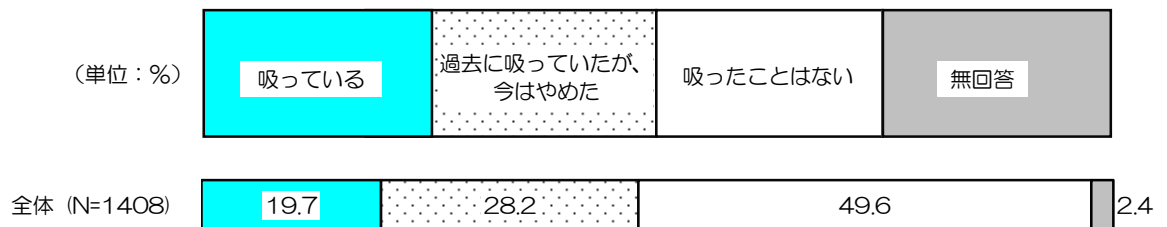


5 健康に関する生活習慣について

(1) たばこを吸っているか

問25. あなたは、たばこを吸いますか。(○は1つだけ)

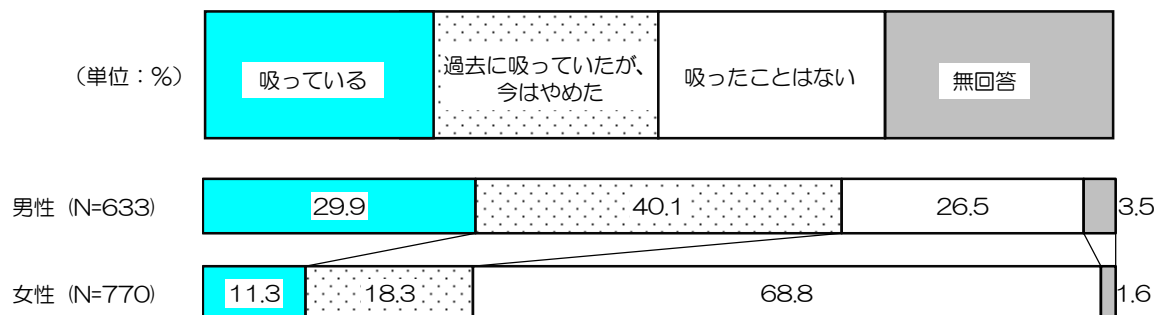
〔図表5-1 たばこを吸っているか【複数回答】〕



【全体の考察】

たばこを吸っているかをたずねた。「吸ったことはない」が49.6%で最も高く、次いで、「過去に吸っていたが、今はやめた」28.2%、「吸っている」19.7%となっている。(図表5-1)

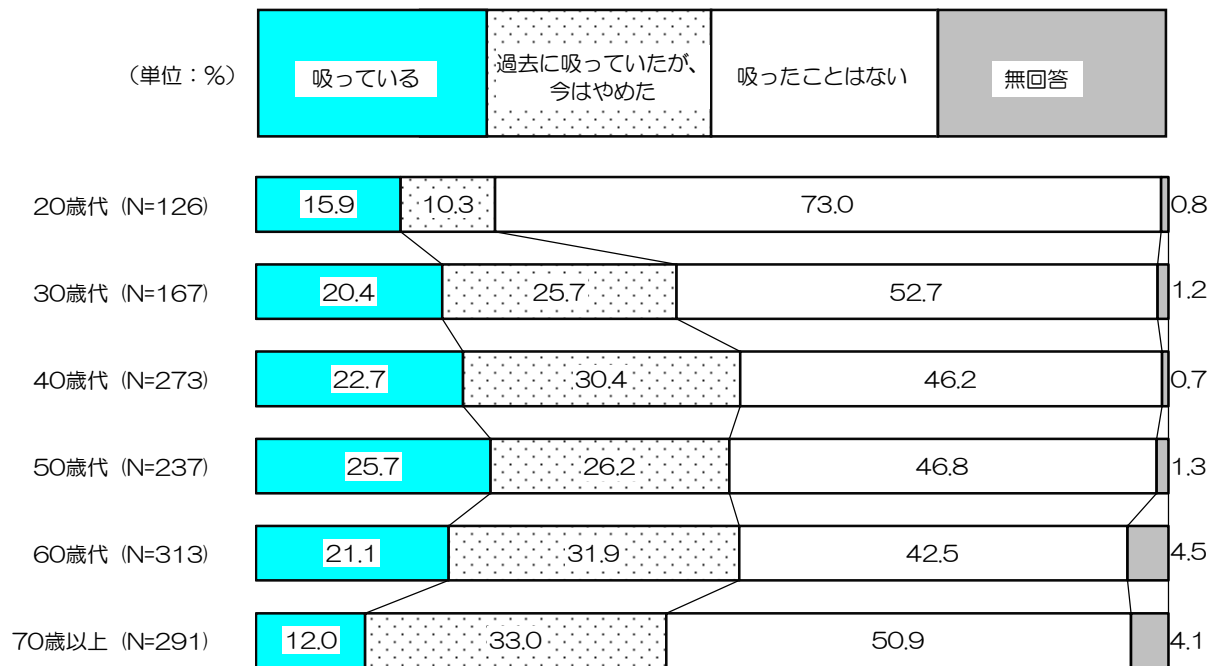
〔図表5-1-1 たばこを吸っているか(性別)〕



【性別の考察】

性別にみると、「吸っている」「過去に吸っていたが、今はやめた」は『男性』が『女性』を大きく上回っており、「吸っている」で18.6ポイント、「過去に吸っていたが、今はやめた」で21.8ポイント。(図表5-1-1)

〔図表5-1-2 たばこを吸っているか（年代別）〕



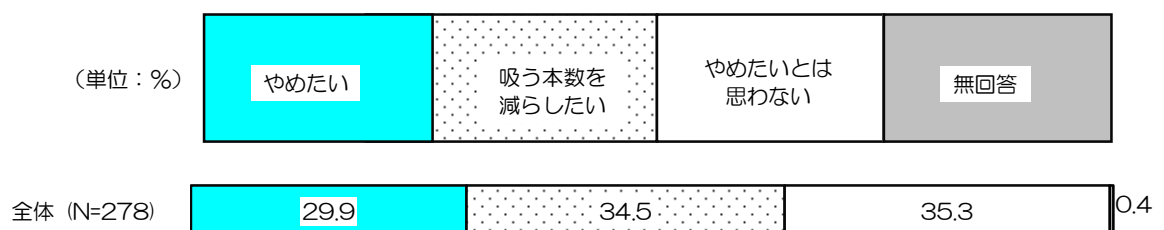
【年代別の考察】

年代別にみると、「吸っている」が最も高い『50 歳代』は、最も低い『70 歳以上』を 13.7 ポイント上回っている。「吸ったことはない」は『20 歳代』で 7 割強と最も高く、他の年代では 4 割強～5 割強となっている。(図表 5-1-2)

(2) たばこをやめたいと思うか

問 2 5-1. 【たばこを吸っている方】あなたは、たばこをやめたいと思いますか。
(○は 1 つだけ)

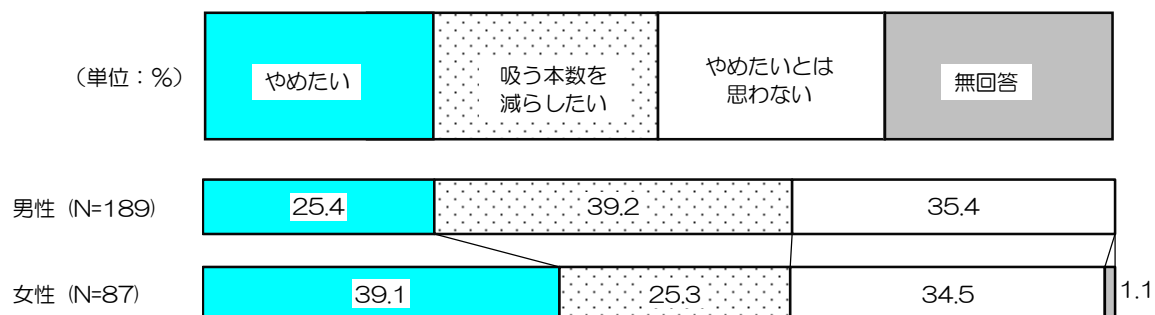
〔図表5-2 たばこをやめたいと思うか〕



【全体の考察】

たばこをやめたいと思うかをたずねた。「やめたいとは思わない」が 35.3% で最も高く、次いで、「吸う本数を減らしたい」 34.5%、「やめたい」 29.9% となっている。(図表 5-2)

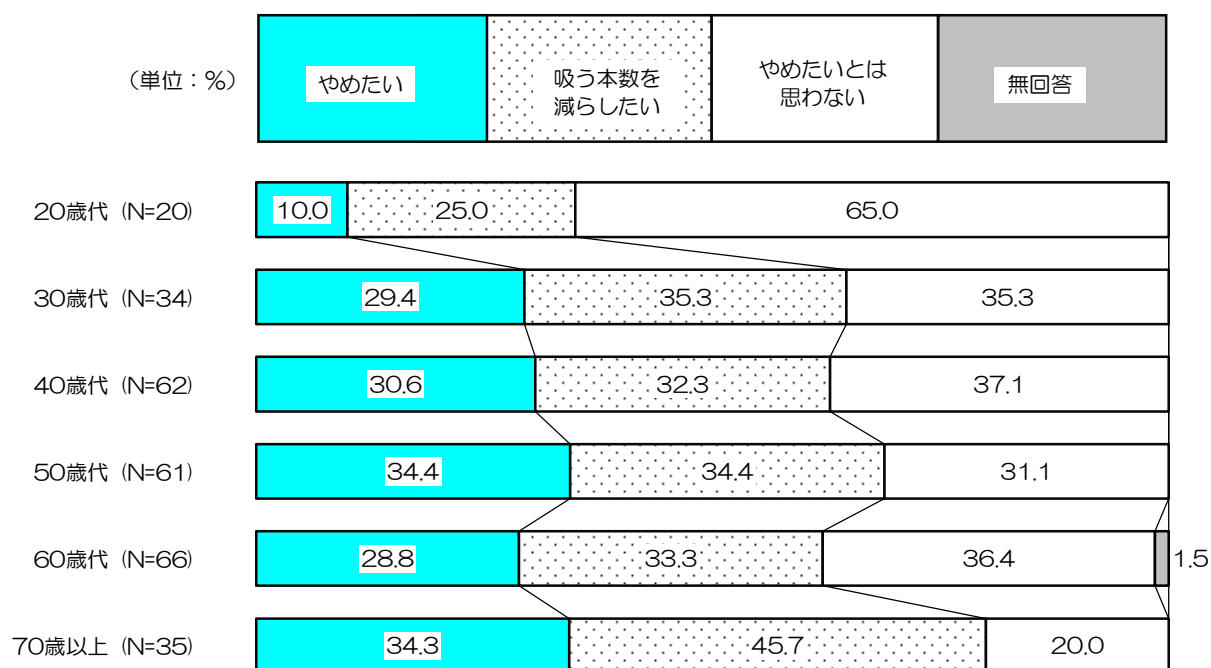
〔図表5-2-1 たばこをやめたいと思うか（性別）〕



【性別の考察】

性別にみると、「やめたい」は『女性』が『男性』を 13.7 ポイント上回っており、「吸う本数を減らしたい」は『男性』が『女性』を 13.9 ポイント上回っている。(図表 5-2-1)

〔図表5-2-2 たばこをやめたいと思うか（年代別）〕



【年代別の考察】

年代別にみると、『20 歳代』では「やめたいとは思わない」が「やめたい」を大きく上回っている。他の年代では「やめたい」が3割弱～3割強、「やめたいとは思わない」は『70 歳以上』の2割を除いて3割強～4割弱となっている。(図表 5-2-2)

(3) アルコール飲料を飲むか

問26. あなたは酒・ビールなどのアルコール飲料を飲みますか。(○は1つだけ)

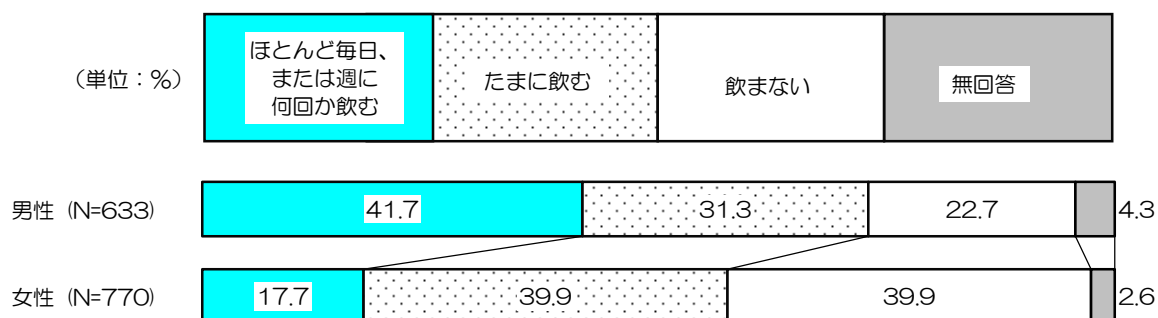
〔図表5-3 アルコール飲料を飲むか〕



【全体の考察】

アルコール飲料を飲むかをたずねた。「たまに飲む」が35.9%で、次いで、「飲まない」32.2%、「ほとんど毎日、または週に何回か飲む」28.6%となっている。また、「ほとんど毎日、または週に何回か飲む」と「たまに飲む」を合わせた64.5%が何らかのアルコール飲料を飲んでいる。(図表5-3)

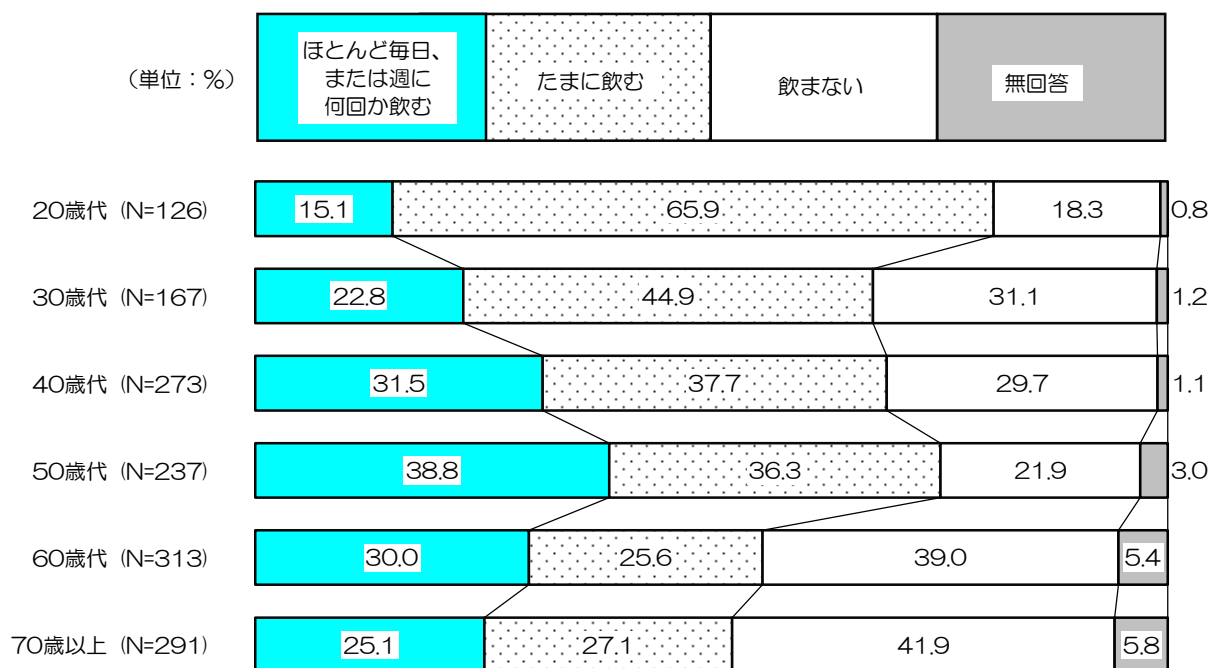
〔図表5-3-1 アルコール飲料を飲むか(性別)〕



【性別の考察】

性別にみると、「ほとんど毎日、または週に何回か飲む」は『男性』が『女性』を24.0ポイント上回っており、「飲まない」は『女性』が『男性』を17.2ポイント上回っている。(図表5-3-1)

〔図表5-3-2 アルコール飲料を飲むか（年代別）〕



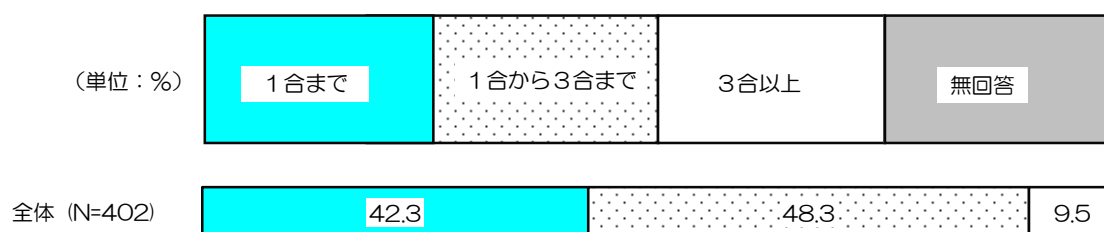
【年代別の考察】

年代別にみると、「ほとんど毎日、または週に何回か飲む」は『50 歳代』で最も高く 4 割弱となっている。『20 歳代』は「たまに飲む」が最も高く、“飲む計”（「ほとんど毎日、または週に何回か飲む」＋「たまに飲む」）でみると 8 割強と最も高くなっている。（図表 5-3-2）

（４）１日に飲むアルコール量

問 2 6-1. 【アルコール飲料をほとんど毎日、または週に何回か飲む方】１日に飲むアルコール量は、日本酒に換算するとどれくらいですか。（〇は１つだけ）

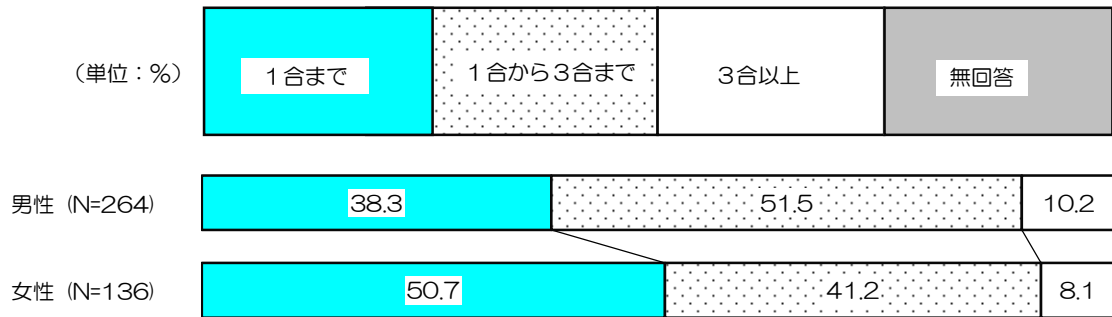
〔図表5-4 １日に飲むアルコール量〕



【全体の考察】

１日に飲むアルコール量をたずねた。「１合から 3 合まで」が 48.3% で最も高く、次いで、「１合まで」42.3%、「3 合以上」9.5% となっている。（図表 5-4）

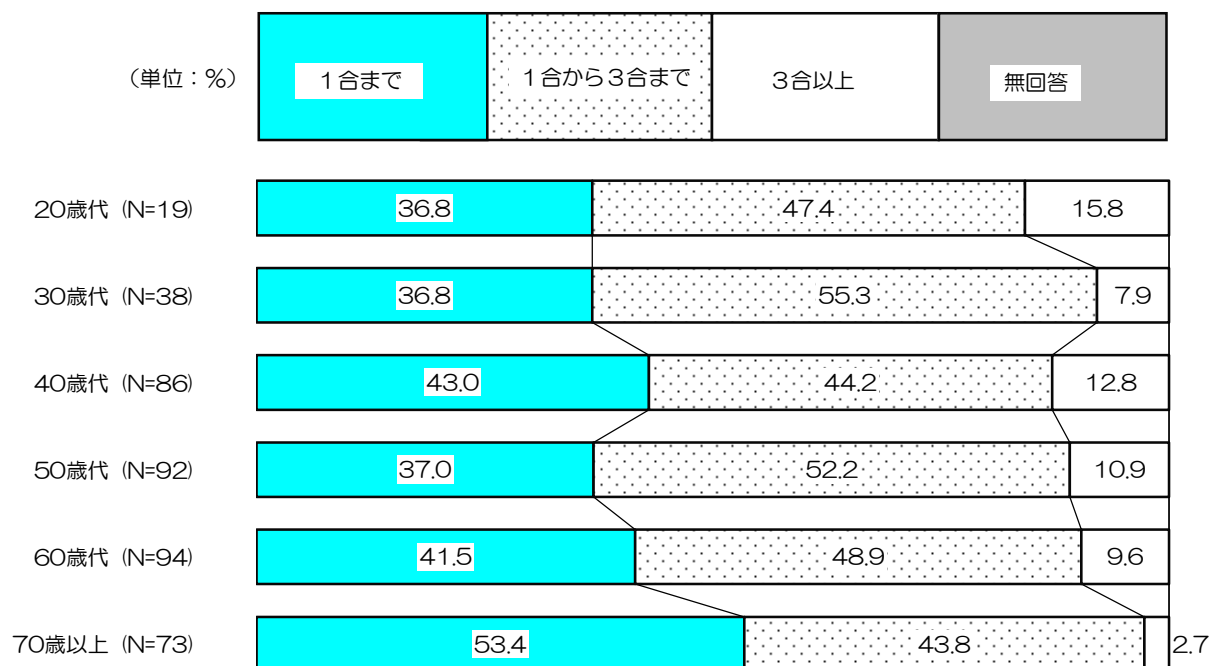
〔図表5-4-1 1日に飲むアルコール量（性別）〕



【性別の考察】

性別にみると、「1合まで」は『女性』が『男性』を12.4ポイント上回っており、「1合から3合まで」は『男性』が『女性』を10.3ポイント上回っている。（図表5-4-1）

〔図表5-4-2 1日に飲むアルコール量（年代別）〕



【年代別の考察】

年代別にみると、「1合まで」は『70歳以上』で最も高く、「1合から3合まで」は『30歳代』で最も高くなっている。（図表5-4-2）

（５）節度ある適度な飲酒量の認知

問 2 7．節度ある適度な飲酒とは、１日平均純アルコールで２０ｇ程度（日本酒１合、ビール中ビン１本など）であることをご存じですか。（○は１つだけ）

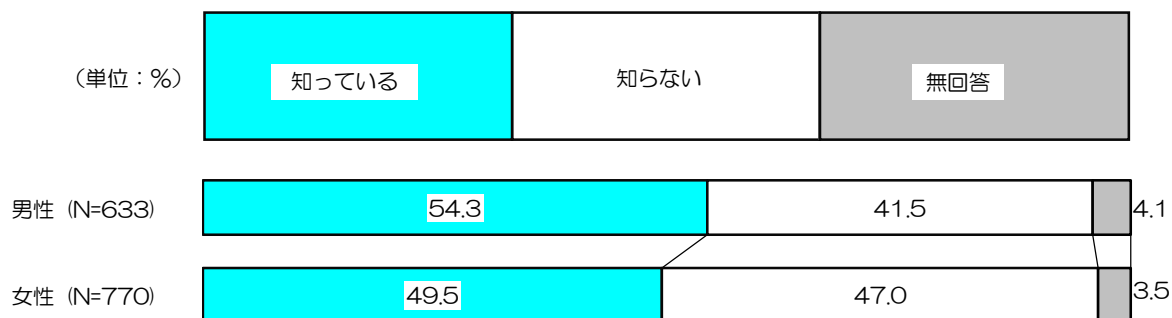
〔図表５-５ 節度ある適度な飲酒量の認知〕



【全体の考察】

節度ある適度な飲酒量の認知をたずねた。「知っている」が51.7%で、「知らない」が44.5%となっている。（図表5-5）

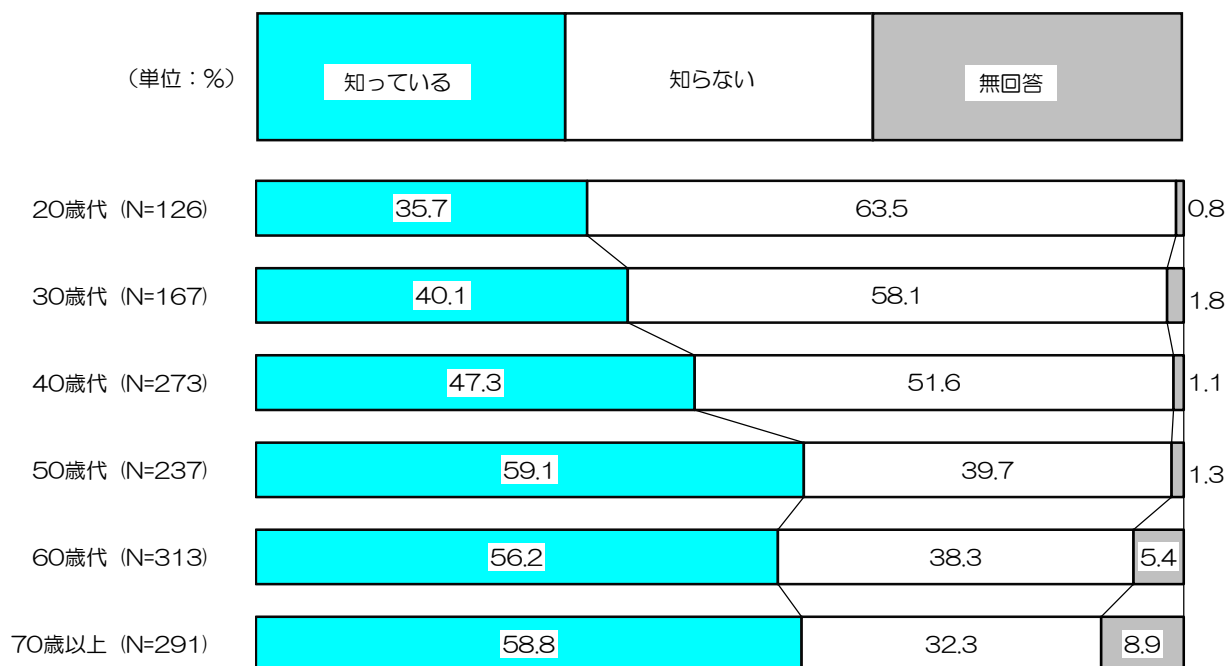
〔図表５-５-１ 節度ある適度な飲酒量の認知（性別）〕



【性別の考察】

性別にみると、認知率は『男性』が『女性』を４.８ポイント上回っている。（図表５-５-１）

〔図表5-5-2 節度ある適度な飲酒量の認知（年代別）〕



【年代別の考察】

年代別にみると、認知率は『50 歳代以上』で高く、6 割弱となっている。最も低い『20 歳代』では3 割半となっている。(図表 5-5-2)

(6) 1 日 30 分以上の運動を週 2 回以上行っているか

問 2 8 . あなたは、1 日 3 0 分以上の運動を、週に 2 回以上行っていますか。(○は 1 つだけ)

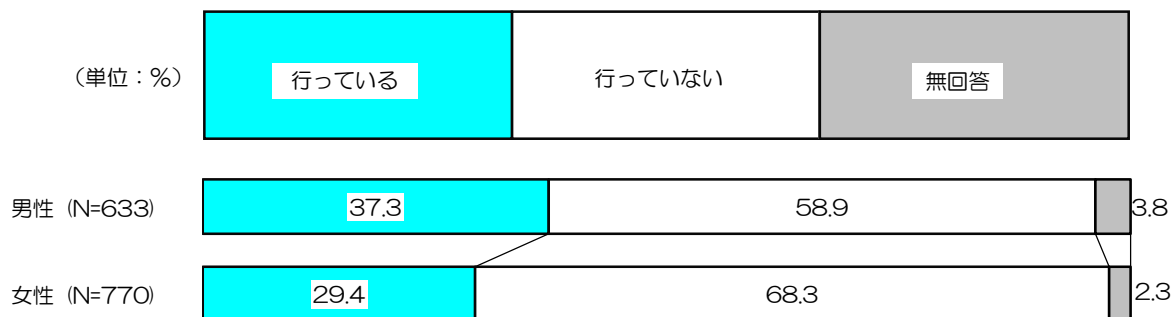
〔図表5-6 1 日 30 分以上の運動を週 2 回以上行っているか〕



【全体の考察】

1 日 30 分以上の運動を週 2 回以上行っているかをたずねた。「行っている」が 33.0% で、「行っていない」が 64.0% となっている。(図表 5-6)

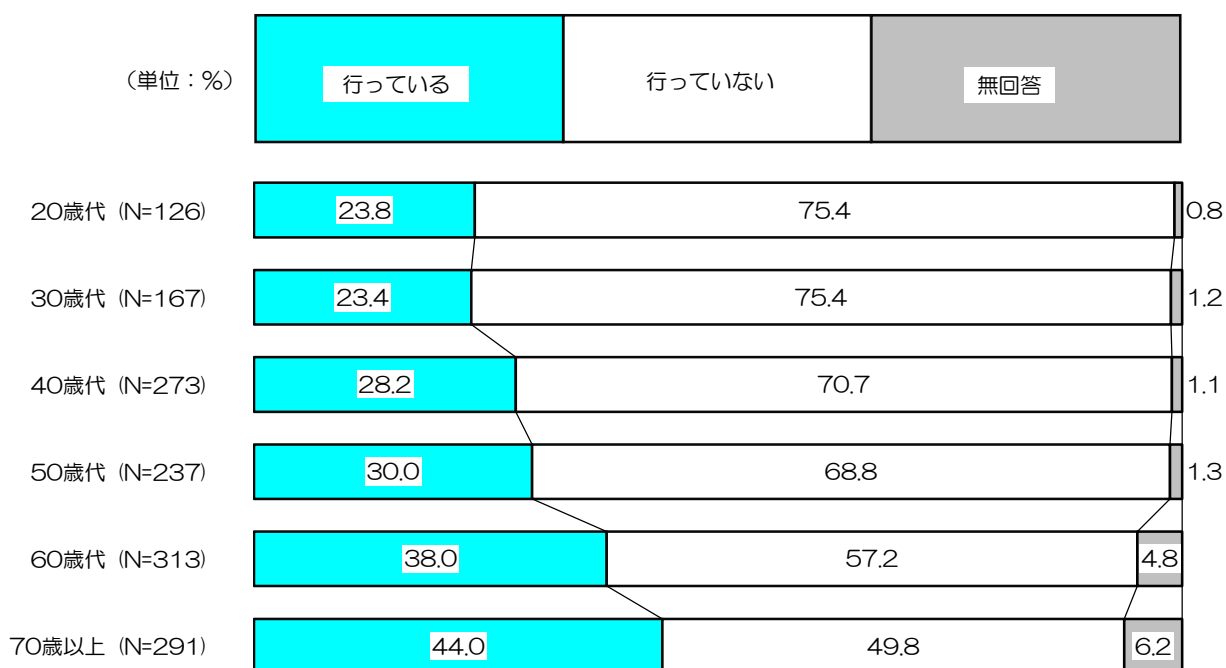
〔図表5-6-1 1日30分以上の運動を週2回以上行っているか（性別）〕



【性別の考察】

性別にみると、「行っている」は『男性』が『女性』を7.9ポイント上回っている。（図表5-6-1）

〔図表5-6-2 1日30分以上の運動を週2回以上行っているか（年代別）〕



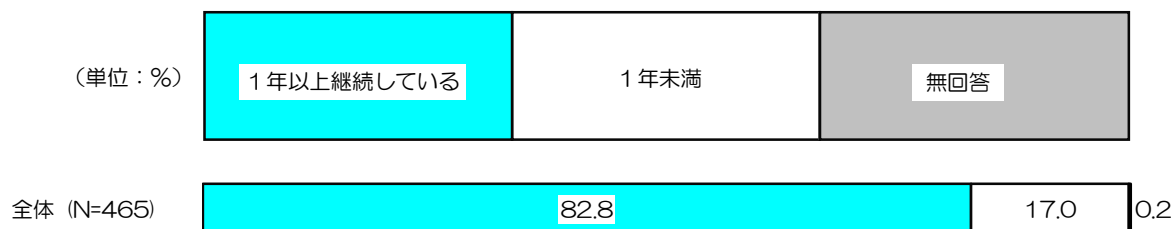
【年代別の考察】

年代別にみると、「行っている」は年代が上がるにつれ高くなっている。『20～30歳代』では2割強、『40～50歳代』では3割弱～3割、『60歳代』では4割弱となっており、『70歳代』では4割をこえている。（図表5-6-2）

(7) 1年以上継続しているか

問28-1.【1日30分以上の運動を週に2回以上行っている方】1年以上継続していますか。(○は1つだけ)

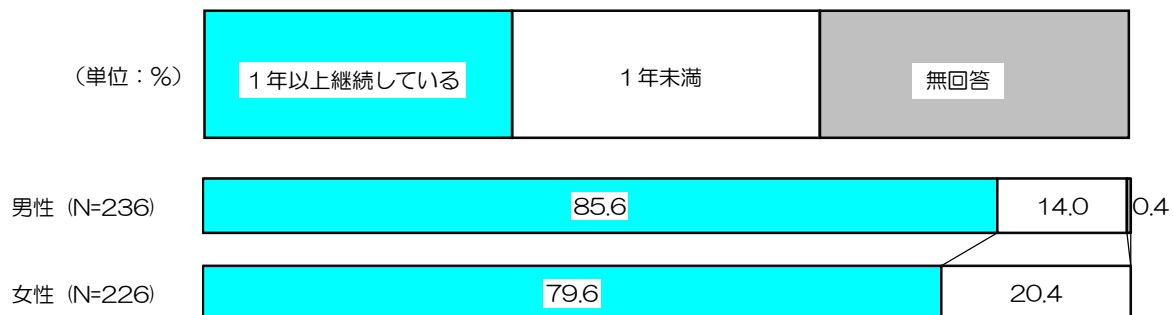
〔図表5-7 1年以上継続しているか〕



【全体の考察】

運動を1年以上継続しているかをたずねた。「1年以上継続している」が82.8%で、「1年未満」が17.0%となっている。(図表5-7)

〔図表5-7-1 1年以上継続しているか(性別)〕



【性別の考察】

性別にみると、「1年以上継続している」は『男性』が『女性』を6.0ポイント上回っている。(図表5-7-1)

〔図表5-7-2 1年以上継続しているか（年代別）〕



【年代別の考察】

年代別にみると、「1年以上継続している」は最も高い『70歳以上』で9割弱、最も低い『30歳代』で8割弱となっている。(図表5-7-2)