

II 調查結果

1. あなたの健康

(1) 健康上の問題での日常生活への影響有無

問1 あなたは現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか。(○はひとつ)

全体では、「ある」が24.4%、「ない」が74.3%となっている。(図1-1-1)

性別にみると、男女ともほぼ同じ傾向となっている。(図1-1-2)

性・年齢別にみると、男女ともに70歳以上では、「ある」が3割を超えて最も高くなっている。

(図1-1-2)

図1-1-1 健康上の問題での日常生活への影響有無 (全体/性別)

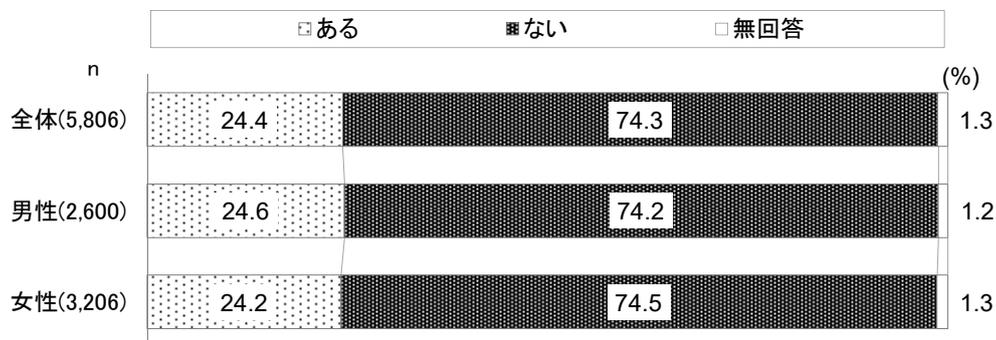
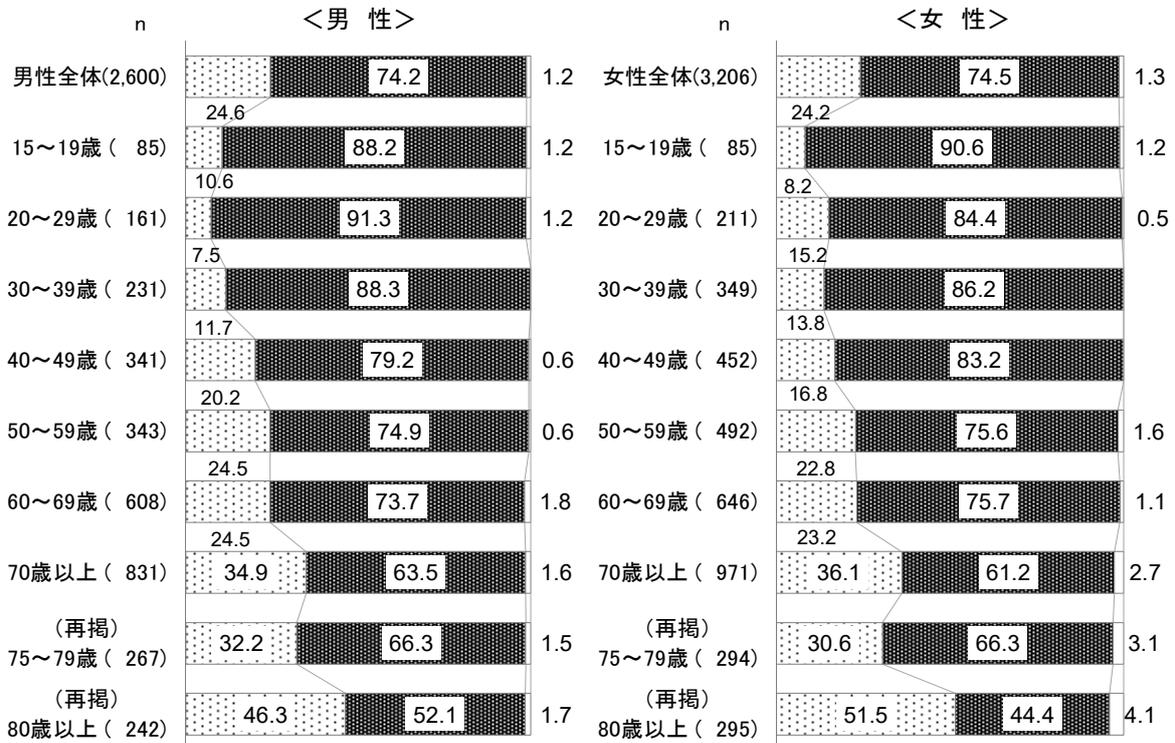


図1-1-2 健康上の問題での日常生活への影響有無 (性・年齢別)



過去の調査と比較すると、大きな差は見られずほぼ同じ傾向となっている。(図1-1-3)
 性別で過去の調査と比較してみても、大きな差はみられない。(図1-1-4)

図1-1-3 健康状態（過去の調査との比較）

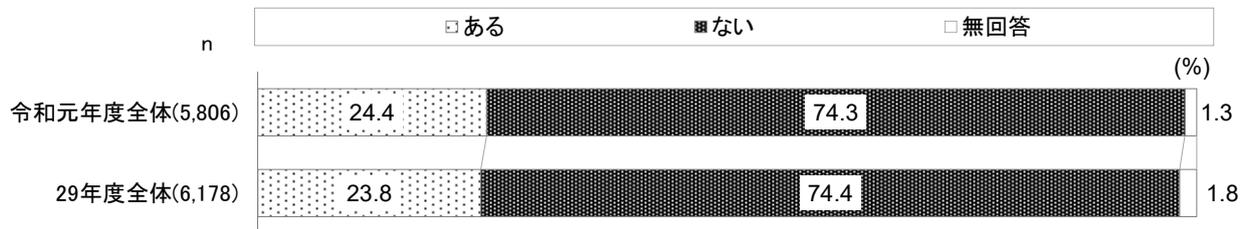
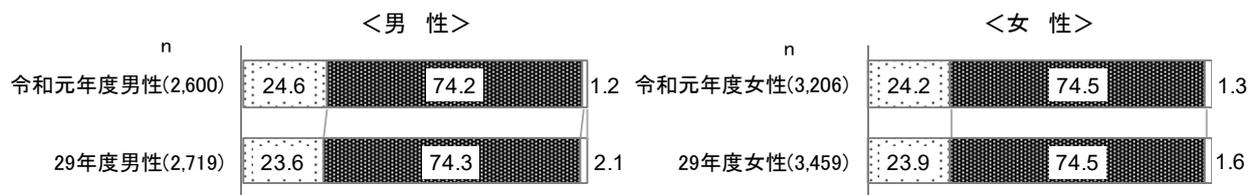


図1-1-4 健康状態（過去の調査との比較・性別）



※平成23・25・27年度調査では、この質問をしていない。

(2) 健康状態

問2 全体的に見て、過去1ヵ月間のあなたの健康状態はいかがでしたか。(○はひとつ)

全体では、「良い」が56.8%と最も高く、これと「最高に良い」(2.3%)と「とても良い」(12.7%)の3つを合わせた《良い》は71.8%となっている。「あまり良くない」(21.6%)、「良くない」(4.1%)、「ぜんぜん良くない」(1.7%)の3つを合わせた《良くない》は27.4%となっている。(図1-2-1)

性別にみると、《良い》は男性(73.0%)が女性(71.0%)より2.0ポイント高くなっている。

(図1-2-1)

性・年齢別にみると、《良い》は男性の20~29歳と女性の15~19歳で最も高くなっている。《良くない》は男女とも、70歳以上で最も高く、特に女性(37.1%)が高くなっている。(図1-2-2)

図1-2-1 健康状態(全体/性別)

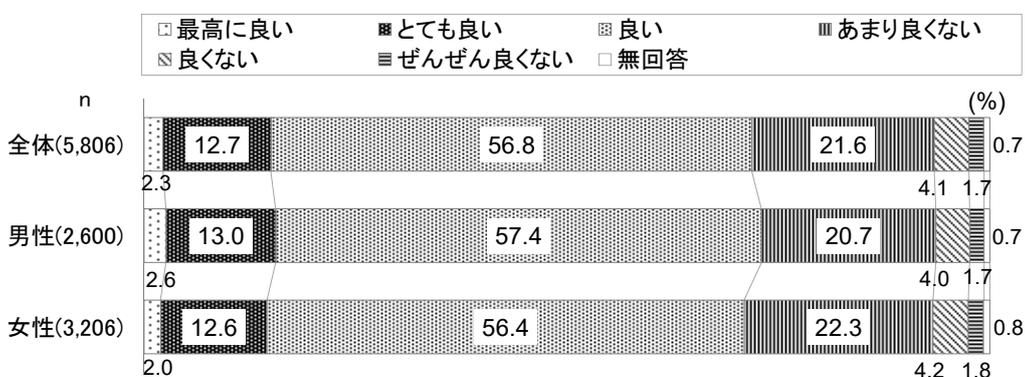
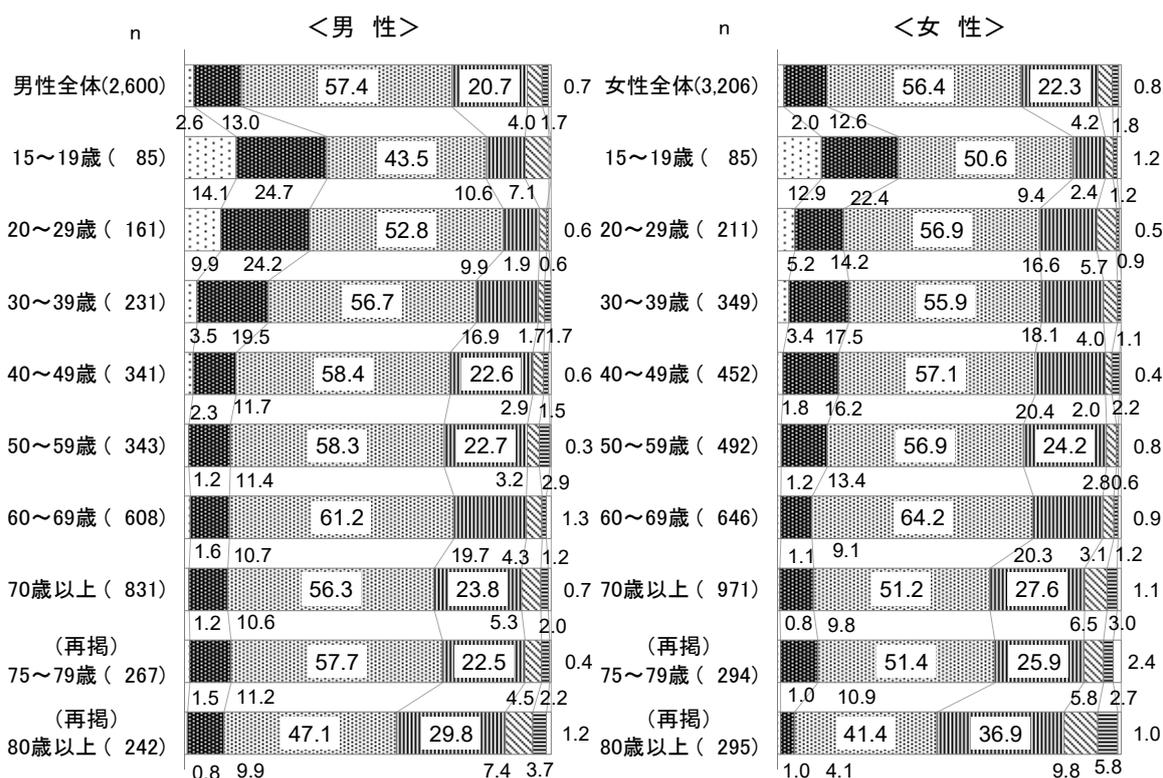


図1-2-2 健康状態(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《良い》(71.8%)は平成23年度以降7割台で推移しているが、最も多かった平成23年度(74.9%)に比べると3.1ポイント減少している。(図1-2-3)

性別で過去の調査と比較すると、《良い》は女性(71.0%)で平成23年度(74.0%)より3.0ポイント減少している。(図1-2-4)

図1-2-3 健康状態(過去の調査との比較)

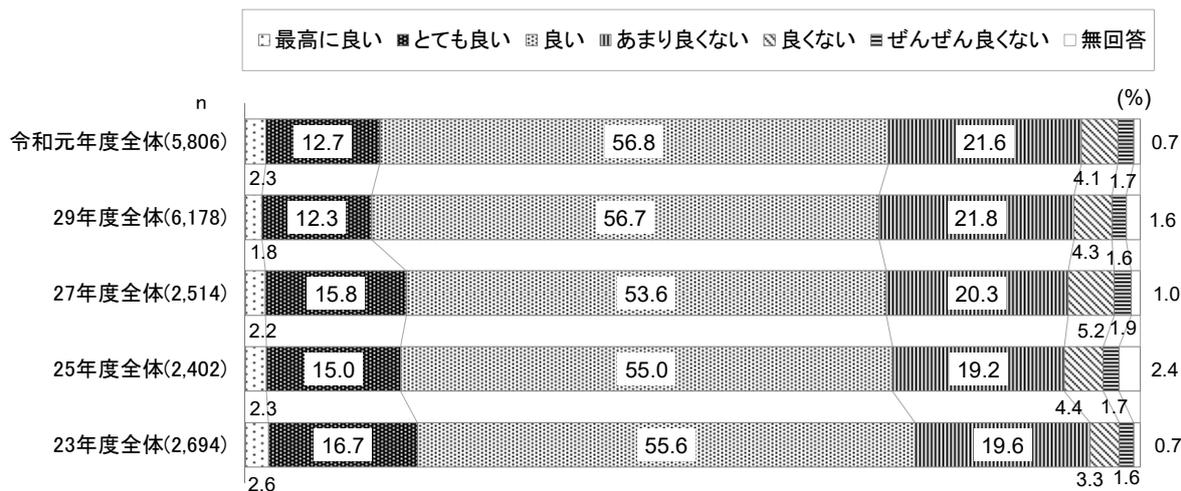
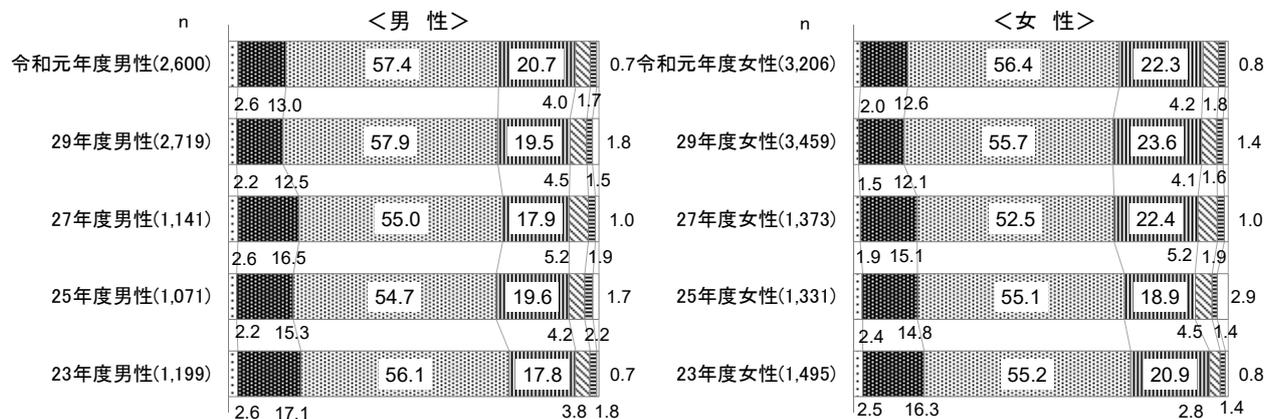


図1-2-4 健康状態(過去の調査との比較・性別)



(3) 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか

問3 過去1ヵ月間に体を使う日常活動（歩いたり階段を昇ったりなど）をすることが、身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。（〇はひとつ）

全体では、「ぜんぜん、妨げられなかった」が55.6%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（19.9%）、「少し妨げられた」（16.2%）、「かなり妨げられた」（5.4%）、「体を使う日常活動ができなかった」（1.7%）の4つを合わせた《妨げられた》は43.2%となっている。（図1-3-1）

性別にみると、大きな差はみられない。（図1-3-1）

性・年齢別にみると、《妨げられた》は、20～29歳で最も差がみられ、女性（27.0%）が男性（16.1%）より10.9ポイント高くなっている。70歳以上では《妨げられた》が女性で63.4%、男性で58.4%と高くなっている。（図1-3-2）

図1-3-1 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（全体／性別）

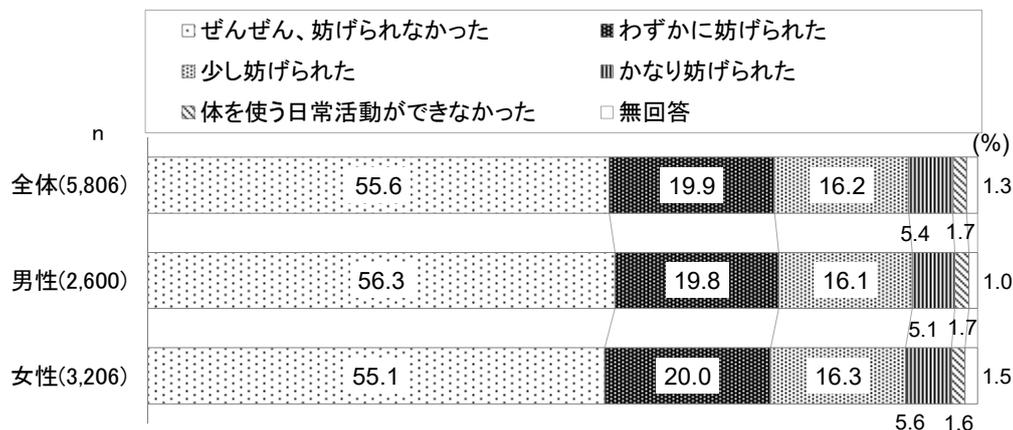
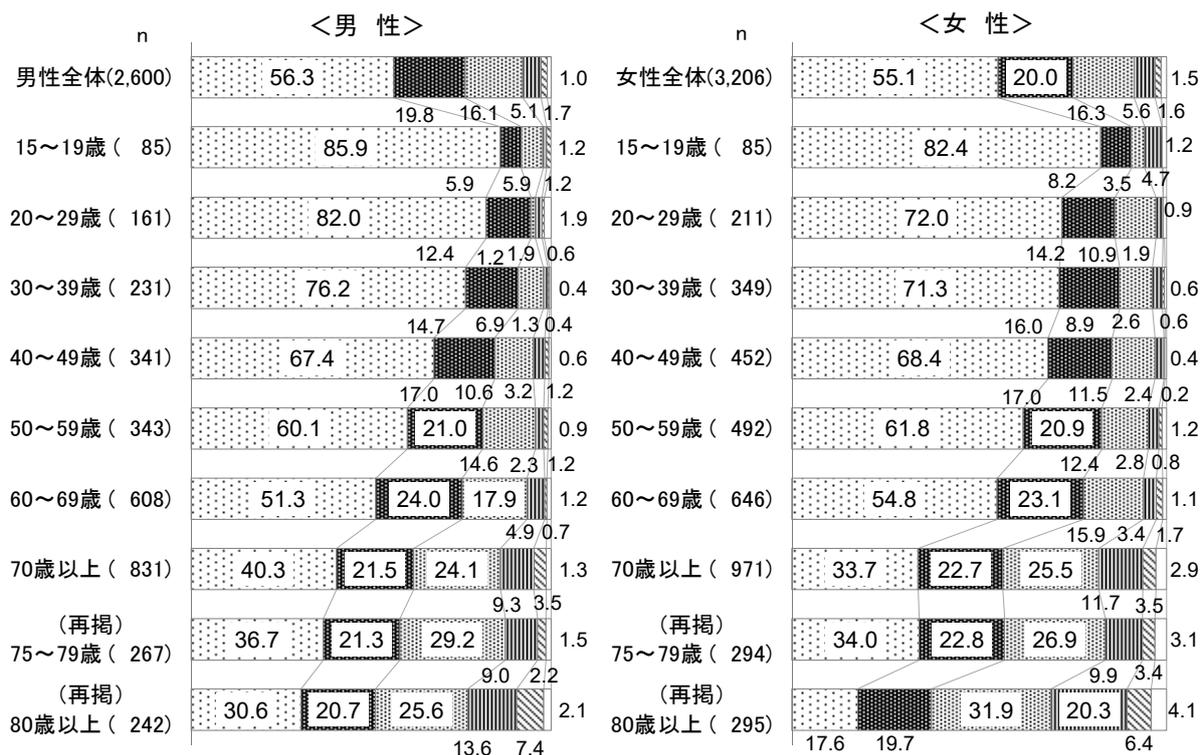


図1-3-2 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」が平成23年度以降減少している。

(図1-3-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、男女ともに平成23年度以降減少している。(図1-3-4)

図1-3-3 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（過去の調査との比較）

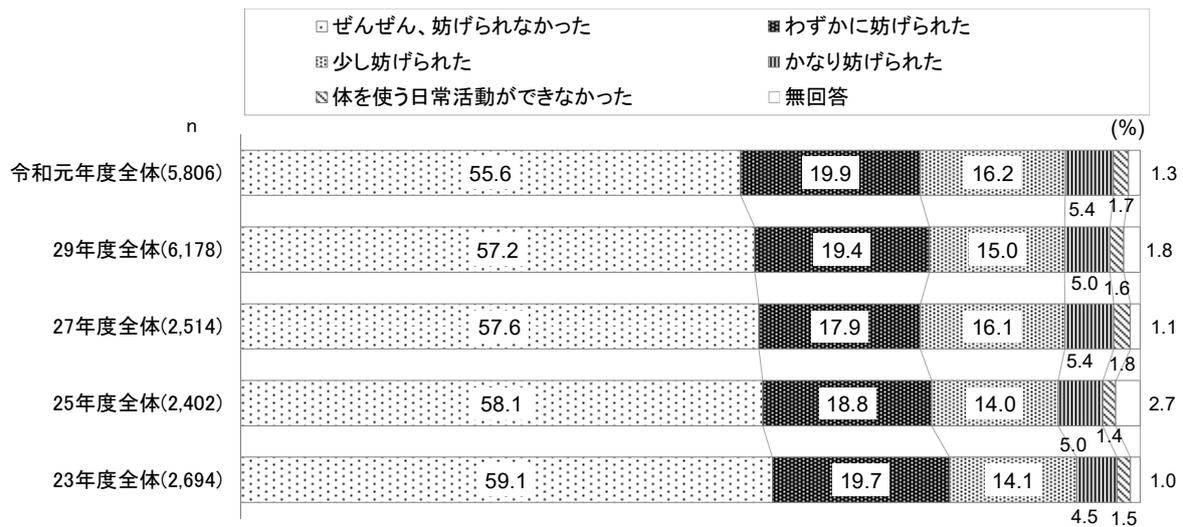
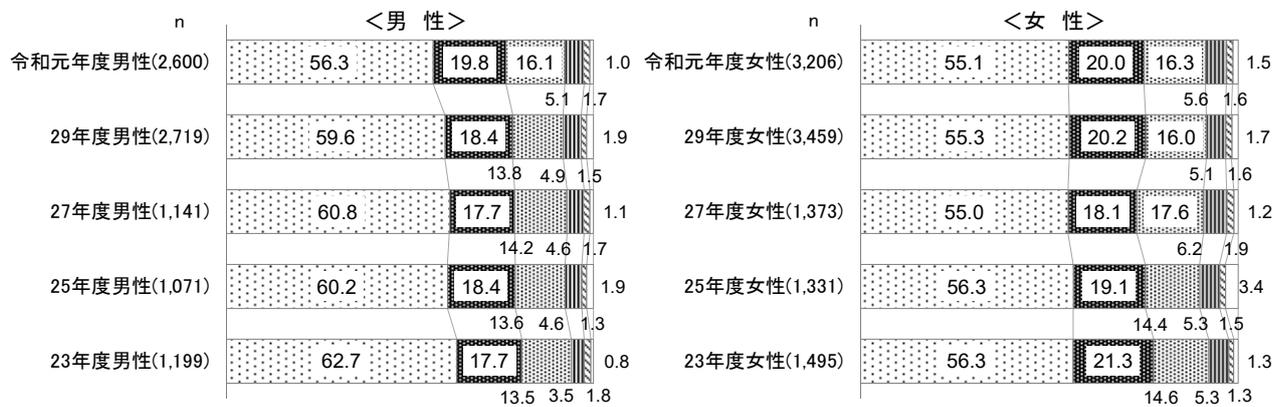


図1-3-4 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(4) 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか

問4 過去1ヵ月間に、いつもの仕事(家事も含みます)をすることが、身体的な理由でどのくらい妨げられましたか。(○はひとつ)

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が52.1%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(23.8%)、「少し妨げられた」(15.7%)、「かなり妨げられた」(5.4%)、「体を使う日常活動ができなかった」(2.0%)の4つを合わせた《妨げられた》は46.9%となっている。(図1-4-1)

性別にみると、「ぜんぜん、妨げられなかった」は男性(54.9%)が女性(49.9%)より5.0ポイント高くなっている。(図1-4-1)

性・年齢別にみると、男女ともに「ぜんぜん、妨げられなかった」は70歳以上が4割未満で低くなっている。最も差がみられた20~29歳では、女性(57.3%)が男性(75.8%)より18.5ポイント低くなっている。また、30~39歳と40~49歳でも女性が男性より10ポイント超低くになっており、大きな差がみられた。(図1-4-2)

図1-4-1 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか(全体/性別)

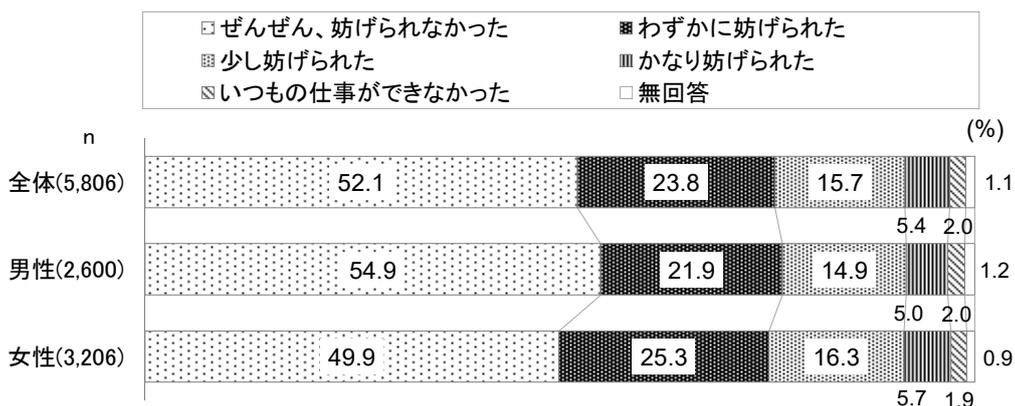
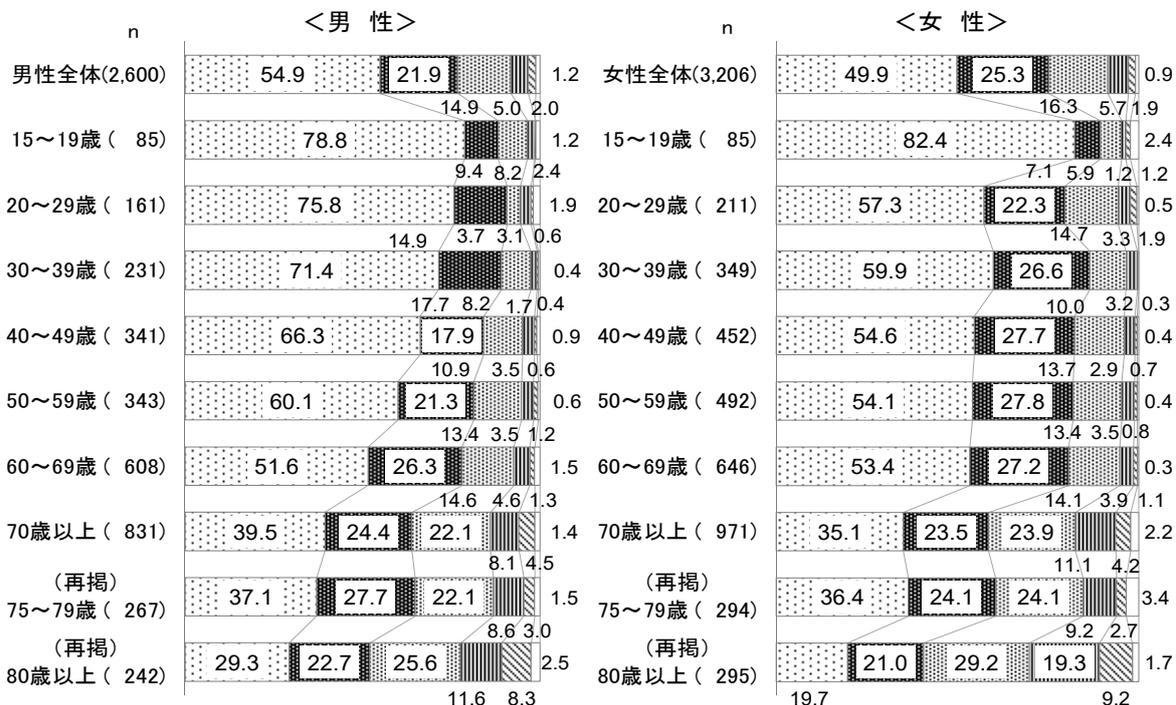


図1-4-2 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」が平成23年度以降減少している。

(図1-4-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、男性では平成23年度以降は減少している。(図1-4-4)

図1-4-3 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（過去の調査との比較）

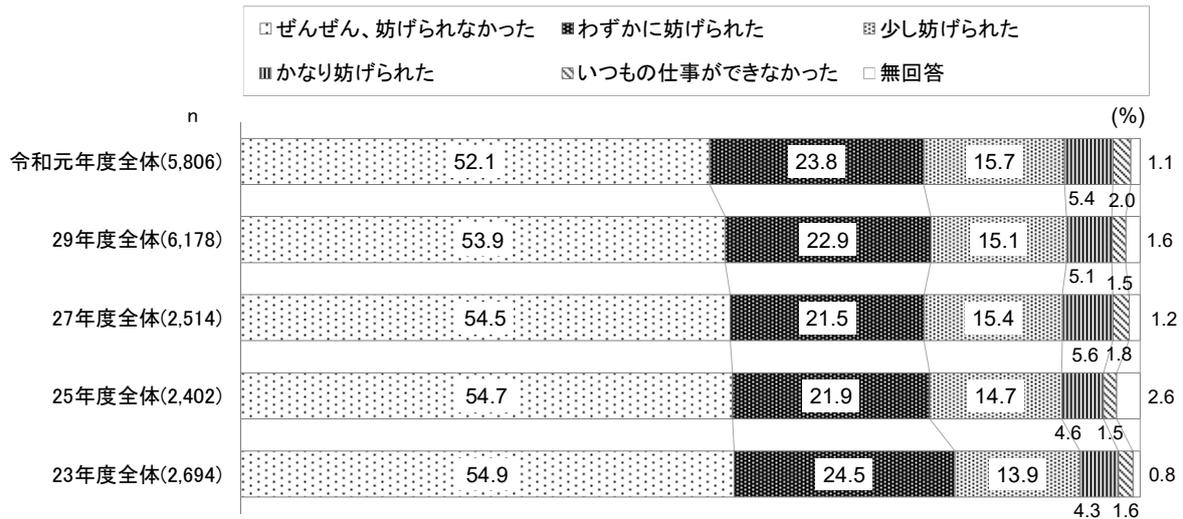
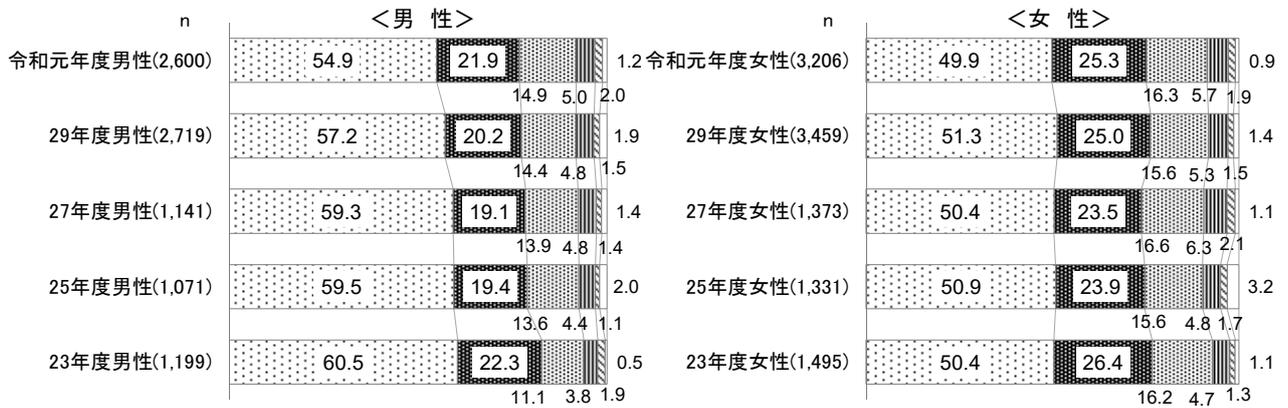


図1-4-4 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(5) 体の痛み

問5 過去1ヵ月間に、体の痛みはどのくらいありましたか。(〇はひとつ)

全体では、「ぜんぜんなかった」は24.8%となっている。「かすかな痛み」は26.5%、「軽い痛み」は29.5%、「中くらいの痛み」は13.0%などとなっている。(図1-5-1)

性別にみると、「ぜんぜんなかった」は男性(27.4%)が女性(22.6%)より4.8ポイント高くなっている。(図1-5-1)

性・年齢別にみると、「ぜんぜんなかった」は男女ともに15~19歳で5割を超えており高くなっている。「痛みがあった」という選択肢の中で最も差がみられたのは20~29歳の「中くらいの痛み」で、女性(17.1%)が男性(7.5%)より9.6ポイント高くなっている。(図1-5-2)

図1-5-1 体の痛み(全体/性別)

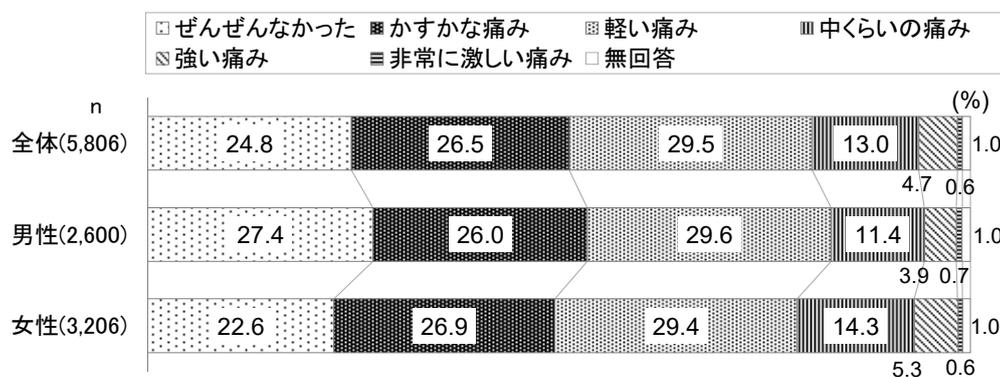
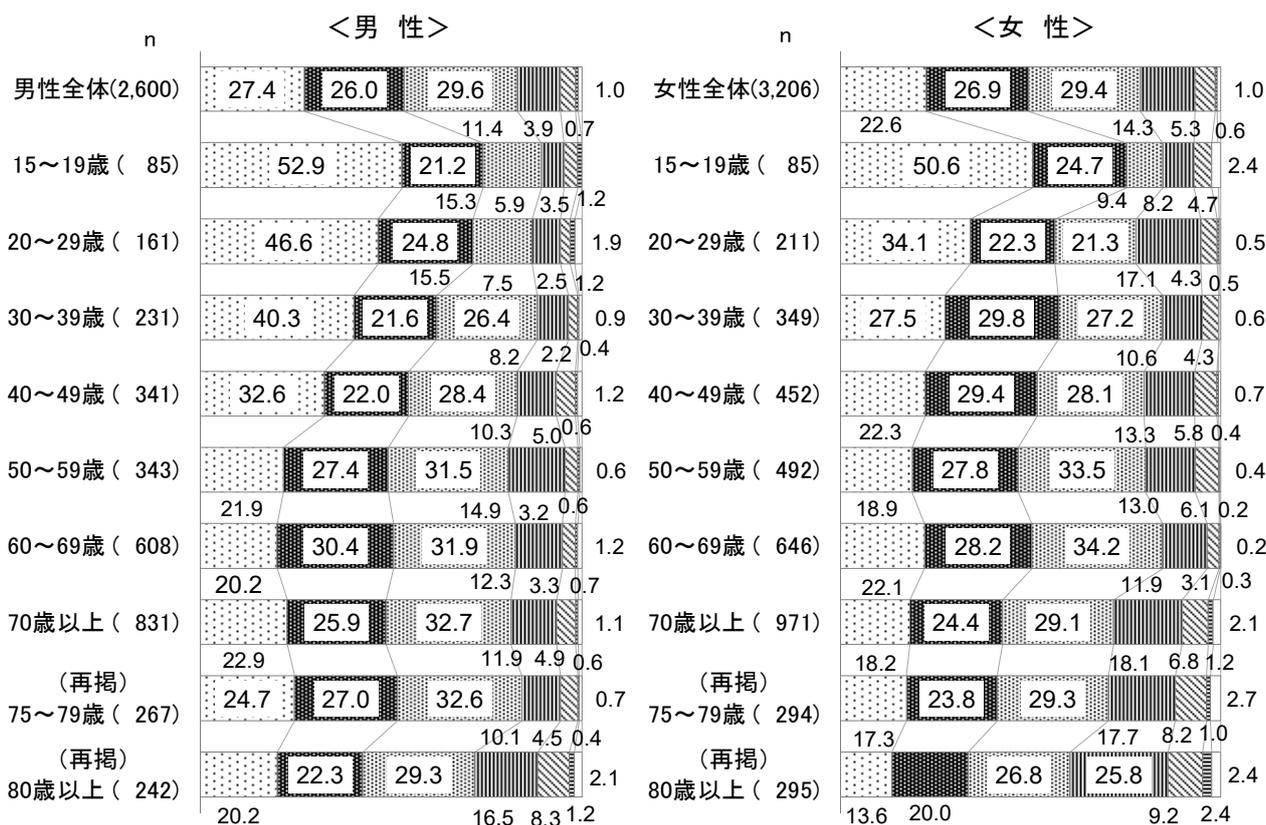


図1-5-2 体の痛み(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」(24.8%)は平成29年度(25.0%)より0.2ポイント減少している。(図1-5-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」は、男性では平成23年度以降最も低い割合となっている。(図1-5-4)

図1-5-3 体の痛み(過去の調査との比較)

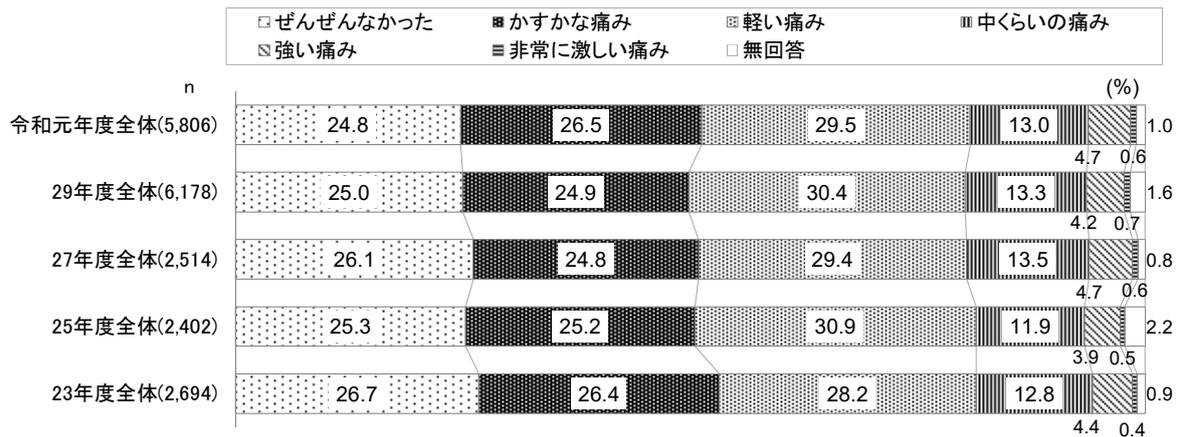
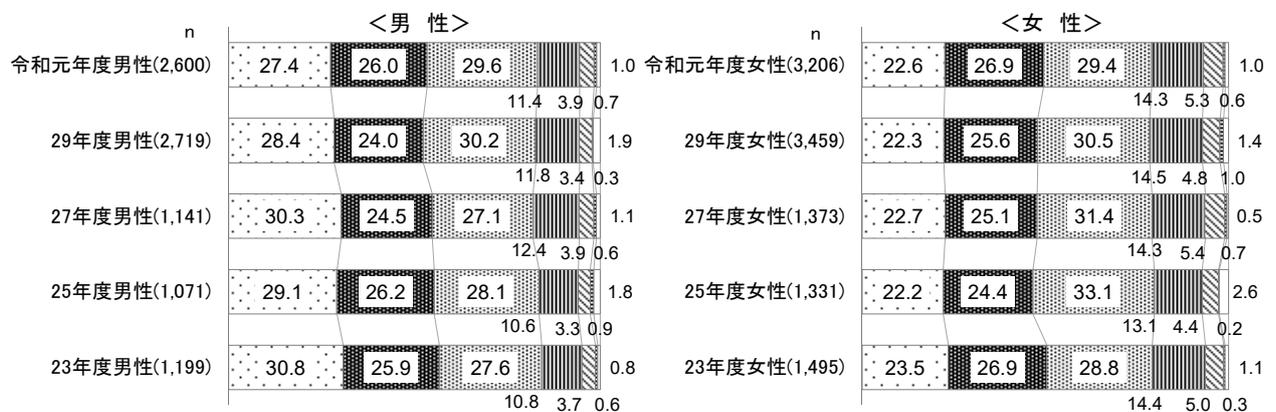


図1-5-4 体の痛み(過去の調査との比較・性別)



(6) 元気の度合い

問6 過去1ヵ月間、どのくらい元気でしたか。(〇はひとつ)

全体では、「非常に元気だった」(9.9%)、「かなり元気だった」が41.9%となっており、この2つを合わせた《元気だった》は51.8%となっている。「少し元気だった」は35.5%、「わずかに元気だった」(9.4%) などとなっている。(図1-6-1)

性別にみると、《元気だった》は男性(52.0%)が女性(51.5%)と大きな差はみられない。

(図1-6-1)

性・年齢別にみると、「非常に元気だった」は男女ともに15~19歳で最も高くなっている。最も差がみられた20~29歳では、男性(70.2%)が女性(53.0%)より13.7ポイント高くなっている。また、15~19歳は4.7ポイント、30~39歳は3.5ポイントと、いずれも男性が女性よりも高くなっている。(図1-6-2)

図1-6-1 元気の度合い(全体/性別)

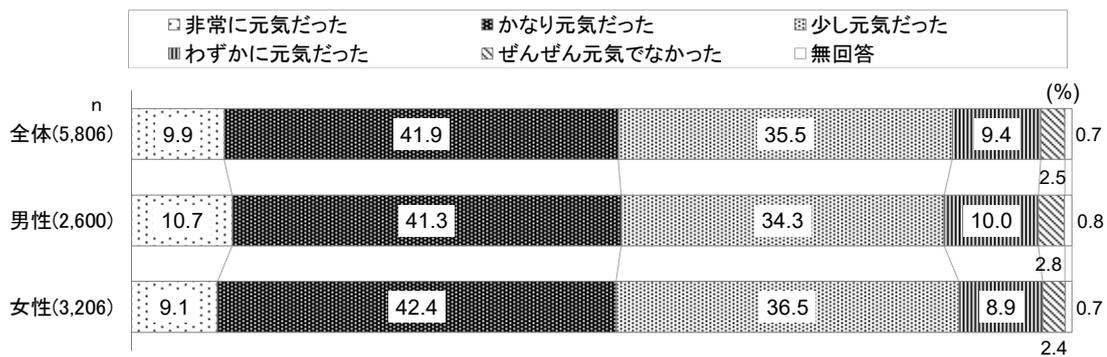
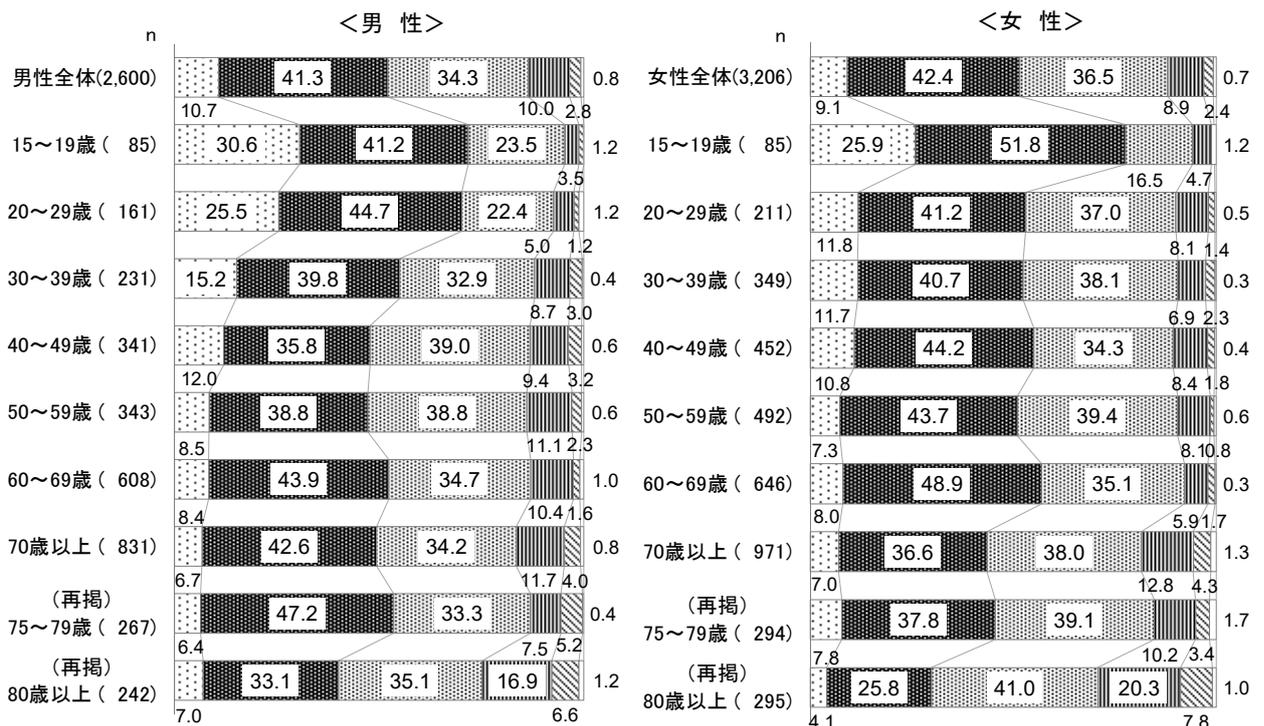


図1-6-2 元気の度合い(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《元気だった》は平成23年度以降最も低い割合となっている。

(図1-6-3)

性別で過去の調査と比較すると、《元気だった》は、男性では平成21年度以降最も低い割合となっている。(図1-6-4)

図1-6-3 元気の度合い（過去の調査との比較）

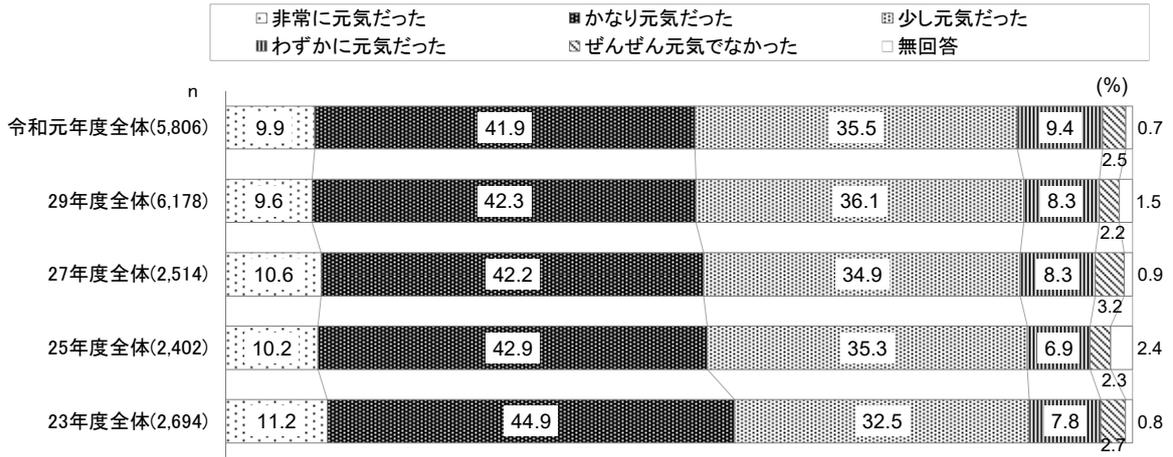
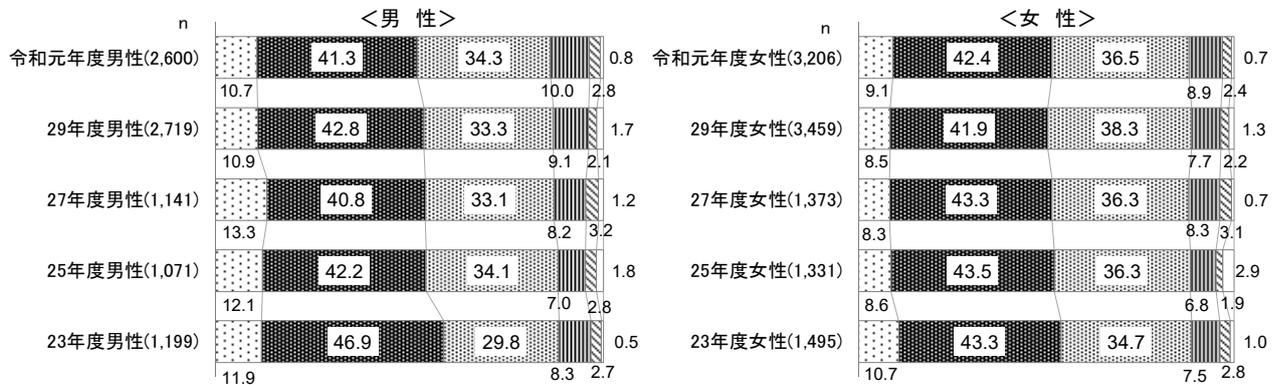


図1-6-4 元気の度合い（過去の調査との比較・性別）



(7) 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか

問7 過去1ヵ月間に、家族や友人とのふだんのつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、どのくらい妨げられましたか。(○はひとつ)

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が56.7%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(21.7%)、「少し妨げられた」(14.1%)、「かなり妨げられた」(4.9%)、「つきあいができなかった」(1.7%)の4つを合わせた《妨げられた》は42.4%となっている。(図1-7-1)

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性(59.1%)が女性(54.7%)より4.4ポイント高くなっている。(図1-7-1)

性・年齢別にみると、《妨げられた》は女性15~19歳(36.5%)で男性15~19歳(22.1%)より14.4ポイント高く、年代によっては男女差が大きくなっている。(図1-7-2)

図1-7-1 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか(全体/性別)

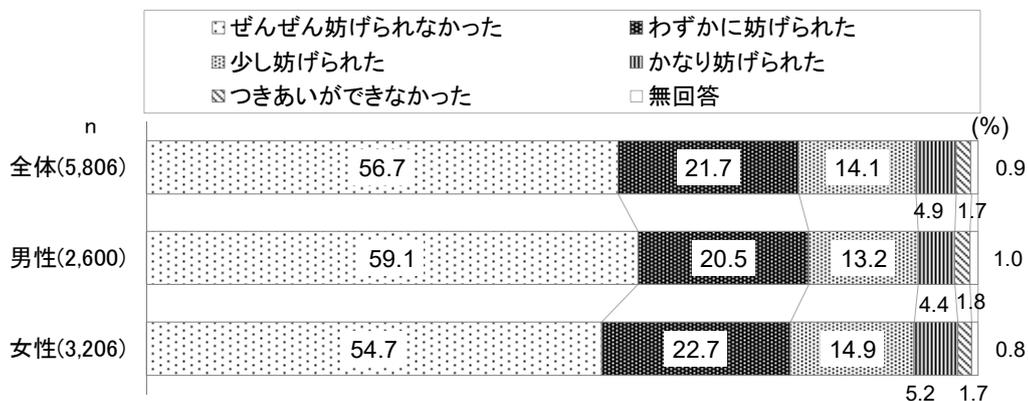
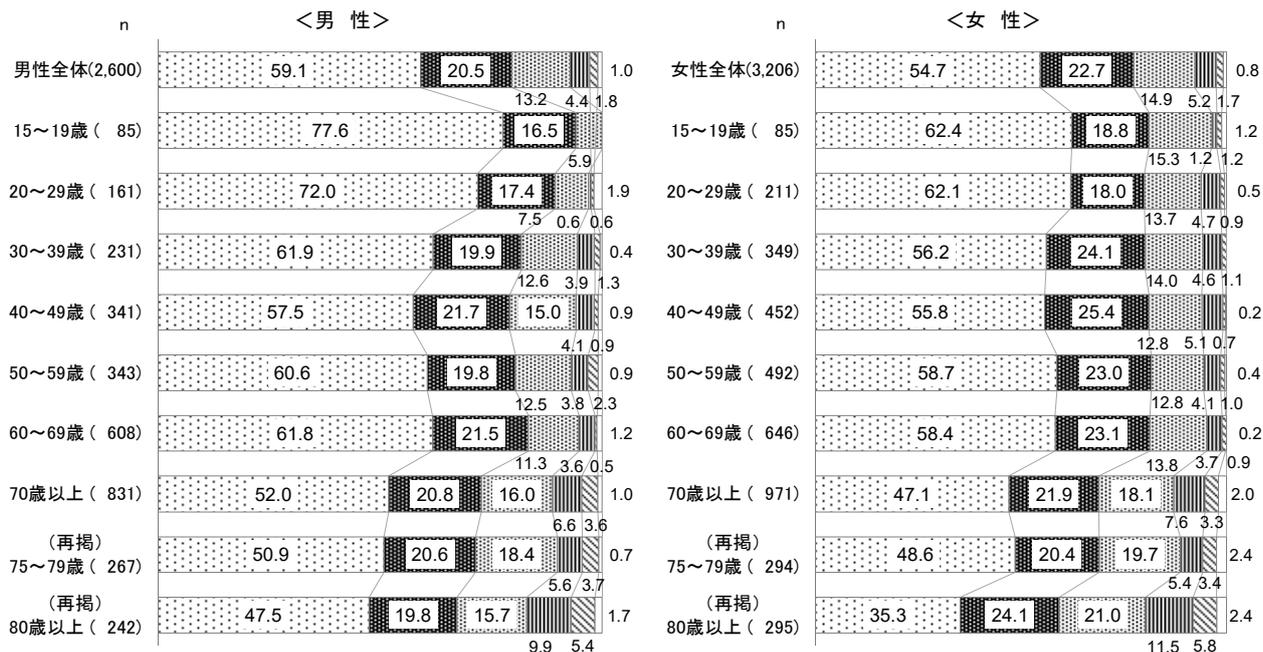


図1-7-2 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、平成29年度（58.3%）より1.6ポイント減少している。（図1-7-3）

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、男女ともに平成29年度より減少している。（図1-7-4）

図1-7-3 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか
（過去の調査との比較）

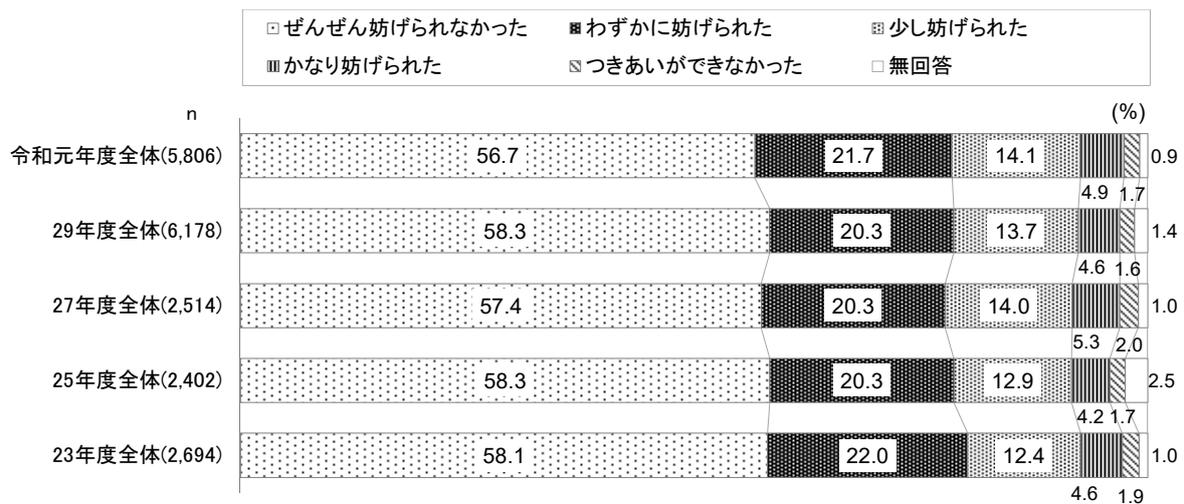
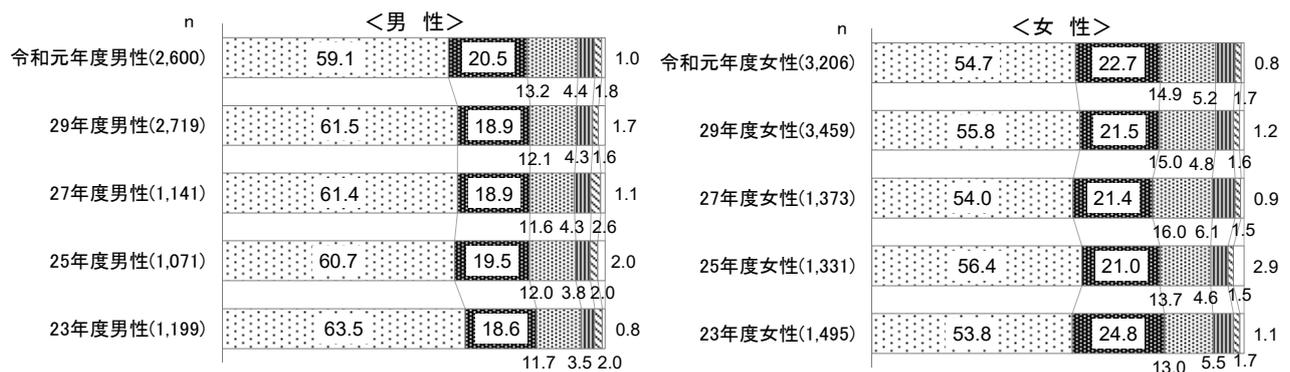


図1-7-4 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか
（過去の調査との比較・性別）



(8) 心理的な問題にどのくらい悩まされたか

問8 過去1ヵ月間に、心理的な問題（不安を感じたり、気分が落ち込んだり、イライラしたり）どのくらい悩まされましたか。（○はひとつ）

全体では、「ぜんぜん悩まされなかった」が22.0%となっている。「かなり悩まされた」（11.1%）、「非常に悩まされた」（4.4%）の2つを合わせた《心理的苦痛を感じている》は15.5%となっている。（図1-8-1）

性別にみると、《心理的苦痛を感じている》は女性（17.0%）が男性（13.7%）より3.3ポイント高くなっている。（図1-8-1）

性・年齢別にみると、「ぜんぜん悩まされなかった」は、男性15～19歳（34.1%）、男性20～29歳（33.5%）、男性70歳以上（30.0%）で高くなっている一方、女性はすべての年代で男性に比べ低く、特に40～49歳（13.5%）が最も低くなっている。（図1-8-2）

図1-8-1 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（全体／性別）

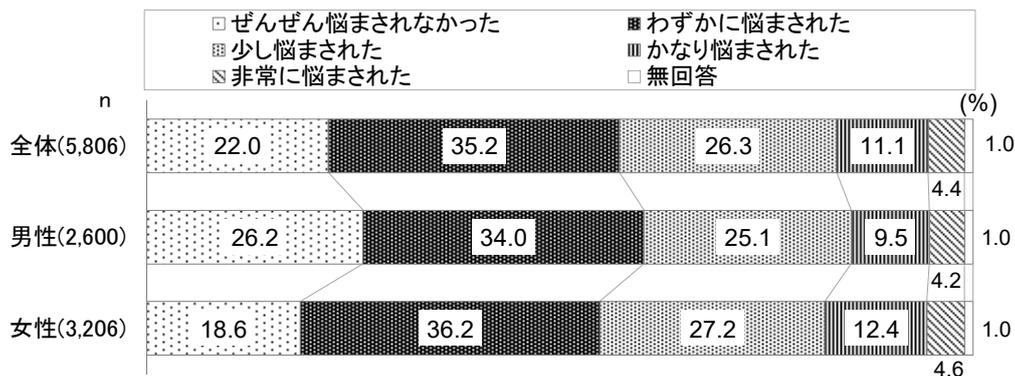
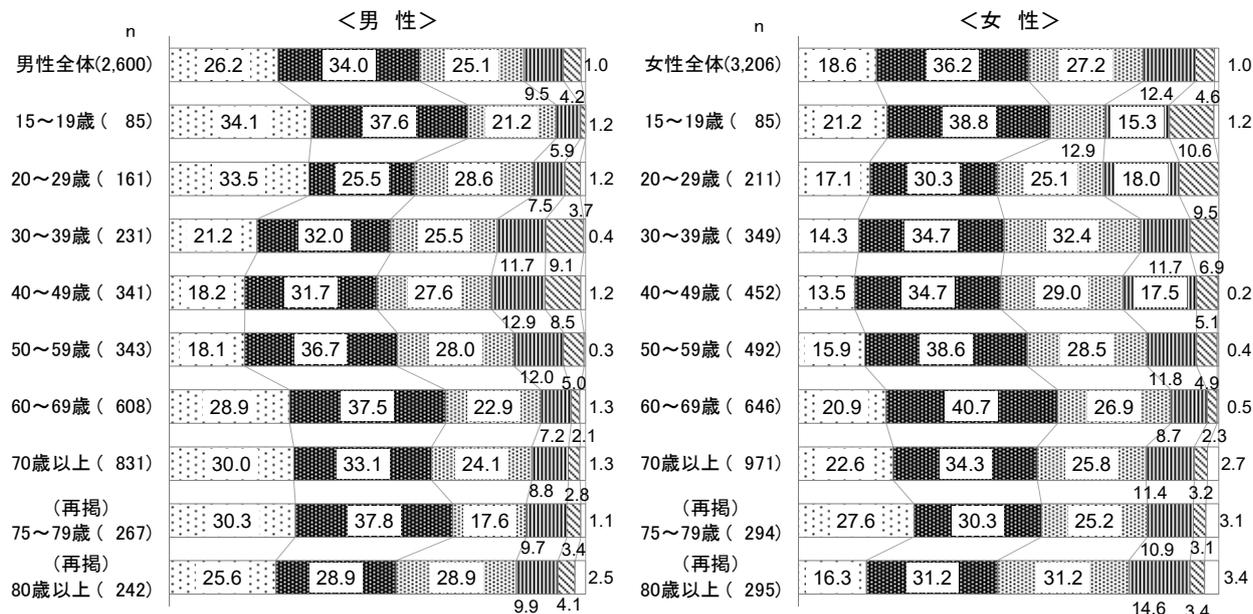


図1-8-2 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、《心理的苦痛を感じている》(15.5%)は、平成29年度(15.3%)と同程度となり、大きな差はみられない。(図1-8-3)

性別で過去の調査と比較すると、《心理的苦痛を感じている》は、男性(13.7%)で平成29年度(12.7%)より1.0ポイント増加している。(図1-8-4)

図1-8-3 心理的な問題にどのくらい悩まされたか(過去の調査との比較)

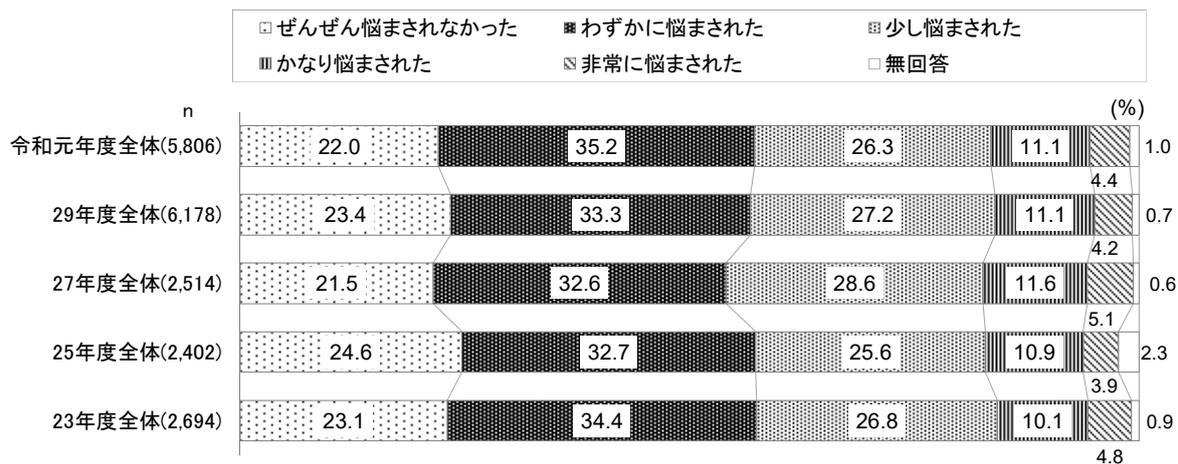
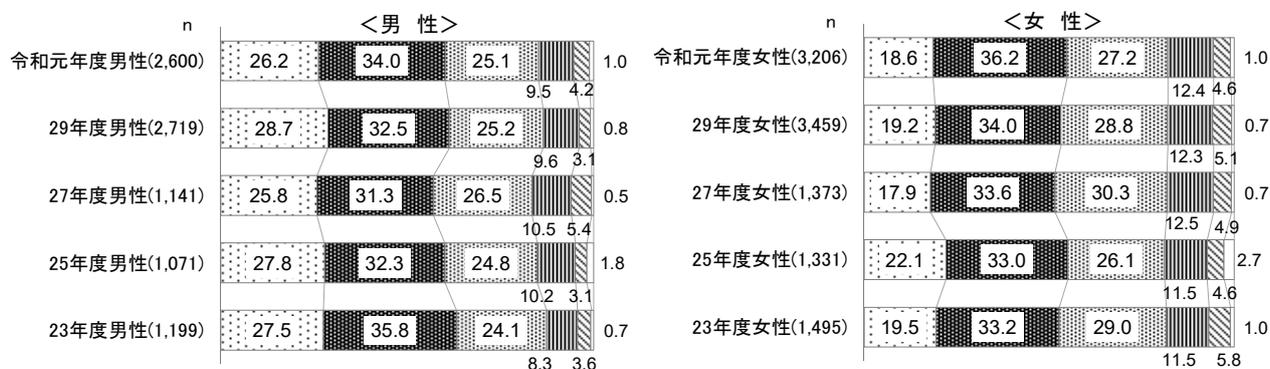


図1-8-4 心理的な問題にどのくらい悩まされたか(過去の調査との比較・性別)



(9) 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか

問9 過去1ヵ月間に、日常行う仕事（仕事、学校、家事などのふだんの行動）が、心理的な理由でどのくらい妨げられましたか。（〇はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が38.6%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（32.1%）、「少し妨げられた」（19.1%）、「かなり妨げられた」（7.6%）、「日常行う活動ができなかった」（1.4%）の4つを合わせた《妨げられた》は60.2%となっている。（図1-9-1）

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性（40.4%）が女性（37.2%）より3.2ポイント高くなっている。（図1-9-1）

性・年齢別にみると、「ぜんぜん、妨げられなかった」は男性では40～49歳（32.8%）、女性では30～39歳（33.5%）が最も低くなっている。最も差がみられた20～29歳では、女性（34.1%）が男性（52.8%）より18.7ポイント低くなっている。（図1-9-2）

図1-9-1 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（全体/性別）

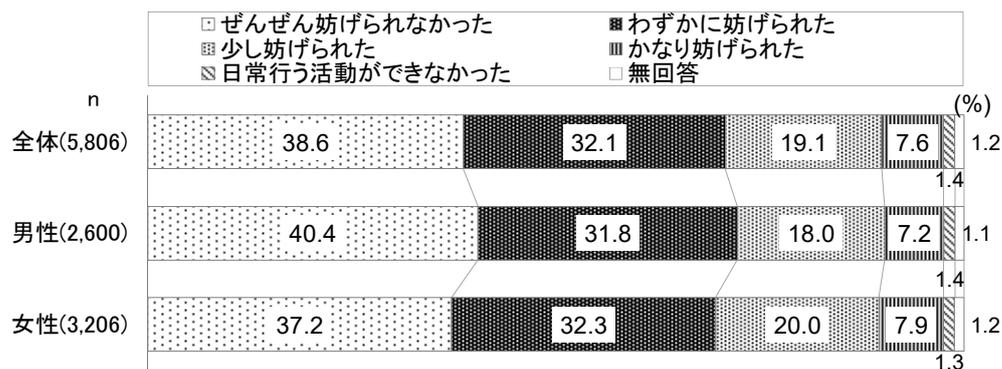
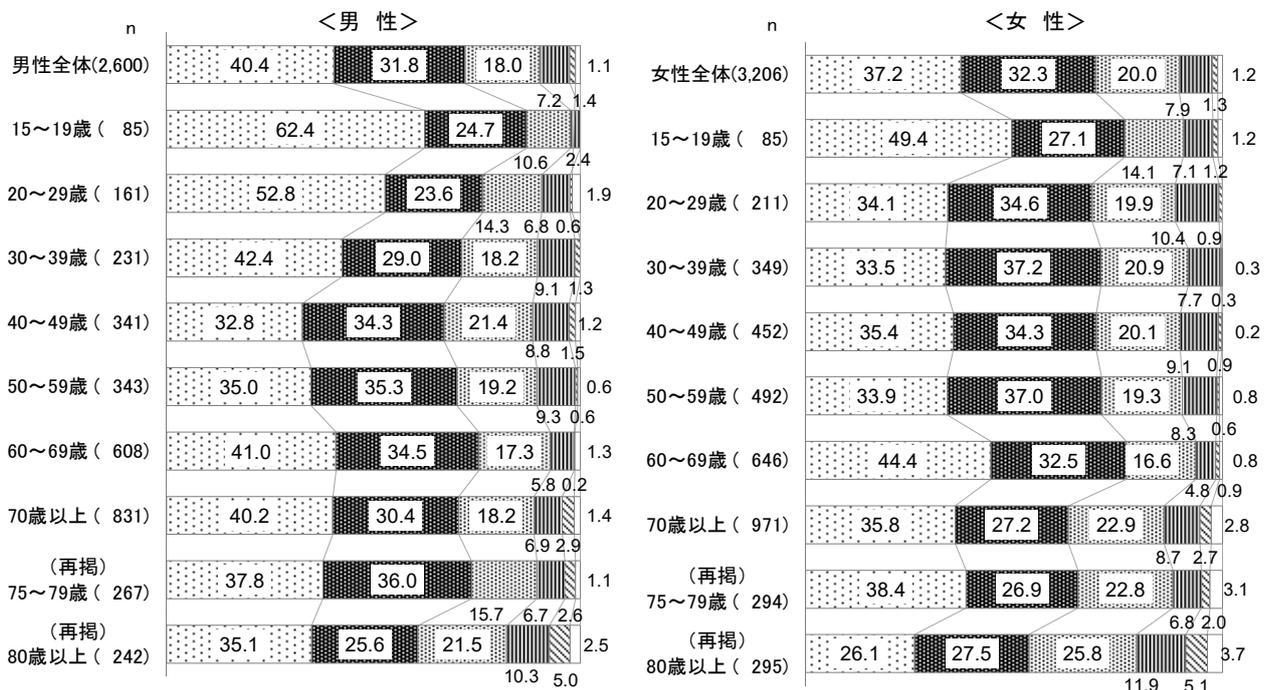


図1-9-2 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」(38.6%)は平成29年度(41.0%)より2.4ポイント減少している。(図1-9-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、男女とも平成29年度より減少している。(図1-9-4)

図1-9-3 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか(過去の調査との比較)

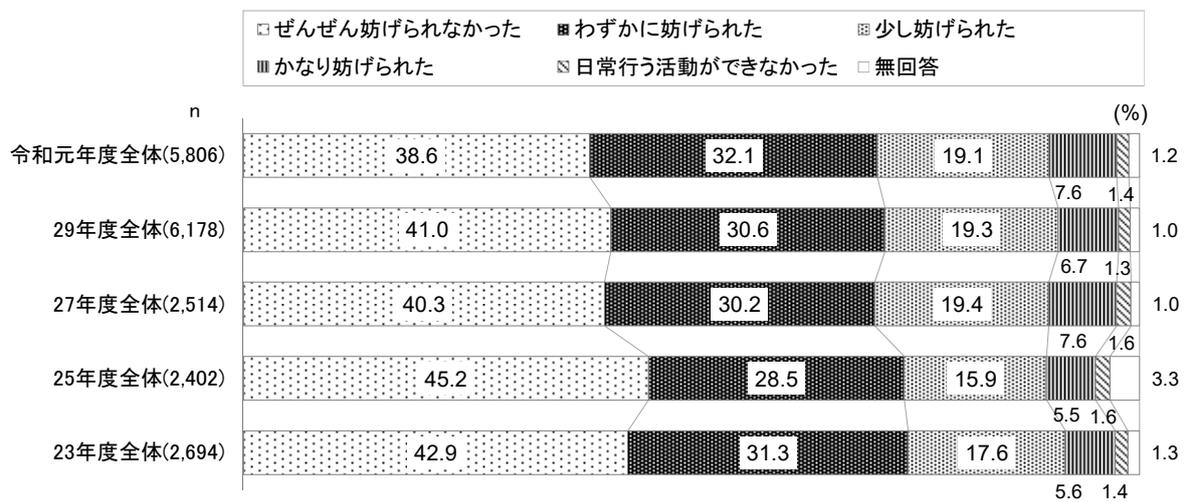
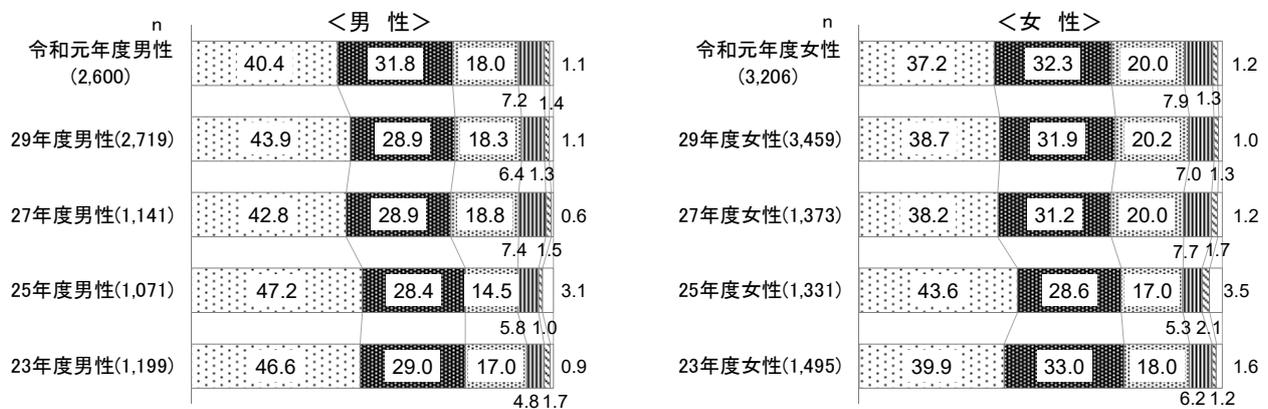


図1-9-4 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



(10) 健康QOL指標のひとつであるSF8の結果

問2から問9の回答を用いて、健康関連QOL指標のひとつであるSF8の得点を算出した。

各自のSF8の得点は国民標準値を50点とした相対的な点数であり、健康を「全体的健康感」、「身体機能」、「日常役割機能（身体）」、「体の痛み」、「活力」、「社会生活機能」、「心の健康」、「日常役割機能（精神）」の8つの領域（尺度）に分けて得点が算出される。また、8つの領域を身体的側面、精神的側面の2つに統合し、各総合指標として「身体的健康サマリースコア」、「精神的健康サマリースコア」の点数で表している。

SF8について

SF健康調査票は、健康関連QOL(Health Related Quality of Life)を測定するための、科学的な信頼性・妥当性を持つ尺度である。

健康関連QOLとは、医療評価のためのQOLとして、個人の健康に由来する事項に限定した概念として定義されている。今回の評価に使ったSF8は、大きな調査用として用いられている。

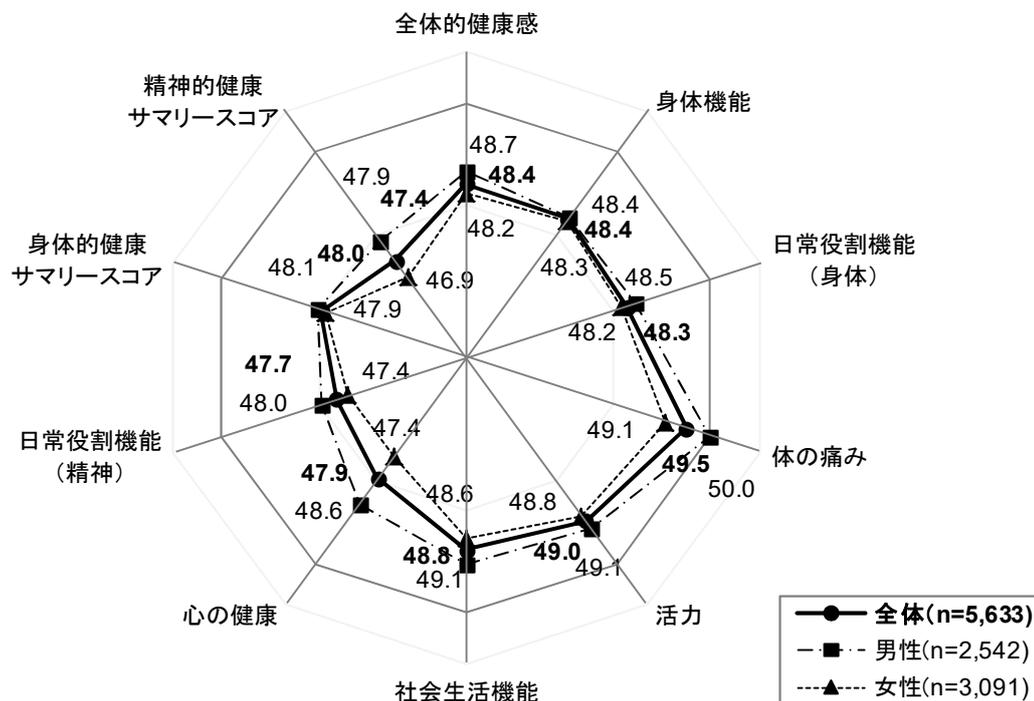
SF8には、国民の性、年齢、地域、都市規模等の分布と同じになるようにサンプリングして行った全国調査から得られた、SF8の平均値である国民標準値が設定されている。

ある対象から得られたSF8の結果を評価する際に、国民標準値を基準にして、スコアが高いほどQOLが良好であることを示すものである。SF8により、健康を8つの領域（尺度）にわけ、それぞれのQOLを測定することができる。

健康の8領域の各得点の全体の平均値は、「体の痛み」が49.5点で最も点数が高くなっており、すべての項目で国民標準値である50点を下回っている。特に「精神的健康サマリースコア」の平均値は47.4点で、10項目中最も低い点数となっている。(図1-10-1)

性別にみると、50点以上の項目は、男性は「体の痛み」(50.0点)となっており、女性はすべての項目で50点を下回っている。平均値が最も低いのは、男女とも「精神的健康サマリースコア」(男性47.9点、女性46.9点)となっている。また、すべての項目で、男性の方が女性より得点が高くなっている。(図1-10-1)

図1-10-1 SF8の各尺度の得点(全体/性別)



性別・年齢別にみると、男性では「身体的機能」、「日常役割機能（身体）」、「身体的健康サマリースコア」の3項目で、20～29歳、それ以外の7項目では15～19歳の得点が最も高くなっている。

女性では「社会生活機能」で20～29歳、「身体機能」では20～29歳、30～39歳、「心の健康」、「日常役割機能（精神）」、「精神的健康サマリースコア」の3項目で60～69歳、それ以外の5項目では15～19歳の得点が最も高くなっている。（表1-10-1）

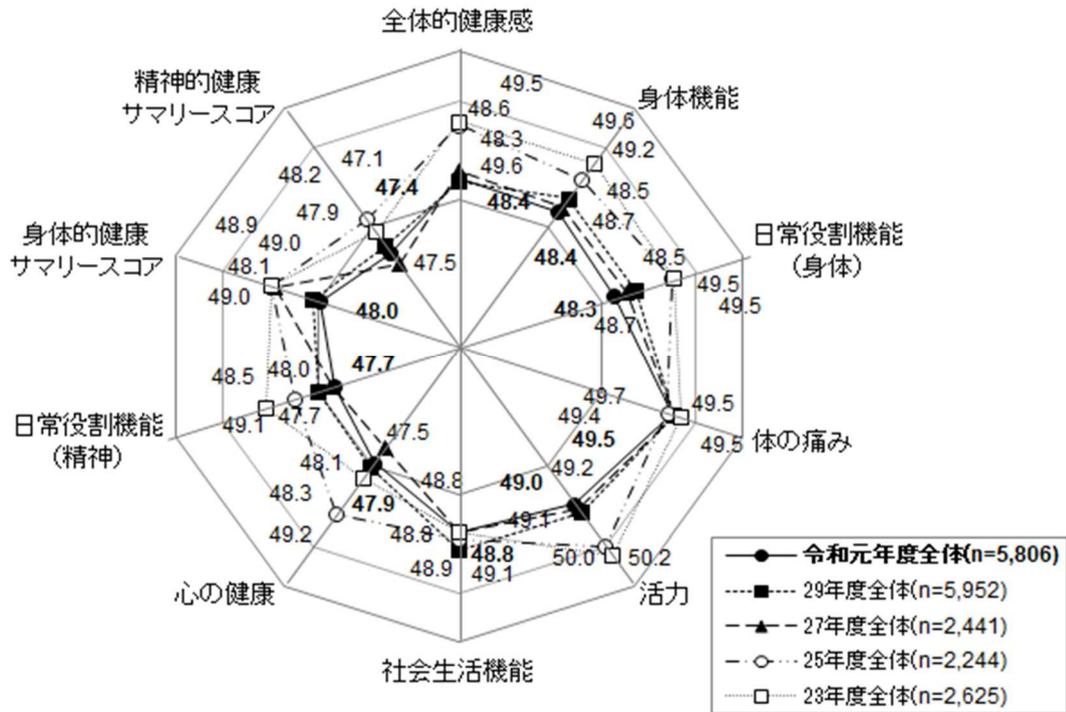
表1-10-1 SF8の各尺度の得点（性・年齢別）

上段：平均値、下段：標準偏差

		n	全体的健康感	身体機能	（日常役割機能（身体））	体の痛み	活力	社会生活機能	心の健康	（日常役割機能（精神））	サマリースコア	身体的健康スコア	精神的健康スコア
（男性）	男性全体	2,542	48.7 7.1	48.4 8.0	48.5 8.0	50.0 8.4	49.1 7.2	49.1 8.4	48.6 7.4	48.0 7.2	48.1 7.9	47.9 7.4	
	男性15～19歳	84	51.8 8.2	50.9 7.4	51.1 6.1	53.6 8.2	52.7 6.6	52.3 6.1	50.8 5.2	50.7 4.8	51.4 6.3	50.2 4.4	
	20～29歳	158	51.4 7.1	51.6 5.2	51.5 5.8	53.3 8.0	51.2 7.3	52.0 6.0	49.4 7.2	49.2 7.2	51.8 6.0	48.3 7.2	
	30～39歳	229	49.7 7.0	50.3 7.0	50.1 7.2	51.3 8.6	49.7 7.4	49.5 8.4	47.6 8.1	47.9 7.7	50.4 7.8	46.5 8.4	
	40～49歳	335	48.6 7.1	49.3 7.3	49.7 7.2	50.5 8.8	48.8 7.4	48.7 8.2	46.9 8.2	47.3 7.3	49.5 7.8	46.0 7.8	
	50～59歳	336	47.9 7.1	49.2 6.9	49.3 7.3	49.5 8.2	48.3 7.1	49.1 8.5	47.5 7.5	47.6 7.1	48.6 7.1	46.8 7.6	
	60～69歳	595	48.5 6.8	48.6 7.1	48.5 7.8	49.4 7.9	49.3 6.8	49.8 7.6	49.3 6.9	48.4 6.5	47.6 7.3	48.7 6.7	
	70歳以上	805	48.0 6.8	46.2 9.3	46.3 9.0	49.2 8.4	48.5 7.2	47.6 9.3	49.0 7.3	47.6 7.7	45.8 8.3	48.4 7.3	
	（再掲） 75～79歳	258	48.2 6.7	46.5 8.2	46.9 8.1	49.5 8.2	48.9 7.1	47.7 9.0	49.3 7.4	47.9 7.3	46.2 7.5	48.6 7.5	
	（再掲） 80歳以上	233	47.2 7.5	43.8 11.1	43.9 10.4	47.8 9.0	47.7 7.9	46.4 9.9	48.3 7.4	46.4 8.7	43.7 9.6	48.2 7.3	
（女性）	女性全体	3,091	48.2 7.1	48.3 7.9	48.2 7.9	49.1 8.5	48.8 6.9	48.6 8.4	47.4 7.6	47.4 7.3	47.9 8.1	46.9 7.5	
	女性15～19歳	83	50.5 8.4	50.0 7.1	50.6 6.4	51.4 8.9	51.4 6.8	49.1 8.2	46.7 9.0	47.6 7.5	51.0 8.1	46.0 8.9	
	20～29歳	209	49.4 7.4	50.2 5.5	49.1 7.0	50.5 9.1	49.4 7.0	49.6 7.9	46.2 8.3	47.2 7.0	50.1 7.1	45.8 7.7	
	30～39歳	345	49.1 7.2	50.2 6.1	49.5 6.6	49.9 8.3	49.1 6.9	48.9 8.3	46.5 8.1	47.4 6.8	50.0 6.5	45.7 8.0	
	40～49歳	446	48.7 7.0	49.6 6.6	49.1 6.9	48.7 8.7	49.0 6.8	48.8 8.2	46.3 7.8	47.3 7.1	49.0 7.5	45.9 7.8	
	50～59歳	481	48.7 6.5	49.6 6.7	49.2 6.8	48.9 8.1	49.1 6.3	49.5 7.8	47.5 7.1	47.5 6.9	48.7 7.0	47.0 7.2	
	60～69歳	624	48.3 6.5	48.8 7.5	48.9 7.5	49.6 7.9	49.5 6.7	49.1 8.1	48.3 7.1	48.5 6.8	48.2 7.6	47.9 7.0	
	70歳以上	903	46.9 7.5	45.6 9.6	45.8 9.4	48.3 8.8	47.8 7.3	47.2 9.1	48.0 7.4	46.8 8.1	45.1 9.3	47.6 7.4	
	（再掲） 75～79歳	272	47.1 7.6	46.2 9.2	46.5 9.1	48.1 9.2	48.3 7.3	47.6 9.0	48.5 7.5	47.3 7.8	45.5 9.1	48.2 7.3	
	（再掲） 80歳以上	502	45.9 7.9	43.0 11.1	43.3 10.5	47.1 9.1	46.7 7.9	45.8 9.8	47.6 7.6	45.7 9.0	42.7 10.0	47.6 7.5	

過去の調査と比較すると、「全体的健康感」を除いたすべての項目で平成29年度より低く、「身体的健康サマリースコア」では、平成21年度以降最も低い点数になっている。(図1-10-2)

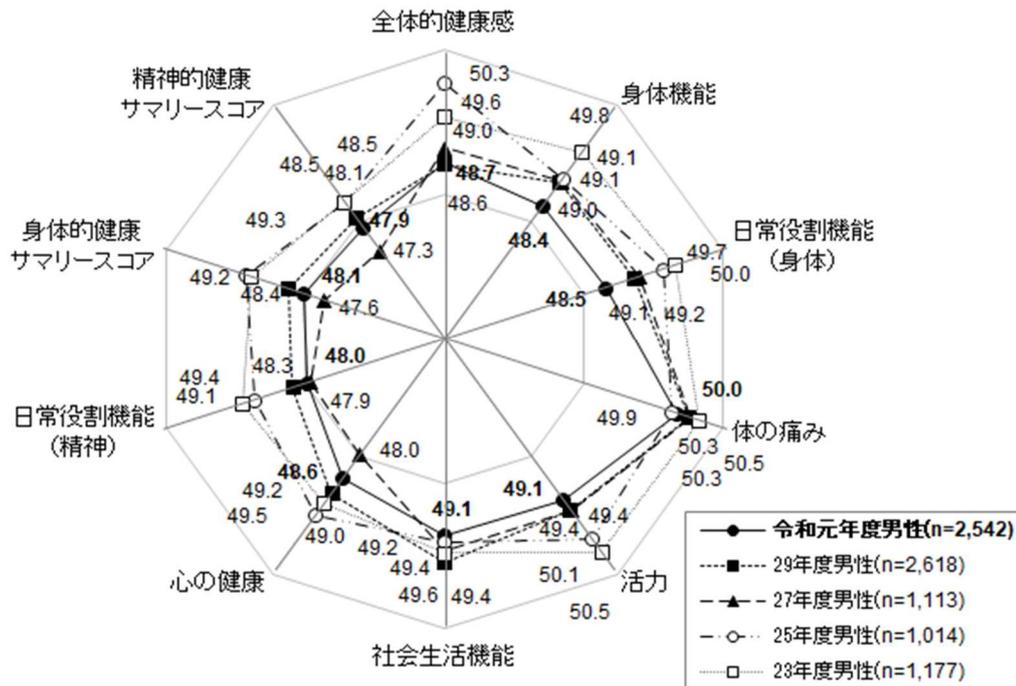
図1-10-2 SF8の各尺度の得点(過去の調査との比較)



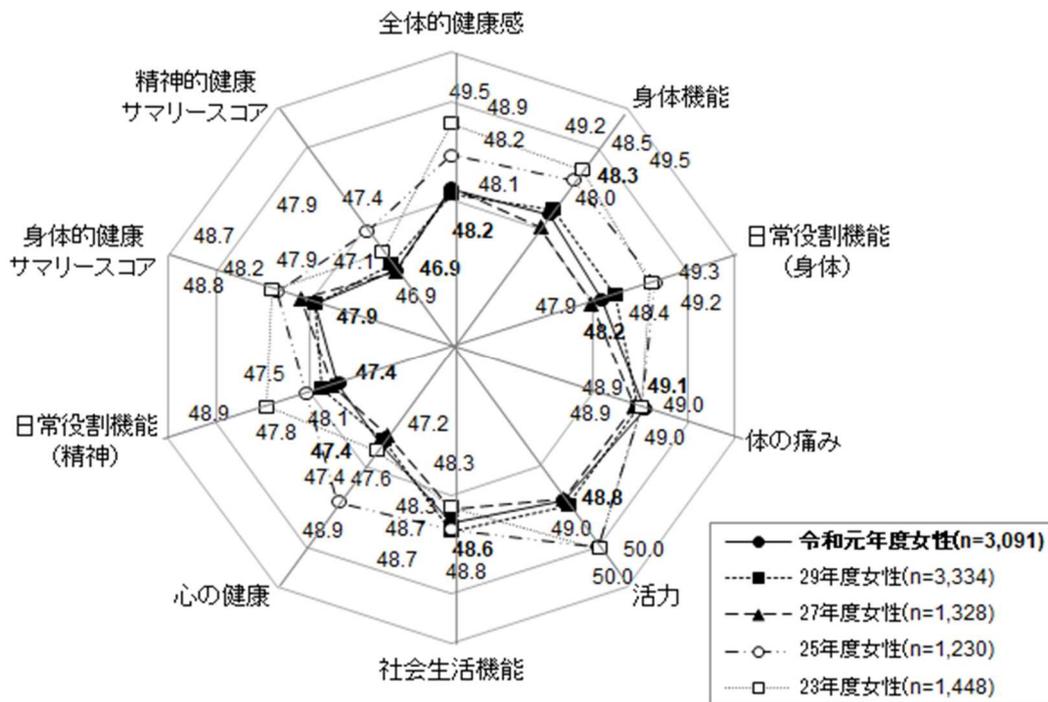
性別で過去の調査と比較すると、男性は「全体的健康感」と「体の痛み」を除いたすべての項目で平成29年度より低く、「身体機能」、「日常役割機能（身体）」は平成21年度以降最も低い点数になっている。女性は「社会生活機能」が平成21年度以降で、平成25年度と並んで最も高い点数になっている一方で、「全体的健康感」「身体的健康サマリースコア」が平成21年度以降最も低い点数になっている。（図1-10-3）

図1-10-3 SF8の各尺度の得点（過去の調査との比較・性別）

【男性】



【女性】



(11) 身長・体重・BMI

問10 あなたの体格についてお伺いします。

ア あなたの身長と体重をご記入ください。(cm単位、kg単位でお答えください)

ここでは現在の身長と体重の平均について示したのちは、身長と体重の回答から算出したBMI [体重(kg) ÷ (身長(m) × 身長(m))] の分析を行う。

全体の平均身長は161.4cm、平均体重は59.9kg、平均BMIは22.9となっている。

性別にみると、男性の平均身長は168.5cm、平均体重は67.0kg、平均BMIは23.6で、女性の平均身長は155.7cm、平均体重は54.1kg、平均BMIは22.3となっている。(表1-11-1)

性・年齢別にみると、平均BMIは、男女ともに15～19歳から50～59歳までは高くなり、以降下がっていく傾向が見られる。(表1-11-1)

表1-11-1 身長・体重・BMI (性・年齢別)

		平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	平均 BMI			平均身長 (cm)	平均体重 (kg)	平均 BMI
男性	男性全体	168.5	67.0	23.6	女性	女性全体	155.7	54.1	22.3
	15～19歳	170.3	61.2	21.0		15～19歳	159.1	50.5	20.0
	20～29歳	172.4	67.4	22.6		20～29歳	158.6	54.5	21.7
	30～39歳	171.7	69.4	23.5		30～39歳	158.4	55.3	22.0
	40～49歳	171.5	71.5	24.3		40～49歳	158.8	56.1	22.2
	50～59歳	170.2	70.7	24.4		50～59歳	157.8	56.2	22.6
	60～69歳	168.5	67.7	23.8		60～69歳	155.1	54.1	22.5
	70歳以上	164.7	62.8	23.1		70歳以上	151.6	52.0	22.6
	(再掲) 75～79歳	165.1	63.1	23.2		(再掲) 75～79歳	151.3	52.2	22.8
	(再掲) 80歳以上	162.4	60.5	22.9		(再掲) 80歳以上	149.1	49.3	22.2

※BMI判定

これ以降、BMIについては、18.5未満を「やせ」、25以上を「肥満」、その中間を「普通」として3つに区分して傾向を見る。

全体では、「やせ」が8.2%、「普通」が66.9%、「肥満」が23.0%となっている。(図1-11-1)
性別にみると、「やせ」は女性(10.9%)が男性(4.7%)より6.2ポイント高く、「肥満」は男性(28.2%)が女性(18.7%)より9.5ポイント高くなっている。(図1-11-1)

性・年齢別にみると、「やせ」は、女性15~19歳で25.9%と最も高くなっている。「肥満」は男性50~59歳で39.9%、男性40~49歳で35.8%と高くなっている。(図1-11-2)

図1-11-1 BMI判定(性・年齢別)

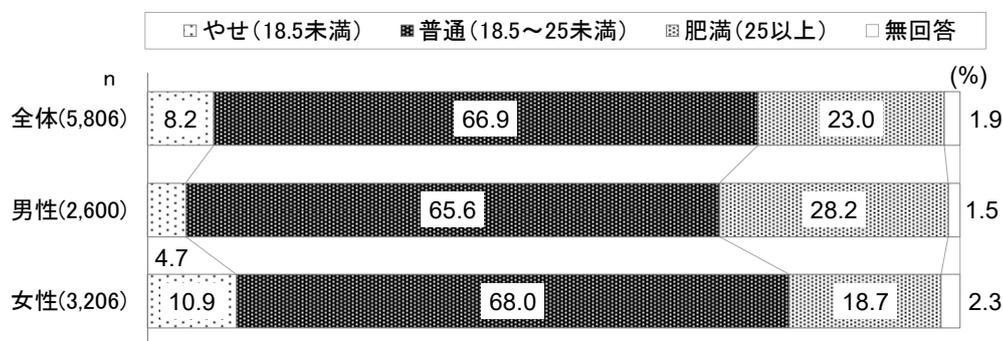
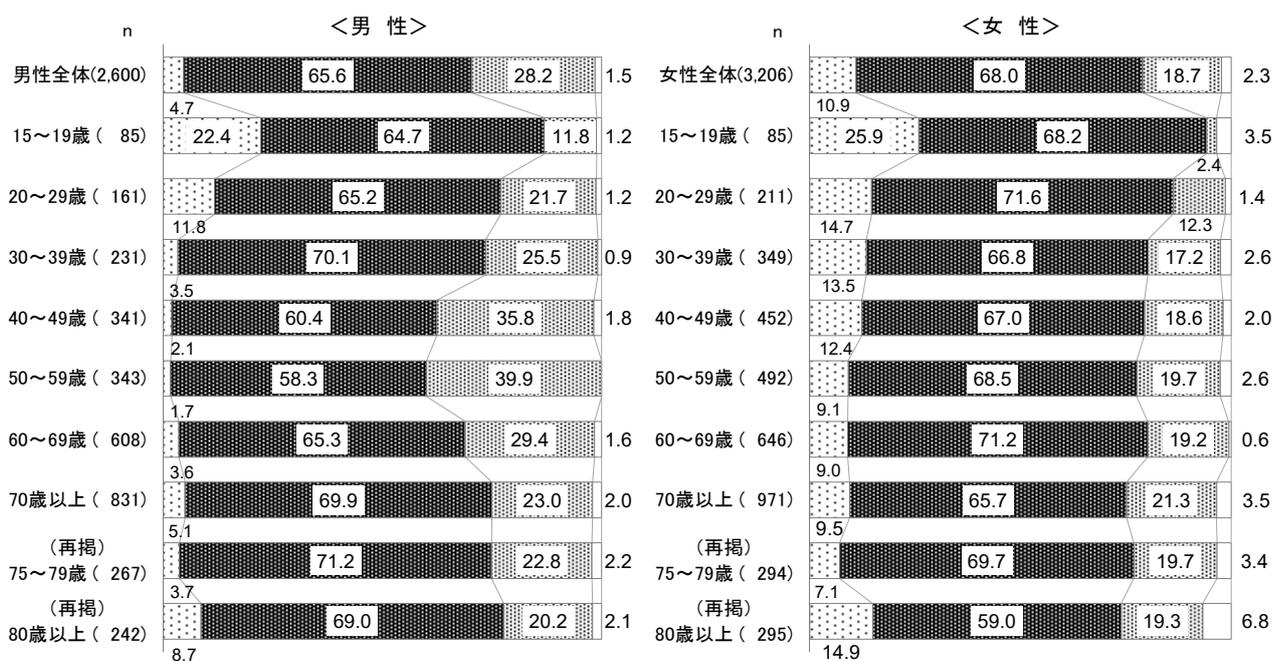


図1-11-2 BMI判定(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「肥満」は平成29年度（22.5%）より0.5ポイント増加した。

（図1-11-3）

性別で過去の調査と比較すると、男女ともに「肥満」の割合が平成29年度より増加している。

（図1-11-4）

図1-11-3 BMI判定（過去の調査との比較）

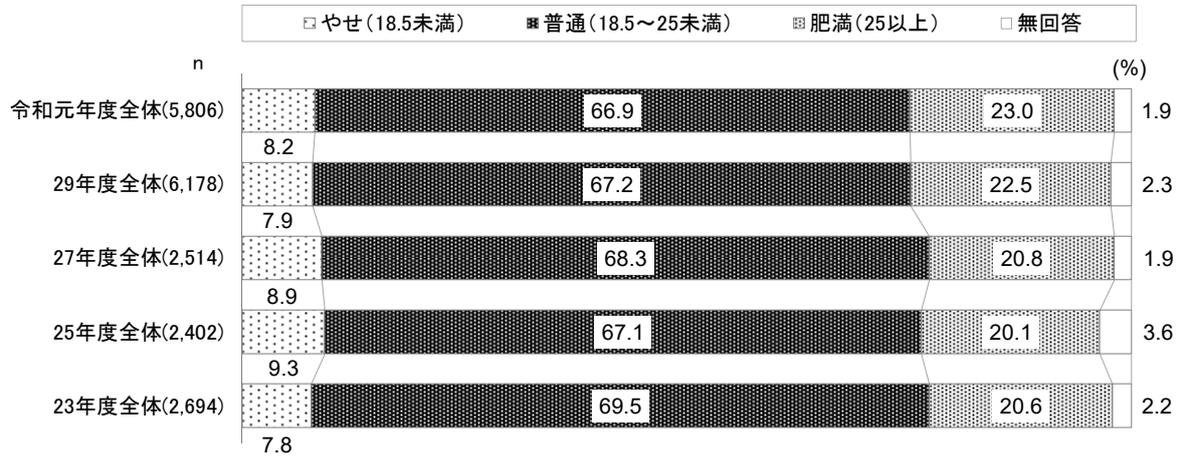
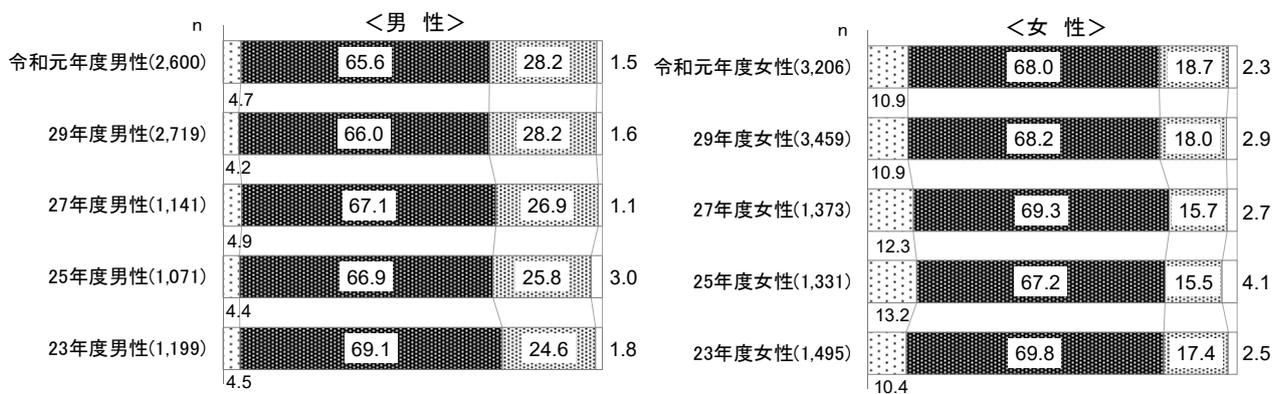
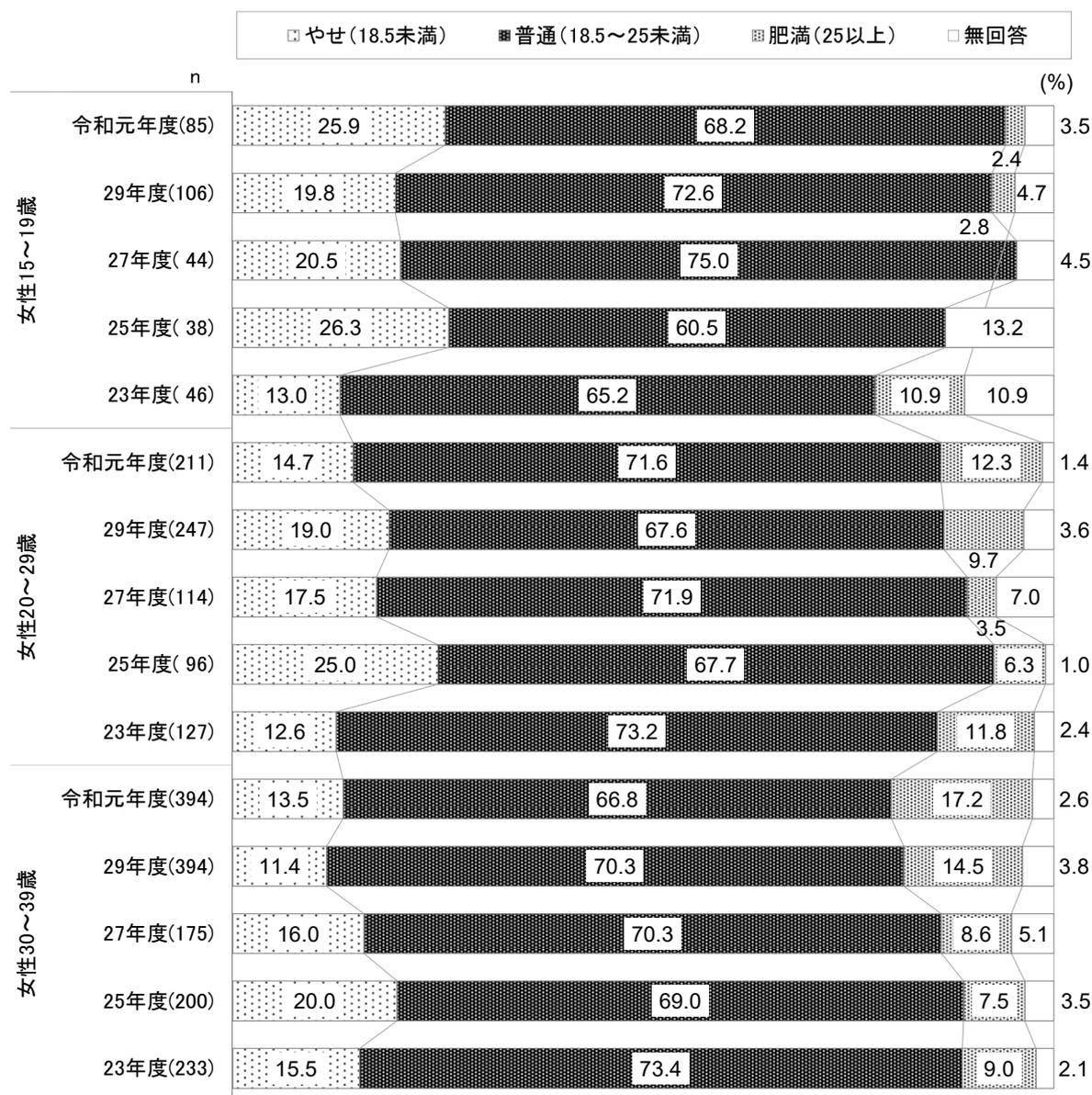


図1-11-4 BMI判定（過去の調査との比較・性別）



女性15～19歳、女性20～29歳、女性30～39歳について過去の調査と比較すると、女性20～29歳、女性30～39歳の「肥満」は平成29年度より増加している。また、女性15～19歳、女性30～39歳の「やせ」は平成29年度より増加している。(図1-11-5)

図1-11-5 BMI判定(過去の調査との比較/女性15～19歳、女性20～29歳、女性30～39歳)



(12) 体重についての意識

問10 あなたの体格についてお伺いします。

イ あなたは、現在の体重についてどのように考えていますか。(〇はひとつ)

全体では、「このままでよい」が37.1%となっている。「今より少し(4kg以内)減らしたい」は35.7%、「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」は19.7%で、この2つを合わせた《減らしたい》は55.4%となっている。(図1-12-1)

性別にみると、《減らしたい》は女性(59.5%)が男性(50.3%)より9.2ポイント高くなっている。(図1-12-1)

性・年齢別にみると、《減らしたい》は、男性では40~49歳(66.5%)、50~59歳(67.7%)で高く、女性では30~39歳(76.2%)、40~49歳(74.2%)で高くなっている。(図1-12-2)

図1-12-1 体重についての意識(全体/性別)

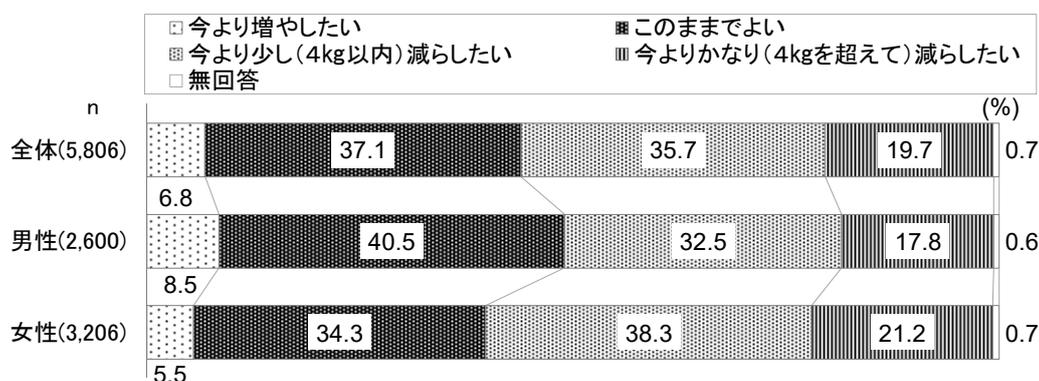
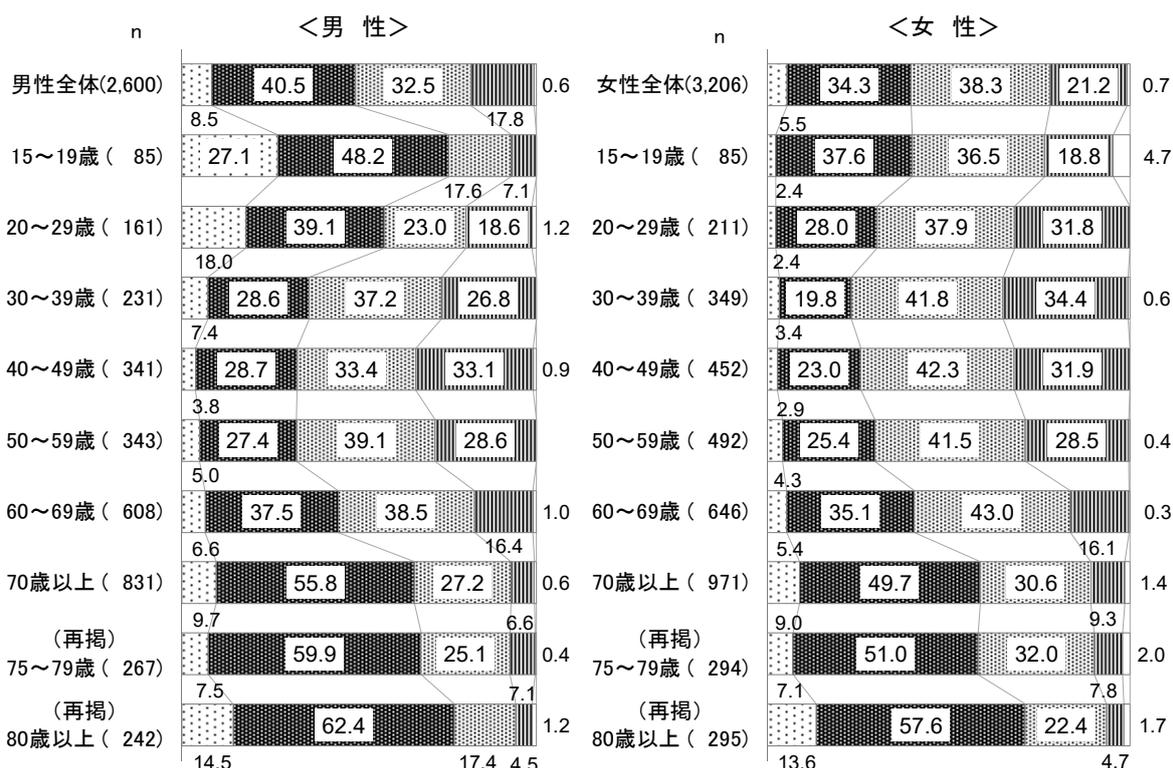


図1-12-2 体重についての意識(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「減らしたい」(55.4%)は平成29年度(56.9%)より1.5ポイント減少している。(図1-12-3)

性別で過去の調査と比較すると、「減らしたい」は男女とも平成29年度より減少している。

(図1-12-4)

図1-12-3 体重についての意識(過去の調査との比較)

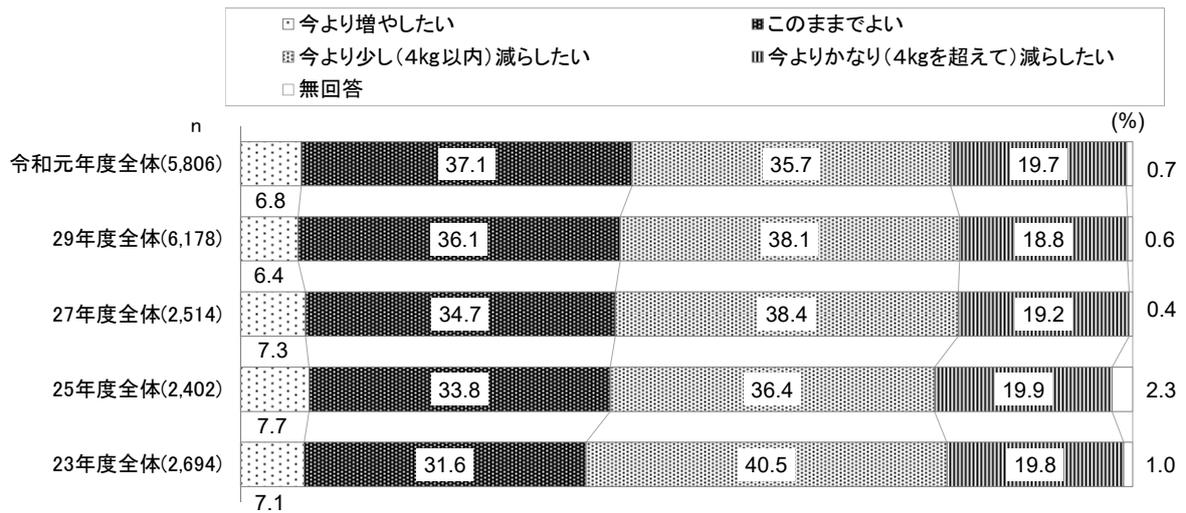
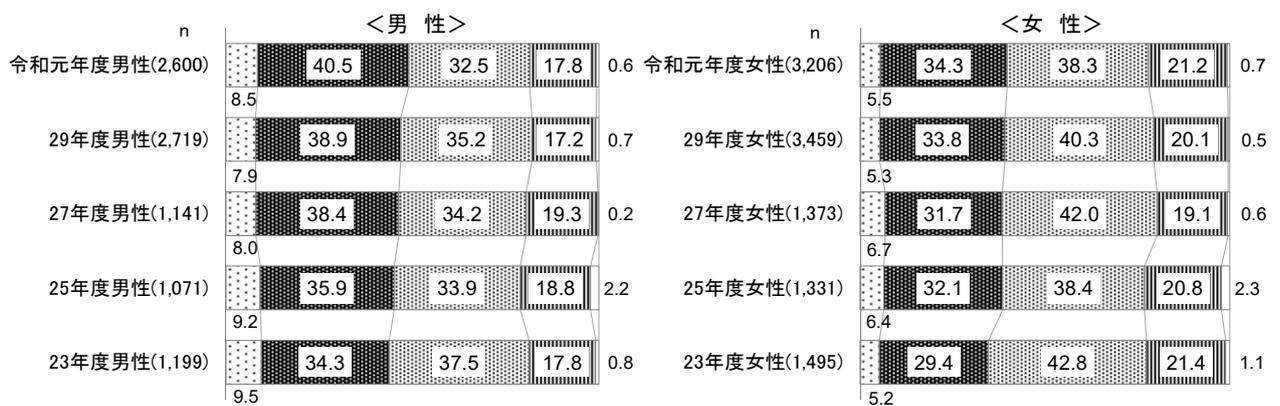


図1-12-4 体重についての意識(過去の調査との比較・性別)



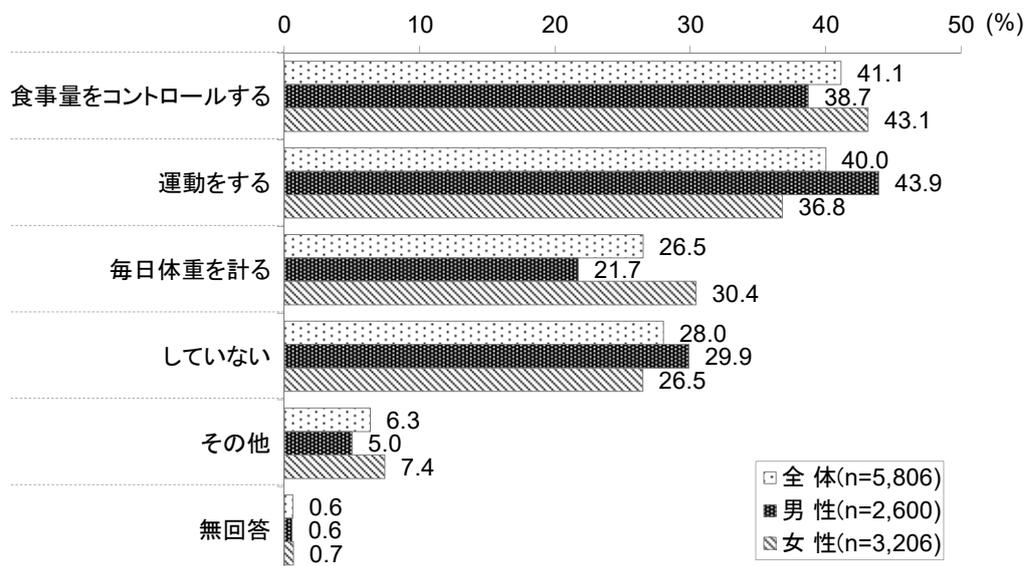
(13) 体重管理のためにしていること

問11 あなたは、体重管理のためにどのようなことをしていますか。あてはまるものを全て選んでください。(複数回答可)

全体では、「食事量をコントロールする」が41.1%、「運動をする」(40.0%)、「毎日体重を計る」(26.5%)となっている。「していない」は28.0%である。(図1-13-1)

性別にみると、「食事量をコントロールする」(男性:38.7、女性43.1%)と「毎日体重を計る」(男性:21.7%、女性30.4%)は、女性が男性より高くなっている。一方、「運動をする」(男性:43.9%、女性36.8%)は男性が女性より高くなっている。(図1-13-1)

図1-13-1 体重管理のためにしていること(全体/性別)



性・年齢別にみると、「食事量をコントロールする」は男性では40～49歳、70歳以上、女性では50～59歳で高くなっている。「運動をする」は男性では30～39歳、女性では70歳以上で高くなっている。「毎日体重を計る」は男女ともに60～69歳で高くなっている。(表1-13-1)

表1-13-1 体重管理のためにしていること(性・年齢別)

上段：実数、下段：構成比(%)

		男性						女性								
		n	食事量をコントロールする	運動をする	毎日体重を計る	していない	その他	無回答	n	食事量をコントロールする	運動をする	毎日体重を計る	していない	その他	無回答	
男性	男性全体	2,600 100.0	1,006 38.7	1,142 43.9	564 21.7	777 29.9	130 5.0	15 0.6	女性全体	3,206 100.0	1,383 43.1	1,180 36.8	975 30.4	849 26.5	238 7.4	21 0.7
	15～19歳	85 100.0	16 18.8	37 43.5	9 10.6	36 42.4	2 2.4	0 0.0	15～19歳	85 100.0	27 31.8	34 40.0	20 23.5	28 32.9	5 5.9	1 1.2
	20～29歳	161 100.0	50 31.1	73 45.3	15 9.3	64 39.8	2 1.2	1 0.6	20～29歳	211 100.0	80 37.9	64 30.3	52 24.6	79 37.4	8 3.8	0 0.0
	30～39歳	231 100.0	83 35.9	108 46.8	32 13.9	84 36.4	7 3.0	0 0.0	30～39歳	349 100.0	147 42.1	99 28.4	95 27.2	122 35.0	13 3.7	1 0.3
	40～49歳	341 100.0	141 41.3	138 40.5	49 14.4	119 34.9	10 2.9	2 0.6	40～49歳	452 100.0	187 41.4	121 26.8	108 23.9	171 37.8	22 4.9	0 0.0
	50～59歳	343 100.0	128 37.3	141 41.1	88 25.7	102 29.7	16 4.7	0 0.0	50～59歳	492 100.0	244 49.6	182 37.0	181 36.8	112 22.8	44 8.9	2 0.4
	60～69歳	608 100.0	245 40.3	261 42.9	174 28.6	166 27.3	31 5.1	6 1.0	60～69歳	646 100.0	291 45.0	258 39.9	251 38.9	145 22.4	44 6.8	0 0.0
	70歳以上	831 100.0	343 41.3	384 46.2	197 23.7	206 24.8	62 7.5	6 0.7	70歳以上	971 100.0	407 41.9	422 43.5	268 27.6	192 19.8	102 10.5	17 1.8
	(再掲)	267	107	139	66	62	18	1	(再掲)	294	126	139	86	51	31	6
	75～79歳	100.0	40.1	52.1	24.7	23.2	6.7	0.4	75～79歳	100.0	42.9	47.3	29.3	17.3	10.5	2.0
(再掲)	242	92	94	43	71	21	4	(再掲)	295	105	107	46	77	32	7	
80歳以上	100.0	38.0	38.8	17.8	29.3	8.7	1.7	80歳以上	100.0	35.6	36.3	15.6	26.1	10.8	2.4	

過去の調査と比較すると、「食事をコントロールする」と「運動をする」は平成29年度より増加し、「毎日体重計を計る」と「していない」は減少している。(図1-13-2)

性別で過去の調査と比較すると、「食事をコントロールする」と「運動をする」は、男性では減少、女性では増加している。(図1-13-3)

図1-13-2 体重管理のためにしていること (過去の調査との比較)

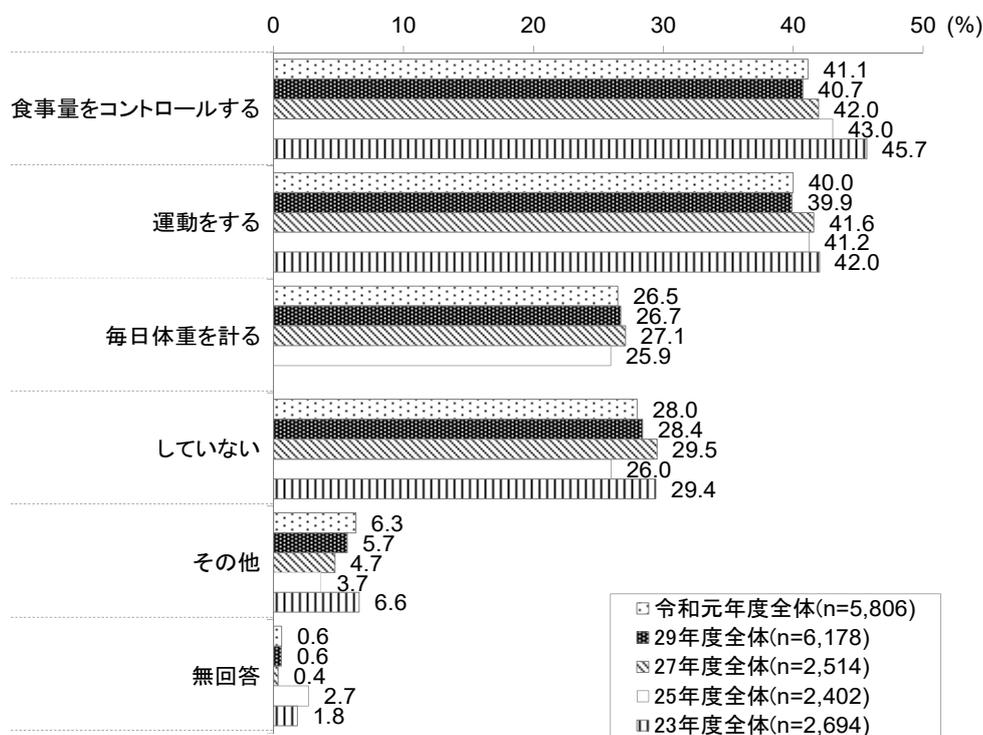
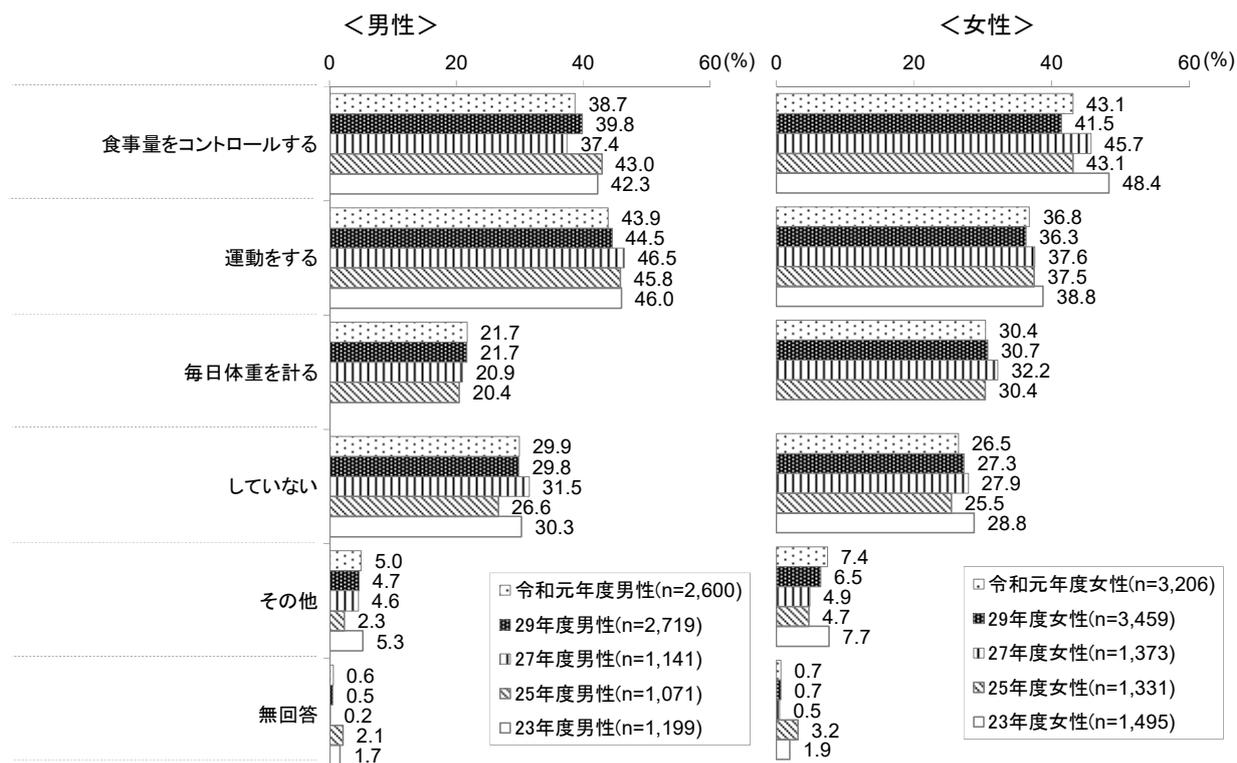


図1-13-3 体重管理のためにしていること (過去の調査との比較・性別)



※「毎日体重を計る」の選択肢は平成25年度調査で新たに加えた選択肢である。