

II 調查結果

1. あなたの健康

(1) 健康状態

問1 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。(〇はひとつ)

全体では、「良い」が55.0%で最も高く、これと「最高に良い」(2.3%)、「とても良い」(15.0%)の3つを合わせた《良い》は72.3%となっている。「あまり良くない」(19.2%)、「良くない」(4.4%)、「ぜんぜん良くない」(1.7%)の3つを合わせた《良くない》は25.3%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1-1-1)

性・年齢別にみると、《良い》は男女とも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、次いで男性では40～49歳、女性では50～59歳で割合が高くなっている。

(図1-1-2)

図1-1-1 健康状態(全体/性別)

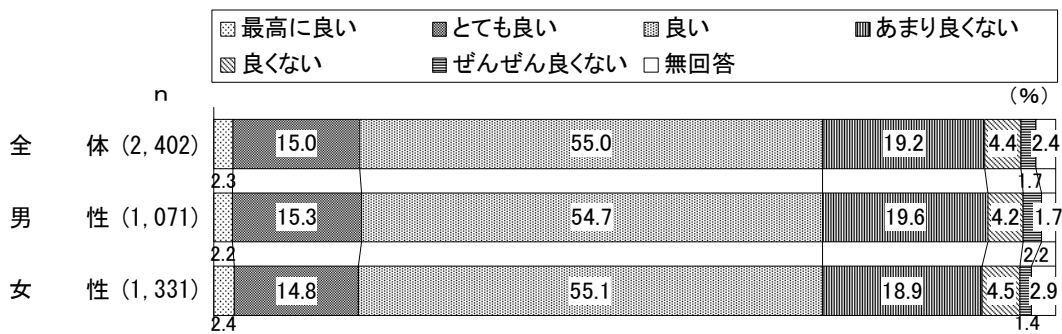
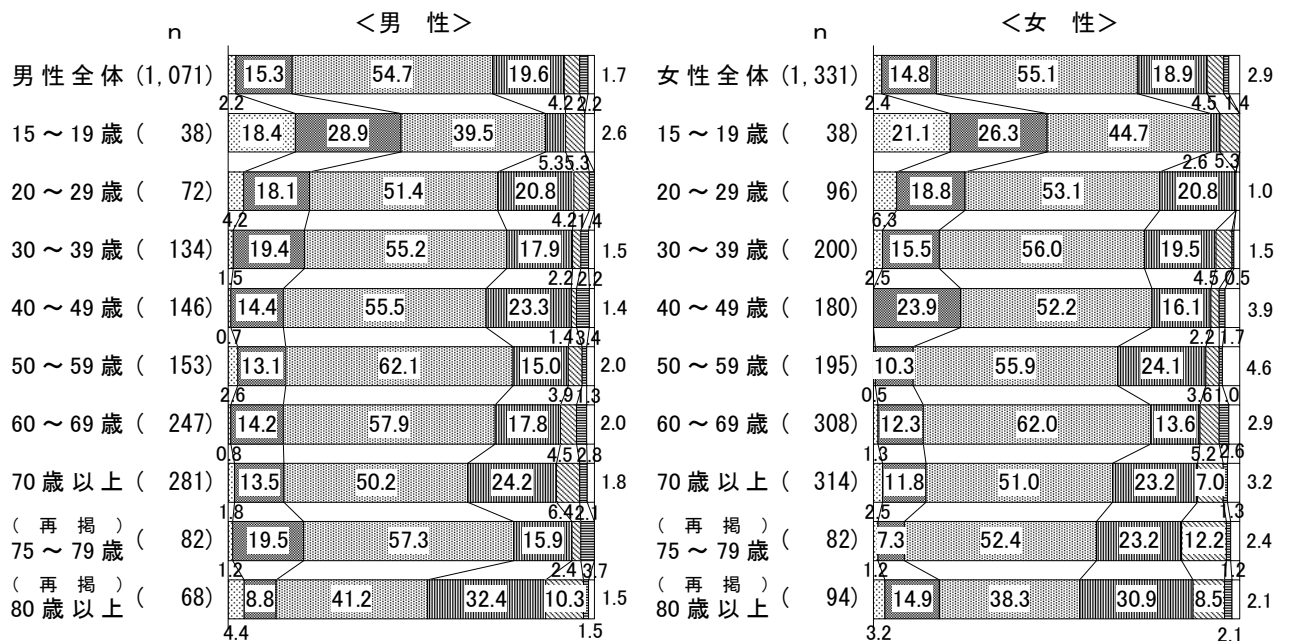


図1-1-2 健康状態(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《良い》(72.3%)は平成17年度以降7割台で推移しているが、平成23年度(74.9%)に比べると2.6ポイント減少している。(図1-1-3)

性別で過去の調査と比較すると、《良い》は男性(72.2%)で平成23年度(75.8%)より3.6ポイント減少している。(図1-1-4)

図1-1-3 健康状態(過去の調査との比較)

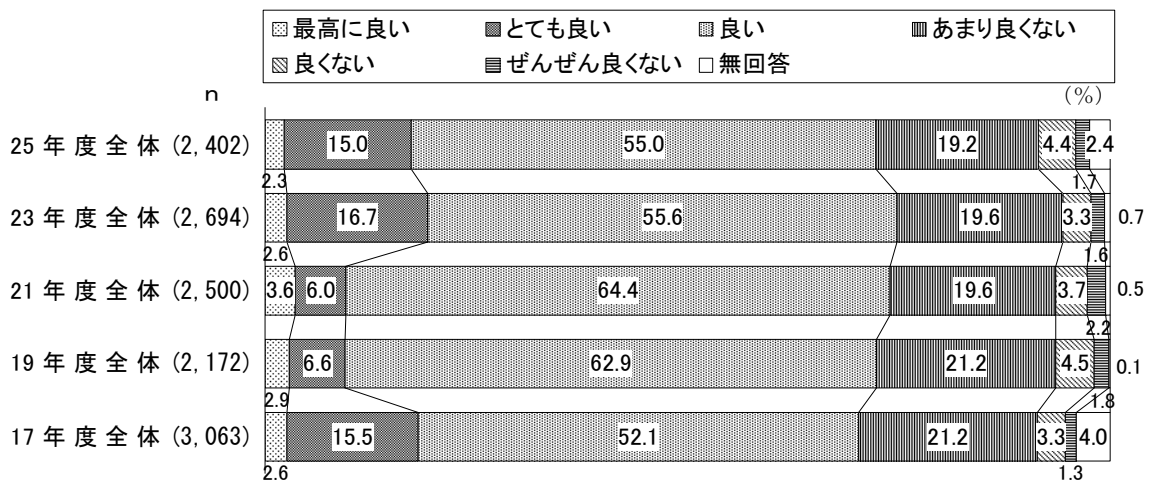
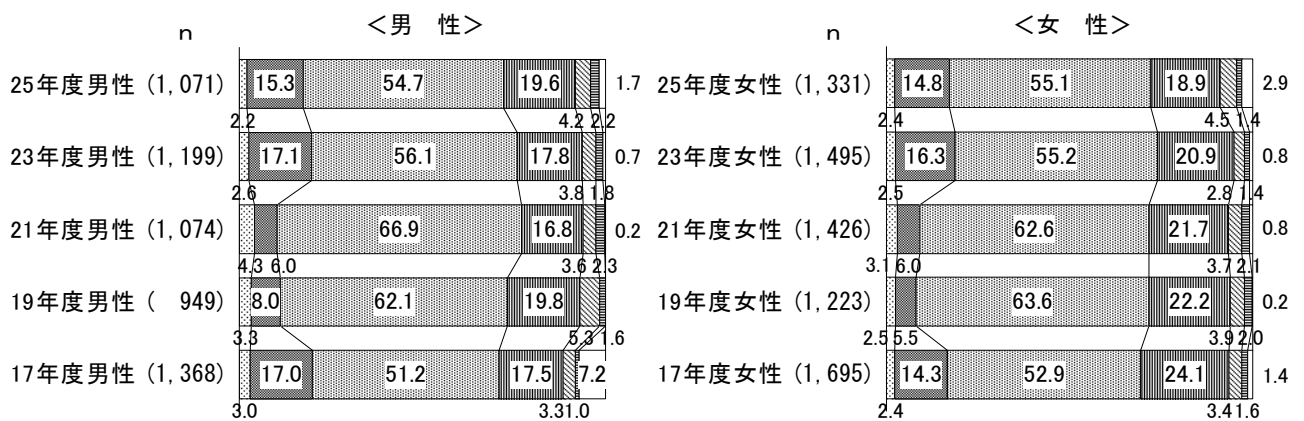


図1-1-4 健康状態(過去の調査との比較・性別)



(2) 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか

問2 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。（○はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が58.1%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（18.8%）、「少し妨げられた」（14.0%）、「かなり妨げられた」（5.0%）、「体を使う日常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39.2%となっている。（図1-2-1）

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性（60.2%）が女性（56.3%）より3.9ポイント高くなっている。（図1-2-1）

性・年齢別にみると、《妨げられた》は女性30～39歳で35.5%となっており、男性30～39歳（18.5%）より17.0ポイント高く、年代別の男女差が大きくなっている。女性70歳以上では《妨げられた》が62.4%、男性70歳以上では《妨げられた》が58.8%と高くなっている。（図1-2-2）

図1-2-1 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）

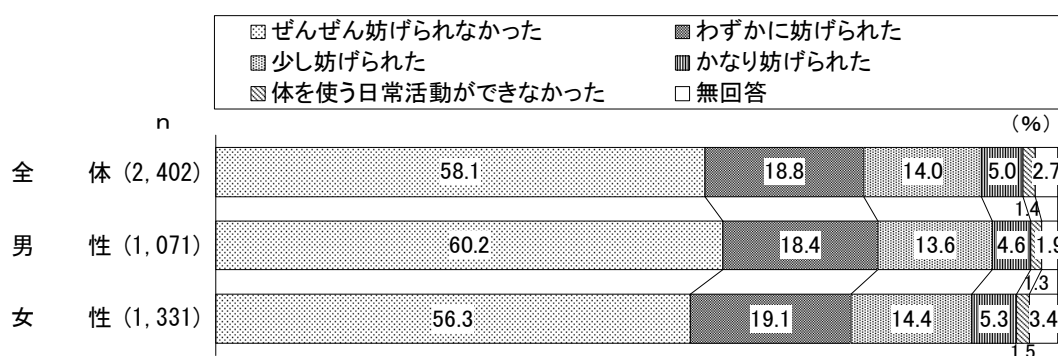
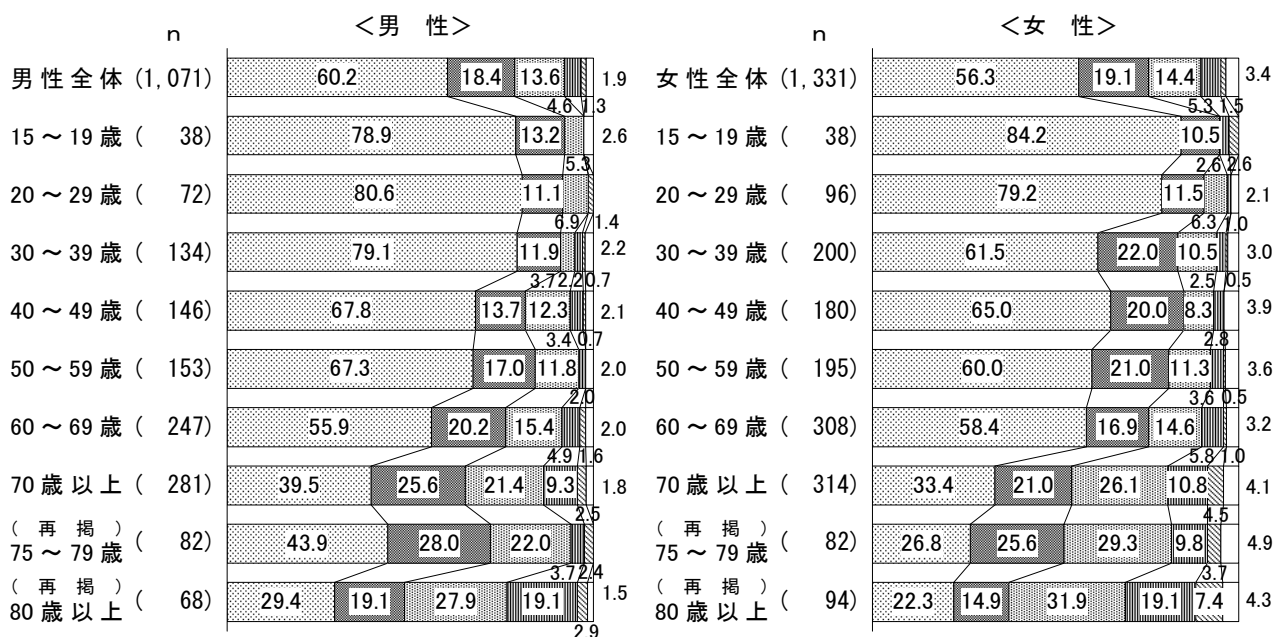


図1-2-2 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、平成21年度を境に、平成23年度以降は減少している。(図1-2-3)

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21年度を境に、平成23年度以降は減少している。(図1-2-4)

図1-2-3 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）

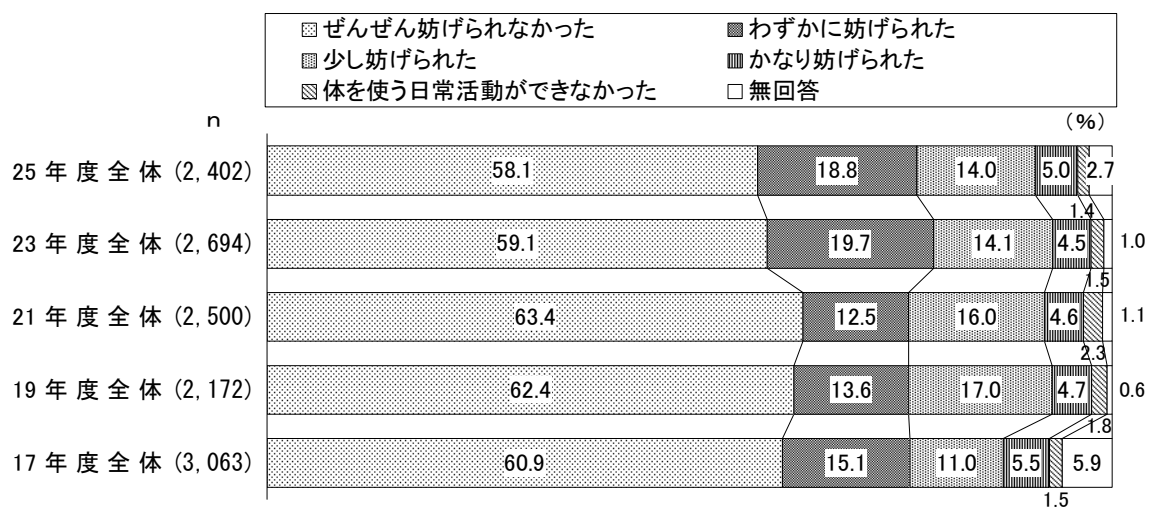
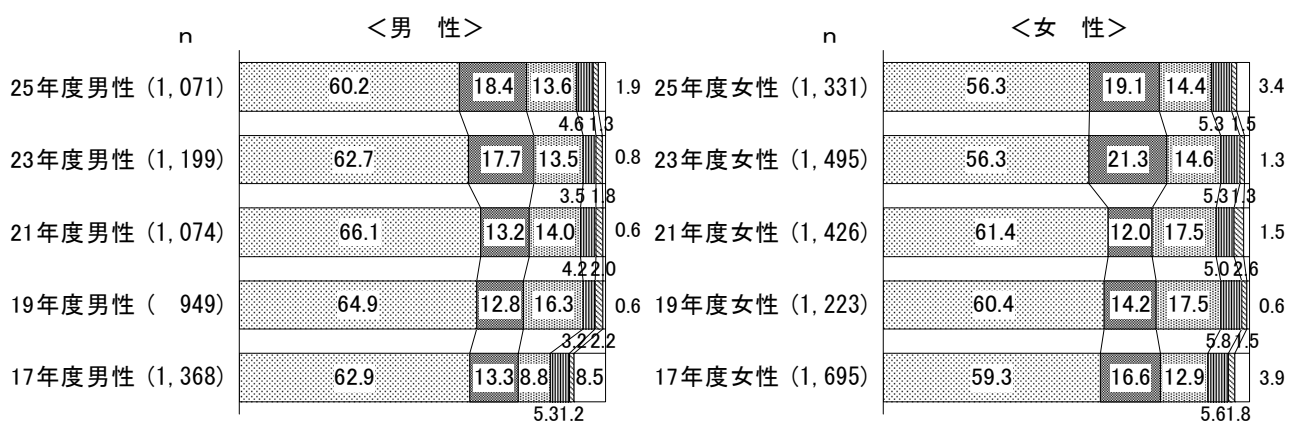


図1-2-4 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(3) 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか

問3 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。（〇はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が54.7%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（21.9%）、「少し妨げられた」（14.7%）、「かなり妨げられた」（4.6%）、「体を使う日常活動ができなかった」（1.5%）の4つを合わせた《妨げられた》は42.7%となっている。（図1-3-1）

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性（59.5%）が女性（50.9%）より8.6ポイント高くなっている。（図1-3-1）

性・年齢別にみると、《妨げられた》の割合は、女性30～39歳（49.0%）で男性30～39歳（29.9%）より19.1ポイント、女性50～59歳（42.6%）で男性50～59歳（29.4%）より13.2ポイント、それぞれ高くなっており、男女差が大きくなっている。（図1-3-2）

図1-3-1 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）

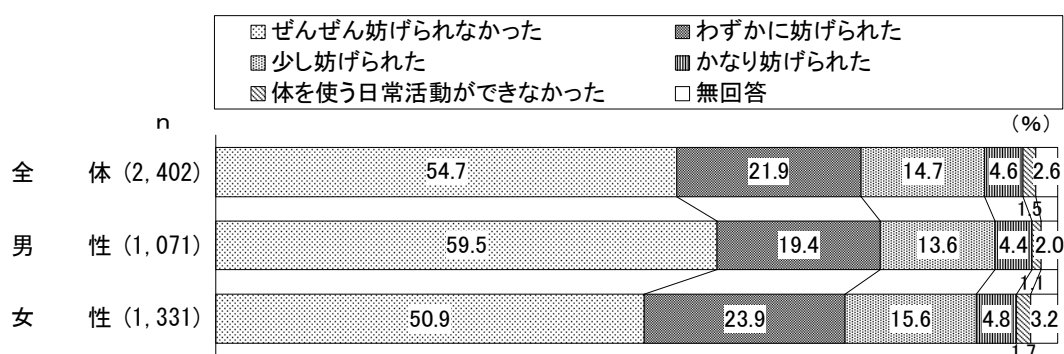
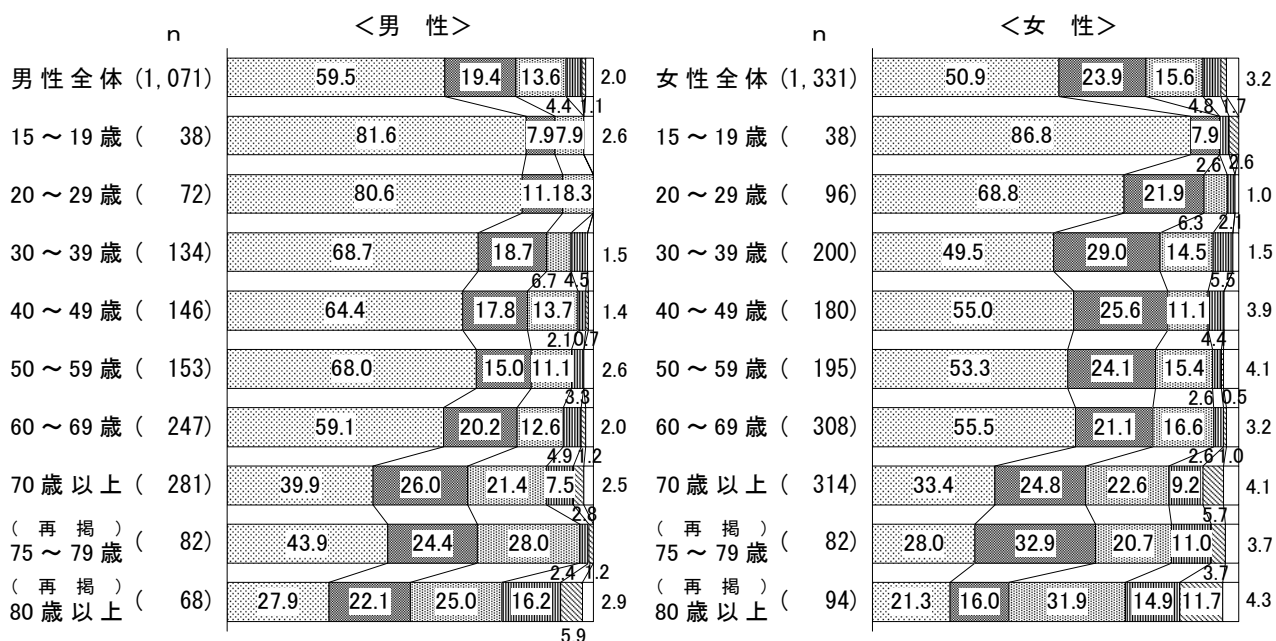


図1-3-2 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」は、平成21年度を境に、平成23年度以降は減少している。(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、男性では平成21年度を境に、平成23年度以降は減少している。(図1-3-4)

図1-3-3 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）

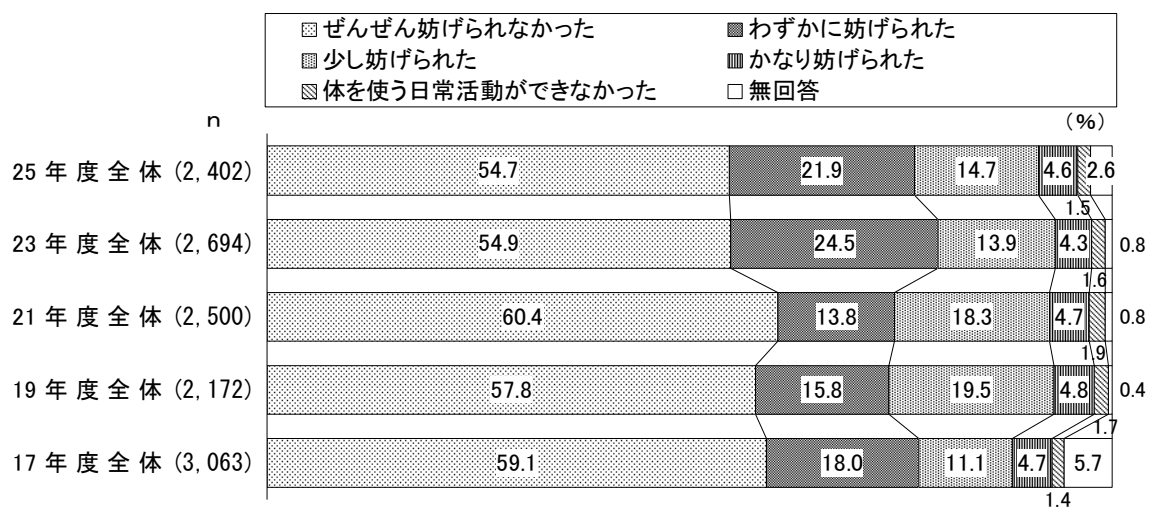
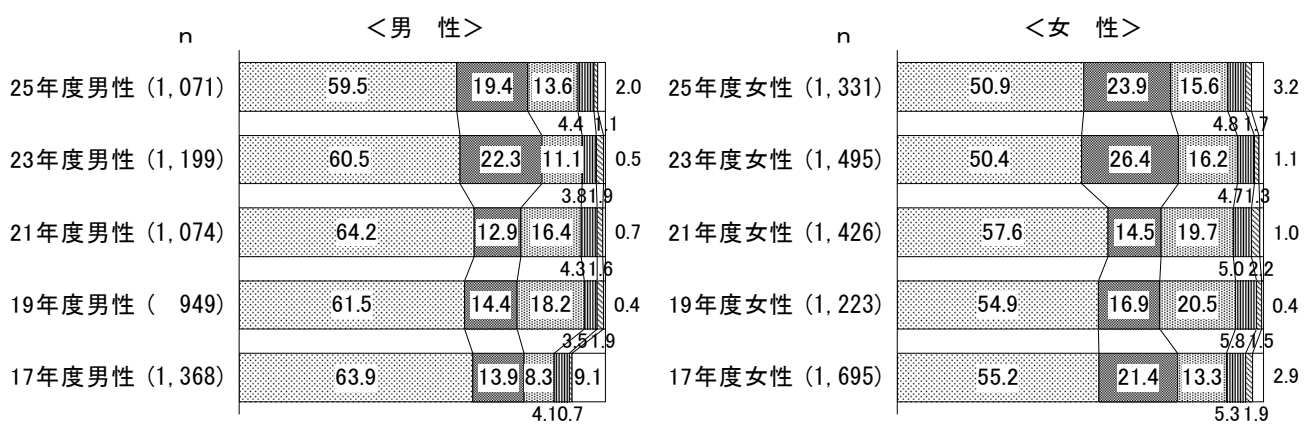


図1-3-4 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(4) 体の痛み

問4 過去1ヵ月間に、体の痛みはどのくらいありましたか。(○はひとつ)

全体では、「ぜんぜんなかった」は25.3%となっている。「かすかな痛み」は25.2%、「軽い痛み」は30.9%、「中くらいの痛み」は11.9%などとなっている。(図1-4-1)

性別にみると、「ぜんぜんなかった」は男性(29.1%)が女性(22.2%)より6.9ポイント高くなっている。(図1-4-1)

性・年齢別にみると、「ぜんぜんなかった」は男女とも15~19歳で割合が最も高くなっている。

(図1-4-2)

図1-4-1 体の痛み(全体/性別)

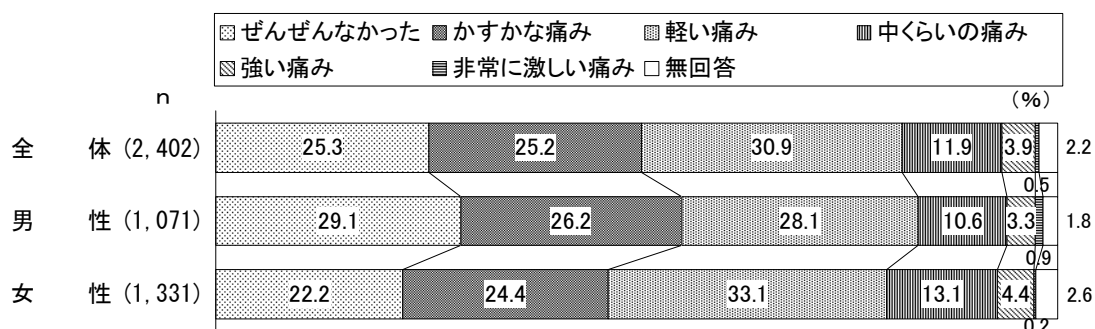
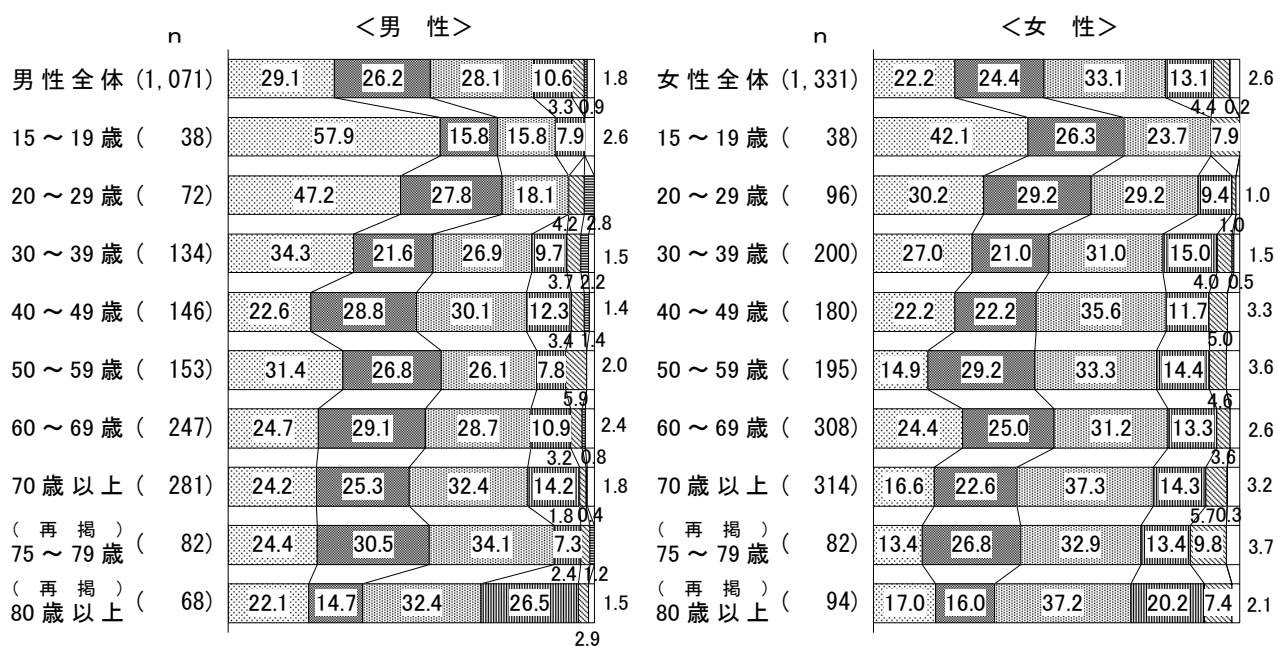


図1-4-2 体の痛み(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」は平成17年度以降減少傾向にある。

(図1-4-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」は女性では平成17年度以降減少傾向にあり、男性でも平成21年度以前に比べて、平成23年度以降は減少傾向にある。(図1-4-4)

図1-4-3 体の痛み（過去の調査との比較）

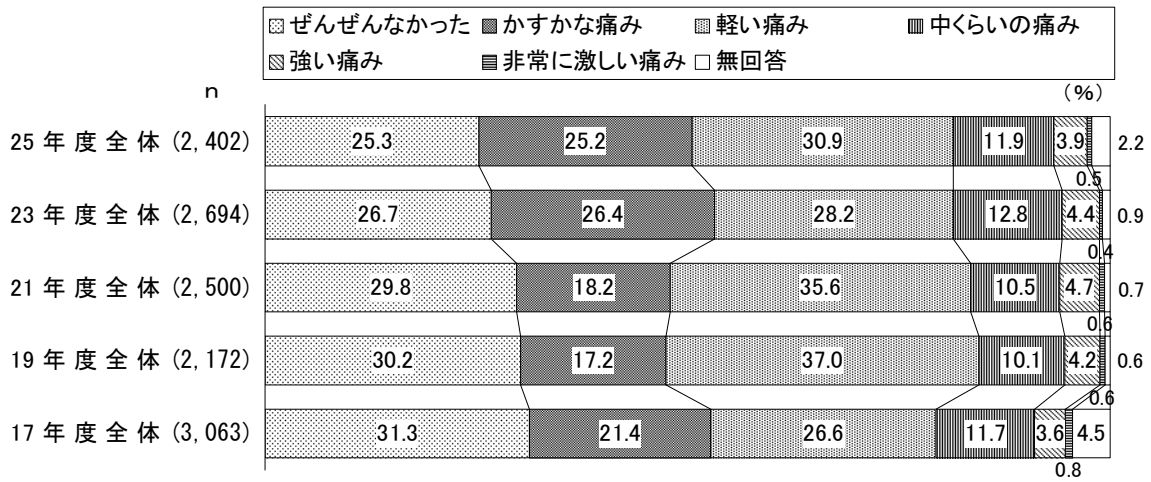
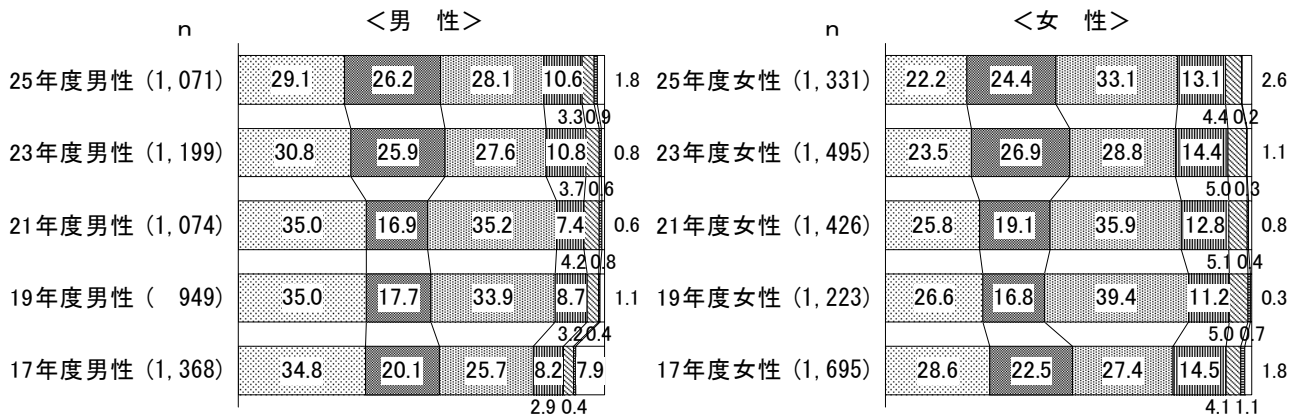


図1-4-4 体の痛み（過去の調査との比較・性別）



(5) 元気の度合い

問5 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」が10.2%、「かなり元気だった」が42.9%となっており、この2つを合わせた《元気だった》は53.1%となっている。「少し元気だった」は35.3%、「わずかに元気だった」は6.9%となっている。(図1-5-1)

性別にみると、《元気だった》は男性(54.3%)が女性(52.1%)より2.2ポイント高くなっている。(図1-5-1)

性・年齢別にみると、「非常に元気だった」は男女とも15~19歳で特に高くなっている。《元気だった》は、男性40~49歳(48.0%)と女性の50~59歳、70歳以上(ともに45.6%)で5割を下回っているが、それ以外の年代では5割以上となっている。(図1-5-2)

図1-5-1 元気の度合い(全体/性別)

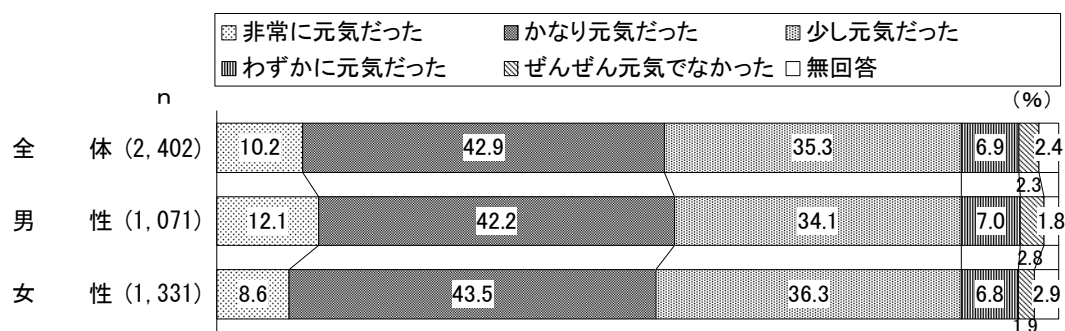
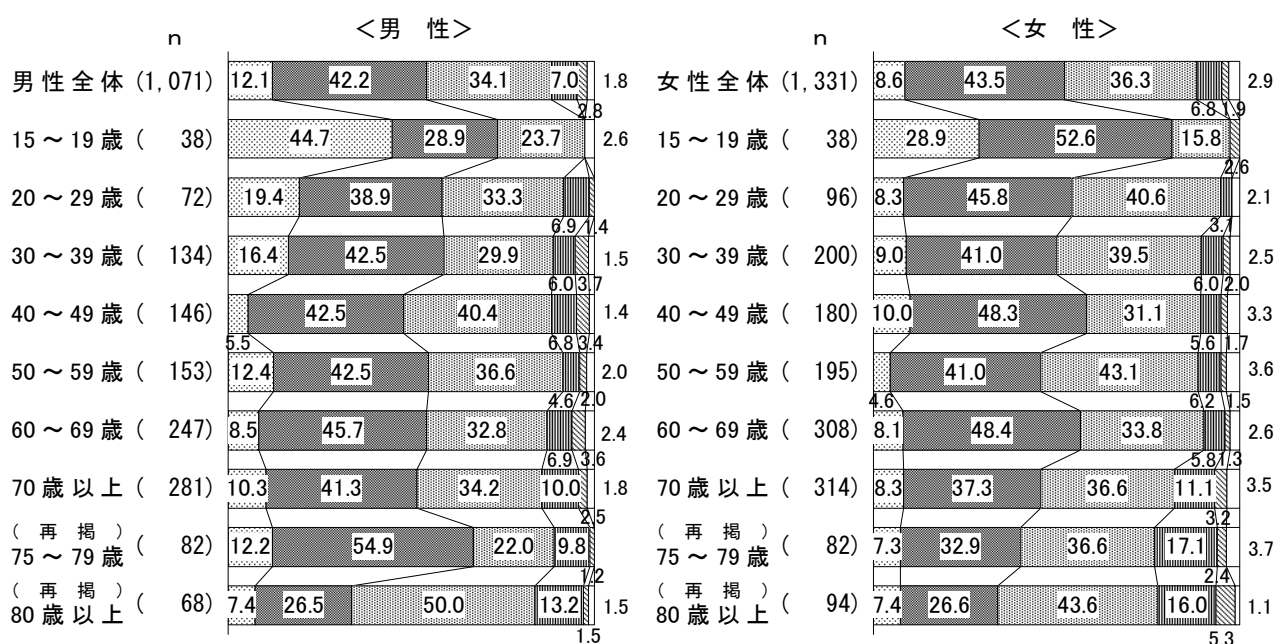


図1-5-2 元気の度合い(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《元気だった》の割合に大きな変化はみられないが、「非常に元気だった」は、平成21年度を境に、平成23年度以降は減少している。(図1-5-3)

性別で過去の調査と比較すると、《元気だった》は、女性(52.1%)では平成19年度以降大きな傾向の変化はみられないが、男性(54.3%)では平成17年度以降最も低い割合となっている。

(図1-5-4)

図1-5-3 元気の度合い(過去の調査との比較)

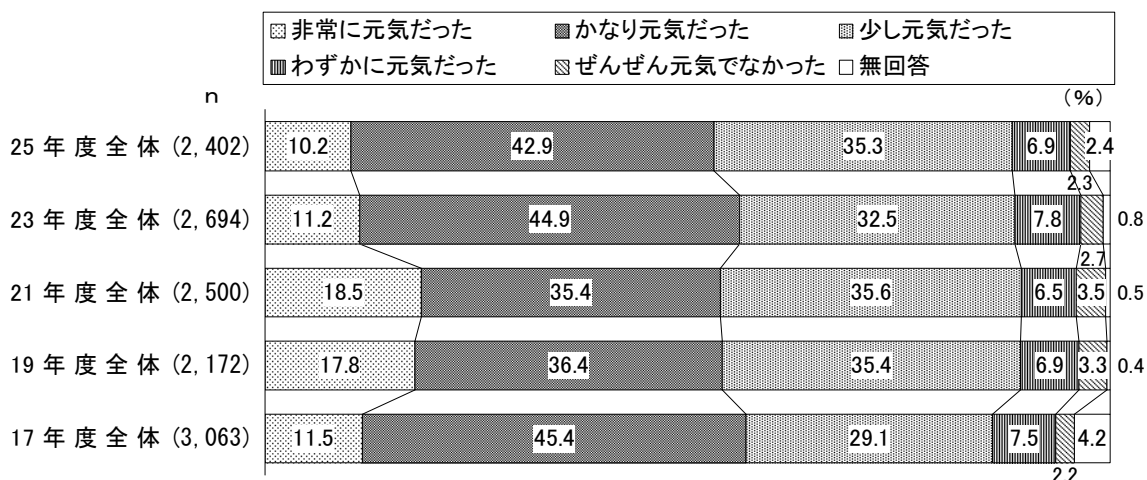
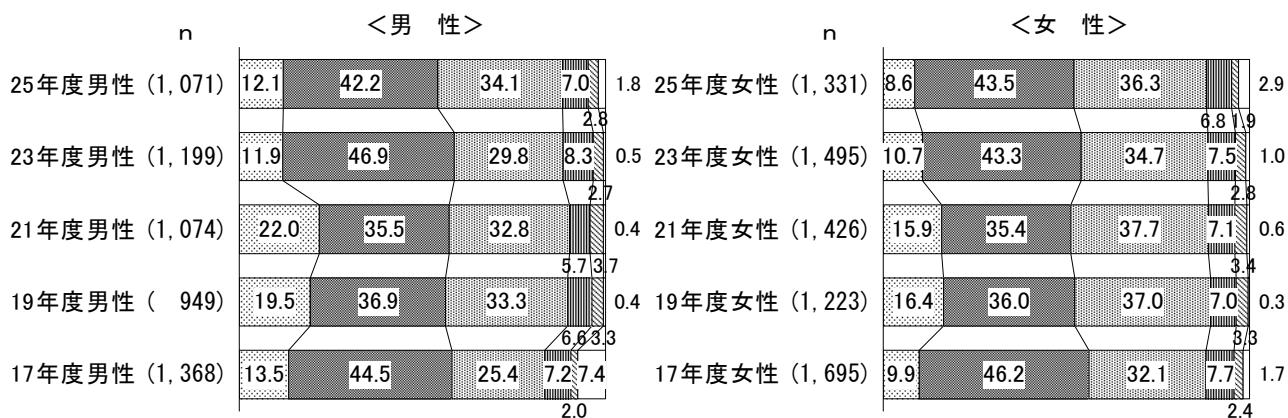


図1-5-4 元気の度合い(過去の調査との比較・性別)



(6) 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6 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。(〇はひとつ)

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が58.3%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(20.3%)、「少し妨げられた」(12.9%)、「かなり妨げられた」(4.2%)、「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39.1%となっている。(図1-6-1)

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性(60.7%)が女性(56.4%)より4.3ポイント高くなっている。(図1-6-1)

性・年齢別にみると、《妨げられた》は女性20~29歳(37.5%)で男性20~29歳(26.4%)より11.1ポイント高く、男女差が大きくなっている。(図1-6-2)

図1-6-1 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)

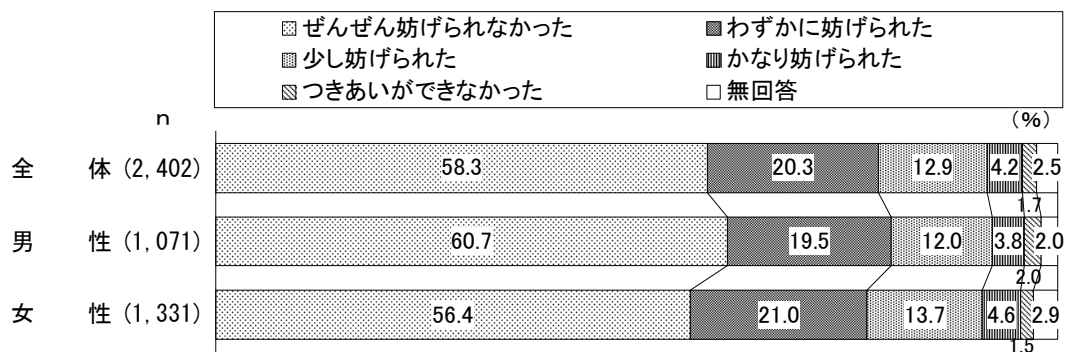
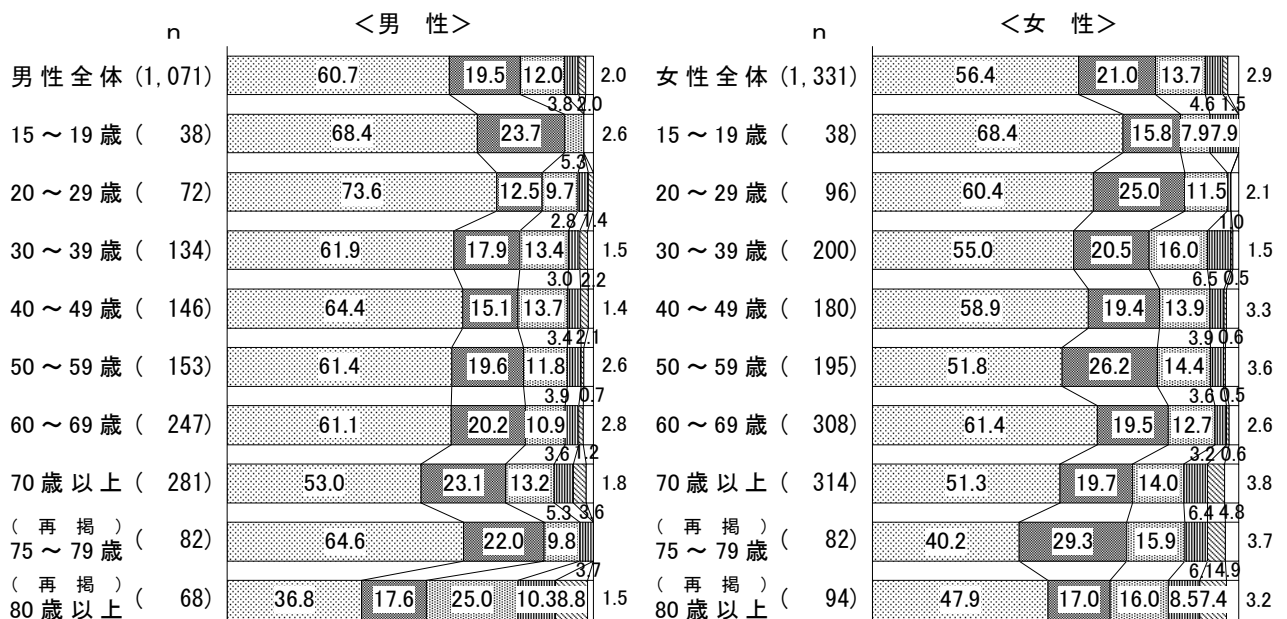


図1-6-2 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」の割合に大きな傾向の変化はみられない。

(図1-6-3)

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(60.7%)で平成23年度(63.5%)より2.8ポイント減少している一方、女性(56.4%)で平成23年度(53.8%)より2.6ポイント増加している。(図1-6-4)

図1-6-3 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)

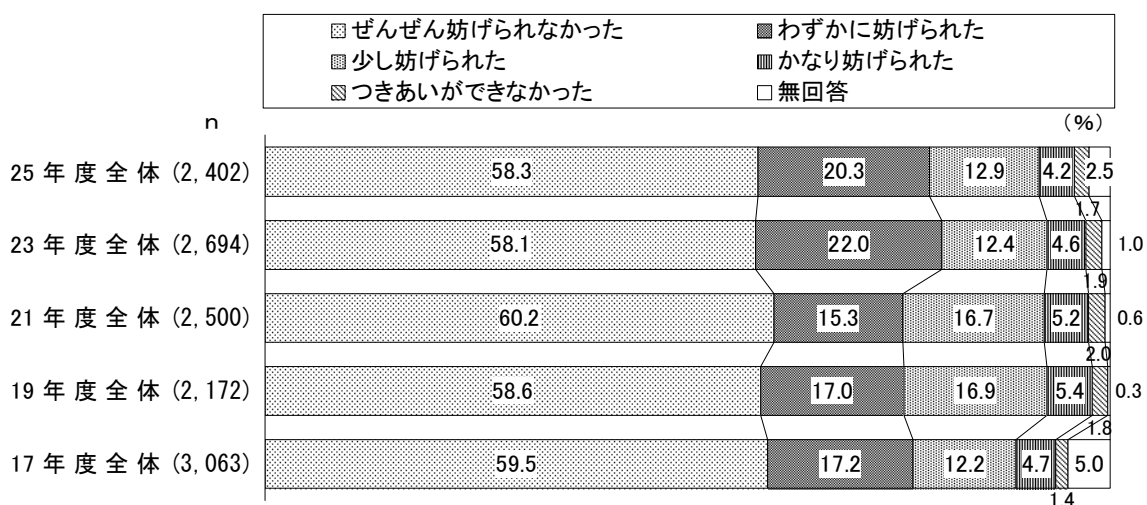
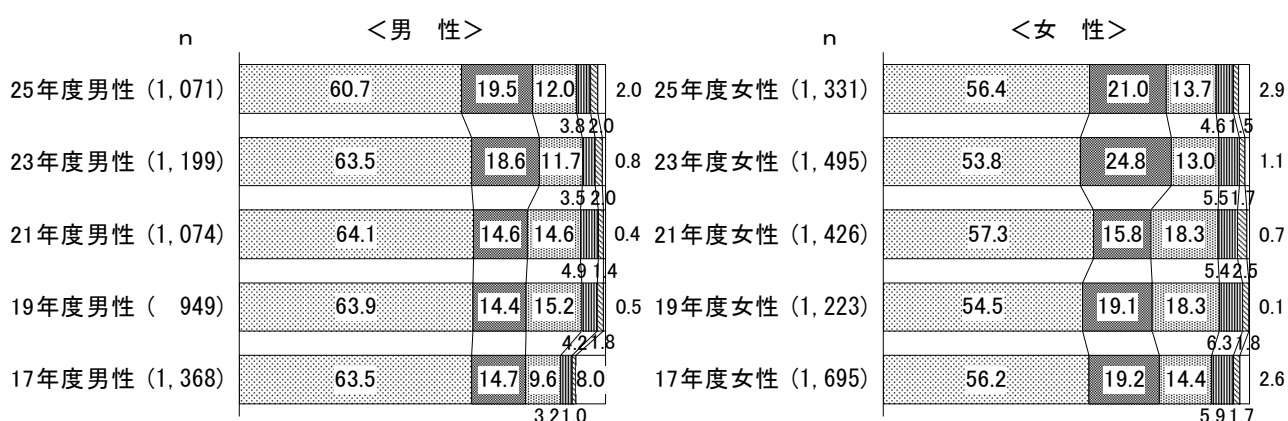


図1-6-4 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか
(過去の調査との比較・性別)



(7) 心理的な問題にどのくらい悩まされたか

問7 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）に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24.6%となっている。「わずかに悩まされた」(32.7%)、「少し悩まされた」(25.6%)、「かなり悩まされた」(10.9%)、「非常に悩まされた」(3.9%)の4つを合わせた《悩まされた》は73.1%となっている。(図1-7-1)

性別にみると、「ぜんぜん悩まされなかった」は男性(27.8%)が女性(22.1%)より5.7ポイント高くなっている。(図1-7-1)

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歳で39.5%、男性60～69歳で37.2%と高くなっている。また、男女とも20～59歳の年代に比べて、60歳以上の年代で「ぜんぜん悩まされなかった」の割合が高くなっている。(図1-7-2)

図1-7-1 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（全体/性別）

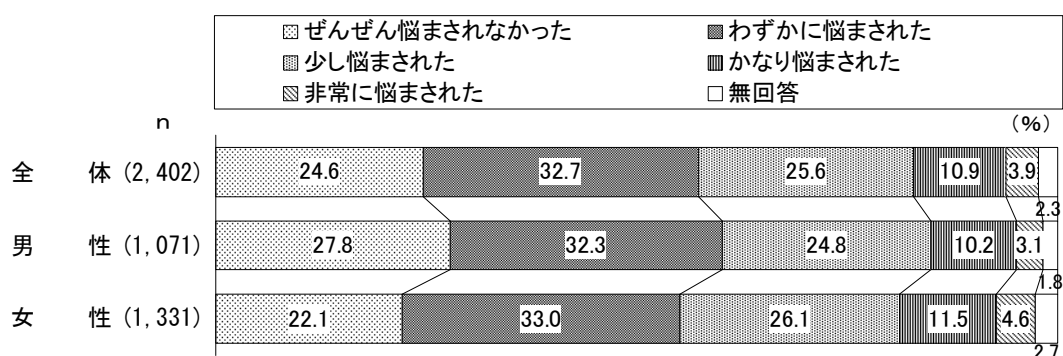
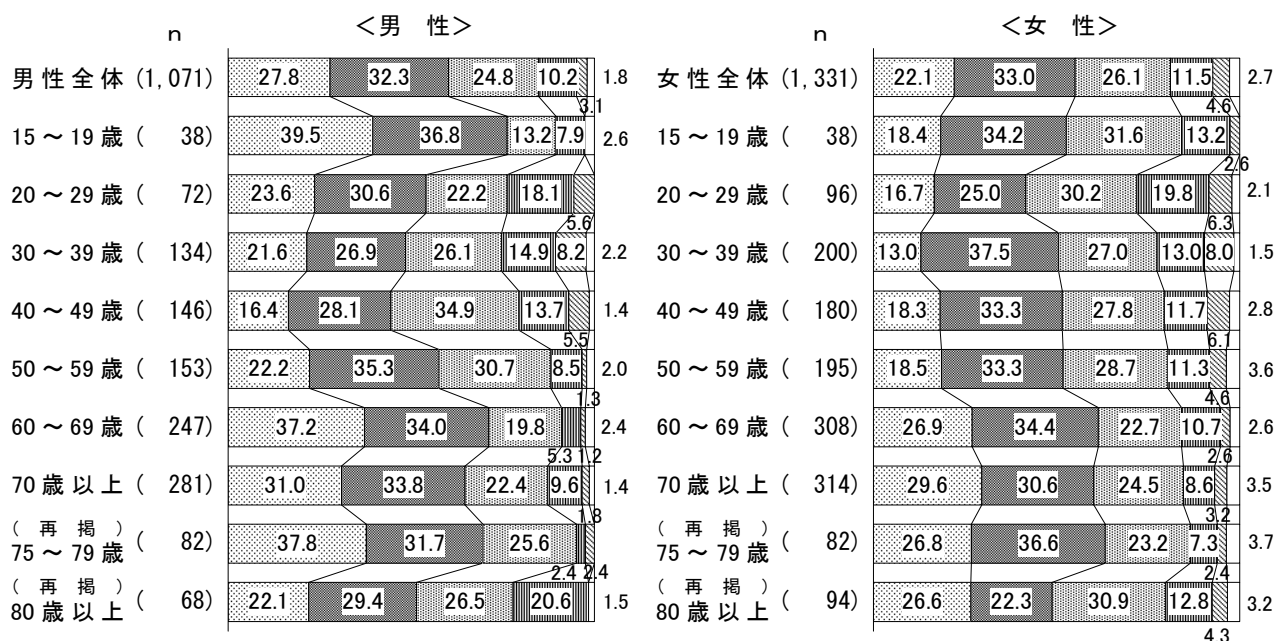


図1-7-2 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん悩まされなかった」の割合は2割半ば前後で推移しており、大きな傾向の変化はみられない。(図1-7-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん悩まされなかった」の割合は、男性では3割前後、女性では2割前後で推移しており、大きな傾向の変化はみられない。(図1-7-4)

図1-7-3 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)

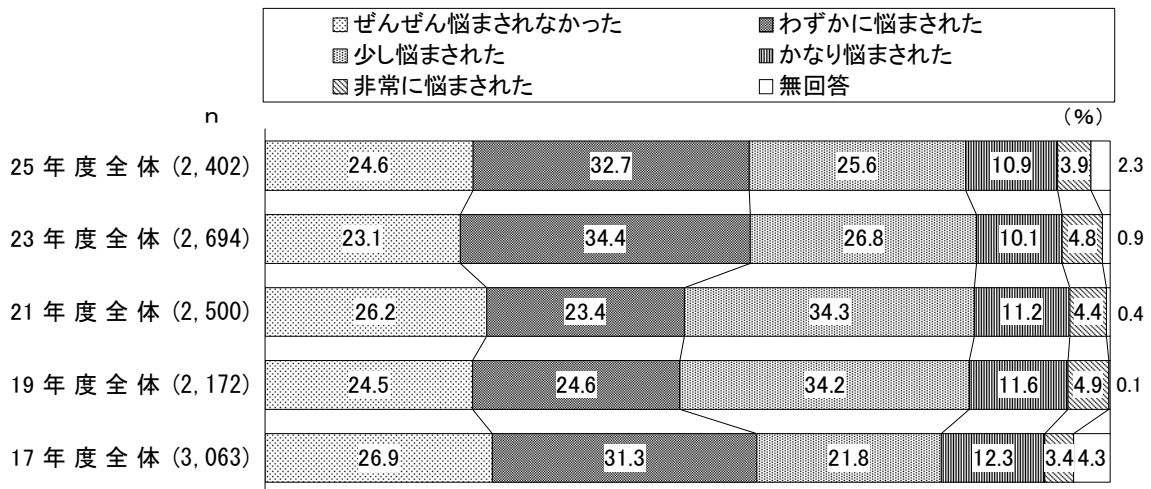
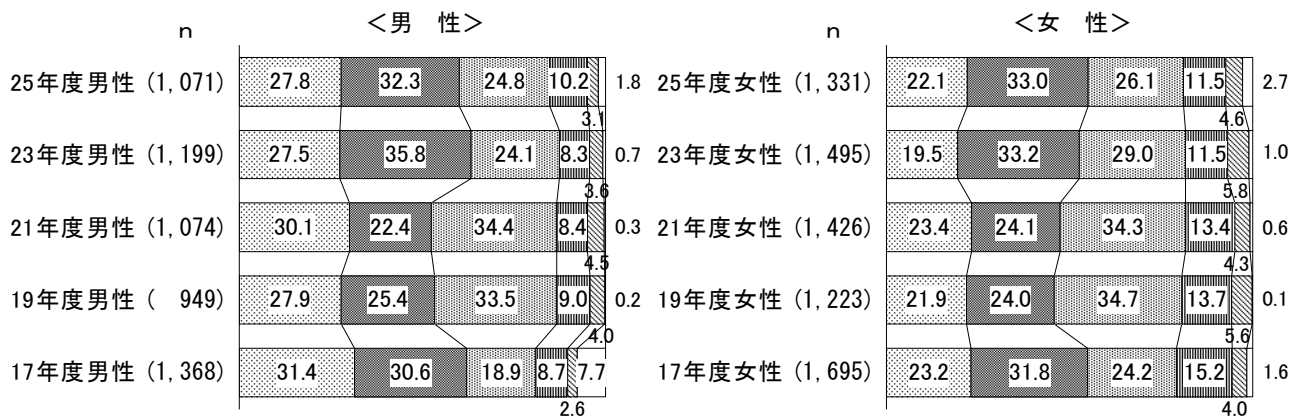


図1-7-4 心理的な問題にどのくらい悩まされたか(過去の調査との比較・性別)



(8) 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか

問8 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。（○はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が45.2%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(28.5%)、「少し妨げられた」(15.9%)、「かなり妨げられた」(5.5%)、「日常行う活動ができなかった」(1.6%)の4つを合わせた《妨げられた》は51.5%となっている。(図1-8-1)

性別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男性(47.2%)が女性(43.6%)より3.6ポイント高くなっている。(図1-8-1)

性・年齢別にみると、「ぜんぜん妨げられなかった」は男女とも15～19歳で最も割合が高くなっている。15～19歳に次いで割合が高いのは、男性では20～29歳(55.6%)、女性では60～69歳(52.3%)となっている。(図1-8-2)

図1-8-1 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（全体／性別）

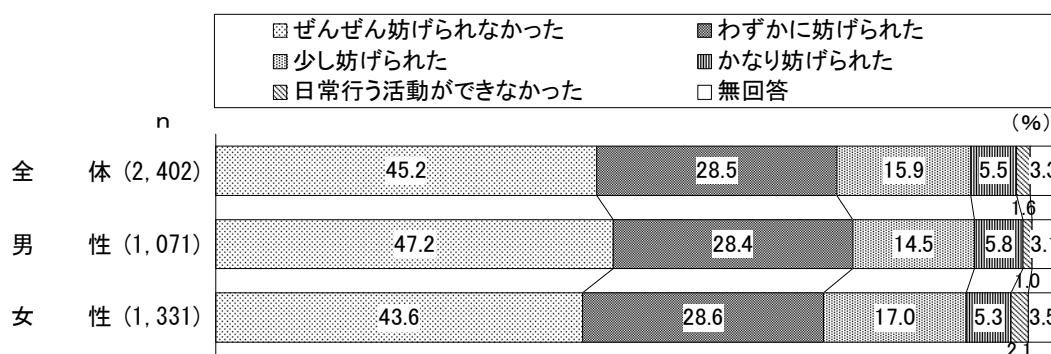
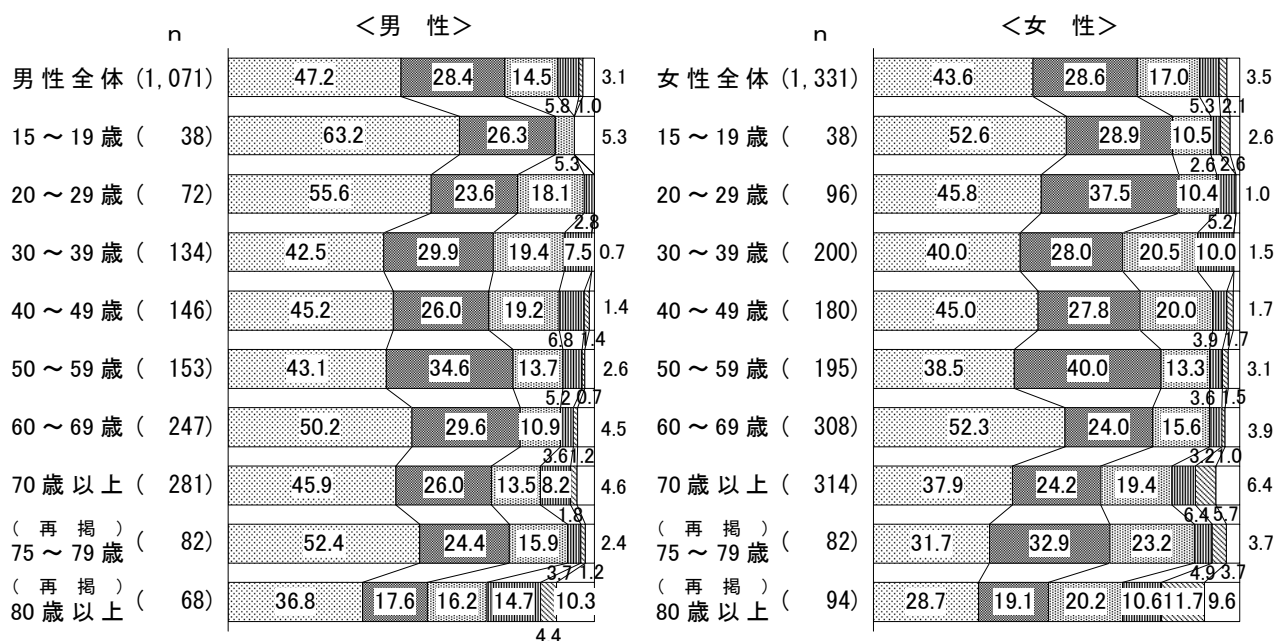


図1-8-2 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」(45.2%)は平成23年度(42.9%)より2.3ポイント増加している。(図1-8-3)

性別で過去の調査と比較すると、男性で平成23年度とほぼ同じ傾向になっている一方、女性では「ぜんぜん妨げられなかった」(43.6%)が平成23年度(39.9%)より3.7ポイント増加している。(図1-8-4)

図1-8-3 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)

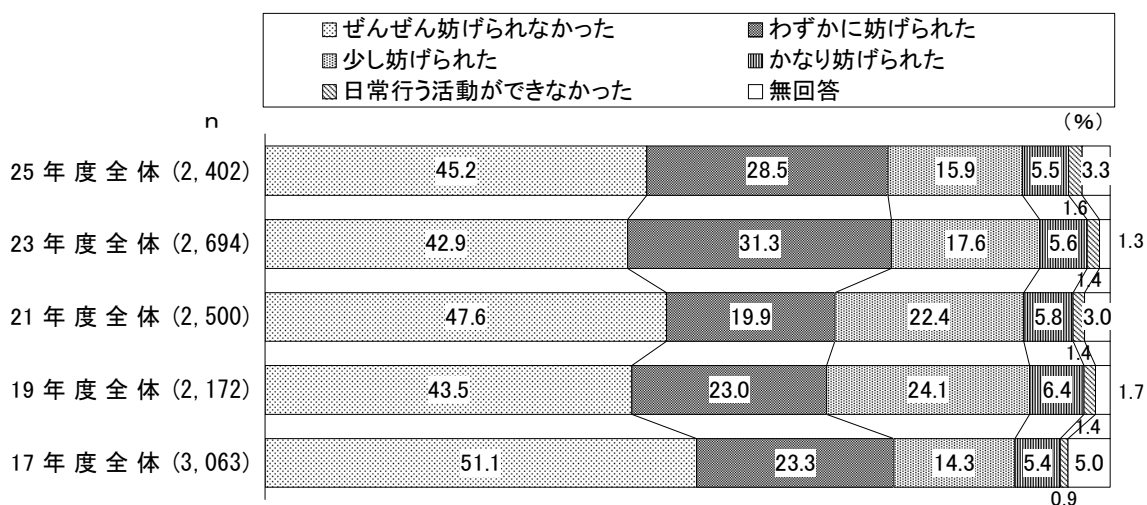
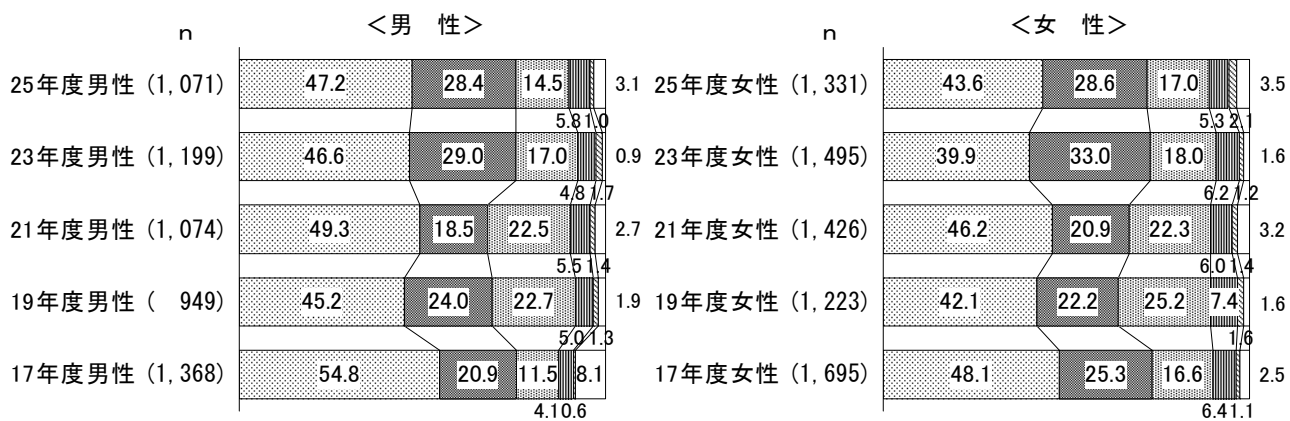


図1-8-4 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



(9) 健康関連QOL指標のひとつであるSF8の結果

問1から問8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。

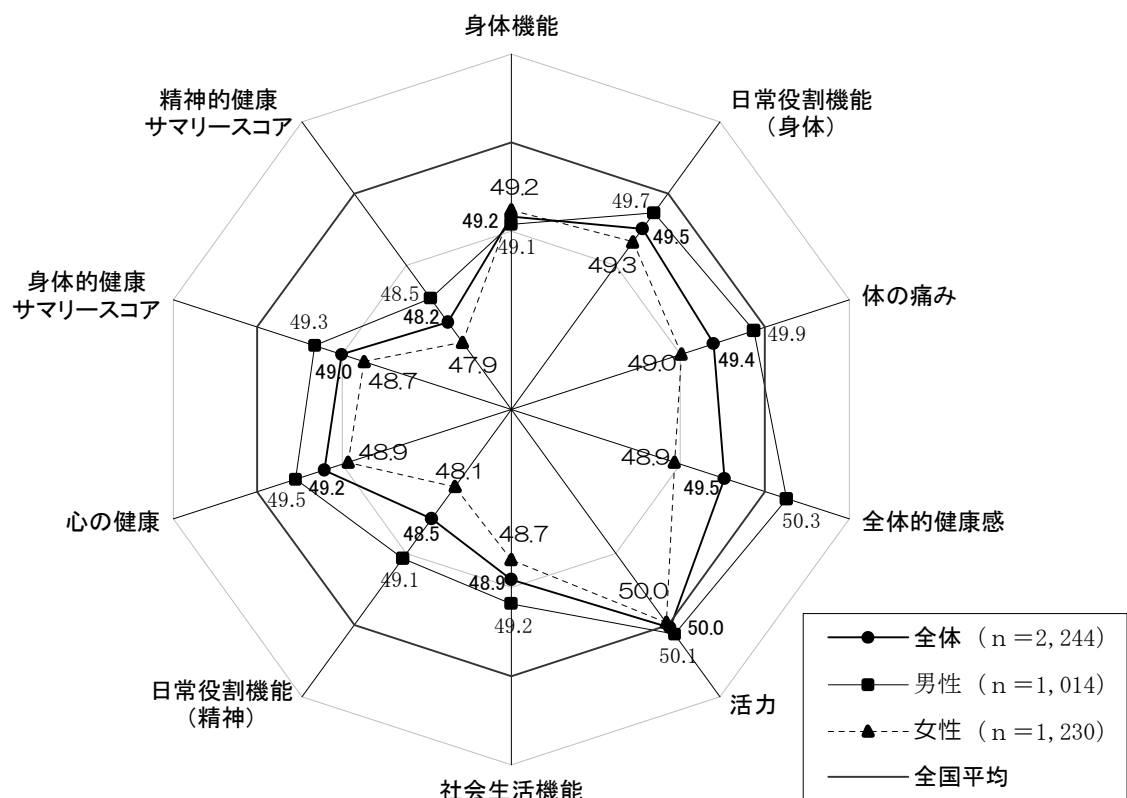
SF8には、国民の性、年齢、地域、都市規模等の分布と同じくするようにサンプリングして行った全国調査から得られた、SF8の平均値である国民標準値が設定されている。

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、「活力」が50.0点で最も点数が高くなっており、それ以外の9項目ではいずれも国民標準値である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48.2点で、10項目中最も低い点数となっている。(図1-9-1)

性別にみると、50点以上の項目は、男性は「全体的健康感」(50.3点)と「活力」(50.1点)の2項目で、女性は「活力」(50.0点)だけとなっている。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48.5点、女性47.9点)となっている。また、「身体機能」(男性49.1点、女性49.2点)以外の9項目で、男性の方が女性より得点が高くなっている。(図1-9-1)

図1-9-1 SF8の各尺度の得点(全体/性別)



性・年齢別にみると、男性では、すべての項目で15～19歳の得点が最も高くなっている。女性では、「日常役割機能（身体）」と「社会生活機能」の2項目では20～29歳、「心の健康」と「精神的健康サマリースコア」の2項目では60～69歳、「日常役割機能（精神）」は70歳以上で、それぞれ得点が最も高くなっており、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1-9-1)

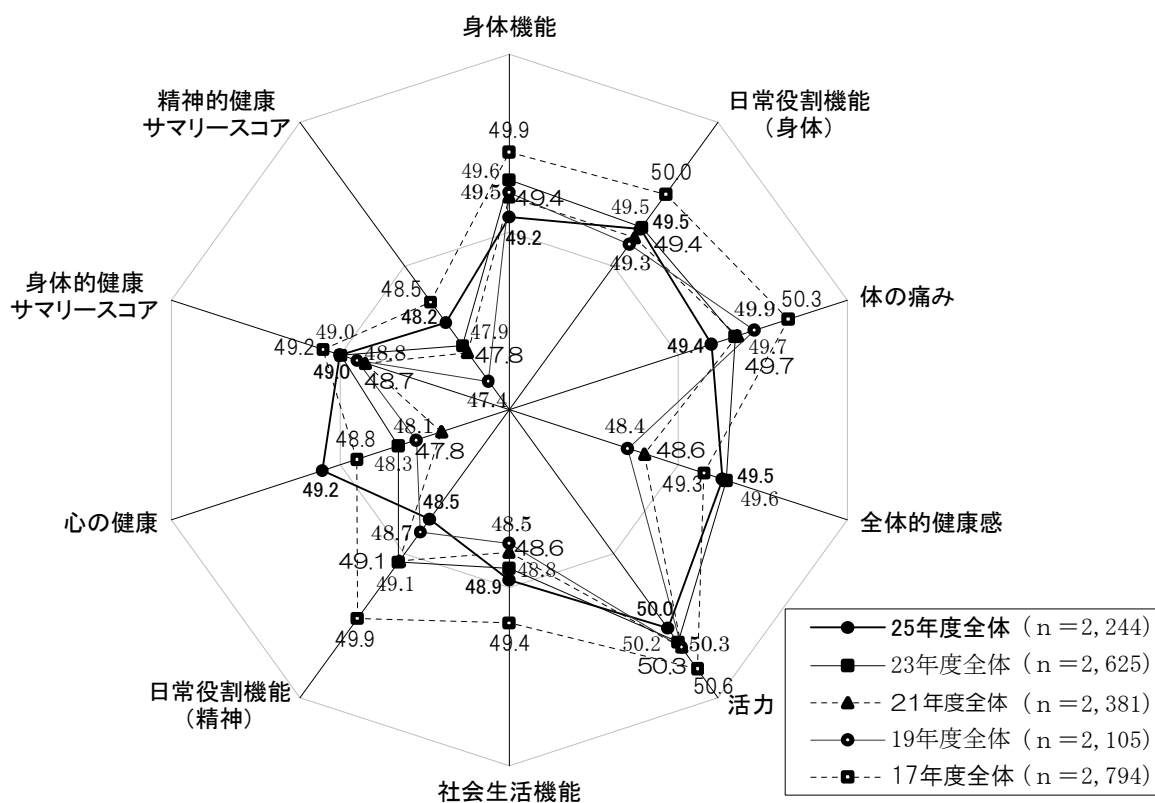
表1-9-1 SF8の各尺度の得点（性・年齢別）

上段：平均値、下段：標準偏差

		n	身体機能	日(身体)常役割機能	体の痛み	全体的健康感	活力	社会生活機能	日(精神)常役割機能	心の健康	身体的健康スコア	精神的健康スコア
男性	男性全体	1,014	49.1 7.1	49.7 6.6	49.9 6.6	50.3 8.3	50.1 7.0	49.2 8.2	49.1 7.0	49.5 6.8	49.3 7.0	48.5 6.9
	15～19歳	35	53.7 7.3	52.3 3.0	52.5 3.3	54.8 7.4	54.6 5.7	51.5 5.1	51.5 5.9	52.3 3.0	52.8 5.3	51.0 4.7
	20～29歳	72	49.6 7.3	51.7 5.6	52.4 3.4	53.2 8.4	51.0 6.8	50.8 7.4	47.5 7.8	50.7 4.9	52.5 5.5	47.3 7.7
	30～39歳	129	49.8 6.8	51.9 4.9	51.1 5.2	50.5 9.0	50.7 7.4	49.3 8.2	46.8 8.2	49.1 6.1	51.6 5.5	46.6 7.7
	40～49歳	141	48.7 6.8	50.6 5.7	50.6 5.7	49.2 8.2	49.1 6.8	49.4 8.3	46.8 7.1	48.9 7.3	50.2 6.2	46.6 7.1
	50～59歳	146	49.6 6.5	51.0 4.5	51.1 5.1	50.6 8.5	50.5 6.6	49.6 7.5	48.9 6.1	49.6 6.2	50.5 6.1	48.0 6.7
	60～69歳	229	48.8 7.0	49.2 7.0	49.8 6.8	49.8 8.0	49.8 7.1	49.6 7.7	51.0 6.2	50.2 6.5	48.3 7.2	50.3 6.4
	70歳以上	262	48.1 7.4	47.1 7.9	47.2 8.3	49.5 7.8	49.7 7.0	47.7 9.2	49.8 6.6	48.8 8.0	46.7 7.9	49.3 6.4
	(再掲)75～79歳	80	49.7 7.1	48.0 7.5	48.4 6.5	50.1 7.5	51.3 6.4	50.2 6.9	50.8 6.4	50.1 6.6	47.7 7.5	50.7 5.7
	(再掲)80歳以上	59	46.6 7.9	44.8 8.4	43.9 10.1	47.5 8.5	47.8 6.3	43.2 11.0	48.0 6.6	45.9 10.7	44.6 8.4	46.9 7.3
女性	女性全体	1,230	49.2 6.9	49.3 6.9	49.0 7.2	48.9 8.1	50.0 6.5	48.7 8.2	48.1 7.2	48.9 7.7	48.7 7.2	47.9 7.3
	15～19歳	37	53.9 7.0	51.6 7.0	51.9 7.0	52.3 8.5	53.8 6.2	50.0 7.8	47.8 6.5	50.0 7.6	53.1 7.2	47.6 6.5
	20～29歳	92	50.9 6.2	52.1 3.5	51.5 4.3	51.2 7.3	50.6 5.4	50.1 6.3	46.1 7.6	50.1 5.4	52.2 5.4	46.5 7.3
	30～39歳	189	49.4 6.7	50.6 5.2	49.5 5.7	49.2 8.5	49.8 6.5	48.3 8.2	46.5 7.5	48.5 6.6	50.0 6.2	46.3 7.8
	40～49歳	169	50.3 6.7	51.1 4.4	50.2 5.4	48.9 8.1	50.8 6.4	49.3 7.6	47.4 7.4	49.3 7.0	50.1 6.4	47.6 7.5
	50～59歳	181	48.3 6.4	50.3 5.5	49.9 5.7	48.1 7.6	49.3 6.1	48.6 7.5	47.7 7.0	49.3 6.7	48.9 6.1	47.5 6.6
	60～69歳	284	49.0 6.9	49.5 6.5	49.8 6.2	49.4 8.1	50.5 6.1	49.7 7.4	49.2 6.9	50.2 6.3	48.8 7.1	49.2 6.3
	70歳以上	278	48.1 7.3	45.5 9.2	45.5 9.9	47.7 8.0	48.9 7.1	47.1 9.9	49.4 7.0	46.9 10.4	45.2 8.2	48.8 7.8
	(再掲)75～79歳	77	46.7 7.4	45.4 8.5	45.7 8.8	47.0 8.3	48.1 7.0	45.9 9.5	49.6 6.5	47.5 8.6	44.5 7.8	48.7 6.9
	(再掲)80歳以上	78	47.3 8.1	42.4 10.3	41.3 11.7	46.6 8.5	47.0 7.5	45.6 11.0	48.1 7.5	43.1 13.2	42.6 9.4	47.2 9.2

過去の調査と比較すると、「身体機能」、「体の痛み」、「活力」、「日常役割機能（精神）」の4項目で、平成17年度以降最も低い点数になっている。一方、「心の健康」については、平成17年度以降最も高い点数になっている。（図1-9-2）

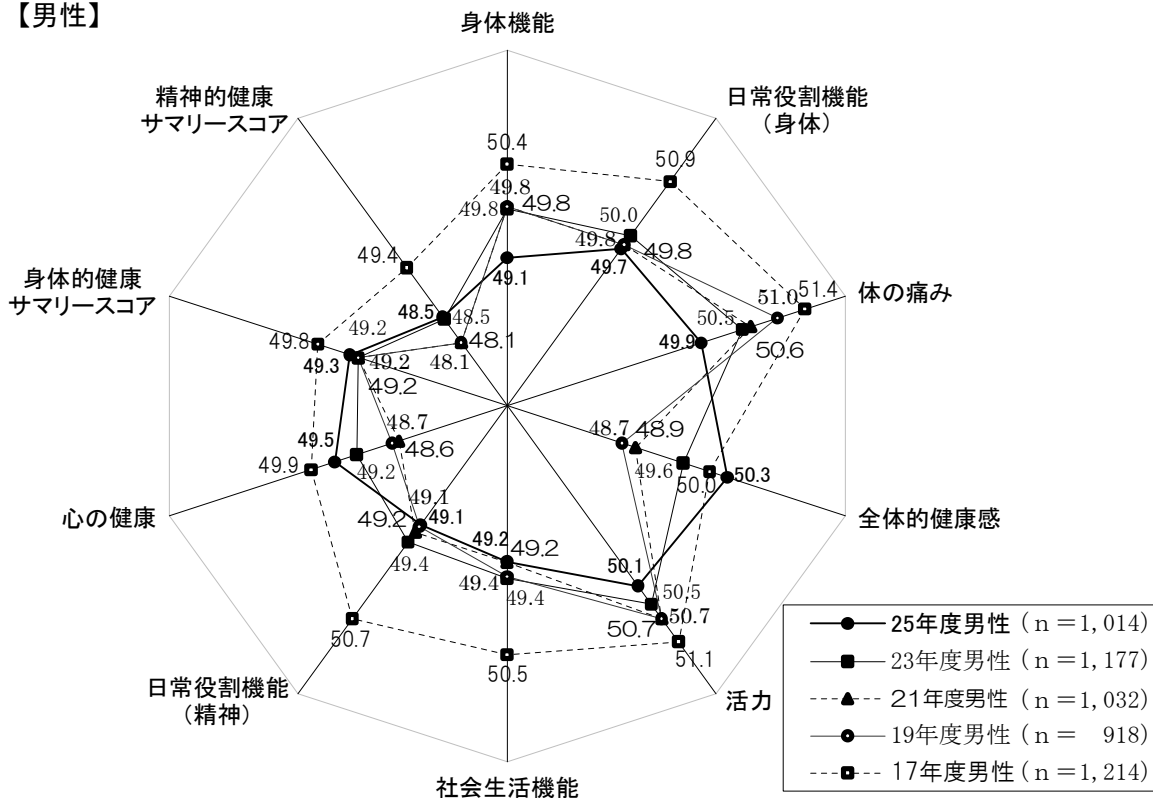
図1-9-2 SF8の各尺度の得点（過去の調査との比較）



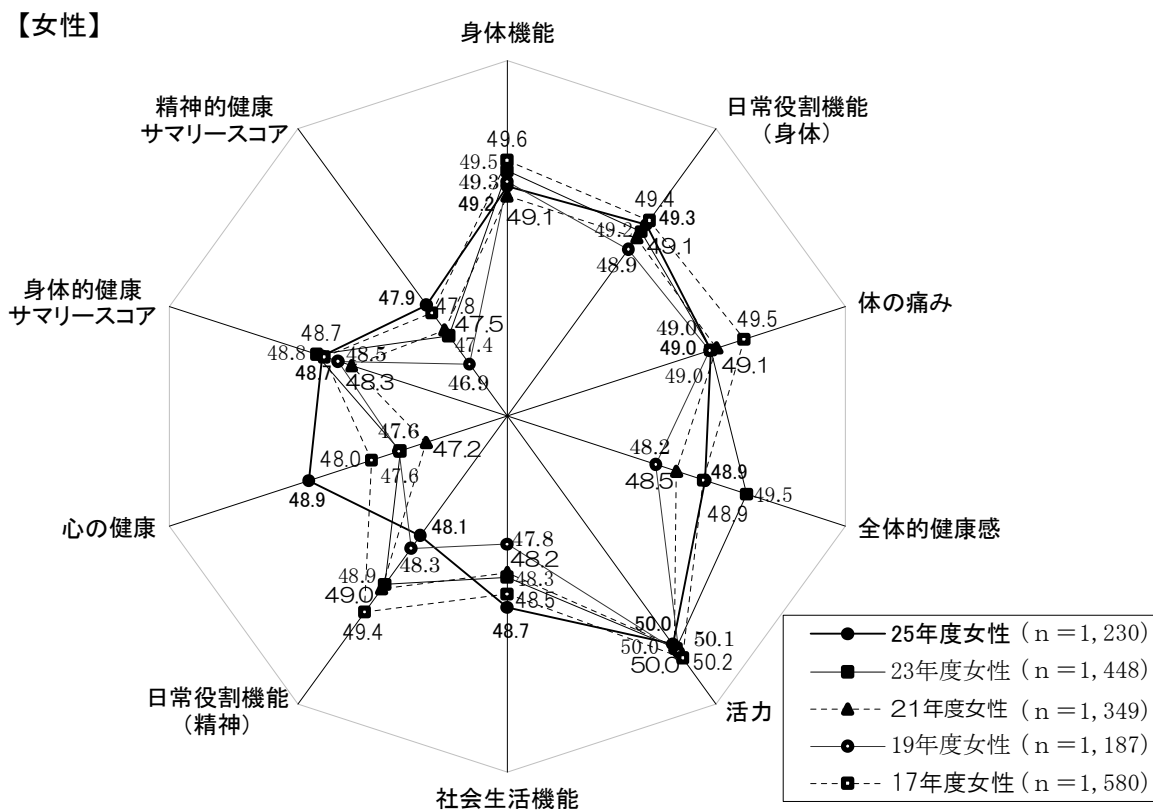
性別で過去の調査と比較すると、男性では、「身体機能」と「体の痛み」の2項目で平成23年度以前より得点が大きく減少している。一方、「全体的健康感」は平成17年度以降で最も高い得点になっている。女性では、「心の健康」で平成23年度以前より得点が大きく増加している。一方、「日常役割機能（精神）」は平成17年度以降で最も低い得点になっている。（図1-9-3）

図1-9-3 SF8の各尺度の得点（過去の調査との比較・性別）

【男性】



【女性】



(10) 身長・体重・BMI

問9 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161.2cm、平均体重は59.2kg、平均BMIは22.6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66.5kg、平均BMIは23.4で、女性の平均身長は155.8cm、平均体重は53.2kg、平均BMIは21.9となっている。(表1-10-1)

性・年齢別にみると、平均BMIは、男性では15~29歳に比べて30歳以上の年代で高い値となっている。女性では年代が高くなるほど徐々に高い値となっている。(表1-10-1)

表1-10-1 平均身長・平均体重・平均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	66.5	23.4	女性	女性全体	155.8	53.2	21.9
	男性15~19歳	169.8	61.2	21.1		女性15~19歳	158.5	48.7	19.3
	20~29歳	172.0	63.4	21.4		20~29歳	158.8	51.7	20.5
	30~39歳	171.7	69.9	23.7		30~39歳	158.9	53.2	21.0
	40~49歳	171.9	71.9	24.3		40~49歳	159.3	56.2	22.1
	50~59歳	169.6	69.2	24.0		50~59歳	157.0	54.3	22.1
	60~69歳	167.8	66.3	23.5		60~69歳	154.7	53.6	22.4
	70歳以上	164.0	62.2	23.1		70歳以上	150.9	51.3	22.5
	(再掲) 75~79歳	164.0	62.3	23.2		(再掲) 75~79歳	150.1	51.5	22.9
	(再掲) 80歳以上	162.0	60.7	23.1		(再掲) 80歳以上	148.4	48.1	21.7

※BMI判定

これ以降、平均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みる。

全体では、「やせ」が9.3%、「普通」が67.1%、「肥満」が20.1%となっている。(図1-10-1)
性別にみると、「やせ」は女性(13.2%)が男性(4.4%)より8.8ポイント高く、「肥満」は男性(25.8%)が女性(15.5%)より10.3ポイント高くなっている。(図1-10-1)

性・年齢別にみると、「やせ」は男性30歳以上の年代ではわずかとなっている一方、女性15～19歳で26.3%、女性20～29歳で25.0%と高くなっている。「肥満」は男性40～49歳で34.9%、男性50～59歳で34.0%と高くなっている。(図1-10-2)

図1-10-1 BMI判定(全体/性別)

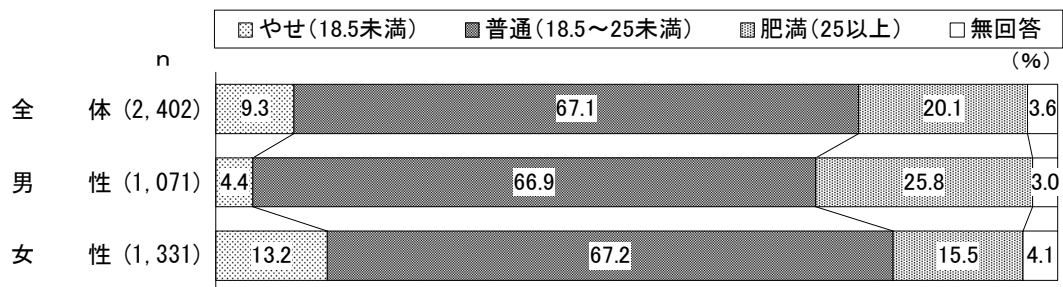
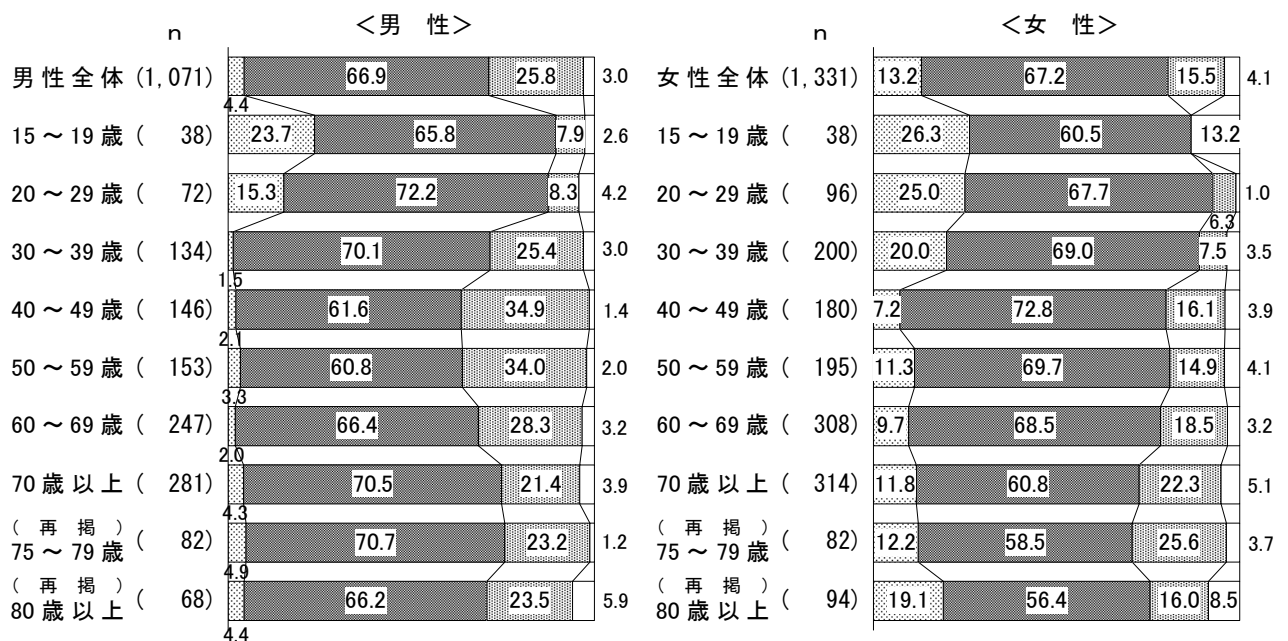


図1-10-2 BMI判定(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、ほぼ同じ傾向となっている。(図1-10-3)

性別で過去の調査と比較すると、男性はほぼ同じ傾向となっており、女性でも大きな傾向の変化はみられない。(図1-10-4)

図1-10-3 BMI判定(過去の調査との比較)

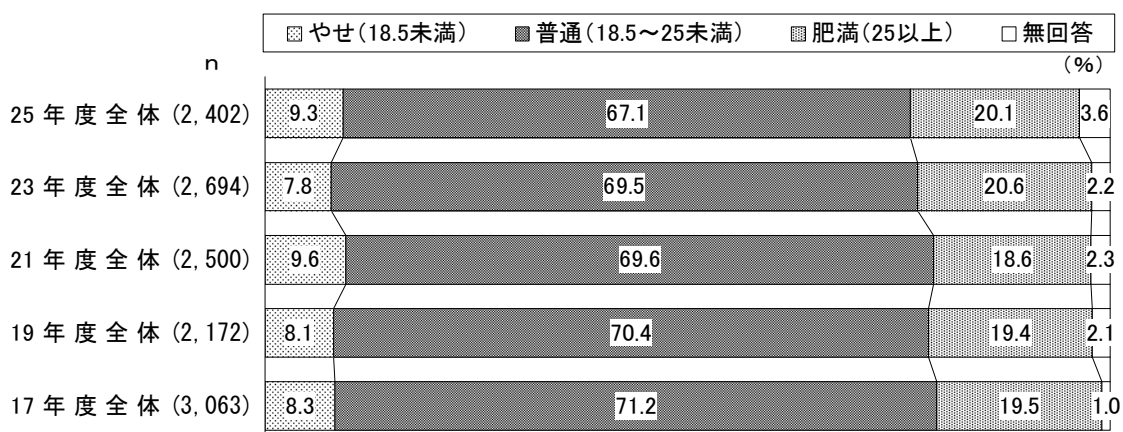
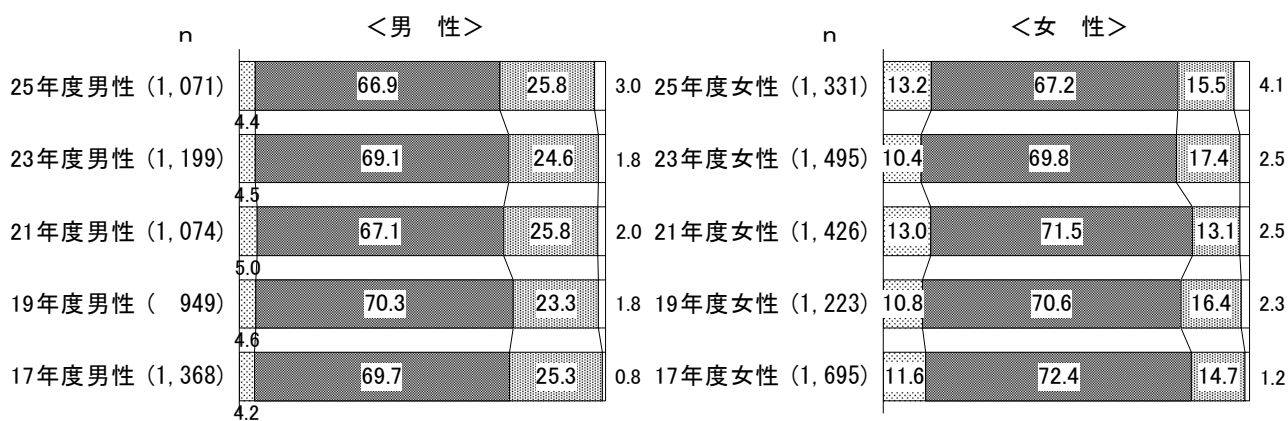
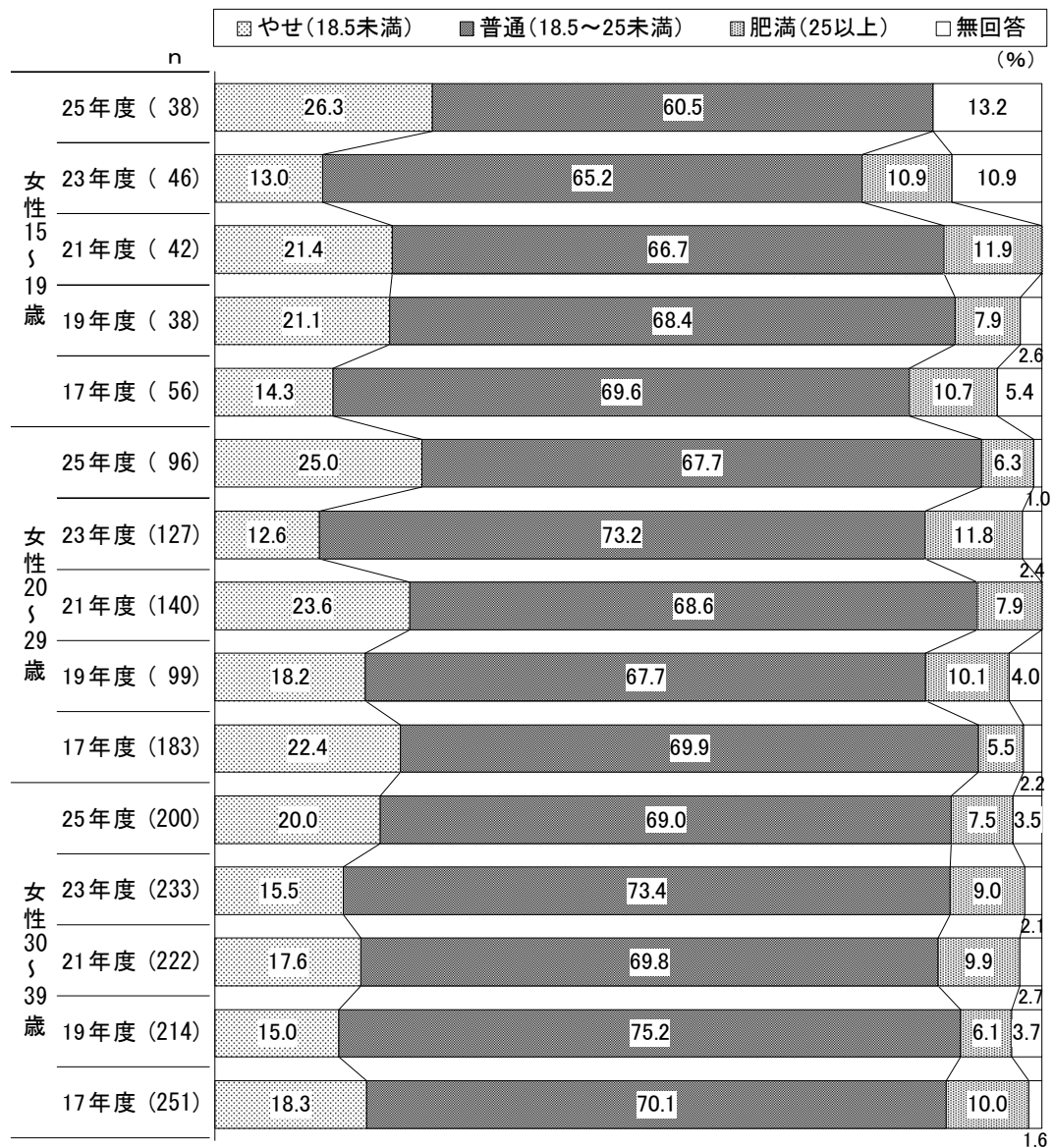


図1-10-4 BMI判定(過去の調査との比較・性別)



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、「やせ」は各年代で平成17年度以降最も高い割合となっている。(図1-10-5)

図1-10-5 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)



(11) 体重についての意識

問9 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33.8%となっている。「今より少し(4kg以内)減らしたい」は36.4%、「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」は19.9%で、この2つを合わせた《減らしたい》は56.3%となっている。(図1-11-1)

性別にみると、《減らしたい》は女性(59.2%)が男性(52.7%)より6.5ポイント高くなっている。(図1-11-1)

性・年齢別にみると、《減らしたい》は男女とも40~49歳で最も割合が高く、次いで30~39歳で高くなっている。(図1-11-2)

図1-11-1 体重についての意識(全体/性別)

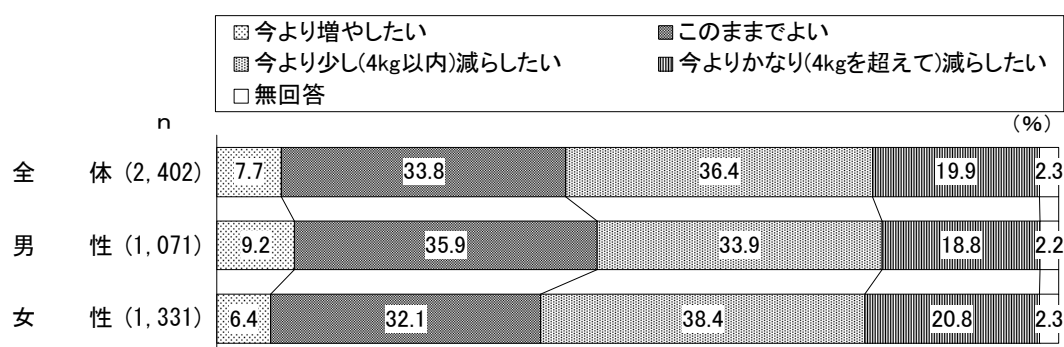
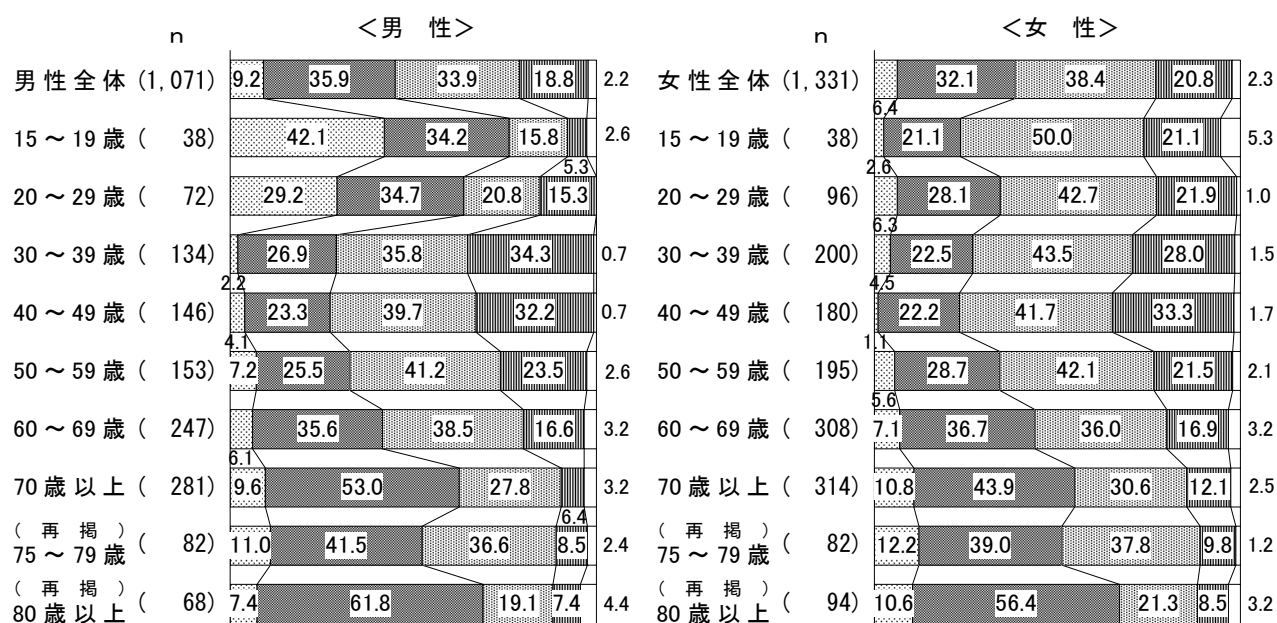


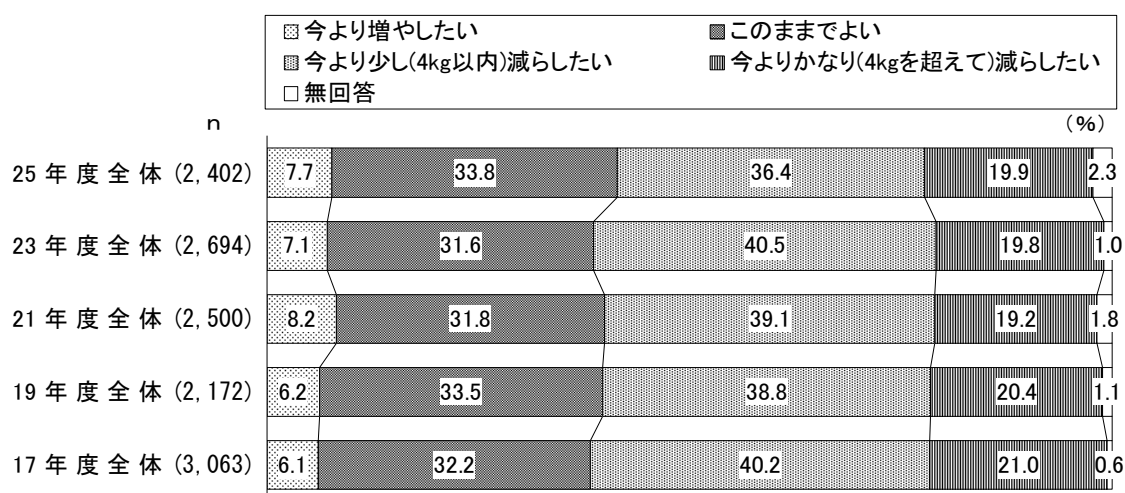
図1-11-2 体重についての意識(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「減らしたい」(56.3%)は平成23年度(60.3%)より4.0ポイント減少している。(図1-11-3)

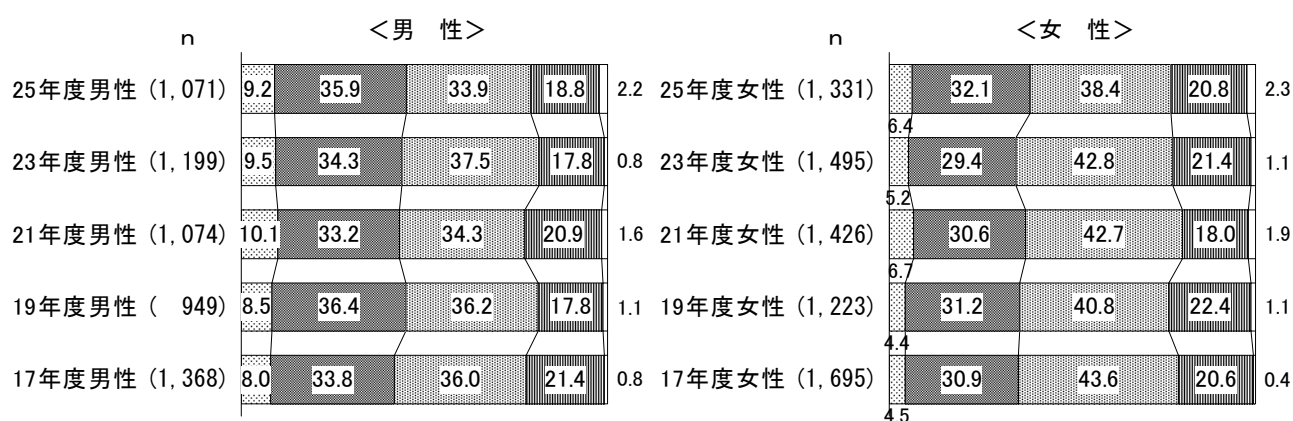
性別で過去の調査と比較すると、「減らしたい」は女性(59.2%)で平成23年度(64.2%)より5.0ポイント減少している。(図1-11-4)

図1-11-3 体重についての意識(過去の調査との比較)



※平成17年度調査の3kgは4kgに読み替えた上で比較している。

図1-11-4 体重についての意識(過去の調査との比較・性別)



※平成17年度調査の3kgは4kgに読み替えた上で比較している。

(12) 体重管理のためにしていること

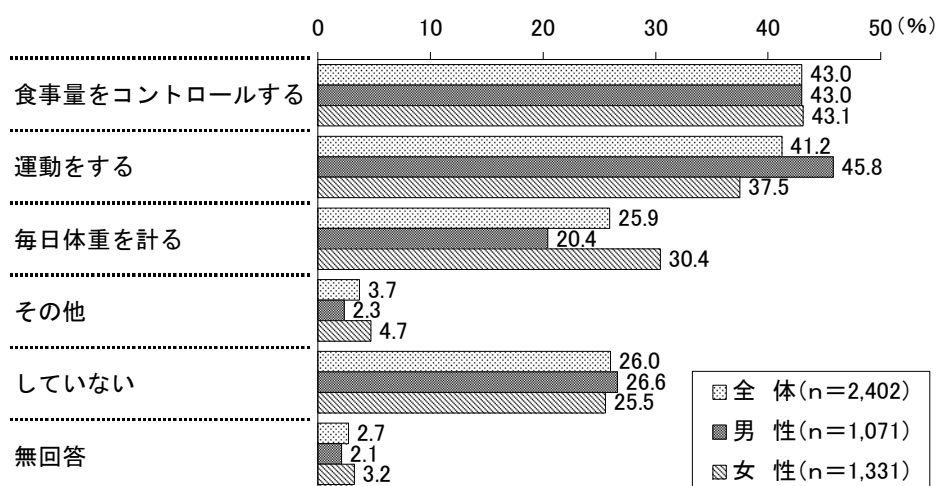
問10 あなたは、体重管理のためにどのようなことをしていますか。あてはまるものを全て選んでください。(複数回答可)

全体では、「食事量をコントロールする」が43.0%、「運動をする」が41.2%、「毎日体重を計る」が25.9%となっている。「していない」は26.0%である。(図1-12-1)

性別にみると、「運動をする」は男性(45.8%)が女性(37.5%)より8.3ポイント高くなっている。「毎日体重を計る」は女性(30.4%)が男性(20.4%)より10.0ポイント高くなっている。

(図1-12-1)

図1-12-1 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」は男性の15～29歳の年代以外のすべての年代で4割台となっている。「運動をする」は男性70歳以上で55.2%と高く、「毎日体重を計る」は女性50～59歳で37.9%と高くなっている。(表1-12-1)

表1-12-1 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(%)

		n	食事量を コントロール する コント	運動を する	毎日 体重を 計る	その他	して いない	無 回 答			n	食事量を コントロール する コント	運動を する	毎日 体重を 計る	その他	して いない	無 回 答
性	男性全体	1,071	460	491	219	285	25	23	性	女性全体	1,331	574	499	404	339	63	42
	15～19歳	38	7	19	2	1	13	1		15～19歳	38	17	12	8	-	14	2
	20～29歳	72	23	35	8	1	28	-		20～29歳	96	39	24	27	1	34	1
	30～39歳	134	57	50	20	3	52	1		30～39歳	200	86	60	51	10	70	3
	40～49歳	146	66	54	29	2	52	1		40～49歳	180	79	59	58	7	48	3
	50～59歳	153	69	58	45	3	37	4		50～59歳	195	82	72	74	8	48	5
	60～69歳	247	99	120	58	8	55	7		60～69歳	308	143	149	105	16	59	12
	70歳以上	281	139	155	57	7	48	9		70歳以上	314	128	123	81	21	66	16
	(再掲)	82	43	46	15	1	15	1		(再掲)	82	36	27	21	7	14	5
	(再掲)	68	34	31	14	4	12	4		(再掲)	94	36	26	21	4	26	5
80歳以上	100.0	43.0	45.8	20.4	26.6	2.3	2.1	80歳以上	100.0	43.1	37.5	30.4	25.5	4.7	3.2		
		100.0	18.4	50.0	5.3	2.6	34.2	2.6		100.0	44.7	31.6	21.1	-	36.8	5.3	
		100.0	31.9	48.6	11.1	1.4	38.9	-		100.0	40.6	25.0	28.1	1.0	35.4	1.0	
		100.0	42.5	37.3	14.9	2.2	38.8	0.7		100.0	43.0	30.0	25.5	5.0	35.0	1.5	
		100.0	45.2	37.0	19.9	1.4	35.6	0.7		100.0	43.9	32.8	32.2	3.9	26.7	1.7	
		100.0	45.1	37.9	29.4	2.0	24.2	2.6		100.0	42.1	36.9	37.9	4.1	24.6	2.6	
		100.0	40.1	48.6	23.5	3.2	22.3	2.8		100.0	46.4	48.4	34.1	5.2	19.2	3.9	
		100.0	49.5	55.2	20.3	2.5	17.1	3.2		100.0	40.8	39.2	25.8	6.7	21.0	5.1	
		100.0	52.4	56.1	18.3	1.2	18.3	1.2		100.0	43.9	32.9	25.6	8.5	17.1	6.1	
		100.0	50.0	45.6	20.6	5.9	17.6	5.9		100.0	38.3	27.7	22.3	4.3	27.7	5.3	

過去の調査と比較すると、「していない」は平成19年度以降減少傾向にある。(図1-12-2)
 性別で過去の調査と比較すると、「していない」は男女とも平成19年度以降減少傾向にある。「食
 事量をコントロールする」は男性では平成19年度以降増加傾向にある。(図1-12-3)

図1-12-2 体重管理のためにしていること(過去の調査との比較)

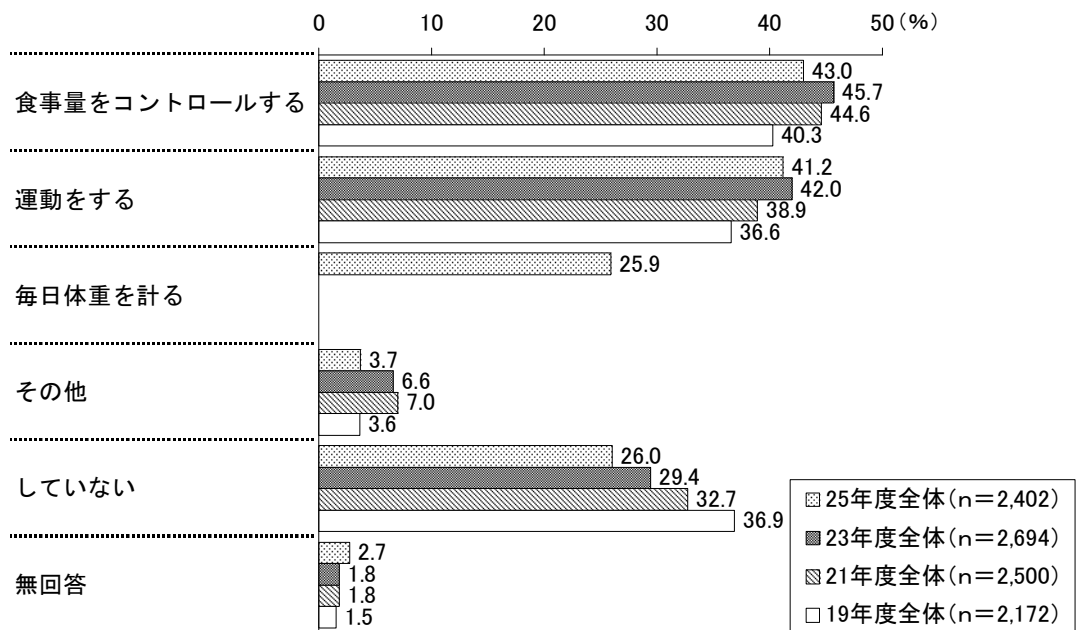
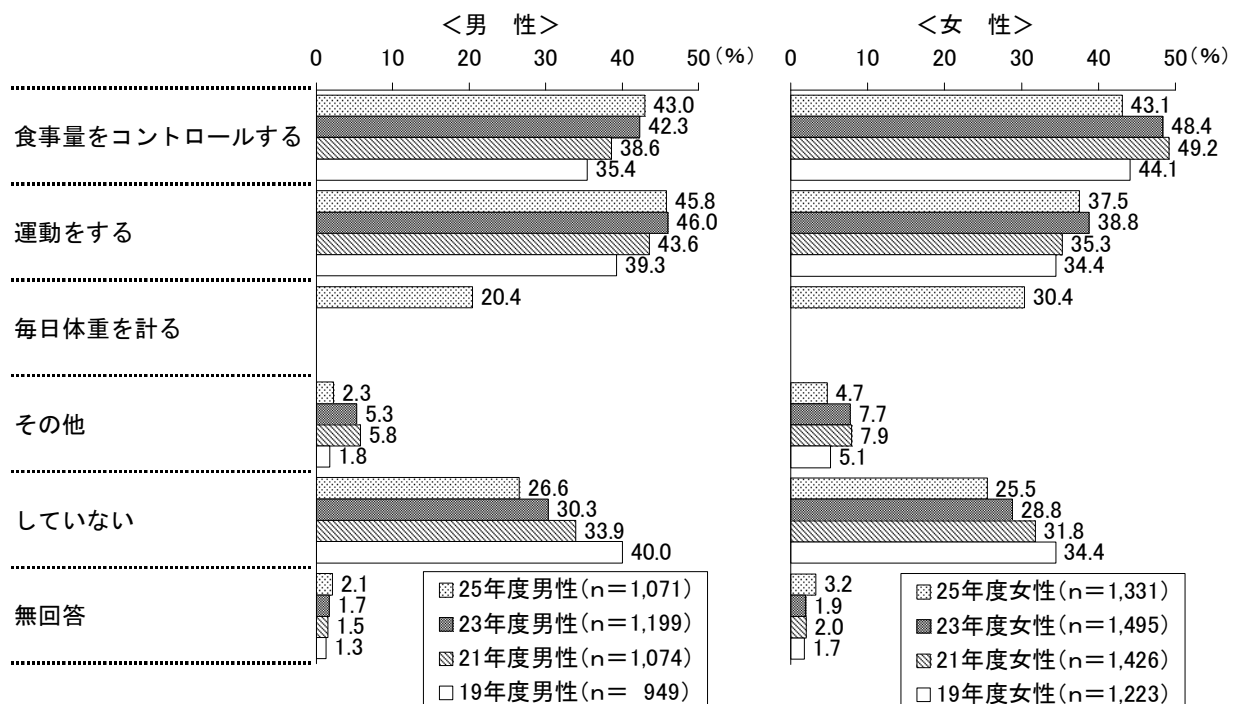


図1-12-3 体重管理のためにしていること(過去の調査との比較・性別)



※「毎日体重を計る」の選択肢は今回調査で新たに加えた選択肢である。