

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53.6%で最も高く、これと「最高に良い」(2.2%)、「とても良い」(15.8%)の3つを合わせた《良い》は71.6%となっている。「あまり良くない」(20.3%)、「良くない」(5.2%)、「ぜんぜん良くない」(1.9%)の3つを合わせた《良くない》は27.4%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50～59歳となっている。(図1-1-2)

図1-1-1 健康状態 (全体/性別)

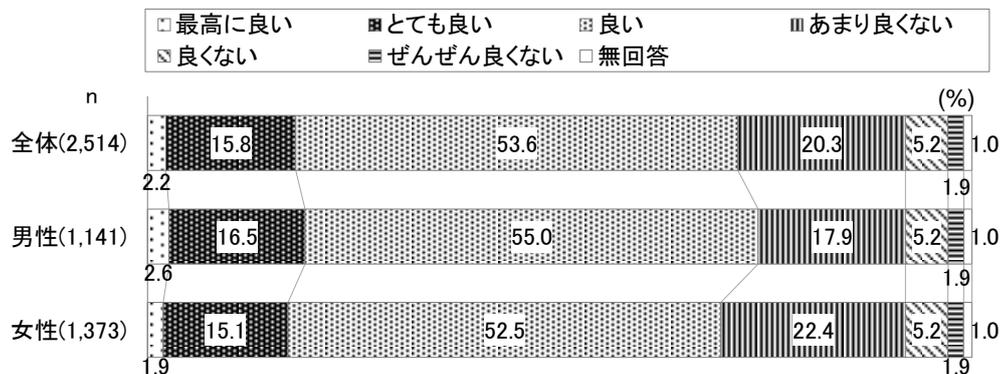
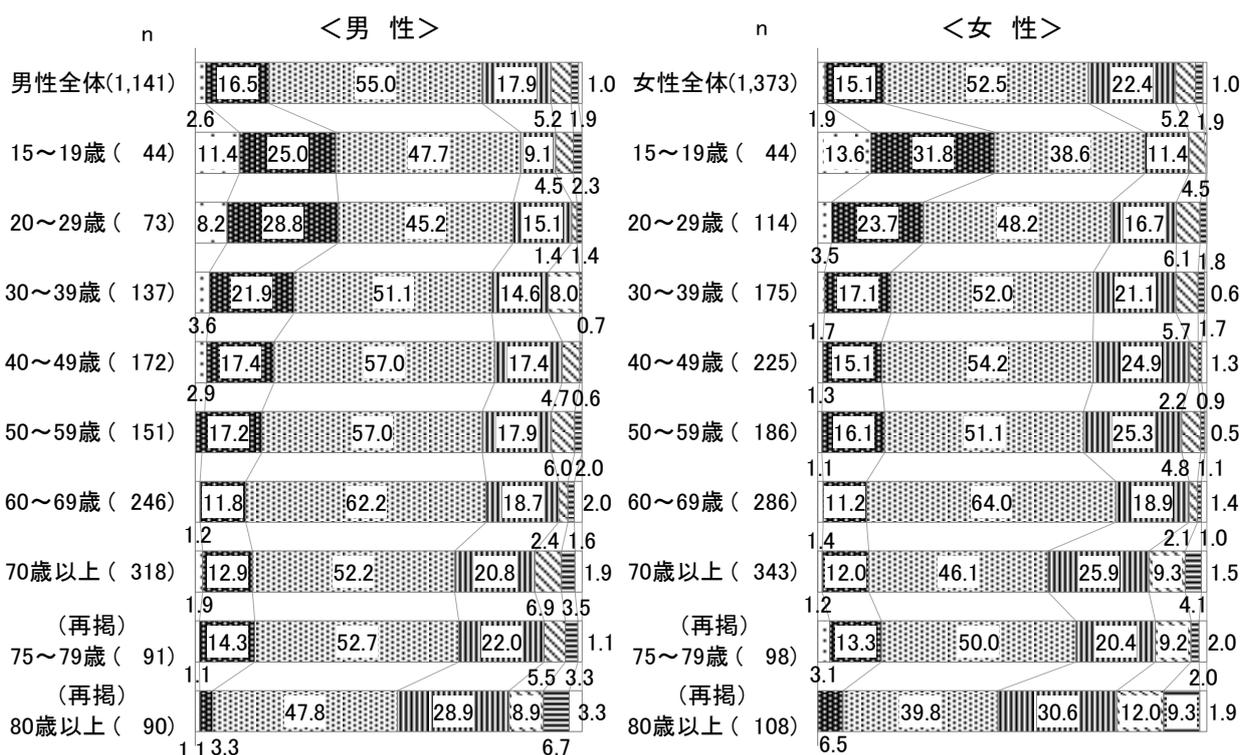


図1-1-2 健康状態 (性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《良い》(71.6%)は平成19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3.3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》は女性(69.5%)で平成23年度(74.0%)より4.5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)

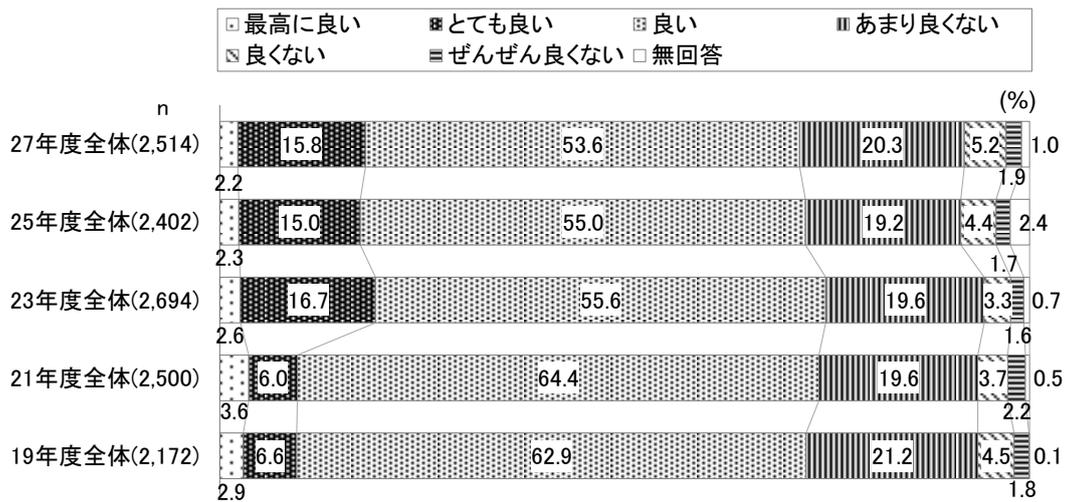
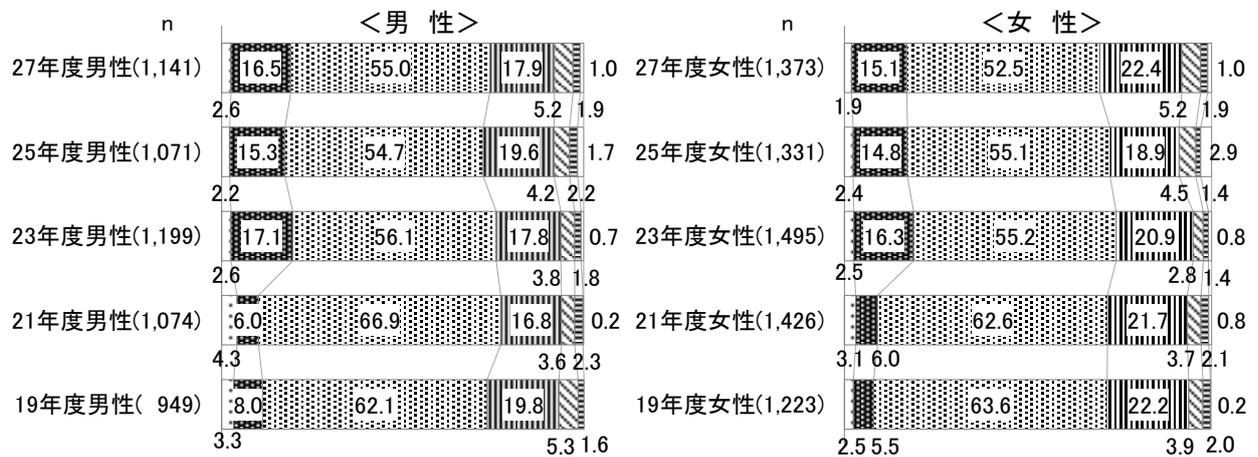


図1-1-4 健康状態(過去の調査との比較・性別)



(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、身体的な理由でそ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57.6%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(17.9%)、「少し妨げられた」(16.1%)、「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」(1.8%)の4つを合わせた《妨げられた》は41.2%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(60.8%)が女性(55.0%)より5.8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40~49歳で36.0%となっており、男性40~49歳(23.9%)より12.1ポイント高く、年代別の男女差が最も大きくなっている。70歳以上では《妨げられた》が女性で64.5%、男性で55.6%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)

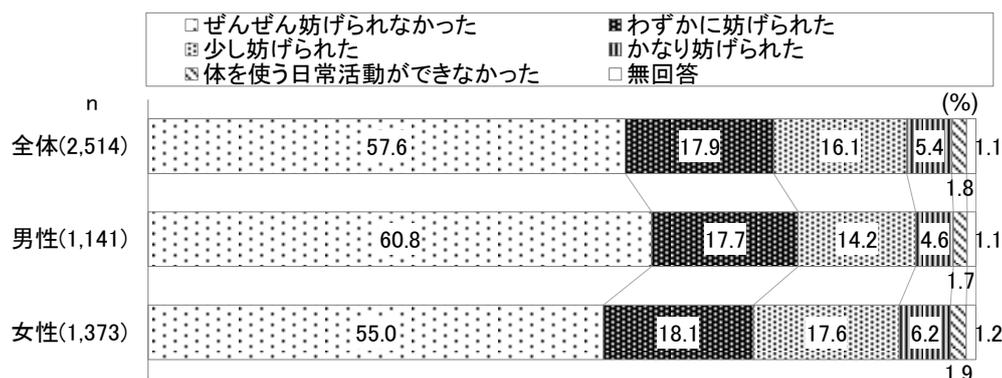
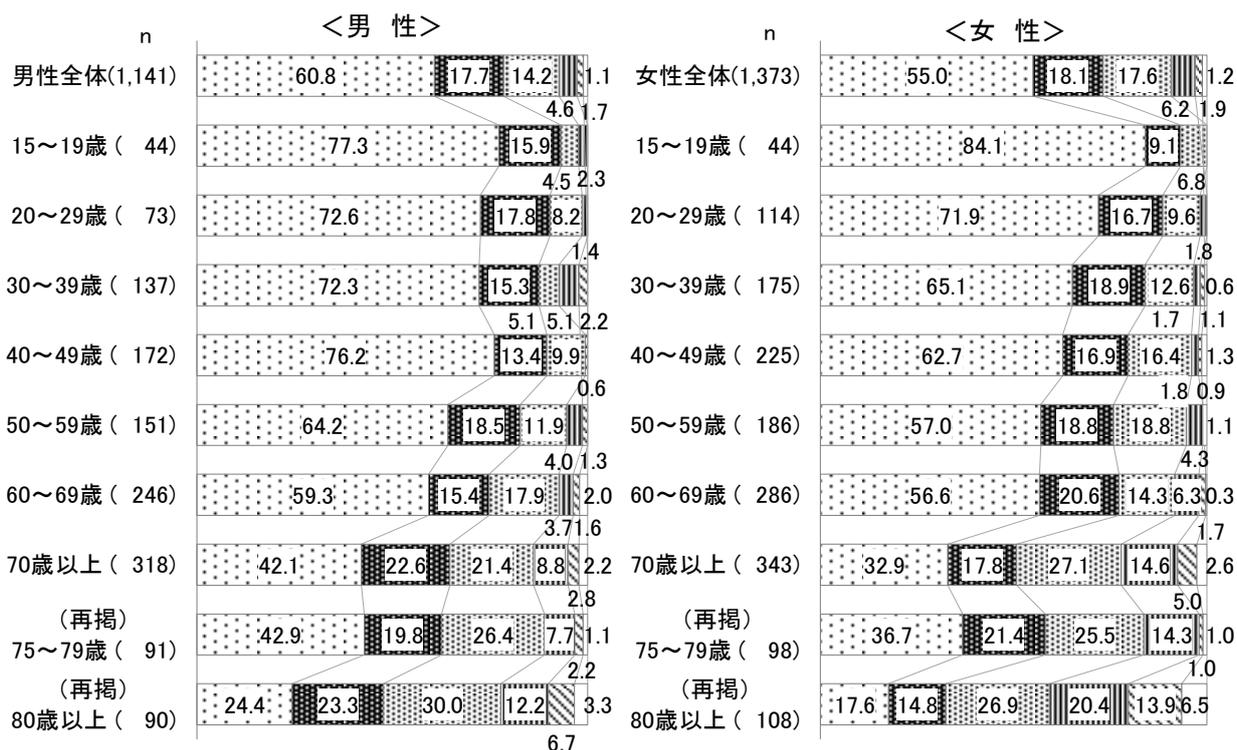


図1-2-2 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」が平成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(60.8%)で平成25年度(60.2%)より0.6ポイント増加している。(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)

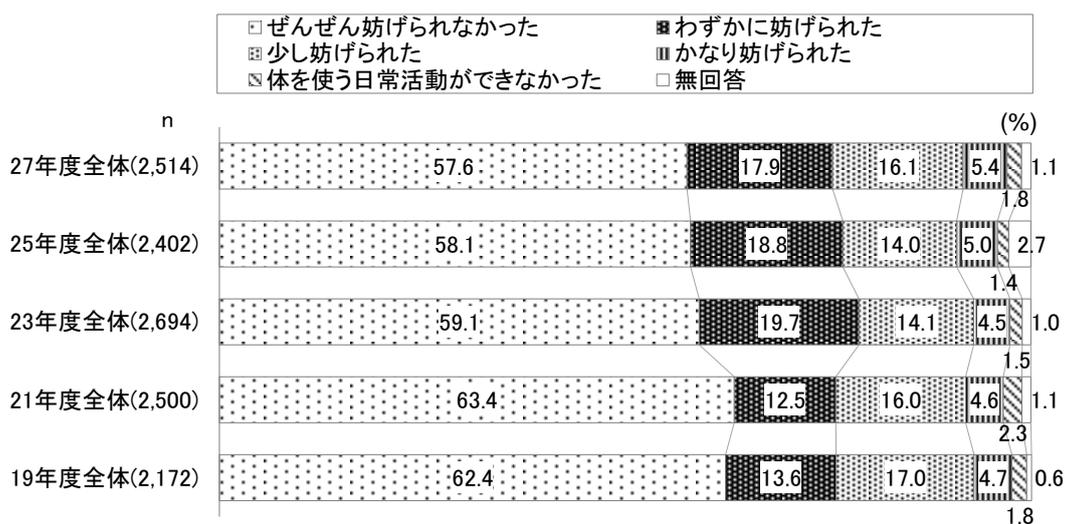
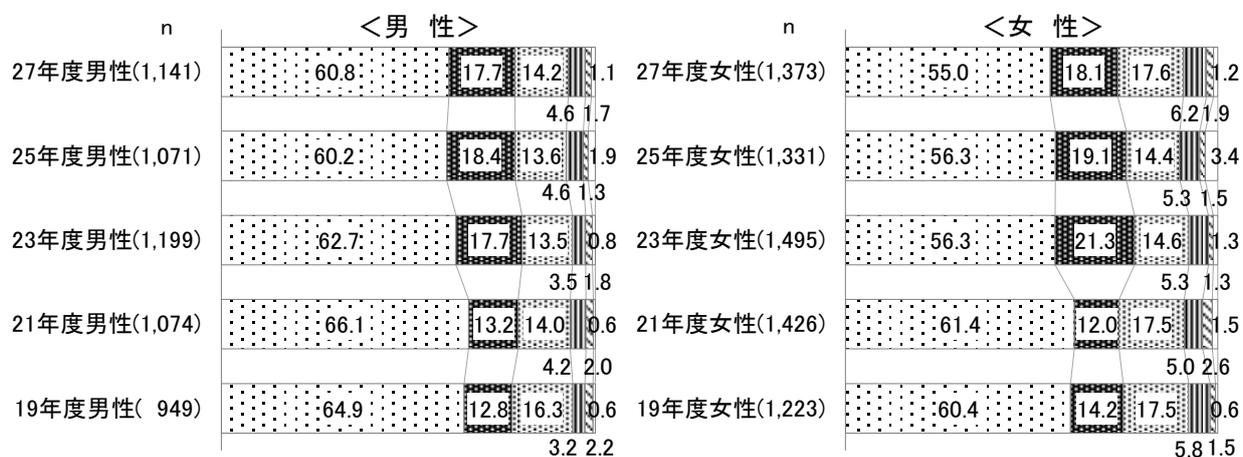


図1-2-4 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



(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。（○はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が54.5%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(21.5%)、「少し妨げられた」(15.4%)、「かなり妨げられた」(5.6%)、「体を使う日常活動ができなかった」(1.8%)の4つを合わせた《妨げられた》は44.3%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(59.3%)が女性(50.4%)より8.9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》は女性40~49歳(46.7%)が男性40~49歳(27.3%)より19.4ポイント高く、女性30~39歳(49.8%)が男性30~39歳(33.5%)より16.3ポイント高くなっており、年代別の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）

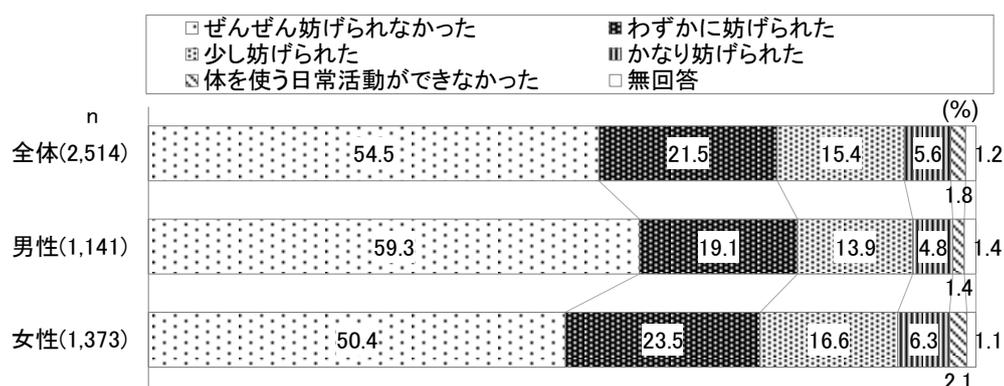
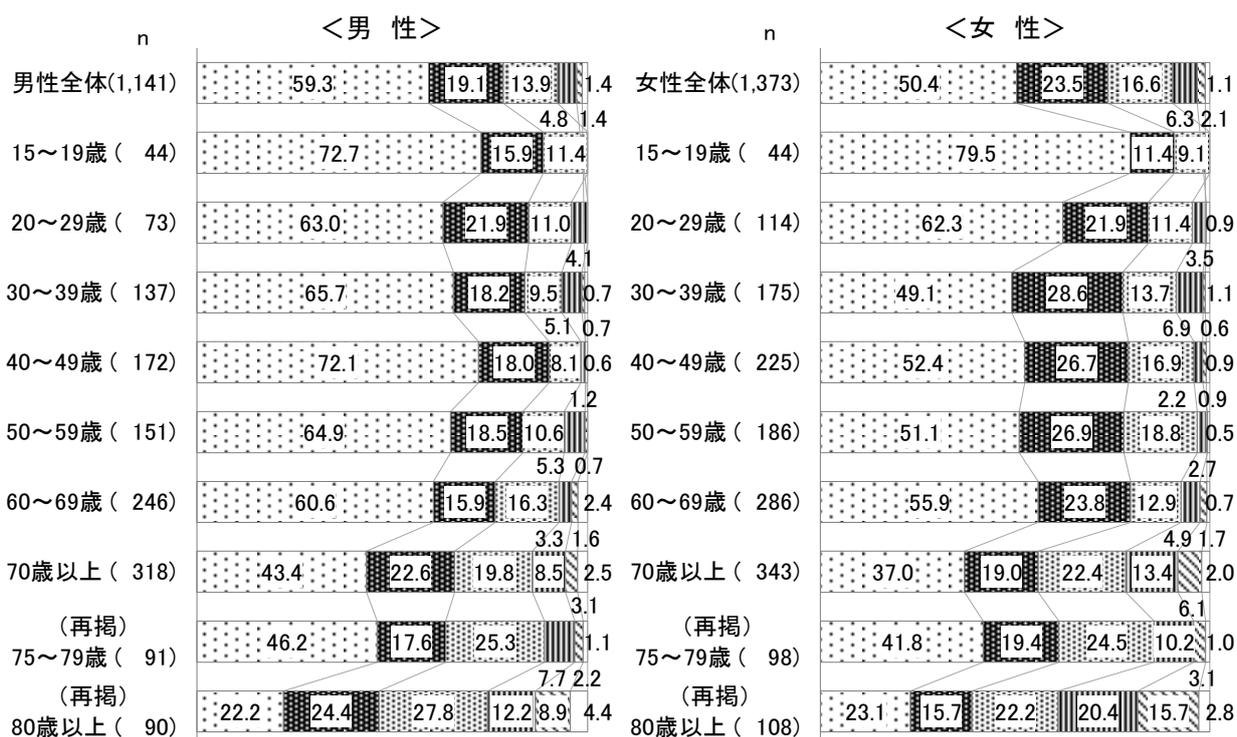


図1-3-2 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」が平成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）

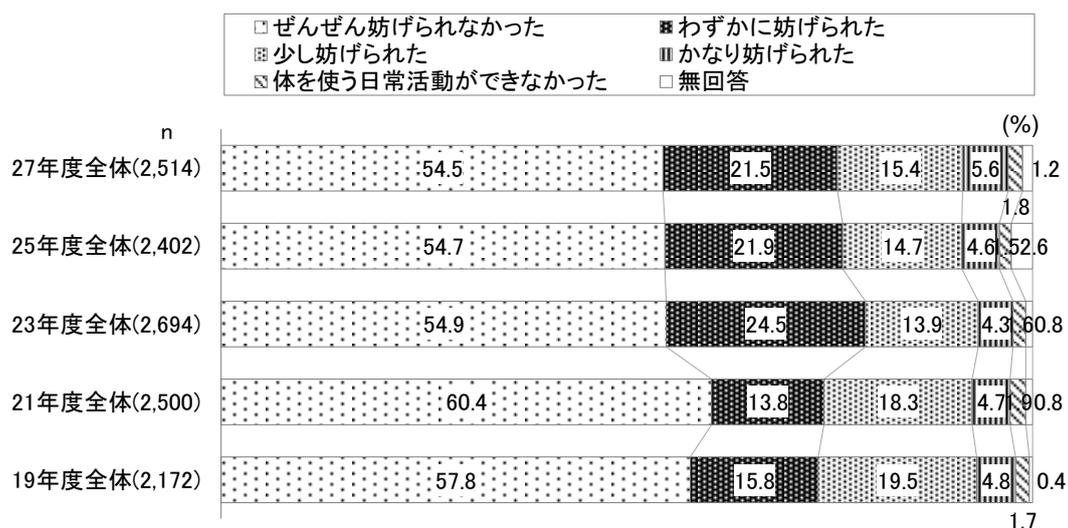
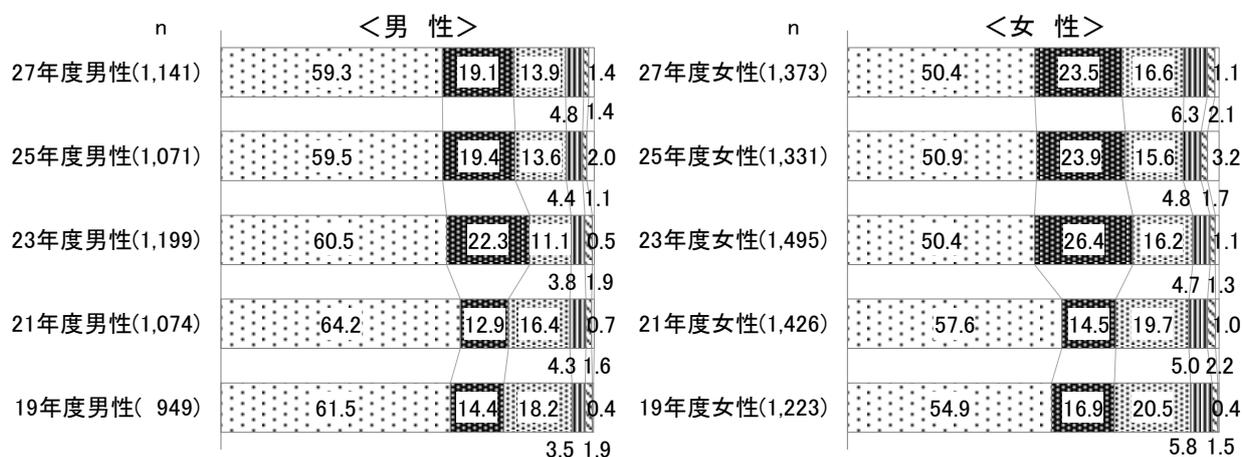


図1-3-4 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(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。(〇はひとつ)

全体では、「ぜんぜんなかった」は26.1%となっている。「かすかな痛み」は24.8%、「軽い痛み」は29.4%、「中くらいの痛み」は13.5%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(30.3%)が女性(22.7%)より7.6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」は男性では20~29歳で52.1%、女性では15~19歳で45.5%と高くなっている。(図1-4-2)

図1-4-1 体の痛み(全体/性別)

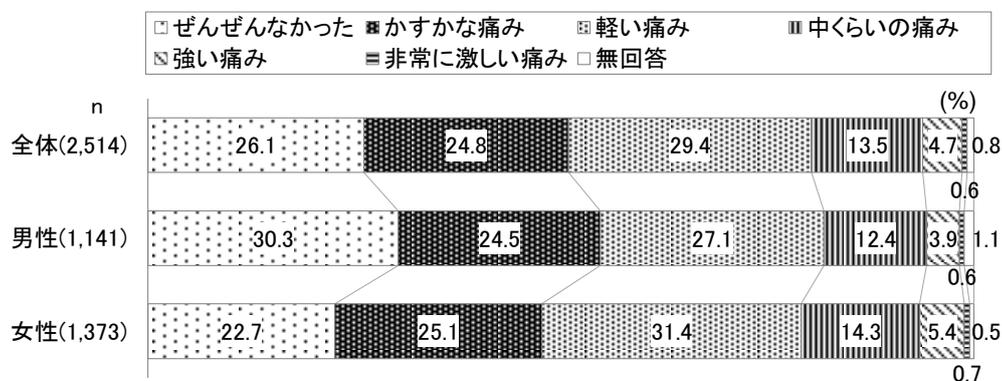
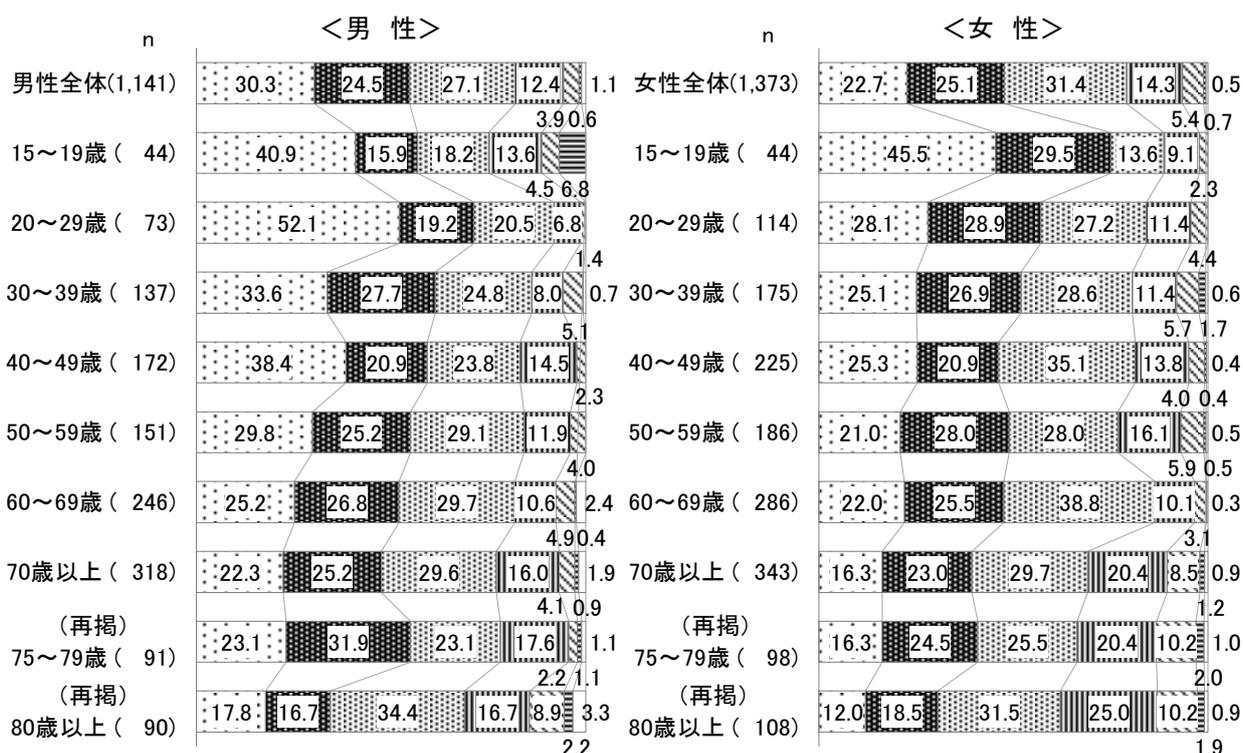


図1-4-2 体の痛み(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」(26.1%)は平成25年度(25.3%)より0.8ポイント増加している。(図1-4-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」は、男女ともに平成25年度より増加している。(図1-4-4)

図1-4-3 体の痛み(過去の調査との比較)

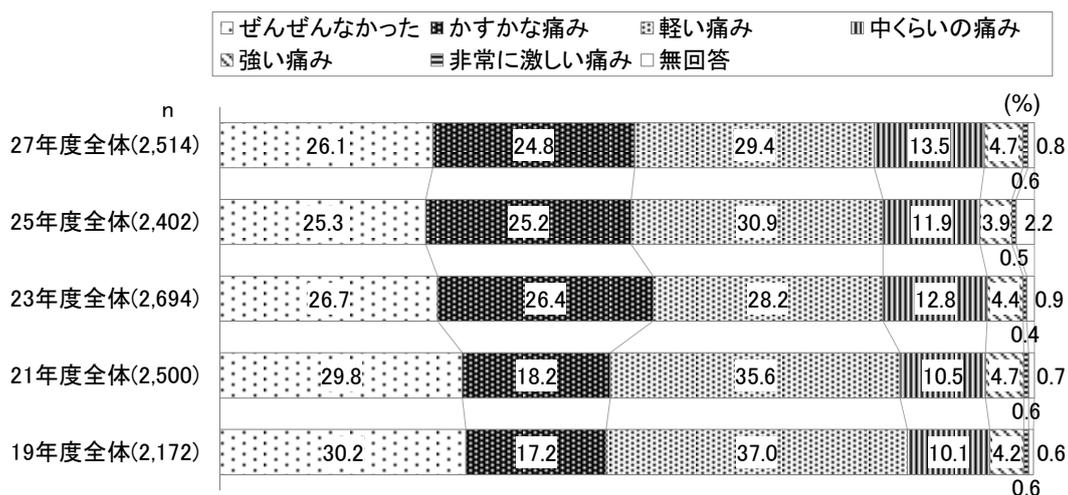
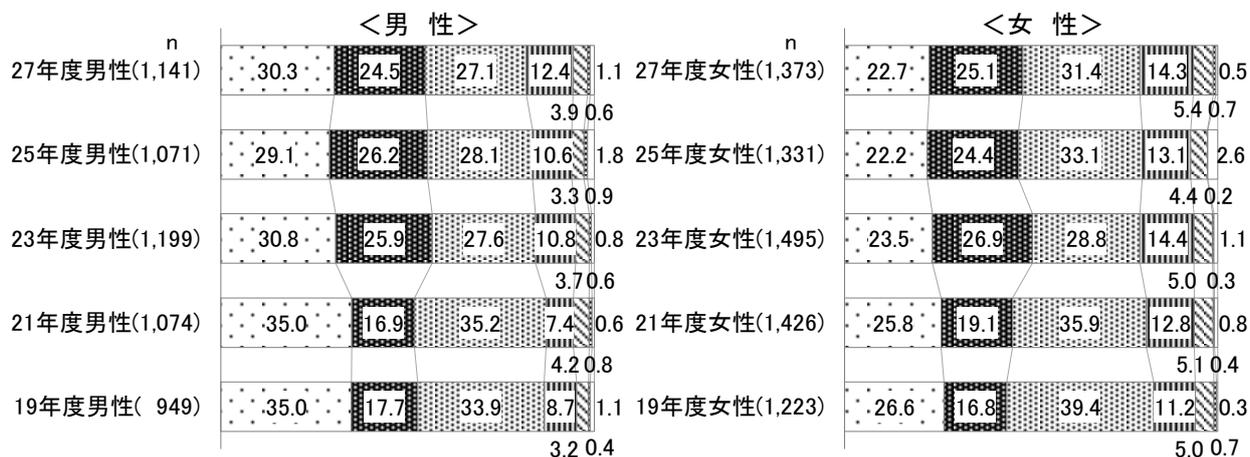


図1-4-4 体の痛み(過去の調査との比較・性別)



(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」(10.6%)、「かなり元気だった」が42.2%となっており、この2つを合わせた《元気だった》は52.8%となっている。「少し元気だった」は34.9%、「わずかに元気だった」(8.3%)である。(図1-5-1)

性別にみると、《元気だった》は男性(54.1%)が女性(51.6%)より2.5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30~39歳(46.7%)と70歳以上(47.8%)、女性30~39歳(46.3%)と70歳以上(44.3%)以外の年代で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)

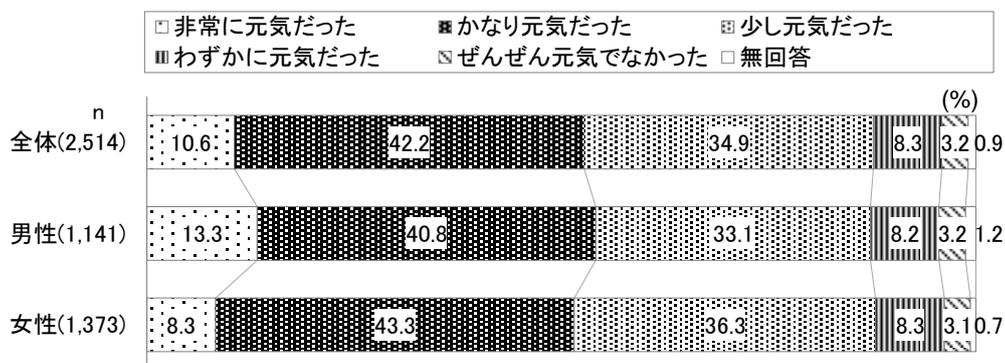
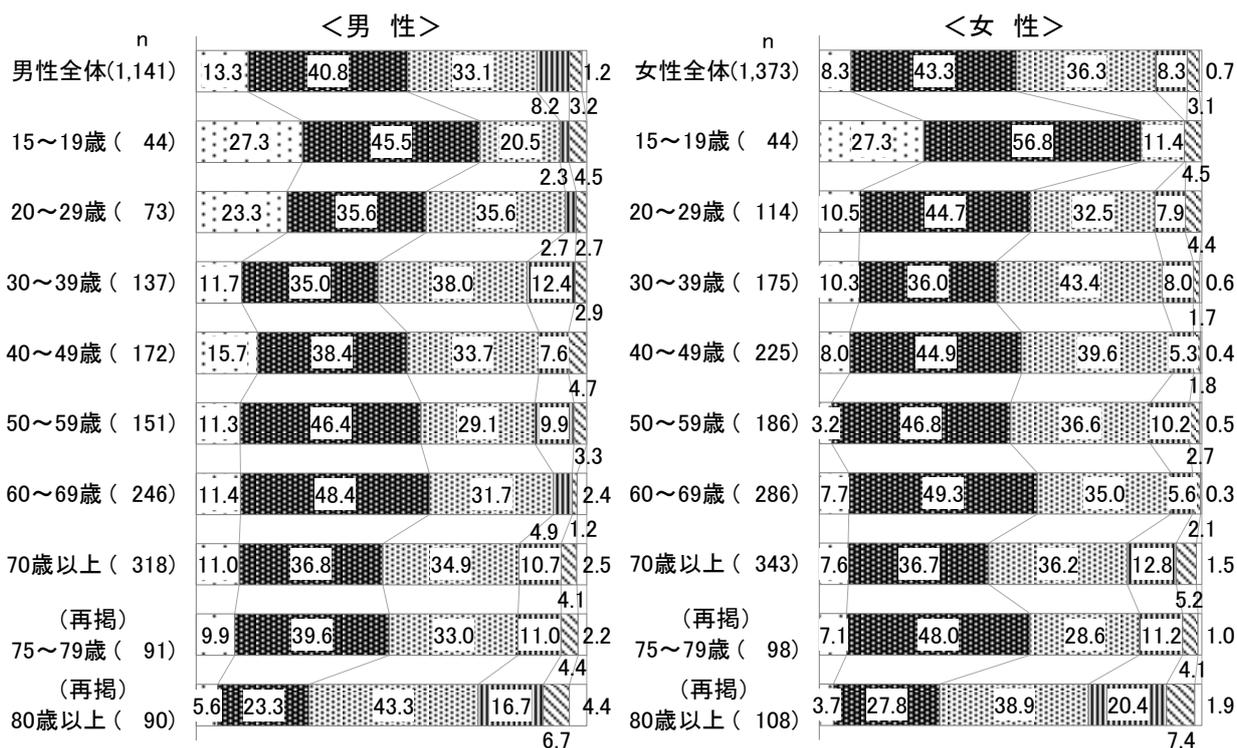


図1-5-2 元気の度合い(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《元気だった》は平成19年度以降最も低い割合となっている。

(図1-5-3)

性別で過去の調査と比較すると、《元気だった》は、男性は平成19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）

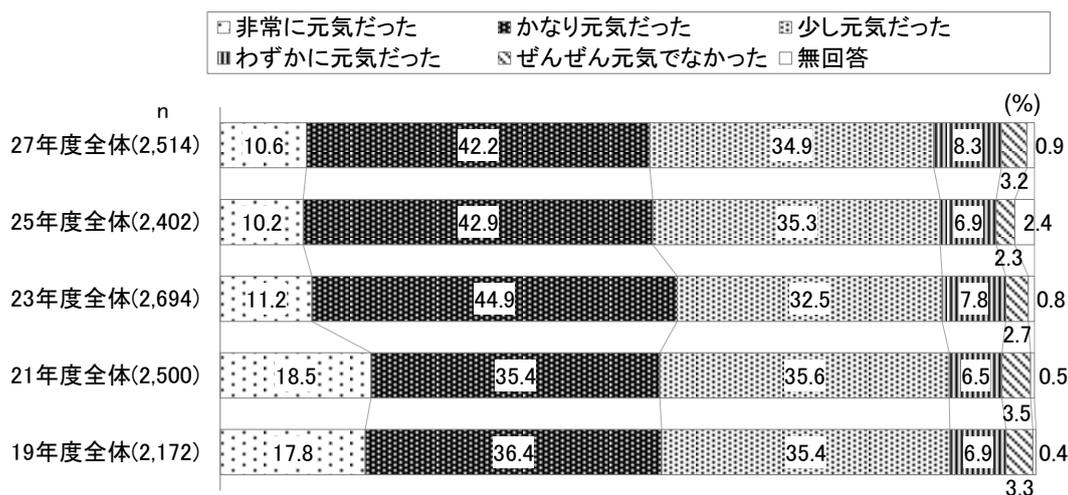
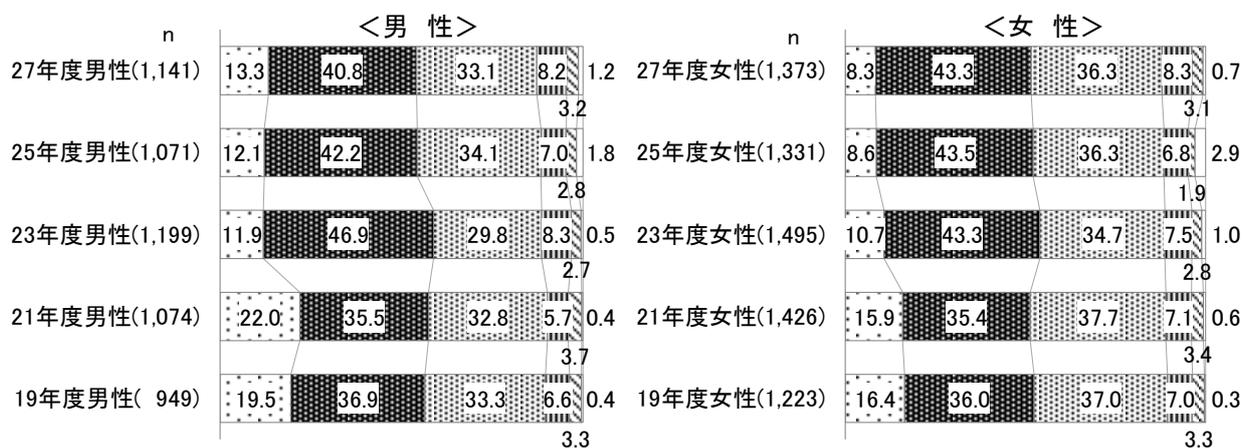


図1-5-4 元気の度合い（過去の調査との比較・性別）



(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。(○はひとつ)

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が57.4%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」(14.0%)、「かなり妨げられた」(5.3%)、「つきあいができなかった」(2.0%)の4つを合わせた《妨げられた》は41.6%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(61.4%)が女性(54.0%)より7.4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50~59歳(47.8%)で男性50~59歳(34.4%)より13.4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1-6-2)

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)

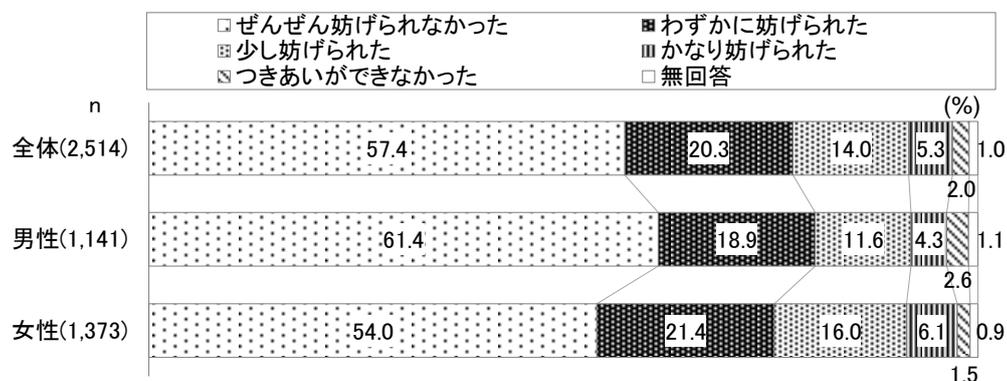
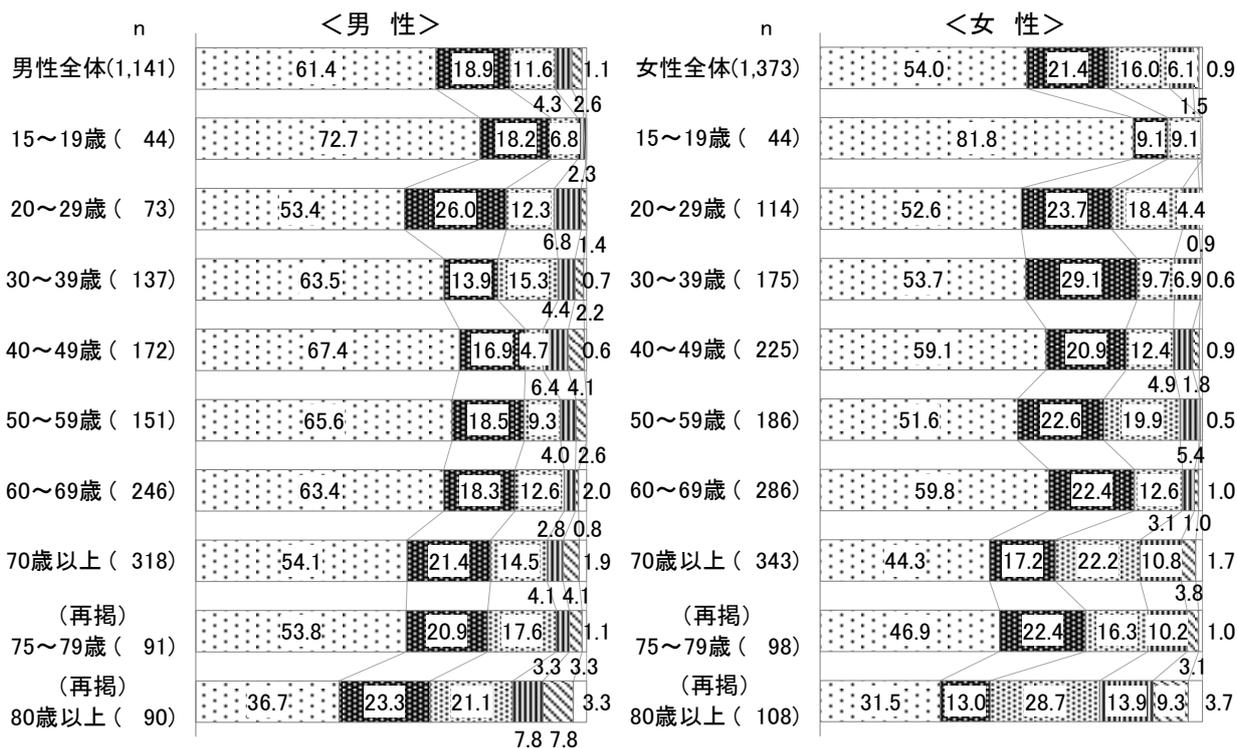


図1-6-2 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか(性・年齢別)



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(61.4%)で平成25年度(60.7%)より0.7ポイント増加している。一方、女性(54.0%)は平成25年度(56.4%)より2.4ポイント減少している。(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)

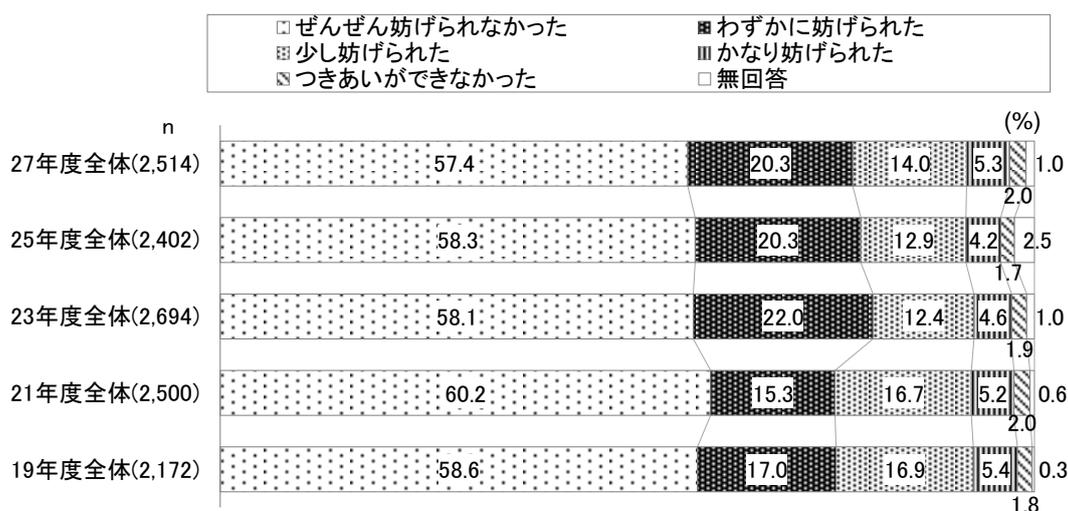
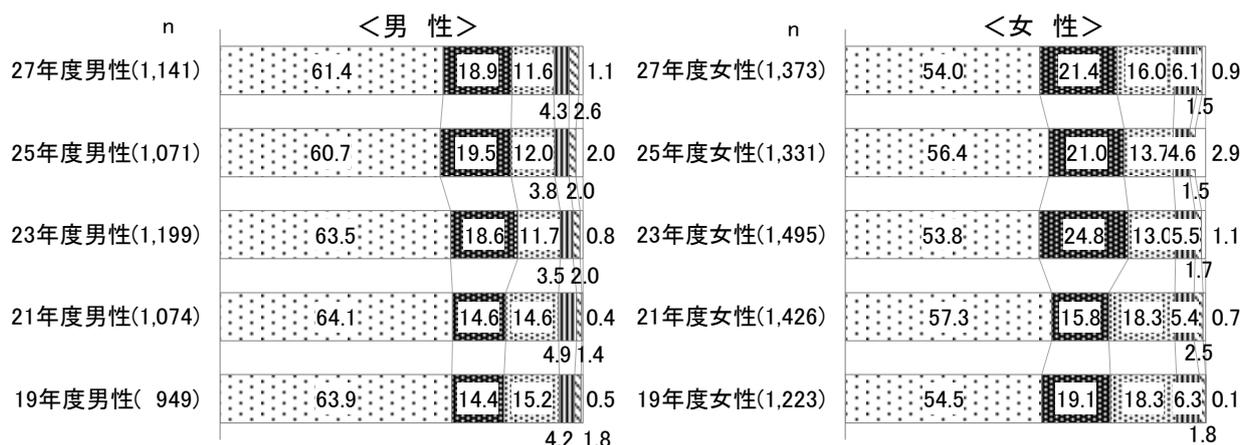


図1-6-4 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか
(過去の調査との比較・性別)



(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）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21.5%となっている。「わずかに悩まされた」(32.6%)、「少し悩まされた」(28.6%)、「かなり悩まされた」(11.6%)、「非常に悩まされた」(5.1%)の4つを合わせた《悩まされた》は77.9%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(25.8%)が女性(17.9%)より7.9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(34.1%)、男性60～69歳(30.5%)で高くなっており、女性は30～39歳(9.7%)が最も低く、年齢が高くなるほど割合も高くなっている。(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）

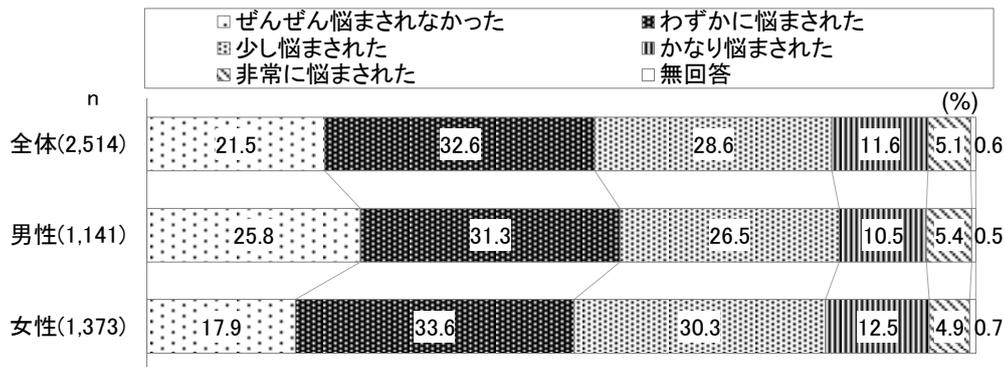
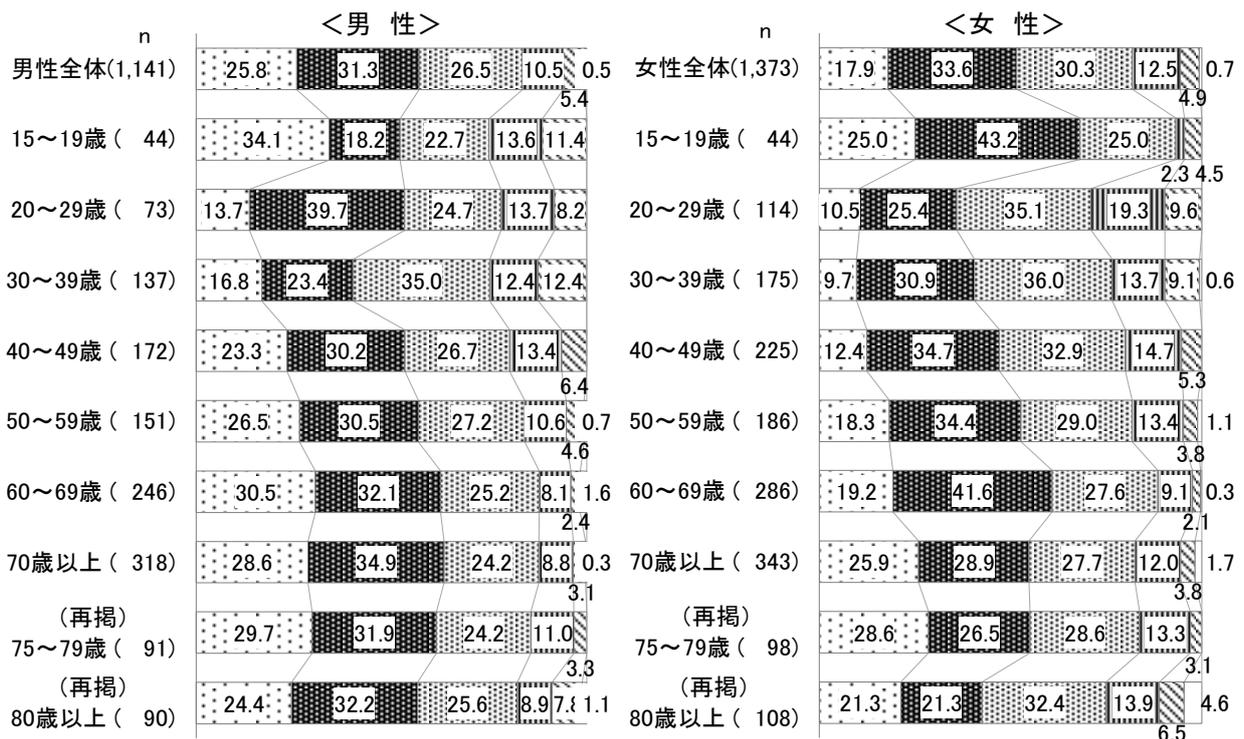


図1-7-2 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん悩まされなかった」は平成19年度以降最も低い割合となっている。(図1-7-3)

性別で過去の調査と比較すると、「ぜんぜん悩まされなかった」は男女とも平成19年度以降最も低い割合となっている。(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）

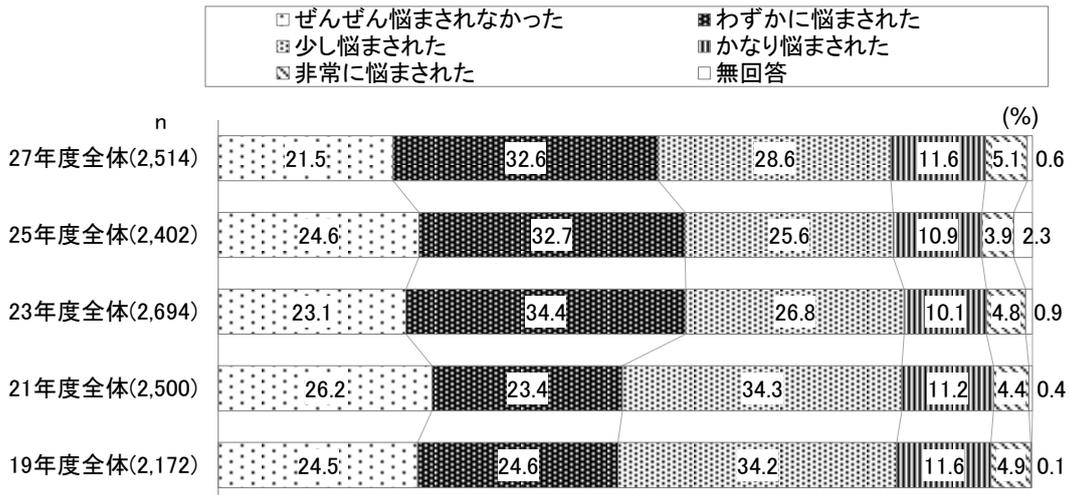
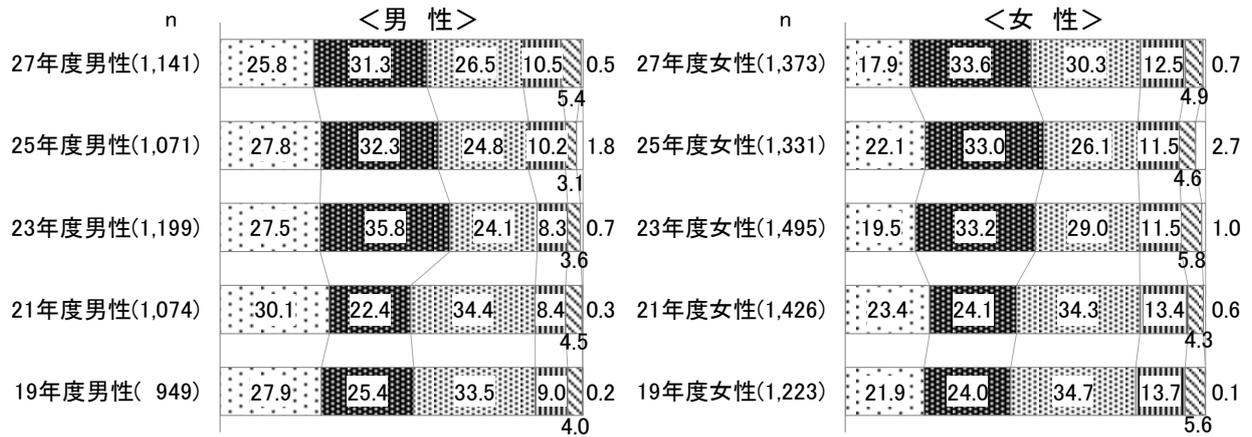


図1-7-4 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（過去の調査との比較・性別）



(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。（〇はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が40.3%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（30.2%）、「少し妨げられた」（19.4%）、「かなり妨げられた」（7.6%）、「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58.8%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（42.8%）が女性（38.2%）より4.6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5割以上と最も割合が高くなっている。次いで男性60～69歳（45.9%）、男性70歳以上（45.3%）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）

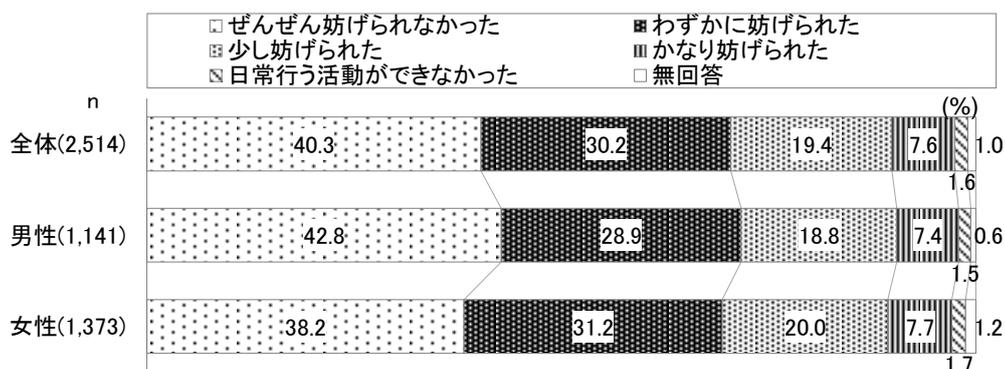
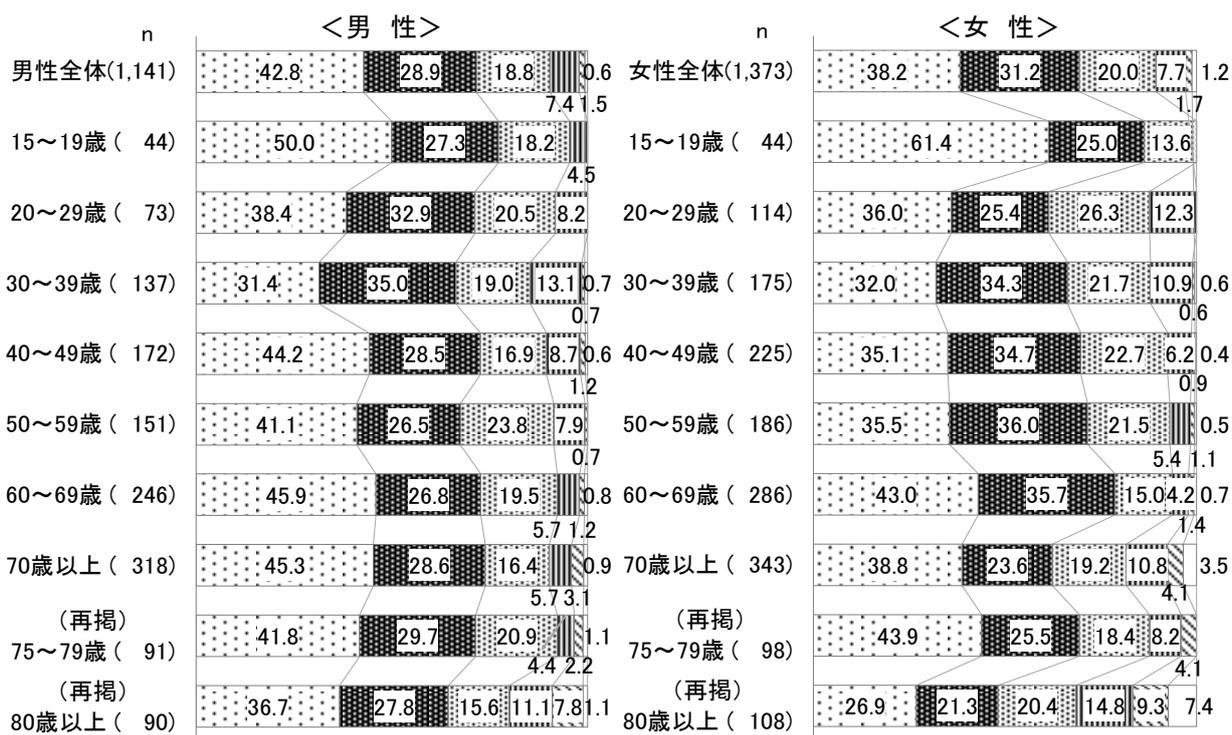


図1-8-2 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」(40.3%)は平成25年度(45.2%)より4.9ポイント減少している。(図1-8-3)

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」は男女とも減少しており、平成25年度と比べると男性は4.4ポイント、女性は5.4ポイント減少している。(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)

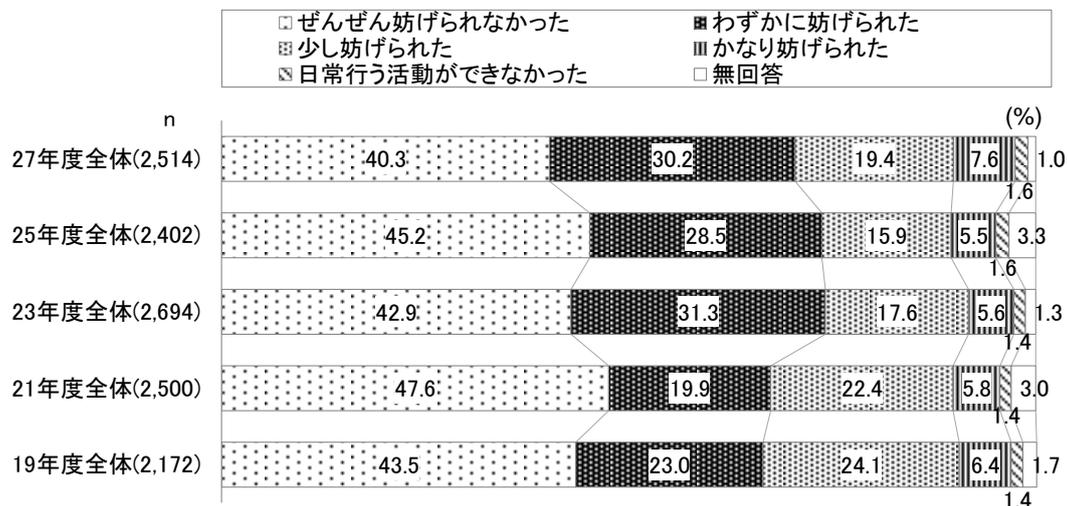
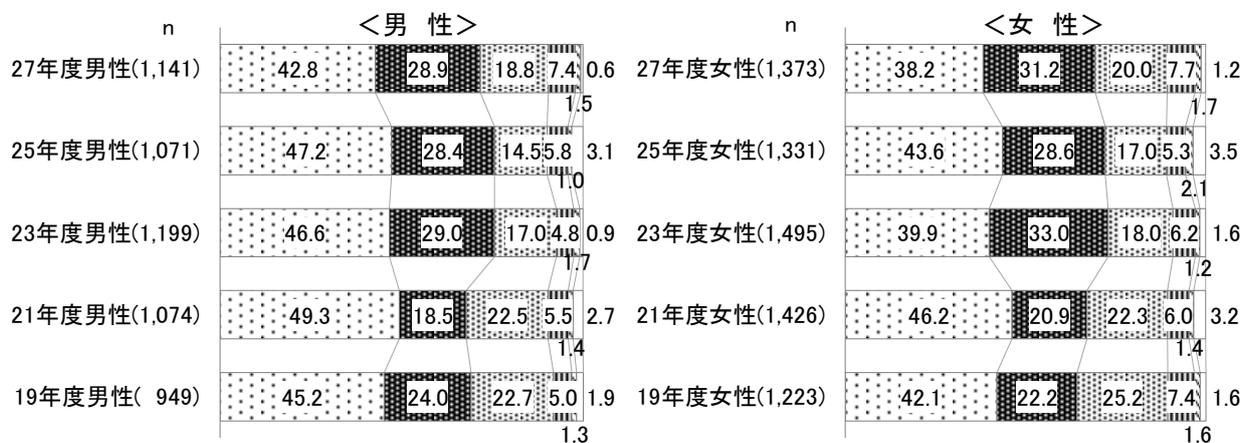


図1-8-4 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



(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。

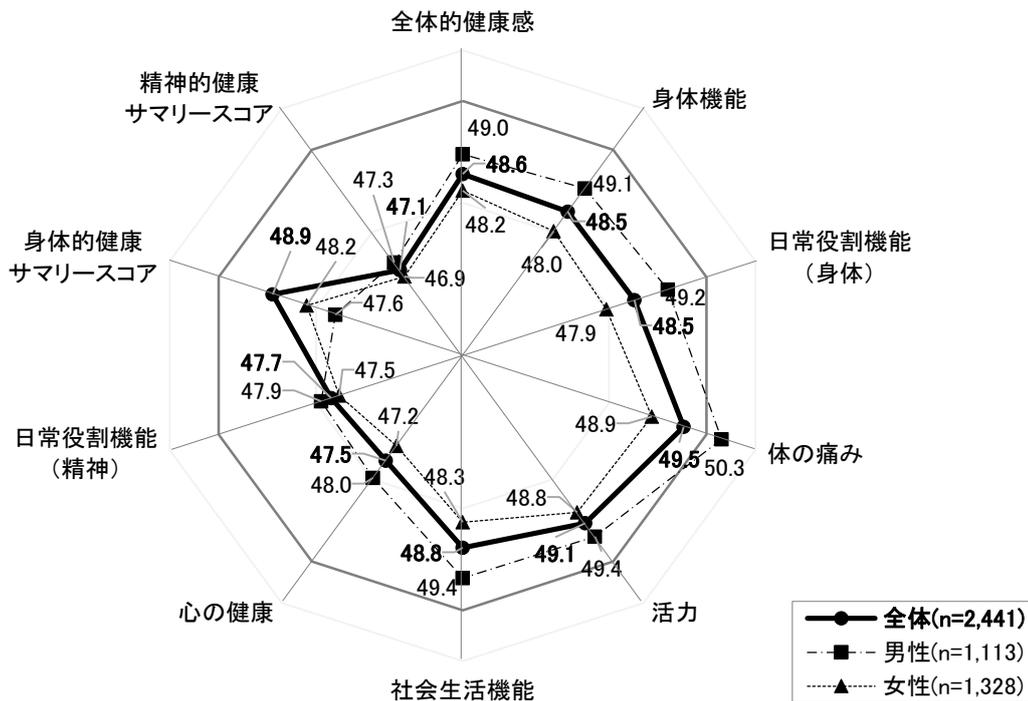
SF8には、国民の性、年齢、地域、都市規模等の分布と同じになるようにサンプリングして行った全国調査から得られた、SF8の平均値である国民標準値が設定されている。

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47.1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「体の痛み」(50.3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47.3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1-9-1)

図1-9-1 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、「全体的健康感」、「体の痛み」、「身体的健康サマリースコア」の3項目では20～29歳、「心の健康」では60～69歳、「精神的健康サマリースコア」は60～69歳と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。女性では、すべての項目で15～19歳の得点が最も高くなっている。(表1-9-1)

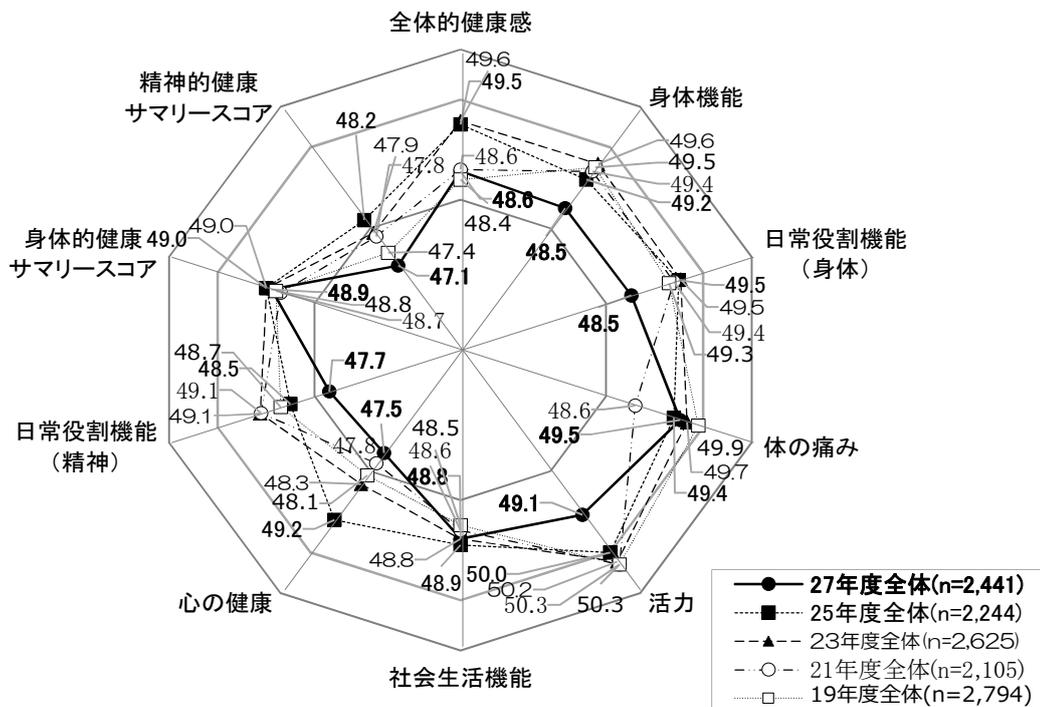
表1-9-1 SF8の各尺度の得点(性・年齢別)

上段：平均値、下段：標準偏差

		n	全体的健康感	身体機能	(日常生活機能 -身体)	体の痛み	活力	社会生活機能	心の健康	(精神) -日常役割機能	身体的健康サマリースコア	精神的健康サマリースコア
男性	男性全体	1,113	49.0 7.5	49.1 7.6	49.2 7.6	50.3 8.6	49.4 7.4	49.4 8.5	48.0 7.9	47.9 7.4	48.9 8.1	47.3 8.0
	男性15～19歳	44	51.7 8.2	51.5 4.8	51.5 4.6	49.5 11.7	52.1 7.7	51.6 6.4	46.9 9.8	49.3 6.0	51.4 7.4	47.5 8.7
	20～29歳	73	51.7 7.6	51.2 4.6	50.1 6.5	54.0 7.6	50.8 7.4	48.3 8.5	46.3 8.1	47.8 6.6	52.6 6.5	45.0 8.1
	30～39歳	136	49.7 7.7	50.1 7.5	50.0 7.2	51.3 8.3	48.4 7.4	49.3 8.6	45.1 8.9	46.5 7.6	51.2 8.2	44.3 9.2
	40～49歳	171	49.6 6.9	51.4 4.6	51.5 4.9	51.5 8.5	49.3 7.9	49.8 8.9	47.2 8.2	48.0 7.5	51.5 5.9	46.0 9.0
	50～59歳	150	48.5 7.2	49.5 7.2	49.8 7.3	50.4 8.2	49.4 7.4	49.9 8.2	48.2 7.8	47.6 7.1	49.2 7.5	47.2 7.6
	60～69歳	235	48.8 6.5	48.9 7.6	49.4 7.5	49.9 8.3	50.4 6.4	50.0 7.7	49.4 7.1	48.4 7.1	48.3 7.5	48.7 7.0
	70歳以上	304	47.6 7.9	46.3 9.1	46.6 9.0	48.7 8.6	48.4 7.6	48.3 8.9	49.0 7.2	48.0 8.0	45.5 8.9	48.7 7.1
	(再掲) 75～79歳	88	48.1 7.5	46.6 8.6	47.0 8.6	49.3 8.5	48.6 7.4	48.5 8.5	48.9 7.5	48.0 7.3	46.2 8.5	48.5 6.9
	(再掲) 80歳以上	83	44.4 8.0	42.8 10.4	42.2 10.2	46.4 9.5	45.4 7.7	44.7 10.0	47.3 8.3	45.2 10.4	41.7 9.5	46.9 8.9
女性	女性全体	1,328	48.2 7.5	48.0 8.3	47.9 8.2	48.9 8.5	48.8 7.0	48.3 8.7	47.2 7.5	47.5 7.5	47.6 8.4	46.9 7.4
	女性15～19歳	44	52.8 7.8	52.2 3.3	52.1 4.2	53.4 7.8	53.3 7.0	52.7 5.5	49.4 6.7	51.0 4.3	52.5 4.3	49.3 6.2
	20～29歳	113	49.7 8.0	51.0 5.0	50.1 6.3	50.6 8.0	49.2 7.5	48.4 8.1	44.5 8.0	46.8 7.3	51.5 6.1	43.9 8.0
	30～39歳	172	48.5 7.5	50.0 6.3	48.3 7.6	49.3 9.0	48.6 6.7	48.8 8.0	45.3 7.8	46.8 7.3	49.4 7.3	45.1 7.6
	40～49歳	218	48.6 6.7	49.7 6.4	49.1 6.6	49.3 8.4	49.3 6.5	49.1 8.4	46.3 7.5	47.6 6.8	49.2 7.3	46.2 7.4
	50～59歳	182	48.0 7.1	49.0 6.6	49.0 6.3	48.5 8.6	48.1 6.6	48.0 8.3	47.2 7.3	47.7 6.7	48.1 7.2	46.5 7.1
	60～69歳	278	48.9 6.2	48.4 8.1	49.0 7.6	49.6 7.4	49.6 6.5	49.7 7.6	48.7 6.4	48.8 6.6	48.0 7.6	48.5 6.1
	70歳以上	321	46.3 8.3	43.3 10.7	44.2 10.5	46.7 9.0	47.5 7.8	45.8 10.0	48.2 7.6	46.4 9.1	42.9 9.9	48.0 7.6
	(再掲) 75～79歳	96	47.8 8.0	45.1 9.2	45.8 9.4	46.6 9.4	48.8 7.4	46.7 9.5	48.2 7.7	47.3 8.7	44.5 8.6	48.3 7.6
	(再掲) 80歳以上	95	43.0 8.7	37.9 12.5	38.9 11.9	44.7 8.9	45.0 7.8	42.0 10.7	46.6 8.2	43.1 10.8	38.1 10.8	46.6 8.5

過去の調査と比較すると、「身体機能」、「日常役割機能（身体）」、「活力」、「心の健康」、「日常役割機能（精神）」、「精神的健康サマリースコア」で、平成19年度以降最も低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）

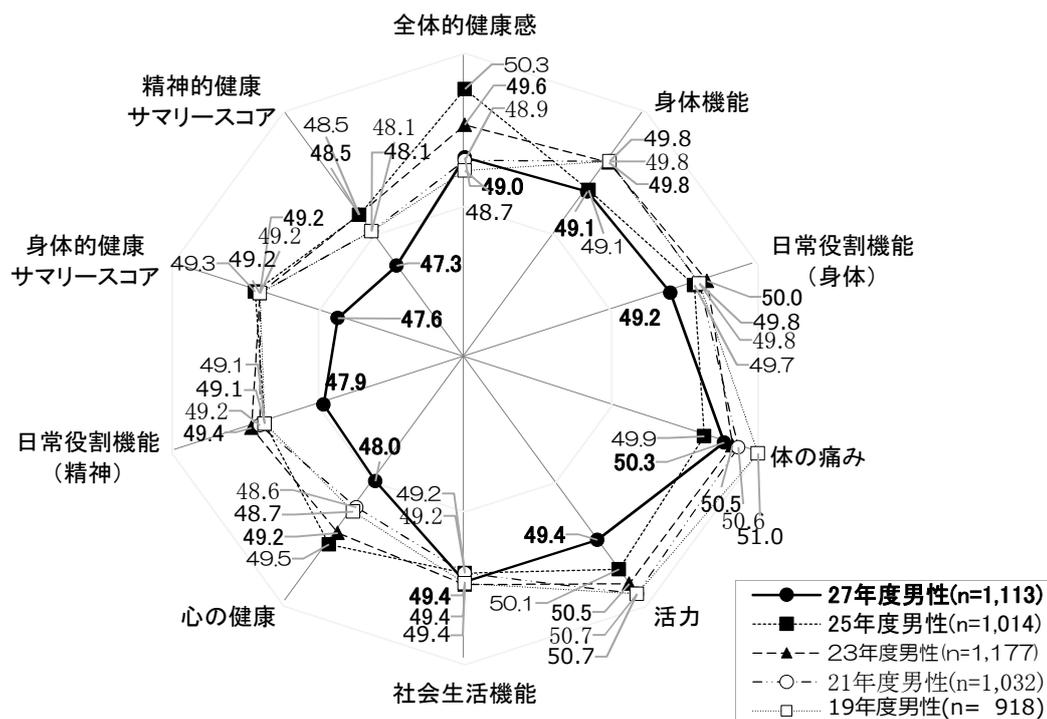


性別で過去の調査と比較すると、男性では「日常役割機能（身体）」、「活力」、「心の健康」、「日常役割機能（精神）」、「身体的健康サマリースコア」、「精神的健康サマリースコア」で、平成19年度以降最も低い点数になっている。女性では、「身体機能」、「日常役割機能（身体）」、「体の痛み」、「活力」、「心の健康」、「身体的健康サマリースコア」で、平成19年度以降最も低い点数になっている。

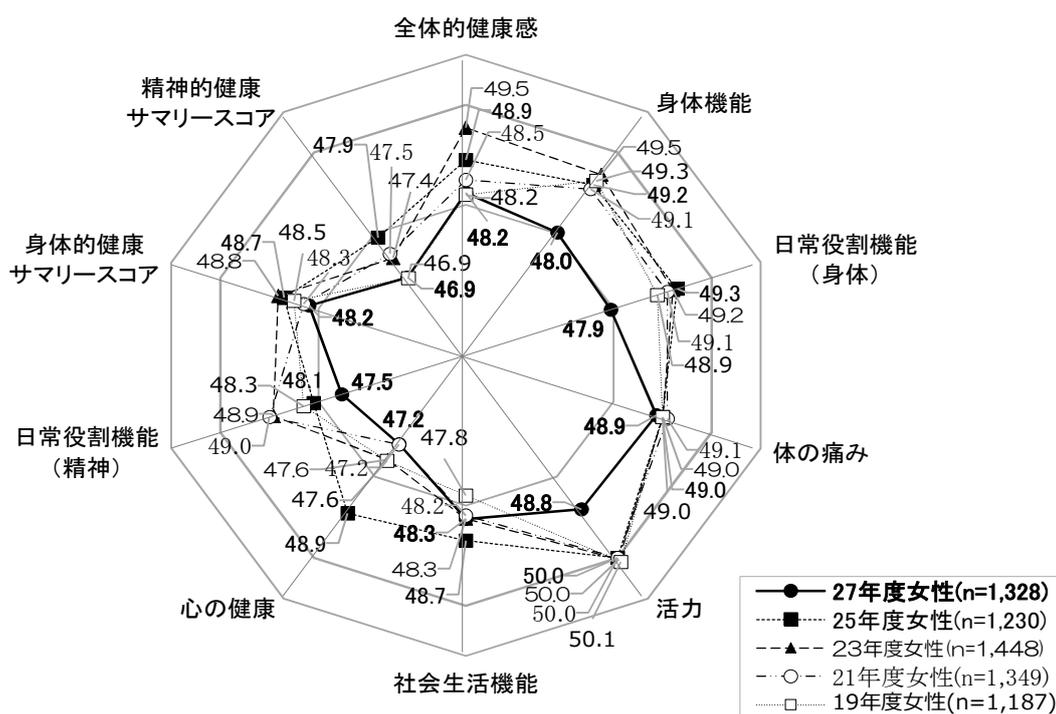
(図1-9-3)

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161.5cm、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66.7kg、平均BMIは23.4で、女性の平均身長は155.6cm、平均体重は52.9kg、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15～19歳から40～49歳までは高くなり、次第に下がっていく。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 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	66.7	23.4	女性	女性全体	155.6	52.9	21.9
	15～19歳	172.5	63.2	21.2		15～19歳	158.0	50.0	20.0
	20～29歳	170.7	65.8	22.6		20～29歳	159.1	52.0	20.6
	30～39歳	170.7	68.2	23.4		30～39歳	159.1	53.1	21.0
	40～49歳	170.7	71.0	24.4		40～49歳	158.3	54.7	21.8
	50～59歳	170.6	69.4	23.8		50～59歳	157.0	55.0	22.3
	60～69歳	168.1	67.3	23.8		60～69歳	154.7	53.6	22.4
	70歳以上	164.5	62.5	23.1		70歳以上	150.7	50.6	22.3
	(再掲) 75～79歳	165.1	63.8	23.4		(再掲) 75～79歳	150.8	52.3	23.0
	(再掲) 80歳以上	161.6	58.4	22.3		(再掲) 80歳以上	148.6	47.7	21.5

※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見る。

全体では、「やせ」が8.9%、「普通」が68.3%、「肥満」が20.8%となっている。(図1-10-1)
性別にみると、「やせ」は女性(12.3%)が男性(4.9%)より7.4ポイント高く、「肥満」は男性(26.9%)が女性(15.7%)より11.2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20歳以上の年代では、10%以下となっている一方、女性15～19歳で20.5%、女性20～29歳で17.5%と高くなっている。「肥満」は男性40～49歳で37.8%、男性50～59歳で31.8%と高くなっている。(図1-10-2)

図1-10-1 BMI判定(性・年齢別)

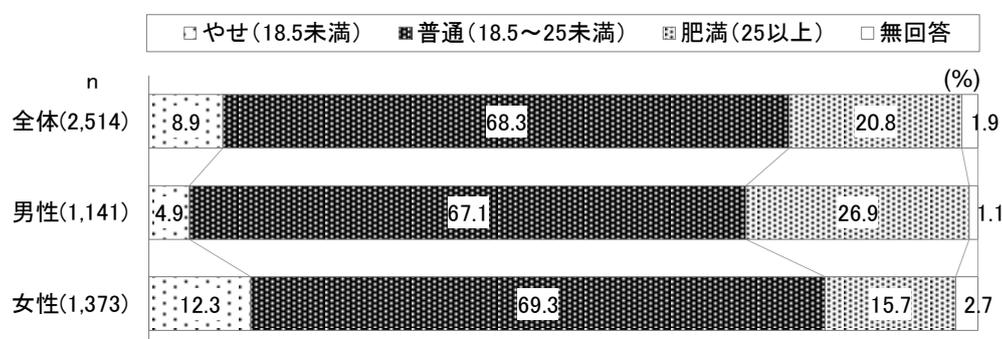
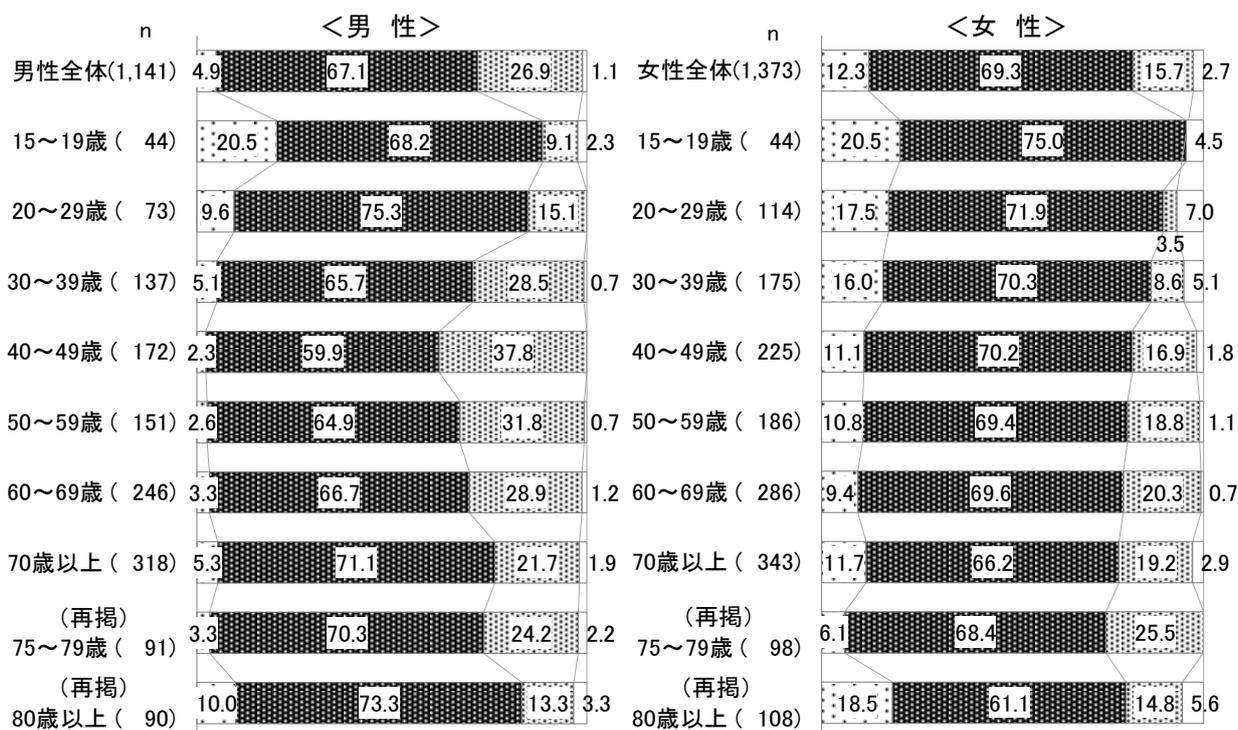


図1-10-2 BMI判定(性・年齢別)



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)

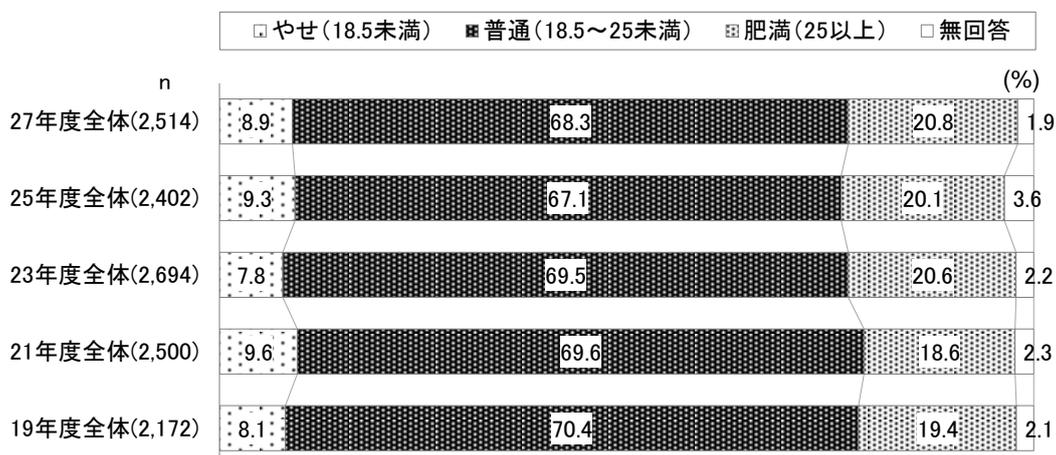
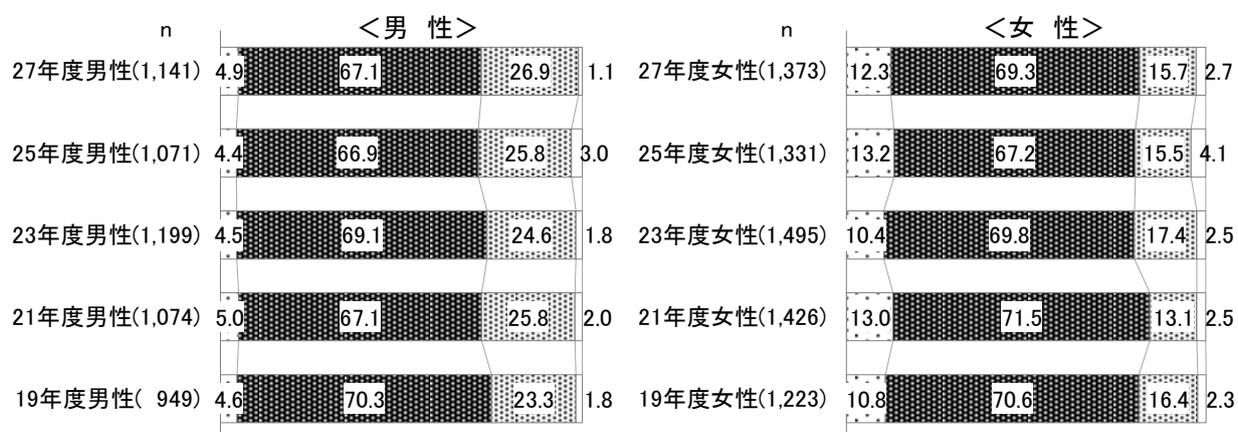
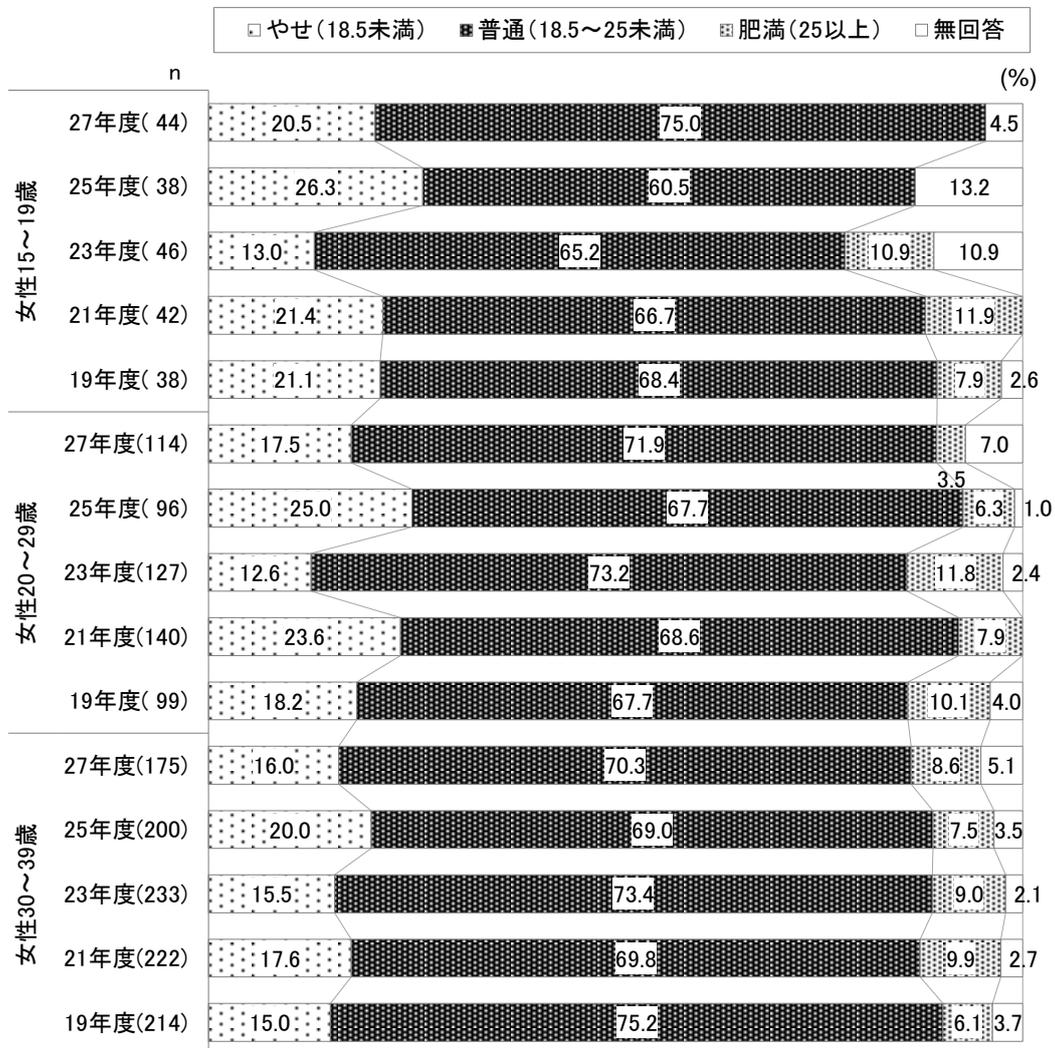


図1-10-4 BMI判定(過去の調査との比較・性別)



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」は平成25年度より減少している。(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34.7%となっている。「今より少し(4kg以内)減らしたい」は38.4%、「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」は19.2%で、この2つを合わせた《減らしたい》は57.6%となっている。(図1-11-1)

性別にみると、《減らしたい》は女性(61.1%)が男性(53.5%)より7.6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、次いで男性は50~59歳(68.9%)、女性は15~19歳(75.0%)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)

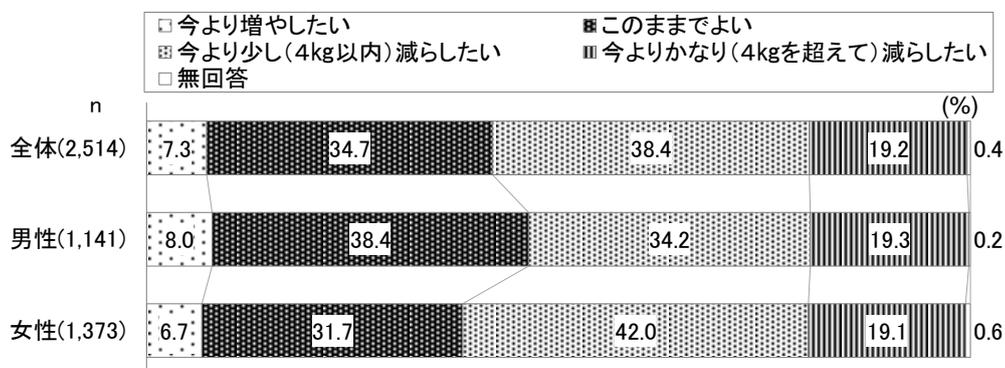
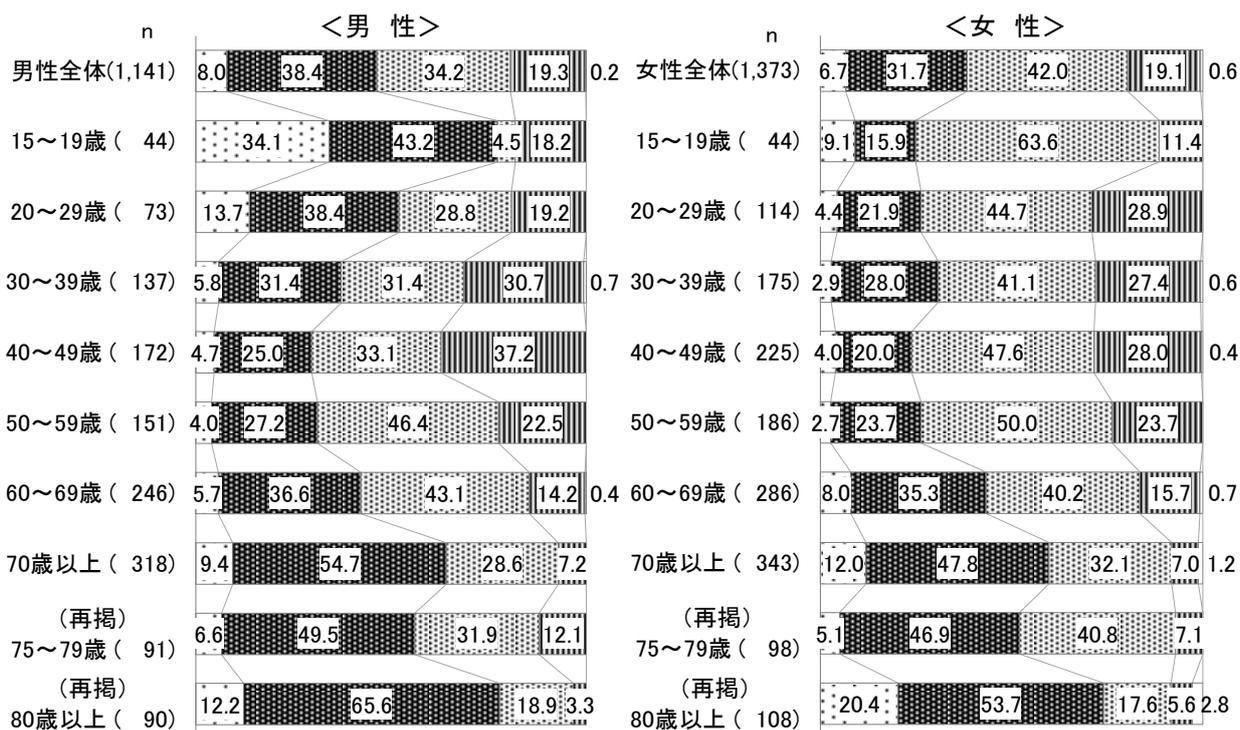


図1-11-2 体重についての意識か(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「減らしたい」(57.6%)は平成25年度(56.3%)より1.3ポイント増加している。(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(61.1%)で平成25年度(59.2%)より1.9ポイント増加している。(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)

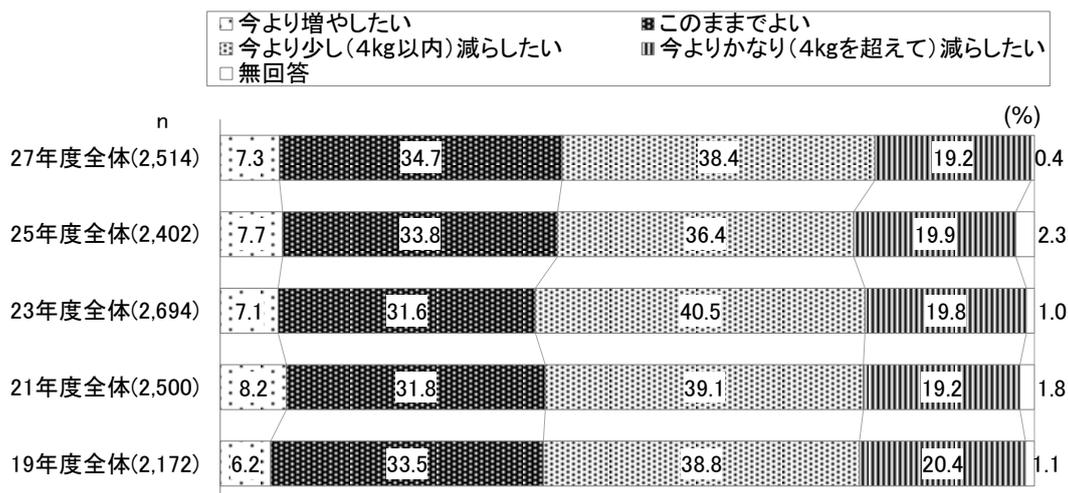
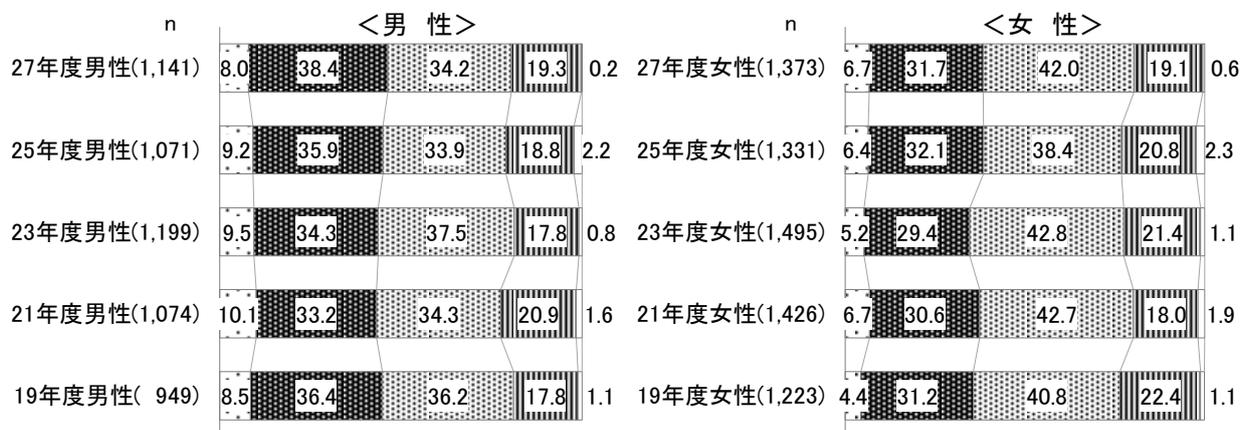


図1-11-4 体重についての意識(過去の調査との比較・性別)



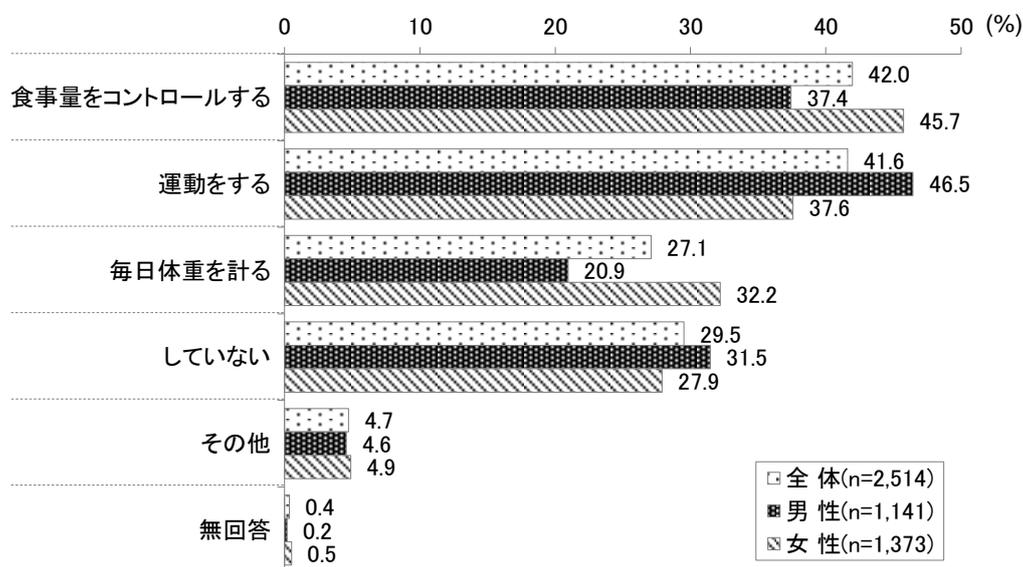
(12) 体重管理のためにしていること

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42.0%、「運動をする」(41.6%)、「毎日体重を計る」(27.1%) となっている。「していない」は29.5%である。(図1-12-1)

性別にみると、「食事量をコントロールする」(男性:37.4%、女性45.7%)と「毎日体重を計る」(男性:20.9%、女性32.2%)は、女性が男性より高くなっている。一方、「運動をする」(男性:46.5%、女性37.6%)は男性が女性より高くなっている。(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」は女性30～39歳以降で高くなっている。「運動をする」は男性60～69歳、男性70歳以上で高く、5割台となっている。「毎日体重を計る」は、女性50～59歳、女性60～69歳で高くなっている。(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	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	1,141	427	530	239	359	52	2	女性	女性全体	1,373	628	516	442	383	67	7
	15～19歳	44	9	16	4	21	-	-		15～19歳	44	14	16	10	17	-	-
	20～29歳	73	24	35	6	26	2	-		20～29歳	114	39	37	29	48	5	-
	30～39歳	137	57	40	22	55	4	-		30～39歳	175	86	52	59	57	5	-
	40～49歳	172	68	72	26	61	4	1		40～49歳	225	111	71	57	71	5	-
	50～59歳	151	52	65	44	51	4	-		50～59歳	186	90	70	72	51	8	-
	60～69歳	246	100	123	68	65	14	1		60～69歳	286	130	126	104	67	15	-
	70歳以上	318	117	179	69	80	24	-		70歳以上	343	158	144	111	72	29	7
	(再掲)	91	33	51	15	26	6	-		(再掲)	98	53	45	37	16	12	1
	75～79歳	100.0	36.3	56.0	16.5	28.6	6.6	-		75～79歳	100.0	54.1	45.9	37.8	16.3	12.2	1.0
(再掲)	90	34	49	17	21	9	-	(再掲)	108	37	32	29	35	6	5		
80歳以上	100.0	37.8	54.4	18.9	23.3	10.0	-	80歳以上	100.0	34.3	29.6	26.9	32.4	5.6	4.6		

過去の調査と比較すると、「食事量をコントロールする」は平成23年度以降減少している。

(図1-12-2)

性別で過去の調査と比較すると、「運動をする」は男性で平成19年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）

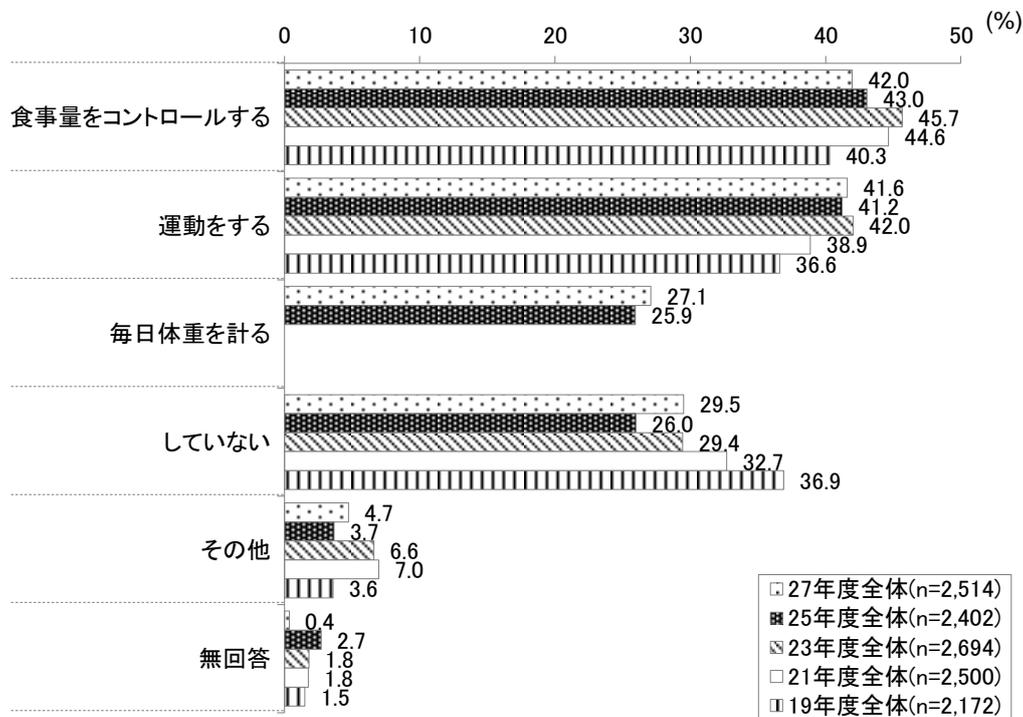
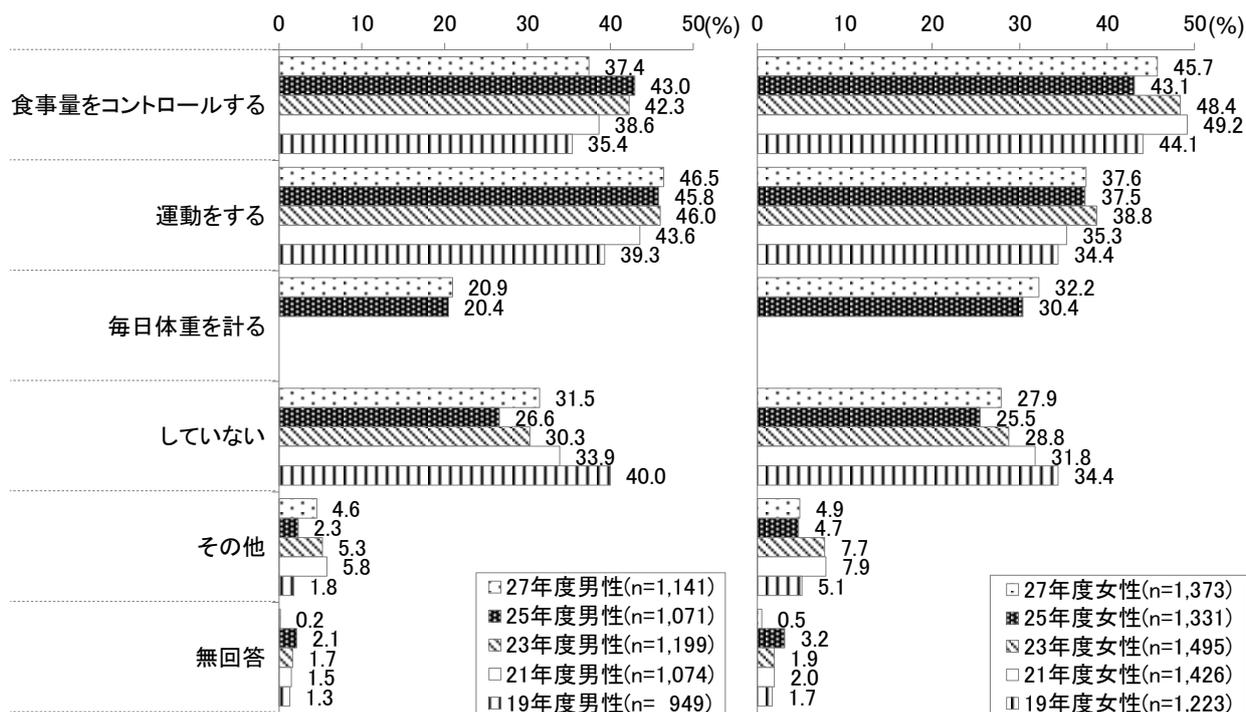


図1-12-3 体重管理のためにしていること（過去の調査との比較・性別）



※「毎日体重を計る」の選択肢は平成25年度調査で新たに追加した選択肢である。