

令和2年11月10日
福祉保健局

『都民の健康と医療に関する実態と意識』の結果 ～令和元年度東京都福祉保健基礎調査～

令和元年度東京都福祉保健基礎調査「都民の健康と医療に関する実態と意識」における主な調査結果について、このたび報告書としてまとめましたので、お知らせします。

自分の健康状態を「よい」と感じている人の割合は約8割 健康のために、食生活や生活習慣を改善することに関心がある人の割合は8割超

自分の健康状態を「よい」と感じている人の割合は、「よい」(23.6%)と「まあよい」(56.8%)を合わせて80.5%となっている。 【調査結果の概要P7】

自分の健康のために、食生活の改善や運動量の増加などの生活習慣をより良い方向にすることに関心があるか聞いたところ、「十分にある」の割合が41.3%、「少しある」が42.3%で、これらを合わせた割合は83.6%となっている。 【調査結果の概要P10】

現在（この1か月間）たばこを吸っている人のうち、禁煙意欲のある人の割合は4割超

たばこを吸ったことがある人の割合は41.6%で、そのうち「現在（この1か月間）たばこを吸っている」人の割合は38.7%（回答者全体の16.1%）となっている。

【調査結果の概要P11】

「現在（この1か月間）たばこを吸っている」人のうち、「やめたいと思う」(10.3%)と「できればやめたいと思う」(32.0%)を合わせた禁煙意欲のある人の割合は42.2%となっている。

【調査結果の概要P13】

毎日の生活の中で、悩みやストレスがある人の割合は6割超 その原因は「自分の仕事」の割合が約5割

毎日の生活の中での悩みやストレスの有無を聞いたところ、「よくある」(25.4%)と「たまにある」(37.2%)を合わせた割合は62.6%となっている。その原因は「自分の仕事」の割合が48.0%、「収入・家計・借金等」が29.5%となっている。

【調査結果の概要P17、19】

自宅での療養を希望する人の割合は約3割

長期療養が必要になった場合（脳卒中の後遺症や末期がんなど）、理想として自宅で療養を続けたいと思うか聞いたところ、「そう思う」の割合が28.8%、「そう思わない」が25.9%となっている。「そう思う」と回答した人のうち47.7%が「実現は難しいと思う」と回答し、その理由は「家族に負担をかけるから」の割合が79.9%と最も高くなっている。

【調査結果の概要P41、42】

（裏面に続く）

【調査の概要】

1 調査の目的

東京都内の各世帯及び世帯員の健康と医療に関する実態と意識を把握することにより、東京都における保健・医療施策充実のための基礎資料を得ることを目的とする。(東京都福祉保健基礎調査は毎年テーマを変えて実施している。「都民の健康と医療に関する実態と意識」は平成 21 年度から行っており、今回で 3 回目。)

2 実施の概要

(1) 調査基準日

令和元年 10 月 16 日

(調査期間 令和元年 10 月 16 日から同年 11 月 15 日まで)

(2) 調査対象者

東京都内に居住する 6,000 世帯及び調査基準日現在満 20 歳以上の世帯員

(3) 調査方法

- ① 世帯と世帯員の状況に関する調査は、調査員が調査対象者を訪問し、面接聞き取りの上、調査票を作成する面接聞き取り調査により実施
- ② 健康と医療に関する意識調査は、満 20 歳以上の世帯員を対象に、調査票への記入は調査対象者自身が行う、留め置き調査により実施

(4) 集計の対象

- ① 世帯と世帯員の状況
調査の客体 6,000 世帯のうち、回答を得られた 3,283 世帯(回収率 54.7%)
- ② 健康と医療に関する実態と意識
3,283 世帯 (7,369 人) のうち、回答を得られた満 20 歳以上の世帯員 5,627 人

3 根拠

東京都統計調査条例(昭和 32 年東京都条例第 15 号) 第 2 条第 3 項に基づく都指定統計調査

4 調査結果の概要

福祉保健局ホームページに掲載している。

[福祉保健局トップページ](#)>[調査・統計](#)>[東京都福祉保健基礎調査](#)>[令和元年度「都民の健康と医療に関する実態と意識」](#)>[概要](#)>[「3 調査結果の概要」](#)

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kiban/chosa_tokei/zenbun/reiwal/rlgaiyou.files/gaiyou.pdf

5 報告書の公表

都民情報ルーム(東京都庁第一本庁舎 3 階南側)で有償頒布(791 円・税別)をするほか、福祉保健局ホームページに掲載している。

[福祉保健局トップページ](#)>[調査・統計](#)>[東京都福祉保健基礎調査](#)>[令和元年度「都民の健康と医療に関する実態と意識」](#)

https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kiban/chosa_tokei/zenbun/reiwal/index.html

調査結果の概要

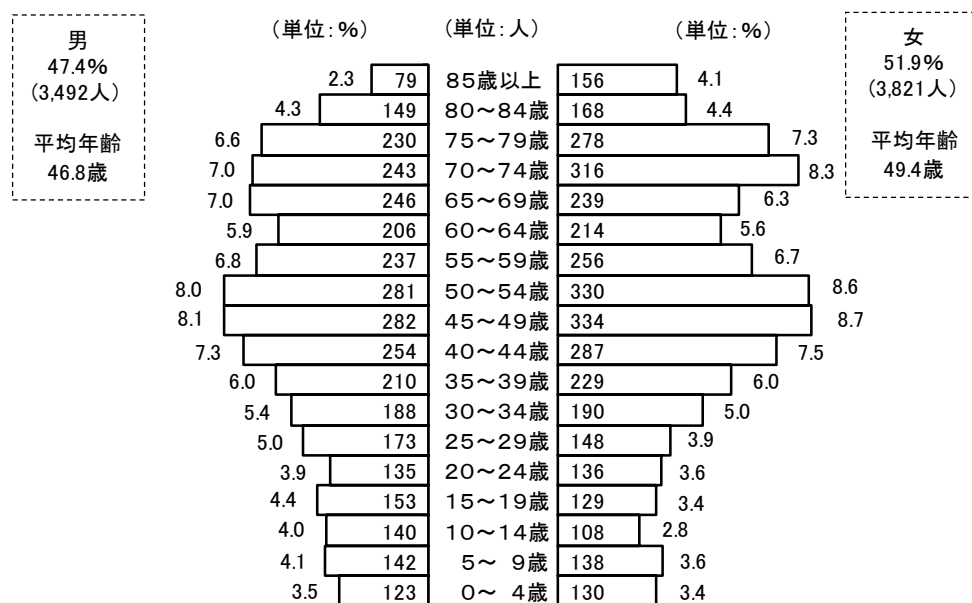
第1部 世帯と世帯員の状況

(調査票①の結果 集計対象 3,283 世帯、7,369 人の状況)

第1章 集計対象者の性・年齢階級

集計対象者 7,369 人の世帯員の性別をみると、男性 47.4%、女性 51.9%、平均年齢は男性 46.8 歳、女性は 49.4 歳となっている。(図 I-1-1)【本文 17p】

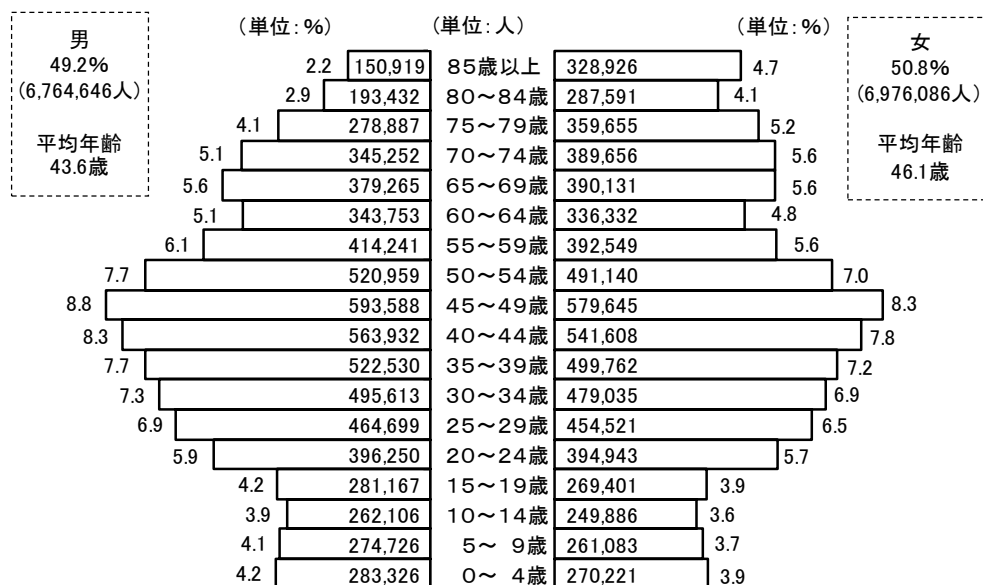
図 I-1-1 集計対象者の性・年齢階級



(注)・男性 47.4%、女性 51.9%で合計が 100%にならないのは、性別無回答の人がいるため

・男性 3,492 人、女性 3,821 人には、それぞれ年齢無回答の人を含むため、内訳の合計と一致しない。

《参考》住民基本台帳による東京都の世帯と人口 (平成 31 年 1 月 1 日) (総務局)



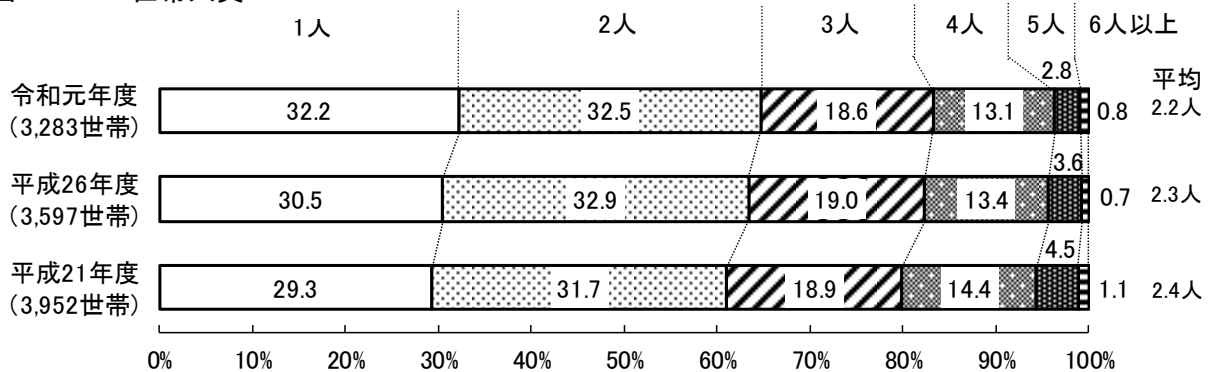
(注) 図・表の番号は、本文中の番号である。

第2章 世帯と世帯員の状況

1 世帯人員

世帯人員は、「2人」の割合が32.5%、「1人」が32.2%となっている。
また、平均世帯人員は2.2人となっている。(図I-2-1)【本文19p】

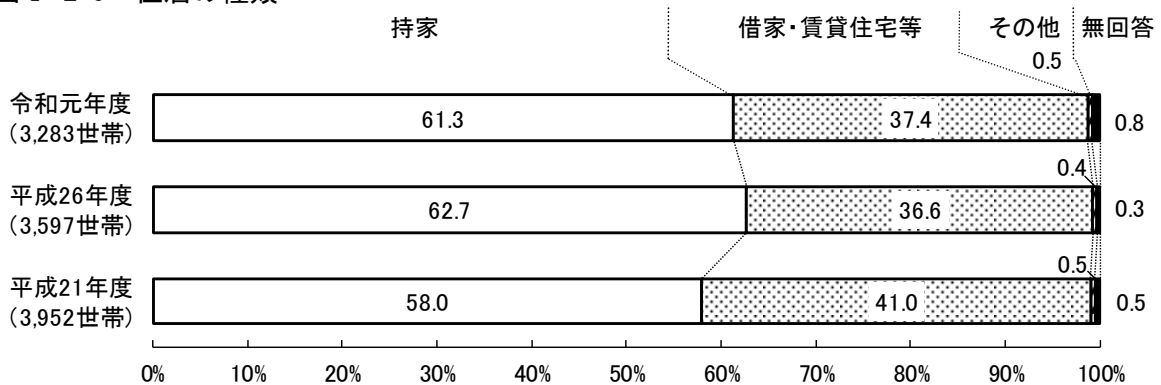
図I-2-1 世帯人員



2 住居の状況

住居の種類は、「持家」の割合が61.3%、「借家・賃貸住宅等」が37.4%となっている。(図I-2-5)【本文21p】

図I-2-5 住居の種類



3 世帯員の就業の状況

就業の状況を性別で見ると、「就業者」の割合は、男性62.6%、女性50.2%となっている。(表I-3-2)【本文34p】

表I-3-2 就業状況一性・年齢階級別

	総数	労働力人口	就業者						仕事を探していた	非労働力人口	家事専業	通学のみ	(働いていない 幼児・高齢・病気等)	無回答
			就業者	主に仕事	家事などの かたわらに仕事	通学のかたわらに 仕事	その他	仕事を探していた						
総数	100.0 (7,369)	56.4	55.8	46.1	7.6	1.3	0.8	0.7	42.1	9.0	10.9	22.2	1.5	
男	100.0 (3,492)	63.4	62.6	59.6	0.6	1.4	1.1	0.7	35.6	0.3	12.3	23.1	1.0	
女	100.0 (3,821)	50.8	50.2	34.4	14.0	1.3	0.5	0.6	47.3	17.2	9.0	21.1	1.9	
平成26年度	100.0 (8,233)	51.9	51.1	41.5	7.4	1.1	1.1	0.8	47.6	11.6	11.5	24.5	0.4	
平成21年度	100.0 (9,353)	53.4	51.8	41.3	8.4	1.1	1.0	1.6	45.4	14.7	11.4	19.3	1.2	

4 世帯収入の状況

(1) 主な世帯収入の種類

主な世帯収入の種類は、「賃金・給料」の割合が 59.2%と最も高く、次いで「年金・恩給」が 25.6%となっている。(表 I-2-3)【本文 24p】

表 I-2-3 主な世帯収入の種類

(単位:%)

	総数	賃金・給料	事業所得	家賃・地代・配当・利子	仕送り	年金・恩給	生活保護	雇用保険給付金・その他の社会	その他の収入	無回答
令和元年度 (3,283世帯)	100.0	59.2	5.8	2.7	0.8	25.6	3.1	0.2	0.6	2.0
平成26年度 (3,597世帯)	100.0	54.4	7.0	2.9	1.0	29.5	2.8	0.2	0.9	1.3

(2) 世帯の年間収入

世帯の年間収入(平成30年分)は、「200~300万円未満」、「300~400万円未満」の割合がいずれも 12.1%となっている。(表 I-2-4)【本文 24p】

表 I-2-4 世帯の年間収入

(単位:%)

	総数	100万円未満	100万円未満	200万円未満	300万円未満	400万円未満	500万円未満	600万円未満	700万円未満	800万円未満	900万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円未満	1000万円以上	無回答
令和元年度 (3,283世帯)	100.0	4.6	10.8	12.1	12.1	7.9	8.0	6.6	6.4	5.3	4.4	4.1	2.6	1.8	1.5	1.3	2.8	1.7	6.0	
平成26年度 (3,597世帯)	100.0	4.9	12.5	14.7	13.7	9.6	8.7	6.0	5.5	4.1	4.1	3.6	1.2	1.1	0.8	0.9	2.1	1.6	4.9	
平成21年度 (3,952世帯)	100.0	4.8	12.4	14.2	13.3	9.7	7.9	5.6	6.1	4.0	4.2	3.5	1.6	1.5	0.9	1.2	1.9	1.7	5.4	

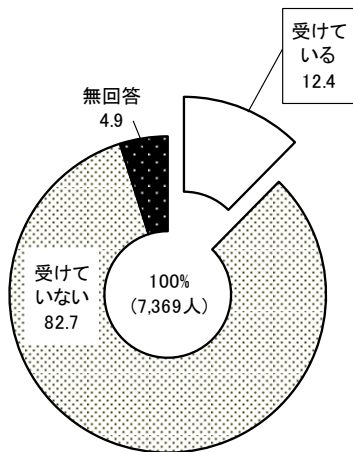
第3章 世帯における医療機関の受診状況

1 医療費助成の状況[複数回答]

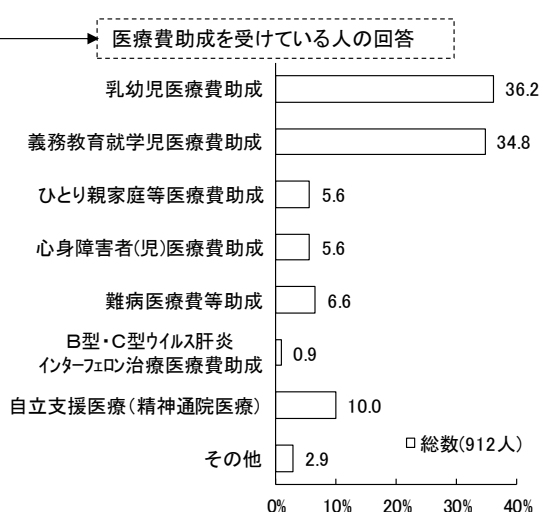
この1年間に医療費助成を受けたか聞いたところ、「受けている」人が12.4%、「受けていない」人が82.7%となっている。(図I-4-1)

また、受けている人(912人)に、助成の種類を聞いたところ、「乳幼児医療費助成」の割合が36.2%、「義務教育就学児医療費助成」が34.8%となっている。(図I-4-2)【本文37p】

図I-4-1 医療費助成の有無



図I-4-2 医療費助成の種類[複数回答]

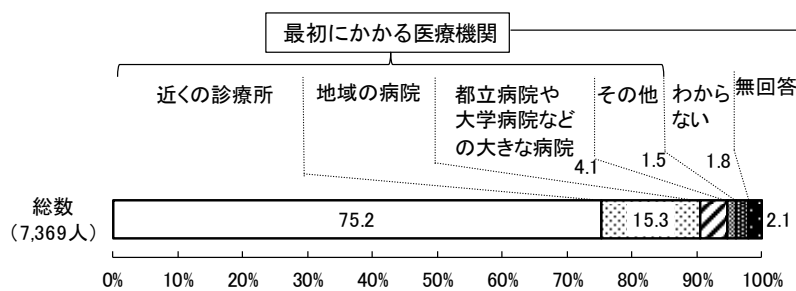


2 最初にかかる医療機関の種類とかかりつけ医の有無

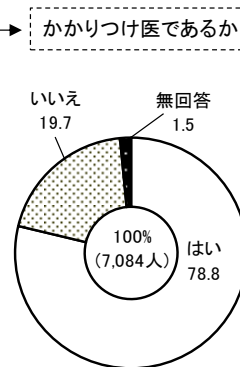
体の不調を感じた場合、まず最初にどの医療機関にかかるか聞いたところ、「近くの診療所」の割合が75.2%と最も高く、次いで「地域の病院」が15.3%、「都立病院や大学病院などの大きな病院」が4.1%となっている。(図I-4-5)

また、「わからない」と回答した人及び「無回答」を除く7,084人に、その医療機関がかかりつけ医であるか聞いたところ、「はい」の割合が78.8%となっている。(図I-4-6)【本文43p】

図I-4-5 最初にかかる医療機関の種類



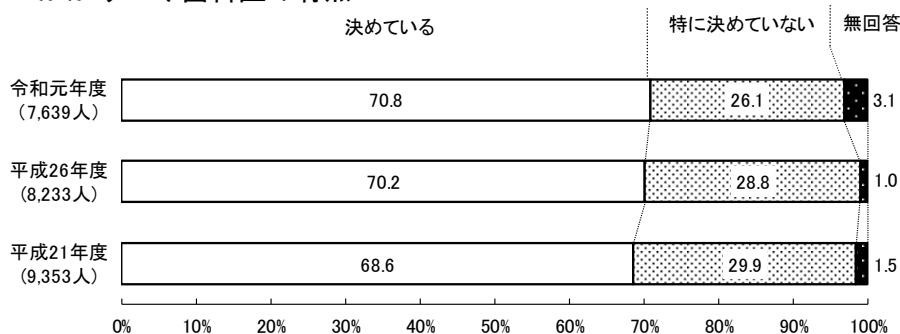
図I-4-6 かかりつけ医の有無



3 かかりつけ歯科医の有無

かかりつけ歯科医を決めているか聞いたところ、「決めている」割合が70.8%、「特に決めていない」が26.1%となっている。(図I-4-8)【本文46p】

図I-4-8 かかりつけ歯科医の有無



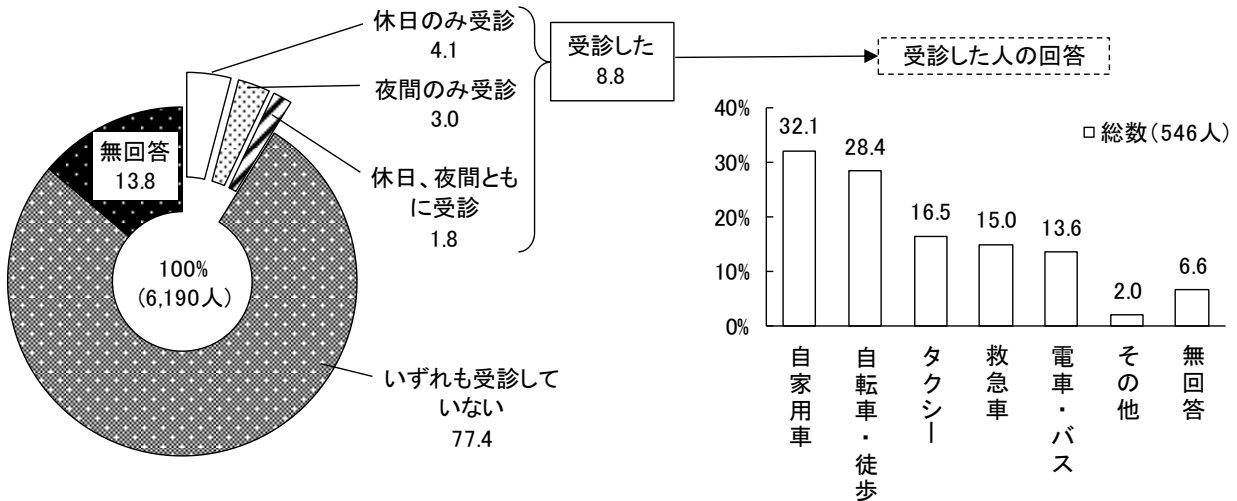
4 休日・夜間の医療機関の受診の有無と受診の際の交通手段[複数回答]

過去1年間に医療機関を受診した人(6,190人)に、休日・夜間に医療機関を受診したことがあるか聞いたところ、「休日のみ受診」の割合が4.1%、「夜間のみ受診」が3.0%、「休日、夜間ともに受診」が1.8%となっており、これらを合わせた割合は8.8%となっている。(図I-4-10)

また、受診した人(546人)に、受診の際の交通手段を聞いたところ、「自家用車」の割合が32.1%、「自転車・徒歩」が28.4%となっている。(図I-4-11)【本文51p】

図I-4-10 休日・夜間の医療機関の受診の有無

図I-4-11 受診の際の交通手段[複数回答]



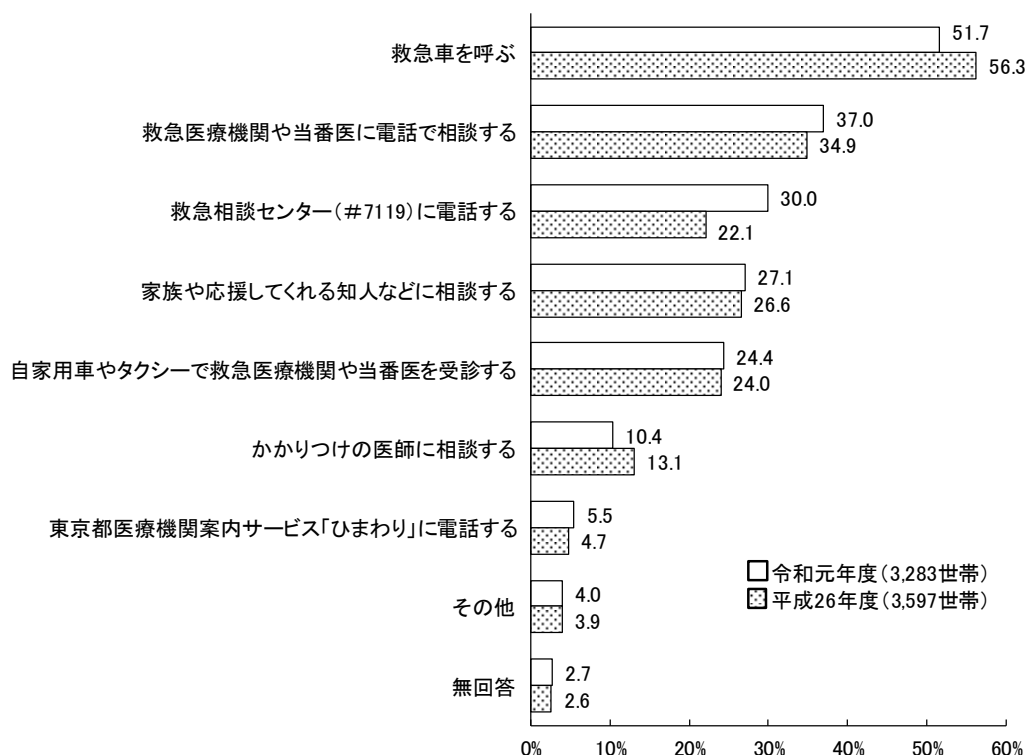
(注) 回答別比率を合算した比率(8.8%)は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

5 緊急時の対応[複数回答]

夜間や休日に自分や家族が急に具合が悪くなったり、ケガをして、どうしていいのかわからない時どうするか、世帯における対応方法を聞いたところ、「救急車を呼ぶ」の割合が51.7%と最も高く、次いで「救急医療機関や当番医に電話で相談する」が37.0%、「救急相談センター(＃7119)に電話する」が30.0%となっている。

平成26年度調査と比べて、「救急相談センター(＃7119)に電話する」の割合が7.9ポイント増加している。(図I-4-13)【本文52p】

図I-4-13 緊急時の対応[複数回答]

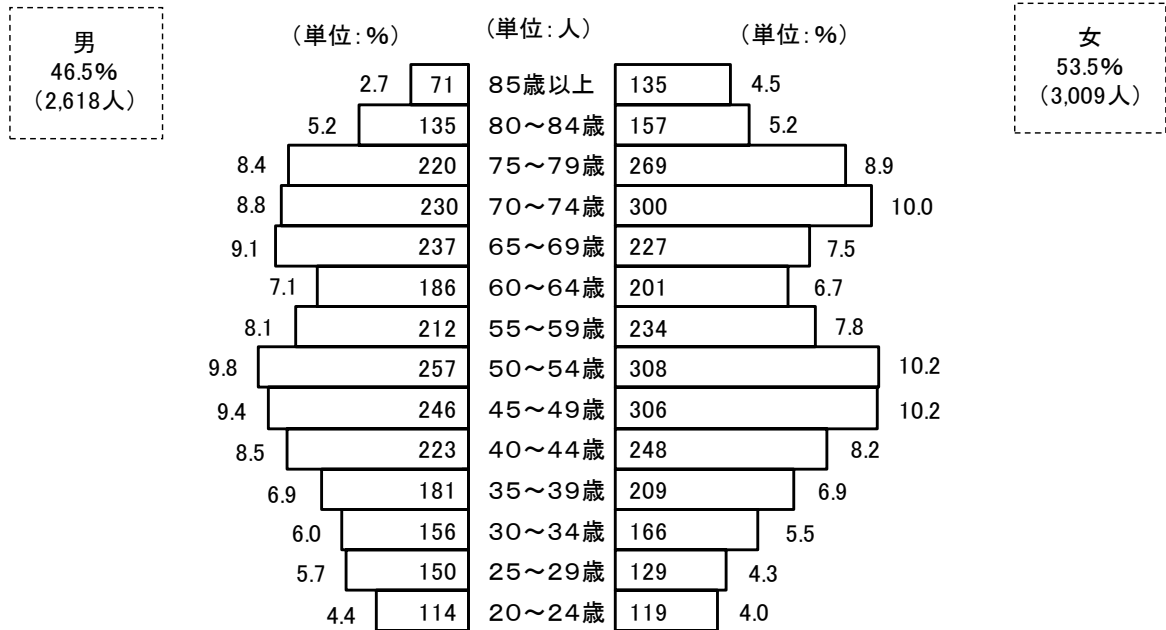


第2部 健康と医療に関する実態と意識

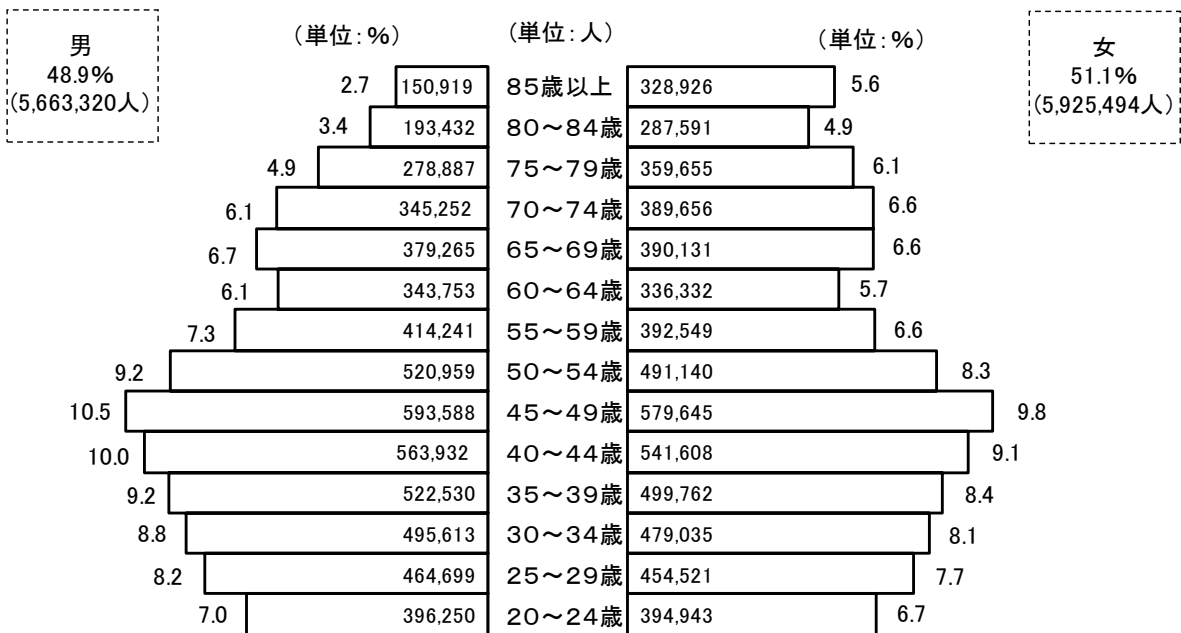
(調査票②の結果 集計対象 3,283 世帯の満 20 歳以上の世帯員 6,200 人のうち、回答を得られた 5,627 人の状況)

回答者の性・年齢階級の内訳については、次のとおりである。(図Ⅱ-1-1)【本文 55p】

図Ⅱ-1-1 回答者の性・年齢階級



《参考》住民基本台帳による東京都の世帯と人口（平成 31 年 1 月 1 日）（総務局）

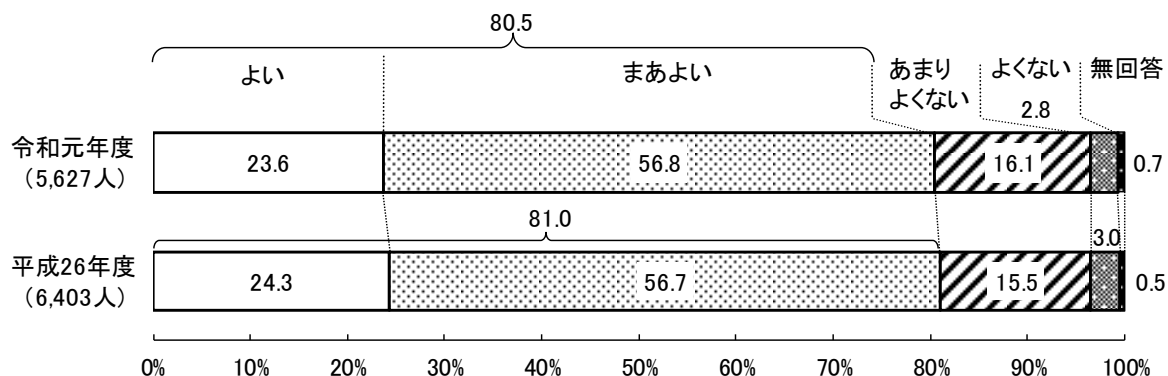


第1章 健康づくりの状況

1 健康状態の評価

自分の健康状態についてどのように感じているか聞いたところ、「まあよい」の割合が 56.8%と最も高く、次いで「よい」の割合が 23.6%となっている。「よい」と「まあよい」を合わせた割合は 80.5%となっている。(図Ⅱ-1-2)【本文 57p】

図Ⅱ-1-2 健康状態の評価

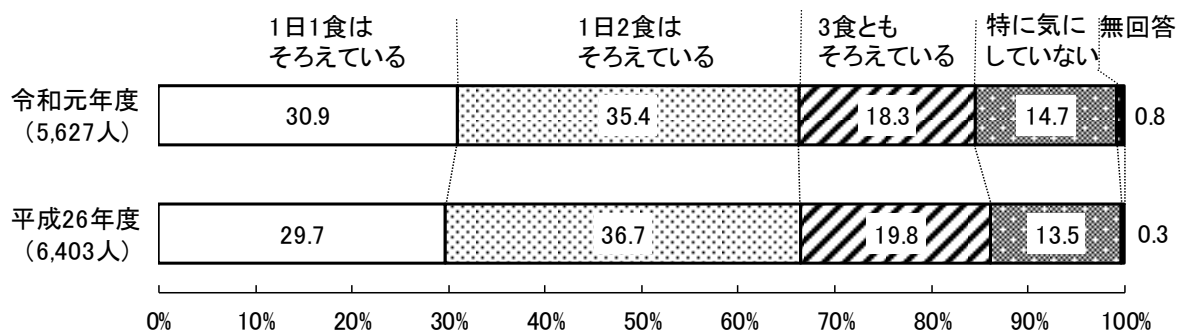


(注) 回答別比率を合算した比率 (80.5%) は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

2 1日の食事の栄養バランス

ふだんの1日の食事(3食)のうち、何回、主食(ご飯、パン、麺類など)、主菜(肉、魚、卵、豆腐などの豆製品を使ったおかず)、副菜(野菜を使ったおかず)をそろえた食事をしているか聞いたところ、「1日2食はそろえている」割合が 35.4%となっており、「3食ともそろえている」は 18.3%となっている。(図Ⅱ-1-4)【本文 60p】

図Ⅱ-1-4 1日の食事の栄養バランス

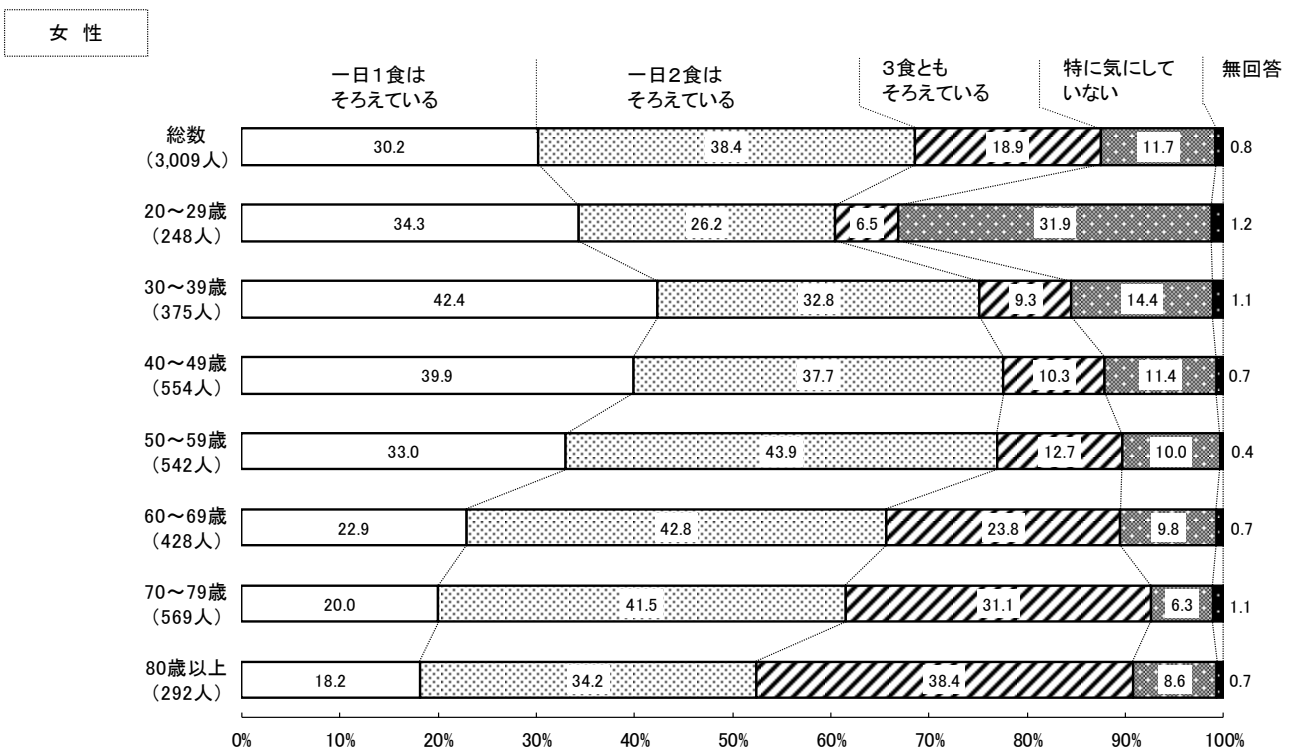
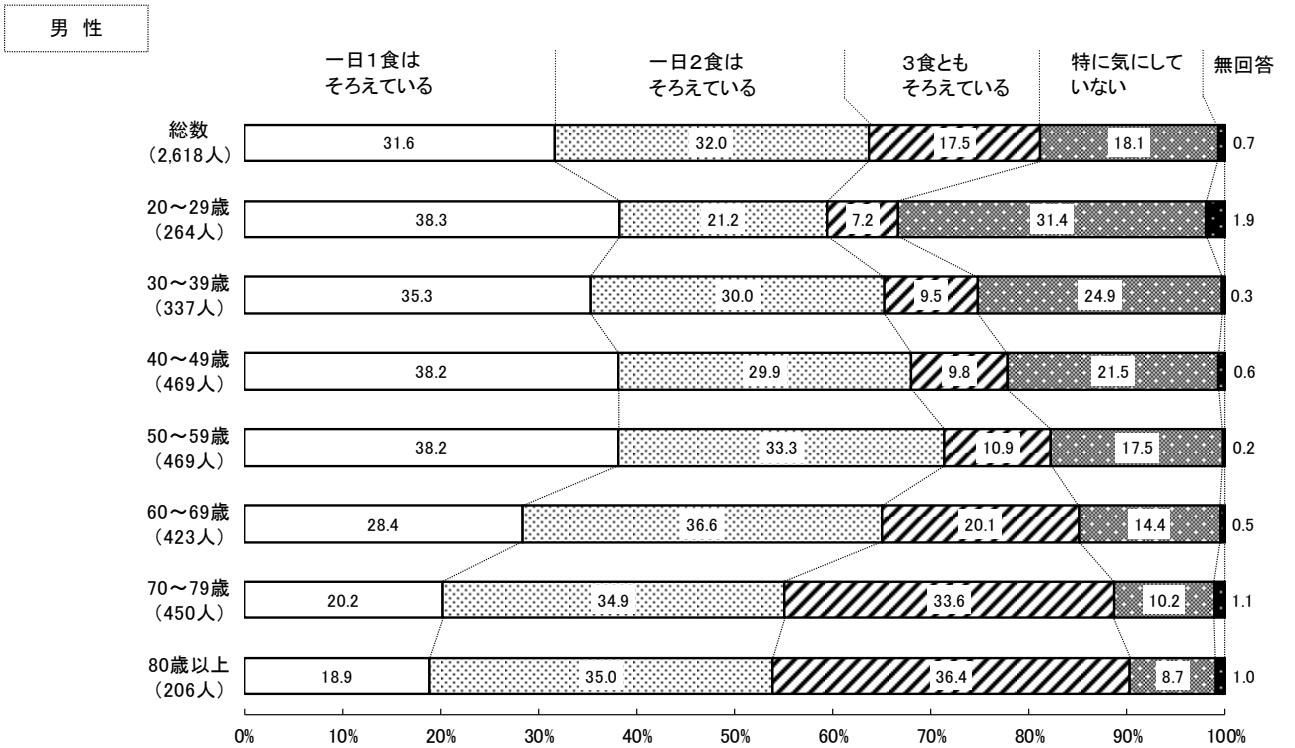


(1) 1日の食事の栄養バランス—性・年齢階級別

1日の食事の栄養バランスを性・年齢階級別にみると、主食・主菜・副菜を「3食ともそろえている」割合は、男女とも70代以上では、3割を超えている（31.1%～38.4%）。

一方で、20代では、「3食ともそろえている」割合が、男性7.2%、女性6.5%となっている。
 (図Ⅱ-1-5)【本文 61p】

図Ⅱ-1-5 1日の食事の栄養バランス—性・年齢階級別

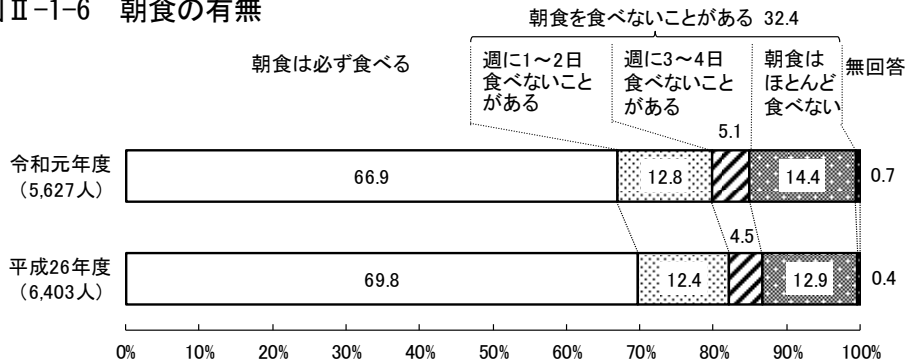


3 朝食の有無

ふだん朝食を食べない(欠食する)ことがあるか聞いたところ、「朝食は必ず食べる」割合が66.9%となっている。

一方で、「朝食はほとんど食べない」(14.4%)、「週に3~4日食べないことがある」(5.1%)、「週に1~2日食べないことがある」(12.8%)を合わせた「朝食を食べないことがある」割合は32.4%となっている。(図Ⅱ-1-6)【本文64p】

図Ⅱ-1-6 朝食の有無



(注1) 「菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合」「錠剤などのサプリメント、栄養ドリンク剤のみの場合」は欠食としている。

(注2) 回答別比率を合算した比率(32.4%)は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

(1) 朝食の有無—食生活・生活習慣改善意欲、悩みやストレスの有無、睡眠時間の充足別

朝食の有無を食生活・生活習慣改善意欲別にみると、「朝食は必ず食べる」割合は、食生活・生活習慣改善意欲が十分にある人では74.5%となっている。

悩みやストレスの有無別にみると、「朝食は必ず食べる」割合は、悩みやストレスがほとんどない人では76.7%、あまりない人では71.1%となっている。

睡眠時間の充足別にみると、「朝食は必ず食べる」割合は、睡眠時間が十分足りている人では75.3%、ほぼ足りている人では70.0%となっている。(表Ⅱ-1-4)【本文66p】

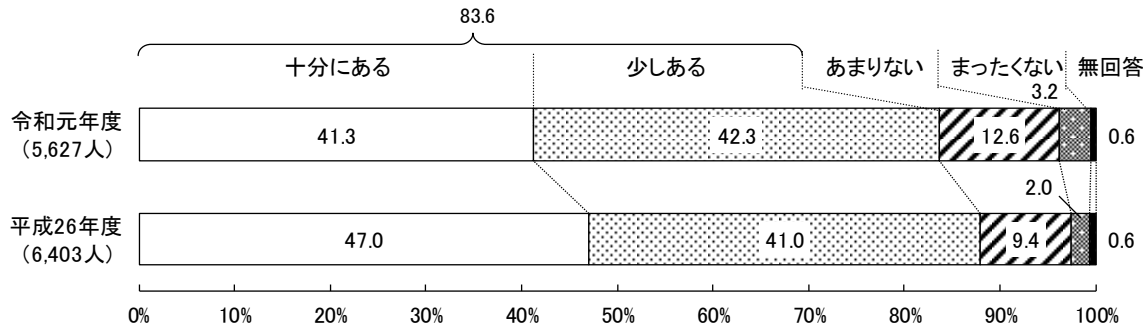
表Ⅱ-1-4 朝食の有無—食生活・生活習慣改善意欲、悩みやストレスの有無、睡眠時間の充足別

	総数	朝食は必ず食べる	週に1~2日食べないことがある	週に3~4日食べないことがある	朝食はほとんど食べない	無回答	
総数	100.0 (5,627)	66.9	12.8	5.1	14.4	0.7	
食生活・生活習慣改善意欲別	十分にある	100.0 (2,323)	74.5	11.4	4.0	9.9	0.2
	少しある	100.0 (2,383)	64.8	14.2	5.9	14.9	0.3
	あまりない	100.0 (711)	56.4	13.6	6.6	22.9	0.4
	まったくない	100.0 (179)	47.5	10.6	5.0	36.9	-
悩みやストレスの有無別	よくある	100.0 (1,429)	59.2	14.4	7.2	18.7	0.5
	たまにある	100.0 (2,094)	66.7	13.5	5.2	14.2	0.4
	あまりない	100.0 (1,340)	71.1	11.4	4.0	12.8	0.7
	ほとんどない	100.0 (673)	76.7	8.9	3.4	10.1	0.9
睡眠時間の充足別	十分足りている	100.0 (1,176)	75.3	9.2	3.1	11.3	1.0
	ほぼ足りている	100.0 (2,404)	70.0	11.6	4.5	13.3	0.6
	やや不足している	100.0 (1,674)	59.7	16.4	6.9	16.5	0.5
	まったく不足している	100.0 (337)	50.7	16.9	7.1	24.6	0.6

4 食生活・生活習慣の改善意欲

自分の健康のために、食生活の改善や運動量の増加などの生活習慣をより良い方向にすることに
 関心があるか聞いたところ、「十分にある」の割合が41.3%、「少しある」が42.3%となっており、
 これらを合わせた割合は83.6%となっている。(図Ⅱ-1-8)【本文 67p】

図Ⅱ-1-8 食生活・生活習慣の改善意欲



5 飲酒の有無、頻度

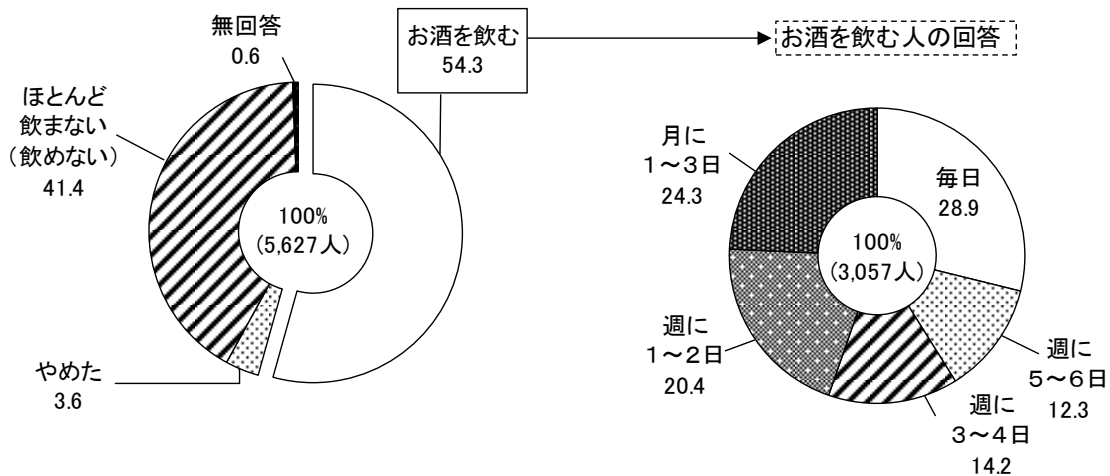
飲酒の有無は、「お酒を飲む」割合が54.3%、「ほとんど飲まない(飲めない)」が41.4%、「やめた」が3.6%となっている。(図Ⅱ-1-10)

また、「お酒を飲む」人(3,057人)の飲酒の頻度は、「毎日」の割合が28.9%、「月に1~3日」が24.3%、「週に1~2日」が20.4%となっている。(図Ⅱ-1-11)【本文 70p】

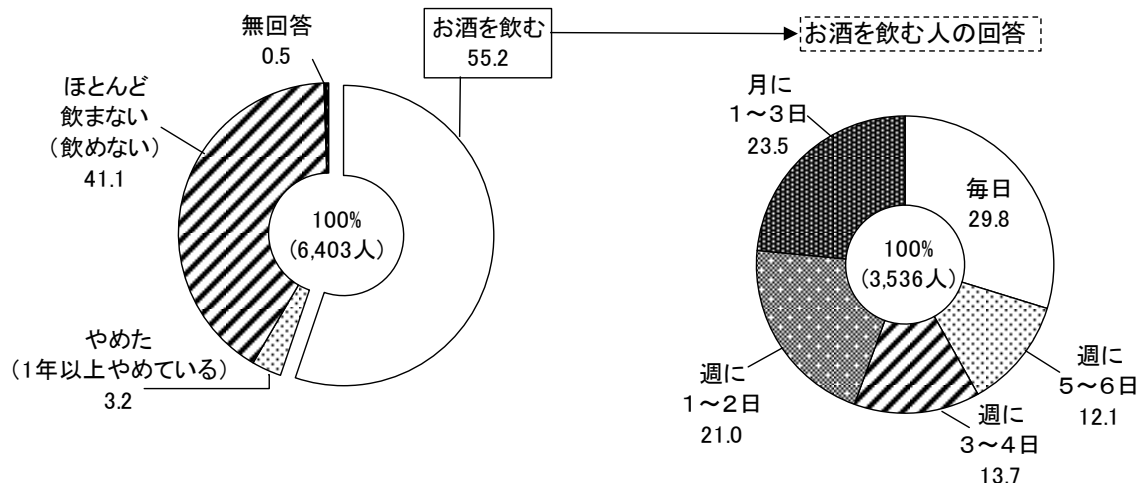
図Ⅱ-1-10 飲酒の有無

図Ⅱ-1-11 飲酒の頻度

令和元年度



平成26年度



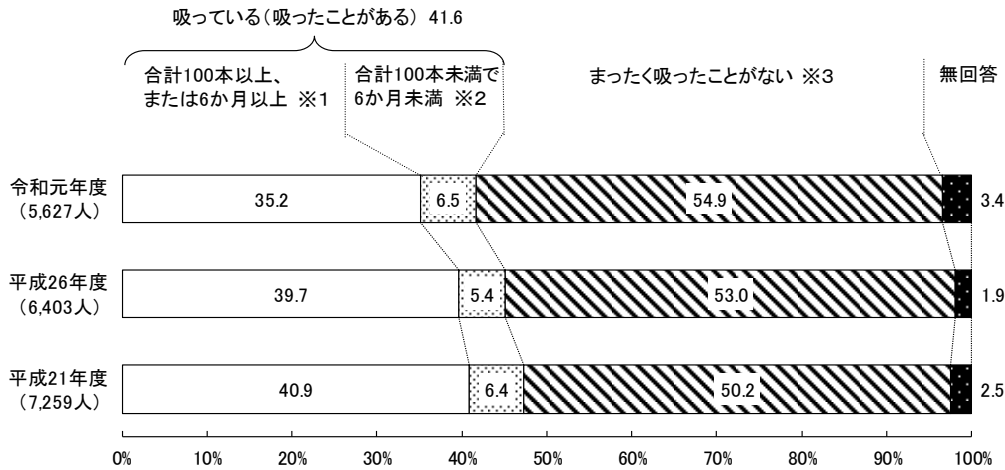
(注) 飲酒の頻度(右側のグラフ)のいずれかを回答した人を「お酒を飲む人」として集計した。

6 喫煙経験の有無

これまでにたばこを吸ったことがあるか聞いたところ、「合計 100 本以上、または 6 か月以上吸っている（吸っていた）」の割合が 35.2%、「吸ったことはあるが、合計 100 本未満で 6 か月未満」が 6.5%となっている。これらを合わせた、たばこを「吸っている（吸ったことがある）」割合は 41.6%となっている。

一方で、「まったく吸ったことがない」の割合は 54.9%となっている。（図Ⅱ-1-17）【本文 78p】

図Ⅱ-1-17 喫煙経験の有無



- (注 1) 令和元年度調査では、紙巻たばこ加熱式たばこで設問を分けて聞いており、喫煙経験の有無については以下のとおり集計した。
 ※1 は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方の喫煙経験がある人のうち、「合計 100 本以上、または 6 か月以上」と回答した人の割合
 ※2 は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方の喫煙経験がある人のうち、「合計 100 本未満で 6 か月未満」と回答した人（※1 に該当する人を除く）の割合
 ※3 は、紙巻たばこ及び加熱式たばこのいずれも「まったく吸ったことがない」と回答した人の割合
 (注 2) 回答別比率を合算した比率 (41.6%) は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

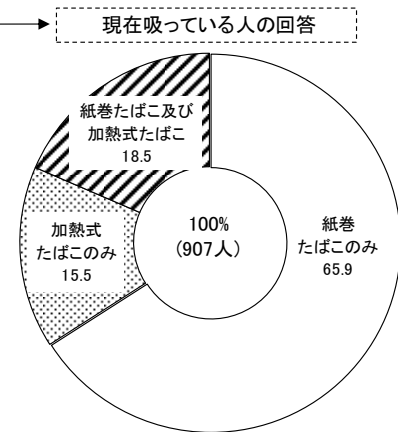
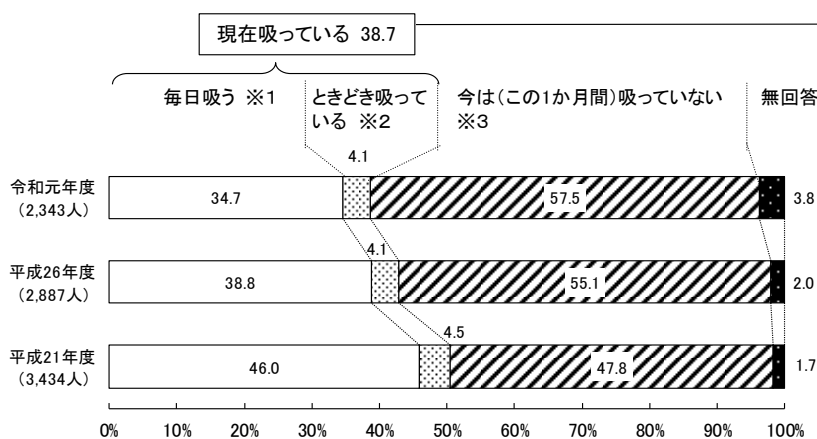
7 喫煙経験者の現在の喫煙状況と喫煙しているたばこの種類

喫煙経験の有無について、たばこを「吸っている（これまでに吸ったことがある）」と回答した人 (2,343 人) に、現在（この 1 か月間）、たばこを吸っているか聞いたところ、「毎日吸う」割合が 34.7%、「ときどき吸っている」が 4.1%となっている。一方で、「今は（この 1 か月間）吸っていない」割合は 57.5%となっている。（図Ⅱ-1-18）

「毎日吸う」と「ときどき吸っている」を合わせた「現在吸っている」人の喫煙しているたばこの種類は、「紙巻たばこのみ」の割合が 65.9%、「加熱式たばこのみ」が 15.5%、「紙巻たばこ及び加熱式たばこ」が 18.5%となっている。（図Ⅱ-1-19）【本文 81p】

図Ⅱ-1-18 喫煙経験者の現在の喫煙状況

図Ⅱ-1-19 喫煙しているたばこの種類



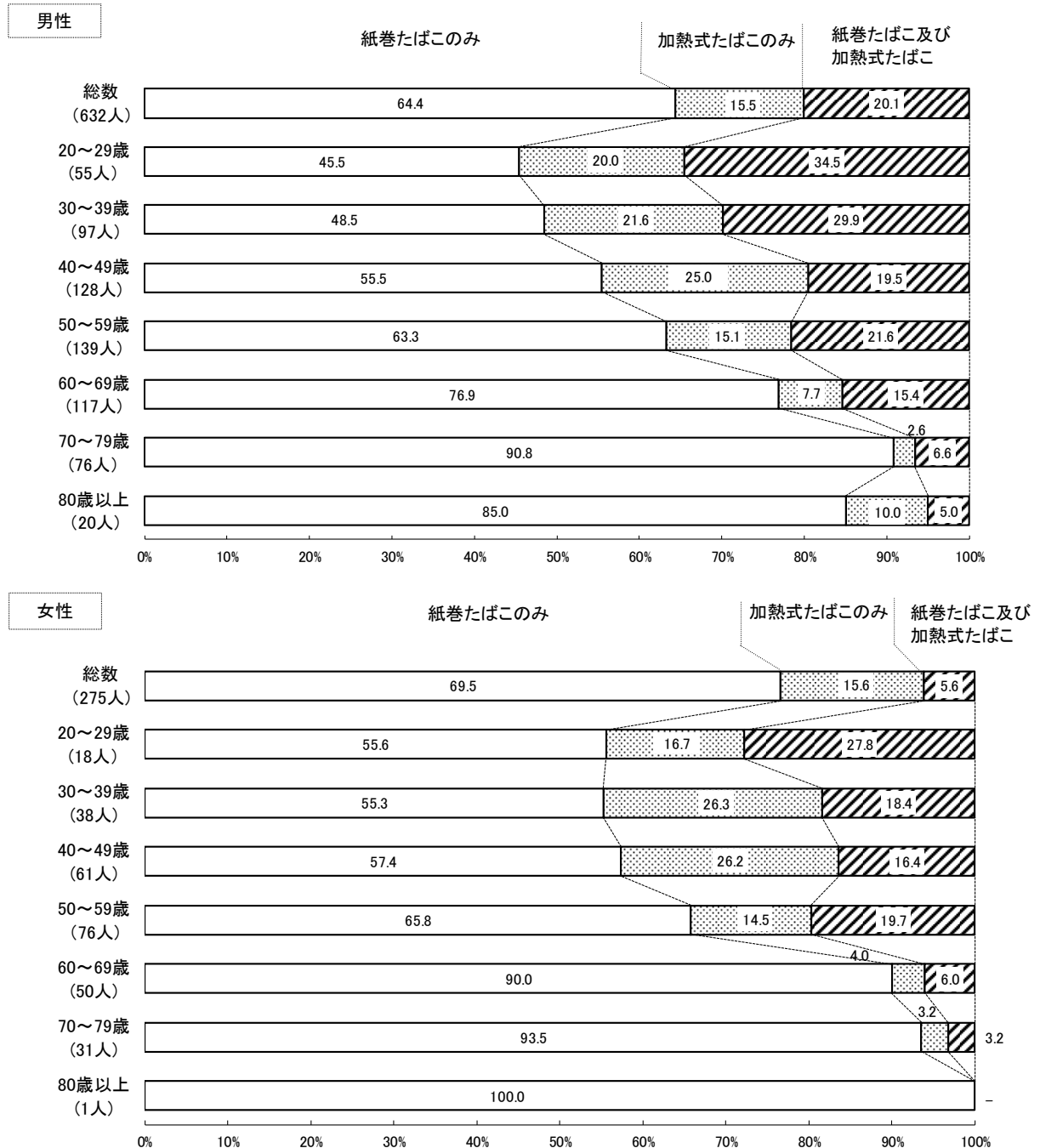
- (注 1) 令和元年度調査では、紙巻たばこ加熱式たばこで設問を分けて聞いており、現在の喫煙状況については以下のとおり集計した。
 ※1 は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「毎日吸う」と回答した人の割合
 ※2 は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「ときどき吸っている」と回答した人（※1 に該当する人を除く）の割合
 ※3 は、紙巻たばこ及び加熱式たばこのいずれも「今は（この 1 か月間）吸っていない」と回答した人の割合
 (注 2) 回答別比率を合算した比率 (38.7%) は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

(1) 喫煙しているたばこの種類－性・年齢階級別

たばこを「毎日吸う」と「ときどき吸っている」を合わせた「現在吸っている」人の喫煙しているたばこの種類を性別で見ると、男性では、「紙巻たばこのみ」の割合が64.4%、「加熱式たばこのみ」が15.5%、「紙巻たばこ及び加熱式たばこ」が20.1%となっている。

女性では、「紙巻たばこのみ」の割合が69.5%、「加熱式たばこのみ」が15.6%、「紙巻たばこ及び加熱式たばこ」が5.6%となっている。(図Ⅱ-1-21)【本文 83p】

図Ⅱ-1-21 喫煙しているたばこの種類－性・年齢階級別

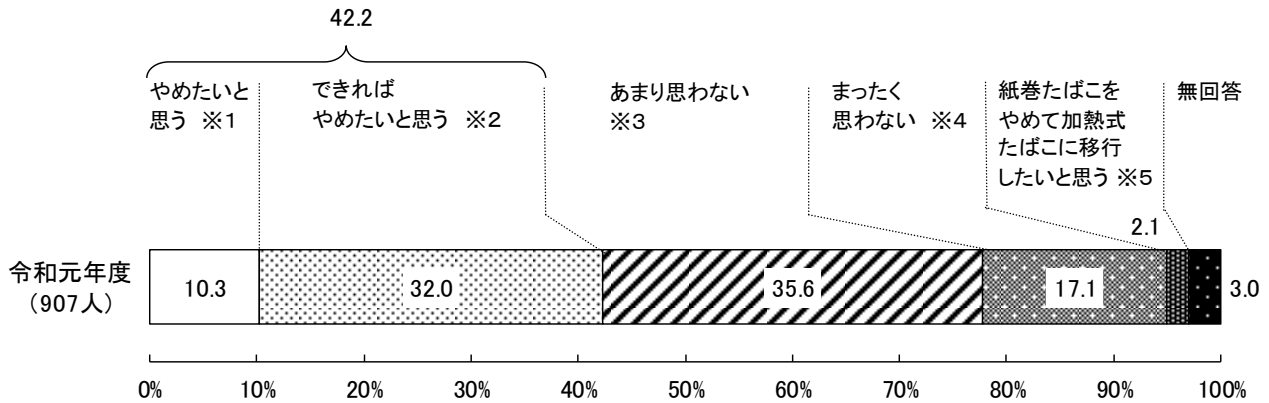


8 禁煙意欲の有無

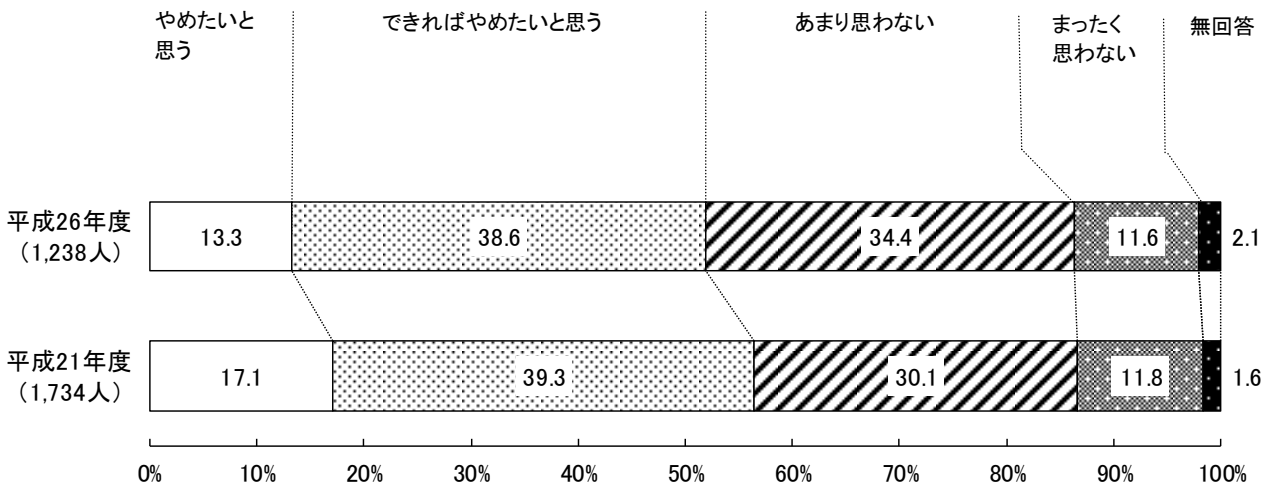
現在（この1か月間）たばこを「毎日吸う」、「ときどき吸っている」と回答した人（907人）に、たばこをやめたいと思うか聞いたところ、「あまり思わない」の割合が35.6%、「できればやめたいと思う」が32.0%、「まったく思わない」が17.1%となっている。

「やめたいと思う」と「できればやめたいと思う」を合わせた禁煙意欲のある人の割合は42.2%となっている。（図Ⅱ-1-28）【本文 90p】

図Ⅱ-1-28 禁煙意欲の有無



〔参考〕



（注1）令和元年度調査では、紙巻たばこと加熱式たばこで設問を分けて聞いており、禁煙意欲については以下のとおり集計した。

※1は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「やめたいと思う」と回答した人（※2～5に該当する人を除く）の割合

※2は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「できればやめたいと思う」と回答した人（※3～5に該当する人を除く）の割合

※3は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「あまり思わない」と回答した人（※4、5に該当する人を除く）の割合

※4は、紙巻たばこ、加熱式たばこのいずれか又は両方を吸う人のうち、「まったく思わない」と回答した人（※5に該当する人を除く）の割合

※5は、紙巻たばこを吸う人のうち、「紙巻たばこをやめて加熱式たばこに移行したいと思う」と回答した人の割合

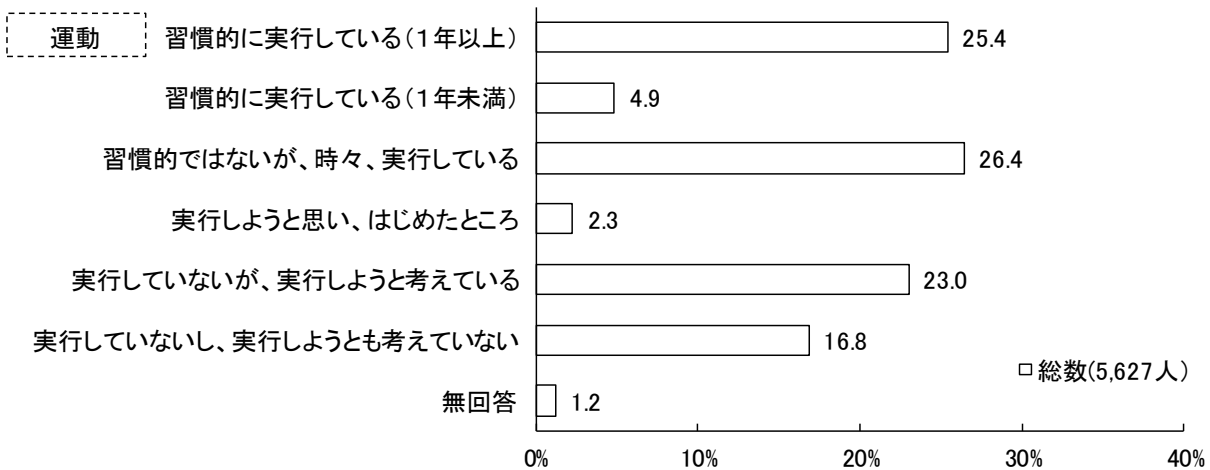
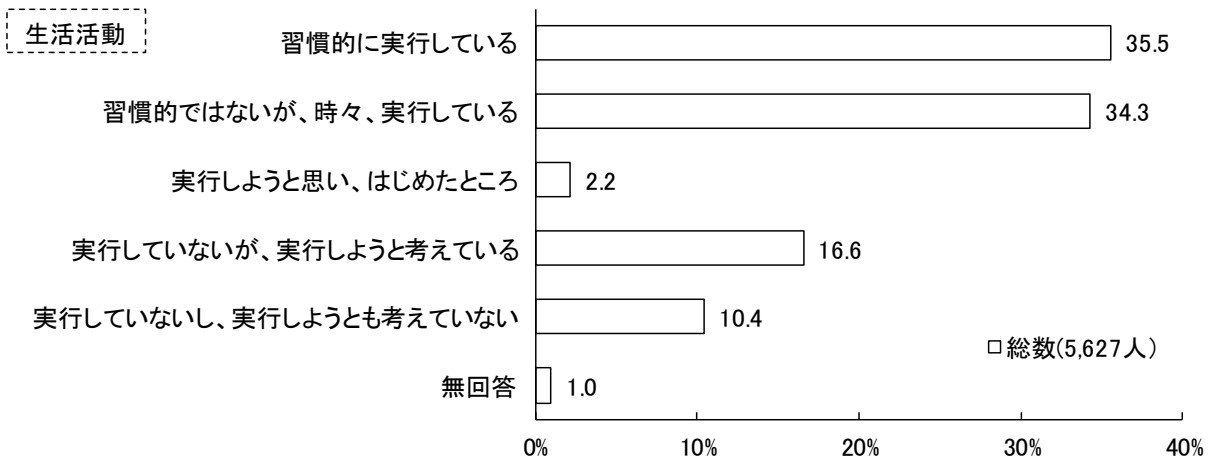
（注2）回答別比率を合算した比率（42.2%）は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

9 生活活動・運動の推奨内容の実行度

健康維持・増進のために『生活活動（日常生活で身体を動かすこと）』と『運動』が推奨（※）されている。この内容を実行しているか聞いたところ、『生活活動（日常生活で身体を動かすこと）』は、「習慣的に実行している」の割合が35.5%、「習慣的ではないが、時々、実行している」が34.3%となっている。

『運動』は、「習慣的ではないが、時々、実行している」の割合が26.4%、「習慣的に実行している（1年以上）」が25.4%となっている。一方で、「実行していないし、実行しようとも考えていない」の割合は16.8%となっている。（図Ⅱ-1-33）【本文 95p】

図Ⅱ-1-33 生活活動・運動の推奨内容の実行度



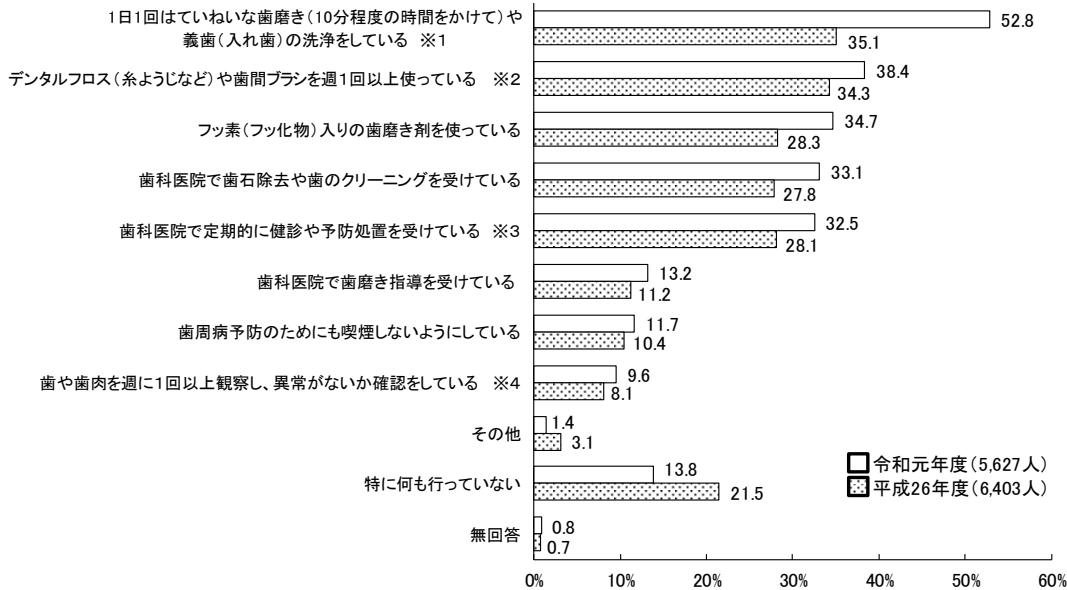
※推奨内容

『生活活動』・・・日常生活で、毎日合計 60 分(18 歳～64 歳。65 歳以上は合計 40 分)くらい身体を動かす
 (階段を上る、子どもと遊ぶ、そうじなどの家事をする、歩くなど)ような生活をする
 『運動』・・・1日 30 分以上の運動を週2日以上実施している
 運動: 速歩(ウォーキング)、ジョギング、テニス、水泳 など
 (出典:「健康づくりのための身体活動基準 2013」厚生労働省)

10 歯の健康づくりの状況[複数回答]

歯や歯肉の健康を保つために行っていることはあるか聞いたところ、「1日1回はていねいな歯磨き（10分程度の時間をかけて）や義歯（入れ歯）の洗浄をしている」の割合が52.8%と最も高くなっている。（図Ⅱ-1-36）【本文 98p】

図Ⅱ-1-36 歯の健康づくりの状況[複数回答]



(注1) ※1は、平成26年度調査では「1日1回は十分な時間(10分程度)をかけて、ていねいに歯磨きをしている」としていた。

(注2) ※2は、平成26年度調査では「デンタルフロス(糸ようじなど)や歯間ブラシを使っている」としていた。

(注3) ※3は、平成26年度調査では「歯科医院で定期的に健診を受けている」としていた。

(注4) ※4は、平成26年度調査では「歯や歯肉を月に1回以上観察している」としていた。

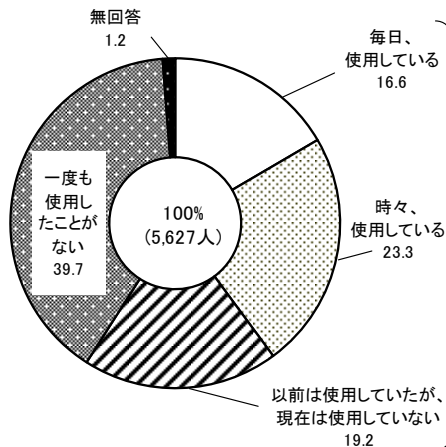
第2章 健康食品の使用状況

1 健康食品の使用実態と使用のきっかけ

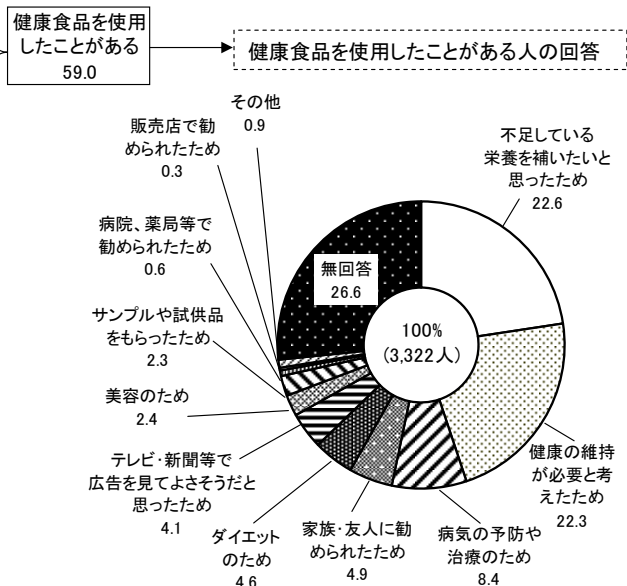
これまでに健康食品を使用したことがあるか聞いたところ、「毎日、使用している」割合が16.6%、「時々、使用している」が23.3%、「以前は使用していたが、現在は使用していない」が19.2%となっており、これらを合わせた健康食品を使用した人の割合は59.0%となっている。（図Ⅱ-2-2）

また、この健康食品を使用した人(3,322人)に、使用するきっかけは何か聞いたところ、「不足している栄養を補いたいと思ったため」の割合が22.6%、「健康の維持が必要と考えたため」が22.3%となっている。（図Ⅱ-2-3）【本文 103p】

図Ⅱ-2-2 健康食品の使用実態



図Ⅱ-2-3 健康食品使用のきっかけ



(注) 回答別比率を合算した比率(59.0%)は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

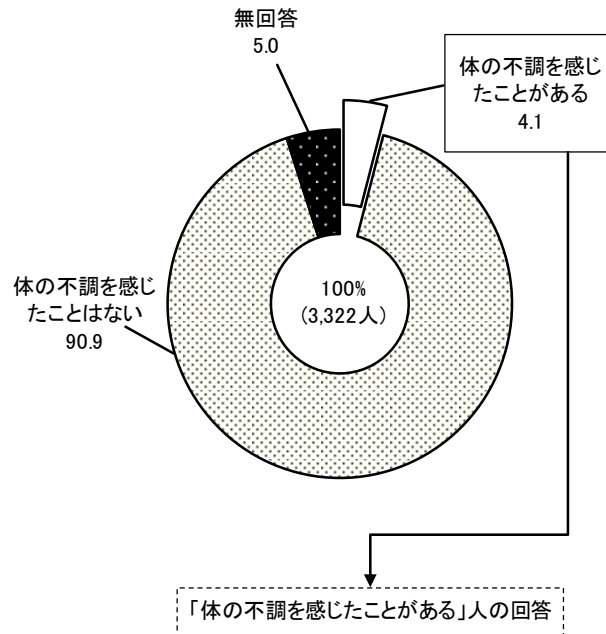
2 健康食品の使用による体の不調の有無とその症状[複数回答]、医療機関の受診の有無

健康食品を使用した人（3,322人）に、健康食品の使用によって体の不調を感じたことがあるか聞いたところ、「体の不調を感じたことがある」の割合が4.1%、「体の不調を感じたことはない」が90.9%となっている。（図Ⅱ-2-8）

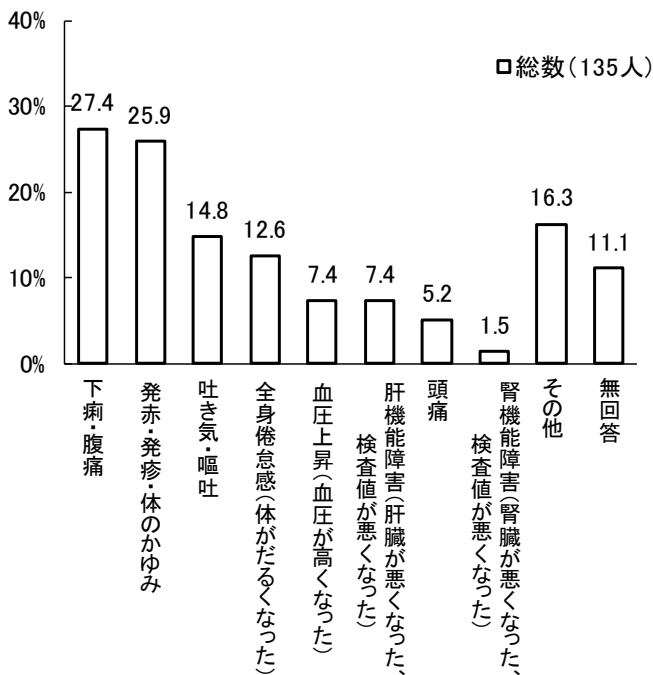
体の不調を感じたことがある人（135人）に、その症状を聞いたところ、「下痢・腹痛」の割合が27.4%、「発赤・発疹・体のかゆみ」が25.9%となっている。（図Ⅱ-2-9）

さらに、その症状で医療機関を受診したか聞いたところ、「受診した」割合は28.1%となっている。（図Ⅱ-2-10）【本文109p】

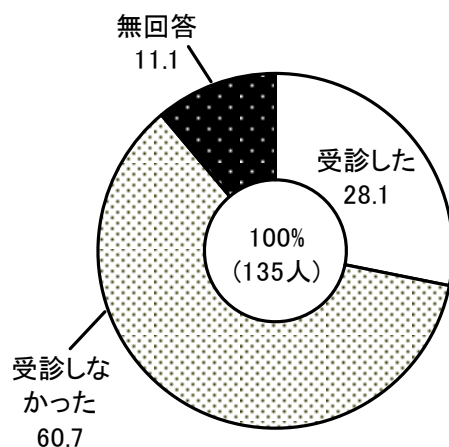
図Ⅱ-2-8 健康食品による体の不調の有無



図Ⅱ-2-9 健康食品による体の不調（症状）
[複数回答]



図Ⅱ-2-10 健康食品による体の不調による
医療機関受診の有無



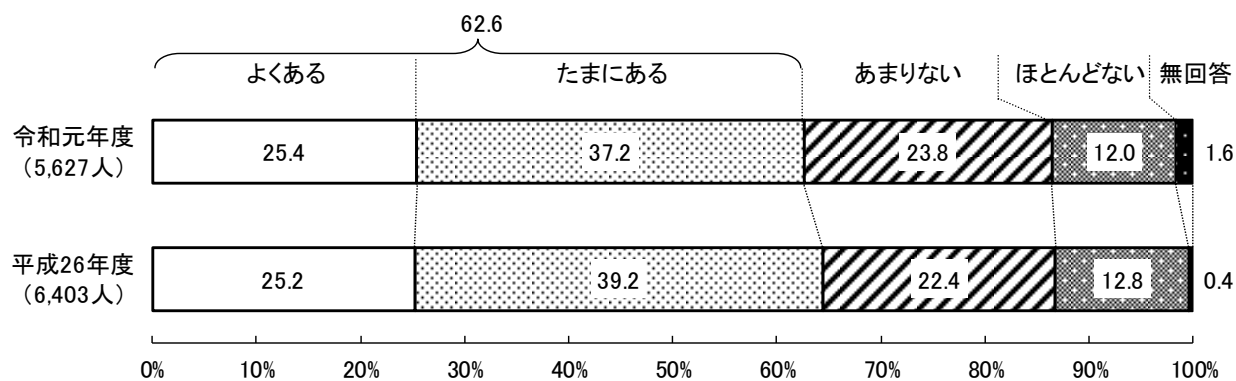
第3章 悩みやストレスの状況

1 悩みやストレスの有無

毎日の生活の中での、悩みやストレスの有無を聞いたところ、「たまにある」の割合が37.2%、「よくある」が25.4%、「あまりない」が23.8%となっている。

「よくある」と「たまにある」を合わせた割合は62.6%となっている。(図Ⅱ-3-1)【本文111p】

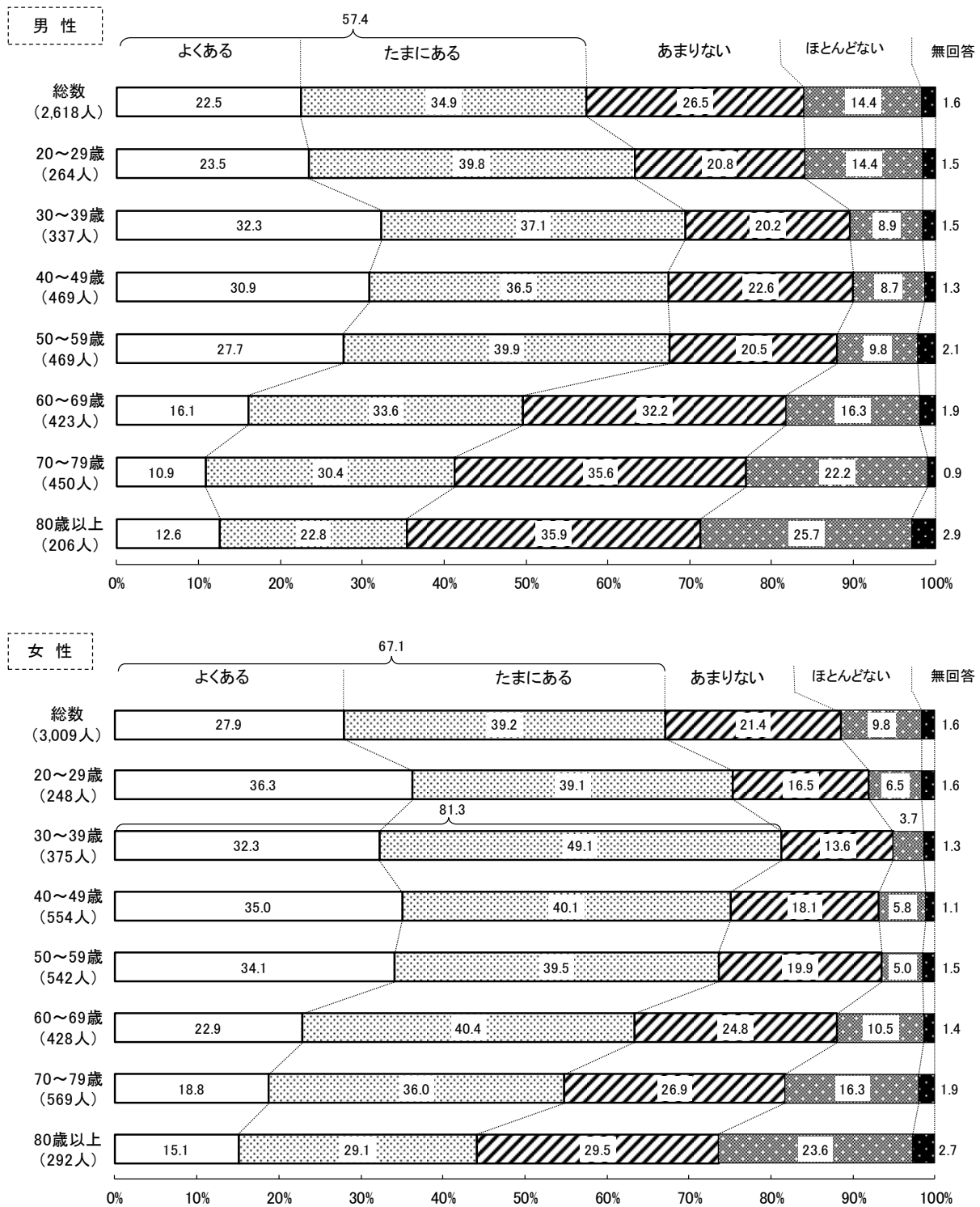
図Ⅱ-3-1 悩みやストレスの有無



(1) 悩みやストレスの有無一性・年齢階級別

悩みやストレスの有無を性・年齢階級別にみると、悩みやストレスが「よくある」と「たまにある」を合わせた割合は、男性 57.4%、女性 67.1%となっており、30代女性では 81.3%となっている。(図Ⅱ-3-2)【本文 112p】

図Ⅱ-3-2 悩みやストレスの有無一性・年齢階級別

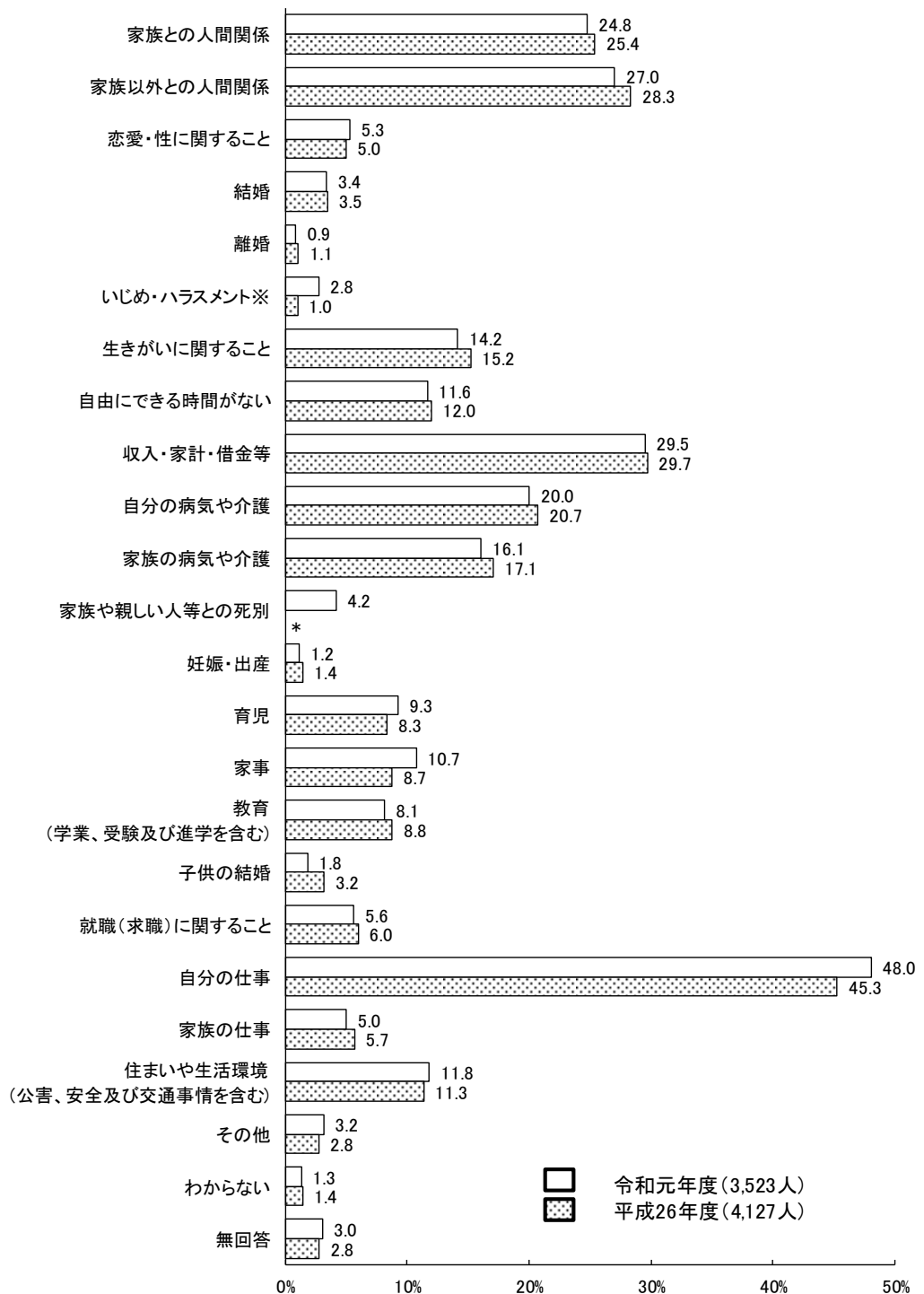


(注) 回答別比率を合算した比率(81.3%)は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

2 悩みやストレスの原因[複数回答]

悩みやストレスが「よくある」、「たまにある」と回答した人（3,523人）に、その原因を聞いたところ、「自分の仕事」の割合が48.0%、「収入・家計・借金等」が29.5%、「家族以外との人間関係」が27.0%となっている。（図Ⅱ-3-5）【本文118p】

図Ⅱ-3-5 悩みやストレスの原因[複数回答]



(注1) ※は、平成26年度調査では「いじめ、セクシュアル・ハラスメント」としていた。

(注2) *は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。

(1) 悩みやストレスの原因[複数回答]—性・年齢階級別

悩みやストレスの原因を性別で見ると、男性では、「自分の仕事」の割合が59.5%、「収入・家計・借金など」が30.9%となっている。女性では、「自分の仕事」の割合が39.5%、「家族との人間関係」が29.7%となっている。

性・年齢階級別にみると、「自分の仕事」の割合は、30代～50代男性では7割を超え、20代女性では6割を超えている。

65歳以上では、「自分の病気や介護」の割合が35.3%、「家族との人間関係」が26.4%となっている。(表Ⅱ-3-2)【本文119p】

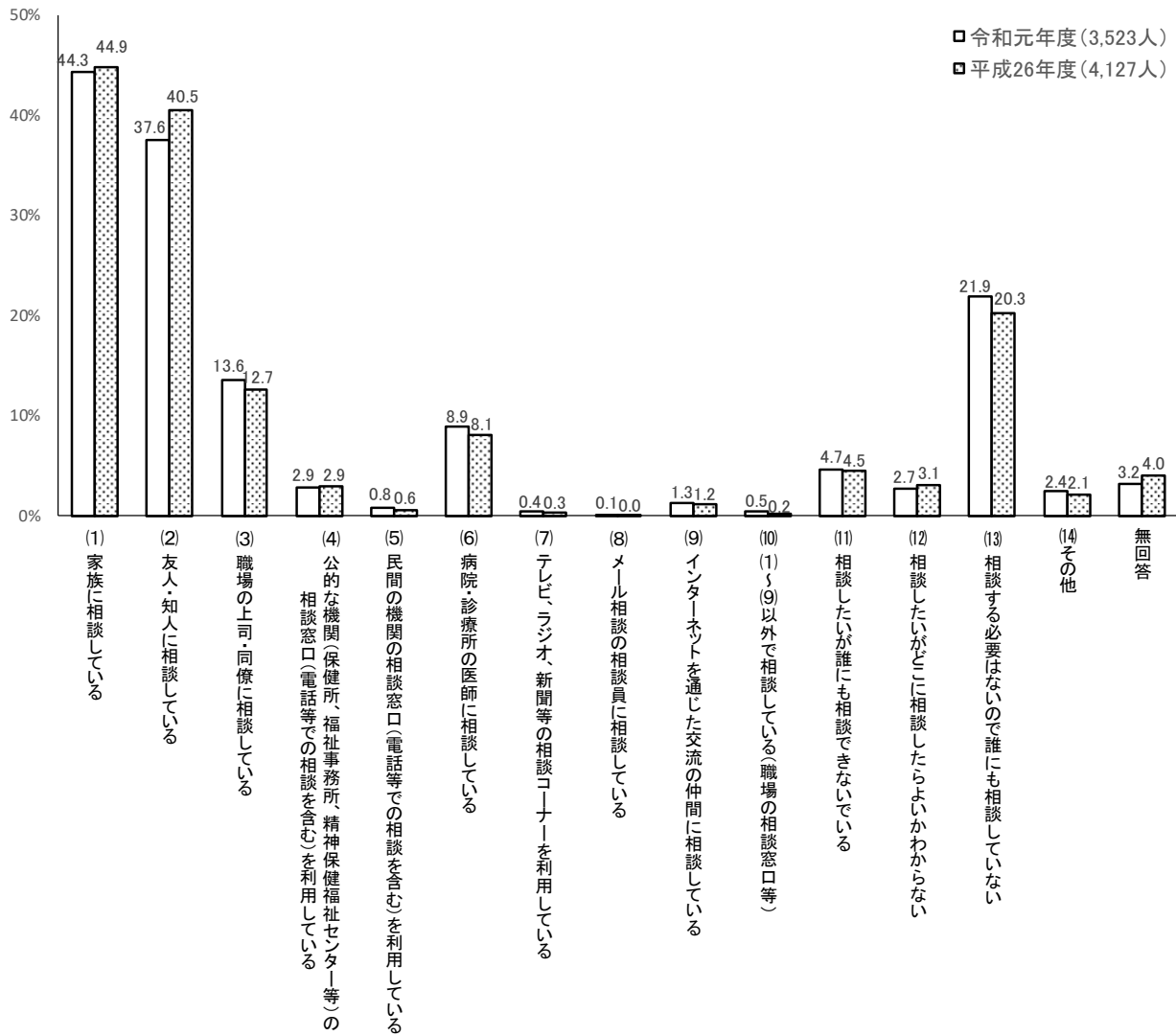
表Ⅱ-3-2 悩みやストレスの原因[複数回答]—性・年齢階級別

	総数	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	いじめ・ハラスメント	生きがいに関すること	自由にできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	家族や親しい人等との死別	妊娠・出産	育児	家事	教育(学業、受験及び進学を含む)	子供の結婚	就職(求職)に関すること	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活環境(公害、安全及び交通事情を含む)	その他	わからない	無回答
総数	100.0 (3,523)	24.8	27.0	5.3	3.4	0.9	2.8	14.2	11.6	29.5	20.0	16.1	4.2	1.2	9.3	10.7	8.1	1.8	5.6	48.0	5.0	11.8	3.2	1.3	3.0
男	100.0 (1,503)	18.2	24.4	6.1	3.6	1.1	2.7	15.8	10.6	30.9	19.0	12.6	2.4	0.3	4.1	3.3	5.8	1.6	6.2	59.5	3.2	11.3	2.8	1.3	3.1
20～29歳	100.0 (167)	16.2	32.3	16.2	7.8	1.2	4.2	19.8	10.8	34.1	7.2	3.6	0.6	0.6	2.4	3.0	13.2	-	18.6	61.1	1.2	12.0	3.6	2.4	3.0
30～39歳	100.0 (234)	11.1	24.8	11.5	7.7	1.7	3.0	21.4	17.1	30.8	11.1	5.6	1.7	0.9	8.1	5.1	3.4	0.4	6.8	76.5	2.6	10.3	2.6	1.3	2.1
40～49歳	100.0 (316)	22.2	26.6	6.3	5.1	2.2	3.8	16.5	15.2	33.9	13.6	9.8	2.5	0.6	10.4	5.4	11.1	0.3	6.6	74.7	4.7	11.7	2.5	0.9	2.2
50～59歳	100.0 (317)	15.1	21.5	1.9	0.9	0.6	3.5	12.9	8.8	28.1	13.9	16.4	2.2	-	1.3	1.6	6.0	0.6	3.8	72.2	4.1	8.2	0.9	0.6	4.1
60～69歳	100.0 (210)	21.9	26.7	2.4	1.0	0.5	1.4	11.0	9.0	36.2	28.1	17.6	3.3	-	-	1.9	1.0	3.8	4.8	45.2	4.3	14.3	3.8	1.0	1.9
70～79歳	100.0 (186)	24.7	23.1	2.7	1.1	-	0.5	17.2	2.7	25.3	37.1	18.3	3.8	-	0.5	2.7	0.5	4.8	1.6	25.8	1.1	14.5	2.2	1.1	5.9
80歳以上	100.0 (73)	15.1	4.1	1.4	-	-	-	8.2	1.4	21.9	43.8	23.3	2.7	-	-	1.4	-	4.1	-	8.2	1.4	8.2	9.6	4.1	1.4
女	100.0 (2,020)	29.7	29.0	4.8	3.2	0.7	2.8	13.0	12.4	28.5	20.8	18.6	5.5	1.8	13.1	16.3	9.9	2.0	5.2	39.5	6.3	12.2	3.4	1.3	3.0
20～29歳	100.0 (187)	20.3	39.6	19.8	9.6	-	2.1	17.1	14.4	32.6	10.2	4.8	1.1	2.1	9.1	8.6	7.0	-	17.6	64.2	4.8	6.4	1.6	2.7	1.6
30～39歳	100.0 (305)	28.2	33.1	13.1	10.2	2.6	3.9	15.7	21.6	33.1	12.1	7.5	3.3	9.2	31.8	25.6	9.2	0.3	9.2	56.1	3.0	13.1	2.3	1.0	2.0
40～49歳	100.0 (416)	32.0	29.8	4.1	2.4	1.0	2.6	11.8	15.6	33.4	15.1	16.1	2.4	1.0	28.4	26.0	24.8	0.5	5.5	49.8	6.7	13.2	3.6	0.7	3.1
50～59歳	100.0 (399)	31.1	34.8	0.5	0.3	0.5	5.3	10.5	10.8	31.3	18.3	28.6	8.8	-	7.0	15.8	12.5	2.3	4.0	48.6	11.8	13.5	3.3	1.8	3.0
60～69歳	100.0 (271)	33.9	26.9	-	0.7	0.4	1.1	10.7	11.1	28.8	22.5	29.5	5.9	-	1.8	10.7	1.1	8.5	1.5	26.6	6.6	13.3	3.7	1.1	3.0
70～79歳	100.0 (312)	31.7	19.9	-	0.6	-	1.6	12.5	5.8	17.6	33.3	19.6	9.0	-	-	9.3	1.0	1.6	0.3	9.0	4.2	9.9	3.8	1.6	4.2
80歳以上	100.0 (129)	20.2	9.3	-	0.8	-	-	17.1	1.6	12.4	48.8	17.1	7.8	-	-	3.9	-	-	-	3.9	2.3	14.0	7.0	0.8	4.7
(再掲) 総数 65歳以上	100.0 (939)	26.4	19.0	1.0	0.6	0.2	0.7	13.3	5.9	22.5	35.3	20.4	6.1	-	0.5	6.5	0.5	3.8	0.7	16.1	3.4	12.0	4.5	1.5	3.9
男 65歳以上	100.0 (360)	21.7	19.7	2.5	0.8	0.3	0.3	13.1	4.4	27.5	36.4	18.6	3.3	-	0.3	2.5	0.3	5.6	1.7	26.7	2.8	12.8	4.4	1.4	3.9
女 65歳以上	100.0 (579)	29.4	18.5	-	0.5	0.2	1.0	13.5	6.7	19.3	34.5	21.6	7.8	-	0.7	9.0	0.7	2.8	0.2	9.5	3.8	11.6	4.5	1.6	4.0

3 悩みやストレスの相談先[複数回答]

悩みやストレスがあると回答した人（3,523人）に、悩みやストレスの相談先を聞いたところ、「家族に相談している」の割合が44.3%、「友人・知人に相談している」が37.6%となっている。一方で、「相談する必要はないので誰にも相談していない」の割合は21.9%となっている。（図Ⅱ-3-6）【本文122p】

図Ⅱ-3-6 悩みやストレスの相談先[複数回答]



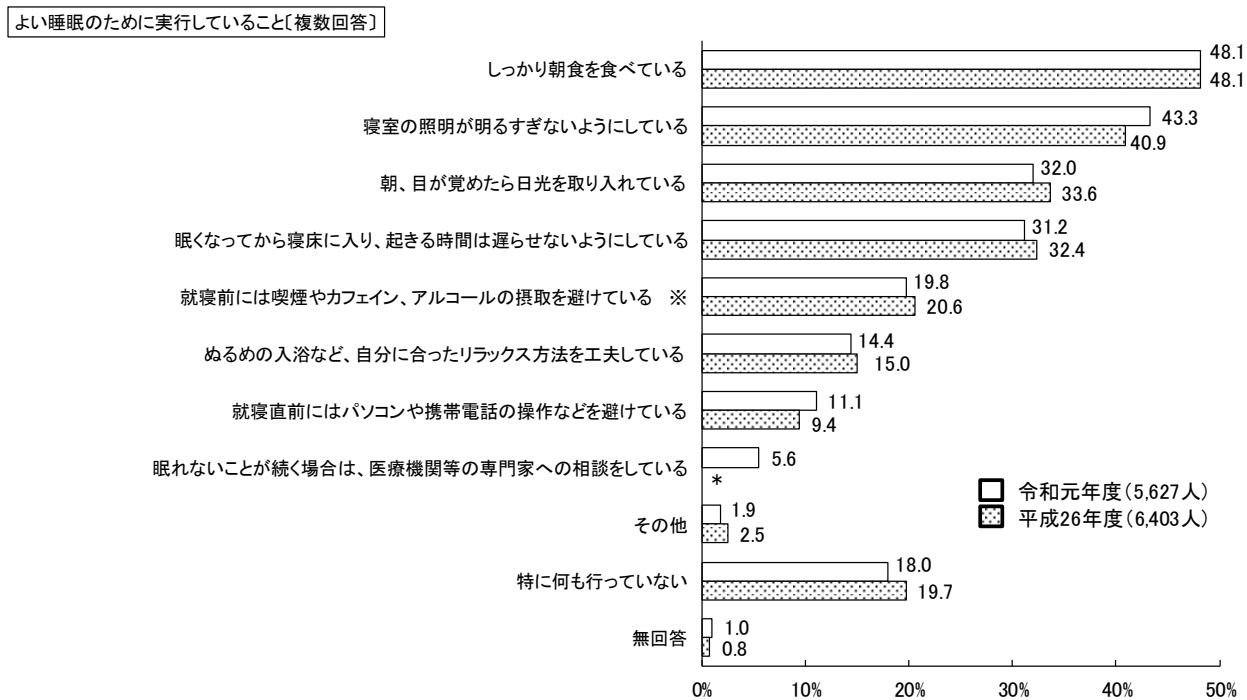
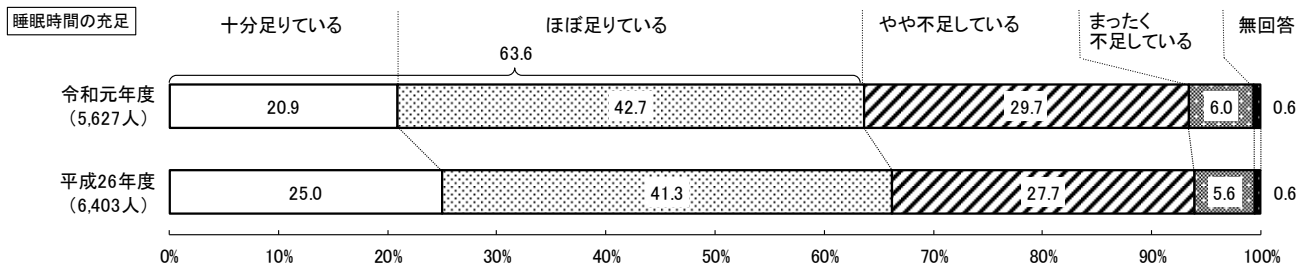
4 睡眠時間の充足、よい睡眠のために実行していること[複数回答]、余暇の充実度

睡眠時間の充足について聞いたところ、「ほぼ足りている」の割合が42.7%となっており、「十分足りている」と合わせた割合は63.6%となっている。

よい睡眠のために実行していることについて聞いたところ、「しっかり朝食を食べている」の割合が48.1%となっている。一方で、「特に何も行ってない」の割合は18.0%となっている。

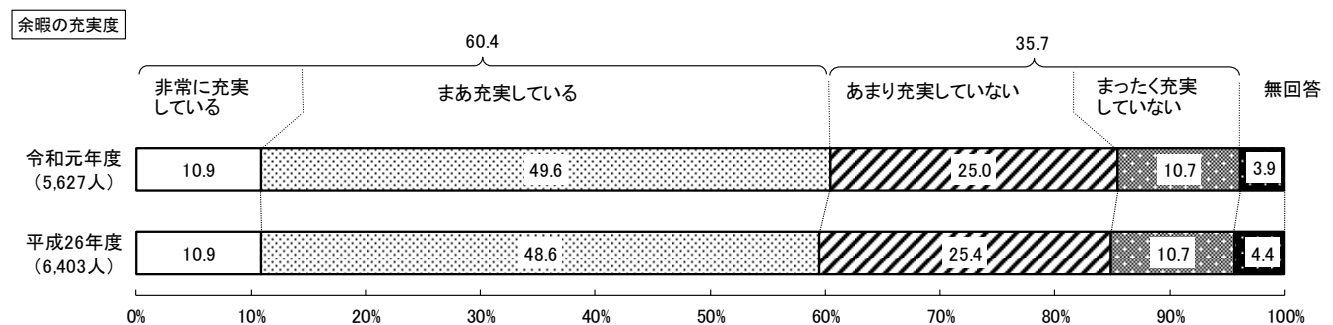
余暇の充実度について聞いたところ、「まあ充実している」の割合が49.6%となっており、「非常に充実している」と合わせた割合は60.4%となっている。一方で、「あまり充実していない」と「まったく充実していない」を合わせた割合は35.7%となっている。(図Ⅱ-3-7)【本文 125p】

図Ⅱ-3-7 睡眠時間の充足、よい睡眠のために実行していること[複数回答]、余暇の充実度



(注1) ※は、平成26年度調査では「就寝前には喫煙やカフェイン摂取を避けている」としていた。

(注2) *は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。



(注) 回答別比率を合算した比率(60.4%)は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

(1) よい睡眠のために実行していること〔複数回答〕—性・年齢階級別

よい睡眠のために実行していることを性・年齢階級別にみると、「しっかり朝食を食べている」の割合は、男女とも70代以上では6割を超えている(60.6%~64.6%)。(表Ⅱ-3-8)【本文129p】

表Ⅱ-3-8 よい睡眠のために実行していること〔複数回答〕—性・年齢階級別

	総数	睡眠時間が遅らせないようにしている	朝、目が覚めたら日光を取り入れている	しっかり朝食を食べている	就寝前には喫煙やカフェイン、アルコールの摂取を避けている	ぬるめの入浴など、自分に合ったリラックス方法を工夫している	寝室の照明が明るすぎないようにしている	就寝直前にはパソコンや携帯電話の操作などを避けている	眠れないことが続く場合は、医療機関等の専門家への相談をしている	その他	特に何も行っていない	無回答
総数	100.0 (5,627)	31.2	32.0	48.1	19.8	14.4	43.3	11.1	5.6	1.9	18.0	1.0
男	100.0 (2,618)	30.1	24.3	45.4	14.6	10.9	38.0	9.2	3.5	1.6	22.8	1.2
20~29歳	100.0 (264)	22.3	20.5	34.5	17.8	11.7	39.4	4.2	2.7	0.8	26.9	1.1
30~39歳	100.0 (337)	24.6	24.9	32.6	14.5	6.5	37.1	3.6	3.6	1.2	27.3	0.6
40~49歳	100.0 (469)	27.5	26.0	38.0	10.4	6.4	36.2	6.0	3.4	1.9	26.7	1.7
50~59歳	100.0 (469)	31.1	22.4	40.9	11.7	9.6	34.8	7.2	3.4	1.5	23.2	1.1
60~69歳	100.0 (423)	32.2	27.4	47.3	12.1	12.8	39.5	13.7	4.0	0.5	20.3	0.5
70~79歳	100.0 (450)	37.8	24.9	<u>63.1</u>	19.6	14.9	41.1	15.1	3.1	3.1	16.0	1.3
80歳以上	100.0 (206)	32.0	20.9	<u>64.6</u>	20.9	18.0	39.8	14.1	4.4	2.4	20.4	2.4
女	100.0 (3,009)	32.1	38.8	50.5	24.3	17.5	47.9	12.7	7.4	2.1	13.9	0.8
20~29歳	100.0 (248)	25.8	22.2	35.9	21.4	14.1	46.0	2.4	4.4	0.8	19.8	1.2
30~39歳	100.0 (375)	26.4	45.3	45.6	28.0	16.8	47.5	7.5	5.6	0.8	15.7	0.5
40~49歳	100.0 (554)	28.3	42.1	49.5	22.6	14.4	50.4	9.0	3.6	2.0	12.8	0.2
50~59歳	100.0 (542)	35.8	41.7	45.4	20.3	18.1	48.9	13.7	7.4	2.4	13.7	0.7
60~69歳	100.0 (428)	34.8	40.0	47.4	26.6	18.5	45.1	18.0	7.9	2.1	13.1	1.4
70~79歳	100.0 (569)	36.9	38.1	<u>63.3</u>	29.0	20.4	51.8	19.7	9.7	2.5	10.9	1.1
80歳以上	100.0 (292)	31.8	32.2	<u>60.6</u>	19.5	18.5	39.4	12.3	14.0	3.4	15.8	1.0

第4章 特定健康診査・特定保健指導の状況

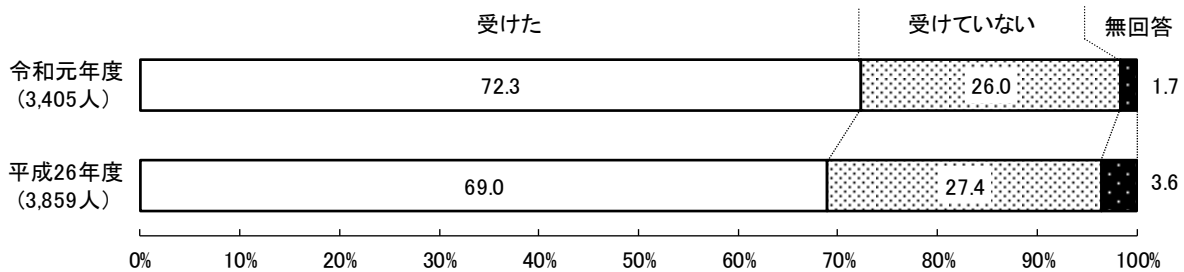
集計対象世帯員（20歳以上）5,627人のうち、40歳以上75歳未満の3,405人が調査対象

1 過去1年間の特定健康診査の受診の有無

過去1年間に、特定健康診査（※）を受診したか聞いたところ、「受けた」割合が72.3%、「受けていない」が26.0%となっている。（図Ⅱ-4-1）【本文 135p】

※ 特定健康診査
 医療保険者は、40～74歳の加入者（被保険者及び被扶養者）に対し、特定健康診査（メタボリックシンドロームに着目した検査項目での健康診査）を行うものとされている。ただし、加入者が人間ドック等で特定健康診査に相当する検査を受け、その結果を証明する書面の提出があった場合は、特定健康診査を受けたものとみなされる。
 また、加入者が、労働安全衛生法（昭和47年法律第57号）その他の法令に基づき行われる特定健康診査に相当する健康診断を受けた場合又は受けることができる場合は、特定健康診査の全部又は一部を行ったものとするものとされている。

図Ⅱ-4-1 過去1年間の特定健康診査の受診の有無

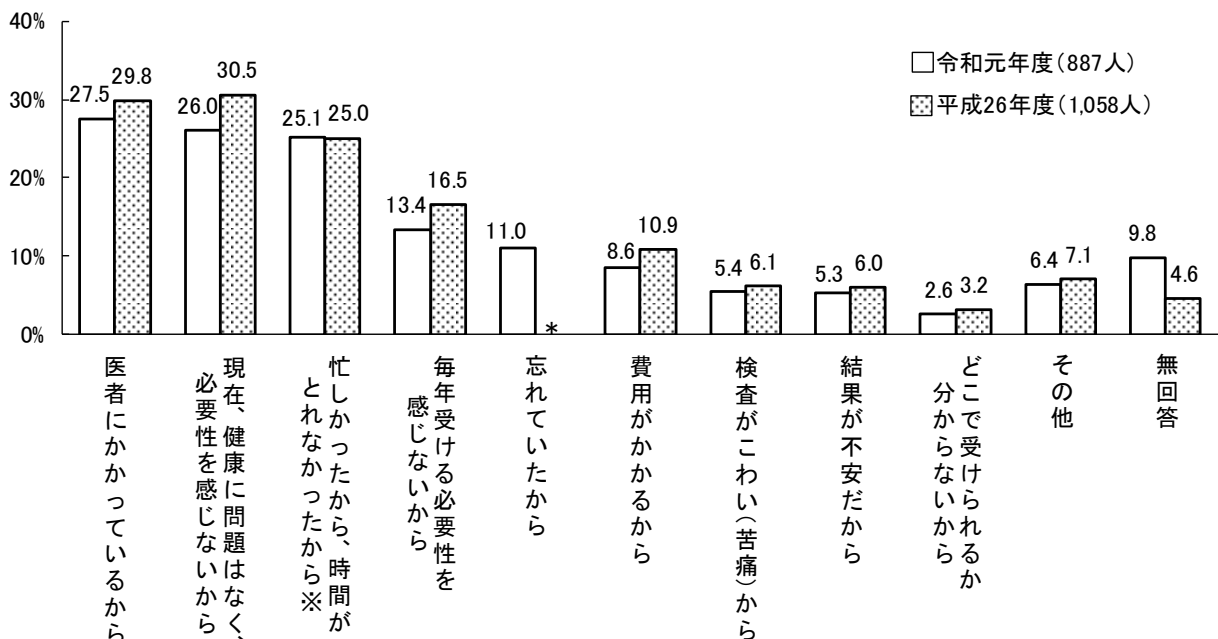


（注）がん検診のみの受診、妊産婦健診、歯の健康診査、病院や診療所で行う診療としての検査は含まない。

2 特定健康診査を受けなかった理由〔複数回答〕

過去1年間に特定健康診査を受けなかった人（887人）に、その理由を聞いたところ、「医者にかかっているから」の割合が27.5%、「現在、健康に問題はなく、必要性を感じないから」が26.0%、「忙しかったから、時間がとれなかったから」が25.1%となっている。（図Ⅱ-4-20）【本文 152p】

図Ⅱ-4-20 特定健康診査を受けなかった理由〔複数回答〕



（注1）※は、平成26年度調査では「時間がとれなかったから」としていた。

（注2）*は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。

(1) 特定健康診査を受けなかった理由[複数回答]—性・年齢階級別

特定健康診査を受けなかった理由を性・年齢階級別にみると、「医者にかかっているから」の割合は、男女とも70～74歳では4割を超えている(47.6%、40.3%)。(表Ⅱ-4-6)【本文153p】

表Ⅱ-4-6 特定健康診査を受けなかった理由[複数回答]—性・年齢階級別

	総数	現在、健康に問題はないから、必要性を感じないから	毎年受ける必要性を感じないから	医者にかかっているから	どこで受けられるかわからないから	検査がこわい(苦痛)から	忙しいから、時間がとれなかったから	結果が不安だから	費用がかかるから	忘れていたから	その他	無回答
総数	100.0 (887)	26.0	13.4	27.5	2.6	5.4	25.1	5.3	8.6	11.0	6.4	9.8
男	100.0 (379)	30.1	14.2	28.8	3.2	3.2	22.4	3.2	8.2	9.5	5.3	10.0
40～49歳	100.0 (93)	35.5	11.8	9.7	4.3	4.3	38.7	3.2	11.8	18.3	5.4	8.6
50～59歳	100.0 (102)	25.5	15.7	21.6	2.9	2.0	32.4	2.9	4.9	9.8	6.9	10.8
60～69歳	100.0 (121)	26.4	14.9	39.7	2.5	4.1	8.3	4.1	8.3	3.3	5.0	9.9
70～74歳	100.0 (63)	36.5	14.3	<u>47.6</u>	3.2	1.6	9.5	1.6	7.9	7.9	3.2	11.1
女	100.0 (508)	23.0	12.8	26.6	2.2	7.1	27.2	6.9	8.9	12.2	7.3	9.6
40～49歳	100.0 (167)	19.8	9.6	15.0	3.0	7.2	36.5	4.8	8.4	15.6	9.0	10.8
50～59歳	100.0 (127)	18.9	11.8	25.2	1.6	8.7	36.2	10.2	12.6	15.0	7.9	5.5
60～69歳	100.0 (142)	25.4	19.0	34.5	-	7.7	16.2	5.6	7.7	7.7	5.6	12.0
70～74歳	100.0 (72)	33.3	9.7	<u>40.3</u>	5.6	2.8	11.1	8.3	5.6	8.3	5.6	9.7

3 特定健康診査結果の指摘の有無と指摘内容〔複数回答〕

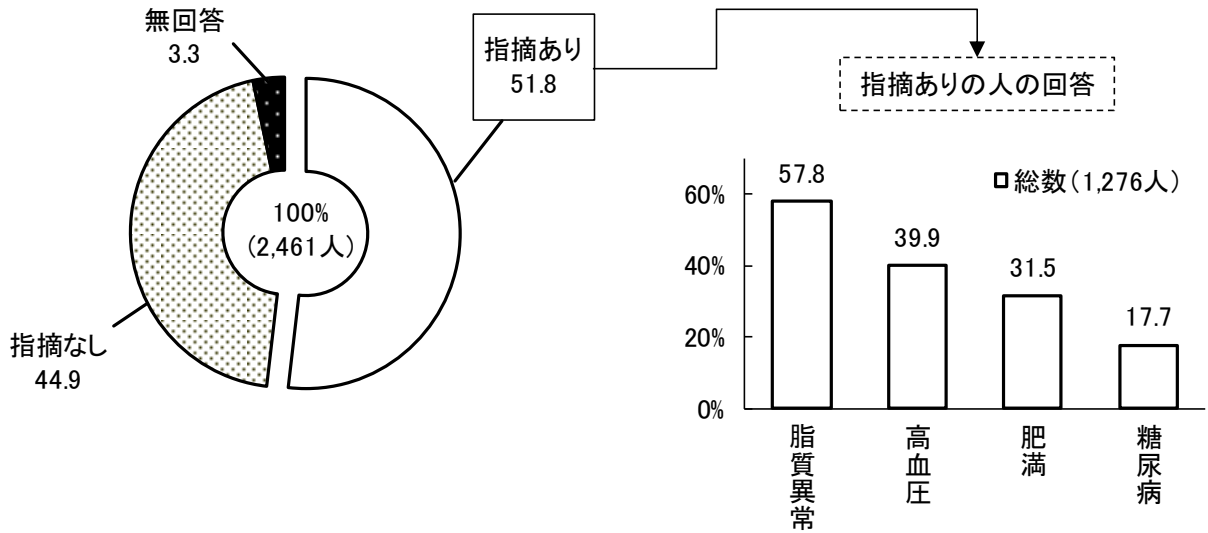
過去1年間に特定健康診査を受けた人(2,461人)に、「肥満」「高血圧」「糖尿病」「脂質異常(注)」のいずれかの指摘を受けたか聞いたところ、「指摘あり」の割合が51.8%、「指摘なし」が44.9%となっている。(図Ⅱ-4-8)

また、「指摘あり」と回答した人(1,276人)の指摘内容をみると、「脂質異常」の割合が57.8%と最も高く、次いで「高血圧」が39.9%、「肥満」が31.5%となっている。(図Ⅱ-4-9)【本文141p】

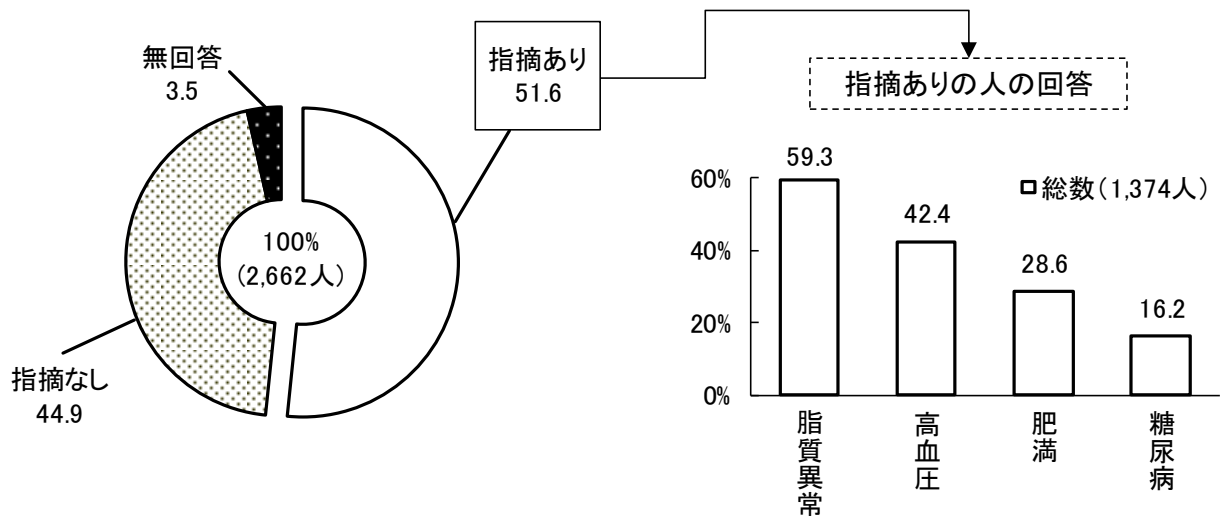
図Ⅱ-4-8 特定健康診査結果の指摘の有無

図Ⅱ-4-9 特定健康診査結果の指摘内容
〔複数回答〕

令和元年度



平成26年度



(注) 脂質異常とは次のいずれかを指す。

- ・ 中性脂肪が高い、HDL コレステロールが低い、LDL コレステロールが高い。

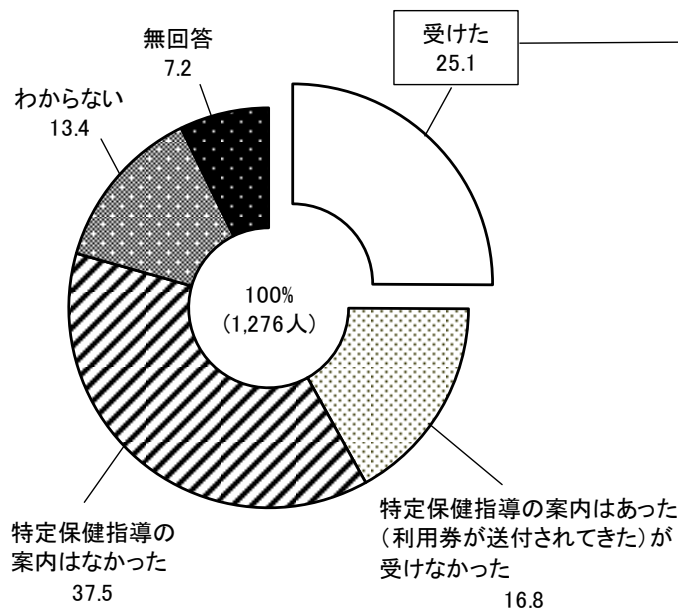
4 特定保健指導の有無と指導の種類、指導内容の実行の程度

特定健康診査の結果、「指摘あり」と回答した人（1,276人）に、特定保健指導（※）を受けたか聞いたところ、「受けた」の割合が25.1%となっている。一方で、「特定保健指導の案内はなかった」の割合は37.5%、「特定保健指導の案内はあった（利用券が送付されてきた）が受けなかった」は16.8%となっている。（図Ⅱ-4-10）

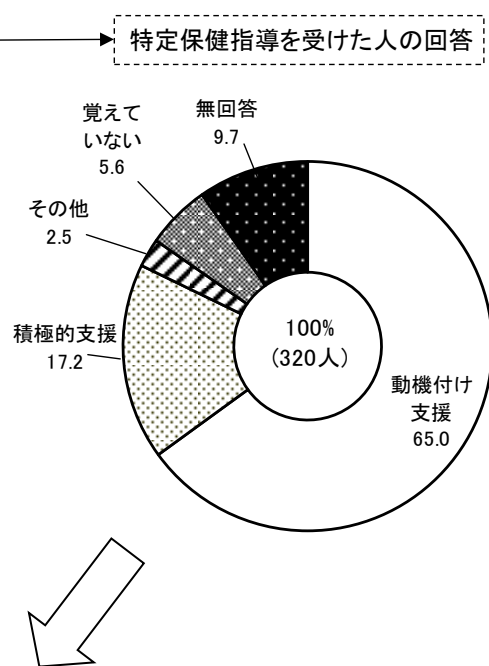
また、特定保健指導を受けた人（320人）に、指導の種類を聞いたところ、「動機付け支援」の割合が65.0%、「積極的支援」が17.2%となっている。（図Ⅱ-4-11）

さらに、特定保健指導で計画した内容をどの程度実行しているか聞いたところ、「おおむね実行している」の割合が43.8%、「一部実行している」が26.6%となっており、これらを合わせた割合は70.3%となっている。（図Ⅱ-4-12）【本文144p】

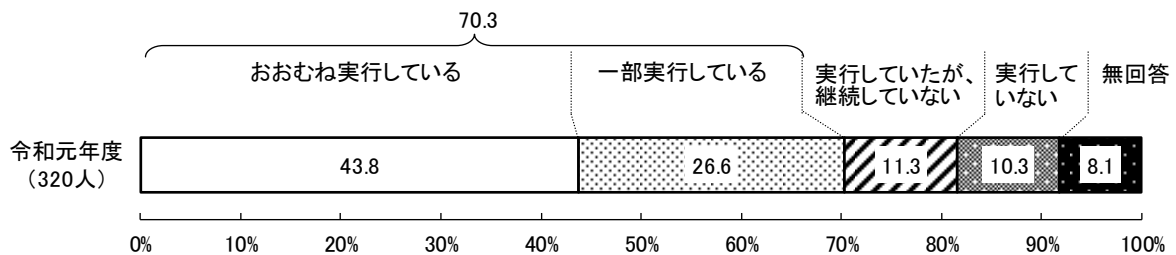
図Ⅱ-4-10 特定保健指導の有無



図Ⅱ-4-11 特定保健指導の種類



図Ⅱ-4-12 指導内容の実行の程度



（注）回答別比率を合算した比率（70.3%）は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

※ 特定保健指導

<対象者>

腹囲	血糖、脂質、 血圧	喫煙歴	対象	
			40-64歳	65-74歳
男性85cm以上・ 女性90cm以上の方	2つ以上該当	なし	積極的 支援	動機付け 支援
	1つ該当	あり なし		
男性85cm未満・ 女性90cm未満の方で、 BMI(体重(kg)/身長(m) ²) が25以上の方	3つ該当	なし	積極的 支援	動機付け 支援
	2つ該当	あり なし		
	1つ該当	なし		

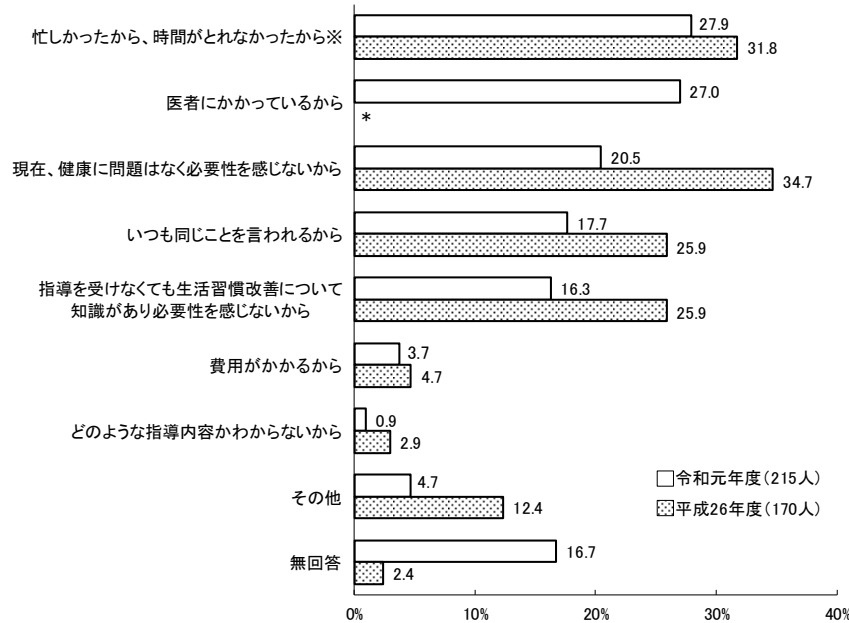
<指導の種類>

- ・動機付け支援：原則1回の保健指導を受ける
- ・積極的支援：3～6か月の間、複数回、継続的に保健指導（面接・電話・メールなど）を受ける

5 特定保健指導を受けなかった理由[複数回答]

特定保健指導を受けなかった人（215人）に、その理由を聞いたところ、「忙しかったから、時間がとれなかったから」の割合が27.9%、「医者にかかっているから」が27.0%となっている。（図Ⅱ-4-15）【本文148p】

図Ⅱ-4-15 特定保健指導を受けなかった理由[複数回答]



(注1) ※は、平成26年度調査では「時間がとれなかったから」としていた。
 (注2) *は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。

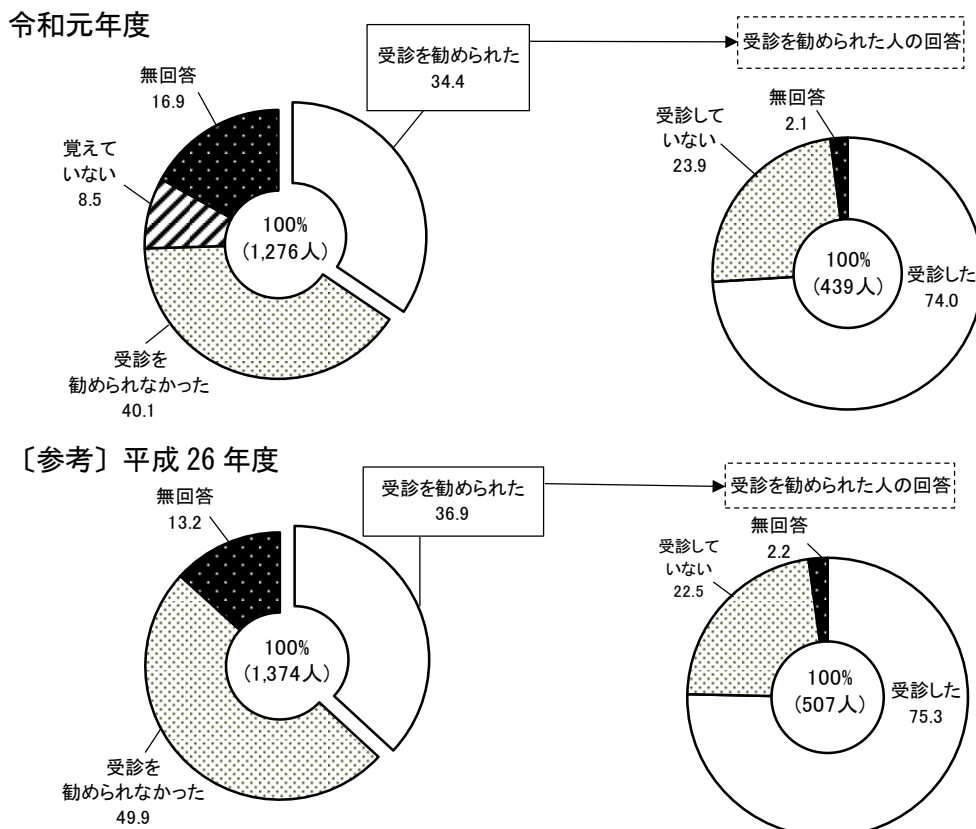
6 医療機関受診勧奨の有無と受診の有無

特定健康診査の結果、「指摘あり」と回答した人（1,276人）に、医療機関を受診するよう勧められたか聞いたところ、「受診を勧められた」人の割合は34.4%となっている。（図Ⅱ-4-16）

また、「受診を勧められた」人（439人）に、その後医療機関を受診したか聞いたところ、「受診した」人の割合は74.0%となっている。（図Ⅱ-4-17）【本文149p】

図Ⅱ-4-16 医療機関受診勧奨の有無

図Ⅱ-4-17 医療機関の受診の有無



(注) 検査目的の受診は除く。

第5章 がん検診の受診状況

1 がん検診の受診状況

20歳以上の世帯員に、がん検診の受診状況を聞いたところ、胃がん検診については、「1年に1回程度」と「2年に1回程度」を合わせた割合が27.2%となっている。

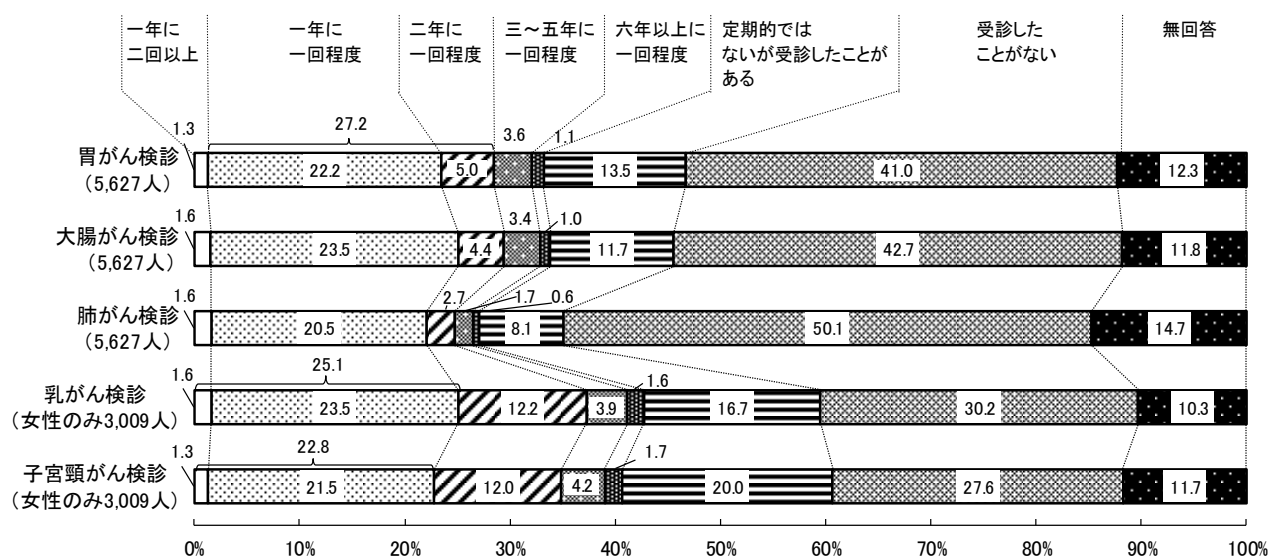
大腸がん検診、肺がん検診については、「1年に1回程度」の割合が、大腸がん検診23.5%、肺がん検診20.5%となっている。

乳がん検診、子宮頸がん検診（いずれも女性のみ）については、「2年に1回程度」の割合が、乳がん検診12.2%、子宮頸がん検診12.0%となっている。

また、「1年に2回以上」と「1年に1回程度」を合わせた、がん検診に関する国指針で定められた受診間隔よりも短い間隔で（過剰に）検診を受診している割合は、乳がん検診、子宮頸がん検診とも2割を超えている（25.1%、22.8%）。

一方で、「受診したことがない」の割合は、胃がん検診41.0%、大腸がん検診42.7%、肺がん検診50.1%、乳がん検診30.2%、子宮頸がん検診27.6%となっている。（図Ⅱ-5-1）【本文155p】

図Ⅱ-5-1 がん検診の受診状況



(注) がん検診については、健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）の中で受診したものも含む。

<参考> がん検診に関する国指針（「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」）

○胃がん検診（※）…【対象者】50歳以上、【受診間隔】2年に1回

○大腸がん検診、肺がん検診…【対象者】40歳以上、【受診間隔】年1回

○乳がん検診…【対象者】40歳以上の女性、【受診間隔】2年に1回

○子宮頸がん検診…【対象者】20歳以上の女性、【受診間隔】2年に1回

※胃がん検診は、当分の間、胃部エックス線検査を40歳以上の者に年1回実施しても差し支えない。

(1) 胃がん検診の受診状況－性・年齢階級別

胃がん検診の受診状況を性・年齢階級別にみると、「1年に1回程度」と「2年に1回程度」を合わせた割合は、男性 27.9%、女性 26.6%となっている。

50歳以上で「1年に1回程度」と「2年に1回程度」を合わせた割合は、男性 34.4%、女性 30.6%となっている。(表Ⅱ-5-1)【本文 156p】

表Ⅱ-5-1 胃がん検診の受診状況－性・年齢階級別

	総数	一年に二回以上	一年に一回程度	二年に一回程度	三～五年に一回程度	六年以上に一回程度	定期的ではないがある	受診したことがない	無回答
総数	100.0 (5,627)	1.3	22.2	5.0	3.6	1.1	13.5	41.0	12.3
男	100.0 (2,618)	1.9	23.6	4.3	3.1	0.9	10.9	42.7	12.5
			27.9						
20～29歳	100.0 (264)	-	2.7	-	-	-	2.3	84.1	11.0
30～39歳	100.0 (337)	0.9	14.2	1.5	0.9	0.3	5.0	67.1	10.1
40～49歳	100.0 (469)	0.9	26.2	3.4	2.3	0.4	10.2	46.1	10.4
50～59歳	100.0 (469)	1.7	32.6	4.3	3.8	0.9	10.9	35.4	10.4
60～69歳	100.0 (423)	2.6	32.6	6.9	4.3	0.9	12.8	28.8	11.1
70～79歳	100.0 (450)	4.0	23.3	7.8	5.3	2.0	14.4	24.4	18.7
80歳以上	100.0 (206)	3.4	21.8	3.4	2.9	1.9	21.8	27.7	17.0
女	100.0 (3,009)	0.7	20.9	5.6	4.1	1.3	15.7	39.5	12.1
			26.6						
20～29歳	100.0 (248)	0.4	2.4	-	0.4	-	1.6	84.7	10.5
30～39歳	100.0 (375)	-	9.6	3.7	1.1	0.5	5.9	65.1	14.1
40～49歳	100.0 (554)	-	27.6	5.6	5.6	0.7	11.4	42.1	7.0
50～59歳	100.0 (542)	0.7	30.3	7.7	5.2	1.8	19.2	27.9	7.2
60～69歳	100.0 (428)	0.5	25.9	7.5	4.2	1.6	19.6	27.6	13.1
70～79歳	100.0 (569)	1.9	22.0	6.5	5.1	1.6	19.9	24.8	18.3
80歳以上	100.0 (292)	1.4	12.0	4.8	4.1	2.4	27.7	31.8	15.8
(再掲) 総数 50歳以上	100.0 (3,379)	1.9	25.9	6.4	4.5	1.6	17.7	28.4	13.6
			32.3						
男 50歳以上	100.0 (1,548)	2.8	28.5	5.9	4.3	1.4	13.9	29.4	13.9
			34.4						
女 50歳以上	100.0 (1,831)	1.1	23.8	6.8	4.8	1.8	20.9	27.5	13.4
			30.6						

(注) 回答別比率を合算した比率 (26.6%) は、回答別人数を合算して求めているため、比率の内訳の合計とは一致しない。

(2) 大腸がん検診の受診状況一性・年齢階級別

大腸がん検診の受診状況を性・年齢階級別にみると、「1年に1回程度」の割合は、男性23.2%、女性23.7%となっている。

40歳以上で「1年に1回程度」の割合は、男性28.1%、女性28.5%となっている。(表Ⅱ-5-3)【本文158p】

表Ⅱ-5-3 大腸がん検診の受診状況一性・年齢階級別

	総数	一年に二回以上	一年に一回程度	二年に一回程度	三～五年に一回程度	六年以上に一回程度	受診したではないが定期的ではないがある	受診したことがない	無回答
総数	100.0 (5,627)	1.6	23.5	4.4	3.4	1.0	11.7	42.7	11.8
男	100.0 (2,618)	2.0	<u>23.2</u>	4.4	3.5	1.0	9.8	44.3	11.8
20～29歳	100.0 (264)	-	3.0	-	-	0.4	1.5	85.2	9.8
30～39歳	100.0 (337)	0.3	9.8	1.8	1.2	0.3	3.3	73.3	10.1
40～49歳	100.0 (469)	0.9	23.2	2.8	2.8	0.4	10.4	48.8	10.7
50～59歳	100.0 (469)	1.3	31.1	4.9	4.7	1.5	11.7	34.8	10.0
60～69歳	100.0 (423)	3.1	30.7	7.1	5.2	1.2	10.2	30.7	11.8
70～79歳	100.0 (450)	4.2	28.7	8.0	4.2	1.3	13.1	24.2	16.2
80歳以上	100.0 (206)	4.9	25.2	2.9	5.3	1.9	17.5	28.2	14.1
女	100.0 (3,009)	1.2	<u>23.7</u>	4.4	3.4	1.0	13.3	41.2	11.8
20～29歳	100.0 (248)	0.4	2.4	-	-	-	1.2	85.9	10.1
30～39歳	100.0 (375)	-	7.7	2.9	0.8	-	5.9	68.0	14.7
40～49歳	100.0 (554)	-	28.3	3.1	4.3	0.5	11.6	44.0	8.1
50～59歳	100.0 (542)	1.5	32.1	5.7	5.4	1.8	12.4	33.2	7.9
60～69歳	100.0 (428)	0.7	30.8	7.7	1.9	1.9	18.5	27.1	11.4
70～79歳	100.0 (569)	3.2	29.0	5.3	4.4	1.4	16.9	23.7	16.2
80歳以上	100.0 (292)	2.1	17.5	3.4	4.5	0.7	23.6	32.9	15.4
(再掲) 総数 40歳以上	100.0 (4,402)	2.0	28.3	5.2	4.2	1.2	14.0	33.2	11.9
男 40歳以上	100.0 (2,017)	2.6	<u>28.1</u>	5.4	4.3	1.2	12.0	34.2	12.3
女 40歳以上	100.0 (2,385)	1.5	<u>28.5</u>	5.1	4.2	1.3	15.7	32.3	11.5

(3) 肺がん検診の受診状況－性・年齢階級別

肺がん検診の受診状況を性・年齢階級別にみると、「1年に1回程度」の割合は、男性 21.3%、女性 19.8%となっている。

40歳以上で「1年に1回程度」の割合は、男性 25.5%、女性 23.6%となっている。(表Ⅱ-5-5)【本文 160p】

表Ⅱ-5-5 肺がん検診の受診状況－性・年齢階級別

	総数	一年に二回以上	一年に一回程度	二年に一回程度	三～五年に一回程度	六年以上に一回程度	定期的ではないが受診したことがある	受診したことがない	無回答
総数	100.0 (5,627)	1.6	20.5	2.7	1.7	0.6	8.1	50.1	14.7
男	100.0 (2,618)	2.2	<u>21.3</u>	2.8	1.6	0.5	7.3	49.9	14.4
20～29歳	100.0 (264)	-	3.0	-	-	-	1.1	85.6	10.2
30～39歳	100.0 (337)	1.2	10.1	1.2	0.9	0.3	1.5	74.2	10.7
40～49歳	100.0 (469)	0.9	22.8	3.0	1.3	0.2	4.9	55.0	11.9
50～59歳	100.0 (469)	1.3	30.7	2.6	1.9	0.9	7.2	42.2	13.2
60～69歳	100.0 (423)	3.3	26.7	5.0	2.4	0.7	10.9	35.9	15.1
70～79歳	100.0 (450)	4.7	24.0	3.3	2.7	0.4	10.2	33.3	21.3
80歳以上	100.0 (206)	3.9	20.9	2.9	1.0	1.5	16.5	35.4	18.0
女	100.0 (3,009)	1.1	<u>19.8</u>	2.6	1.8	0.7	8.7	50.3	15.0
20～29歳	100.0 (248)	0.4	4.8	-	-	-	2.0	82.3	10.5
30～39歳	100.0 (375)	0.3	5.6	1.9	0.5	0.3	1.3	74.9	15.2
40～49歳	100.0 (554)	0.7	23.3	2.3	3.1	0.4	6.0	55.6	8.7
50～59歳	100.0 (542)	1.3	29.0	5.0	1.8	1.8	11.6	38.7	10.7
60～69歳	100.0 (428)	0.9	24.3	3.0	0.9	1.2	9.6	43.2	16.8
70～79歳	100.0 (569)	2.3	22.3	2.1	2.6	0.4	12.3	34.4	23.6
80歳以上	100.0 (292)	1.4	15.8	2.1	2.1	0.3	15.4	43.8	19.2
(再掲) 総数 40歳以上	100.0 (4,402)	1.9	24.5	3.2	2.1	0.7	9.9	42.2	15.5
男 40歳以上	100.0 (2,017)	2.6	<u>25.5</u>	3.4	1.9	0.6	9.1	41.2	15.6
女 40歳以上	100.0 (2,385)	1.3	<u>23.6</u>	3.0	2.2	0.8	10.6	43.1	15.4

(4) 乳がん検診の受診状況一年齢階級別

女性の乳がん検診の受診状況を年齢階級別にみると、「2年に1回程度」の割合は、60代では18.7%となっている。

40歳以上では、「2年に1回程度」の割合が13.4%となっている。(表Ⅱ-5-7)【本文162p】

表Ⅱ-5-7 乳がん検診の受診状況一年齢階級別

	総数	一年に二回以上	一年に一回程度	二年に一回程度	三～五年に一回程度	六年以上に一回程度	受定期的ではないがある	受診したことがない	無回答
総数(女)	100.0 (3,009)	1.6	23.5	12.2	3.9	1.6	16.7	30.2	10.3
20～29歳	100.0 (248)	0.4	8.5	1.6	0.4	-	10.1	70.6	8.5
30～39歳	100.0 (375)	1.1	25.9	11.5	0.8	0.5	11.5	39.2	9.6
40～49歳	100.0 (554)	2.7	39.5	15.7	5.2	1.1	13.7	19.7	2.3
50～59歳	100.0 (542)	3.0	36.2	16.2	7.0	3.0	17.0	13.3	4.4
60～69歳	100.0 (428)	0.7	20.6	<u>18.7</u>	4.9	1.4	22.7	21.0	10.0
70～79歳	100.0 (569)	1.2	12.5	9.7	3.5	2.1	20.6	30.9	19.5
80歳以上	100.0 (292)	0.7	5.1	3.1	1.7	1.7	18.5	47.9	21.2
(再掲) 40歳以上	100.0 (2,385)	1.8	24.7	<u>13.4</u>	4.7	1.9	18.3	24.6	10.6

(5) 子宮頸がん検診の受診状況一年齢階級別

女性の子宮頸がん検診の受診状況を年齢階級別にみると、「2年に1回程度」の割合は、30代では20.8%となっている。

20歳以上(総数)では、「2年に1回程度」の割合が12.0%となっている。(表Ⅱ-5-9)【本文164p】

表Ⅱ-5-9 子宮頸がん検診の受診状況一年齢階級別

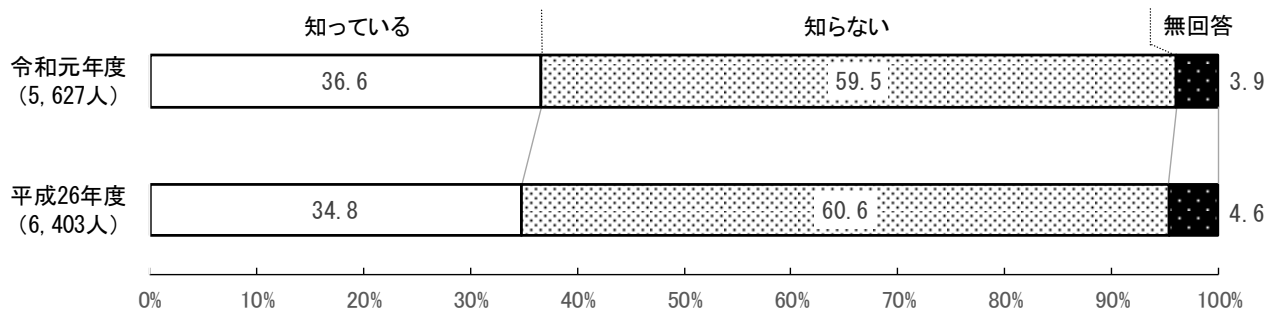
	総数	一年に二回以上	一年に一回程度	二年に一回程度	三～五年に一回程度	六年以上に一回程度	受定期的ではないがある	受診したことがない	無回答
総数(女)	100.0 (3,009)	1.3	21.5	<u>12.0</u>	4.2	1.7	20.0	27.6	11.7
20～29歳	100.0 (248)	0.8	9.3	4.8	3.2	0.4	17.3	57.3	6.9
30～39歳	100.0 (375)	1.6	27.7	<u>20.8</u>	3.7	1.1	18.9	18.9	7.2
40～49歳	100.0 (554)	2.2	37.7	15.3	5.2	1.1	17.3	17.1	4.0
50～59歳	100.0 (542)	2.2	33.2	14.2	7.2	2.6	19.4	14.9	6.3
60～69歳	100.0 (428)	0.5	17.3	12.9	3.3	3.0	25.0	24.3	13.8
70～79歳	100.0 (569)	0.9	8.3	8.3	2.8	1.4	20.9	35.1	22.3
80歳以上	100.0 (292)	0.3	3.4	2.4	1.7	1.4	20.5	47.3	22.9

第6章 肝炎ウイルス検査の状況

1 肝炎ウイルス検査の認知度

区市町村や保健所で、B型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルスへの感染の有無を調べる肝炎ウイルス検査が行われていることを知っているか聞いたところ、「知っている」割合が36.6%、「知らない」が59.5%となっている。(図Ⅱ-6-1)【本文167p】

図Ⅱ-6-1 肝炎ウイルス検査の認知度

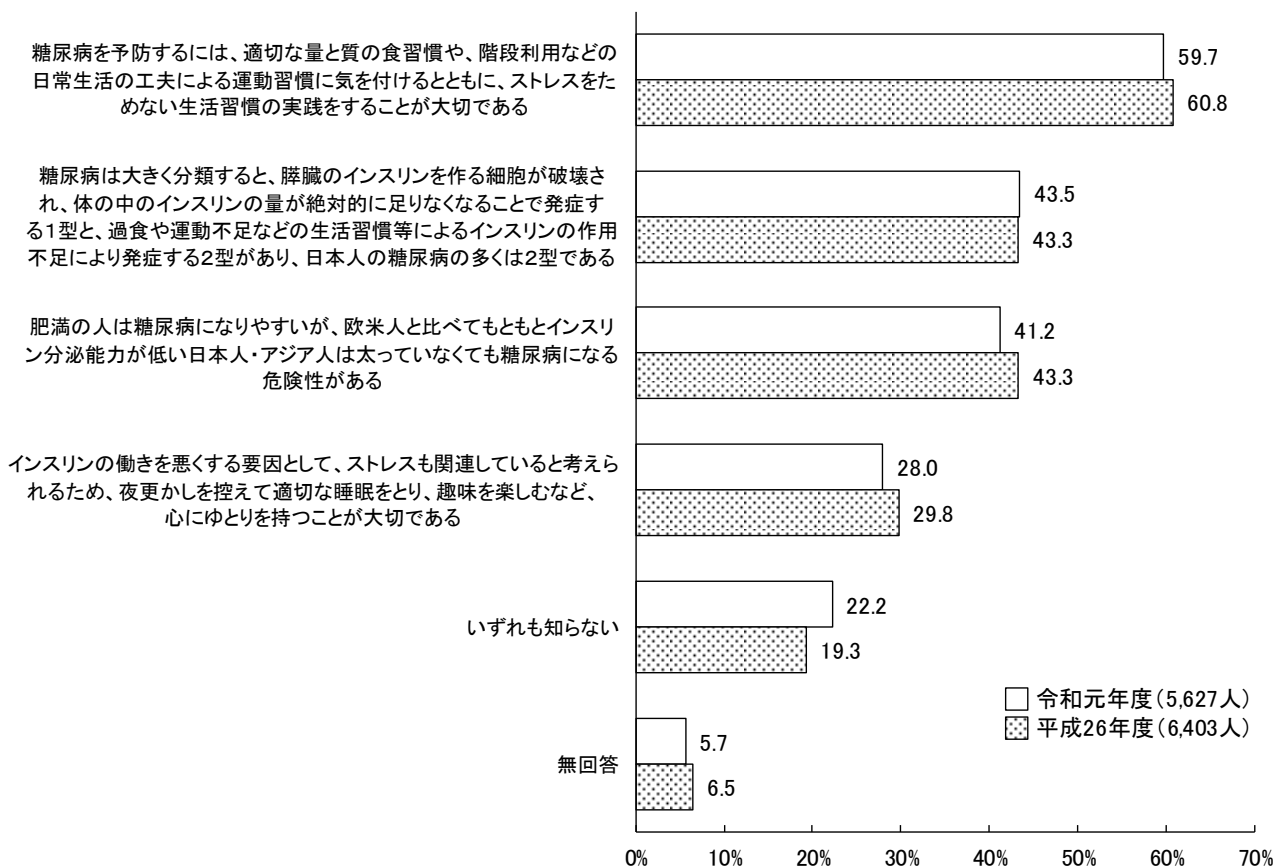


第7章 糖尿病

1 生活習慣改善による発症予防について知っていること[複数回答]

生活習慣の改善による発症予防について、以下のようなことを知っているか聞いたところ、「糖尿病を予防するには、適切な量と質の食習慣や、階段利用などの日常生活の工夫による運動習慣に気を付けるとともに、ストレスをためない生活習慣の実践をすることが大切である」と回答した割合が59.7%と最も高くなっている。(図Ⅱ-7-1)【本文171p】

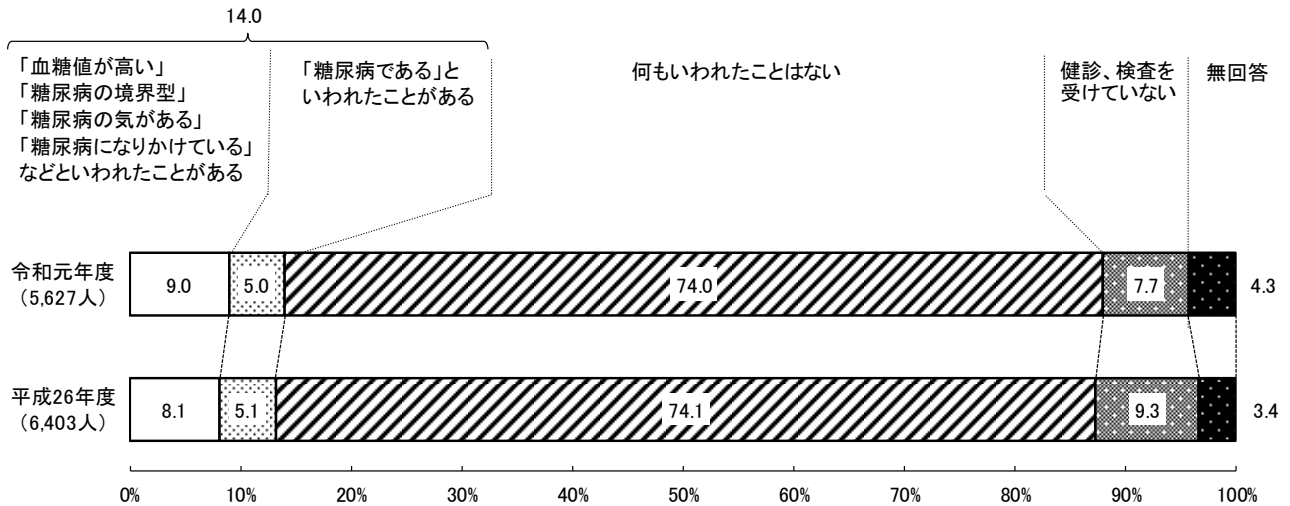
図Ⅱ-7-1 生活習慣改善による発症予防について知っていること[複数回答]



2 糖尿病り患状況

健診等の結果、糖尿病といわれたことがあるか聞いたところ、『「血糖値が高い』『糖尿病の境界型』『糖尿病の気がある』『糖尿病になりかけている』などといわれたことがある』割合が9.0%、『「糖尿病である」といわれたことがある』割合が5.0%となっており、これらを合わせた割合は14.0%となっている。一方で、「何もいわれたことはない」の割合は74.0%となっている。(図Ⅱ-7-2)【本文173p】

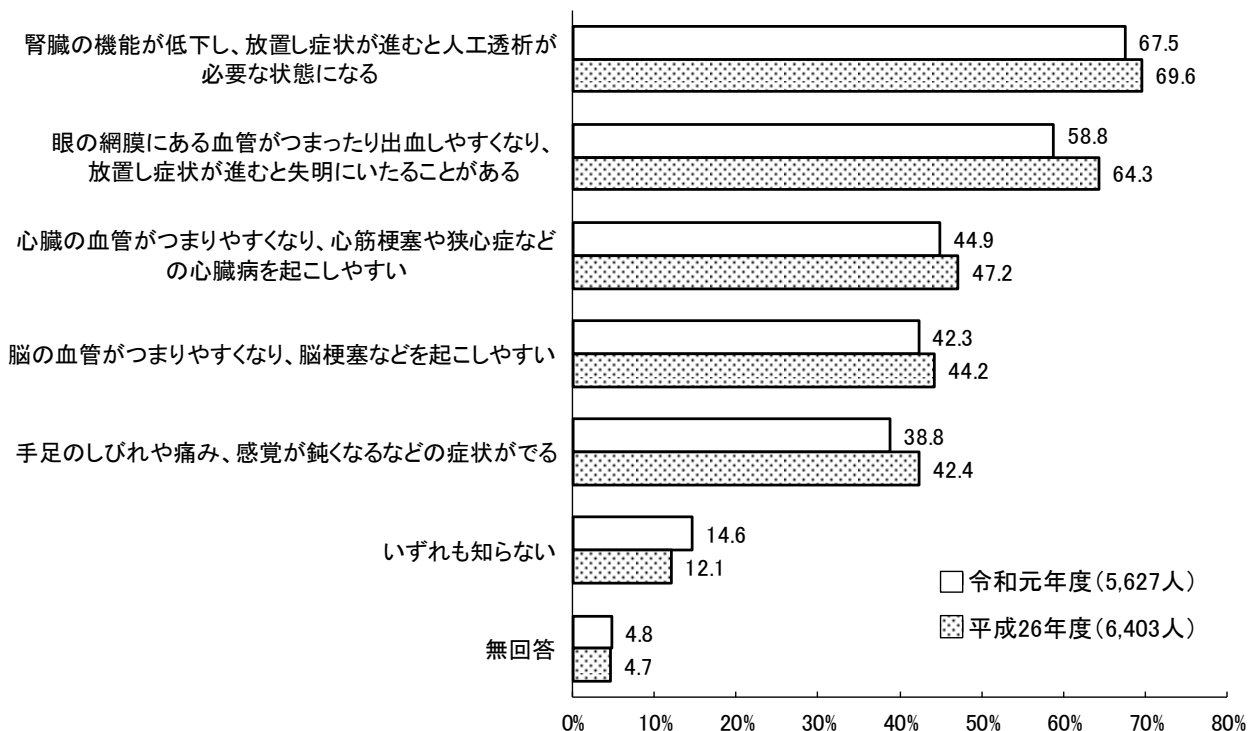
図Ⅱ-7-2 糖尿病り患状況



3 糖尿病の悪化で起こる状態の認知度[複数回答]

糖尿病が悪化することで、以下のような状態になることを知っているか聞いたところ、「腎臓の機能が低下し、放置し症状が進むと人工透析が必要な状態になる」と回答した割合が67.5%で最も高く、次いで「眼の網膜にある血管がつまったり出血しやすくなり、放置し症状が進むと失明にいたることがある」が58.8%となっている。(図Ⅱ-7-8)【本文178p】

図Ⅱ-7-8 糖尿病の悪化で起こる状態の認知度[複数回答]



第8章 結核

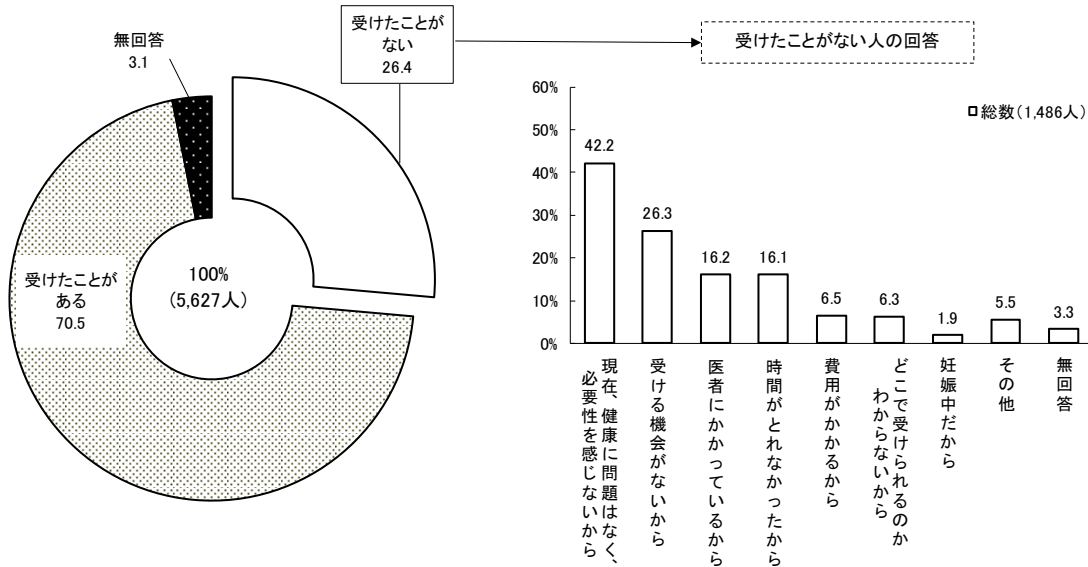
1 胸のレントゲン検査の受診の有無と受診しなかった理由〔複数回答〕

この1年以内に胸のレントゲン検査を受けたことがあるか聞いたところ、「受けたことがある」の割合が70.5%、「受けたことがない」が26.4%となっている。(図Ⅱ-8-1)

「受けたことがない」人(1,486人)に受診しなかった理由を聞いたところ、「現在、健康に問題はなく、必要性を感じないから」の割合が42.2%、「受ける機会がないから」が26.3%となっている。(図Ⅱ-8-2)【本文181p】

図Ⅱ-8-1 胸のレントゲン検査の受診の有無

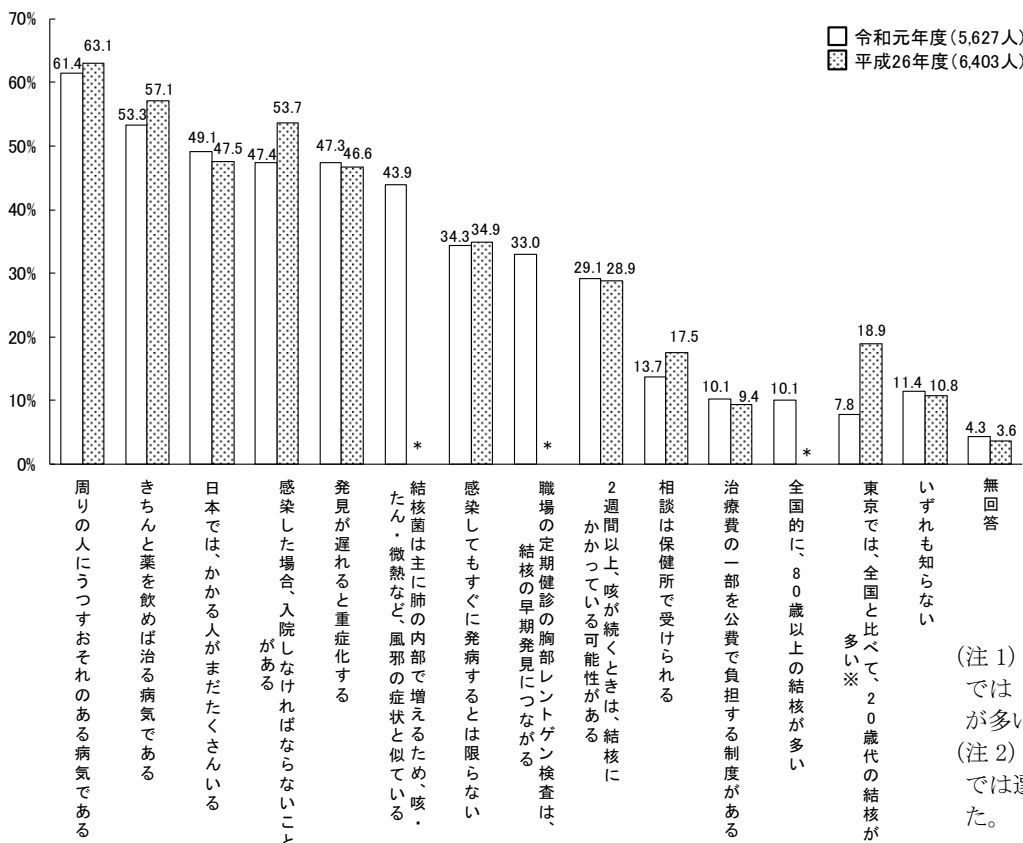
図Ⅱ-8-2 胸のレントゲン検査を受診しなかった理由〔複数回答〕



2 結核に関する知識の認知度〔複数回答〕

結核について、以下のようなことを知っているか聞いたところ、「周りの人にうつすおそれのある病気である」と回答した割合が61.4%と最も高く、次いで「きちんと薬を飲めば治る病気である」が53.3%となっている。(図Ⅱ-8-4)【本文185p】

図Ⅱ-8-4 結核に関する知識の認知度〔複数回答〕



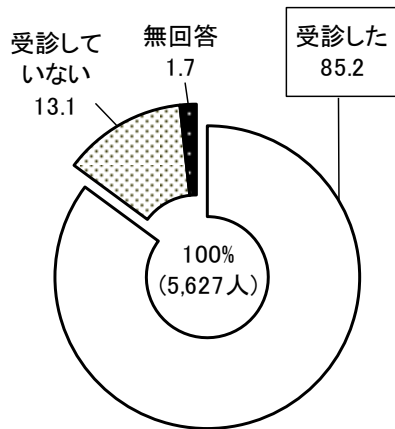
第9章 医療機関の受診状況

1 過去1年間の医療機関の受診の有無と受診した傷病名〔複数回答〕

この1年間に病院や診療所を受診したか聞いたところ、「受診した」割合が85.2%、「受診していない」が13.1%となっている。(図Ⅱ-9-1)

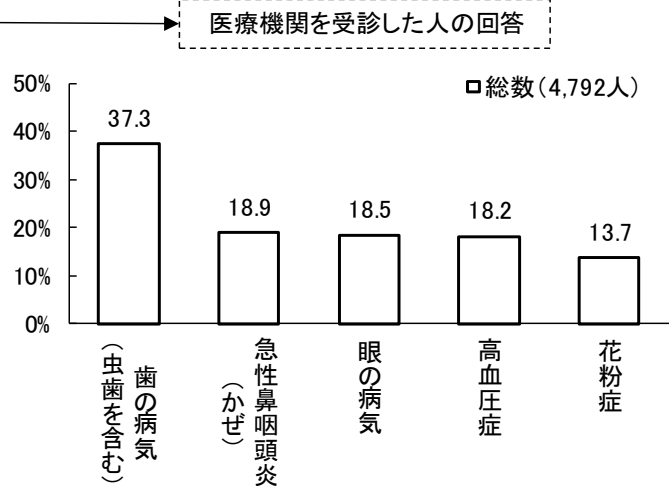
また、「受診した」と回答した人(4,792人)に傷病名を聞いたところ、「歯の病気(虫歯を含む)」の割合が37.3%、「急性鼻咽頭炎(かぜ)」が18.9%、「眼の病気」が18.5%、「高血圧症」が18.2%、「花粉症」が13.7%となっている。(図Ⅱ-9-2)【本文189p】

図Ⅱ-9-1 過去1年間の医療機関受診の有無



図Ⅱ-9-2 受診した傷病名〔複数回答〕

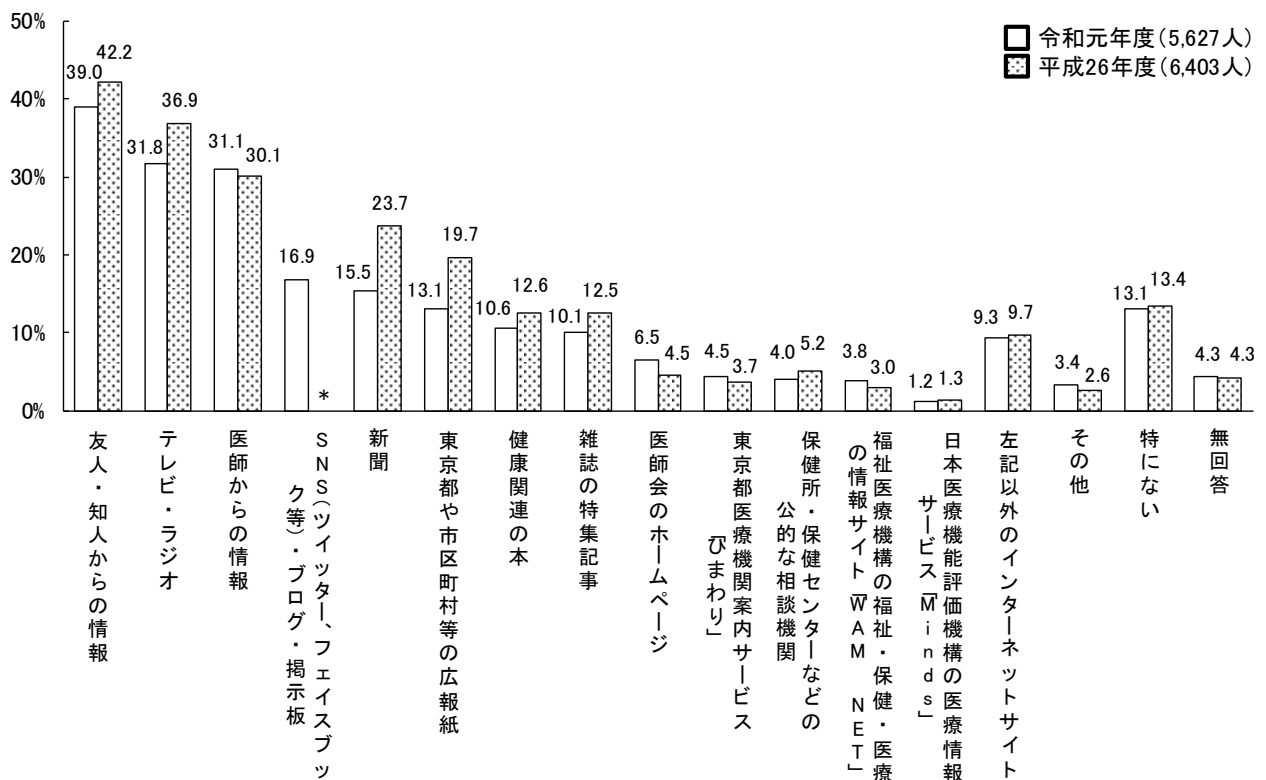
(上位5つ)



2 医療情報の入手方法〔複数回答〕

医療情報をどのように入手しているか聞いたところ、「友人・知人からの情報」の割合が39.0%、「テレビ・ラジオ」が31.8%、「医師からの情報」が31.1%となっている。(図Ⅱ-9-3)【本文198p】

図Ⅱ-9-3 医療情報の入手方法〔複数回答〕

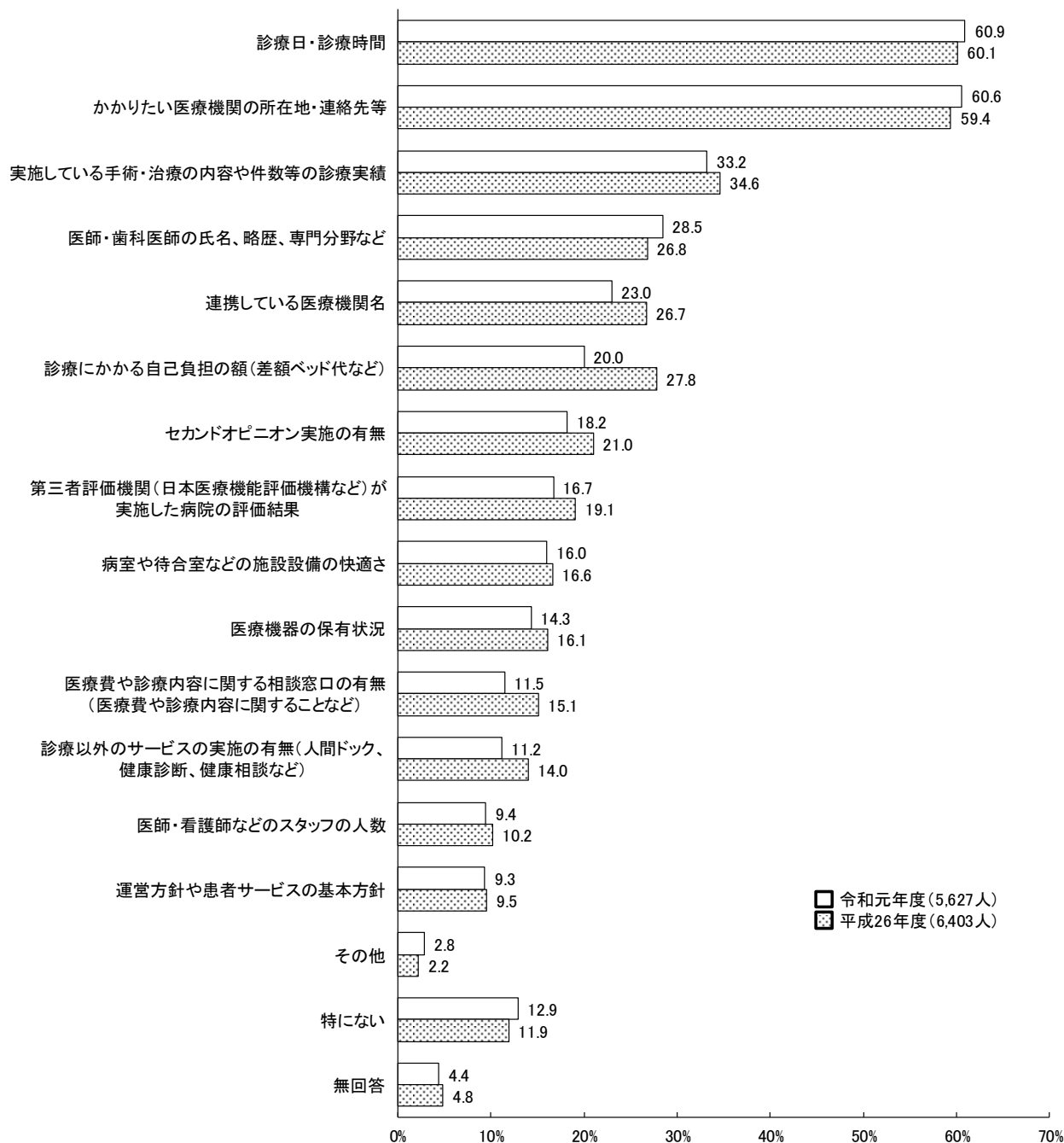


(注) *は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。

3 医療機関を選ぶために欲しい医療情報[複数回答]

病院や診療所などの医療機関を選ぶために欲しい情報はどのような情報が聞いたところ、「診療日・診療時間」の割合が60.9%、「かかりたい医療機関の所在地・連絡先等」が60.6%、「実施している手術・治療の内容や件数等の診療実績」が33.2%となっている。(図Ⅱ-9-4)【本文 201p】

図Ⅱ-9-4 医療機関を選ぶために欲しい医療情報[複数回答]

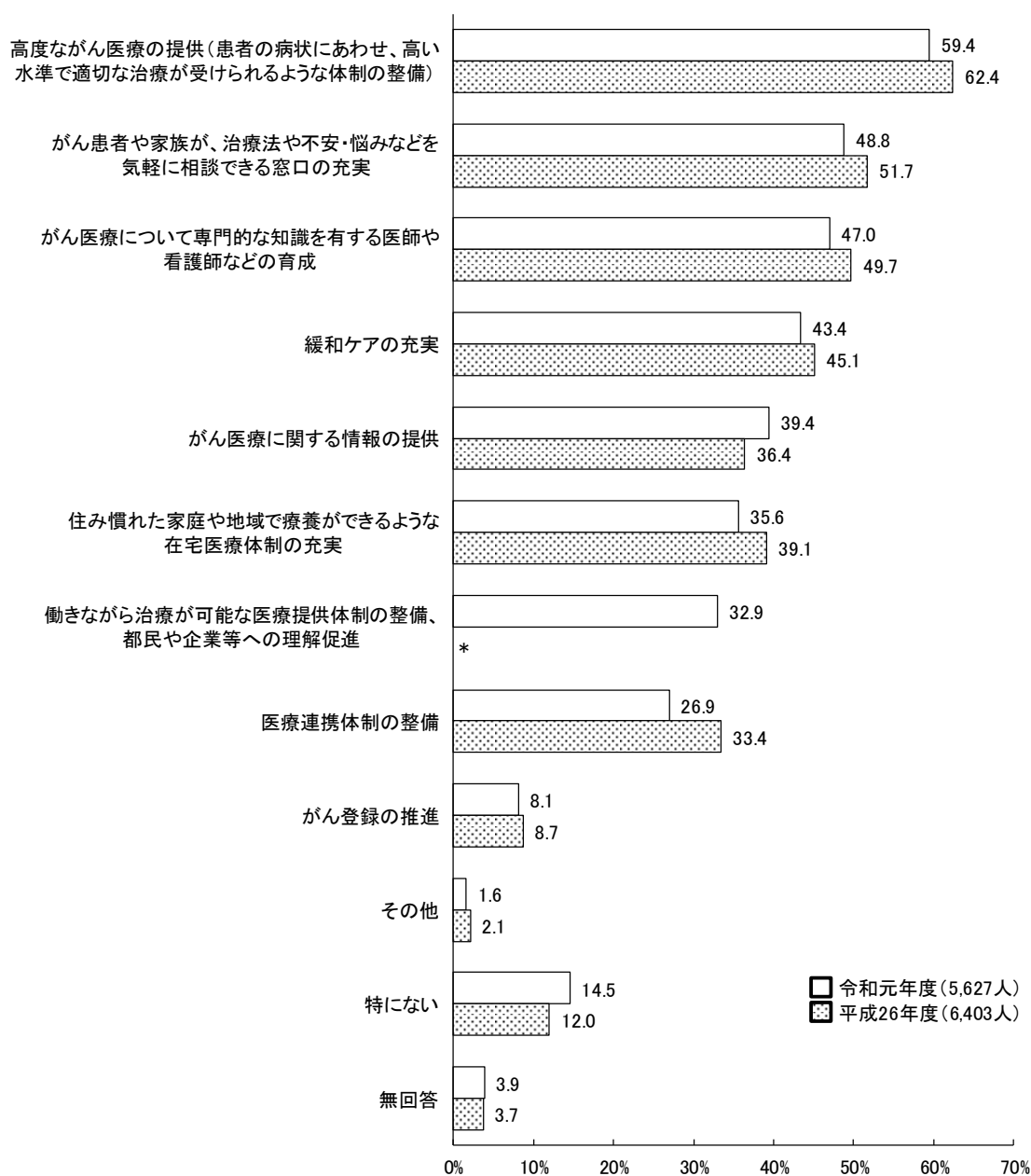


第10章 がん医療・在宅療養・リハビリテーション医療・在宅医療

1 がん医療対策に望むこと〔複数回答〕

がん医療対策について、どういったことに力を入れてほしいと思うか聞いたところ、「高度ながん医療の提供（患者の病状にあわせ、高い水準で適切な治療が受けられるような体制の整備）」の割合が59.4%と最も高く、「がん患者や家族が、治療法や不安・悩みなどを気軽に相談できる窓口の充実」が48.8%、「がん医療について専門的な知識を有する医師や看護師などの育成」が47.0%となっている。（図Ⅱ-10-1）【本文 203p】

図Ⅱ-10-1 がん医療対策に望むこと〔複数回答〕

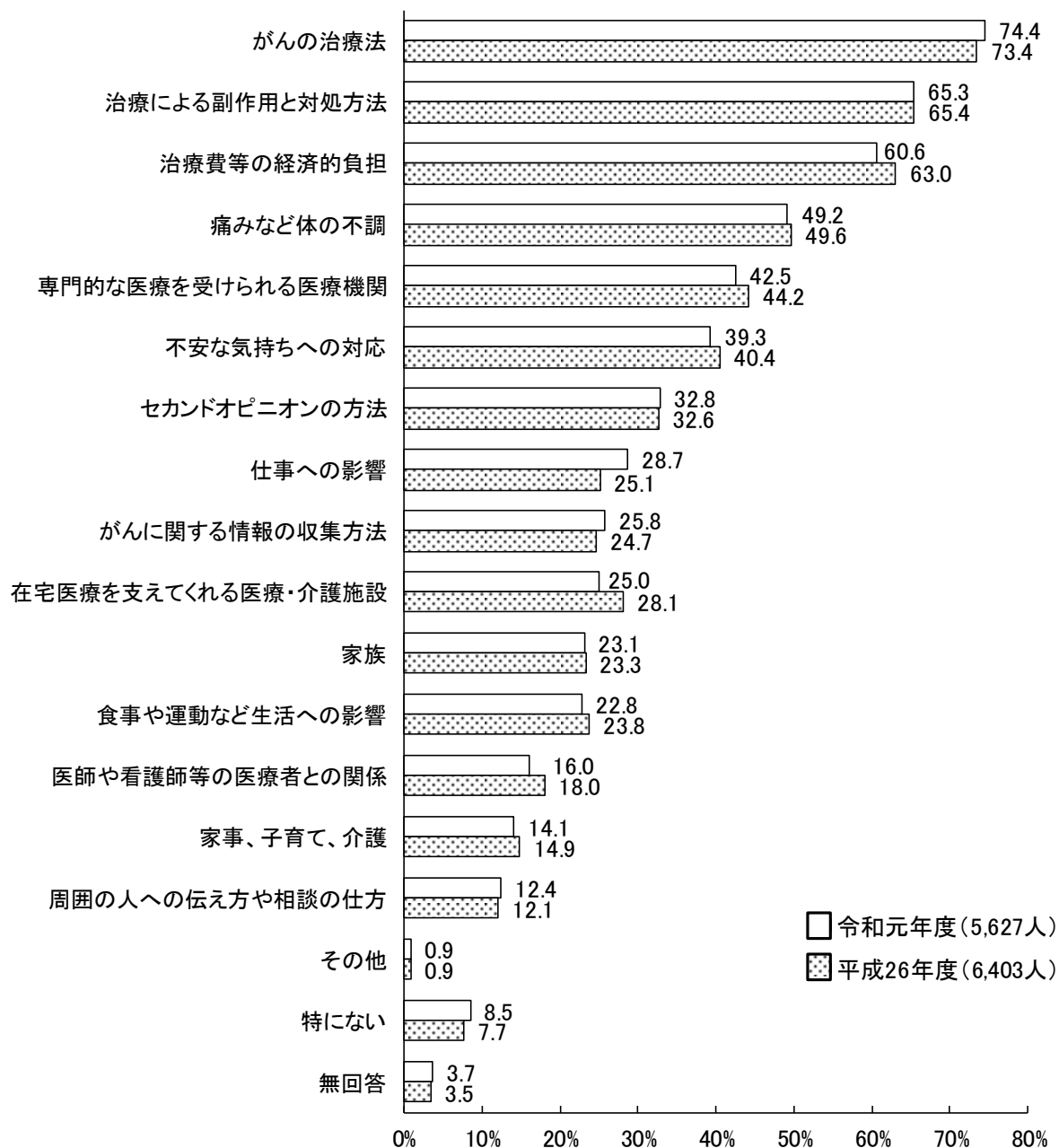


(注) *は、平成26年度調査では選択肢を設けていなかった。

2 がんに関する相談内容[複数回答]

もしも、がんと診断された場合、専門の相談窓口へ相談したいと思うものを聞いたところ、「がんの治療法」の割合が74.4%と最も高く、次いで「治療による副作用と対処方法」が65.3%、「治療費等の経済的負担」が60.6%となっている。(図Ⅱ-10-2)【本文 205p】

図Ⅱ-10-2 がんに関する相談内容[複数回答]



3 在宅療養の理想とその実現可能性

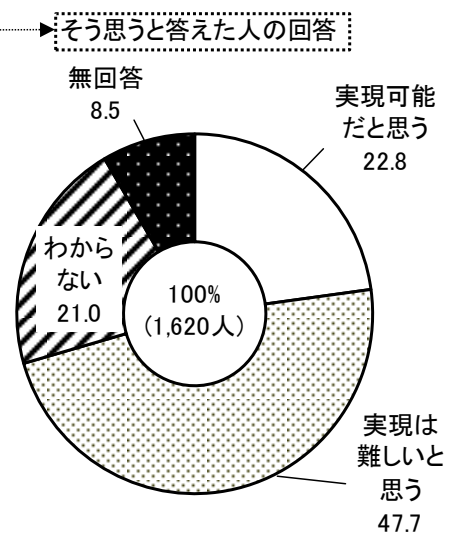
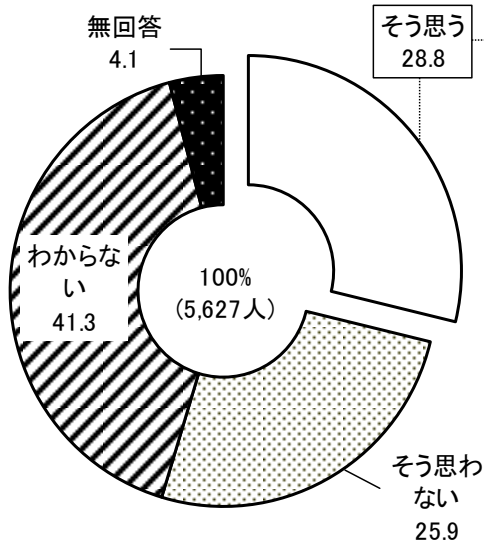
脳卒中の後遺症や末期がんなどで長期の療養が必要になった場合、理想として自宅で療養を続けたいと思うか聞いたところ、「そう思う」の割合が28.8%、「そう思わない」が25.9%、「わからない」が41.3%となっている。(図Ⅱ-10-3)

また、「そう思う」と回答した人(1,620人)に、実現可能だと思うか聞いたところ、「実現可能だと思う」の割合が22.8%、「実現は難しいと思う」が47.7%、「わからない」が21.0%となっている。(図Ⅱ-10-4)【本文207p】

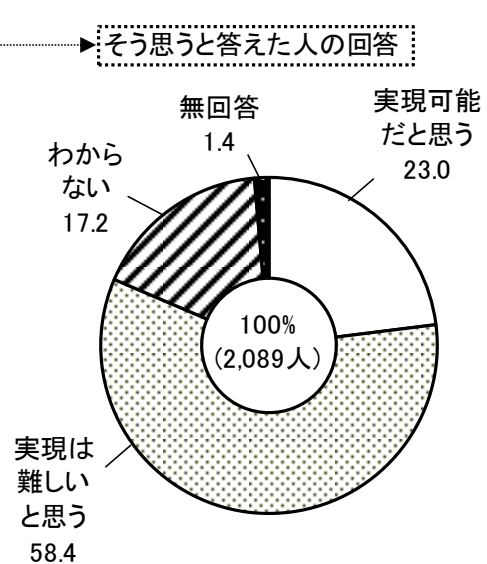
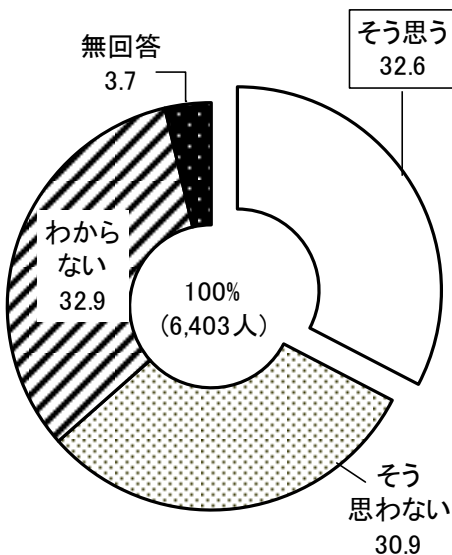
図Ⅱ-10-3 在宅療養の理想

図Ⅱ-10-4 在宅療養の実現可能性

令和元年度



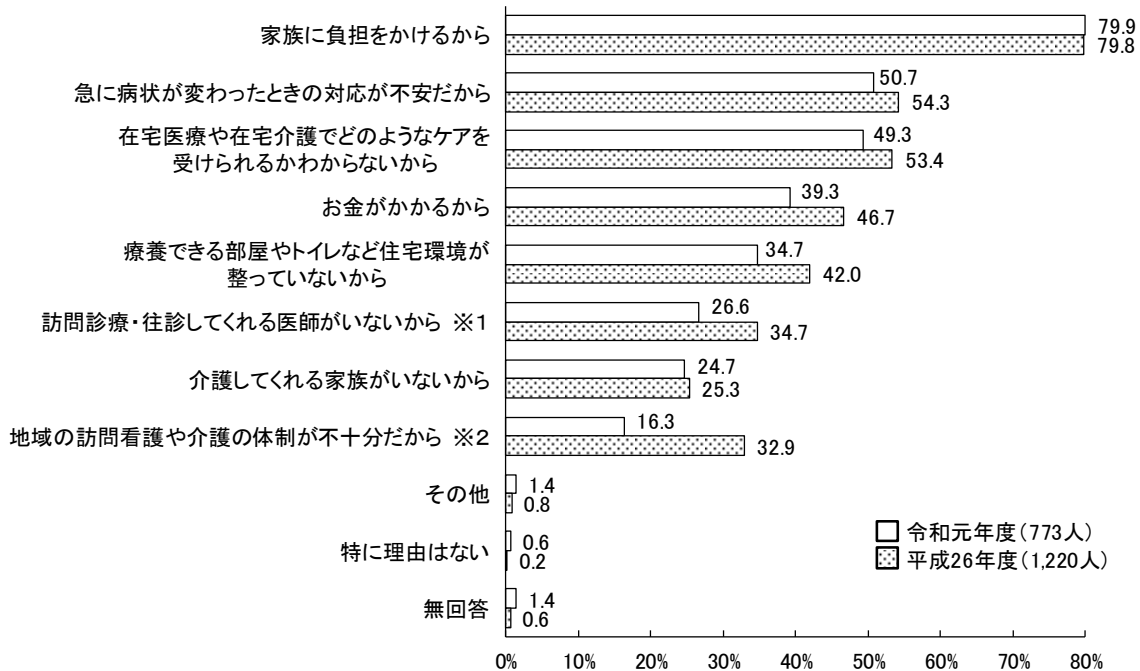
平成26年度



4 在宅療養の実現が難しいと思う理由[複数回答]

在宅療養の実現は難しいと思う人（773人）に、その理由を聞いたところ、「家族に負担をかけるから」の割合が79.9%と最も高く、次いで「急に病状が変わったときの対応が不安だから」が50.7%、「在宅医療や在宅介護でどのようなケアを受けられるかわからないから」が49.3%となっている。（図Ⅱ-10-7）【本文210p】

図Ⅱ-10-7 在宅療養の実現が難しいと思う理由[複数回答]



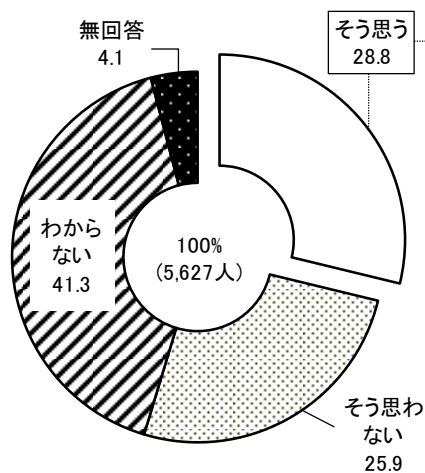
(注) ※1は、平成26年度調査では「往診してくれる医師がいないから」としていた。

(注) ※2は、平成26年度調査では「訪問看護や介護の体制が不十分だから」としていた。

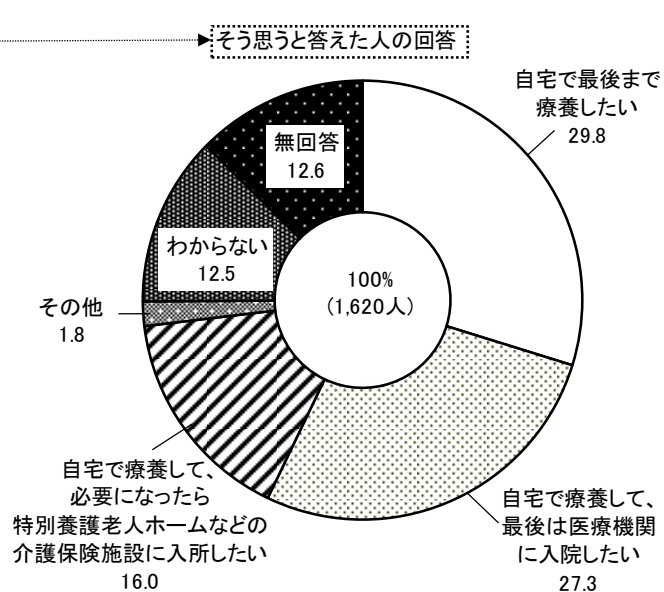
5 最期の過ごし方の希望

脳卒中の後遺症や末期がんなどで長期の療養が必要になった場合、理想として自宅で療養を続けたいと思う人（1,620人）に、自分の最期をどのように過ごしたいか聞いたところ、「自宅で最後まで療養したい」の割合が29.8%、「自宅で療養して、最後は医療機関に入院したい」が27.3%、「自宅で療養して、必要になったら特別養護老人ホームなどの介護保険施設に入所したい」が16.0%となっている。（図Ⅱ-10-8）【本文212p】

図Ⅱ-10-3 在宅療養の理想



図Ⅱ-10-8 最期の過ごし方の希望

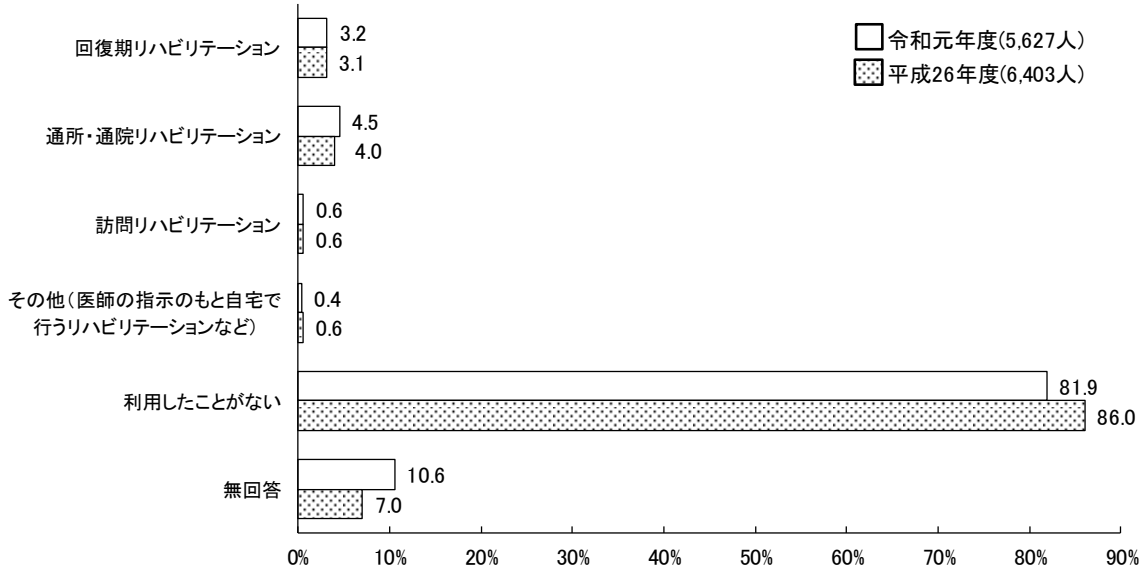


6 リハビリテーション又は在宅医療の利用状況[複数回答]

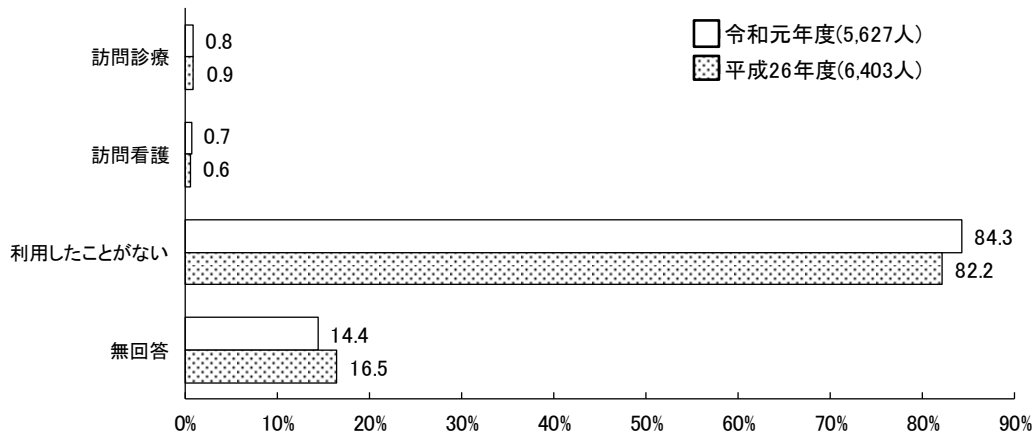
リハビリテーション又は在宅医療を利用したことがあるか聞いたところ、リハビリテーションについては、「通所・通院リハビリテーション」を利用した割合が4.5%、「回復期リハビリテーション」が3.2%となっている。(図Ⅱ-10-9)

また、在宅医療については、「訪問診療」を利用した割合が0.8%、「訪問看護」が0.7%となっている。(図Ⅱ-10-10)【本文 214p】

図Ⅱ-10-9 リハビリテーションの利用状況[複数回答]



図Ⅱ-10-10 在宅医療の利用状況[複数回答]

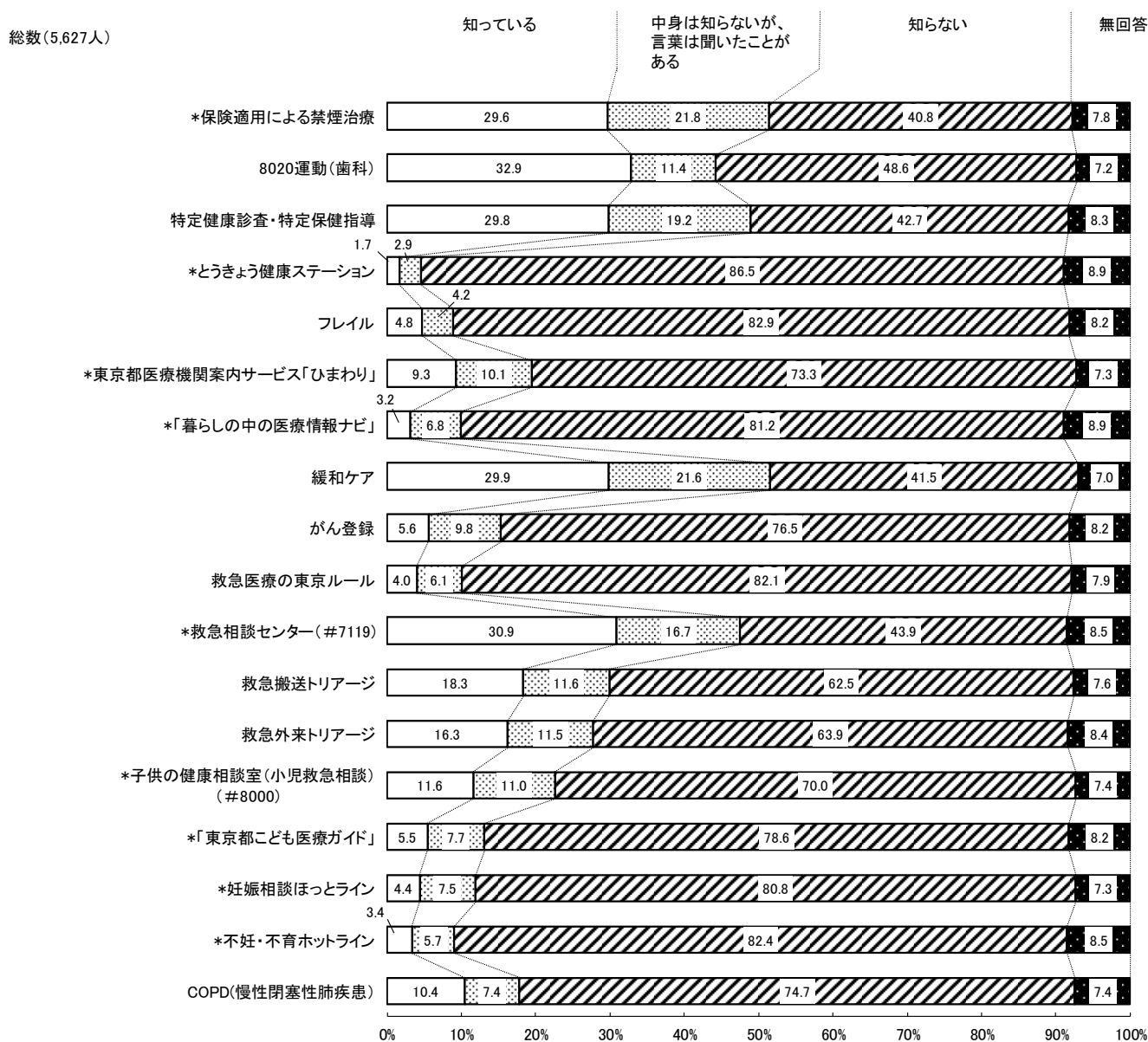


第11章 保健医療関連施策等の認知度

1 保健医療関連施策等の認知度

この調査に回答する以前に、以下の項目を知っていたかどうか聞いたところ、「知っている」割合は、「8020運動(歯科)」が32.9%、「救急相談センター(＃7119)」が30.9%、「緩和ケア」が29.9%、「特定健康診査・特定保健指導」が29.8%「保険適用による禁煙治療」が29.6%となっている。(図Ⅱ-11-1)【本文219p】

図Ⅱ-11-1 保健医療関連施策等の認知度



(注) *を付した施策について、利用経験の有無を聞いたところ、「利用経験あり」の割合は以下のとおりとなっている。

- 〔保険適用による禁煙治療〕：全体の1.6%
- 〔とうきょう健康ステーション〕：全体の0.1%
- 〔東京都医療機関案内サービス「ひまわり」〕：全体の4.0%
- 〔暮らしの中の医療情報ナビ〕：全体の0.4%
- 〔救急相談センター(＃7119)〕：全体の8.9%
- 〔子供の健康相談室(小児救急相談)(＃8000)〕：全体の3.2%
- 〔東京都子ども医療ガイド〕：全体の0.8%
- 〔妊娠相談ホットライン〕：全体の0.1%
- 〔不妊・不育ホットライン〕：0.1%