

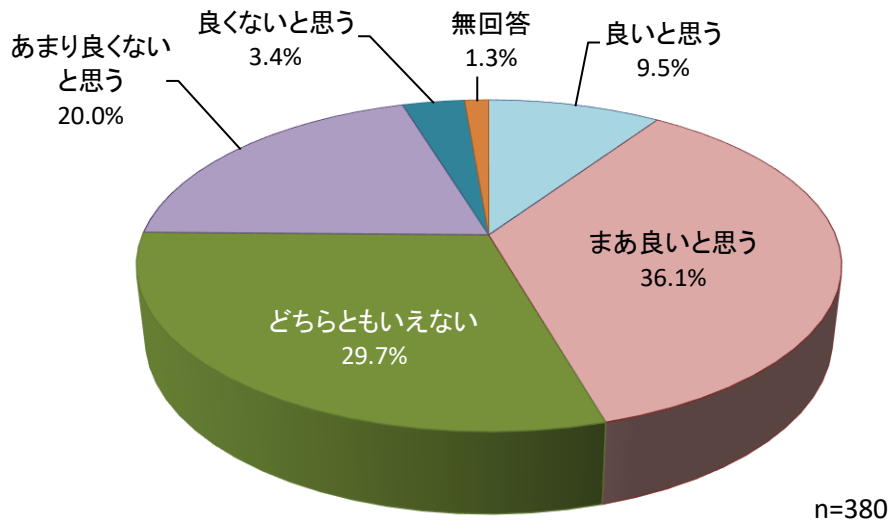
3. 健康づくりについて

(1) 健康面からの生活習慣

◇ 「良いと思う」と「まあ良いと思う」を合わせた【良いと思う（計）】が4割半ば

問14 健康の面から見て、自分の生活習慣をどう思いますか。(○は1つ)		n=380
1	良いと思う	9.5%
2	まあ良いと思う	36.1%
3	どちらともいえない	29.7%
4	あまり良くないと思う	20.0%
5	良くないと思う	3.4%
	(無回答)	1.3%

<図IV-3-1>全体



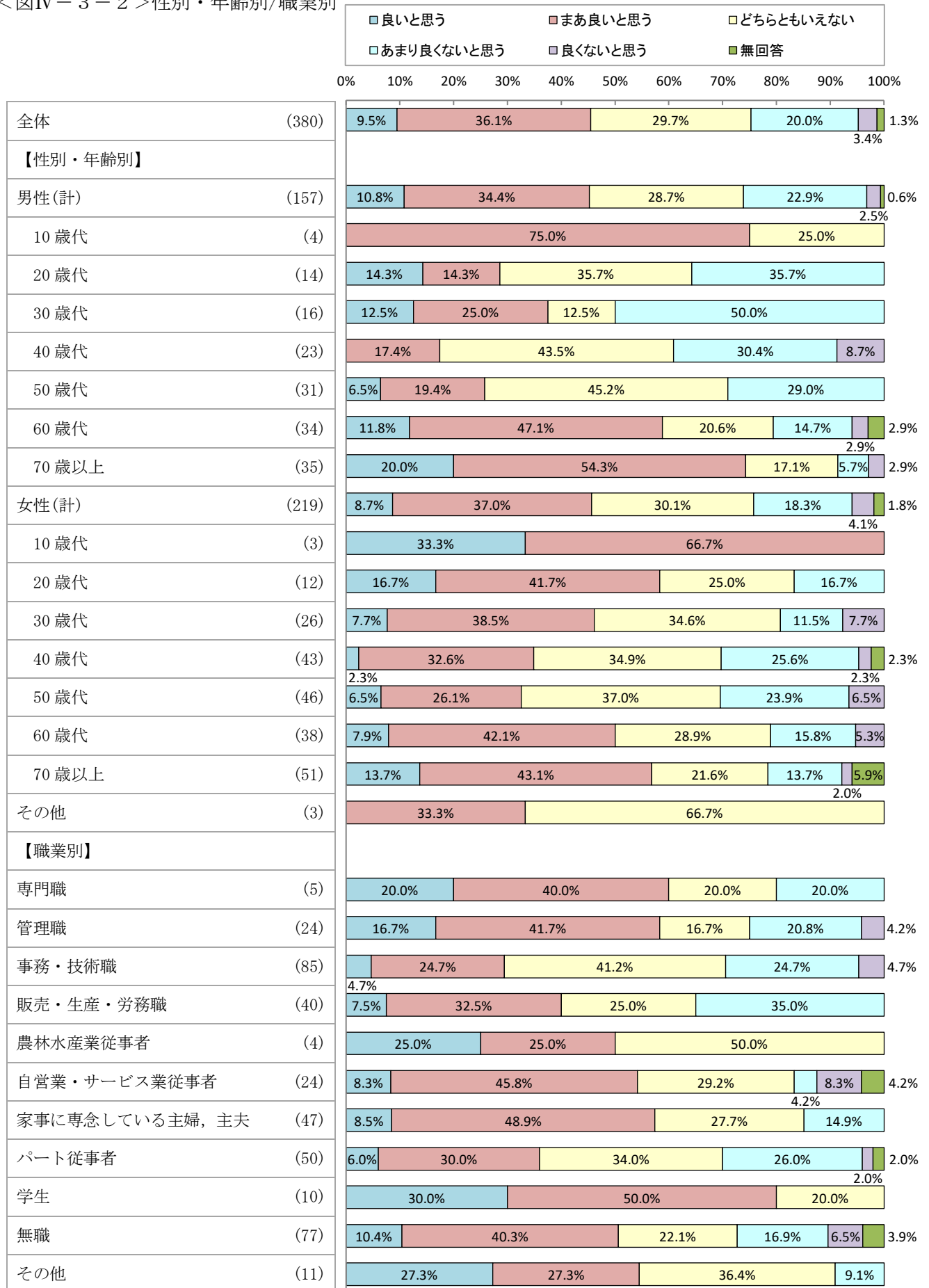
健康面からの生活習慣について、「良いと思う」が9.5%、「まあ良いと思う」が36.1%で、これらを合わせた【良いと思う（計）】が45.6%であった。一方、「あまり良くないと思う」20.0%、「良くないと思う」3.4%で、これらを合わせた【良くないと思う（計）】は23.4%であった。（図IV-3-1）

<参考>

性別・年齢別でみると、【良いと思う（計）】は<女性/10歳代>が100.0%で最も高く、次いで<男性/10歳代>が75.0%であった。一方、【良くないと思う（計）】は<男性/30歳代>が50.0%で最も高く、次いで<男性/40歳代>が39.1%であった。（図IV-3-2）

職業別でみると、【良いと思う（計）】は<学生>が80.0%で最も高く、次いで<専門職>が60.0%であった。一方、【良くないと思う（計）】は<販売・生産・労務職>が35.0%で最も高く、次いで<事務・技術職>が29.4%であった。（図IV-3-2）

<図IV-3-2>性別・年齢別/職業別

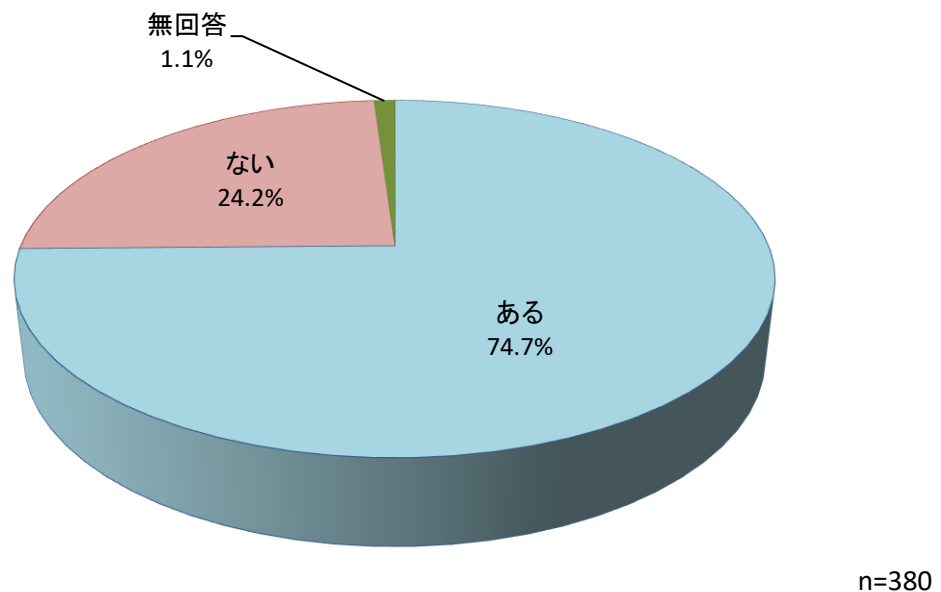


(2) 相談できるかかりつけの歯科医院

◇ 「ある」が7割半ば

問15	歯と口の健康に関する治療や相談ができるかかりつけの歯科医院はありますか。(○は1つ)	n=380
1	ある	74.7%
2	ない	24.2%
	(無回答)	1.1%

<図IV-3-3>全体



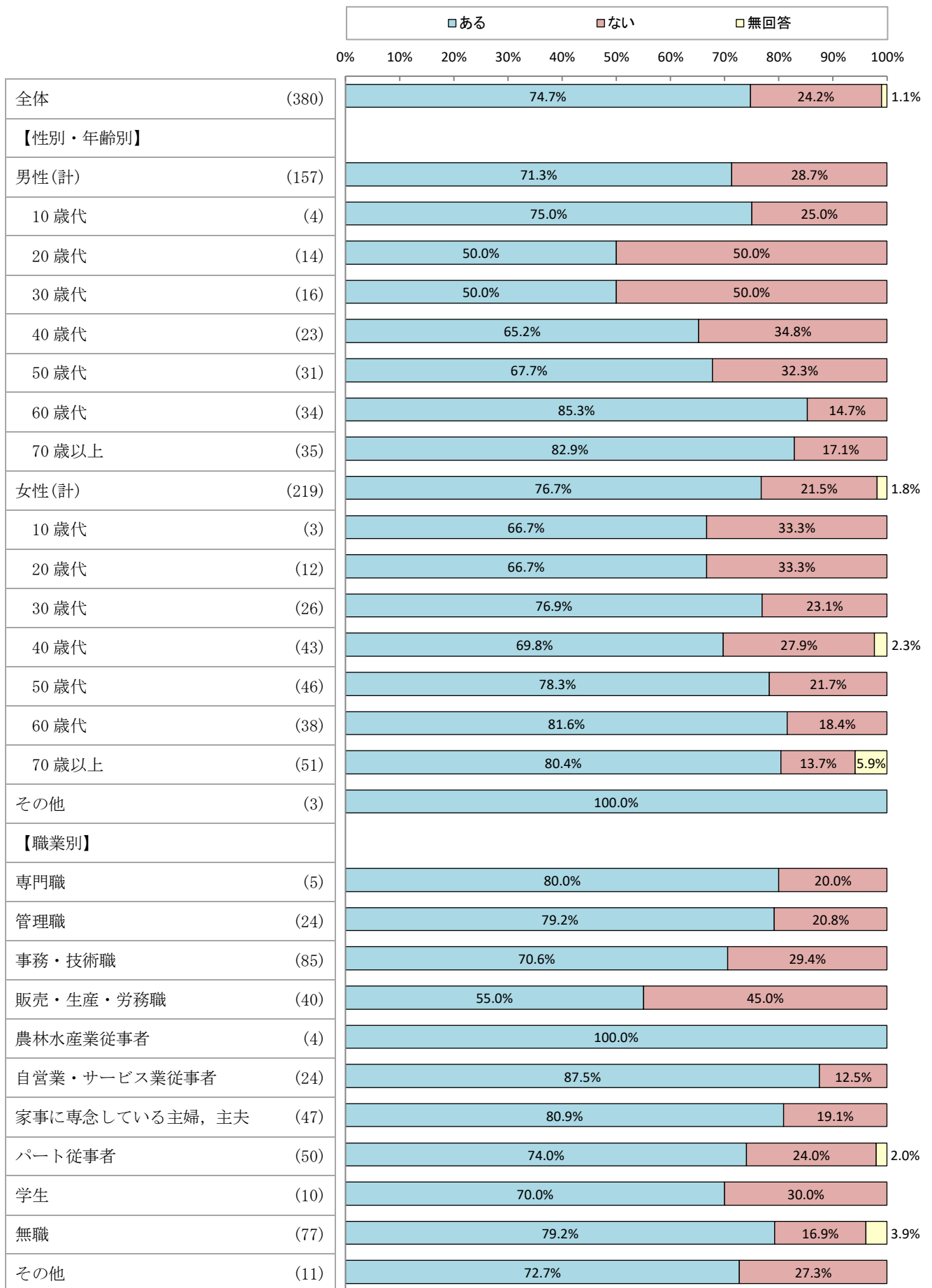
相談できるかかりつけの歯科医院について、「ある」が74.7%、一方「ない」は24.2%であった。(図IV-3-3)

<参考>

性別・年齢別で見ると、「ある」は<その他>を除くと<男性/60歳代>が85.3%で最も高く、次いで<男性/70歳以上>が82.9%であった。「ある」は、性別・年齢別に関係なく5割以上となっている。一方、「ない」は<男性/20歳代>と<男性/30歳代>がいずれも50.0%で最も高く、次いで<男性/40歳代>が34.8%と続いている。(図IV-3-4)

職業別で見ると、「ある」は<農林水産業従事者>が100.0%で最も高く、次いで<自営業・サービス業従事者>が87.5%であった。一方、「ない」は<販売・生産・労務職>が45.0%で最も高く、次いで<学生>が30.0%であった。(図IV-3-4)

<図IV-3-4>性別・年齢別/職業別

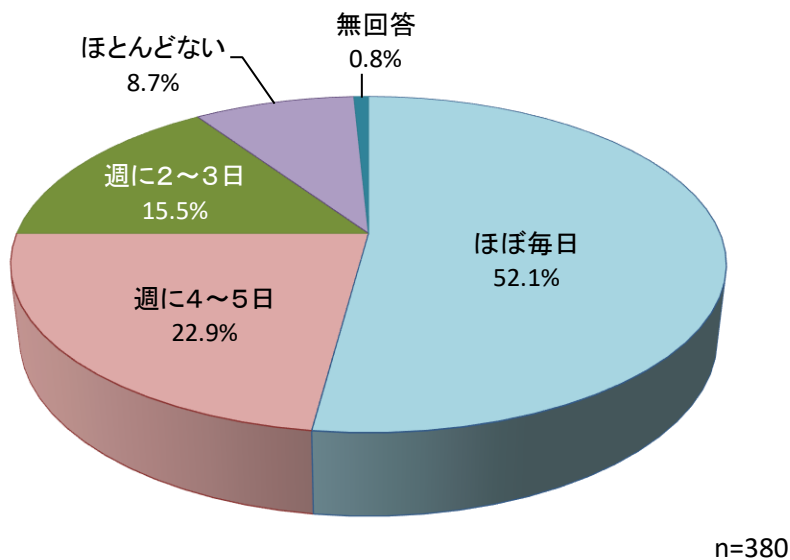


(3) 主食・主菜・副菜をそろえて食べる日数

◇ 「ほぼ毎日」が5割強

問16	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。 ※主食とは、ごはん・パン・めん類などの穀物でエネルギー源となるもの。主菜とは、肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理など、副菜とは、野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理など (○は1つ)	n=380
1	ほぼ毎日	52.1%
2	週に4～5日	22.9%
3	週に2～3日	15.5%
4	ほとんどない	8.7%
	(無回答)	0.8%

<図IV-3-5>全体



主食・主菜・副菜をそろえて食べる日数については、「ほぼ毎日」が52.1%で最も高く、次いで「週に4～5日」が22.9%、「週に2～3日」が15.5%と続いている。(図IV-3-5)

<参考>

性別・年齢別でみると、「ほぼ毎日」は<女性/10歳代>が100.0%で最も高く、次いで<男性/10歳代>が75.0%と続いている。一方、「ほとんどない」は<男性/40歳代>が21.7%で最も高く、次いで<女性/20歳代>が16.7%と続いている。(図IV-3-6)

職業別でみると、「ほぼ毎日」は<専門職>が80.0%で最も高く、次いで<農林水産業従事者>が75.0%であった。一方、「ほとんどない」は<その他>を除くと<事務・技術職>が15.3%で最も高く、次いで<販売・生産・労務職>が10.0%であった。(図IV-3-6)

<図IV-3-6>性別・年齢別/職業別

