

## 健康に関するニーズ調査の結果について

### 1 目的

ニーズ調査の実施により、区民の健康状態や健康管理の方法、健康づくりに関する要望等を把握し、現行の保健医療計画の最終評価資料及び次期保健医療計画（平成30年度～平成35年度）の基礎資料とする。

### 2 調査対象者及び調査項目

(1) 調査対象者

20歳以上89歳以下の文京区在住者 4,800人（住民基本台帳から無作為抽出）

(2) 調査項目

対象者の属性、健康意識、健康管理、体重管理、運動、食生活・食育、睡眠・ストレス、たばこ、アルコール、歯と口腔、受療行動、地域とのつながり、区の施策等

### 3 調査方法

アンケート（郵送配布・郵送回収）方式

### 4 調査時期

平成28年10月1日～平成28年10月21日（11月8日到着分まで集計）

### 5 回収状況

配布数	回収数	有効回収数	有効回収率
4,800	2,104	2,099	43.7%

### 6 調査結果

別紙（概要版）のとおり

# 文京区健康に関するニーズ調査結果の報告

## 1 調査概要

### (1) 調査目的

本調査は、区民の健康状態や健康管理の方法、健康づくりに関する要望等を把握し、平成30年度からはじまる次期保健医療計画策定の基礎資料とすることを目的として実施しました。

### (2) 調査設計

調査地域	文京区全域
調査対象者	20歳以上89歳以下の文京区在住者 4,800人
抽出方法	住民基本台帳からの無作為抽出
調査方法	郵送配布—郵送回収
調査期間	平成28年10月1日～10月21日

※平成28年11月8日到着分までを集計の対象に含めました。

### (3) 回収結果

有効回収数	2,099人
有効回収率	43.7%

### 概要版の見方

- 図表中の「n」（number of case の略）は、集計対象者総数（あるいは回答者限定設問の限定条件に該当する人数）を表しています。
- 調査結果の比率は、その設問の回答者数(n)を基数として、小数点以下第2位を四捨五入し算出しています。そのため、端数処理の関係で合計が100.0%にならない場合があります。
- 複数回答の設問の場合、回答比率の合計は100.0%を超える場合があります。
- 本文や図表中の選択肢表記は、語句を短縮・簡略化している場合があります。
- 掲載した図表には、設問により、全体の結果を示したもの、性別、性・年齢別のクロス集計結果を示したものがあります。
- クロス集計結果の図表では、次のような留意点があります。
  - ・分析の軸（＝表側）とした調査回答者の属性の無回答は表示していません。そのため、各調査回答者の属性のnの合計が、全体と一致しない場合があります。
  - ・分析の軸（＝表側）でnが少ないもの（25人未満を目安）は、誤差が大きくなるため、参考として図示していますが、分析の対象からは除いています。
- 複数回答の設問のクロス集計結果は、数表を掲載しています。その中で、で網掛けされている部分は、男性であれば男性全体、女性であれば女性全体に比べて10ポイント以上高いことを表しています。
- 統計数値を記述するにあたり、割での表記を用いている場合があります。その際の目安は、おおむね以下のとおりとしています。また、状況に応じて、●割台、●割以上、●割前後などとまとめている場合もあります。

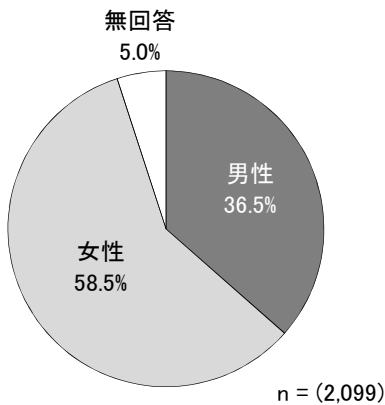
例	表現
17.0～19.9%	約2割
20.0～20.9%	2割
21.0～22.9%	2割を超える

例	表現
23.0～26.9%	2割台半ば
27.0～29.9%	約3割

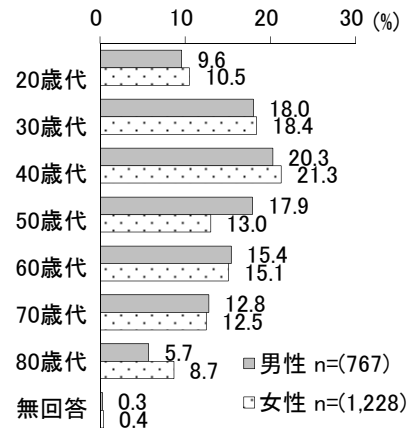
- 「保健医療計画 行動目標」の標記がある設問は、保健医療計画で行動目標としているものです。

## (4) 回答者の属性

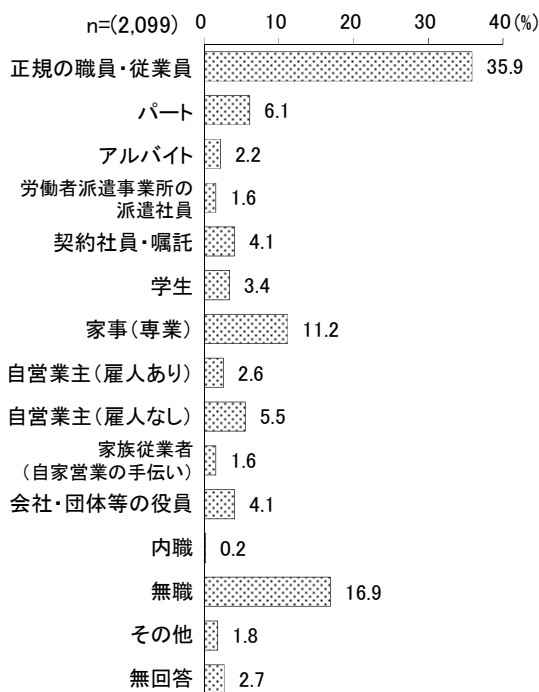
【性別】



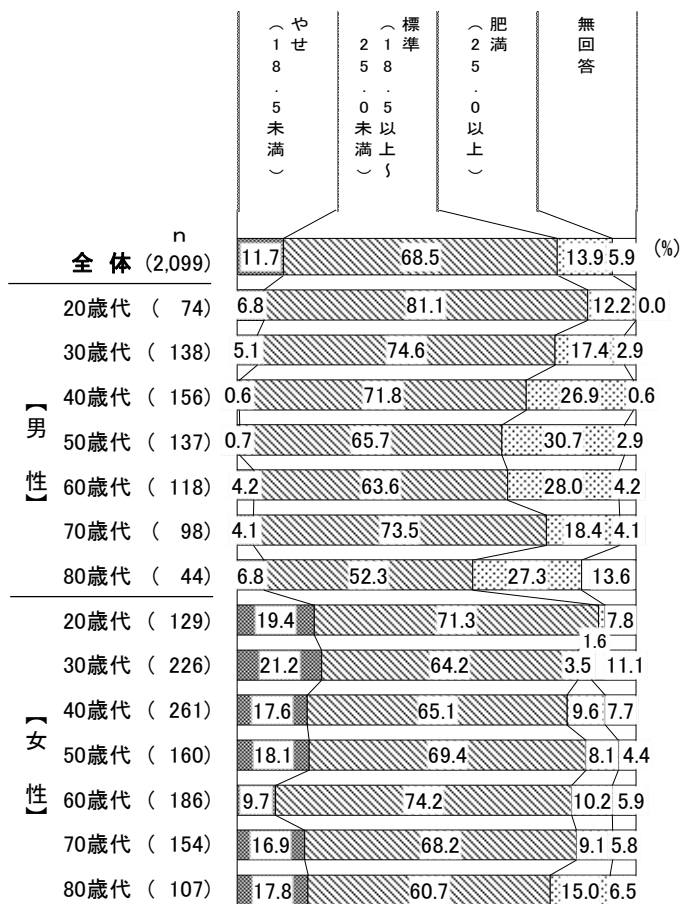
【年齢】



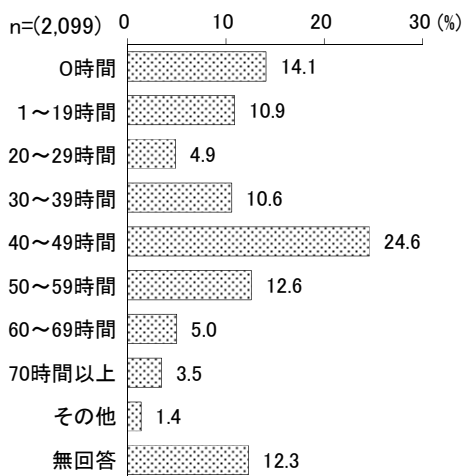
【職業】



【BMI】



【1週間あたりの平均労働時間】



！ 保健医療計画  
行動目標

※BMI (ボディ・マス・インデックス)

肥満度を表す国際的な指標。次の式で導くことができ、「22」が標準とされています。

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)}^2$$

判定基準は、18.5未満は「やせ」、18.5~25.0未満は「標準」、25.0以上は「肥満」と定められています。

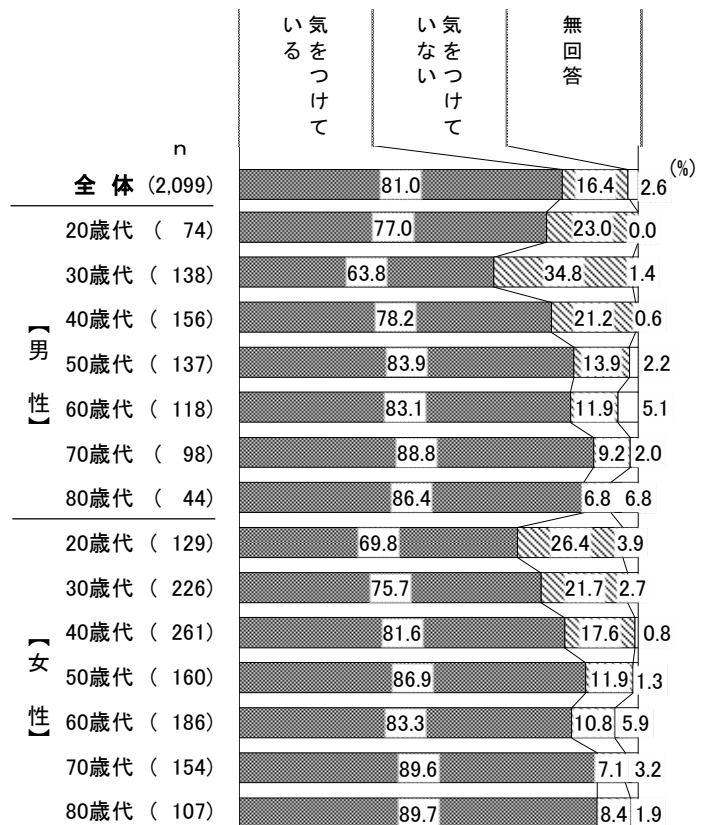
## 2 健康意識について

◇食事・栄養、睡眠・休養などを中心に多くの人が健康に気をつけていますが、年齢層による課題もみられます。

### (1) 健康に気をつけている状況

ふだん健康に気をつけているかについてみると、全体では、「気をつけている」が81.0%となっています。

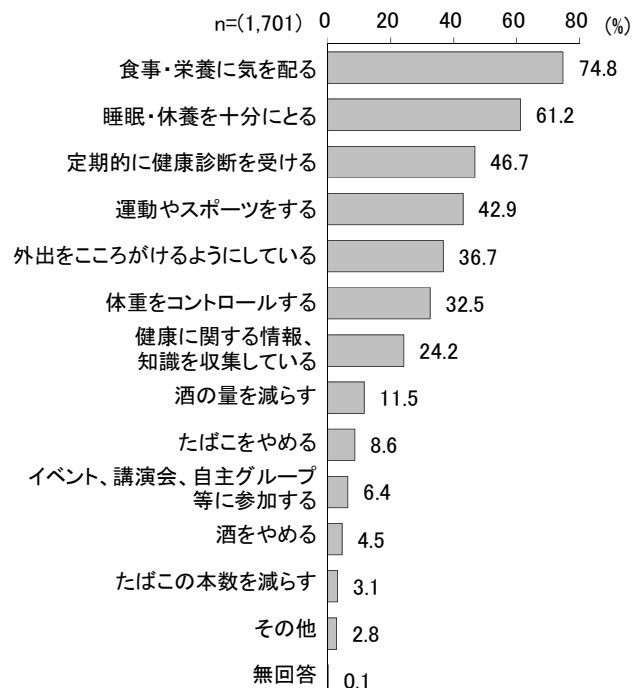
性・年齢別にみると、「気をつけている」は、男女ともにすべての年齢層で6割以上となっています。一方、「気をつけていない」は、男性の30歳代で34.8%と、他の年齢層に比べて高くなっています。



### (2) 健康に気をつけている具体的な内容

健康に「気をつけている」と回答した人に、その具体的な内容をたずねたところ、「食事・栄養に気を配る」が74.8%で最も高く、次いで「睡眠・休養を十分にとる」が61.2%、「定期的に健康診断を受ける」が46.7%、「運動やスポーツをする」が42.9%などとなっています。

! 保健医療計画  
行動目標



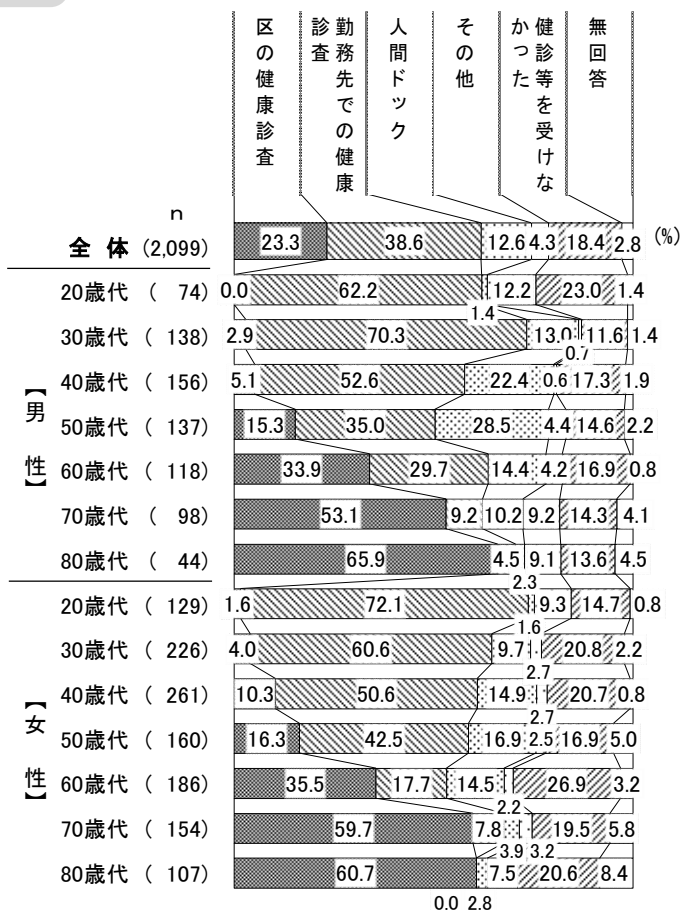
### 3 健康管理について

◇「健診等を受けなかった」は全体で約2割と、多くの人が健診を受診しています。ただし、健診等を受けなかった理由には、必要性の捉え方に性別での違いが大きくみられます。

#### (1) 生活習慣病の健診等の受診状況

生活習慣病の健診等をどこで受けたかについてみると、全体では、「勤務先での健康診査」が38.6%で最も高く、次いで「区の健康診査」が23.3%となっています。一方、「健診等を受けなかった」は18.4%です。

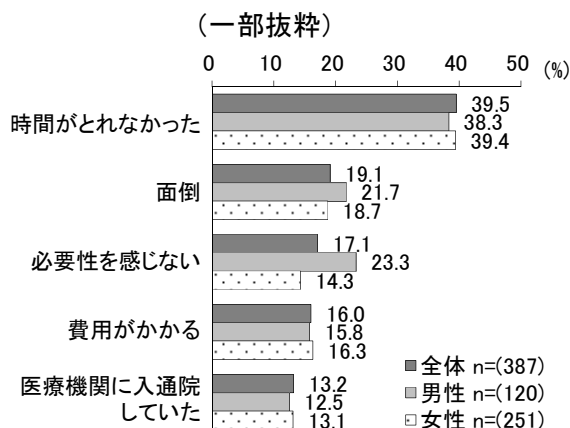
性・年齢別にみると、「区の健康診査」は、男女ともに年齢が上がるほど高くなり、特に、男性の80歳代で65.9%となっています。「勤務先での健康診査」は、男性の30歳代と女性の20歳代で7割台と、他の年齢層に比べて高くなっています。また、「健診等を受けなかった」は、男性の20歳代と女性の60歳代で2割台半ばとなっています。



#### (2) 健診等を受けなかった理由

「健診等を受けなかった」と回答した人に、その理由をたずねたところ、全体では、「時間がとれなかった」が39.5%で最も高く、次いで「面倒」が19.1%、「必要性を感じない」が17.1%などとなっています。

性別にみると、「必要性を感じない」での違いが大きく、男性の方が女性よりも9ポイント高くなっています。



◇どのがん検診も「受けた」は5割を下回っています。検診を受けなかった理由からは、必要性の周知の強化や、受診しやすい環境づくりが必要であることがわかります。

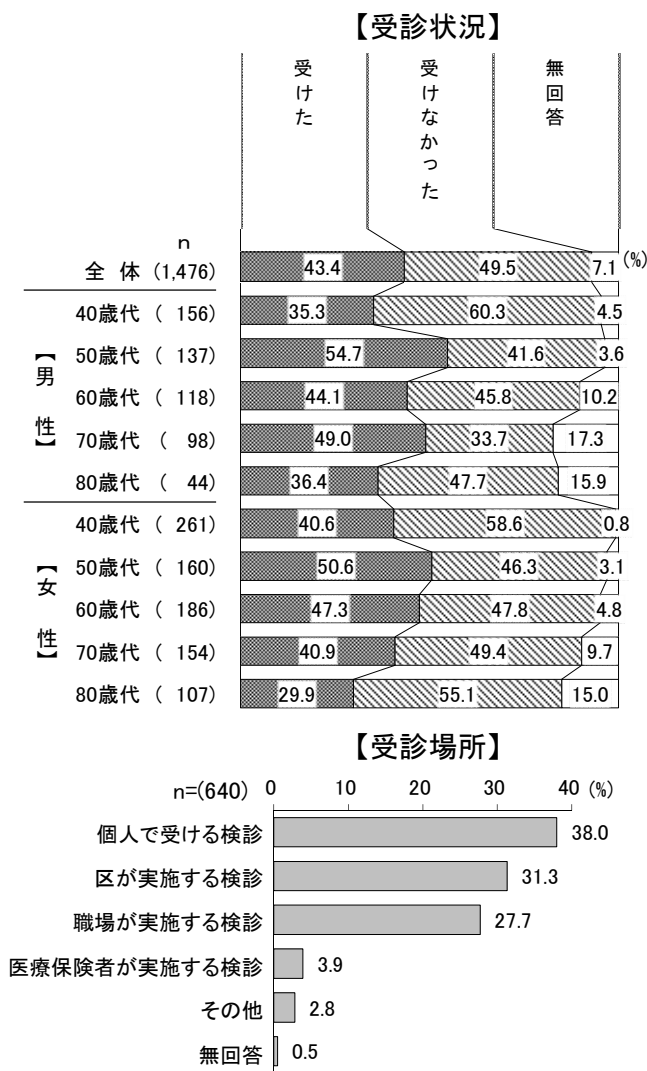
### (3) がん検診の受診状況

#### ① 胃がん検診 (40歳以上)

胃がん検診の受診状況についてみると、全体では、「受けた」が43.4%となっています。

性・年齢別にみると、「受けた」は、男女ともに50歳代で5割台と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「受けなかった」は、男女ともに40歳代で6割前後となっています。

受診場所は、「個人で受ける検診」が38.0%で最も高くなっています。

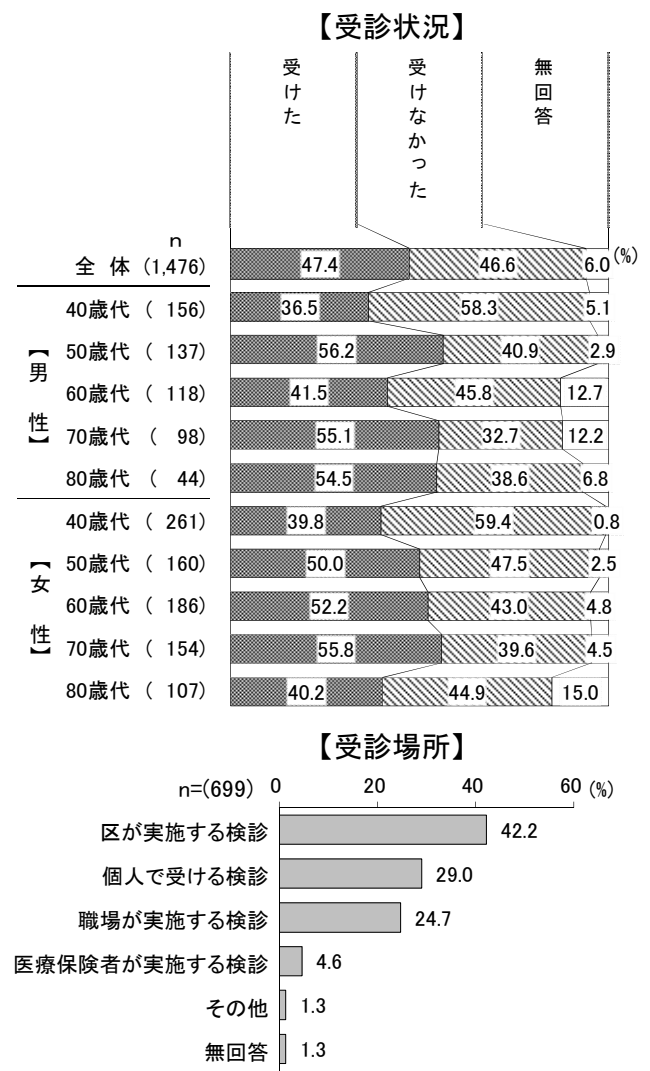


#### ② 大腸がん検診 (40歳以上)

大腸がん検診の受診状況についてみると、全体では、「受けた」が47.4%となっています。

性・年齢別にみると、「受けた」は、男性の50歳代と70~80歳代、女性の70歳代で5割台半ばとなっています。一方、「受けなかった」は、男女ともに40歳代で約6割と、他の年齢層に比べて高くなっています。

受診場所は、「区が実施する検診」が42.2%で最も高くなっています。



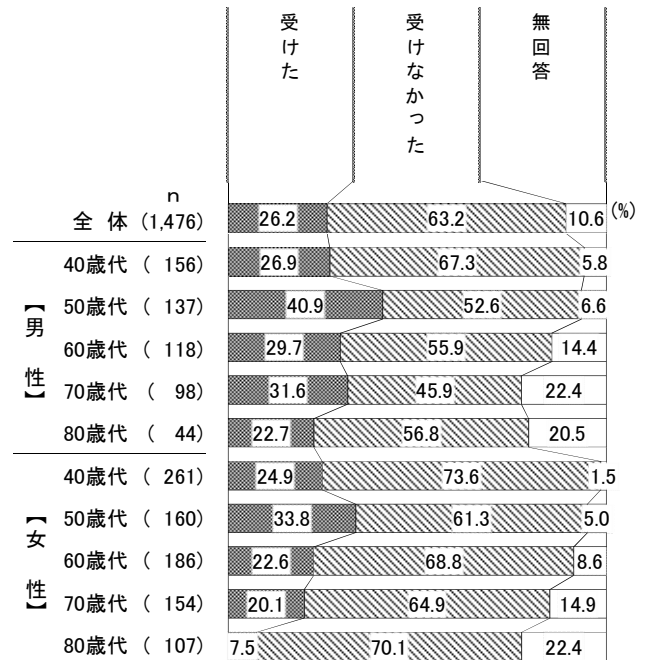
### ③ 肺がん検診（40歳以上）

肺がん検診の受診状況についてみると、全体では、「受けた」が26.2%で、「受けなかった」が63.2%と高くなっています。

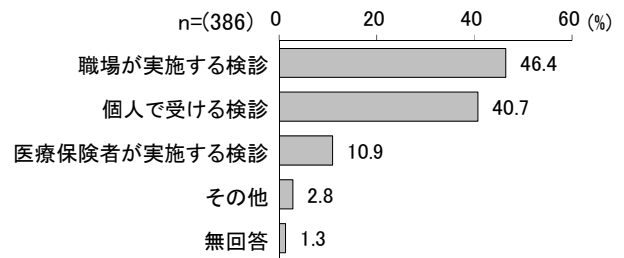
性・年齢別にみると、「受けた」は、男性の50歳代で40.9%、女性の50歳代で33.8%と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「受けなかった」は、女性の40歳代で73.6%と最も高くなっています。

受診場所は、「職場が実施する検診」が46.4%で最も高く、次いで「個人で受ける検診」が40.7%などとなっています。

【受診状況】



【受診場所】

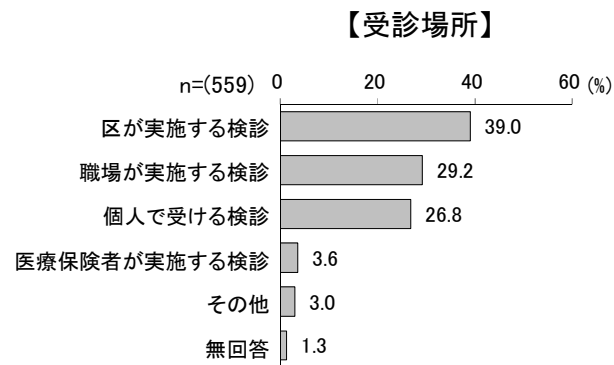
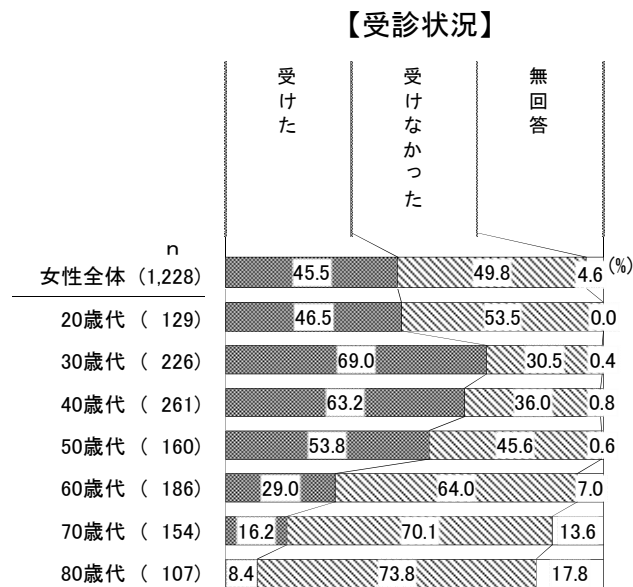


#### ④ 子宮頸がん検診（女性 20 歳以上）

子宮頸がん検診の受診状況についてみると、女性全体では、「受けた」が 45.5%となっています。

性・年齢別にみると、「受けた」は、30 歳代で 69.0%と最も高く、それ以降年齢が上がるほど低くなります。

受診場所は、「区が実施する検診」が 39.0%で最も高くなっています。

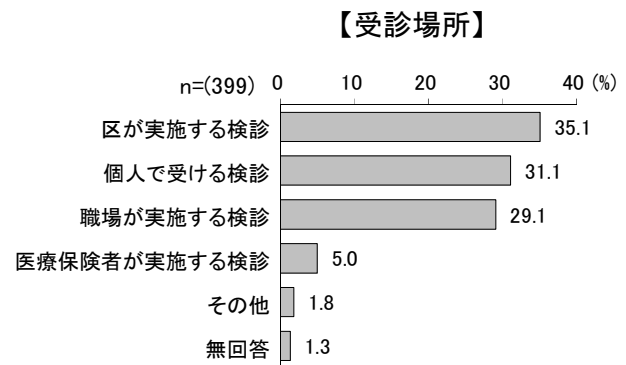
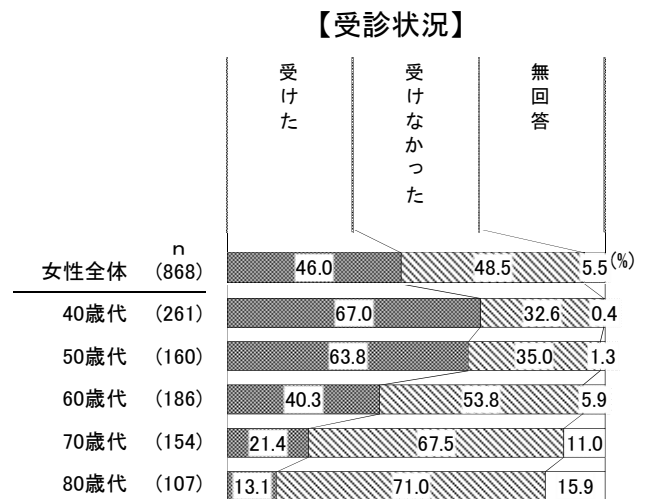


#### ⑤ 乳がん検診（女性 40 歳以上）

乳がん検診の受診状況についてみると、女性全体では、「受けた」が 46.0%となっています。

性・年齢別にみると、「受けた」は、40 歳代で 67.0%、50 歳代で 63.8%となっており、それ以降年齢が上がるほど低くなります。

受診場所は、「区が実施する検診」が 35.1%で最も高く、次いで「個人で受ける検診」が 31.1%、「職場が実施する検診」が 29.1%などとなっています。

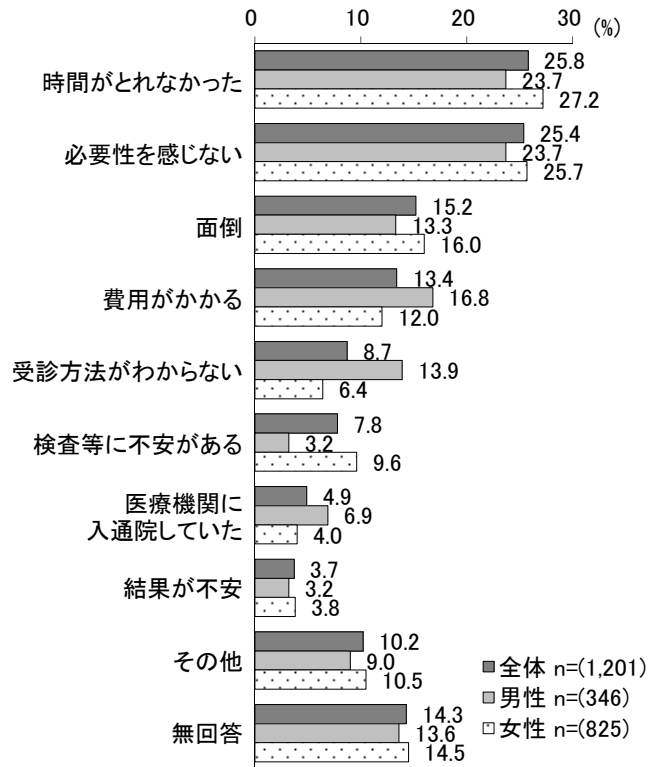




#### (4) がん検診を受けなかった理由

がん検診を1つでも「受けなかった」と回答した人に、その理由をたずねたところ、全体では、「時間がとれなかった」が25.8%、「必要性を感じない」が25.4%と高く、次いで「面倒」が15.2%、「費用がかかる」が13.4%などとなっています。

性別にみると、「受診方法がわからない」での違いが大きく、男性の方が女性よりも約8ポイント高くなっています。一方、「検査等に不安がある」は、女性の方が約6ポイント高くなっています。



性・年齢別にみると、「時間がとれなかった」は、男性の40～50歳代、女性の20～50歳代で高い傾向にあり、特に、女性の30歳代は52.2%となっています。「必要性を感じない」は、男女ともに70歳以上で高く、特に、女性の80歳代は46.0%です。このほか、「費用がかかる」は女性の30歳代で29.0%、「受診方法がわからない」は女性の20歳代で27.5%、「医療機関に入通院していた」は男性の80歳代で25.0%と、他の年齢層に比べて高くなっています。

		単位 (%)									
	n	時間がとれなかった	必要性を感じない	面倒	費用がかかる	受診方法がわからない	検査等に不安がある	医療機関に入通院した	結果が不安	その他	無回答
男性	346	23.7	23.7	13.3	16.8	13.9	3.2	6.9	3.2	9.0	13.6
／40歳代	113	30.1	18.6	15.0	21.2	13.3	2.7	1.8	1.8	10.6	12.4
／50歳代	80	32.5	22.5	12.5	18.8	18.8	-	5.0	-	3.8	12.5
／60歳代	77	22.1	20.8	15.6	20.8	9.1	7.8	7.8	7.8	15.6	14.3
／70歳代	48	8.3	35.4	14.6	2.1	14.6	2.1	10.4	6.3	4.2	14.6
／80歳代	28	3.6	35.7	-	7.1	14.3	3.6	25.0	-	7.1	17.9
女性	825	27.2	25.7	16.0	12.0	6.4	9.6	4.0	3.8	10.5	14.5
／20歳代	69	36.2	24.6	17.4	21.7	27.5	11.6	-	-	5.8	4.3
／30歳代	69	52.2	14.5	14.5	29.0	11.6	8.7	-	5.8	10.1	1.4
／40歳代	213	35.2	16.4	19.2	12.7	5.6	9.9	1.9	4.2	10.8	19.7
／50歳代	116	30.2	24.1	14.7	12.9	3.4	10.3	1.7	3.4	13.8	11.2
／60歳代	146	25.3	22.6	19.2	8.2	2.7	11.0	3.4	4.1	8.2	21.2
／70歳代	124	10.5	39.5	15.3	4.0	2.4	8.9	8.9	5.6	17.7	9.7
／80歳代	87	3.4	46.0	5.7	5.7	3.4	5.7	11.5	1.1	3.4	20.7

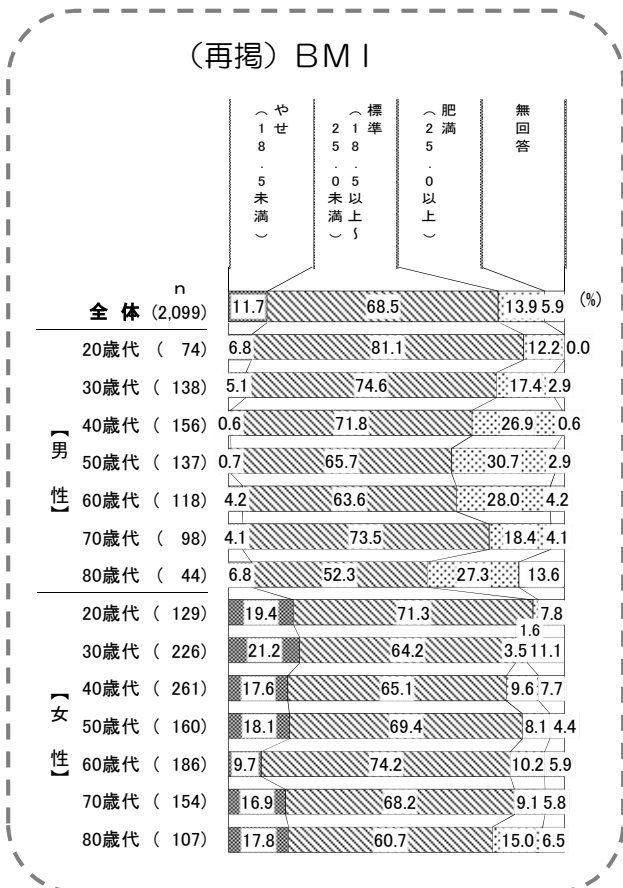
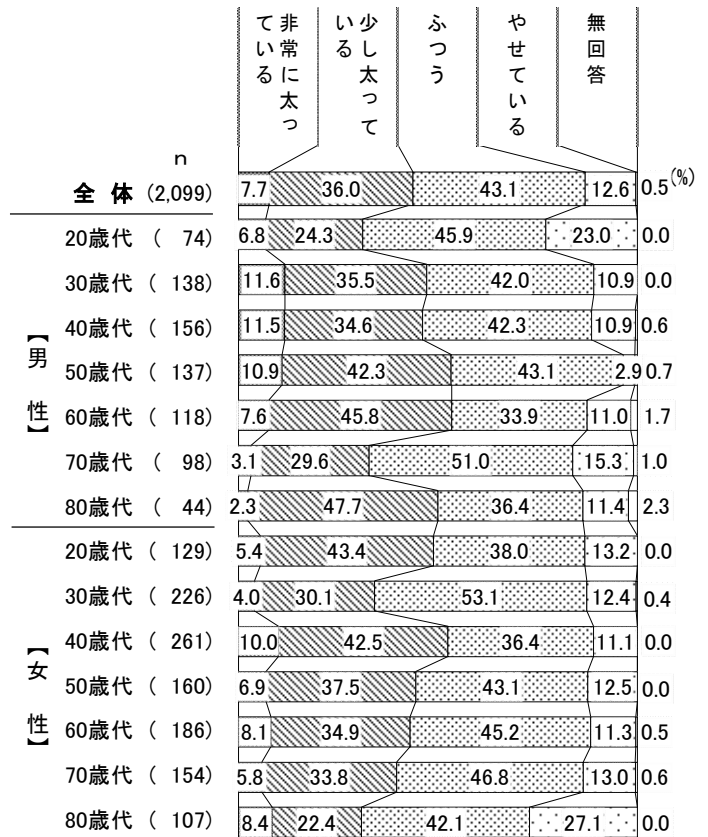
# 4 体重管理について

◇自分の体重に対する認識は、《太っている》が男性の50歳～60歳代、80歳代、女性の40歳代で高く、特に、男性の当該年齢層はBMIの結果と認識に近い状況にあります。

## (1) 自分の体重に対する認識

自分の体重に対する認識についてみると、全体では、「非常に太っている」(7.7%)と「少し太っている」(36.0%)を合わせて、《太っている》が43.7%となっており、「ふつう」が43.1%と、おおむね並んでいます。

性・年齢別にみると、《太っている》は、男性では50～60歳代で5割台半ば、80歳代で5割となっており、女性では40歳代で5割を超え、他の年齢層に比べて高くなっています。



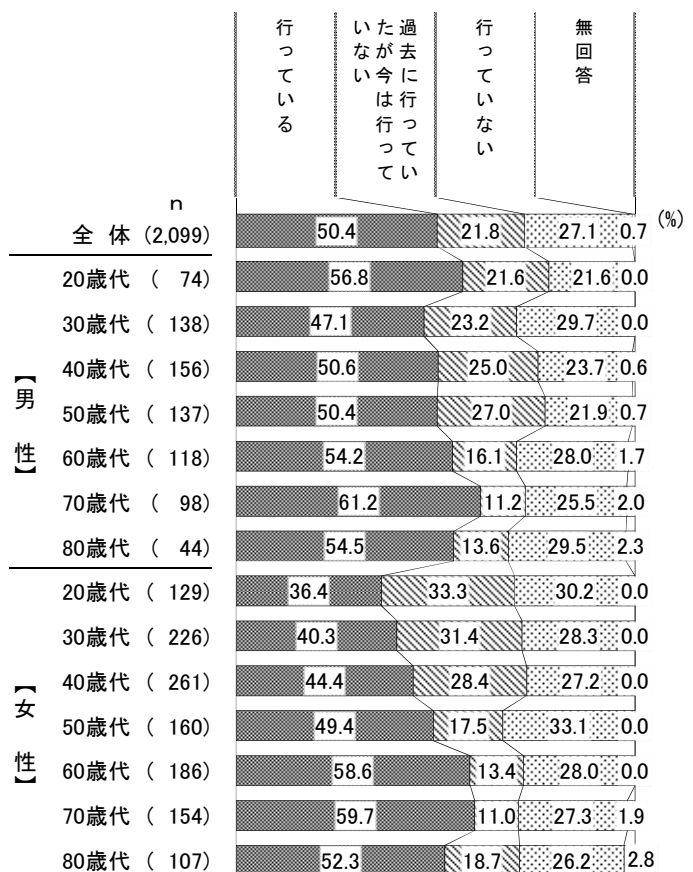
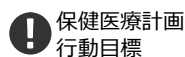
## 5 運動について

◇運動の実施状況は、「行っている」と《現在は行っていない》が拮抗しています。《現在は行っていない》は、女性の20歳～30歳代で高い状況です。

### (1) 運動の実施状況

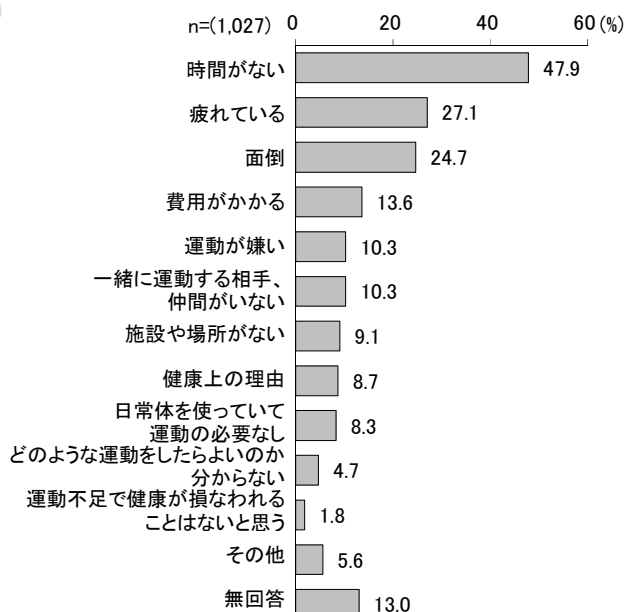
運動の実施状況についてみると、全体では、「行っている」が50.4%となっています。一方、「過去に行っていたが今は行っていない」(21.8%)と「行っていない」(27.1%)を合わせて、《現在は行っていない》は48.9%です。

性・年齢別にみると、「行っている」は、男性では70歳代で最も高く61.2%となっており、次いで20歳代と60歳代、80歳代で5割台半ばです。女性では、おおむね年齢が上がるほど高くなり、60～70歳代で約6割となっています。一方、《現在は行っていない》は、女性の20歳代で63.5%、女性の30歳代で59.7%と、他の年齢層に比べて高くなっています。



### (2) 現在運動を行っていない理由

運動を《現在は行っていない》と回答した人に、その理由をたずねたところ、「時間がない」が47.9%で最も高く、次いで「疲れている」が27.1%、「面倒」が24.7%などとなっています。



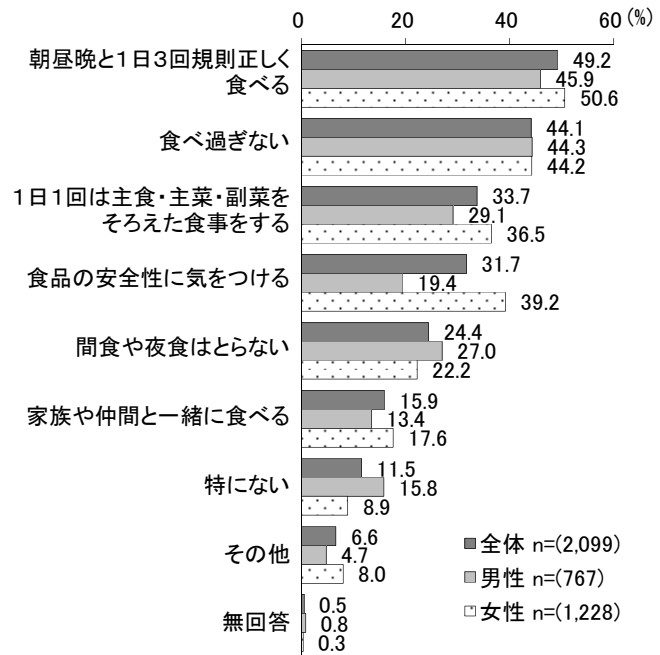
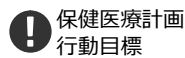
## 6 食生活・食育について

◇食生活や栄養には、女性の方が男性よりも配慮している傾向にあります。

### (1) 健康のために食生活で実践していること

健康のために食生活で実践していることについてみると、全体では、「朝昼晩と1日3回規則正しく食べる」が49.2%で最も高く、次いで「食べ過ぎない」が44.1%、「1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする」が33.7%、「食品の安全性に気をつける」が31.7%などとなっています。

性別にみると、女性の方が男性よりも高い項目が多く、特に、「食品の安全性に気をつける」は約20ポイント、「1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする」は約7ポイント差がみられます。



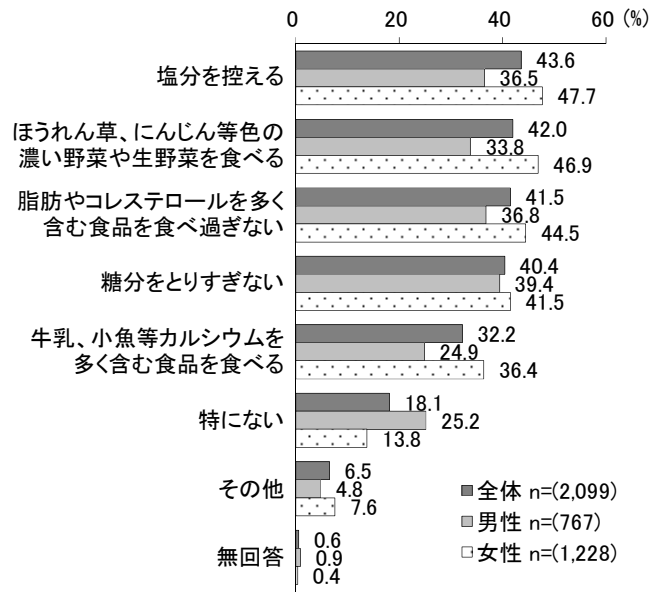
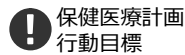
性・年齢別にみると、「朝昼晩と1日3回規則正しく食べる」は、男性の70歳以上と女性の60歳以上で6割台と高く、男性の30歳代が約3割にとどまっています。「食べ過ぎない」は、男性の50~60歳代で5割台、女性の40~50歳代で約5割と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「特にない」は、男性の20~30歳代で2割台半ばとなっています。

		単位(%)								
	n	朝昼晩と1日3回規則正しく食べる	食べ過ぎない	1日1回は主食・主菜・副菜をそろえた食事をする	食品の安全性に気をつける	間食や夜食はとらない	家族や仲間と一緒に食べる	特にない	その他	無回答
男性	767	45.9	44.3	29.1	19.4	27.0	13.4	15.8	4.7	0.8
／20歳代	74	35.1	27.0	32.4	17.6	13.5	6.8	24.3	2.7	-
／30歳代	138	29.7	42.8	21.7	12.3	18.8	9.4	26.8	2.2	-
／40歳代	156	40.4	41.7	22.4	17.9	26.9	10.9	16.0	4.5	0.6
／50歳代	137	46.7	53.3	35.0	19.7	32.1	14.6	11.7	6.6	0.7
／60歳代	118	56.8	51.7	28.0	21.2	32.2	12.7	11.0	6.8	1.7
／70歳代	98	61.2	44.9	39.8	27.6	36.7	19.4	8.2	5.1	1.0
／80歳代	44	65.9	40.9	29.5	27.3	25.0	29.5	9.1	4.5	2.3
女性	1228	50.6	44.2	36.5	39.2	22.2	17.6	8.9	8.0	0.3
／20歳代	129	38.0	40.3	21.7	27.9	17.8	15.5	17.8	4.7	-
／30歳代	226	41.6	42.5	37.6	35.4	18.1	18.1	8.8	8.8	-
／40歳代	261	45.6	47.9	34.5	41.4	18.0	17.6	8.4	10.3	-
／50歳代	160	45.6	48.8	34.4	37.5	18.8	10.6	10.0	5.6	0.6
／60歳代	186	64.0	41.4	37.6	47.8	25.8	17.7	7.0	9.7	0.5
／70歳代	154	60.4	45.5	45.5	44.8	31.8	24.7	5.8	8.4	1.3
／80歳代	107	66.4	41.1	45.8	33.6	32.7	18.7	5.6	4.7	-

## (2) 健康のために栄養に関して気をつけていること

健康のために栄養に関して気をつけていることについてみると、全体では、「塩分を控える」、「ほうれん草、にんじん等色の濃い野菜や生野菜を食べる」、「脂肪やコレステロールを多く含む食品を食べ過ぎない」、「糖分をとりすぎない」の4項目が、4割台でおおむね並んでいます。

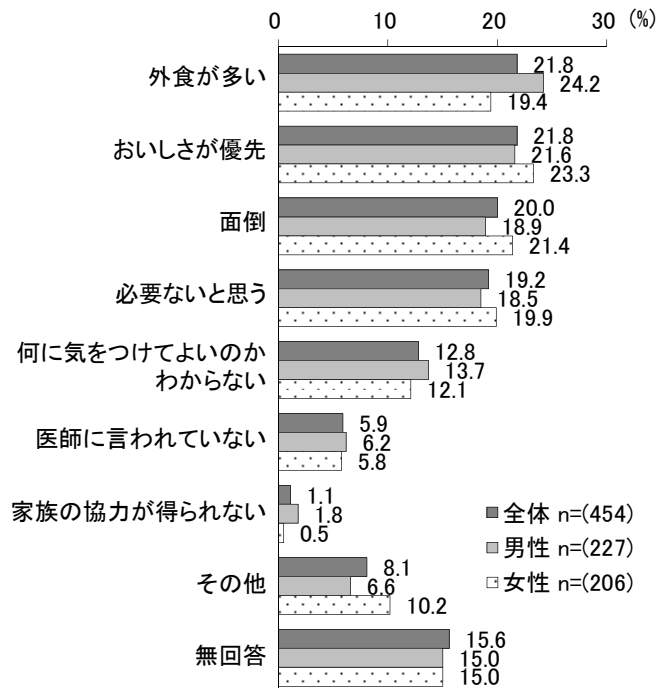
性別にみると、「特にない」を除くすべての項目で、女性の方が男性よりも高く、「塩分を控える」、「ほうれん草、にんじん等色の濃い野菜や生野菜を食べる」、「牛乳、小魚等カルシウムを多く含む食品を食べる」は、10ポイント以上の差がみられます。



## (3) 食生活で実践していることがない又は栄養に気をつけていない理由

食生活で実践していることがない又は栄養に気をつけていないと回答した人に、その理由をたずねたところ、全体では、「外食が多い」、「おいしさが優先」、「面倒」、「必要ないと思う」の4項目が、2割前後でおおむね並んでいます。

性別にみると、「外食が多い」での違いが大きく、男性の方が女性よりも約5ポイント高くなっています。

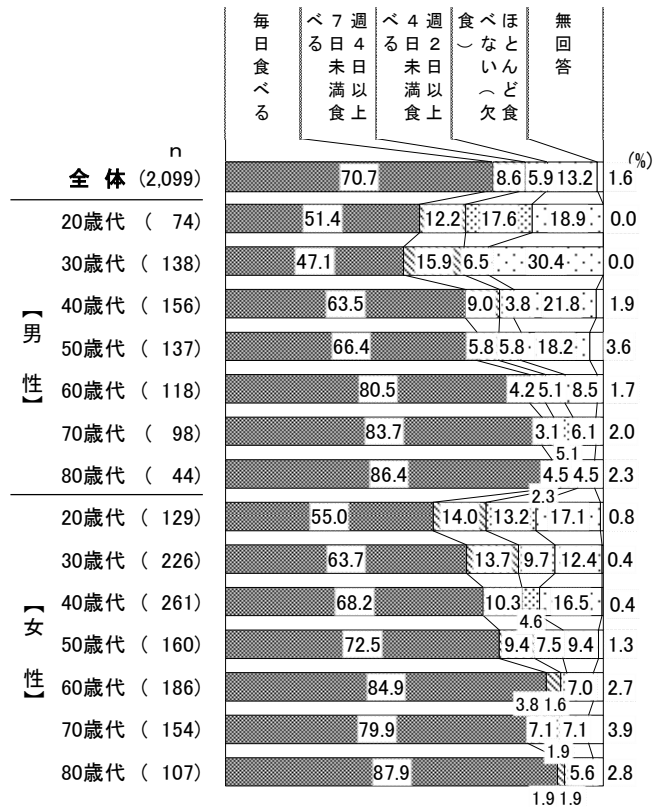
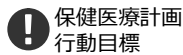


◇朝食の欠食は、男性の30歳代で3割に上ります。

#### (4) 朝食の摂取頻度

朝食の摂取頻度についてみると、全体では、「毎日食べる」が70.7%で最も高くなっています。一方、「ほとんど食べない(欠食)」は13.2%です。

性・年齢別にみると、「毎日食べる」は、男性の30歳代を除いて、男女ともに5割以上となっており、おおむね年齢が上がるほど高くなっています。一方、「ほとんど食べない(欠食)」は、男性の30歳代で30.4%と、他の年齢層に比べて高くなっています。



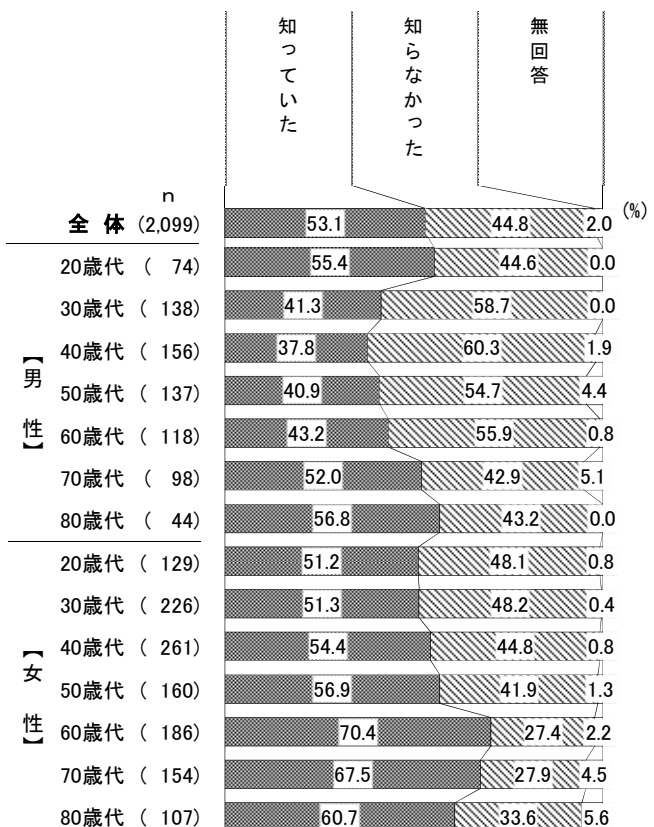
◇野菜の目標摂取量の認知度は、男性の30~40歳代で低い状況です。

#### (5) 野菜の目標摂取量の認知度

野菜の目標摂取量の認知度についてみると、全体では、「知っていた」が53.1%となっています。

性・年齢別にみると、「知っていた」は、男性の20歳代、70~80歳代、女性のすべての年齢層で5割以上となっており、特に、女性の60歳代は70.4%と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「知らなかった」は、男性の40歳代で60.3%、30歳代で58.7%などと高くなっています。

大人1人が1日にとりたい  
野菜の量(目標摂取量)は、  
**350g以上**です。



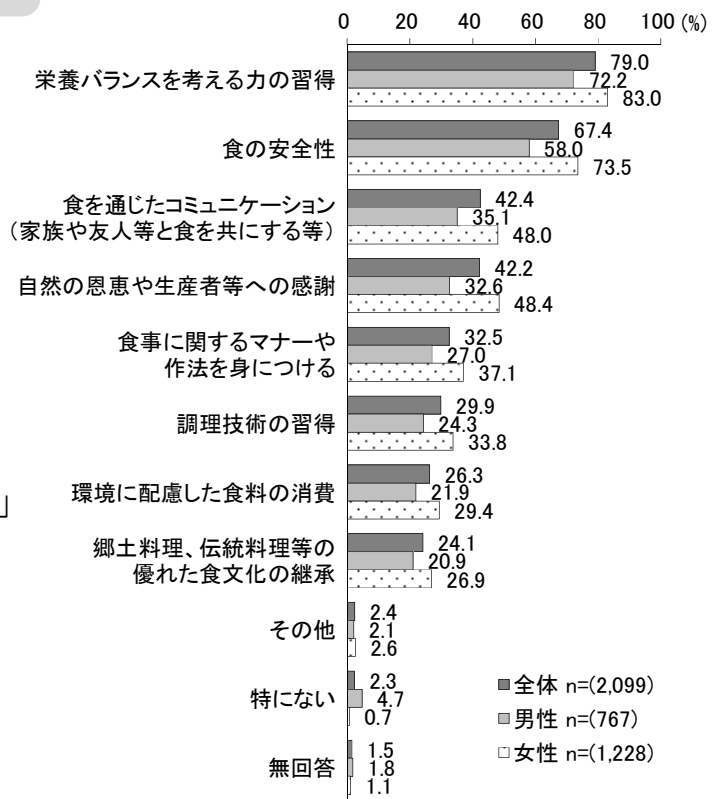
◇食に関しては、女性の方が男性よりも興味・関心が高い傾向にあります。

## (6) 食に関して重要だと思うこと

食に関して重要だと思うことについてみると、全体では、「栄養バランスを考える力の習得」が79.0%で最も高く、次いで「食の安全性」が67.4%、「食を通じたコミュニケーション（家族や友人等と食を共にする等）」が42.4%、「自然の恩恵や生産者等への感謝」が42.2%などとなっています。

性別にみると、「特にない」を除くすべての項目で、女性の方が男性よりも高く、「食の安全性」、「自然の恩恵や生産者等への感謝」をはじめ、多くの項目で10ポイント以上の差がみられます。

! 保健医療計画  
行動目標



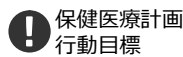
# 7 睡眠・ストレスについて

◇総じて、睡眠による休養はとれている傾向にあります。しかし、悩みやストレスを感じている人は、男女ともに20～40歳代で高い傾向にあります。

## (1) 睡眠による休養の充足感

睡眠により休養が「十分とれている」と思うかについてみると、全体では、「十分とれている」(19.1%)と「まあとれている」(52.8%)を合わせて、《とれている》が71.9%となっています。

性・年齢別にみると、《とれている》は、男女ともに60歳以上で高くなっており、男性では60歳以上すべてで、女性では60歳代と80歳代で8割を超えています。一方、《とれていない》(「あまりとれていない」と「まったくとれていない」の合計)は、男性では30歳代で41.3%と高く、女性では20～40歳代で3割台半ばとなっています。

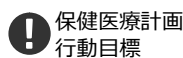


保健医療計画  
行動目標

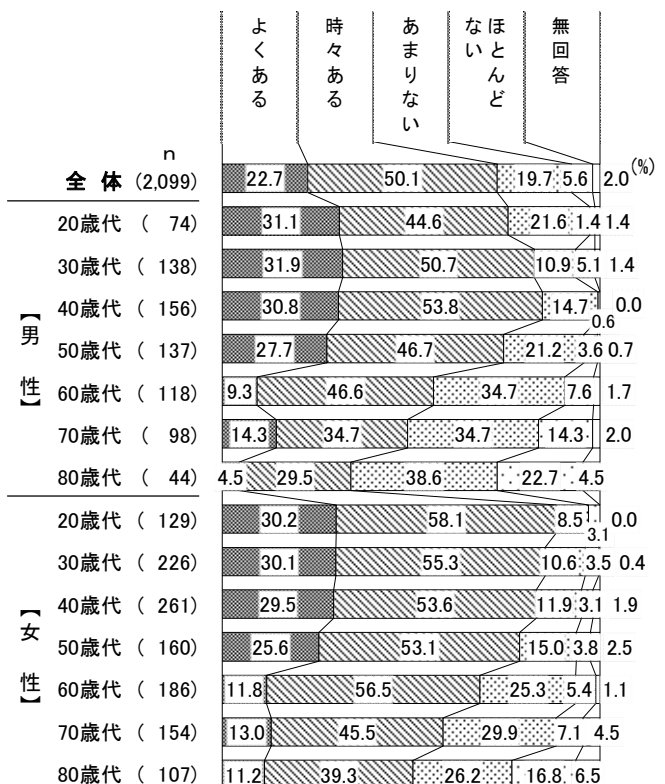
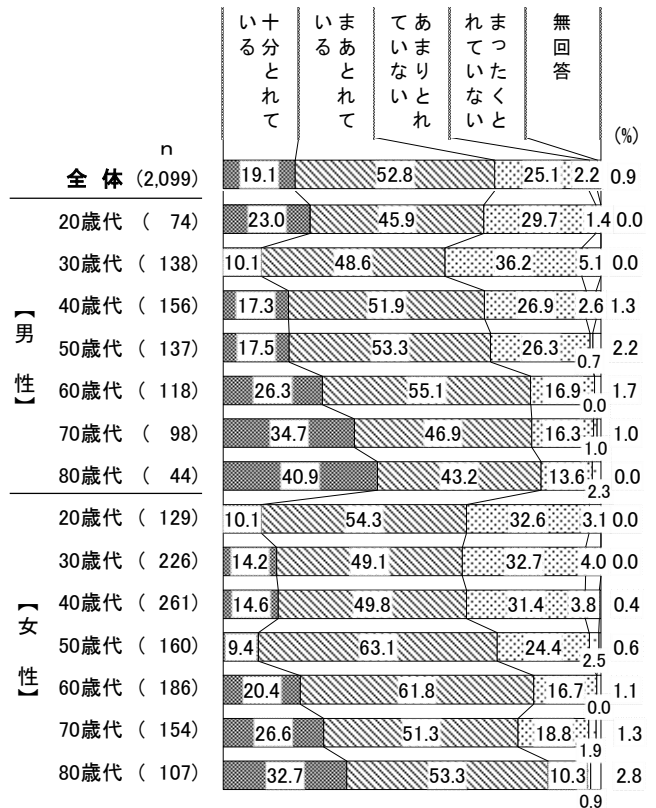
## (2) 悩みやストレスの状況

毎日の生活の中で悩みやストレスを感じることがあるかについてみると、全体では、「よくある」(22.7%)と「時々ある」(50.1%)を合わせて、《ある》が72.8%となっています。

性・年齢別にみると、《ある》は、男性の30～40歳代、女性の20～40歳代で8割台となっており、特に、女性の20歳代は約9割となっています。



保健医療計画  
行動目標



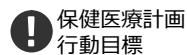


◇男女ともに悩みやストレスの解消はできている傾向にあります。また、女性の方が男性よりも身近な相談者に相談できています。

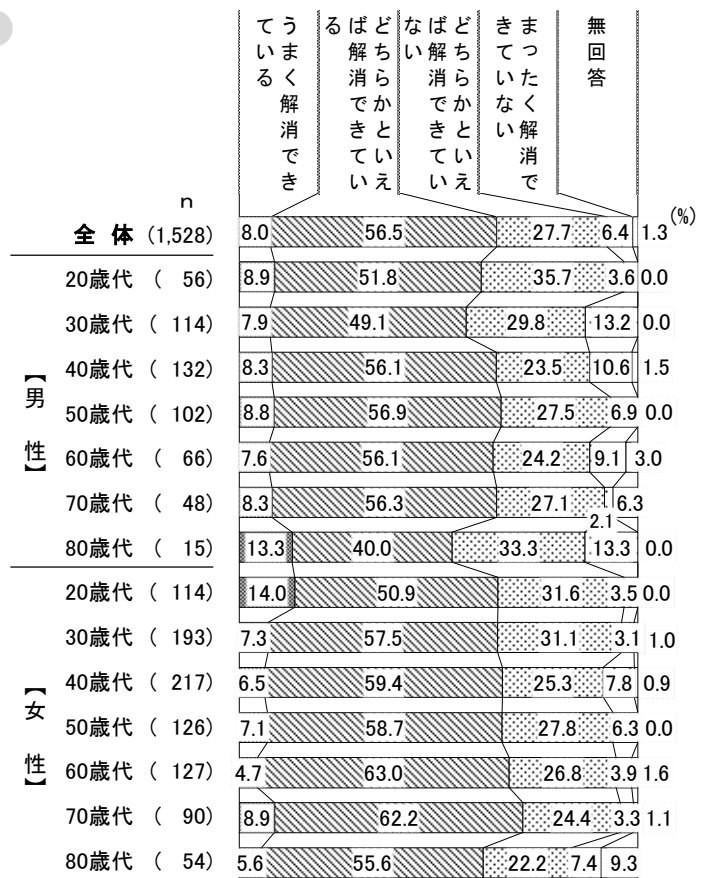
### (3) 悩みやストレスの解消状況

悩みやストレスが《ある》と回答した人に、その解消状況をたずねたところ、「うまく解消できている」(8.0%)と「どちらかといえは解消できている」(56.5%)を合わせて、《解消できている》は64.5%となっています。

性・年齢別にみると、《解消できている》は、男女ともにすべての年齢層で5割以上となっています。一方、《解消できていない》(「どちらかといえは解消できていない」と「まったく解消できていない」の合計)は、男性の30歳代で43.0%と、他の年齢層に比べて高くなっています。



保健医療計画  
行動目標

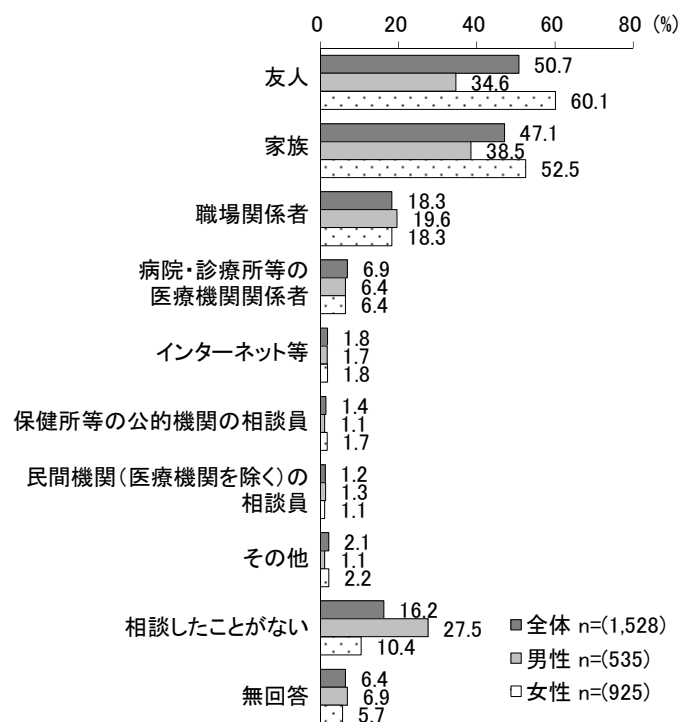


※nが少ない層は参考として図示し、文中では触れていません。

### (4) 悩みやストレスの相談相手

悩みやストレスが《ある》と回答した人に、その相談相手をたずねたところ、「友人」が50.7%で最も高く、次いで「家族」が47.1%などとなっています。

性別にみると、「友人」は女性の方が男性よりも約26ポイント高く、「家族」でも女性は14ポイント高くなっています。一方、「相談したことがない」は、男性の方が女性よりも約17ポイント高くなっています。

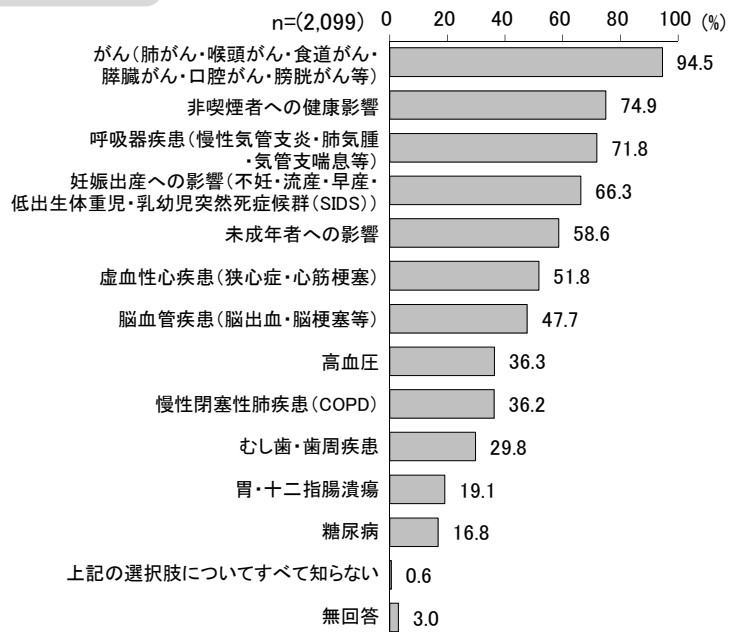


## 8 たばこについて

◇たばこの影響は、「がん」、「呼吸器疾患」、「非喫煙者への健康影響」などが知られているものの、様々な疾病等に及ぶことは知られていない傾向にあります。

### (1) たばこが健康に及ぼす影響の認知度

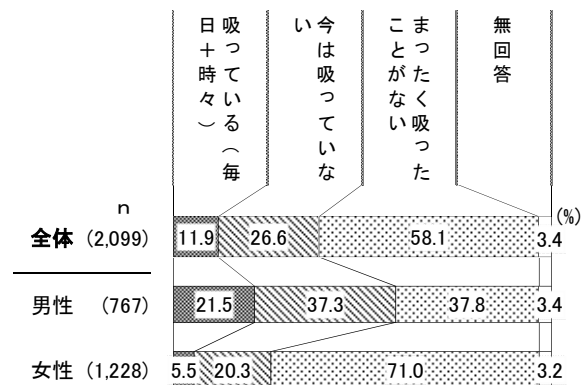
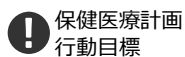
たばこが健康に及ぼす影響の認知度についてみると、「がん（肺がん・喉頭がん・食道がん・膵臓がん・口腔がん・膀胱がん等）」が94.5%で最も高く、次いで「非喫煙者への健康影響」が74.9%、「呼吸器疾患（慢性気管支炎・肺気腫・気管支喘息等）」が71.8%、「妊娠出産への影響（不妊・流産・早産・低出生体重児・乳幼児突然死症候群（SIDS）」が66.3%などとなっています。



### (2) 喫煙状況

喫煙状況についてみると、全体では、「吸っている（毎日＋時々）」は11.9%です。一方、「まったく吸ったことがない」が58.1%で高くなっています。

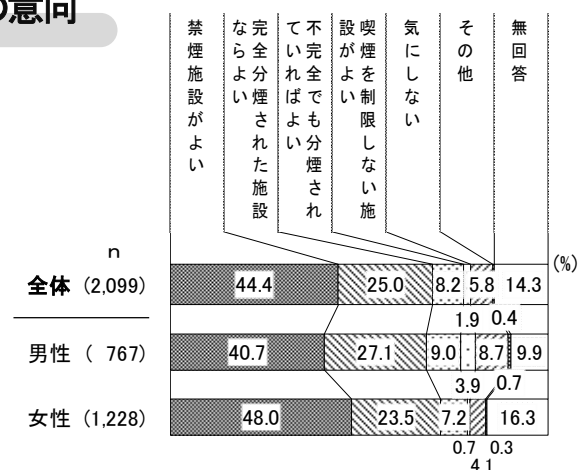
性別にみると、「吸っている（毎日＋時々）」は、男性の方が女性よりも16ポイント高くなっています。



### (3) 飲食店等利用時における禁煙・分煙の意向

飲食店等を利用する際の禁煙・分煙の意向についてみると、全体では、「禁煙施設がよい」が44.4%で最も高くなっています。

性別にみると、「禁煙施設がよい」は、女性の方が男性よりも約7ポイント高くなっています。



## 9 アルコールについて

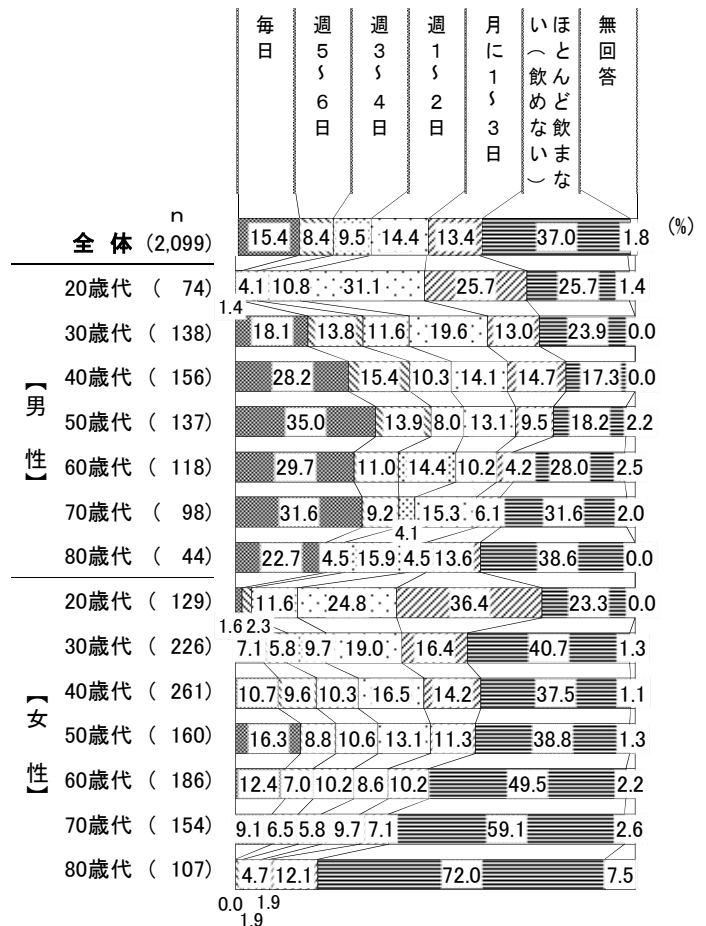
◇週5日以上で1日3合以上飲酒している、いわゆる多量飲酒者が男性で17.3%、女性で9.0%となっています。また、アルコールの過剰摂取が、健康障害や社会問題に及ぼす影響は、知られていることと知られていないことの差が大きくなっています。

### (1) 飲酒の頻度

飲酒の頻度についてみると、全体では、「毎日」が15.4%となっています。「毎日」と「週5～6日」(8.4%)を合わせると、「週に5日以上は飲酒する」は23.8%となります。一方、「ほとんど飲まない(飲めない)」は37.0%です。

性・年齢別にみると、「毎日」は、男性では50歳代で35.0%と最も高く、40歳代、60～70歳代が3割前後となっています。

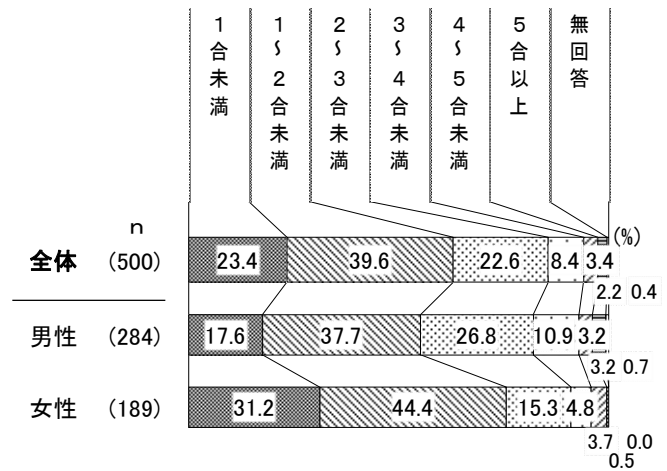
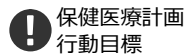
《週に5日以上は飲酒する》としてみると、男性の40～70歳代は4割以上となり、特に、50歳代で48.9%と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「ほとんど飲まない(飲めない)」は、女性でおおむね年齢が上がるほど高くなり、80歳代で72.0%となっています。



## (2) 週5日以上飲酒する人の 1日あたりの飲酒量

《週に5日以上は飲酒する》と回答した人に、1日あたりの飲酒量をたずねたところ、「1～2合未満」が39.6%で最も高くなっています。「3～4合未満」(8.4%)、「4～5合未満」(3.4%)、「5合以上」(2.2%)を合わせて、《3合以上》は14.0%です。

性別にみると、《3合以上》は、男性で17.3%、女性で9.0%となっており、男性の方が女性よりも約8ポイント高くなっています。



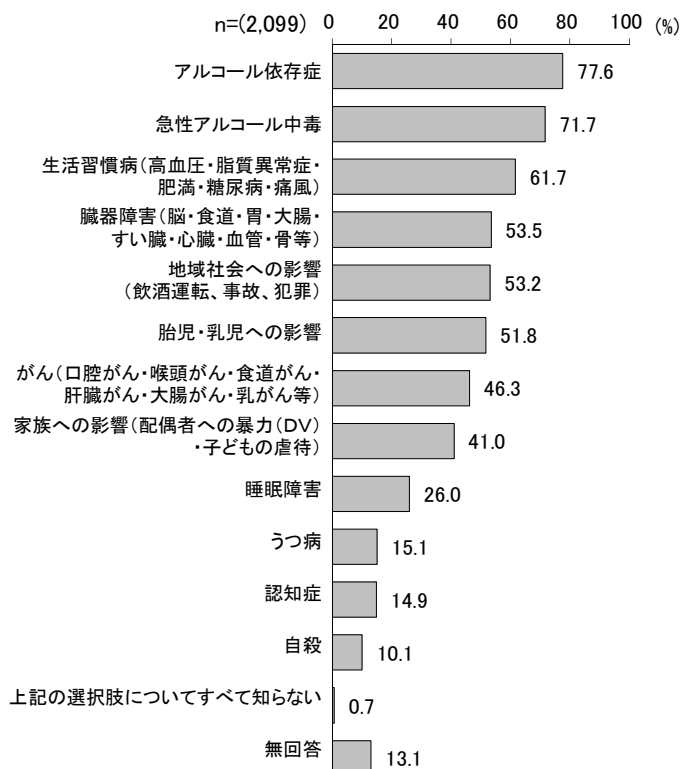
日本酒	→ 1合
ビール大びん1本 (663ml)	→ 1.35合
ビール中びん1本 (500ml)	→ 1合
ビール小びん1本 (350ml)	→ 0.7合

### 換算表

焼酎1杯 (80ml)	→ 1合
ウィスキーダブル1杯 (60ml)	→ 1合
ワイングラス2杯 (240ml)	→ 1合

## (3) アルコールの過量摂取による健康障害、社会問題の認知度

アルコールの過量摂取による健康障害、社会問題の認知度についてみると、「アルコール依存症」が77.6%で最も高く、次いで「急性アルコール中毒」が71.7%、「生活習慣病(高血圧・脂質異常症・肥満・糖尿病・痛風)」が61.7%、「臓器障害(脳・食道・胃・大腸・すい臓・心臓・血管・骨等)」が53.5%、「地域社会への影響(飲酒運転、事故、犯罪)」が53.2%、「胎児・乳児への影響」が51.8%、「がん(口腔がん・喉頭がん・食道がん・肝臓がん・大腸がん・乳がん等)」が46.3%、「家族への影響(配偶者への暴力(DV)・子どもの虐待)」が41.0%などとなっています。



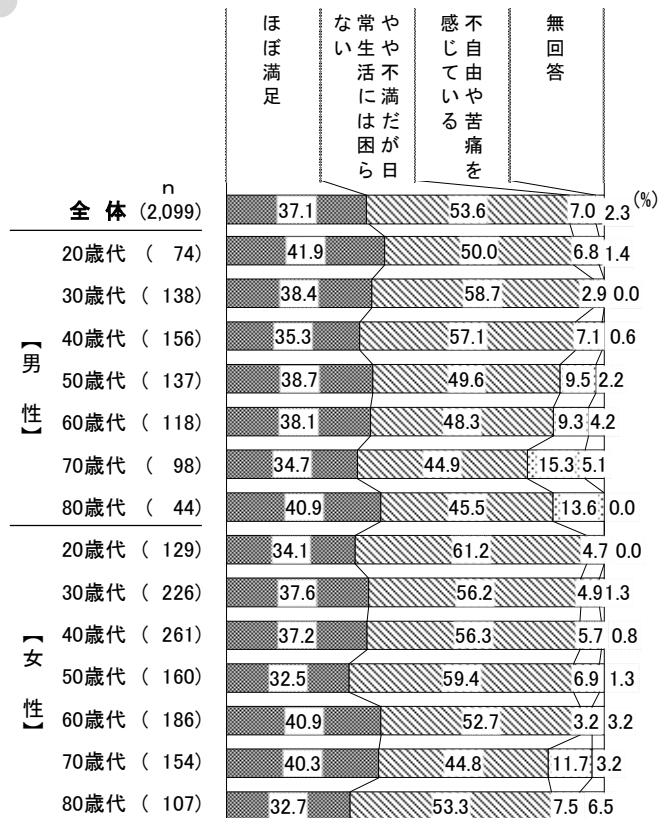
# 10 歯と口腔について

◇口腔状態に《不満や苦痛等を感じている》人は全体で6割です。そのうち、4割以上の人が「歯と歯の間に物がはさまる」、「むし歯や歯周病」で不満や苦痛を感じています。

## (1) 歯や歯肉、口腔状態の満足度

歯や歯肉、口腔状態の満足度についてみると、全体では、「やや不満だが日常生活には困らない」が53.6%で最も高くなっています。ここへ「不自由や苦痛を感じている」(7.0%)を合わせると、《不満や苦痛等を感じている》人は60.6%となります。

性・年齢別にみると、「ほぼ満足」は、男性の20歳代と80歳代、女性の60~70歳代で4割台となっています。「やや不満だが日常生活には困らない」は、男女ともにいずれの年齢層でも高く、特に、女性の20歳代は6割を超えています。なお、《不満や苦痛等を感じている》としてみると、男女ともにいずれの年齢層でも、5割から6割台となっています。

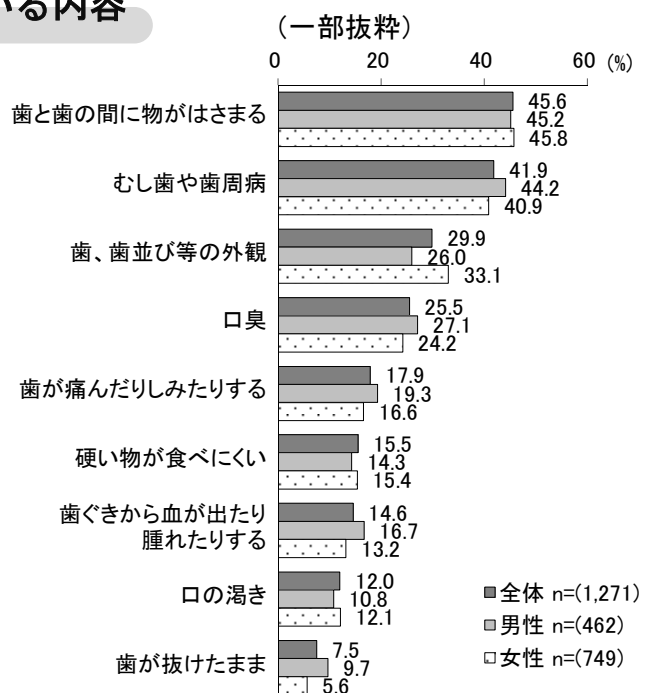


## (2) 口腔状態に不満や苦痛を感じている内容

口腔状態に《不満や苦痛等を感じている》と回答した人に、その内容をたずねたところ、全体では、「歯と歯の間に物がはさまる」が45.6%で最も高く、次いで「むし歯や歯周病」が41.9%、「歯、歯並び等の外観」が29.9%、「口臭」が25.5%などとなっています。

性別にみると、「歯、歯並び等の外観」での違いが大きく、女性の方が男性よりも約7ポイント高くなっています。

保健医療計画  
行動目標

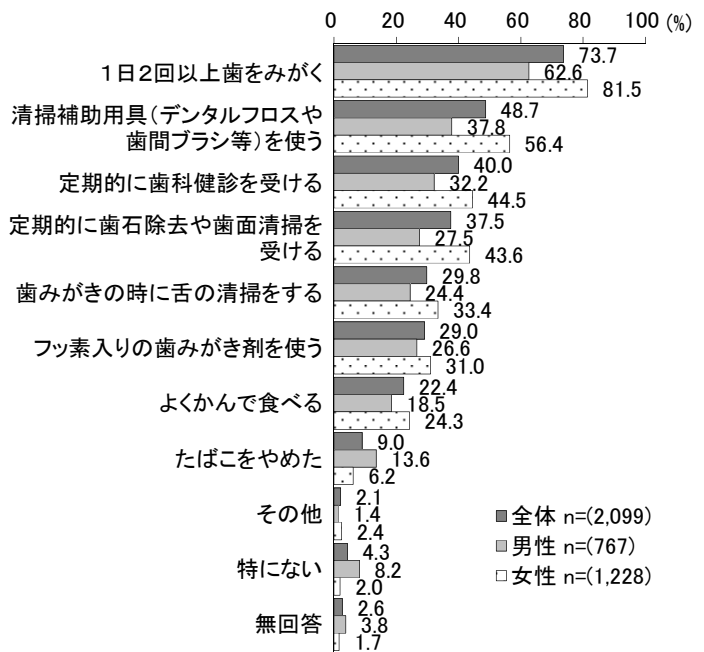
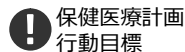


◇歯や歯肉、口腔の健康のために実践していることは、女性の方が男性よりも多く、また、歯科健診への受診意向も女性の方が高い傾向にあります。

### (3) 歯や歯肉、口腔の健康のために実践していること

歯や歯肉、口腔の健康のために実践していることについてみると、全体では、「1日2回以上歯をみがく」が73.7%で最も高く、次いで「清掃補助用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等）を使う」が48.7%、「定期的に歯科健診を受ける」が40.0%、「定期的に歯石除去や歯面清掃を受ける」が37.5%などとなっています。

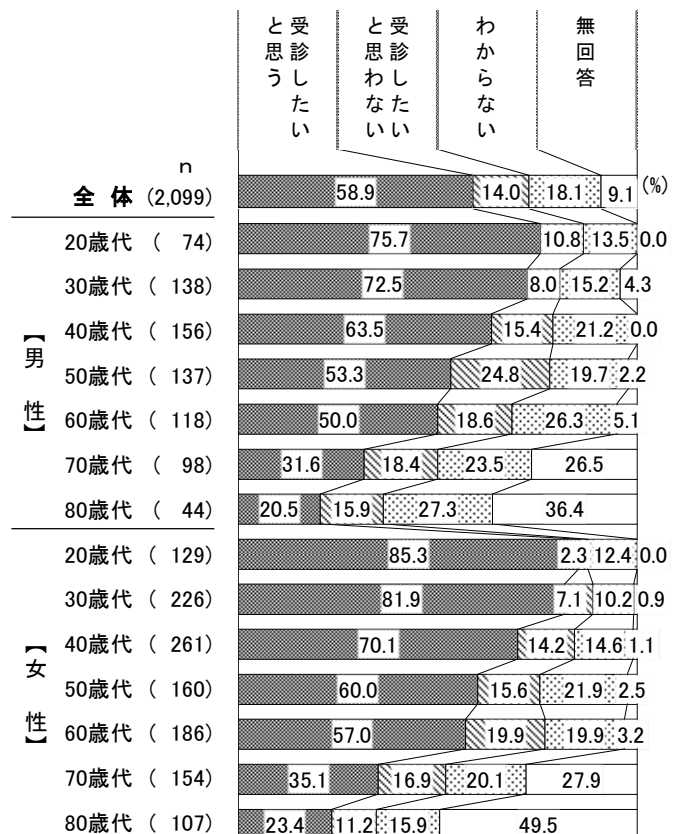
性別にみると、女性の方が男性よりも高い項目が多く、特に、「1日2回以上歯をみがく」と「清掃補助用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等）を使う」は約19ポイント差がみられます。



### (4) 区の歯科健診への受診意向

区の歯科健診への受診意向についてみると、全体では、「受診したいと思う」が58.9%と高くなっています。

性・年齢別にみると、「受診したいと思う」は、男女ともに20～30歳代で高く、年齢が上がるほど低くなります。また、男女の年齢層を比べると、各年齢層で女性の方が男性よりも高くなっています。



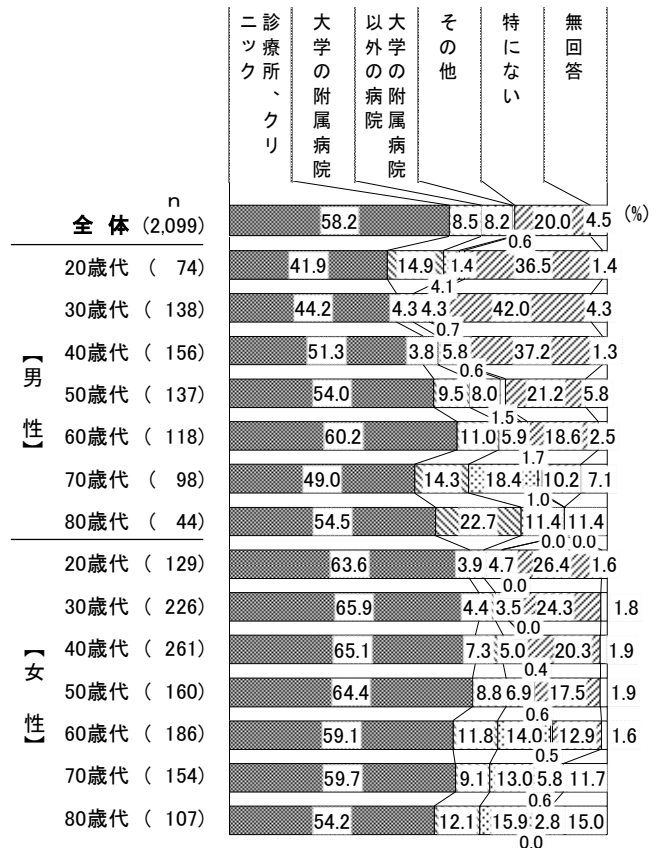
# 11 受療行動について

◇かかりつけの医療機関と歯科医療機関のある人は7割以上ですが、薬局のある人は4割台半ばにとどまります。

## (1) かかりつけ医療機関の有無

かかりつけにしている医療機関についてみると、全体では、「診療所、クリニック」が58.2%で最も高くなっています。ここへ「大学の附属病院」(8.5%)と「大学の附属病院以外の病院」(8.2%)を合わせると、「かかりつけ医療機関がある」は74.9%となります。

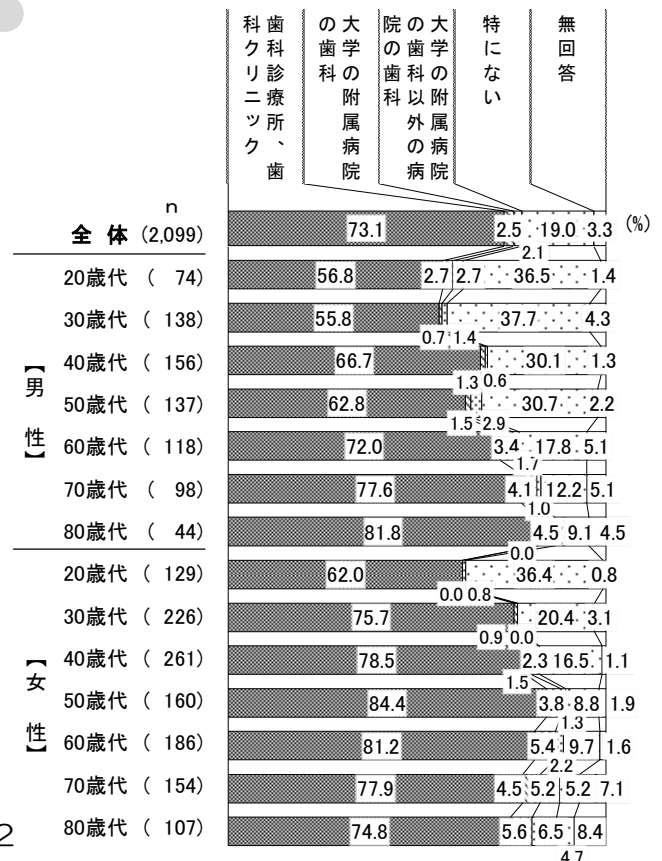
性・年齢別にみると、「かかりつけ医療機関がある」は、男性では30歳代で52.8%ですが、それ以降年齢が上がるほど高くなり、70歳以上で8割台となります。女性では、20~40歳代で7割台、50歳以上で8割台となっています。



## (2) かかりつけ歯科医療機関の有無

かかりつけにしている歯科医療機関についてみると、全体では、「歯科診療所、歯科クリニック」が73.1%で最も高くなっています。ここへ「大学の附属病院の歯科」(2.5%)と「大学の附属病院の歯科以外の病院の歯科」(2.1%)を合わせると、「かかりつけ歯科医療機関がある」は77.7%となります。

性・年齢別にみると、「かかりつけ歯科医療機関がある」は、男性の70歳以上、女性の40歳以上で8割台となっています。

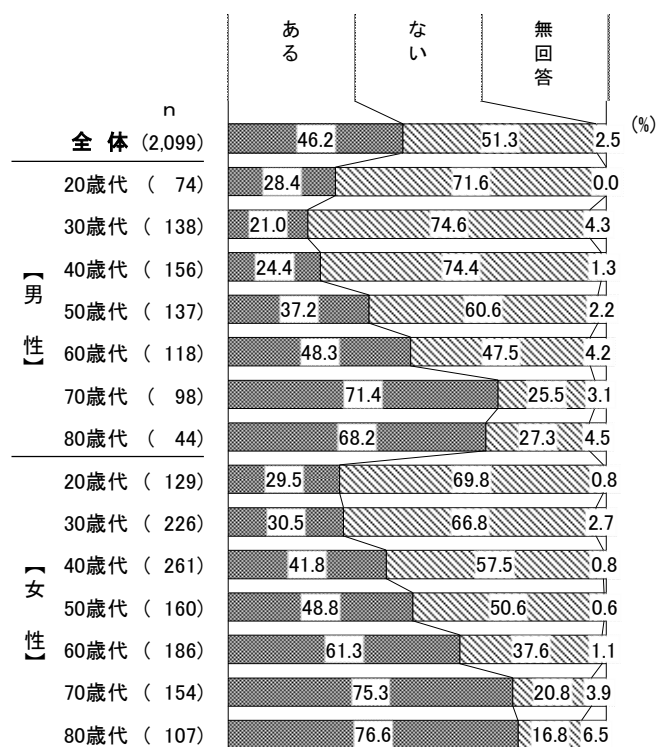


保健医療計画  
行動目標

### (3) かかりつけ薬局の有無

かかりつけにしている薬局はあるかについてみると、全体では、「ある」が46.2%で、「ない」が51.3%と高くなっている。

性・年齢別にみると、「ある」は、男女ともにおおむね年齢が上がるほど高くなり、男性の70歳以上で約7割から7割を超え、女性の70歳以上で7割台半ばとなっています。





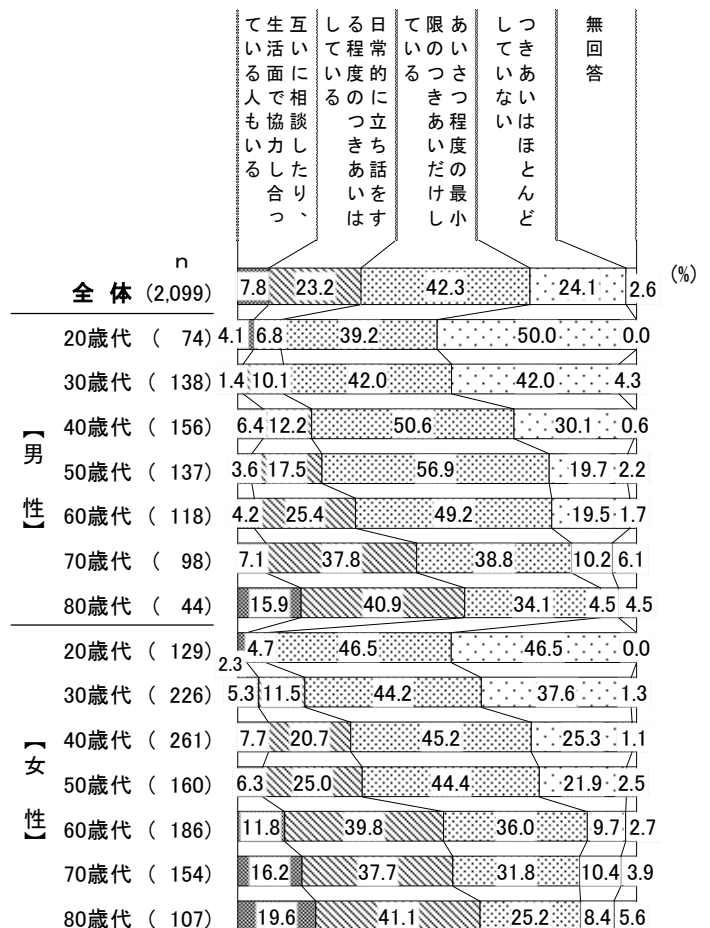
## 12 地域とのつながりについて

◇近所の方とのつきあいの程度は、20～30歳代で少ない状況にあります。また、これらの年齢層は、近所の方々が手助けをいとわないかについても、《そう思う》が低くなっています。

### (1) 近所の方とのつきあいの程度

近所の方とのつきあいの程度は、全体では、「あいさつ程度の最小限のつきあいだけしている」が42.3%で最も高くなっています。また、「つきあいはほとんどしていない」が24.1%みられます。

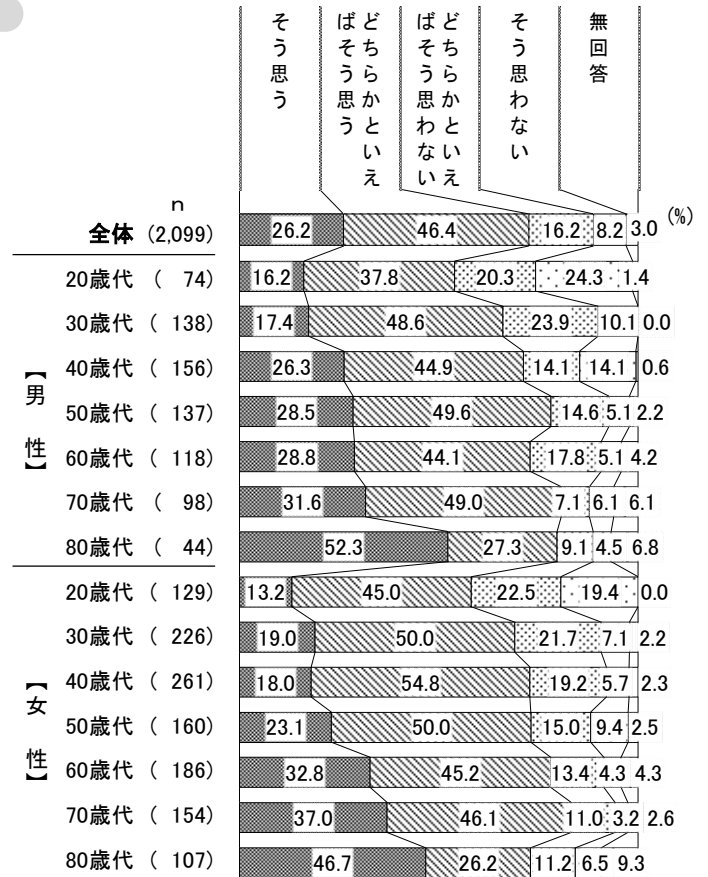
性・年齢別にみると、「互いに相談したり、生活面で協力し合っている人もいる」と「日常的に立ち話をする程度のつきあいはしている」は、男女ともにおおむね年齢が上がるほど高くなっています。「つきあいはほとんどしていない」は、男女ともに20～30歳代で高く、特に、男性の20歳代で50.0%となっています。



## (2) 近所の手助け意識のイメージ

近所の誰かが助けを要した場合に、近所の人達が手をさしのべることをいとわないかたずねたところ、「そう思う」(26.2%)と「どちらかといえばそう思う」(46.4%)を合わせて、《そう思う》は72.6%となっています。一方、「どちらかといえばそう思わない」(16.2%)と「そう思わない」(8.2%)を合わせた《そう思わない》は、24.4%です。

性・年齢別にみると、手をさしのべるのをいとわないかについて、「そう思う」は、男女ともにおおむね年齢が上がるほど高くなり、特に、男性の80歳以上は52.3%となっています。《そう思う》としてみると、男女ともに20歳代は5割台となっており、他の年齢層に比べて低く、同年齢層は《そう思わない》が4割台です。



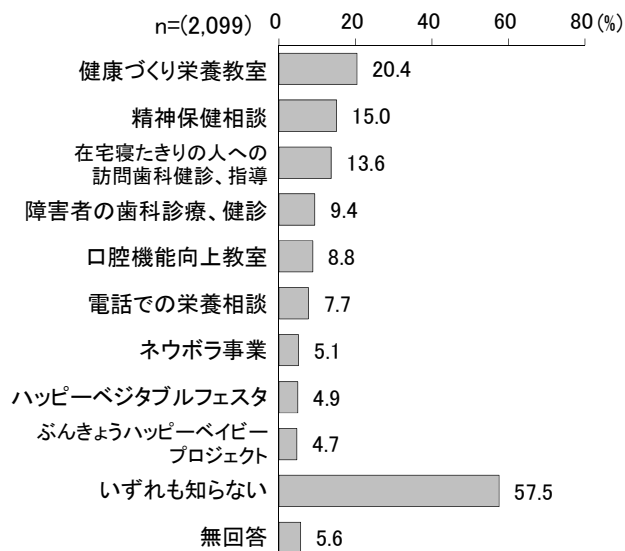
# 13 区の施策について

◇区の事業を約6割が知らない状況にあります。

## (1) 区の事業で知っているもの

区の事業に対する認知状況についてみると、全体では、「いずれも知らない」が57.5%で最も高くなっています。

一方、知られている事業では、「健康づくり栄養教室」が20.4%で高く、次いで「精神保健相談」が15.0%、「在宅寝たきりの人への訪問歯科健診、指導」が13.6%などとなっています。



性・年齢別にみると、男性では、「健康づくり栄養教室」と「精神保健相談」で80歳以上が他の年齢層に比べて高い傾向にあります。しかし、80歳以上も含め、各年齢層で「いずれも知らない」に比率が集中しており、20~40歳代と60歳代は7割台となっています。女性では、「健康づくり栄養教室」、「在宅寝たきりの人への訪問歯科健診、指導」、「口腔機能向上教室」は、70歳代で他の年齢層に比べて高くなっています。しかし、この年齢層を除けば、男性と同様に各年齢層で「いずれも知らない」に比率が集中しており、特に、20歳代は76.0%となっています。

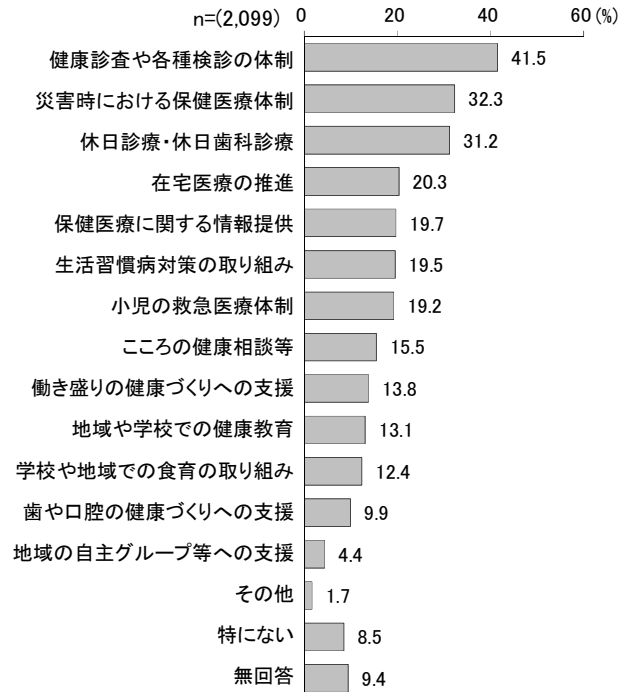
単位 (%)

	n	健康づくり栄養教室	精神保健相談	在宅寝たきりの人への訪問歯科健診、指導	障害者の歯科診療、健診	口腔機能向上教室	電話での栄養相談	ネウボラ事業	ハッピーベジタブルフェスタ	ぶんきょうハッピーベイビープロジェクト	いづれも知らない	無回答
男性	767	15.9	10.4	8.7	6.0	4.8	5.2	3.1	3.3	3.0	68.2	5.5
／20歳代	74	6.8	8.1	1.4	1.4	1.4	6.8	4.1	4.1	6.8	77.0	-
／30歳代	138	4.3	5.1	1.4	2.2	1.4	2.2	8.0	3.6	3.6	77.5	5.8
／40歳代	156	11.5	9.6	2.6	2.6	1.3	6.4	3.2	1.9	2.6	73.7	4.5
／50歳代	137	20.4	18.2	15.3	11.7	6.6	5.1	2.2	5.8	4.4	61.3	6.6
／60歳代	118	19.5	8.5	9.3	6.8	6.8	4.2	0.8	-	-	71.2	2.5
／70歳代	98	27.6	8.2	21.4	11.2	9.2	5.1	1.0	4.1	2.0	55.1	10.2
／80歳代	44	34.1	20.5	15.9	6.8	13.6	11.4	-	4.5	2.3	45.5	11.4
女性	1228	22.6	17.6	16.4	11.2	11.3	9.2	6.5	6.4	6.1	51.5	5.5
／20歳代	129	10.1	5.4	3.9	3.1	1.6	3.1	5.4	3.9	7.8	76.0	1.6
／30歳代	226	9.7	11.9	2.2	4.4	4.4	8.4	16.8	5.3	13.3	57.1	4.0
／40歳代	261	16.9	18.8	13.4	9.6	7.7	10.0	8.8	10.0	7.3	56.7	3.1
／50歳代	160	23.8	26.9	20.6	13.8	15.0	10.6	3.1	6.3	3.1	53.8	3.8
／60歳代	186	34.4	24.2	25.3	19.9	14.0	11.8	3.2	6.5	3.8	44.1	5.9
／70歳代	154	40.3	20.1	32.5	15.6	22.1	10.4	-	5.2	1.9	27.9	9.7
／80歳代	107	30.8	12.1	24.3	15.0	21.5	7.5	0.9	3.7	0.9	40.2	15.0

◇「健康診査や各種検診の体制」、「災害時における保健医療体制」、「休日診療・休日歯科診療」の充実が望まれています。

## (2) 区が特に充実していくべきだと思う保健医療施策

区が特に充実していくべきだと思う保健医療施策についてみると、全体では、「健康診査や各種検診の体制」が 41.5%で最も高く、次いで「災害時における保健医療体制」が 32.3%、「休日診療・休日歯科診療」が 31.2%などとなっています。



性・年齢別にみると、「健康診査や各種検診の体制」は、男性では 70 歳代で 54.1%と高く、女性では 50 歳代を除き 4 割台となっています。「災害時における保健医療体制」は各年齢層で女性の方が男性よりも高く、「休日診療・休日歯科診療」は、男性の 30~40 歳代と女性の 20~40 歳代で 4 割前後となっています。また、「在宅医療の推進」は男性の 70 歳以上で 3 割前後、女性の 70 歳代で 34.4%となっており、「保健医療に関する情報提供」は男性の 80 歳以上で 36.4%と、他の年齢層に比べて高くなっています。

(一部抜粋)

	n	単位 (%)									
		健康診査や各種検診の体制	災害時における保健医療体制	休日診療・休日歯科診療	在宅医療の推進	保健医療に関する情報提供	生活習慣病対策の取り組み	小児の救急医療体制	こころの健康相談等	働き盛りの健康づくりへの支援	地域や学校での健康教育
男性	767	39.5	24.5	31.7	18.9	18.0	21.9	17.7	14.9	14.7	13.2
／20歳代	74	29.7	28.4	25.7	14.9	6.8	14.9	17.6	23.0	24.3	23.0
／30歳代	138	36.2	14.5	39.9	2.9	17.4	14.5	31.2	14.5	23.9	10.1
／40歳代	156	36.5	28.2	41.7	13.5	13.5	15.4	21.2	17.3	17.3	14.7
／50歳代	137	34.3	23.4	33.6	28.5	15.3	28.5	13.9	19.0	15.3	16.1
／60歳代	118	44.9	29.7	27.1	21.2	20.3	28.0	11.0	11.9	2.5	8.5
／70歳代	98	54.1	24.5	17.3	31.6	27.6	28.6	12.2	6.1	6.1	12.2
／80歳代	44	47.7	25.0	15.9	29.5	36.4	29.5	6.8	6.8	11.4	6.8
女性	1228	44.1	37.1	31.8	20.4	21.6	18.4	20.4	16.3	13.7	13.4
／20歳代	129	48.8	33.3	41.9	8.5	14.7	14.0	26.4	17.1	22.5	8.5
／30歳代	226	47.8	28.3	37.6	11.9	14.6	12.8	31.4	11.9	23.9	17.7
／40歳代	261	42.1	36.8	38.3	17.6	21.8	12.3	26.1	19.5	13.4	15.7
／50歳代	160	37.5	44.4	34.4	27.5	23.1	19.4	14.4	18.1	12.5	13.1
／60歳代	186	45.2	36.0	21.0	24.2	26.3	26.3	12.4	11.3	7.0	13.4
／70歳代	154	45.5	46.8	24.7	34.4	29.2	26.0	16.2	19.5	8.4	13.6
／80歳代	107	41.1	37.4	15.0	22.4	21.5	24.3	4.7	16.8	3.7	4.7