.0	－	10.9	3.0	17.8	1.0	101
	50 歳代	21.4	11.2	31.6	16.3	40.8	2.0	－	2.0	12.2	4.1	7.1	3.1	4.1	－	11.2	2.0	98
	60 歳代	16.3	5.8	53.5	14.0	30.2	1.2	－	2.3	7.0	2.3	7.0	－	1.2	1.2	11.6	2.3	86
	70 歳代	14.0	5.8	53.5	8.1	26.7	4.7	1.2	－	10.5	1.2	4.7	－	1.2	1.2	14.0	2.3	86
	80 歳以上	18.0	4.0	60.0	16.0	20.0	8.0	－	－	4.0	－	2.0	－	－	－	10.0	－	50
女性	20 歳代	24.1	9.3	42.6	14.8	55.6	－	－	－	14.8	3.7	3.7	1.9	18.5	20.4	5.6	1.9	54
	30 歳代	15.7	14.5	39.8	10.8	37.3	－	1.2	2.4	19.3	－	7.2	－	18.1	12.0	16.9	1.2	83
	40 歳代	13.1	12.1	46.7	22.4	39.3	0.9	－	1.9	9.3	0.9	6.5	－	11.2	13.1	13.1	3.7	107
	50 歳代	35.0	25.6	36.8	17.1	35.0	－	1.7	－	12.8	2.6	7.7	－	11.1	6.8	9.4	－	117
	60 歳代	35.3	31.4	34.3	30.4	38.2	2.9	1.0	－	12.7	5.9	14.7	－	2.9	6.9	7.8	1.0	102
	70 歳代	42.9	28.6	35.7	31.0	36.9	6.0	4.8	－	9.5	1.2	16.7	－	2.4	2.4	3.6	4.8	84
	80 歳以上	41.0	33.3	41.0	35.9	30.8	17.9	－	－	2.6	5.1	25.6	－	－	2.6	10.3	2.6	39
世田谷		18.7	12.0	38.0	19.0	34.5	2.2	0.3	2.5	12.3	2.2	8.5	－	5.1	6.0	13.0	2.2	316
北沢		21.4	17.3	35.7	18.9	41.3	2.6	1.5	1.5	9.7	3.6	6.1	0.5	6.6	5.6	14.3	2.6	196
玉川		27.3	17.4	38.6	21.5	37.9	2.7	1.0	1.0	10.6	3.4	9.2	1.4	8.2	5.1	8.2	2.4	293
砧		24.2	16.5	42.8	18.0	33.5	2.6	0.5	0.5	11.3	2.6	6.7	－	9.8	6.2	12.4	1.5	194
烏山		21.4	11.5	52.7	11.5	27.5	4.6	0.8	－	9.9	－	6.1	－	8.4	5.3	12.2	2.3	131

問 19 で「５．ほとんどしていない」を選ばれた方にうかがいます。

問 19-3　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」43.1%が最も高く、次いで「運動する時間がない」31.3%、「どのような運動をしたらよいのか分からない」16.5%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 6.5 ポイント、「どのような運動をしたらよいのか分からない」は女性が男性より 6.8 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、男性の 20 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、男性の 30 歳代、50 歳代、女性の 40 歳代で４割台半ばとなっている。「仕事や家事で疲れている」は、男性の 40 歳代、女性の 30 歳代で６割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代、40 歳代で約６割となっている。

地域別にみると、「運動する施設や場所がない」は、烏山地域で約２割と最も高くなっており、最も低い砥地域と比べると、9.1 ポイントの差がある。「健康上の理由で運動ができない」は、烏山地域で約２割と高くなっている。

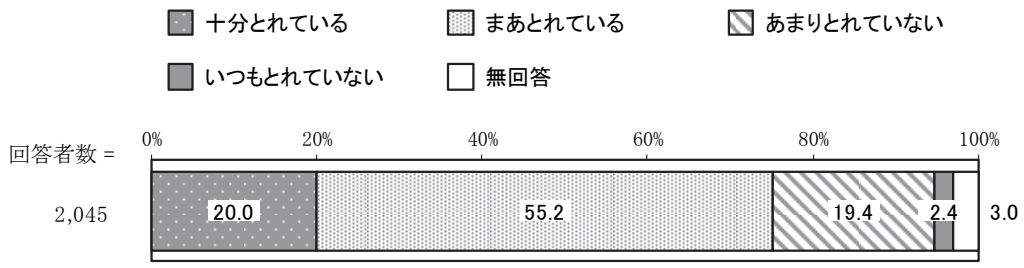
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

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いない	どのような運動をしたらよいのか分からない	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	運動する必要がない	健康上の理由で運動ができない	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		13.6	12.6	12.0	4.0	32.2	39.5	6.6	13.6	15.3	2.7	301
女　性		14.4	13.1	18.8	5.5	31.6	46.0	3.6	13.8	22.0	1.5	528
その他		－	33.3	33.3	－	33.3	33.3	－	－	33.3	－	3
男性	20歳代	20.0	20.0	8.0	8.0	64.0	44.0	4.0	4.0	－	－	25
	30歳代	21.9	18.8	12.5	9.4	43.8	53.1	6.3	3.1	12.5	－	32
	40歳代	11.3	9.4	9.4	3.8	34.0	60.4	11.3	3.8	18.9	1.9	53
	50歳代	13.2	9.4	11.3	3.8	43.4	49.1	3.8	7.5	7.5	－	53
	60歳代	8.2	16.3	14.3	－	30.6	38.8	4.1	16.3	12.2	－	49
	70歳代	17.0	13.2	13.2	5.7	11.3	18.9	7.5	17.0	32.1	5.7	53
	80歳以上	8.3	5.6	13.9	－	13.9	11.1	8.3	44.4	13.9	11.1	36
女性	20歳代	20.8	17.0	35.8	3.8	37.7	58.5	1.9	1.9	11.3	1.9	53
	30歳代	20.5	14.1	17.9	5.1	42.3	60.3	2.6	5.1	25.6	1.3	78
	40歳代	15.3	15.3	17.1	5.4	43.2	58.6	－	9.0	19.8	－	111
	50歳代	10.9	10.9	17.8	7.9	36.6	52.5	3.0	8.9	19.8	1.0	101
	60歳代	11.1	7.9	19.0	6.3	23.8	31.7	6.3	15.9	27.0	1.6	63
	70歳代	12.2	14.9	16.2	5.4	13.5	28.4	5.4	27.0	25.7	2.7	74
	80歳以上	11.4	11.4	9.1	2.3	2.3	6.8	11.4	43.2	27.3	4.5	44
世田谷		16.1	11.2	16.5	5.8	32.6	40.2	5.4	12.1	21.0	1.8	224
北沢		13.3	11.3	16.7	2.0	31.3	44.7	6.7	14.7	14.7	2.0	150
玉川		12.4	14.4	12.9	5.5	31.3	42.8	5.0	12.9	22.9	2.5	201
砧		8.9	12.3	17.8	2.1	28.1	45.2	2.7	13.7	21.9	2.7	146
烏山		18.0	16.4	20.3	8.6	32.8	44.5	2.3	18.0	18.0	1.6	128

（５）休養、こころの健康について

問 20　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○）



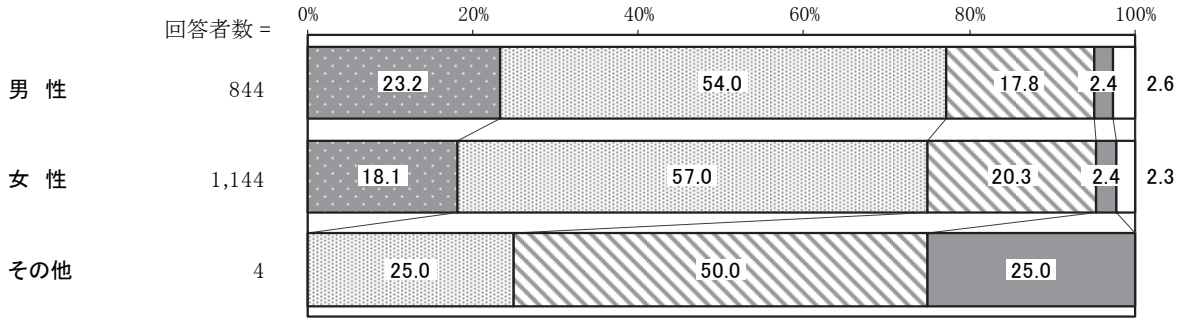
こころや体の休養については、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「とれている人」は 75.2%、「あまりとれていない」と「いつもとれていない」を合わせた「とれていない人」は 21.8%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

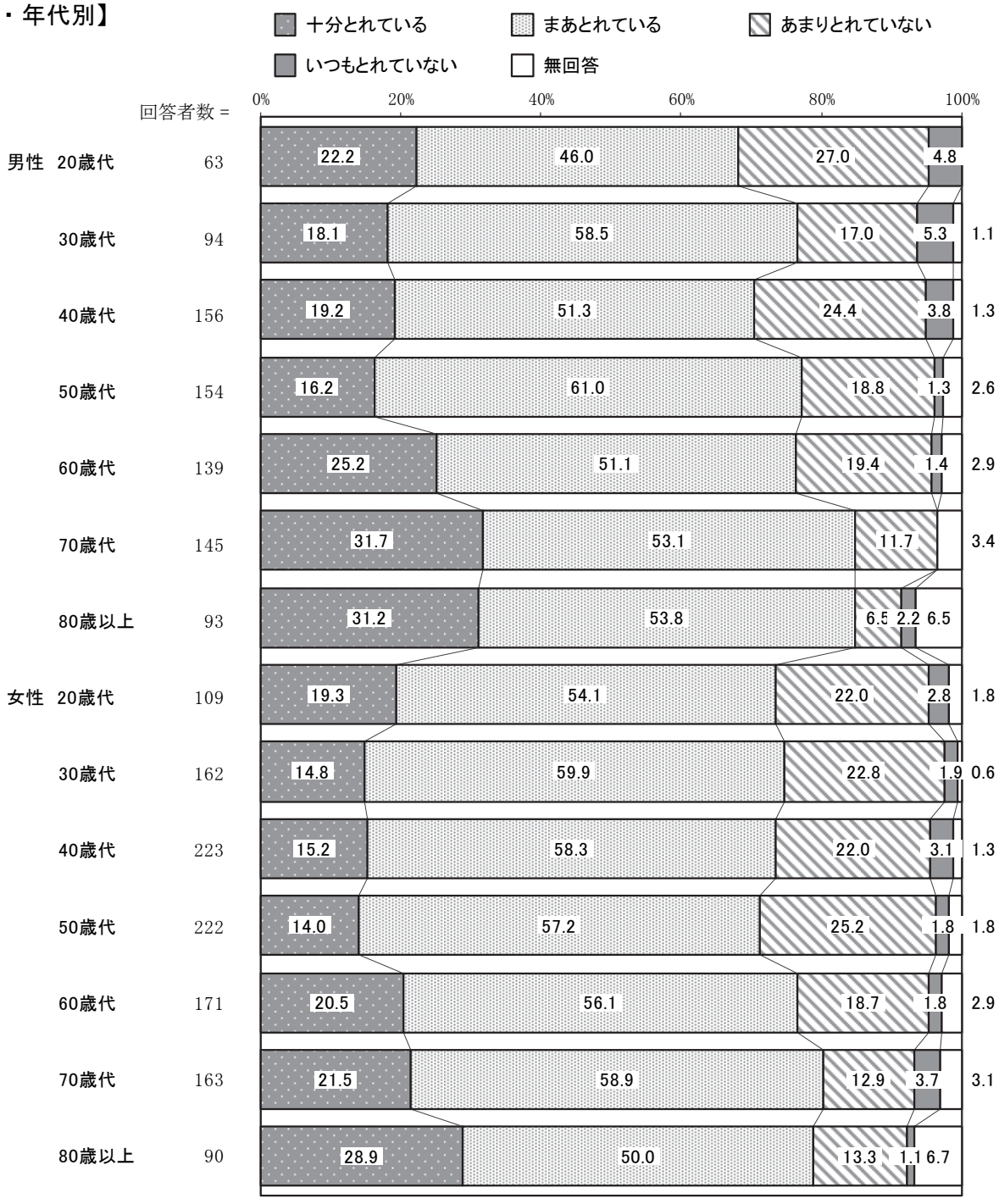
性・年代別にみると、「とれている人」は、男性の 70 歳以上で８割台半ばと高くなっている。一方、「とれていない人」は、男性の 20 歳代で３割を超え最も高く、次いで男性の 40 歳代、女性の 50 歳代で約３割となっている。

地域別にみると、「とれている人」は、玉川地域で約８割と最も高く、最も低い砧地域と比べると 7.5 ポイントの差がある。

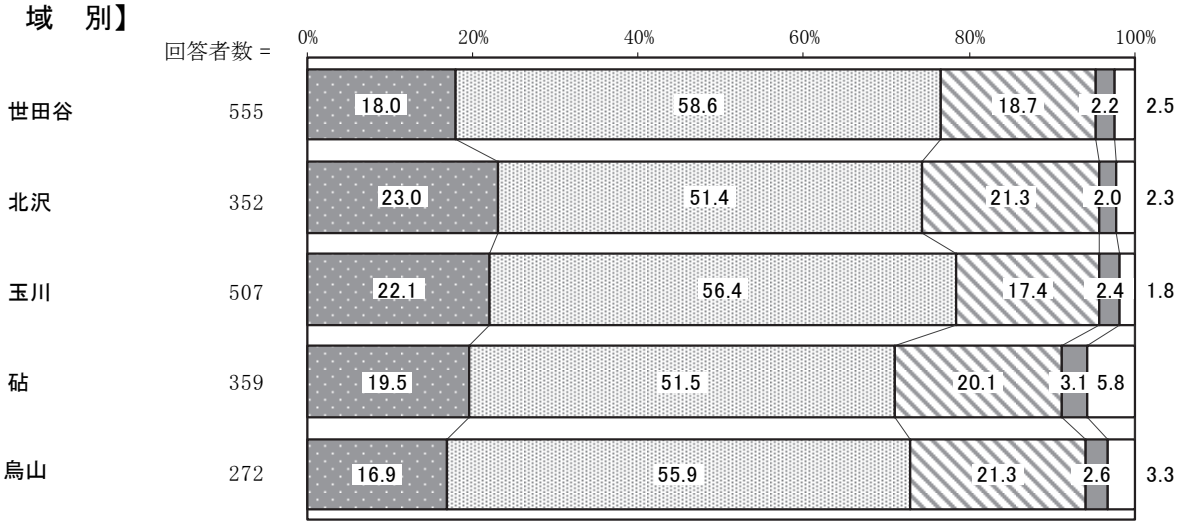
【性　別】



【性・年代別】

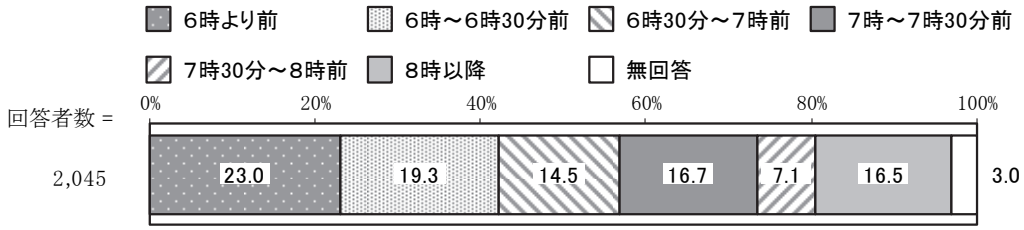

十分とれている
まあとれている
あまりとれていない
いつもとれていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 22.2 46.0 27.0 4.8
30歳代 94 18.1 58.5 17.0 5.3 1.1
40歳代 156 19.2 51.3 24.4 3.8 1.3
50歳代 154 16.2 61.0 18.8 1.3 2.6
60歳代 139 25.2 51.1 19.4 1.4 2.9
70歳代 145 31.7 53.1 11.7 3.4
80歳以上 93 31.2 53.8 6.5 2.2 6.5
女性 20歳代 109 19.3 54.1 22.0 2.8 1.8
30歳代 162 14.8 59.9 22.8 1.9 0.6
40歳代 223 15.2 58.3 22.0 3.1 1.3
50歳代 222 14.0 57.2 25.2 1.8 1.8
60歳代 171 20.5 56.1 18.7 1.8 2.9
70歳代 163 21.5 58.9 12.9 3.7 3.1
80歳以上 90 28.9 50.0 13.3 1.1 6.7

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 18.0 58.6 18.7 2.2 2.5
北沢 352 23.0 51.4 21.3 2.0 2.3
玉川 507 22.1 56.4 17.4 2.4 1.8
砧 359 19.5 51.5 20.1 3.1 5.8
烏山 272 16.9 55.9 21.3 2.6 3.3

問 21　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。

①起床時刻



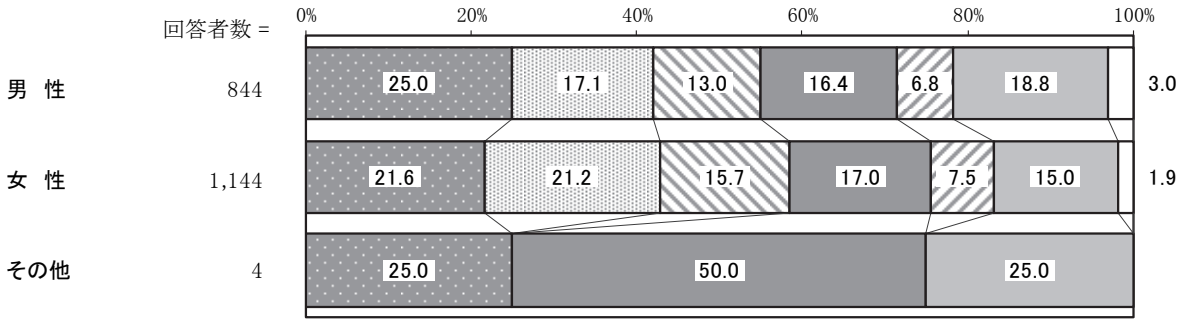
起床時間については、「６時より前」23.0%が最も高く、次いで「６時～６時 30 分前」19.3%、「７時～７時 30 分前」16.7%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

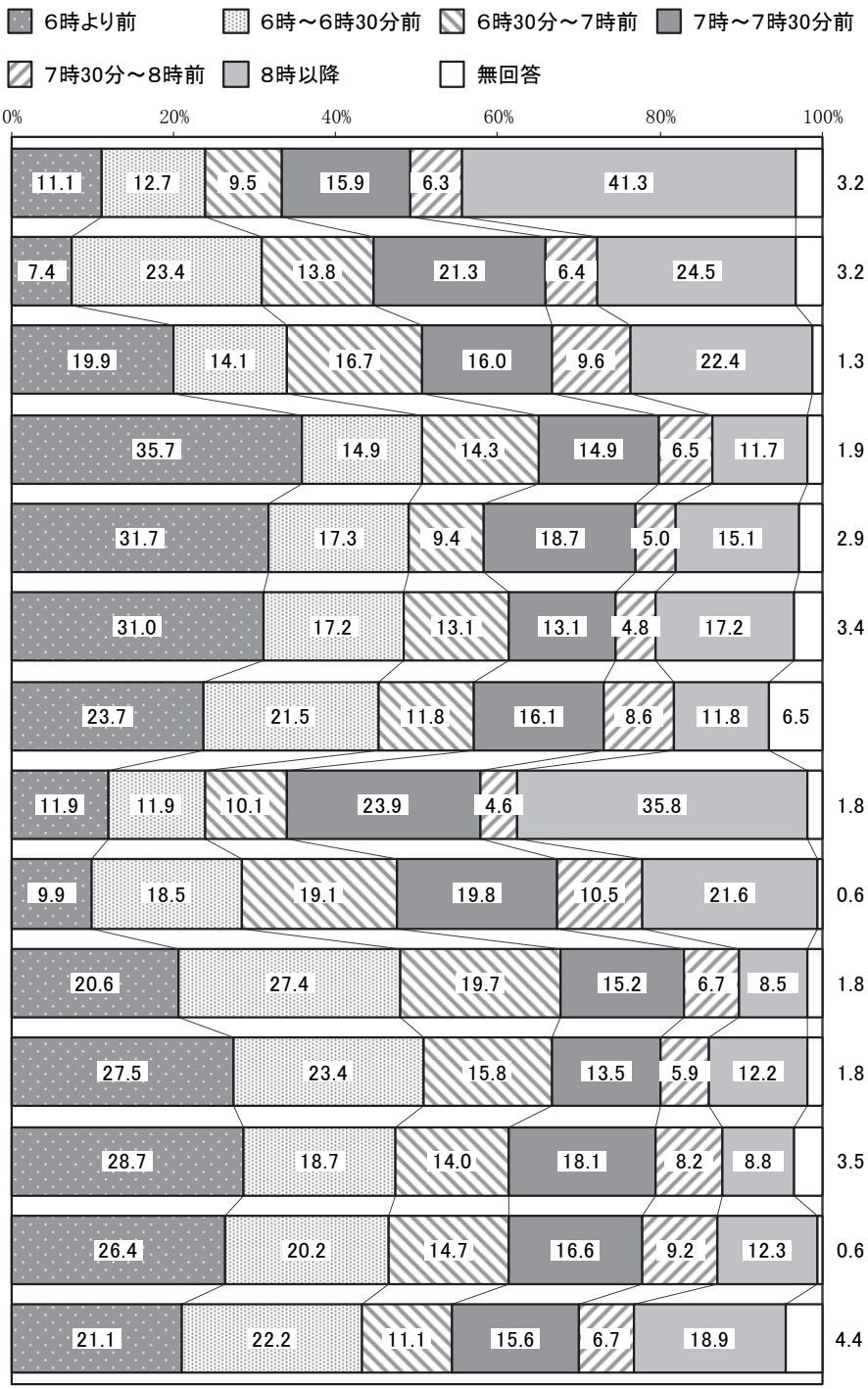
性・年代別にみると、「６時より前」は、男性の 50 歳代で３割台半ばと最も高く、次いで、男性の 60 歳代、70 歳代で３割を超えている。「８時以降」は、男性の 20 歳代で４割を超え最も高く、次いで女性の 20 歳代で３割台半ばとなっている。

地域別にみると、「６時 30 分～７時前」は、玉川地域で約２割と最も高くなっている。

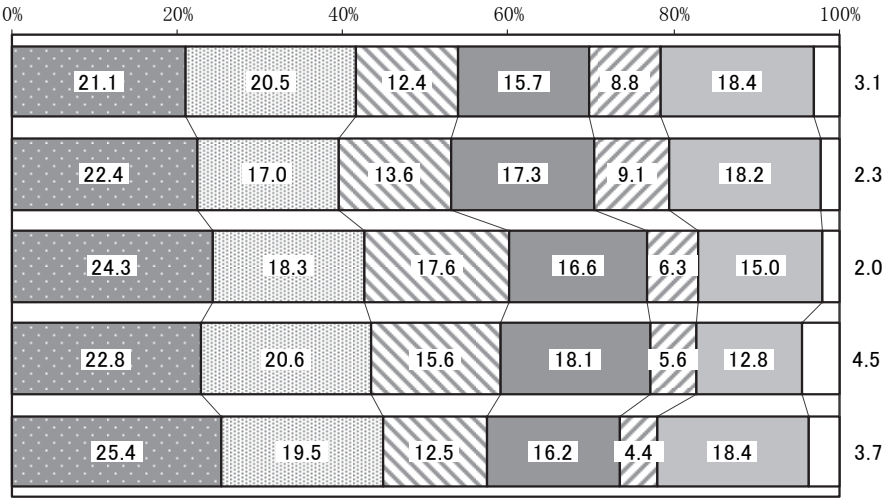
【性　別】



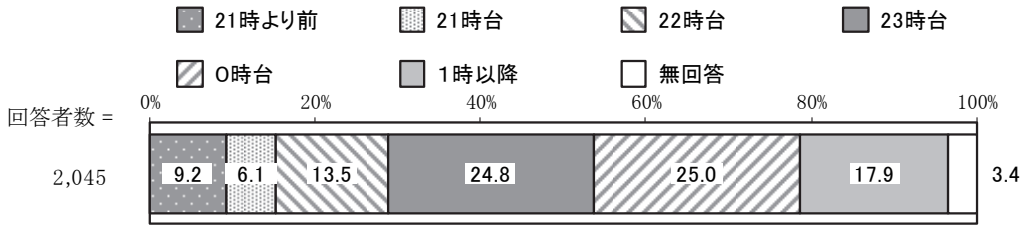
【性・年代別】


6時より前
6時～6時30分前
6時30分～7時前
7時～7時30分前
7時30分～8時前
8時以降
無回答
0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
男性 20歳代 63 11.1 12.7 9.5 15.9 6.3 41.3 3.2
30歳代 94 7.4 23.4 13.8 21.3 6.4 24.5 3.2
40歳代 156 19.9 14.1 16.7 16.0 9.6 22.4 1.3
50歳代 154 35.7 14.9 14.3 14.9 6.5 11.7 1.9
60歳代 139 31.7 17.3 9.4 18.7 5.0 15.1 2.9
70歳代 145 31.0 17.2 13.1 13.1 4.8 17.2 3.4
80歳以上 93 23.7 21.5 11.8 16.1 8.6 11.8 6.5
女性 20歳代 109 11.9 11.9 10.1 23.9 4.6 35.8 1.8
30歳代 162 9.9 18.5 19.1 19.8 10.5 21.6 0.6
40歳代 223 20.6 27.4 19.7 15.2 6.7 8.5 1.8
50歳代 222 27.5 23.4 15.8 13.5 5.9 12.2 1.8
60歳代 171 28.7 18.7 14.0 18.1 8.2 8.8 3.5
70歳代 163 26.4 20.2 14.7 16.6 9.2 12.3 0.6
80歳以上 90 21.1 22.2 11.1 15.6 6.7 18.9 4.4

【地　域　別】


0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
世田谷 555 21.1 20.5 12.4 15.7 8.8 18.4 3.1
北沢 352 22.4 17.0 13.6 17.3 9.1 18.2 2.3
玉川 507 24.3 18.3 17.6 16.6 6.3 15.0 2.0
砧 359 22.8 20.6 15.6 18.1 5.6 12.8 4.5
烏山 272 25.4 19.5 12.5 16.2 4.4 18.4 3.7

②就寝時刻



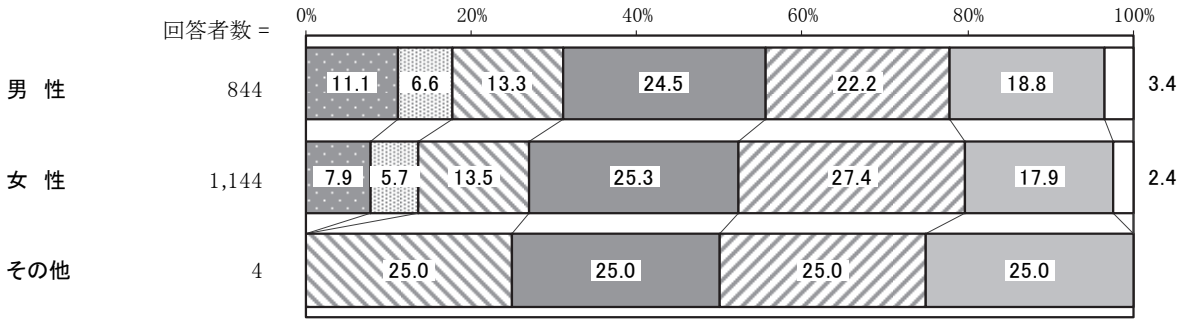
就寝時間については、「０時台」25.0%が最も高く、次いで「23 時台」24.8%、「１時以降」17.9%となっている。

性別にみると、「０時台」は女性が男性より 5.2 ポイント高くなっている。

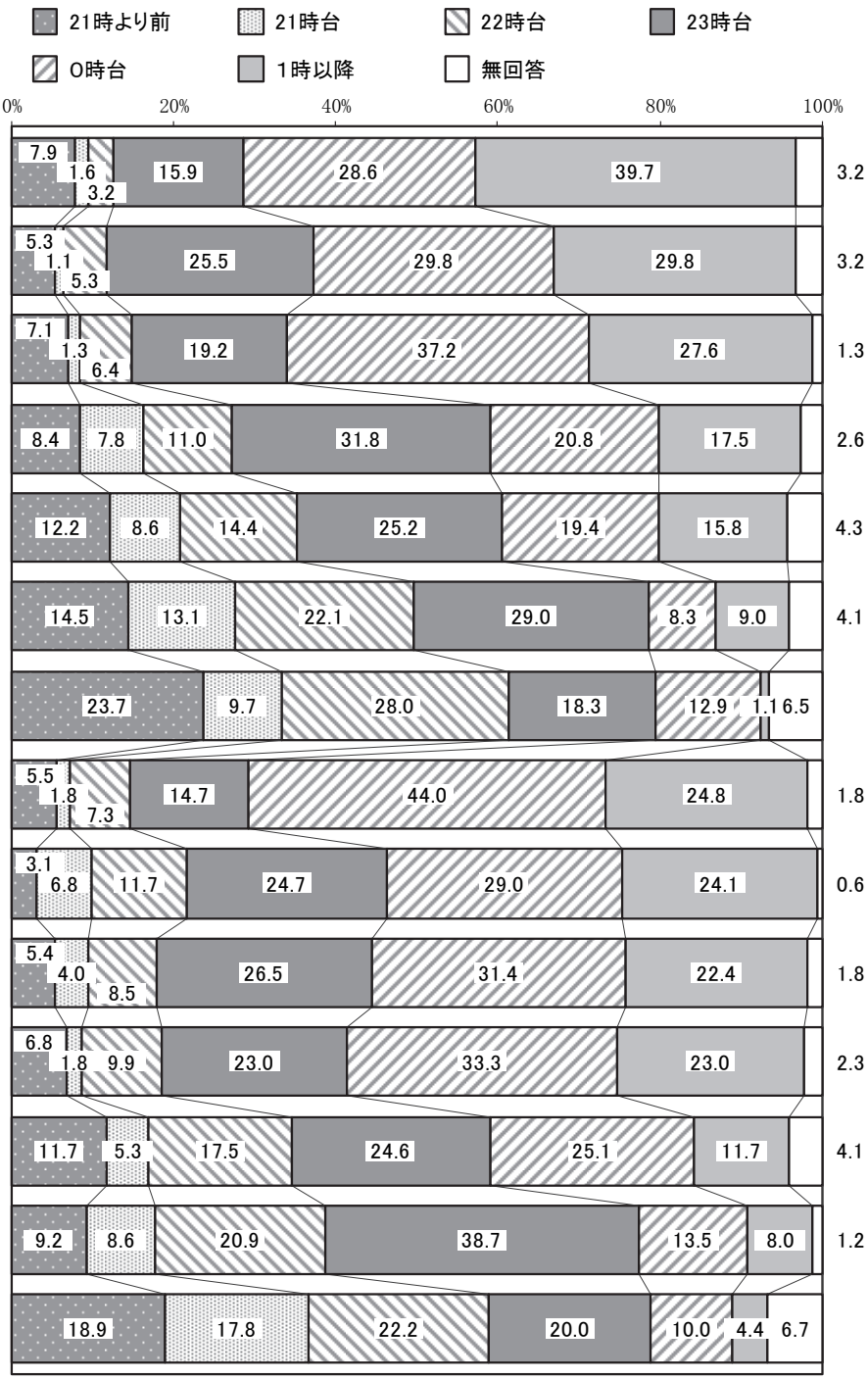
性・年代別にみると、「１時以降」は、男性の 20 歳代で約４割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代、40 歳代で約３割となっている。「０時台」は、女性の 20 歳代で４割台半ば、男性の 40 歳代で約４割となっている。

地域別にみると、「21 時より前」は、烏山地域で約３割と最も高く、最も低い世田谷地域と比べると、25.1 ポイントの差がある。「23 時台」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 11.2 ポイントの差がある。

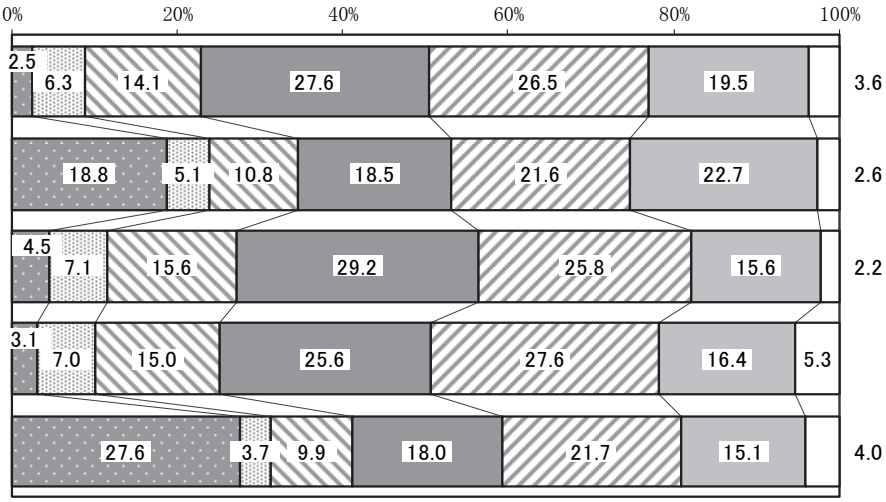
【性　別】



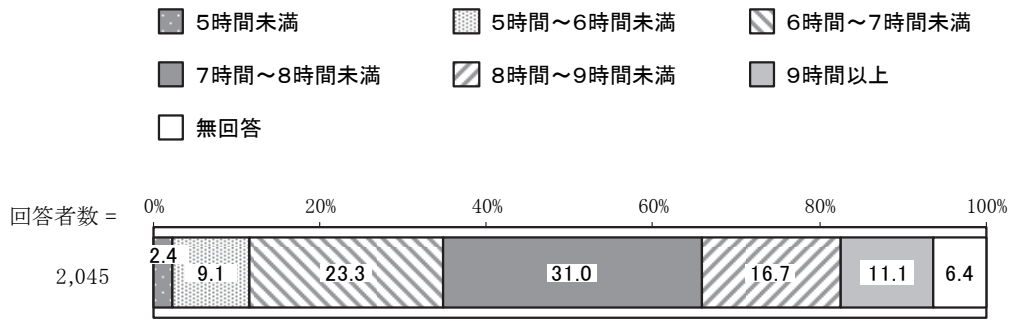
【性・年代別】


21時より前
21時台
22時台
23時台
0時台
1時以降
無回答
0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
男性 20歳代 63 7.9 1.6 3.2 15.9 28.6 39.7 3.2
30歳代 94 5.3 1.1 5.3 25.5 29.8 29.8 3.2
40歳代 156 7.1 1.3 6.4 19.2 37.2 27.6 1.3
50歳代 154 8.4 7.8 11.0 31.8 20.8 17.5 2.6
60歳代 139 12.2 8.6 14.4 25.2 19.4 15.8 4.3
70歳代 145 14.5 13.1 22.1 29.0 8.3 9.0 4.1
80歳以上 93 23.7 9.7 28.0 18.3 12.9 1.1 6.5
女性 20歳代 109 5.5 1.8 7.3 14.7 44.0 24.8 1.8
30歳代 162 3.1 6.8 11.7 24.7 29.0 24.1 0.6
40歳代 223 5.4 4.0 8.5 26.5 31.4 22.4 1.8
50歳代 222 6.8 1.8 9.9 23.0 33.3 23.0 2.3
60歳代 171 11.7 5.3 17.5 24.6 25.1 11.7 4.1
70歳代 163 9.2 8.6 20.9 38.7 13.5 8.0 1.2
80歳以上 90 18.9 17.8 22.2 20.0 10.0 4.4 6.7

【地　域　別】


0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
世田谷 555 2.5 6.3 14.1 27.6 26.5 19.5 3.6
北沢 352 18.8 5.1 10.8 18.5 21.6 22.7 2.6
玉川 507 4.5 7.1 15.6 29.2 25.8 15.6 2.2
砧 359 3.1 7.0 15.0 25.6 27.6 16.4 5.3
烏山 272 27.6 3.7 9.9 18.0 21.7 15.1 4.0

③睡眠時間



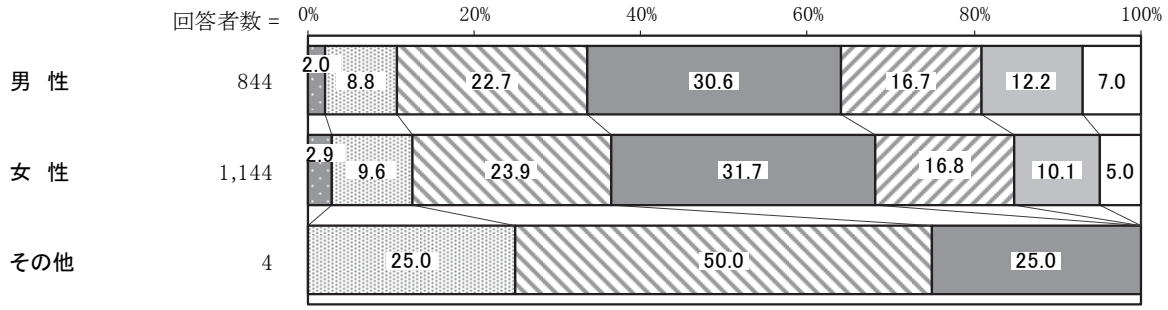
睡眠時間については、「７時間～８時間未満」31.0％が最も高く、次いで「６時間～７時間未満」23.3％、「８時間～９時間未満」16.7％となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

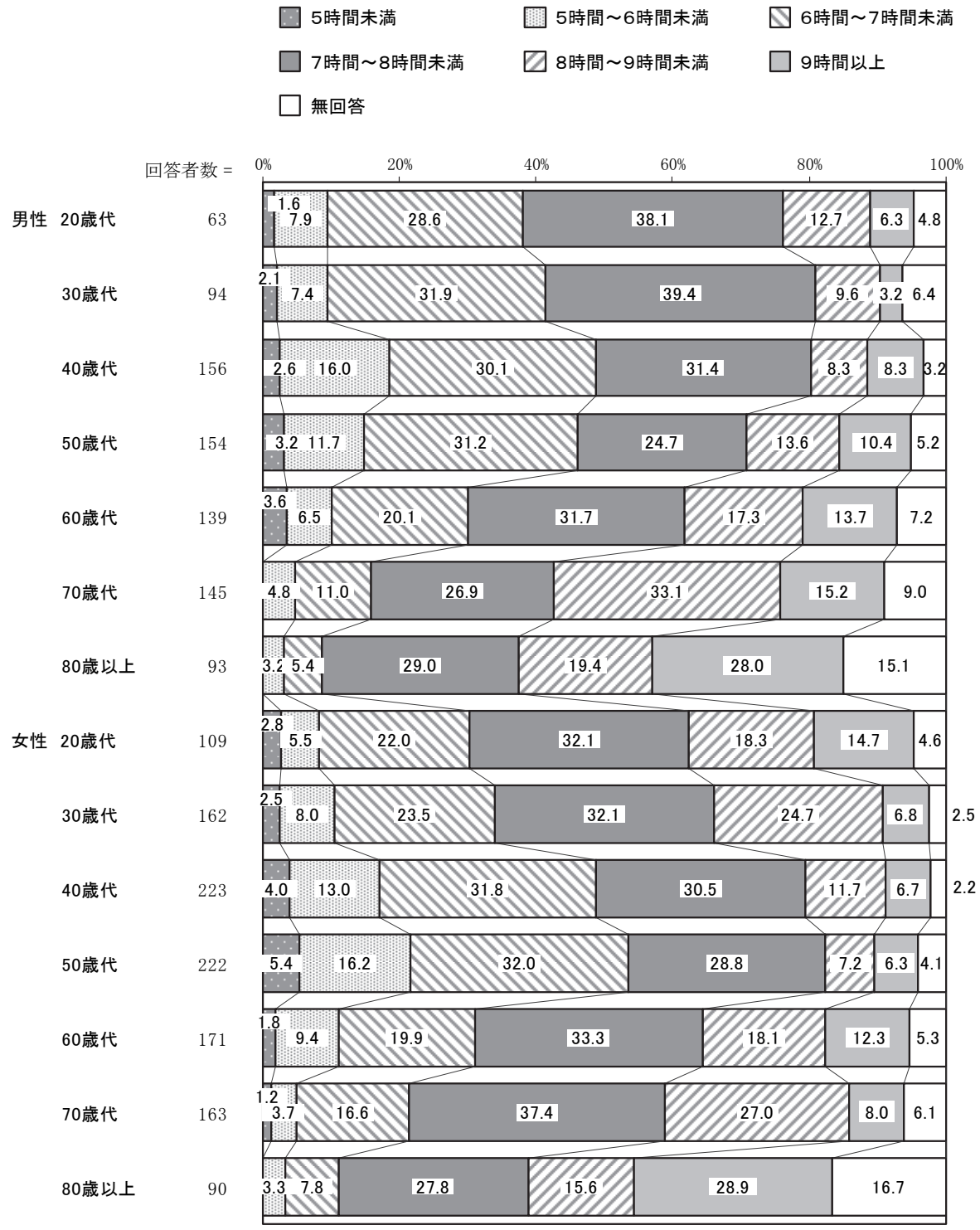
性・年代別にみると、「５時間～６時間未満」は、男性の 40 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で１割台半ばと最も高くなっている。「６時間～７時間未満」は、男性の 30 歳代、50 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で３割を超えている。

地域別にみると、「９時間以上」は、烏山地域で約２割と最も高く、最も低い砥地域と比べると 12.3 ポイントの差がある。

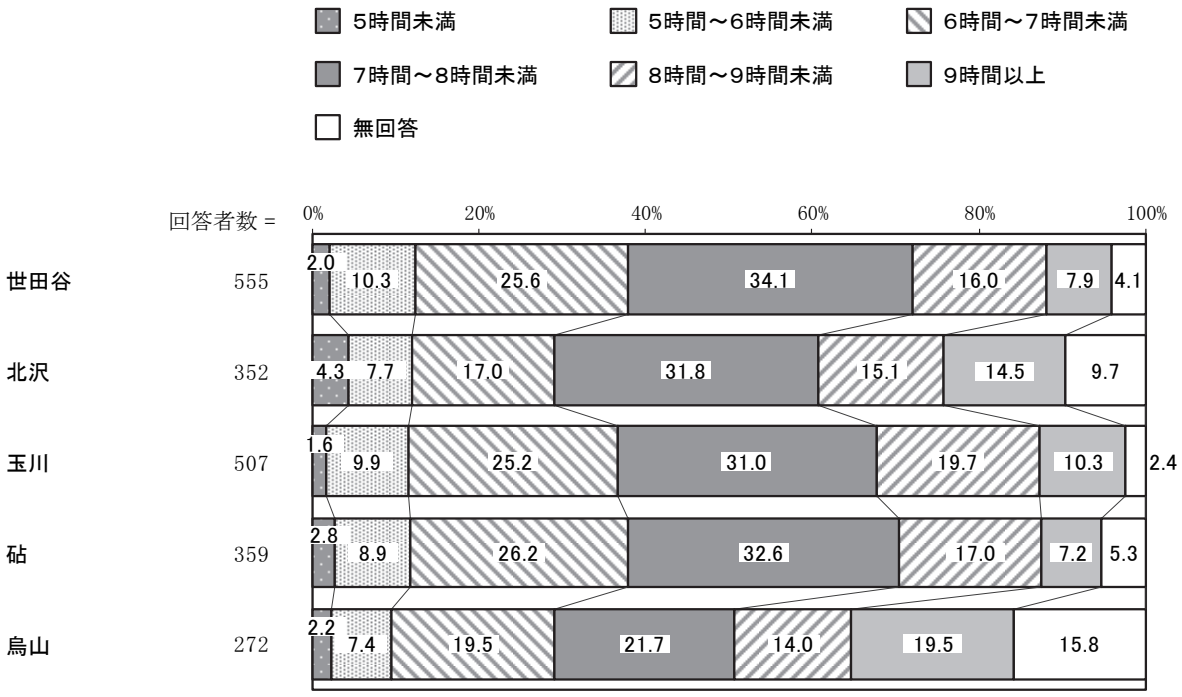
【性　別】



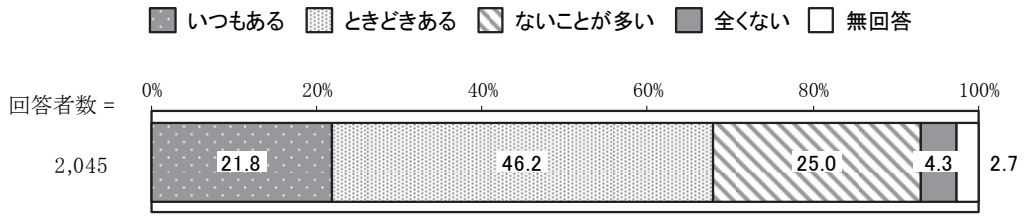
【性・年代別】


5時間未満
5時間～6時間未満
6時間～7時間未満
7時間～8時間未満
8時間～9時間未満
9時間以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 1.6 7.9 28.6 38.1 12.7 6.3 4.8
30歳代 94 2.1 7.4 31.9 39.4 9.6 3.2 6.4
40歳代 156 2.6 16.0 30.1 31.4 8.3 8.3 3.2
50歳代 154 3.2 11.7 31.2 24.7 13.6 10.4 5.2
60歳代 139 3.6 6.5 20.1 31.7 17.3 13.7 7.2
70歳代 145 4.8 11.0 26.9 33.1 15.2 9.0
80歳以上 93 3.2 5.4 29.0 19.4 28.0 15.1
女性 20歳代 109 2.8 5.5 22.0 32.1 18.3 14.7 4.6
30歳代 162 2.5 8.0 23.5 32.1 24.7 6.8 2.5
40歳代 223 4.0 13.0 31.8 30.5 11.7 6.7 2.2
50歳代 222 5.4 16.2 32.0 28.8 7.2 6.3 4.1
60歳代 171 1.8 9.4 19.9 33.3 18.1 12.3 5.3
70歳代 163 1.2 3.7 16.6 37.4 27.0 8.0 6.1
80歳以上 90 3.3 7.8 27.8 15.6 28.9 16.7

【地　域　別】


5時間未満
5時間～6時間未満
6時間～7時間未満
7時間～8時間未満
8時間～9時間未満
9時間以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555
2.0
10.3
25.6
34.1
16.0
7.9
4.1
北沢 352
4.3
7.7
17.0
31.8
15.1
14.5
9.7
玉川 507
1.6
9.9
25.2
31.0
19.7
10.3
2.4
砧 359
2.8
8.9
26.2
32.6
17.0
7.2
5.3
烏山 272
2.2
7.4
19.5
21.7
14.0
19.5
15.8

問 22　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○）



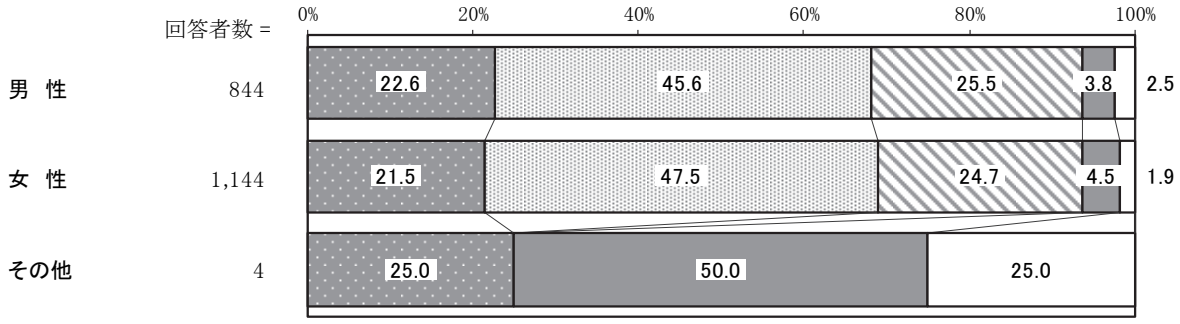
目覚めたときにぐっすり眠った感じ（睡眠の質）については、「いつもある」と「ときどきある」を合わせた「ある人」は 68.0%、「ないことが多い」と「全くない」を合わせた「ない人」は 29.3%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

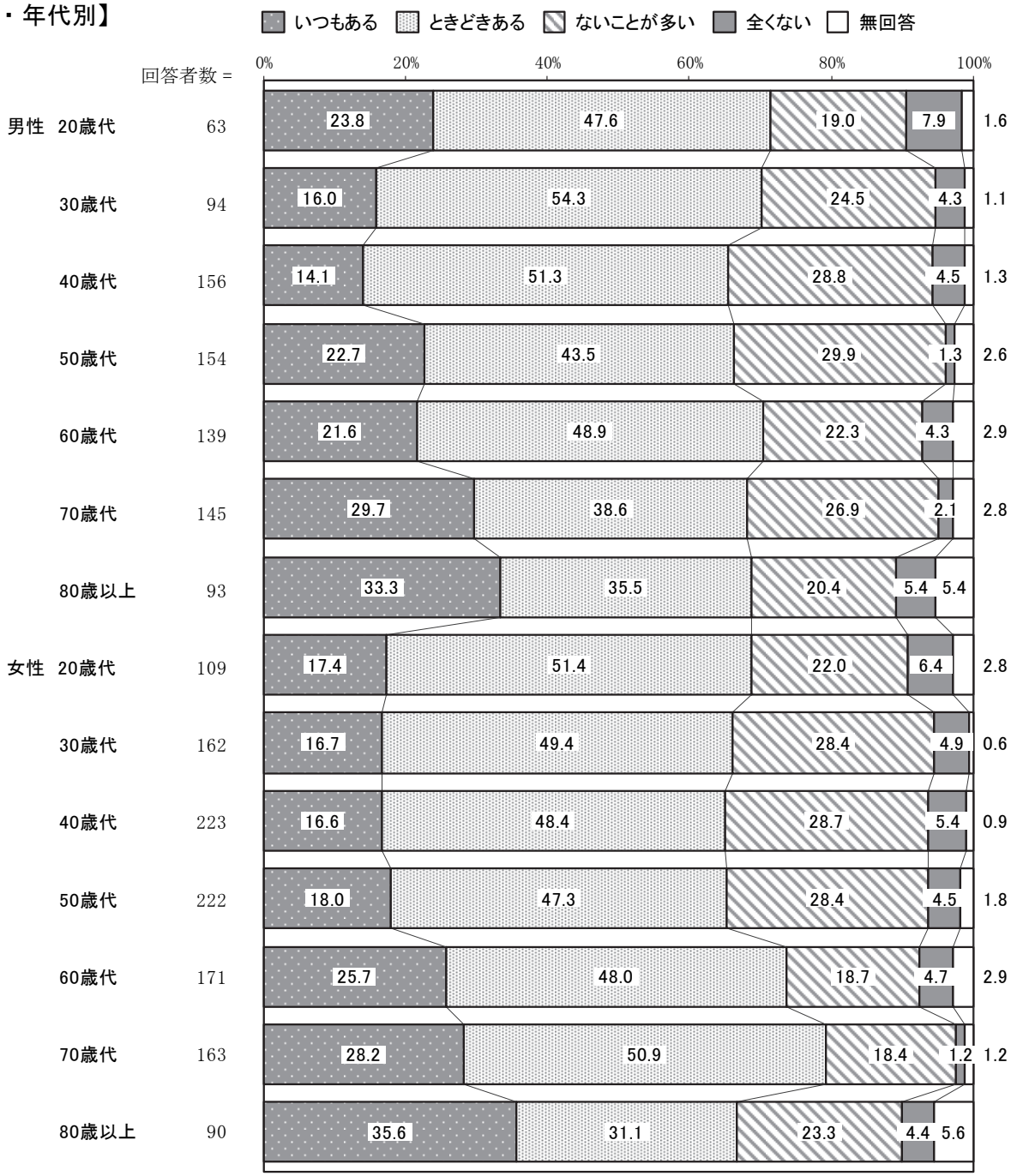
性・年代別にみると、「ある人」は、女性の 70 歳代で約８割と最も高く、次いで女性の 60 歳代で７割台半ばとなっている。「ない人」は、男性の 40 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で３割台半ばとなっている。

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

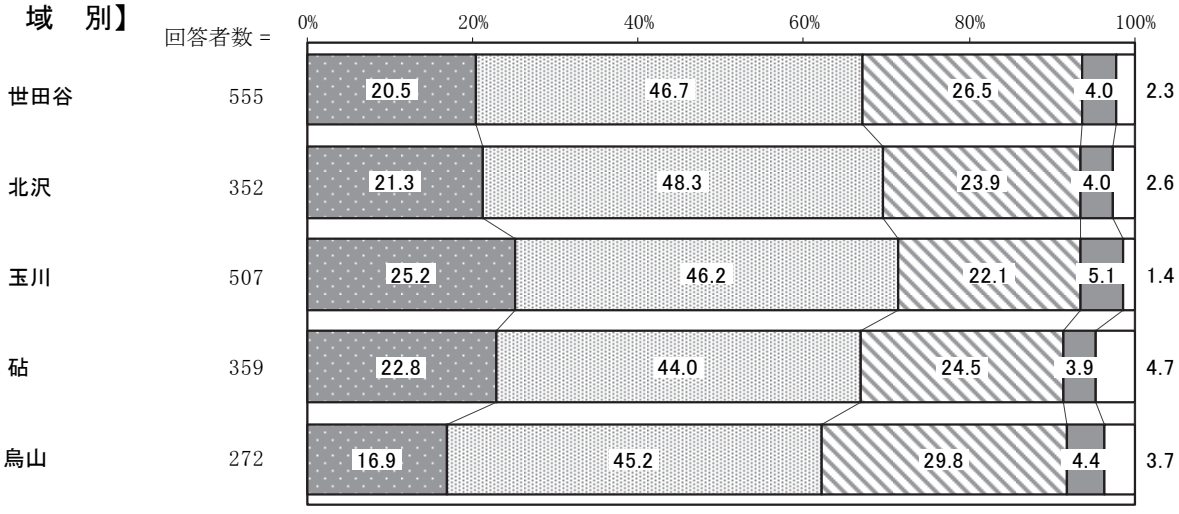
【性　別】



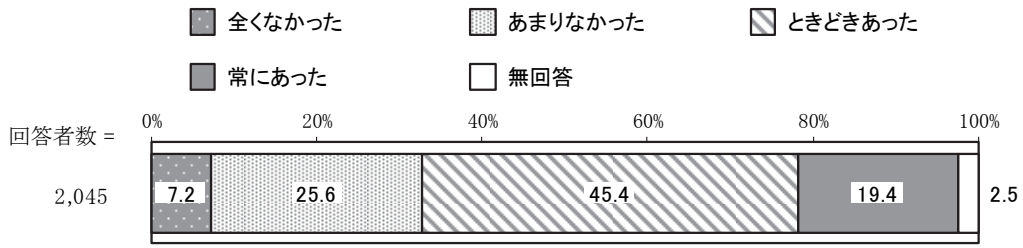
【性・年代別】


いつもある
ときどきある
ないことが多い
全くない
無回答
0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
男性 20歳代 63 23.8 47.6 19.0 7.9 1.6
30歳代 94 16.0 54.3 24.5 4.3 1.1
40歳代 156 14.1 51.3 28.8 4.5 1.3
50歳代 154 22.7 43.5 29.9 1.3 2.6
60歳代 139 21.6 48.9 22.3 4.3 2.9
70歳代 145 29.7 38.6 26.9 2.1 2.8
80歳以上 93 33.3 35.5 20.4 5.4 5.4
女性 20歳代 109 17.4 51.4 22.0 6.4 2.8
30歳代 162 16.7 49.4 28.4 4.9 0.6
40歳代 223 16.6 48.4 28.7 5.4 0.9
50歳代 222 18.0 47.3 28.4 4.5 1.8
60歳代 171 25.7 48.0 18.7 4.7 2.9
70歳代 163 28.2 50.9 18.4 1.2 1.2
80歳以上 90 35.6 31.1 23.3 4.4 5.6

【地　域　別】


0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
世田谷 555 20.5 46.7 26.5 4.0 2.3
北沢 352 21.3 48.3 23.9 4.0 2.6
玉川 507 25.2 46.2 22.1 5.1 1.4
砧 359 22.8 44.0 24.5 3.9 4.7
烏山 272 16.9 45.2 29.8 4.4 3.7

問 23　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○）



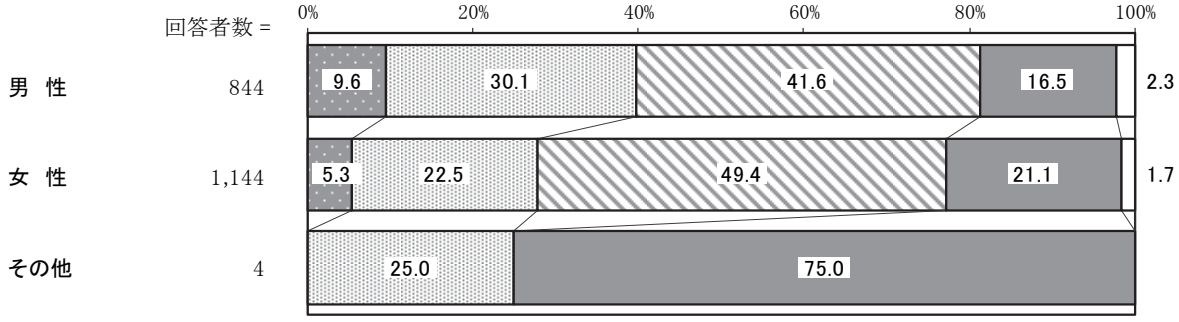
悩みや不安、ストレスの有無については、「全くなかった」と「あまりなかった」を合わせた「なかった人」は 32.8%、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は 64.8%となっている。

性別にみると、「あった人」は、女性が男性よりも 12.4 ポイント高くなっている。

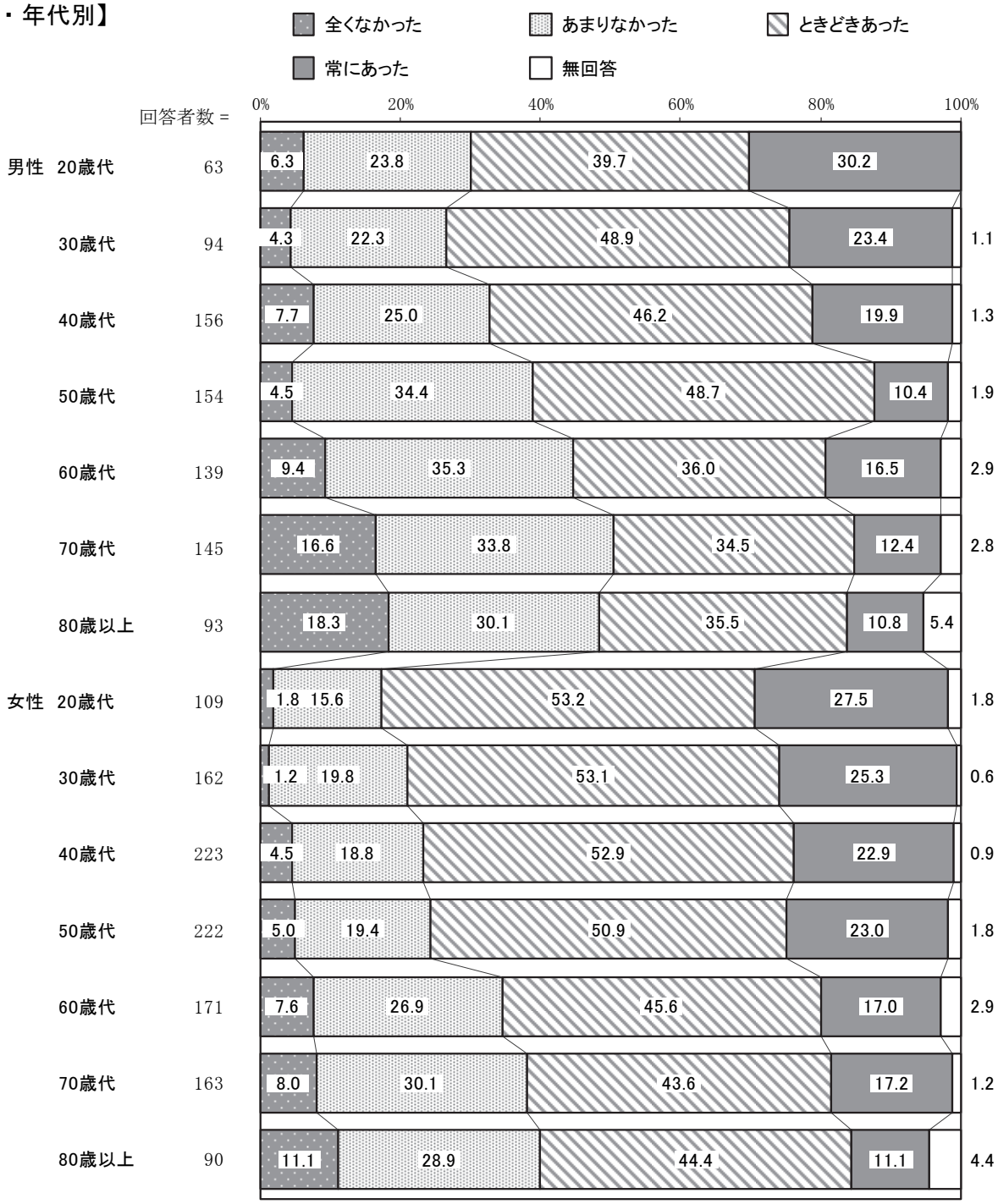
性・年代別にみると、「なかった人」は、男性の 70 歳代で５割と最も高く、次いで男性の 80 歳以上で約５割となっている。「あった人」は、女性の 20 歳代で８割と最も高く、次いで女性の 30 歳代で約８割、女性の 40 歳代、50 歳代で７割台半ばとなっている。

地域別にみると、「あった人」は、世田谷地域、北沢地域、烏山地域で６割台半ばと高くなっている。

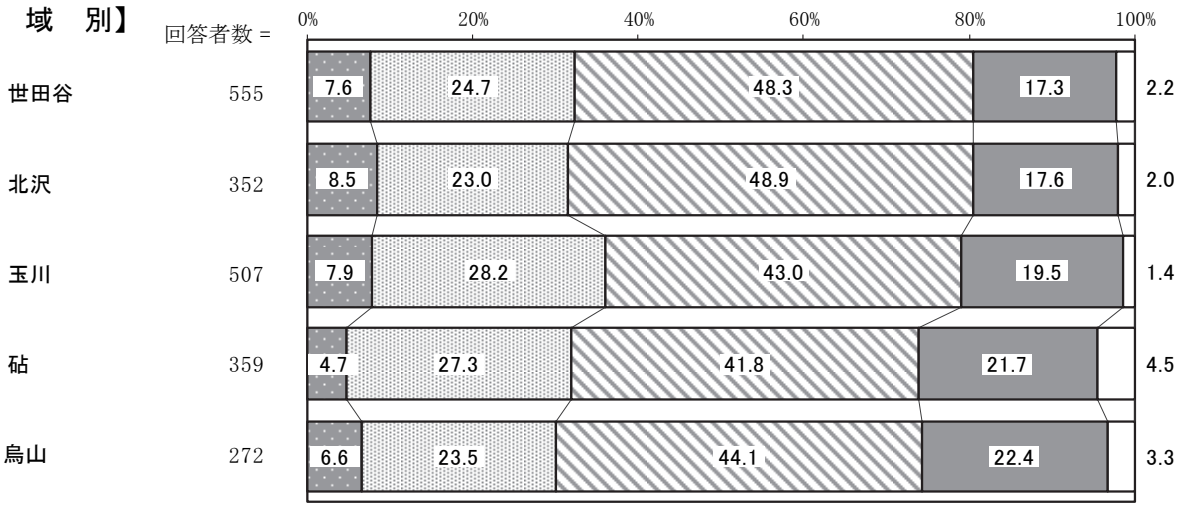
【性　別】



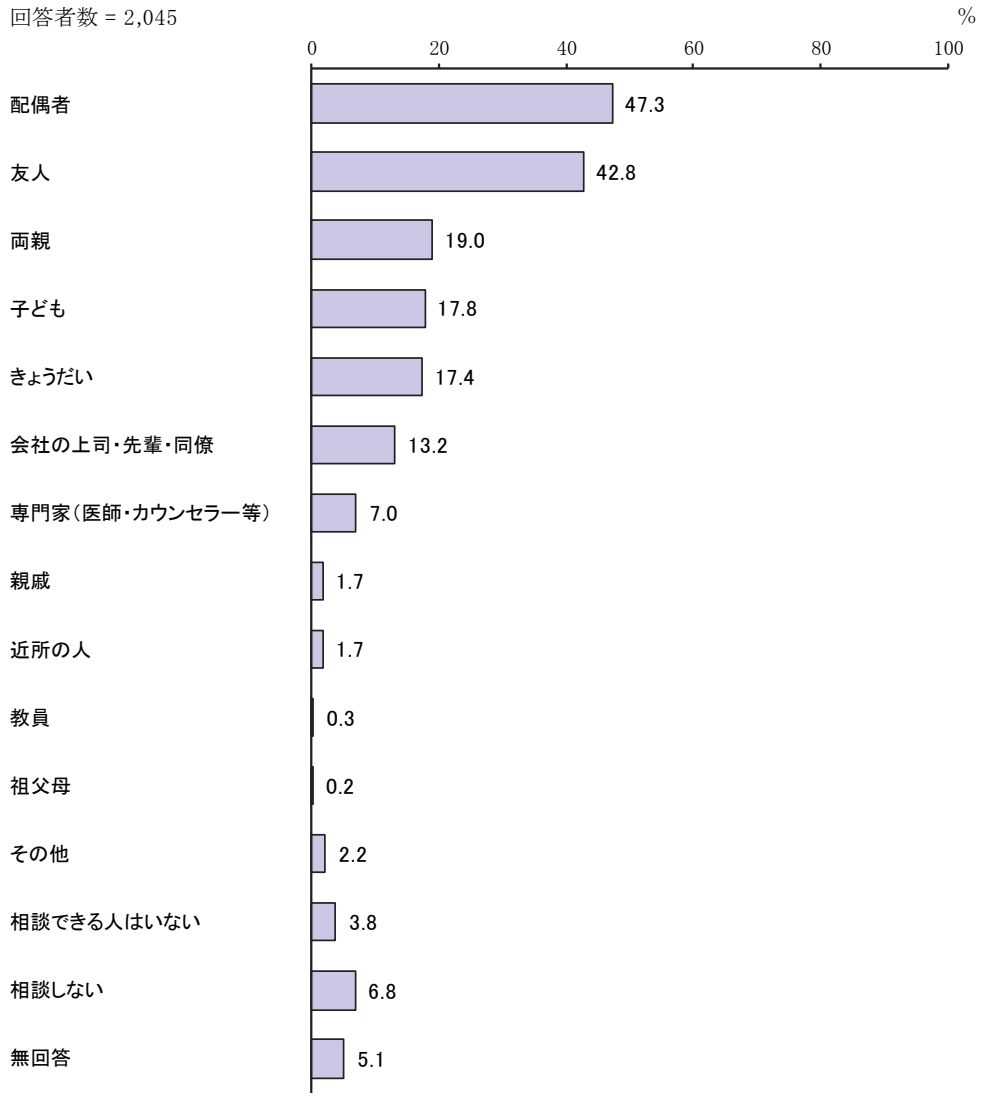
【性・年代別】


全くなかった
あまりなかった
ときどきあった
常にあった
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 6.3 23.8 39.7 30.2
30歳代 94 4.3 22.3 48.9 23.4 1.1
40歳代 156 7.7 25.0 46.2 19.9 1.3
50歳代 154 4.5 34.4 48.7 10.4 1.9
60歳代 139 9.4 35.3 36.0 16.5 2.9
70歳代 145 16.6 33.8 34.5 12.4 2.8
80歳以上 93 18.3 30.1 35.5 10.8 5.4
女性 20歳代 109 1.8 15.6 53.2 27.5 1.8
30歳代 162 1.2 19.8 53.1 25.3 0.6
40歳代 223 4.5 18.8 52.9 22.9 0.9
50歳代 222 5.0 19.4 50.9 23.0 1.8
60歳代 171 7.6 26.9 45.6 17.0 2.9
70歳代 163 8.0 30.1 43.6 17.2 1.2
80歳以上 90 11.1 28.9 44.4 11.1 4.4

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 7.6 24.7 48.3 17.3 2.2
北沢 352 8.5 23.0 48.9 17.6 2.0
玉川 507 7.9 28.2 43.0 19.5 1.4
砧 359 4.7 27.3 41.8 21.7 4.5
烏山 272 6.6 23.5 44.1 22.4 3.3

問 24　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○）



相談相手については、「配偶者」47.3%が最も高く、次いで「友人」42.8%、「両親」19.0%となっている。

性別にみると、「友人」は、女性が男性よりも 23.9 ポイント、「子ども」は、女性が男性よりも 17.9 ポイント、「きょうだい」は女性が男性よりも 13.7 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 11.3 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 60 歳代、70 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、男性の 40 歳代で約６割となっている。「友人」は、女性の 20 歳代で７割と最も高く、次いで、女性の 30 歳代で６割台半ばとなっている。

地域別にみると、「配偶者」は、砧地域で５割を超え最も高く、最も低い世田谷地域と比べると 8.1 ポイントの差がある。

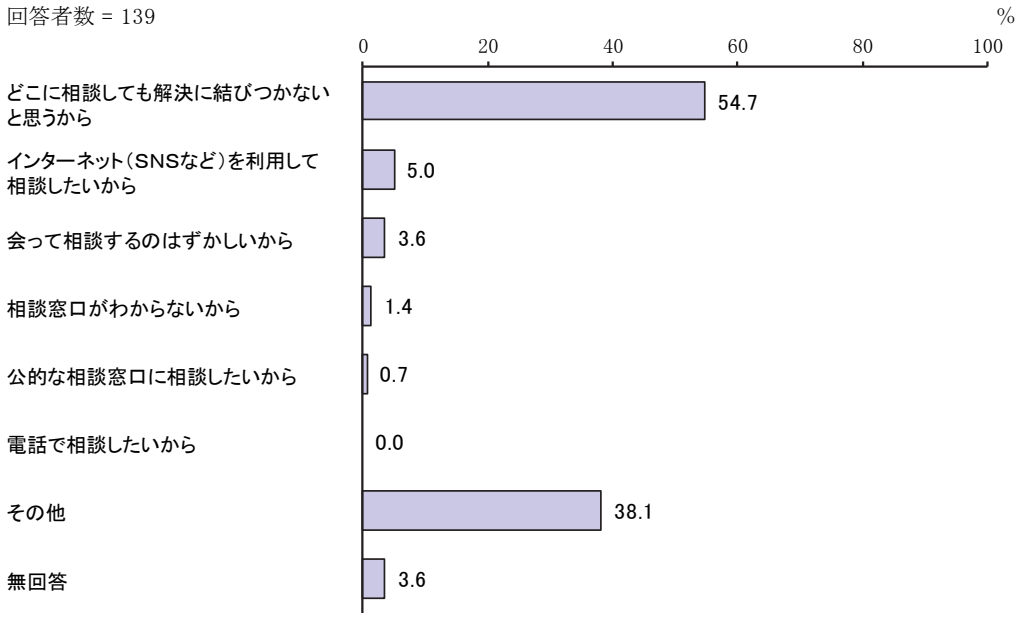
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		配偶者	両親	子ども	きょうだい	祖父母	親戚	友人	近所の人	会社の上司・先輩・同僚	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	回答者数（件）
男　性		54.3	12.3	7.6	9.6	－	1.2	29.6	0.6	14.3	8.1	0.2	1.3	4.9	9.4	6.4	844
女　性		43.0	24.7	25.5	23.3	0.4	2.1	53.5	2.4	12.7	6.0	0.4	2.7	3.1	4.6	3.3	1144
その他		25.0	25.0	－	25.0	－	－	50.0	－	25.0	50.0	－	25.0	－	25.0	－	4
男性	20 歳代	14.3	41.3	－	11.1	－	－	50.8	－	23.8	3.2	1.6	1.6	6.3	3.2	4.8	63
	30 歳代	53.2	23.4	－	8.5	－	2.1	39.4	1.1	21.3	4.3	－	1.1	4.3	7.4	4.3	94
	40 歳代	57.7	22.4	3.2	9.6	－	1.3	26.9	0.6	26.9	5.8	－	1.3	3.2	13.5	2.6	156
	50 歳代	54.5	10.4	6.5	9.1	－	1.3	27.9	－	18.8	3.2	0.6	0.6	7.1	10.4	7.8	154
	60 歳代	64.0	2.9	5.0	10.1	－	0.7	28.8	－	7.2	10.1	－	1.4	2.2	10.8	7.9	139
	70 歳代	64.1	0.7	12.4	9.7	－	1.4	25.5	2.1	2.1	14.5	－	0.7	6.2	6.9	5.5	145
	80 歳以上	46.2	－	25.8	9.7	－	1.1	20.4	－	2.2	14.0	－	3.2	5.4	8.6	12.9	93
女性	20 歳代	20.2	58.7	－	22.0	1.8	0.9	70.6	0.9	25.7	0.9	－	4.6	1.8	4.6	2.8	109
	30 歳代	56.8	50.0	3.7	25.3	1.2	1.2	66.7	4.3	22.2	6.2	1.2	4.3	1.2	2.5	3.7	162
	40 歳代	50.2	40.8	16.6	27.8	0.4	1.3	61.4	2.7	17.9	5.8	0.9	0.9	2.7	5.4	2.2	223
	50 歳代	49.5	16.2	25.2	19.4	－	2.7	50.5	1.8	14.4	7.2	0.5	2.3	2.3	5.0	2.7	222
	60 歳代	47.4	4.7	36.3	24.6	－	1.2	52.0	2.9	4.1	5.3	－	1.8	3.5	4.1	4.7	171
	70 歳代	37.4	0.6	42.9	23.9	－	2.5	41.7	1.2	0.6	5.5	－	3.7	4.3	6.7	3.7	163
	80 歳以上	13.3	－	66.7	17.8	－	5.6	22.2	3.3	－	12.2	－	3.3	7.8	3.3	4.4	90
世田谷		44.0	19.8	14.1	17.5	0.4	0.9	43.6	2.2	13.7	5.2	0.4	2.3	4.1	6.1	7.7	555
北沢		46.0	19.0	18.2	16.8	0.6	2.6	44.0	2.0	12.5	7.1	0.3	1.7	3.7	6.5	4.0	352
玉川		49.1	16.8	17.8	16.2	－	1.6	44.2	0.8	11.4	8.1	0.4	2.4	3.0	7.1	4.7	507
砧		52.1	20.9	21.7	19.5	－	2.5	41.5	1.4	13.4	6.1	－	2.2	4.2	7.2	3.1	359
烏山		46.0	18.8	19.9	17.3	0.4	1.1	39.0	2.2	15.8	9.6	0.7	2.2	4.0	7.4	4.8	272

問 24 で「14. 相談しない」を選ばれた方にうかがいます。

問 24-1　誰にも相談しない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）



誰にも相談しない理由については、「どこに相談しても解決に結びつかないと思うから」54.7%が最も高く、次いで「インターネット（ＳＮＳなど）を利用して相談したいから」5.0%となっている。

性別にみると、「どこに相談しても解決に結びつかないと思うから」は、女性が男性よりも 8.5 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「どこに相談しても解決に結びつかないと思うから」は、女性の 70 歳代で８割を超えている。

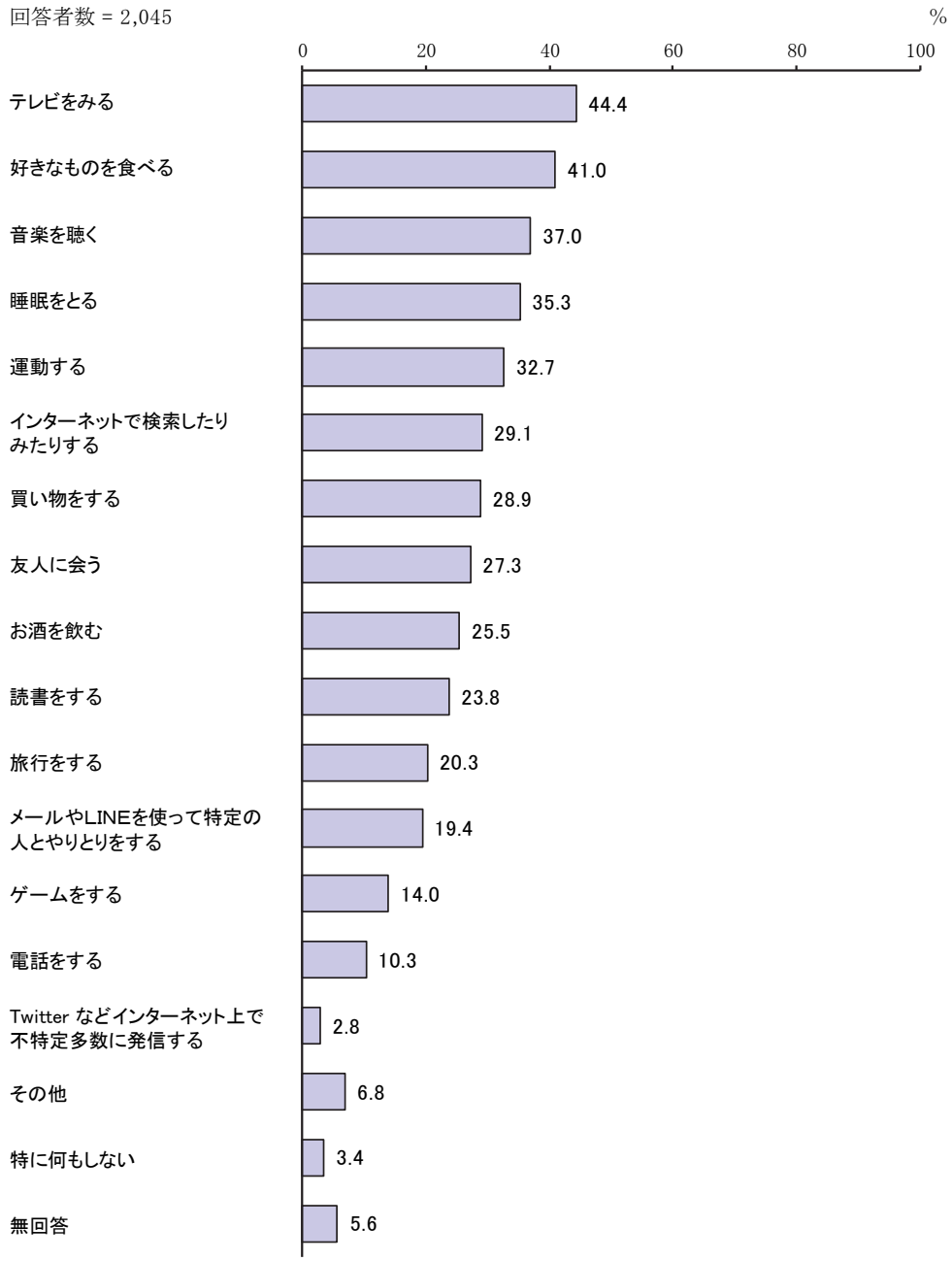
地域別にみると、「どこに相談しても解決に結びつかないと思うから」は、世田谷地域、玉川地域で約６割と最も高く、次いで烏山地域で５割台半ばとなっている。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		相談窓口がわからないから	公的な相談窓口に相談したいから	どこに相談しても解決に結びつかないと思うから	会って相談するのはずかしいから	電話で相談したいから	インターネット（ＳＮＳなど）を利用して相談したいから	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		1.3	1.3	51.9	2.5	－	6.3	40.5	3.8	79
女　性		－	－	60.4	3.8	－	1.9	35.8	3.8	53
その他		－	－	－	－	－	100.0	－	－	1
男性	20歳代	－	－	100.0	－	－	－	50.0	－	2
	30歳代	14.3	－	28.6	14.3	－	14.3	57.1	－	7
	40歳代	－	－	57.1	4.8	－	9.5	38.1	－	21
	50歳代	－	－	50.0	－	－	6.3	37.5	6.3	16
	60歳代	－	6.7	60.0	－	－	－	40.0	－	15
	70歳代	－	－	40.0	－	－	－	40.0	20.0	10
	80歳以上	－	－	50.0	－	－	12.5	37.5	－	8
女性	20歳代	－	－	60.0	－	－	20.0	40.0	－	5
	30歳代	－	－	100.0	－	－	－	－	－	4
	40歳代	－	－	50.0	－	－	－	50.0	－	12
	50歳代	－	－	45.5	9.1	－	－	45.5	9.1	11
	60歳代	－	－	57.1	14.3	－	－	28.6	－	7
	70歳代	－	－	81.8	－	－	－	27.3	－	11
	80歳以上	－	－	33.3	－	－	－	33.3	33.3	3
世田谷		－	2.9	58.8	5.9	－	2.9	38.2	－	34
北沢		－	－	43.5	－	－	4.3	47.8	8.7	23
玉川		－	－	58.3	－	－	8.3	38.9	2.8	36
砧		7.7	－	53.8	7.7	－	7.7	34.6	－	26
烏山		－	－	55.0	5.0	－	－	30.0	10.0	20

問 25　あなたは日常生活の不満、悩み、苦労、ストレスを解消するために行うことはどれですか。（あてはまるものすべてに○）



日常生活の不満、悩み、苦労、ストレスを解消するために行うことについては、「テレビをみる」44.4%が最も高く、次いで「好きなものを食べる」41.0%、「音楽を聴く」37.0%となっている。

性別にみると、「買い物をする」は女性が男性よりも 23.9 ポイント、「好きなものを食べる」は女性が男性よりも 22.2 ポイント、「メールやＬＩＮＥを使って特定の人とやりとりをする」は女性が男性よりも 20.7 ポイント高くなっている。一方、「お酒を飲む」は男性が女性よりも 14.1 ポイント、「運動する」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、「テレビをみる」は、女性の 80 歳以上で約６割と最も高くなっている。また、「好きなものを食べる」は、女性の 20 歳代で約７割と最も高くなっている。

地域別にみると、「テレビをみる」は、砧地域、烏山地域で約５割と最も高く、次いで北沢地域で４割台半ばとなっている。

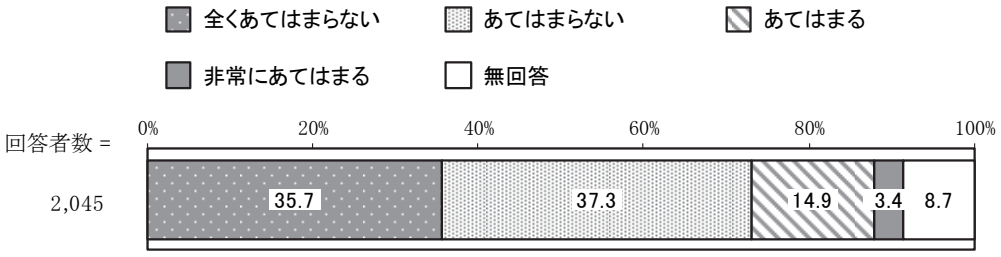
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

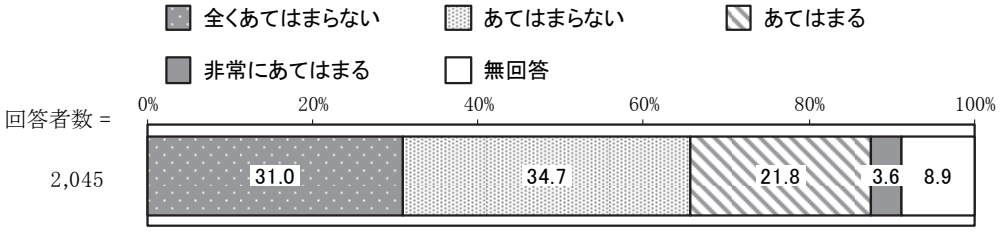
区分		運動する	音楽を聴く	読書をする	テレビをみる	インターネットで検索したりみたりする	ゲームをする	友人に会う	メールやＬＩＮＥを使って特定の人とやりとりをする	Twitter などインターネット上で不特定多数に発信する	電話をする	買い物をする	旅行をする	好きなものを食べる	お酒を飲む	睡眠をとる	その他	特に何もしない	無回答	回答者数（件）
男　性		39.0	35.9	24.8	41.9	28.2	15.9	17.4	7.9	2.0	3.1	15.3	18.1	28.6	33.9	34.4	5.9	4.3	6.5	844
女　性		28.7	38.5	23.4	46.5	30.5	13.1	35.2	28.6	3.3	15.3	39.2	22.3	50.8	19.8	36.6	7.3	2.8	4.0	1144
その他		25.0	100.0	50.0	25.0	75.0	25.0	50.0	25.0	50.0	25.0	50.0	75.0	100.0	25.0	50.0	25.0	－	－	4
男性	20 歳代	34.9	46.0	22.2	28.6	36.5	52.4	39.7	17.5	9.5	6.3	22.2	23.8	54.0	30.2	52.4	4.8	6.3	3.2	63
	30 歳代	38.3	36.2	21.3	25.5	38.3	31.9	14.9	11.7	2.1	2.1	21.3	16.0	40.4	38.3	41.5	3.2	2.1	5.3	94
	40 歳代	46.2	37.8	23.1	45.5	41.0	24.4	16.0	7.7	3.8	1.3	19.2	15.4	40.4	42.3	50.0	3.8	1.9	2.6	156
	50 歳代	46.8	38.3	21.4	39.0	24.7	9.7	14.9	5.8	1.3	0.6	18.8	25.3	27.3	44.8	37.0	7.1	1.9	7.8	154
	60 歳代	35.3	27.3	24.5	44.6	20.9	8.6	17.3	6.5	－	3.6	10.1	18.7	21.6	33.1	27.3	8.6	6.5	7.9	139
	70 歳代	33.8	37.2	32.4	49.7	23.4	0.7	17.9	7.6	0.7	4.8	10.3	15.2	12.4	27.6	17.9	6.9	7.6	6.2	145
	80 歳以上	31.2	32.3	26.9	50.5	15.1	5.4	10.8	4.3	－	5.4	7.5	12.9	17.2	10.8	20.4	5.4	4.3	12.9	93
女性	20 歳代	32.1	54.1	16.5	38.5	40.4	24.8	49.5	43.1	15.6	14.7	55.0	35.8	68.8	25.7	55.0	6.4	－	3.7	109
	30 歳代	30.2	38.3	21.6	46.3	46.3	16.0	40.1	34.0	4.3	11.1	45.1	19.1	63.0	24.1	51.9	7.4	0.6	5.6	162
	40 歳代	28.7	43.5	26.5	47.1	37.7	16.6	37.7	36.3	2.7	10.8	46.2	25.6	62.8	32.7	48.4	3.6	2.2	2.2	223
	50 歳代	32.0	40.5	18.0	51.4	36.5	12.6	33.8	27.0	2.7	9.9	41.0	21.6	54.5	21.6	33.8	8.1	1.4	2.7	222
	60 歳代	33.9	29.8	28.1	39.8	22.8	11.1	35.1	24.0	0.6	15.2	35.1	24.6	39.8	16.4	21.1	8.2	2.9	4.7	171
	70 歳代	22.7	33.1	30.1	45.4	11.7	3.7	25.2	19.6	0.6	27.0	28.2	16.6	29.4	3.1	22.7	10.4	4.9	4.9	163
	80 歳以上	15.6	28.9	21.1	58.9	6.7	6.7	26.7	11.1	－	27.8	14.4	12.2	27.8	5.6	20.0	8.9	8.9	6.7	90
世田谷		31.9	36.6	24.0	40.5	30.6	13.2	26.1	19.6	3.4	11.0	28.3	19.8	39.6	24.3	35.0	5.8	3.2	8.5	555
北沢		31.5	33.8	24.1	45.5	29.0	17.0	26.1	19.0	2.8	8.0	27.0	20.5	43.2	27.3	37.2	4.3	4.0	4.3	352
玉川		37.9	40.8	24.7	43.6	28.0	12.6	30.6	21.1	1.8	10.7	30.2	21.7	39.4	24.7	35.7	8.3	3.6	5.1	507
砧		34.0	37.6	24.2	48.5	29.0	14.8	25.3	15.9	2.2	8.9	29.8	17.8	42.6	26.7	36.8	8.4	3.1	3.1	359
烏山		24.3	33.8	20.6	47.1	28.3	13.6	27.9	21.0	4.0	12.9	28.7	21.7	41.5	25.7	30.5	7.4	3.3	5.9	272

問 26　最近、アルコールや薬物などの依存症に加え、様々な依存症が問題視されています。その一つとして、インターネット依存に関する以下の質問にお答えください。（この場合、利用する機器は、パソコン、携帯電話、スマートフォン、ゲーム機などオンラインで使用するすべてを含みます。）
（それぞれについて、あてはまる番号１つだけに○）

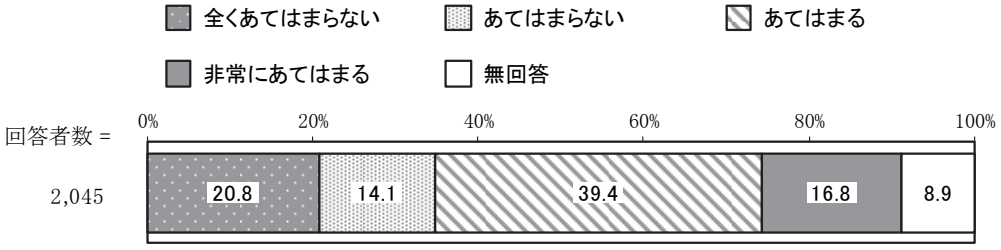
①インターネットができないと、落ち着かなくなり焦ってくる



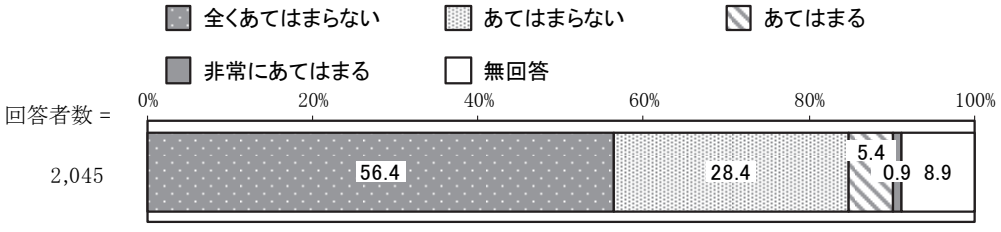
②インターネットをし始めると、なかなか終了できない



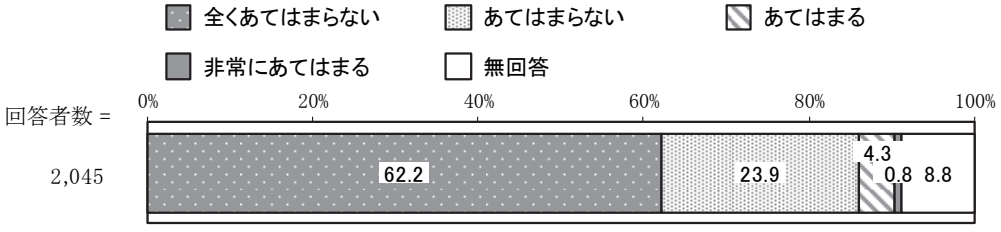
③インターネットをしていないときは、インターネットのことは頭に出てこない



④周囲からインターネットをしすぎていると指摘される



⑤インターネットのために、お金を多く使うようになった



【全　体】

インターネット依存に関する事項については、「周囲からインターネットをしすぎていると指摘される」（設問④）、「インターネットのために、お金を多く使うようになった」（設問⑤）は、「全くあてはまらない」と「あてはまらない」をあわせた「あてはまらない」が８割台半ばと最も高くなっている。また、「インターネットをしていないときは、インターネットのことは頭に出てこない」（設問③）で「あてはまる」と「非常にあてはまる」をあわせた「あてはまる」が５割台半ばと最も高くなっている。

【性　別】

性別にみると、いずれの項目も大きな差異はみられない。

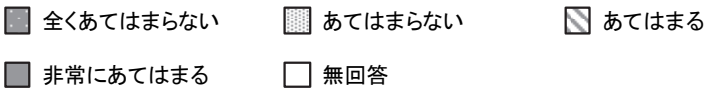
【性・年代別】

性・年代別にみると、「インターネットができないと、落ち着かなくなり焦ってくる」（設問①）は、「あてはまる」が女性の 20 歳代で約４割と最も高くなっている。「インターネットをし始めると、なかなか終了できない」（設問②）は、「あてはまる」が男性の 20 歳代、女性の 20 歳代で５割台半ばと最も高くなっている。「インターネットのために、お金を多く使うようになった」（設問⑤）は、「あてはまる」が男性の 20 歳代で約２割と最も高くなっている。

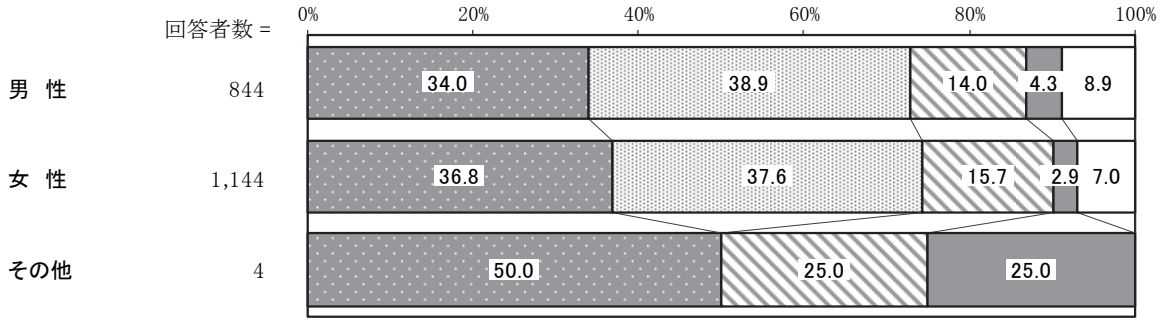
【地　域　別】

地域別にみると、「インターネットをし始めると、なかなか終了できない」（設問②）は、「あてはまる」が世田谷地域、北沢地域で約３割、次いで砧地域、烏山地域で２割台半ばとなっている。

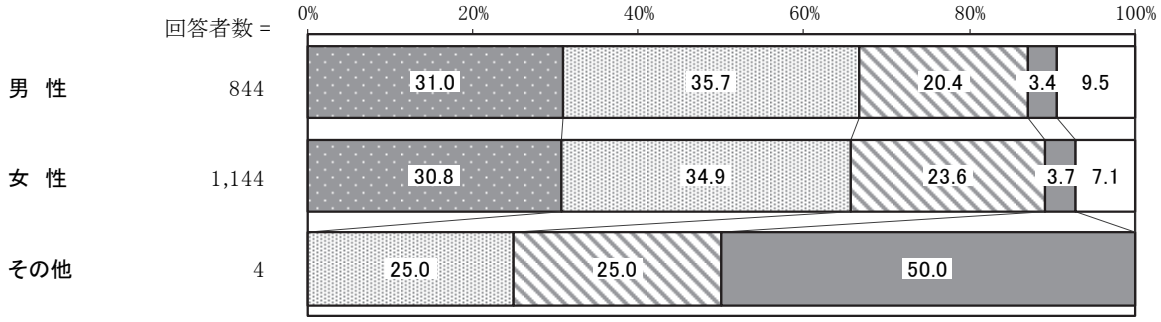
【性　別】



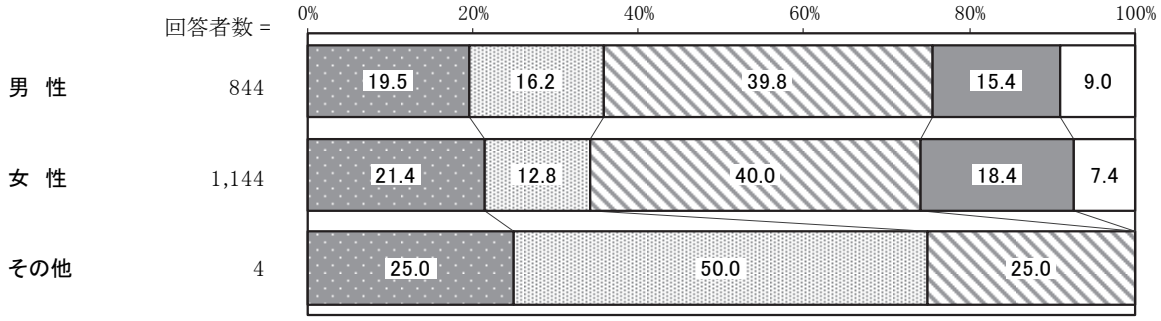
①インターネットができないと、落ち着かなくなり焦ってくる

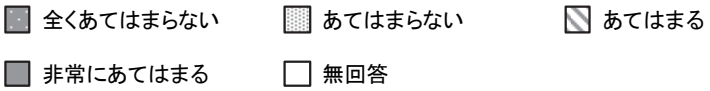


②インターネットをし始めると、なかなか終了できない

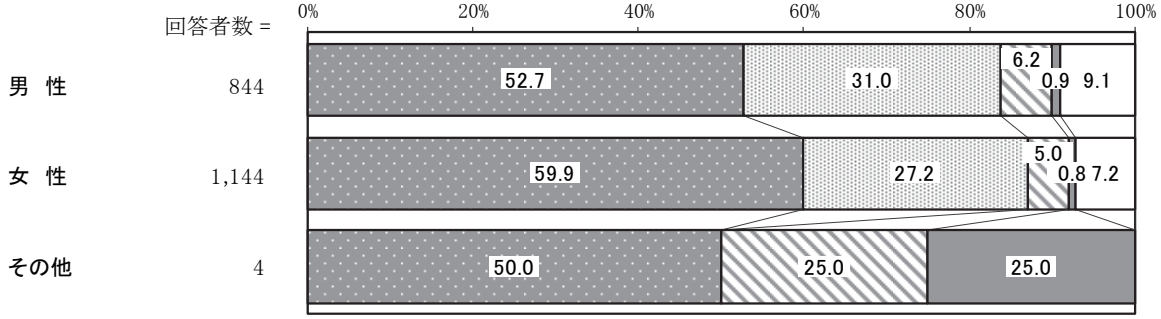


③インターネットをしていないときは、インターネットのことは頭に出てこない

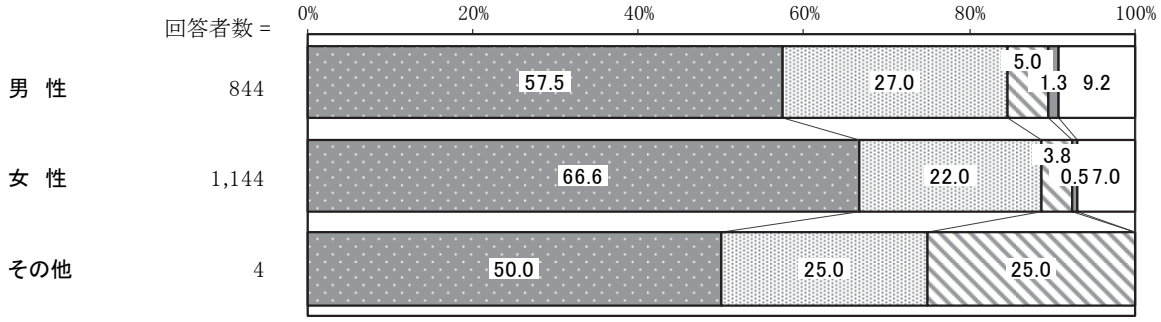




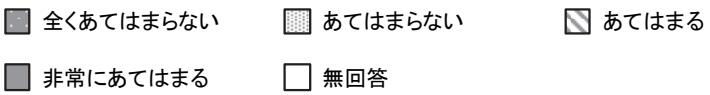
④周囲からインターネットをしすぎていると指摘される



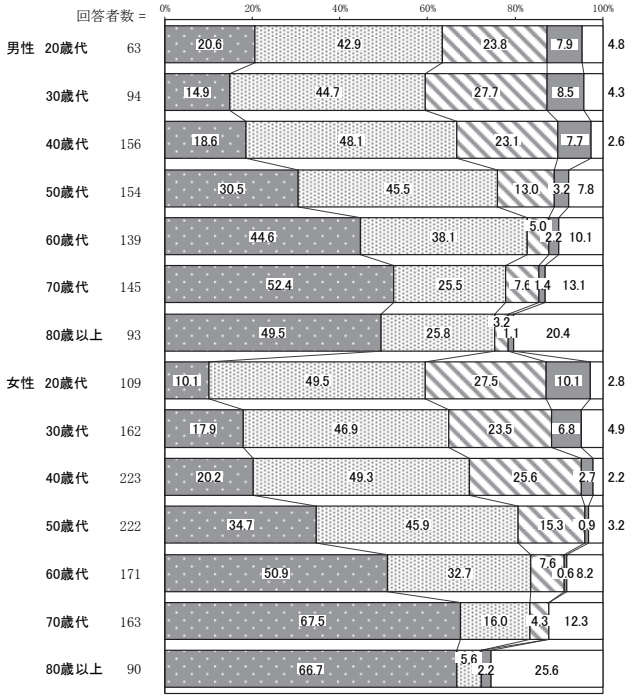
⑤インターネットのために、お金を多く使うようになった



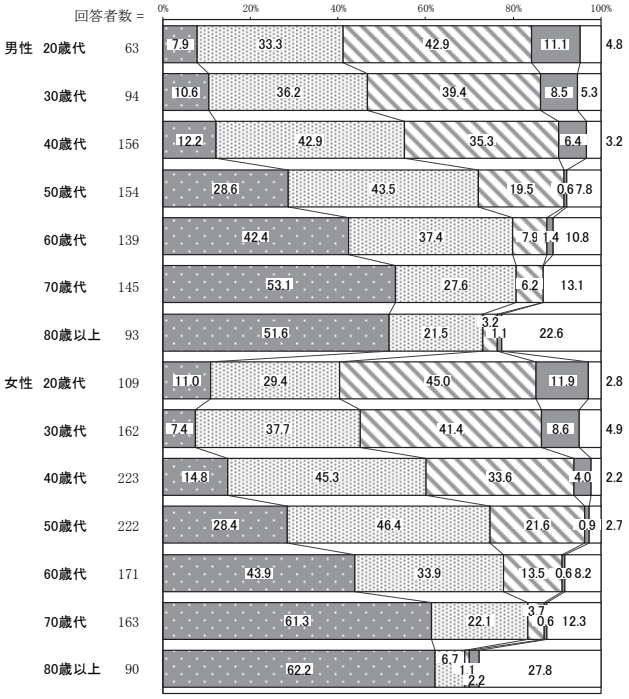
【性・年代別】



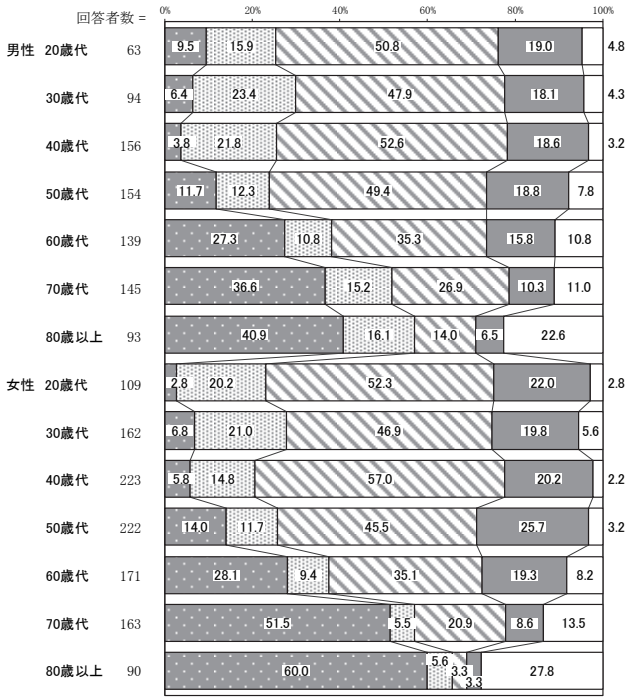
①インターネットができないと、
落ち着かなくなり焦ってくる



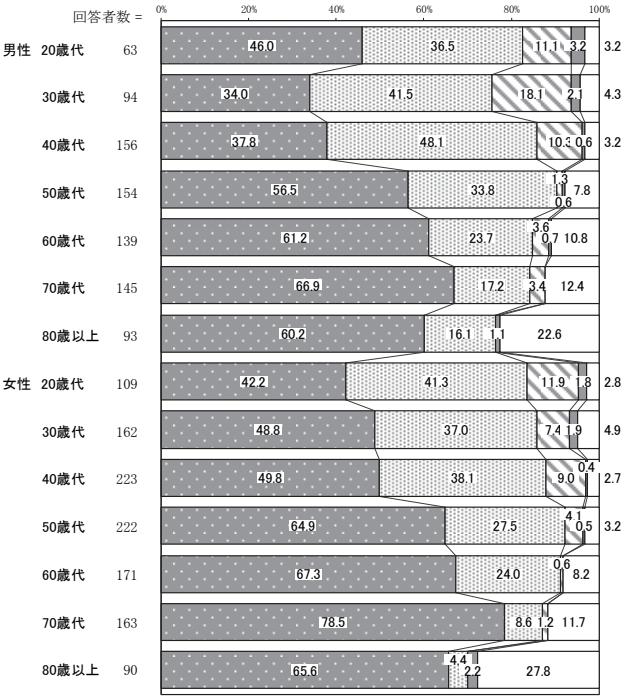
②インターネットをし始めると、
なかなか終了できない

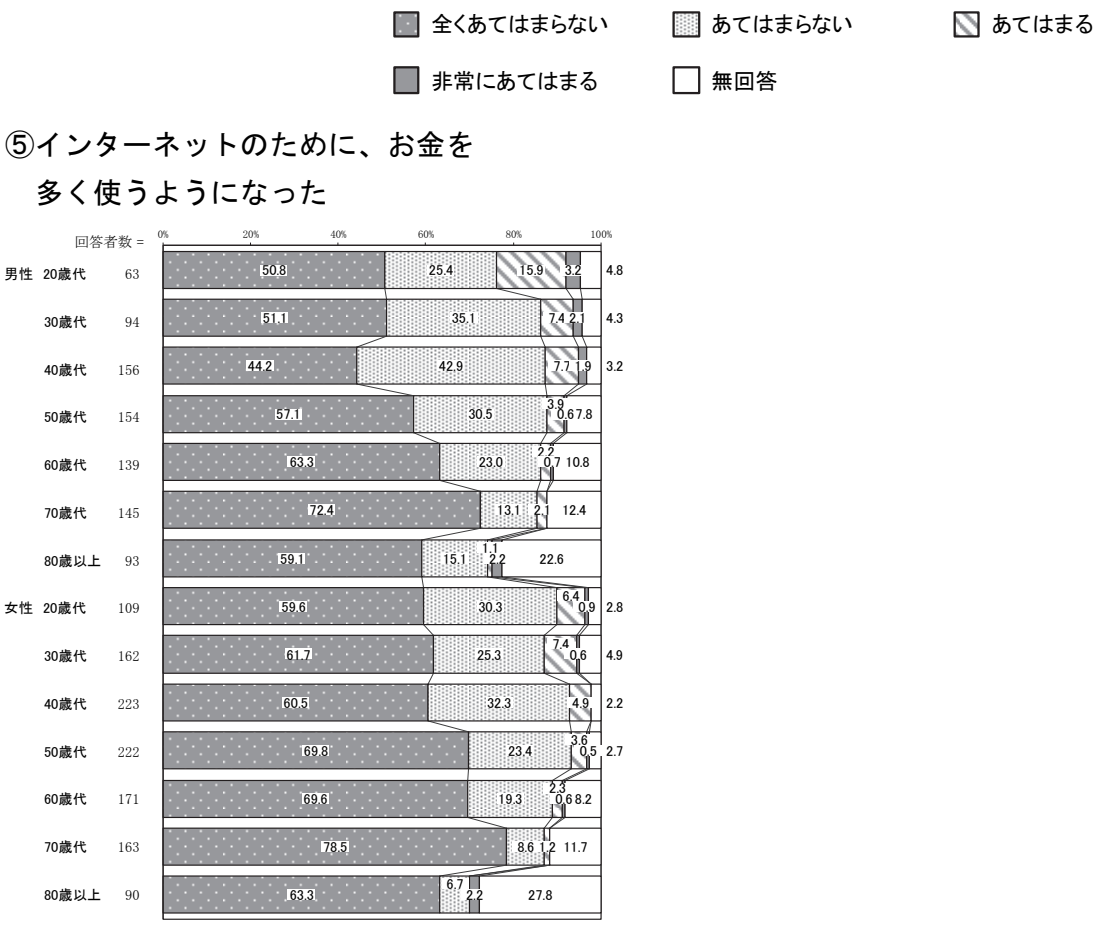


③インターネットをしていないときは、
インターネットのことは頭に出てこない

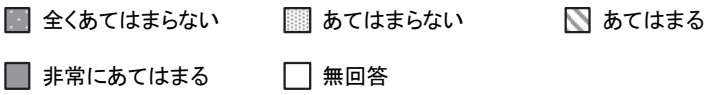


④周囲からインターネットをしすぎて
いると指摘される

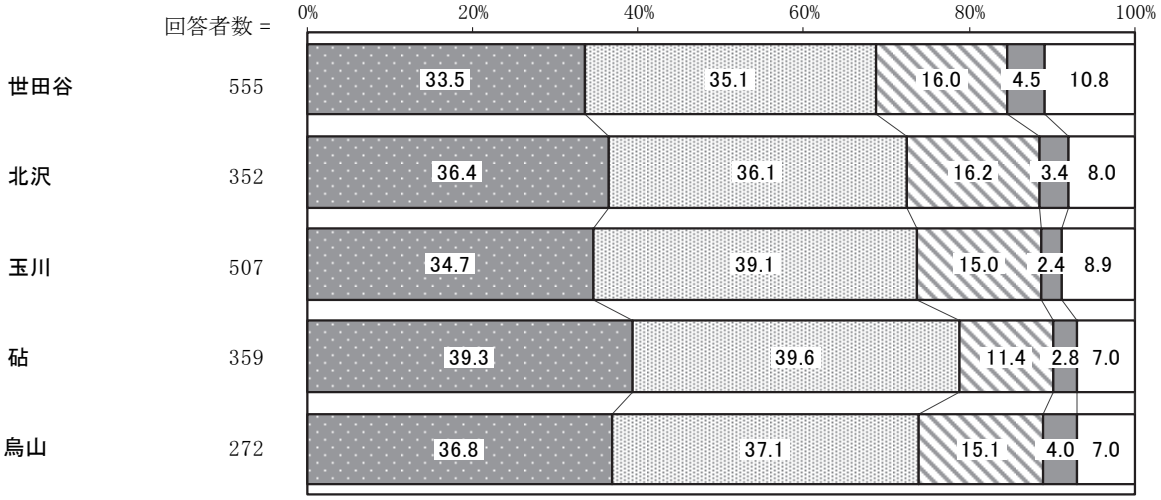



全くあてはまらない
あてはまらない
あてはまる
非常にあてはまる
無回答
⑤インターネットのために、お金を
多く使うようになった
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 50.8 25.4 15.9 3.2 4.8
30歳代 94 51.1 35.1 7.4 2.1 4.3
40歳代 156 44.2 42.9 7.7 1.9 3.2
50歳代 154 57.1 30.5 3.9 0.6 7.8
60歳代 139 63.3 23.0 2.2 0.7 10.8
70歳代 145 72.4 13.1 2.1 12.4
80歳以上 93 59.1 15.1 1.1 2.2 22.6
女性 20歳代 109 59.6 30.3 6.4 0.9 2.8
30歳代 162 61.7 25.3 7.4 0.6 4.9
40歳代 223 60.5 32.3 4.9 2.2
50歳代 222 69.8 23.4 3.6 0.5 2.7
60歳代 171 69.6 19.3 2.3 0.6 8.2
70歳代 163 78.5 8.6 1.2 11.7
80歳以上 90 63.3 6.7 2.2 27.8

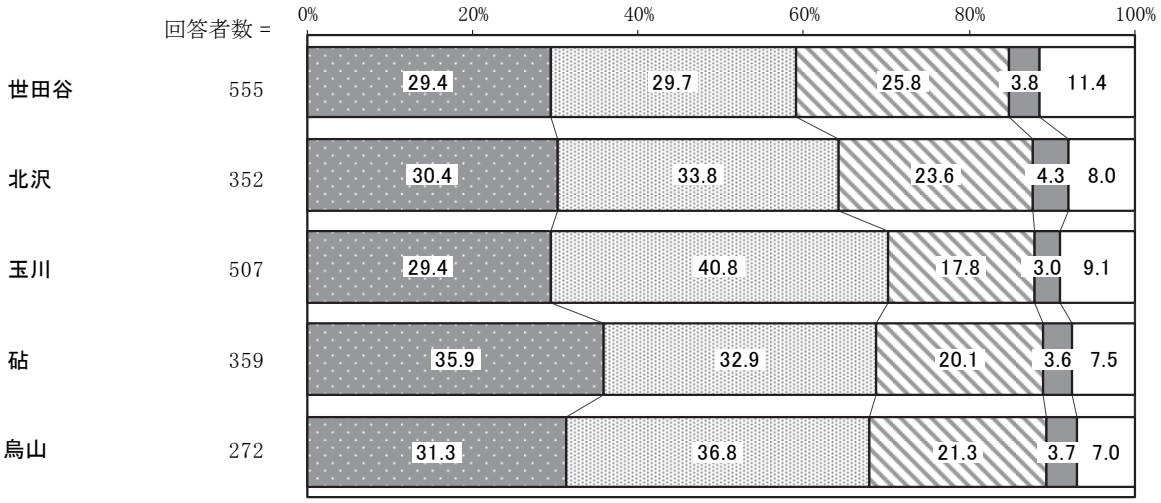
【地　域　別】

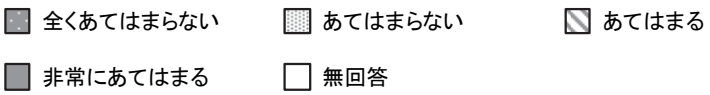


①インターネットができないと、落ち着かなくなり焦ってくる

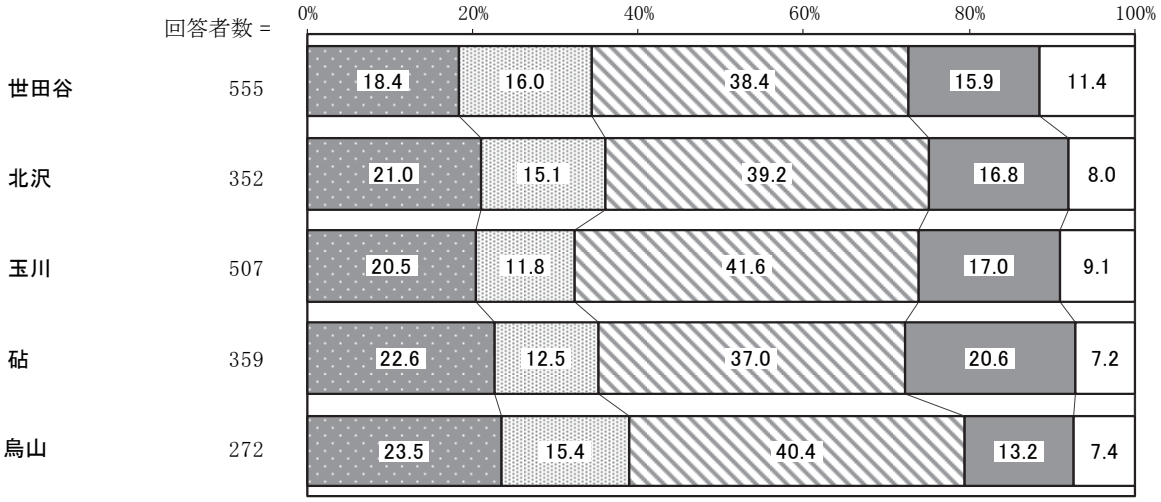


②インターネットをし始めると、なかなか終了できない

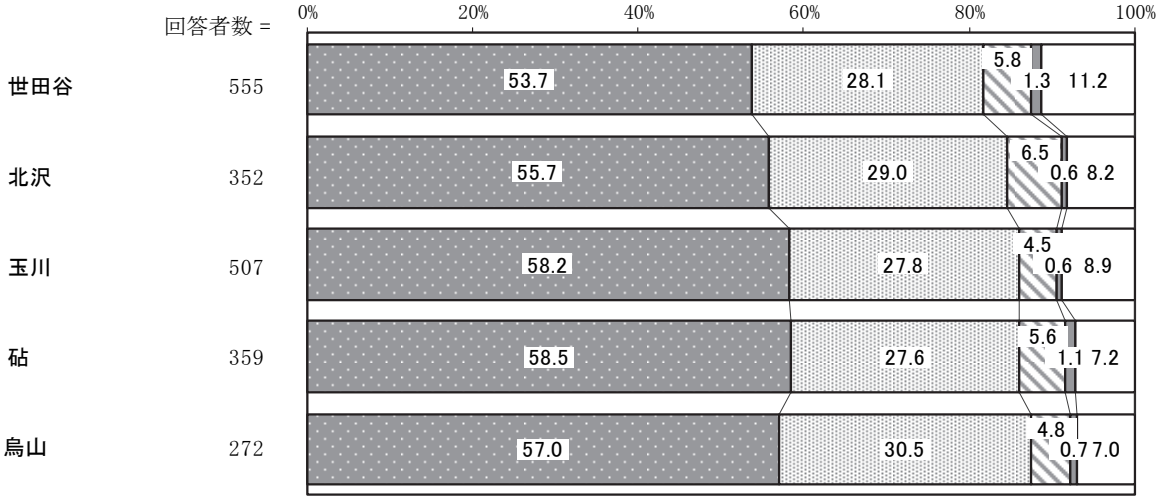




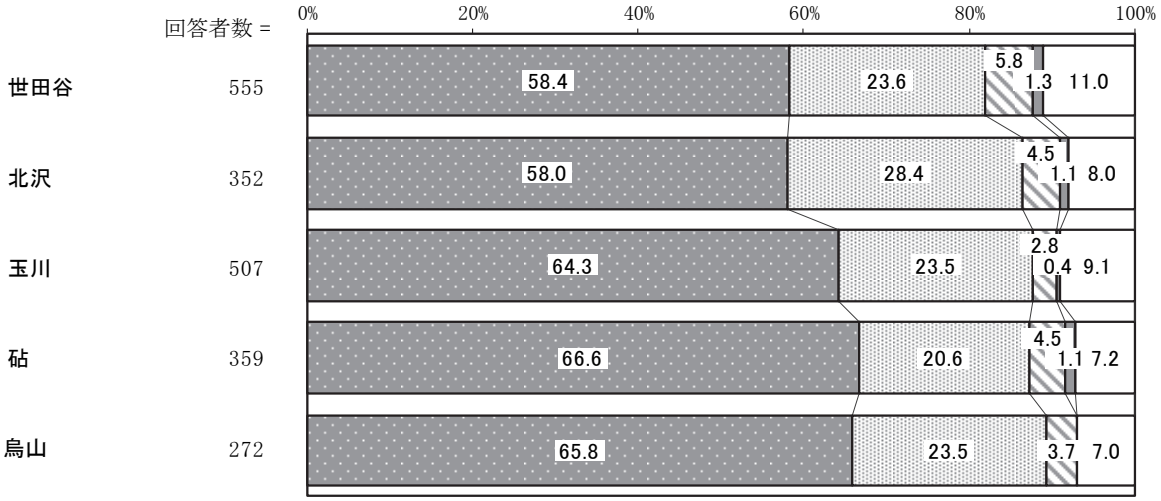
③インターネットをしていないときは、インターネットのことは頭に出てこない



④周囲からインターネットをしすぎていると指摘される

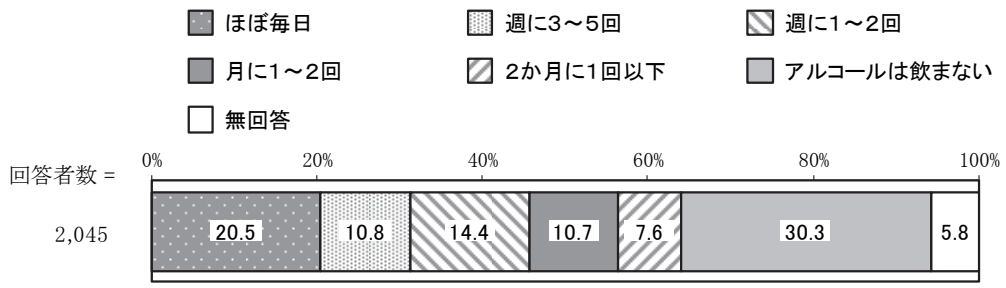


⑤インターネットのために、お金を多く使うようになった



（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○）



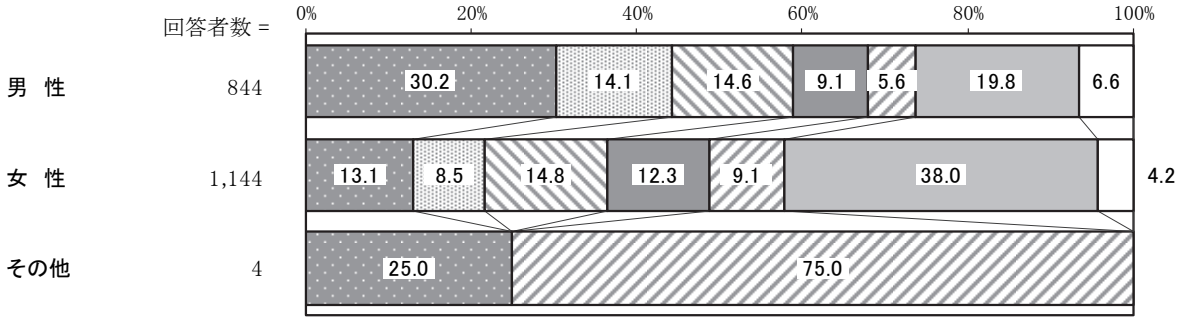
アルコール類（お酒）を飲む回数については、「アルコールは飲まない」30.3％が最も高く、次いで「ほぼ毎日」20.5％、「週に１～２回」14.4％となっている。

性別にみると、「ほぼ毎日」は、男性が女性よりも 17.1 ポイント、「週に３～５回」は男性が女性よりも 5.6 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 18.2 ポイント高くなっている。

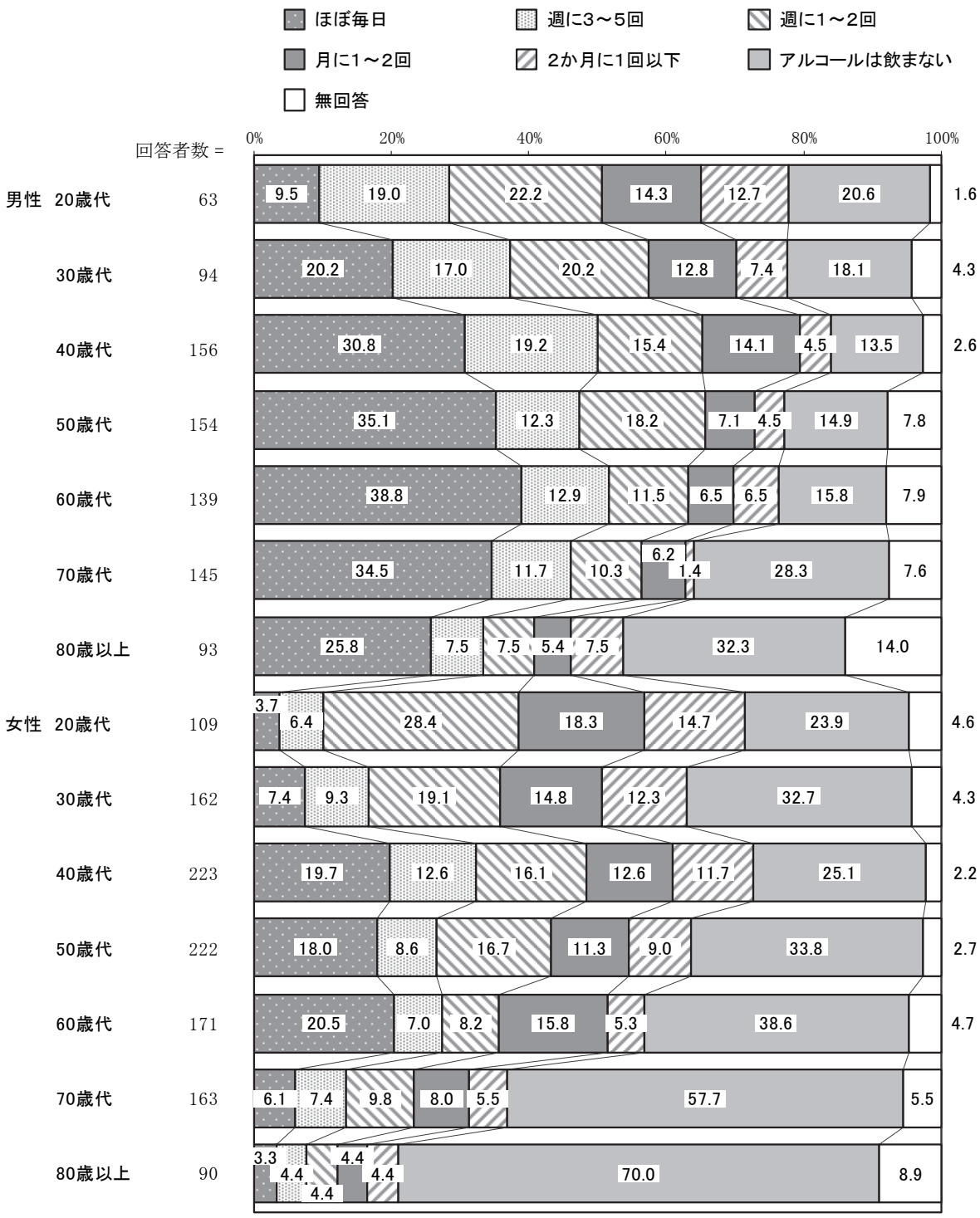
性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性の 60 歳代で約４割と最も高く、次いで、男性の 50 歳代、70 歳代で３割台半ばとなっている。「アルコールは飲まない」は、女性の 80 歳以上で７割と最も高く、次いで、女性の 70 歳代で約６割となっている。

地域別にみると、「アルコールは飲まない」は、砧地域で３割台半ばと最も高く、最も低い北沢地域と比べると、7.9 ポイントの差がある。

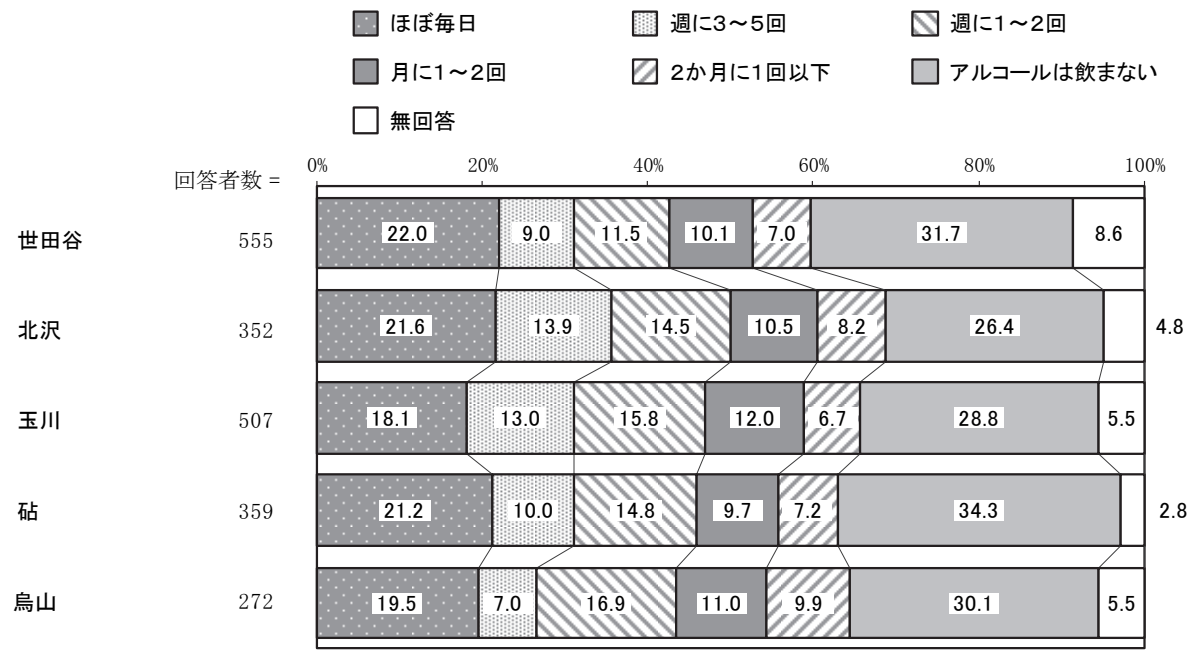
【性　別】



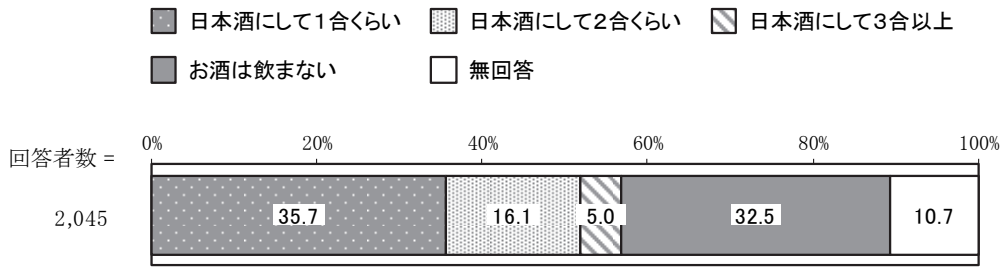
【性・年代別】


ほぼ毎日
週に3～5回
週に1～2回
月に1～2回
2か月に1回以下
アルコールは飲まない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 9.5 19.0 22.2 14.3 12.7 20.6 1.6
30歳代 94 20.2 17.0 20.2 12.8 7.4 18.1 4.3
40歳代 156 30.8 19.2 15.4 14.1 4.5 13.5 2.6
50歳代 154 35.1 12.3 18.2 7.1 4.5 14.9 7.8
60歳代 139 38.8 12.9 11.5 6.5 6.5 15.8 7.9
70歳代 145 34.5 11.7 10.3 6.2 1.4 28.3 7.6
80歳以上 93 25.8 7.5 7.5 5.4 7.5 32.3 14.0
女性 20歳代 109 3.7 6.4 28.4 18.3 14.7 23.9 4.6
30歳代 162 7.4 9.3 19.1 14.8 12.3 32.7 4.3
40歳代 223 19.7 12.6 16.1 12.6 11.7 25.1 2.2
50歳代 222 18.0 8.6 16.7 11.3 9.0 33.8 2.7
60歳代 171 20.5 7.0 8.2 15.8 5.3 38.6 4.7
70歳代 163 6.1 7.4 9.8 8.0 5.5 57.7 5.5
80歳以上 90 3.3 4.4 4.4 4.4 4.4 4.4 70.0 8.9

【地　域　別】


ほぼ毎日
週に3～5回
週に1～2回
月に1～2回
2か月に1回以下
アルコールは飲まない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
22.0
9.0
11.5
10.1
7.0
31.7
8.6
北沢
352
21.6
13.9
14.5
10.5
8.2
26.4
4.8
玉川
507
18.1
13.0
15.8
12.0
6.7
28.8
5.5
砧
359
21.2
10.0
14.8
9.7
7.2
34.3
2.8
烏山
272
19.5
7.0
16.9
11.0
9.9
30.1
5.5

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○）



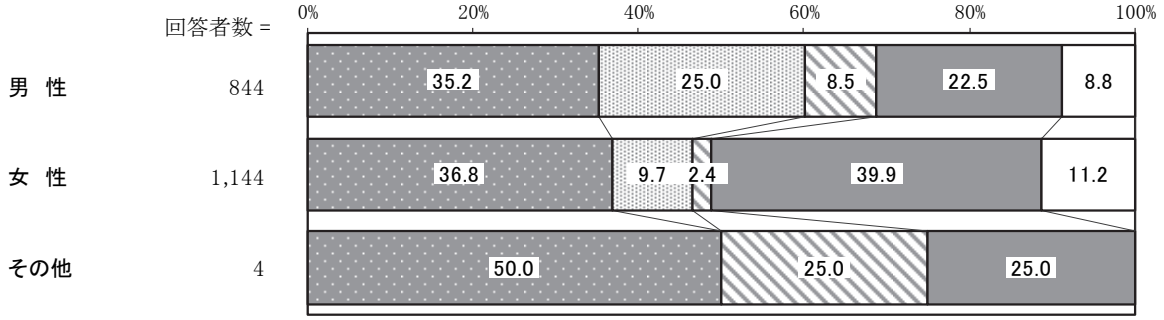
１日の飲酒量については、「日本酒にして１合くらい」35.7%が最も高く、次いで「お酒は飲まない」32.5%、「日本酒にして２合くらい」16.1%となっている。

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 15.3 ポイント、「日本酒にして３合以上」は男性が女性よりも 6.1 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 17.4 ポイント高くなっている。

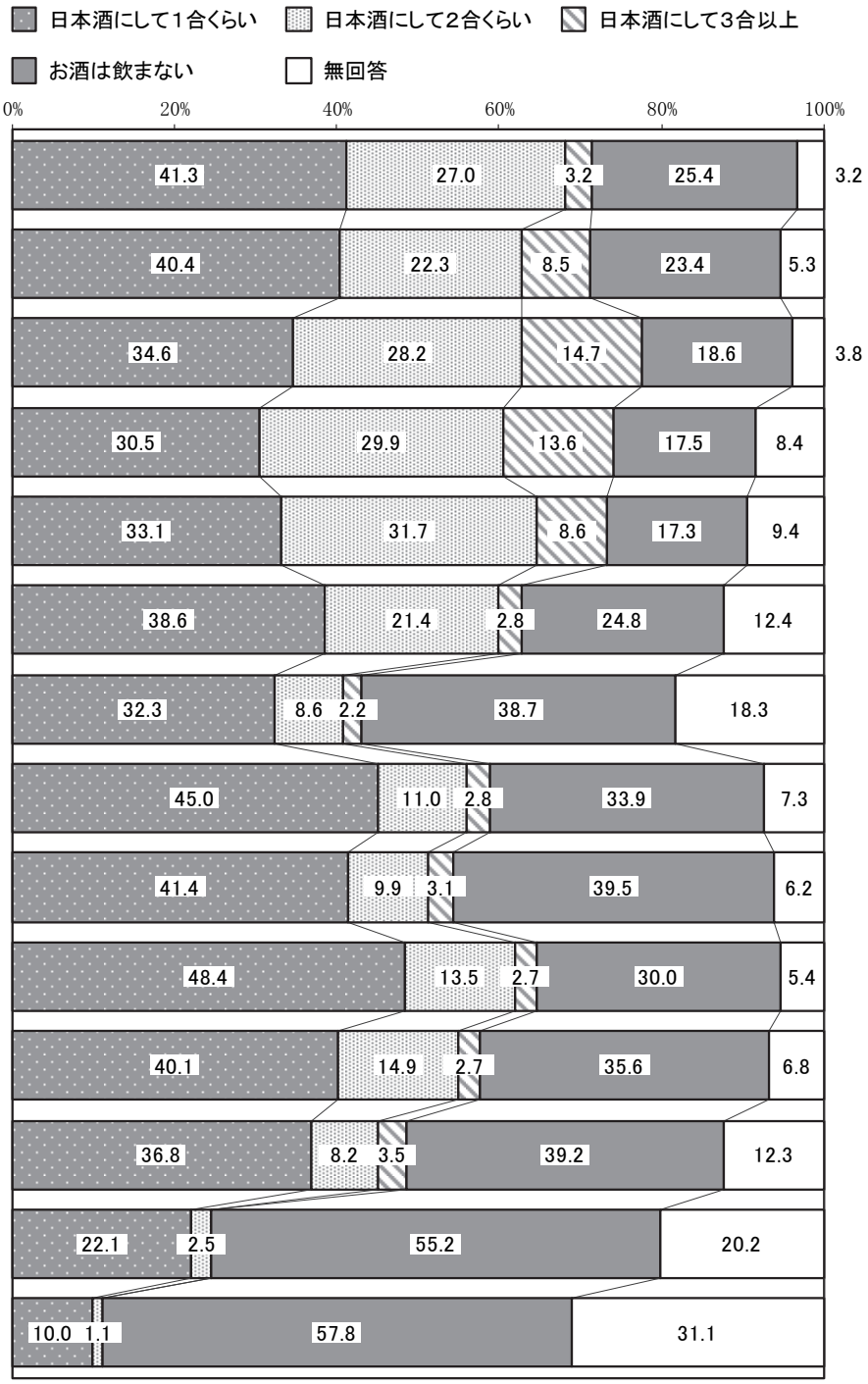
性・年代別にみると、「日本酒にして１合くらい」は、女性の 40 歳代で約５割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代で４割台半ばとなっている。「日本酒にして３合以上」は、男性の 40 歳代、50 歳代で１割台半ばとなっている。

地域別にみると、「日本酒にして１合くらい」は、玉川地域、砧地域で約４割と最も高く、次いで北沢地域、烏山地域で３割台半ばとなっている。

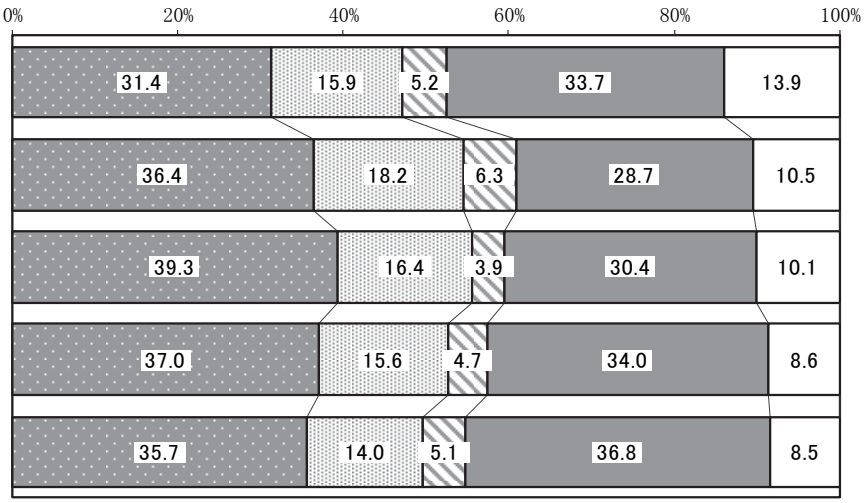
【性　別】



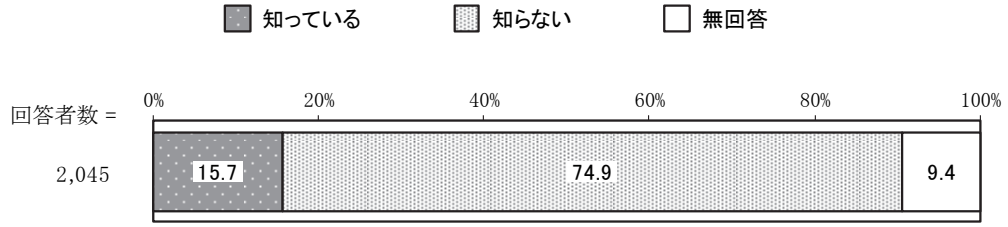
【性・年代別】


日本酒にして1合くらい
日本酒にして2合くらい
日本酒にして3合以上
お酒は飲まない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 41.3 27.0 3.2 25.4 3.2
30歳代 94 40.4 22.3 8.5 23.4 5.3
40歳代 156 34.6 28.2 14.7 18.6 3.8
50歳代 154 30.5 29.9 13.6 17.5 8.4
60歳代 139 33.1 31.7 8.6 17.3 9.4
70歳代 145 38.6 21.4 2.8 24.8 12.4
80歳以上 93 32.3 8.6 2.2 38.7 18.3
女性 20歳代 109 45.0 11.0 2.8 33.9 7.3
30歳代 162 41.4 9.9 3.1 39.5 6.2
40歳代 223 48.4 13.5 2.7 30.0 5.4
50歳代 222 40.1 14.9 2.7 35.6 6.8
60歳代 171 36.8 8.2 3.5 39.2 12.3
70歳代 163 22.1 2.5 55.2 20.2
80歳以上 90 10.0 1.1 57.8 31.1

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 31.4 15.9 5.2 33.7 13.9
北沢 352 36.4 18.2 6.3 28.7 10.5
玉川 507 39.3 16.4 3.9 30.4 10.1
砧 359 37.0 15.6 4.7 34.0 8.6
烏山 272 35.7 14.0 5.1 36.8 8.5

問 29　あなたは、生活習慣病のリスクを高める飲酒量が、1 日当たりの純アルコール摂取量が男性で 40g 以上、女性 20g 以上）であることを知っていますか。
（１つに○）



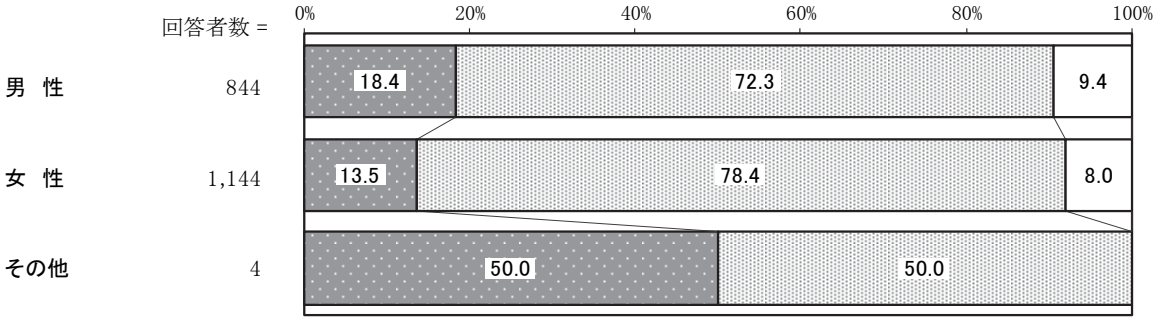
生活習慣病のリスクを高める飲酒量の認知度については、「知っている」は 15.7%、「知らない」は 74.9%となっている。

性別にみると、「知らない」は、女性が男性よりも 6.1 ポイント高くなっている。

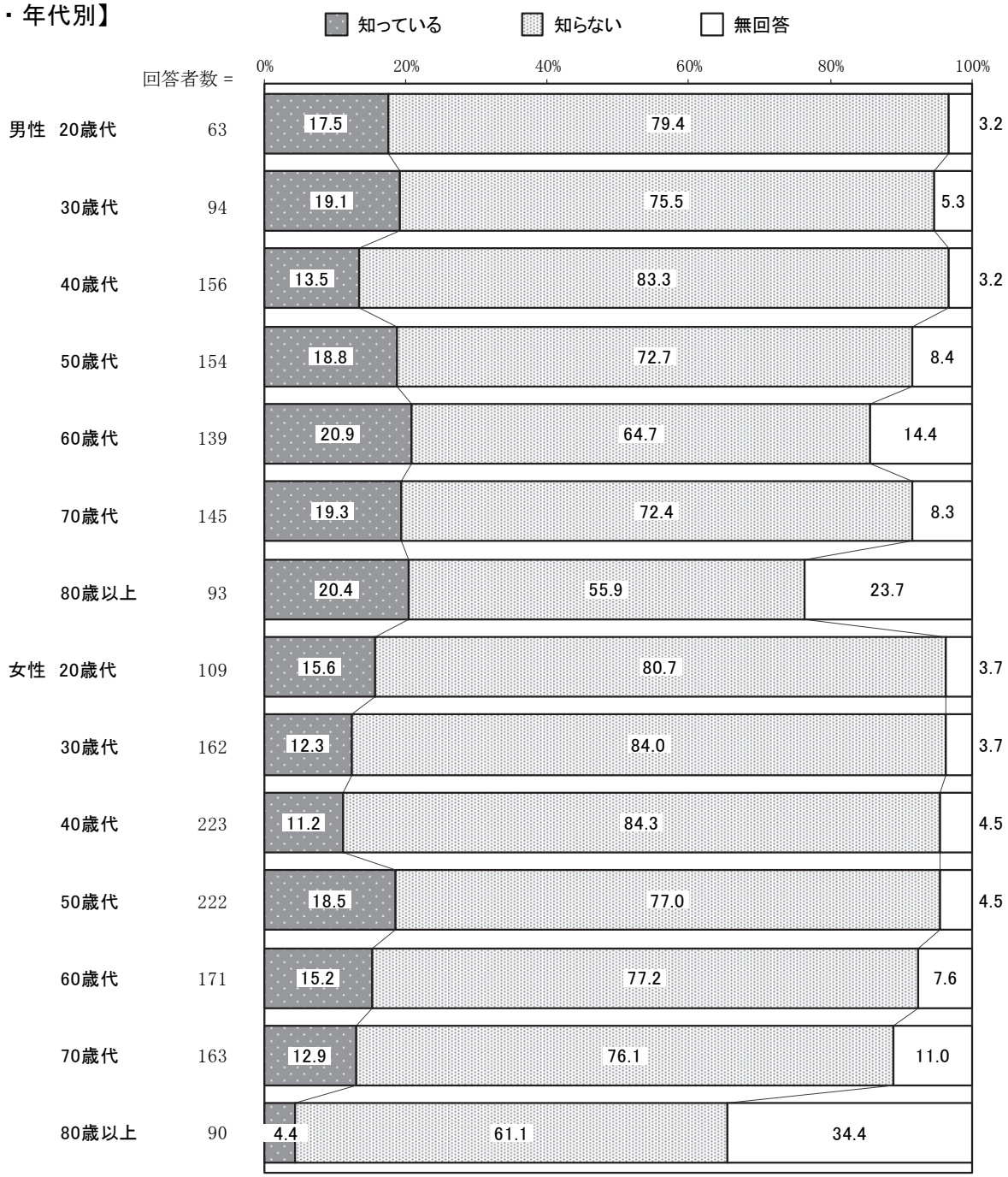
性・年代別にみると、「知らない」は、男性の 40 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で８割台半ば、女性の 20 歳代で８割と高くなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

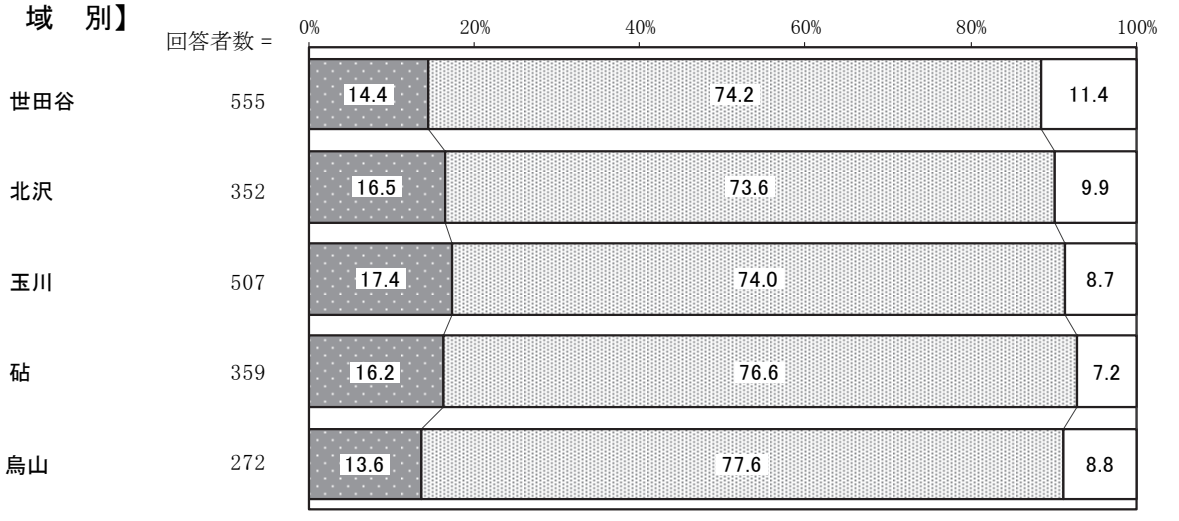
【性　別】



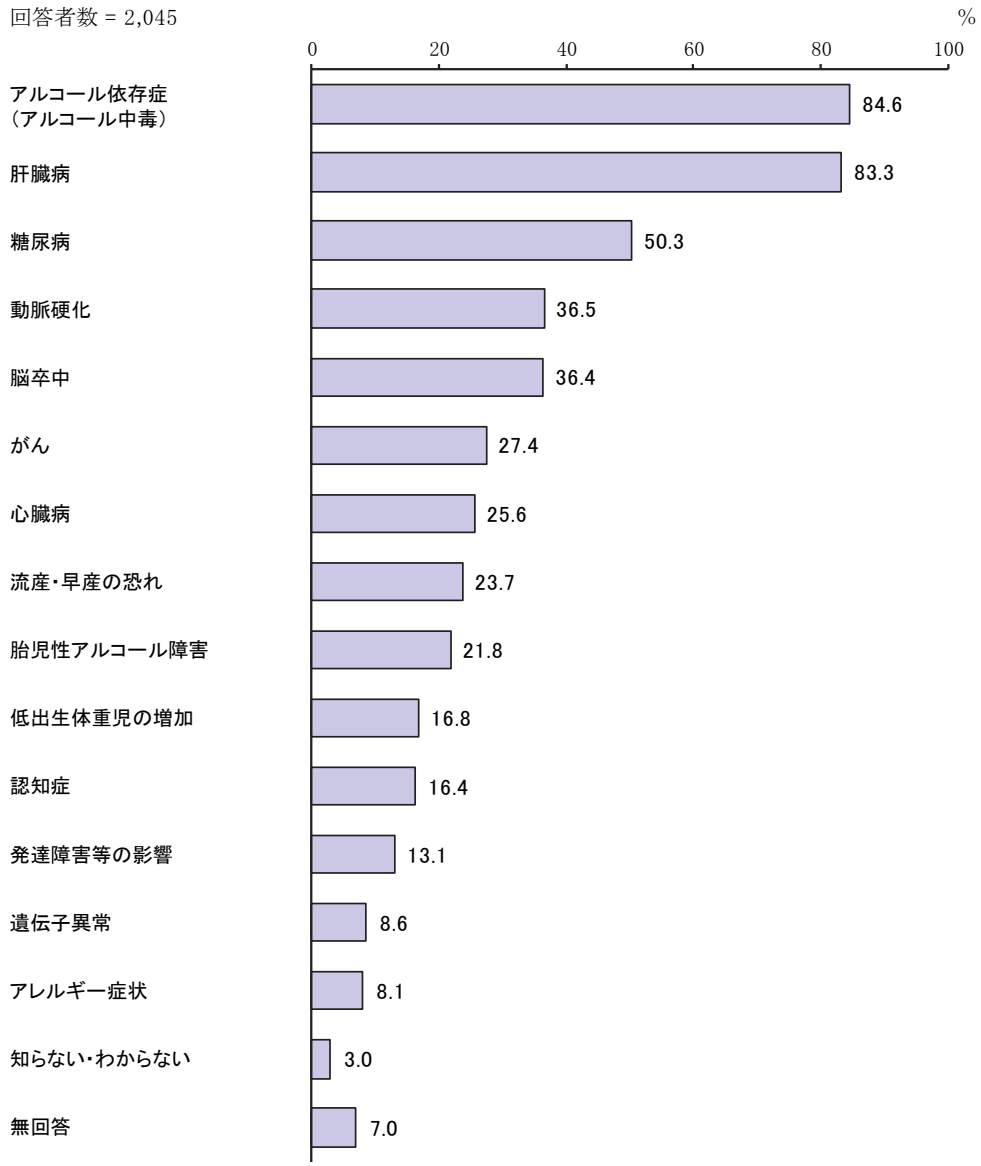
【性・年代別】


知っている
知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 17.5 79.4 3.2
30歳代 94 19.1 75.5 5.3
40歳代 156 13.5 83.3 3.2
50歳代 154 18.8 72.7 8.4
60歳代 139 20.9 64.7 14.4
70歳代 145 19.3 72.4 8.3
80歳以上 93 20.4 55.9 23.7
女性 20歳代 109 15.6 80.7 3.7
30歳代 162 12.3 84.0 3.7
40歳代 223 11.2 84.3 4.5
50歳代 222 18.5 77.0 4.5
60歳代 171 15.2 77.2 7.6
70歳代 163 12.9 76.1 11.0
80歳以上 90 4.4 61.1 34.4

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 14.4 74.2 11.4
北沢 352 16.5 73.6 9.9
玉川 507 17.4 74.0 8.7
砧 359 16.2 76.6 7.2
烏山 272 13.6 77.6 8.8

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。（〇はいくつでも）



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）」84.6％が最も高く、次いで「肝臓病」83.3％、「糖尿病」50.3％となっている。

性別にみると、「流産・早産の恐れ」は、女性が男性よりも 18.5 ポイント、「胎児性アルコール障害」は、女性が男性よりも 15.9 ポイント、「低出生体重児の増加」は、女性が男性よりも 13.9 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 50 歳代で９割台半ばと高く、次いで、男性の 20 歳代、女性の 20 歳代で９割を超えている。「肝臓病」は、女性の 50 歳代で９割と高く、次いで、女性の 40 歳代で約９割となっている。

地域別にみると、「糖尿病」は、北沢地域、玉川地域で５割台半ばと最も高く、最も高い玉川地域と最も低い烏山地域と比べると、13.2 ポイントの差がある。

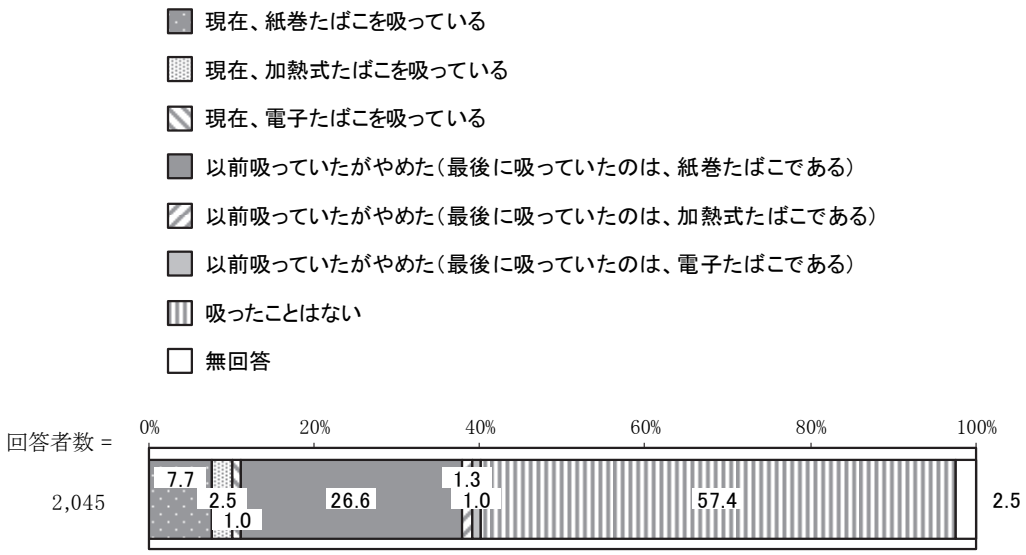
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		肝臓病	アルコール依存症（アルコール中毒）	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	胎児性アルコール障害	発達障害等の影響	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	回答者数（件）
男　性		82.5	82.3	35.8	25.0	48.8	25.8	33.9	13.7	9.0	13.0	8.3	13.3	5.7	5.0	2.8	7.6	844
女　性		85.2	87.7	37.1	26.0	52.0	29.2	39.1	18.2	22.9	28.9	16.7	31.8	10.1	11.3	3.0	5.6	1144
その他		100.0	100.0	75.0	75.0	75.0	－	25.0	25.0	25.0	25.0	25.0	50.0	25.0	25.0	－	－	4
男性	20歳代	82.5	92.1	39.7	33.3	52.4	25.4	57.1	9.5	19.0	20.6	12.7	20.6	9.5	11.1	3.2	1.6	63
	30歳代	86.2	91.5	23.4	16.0	42.6	22.3	27.7	12.8	18.1	22.3	12.8	27.7	5.3	7.4	1.1	4.3	94
	40歳代	84.6	85.3	30.8	19.2	46.8	24.4	26.3	11.5	13.5	16.7	12.2	17.3	5.8	7.7	3.2	2.6	156
	50歳代	86.4	81.8	35.1	26.6	49.4	26.0	32.5	13.6	6.5	14.3	8.4	13.0	6.5	3.2	2.6	7.8	154
	60歳代	84.9	83.5	40.3	25.2	52.5	33.1	41.0	18.0	7.2	9.4	7.9	10.1	5.8	3.6	0.7	8.6	139
	70歳代	80.7	80.0	42.8	33.1	55.9	24.1	34.5	16.6	2.1	6.2	2.8	5.5	4.1	2.1	3.4	8.3	145
	80歳以上	67.7	64.5	37.6	22.6	38.7	23.7	28.0	10.8	3.2	6.5	3.2	4.3	4.3	3.2	6.5	20.4	93
女性	20歳代	85.3	91.7	33.0	24.8	45.0	22.0	43.1	11.0	26.6	28.4	22.9	42.2	11.9	15.6	3.7	2.8	109
	30歳代	85.8	90.1	33.3	22.2	50.6	29.6	40.7	14.8	37.0	45.1	27.8	51.2	13.0	17.9	2.5	3.7	162
	40歳代	88.8	90.6	34.1	24.7	55.6	34.1	36.8	20.6	29.1	35.9	19.3	39.5	13.5	16.1	2.2	2.7	223
	50歳代	90.5	93.7	40.1	26.1	55.9	36.0	37.8	23.0	26.6	33.3	19.4	35.6	9.5	9.9	－	2.7	222
	60歳代	87.1	88.9	39.8	30.4	59.1	28.7	43.3	21.6	14.6	21.1	11.1	19.9	7.6	7.0	1.2	5.8	171
	70歳代	85.3	84.7	45.4	35.0	52.8	27.0	39.9	19.6	11.7	17.8	6.7	16.6	6.1	4.9	3.7	8.6	163
	80歳以上	57.8	60.0	28.9	13.3	30.0	12.2	30.0	5.6	3.3	6.7	3.3	5.6	5.6	3.3	14.4	21.1	90
世田谷		80.7	82.7	37.3	24.7	49.4	27.4	35.7	15.3	19.1	23.4	14.2	25.6	8.5	10.6	3.2	9.5	555
北沢		83.0	84.9	34.9	26.1	53.4	31.3	37.5	17.9	19.9	27.0	14.2	28.7	9.9	10.5	4.3	6.3	352
玉川		86.6	83.8	38.5	29.8	54.0	29.0	38.3	18.5	12.8	18.9	11.2	21.1	7.7	6.3	2.8	6.5	507
砧		84.4	87.2	37.9	25.9	50.7	25.3	39.6	14.8	15.9	21.7	12.3	23.4	7.2	8.6	1.7	5.8	359
烏山		81.6	86.0	30.5	18.8	40.8	22.4	29.8	14.7	16.5	17.3	13.6	18.4	7.0	6.3	3.3	5.5	272

（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○）



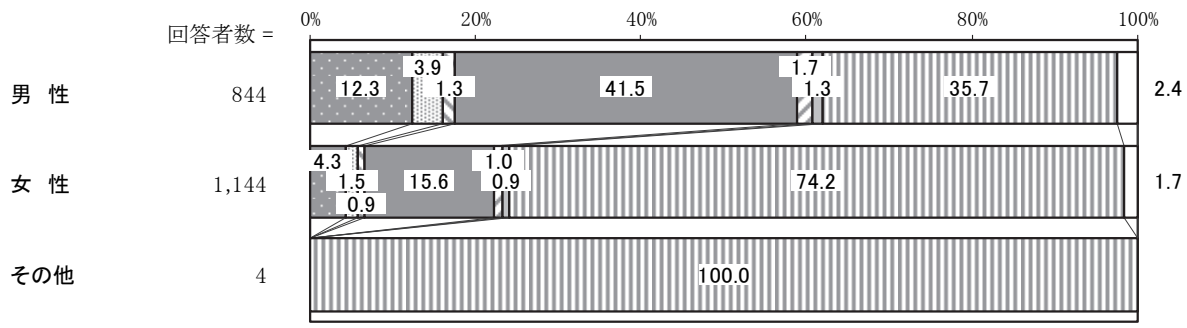
喫煙状況については、「吸ったことはない」57.4%が最も高く、次いで「以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）」26.6%となっている。

性別にみると、「現在、紙巻たばこを吸っている」は、男性が女性よりも 8.0 ポイント、「以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）」は、男性が女性よりも 25.9 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 38.5 ポイント高くなっている。

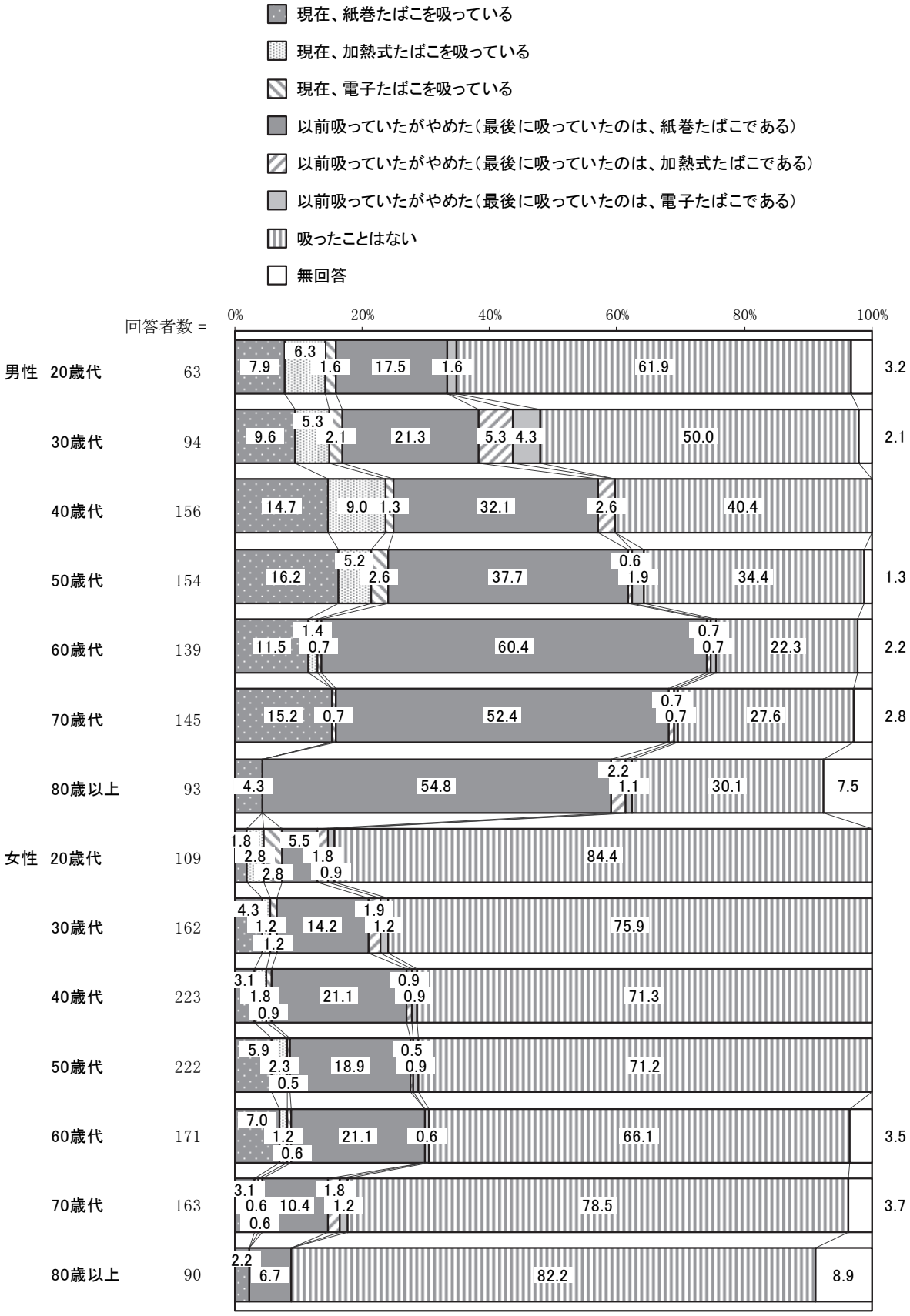
性・年代別にみると、「現在、紙巻たばこを吸っている」は、男性の 40 歳代、50 歳代、70 歳代で１割台半ばと最も高くなっている。「以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）」は、男性の 60 歳代で６割と最も高く、次いで男性の 80 歳以上で５割台半ばとなっている。「吸ったことはない」は、女性の 20 歳代で８割台半ばと最も高く、次いで、女性の 80 歳以上で８割を超えている。女性の中では 60 歳代が６割台半ばと低くなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

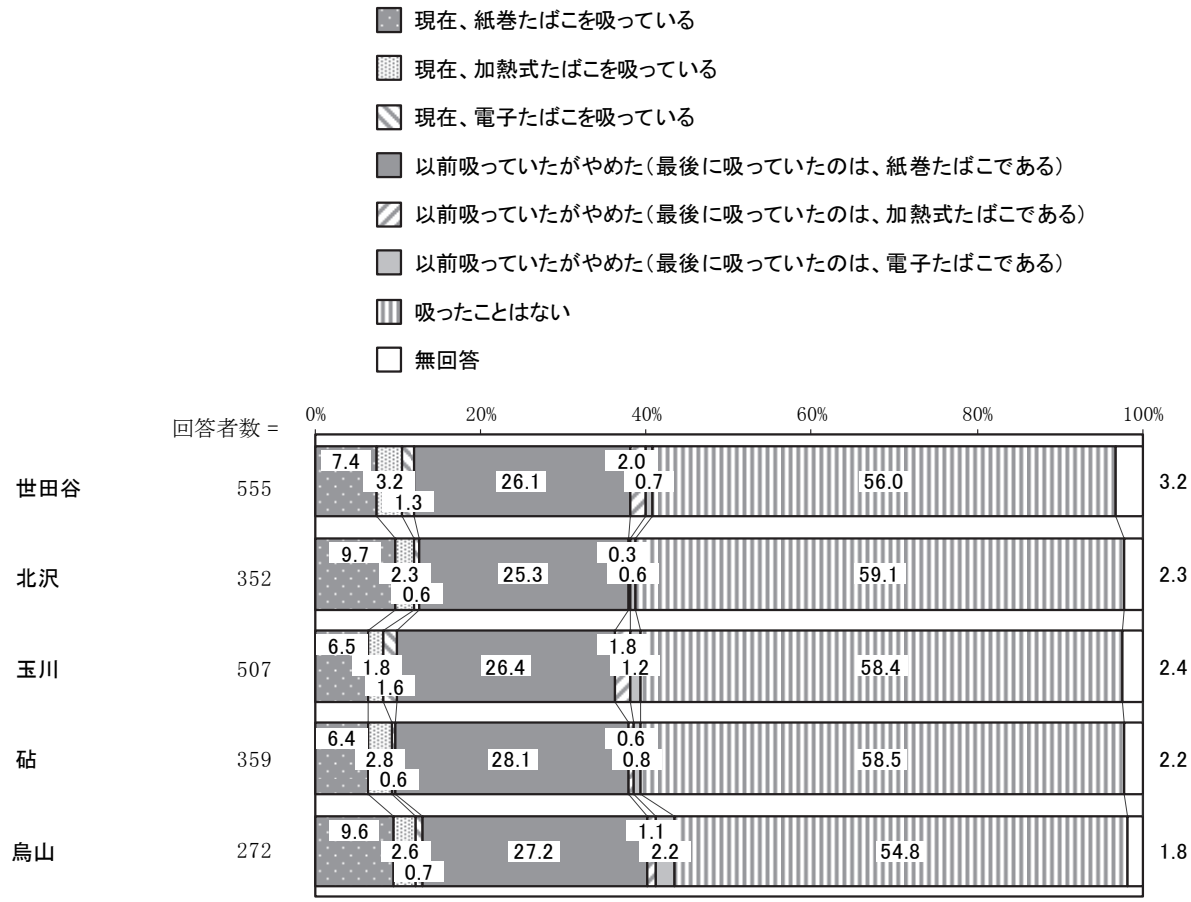
【性　別】



【性・年代別】


現在、紙巻たばこを吸っている
現在、加熱式たばこを吸っている
現在、電子たばこを吸っている
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、加熱式たばこである）
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、電子たばこである）
吸ったことはない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63
30歳代 94
40歳代 156
50歳代 154
60歳代 139
70歳代 145
80歳以上 93
女性 20歳代 109
30歳代 162
40歳代 223
50歳代 222
60歳代 171
70歳代 163
80歳以上 90

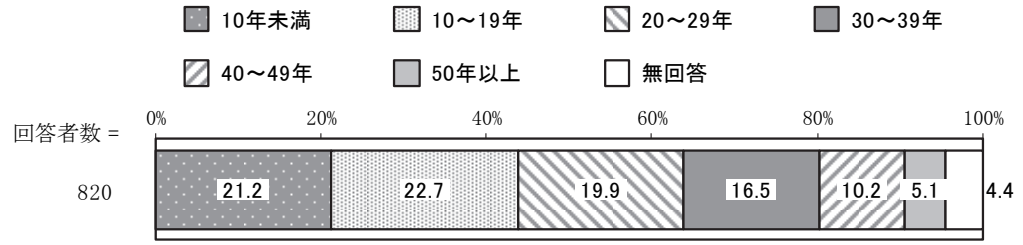
【地　域　別】


現在、紙巻たばこを吸っている
現在、加熱式たばこを吸っている
現在、電子たばこを吸っている
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、加熱式たばこである）
以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、電子たばこである）
吸ったことはない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 7.4 3.2 1.3 26.1 2.0 0.7 56.0 3.2
北沢 352 9.7 2.3 0.6 25.3 0.3 0.6 59.1 2.3
玉川 507 6.5 1.8 1.6 26.4 1.8 1.2 58.4 2.4
砧 359 6.4 2.8 0.6 28.1 0.6 0.8 58.5 2.2
烏山 272 9.6 2.6 0.7 27.2 1.1 2.2 54.8 1.8

問 31 で「１」～「６」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）。

①喫煙年数



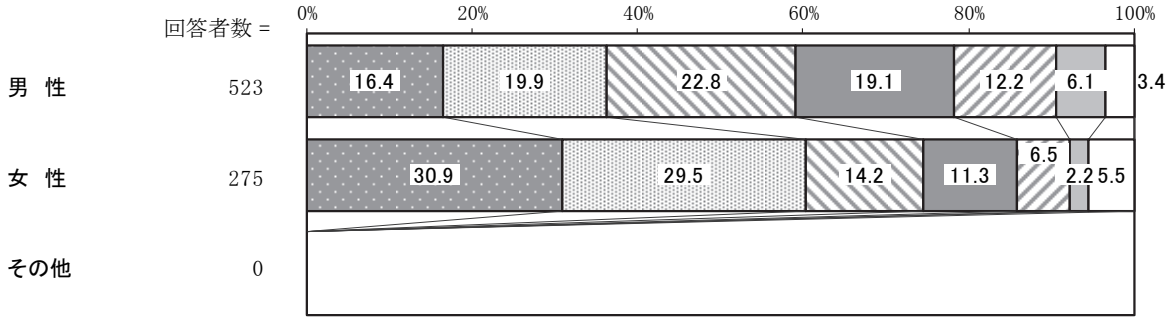
喫煙年数については、「10～19 年」22.7%が最も高く、次いで「10 年未満」21.2%、「20～29 年」19.9%となっている。

性別にみると、「10 年未満」は、女性が男性よりも 14.5 ポイント高くなっている。

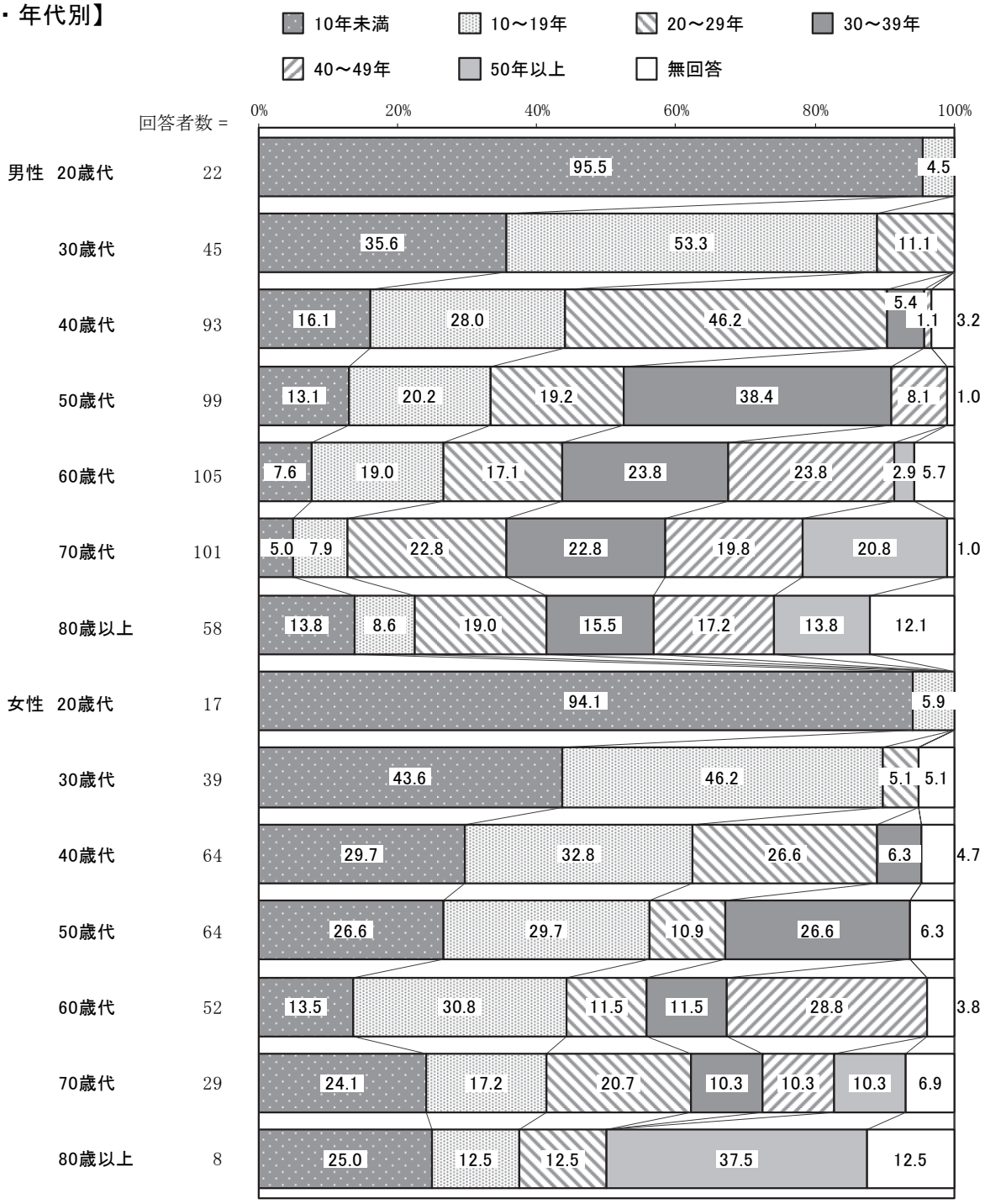
性・年代別にみると、「10～19 年」は、男性の 30 歳代で５割台半ばと最も高く、次いで、女性の 30 歳代で４割台半ばとなっている。

地域別にみると、「10～19 年」は、玉川地域で約３割と最も高くなっている。「40～49 年」は、玉川地域で１割台半ばと最も高くなっている。

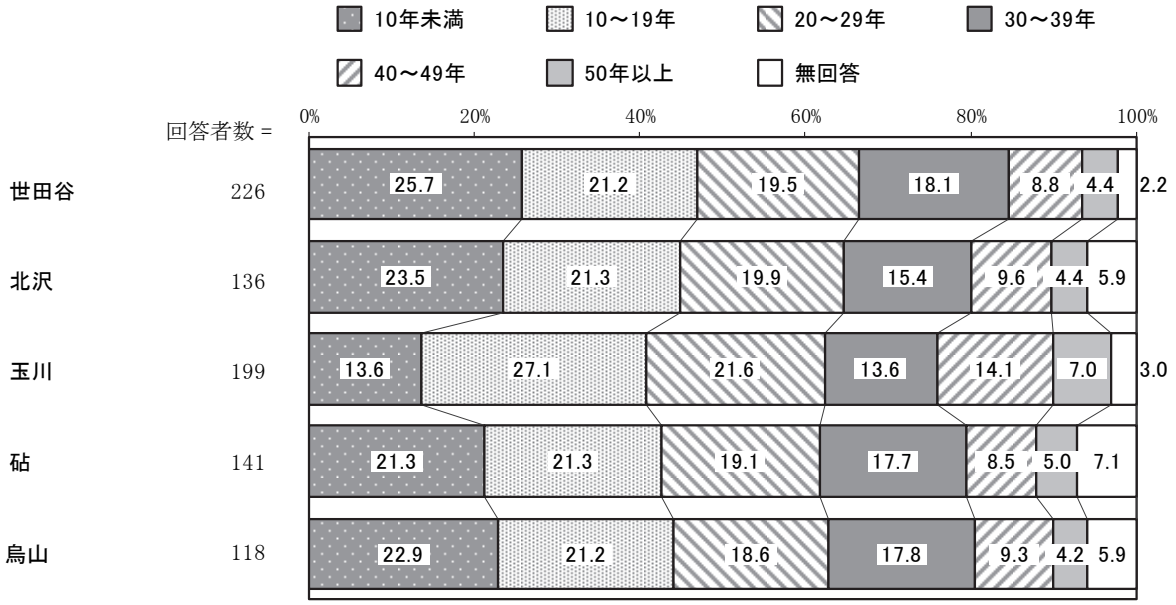
【性　別】



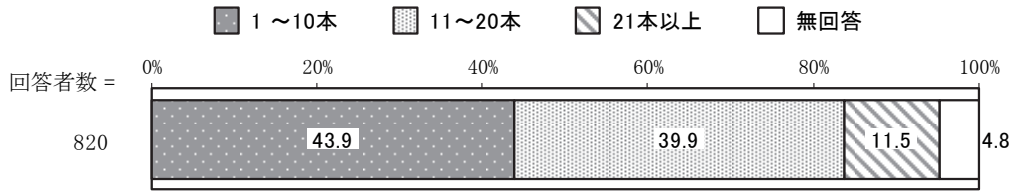
【性・年代別】


10年未満
10～19年
20～29年
30～39年
40～49年
50年以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 22
95.5 4.5
30歳代 45
35.6 53.3 11.1
40歳代 93
16.1 28.0 46.2 5.4 1.1 3.2
50歳代 99
13.1 20.2 19.2 38.4 8.1 1.0
60歳代 105
7.6 19.0 17.1 23.8 23.8 2.9 5.7
70歳代 101
5.0 7.9 22.8 22.8 19.8 20.8 1.0
80歳以上 58
13.8 8.6 19.0 15.5 17.2 13.8 12.1
女性 20歳代 17
94.1 5.9
30歳代 39
43.6 46.2 5.1 5.1
40歳代 64
29.7 32.8 26.6 6.3 4.7
50歳代 64
26.6 29.7 10.9 26.6 6.3
60歳代 52
13.5 30.8 11.5 11.5 28.8 3.8
70歳代 29
24.1 17.2 20.7 10.3 10.3 10.3 6.9
80歳以上 8
25.0 12.5 12.5 37.5 12.5

【地　域　別】


10年未満
10～19年
20～29年
30～39年
40～49年
50年以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 226
25.7 21.2 19.5 18.1 8.8 4.4 2.2
北沢 136
23.5 21.3 19.9 15.4 9.6 4.4 5.9
玉川 199
13.6 27.1 21.6 13.6 14.1 7.0 3.0
砧 141
21.3 21.3 19.1 17.7 8.5 5.0 7.1
烏山 118
22.9 21.2 18.6 17.8 9.3 4.2 5.9

②喫煙本数



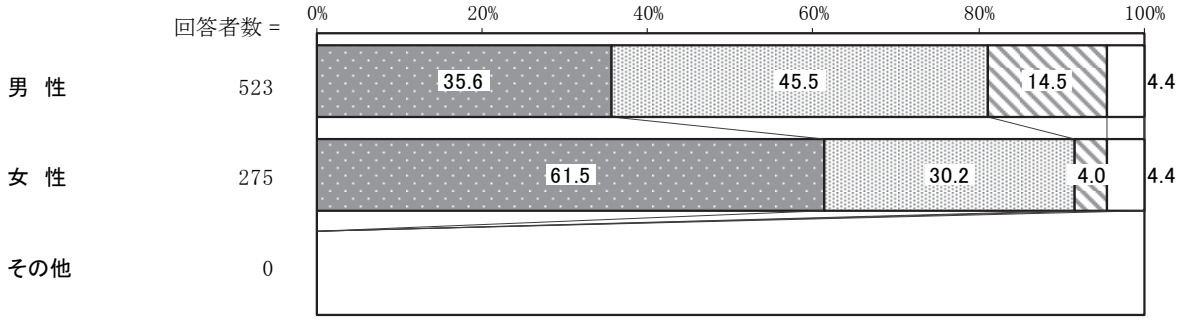
1日あたりの喫煙本数については「1～10本」43.9%が最も高く、次いで「11～20本」39.9%、「21本以上」11.5%となっている。

性別にみると、「1～10本」は、女性が男性よりも25.9ポイント高くなっている。一方、「11～20本」は、男性が女性よりも15.3ポイント、「21本以上」は、男性が女性よりも10.5ポイント高くなっている。

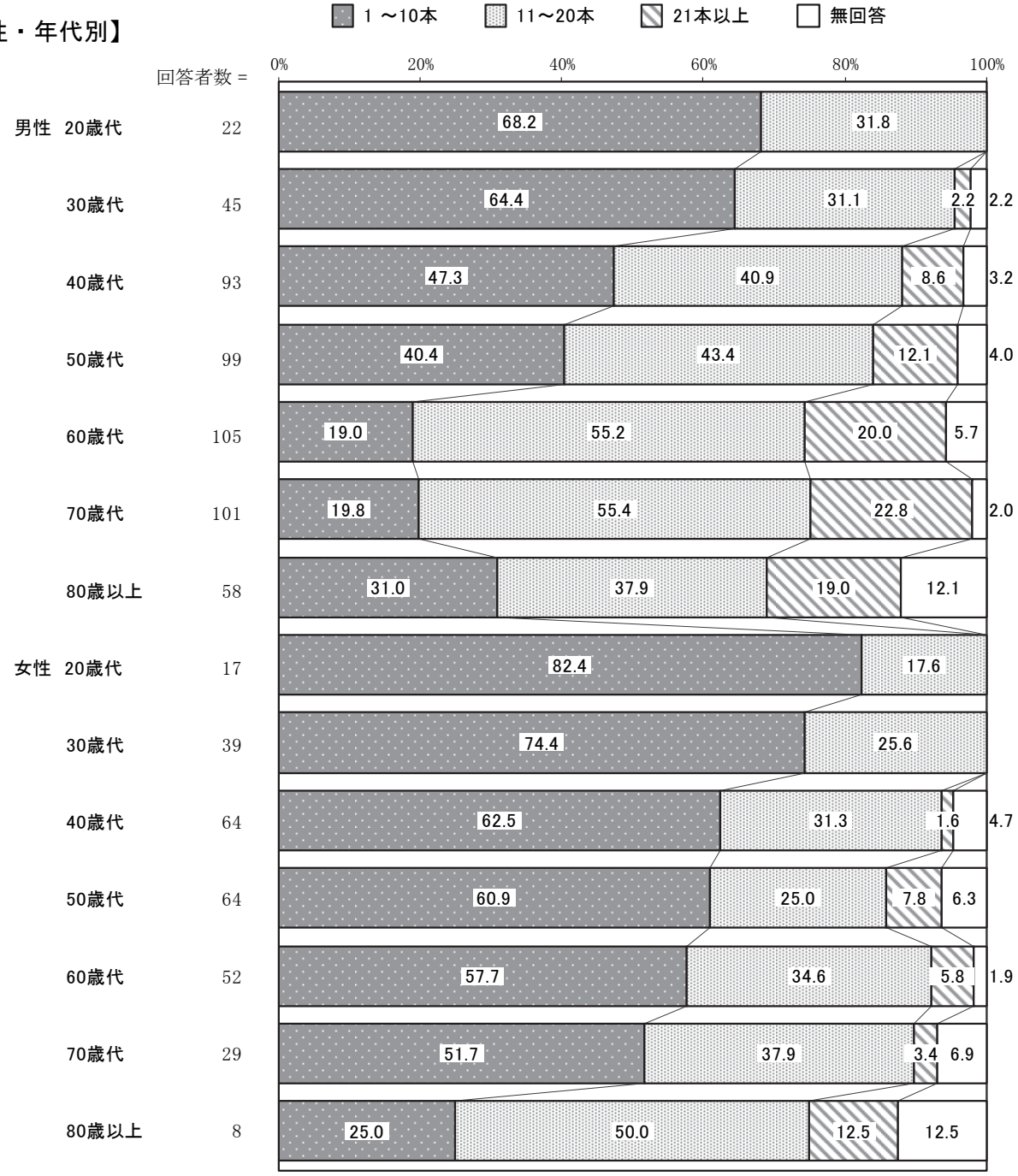
性・年代別にみると、「11～20本」は、男性の60歳代、70歳代で５割台半ばと最も高くなっている。「21本以上」は、男性の70歳代で２割を超えて最も高く、次いで、男性の60歳代で２割となっている。

地域別にみると、「11～20本」は、世田谷地域で４割台半ばと最も高く、最も低い砧地域と比べると、12.7ポイントの差がある。

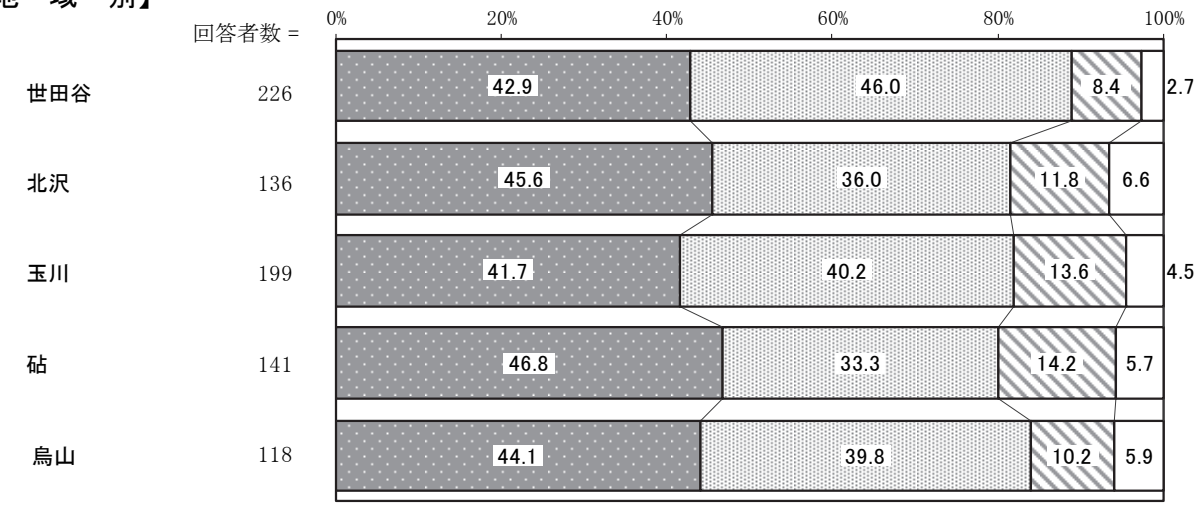
【性　別】



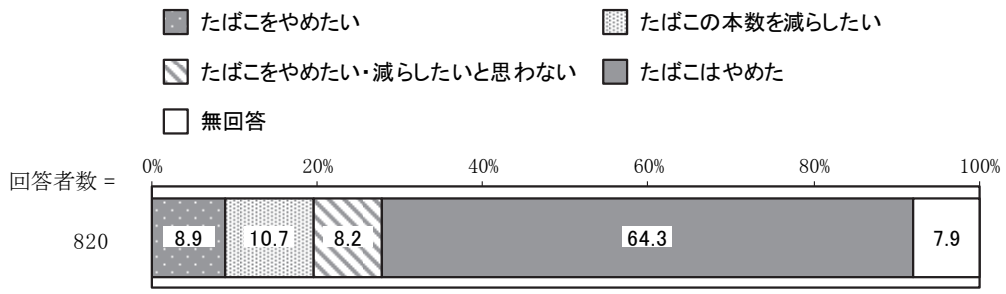
【性・年代別】


1 ～10本
11～20本
21本以上
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 22 68.2 31.8
30歳代 45 64.4 31.1 2.2 2.2
40歳代 93 47.3 40.9 8.6 3.2
50歳代 99 40.4 43.4 12.1 4.0
60歳代 105 19.0 55.2 20.0 5.7
70歳代 101 19.8 55.4 22.8 2.0
80歳以上 58 31.0 37.9 19.0 12.1
女性 20歳代 17 82.4 17.6
30歳代 39 74.4 25.6
40歳代 64 62.5 31.3 1.6 4.7
50歳代 64 60.9 25.0 7.8 6.3
60歳代 52 57.7 34.6 5.8 1.9
70歳代 29 51.7 37.9 3.4 6.9
80歳以上 8 25.0 50.0 12.5 12.5

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 226 42.9 46.0 8.4 2.7
北沢 136 45.6 36.0 11.8 6.6
玉川 199 41.7 40.2 13.6 4.5
砧 141 46.8 33.3 14.2 5.7
烏山 118 44.1 39.8 10.2 5.9

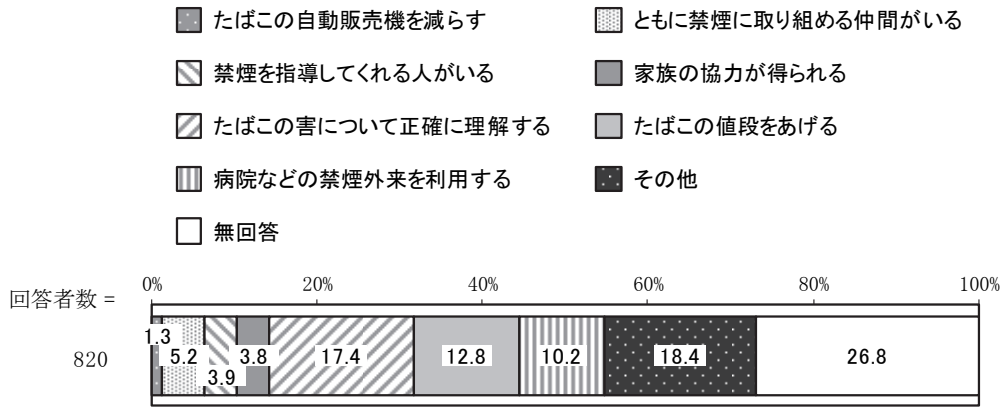
問 31-2　あなたは、今後、たばこをやめたい・減らしたいと思っていますか。
（１つに○）



今後、たばこをやめたい・減らしたいかについては、「たばこはやめた」64.3%が最も高く、次いで「たばこの本数を減らしたい」10.7%となっている。

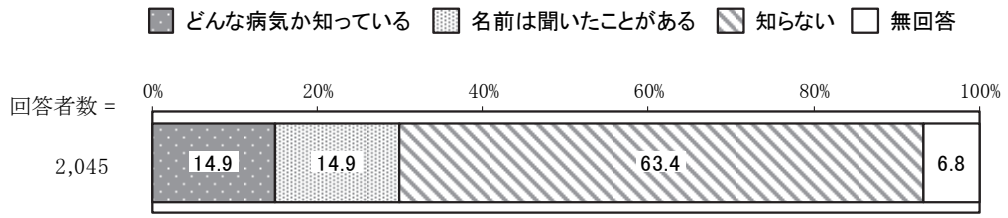
問 31 で「１」～「６」を選ばれた方にうかがいます。

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」17.4%が最も高く、次いで「たばこの値段をあげる」12.8%、「病院などの禁煙外来を利用する」10.2%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○）



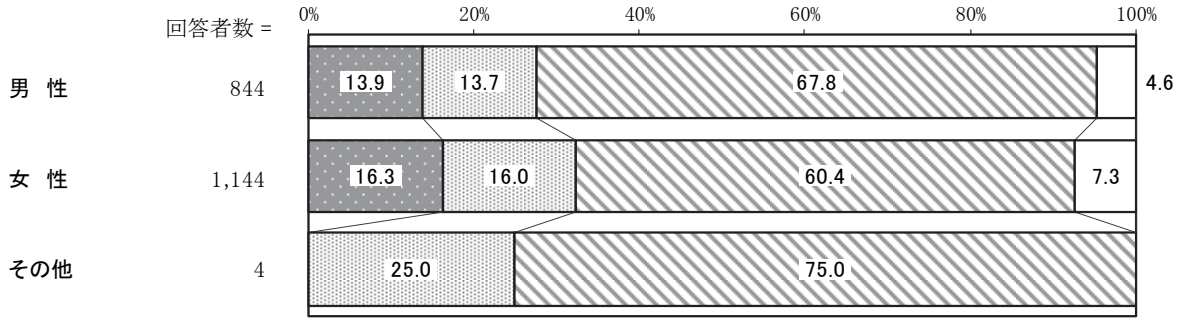
「COPD」という病気の認知度について、「知らない」63.4%が最も高く、次いで「どんな病気か知っている」と「名前は聞いたことがある」を合わせた「知っている人」は 29.8%となっている。

性別にみると、「知らない」は、男性が女性よりも 7.4 ポイント高くなっている。

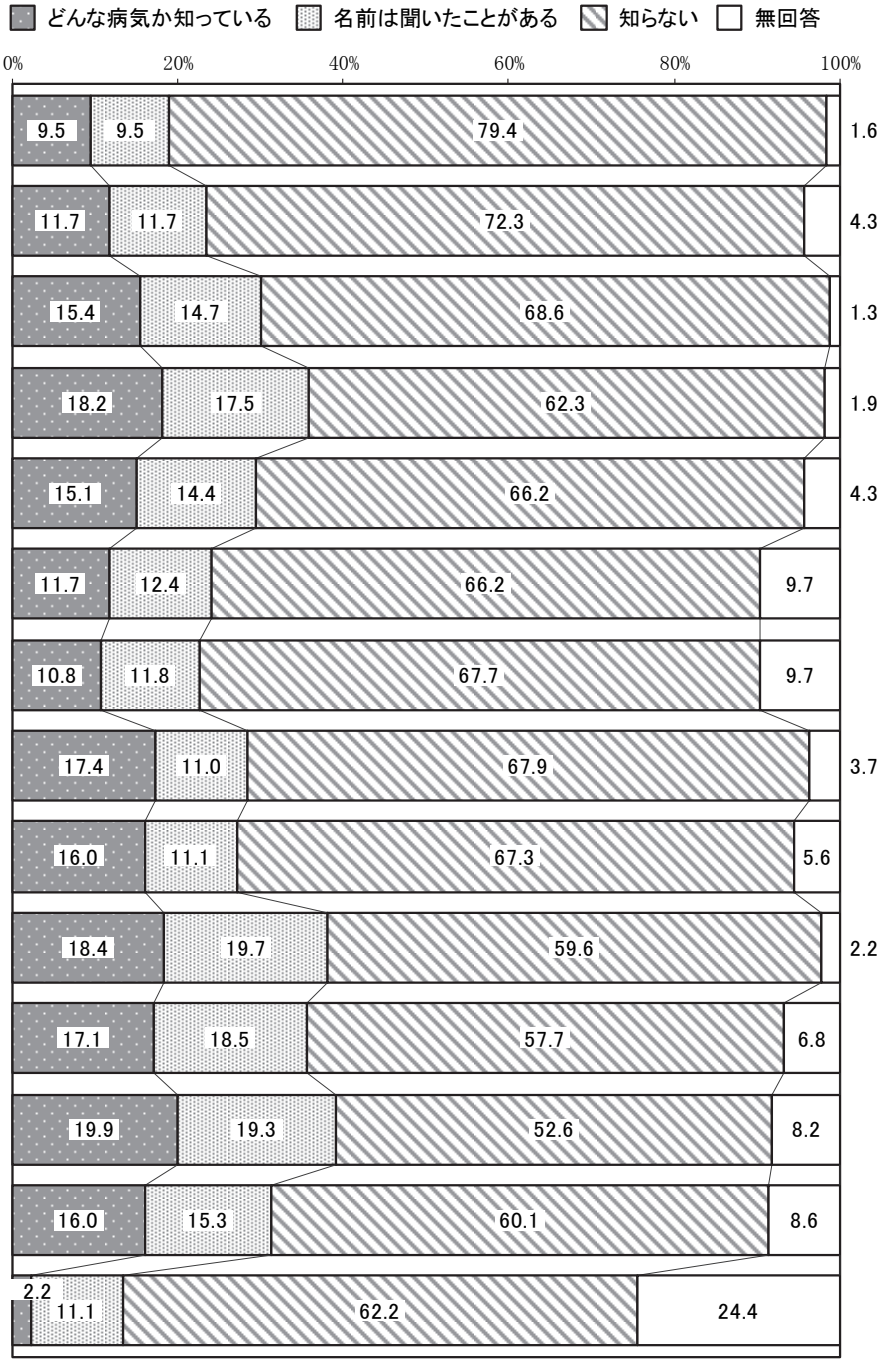
性・年代別にみると、「知らない」は、男性の 20 歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代で７割を超えている。

地域別にみると、「知らない」は、烏山地域で７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世田谷地域で比べると、13.0 ポイントの差がある。

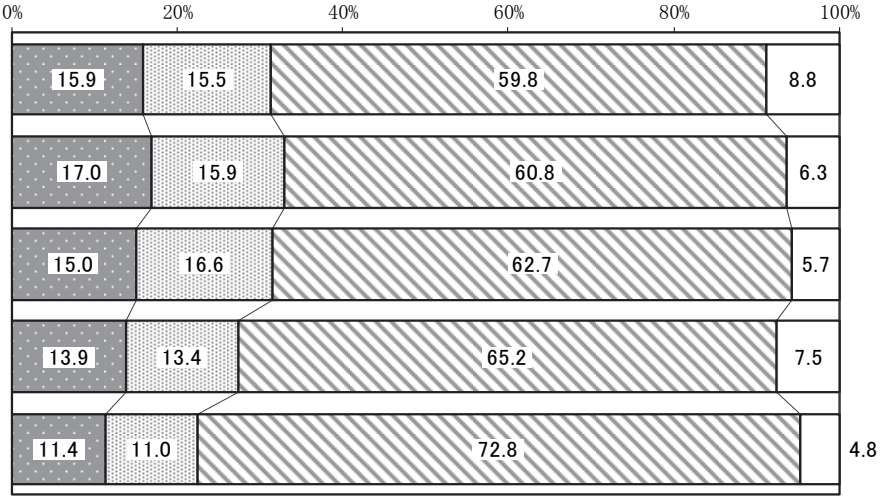
【性　別】



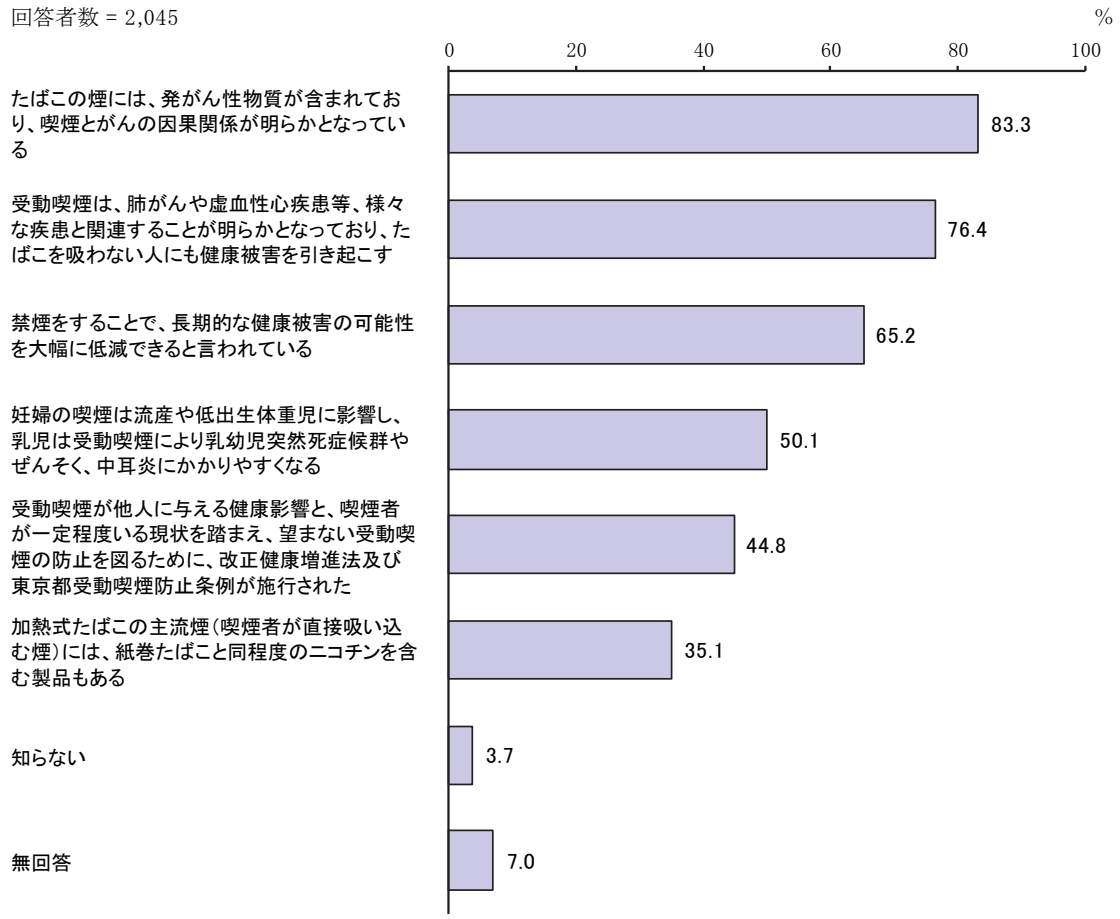
【性・年代別】


どんな病気か知っている
名前は聞いたことがある
知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 9.5 9.5 79.4 1.6
30歳代 94 11.7 11.7 72.3 4.3
40歳代 156 15.4 14.7 68.6 1.3
50歳代 154 18.2 17.5 62.3 1.9
60歳代 139 15.1 14.4 66.2 4.3
70歳代 145 11.7 12.4 66.2 9.7
80歳以上 93 10.8 11.8 67.7 9.7
女性 20歳代 109 17.4 11.0 67.9 3.7
30歳代 162 16.0 11.1 67.3 5.6
40歳代 223 18.4 19.7 59.6 2.2
50歳代 222 17.1 18.5 57.7 6.8
60歳代 171 19.9 19.3 52.6 8.2
70歳代 163 16.0 15.3 60.1 8.6
80歳以上 90 2.2 11.1 62.2 24.4

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 15.9 15.5 59.8 8.8
北沢 352 17.0 15.9 60.8 6.3
玉川 507 15.0 16.6 62.7 5.7
砧 359 13.9 13.4 65.2 7.5
烏山 272 11.4 11.0 72.8 4.8

問 33　喫煙・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）



受動喫煙による影響についての認知度については、「たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、喫煙とがんの因果関係が明らかとなっている」83.3%が最も高く、次いで「受動喫煙は、肺がんや虚血性心疾患等、様々な疾患と関連することが明らかとなっており、たばこを吸わない人にも健康被害を引き起こす」76.4%、「禁煙をすることで、長期的な健康被害の可能性を大幅に低減できると言われている」65.2%となっている。

性別にみると、「受動喫煙が他人に与える健康影響と、喫煙者が一定程度いる現状を踏まえ、望まない受動喫煙の防止を図るために、改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が施行された」は、男性が女性よりも 8.2 ポイント高くなっている。一方、「妊婦の喫煙は流産や低出生体重児に影響し、乳児は受動喫煙により乳幼児突然死症候群やぜんそく、中耳炎にかかりやすくなる」は、女性が男性よりも 10.1 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、喫煙とがんの因果関係が明らかとなっている」は、男性の 30 歳代で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。「受動喫煙が他人に与える健康影響と、喫煙者が一定程度いる現状を踏まえ、望まない受動喫煙の防止を図るために、改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が施行された」は、男性の 20 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで男性の 50 歳代、60 歳代で約６割となっている。

地域別にみると、「受動喫煙が他人に与える健康影響と、喫煙者が一定程度いる現状を踏まえ、望まない受動喫煙の防止を図るために、改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が施行された」は、世田谷地域、北沢地域で約５割となっており、最も高い北沢地域と最も低い砧地域、烏山地域と比べると、10.4 ポイントの差がある。

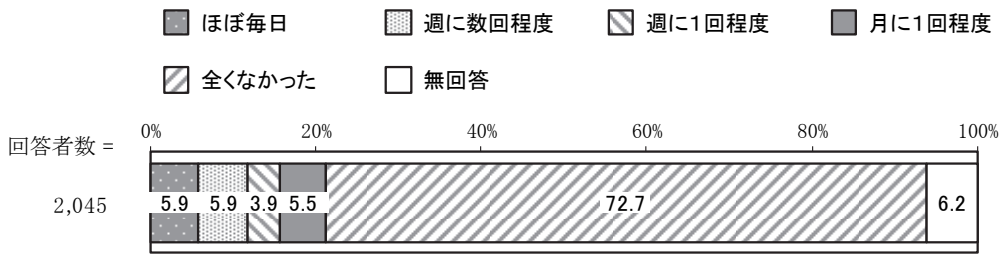
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：%

区分		たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、喫煙とがんの因果関係が明らかとなっている	加熱式たばこの主流煙（喫煙者が直接吸い込む煙）には、紙巻たばこと同程度のニコチンを含む製品もある	受動喫煙は、肺がんや虚血性心疾患等、様々な疾患と関連することが明らかとなっており、たばこを吸わない人にも健康被害を引き起こす	禁煙をすることで、長期的な健康被害の可能性を大幅に低減できると言われている	受動喫煙が他人に与える健康影響と、喫煙者が一定程度いる現状を踏まえ、望まない受動喫煙の防止を図るために、改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が施行された	妊婦の喫煙は流産や低出生体重児に影響し、乳児は受動喫煙により乳幼児突然死症候群やぜんそく、中耳炎にかかりやすくなる	知らない	無回答	回答者数（件）
男　性		85.9	37.3	78.2	66.5	50.0	44.8	3.9	4.4	844
女　性		82.7	34.1	76.6	65.6	41.8	54.9	3.3	8.0	1144
その他		50.0	25.0	50.0	25.0	50.0	25.0	25.0	－	4
男性	20 歳代	88.9	55.6	90.5	76.2	63.5	42.9	4.8	1.6	63
	30 歳代	91.5	57.4	79.8	64.9	48.9	59.6	1.1	3.2	94
	40 歳代	90.4	42.3	74.4	69.2	44.9	49.4	3.2	1.3	156
	50 歳代	86.4	40.3	81.8	71.4	58.4	45.5	3.9	2.6	154
	60 歳代	87.8	31.7	83.5	63.3	58.3	44.6	3.6	2.9	139
	70 歳代	80.7	23.4	77.9	64.1	43.4	40.0	4.1	7.6	145
	80 歳以上	75.3	21.5	61.3	57.0	34.4	30.1	7.5	12.9	93
女性	20 歳代	86.2	50.5	75.2	63.3	43.1	49.5	1.8	2.8	109
	30 歳代	85.8	44.4	80.2	71.0	47.5	64.2	2.5	6.2	162
	40 歳代	89.2	35.9	81.2	74.0	43.0	55.6	2.7	3.1	223
	50 歳代	89.6	40.5	84.2	70.7	47.3	62.2	1.4	5.9	222
	60 歳代	81.3	32.2	78.9	63.7	42.7	59.6	1.8	8.8	171
	70 歳代	76.7	19.0	71.2	58.3	40.5	46.0	6.1	10.4	163
	80 歳以上	53.3	6.7	46.7	42.2	14.4	31.1	11.1	27.8	90
世田谷		82.9	35.5	76.2	64.5	47.7	50.1	3.4	8.5	555
北沢		83.0	39.2	76.4	65.9	49.4	52.6	3.1	7.4	352
玉川		84.2	33.5	75.7	65.9	45.6	52.5	3.9	6.1	507
砧		83.6	32.6	76.3	65.7	39.0	45.1	3.6	6.4	359
烏山		82.4	35.3	78.3	64.0	39.0	49.3	4.8	6.3	272

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）

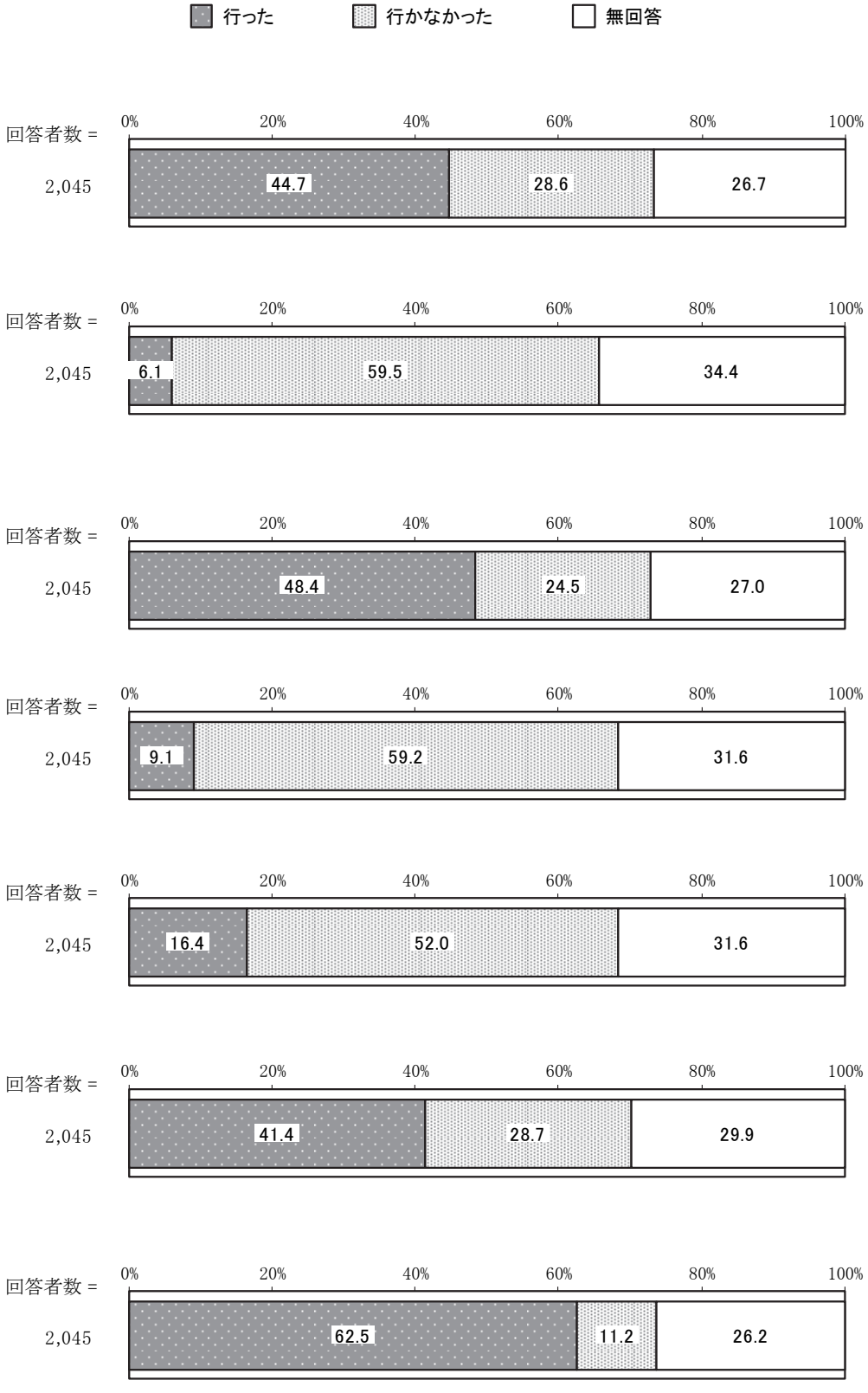
（１）家庭



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については、「全くなかった」72.7%が最も高くなっている。

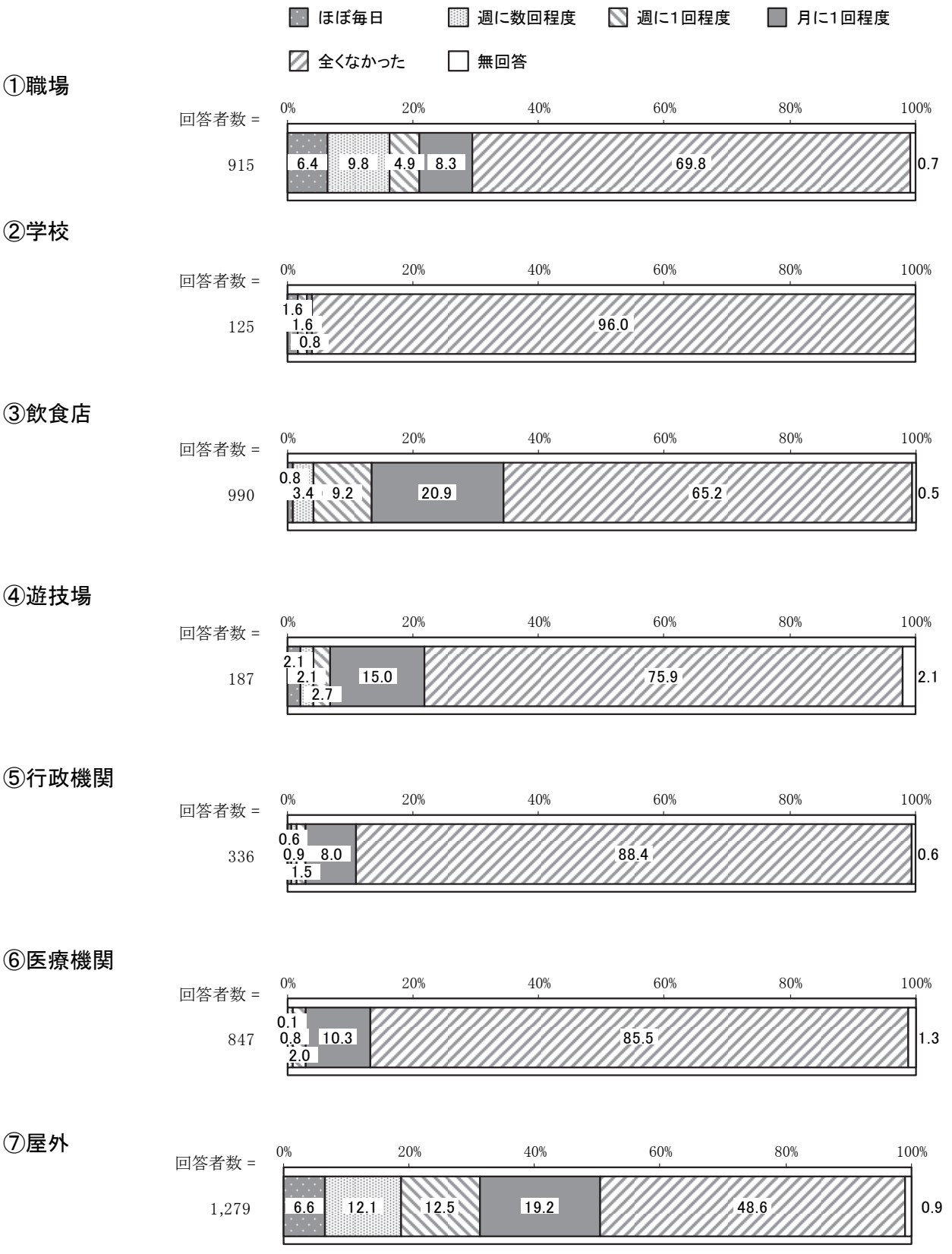
（２）家庭以外

往訪状況（○はそれぞれ１つ）



受動喫煙の機会について、家庭以外の往訪状況については、「屋外」（設問⑦）で、「行った」は６割を超えており最も高くなっている。

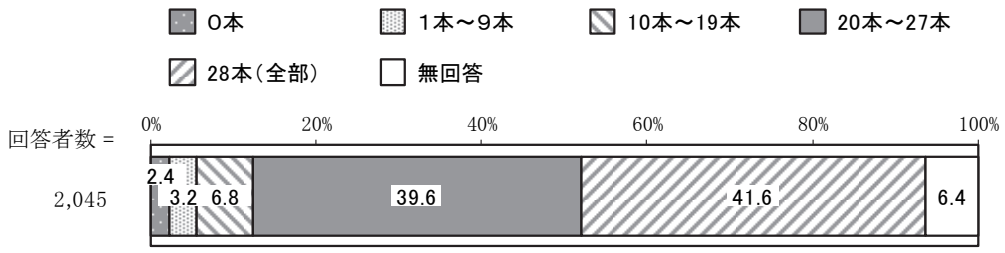
副流煙を吸った頻度（○はそれぞれ１つ）



家庭以外の副流煙を吸った頻度については、「屋外」（設問⑦）で、「ほぼ毎日」と「週に数回程度」、「週に１回程度」をあわせた「週１回以上」は３割を超えており、最も高くなっている。

（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。



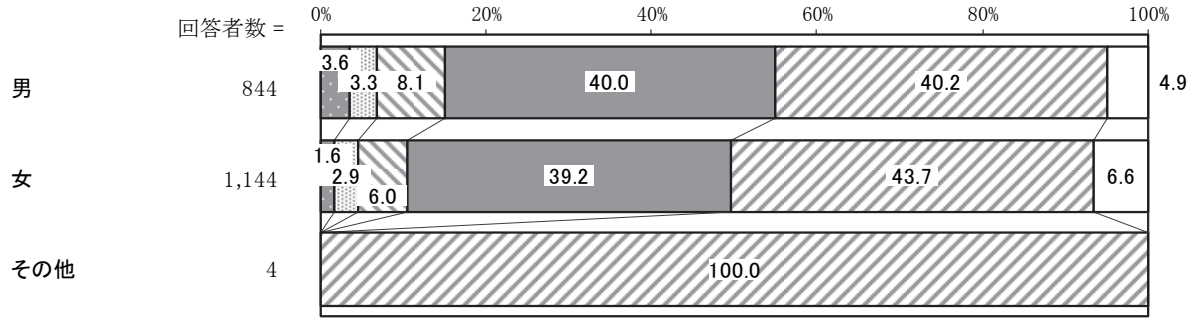
歯の本数については、「28 本（全部)」41.6%が最も高く、次いで「20 本～27 本」39.6%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

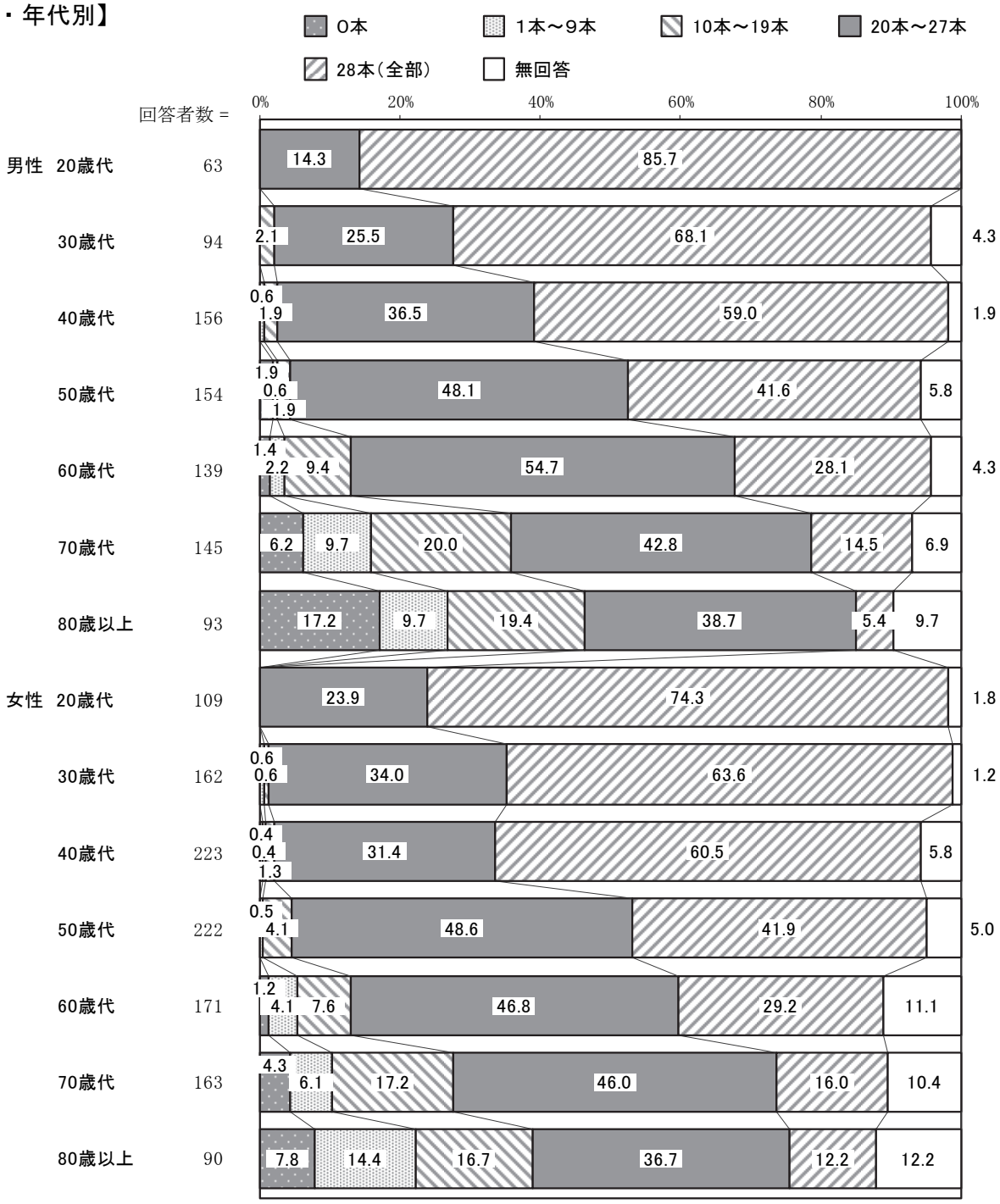
性・年代別にみると、「０本」は、男性の 80 歳以上で約２割と最も高くなっている。「10 本～19 本」は、男性の 70 歳代で２割、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で約２割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

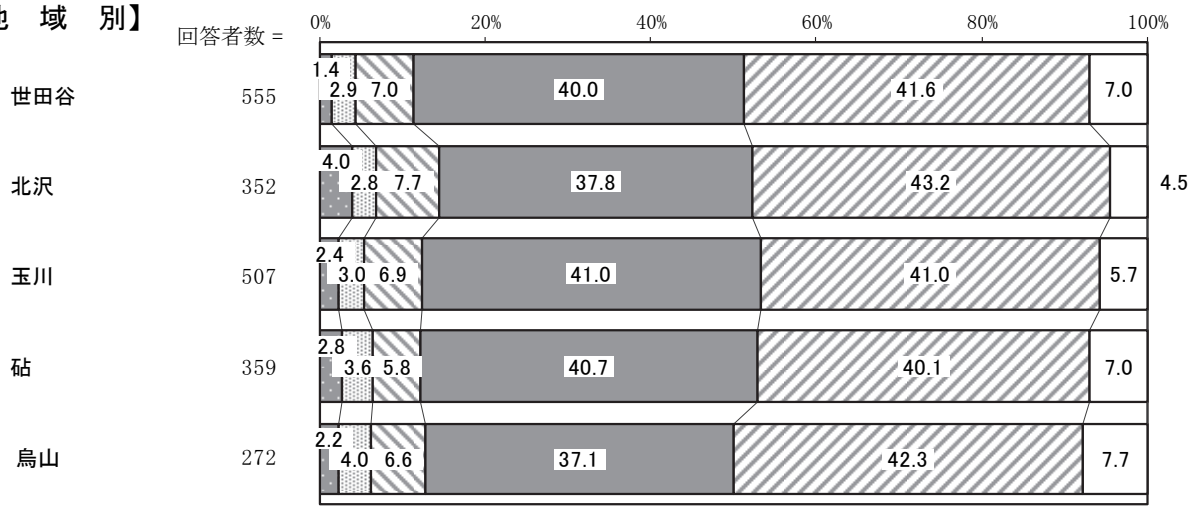
【性　別】



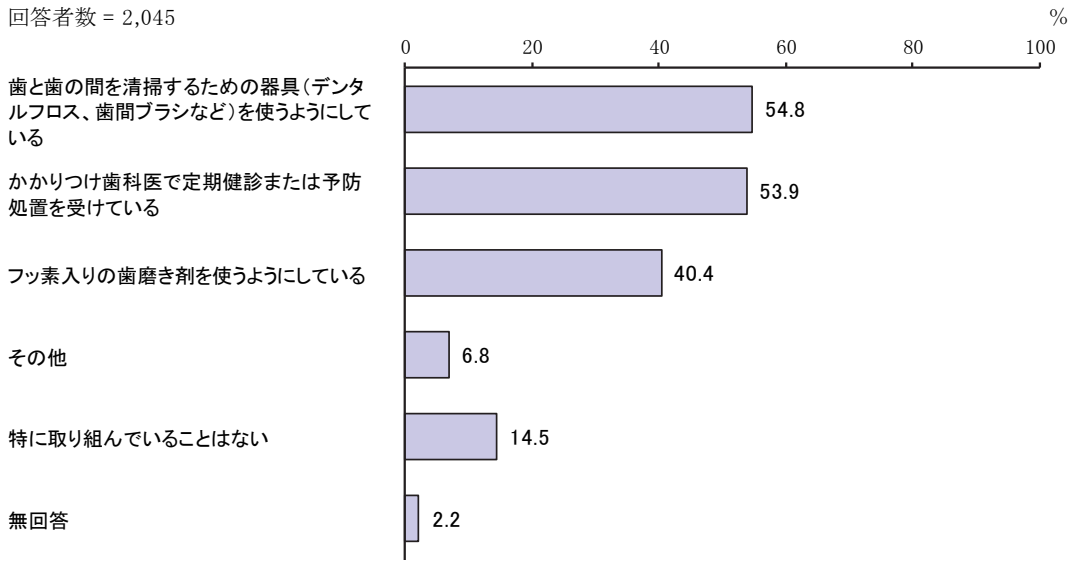
【性・年代別】


0本
1本～9本
10本～19本
20本～27本
28本（全部）
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 14.3 85.7
30歳代 94 2.1 25.5 68.1 4.3
40歳代 156 0.6 1.9 36.5 59.0 1.9
50歳代 154 1.9 0.6 1.9 48.1 41.6 5.8
60歳代 139 1.4 2.2 9.4 54.7 28.1 4.3
70歳代 145 6.2 9.7 20.0 42.8 14.5 6.9
80歳以上 93 17.2 9.7 19.4 38.7 5.4 9.7
女性 20歳代 109 23.9 74.3 1.8
30歳代 162 0.6 0.6 34.0 63.6 1.2
40歳代 223 0.4 0.4 31.4 60.5 5.8
50歳代 222 1.3 0.5 4.1 48.6 41.9 5.0
60歳代 171 1.2 4.1 7.6 46.8 29.2 11.1
70歳代 163 4.3 6.1 17.2 46.0 16.0 10.4
80歳以上 90 7.8 14.4 16.7 36.7 12.2 12.2

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 1.4 2.9 7.0 40.0 41.6 7.0
北沢 352 4.0 2.8 7.7 37.8 43.2 4.5
玉川 507 2.4 3.0 6.9 41.0 41.0 5.7
砧 359 2.8 3.6 5.8 40.7 40.1 7.0
烏山 272 2.2 4.0 6.6 37.1 42.3 7.7

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○）



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」54.8%が最も高く、次いで「かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている」53.9%、「フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている」40.4%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 14.1 ポイント、「かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている」は、女性が男性よりも 11.0 ポイント、「フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている」は、女性が男性よりも 6.3 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 9.3 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている」は、女性の 60 歳代で約７割と最も高く、次いで女性の 50 歳代で６割を超えている。「特に取り組んでいることはない」は、男性の 20 歳代で２割台半ばと最も高くなっている。

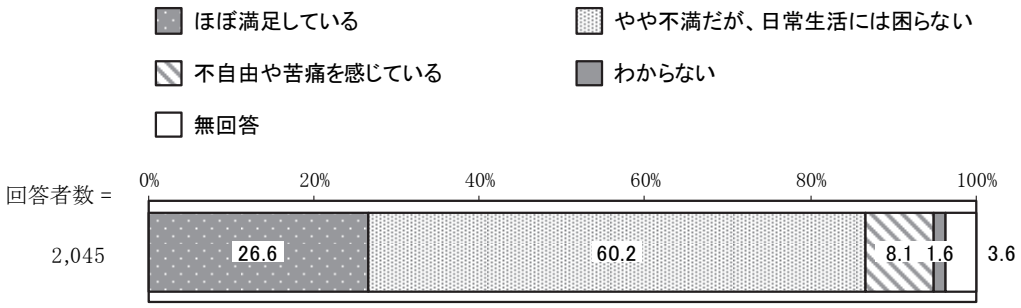
地域別にみると、「フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている」は北沢地域、玉川地域で４割台半ばと最も高く、最も高い玉川地域と最も低い烏山地域を比べると 7.9 ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている	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	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	回答者数（件）
男　性		47.7	46.9	37.3	6.0	19.9	2.5	844
女　性		58.7	61.0	43.6	7.1	10.6	1.4	1144
その他		50.0	75.0	50.0	－	25.0	－	4
男性	20歳代	30.2	38.1	44.4	4.8	25.4	－	63
	30歳代	28.7	40.4	46.8	1.1	22.3	5.3	94
	40歳代	48.7	44.9	35.3	7.1	22.4	－	156
	50歳代	46.8	44.2	38.3	5.8	16.2	－	154
	60歳代	50.4	48.9	31.7	7.2	25.2	0.7	139
	70歳代	60.0	55.2	36.6	8.3	14.5	4.8	145
	80歳以上	55.9	51.6	34.4	5.4	16.1	8.6	93
女性	20歳代	45.0	46.8	33.0	4.6	22.0	－	109
	30歳代	54.3	63.0	46.9	2.5	12.3	0.6	162
	40歳代	58.3	61.9	46.6	7.6	10.3	0.4	223
	50歳代	62.2	66.2	52.3	5.4	6.8	0.5	222
	60歳代	69.6	70.2	45.0	6.4	5.3	2.9	171
	70歳代	61.3	63.2	38.0	10.4	7.4	2.5	163
	80歳以上	51.1	37.8	27.8	16.7	18.9	4.4	90
世田谷		55.0	54.4	40.5	7.0	13.7	2.2	555
北沢		54.0	56.0	43.5	8.2	12.5	2.0	352
玉川		56.8	57.4	43.6	6.9	12.2	2.6	507
砧		49.9	51.8	36.5	6.7	18.7	2.2	359
烏山		51.8	53.3	35.7	4.4	17.3	2.2	272

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○）



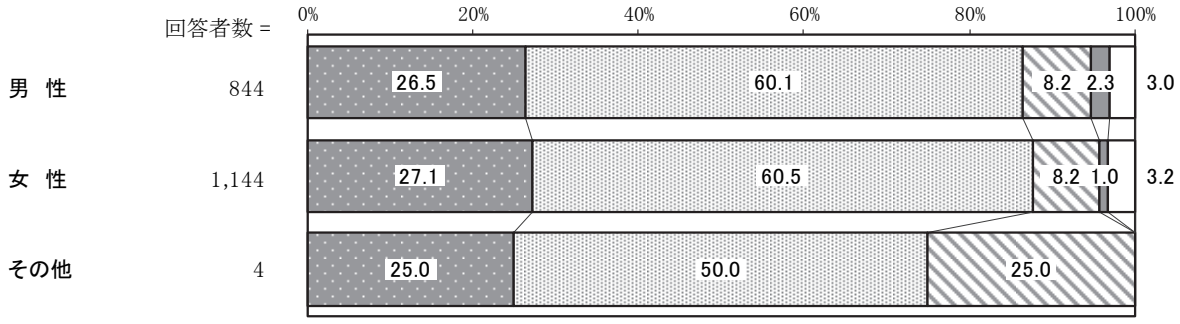
歯や口の状態については、「やや不満だが、日常生活には困らない」60.2%が最も高く、次いで「ほぼ満足している」26.6%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

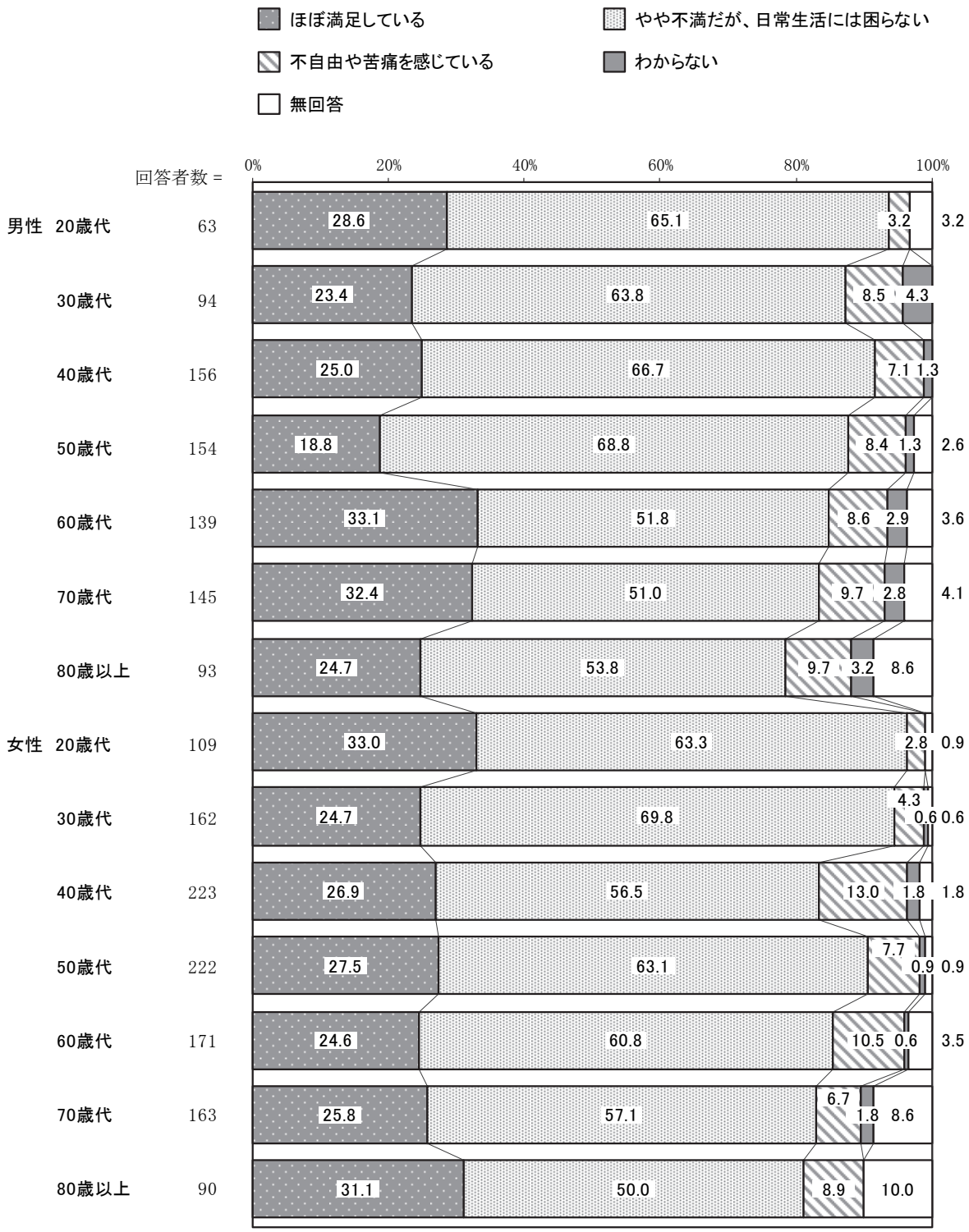
性・年代別にみると、「ほぼ満足している」は、男性の 60 歳代、女性の 20 歳代で３割台半ばと最も高くなっている。「やや不満だが、日常生活には困らない」は、男性の 50 歳代、女性の 30 歳代で約７割となっている。

地域別にみると、「ほぼ満足している」は、北沢地域で３割と最も高く、最も低い世田谷地域と比べると、6.6 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、世田谷地域で６割を超えて最も高くなっている。

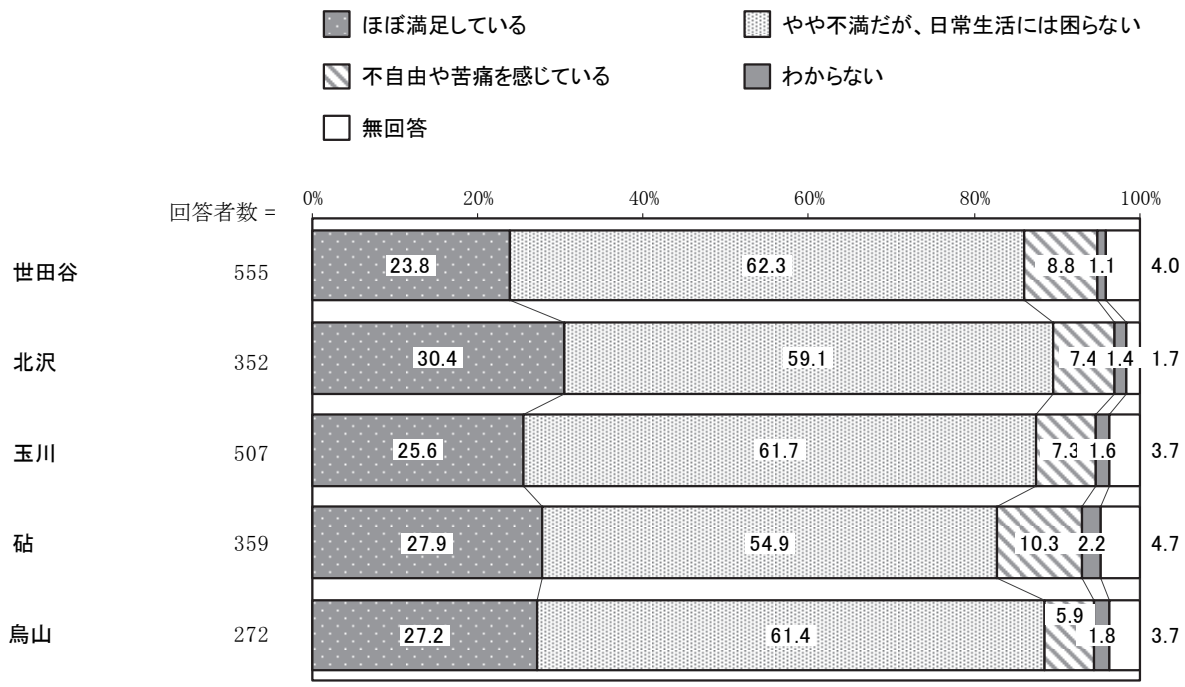
【性　別】



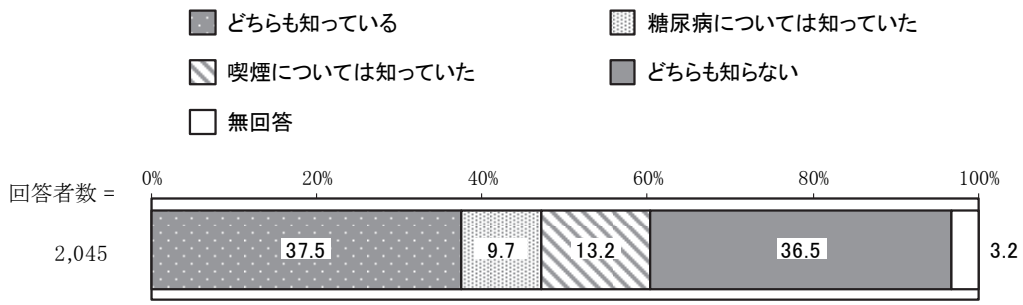
【性・年代別】


ほぼ満足している
やや不満だが、日常生活には困らない
不自由や苦痛を感じている
わからない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 28.6 65.1 3.2 3.2
30歳代 94 23.4 63.8 8.5 4.3
40歳代 156 25.0 66.7 7.1 1.3
50歳代 154 18.8 68.8 8.4 1.3 2.6
60歳代 139 33.1 51.8 8.6 2.9 3.6
70歳代 145 32.4 51.0 9.7 2.8 4.1
80歳以上 93 24.7 53.8 9.7 3.2 8.6
女性 20歳代 109 33.0 63.3 2.8 0.9
30歳代 162 24.7 69.8 4.3 0.6 0.6
40歳代 223 26.9 56.5 13.0 1.8 1.8
50歳代 222 27.5 63.1 7.7 0.9 0.9
60歳代 171 24.6 60.8 10.5 0.6 3.5
70歳代 163 25.8 57.1 6.7 1.8 8.6
80歳以上 90 31.1 50.0 8.9 10.0

【地　域　別】


ほぼ満足している
やや不満だが、日常生活には困らない
不自由や苦痛を感じている
わからない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
23.8
62.3
8.8
1.1
4.0
北沢
352
30.4
59.1
7.4
1.4
1.7
玉川
507
25.6
61.7
7.3
1.6
3.7
砧
359
27.9
54.9
10.3
2.2
4.7
烏山
272
27.2
61.4
5.9
1.8
3.7

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○）



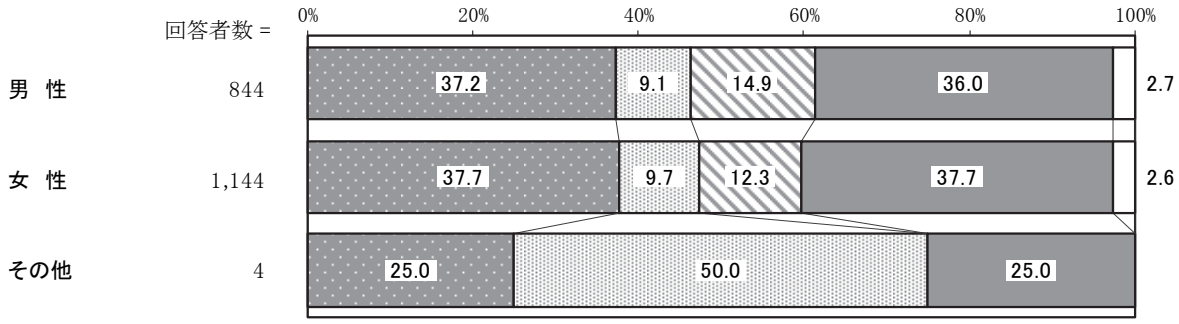
糖尿病や喫煙が歯周病のリスクであることの認知度は、「どちらも知っている」、「糖尿病については知っていた」、「喫煙については知っていた」を合わせた「知っている人」は 60.4%、「どちらも知らない」は 36.5%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

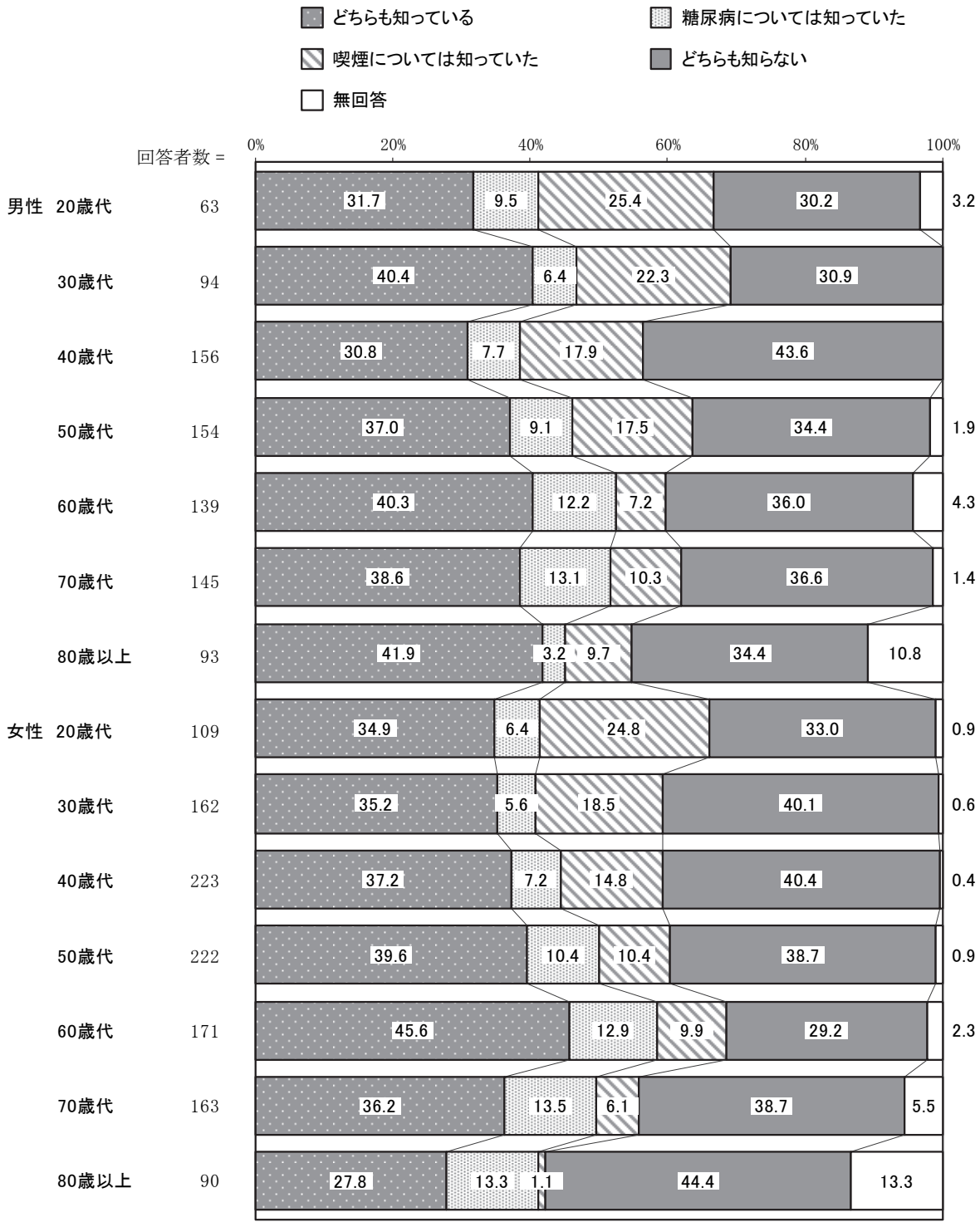
性・年代別にみると、「どちらも知っている」は、女性の 60 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、男性の 80 歳以上で４割を超えている。一方、「どちらも知らない」は、男性の 40 歳代、女性の 80 歳以上で４割台半ばとなっている。

地域別にみると、「喫煙については知っていた」は、世田谷地域、北沢地域で１割台半ばと最も高く、最も高い北沢地域と最も低い砧地域を比べると、5.1 ポイントの差がある。

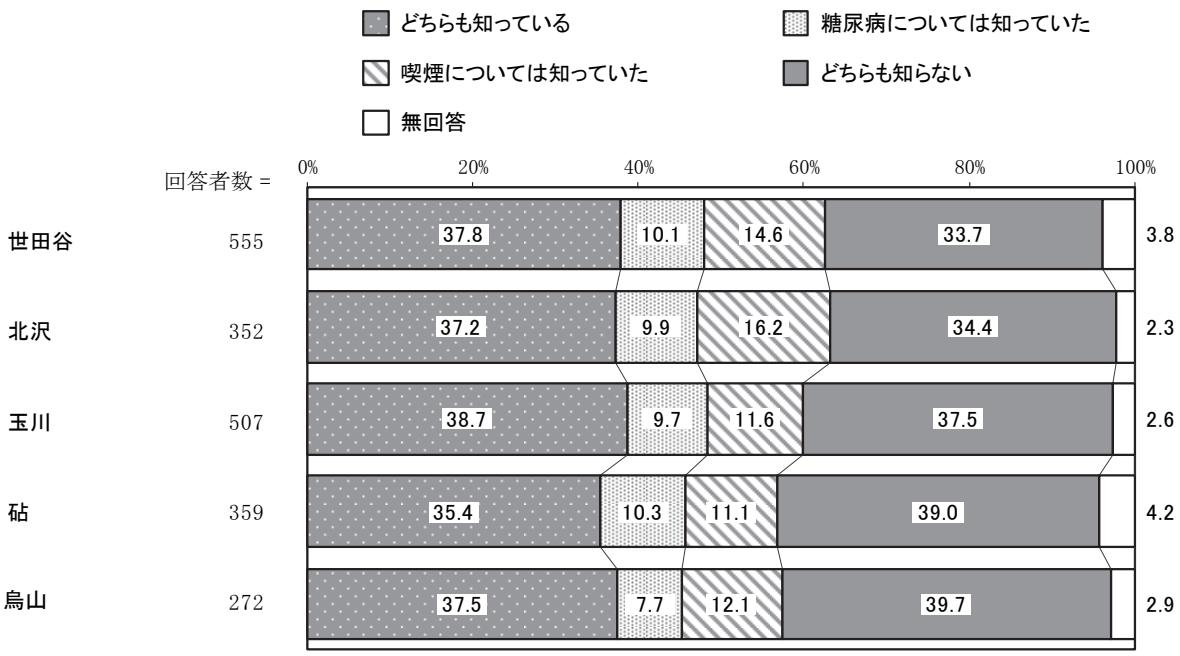
【性　別】



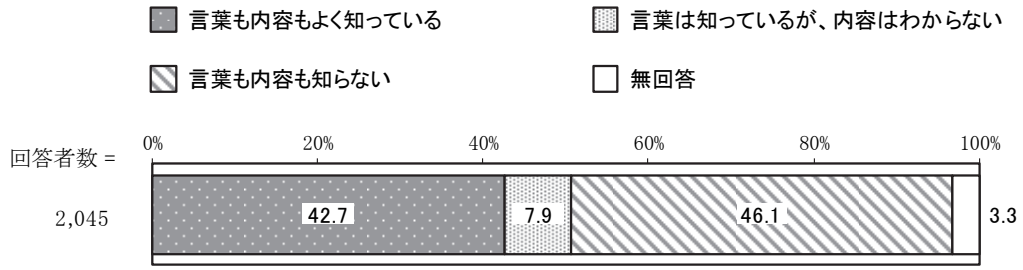
【性・年代別】


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
どちらも知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 31.7 9.5 25.4 30.2 3.2
30歳代 94 40.4 6.4 22.3 30.9
40歳代 156 30.8 7.7 17.9 43.6
50歳代 154 37.0 9.1 17.5 34.4 1.9
60歳代 139 40.3 12.2 7.2 36.0 4.3
70歳代 145 38.6 13.1 10.3 36.6 1.4
80歳以上 93 41.9 3.2 9.7 34.4 10.8
女性 20歳代 109 34.9 6.4 24.8 33.0 0.9
30歳代 162 35.2 5.6 18.5 40.1 0.6
40歳代 223 37.2 7.2 14.8 40.4 0.4
50歳代 222 39.6 10.4 10.4 38.7 0.9
60歳代 171 45.6 12.9 9.9 29.2 2.3
70歳代 163 36.2 13.5 6.1 38.7 5.5
80歳以上 90 27.8 13.3 1.1 44.4 13.3

【地　域　別】


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
どちらも知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
37.8
10.1
14.6
33.7
3.8
北沢
352
37.2
9.9
16.2
34.4
2.3
玉川
507
38.7
9.7
11.6
37.5
2.6
砧
359
35.4
10.3
11.1
39.0
4.2
烏山
272
37.5
7.7
12.1
39.7
2.9

問 39　あなたは、『8020 運動』について知っていますか。（１つに○）



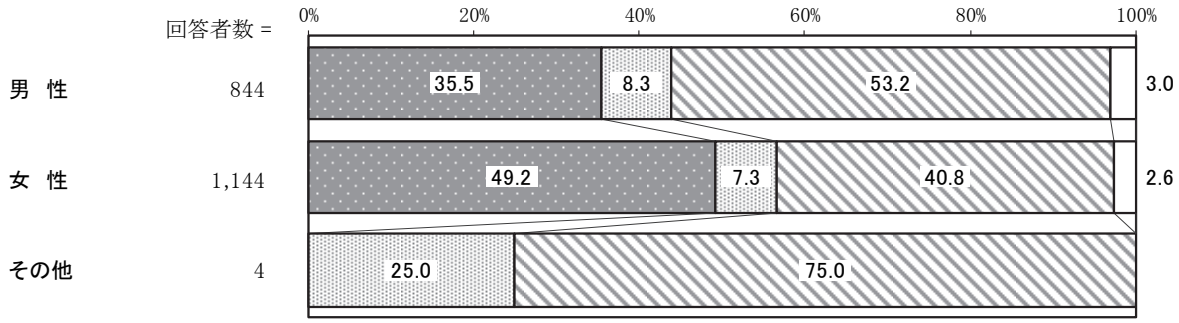
『8020 運動』の認知度は、「言葉も内容もよく知っている」と「言葉は知っているが、内容はわからない」を合わせた「知っている人」は 50.6%、「言葉も内容も知らない」は 46.1%となっている。

性別にみると、「言葉も内容もよく知っている」は、女性が男性よりも 13.7 ポイント高くなっている。一方、「言葉も内容も知らない」は、男性が女性よりも 12.4 ポイント高くなっている。

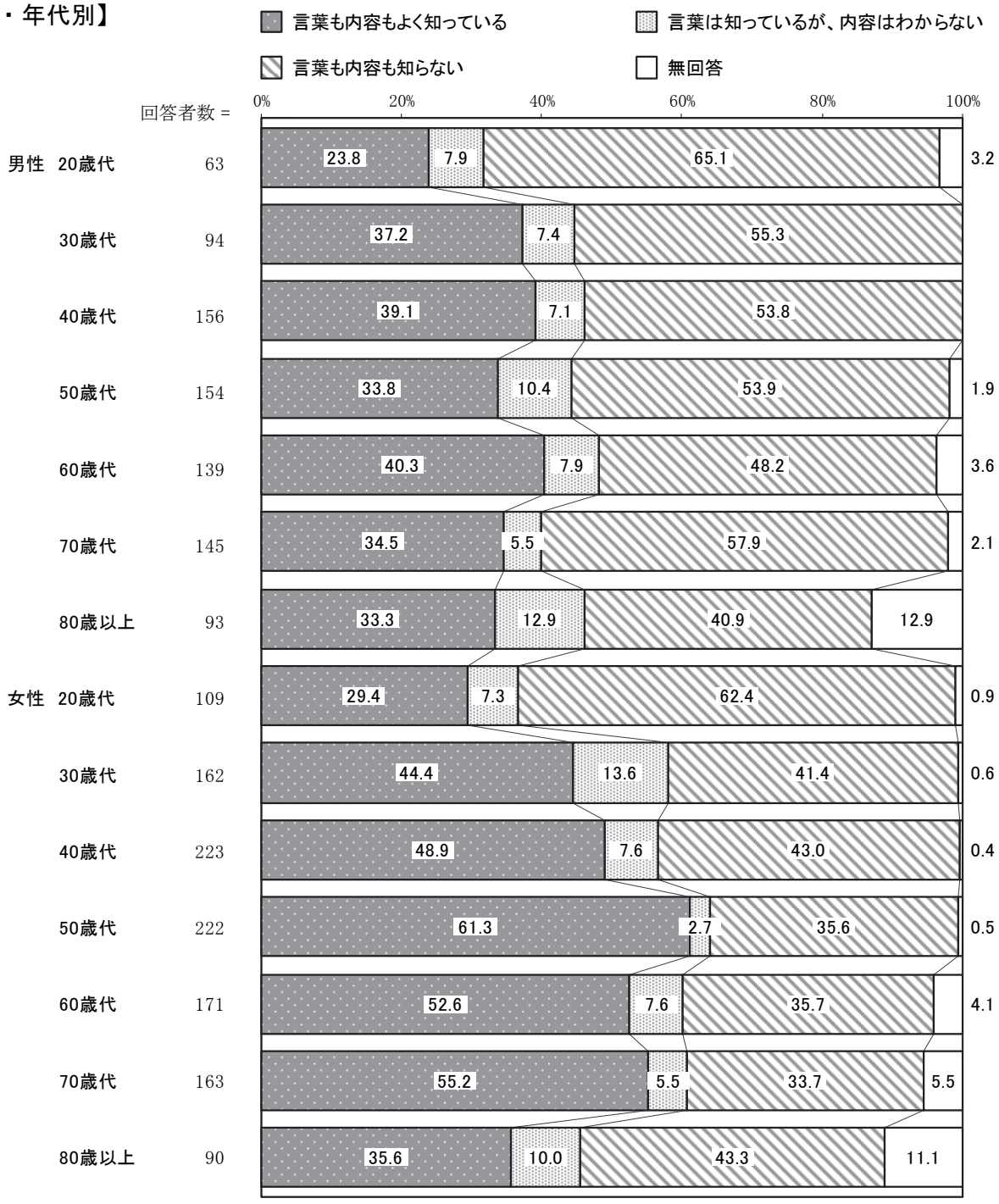
性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の 50 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、女性の 60 歳代、70 歳代で６割となっている。

地域別にみると、「知っている人」は、世田谷地域、砧地域で５割を超えている。

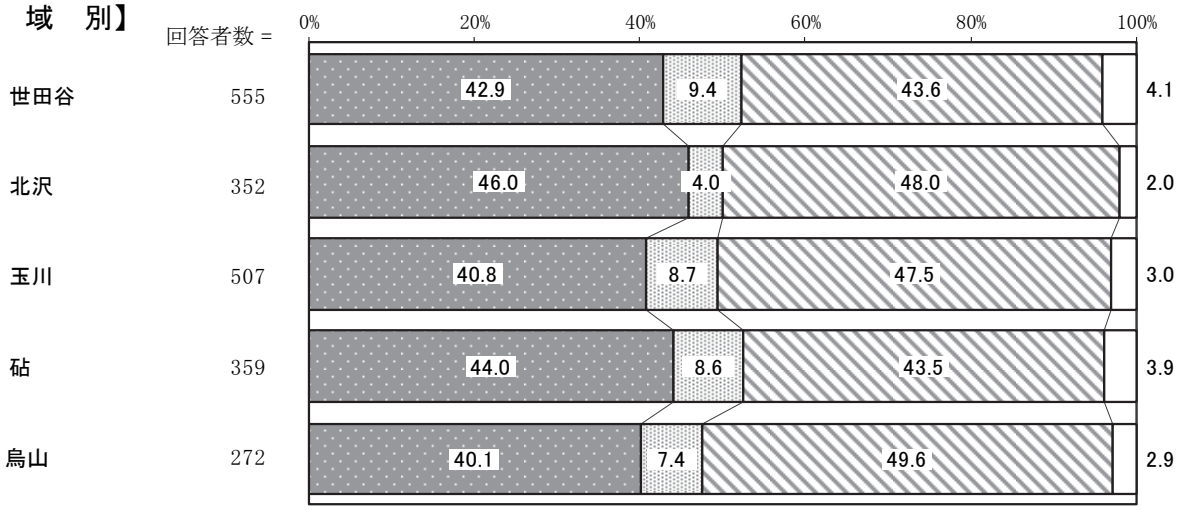
【性　別】



【性・年代別】

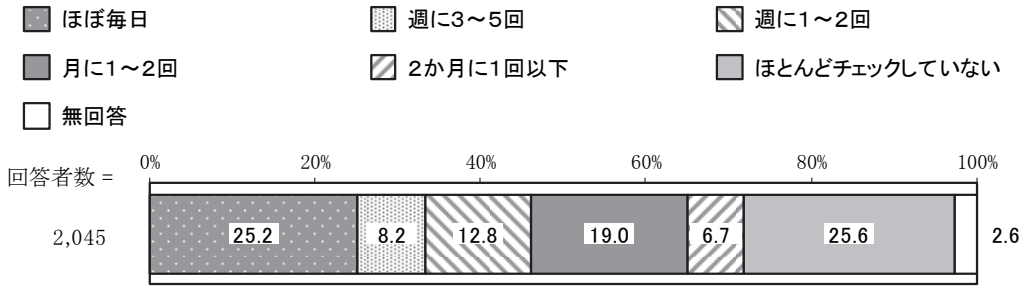

言葉も内容もよく知っている
言葉は知っているが、内容はわからない
言葉も内容も知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 23.8 7.9 65.1 3.2
30歳代 94 37.2 7.4 55.3
40歳代 156 39.1 7.1 53.8
50歳代 154 33.8 10.4 53.9 1.9
60歳代 139 40.3 7.9 48.2 3.6
70歳代 145 34.5 5.5 57.9 2.1
80歳以上 93 33.3 12.9 40.9 12.9
女性 20歳代 109 29.4 7.3 62.4 0.9
30歳代 162 44.4 13.6 41.4 0.6
40歳代 223 48.9 7.6 43.0 0.4
50歳代 222 61.3 2.7 35.6 0.5
60歳代 171 52.6 7.6 35.7 4.1
70歳代 163 55.2 5.5 33.7 5.5
80歳以上 90 35.6 10.0 43.3 11.1

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 42.9 9.4 43.6 4.1
北沢 352 46.0 4.0 48.0 2.0
玉川 507 40.8 8.7 47.5 3.0
砧 359 44.0 8.6 43.5 3.9
烏山 272 40.1 7.4 49.6 2.9

（９）健康管理について

問 40　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○）



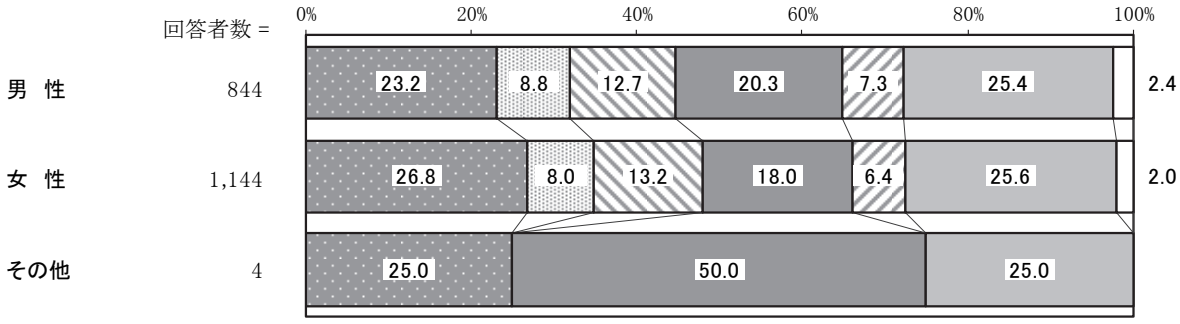
自分の体重の確認については、「ほとんどチェックしていない」25.6%が最も高く、次いで「ほぼ毎日」25.2%、「月に１～２回」19.0%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

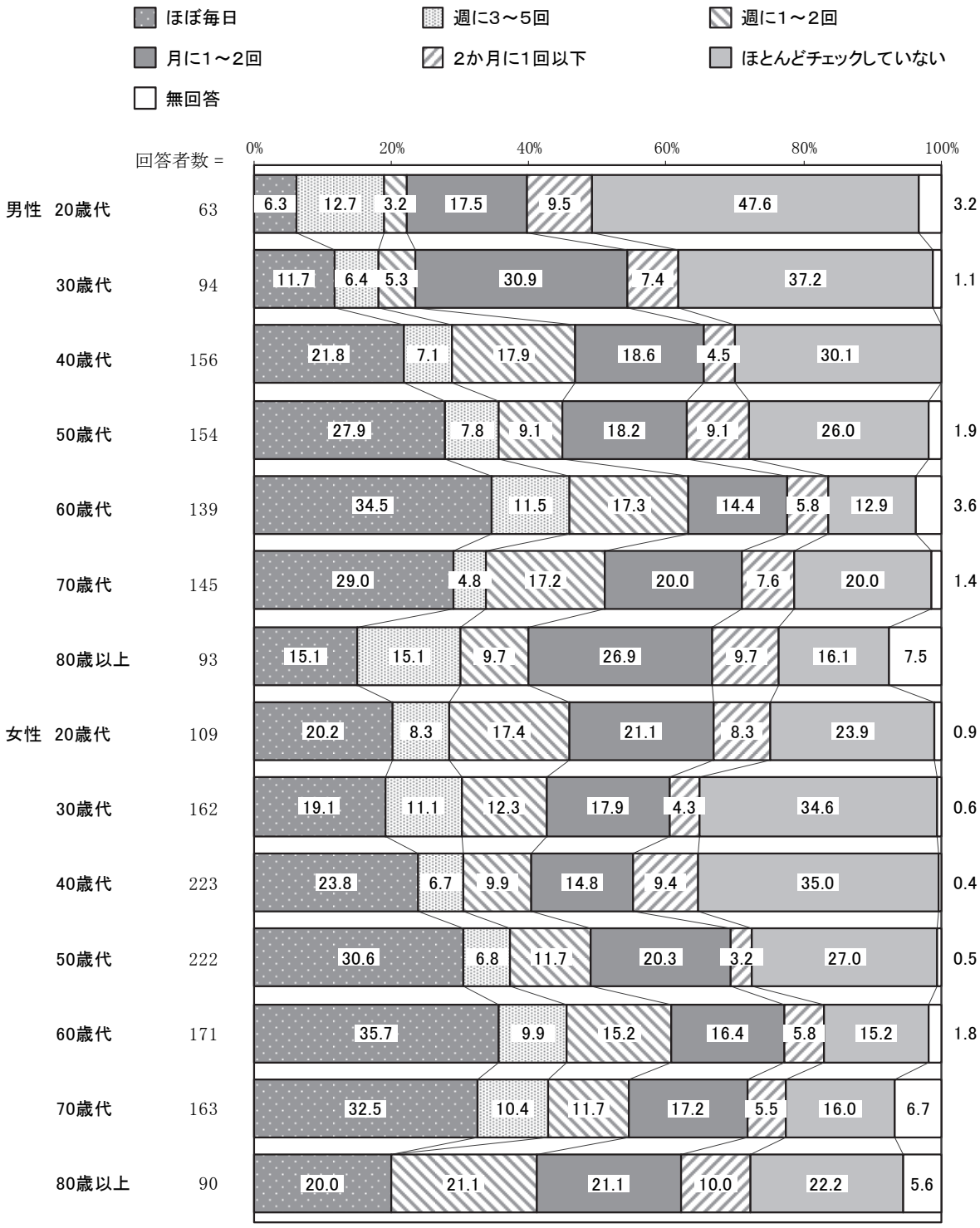
性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性・女性ともに 20 歳代から 60 歳代にかけて年齢が上がるほど高くなる傾向がある。「ほとんどチェックしていない」は、男性の 20 歳代で約５割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代で約４割、女性の 30 歳代、40 歳代で３割台半ばとなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

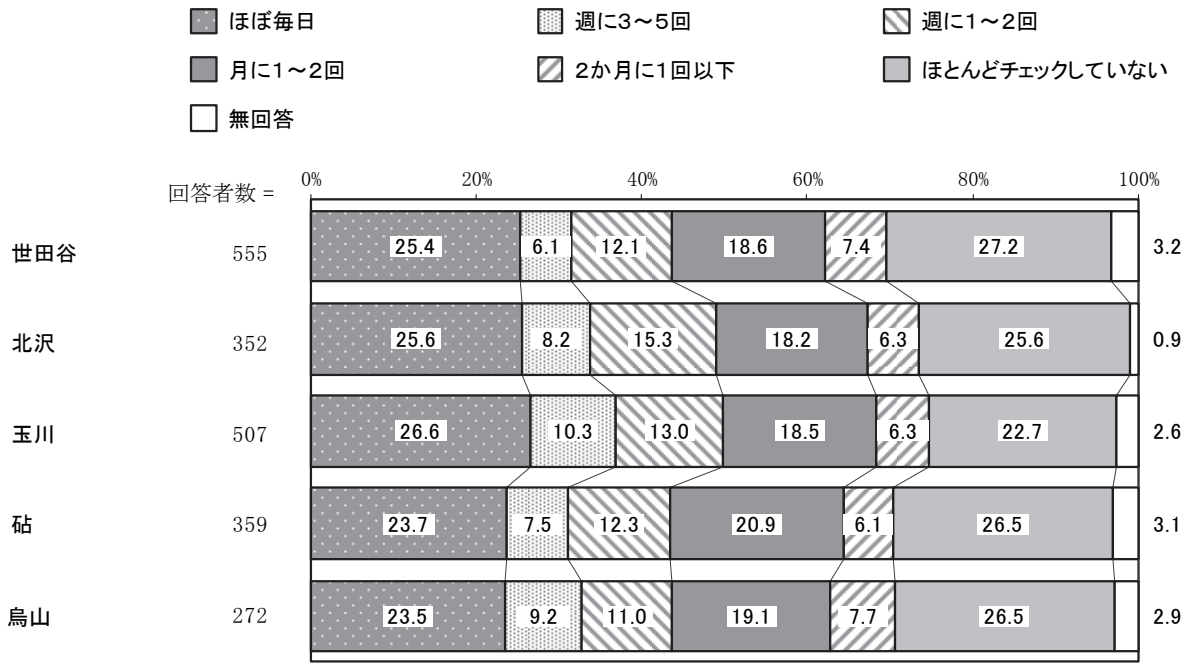
【性　別】



【性・年代別】


ほぼ毎日
週に3～5回
週に1～2回
月に1～2回
2か月に1回以下
ほとんどチェックしていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 6.3 12.7 3.2 17.5 9.5 47.6 3.2
30歳代 94 11.7 6.4 5.3 30.9 7.4 37.2 1.1
40歳代 156 21.8 7.1 17.9 18.6 4.5 30.1
50歳代 154 27.9 7.8 9.1 18.2 9.1 26.0 1.9
60歳代 139 34.5 11.5 17.3 14.4 5.8 12.9 3.6
70歳代 145 29.0 4.8 17.2 20.0 7.6 20.0 1.4
80歳以上 93 15.1 15.1 9.7 26.9 9.7 16.1 7.5
女性 20歳代 109 20.2 8.3 17.4 21.1 8.3 23.9 0.9
30歳代 162 19.1 11.1 12.3 17.9 4.3 34.6 0.6
40歳代 223 23.8 6.7 9.9 14.8 9.4 35.0 0.4
50歳代 222 30.6 6.8 11.7 20.3 3.2 27.0 0.5
60歳代 171 35.7 9.9 15.2 16.4 5.8 15.2 1.8
70歳代 163 32.5 10.4 11.7 17.2 5.5 16.0 6.7
80歳以上 90 20.0 21.1 21.1 10.0 22.2 5.6

【地　域　別】


ほぼ毎日
週に3～5回
週に1～2回
月に1～2回
2か月に1回以下
ほとんどチェックしていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
25.4
6.1
12.1
18.6
7.4
27.2
3.2
北沢
352
25.6
8.2
15.3
18.2
6.3
25.6
0.9
玉川
507
26.6
10.3
13.0
18.5
6.3
22.7
2.6
砧
359
23.7
7.5
12.3
20.9
6.1
26.5
3.1
烏山
272
23.5
9.2
11.0
19.1
7.7
26.5
2.9

問 41　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。

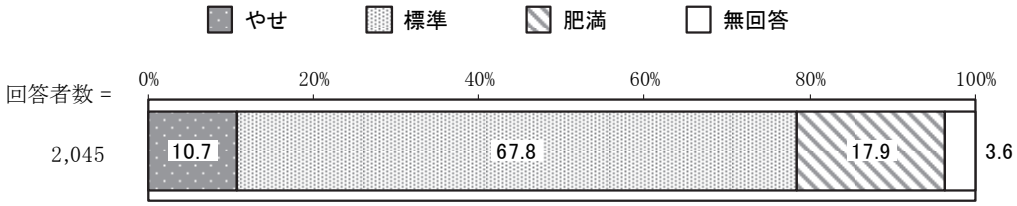
①　あなたのおよその身長と体重を整数でお答えください。

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。

（例）身長 160 cm、60 kg の場合、60 kg÷（1.6m×1.6m）＝23.4（標準）と判定。



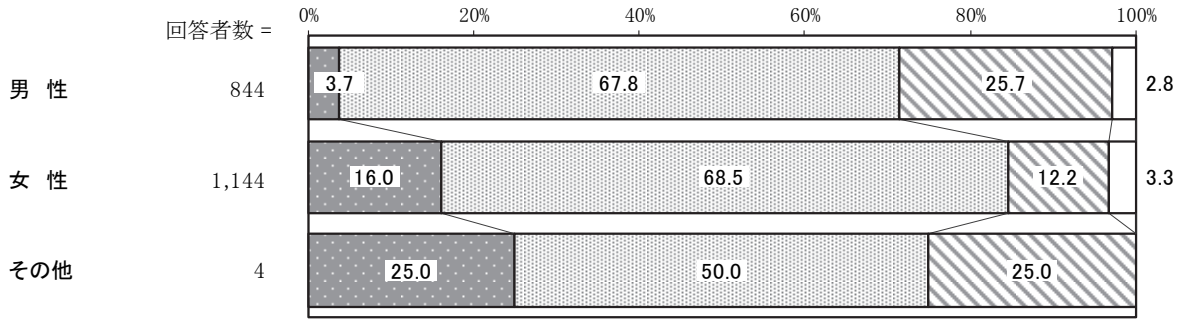
ＢＭＩの値については、「標準」67.8%が最も高く、次いで「肥満」17.9%、「やせ」10.7%となっている。

性別にみると、「肥満」は、男性が女性よりも 13.5 ポイント高くなっている。一方、「やせ」は、女性が男性よりも 12.3 ポイント高くなっている。

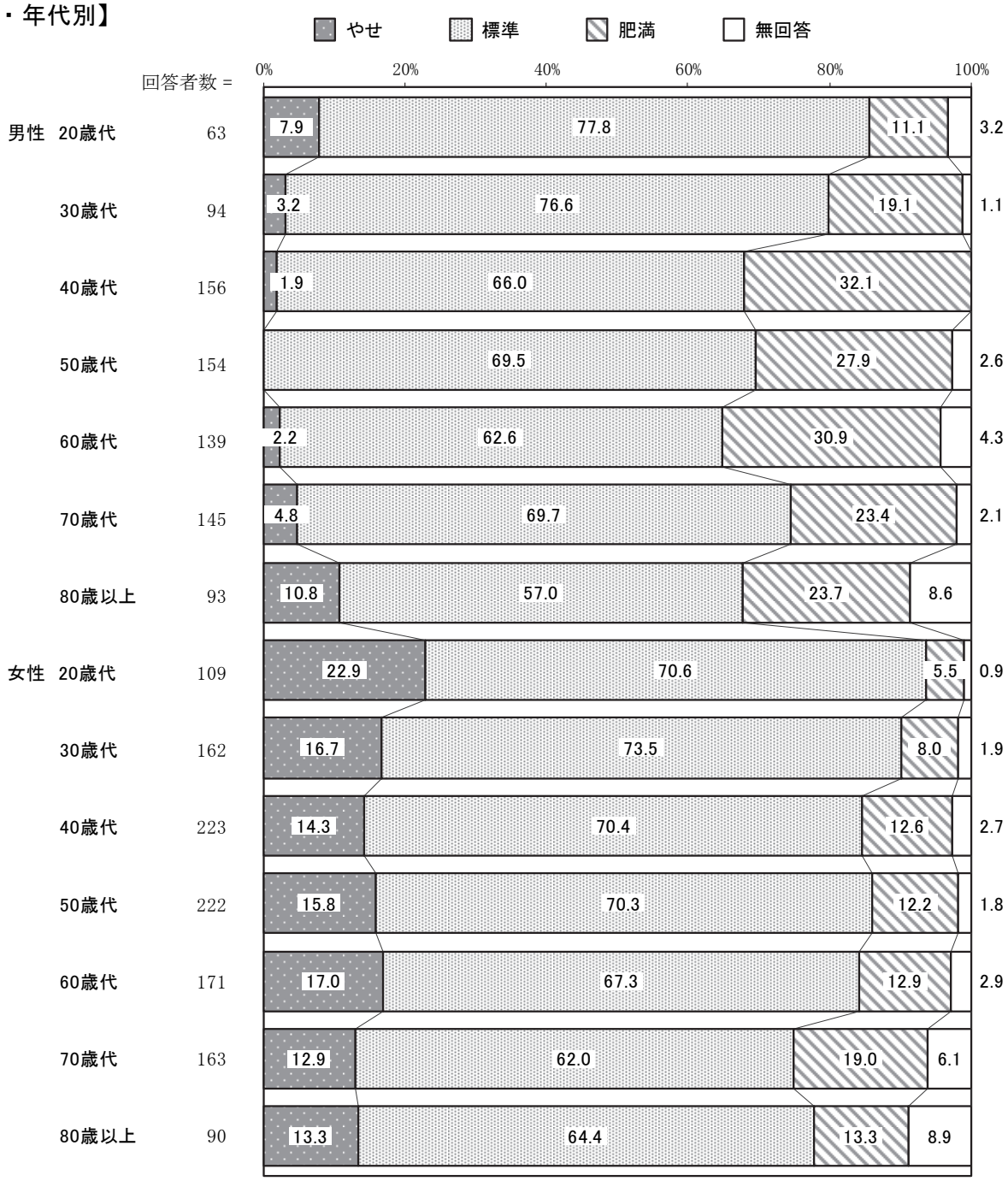
性・年代別にみると、「肥満」は、男性の 40 歳代で３割を超えて最も高く、次いで男性の 60 歳代で３割となっている。「やせ」は、女性の 20 歳代で２割を超えて最も高く、次いで、女性の 60 歳代で約２割となっている。

地域別にみると、「肥満」は、北沢地域で２割を超えて最も高く、最も低い世田谷地域と比べると、5.4 ポイントの差がある。

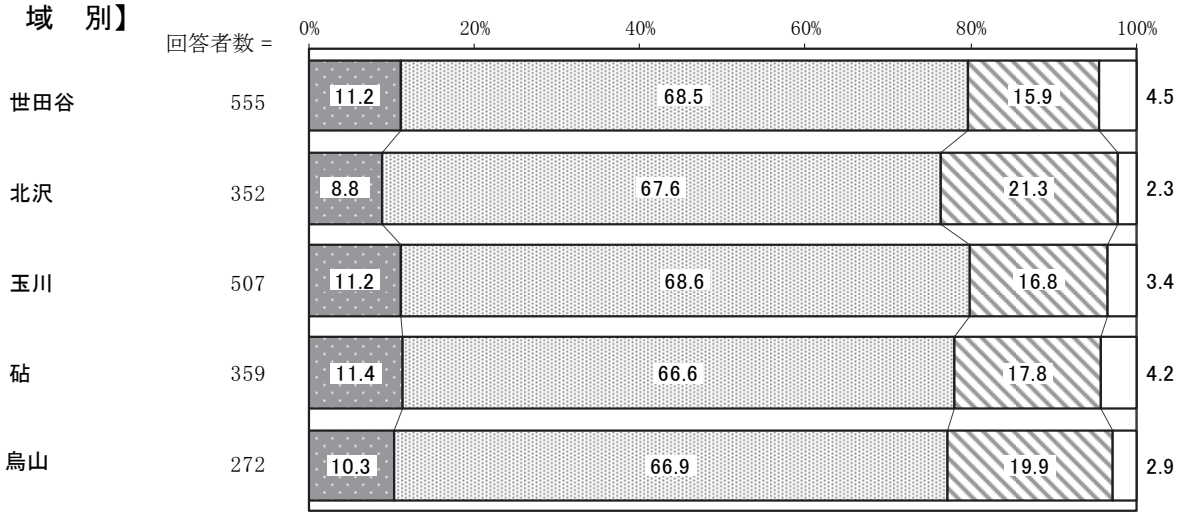
【性　別】



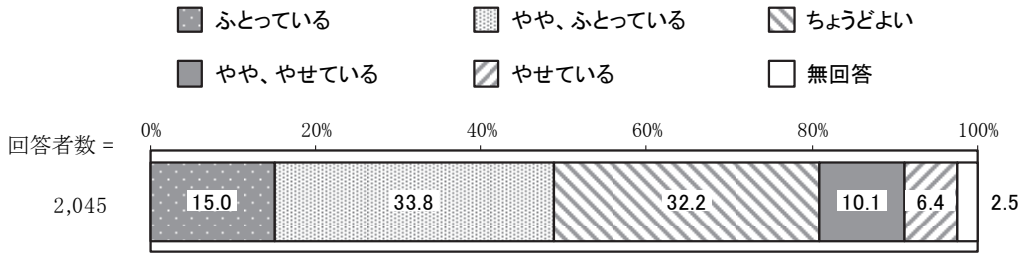
【性・年代別】


やせ
標準
肥満
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 7.9 77.8 11.1 3.2
30歳代 94 3.2 76.6 19.1 1.1
40歳代 156 1.9 66.0 32.1
50歳代 154 69.5 27.9 2.6
60歳代 139 2.2 62.6 30.9 4.3
70歳代 145 4.8 69.7 23.4 2.1
80歳以上 93 10.8 57.0 23.7 8.6
女性 20歳代 109 22.9 70.6 5.5 0.9
30歳代 162 16.7 73.5 8.0 1.9
40歳代 223 14.3 70.4 12.6 2.7
50歳代 222 15.8 70.3 12.2 1.8
60歳代 171 17.0 67.3 12.9 2.9
70歳代 163 12.9 62.0 19.0 6.1
80歳以上 90 13.3 64.4 13.3 8.9

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 11.2 68.5 15.9 4.5
北沢 352 8.8 67.6 21.3 2.3
玉川 507 11.2 68.6 16.8 3.4
砧 359 11.4 66.6 17.8 4.2
烏山 272 10.3 66.9 19.9 2.9

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○）



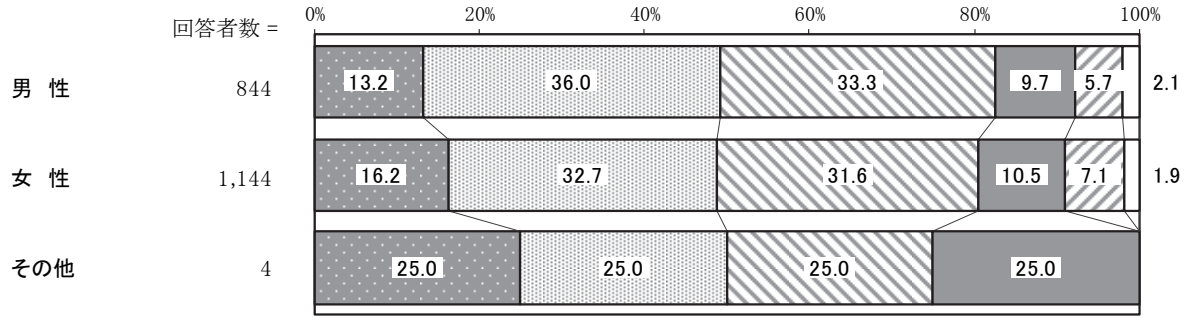
自身の体型については、「ふとっている」と「やや、ふとっている」を合わせた「ふとっていると思う人」は 48.8%、「ちょうどよい」32.2%、「やや、やせている」と「やせている」を合わせた「やせていると思う人」は 16.5%となっている。

性別にみると、「ふとっている」は、女性が男性よりも 3.0 ポイント高くなっている。

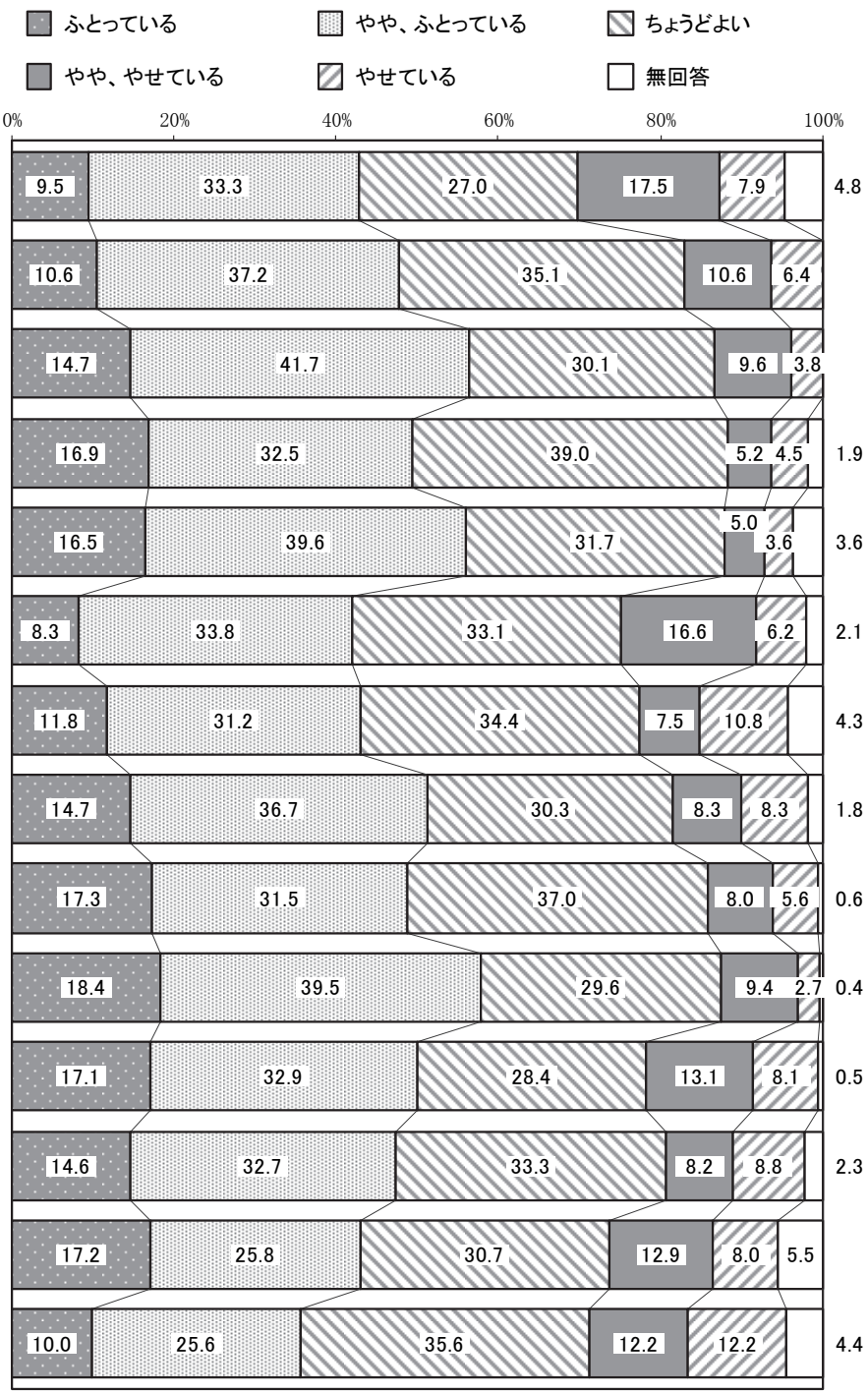
性・年代別にみると、「ふとっている」と「やや、ふとっている」を合わせた「ふとっていると思う人」は、男性の 40 歳代、60 歳代、女性の 40 歳代で約６割となっている。

地域別にみると、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、烏山地域で約５割と最も高く、最も低い玉川地域と比べると、6.8 ポイントの差がある。

【性　別】

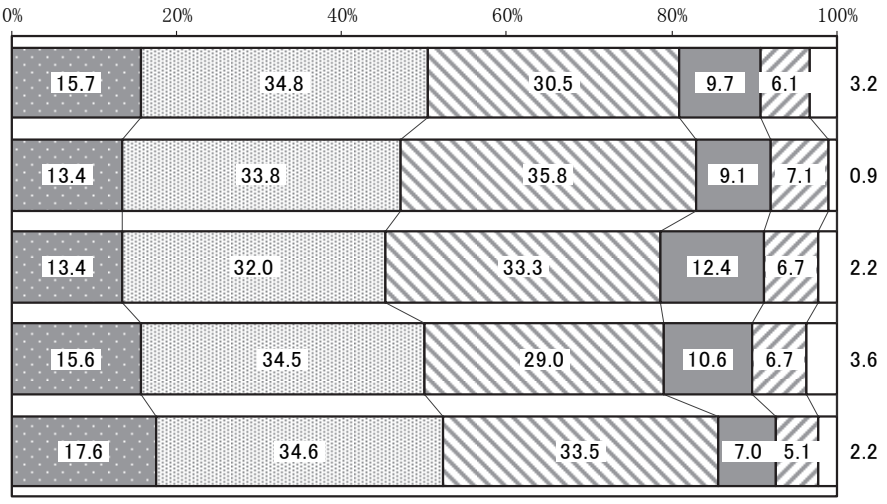


【性・年代別】



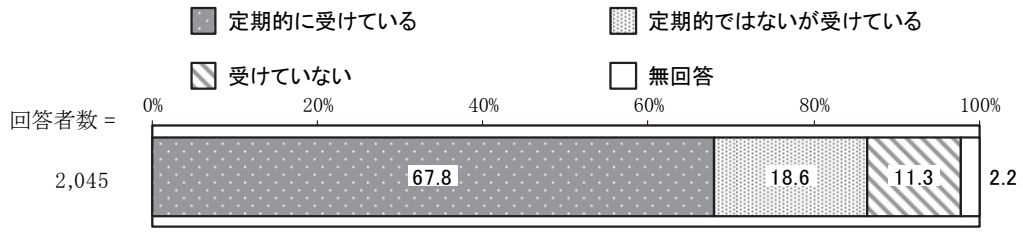
		回答者数 =	ふとっている	やや、ふとっている	ちょうどよい	やや、やせている	やせている	無回答
男性	20歳代	63	9.5	33.3	27.0	17.5	7.9	4.8
	30歳代	94	10.6	37.2	35.1	10.6	6.4	
	40歳代	156	14.7	41.7	30.1	9.6	3.8	
	50歳代	154	16.9	32.5	39.0	5.2	4.5	1.9
	60歳代	139	16.5	39.6	31.7	5.0	3.6	3.6
	70歳代	145	8.3	33.8	33.1	16.6	6.2	2.1
	80歳以上	93	11.8	31.2	34.4	7.5	10.8	4.3
女性	20歳代	109	14.7	36.7	30.3	8.3	8.3	1.8
	30歳代	162	17.3	31.5	37.0	8.0	5.6	0.6
	40歳代	223	18.4	39.5	29.6	9.4	2.7	0.4
	50歳代	222	17.1	32.9	28.4	13.1	8.1	0.5
	60歳代	171	14.6	32.7	33.3	8.2	8.8	2.3
	70歳代	163	17.2	25.8	30.7	12.9	8.0	5.5
	80歳以上	90	10.0	25.6	35.6	12.2	12.2	4.4

【地　域　別】



	回答者数 =	ふとっている	やや、ふとっている	ちょうどよい	やや、やせている	やせている	無回答
世田谷	555	15.7	34.8	30.5	9.7	6.1	3.2
北沢	352	13.4	33.8	35.8	9.1	7.1	0.9
玉川	507	13.4	32.0	33.3	12.4	6.7	2.2
砧	359	15.6	34.5	29.0	10.6	6.7	3.6
烏山	272	17.6	34.6	33.5	7.0	5.1	2.2

問 42　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、「定期的に受けている」67.8%が最も高く、次いで「定期的ではないが受けている」18.6%、「受けていない」11.3%となっている。

性別にみると、「定期的に受けている」は、男性が女性よりも 9.6 ポイント高くなっている。一方、「定期的ではないが受けている」は、女性が男性よりも 6.8 ポイント高くなっている。

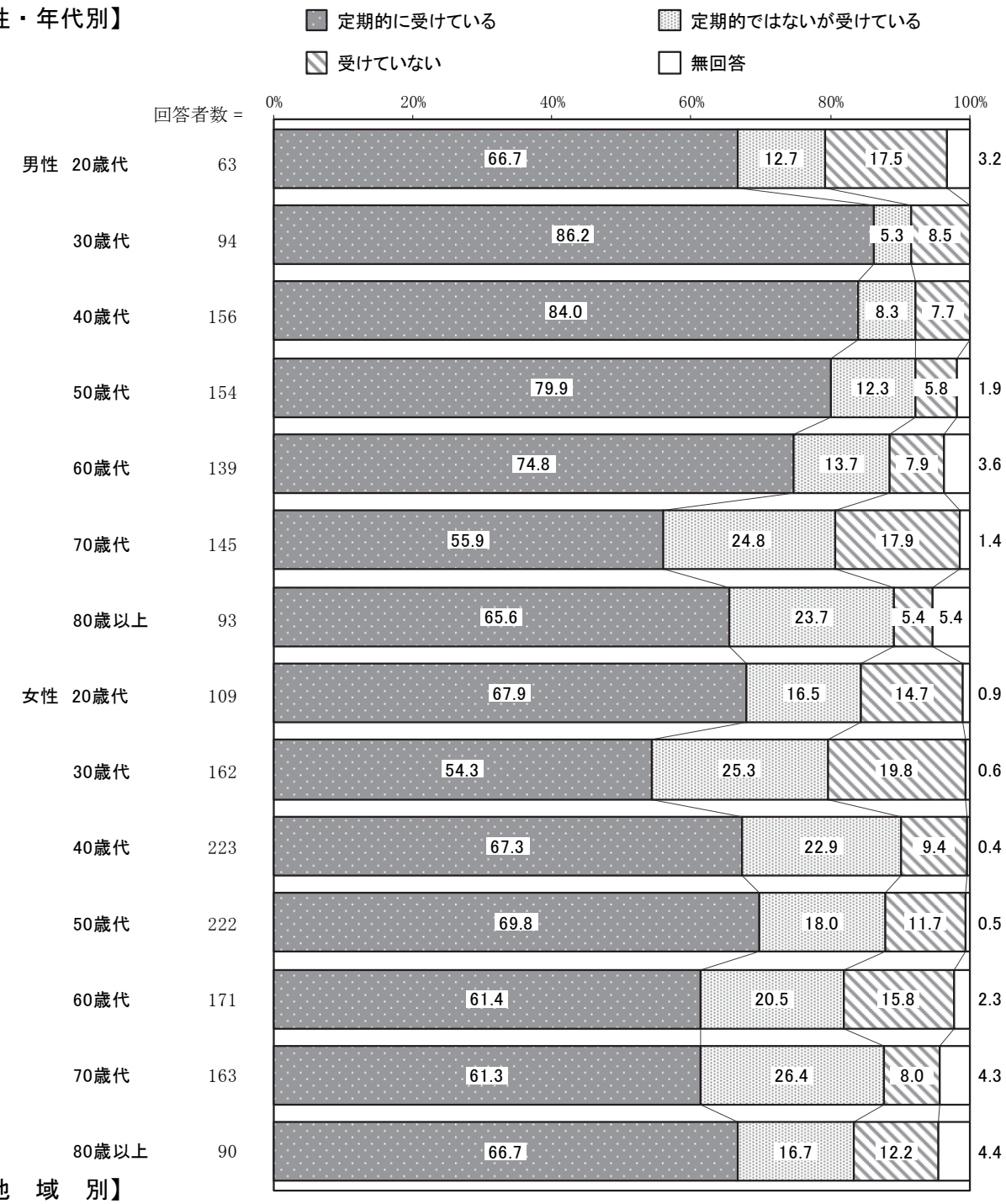
性・年代別にみると、「定期的に受けている」は、男性の 30 歳代、40 歳代で８割代半ばと最も高く、次いで男性の 50 歳代で約８割となっている。また、「定期的に受けている」と「定期的ではないが受けている」を合わせた「受けている人」は、男性の 30 歳代から 50 歳代で９割を超えて最も高く、次いで、女性の 40 歳代で９割となっている。

地域別にみると、「定期的に受けている」は、烏山地域で７割を超えている。最も高い烏山地域と最も低い北沢地域で比べると、4.5 ポイントの差がある。

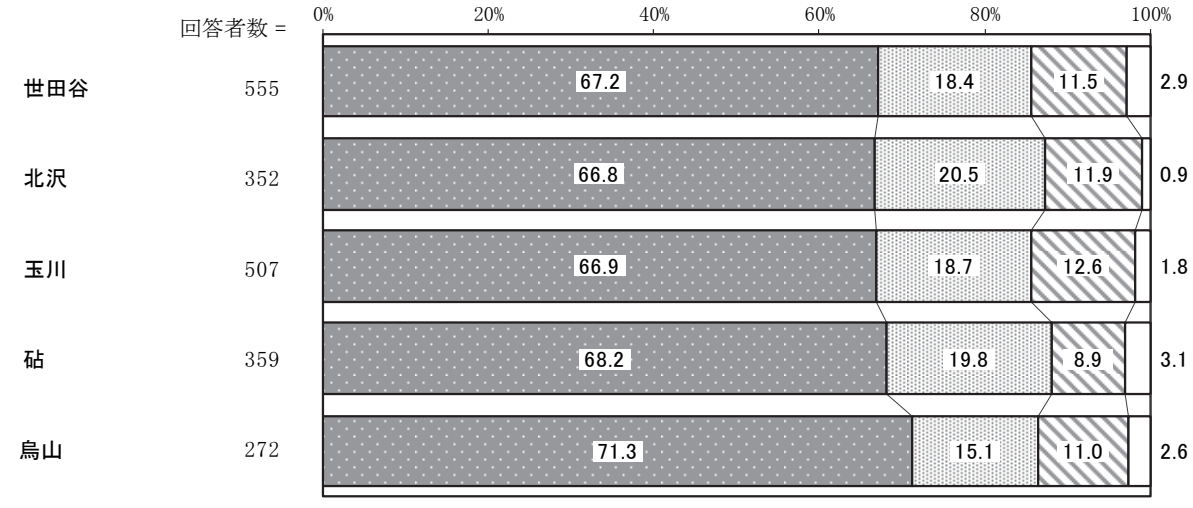
【性　別】



【性・年代別】

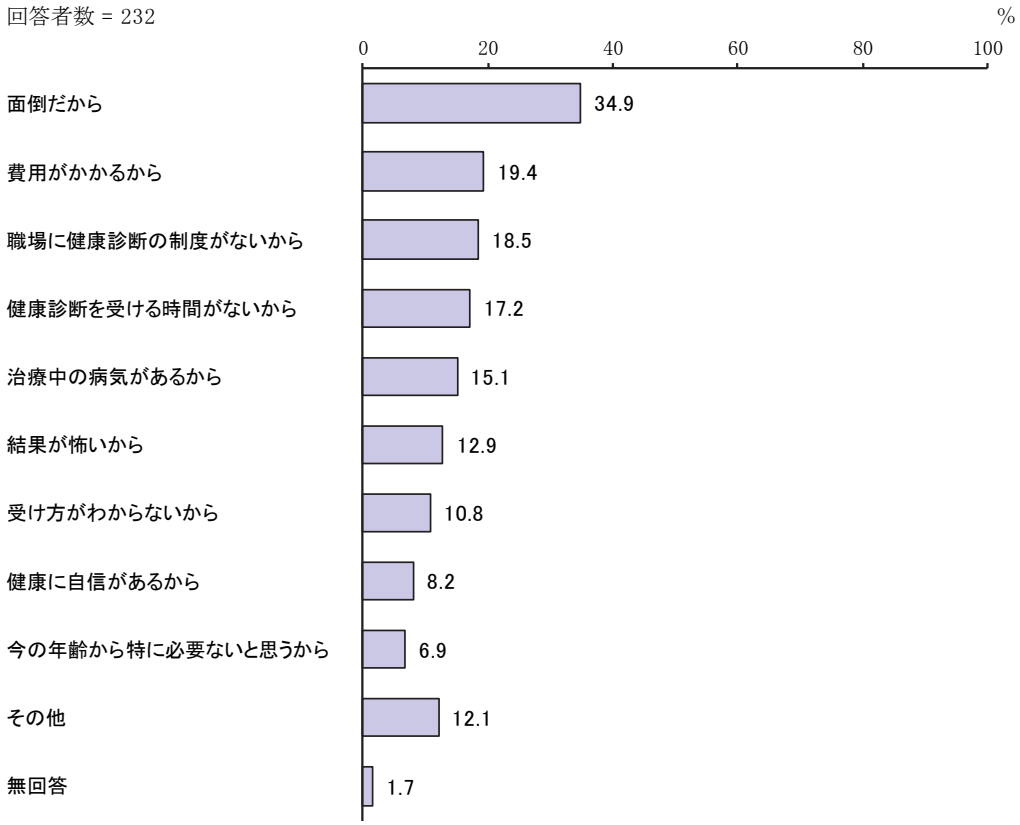

定期的に受けている
定期的ではないが受けている
受けていない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 66.7 12.7 17.5 3.2
30歳代 94 86.2 5.3 8.5
40歳代 156 84.0 8.3 7.7
50歳代 154 79.9 12.3 5.8 1.9
60歳代 139 74.8 13.7 7.9 3.6
70歳代 145 55.9 24.8 17.9 1.4
80歳以上 93 65.6 23.7 5.4 5.4
女性 20歳代 109 67.9 16.5 14.7 0.9
30歳代 162 54.3 25.3 19.8 0.6
40歳代 223 67.3 22.9 9.4 0.4
50歳代 222 69.8 18.0 11.7 0.5
60歳代 171 61.4 20.5 15.8 2.3
70歳代 163 61.3 26.4 8.0 4.3
80歳以上 90 66.7 16.7 12.2 4.4

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 67.2 18.4 11.5 2.9
北沢 352 66.8 20.5 11.9 0.9
玉川 507 66.9 18.7 12.6 1.8
砧 359 68.2 19.8 8.9 3.1
烏山 272 71.3 15.1 11.0 2.6

問 42 で「３.受けていない」を選ばれた方にうかがいます。

問 42-1　受けていない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）



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」19.4%、「職場に健康診断の制度がないから」18.5%となっている。

性別にみると、「治療中の病気があるから」は、男性が女性よりも 10.5 ポイント、「今の年齢から特に必要ないと思うから」は、男性が女性よりも 10.0 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」が砧地域で３割台半ばと最も高く、最も低い烏山地域と比べると、21.1 ポイントの差がある。「面倒だから」は、北沢地域で約５割と最も高く、最も低い世田谷地域、砧地域と比べると 19.5 ポイントの差がある。

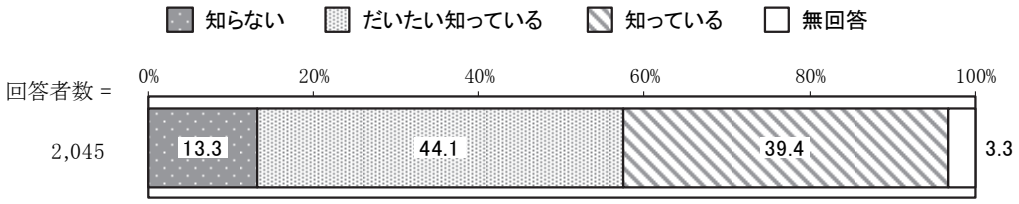
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

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	回答者数（件）
男　性		14.6	9.8	13.4	13.4	17.1	34.1	11.0	20.7	8.5	11.0	1.2	82
女　性		21.1	7.5	3.4	19.7	21.1	36.1	14.3	10.2	12.2	12.9	2.0	147
その他		－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－
男性	20 歳代	27.3	－	－	18.2	45.5	54.5	－	－	18.2	18.2	－	11
	30 歳代	62.5	－	－	25.0	12.5	50.0	－	－	25.0	－	－	8
	40 歳代	25.0	8.3	－	－	41.7	41.7	8.3	16.7	16.7	16.7	－	12
	50 歳代	－	11.1	22.2	55.6	－	33.3	33.3	－	－	11.1	－	9
	60 歳代	9.1	9.1	9.1	9.1	9.1	18.2	18.2	36.4	－	－	9.1	11
	70 歳代	－	15.4	15.4	－	7.7	26.9	11.5	38.5	3.8	15.4	－	26
	80 歳以上	－	20.0	80.0	20.0	－	20.0	－	20.0	－	－	－	5
女性	20 歳代	37.5	－	－	37.5	18.8	12.5	6.3	－	25.0	12.5	－	16
	30 歳代	40.6	6.3	6.3	21.9	40.6	28.1	6.3	3.1	34.4	15.6	3.1	32
	40 歳代	9.5	4.8	－	33.3	19.0	33.3	23.8	14.3	14.3	9.5	－	21
	50 歳代	30.8	3.8	－	11.5	19.2	34.6	19.2	3.8	－	11.5	3.8	26
	60 歳代	3.7	14.8	3.7	7.4	3.7	59.3	18.5	11.1	－	11.1	－	27
	70 歳代	－	15.4	－	23.1	23.1	53.8	15.4	7.7	－	23.1	－	13
	80 歳以上	9.1	9.1	18.2	－	18.2	27.3	9.1	54.5	－	9.1	9.1	11
世田谷		14.1	9.4	4.7	20.3	18.8	28.1	10.9	12.5	7.8	12.5	1.6	64
北沢		19.0	7.1	4.8	19.0	31.0	47.6	9.5	9.5	16.7	11.9	4.8	42
玉川		17.2	3.1	9.4	20.3	15.6	39.1	15.6	15.6	7.8	14.1	－	64
砧		34.4	12.5	12.5	6.3	9.4	28.1	15.6	12.5	15.6	15.6	－	32
烏山		13.3	13.3	3.3	13.3	23.3	30.0	13.3	30.0	10.0	3.3	3.3	30

問 43　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



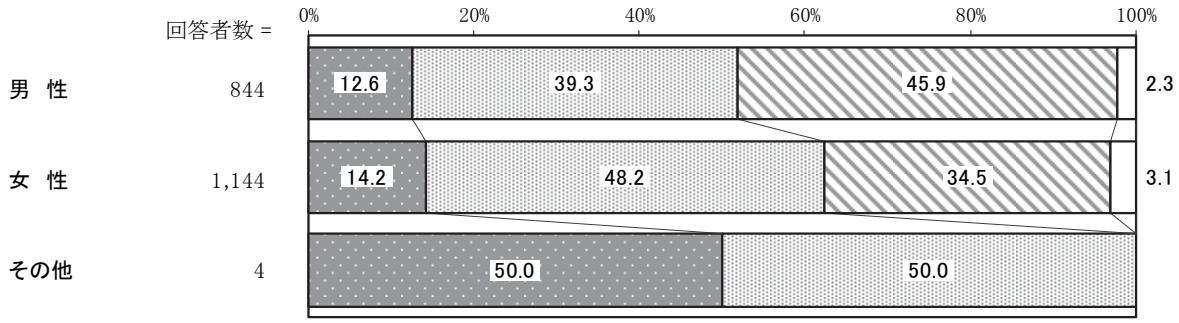
自分の血圧の値については、「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は 83.5%となっている。

性別にみると、「知っている」は、男性が女性よりも 11.4 ポイント高くなっている。

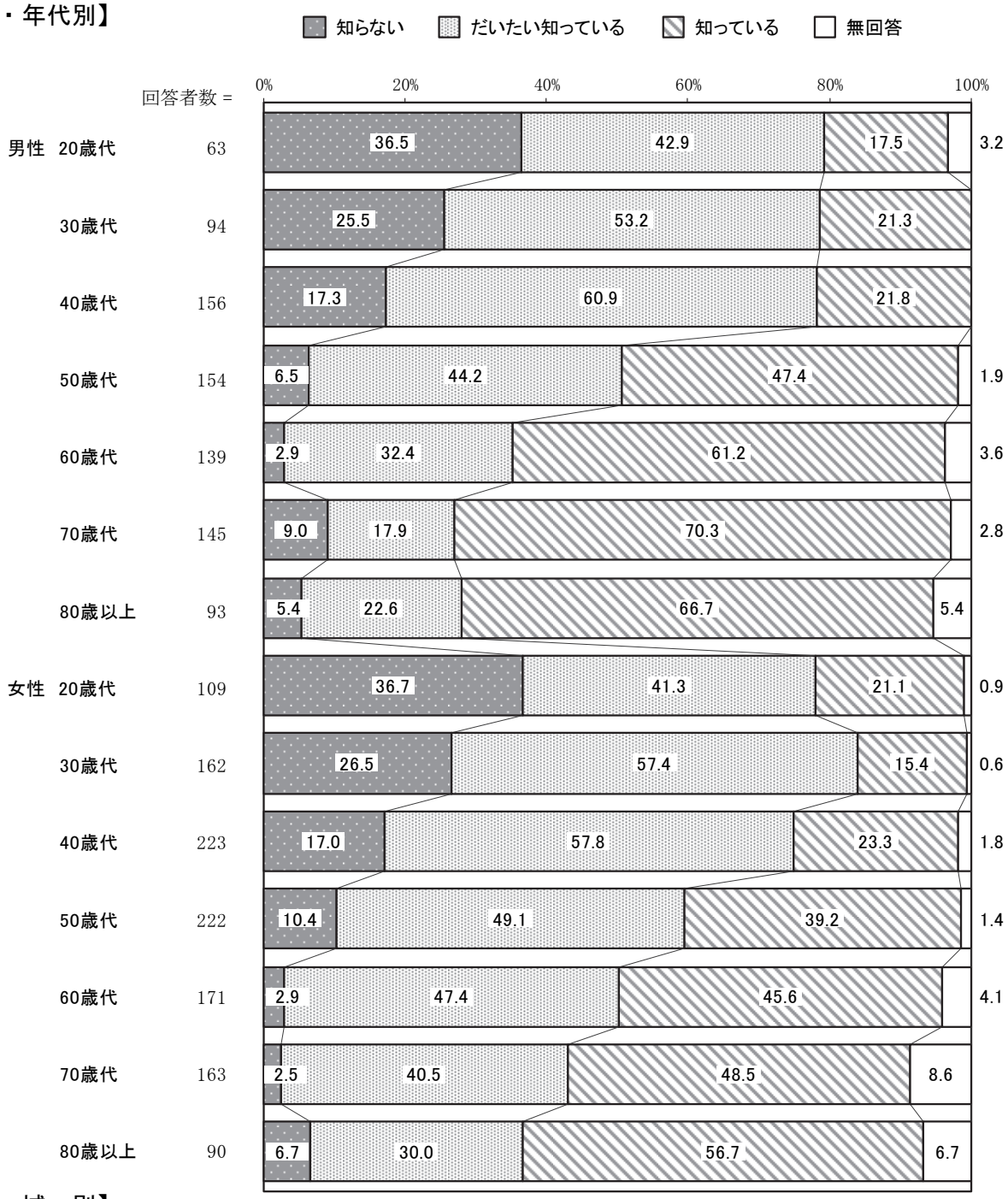
性・年代別にみると、「知っている」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど概ね高くなる傾向があり、男性の 70 歳代で７割と最も高く、次いで、男性の 80 歳以上で６割台半ば、男性の 60 歳代で６割を超えている。

地域別にみると、「知っている」は砧地域、烏山地域で４割を超えている。

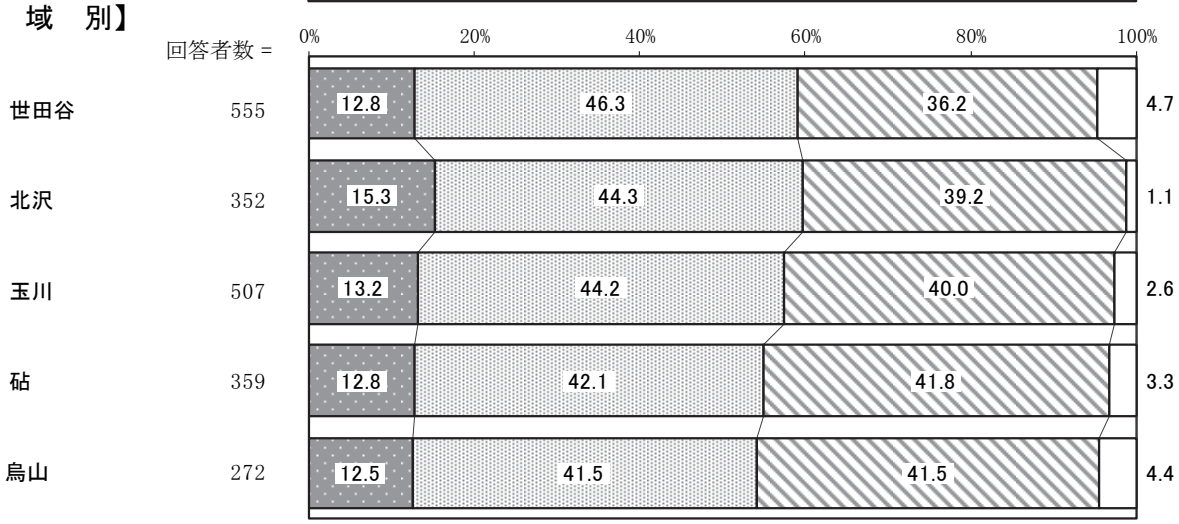
【性　別】



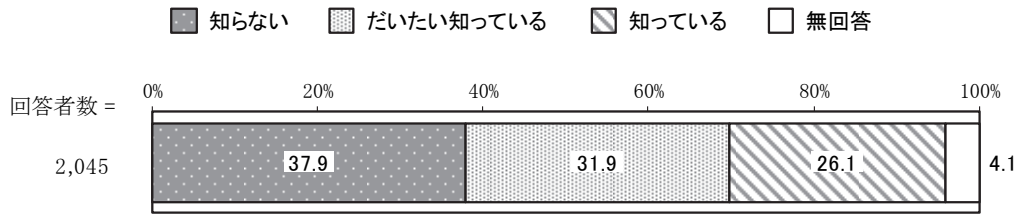
【性・年代別】


知らない
だいたい知っている
知っている
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 36.5 42.9 17.5 3.2
30歳代 94 25.5 53.2 21.3
40歳代 156 17.3 60.9 21.8
50歳代 154 6.5 44.2 47.4 1.9
60歳代 139 2.9 32.4 61.2 3.6
70歳代 145 9.0 17.9 70.3 2.8
80歳以上 93 5.4 22.6 66.7 5.4
女性 20歳代 109 36.7 41.3 21.1 0.9
30歳代 162 26.5 57.4 15.4 0.6
40歳代 223 17.0 57.8 23.3 1.8
50歳代 222 10.4 49.1 39.2 1.4
60歳代 171 2.9 47.4 45.6 4.1
70歳代 163 2.5 40.5 48.5 8.6
80歳以上 90 6.7 30.0 56.7 6.7

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 12.8 46.3 36.2 4.7
北沢 352 15.3 44.3 39.2 1.1
玉川 507 13.2 44.2 40.0 2.6
砧 359 12.8 42.1 41.8 3.3
烏山 272 12.5 41.5 41.5 4.4

②　自分の血糖値



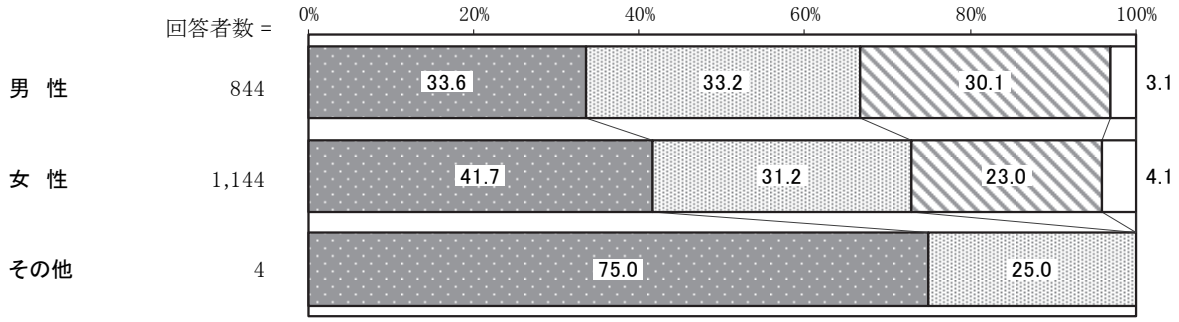
自分の血糖値については「だいたい知っている」と「知っている」を合わせた「知っている人」は 58.0%となっている。

性別にみると、「知っている人」は、男性が女性よりも 9.1 ポイント高くなっている。

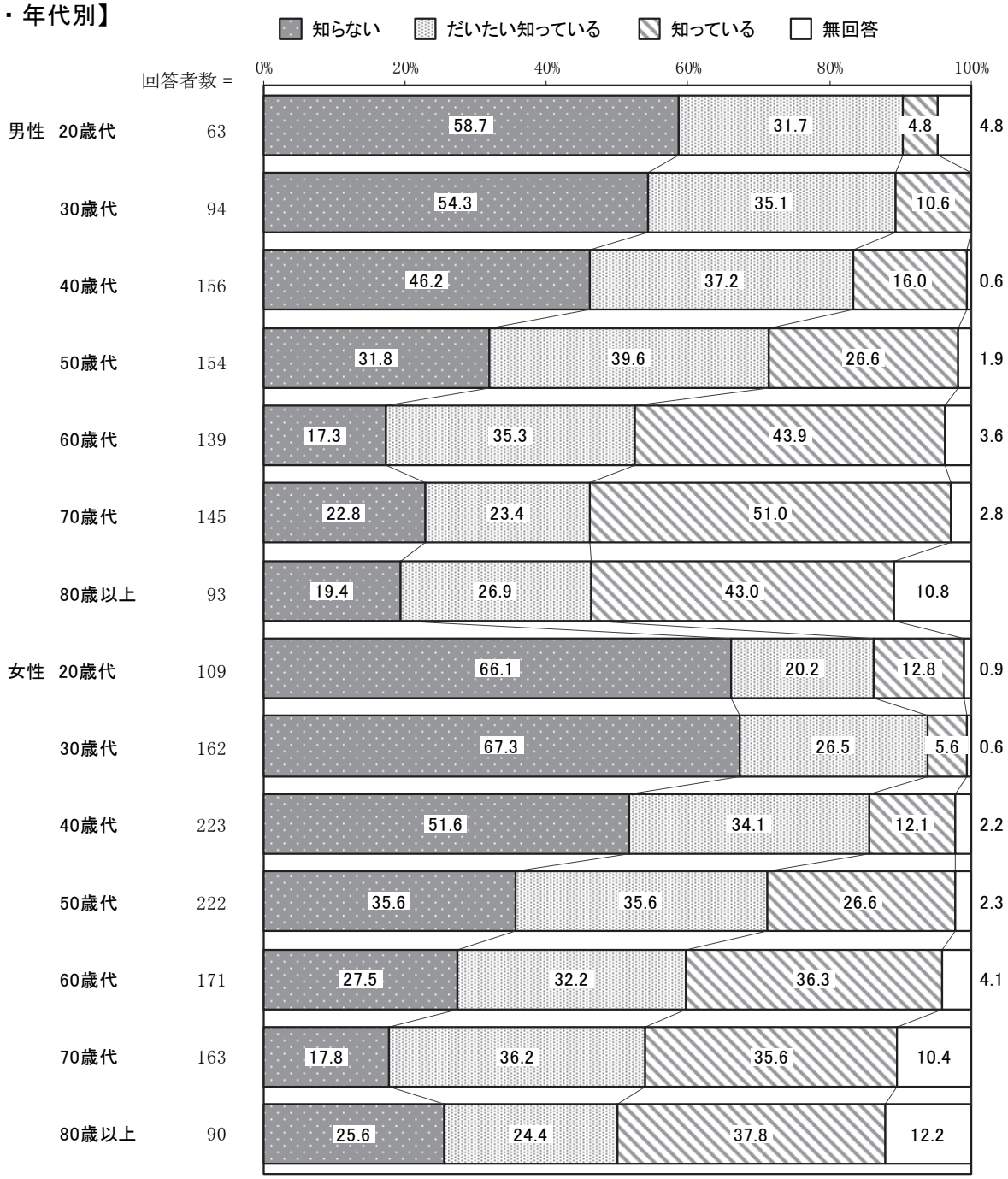
性・年代別にみると、「知らない」は、女性の 30 歳代で約７割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代で６割台半ばとなっている。「知っている人」は、年齢が上がるほど概ね高くなる傾向がある。

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

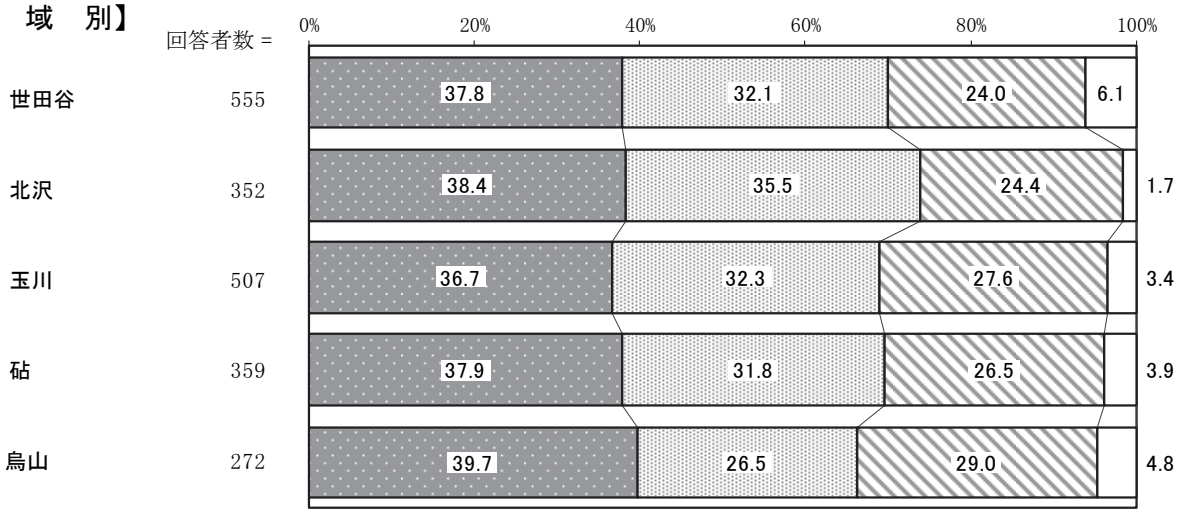
【性　別】



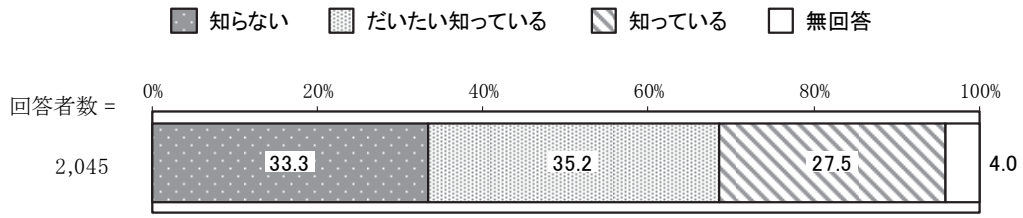
【性・年代別】


知らない
だいたい知っている
知っている
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 58.7 31.7 4.8 4.8
30歳代 94 54.3 35.1 10.6
40歳代 156 46.2 37.2 16.0 0.6
50歳代 154 31.8 39.6 26.6 1.9
60歳代 139 17.3 35.3 43.9 3.6
70歳代 145 22.8 23.4 51.0 2.8
80歳以上 93 19.4 26.9 43.0 10.8
女性 20歳代 109 66.1 20.2 12.8 0.9
30歳代 162 67.3 26.5 5.6 0.6
40歳代 223 51.6 34.1 12.1 2.2
50歳代 222 35.6 35.6 26.6 2.3
60歳代 171 27.5 32.2 36.3 4.1
70歳代 163 17.8 36.2 35.6 10.4
80歳以上 90 25.6 24.4 37.8 12.2

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 37.8 32.1 24.0 6.1
北沢 352 38.4 35.5 24.4 1.7
玉川 507 36.7 32.3 27.6 3.4
砧 359 37.9 31.8 26.5 3.9
烏山 272 39.7 26.5 29.0 4.8

③自分のコレステロールの値



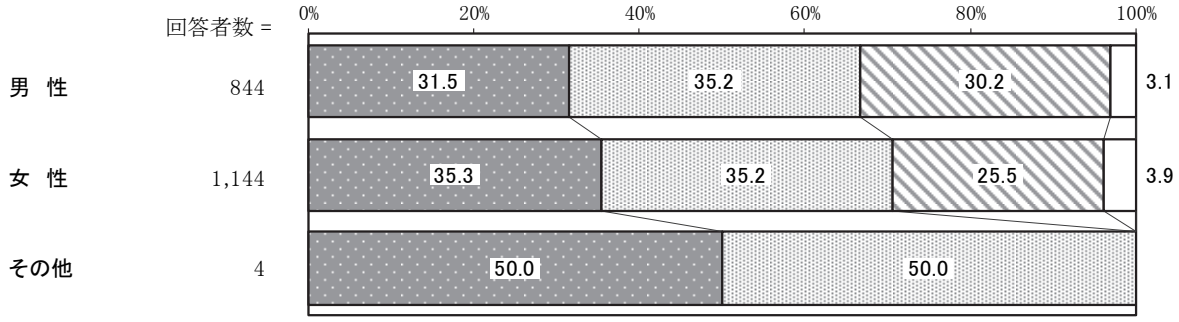
自分のコレステロール値については、「だいたい知っている」と「知っている」をあわせた「知っている人」が 62.7%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

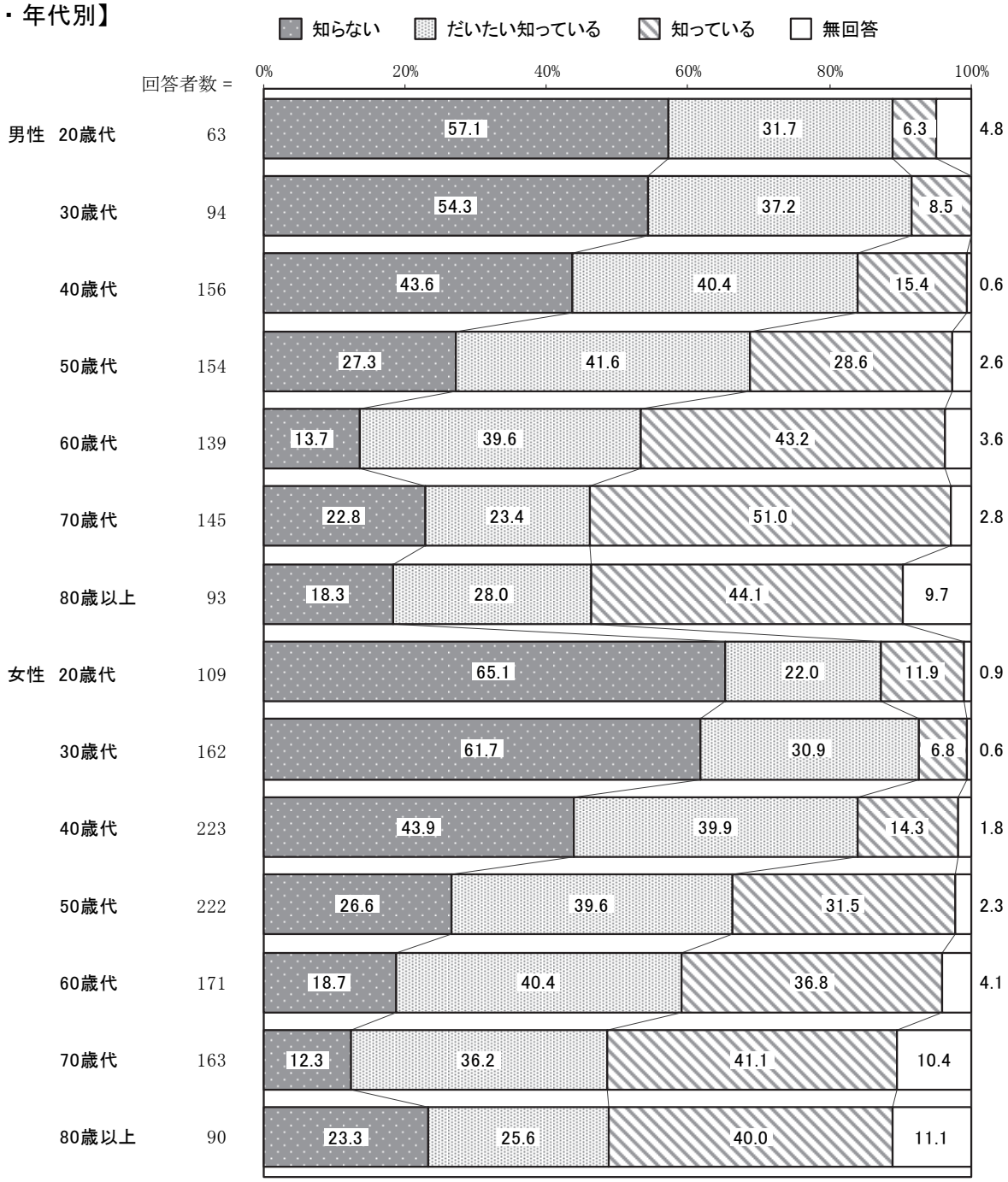
性・年代別にみると、「知らない」は、女性の 20 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、女性の 30 歳代で６割を超えている。「知っている人」は年齢が上がるほど概ね高くなる傾向がある。

地域別にみると、「知っている人」は、北沢地域、玉川地域で６割台半ばとなっている。

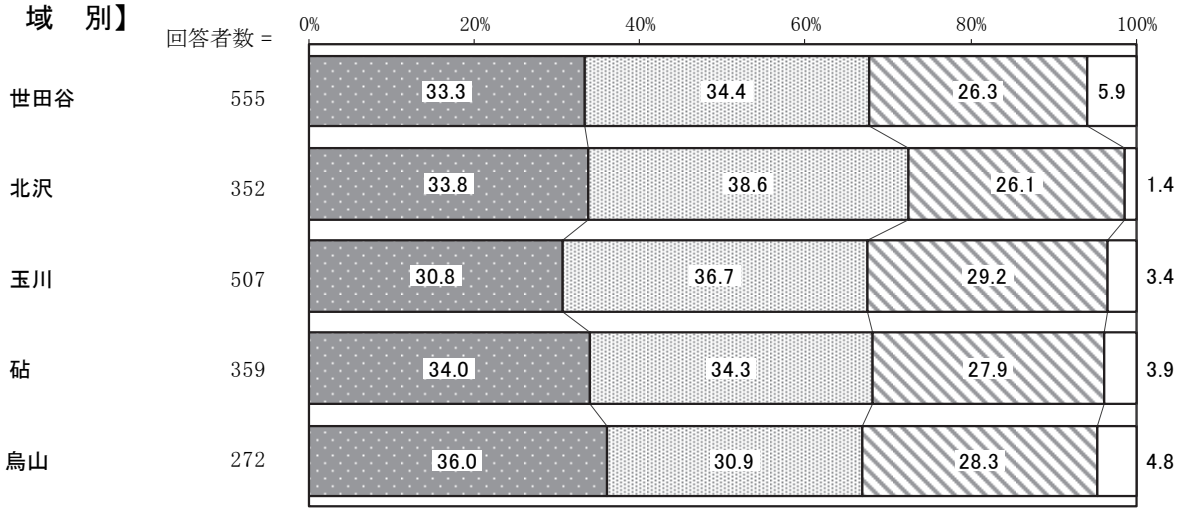
【性　別】



【性・年代別】

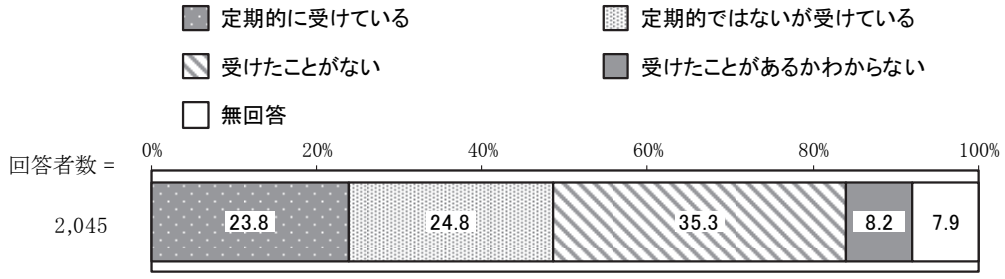

知らない
だいたい知っている
知っている
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 57.1 31.7 6.3 4.8
30歳代 94 54.3 37.2 8.5
40歳代 156 43.6 40.4 15.4 0.6
50歳代 154 27.3 41.6 28.6 2.6
60歳代 139 13.7 39.6 43.2 3.6
70歳代 145 22.8 23.4 51.0 2.8
80歳以上 93 18.3 28.0 44.1 9.7
女性 20歳代 109 65.1 22.0 11.9 0.9
30歳代 162 61.7 30.9 6.8 0.6
40歳代 223 43.9 39.9 14.3 1.8
50歳代 222 26.6 39.6 31.5 2.3
60歳代 171 18.7 40.4 36.8 4.1
70歳代 163 12.3 36.2 41.1 10.4
80歳以上 90 23.3 25.6 40.0 11.1

【地　域　別】

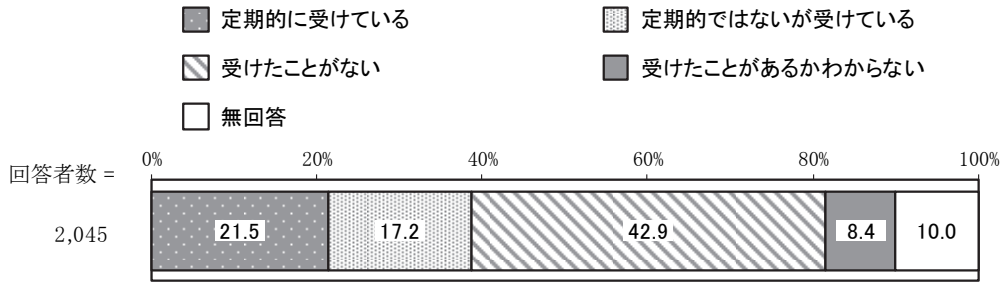

回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 33.3 34.4 26.3 5.9
北沢 352 33.8 38.6 26.1 1.4
玉川 507 30.8 36.7 29.2 3.4
砧 359 34.0 34.3 27.9 3.9
烏山 272 36.0 30.9 28.3 4.8

問 44　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○）

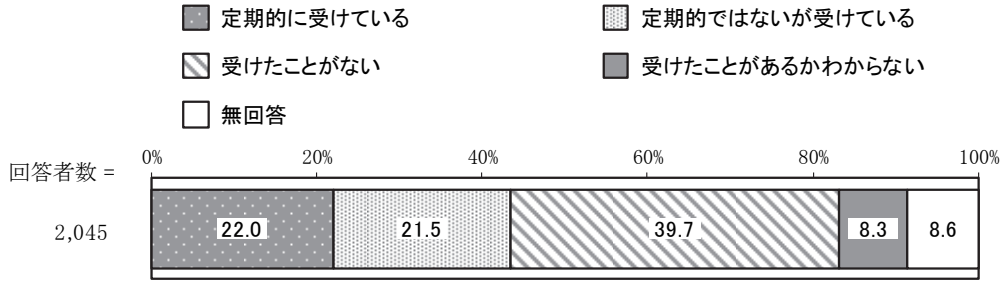
①胃がん



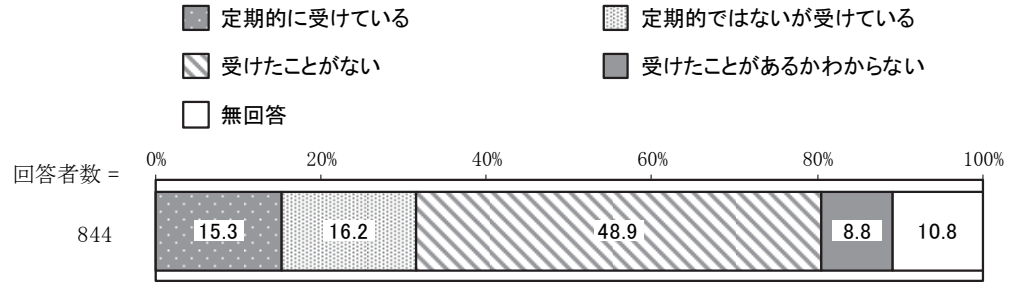
②肺がん



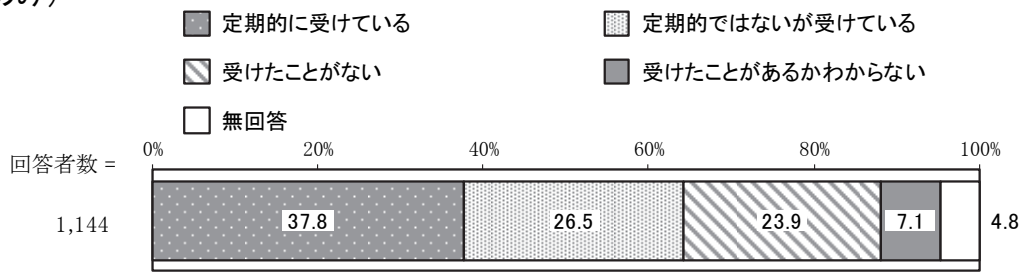
③大腸がん



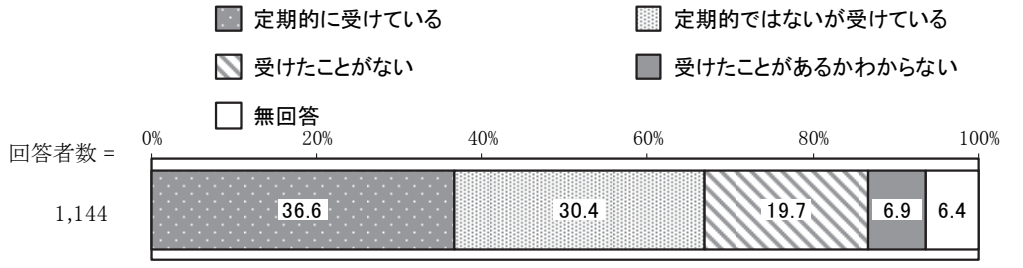
④前立腺がん（男性のみ）



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）」で約５割と最も高くなっている。

【性　別】

性別にみると、大きな差異はみられない。

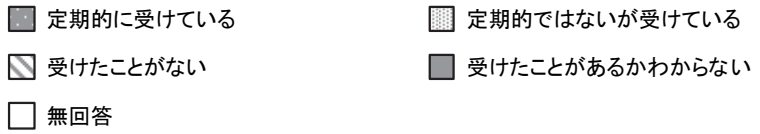
【性・年代別】

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

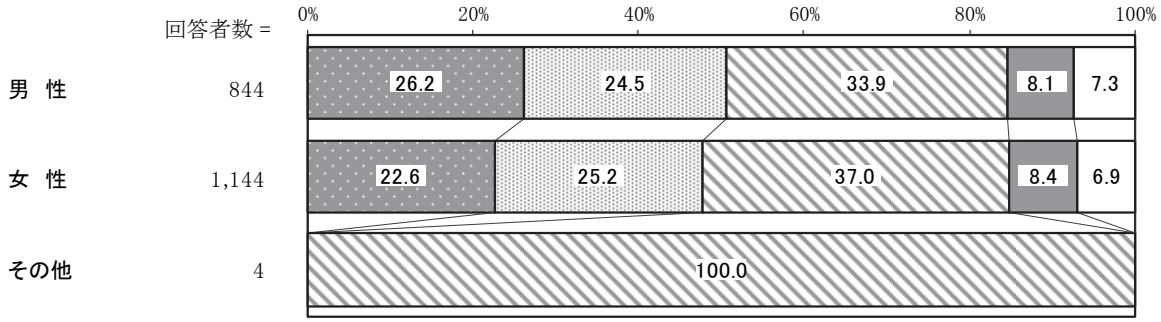
【地　域　別】

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割台半ば、「肺がん」（設問②）は、「受けている人」が砧地域で４割を超え、「大腸がん」（設問③）は、「受けている人」が北沢地域、玉川地域、砧地域、烏山地域で４割台半ばと高くなっている。

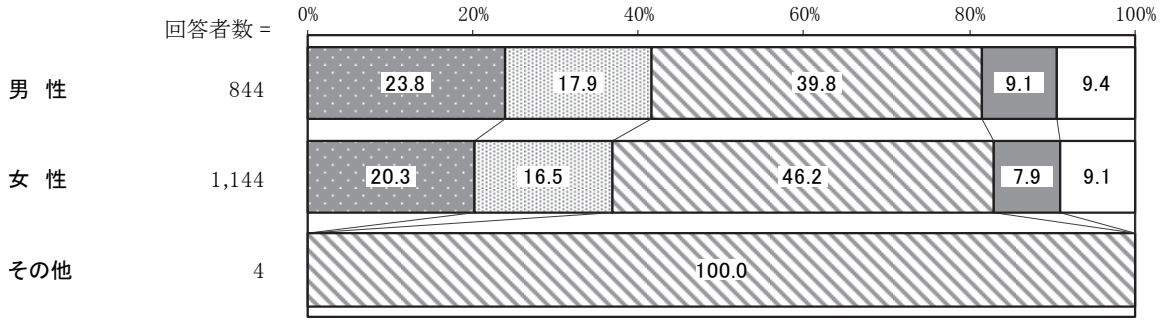
【性　別】



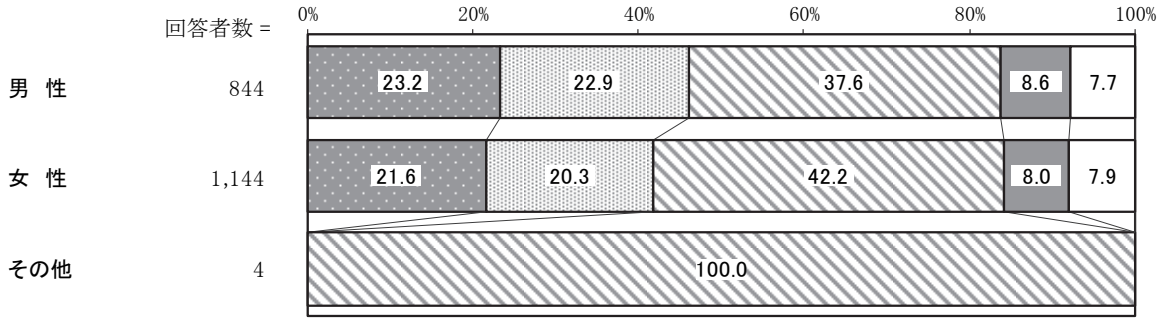
①胃がん



②肺がん



③大腸がん



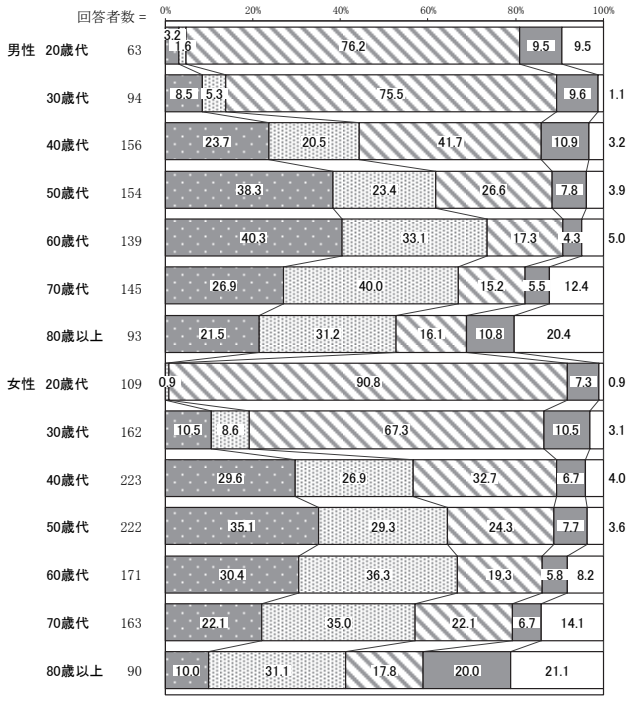
【性・年代別】

定期的に受けている　　定期的ではないが受けている

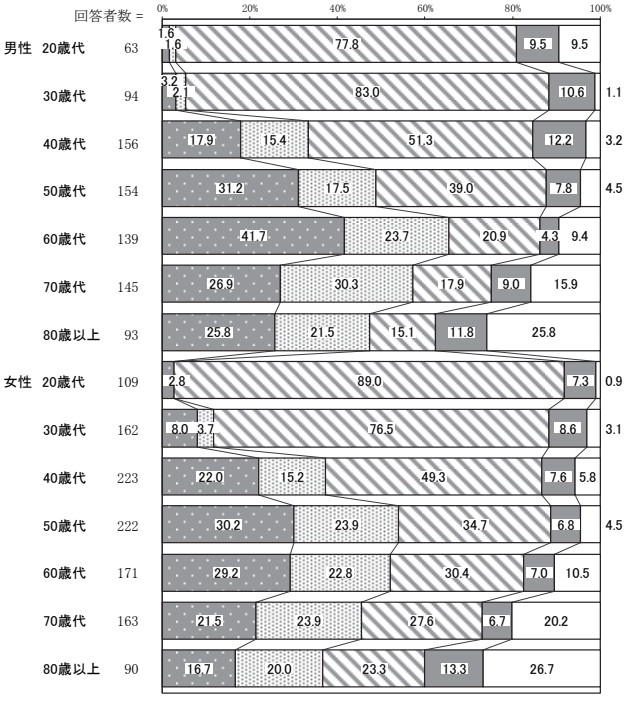
受けたことがない　　受けたことがあるかわからない

無回答

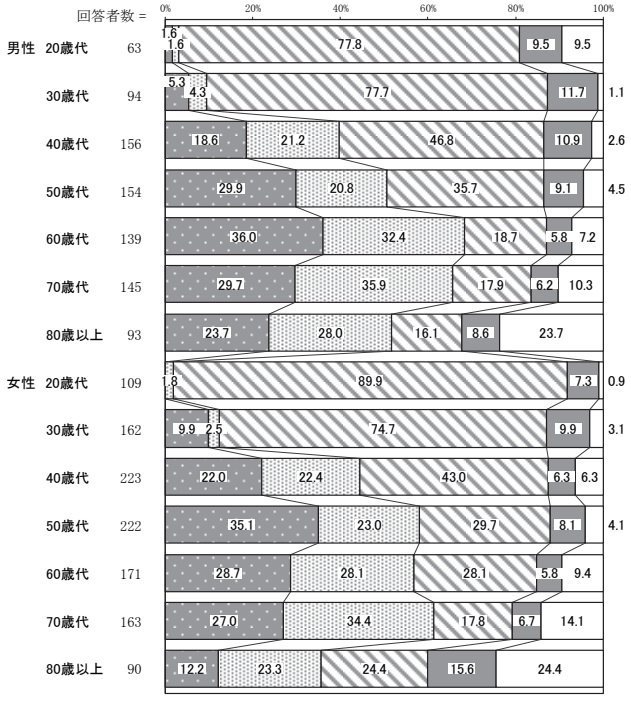
①胃がん



②肺がん



③大腸がん



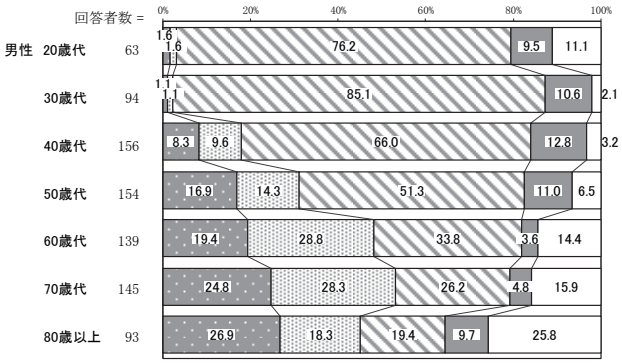
【年代別】

定期的に受けている　　定期的ではないが受けている

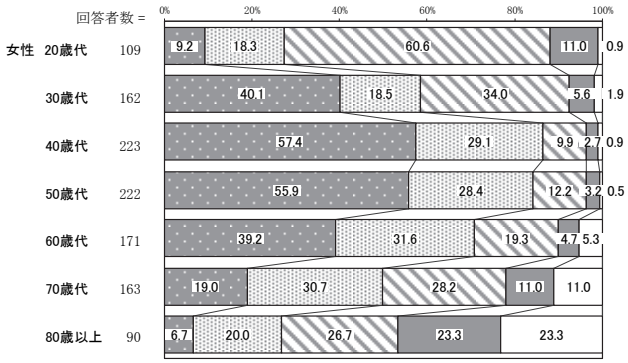
受けたことがない　　受けたことがあるかわからない

無回答

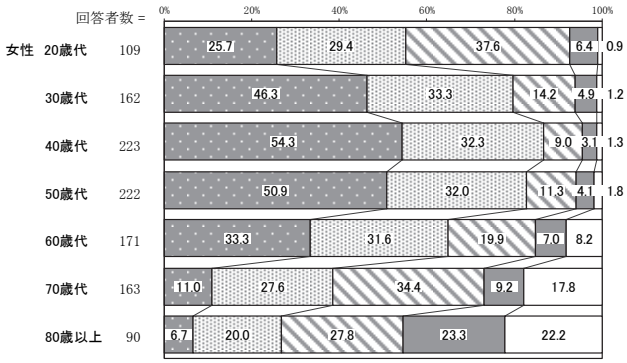
④前立腺がん（男性のみ）



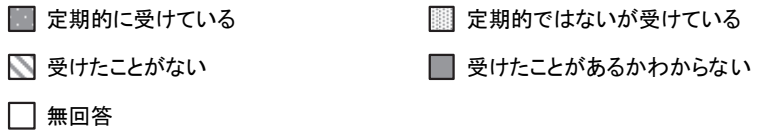
⑤乳がん（女性のみ）



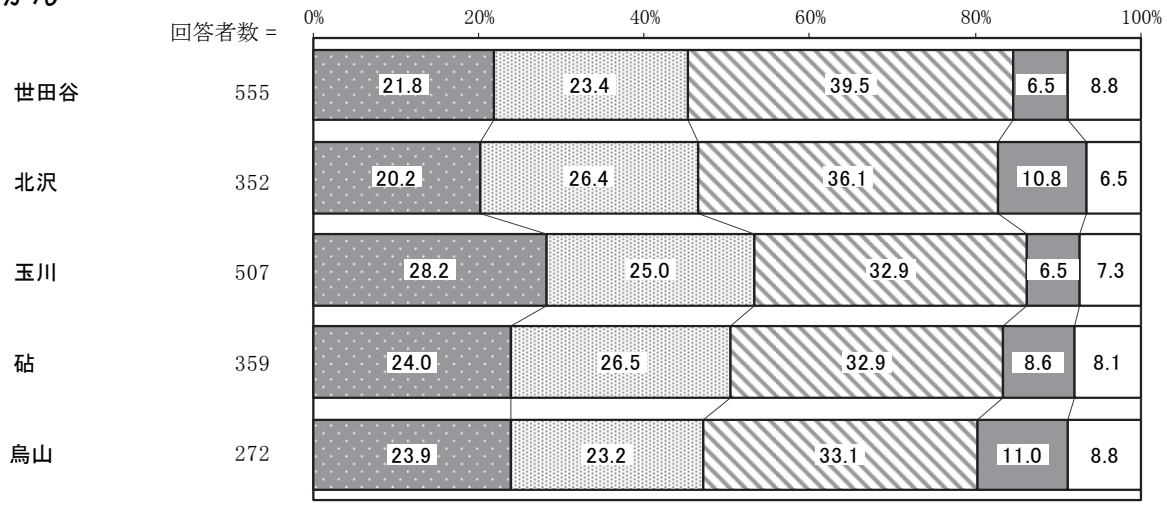
⑥子宮がん（女性のみ）



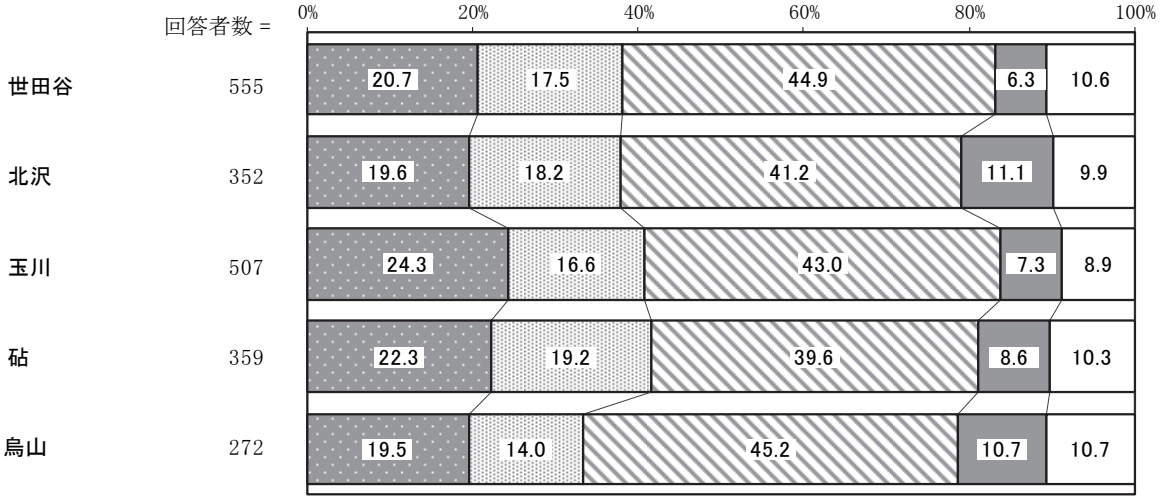
【地　域　別】



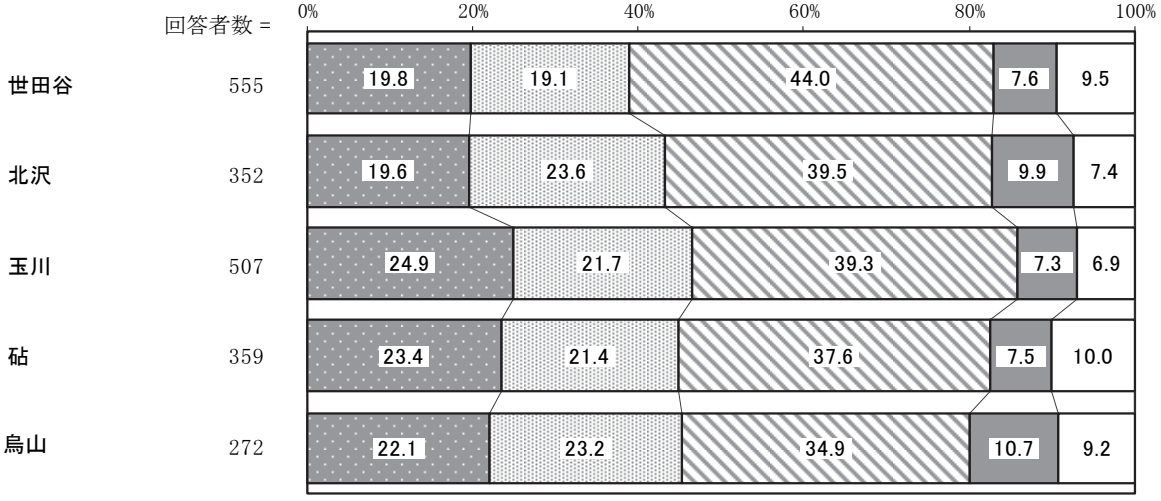
①胃がん

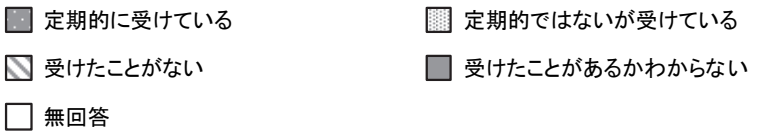


②肺がん

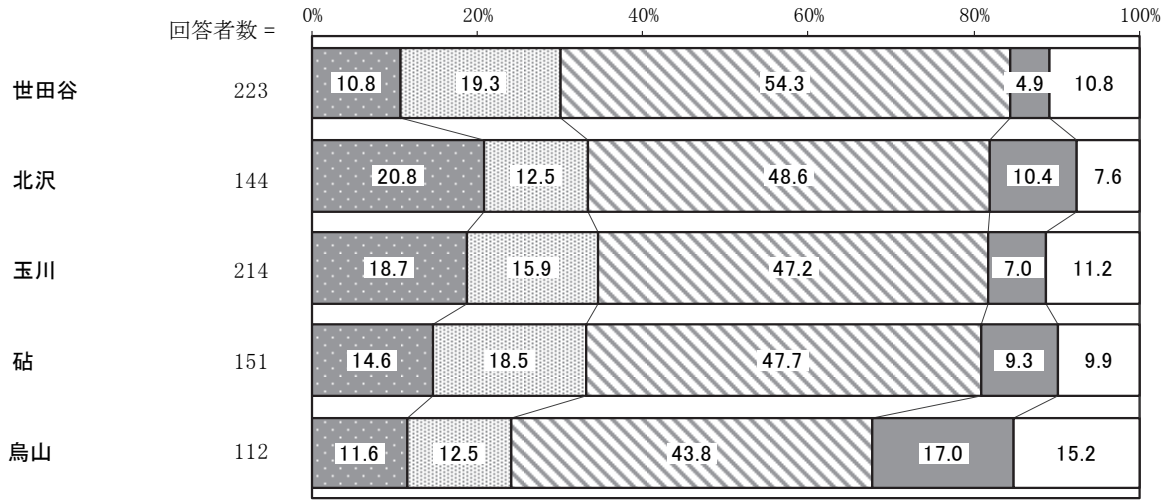


③大腸がん

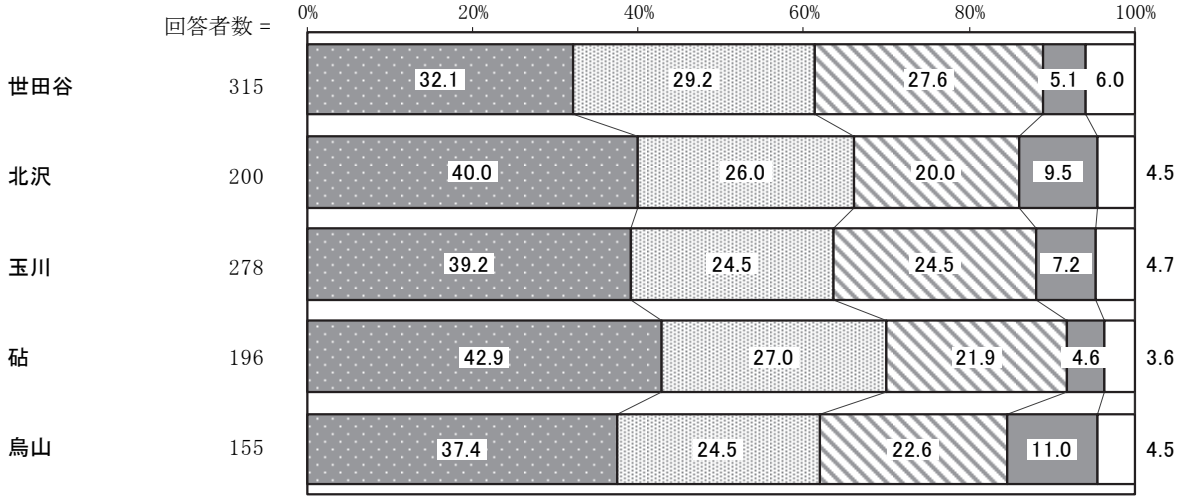




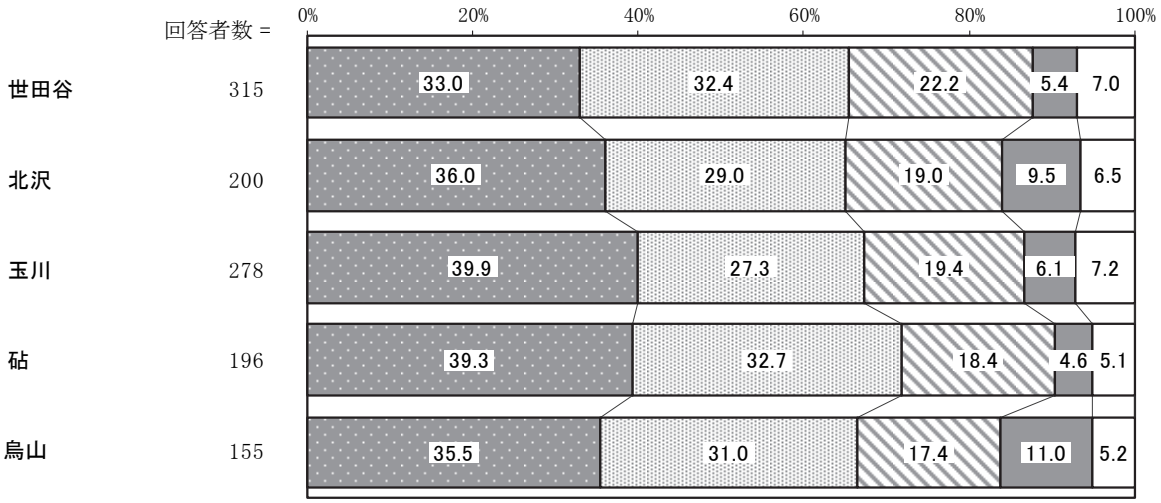
④前立腺がん（男性のみ）



⑤乳がん（女性のみ）



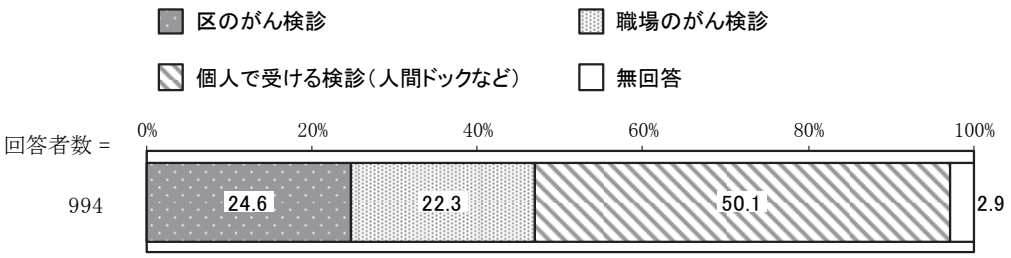
⑥子宮がん（女性のみ）



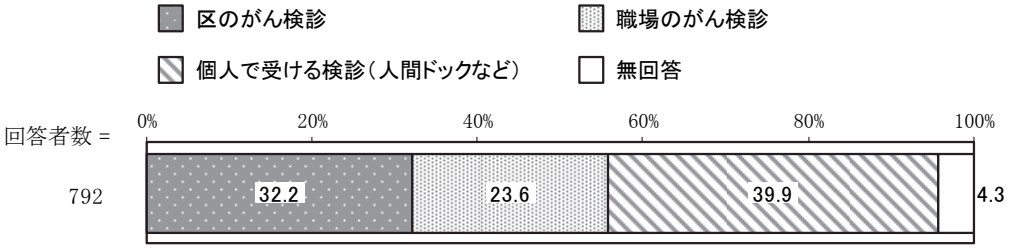
問 44 でいずれかのがん検診を「１．定期的に受けている」「２．定期的ではないが受けている」を選ばれた方にうかがいます。

問 44-1　どこでがん検診を受けましたか。
（それぞれについて、あてはまる番号１つだけに○）

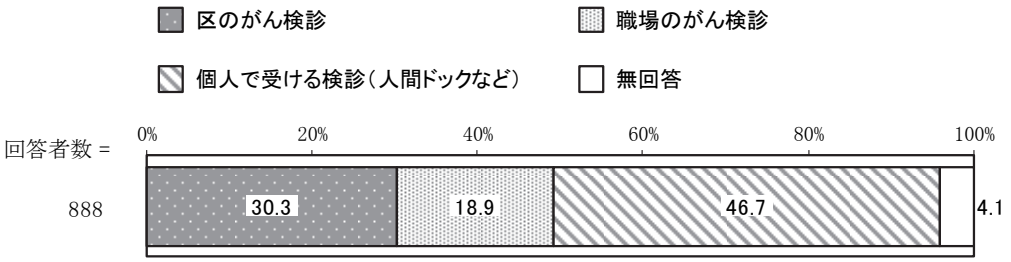
①胃がん



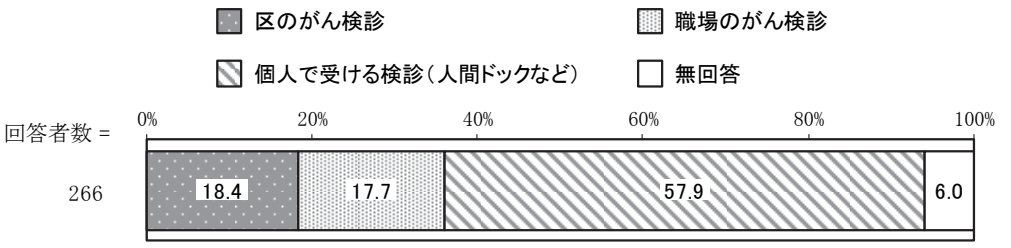
②肺がん



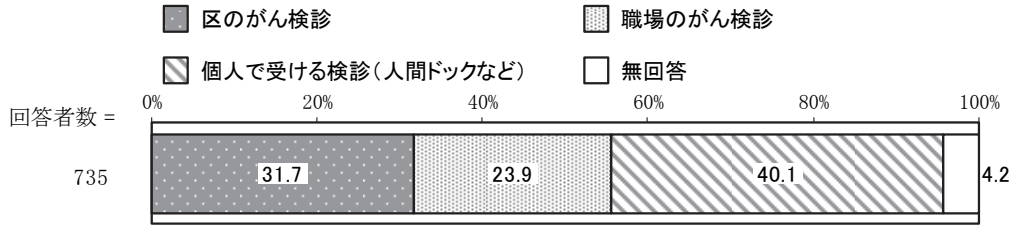
③大腸がん



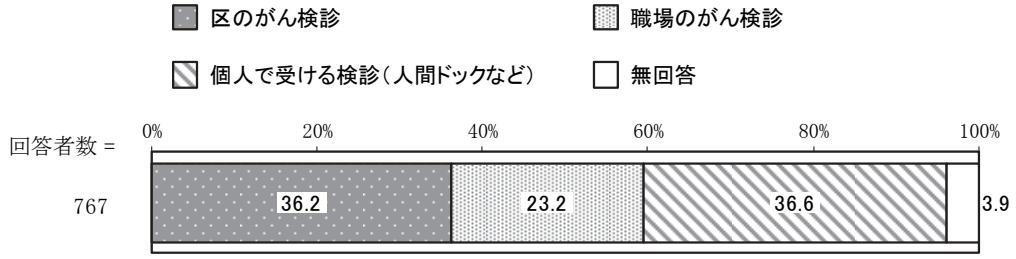
④前立腺がん（男性のみ）



⑤乳がん（女性のみ）



⑥子宮がん（女性のみ）



【全　体】

がん検診の受診場所については、「個人で受ける検診（人間ドックなど）」は、「前立腺がん（男性のみ）」（設問④）で、約６割と最も高くなっている。また、「区のがん検診」は、「子宮がん（女性のみ）」（設問⑥）で、３割台半ばと最も高くなっている。

【性　別】

性別にみると、「職場のがん検診」は、「胃がん」（設問①）で、男性が女性よりも 5.6 ポイント高くなっている。「区のがん検診」は、「肺がん」（設問②）で、女性が男性よりも 6.3 ポイント、「大腸がん」（設問③）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】

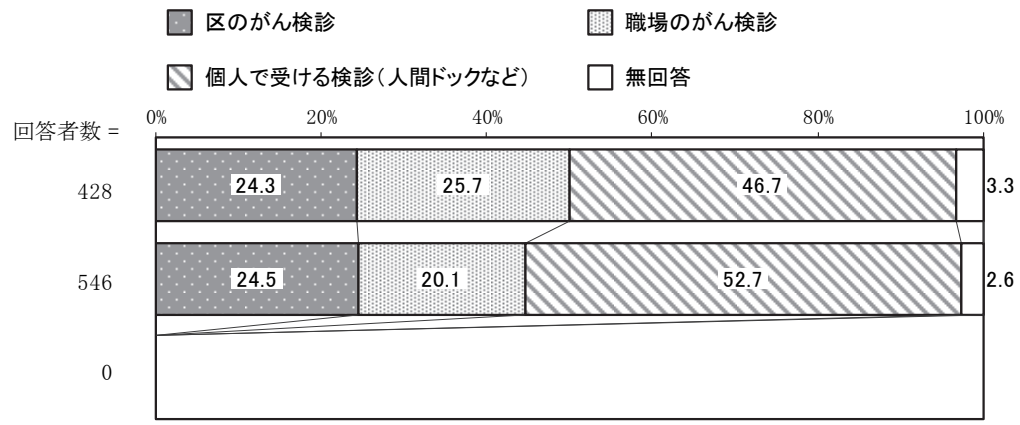
性・年代別にみると、「胃がん」（設問①）は、「区のがん検診」が女性の 70 歳代で４割台半ば、男性の 70 歳代で４割となっている。「肺がん」（設問②）は、「区のがん検診」が女性の 80 歳以上で６割台半ば、70 歳代で約６割となっている。「大腸がん」（設問③）は、「職場のがん検診」は男性の 40 歳代で５割となっている。

【地　域　別】

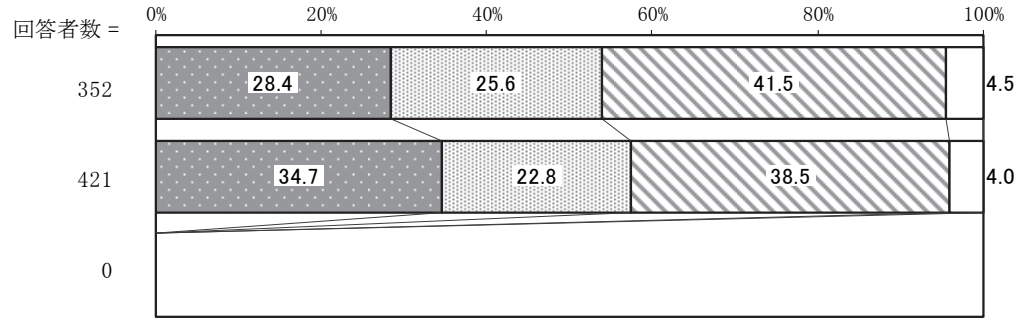
地域別にみると、「胃がん」（設問①）は、「個人で受ける検診（人間ドックなど）」が玉川地域、砧地域で５割を超えている。「肺がん」（設問②）は、「個人で受ける検診（人間ドックなど）」が砧地域で４割台半ばとなっている。「大腸がん」（設問③）は「個人で受ける検診（人間ドックなど）」が世田谷地域、砧地域で約５割となっている。

【性　別】

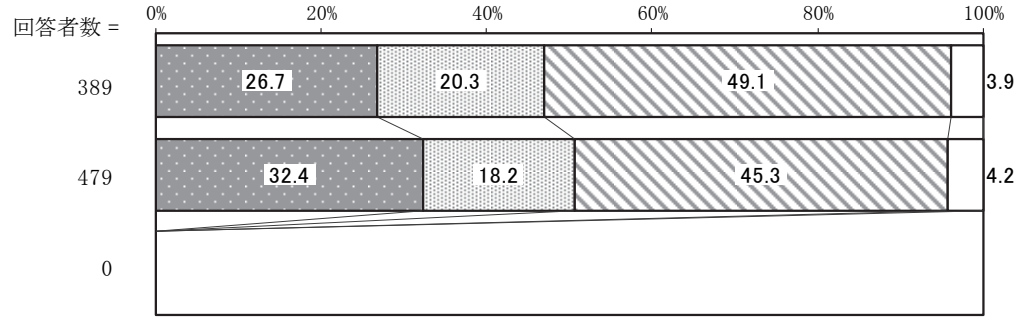
①胃がん



②肺がん



③大腸がん

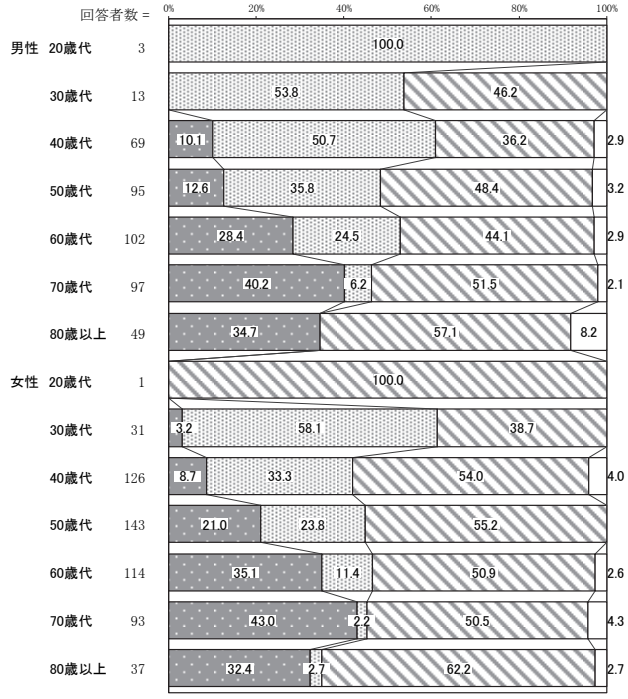


【性・年代別】

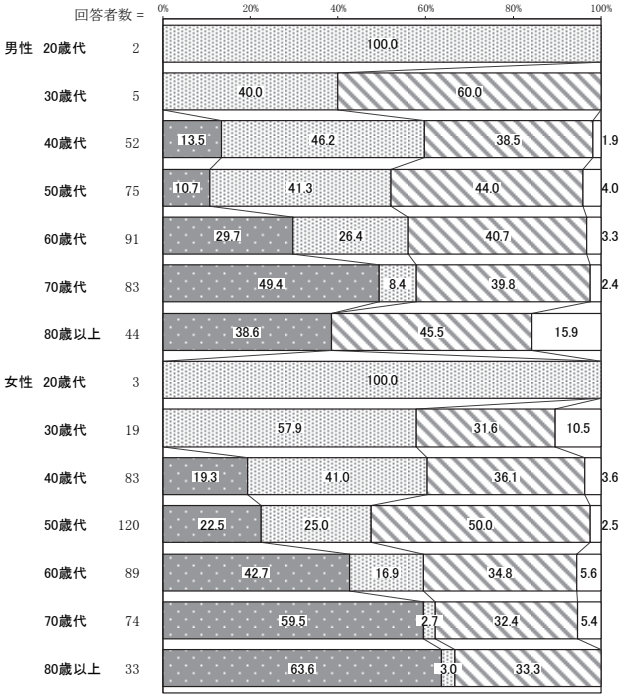
区のがん検診　　職場のがん検診

個人で受ける検診（人間ドックなど）　　無回答

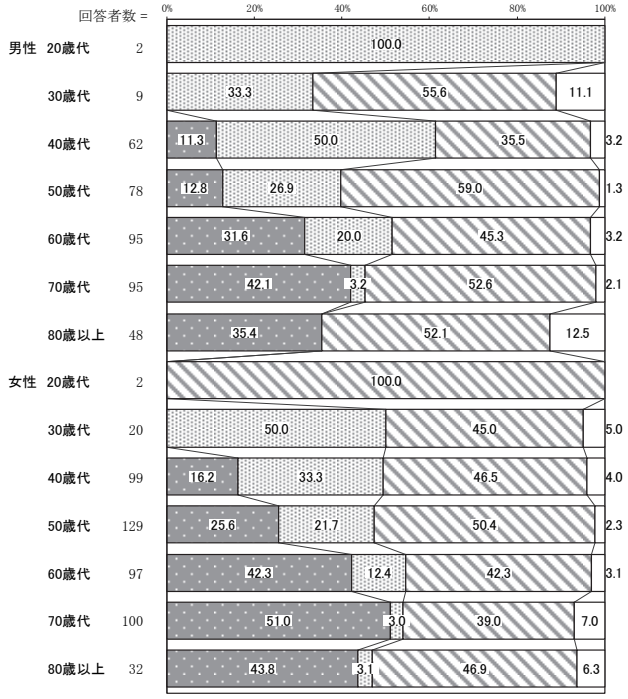
①胃がん



②肺がん



③大腸がん

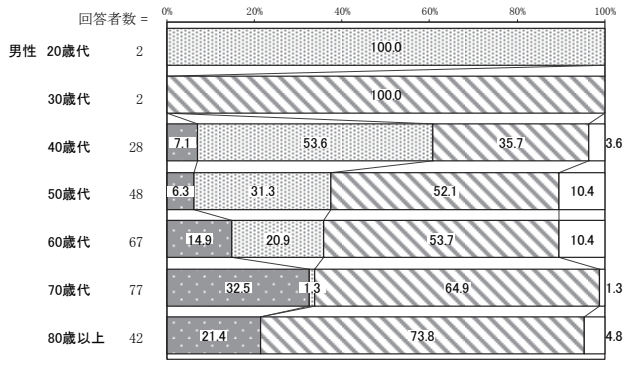


【年代別】

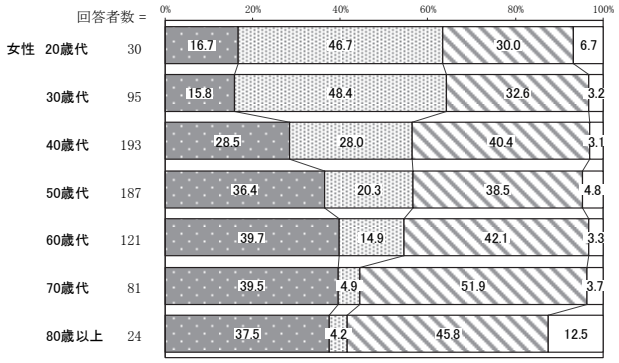
区のがん検診　　職場のがん検診

個人で受ける検診（人間ドックなど）　　無回答

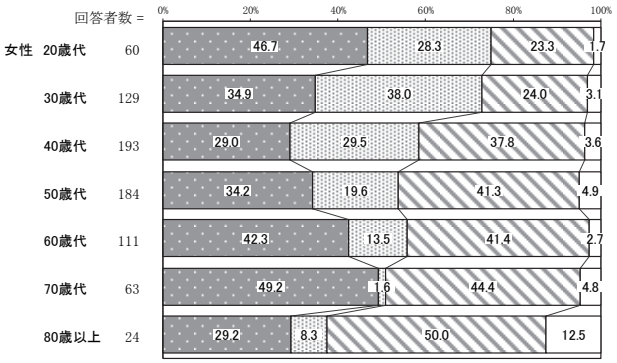
④前立腺がん（男性のみ）



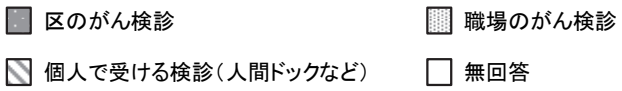
⑤乳がん（女性のみ）



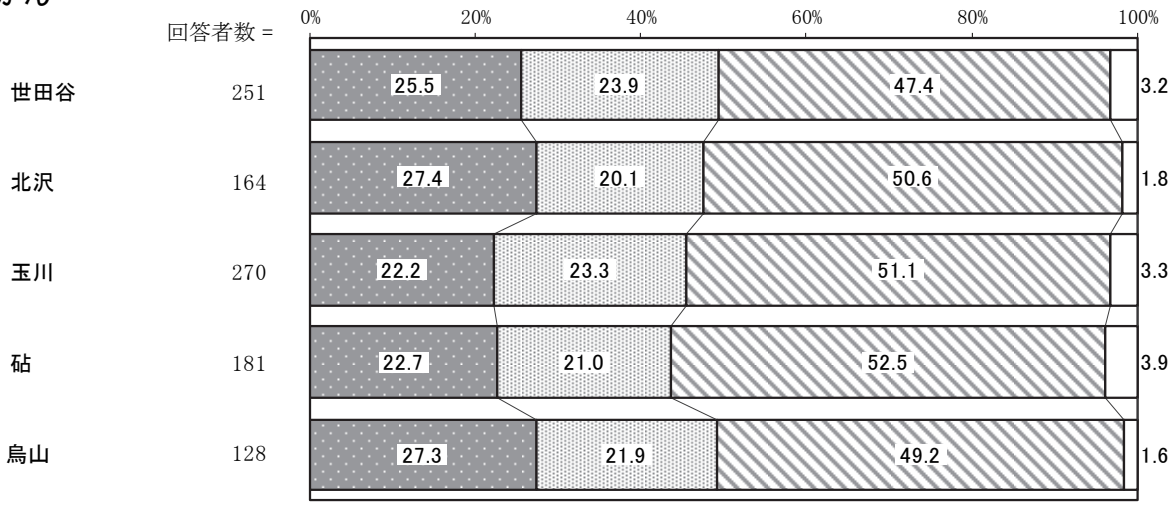
⑥子宮がん（女性のみ）



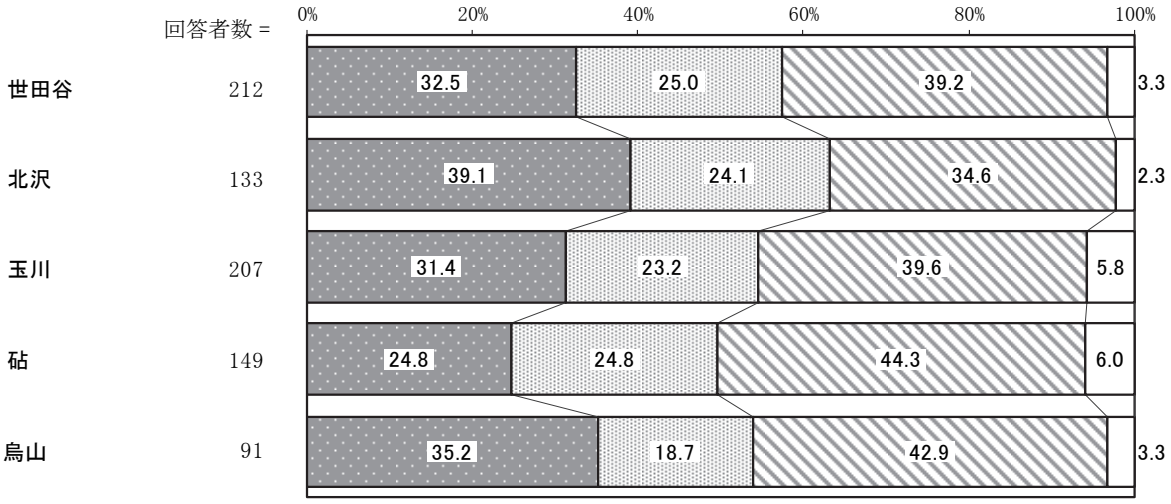
【地　域　別】



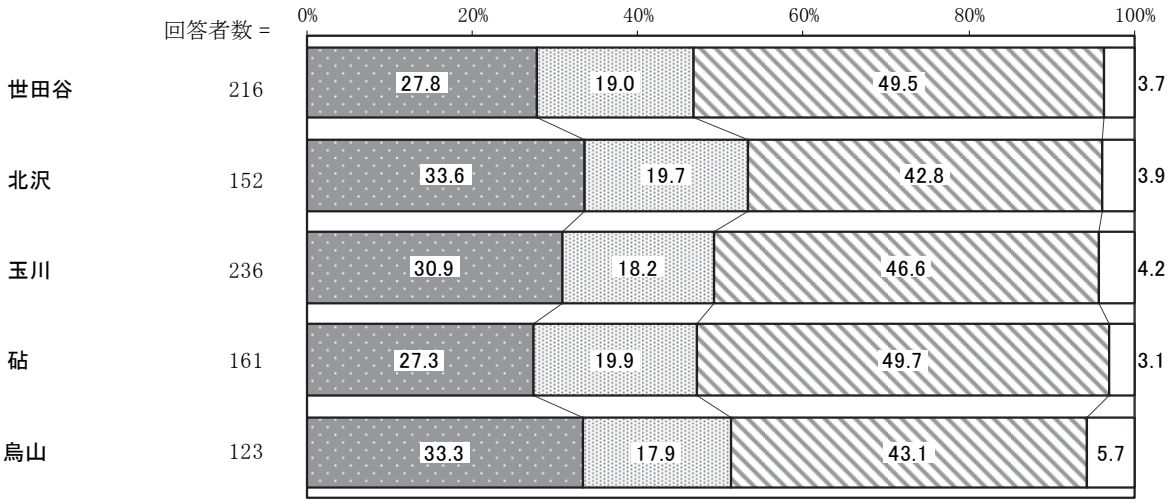
①胃がん

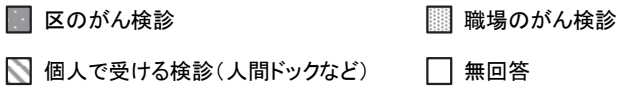


②肺がん

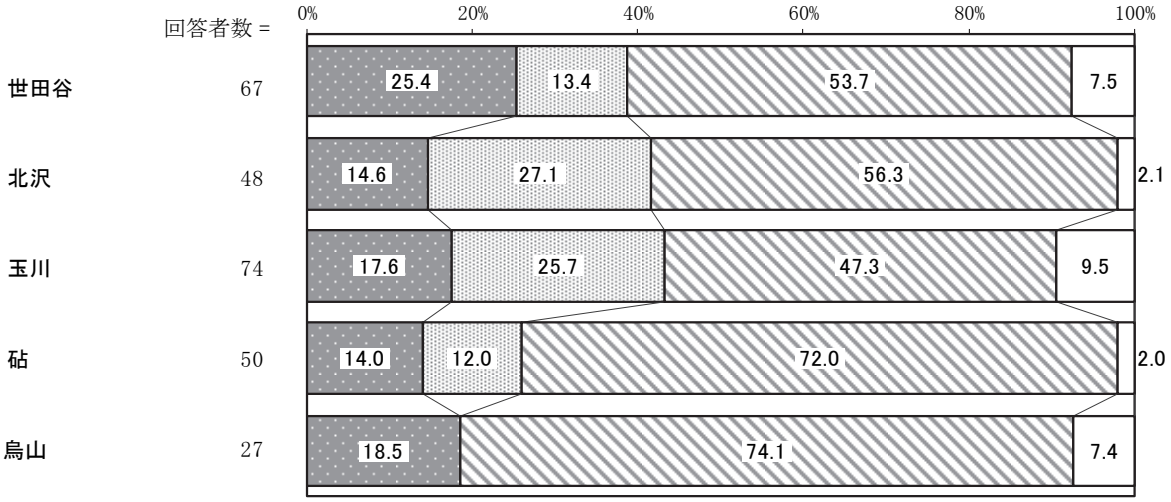


③大腸がん

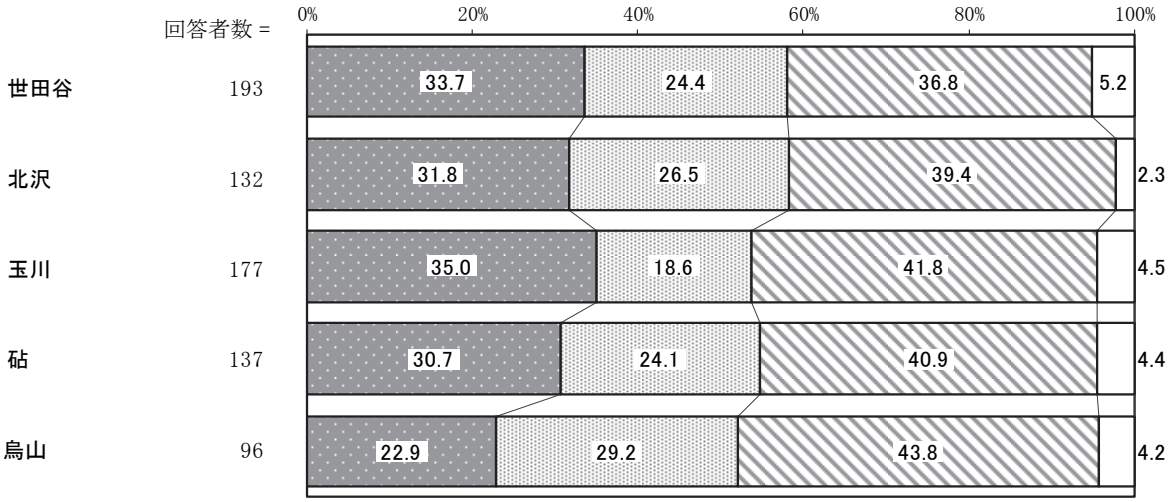




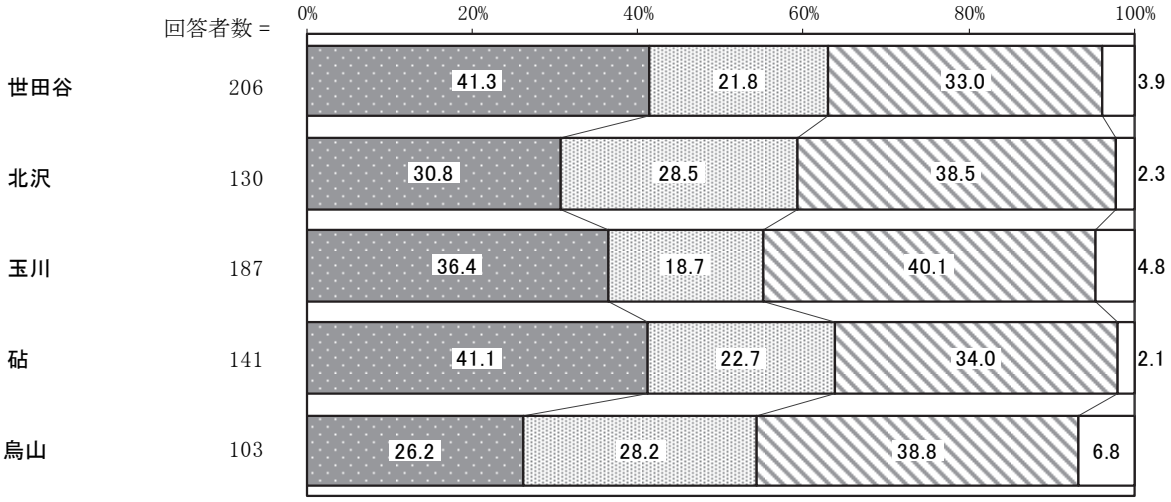
④前立腺がん（男性のみ）



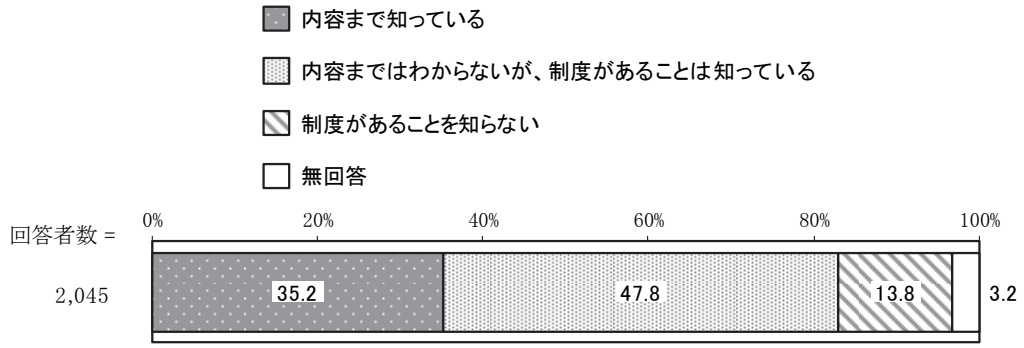
⑤乳がん（女性のみ）



⑥子宮がん（女性のみ）



問 45　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○）



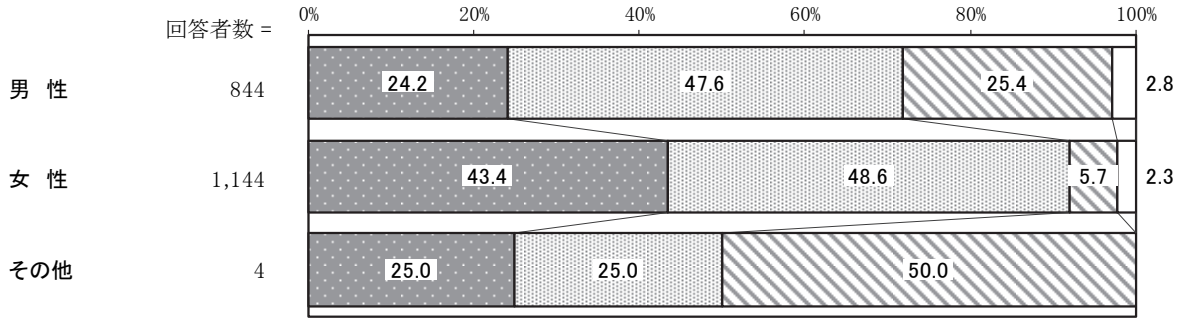
区の検診制度の認知度については、「内容まで知っている」と「内容まではわからないが、制度があることは知っている」を合わせた「知っている人」は 83.0%となっている。

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

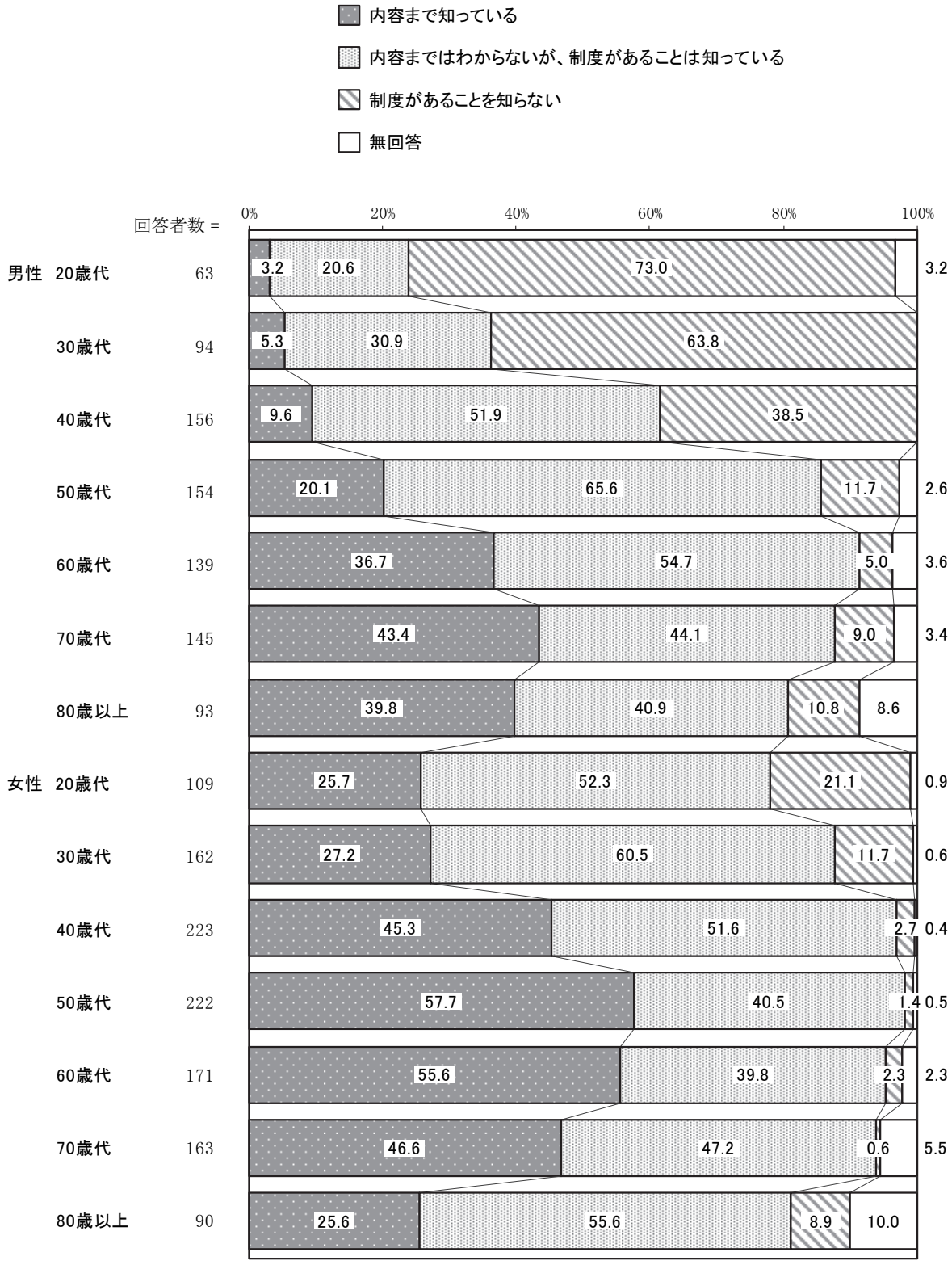
性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の 50 歳代で約 10 割と高く、次いで、女性の 40 歳代、60 歳代、70 歳代で９割台半ば、男性の 60 歳代で９割を超えている。

地域別にみると、「内容まで知っている」は、砧地域で約４割と最も高くなっている。

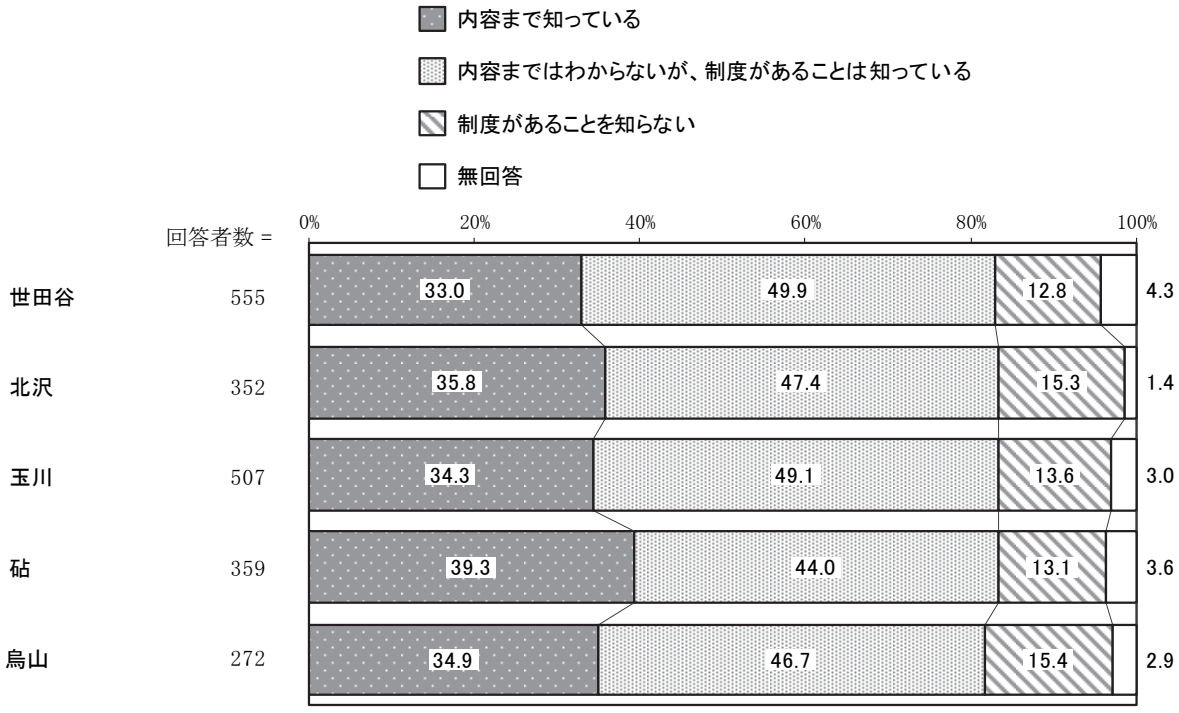
【性　別】



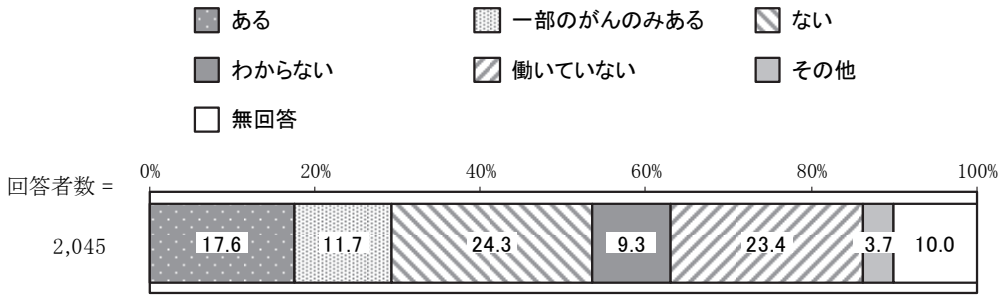
【性・年代別】


内容まで知っている
内容まではわからないが、制度があることは知っている
制度があることを知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 3.2 20.6 73.0 3.2
30歳代 94 5.3 30.9 63.8
40歳代 156 9.6 51.9 38.5
50歳代 154 20.1 65.6 11.7 2.6
60歳代 139 36.7 54.7 5.0 3.6
70歳代 145 43.4 44.1 9.0 3.4
80歳以上 93 39.8 40.9 10.8 8.6
女性 20歳代 109 25.7 52.3 21.1 0.9
30歳代 162 27.2 60.5 11.7 0.6
40歳代 223 45.3 51.6 2.7 0.4
50歳代 222 57.7 40.5 1.4 0.5
60歳代 171 55.6 39.8 2.3 2.3
70歳代 163 46.6 47.2 0.6 5.5
80歳以上 90 25.6 55.6 8.9 10.0

【地　域　別】


内容まで知っている
内容まではわからないが、制度があることは知っている
制度があることを知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
33.0
49.9
12.8
4.3
北沢
352
35.8
47.4
15.3
1.4
玉川
507
34.3
49.1
13.6
3.0
砧
359
39.3
44.0
13.1
3.6
烏山
272
34.9
46.7
15.4
2.9

問 46　職場でがん検診の制度はありますか。（１つに○）



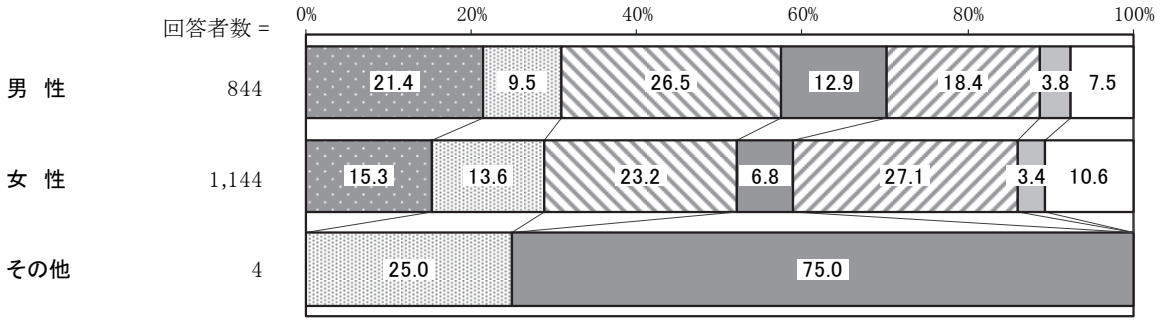
職場のがん検診の制度については、「ある」と「一部のがんのみある」を合わせた「ある人」は 29.3％となっている。

性別にみると、「ある」は、男性が女性よりも 6.1 ポイント高くなっている。

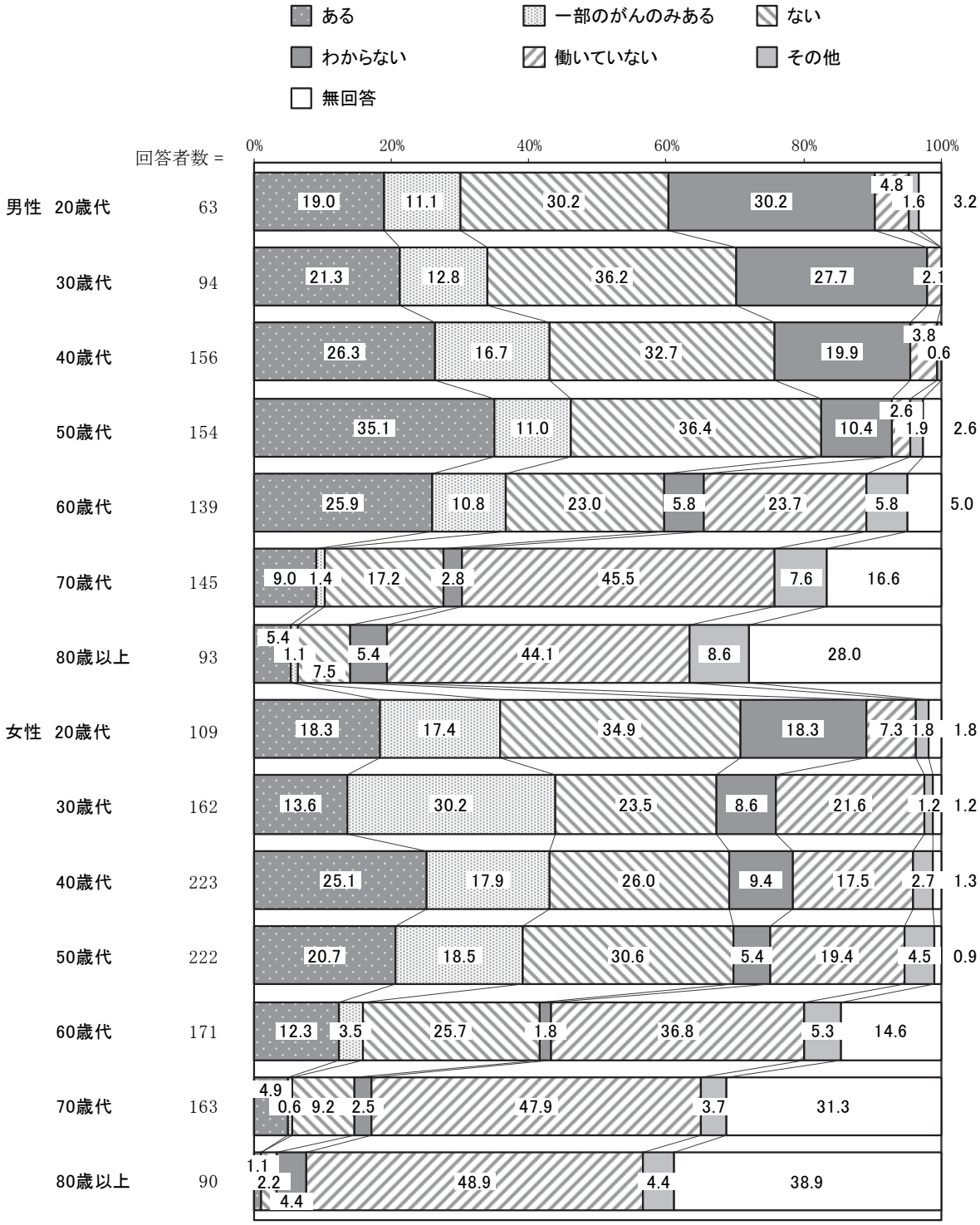
性・年代別にみると、「ある人」は、男性の 40 歳代、50 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、女性の 50 歳代で約４割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

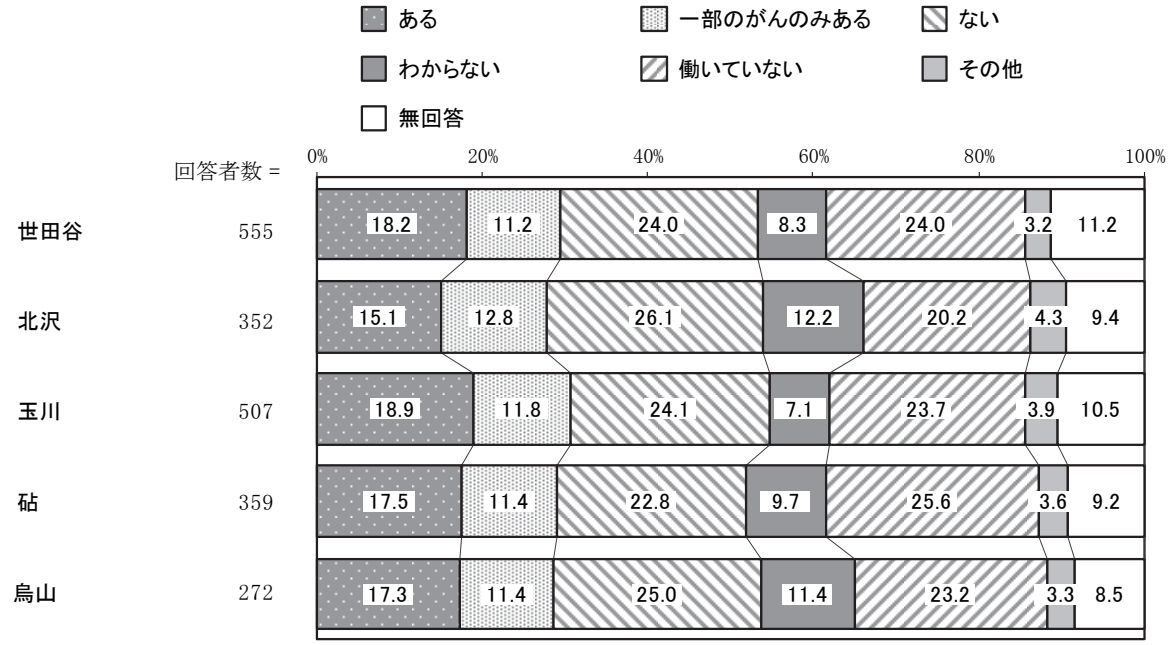
【性　別】



【性・年代別】


ある
一部のがんのみある
ない
わからない
働いていない
その他
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63
19.0 11.1 30.2 30.2 4.8 1.6 3.2
30歳代 94
21.3 12.8 36.2 27.7 2.1
40歳代 156
26.3 16.7 32.7 19.9 3.8 0.6
50歳代 154
35.1 11.0 36.4 10.4 2.6 1.9 2.6
60歳代 139
25.9 10.8 23.0 5.8 23.7 5.8 5.0
70歳代 145
9.0 1.4 17.2 2.8 45.5 7.6 16.6
80歳以上 93
5.4 1.1 7.5 5.4 44.1 8.6 28.0
女性 20歳代 109
18.3 17.4 34.9 18.3 7.3 1.8 1.8
30歳代 162
13.6 30.2 23.5 8.6 21.6 1.2 1.2
40歳代 223
25.1 17.9 26.0 9.4 17.5 2.7 1.3
50歳代 222
20.7 18.5 30.6 5.4 19.4 4.5 0.9
60歳代 171
12.3 3.5 25.7 1.8 36.8 5.3 14.6
70歳代 163
4.9 0.6 9.2 2.5 47.9 3.7 31.3
80歳以上 90
1.1 2.2 4.4 48.9 4.4 38.9

【地　域　別】


ある
一部のがんのみある
ない
わからない
働いていない
その他
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555
18.2 11.2 24.0 8.3 24.0 3.2 11.2
北沢 352
15.1 12.8 26.1 12.2 20.2 4.3 9.4
玉川 507
18.9 11.8 24.1 7.1 23.7 3.9 10.5
砧 359
17.5 11.4 22.8 9.7 25.6 3.6 9.2
烏山 272
17.3 11.4 25.0 11.4 23.2 3.3 8.5

問 47　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○）



治療中の病気については「特にない」38.0%が最も高く、次いで「高血圧症」15.6%、「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8.3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、男性の20歳代で約８割と最も高く、次いで、女性の20歳代で７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】

単位：%

区分	心疾患（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	6.2	20.0	10.2	9.0	1.1	1.3	5.5	4.7	1.9	4.5	1.9	0.5	1.2	1.1	－	2.6
女　性	3.1	11.7	8.0	2.9	0.2	0.3	1.0	0.2	0.7	3.8	0.8	0.4	2.8	0.3	0.1	2.9
その他	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	－

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	回答者数（件）
男　性	－	2.8	0.6	0.8	9.5	9.2	3.4	10.3	0.1	0.1	0.5	4.3	37.0	9.4	844
女　性	4.9	2.3	4.9	3.6	10.8	7.5	2.6	10.3	1.2	5.8	0.9	6.3	40.0	8.1	1144
その他	－	－	－	－	－	－	－	25.0	－	－	－	50.0	25.0	－	4

【性・年代別】

単位：％

区分		心疾患（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	－	－	－	－	－	3.2
	30歳代	－	1.1	－	1.1	－	－	1.1	1.1	－	1.1	3.2	－	－	－	－	1.1
	40歳代	0.6	5.8	6.4	3.2	－	－	－	1.3	－	1.3	0.6	－	－	1.3	－	0.6
	50歳代	4.5	18.2	10.4	7.1	1.3	0.6	1.3	4.5	1.9	5.2	2.6	0.6	2.6	1.9	－	1.9
	60歳代	6.5	31.7	15.8	10.1	0.7	0.7	2.2	10.1	0.7	7.9	4.3	0.7	－	0.7	－	3.6
	70歳代	13.8	36.6	19.3	22.8	3.4	4.1	13.8	9.0	4.8	7.6	0.7	0.7	2.8	2.1	－	1.4
	80歳以上	16.1	36.6	10.8	11.8	1.1	3.2	21.5	3.2	5.4	4.3	1.1	1.1	2.2	－	－	8.6
女性	20歳代	0.9	－	－	－	－	－	－	－	－	0.9	－	－	8.3	－	－	1.8
	30歳代	0.6	－	－	－	－	－	－	－	－	2.5	－	－	1.2	－	－	1.9
	40歳代	0.4	0.9	1.8	－	－	－	－	－	0.4	1.8	－	－	4.9	0.4	－	1.8
	50歳代	0.9	9.0	5.9	1.4	0.5	－	1.4	－	0.5	1.4	1.8	0.5	1.8	－	－	3.2
	60歳代	0.6	19.9	17.0	7.6	－	1.2	1.2	－	2.9	4.1	1.8	0.6	－	－	－	3.5
	70歳代	6.7	23.9	18.4	6.1	－	－	2.5	－	－	8.6	0.6	1.2	1.2	0.6	－	3.1
	80歳以上	20.0	42.2	15.6	7.8	1.1	2.2	3.3	2.2	1.1	11.1	1.1	1.1	4.4	2.2	1.1	6.7

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	回答者数（件）
男性	20歳代	－	－	－	－	1.6	4.8	3.2	－	－	－	－	3.2	77.8	7.9	63
	30歳代	－	－	1.1	－	2.1	2.1	1.1	3.2	－	－	－	3.2	69.1	13.8	94
	40歳代	－	－	－	0.6	1.9	7.7	1.9	8.3	－	－	－	6.4	51.3	12.8	156
	50歳代	－	0.6	1.3	1.9	11.0	7.8	1.3	11.0	0.6	－	－	3.2	37.0	9.1	154
	60歳代	－	5.8	1.4	0.7	9.4	10.1	4.3	12.9	－	－	－	5.8	18.7	8.6	139
	70歳代	－	6.2	－	1.4	19.3	15.9	4.8	13.8	－	－	1.4	4.1	14.5	3.4	145
	80歳以上	－	6.5	－	－	17.2	12.9	8.6	17.2	－	1.1	2.2	2.2	15.1	10.8	93
女性	20歳代	3.7	－	1.8	1.8	－	1.8	0.9	4.6	－	－	－	3.7	72.5	4.6	109
	30歳代	6.8	0.6	4.9	－	1.9	4.9	1.9	1.9	－	0.6	－	4.9	60.5	10.5	162
	40歳代	9.0	1.8	4.5	1.8	3.1	6.7	0.9	4.0	0.9	0.9	－	6.7	51.6	10.8	223
	50歳代	6.3	2.7	6.3	5.0	8.1	5.0	1.8	9.0	－	1.8	－	7.2	40.1	9.0	222
	60歳代	0.6	2.9	4.1	4.7	16.4	10.5	6.4	15.8	－	5.8	－	5.3	26.3	6.4	171
	70歳代	3.7	4.3	6.1	7.4	27.0	11.7	1.8	18.4	3.1	15.3	－	4.3	14.7	8.0	163
	80歳以上	－	3.3	5.6	4.4	26.7	13.3	5.6	26.7	7.8	25.6	11.1	14.4	7.8	3.3	90

【地　域　別】

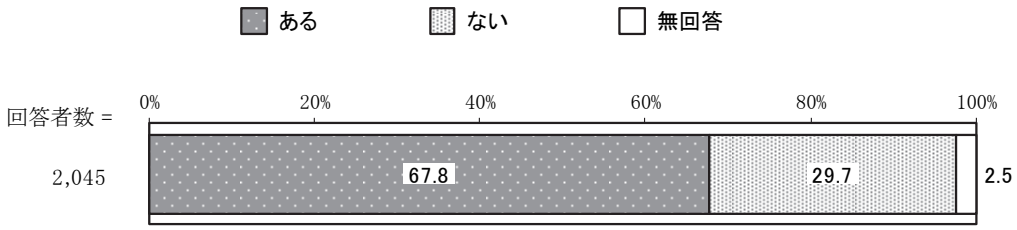
単位：％

区分	心疾患（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）
世田谷	3.6	15.9	8.3	5.2	－	0.2	3.4	2.5	1.4	3.8	0.9	0.4	2.7	0.7	－	2.3
北沢	5.1	14.8	10.8	6.5	0.6	2.3	4.3	2.3	1.1	2.6	1.7	－	1.7	1.1	0.3	3.1
玉川	6.3	15.8	8.1	6.1	0.6	0.6	2.8	2.4	1.2	3.7	1.4	1.0	2.2	1.0	－	3.0
砧	3.9	14.8	9.2	4.5	0.8	0.8	2.5	1.4	0.8	5.0	0.8	0.3	1.7	0.3	－	2.8
烏山	2.9	16.9	8.5	5.9	1.1	0.4	1.8	2.2	1.5	5.9	1.5	0.4	1.8	－	－	2.6

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	回答者数（件）
世田谷	2.9	1.8	2.3	2.2	11.7	8.1	3.1	9.9	0.4	2.7	0.5	6.1	38.2	10.3	555
北沢	2.3	2.6	2.3	1.7	12.2	11.1	3.7	11.1	1.7	3.4	0.6	6.0	37.8	8.5	352
玉川	2.6	3.2	3.6	2.6	8.9	7.3	2.6	9.5	0.6	3.6	1.0	4.1	36.1	9.9	507
砧	3.1	2.8	3.6	3.1	7.5	8.4	3.1	10.9	0.6	4.5	0.8	5.8	39.8	7.0	359
烏山	3.3	2.2	3.3	2.6	11.8	6.6	2.2	12.1	1.1	4.4	0.7	5.5	39.3	7.4	272

問 48　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



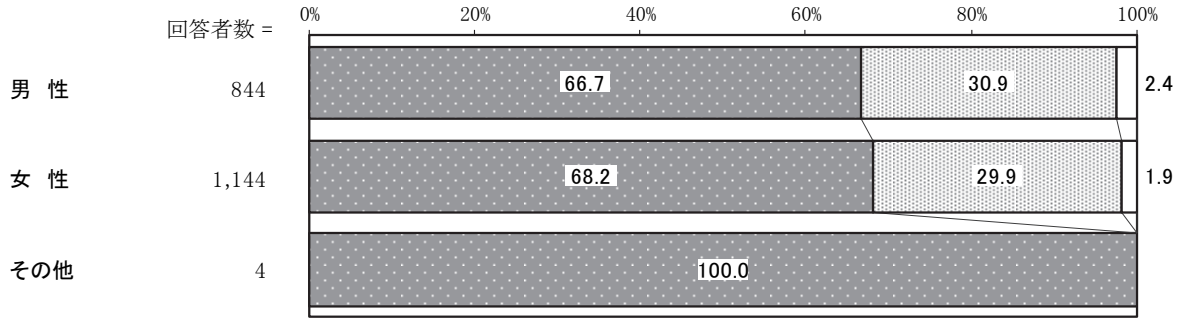
かかりつけ医については、「ある」67.8%、「ない」29.7%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

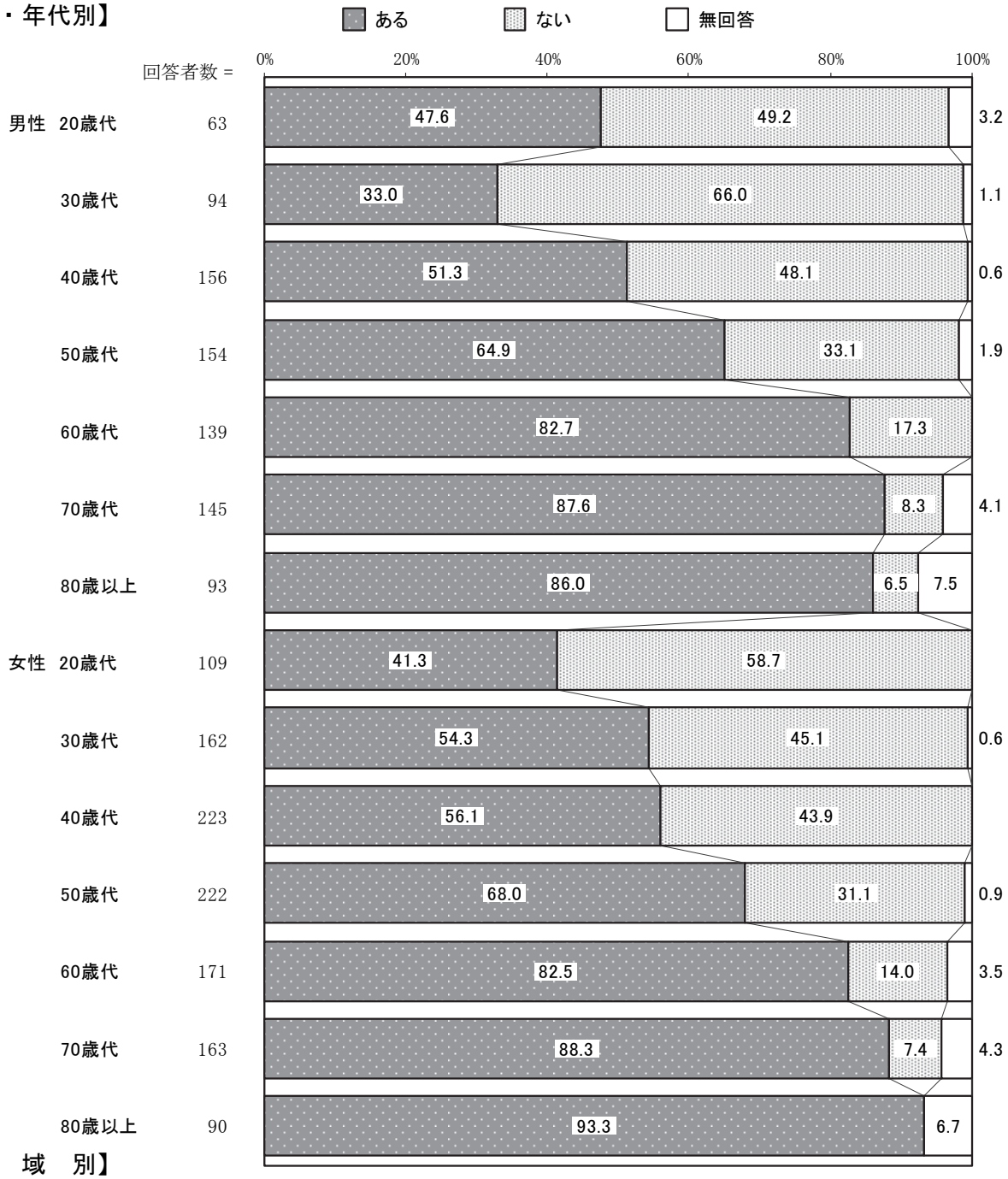
性・年代別にみると、「ある」は、女性の 80 歳以上で９割台半ばと最も高く、次いで、男性の 70 歳代、女性の 70 歳代で約９割となっている。男性・女性ともに 60 歳以上は８割以上となっている。「ない」は、男性の 30 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで女性の 20 歳代で約６割となっている。

地域別にみると、「ある」は、玉川地域で７割となっている。最も低い世田谷地域と比べると、5.0 ポイントの差がある。

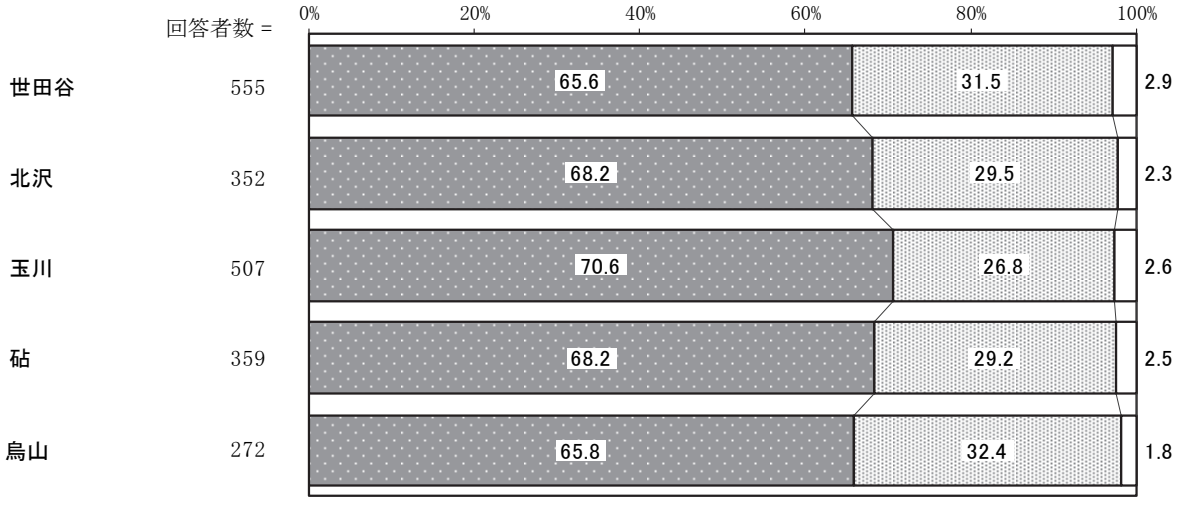
【性　別】



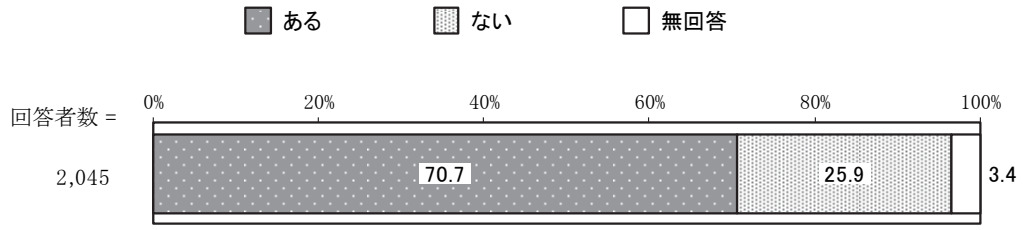
【性・年代別】


ある
ない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 47.6 49.2 3.2
30歳代 94 33.0 66.0 1.1
40歳代 156 51.3 48.1 0.6
50歳代 154 64.9 33.1 1.9
60歳代 139 82.7 17.3
70歳代 145 87.6 8.3 4.1
80歳以上 93 86.0 6.5 7.5
女性 20歳代 109 41.3 58.7
30歳代 162 54.3 45.1 0.6
40歳代 223 56.1 43.9
50歳代 222 68.0 31.1 0.9
60歳代 171 82.5 14.0 3.5
70歳代 163 88.3 7.4 4.3
80歳以上 90 93.3 6.7

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 65.6 31.5 2.9
北沢 352 68.2 29.5 2.3
玉川 507 70.6 26.8 2.6
砧 359 68.2 29.2 2.5
烏山 272 65.8 32.4 1.8

②かかりつけ歯科医



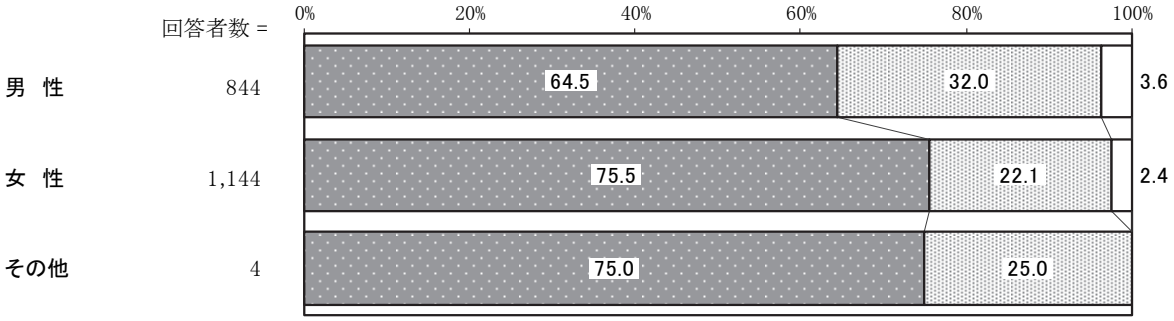
かかりつけ歯科医については、「ある」70.7%、「ない」25.9%となっている。

性別にみると、「ある」は、女性が男性よりも 11.0 ポイント高くなっている。

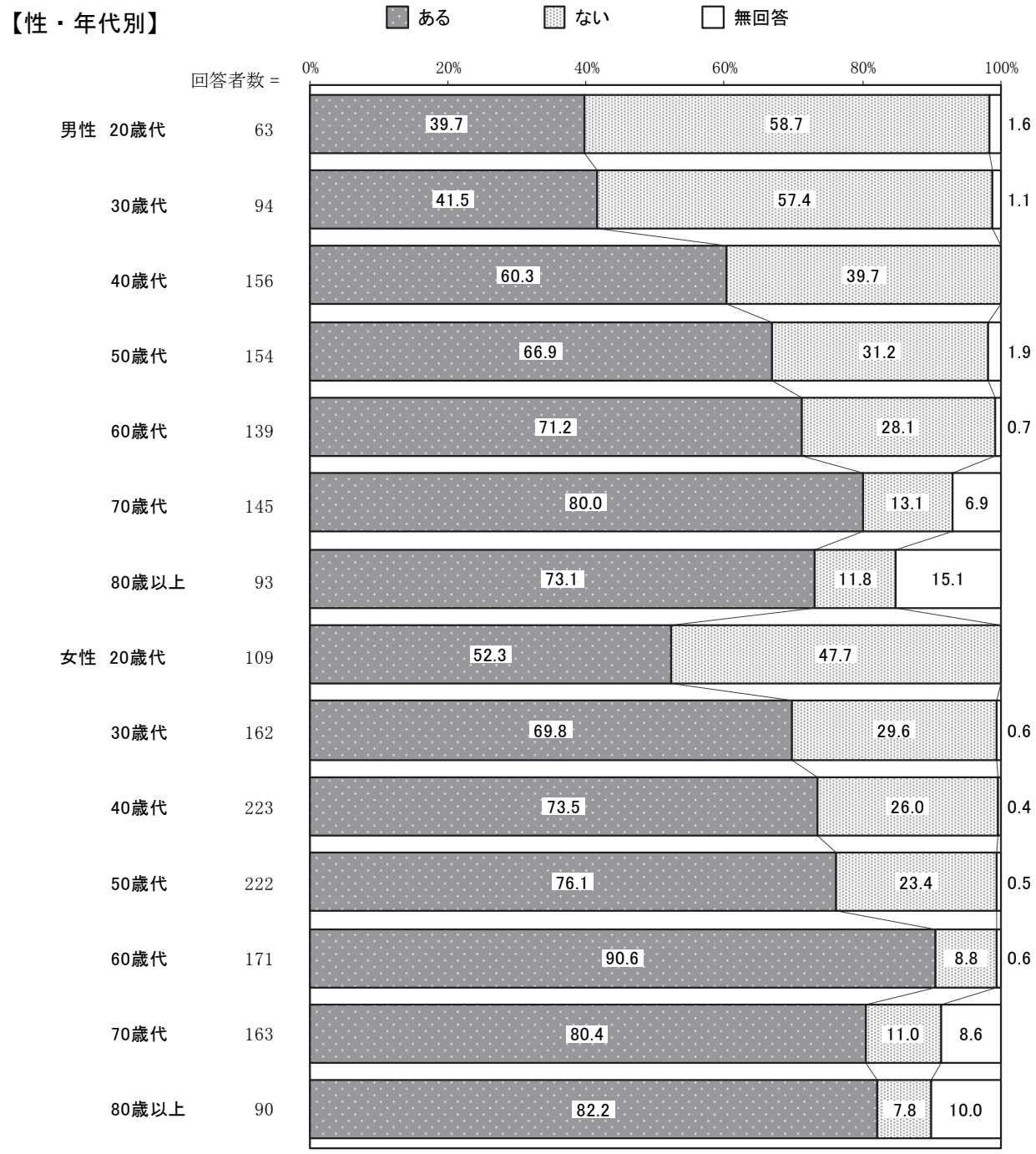
性・年代別にみると、「ある」は、女性の 60 歳代で９割と最も高く、次いで、女性の 80 歳以上で８割を超えている。「ない」は、男性の 20 歳代、30 歳代で約６割と高く、次いで、女性の 20 歳代で約５割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

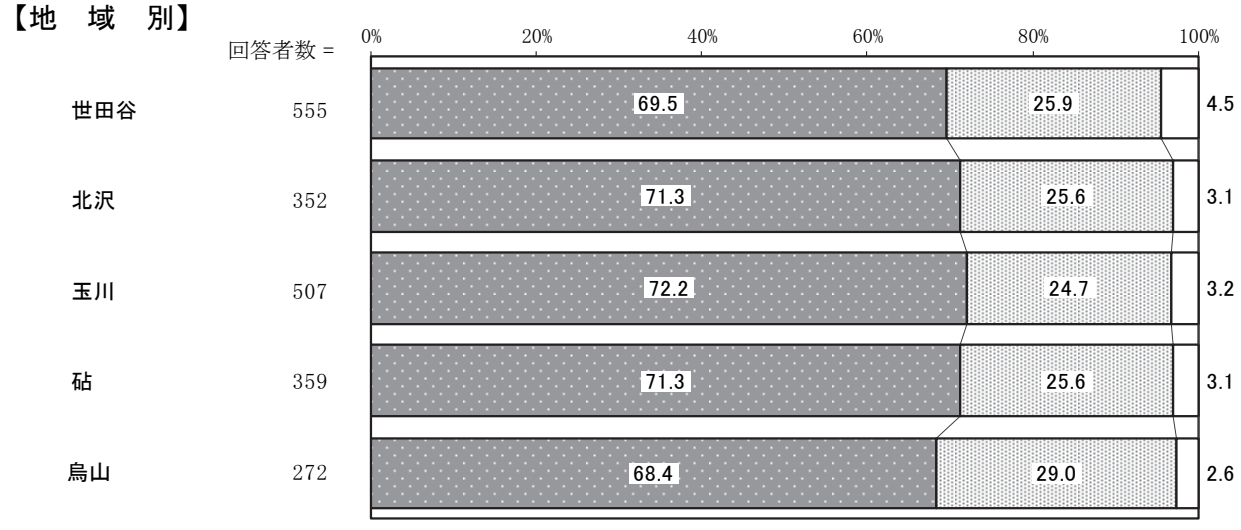
【性　別】



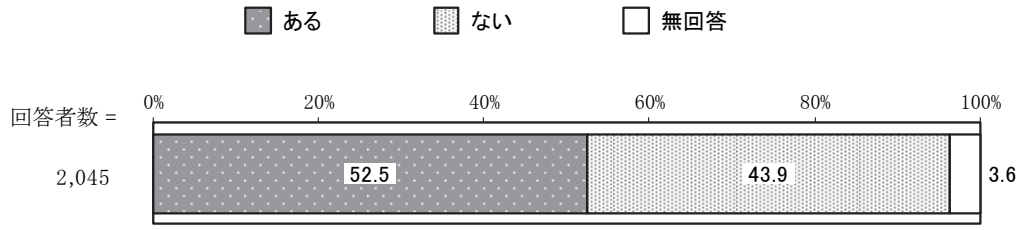
【性・年代別】


ある
ない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 39.7 58.7 1.6
30歳代 94 41.5 57.4 1.1
40歳代 156 60.3 39.7
50歳代 154 66.9 31.2 1.9
60歳代 139 71.2 28.1 0.7
70歳代 145 80.0 13.1 6.9
80歳以上 93 73.1 11.8 15.1
女性 20歳代 109 52.3 47.7
30歳代 162 69.8 29.6 0.6
40歳代 223 73.5 26.0 0.4
50歳代 222 76.1 23.4 0.5
60歳代 171 90.6 8.8 0.6
70歳代 163 80.4 11.0 8.6
80歳以上 90 82.2 7.8 10.0

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 69.5 25.9 4.5
北沢 352 71.3 25.6 3.1
玉川 507 72.2 24.7 3.2
砧 359 71.3 25.6 3.1
烏山 272 68.4 29.0 2.6

③かかりつけ薬局



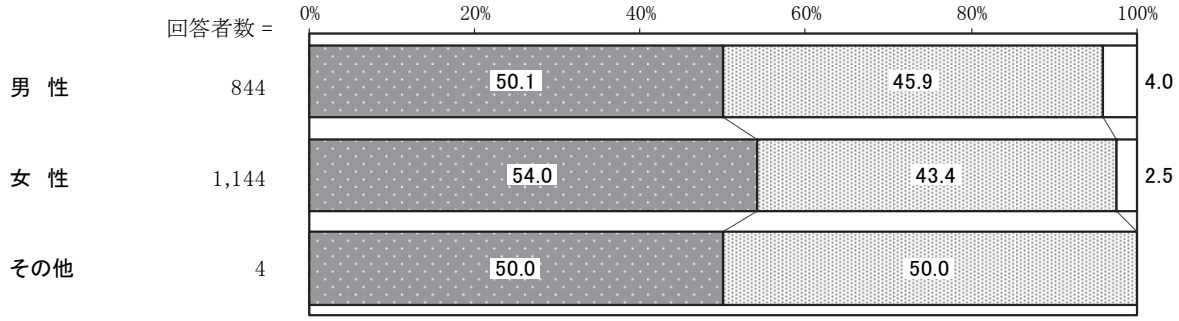
かかりつけ薬局については、「ある」52.5%、「ない」43.9%となっている。

性別にみると、「ある」は、大きな差異はみられない。

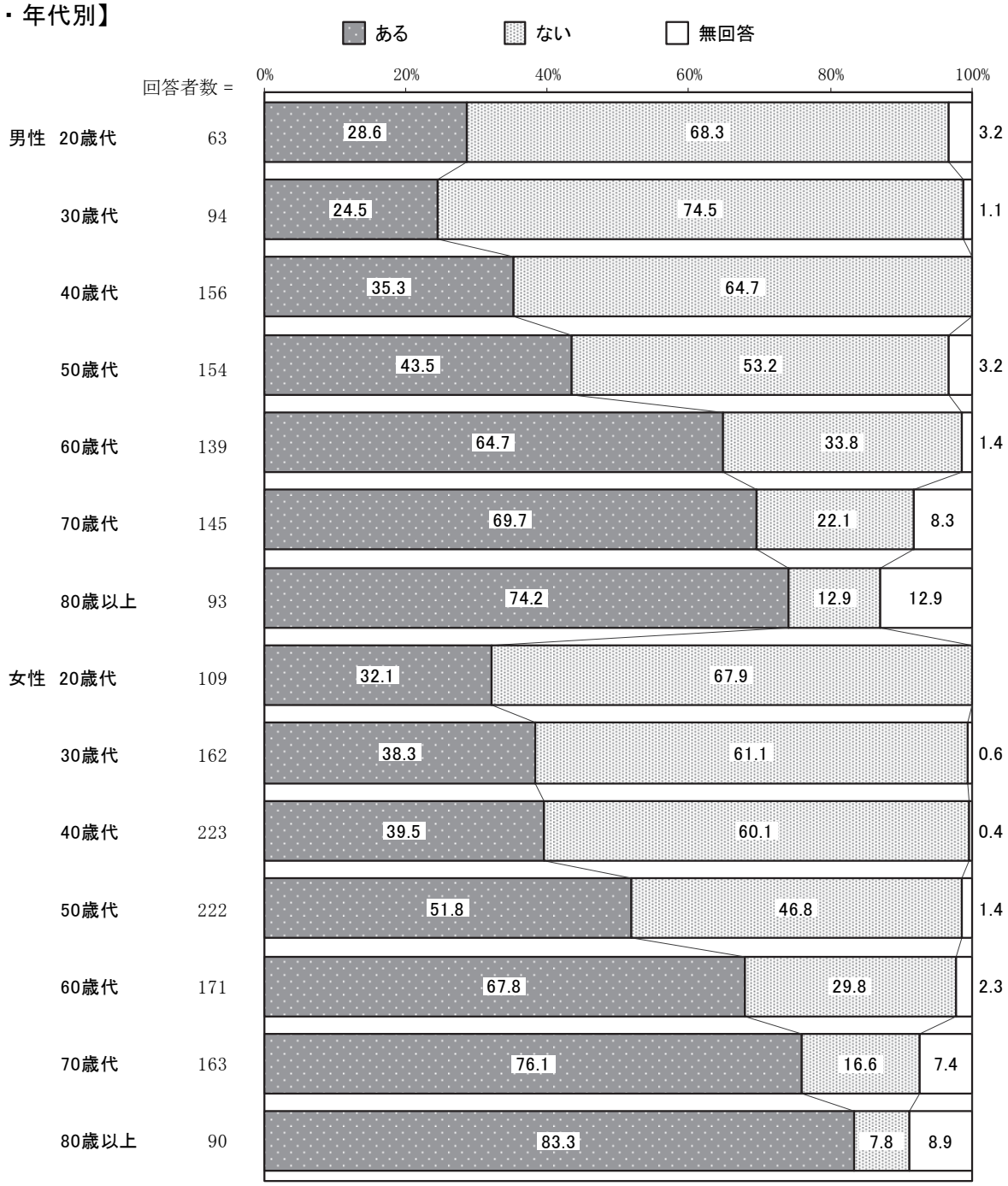
性・年代別にみると、「ある」は、女性の 80 歳以上で８割台半ばと最も高く、次いで、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で７割台半ばとなっている。一方、「ない」は、男性の 30 歳代で７割台半ばと最も高く、次いで、男性の 20 歳代、女性の 20 歳代で約７割、男性の 40 歳代で６割台半ばとなっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

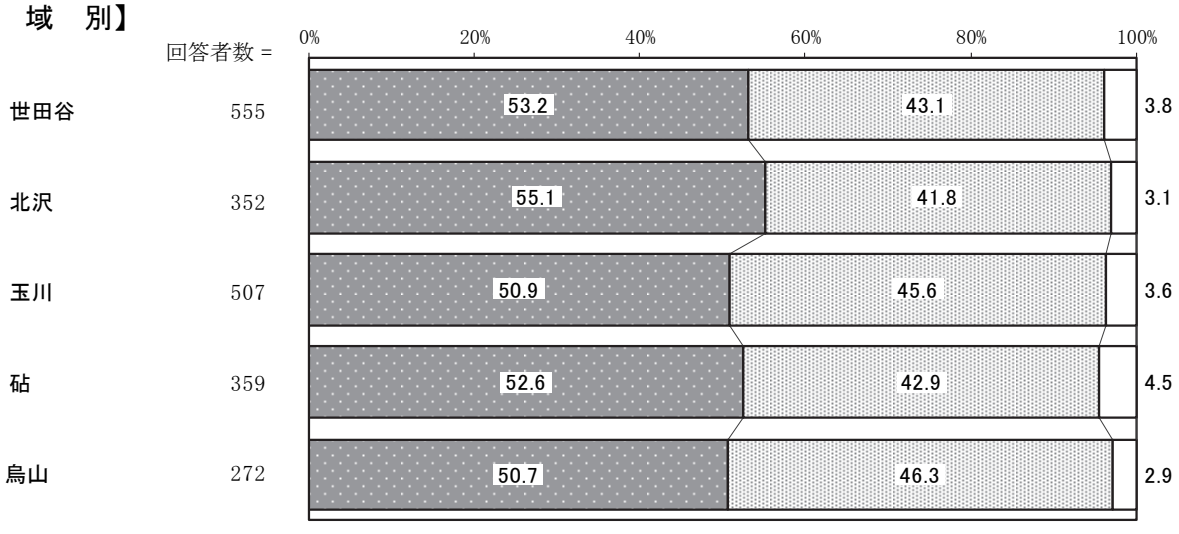
【性　別】



【性・年代別】

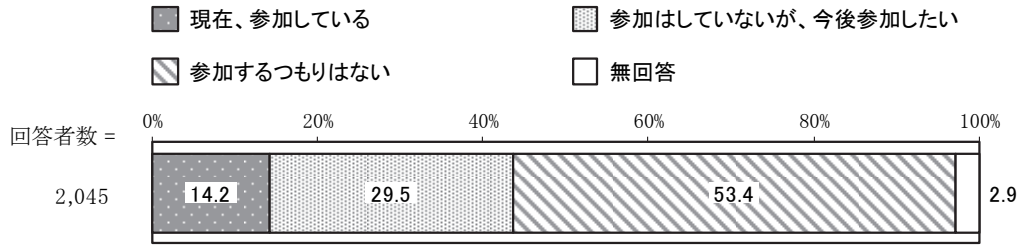

ある
ない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 28.6 68.3 3.2
30歳代 94 24.5 74.5 1.1
40歳代 156 35.3 64.7
50歳代 154 43.5 53.2 3.2
60歳代 139 64.7 33.8 1.4
70歳代 145 69.7 22.1 8.3
80歳以上 93 74.2 12.9 12.9
女性 20歳代 109 32.1 67.9
30歳代 162 38.3 61.1 0.6
40歳代 223 39.5 60.1 0.4
50歳代 222 51.8 46.8 1.4
60歳代 171 67.8 29.8 2.3
70歳代 163 76.1 16.6 7.4
80歳以上 90 83.3 7.8 8.9

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 53.2 43.1 3.8
北沢 352 55.1 41.8 3.1
玉川 507 50.9 45.6 3.6
砧 359 52.6 42.9 4.5
烏山 272 50.7 46.3 2.9

（10）地域活動や防災等について

問 49　あなたは現在、地域活動や趣味の集まりなどに参加していますか。（１つに○）



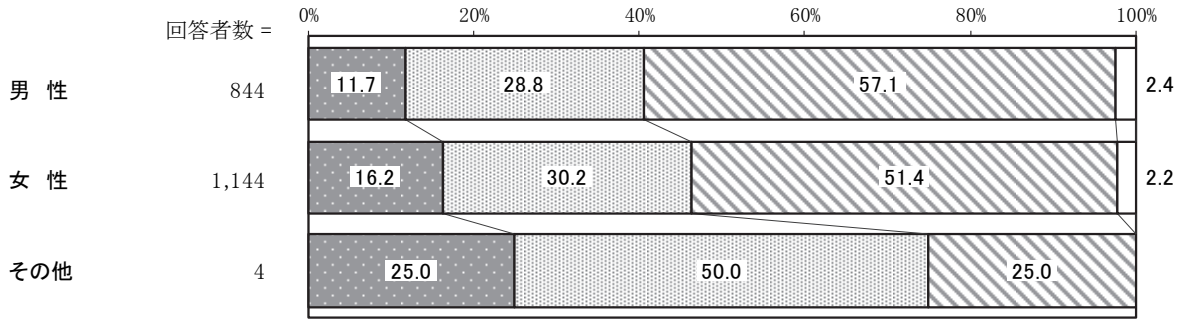
地域活動や趣味の集まりなどへの参加状況については、「参加するつもりはない」53.4%が最も高く、次いで「参加はしていないが、今後参加したい」29.5%、「現在、参加している」14.2%となっている。

性別にみると、「参加するつもりはない」は、男性が女性よりも 5.7 ポイント高くなっている。

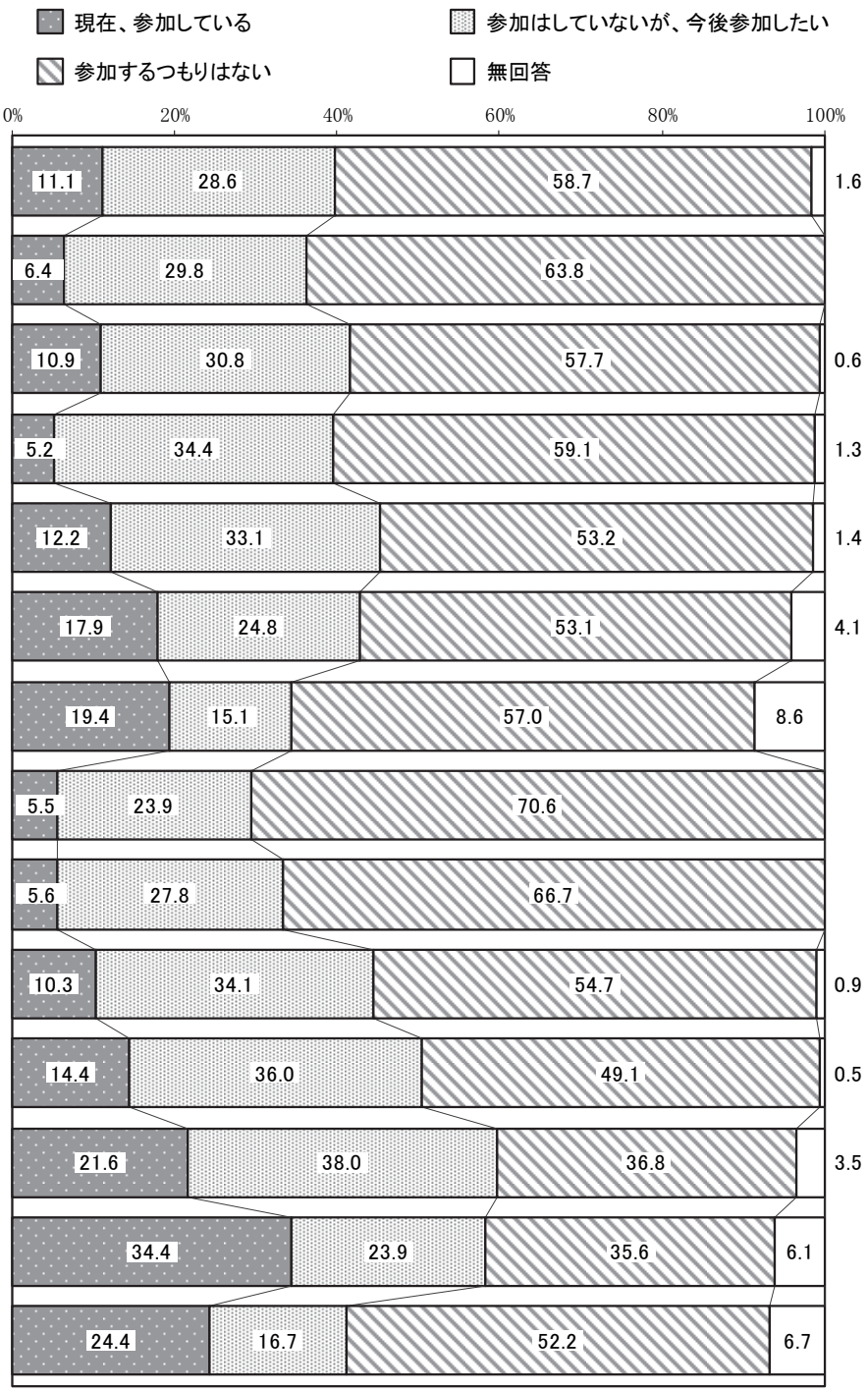
性・年代別にみると、「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性の 60 歳代で約４割と最も高く、次いで、男性の 50 歳代、60 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で３割台半ば、男性の 40 歳代で３割となっている。「参加するつもりはない」は、女性の 20 歳代で７割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代、女性の 30 歳代で６割台半ばとなっている。

地域別にみると、「参加するつもりはない」は、北沢地域、玉川地域、烏山地域で５割台半ばとなっている。

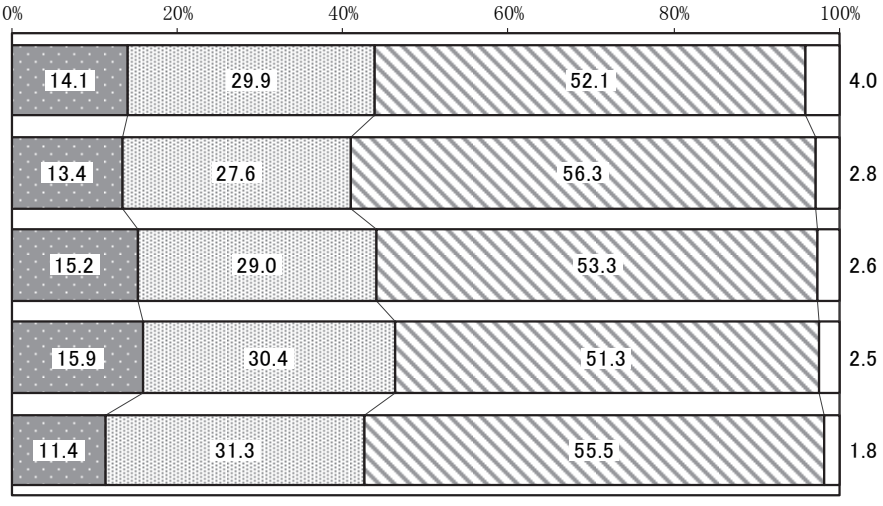
【性　別】



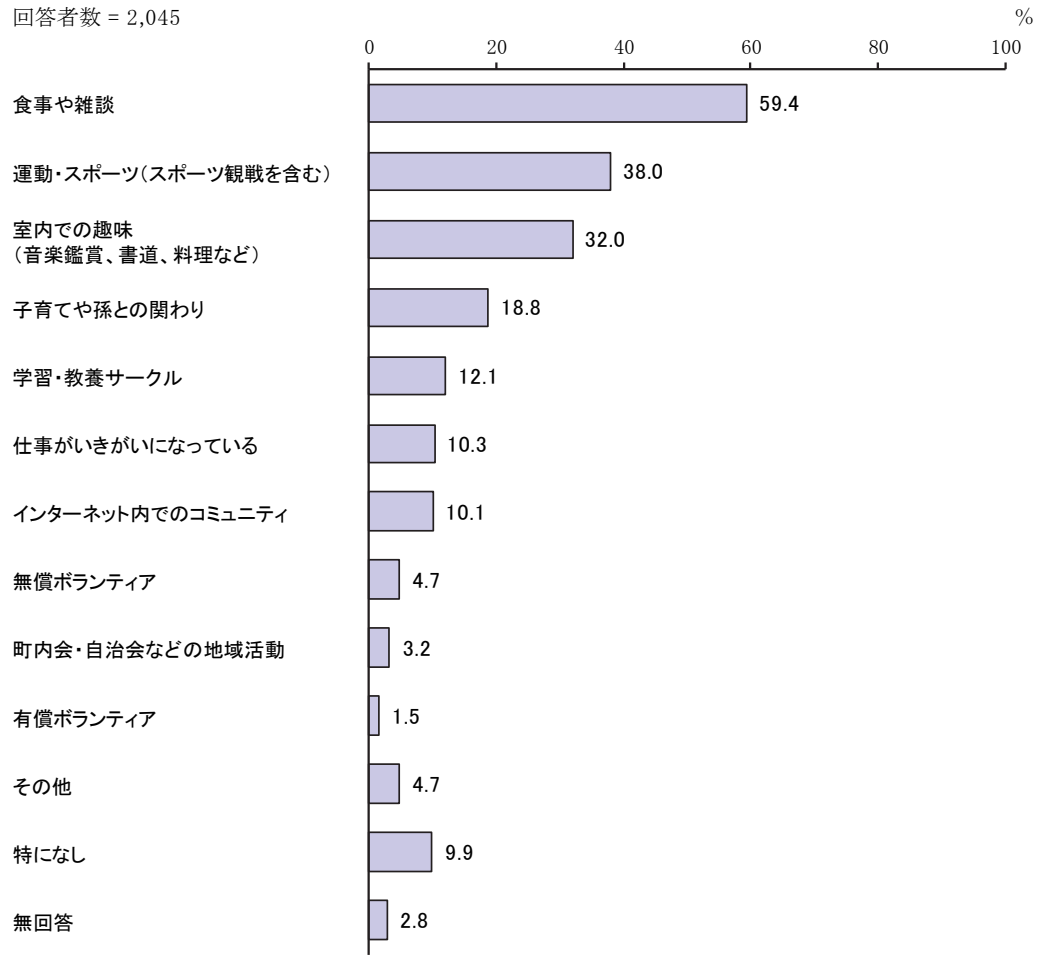
【性・年代別】


現在、参加している
参加はしていないが、今後参加したい
参加するつもりはない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 11.1 28.6 58.7 1.6
30歳代 94 6.4 29.8 63.8
40歳代 156 10.9 30.8 57.7 0.6
50歳代 154 5.2 34.4 59.1 1.3
60歳代 139 12.2 33.1 53.2 1.4
70歳代 145 17.9 24.8 53.1 4.1
80歳以上 93 19.4 15.1 57.0 8.6
女性 20歳代 109 5.5 23.9 70.6
30歳代 162 5.6 27.8 66.7
40歳代 223 10.3 34.1 54.7 0.9
50歳代 222 14.4 36.0 49.1 0.5
60歳代 171 21.6 38.0 36.8 3.5
70歳代 163 34.4 23.9 35.6 6.1
80歳以上 90 24.4 16.7 52.2 6.7

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 14.1 29.9 52.1 4.0
北沢 352 13.4 27.6 56.3 2.8
玉川 507 15.2 29.0 53.3 2.6
砧 359 15.9 30.4 51.3 2.5
烏山 272 11.4 31.3 55.5 1.8

問 50　あなたにとって、家族や友人等とのつながりを持つ趣味や楽しみは何ですか。
（あてはまるものすべてに○）



家族や友人等とのつながりを持つ趣味や楽しみについては、「食事や雑談」59.4%が最も高く、次いで「運動・スポーツ（スポーツ観戦を含む）」38.0%、「室内での趣味（音楽鑑賞、書道、料理など）」32.0%となっている。

性別にみると、「運動・スポーツ（スポーツ観戦を含む）」は、男性が女性よりも 6.9 ポイント高くなっている。また、「食事や雑談」は、女性が男性よりも 17.9 ポイント、「室内での趣味（音楽鑑賞、書道、料理など）」は、女性が男性よりも 15.4 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「食事や雑談」は、女性の 20 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、女性の 40 歳代で７割台半ばとなっている。「特になし」は、男性・女性ともに 80 歳以上で２割を超えている。

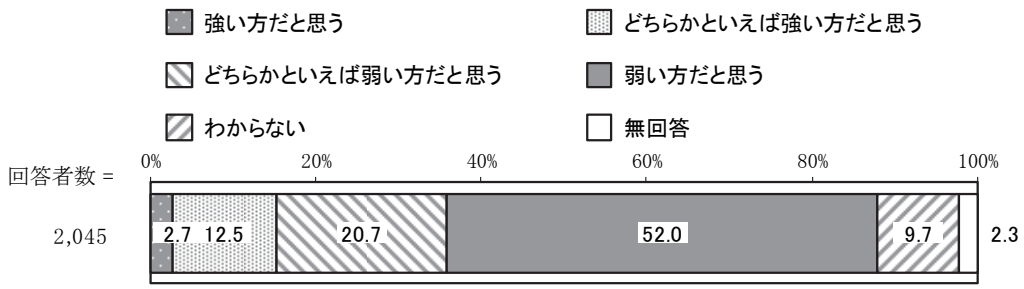
地域別にみると、「運動・スポーツ（スポーツ観戦を含む）」は、玉川地域で４割を超えて最も高く、最も低い烏山地域と比べると 11.9 ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		運動・スポーツ（スポーツ観戦を含む）	室内での趣味（音楽鑑賞、書道、料理など）	学習・教養サークル	インターネット内でのコミュニティ	食事や雑談	無償ボランティア	有償ボランティア	仕事がいきがいになっている	町内会・自治会などの地域活動	子育てや孫との関わり	その他	特になし	無回答	回答者数（件）
男　性		42.4	23.7	9.6	10.2	49.8	3.2	0.7	11.0	3.6	15.2	5.1	12.4	2.8	844
女　性		35.5	39.1	14.5	10.3	67.7	5.8	2.2	10.0	3.1	21.9	4.4	7.3	2.1	1144
その他		－	75.0	－	25.0	75.0	－	－	－	－	25.0	－	－	－	4
男性	20 歳代	44.4	31.7	14.3	25.4	58.7	1.6	－	7.9	－	6.3	3.2	11.1	1.6	63
	30 歳代	56.4	26.6	8.5	16.0	56.4	2.1	－	11.7	2.1	34.0	3.2	4.3	－	94
	40 歳代	50.6	23.7	11.5	12.2	50.0	3.2	0.6	12.8	1.9	22.4	3.2	11.5	1.3	156
	50 歳代	44.2	27.9	5.2	8.4	57.8	3.2	0.6	10.4	1.3	8.4	5.2	11.0	1.9	154
	60 歳代	39.6	20.9	10.1	11.5	46.8	3.6	2.2	15.8	5.8	12.9	6.5	12.2	1.4	139
	70 歳代	33.8	22.8	11.0	3.4	42.1	4.1	0.7	8.3	7.6	11.0	7.6	14.5	5.5	145
	80 歳以上	28.0	14.0	8.6	2.2	39.8	3.2	－	7.5	4.3	10.8	5.4	22.6	8.6	93
女性	20 歳代	33.9	47.7	8.3	28.4	82.6	0.9	0.9	10.1	0.9	11.9	2.8	1.8	－	109
	30 歳代	32.1	38.9	8.6	14.2	77.8	3.1	2.5	10.5	1.9	41.4	1.2	6.2	－	162
	40 歳代	42.6	43.0	17.0	9.4	73.1	4.5	0.4	13.0	1.8	28.7	4.5	7.2	0.9	223
	50 歳代	38.7	42.8	13.5	13.5	79.7	8.1	4.1	14.0	2.7	13.1	5.9	3.2	0.5	222
	60 歳代	37.4	33.9	20.5	4.7	57.3	9.4	2.9	8.2	3.5	19.3	2.9	8.8	2.3	171
	70 歳代	32.5	30.7	17.2	2.5	48.5	8.0	2.5	6.1	7.4	17.8	6.7	8.6	5.5	163
	80 歳以上	21.1	34.4	13.3	－	44.4	3.3	1.1	1.1	3.3	14.4	6.7	21.1	8.9	90
世田谷		39.5	36.2	13.0	11.4	59.6	4.7	1.3	12.1	1.8	17.3	5.2	9.7	3.4	555
北沢		37.5	33.5	12.2	10.8	59.1	4.3	1.7	9.1	4.5	14.8	5.7	7.4	3.7	352
玉川		42.8	30.4	10.7	9.1	61.9	5.1	1.6	9.9	3.4	21.1	2.6	9.3	2.4	507
砧		35.1	29.0	12.3	8.9	57.4	4.5	1.1	8.9	3.1	20.3	4.7	11.1	2.2	359
烏山		30.9	28.3	12.5	10.3	57.4	4.8	2.2	11.0	4.4	20.6	6.3	12.9	2.2	272

問 51　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○）



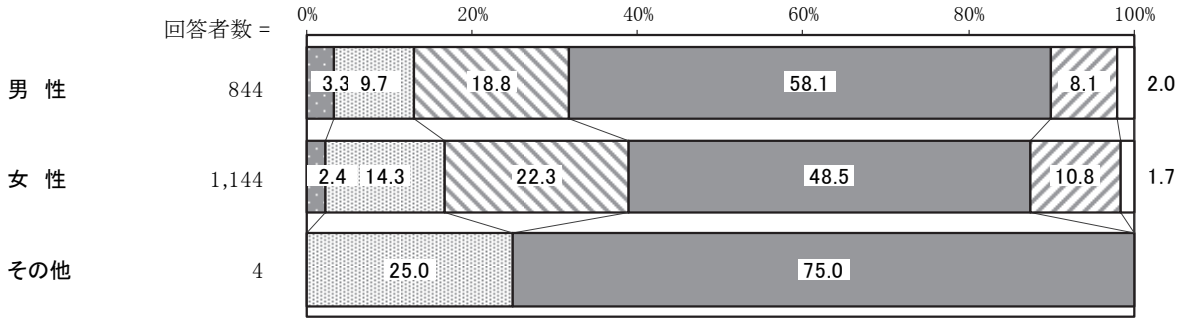
自身と地域の人たちとのつながりが強い方だと思うかについては、「強い方だと思う」と「どちらかといえば強い方だと思う」を合わせた「強い方だと思う人」は 15.2%、「どちらかといえば弱い方だと思う」と「弱い方だと思う」を合わせた「弱い方だと思う人」は 72.7%となっている。

性別にみると、「弱い方だと思う人」は、男性が女性よりも 6.1 ポイント高くなっている。

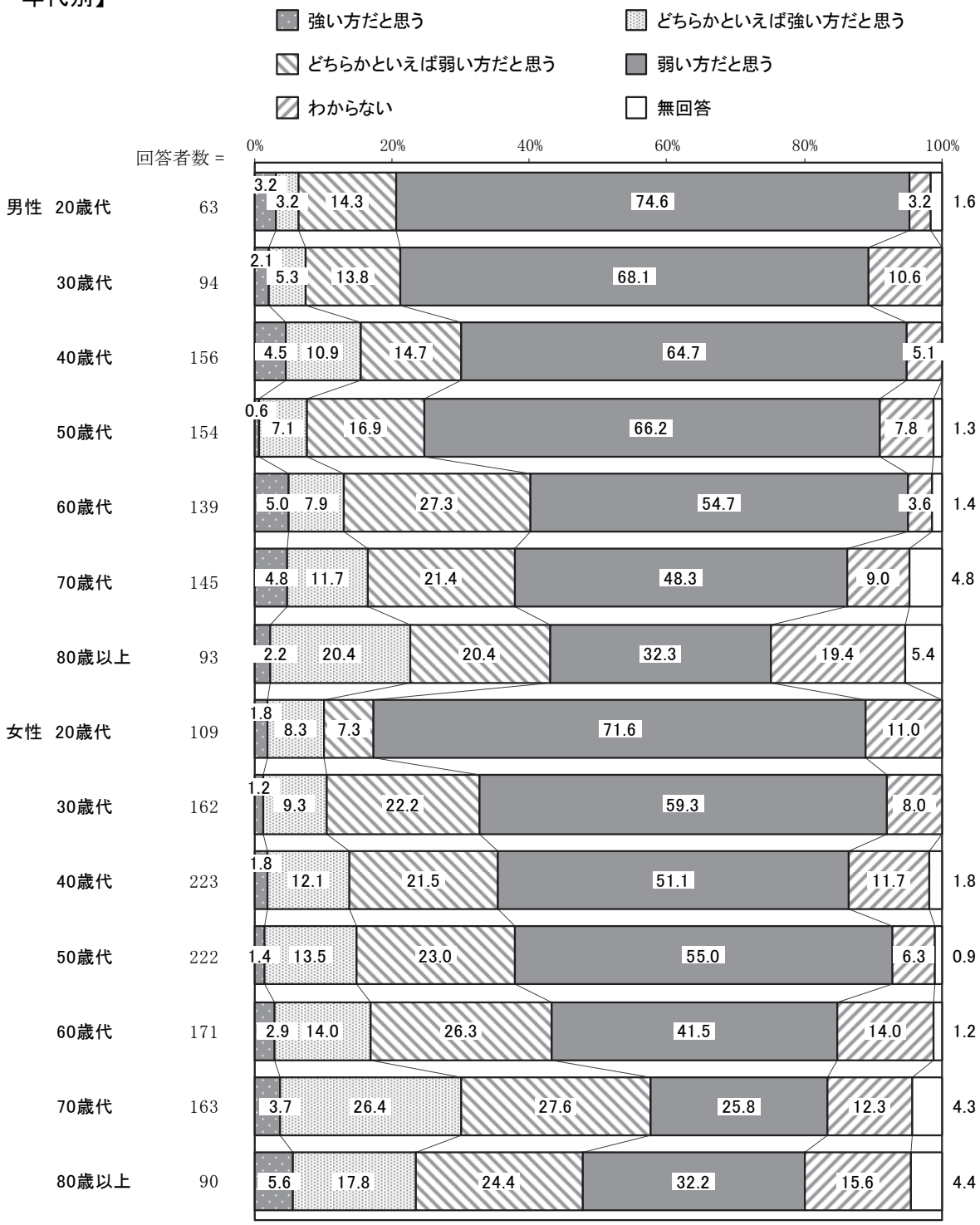
性・年代別にみると、「弱い方だと思う人」は、男性 20 歳代で約９割と最も高く、次いで、男性の 50 歳代で８割台半ば、男性の 60 歳代で８割を超えている。

地域別にみると、「弱い方だと思う人」は、烏山地域で７割台半ばと最も高く、最も低い砧地域と比べると、6.5 ポイントの差がある。

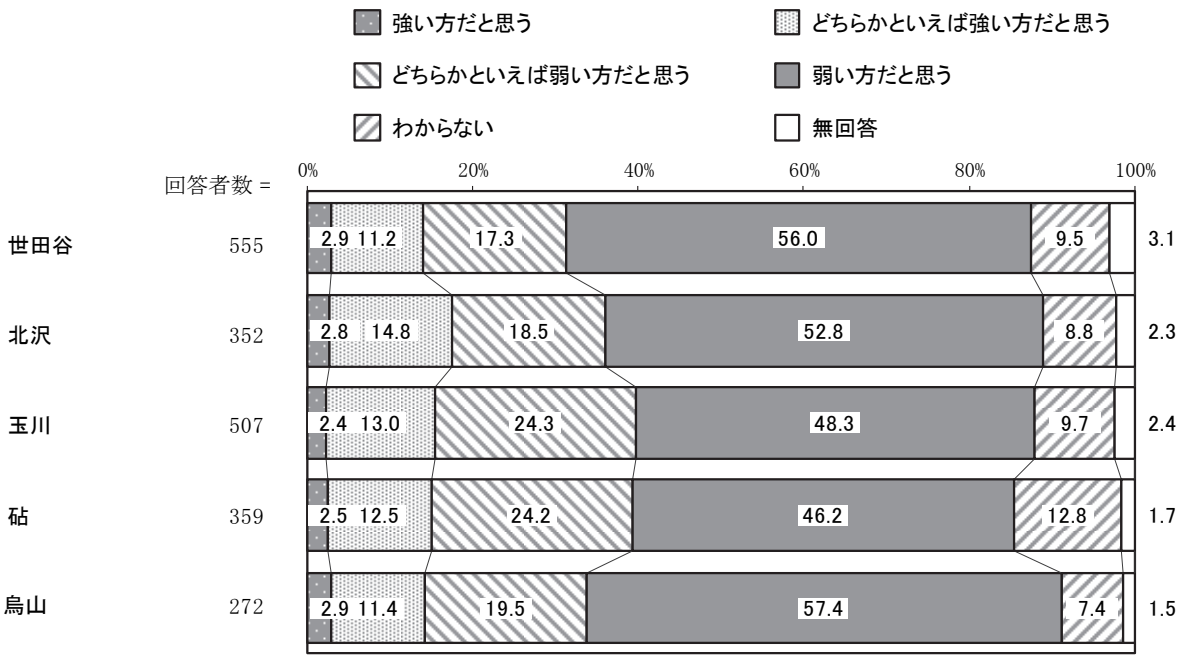
【性　別】



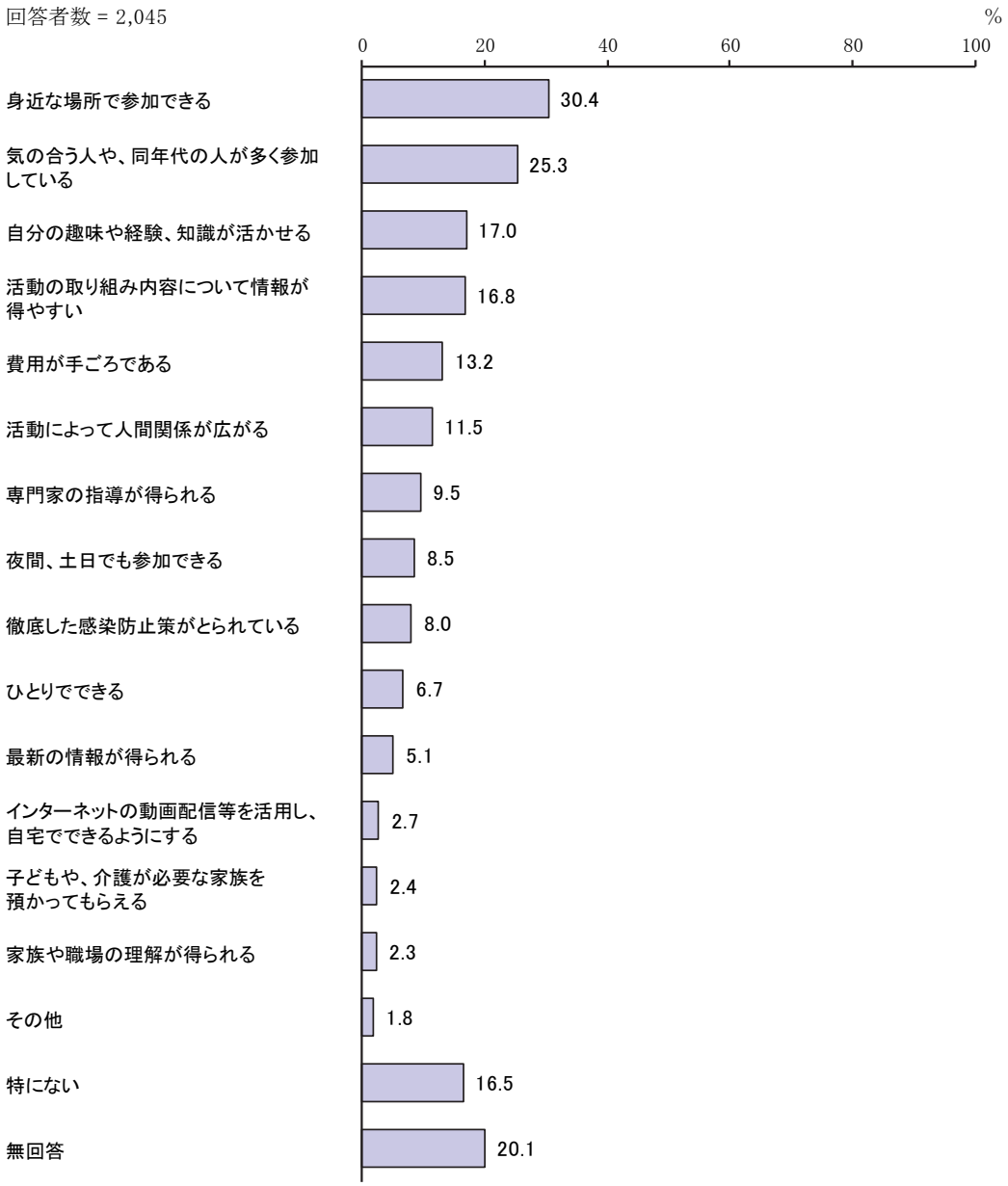
【性・年代別】


強い方だと思う
どちらかといえば強い方だと思う
どちらかといえば弱い方だと思う
弱い方だと思う
わからない
無回答
0%
20%
40%
60%
80%
100%
回答者数 =
男性 20歳代 63 3.2 3.2 14.3 74.6 3.2 1.6
30歳代 94 2.1 5.3 13.8 68.1 10.6
40歳代 156 4.5 10.9 14.7 64.7 5.1
50歳代 154 0.6 7.1 16.9 66.2 7.8 1.3
60歳代 139 5.0 7.9 27.3 54.7 3.6 1.4
70歳代 145 4.8 11.7 21.4 48.3 9.0 4.8
80歳以上 93 2.2 20.4 20.4 32.3 19.4 5.4
女性 20歳代 109 1.8 8.3 7.3 71.6 11.0
30歳代 162 1.2 9.3 22.2 59.3 8.0
40歳代 223 1.8 12.1 21.5 51.1 11.7 1.8
50歳代 222 1.4 13.5 23.0 55.0 6.3 0.9
60歳代 171 2.9 14.0 26.3 41.5 14.0 1.2
70歳代 163 3.7 26.4 27.6 25.8 12.3 4.3
80歳以上 90 5.6 17.8 24.4 32.2 15.6 4.4

【地　域　別】


強い方だと思う
どちらかといえば強い方だと思う
どちらかといえば弱い方だと思う
弱い方だと思う
わからない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555
2.9 11.2 17.3 56.0 9.5 3.1
北沢 352
2.8 14.8 18.5 52.8 8.8 2.3
玉川 507
2.4 13.0 24.3 48.3 9.7 2.4
砧 359
2.5 12.5 24.2 46.2 12.8 1.7
烏山 272
2.9 11.4 19.5 57.4 7.4 1.5

問 52　あなたが、地域活動や趣味の集まりなど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○）



地域活動や趣味の集まりなどに参加する条件については、「身近な場所で参加できる」30.4%が最も高く、次いで「気の合う人や、同年代の人が多く参加している」25.3%、「自分の趣味や経験、知識が活かせる」17.0%となっている。

性別にみると、「自分の趣味や経験、知識が活かせる」は、男性が女性よりも10.6ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「自分の趣味や経験、知識が活かせる」は、男性の70歳代で約３割と最も高く、次いで男性の40歳代、50歳代で２割台半ばとなっている。「特にない」は、女性の80歳以上で約３割と最も高く、次いで男性の70歳代で２割台半ばとなっている。

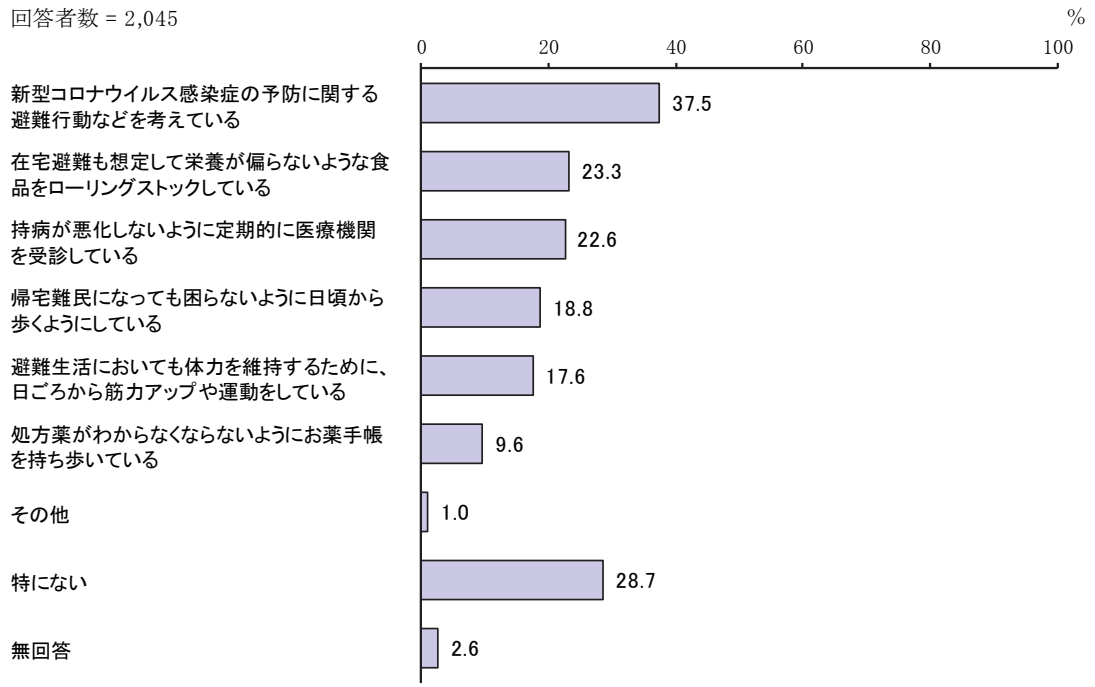
地域別にみると、「特にない」は、烏山地域で２割と最も高く、最も低い北沢地域と比べると6.0ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		活動の取り組み内容について情報が得やすい	最新の情報が得られる	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	身近な場所で参加できる	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	インターネットの動画配信等を活用し、自宅でできるようにする	ひとりでできる	徹底した感染防止策がとられている	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
男　性		17.9	5.3	23.5	9.5	27.1	7.3	24.1	13.4	1.7	10.2	2.1	3.6	8.2	5.9	2.1	18.6	16.2	844
女　性		16.4	5.1	12.9	7.9	33.2	11.4	26.9	10.5	2.9	15.6	2.6	2.0	5.4	9.7	1.4	14.6	22.3	1144
その他		－	－	25.0	25.0	25.0	25.0	25.0	－	－	25.0	－	25.0	50.0	－	－	－	－	4
男性	20 歳代	17.5	1.6	19.0	17.5	23.8	3.2	41.3	19.0	－	12.7	3.2	12.7	6.3	6.3	－	9.5	19.0	63
	30 歳代	14.9	6.4	14.9	12.8	23.4	6.4	25.5	8.5	5.3	8.5	7.4	2.1	9.6	10.6	1.1	12.8	25.5	94
	40 歳代	19.2	0.6	25.0	15.4	25.0	5.1	30.1	12.2	3.2	9.0	3.8	3.2	7.1	3.8	3.2	16.7	15.4	156
	50 歳代	21.4	6.5	26.0	13.0	20.8	9.1	26.6	11.0	1.3	9.1	0.6	5.8	6.5	6.5	1.3	20.8	14.9	154
	60 歳代	19.4	8.6	20.9	7.2	27.3	6.5	18.7	15.1	0.7	14.4	0.7	1.4	7.2	7.2	2.2	18.7	15.8	139
	70 歳代	15.2	5.5	29.7	1.4	35.2	9.7	17.2	15.2	－	9.0	－	2.1	11.7	4.8	3.4	24.1	11.0	145
	80 歳以上	15.1	7.5	22.6	1.1	34.4	9.7	15.1	15.1	1.1	9.7	1.1	1.1	8.6	3.2	2.2	21.5	17.2	93
女性	20 歳代	21.1	2.8	12.8	6.4	22.9	3.7	31.2	6.4	2.8	16.5	1.8	1.8	2.8	6.4	0.9	14.7	29.4	109
	30 歳代	17.9	3.1	9.9	11.1	27.8	7.4	27.8	11.1	1.9	9.3	10.5	1.9	8.0	4.3	1.2	16.0	24.7	162
	40 歳代	16.1	4.9	10.8	12.1	33.2	10.3	28.7	8.5	6.3	17.9	4.0	4.0	5.4	10.8	1.8	12.6	19.7	223
	50 歳代	18.0	4.5	15.3	10.8	33.8	12.6	30.6	11.3	4.1	19.4	0.5	2.3	5.0	6.3	0.5	10.4	23.0	222
	60 歳代	17.0	7.0	12.9	5.3	38.0	17.0	21.6	11.1	0.6	15.8	－	2.3	6.4	15.8	2.9	11.7	22.8	171
	70 歳代	14.7	6.1	16.0	2.5	38.0	16.0	20.2	13.5	1.8	16.6	0.6	－	5.5	14.7	1.2	15.3	19.6	163
	80 歳以上	7.8	6.7	13.3	1.1	36.7	8.9	28.9	11.1	－	10.0	－	－	3.3	8.9	1.1	28.9	18.9	90
世田谷		18.0	4.1	14.6	8.6	29.9	9.0	24.1	12.4	1.8	13.3	1.8	1.8	6.1	7.7	1.4	16.4	22.5	555
北沢		19.0	6.0	18.5	8.5	27.8	10.8	25.3	12.5	2.3	12.2	2.3	3.4	6.0	9.7	2.3	14.2	19.6	352
玉川		15.8	4.9	18.5	7.7	29.2	9.7	26.4	10.8	2.6	11.6	2.8	2.4	5.5	8.3	1.6	15.8	21.3	507
砧		16.7	5.8	18.4	8.6	33.1	8.4	26.5	12.3	3.3	15.9	3.6	2.2	8.4	6.4	1.7	17.3	16.7	359
烏山		13.6	5.5	15.4	9.2	33.1	9.9	23.9	8.8	1.5	13.6	1.5	4.8	8.8	7.7	2.2	20.2	18.0	272

問 53　地震や台風による風水害等の大規模自然災害への備えとして、あなたが健康に関し留意している行動や考えに近いものはありますか。
（あてはまるものすべてに○）



大規模自然災害への備えとして、健康に関し留意している行動や考えについては、「新型コロナウイルス感染症の予防に関する避難行動などを考えている」37.5%が最も高く、次いで「特にない」28.7%、「在宅避難も想定して栄養が偏らないような食品をローリングストックしている」23.3%となっている。

性別にみると、「在宅避難も想定して栄養が偏らないような食品をローリングストックしている」は、女性が男性よりも 17.0 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「新型コロナウイルス感染症の予防に関する避難行動などを考えている」は、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で約６割と最も高く、次いで女性の 80 歳以上で５割台半ば、女性の 60 歳代で４割台半ばとなっている。

地域別にみると、「新型コロナウイルス感染症の予防に関する避難行動などを考えている」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 7.8 ポイントの差がある。

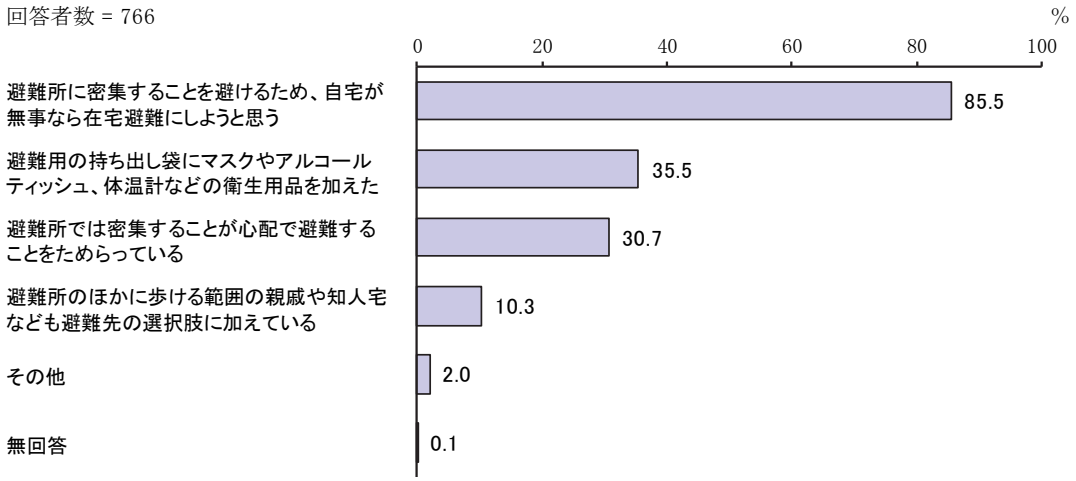
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		避難生活においても体力を維持するために、日ごろから筋力アップや運動をしている	持病が悪化しないように定期的に医療機関を受診している	処方薬がわからなくならないようにお薬手帳を持ち歩いている	帰宅難民になっても困らないように日頃から歩くようにしている	在宅避難も想定して栄養が偏らないような食品をローリングストックしている	新型コロナウイルス感染症の予防に関する避難行動などを考えている	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
男　性		19.1	23.9	10.3	22.4	13.9	35.0	0.8	29.9	2.1	844
女　性		16.8	21.3	8.9	16.4	30.9	39.1	1.0	28.5	2.1	1144
その他		25.0	25.0	25.0	25.0	－	25.0	－	25.0	－	4
男性	20 歳代	27.0	3.2	4.8	17.5	12.7	28.6	1.6	36.5	1.6	63
	30 歳代	11.7	7.4	5.3	17.0	13.8	23.4	－	48.9	1.1	94
	40 歳代	22.4	12.2	2.6	22.4	12.8	26.3	0.6	42.9	1.3	156
	50 歳代	17.5	20.8	9.1	16.2	14.3	26.6	1.3	34.4	1.9	154
	60 歳代	21.6	32.4	16.5	33.1	21.6	43.2	－	16.5	0.7	139
	70 歳代	15.9	41.4	14.5	21.4	10.3	40.0	1.4	19.3	3.4	145
	80 歳以上	19.4	39.8	18.3	26.9	9.7	59.1	1.1	12.9	5.4	93
女性	20 歳代	9.2	4.6	4.6	12.8	13.8	28.4	－	53.2	0.9	109
	30 歳代	12.3	11.1	3.1	13.6	32.1	20.4	1.2	42.0	0.6	162
	40 歳代	13.5	9.9	2.7	12.6	34.1	32.7	0.4	39.0	0.9	223
	50 歳代	17.1	22.5	6.8	20.3	37.4	39.2	0.5	23.9	1.4	222
	60 歳代	24.0	30.4	9.4	19.9	34.5	45.6	1.2	16.4	1.2	171
	70 歳代	22.1	33.1	20.2	16.6	28.8	58.9	1.8	9.8	5.5	163
	80 歳以上	18.9	47.8	24.4	20.0	22.2	54.4	3.3	14.4	6.7	90
世田谷		17.7	25.2	9.5	17.7	24.9	36.4	0.5	27.6	2.5	555
北沢		18.2	24.1	11.6	22.4	25.3	41.2	1.1	24.7	2.6	352
玉川		17.2	20.3	8.9	21.5	22.3	40.0	1.0	30.2	3.2	507
砧		19.8	20.6	8.6	15.6	23.1	33.4	1.4	30.1	2.2	359
烏山		14.7	22.1	9.6	15.8	19.5	35.3	1.1	31.6	2.2	272

問 53 で「６．新型コロナウイルス感染症の予防に留意した避難行動を考えている」を選ばれた方にうかがいます。

問 53-1　新型コロナウイルス感染症の予防に留意した避難行動として、あなたの考えに近いものはありますか。（あてはまるものすべてに○）



新型コロナウイルス感染症の予防に留意した避難行動については、「避難所に密集することを避けるため、自宅が無事なら在宅避難にしようと思う」85.5%が最も高く、次いで「避難用の持ち出し袋にマスクやアルコールティッシュ、体温計などの衛生用品を加えた」35.5%、「避難所では密集することが心配で避難することをためらっている」30.7%となっている。

性別にみると、「避難所では密集することが心配で避難することをためらっている」は、女性が男性よりも 10.5 ポイント、「避難用の持ち出し袋にマスクやアルコールティッシュ、体温計などの衛生用品を加えた」は、女性が男性よりも 6.1 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「避難所に密集することを避けるため、自宅が無事なら在宅避難にしようと思う」は、女性の 80 歳以上で９割第半ばと最も高く、次いで女性の 70 歳代で９割を超え、男性の 40 歳代、50 歳代で９割となっている。

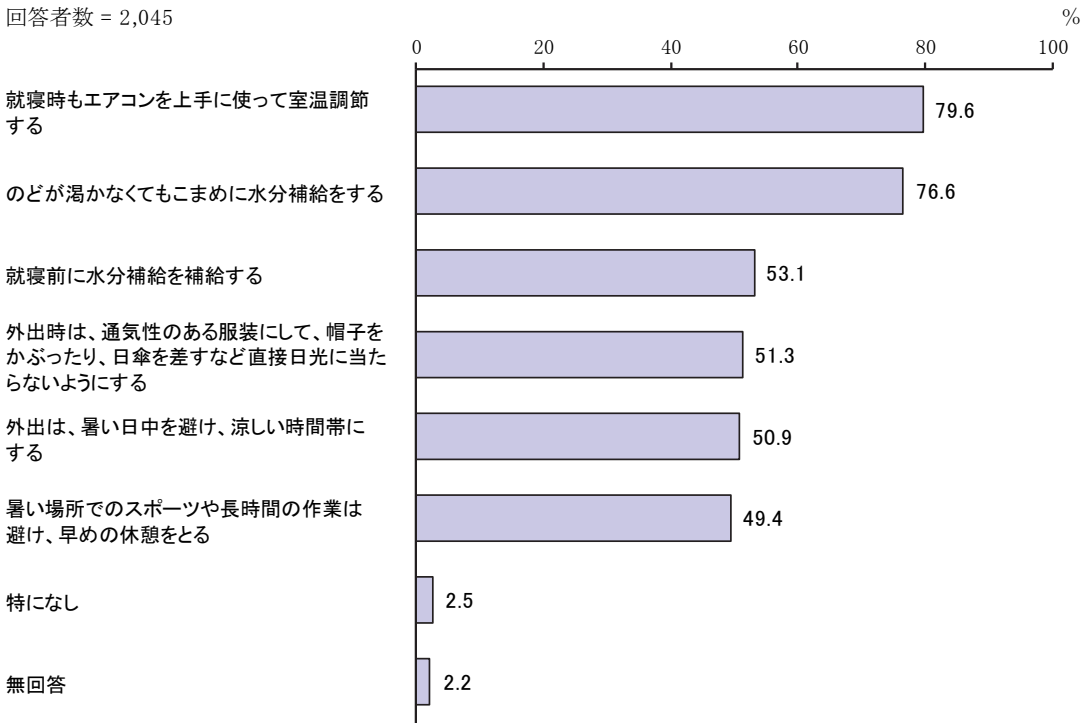
地域別にみると、「避難用の持ち出し袋にマスクやアルコールティッシュ、体温計などの衛生用品を加えた」は、世田谷地域で４割を超えて最も高く、最も低い烏山地域と比べると 16.1 ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		避難所に密集することを避けるため、自宅が無事なら在宅避難にしようと思う	避難用の持ち出し袋にマスクやアルコールティッシュ、体温計などの衛生用品を加えた	避難所のほかに歩ける範囲の親戚や知人宅なども避難先の選択肢に加えている	避難所では密集することが心配で避難することをためらっている	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		85.1	32.2	9.5	24.4	2.0	－	295
女　性		86.6	38.3	11.4	34.9	2.0	0.2	447
その他		100.0	－	－	－	－	－	1
男性	20歳代	83.3	27.8	11.1	16.7	－	－	18
	30歳代	68.2	50.0	9.1	18.2	－	－	22
	40歳代	90.2	29.3	9.8	24.4	－	－	41
	50歳代	90.2	29.3	14.6	29.3	－	－	41
	60歳代	85.0	28.3	10.0	23.3	1.7	－	60
	70歳代	89.7	41.4	3.4	29.3	3.4	－	58
	80歳以上	80.0	25.5	10.9	21.8	5.5	－	55
女性	20歳代	71.0	51.6	16.1	35.5	－	－	31
	30歳代	66.7	57.6	9.1	36.4	3.0	－	33
	40歳代	87.7	41.1	24.7	37.0	－	－	73
	50歳代	89.7	40.2	6.9	28.7	2.3	－	87
	60歳代	84.6	41.0	10.3	42.3	1.3	－	78
	70歳代	92.7	29.2	7.3	32.3	4.2	－	96
	80歳以上	93.9	22.4	8.2	34.7	2.0	2.0	49
世田谷		87.1	41.1	9.9	32.2	1.5	0.5	202
北沢		82.8	35.2	9.7	31.7	0.7	－	145
玉川		89.2	36.0	13.3	31.0	1.5	－	203
砧		83.3	34.2	9.2	29.2	4.2	－	120
烏山		81.3	25.0	7.3	27.1	3.1	－	96

問 54　あなたは熱中症対策として、実施していることは何ですか。
（あてはまるものすべてに○）



熱中症対策として、実施していることについては、「就寝時もエアコンを上手に使って室温調節する」79.6%が最も高く、次いで「のどが渇かなくてもこまめに水分補給をする」76.6%、「就寝前に水分補給を補給する」53.1%となっている。

性別にみると、すべての項目が、女性が男性よりも高くなっており、特に「外出時は、通気性のある服装にして、帽子をかぶったり、日傘を差すなど直接日光に当たらないようにする」は、女性が男性よりも 33.8 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「就寝時もエアコンを上手に使って室温調節する」は、女性の 30 歳代、から 60 歳代で８割台半ばとなっている。「のどが渇かなくてもこまめに水分補給をする」は、女性の 20 歳代、60 歳代で８割台半ばと高くなっている。

地域別にみると、「就寝前に水分補給を補給する」は北沢地域で約６割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると 12.4 ポイントの差がある。

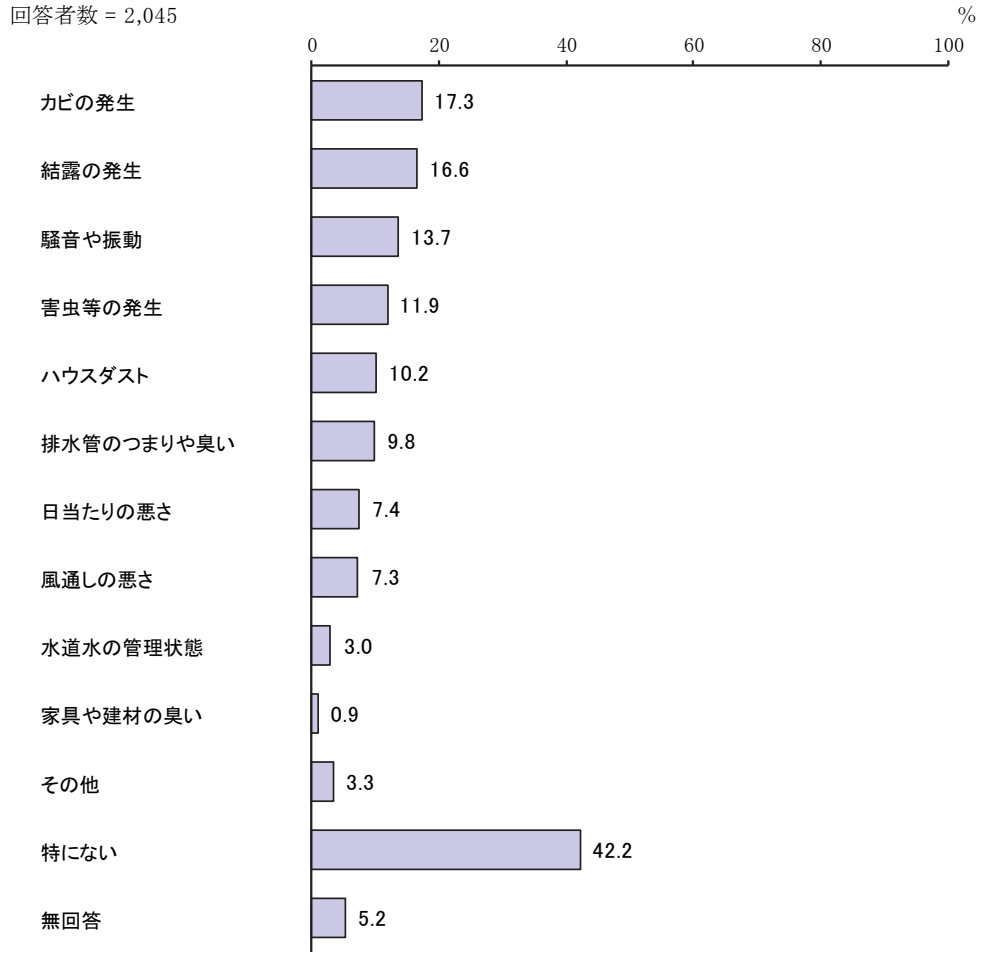
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		暑い場所でのスポーツや長時間の作業は避け、早めの休憩をとる	のどが渇かなくてもこまめに水分補給をする	外出は、暑い日中を避け、涼しい時間帯にする	外出時は、通気性のある服装にして、帽子をかぶったり、日傘を差すなど直接日光に当たらないようにする	就寝前に水分補給を補給する	就寝時もエアコンを上手に使って室温調節する	特になし	無回答	回答者数（件）
男　性		46.8	73.0	44.0	32.2	49.1	76.4	4.1	1.5	844
女　性		52.4	80.3	57.4	66.0	56.7	83.1	1.3	1.9	1144
その他		75.0	75.0	25.0	50.0	50.0	75.0	25.0	－	4
男性	20 歳代	47.6	76.2	47.6	22.2	57.1	76.2	3.2	1.6	63
	30 歳代	45.7	73.4	45.7	19.1	39.4	76.6	2.1	1.1	94
	40 歳代	49.4	70.5	41.7	25.0	44.9	78.8	5.1	0.6	156
	50 歳代	47.4	77.9	39.0	27.9	44.2	79.9	4.5	1.3	154
	60 歳代	52.5	77.0	37.4	37.4	56.1	78.4	2.2	2.9	139
	70 歳代	42.1	67.6	51.0	43.4	50.3	70.3	5.5	－	145
	80 歳以上	40.9	68.8	50.5	46.2	55.9	73.1	5.4	4.3	93
女性	20 歳代	57.8	85.3	47.7	56.0	56.9	78.0	1.8	1.8	109
	30 歳代	61.7	77.8	55.6	65.4	50.6	85.2	2.5	0.6	162
	40 歳代	61.4	75.8	61.4	64.1	51.1	85.7	1.8	0.9	223
	50 歳代	56.8	82.0	55.0	68.5	56.3	86.9	0.5	1.8	222
	60 歳代	45.6	86.5	60.8	67.8	60.2	83.6	－	0.6	171
	70 歳代	44.8	82.2	62.0	73.6	71.2	80.4	1.2	2.5	163
	80 歳以上	22.2	72.2	54.4	61.1	51.1	74.4	1.1	8.9	90
世田谷		47.4	76.2	51.0	49.2	51.9	79.5	2.5	2.5	555
北沢		51.4	77.3	52.6	56.0	58.0	79.5	2.6	1.7	352
玉川		49.1	77.9	53.1	52.5	55.4	80.7	2.2	1.2	507
砧		51.8	74.7	48.7	49.3	52.4	79.9	2.8	3.6	359
烏山		48.2	76.5	47.1	50.0	45.6	77.6	2.9	2.6	272

（11）生活環境について

問 55　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○）



住まいで気になることについては「特にない」42.2%が最も高く、次いで「カビの発生」17.3%、「結露の発生」16.6%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 6.3 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 7.0 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 50 歳代で３割を超えて最も高く、次いで、女性の 30 歳代で２割台半ばとなっている。「特にない」は女性の 80 歳以上で６割を超え最も高く、次いで女性の 70 歳代で約６割と高くなっている。

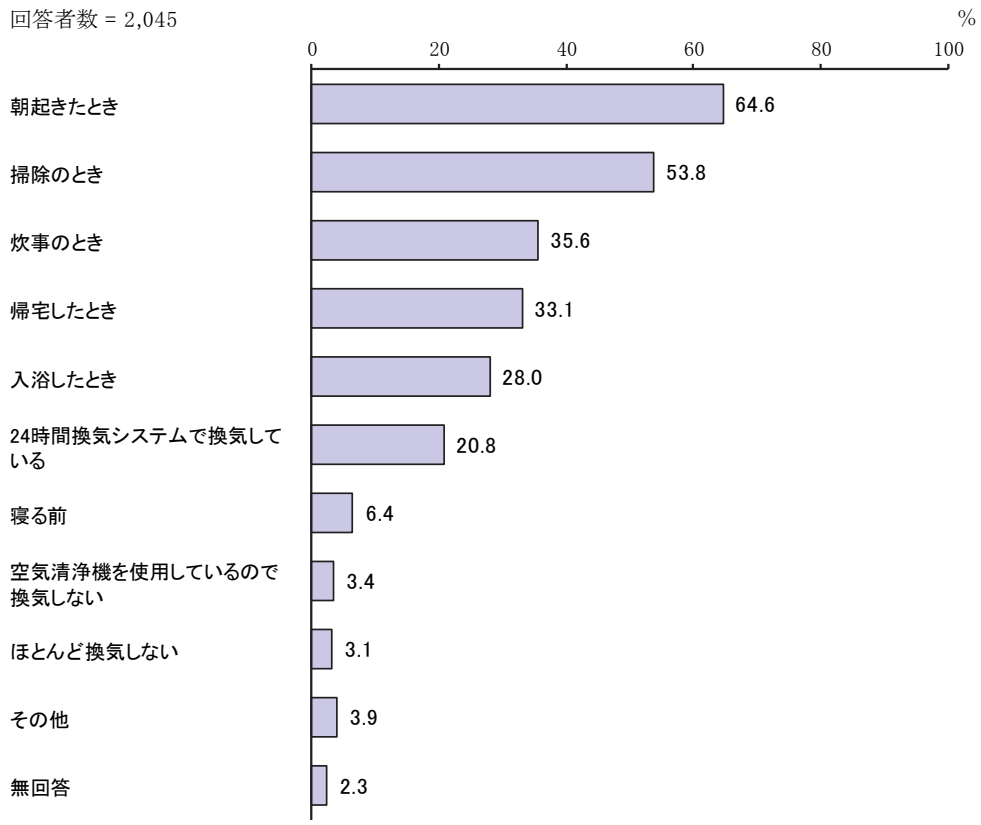
地域別にみると、「結露の発生」は、烏山地域、玉川地域、北沢地域で約２割と最も高くなっている。

【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	排水管のつまりや臭い	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	回答者数（件）
男　性		7.9	6.6	2.0	7.3	13.0	1.1	10.2	13.2	16.6	12.3	2.7	46.6	3.8	844
女　性		7.2	7.7	3.7	11.8	14.4	0.8	10.3	19.5	18.1	11.6	3.8	39.6	5.0	1144
その他		－	50.0	－	25.0	25.0	－	－	50.0	50.0	25.0	25.0	－	－	4
男性	20 歳代	15.9	14.3	4.8	12.7	28.6	1.6	19.0	14.3	17.5	15.9	－	25.4	3.2	63
	30 歳代	11.7	11.7	4.3	10.6	19.1	－	7.4	12.8	21.3	16.0	1.1	42.6	1.1	94
	40 歳代	9.0	7.1	1.9	14.1	19.2	2.6	10.9	12.8	17.3	19.2	5.1	35.9	1.9	156
	50 歳代	7.1	5.8	0.6	7.1	8.4	1.3	9.1	14.9	14.3	5.2	3.2	52.6	2.6	154
	60 歳代	3.6	3.6	2.2	2.9	7.2	0.7	10.8	14.4	17.3	6.5	0.7	53.2	7.9	139
	70 歳代	6.9	4.1	2.1	4.1	11.0	0.7	11.0	13.1	17.9	12.4	3.4	51.0	4.1	145
	80 歳以上	6.5	5.4	－	1.1	5.4	－	5.4	8.6	10.8	15.1	3.2	55.9	5.4	93
女性	20 歳代	11.9	13.8	7.3	19.3	19.3	0.9	5.5	9.2	18.3	11.9	4.6	41.3	1.8	109
	30 歳代	12.3	11.1	1.9	18.5	16.7	1.2	12.3	24.7	22.2	14.2	4.3	31.5	4.3	162
	40 歳代	6.7	9.4	4.5	19.3	16.6	0.4	13.5	21.5	18.8	17.9	4.9	31.4	4.0	223
	50 歳代	6.3	8.6	3.6	12.2	16.2	1.8	11.7	31.1	23.0	8.1	3.2	33.3	3.6	222
	60 歳代	4.1	4.7	3.5	4.7	15.8	－	14.6	18.7	20.5	10.5	4.7	36.3	5.3	171
	70 歳代	6.1	3.1	3.1	2.5	5.5	0.6	5.5	11.0	9.2	6.7	2.5	58.3	6.7	163
	80 歳以上	3.3	2.2	2.2	2.2	7.8	－	2.2	6.7	6.7	8.9	1.1	61.1	12.2	90
世田谷		9.7	7.6	3.6	11.2	14.4	0.2	10.5	16.8	15.1	9.7	3.2	41.8	5.8	555
北沢		6.8	7.4	2.3	9.4	11.4	0.9	11.4	17.0	17.6	11.4	4.0	40.1	6.3	352
玉川		6.7	5.5	2.8	10.7	15.6	1.6	10.1	17.8	19.3	15.4	2.4	43.0	3.2	507
砧		5.8	7.5	3.6	7.5	13.1	1.4	8.4	13.1	17.8	13.4	4.2	42.9	5.8	359
烏山		7.0	9.6	2.2	9.2	12.9	0.4	11.0	18.4	16.9	8.8	2.9	43.8	5.5	272

問 56　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○）



換気については、「朝起きたとき」64.6%が最も高く、次いで「掃除のとき」53.8%、「炊事のとき」35.6%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 18.6 ポイント、「掃除のとき」は 13.5 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 60 歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で７割台半ば、女性の 50 歳代で７割を超えている。

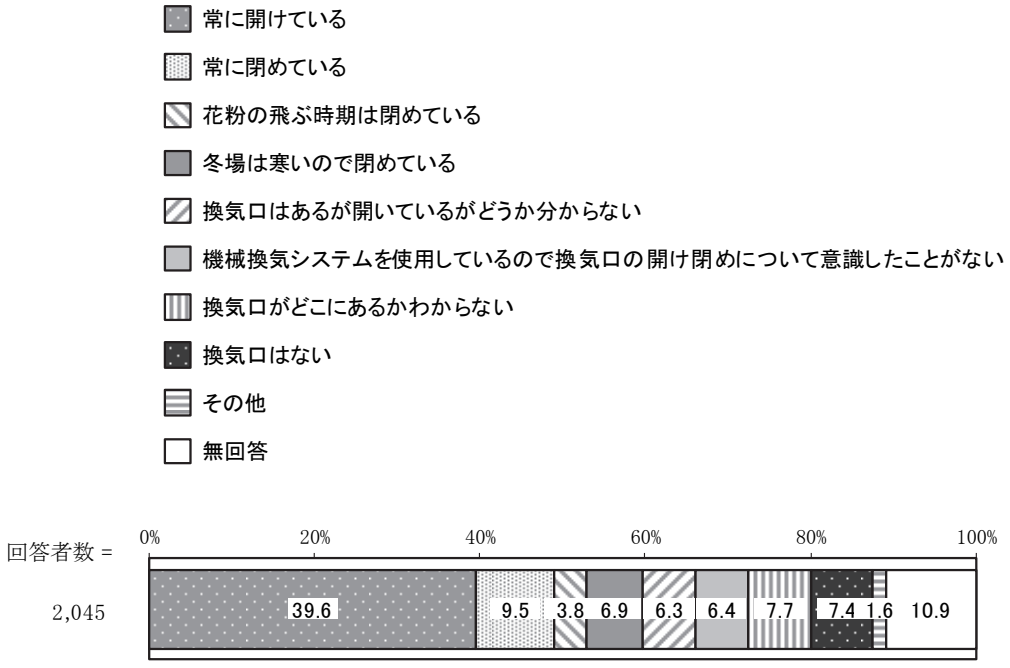
地域別にみると、「掃除のとき」は、北沢地域で約６割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると 7.7 ポイントの差がある。

【性　別】【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	24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	回答者数（件）
男　性		61.8	25.2	24.3	46.6	28.8	6.8	19.9	4.6	4.6	4.1	1.4	844
女　性		67.4	43.8	30.9	60.1	36.6	6.0	21.7	2.5	1.9	3.5	1.8	1144
その他		25.0	－	－	－	25.0	－	25.0	－	25.0	25.0	－	4
男性	20歳代	33.3	17.5	9.5	46.0	25.4	7.9	22.2	3.2	6.3	7.9	3.2	63
	30歳代	53.2	23.4	19.1	39.4	29.8	6.4	34.0	6.4	7.4	1.1	－	94
	40歳代	60.3	30.1	25.0	47.4	28.8	7.1	23.1	4.5	5.1	4.5	－	156
	50歳代	59.1	19.5	24.7	41.6	25.3	3.9	24.7	2.6	7.1	4.5	1.3	154
	60歳代	69.1	27.3	30.9	47.5	33.1	7.9	13.7	4.3	2.2	4.3	2.9	139
	70歳代	70.3	31.7	28.3	54.5	29.7	4.8	13.1	4.8	2.8	4.1	0.7	145
	80歳以上	73.1	20.4	21.5	47.3	28.0	11.8	10.8	7.5	2.2	3.2	3.2	93
女性	20歳代	43.1	33.0	22.0	51.4	31.2	11.0	26.6	1.8	7.3	4.6	0.9	109
	30歳代	64.8	35.8	19.1	58.0	32.7	4.9	34.0	3.1	3.1	4.3	0.6	162
	40歳代	63.7	37.2	26.9	57.4	35.9	3.6	29.6	2.2	－	4.0	0.9	223
	50歳代	71.2	44.6	35.1	66.7	42.3	3.6	20.3	4.5	1.8	2.7	1.8	222
	60歳代	77.2	53.8	39.8	70.2	44.4	5.8	15.2	1.8	1.8	1.2	1.2	171
	70歳代	76.7	55.2	42.3	58.3	38.0	8.6	11.7	0.6	0.6	4.9	1.8	163
	80歳以上	66.7	46.7	25.6	51.1	22.2	10.0	8.9	3.3	－	3.3	8.9	90
世田谷		64.9	34.8	27.4	52.3	32.3	5.6	21.1	2.5	2.0	4.7	2.9	555
北沢		63.1	39.2	29.8	58.8	37.5	6.8	17.9	3.4	2.6	4.5	2.0	352
玉川		66.5	32.7	27.2	53.1	32.7	6.7	21.1	3.4	3.4	4.1	1.4	507
砧		66.6	37.0	30.1	54.3	30.6	7.0	22.3	3.6	2.5	2.2	3.1	359
烏山		59.9	36.0	25.4	51.1	33.1	5.9	21.3	4.8	6.6	3.3	2.2	272

問 57　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○）



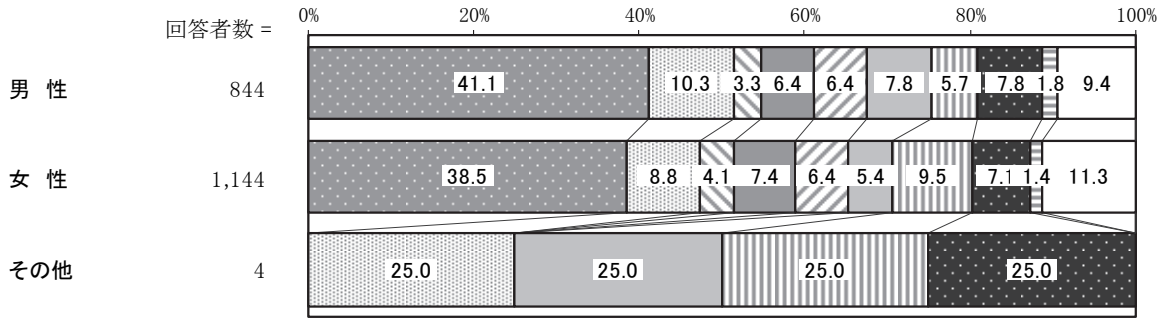
住まいの換気口については、「常に開けている」39.6%が最も高くなっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

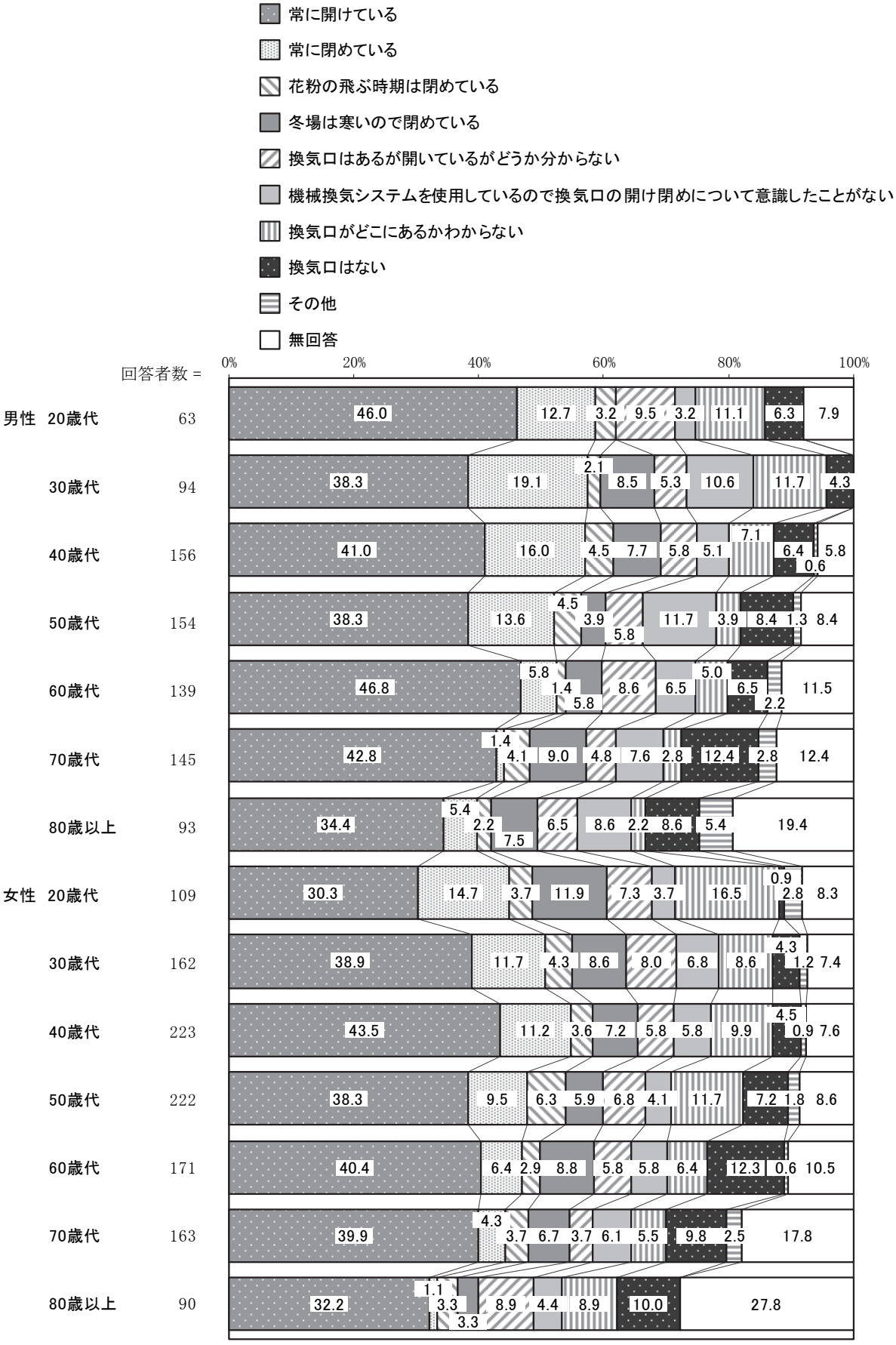
性・年代別にみると、「常に開けている」は、男性の 20 歳代、60 歳代、女性の 40 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、男性の 40 歳代、70 歳代で４割を超えている。「常に閉めている」は、男性の 30 歳代で約２割と最も高く、次いで、男性の 40 歳代、50 歳代、女性の 20 歳代で１割台半ばとなっている。

地域別にみると、「常に開けている」は、烏山地域で４割台半ばと最も高く、最も低い北沢地域を比べると、9.1 ポイントの差がある。

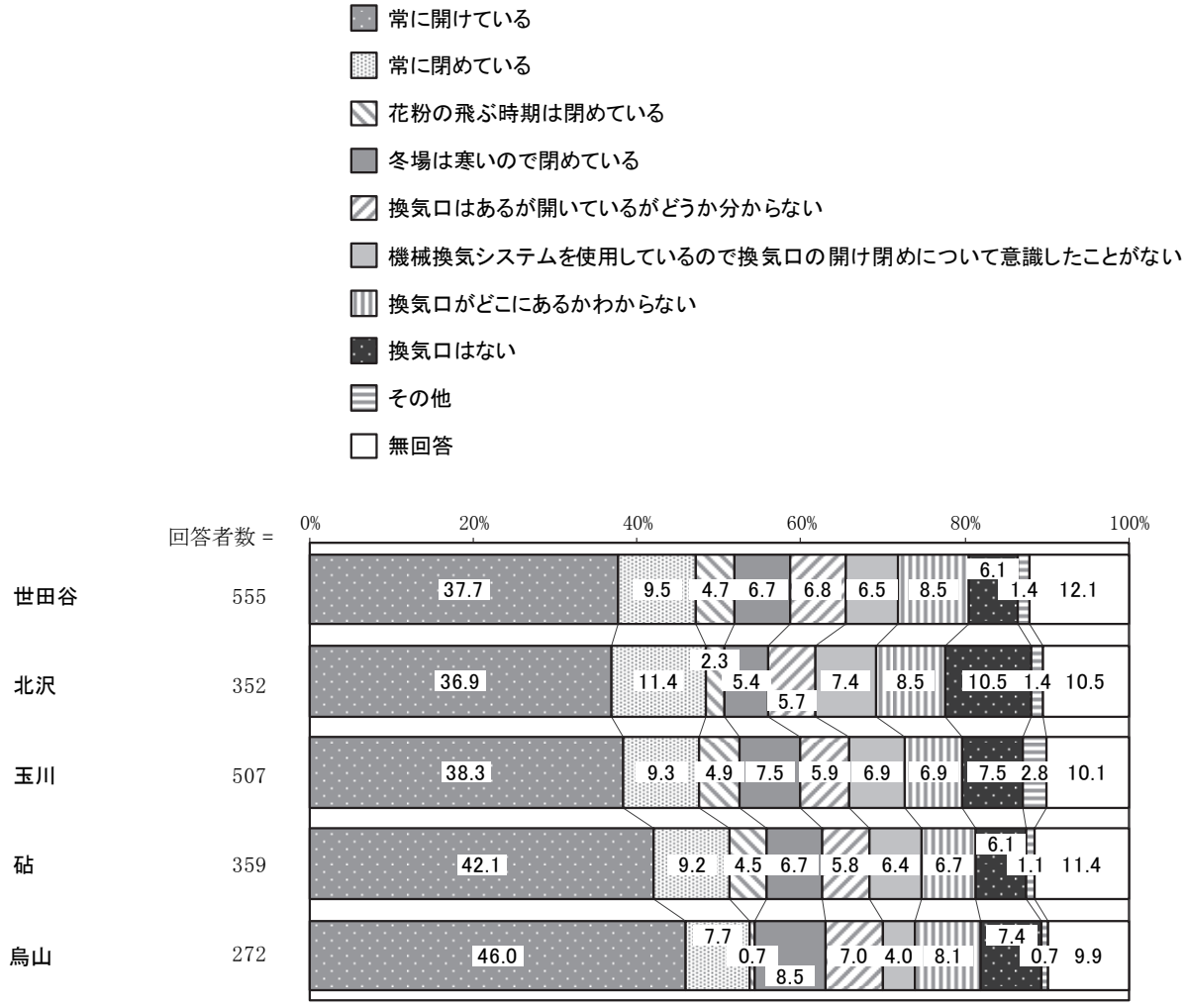
【性　別】



【性・年代別】

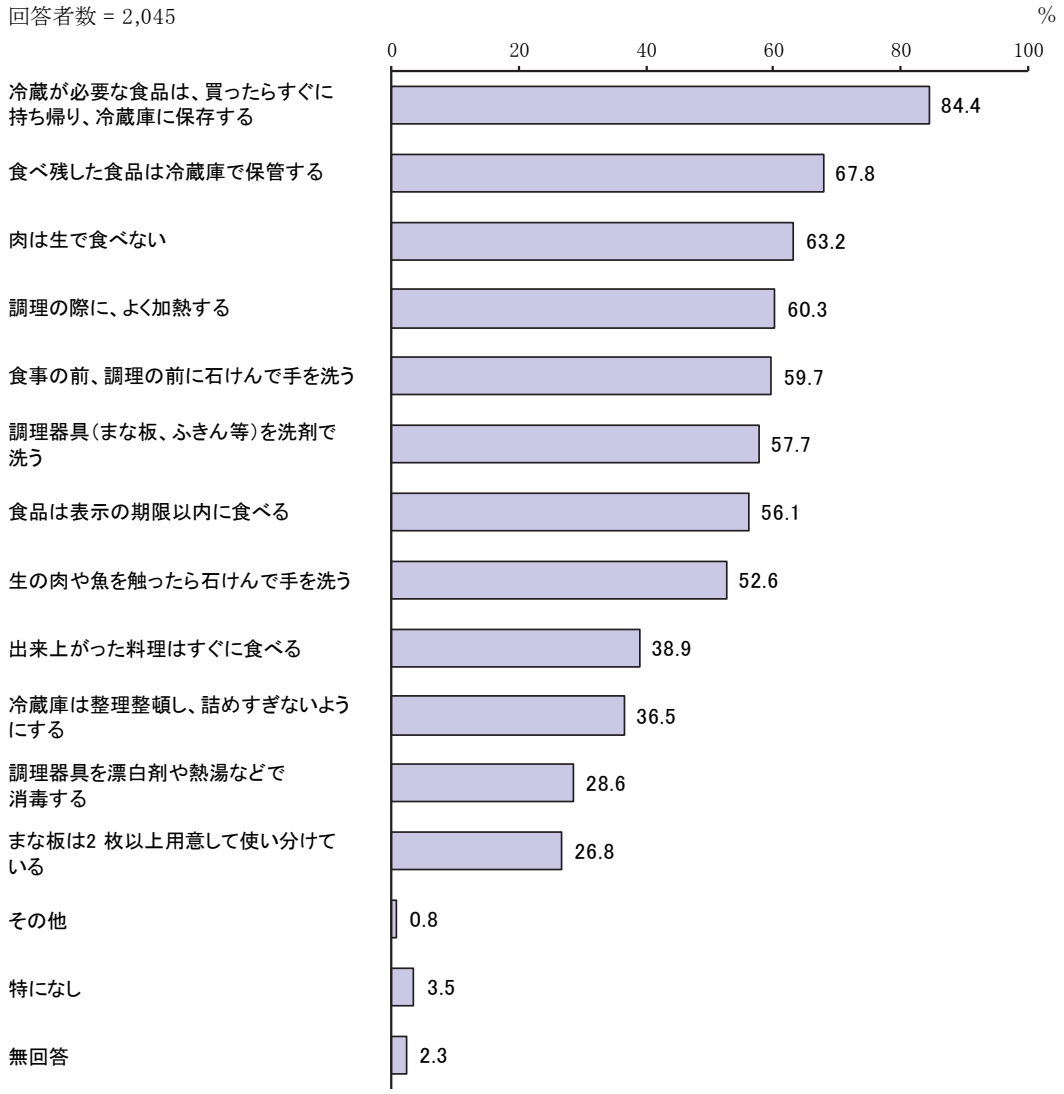

常に開けている
常に閉めている
花粉の飛ぶ時期は閉めている
冬場は寒いので閉めている
換気口はあるが開いているがどうか分からない
機械換気システムを使用しているので換気口の開け閉めについて意識したことがない
換気口がどこにあるかわからない
換気口はない
その他
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 46.0 12.7 3.2 9.5 3.2 11.1 6.3 7.9
30歳代 94 38.3 19.1 2.1 8.5 5.3 10.6 11.7 4.3
40歳代 156 41.0 16.0 4.5 7.7 5.8 5.1 7.1 6.4 0.6 5.8
50歳代 154 38.3 13.6 4.5 3.9 5.8 11.7 3.9 8.4 1.3 8.4
60歳代 139 46.8 5.8 1.4 5.8 8.6 6.5 5.0 6.5 2.2 11.5
70歳代 145 42.8 1.4 4.1 9.0 4.8 7.6 2.8 12.4 2.8 12.4
80歳以上 93 34.4 5.4 2.2 7.5 6.5 8.6 2.2 8.6 5.4 19.4
女性 20歳代 109 30.3 14.7 3.7 11.9 7.3 3.7 16.5 0.9 2.8 8.3
30歳代 162 38.9 11.7 4.3 8.6 8.0 6.8 8.6 4.3 1.2 7.4
40歳代 223 43.5 11.2 3.6 7.2 5.8 5.8 9.9 4.5 0.9 7.6
50歳代 222 38.3 9.5 6.3 5.9 6.8 4.1 11.7 7.2 1.8 8.6
60歳代 171 40.4 6.4 2.9 8.8 5.8 5.8 6.4 12.3 0.6 10.5
70歳代 163 39.9 4.3 3.7 6.7 3.7 6.1 5.5 9.8 2.5 17.8
80歳以上 90 32.2 1.1 3.3 3.3 8.9 4.4 8.9 10.0 27.8

【地　域　別】


常に開けている
常に閉めている
花粉の飛ぶ時期は閉めている
冬場は寒いので閉めている
換気口はあるが開いているがどうか分からない
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
換気口がどこにあるかわからない
換気口はない
その他
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555
37.7 9.5 4.7 6.7 6.8 6.5 8.5 6.1 1.4 12.1
北沢 352
36.9 11.4 2.3 5.4 5.7 7.4 8.5 10.5 1.4 10.5
玉川 507
38.3 9.3 4.9 7.5 5.9 6.9 6.9 7.5 2.8 10.1
砧 359
42.1 9.2 4.5 6.7 5.8 6.4 6.7 6.1 1.1 11.4
烏山 272
46.0 7.7 0.7 8.5 7.0 4.0 8.1 7.4 0.7 9.9

（12）食品衛生について

問 58　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○）



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、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」84.4%が最も高く、次いで「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」67.8%、「肉は生で食べない」63.2%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、「調理器具（まな板、ふきん等）を洗剤で洗う」は、女性が男性よりも 23.6 ポイント、「生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う」は、女性が男性よりも 22.6 ポイント、「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」は、女性が男性よりも 22.2 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、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する」は、女性の 30 歳代、60 歳代で９割台半ばと最も高く、次いで、男性の 60 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代、70 歳代で約９割となっている。「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」は、女性の 50 歳代、60 歳代で８割を超えて最も高く、次いで、女性の 40 歳代、70 歳代で約８割となっている。

地域別にみると、「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」は、北沢地域で７割を超えて最も高く、最も低い玉川地域と比べると 9.0 ポイントの差がある。

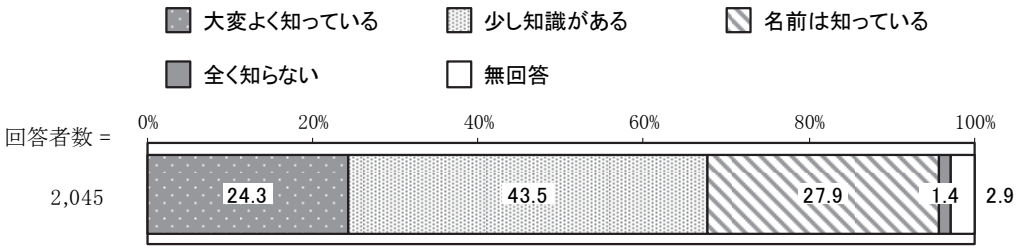
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

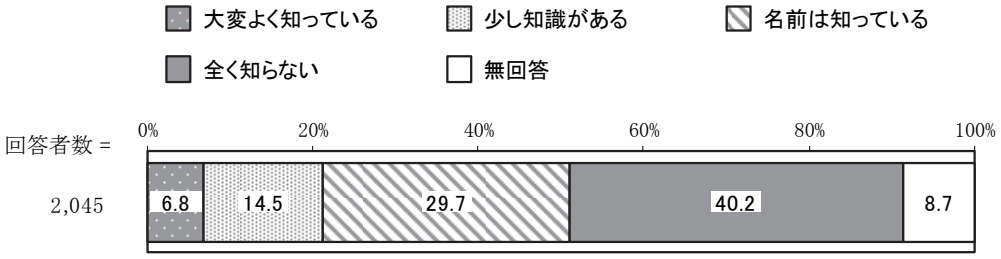
区分		冷蔵が必要な食品は、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する	冷蔵庫は整理整頓し、詰めすぎないようにする	食品は表示の期限以内に食べる	食事の前、調理の前に石けんで手を洗う	生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う	まな板は2枚以上用意して使い分けている	調理の際に、よく加熱する	調理器具（まな板、ふきん等）を洗剤で洗う	調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する	出来上がった料理はすぐに食べる	食べ残した食品は冷蔵庫で保管する	肉は生で食べない	その他	特になし	無回答	回答者数（件）
男　性		80.2	29.0	55.0	49.5	40.3	19.9	48.8	44.8	21.3	35.9	55.7	52.8	0.7	5.9	0.9	844
女　性		89.0	42.3	58.0	68.5	62.9	32.4	70.1	68.4	34.4	41.9	77.9	72.1	0.7	1.7	2.0	1144
その他		75.0	25.0	75.0	50.0	50.0	50.0	50.0	50.0	25.0	50.0	75.0	25.0	－	25.0	－	4
男性	20 歳代	74.6	20.6	58.7	42.9	46.0	9.5	55.6	49.2	20.6	49.2	50.8	52.4	－	9.5	1.6	63
	30 歳代	84.0	27.7	54.3	58.5	52.1	21.3	59.6	53.2	17.0	35.1	63.8	48.9	－	6.4	－	94
	40 歳代	78.2	23.7	51.3	46.8	46.8	19.9	51.3	42.9	15.4	31.4	53.8	53.2	0.6	3.8	－	156
	50 歳代	77.3	23.4	52.6	46.1	37.7	16.2	44.2	43.5	20.1	33.1	46.1	48.7	0.6	6.5	0.6	154
	60 歳代	87.8	33.1	54.7	58.3	38.8	26.6	48.2	42.4	27.3	38.1	63.3	52.5	－	2.2	2.2	139
	70 歳代	80.7	35.9	62.8	44.8	36.6	20.7	49.0	46.2	23.4	34.5	59.3	59.3	0.7	5.5	1.4	145
	80 歳以上	76.3	37.6	51.6	49.5	25.8	20.4	37.6	39.8	25.8	38.7	52.7	53.8	3.2	11.8	1.1	93
女性	20 歳代	86.2	25.7	56.9	62.4	56.9	18.3	70.6	57.8	19.3	37.6	71.6	65.1	－	3.7	1.8	109
	30 歳代	93.8	32.1	58.6	67.3	71.0	25.9	74.7	71.6	26.5	38.9	76.5	74.7	－	2.5	0.6	162
	40 歳代	89.2	38.6	48.4	65.5	65.9	31.8	73.5	65.5	27.4	41.3	78.9	68.2	0.9	0.4	1.8	223
	50 歳代	88.7	45.9	55.4	76.6	67.1	36.9	71.2	73.4	42.8	37.8	82.0	68.9	0.5	0.5	1.8	222
	60 歳代	93.6	50.3	68.4	75.4	67.3	33.3	67.8	75.4	35.7	48.0	82.5	73.7	1.2	0.6	0.6	171
	70 歳代	87.1	50.9	64.4	66.3	55.8	41.1	73.0	69.3	49.1	46.0	77.3	84.7	0.6	1.8	1.8	163
	80 歳以上	78.9	48.9	55.6	57.8	43.3	34.4	50.0	56.7	35.6	45.6	67.8	68.9	2.2	4.4	8.9	90
世田谷		85.4	34.8	58.0	58.0	52.8	26.8	61.6	58.4	28.3	41.3	70.1	66.3	0.7	2.7	2.7	555
北沢		85.5	36.1	49.1	58.8	55.4	26.7	61.4	58.2	27.3	42.6	72.7	63.1	1.1	3.1	2.3	352
玉川		86.0	37.7	57.8	60.7	51.5	26.2	57.2	56.8	26.4	36.1	63.7	57.8	0.8	3.6	1.6	507
砧		80.5	39.6	57.4	59.9	50.7	28.7	58.2	56.0	33.1	37.0	65.2	64.3	1.1	4.5	2.8	359
烏山		83.5	34.2	56.6	62.1	53.3	25.7	65.1	59.2	29.0	37.1	67.6	65.4	－	4.4	2.6	272

問 59　あなたは、食中毒の原因物質について、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。

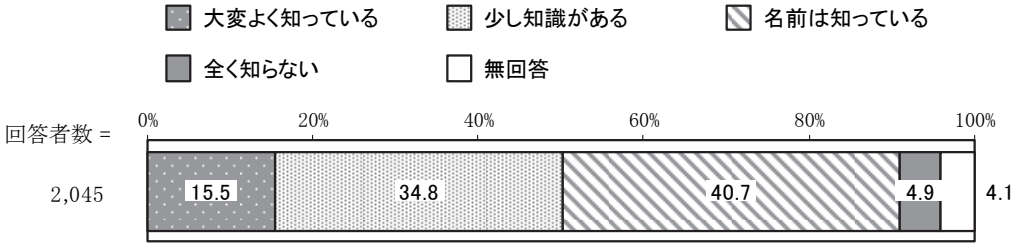
①ノロウイルス



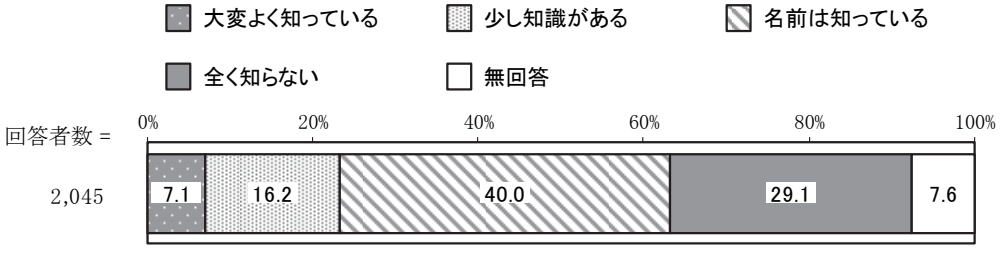
②カンピロバクター



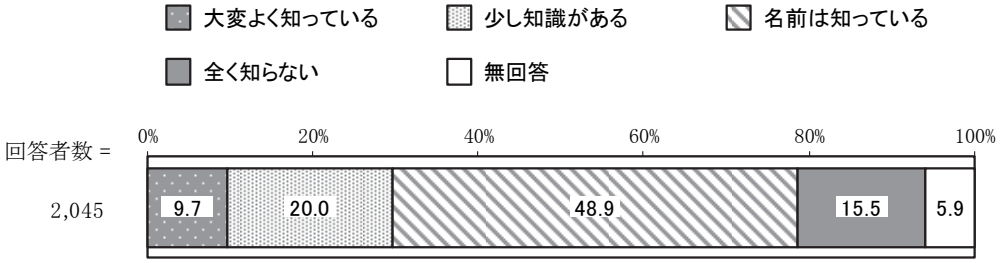
③サルモネラ



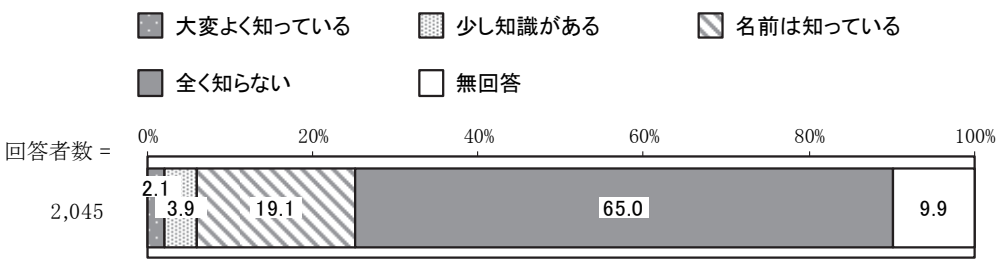
④腸管出血性大腸菌



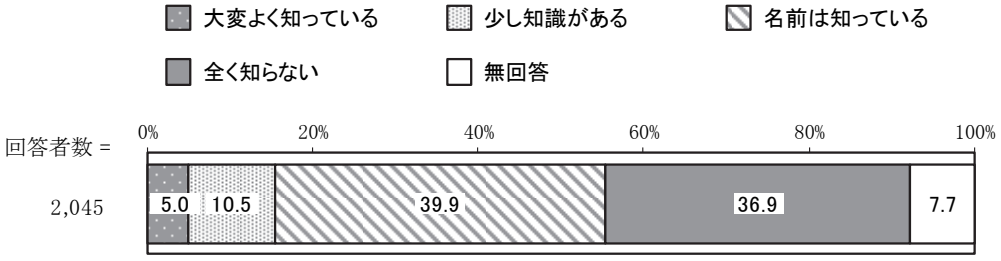
⑤黄色ブドウ球菌



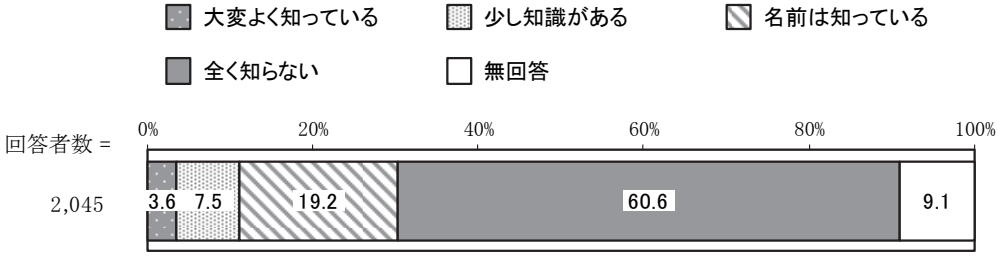
⑥リステリア



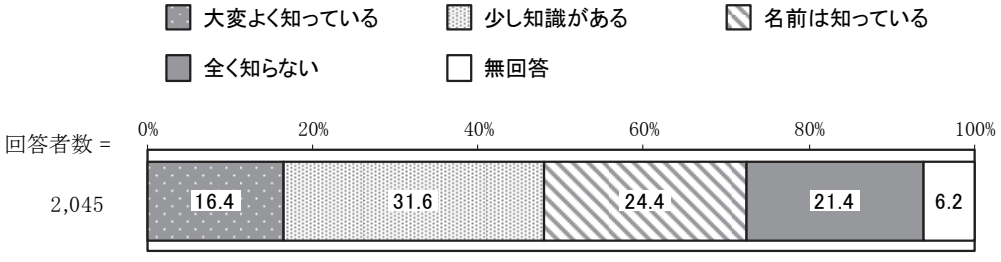
⑦腸炎ビブリオ



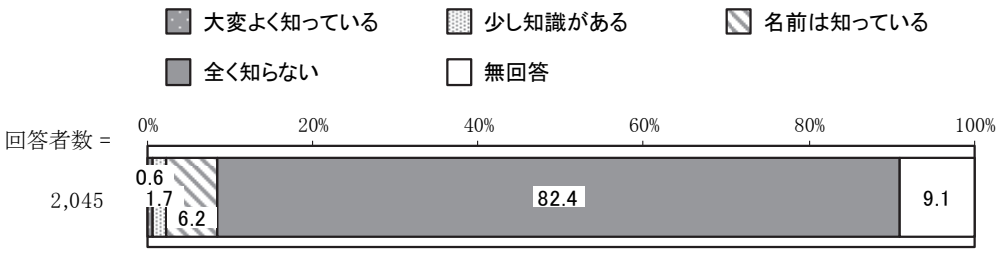
⑧ウェルシュ菌



⑨アニサキス



⑩クドア



【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割を超え最も高く、次いで、「リステリア」（設問⑥）で６割台半ば、「ウェルシュ菌」（設問⑧）で６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、「カンピロバクター」（設問②）で男性が女性よりも 11.9 ポイント、「ウェルシュ菌」（設問⑧）で 9.1 ポイント高くなっている。

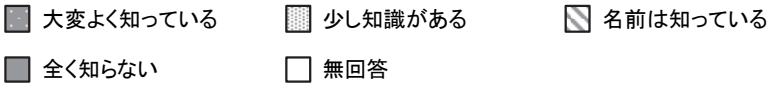
【性・年代別】

性・年代別にみると、「サルモネラ」（設問③）は、「知っている人」が女性の 60 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、男性の 80 歳以上では約９割、女性の 80 歳以上では約８割となっている。一方、「クドア」（設問⑩）は、「全く知らない」が男性の 40 歳代、50 歳代、女性の 20 歳代、30 歳代で約９割と高くなっている。「リステリア」（設問⑥）は、「全く知らない」が男性の 60 歳代で７割台半ばと最も高くなっている。

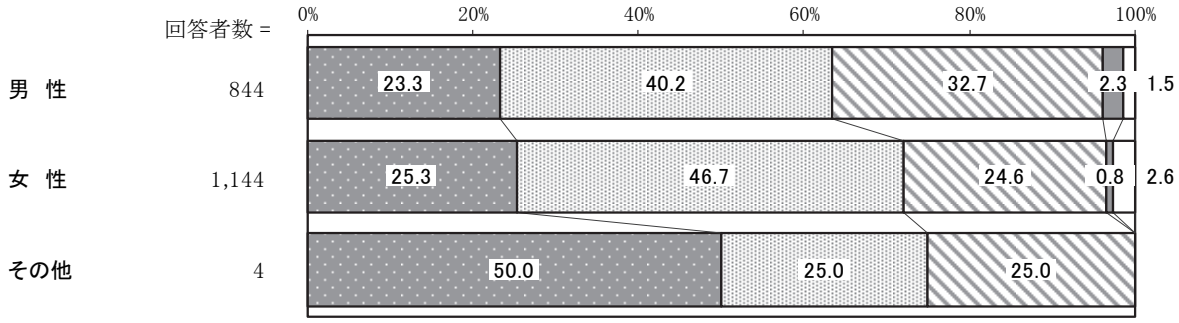
【地　域　別】

地域別にみると、「黄色ブドウ球菌」（設問⑤）は、「知っている人」が玉川地域で８割を超えている。「腸管出血性大腸菌」（設問④）は、「全く知らない」が世田谷地域で３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」が世田谷地域で４割台半ばと高くなっている。

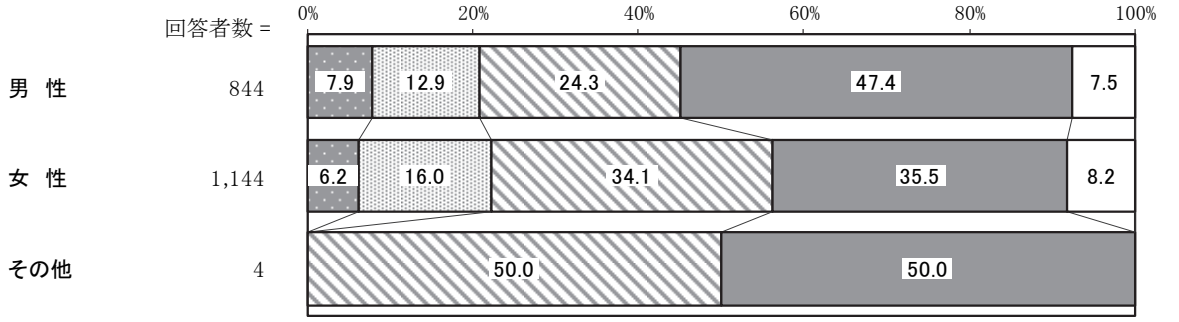
【性　別】



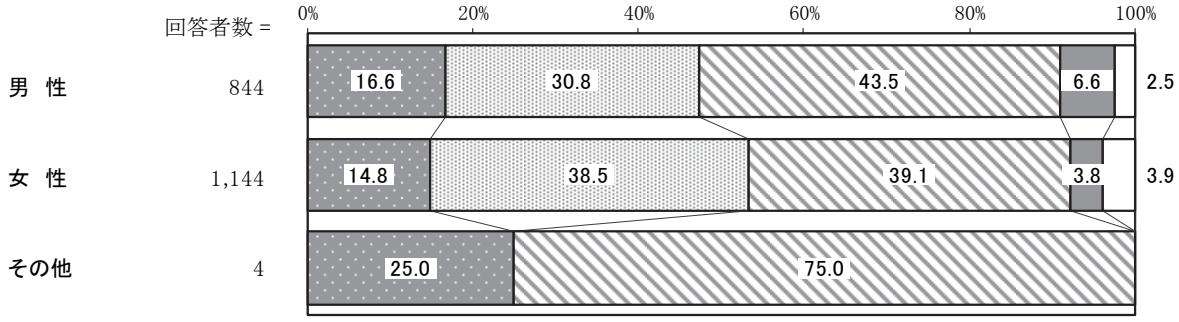
①ノロウイルス



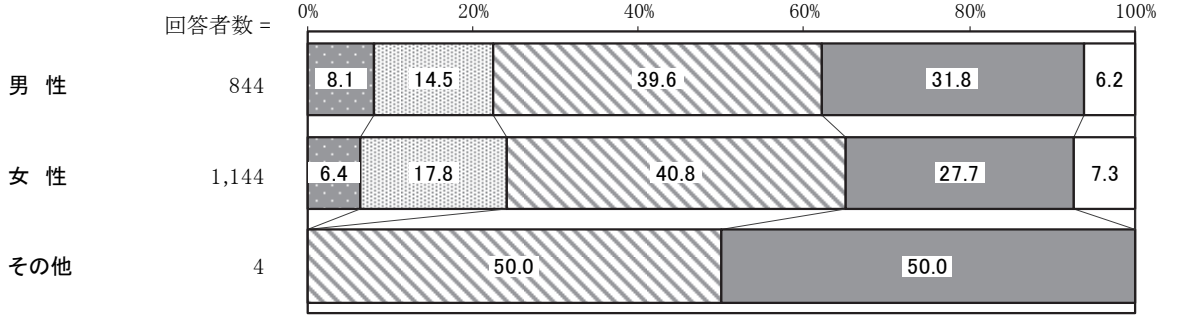
②カンピロバクター

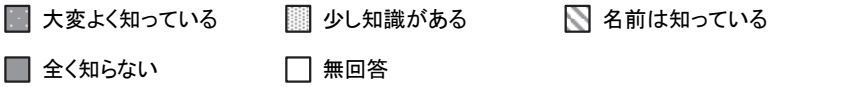


③サルモネラ

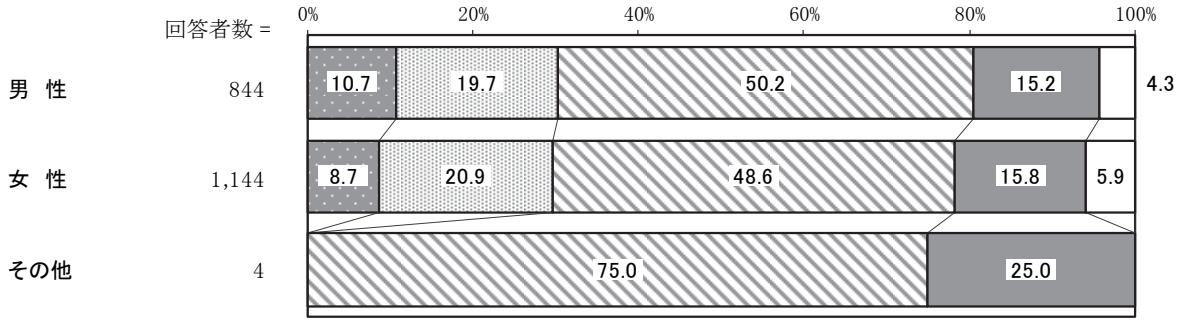


④腸管出血性大腸菌

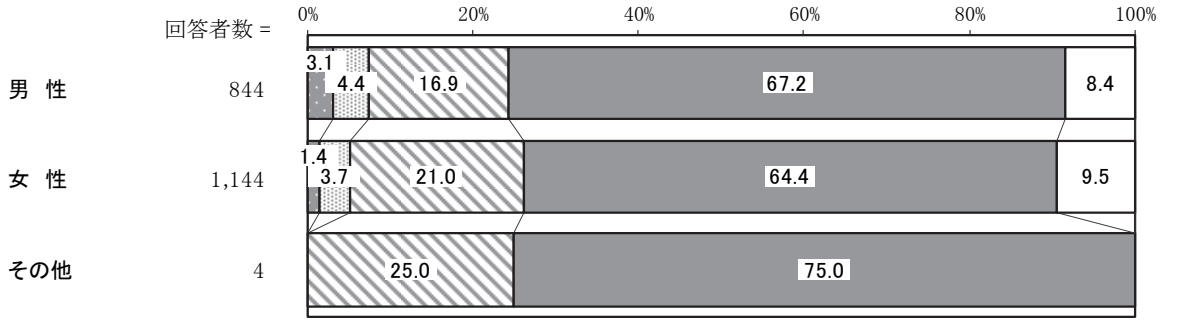




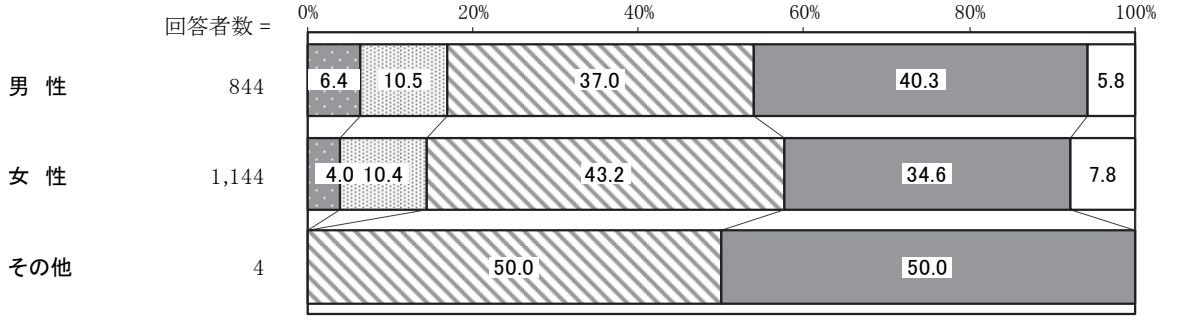
⑤黄色ブドウ球菌



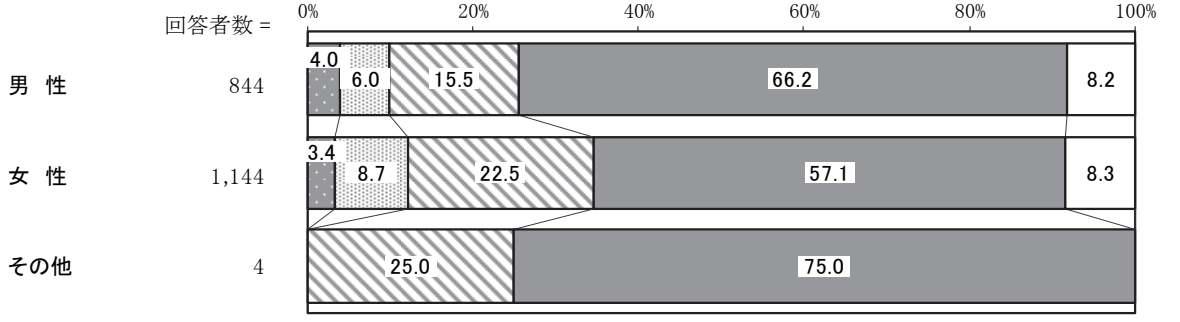
⑥リステリア



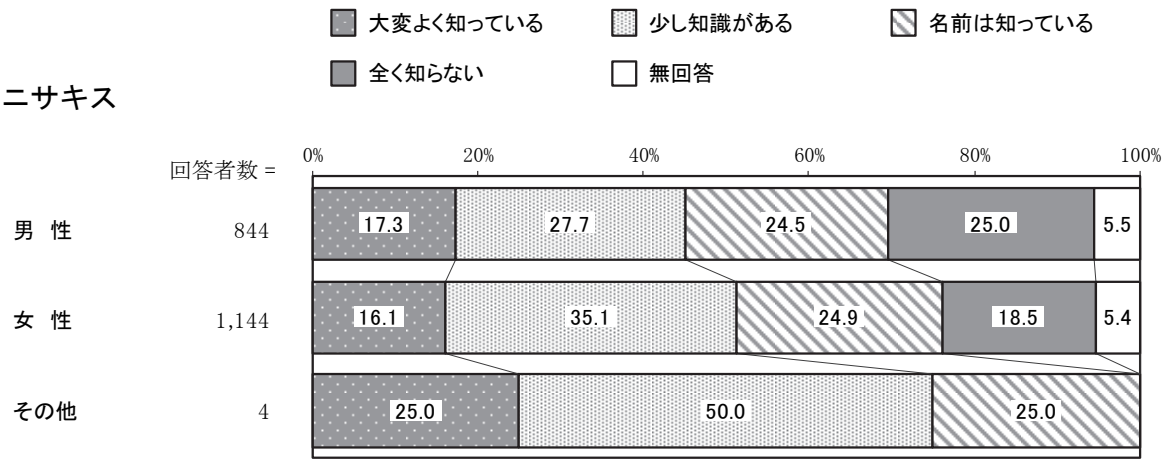
⑦腸炎ビブリオ



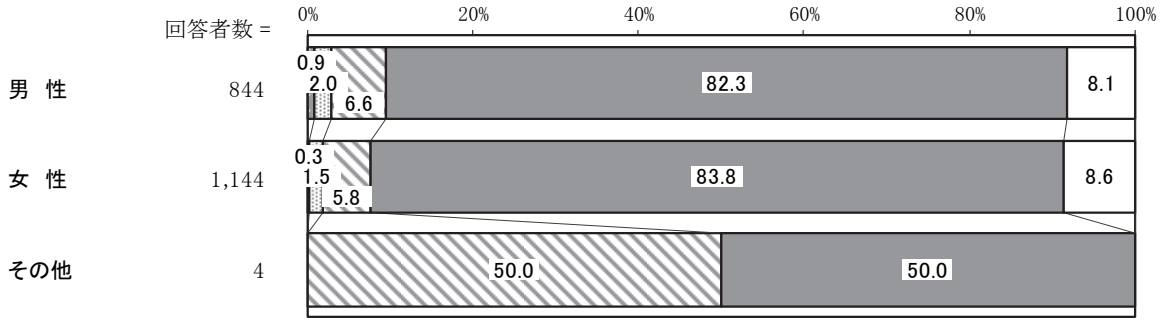
⑧ウェルシュ菌



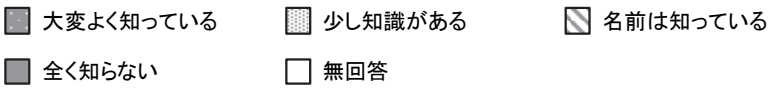
⑨アニサキス


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
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男 性
844
17.3
27.7
24.5
25.0
5.5
女 性
1,144
16.1
35.1
24.9
18.5
5.4
その他
4
25.0
50.0
25.0

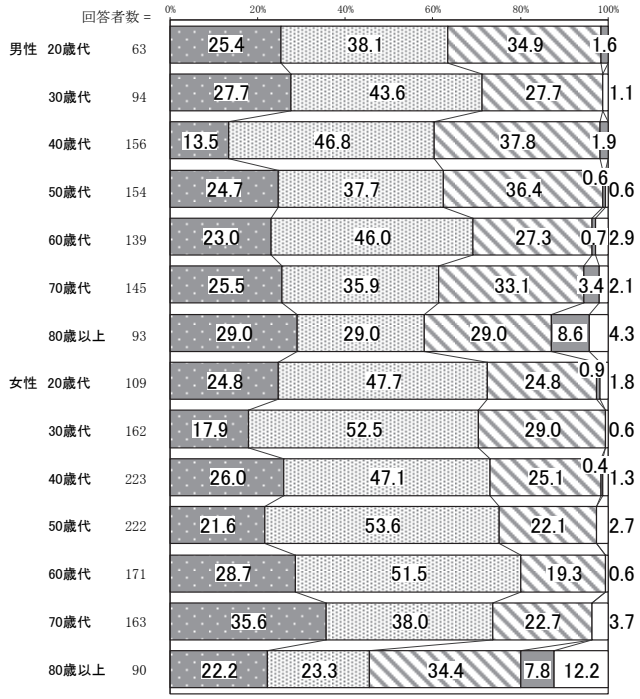
⑩クドア


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男 性
844
0.9
2.0
6.6
82.3
8.1
女 性
1,144
0.3
1.5
5.8
83.8
8.6
その他
4
50.0
50.0

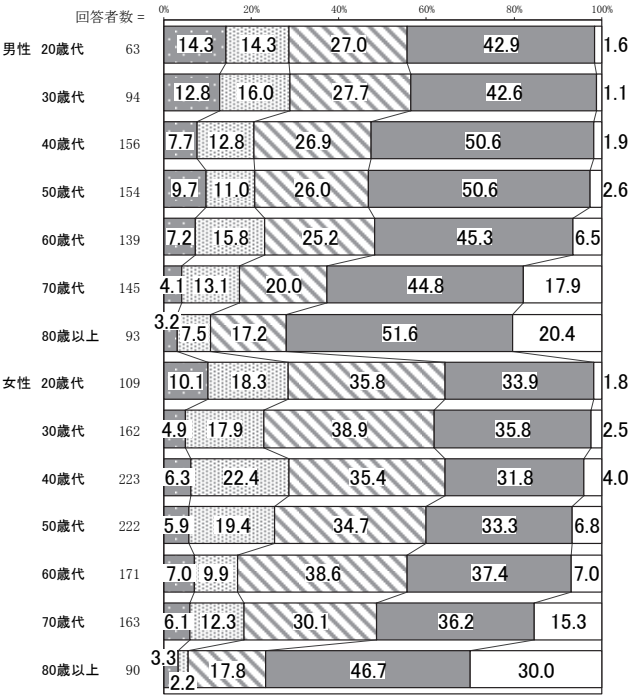
【性・年代別】



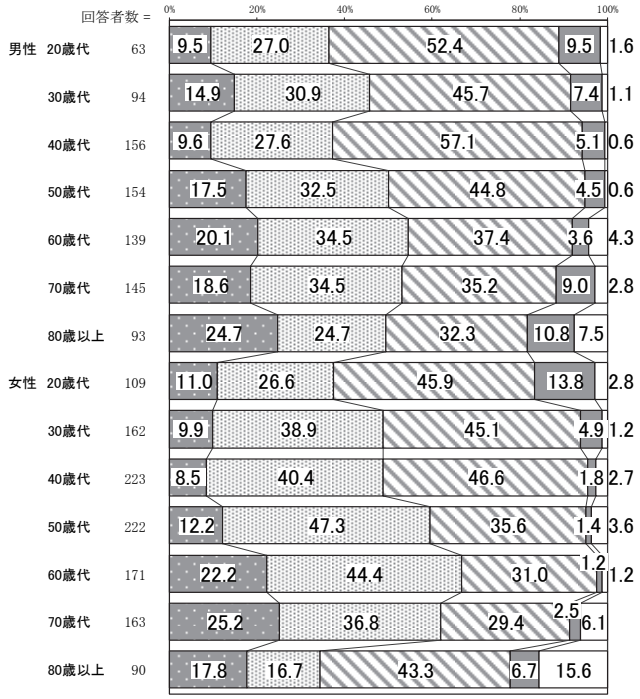
①ノロウイルス



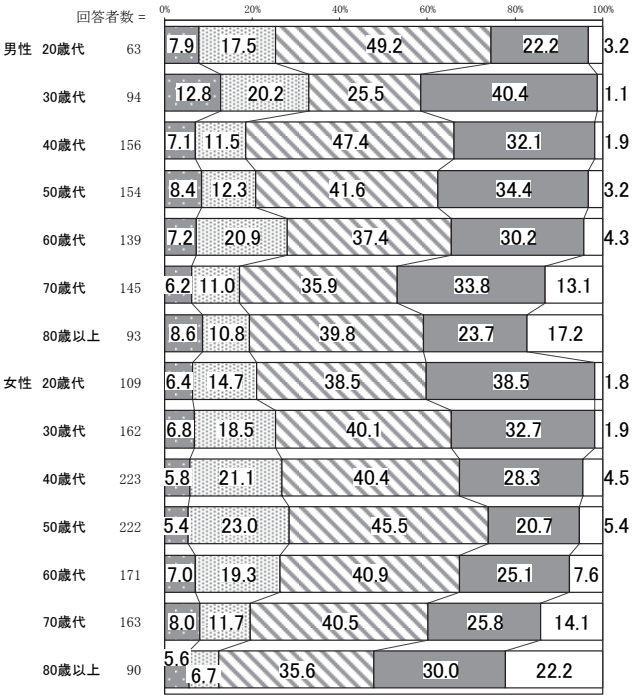
②カンピロバクター

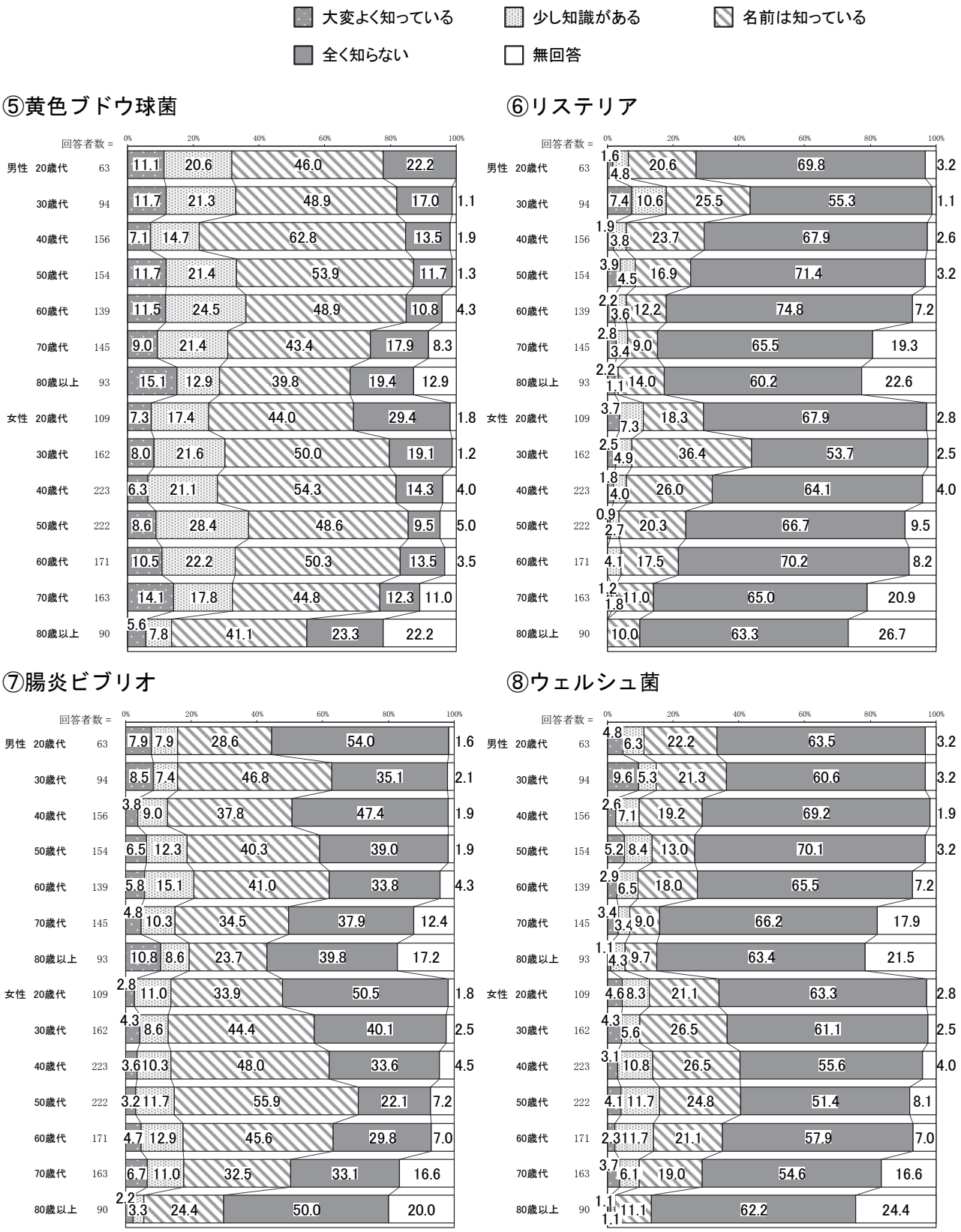


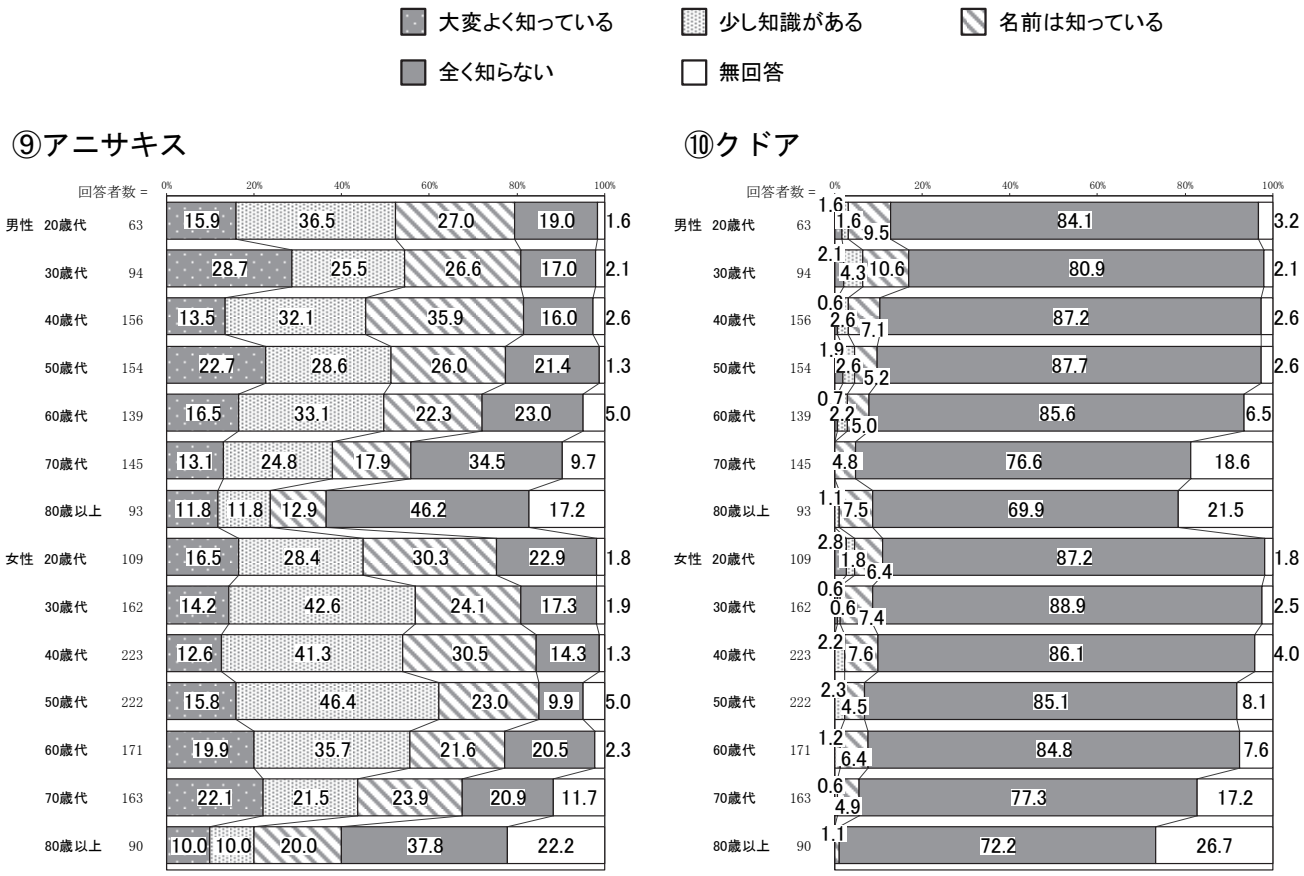
③サルモネラ



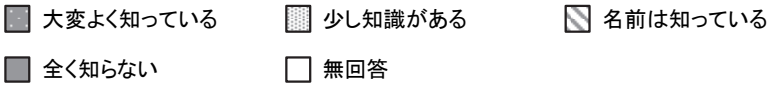
④腸管出血性大腸菌



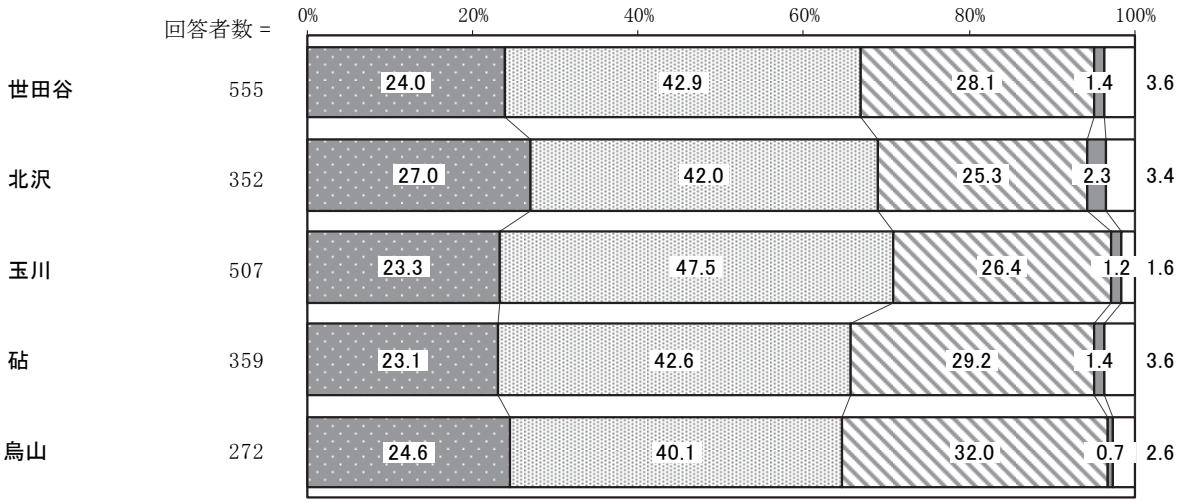

大変よく知っている
少し知識がある
名前は知っている
全く知らない
無回答
⑤黄色ブドウ球菌
回答者数 =
男性 20歳代 63 11.1 20.6 46.0 22.2
30歳代 94 11.7 21.3 48.9 17.0 1.1
40歳代 156 7.1 14.7 62.8 13.5 1.9
50歳代 154 11.7 21.4 53.9 11.7 1.3
60歳代 139 11.5 24.5 48.9 10.8 4.3
70歳代 145 9.0 21.4 43.4 17.9 8.3
80歳以上 93 15.1 12.9 39.8 19.4 12.9
女性 20歳代 109 7.3 17.4 44.0 29.4 1.8
30歳代 162 8.0 21.6 50.0 19.1 1.2
40歳代 223 6.3 21.1 54.3 14.3 4.0
50歳代 222 8.6 28.4 48.6 9.5 5.0
60歳代 171 10.5 22.2 50.3 13.5 3.5
70歳代 163 14.1 17.8 44.8 12.3 11.0
80歳以上 90 5.6 7.8 41.1 23.3 22.2
⑥リステリア
回答者数 =
男性 20歳代 63 1.6 4.8 20.6 69.8 3.2
30歳代 94 7.4 10.6 25.5 55.3 1.1
40歳代 156 1.9 3.8 23.7 67.9 2.6
50歳代 154 3.9 4.5 16.9 71.4 3.2
60歳代 139 2.2 3.6 12.2 74.8 7.2
70歳代 145 2.8 3.4 9.0 65.5 19.3
80歳以上 93 2.2 1.1 14.0 60.2 22.6
女性 20歳代 109 3.7 7.3 18.3 67.9 2.8
30歳代 162 2.5 4.9 36.4 53.7 2.5
40歳代 223 1.8 4.0 26.0 64.1 4.0
50歳代 222 0.9 2.7 20.3 66.7 9.5
60歳代 171 4.1 17.5 70.2 8.2
70歳代 163 1.2 1.8 11.0 65.0 20.9
80歳以上 90 10.0 63.3 26.7
⑦腸炎ビブリオ
回答者数 =
男性 20歳代 63 7.9 7.9 28.6 54.0 1.6
30歳代 94 8.5 7.4 46.8 35.1 2.1
40歳代 156 3.8 9.0 37.8 47.4 1.9
50歳代 154 6.5 12.3 40.3 39.0 1.9
60歳代 139 5.8 15.1 41.0 33.8 4.3
70歳代 145 4.8 10.3 34.5 37.9 12.4
80歳以上 93 10.8 8.6 23.7 39.8 17.2
女性 20歳代 109 2.8 11.0 33.9 50.5 1.8
30歳代 162 4.3 8.6 44.4 40.1 2.5
40歳代 223 3.6 10.3 48.0 33.6 4.5
50歳代 222 3.2 11.7 55.9 22.1 7.2
60歳代 171 4.7 12.9 45.6 29.8 7.0
70歳代 163 6.7 11.0 32.5 33.1 16.6
80歳以上 90 2.2 3.3 24.4 50.0 20.0
⑧ウェルシュ菌
回答者数 =
男性 20歳代 63 4.8 6.3 22.2 63.5 3.2
30歳代 94 9.6 5.3 21.3 60.6 3.2
40歳代 156 2.6 7.1 19.2 69.2 1.9
50歳代 154 5.2 8.4 13.0 70.1 3.2
60歳代 139 2.9 6.5 18.0 65.5 7.2
70歳代 145 3.4 3.4 9.0 66.2 17.9
80歳以上 93 1.1 4.3 9.7 63.4 21.5
女性 20歳代 109 4.6 8.3 21.1 63.3 2.8
30歳代 162 4.3 5.6 26.5 61.1 2.5
40歳代 223 3.1 10.8 26.5 55.6 4.0
50歳代 222 4.1 11.7 24.8 51.4 8.1
60歳代 171 2.3 11.7 21.1 57.9 7.0
70歳代 163 3.7 6.1 19.0 54.6 16.6
80歳以上 90 1.1 1.1 11.1 62.2 24.4


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
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 15.9 36.5 27.0 19.0 1.6
30歳代 94 28.7 25.5 26.6 17.0 2.1
40歳代 156 13.5 32.1 35.9 16.0 2.6
50歳代 154 22.7 28.6 26.0 21.4 1.3
60歳代 139 16.5 33.1 22.3 23.0 5.0
70歳代 145 13.1 24.8 17.9 34.5 9.7
80歳以上 93 11.8 11.8 12.9 46.2 17.2
女性 20歳代 109 16.5 28.4 30.3 22.9 1.8
30歳代 162 14.2 42.6 24.1 17.3 1.9
40歳代 223 12.6 41.3 30.5 14.3 1.3
50歳代 222 15.8 46.4 23.0 9.9 5.0
60歳代 171 19.9 35.7 21.6 20.5 2.3
70歳代 163 22.1 21.5 23.9 20.9 11.7
80歳以上 90 10.0 10.0 20.0 37.8 22.2
⑩クドア
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 1.6 1.6 9.5 84.1 3.2
30歳代 94 2.1 4.3 10.6 80.9 2.1
40歳代 156 0.6 2.6 7.1 87.2 2.6
50歳代 154 1.9 2.6 5.2 87.7 2.6
60歳代 139 0.7 2.2 5.0 85.6 6.5
70歳代 145 4.8 76.6 18.6
80歳以上 93 1.1 7.5 69.9 21.5
女性 20歳代 109 2.8 1.8 6.4 87.2 1.8
30歳代 162 0.6 0.6 7.4 88.9 2.5
40歳代 223 2.2 7.6 86.1 4.0
50歳代 222 2.3 4.5 85.1 8.1
60歳代 171 1.2 6.4 84.8 7.6
70歳代 163 0.6 4.9 77.3 17.2
80歳以上 90 1.1 72.2 26.7

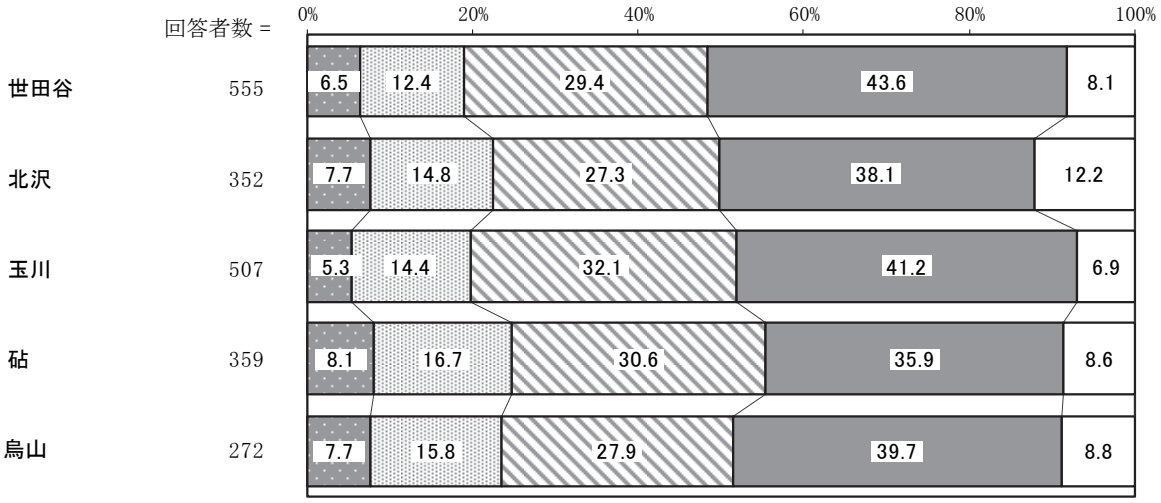
【地　域　別】



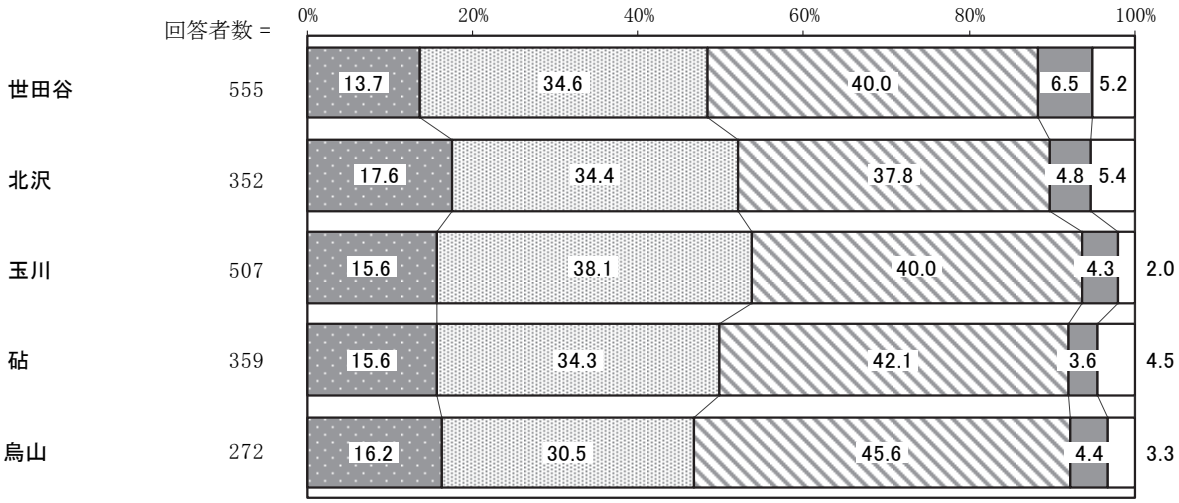
①ノロウイルス

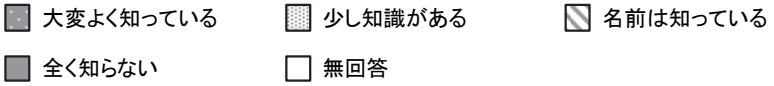


②カンピロバクター

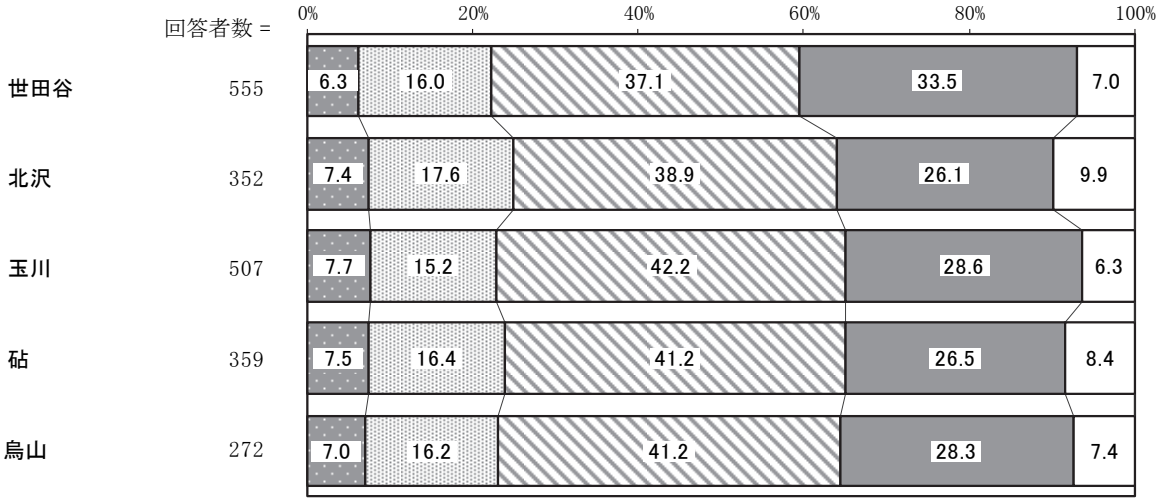


③サルモネラ

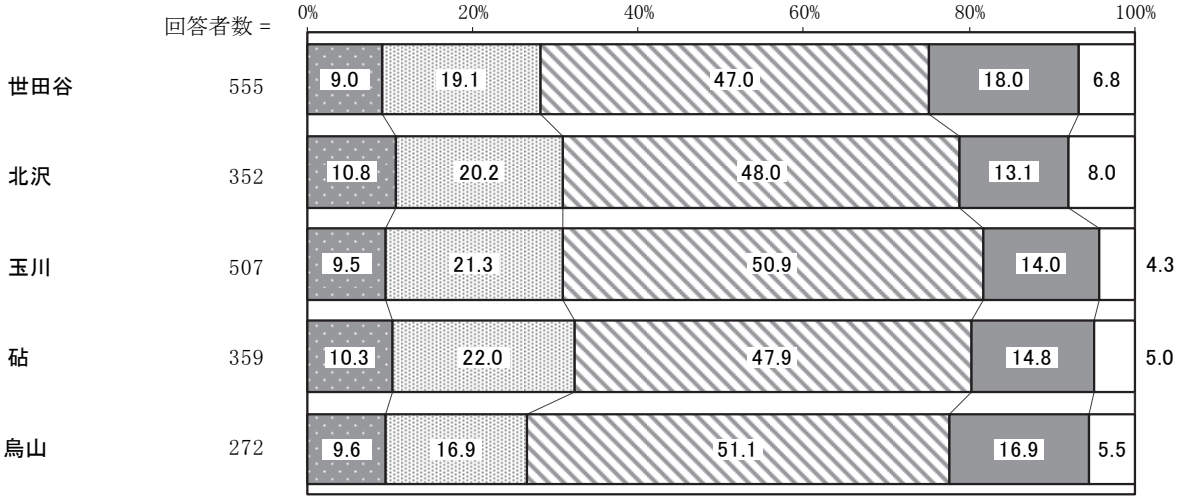




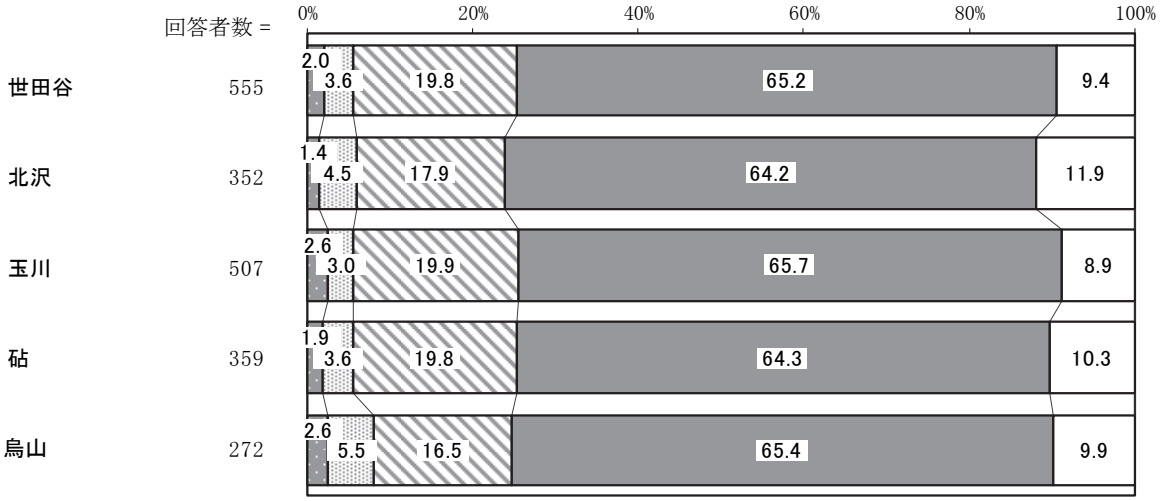
④腸管出血性大腸菌

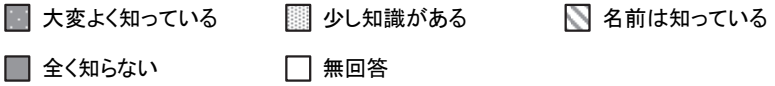


⑤黄色ブドウ球菌

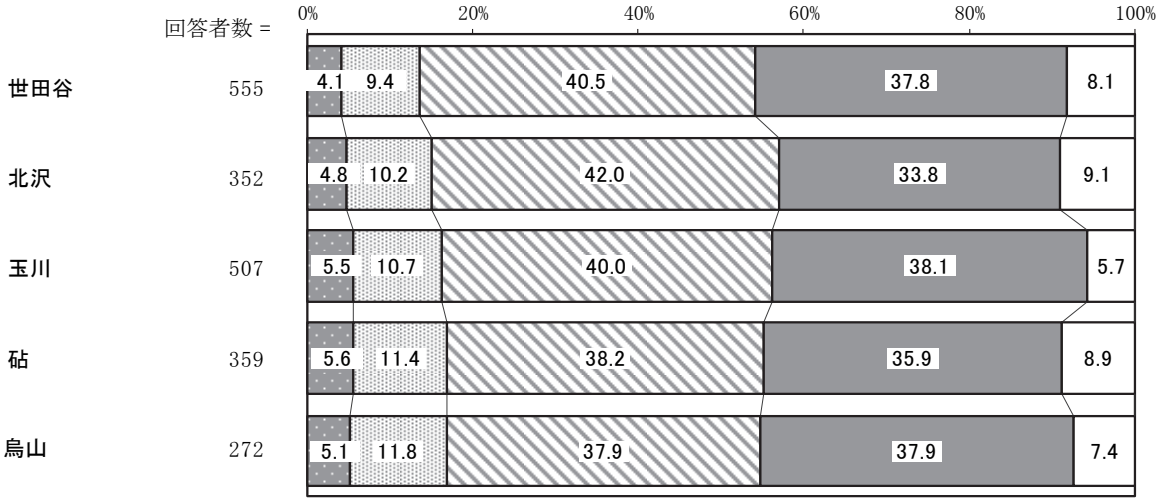


⑥リステリア

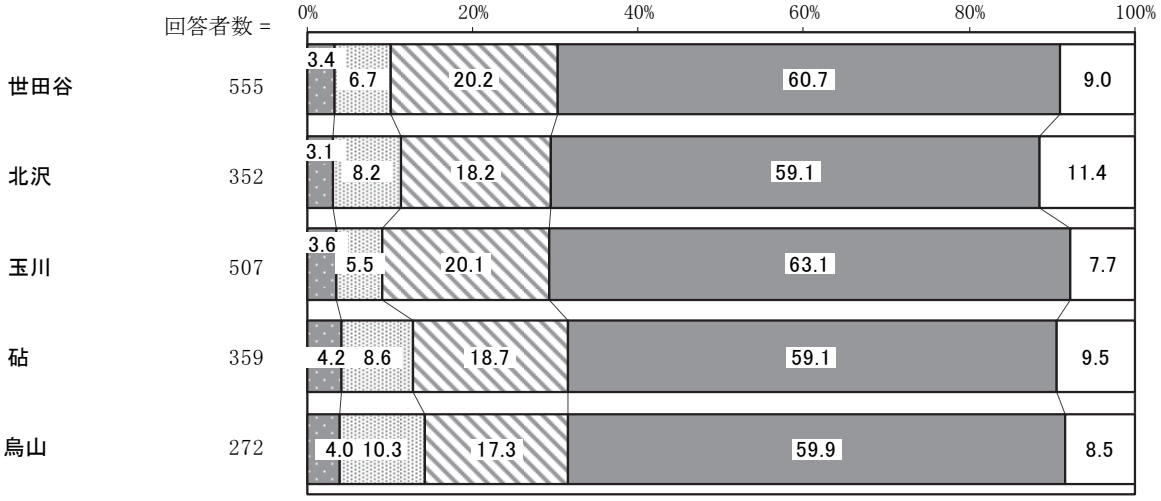




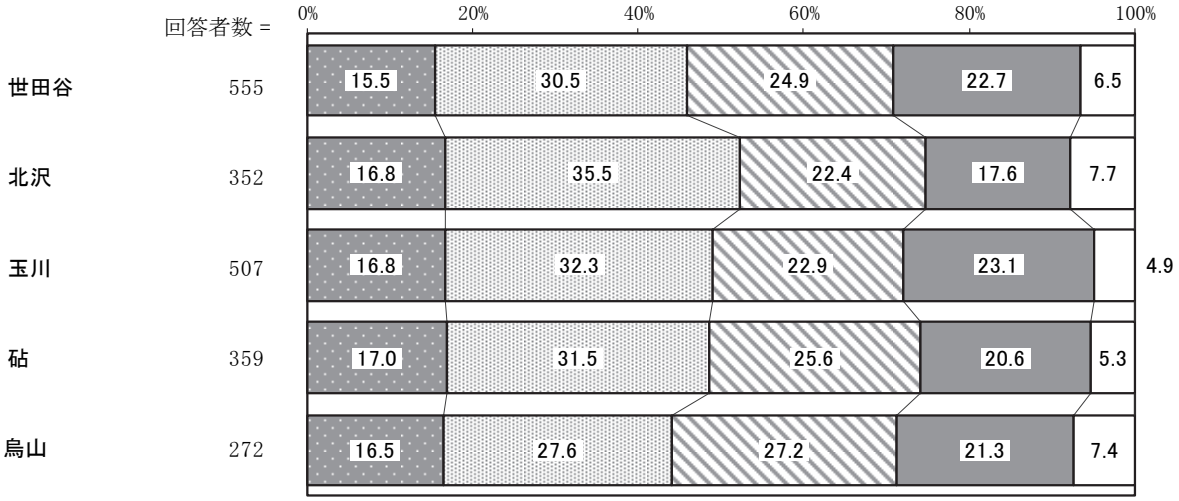
⑦腸炎ビブリオ



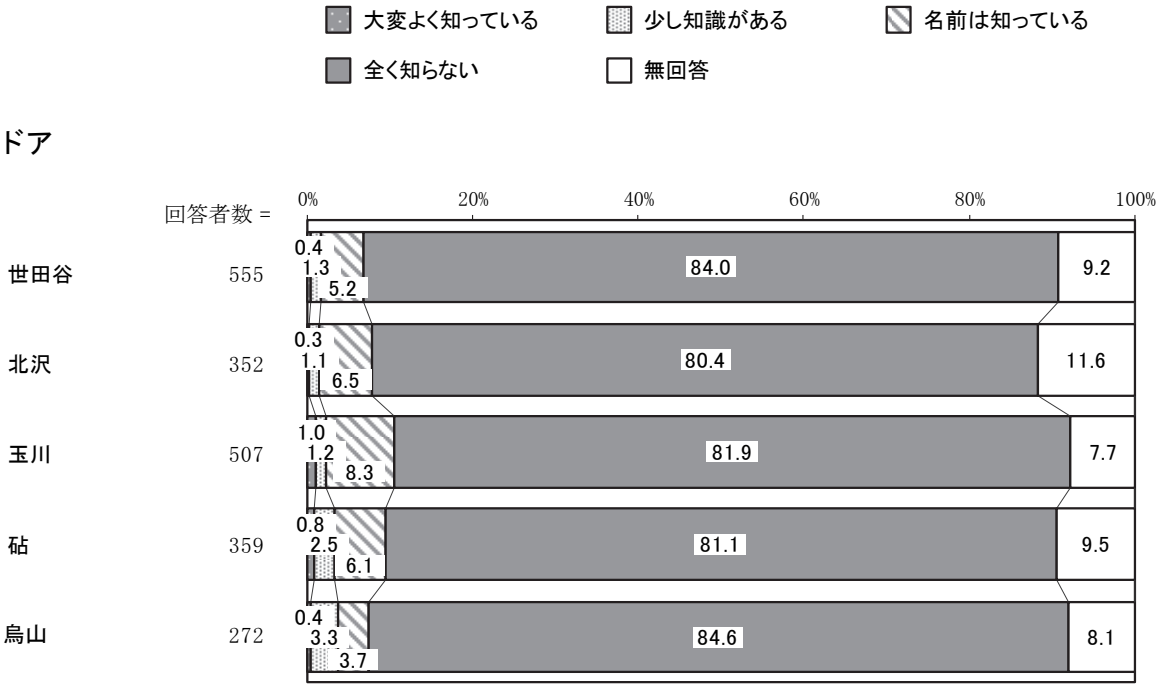
⑧ウェルシュ菌



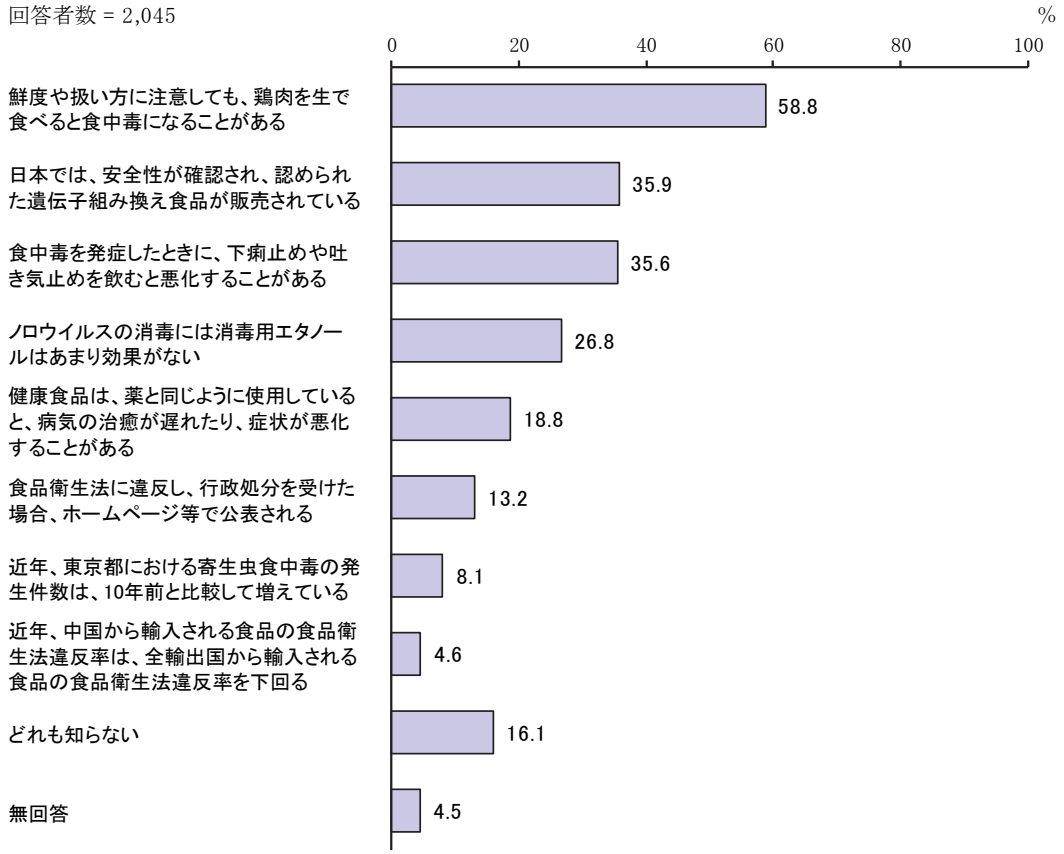
⑨アニサキス



⑩クドア


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
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷
555
0.4
1.3
5.2
84.0
9.2
北沢
352
0.3
1.1
6.5
80.4
11.6
玉川
507
1.0
1.2
8.3
81.9
7.7
砧
359
0.8
2.5
6.1
81.1
9.5
烏山
272
0.4
3.3
3.7
84.6
8.1

問 60　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○）



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」58.8%が最も高く、次いで「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」35.9%、「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」35.6%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 14.2 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 9.1 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 9.0 ポイント高くなっている。一方「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」は、男性が女性よりも 7.2 ポイント、「どれも知らない」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、「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 30 歳代、60 歳代で７割と高く、次いで、男性の 20 歳代、女性の 20 歳代で約７割となっている。「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 40 歳代、50 歳代で約５割と最も高くなっている。「どれも知らない」は、男性の 80 歳以上で約３割と高くなっている。

地域別にみると、「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、砧地域で４割を超えて最も高く、最も低い烏山地域と比べると 10.3 ポイントの差がある。

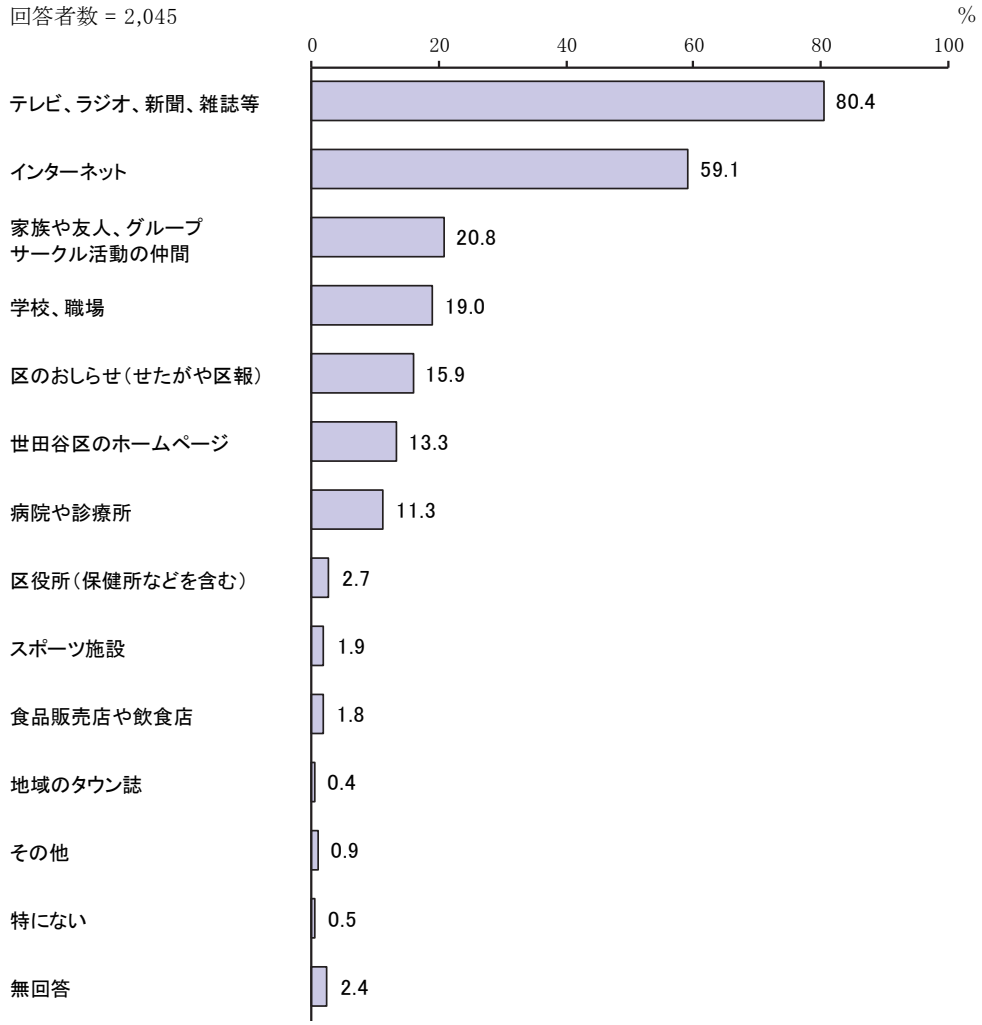
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		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	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	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	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	どれも知らない	無回答	回答者数（件）
男　性		27.8	54.1	7.5	22.0	16.5	36.1	3.9	17.3	21.9	2.7	844
女　性		42.0	63.2	8.2	31.0	20.5	36.1	4.8	10.1	11.7	4.6	1144
その他		50.0	50.0	－	25.0	25.0	25.0	－	－	25.0	－	4
男性	20歳代	31.7	69.8	7.9	23.8	12.7	39.7	－	12.7	19.0	－	63
	30歳代	39.4	61.7	7.4	26.6	13.8	33.0	5.3	19.1	16.0	1.1	94
	40歳代	24.4	54.5	6.4	19.9	7.7	32.7	2.6	17.3	23.7	1.9	156
	50歳代	25.3	50.0	8.4	24.7	16.2	33.1	0.6	16.9	20.1	1.9	154
	60歳代	29.5	56.8	3.6	23.0	19.4	46.0	4.3	19.4	20.9	3.6	139
	70歳代	24.8	51.0	7.6	17.2	23.4	38.6	7.6	16.6	24.1	3.4	145
	80歳以上	25.8	43.0	12.9	21.5	21.5	29.0	6.5	17.2	28.0	6.5	93
女性	20歳代	31.2	69.7	4.6	30.3	11.0	26.6	2.8	9.2	18.3	1.8	109
	30歳代	38.3	70.4	2.5	38.3	14.2	25.3	1.2	7.4	13.0	1.9	162
	40歳代	48.4	65.0	6.7	38.1	14.8	32.3	3.6	11.7	10.8	3.1	223
	50歳代	48.6	62.6	7.2	33.3	21.2	44.1	2.3	10.8	7.2	4.1	222
	60歳代	42.7	70.2	11.1	31.6	26.3	45.6	7.0	12.9	9.4	4.1	171
	70歳代	44.8	55.8	16.0	21.5	36.2	42.9	10.4	9.8	9.8	4.3	163
	80歳以上	24.4	38.9	7.8	10.0	15.6	25.6	7.8	5.6	22.2	20.0	90
世田谷		33.3	57.8	7.6	27.4	20.2	36.0	4.1	13.0	16.0	5.8	555
北沢		36.1	58.5	7.4	26.1	19.6	37.5	5.7	13.9	15.9	4.3	352
玉川		36.3	59.2	9.5	27.4	18.3	38.1	4.7	13.6	16.0	2.4	507
砧		41.2	60.7	7.2	28.4	18.1	34.5	3.6	11.1	14.2	5.0	359
烏山		30.9	58.1	8.5	23.5	16.5	31.6	5.1	14.7	19.1	5.9	272

（13）感染症予防について

問 61　あなたは、新型コロナウイルス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○）



新型コロナウイルスについての情報の入手方法・手段については、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」80.4%が最も高く、次いで「インターネット」59.1%、「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」20.8%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、女性が男性よりも 11.2 ポイント、「世田谷区のホームページ」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、「学校、職場」、「インターネット」は男性・女性ともに下がるほど高くなる傾向がある。また、「区のおしらせ（せたがや区報）」、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」は年齢が上がるほど高くなる傾向がある。

地域別にみると、「インターネット」は、世田谷地域、北沢地域で６割を超えて最も高く、次いで玉川地域で約６割となっている。

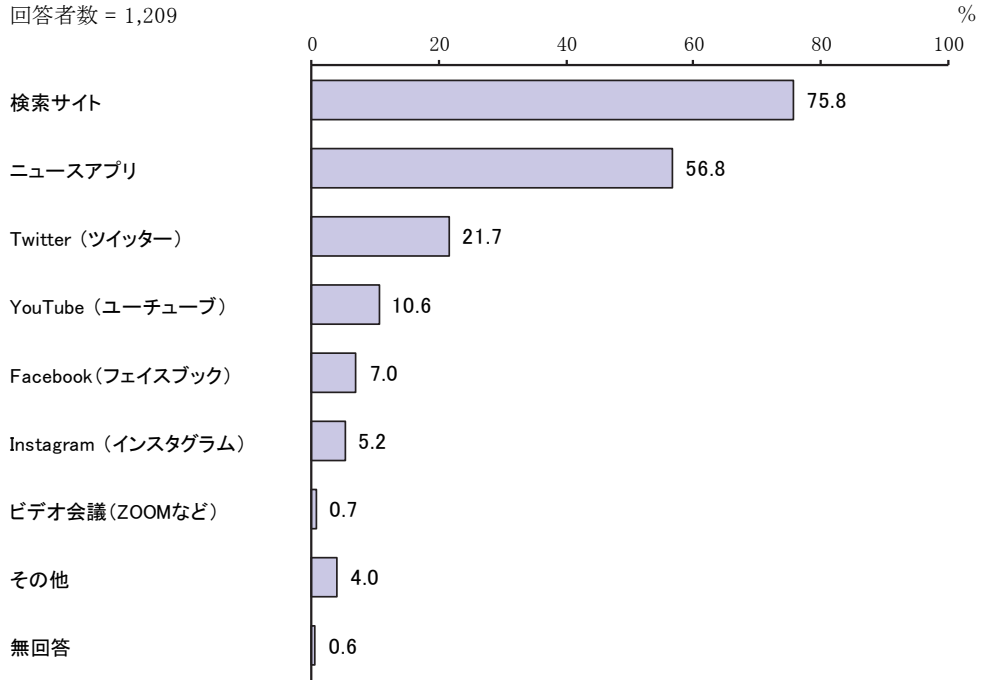
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

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	テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等	インターネット	その他	特にない	無回答	回答者数（件）
男　性		14.2	10.0	2.7	18.1	11.6	1.3	1.3	14.8	0.1	81.3	59.7	0.7	0.5	0.1	844
女　性		17.7	16.3	2.6	20.5	11.6	2.0	2.4	26.0	0.6	83.1	60.9	1.0	0.5	0.6	1144
その他		－	－	－	－	－	－	－	25.0	－	25.0	75.0	－	－	－	4
男性	20 歳代	1.6	15.9	3.2	33.3	4.8	1.6	－	28.6	－	60.3	87.3	1.6	3.2	－	63
	30 歳代	5.3	17.0	2.1	25.5	5.3	－	－	13.8	－	63.8	86.2	3.2	－	－	94
	40 歳代	5.1	14.1	1.3	25.6	4.5	0.6	1.3	14.7	－	75.6	83.3	－	－	－	156
	50 歳代	7.1	7.8	0.6	22.1	6.5	1.3	2.6	9.7	－	82.5	72.1	0.6	1.3	－	154
	60 歳代	17.3	6.5	2.2	18.7	12.9	2.9	1.4	13.7	－	89.2	51.1	－	－	－	139
	70 歳代	23.4	5.5	4.1	4.8	22.1	1.4	1.4	15.9	－	95.2	26.9	－	－	－	145
	80 歳以上	39.8	7.5	7.5	1.1	24.7	1.1	1.1	15.1	1.1	87.1	18.3	1.1	－	1.1	93
女性	20 歳代	3.7	13.8	0.9	33.0	8.3	－	－	31.2	－	72.5	86.2	0.9	1.8	－	109
	30 歳代	6.2	19.8	1.9	30.2	8.0	0.6	1.2	22.2	－	73.5	84.0	0.6	－	－	162
	40 歳代	9.0	23.3	－	32.7	7.2	0.9	－	26.9	－	75.8	76.7	2.7	0.9	－	223
	50 歳代	14.4	19.4	1.4	21.2	8.6	1.8	0.9	23.9	－	86.9	76.6	0.9	－	－	222
	60 歳代	25.7	12.9	2.9	13.5	12.9	4.1	4.1	22.8	0.6	89.5	52.0	－	－	1.2	171
	70 歳代	37.4	9.2	6.7	3.7	20.9	3.7	7.4	35.0	1.8	94.5	19.0	0.6	－	－	163
	80 歳以上	34.4	7.8	7.8	1.1	22.2	3.3	4.4	20.0	3.3	90.0	4.4	1.1	1.1	5.6	90
世田谷		15.3	15.0	2.9	19.1	12.4	2.2	2.3	23.1	0.4	78.7	61.3	0.9	0.7	2.7	555
北沢		13.6	11.6	2.8	21.6	9.1	1.4	1.4	23.3	0.6	80.1	61.1	1.1	－	2.3	352
玉川		16.2	12.8	1.8	16.6	12.2	1.6	1.6	19.1	0.2	81.9	59.2	0.6	0.6	2.2	507
砧		17.8	15.0	3.6	17.8	11.1	1.9	1.4	19.5	0.6	81.3	56.5	1.1	0.3	3.1	359
烏山		17.3	10.3	2.6	21.3	10.3	1.5	2.6	18.0	0.4	80.1	55.5	0.7	0.7	1.8	272

問 61 で「11. インターネット」を選ばれた方におうかがいします。

問 61-1　インターネットでの情報を収集する際に、どのようなツールを使用しますか。（あてはまるものすべてに〇）



インターネットでの情報を収集する際に使用するツールについては、「検索サイト」75.8%が最も高く、次いで「ニュースアプリ」56.8%、「Twitter　(ツイッター)」21.7%となっている。

性別にみると、「YouTube（ユーチューブ)」は、男性が女性よりも 5.4 ポイント高くなっている。一方、「ニュースアプリ」は、女性が男性よりも 6.1 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「Twitter（ツイッター)」は年齢が下がるほど高くなる傾向がある。「YouTube（ユーチューブ)」は、男性の 20 歳代で２割台半ばと最も高くなっている。

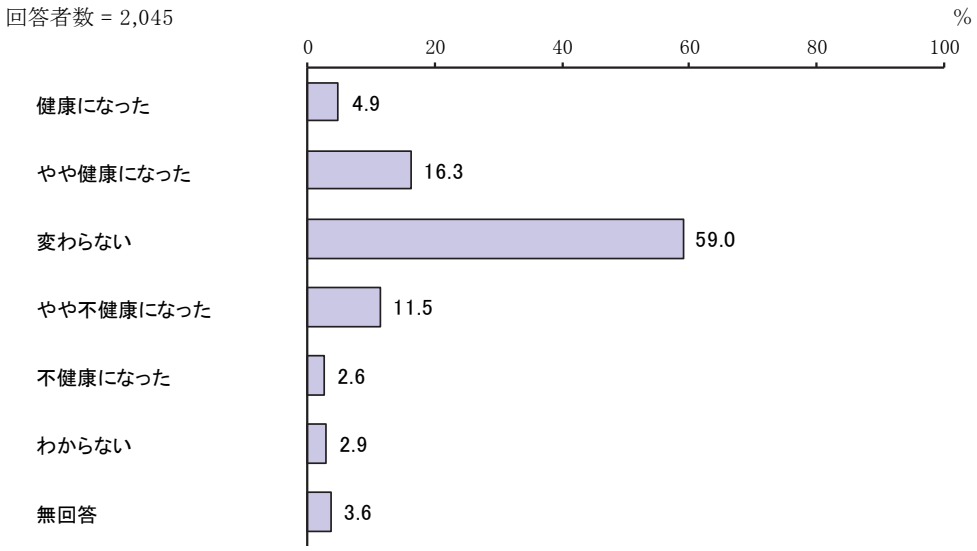
地域別にみると、「ニュースアプリ」は世田谷地域、烏山地域で６割を超えている。「Twitter（ツイッター)」は北沢地域で２割台半ばと最も高くなっている。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		検索サイト	ニュースアプリ	Twitter（ツイッター）	Facebook（フェイスブック）	Instagram（インスタグラム）	YouTube（ユーチューブ）	ビデオ会議（ＺＯＯＭなど）	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		77.2	53.4	20.4	7.3	3.4	13.7	0.8	3.6	－	504
女　性		75.2	59.5	22.7	6.9	6.6	8.3	0.7	4.0	0.9	697
その他		66.7	33.3	33.3	－	－	33.3	－	33.3	－	3
男性	20 歳代	70.9	56.4	47.3	3.6	12.7	25.5	－	7.3	－	55
	30 歳代	75.3	56.8	37.0	8.6	4.9	16.0	1.2	3.7	－	81
	40 歳代	77.7	52.3	20.0	12.3	2.3	15.4	0.8	2.3	－	130
	50 歳代	81.1	55.0	12.6	6.3	0.9	4.5	－	3.6	－	111
	60 歳代	78.9	56.3	8.5	1.4	2.8	15.5	1.4	1.4	－	71
	70 歳代	82.1	41.0	2.6	7.7	－	12.8	2.6	－	－	39
	80 歳以上	58.8	41.2	－	5.9	－	5.9	－	17.6	－	17
女性	20 歳代	68.1	64.9	57.4	6.4	16.0	10.6	－	2.1	1.1	94
	30 歳代	74.3	52.9	27.9	9.6	8.8	8.1	1.5	6.6	0.7	136
	40 歳代	76.6	56.7	24.6	5.8	5.3	4.1	0.6	3.5	1.2	171
	50 歳代	73.5	64.7	10.6	5.9	4.1	6.5	1.2	5.9	0.6	170
	60 歳代	80.9	66.3	5.6	9.0	2.2	18.0	－	－	－	89
	70 歳代	80.6	41.9	3.2	3.2	3.2	9.7	－	3.2	3.2	31
	80 歳以上	100.0	25.0	－	－	－	－	－	－	－	4
世田谷		77.1	61.2	22.9	8.8	5.3	11.5	－	4.1	0.3	340
北沢		74.4	53.5	25.6	5.6	5.6	10.7	0.9	3.3	0.5	215
玉川		73.7	56.7	17.7	7.0	3.0	9.7	1.0	4.7	1.0	300
砧		77.3	49.8	21.2	4.4	6.4	11.3	1.5	6.4	1.0	203
烏山		76.8	61.6	21.9	8.6	7.3	9.3	0.7	－	－	151

問 62　あなたは、新型コロナウイルスの感染拡大前と比較して、健康の意識に変化はありますか。（あてはまるものすべてに○）



新型コロナウイルスの感染拡大前と比較した健康の意識の変化については、「健康になった」と「やや健康になった」をあわせた「健康になった人」は 21.2%、「変わらない」は 59.0%、「やや不健康になった」と「不健康になった」をあわせた「不健康になった人」は 14.1%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、「健康になった人」は、女性の 20 歳代で３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３割を超えている。「不健康になった人」は、男性の 20 歳代、30 歳代、女性の 70 歳代で約２割となっている。

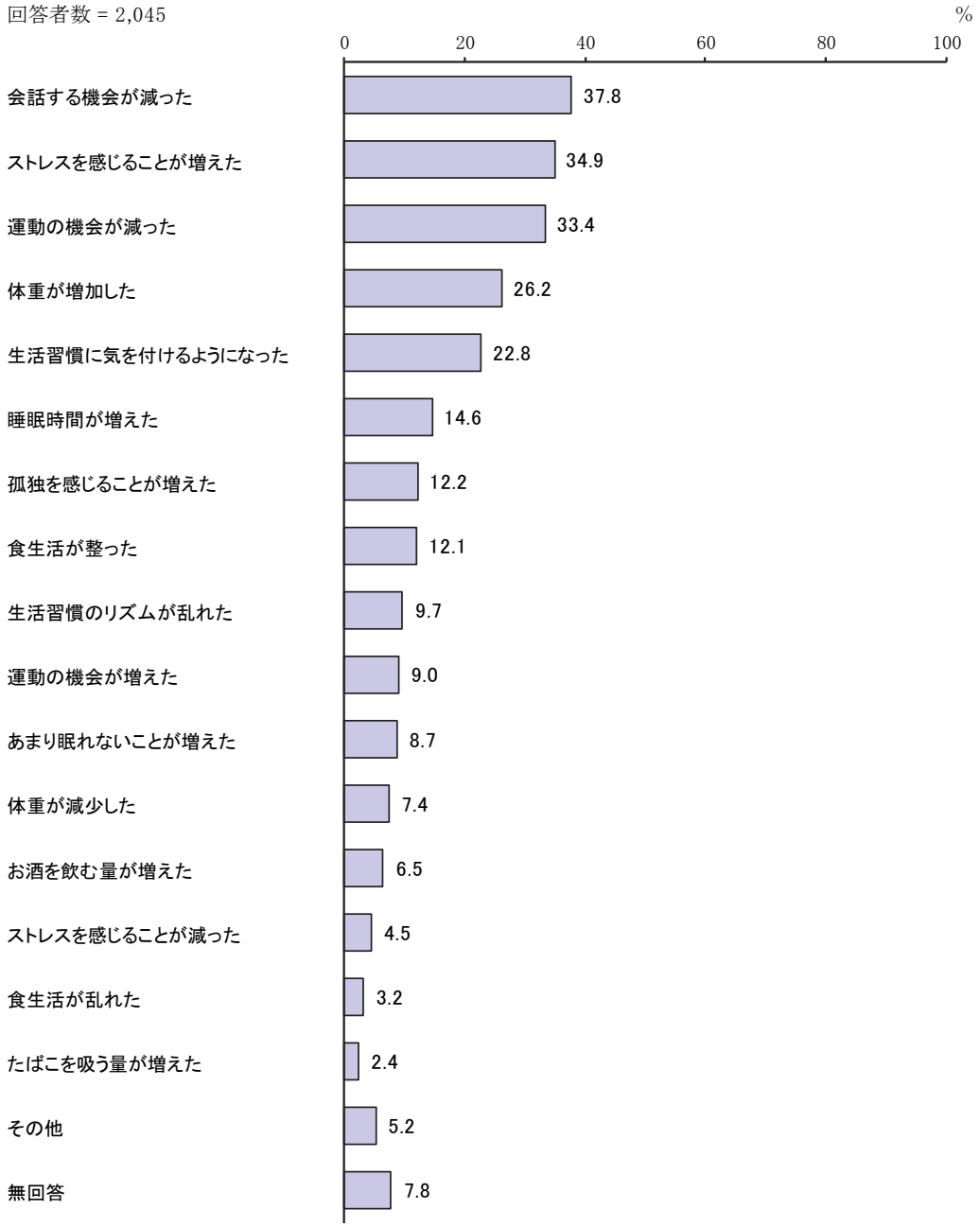
地域別にみると、「健康になった人」は、世田谷地域で２割台半ばと最も高く、最も低い砧地域と比べると 5.3 ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		健康になった	やや健康になった	変わらない	やや不健康になった	不健康になった	わからない	無回答	回答者数（件）
男　性		5.8	16.5	60.4	11.5	3.0	2.7	1.1	844
女　性		4.4	16.9	60.4	12.1	2.3	3.1	1.7	1144
その他		25.0	－	－	25.0	50.0	－	－	4
男性	20 歳代	3.2	20.6	58.7	15.9	1.6	－	－	63
	30 歳代	6.4	22.3	52.1	16.0	2.1	1.1	－	94
	40 歳代	6.4	25.6	50.6	13.5	3.2	1.3	－	156
	50 歳代	5.8	14.9	62.3	13.6	1.3	1.3	0.6	154
	60 歳代	7.9	13.7	59.0	9.4	6.5	5.0	－	139
	70 歳代	4.1	7.6	73.1	8.3	2.1	4.1	3.4	145
	80 歳以上	5.4	12.9	65.6	5.4	3.2	5.4	3.2	93
女性	20 歳代	8.3	28.4	46.8	10.1	1.8	5.5	－	109
	30 歳代	8.0	24.1	50.6	11.7	3.1	3.1	－	162
	40 歳代	5.8	20.2	57.4	11.7	2.7	2.2	0.4	223
	50 歳代	2.3	16.2	65.8	11.7	0.5	1.8	1.8	222
	60 歳代	1.8	12.9	66.7	11.7	2.3	2.3	2.3	171
	70 歳代	3.1	8.0	68.1	16.0	2.5	3.7	1.8	163
	80 歳以上	2.2	7.8	61.1	11.1	4.4	5.6	8.9	90
世田谷		5.6	17.8	57.8	10.6	2.5	2.5	4.3	555
北沢		3.4	16.2	58.5	13.1	2.0	2.8	4.0	352
玉川		5.5	16.6	57.4	13.2	2.4	2.6	2.8	507
砧		4.2	13.9	62.4	10.3	2.2	3.6	4.5	359
烏山		5.1	15.8	60.7	9.9	4.8	3.3	1.8	272

問 63　あなたは、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」において、健康面等でどのような変化がありましたか。（あてはまるものすべてに〇）



「新しい生活様式」において、健康面等で起きた変化については、「会話する機会が減った」37.8%が最も高く、次いで「ストレスを感じることが増えた」34.9%、「運動の機会が減った」33.4%となっている。

性別にみると、「会話する機会が減った」は、女性が男性よりも 14.5 ポイント、「ストレスを感じることが増えた」は、女性が男性よりも 11.7 ポイント、「孤独を感じることが増えた」は、女性が男性よりも 8.2 ポイント高くなっている。

性・年代別にみると、「会話する機会が減った」は、女性の 70 歳代で約６割と最も高く、次いで女性の 60 歳代で５割台半ばとなっている。「ストレスを感じることが増えた」は、女性の 50 歳代で約５割と最も高くなっている。

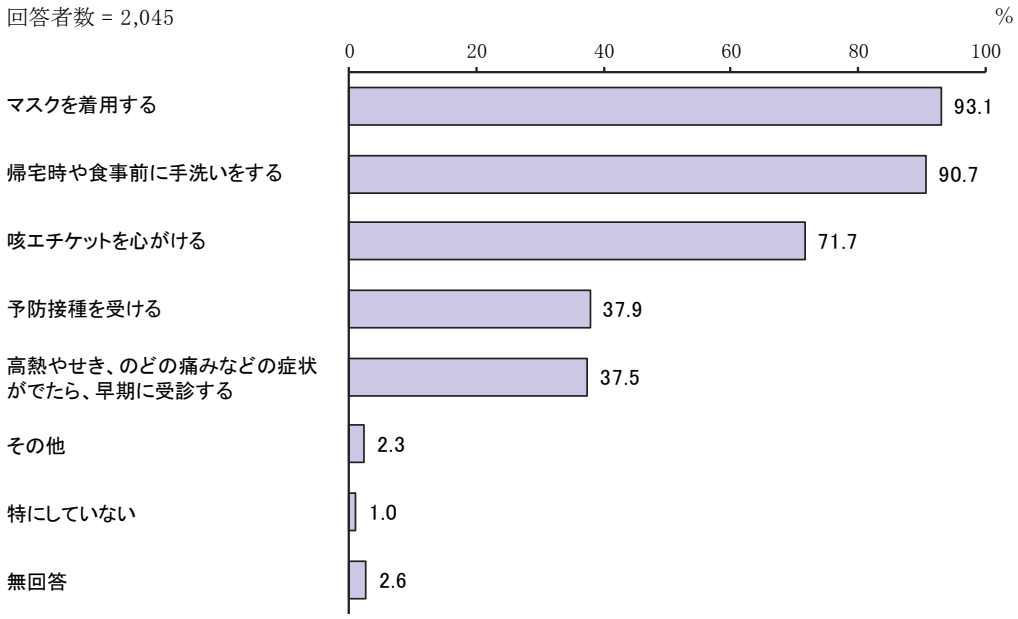
地域別にみると、「体重が増加した」は、烏山地域で３割を超えて最も高く、最も低い玉川知地域と比べると 5.6 ポイントの差がある。

【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		食生活が整った	体重が減少した	運動の機会が増えた	生活習慣に気を付けるようになった	睡眠時間が増えた	ストレスを感じることが減った	食生活が乱れた	体重が増加した	運動の機会が減った	生活習慣のリズムが乱れた	あまり眠れないことが増えた	ストレスを感じることが増えた	会話する機会が減った	孤独を感じることが増えた	たばこを吸う量が増えた	お酒を飲む量が増えた	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		13.6	7.9	9.1	23.7	15.0	5.3	2.8	24.6	33.9	10.1	7.7	28.9	30.3	7.7	3.7	7.9	5.8	5.9	844
女　性		11.5	7.4	9.4	23.1	14.9	4.2	3.5	28.2	34.5	9.7	9.8	40.6	44.8	15.9	1.6	5.6	5.0	5.5	1144
その他		25.0	－	25.0	－	－	－	25.0	75.0	25.0	50.0	25.0	75.0	50.0	50.0	－	25.0	－	－	4
男性	20 歳代	15.9	7.9	14.3	25.4	17.5	12.7	7.9	20.6	28.6	14.3	12.7	31.7	30.2	11.1	6.3	4.8	1.6	6.3	63
	30 歳代	18.1	8.5	9.6	20.2	16.0	9.6	1.1	25.5	37.2	10.6	7.4	31.9	31.9	7.4	3.2	10.6	2.1	6.4	94
	40 歳代	19.2	12.2	10.9	14.7	21.2	7.1	3.8	29.5	36.5	9.0	5.1	29.5	25.0	5.1	6.4	9.6	3.8	2.6	156
	50 歳代	12.3	6.5	11.0	16.2	18.8	5.2	1.3	30.5	37.7	7.8	3.2	22.7	28.6	7.8	2.6	11.0	5.8	6.5	154
	60 歳代	10.1	5.8	8.6	26.6	12.9	2.9	5.0	31.7	30.2	13.7	7.2	34.5	31.7	8.6	2.2	8.6	5.0	3.6	139
	70 歳代	8.3	6.9	5.5	31.0	9.7	1.4	1.4	16.6	35.9	6.9	13.1	31.0	34.5	9.7	3.4	5.5	12.4	7.6	145
	80 歳以上	14.0	7.5	5.4	37.6	7.5	3.2	1.1	10.8	25.8	11.8	8.6	21.5	32.3	5.4	2.2	2.2	6.5	10.8	93
女性	20 歳代	16.5	10.1	15.6	16.5	23.9	11.0	10.1	26.6	29.4	8.3	9.2	36.7	34.9	22.9	5.5	4.6	5.5	3.7	109
	30 歳代	16.0	8.6	7.4	16.0	19.8	8.0	4.3	30.2	37.0	6.8	7.4	34.6	38.9	13.6	1.9	6.2	4.3	4.9	162
	40 歳代	12.1	7.2	14.8	16.1	20.2	5.8	4.9	36.8	34.5	7.2	9.0	36.3	39.9	14.8	0.9	9.9	5.4	3.6	223
	50 歳代	8.1	9.0	8.1	21.6	11.7	1.4	2.7	31.5	35.1	7.2	11.7	48.2	45.0	12.2	2.3	6.3	5.0	5.9	222
	60 歳代	10.5	5.3	5.8	31.6	12.3	1.8	1.2	28.1	42.1	11.7	12.9	45.0	53.8	15.2	0.6	5.3	3.5	4.1	171
	70 歳代	8.0	6.7	6.1	33.1	10.4	2.5	1.2	19.6	33.1	16.6	8.6	44.2	57.1	17.2	－	1.8	3.7	5.5	163
	80 歳以上	12.2	4.4	7.8	30.0	4.4	－	1.1	13.3	23.3	12.2	8.9	33.3	42.2	23.3	1.1	1.1	10.0	13.3	90
世田谷		13.5	8.8	8.1	22.3	16.8	5.4	4.3	26.7	33.7	9.7	10.6	33.7	40.0	13.5	3.6	7.6	3.6	8.8	555
北沢		10.5	7.1	9.9	21.6	15.3	3.4	5.1	26.7	36.4	9.9	7.7	30.4	34.7	13.1	2.6	4.8	7.1	7.7	352
玉川		14.0	8.5	11.2	25.2	16.2	4.9	1.4	26.0	33.7	8.9	7.9	36.7	38.9	11.6	1.6	6.5	5.9	6.1	507
砧		9.2	7.2	7.5	22.8	11.7	4.5	2.2	21.2	30.6	8.6	6.7	37.6	37.3	10.3	1.1	5.6	4.7	8.1	359
烏山		11.8	3.3	7.7	20.6	10.3	3.7	2.9	31.6	32.4	12.1	10.3	36.0	36.4	11.8	2.9	7.7	5.5	8.5	272

問 64　あなたは、感染症予防全般（新型コロナウイルスに限らず、インフルエンザなども含む）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〇）



感染症予防全般のために行っていることについては、「マスクを着用する」93.1%が最も高く、次いで「帰宅時や食事前に手洗いをする」90.7%、「咳エチケットを心がける」71.7%となっている。

性別にみると、「咳エチケットを心がける」は、女性が男性よりも 12.3 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、男性の 30 歳代から 50 歳代、女性の 30 歳代から 70 歳代で９割台半ばとなっている。「マスクを着用する」は、女性の 40 歳代、50 歳代、70 歳代で約 10 割と高くなっている。

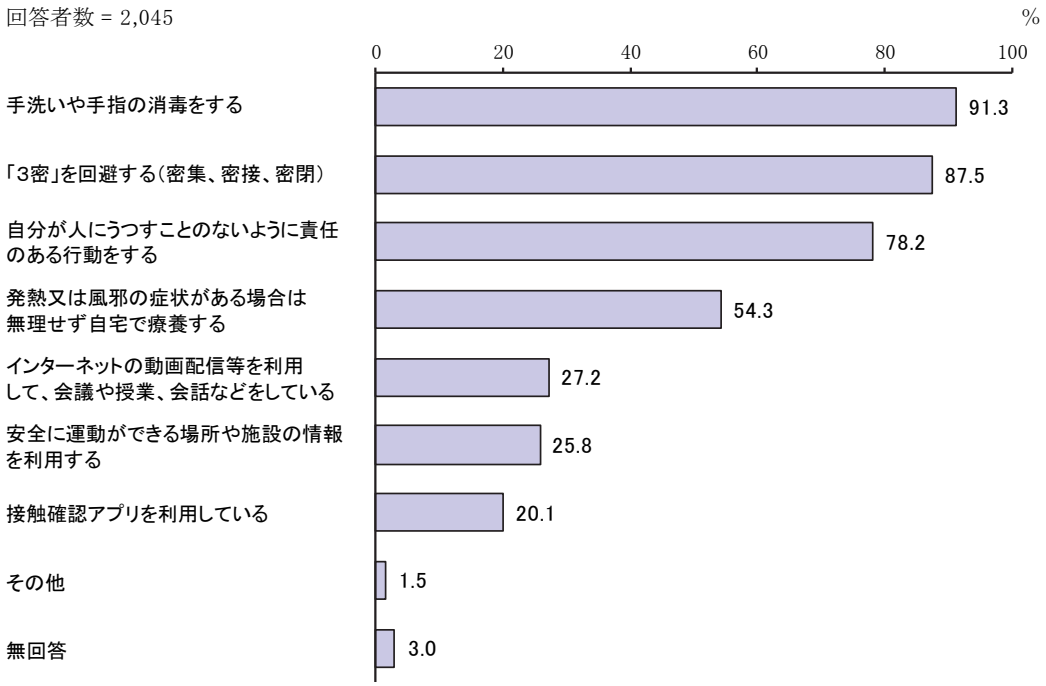
地域別にみると、「咳エチケットを心がける」は、世田谷地域、玉川地域で７割台半ばと最も高く、最も高い世田谷地域と最も低い砧地域と比べると、5.9 ポイントの差がある。

【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、早期に受診する	その他	特にしていない	無回答	回答者数（件）
男　性		90.3	66.5	93.0	34.8	32.9	1.2	1.8	0.4	844
女　性		94.5	78.8	96.8	41.8	42.4	3.2	0.4	0.5	1144
その他		100.0	50.0	100.0	50.0	25.0	25.0	－	－	4
男性	20 歳代	84.1	68.3	92.1	20.6	31.7	1.6	－	1.6	63
	30 歳代	93.6	67.0	93.6	29.8	29.8	－	3.2	－	94
	40 歳代	93.6	73.1	93.6	25.0	26.3	0.6	0.6	－	156
	50 歳代	94.2	74.0	96.1	35.1	31.2	1.3	0.6	－	154
	60 歳代	90.6	74.8	94.2	41.7	37.4	－	2.2	－	139
	70 歳代	85.5	56.6	92.4	42.1	33.8	3.4	3.4	0.7	145
	80 歳以上	86.0	44.1	86.0	44.1	43.0	1.1	2.2	1.1	93
女性	20 歳代	90.8	73.4	93.6	29.4	40.4	5.5	－	－	109
	30 歳代	96.3	84.0	96.3	36.4	37.7	5.6	1.2	－	162
	40 歳代	96.4	86.1	99.1	38.1	41.7	3.1	－	－	223
	50 歳代	96.4	86.0	97.7	41.4	43.7	2.7	－	0.5	222
	60 歳代	95.3	80.7	95.9	49.7	44.4	1.2	－	1.2	171
	70 歳代	95.1	71.2	99.4	49.7	45.4	3.1	－	－	163
	80 歳以上	84.4	51.1	90.0	47.8	43.3	2.2	3.3	3.3	90
世田谷		91.4	74.1	92.4	36.2	35.3	2.3	0.9	2.9	555
北沢		89.5	71.6	93.2	35.8	40.6	2.3	2.0	2.8	352
玉川		92.5	73.4	94.9	40.0	40.0	2.0	0.4	2.0	507
砧		88.3	68.2	91.4	38.4	35.7	2.5	1.1	3.3	359
烏山		90.4	68.8	93.0	39.7	35.3	2.9	0.7	2.2	272

問 65　あなたは、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」としてどのようなことを実践していますか。（あてはまるものすべてに〇）



「新しい生活様式」として実践していることについては、「手洗いや手指の消毒をする」91.3%が最も高く、次いで「「３密」を回避する（密集、密接、密閉）」87.5%、「自分が人にうつすことのないように責任のある行動をする」78.2%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いるが、「インターネットの動画配信等を利用して、会議や授業、会話などをしている」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、「自分が人にうつすことのないように責任のある行動をする」は、女性の 50 歳代で９割を超えて最も高く、次いで女性の 70 歳代、60 歳代で約９割、女性の 40 歳代で８割台半ばとなっている。「接触確認アプリを利用している」は、男性の 20 歳代、50 歳代で３割台半ばと最も高く、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、「発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養する」は、玉川地域で約６割と最も高く、次いで世田谷地域、烏山地域で５割台半ばとなっている。「接触確認アプリを利用している」は、世田谷地域、玉川地域で２割を超えている。

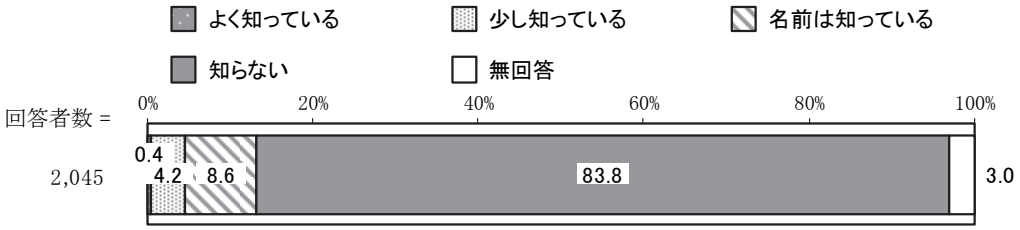
【性　別】【性・年代別】【地　域　別】

単位：％

区分		「３密」を回避する（密集、密接、密閉）	自分が人にうつすことのないように責任のある行動をする	手洗いや手指の消毒をする	安全に運動ができる場所や施設の情報を利用する	発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養する	インターネットの動画配信等を利用して、会議や授業、会話などをしている	接触確認アプリを利用している	その他	無回答	回答者数（件）
男　性		89.3	74.6	90.3	23.2	48.7	31.2	20.7	1.7	0.7	844
女　性		89.9	84.2	95.5	28.8	60.9	25.3	20.5	1.3	1.0	1144
その他		75.0	50.0	100.0	50.0	25.0	75.0	50.0	－	－	4
男性	20歳代	87.3	69.8	87.3	17.5	54.0	30.2	33.3	1.6	－	63
	30歳代	80.9	68.1	90.4	26.6	45.7	45.7	30.9	1.1	－	94
	40歳代	89.1	75.6	90.4	31.4	51.3	49.4	21.2	0.6	0.6	156
	50歳代	92.2	74.0	94.2	23.4	50.0	49.4	34.4	1.3	0.6	154
	60歳代	97.1	81.3	93.5	23.7	47.5	25.9	18.0	1.4	－	139
	70歳代	89.0	75.9	88.3	16.6	49.0	5.5	7.6	2.8	1.4	145
	80歳以上	83.9	72.0	83.9	19.4	43.0	4.3	3.2	3.2	2.2	93
女性	20歳代	84.4	70.6	94.5	22.0	56.9	38.5	22.9	0.9	－	109
	30歳代	89.5	79.6	96.9	30.2	69.1	40.7	24.7	1.2	－	162
	40歳代	90.6	86.1	97.8	28.7	65.9	40.4	28.3	1.8	0.4	223
	50歳代	93.2	91.9	97.7	28.4	64.0	27.0	27.5	0.9	0.5	222
	60歳代	93.0	88.3	95.3	36.3	58.5	12.9	17.5	－	1.2	171
	70歳代	93.3	89.6	95.1	25.2	57.1	4.3	8.6	0.6	0.6	163
	80歳以上	75.6	67.8	85.6	27.8	42.2	1.1	1.1	5.6	6.7	90
世田谷		85.8	77.7	91.0	25.4	56.2	28.1	21.8	1.4	3.6	555
北沢		89.2	79.5	91.2	25.3	52.3	29.8	19.0	2.6	2.8	352
玉川		88.4	80.7	91.9	29.8	57.6	29.0	22.9	1.2	2.8	507
砧		87.2	76.9	90.3	23.7	48.5	23.1	16.2	0.8	3.3	359
烏山		87.5	75.0	92.3	22.4	54.8	24.3	18.4	1.5	2.2	272

（14）健康せたがやプランについて

問 66　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○）



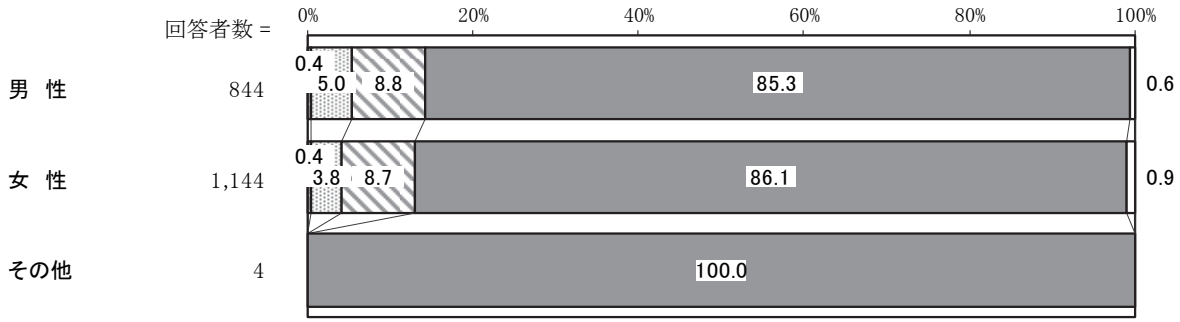
「健康せたがやプラン（第二次）」の認知度については、「よく知っている」「少し知っている」「名前は知っている」を合わせた「知っている人」は 13.2%、「知らない」は 83.8%となっている。

性別にみると、大きな差異はみられない。

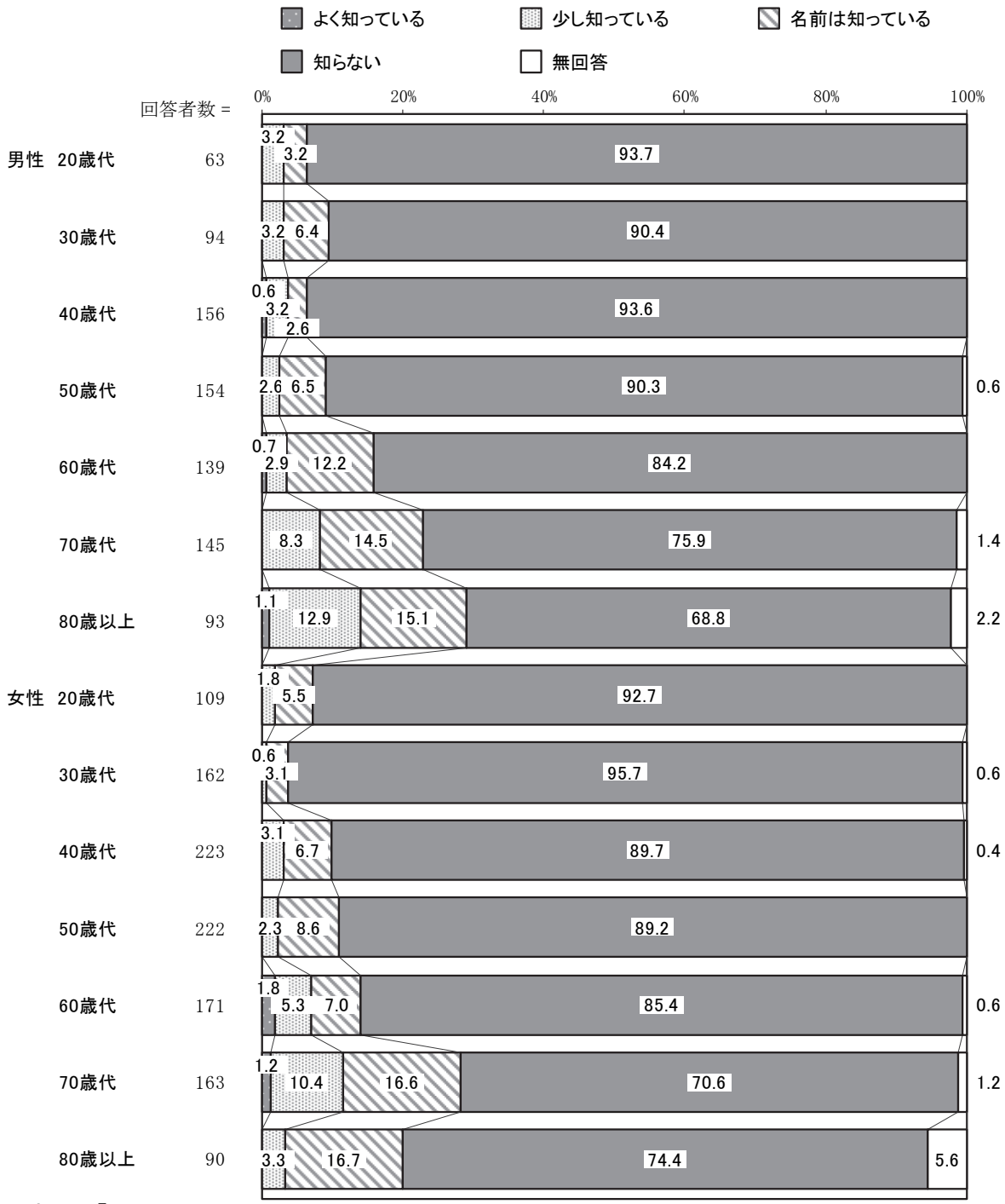
性・年代別にみると、「知らない」は、男性の 20 歳代、40 歳代、女性の 30 歳代で９割台半ばと最も高く、次いで、女性の 20 歳代で９割を超え、男性の 30 歳代、50 歳代で９割となっている。

地域別にみると、大きな差異はみられない。

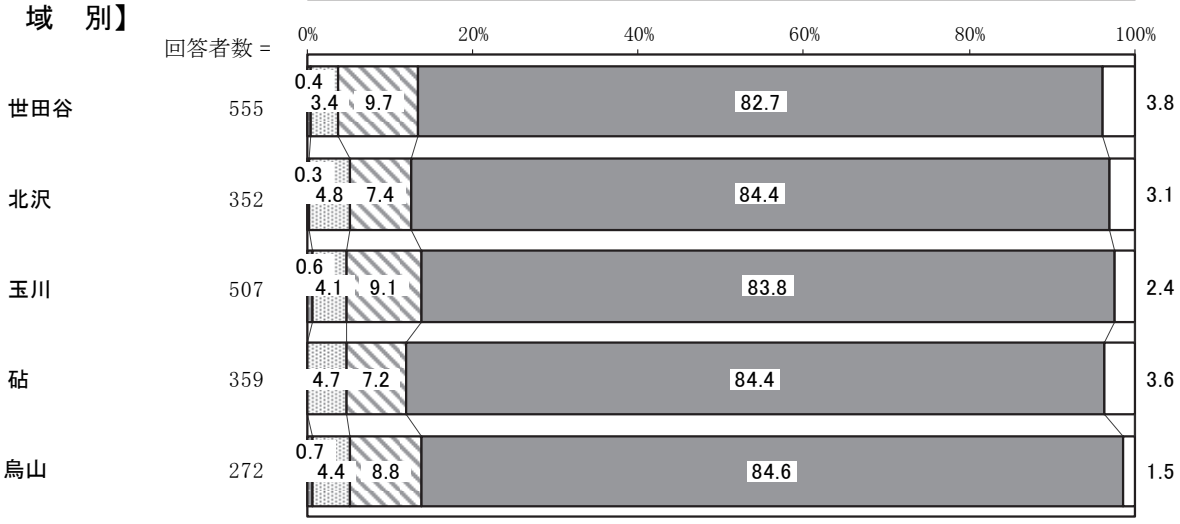
【性　別】



【性・年代別】


よく知っている
少し知っている
名前は知っている
知らない
無回答
回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
男性 20歳代 63 3.2 3.2 93.7
30歳代 94 3.2 6.4 90.4
40歳代 156 0.6 3.2 2.6 93.6
50歳代 154 2.6 6.5 90.3 0.6
60歳代 139 0.7 2.9 12.2 84.2
70歳代 145 8.3 14.5 75.9 1.4
80歳以上 93 1.1 12.9 15.1 68.8 2.2
女性 20歳代 109 1.8 5.5 92.7
30歳代 162 0.6 3.1 95.7 0.6
40歳代 223 3.1 6.7 89.7 0.4
50歳代 222 2.3 8.6 89.2
60歳代 171 1.8 5.3 7.0 85.4 0.6
70歳代 163 1.2 10.4 16.6 70.6 1.2
80歳以上 90 3.3 16.7 74.4 5.6

【地　域　別】


回答者数 =
0%
20%
40%
60%
80%
100%
世田谷 555 0.4 3.4 9.7 82.7 3.8
北沢 352 0.3 4.8 7.4 84.4 3.1
玉川 507 0.6 4.1 9.1 83.8 2.4
砧 359 4.7 7.2 84.4 3.6
烏山 272 0.7 4.4 8.8 84.6 1.5

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　区民調査結果の総括

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 51.1%（配布数 4,000 人、有効回答数 2,045 人）
- ◆ 男女比　男性 41.3% 女性 55.9%
- ◆ 年代比　20 歳代 8.5%、30～50 歳代 49.7%、60 歳代以上 39.3%
- ◆ 職業比　会社員・公務員等 42.7%、　自営業 8.4%、
  専業主婦（夫）等 16.5%　　学生 0.4%、
  無職 19.0%、その他 8.7%

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、次いで無職、専業主婦（夫）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、健康保険組合（健保組合）が 33.6%、国民健康保険が 31.5%と概ね並んでおり、同居者は、配偶者が 61.2%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 50.7%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７割台半ばとなっており、男性・女性ともに概ね年齢が上がるほど高くなる。また、「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」「規則正しく食事をとるようにしている」を区民の８割以上が実践している。しかし、20 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 74.8%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」が約３割となっていることや、運動も女性の 20 歳代から 40 歳代は約５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。

◆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、区民全体で約２割であるが、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６割台半ばだが、ここでも女性の 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。

◆飲酒については、「ほぼ毎日」飲むは区民全体で 20.5%だが、男性の 40 歳代から 70 歳代は３割から３割台半ばと高く、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 57.4%で、「現在、吸っている」(11.2%) 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、40 歳代から 50 歳代で２割台半ばとなっている。

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 67.8%、「肥満」が 17.9%、「やせ」が 10.7%となっている。性・年代別にみると、「肥満」は、男性の 40 歳代から 60 歳代で約３割と高い。一方、「やせ」は、女性の 20 歳代で２割を超えて最も高くなっている。

◆「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 44.1%、女性の 80 歳以上で 48.9%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、男性の 60 歳代から 70 歳代で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 38.0%であり、病気や症状がある中では、「高血圧症」が 15.6%、「腰痛・膝痛」が 10.5%、「目の病気」が 10.4%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 歳以上で約４割となっている。

地域の健康づくり活動への参加意欲と地域の特徴 <総括>

◆地域活動や趣味の集まりへの参加状況は、「参加するつもりはない」が区民全体で 53.4%、「参加はしていないが、今後参加したい」29.5%で、「現在、参加している」は 14.2%である。「参加はしていないが、今後参加したい」は、女性の 60 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 30 歳代で６割台半ば、女性の 20 歳代で７割である。

◆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、砧地域と並び、他の地域よりも比較的高く、運動を継続している期間も比較的高い。

北沢地域　「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」と考える人が約９割と高くなっている。地域に愛着を感じる理由としては「便利な生活環境だから」が約４割と高い。意識的に運動する人が約８割と、最も高くなっている。口腔内の状況に満足している人も高くなっている。

玉川地域　主食・主菜・副菜のバランスがとれた食事を「毎日」とっている人が４割台半ばと他の地域に比べ高くなっている。休養がとれている人が約８割、睡眠の質がよい人が７割を超えており、最も高い。かかりつけ医を持っている人も７割と高い。

砧地域　生活習慣がよいと思う人が７割を超えており、他の地域に比べて最も高い。朝食を毎日食べる人も約８割と高くなっている。区のがん検診制度の認知度が約４割と高くなっている。

烏山地域　区への愛着を感じている割合は他の地域に比べて低い。健康観で「健康であると思う人」が他の地区と比べ低い。

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観を健康だと思い、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 69.6%であり、特に、20 歳代から 40 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 67.8%であること、かかりつけ医やかかりつけ歯科医のある区民が７割前後など、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」区民も全体で 11.3%あり、男性・女性ともに 20 歳代から 30 歳代で１割台半ばから約２割と高い。健康診断を「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」、「インターネット」、「病院や診療所」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・30 歳代で８割前後となっている。

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　<総括>

（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 88.6%と高く、性・年代別にみると、男性・女性ともにすべての年代で８割を超えており、なかでも男性の 70 歳代、女性の 50 歳代から 70 歳代で９割を超えている。

◆「自分の主観的健康観」（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 82.0%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、女性の 80 歳以上では６割台半ばと低くなっている。

◆「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 64.1%で最も高く、次いで、「インターネット」が 54.3%、「病院や診療所」が 32.8%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 50 歳代、60 歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の 70 歳代、女性の 70 歳代で７割台半ばとなっている。「病院や診療所」は、男性の 70 歳代、80 歳以上で５割を超えて最も高く、次いで、男性の 60 歳代、女性の 70 歳代で４割を超えている。地域別にみると、「インターネット」は、世田谷地域で約６割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると 6.4 ポイントの差がみられる。「病院や診療所」は、玉川地域で約４割と最も高く、最も低い烏山地域と比べると、5.9 ポイントの差がみられる。

◆「インターネットでの情報収集ツール」（問３－１）では、「検索サイト」が 82.5%と最も高く、次いで「ニュースアプリ」が 38.0%、「YouTube（ユーチューブ）」が 22.2%となっている。性別にみると、「Instagram（インスタグラム）」は女性が男性よりも 16.0 ポイント、「ニュースアプリ」は女性が男性よりも 7.2 ポイント、「Twitter（ツイッター）」は女性が男性より 5.2 ポイント高くなっている。一方、「YouTube（ユーチューブ）」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、「Twitter（ツイッター）」は女性の 20 歳代で６割半ば、「Instagram（インスタグラム）」は女性の 20 歳代で５割半ばと高くなっている。また、「検索サイト」は概ね８割以上となっているが、女性の 20 歳代では約７割と低くなっている。地域別にみると、「Twitter（ツイッター）」「Facebook（フェイスブック）」は、烏山地域で最も高く、最も低い砧地域と 10 ポイント程度の差がみられる。

◆「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 52.7%と最も高く、次いで「感染症に関する情報」が 50.4%、「栄養バランスなどに関する情報」が 50.2%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 20 歳代で約６割と最も高い。地域別にみると、「栄養バランスなどに関する情報」は、北沢地域で５割台半ばと最も高く、最も低い烏山地域とは 10.9 ポイントの差がみられる。

（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、「健康を保つためには、歯を大切にすることが重要だ」、「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、「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」が９割を超えている。

◆「自分のふだんの生活習慣」（問６）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 69.6%、「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 29.2%となっている。性・年代別にみると、「よいと思う人」は、男性の 70 歳代以上、女性の 60 歳代以上で約８割と高くなっている。一方、「よくないと思う人」は、男性の 20 歳代で５割と高くなっている。

食生活について <総括>

（１）朝食の摂取状況について

◆「朝食の摂取状況」（問９）では、「ほとんど毎日食べる」が 74.9%で最も高くなっているが、「ほとんど食べない」が 11.0%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 20 歳代で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 10）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、「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」、「規則正しく食事をとるようにしている」で８割を超えて最も高く、次いで、「食事は寝る２時間前までにとるようにしている」、「家族や友人と食事をする機会を持つようにしている」で７割台半ばである。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 11）では、「１～２皿」が 52.2%で最も高く、次いで、「３～４皿」が 33.8%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 7.2%、「７皿以上」は 1.7%と、合わせて約１割である。性・年代別にみると、「１～２皿」は、男性の 30 歳代、女性の 20 歳代で約７割と最も高く、次いで、男性の 20 歳代、40 歳代で６割を超え、男性の 50 歳代で約６割となっている。「３～４皿」は、女性の 70 歳代で約５割となっており、女性の 60 歳代で４割台半ばとなっている。

◆「自炊や外食などの頻度」（問 12①）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一方、「ほとんどない」が１割台半ばとなっている。「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割台半ばと最も高く、次いで、「週に３～４日」で約２割となっている。「出前、宅配、デリバリーサービスの利用」は、「ほとんどない」が約５割と最も高く、「月に数日」、「年に数日」がそれぞれ約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」「ほとんどない」で約２割となっている。

◆「主食・主菜・副菜という言葉の認知度」（問 14）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 95.8%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 70 歳代で９割を超え最も高く、次いで、女性の 40 歳代、60 歳代で約９割となっている。

◆「副菜の摂取頻度」（問 15）では、「ほとんど毎日」が 41.3%で最も高く、次いで、「週に４～５日」が 24.7%、「週に２～３日」が 20.5%となっている。性・年代別にみると、「ほとんど毎日」は、男性の 70 歳代、女性の 70 歳以上で５割台半ばと最も高くなっている。「ほとんどない」は男性・女性ともに 20 歳代で約３割と高くなっている。

身体活動・運動について　<総括>

（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 17）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 74.8%、「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 22.5%となっている。性・年代別にみると、「していない人」は、女性の 80 歳以上で３割と最も高く、男性・女性ともに 30 歳代で約３割となっている。

（２）歩く時間と運動について

◆「１日で歩く時間」（問 18）では、「30 分以上１時間未満」が 36.8%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、女性の 70 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、男性の 50 歳代、60 歳代、女性の 60 歳代で４割を超えている。一方、「15 分未満」は、女性の 80 歳以上で２割台半ばと最も高くなっている。

◆「運動の頻度」（問 19）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 41.1%、「ほとんどしていない」は 41.5%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 20 歳代から 40 歳代、80 歳以上で約５割と最も高くなっている。

◆「運動をほとんどしていない理由」（問 19-3）では、「仕事や家事で疲れている」が 43.1%で最も高く、次いで「運動する時間がない」が 31.3%、「どのような運動をしたらよいのか分からない」が 16.5%となっている。性・年代別にみると、「運動する時間がない」は、男性の 20 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、男性の 30 歳代、50 歳代、女性の 40 歳代で４割台半ばとなっている。「仕事や家事で疲れている」は、男性の 40 歳代、女性の 30 歳代で６割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代、40 歳代で約６割となっている。

休養、こころの健康について <総括>

（１）こころやからだの休養について

◆「こころや体の休養」（問 20）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 75.2%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 21.8%みられる。性・年代別にみると、「とれていない人」は、男性の 20 歳代で３割を超え最も高く、次いで男性の 40 歳代、女性の 50 歳代で約３割となっている。

◆「睡眠時間」（問 21）では、「７時間～８時間未満」が 31.0%で最も高く、次いで、「６時間～７時間未満」が 23.3%、「８時間～９時間未満」が 16.7%となっている。性・年代別にみると、「５時間～６時間未満」は、男性の 40 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で１割台半ばと最も高くなっている。「６時間～７時間未満」は、男性の 30 歳代、50 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で３割を超えている。

◆「睡眠の充足度」（問 22）では、「いつもある」と「ときどきある」を合わせた「ある人」は 68.0%、「ないことが多い」と「全くない」を合わせた「ない人」は 29.3%となっている。性・年代別にみると、「ない人」は、男性の 40 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で３割台半ばとなっている。

（２）悩みや不安、ストレスについて

◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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 32.8%、「ときどきあった」と「常にあった」を合わせた「あった人」は 64.8%となっている。性・年代別にみると、「あった人」は、女性の 20 歳代で８割と最も高く、次いで女性の 30 歳代で約８割、女性の 40 歳代、50 歳代で７割台半ばとなっている。

◆「悩みなどの相談先」（問 26）では、「配偶者」が 47.3%で最も高く、次いで、「友人」が 42.8%、「両親」が 19.0%となっている。なお、「相談できる人はいない」は 3.8%、「相談しない」は 6.8%みられる。地域別にみると、「配偶者」は、砧地域で５割を超え最も高く、最も低い世田谷地域と比べると 8.1 ポイントの差がある。

飲酒について <総括>

（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」30.3%が最も高く、次いで、「ほぼ毎日」20.5%、「週に１～２回」14.4%となっている。性・年代別にみると、「ほぼ毎日」は、男性の 60 歳代で約４割と最も高く、次いで、男性の 50 歳代、70 歳代で３割台半ばとなっている。

◆「１日の飲酒量」（問 28）では、「日本酒にして１合くらい」が 35.7%、「日本酒にして２合くらい」が 16.1%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 40 歳代で約５割と最も高く、次いで、女性の 20 歳代で４割台半ばとなっている。「日本酒にして３合以上」は、男性の 40 歳代、 50 歳代で１割台半ばとなっている。

（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 84.6％で最も高く、次いで、「肝臓病」が 83.3％、「糖尿病」が 50.3％と続いている。「流産・早産の恐れ」、「胎児性アルコール障害」、「低出生体重児の増加」は、女性が男性よりも高く、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 <総括>

（１）喫煙の摂取状況について

◆「喫煙の状況」（問 31）では、「吸ったことはない」が 57.4％で最も高く、次いで、「以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである)」が 26.6％となっている。性・年代別にみると、「現在、紙巻たばこを吸っている」は、男性の 40 歳代、50 歳代、70 歳代で１割台半ばと最も高くなっている。

◆「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 10.7％となっている。

（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 63.4％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 29.8％である。性・年代別にみると、「知らない」は、男性の 20 歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代で７割を超えている。

◆「受動喫煙による影響の認知度」（問 33）では、「たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、喫煙とがんの因果関係が明らかとなっている」が 83.3％で最も高く、次いで、「受動喫煙は、肺がんや虚血性心疾患等、様々な疾患と関連することが明らかとなっており、たばこを吸わない人にも健康被害を引き起こす」が 76.4％、「禁煙をすることで、長期的な健康被害の可能性を大幅に低減できると言われている」が 65.2％となっている。

口と歯の健康について <総括>

（１）歯と口の状況について

◆「歯の本数」（問 35）では、「28 本（全部)」が 41.6％で最も高く、次いで、「20 本～27 本」が 39.6％となっている。性・年代別にみると、「０本」は、男性の 80 歳以上で約２割と最も高くなっている。「10 本～19 本」は、男性の 70 歳代で２割、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で約２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 60.2％で最も高く、次いで、「ほぼ満足している」が 26.6％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 54.8%が最も高く、次いで「かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている」が 53.9%、「フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている」が 40.4%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 14.5%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、男性が女性よりも 9.3 ポイント高くなっている。

◆「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」を合わせた「知っている人」は 60.4%、「どちらも知らない」は 36.5%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 50.6%、「言葉も内容も知らない」が 46.1%となっている。性・年代別にみると、「知っている人」は、女性の 50 歳代で６割台半ばと最も高く、次いで、女性の 60 歳代、70 歳代で６割となっている。

健康管理について　<総括>

（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 40）では、「ほとんどチェックしていない」が 25.6%で最も高く、次いで、「ほぼ毎日」が 25.2%、「月に１～２回」が 19.0%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 歳代で約５割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代で約４割、女性の 30 歳代、40 歳代で３割台半ばとなっている。

◆「ＢＭＩ」（問 41）では、「標準」が 67.8%で最も高く、次いで、「肥満」が 17.9%、「やせ」が 10.7%となっている。性・年代別にみると、「肥満」は、男性の 40 歳代で３割を超えて最も高く、次いで男性の 60 歳代で３割となっている。「やせ」は、女性の 20 歳代で２割を超えて最も高く、次いで、女性の 60 歳代で約２割となっている。

◆「自分の血圧の値や血糖値、コレステロール値の認知度」（問 43）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 83.5%、「自分の血糖値について」で 58.0%、「自分のコレステロール値について」で 62.7%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 歳代で６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 48）では、かかりつけ医が「ある」は 67.8%、かかりつけ歯科医が「ある」は 70.7%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 52.5%となっており、男性の 20 歳代から 50 歳代、女性の 20 歳代から 40 歳代で５割を下回っている。

（２）健康診断について

◆「健康診断の受診状況」（問 42）では、「定期的に受けている」が 67.8％で最も高くなっているが、「受けていない」が 11.3％みられる。性・年代別にみると、「受けていない」は女性の 30 歳代で高く、約２割となっている。

◆「健康診断を受けていない理由」（問 42-1）では、「面倒だから」34.9％が最も高く、次いで「費用がかかるから」19.4％、「職場に健康診断の制度がないから」18.5％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 44）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割台となっている。

◆「区でがん検診を受けられる制度の認知度」（問 45）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 83.0％となっている。一方、「制度があることを知らない」が 13.8％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７割台半ば、男性の 30 歳代で６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 46）では、「ある」と「一部のがんのみある」を合わせた「ある人」は 29.3％となっている。性・年代別にみると、「ある人」は、男性の 40 歳代、50 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代で４割台半ばと最も高く、次いで、女性の 50 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 47）では、「特にない」が 38.0％で最も高く、次いで、「高血圧症」が 15.6％、「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、高くなる傾向がある。

地域活動について　<総括>

（１）地域におけるグループなどの活動について

◆「地域活動や趣味の集まりなどへの参加状況」（問 49）では、「参加するつもりはない」が 53.4％で最も高く、次いで、「参加はしていないが、今後参加したい」が 29.5％である一方、「現在、参加している」は 14.2％にとどまっている。性・年代別にみると、「参加するつもりはない」は、女性の 20 歳代で７割と最も高く、次いで、男性の 30 歳代、女性の 30 歳代で６割台半ばとなっている。

（２）地域のつながりについて

◆「地域のつながりの印象」（問 51）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 15.2%、「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 72.7%となっている。性・年代別にみると、「弱い方だと思う人」は、男性 20 歳代で約９割と最も高く、次いで、男性の 50 歳代で８割台半ば、男性の 60 歳代で８割を超えている。

生活環境について　<総括>

（１）住まいの環境について

◆「住まいで気になること」（問 55）では、「特にない」が 42.2%で最も高く、次いで、「カビの発生」が 17.3%、「結露の発生」が 16.6%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 56）では、「朝起きたとき」が 64.6%で最も高く、次いで、「掃除のとき」が 53.8%、「炊事のとき」が 35.6%となっている。性・年代別にみると、「朝起きたとき」は、女性の 60 歳代で約８割と最も高く、次いで、男性の 80 歳以上、女性の 70 歳代で７割台半ば、女性の 50 歳代で７割を超えている。

◆「住まいの換気口の状態」（問 57）では、「常に開けている」が 39.6%で最も高くなっている。

食品衛生について　<総括>

（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 58）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 84.4%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 67.8%、「肉は生で食べない」が 63.2%となっている。「特になし」を除いた全てで女性が男性よりも高く、性・年代別にみると、「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 30 歳代、60 歳代で９割台半ばと最も高く、次いで、男性の 60 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代、70 歳代で約９割となっている。「食べ残した食品は冷蔵庫で保管する」は、女性の 50 歳代、60 歳代で８割を超えて最も高く、次いで、女性の 40 歳代、70 歳代で約８割となっている。

（２）食中毒の知識について

◆「食中毒の原因物質の認知度」（問 59）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割を超えて最も高く、次いで、「リステリア」で６割台半ば、「ウェルシュ菌」で６割となっている。

◆「食品情報の認知度」（問 60）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 58.8％で最も高く、次いで、「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」が 35.9％、「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 35.6％となっている。

感染症予防について　<総括>

（１）感染症情報について

◆「新型コロナウイルスについての情報の入手方法・手段」（問 61）では、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」が 80.4％で最も高く、次いで「インターネット」が 59.1％、「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」が 20.8％となっている。性・年代別にみると、「学校、職場」、「インターネット」は男性・女性ともに年齢が下がるほど高くなる傾向がある。また、「区のおしらせ（せたがや区報）」、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等」は年齢が上がるほど高くなる傾向がある。

（２）感染症予防の実践について

◆「新型コロナウイルスの感染拡大前と比較した健康の意識の変化」（問 62）では、「健康になった」と「やや健康になった」をあわせた「健康になった人」は 21.2％、「変わらない」は 59.0％、「やや不健康になった」と「不健康になった」を合わせた「不健康になった人」は 14.1％となっている。性・年代別にみると、、「健康になった人」は、女性の 20 歳代で３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３割を超えている。

◆「『新しい生活様式』において、健康面等で起きた変化」（問 63）では、「会話する機会が減った」が 37.8％で最も高く、次いで「ストレスを感じることが増えた」が 34.9％、「運動の機会が減った」が 33.4％となっている。性・年代別にみると、「会話する機会が減った」は、女性の 70 歳代で約６割と最も高く、次いで女性の 60 歳代で５割台半ばとなっている。「ストレスを感じることが増えた」は、女性の 50 歳代で約５割と最も高くなっている。

健康せたがやプランについて　<総括>

◆「健康せたがやプラン（第二次）の認知度」（問 66）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 13.2％で、「知らない」は 83.8％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　<総括>

（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８割台前半にとどまり、この層は「どちらともいえない」が１割台半ばとなっている。

◆「健康に関する情報の収集源」（問３）では、女性では「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」より「インターネット」の割合が高く、また、男性・女性ともに年齢が下がるほど「インターネット」の割合が高くなる傾向がある。また、女性の 70 歳代では「病院や診療所」の割合が高く、41.1％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、次いで「感染症に関する情報」が続いている。「生活習慣病に関する情報」は男性が女性よりも 2.5 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、男性に比べ 11.9 ポイント高くなっている。

◆「自分のふだんの生活習慣」（問６）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 49.2％、「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 50.8％と、二極化している。女性で「よくないと思う人」は 39.4％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。

◆「健やかで充実した暮らし」（問７）では、男性・女性とも「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」が多数を占めている。男性では、「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」は 22.2％と、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９）では、「ほとんど食べない」が男性で 30.2％、女性で 22.9％となっており、男性・女性とも他の年代に比べて高くなっている。

◆「野菜の摂取量」（問 11）では、男性・女性ともに「１～２皿」の割合が６割台から約７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 15）では、男性・女性ともに「ほとんどない」が男性・女性ともに他の年代に比べて最も高く、約３割となっている。

（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 17）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 82.5%、女性で 70.6%と、性別による違いが大きい。

◆「運動の頻度」（問 19）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 47.6%、女性で 31.2%と男性が高い。さらに、「ほとんどしていない」は、男性が 39.7%であるのに対し、女性は 48.6%と、性別による違いが大きい。

◆「こころや体の休養」（問 20）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、男性では 31.8%、女性では 24.8%と男性で高くなっている。

◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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 69.9%、女性で 80.7%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「週に１～２回」の割合が２割台と高くなっている。

◆「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割台と高くなっている。

◆「喫煙の状況」（問 31）では、「吸ったことはない」の割合が男性で約６割、女性で８割台半ばと高くなっている。「現在、紙巻たばこを吸っている」、「現在、加熱式たばこを吸っている」、「現在、電子たばこを吸っている」を合わせた「現在、吸っている」は、男性で 15.8%、女性で 7.4%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「28 本（全部）」の割合が７割台半ばから８割台半ばで、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 41）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 22.9%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 42）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 17.5%、女性で 14.7%となっている。

◆「がん検診の受診状況」（問 44）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、特に女性では「胃がん」「肺がん」「大腸がん」のいずれも約９割となっている。もっとも、女性特有の「子宮がん」では「受けたことがない」は 37.6%にとどまり、「定期的ではないが受けている」が 29.4%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 49）では、「参加するつもりはない」が、男性で 58.7%、女性で 70.6%と高くなっている。

30 歳代から 50 歳代 <総括>

（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９割前後であり、特に、女性の 50 歳代で９割を超え他の年代に比べて最も高い。

◆「主観的健康観」（問２）では、男性の 30 歳代で９割と高くなっている。

◆「健康に関する情報の収集源」（問３）では、女性の 50 歳代では「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」の割合が最も高くなっているが、男性の 30 歳代から 50 歳代、女性の 30 歳代、40 歳代では「インターネット」が最も高くなっている。また、女性では「家族や友人、グループやサークル活動の仲間」の割合が３割台と高くなっている。

◆「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」の割合が高く、特に 40 歳代、50 歳代で６割台半ばと他の年代に比べて高い。女性は「病気の症状や治療に関する情報」「感染症に関する情報」が高く、５割を超えている。

◆「自分のふだんの生活習慣」（問６）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・女性ともにすべての年代で６割以上となっており、特に女性の 50 歳代で 70.3％と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９）では、「ほとんど食べない」が男性の 40 歳代、女性の 30 歳代で約２割と他の年代に比べて最も高い。また、男性では「ほとんど食べない」がすべての年代で１割以上となっている。

◆「野菜の摂取量」（問 11）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 69.1％、40 歳代で 62.2％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」の合計をみてみると、女性の 50 歳代で１割台半ばであるほかは、１割未満と低くなっている。

◆「バランスのよい食事の頻度」（問 15）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 50 歳代で４割台半ばである。また、「ほとんどない」は男性・女性ともに 30 歳代で２割を超えて高くなっている。

（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 17）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・女性ともにすべての年代で７割以上となっており、特に女性の 50 歳代で 80.6％と他の年代に比べ最も高くなっている。

◆「運動の頻度」（問 19）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・女性ともに年代が上がるほど高くなっており、男性の 50 歳代では 51.3％と半数を超えている。「ほとんどしていない」は、男性ではすべての年代で３割台半ばとなっているのに対して、女性ではすべての年代で４割を超えており、特に女性の 30 歳代、40 歳では約５割と高くなっている。

◆「こころや体の休養」（問 20）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・女性ともにすべての年代で７割以上となっており、特に男性の 50 歳代では 77.2％と最も高くなっている。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」は、男性の 40 歳代、女性の 50 歳代で約３割と高くなっている。

◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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、男性では年齢が下がるほど高くなっており、30 歳代で 72.3％と高くなっている。女性ではすべての年代で７割を超えており、特に 30 歳代では 78.4％となっている。

（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、また男性で年代が高くなるほど「ほぼ毎日」が高くなっており、男性の 50 歳代で 35.1％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」の割合が最も高いが、「日本酒にして２合くらい」「日本酒にして３合以上」は女性に比べ男性で高く、男性の 40 歳代、50 歳代では「日本酒にして２合くらい」が約３割となっている。

◆「喫煙の状況」（問 31）では、男性・女性ともに「吸ったことはない」の割合が高く、また、年齢が下がるほど高くなっている。「現在、紙巻たばこを吸っている」、「現在、加熱式たばこを吸っている」、「現在、電子たばこを吸っている」を合わせた「現在、吸っている人」は、男性の 40 歳代、50 歳代では２割台半ばと高くなっている。なお、「以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）」は男性で年齢が上がるほど高くなっており、男性の 50 歳代で約４割となっている。

（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「28 本（全部）」の割合が高いが、年齢が上がるほど低くなり、男性・女性ともに 30 歳代では６割以上であるのに対し、50 歳代では４割台と低くなっている。

◆「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 41）では、男性・女性ともに「標準」の割合が高いが、女性ではすべての年代で「やせ」が１割台と高くなっている。また、「肥満」は男性の 40 歳代、50 歳代で約３割と、他の年代に比べて高くなっている。

◆「健康診断の受診状況」（問 42）では、男性・女性ともに「定期的に受けている」の割合が最も高く、特に男性は女性に比べ高くなっている。「受けていない」は、女性の 30 歳代で 19.8％と、他に比べ高くなっている。

◆「がん検診の受診状況」（問 44）では、男性・女性ともに「胃がん」、「肺がん」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くる。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」の割合は年齢が上がるほど低くなるが、50 歳代でも 51.3％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、50 歳代で「定期的に受けている」が５割以上で、半数を超えている。

◆「地域活動や趣味の集まりへの参加状況」（問 49）では、「参加するつもりはない」が、男性・女性ともに年齢が下がるほど高くなっており、30 歳代では男性・女性ともに６割以上となっている。「参加はしていないが、今後参加したい」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど高くなっており、男性の 50 歳代、女性の 40 歳代、50 歳代で３割台半ばとなっている。

60 歳以上 <総括>

（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・女性ともに概ね 9 割前後となっているが、女性の 80 歳以上で８割台半ばと低くなっている。

◆「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 60 歳代は 79.5％と他の年代に比べて最も高い。「インターネット」は、年齢が上がるほど割合が低くなっており、男性・女性ともに 60 歳代では４割以上であるのに対し、女性の 80 歳以上では１割未満となっている。

◆「健康にとって必要な情報」（問４）では、「感染症に関する情報」が男性・女性ともに高くなっており、特に女性の 60 歳代、70 歳代で約６割と高くなっている。「高齢者の生きがいづくりに関する情報」は、男性・女性ともに年齢が上がるほど高くなっており、女性の 80 歳以上では３割台半ばと高くなっている。

◆「自分のふだんの生活習慣」（問６）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、概ね８割前後となっているが、男性の 60 歳代では約７割と低くなっている。

（２）食生活について

◆「朝食の摂取状況」（問９）では、「ほとんど毎日食べる」が男性・女性ともに 70 歳以上で９割以上となっている。また、「ほとんど食べない」は、男性・女性ともにすべての年代で１割未満となっている。

◆「野菜の摂取量」（問 11）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」の合計をみてみると、女性の 60 歳代で 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 14）では、「ほとんど毎日」が概ね５割以上となっているが、男性の 60 歳代では 43.9％と低くなっている。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割未満となっている。

（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 17）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・女性ともに 60 歳代では約８割で、年齢が上がるほど低くなり、男性・女性ともに 80 歳以上では６割台半ばとなっている。

◆「運動の頻度」（問 19）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、女性の 60 歳代で 53.2％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、女性の 80 歳以上で 48.9％と高くなっている。

◆「こころや体の休養」（問 20）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 70 歳代、80 歳以上で８割台半ばとなっている。また、「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２割を超えている。

◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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、すべての年代で女性に比べ男性で割合が高くなっており、男性の 70 歳代、80 歳以上で約５割となっている。

（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、特に、「ほぼ毎日」は男性の 60 歳代で 38.8％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、女性の 70 歳代、80 歳以上は５割以上である。一方、「日本酒にして２合くらい」は、男性の 60 歳代では 31.7％と、他の年代に比べ最も高くなっている。

◆「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、60 歳代は 60.4％である。女性は「吸ったことはない」が年代が上がるほど高く、女性の 80 歳以上では８割を超えている。

（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「28 本（全部）」は、年齢が上がるほど低くなり、男性の 80 歳以上で 5.4％と低くなっている。

◆「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 41）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、70 歳代では１割に満たないのに対して、女性の 60 歳代は約２割と高くなっている。「肥満」は、すべての年代で女性に比べ男性で高く、男性の 60 歳代では３割と高くなっている。

◆「健康診断の受診状況」（問 42）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、男性の 60 歳代では７割台半ばと高くなっている。

◆「がん検診の受診状況」（問 44）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、60 歳代、70 歳代では「受けたことがない」が約３割となっているが、70 歳代、80 歳代では「定期的に受けている」が２割台半ばで並んでいる。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」が概ね高くなる。

◆「地域活動や趣味の集まりへの参加状況」（問 49）では、男性はすべての年代で、女性は 80 歳以上で「参加するつもりはない」が高い。一方、女性の 60 歳代、70 歳代は「現在、参加している」、「参加はしていないが、今後参加したい」を合わせた「参加意向がある人」が約６割と高くなっている。

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　<総括>

【有効回答率】 49.8%（配布数 1,114 人、有効回収数 555 人）

◆「健康に関する情報の入手先」（問３）では、「インターネット」が 57.5%と、他の地域に比べて最も高い。
◆「ふだんの生活習慣」（問６）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、70.8%と砧地域に次いで高くなっている。
◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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、65.6%と、北沢地域、烏山地域と並んで高くなっている。
◆「ＢＭＩ」（問 41）では、「肥満」が 15.9%と、他の地域に比べ最も低い。

北沢地域　<総括>

【有効回答率】 50.9%（配布数 691 人、有効回収数 352 人）

◆「バランスのよい食事の頻度」（問 15）では、「ほとんど毎日」が 37.5%と、他の地域に比べ最も低く、「ほとんどない」は最も高くなっている。
◆「身体活動の状況」（問 17）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、78.5%と他の地域に比べ最も高い。あわせて、「運動の頻度」（問 17）では、「週２回以上」と「週１回程度」をあわせた「週１回以上運動をしている人」が 43.8%と高く、意識的な運動の頻度が他の地域に比べ最も高くなっている。「運動を継続できている理由」では、「楽しい」が 41.3%で最も高くなっている。
◆「悩みや不安、ストレス」（問 23）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 66.5%と、世田谷地域、烏山地域と並んで高くなっている。
◆「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」の割合が高くなっているとともに、「ほぼ満足している」が 30.4%（区全体 26.6%）と、地域の中で唯一３割を占め、他の地域に比べて最も高い。
◆「ＢＭＩ」（問 41）では、「肥満」が 21.3%（区全体 17.9%）と、他の地域に比べ最も高い。

玉川地域 <総括>

【有効回答率】 52.3%（配布数 969 人、有効回収数 507 人）

◆「健康に関する情報の収集源」（問３）では、「病院や診療所」が 37.5%（区全体 32.8%）と、他の地域に比べて最も高い。
◆「バランスのよい食事の頻度」（問 15）では、「ほとんど毎日」が 44.4%（区全体 41.3%）と、他の地域に比べ最も高くなっている。
◆「こころや体の休養」（問 20）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」が 78.5%と、他の地域に比べ最も高くなっている。
◆「かかりつけ医・歯科医・薬局の有無」（問 48）では、かかりつけ医の「ある」人が 70.6%、かかりつけ歯科医の「ある」人が 72.2%と、他の地域に比べ最も高いが、かかりつけ薬局では 50.9%（区全体 52.5%）と、烏山地域と並んで低くなっている。

砧地域 <総括>

【有効回答率】 51.2%（配布数 701 人、有効回収数 359 人）

◆「ふだんの生活習慣」（問６）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 71.0%（区全体 69.6%）と、地域の中で７割を超えて最も高くなっている。
◆「朝食の摂取状況」（問９）では、「ほとんど毎日食べる」が 79.4%（区全体 74.9%）と、他の地域に比べ最も高くなっている。
◆「身体活動の状況」（問 17）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、71.9%（区全体 74.8%）と、他の地域に比べ最も低い。しかし、「運動の頻度」（問 19）では、「週２回以上」と「週１回程度」を合わせた「週１回以上運動している人」は、42.3%と北沢地域についで高くなっている。
◆「こころや体の休養」（問 20）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」が 71.0%（区全体 75.2%）と、他の地域に比べ最も低い。
◆「飲酒の平均回数」（問 27）では、「アルコールは飲まない」が 34.3%と、他の地域に比べ最も高い。
◆「区の検診制度の認知度」（問 45）では、「内容まで知っている」が 39.3%と、他の地域に比べ最も高い。

烏山地域 <総括>

【有効回答率】 51.8%（配布数 525 人、有効回収数 272 人）

◆「自分の健康への関心」（問１）では、「関心がある」が 85.7%であり、他の地域に比べ最も低くなっている。さらに、「自分の健康観」（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」が 80.2%と、砧地域と並んで低くなっている。

◆「健康に関する情報の入手先」（問３）では、「テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等」が 59.9%（区全体 64.1%）と他の地域に比べ低く、「学校、職場」が 20.2%と他の地区に比べ最も高い。

◆「毎日を健やかに充実して暮らせているか」（問７）では、「暮らせている」と「まあ暮らせている」を合わせた「健やかに暮らせている人」が 82.8%（区全体 85.7%）と、他の地域に比べると最も低い。

◆「こころや体の休養」（問 20）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 23.9%と、他の地域に比べ最も高くなっている。

◆「悩みや不安、ストレスの有無」（問 23）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 66.5%と、北沢地域と並んで最も高くなっている。

◆「『ＣＯＰＤ』という病気の認知度」（問 32）では、「知らない」が 72.8%と最も高く、唯一７割を超えている。

◆「健康診断の受診状況」（問 42）では、「定期的に受けている」が 71.3%と他の地域に比べ最も高く、唯一７割を超えている。

Ⅳ　資料

世田谷区民の健康づくりに関する調査 調査票

世田谷区民の
健康づくりに関する調査のお願い

～あなたの日ごろの健康づくりや
生活習慣についてうかがいます～

日頃より、世田谷区政にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

区では、「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）後期』（平成 29 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ます。

区のおしらせ「せたがや」９月 15 日号や区のホームページ等でもご協力をお願いしたところですが、このたび、計画期間が令和３年度に終了することに伴い、次期プランの策定に向けた基礎資料とするため、「世田谷区民の健康づくりに関する調査」を実施いたします。

この調査は、平成 12 年度から５年ごとに実施しており、世田谷区にお住まいの 20 歳以上の方から無作為に 4,000 名を選ばせていただき、ご協力をお願いするものです。

ご回答は無記名でお願いし、調査結果は全て統計的な数値として処理するため、**回答者が特定されたり、回答内容が他の目的に使用されたりすることは一切ございません。**

つきましては、本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

令和２年９月

世田谷区長　　保 坂　展 人

【記入にあたってのお願い】

1　この調査は封筒の**宛名のご本人様にお答えいただくものです。**お名前を記入いただく必要はありません。なお、心身の状況などにより、ご本人様が回答をお書きになれない場合には、ご家族の方などがご本人様の意見等をお聞きしながらご記入し、ご提出をお願いします。

2　ご回答につきましては、**令和２年９月１日**現在の状況でご記入ください。

3　ご記入された調査票は、**令和２年１０月５日（月）まで**に、同封の返信用封筒（切手不要）に入れてポストへ投函してください。

4　設問に、ことわり書きや矢印がある場合は、それに従いご回答ください。

5　ご不明な点がございましたら、お手数ですが下記までご連絡ください。（匿名での問い合わせも承ります。）

世田谷区 世田谷保健所 健康企画課 計画担当
〒154-8504　世田谷区世田谷４－２２－３５
電話：03-5432-2354　FAX：03-5432-3022

健康状態や意識についてお聞きします

問１　あなたは、自分の健康に関心がありますか。（１つに○）

１．関心がある	２．どちらともいえない
３．関心がない	

問２　あなたは、自分のことを健康だと思いますか。（１つに○）

１．健康である	２．まあ健康である
３．あまり健康でない	４．健康ではない

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○）

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．保健センター
５．学校、職場	６．病院や診療所
７．食品販売店や飲食店	８．スポーツ施設
９．家族や友人、グループやサークル活動の仲間	10．地域のタウン誌
11．テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等	12．インターネット
13．その他（　　）	14．特にない

問３で「12．インターネット」を選ばれた方におうかがいします。

問３-１　インターネットでの情報を収集する際に、どのようなツールを使用しますか。（あてはまるものすべてに○）

１．検索サイト	２．ニュースアプリ
３．Twitter（ツイッター）	４．Facebook（フェイスブック）
５．Instagram（インスタグラム）	６．YouTube（ユーチューブ）
７．ビデオ会議（ZOOMなど）	８．その他（　　）

問４　あなたの健康にとって、必要な情報は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

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．感染症に関する情報	16．健康教室など催し物の情報
17．健康に関するイベントの情報	18．健康に関する相談窓口に関する情報
19．休日等の救急診療案内情報	20．介護保険・サービスに関する情報
21．在宅診療･在宅療養に関する情報	22．予防接種に関する情報
23．健康診断に関する情報	24．医療費･保険料に関する情報
25．就労･労働に関する情報	26．その他（　　）
27．特にない	

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	どちらともいえない	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 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
⑦ 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
⑧ 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
⑨ 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
⑩ 自分の健康は自分で守るものだ	1	2	3	4	5
⑪ 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

問６　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７　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

問８　あなたは、世田谷区に愛着を感じていますか（１つに○）

１．愛着を感じている	２．まあ愛着を感じている
３．どちらともいえない	４．あまり愛着を感じていない
５．愛着を感じていない	

問８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８-１　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○）

１．緑が多く、環境がよいから
２．近隣の人たちとのふれあいがあるから
３．便利な生活環境だから
４．教育環境がすぐれているから
５．街並みがきれいだから
６．すぐれた文化が根づいており高級感が感じられるから
７．行政の取り組みがしっかりしているから
８．その他（　　）

食生活についてお聞きします

問９　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10　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	全くしていない
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　規則正しく食事をとるようにしている	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している	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＞

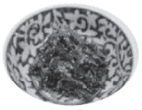
エネルギー 67kcal	たんぱく質 3.3g	脂質 3.8g
炭水化物 4.8g	食塩相当量 0.1g	

問 11　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つに○）

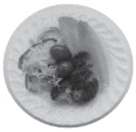
１．ほとんど食べない	２．１～２皿	３．３～４皿
４．５～６皿	５．７皿以上	

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 12　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　出前、宅配、デリバリーサービスを利用すること	1	2	3	4	5	6	7
④　外食をすること	1	2	3	4	5	6	7

問 13　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 14　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 15　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 16　家庭での食事や、外食のときなどに意識していることはありますか。
（あてはまるものすべてに○）

1．買い物をする前に冷蔵庫の中などにある食品を確認し、必要な量だけ購入する
2．食材の買いすぎに注意して廃棄しないようにしている
3．季節を意識し、旬の食材や地元の食材を意識して購入している
4．食材の賞味期限等を意識してむだなく使い切るように工夫している
5．外食では、ごはんの量を減らすなど、自分にあった食事量で注文するようにしている
6．食塩量を摂りすぎないように味付けや、別皿での調味料の提供を依頼するようにしている
7．その他（　　）
8．特にない

身体活動・運動についてお聞きします

問 17　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．全くしていない

問 18　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 19　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
2．週１回程度
3．月に２～３回くらい
4．月に１回くらい
→ 問 19-1、問 19-2 へ

5．ほとんどしていない
→ 問 19-3 へ

問19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19-1　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19-2　あなたが運動を継続できている理由は何だと思いますか。（あてはまるものすべてに○）

１．身近に教室やクラブなどがある	２．参加しやすい時間に教室やクラブがある
３．自宅で自分のペースで出来る	４．一緒にやる仲間がいる
５．楽しい	６．医師や理学療法士等に相談できる
７．地域全体で取り組んでいる	８．職場全体で取り組んでいる
９．家族で一緒に取り組んでいる	10．定期的にイベントがある
11．専門家に教えてもらえる機会がある	12．参加すると特典がある
13．アプリなどを活用して手軽にできる	14．インターネットの動画配信等を活用できる
15．その他（　　）	

問19で「５．ほとんどしていない」を選ばれた方にうかがいます。

問19-3　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（　　）	

休養、こころの健康についてお聞きします

問 20　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○）

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

問 21　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。【例：午後 10 時半 ⇒ 22 時 30 分】

① 起床時間：（　　）時（　　）分ごろ　② 就寝時間：（　　）時（　　）分ごろ

問 22　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○）

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

問 23　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○）

１．全くなかった	２．あまりなかった
３．ときどきあった	４．常にあった

問 24　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○）

1．配偶者	2．両親	3．子ども
4．きょうだい	5．祖父母	6．親戚
7．友人	8．近所の人	9．会社の上司・先輩・同僚
10．専門家（医師・カウンセラー等）		11．教員
12．その他（		）
13．相談できる人はいない	14．相談しない	

問24で「14．相談しない」を選ばれた方にうかがいます。

問24-1　誰にも相談しない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1．相談窓口がわからないから	2．公的な相談窓口に相談したいから
3．どこに相談しても解決に結びつかないと思うから	
4．会って相談するのはずかしいから	5．電話で相談したいから
6．インターネット（ＳＮＳなど）を利用して相談したいから	
7．その他（	）

問 25　あなたは日常生活の不満、悩み、苦労、ストレスを解消するために行うことはどれですか。
（あてはまるものすべてに○）

1．運動する	2．音楽を聴く	3．読書をする
4．テレビをみる	5．インターネットで検索したりみたりする	
6．ゲームをする	7．友人に会う	
8．メールやＬＩＮＥを使って特定の人とやりとりをする		
9．Twitterなどインターネット上で不特定多数に発信する		
10．電話をする	11．買い物をする	12．旅行をする
13．好きなものを食べる	14．お酒を飲む	15．睡眠をとる
16．その他（	）	17．特に何もしない

問 26　最近、アルコールや薬物などの依存症に加え、様々な依存症が問題視されています。その一つとして、インターネット依存に関する以下の質問にお答えください。
（この場合、利用する機器は、パソコン、携帯電話、スマートフォン、ゲーム機などオンラインで使用するすべてを含みます。）（それぞれについて、あてはまる番号１つだけに○）

※インターネットを利用していない方は、すべての回答を「全くあてはまらない」に○をしてください。

項　　目	全くあてはまらない	あてはまらない	あてはまる	非常にあてはまる
①　インターネットができないと、落ち着かなくなり焦ってくる	1	2	3	4
②　インターネットをし始めると、なかなか終了できない	1	2	3	4
③　インターネットをしていないときは、インターネットのことは頭に出てこない	1	2	3	4
④　周囲からインターネットをしすぎていると指摘される	1	2	3	4
⑤　インターネットのために、お金を多く使うようになった	1	2	3	4

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、生活習慣病のリスクを高める飲酒量が、1 日当たりの純アルコール摂取量が男性で 40g 以上、女性 20g 以上（問 28 表参照））であることを知っていますか。（１つに○）

１．知っている	２．知らない

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期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、紙巻たばこを吸っている
2．現在、加熱式たばこを吸っている
3．現在、電子たばこを吸っている
4．以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、紙巻たばこである）
5．以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、加熱式たばこである）
6．以前吸っていたがやめた（最後に吸っていたのは、電子たばこである）
7．吸ったことはない

※加熱式たばことは、たばこ葉やその加工品を加熱し、発生させたニコチンなどを吸入するたばこ製品のことです。現在、我が国で販売されている加熱式たばこは、「iQOS（アイコス）」、「Ploom TECH（プルームテック）」、「glo（グロー）」の３種類となります。

問31で「１」～「６」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いる　　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　喫煙・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．たばこの煙には、発がん性物質が含まれており、喫煙とがんの因果関係が明らかとなっている
2．加熱式たばこの主流煙（喫煙者が直接吸い込む煙）には、紙巻たばこと同程度のニコチンを含む製品もある
3．受動喫煙は、肺がんや虚血性心疾患等、様々な疾患と関連することが明らかとなっており、たばこを吸わない人にも健康被害を引き起こす
4．禁煙をすることで、長期的な健康被害の可能性を大幅に低減できると言われている
5．受動喫煙が他人に与える健康影響と、喫煙者が一定程度いる現状を踏まえ、望まない受動喫煙の防止を図るために、改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が施行された
6．妊婦の喫煙は流産や低出生体重児に影響し、乳児は受動喫煙により乳幼児突然死症候群やぜんそく、中耳炎にかかりやすくなる
7．知らない

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

口と歯の健康についてお聞きします

問 35　あなたの歯の数は何本ですか。

□ 本

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

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○）

１．かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている
２．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
３．フッ素入りの歯磨き剤を使うようにしている
４．その他（　　）
５．特に取り組んでいることはない

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○）

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

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○）

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

問 39　あなたは、『8020 運動』について知っていますか。（１つに○）

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	

健康管理についてお聞きします

問 40　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○）

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

問 41　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。ご回答にご協力ください

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 □□□ ｃｍ　　体重 □□□ ｋｇ

（例）　１　６　５　ｃｍ　　（例）　５　５　ｋｇ

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○）

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	

問 42　あなたは、健康診断を受けていますか。（１つに○）

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	

問42で「３.受けていない」を選ばれた方にうかがいます。

問42-1　受けていない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

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（　　）

問 43　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	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 44　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44でいずれかのがん検診を「１．定期的に受けている」「２．定期的ではないが受けている」を選ばれた方にうかがいます。

問44-1　どこでがん検診を受けましたか。（それぞれについて、あてはまる番号１つだけに○）

項　　目	区のがん検診	職場のがん検診	個人で受ける検診（人間ドックなど）
①　胃がん	1	2	3
②　肺がん	1	2	3
③　大腸がん	1	2	3
④　前立腺がん（男性のみ）	1	2	3
⑤　乳がん（女性のみ）	1	2	3
⑥　子宮がん（女性のみ）	1	2	3

問 45　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 46　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 47　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	

問 48　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

地域活動や防災等についてお聞きします

問 49　あなたは現在、地域活動や趣味の集まりなど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　あなたにとって、家族や友人等とのつながりを持つ趣味や楽しみは何ですか。
（あてはまるものすべてに○）

1．運動・スポーツ（スポーツ観戦を含む）	2．室内での趣味（音楽鑑賞、書道、料理など）
3．学習・教養サークル	4．インターネット内でのコミュニティ
5．食事や雑談	6．無償ボランティア
7．有償ボランティア	8．仕事がいきがいになっている
9．町内会・自治会などの地域活動	10．子育てや孫との関わり
11．その他（　　）	
12．特になし	

問 51　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	

問 52　あなたが、地域活動や趣味の集まりなど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．活動の取り組み内容について情報が得やすい	２．最新の情報が得られる
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．インターネットの動画配信等を活用し、自宅でできるようにする	
13．ひとりでできる	
14．徹底した感染防止策がとられている	
15．その他（　　）	
16．特にない	

問 53　地震や台風による風水害等の大規模自然災害への備えとして、あなたが健康に関し留意している行動や考えに近いものはありますか。（あてはまるものすべてに○）

１．避難生活においても体力を維持するために、日ごろから筋力アップや運動をしている
２．持病が悪化しないように定期的に医療機関を受診している
３．処方薬がわからなくならないようにお薬手帳を持ち歩いている
４．帰宅難民になっても困らないように日頃から歩くようにしている
５．在宅避難も想定して栄養が偏らないような食品をローリングストック（※1）している
６．新型コロナウイルス感染症の予防に関する避難行動などを考えている
７．その他（　　）
８．特にない

問53で「６．新型コロナウイルス感染症の予防に留意した避難行動を考えている」を選ばれた方にうかがいます。

問53-1　新型コロナウイルス感染症の予防に留意した避難行動として、あなたの考えに近いものはありますか。（あてはまるものすべてに○）

１．避難所に密集することを避けるため、自宅が無事なら在宅避難（※２）にしようと思う
２．避難用の持ち出し袋にマスクやアルコールティッシュ、体温計などの衛生用品を加えた
３．避難所のほかに歩ける範囲の親戚や知人宅なども避難先の選択肢に加えている
４．避難所では密集することが心配で避難することをためらっている
５．その他（　　）

※１　ローリングストックとは、食品や日用品を多めに購入（備える）→古いものから使う（食べる）→なくなる前に買い足す「日常備蓄」のこと。

※２　在宅避難とは、自宅が無事ならそのまま自宅で生活を送る方法のこと。

問 54　あなたは熱中症対策として、実施していることは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

1．暑い場所でのスポーツや長時間の作業は避け、早めの休憩をとる
2．のどが渇かなくてもこまめに水分補給をする
3．外出は、暑い日中を避け、涼しい時間帯にする
4．外出時は、通気性のある服装にして、帽子をかぶったり、日傘を差すなど直接日光に当たらないようにする
5．就寝前に水分補給を補給する
6．就寝時もエアコンを上手に使って室温調節する（※）
7．特になし

※エアコンは、温湿度設定に気を付けたり、体に直接あたらないよう風向きを調整するなど工夫をすると、体が冷えすぎず、快適に使うことができます。

生活環境についてお聞きします

問 55　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 56　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 57　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．常に開けている
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 58　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、買ったらすぐに持ち帰り、冷蔵庫に保存する	
2．冷蔵庫は整理整頓し、詰めすぎないようにする	3．食品は表示の期限以内に食べる
4．食事の前、調理の前に石けんで手を洗う	5．生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う
6．まな板は2枚以上用意して使い分けている	7．調理の際に、よく加熱する
8．調理器具（まな板、ふきん等）を洗剤で洗う	9．調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する
10．出来上がった料理はすぐに食べる	11．食べ残した食品は冷蔵庫で保管する
12．肉は生で食べない	13．その他（　　）
14．特になし	

問 59　あなたは、食中毒の原因物質について、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 60　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26年度の違反率／中国：0.03%、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 61　あなたは、新型コロナウイルス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で「11．インターネット」を選ばれた方におうかがいします。

問61-1　インターネットでの情報を収集する際に、どのようなツールを使用しますか。（あてはまるものすべてに○）

1．検索サイト	2．ニュースアプリ
3．Twitter（ツイッター）	4．Facebook（フェイスブック）
5．Instagram（インスタグラム）	6．YouTube（ユーチューブ）
7．ビデオ会議（ZOOMなど）	8．その他（　　）

問 62　あなたは、新型コロナウイルスの感染拡大前と比較して、健康の意識に変化はありますか。（あてはまるものすべてに○）

1．健康になった	2．やや健康になった	3．変わらない
4．やや不健康になった	5．不健康になった	6．わからない

問 63　あなたは、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」において、健康面等でどのような変化がありましたか。（あてはまるものすべてに○）

1．食生活が整った	2．体重が減少した
3．運動の機会が増えた	4．生活習慣に気を付けるようになった
5．睡眠時間が増えた	6．ストレスを感じることが減った
7．食生活が乱れた	8．体重が増加した
9．運動の機会が減った	10．生活習慣のリズムが乱れた
11．あまり眠れないことが増えた	12．ストレスを感じることが増えた
13．会話する機会が減った	14．孤独を感じることが増えた
15．たばこを吸う量が増えた	16．お酒を飲む量が増えた
17．その他（　　）	

問 64　あなたは、感染症予防全般（新型コロナウイルスに限らず、インフルエンザなども含む）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○）

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

問 65　あなたは、新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」としてどのようなことを実践していますか。（あてはまるものすべてに○）

1．「3密」を回避する（密集、密接、密閉）
2．自分が人にうつすことのないように責任のある行動をする
3．手洗いや手指の消毒をする
4．安全に運動ができる場所や施設の情報を利用する
5．発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養する
6．インターネットの動画配信等を利用して、会議や授業、会話などをしている
7．接触確認アプリを利用している
8．その他（　　）

健康せたがやプランについてお聞きします

問 66　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　　3．その他（お答えいただくことに抵抗がある方も含む）

F 2　年齢はおいくつですか。　※令和2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

Ｆ６　あなたの世帯の過去１年間の収入（税込み）は、以下のどれですか。（１つに○）

１．200万円未満	２．200万円以上400万円未満	３．400万円以上600万円未満
４．600万円以上800万未満	５．800万以上1,000万円未満	６．1,000万円以上
７．わからない		

Ｆ７　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（　　）

Ｆ８　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	２．3歳～小学校就学前	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いますか。

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いますか。

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、10月５日（月）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。

19

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、令和２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』、27 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、27 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》

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
令和 2 年度	平成 2 年 9 月	4,000	2,045	51.1%	2,045	51.1%
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%

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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
関心がある	84.3	87.7	89.8	89.1	88.6
どちらともいえない	12.2	9.1	8.1	9.0	9.4
関心がない	1.1	0.4	1.4	1.2	0.9
無回答	2.4	2.8	0.8	0.7	1.1

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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
健康である	18.5	16.6	21.1	22.1	22.8
まあ健康である	58.4	60.9	58.1	60.3	59.2
あまり健康でない	15.4	14.0	13.7	12.7	12.6
健康ではない	4.6	5.4	6.5	4.2	4.0
無回答	3.2	3.1	0.7	0.7	1.4

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〇）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
区のおしらせ（せたがや区報）				21.2	16.3
世田谷区のホームページ				2.6	2.1
区役所（保健所などを含む）				3.8	1.8
保健センター				2.1	1.4
学校、職場				18.3	16.8
病院や診療所				44.5	32.8
食品販売店や飲食店				4.3	3.0
スポーツ施設				7.1	5.0
家族や友人、グループやサークル活動の仲間				35.1	29.3
地域のタウン誌				2.9	1.1
テレビ、ラジオ、新聞、雑誌、書籍等				72.5	64.1
インターネット				38.5	54.3
その他				1.9	1.2
特にない				4.0	4.1
無回答				0.6	1.0

※平成 27 年度からの調査である。

問４　あなたの健康にとって、必要な情報は何ですか。（あてはまるものすべてに〇）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
育児に関する情報				11.9	11.7
思春期の健康づくりに関する情報				4.2	3.6
生活習慣病に関する情報				51.1	52.7
高齢者の生きがいづくりに関する情報				17.4	14.5
栄養バランスなどに関する情報				48.8	50.2
食の安全に関する情報				44.6	40.4
気軽にできる運動に関する情報				41.5	43.6
こころの健康（ストレス、睡眠・休養など）に関する情報				36.9	33.1
うつ・自殺予防・家族支援に関する情報				10.4	9.3
口や歯に関する情報				31.5	30.4
適切な飲酒量などお酒に関する情報				8.0	7.9
禁煙等たばこに関する情報				4.1	3.5
病気の症状や治療に関する情報				48.8	50.1
がんに関する情報				31.5	27.0
感染症に関する情報					50.4
健康教室など催し物の情報				11.2	8.3
健康に関するイベントの情報				10.6	9.1
健康に関する相談窓口に関する情報				8.6	8.0
休日等の救急診療案内情報				26.6	23.5
介護保険・サービスに関する情報				16.8	15.4
在宅診療・在宅療養に関する情報				9.7	7.9
予防接種に関する情報				20.4	28.3
健康診断に関する情報				34.5	33.6
医療費・保険料に関する情報				31.6	29.6
就労・労働に関する情報				9.7	9.3
その他				1.1	1.0
特にない				1.1	1.9
無回答				0.5	2.2

※平成 27 年度からの調査である。

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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	60.8	60.9	67.4	61.9	56.7
まあそう思う	23.5	23.9	20.9	22.6	27.4
どちらともいえない	7.8	5.1	4.8	2.5	6.9
あまりそう思わない	3.9	2.5	2.2	6.9	5.0
そう思わない	1.1	1.1	1.3	4.4	2.5
無回答	2.8	6.5	3.5	1.8	1.5

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

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	58.3	51.1	49.8	48.1	46.2
まあそう思う	30.2	31.2	32.0	34.7	37.8
どちらともいえない	4.7	6.5	9.7	1.1	10.3
あまりそう思わない	2.6	3.1	3.1	10.3	2.7
そう思わない	0.9	0.6	0.7	3.0	1.0
無回答	3.3	7.5	4.7	2.8	2.0

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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	14.8	63.7	40.4	35.8	35.1
まあそう思う	29.1	26.2	37.5	42.9	43.8
どちらともいえない	22.0	2.6	11.0	1.7	11.7
あまりそう思わない	22.2	0.8	5.3	11.6	5.4
そう思わない	8.4	0.3	1.4	5.5	2.1
無回答	3.4	6.4	4.5	2.4	2.0

④運動は、毎日を快適に過ごすために重要だ

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	51.4	49.4	51.0	50.2	48.7
まあそう思う	37.1	35.6	34.8	37.6	40.4
どちらともいえない	6.3	5.9	6.8	0.4	6.4
あまりそう思わない	2.0	1.8	2.3	7.5	1.9
そう思わない	0.3	0.3	0.6	2.0	0.5
無回答	2.9	7.0	4.6	2.3	2.1

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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	65.2	63.7	67.4	70.5	70.4
まあそう思う	26.8	26.2	24.7	24.5	25.7
どちらともいえない	3.5	2.6	2.2	0.2	1.3
あまりそう思わない	1.2	0.8	0.6	2.3	0.4
そう思わない	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3
無回答	3.0	6.4	4.8	2.2	2.0

⑥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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	63.3	58.5	47.1	47.7	52.0
まあそう思う	27.9	28.5	36.5	39.7	38.4
どちらともいえない	3.0	2.7	8.4	0.9	5.6
あまりそう思わない	1.7	2.2	2.2	7.6	1.5
そう思わない	1.0	0.7	1.1	2.1	0.5
無回答	3.1	7.5	4.8	2.0	2.0

⑦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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	2.5	3.4	2.0	2.2	1.9
まあそう思う	5.5	4.2	4.3	4.4	3.4
どちらともいえない	6.4	5.9	10.4	57.0	9.7
あまりそう思わない	17.3	16.9	19.6	10.2	25.7
そう思わない	64.8	61.5	58.4	23.4	57.0
無回答	3.5	8.2	5.3	2.9	2.4

⑧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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	76.7	73.4	71.9	74.5	74.5
まあそう思う	15.3	15.4	17.7	18.7	19.9
どちらともいえない	3.2	2.3	3.7	1.3	2.6
あまりそう思わない	0.9	0.6	0.7	3.4	0.5
そう思わない	0.9	0.9	1.4	0.2	0.9
無回答	3.0	7.5	4.6	2.0	1.6

⑨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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	34.0	34.9	31.6	31.6	35.6
まあそう思う	35.9	38.1	37.3	38.4	40.1
どちらともいえない	12.7	9.7	18.6	2.4	17.2
あまりそう思わない	9.0	6.3	4.9	21.0	3.8
そう思わない	5.1	3.4	3.2	4.5	1.4
無回答	3.3	7.7	4.4	2.1	1.9

⑩自分の健康は自分で守るものだ

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	73.9	70.9	57.9	54.9	56.3
まあそう思う	21.8	21.9	29.7	34.9	33.7
どちらともいえない	1.5	0.9	7.2	0.3	7.1
あまりそう思わない	0.1	0.3	0.5	7.3	0.9
そう思わない	0.3	0.3	0.6	0.7	0.4
無回答	2.3	5.8	4.2	1.9	1.6

⑪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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
そう思う	42.3	38.3	55.1	52.9	53.8
まあそう思う	33.6	35.0	31.8	34.9	34.1
どちらともいえない	9.9	9.1	6.8	0.7	8.4
あまりそう思わない	6.3	6.0	1.4	7.9	1.3
そう思わない	4.9	4.9	0.8	1.3	0.6
無回答	2.9	6.6	4.0	2.2	1.9

問６　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
よいと思う	10.5	14.1	10.6	8.7	9.6
まあよいと思う	50.7	54.0	59.3	56.7	60.0
あまりよくないと思う	31.1	23.7	25.0	29.4	24.8
よくないと思う	5.6	3.3	3.5	4.2	4.4
無回答	2.1	4.9	1.7	1.1	1.2

問７　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
暮らせている	37.0	37.4	30.7	23.8	22.8
まあ暮らせている	48.3	48.8	54.7	60.9	62.9
あまり暮らせていない	10.0	8.8	7.6	12.1	10.8
暮らせていない	2.2	2.5	2.0	2.1	2.3
無回答	2.5	2.5	5.1	1.1	1.2

問８　あなたは、世田谷区に愛着を感じていますか（１つに○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
愛着を感じている	57.1	60.6	48.0	45.3	39.2
まあ愛着を感じている	30.4	27.4	34.6	38.7	41.2
どちらともいえない	8.6	8.7	9.6	1.3	14.6
あまり愛着を感じていない	1.8	1.7	1.4	11.2	2.8
愛着を感じていない	1.1	0.8	1.1	2.2	0.8
無回答	1.0	0.8	5.3	1.3	1.4

問８－１　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：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
緑が多く、環境がよいから	43.0	50.2	28.2	39.7	22.7
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	4.6
便利な生活環境だから	36.8	28.2	28.6	38.3	31.3
教育環境がすぐれているから	0.7	0.3	0.4	0.6	0.5
街並みがきれいだから	1.0	1.7	0.5	1.0	0.9
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	1.9
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	1.4
その他	5.6	4.0	6.2	8.9	7.2
無回答	1.2	1.7	28.7	0.3	29.4
回答者数（件）	2062	1391	1946	1727	1644

※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９　あなたは、ふだん、朝食を食べていますか。（１つに○）

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほとんど毎日食べる			80.5	77.2	74.9
週に4～5日食べる			4.8	6.8	7.2
週に2～3日食べる			4.7	5.0	5.7
ほとんど食べない			9.0	10.1	11.0
無回答			0.9	0.9	1.3

※ 平成22年度からの調査である。

問10　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：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている	42.8	54.6	44.9	43.4	44.0
ときどきしている	31.5	23.8	32.9	36.5	37.7
あまりしていない	19.5	15.3	15.4	15.2	13.1
全くしていない	3.3	1.2	2.8	2.8	2.6
無回答	2.9	5.1	3.9	2.1	2.6

②規則正しく食事をとるようにしている

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている				53.7	53.2
ときどきしている				25.2	28.0
あまりしていない				15.9	13.5
全くしていない				3.3	2.9
無回答				1.9	2.3

※平成27年度からの調査である。

③食事は寝る２時間前までにとるようにしている

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている				42.2	55.3
ときどきしている				37.9	21.0
あまりしていない				13.4	15.7
全くしていない				4.3	5.7
無回答				2.2	2.3

※平成27年度からの調査である。

④家族や友人と食事をする機会を持つようにしている

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている	37.7	39.1	35.8	42.2	40.5
ときどきしている	35.7	33.6	39.2	37.9	35.1
あまりしていない	14.9	14.1	14.1	13.4	15.9
全くしていない	7.3	5.9	5.2	4.3	5.7
無回答	4.3	7.3	5.6	2.2	2.7

⑤食事はゆっくりとよく噛んで食べている

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている				25.7	25.7
ときどきしている				31.1	33.1
あまりしていない				35.4	33.9
全くしていない				5.7	4.9
無回答				2.1	2.3

※平成27年度からの調査である。

⑥塩分をとりすぎないようにしている

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている	34.3	39.6	31.7	30.4	28.3
ときどきしている	28.6	27.3	31.9	37.5	36.0
あまりしていない	24.6	21.0	26.6	25.6	29.1
全くしていない	9.8	6.8	6.1	4.4	4.3
無回答	2.8	5.2	3.7	1.9	2.3

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：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
いつもしている	11.9	15.7	15.5	13.5	13.3
ときどきしている	61.1	65.0	37.1	29.9	29.7
あまりしていない			27.3	33.9	36.2
全くしていない	26.8	18.4	18.0	20.2	18.1
無回答	0.2	0.9	2.0	2.6	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11　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つに○）

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほとんど食べない				3.7	3.4
１～２皿				3.7	52.2
３～４皿				35.2	33.8
５～６皿				8.7	7.2
７皿以上				1.7	1.7
無回答				1.0	1.6

※平成27年度からの調査である。

問 12　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

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
毎日				35.1	36.3
週に5～6日				13.2	13.3
週に3～4日				9.6	11.8
週に1～2日				9.8	9.9
月に数日				7.0	6.4
年に数日				4.2	3.5
ほとんどない				19.7	16.9
無回答				1.4	1.9

※平成 27 年度からの調査である。

②自分で食品やお弁当などを購入すること

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
毎日				17.1	13.4
週に5～6日				10.9	10.6
週に3～4日				18.9	19.6
週に1～2日				20.4	23.8
月に数日				14.5	14.6
年に数日				4.9	4.9
ほとんどない				10.1	9.4
無回答				3.2	3.7

※平成 27 年度からの調査である。

④外食をすること

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
毎日				2.9	1.3
週に5～6日				4.7	2.2
週に3～4日				9.0	4.6
週に1～2日				24.3	18.9
月に数日				34.2	35.8
年に数日				11.6	16.9
ほとんどない				9.9	17.0
無回答				3.4	3.3

※平成 27 年度からの調査である。

問 13　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○）

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
知っていて活用している				0.4	0.8
知っていたが活用したことはない				7.1	6.4
知らなかった				91.5	91.2
無回答				0.9	1.6

※平成 27 年度からの調査である。

問 14　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：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
言葉も意味も知っていた			71.7	77.5	77.8
言葉は知っていたが、意味は知らなかった			21.5	18.2	18.0
言葉も意味も知らなかった			5.8	3.8	2.7
無回答			1.0	0.5	1.5

※平成 22 年度からの調査である。

問 15　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○）

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほとんど毎日				40.7	41.3
週に4～5日				23.5	24.7
週に 2 ～3日				23.2	20.5
ほとんどない				12.1	11.9
無回答				0.6	1.6

※平成 27 年度からの調査である。

問 17　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
いつもしている	30.2	34.3	28.1	34.9	31.8
ときどきしている	33.6	35.3	37.5	41.1	43.0
あまりしていない	26.9	19.5	21.6	17.4	15.8
全くしていない	6.5	5.9	11.4	5.9	6.7
無回答	2.8	5.1	1.3	0.6	2.6

問 18　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
15 分未満	6.7	9.2	9.7	9.1	11.6
15 分以上 30 分未満	15.4	15.2	27.0	26.8	26.5
30 分以上1時間未満	42.4	44.2	34.4	35.6	36.8
1時間以上2時間未満	19.3	16.9	18.1	17.7	15.0
2時間以上	13.2	9.7	9.2	10.2	7.3
無回答	3.1	4.8	1.7	0.6	2.8

問 19　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
週2回以上			21.2	21.9	24.8
週1回程度	26.6	29.3	15.5	15.7	16.3
月に2～3回くらい	15.0	15.5	8.5	10.4	8.5
月に1回くらい	9.0	10.5	5.9	6.8	5.6
ほとんどしていない	45.7	39.6	45.9	42.9	41.5
無回答	3.6	5.2	3.0	2.2	3.2

※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 19-1　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
1 年以上				77.6	71.8
6 か月から 1 年未満				9.0	12.0
3 か月から 6 か月未満				5.9	6.5
1 か月から 3 か月未満				4.0	5.2
1 か月未満				2.5	3.1
無回答				1.1	1.4

※平成 27 年度からの調査である。

問 19-3　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
運動する施設や場所がない				10.8	13.8
一緒に運動する仲間がいない				11.2	13.0
どのような運動をしたらよいのか分からない				15.1	16.5
スポーツ教室などのイベントを知らない				5.3	4.8
運動する時間がない				39.0	31.3
仕事や家事で疲れている				46.1	43.1
運動する必要がない				5.5	4.6
健康上の理由で運動ができない				13.0	13.9
その他				17.2	20.0
無回答				1.0	2.1

※平成 27 年度からの調査である。

問 20　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
十分とれている	11.6	16.2	18.5	16.7	20.0
まあとれている	49.2	52.3	56.1	56.3	55.2
あまりとれていない	29.3	23.3	20.5	22.4	19.4
いつもとれていない	7.2	3.2	3.5	3.6	2.4
無回答	2.7	5.0	1.4	1.0	3.0

問 21　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。

①起床時刻

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
6時より前				23.2	23.0
6時～6時 30 分前				19.7	19.3
6時 30 分～7時前				15.2	14.5
7時～7時 30 分前				17.2	16.7
7時 30 分～8時前				7.0	7.1
8時以降				16.4	16.5
無回答				1.3	3.0

※平成 27 年度からの調査である。

②就寝時刻

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
21 時より前				2.6	9.2
21 時台				5.3	6.1
22 時台				14.0	13.5
23 時台				26.8	24.8
0時台				27.4	25.0
1時以降				22.3	17.9
無回答				1.6	3.4

※平成 27 年度からの調査である。

問 22　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
いつもある			27.8	25.6	21.8
ときどきある			43.3	43.0	46.2
ないことが多い			24.2	25.7	25.0
全くない			3.2	5.2	4.3
無回答			1.5	0.6	2.7

※平成 27 年度からの調査である。

問 23　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
全くなかった	6.2	10.0	8.9	6.6	7.2
あまりなかった	19.7	33.1	27.3	25.4	25.6
ときどきあった	47.1	39.2	43.4	47.4	45.4
常にあった	24.3	13.3	18.7	20.3	19.4
無回答	2.7	4.4	1.6	0.3	2.5

問 24　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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
配偶者			46.0	49.8	47.3
両親			13.4	20.9	19.0
子ども					17.8
きょうだい			17.4	20.3	17.4
祖父母			0.3	0.2	0.2
親戚			4.8	3.2	1.7
友人			39.9	48.1	42.8
近所の人			2.5	2.7	1.7
会社の上司・先輩・同僚			10.0	13.7	13.2
専門家（医師・カウンセラー等）			7.1	7.1	7.0
教員			0.2	0.4	0.3
その他			9.1	6.9	2.2
相談できる人はいない			3.2	4.1	3.8
相談しない			12.2	9.4	6.8
無回答			1.7	0.7	5.1

※平成 22 年度からの調査である。

※平成 22 年度・平成 27 年度調査では、「子ども」の選択肢がない。

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：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ほぼ毎日	32.0	40.0	21.7	21.2	20.5
週に3～5回	16.6	16.2	11.3	11.8	10.8
週に1～2回	24.5	21.7	13.5	13.0	14.4
月に1～2回	19.4	15.3	12.0	12.6	10.7
2か月に1回以下	7.0	4.7	6.5	7.5	7.6
アルコールは飲まない			33.4	32.3	30.3
無回答	0.5	2.0	1.7	1.6	5.8
回答者数（件）	1520	889	2356	2056	2045

※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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
日本酒にして1合くらい				32.9	35.7
日本酒にして2合くらい				17.2	16.1
日本酒にして3合以上				6.3	5.0
お酒は飲まない				37.0	32.5
無回答				6.5	10.7

※平成 27 年度からの調査である。

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）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
肝臓病				86.3	83.3
アルコール依存症（アルコール中毒）				87.2	84.6
脳卒中				35.4	36.4
心臓病				25.3	25.6
糖尿病				51.4	50.3
がん				26.7	27.4
動脈硬化				37.9	36.5
認知症				12.2	16.4
低出生体重児の増加				17.0	16.8
胎児性アルコール障害				26.7	21.8
発達障害等の影響				15.7	13.1
流産・早産の恐れ				27.4	23.7
アレルギー症状				7.5	8.1
遺伝子異常				7.9	8.6
知らない・わからない				2.9	3.0
無回答				6.5	10.7

※平成 27 年度からの調査である。

問 31　あなたは、たばこを吸いますか。（１つに○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
現在、吸っている	26.6	15.8	15.7	14.5	11.2
以前吸っていたがやめた	18.8	27.9	29.6	28.5	28.9
吸ったことはない	48.6	51.3	51.7	54.7	57.4
無回答	5.9	4.9	3.0	2.2	2.5

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）。

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
1～10 本	26.0	30.4	32.8	41.4	43.9
11～20 本	46.3	44.8	44.8	42.3	39.9
21 本以上	26.3	22.8	19.9	13.7	11.5
無回答	1.4	2.0	2.6	2.7	4.8
回答者数(件)	628	250	1068	885	820

※令和 2 年度・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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
たばこをやめたい	26.0	31.2	16.1	11.6	8.9
たばこの本数を減らしたい	37.3	30.8	12.1	12.5	10.7
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	8.2
たばこはやめた			56.8	59.2	64.3
無回答	1.8	4.8	7.3	6.8	7.9
回答者数(件)	628	250	1068	885	820

※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：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
たばこの自動販売機を減らす	11.6	9.0	1.8	3.7	1.3
ともに禁煙に取り組める仲間がいる	17.9	12.9	4.2	6.6	5.2
禁煙を指導してくれる人がいる	19.9	20.0	3.7	4.7	3.9
家族の協力が得られる	10.6	5.8	2.7	4.4	3.8
たばこの害について正確に理解する	31.5	21.9	20.6	21.5	17.4
たばこの値段をあげる			15.1	14.6	12.8
病院などの禁煙外来を利用する			7.3	11.1	10.2
その他	34.0	43.2	25.1	20.9	18.4
無回答	5.0	7.7	19.6	12.5	26.8
回答者数(件)	397	155	1068	885	820

※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 32　あなたは「ＣＯＰＤ」という病気を知っていますか。（１つに○）

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
どんな病気か知っている				13.5	14.9
名前は聞いたことがある				17.3	14.9
知らない				66.3	63.4
無回答				2.9	6.8

※平成 27 年度からの調査である。

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

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				9.9	5.9
週に数回程度				8.9	5.9
週に1回程度				5.0	3.9
月に1回程度				9.0	5.5
全くなかった				61.7	72.7
無回答				5.5	6.2

※平成 27 年度からの調査である。

（２）家庭以外

①職場

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				18.0	6.4
週に数回程度				15.8	9.8
週に1回程度				8.0	4.9
月に1回程度				6.9	8.3
全くなかった				50.5	69.8
無回答				0.8	0.7

※平成27年度からの調査である。

②学校

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				1.6	1.6
週に数回程度				4.1	0.0
週に1回程度				2.4	1.6
月に1回程度				4.1	0.8
全くなかった				82.9	96.0
無回答				4.9	0.0

※平成27年度からの調査である。

③飲食店

単位：％

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				1.3	0.8
週に数回程度				14.0	3.4
週に1回程度				22.0	9.2
月に1回程度				33.9	20.9
全くなかった				28.1	65.2
無回答				0.6	0.5

※平成27年度からの調査である。

④遊技場

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				3.6	2.1
週に数回程度				17.6	2.1
週に1回程度				15.4	2.7
月に1回程度				39.4	15.0
全くなかった				22.6	75.9
無回答				1.4	2.1

※平成27年度からの調査である。

⑤行政機関

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				0.8	0.6
週に数回程度				1.1	0.9
週に1回程度				1.5	1.5
月に1回程度				16.3	8.0
全くなかった				79.5	88.4
無回答				0.8	0.6

※平成27年度からの調査である。

⑥医療機関

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				0.4	0.1
週に数回程度				0.9	0.8
週に1回程度				2.8	2.0
月に1回程度				10.7	10.3
全くなかった				84.3	85.5
無回答				0.9	1.3

※平成27年度からの調査である。

⑦屋外

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ほぼ毎日				8.8	6.6
週に数回程度				17.5	12.1
週に1回程度				17.8	12.5
月に1回程度				20.4	19.2
全くなかった				35.0	48.6
無回答				0.6	0.9

※平成27年度からの調査である。

問35　あなたの歯の数は何本ですか。

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
0本	3.1	4.6	5.1	2.7	2.4
1本～9本	4.4	7.6	6.5	4.2	3.2
10本～19本	8.8	12.5	11.0	8.1	6.8
20本～27本	35.9	36.6	37.1	37.9	39.6
28本(全部)	47.8	38.6	27.2	34.1	41.6
無回答	0.0	0.0	13.2	12.9	6.4

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：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
かかりつけ歯科医で定期健診または予防処置を受けている	22.3	35.5	35.1	43.9	53.9
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	54.8
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	40.4
その他	7.2	10.6	7.0	4.7	6.8
特に取り組んでいることはない	27.9	18.8	20.5	16.1	14.5
無回答	7.9	6.4	3.9	2.5	2.2

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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ほぼ満足している	32.2	36.2	28.0	26.5	26.6
やや不満だが、日常生活には困らない	47.6	46.1	58.1	60.8	60.2
不自由や苦痛を感じている	10.5	8.0	8.4	8.3	8.1
わからない	2.6	2.2	2.9	2.4	1.6
無回答	7.1	7.4	2.5	2.0	3.6

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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
どちらも知っている				33.7	37.5
糖尿病については知っていた				10.4	9.7
喫煙については知っていた				15.2	13.2
どちらも知らない				38.8	36.5
無回答				1.9	3.2

※平成 27 年度からの調査である。

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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
言葉も内容もよく知っている			37.7	41.0	42.7
言葉は知っているが、内容はわからない			5.6	5.5	7.9
言葉も内容も知らない			54.7	51.7	46.1
無回答			2.0	1.8	3.3

※平成 22 年度からの調査である。

問 40　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ほぼ毎日				23.2	25.2
週に3～5回				7.4	8.2
週に1～2回				14.1	12.8
月に1～2回				22.0	19.0
2か月に1回以下				7.7	6.7
ほとんどチェックしていない				23.9	25.6
無回答				1.6	2.6

※平成 27 年度からの調査である。

問 41　ＢＭＩ

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
やせ	10.5	10.9	11.2	11.7	10.7
標準	73.7	72.2	71.7	69.7	67.8
肥満	14.3	14.9	15.5	16.1	17.9
無回答	1.5	2.0	1.6	2.5	3.6

問 42　あなたは、健康診断を受けていますか。（１つに○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
定期的に受けている			62.1	65.1	67.8
定期的ではないが受けている			22.2	20.2	18.6
受けていない			15.0	13.5	11.3
無回答			0.6	1.2	2.2

※平成 22 年度からの調査である。

問 42-1　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
職場に健康診断の制度がないから			20.3	23.7	18.5
健康に自信があるから			7.9	5.4	8.2
今の年齢から特に必要ないと思うから			7.9	7.9	6.9
健康診断を受ける時間がないから			16.4	19.8	17.2
費用がかかるから			21.5	24.1	19.4
面倒だから			30.8	34.9	34.9
結果が怖いから			9.3	7.6	12.9
治療中の病気があるから			12.7	11.2	15.1
受け方がわからないから			15.8	13.3	10.8
その他			12.7	8.3	12.1
無回答			3.4	2.5	1.7

※平成 22 年度からの調査である。

問 43　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
知らない			13.1	12.6	13.3
だいたい知っている			37.0	40.5	44.1
知っている			48.1	44.6	39.4
無回答			1.8	2.3	3.3

②自分の血糖値

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
知らない			35.8	38.0	37.9
だいたい知っている			29.2	30.3	31.9
知っている			31.7	28.7	26.1
無回答			3.3	3.0	4.1

③自分のコレステロールの値

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
知らない			32.5	34.7	33.3
だいたい知っている			32.0	33.9	35.2
知っている			32.3	28.5	27.5
無回答			3.2	3.0	4.0

※平成 22 年度からの調査である。

問 44　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

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
定期的に受けている			20.2	22.7	23.8
定期的ではないが受けている			24.8	24.5	24.8
受けたことがない			39.7	40.9	35.3
受けたことがあるかわからない			5.6	5.5	8.2
無回答			9.6	6.4	7.9

②肺がん

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
定期的に受けている			14.8	18.0	21.5
定期的ではないが受けている			14.8	15.1	17.2
受けたことがない			50.2	50.0	42.9
受けたことがあるかわからない			5.5	6.7	8.4
無回答			14.7	10.2	10.0

③大腸がん

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
定期的に受けている			15.1	18.8	22.0
定期的ではないが受けている			22.6	23.1	21.5
受けたことがない			45.1	44.6	39.7
受けたことがあるかわからない			5.3	6.0	8.3
無回答			12.0	7.5	8.6

④前立腺がん（男性のみ）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
定期的に受けている				14.6	15.3
定期的ではないが受けている				14.4	16.2
受けたことがない				54.5	48.9
受けたことがあるかわからない				7.4	8.8
無回答				9.1	10.8

※平成 27 年度からの調査である。

⑤乳がん（女性のみ）

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
定期的に受けている			21.6	32.9	37.8
定期的ではないが受けている			27.3	31.5	26.5
受けたことがない			37.6	27.0	23.9
受けたことがあるかわからない			4.4	2.8	7.1
無回答			9.2	5.7	4.8

⑥子宮がん（女性のみ）

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
定期的に受けている			21.9	32.8	36.6
定期的ではないが受けている			32.0	34.4	30.4
受けたことがない			31.0	22.8	19.7
受けたことがあるかわからない			5.5	3.3	6.9
無回答			9.6	6.7	6.4

※平成22年度からの調査である。

問45　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：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
内容まで知っている				34.7	35.2
内容まではわからないが、制度があることは知っている				48.4	47.8
制度があることを知らない				14.6	13.8
無回答				2.2	3.2

※平成27年度からの調査である。

問46　職場でがん検診の制度はありますか。（１つに○）

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
ある				14.7	17.6
一部のがんのみある				10.7	11.7
ない				26.7	24.3
わからない				8.8	9.3
働いていない				25.9	23.4
その他				2.8	3.7
無回答				10.5	10.0

※平成27年度からの調査である。

問 47　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
心疾患（狭心症・心筋梗塞など）				4.1	4.5
高血圧症				17.1	15.6
脂質異常症（高脂血症）				7.4	8.9
糖尿病				6.7	5.6
慢性腎不全				0.6	0.5
腎疾患（慢性腎不全以外）				0.9	0.8
泌尿器疾患				3.4	3.0
高尿酸血症・痛風				2.9	2.2
脳血管疾患（脳出血・脳梗塞など）				1.2	1.2
消化器疾患（食道・胃・腸）				4.4	4.1
肝疾患				1.2	1.2
胆道疾患（胆石など）・すい臓疾患				0.7	0.4
貧血				2.3	2.1
血液疾患（貧血以外）				0.5	0.7
肺結核				0.0	0.0
呼吸器疾患（結核以外）				2.4	2.7
婦人科・乳房疾患				3.6	2.8
がん				2.2	2.5
甲状腺疾患				1.9	3.0
リウマチ・神経痛・関節炎				2.1	2.4
目の病気				7.7	10.4
歯の病気				9.3	8.3
耳や鼻の病気				3.7	2.9
腰痛・膝痛				10.5	10.5
骨折				1.0	0.8
骨粗しょう症				3.4	3.6
認知症				0.8	0.7
その他				5.5	5.5
特にない				35.5	38.0
無回答				11.2	8.9

※平成 27 年度からの調査である。

問 48　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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ある			70.8	70.2	67.8
ない			26.7	28.3	29.7
無回答			2.5	1.5	2.5

②かかりつけ歯科医

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ある			71.5	73.2	70.7
ない			23.4	23.7	25.9
無回答			5.1	3.1	3.4

※平成 22 年度からの調査である。

③かかりつけ薬局

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
ある			44.6	50.4	52.5
ない			48.3	45.5	43.9
無回答			7.1	4.1	3.6

問 51　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
強い方だと思う				3.0	2.7
どちらかといえば強い方だと思う				16.8	12.5
どちらかといえば弱い方だと思う				25.5	20.7
弱い方だと思う				42.5	52.0
わからない				10.7	9.7
無回答				1.5	2.3

※平成 27 年度からの調査である。

問 52　あなたが、地域活動や趣味の集まりなど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：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
活動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	16.8
最新の情報が得られる	16.5	24.3	13.4	23.3	5.1
自分の趣味や経験、知識が活かせる	20.4	16.1	16.6	22.4	17.0
夜間、土日でも参加できる	29.7	22.2	15.4	24.5	8.5
身近な場所で参加できる	66.3	59.9	52.5	60.0	30.4
専門家の指導が得られる	36.0	37.2	25.9	32.4	9.5
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	25.3
活動によって人間関係が広がる	27.2	30.3	20.6	22.2	11.5
家族や職場の理解が得られる	3.7	2.3	2.2	1.4	2.3
費用が手ごろである	36.6	38.3	27.0	31.2	13.2
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	2.4
インターネットの動画配信等を活用し、自宅でできるようにする					2.7
ひとりでできる					6.7
徹底した感染防止策がとられている					8.0
その他	2.2	1.2	1.7	0.8	1.8
特にない	2.2	1.4	2.0	1.4	16.5
無回答	1.3	6.9	18.0	1.6	20.1
回答者数（件）	925	564	649	490	2045

※平成 27 年度以前の調査では、「インターネットの動画配信等を活用し、自宅でできるようにする」、「ひとりでできる」「徹底した感染防止策がとられている」の選択肢はない。

※平成 27 年度以前の調査では、前問の回答により対象者を限定している。

問 55　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〇）

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
日当たりの悪さ				9.5	7.4
風通しの悪さ				7.7	7.3
水道水の管理状態				4.3	3.0
排水管のつまりや臭い				9.4	9.8
騒音や振動				15.9	13.7
家具や建材の臭い				0.7	0.9
ハウスダスト				10.7	10.2
結露の発生				18.3	16.6
カビの発生				16.1	17.3
害虫等の発生				12.6	11.9
その他				4.8	3.3
特にない				41.0	42.2
無回答				3.8	5.2

※平成 27 年度からの調査である。

問 56　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〇）

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
朝起きたとき			58.9	60.2	64.6
炊事のとき			43.8	42.4	35.6
入浴したとき			34.4	39.6	28.0
掃除のとき			55.7	59.1	53.8
帰宅したとき			33.3	37.3	33.1
寝る前			7.0	7.1	6.4
24 時間換気システムで換気している			3.9	16.4	20.8
空気清浄機を使用しているので換気しない			0.9	3.7	3.4
ほとんど換気しない			3.8	4.1	3.1
その他			4.7	3.5	3.9
無回答			2.7	1.4	2.3

※平成 22 年度からの調査である。

問 58　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〇）

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
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				86.8	84.4
冷蔵庫は整理整頓し、詰めすぎないようにする				40.2	36.5
食品は表示の期限以内に食べる				63.1	56.1
食事の前、調理の前に石けんで手を洗う				56.3	59.7
生の肉や魚を触ったら石けんで手を洗う				54.0	52.6
まな板は 2 枚以上用意して使い分けている				25.9	26.8
調理の際に、よく加熱する				57.7	60.3
調理器具（まな板、ふきん等）を洗剤で洗う				58.0	57.7
調理器具を漂白剤や熱湯などで消毒する				29.6	28.6
出来上がった料理はすぐに食べる				39.5	38.9
食べ残した食品は冷蔵庫で保管する				68.5	67.8
肉は生で食べない				63.1	63.2
その他				1.5	0.8
特になし				2.9	3.5
無回答				1.8	2.3

※平成 27 年度からの調査である。

問 59　あなたは、食中毒の原因物質について、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〇をしてください。

①ノロウイルス

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
大変よく知っている				29.4	24.3
少し知識がある				43.2	43.5
名前は知っている				23.8	27.9
全く知らない				1.4	1.4
無回答				2.2	2.9

※平成 27 年度からの調査である。

②カンピロバクター

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
大変よく知っている				6.8	6.8
少し知識がある				11.1	14.5
名前は知っている				26.0	29.7
全く知らない				47.7	40.2
無回答				8.5	8.7

※平成27年度からの調査である。

③サルモネラ

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
大変よく知っている				18.8	15.5
少し知識がある				33.7	34.8
名前は知っている				39.3	40.7
全く知らない				5.3	4.9
無回答				3.0	4.1

※平成27年度からの調査である。

④腸管出血性大腸菌

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
大変よく知っている				9.5	7.1
少し知識がある				18.0	16.2
名前は知っている				35.7	40.0
全く知らない				30.2	29.1
無回答				6.6	7.6

※平成27年度からの調査である。

⑤黄色ブドウ球菌

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
大変よく知っている				12.0	9.7
少し知識がある				21.9	20.0
名前は知っている				44.4	48.9
全く知らない				16.7	15.5
無回答				5.1	5.9

※平成27年度からの調査である。

⑥リステリア

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
大変よく知っている				1.6	2.1
少し知識がある				3.1	3.9
名前は知っている				14.5	19.1
全く知らない				71.6	65.0
無回答				9.2	9.9

※平成 27 年度からの調査である。

⑦腸炎ビブリオ

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
大変よく知っている				6.6	5.0
少し知識がある				11.8	10.5
名前は知っている				40.9	39.9
全く知らない				33.9	36.9
無回答				6.8	7.7

※平成 27 年度からの調査である。

⑧ウェルシュ菌

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
大変よく知っている				2.7	3.6
少し知識がある				4.4	7.5
名前は知っている				13.7	19.2
全く知らない				70.8	60.6
無回答				8.5	9.1

※平成 27 年度からの調査である。

⑨アニサキス

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
大変よく知っている				9.6	16.4
少し知識がある				13.1	31.6
名前は知っている				16.2	24.4
全く知らない				53.9	21.4
無回答				7.2	6.2

※平成 27 年度からの調査である。

⑩クドア

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
大変よく知っている				0.8	0.6
少し知識がある				1.7	1.7
名前は知っている				6.2	6.2
全く知らない				82.4	82.4
無回答				9.1	9.1

※平成27年度からの調査である。

問60　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○）

単位：%

調査年度	平成12年度	平成17年度	平成22年度	平成27年度	令和2年度
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	35.6
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	58.8
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				9.6	8.1
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	26.8
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				19.7	18.8
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				34.3	35.9
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				7.1	4.6
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				13.9	13.2
どれも知らない				15.6	16.1
無回答				4.8	4.5

※平成27年度からの調査である。

問 61　あなたは、新型コロナウイルス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〇）

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
区のおしらせ（せたがや区報）				20.4	15.9
世田谷区のホームページ				2.9	13.3
区役所（保健所などを含む）				4.1	2.7
学校、職場				17.9	19.0
病院や診療所				27.3	11.3
食品販売店や飲食店				2.2	1.8
スポーツ施設				0.9	1.9
家族や友人、グループやサークル活動の仲間				18.8	20.8
地域のタウン誌				1.2	0.4
テレビ、ラジオ、新聞、雑誌等				66.9	80.4
インターネット				31.1	59.1
その他				0.9	0.9
特にない				9.7	0.5
無回答				2.8	2.4

※平成 27 年度からの調査である。

※平成 27 年度以前は、新型コロナウイルスではなく感染症についての設問である。

問 64　あなたは、感染症予防全般（新型コロナウイルスに限らず、インフルエンザなども含む）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〇）

単位：%

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
帰宅時や食事前に手洗いをする				79.9	90.7
咳エチケットを心がける				45.4	71.7
マスクを着用する				53.6	93.1
予防接種を受ける				38.8	37.9
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	37.5
その他				1.0	2.3
特にしていない				7.3	1.0
無回答				1.9	2.6

※平成 27 年度からの調査である。

問 66　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○）

単位：％

調査年度	平成 12 年度	平成 17 年度	平成 22 年度	平成 27 年度	令和 2 年度
よく知っている				0.5	0.4
少し知っている				5.7	4.2
名前は知っている				7.6	8.6
知らない				83.7	83.8
無回答				2.5	3.0

※平成 27 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いますか。
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いますか
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いますか。

○この設問の回答者数　　324 人
○具体的な意見・要望件数　　345 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　健診について
○がん検診の制度が充実していると思います。 ○乳がん、子宮がん検診がありがたいです。 ○検診助成や保育園からの案内を通じ、区民の健康サポートの積極性を感じます。
２　健康に関する教室・イベントについて
○運動の推進などを区の施設と連動して進めてもらえるので、参加のハードルが比較的低くなり、参加しやすいです。 ○区民センター等で定期的にヨガ等実施しているため気軽に利用できてよいです。 ○梅ヶ丘にある保健医療福祉総合プラザで開催される健康に関する今後の催し物に期待しています。
３　子どもの健康・子育てについて
○中学生まで医療費無料は非常に助かりました。できればもっと延長してほしいです。 ○健診、イベントなど、乳児向けのサポートが手厚いと思いました。 ○マタニティへの対応が手厚くてよいです。

4　高齢者の健康や福祉について
○高齢者が介護を必要としないように、日常生活の取組についてさらに啓蒙を進めて下さい。
5　運動施設について
○近くに運動できる大きな公園スポーツ施設、運動場、競技場がたくさんあるのがよいと思います。 ○スポーツ施設とその運用は充実していると思います。
6　生活習慣病の予防及び健康の自己管理について
○何かひとつ健康に良いことを生活の中に加えてみようはよいところだと思います。 ○健康な体づくりに関したメニューやレシピがのっている冊子は、いつもためになっています。
7　啓発・情報提供について
○コロナの対応など区長が積極的に情報発信してくれたのは安心につながりました。 ○広報誌の活用はよいと思います。 ○年をとってからは区からの郵送される情報に助けられました。
8　アンケートについて
○このようにアンケートを取って現場の声を聞いているところはよいと思います。 ○このアンケートが来るまであまり関心がありませんでしたが、退職後の事を考える良いきっかけになりました。
9　その他
○区の保健センターに相談できて感謝しています。 ○PCR 検査の導入を積極的にすすめているところがよいと思います。 ○地域医療との連携ができていると思います。

【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　健診について
○ガンや人間ドックなど、無料の健康診断のバリエーションを増やしてほしいです。 ○保健所が遠く検診等受けにくいです。 ○子宮がん検診の検診票が届かず受診できませんでしたが、区に問合わせた結果、システム上のミスで、どうすることもできないと言われました。 ○乳がん、子宮がん検診は、隔年でなく毎年できるようにしてほしいです。

2　健康に関する教室・イベントについて

○親子で一緒にできる健康づくりイベントがあるとよいです。
○健康増進関連のイベントはほとんど保健所で実施されるので、住んでいる地区からアクセスしづらく、いつも参加できません。
○休日のイベントが少ないと思います。

3　子どもの健康・子育てについて

○雨の日、未就学児および学童の遊べる場所がとても少ないので、開放される体育館などを増やしてほしいです。
○経済的弱者、特に親の保護を受けられない子どもが、精神的にも、身体的にも健康でいられる施策をお願いします。
○待機児童が多い所が悪いと思います。
○発達障害について相談したくても、平日に相談に行くことが出来ず悩みを放置しているのが現状です。

4　高齢者の健康や福祉について

○外に出にくい状況の高齢者が増え、介護申請をしていない人でフレイル状態になっている方が増えています。声かけに拒否する人も含め対応を考えていただきたいです。
○公立の老人ホームは希望者が多すぎて入居が望めないと聞いています。
○私立のホームに入居する時に、少しでも援助金を区から出してほしいです。
○年金生活で賃貸住宅に住んでいますが、家賃が高いので、都営・区営アパートに応募しても、なかなか入居できません。

5　運動施設について

○手近にスポーツ、運動をできる場所がほしいです。
○自己負担は増えてもいいので質のよい施設をつくってほしいです。
○公園等、親子で思い切り、スポーツができる場所が増えるとよいと思います。

6　生活習慣病の予防及び健康の自己管理について

○せたがや便利帳などに、食事や運動などの健康づくりに関して、掲載ページがあるとよいと思います。
○肥満対策に力を入れてほしいです。
○図書館に健康に関する本が少ないように思います。

7　啓発・情報提供について

○「健康せたがやプラン」をこのアンケートではじめて知りました。身近なものとして浸透させる努めが不足しているように感じました。
○ただ読むことが前提となっている文字の発信だけに頼るのではなく、映像などわかりやすく興味が持てる手法にも取り組んでほしいです。
○紙媒体だけでなく、インターネットでの情報発信をしていくべきだと思います。

8　喫煙について

○公園や公共の場所、歩きたばこ、路上喫煙を全面禁止にしてほしいです。
○公園等にもっとわかりやすく禁煙の表記をしてください。
○喫煙による悪影響についてもっと周知してほしいです。

9　新型コロナウイルス感染症について

○感染予防のために早期に情報を公開すべきだと思います。
○PCR 検査をはやく全員に実施してほしいです。どこで受けられるのかわかりません。

10　アンケートについて

○インターネットを利用したアンケート調査を実施してほしいです。
○アンケートの量が多く、負担が大きいです。
○アンケートを取るだけとって活用されていないように思います。

11　その他

○健康保険料が高いです。
○同じ区内でも地域によって偏りがあるように思います。
○高齢者のための施策が多いと感じます。あらゆる年代に対する施策を行ってほしいです。
○バリアフリー化を進めてほしいです。
○世田谷区は近年、「ふるさと納税」にもっていかれて納税が少なくなっているので、健康づくりの企画をテーマに、例えば、健康に良い食品や、区内の温泉施設に入れる、やフィットネス券など、世田谷区独自の「ふるさと納税」、健康をテーマに考えたらよいと思います。

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　　185 人
○具体的な意見・要望件数　　222 件

回 答 内 容
１　健診について
○無料で色々な検診をできるようにしてください。 ○人間ドッグが受けやすい施設があるとうれしいです。 ○検診のインターネット予約ができるともっと参加しやすいです。 ○検診結果について、改善点など区からのフォローがほしいです。 ○乳癌・子宮癌健診を１年毎にできる制度にしてほしいです。
２　健康に関する教室・イベントについて
○年代別を細分化した講座やイベントを開いてほしいです。 ○働き世代が参加しやすい時間や日程のイベント等をもっと充実させてください。 ○交流の場も兼ねて子どもと一緒に体を動かすことができる機会、または子どもを安心して預けながら体を動かす機会があればと思います。
３　医療について
○高額医療費を免除してほしいです。 ○健康診断後の適切な医療危険への紹介など、医療機関との連携に力を入れてください。 ○健康保険料が高いので、病院に行かない人は安くしてほしいです。
４　高齢者の健康や福祉について
○100 才時代、世田谷区の人口、平均寿命などを考慮した高令者が参加しやすいシステム作りに期待します。 ○保健センターが梅丘になったことで、高齢者にとって行きづらくなりました。 ○今後高齢者のひとり暮らしの人が増えていくと思うので、ひとりでも参加できるサークルをつくってほしいです。
５　運動施設について
○施設の利用料金を安くしてほしいです。 ○夜間や土日もりようできる運動施設があるとよいです。 ○新たな施設をつくるのではなく、公園や道で快適に運動できるようにでデコボコなどを整備をしてほしいです。 ○サッカー場や多目的グランドを増やしてほしいです。

6　生活習慣病の予防及び健康の自己管理について

○予防に力を入れることが大切だと思います。
○歳を取ってから苦労しないように、若い人達に正しい知識を教えてほしいです。
○一過性のブームにまどわされないような健康づくりの基本をおさえてほしいと思います。
○健康を保つ為には、歩くことが欠かせません。ウォーキングや歩く事を推進するべきだと思います。

7　啓発・情報提供について

○インターネット等、機器からの情報を得ることが不得意な世代にも情報が提供されるように考慮してほしいです。
○ＳＮＳを活用して発信してほしいです。大人になってからは情報が得にくいです。
○区のお知らせなどで、具体的な情報がたくさん掲載されると。とても身近に感じることができ理解しやすいと思います。
○正直、このような取り組みが行われていること自体を知りませんでした。もっと、周知する方法を考えた方がよいのではないかと思います。取り組みはすばらしいことだと思うので、もったいないです。

8　喫煙について

○喫煙所や禁煙、分煙等厳しくしてほしいです。
○ベランダでたばこを吸う人がいます。隣の家庭からでる煙による受動喫煙について周知してください。
○烏山区民センター敷地内にある喫煙エリアを撤去してほしいです。

9　新型コロナウイルス感染症について

○コロナ対策について今以上にＰＣＲ検査など医療の充実を図ってください。
○コロナ対策については、積極的な情報提供、情報開示、検査の拡充、医療体制の充実による徹底した感染予防策が必要だと思います。

10　その他

○子ども手当含め、所得制限をなくしてほしいです。
○視覚障害者等障害者サポートを徹底してほしいです。
○プランにおいて年齢層別に考慮すると親しみやすくなると考えます。区民の意識向上を図るため月ごとに健康に関する強化月間を設けるとよいと思います。
○オンラインでの取組みを増やしていくべきです。若者が参加しやすい仕組みづくりをお願いします。

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　　223 人
○具体的な意見・要望件数　　223 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　健診について
○婦人科（乳がん、子宮がん）の検診を２年に１回から毎年にしてもらえるとうれしいです。 ○区のサポートによる病院での検診が増えるとよいと思います。 ○検診機会等を増加させてください。
２　健康に関する教室・イベントについて
○区立の小・中校の施設を指導者をつけて、スポーツを広く実施できるようにしてください。 ○身近な所で健康講座や高齢者が参加しやすい所があったらいいと思います。参加申込期日、人数制限等で申し込みをためらってしまいます。 ○ウォーキングイベントなど気軽に参加できるともっとよいと思います。 ○メンタルとフィジカル、両方ととのえられるような集まりや施設や場所があるとよいと思います。
３　子どもの健康・子育てについて
○子どもが望んでいますが、費用や待機児童など不安要素が多いです。 ○子どもの医療費全額負担を高校生まで引き上げてもらえるとうれしいです。 ○子育てで悩んだり、仕事との両立で苦しんだりしているので、相談できる環境を今以上につくってほしいです。
４　高齢者の健康や福祉について
○高齢者は、バスなどに乗って出掛けなくてもよい徒歩圏内に健康づくりとなる場があると参加しやすくなると思います。 ○外出支援を充実させてほしいです。都の行う都営交通のパス交付や、区の緑地確保整備の推進などにより街歩きする高齢者に会う機会が増えているように感じます。外に出る気持ちを持つ高齢者が増えることは区民の健康作りの一端になると思います。 ○ひとりでいろいろできなくなった時、安価で安全な施設があったらいいと思います。 ○年配に対してはもう少し介護保険料の負担を考えてほしいです。
５　運動施設について
○プール施設を整備してください。 ○施設の配置に地域差を感じています。平等にしてほしいです。

○公園の健康づくり設備がいつでも使える状態になっていること、子どもの遊具も使用禁止の期間が短ければ短いほど区民は健康だと思います。

6　生活習慣病の予防及び健康の自己管理について

○減塩や血糖値をあまり上昇させない食材や調理法の情報を提供してほしいです。
○安全で新鮮な食材を買える所が増えてくれたらと思います。食材を買い求める楽しみも増えます。食への意識にプラスにつながります。
○食事、運動、睡眠等健康づくりは個人レベルで気をつけることもたくさんあるが、行政としてできることはないかは引き続きご対応をお願いします。

7　啓発・情報提供について

○ほしい情報を選択して、それらをアプリで見ることができる“世田谷アプリ”のようなものがあれば利用したいと思います。
○区報を配布してほしいです。
○夜間診察・休日診療についてサイトがわかりづらいので、情報を整理してほしいです。

8　喫煙について

○路上喫煙者への罰則を強化してください。
○マンション等でもベランダで喫煙されると受動喫煙になるが、注意をする方法がありません。条例で決めてもらえると非常に助かります。
○たばこのポイ捨てに対しての意識改革をしてください。

9　新型コロナウイルス感染症について

○全員にＰＣＲ検査は不要、他のことに使うべきだと思います。
○新型コロナの検査体制、陽性者の対応等、今後ともスムーズに支援が受けられるよう、しっかりした区の体制づくりをよろしくお願いします。
○コロナウイルス感染拡大の４月頃、保健所に電話がつながらず、その場合、救急車にＴＥＬしてよいのかわからず困りました。病院に直接行くな、○○するなだけでなく、安心感を与える情報がほしいです。

10　アンケートについて

○アンケートの量が多いと思います。
○アンケートをインターネットで回答できるようにしてほしいです。
○このアンケートにより自分の生活へのアドバイスがあればよいと思います。

11　その他

○スピード感をもって、目に見える実行を希望します。
○歯列矯正を保険適用にしてください。歯並びが悪いと虫歯や全身の健康に影響が出ます。
○区民が健康に暮らせるよう、環境整備、健診の充実、医療機関の体制づくり、医療従事者の確保、保健所の見直し、感染症対策、しっかりやって下さい。お願いします。
○住まいの相談窓口が知りたいです。

世田谷区民の健康づくりに関する調査報告書

令和３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

ＴＥＬ 03（5432）2432

ＦＡＸ 03（5432）3022　　広報印刷物登録番号：No.1932