

第4部 生活習慣調査の結果

問1 あなたの現在の健康状態はいかがですか。

(%)

	(人)		とてもよい		よい		ふつう		あまりよくない		よくない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	815		7.4		30.2		52.0		8.6		1.8	
総数	376	439	8.2	6.6	30.6	29.8	52.1	51.9	7.2	9.8	1.9	1.8
15 - 19 歳	13	9	30.8	33.3	38.5	33.3	23.1	22.2	7.7	11.1	0.0	0.0
20 - 29 歳	17	22	35.3	4.5	41.2	59.1	11.8	18.2	5.9	13.6	5.9	4.5
30 - 39 歳	24	29	12.5	17.2	29.2	27.6	50.0	44.8	4.2	10.3	4.2	0.0
40 - 49 歳	51	50	9.8	8.0	33.3	30.0	49.0	58.0	5.9	0.0	2.0	4.0
50 - 59 歳	36	60	8.3	8.3	38.9	31.7	36.1	45.0	13.9	13.3	2.8	1.7
60 - 69 歳	90	102	4.4	3.9	33.3	36.3	53.3	53.9	7.8	4.9	1.1	1.0
70 - 79 歳	95	122	5.3	5.7	24.2	22.1	63.2	60.7	7.4	10.7	0.0	0.8
80 歳以上	50	45	2.0	0.0	24.0	20.0	66.0	53.3	4.0	22.2	4.0	4.4
再掲 65 歳以上	199	224	4.5	3.6	24.6	25.0	62.8	57.6	6.5	12.1	1.5	1.8
再掲 70 歳以上	145	167	4.1	4.2	24.1	21.6	64.1	58.7	6.2	13.8	1.4	1.8

問2 あなたは、自分の体重を量る習慣はどの程度ありますか。

(%)

	(人)		ほとんど毎日		週に数日程度		週に1回程度		ほとんどない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	814		22.9		16.5		23.7		37.0	
総数	377	437	21.5	24.0	13.8	18.8	21.8	25.4	43.0	31.8
15 - 19 歳	13	9	15.4	11.1	23.1	33.3	0.0	22.2	61.5	33.3
20 - 29 歳	17	22	17.6	22.7	5.9	18.2	17.6	27.3	58.8	31.8
30 - 39 歳	24	29	20.8	13.8	25.0	10.3	8.3	27.6	45.8	48.3
40 - 49 歳	51	49	13.7	22.4	9.8	18.4	19.6	22.4	56.9	36.7
50 - 59 歳	37	60	10.8	23.3	16.2	13.3	16.2	26.7	56.8	36.7
60 - 69 歳	91	103	29.7	35.0	12.1	22.3	18.7	19.4	39.6	23.3
70 - 79 歳	96	121	30.2	22.3	13.5	19.8	25.0	26.4	31.3	31.4
80 歳以上	48	44	8.3	15.9	14.6	18.2	41.7	36.4	35.4	29.5
再掲 65 歳以上	199	222	25.1	24.8	14.1	20.7	26.1	26.1	34.7	28.4
再掲 70 歳以上	144	165	22.9	20.6	13.9	19.4	30.6	29.1	32.6	30.9

問3 次の項目について、あなたは関心がありますか。(いくつでも)

(%)

	(人)		ダイエット		骨粗しょう症		糖尿病		高血圧症		メタボリック症候群	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	780		36.7		24.6		26.9		38.1		21.5	
合計	355	425	34.1	38.8	7.9	38.6	34.4	20.7	44.5	32.7	26.5	17.4
15 - 19	10	9	20.0	55.6	20.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.0	11.1
20 - 29	15	20	40.0	85.0	0.0	10.0	20.0	5.0	13.3	10.0	0.0	5.0
30 - 39	21	26	81.0	42.3	0.0	11.5	19.0	19.2	19.0	11.5	33.3	11.5
40 - 49	48	48	50.0	62.5	4.2	25.0	31.3	29.2	29.2	29.2	41.7	33.3
50 - 59	36	60	36.1	61.7	8.3	43.3	30.6	13.3	27.8	16.7	36.1	20.0
60 - 69	90	101	38.9	37.6	6.7	35.6	37.8	16.8	51.1	39.6	33.3	21.8
70 - 79	93	120	22.6	20.0	10.8	52.5	38.7	28.3	62.4	43.3	23.7	14.2
80以上	42	41	7.1	7.3	11.9	53.7	45.2	22.0	57.1	43.9	2.4	4.9
再掲65歳以上	190	217	20.5	18.0	10.0	49.8	40.5	24.4	58.4	42.9	20.5	13.4
再掲70歳以上	135	161	17.8	16.8	11.1	52.8	40.7	26.7	60.7	43.5	17.0	11.8

(%)

	(人)		食品の安全性		栄養のバランス		食品の栄養素		健康食品		料理	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	780		38.8		53.8		21.8		14.4		31.8	
合計	355	425	29.3	46.8	44.2	61.9	16.3	26.4	15.2	13.6	24.2	38.1
15 - 19	10	9	30.0	22.2	30.0	55.6	40.0	44.4	10.0	0.0	30.0	55.6
20 - 29	15	20	26.7	15.0	60.0	40.0	40.0	20.0	13.3	25.0	40.0	30.0
30 - 39	21	26	33.3	53.8	38.1	80.8	23.8	42.3	23.8	15.4	19.0	57.7
40 - 49	48	48	31.3	43.8	45.8	50.0	16.7	27.1	16.7	8.3	31.3	43.8
50 - 59	36	60	11.1	46.7	25.0	50.0	8.3	30.0	8.3	13.3	27.8	31.7
60 - 69	90	101	27.8	45.5	44.4	58.4	12.2	19.8	18.9	14.9	21.1	32.7
70 - 79	93	120	33.3	53.3	43.0	70.0	14.0	29.2	10.8	14.2	23.7	41.7
80以上	42	41	35.7	51.2	61.9	78.0	19.0	17.1	19.0	12.2	16.7	31.7
再掲65歳以上	190	217	31.6	52.5	47.9	69.1	14.2	24.9	15.3	13.4	21.6	37.8
再掲70歳以上	135	161	34.1	52.8	48.9	72.0	15.6	26.1	13.3	13.7	21.5	39.1

問4 あなたのふだん(平日)の夕食開始時刻は、何時頃ですか。

(%)

	(人)		午後7時前		午後7～8時台		午後9～10時台		午後11時以降		食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	811		63.9		29.6		4.8		0.5		1.2	
総数	374	437	59.6	67.5	31.0	28.4	8.0	2.1	0.5	0.5	0.8	1.6
15 - 19歳	13	9	53.8	22.2	30.8	77.8	15.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20 - 29歳	17	21	23.5	38.1	47.1	47.6	23.5	0.0	5.9	9.5	0.0	4.8
30 - 39歳	23	29	34.8	58.6	43.5	34.5	17.4	6.9	0.0	0.0	4.3	0.0
40 - 49歳	50	49	34.0	44.9	44.0	49.0	20.0	4.1	2.0	0.0	0.0	2.0
50 - 59歳	35	59	25.7	45.8	62.9	49.2	11.4	1.7	0.0	0.0	0.0	3.4
60 - 69歳	91	103	60.4	71.8	33.0	25.2	5.5	1.9	0.0	0.0	1.1	1.0
70 - 79歳	96	122	85.4	88.5	13.5	9.8	1.0	0.8	0.0	0.0	0.0	0.8
80歳以上	49	45	83.7	82.2	14.3	13.3	0.0	2.2	0.0	0.0	2.0	2.2
再掲65歳以上	200	224	81.0	85.3	17.5	12.5	1.0	0.9	0.0	0.0	0.5	1.3
再掲70歳以上	145	167	84.8	86.8	13.8	10.8	0.7	1.2	0.0	0.0	0.7	1.2

問5 あなたのふだん（平日）の就寝時刻は、何時頃ですか。

(%)

	(人)		午後8時前		午後8時台		午後9時台		午後10時台		午後11時台	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
合計	815		1.8		4.0		14.4		26.9		26.6	
総数	376	439	2.1	1.6	4.8	3.4	16.0	13.0	26.9	26.9	24.2	28.7
15 - 19歳	13	9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	15.4	0.0	38.5	22.2
20 - 29歳	17	21	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.8	11.8	9.5	11.8	19.0
30 - 39歳	23	29	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	10.3	21.7	13.8	26.1	34.5
40 - 49歳	50	49	0.0	0.0	0.0	4.1	12.0	2.0	18.0	22.4	28.0	24.5
50 - 59歳	37	60	0.0	3.3	2.7	3.3	13.5	5.0	2.7	25.0	35.1	31.7
60 - 69歳	91	103	1.1	1.0	2.2	1.9	15.4	6.8	33.0	35.0	30.8	32.0
70 - 79歳	95	123	5.3	1.6	10.5	4.1	24.2	20.3	31.6	33.3	16.8	28.5
80歳以上	50	45	4.0	4.4	10.0	8.9	22.0	37.8	44.0	20.0	14.0	24.4
再掲65歳以上	200	225	4.0	1.8	8.5	4.9	23.0	20.4	33.5	32.0	20.0	27.1
再掲70歳以上	145	168	4.8	2.4	10.3	5.4	23.4	25.0	35.9	29.8	15.9	27.4

(%)

	(人)		午後12時台		午前1時台		午前2時台		午前3時以降	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	815		16.1		6.6		2.8		0.7	
総数	376	439	16.5	15.7	6.9	6.4	2.1	3.4	0.5	0.9
15 - 19歳	13	9	30.8	33.3	15.4	22.2	0.0	22.2	0.0	0.0
20 - 29歳	17	21	47.1	33.3	17.6	9.5	11.8	23.8	0.0	0.0
30 - 39歳	23	29	30.4	20.7	4.3	13.8	8.7	6.9	4.3	0.0
40 - 49歳	50	49	24.0	28.6	16.0	14.3	2.0	2.0	0.0	2.0
50 - 59歳	37	60	29.7	23.3	10.8	8.3	2.7	0.0	2.7	0.0
60 - 69歳	91	103	11.0	12.6	4.4	4.9	2.2	2.9	0.0	2.9
70 - 79歳	95	123	7.4	8.9	4.2	1.6	0.0	1.6	0.0	0.0
80歳以上	50	45	6.0	2.2	0.0	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0
再掲65歳以上	200	225	7.0	7.6	3.0	3.6	1.0	1.8	0.0	0.9
再掲70歳以上	145	168	6.9	7.1	2.8	1.8	0.0	1.2	0.0	0.0

問6 あなたは、「食育」に関心がありますか。

(%)

	(人)		関心がある		どちらかといえば関心がある		どちらかといえば関心がない		関心がない		わからない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	812		15.4		43.2		20.6		12.1		8.7	
総数	375	437	12.0	18.3	36.3	49.2	22.4	19.0	17.9	7.1	11.5	6.4
15 - 19歳	13	9	30.8	0.0	23.1	33.3	15.4	11.1	15.4	33.3	15.4	22.2
20 - 29歳	17	21	5.9	9.5	23.5	47.6	17.6	23.8	35.3	14.3	17.6	4.8
30 - 39歳	24	29	12.5	31.0	29.2	34.5	8.3	17.2	33.3	10.3	16.7	6.9
40 - 49歳	51	49	23.5	14.3	25.5	53.1	11.8	20.4	29.4	6.1	9.8	6.1
50 - 59歳	37	60	10.8	18.3	27.0	50.0	32.4	20.0	21.6	3.3	8.1	8.3
60 - 69歳	91	103	8.8	18.4	40.7	48.5	28.6	19.4	7.7	7.8	14.3	5.8
70 - 79歳	94	121	8.5	19.8	43.6	50.4	21.3	19.0	17.0	5.0	9.6	5.8
80歳以上	48	45	10.4	17.8	43.8	55.6	27.1	15.6	10.4	6.7	8.3	4.4
再掲65歳以上	197	223	10.2	18.8	43.1	52.0	25.4	17.9	11.7	5.8	9.6	5.4
再掲70歳以上	142	166	9.2	19.3	43.7	51.8	23.2	18.1	14.8	5.4	9.2	5.4

問7 あなたは、1回の食事で食べる量に気をつけていますか。

(%)

	(人)		多すぎないように 少なすぎないように 心がけて食べる		特に気にしないで 食べただけ食べる		意識して食べる量 を少なくしている		意識して食べる量 を多くしている	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	813		62.5		26.6		9.8		1.1	
総数	379	434	59.6	65.0	28.0	25.3	11.6	8.3	0.8	1.4
15 - 19 歳	13	9	23.1	33.3	69.2	66.7	0.0	0.0	7.7	0.0
20 - 29 歳	17	21	29.4	33.3	70.6	38.1	0.0	28.6	0.0	0.0
30 - 39 歳	24	29	54.2	62.1	41.7	37.9	4.2	0.0	0.0	0.0
40 - 49 歳	51	50	45.1	44.0	43.1	38.0	9.8	16.0	2.0	2.0
50 - 59 歳	37	59	56.8	57.6	27.0	27.1	16.2	13.6	0.0	1.7
60 - 69 歳	91	102	70.3	76.5	15.4	18.6	13.2	4.9	1.1	0.0
70 - 79 歳	96	122	67.7	76.2	15.6	14.8	16.7	6.6	0.0	2.5
80 歳以上	50	42	64.0	64.3	28.0	31.0	8.0	2.4	0.0	2.4
再掲 65 歳以上	201	220	67.7	76.8	19.4	16.8	12.9	4.5	0.0	1.8
再掲 70 歳以上	146	164	66.4	73.2	19.9	18.9	13.7	5.5	0.0	2.4

問8 あなたは、ふだんの食事において、ゆっくりよくかんで食べていますか。

(%)

	(人)		食べている		どちらかといえば 食べている		どちらかといえば 食べていない		食べていない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	818		14.3		39.0		40.3		6.4	
総数	378	440	11.9	16.4	36.5	41.1	43.7	37.5	7.9	5.0
15 - 19 歳	13	9	23.1	22.2	38.5	22.2	38.5	44.4	0.0	11.1
20 - 29 歳	17	21	11.8	28.6	35.3	33.3	47.1	28.6	5.9	9.5
30 - 39 歳	24	29	8.3	3.4	33.3	51.7	54.2	44.8	4.2	0.0
40 - 49 歳	51	50	11.8	12.0	33.3	28.0	37.3	48.0	17.6	12.0
50 - 59 歳	37	60	2.7	10.0	27.0	41.7	56.8	46.7	13.5	1.7
60 - 69 歳	91	103	7.7	15.5	40.7	41.7	47.3	39.8	4.4	2.9
70 - 79 歳	96	123	22.9	17.1	28.1	48.0	40.6	30.1	8.3	4.9
80 歳以上	49	45	4.1	31.1	57.1	35.6	34.7	26.7	4.1	6.7
再掲 65 歳以上	200	225	13.5	20.4	38.0	41.3	41.5	32.9	7.0	5.3
再掲 70 歳以上	145	168	16.6	20.8	37.9	44.6	38.6	29.2	6.9	5.4

問9 あなたは、1日の食事のすべてを一人だけで食べることがありますか。

(%)

	(人)		ほとんどない		週1日程度 ある		週2~3日 ある		週4~5日 ある		ほとんど 毎日ある	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	816		68.4		5.0		8.5		5.6		12.5	
総数	378	438	66.1	70.3	6.9	3.4	7.7	9.1	5.8	5.5	13.5	11.6
15 - 19 歳	13	9	84.6	77.8	7.7	0.0	0.0	22.2	0.0	0.0	7.7	0.0
20 - 29 歳	17	20	58.8	55.0	17.6	10.0	5.9	20.0	0.0	5.0	17.6	10.0
30 - 39 歳	24	29	50.0	79.3	12.5	0.0	12.5	3.4	12.5	10.3	12.5	6.9
40 - 49 歳	51	50	51.0	78.0	9.8	0.0	13.7	12.0	9.8	4.0	15.7	6.0
50 - 59 歳	37	60	48.6	68.3	10.8	8.3	13.5	8.3	8.1	6.7	18.9	8.3
60 - 69 歳	91	103	67.0	76.7	4.4	0.0	5.5	10.7	7.7	3.9	15.4	8.7
70 - 79 歳	95	123	78.9	67.5	4.2	4.1	6.3	3.3	3.2	7.3	7.4	17.9
80 歳以上	50	44	74.0	56.8	4.0	6.8	4.0	15.9	2.0	2.3	16.0	18.2
再掲 65 歳以上	200	224	74.5	69.2	5.0	3.6	4.0	6.7	4.0	5.4	12.5	15.2
再掲 70 歳以上	145	167	77.2	64.7	4.1	4.8	5.5	6.6	2.8	6.0	10.3	18.0

第4部 生活習慣調査の結果

問10 あなたは、主食・主菜・副菜をそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか。

(主食～ごはん、パン、めんなど/ 主菜～肉、魚、卵、大豆および大豆製品など/ 副菜～野菜、いも、豆類(大豆以外、きのこ、海藻など)

(%)

	(人)		ほとんど毎日		週に4～5日		週に2～3日		ほとんどない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	813		46.1		24.2		18.8		10.8	
総数	376	437	49.5	43.2	21.8	26.3	16.5	20.8	12.2	9.6
15 - 19 歳	13	9	38.5	44.4	30.8	11.1	15.4	22.2	15.4	22.2
20 - 29 歳	17	21	47.1	9.5	17.6	14.3	29.4	38.1	5.9	38.1
30 - 39 歳	24	29	45.8	24.1	16.7	27.6	29.2	24.1	8.3	24.1
40 - 49 歳	51	50	33.3	32.0	17.6	24.0	23.5	28.0	25.5	16.0
50 - 59 歳	37	60	43.2	28.3	16.2	28.3	24.3	35.0	16.2	8.3
60 - 69 歳	91	103	44.0	48.5	28.6	28.2	14.3	15.5	13.2	7.8
70 - 79 歳	93	121	61.3	57.9	21.5	26.4	9.7	13.2	7.5	2.5
80 歳以上	50	44	64.0	52.3	20.0	29.5	10.0	15.9	6.0	2.3
再掲 65 歳以上	198	222	57.1	54.5	22.2	27.9	10.1	14.0	10.6	3.6
再掲 70 歳以上	143	165	62.2	56.4	21.0	27.3	9.8	13.9	7.0	2.4

問11 あなたが食べるときに気をつけている栄養素等がありますか。(いくつでも)

(%)

	(人)		エネルギー		たんぱく質		脂質		カルシウム		鉄	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	816		30.9		33.6		27.8		18.9		9.1	
総数	378	438	25.9	35.2	25.4	40.6	24.6	30.6	10.3	26.3	5.0	12.6
15 - 19 歳	13	9	7.7	22.2	15.4	22.2	7.7	22.2	7.7	0.0	0.0	0.0
20 - 29 歳	17	21	29.4	42.9	29.4	14.3	11.8	28.6	0.0	4.8	0.0	9.5
30 - 39 歳	24	29	45.8	44.8	25.0	34.5	29.2	10.3	4.2	6.9	4.2	20.7
40 - 49 歳	51	49	25.5	32.7	31.4	34.7	17.6	24.5	9.8	8.2	7.8	16.3
50 - 59 歳	37	60	21.6	36.7	13.5	38.3	21.6	31.7	5.4	18.3	0.0	13.3
60 - 69 歳	91	103	29.7	38.8	25.3	39.8	35.2	41.7	7.7	25.2	6.6	11.7
70 - 79 歳	96	122	20.8	36.1	25.0	51.6	20.8	31.1	12.5	42.6	3.1	12.3
80 歳以上	49	45	26.5	17.8	30.6	42.2	28.6	24.4	22.4	42.2	10.2	8.9
再掲 65 歳以上	200	224	24.0	33.0	27.5	48.2	27.0	33.0	13.5	40.6	4.5	12.9
再掲 70 歳以上	145	167	22.8	31.1	26.9	49.1	23.4	29.3	15.9	42.5	5.5	11.4

(%)

	(人)		ビタミン類		食物繊維		食塩		特にない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	816		16.4		32.5		41.5		24.1	
総数	378	438	11.6	20.5	24.3	39.5	36.5	45.9	33.1	16.4
15 - 19 歳	13	9	0.0	11.1	7.7	22.2	7.7	11.1	69.2	44.4
20 - 29 歳	17	21	23.5	14.3	11.8	23.8	5.9	9.5	41.2	19.0
30 - 39 歳	24	29	16.7	24.1	8.3	20.7	20.8	31.0	37.5	20.7
40 - 49 歳	51	49	19.6	18.4	25.5	36.7	23.5	40.8	33.3	26.5
50 - 59 歳	37	60	10.8	20.0	8.1	33.3	32.4	41.7	32.4	13.3
60 - 69 歳	91	103	12.1	23.3	26.4	41.7	44.0	48.5	26.4	18.4
70 - 79 歳	96	122	5.2	22.1	30.2	50.8	44.8	56.6	31.3	10.7
80 歳以上	49	45	12.2	15.6	36.7	37.8	49.0	55.6	34.7	11.1
再掲 65 歳以上	200	224	8.0	22.3	31.0	47.3	45.5	54.5	31.0	11.6
再掲 70 歳以上	145	167	7.6	20.4	32.4	47.3	46.2	56.3	32.4	10.8

問12 あなたは、食塩（塩分）をとりすぎていると思いますか。

(%)

	(人)		とりすぎていると思う		とりすぎていると思わない		わからない	
	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	816		22.1		59.3		18.6	
総数	376	440	24.7	19.8	56.1	62.0	19.1	18.2
15 - 19歳	13	9	7.7	0.0	53.8	55.6	38.5	44.4
20 - 29歳	17	21	29.4	19.0	41.2	61.9	29.4	19.0
30 - 39歳	24	29	45.8	27.6	37.5	41.4	16.7	31.0
40 - 49歳	51	50	27.5	34.0	43.1	48.0	29.4	18.0
50 - 59歳	37	60	10.8	15.0	70.3	63.3	18.9	21.7
60 - 69歳	91	103	34.1	24.3	48.4	58.3	17.6	17.5
70 - 79歳	95	123	20.0	14.6	67.4	69.9	12.6	15.4
80歳以上	48	45	16.7	13.3	66.7	77.8	16.7	8.9
再掲65歳以上	198	225	21.7	17.3	63.1	69.8	15.2	12.9
再掲70歳以上	143	168	18.9	14.3	67.1	72.0	14.0	13.7

問13 あなたは、牛乳・乳製品を食べますか。

(%)

	(人)		ほぼ毎日食べる		週3～5回食べる		週1～2回食べる		食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	814		52.0		18.6		21.0		8.5	
総数	378	436	50.0	53.7	14.0	22.5	25.1	17.4	10.8	6.4
15 - 19歳	13	9	61.5	22.2	7.7	33.3	30.8	33.3	0.0	11.1
20 - 29歳	17	21	41.2	33.3	23.5	28.6	23.5	33.3	11.8	4.8
30 - 39歳	24	29	33.3	24.1	12.5	31.0	37.5	41.4	16.7	3.4
40 - 49歳	51	49	37.3	44.9	13.7	20.4	27.5	22.4	21.6	12.2
50 - 59歳	37	59	21.6	52.5	13.5	30.5	43.2	10.2	21.6	6.8
60 - 69歳	91	103	51.6	54.4	12.1	22.3	29.7	18.4	6.6	4.9
70 - 79歳	95	122	58.9	64.8	17.9	16.4	16.8	12.3	6.3	6.6
80歳以上	50	44	72.0	68.2	10.0	20.5	10.0	6.8	8.0	4.5
再掲65歳以上	200	223	59.5	65.5	14.0	16.6	19.5	12.6	7.0	5.4
再掲70歳以上	145	166	63.4	65.7	15.2	17.5	14.5	10.8	6.9	6.0

問14 あなたは、野菜を食べますか。

(%)

	(人)		1日3回食べる		1日2回食べる		1日1回食べる		食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	815		15.5		41.2		40.0		3.3	
総数	378	437	14.8	16.0	36.8	45.1	44.2	36.4	4.2	2.5
15 - 19歳	13	9	30.8	33.3	38.5	33.3	30.8	33.3	0.0	0.0
20 - 29歳	17	21	11.8	0.0	23.5	33.3	64.7	57.1	0.0	9.5
30 - 39歳	24	29	8.3	6.9	33.3	31.0	54.2	62.1	4.2	0.0
40 - 49歳	50	48	6.0	12.5	26.0	37.5	60.0	43.8	8.0	6.3
50 - 59歳	37	60	8.1	10.0	29.7	45.0	51.4	41.7	10.8	3.3
60 - 69歳	91	103	16.5	19.4	36.3	44.7	46.2	35.0	1.1	1.0
70 - 79歳	96	122	18.8	22.1	42.7	48.4	34.4	27.0	4.2	2.5
80歳以上	50	45	18.0	13.3	48.0	62.2	30.0	24.4	4.0	0.0
再掲65歳以上	201	224	18.9	21.4	40.3	48.7	37.3	28.1	3.5	1.8
再掲70歳以上	146	167	18.5	19.8	44.5	52.1	32.9	26.3	4.1	1.8

第4部 生活習慣調査の結果

問15 野菜摂取量の目標は1日350g以上（料理にすると小鉢5皿分）であることを知っていますか。
(%)

	(人)		知っている		知らない	
	男	女	男	女	男	女
全体	803		46.3		53.7	
総数	371	432	36.7	54.6	63.3	45.4
15 - 19歳	13	9	23.1	22.2	76.9	77.8
20 - 29歳	17	21	47.1	28.6	52.9	71.4
30 - 39歳	24	29	25.0	48.3	75.0	51.7
40 - 49歳	50	48	40.0	52.1	60.0	47.9
50 - 59歳	36	59	36.1	59.3	63.9	40.7
60 - 69歳	91	102	39.6	56.9	60.4	43.1
70 - 79歳	94	120	39.4	60.0	60.6	40.0
80歳以上	46	44	28.3	54.5	71.7	45.5
再掲65歳以上	195	220	36.9	60.9	63.1	39.1
再掲70歳以上	140	164	35.7	58.5	64.3	41.5

問16 あなたは、野菜を使った料理を1日に何皿分食べていますか。

(%)

	(人)		5皿分以上		3～4皿分		1～2皿分		ほとんど食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	799		6.9		32.2		57.4		3.5	
総数	372	427	5.1	8.4	28.5	35.4	61.6	53.9	4.8	2.3
15 - 19歳	12	9	0.0	22.2	25.0	22.2	75.0	55.6	0.0	0.0
20 - 29歳	17	19	5.9	0.0	29.4	31.6	64.7	57.9	0.0	10.5
30 - 39歳	24	29	0.0	0.0	25.0	31.0	62.5	69.0	12.5	0.0
40 - 49歳	50	49	2.0	12.2	28.0	34.7	60.0	51.0	10.0	2.0
50 - 59歳	37	60	0.0	1.7	35.1	31.7	56.8	61.7	8.1	5.0
60 - 69歳	90	101	6.7	8.9	25.6	37.6	63.3	52.5	4.4	1.0
70 - 79歳	95	118	8.4	11.9	33.7	37.3	54.7	48.3	3.2	2.5
80歳以上	47	42	6.4	9.5	21.3	38.1	72.3	52.4	0.0	0.0
再掲65歳以上	197	215	8.1	11.6	27.9	37.7	60.4	48.8	3.6	1.9
再掲70歳以上	142	160	7.7	11.3	29.6	37.5	60.6	49.4	2.1	1.9

問17 あなたは、果物を食べますか。

(%)

	(人)		ほぼ毎日食べる		週3～5回食べる		週1～2回食べる		食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	814		33.3		22.2		28.3		16.2	
総数	376	438	30.1	36.1	18.1	25.8	31.1	25.8	20.7	12.3
15 - 19歳	13	9	23.1	0.0	0.0	11.1	53.8	77.8	23.1	11.1
20 - 29歳	17	21	29.4	4.8	11.8	28.6	35.3	28.6	23.5	38.1
30 - 39歳	24	29	20.8	13.8	4.2	17.2	29.2	51.7	45.8	17.2
40 - 49歳	50	49	6.0	16.3	12.0	30.6	38.0	22.4	44.0	30.6
50 - 59歳	37	60	10.8	25.0	13.5	18.3	40.5	40.0	35.1	16.7
60 - 69歳	91	103	28.6	39.8	22.0	25.2	30.8	24.3	18.7	10.7
70 - 79歳	95	122	42.1	49.2	25.3	31.1	26.3	17.2	6.3	2.5
80歳以上	49	45	55.1	64.4	20.4	24.4	20.4	8.9	4.1	2.2
再掲65歳以上	199	224	42.2	51.3	23.6	28.6	26.1	16.1	8.0	4.0
再掲70歳以上	144	167	46.5	53.3	23.6	29.3	24.3	15.0	5.6	2.4

問 18-1 あなたはふだん朝食を食べますか。

(%)

	(人)		ほぼ毎日食べる		週3~5回食べる		週1~2回食べる		食べない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	817		82.0		6.0		4.0		8.0	
総数	378	439	82.3	81.8	5.3	6.6	3.4	4.6	9.0	7.1
15 - 19 歳	13	9	76.9	66.7	7.7	0.0	7.7	22.2	7.7	11.1
20 - 29 歳	17	20	64.7	60.0	5.9	20.0	11.8	10.0	17.6	10.0
30 - 39 歳	24	29	62.5	55.2	4.2	13.8	8.3	10.3	25.0	20.7
40 - 49 歳	51	50	68.6	74.0	7.8	4.0	3.9	10.0	19.6	12.0
50 - 59 歳	37	60	70.3	73.3	13.5	11.7	5.4	5.0	10.8	10.0
60 - 69 歳	91	103	84.6	85.4	3.3	4.9	3.3	3.9	8.8	5.8
70 - 79 歳	96	123	91.7	94.3	5.2	1.6	1.0	0.8	2.1	3.3
80 歳以上	49	45	100.0	88.9	0.0	11.1	0.0	0.0	0.0	0.0
再掲 65 歳以上	200	225	92.5	90.7	2.5	3.6	2.0	1.8	3.0	4.0
再掲 70 歳以上	145	168	94.5	92.9	3.4	4.2	0.7	0.6	1.4	2.4

問 18-2 いつ頃から朝食を食べないことがあるようになりましたか。

(問 18-1 で、食べないことがあると答えた方。)

(%)

	(人)		就学前から		小学生の頃 から		中学生の頃 から		高校生の頃 から		高校を卒業 した頃から		20~29 歳 から	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	145		0.7		5.5		11.7		6.9		20.7		17.2	
合計	66	79	1.5	0.0	9.1	2.5	13.6	10.1	3.0	10.1	18.2	22.8	18.2	16.5
15 - 19 歳	3	3	0.0	0.0	33.3	0.0	33.3	33.3	0.0	66.7	33.3	0.0	-	-
20 - 29 歳	6	7	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	14.3	0.0	14.3	33.3	42.9	16.7	28.6
30 - 39 歳	8	13	0.0	0.0	12.5	7.7	0.0	7.7	12.5	15.4	12.5	15.4	37.5	23.1
40 - 49 歳	16	13	0.0	0.0	25.0	0.0	6.3	30.8	0.0	7.7	25.0	30.8	18.8	7.7
50 - 59 歳	11	16	0.0	0.0	0.0	6.3	18.2	6.3	0.0	12.5	9.1	25.0	18.2	25.0
60 - 69 歳	14	15	7.1	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0	7.1	0.0	14.3	20.0	14.3	13.3
70 - 79 歳	8	7	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5	0.0	0.0	0.0	12.5	28.6	12.5	14.3
80 歳以上	0	5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
再掲 65 歳以上	15	21	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	0.0	6.7	0.0	13.3	19.0	6.7	14.3
再掲 70 歳以上	8	12	0.0	0.0	0.0	0.0	12.5	0.0	0.0	0.0	12.5	16.7	12.5	8.3

(%)

	(人)		30~39 歳から		40~49 歳から		50~59 歳から		60~69 歳から		70 歳以上から		覚えていない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	145		6.9		5.5		6.2		7.6		2.1		9.0	
合計	66	79	9.1	5.1	6.1	5.1	4.5	7.6	7.6	7.6	0.0	3.8	9.1	8.9
15 - 19 歳	3	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.0	0.0
20 - 29 歳	6	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.7	0.0
30 - 39 歳	8	13	12.5	7.7	-	-	-	-	-	-	-	-	12.5	23.1
40 - 49 歳	16	13	6.3	7.7	6.3	15.4	-	-	-	-	-	-	12.5	0.0
50 - 59 歳	11	16	18.2	6.3	18.2	12.5	9.1	6.3	-	-	-	-	9.1	0.0
60 - 69 歳	14	15	0.0	0.0	7.1	0.0	7.1	20.0	28.6	33.3	-	-	0.0	13.3
70 - 79 歳	8	7	25.0	14.3	0.0	0.0	12.5	28.6	12.5	14.3	0.0	0.0	12.5	0.0
80 歳以上	0	5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	60.0	0.0	40.0
再掲 65 歳以上	15	21	13.3	4.8	0.0	0.0	13.3	14.3	26.7	19.0	0.0	14.3	6.7	14.3
再掲 70 歳以上	8	12	25.0	8.3	0.0	0.0	12.5	16.7	12.5	8.3	0.0	25.0	12.5	16.7

問 18-3 朝食を食べない最も大きな理由はなんですか。

(問 18-1 で、食べないことがあると答えた方。)

(%)

	(人)		時間がない		食欲がわかない		朝食を食べるより寝ていたい		減量(ダイエット)のため	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	140		17.9		31.4		15.7		9.3	
合計	64	76	20.3	15.8	25.0	36.8	18.8	13.2	10.9	7.9
15 - 19 歳	3	3	100.0	33.3	0.0	33.3	0.0	33.3	0.0	0.0
20 - 29 歳	6	7	0.0	14.3	33.3	42.9	33.3	14.3	16.7	14.3
30 - 39 歳	8	13	25.0	23.1	25.0	30.8	37.5	30.8	0.0	0.0
40 - 49 歳	16	12	37.5	25.0	12.5	16.7	12.5	25.0	12.5	0.0
50 - 59 歳	11	16	18.2	18.8	18.2	43.8	27.3	6.3	0.0	6.3
60 - 69 歳	14	15	0.0	6.7	28.6	40.0	7.1	0.0	21.4	20.0
70 - 79 歳	6	6	0.0	0.0	66.7	50.0	16.7	0.0	16.7	16.7
80 歳以上	0	4	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
再掲 65 歳以上	13	19	0.0	5.3	46.2	42.1	7.7	0.0	23.1	10.5
再掲 70 歳以上	6	10	0.0	0.0	66.7	50.0	16.7	0.0	16.7	10.0

(%)

	(人)		朝食が用意されていない		以前から食べる習慣がない		食べたり準備することが面倒である		その他	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	140		1.4		8.6		9.3		6.4	
合計	64	76	1.6	1.3	10.9	6.6	7.8	10.5	4.7	7.9
15 - 19 歳	3	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20 - 29 歳	6	7	0.0	0.0	0.0	0.0	16.7	14.3	0.0	0.0
30 - 39 歳	8	13	0.0	0.0	12.5	7.7	0.0	7.7	0.0	0.0
40 - 49 歳	16	12	0.0	8.3	18.8	8.3	6.3	8.3	0.0	8.3
50 - 59 歳	11	16	0.0	0.0	18.2	12.5	9.1	6.3	9.1	6.3
60 - 69 歳	14	15	7.1	0.0	7.1	0.0	14.3	20.0	14.3	13.3
70 - 79 歳	6	6	0.0	0.0	0.0	16.7	0.0	0.0	0.0	16.7
80 歳以上	0	4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	25.0	0.0	25.0
再掲 65 歳以上	13	19	7.7	0.0	0.0	5.3	7.7	15.8	7.7	21.1
再掲 70 歳以上	6	10	0.0	0.0	0.0	10.0	0.0	10.0	0.0	20.0

問19 あなたが今より朝食を食べるためには、また、毎日食べる人は今までどおり食べるためには、どのようなことが必要だと思いますか。(いくつでも)

(%)

	(人)		自分で朝食を用意する努力		家族や周りの人の支援(朝食を用意してくれる)		夕食や夜食をとりすぎない		早く寝る、よく眠る	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	805		43.6		27.6		15.2		31.3	
合計	371	434	32.3	53.2	39.6	17.3	11.6	18.2	30.2	32.3
15 - 19	13	9	15.4	33.3	46.2	55.6	7.7	22.2	53.8	66.7
20 - 29	17	21	35.3	38.1	47.1	42.9	5.9	14.3	29.4	33.3
30 - 39	23	29	21.7	44.8	34.8	13.8	8.7	17.2	34.8	51.7
40 - 49	51	50	27.5	44.0	25.5	20.0	7.8	18.0	33.3	42.0
50 - 59	35	58	22.9	48.3	40.0	8.6	20.0	19.0	20.0	24.1
60 - 69	90	103	32.2	45.6	33.3	10.7	13.3	16.5	36.7	28.2
70 - 79	94	120	41.5	69.2	44.7	11.7	10.6	19.2	24.5	29.2
80歳以上	48	44	35.4	61.4	54.2	38.6	12.5	20.5	25.0	29.5
再掲65歳以上	196	221	39.8	63.3	44.9	15.8	11.2	19.9	28.1	29.9
再掲70歳以上	142	164	39.4	67.1	47.9	18.9	11.3	19.5	24.6	29.3

(%)

	(人)		外食やコンビニ等で手軽に朝食をとれる環境(価格・場所等)		残業時間の短縮など労働環境の改善		特にない		わからない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	805		4.6		4.3		20.4		4.3	
合計	371	434	4.3	4.8	4.3	4.4	19.9	20.7	5.7	3.2
15 - 19	13	9	15.4	0.0	7.7	0.0	15.4	0.0	7.7	11.1
20 - 29	17	21	0.0	19.0	17.6	4.8	5.9	9.5	11.8	4.8
30 - 39	23	29	13.0	3.4	17.4	10.3	17.4	13.8	17.4	3.4
40 - 49	51	50	7.8	12.0	7.8	14.0	21.6	18.0	9.8	6.0
50 - 59	35	58	5.7	10.3	5.7	8.6	22.9	20.7	2.9	5.2
60 - 69	90	103	3.3	0.0	2.2	2.9	22.2	32.0	6.7	1.0
70 - 79	94	120	2.1	3.3	0.0	0.0	20.2	19.2	2.1	2.5
80歳以上	48	44	0.0	0.0	0.0	0.0	18.8	15.9	0.0	2.3
再掲65歳以上	196	221	2.0	1.8	0.0	0.0	19.4	21.7	2.6	1.8
再掲70歳以上	142	164	1.4	2.4	0.0	0.0	19.7	18.3	1.4	2.4

問20 あなたは、朝食を食べることが健康上必要だと思いますか。

(%)

	(人)		必要		どちらかという必要		どちらかという不必要		不必要		わからない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	793		71.8		20.3		2.8		2.0		3.2	
総数	370	423	71.9	71.6	19.7	20.8	2.7	2.8	3.2	0.9	2.4	3.8
15 - 19歳	13	9	69.2	66.7	23.1	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	7.7	0.0
20 - 29歳	17	18	47.1	61.1	35.3	16.7	0.0	0.0	5.9	0.0	11.8	22.2
30 - 39歳	23	28	65.2	57.1	21.7	28.6	4.3	7.1	4.3	0.0	4.3	7.1
40 - 49歳	51	50	54.9	62.0	27.5	26.0	7.8	4.0	7.8	0.0	2.0	8.0
50 - 59歳	36	59	58.3	61.0	30.6	30.5	8.3	5.1	0.0	1.7	2.8	1.7
60 - 69歳	90	101	73.3	74.3	17.8	19.8	1.1	3.0	5.6	2.0	2.2	1.0
70 - 79歳	93	119	82.8	81.5	15.1	14.3	1.1	1.7	1.1	0.8	0.0	1.7
80歳以上	47	39	89.4	79.5	8.5	15.4	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	5.1
再掲65歳以上	195	215	83.1	79.5	13.3	14.9	1.0	1.9	2.1	1.4	0.5	2.3
再掲70歳以上	140	158	85.0	81.0	12.9	14.6	0.7	1.3	0.7	0.6	0.7	2.5

問21 あなたご自身の現在の食生活は、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べて変わりましたか。

ア 栄養バランスのとれた食事の回数

(%)

	(人)		増えた		変わらない		減った		もともとない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	798		4.0		92.0		1.1		2.9	
総数	372	426	3.2	4.7	91.9	92.0	1.1	1.2	3.8	2.1
15 - 19 歳	13	9	15.4	0.0	84.6	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20 - 29 歳	17	20	11.8	15.0	88.2	75.0	0.0	5.0	0.0	5.0
30 - 39 歳	23	29	4.3	0.0	82.6	96.6	4.3	0.0	8.7	3.4
40 - 49 歳	51	50	5.9	8.0	86.3	84.0	2.0	2.0	5.9	6.0
50 - 59 歳	37	59	5.4	10.2	89.2	88.1	0.0	1.7	5.4	0.0
60 - 69 歳	90	100	0.0	2.0	94.4	94.0	2.2	2.0	3.3	2.0
70 - 79 歳	94	121	0.0	3.3	96.8	95.0	0.0	0.0	3.2	1.7
80 歳以上	47	38	4.3	2.6	93.6	97.4	0.0	0.0	2.1	0.0
再掲 65 歳以上	196	215	1.0	2.8	94.9	95.8	0.5	0.0	3.6	1.4
再掲 70 歳以上	141	159	1.4	3.1	95.7	95.6	0.0	0.0	2.8	1.3

イ 自宅で料理を作る回数

(%)

	(人)		増えた		変わらない		減った		もともとない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	799		12.6		76.1		1.6		9.6	
総数	370	429	10.0	14.9	72.4	79.3	1.1	2.1	16.5	3.7
15 - 19 歳	13	9	23.1	0.0	38.5	66.7	0.0	0.0	38.5	33.3
20 - 29 歳	17	20	11.8	20.0	70.6	60.0	0.0	5.0	17.6	15.0
30 - 39 歳	23	29	17.4	31.0	47.8	69.0	0.0	0.0	34.8	0.0
40 - 49 歳	51	50	13.7	20.0	68.6	70.0	2.0	2.0	15.7	8.0
50 - 59 歳	37	59	10.8	20.3	81.1	78.0	0.0	1.7	8.1	0.0
60 - 69 歳	89	101	12.4	12.9	69.7	83.2	1.1	3.0	16.9	1.0
70 - 79 歳	93	122	5.4	9.8	78.5	86.9	2.2	1.6	14.0	1.6
80 歳以上	47	39	2.1	10.3	85.1	79.5	0.0	2.6	12.8	7.7
再掲 65 歳以上	194	218	7.2	11.0	76.8	84.4	1.0	1.8	14.9	2.8
再掲 70 歳以上	140	161	4.3	9.9	80.7	85.1	1.4	1.9	13.6	3.1

ウ 自宅で食事を食べる回数

(%)

	(人)		増えた		変わらない		減った		もともとない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	805		17.3		81.0		0.9		0.9	
総数	374	431	16.8	17.6	81.3	80.7	0.5	1.2	1.3	0.5
15 - 19 歳	13	9	23.1	0.0	76.9	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20 - 29 歳	17	20	11.8	30.0	88.2	65.0	0.0	0.0	0.0	5.0
30 - 39 歳	23	29	21.7	31.0	65.2	65.5	0.0	3.4	13.0	0.0
40 - 49 歳	51	50	25.5	26.0	72.5	70.0	2.0	2.0	0.0	2.0
50 - 59 歳	37	59	27.0	25.4	73.0	74.6	0.0	0.0	0.0	0.0
60 - 69 歳	90	101	17.8	13.9	81.1	85.1	0.0	1.0	1.1	0.0
70 - 79 歳	94	122	9.6	13.1	88.3	86.1	1.1	0.8	1.1	0.0
80 歳以上	49	41	10.2	7.3	89.8	90.2	0.0	2.4	0.0	0.0
再掲 65 歳以上	198	220	12.6	11.8	85.9	86.8	0.5	1.4	1.0	0.0
再掲 70 歳以上	143	163	9.8	11.7	88.8	87.1	0.7	1.2	0.7	0.0

エ 体重

(%)

	(人)		増えた		変わらない		減った	
	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	797		16.7		74.9		8.4	
総数	368	429	13.3	19.6	78.8	71.6	7.9	8.9
15 - 19 歳	13	9	38.5	11.1	53.8	66.7	7.7	22.2
20 - 29 歳	17	20	11.8	20.0	64.7	70.0	23.5	10.0
30 - 39 歳	22	29	22.7	17.2	63.6	79.3	13.6	3.4
40 - 49 歳	51	49	23.5	34.7	68.6	53.1	7.8	12.2
50 - 59 歳	37	59	13.5	25.4	81.1	62.7	5.4	11.9
60 - 69 歳	89	101	11.2	14.9	79.8	83.2	9.0	2.0
70 - 79 歳	92	123	7.6	20.3	85.9	69.9	6.5	9.8
80 歳以上	47	39	6.4	5.1	91.5	79.5	2.1	15.4
再掲 65 歳以上	193	219	7.3	15.1	86.5	76.3	6.2	8.7
再掲 70 歳以上	139	162	7.2	16.7	87.8	72.2	5.0	11.1

問22 あなたは、食習慣を改善してみようと考えていますか。

(%)

	(人)		改善することに関心がない		関心はあるが改善するつもりはない		改善するつもりである(概ね6か月以内)		近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりである。	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	793		15.5		27.6		14.9		3.2	
総数	366	427	20.8	11.0	27.9	27.4	13.4	16.2	1.9	4.2
15 - 19 歳	13	9	38.5	11.1	7.7	44.4	15.4	22.2	0.0	11.1
20 - 29 歳	17	20	23.5	30.0	47.1	25.0	11.8	0.0	0.0	0.0
30 - 39 歳	22	29	27.3	13.8	22.7	13.8	31.8	34.5	4.5	20.7
40 - 49 歳	51	50	21.6	16.0	31.4	18.0	25.5	24.0	5.9	6.0
50 - 59 歳	37	59	24.3	8.5	21.6	28.8	24.3	23.7	0.0	6.8
60 - 69 歳	89	101	12.4	6.9	30.3	30.7	9.0	15.8	3.4	3.0
70 - 79 歳	91	116	25.3	10.3	22.0	25.9	6.6	12.1	0.0	0.9
80 歳以上	46	43	15.2	9.3	37.0	39.5	4.3	2.3	0.0	0.0
再掲 65 歳以上	191	215	18.3	9.3	28.8	31.6	5.8	9.3	0.5	0.5
再掲 70 歳以上	137	159	21.9	10.1	27.0	29.6	5.8	9.4	0.0	0.6

(%)

	(人)		既に改善に取り組んでいる(6か月未満)		既に改善に取り組んでいる(6か月以上)		食習慣に問題はないため改善する必要はない	
	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	793		5.8		9.8		23.2	
総数	366	427	5.2	6.3	9.6	10.1	21.3	24.8
15 - 19 歳	13	9	15.4	0.0	0.0	0.0	23.1	11.1
20 - 29 歳	17	20	0.0	25.0	11.8	10.0	5.9	10.0
30 - 39 歳	22	29	4.5	0.0	4.5	6.9	4.5	10.3
40 - 49 歳	51	50	2.0	6.0	7.8	16.0	5.9	14.0
50 - 59 歳	37	59	0.0	5.1	10.8	15.3	18.9	11.9
60 - 69 歳	89	101	10.1	5.9	12.4	10.9	22.5	26.7
70 - 79 歳	91	116	4.4	6.9	11.0	5.2	30.8	38.8
80 歳以上	46	43	4.3	4.7	6.5	11.6	32.6	32.6
再掲 65 歳以上	191	215	6.3	6.5	11.0	7.4	29.3	35.3
再掲 70 歳以上	137	159	4.4	6.3	9.5	6.9	31.4	37.1

問23-1 あなたはふだん外食することがありますか。

(%)

	(人)		毎日2回以上 (週14回以上)		毎日1回～2回 程度(週7回以上 14回未満)		週2回～ 週6回程度		週1回程度		ほとんど 外食しない	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	808		1.1		5.1		16.1		28.6		49.1	
総数	374	434	1.6	0.7	8.0	2.5	15.8	16.4	26.2	30.6	48.4	49.8
15 - 19歳	13	9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	33.3	15.4	44.4	84.6	22.2
20 - 29歳	17	20	0.0	5.0	11.8	5.0	23.5	50.0	35.3	30.0	29.4	10.0
30 - 39歳	23	29	0.0	0.0	17.4	6.9	30.4	27.6	26.1	37.9	26.1	27.6
40 - 49歳	51	50	3.9	2.0	11.8	0.0	17.6	34.0	33.3	30.0	33.3	34.0
50 - 59歳	37	59	2.7	0.0	16.2	5.1	27.0	15.3	24.3	45.8	29.7	33.9
60 - 69歳	90	102	2.2	1.0	8.9	2.0	21.1	14.7	35.6	31.4	32.2	51.0
70 - 79歳	93	121	1.1	0.0	2.2	1.7	10.8	6.6	21.5	24.8	64.5	66.9
80歳以上	50	44	0.0	0.0	4.0	2.3	0.0	2.3	12.0	18.2	84.0	77.3
再掲65歳以上	198	222	1.5	0.5	3.5	1.4	9.6	9.0	23.2	24.3	62.1	64.9
再掲70歳以上	143	165	0.7	0.0	2.8	1.8	7.0	5.5	18.2	23.0	71.3	69.7

問23-2 外食のメニューを選ぶとき、どのようなことに気をつけていますか。(いくつでも)

(問23-1で外食することがあると答えた方。)

(%)

	(人)		栄養		自分の好み		値段		早くできる もの		特に考 えない		その他	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	808		10.0		41.8		19.4		3.5		3.6		1.9	
総数	373	435	7.2	12.4	40.5	43.0	18.8	20.0	2.7	4.1	6.2	1.4	1.3	2.3
15 - 19歳	13	9	0.0	0.0	15.4	55.6	7.7	22.2	0.0	0.0	0.0	11.1	0.0	11.1
20 - 29歳	17	20	0.0	30.0	52.9	80.0	17.6	45.0	5.9	0.0	17.6	0.0	0.0	0.0
30 - 39歳	23	30	8.7	10.0	60.9	60.0	34.8	33.3	0.0	6.7	8.7	3.3	0.0	6.7
40 - 49歳	50	50	8.0	10.0	52.0	56.0	22.0	30.0	6.0	12.0	6.0	4.0	4.0	2.0
50 - 59歳	37	59	5.4	22.0	51.4	55.9	32.4	25.4	5.4	6.8	10.8	1.7	2.7	1.7
60 - 69歳	90	102	12.2	10.8	53.3	41.2	26.7	18.6	2.2	2.9	7.8	0.0	2.2	3.9
70 - 79歳	93	122	6.5	9.0	28.0	32.0	11.8	11.5	2.2	1.6	4.3	0.8	0.0	0.0
80歳以上	50	43	4.0	11.6	14.0	14.0	0.0	7.0	0.0	2.3	0.0	0.0	0.0	2.3
再掲65歳以上	198	222	7.1	9.9	31.3	30.2	11.1	13.1	1.0	1.8	4.0	0.5	0.5	1.8
再掲70歳以上	143	165	5.6	9.7	23.1	27.3	7.7	10.3	1.4	1.8	2.8	0.6	0.0	0.6

問24 右図(P.49)は食品の包装容器にある栄養成分表示です。あなたは、このような表示を見たことがありますか。

(%)

	(人)		見たことがあり、食生活の参考にしている		見たことはあるが、食生活の参考にはしていない		見たことがない	
	男	女	男	女	男	女	男	女
全体	805		40.4		51.1		8.6	
総数	374	431	29.1	50.1	59.9	43.4	11.0	6.5
15 - 19歳	13	9	23.1	33.3	61.5	66.7	15.4	0.0
20 - 29歳	17	20	29.4	35.0	64.7	35.0	5.9	30.0
30 - 39歳	23	29	39.1	55.2	47.8	44.8	13.0	0.0
40 - 49歳	50	50	32.0	52.0	58.0	48.0	10.0	0.0
50 - 59歳	37	59	18.9	62.7	78.4	32.2	2.7	5.1
60 - 69歳	90	100	36.7	54.0	54.4	44.0	8.9	2.0
70 - 79歳	94	120	26.6	45.8	60.6	46.7	12.8	7.5
80歳以上	50	44	22.0	40.9	60.0	40.9	18.0	18.2
再掲65歳以上	199	219	27.1	47.5	58.3	43.8	14.6	8.7
再掲70歳以上	144	164	25.0	44.5	60.4	45.1	14.6	10.4

問25-1 あなたは災害時に備えて非常用の食料を用意していますか。

(%)

	(世帯)	用意している	用意していない
回答	404	61.6	33.2

問25-2 非常用としてどんなものを用意していますか。(いくつでも)

(問25-1で用意していると答えた世帯。)

(%)

	(世帯)	主食	副食	飲料
回答	249	46.7	48.9	56.6