

## 調査の結果

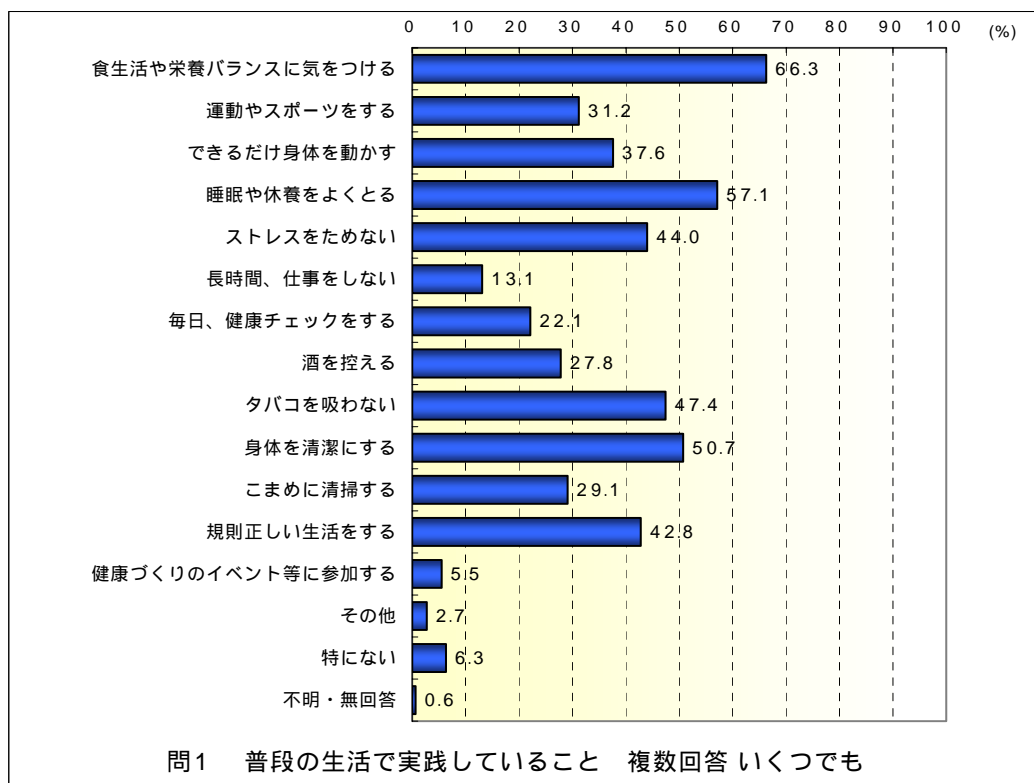
### 1 健康づくりについて

#### (1) 普段の生活で実践していること

**問1** あなたが普段の生活で、実践しているのはどんなことですか。いくつでも選んで番号をつけてください。

1. 食生活や栄養バランスに気をつける
2. 運動やスポーツをする
3. 家事や仕事、通勤、通学の際にできるだけ体を動かしている
4. 睡眠や休養をよくとる
5. ストレスをためないようにする
6. 長時間、仕事をしないようにする
7. 毎日、体重測定などの健康チェックをする
8. 酒を控える
9. タバコを吸わない
10. 身体を清潔にする
11. 部屋や台所をこまめに清掃する
12. 規則正しい生活をする
13. 健康づくりのイベントや活動に参加する
14. その他( )
15. 特にない

健康づくりで実践していることは、「食生活や栄養のバランスに気をつける」が66.3%と最も多く、「睡眠や休養をよくとる」(57.1%)、「身体を清潔にする」(50.7%)の順で続いている。



## 地域別

全県集計で最も比率が高かった「食生活や栄養のバランスに気をつける」を地域別に見ると、最も多い阪神南（71.8％）と最も少ない中播磨（57.1％）の差が14.7ポイントと最も大きく、他の多くの項目で10ポイント程度の差が生じているが、後述する性別や年代ほど顕著ではない。

普段実践していること（地域別）

	食生活や栄養のバランスに気をつける	運動やスポーツをする	家事や仕事、通勤、通学の際にできるだけ体を動かしている	睡眠や休養をよくとる	ストレスをためないようにする	長時間、仕事をしないようにする	毎日、体重測定などの健康チェックをする	酒を控える	たばこを吸わない	体を清潔にする	部屋や台所をこまめに清掃する
全 県	66.3	31.2	37.6	57.1	44.0	13.1	22.1	27.8	47.4	50.7	29.1
(地域別)											
神戸	69.3	31.2	40.3	57.1	43.3	13.0	19.9	27.7	46.3	50.2	29.4
阪神南	71.8	33.3	32.9	57.4	39.8	9.3	22.7	28.2	52.8	51.4	27.3
阪神北	64.9	29.7	42.3	55.9	41.4	14.4	24.3	28.8	47.7	55.9	33.3
東播磨	68.0	37.2	40.3	64.5	53.2	14.7	28.6	29.4	46.3	54.5	31.2
北播磨	60.3	25.4	38.9	50.8	44.4	14.3	19.4	27.0	46.4	47.2	29.8
中播磨	57.1	30.5	35.1	55.2	44.0	12.0	19.7	22.8	48.3	44.8	25.5
西播磨	62.9	28.0	32.6	53.4	47.3	17.8	23.5	33.3	40.2	49.2	30.3
但馬	63.4	26.5	31.9	55.6	43.4	13.3	17.2	28.0	43.4	50.5	23.3
丹波	59.4	25.3	35.5	56.3	43.7	14.3	19.8	22.2	43.7	45.4	26.3
淡路	58.8	25.6	33.2	53.4	42.7	18.3	21.0	27.1	45.8	44.7	27.1

	規則正しい生活をする	健康づくりのイベントや活動に参加する	その他	特になし	不明・無回答
全 県	42.8	5.5	2.7	6.3	0.6
(地域別)					
神戸	43.3	3.9	3.0	6.1	0.4
阪神南	42.1	4.2	2.3	5.1	0.9
阪神北	49.5	6.8	3.6	7.7	0.5
東播磨	40.3	7.8	2.6	5.6	0.9
北播磨	44.0	9.1	3.2	5.2	0.0
中播磨	39.0	4.2	2.7	8.5	0.8
西播磨	42.0	8.0	2.3	7.6	0.8
但馬	40.9	2.9	1.4	4.3	0.4
丹波	42.0	8.2	2.7	5.5	0.7
淡路	38.9	8.0	0.8	9.5	0.0

## 性別、性・年代別

性別で見ると、男性が女性を上回るのは、「運動やスポーツをする」「特になし」の2項目である。男女同水準の項目もあるが、総じて女性の方が実践している比率が高い。男女差は、「部屋や台所をこまめに清掃する」(28.8ポイント)で最も大きく、他に「体を清潔にする」、「食生活や栄養のバランスに気をつける」の2項目が20ポイントを超えている。

男女別に年代間の差をみると、男性では、「体を清潔にする」(38.7ポイント)で最も大きく、他に「食生活や栄養のバランスに気をつける」など5項目で30ポイント以上の差が生じている。また、ほとんどの項目で60歳以上の年代層の比率が最も高くなっており、最も低くなっているのは、40代の「酒を控える」、「たばこを吸わない」、「部屋や台所をこまめに清掃する」の3項目を除き、20～30代となっている。

一方、女性では、「たばこを吸わない」(45ポイント)の年代間の差が最も大きく、他に「ストレスをためないようにする」など3項目が30ポイントを超えている。概ね男性と同様に若年層で比率が低く、高年層で高い項目が多いが、「たばこを吸わない」「酒を控える」の2項目は20代で、「毎日、体重測定等の健康チェックをする」は50代で最も高くなっている。また、「規則正しい生活をする」など5項目は80歳以上で最も低くなっている。

普段実践していること (性別) (性・年代別)

	食生活や栄養のバランスに気をつける	運動やスポーツをする	家事や仕事、通勤、通学の際にできるだけ体を動かしている	睡眠や栄養をよくとる	ストレスをためないようにする	長時間、仕事をしないようにする	毎日、体重測定などの健康チェックをする	酒を控える	たばこを吸わない	体を清潔にする	部屋や台所をこまめに清掃する
全 県	66.3	31.2	37.6	57.1	44.0	13.1	22.1	27.8	47.4	50.7	29.1
<b>(性別)</b>											
男 性	54.6	35.6	28.2	54.8	40.9	11.3	14.8	27.7	47.7	37.5	13.1
女 性	76.0	27.8	45.4	58.6	46.5	13.9	28.2	27.8	47.0	62.0	41.9
<b>(性・年代別)</b>											
<b>男 性</b>											
20代	40.5	45.1	18.7	45.5	32.3	5.7	2.3	29.4	44.0	28.1	19.7
30代	36.6	23.3	21.2	39.7	25.7	6.8	8.1	24.4	45.0	32.4	7.6
40代	51.5	29.1	27.4	48.4	35.8	6.8	9.7	19.8	36.8	32.9	4.8
50代	48.9	28.8	26.5	47.9	42.3	8.4	14.3	23.3	44.1	32.5	5.8
60代	63.9	51.2	30.2	65.0	51.8	17.5	17.5	23.0	46.4	37.4	17.5
70代	71.1	34.4	36.2	69.8	44.0	14.5	23.4	44.8	65.0	50.4	24.6
80歳以上	64.0	37.3	38.1	63.0	45.4	20.0	32.3	51.6	64.0	66.8	19.0
<b>女 性</b>											
20代	50.3	17.6	30.8	59.8	32.9	7.5	24.0	33.6	65.1	60.4	28.6
30代	72.7	23.0	32.8	56.8	41.5	7.3	23.2	27.1	50.7	55.4	36.1
40代	79.1	28.4	49.3	62.0	47.1	11.0	31.5	32.5	52.5	62.6	38.5
50代	75.2	24.8	47.4	54.6	44.7	12.1	32.1	23.3	38.1	55.2	29.2
60代	83.3	39.3	54.9	50.8	52.6	16.6	28.5	29.0	44.7	67.7	53.8
70代	86.0	30.5	54.9	72.9	50.0	27.4	30.4	26.4	45.3	72.2	62.3
80歳以上	82.1	17.3	32.8	71.9	73.3	27.2	14.9	18.9	20.1	60.5	54.0

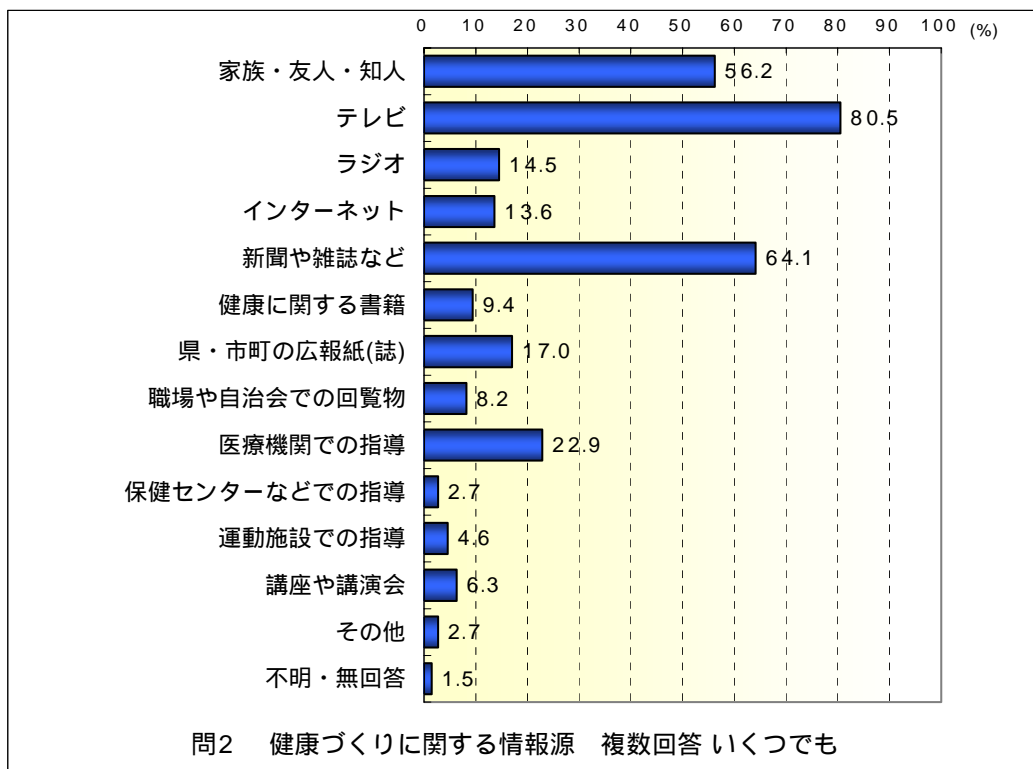
	規則正しい生活をする	健康づくりのイベントや活動に参加する	その他	特にない	不明・無回答
全 県	42.8	5.5	2.7	6.3	0.6
<b>(性別)</b>					
男 性	35.7	5.7	3.1	8.7	0.8
女 性	48.6	5.4	2.3	4.1	0.5
<b>(性・年代別)</b>					
<b>男 性</b>					
20代	23.5	1.3	0.2	11.7	0.0
30代	29.9	0.1	0.6	7.2	0.6
40代	26.4	2.1	0.0	8.2	0.6
50代	30.9	5.8	2.4	9.1	0.7
60代	42.7	4.8	1.5	4.4	0.9
70代	45.9	13.6	11.3	11.8	0.0
80歳以上	53.8	21.5	9.8	23.8	7.6
<b>女 性</b>					
20代	36.1	0.0	5.0	1.4	0.0
30代	45.1	1.9	2.1	0.6	0.2
40代	45.9	1.3	1.6	2.3	0.0
50代	48.7	6.2	0.3	5.2	0.0
60代	56.5	9.0	2.4	5.0	0.8
70代	58.2	12.0	3.3	6.3	2.1
80歳以上	33.2	9.0	4.5	21.6	0.0

(2) 健康づくりに関する情報源

**問 2** あなたは、健康づくりに関する情報をどこから得ていますか。いくつでも選んで番号をつけてください。

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1. 家族・友人・知人         | 8. 職場や自治会での回覧物        |
| 2. テレビ              | 9. 病院・診療所など医療機関での指導   |
| 3. ラジオ              | 10. 保健センター・保健所などでの指導  |
| 4. インターネット          | 11. スポーツジムなどの運動施設での指導 |
| 5. 新聞や雑誌など          | 12. 健康づくりに関する講座や講演会   |
| 6. 家庭医学書などの健康に関する書籍 | 13. その他               |
| 7. 県・市町の広報紙(誌)      |                       |

「テレビ」(80.5%)が最も多く、「新聞や雑誌など」(64.1%)、「家族・友人・知人」(56.2%)の順で続いており、この3つが主な情報源となっている。



## 地域別

いずれの地域も全県集計での上位3項目「テレビ」、「新聞や雑誌など」、「家族・友人・知人」が同様に上位を占めている。「新聞や雑誌など」で最も多い阪神南(69.9%)と最も少ない淡路(54.6%)の間で15.3ポイント差となっているほか、「ラジオ」、「県・市町の広報紙(誌)」、「テレビ」で10ポイントを超える差が生じている。

健康関連の情報源(地域別)

	家族・友人・知人	テレビ	ラジオ	インターネット	新聞や雑誌など	家庭医学書などの健康に関する書籍	県・市町の広報紙(誌)	職場や自治会での回覧物	病院・診療所など医療機関での指導	保健センター・保健所などの指導	スポーツジムなどの運動施設での指導
全 県	56.2	80.5	14.5	13.6	64.1	9.4	17.0	8.2	22.9	2.7	4.6
<b>(地域別)</b>											
神戸	58.4	83.5	19.0	12.6	60.6	10.8	16.0	4.8	24.7	0.4	4.8
阪神南	58.3	80.1	10.6	14.8	69.9	10.2	11.6	7.9	24.1	1.9	7.9
阪神北	59.0	77.9	13.5	19.4	65.3	8.6	18.9	9.0	25.2	2.7	5.0
東播磨	51.1	81.8	14.7	13.4	68.8	7.4	20.3	8.7	19.0	2.6	3.9
北播磨	49.6	79.0	16.7	11.1	60.3	8.7	16.7	9.9	19.4	6.7	3.2
中播磨	52.9	74.5	14.3	11.2	64.9	7.3	18.5	12.0	19.7	3.5	3.5
西播磨	58.7	79.5	11.0	11.4	58.0	11.4	22.7	13.6	20.8	7.6	2.7
但馬	55.2	81.7	5.0	10.4	61.6	9.0	21.1	9.3	23.7	3.9	1.8
丹波	53.9	77.5	10.6	11.3	61.4	11.3	20.8	10.9	22.9	5.5	0.7
淡路	51.9	85.1	17.2	14.9	54.6	7.3	16.4	8.0	26.3	6.5	1.5

	健康づくりに関する講座や講演会	その他	不明・無回答
全 県	6.3	2.7	1.5
<b>(地域別)</b>			
神戸	5.6	1.7	1.3
阪神南	4.6	3.7	0.9
阪神北	4.1	2.7	1.4
東播磨	9.5	2.6	1.7
北播磨	9.9	4.8	1.6
中播磨	7.3	3.9	2.7
西播磨	9.5	2.3	1.1
但馬	4.3	2.5	1.8
丹波	8.2	1.7	3.1
淡路	5.3	1.1	1.1

## 性別、性・年代別

性別で見ると、全県集計での上位3項目は、いずれも女性が男性を10ポイント以上上回っており、男性が女性を明確に上回るのは「医療機関での指導」のみである。

性・年代別で見ると、「テレビ」は、男性20代では5割台(57.7%)と他の年代層(7割台)より少ないが、女性20代では9割を超え(92.3%)、他の年代層(概ね8割台)より多い。「インターネット」は男女とも20~40代で2~3割と他の年代層より多い。一方、「新聞や雑誌など」は男女とも20~30代で少なく、高年層ほど、「健康に関する書籍」、「広報紙(誌)」などの紙媒体や「医療機関での指導」が情報源として多くなる傾向にある。

健康関連の情報源（性別）（性・年代別）

	家族・友人・知人	テレビ	ラジオ	インターネット	新聞や雑誌など	家庭医学書などの健康に関する書籍	県・市町の広報紙（誌）	職場や自治会での回覧物	病院・診療所など医療機関での指導	保健センター・保健所などの指導	スポーツジムなどの運動施設での指導
全 県	56.2	80.5	14.5	13.6	64.1	9.4	17.0	8.2	22.9	2.7	4.6
<b>(性別)</b>											
男 性	50.1	73.1	14.6	14.1	57.3	7.4	13.7	8.7	25.8	2.3	3.8
女 性	61.2	87.0	14.1	13.6	70.4	11.2	20.3	7.7	19.9	3.0	5.5
<b>(性・年代別)</b>											
<b>男 性</b>											
20代	52.7	57.7	11.0	30.8	24.2	6.9	1.9	0.8	8.9	1.1	3.7
30代	49.4	73.6	14.5	28.1	43.2	2.6	3.3	5.6	10.9	0.2	4.0
40代	49.9	75.4	16.5	23.7	56.5	6.6	9.0	8.7	14.7	1.2	3.4
50代	50.1	71.2	14.0	13.3	65.7	5.0	11.1	9.4	26.4	1.8	1.4
60代	49.6	75.4	18.7	6.0	60.5	7.8	19.2	11.7	29.2	3.7	6.3
70代	47.4	76.0	10.4	0.9	65.5	11.8	20.6	5.7	45.6	3.5	3.0
80歳以上	65.3	74.0	8.9	4.8	72.6	22.1	44.3	24.9	48.6	4.8	6.2
<b>女 性</b>											
20代	62.2	92.3	3.8	31.6	61.7	5.2	7.8	5.2	12.7	0.7	3.1
30代	72.4	84.8	9.0	25.3	63.9	8.7	16.0	8.1	14.7	2.4	5.2
40代	65.8	89.0	11.8	20.3	76.2	9.7	15.2	7.8	10.7	0.4	3.5
50代	59.6	87.8	14.5	8.6	70.0	9.3	21.4	11.1	19.0	2.9	5.9
60代	60.7	86.5	20.2	2.0	73.8	10.6	27.7	7.2	25.0	6.0	7.8
70代	48.7	86.2	20.5	4.1	73.7	25.3	28.2	6.1	32.7	5.2	7.6
80歳以上	35.7	70.9	20.4	3.2	70.5	11.8	25.2	3.4	40.7	0.0	0.0

	健康づくりに関する講座や講演会	その他	不明・無回答
全 県	6.3	2.7	1.5
<b>(性別)</b>			
男 性	3.8	3.3	1.9
女 性	8.4	2.2	1.2
<b>(性・年代別)</b>			
<b>男 性</b>			
20代	2.7	2.2	2.5
30代	1.1	4.8	2.1
40代	1.1	1.4	0.6
50代	2.1	1.8	2.1
60代	2.9	3.3	1.7
70代	11.1	6.6	1.4
80歳以上	11.0	0.0	7.6
<b>女 性</b>			
20代	1.0	1.8	2.2
30代	1.7	0.6	1.9
40代	7.9	3.9	1.0
50代	9.5	1.8	0.0
60代	10.4	2.9	1.4
70代	16.0	1.6	1.4
80歳以上	22.4	2.4	0.0

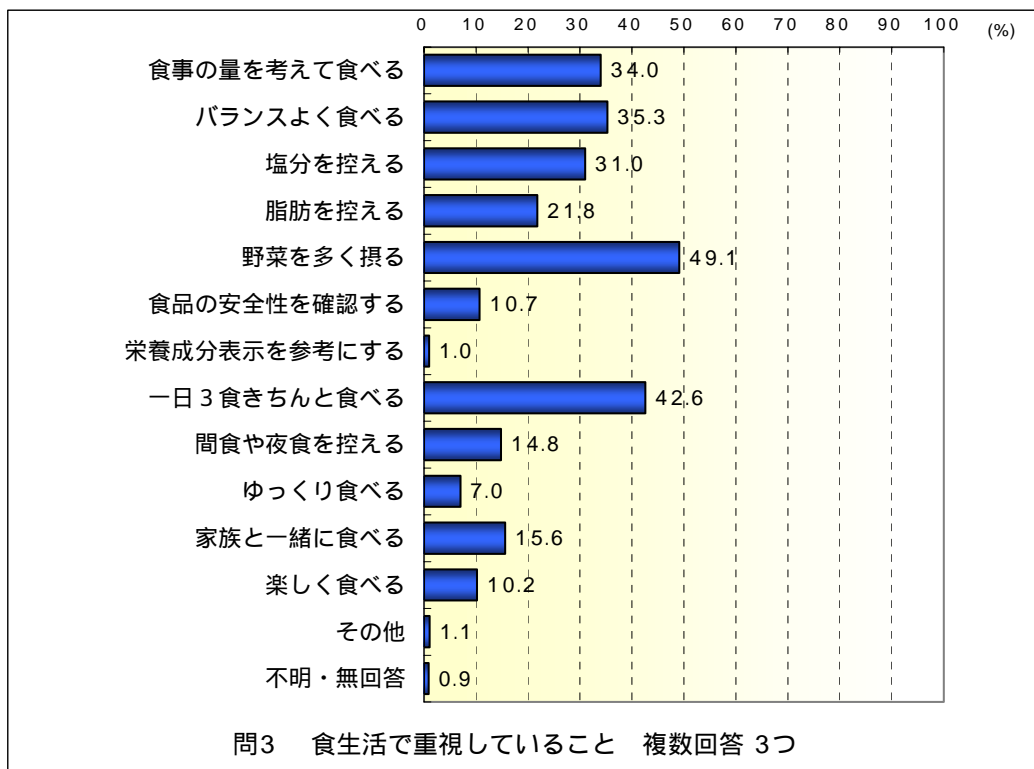
## 2 食生活について

### (1) 食生活で重視していること

**問3** あなたが普段の食生活で重視しているのはどんなことですか。3つまで選んで番号にをつけてください。

- |                          |                |
|--------------------------|----------------|
| 1. 自分に適した食事の量を考えて食べる     | 8. 一日3食きちんと食べる |
| 2. 食品をバランスよく組み合わせて食べる    | 9. 間食や夜食を控える   |
| 3. 塩分を控える                | 10. ゆっくり食べる    |
| 4. 脂肪を控える                | 11. 家族と一緒に食べる  |
| 5. 野菜を多く摂る               | 12. 楽しく食べる     |
| 6. 生産履歴や添加物など食品の安全性を確認する | 13. その他( )     |
| 7. 栄養成分表示を参考にする          |                |

「野菜を多く摂る」(49.1%)と「一日3食きちんと食べる」(42.6%)の2項目が4割台と多く、「食品をバランスよく組み合わせて食べる」(35.3%)、「自分に適した食事の量を考えて食べる」(34.0%)、「塩分を控える」(31.0%)が3割台で続いている。



## 地域別

いずれの地域も全県集計での上位5項目が同様に上位を占めている。「一日3食きちんと食べる」で最も多い丹波（53.9%）と最も少ない阪神南（38.0%）の間で15.9ポイント差となっているほか、「食品をバランスよく組み合わせて食べる」「脂肪を控える」「家族と一緒に食べる」「塩分を控える」「楽しく食べる」で10ポイントを超える差が生じている。

### 食生活で重視していること（地域別）

	自分に適した食事の量を考えて食べる	食品をバランスよく組み合わせて食べる	塩分を控える	脂肪を控える	野菜を多く摂る	生産履歴や添加物など食品の安全性を確認する	栄養成分表示を参考にする	一日3食きちんと食べる	間食や夜食を控える	ゆっくり食べる	家族と一緒に食べる
全 県	34.0	35.3	31.0	21.8	49.1	10.7	1.0	42.6	14.8	7.0	15.6
<b>(地域別)</b>											
神戸	33.3	36.4	30.3	27.7	45.0	9.5	0.9	38.5	16.5	8.2	15.6
阪神南	35.6	38.4	30.6	19.0	51.4	13.0	1.9	38.0	14.8	6.0	13.0
阪神北	35.1	41.4	37.8	21.2	53.6	11.3	0.0	44.1	9.0	6.8	9.0
東播磨	34.6	34.6	32.5	22.5	48.5	12.6	1.3	46.3	15.2	4.8	17.7
北播磨	33.7	26.6	27.0	21.4	50.4	7.5	0.4	53.6	16.7	6.3	19.8
中播磨	31.7	29.3	26.3	13.1	49.0	11.2	0.8	38.6	18.1	8.1	20.1
西播磨	34.1	29.5	27.3	21.2	50.8	9.1	1.5	49.6	13.3	10.2	20.1
但馬	30.1	33.7	35.1	18.3	48.4	6.8	0.7	49.5	12.5	6.5	15.4
丹波	32.8	30.0	29.4	17.1	51.5	7.8	0.7	53.9	14.7	8.2	14.7
淡路	35.5	33.6	30.9	21.4	50.4	8.8	1.1	53.1	11.8	3.1	22.9

	楽しく食べる	その他	不明・無回答
全 県	10.2	1.1	0.9
<b>(地域別)</b>			
神戸	10.4	0.4	1.3
阪神南	8.8	1.9	0.5
阪神北	6.3	0.9	0.5
東播磨	9.1	0.9	1.7
北播磨	11.5	1.2	0.0
中播磨	17.8	1.9	1.2
西播磨	9.8	0.4	0.8
但馬	10.4	1.8	0.4
丹波	10.6	1.4	1.0
淡路	9.5	1.1	0.0

## 性別、性・年代別

性別で見ると、男女差は、女性が男性を上回る「食品をバランスよく組み合わせて食べる」（17.8ポイント）や「生産履歴や添加物など食品の安全性を確認する」（12.4ポイント）で大きくなっている。「間食や夜食を控える」（6.4ポイント）や「自分に適した食事の量を考えて食べる」（6ポイント）、「一日3食きちんと食べる」（4.5ポイント）など、男性が女性を上回る項目も多い。

性・年代別で見ると、男性で年代間の差が大きいのは、「塩分を控える」（36.6ポイント）、「一日3食きちんと食べる」（28.5ポイント）、「自分に適した食事の量を考えて食べる」（24.3ポイント）で、これらは、20～30代で少なく、60代以上の年代層で多くなる傾向がある。また、60代では3割近い（28.0%）が、70代及び80歳以上では1割に満たない「間食や夜食を控える」でも20ポイントを超える差が生じている。

一方、女性で年代間の差が大きいのは、「自分に適した食事の量を考えて食べる」（47.1ポイント）と「塩分を控える」（38.1ポイント）で、20～30代で少なく、60代以上の年代層で多くなる傾向がある。また、30～40代で多く20代と80歳以上で少ない「食品をバランスよく組み合わ



せて食べる」(31.7ポイント)や、年代が上がるにつれて比率が低下している「野菜を多く摂る」(24.5ポイント)、60代で多く30～40代で少ない「一日3食きちんと食べる」(27.3ポイント)で20ポイントを超える差が生じている。

**食生活で重視していること(性別)(性・年代別)**

	自分に適した食事の量を考 えて食べる	食品をバ ランスよ く組み合 わせて食 べる	塩分を控 える	脂肪を控 える	野菜を多 く摂る	生産履歴 や添加物 など食品 の安全性 を確認す る	栄養成分 表示を参 考にする	一日3食 きちんと 食べる	間食や夜 食を控え る	ゆっくり 食べる	家族と一 緒に食 べる
全 県	34.0	35.3	31.0	21.8	49.1	10.7	1.0	42.6	14.8	7.0	15.6
<b>(性別)</b>											
男 性	37.0	25.7	29.8	20.5	45.0	3.8	1.0	45.0	18.2	7.9	16.5
女 性	31.0	43.5	31.9	22.8	52.8	16.2	1.0	40.5	11.8	6.1	14.8
<b>(性・年代別)</b>											
<b>男 性</b>											
20代	26.6	24.8	18.9	16.3	46.6	0.6	4.8	29.6	14.6	16.6	16.1
30代	25.3	19.9	18.3	13.2	43.3	6.3	0.2	38.3	18.7	4.8	14.5
40代	39.2	32.0	18.6	21.0	49.8	2.9	1.9	40.0	15.3	8.3	16.0
50代	30.3	21.4	31.8	25.3	44.4	5.5	1.1	42.1	21.3	6.5	19.2
60代	42.2	29.0	27.0	19.2	43.1	2.3	0.2	58.1	28.0	8.6	13.4
70代	47.3	25.3	54.9	26.1	43.6	4.2	0.1	47.3	6.2	6.3	20.1
80歳以上	49.6	29.5	39.2	10.5	53.0	2.5	1.2	39.8	6.3	14.6	15.5
<b>女 性</b>											
20代	26.8	28.6	19.4	17.0	60.3	9.4	4.2	36.0	14.3	9.2	19.4
30代	19.6	51.8	23.0	16.2	59.2	17.3	0.0	32.1	17.5	9.2	16.9
40代	23.4	59.5	25.5	19.1	55.6	19.1	1.8	31.4	9.8	3.6	16.0
50代	27.4	42.8	24.9	31.9	55.7	18.8	0.6	45.4	10.8	5.1	13.2
60代	40.5	39.0	43.6	27.1	52.7	18.2	1.1	41.9	5.7	2.5	13.0
70代	41.3	36.7	47.7	21.9	35.8	8.8	0.0	58.7	16.4	8.2	15.0
80歳以上	66.7	27.2	57.5	21.5	36.7	10.7	0.0	40.5	12.1	14.7	5.7

	楽しく食 べる	その他	不明・無 回答
全 県	10.2	1.1	0.9
<b>(性別)</b>			
男 性	12.3	1.4	1.5
女 性	8.6	0.8	0.4
<b>(性・年代別)</b>			
<b>男 性</b>			
20代	16.6	6.3	0.7
30代	18.6	2.3	1.7
40代	15.9	1.5	0.1
50代	9.3	1.6	1.7
60代	11.6	0.5	0.9
70代	7.0	0.0	2.4
80歳以上	9.0	0.7	7.6
<b>女 性</b>			
20代	17.2	1.6	0.1
30代	12.7	0.9	0.2
40代	11.2	2.3	0.0
50代	6.3	0.2	0.0
60代	4.5	0.1	1.3
70代	3.9	0.6	0.8
80歳以上	4.5	0.0	0.0

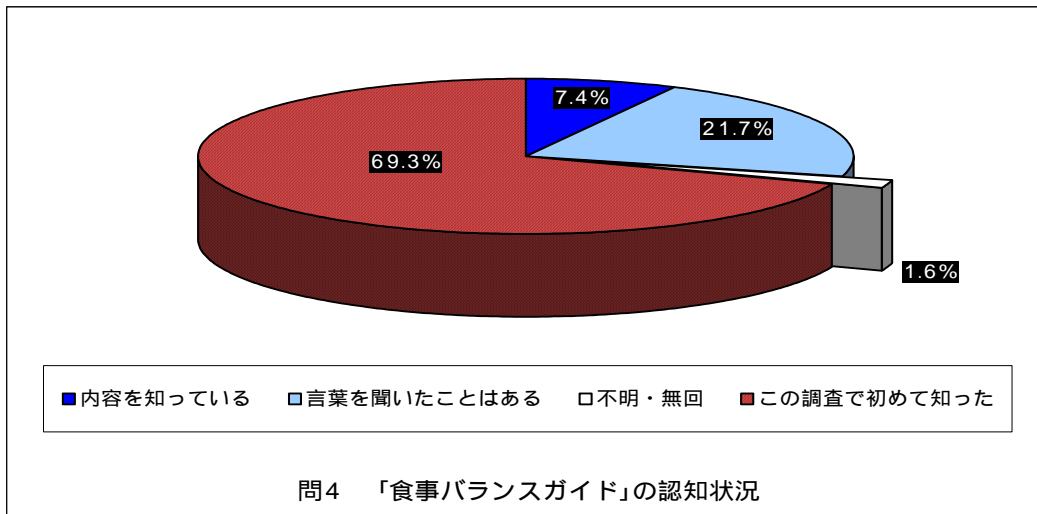
(2)「食事バランスガイド」の認知状況

**問4** 健康な食生活の目安として、「食事バランスガイド」がつけられています。あなたは、「食事バランスガイド」を知っていますか。1つ選んで番号にをつけてください。

1. 内容を知っている      2. 言葉を聞いたことはある      3. この調査で初めて知った

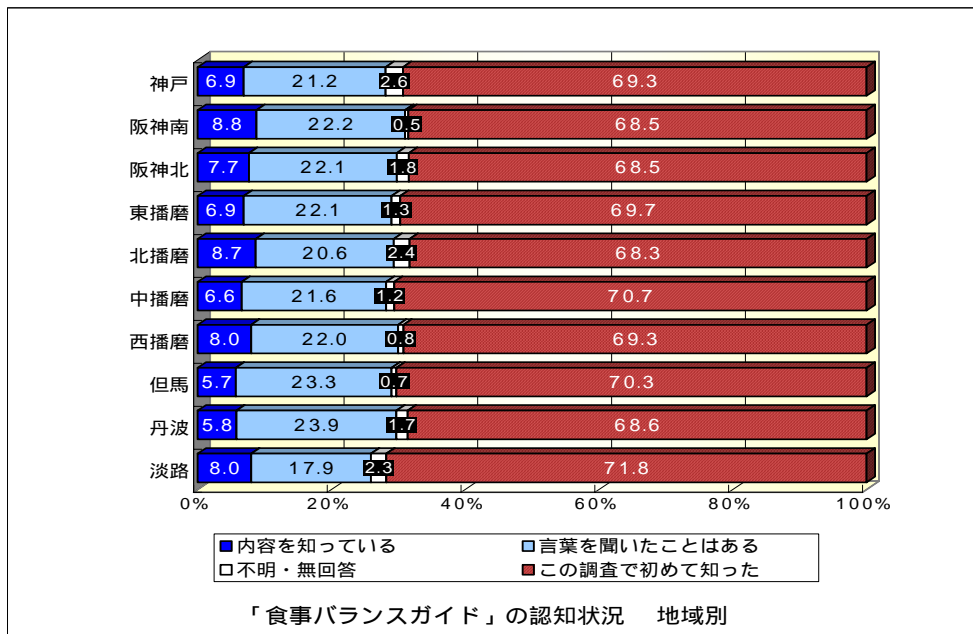
「食事バランスガイド」とは、平成17年に国が策定し、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいか分かるようにしたもので、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物をバランスよく摂るために、それぞれの適量を示しています。

「この調査で初めて知った」が約7割(69.3%)を占める。「言葉を聞いたことはある」(21.7%)と「内容を知っている」(7.4%)の両者を加えた認知状況は3割に満たない(29.1%)。



**地域別**

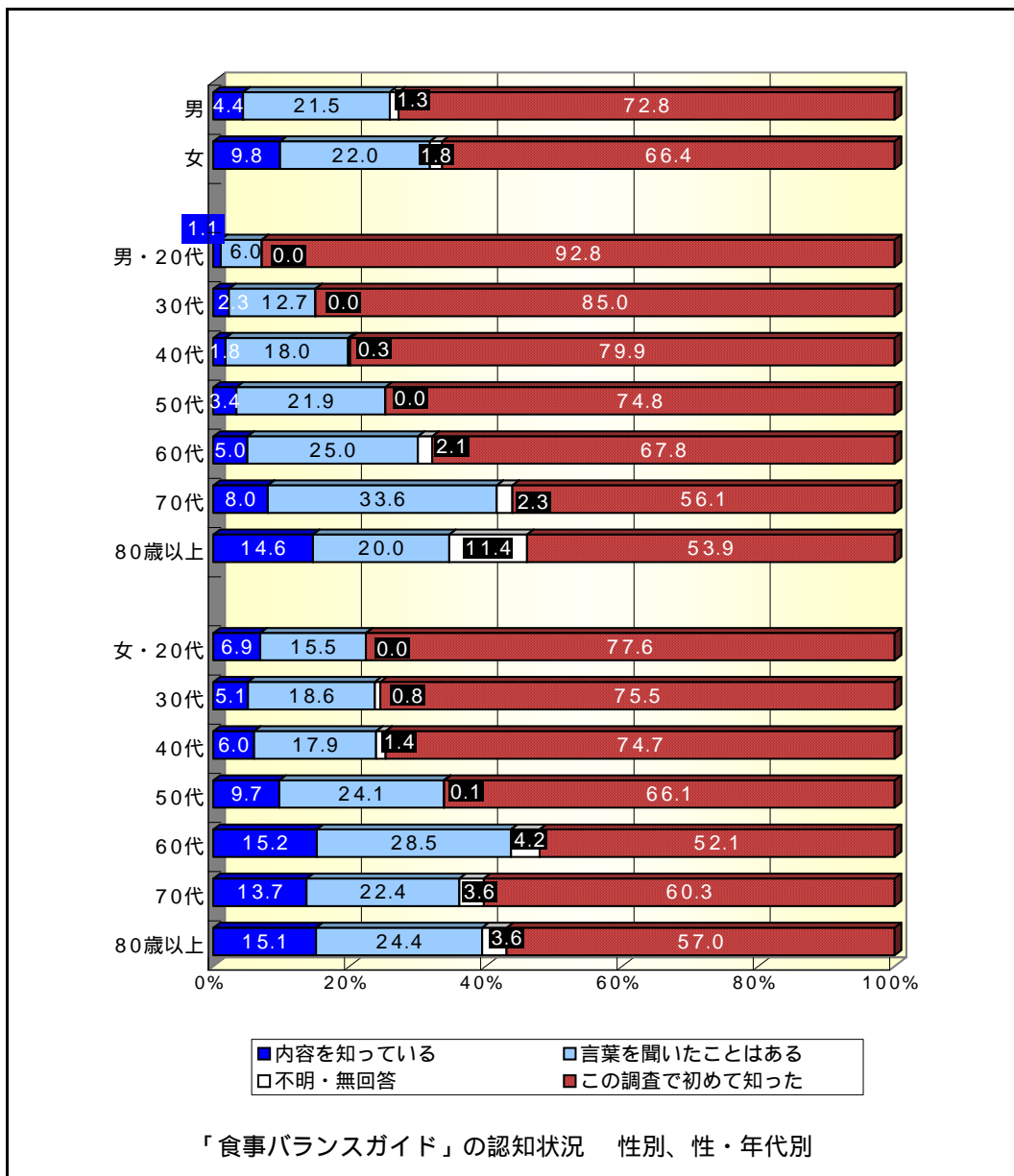
大きな差異はみられない。



## 性別、性・年代別

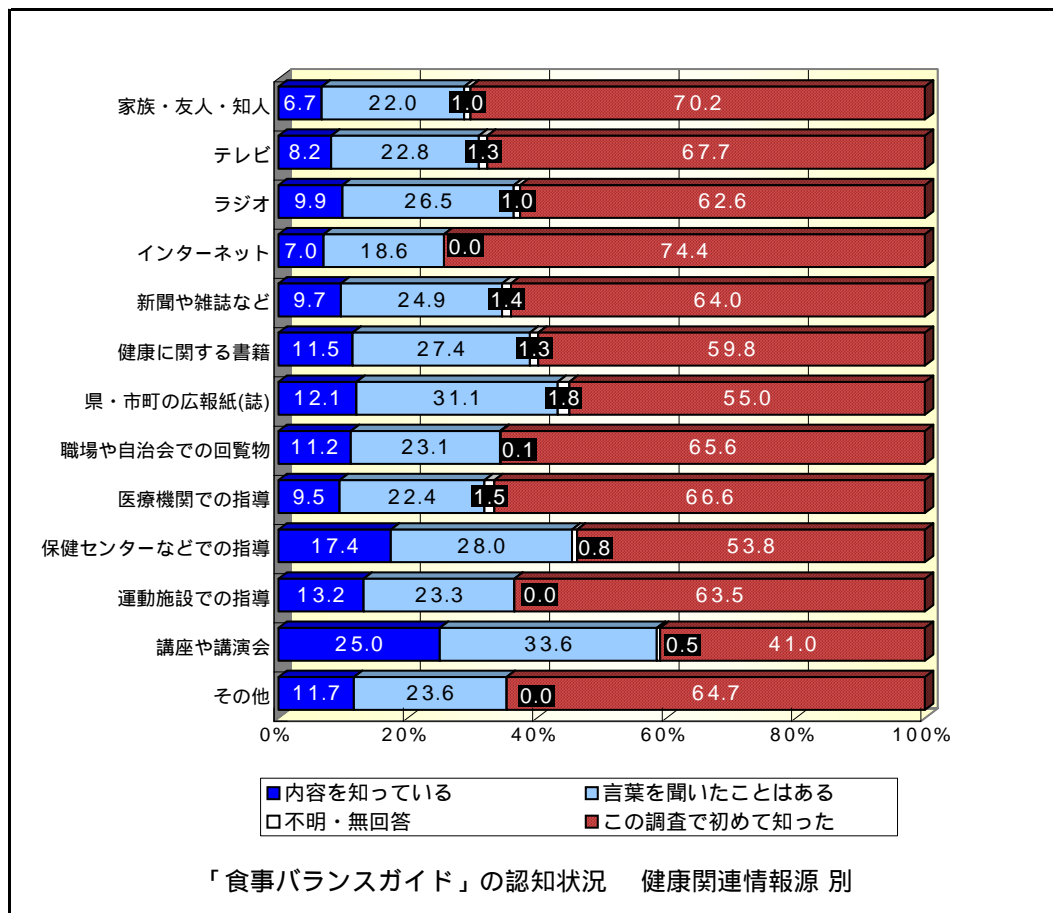
性別で見ると、「内容を知っている」は、女性の方が多い。

性・年代別で見ると、男性では、年代が上がるにつれて認知状況が高まり、ピークの70代で4割を超える。一方、女性では、50代以上の年代層で認知状況が高く、60代以上では4割前後となっている。



## 健康づくりに関する情報源別

問2の情報源別でみると、「健康づくりに関する講座や講演会」と答えた人では、認知状況が約6割（58.6%）と高くなっている。また、「保健センター・保健所などでの指導」や「県・市町の広報紙(誌)」と答えた人では4割を超えている。

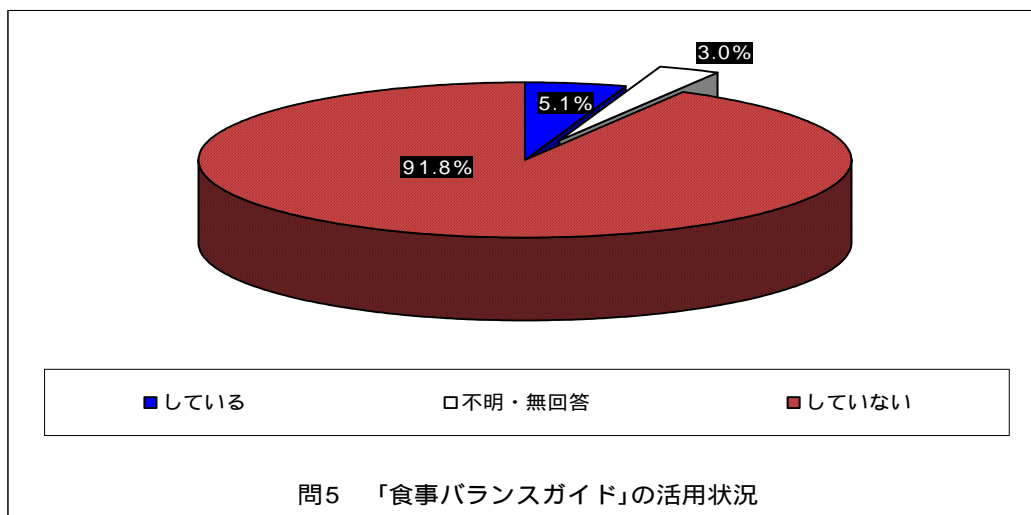


(3) 「食事バランスガイド」の活用状況

**問5** あなたは、「食事バランスガイド」を活用していますか。

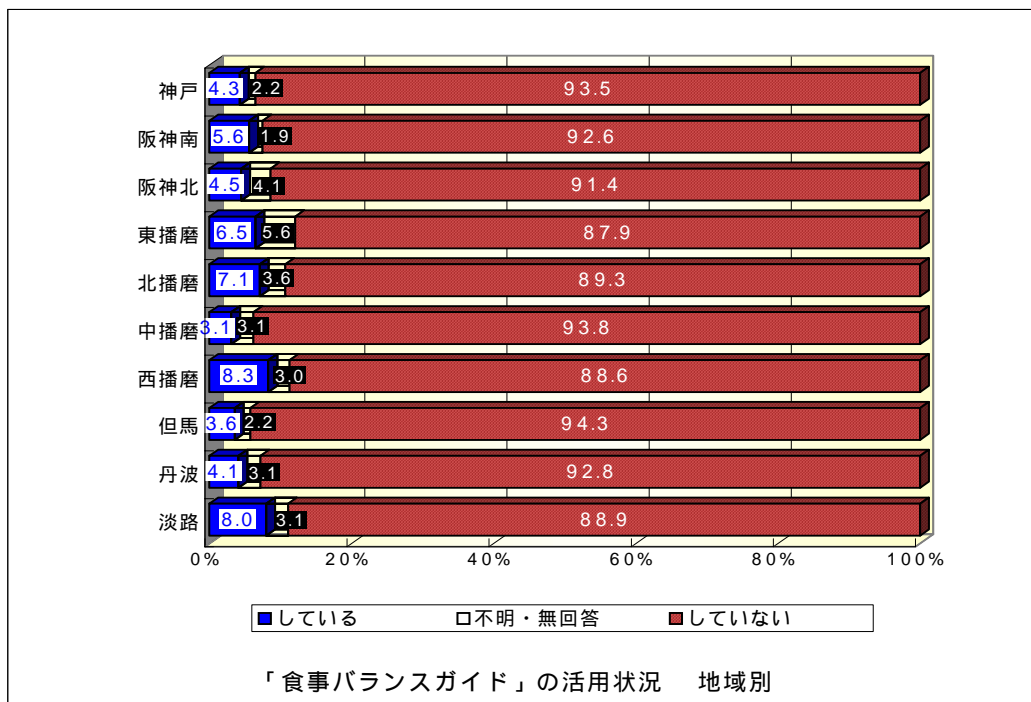
1. している                      2. していない

活用「している」は5.1%で、「していない」が91.8%を占める。



**地域別**

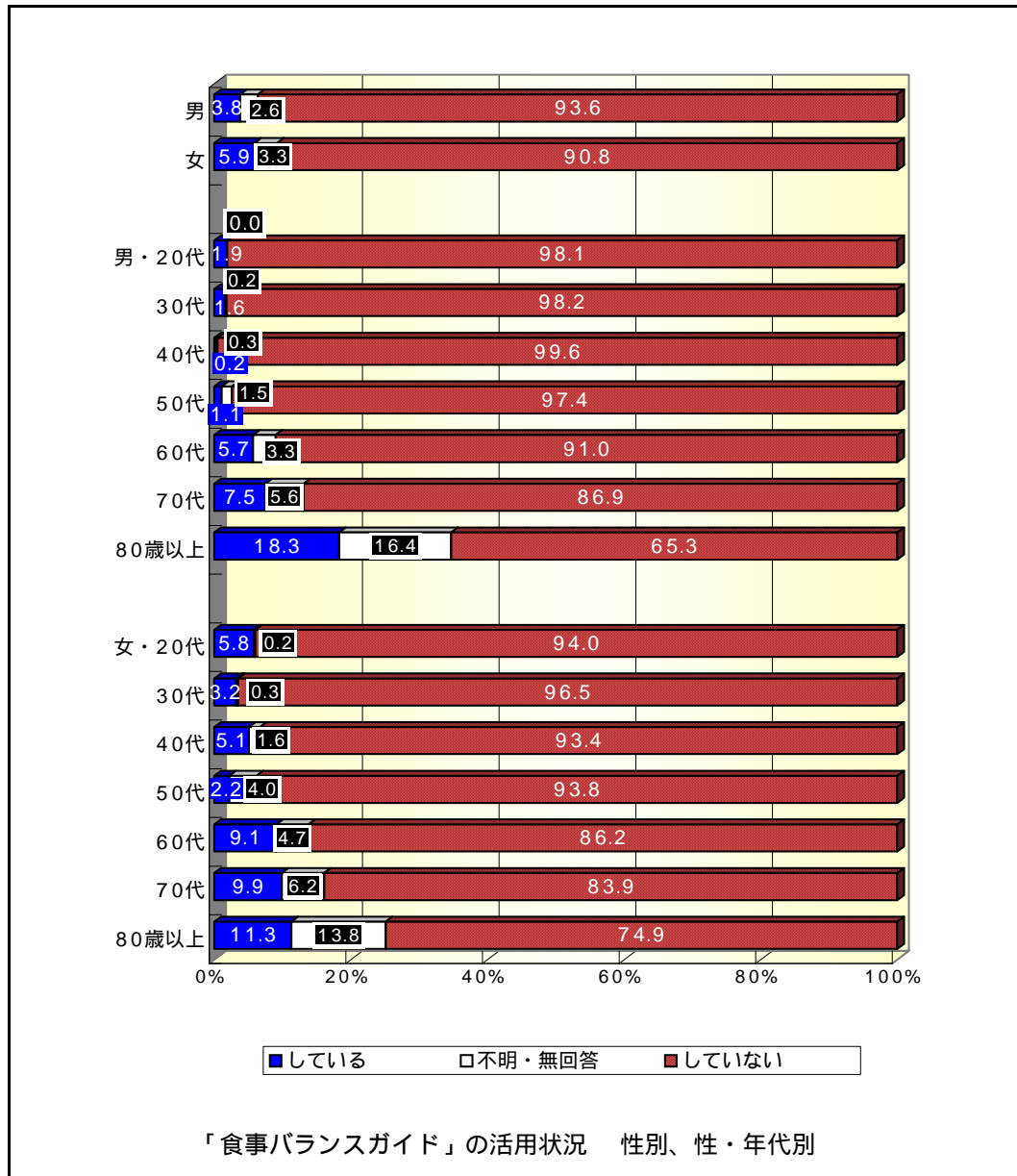
いずれの地域でも活用「している」は1割に満たない。



### 性別、性・年代別

性別では、大きな差異はみられない。

性・年代別でみると、男女とも年代が上がるにつれて活用「している」が増加する傾向にある。



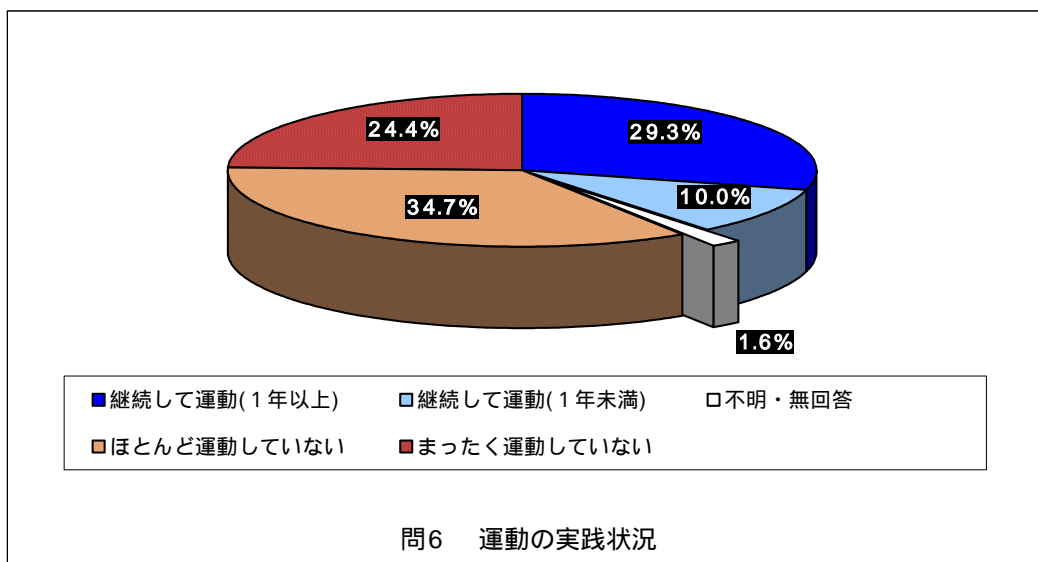
### 3 運動について

#### (1) 運動の実践状況

**問6** あなたは、ウォーキングや健康体操、スポーツなどの運動（1回30分以上、週2回以上）を継続して行っていますか。1つ選んで番号に をつけてください。

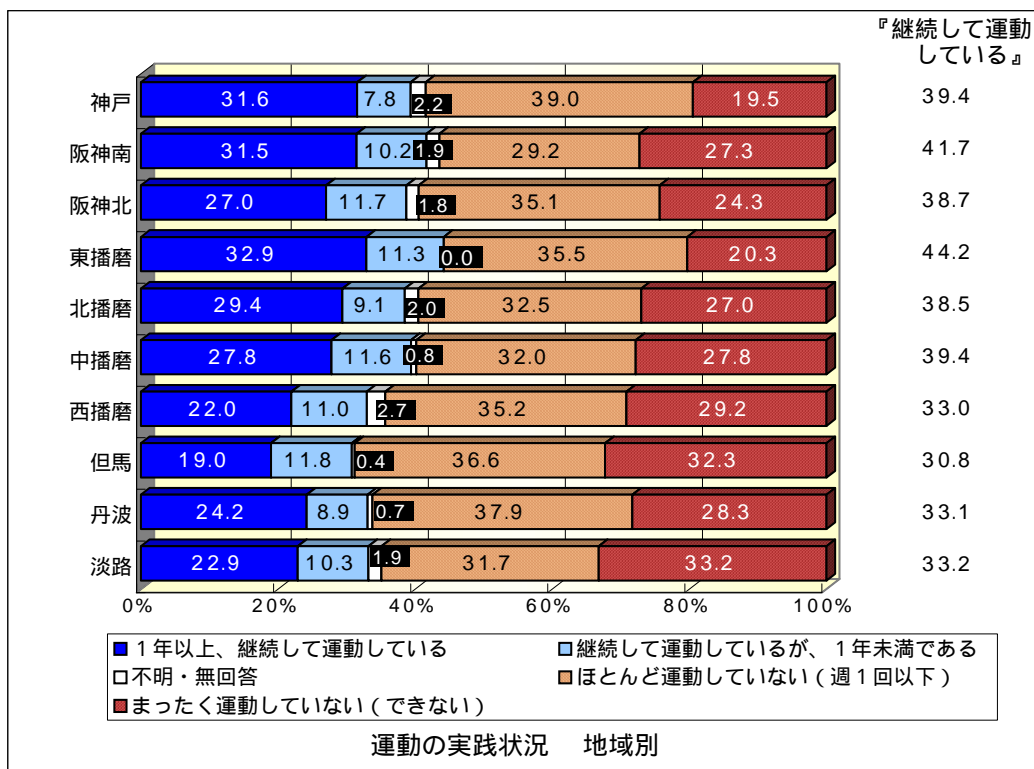
1. 1年以上、継続して運動している
2. 継続して運動しているが、1年未満である
3. ほとんど運動していない（週1回以下）
4. まったく運動していない（できない）

「1年以上、継続して運動している」が29.3%、「継続して運動しているが、1年未満である」が10.0%となっており、両者を合わせた『継続して運動している』は約4割（39.3%）、「ほとんど運動していない」（34.7%）と「まったく運動をしていない」（24.4%）を合わせた『運動していない』は約6割（59.1%）となっている。



## 地域別

『継続して運動している』の比率は、東播磨（44.2%）が最も高く、最も低い但馬（30.8%）と13.4ポイントの差がある。その他、阪神南（41.7%）、神戸（39.4%）、中播磨（39.4%）、阪神北（38.7%）が4割前後と高くなっている。一方、『運動していない』は、但馬（68.9%）や丹波（66.2%）、淡路（64.9%）、西播磨（64.2%）で比率が高くなっている。





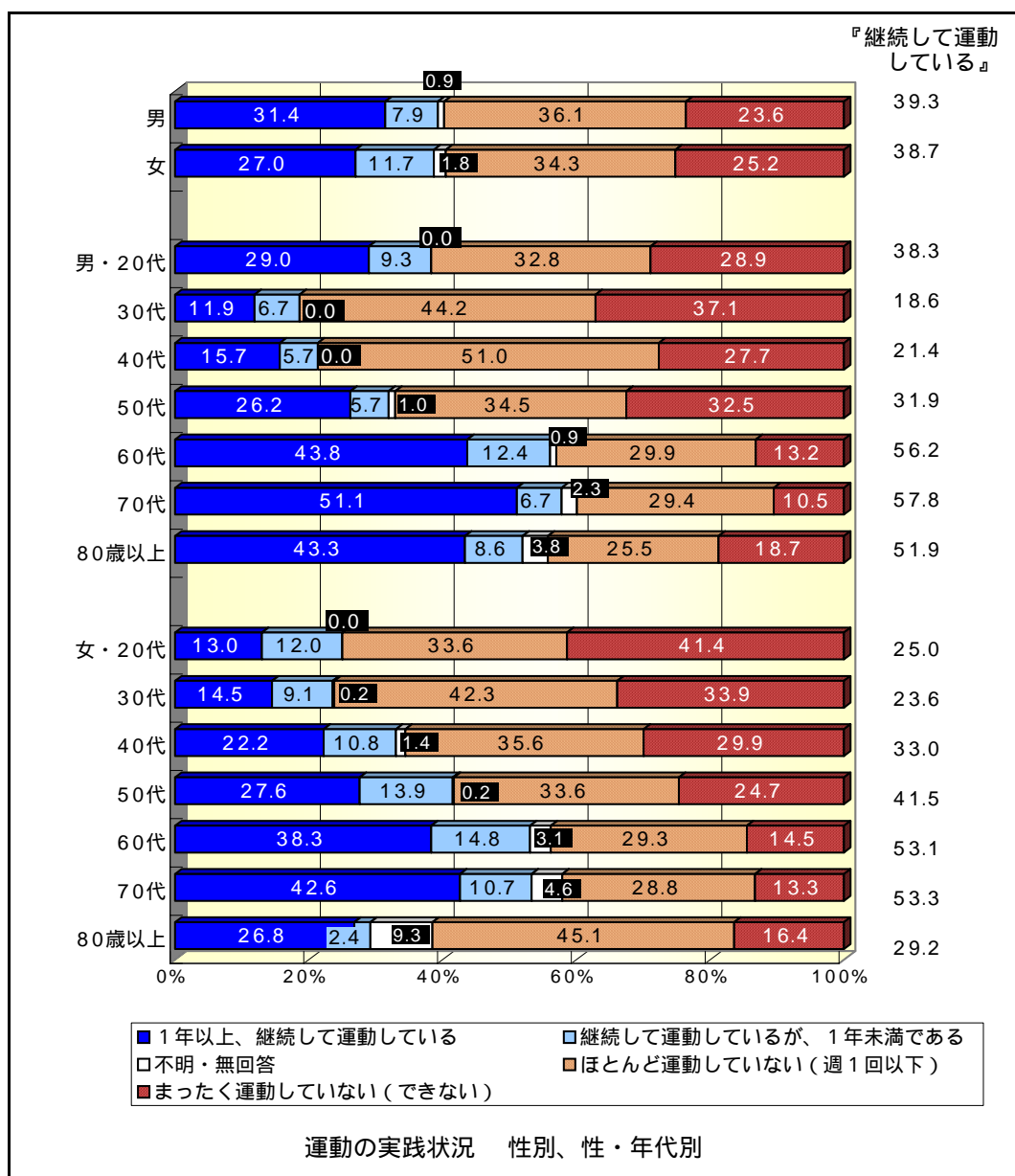
## 性別、性・年代別

性別では、大きな差異は見られない。

性・年代別でみると、男性では、20代～50代で『運動していない』が『継続して運動している』を上回っており、特に30代は8割以上(81.3%)が『運動していない』と回答している。

『継続して運動している』は、30代・40代が2割前後と少なく、最も多い70代(57.8%)と比べると35ポイントを超える差が生じている。

また、女性では、『継続して運動している』が『運動していない』を上回るのは60代と70代であり、男性と異なり、80歳以上も『運動していない』の方が多くなっている。『継続して運動している』は20代・30代で少なくなっている。

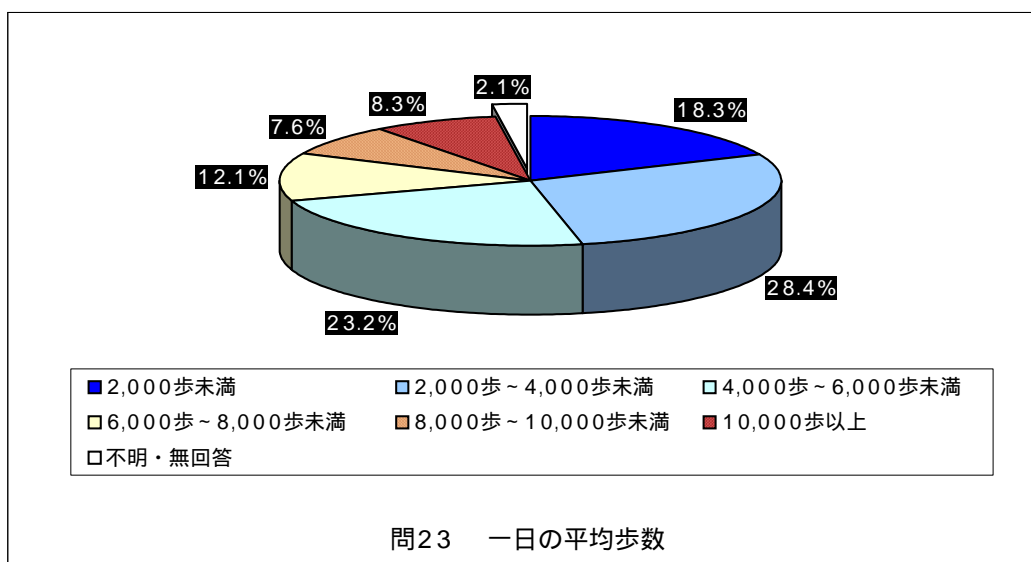


( 2 ) 一日の平均歩数

**問23** あなたは一日平均何歩くらい歩いていますか。あてはまるものを選んでください(通勤・通学、仕事や家事なども含みます)。( 10分歩くと1,000歩程度です。)

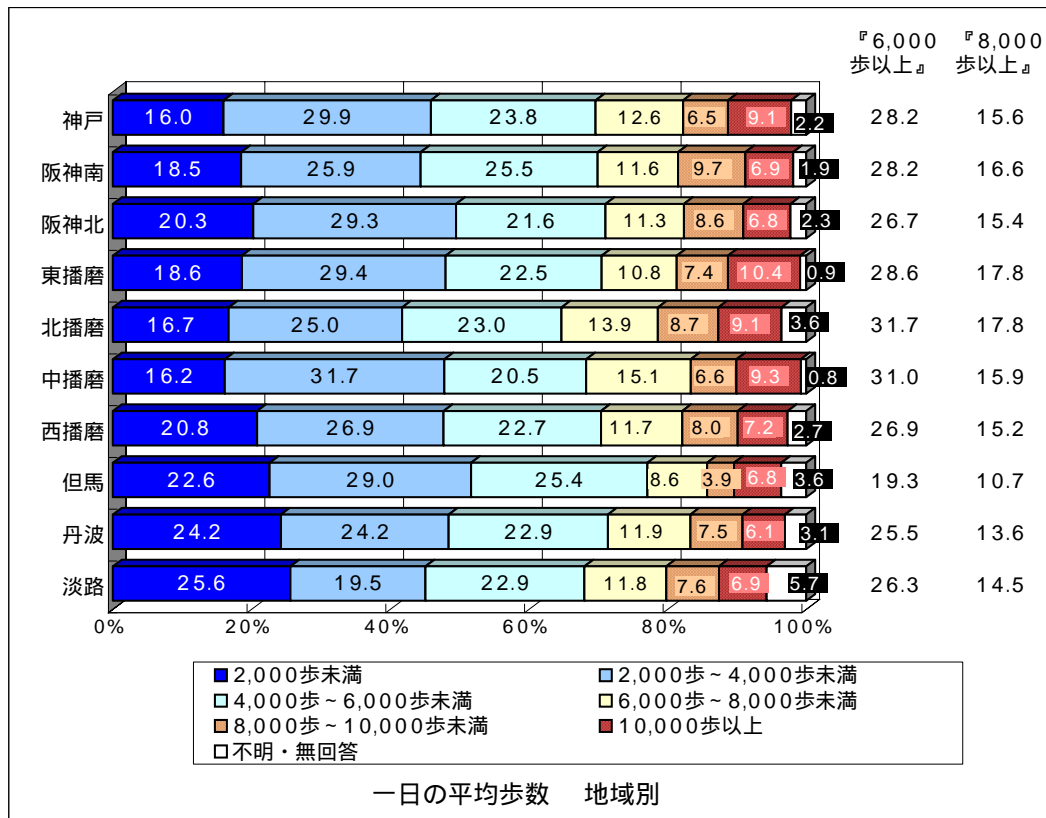
- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1. 2,000歩未満        | 4. 6,000歩～8,000歩未満  |
| 2. 2,000歩～4,000歩未満 | 5. 8,000歩～10,000歩未満 |
| 3. 4,000歩～6,000歩未満 | 6. 10,000歩以上        |

「2,000歩～4,000歩未満」が28.4%と最も多く、「4,000歩～6,000歩未満」(23.2%)、「2,000歩未満」(18.3%)の順が続いている。「8,000歩～10,000歩未満」と「10,000歩以上」を合わせた『8,000歩以上』は全体の2割に満たない(15.9%)。



## 地域別

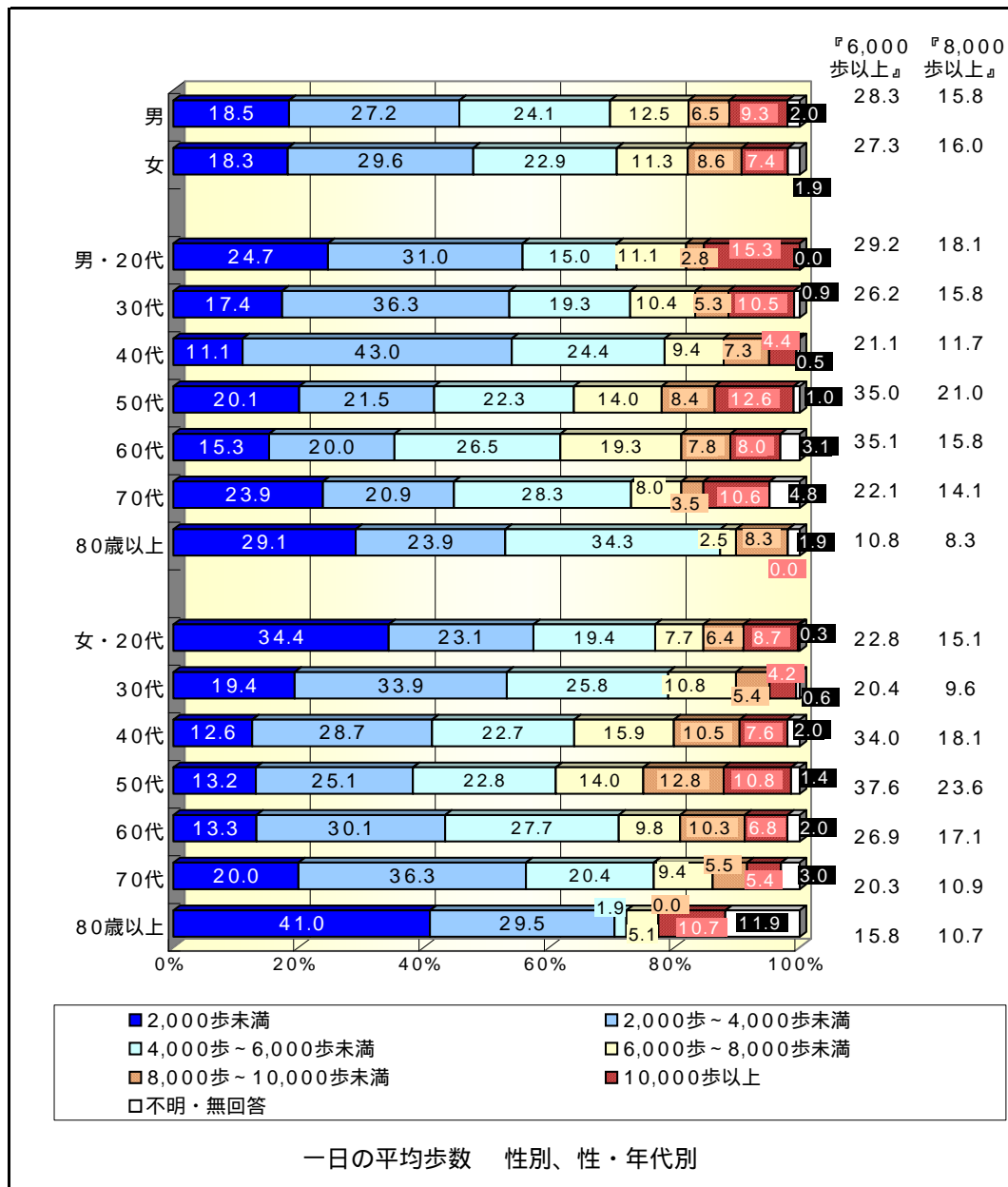
『8,000歩以上』を見ると、東播磨と北播磨の両地域が17.8%で並んでいる。一方、「2,000歩未満」は、淡路（25.6%）丹波（24.2%）但馬（22.6%）などが2割を超えている。全体に、大きな差異はみられない。



## 性別、性・年代別

性別では、大きな差異はみられない。

性・年代別でみると、『8,000歩以上』は、男女とも50代で2割を超え（男性21.0%、女性23.6%）ている。一方、『2,000歩未満』は、男性では80歳以上、20代、70代、50代で2割を超えており、女性では80歳以上で4割超（41.0%）、20代で3割超（34.4%）と多くなっている。

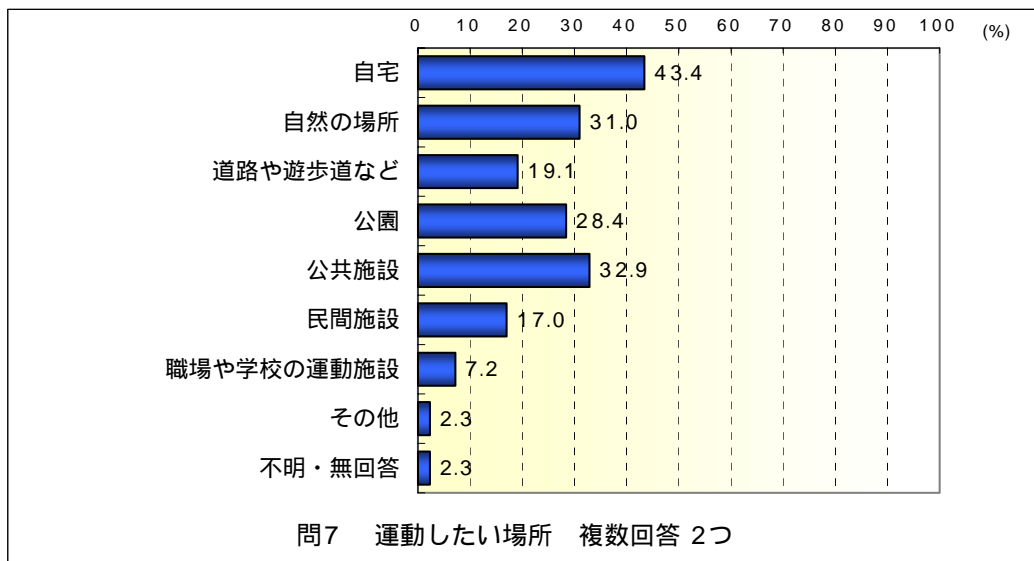


(3) 運動したい場所

**問7** あなたは、どんなところで運動できたらいいと思いますか。2つ選んで番号をつけてください。

- |                  |                            |
|------------------|----------------------------|
| 1. 自宅（室内・庭など）    | 5. 公共施設（グラウンド・体育館・プールなど）   |
| 2. 海・川・山などの自然の場所 | 6. 民間施設（スポーツジム・プール・テニス場など） |
| 3. 道路や遊歩道など      | 7. 自分の職場や学校の運動施設           |
| 4. 公園            | 8. その他（ ）                  |

「自宅」が43.4%と最も多く、「公共施設」(32.9%)、「海・川・山などの自然の場所」(31.0%)、「公園」(28.4%)の順で続いている。



**地域別**

全県集計で最も多かった「自宅」が、いずれの地域でも最も多くなっている。また、「公園」は、神戸(31.6%)や阪神南(31.0%)、阪神北(30.2%)で3割を超えているが、淡路(12.6%)や丹波(19.8%)などは少なく、地域間で最大19ポイントの差が生じている。

**運動したい場所 (地域別)**

	自宅(室内・庭など)	海・川・山などの自然の場所	道路や遊歩道など	公園	公共施設(グラウンド・体育館・プールなど)	民間施設(スポーツジム・プール・テニス場など)	自分の職場や学校の運動施設	その他	不明・無回答
全 県	43.4	31.0	19.1	28.4	32.9	17.0	7.2	2.3	2.3
<b>(地域別)</b>									
神戸	42.0	34.2	15.2	31.6	27.3	19.0	7.4	2.2	3.9
阪神南	39.8	32.4	13.0	31.0	36.6	21.3	6.5	3.2	2.3
阪神北	48.6	20.7	22.5	30.2	36.5	18.9	2.7	0.9	1.4
東播磨	41.1	32.0	25.5	28.6	30.3	16.0	6.5	1.7	0.0
北播磨	42.1	35.3	25.0	22.6	34.5	9.9	7.5	2.8	2.0
中播磨	40.5	32.8	24.7	29.0	33.2	10.4	10.0	3.9	1.9
西播磨	53.8	26.1	18.6	20.1	36.7	16.3	11.0	0.8	3.0
但馬	52.0	26.9	22.9	20.4	38.4	11.8	6.8	2.9	1.8
丹波	47.8	26.3	20.8	19.8	40.3	14.0	13.3	1.7	1.0
淡路	47.7	34.0	18.3	12.6	36.6	13.0	10.3	3.8	2.3

## 性別、性・年代別

性別では、男性は「海・川・山などの自然の場所」などのアウトドア指向が強く、女性は「自宅（室内・庭など）」などのインドア指向が強い。

性・年代別でみると、「公共施設」や「民間施設」は、男女とも若年層で多くなっているのに対し、「公園」は高年層で多くなっている。

運動したい場所（性別）（性・年代別）

	自宅（室内・庭など）	海・川・山などの自然の場所	道路や遊歩道など	公園	公共施設（グラウンド・体育館・プールなど）	民間施設（スポーツジム・プール・テニスコートなど）	自分の職場や学校の運動施設	その他	不明・無回答
全 県	43.4	31.0	19.1	28.4	32.9	17.0	7.2	2.3	2.3
<b>(性別)</b>									
男 性	34.1	39.5	21.1	30.6	32.0	13.8	7.2	2.6	2.4
女 性	51.4	23.8	17.6	26.3	34.3	20.1	7.2	2.0	1.9
<b>(性・年代別)</b>									
<b>男 性</b>									
20代	31.8	39.6	15.3	25.5	43.5	17.6	14.7	0.4	0.0
30代	36.1	37.1	17.9	24.1	32.3	19.3	8.9	1.5	0.0
40代	35.6	33.0	17.9	30.8	38.2	17.8	9.8	0.4	1.8
50代	32.0	40.2	15.9	25.5	38.9	13.5	9.0	3.0	3.7
60代	33.9	49.5	22.7	29.6	27.1	13.7	6.1	2.4	1.7
70代	34.3	34.6	32.8	42.2	23.1	6.6	1.2	5.8	4.0
80歳以上	33.4	26.2	25.2	48.5	16.7	3.6	0.0	4.6	9.6
<b>女 性</b>									
20代	42.9	23.7	9.9	14.1	41.5	43.1	10.1	1.2	0.0
30代	52.1	22.7	14.5	19.7	40.4	26.6	7.9	1.3	1.7
40代	52.5	19.3	14.0	26.5	41.2	25.0	11.6	1.4	0.1
50代	56.2	28.2	22.7	20.7	32.0	17.3	8.9	2.0	0.1
60代	49.9	25.7	17.9	33.1	29.3	13.0	4.2	2.2	2.7
70代	50.0	22.8	25.2	38.6	29.0	8.2	2.6	3.8	4.0
80歳以上	59.6	19.1	13.9	42.2	12.1	0.0	0.0	3.9	8.1

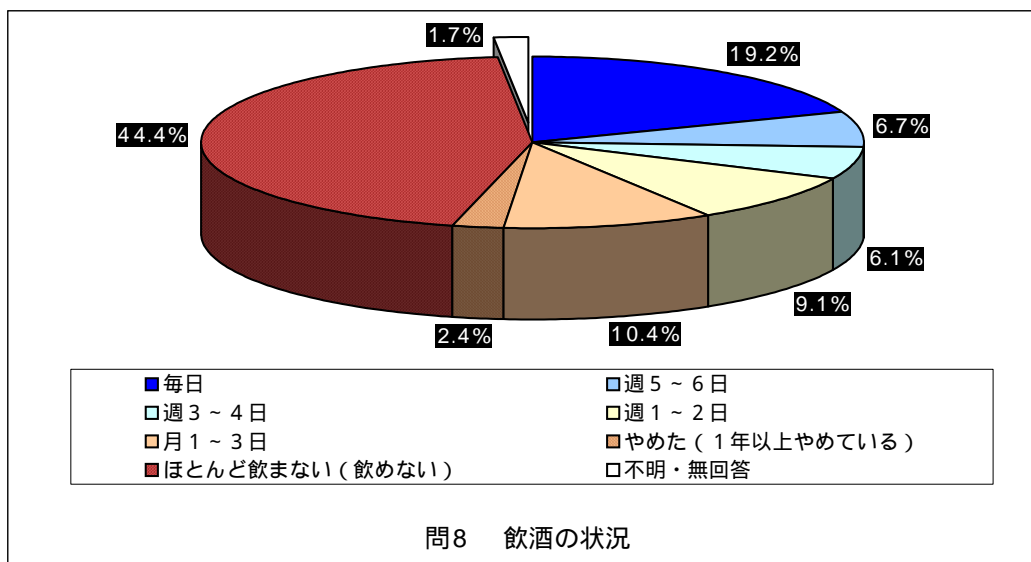
#### 4 飲酒・喫煙について

##### (1) 飲酒の状況

**問 8** あなたは週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。1つ選んで番号に をつけてください。

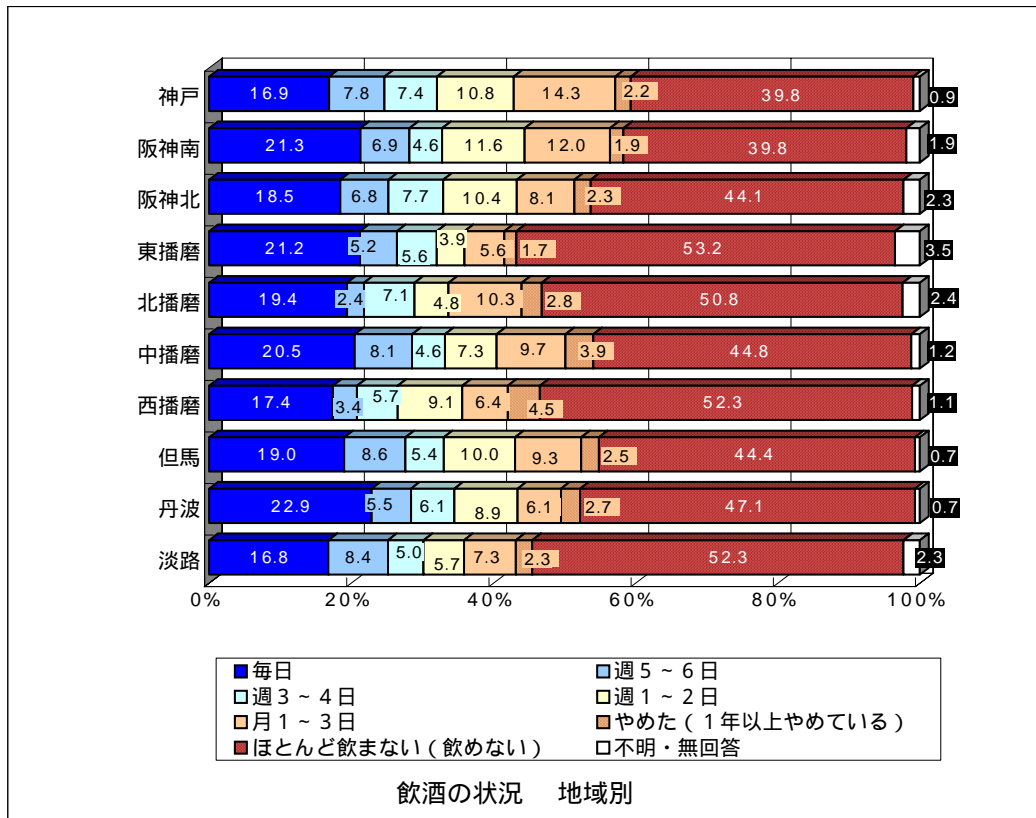
- |          |          |                   |
|----------|----------|-------------------|
| 1. 毎日    | 4. 週1～2日 | 6. やめた（1年以上やめている） |
| 2. 週5～6日 | 5. 月1～3日 | 7. ほとんど飲まない（飲めない） |
| 3. 週3～4日 |          |                   |

「ほとんど飲まない（飲めない）」が44.4%と最も多くなっている。飲酒する人の中では、「毎日」が約2割（19.2%）と最も多い。



## 地域別

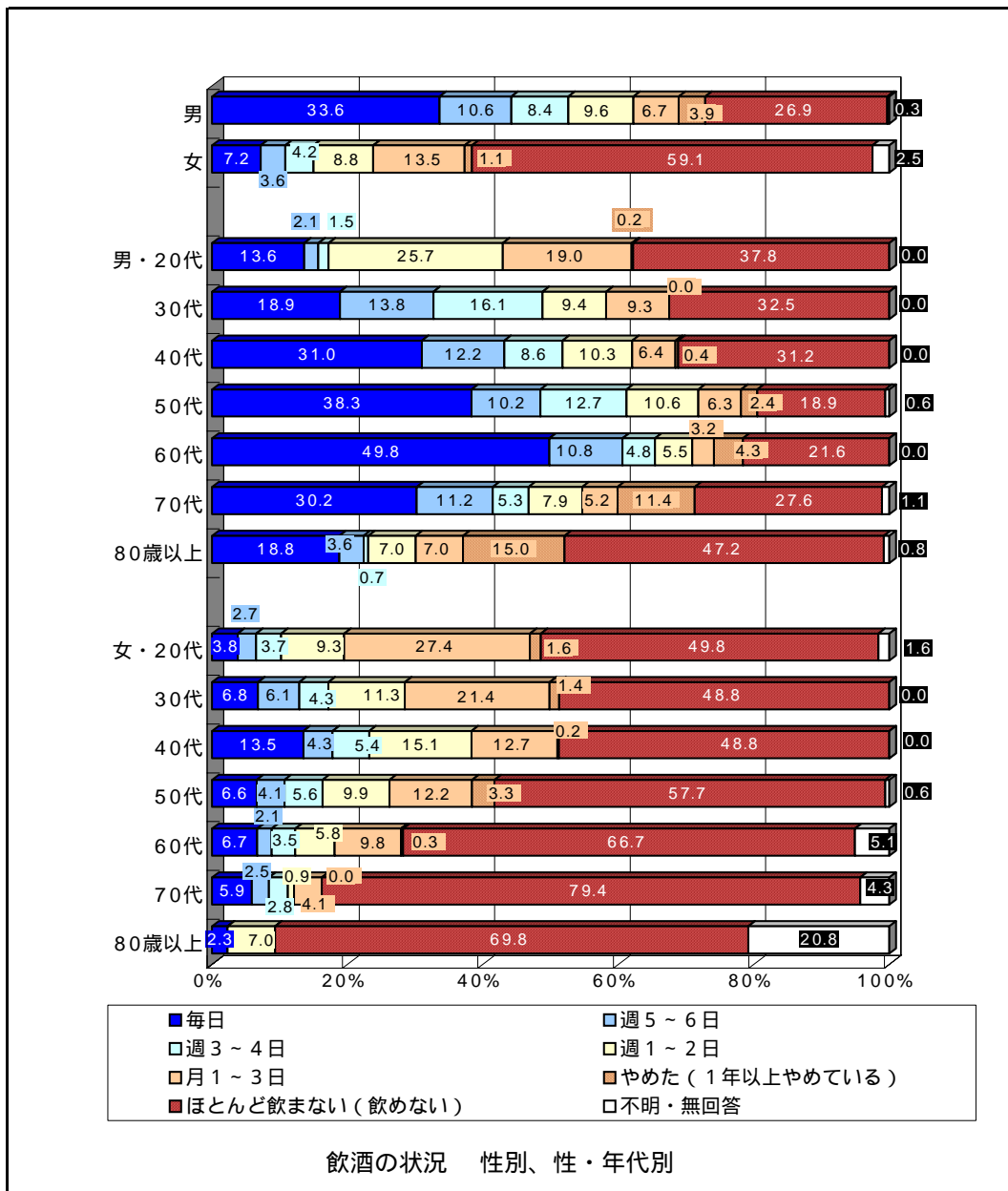
「ほとんど飲まない(飲めない)」は、東播磨(53.2%)、西播磨(52.3%)、淡路(52.3%)、北播磨(50.8%)が5割を超えているが、神戸(39.8%)、阪神南(39.8%)は4割を切っている。





## 性別、性・年代別

性別では、男性は「毎日」(男性：33.6%、女性：7.2%)や「週5～6日」(男性：10.6%、女性：3.6%)が女性より多くなっている。一方、女性は約6割(59.1%)が「飲まない(飲めない)」と回答しており、飲む人の中では「月1～3日」(13.5%)が最も多くなっている。性・年代別でみると、男性は、「毎日」が60代で約5割(49.8%)、50代で約4割(38.3%)となっているのに対し、20代では「週1～2日」(13.5%)、「月1～3日」(13.5%)が多くなっている。一方、女性は、20代・30代で「月1～3日」が2割を超えているのが目につく程度。



(2) 1日当たりの飲酒量

**問9** 【問8で1～5を選択された方にお聞きします】

お酒を飲む日は1日あたりどれくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、1つ選んで番号にをつけてください。

1. 1合未満
2. 1合～2合未満
3. 2合～3合未満
4. 3合～4合未満
5. 4合～5合未満
6. 5合以上

清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。

ビール・発泡酒：中瓶1本  
(約500ml)

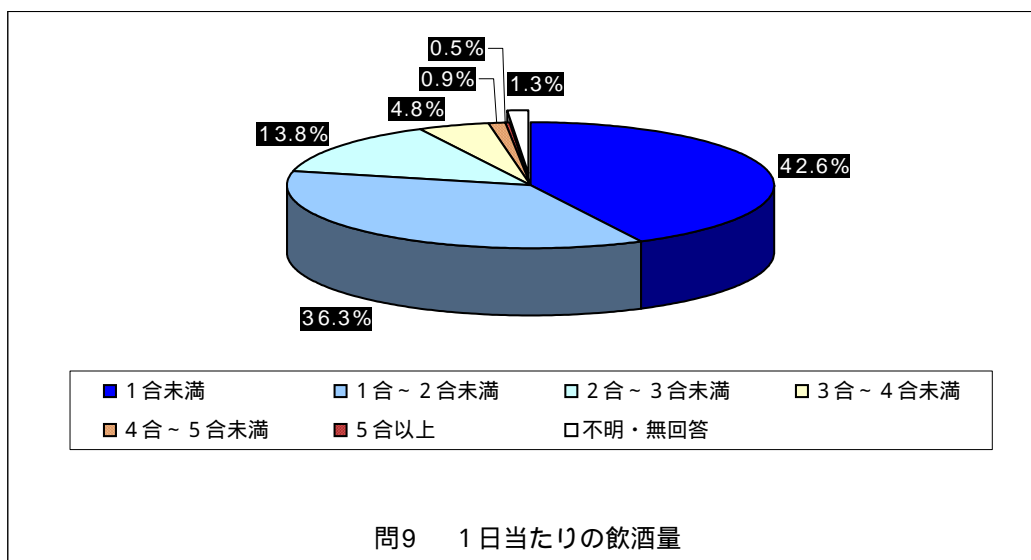
焼酎：約0.5合(80ml)

チューハイ：1缶(350ml)

ウイスキー：ダブル1杯(60ml)

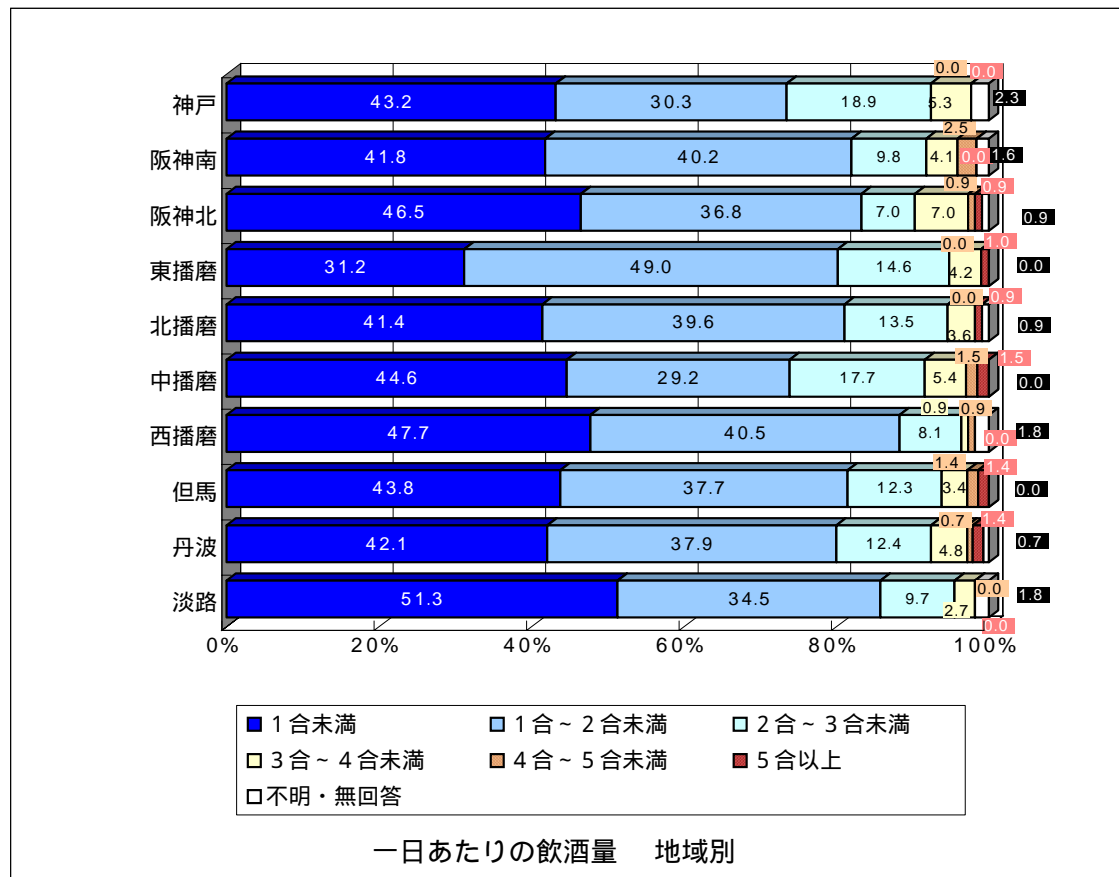
ワイン：2杯(240ml)

「1合未満」が42.6%と最も高く、「1合～2合未満」が36.3%、「2合～3合未満」が13.8%の順で続いている。「3合～4合未満」以上の3項目を合わせても1割に満たない(6.2%)。



## 地域別

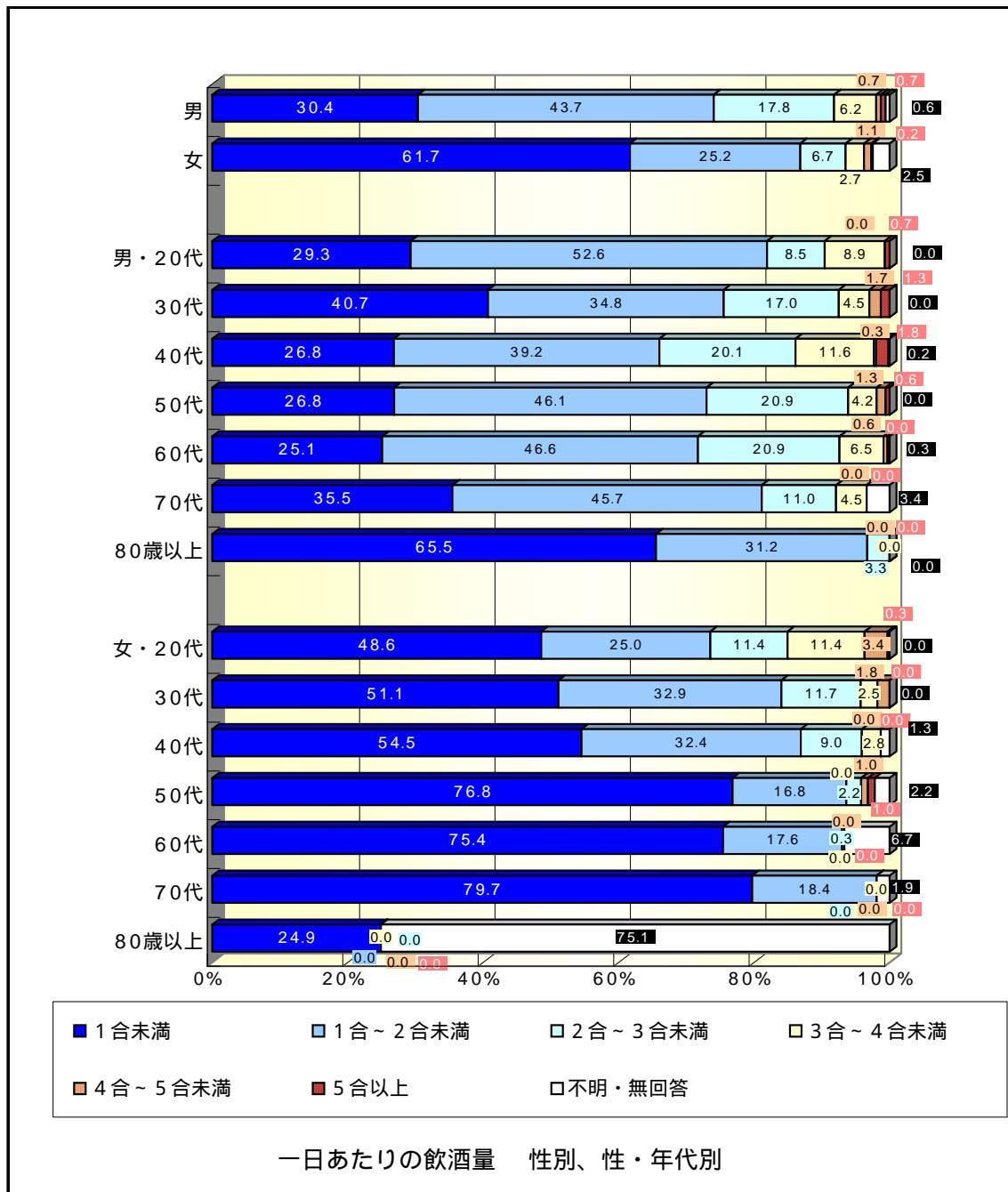
全県集計で最も多かった「1合未満」は、淡路が5割を超え（51.3%）で最も多く、西播磨（47.7%）、阪神北（46.5%）の順で続いている。また、東播磨を除く9地域で「1合未満」が最も多くなっている。



### 性別、性・年代別

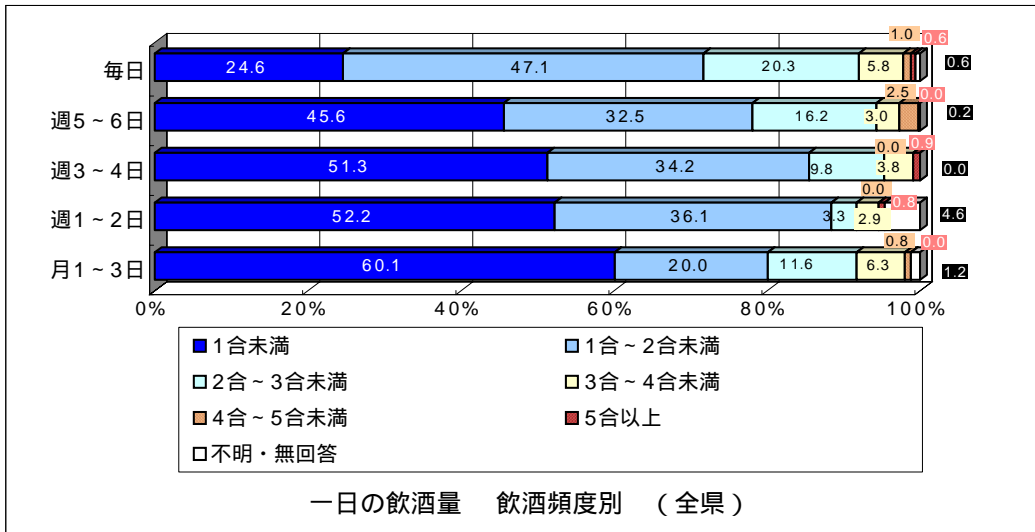
性別で見ると、男性は、一日あたり「1合～2合未満」、「2合～3合未満」の比率が高くなっている。一方、女性は「1合未満」が6割を超え（61.7%）、男性（30.4%）と31.3ポイントの差が生じている。

性・年代別で見ると、男性の30代～60代では「2合～3合未満」が2割前後、女性の20代～40代では「1合～2合未満」が3割前後と、それぞれ他の年代より多くなっている。



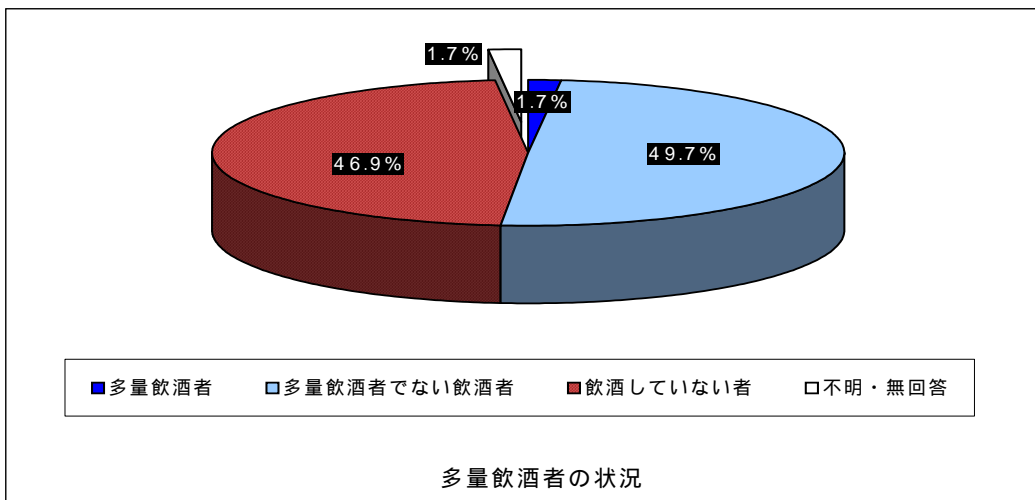
### 飲酒頻度別の1日の飲酒量

飲酒頻度が高いほど、1日当たりの飲酒量は多くなる傾向にある。



### 多量飲酒者の状況

多量飲酒者は1.7%であり、多量飲酒者でない飲酒者は、49.7%となっている。



### 多量飲酒者の定義

- ・ 「1日5合以上飲酒する者」及び「週5日以上、1日に4合~5合飲酒する者」及び「毎日、1日に3合~4合飲酒する者」

### 多量飲酒者でない飲酒者の定義

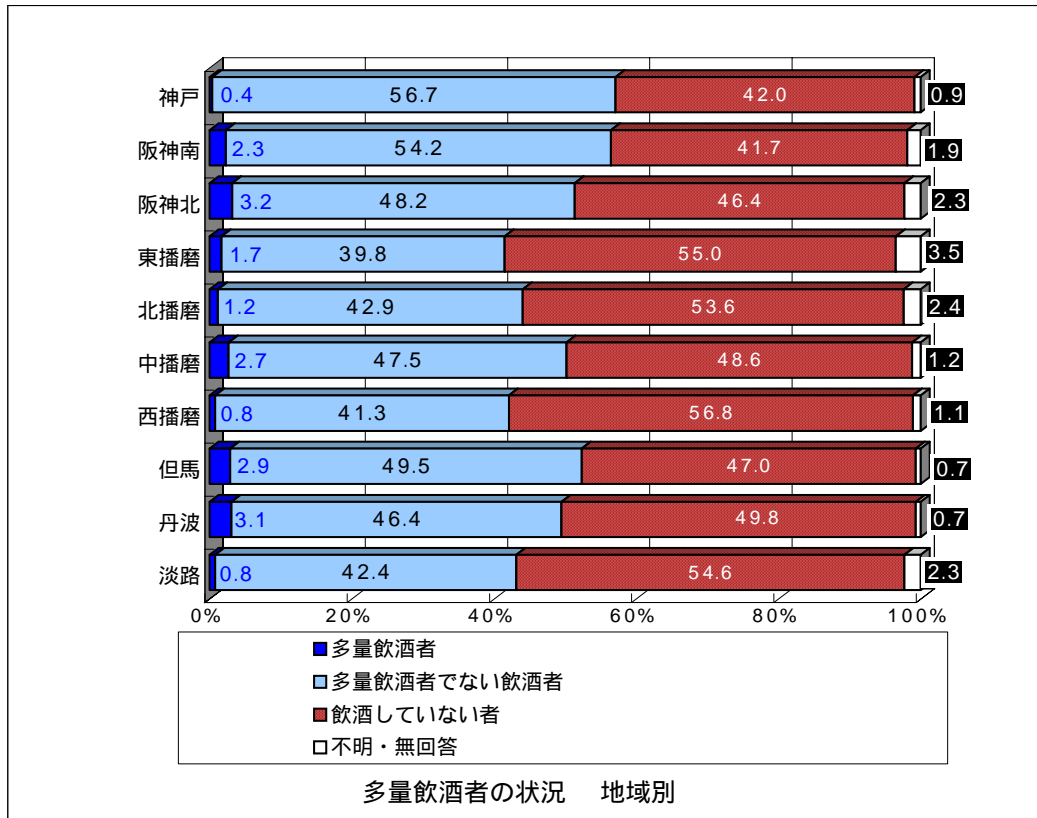
- ・ 「月1~3日以上飲酒する者」のうち、『多量飲酒者』を除いた者

### 飲酒していない者の定義

- ・ 問8で「やめた(1年以上やめている)」及び「ほとんど飲まない(飲めない)」を選択した者

## 多量飲酒者の状況（地域別）

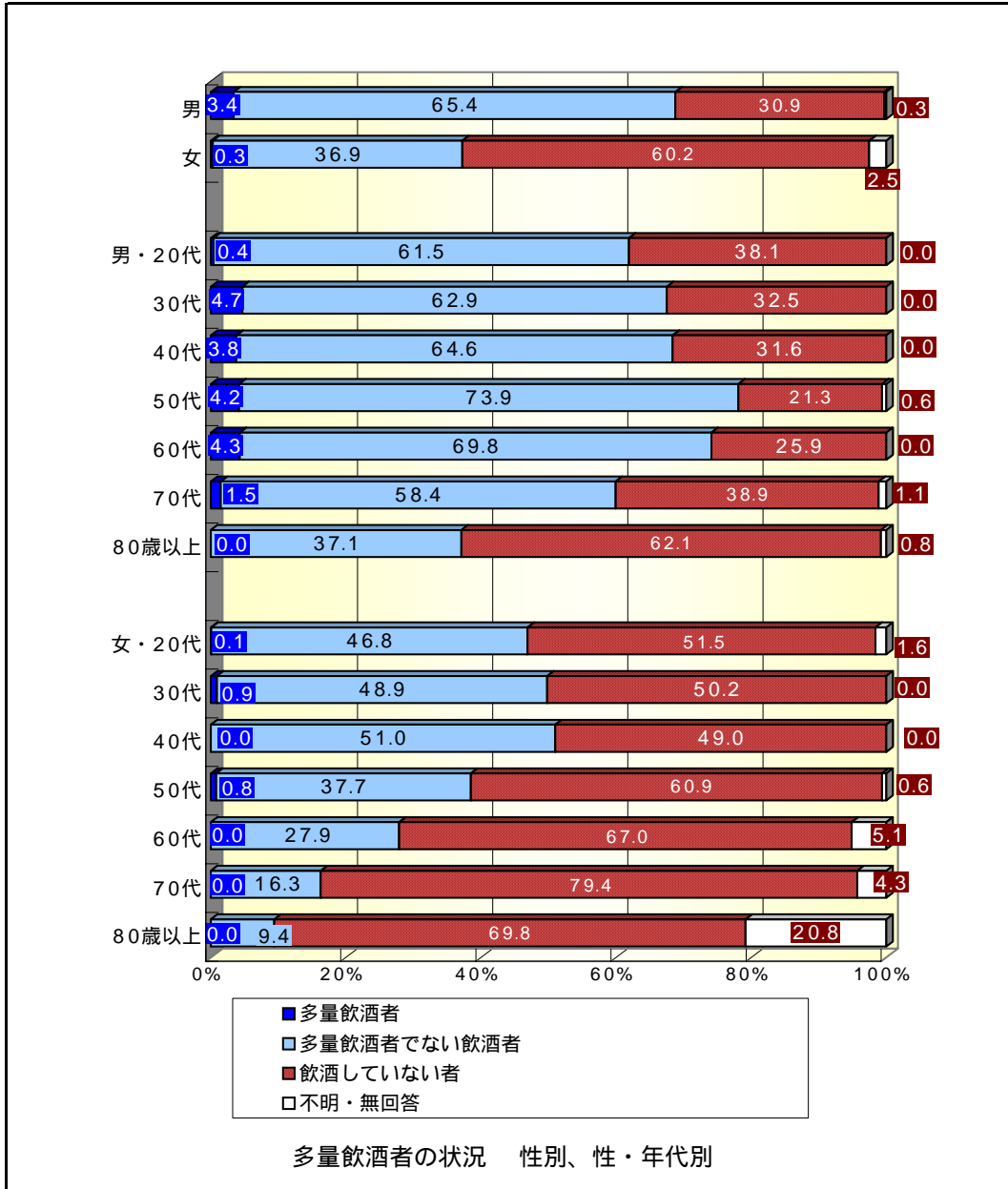
地域別では、大きな差異はない。



### 多量飲酒者の状況（性別・性・年代別）

性別で見ると、「多量飲酒者」は男性の方が多くなっている。

性・年代別で見ると、男性の30代～60代で4%前後となっており、他の年代や女性では、ほとんどみられない。

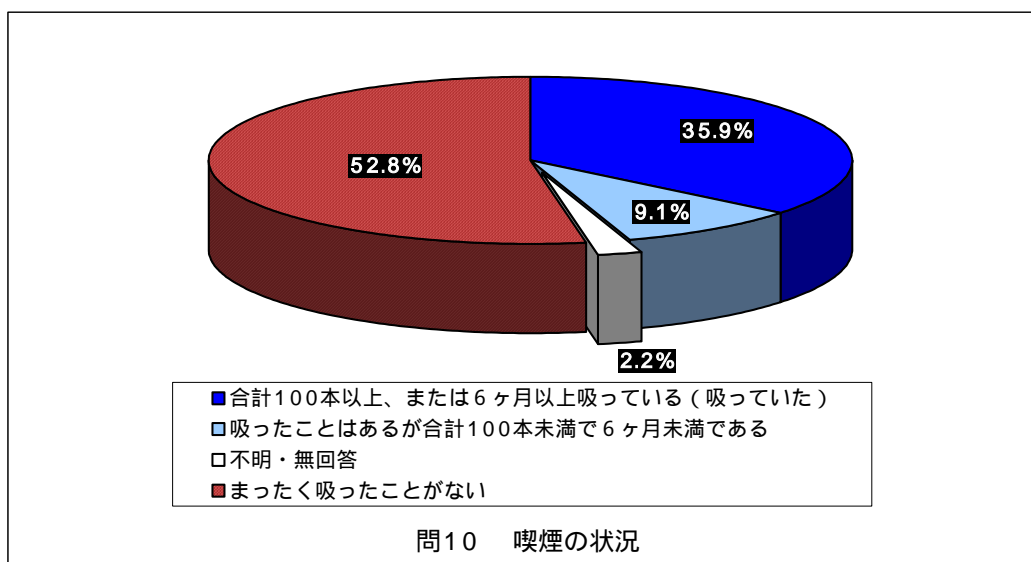


(3) 喫煙の状況

**問10** あなたは、これまでにタバコを吸ったことがありますか。1つ選んで番号に をつけてください。

1. 合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている(吸っていた)
2. 吸ったことはあるが合計100本未満で6ヶ月未満である
3. まったく吸ったことがない

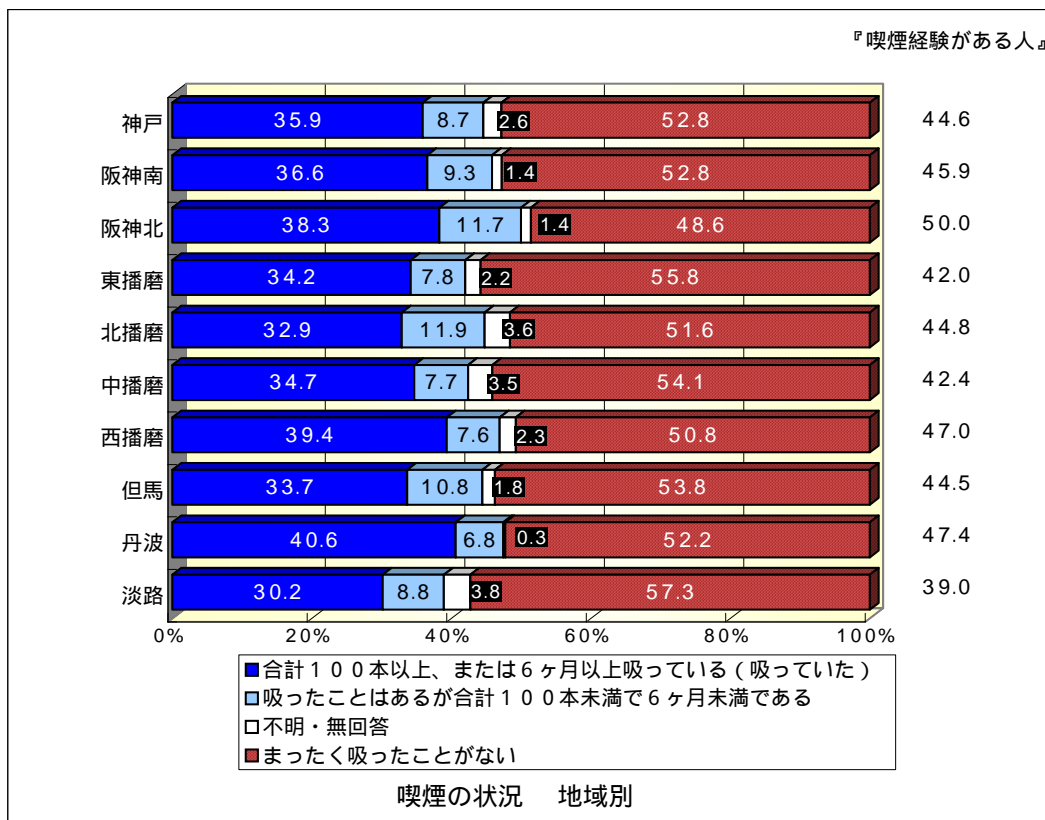
「合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている(吸っていた)」が35.9%、「吸ったことがあるが合計100本未満で6ヶ月未満である」が9.1%となっており、両者を合わせた『喫煙経験がある人』は45.0%となっている。一方、「まったく吸ったことがない」は半数を超えている(52.8%)。





## 地域別

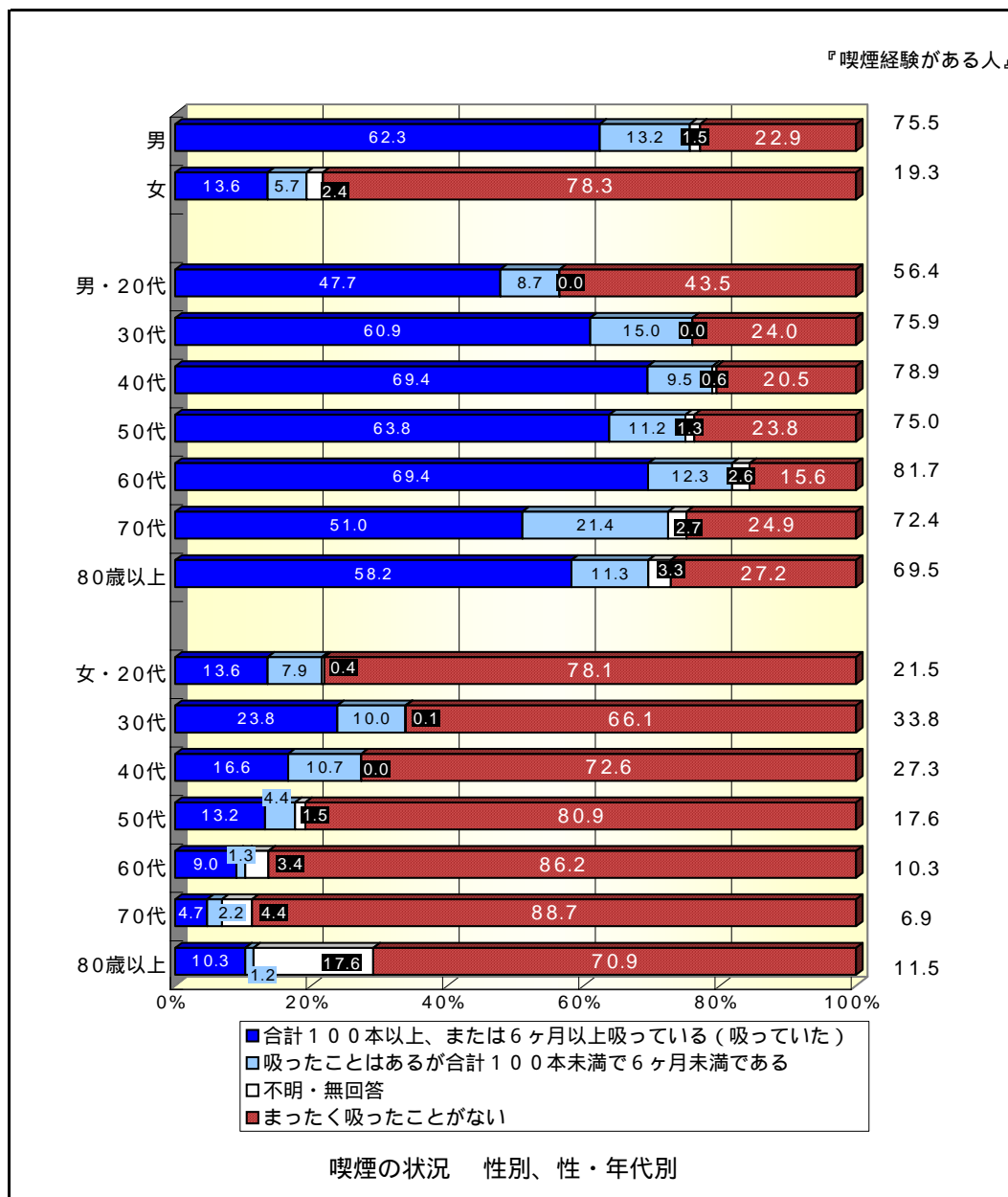
『喫煙経験がある人』を多い順にみると、阪神北（50.0%）、丹波（47.4%）、西播磨（47.0%）などとなっている。一方、喫煙経験がない人をみると、淡路（57.3%）が最も多く、東播磨（55.8%）、中播磨（54.1%）、但馬（53.8%）の順で続いている。



## 性別、性・年代別

性別で、『喫煙経験がある人』をみると、男性（75.5%）の方が多く、女性（19.3%）と56.2ポイントの差が生じている。

性・年代別でみると、『喫煙経験がある人』は、男性は60代で8割を超えて（81.7%）最も多く、40代（78.9%）、30代（75.9%）、50代（75.0%）の順が続いている。一方、女性は、『喫煙経験がある人』が3割を超えて（33.8%）いる30代で最も多い。



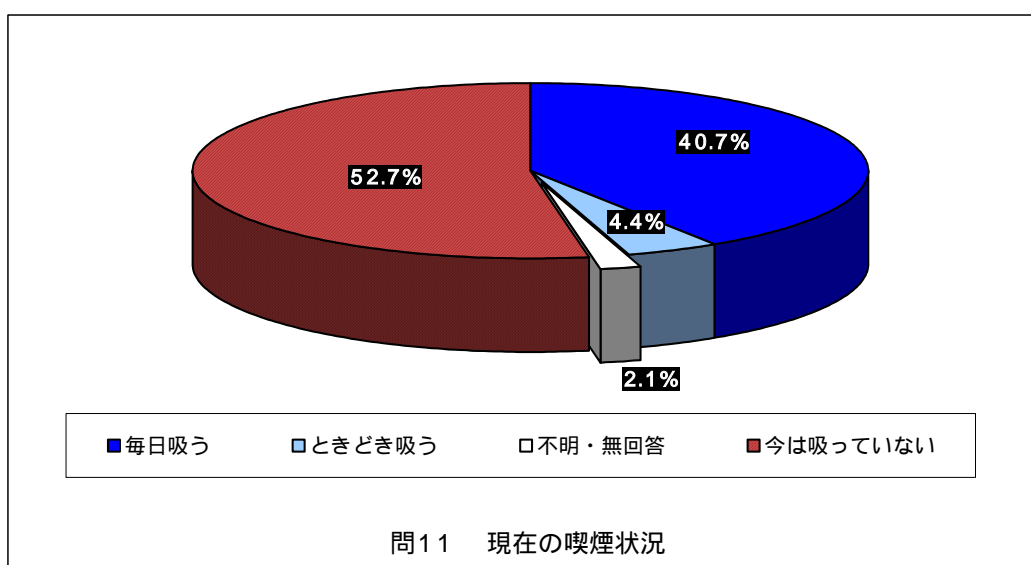
(4) 現在の喫煙状況

**問11** 【問10で1、2を選択された方にお聞きします】

現在(この1ヶ月間)あなたはタバコを吸っていますか。1つ選んで番号にをつけてください。

1. 毎日吸う      2. ときどき吸う      3. 今は(この1ヶ月間)吸っていない

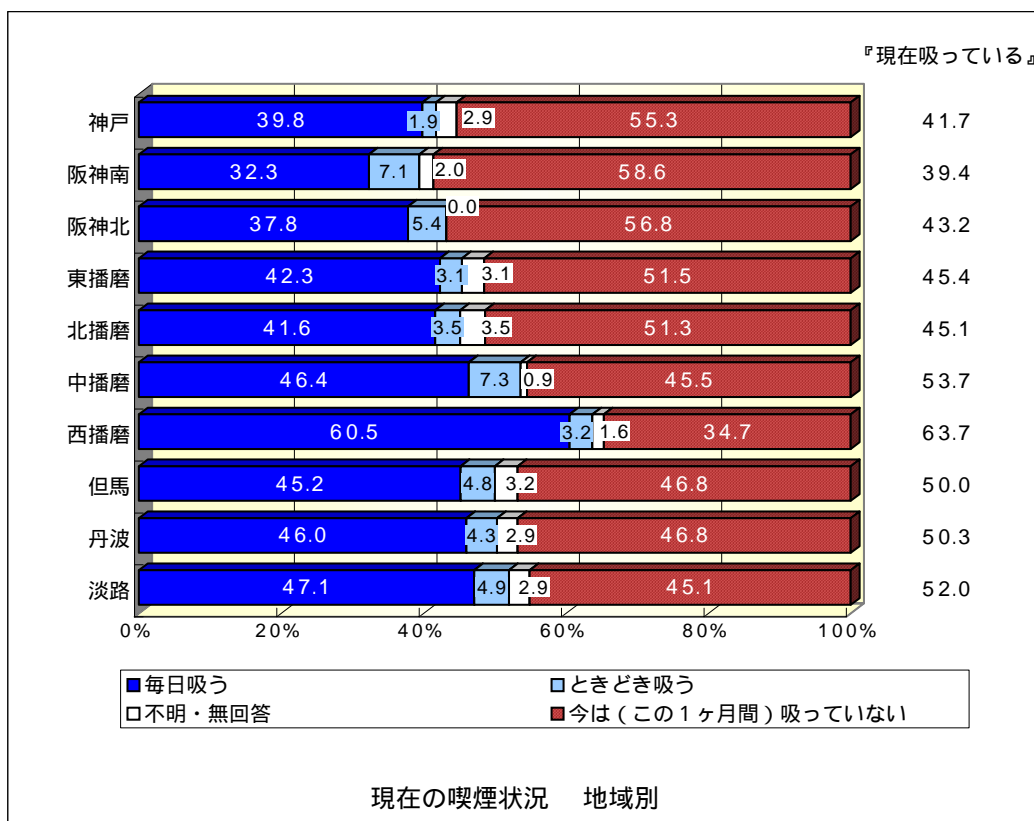
喫煙経験がある人で、「毎日吸う」は40.7%、「ときどき吸う」は4.4%となっており、両者を合わせた『現在吸っている』は45.1%となっている。一方、「今は吸っていない」は52.7%となっている。



## 地域別

『現在吸っている』は、西播磨が6割を超え(63.7%)で最も多くなっており、中播磨(53.7%)、淡路(52.0%)、丹波(50.3%)、但馬(50.0%)が5割を超えている。一方、「今は吸っていない」は、阪神南(58.6%)、阪神北(56.8%)、神戸(55.3%)など都市部で多くなっている。

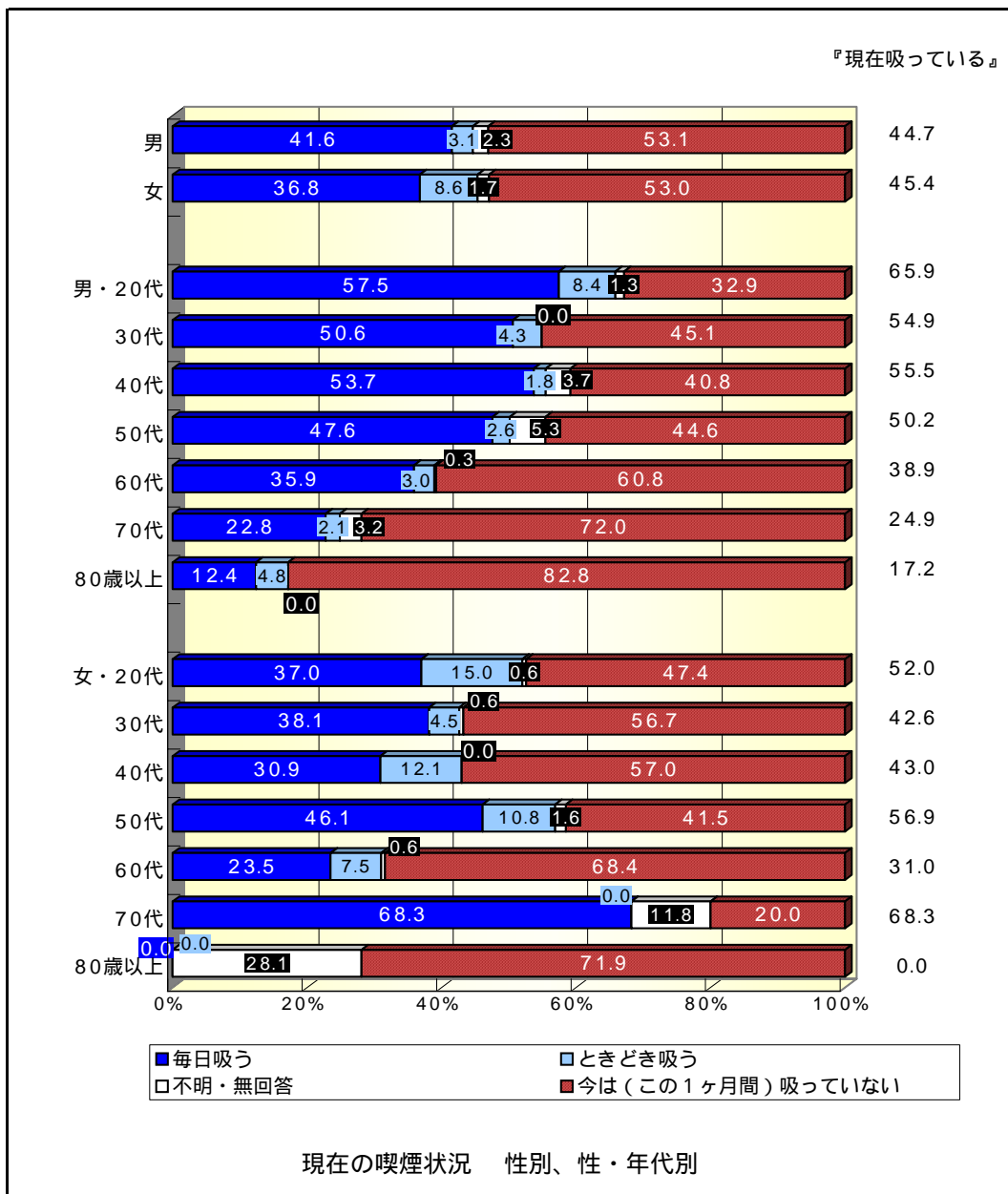
なお、西播磨は、全地域中『現在吸っている』が最も多く、「今は吸っていない」が最も少なくなっている。一方、阪神南は、『現在吸っている』が最も少なく、「今は吸っていない」が最も多くなっている。



## 性別、性・年代別

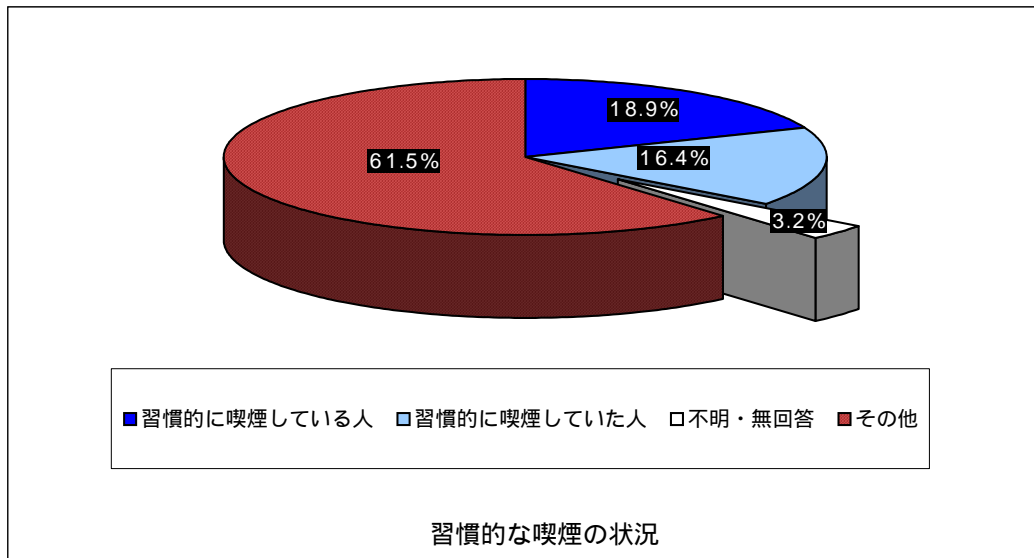
性別では、大きな差異はなく、『現在吸っている』は、男女とも45%前後（男性：44.7%、女性：45.4%）となっている。

性・年代別で『現在吸っている』をみると、男性は20代が6割を超え（65.9%）で最も多く、最も少ない80歳以上（17.2%）と48.7ポイントの差が生じており、年代層が上がるにつれて、『現在吸っている』は低下する傾向がみられる。一方、女性は、男性のような傾向はなく、年代によりばらつきがある。



### 習慣的な喫煙の状況

「習慣的に喫煙している人」は 18.9%であり、「習慣的に喫煙していた人」は 16.4%となっている。



#### 「習慣的に喫煙している人」の定義

- これまでに「合計 100 本以上、または 6 ヶ月以上吸っている（吸っていた）」人で、現在（この 1 ヶ月間）「毎日吸う」、「ときどき吸う」人

#### 「習慣的に喫煙していた人」の定義

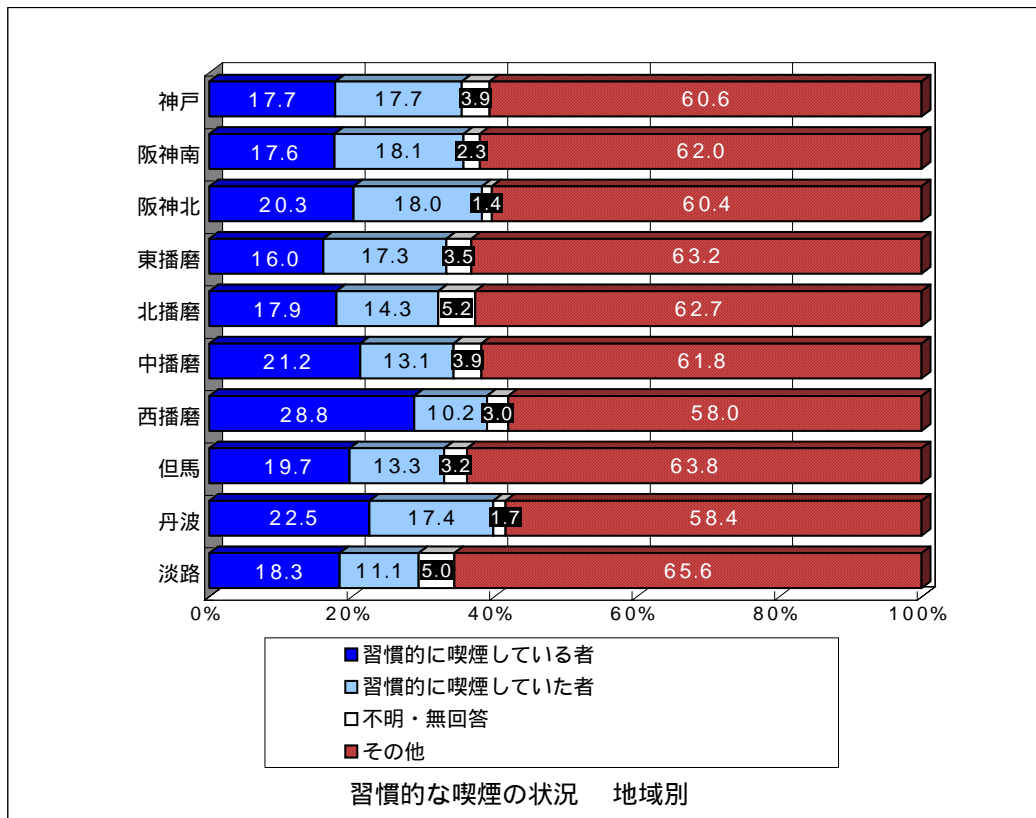
- これまでに「合計 100 本以上、または 6 ヶ月以上吸っている（吸っていた）」人で、現在（この 1 ヶ月間）は「吸っていない」人

#### 「その他」の定義

- これまでに「吸ったことはあるが合計 100 本未満で、6 ヶ月未満である」人、または、「まったく吸ったことがない」人

### 習慣的な喫煙の状況（地域別）

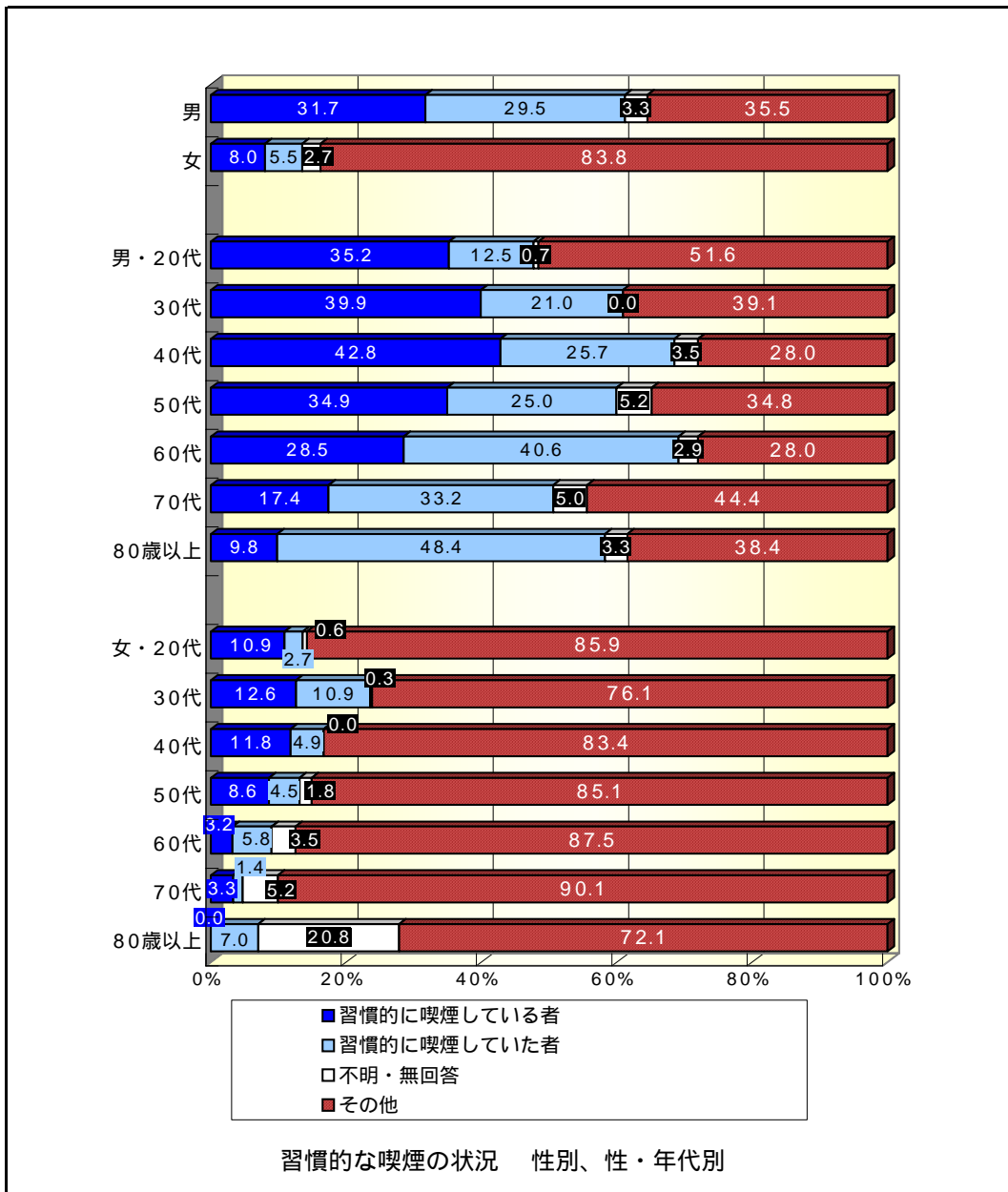
「習慣的に喫煙している人」が最も高いのは西播磨（28.8％）で、最も低い東播磨（16.0％）と12.8ポイントの差が生じており、丹波（22.5％）、中播磨（21.2％）、阪神北（20.3％）でも2割を超えている。



### 習慣的な喫煙の状況（性別、性・年代別）

性別で見ると、「習慣的に喫煙している人」、「習慣的に喫煙していた人」ともに男性の方が多く、女性とそれぞれ約24ポイントの差が生じている。

性・年代別では、「習慣的に喫煙している人」は、男性では40代が4割を超え（42.8%）で最も多く、20代・30代・50代が3割を超えている。女性では、30代が1割強（12.8%）で最も多い。





## 5 歯の健康について

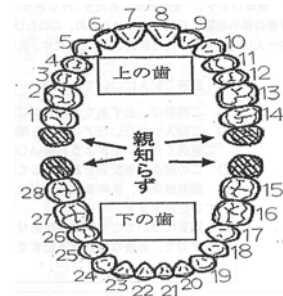
### (1) 抜けている歯の有無

**問12** 現在のあなたの歯の状況をお聞きます。親知らず以外で「抜けている歯」がありますか。1つ選んで番号に をつけてください。

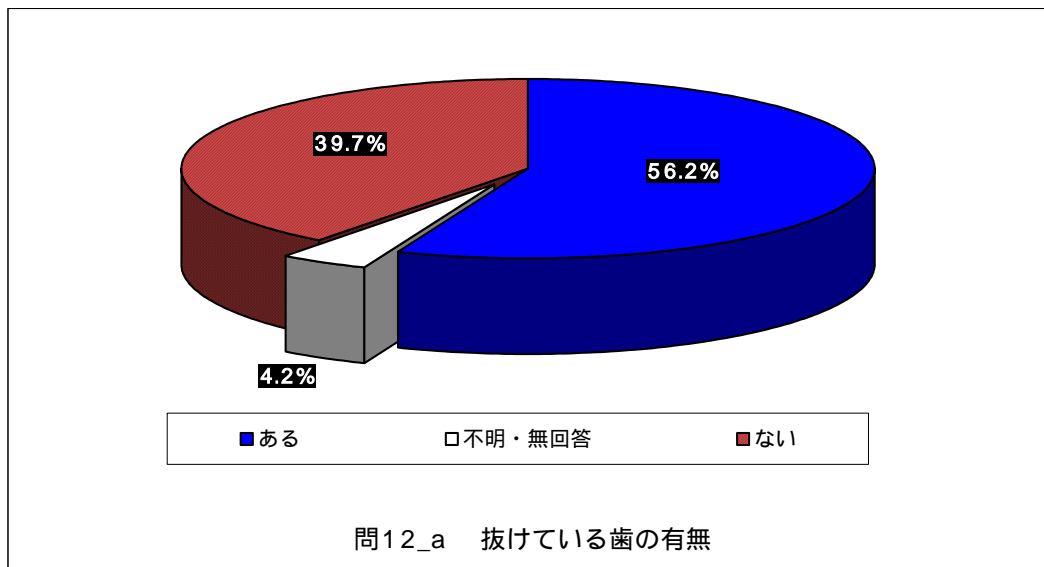
1. ある                      2. ない

「抜けている歯」について、右の図の番号に 印をつけてください。

- 「抜けている歯」とは、歯の根が残っていない「入れ歯」、「ブリッジ」、「インプラント」を含みます。
- ・ブリッジ：抜けた歯の両側の歯を支柱にし、橋をかけたようにして歯を形成。
  - ・インプラント：歯の根から抜き、人工的な根を骨に埋め込んでその上に歯を形成。



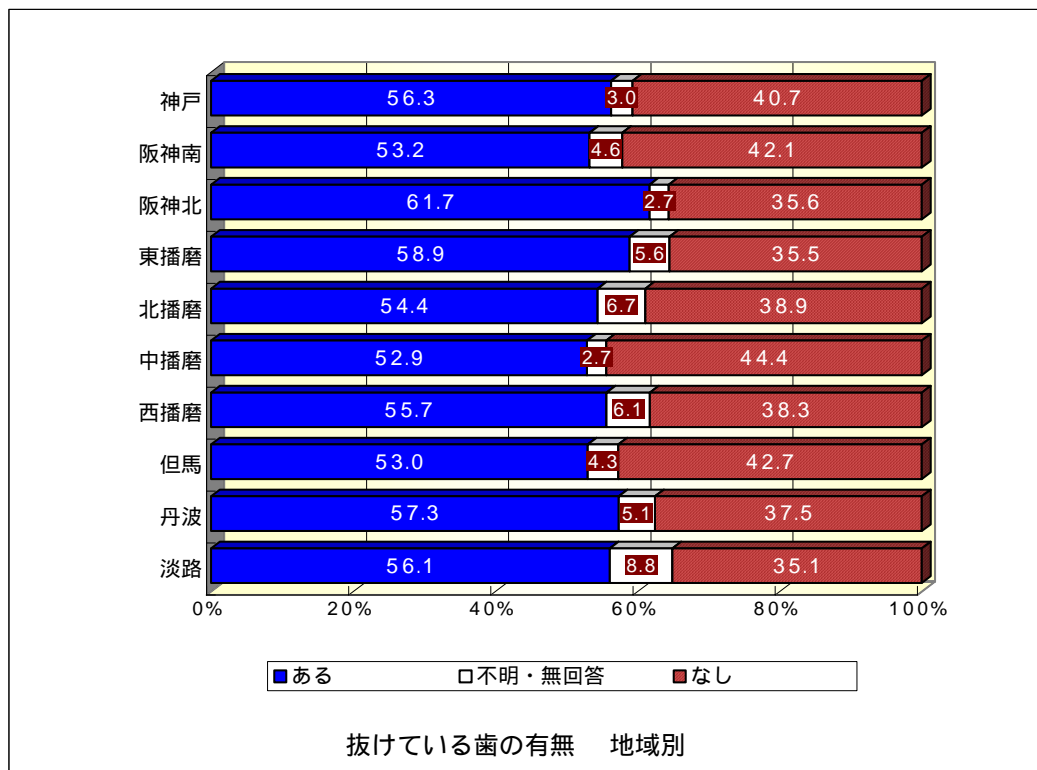
「ある」が56.2%、「ない」が39.7%となっている。



### 地域別

抜けている歯が「ある」は、阪神北が6割を超え（61.7%）で最も多く、東播磨（58.9%）、丹波（57.3%）の順が続いている。「ない」は、中播磨（44.4%）、但馬（42.7%）、阪神南（42.1%）、神戸（40.7%）で4割を超えている。

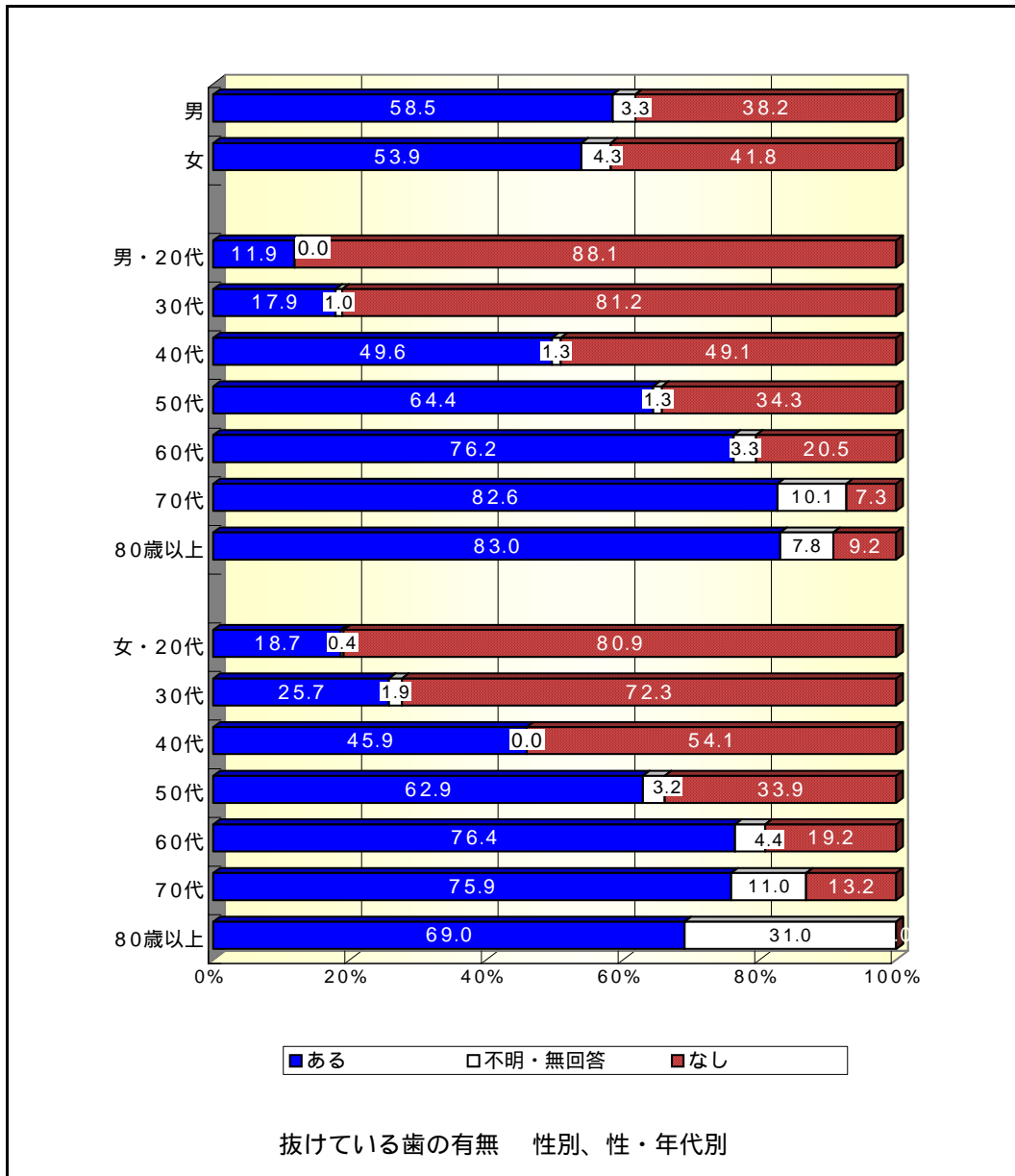
「ある」「ない」ともに、最も多い地域と最も少ない地域の差は10ポイント以内となっており地域間で大きな差異はない。



### 性別、性・年代別

性別では、大きな差異はみられない。

性・年代別では、抜けている歯が「ない」は、男性の20代・30代が女性の20代・30代をそれぞれ7.2ポイント・8.9ポイント上回っている。



(2) 抜けている歯の状況

抜けている歯で最も多いのは、自身から見て左下の2本（設問のイラスト番号の15、16番）。一方、抜けている歯が少ないのは、下の歯の中央部（19～24番）となっている。

抜けている歯（地域別）

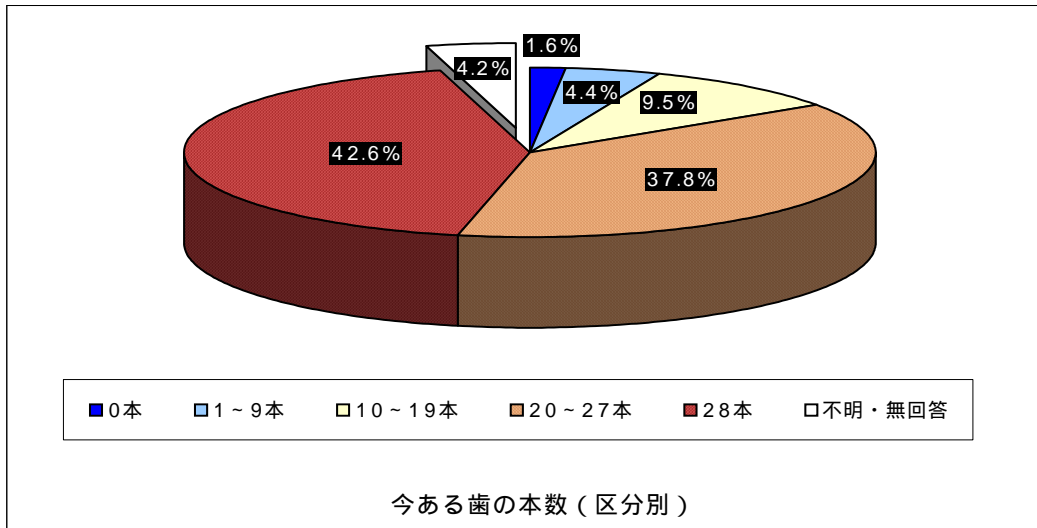
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
全 県	33.3	32.1	24.5	22.1	19.9	20.6	24.9	24.5	20.1	19.7
<b>(地域別)</b>										
神戸	36.9	34.6	26.9	23.1	20.8	20.8	24.6	23.8	21.5	19.2
阪神南	25.2	28.7	17.4	16.5	18.3	17.4	19.1	17.4	14.8	16.5
阪神北	29.9	27.0	20.4	21.2	18.2	21.9	26.3	27.0	23.4	24.1
東播磨	34.6	36.8	29.4	19.9	16.9	19.1	29.4	29.4	19.1	19.1
北播磨	29.2	25.5	20.4	20.4	19.0	21.2	24.1	24.1	21.9	13.9
中播磨	36.5	35.0	25.5	29.9	21.2	20.4	24.8	24.8	17.5	21.2
西播磨	38.8	35.4	31.3	28.6	27.2	27.9	27.9	25.9	23.1	24.5
但馬	41.9	34.5	29.7	28.4	23.6	23.6	31.8	32.4	23.0	23.0
丹波	37.5	32.1	28.0	24.4	23.2	22.0	24.4	28.0	25.0	20.8
淡路	30.6	25.2	23.8	18.4	21.8	22.4	23.1	23.1	19.7	15.6

	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
全 県	21.5	26.4	30.9	31.9	37.1	39.4	26.3	21.6	12.3	11.4
<b>(地域別)</b>										
神戸	24.6	30.0	36.2	32.3	38.5	40.8	33.1	30.0	12.3	11.5
阪神南	14.8	16.5	20.0	28.7	33.0	33.0	20.0	14.8	7.0	6.1
阪神北	20.4	23.4	27.7	29.9	36.5	41.6	19.0	18.2	12.4	10.2
東播磨	20.6	30.9	34.6	32.4	36.0	35.3	25.7	17.6	12.5	14.7
北播磨	19.0	20.4	25.5	28.5	32.1	37.2	23.4	15.3	12.4	12.4
中播磨	24.8	32.1	32.1	32.8	43.8	48.9	28.5	22.6	16.8	13.1
西播磨	28.6	32.0	36.7	38.8	40.8	40.8	30.6	23.8	17.7	15.0
但馬	23.6	28.4	36.5	36.5	36.5	36.5	25.7	20.3	14.2	12.8
丹波	27.4	33.3	38.1	42.3	41.1	45.8	32.1	27.4	19.6	16.7
淡路	16.3	20.4	27.2	33.3	34.7	42.2	24.5	17.7	12.2	12.9

	21	22	23	24	25	26	27	28	不明・ 無回答
全 県	13.0	9.6	7.5	8.9	14.7	21.7	31.8	31.2	5.2
<b>(地域別)</b>									
神戸	13.8	11.5	8.5	12.3	16.9	25.4	36.2	33.1	2.3
阪神南	9.6	4.3	4.3	6.1	12.2	14.8	22.6	23.5	8.7
阪神北	10.9	11.7	6.6	9.5	12.4	20.4	29.9	32.1	3.6
東播磨	13.2	11.0	10.3	6.6	13.2	17.6	33.8	34.6	7.4
北播磨	11.7	8.0	6.6	8.8	13.9	20.4	29.2	24.1	7.3
中播磨	16.1	8.0	8.8	7.3	17.5	28.5	39.4	37.2	2.9
西播磨	15.0	9.5	6.8	8.8	14.3	24.5	29.3	32.0	6.8
但馬	14.2	8.8	7.4	7.4	16.2	21.6	31.8	31.8	4.7
丹波	19.6	10.7	7.1	8.3	19.6	23.8	33.9	33.9	7.7
淡路	16.3	15.0	7.5	8.2	14.3	25.2	27.9	27.9	8.8

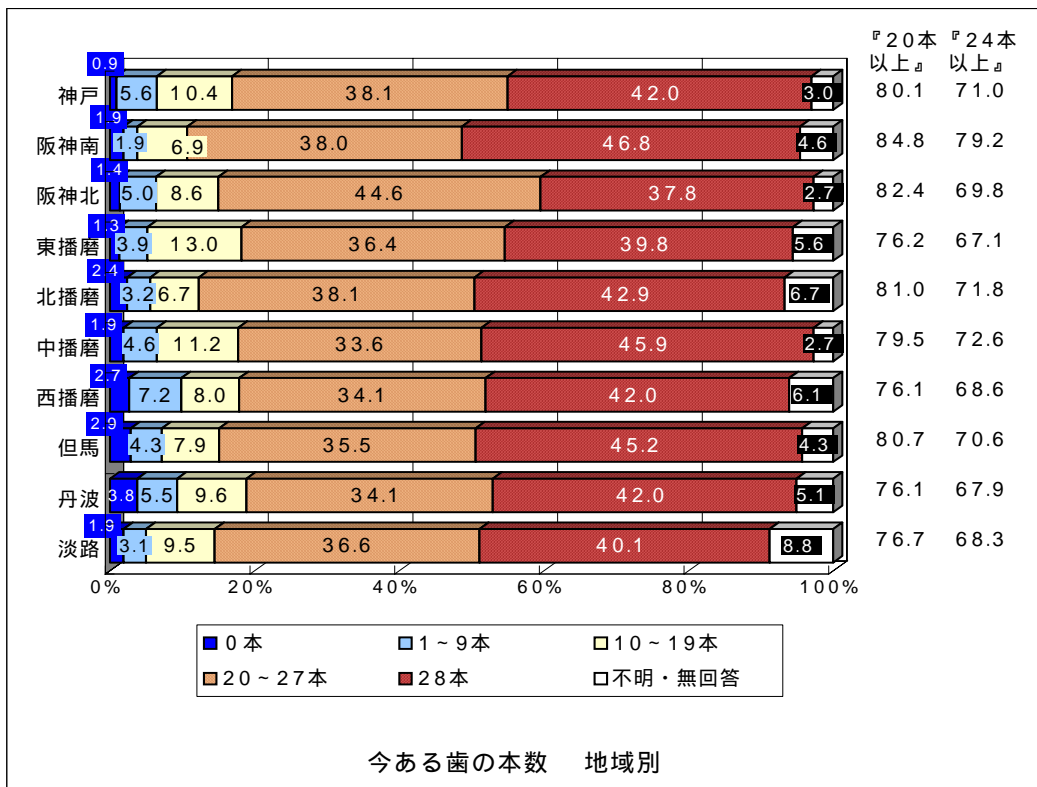
(3) 今ある歯の本数

全てそろっている「28本」は42.6%、次いで、「20～27本」が37.8%となっており、両者を合わせた『20本以上』は80.4%となっている。 親知らずは除きます



地域別

残っている本数が『20本以上』は、阪神南(84.8%)が最も多く、阪神北(82.4%)、北播磨(81.0%)、但馬(80.7%)、神戸(80.1%)が8割を超えているが、地域間で大きな差異はない。

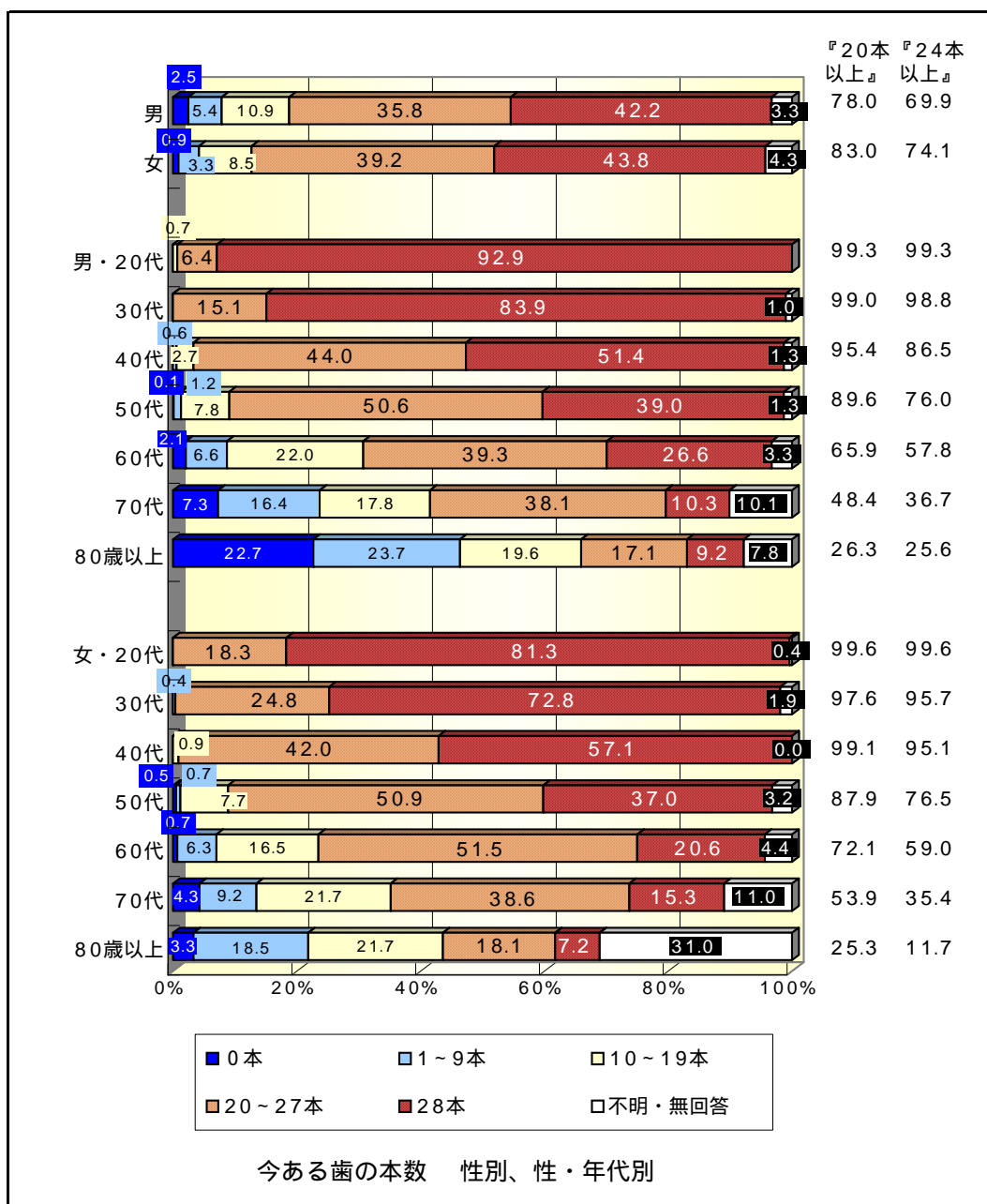


性別、性・年代別

性別で見ると、女性の方が残っている歯の本数が多くなっている。

性・年代別で見ると、残っている本数が『20本以上』は、20～40代では男女とも95%を超えているが、50代以降で減少傾向が顕著である。

「21世紀における国民健康づくり運動」(健康日本21)の目標である80歳以上で『20本以上』歯が残っている人は、男性26.3%、女性25.3%、60歳で『24本以上』歯が残っているのは、男性57.8%、女性59.0%となっている。



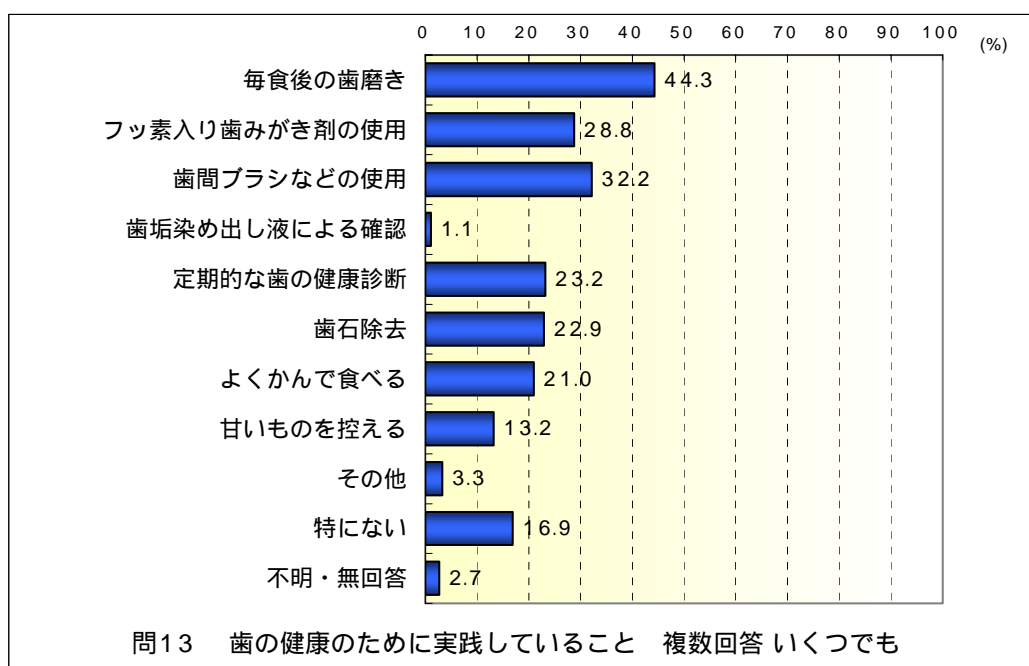
(4) 歯の健康のために実践していること

**問13** あなたは、歯や歯ぐきなどのために、どんなことを行っていますか。いくつでも選んで番号をつけてください。

- |                            |                  |
|----------------------------|------------------|
| 1. 毎食後の歯磨き                 | 6. 歯石除去          |
| 2. フッ素入り歯みがき剤の使用           | 7. よくかんで食べる      |
| 3. 糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用 | 8. 甘い食べ物や飲み物を控える |
| 4. 歯垢染め出し液による確認            | 9. その他           |
| 5. 定期的な歯の健康診断              | 10. 特にない         |

デンタルフロス：ナイロンなどの歯間掃除用の細い糸  
糸ようじ：デンタルフロスを専用の柄に取り付けたもの

「毎食後の歯磨き」が4割を超え(44.3%)で最も多く、「糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用」(32.2%)、「フッ素入り歯みがき剤の使用」(28.8%)の順で続いている。「特にない」は16.9%となっている。



## 地域別

地域間の差が最も大きいのは「定期的な歯の健康診断」で、最も多い阪神北（31.5％）と最も少ない淡路（11.5％）では20ポイントの差が生じている。また、「糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用」では、神戸（35.5％）や阪神北（34.7％）などの都市部で35％前後と高くなっているが、淡路（18.7％）や西播磨（21.6％）は2割前後となっている。

歯の健康のために実践していること（地域別）

	毎食後の歯磨き	フッ素入り歯みがき剤の使用	糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用	歯垢染め出し液による確認	定期的な歯の健康診断	歯石除去	よくかんで食べる	甘い食べ物や飲み物を控える	その他	特にない	不明・無回答
全 県	44.3	28.8	32.2	1.1	23.2	22.9	21.0	13.2	3.3	16.9	2.7
<b>(地域別)</b>											
神戸	43.3	33.8	35.5	1.7	26.4	27.3	22.5	11.3	4.3	12.1	1.7
阪神南	50.5	25.9	34.3	0.5	22.2	24.1	19.0	13.9	2.8	15.3	3.7
阪神北	41.4	22.5	34.7	0.9	31.5	22.1	22.5	12.2	3.2	19.8	3.2
東播磨	45.9	30.7	34.6	0.4	26.4	24.2	19.9	16.0	1.7	16.0	1.3
北播磨	43.3	29.8	29.0	1.6	15.5	17.1	23.4	13.9	2.8	19.8	2.0
中播磨	42.9	25.9	27.4	1.2	17.0	18.1	19.3	12.4	2.7	21.2	3.9
西播磨	36.7	28.8	21.6	0.8	12.9	16.7	22.0	17.4	3.8	26.1	2.7
但馬	45.9	28.3	26.5	2.2	15.4	17.2	19.7	13.6	3.2	21.1	3.9
丹波	40.3	28.0	27.3	2.4	21.2	21.2	19.8	13.0	3.8	19.8	4.1
淡路	40.1	28.6	18.7	1.1	11.5	18.7	19.1	15.3	6.9	18.7	4.6

## 性別、性・年代別

性別でみると、「糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用」で、女性（40.9％）と男性（22.4％）で18.5ポイントの差が生じているほか、ほとんどの項目で女性の方が多くなっている。「特にない」は、男性（23.7％）が女性（11.3％）を12.4ポイント上回っている。性・年代別でみると、男女とも高年層で「よくかんで食べる」が多くなっており、男性では最も高い80歳以上と最も低い30代とで42.3ポイントの差が生じている。また、「毎食後の歯磨き」では、女性の60代（57.2％）が最も多く、最も少ない男性の20代（26.0％）と比べると、31.2ポイントの差が生じている。

歯の健康のために実践していること（性別）（性・年代別）

	毎食後の歯磨き	フッ素入り歯みがき剤の使用	糸ようじやデンタルフロス、歯間ブラシなどの使用	歯垢染め出し液による確認	定期的な歯の健康診断	歯石除去	よくかんで食べる	甘い食べ物や飲み物を控える	その他	特にない	不明・無回答
全 県	44.3	28.8	32.2	1.1	23.2	22.9	21.0	13.2	3.3	16.9	2.7
<b>(性別)</b>											
男 性	36.4	25.8	22.4	0.5	17.1	18.6	18.3	11.8	3.0	23.7	2.9
女 性	51.5	31.8	40.9	1.7	28.3	27.1	23.2	14.1	3.5	11.3	2.2
<b>(性・年代別)</b>											
<b>男 性</b>											
20代	26.0	18.5	7.1	0.4	9.4	1.9	15.3	12.1	5.6	28.2	0.0
30代	28.9	28.0	16.7	1.0	17.7	13.7	6.4	3.0	0.8	30.0	0.0
40代	36.0	31.7	29.7	0.0	11.6	11.7	13.4	4.6	3.1	21.5	0.8
50代	31.9	26.5	23.6	0.7	16.9	22.5	15.3	13.6	2.0	23.6	1.6
60代	38.9	27.4	26.1	0.0	19.8	19.4	20.4	15.1	0.6	21.8	2.4
70代	48.1	17.4	23.1	0.9	23.1	31.8	28.8	17.4	6.8	19.5	9.5
80歳以上	44.3	30.2	6.0	0.0	8.6	10.7	48.7	21.0	10.6	28.1	10.6
<b>女 性</b>											
20代	43.6	29.8	34.1	4.9	23.5	19.9	19.0	9.7	4.7	17.2	0.4
30代	51.8	28.7	38.4	0.6	31.5	23.6	10.7	5.8	4.0	12.0	0.1
40代	53.2	49.0	48.8	0.8	27.8	31.2	16.6	7.2	5.5	6.8	0.1
50代	45.7	28.4	39.3	0.7	20.8	21.7	21.1	15.5	3.2	12.6	2.3
60代	57.2	27.2	47.6	3.5	34.5	36.5	25.7	13.8	0.8	13.2	1.6
70代	55.8	27.7	35.3	1.0	36.5	29.4	46.8	32.5	4.0	5.8	7.1
80歳以上	50.2	38.0	20.7	0.0	3.2	14.7	41.0	31.4	3.2	13.6	15.0



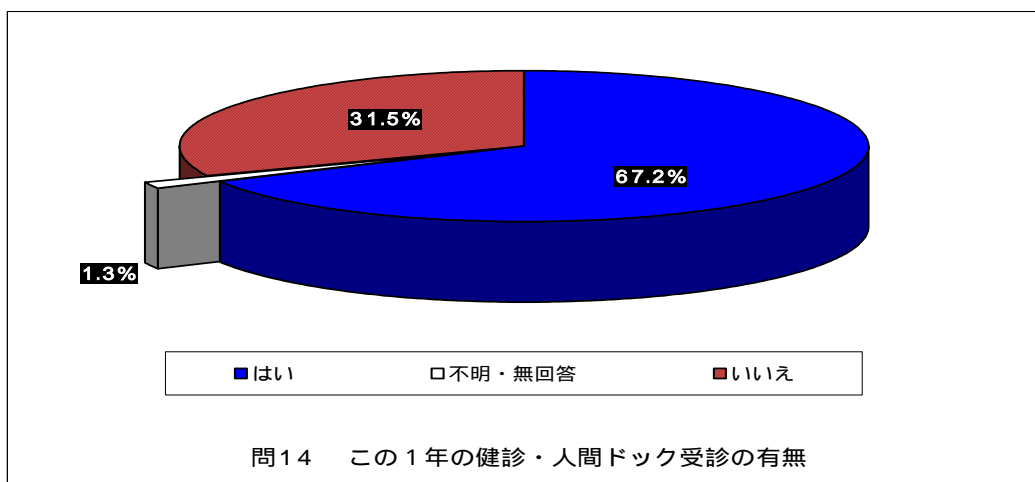
## 6 健康診断・健康管理について

### (1) この1年の健診・人間ドック受診の有無

**問14** あなたはこの1年間、健診（健康診断や健康診査）や人間ドックを受けたことがありますか。1つ選んで番号にをつけてください。（がんのみの検診、妊産婦健診、歯の健診、病院などで治療のために行う検査は含みません）

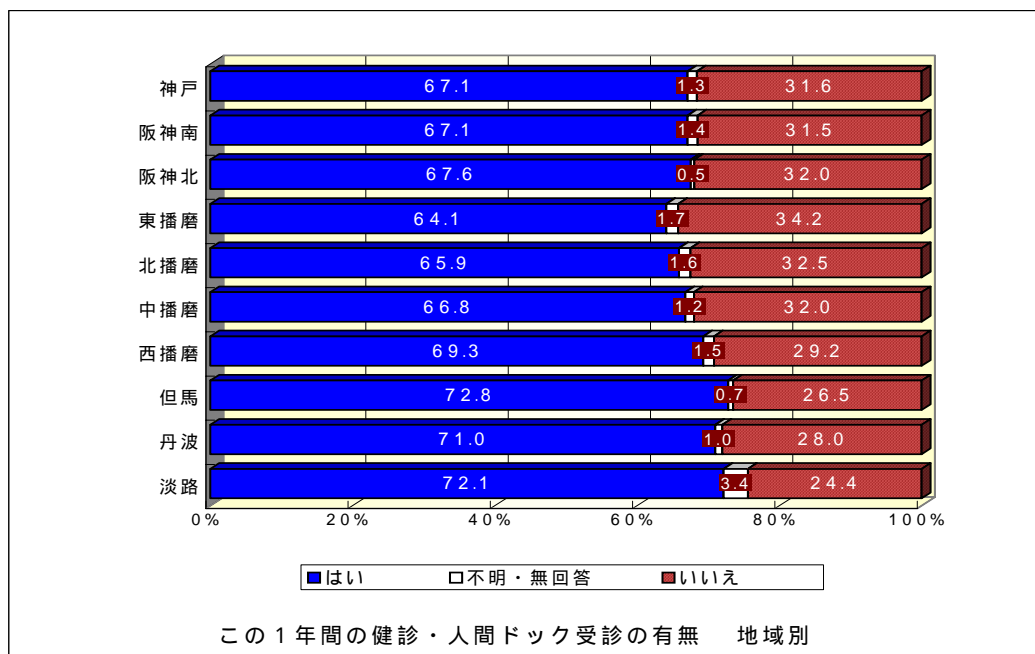
1. はい                      2. いいえ

「はい」が67.2%、「いいえ」が31.5%となっており、約3分の2が健診・人間ドックを受診している。



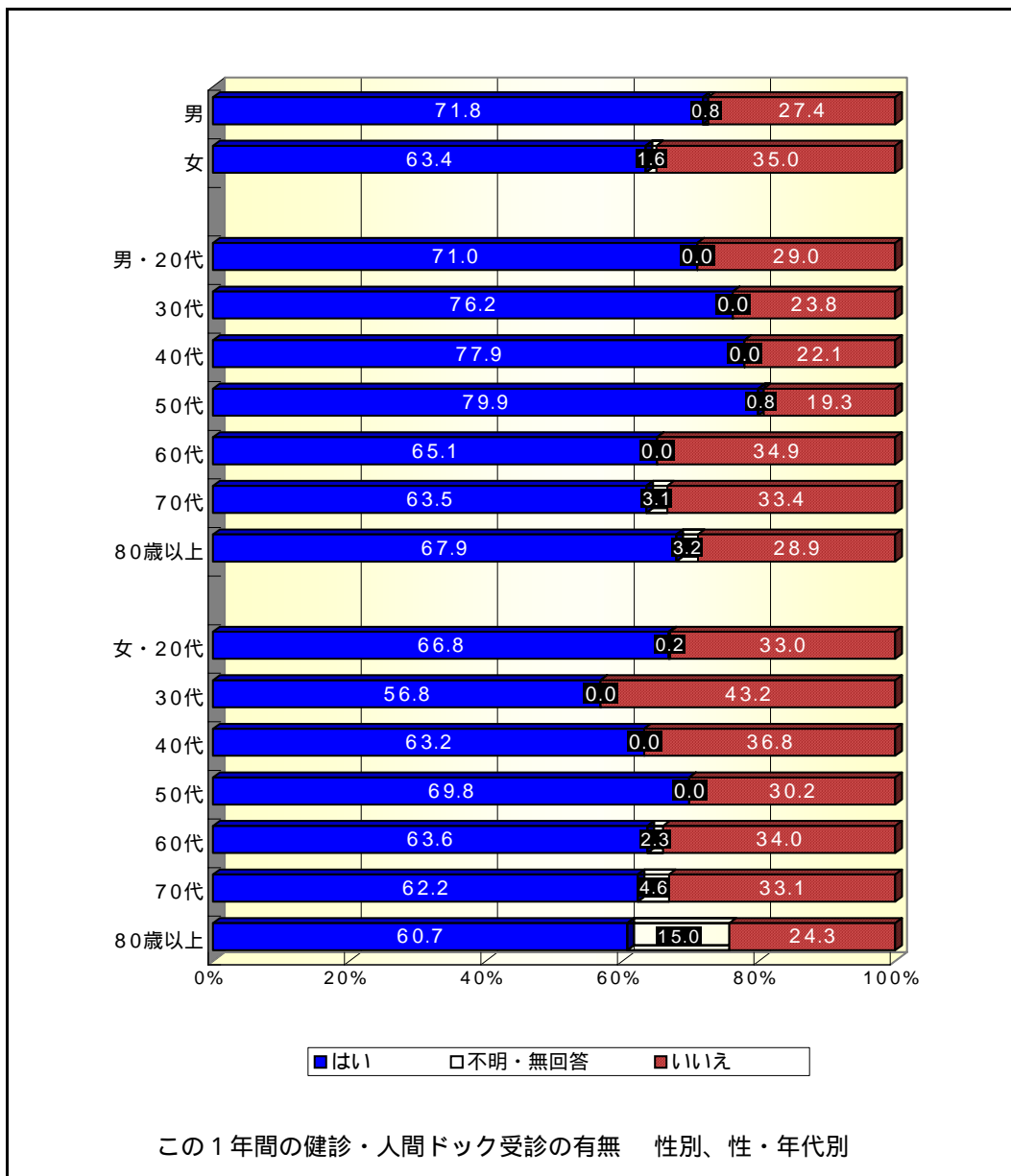
### 地域別

「はい」は、但馬（72.8%）、淡路（72.1%）、丹波（71.0%）で7割を超えて多くなっている。



### 性別、性・年代別

性別で見ると、男性の方が8.4ポイント、健診や人間ドックの受診した人多くなっている。  
 性・年代別で見ると、男性は、20代～50代の各世代で受診した人が7割を超えて多く  
 おり、女性は、受診した人が概ね6割台であるが、30代のみ6割を切って(56.8%)おり、  
 受診した人の少なさが目立っている。



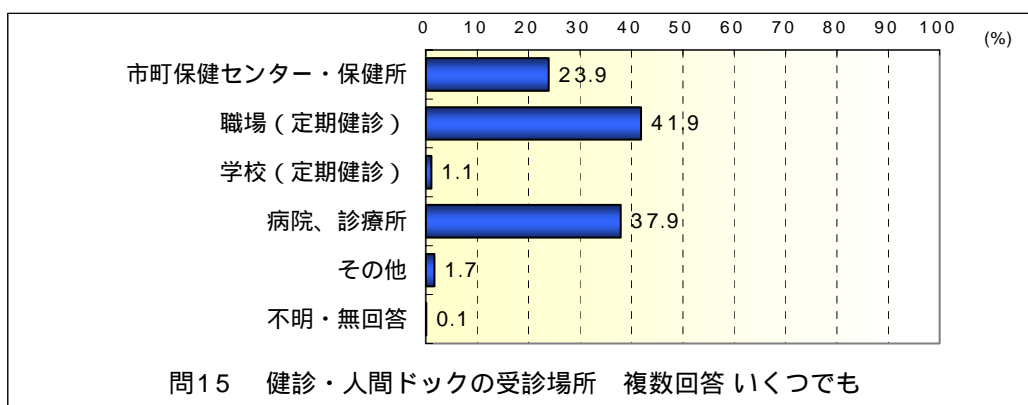
(2) 健診・人間ドックの受診場所

**問15** 【問14で1を選択された方にお聞きします】

どこで、健診や人間ドックを受けましたか。あてはまるものにつけてください。

- |                         |           |
|-------------------------|-----------|
| 1. 市町保健センター・保健所（巡回健診含む） | 4. 病院、診療所 |
| 2. 職場（定期健診）             | 5. その他    |
| 3. 学校（定期健診）             |           |

受診した施設は、「職場（定期健診）」が4割を超え（41.9%）で最も多く、「病院、診療所」（37.9%）、「市町保健センター・保健所」（23.9%）の順となっている。



**地域別**

「市町保健センター・保健所」と「病院・診療所」の2項目で20ポイントを超える地域差が生じている。

この2項目についてみると、「市町保健センター・保健所」は、丹波（40.4%）西播磨（37.7%）淡路（37.6%）で多く、阪神北（14.0%）東播磨（18.2%）阪神南（20.0%）で少なくなっているが、「病院、診療所」は、阪神北（48.0%）阪神南（40.7%）東播磨（39.2%）で多く、丹波（25.0%）淡路（25.9%）西播磨（26.8%）で少なくなっている。

**健診・人間ドックの受診場所（地域別）**

	市町保健センター・保健所（巡回健診含む）	職場（定期健診）	学校（定期健診）	病院、診療所	その他	不明・無回答
全 県	23.9	41.9	1.1	37.9	1.7	0.1
<b>(地域別)</b>						
神戸	25.8	41.3	0.6	37.4	1.9	0.0
阪神南	20.0	39.3	1.4	40.7	2.8	0.0
阪神北	14.0	44.7	1.3	48.0	0.7	0.7
東播磨	18.2	42.6	0.7	39.2	2.0	0.0
北播磨	28.3	42.2	2.4	33.7	2.4	0.0
中播磨	24.9	42.2	0.0	37.6	0.6	0.0
西播磨	37.7	44.3	1.6	26.8	1.6	0.0
但馬	31.0	46.3	2.5	28.1	1.0	0.0
丹波	40.4	38.9	2.9	25.0	0.0	0.5
淡路	37.6	40.7	1.6	25.9	1.1	0.5

### 性別、性・年代別

性別で見ると、「職場（定期健診）」は、男性の方が14.3ポイント多く、「市町保健センター・保健所」は、女性の方が15.4ポイント多くなっている。

性・年代別で見ると、男性は、「職場（定期健診）」が30代で8割を超え（81.0%）て最も多く、20代、40代、50代で6割半ばを超えている。60代以上は「病院・診療所」が多くなっている。女性も、20代～50代で「職場（定期健診）」が多く、60代以上では「病院・診療所」が多くなっている。

健診・人間ドックの受診場所（性別）（性・年代別）

	市町保健センター・保健所（巡回健診含む）	職場（定期健診）	学校（定期健診）	病院、診療所	その他	不明・無回答
全 県	23.9	41.9	1.1	37.9	1.7	0.1
<b>(性別)</b>						
男 性	16.1	49.4	0.9	37.9	1.1	0.0
女 性	31.5	35.1	1.3	37.7	1.9	0.2
<b>(性・年代別)</b>						
男 性						
20代	7.2	65.0	5.2	29.7	0.0	0.0
30代	6.3	81.0	0.2	15.7	0.0	0.0
40代	10.0	67.8	0.1	28.0	0.4	0.0
50代	8.2	66.3	1.0	28.5	1.9	0.0
60代	26.2	29.6	0.3	51.0	0.2	0.0
70代	32.6	1.8	1.2	64.6	3.4	0.0
80歳以上	26.9	0.0	1.2	70.8	3.1	0.0
女 性						
20代	12.8	65.1	11.0	10.4	2.9	0.2
30代	27.3	57.5	1.1	18.5	3.3	0.0
40代	30.3	53.6	0.0	28.4	1.4	0.0
50代	29.3	44.7	0.0	31.8	0.6	0.0
60代	42.2	5.2	0.0	57.8	0.2	0.8
70代	38.1	0.0	0.0	65.3	5.3	0.0
80歳以上	39.7	0.0	0.0	69.9	2.0	0.0

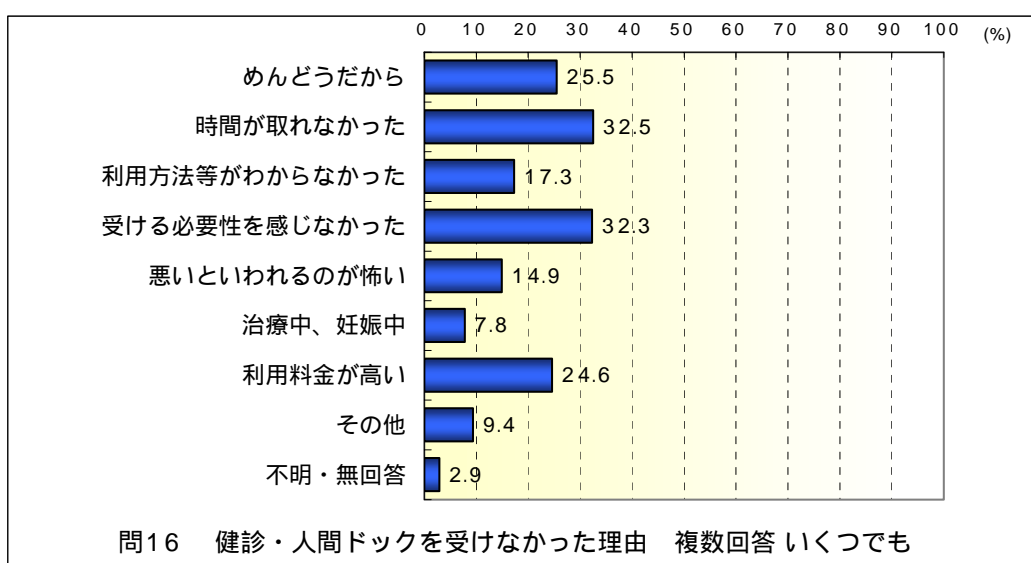
(3) 健診・人間ドックを受けなかった理由

**問16** 【問14で2を選択された方にお聞きします】

健診や人間ドックを受けなかった理由は何ですか。いくつでも選んで番号に をつけてください。

- |                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| 1. めんどうだから               | 5. 悪いといわれるのが怖い     |
| 2. 時間が取れなかった             | 6. 治療中、妊娠中である(あった) |
| 3. 利用できる施設・方法・時間がわからなかった | 7. 利用料金が高い         |
| 4. 受ける必要性を感じなかった         | 8. その他( )          |

「時間が取れなかった」(32.5%)が最も多く、「受ける必要性を感じなかった」(32.2%)、「めんどうだから」(25.5%)の順で続いている。



**地域別**

地域差が最も大きい項目は「受ける必要性を感じなかった」で、最も多い神戸(43.8%)と最も少ない阪神南(20.6%)で23.2ポイントの差が生じている。

**健診・人間ドックを受けなかった理由 (地域別)**

	めんどうだから	時間が取れなかった	利用できる施設・方法・時間がわからなかった	受ける必要性を感じなかった	悪いといわれるのが怖い	治療中、妊娠中である(あった)	利用料金が高い	その他	不明・無回答
全 県	25.5	32.5	17.3	32.3	14.9	7.8	24.6	9.4	2.9
(地域別)									
神戸	26.0	31.5	19.2	43.8	17.8	6.8	26.0	8.2	4.1
阪神南	27.9	41.2	26.5	20.6	11.8	2.9	30.9	5.9	4.4
阪神北	18.3	29.6	8.5	33.8	16.9	11.3	26.8	11.3	0.0
東播磨	22.8	26.6	17.7	36.7	15.2	5.1	22.8	8.9	3.8
北播磨	28.0	24.4	9.8	24.4	13.4	13.4	20.7	11.0	2.4
中播磨	32.5	37.3	18.1	27.7	10.8	9.6	21.7	12.0	1.2
西播磨	24.7	32.5	11.7	24.7	16.9	7.8	22.1	14.3	0.0
但馬	24.3	28.4	10.8	23.0	8.1	16.2	9.5	10.8	2.7
丹波	25.6	35.4	13.4	22.0	9.8	17.1	15.9	18.3	3.7
淡路	21.9	26.6	4.7	28.1	21.9	15.6	9.4	10.9	0.0

性別、性・年代別

性別で見ると、男性の方が「受ける必要性を感じなかったから」や「めんどうだから」が多く、「利用料金が高い」や「悪いといわれるのが怖い」などは女性の方が多くなっている。

性・年代別で見ると、男性では40代で「時間が取れなかった」が6割台半ばを超え（67.8%）で最も多くなっており、20代や30代の若い層及び80歳以上では「受ける必要性を感じなかった」が5割を超えている。また、40代や50代では「時間が取れなかった」が他の項目と比べて最も多くなっているが、その他の年代では、「受ける必要性を感じなかった」が、他の項目と比べて最も多くなっている。

女性では、30代で「利用料金が高い」が5割を超え（51.3%）最も多くなっている。一方、60代や70代では「受ける必要性を感じなかった」が、他の項目と比べて多くなっているほか、20代では「利用できる施設・方法・時間がわからなかった」（45.8%）が、最も多くなっている。

健診・人間ドックを受けなかった理由（性別）（性・年代別）

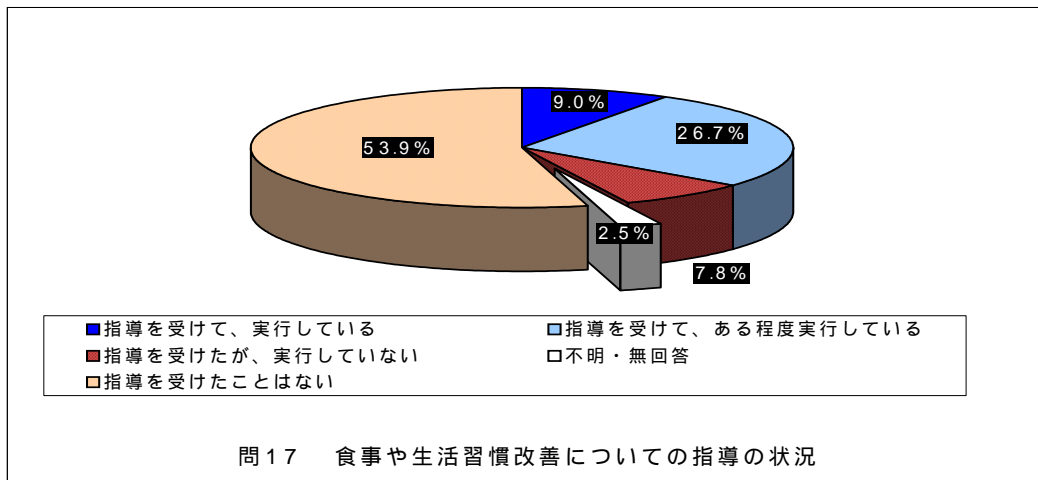
	めんどうだから	時間が取れなかった	利用できる施設・方法・時間がわからなかった	受ける必要性を感じなかった	悪いといわれるのが怖い	治療中、妊娠中である（あった）	利用料金が高い	その他	不明・無回答
全 県	25.5	32.5	17.3	32.3	14.9	7.8	24.6	9.4	2.9
<b>(性別)</b>									
男 性	28.8	30.8	16.4	35.9	11.6	6.1	18.9	8.5	3.0
女 性	23.7	33.8	18.3	30.1	17.4	9.0	28.0	10.0	2.8
<b>(性・年代別)</b>									
男 性									
20代	28.3	30.4	16.1	58.4	6.2	2.3	21.7	12.4	0.0
30代	22.5	32.7	10.9	51.0	4.1	0.0	28.8	9.8	0.5
40代	22.5	67.8	23.3	10.0	18.9	1.8	21.1	5.6	1.3
50代	36.9	44.7	12.0	15.2	17.1	2.5	11.0	3.2	4.7
60代	36.2	26.3	21.4	41.6	12.5	5.0	24.8	5.6	1.6
70代	22.7	9.6	14.5	36.4	10.5	16.7	10.6	14.8	8.3
80歳以上	7.0	0.0	0.0	56.6	0.0	16.8	0.0	19.6	0.0
女 性									
20代	23.7	34.7	45.8	22.0	4.8	6.3	29.7	8.5	0.0
30代	27.6	43.3	31.1	28.9	9.5	11.0	51.3	5.2	0.0
40代	38.1	41.9	15.8	22.5	34.6	6.8	26.2	5.2	1.8
50代	20.5	40.7	9.2	28.4	18.9	3.5	26.9	11.8	0.0
60代	18.4	33.1	12.5	35.4	16.2	4.4	17.1	18.1	7.2
70代	13.8	4.6	3.8	46.1	22.4	24.7	11.7	2.3	1.2
80歳以上	9.6	0.0	0.0	26.0	0.0	15.9	0.0	58.1	13.3

(4) 食事や生活習慣改善についての指導の状況

**問 17** あなたはこれまでに、健診や人間ドックの際に、食事や生活習慣の改善について、指導を受けましたか。1つ選んで番号に をつけてください。

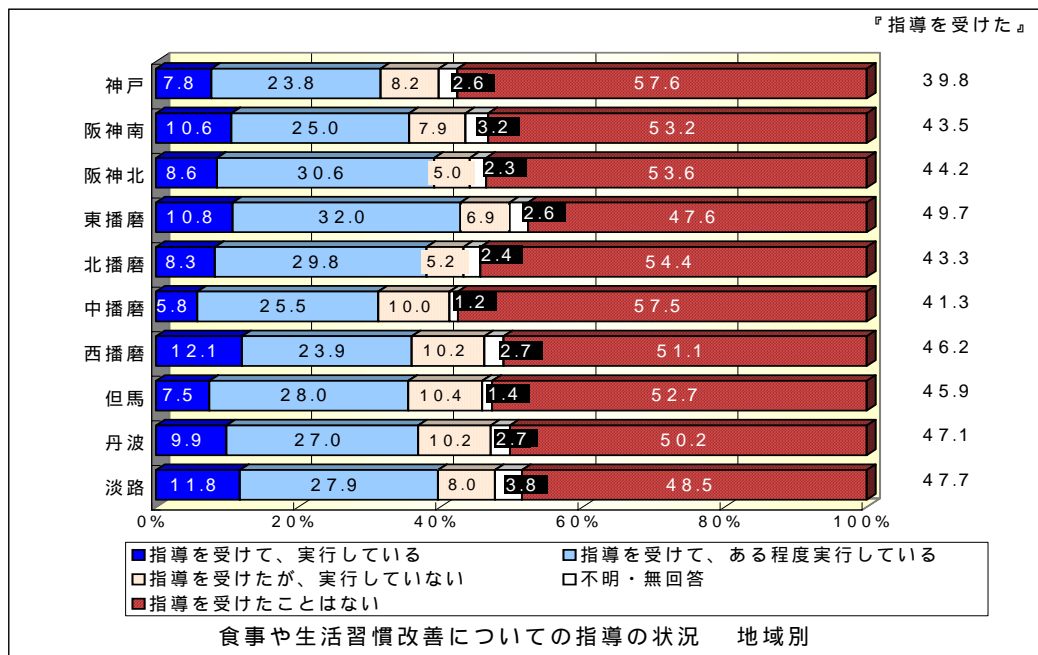
- 1. 指導を受けて、実行している
- 2. 指導を受けて、ある程度実行している
- 3. 指導を受けたが、実行していない
- 4. 指導を受けたことはない

「指導を受けて、実行している」が9.0%、「指導を受けて、ある程度実行している」が26.7%となっている。一方、「指導を受けたが、実行していない」は7.8%であり、3項目を合わせた『指導を受けた』の比率は43.5%となっている。



**地域別**

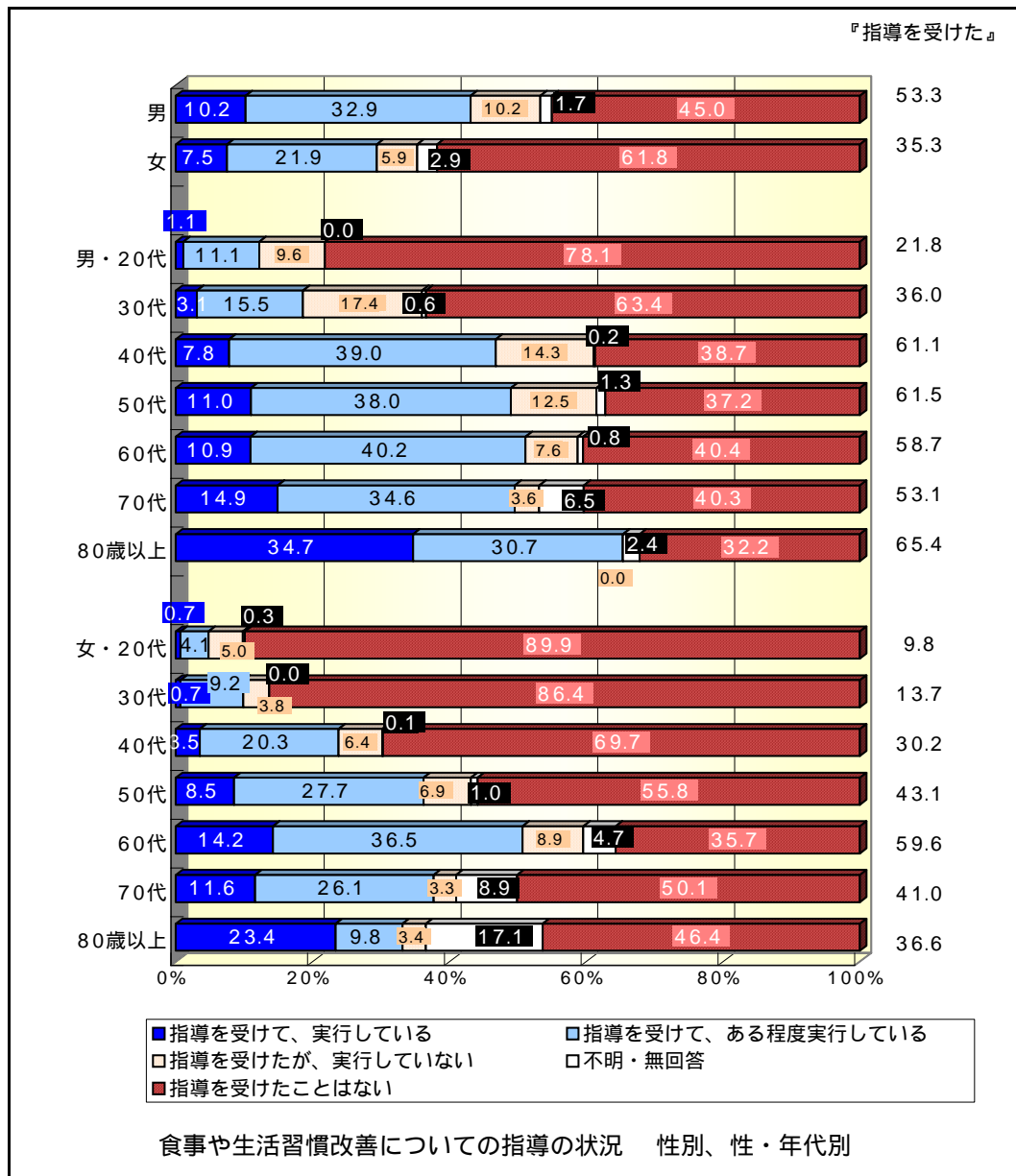
『指導を受けた』は、東播磨（49.7%）、淡路（47.7%）、丹波（47.1%）などで多くなっているが、地域間の差は10ポイント以内であり、大きな差異はない。



## 性別、性・年代別

性別で見ると、『指導を受けた』の比率は、男性が5割を超え(53.3%)であり、女性(35.3%)との間に18ポイントの差が生じている。

性・年代別で見ると、『指導を受けた』は、男性は20代、30代、女性は20代~40代で少なく、女性の20代は1割を切って(9.8%)いる。『指導を受けた』は総じて各年代とも男性の方が多いが、60代のみ、女性(59.6%)が男性(58.7%)を上回っている



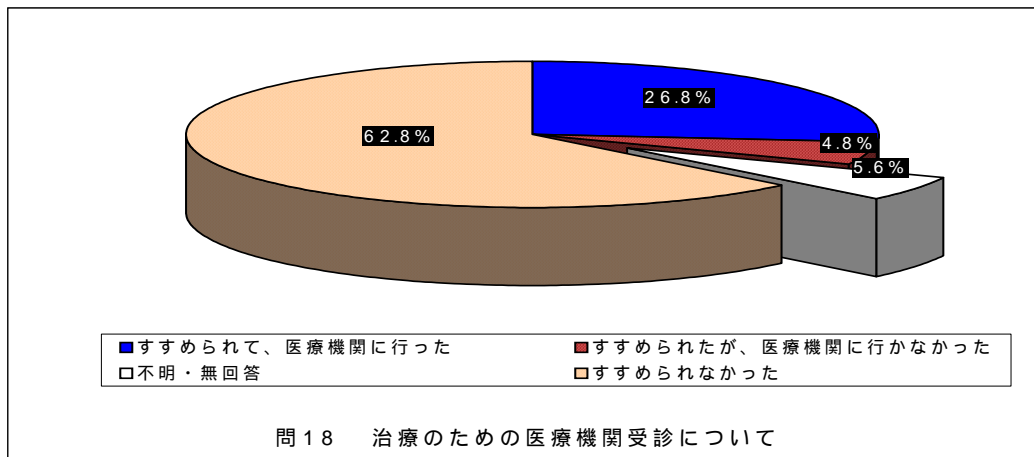


(5) 治療のための医療機関受診について

**問 18** あなたはこれまでに、健診や人間ドックの際に、治療のために医療機関の受診をすすめられましたか（再検査や精密検査が目的の場合は除きます）。1つ選んで番号にをつけてください。

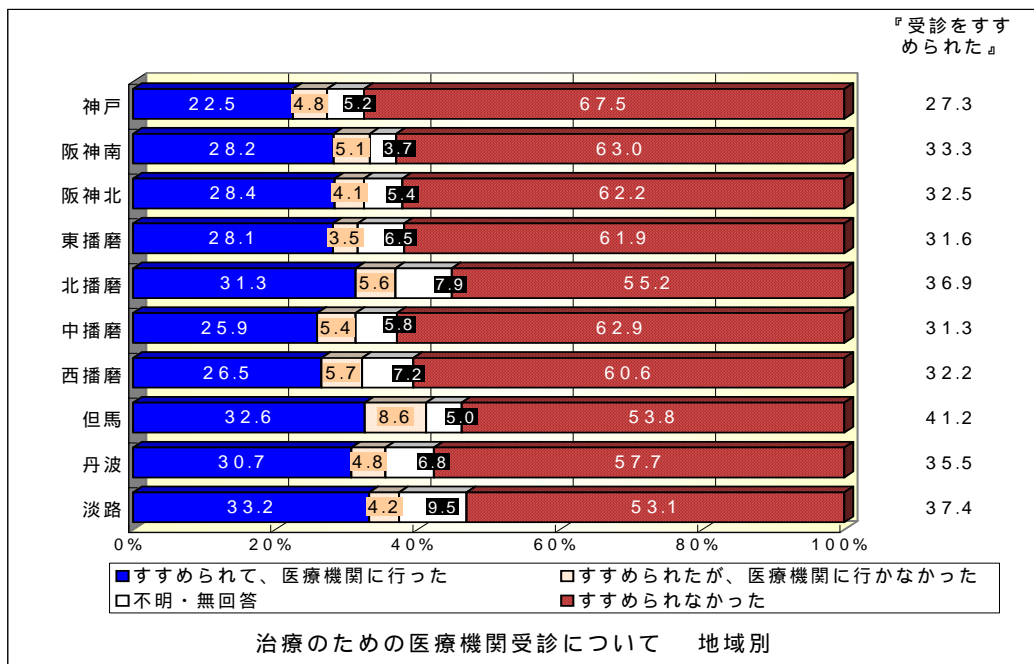
- 1. すすめられて、医療機関に行った
- 2. すすめられたが、医療機関に行かなかった
- 3. すすめられなかった

「すすめられて、医療機関に行った」は26.8%、「すすめられたが、医療機関に行かなかった」は4.8%となっており、両者を合わせた『すすめられた』は31.6%となっている。



**地域別**

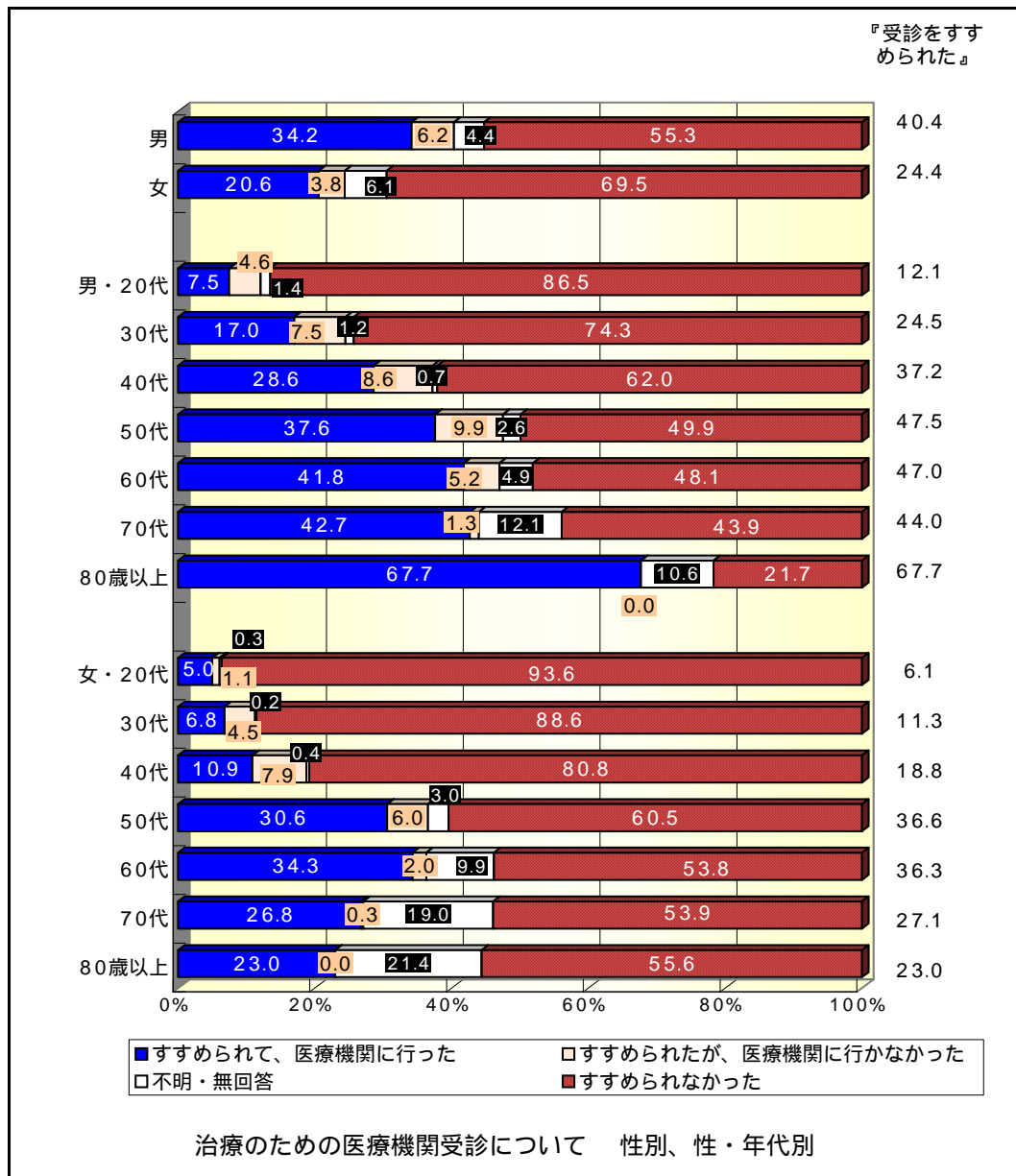
医療機関で受診を『すすめられた』は、但馬（41.2%）、淡路（37.4%）、北播磨（36.9%）などの地域で多くなっている。最も少ないのは神戸（27.3%）で、最も多い但馬と13.9ポイントの差が生じている。



### 性別・性・年代別

性別で見ると、医療機関の受診を『すすめられた』は、男性が4割を超え（40.4%）であり、女性（24.4%）を16ポイント上回っている。

性・年代別で見ると、医療機関の受診を『すすめられた』は、男性では80歳以上（67.7%）が最も多く、50代（47.5%）、60代（47.0%）の順で続いているが、女性では、50代（36.6%）が最も多く、60代（36.3%）、70代（27.1%）、80歳以上（23.0%）の順となっている。



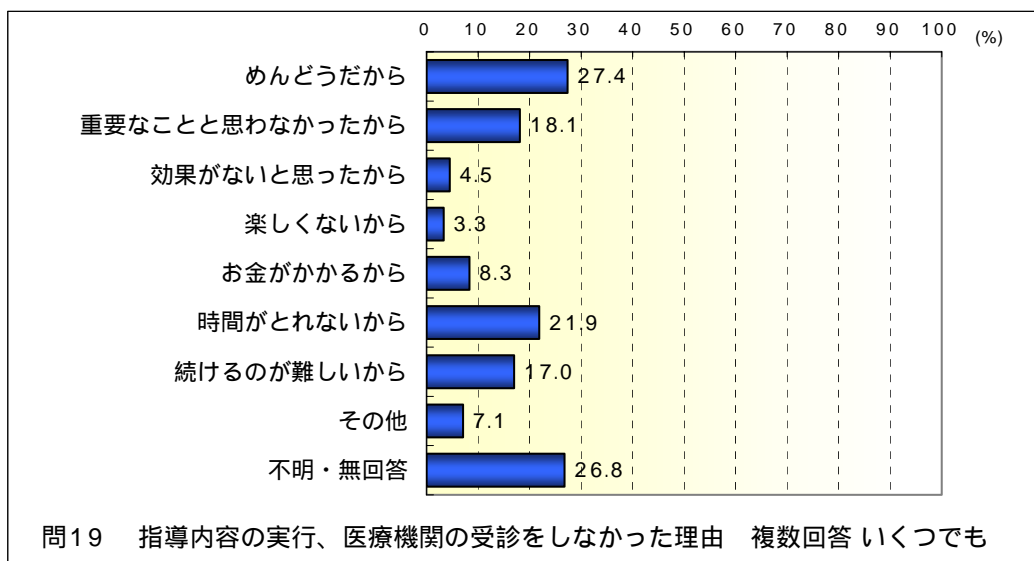
(6) 指導内容の実行、医療機関の受診をしなかった理由

**問 19** 【問 17 で 3 , または問 18 で 2 を選択された方にお聞きします。】

指導を受けたのに実行していない、またはすすめられたのに医療機関に行かなかった理由は何ですか。いくつでも選んで番号に をつけてください。

- |                   |               |
|-------------------|---------------|
| 1. めんどうだから        | 5. お金がかかるから   |
| 2. 重要なことと思わなかったから | 6. 時間がとれないから  |
| 3. 効果がないと思ったから    | 7. 続けるのが難しいから |
| 4. 楽しくないから        | 8. その他 ( )    |

「めんどうだから」が 27.4%で最も多く、「時間がとれないから」(21.9%)、「重要なことと思わなかったから」(18.1%)の順で続いている。



**地域別**

全県集計で最も多かった「めんどうだから」は、東播磨 (45.0%)、北播磨 (37.5%) で 4 割前後と多くなっている。「重要なことと思わなかったから」は、最も多い阪神北 (38.9%) と最も少ない神戸 (8.0%) の間で 30.9 ポイントの差が生じている。

**指導内容の実行、医療機関の受診をしなかった理由 (地域別)**

	めんどうだから	重要なことと思わなかったから	効果がないと思ったから	楽しくないから	お金がかかるから	時間がとれないから	続けるのが難しいから	その他	不明・無回答
全 県	27.4	18.1	4.5	3.3	8.3	21.9	17.0	7.1	26.8
<b>(地域別)</b>									
神戸	28.0	8.0	4.0	0.0	4.0	20.0	16.0	4.0	36.0
阪神南	23.1	19.2	0.0	7.7	3.8	19.2	11.5	15.4	30.8
阪神北	16.7	38.9	11.1	0.0	16.7	22.2	27.8	11.1	5.6
東播磨	45.0	10.0	0.0	5.0	20.0	20.0	15.0	5.0	20.0
北播磨	37.5	20.8	8.3	4.2	8.3	29.2	29.2	0.0	8.3
中播磨	27.8	27.8	8.3	5.6	8.3	22.2	13.9	2.8	25.0
西播磨	22.5	17.5	7.5	2.5	12.5	22.5	17.5	2.5	35.0
但馬	26.1	15.2	4.3	0.0	4.3	28.3	17.4	10.9	23.9
丹波	19.5	22.0	4.9	7.3	12.2	36.6	26.8	12.2	24.4
淡路	28.6	21.4	3.6	0.0	3.6	25.0	21.4	3.6	28.6

## 性別、性・年代別

性別で見ると、男性は「時間が取れないから」、「めんどうだから」、「お金がかかるから」が女性より多くなっており、女性は「続けるのが難しいから」が男性より多くなっている。

性・年代別で見ると、男性では、「めんどうだから」や「時間がとれないから」が、20代～40代で多くなっている。一方、女性は、40代で「めんどうだから」が、また、60代で「続けるのが難しいから」が多くなっている。女性の「楽しくないから」は、20代を除く他の全ての年代が0.0%となっている。

指導内容の実行、医療機関の受診をしなかった理由（性別）（性・年代別）

	めんどうだから	重要なことと思わなかったから	効果がなれなかったから	楽しくないから	お金がかかるから	時間がとれないから	続けるのが難しいから	その他	不明・無回答
全 県	27.4	18.1	4.5	3.3	8.3	21.9	17.0	7.1	26.8
<b>(性別)</b>									
男 性	33.7	18.9	3.2	5.2	10.5	28.4	13.4	5.4	23.8
女 性	18.8	17.2	5.5	0.6	4.9	12.7	21.8	9.6	31.3
<b>(性・年代別)</b>									
<b>男 性</b>									
20代	43.7	9.4	6.7	2.5	2.5	44.5	9.4	2.5	0.0
30代	39.6	13.0	2.9	2.9	6.9	28.9	6.9	5.1	33.0
40代	41.9	21.4	1.8	4.5	5.0	43.9	11.7	1.3	17.6
50代	29.1	23.0	3.6	4.7	14.7	25.4	20.8	10.7	17.9
60代	22.8	23.2	1.6	11.2	12.3	14.5	12.6	4.2	32.2
70代	34.1	3.4	10.8	0.0	23.3	18.4	14.3	3.4	29.7
80歳以上	****	****	****	****	****	****	****	****	****
<b>女 性</b>									
20代	5.9	0.0	19.7	8.1	0.0	0.0	15.5	0.0	64.8
30代	19.6	29.7	5.6	0.0	8.1	23.3	25.7	12.0	21.2
40代	33.4	22.1	12.3	0.0	2.7	17.0	9.0	10.1	14.3
50代	9.4	24.3	1.7	0.0	7.6	11.0	12.1	16.8	29.3
60代	21.5	8.1	0.0	0.0	4.6	10.9	45.9	1.0	35.3
70代	9.2	0.0	4.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	86.0
80歳以上	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0

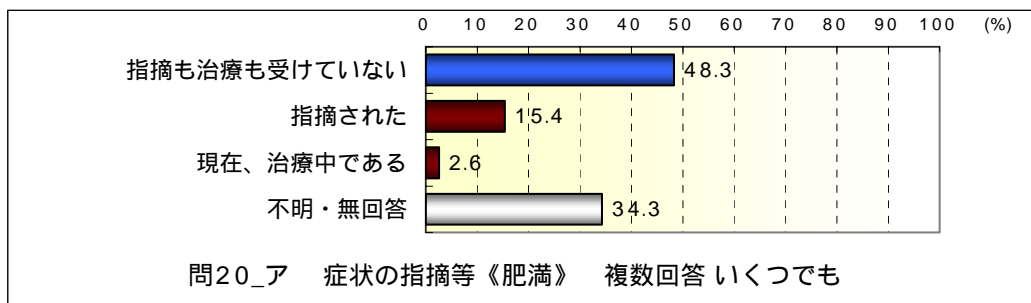
(7) 症状の指摘等

**問20** あなたはこれまで健診や人間ドックで、ア～エの4項目について指摘を受けたり、医療機関で治療を受けているものがありますか。あてはまる番号に をつけてください。(2と3の両方に がつく場合もあります。)

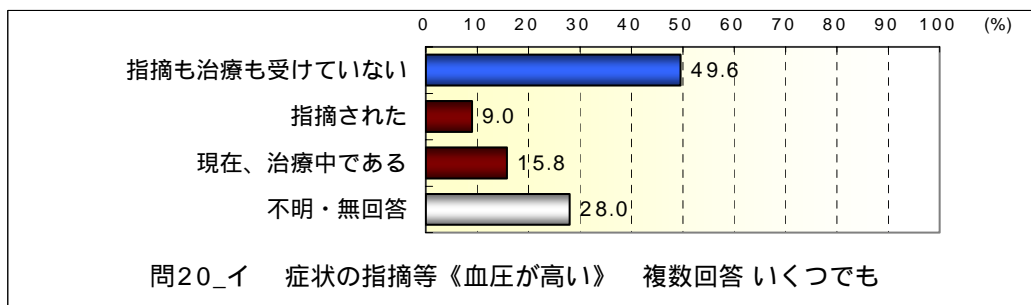
- ア．肥満
- イ．血圧が高い
- ウ．血糖が高い
- エ．血中の脂質異常

1．指摘も治療も受けていない    2．指摘された    3．現在、治療中である

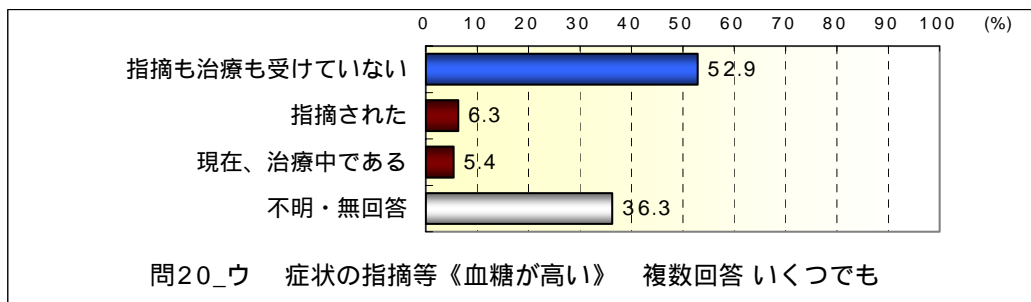
「肥満」について、「指摘も治療も受けていない」は48.3%となっている。また、「指摘された」は15.4%、「現在、治療中である」は2.6%となっている。



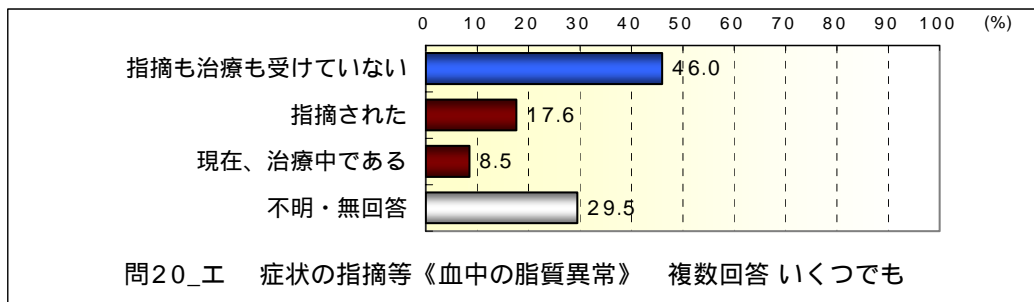
「血圧が高い」について、「指摘も治療も受けていない」は49.6%となっている。また、「指摘された」は9.0%、「現在、治療中である」は15.8%となっている。



「血糖が高い」について、「指摘も治療も受けていない」は52.9%となっている。また、「指摘された」は6.3%、「現在、治療中である」は5.4%となっている。



「血中の脂質異常」について、「指摘も治療も受けていない」は 46.0%となっている。また、「指摘された」は 17.6%、「現在、治療中である」は 8.5%となっている。



### 地域別

「指摘も治療も受けていない」は、「肥満」、「血圧が高い」、「血糖が高い」、「血中の脂質異常」の4項目とも、神戸、阪神南、阪神北が上位3位までを占めている。一方、淡路は、4項目とも「指摘も治療も受けていない」が最も少なくなっている。

#### ア 肥満 (地域別)

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	48.3	15.4	2.6	34.3
<b>(地域別)</b>				
神戸	51.9	16.5	3.5	29.9
阪神南	50.5	16.2	1.9	31.9
阪神北	50.9	15.3	1.8	32.0
東播磨	43.7	13.9	2.2	40.3
北播磨	45.6	14.3	4.4	36.5
中播磨	43.6	14.7	2.3	39.4
西播磨	48.1	12.1	1.5	38.6
但馬	44.4	16.8	3.6	35.5
丹波	47.4	13.3	2.0	38.6
淡路	34.4	18.3	5.0	43.1

#### イ 血圧が高い (地域別)

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	49.6	9.0	15.8	28.0
<b>(地域別)</b>				
神戸	53.2	6.5	18.2	23.8
阪神南	54.2	9.7	10.6	28.7
阪神北	49.5	10.8	16.7	25.7
東播磨	44.2	10.4	18.2	30.7
北播磨	46.4	9.1	14.3	32.5
中播磨	44.4	10.8	16.6	30.1
西播磨	49.2	8.0	12.5	31.4
但馬	48.7	8.6	15.4	29.4
丹波	44.7	10.9	15.7	31.7
淡路	37.8	9.5	19.5	36.3

#### ウ 血糖が高い (地域別)

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	52.9	6.3	5.4	36.3
<b>(地域別)</b>				
神戸	57.1	6.1	4.8	33.3
阪神南	55.1	6.9	4.6	34.3
阪神北	56.8	6.3	5.9	31.5
東播磨	45.5	7.8	5.2	42.4
北播磨	50.8	3.6	5.6	40.9
中播磨	47.5	5.4	7.7	39.8
西播磨	53.0	5.7	5.3	36.4
但馬	52.0	6.8	6.5	35.8
丹波	45.7	8.5	5.1	41.3
淡路	42.0	4.2	6.5	48.5

#### エ 血中の脂質異常 (地域別)

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	46.0	17.6	8.5	29.5
<b>(地域別)</b>				
神戸	49.8	18.6	8.2	25.5
阪神南	46.3	18.5	7.9	28.2
阪神北	51.8	13.5	7.2	28.4
東播磨	39.8	16.9	12.6	33.3
北播磨	43.3	18.7	7.9	32.5
中播磨	40.9	20.1	8.9	31.7
西播磨	45.1	19.7	7.2	29.5
但馬	46.2	12.9	6.8	34.4
丹波	41.0	16.7	4.4	38.2
淡路	35.9	16.8	10.7	39.3

## 性別、性・年代別

性別でみると、「肥満」、「血压」、「血糖」、「血中の脂質異常」のいずれの項目とも、男性の方が「指摘された」が多くなっている。また、「現在、治療中である」については「血中の脂質異常」を除く3項目で、男性が女性を上回っている。一方、「指摘も治療も受けていない」は、4項目とも女性が男性を10ポイント程度上回っている。

性・年代別でみると、男性は、「指摘された」が、「肥満」は30代、「血压」は50代、「血糖」は60代、「血中の脂質異常」は40代で最も多くなっている。女性は、「指摘された」が「肥満」は40代、70代で、「血压」は70代、80歳以上で、「血糖」は80歳以上、「血中の脂質異常」は50代で多くなっているが、どの年代とも、概ね男性より少なくなっている。「現在治療中である」は、4項目とも男女とも60代～80歳以上で多くなっている。

**ア 肥満（性別）（性・年代別）**

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	48.3	15.4	2.6	34.3
<b>(性別)</b>				
男 性	43.2	20.4	3.3	34.2
女 性	53.5	11.5	2.0	33.3
<b>(性・年代別)</b>				
男 性				
20代	71.7	14.3	0.0	14.0
30代	64.8	27.9	0.2	7.3
40代	57.5	17.4	0.3	24.9
50代	44.3	22.8	1.7	31.2
60代	29.5	21.0	4.3	47.5
70代	20.3	18.4	10.7	54.1
80歳以上	29.7	6.3	5.2	58.7
女 性				
20代	84.3	6.6	0.0	9.1
30代	82.4	6.5	0.0	11.0
40代	68.9	15.6	0.1	15.4
50代	45.8	11.1	2.1	41.1
60代	29.5	14.1	3.3	53.3
70代	29.8	16.8	6.1	49.2
80歳以上	19.7	0.0	3.1	77.2

**イ 血压が高い（性別）（性・年代別）**

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	49.6	9.0	15.8	28.0
<b>(性別)</b>				
男 性	44.9	14.2	17.5	27.3
女 性	54.3	4.8	14.5	27.7
<b>(性・年代別)</b>				
男 性				
20代	81.1	3.4	0.0	15.5
30代	71.7	15.4	0.4	12.7
40代	58.1	14.0	7.9	22.9
50代	42.1	19.3	13.9	26.7
60代	33.2	13.6	24.3	34.4
70代	19.6	11.2	37.3	39.6
80歳以上	21.0	18.6	46.3	27.3
女 性				
20代	90.0	0.7	0.0	9.3
30代	85.1	0.8	1.3	12.9
40代	78.1	1.8	3.2	16.9
50代	48.4	6.4	12.7	34.9
60代	25.0	7.1	27.1	41.9
70代	21.9	7.6	37.7	36.4
80歳以上	10.7	9.5	28.0	55.7

**ウ 血糖が高い（性別）（性・年代別）**

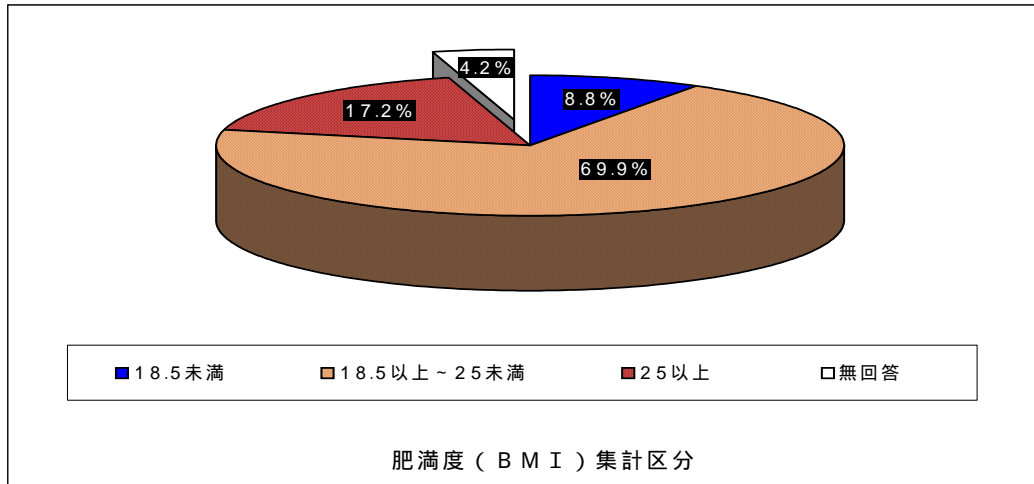
	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	52.9	6.3	5.4	36.3
<b>(性別)</b>				
男 性	48.8	10.3	8.4	34.2
女 性	57.3	3.1	3.0	36.9
<b>(性・年代別)</b>				
男 性				
20代	84.7	0.2	0.0	15.0
30代	76.2	9.6	1.5	12.7
40代	64.4	6.6	2.6	26.4
50代	51.1	13.6	7.2	30.2
60代	31.3	14.7	14.9	42.8
70代	23.2	8.9	15.0	55.4
80歳以上	25.6	4.4	9.5	61.3
女 性				
20代	90.7	0.0	0.0	9.3
30代	85.0	3.1	0.1	11.8
40代	80.5	1.6	0.5	17.4
50代	49.0	4.5	2.5	44.5
60代	31.3	4.9	4.0	60.4
70代	30.9	1.4	10.7	57.1
80歳以上	10.7	6.5	7.7	75.1

**エ 血中の脂質異常（性別）（性・年代別）**

	指摘も治療も受けていない	指摘された	現在、治療中である	不明・無回答
全 県	46.0	17.6	8.5	29.5
<b>(性別)</b>				
男 性	42.1	21.0	7.6	30.8
女 性	50.1	15.1	9.2	27.4
<b>(性・年代別)</b>				
男 性				
20代	81.6	5.4	0.0	13.0
30代	66.0	21.0	0.5	12.7
40代	46.0	28.9	6.2	20.1
50代	42.6	27.5	3.8	26.2
60代	31.1	24.5	9.1	39.4
70代	20.5	9.2	15.7	55.3
80歳以上	23.8	8.2	32.4	41.8
女 性				
20代	84.6	7.7	0.0	7.7
30代	81.0	6.8	0.0	12.2
40代	71.5	12.9	1.4	14.2
50代	40.7	23.2	6.0	31.8
60代	23.8	19.9	20.2	39.8
70代	20.7	16.8	25.3	43.0
80歳以上	10.6	8.3	12.9	68.2

( 8 ) 回答者の肥満度 ( BMI )

BMI が「25 以上」の「肥満状態」は 17.2%、「18.5 以上～25 未満」の「標準状態」は 69.9%、「18.5 未満」の「やせている状態」は 8.8%となっている。

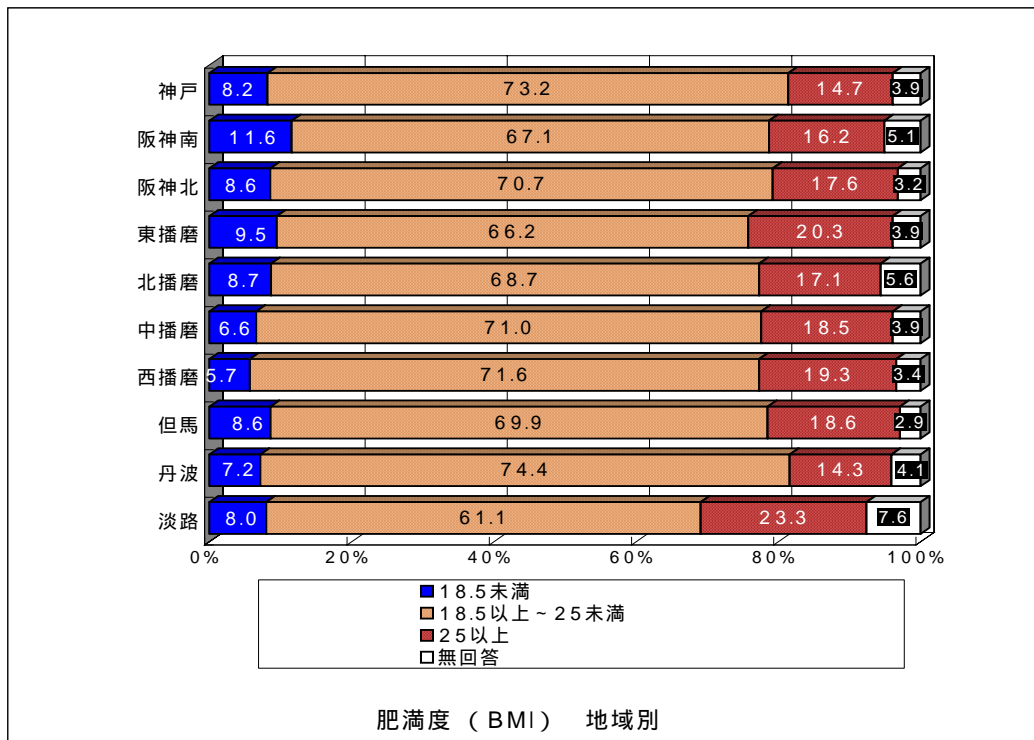


「BMI」( Body Mass Index ) の定義

- BMI = 体重 ( kg ) ÷ 身長 ( m )<sup>2</sup>

地域別

BMI が「25 以上」の「肥満状態」をみると、淡路(23.3%)、東播磨( 20.3% )が 2 割を超えている。一方、BMI が「18.5 未満」の「やせている状態」は、阪神南が 1 割を超えて( 11.6% )いるが、大きな差異はない。

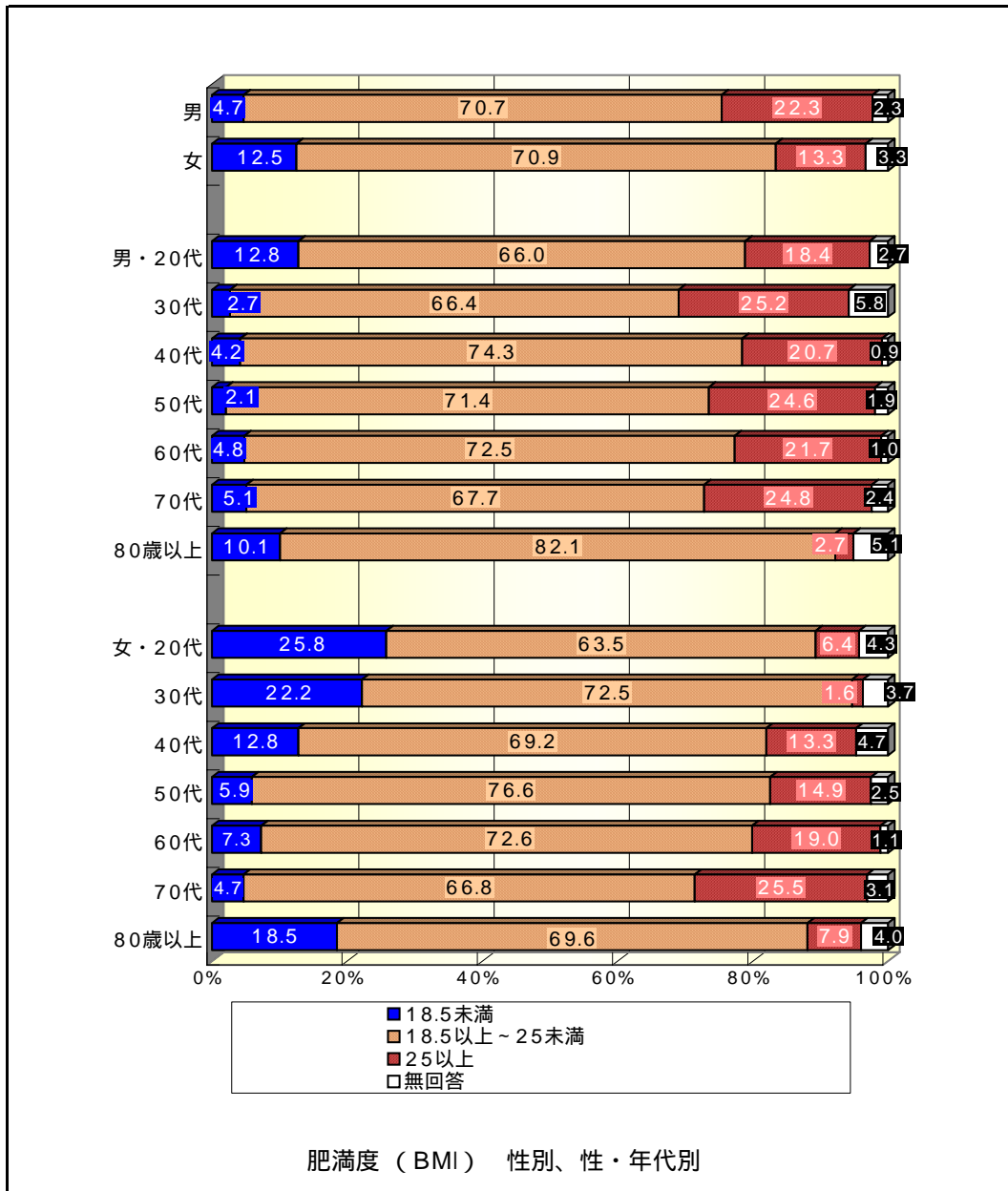




### 性別、性・年代別

性別で見ると、男性の方がBMIが「25以上」の「肥満状態」が多くなっている。

性・年代別で見ると、BMIが「25以上」の「肥満状態」は、男性は30代～70代が2割を超えており、女性は70代を除き、2割未満となっている。一方、BMIが「18.5未満」の「やせている状態」は、女性の20代（25.8%）、30代（22.2%）が2割を超えて多くなっている。



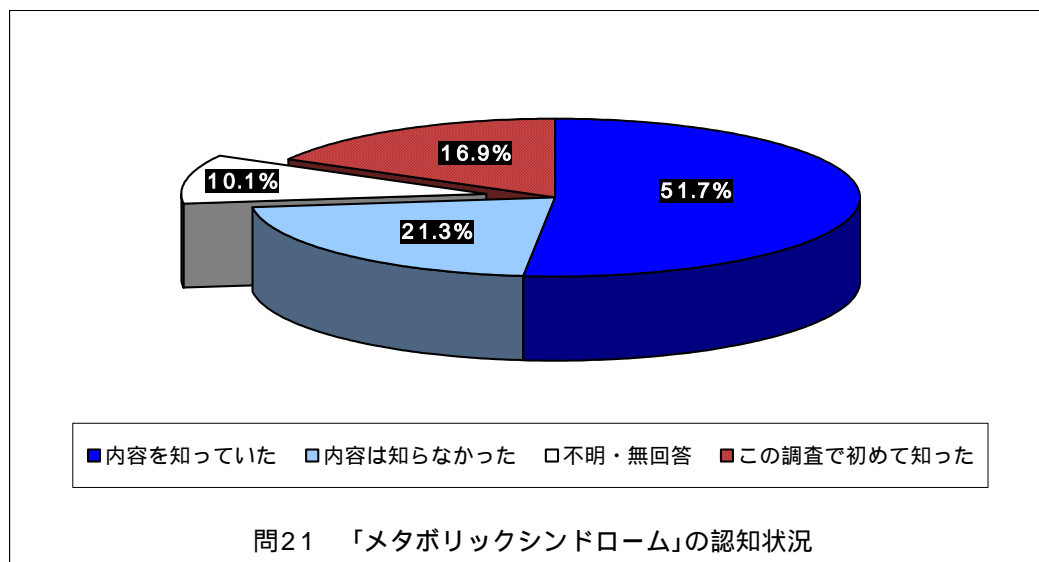
(9)「メタボリックシンドローム」の認知状況

**問 21** あなたは、「メタボリックシンドローム」について知っていますか。1つ選んで番号をつけてください。

1. 内容を知っていた
2. 聞いたことはあるが、内容は知らなかった
3. この調査で初めて知った

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常をおこしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態のことです。

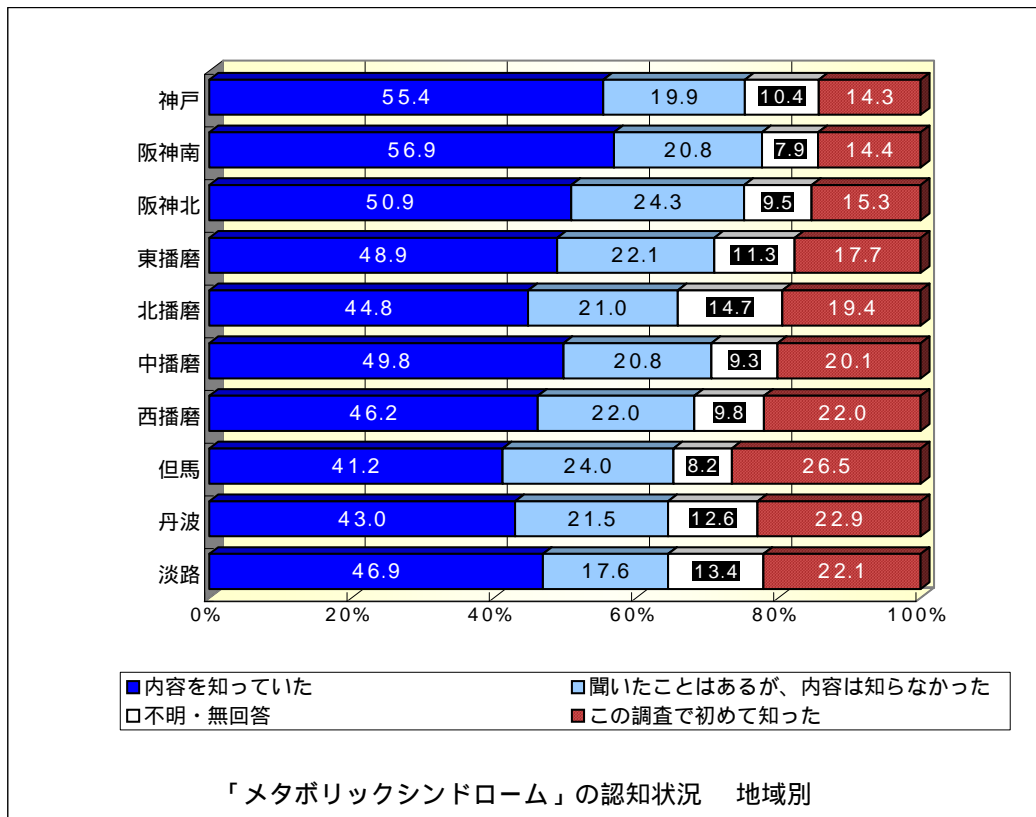
「内容を知っていた」は 51.7%、「聞いたことはあるが、内容は知らなかった」が 21.3%となっている。一方、「この調査で初めて知った」は 16.9%となっている。



## 地域別

「内容を知っていた」は、阪神南（56.9%）、神戸（55.4%）、阪神北（50.9%）で比率が5割を超えており、最も多い阪神南と最も少ない但馬（41.2%）とでは15.7ポイントの差が生じている。

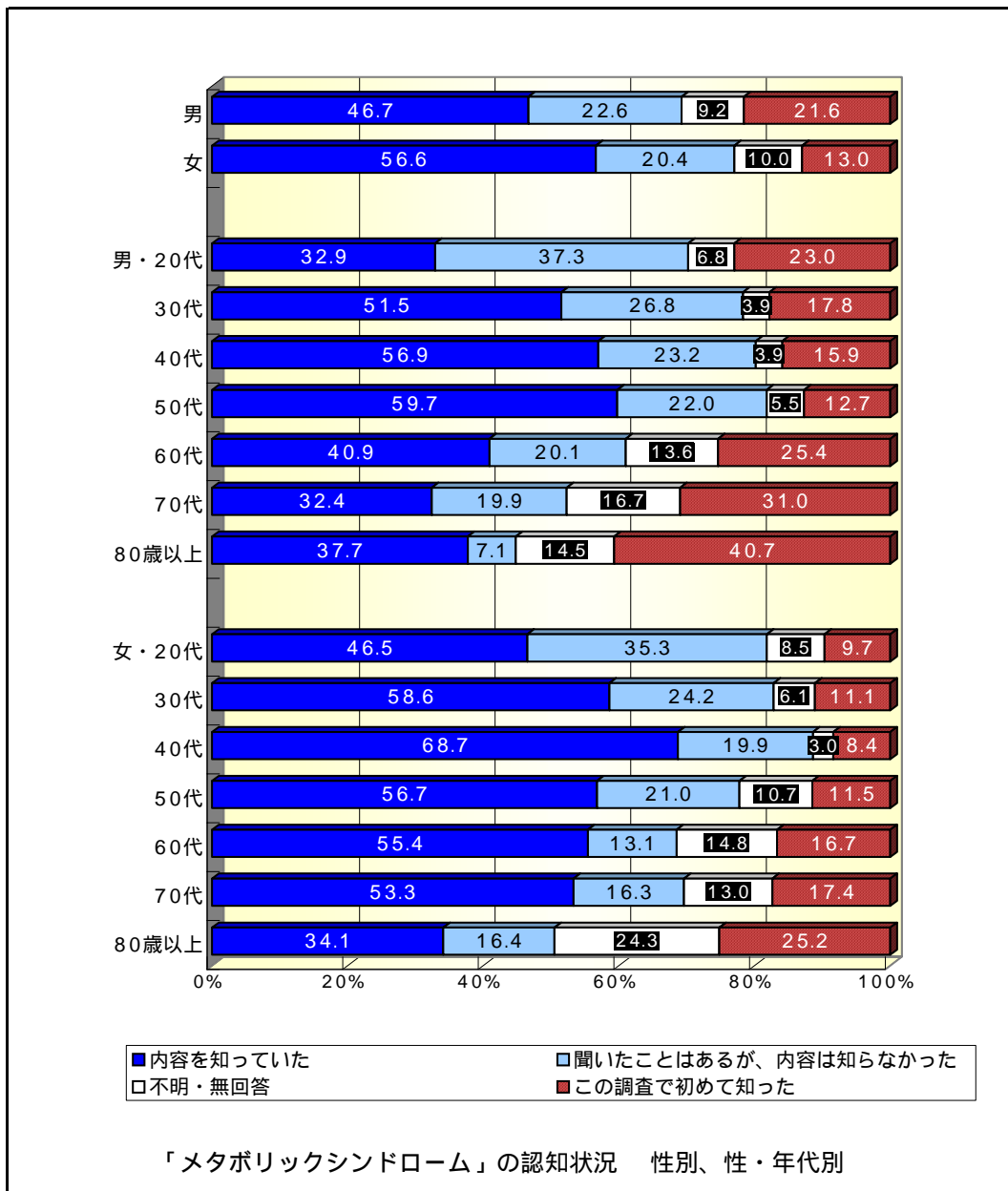
一方、「この調査で初めて知った」は、但馬（26.5%）、丹波（22.9%）、淡路（22.1%）、西播磨（22.0%）、中播磨（20.1%）が2割を超えて多くなっている。



### 性別、性・年代別

性別で見ると、「内容を知っていた」は、女性（56.6%）の方が男性（46.7%）よりも多くなっている。

性・年代別で見ると、「内容を知っていた」は男女とも30代～50代で多くなっている。一方、「聞いたことはあるが、内容は知らなかった」は、男女とも20代が3割を超えて最も多く、中年層と若年層の間で、認知状況に差が生じている。

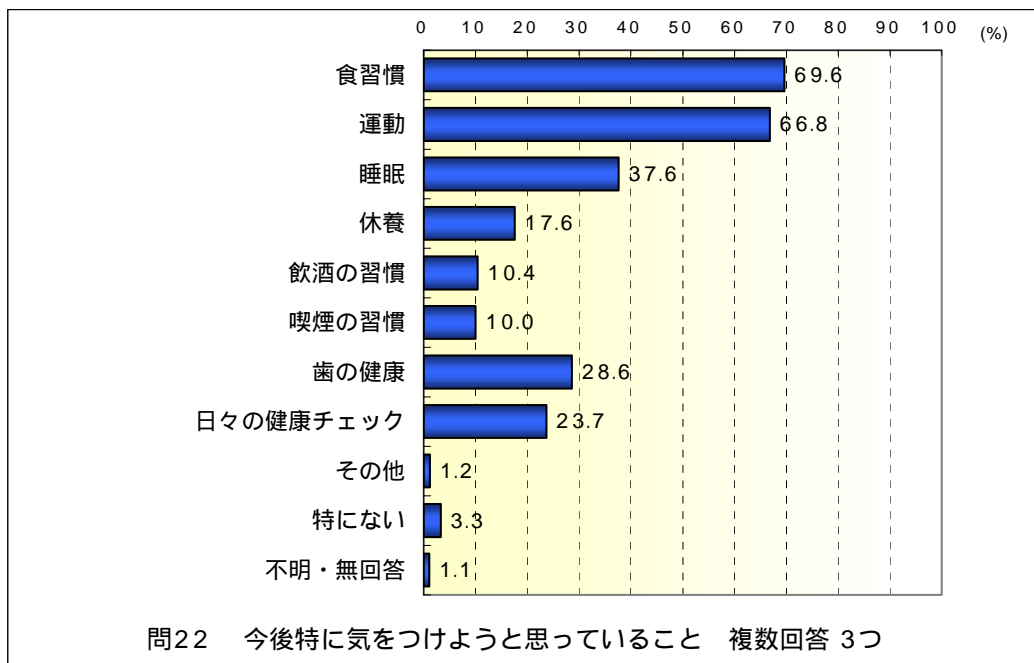


(10) 今後特に気をつけようと思っていること

**問22** あなたが、今後特に気をつけようと思っていることは何ですか。3つまで選んで番号をつけてください。

- |        |          |              |
|--------|----------|--------------|
| 1. 食習慣 | 5. 飲酒の習慣 | 8. 日々の健康チェック |
| 2. 運動  | 6. 喫煙の習慣 | 9. その他       |
| 3. 睡眠  | 7. 歯の健康  | 10. 特にない     |
| 4. 休養  |          |              |

「食習慣」が約7割(69.6%)と最も多く、「運動」(66.8%)、「睡眠」(37.6%)の順で続いている。



**地域別**

全県集計で最も多かった「食習慣」は、阪神南(74.1%)、東播磨(72.3%)、但馬(71.0%)で7割を超えて多くなっている。「運動」については、ほとんどの地域で6割を超えており、最も少ない淡路(57.6%)と最も多い神戸(69.3%)では11.7ポイントの差が生じている。

**今後特に気をつけようと思っていること (地域別)**

	食習慣	運動	睡眠	休養	飲酒の習慣	喫煙の習慣	歯の健康	日々の健康チェック	その他	特にない	不明・無回答
全 県	69.6	66.8	37.6	17.6	10.4	10.0	28.6	23.7	1.2	3.3	1.1
(地域別)											
神戸	69.7	69.3	35.1	14.3	11.3	10.4	29.4	23.8	1.3	4.3	1.3
阪神南	74.1	68.1	36.1	13.4	12.0	8.3	28.7	23.6	1.9	2.8	1.4
阪神北	66.2	67.6	42.8	19.8	8.1	11.7	28.4	19.8	1.4	1.4	0.9
東播磨	72.3	67.1	38.1	16.0	12.1	8.2	30.3	28.1	0.4	2.6	0.0
北播磨	65.5	67.5	42.5	25.0	7.9	8.7	23.8	22.6	1.6	4.4	1.2
中播磨	67.6	62.9	34.7	24.7	9.3	10.4	27.8	23.9	1.2	3.5	1.2
西播磨	67.0	64.0	39.0	24.2	5.7	12.5	29.2	25.8	0.0	4.2	0.8
但馬	71.0	62.4	36.9	16.8	10.8	12.2	27.2	24.4	1.1	3.6	1.1
丹波	65.5	60.4	40.3	24.6	9.9	9.9	24.9	21.2	1.4	3.8	2.7
淡路	63.7	57.6	43.1	19.8	10.7	10.7	28.2	19.1	0.8	3.4	3.1

## 性別、性・年代別

性別で見ると、「飲酒の習慣」と「喫煙の習慣」は男性の方がそれぞれ 14.8 ポイント、13.5 ポイント上回っている。一方、「歯の健康」は、13.7 ポイント、「食習慣」では 12.7 ポイント、「日々の健康チェック」は 7.5 ポイント、それぞれ女性の方が上回っている。

性・年代別で見ると、全県集計で最も比率が高かった「食習慣」は、女性では 30 代で 8 割（80.0%）に達しているほか、40～60 代でも 7 割の半ばを超えている。また、「睡眠」は、男女とも、80 歳以上が 6 割を超えており、最も少ない男性の 60 代（31.6%）と 30 ポイントを超える差が生じている。「飲酒の習慣」と「喫煙の習慣」は、男性の 40 代～60 代で、「歯の健康」は女性の 20 代～40 代で多くなっている。

今後特に気をつけようと思っていること（性別）（性・年代別）

	食習慣	運動	睡眠	休養	飲酒の習慣	喫煙の習慣	歯の健康	日々の健康チェック	その他	特にない	不明・無回答
全 県	69.6	66.8	37.6	17.6	10.4	10.0	28.6	23.7	1.2	3.3	1.1
<b>(性別)</b>											
男 性	62.9	64.0	38.1	19.1	18.5	17.2	21.3	19.4	1.1	5.0	1.5
女 性	75.6	69.2	36.9	16.5	3.7	3.7	35.0	26.9	1.3	1.9	0.7
<b>(性・年代別)</b>											
<b>男 性</b>											
20代	68.0	61.3	48.4	23.7	14.1	17.7	15.3	10.1	2.9	5.7	0.0
30代	62.7	66.3	37.5	32.8	17.6	14.9	16.0	7.7	1.2	5.3	0.0
40代	64.7	59.0	37.9	25.9	23.0	18.5	26.8	8.7	0.7	1.9	0.0
50代	57.0	61.2	36.2	19.8	18.5	22.6	24.0	16.9	0.0	7.0	0.8
60代	58.8	68.9	31.6	7.5	21.5	21.1	24.2	31.5	1.1	3.9	0.7
70代	70.5	65.5	41.3	17.0	16.1	6.6	17.6	25.8	2.2	6.2	5.3
80歳以上	71.4	58.4	63.3	9.5	0.0	8.6	11.1	35.1	0.0	7.6	9.5
<b>女 性</b>											
20代	68.0	65.5	41.1	23.4	6.1	7.3	44.8	13.0	2.8	0.0	0.2
30代	80.0	67.6	35.4	19.1	6.5	4.4	38.8	18.7	0.0	0.6	0.0
40代	78.2	70.6	37.5	9.4	7.4	6.9	42.1	16.9	2.3	2.4	0.2
50代	75.5	70.1	32.2	18.7	3.7	2.8	35.2	23.0	2.7	2.8	0.0
60代	79.3	71.0	35.0	10.5	0.0	1.2	33.1	41.6	0.6	1.2	0.8
70代	73.4	72.3	38.8	19.9	0.3	2.5	20.2	44.1	0.1	2.4	1.6
80歳以上	55.0	61.5	63.9	28.9	0.0	0.0	14.6	26.8	1.2	2.0	7.3

## 7 健康づくりの取組状況について

### (1) 身近で取り組まれている健康づくりの状況

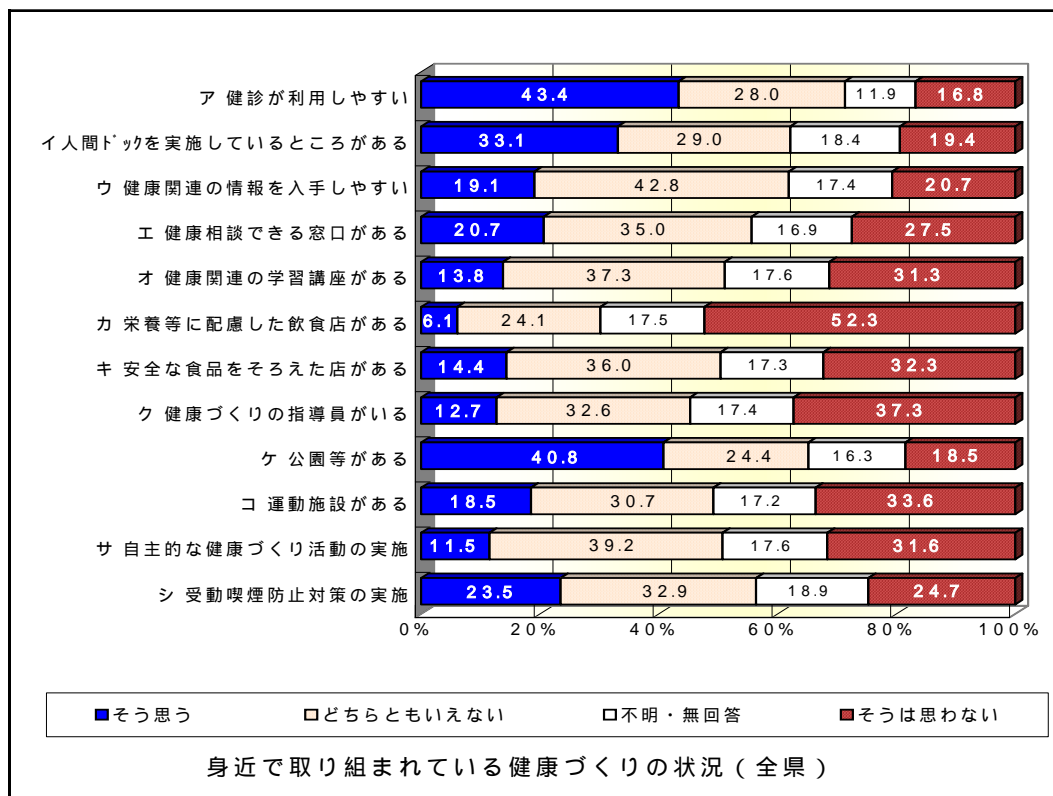
**問24** あなたの身近で取り組まれている健康づくりの状況についてお聞かせください。次のア～シの各項目について、あてはまる番号に1つをつけてください。

- ア．健診（健康診断や健康診査）が利用しやすい
- イ．人間ドックを実施しているところがある
- ウ．健康づくりに関する情報が入手しやすい
- エ．健康づくりについて相談できる窓口がある
- オ．健康について学習できる講座がある
- カ．栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある
- キ．安全な食品をそろえた店がある
- ク．健康づくりを指導してくれる人がいる
- ケ．自然とふれあえる公園等がある
- コ．気軽に使える運動施設がある
- サ．自主的な健康づくり活動が行われている
- シ．受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている

1. そう思う                      2. どちらともいえない                      3. そうは思わない

健康づくりの状況について「そう思う」との肯定的な回答の上位3位は、「健診が利用しやすい」(43.4%)、「自然とふれあえる公園等がある」(40.8%)、「人間ドックを実施しているところがある」(33.1%)となっている。

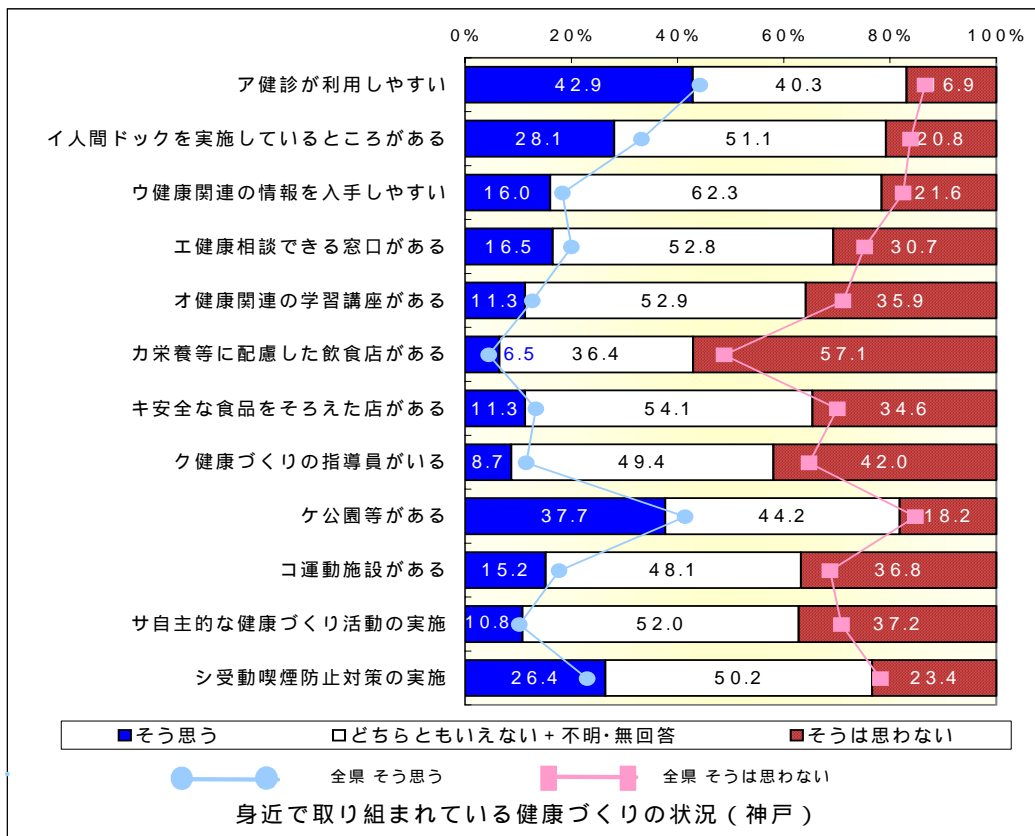
「そうは思わない」との否定的な回答の上位3位は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(52.3%)、「健康づくりを指導してくれる人がいる」(37.3%)、「気軽に使える運動施設がある」(33.6%)となっている。



**地域別**  
**〈神戸〉**

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」(42.9%)、「自然とふれあえる公園等がある」(37.7%)が4割前後と多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(57.1%)、「健康づくりを指導してくれる人がいる」(42.0%)が4割を超えて多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」(2.9ポイント)と「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(0.4ポイント)の2項目となっている。一方、「そう思わない」は、「自主的な健康づくり活動が行われている」(5.6ポイント)、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(4.8ポイント)など、12項目中10項目が全県結果を上回っている。



神戸	比率の差
そう思う(計) - 全県結果との比較	
シ受動喫煙防止対策の実施	2.9
カ栄養等に配慮した飲食店がある	0.4
ア健診が利用しやすい	-0.5
サ自主的な健康づくり活動の実施	-0.7
オ健康関連の学習講座がある	-2.5
ケ公園等がある	-3.1
キ安全な食品をそろえた店がある	-3.1
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-3.1
コ運動施設がある	-3.3
ク健康づくりの指導員がいる	-4.0
エ健康相談できる窓口がある	-4.2
イ人間ドックを実施しているところがある	-5.0

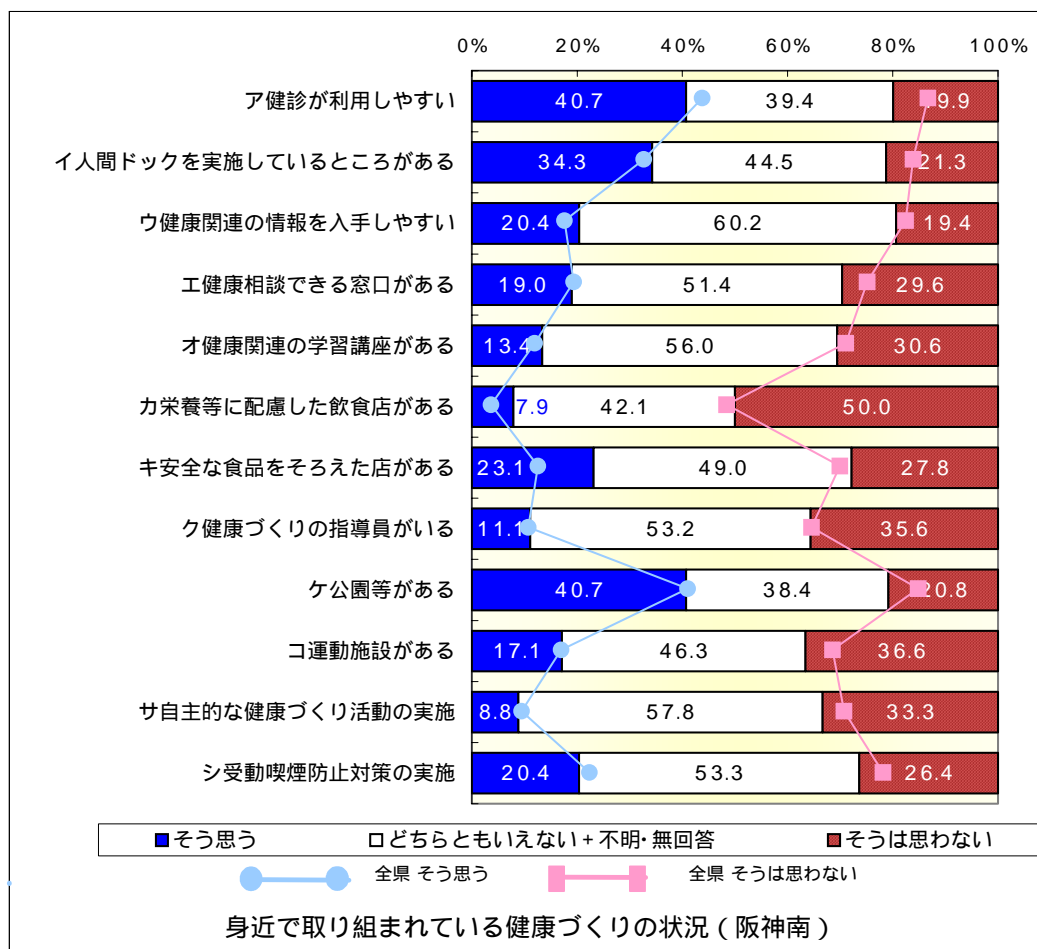
神戸	比率の差
そう思わない(計) - 全県結果との比較	
サ自主的な健康づくり活動の実施	5.6
カ栄養等に配慮した飲食店がある	4.8
ク健康づくりの指導員がいる	4.7
オ健康関連の学習講座がある	4.6
エ健康相談できる窓口がある	3.2
コ運動施設がある	3.2
キ安全な食品をそろえた店がある	2.3
イ人間ドックを実施しているところがある	1.4
ウ健康関連の情報を入手しやすい	0.9
ア健診が利用しやすい	0.1
ケ公園等がある	-0.3
シ受動喫煙防止対策の実施	-1.3



## 〈阪神南〉

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」(40.7%)、「自然とふれあえる公園等がある」(40.7%)が4割を超えて多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(50.0%)が5割と多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「安全な食品をそろえた店がある」(8.7ポイント)と「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(1.8ポイント)など4項目となっている。一方、「そう思わない」は、「健診が利用しやすい」(3.1ポイント)、「気軽に使える運動施設がある」(3.0ポイント)など、7項目が全県結果を上回っている。



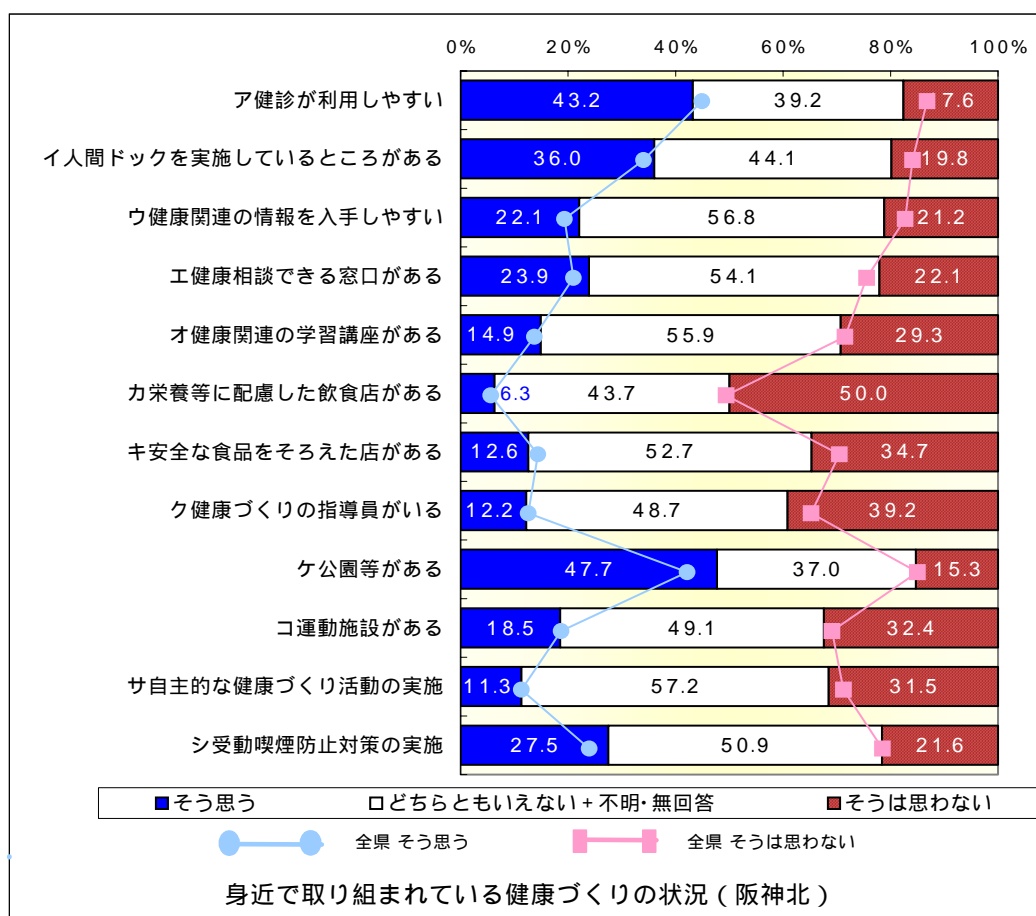
阪神南 そう思う(計) - 全県結果との比較	比率 の差
キ安全な食品をそろえた店がある	8.7
カ栄養等に配慮した飲食店がある	1.8
ウ健康関連の情報を入手しやすい	1.3
イ人間ドックを実施しているところがある	1.2
ケ公園等がある	-0.1
オ健康関連の学習講座がある	-0.4
コ運動施設がある	-1.4
ク健康づくりの指導員がいる	-1.6
エ健康相談できる窓口がある	-1.7
ア健診が利用しやすい	-2.7
サ自主的な健康づくり活動の実施	-2.7
シ受動喫煙防止対策の実施	-3.1

阪神南 そうは思わない(計) - 全県結果との比較	比率 の差
ア健診が利用しやすい	3.1
コ運動施設がある	3.0
ケ公園等がある	2.3
エ健康相談できる窓口がある	2.1
イ人間ドックを実施しているところがある	1.9
シ受動喫煙防止対策の実施	1.7
サ自主的な健康づくり活動の実施	1.7
オ健康関連の学習講座がある	-0.7
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-1.3
ク健康づくりの指導員がいる	-1.7
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-2.3
キ安全な食品をそろえた店がある	-4.5

## 〈阪神北〉

「そう思う」は、「自然とふれあえる公園等がある」(47.7%)、「健診が利用しやすい」(43.2%)が4割を超えて多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が5割(50.0%)と多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「自然とふれあえる公園等がある」(6.9ポイント)、「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」(4.0ポイント)など7項目となっている。一方、「そう思わない」は、「安全な食品をそろえた店がある」(2.4ポイント)、「健康づくりを指導してくれる人がある」(1.9ポイント)など5項目が全県結果を上回っている。



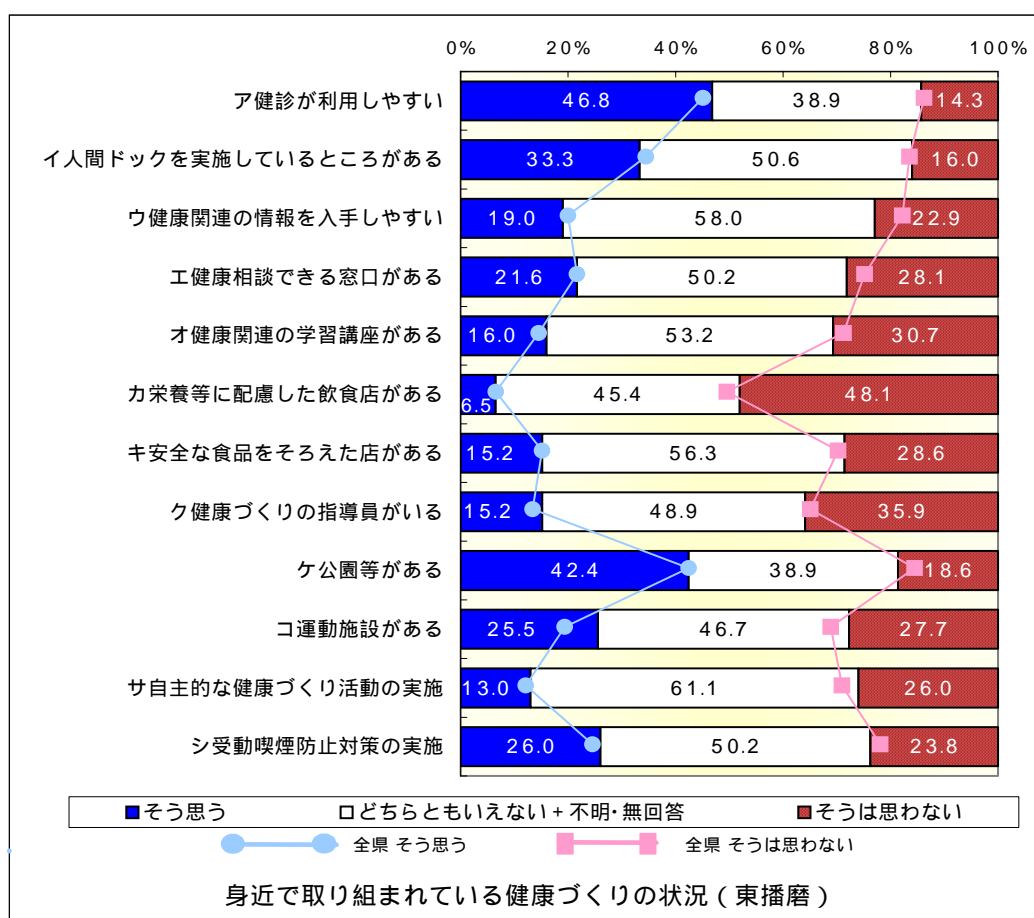
阪神北 そう思う(計) - 全県結果との比較	比率 の差
ケ公園等がある	6.9
シ受動喫煙防止対策の実施	4.0
エ健康相談できる窓口がある	3.2
ウ健康関連の情報を入手しやすい	3.0
イ人間ドックを実施しているところがある	2.9
オ健康関連の学習講座がある	1.1
カ栄養等に配慮した飲食店がある	0.2
コ運動施設がある	0.0
ア健診が利用しやすい	-0.2
サ自主的な健康づくり活動の実施	-0.2
ク健康づくりの指導員がいる	-0.5
キ安全な食品をそろえた店がある	-1.8

阪神北 そうは思わない(計) - 全県結果との比較	比率 の差
キ安全な食品をそろえた店がある	2.4
ク健康づくりの指導員がいる	1.9
ア健診が利用しやすい	0.8
ウ健康関連の情報を入手しやすい	0.5
イ人間ドックを実施しているところがある	0.4
サ自主的な健康づくり活動の実施	-0.1
コ運動施設がある	-1.2
オ健康関連の学習講座がある	-2.0
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-2.3
シ受動喫煙防止対策の実施	-3.1
ケ公園等がある	-3.2
エ健康相談できる窓口がある	-5.4

## 〈東播磨〉

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」(46.8%)、「自然とふれあえる公園等がある」(42.4%)が4割を超えて多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が約5割(48.1%)と多くなっている。

「そう思う」は、「健康づくりに関する情報が入手しやすい」(-0.1ポイント)を除く12項目中11項目で全県結果を上回っている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「健康づくりに関する情報が入手しやすい」(2.2ポイント)「健康について相談できる窓口がある」(0.6ポイント)「自然とふれあえる公園等がある」(0.1ポイント)の3項目となっている。



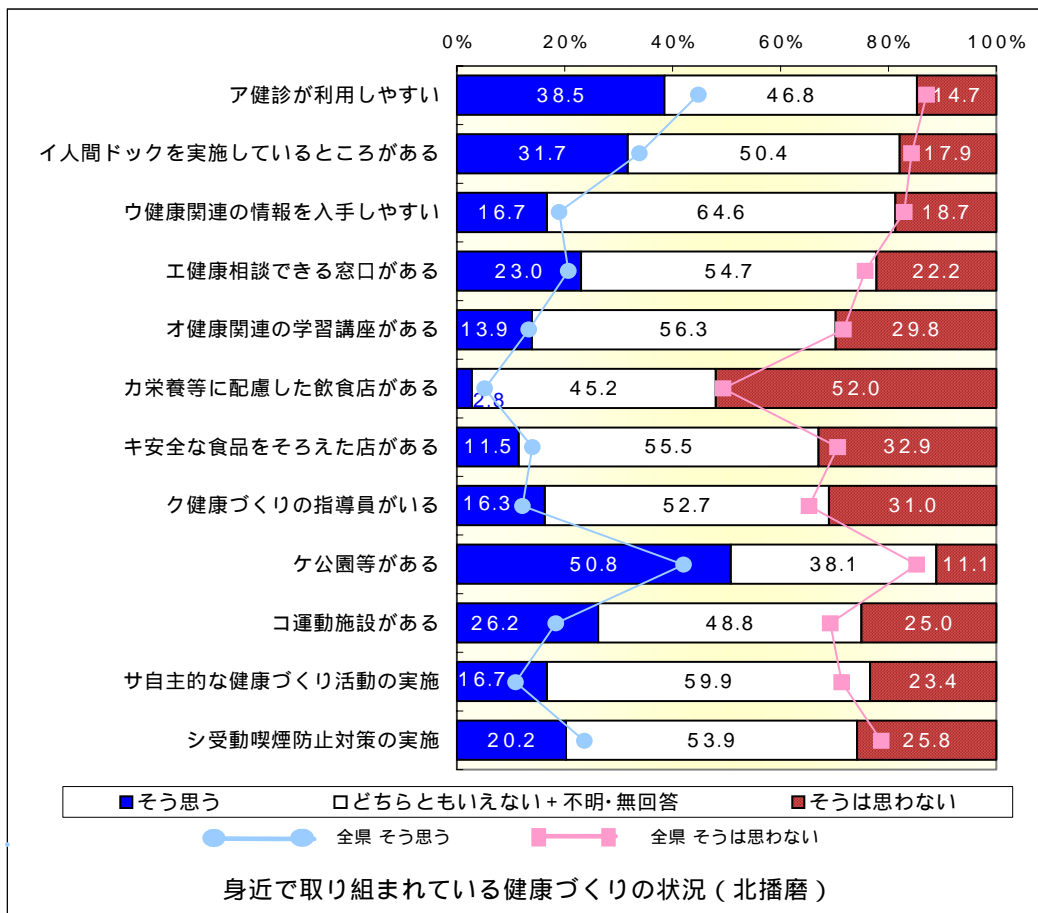
東播磨 そう思う(計) - 全県結果との比較	比率の差
コ 運動施設がある	7.0
ア 健診が利用しやすい	3.4
ク 健康づくりの指導員がいる	2.5
シ 受動喫煙防止対策の実施	2.5
オ 健康関連の学習講座がある	2.2
ケ 公園等がある	1.6
サ 自主的な健康づくり活動の実施	1.5
エ 健康相談できる窓口がある	0.9
キ 安全な食品をそろえた店がある	0.8
カ 栄養等に配慮した飲食店がある	0.4
イ 人間ドックを実施しているところがある	0.2
ウ 健康関連の情報を入手しやすい	-0.1

東播磨 そう思わない(計) - 全県結果との比較	比率の差
ウ 健康関連の情報を入手しやすい	2.2
エ 健康相談できる窓口がある	0.6
ケ 公園等がある	0.1
オ 健康関連の学習講座がある	-0.6
シ 受動喫煙防止対策の実施	-0.9
ク 健康づくりの指導員がいる	-1.4
ア 健診が利用しやすい	-2.5
イ 人間ドックを実施しているところがある	-3.4
キ 安全な食品をそろえた店がある	-3.7
カ 栄養等に配慮した飲食店がある	-4.2
サ 自主的な健康づくり活動の実施	-5.6
コ 運動施設がある	-5.9

## 〈北播磨〉

「そう思う」は、「自然とふれあえる公園等がある」が5割を超え（50.8%）で多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が5割を超え（52.0%）で多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは「自然とふれあえる公園等がある」（10.0ポイント）、「気軽に使える運動施設がある」（7.7ポイント）など6項目となっている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」（1.1ポイント）と「安全な食品をそろえた店がある」（0.6ポイント）の2項目となっている。



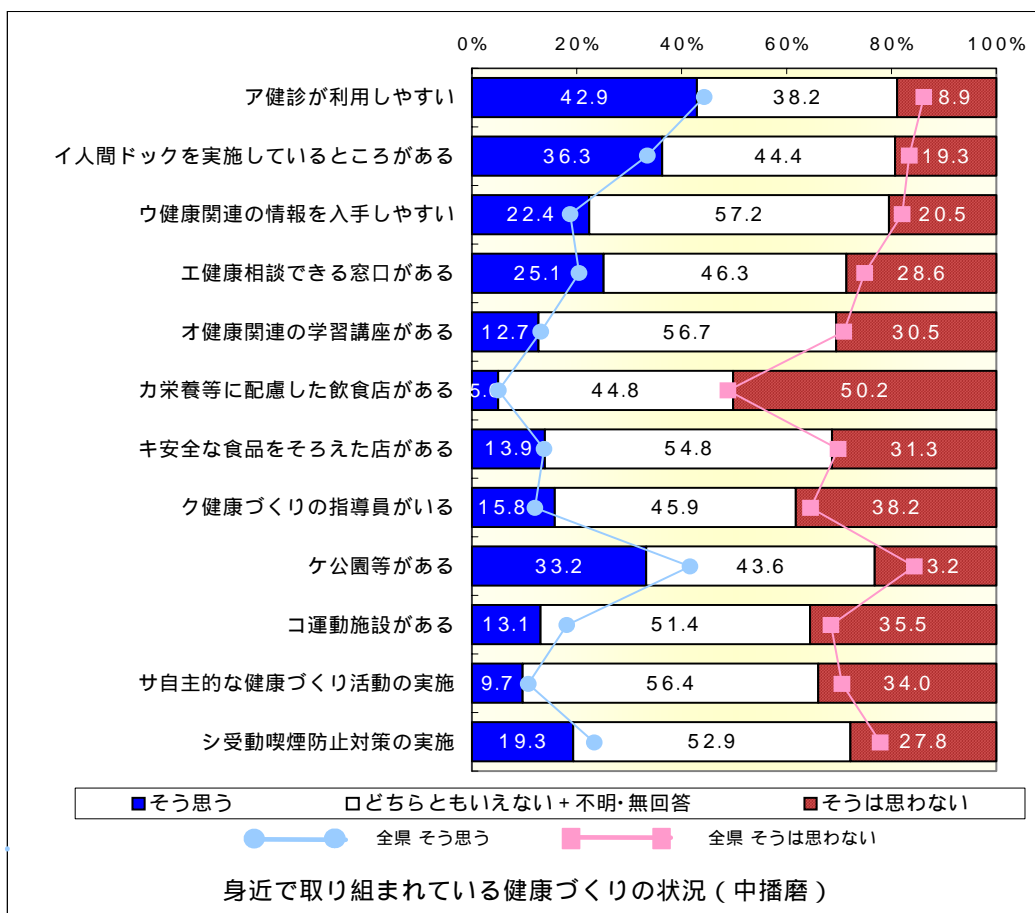
北播磨	比率の差
そう思う（計） - 全県結果との比較	
ケ公園等がある	10.0
コ運動施設がある	7.7
サ自主的な健康づくり活動の実施	5.2
ク健康づくりの指導員がいる	3.6
エ健康相談できる窓口がある	2.3
オ健康関連の学習講座がある	0.1
イ人間ドックを実施しているところがある	-1.4
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-2.4
キ安全な食品をそろえた店がある	-2.9
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-3.3
シ受動喫煙防止対策の実施	-3.3
ア健診が利用しやすい	-4.9

北播磨	比率の差
そう思わない（計） - 全県結果との比較	
シ受動喫煙防止対策の実施	1.1
キ安全な食品をそろえた店がある	0.6
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-0.3
イ人間ドックを実施しているところがある	-1.5
オ健康関連の学習講座がある	-1.5
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-2.0
ア健診が利用しやすい	-2.1
エ健康相談できる窓口がある	-5.3
ク健康づくりの指導員がいる	-6.3
ケ公園等がある	-7.4
サ自主的な健康づくり活動の実施	-8.2
コ運動施設がある	-8.6

## 【中播磨】

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」が4割を超え（42.9%）で多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が5割を超え（50.2%）で多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「健康づくりについて相談できる窓口がある」（4.4ポイント）、「健康づくりに関する情報が入手しやすい」（3.3ポイント）など4項目となっている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「自然とふれあえる公園等がある」（4.7ポイント）や「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」（3.1ポイント）など7項目となっている。



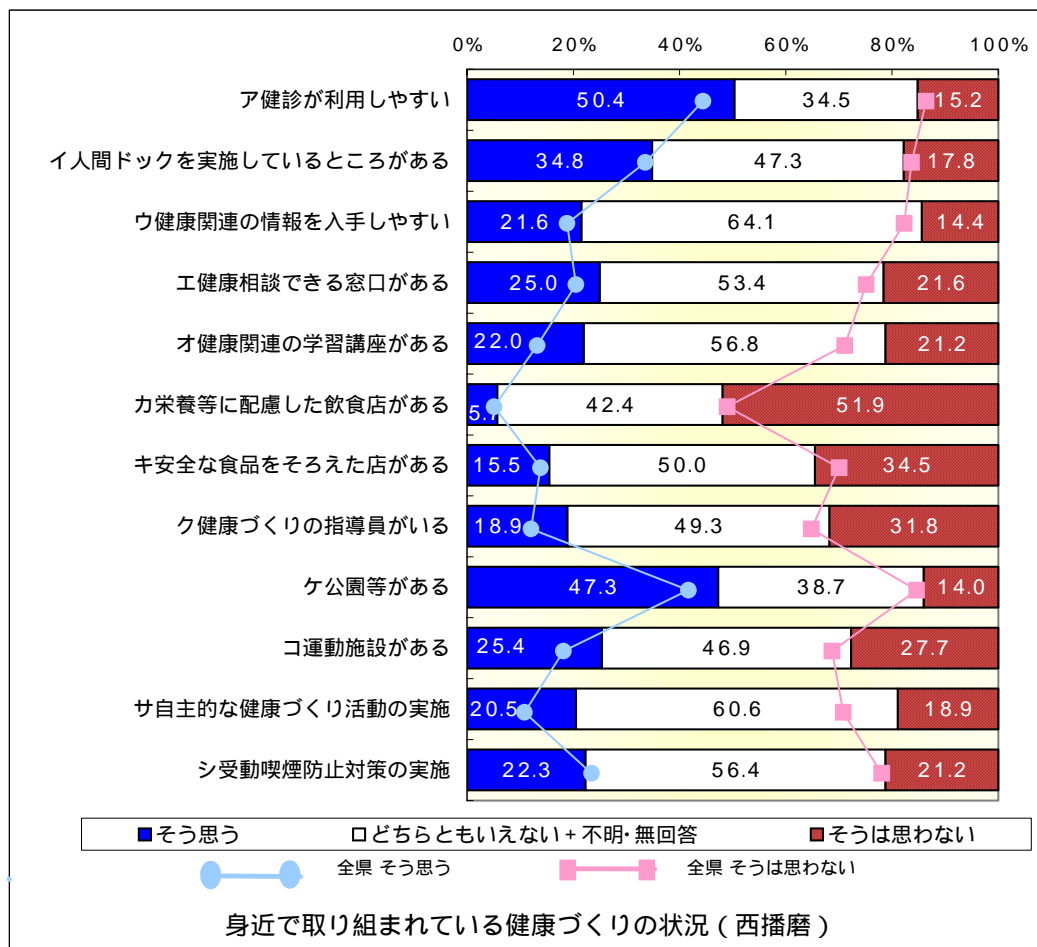
中播磨	比率の差
そう思う（計） - 全県結果との比較	
エ健康相談できる窓口がある	4.4
ウ健康関連の情報を入手しやすい	3.3
イ人間ドックを実施しているところがある	3.2
ク健康づくりの指導員がいる	3.1
ア健診が利用しやすい	-0.5
キ安全な食品をそろえた店がある	-0.5
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-1.1
オ健康関連の学習講座がある	-1.1
サ自主的な健康づくり活動の実施	-1.8
シ受動喫煙防止対策の実施	-4.2
コ運動施設がある	-5.4
ケ公園等がある	-7.6

中播磨	比率の差
そう思わない（計） - 全県結果との比較	
ケ公園等がある	4.7
シ受動喫煙防止対策の実施	3.1
サ自主的な健康づくり活動の実施	2.4
ア健診が利用しやすい	2.1
コ運動施設がある	1.9
エ健康相談できる窓口がある	1.1
ク健康づくりの指導員がいる	0.9
イ人間ドックを実施しているところがある	-0.1
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-0.2
オ健康関連の学習講座がある	-0.8
キ安全な食品をそろえた店がある	-1.0
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-2.1

## 〈西播磨〉

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」(50.4%)、「自然とふれあえる公園等がある」(47.3%)が5割前後と多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が5割を超え(51.9%)で多くなっている。

「そう思う」は、「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」(-1.2ポイント)と「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(-0.4ポイント)を除く12項目中10項目で全県結果を上回っている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「安全な食品をそろえた店がある」(2.2ポイント)のみとなっている。



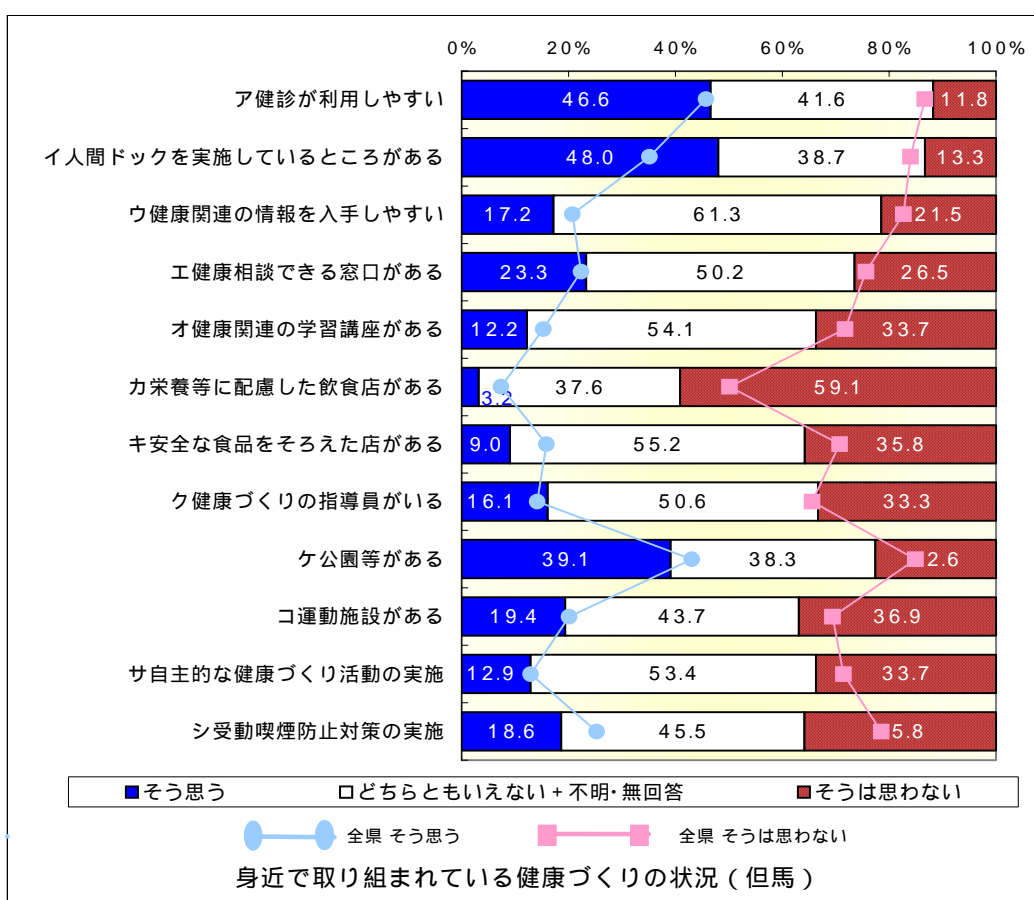
西播磨	比率の差
そう思う(計) - 全県結果との比較	
サ自主的な健康づくり活動の実施	9.0
オ健康関連の学習講座がある	8.2
ア健診が利用しやすい	7.0
コ運動施設がある	6.9
ケ公園等がある	6.5
ク健康づくりの指導員がいる	6.2
エ健康相談できる窓口がある	4.3
ウ健康関連の情報を入手しやすい	2.5
イ人間ドックを実施しているところがある	1.7
キ安全な食品をそろえた店がある	1.1
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-0.4
シ受動喫煙防止対策の実施	-1.2

西播磨	比率の差
そうは思わない(計) - 全県結果との比較	
キ安全な食品をそろえた店がある	2.2
カ栄養等に配慮した飲食店がある	-0.4
イ人間ドックを実施しているところがある	-1.6
ア健診が利用しやすい	-1.6
シ受動喫煙防止対策の実施	-3.5
ケ公園等がある	-4.5
ク健康づくりの指導員がいる	-5.5
エ健康相談できる窓口がある	-5.9
コ運動施設がある	-5.9
ウ健康関連の情報を入手しやすい	-6.3
オ健康関連の学習講座がある	-10.1
サ自主的な健康づくり活動の実施	-12.7

## 《但馬》

「そう思う」は、「人間ドックを実施しているところがある」(48.0%)、「健診が利用しやすい」(46.6%)が4割台半ばを超えて多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が約6割(59.1%)と多くなっている。

「そう思う」は、「人間ドックを実施しているところがある」が14.9ポイントと大きく全県結果を上回っているほか、「健康づくりを指導してくれる人がいる」(3.4ポイント)など12項目中6項目が上回っている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「受動喫煙防止のため、禁煙や完全分煙が実施されている」(11.1ポイント)「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」(6.8ポイント)など8項目となっている。



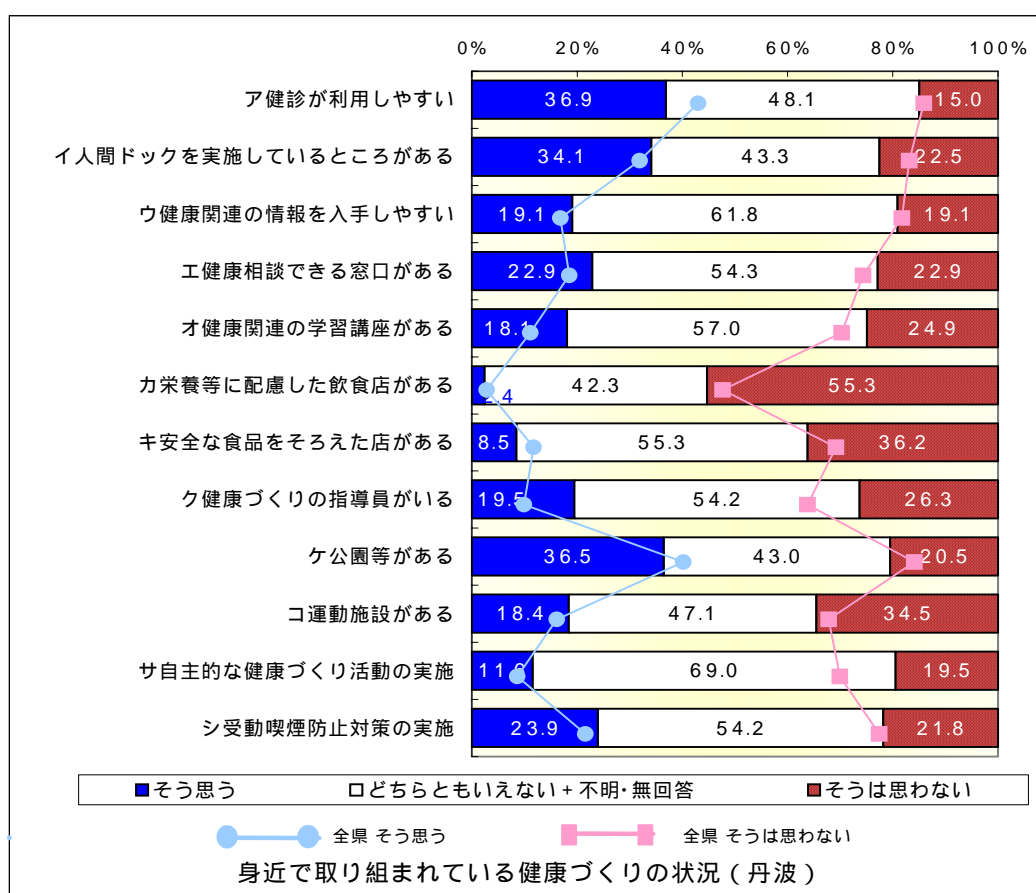
但馬	そう思う(計) - 全県結果との比較	比率の差
イ人間ドックを実施しているところがある		14.9
ク健康づくりの指導員がいる		3.4
ア健診が利用しやすい		3.2
エ健康相談できる窓口がある		2.6
サ自主的な健康づくり活動の実施		1.4
コ運動施設がある		0.9
オ健康関連の学習講座がある		-1.6
ケ公園等がある		-1.7
ウ健康関連の情報を入手しやすい		-1.9
カ栄養等に配慮した飲食店がある		-2.9
シ受動喫煙防止対策の実施		-4.9
キ安全な食品をそろえた店がある		-5.4

但馬	そうは思わない(計) - 全県結果との比較	比率の差
シ受動喫煙防止対策の実施		11.1
カ栄養等に配慮した飲食店がある		6.8
ケ公園等がある		4.1
キ安全な食品をそろえた店がある		3.5
コ運動施設がある		3.3
オ健康関連の学習講座がある		2.4
サ自主的な健康づくり活動の実施		2.1
ウ健康関連の情報を入手しやすい		0.8
エ健康相談できる窓口がある		-1.0
ク健康づくりの指導員がいる		-4.0
ア健診が利用しやすい		-5.0
イ人間ドックを実施しているところがある		-6.1

## 《丹波》

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」(36.9%)や「自然とふれあえる公園等がある」(36.5%)、「人間ドックを実施しているところがある」(34.1%)が3割を超えて多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した飲食店がある」が5割台半ばを超え(55.3%)で多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「健康づくりを指導してくれる人がいる」(6.8ポイント)、「健康について学習できる講座がある」(4.3ポイント)など6項目となっている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「安全な食品をそろえた店がある」(3.9ポイント)、「人間ドックを実施しているところがある」(3.1ポイント)など5項目となっている。



丹波	そう思う (計) - 全県結果との比較	比率の差
ク 健康づくりの指導員がいる		6.8
オ 健康関連の学習講座がある		4.3
エ 健康相談できる窓口がある		2.2
イ 人間ドックを実施しているところがある		1.0
シ 受動喫煙防止対策の実施		0.4
サ 自主的な健康づくり活動の実施		0.1
ウ 健康関連の情報を入手しやすい		0.0
コ 運動施設がある		-0.1
カ 栄養等に配慮した飲食店がある		-3.7
ケ 公園等がある		-4.3
キ 安全な食品をそろえた店がある		-5.9
ア 健診が利用しやすい		-6.5

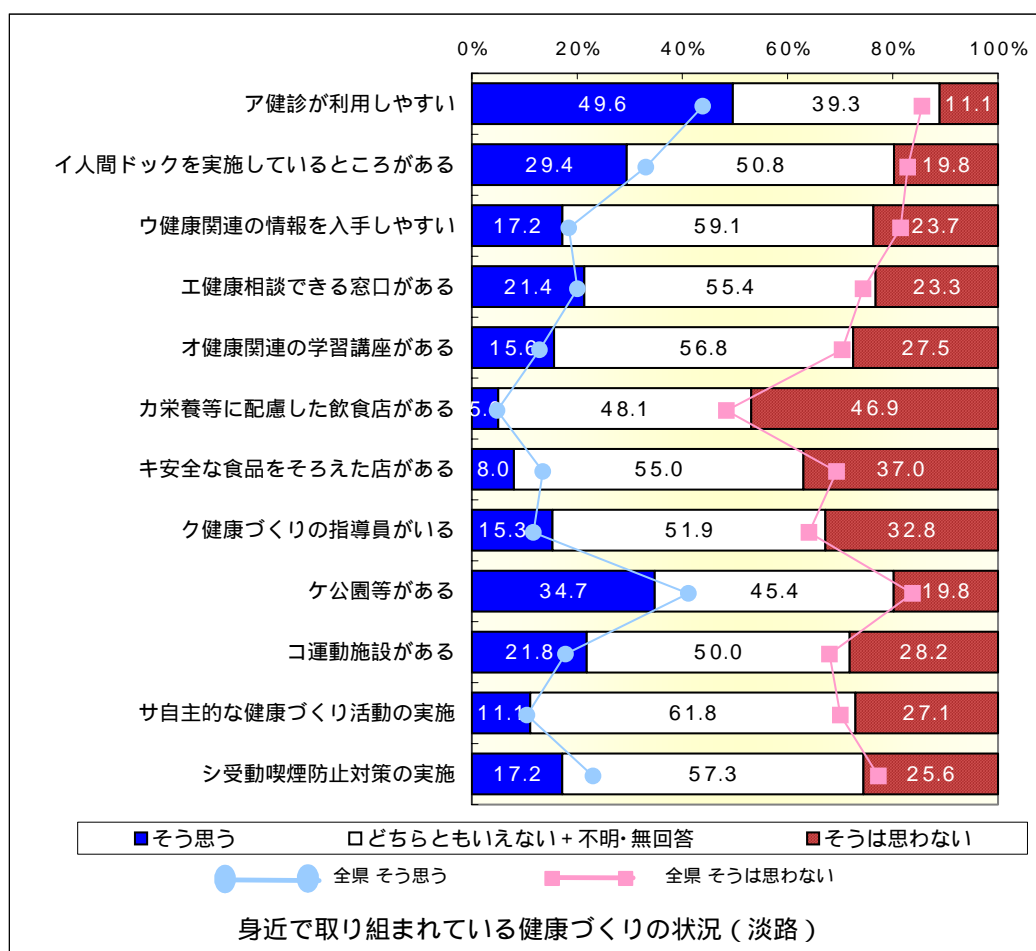
丹波	そうは思わない (計) - 全県結果との比較	比率の差
キ 安全な食品をそろえた店がある		3.9
イ 人間ドックを実施しているところがある		3.1
カ 栄養等に配慮した飲食店がある		3.0
ケ 公園等がある		2.0
コ 運動施設がある		0.9
ウ 健康関連の情報を入手しやすい		-1.6
ア 健診が利用しやすい		-1.8
シ 受動喫煙防止対策の実施		-2.9
エ 健康相談できる窓口がある		-4.6
オ 健康関連の学習講座がある		-6.4
ク 健康づくりの指導員がいる		-11.0
サ 自主的な健康づくり活動の実施		-12.1



## 〈淡路〉

「そう思う」は、「健診が利用しやすい」が約5割（49.6%）と多くなっている。一方、「そう思わない」は、「栄養バランスなどに配慮した食事を提供する飲食店がある」が4割台半ばを超え（46.9%）と多くなっている。

「そう思う」が全県結果を上回っているのは、「健診が利用しやすい」（6.2ポイント）や「気軽に使える運動施設がある」（3.3ポイント）など5項目となっている。一方、「そう思わない」が全県結果を上回っているのは、「安全な食品をそろえた店がある」（4.7ポイント）、「健康づくりに関する情報が入手しやすい」（3.0ポイント）など5項目となっている。



淡路	そう思う（計） - 全県結果との比較	比率の差
ア健診が利用しやすい		6.2
コ運動施設がある		3.3
ク健康づくりの指導員がいる		2.6
オ健康関連の学習講座がある		1.8
エ健康相談できる窓口がある		0.7
サ自主的な健康づくり活動の実施		-0.4
カ栄養等に配慮した飲食店がある		-1.1
ウ健康関連の情報を入手しやすい		-1.9
イ人間ドックを実施しているところがある		-3.7
ケ公園等がある		-6.1
シ受動喫煙防止対策の実施		-6.3
キ安全な食品をそろえた店がある		-6.4

淡路	そうは思わない（計） - 全県結果との比較	比率の差
キ安全な食品をそろえた店がある		4.7
ウ健康関連の情報を入手しやすい		3.0
ケ公園等がある		1.3
シ受動喫煙防止対策の実施		0.9
イ人間ドックを実施しているところがある		0.4
オ健康関連の学習講座がある		-3.8
エ健康相談できる窓口がある		-4.2
ク健康づくりの指導員がいる		-4.5
サ自主的な健康づくり活動の実施		-4.5
カ栄養等に配慮した飲食店がある		-5.4
コ運動施設がある		-5.4
ア健診が利用しやすい		-5.7