

3. 歯の状況

(1) 自分の歯の本数

自分の歯を20本以上有する人の割合は、70歳以上で、男性25.6%、女性31.7%であった。男性は50歳、女性は60歳を過ぎると自分の歯が「0本」の人が出現し、加齢とともに増加していた。

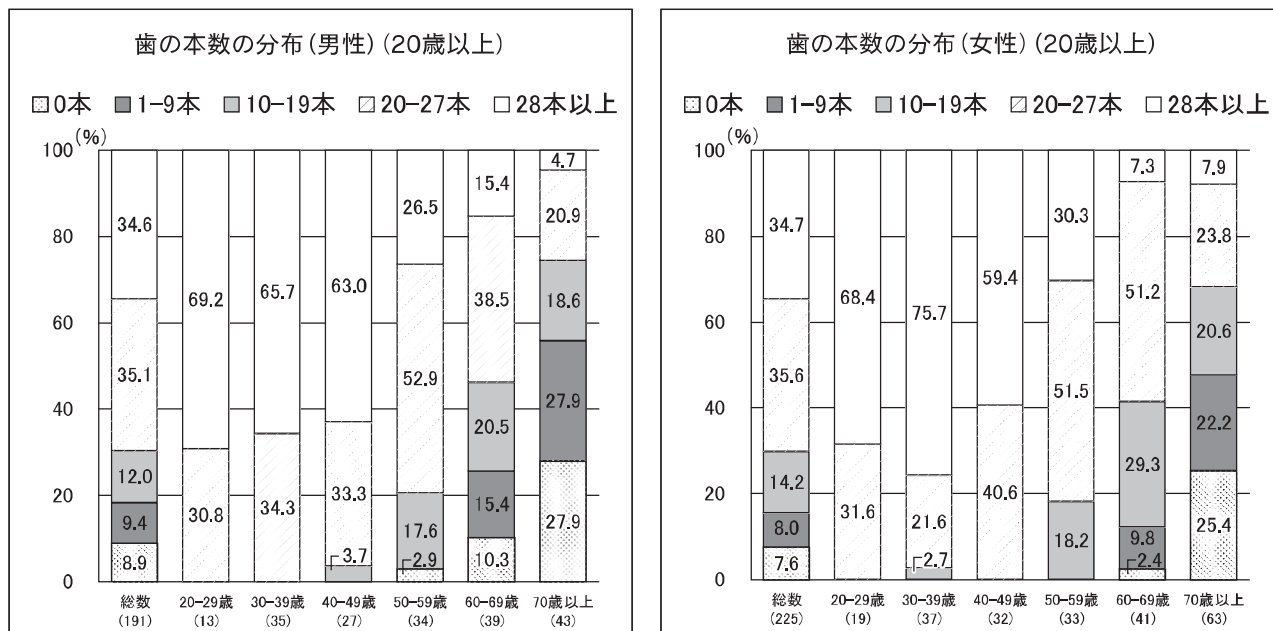


図27 歯の本数の状況(性別、年齢階級別)

(2) 飲み込みにくかったり、むせたりする状況

飲み込みにくいまたは、食事中にむせたりする状況が、「頻繁にある」「ときどきある」人をあわせた割合は男女とも約2割であった。また、男女ともに70歳以上が最も高かった。

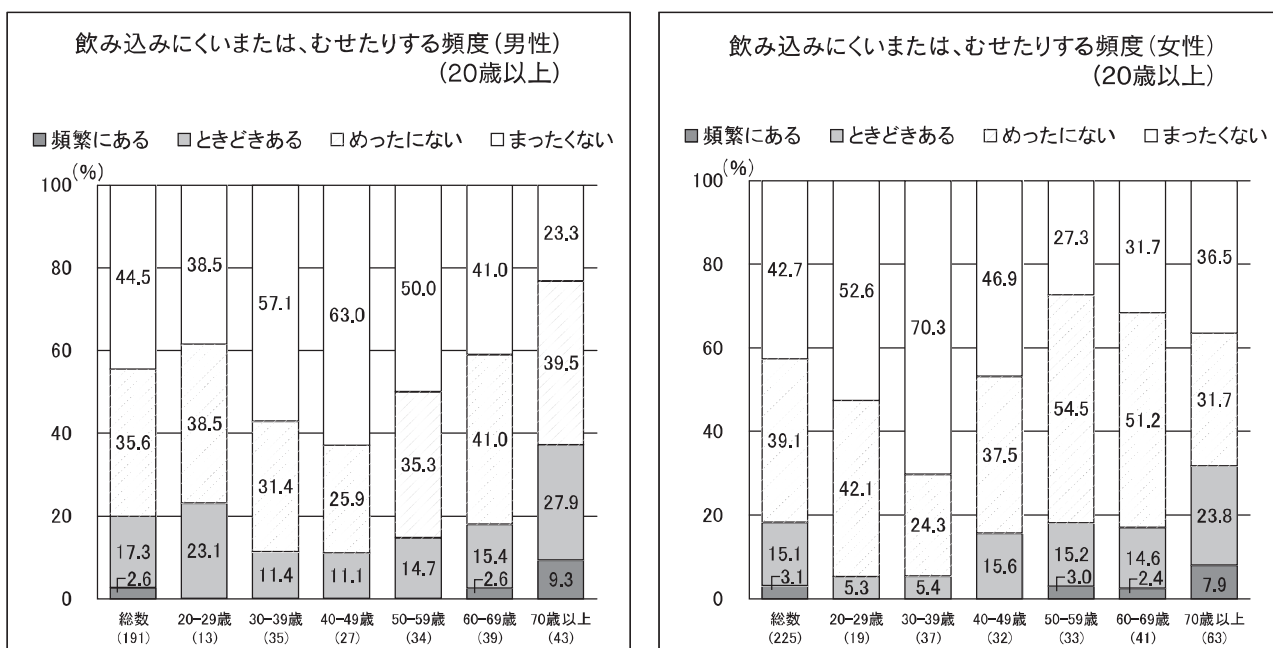


図28 飲み込みにくいまたは、むせたりする頻度(性別、年齢階級別)

4. たばこに関する状況

(1) 喫煙の状況

現在習慣的に喫煙している人の割合は、男性36.1%、女性10.7%であった。最も高いのは、男性では20歳代の61.5%、女性では30歳代の21.6%であった。

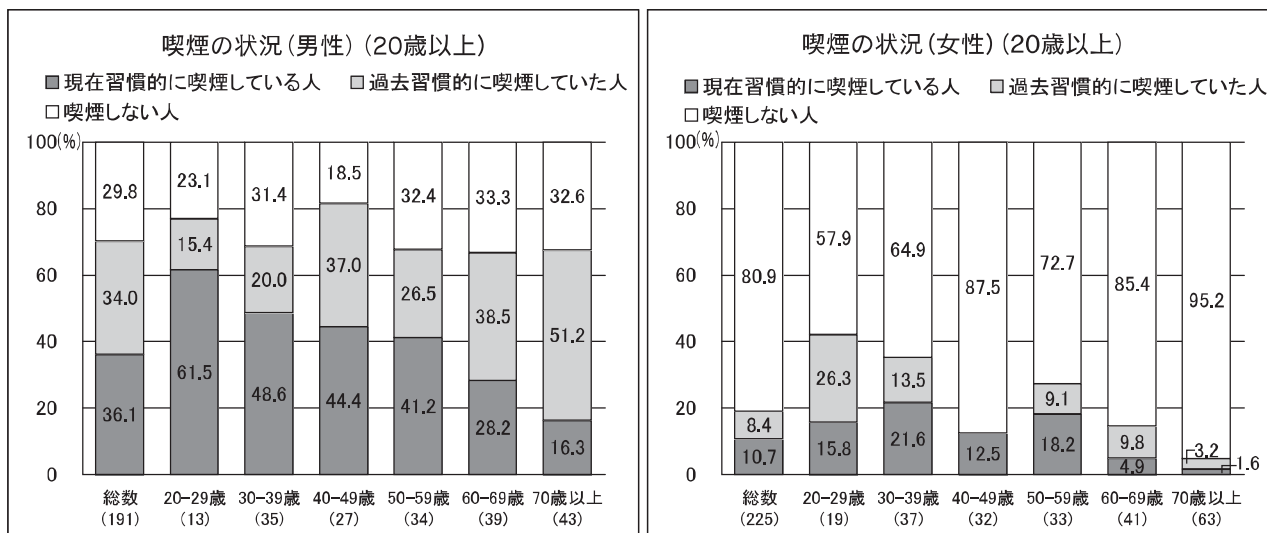


図29 喫煙の状況(性別、年齢階級別)

- * 現在習慣的に喫煙している人:
これまでに合計100本以上又は6ヶ月以上たばこを吸っている(吸っていた)人のうち、「この1ヶ月間に毎日又はときどきたばこを吸っている」と回答した人
- * 過去習慣的に喫煙していた人:
これまでに合計100本以上又は6ヶ月以上たばこを吸っている(吸っていた)人のうち、「今は(この1ヶ月間)吸っていない」と回答した人
- * 喫煙しない人:
「まったく吸ったことがない」又は「吸ったことはあるが、合計100本未満で6ヶ月以上未満である」と回答した人

(参考) 「元気県ぐんま21追加計画」の目標
喫煙をする者の割合
目標値: 男性 23%
女性 6%

(2) 禁煙の意志の有無

「毎日吸う」「ときどき吸っている」と回答した人のうち、男性では、3人に1人が、女性では3人に2人が「やめたい」と思っていた。

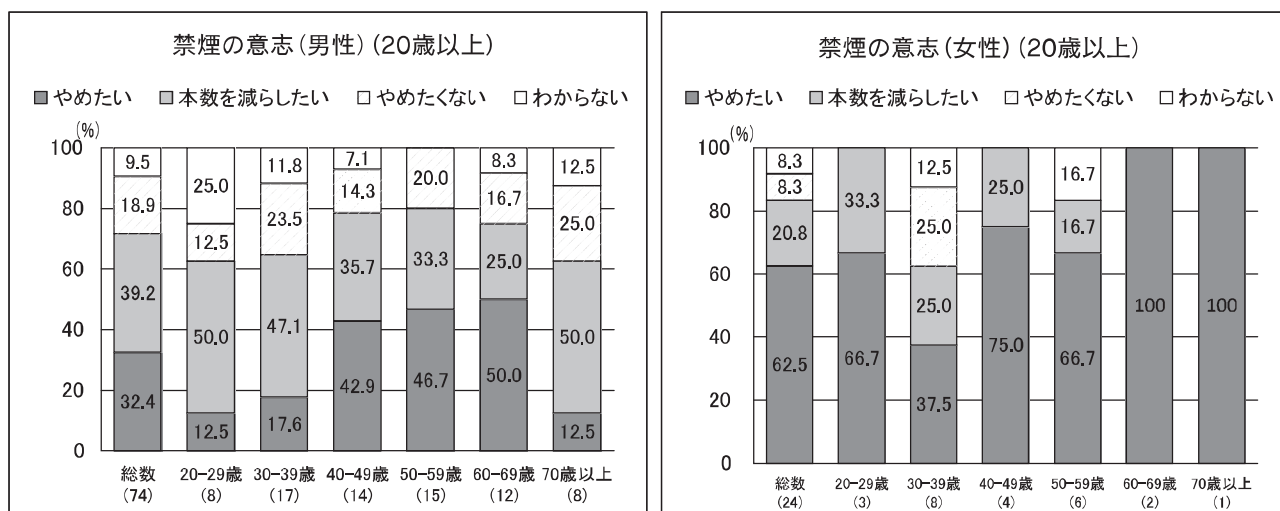


図30 禁煙の意志(性別、年齢階級別)

(3) 受動喫煙の状況

この1ヶ月間に自分以外の方が吸っていたタバコの煙を吸う機会(受動喫煙)について、「ほぼ毎日」と回答した人の割合をみると、男性では職場の26.3%、女性では家庭の19.6%が最も高かった。また、週1回以上どこかの場所で受動喫煙を受けた人の割合は、男性で59.2%、女性で46.2%であった。

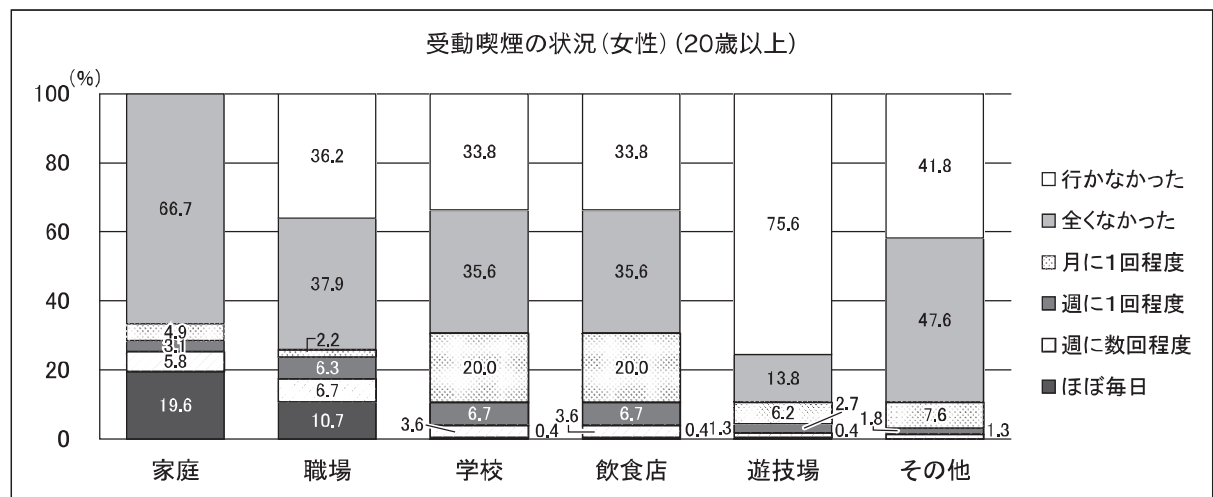
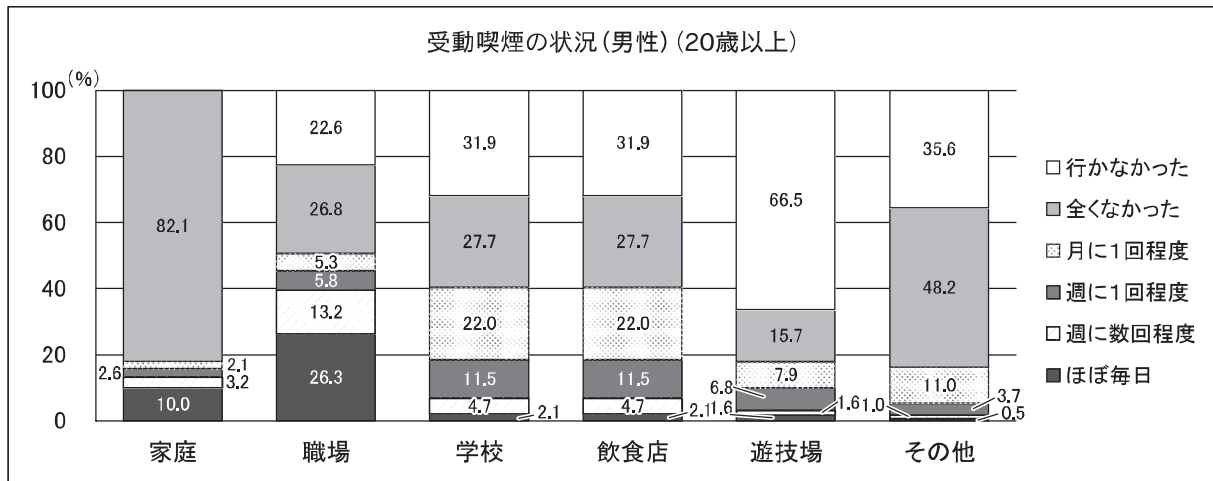


図31 受動喫煙の状況(性別)

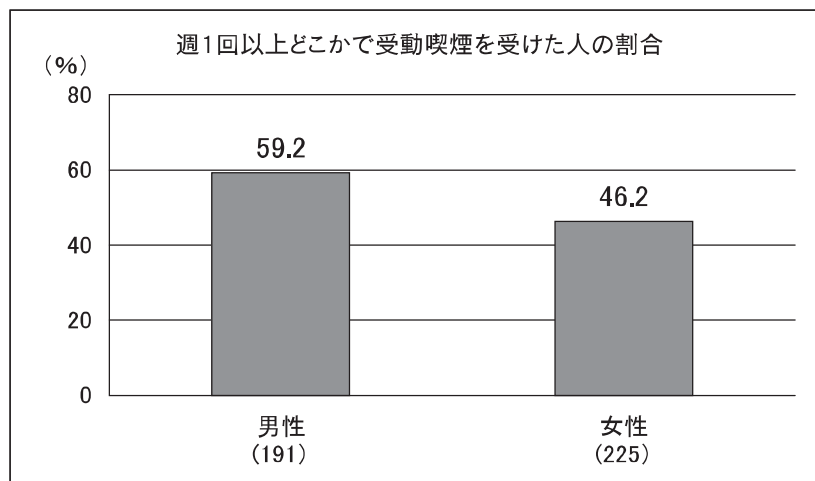


図32 週1回以上どこかで受動喫煙を受けた人の割合(性別)

(4) たばこが健康に与える影響について

「たばこを吸うと病気にかかりやすくなると思う」と回答した人の割合は、平成16年に比べ、喘息、気管支炎、心臓病、脳卒中、胃潰瘍、歯周病で増加していた。

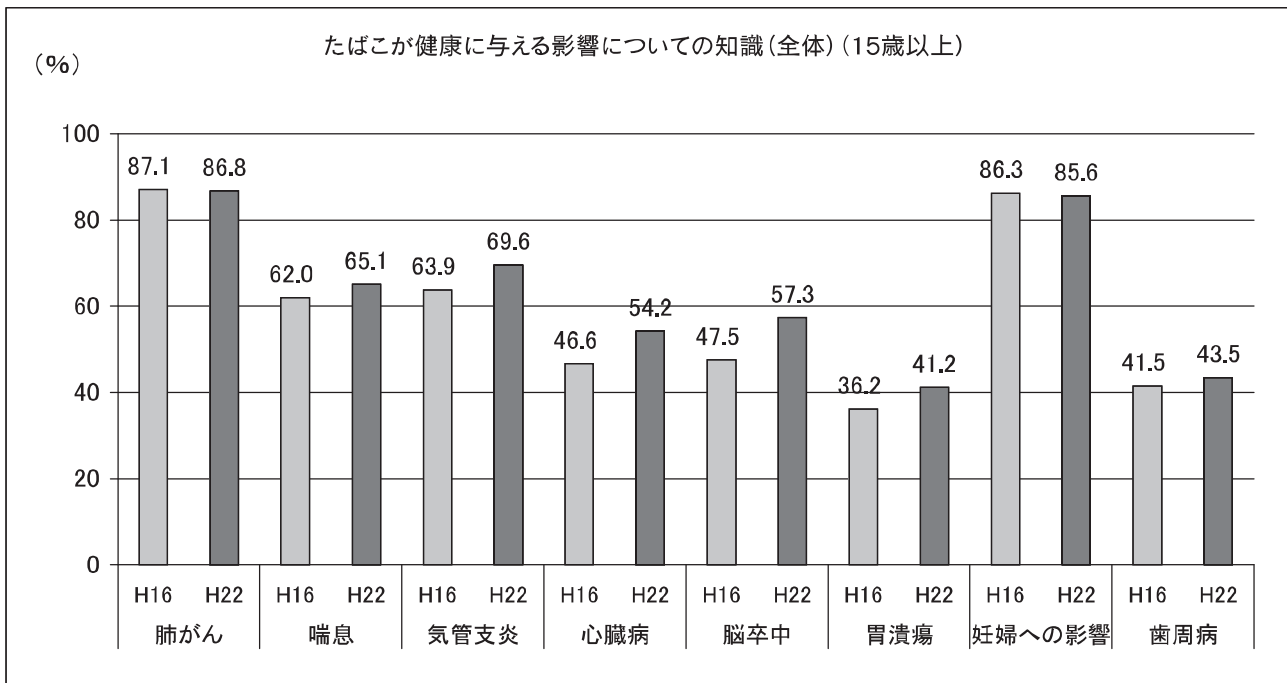


図33 たばこが健康に与える影響についての知識(平成16年との比較)

(参考) 「元気県ぐんま21」の目標
喫煙が及ぼす健康被害を知っている人の割合
目標値: 肺がん 100%
喘息 100%
気管支炎 100%
心臓病 100%
脳卒中 100%
胃潰瘍 100%
妊娠に関連した異常 100%
歯周病 100%

5. 飲酒の状況
 (1) 飲酒の頻度

毎日飲酒する人の割合は、男性で33.0%、女性で8.4%であった。平成16年と比べて、男女とも「ほとんど飲まない(飲めない)」人の割合は、減少した。

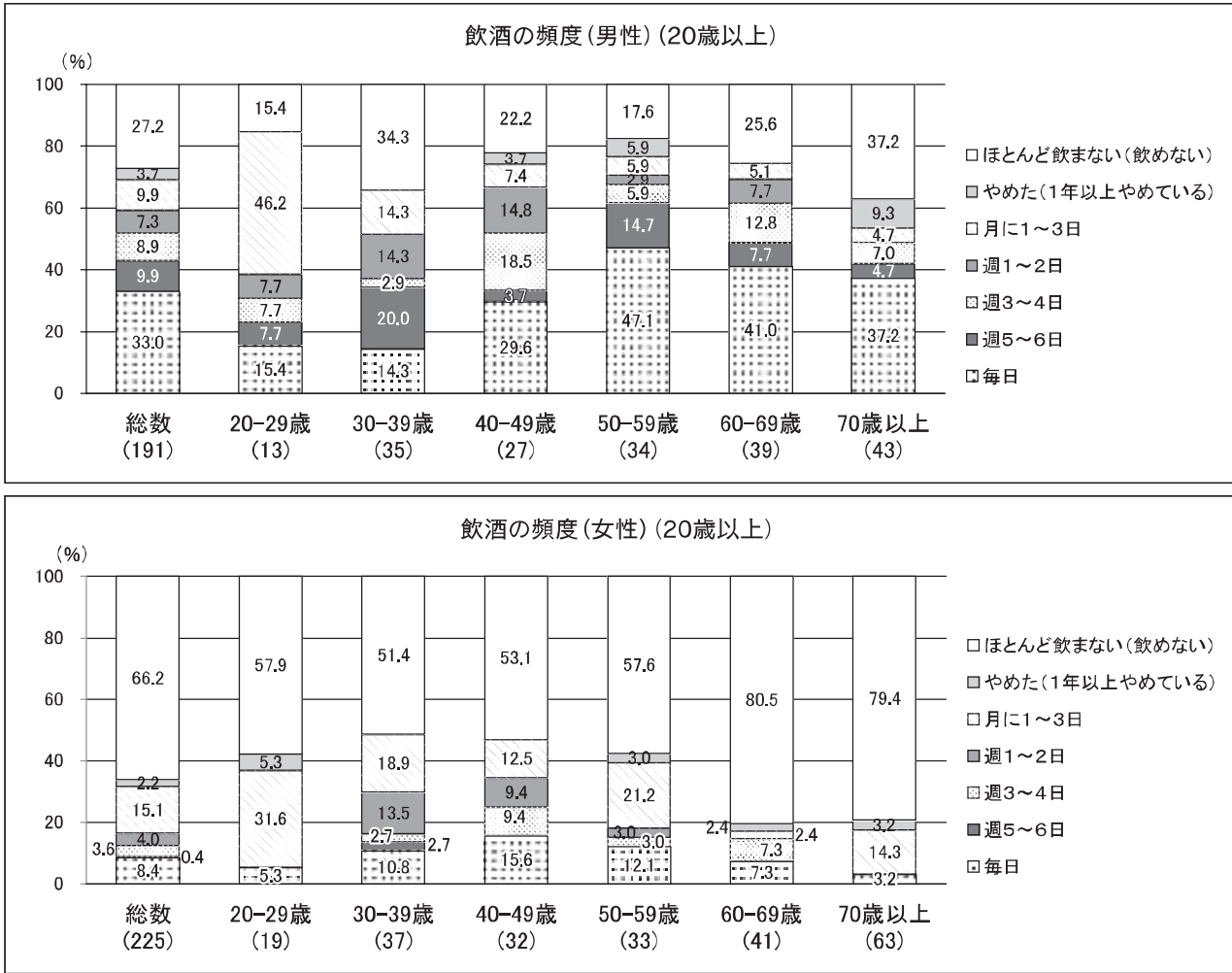


図34 飲酒の頻度(性別、年齢階級別)

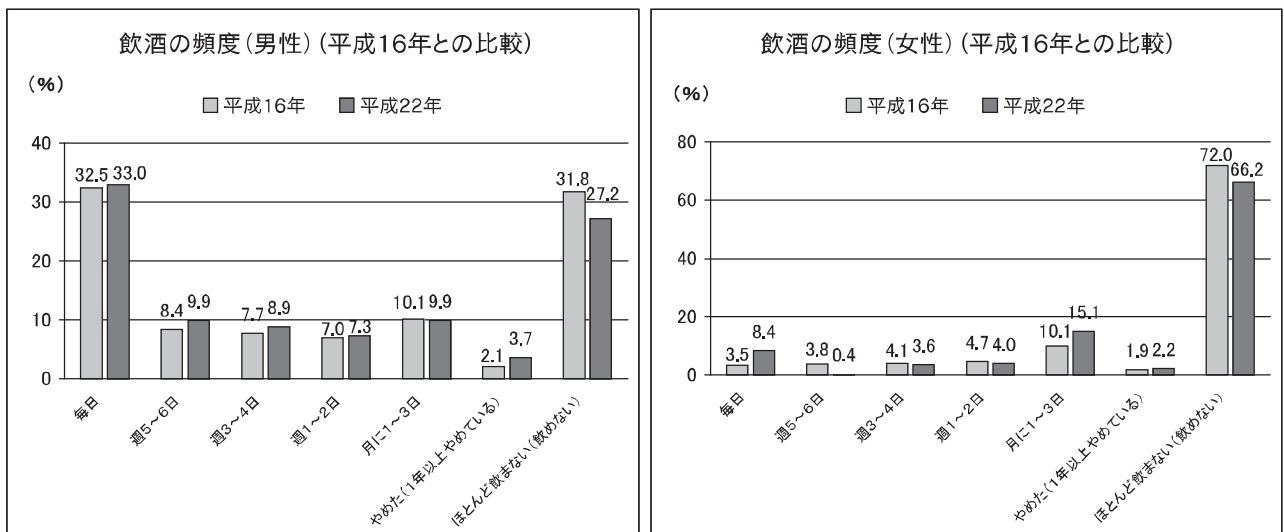


図35 飲酒の頻度(性別、平成16年との比較)

(2) 多量飲酒者の状況について

多量飲酒者の割合は、男性6.3%、女性1.3%であり、平成16年と比較すると男女とも増加している。

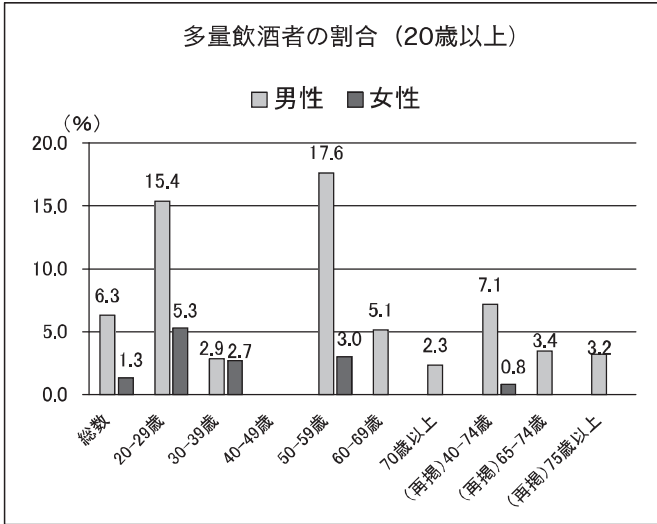


図36 多量飲酒者の割合(性別、年齢階級別)

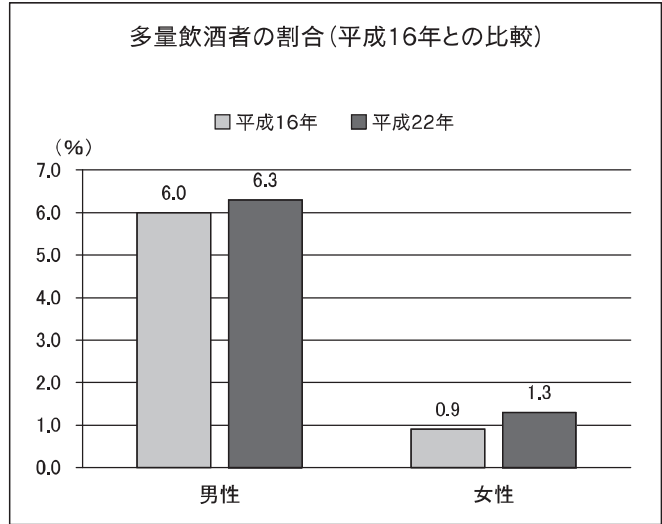


図37 多量飲酒者の割合(性別、平成16年との比較)

- *1日に純アルコールで約40gを超えて多量に飲酒する人の割合。
 具体的には以下のいずれかに該当する人を「多量飲酒者」とする。
- ①飲酒日1日当たりの飲酒量が5合以上
 - ②飲酒日1日当たりの飲酒量が4合以上5合未満で、飲酒の頻度が週5日以上
 - ③飲酒日1日当たりの飲酒量が3合以上4合未満で、飲酒の頻度が毎日

(参考) 「元気県ぐんま21追加計画」の目標
 多量に飲酒する人の割合の減少
 目標値: 男性 2.0%
 女性 0.2%

(3) 飲酒による肝機能障害の状況

飲酒が原因で肝機能障害を指摘されたことのある人の割合は、男性で15.1%、女性で1.3%であった。

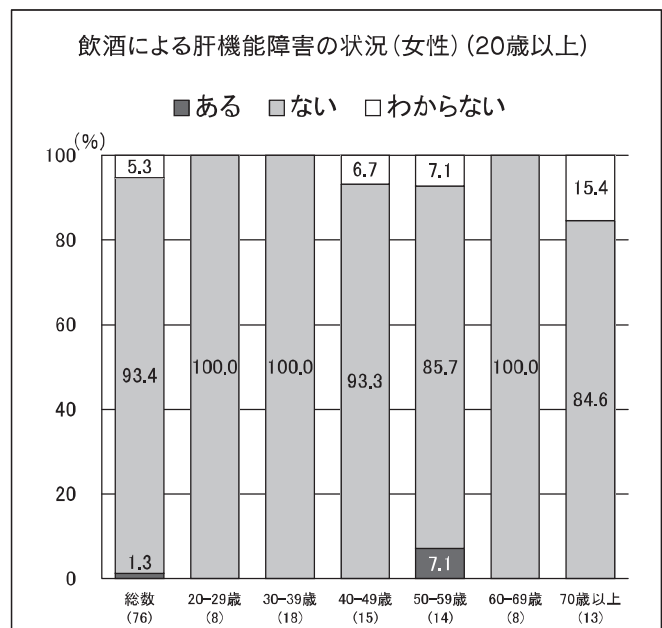
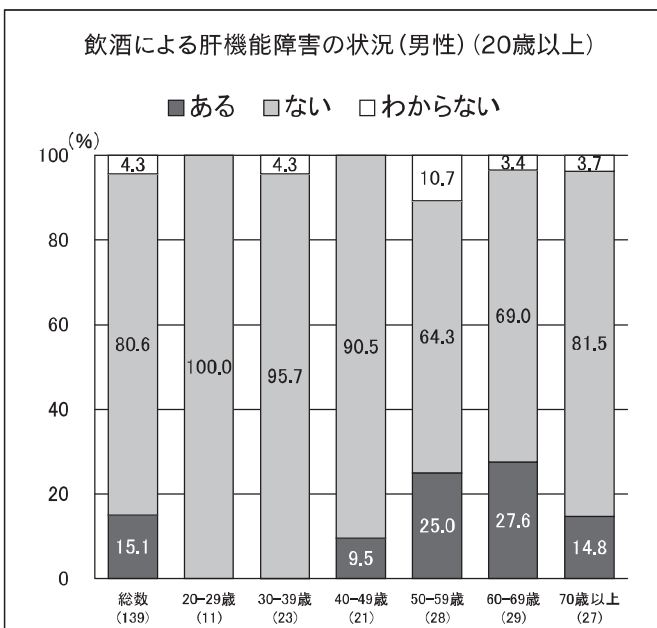


図38 飲酒による肝機能障害の状況(性別、年齢階級別)

※「あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。」の間に、「毎日」「週5~6日」「週3~4日」「週1~2日」「月に1~3日」「やめた(1年以上やめている)」と回答した人

(4) 飲酒によるケガの状況

飲酒が原因で自分自身か他の誰かがけがをしたことのある人の割合は、男性が9.4%、女性が1.3%であった。

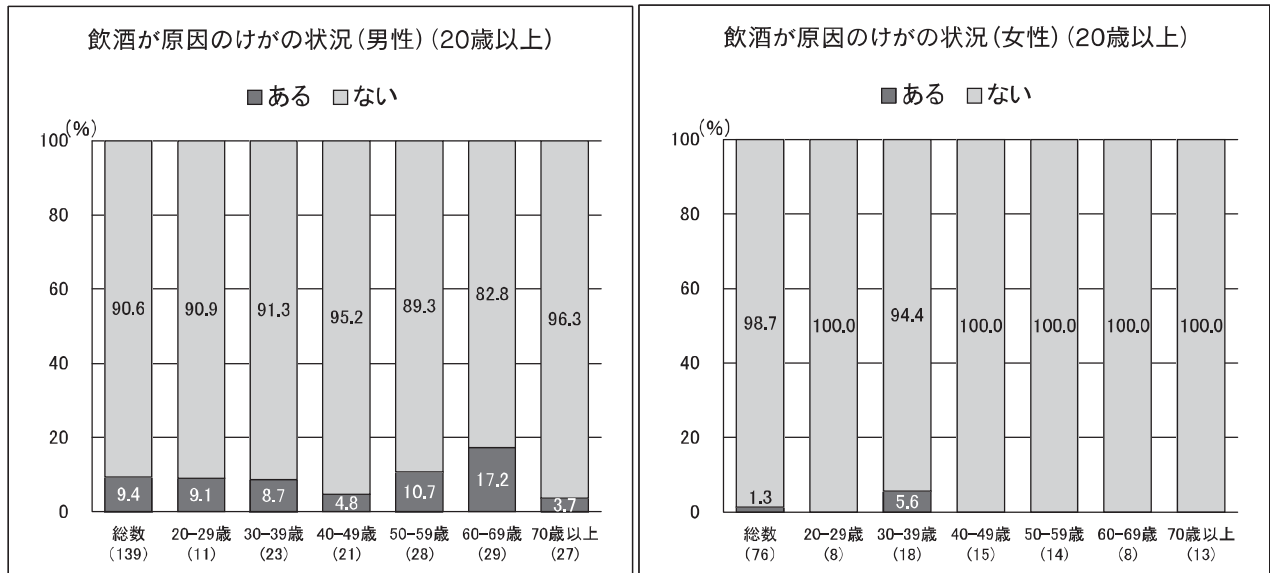


図39 飲酒が原因のけがの状況 (性別、年齢階級別)

※「あなたは週に何日位お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。」の間に、「毎日」「週5~6日」「週3~4日」「週1~2日」「月に1~3日」「やめた(1年以上やめている)」と回答した人

(5) 適度な飲酒について

「節度のある適度な飲酒量」を「清酒なら1日1合」と回答した人は、男性34.8%、女性44.3%で、最も多かった。一方、「わからない」と回答した人は男性で24.4%、女性で29.1%であり、男女とも特に未成年者と70歳以上で多かった。

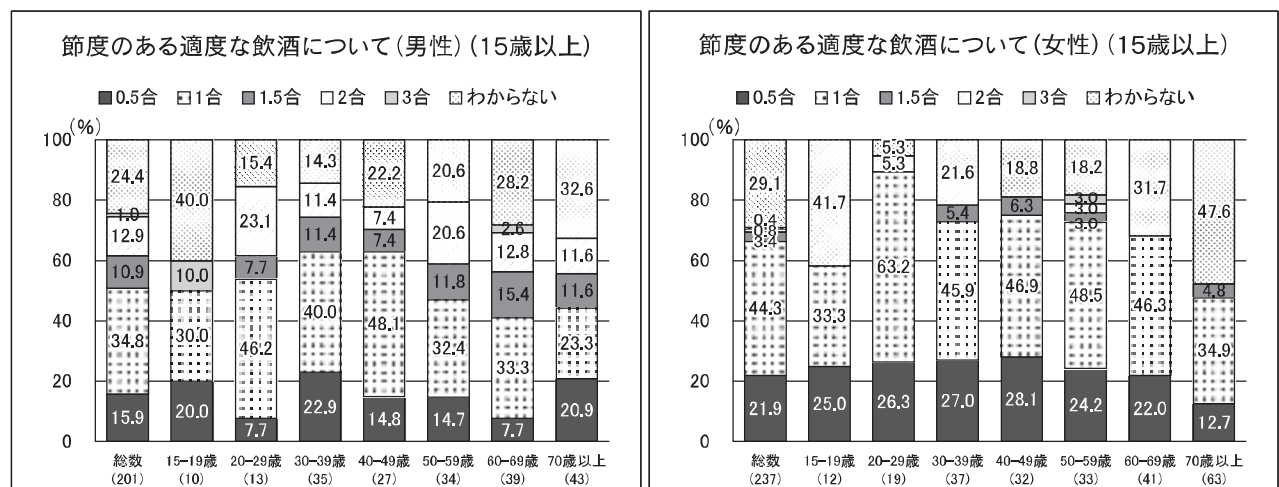


図40 節度のある適度な飲酒について (性別、年齢階級別)

(参考) 「元気県ぐんま21」の目標
 適切な飲酒に関する知識を持っている人の割合
 目標値: 男性 100%
 女性 101%

6. 身体活動の状況

(1) 日常生活での身体活動の状況

ふだんの生活の中で、そうじ、階段ののぼりおり、子どもと遊ぶなどの身体を動かしている人の割合は、男性55.5%、女性63.6%であった。一方、ほとんど動かしていない人の割合は、男性11.0%、女性4.4%であった。

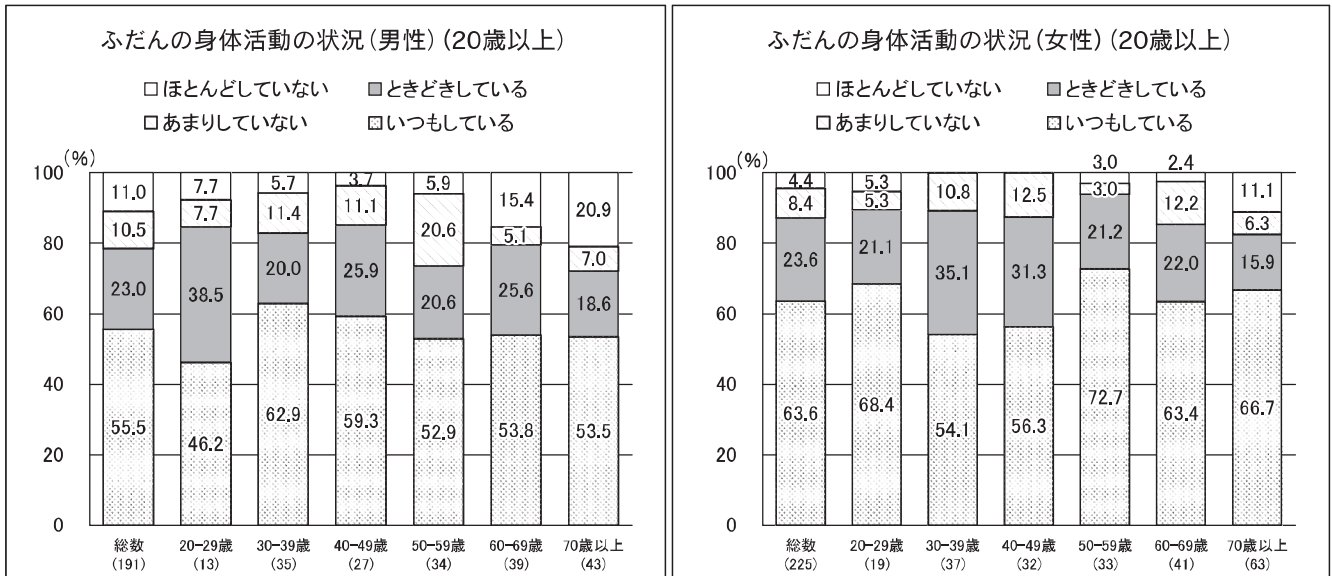


図4.1 ふだんの身体活動の状況 (性別、年齢階級別)

(2) 意識的な身体活動の状況について

「日常生活の中で健康の維持・増進のために意識的に身体を動かしている人の割合は、男性では「ほとんど毎日動かしている」が最も高く、37.3%であった。一方、女性では、「ほとんど(まったく)動かしていない」が最も高く30.4%、次いで、「ほとんど毎日動かしている」が28.7%であった。

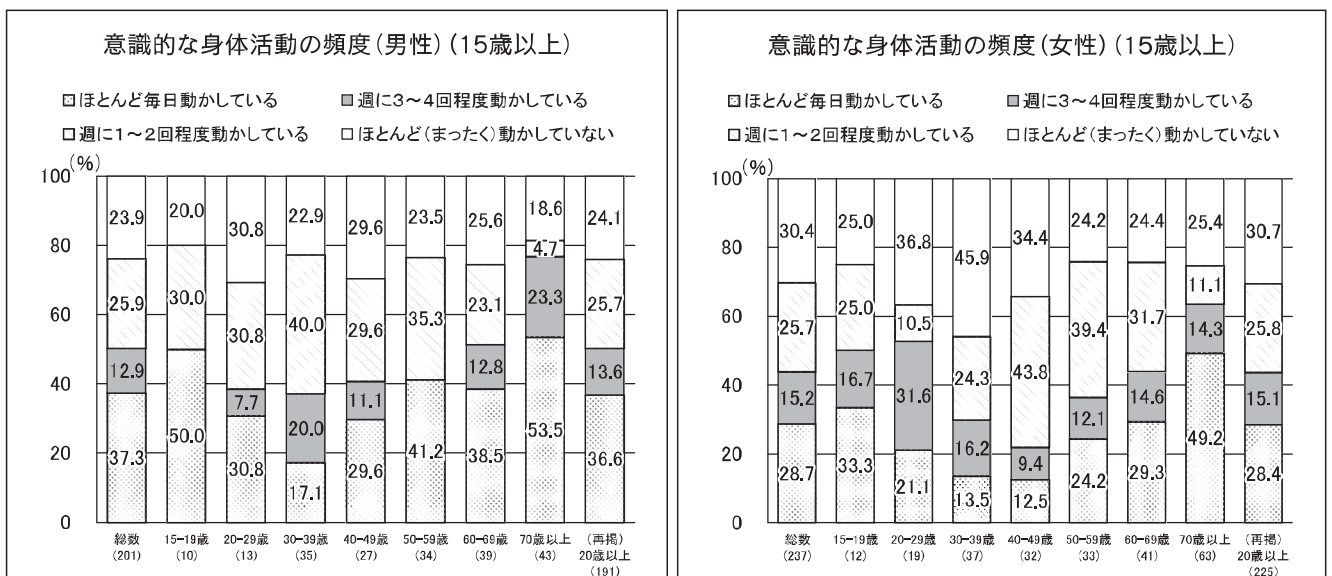


図4.2 意識的な身体活動の状況 (性別、年齢階級別)

(3) 歩数を増やすことについての考え

1日の歩数をあと、1,000歩増やすことについて、「意識的に歩くようにすれば増やせると思う」と回答した人が、男女とも最も高かった。次いで、男性では、「現在、十分に歩いているから増やせないと思う」「時間がないから増やせないと思う」の順であった。一方、女性は、「家事でよく身体を動かすようにすれば増やせると思う」「時間がないから増やせないと思う」の順であった。

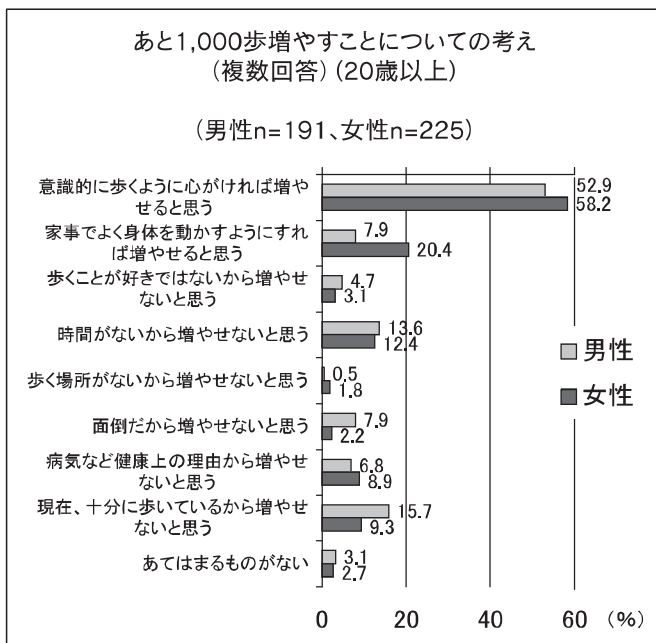


図43 あと1,000歩増やすことについての考え方(複数回答)

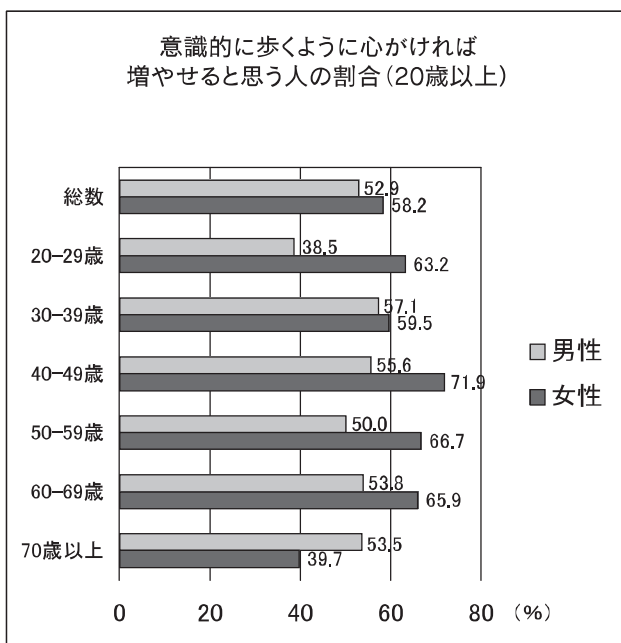


図44 意識的に歩くように心がければ増やせると思う人の割合(性別、年齢階級別)

(4) 3・30運動の実施状況について

健康保持のために、週3日以上・1日30分以上の運動の実施を「充分みたせる生活習慣を確保している」と回答した人の割合は、男性で19.9%、女性で16.0%であった。男女とも15～19歳が最も高く、約4割であった。

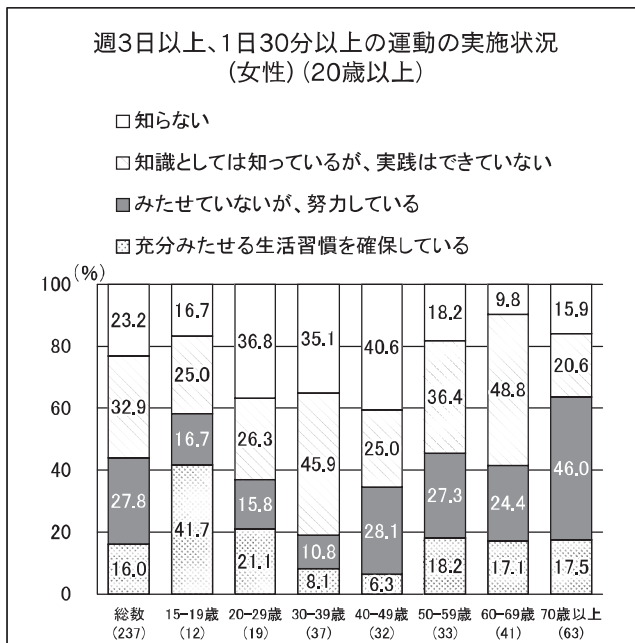
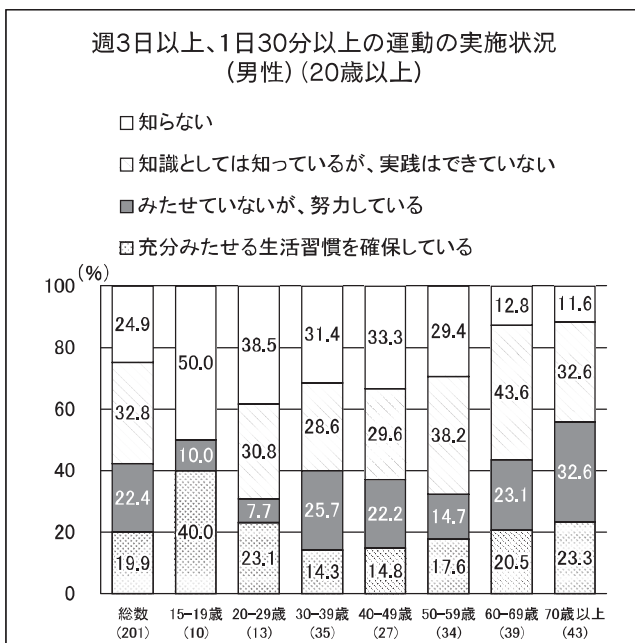


図45 週3日以上1日30分以上の運動の実践状況(性別、年齢階級別)

7. 健康管理の状況

(1) 健診等での診断状況

医療機関や健診で、生活習慣病(メタボリックシンドローム等)について、何らかの指摘を受けたことがある人は、男性57.6%、女性48.9%であった。また、指摘内容を見ると、男女とも「高血圧」が最も多く、男性33.0%、女性31.1%、次いで「脂質異常症」が男性27.7%、女性30.7%であった。

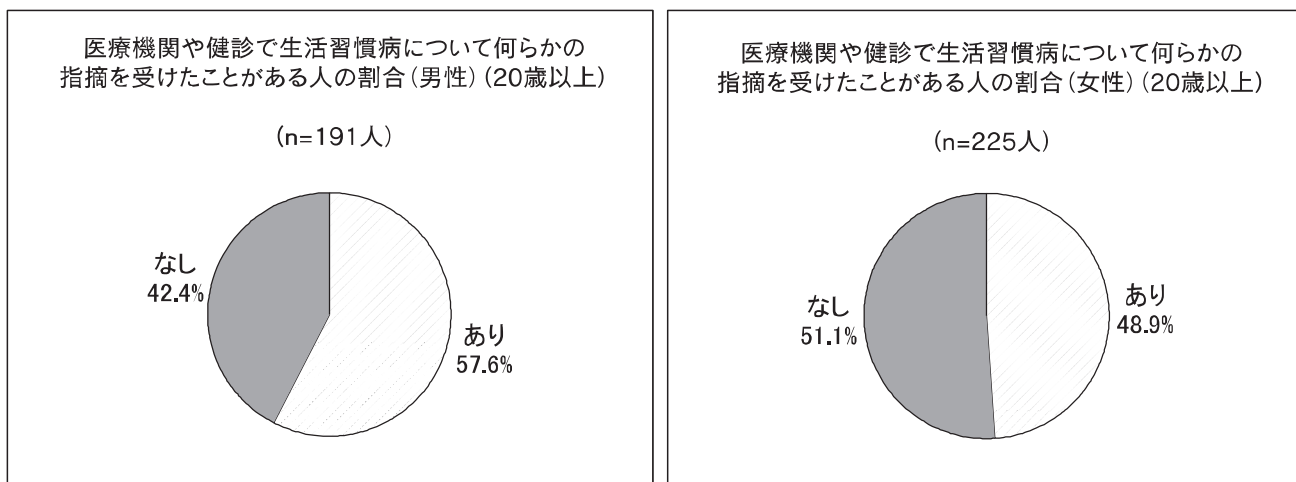


図46 医療機関や健診で生活習慣病について何らかの指摘を受けたことがある人の割合(性別)

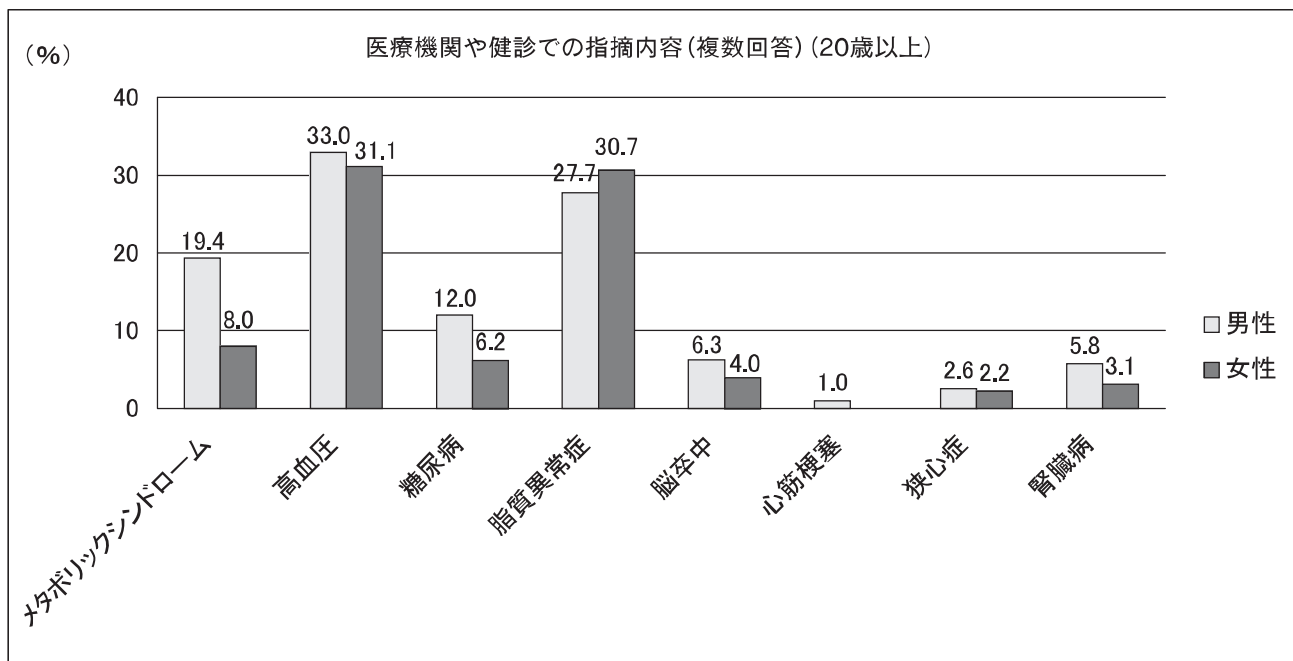


図47 医療機関や健診での指摘内容(性別、複数回答)

(2) 家庭での体重測定状況

この1年間に家庭で体重を測定したことがある人の割合は、男性75.4%、女性85.8%であった。また、この1年間に体重を測定した人のうち、「ほぼ毎日(週に6日以上)測定している」人の割合は、男性で11.1%、女性で24.4%であった。

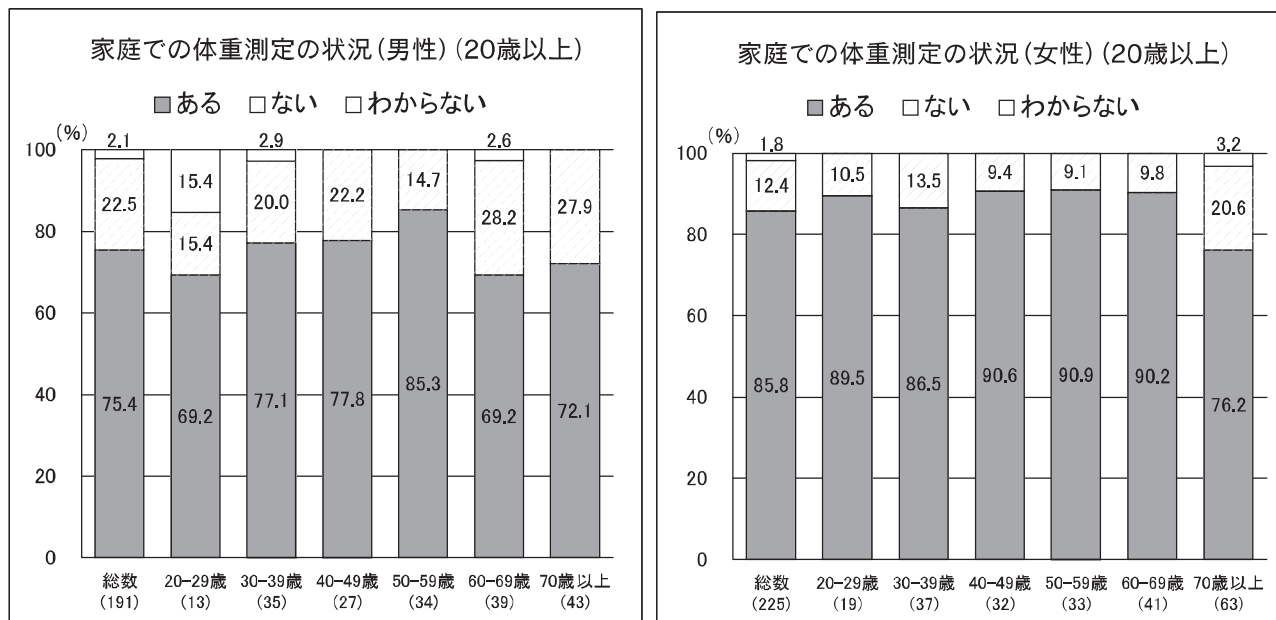


図48 家庭での体重測定状況(性別、年齢階級別)

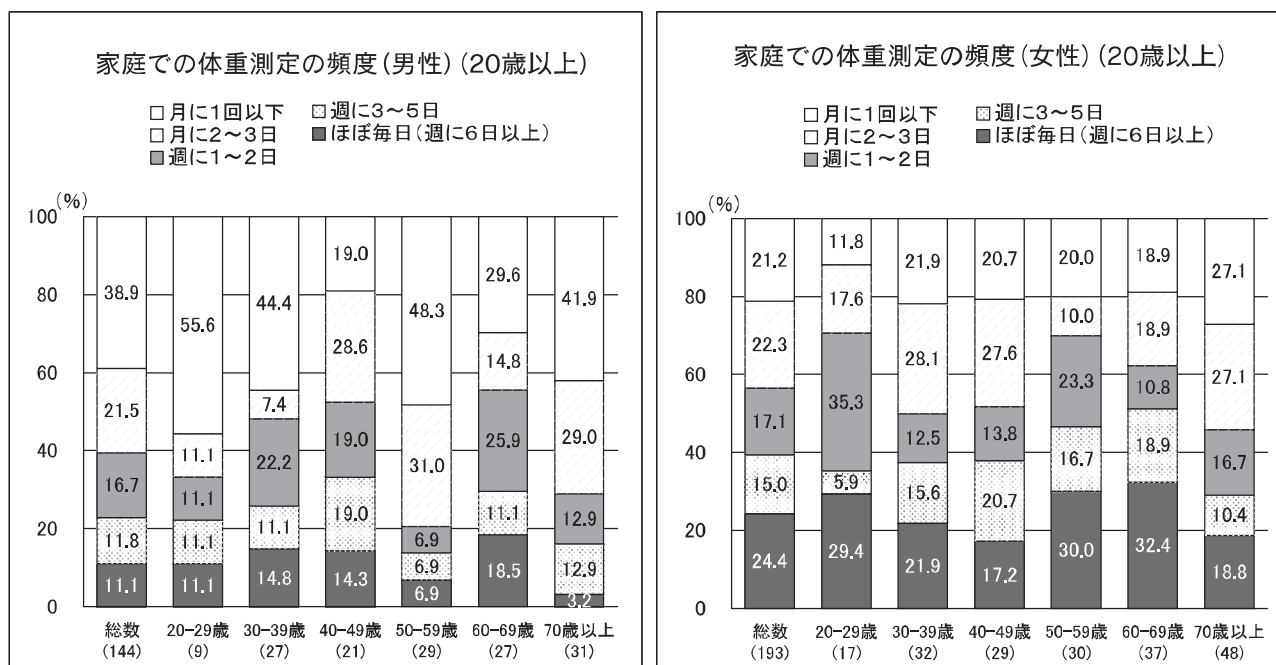


図49 家庭での体重測定頻度(性別、年齢階級別)

※「あなたはこの1年間に家庭で体重を測定したことがありますか。」の間に「ある」と回答した人

(3) 家庭での血圧測定の状態

この1年間に家庭で血圧を測定したことがある人の割合は、男性40.8%、女性45.8%であり、60歳以上では、約6割が測定していた。また、この1年間に家庭で血圧を測定したことがあると回答した人の測定頻度をみると、男女とも「月に1回以下」が最も多かった。

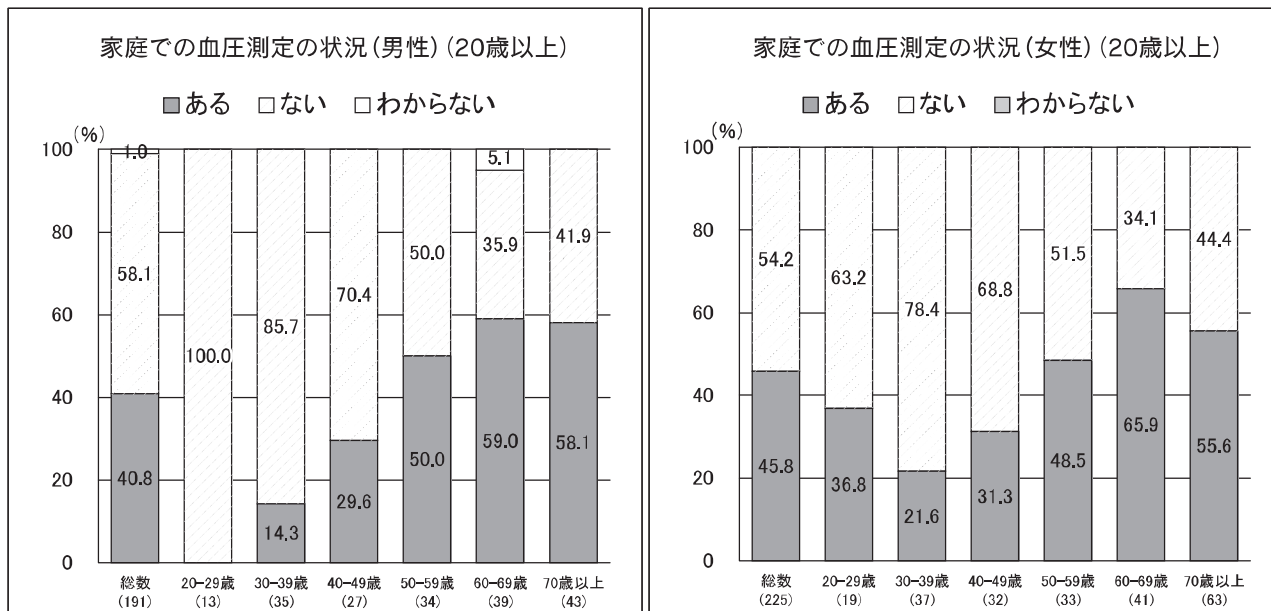


図50 家庭での血圧測定の状態 (性別、年齢階級別)

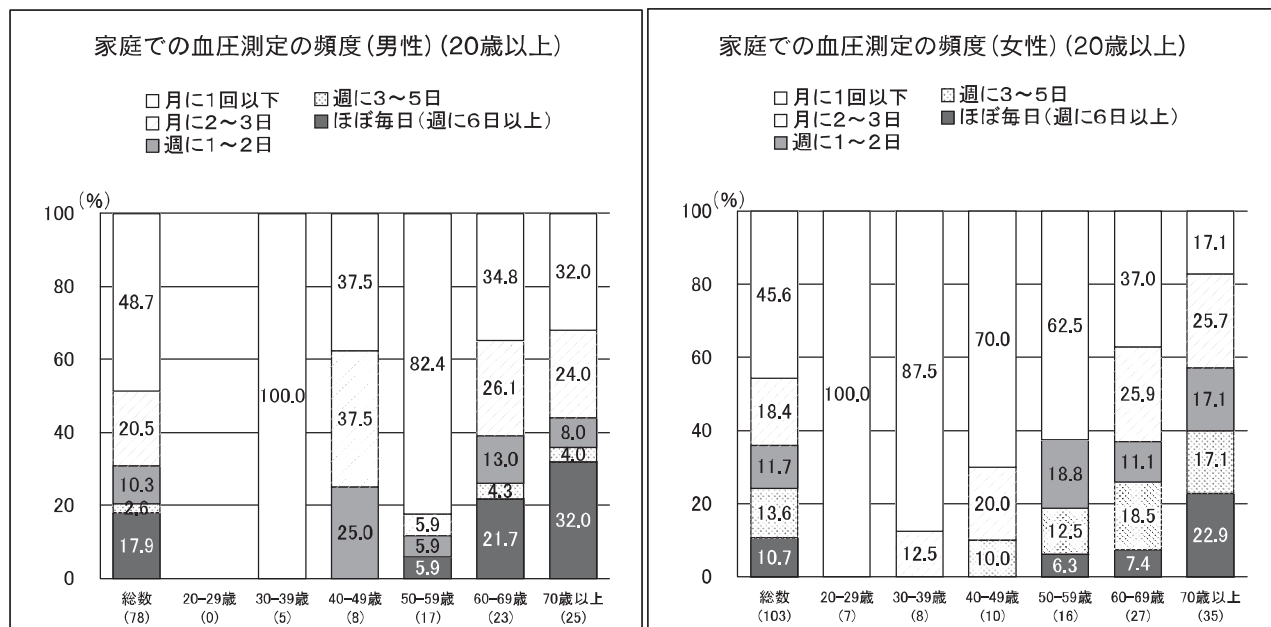


図51 家庭での血圧測定の状態 (性別、年齢階級別)

※ 「あなたはこの1年間に家庭で血圧を測定したことがありますか。」の間に「ある」と回答した人

(4) 学習の機会の有無について

健康や栄養に関する学習の機会について、男女とも、「機会がない」と回答した人の割合が最も高く、男性60.2%、女性54.4%であった。一方、「機会があり参加する」と回答した人の割合は、男性6.5%、女性11.4%であった。

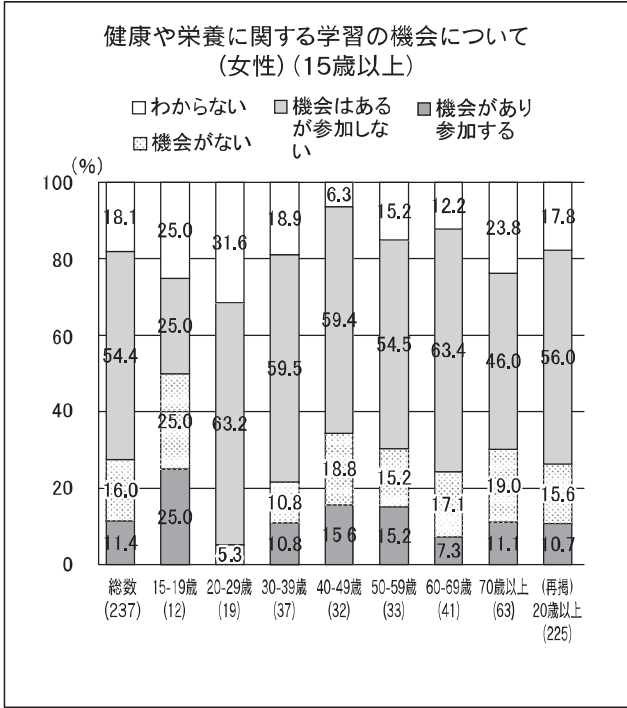
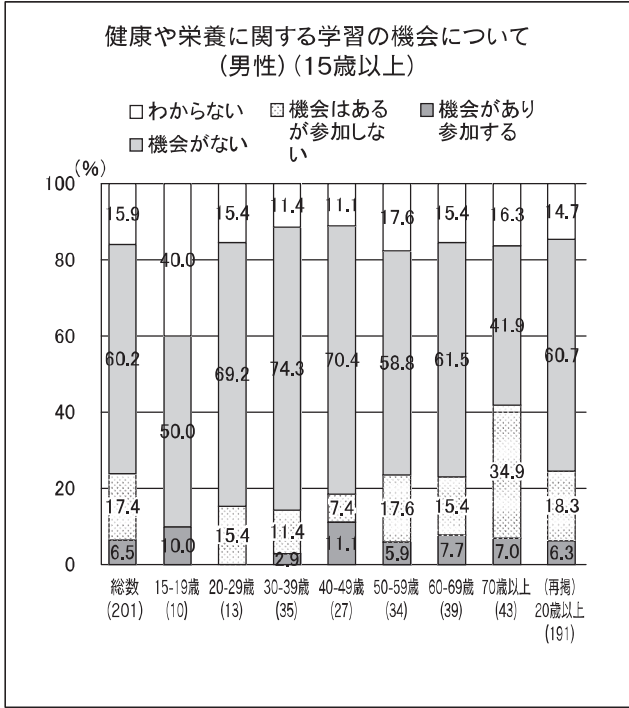


図52 健康や栄養に関する学習の機会について(性別、年齢階級別)

(参考) 「元気県ぐんま21」の目標
学習機会に参加する人の割合
目標値: 成人男性 30%以上
成人女性 30%以上