

6 健康づくりについて

(1) 運動の状況

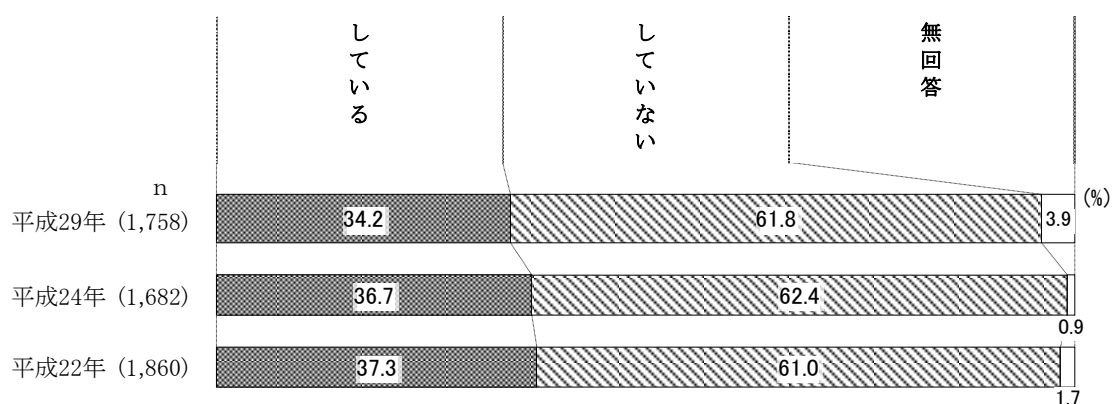
【全ての方におたずねします。】

問 12 1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2回以上していますか。(○は1つ)

運動の状況は、「している」が34.2%で、「していない」が61.8%となっている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表6-1)

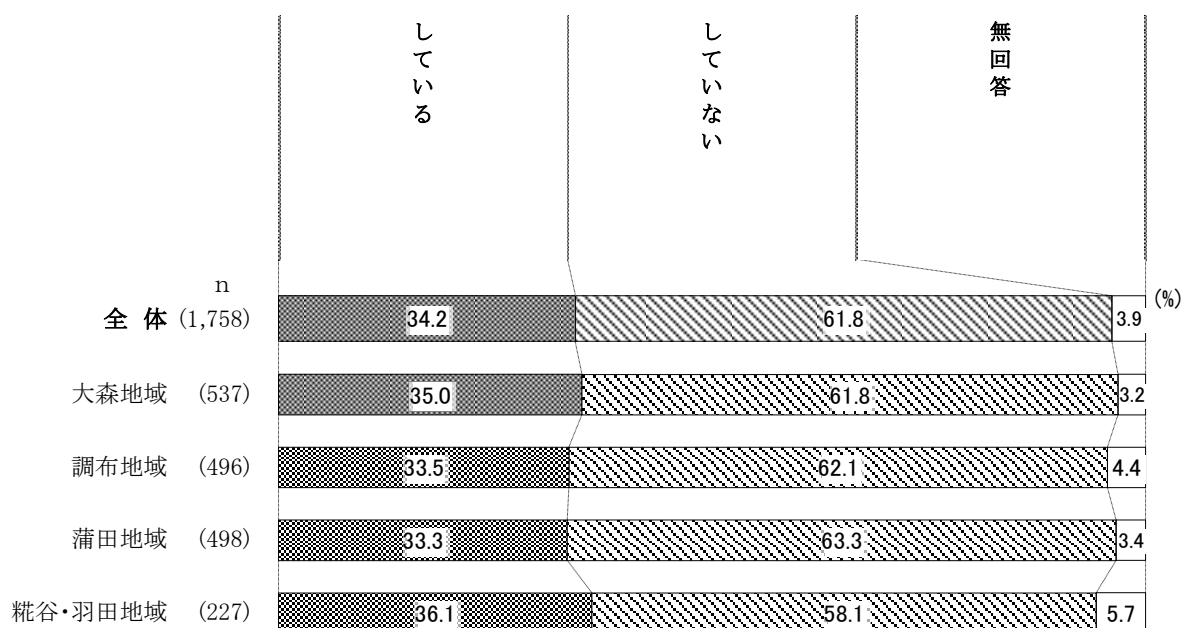
<図表6-1> 運動の状況



【地域別】

地域別で見ると、特に大きな違いはみられない。(図表6-2)

<図表6-2> 地域別

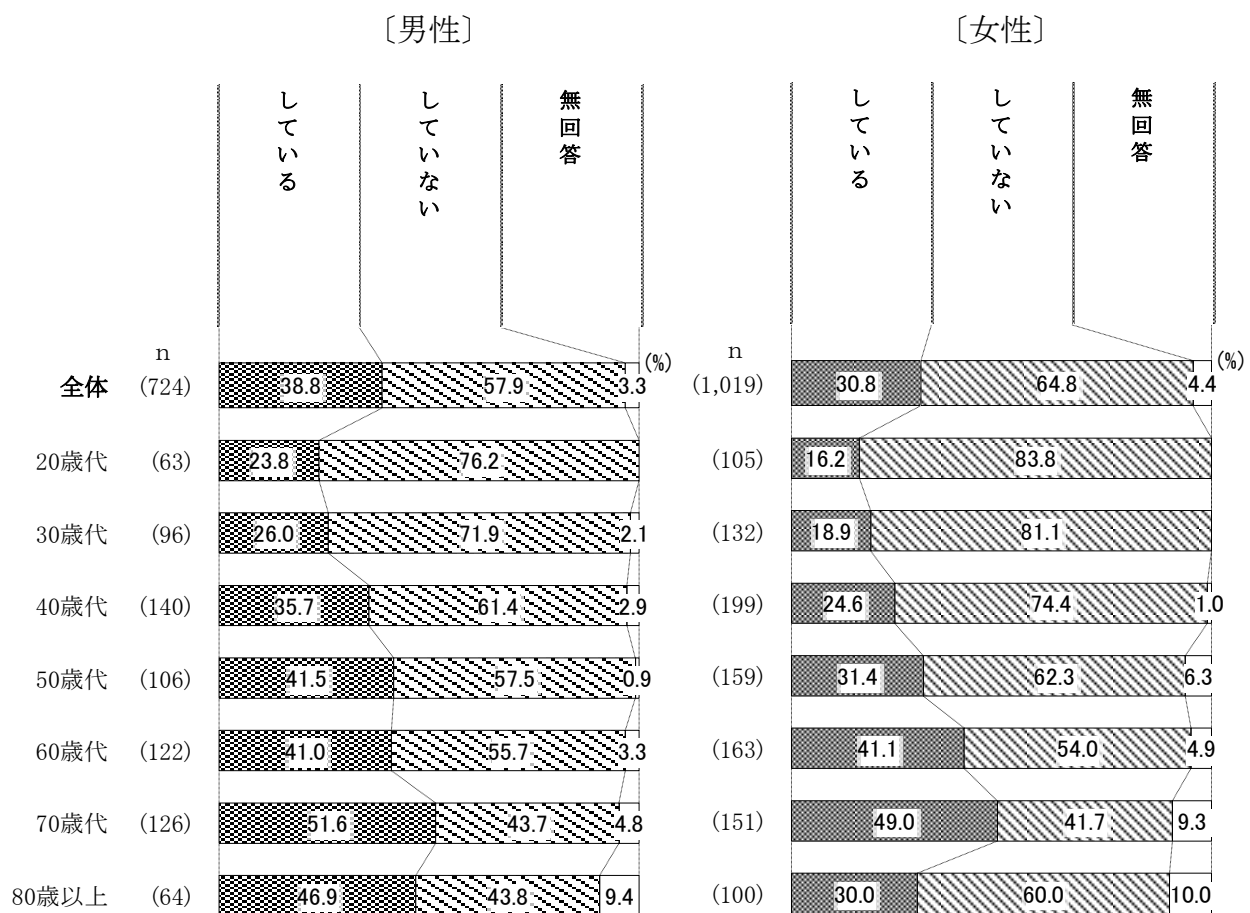


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「している」(男性：38.8% 女性：30.8%)は、男性の方が女性よりも8.0ポイント高くなっている。一方、「していない」(男性：57.9% 女性：64.8%)は、女性の方が男性より6.9ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「している」は男女ともに70歳代(男性：51.6% 女性：49.0%)が最も高くなっている。一方、「していない」は男女ともに若い年代が高く、特に、女性の20歳代で83.8%、30歳代で81.1%となっている。(図表6-3)

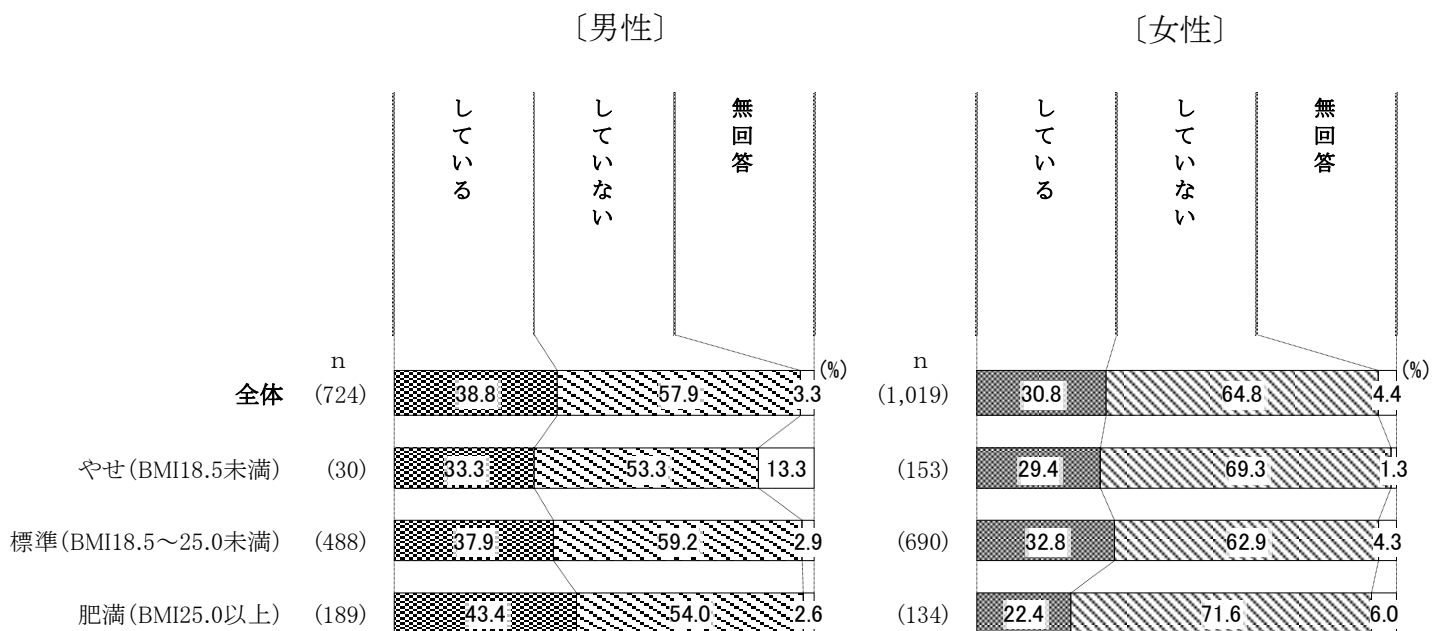
<図表6-3>性別、性／年代別



【性別、性／BMI別】

性／BMI別で見ると、肥満（BMI 25.0以上）で男性が「している」43.4%に対し、女性が22.4%と21.0ポイント低くなっている。（図表6－4）

<図表6－4>性別、性／BMI別



(1-1) 運動をしていない理由

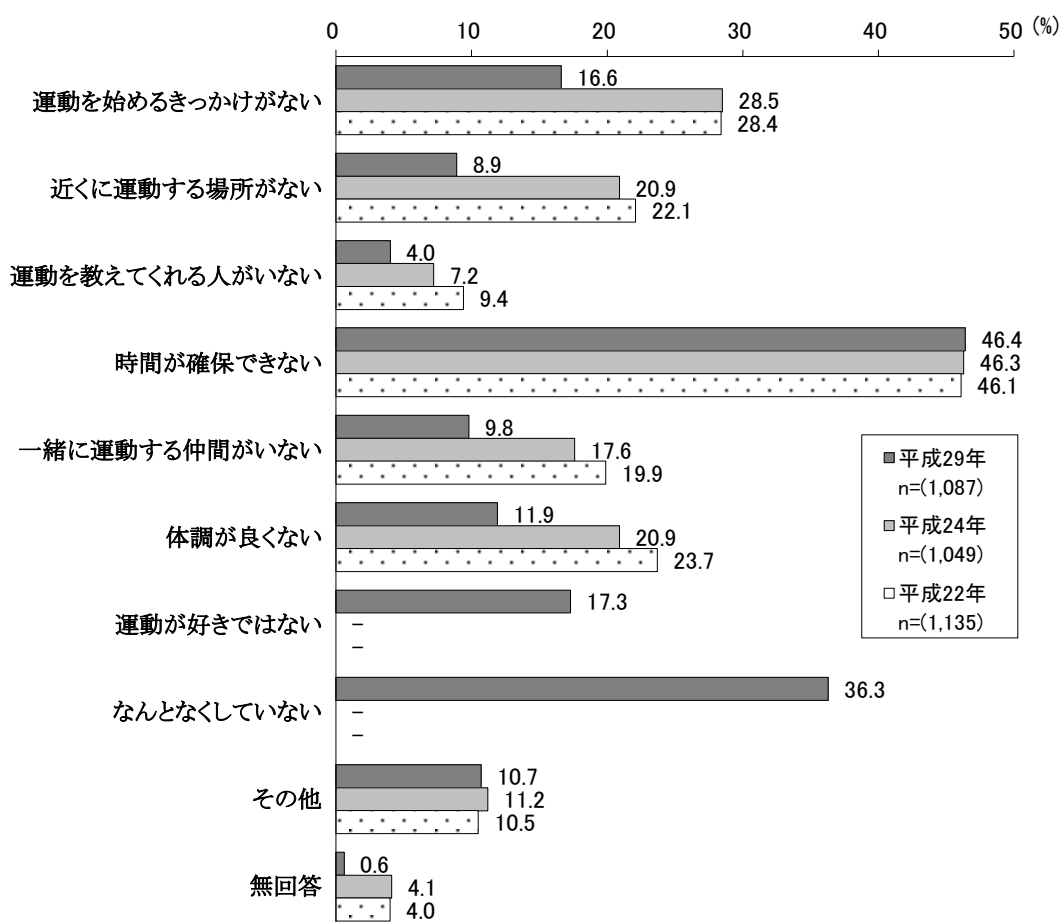
(問12で「2 していない」と回答した方におたずねします。)
 問12-1 その理由は何ですか。(〇はいくつでも)

運動の状況で、「していない」と回答した方に、運動をしない理由をたずねた。その結果、「時間が確保できない」が46.4%で最も高く、次いで「なんとなくしていない」が36.3%となっている。

時系列で比較すると、「時間が確保できない」を除いて、すべての選択肢で前回調査よりポイントが減少している。

これは、新たに追加された選択肢（「運動が好きではない」、「なんとなくしていない」）の選択割合が相対的に高いことことから、追加された選択肢による影響も考えられる。(図表6-5)

<図表6-5> 運動をしていない理由（複数回答）



※今回調査より、選択肢「運動が好きではない」、「なんとなくしていない」が追加された。

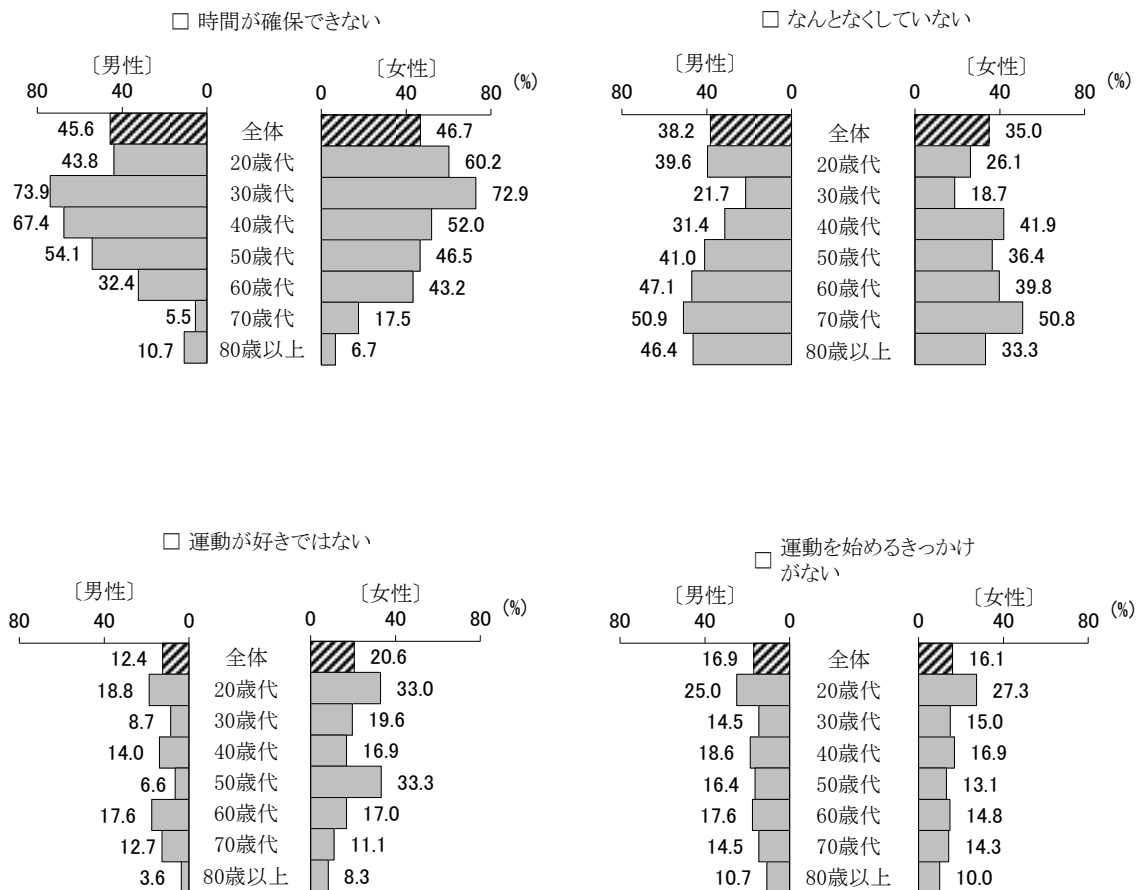
【性別、性／年代別】

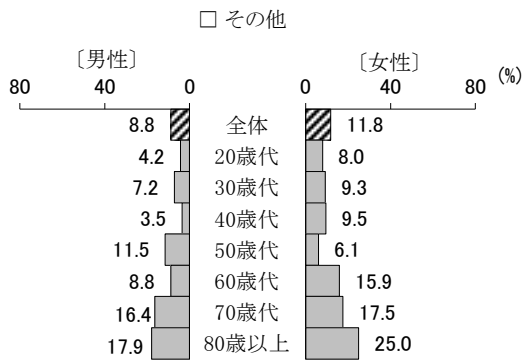
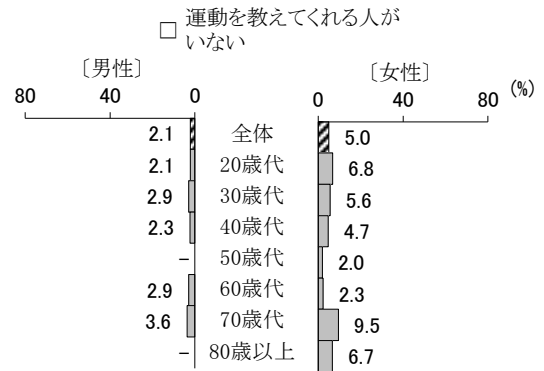
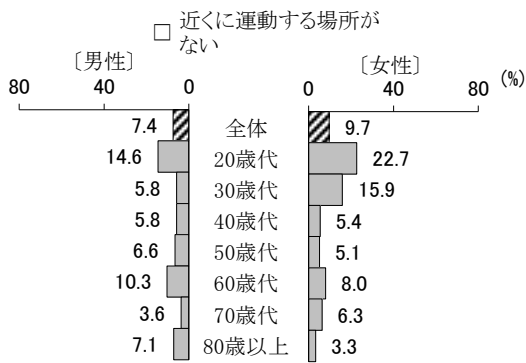
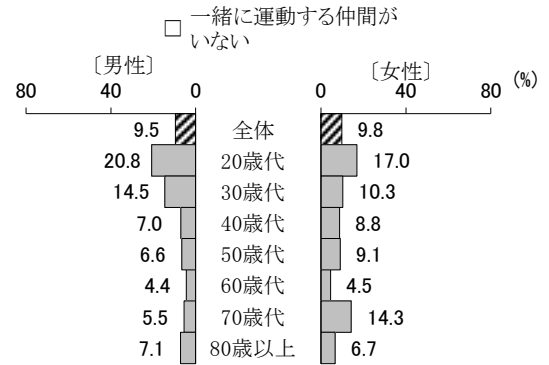
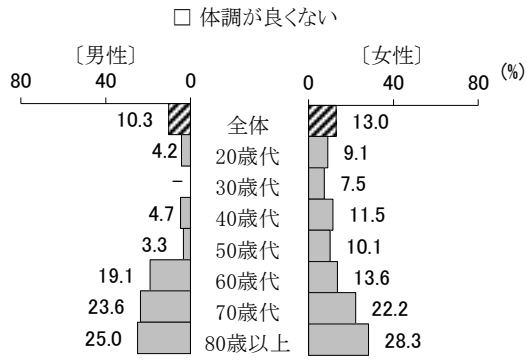
性別でみると、「運動が好きではない」（男性：12.4% 女性：20.6%）は女性の方が男性より8.2ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、「時間が確保できない」は男女ともに30歳代（男性：73.9% 女性：72.9%）で最も高く、それ以降はおおむね年代が上がるほど低くなっている。

「なんとなくしていない」は男女ともに70歳代（男性：50.9% 女性：50.8%）が最も高くなっている。「運動が好きではない」は男性では20歳代が18.8%と最も高く、女性では20歳代が33.0%と50歳代が33.3%とおおむね並ぶ。「運動を始めるきっかけがない」は男女ともに20歳代（男性：25.0% 女性：27.3%）が最も高くなっている。（図表6－6）

<図表6－6>性別、性／年代別





(2) 各種活動への参加状況

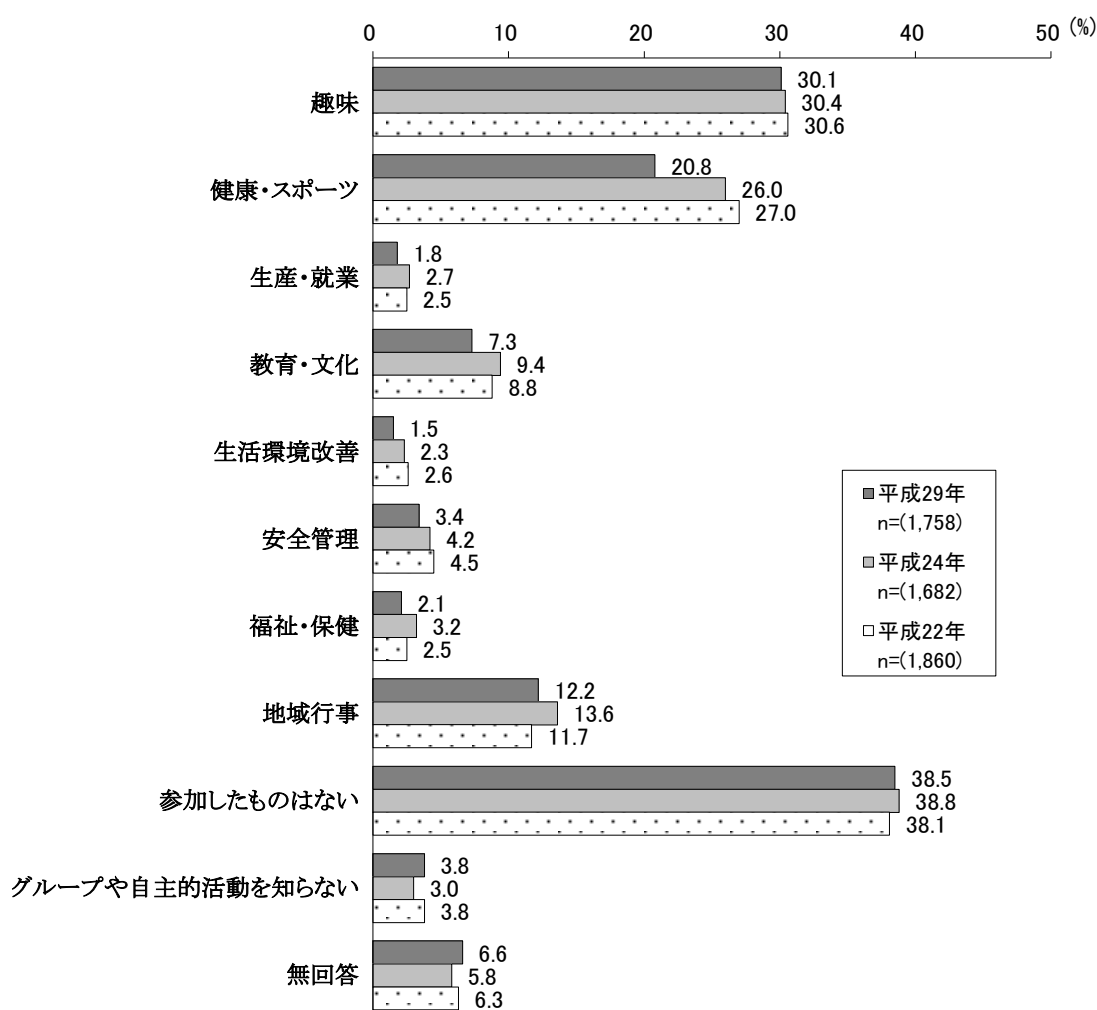
【全ての方におたずねします。】

問13 あなたは、この1年間に、自主的に行われている次のような活動に参加したことがありますか。(〇はいくつでも)

自主的な活動への参加状況は、「参加したものはなし」が38.5%で最も高い。全体(100.0%)から「参加したものはなし」と「グループや自主的活動を知らない」、「無回答」を除くと、何らかの自主的な活動に参加している人は51.1%となる。参加している中では、「趣味」が30.1%で高く、次いで「健康・スポーツ」が20.8%となっている。

時系列で比較すると、「健康・スポーツ」(平成29年：20.8% 平成24年：26.0%)が前回調査より5.2ポイント減少している。(図表6-7)

<図表6-7>各種活動への参加状況(複数回答)

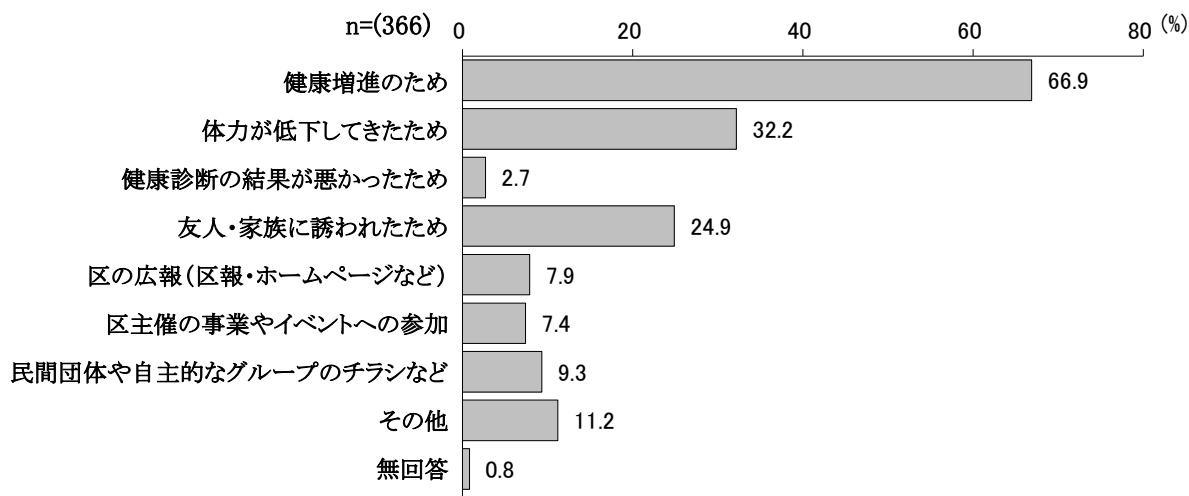


(2-1) 健康・スポーツ活動への参加のきっかけ

(問13で「2 健康・スポーツ」と回答した方におたずねします。)
 問13-1 参加のきっかけは何ですか。(〇はいくつでも)

各種活動への参加状況で、「健康・スポーツ」と回答した方に、参加のきっかけをたずねた結果、「健康増進のため」が66.9%で最も高く、次いで「体力が低下してきたため」が32.2%、「友人・家族に誘われたため」が24.9%となっている。(図表6-8)

<図表6-8>健康・スポーツ活動への参加のきっかけ(複数回答)

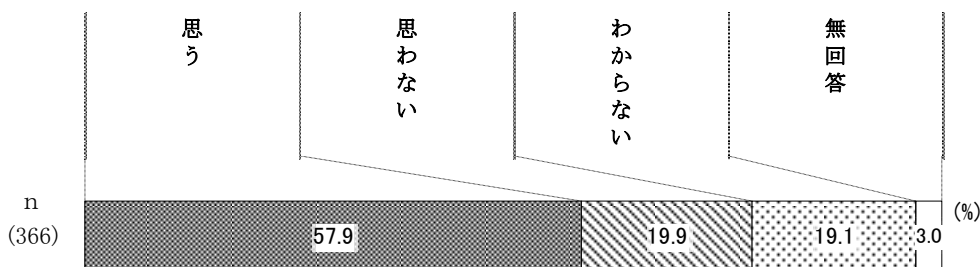


(2-2) 健康・スポーツ活動参加に関する周囲への周知

(問13で「2 健康・スポーツ」と回答した方におたずねします。)
 問13-2 問13で回答した自主的な健康づくり活動に参加したことを、周囲に伝えたいと思いますか。(〇は1つ)

各種活動への参加状況で、「健康・スポーツ」と回答した方に、健康づくり活動に参加したことを、周囲に伝えたいと思うかをたずねた結果、「思う」が57.9%となっている。(図表6-9)

<図表6-9>健康・スポーツ活動参加に関する周囲への周知



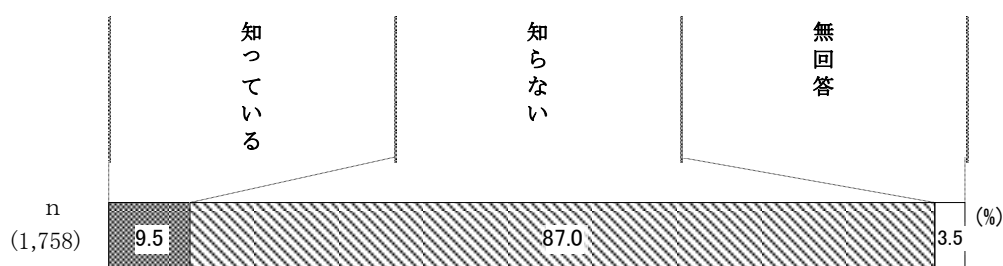
(3) フレイルの認知度

【全ての方におたずねします。】

問 14 あなたはフレイルという言葉を知っていますか。(〇は1つ)

フレイルの認知度は、「知っている」が9.5%、「知らない」が87.0%となっている。(図表6-10)

<図表6-10> フレイルの認知度



フレイルとは

フレイルとは、からだやこころの機能低下により、要介護に陥る危険性が高まっている状態をいいます。フレイルには、「正しく対処すれば元に戻る」という意味が込められています。高齢者の多くは、フレイルという段階を経て要介護状態に陥ることがわかっています。

7 ころの健康について

(1) ストレスの状況

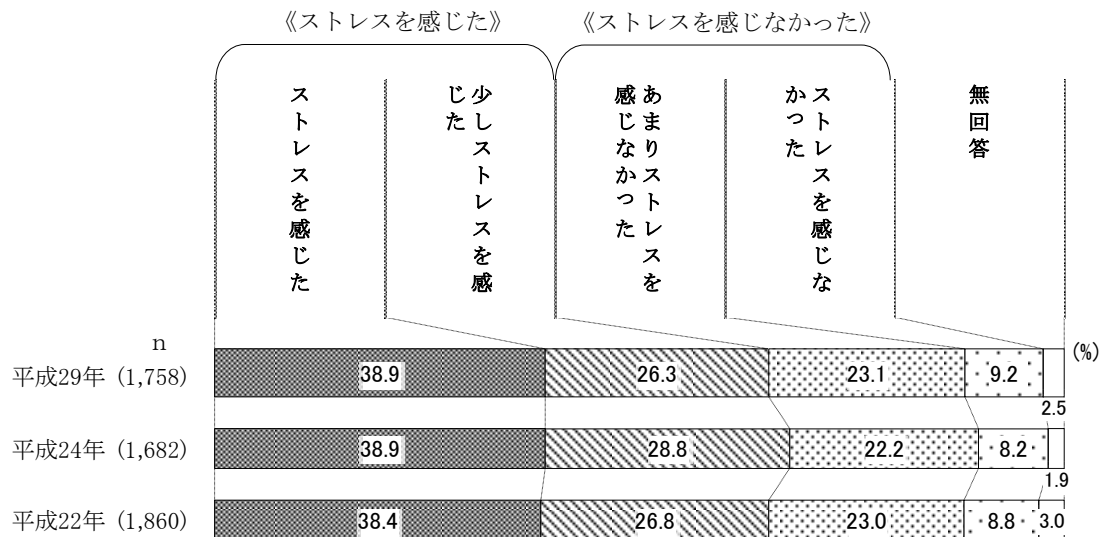
問 15 あなたは最近1か月間に（不満、悩み、苦労などによる）ストレスを感じたことがありますか。（○は1つ）

ストレスの状況は、「ストレスを感じた」（38.9%）と「少しストレスを感じた」（26.3%）を合わせて、《ストレスを感じた》が6割半ばとなっている。

一方、「あまりストレスを感じなかった」（23.1%）と「ストレスを感じなかった」（9.2%）を合わせて、《ストレスを感じなかった》は3割を超えている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。（図表7-1）

<図表7-1> ストレスの状況

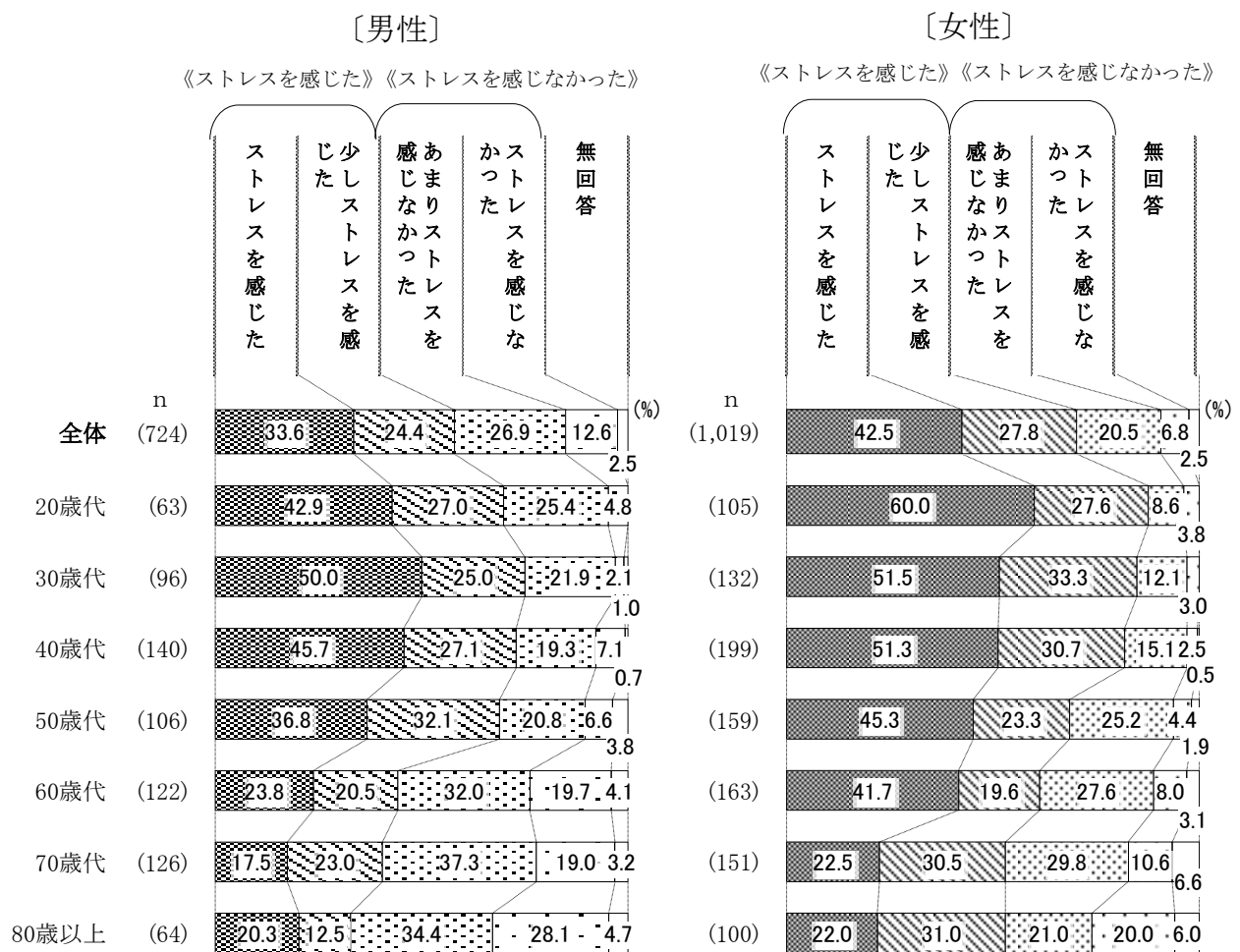


【性別、性／年代別】

性別でみると、《ストレスを感じた》（男性：58.0% 女性：70.3%）は、女性の方が男性よりも12.3ポイント高くなっている。一方、《ストレスを感じなかった》（男性：39.5% 女性：27.3%）は、男性の方が女性よりも12.2ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、《ストレスを感じた》は、男女ともに20歳～40歳代で高く、特に、女性の20歳代で87.6%、30歳代で84.8%、40歳代で82.0%となっている。（図表7-2）

<図表7-2>性別、性／年代別



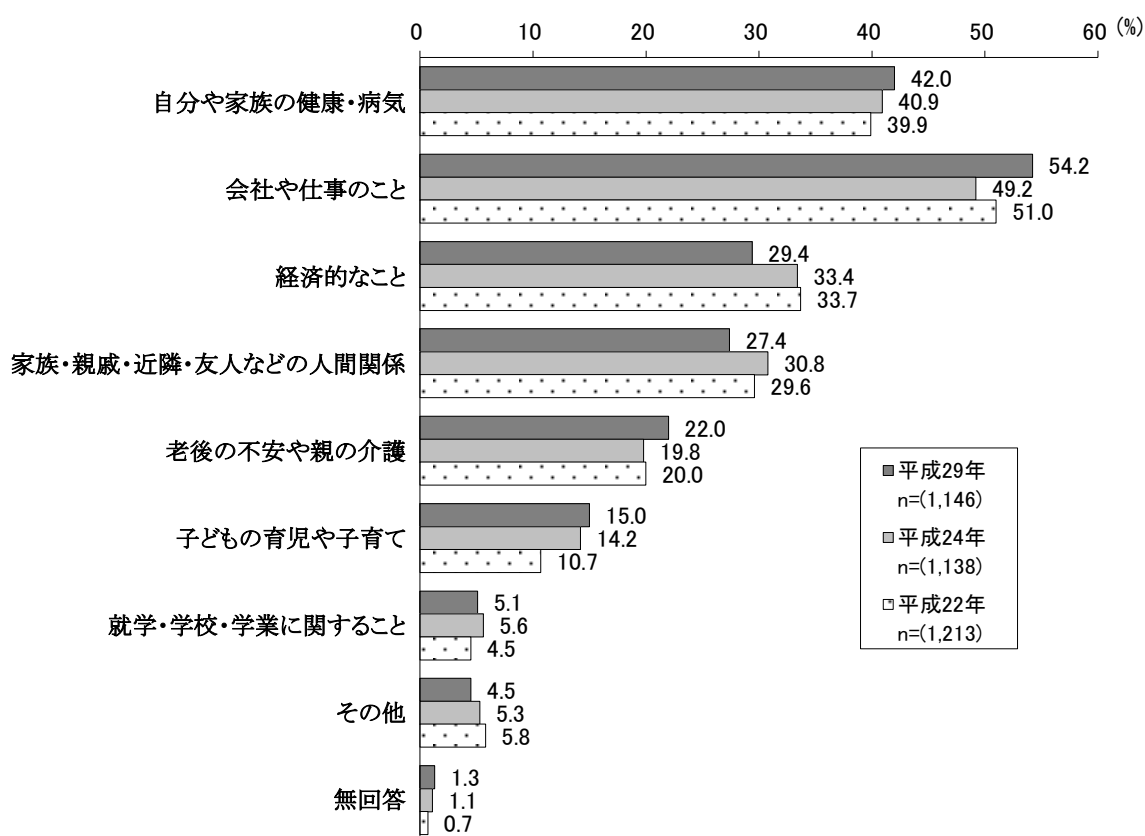
(1-1) ストレスの内容

(問15で「1」または「2」と回答した方におたずねします。)
 問15-1 どういふことにストレスを感じますか。(〇はいくつでも)

ストレスの状況で、《ストレスを感じた》と回答した方に、その内容をたずねた。その結果、「会社や仕事のこと」が54.2%で最も高く、次いで「自分や家族の健康・病気」が42.0%、「経済的なこと」が29.4%となっている。

時系列で比較すると、「会社や仕事のこと」(平成29年：54.2% 平成24年：49.2%)が前回調査より5.0ポイント増加している。(図表7-3)

<図表7-3> ストレスの内容 (複数回答)



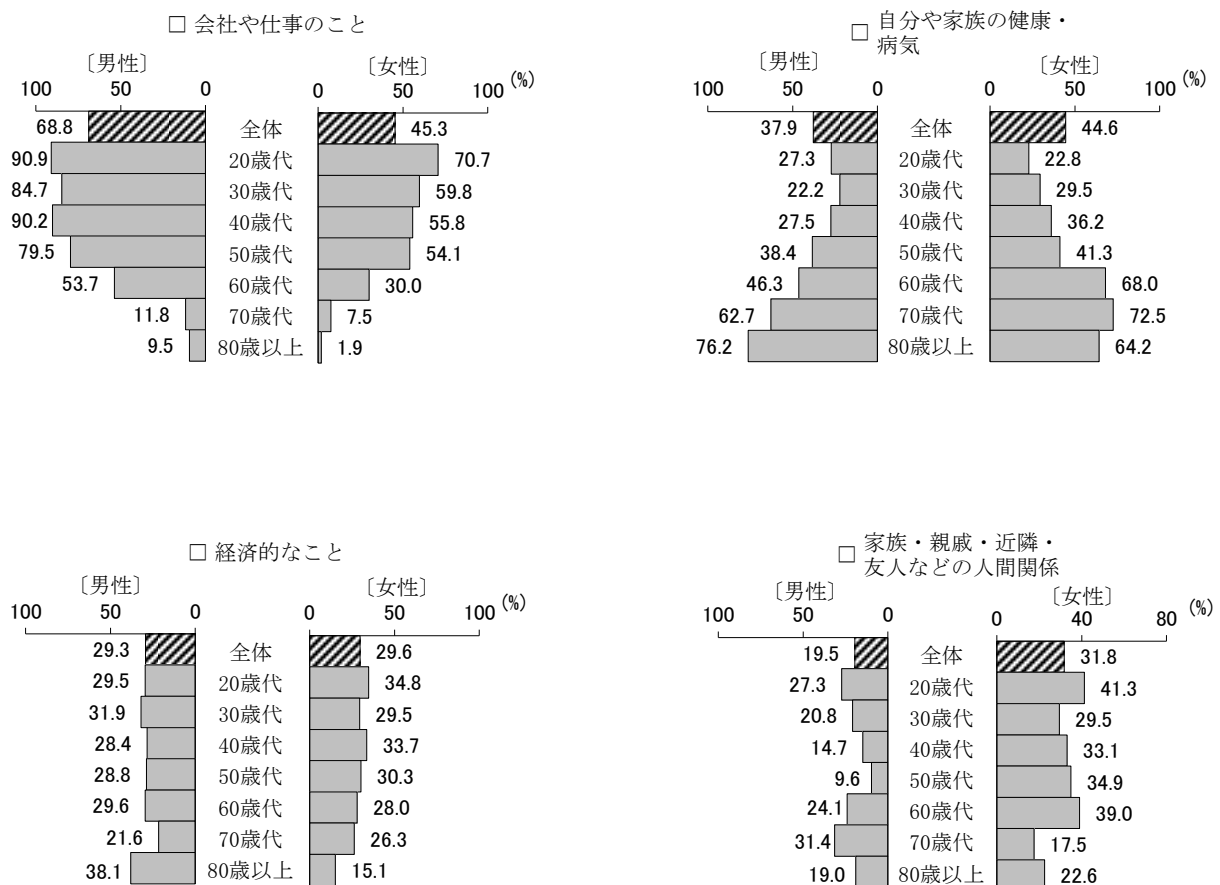
【性別、性／年代別】

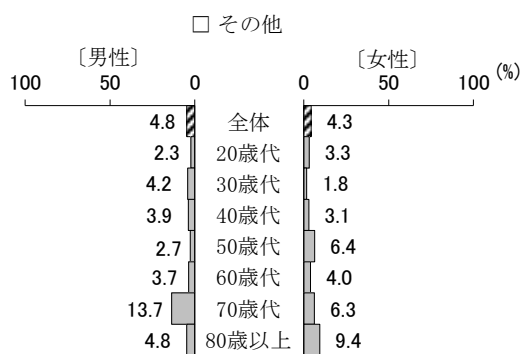
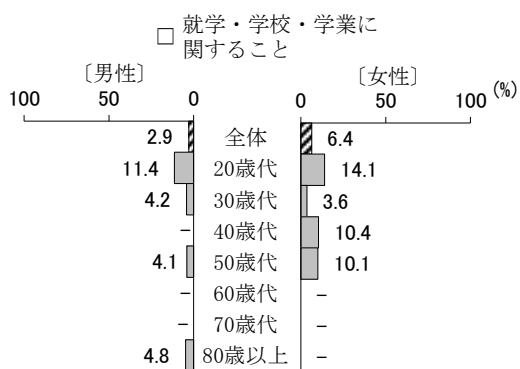
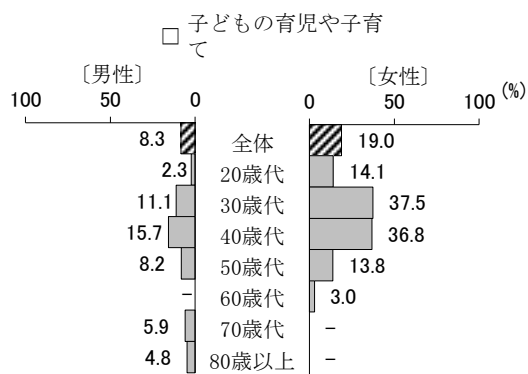
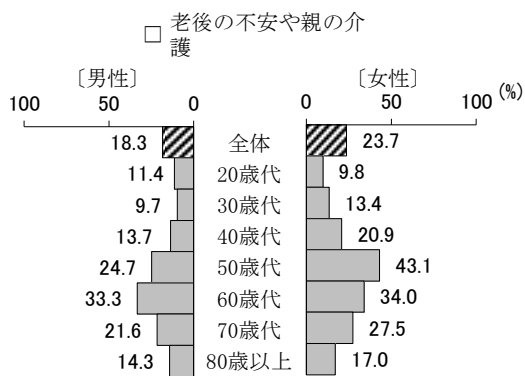
性別で見ると、「会社や仕事のこと」（男性：68.8% 女性：45.3%）は男性の方が女性よりも23.5ポイント高くなっている。

一方、女性の方が男性を大きく上回っているものは、「家族・親戚・近隣・友人などの人間関係」（男性：19.5% 女性：31.8%）は12.3ポイント、「子どもの育児や子育て」（男性：8.3% 女性：19.0%）は10.7ポイントなどがある。

性／年代別で見ると、「会社や仕事のこと」は男性では、20歳代～50歳代までが高く、特に20歳代で90.9%、30歳代で84.7%、40歳代で90.2%となっている。女性では、20歳代が70.7%と最も高くなっている。「自分や家族の健康・病気」は男女ともおおむね年代が上がるごとに高くなっている。また、「子どもの育児や子育て」は女性の30歳代及び40歳代が高くなっており、30歳代で37.5%、40歳代で36.8%となっている。（図表7-4）

<図表7-4>性別、性／年代別





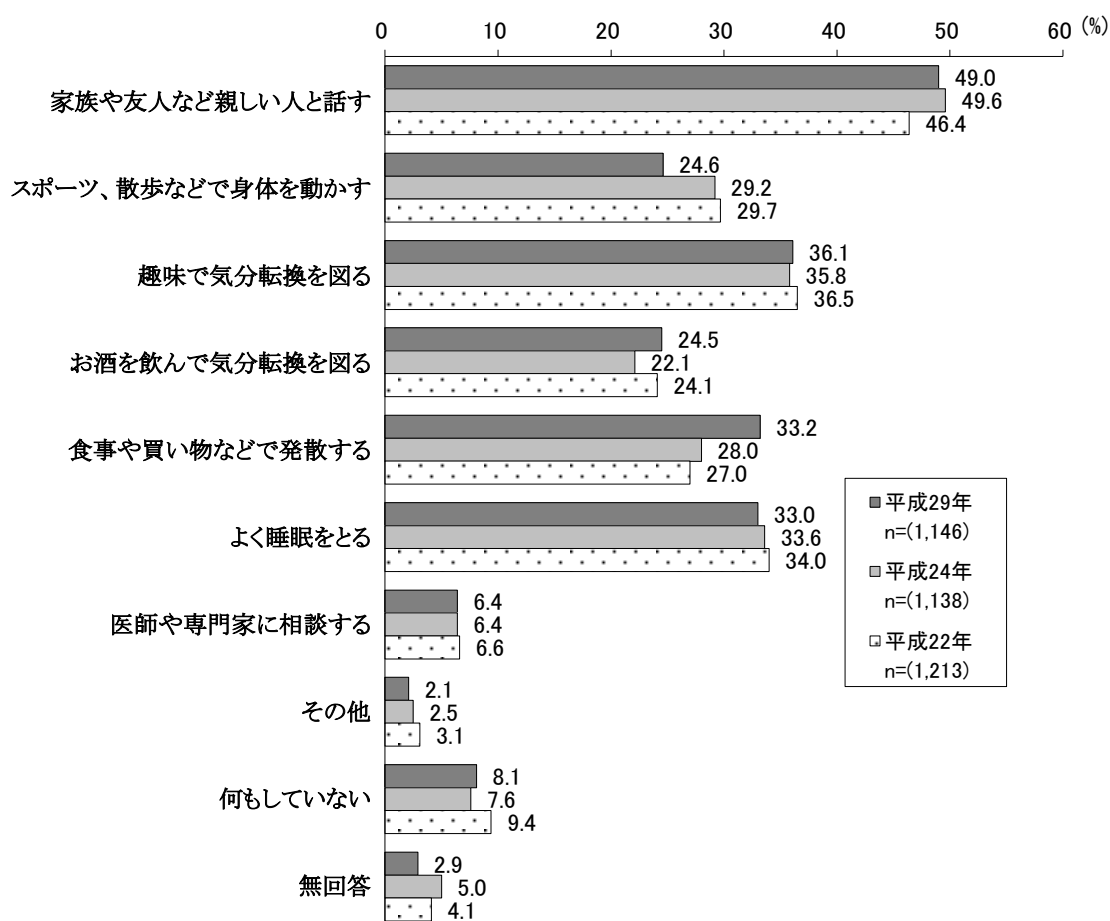
(1-2) ストレスの解消方法

(問15で「1」または「2」と回答した方におたずねします。)
 問15-2 ストレスを解消するために意識的に何かしていますか。(〇はいくつでも)

ストレスの状況で、「ストレスを感じた」と回答した方に、ストレスの解消方法をたずねた。その結果、「家族や友人など親しい人と話す」が49.0%で最も高く、次いで「趣味で気分転換を図る」が36.1%、「食事や買い物などで発散する」が33.2%となっている。

時系列で比較すると、「食事や買い物などで発散する」(平成29年：33.2% 平成24年：28.0%)が前回調査より5.2ポイント増加している。(図表7-5)

<図表7-5> ストレスの解消方法 (複数回答)



【性別、性／年代別】

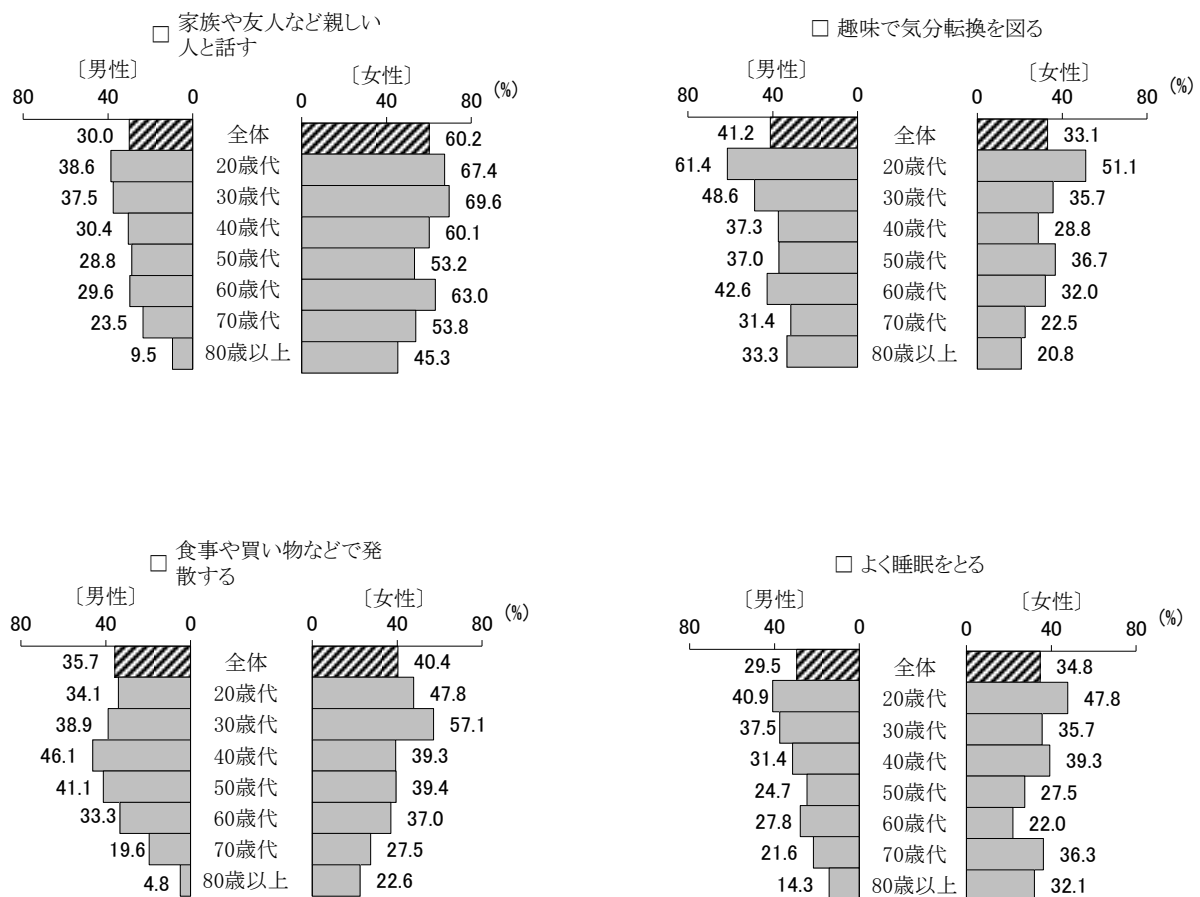
性別でみると、「家族や友人など親しい人と話す」（男性：30.0% 女性：60.2%）は30.2ポイント、「よく睡眠をとる」（男性：29.5% 女性：34.8%）は5.3ポイント、それぞれ女性の方が男性より高くなっている。

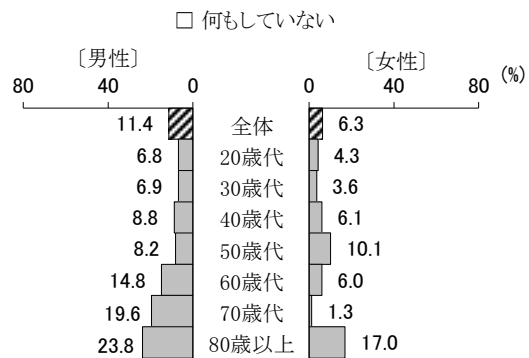
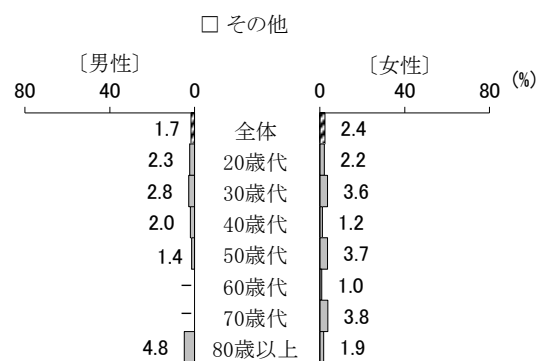
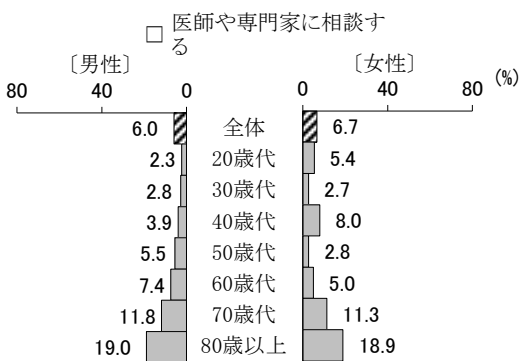
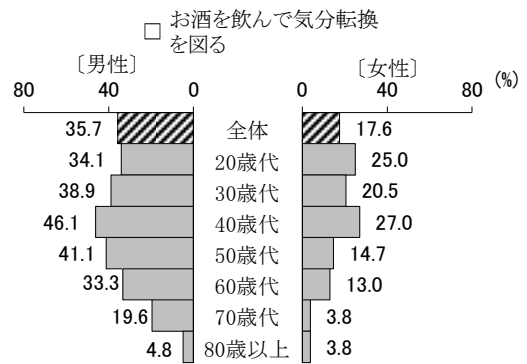
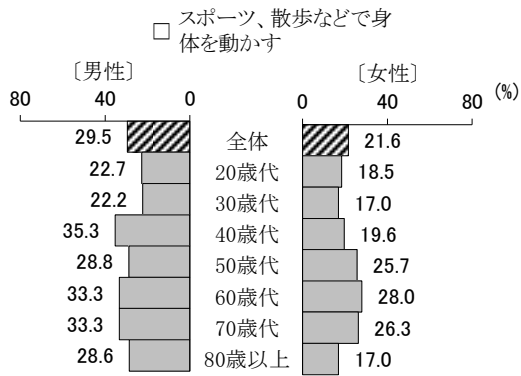
一方、男性の方が女性を大きく上回っているものには、「お酒を飲んで気分転換を図る」（男性：35.7% 女性：17.6%）は18.1ポイントなどがある。

性／年代別でみると、「家族や友人など親しい人と話す」は男性では20歳代で38.6%、女性では30歳代で69.6%とそれぞれ最も高くなっている。「趣味で気分転換を図る」は男女ともに20歳代（男性：61.4% 女性：51.1%）で最も高くなっている。「食事や買い物などで発散する」は男性では40歳代で46.1%、女性では30歳代で57.1%とそれぞれ最も高い。

「お酒を飲んで気分転換を図る」は男性の40歳代及び50歳代が4割台となっている。（図表7-6）

<図表7-6>性別、性／年代別



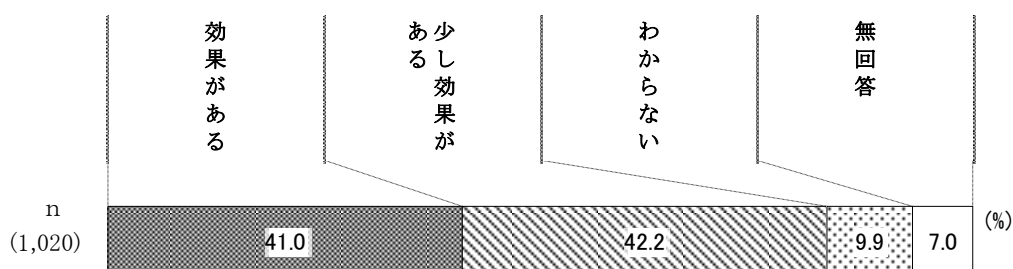


(1-2-1) ストレス解消方法の効果

(問 15-2 で「1」から「8」と回答した方におたずねします。)
問 15-2-1 それはストレス解消に効果があると思いますか。(○は1つ)

ストレスの解消方法で、意識的に何かしていると回答した方に、ストレス解消方法の効果をたずねた。その結果、「効果がある」が41.0%、「少し効果がある」が42.2%となっている。(図表 7-7)

<図表 7-7> ストレス解消方法の効果



(2) 2週間以上眠れない状態の経過

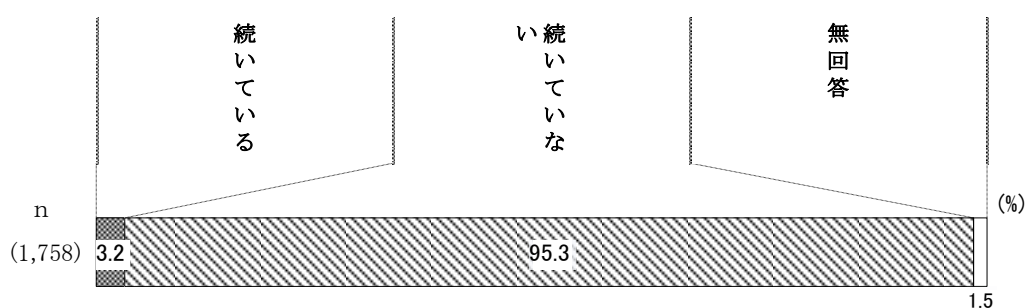
【全ての方におたずねします。】

問 16 2週間以上眠れない日が続いていますか。(○は1つ)

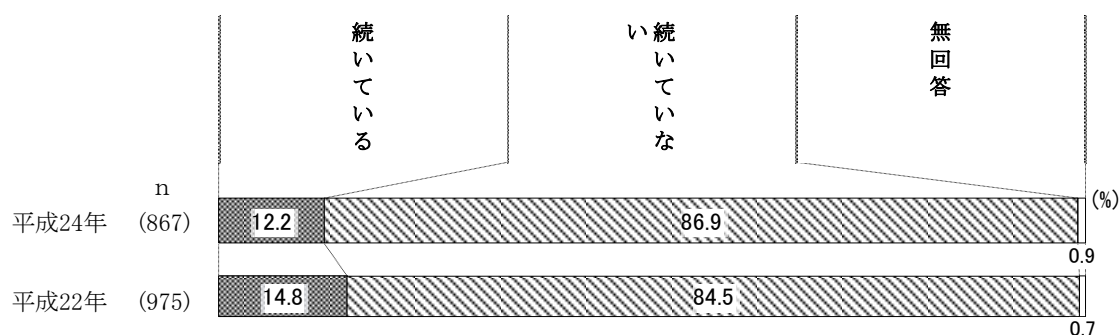
2週間以上眠れない状態の経過をたずねた結果、「続いている」が3.2%となっている。

参考までに時系列で比較すると、「続いている」(平成29年:3.2% 平成24年:12.2% 平成22年:14.8%)が前回調査より9.0ポイント、前々回調査より11.6ポイント減少している。(図表7-8)

<図表7-8> 2週間以上眠れない状態の経過



[参考]



※前回までの調査では、「現在疲れている」と回答した方が本問に回答しているため、今回調査と前回までの調査の母数の前提が異なるが、参考までに経年比較した。

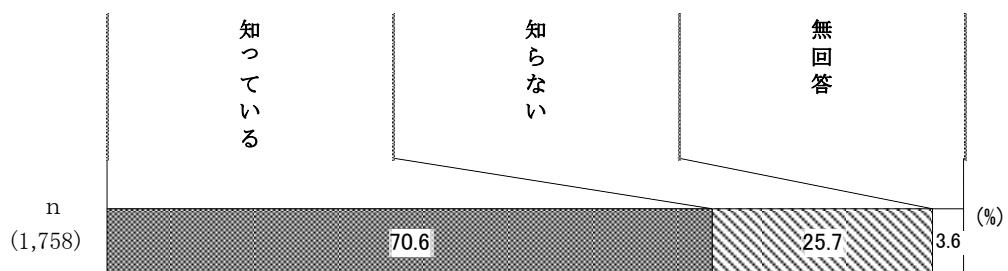
(3) うつ病の可能性の認知度

問 17 次のような症状が2週間以上続く場合、うつ病の可能性を知っていますか。

抑うつ気分 / 今まで楽しんでいたことが楽しめない / 眠れない
 食欲がない / 疲れやすい / 気力がない / 自分を責める
 集中できない / 死んでしまいたいと思う

うつ病の可能性の認知度たずねた結果、「知っている」が70.6%、「知らない」が25.7%となっている。(図表7-9)

<図表7-9> うつ病の可能性の認知度



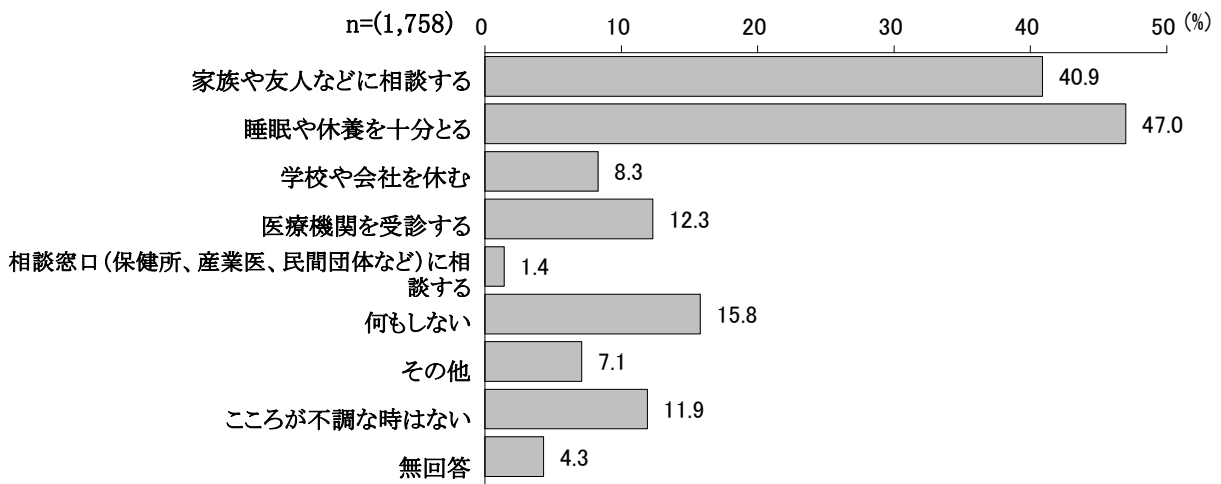
(4) こころが不調な時の対処法

【全ての方におたずねします。】

問 18 あなたは、ストレスなどが長引いてこころが不調な時どのように対処していますか。(〇はいくつでも)

こころが不調な時の対処法をたずねた結果、「睡眠や休養を十分とる」が47.0%、次いで「家族や友人などに相談する」が40.9%となっている。(図表7-10)

<図表7-10> こころが不調な時の対処法



8 アルコール・たばこ・依存症について

(1) 1日あたりの飲酒量と適度な飲酒量

問19 あなたは1日あたりどのくらいのお酒を飲みますか。

また、あなたが考える一般的な「節度のある適度な飲酒」とは1日にどれくらいだと思いますか。

日本酒に換算して、それぞれにお答えください。(〇はそれぞれ1つ)

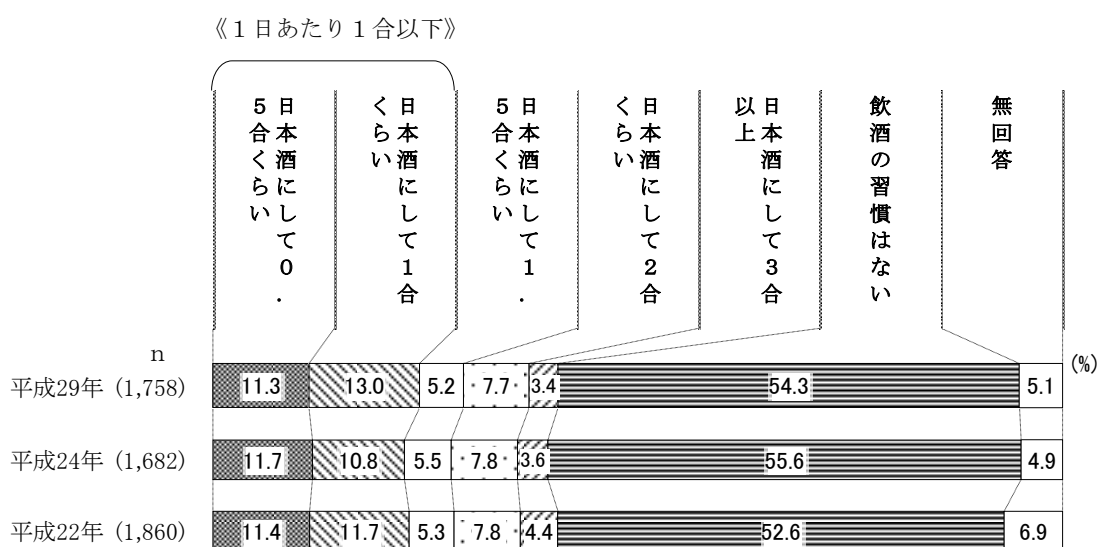
■ 1日あたりの飲酒量

1日あたりの飲酒量は、「日本酒にして0.5合くらい」(11.3%)と「日本酒にして1合くらい」(13.0%)を合わせて、《1日あたり1合以下》が2割台半ばだった。また、「日本酒にして3合以上」が3.4%みられる。

一方、「飲酒の習慣はない」は54.3%と最も高い。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表8-1)

<図表8-1> 1日あたりの飲酒量

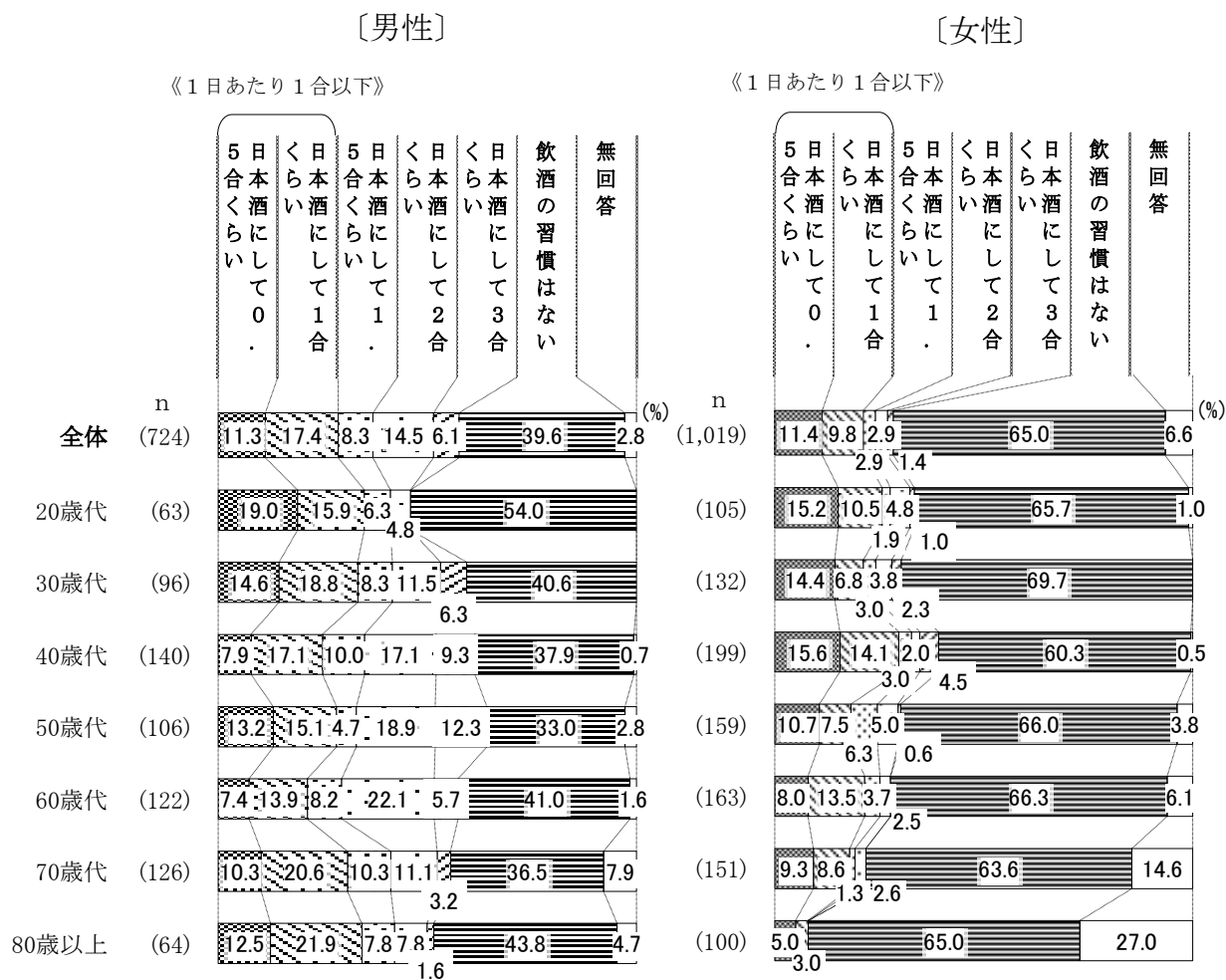


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「飲酒の習慣はない」（男性：39.6% 女性：65.0%）と、適度な飲酒量である《1日あたり1合以下》（男性：28.7% 女性：21.2%）を合わせると、男性が68.3%、女性が86.2%となっている。

性／年代別で見ると、《1日あたり1合以下》は男性の20歳代で34.9%と最も高く、次いで30歳代及び80歳以上が33.4%で並ぶ。「日本酒にして2合くらい」は男性の60歳代で22.1%と高くなっている。一方、「飲酒の習慣はない」は、男性では20歳代で54.0%と最も高く、女性ではすべての年代で6割台となっている。（図表8－2）

<図表8－2>性別、性／年代別

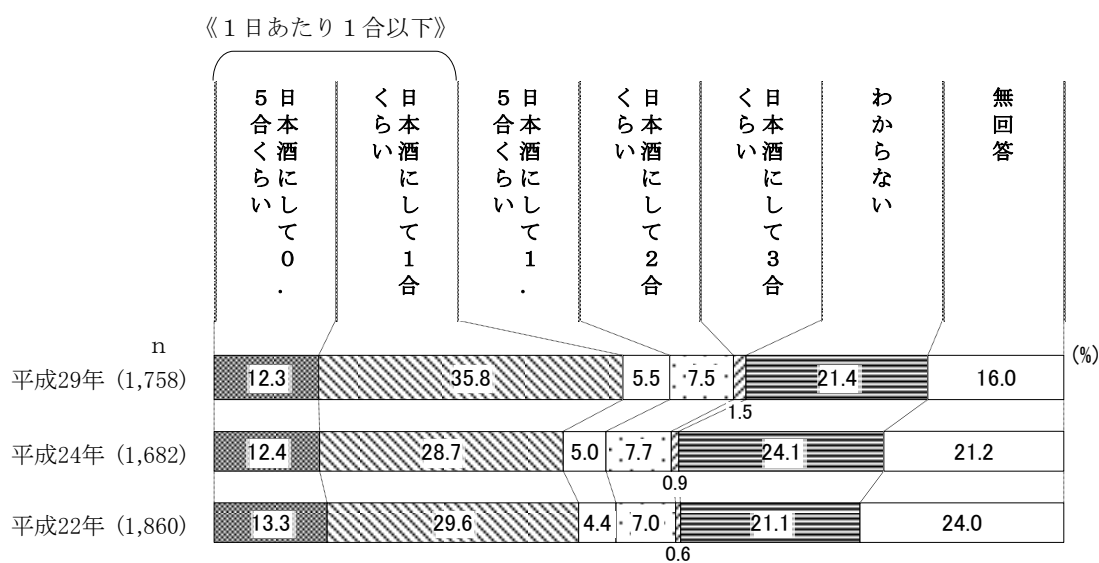


■適度な飲酒量の認知度

適度だと考える飲酒量は、「日本酒にして0.5合くらい」（12.3%）と「日本酒にして1合くらい」（35.8%）を合わせて、「1日あたり1合以下」は約5割となっている。

時系列で比較すると、「日本酒にして1合くらい」（平成29年：35.8% 平成24年：28.7%）が前回調査より7.1ポイント増加している。（図表8-3）

<図表8-3> 適度な飲酒量の認知度



適度な飲酒量

厚生労働省は「健康日本21」の中で、「節度ある適度な飲酒として、1日平均純アルコールで20g程度」と定義しています。

20gとは大体、日本酒1合、ビール中ビン1本、酎ハイ（7%）350ml缶1本、ウイスキーダブル1杯などに相当します。

(2) 喫煙状況

問 20 あなたはたばこを吸っていますか。(○は1つ)

なお、「現在吸っている」と回答した方は、1日の平均本数と吸い始めた年齢を、「以前吸っていたがやめた」と回答した方は、そのきっかけをお答えください。

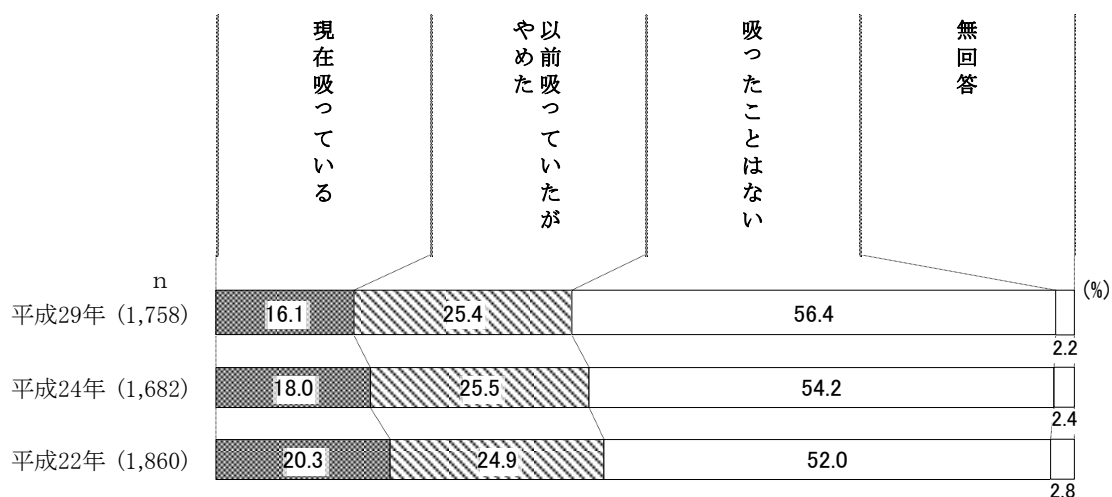
*電子たばこも含まれます。

■喫煙状況

喫煙状況は、「現在吸っている」が16.1%となっている。「以前吸っていたがやめた」は25.4%、「吸ったことはない」は56.4%である。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表8-4)

<図表8-4> 喫煙状況



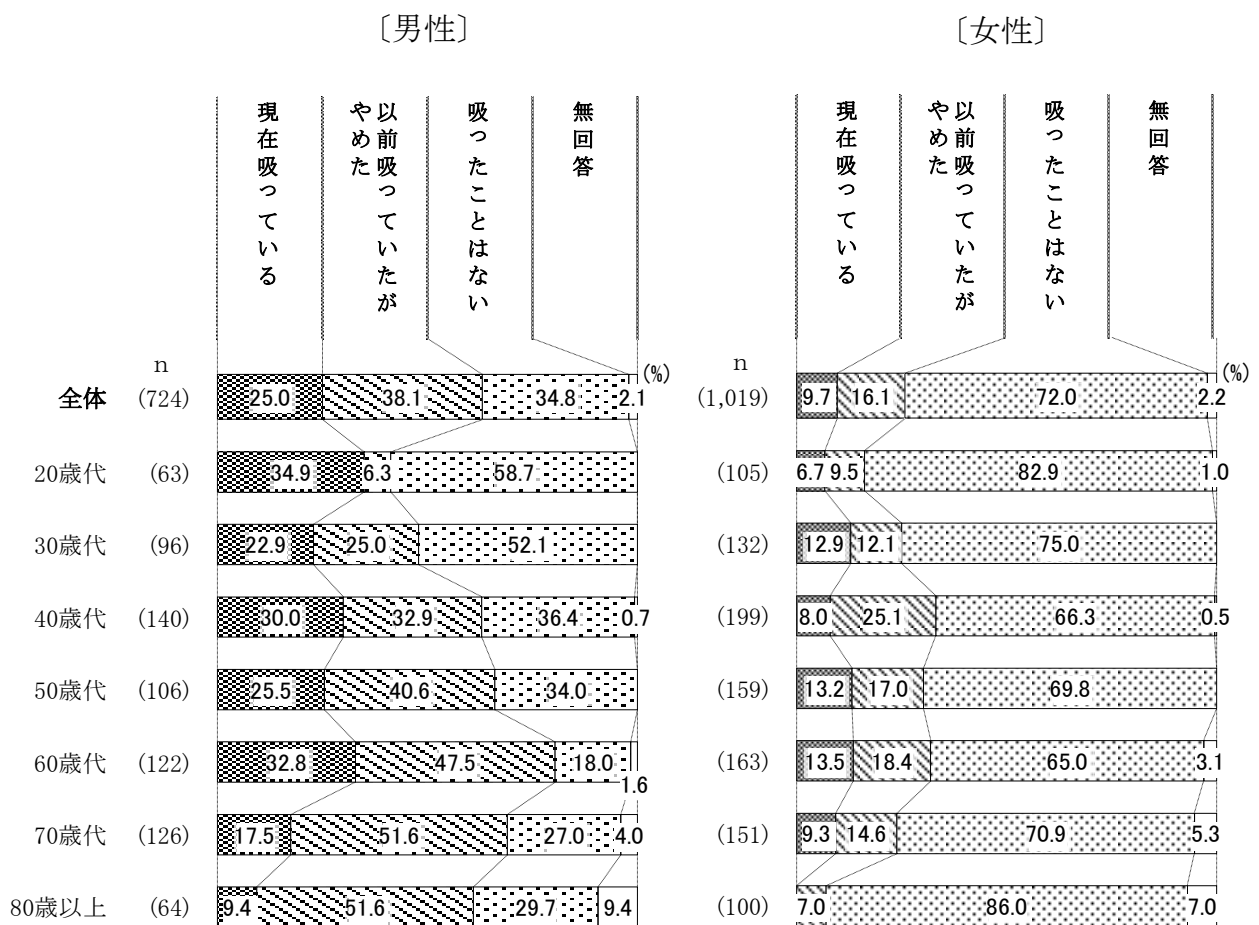
【性別、性／年代別】

性別でみると、「現在吸っている」（男性：25.0% 女性：9.7%）は、男性の方が女性よりも16.7ポイント高くなっている。また、「以前吸っていたがやめた」（男性：38.1% 女性：16.1%）でも、男性は22.0ポイント上回る。一方、「吸ったことはない」（男性：34.8% 女性：72.0%）は、女性の方が男性よりも37.2ポイント高くなっている。

性／年代別でみると、男性では、「現在吸っている」は20歳代で34.9%と最も高く、次いで60歳代で32.8%、40歳代で30.0%となっている。「以前吸っていたがやめた」は70歳代と80歳以上でともに51.6%、「吸ったことはない」は20歳代で58.7%と最も高い。

女性では、「現在吸っている」は60歳代で13.5%と最も高く、50歳代が13.2%とおおむね並ぶ。「以前吸っていたがやめた」は40歳代で25.1%と最も高くなっている。また、「吸ったことはない」は80歳以上で86.0%と最も高く、次いで20歳代で82.9%となっている。（図表8-5）

<図表8-5>性別、性／年代別

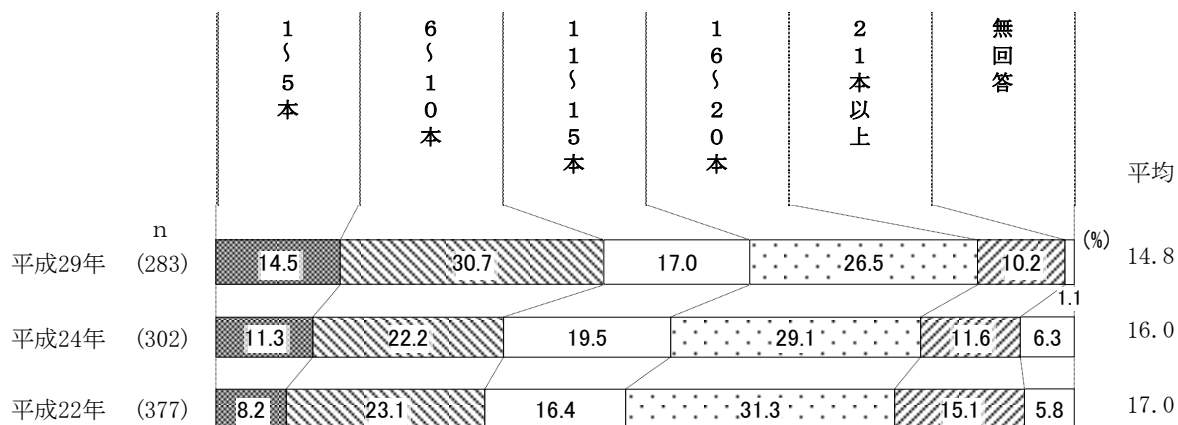


■ 1日あたりの平均喫煙本数（本）

喫煙状況で、「現在吸っている」と回答した方の1日あたりの平均喫煙本数は14.8本である。構成比では、「6～10本」が30.7%で最も高い。

時系列で比較すると、「6～10本」（平成29年：30.7% 平成24年：22.2%）が前回調査より8.5ポイント増加している。（図表8－6）

<図表8－6> 1日あたりの平均喫煙本数（本）

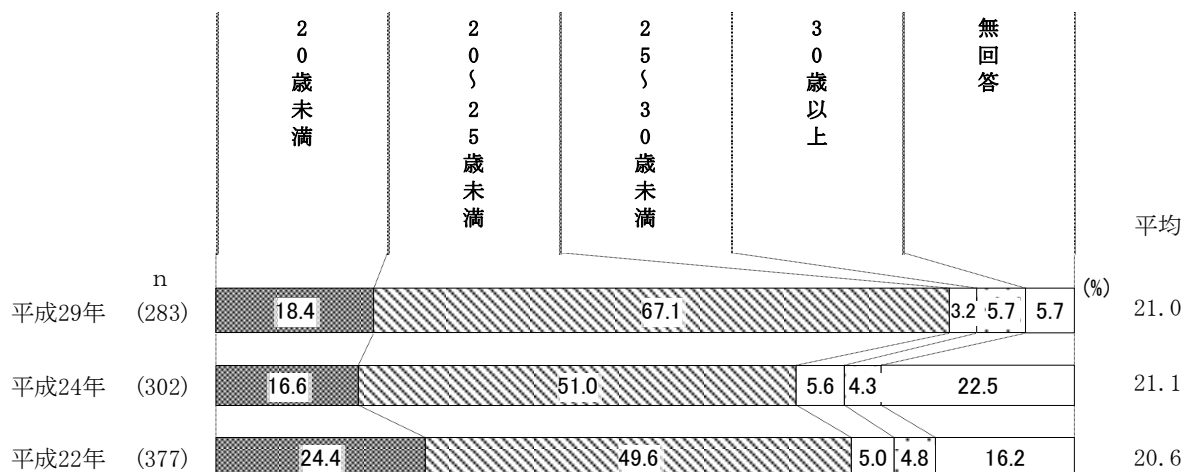


■ 喫煙開始年齢（歳）

喫煙状況で、「現在吸っている」と回答した方に喫煙開始年齢をたずねた。その結果、平均喫煙開始年齢は21.0歳である。構成比で見ると、「20歳～25歳未満」が67.1%で最も高く、「20歳未満」が18.4%である。

時系列で比較すると、「20～25歳未満」（平成29年：67.1% 平成24年：51.0% 平成22年：49.6%）が前回調査より16.1ポイント、前々回調査より17.5ポイント増加している。（図表8－7）

<図表8－7> 喫煙開始年齢（歳）



(3) 分煙・禁煙対策を基準とした飲食店の選択

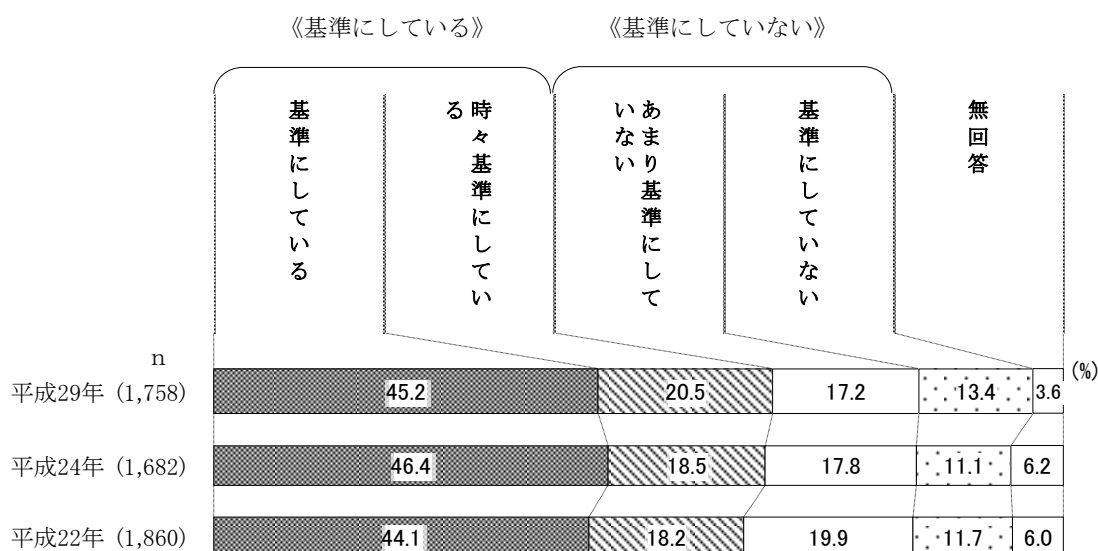
問 21 あなたは飲食店を選ぶ際、分煙・禁煙対策の実施を基準にしていますか。
(○は1つ)

飲食店の選択で分煙・禁煙対策を「基準にしている」は45.2%と最も高くなっている。これに「時々基準にしている」(20.5%)を合わせると、「基準にしている」が6割台半ばとなっている。

一方、「あまり基準にしていない」(17.2%)と「基準にしていない」(13.4%)を合わせて、「基準にしていない」は約3割である。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表8-8)

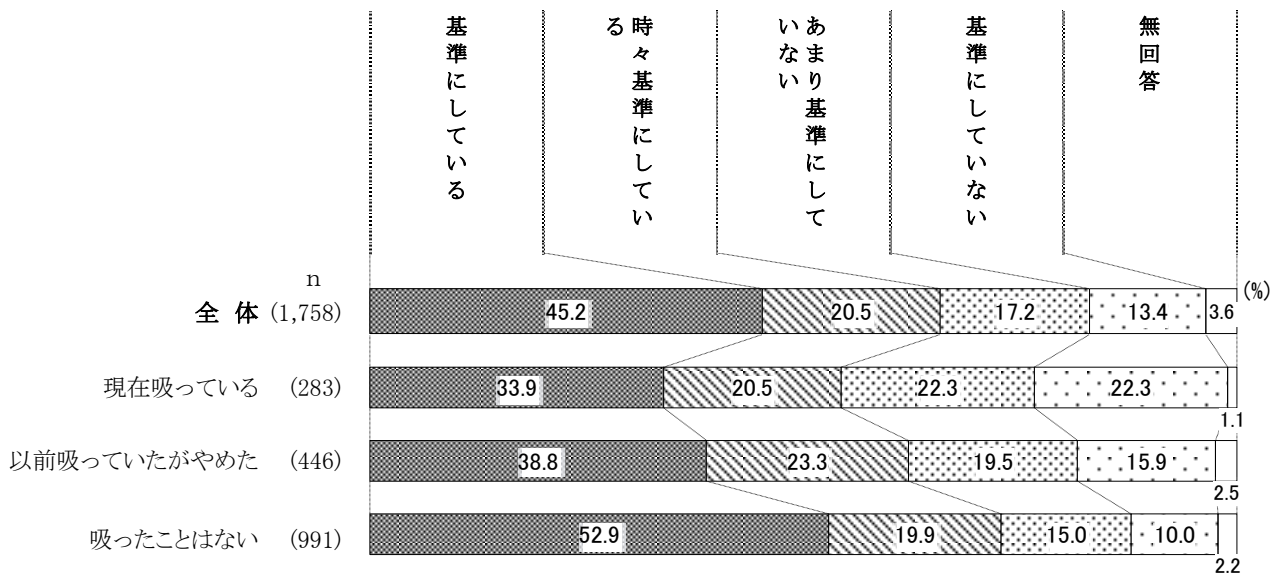
<図表8-8>分煙・禁煙対策を基準とした飲食店の選択



【喫煙状況別】

喫煙状況別でみると、「基準にしている」は“吸ったことはない”で52.9%と最も高くなっている。一方、「基準にしていない」は“現在吸っている”で22.3%と最も高くなっている。(図表8-9)

<図表8-9> 喫煙状況別

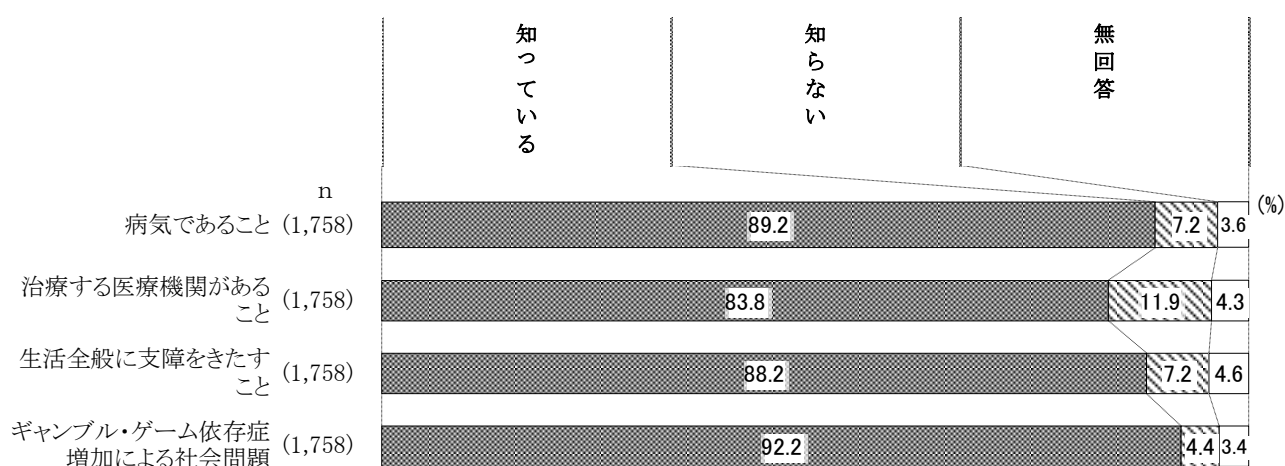


(4) 依存症の認知度

問 22 あなたは、依存症について次のことを知っていますか。
(○はそれぞれ1つずつ)

依存症の認知度で「知っている」は、すべての項目で8割以上となっている。(図表8-10)

<図表8-10> 依存症の認知度



依存症とは

依存症とは、アルコール・薬物・ギャンブルなどをやめたくてもやめられず、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。自分の欲求をコントロールできなくなる「病気」であり、治療が可能です。なるべく早めに専門機関に相談することが重要です。

9 歯について

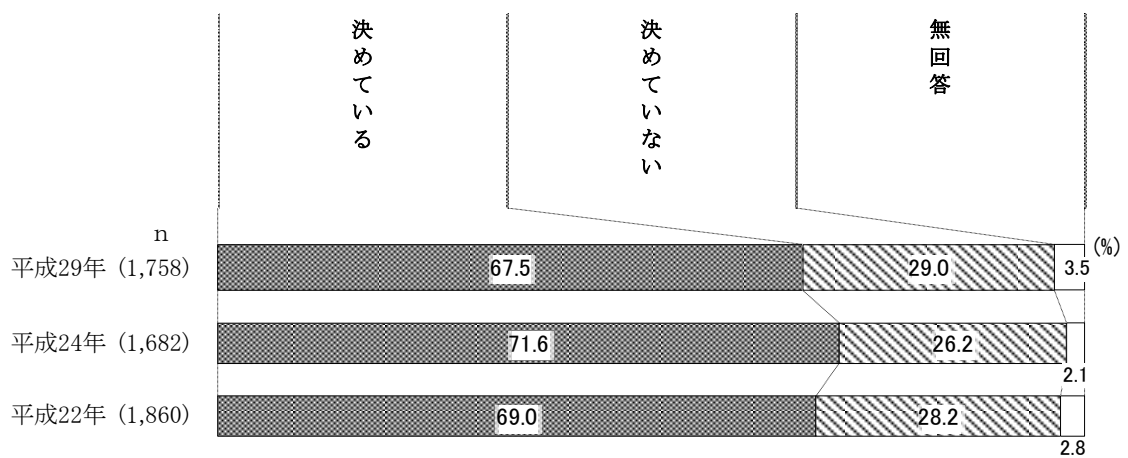
(1) かかりつけの歯科医の有無

問 23 「かかりつけの歯科医」を決めていますか。(○は1つ)

かかりつけの歯科医を「決めている」は67.5%となっている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表9-1)

<図表9-1> かかりつけの歯科医の有無



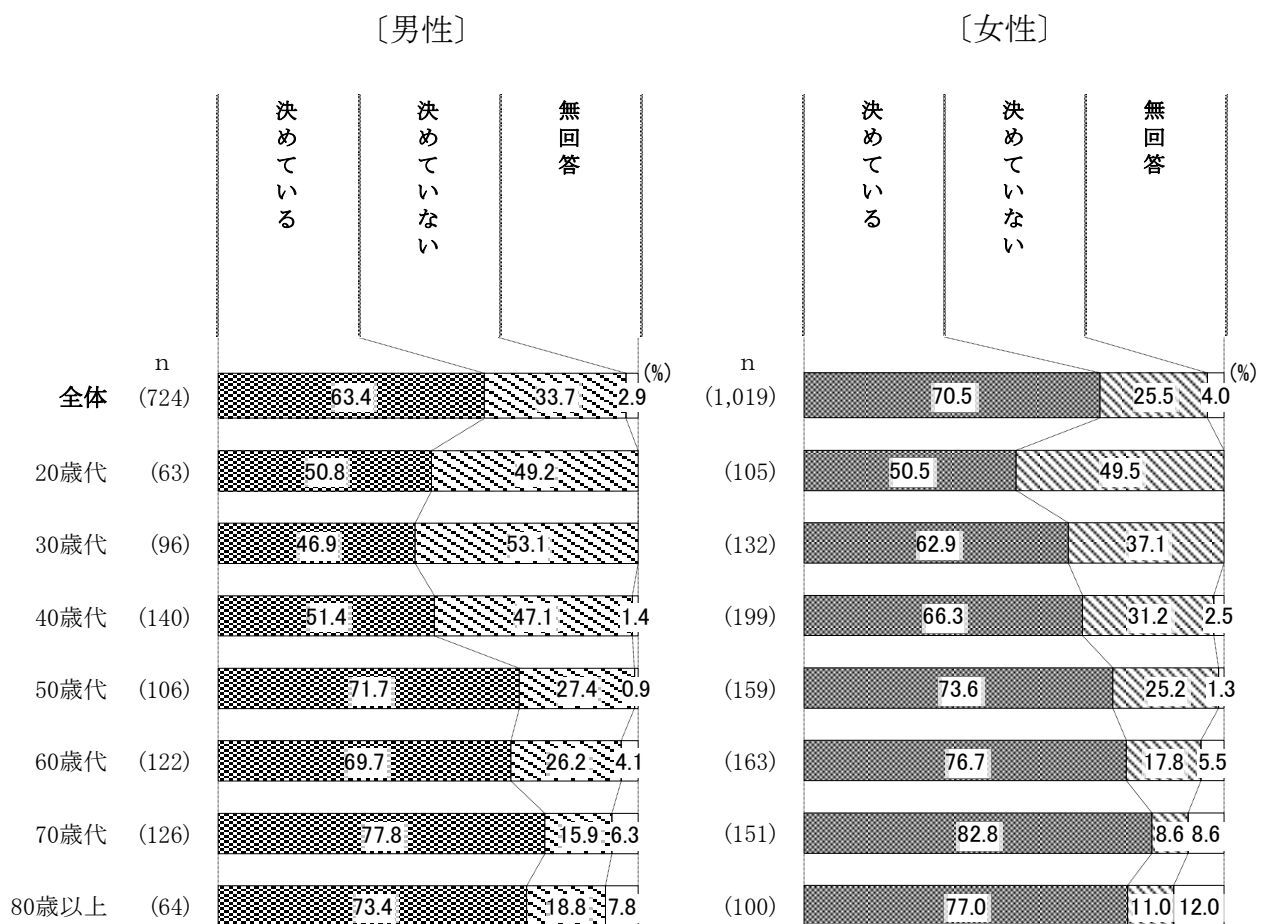
【性別、性／年代別】

性別で見ると、「決めている」（男性：63.4% 女性：70.5%）は、女性の方が男性よりも7.1ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、男性では、「決めている」は70歳代で77.8%と最も高くなっている。一方、「決めていない」は30歳代で53.1%と最も高くなっている。

女性では、「決めている」は70歳代で82.8%と最も高く、次いで80歳以上で77.0%、60歳代で76.7%となっている。一方、「決めていない」は20歳代で49.5%と最も高くなっている。（図表9－2）

<図表9－2>性別、性／年代別



(1-1) かかりつけ歯科医院での定期健診受診状況 (年1回以上)

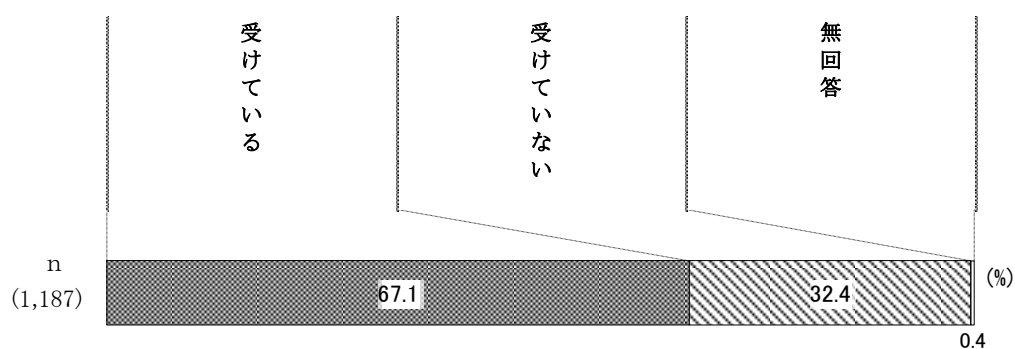
(問23で「1 決めている」と回答した方におたずねします。)

問23-1 かかりつけ歯科医院で、年1回以上の定期健診を受けていますか。
(○は1つ)

かかりつけの歯科医を「決めている」と回答した方に、かかりつけ歯科医院での定期健診受診状況 (年1回以上) をたずねた。

その結果、かかりつけ歯科医院で、年1回以上の定期健診を「受けている」は67.1%となっている。(図表9-3)

<図表9-3> かかりつけ歯科医院での定期健診受診状況 (年1回以上)



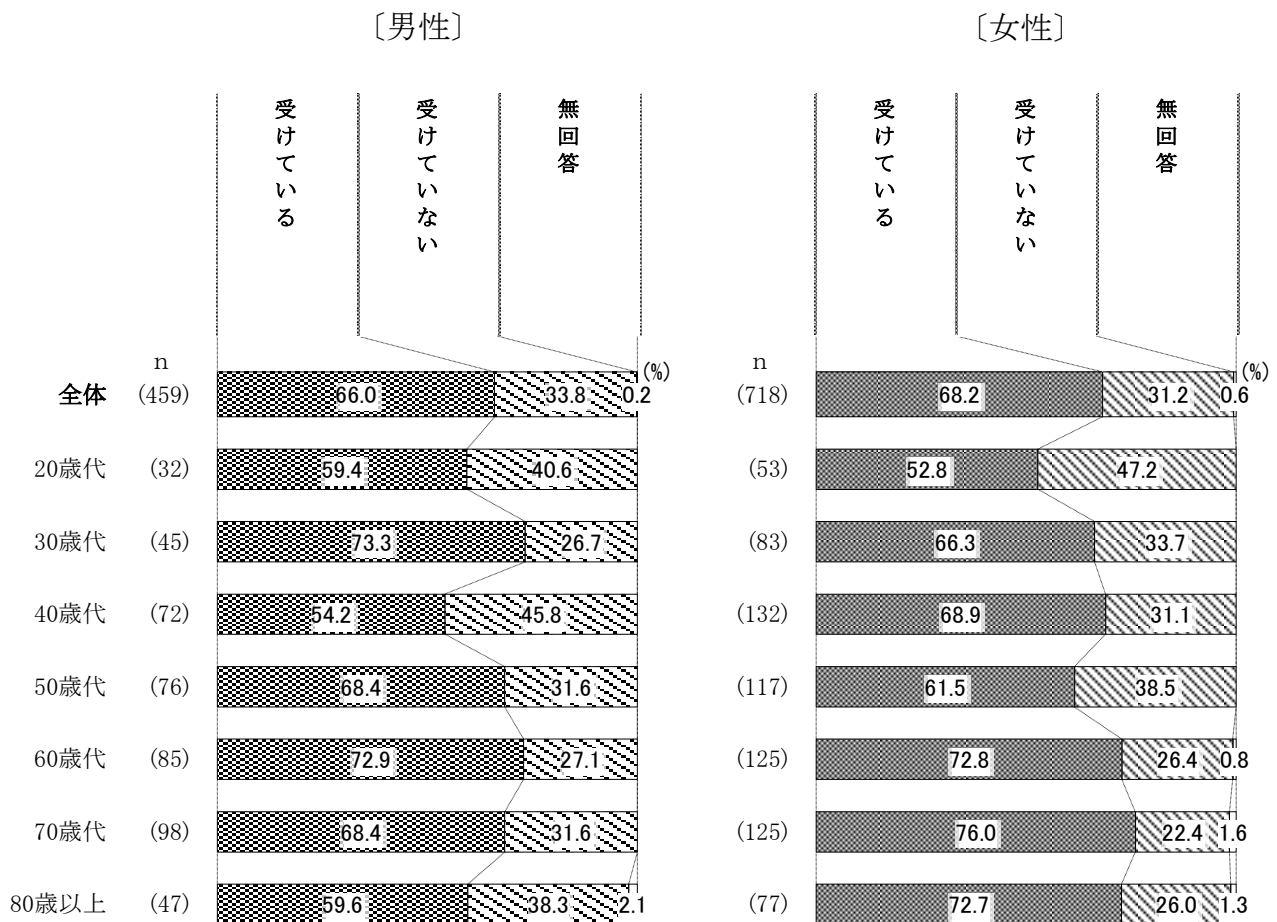
【性別、性／年代別】

性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では、「受けている」は30歳で73.3%と最も高くなっている。。一方、「受けていない」は40歳代で45.8%と最も高くなっている。

女性では、「受けている」は70歳代で76.0%と最も高くなっている。一方、「受けていない」は20歳代で47.2%と最も高くなっている。(図表9-4)

<図表9-4>性別、性／年代別



(2) デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシの使用状況（週1回以上）

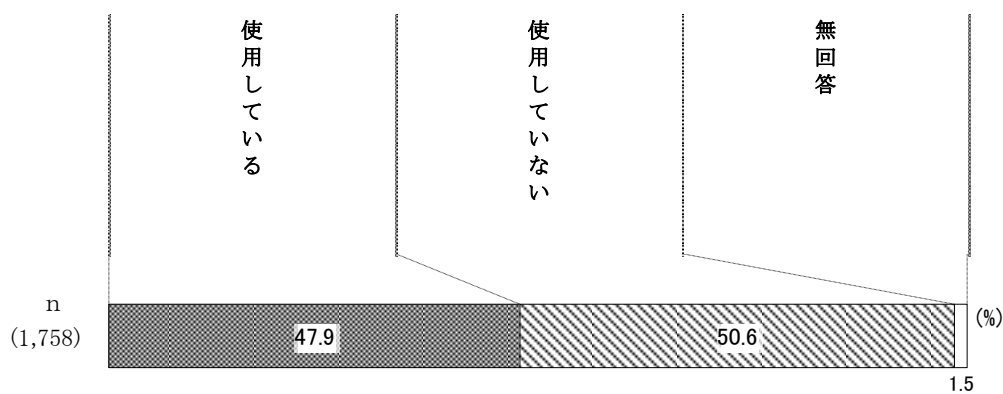
【全ての方におたずねします。】

問24 デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシを週1回以上使用していますか。
（○は1つ）

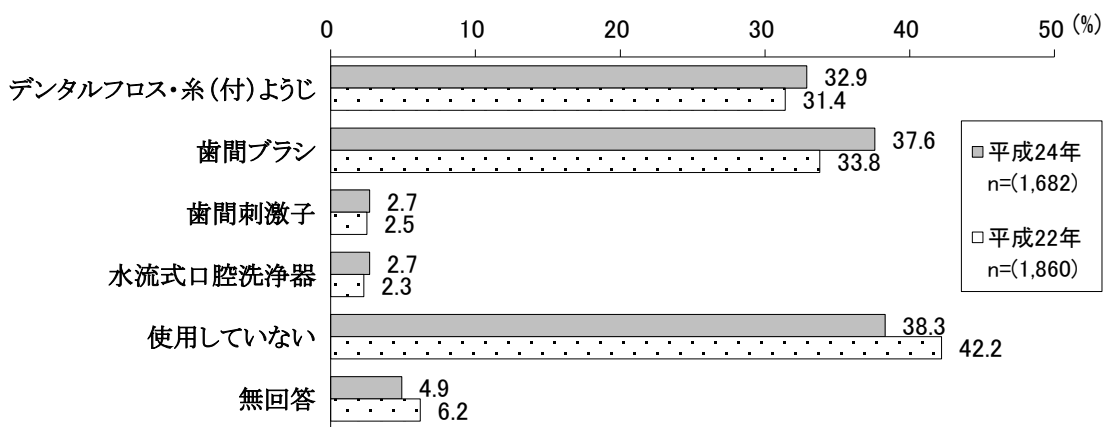
デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシを週1回以上「使用している」は、47.9%となっている。

参考までに時系列で比較すると、前回調査で全体（100.0%）から「使用していない」と「無回答」を除くと、何らかの歯間部清掃器具を使用している人は56.8%となり、今回調査の「使用している」（47.9%）と前回調査で何らかの歯間部清掃器具を使用している人を比較すると、8.9ポイント減少している。（図表9-5）

<図表9-5> デンタルフロス（糸付きようじ）や歯間ブラシの使用状況（週1回以上）



〔参考〕（複数回答）



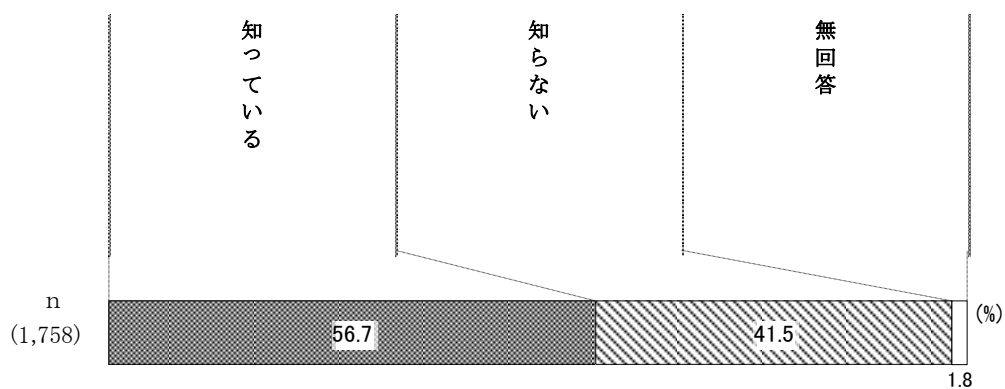
※前回までの調査の設問は、「次の器具（歯間部清掃器具など）を使用していますか」となっている。
※今回調査の設問と前回までの調査の設問は類似性があるため、参考までに経年比較した。

(3) 喫煙と歯周病の関連性の認知度

問 25 喫煙は、歯周病を進行させる要因の1つですが、このことを知っていますか。
(○は1つ)

喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを「知っている」は、56.7%となっている。(図表9-6)

<図表9-6> 喫煙と歯周病の関連性の認知度

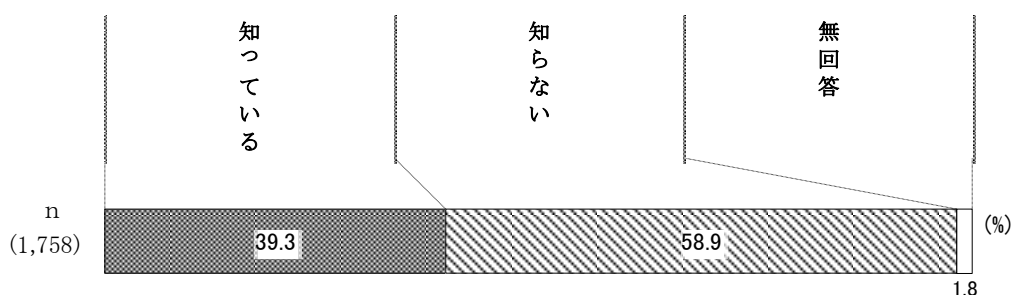


(4) 糖尿病と歯周病の関連性の認知度

問 26 糖尿病に罹患している人は歯周病にかかりやすく、また歯周病は糖尿病自体に悪影響を及ぼします。このことを知っていますか。(○は1つ)

糖尿病と歯周病の関連性を「知っている」は39.3%、「知らない」は58.9%となっている。(図表9-7)

<図表9-7> 糖尿病と歯周病の関連性の認知度

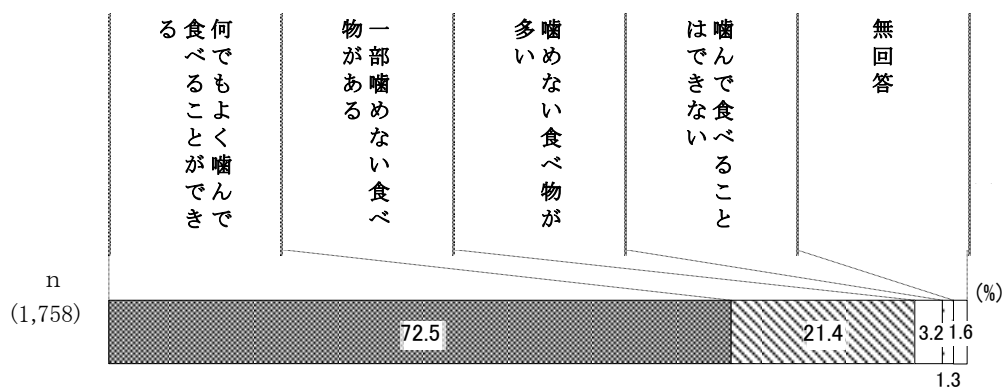


(5) 固いものでもよく噛んで食べることができるか

問 27 あなたは固いものでもよく噛んで食べることができますか。(○は1つ)

固いものでもよく噛んで食べることができるか聞いたところ、「何でもよく噛んで食べることができる」が72.5%で最も多く、次いで「一部噛めない食べ物がある」が21.4%となっている。(図表9-8)

<図表9-8> 固いものでもよく噛んで食べることができるか



【性別、性／年代別】

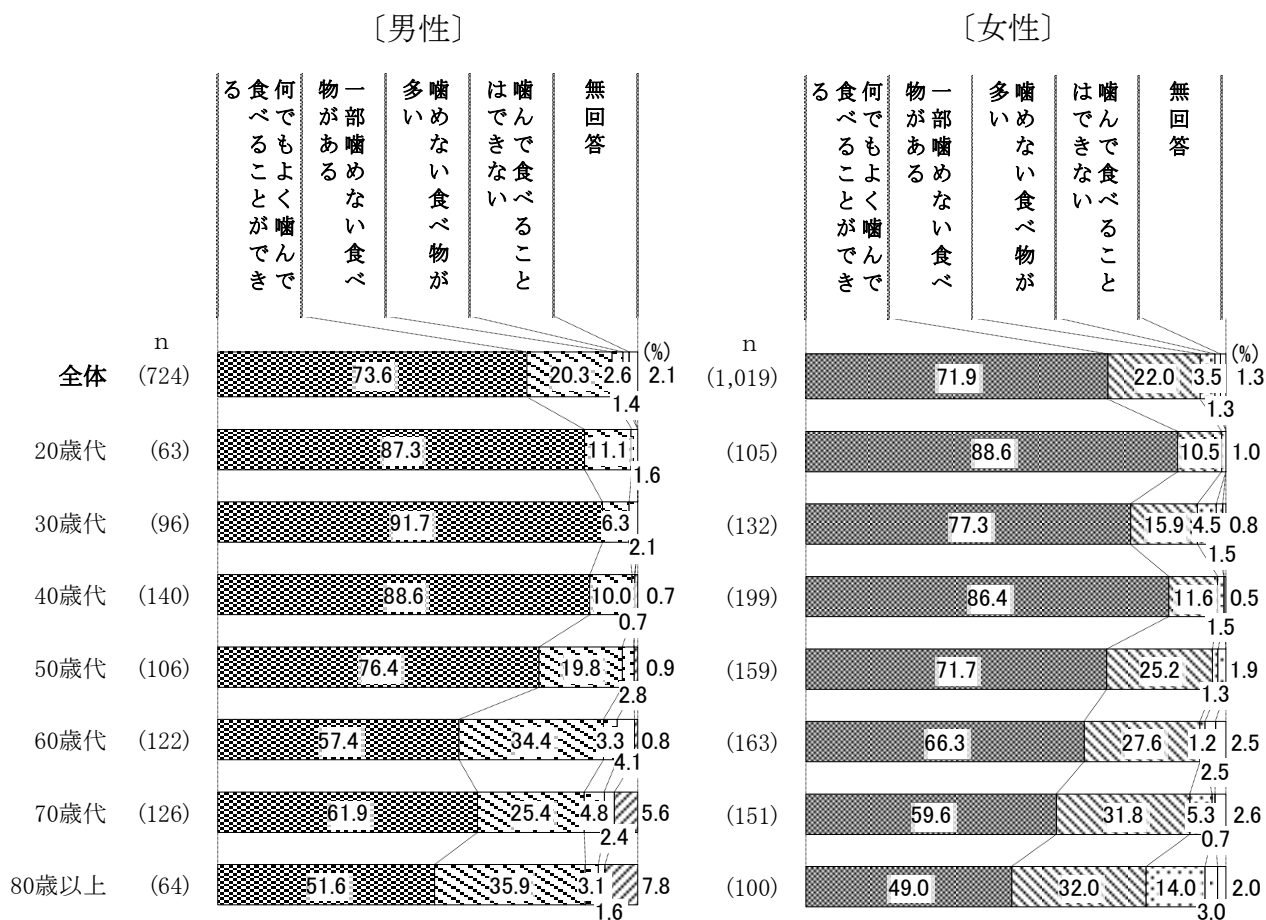
性別でみると、特に大きな違いはみられない。

性／年代別でみると、男性では、「何でもよく噛んで食べることができる」は30歳代で91.7%と最も高くなっている。一方、「一部噛めない食べ物がある」は60歳以上で高くなっており、80歳以上で35.9%と最も高く、次いで60歳代で34.4%、70歳代で25.4%となっている。

女性では、「何でもよく噛んで食べることができる」は20歳代で88.6%と最も高く、次いで40歳代で86.4%となっている。一方、「一部噛めない食べ物がある」は50歳以上から年代が上がるほど高くなり、80歳以上で32.0%と最も高く、70歳代で31.8%とおおむね並ぶ。

(図表9-9)

<図表9-9>性別、性／年代別



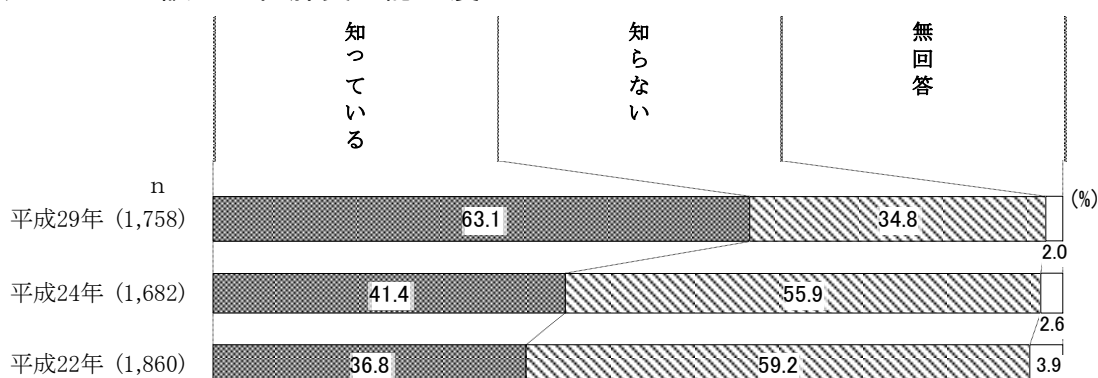
(6) 誤えん性肺炎の認知度

問 28 誤えん性肺炎を知っていますか。(○は1つ)

誤えん性肺炎を「知っている」は63.1%で、「知らない」が34.8%となっている。

時系列で比較すると、「知っている」(平成29年：63.1% 平成24年：41.4% 平成22年：36.8%)が前回調査より21.7ポイント、前々回調査より26.3ポイント増加している。(図表9-10)

<図表9-10> 誤えん性肺炎の認知度



誤えん性肺炎とは

老化や脳血管障害の後遺症などによって、飲み込む機能(えん下機能)や咳をする力が弱くなると、口腔内の細菌、食べかす、逆流した胃液などが誤って気管に入りやすくなります。その結果、発症するのが誤えん性肺炎です。体力の弱っている高齢者では命にかかわるケースも少なくない病気です。口腔ケアによって細菌や食べかすを減らし、口腔の清潔を保つことが安全かつ効果的な予防法です。

(6-1) 口腔ケアと誤えん性肺炎予防の関連性の認知度

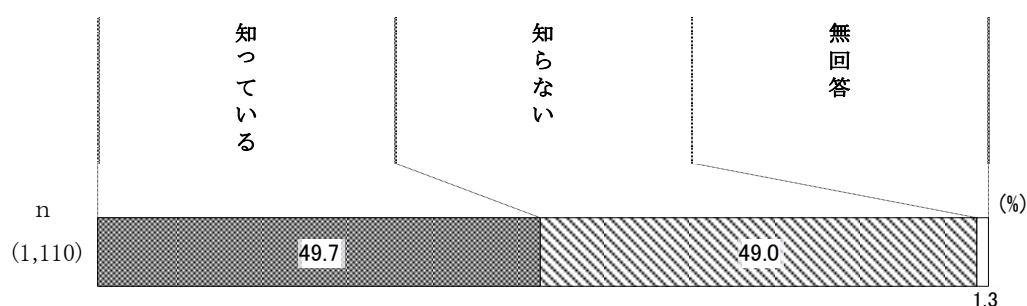
(問 28 で「1 知っている」と回答した方におたずねします。)

問 28-1 歯みがきなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防するということを知っていますか。(○は1つ)

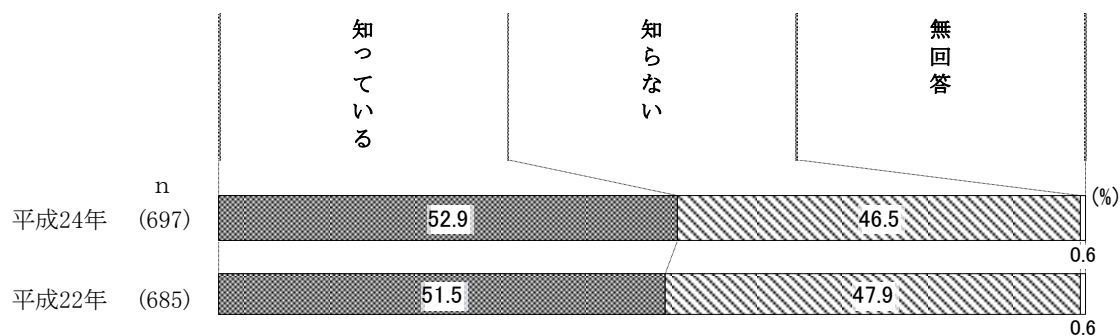
誤えん性肺炎を「知っている」と回答した方に、歯みがきなどの口腔ケアが誤えん性肺炎を予防するということを知っているかたずねた。その結果、「知っている」は49.7%で、「知らない」は49.0%となっている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表 9-11)

<図表 9-11> 口腔ケアと誤えん性肺炎予防の関連性の認知度



[参考]



※前回調査の設問は、「誤えん性肺炎の主な原因は、口の中の汚れ(口腔内細菌)ということを知っていますか。」となっており、今回調査の設問と類似しているため、参考までに経年比較した。

10 感染症について

(1) 結核の認知度

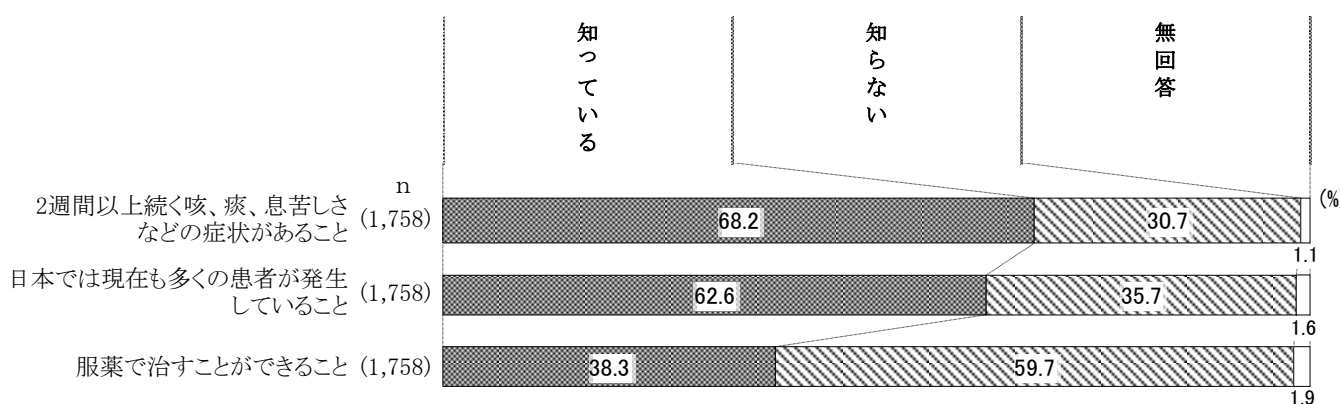
問 29 あなたは結核について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

結核の認知度で「知っている」は、“2週間以上続く咳、痰、息苦しさなどの症状があること”が68.2%で最も高くなっている。

一方、「知らない」は“服薬で治すことができること”が59.7%となっている。

(図表 10-1)

<図表 10-1> 結核の認知度



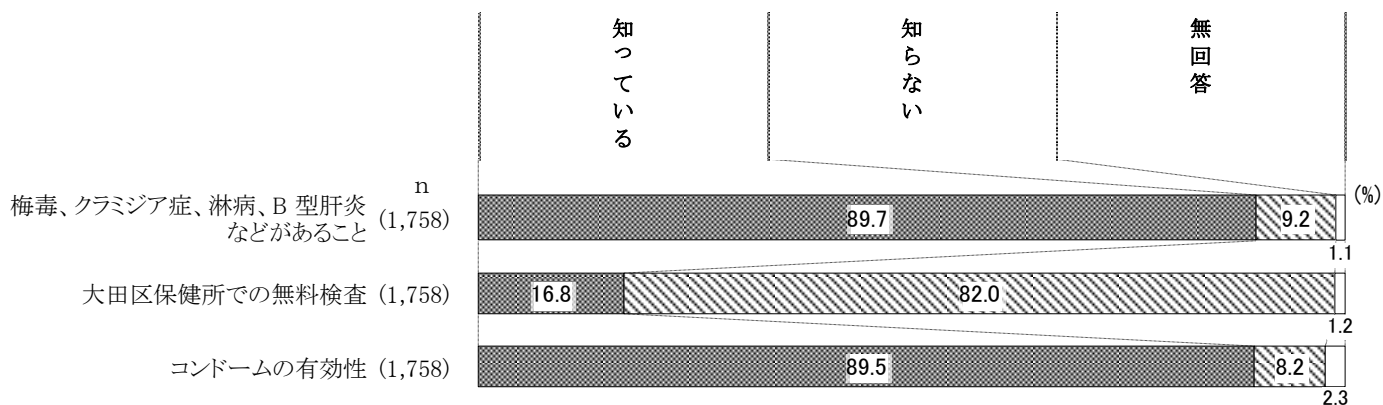
(2) 性感染症の認知度

問 30 あなたは性感染症について次のことを知っていますか。(○はそれぞれ1つずつ)

性感染症の認知度で「知っている」は、“梅毒、クラミジア症、淋病、B型肝炎などがあること”が89.7%、“コンドームの有効性”が89.5%となっている。

一方、「知らない」は“大田区保健所での無料検査”で82.0%となっている。(図表10-2)

<図表 10-2> 性感染症の認知度



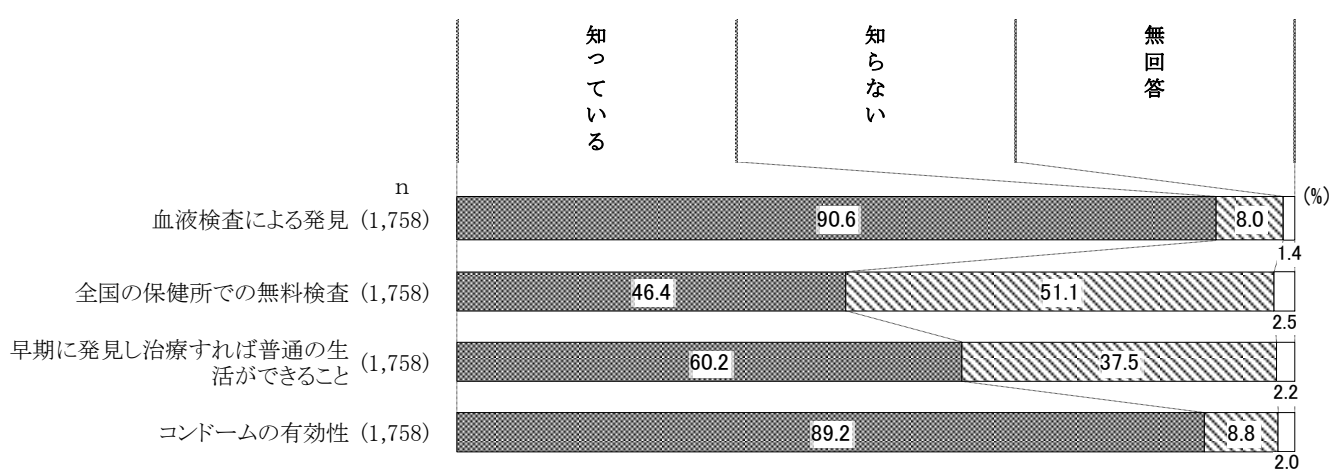
(3) HIV/エイズの認知度

問31 あなたはHIV/エイズについて次のことを知っていますか。
(○はそれぞれ1つつ)

HIV/エイズの認知度で「知っている」は、“血液検査による発見”が90.6%で最も高く、次いで“コンドームの有効性”が89.2%となっている。

一方、「知らない」は“全国の保健所での無料検査”が51.1%となっている。(図表10-3)

<図表 10-3> HIV/エイズの認知度



11 地域医療について

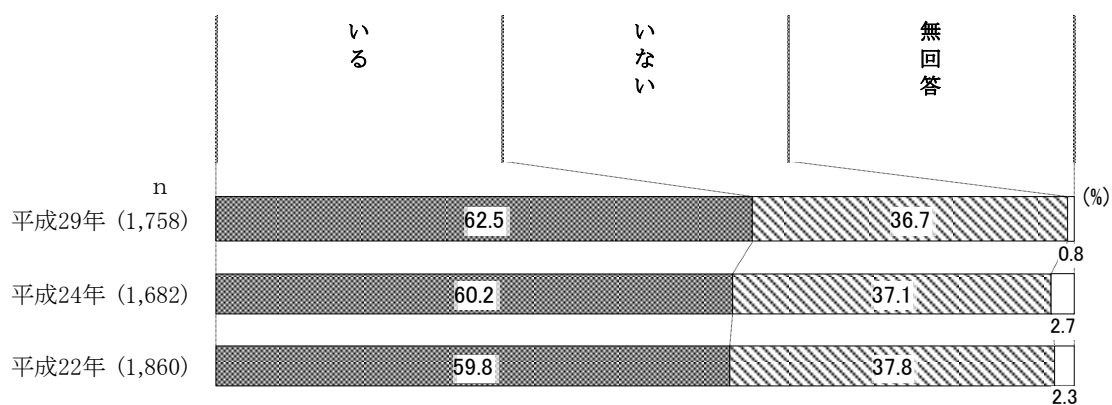
(1) かかりつけ医の有無

問 32 あなたには、「かかりつけ医」がいますか。(○は1つ)

かかりつけ医が「いる」は62.5%、「いない」は36.7%となっている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表11-1)

<図表 11-1> かかりつけ医の有無

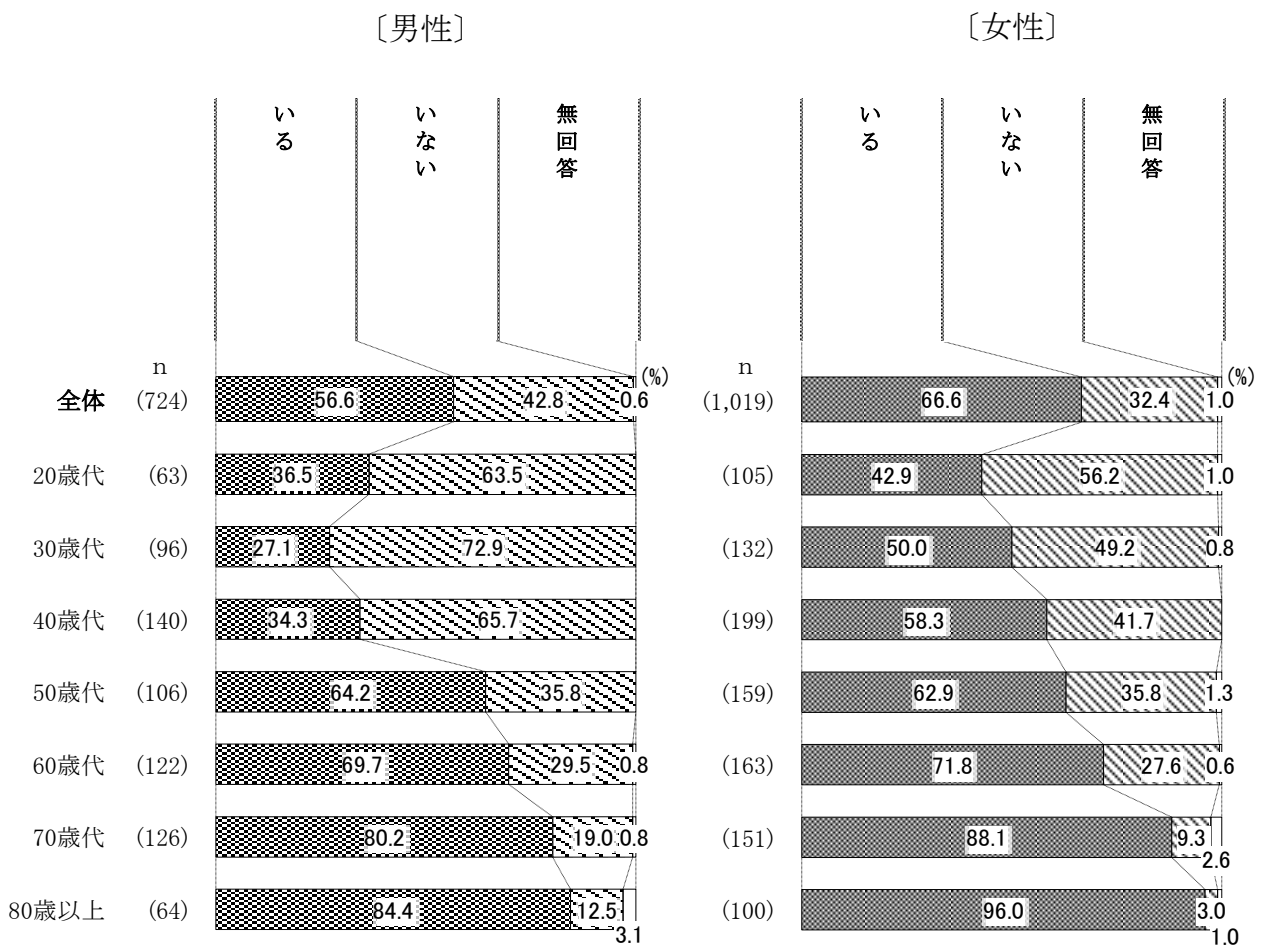


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「いる」（男性：56.6% 女性：66.6%）は、女性の方が男性よりも10.0ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「いる」は、男女ともにおおむね年代が上がるほど高く、男性の70歳代で80.2%、80歳以上で84.4%、女性の70歳代で88.1%、80歳以上で96.0%となっている。一方、「いない」は男女ともに20歳～40歳代が高く、特に、男性の30歳代は72.9%となっている。（図表11－2）

<図表 11－2>性別、性／年代別



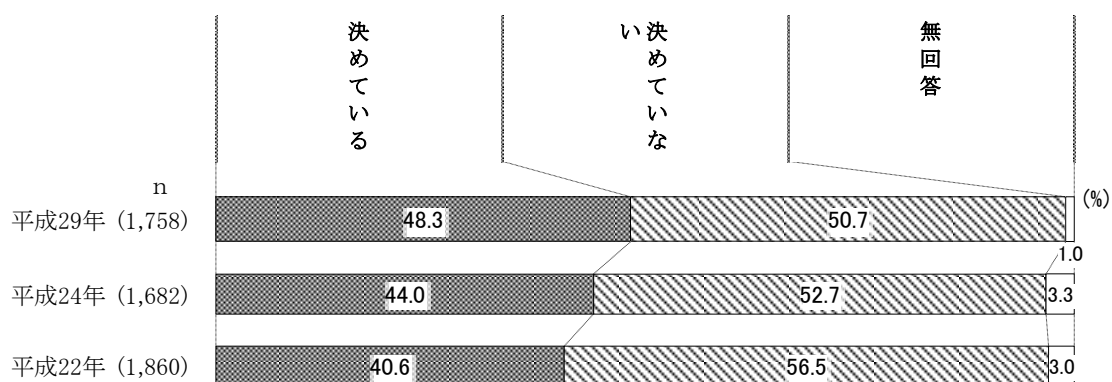
(2) かかりつけの薬局の有無

問 33 あなたは、「かかりつけの薬局」(薬に関するあらゆる相談に応じ、情報提供してくれる調剤薬局)を決めていますか。(〇は1つ)

かかりつけの薬局を「決めている」は48.3%、「決めていない」が50.7%となっている。

時系列でも、特に大きな違いはみられない。(図表11-3)

<図表 11-3> かかりつけの薬局の有無

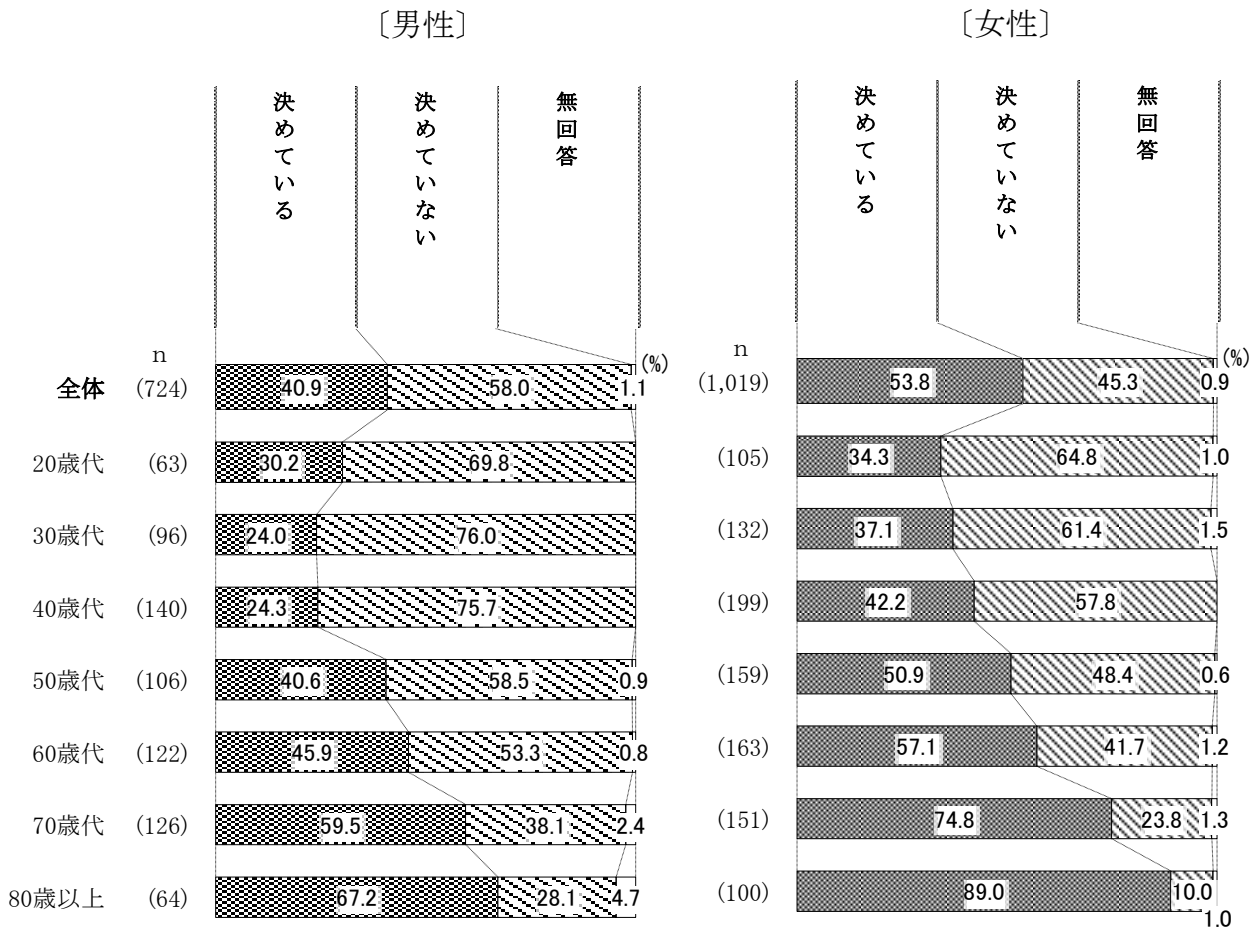


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「決めている」（男性：40.9% 女性：53.8%）は、女性の方が男性よりも12.9ポイント高くなっている。一方、「決めていない」（男性：58.0% 女性：45.3%）は、男性が12.7ポイント上回る。

性／年代別で見ると、「決めている」は男性では50歳以上が高くなっており、男性の70歳代で59.5%、80歳以上で67.2%となっている。女性でもおおむね年代が上がるほど高く、女性の70歳代で74.8%、80歳以上で89.0%となっている。一方、「決めていない」は、男女ともに20歳代～40歳代が高く、特に、男性の30歳代で76.0%、40歳代で75.7%と高くなっている。（図表11－4）

<図表 11－4>性別、性／年代別



(3) 休日診療や相談事業の認知度

問 34 大田区や東京都では、夜間や休日に病気や歯痛になった時に休日診療や相談などの事業を実施しています。あなたは次のことについて知っていますか。
(○はそれぞれ1つずつ)

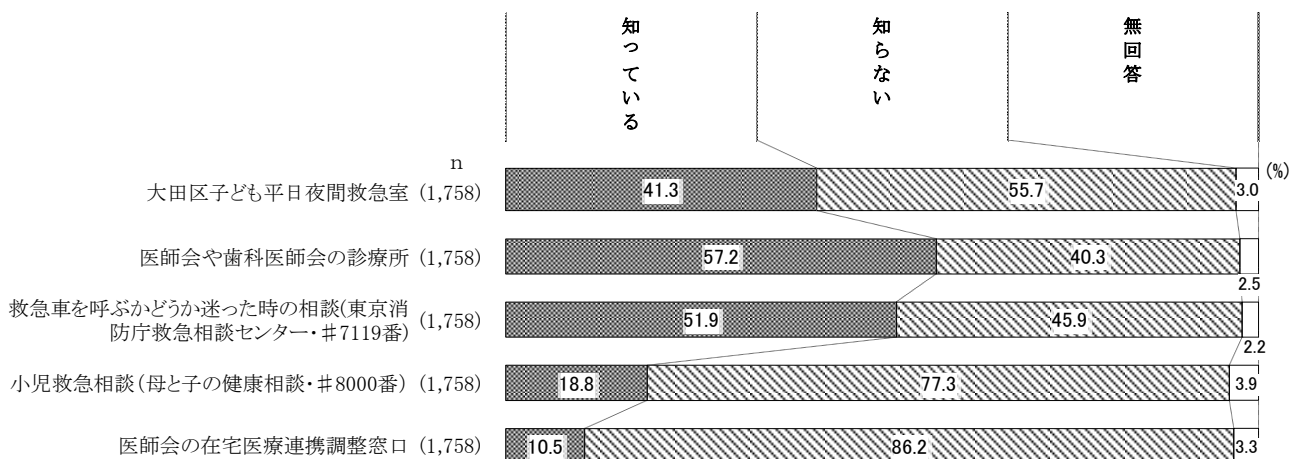
休日診療や相談事業を「知っている」は、「医師会や歯科医師会の診療所」が57.2%で最も高くなっている。

一方、「知らない」は、「医師会の在宅医療連携調整窓口」が86.2%、「小児救急相談（母と子の健康相談・#8000番）」が77.3%となっている。

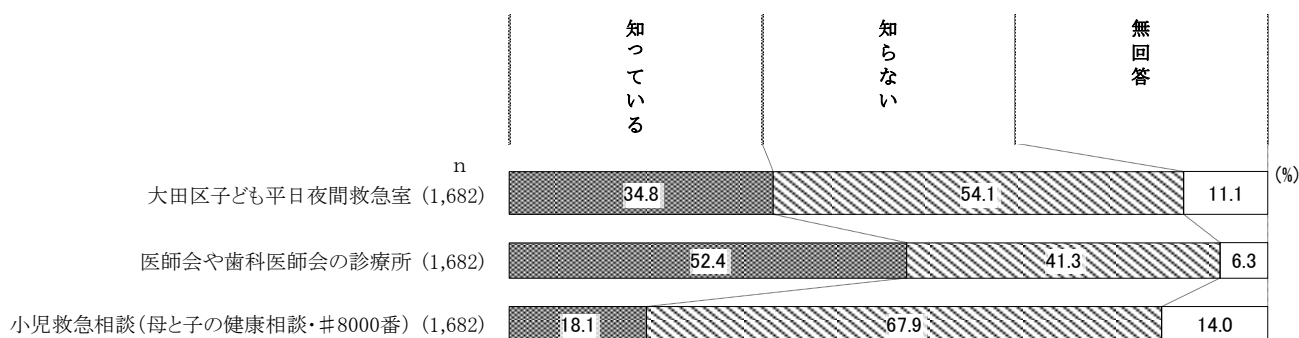
時系列で比較すると、「大田区子ども平日夜間救急」（平成29年：41.3% 平成24年：34.8%）で前回調査より6.5ポイント増加した。（図表11-5）

<図表 11-5> 休日診療や相談事業の認知度

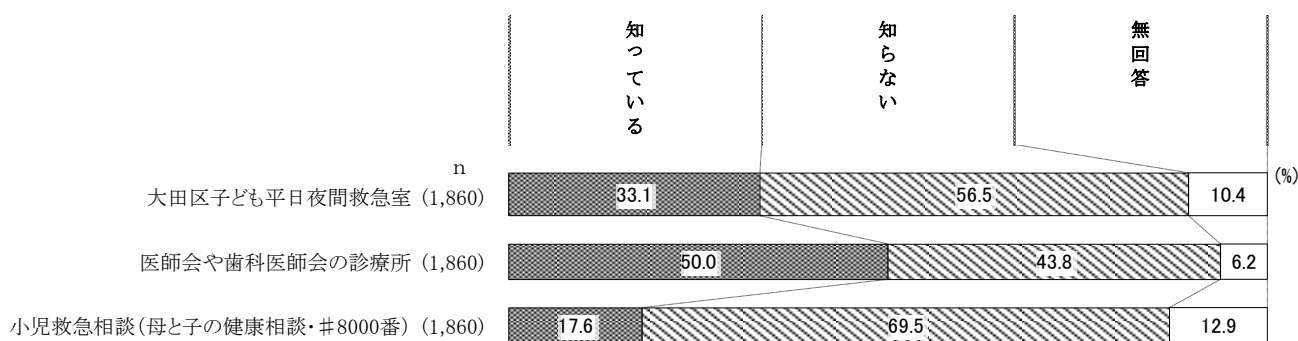
[平成 29 年]



[平成 24 年]



[平成 22 年]



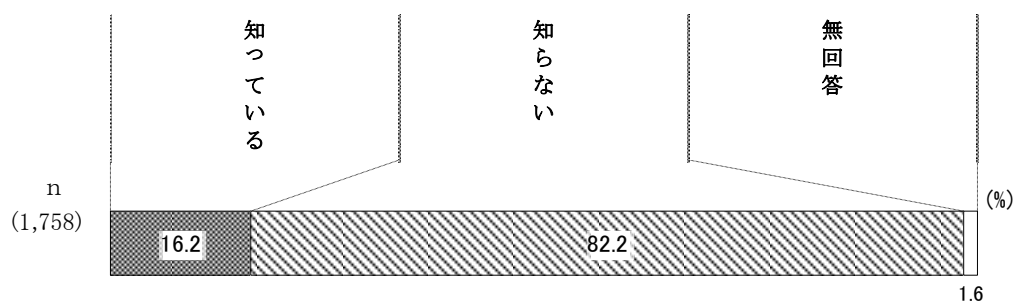
※今回調査より、選択肢「救急車を呼ぶかどうか迷った時の相談（東京消防庁救急相談センター・#7119番）」、「医師会の在宅医療連携調整窓口」が追加された。

(4) 緊急医療救護所の認知度

問 35 災害時医療についておたずねします。「緊急医療救護所」は、地震など大規模災害時に病院の門前などで負傷者の治療の優先順位をつけたり、軽症者の治療を行うために設置されます。あなたは緊急医療救護所を知っていますか。(○は1つ)

緊急医療救護所を「知っている」は16.2%で、「知らない」は82.2%となっている。(図表11-6)

<図表 11-6> 緊急医療救護所の認知度

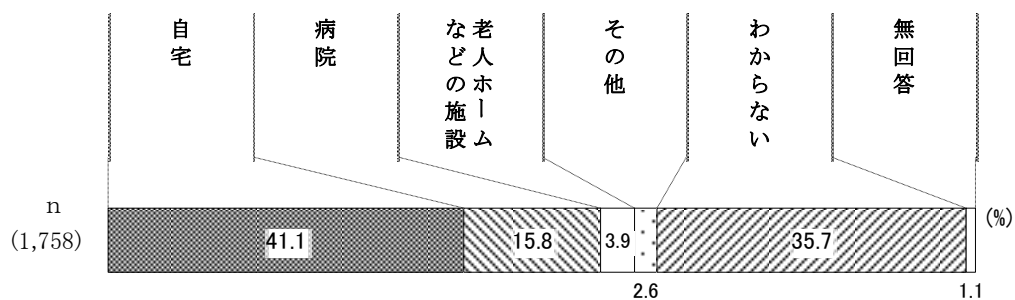


(5) 人生の最終段階を迎えたい場所

問 36 人生の最終段階についておたずねします。あなたはどこで最期を迎えたいと思いますか。(○は1つ)

人生の最終段階を迎えたい場所について、「自宅」が41.1%で最も多い。一方「わからない」が35.7%となっている。(図表11-7)

<図表 11-7> 人生の最終段階を迎えたい場所

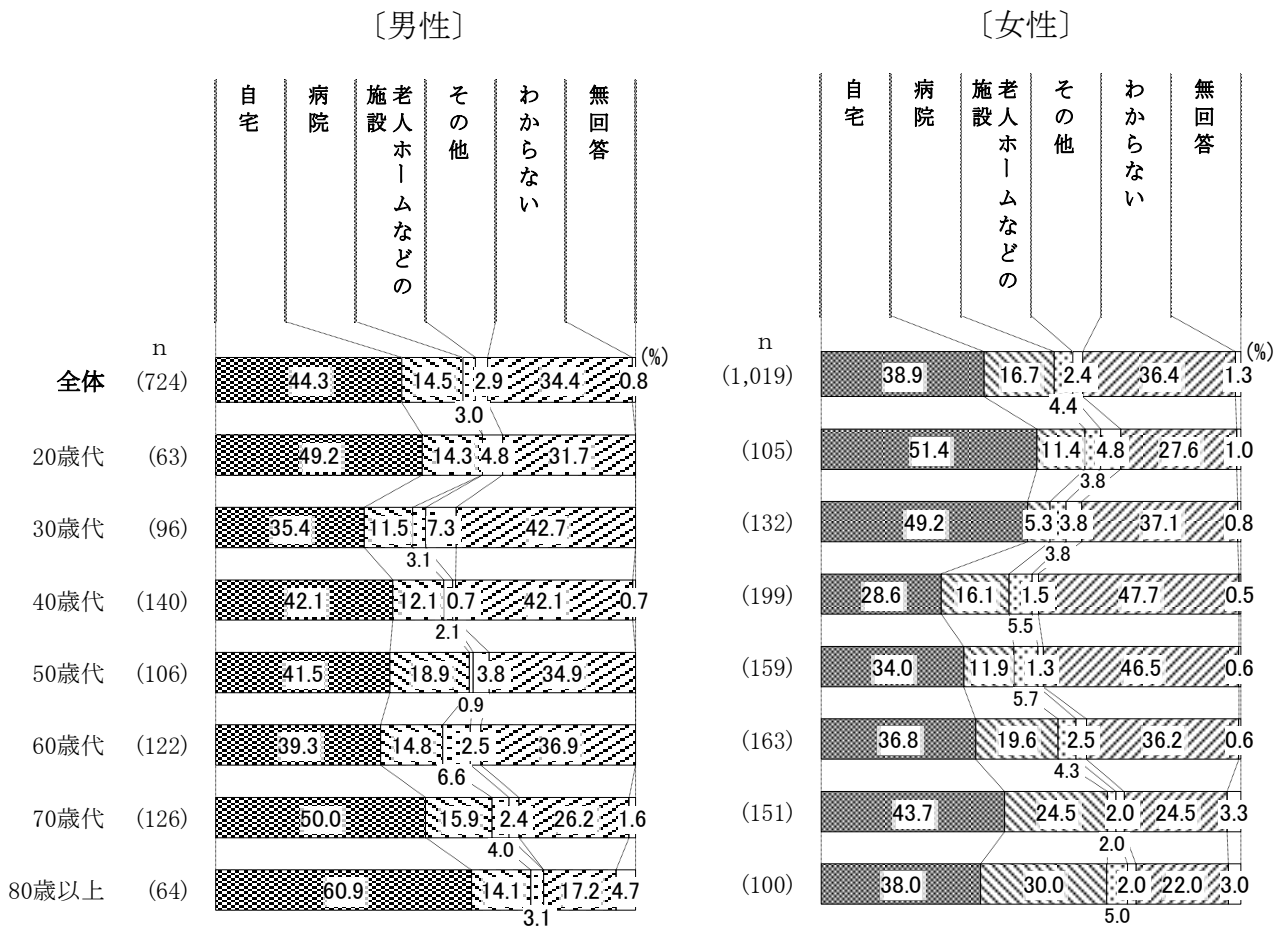


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「自宅」(男性：44.3% 女性：38.9%)は、男性の方が5.4ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「自宅」は男性では80歳以上が60.9%と最も高くなっている。一方、女性では20歳代が51.4%と最も高い。(図表11-8)

<図表11-8>性別、性／年代別

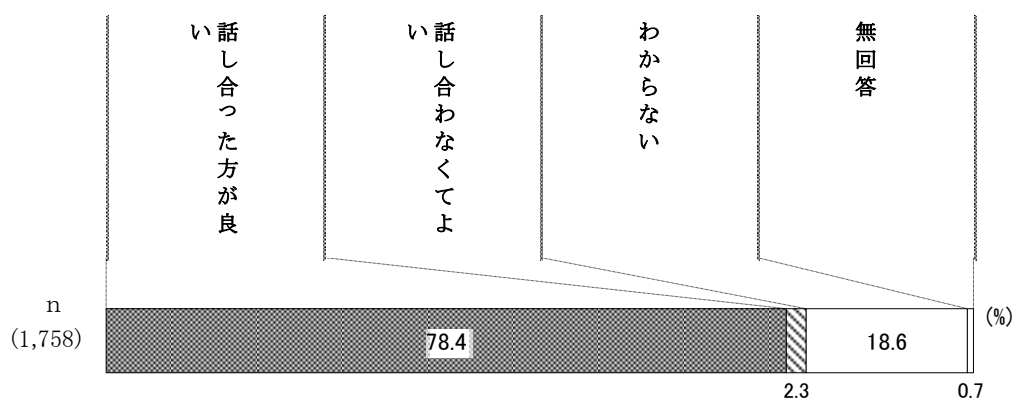


(6) 人生の最終段階の医療についての事前の話し合い

問 37 人生の最終段階における医療について、事前に家族と話しあった方が良いと思いますか。(○は1つ)

人生の最終段階における医療について、事前に家族と「話しあった方がよい」は78.4%で、「話し合わなくてよい」は2.3%となっている。(図表11-9)

<図表 11-9> 人生の最終段階の医療についての事前の話し合い

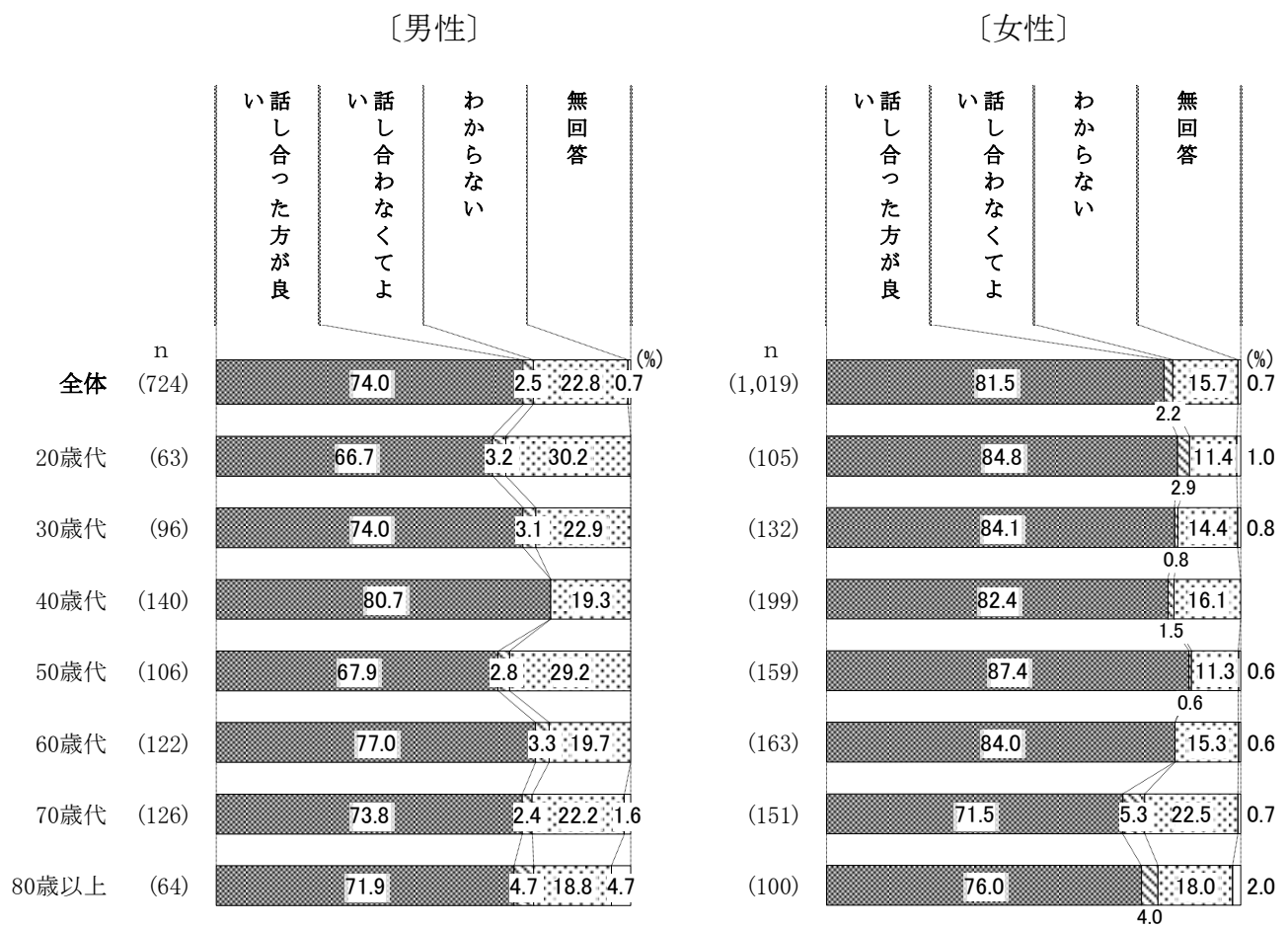


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「話し合った方がよい」（男性：74.0% 女性：81.5%）は、女性の方が7.5ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「話し合った方がよい」は男性では40歳代が80.7%と最も高くなっている。一方、女性では50歳代が87.4%と最も高い。（図表11-10）

<図表 11-10> 性別、性／年代別

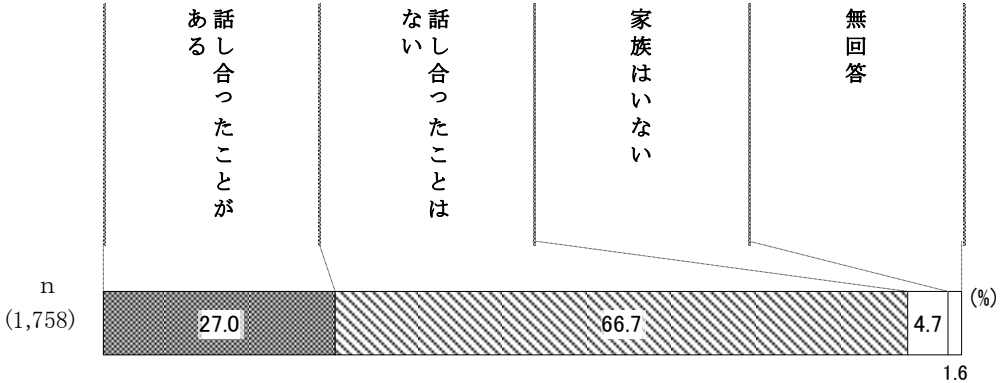


(7) 人生の最終段階の医療についての家族との話し合い

問 38 人生の最終段階における医療について、今までに家族と話し合ったことがありますか。(○は1つ)

人生の最終段階における医療について、今までに家族と「話しあったことがある」は27.0%で、「話し合ったことはない」は66.7%となっている。(図表11-11)

<図表 11-11> 人生の最終段階の医療についての事前の話し合い

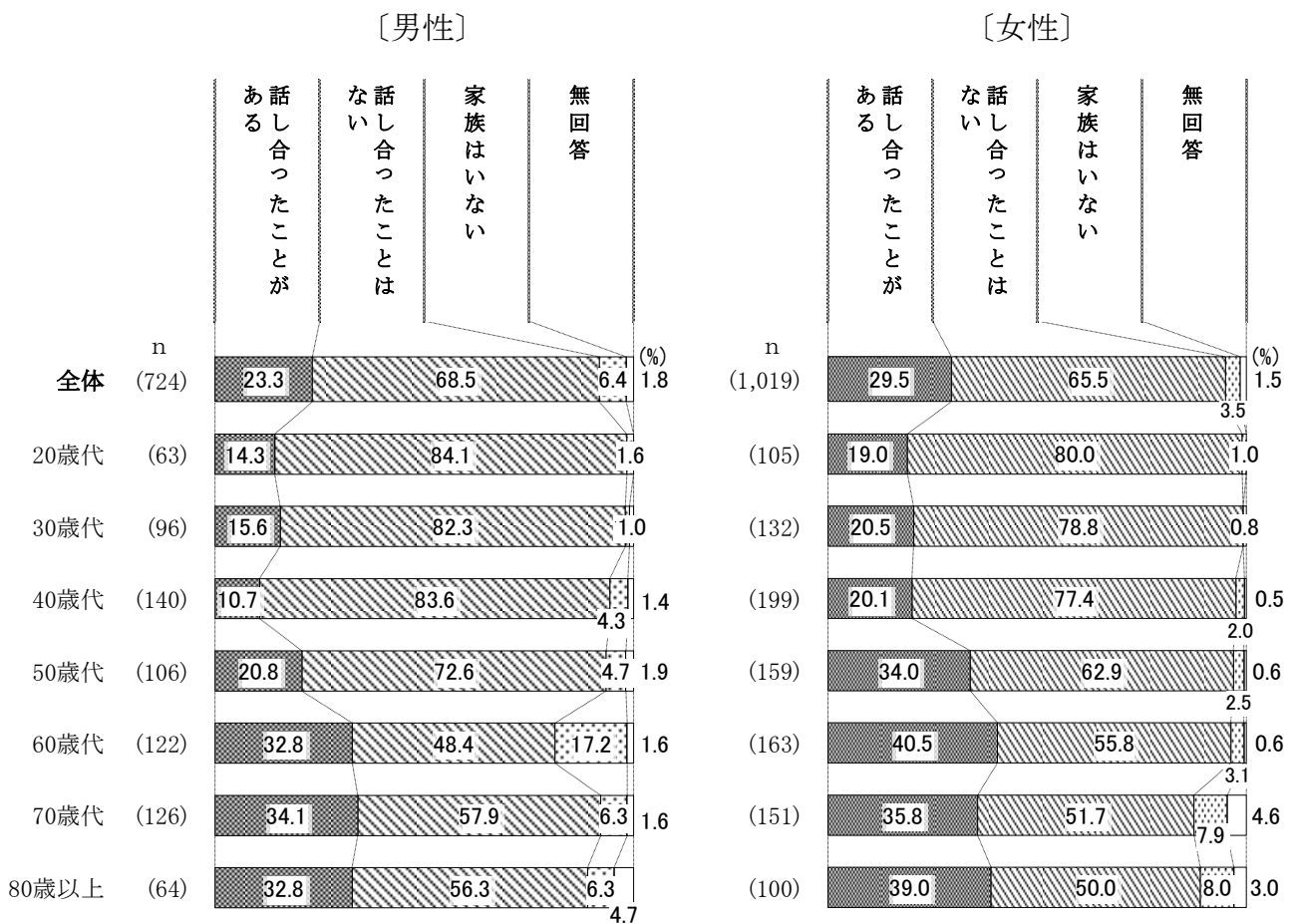


【性別、性／年代別】

性別で見ると、「話し合ったことがある」（男性：23.3% 女性：29.5%）は、女性の方が6.2ポイント高くなっている。

性／年代別で見ると、「話し合ったことがある」は男性では70歳代が34.1%と最も高くなっている。一方、女性では60歳代が40.5%と最も高い。（図表11-12）

<図表 11-12> 性別、性／年代別



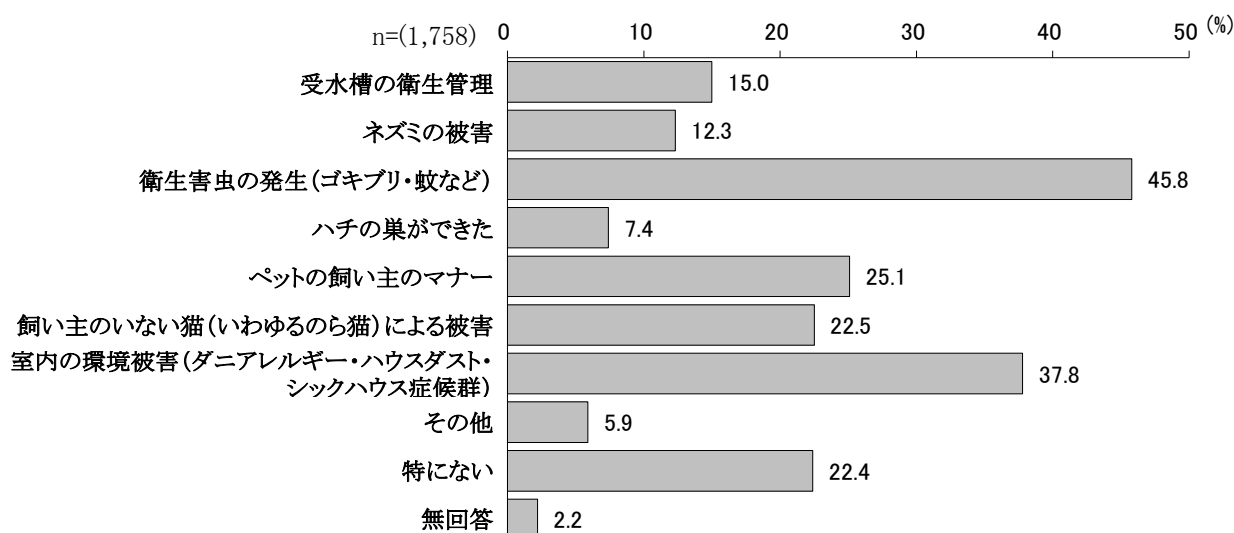
12 生活衛生対策について

(1) 日頃の暮らしで感じる生活衛生上の問題点

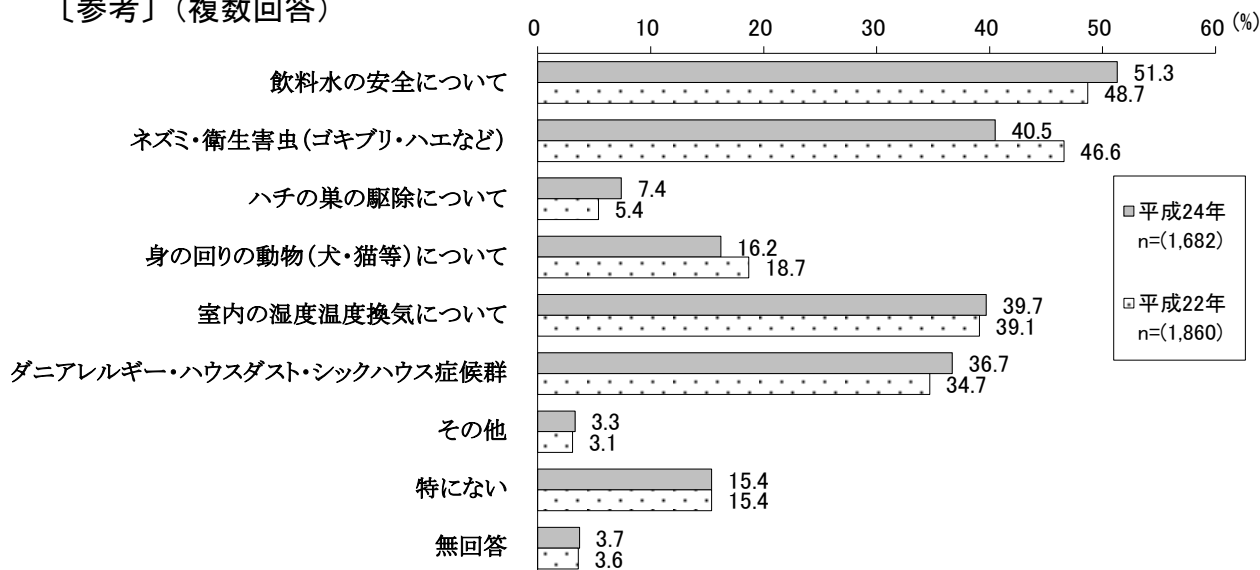
問 39 あなたが日頃の生活の中で感じる環境上の不安はどのようなことですか。
(〇はいくつでも)

日頃の暮らしで感じる生活衛生上の問題点は、「衛生害虫の発生（ゴキブリ・蚊など）」が45.8%で最も高く、次いで「室内の環境被害（ダニアレルギー・ハウスダスト・シックハウス症候群）」が37.8%である。以下、「ペットの飼い主のマナー」が25.1%、「飼い主のいない猫（いわゆるのら猫）による被害」が22.5%となっている。（図表12－1）

<図表 12－1> 日頃の暮らしで感じる生活衛生上の問題点（複数回答）



[参考] (複数回答)



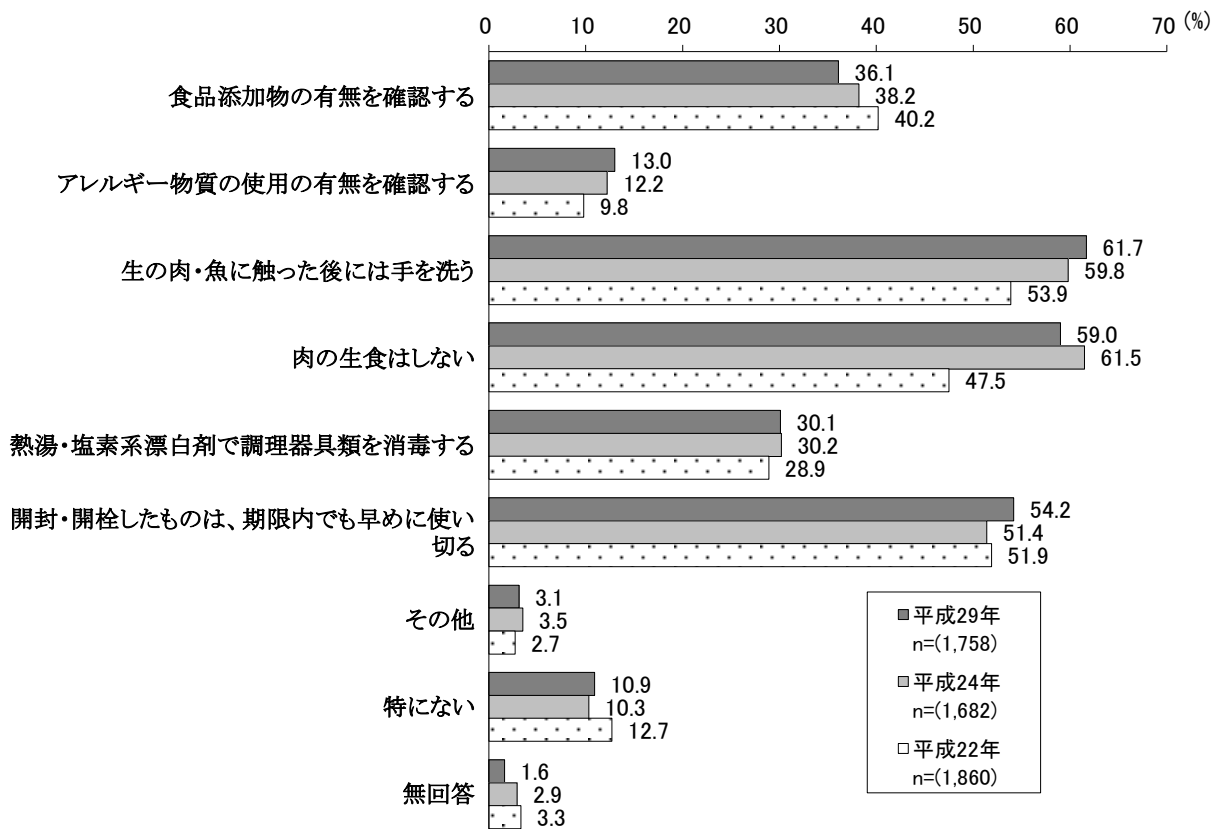
※今回調査の選択肢と前回までの調査の選択肢は類似性があるため、参考までに掲載した。

(2) 食品衛生の注意点

問 40 食品衛生で注意していることはありますか。(〇はいくつでも)

食品衛生で注意していることは、「生の肉・魚に触った後には手を洗う」が61.7%で最も高く、次いで「肉の生食はしない」が59.0%、「開封・開栓したものは、期限内でも早めに使い切る」が54.2%である。(図表12-2)

<図表 12-2> 食品衛生の注意点 (複数回答)



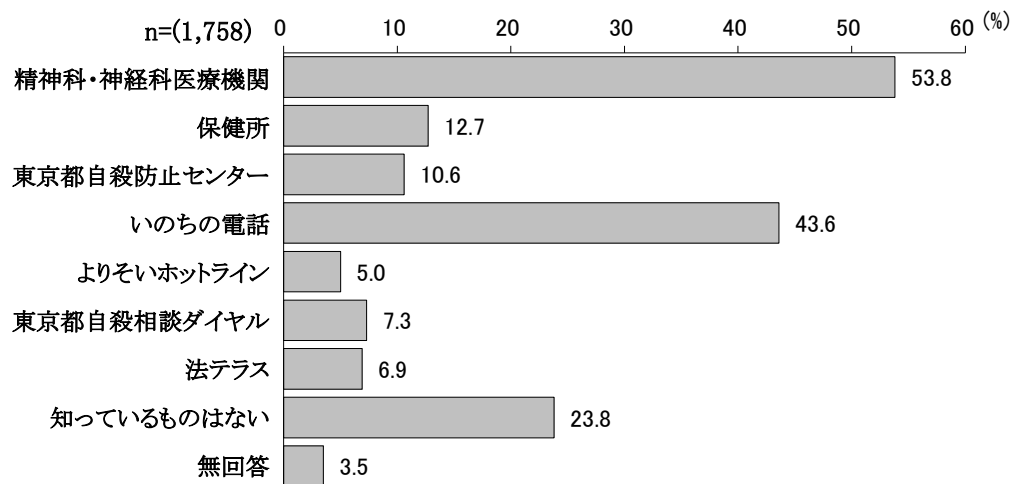
13 自殺対策について

(1) こころの健康や自殺に関する相談先

問 41 こころの健康や自殺に関する相談先について知っているものはどれですか。
(〇はいくつでも)

こころの健康や自殺に関する相談先について、「精神科・神経科医療機関」が53.8%で最も多く、次いで「いのちの電話」が43.6%、「知っているものはない」が23.8%となっている。(図表13-1)

<図表 13-1> こころの健康や自殺に関する相談先

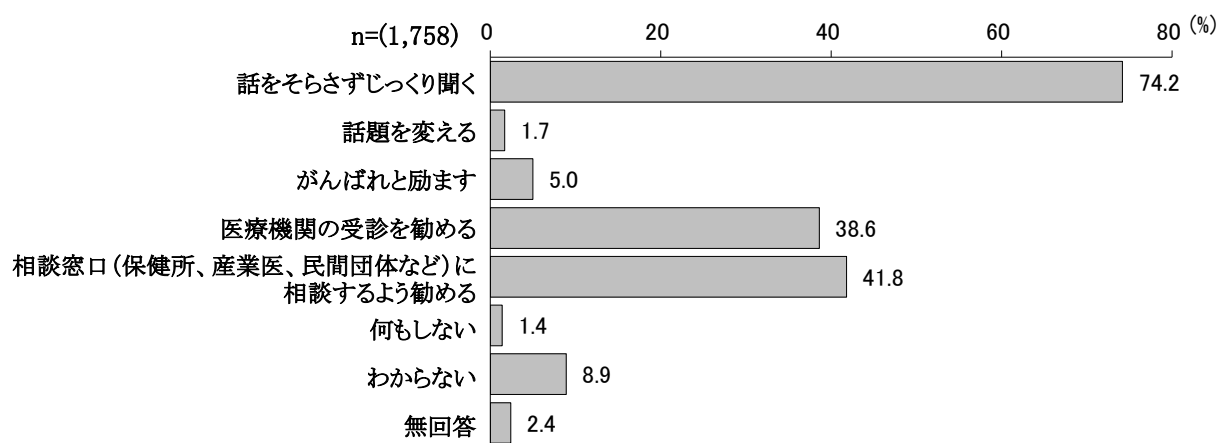


(2) 「死にたい」と打ち明けられた場合の対処法

問 42 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた場合、適切だと思う対応は次のうちどれですか。(〇はいくつでも)

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた場合、「話をそらさずじっくり聞く」が74.2%で最も多く、次いで「相談窓口（保健所、産業医、民間団体など）に相談するよう勧める」が41.8%、「医療機関の受診を勧める」が38.6%となっている。(図表13-2)

<図表 13-2> 「死にたい」と打ち明けられた場合の対処法



「死にたい」と打ち明けられた場合には

「死にたい」と打ち明けられた時は、安易に励ましたり話をそらしたりせず、傾聴して気持ちを受け止めます。そのうえで、必要に応じて相談機関や医療機関につなげます。

14 自由意見

その他、健康に関することで区に対するご意見がございましたら、ご記入ください。
(例えば健康診断や健康に関する情報提供など)

ご意見を自由に記入していただいたところ、延べ441件の貴重な回答が寄せられた。ここでは、意見や要望を分類し、その内容別で記載しておく。一人の回答が複数の内容にわたる場合には、複数回答として、原文の内容の趣旨を損なわないよう回答を分け、それぞれの内容へ数えている。

計：441件

◆区の健診・検診	140
○健診・検診を充実（項目増設や日程、結果送付等）させてほしい	49
○健診・検診の受診条件（年齢、人数）緩和をして多くの人が受けられるようにしてほしい	30
○区の健診・検診はありがたいので、今後も継続してほしい	18
○婦人科検診の充実や検診料補助をしてほしい	16
○健診・検診の費用負担を見直してほしい	8
○子どもがいても検診に行けるような環境整備を図ってほしい	5
○区のがん検診をもっとPRするべき	4
○がん検診クーポン券はありがたい	3
○受診する機会のない人達への機会の提供をしてほしい	2
○血液検査だけでも毎年やってほしい	2
○健診・検診案内の情報を提供してほしい	1
○受診する医療機関に係る情報を充実させてほしい	1
○がんのセカンドオピニオンについて相談できる窓口があるかどうか知りたい	1
◆予防接種	9
○予防接種等の費用を軽減してほしい	5
○子どもの予防接種の情報提供、無料化を図ってほしい	4
◆環境・まちづくり	31
○路上、飲食店等での喫煙禁止や分煙化の徹底をしてほしい	16
○ペット飼い主のマナー向上、鳥獣類対策を行ってほしい	6
○生活環境の改善をすすめてほしい	6
○街中のバリアフリー化を推進してほしい	2
○自転車のマナー向上を図ってほしい	1

◆医療・保健	47
○各種医療機関、かかりつけ医の情報を紹介してほしい	11
○保険料が高い、医療費、薬代が心配	11
○医療機関、E Rを充実させてほしい	8
○メンタルヘルスへの対応の充実を図ってほしい	5
○休日、夜間診療を充実させてほしい	4
○妊娠、出産、不妊対策を充実させてほしい	2
○薬の出しすぎが気になる	2
○病気や治療に関する情報を提供してほしい	2
○健診の対象機関を見直してほしい	1
○介護をしている方々の話を聞けるような場がほしい	1
◆健康・福祉施策	35
○高齢者保健福祉・介護保険制度、障害者福祉等を充実させてほしい	10
○参加しやすいイベントや講座、サークル等があるといい	6
○高齢者が気軽に集まれる場所を提供してほしい	5
○区の健康施策に満足しているが、引き続き尽力してほしい	4
○健康に無関心な人への取組もすすめてほしい	3
○医療に依存のない健常者、非喫煙者に何か還元できないか	2
○医療・福祉・介護・健康等に関するガイドブックがあるといい	2
○高齢者に対する健康に関する情報を周知してほしい	1
○禁煙する際のサポートがあったら利用したい	1
○別地域の医療機関や介護機関との連携について知りたい	1
◆情報・相談	61
○各種媒体を利用した積極的な情報提供（健康・保健）をしてほしい	30
○相談窓口、電話相談を充実させてほしい	11
○ウェブサイトの充実、モバイルサイト等（SNS・LINE含む）での情報提供を充実させてほしい	9
○区報を充実させてほしい	8
○情報提供に感謝している、引き続き行ってほしい	3
◆運動・健康施設	29
○運動施設や身体を動かせる場所・情報を提供してほしい	15
○教室・健康指導を充実させてほしい	13
○筋肉量が簡単に計れる場所がほしい	1
◆食品と食生活	3
○食育、バランスの良い食事等、健康と食に関する講座等を開催してほしい	2
○飲食店、食品関連企業・事業所・個人に対する食品衛生管理の指導の徹底をしてほしい	1
◆健康意識	1
○悪くなったときどうすれば良いか不安	1

◆アンケート	12
○設問の設計、調査手法、改善してほしい	7
○勉強になった、感謝、文字が見やすかった	4
○転入間もないため、区の制度はわからない	1
◆その他(行政施策等)	21
◆その他(体調・経緯等)	52