

## 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23.8%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、「ある」は男女とも70歳以上で3割以上と最も高く、特に80歳以上は、男性で約4割、女性で5割となっている。(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)

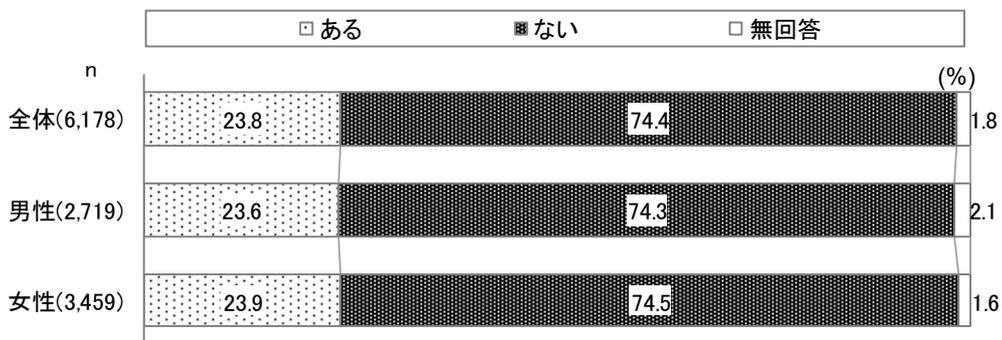
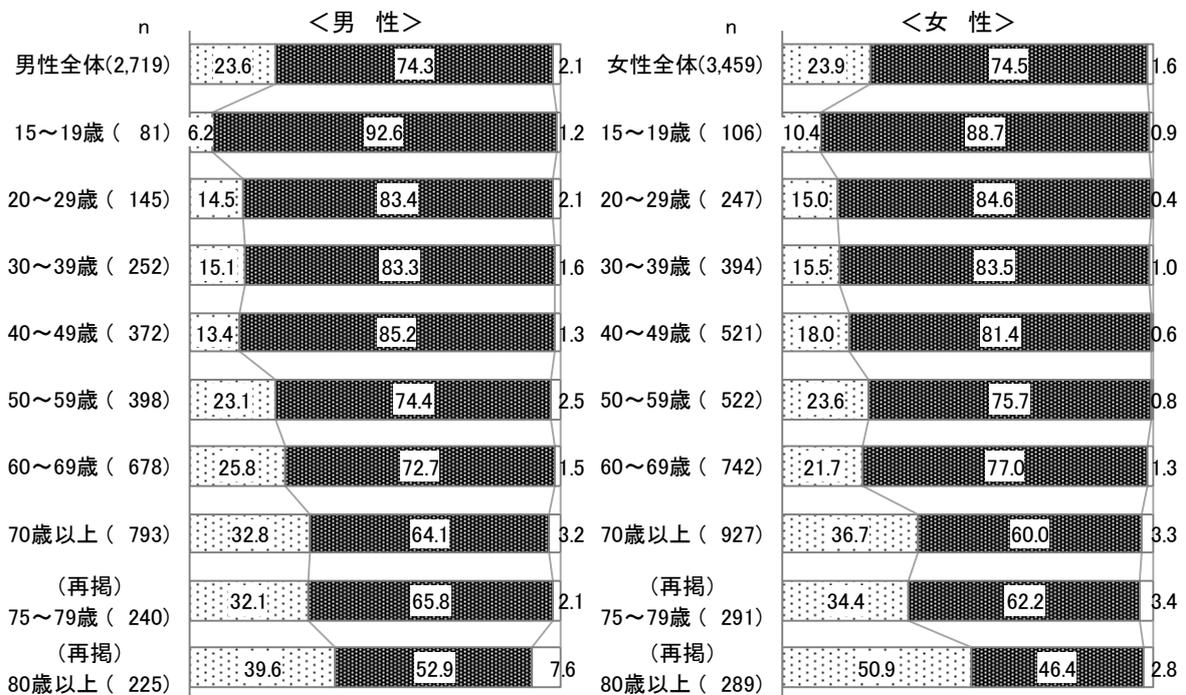


図1-1-2 健康上の問題での日常生活への影響有無 (性・年齢別)



(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56.7%で最も高く、これと「最高に良い」(1.8%)、「とても良い」(12.3%)の3つを合わせた《良い》は70.8%となっている。「あまり良くない」(21.8%)、「良くない」(4.3%)、「ぜんぜん良くない」(1.6%)の3つを合わせた《良くない》は27.7%となっている。

(図1-2-1)

性別にみると、《良い》は男性(72.6%)が女性(69.3%)より3.3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1-2-2)

図1-2-1 健康状態(全体/性別)

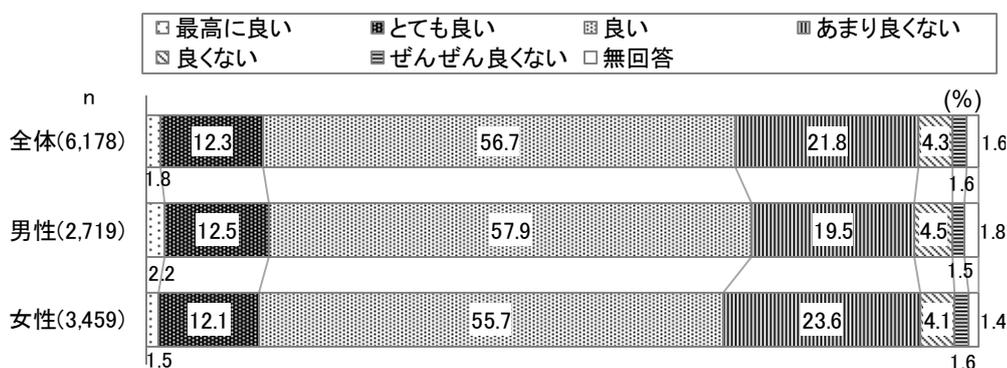
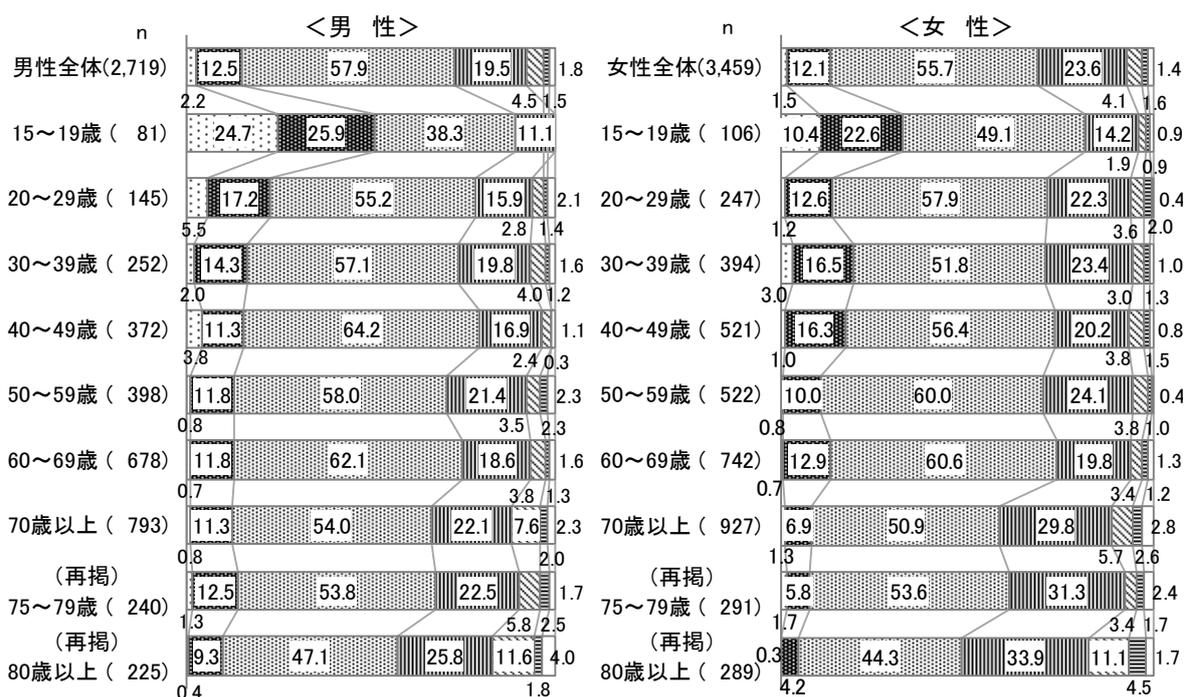


図1-2-2 健康状態(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《良い》(70.8%)は平成21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4.1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(69.3%)で平成23年度(74.0%)より4.7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)

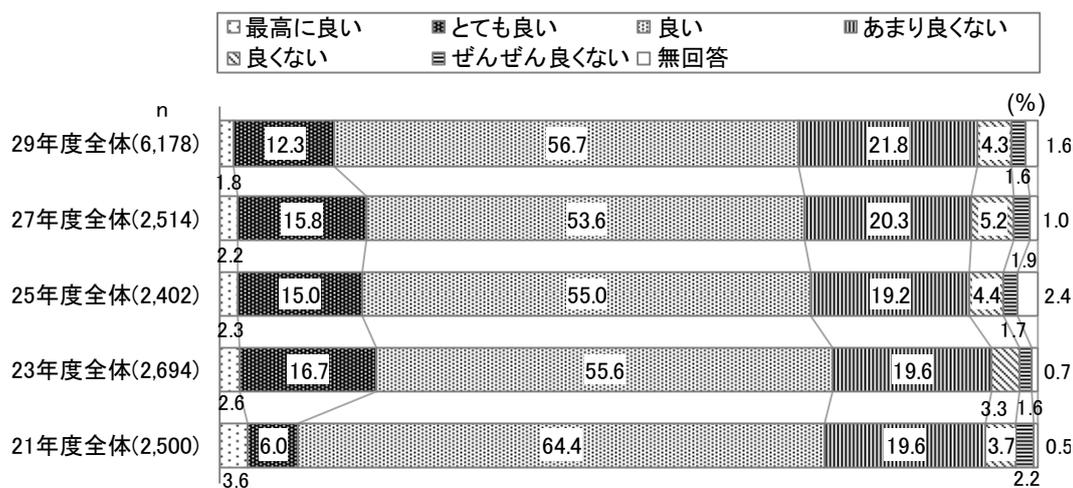
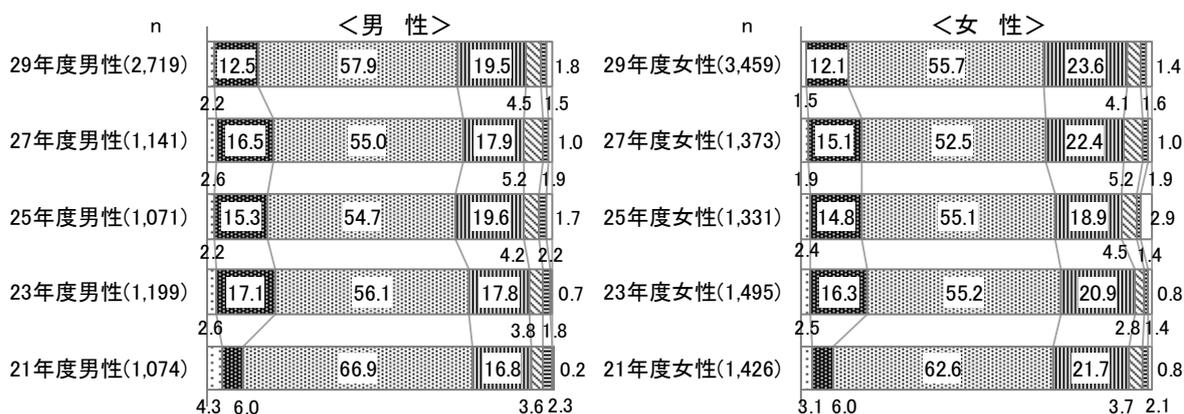


図1-2-4 健康状態(過去の調査との比較・性別)



(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57.2%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」（19.4%）、「少し妨げられた」（15.0%）、「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」（1.6%）の4つを合わせた《妨げられた》は41.0%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（59.6%）が女性（55.3%）より4.3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20～29歳、女性30～39歳、女性70歳以上で、男性の同年代に比べて高くなっている。70歳以上では《妨げられた》が女性で64.2%、男性で57.0%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）

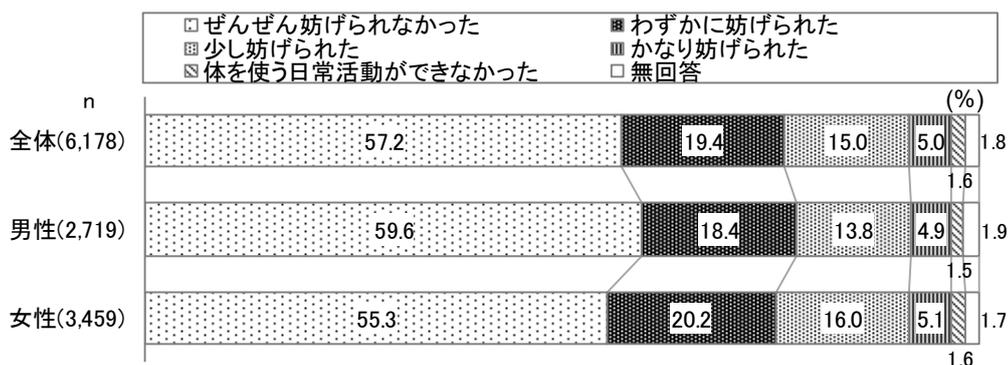
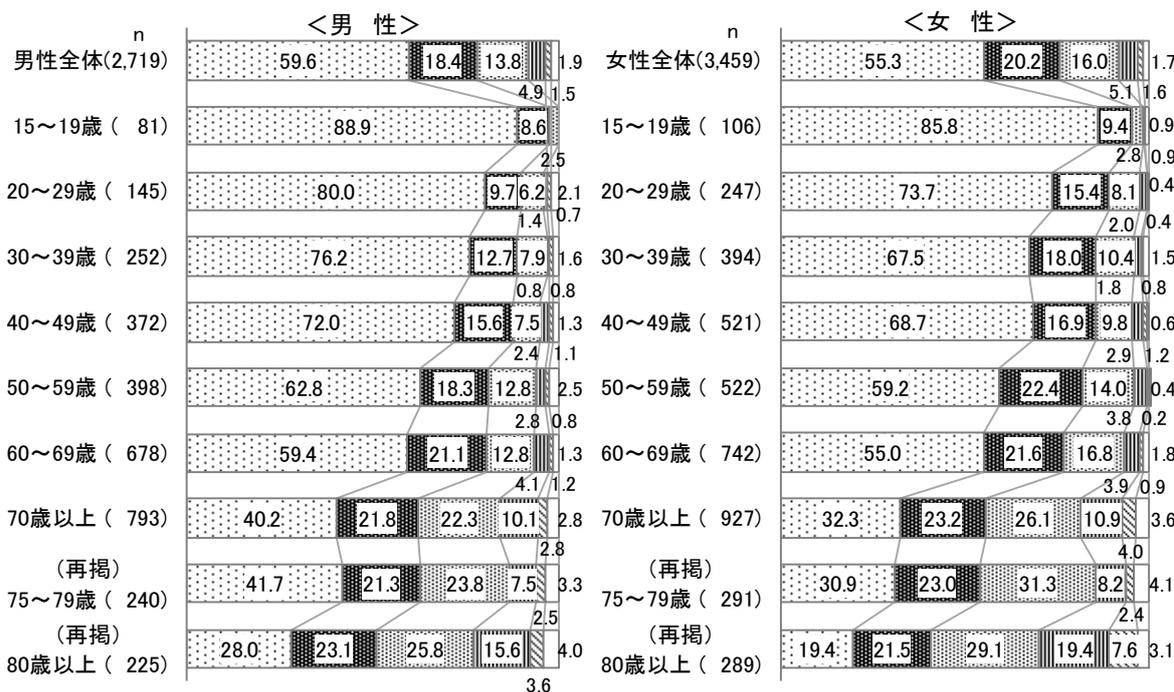


図1-3-2 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（性・年齢別）



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）

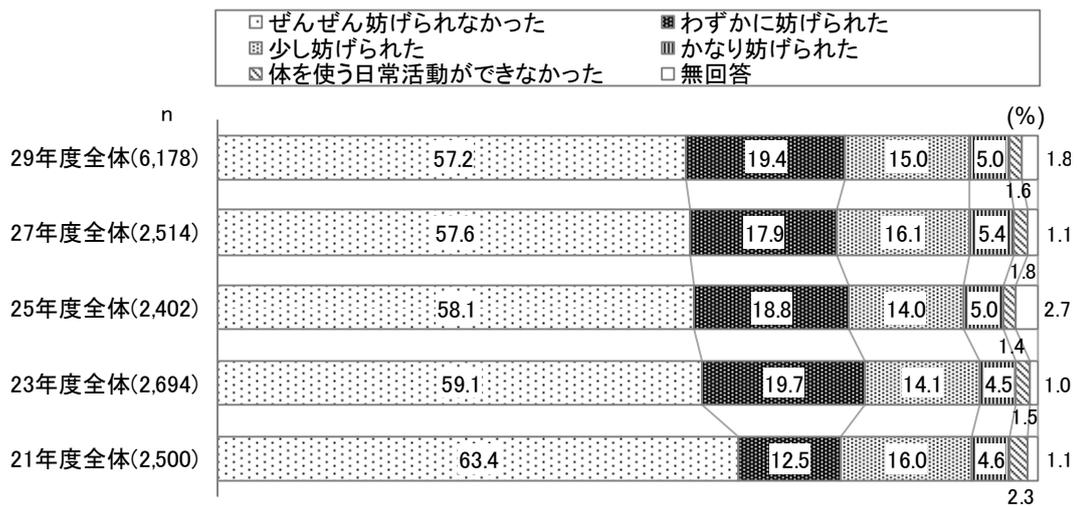
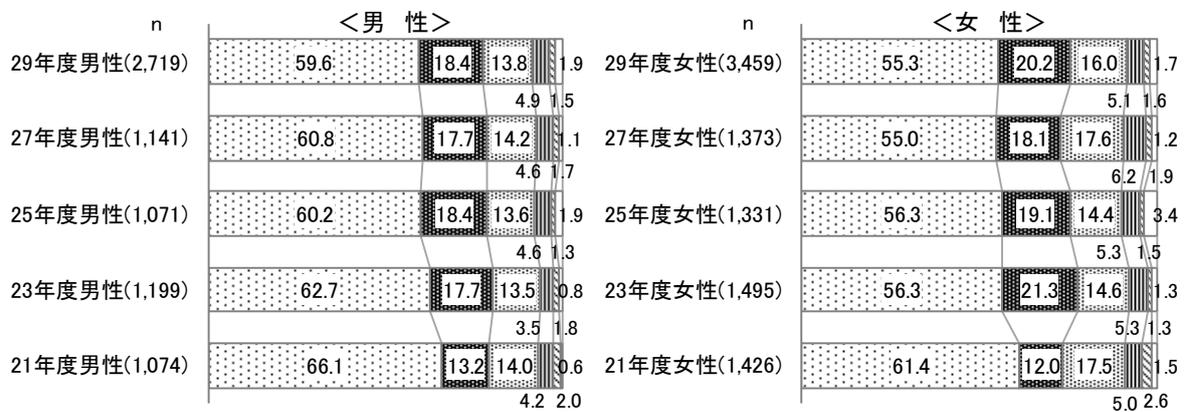


図1-3-4 身体的な理由で体を使う日常生活が妨げられたか（過去の調査との比較・性別）



(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53.9%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(22.9%)、「少し妨げられた」(15.1%)、「かなり妨げられた」(5.1%)、「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44.6%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(57.2%)が女性(51.3%)より5.9ポイント高くなっている。(図1-4-1)

性・年齢別にみると、《妨げられた》は女性30~59歳で男性の同年代に比べて高くなっている。

(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)

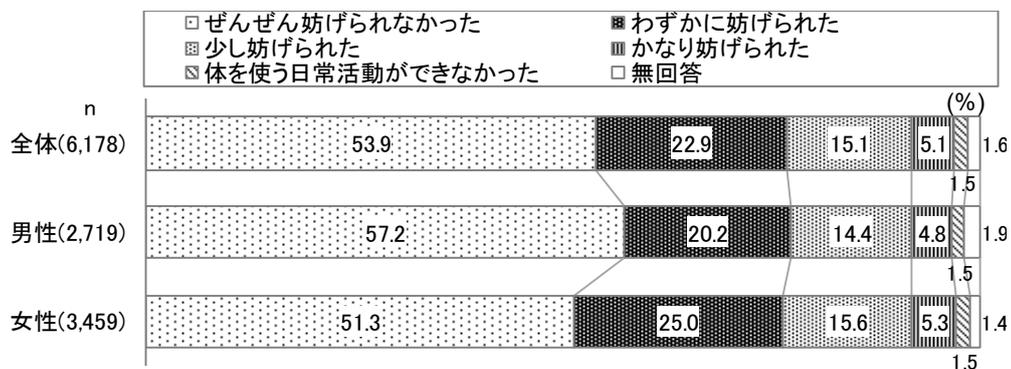
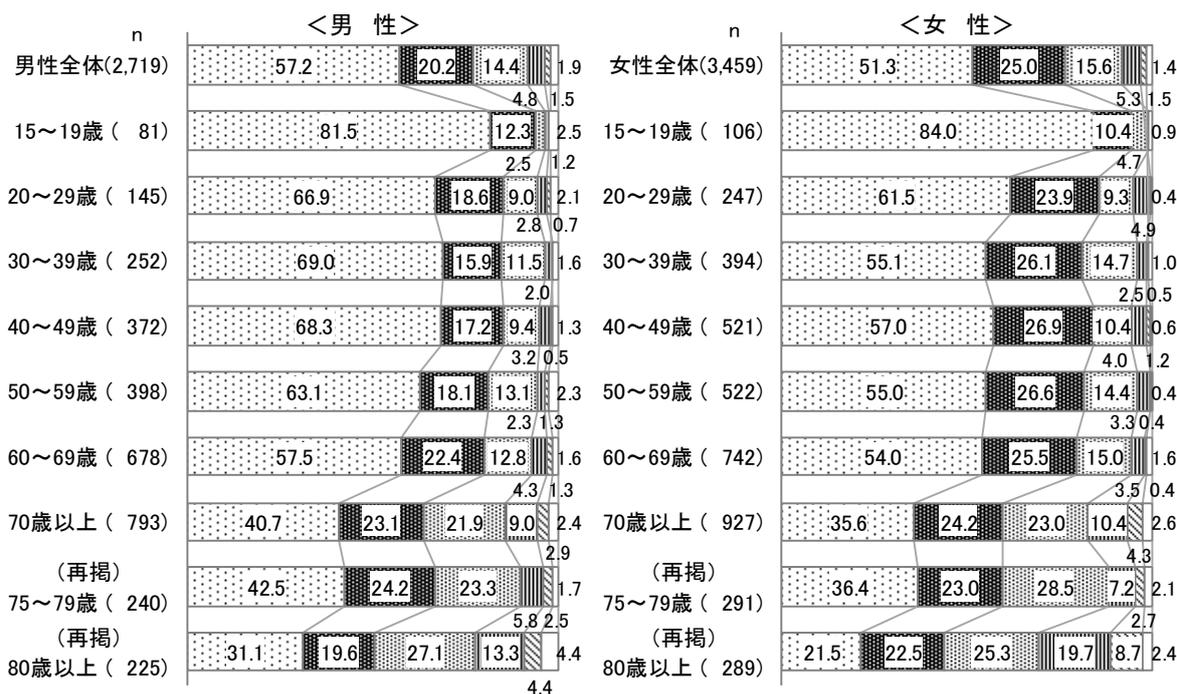


図1-4-2 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか(性・年齢別)



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)

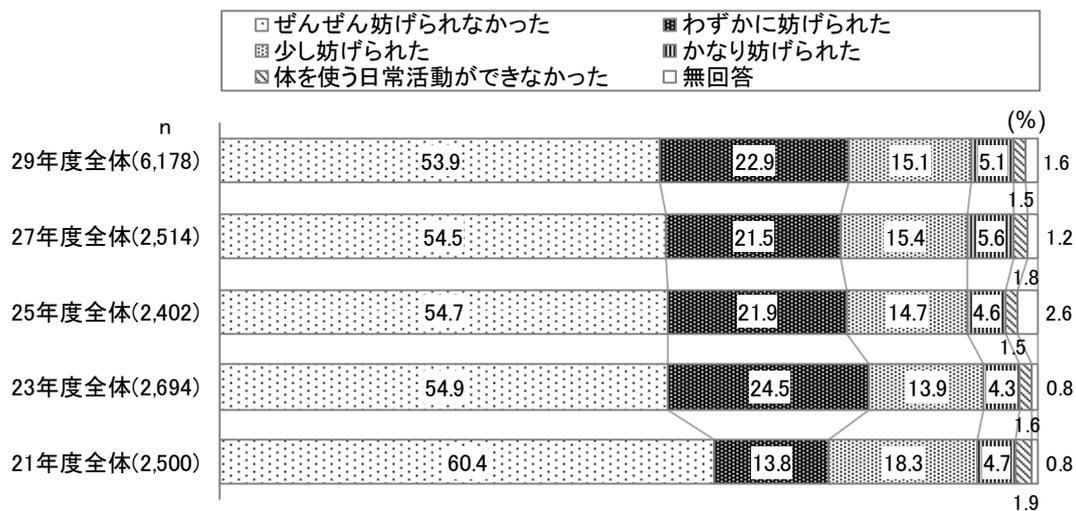
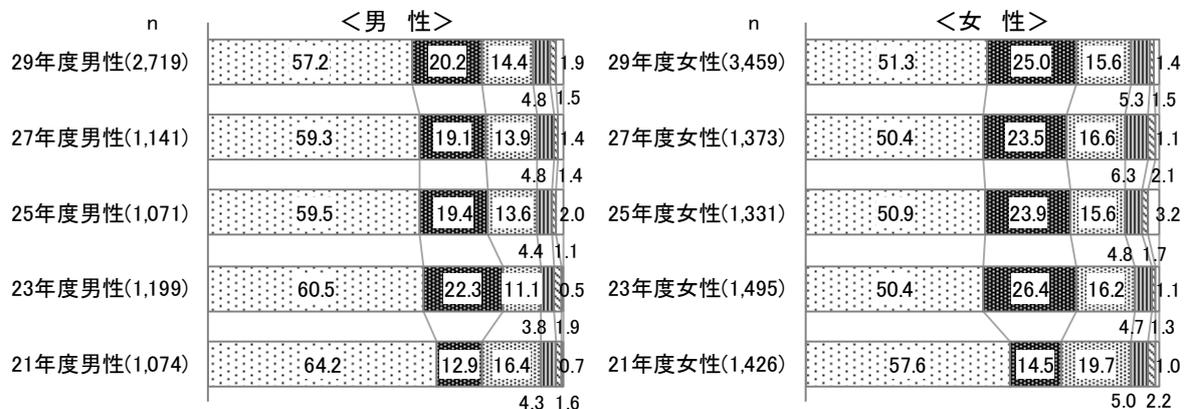


図1-4-4 身体的な理由でいつもの仕事や家事が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



(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25.0%となっている。「かすかな痛み」は24.9%、「軽い痛み」は30.4%、「中くらいの痛み」は13.3%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(28.4%)が女性(22.3%)より6.1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。(図1-5-2)

図1-5-1 体の痛み(全体/性別)

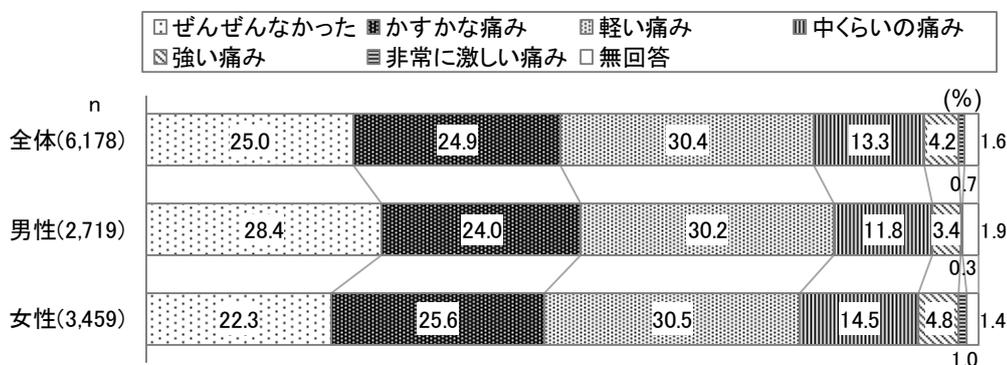
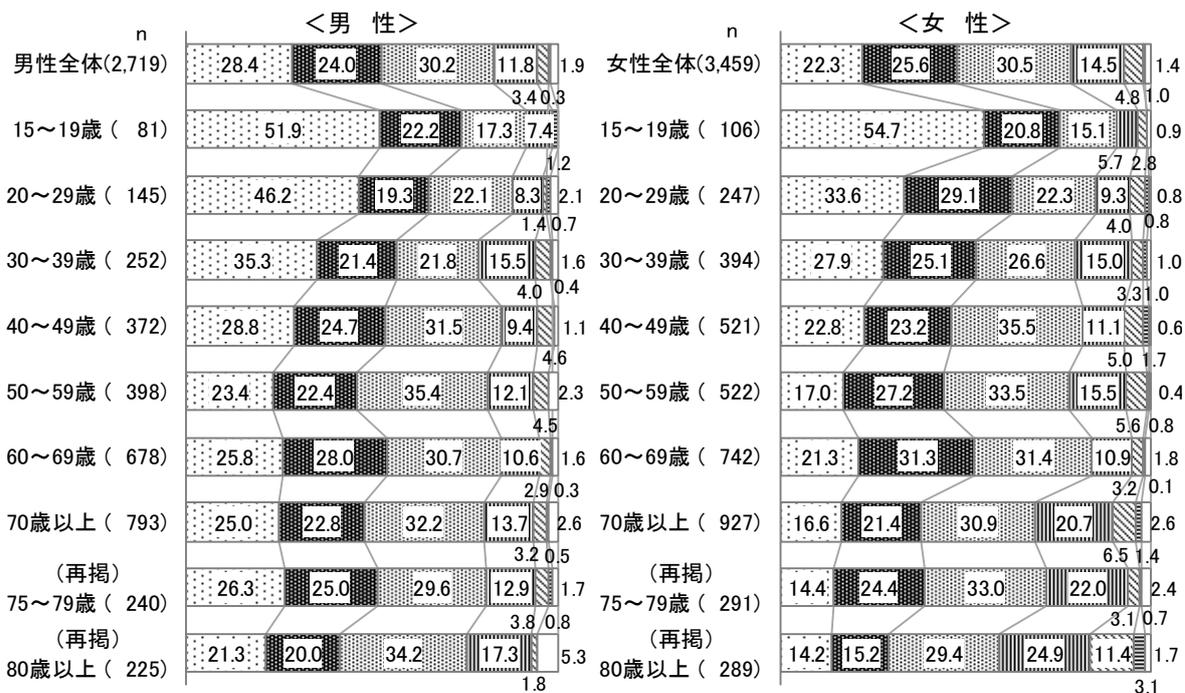


図1-5-2 体の痛み(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「ぜんぜんなかった」(25.0%)は平成27年度(26.1%)より1.1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、男女ともに平成27年度より減少している。(図1-5-4)

図1-5-3 体の痛み(過去の調査との比較)

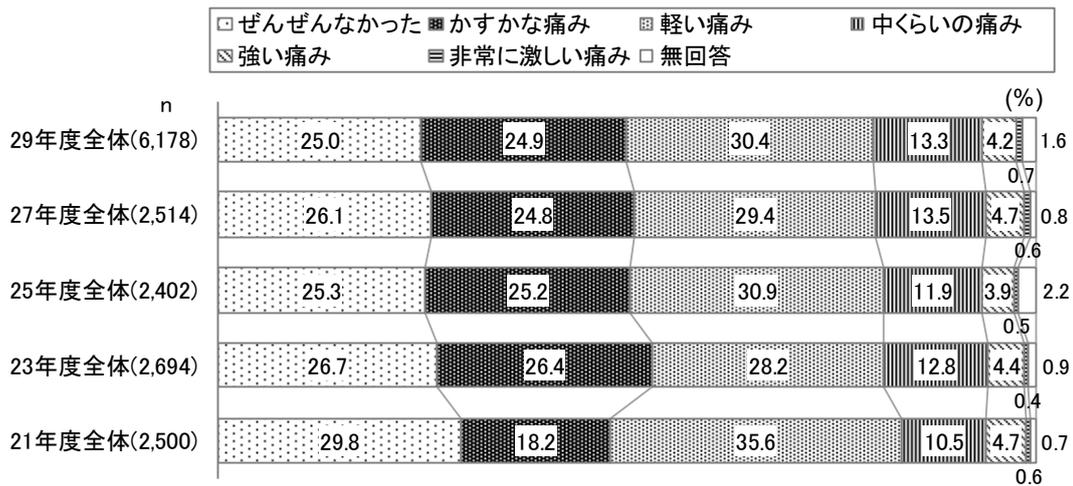
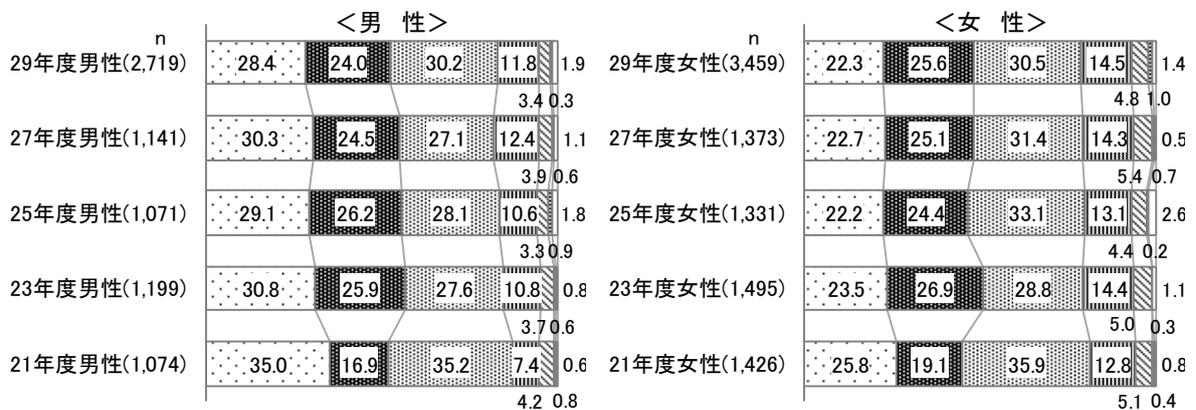


図1-5-4 体の痛み(過去の調査との比較・性別)



(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。(○はひとつ)

全体では、「非常に元気だった」(9.6%)、「かなり元気だった」が42.3%となっており、この2つを合わせた《元気だった》は51.9%となっている。「少し元気だった」は36.1%、「わずかに元気だった」(8.3%)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(53.7%)が女性(50.4%)より3.3ポイント高くなっている。(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15~19歳で特に高くなっている。《元気だった》は、男性30~39歳(48.4%)と50~59歳(48.4%)、女性50~59歳(48.3%)と女性70歳以上(44.7%)以外の年代で5割以上となっている。(図1-6-2)

図1-6-1 元気の度合い(全体/性別)

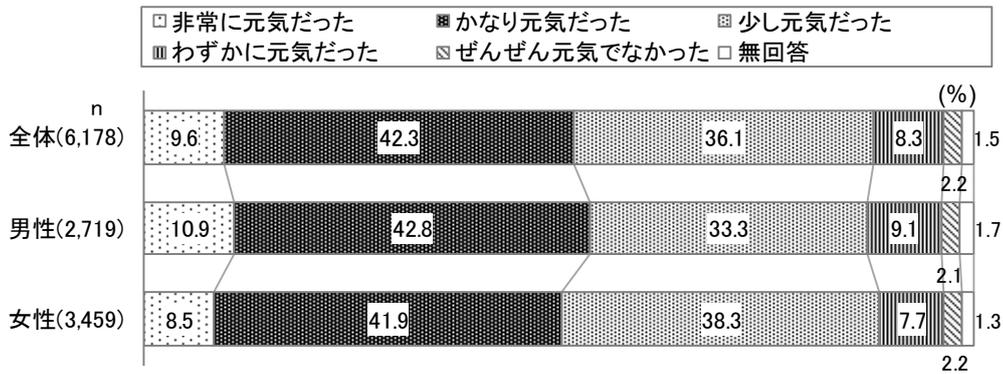
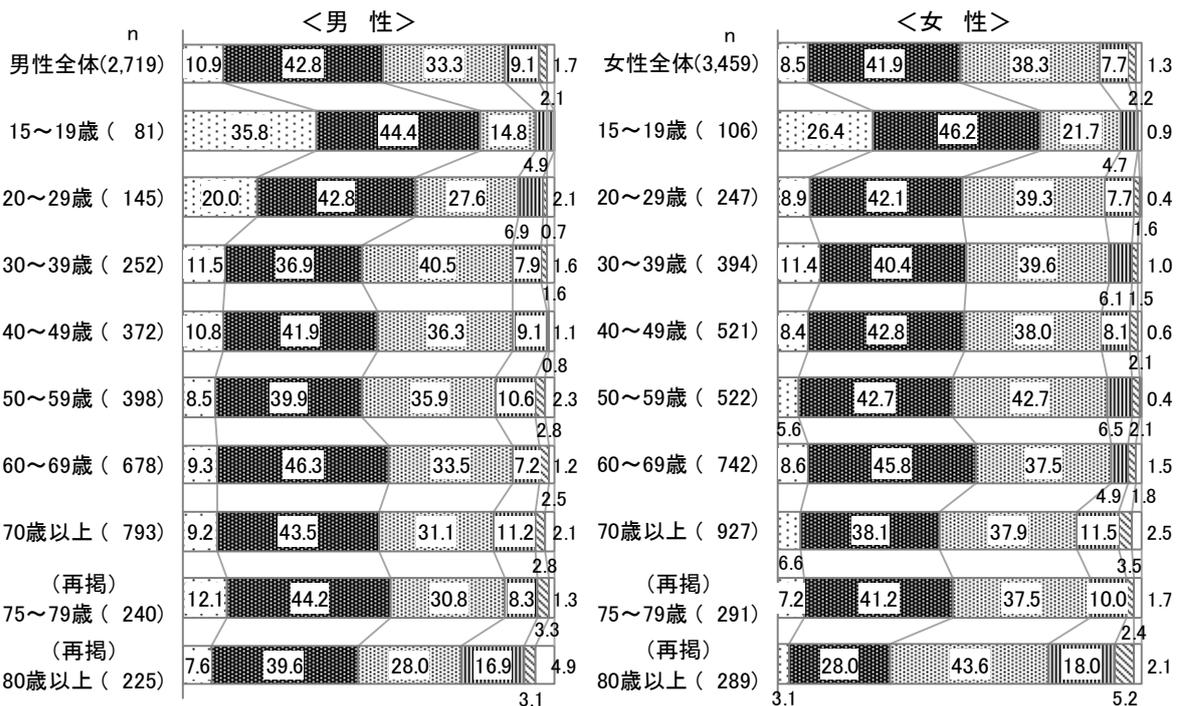


図1-6-2 元気の度合い(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、《元気だった》は平成21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、男女ともに平成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）

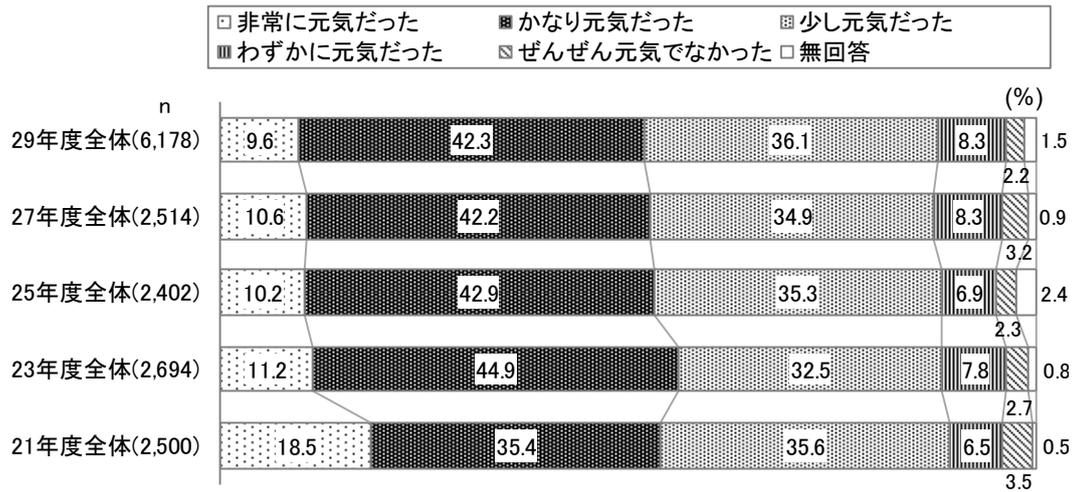
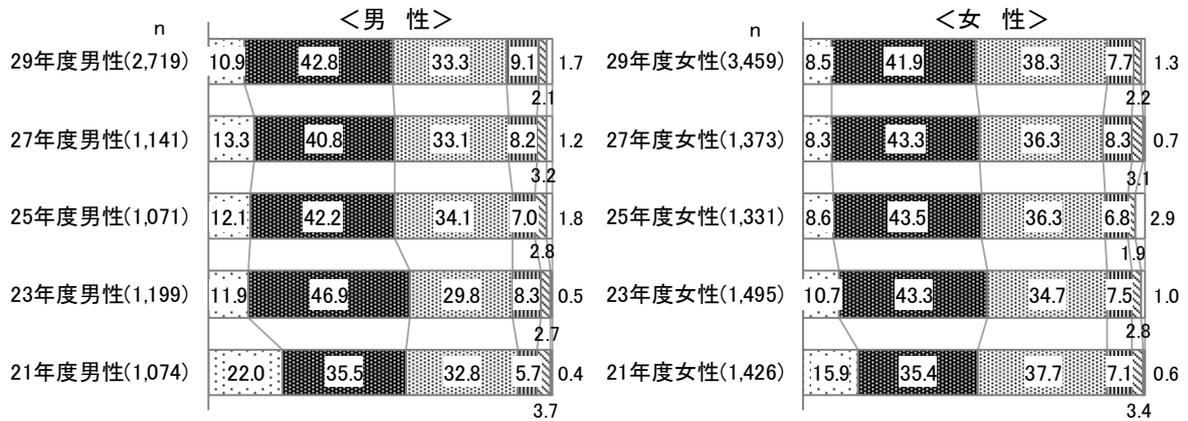


図1-6-4 元気の度合い（過去の調査との比較・性別）



(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」(13.7%)、「かなり妨げられた」(4.6%)、「つきあいができなかった」(1.6%)の4つを合わせた《妨げられた》は40.2%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(61.5%)が女性(55.8%)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、《妨げられた》は女性20~29歳(44.5%)で男性20~29歳(33.1%)より11.4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)

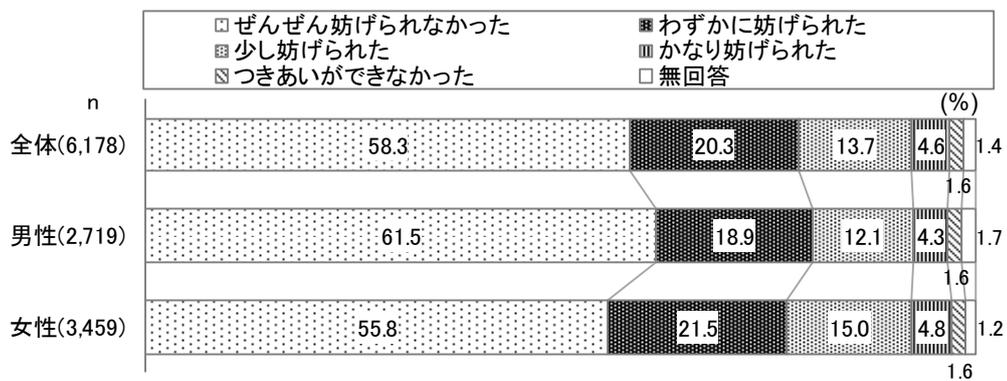
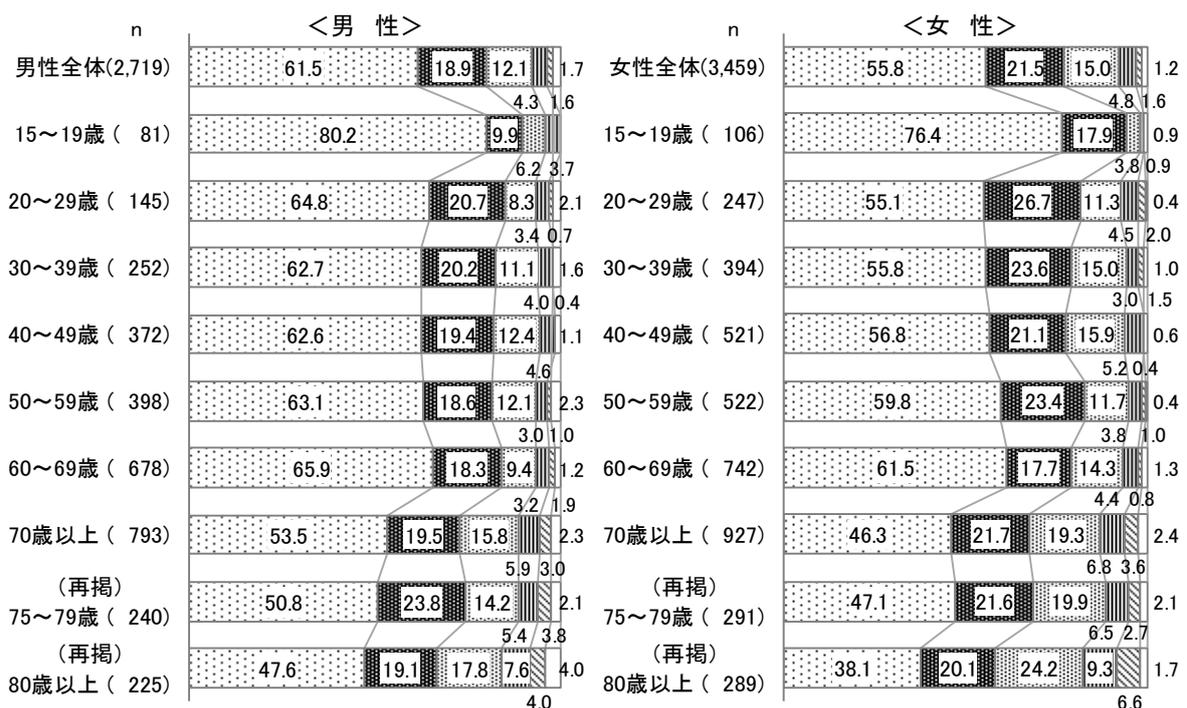


図1-7-2 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか(性・年齢別)



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27年度（57.4%）より0.9ポイント増加している。（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、男性（61.5%）で平成27年度（61.4%）と同程度となっている。一方、女性（55.8%）は平成27年度（54.0%）より1.8ポイント増加している。（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）

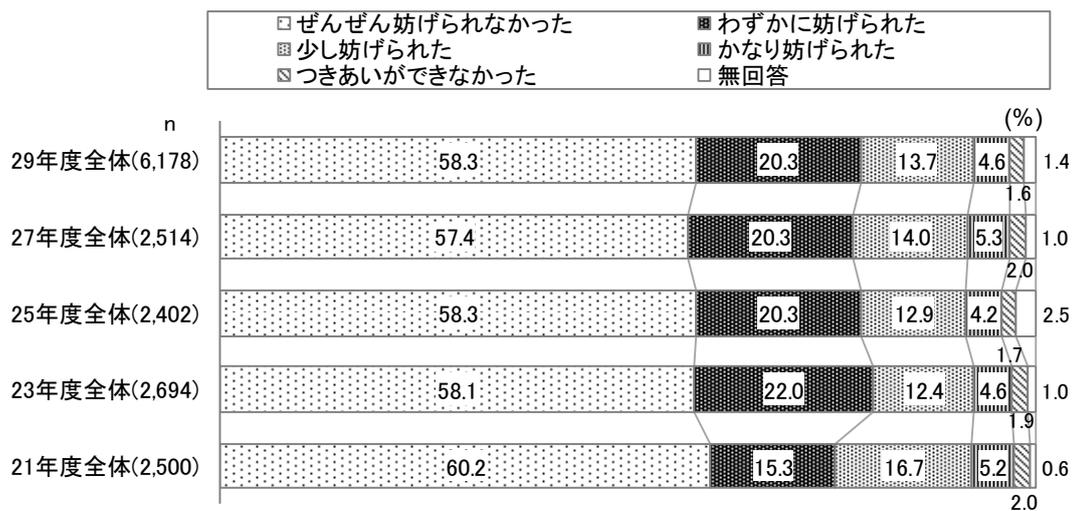
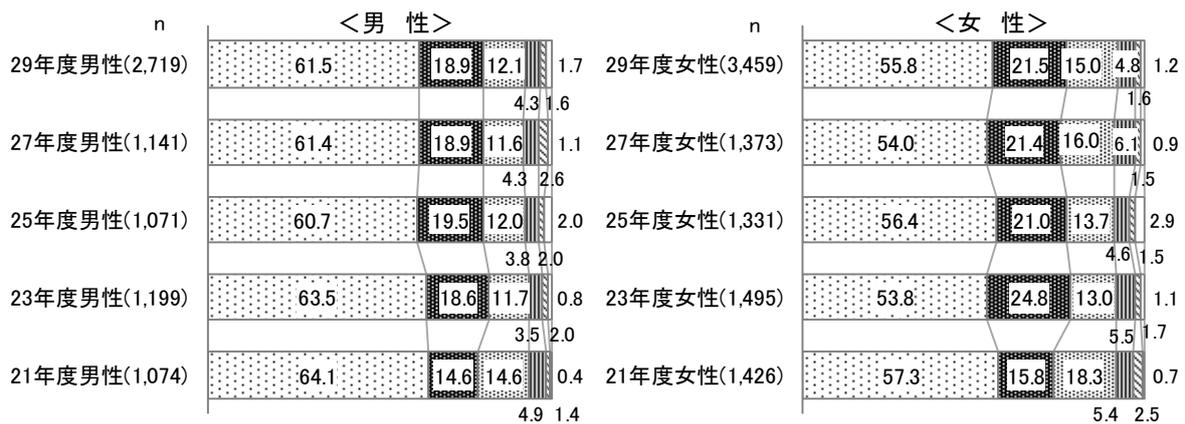


図1-7-4 身体的・心理的な理由で家族や友人とのつきあいが妨げられたか  
（過去の調査との比較・性別）



(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23.4%となっている。「かなり悩まされた」（11.1%）、「非常に悩まされた」（4.2%）の2つを合わせた《心理的苦痛を感じている》は15.3%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（17.4%）が男性（12.7%）より4.7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（38.3%）、男性60～69歳（33.6%）、男性70歳以上（34.8%）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20～29歳（9.7%）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）

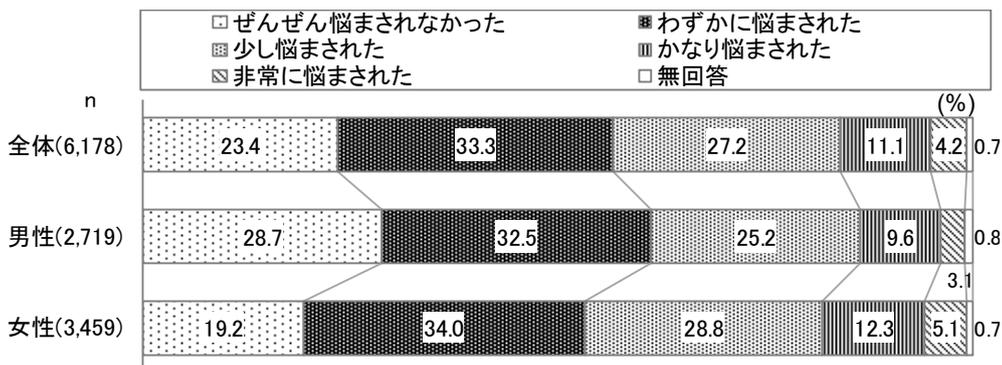
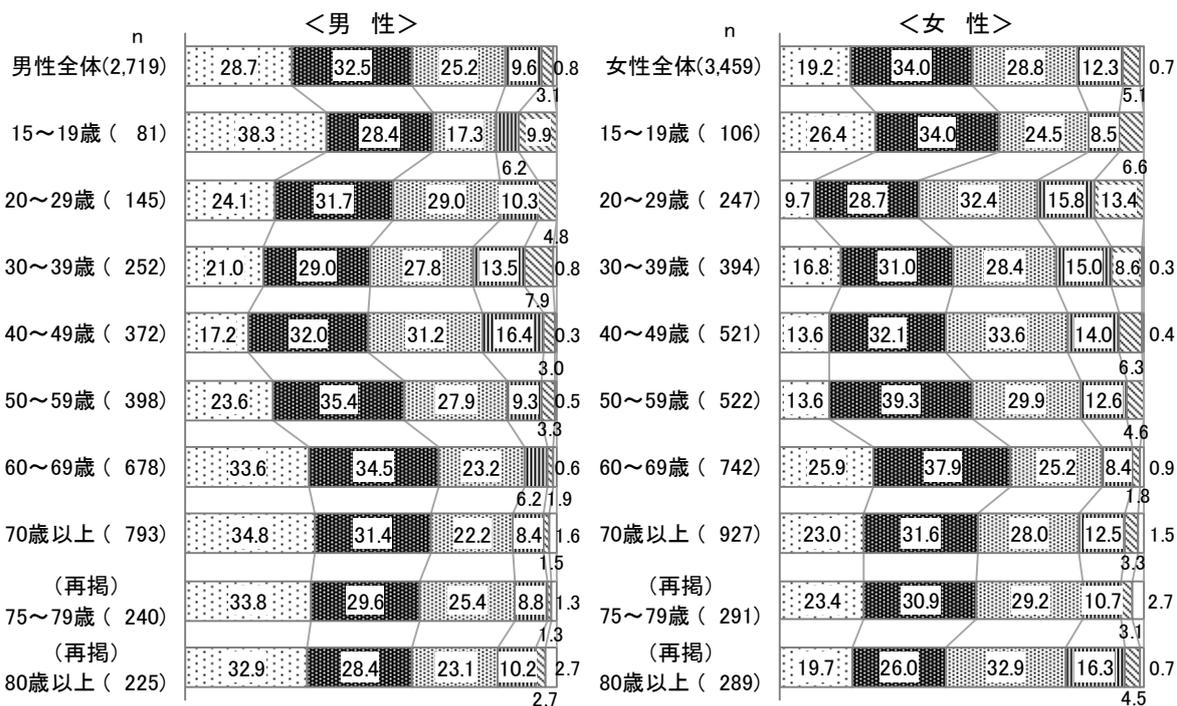


図1-8-2 心理的な問題にどのくらい悩まされたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「心理的苦痛を感じている」(15.3%)は、平成27年度(16.7%)より1.4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、「心理的苦痛を感じている」は、男性(12.7%)で平成27年度(15.9%)より3.2ポイント減少している。(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)

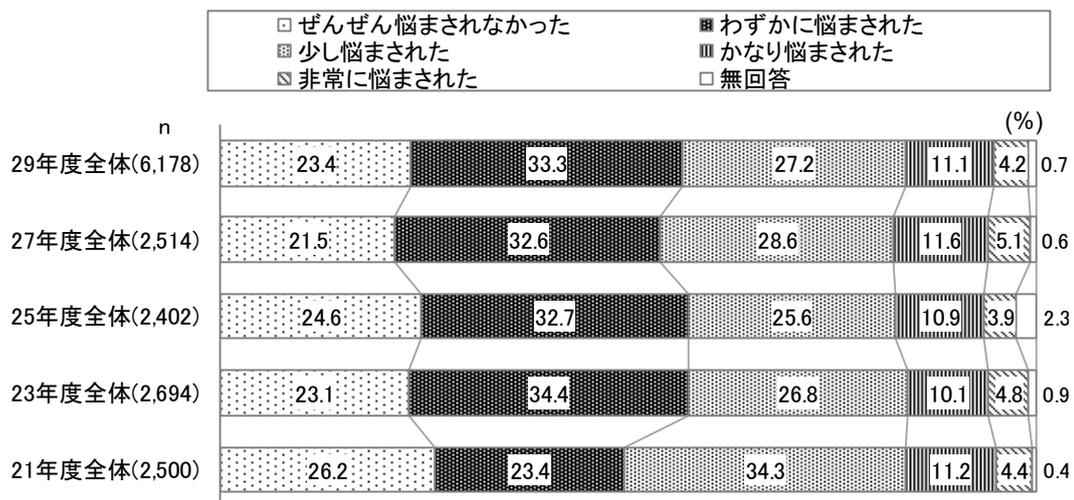
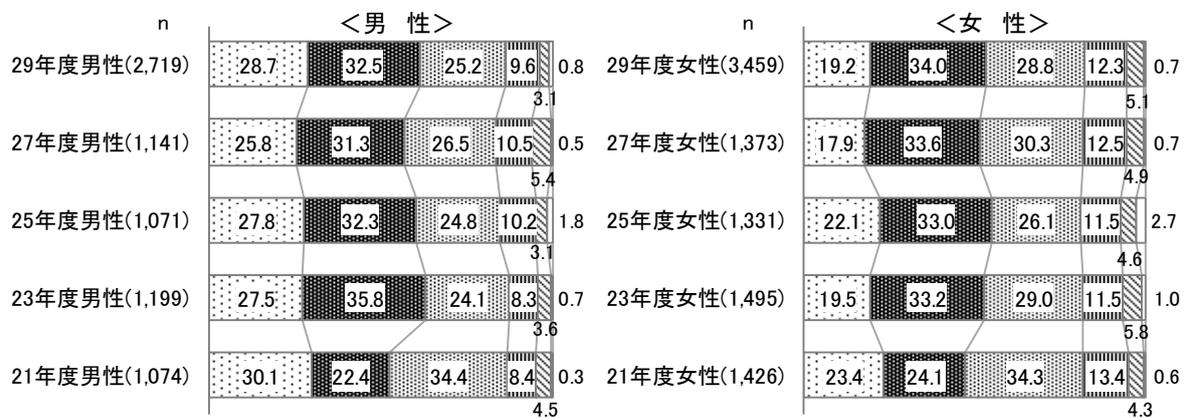


図1-8-4 心理的な問題にどのくらい悩まされたか(過去の調査との比較・性別)



(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。（○はひとつ）

全体では、「ぜんぜん妨げられなかった」が41.0%で最も高くなっている。「わずかに妨げられた」(30.6%)、「少し妨げられた」(19.3%)、「かなり妨げられた」(6.7%)、「日常行う活動ができなかった」(1.3%)の4つを合わせた《妨げられた》は57.9%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(43.9%)が女性(38.7%)より5.2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(49.0%)、男性70歳以上(46.8%)、女性60~69歳(45.7%)となっている。(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）

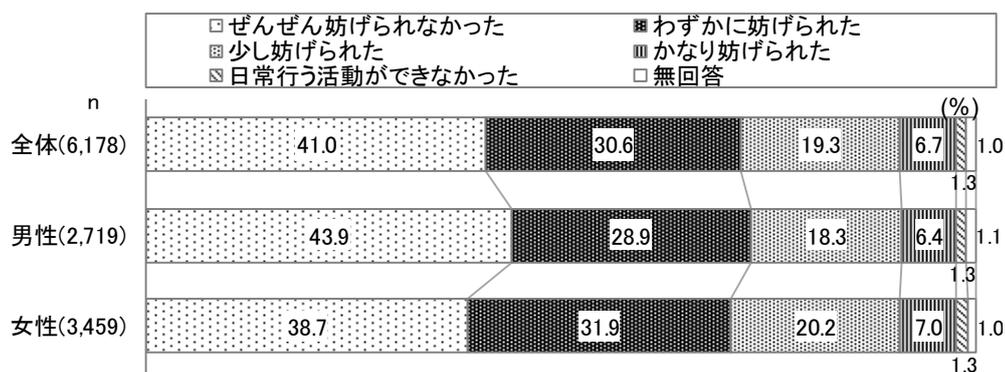
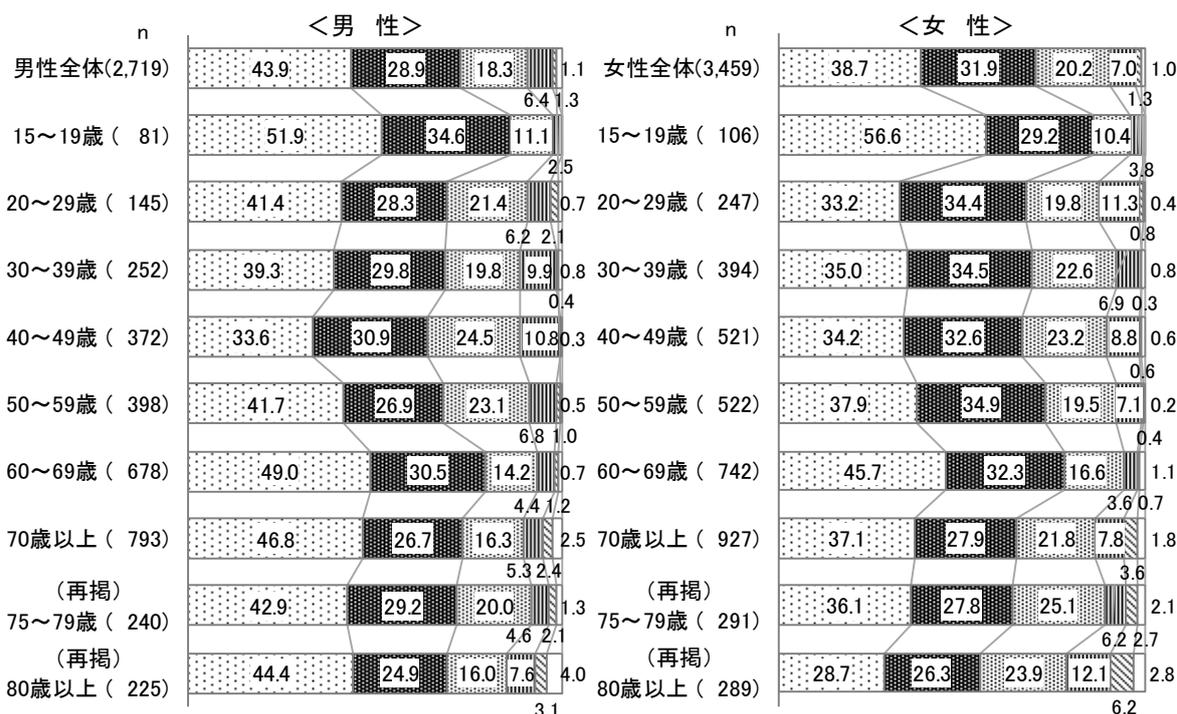


図1-9-2 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか（性・年齢別）



過去の調査と比較すると、「ぜんぜん妨げられなかった」(41.0%)は平成27年度(40.3%)より0.7ポイント増加している。(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27年度より増加している。(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)

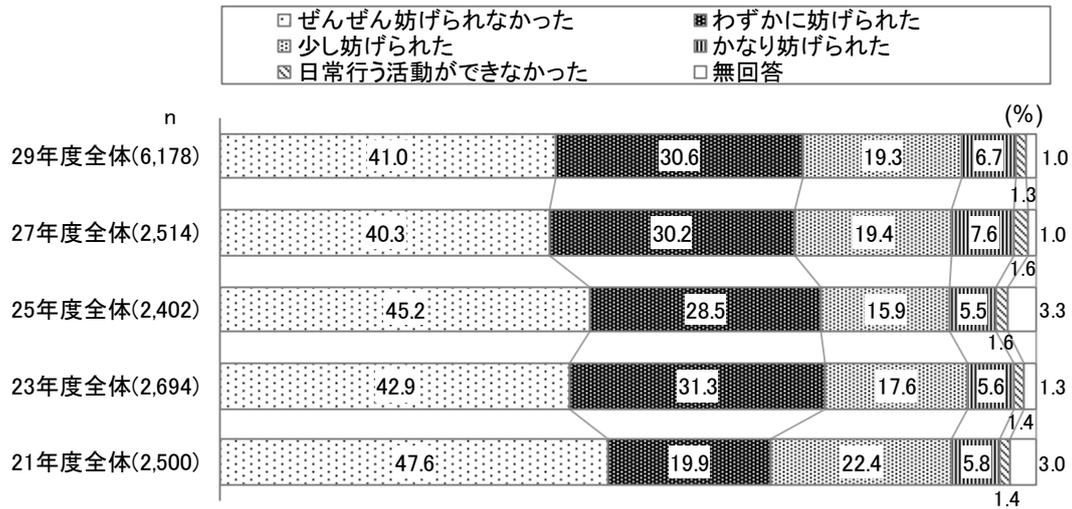
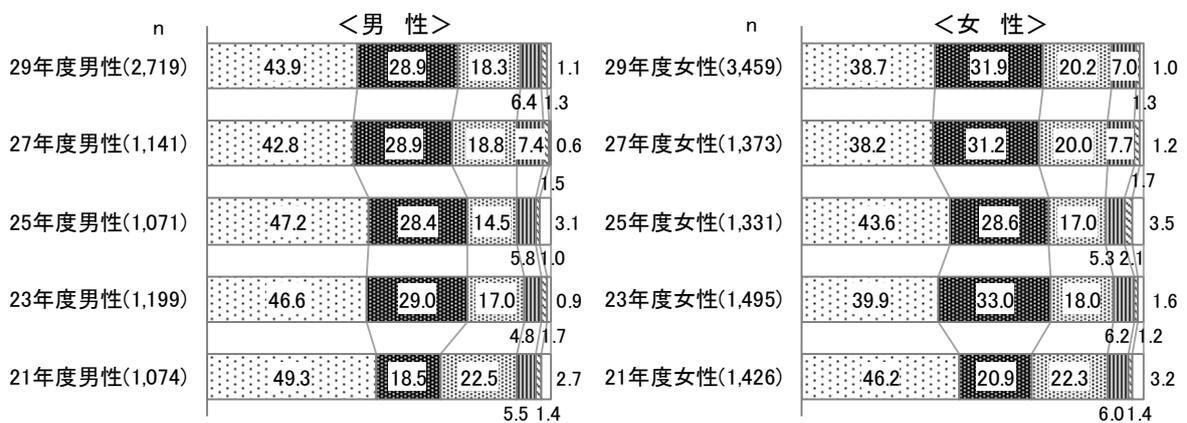


図1-9-4 心理的な理由で日常行う仕事が妨げられたか(過去の調査との比較・性別)



## (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、精神的な側面の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。

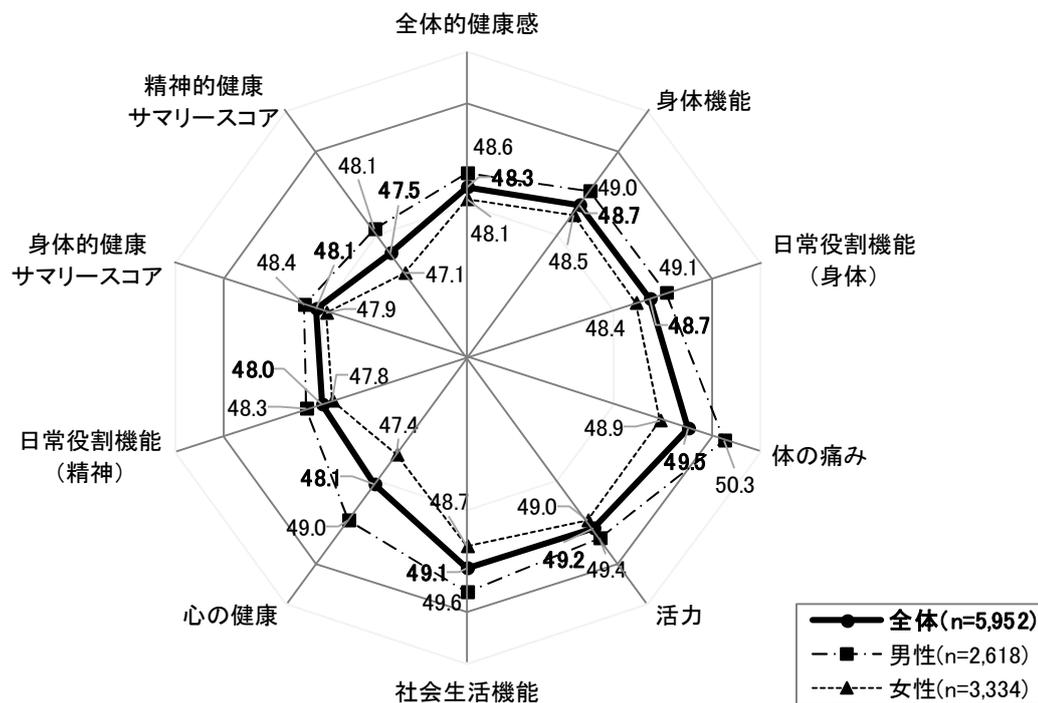
SF8には、国民の性、年齢、地域、都市規模等の分布と同じになるようにサンプリングして行った全国調査から得られた、SF8の平均値である国民標準値が設定されている。

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47.5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」(50.3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48.1点、女性47.1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、「心の健康」では男女とも60～69歳で、「精神的健康サマリースコア」では男性70歳以上と女性60～69歳で、それぞれ得点が最も高くなっており、それ以外の6項目では15～19歳の得点が最も高くなっている。(表1-10-1)

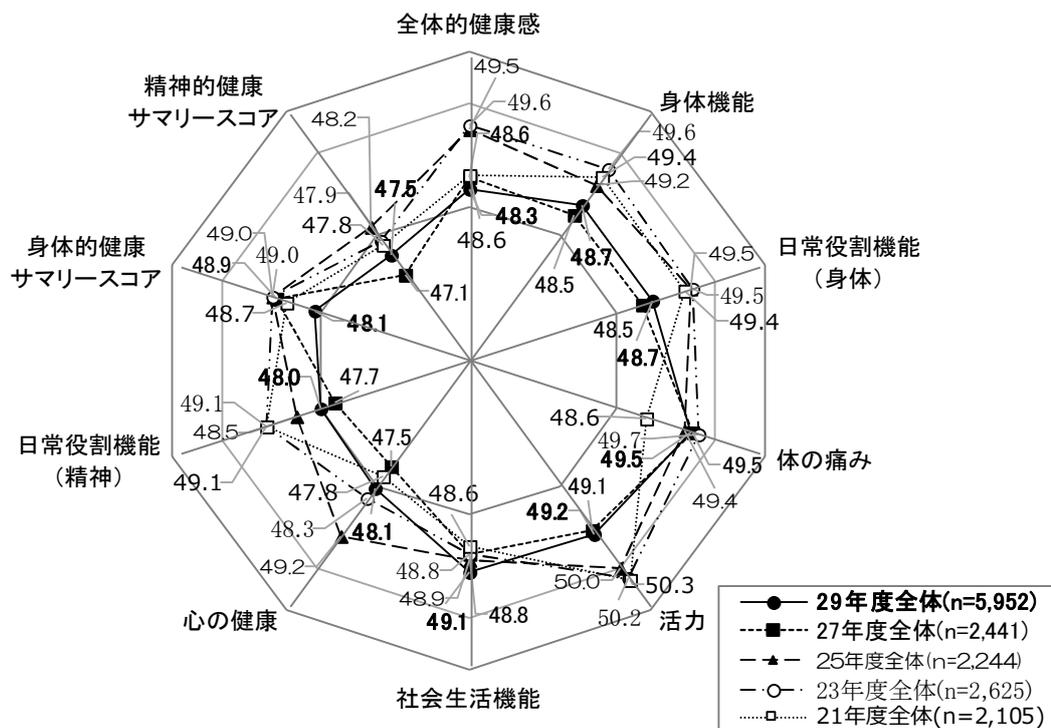
表1-10-1 SF8の各尺度の得点(性・年齢別)

上段：平均値、下段：標準偏差

		n	全体的健康感	身体機能	(身体) 日常生活機能	体の痛み	活力	社会生活機能	心の健康	(精神) 日常生活機能	サマリースコア	身体的健康	精神的健康
〔男性〕	男性全体	2,618	48.6 7.0	49.0 7.6	49.1 7.5	50.3 8.3	49.4 7.0	49.6 8.1	49.0 7.3	48.3 7.1	48.4 7.7	48.1 7.4	
	男性 15～19歳	79	54.5 7.3	52.7 2.4	52.6 4.1	54.1 7.8	53.7 6.2	52.1 6.7	48.7 9.1	50.1 5.1	54.0 4.8	48.1 8.0	
	20～29歳	141	50.1 7.3	51.6 5.3	50.6 6.3	53.0 8.3	51.1 6.8	50.6 7.3	48.1 7.6	47.8 7.6	51.7 5.8	46.8 7.2	
	30～39歳	246	48.8 6.9	51.4 5.2	51.0 5.6	50.7 9.0	49.0 6.8	50.0 7.6	46.7 8.4	47.5 7.3	51.0 6.4	45.7 8.7	
	40～49歳	365	49.6 6.2	50.7 6.3	50.6 6.4	50.4 8.1	49.4 6.6	49.8 7.7	47.0 7.3	47.0 7.0	50.7 7.0	45.8 7.4	
	50～59歳	386	48.1 6.9	49.8 6.4	50.0 6.7	49.3 8.1	48.5 7.1	50.1 7.7	48.4 7.1	47.8 7.0	48.8 7.0	47.4 7.5	
	60～69歳	658	48.6 6.5	49.3 7.0	49.3 7.2	50.3 7.9	49.5 6.8	50.4 7.7	50.2 6.6	49.3 6.3	48.0 7.1	49.4 6.5	
	70歳以上	743	47.5 7.3	45.9 9.2	46.3 8.9	49.6 8.3	49.0 7.2	48.1 9.0	50.1 6.9	48.4 7.6	45.2 8.6	49.6 7.0	
	(再掲) 75～79歳	227	47.6 7.4	46.3 8.9	46.8 8.4	49.8 8.5	49.6 7.3	47.8 9.0	49.8 6.8	48.2 7.4	45.8 8.5	49.1 6.6	
	(再掲) 80歳以上	203	46.5 7.5	43.8 9.9	44.1 9.5	49.1 7.9	48.3 7.4	47.1 9.6	49.4 7.5	47.7 8.3	43.4 8.5	49.3 7.8	
〔女性〕	女性全体	3,334	48.1 7.0	48.5 7.8	48.4 7.7	48.9 8.6	49.0 6.8	48.7 8.4	47.4 7.6	47.8 7.1	47.9 8.1	47.1 7.4	
	女性 15～19歳	105	51.6 7.5	52.3 4.3	52.8 3.4	54.4 7.8	52.7 6.3	52.5 5.3	48.2 8.1	50.3 5.5	53.3 4.7	47.9 7.0	
	20～29歳	244	48.3 6.8	51.1 5.3	50.0 6.5	51.2 8.6	49.1 6.6	48.9 8.2	44.1 8.7	46.9 7.5	51.5 7.0	43.7 8.8	
	30～39歳	385	48.9 7.3	50.5 5.9	49.5 6.4	49.9 8.7	49.5 6.7	49.0 8.0	46.0 8.4	47.7 6.5	50.1 6.9	45.7 7.7	
	40～49歳	513	48.8 7.0	50.2 6.7	49.4 7.0	48.8 8.8	49.0 6.7	48.8 8.2	46.1 7.7	47.2 7.0	49.5 7.4	45.7 7.4	
	50～59歳	519	48.0 6.4	49.5 6.3	49.4 6.4	48.1 8.2	48.6 6.3	49.6 7.7	47.0 7.2	47.9 6.6	48.4 7.2	46.9 7.1	
	60～69歳	711	48.6 6.5	48.8 7.1	49.3 6.7	49.8 7.6	49.5 6.5	49.5 8.1	49.3 6.5	49.2 6.0	48.0 7.1	48.8 6.4	
	70歳以上	857	46.6 7.1	44.5 9.8	45.1 9.5	47.1 8.9	48.0 7.1	46.9 9.3	48.1 7.4	46.8 8.3	43.9 9.0	48.1 7.2	
	(再掲) 75～79歳	262	47.0 6.7	44.9 8.8	45.7 8.7	47.8 7.7	48.7 6.9	47.2 9.0	48.4 7.1	47.2 7.6	44.5 8.1	48.4 7.1	
	(再掲) 80歳以上	268	44.5 7.4	40.6 11.0	41.0 10.6	44.7 9.8	45.8 7.0	44.5 10.0	46.8 7.7	44.6 9.5	40.1 9.8	47.2 7.8	

過去の調査と比較すると、「社会生活機能」は平成21年度以降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」は、平成21年度以降最も低い点数になっている。(図1-10-2)

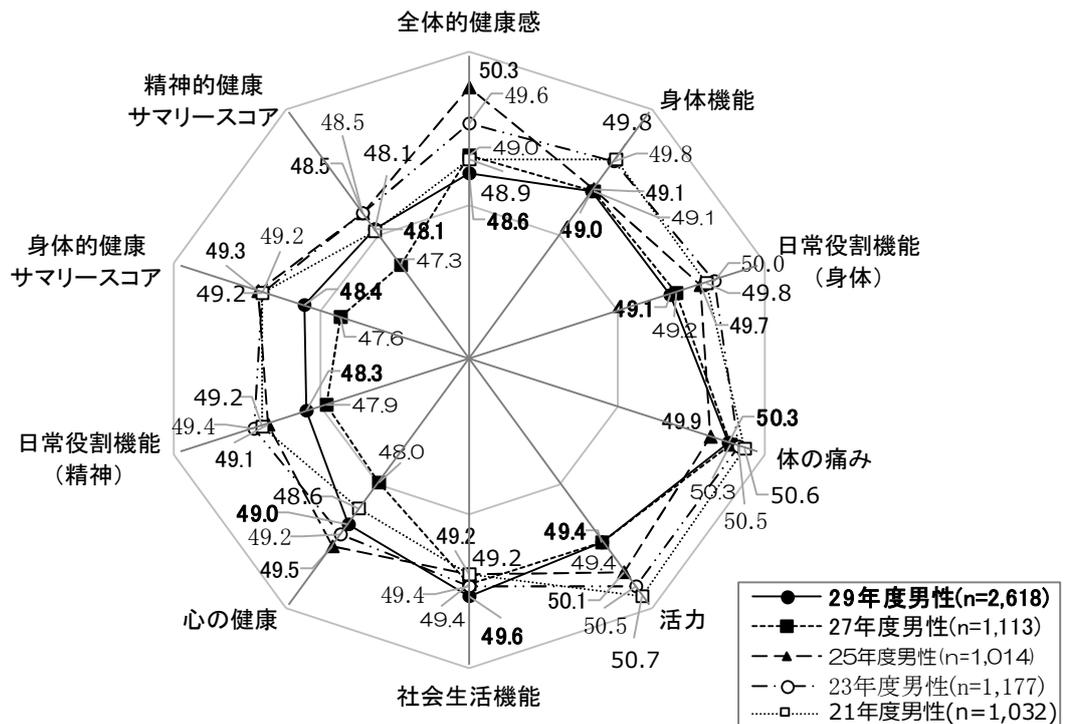
図1-10-2 SF8の各尺度の得点(過去の調査との比較)



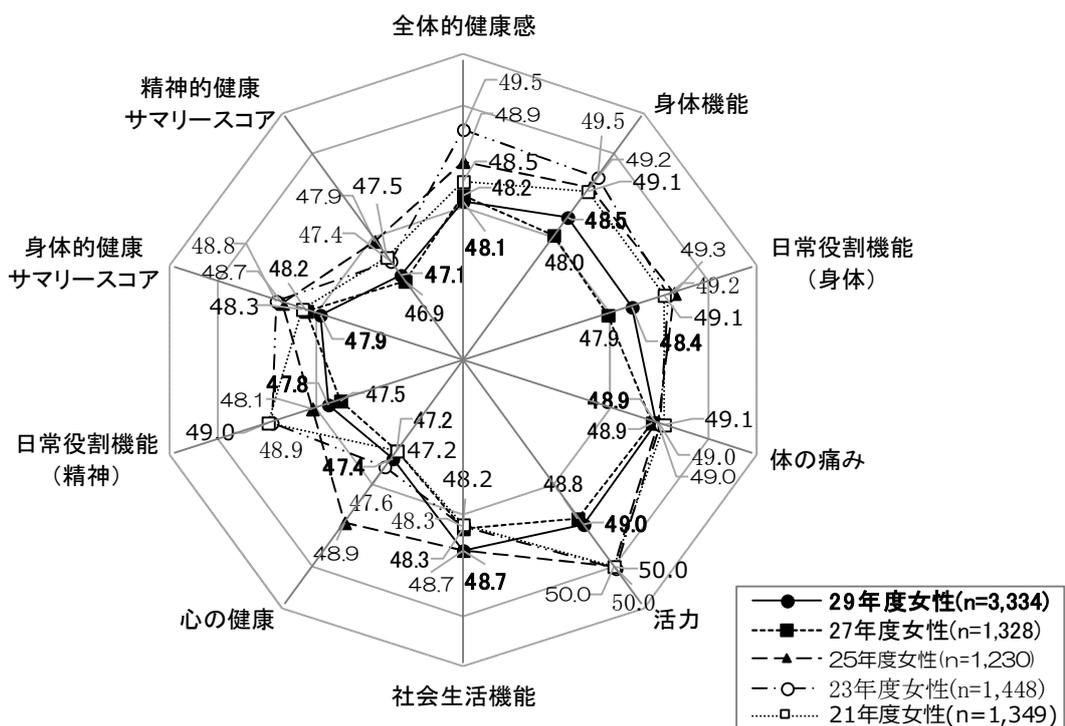
性別で過去の調査と比較すると、男性は「社会生活機能」が平成21年度以降最も高い点数になっている一方で、「全体的健康感」「身体機能」、「日常役割機能（身体）」が平成21年度以降最も低い点数になっている。女性は「社会生活機能」が平成21年度以降で、平成25年度と並んで最も高い点数になっている一方で、「全体的健康感」「身体的健康サマリースコア」が平成21年度以降最も低い点数になっている。（図1-10-3）

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161.2cm、平均体重は59.6kg、平均BMIは22.8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67.1kg、平均BMIは23.6で、女性の平均身長は155.5cm、平均体重は53.7kg、平均BMIは22.2となっている。(表1-11-1)

性・年齢別にみると、平均BMIは、男性では15～19歳から50～59歳までは高くなり、以降下がっていき、女性では15～19歳から60～69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	67.1	23.6	女性	女性全体	155.5	53.7	22.2
	15～19歳	170.8	60.6	20.8		15～19歳	158.6	51.1	20.3
	20～29歳	171.2	67.8	23.1		20～29歳	158.2	52.7	21.0
	30～39歳	172.3	70.0	23.5		30～39歳	158.3	54.5	21.8
	40～49歳	171.1	71.3	24.3		40～49歳	158.8	55.7	22.1
	50～59歳	170.3	71.0	24.5		50～59歳	157.3	55.3	22.4
	60～69歳	168.4	67.5	23.8		60～69歳	154.8	54.6	22.8
	70歳以上	164.4	62.3	23.0		70歳以上	150.9	51.1	22.5
	(再掲) 75～79歳	164.3	62.2	23.0		(再掲) 75～79歳	151.4	51.7	22.6
	(再掲) 80歳以上	162.5	60.1	22.8		(再掲) 80歳以上	148.5	49.1	22.3

※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7.9%、「普通」が67.2%、「肥満」が22.5%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(4.2%)より6.7ポイント高く、「肥満」は男性(28.2%)が女性(18.0%)より10.2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19.8%、女性20~29歳で19.0%と高くなっている。「肥満」は男性40~49歳で40.6%、男性50~59歳で35.2%と高くなっている。(図1-11-2)

図1-11-1 BMI判定(性・年齢別)

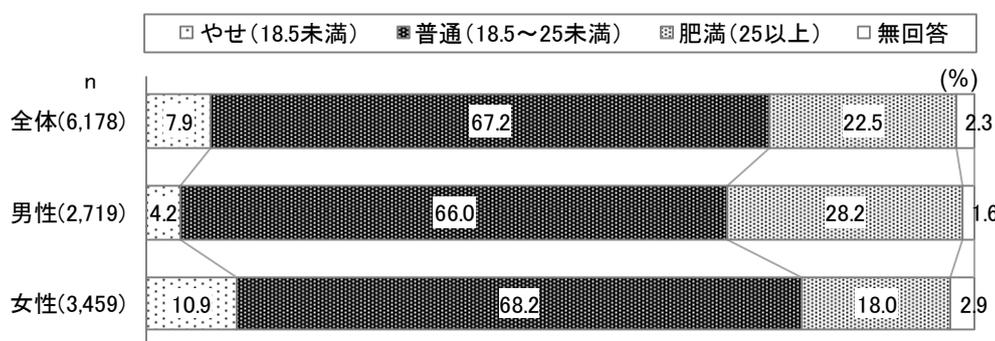
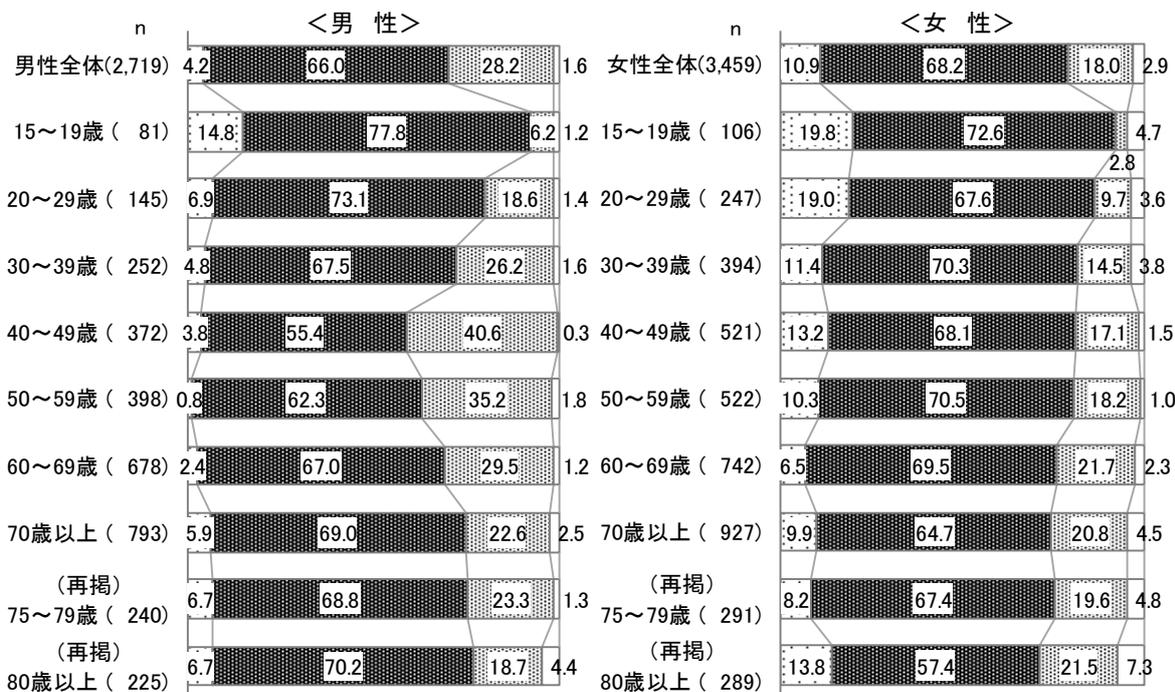


図1-11-2 BMI判定(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「肥満」は平成23年度以降増加傾向にある。(図1-11-3)

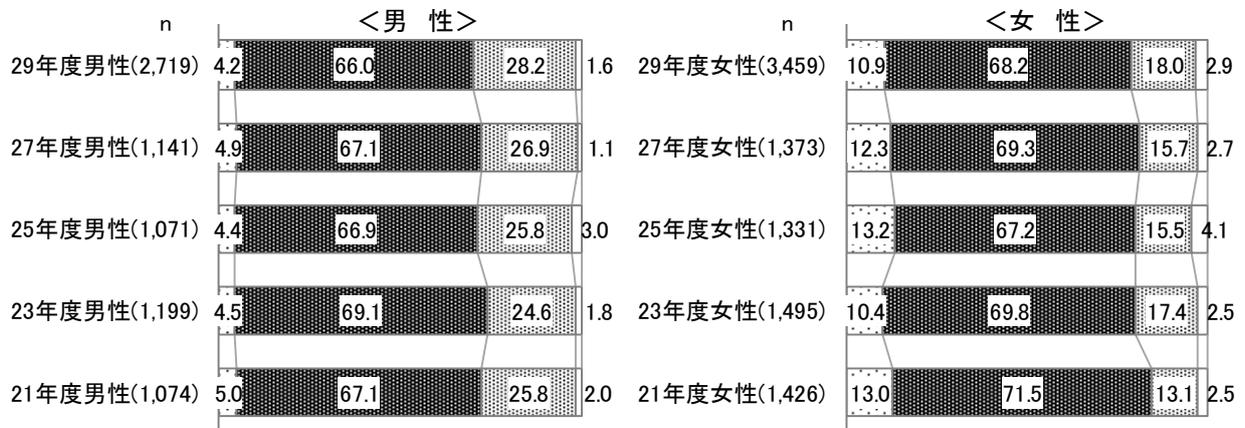
性別で過去の調査と比較すると、男女ともに「肥満」の割合が平成27年度より増加している。

(図1-11-4)

図1-11-3 BMI判定(過去の調査との比較)

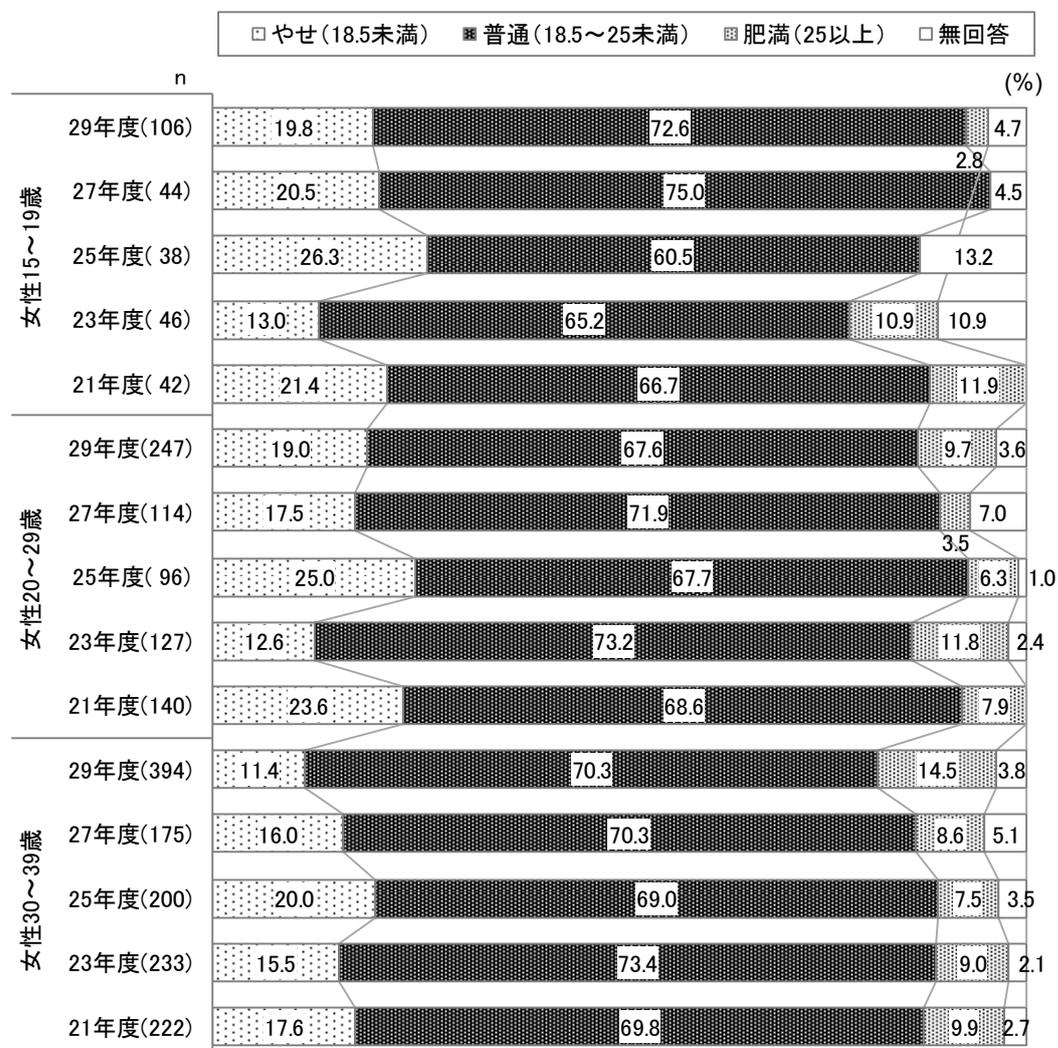


図1-11-4 BMI判定(過去の調査との比較・性別)



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、「肥満」は平成27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27年度より減少している。(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。(○はひとつ)

全体では、「このままでよい」が36.1%となっている。「今より少し(4kg以内)減らしたい」は38.1%、「今よりかなり(4kgを超えて)減らしたい」は18.8%で、この2つを合わせた《減らしたい》は56.9%となっている。(図1-12-1)

性別にみると、《減らしたい》は女性(60.4%)が男性(52.4%)より8.0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(68.8%)、50~59歳(69.3%)で高く、女性では15~19歳(74.5%)、30~39歳(76.2%)、40~49歳(72.7%)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)

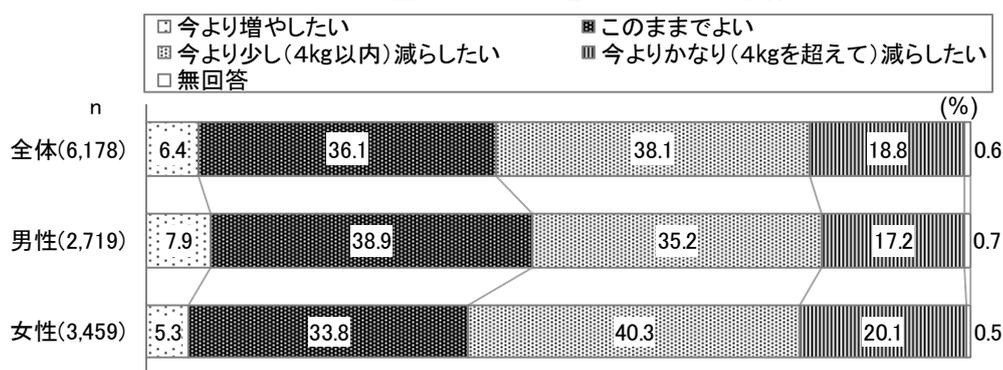
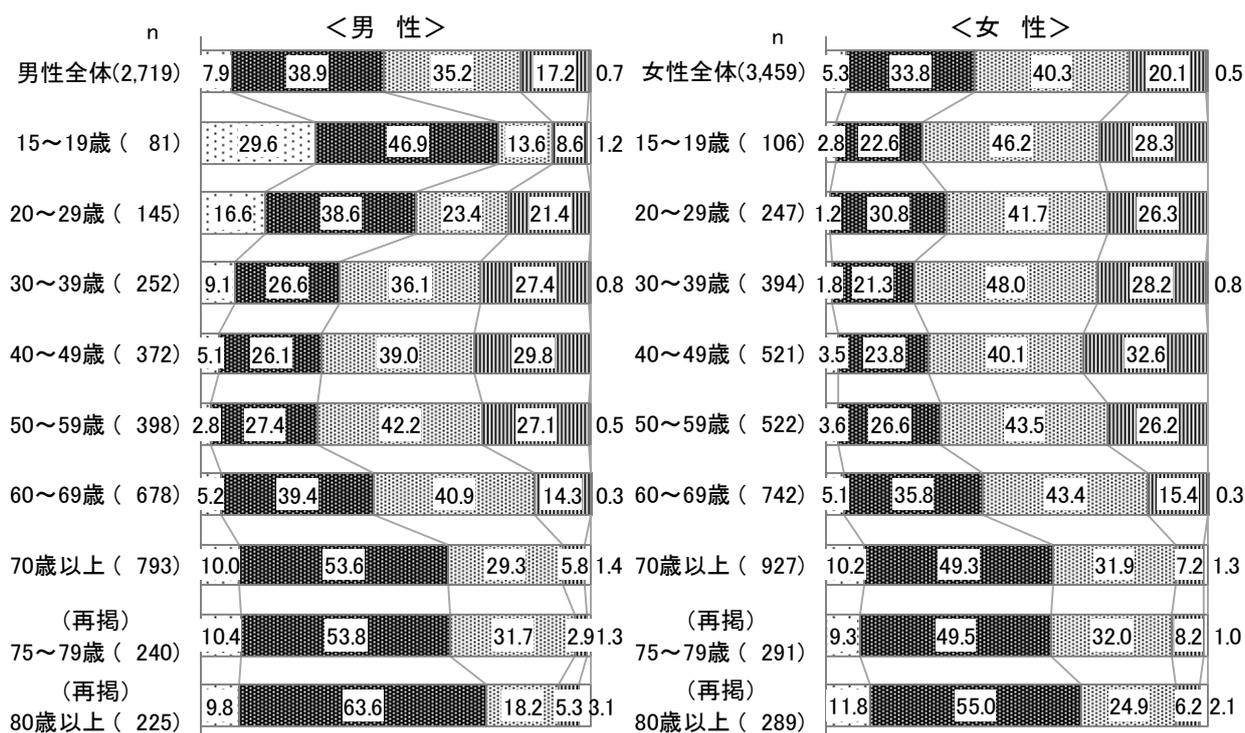


図1-12-2 体重についての意識(性・年齢別)



過去の調査と比較すると、「減らしたい」(56.9%)は平成27年度(57.6%)より0.7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27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)

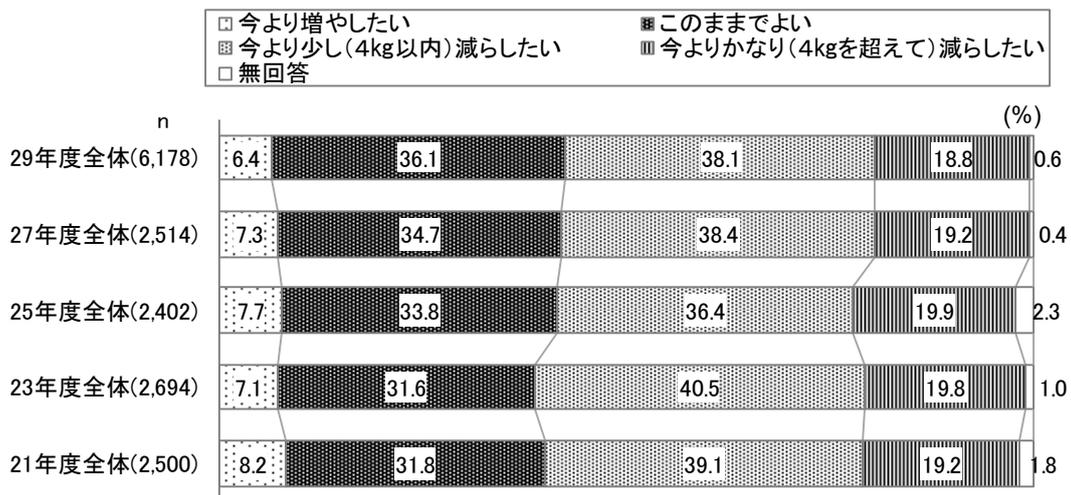
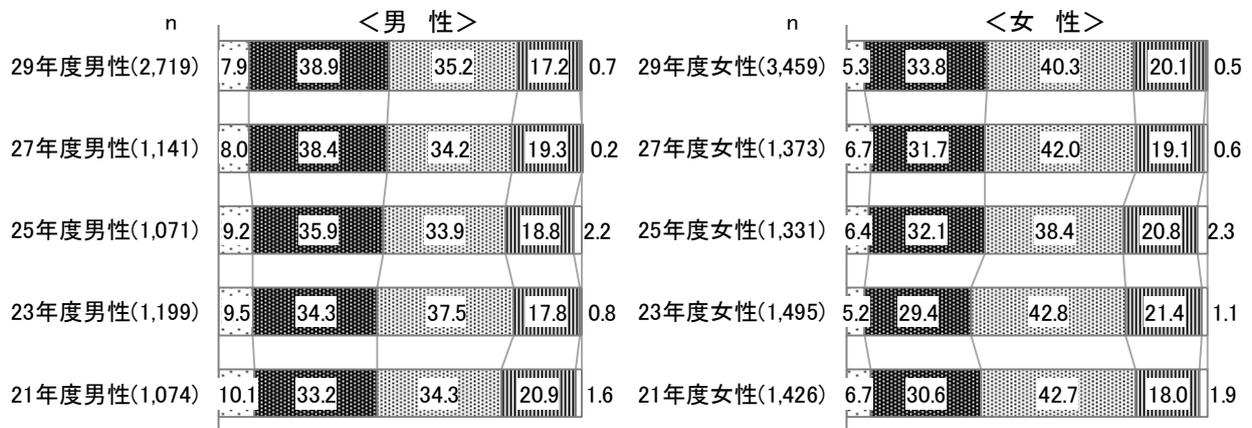


図1-12-4 体重についての意識(過去の調査との比較・性別)



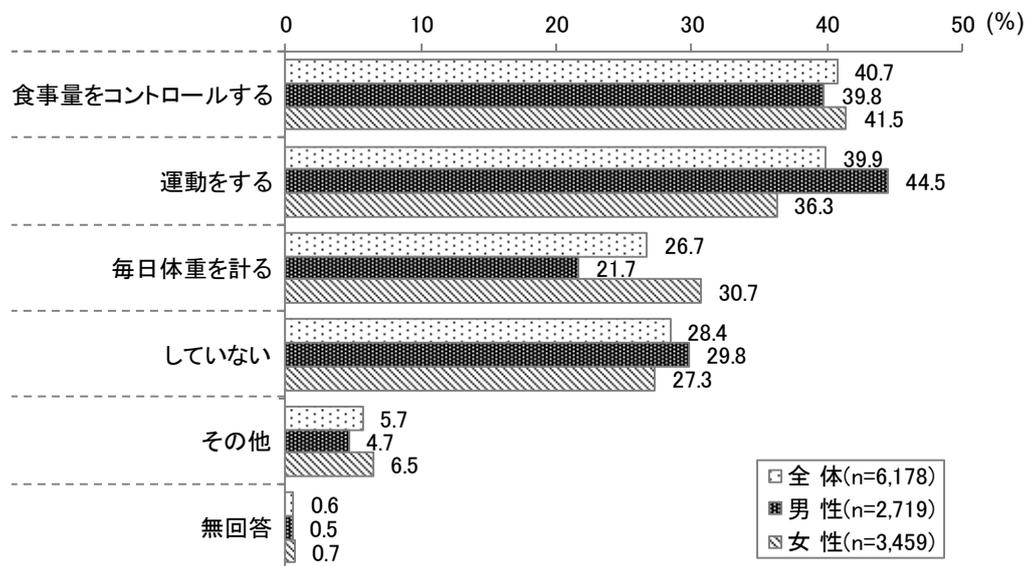
(13) 体重管理のためにしていること

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40.7%、「運動をする」(39.9%)、「毎日体重を計る」(26.7%)となっている。「していない」は28.4%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:39.8%、女性41.5%)と「毎日体重を計る」(男性:21.7%、女性30.7%)は、女性が男性より高くなっている。一方、「運動をする」(男性:44.5%、女性36.3%)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、「食事をコントロールする」は男女とも40～49歳、女性20～29歳で高くなっている。「運動をする」は男女とも60歳以上、男性15～19歳で高くなっている。「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1-13-1)

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(%)							上段：実数、下段：構成比(%)								
		n	食事を 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
性	男 性 全 体	2,719	1,083	1,211	589	811	127	14	女性 全 体	3,459	1,434	1,255	1,062	944	224	23	
		100.0	39.8	44.5	21.7	29.8	4.7	0.5		100.0	41.5	36.3	30.7	27.3	6.5	0.7	
	15 ～ 19 歳	81	14	40	5	29	2	-	15 ～ 19 歳	106	31	30	28	46	6	-	
		100.0	17.3	49.4	6.2	35.8	2.5	-		100.0	29.2	28.3	26.4	43.4	5.7	-	
	20 ～ 29 歳	145	43	57	17	61	6	-	20 ～ 29 歳	247	118	92	63	71	12	-	
		100.0	29.7	39.3	11.7	42.1	4.1	-		100.0	47.8	37.2	25.5	28.7	4.9	-	
	30 ～ 39 歳	252	87	88	37	112	8	2	30 ～ 39 歳	394	153	97	104	144	11	3	
		100.0	34.5	34.9	14.7	44.4	3.2	0.8		100.0	38.8	24.6	26.4	36.5	2.8	0.8	
	40 ～ 49 歳	372	170	160	71	121	8	-	40 ～ 49 歳	521	240	142	142	178	34	1	
		100.0	45.7	43.0	19.1	32.5	2.2	-		100.0	46.1	27.3	27.3	34.2	6.5	0.2	
50 ～ 59 歳	398	158	165	88	131	13	2	50 ～ 59 歳	522	228	175	177	143	23	-		
	100.0	39.7	41.5	22.1	32.9	3.3	0.5		100.0	43.7	33.5	33.9	27.4	4.4	-		
60 ～ 69 歳	678	283	313	186	169	38	1	60 ～ 69 歳	742	297	325	284	155	63	2		
	100.0	41.7	46.2	27.4	24.9	5.6	0.1		100.0	40.0	43.8	38.3	20.9	8.5	0.3		
70 歳 以 上	793	328	388	185	188	52	9	70 歳 以 上	927	367	394	264	207	75	17		
	100.0	41.4	48.9	23.3	23.7	6.6	1.1		100.0	39.6	42.5	28.5	22.3	8.1	1.8		
(再掲)	240	109	124	63	50	15	2	(再掲)	291	122	133	89	55	23	5		
75 ～ 79 歳	100.0	45.4	51.7	26.3	20.8	6.3	0.8	75 ～ 79 歳	100.0	41.9	45.7	30.6	18.9	7.9	1.7		
(再掲)	225	87	110	33	56	14	5	(再掲)	289	101	94	57	82	22	9		
80 歳 以 上	100.0	38.7	48.9	14.7	24.9	6.2	2.2	80 歳 以 上	100.0	34.9	32.5	19.7	28.4	7.6	3.1		

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25年度以降減少している。

(図1-13-2)

性別で過去の調査と比較すると、女性の「食事量をコントロールする」は、平成27年度比べて4.3ポイント減少している。(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)

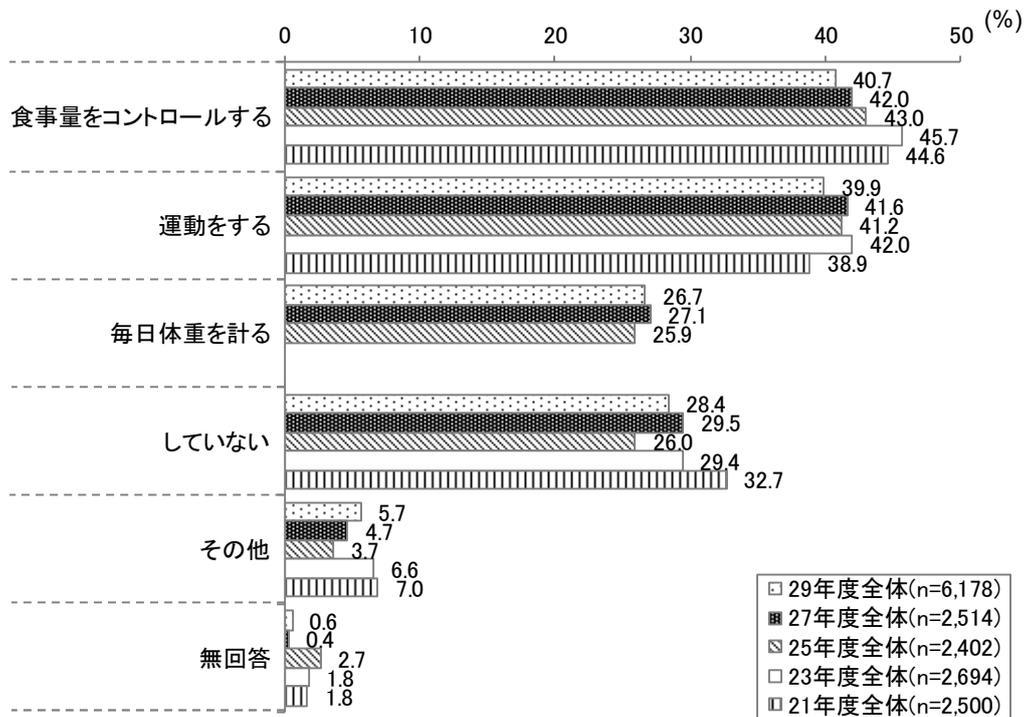
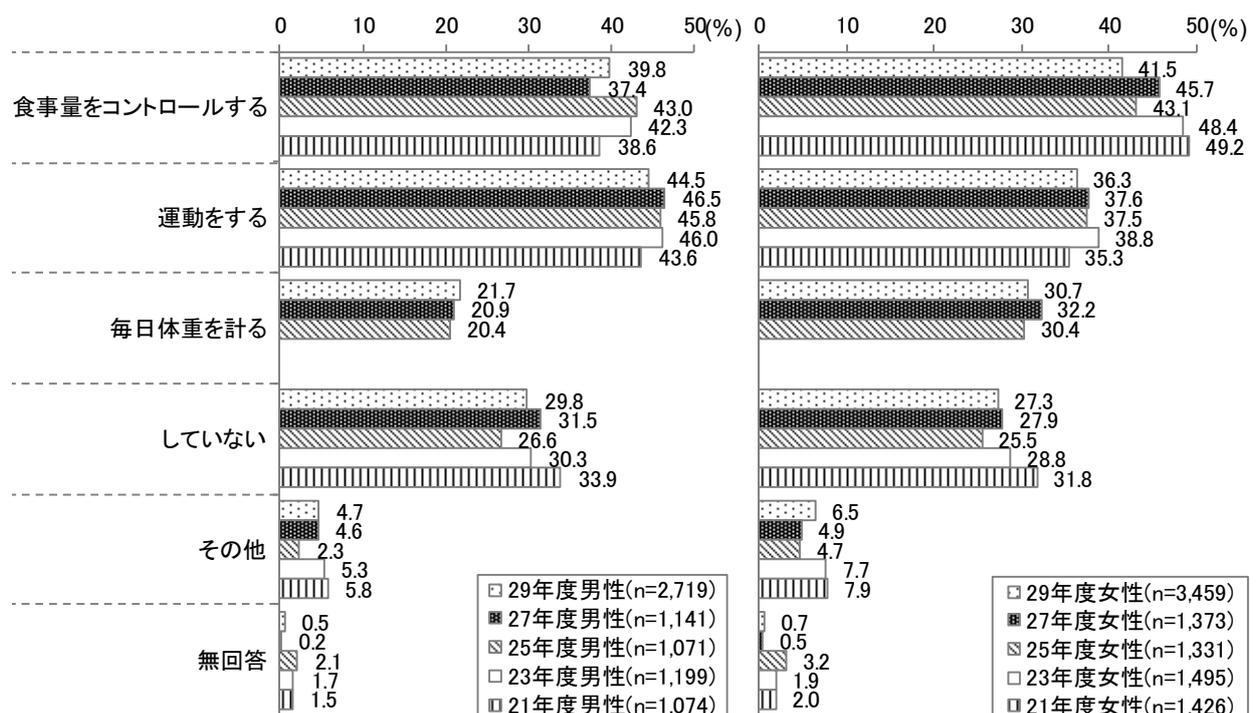


図1-13-3 体重管理のためにしていること(過去の調査との比較・性別)



※「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。