

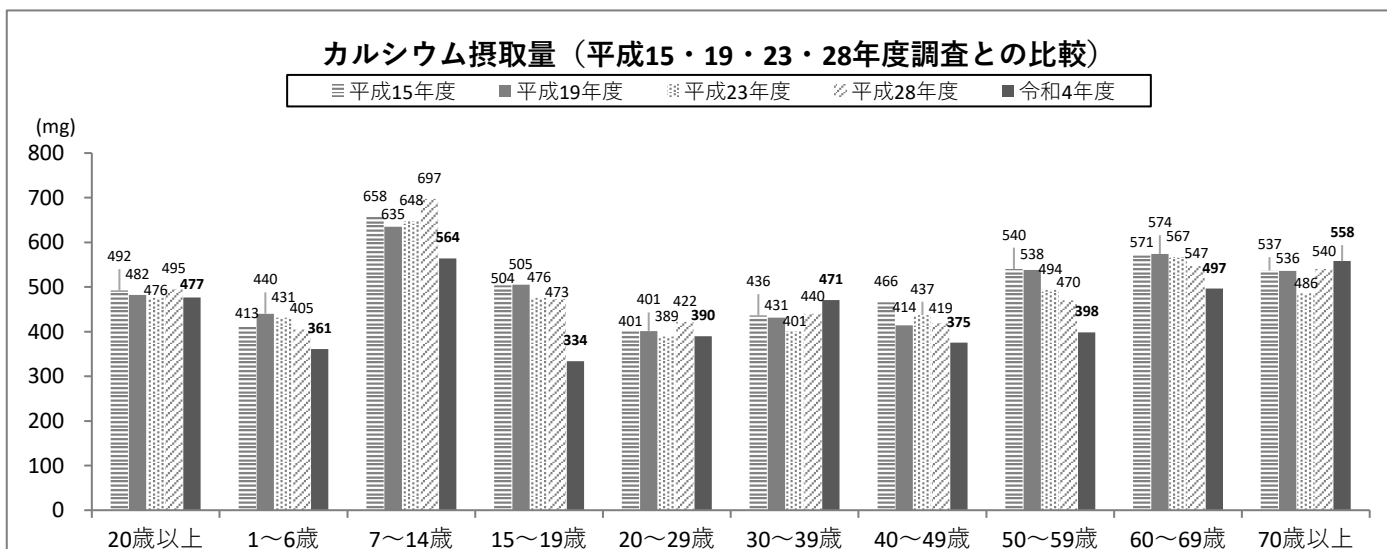
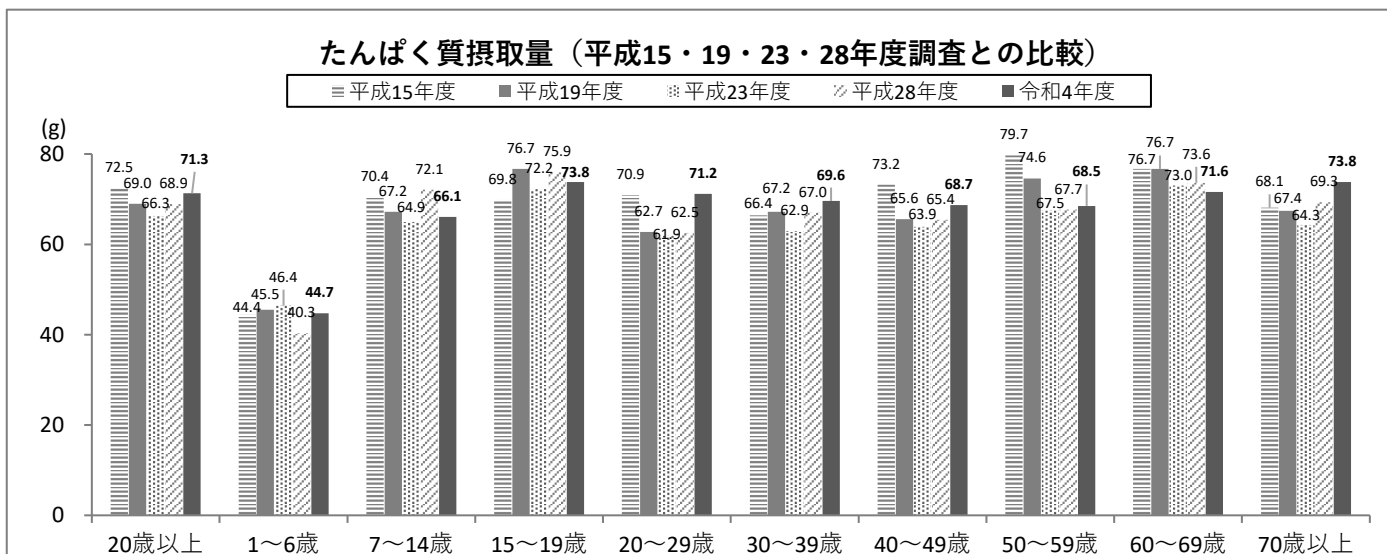
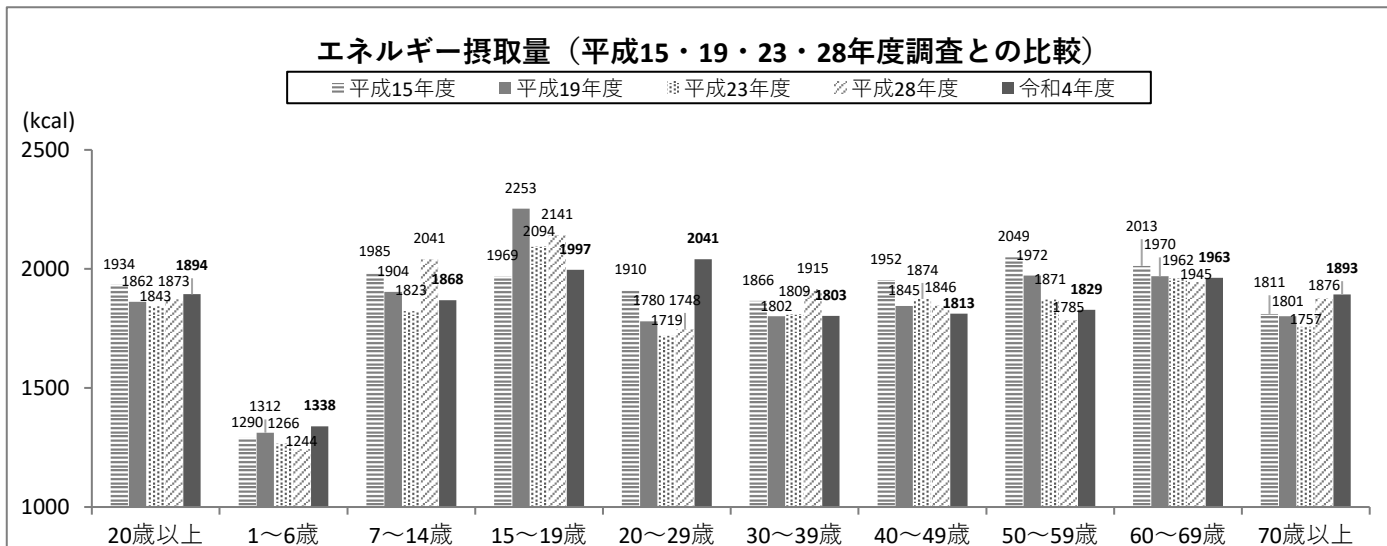
## II 調査の結果

# 1. 栄養素等の摂取状況

令和4年度調査は、栄養素等の摂取状況を食事記録法を使用し、結果を示した。

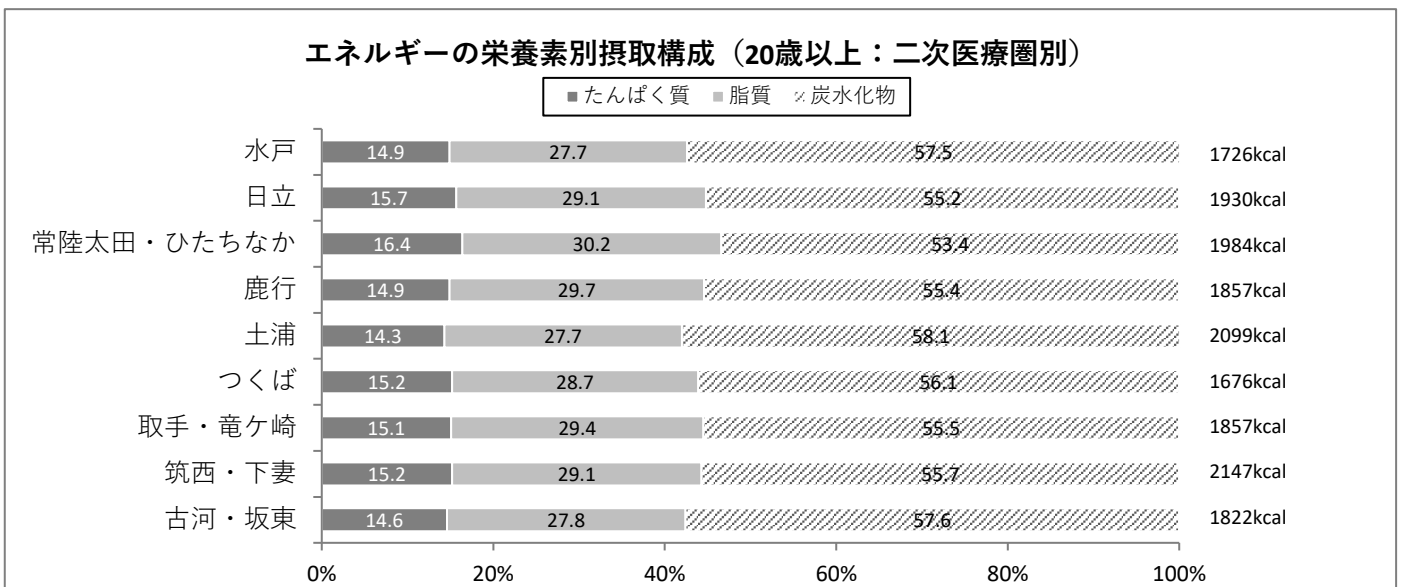
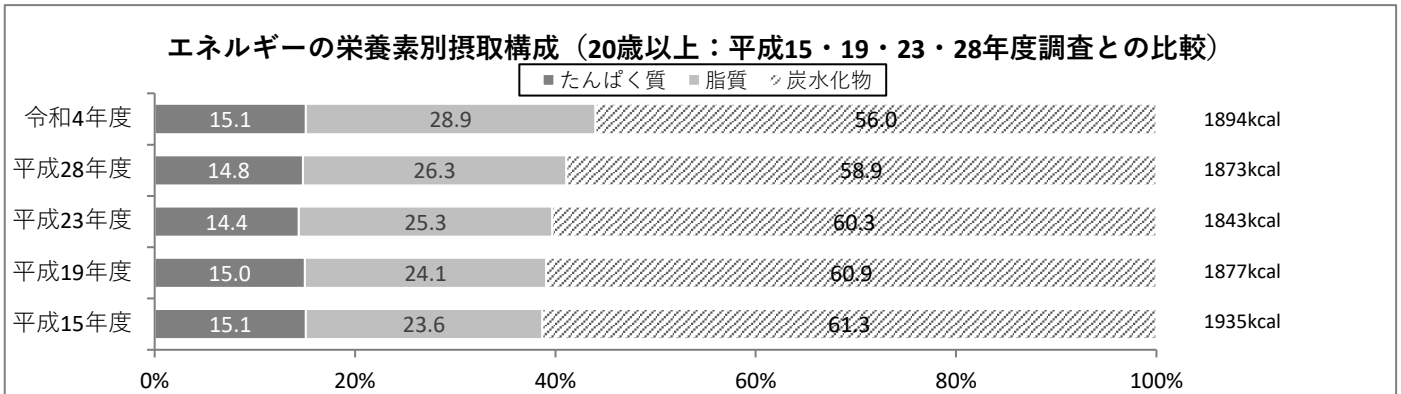
## (1) 栄養素等摂取量(総数・年齢階級別)

エネルギー摂取量、たんぱく質摂取量ともに、20～29歳で増加傾向が見られた。カルシウム摂取量は、ほとんどの年代で減少した。



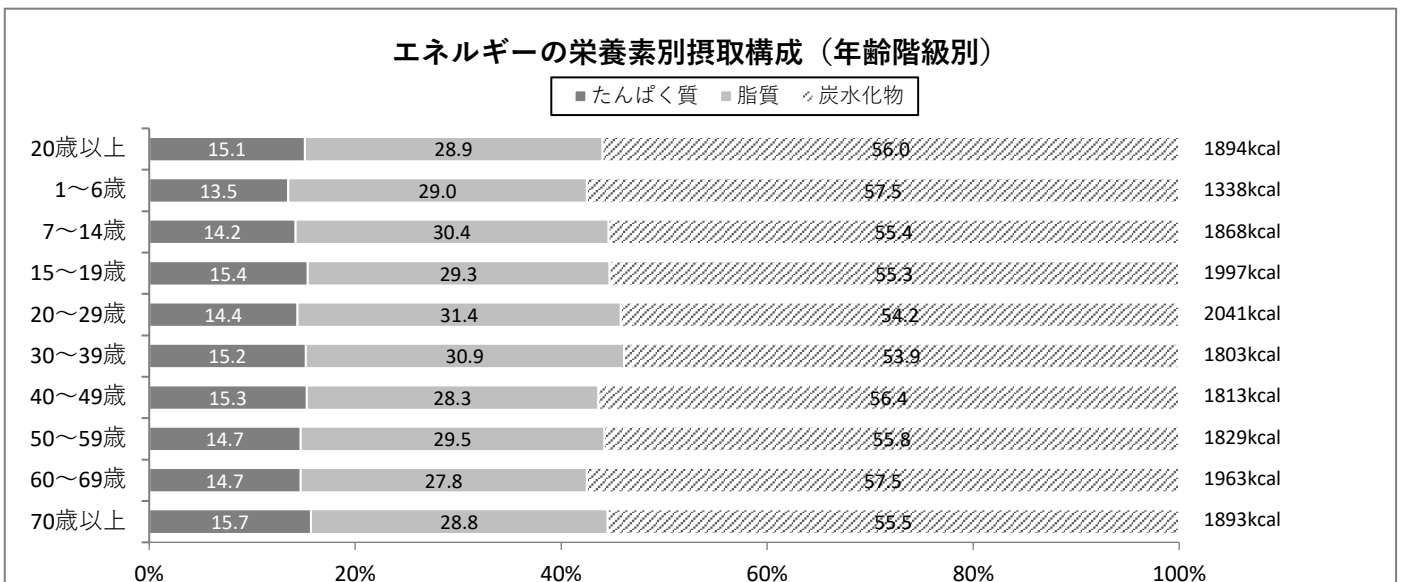
## (2) エネルギーの栄養素摂取構成比 (20歳以上)

エネルギー摂取量はほぼ横ばいであったが、炭水化物からのエネルギー摂取が減少傾向にあるのに対し、脂質からのエネルギー摂取は増加傾向にあった。

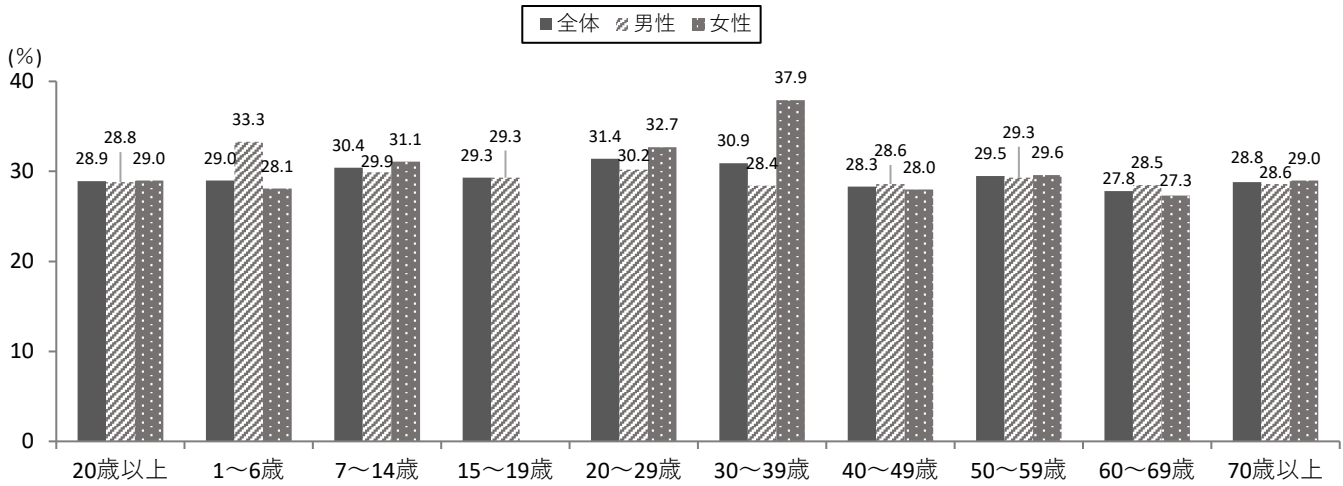


## (3) エネルギーの栄養素別摂取構成比 (年齢階級別)

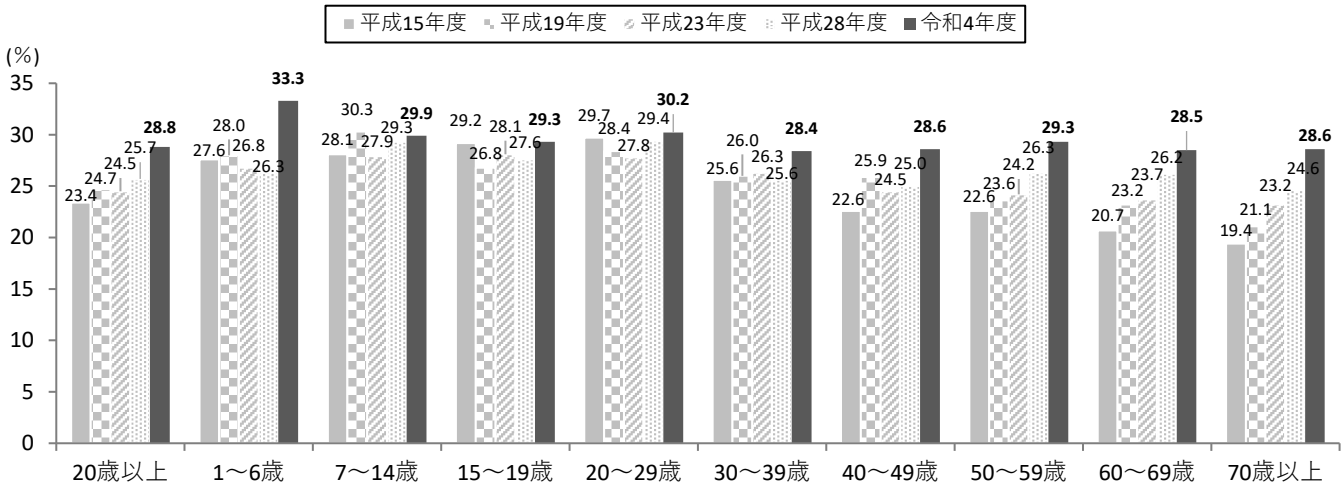
エネルギーの栄養素別摂取構成比については、全ての年齢階級において、男女共に、脂質エネルギー比率が25%を超えている。特に20～30代で増加傾向がみられた。



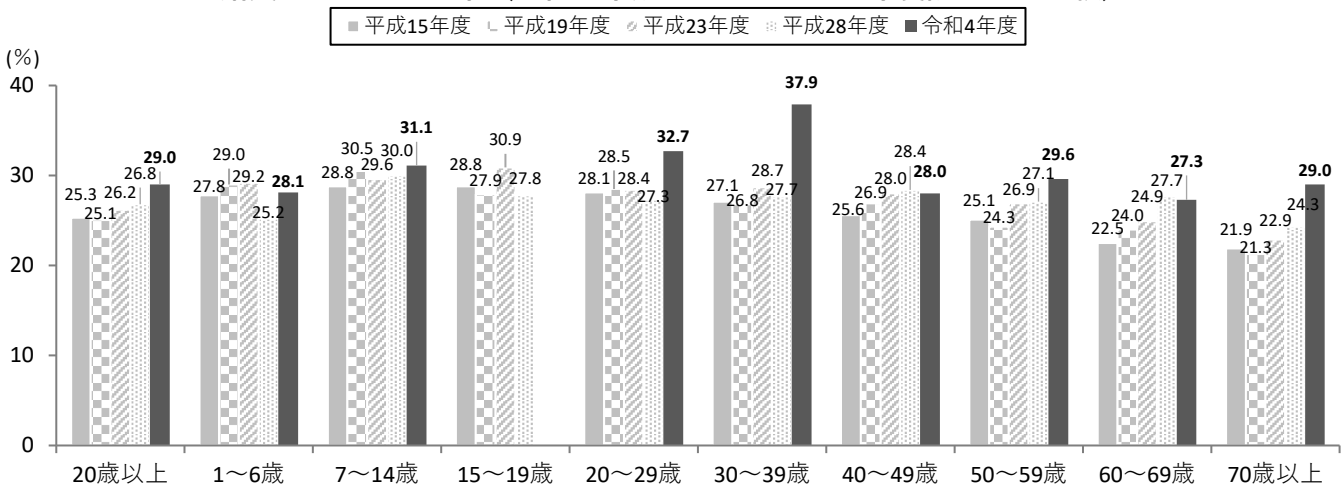
### 脂質エネルギー比率（性・年齢階級別）



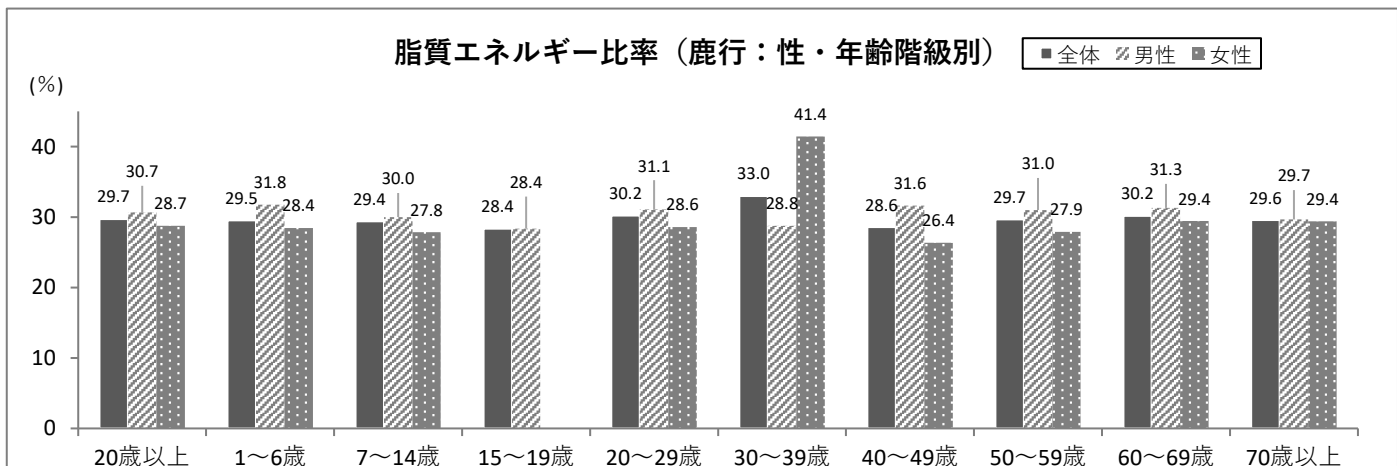
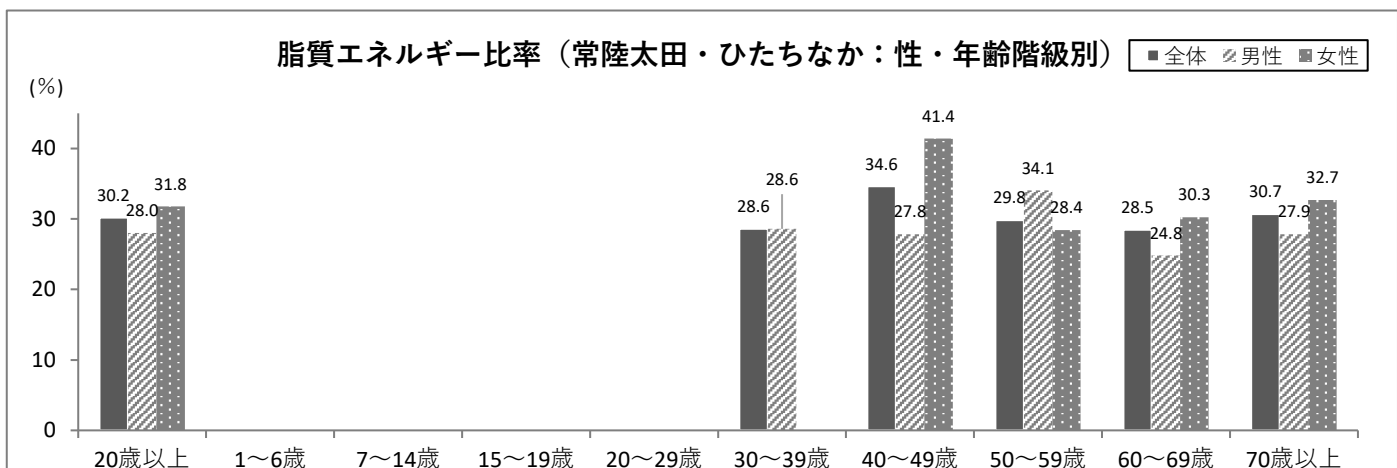
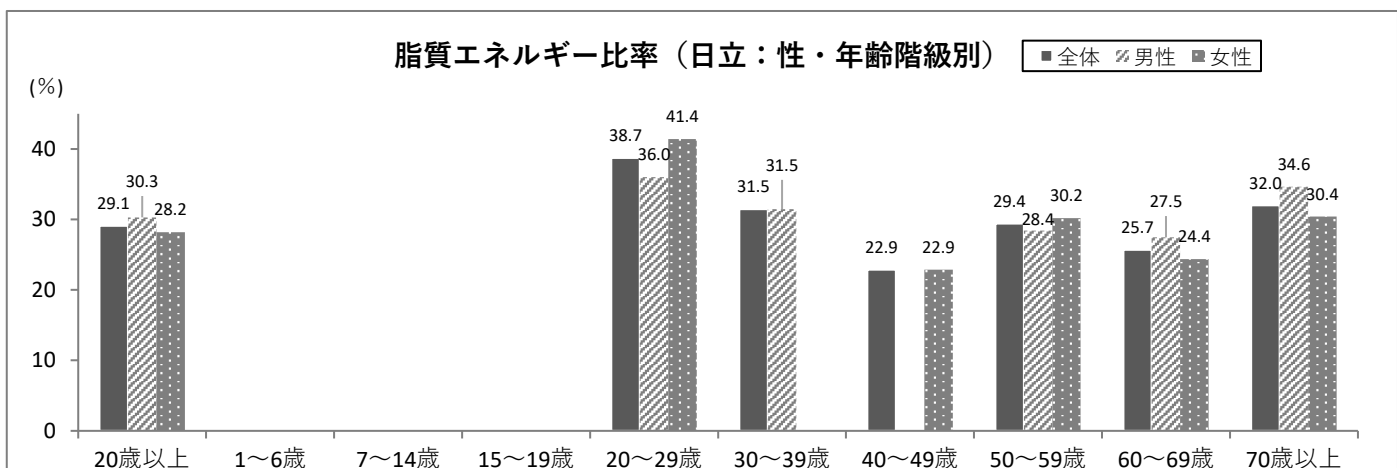
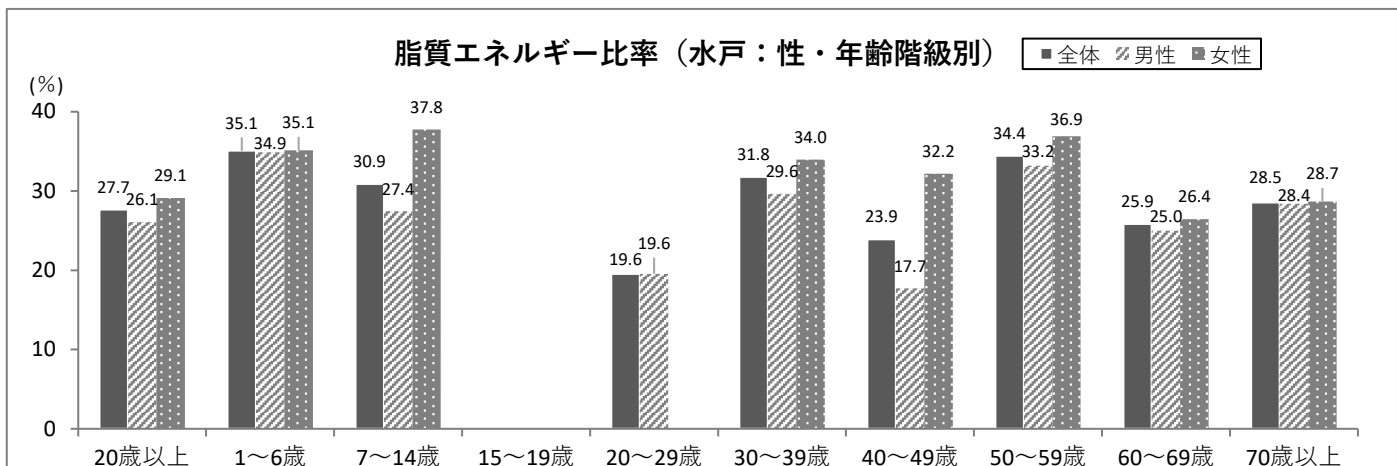
### 脂質エネルギー比率（男性：平成15・19・23・28年度調査との比較）

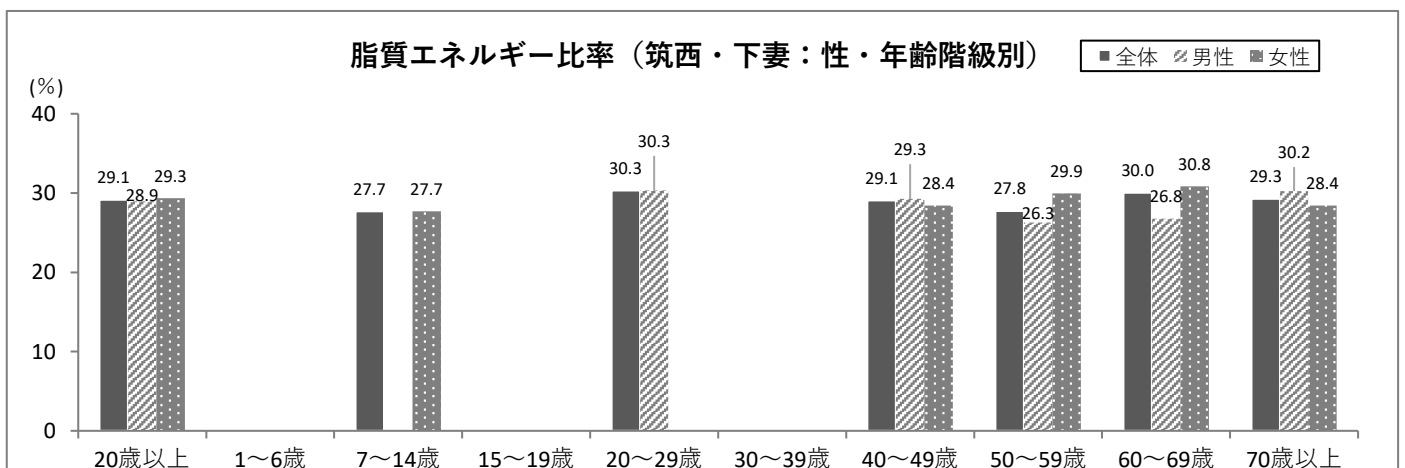
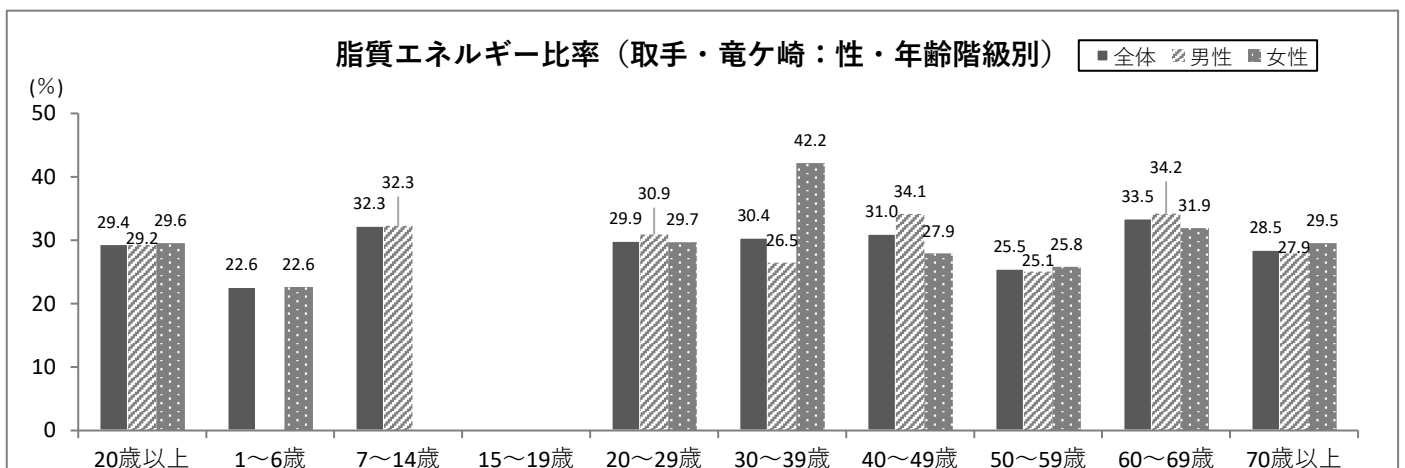
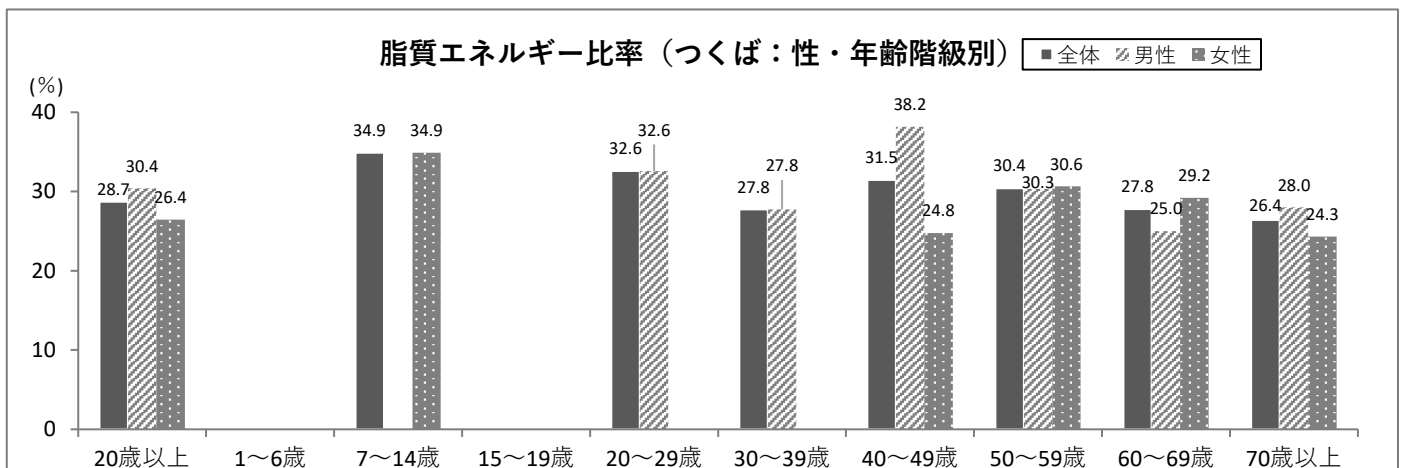
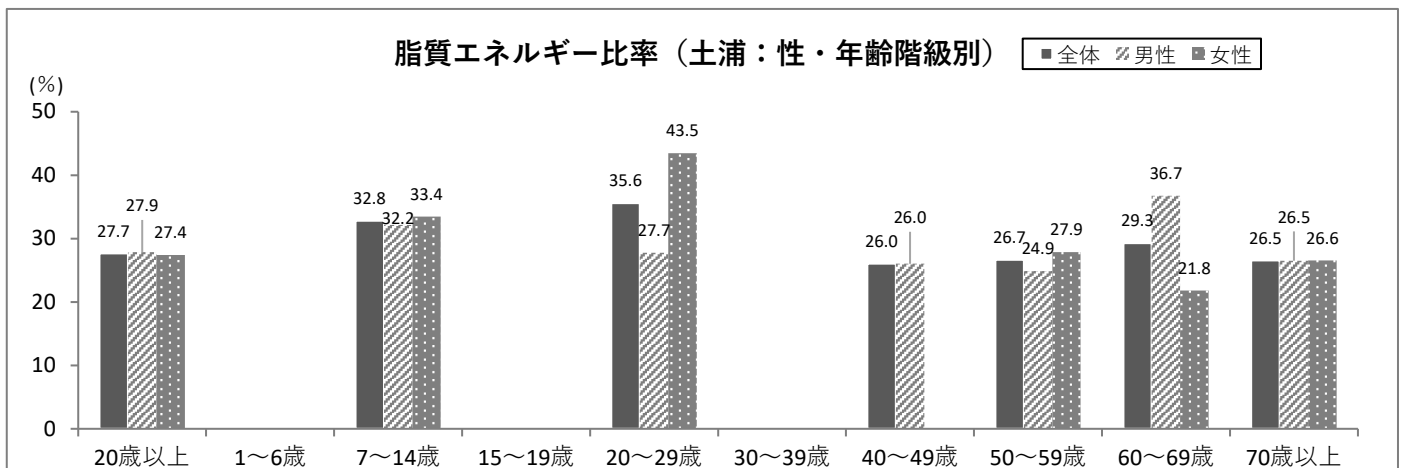


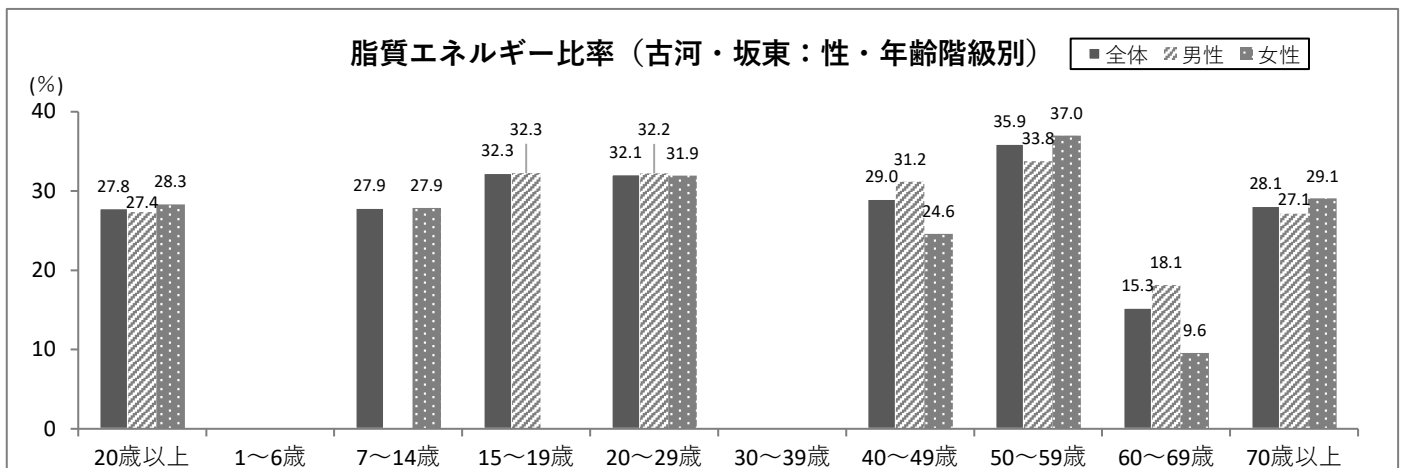
### 脂質エネルギー比率（女性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



（参考）脂質エネルギー比率の目標量  
「日本人の食事摂取基準」（2020年版）  
・脂肪エネルギー比率：20～30%未満

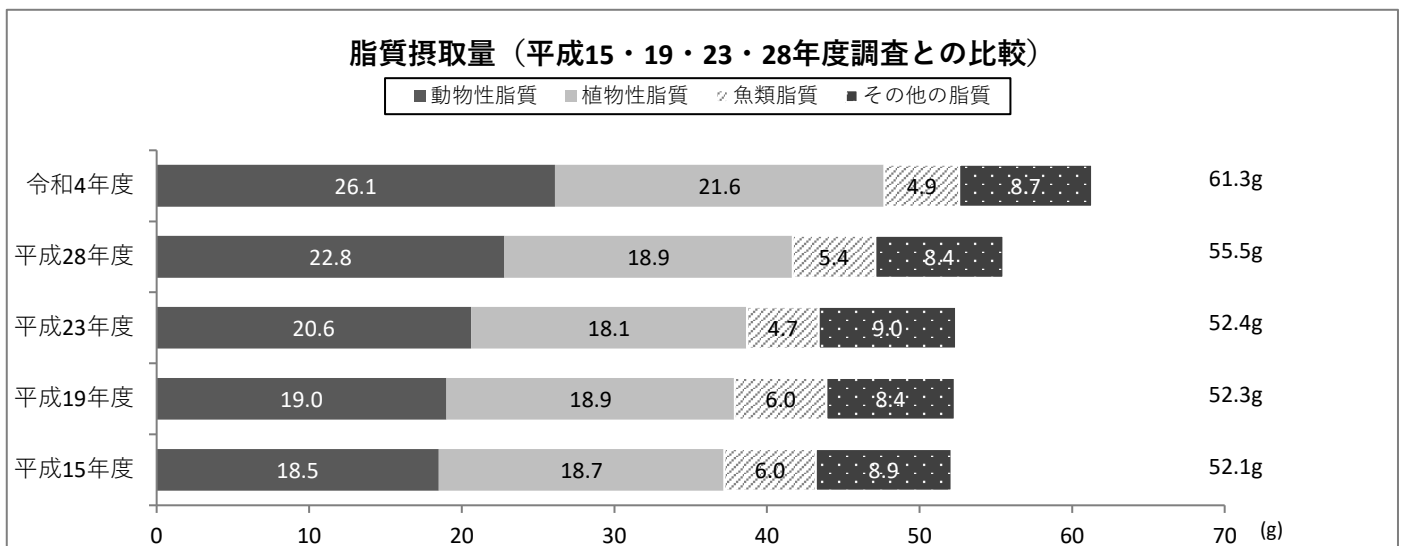






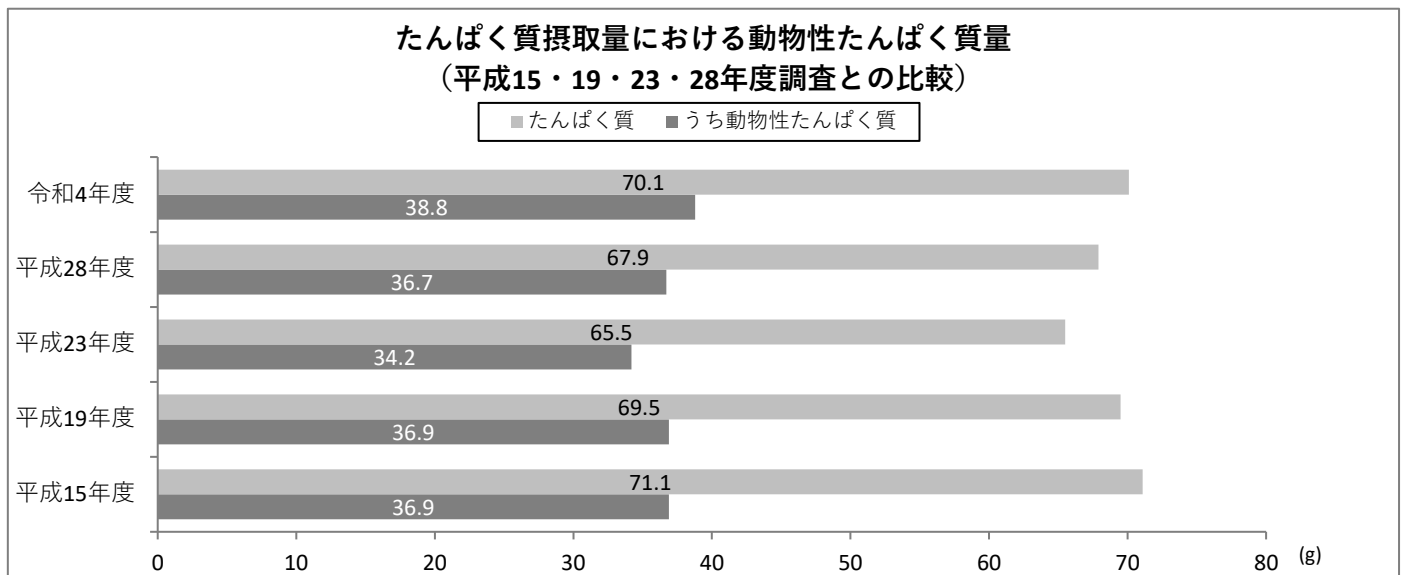
#### (4) 脂質摂取量（総数）

脂質摂取量は61.3gであり、平成23・28年度調査よりも増加傾向である。内訳は動物性脂質26.1g、植物性脂質21.6g、魚類脂質4.9gであり、動物性脂質は増加傾向であった。



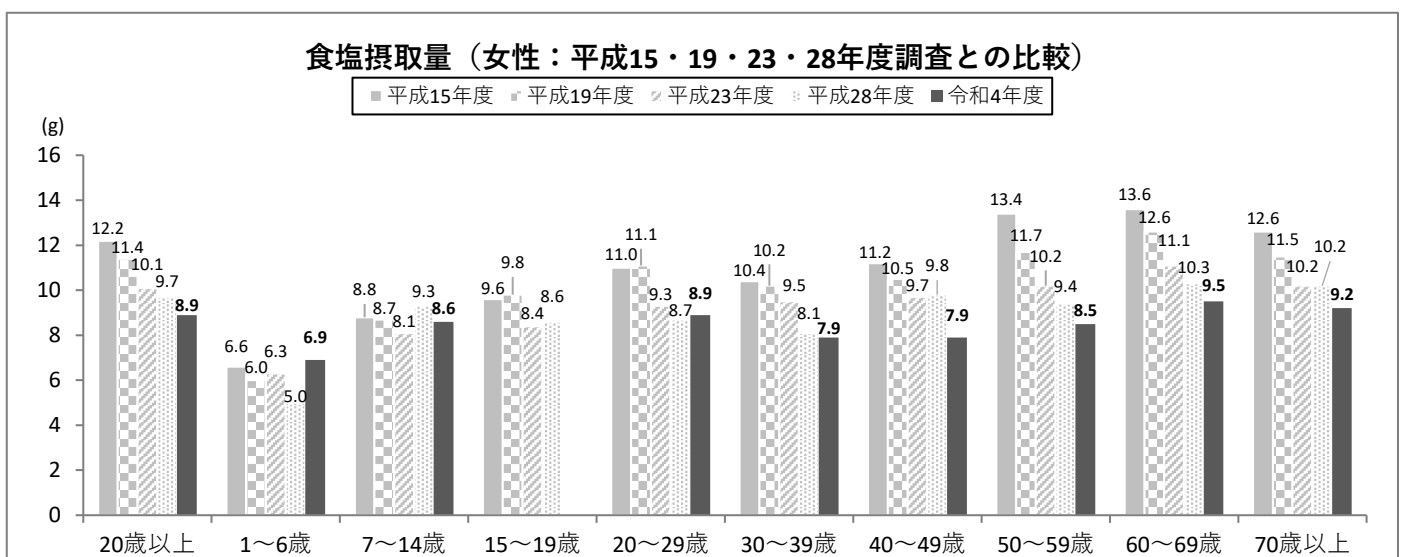
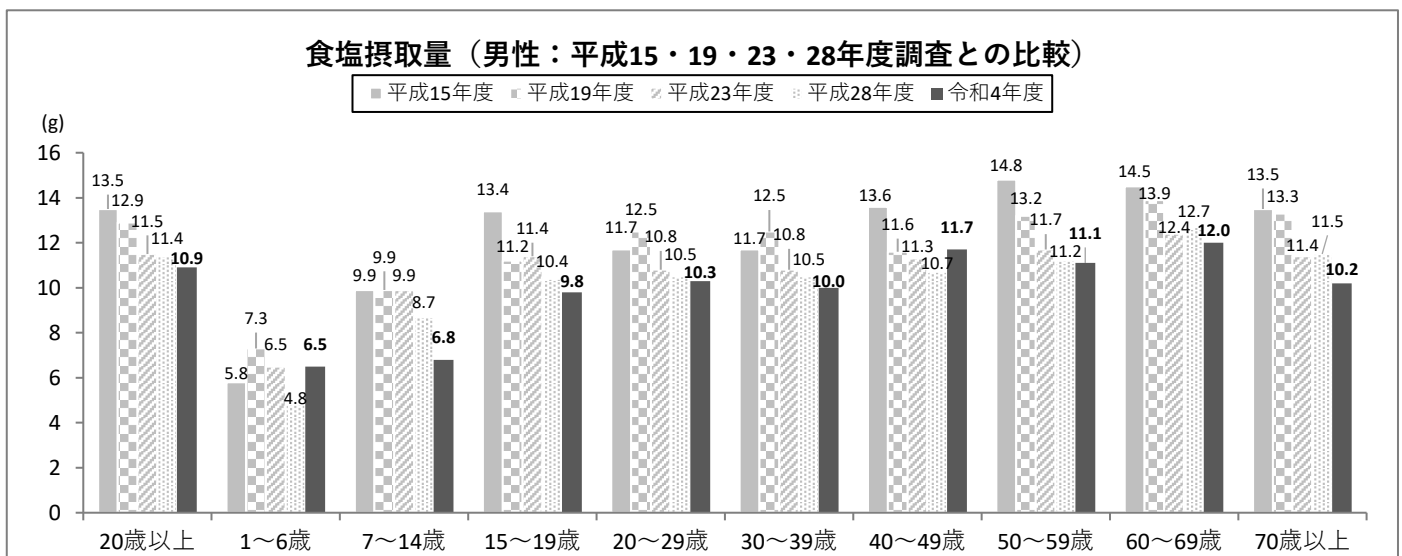
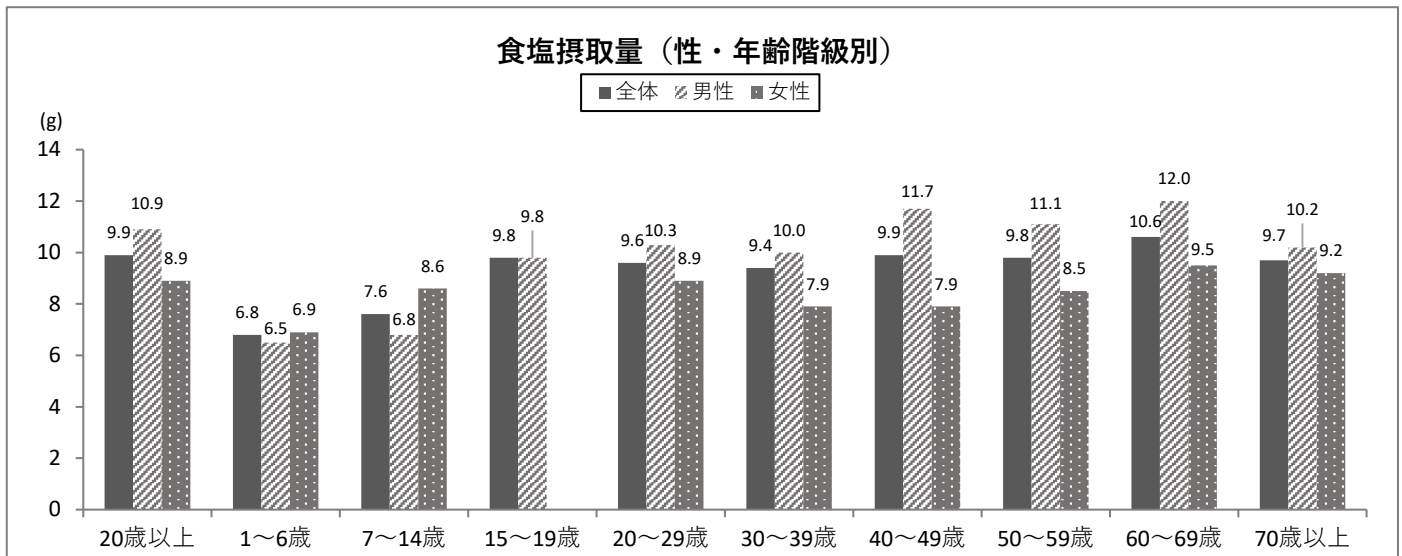
#### (5) たんぱく質摂取量における動物性たんぱく質量（総数）

たんぱく質摂取量は70.1gであり、そのうち動物性たんぱく質摂取量は38.8gであった。



## (6) 食塩摂取量(総数・年齢階級別)

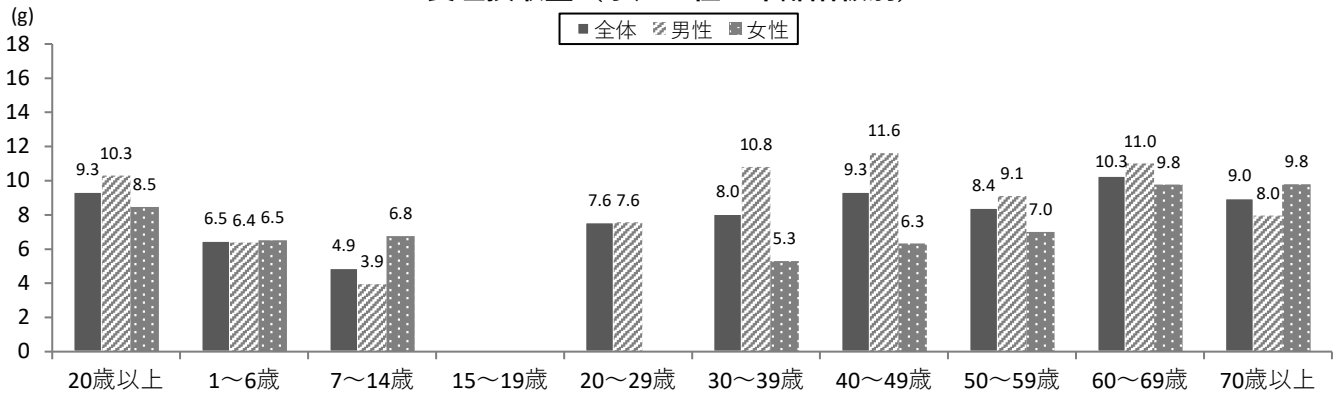
20歳以上の食塩摂取量は、男性10.9g、女性8.9gで、平成28年度調査と比べて男女とも減少傾向であった。また、年代間で比較すると、男女ともに60代で最も摂取量が多かった。



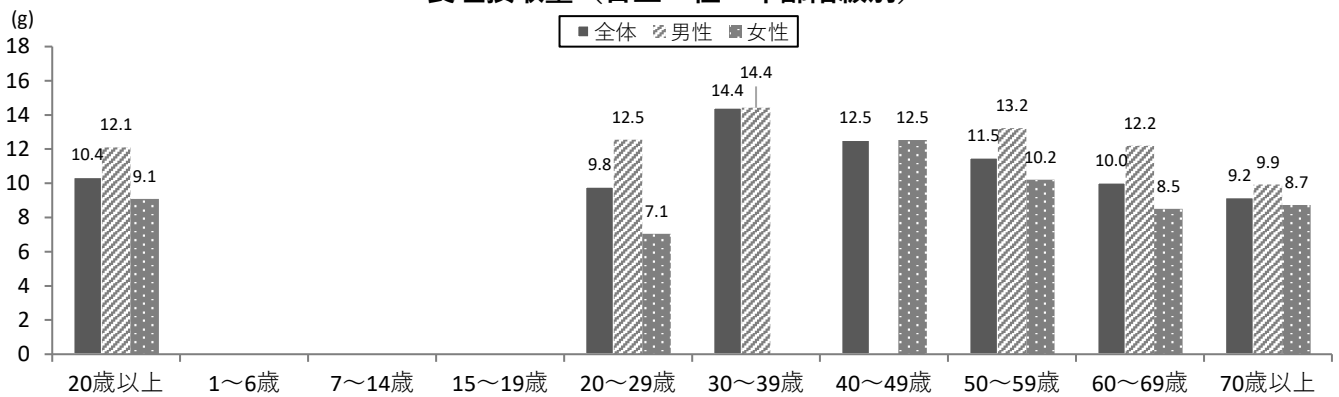
(参考) 20歳以上食塩摂取の目標量(「日本人の食事摂取基準2020年版」より)  
 男性7.5g未満女性6.5g未満



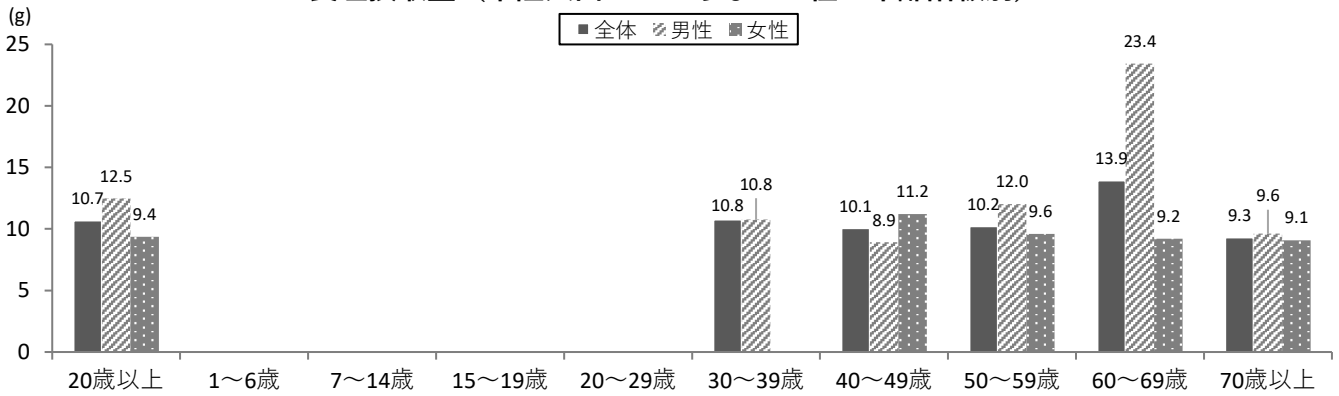
食塩摂取量（水戸：性・年齢階級別）



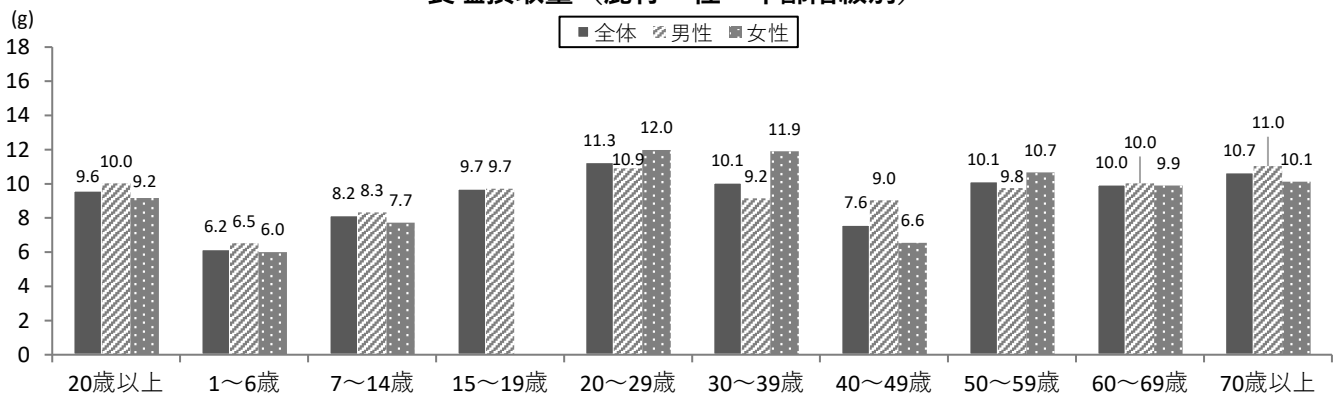
食塩摂取量（日立：性・年齢階級別）



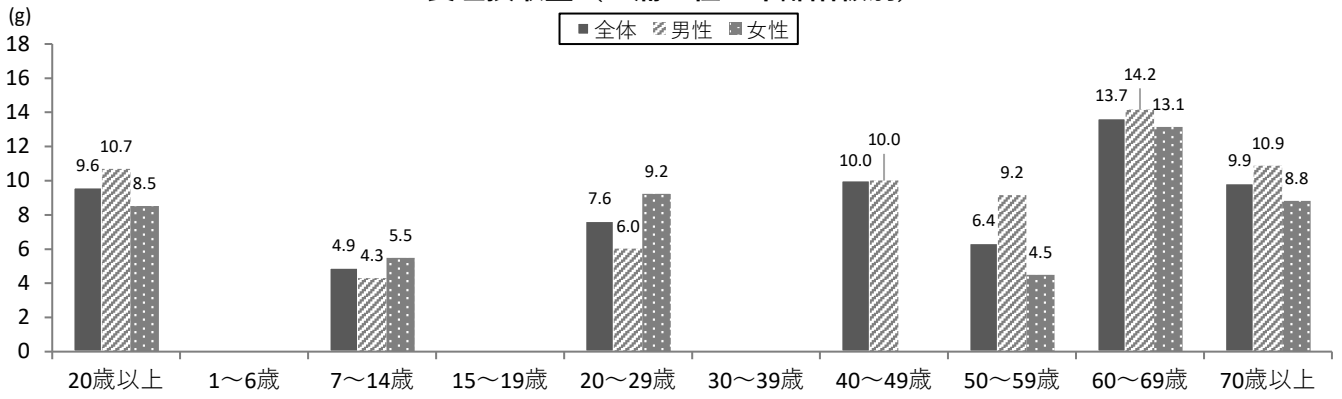
食塩摂取量（常陸太田・ひたちなか：性・年齢階級別）



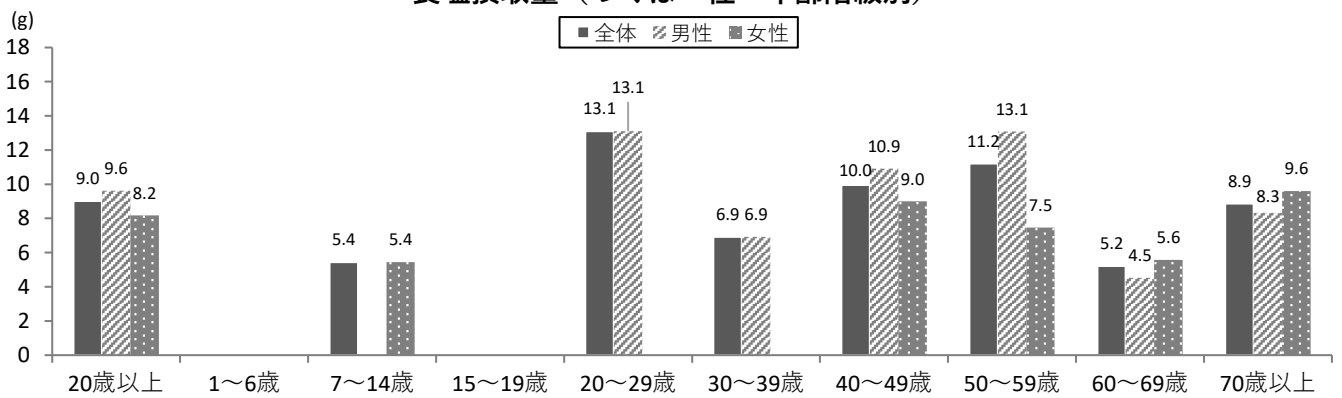
食塩摂取量（鹿行：性・年齢階級別）



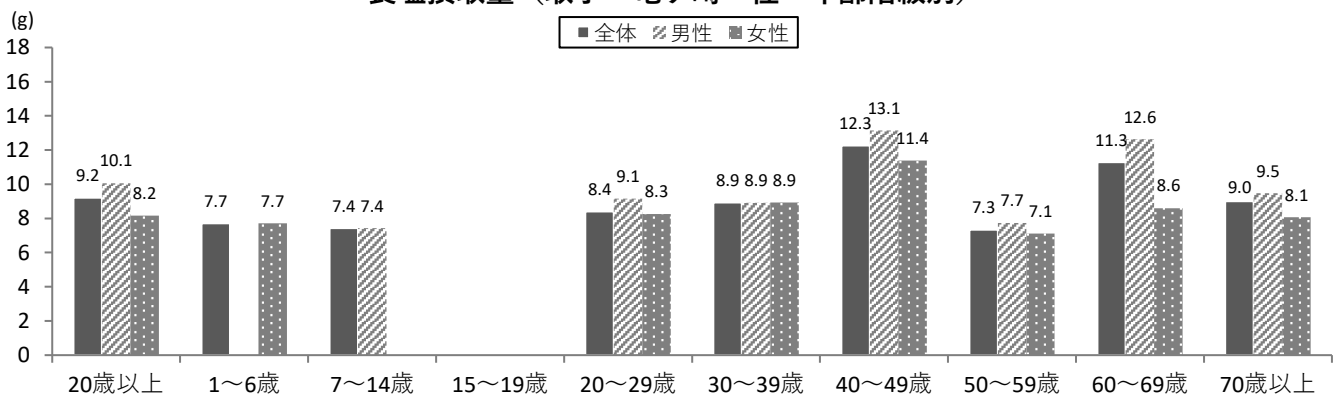
食塩摂取量（土浦：性・年齢階級別）



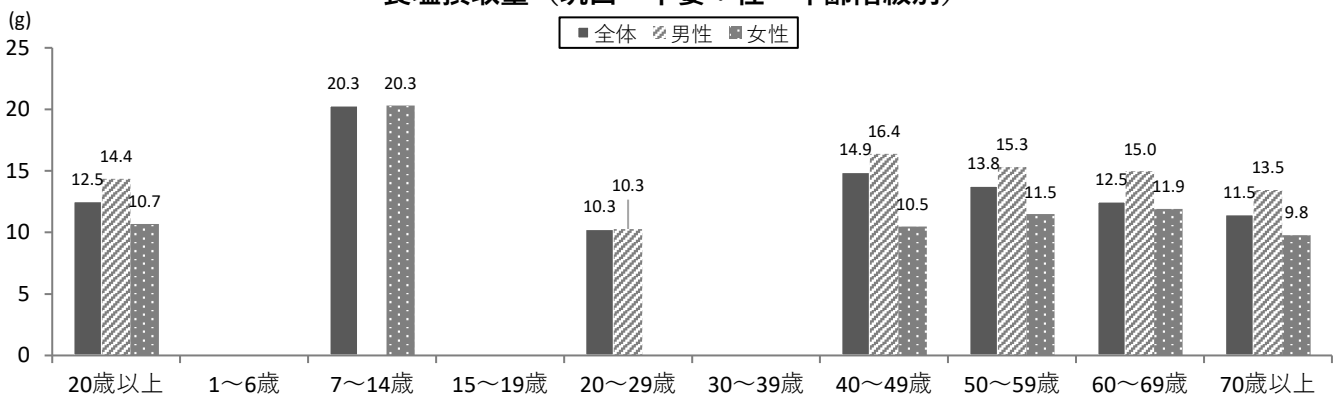
食塩摂取量（つくば：性・年齢階級別）



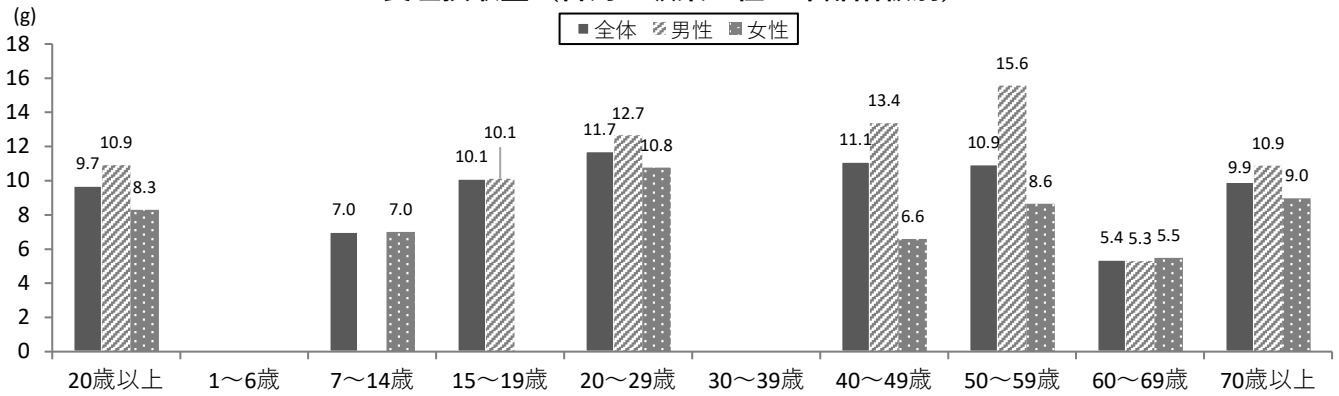
食塩摂取量（取手・竜ヶ崎：性・年齢階級別）



食塩摂取量（筑西・下妻：性・年齢階級別）



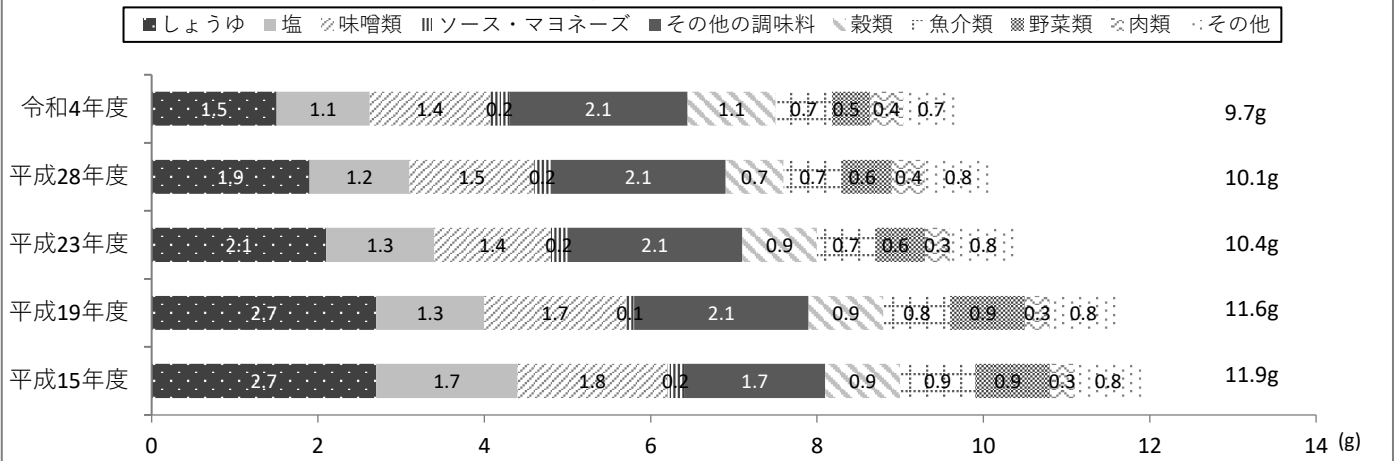
食塩摂取量（古河・坂東：性・年齢階級別）



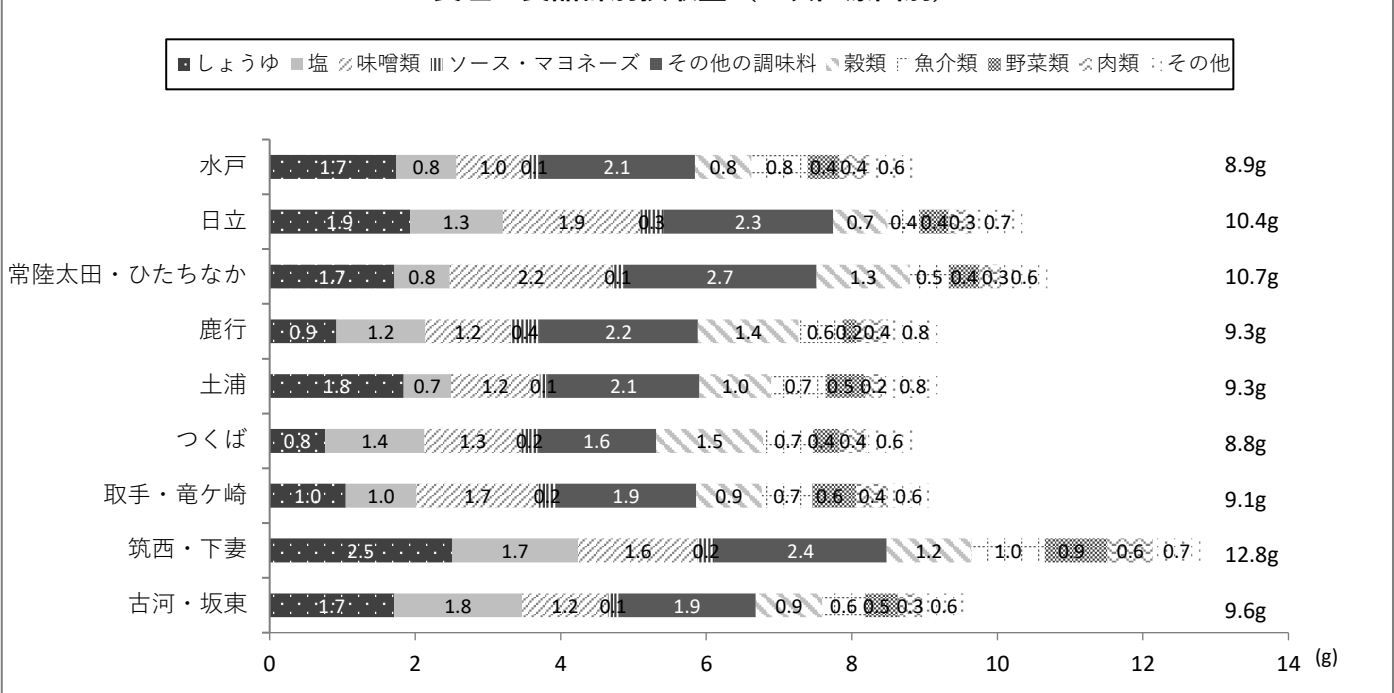
(7) 食塩の食品群別摂取量（総数）

食塩の食品群別摂取量構成では、しょうゆ、味噌類などの調味料の摂取量が減少していた。医療圏別では、筑西・下妻圏域で最も摂取量が多かった。

食塩の食品群別摂取量（平成15・19・23・28年度調査との比較）



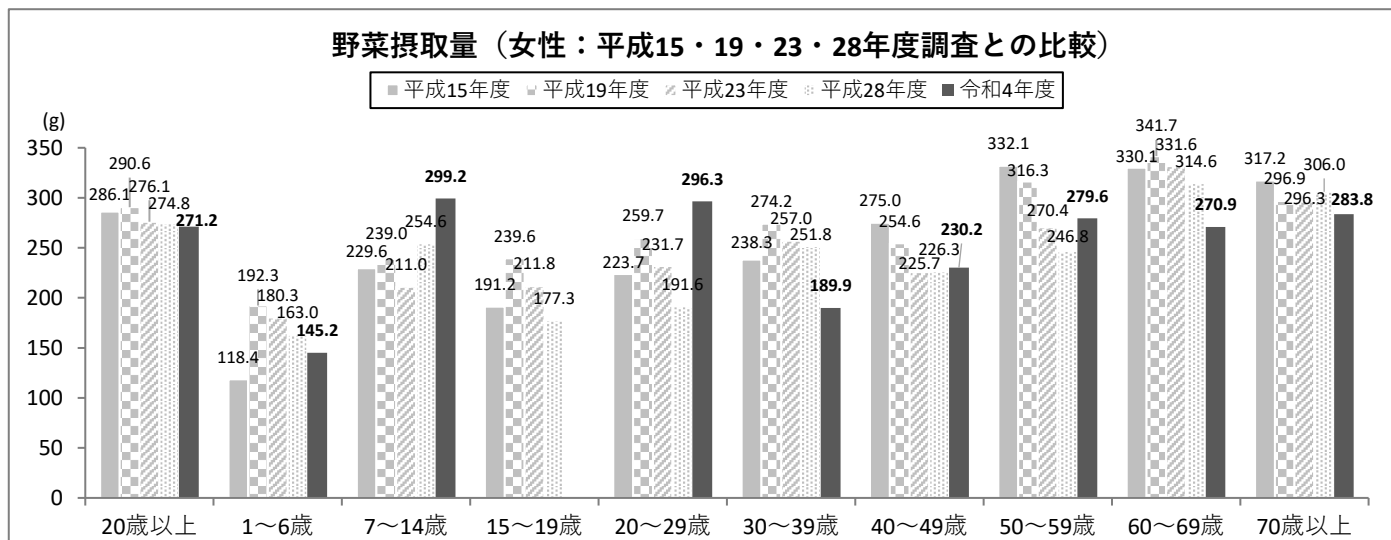
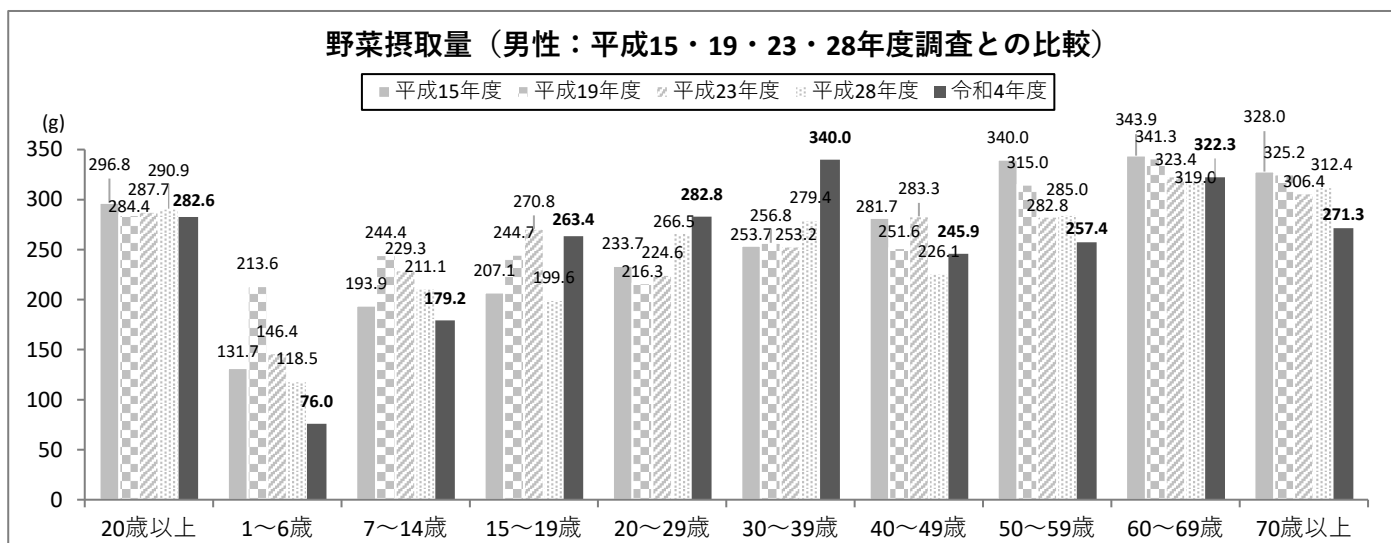
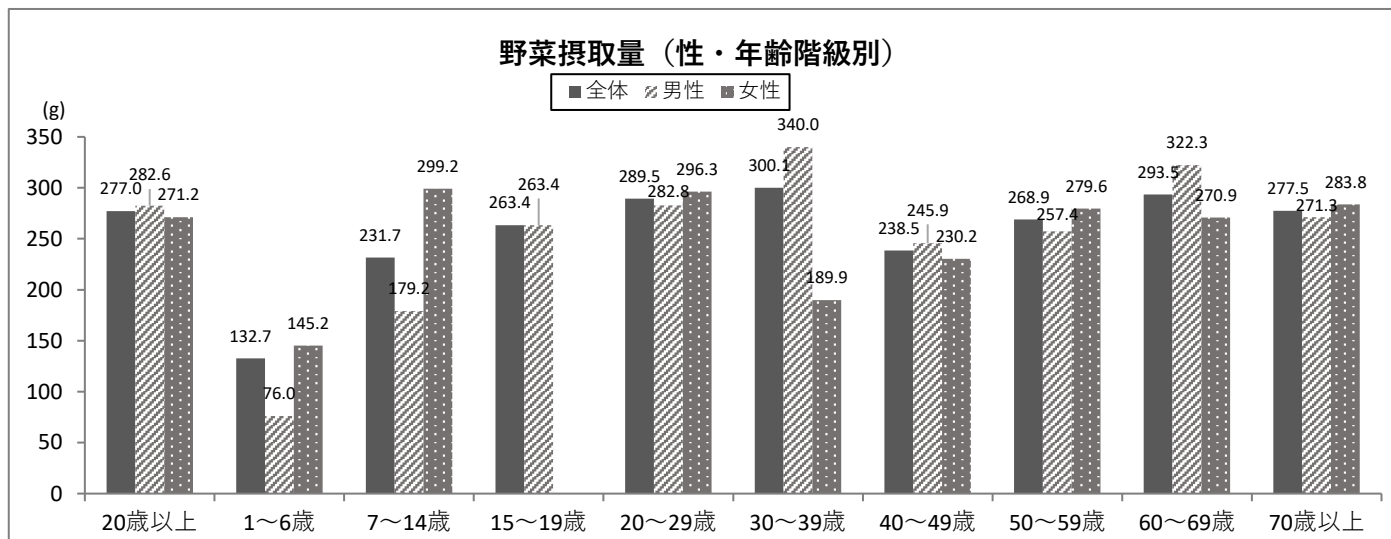
食塩の食品群別摂取量（二次医療圏別）



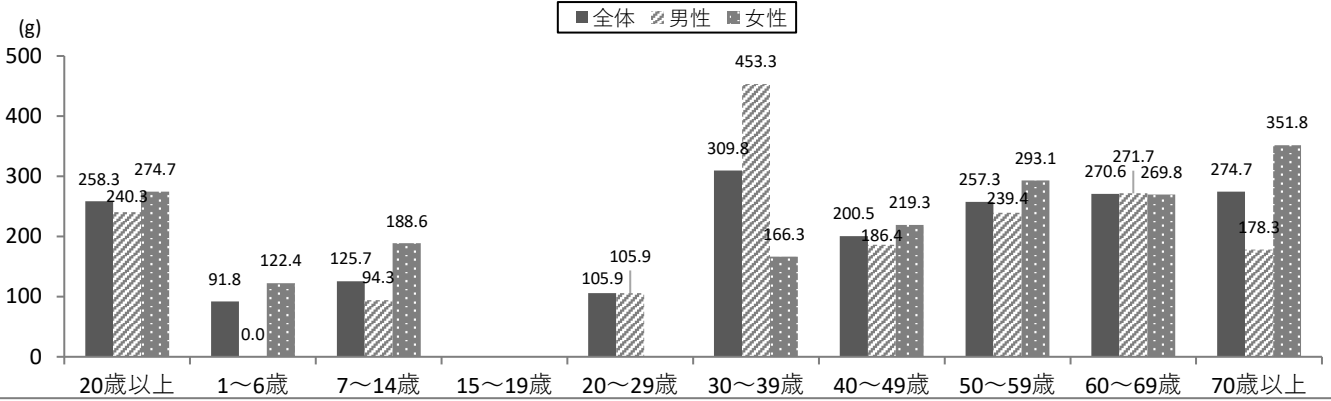
## 2. 食品の摂取状況

### (8) 食品群別摂取量(総数・年齢階級別)

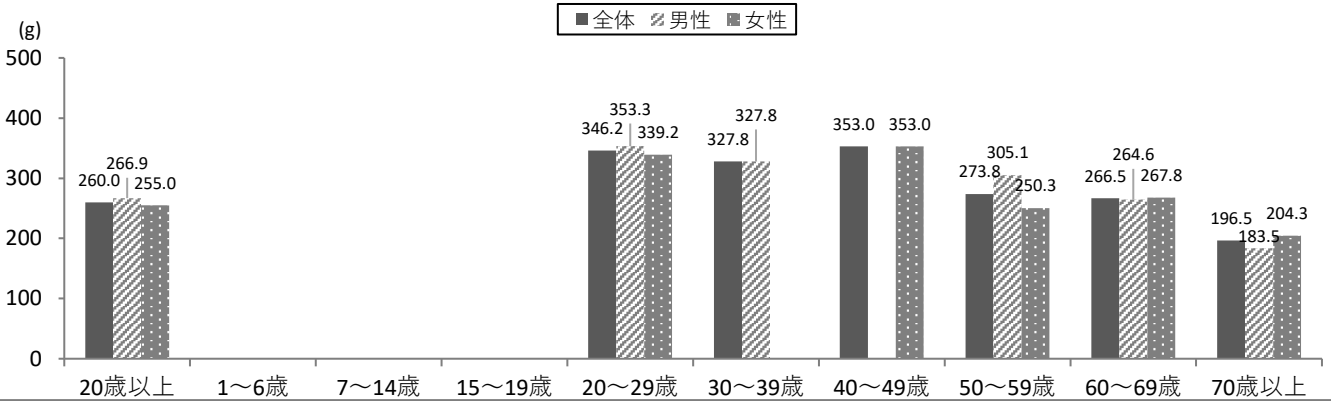
野菜の摂取量は20歳以上で平均277.0gであり、平成28年度調査と比べると男性、女性ともにやや減少していた。年代別に見ると、男性では1～6歳、女性では30～39歳で平成28年度調査に比べ大幅な減少が見られた。果物の摂取が100g未満の者の割合は、20歳以上で59.1%であった。



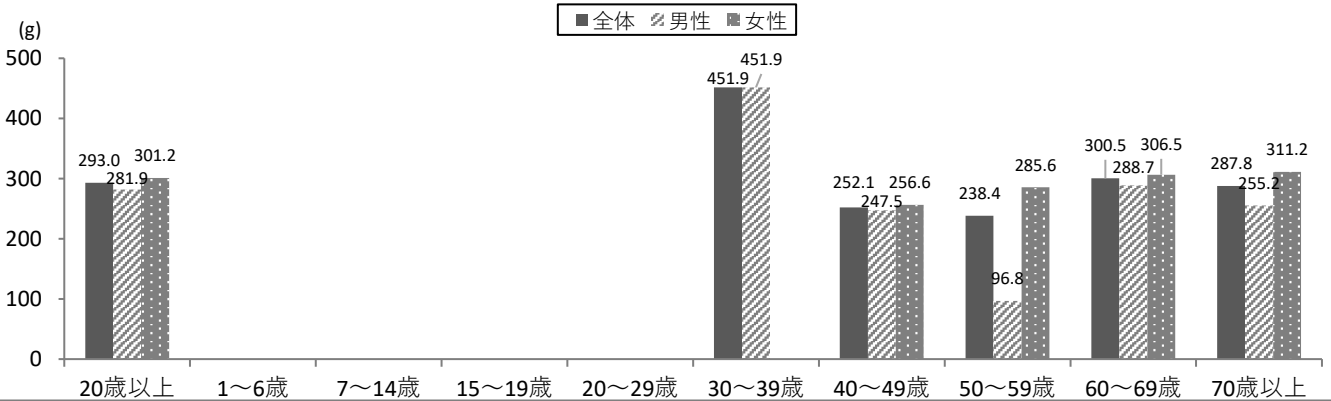
野菜摂取量（水戸：性・年齢階級別）



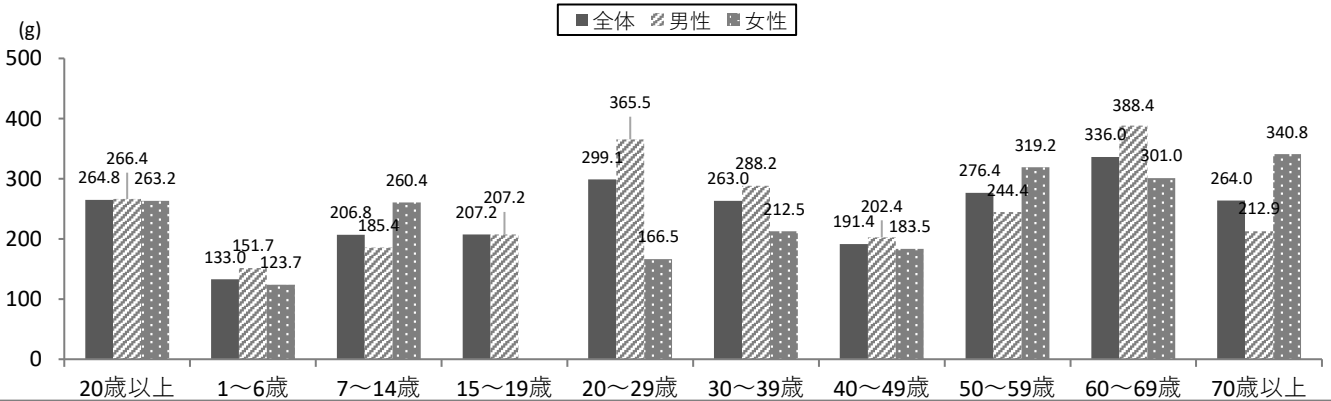
野菜摂取量（日立：性・年齢階級別）



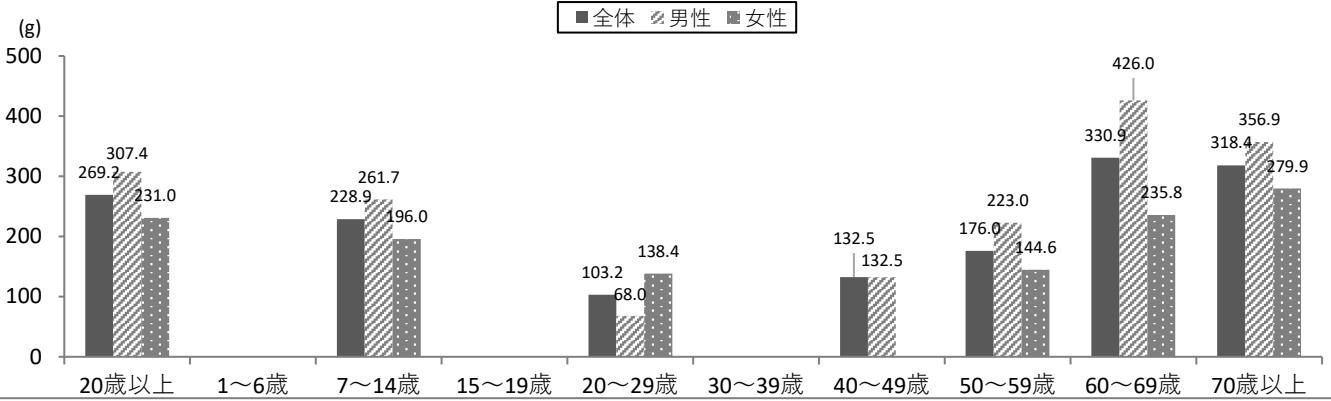
野菜摂取量（常陸太田・ひたちなか：性・年齢階級別）



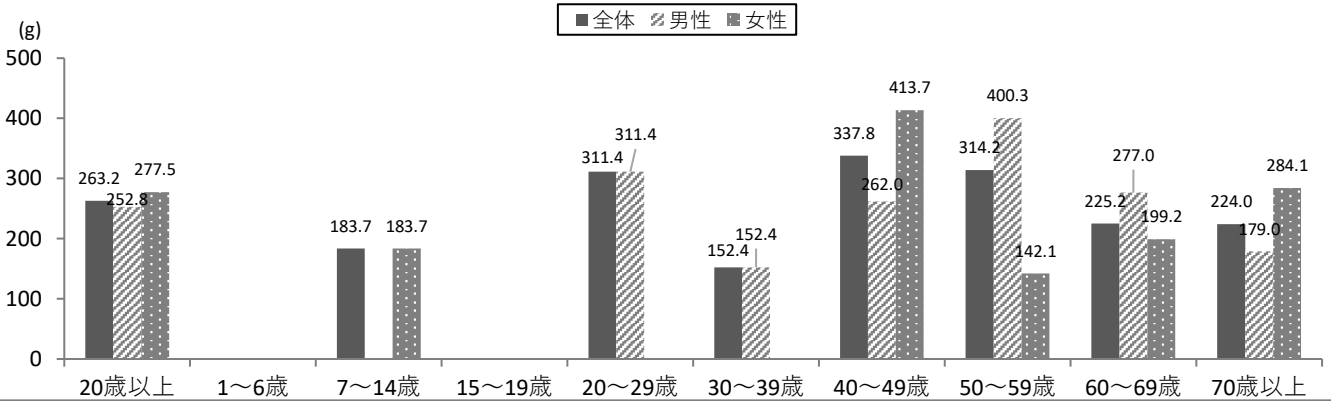
野菜摂取量（鹿行：性・年齢階級別）



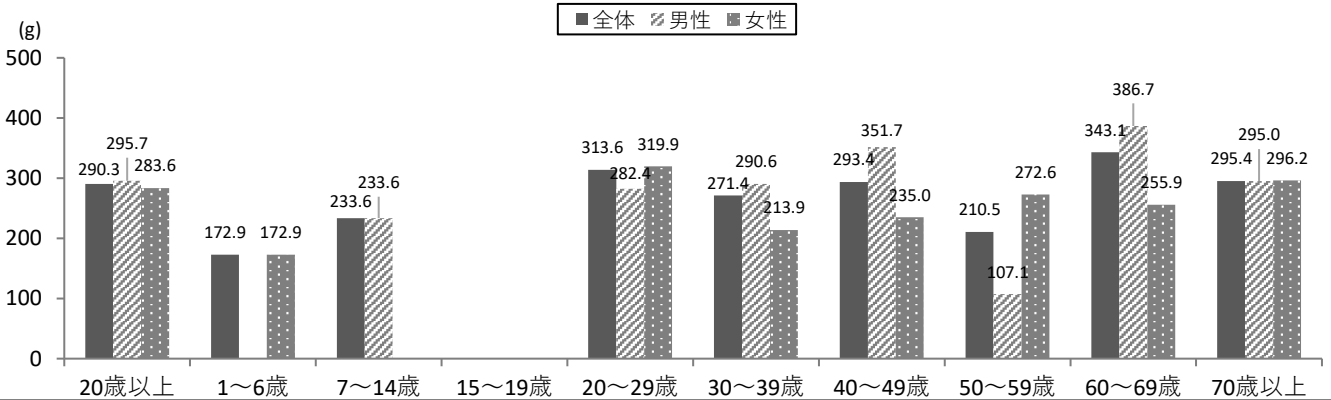
野菜摂取量（土浦：性・年齢階級別）



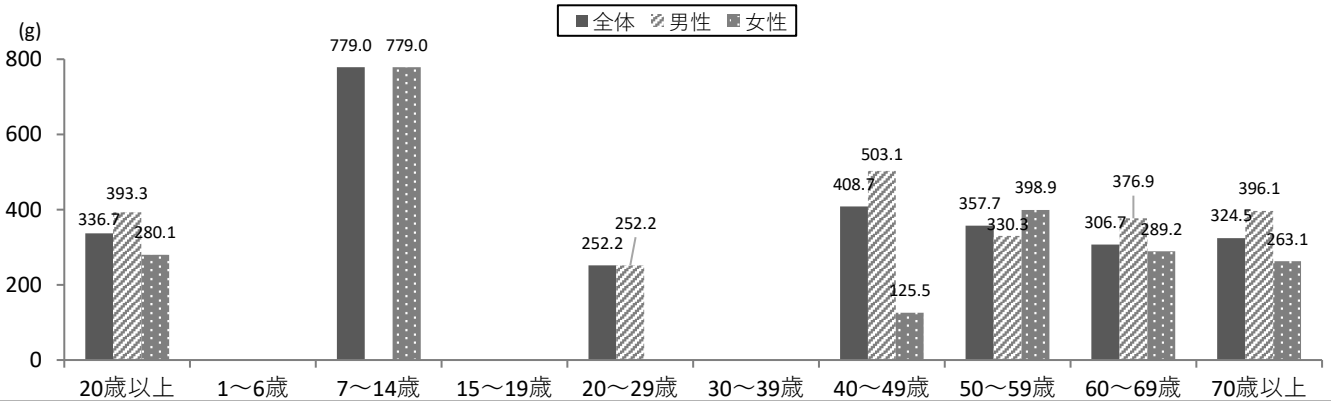
野菜摂取量（つくば：性・年齢階級別）



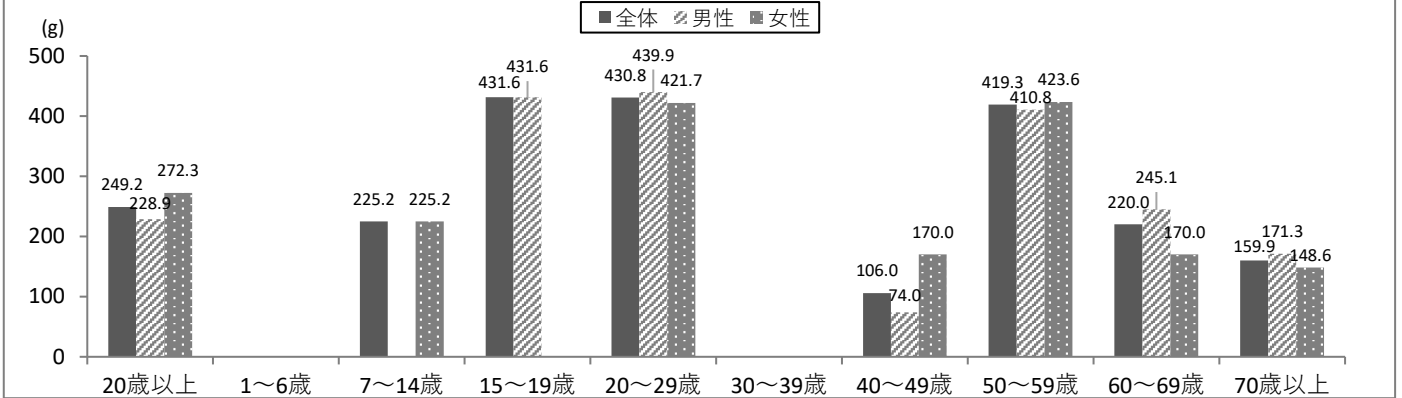
野菜摂取量（取手・竜ヶ崎：性・年齢階級別）



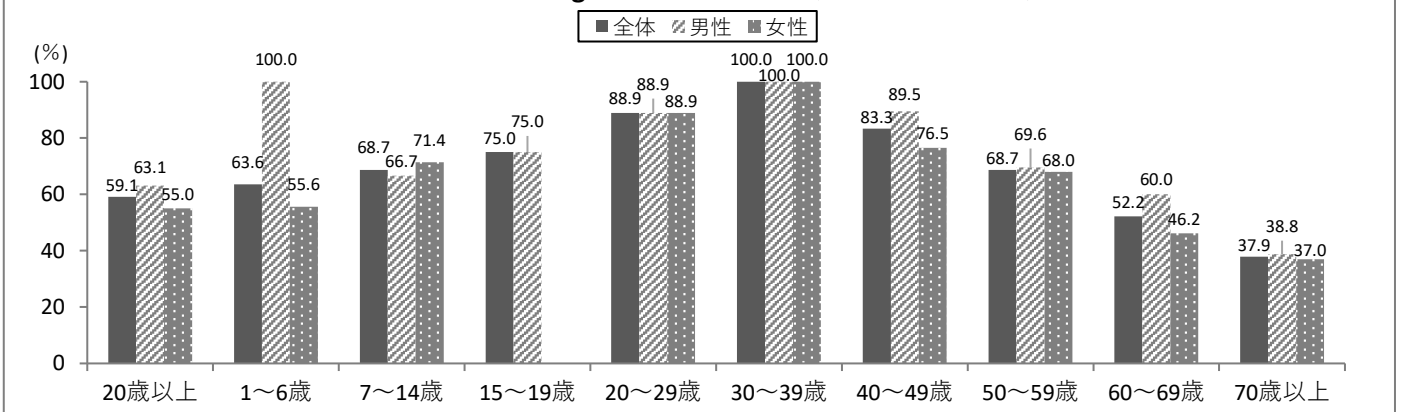
野菜摂取量（筑西・下妻：性・年齢階級別）



野菜摂取量（古河・坂東：性・年齢階級別）



果物の摂取が100g未満の者の割合（性・年齢階級別）



（参考）「健康日本21」（第二次）の目標量

野菜と果物の摂取量の増加

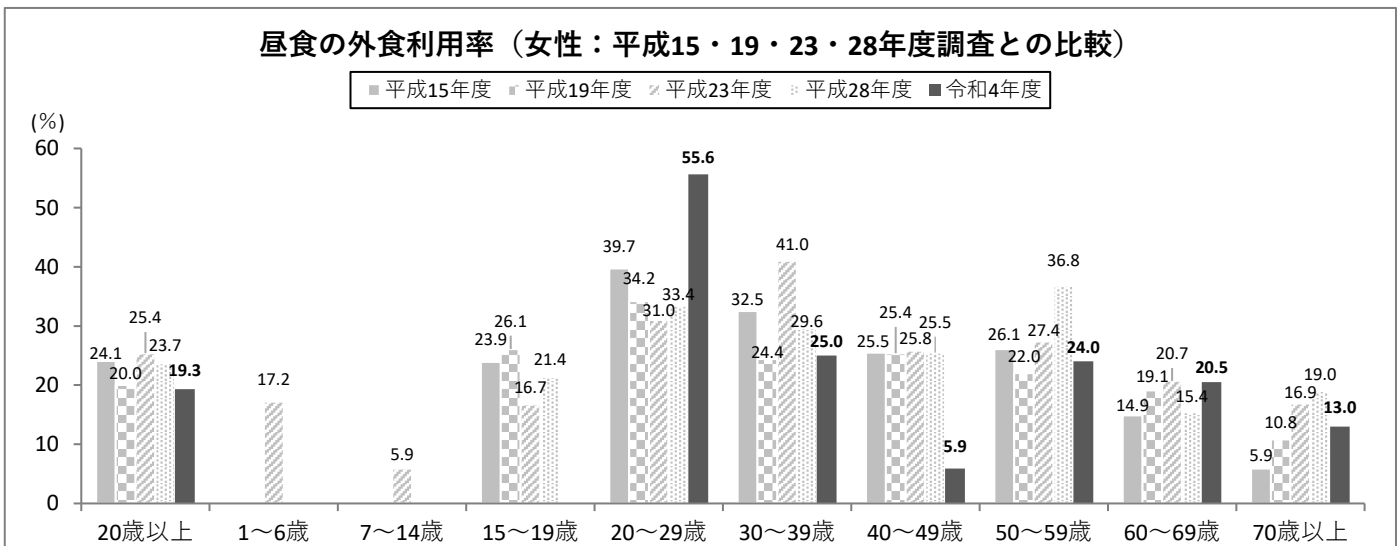
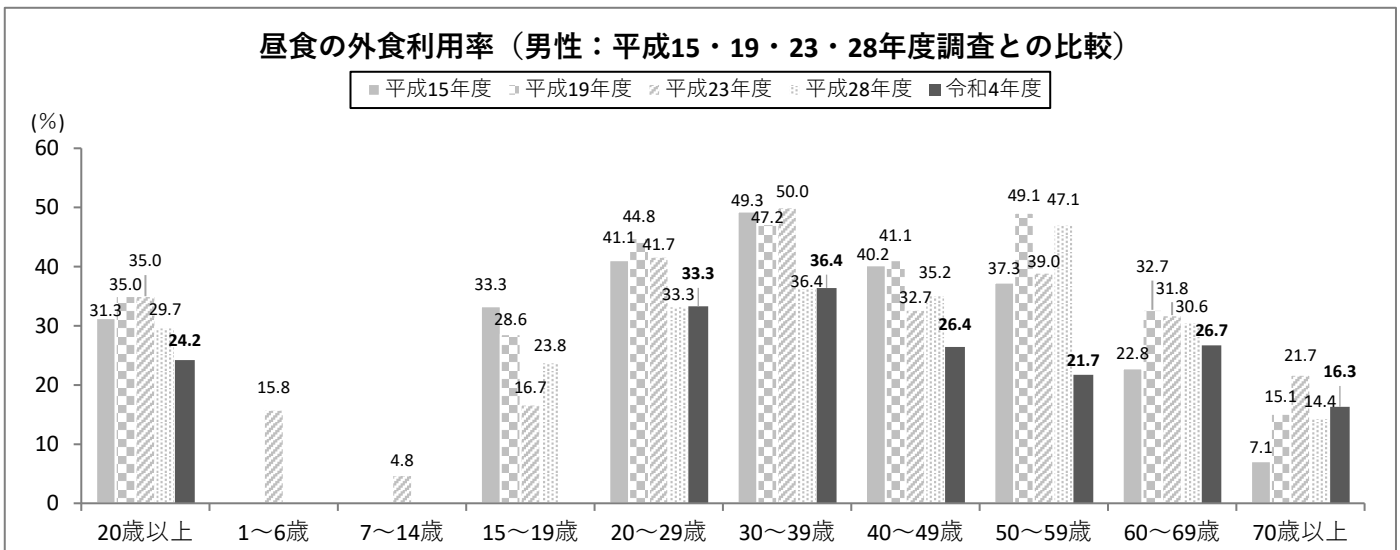
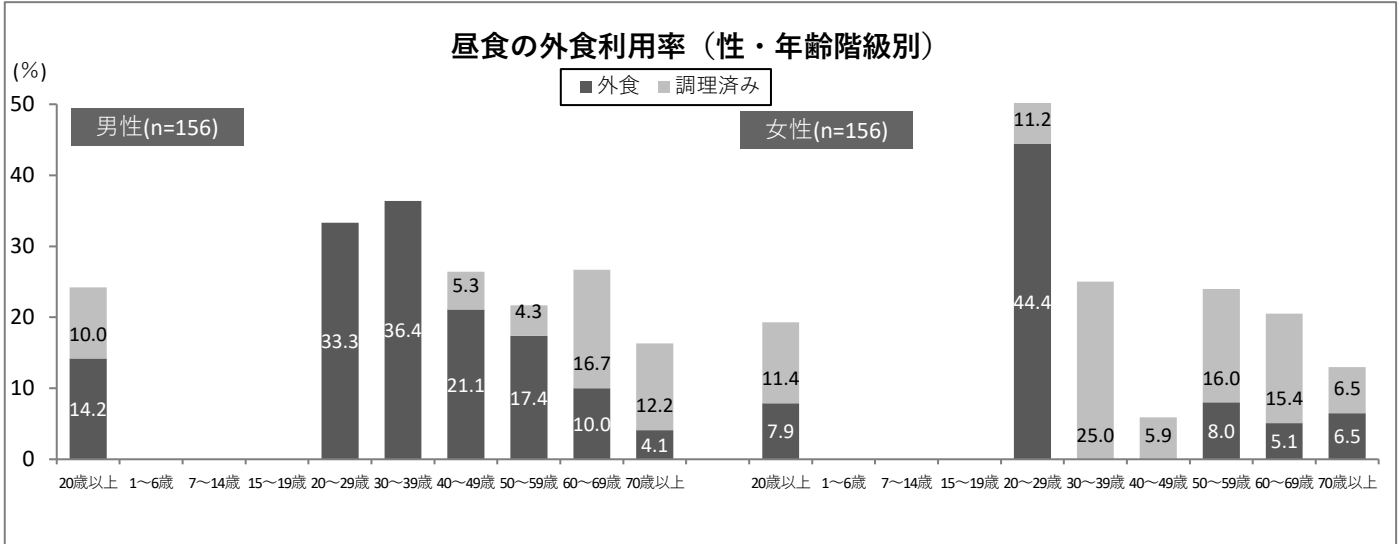
- ・野菜摂取量の平均値:350g
- ・果物摂取量100g未満の者の割合:30%

### 3. 食事(外食、欠食)状況

#### (9) 昼食の外食利用率(性・年齢階級別)

昼食の外食率は、20歳以上の男性で2割5分、女性で2割

昼食で外食、もしくは調理済み食品を利用する者は、男性は30～39歳で最も多く36.4%、女性は20～29歳で最も多く55.6%であった。

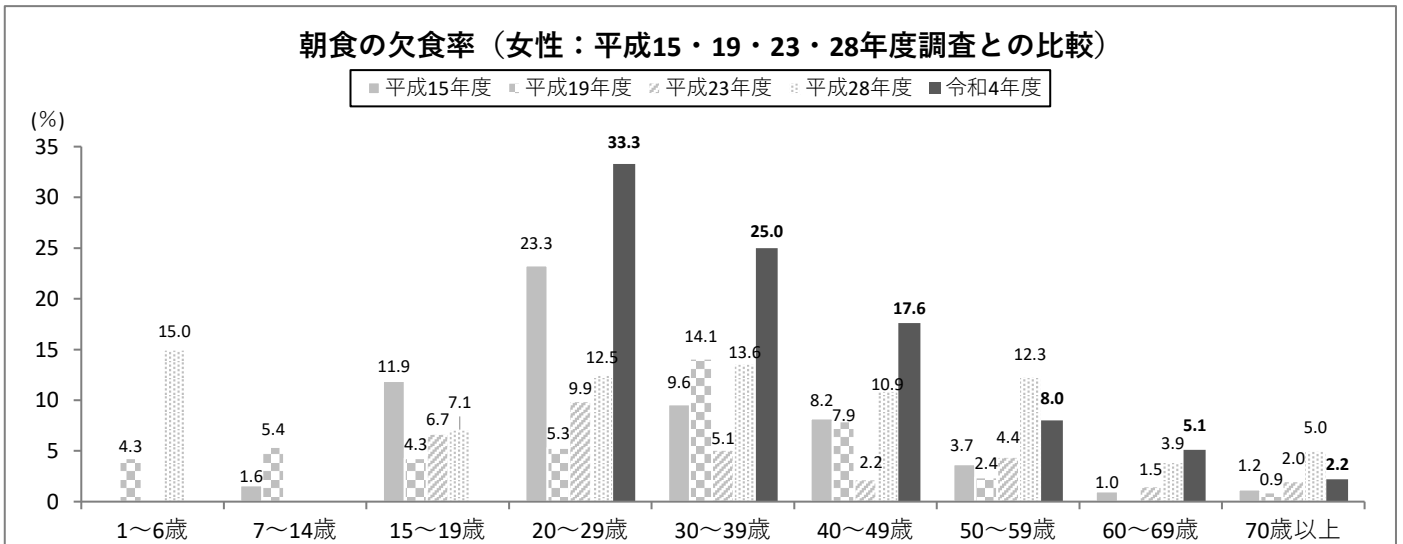
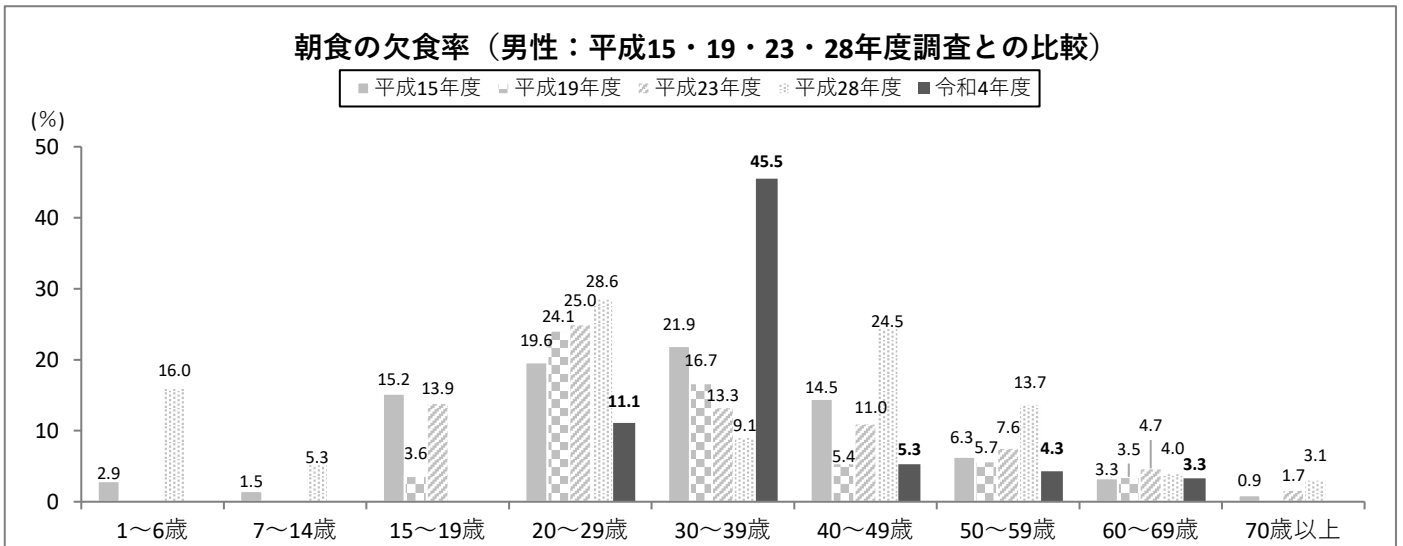
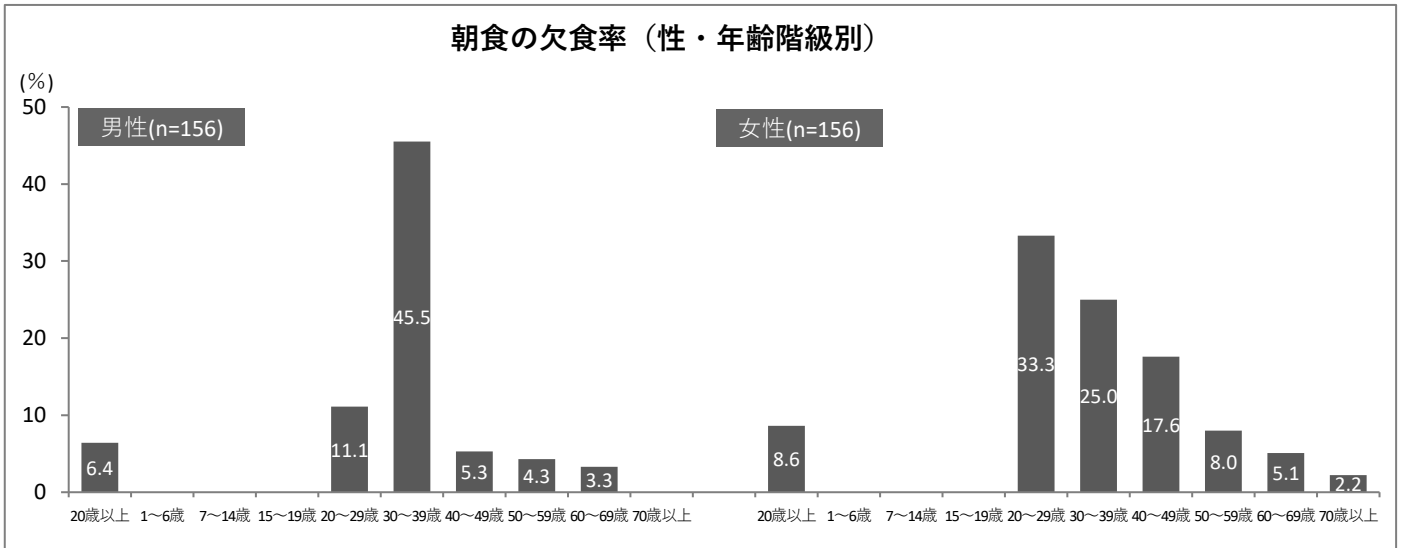




## (10) 朝食の欠食率(性・年齢階級別)

朝食の欠食率は、男女とも1割

男性では、30～39歳、女性では20～29歳の欠食率が最も多かった。

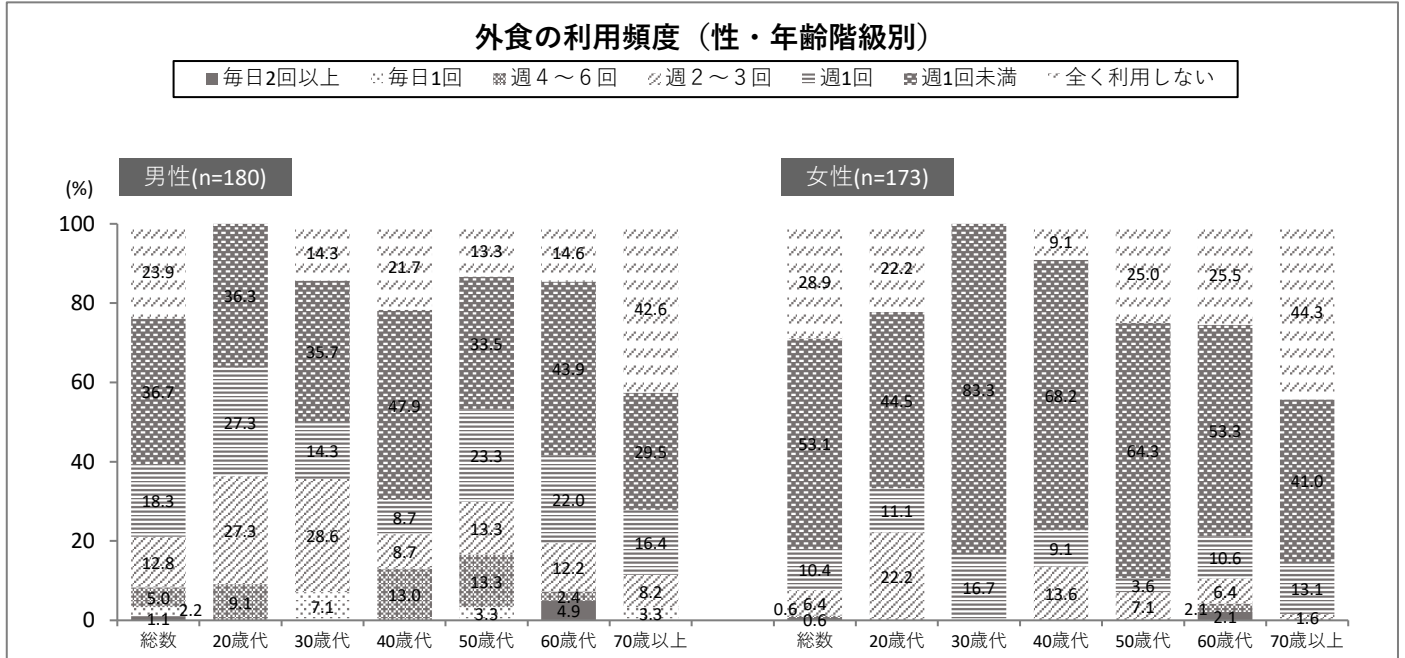


### (11) 外食の利用頻度 (性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問1より～

外食を週1回以上利用すると回答した割合は男性で4割、女性で2割

外食の利用頻度では男女ともすべての年代で週1回未満の割合が最も多かった。

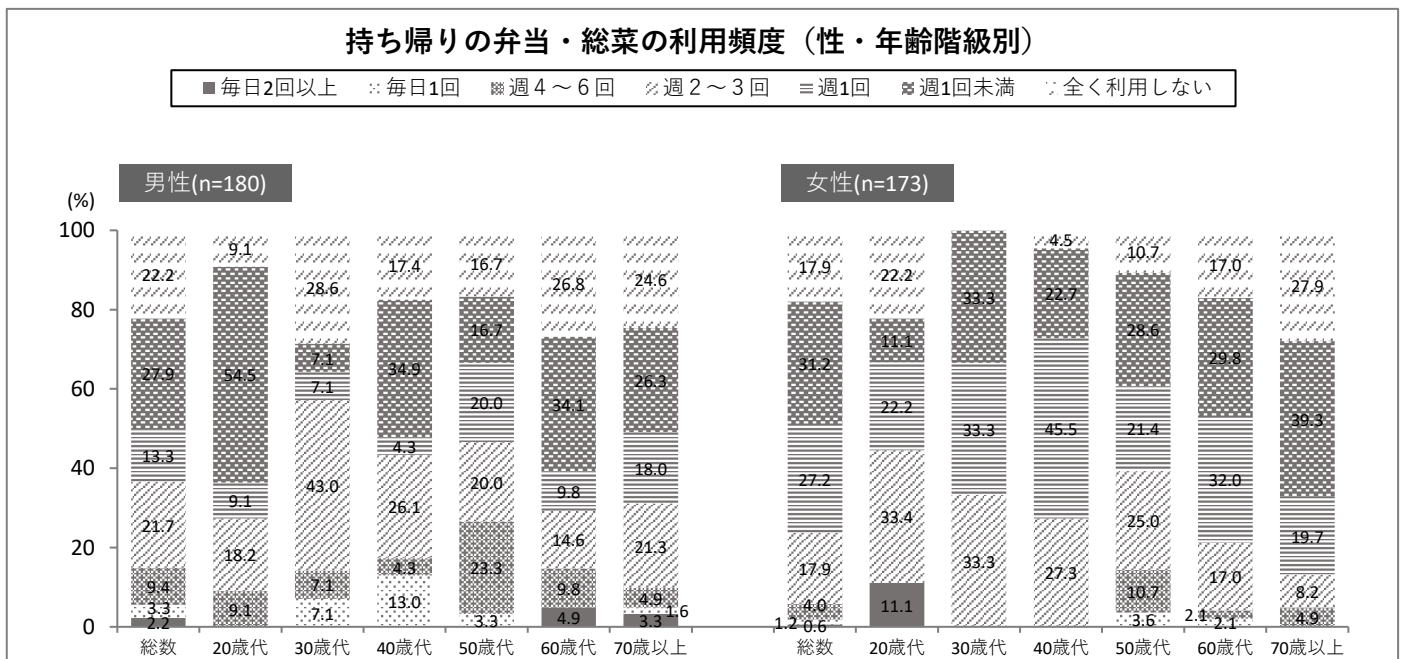


### (12) 持ち帰りの弁当・総菜の利用頻度 (性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問2より～

持ち帰りの弁当・総菜を週1回以上利用すると回答した割合は男女とも5割

週1回以上持ち帰りの弁当・総菜を利用する割合は、女性の20歳～30歳代で最も多く、20歳代女性のうち1割程度が毎日2回以上利用すると回答した。

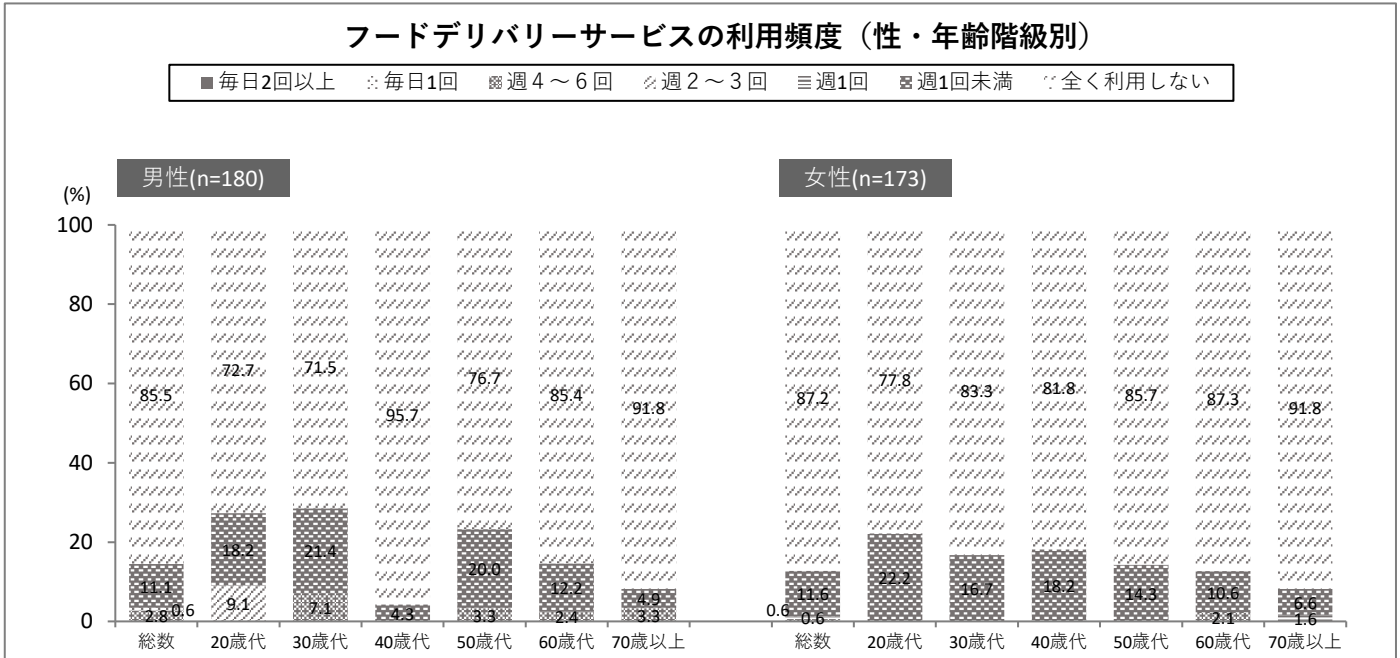


### (13) フードデリバリーサービスの利用頻度(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問3より～

フードデリバリーサービスを毎日2回以上利用すると回答した者はいなかった

フードデリバリーサービスの利用頻度では男女ともすべての年代で全く利用しない割合が最も多かった。

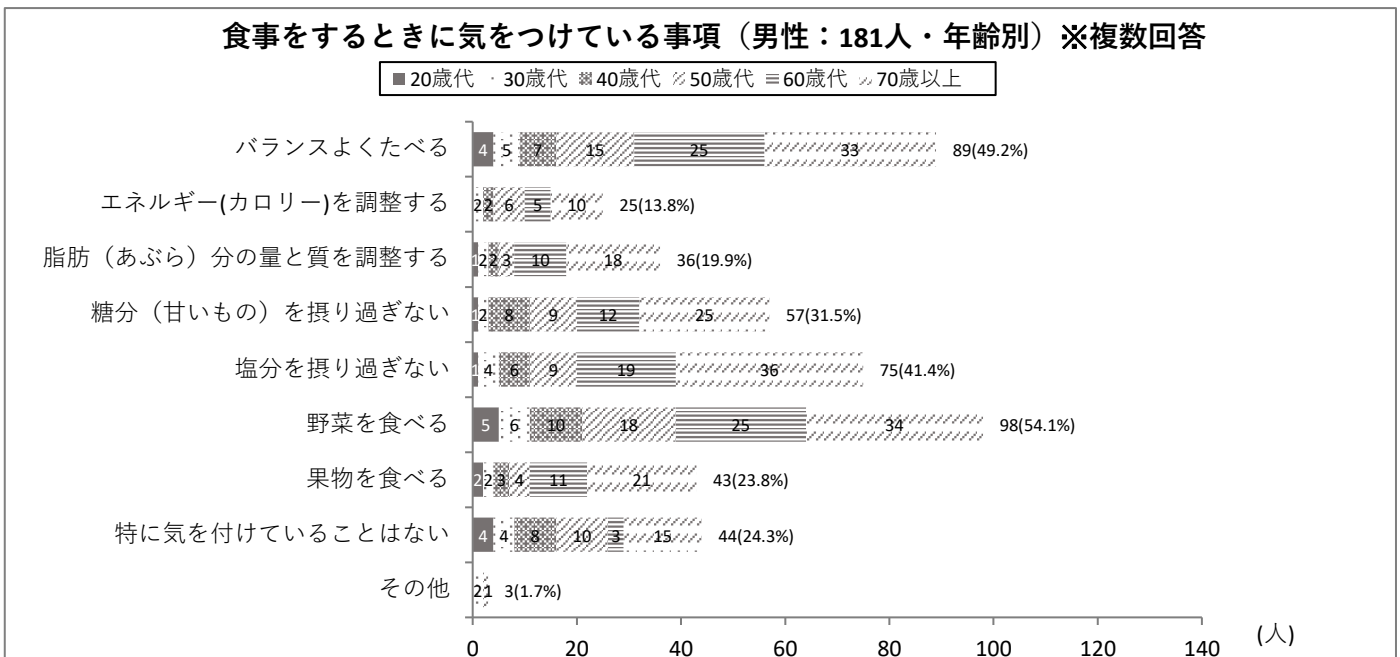


### (14) 食事をするとき気をつけている事項(性別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(1)より～

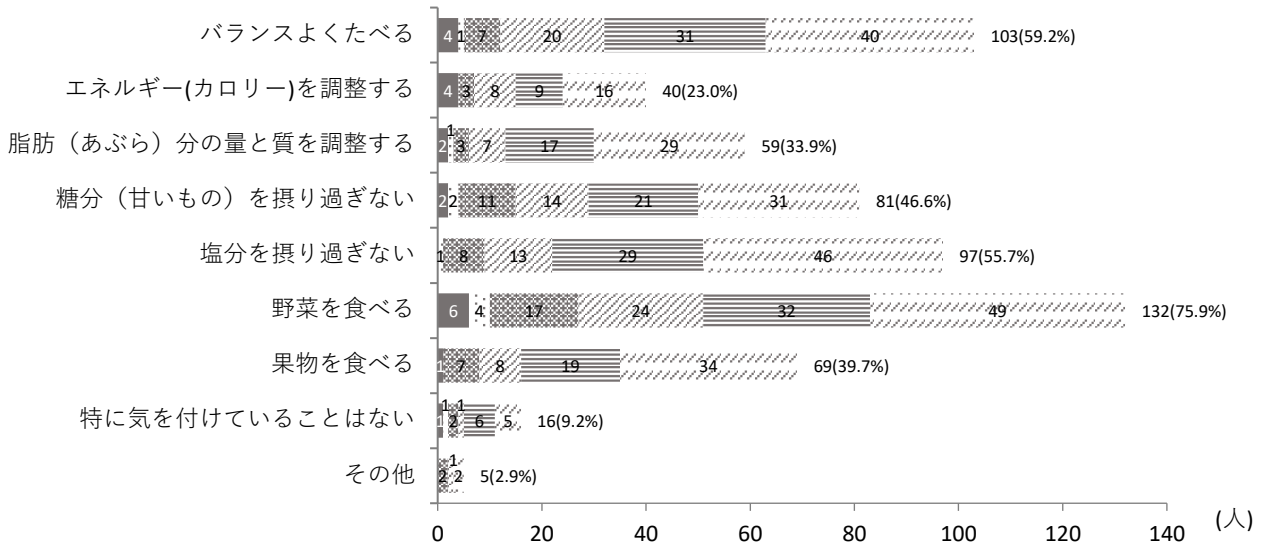
「野菜を食べる」ことに気をつけていると回答した割合は、男性で5割5分、女性で7割5分

食事をするとき気をつけている事項で最も多かったものは男女とも「野菜を食べる」、次いで「バランスよく食べる」であった。



### 食事をするとき気をつけている事項（女性：174人・年齢別）※複数回答

■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 60歳代 ■ 70歳以上



### (15) 朝食を食べる頻度(性・年齢階級別)

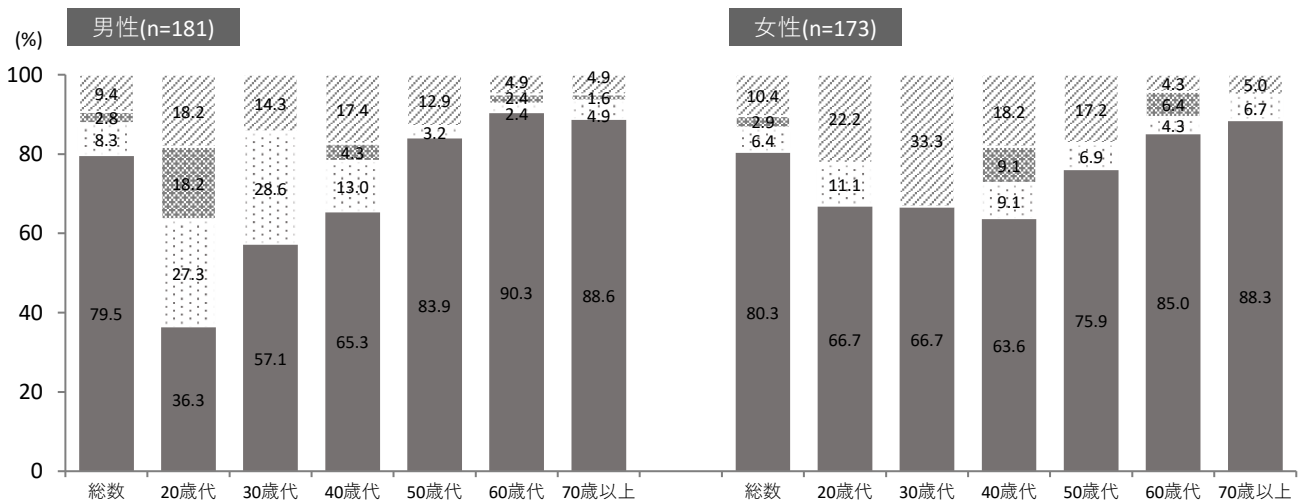
～「がんに関する意識・行動調査」問4(2)より～

朝食を週6～7日食べると回答した割合は男女とも8割

朝食を食べる頻度で週1日以下の割合が最も多かったのは女性の30歳代で、男女とも若い世代の方が欠食率が多かった。

### 朝食を食べる頻度(性・年齢階級別)

■ 週に6～7日 ■ 週に4～5日 ■ 週に2～3日 ■ 週に1日以下

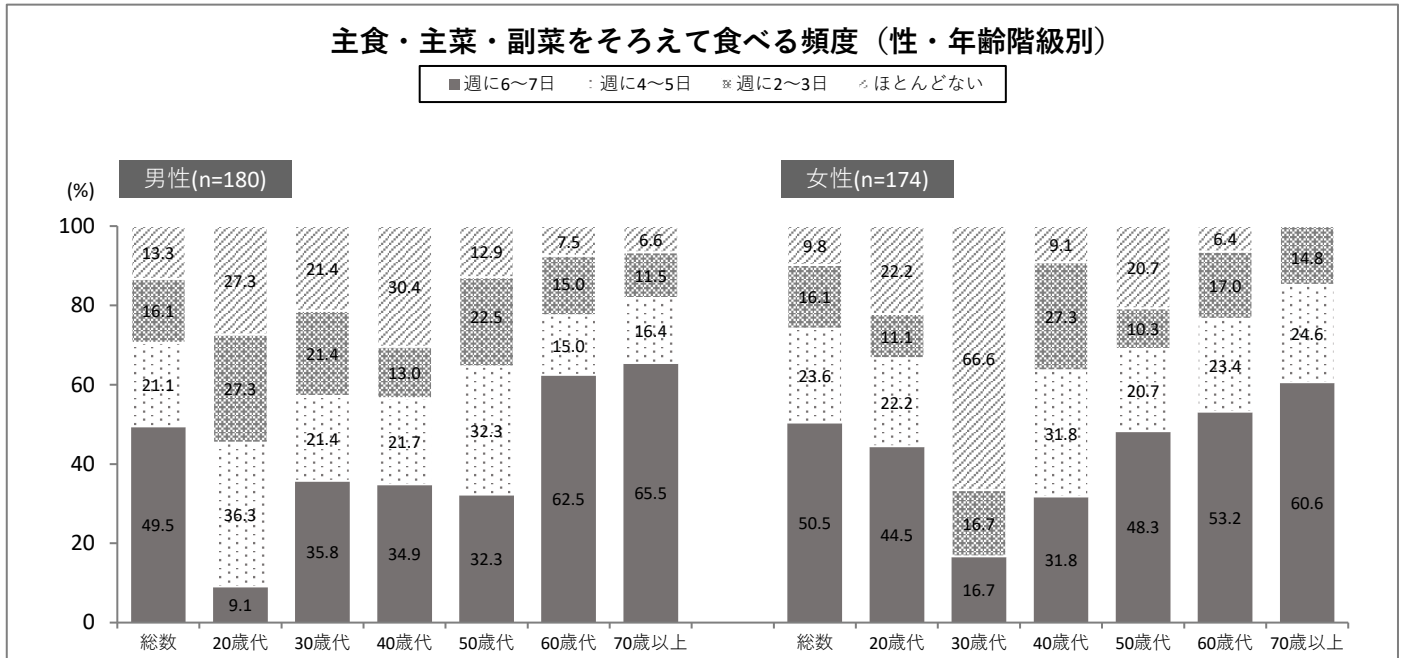


## (16) 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(3)より～

主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度が週6～7日食べると回答した割合は男女とも5割

朝食を食べる頻度と同様、男女とも若い世代の方が主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度が低かった。

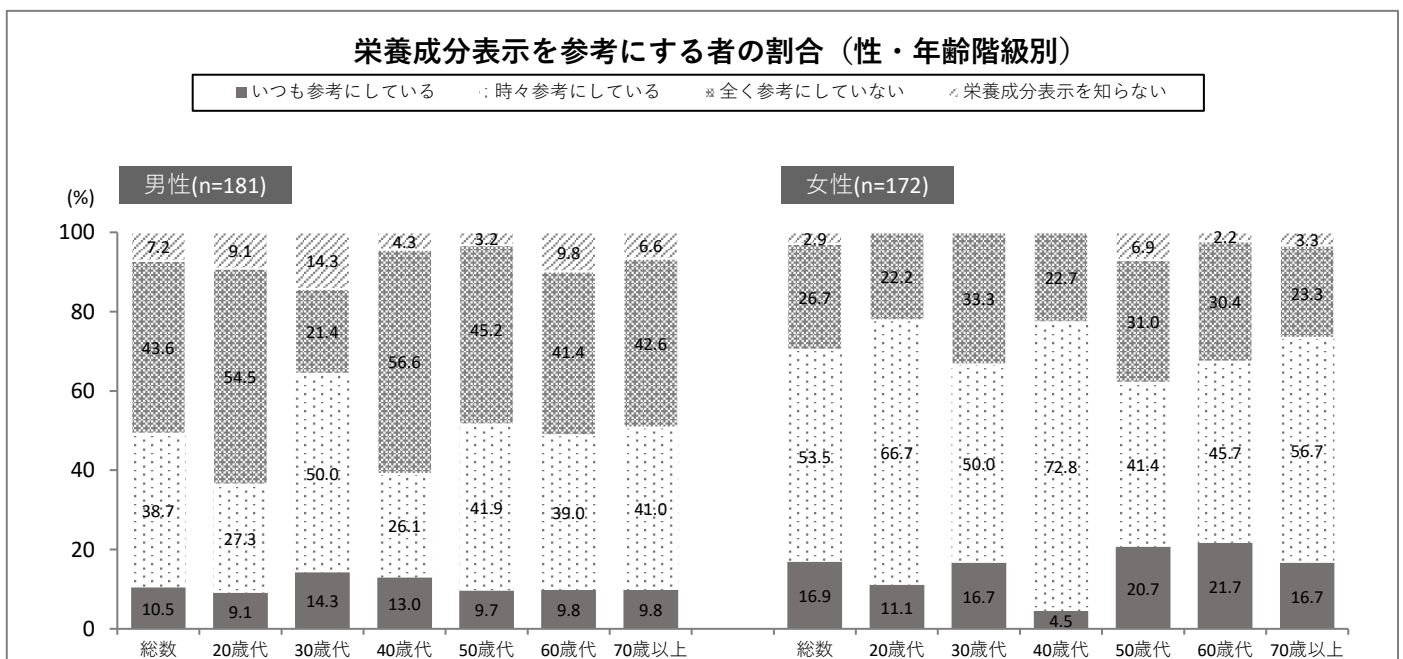


## (17) 栄養成分表示を参考にする者の割合(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(4)より～

「成分表示を参考にしている」と回答した割合は男性で5割、女性で7割

男性では「全く参考にしていない」の割合が全ての年代で最も多く、女性では「時々参考にしている」割合が最も多く、全ての年代で女性の方が栄養成分表示を参考にしている割合が多かった。

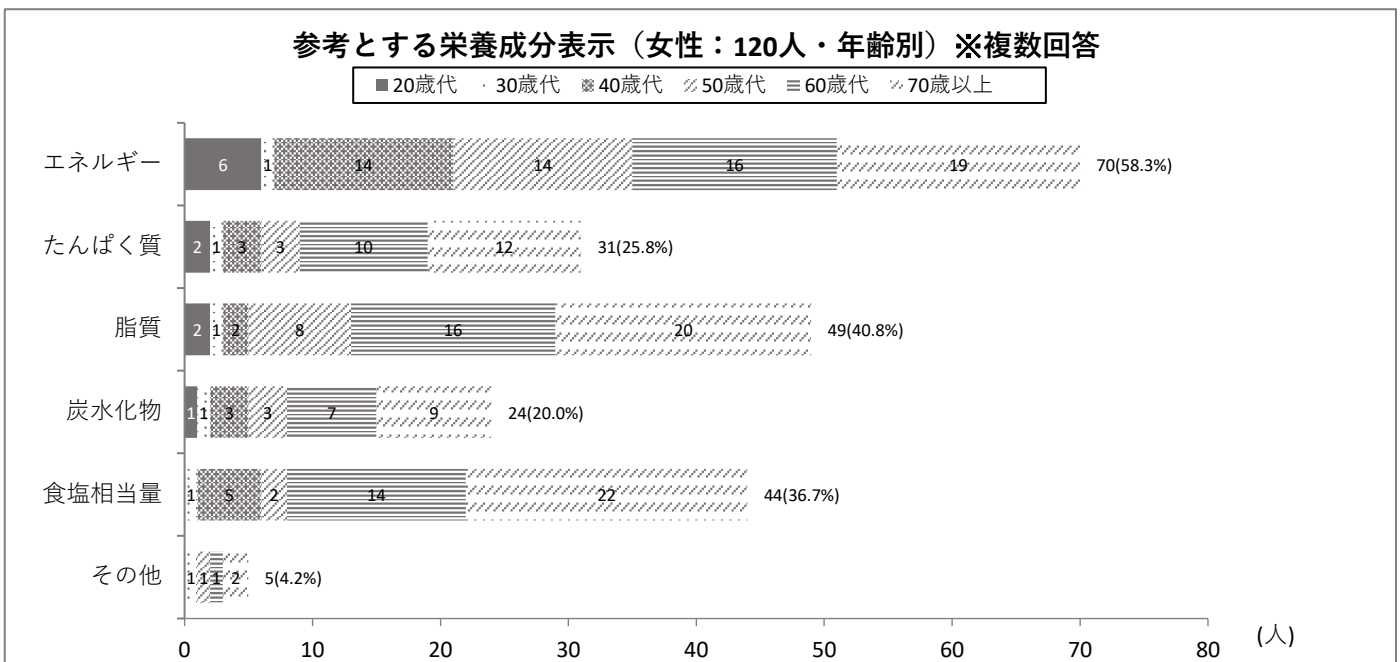
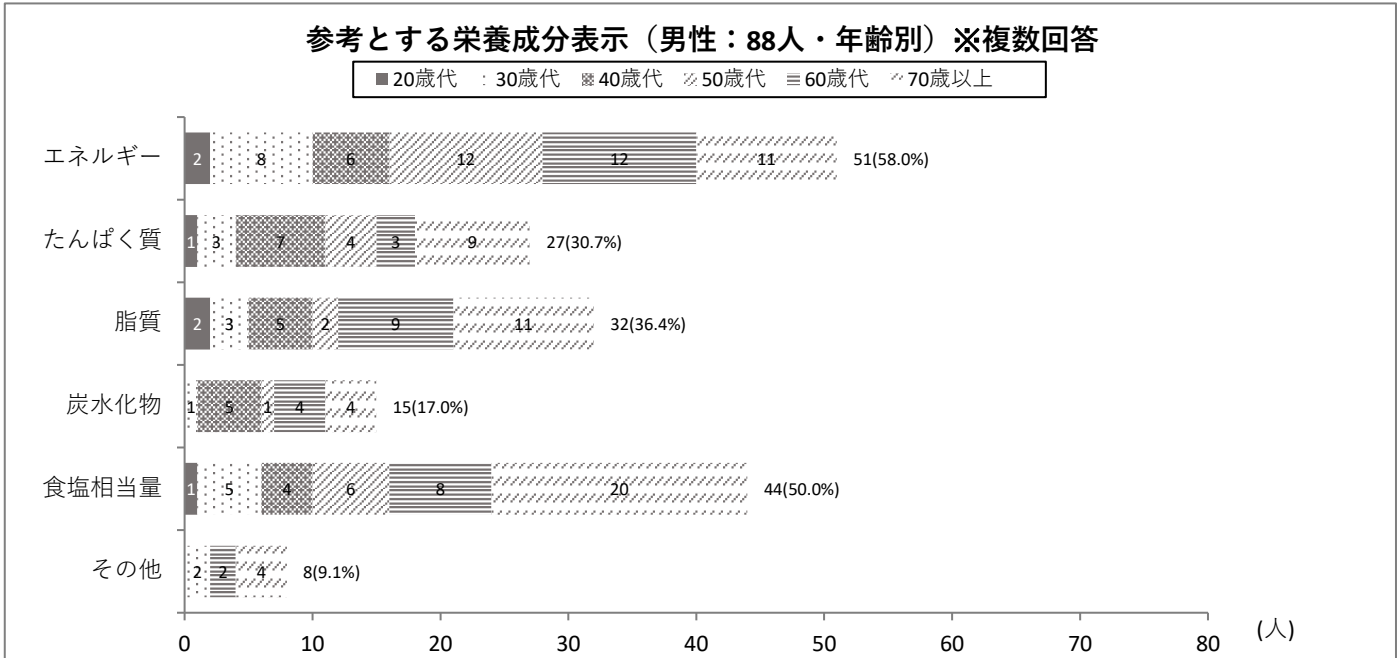


## (18) 参考とする栄養成分表示 (性別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(5)より～

栄養成分表示のうち「エネルギー」を参考にする回答した割合は男女とも6割

参考とする栄養成分表示で最も多かったのは男女とも「エネルギー」であった。男性では次いで「食塩相当量」、女性では「脂質」であった。

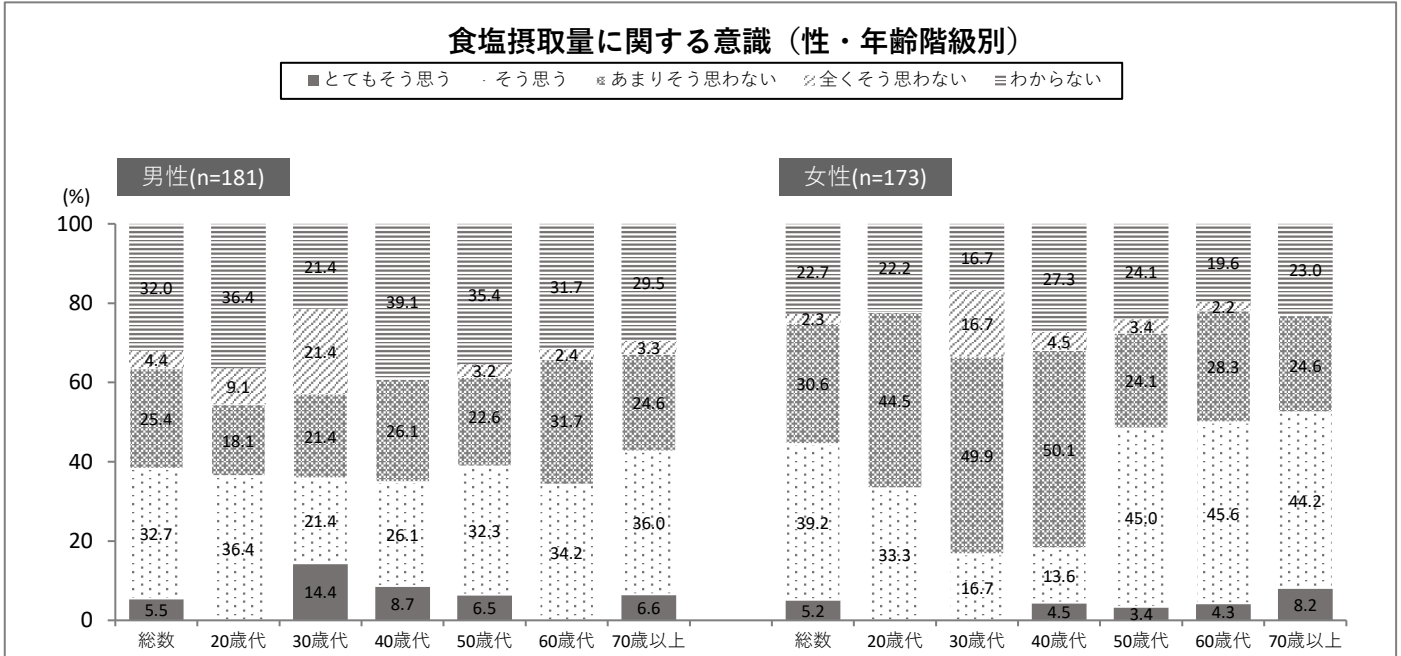


## (19) 食塩摂取量に関する意識(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(6)より～

自身の食塩摂取量が適正だと思う割合は、男女とも4割

「普段摂取している食塩量が適正だと思うか」の問いに対し、男女とも「そう思う」と回答した割合が最も多かった。女性の20～40歳では「そう思わない」と回答した割合が他と比べて多かった。

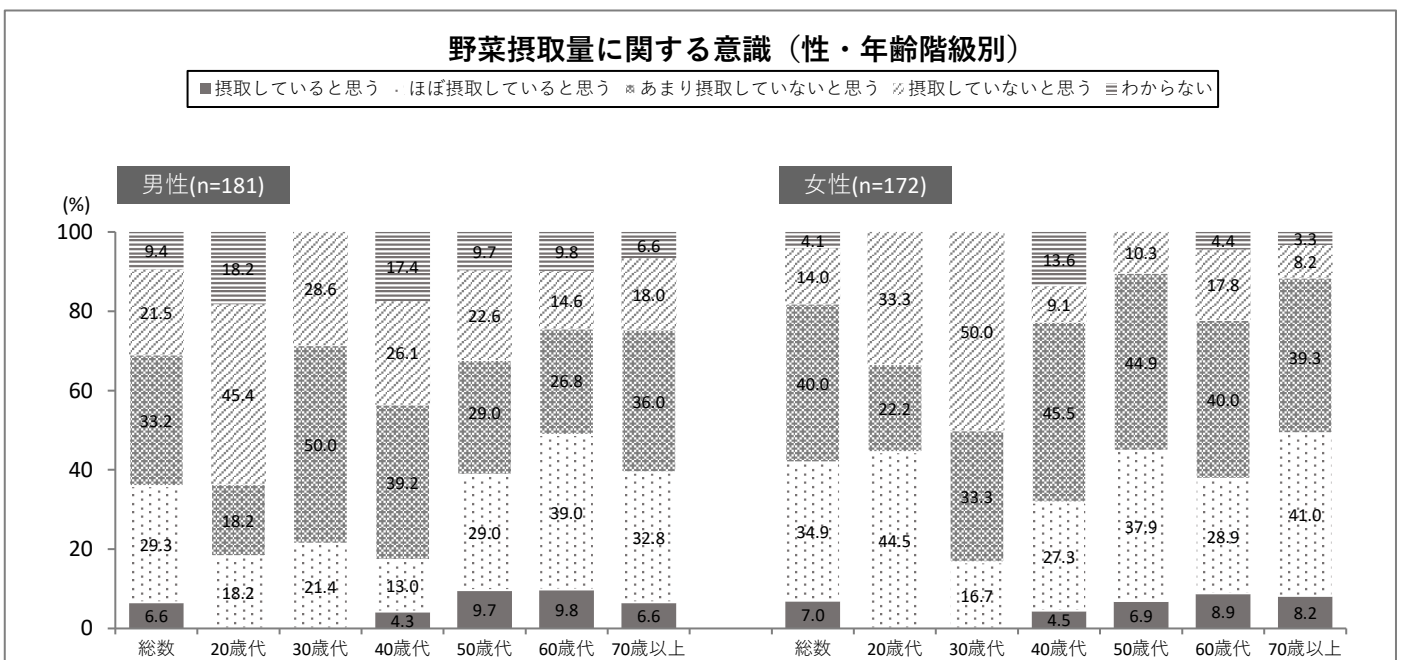


## (20) 野菜摂取量に関する意識(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問4(7)より～

1日に必要な野菜量(350g以上/日)を摂取していると思う割合は男性で3割5分、女性で4割

「1日に必要な野菜量を摂取しているか」の問いに対し、男女とも「あまり摂取していないと思う」と回答した者が最も多く、男性で33.2%、女性で40.0%であった。年代別に見ると、男女とも20歳代～30歳代で「摂取していると思う」と回答した者はいなかった。



#### 4. 身体状況

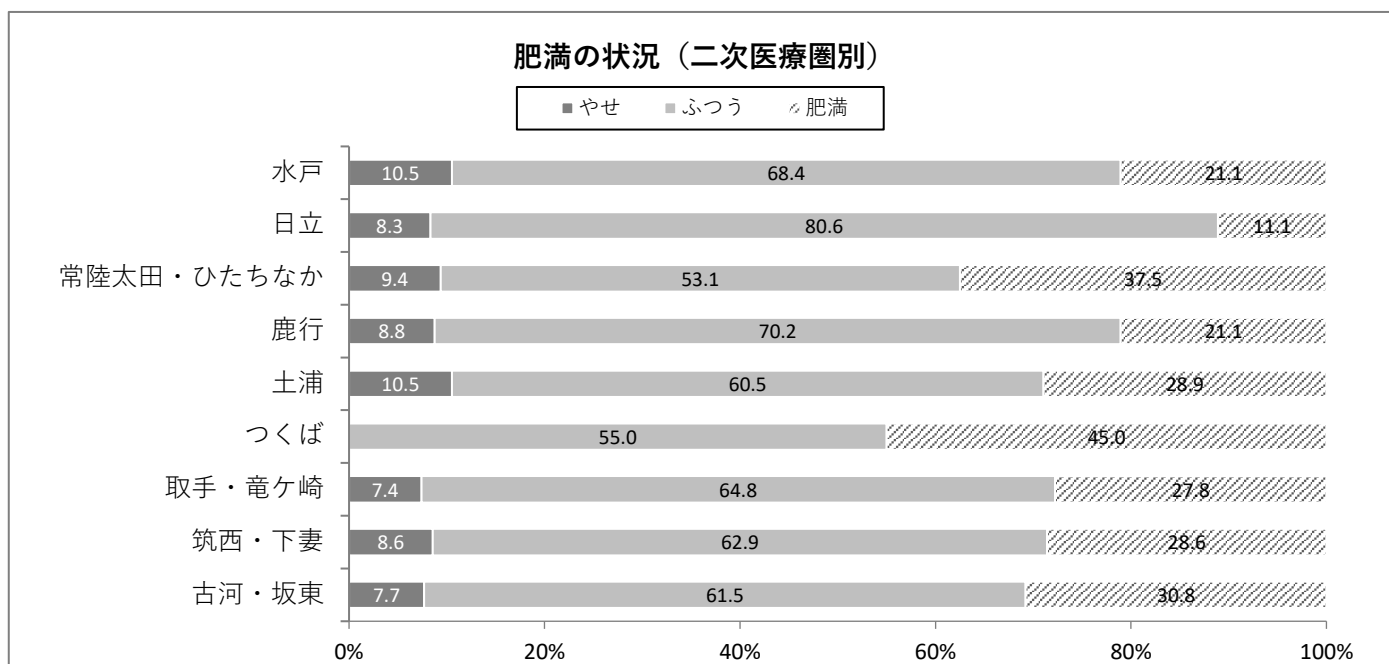
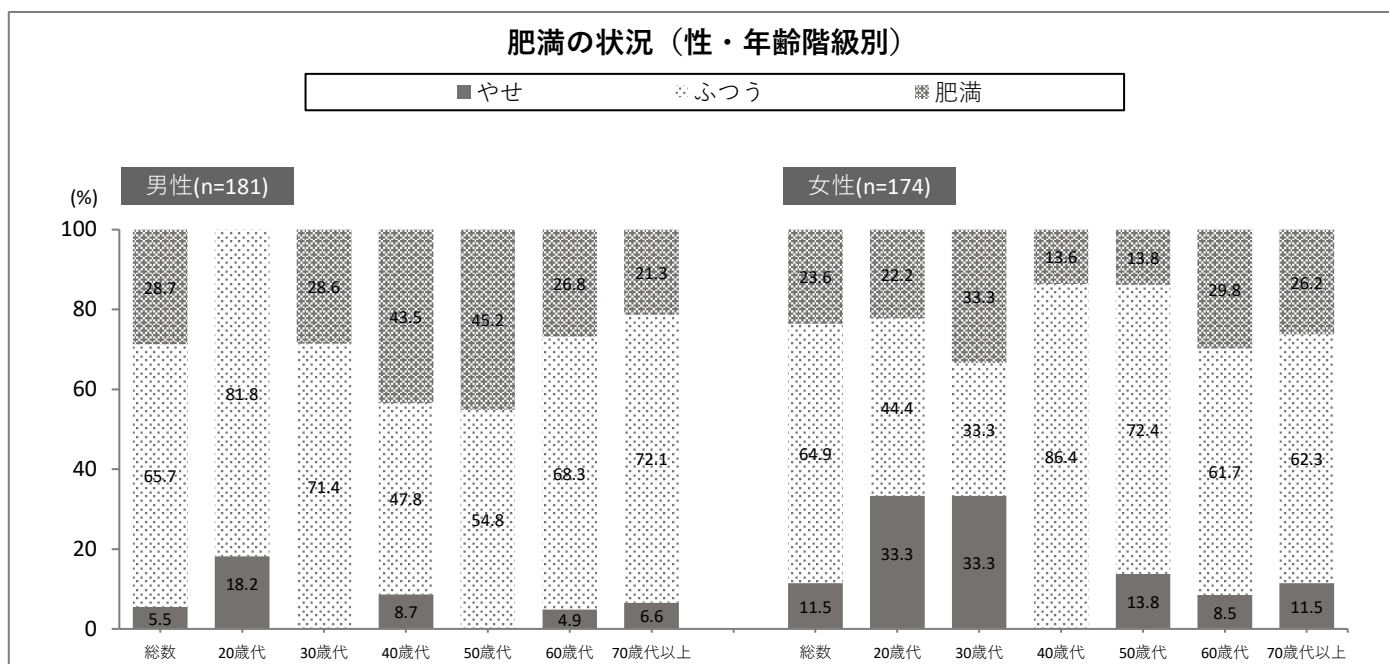
##### (21) 肥満の状況(性・年齢階級別)

男性の3割が肥満に分類され、やせはほとんど見られない。

BMI25kg/m<sup>2</sup>以上(肥満)の割合をみると男性の40歳代～50歳代で4割を超えた。女性では30歳代、60歳代で3割であった。

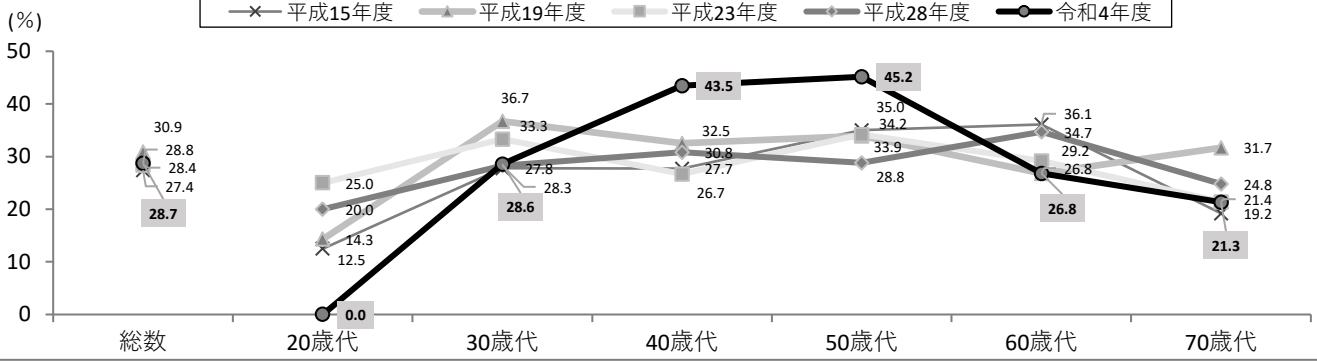
BMI18.5kg/m<sup>2</sup>未満のやせの割合は男性よりも女性の方で大きく、20歳代、30歳代ではおよそ3割であった。

※本調査では、身長、体重は自己申告値を用いて分析。

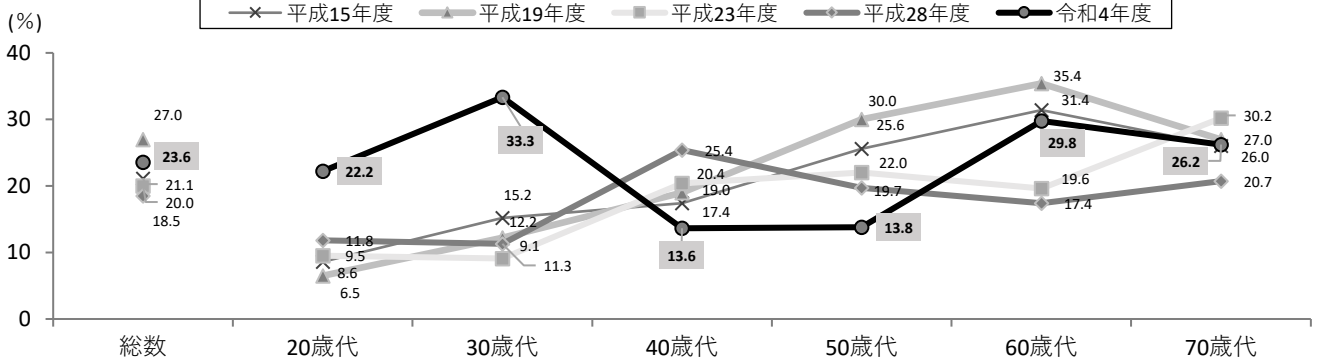




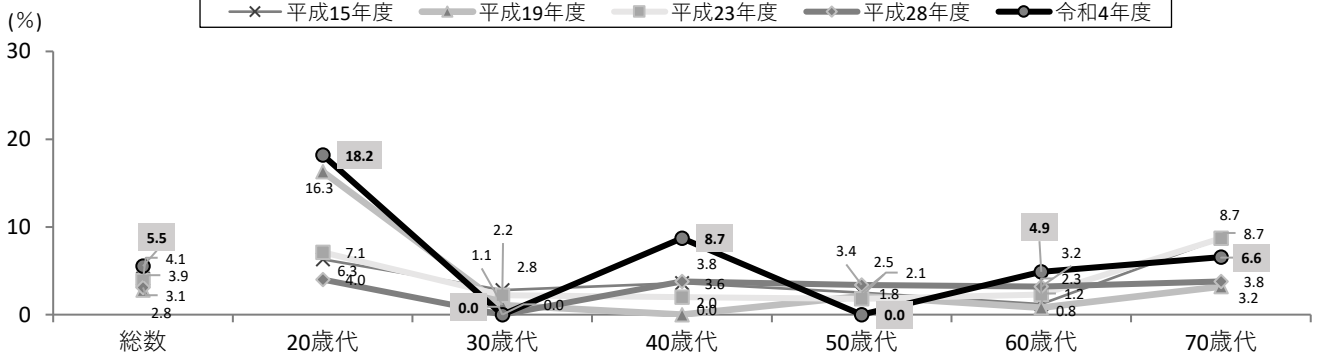
肥満の割合（男性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



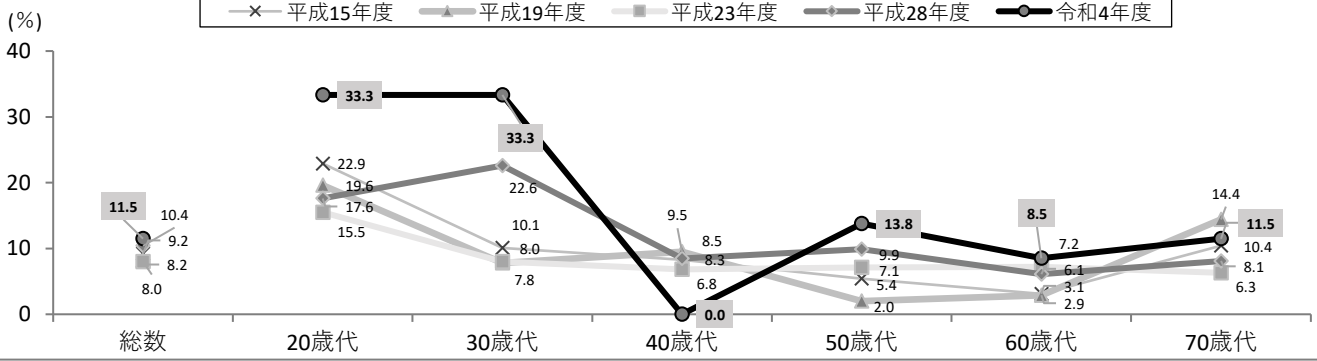
肥満の割合（女性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



やせの割合（男性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



やせの割合（女性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



肥満度：BMI（BodyMassIndex）=体重[kg]/（身長[m]）<sup>2</sup>を算出し判定

BMI < 18.5 低体重（やせ）

18.5 ≤ BMI < 25 普通体重（正常）

BMI ≥ 25 肥満

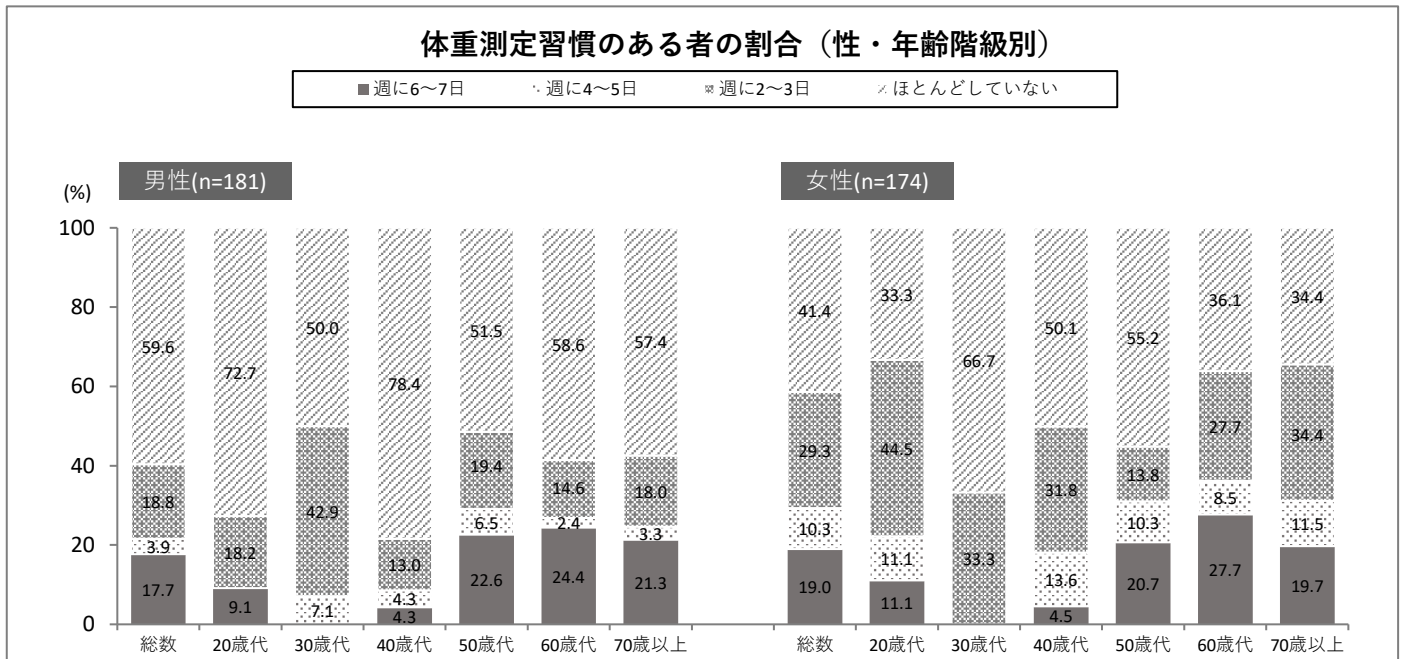
（日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会2011年）

## (22) 体重測定習慣のある者の割合 (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問3より～

1週間に2日以上体重測定をすると回答した割合は男性で4割、女性で6割

女性の方が男性よりも体重測定をする割合がほとんどの年代で多かった。



## 5. 生活習慣調査

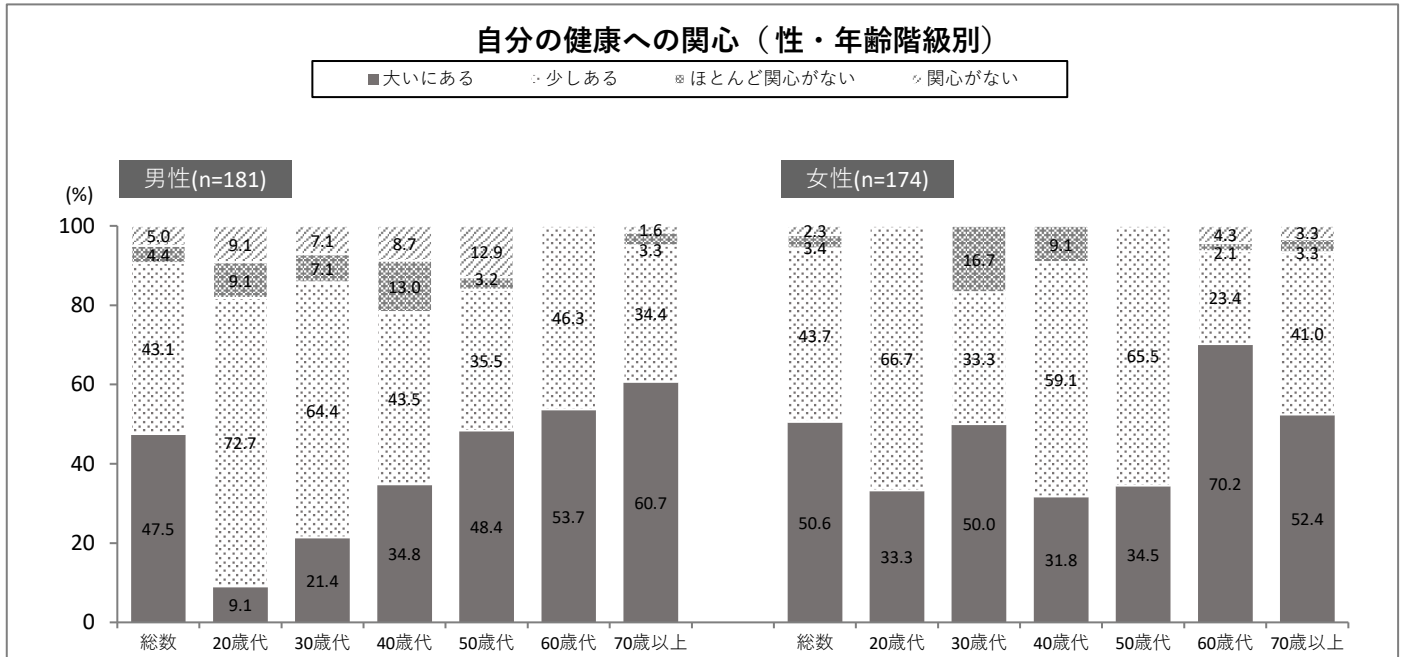
### 5-1. 身体活動・運動・休養

#### (23) 自分の健康への関心(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問2(1)より～

自分の健康に「大いに関心がある」と回答した者は男女とも5割

今現在、自分の健康に関心を持っているかの問いに対し、「大いにある」と回答した者が、男性で47.5%、女性で50.6%であった。「少しある」と回答した者を含めると男女とも9割以上の者が自分の健康に関心を持っていた。

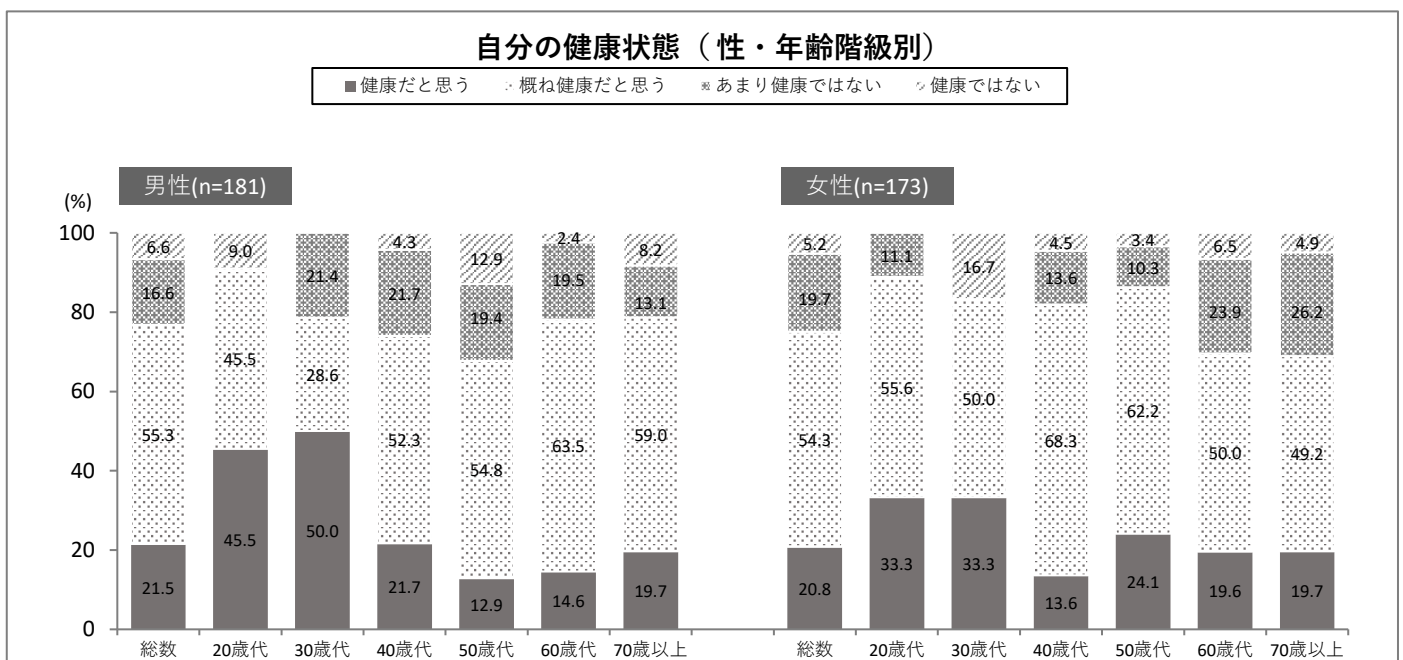


#### (24) 自分の健康状態(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問2(2)より～

自分は「健康だと思う」と回答した者は、男女とも2割

今現在、自分を健康だと思うかの問いに対し、「健康だと思う」と回答した者が、男性で21.5%、女性で20.8%であった。「概ね健康だと思う」と回答した者を含めると男女とも7割以上の者が自分の健康に関心を持っていた。

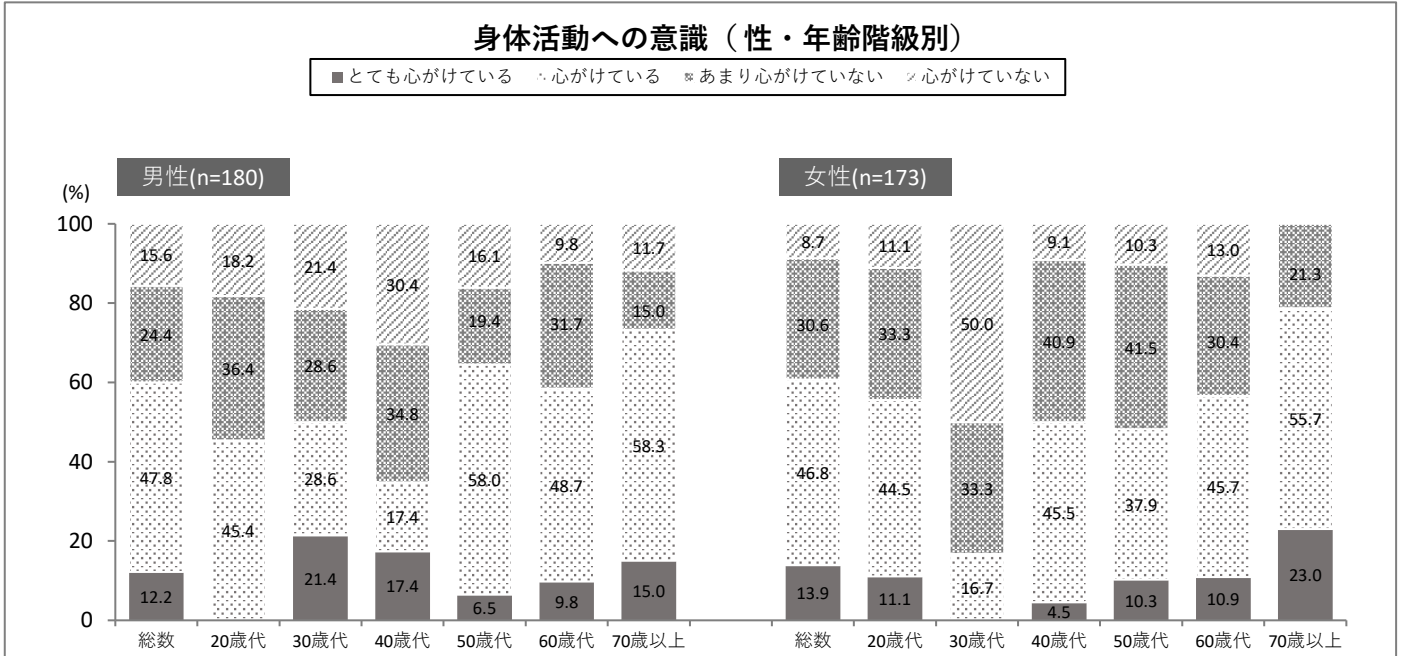


## (25) 身体活動への意識(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問5(1)より～

健康の維持、増進をととても心がけていると回答した者は男女とも1割

「とても心がけている」、「心がけている」を併せると男女とも6割であった。「とても心がけている」割合が最も多かったものは男性では30歳代、女性では70歳以上であった。

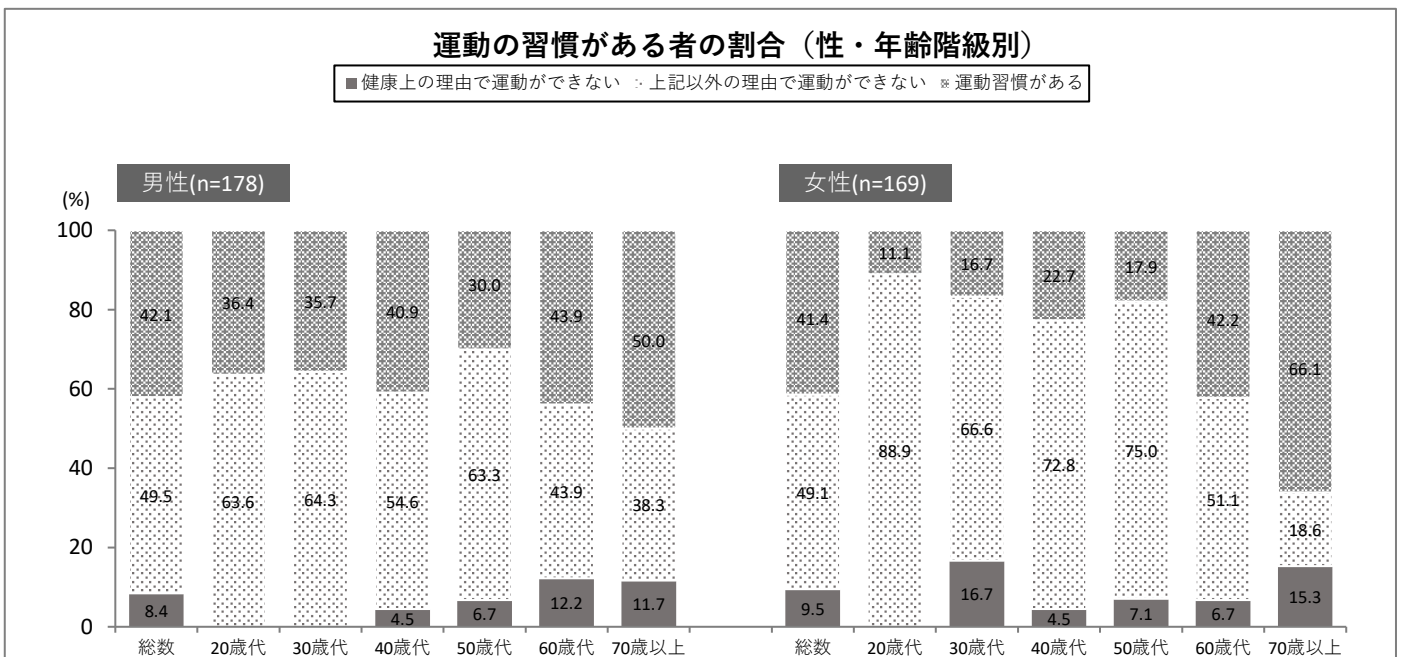


## (26) 運動の習慣がある者の割合(性・年齢階級別)

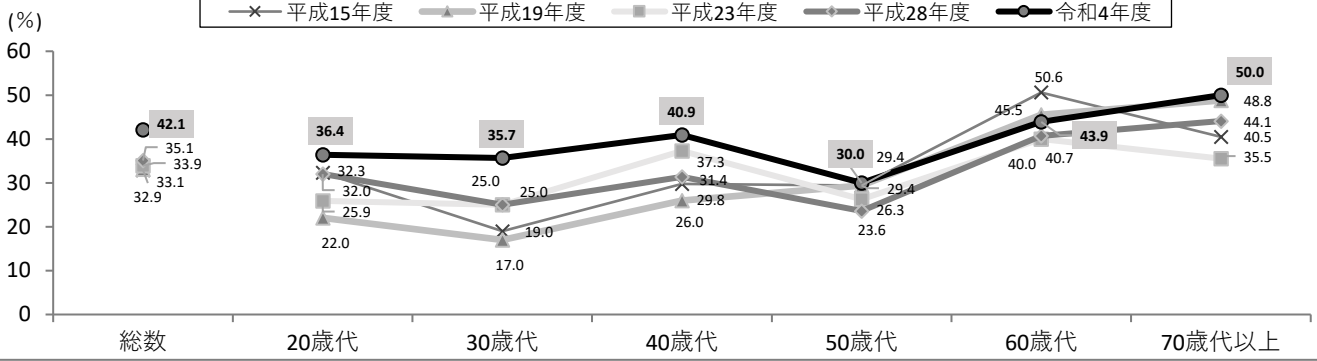
～「がんに関する意識・行動調査」問5(2)より～

「運動習慣がある」と回答した者は、男女とも4割

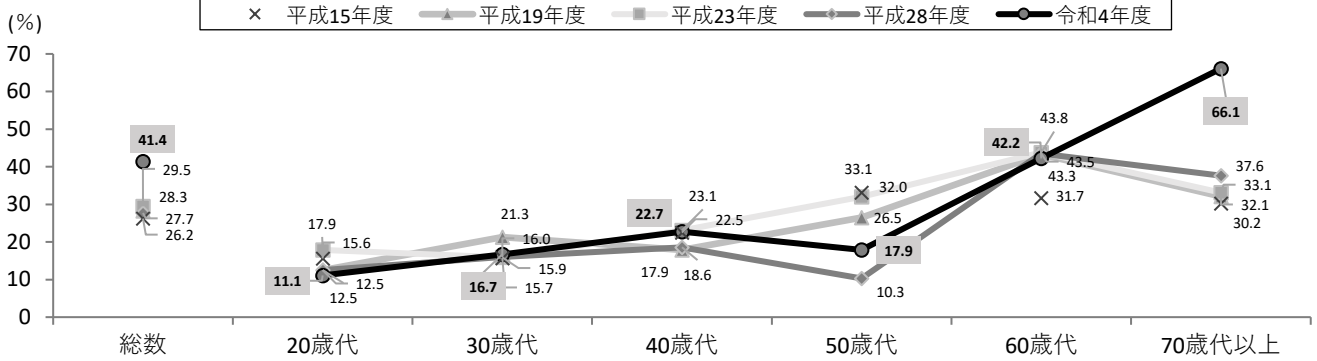
30分以上持続する運動を週2日以上行い、かつ1年以上持続する程度の運動習慣があるかの問いに対し、「運動習慣がある」と回答した者は、男女とも4割であった。「健康上の理由で運動ができない」と回答した者が1割弱、残りの5割は「健康以外の理由で運動ができない」と回答した。



運動習慣がある者の割合（男性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



運動習慣がある者の割合（女性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



(27) 健康上の問題以外で運動ができない理由（性・年齢階級別）

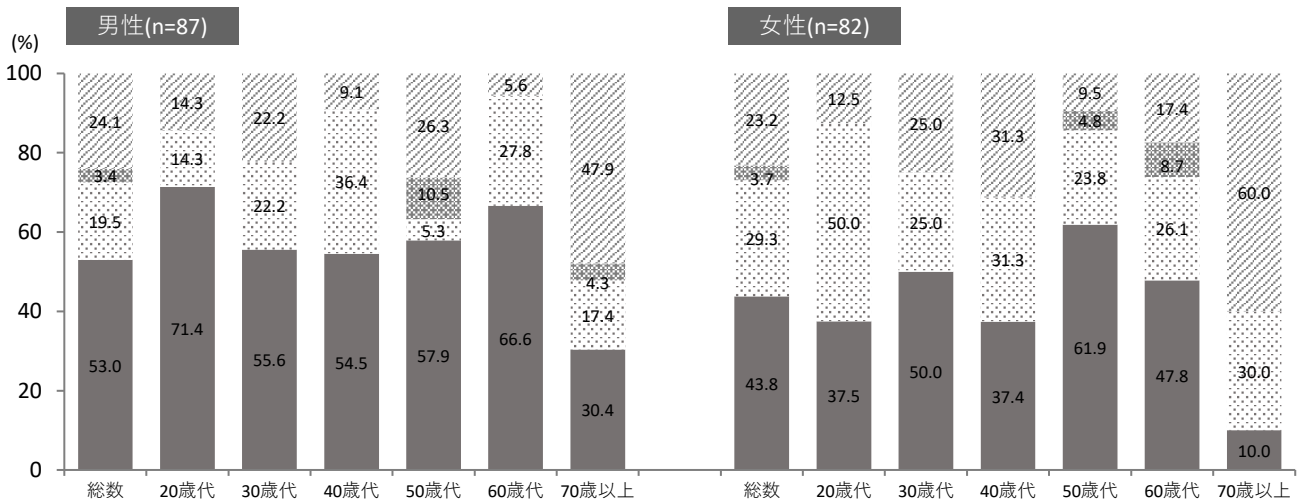
～「がんに関する意識・行動調査」問5(3)より～

「時間がない」と回答した者は男性で5割、女性で4割

「運動が嫌い」と回答した者は男性で2割、女性で3割であった。

健康上の問題以外で運動ができない理由（性・年齢階級別）

■ 運動する時間がない □ 運動が嫌いである ※ 運動する場所がない ◇ その他

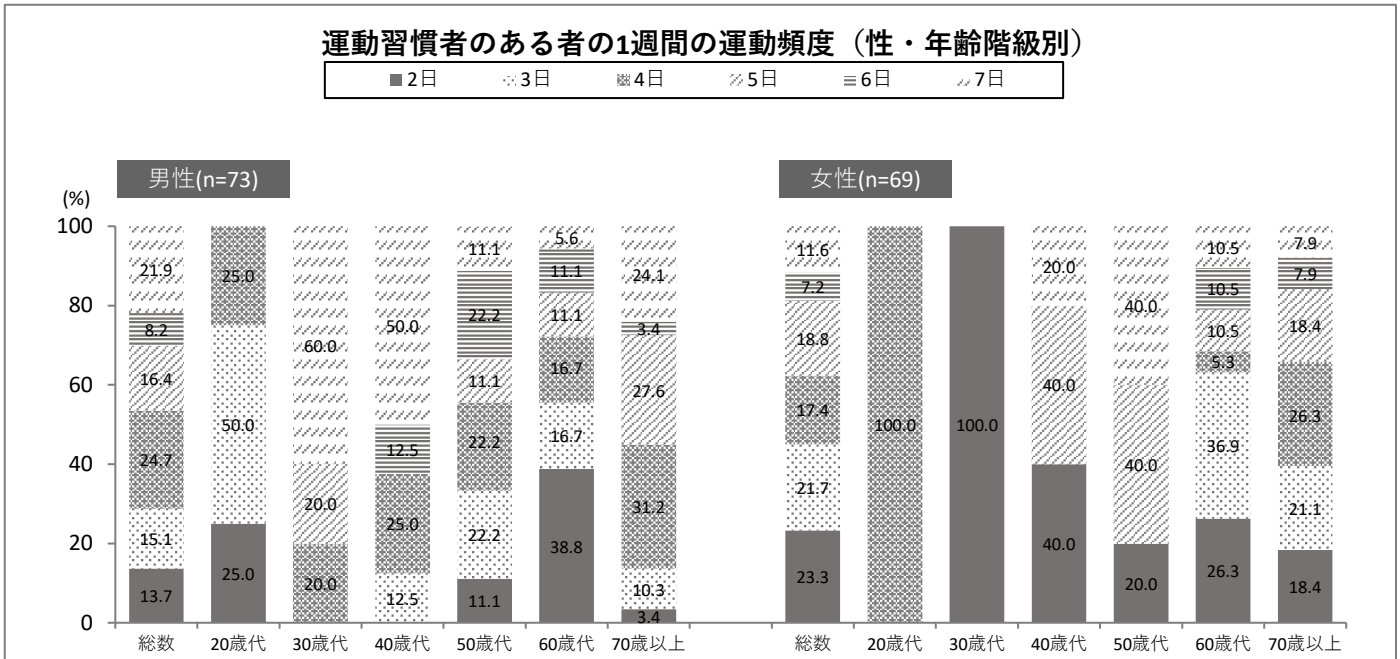


## (28) 運動習慣のある者の1週間の運動頻度(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問5(4)aより～

運動習慣者の1週間当たりの運動頻度は、男性では「4日」、女性では「2日」の割合が最も多い

運動習慣があると回答した者は、1週間のうち何日運動しているかの問いに対し、男性では「4日」と回答した者が最も多く24.7%で、続いて「7日」21.9%、「5日」16.4%であった。女性では、「2日」と回答した者が最も多く23.3%、続いて「3日」21.7%、「5日」18.8%であった。

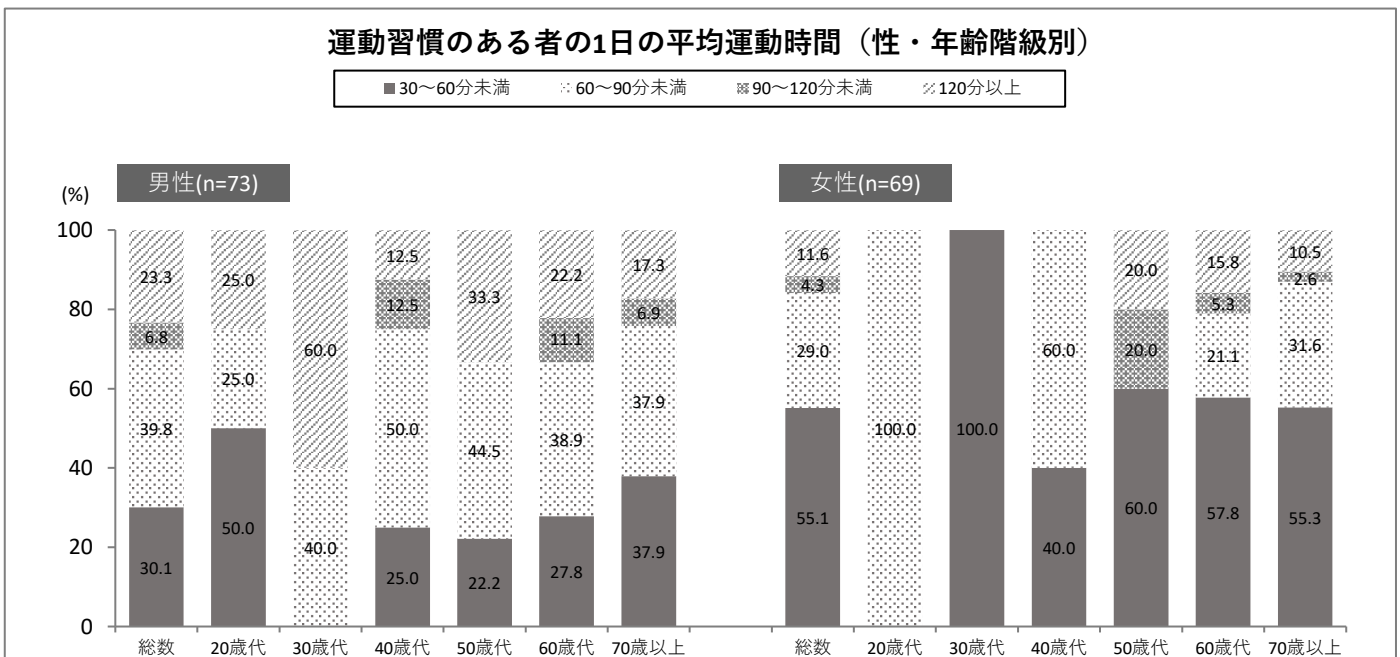


## (29) 運動習慣のある者の1日の平均運動時間(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問5(4)bより～

運動習慣者の1日の平均運動時間は、男性では60～90分未満、女性では60分未満の割合が最も多い

運動習慣があると回答した者は、運動を行う日の平均運動時間の問いに対し、男性では60～90分未満が最も多く39.8%、女性では60分未満が最も多く55.1%であった。

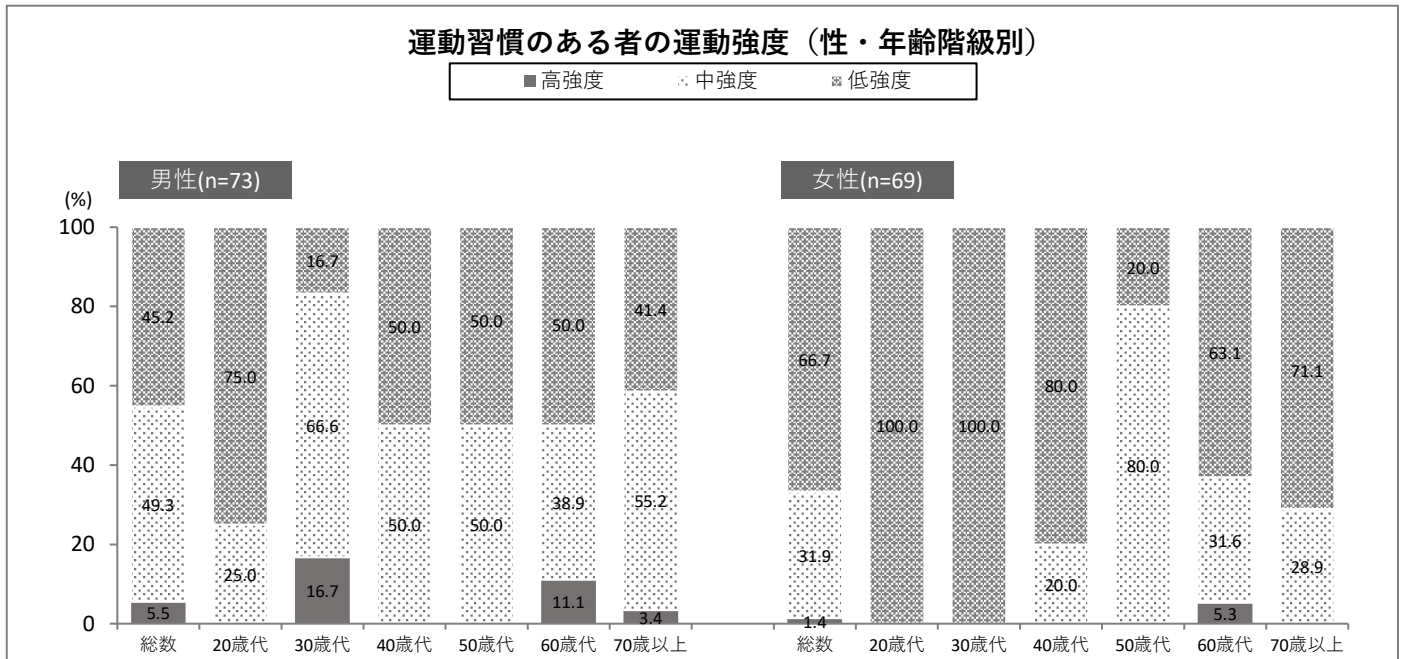


### (30) 運動習慣のある者の運動強度 (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問5(4)cより～

運動習慣者の運動強度は、低強度（息が乱れない程度）と回答した者が、男性5割で、女性で7割

男性では「中強度」と回答した者が最も多く49.3%、女性では低強度と回答した者が最も多く66.7%であった。

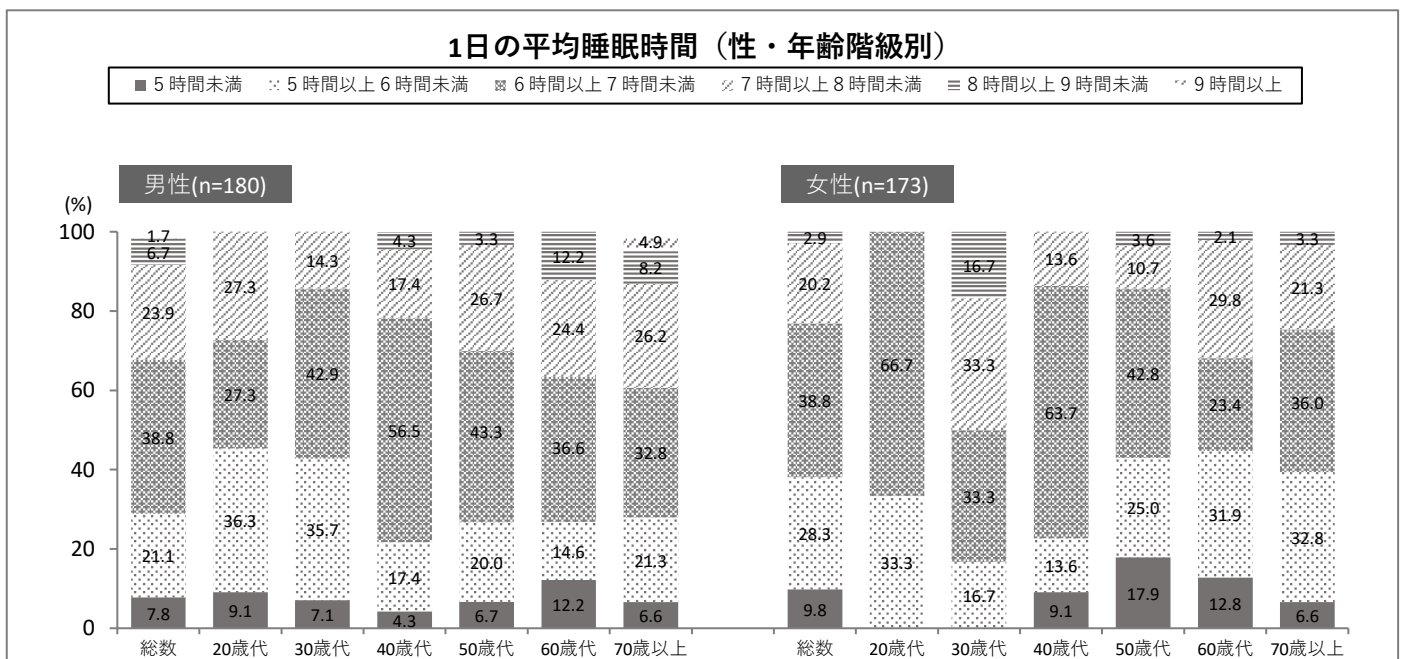


### (31) 1日の平均睡眠時間 (性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問6より～

1日の平均睡眠時間は男女とも6時間以上7時間未満が最も多かった

1日の平均睡眠時間は男女とも6時間以上7時間未満が最も多く、男性で38.8%、女性で38.8%であった。

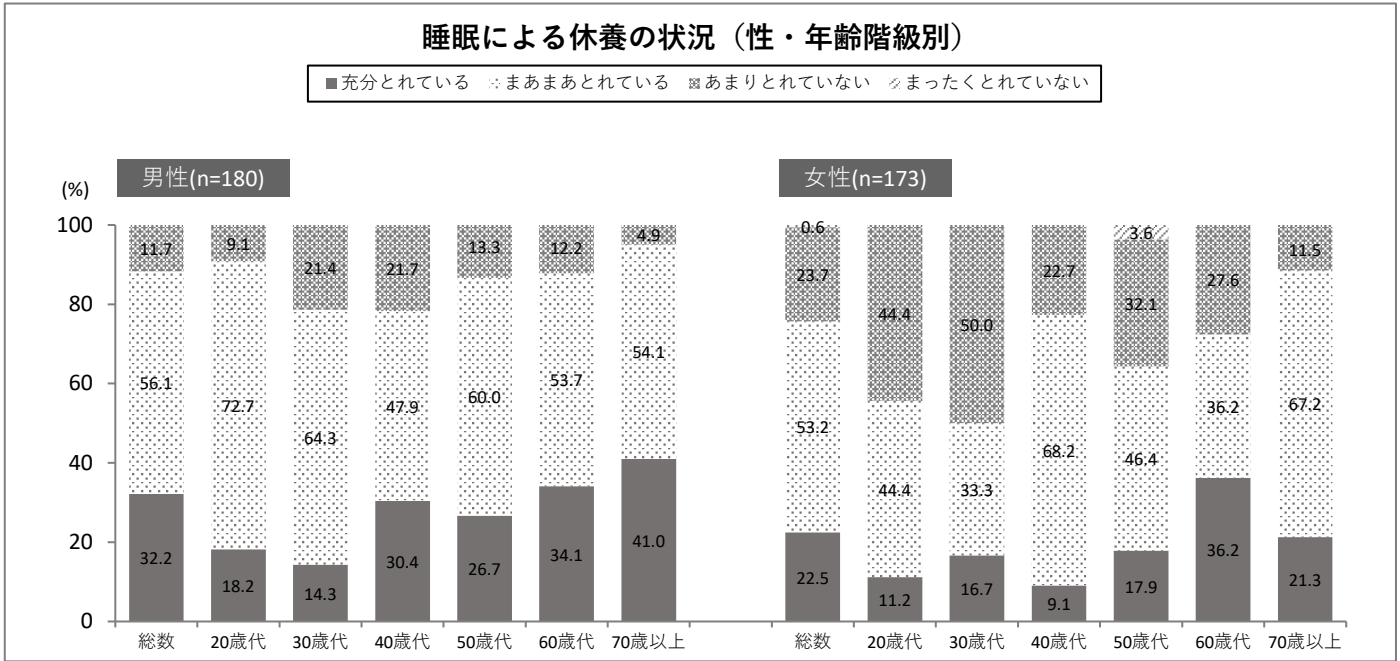


## (32) 睡眠による休養の状況(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問7より～

睡眠により休養がとれている割合は、男性で9割、女性で7割5分

過去1ヶ月間に、睡眠により休養が充分とれているかの問いに対し、「充分とれている」「まあまあとれている」と回答した者は、併せて、男性で88.3%、女性で75.7%であった。20～30歳代女性で「あまりとれていない」者の割合が突出していた。



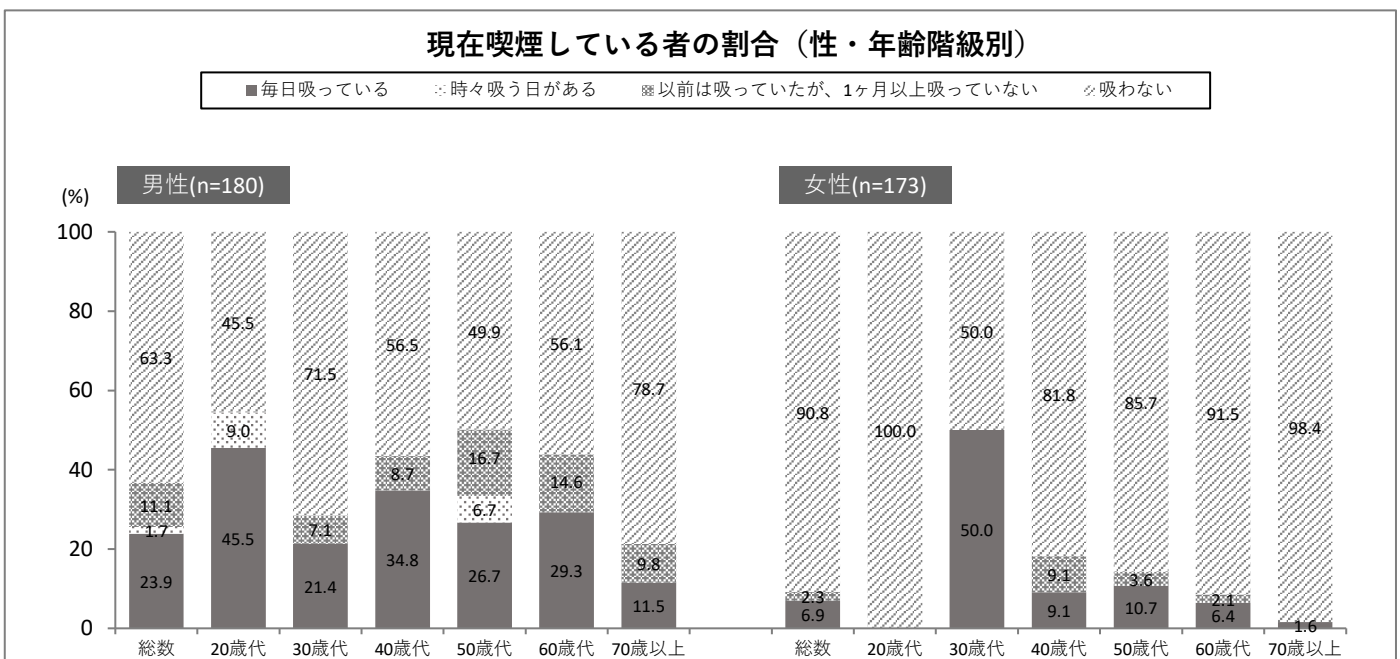
## 5-2. 喫煙

### (33) 現在喫煙している者の割合(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問8より～

「毎日吸っている」と回答したのは、男性で2割、女性で1割以下

たばこを吸うかどうかの問いに対し、「毎日吸っている」と回答したのは、男性23.9%、女性6.9%であった。喫煙者の割合は、男性は20歳代、女性は30歳代で最も多かった。



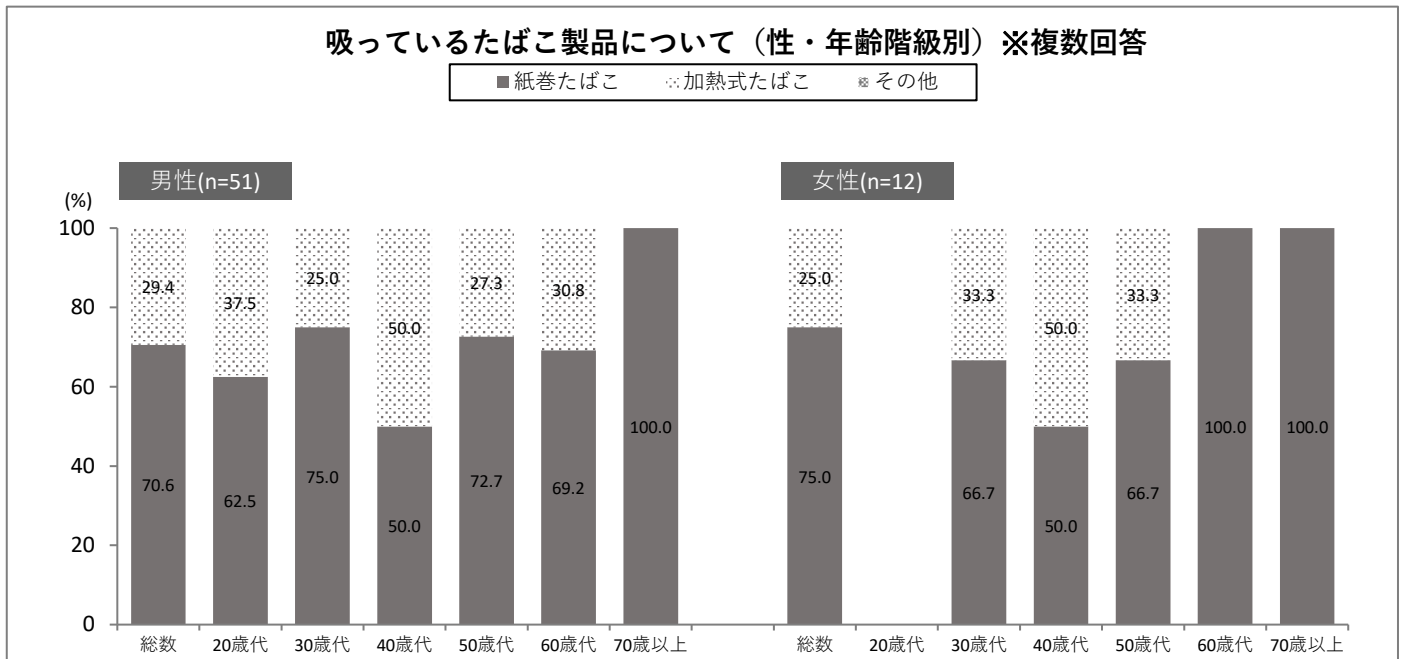


### (34) 吸っているたばこ製品について(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問8-1より～

喫煙者のうち紙巻たばこを吸う者の割合は男性で7割、女性で7割5分

男女とも紙巻たばこの割合が加熱式たばこの割合に比べて多かった。

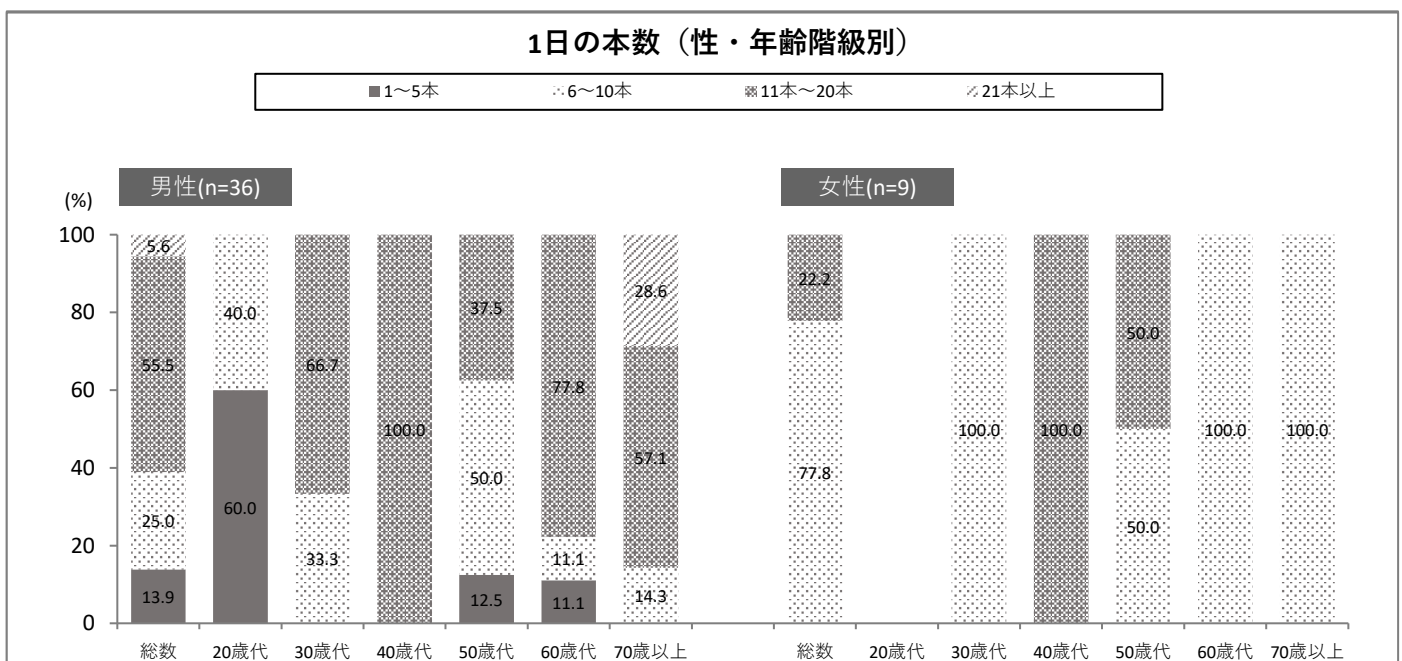


### (35) 紙巻たばこを吸う1日の本数(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問8-2より～

紙巻たばこを吸う者のうち、6～10本吸う割合は男性で2割5分、女性で8割

1日に吸う紙巻たばこの本数は男性で11～20本が最も多く55.5%、女性では6～10本が最も多く77.8%であった。男性の方が吸う本数が多い傾向であった。

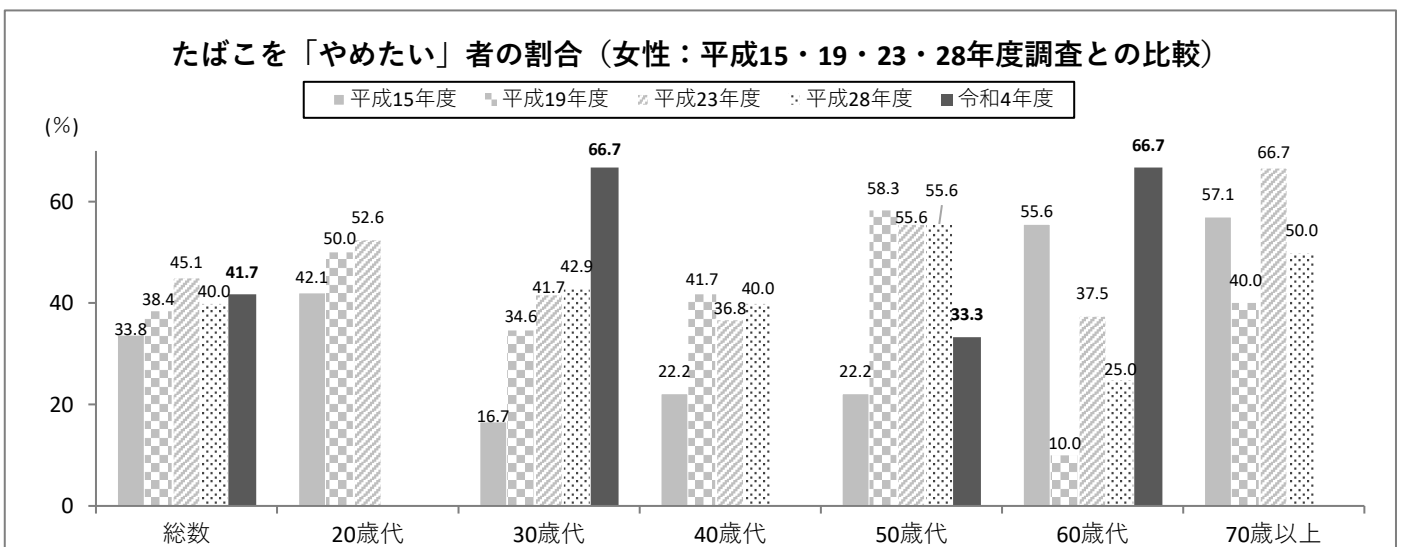
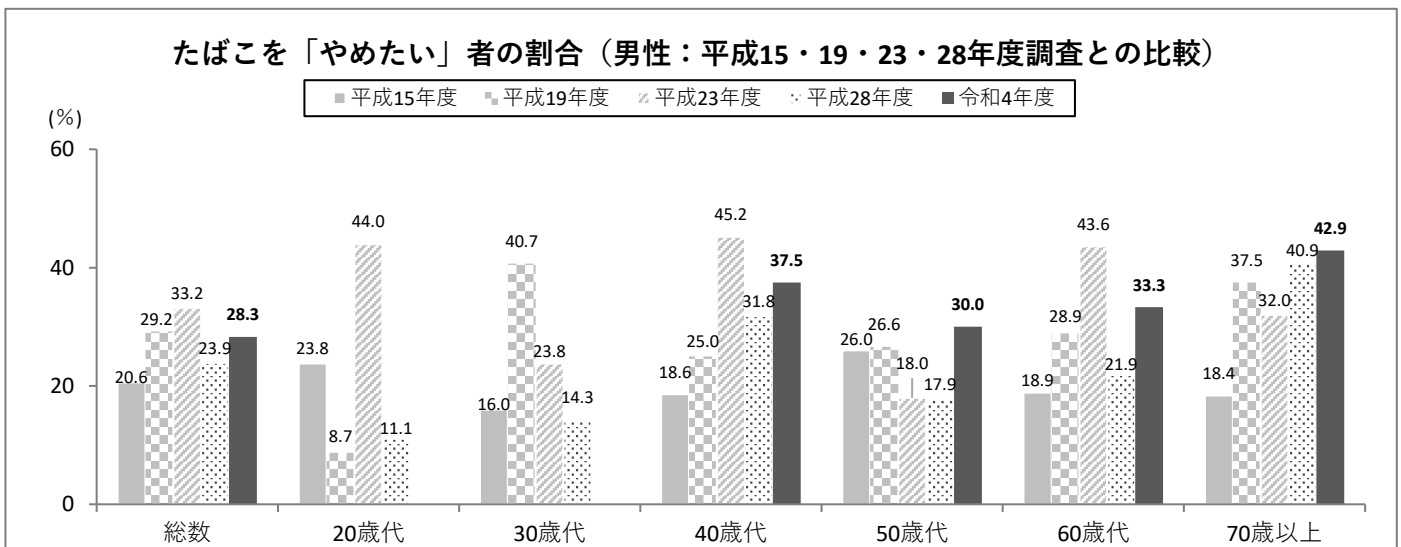
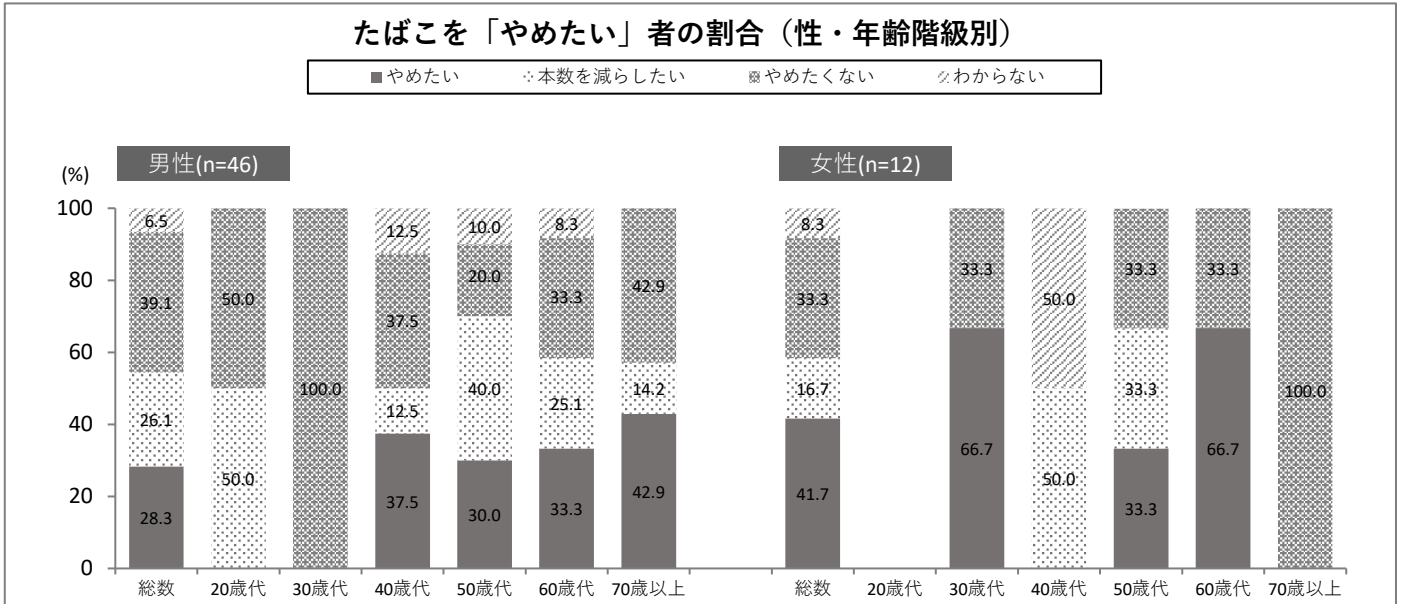


### (36) たばこを「やめたい」者の割合(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問8-3より～

喫煙者のうち、たばこを「やめたい」と回答したのは、男性で3割、女性で4割

たばこを「毎日吸っている」「時々吸う日がある」と回答した者のうち、「たばこをやめたい」と回答したのは、男性で28.3%、女性で41.7%であった。



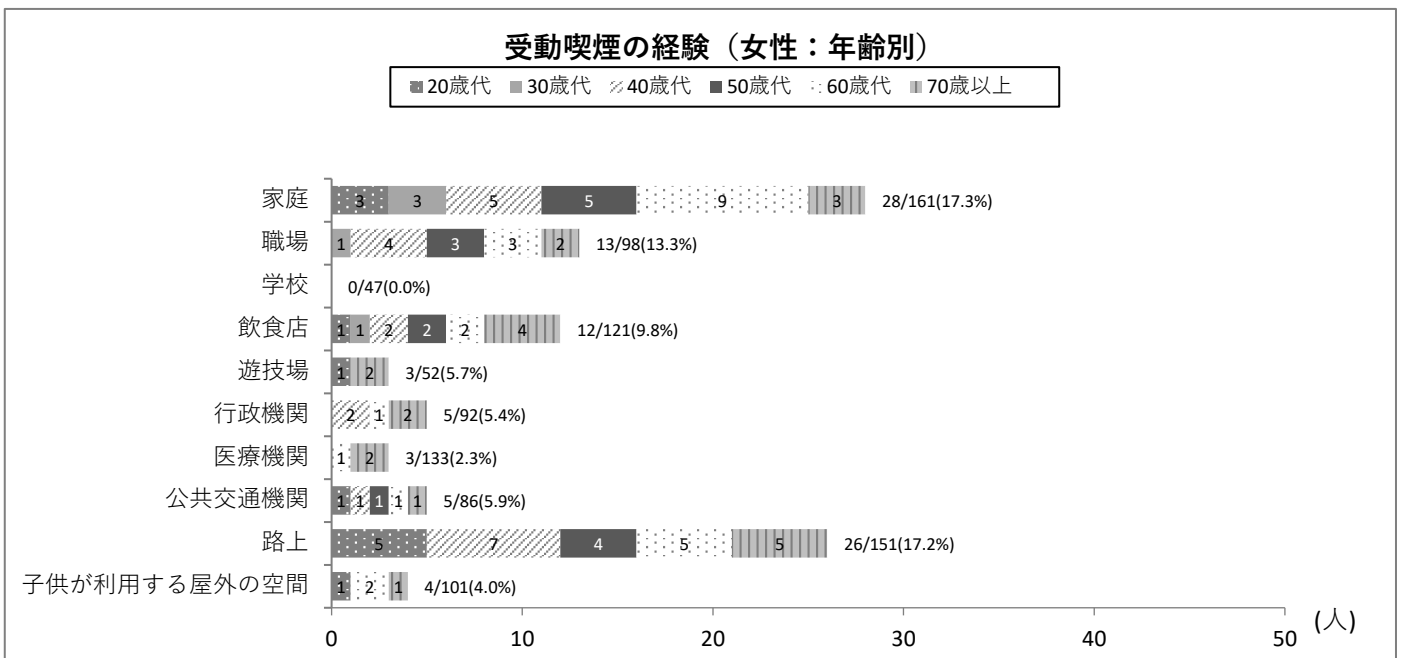
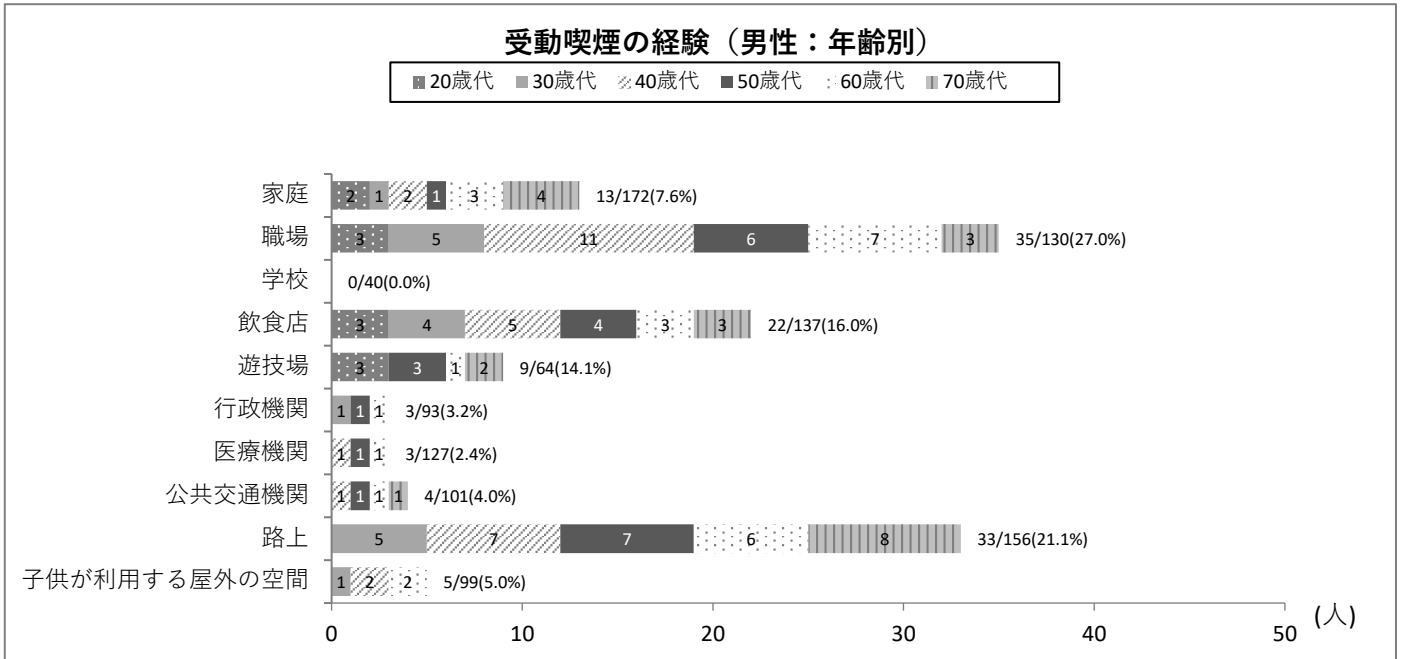
### (37) 受動喫煙の経験 (性別)

～「生活習慣調査」問9より～

受動喫煙を経験した場所は、男性では職場、路上、女性では家庭、路上が多い

ここ1ヶ月の間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）があった主要な場所として、家庭、職場、飲食店、遊技場、路上が挙げられた。

なお、下表はその場所に行った者の受動喫煙の経験であり、「行かなかった」と回答した者は含まれていない。

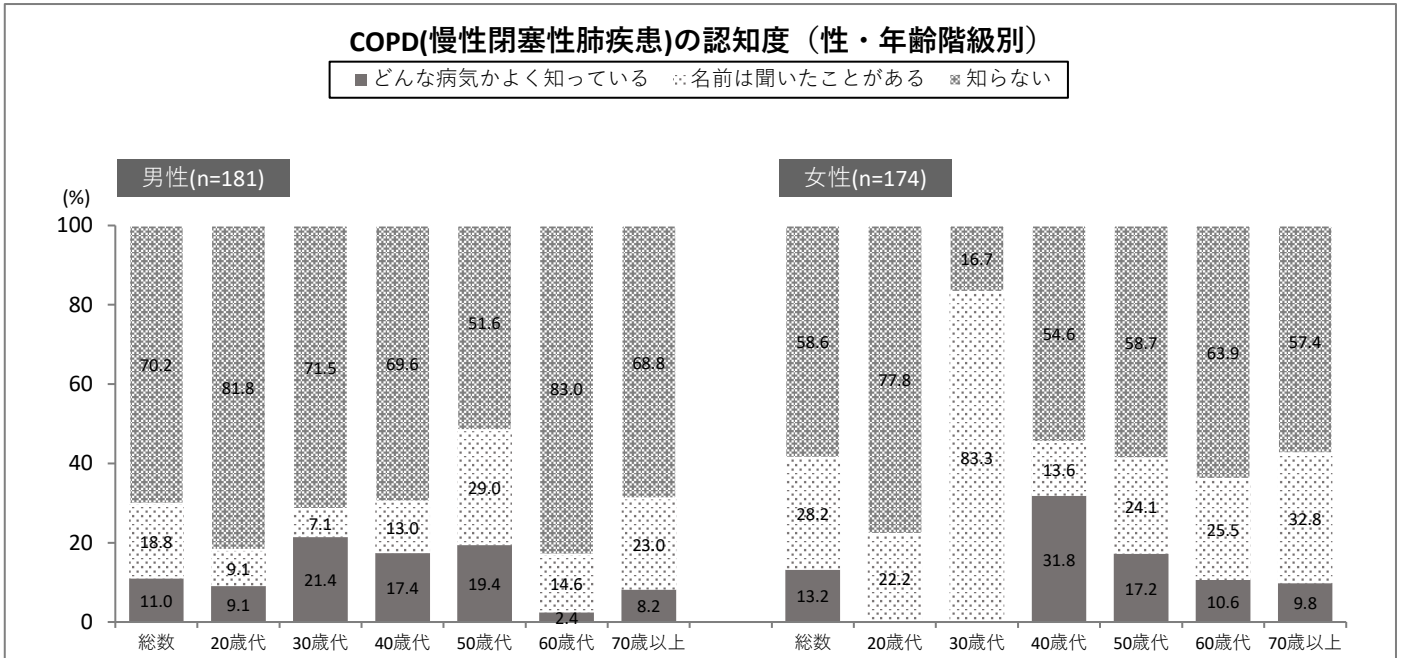


### (38) COPD(慢性閉塞性肺疾患)の認知度(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問7より～

「どんな病気かよく知っている」と回答した者は男女とも1割

男性では70.2%、女性では58.6%が知らないと回答した。



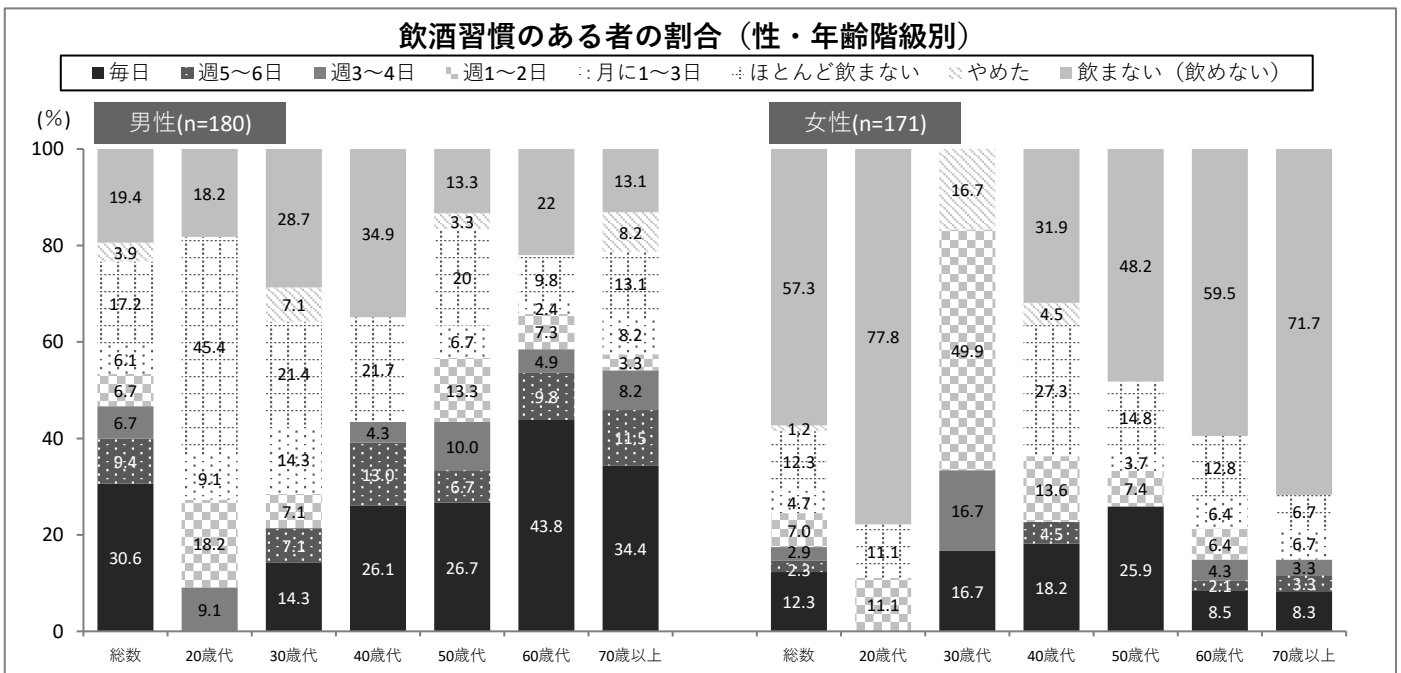
## 5-3. 飲酒

### (39) 飲酒習慣のある者の割合(性・年齢階級別)

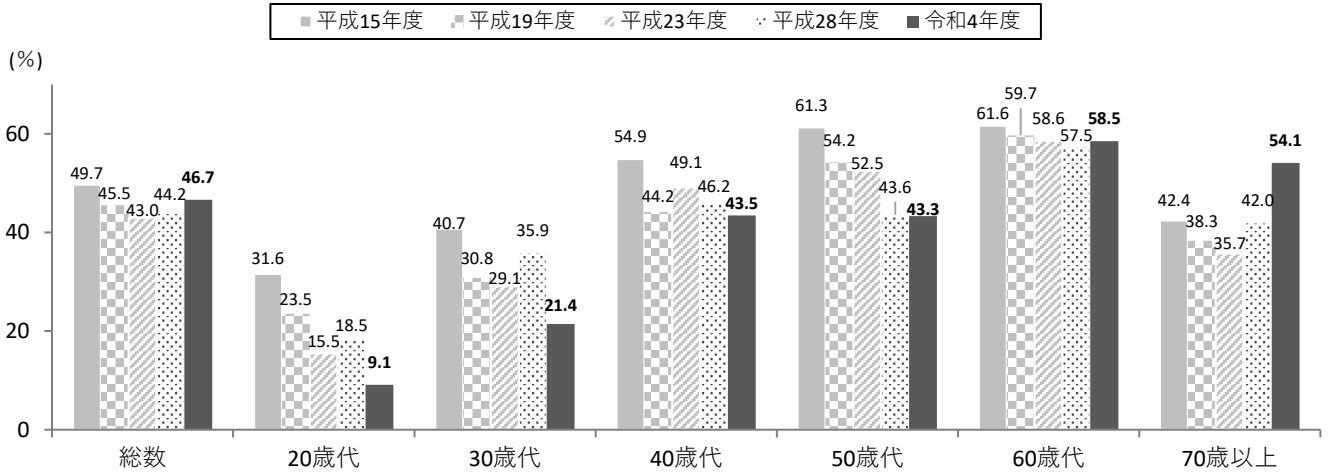
～「生活習慣調査」問10より～

週3日以上、飲酒習慣のある者は、男性で4割5分、女性で2割

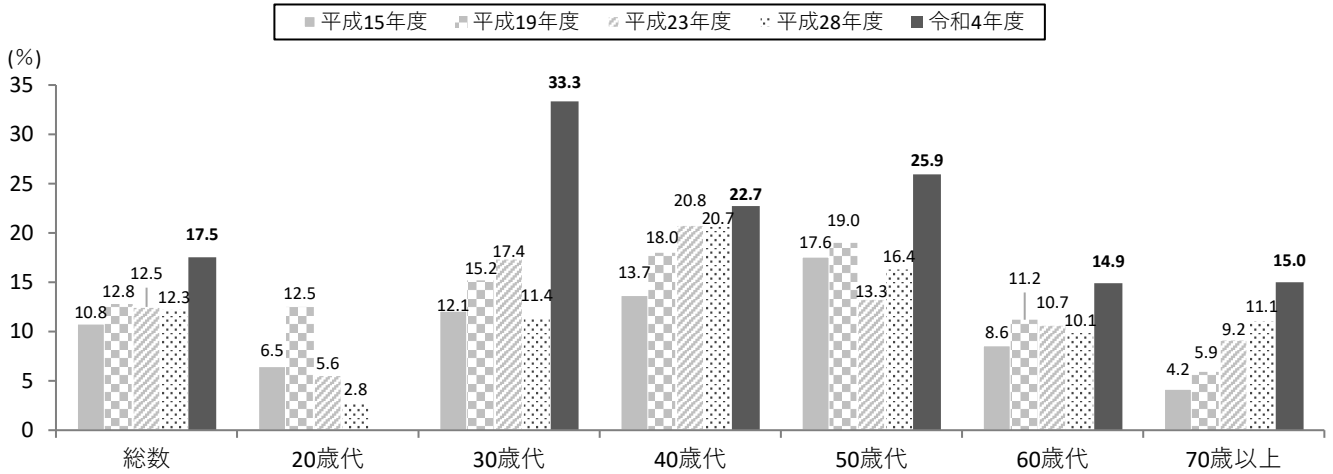
「週に何日くらい酒を飲むか」の問いに対し、週3日以上飲酒習慣があると回答したのは、男性で46.7%、女性で17.5%であった。



週3日以上飲酒習慣のある者の割合（男性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



週3日以上飲酒習慣のある者の割合（女性：平成15・19・23・28年度調査との比較）



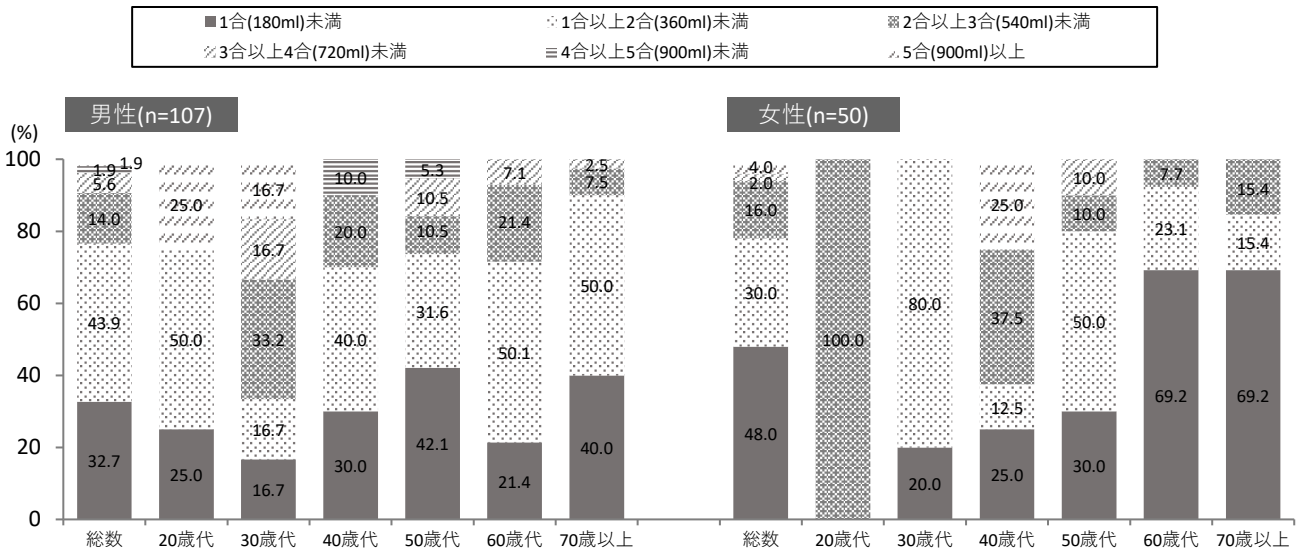
(40) 1日の飲酒量(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問10-1より～

飲酒日の飲酒量は、男性は「1合以上2合未満」、女性は「1合未満」が最も多かった

飲酒習慣者は「飲酒日には1日あたりどのくらいの量を飲むのか」の問いに対し、男性では「1合以上2合未満」、女性は「1合未満」との回答が最も多かった。

1日の飲酒量（性・年齢階級別）



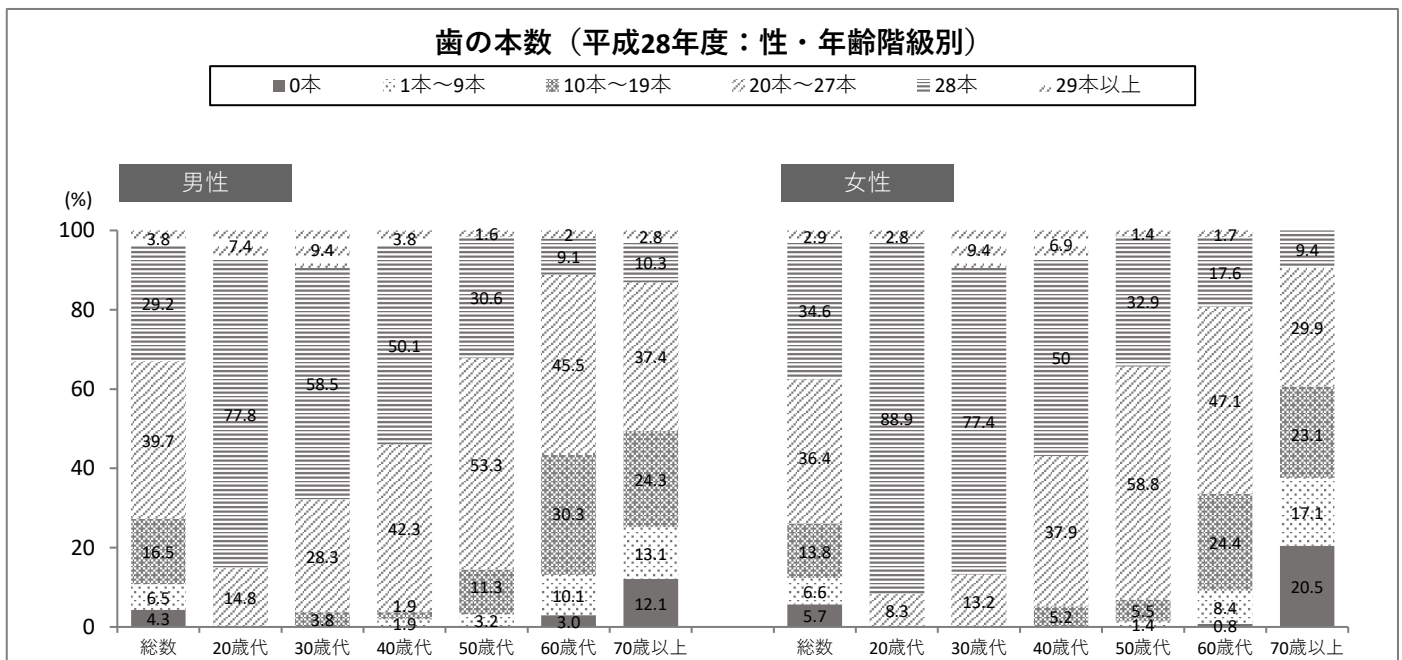
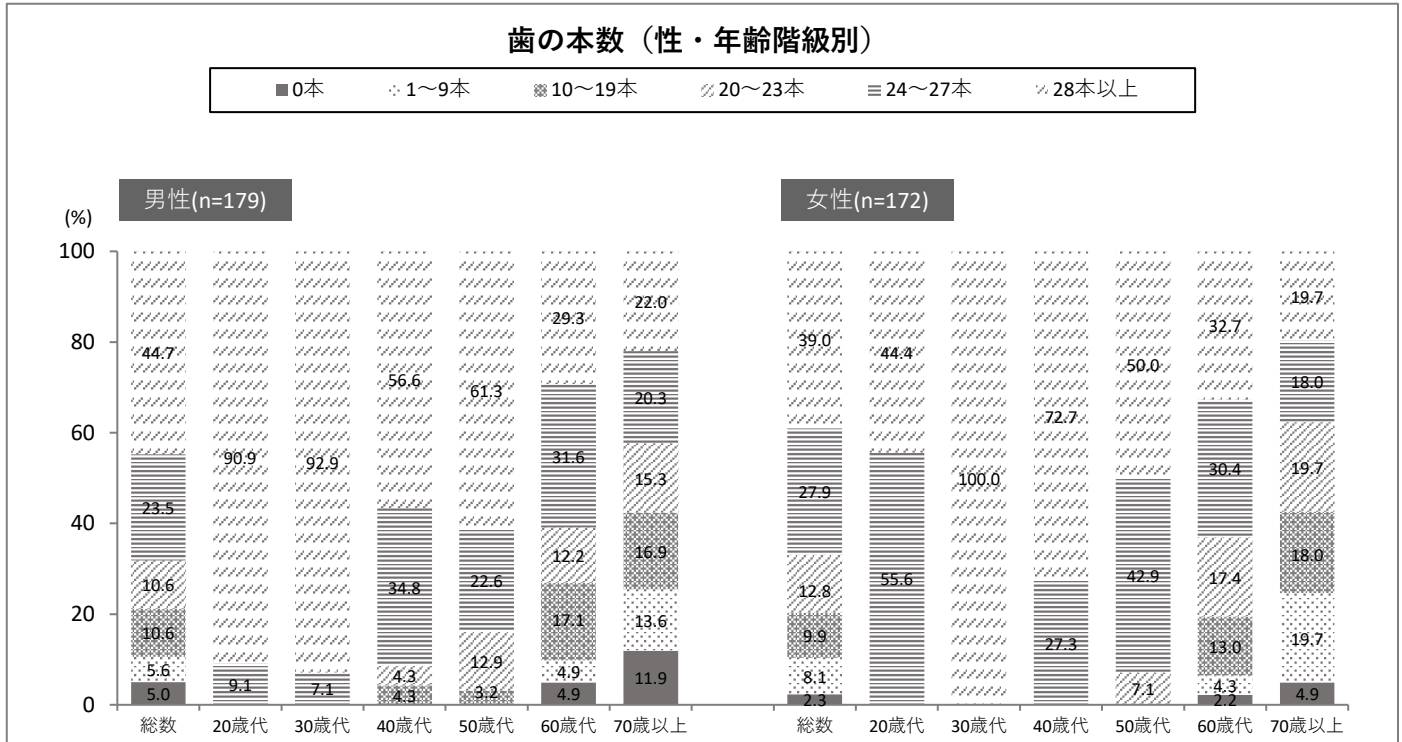
## 5-4. 歯の健康

### (41) 歯の本数(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問6(1)より～

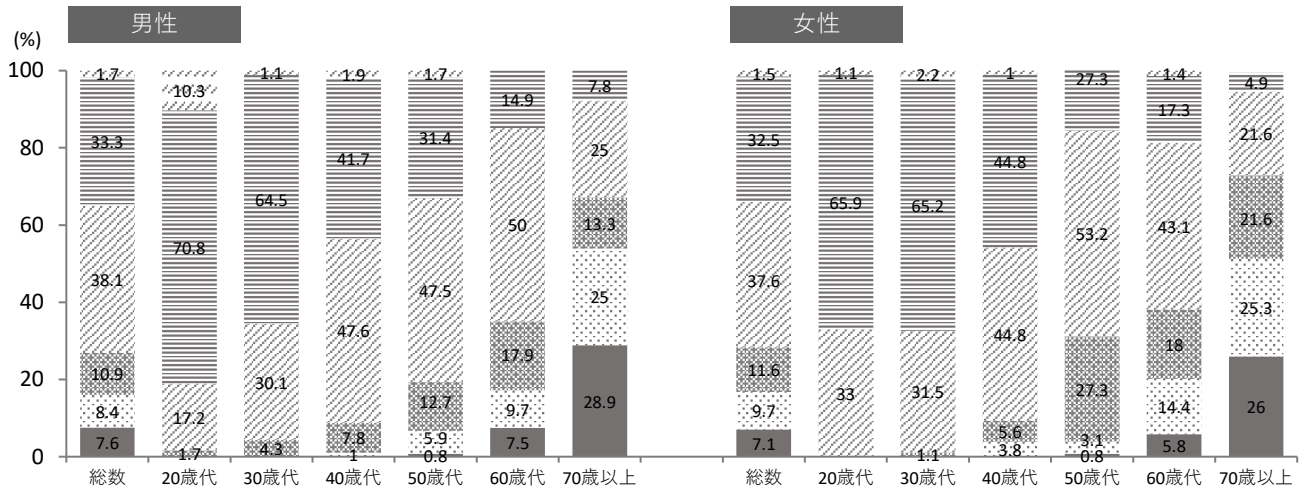
70歳代以上では「全部ある(28本以上ある)」と回答した者の割合は、男女ともに2割

自分の歯(被せた歯やブリッジの支えとなっている歯やさし歯など、根だけが残っている歯は含むが、インプラントや入れ歯は除く)の本数の問いに対し、「28本以上」と回答したのは、男性で44.7%、女性で39.0%であった。



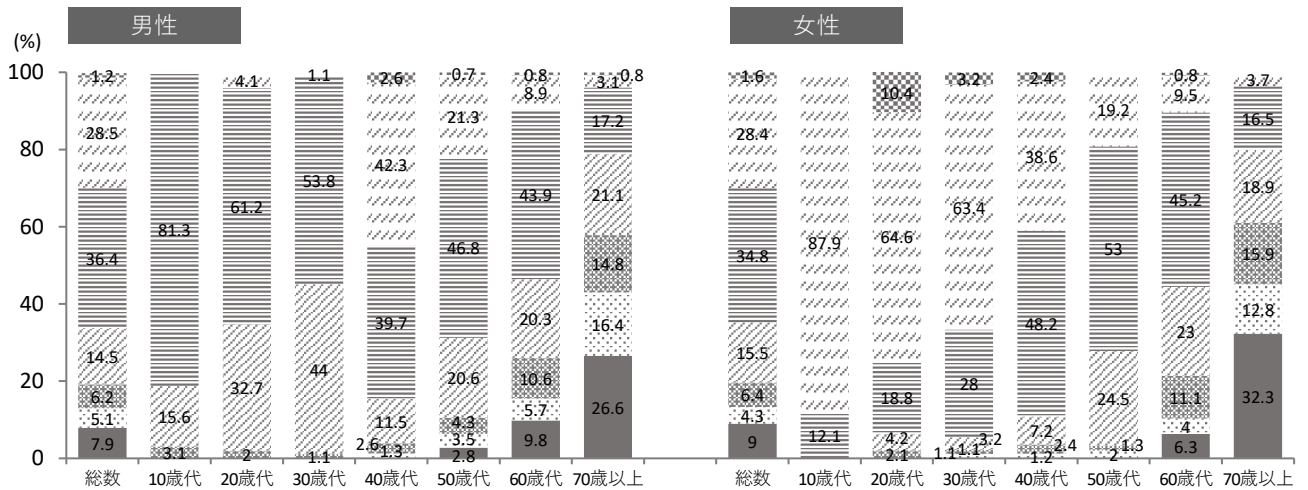
### 歯の本数（平成23年度：性・年齢階級別）

■ 0本    ◻ 1本～9本    ▨ 10本～19本    ▩ 20本～27本    ≡ 28本    ▤ 29本以上



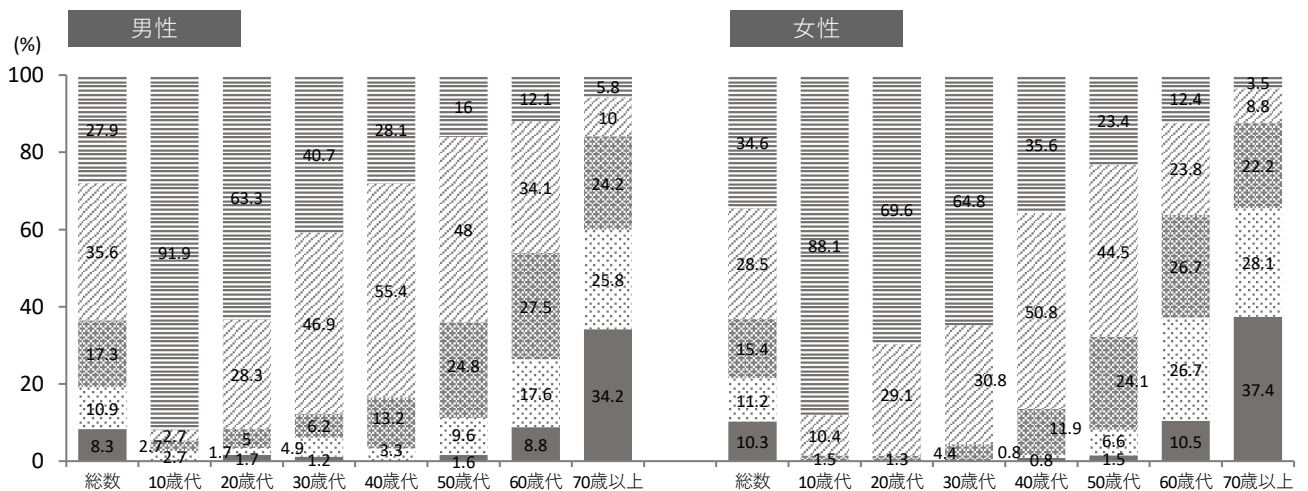
### 歯の本数（平成19年度：性・年齢階級別）

■ 0本    ◻ 1本～5本    ▨ 6本～10本    ▩ 11本～20本    ≡ 21本～27本    ▤ 28本    ▥ 29本以上



### 歯の本数（平成15年度：性・年齢階級別）

■ まったくない    ◻ ほとんどない    ▨ 半分くらいある    ▩ ほとんどある    ≡ 全部ある

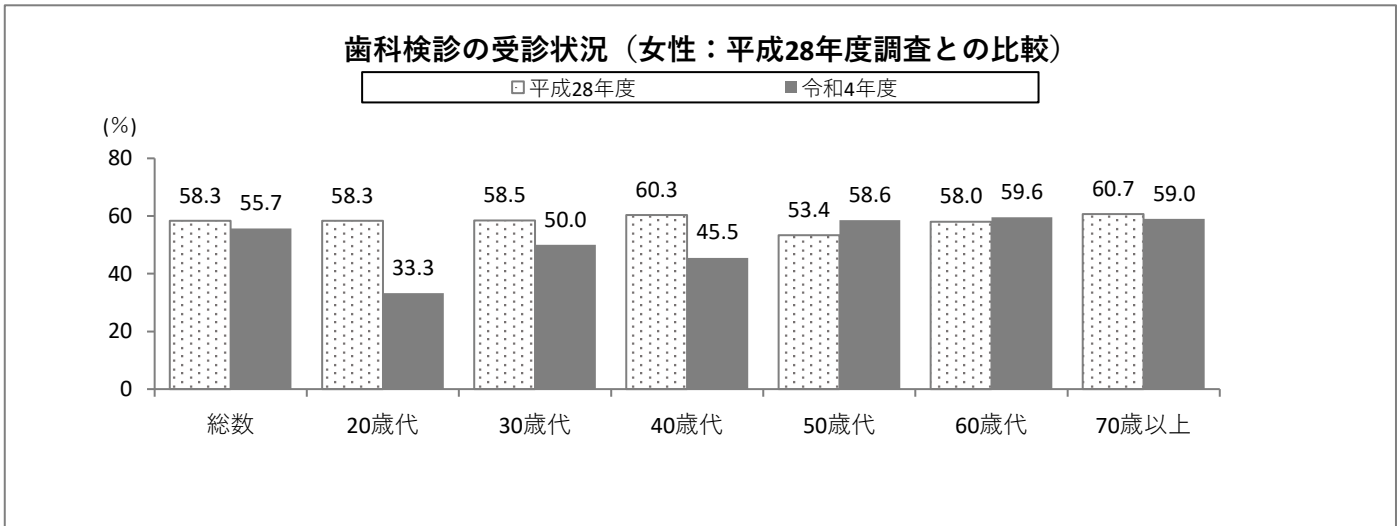
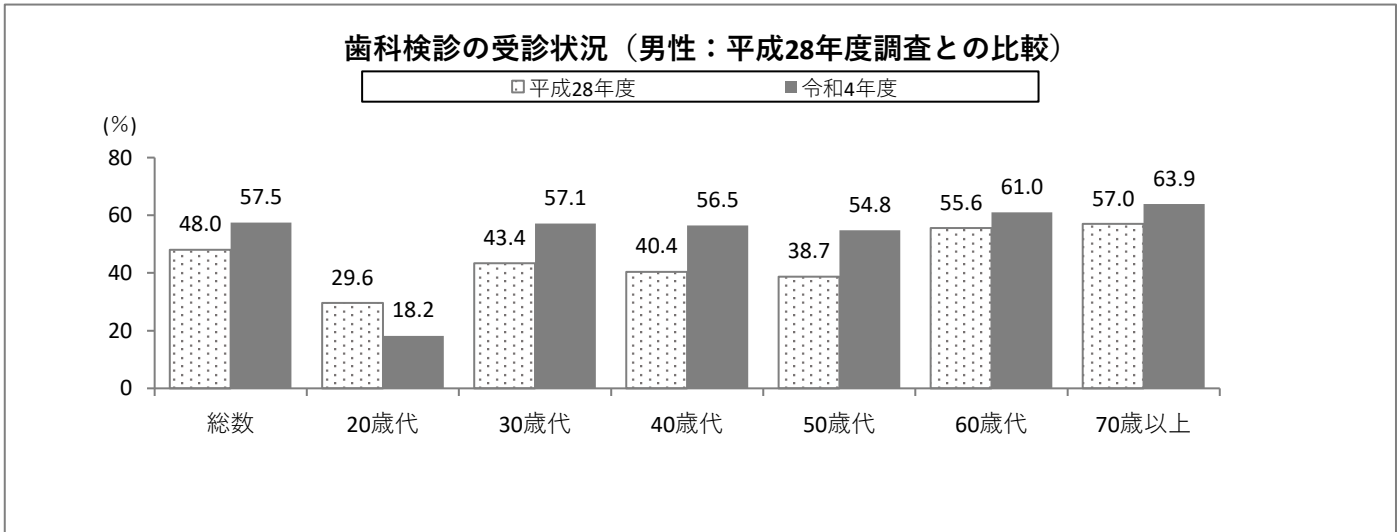
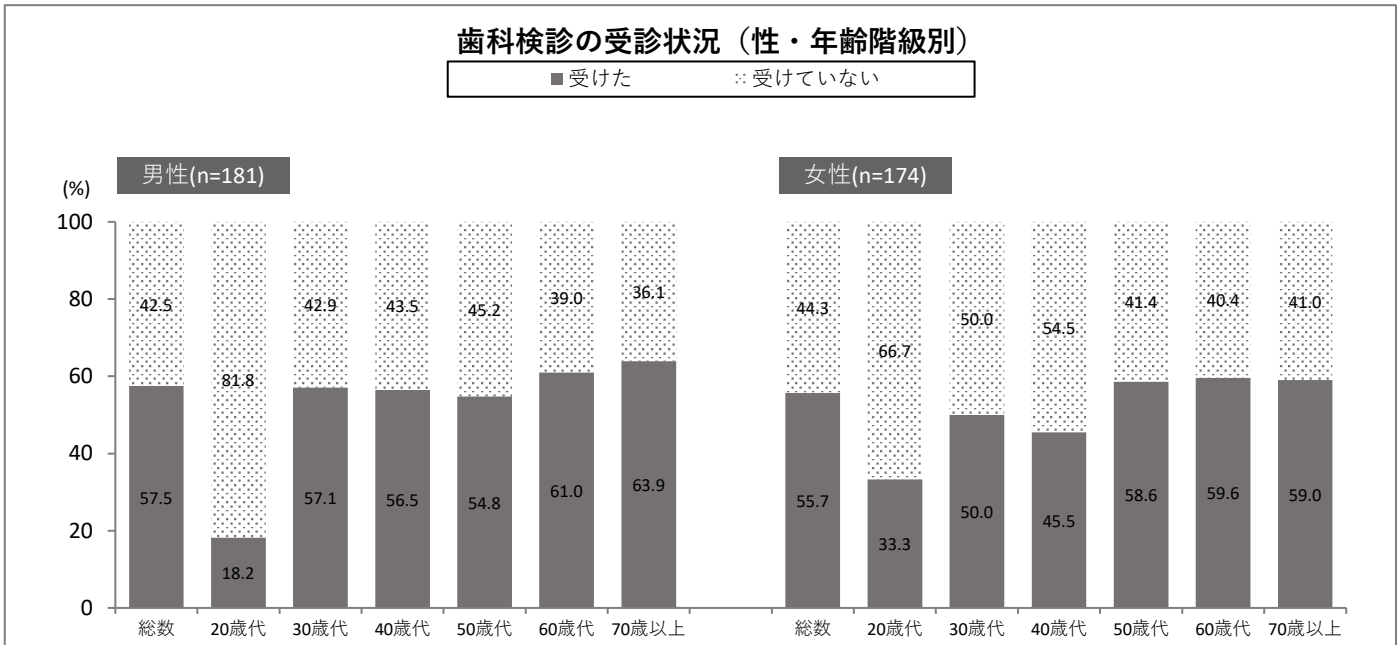


## (42) 歯科検診の受診状況(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問6(2)より～

1年以内に歯科検診を受診したのは、男女ともに5割5分

1年以内に歯科検診を受けたかの問いに対し、「受けた」と回答したのは、男性で57.5%、女性で55.7%であった。20歳代男性の約8割が歯科検診を受けていないと回答しており、各年代の中で最も割合が多かった。



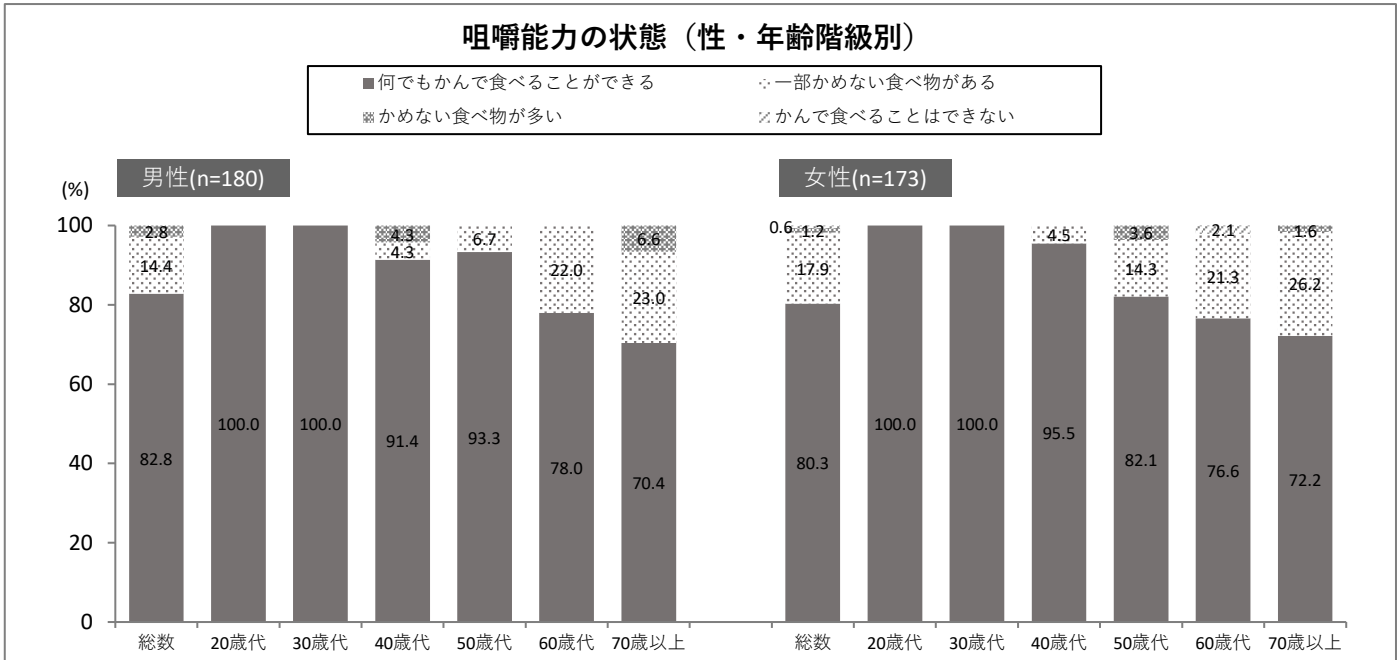


### (43) 咀嚼能力の状態(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問4より～

「何でもかんで食べることができる」と回答した者は、男女ともに8割

咀嚼の状態についての問いに対し、「何でもかんで食べることができる」と回答した者は、男性で82.8%、女性で80.3%であった。70歳以上のおよそ3割は「一部かめない食べ物がある」または「かめない食べ物が多い」と回答した。

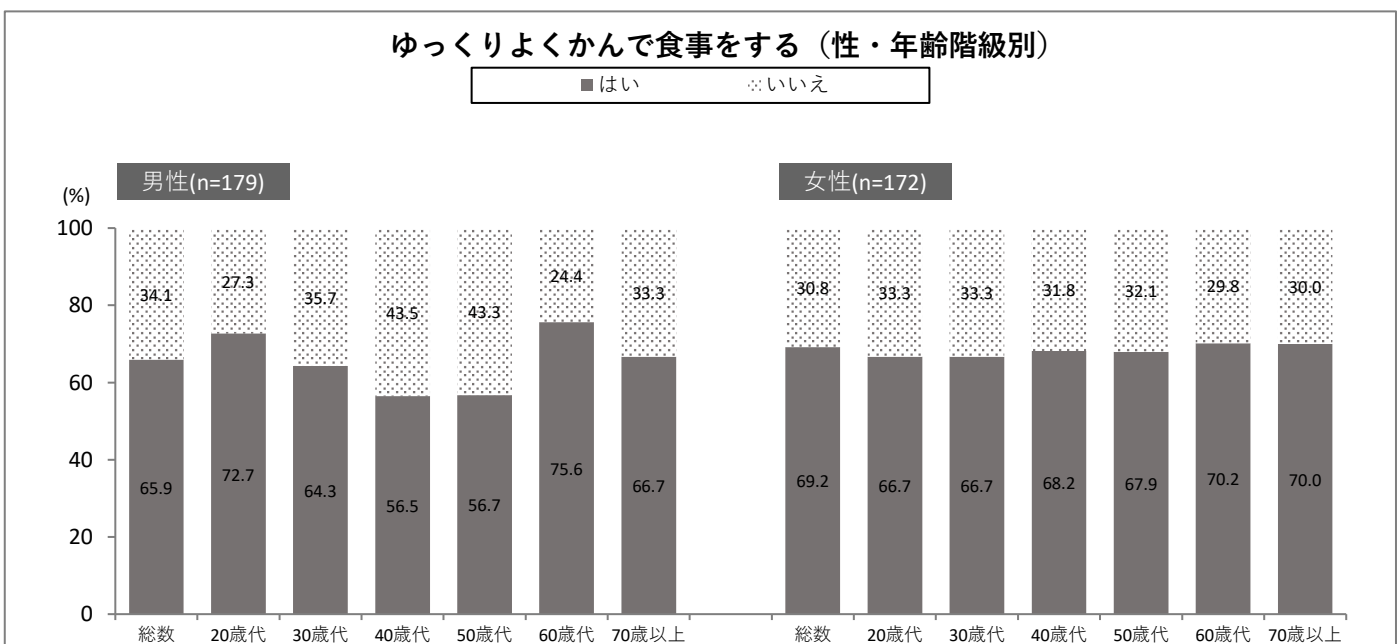


### (44) 食べ方・食事中の様子(性・年齢階級別)

～「生活習慣調査」問5より～

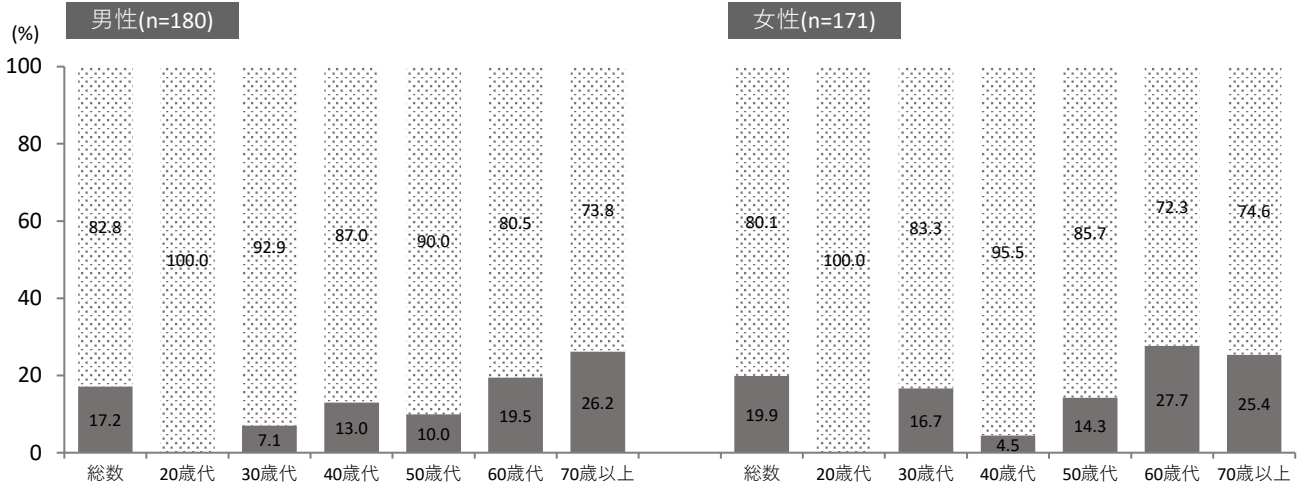
ゆっくりよくかんで食べる割合は、男性で6割5分、女性で7割

食事中の様子として「ゆっくりよくかんで食事をする」、「半年前に比べて固いものが食べにくくなった」、「お茶や汁物等でむせることがある」、「口の渇きが気になる」、「左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる」について質問を行った。



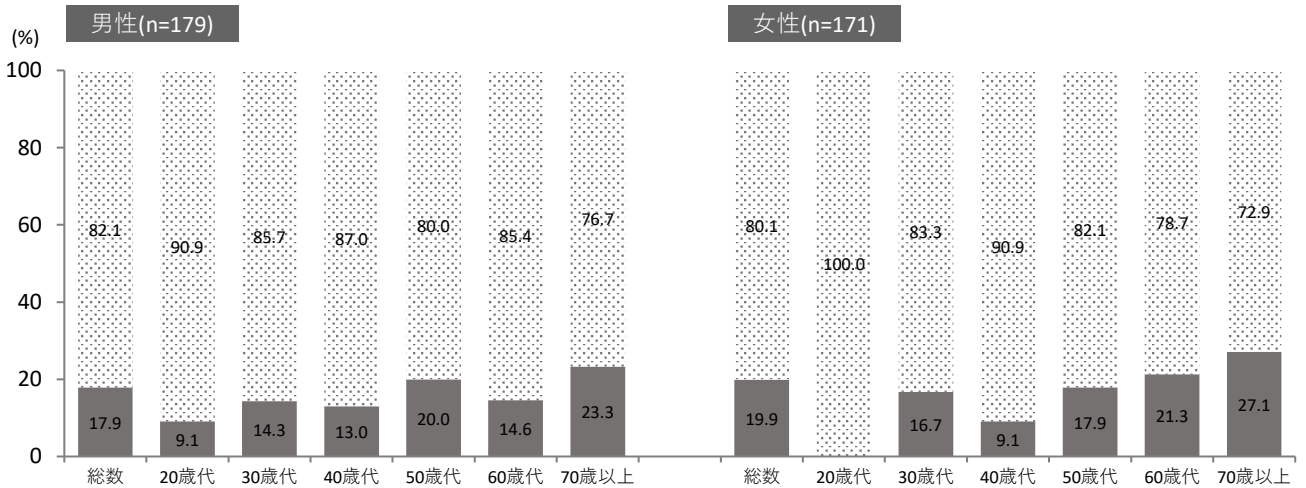
### 半年前に比べて固いものが食べにくくなった（性・年齢階級別）

■ はい      □ いいえ



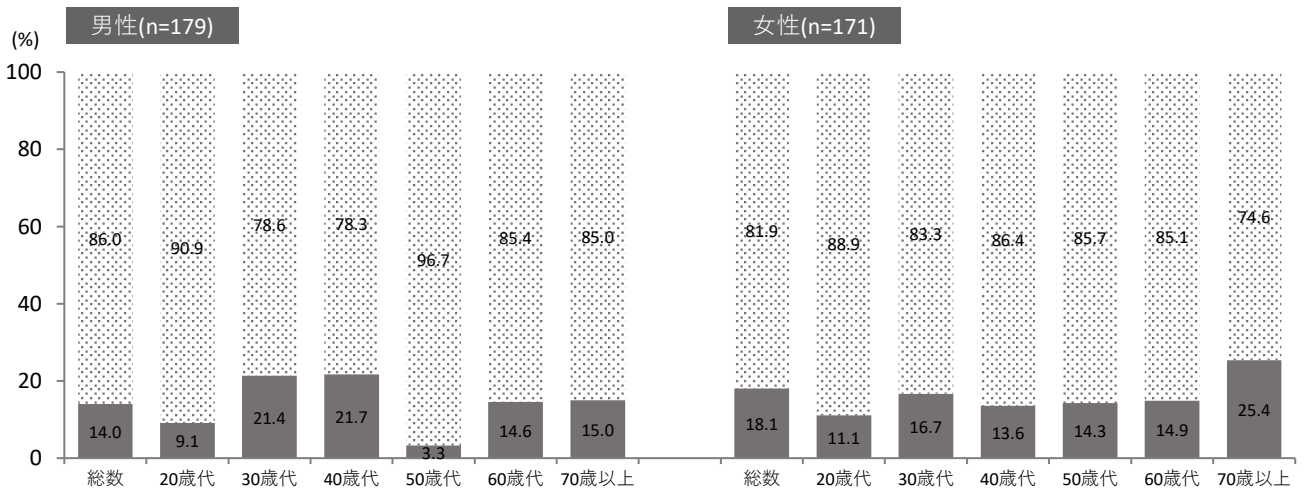
### お茶や汁物等でむせることがある（性・年齢階級別）

■ はい      □ いいえ

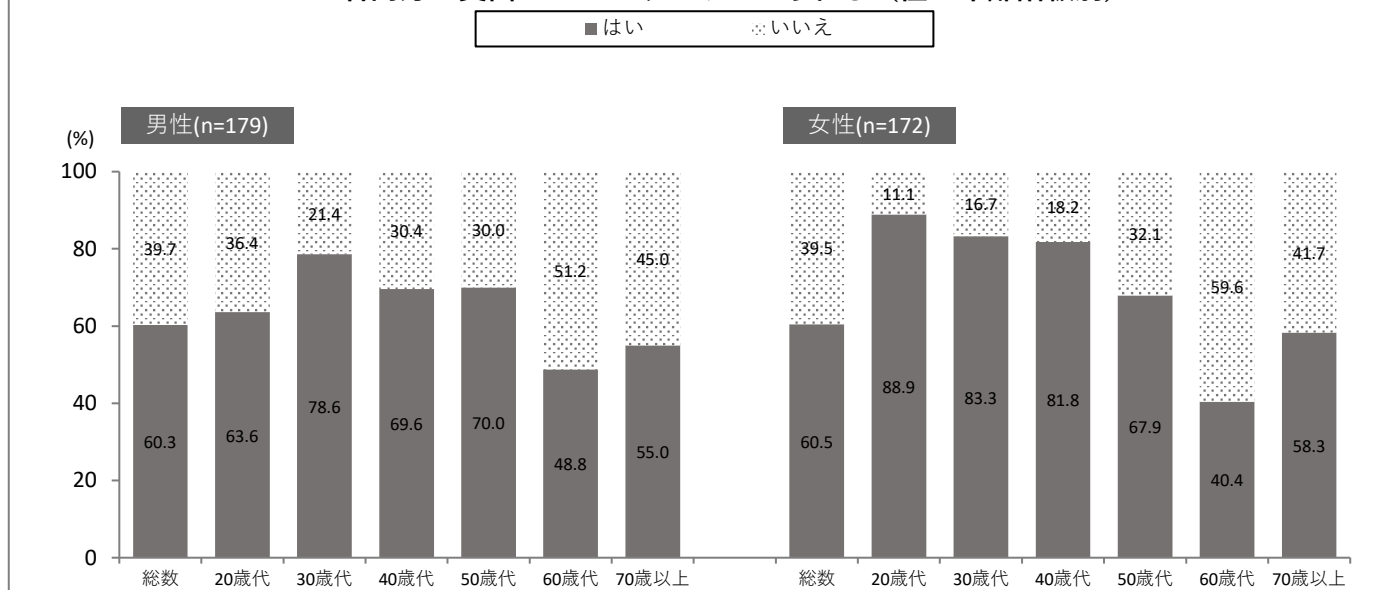


### 口の渇きが気になる（性・年齢階級別）

■ はい      □ いいえ



左右両方の奥歯でしっかりかみしめられる（性・年齢階級別）



## 5-5. その他

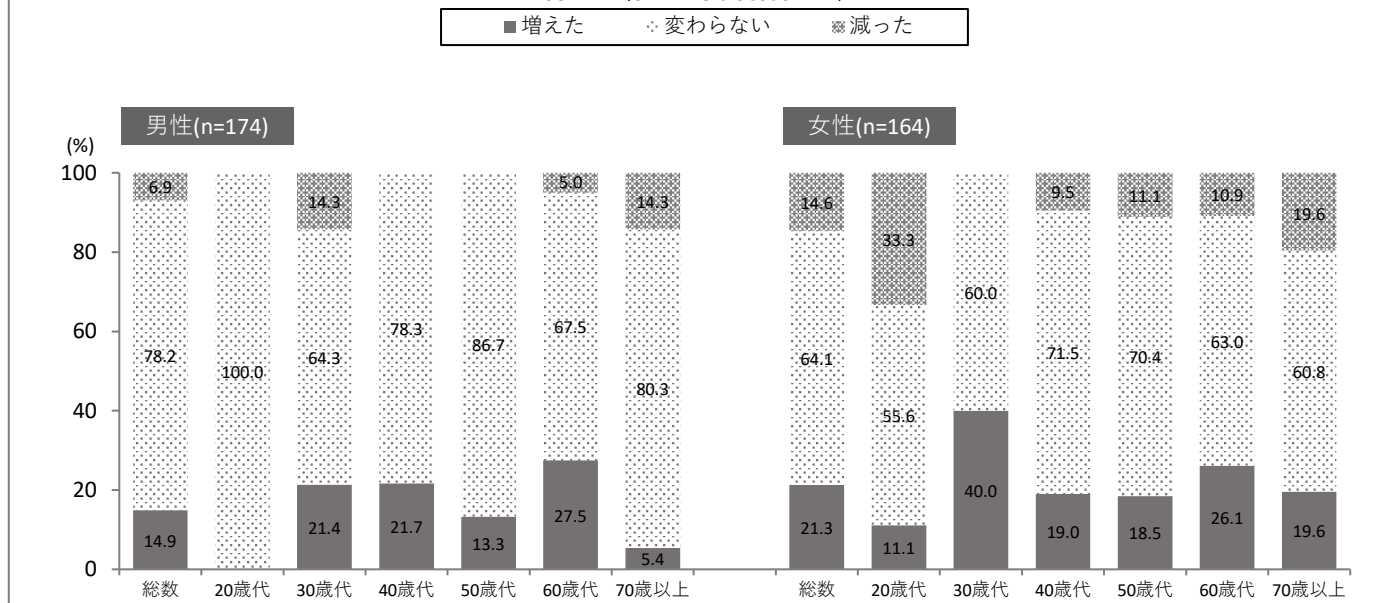
### (45) 新型コロナウイルス感染拡大により体重や生活習慣への影響を受けたか（性・年齢階級別）

～「生活習慣調査」問11より～

体重が増えたと回答した割合は男性で1割5分、女性で2割

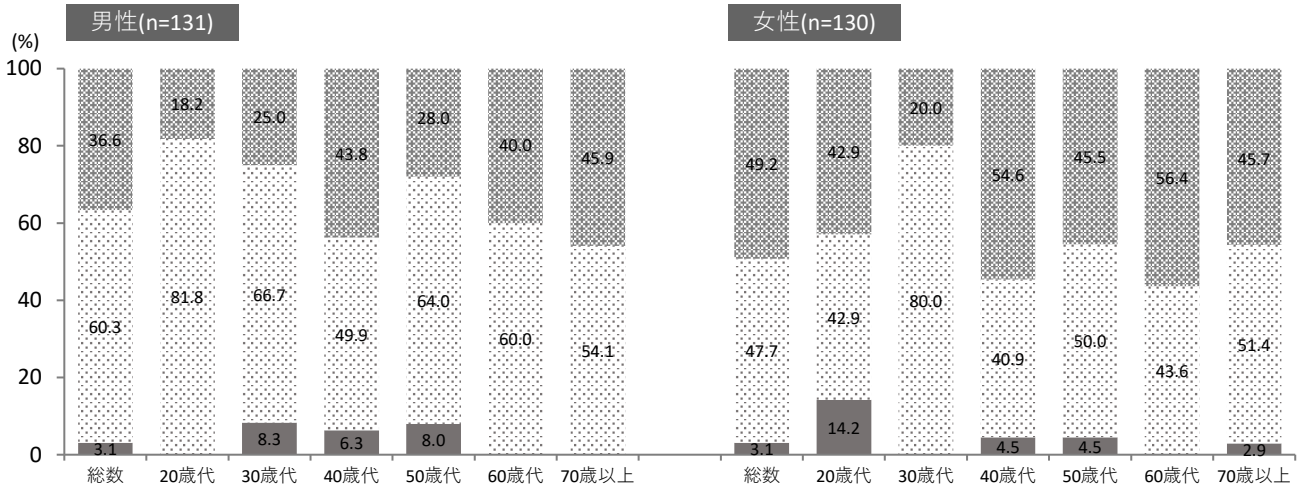
外食の利用はほかの項目に比べ「減った」と回答した割合が多かった。睡眠時間はほかの項目に比べ「変わらない」と回答した割合が多かった。

体重（性・年齢階級別）



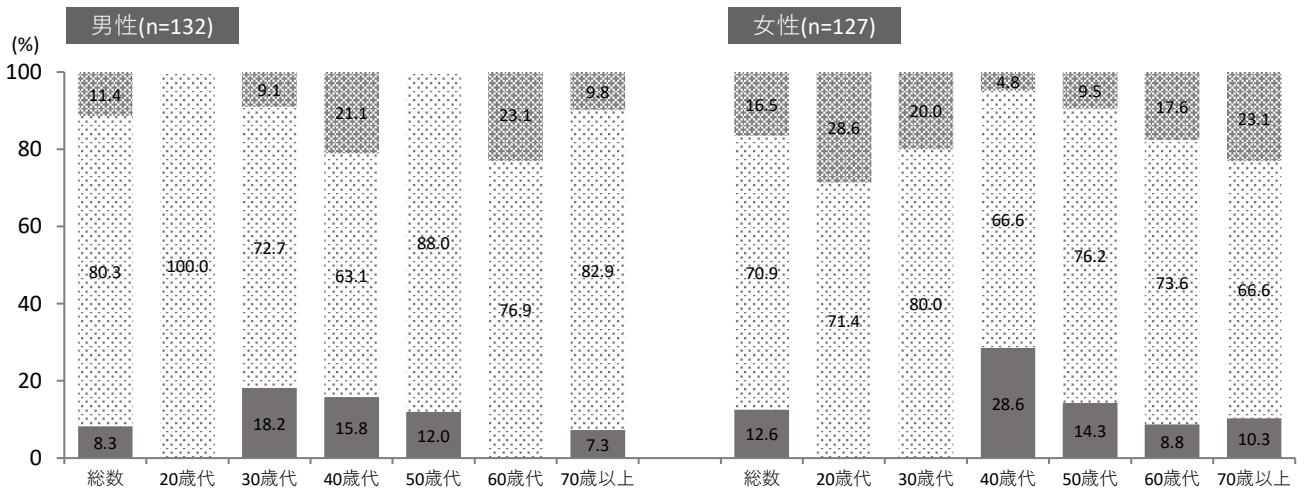
### 外食(飲食店での食事)の利用 (性・年齢階級別)

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



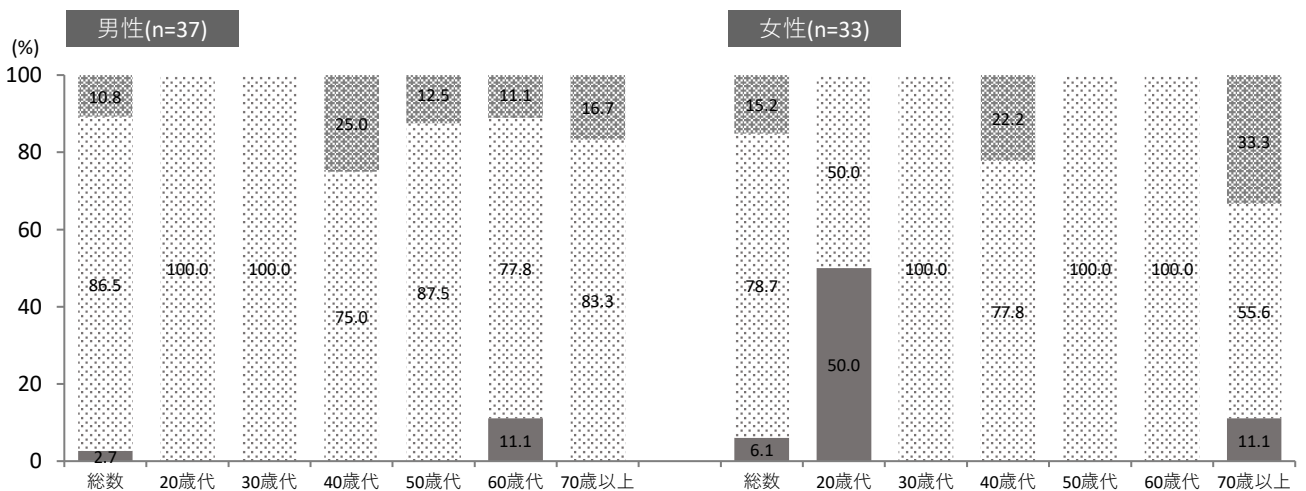
### 持ち帰りの弁当や総菜の利用 (性・年齢階級別)

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



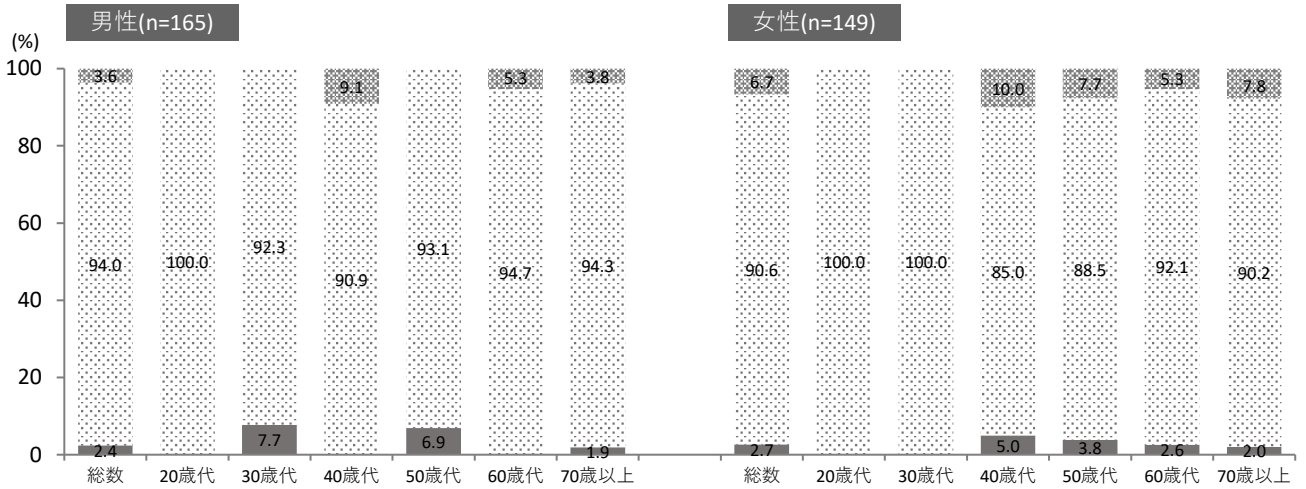
### フードデリバリーサービスの利用 (性・年齢階級別)

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



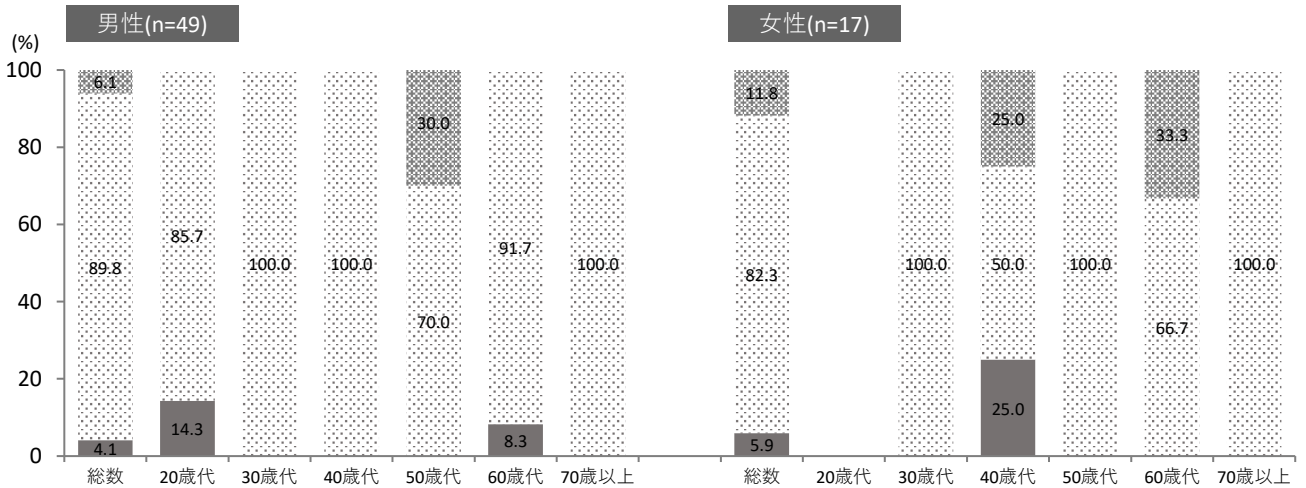
### 1日当たりの睡眠時間（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



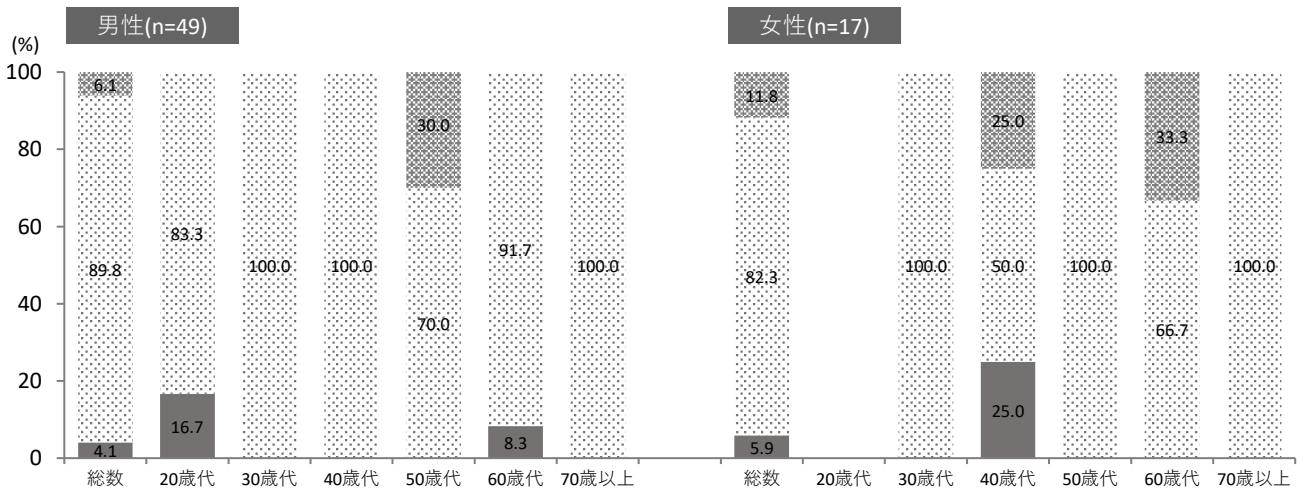
### 1週間当たりの喫煙の頻度（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



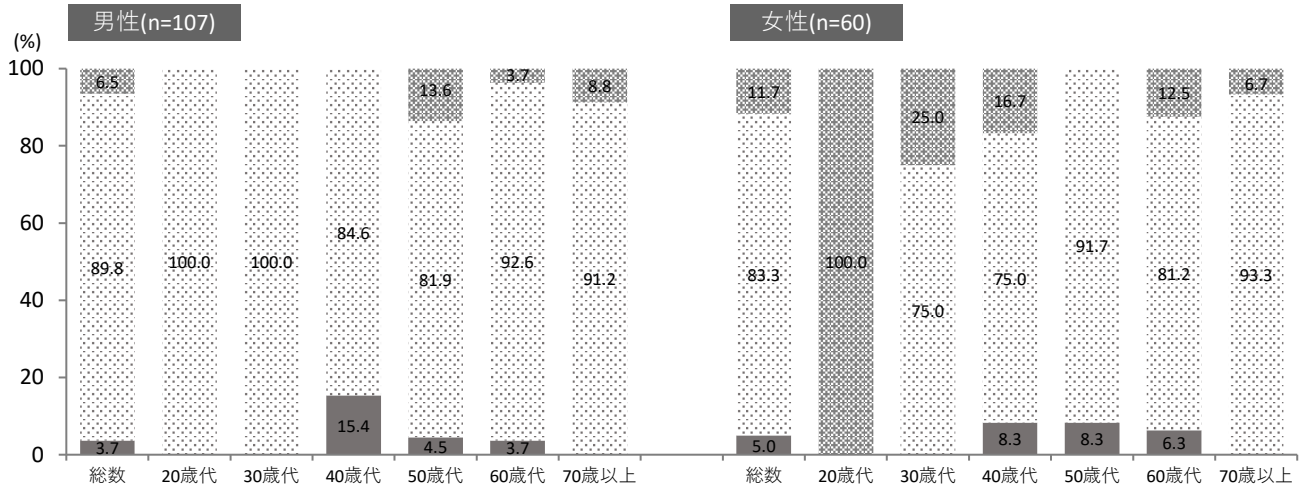
### 1日に吸うたばこの本数（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



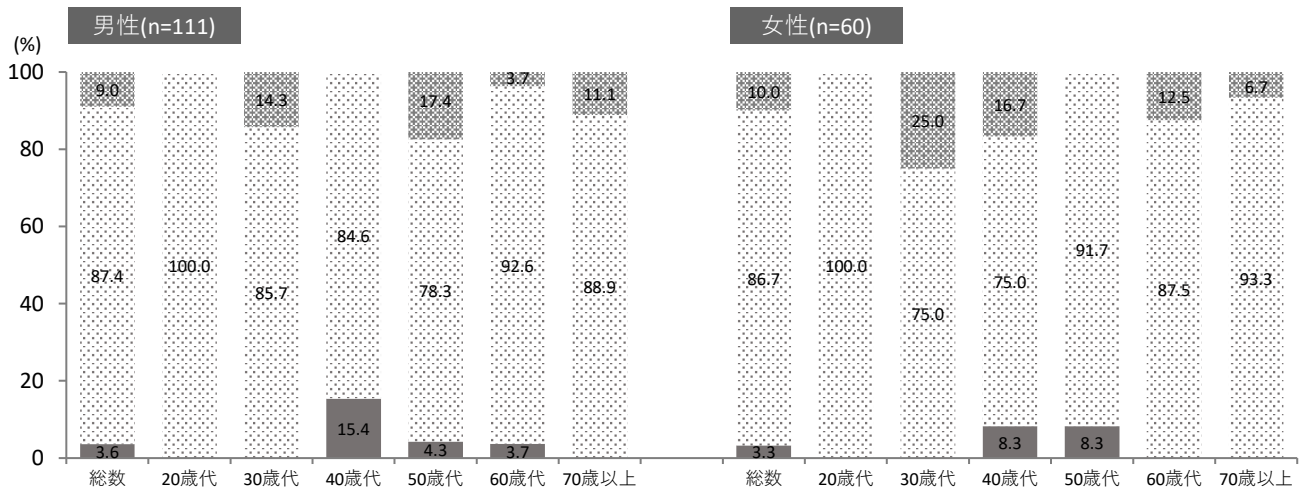
### 1週間当たりの飲酒の日数（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



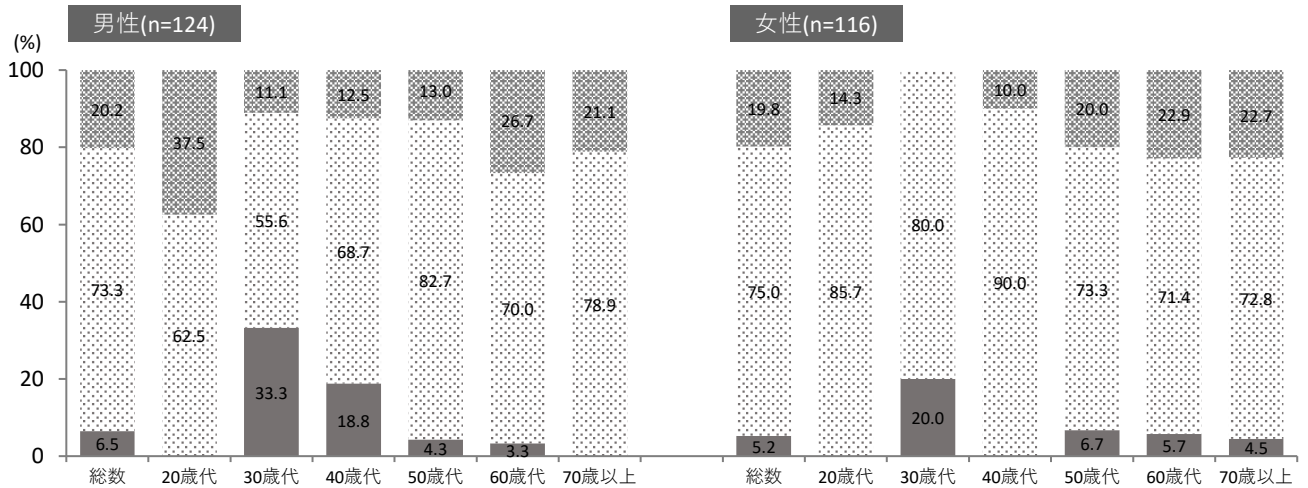
### 1日当たりの飲酒の量（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



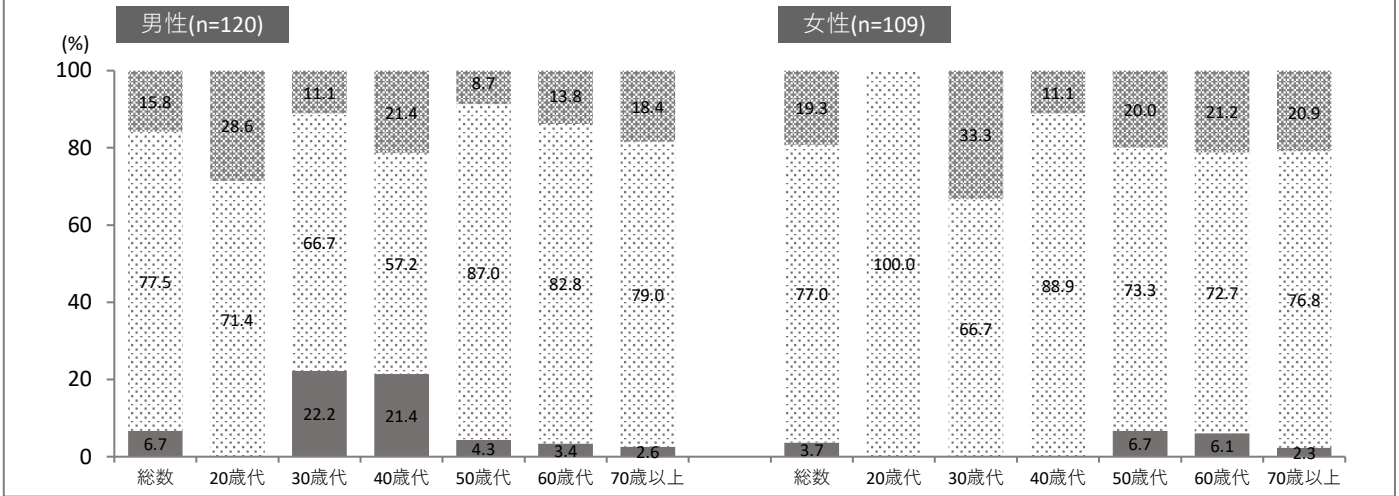
### 1週間当たりの運動日数（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



### 運動を行う日の平均運動時間（性・年齢階級別）

■ 増えた    ◻ 変わらない    ※ 減った



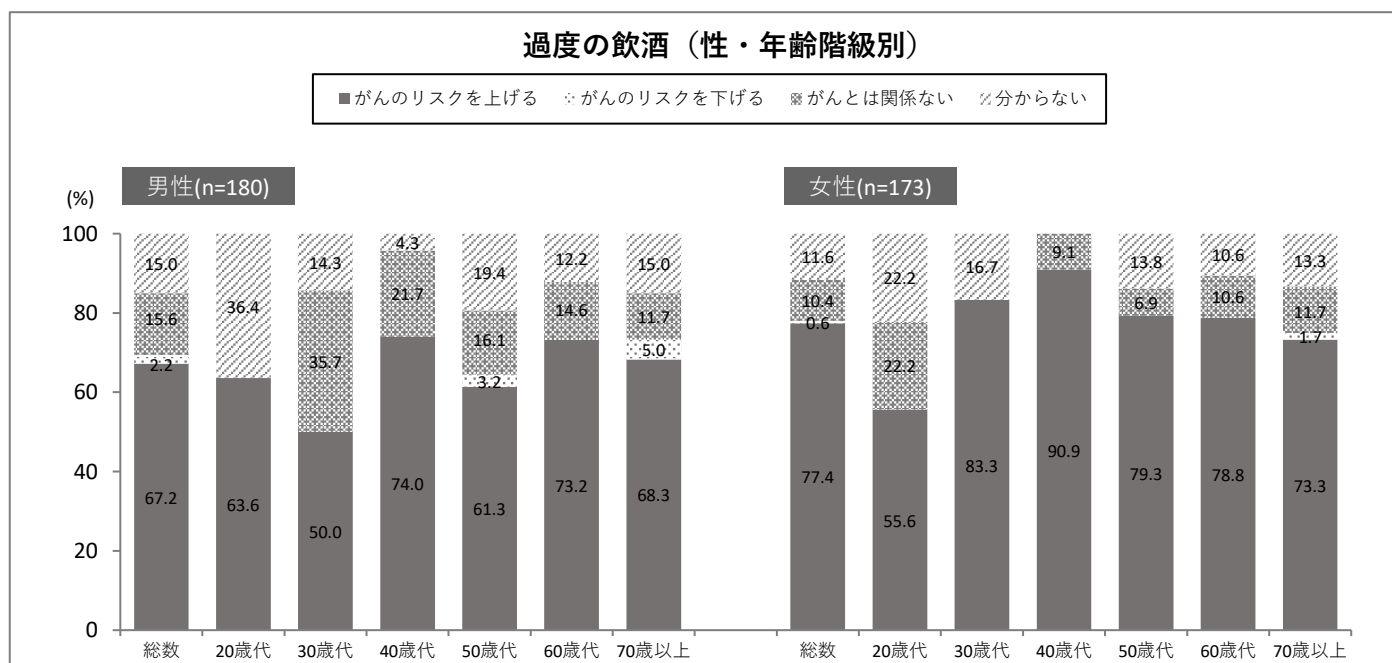
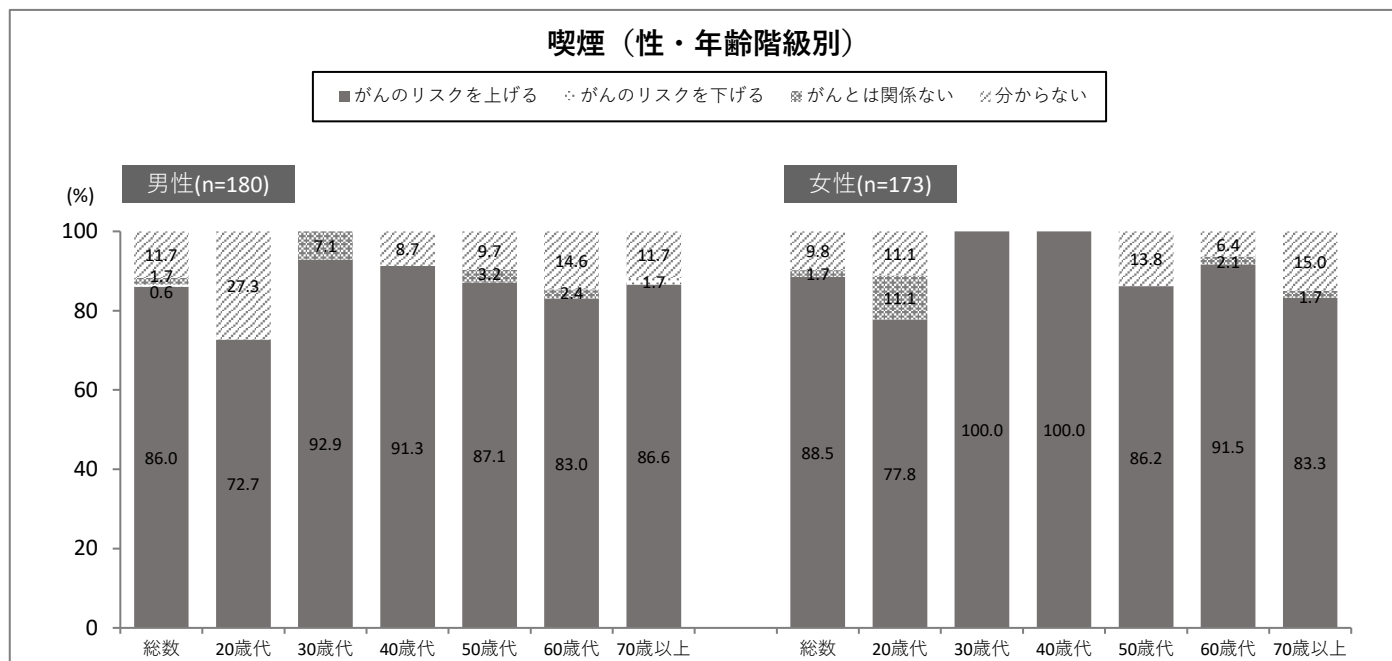
## 6. がんに関する意識・行動調査

### (46) がんとの関係(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問1より～

喫煙ががんのリスクを上げると回答した割合は男女ともに9割

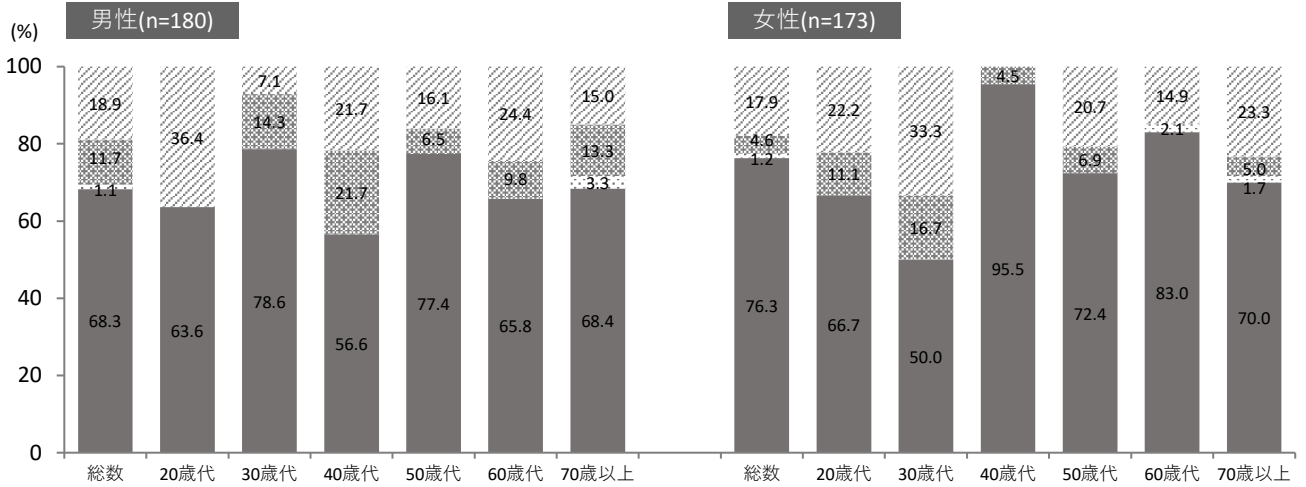
定期的な運動が「がんのリスクを下げる」と回答した割合は男性で55.5%、女性で61.3%であった。ウイルス感染については「がんとは関係ない」と回答した割合が他の項目に比べ多かった。





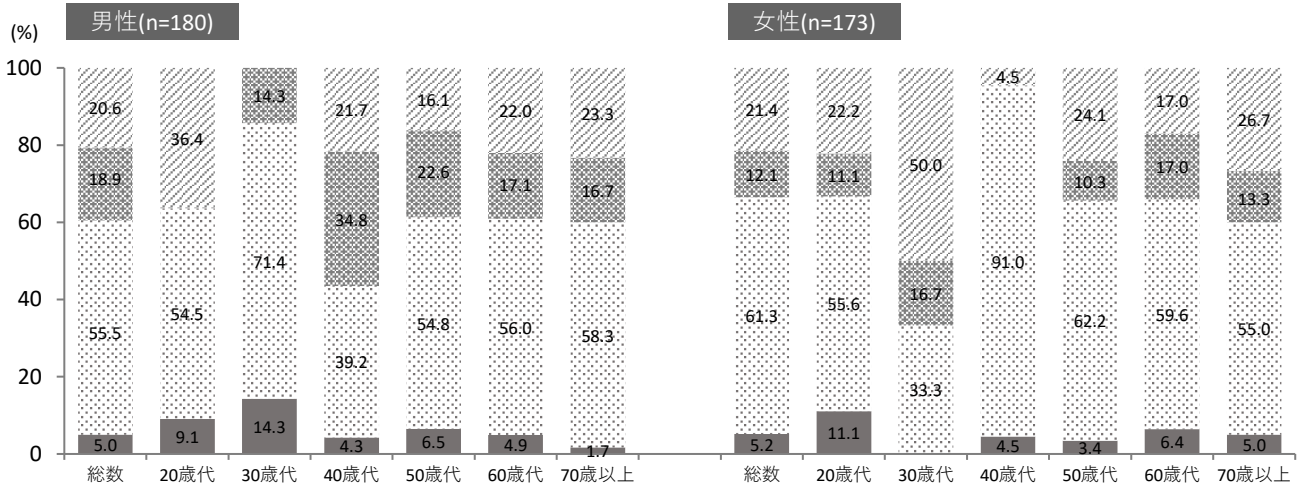
### 食生活の乱れ（性・年齢階級別）

■がんのリスクを上げる □がんのリスクを下げる ▨がんとは関係ない ▩分からない



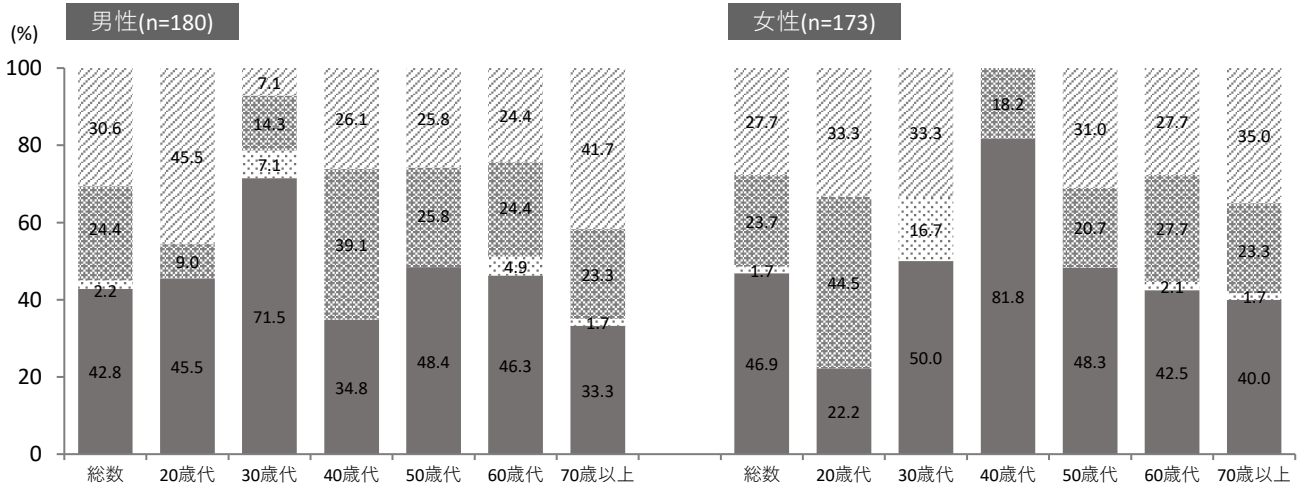
### 定期的な運動（性・年齢階級別）

■がんのリスクを上げる □がんのリスクを下げる ▨がんとは関係ない ▩分からない



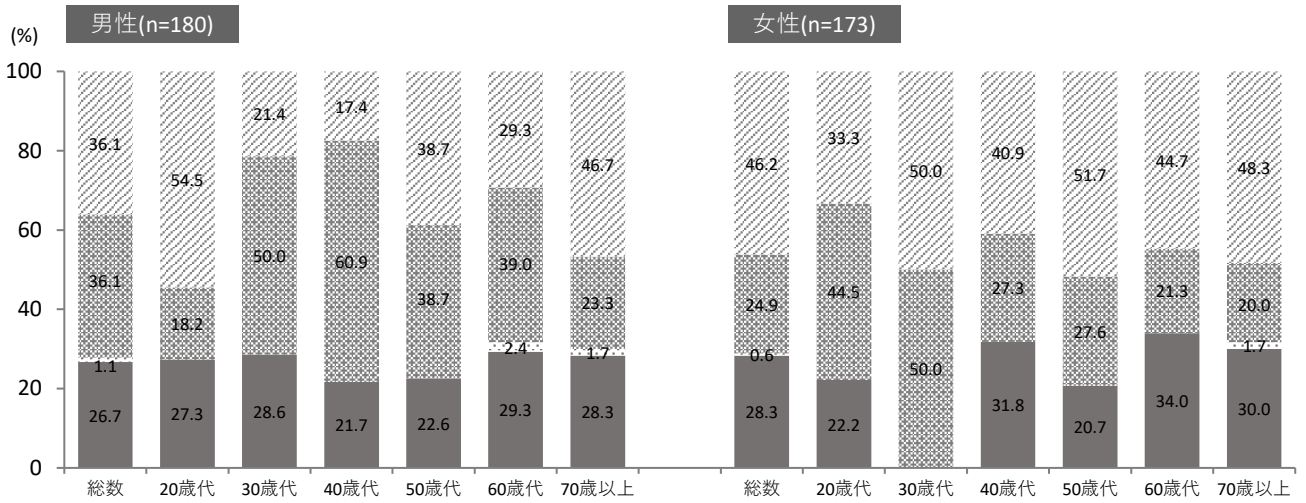
### 肥満・やせ（性・年齢階級別）

■がんのリスクを上げる □がんのリスクを下げる ▨がんとは関係ない ▩分からない



### ウイルス感染（性・年齢階級別）

■ がんのリスクを上げる    ◻ がんのリスクを下げる    ※ がんとは関係ない    ◻ 分からない



### (47) がんに対する意識（性・年齢階級別）

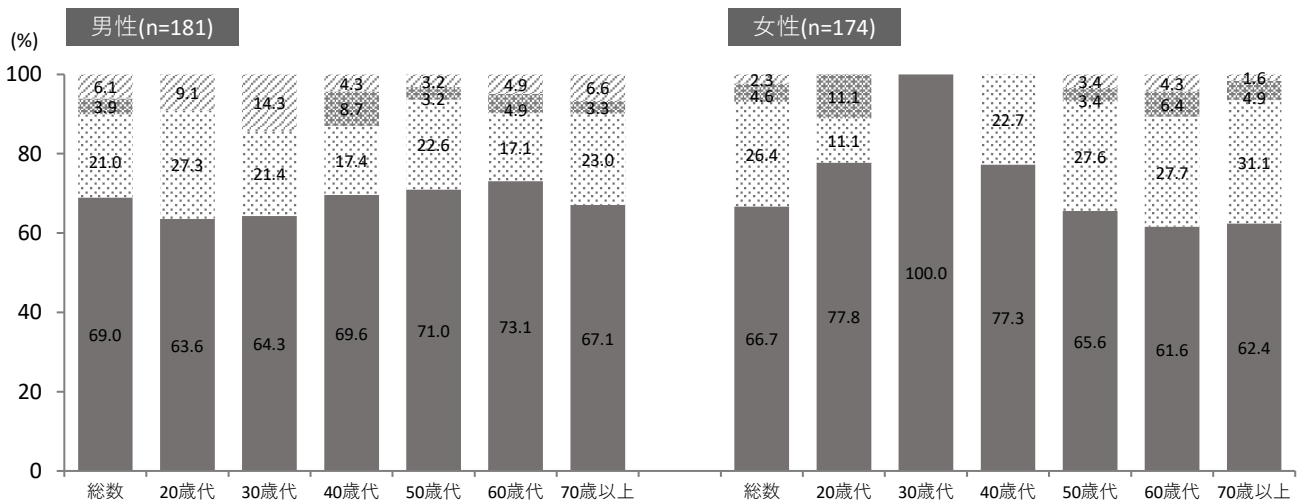
～「がんに関する意識・行動調査」問8(1)より～

「非常に怖い病気だ」と回答した者は男女とも7割で、「少し怖い病気だ」と回答した者を含めると9割

「がん」を怖い病気だと思うかの問いに対し、「非常に怖い病気だ」と回答した者は男女とも約7割、「少し怖い病気だ」と回答した者と合わせると9割を超えた。

### がんに対する意識（性・年齢階級別）※複数回答

■ 非常に怖い病気だと思う    ◻ 少し怖い病気だと思う    ※ 怖い病気だとは思わない    ◻ わからない



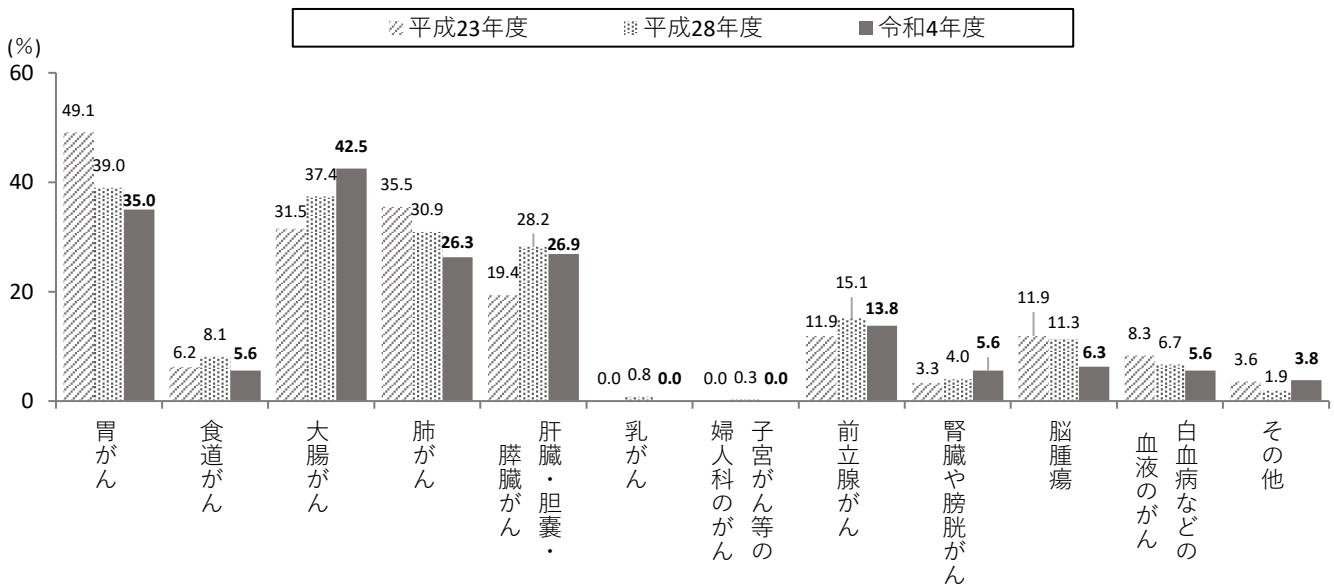
## (48) どの部位のがんが気になるか(性別)

～「がんに関する意識・行動調査」問8(2)より～

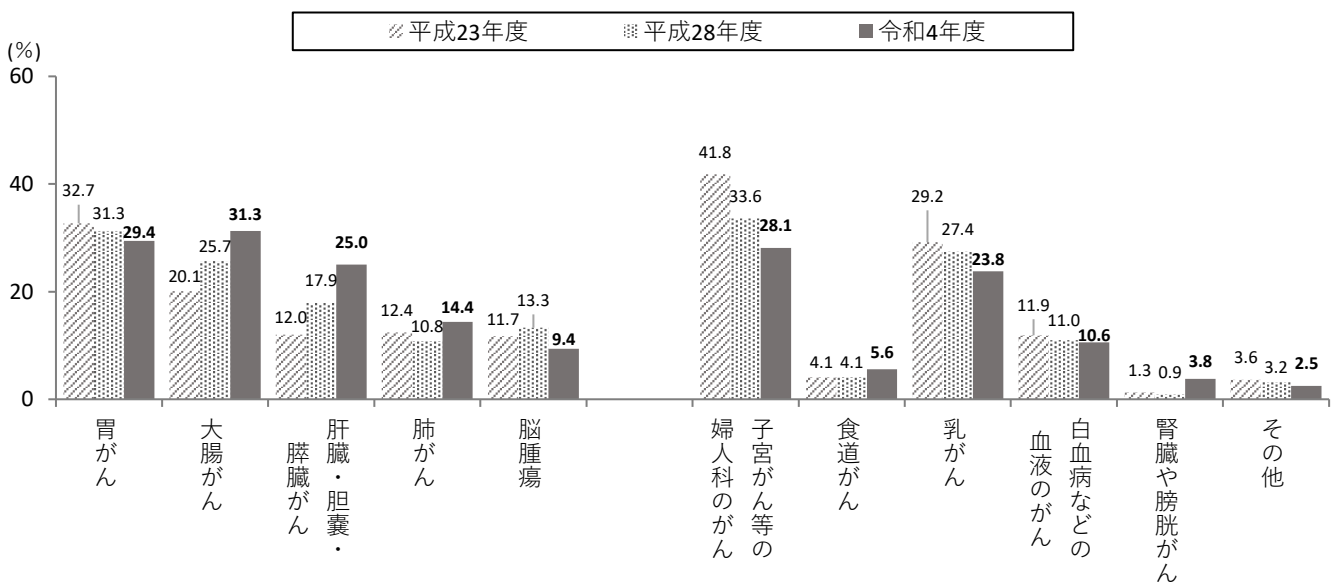
気になるがんの部位として、「大腸がん」を挙げる者が、男性では4割、女性では3割と最も多かった

がんを「非常に怖い病気だ」「少し怖い病気だ」と回答した者は、どの部位のがんが気になるかの問いに対し、男性では、「大腸がん」42.5%、「胃がん」35.0%、「肝臓・胆嚢・膵臓がん」26.9%、女性では「大腸がん」31.3%、「胃がん」29.4%、「子宮がん等の婦人科のがん」28.1%の順であった。

### どの部位のがんが気になるか(男性：平成23・28年度調査との比較)



### どの部位のがんが気になるか(女性：平成23・28年度調査との比較)

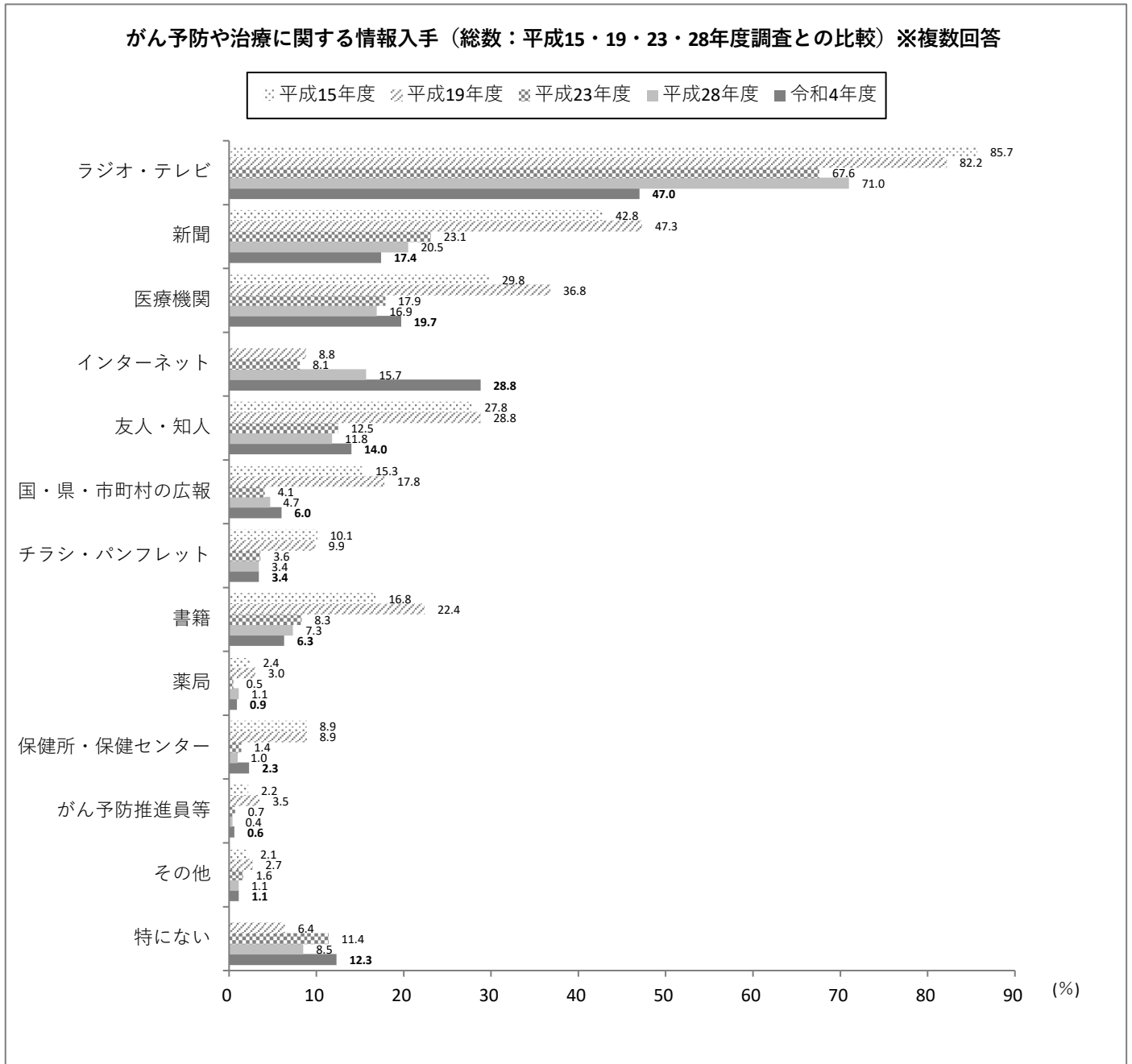


## (49) がんの予防や治療に関する情報の入手先(総数)

～「がんに関する意識・行動調査」問9より～

対象者の5割が「ラジオ・テレビ」からがんに関する情報を入手している

がん予防や治療に関する情報を何から得ているかの問いに対し、「ラジオ・テレビ」が最も多く47.0%、次いで「インターネット」28.8%、「医療機関」19.7%の順であった。「インターネット」からは、平成28年度と比較すると約2倍になり、「ラジオ・テレビ」からは大幅に減少した。

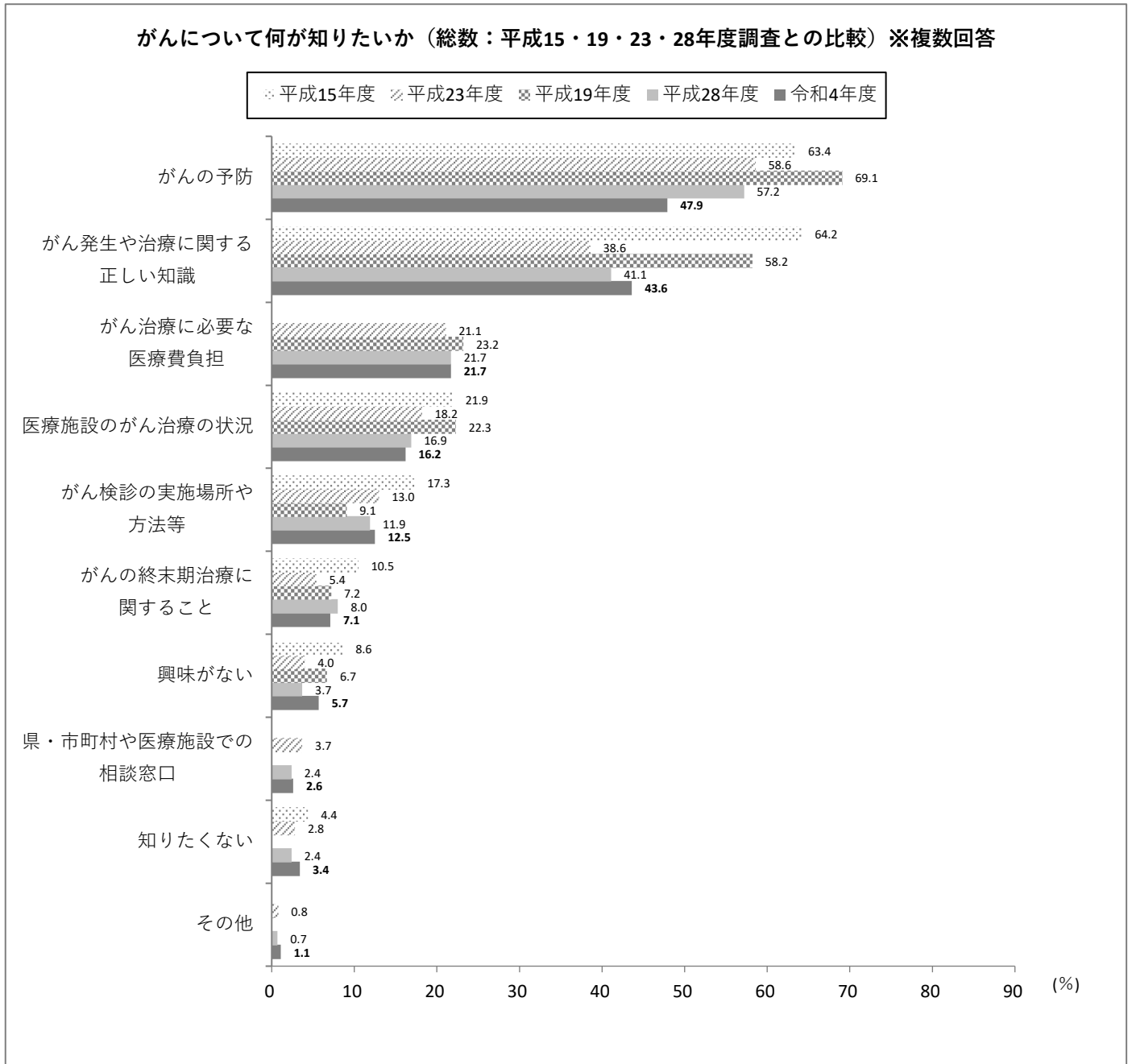


## (50) がんについて知りたい事項(総数)

～「がんに関する意識・行動調査」問10より～

「がんの予防」について知りたいと思っている者が最も多く5割

がんについて、どのようなことが知りたいかの問いに対し（複数回答可）、「がんの予防」が最も多く47.9%、次いで「発生や治療に関する正しい知識」が43.6%、「治療に必要な医療費負担」21.7%の順であった。以下、「医療施設の治療状況」、「がん検診の実施場所や方法等」と続く。

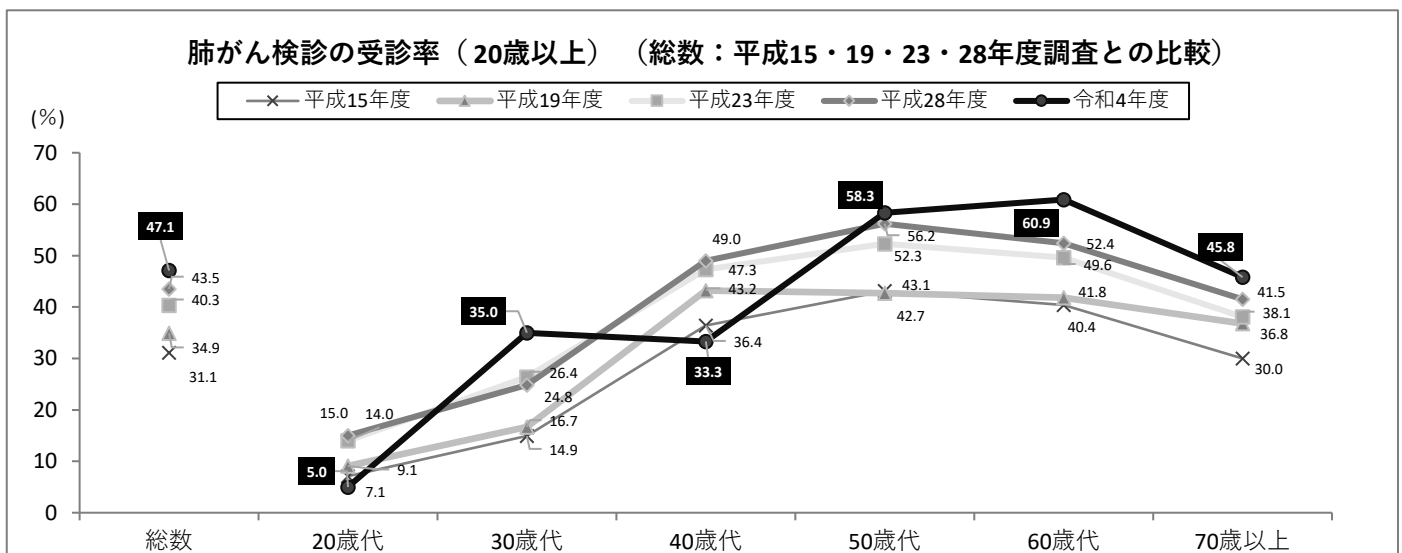
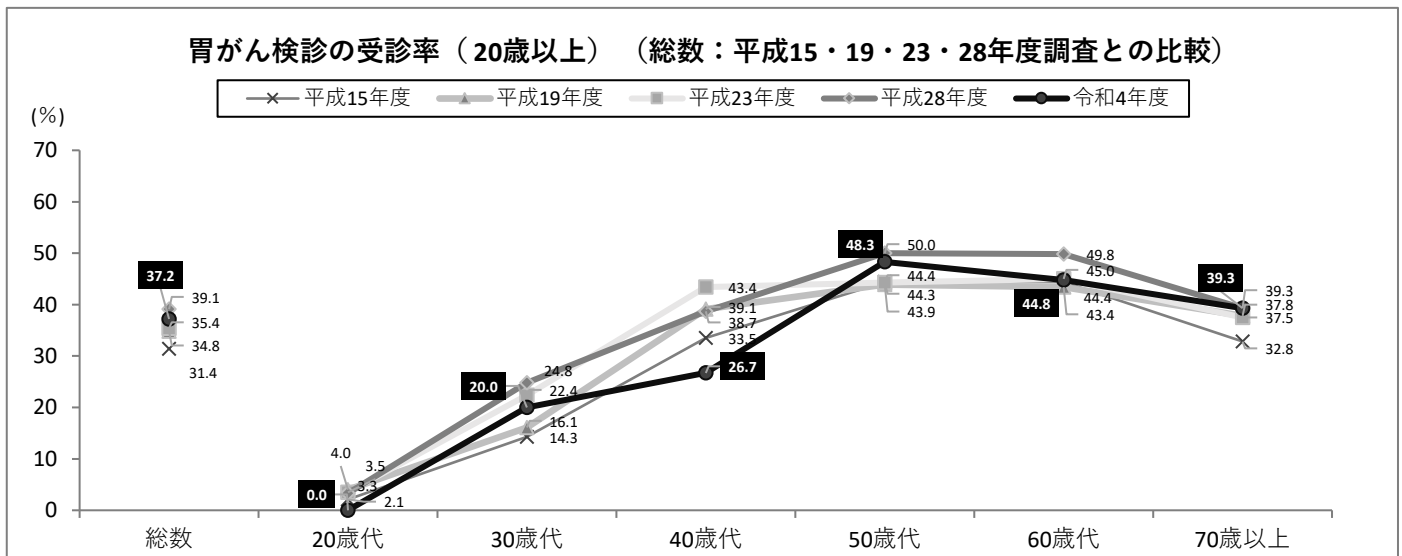
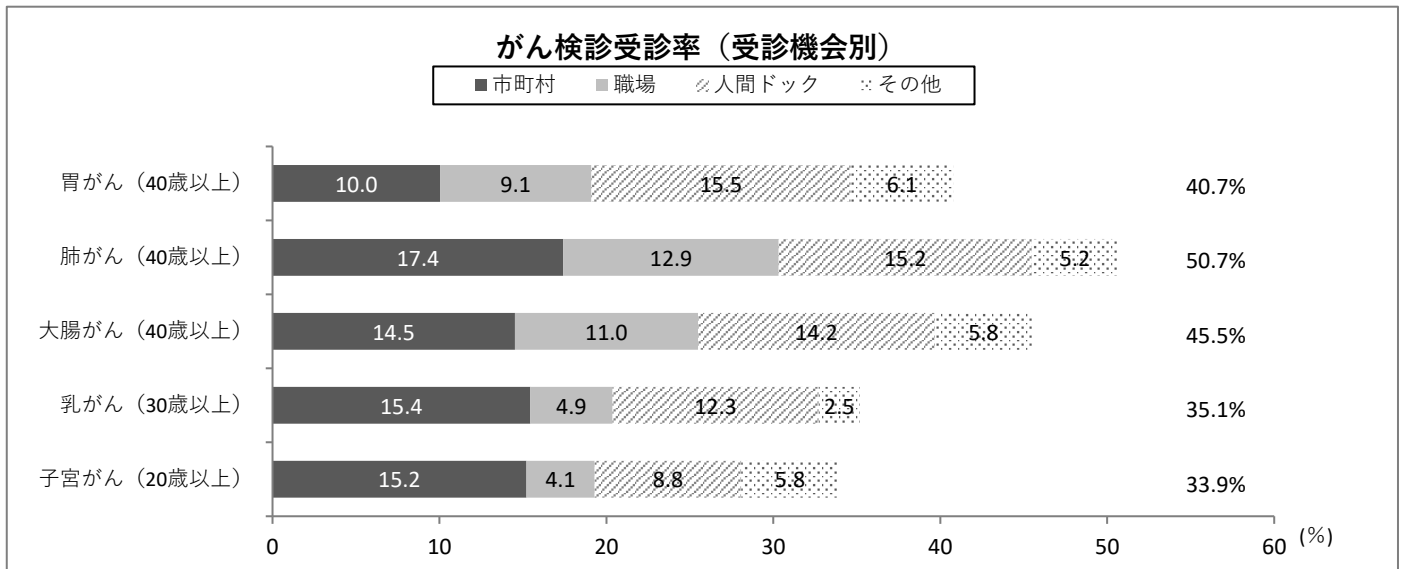


## (51) 1年以内のがん検診の受診状況 (5大がん・受診機会別)

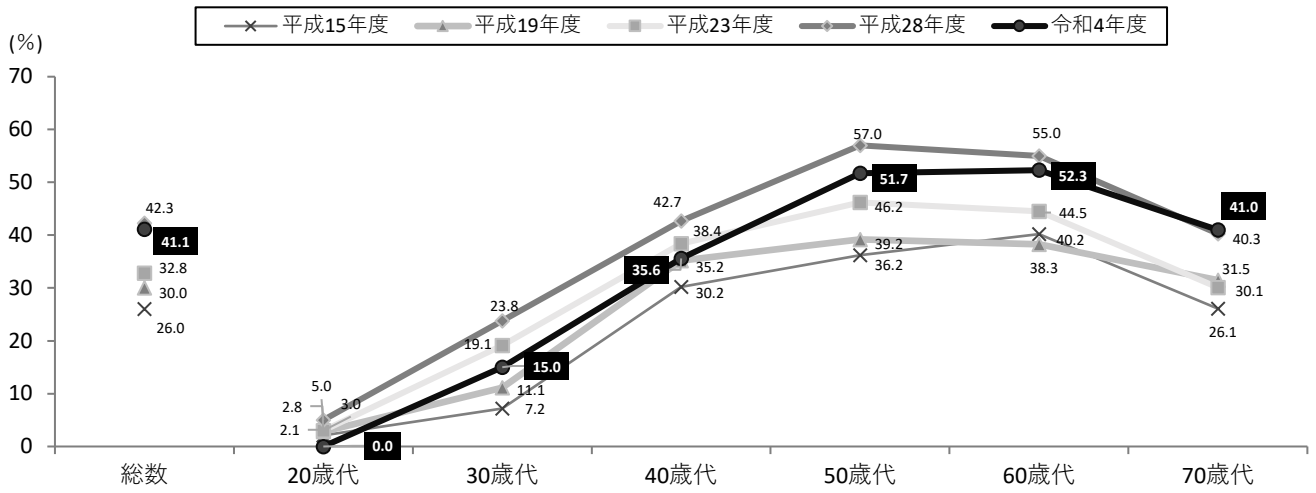
～「がんに関する意識・行動調査」問11(1)～(6)より～

過去1年間のがん受診の受診率は、肺がんが5割、乳がんが3割5分

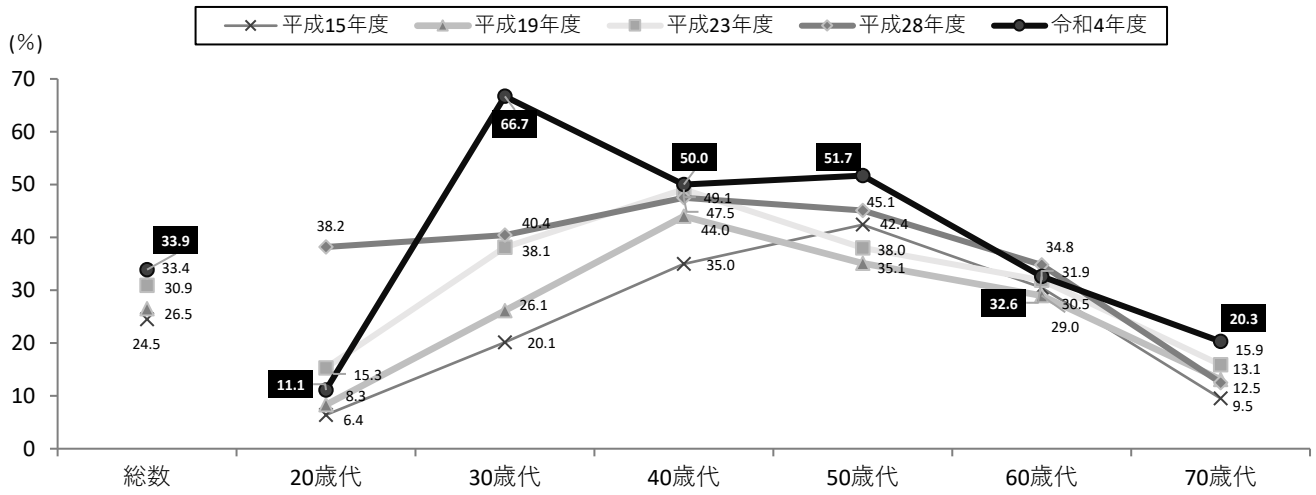
過去1年間のがん受診の受診率は、「肺がん」が最も多く50.7%、次いで「大腸がん」が45.1%、「胃がん」が40.7%、「乳がん」が35.1%、「子宮がん」が33.9%の順であった。



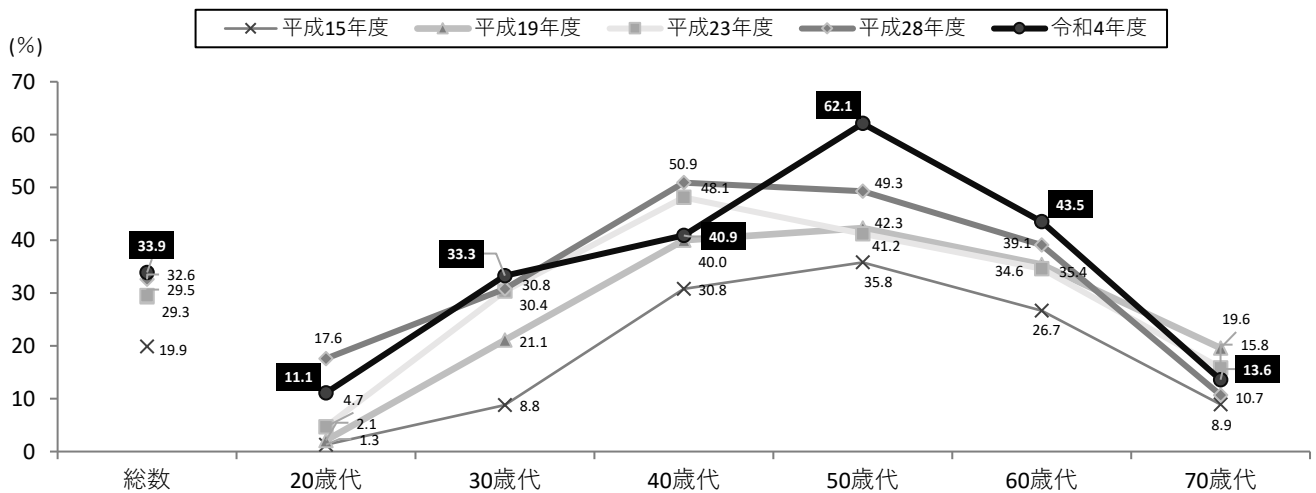
大腸がん検診の受診率（20歳以上）（総数：平成15・19・23・28年度調査との比較）



子宮がん検診の受診率（20歳以上）（総数：平成15・19・23・28年度調査との比較）



乳がん検診の受診率（20歳以上）（総数：平成15・19・23・28年度調査との比較）

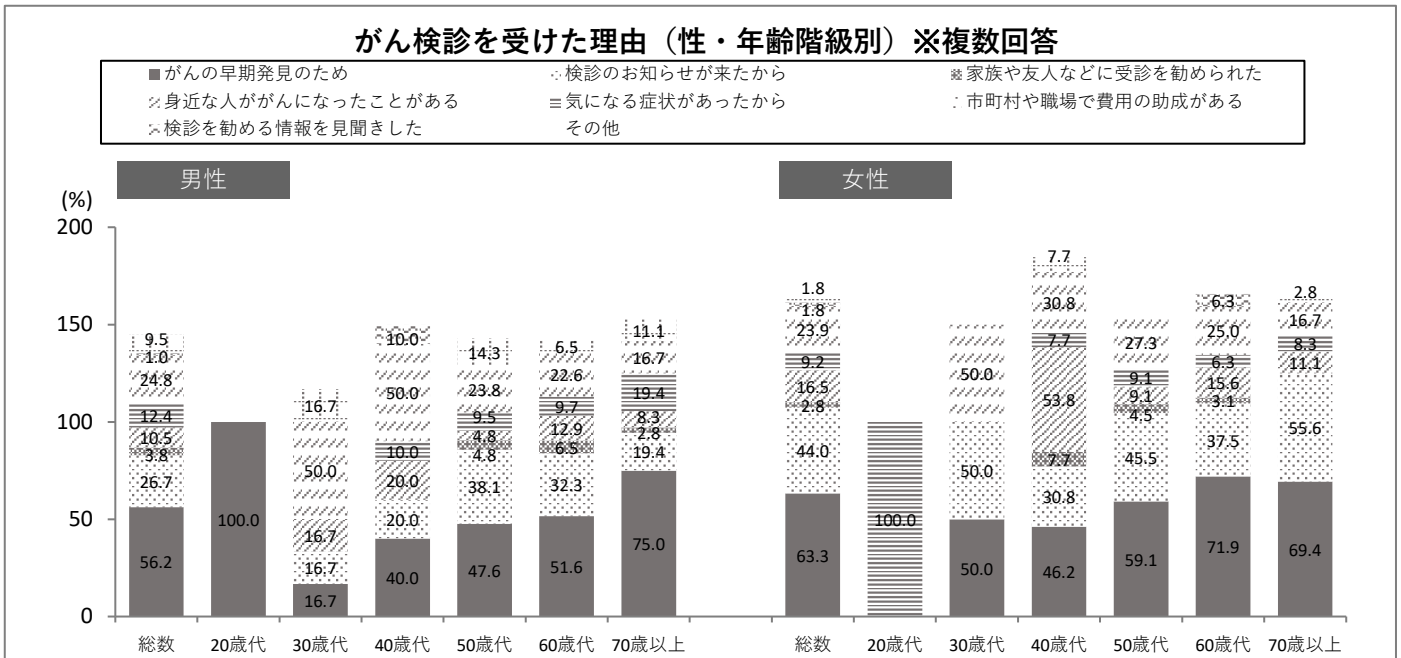


## (52) がん検診を受けた理由(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問11(13)より～

「がんの早期発見のため」と回答した者が最も多く、男性で5割5分、女性で約6割

男女とも「がんの早期発見のため」が最も多かった(男性56.2%、女性63.3%)。次いで、「検診のお知らせが来たから」が男性で26.7%、女性で44.0%が続いた。

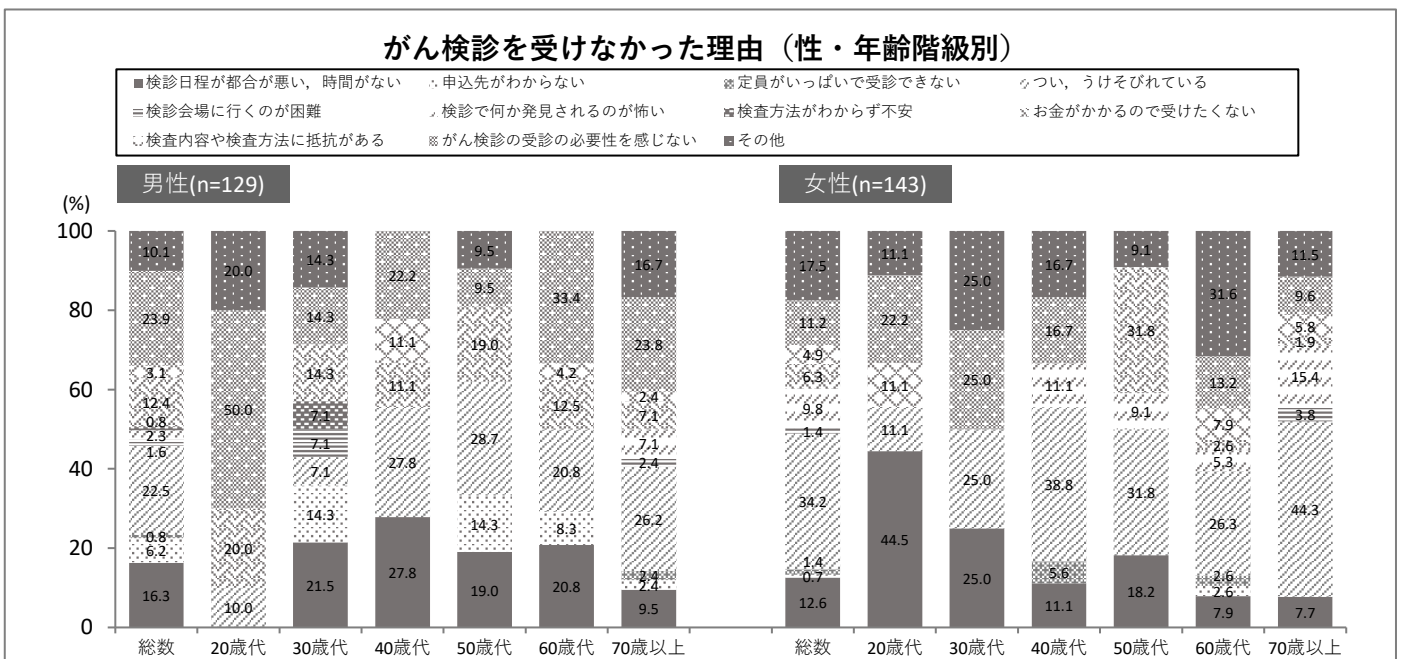


## (53) がん検診を受けなかった理由(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問11(14)より～

女性では約3割が「つい受けそびれる」ためがん検診を受けていないと回答

過去1年にがん検診を受診していない者は、未受診の理由の問いに対し、男性では「がん検診の受診の必要性を感じない」23.9%で最も多く、女性では「つい受けそびれる」が34.2%で最も多かった。



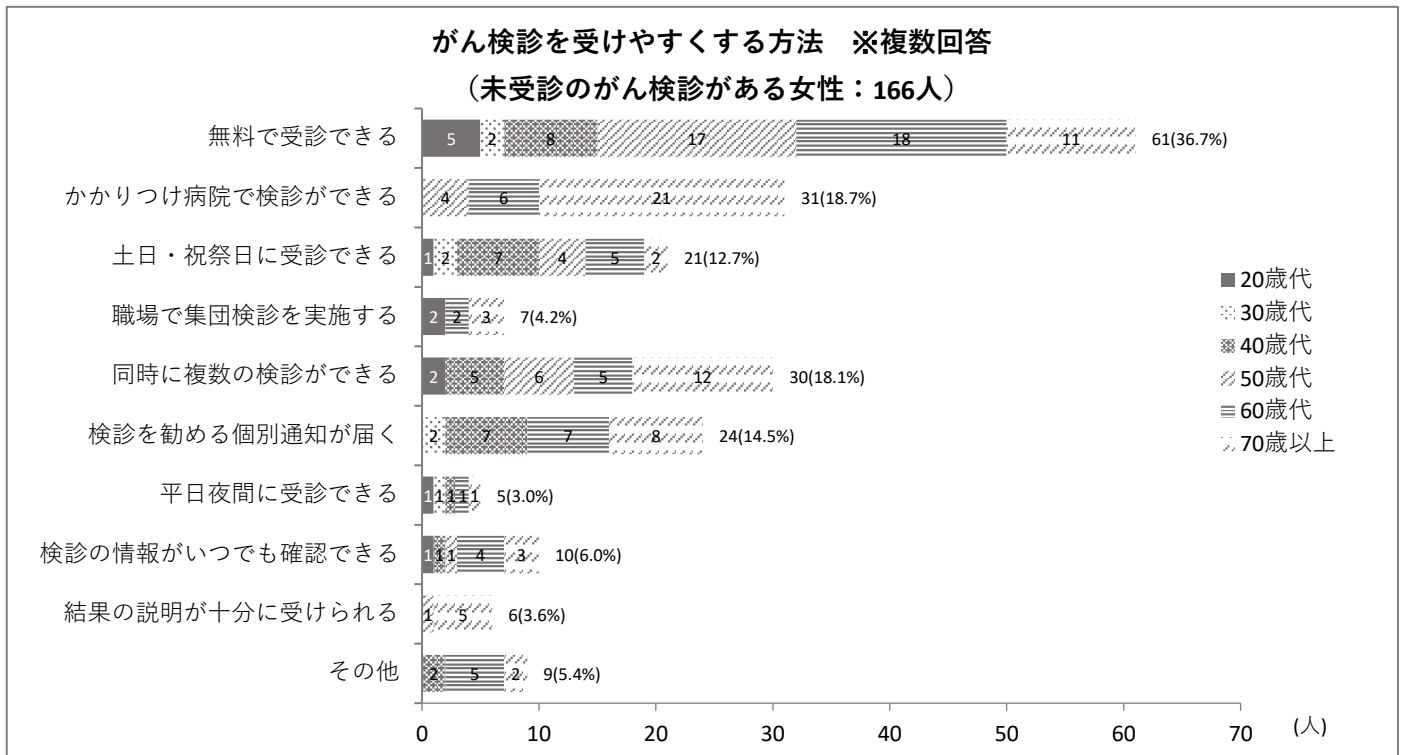
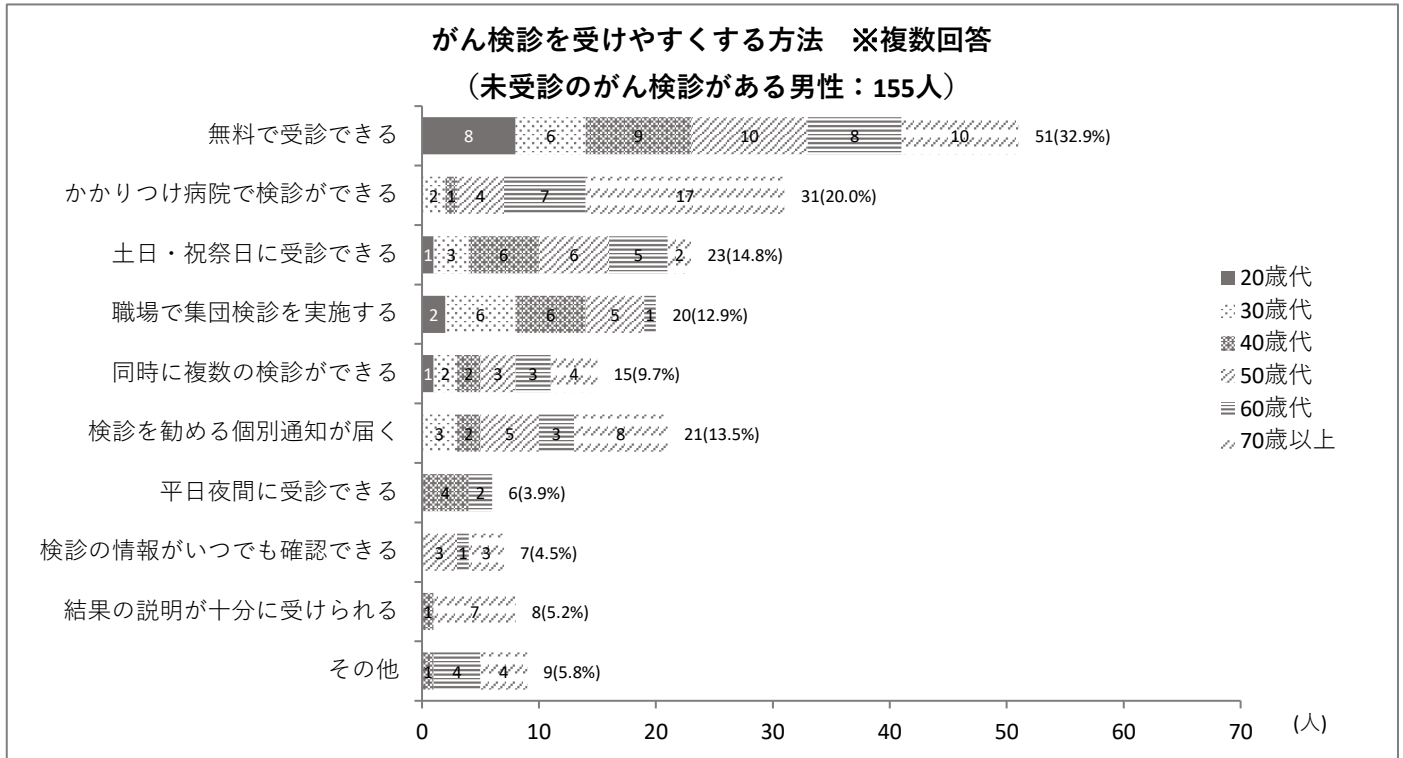


## (54) がん検診を受けやすくする方法 (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問11(15)より～

男女ともに3割以上が「無料で受診できる」ことで検診を受診しやすくなると回答

男女ともに「無料で受診できる」、「かかりつけ病院で検診ができる」ことを順に挙げた。次いで男性は「土日・祝祭日に受診できる」、女性は「同時に複数の検診ができる」の順であった。

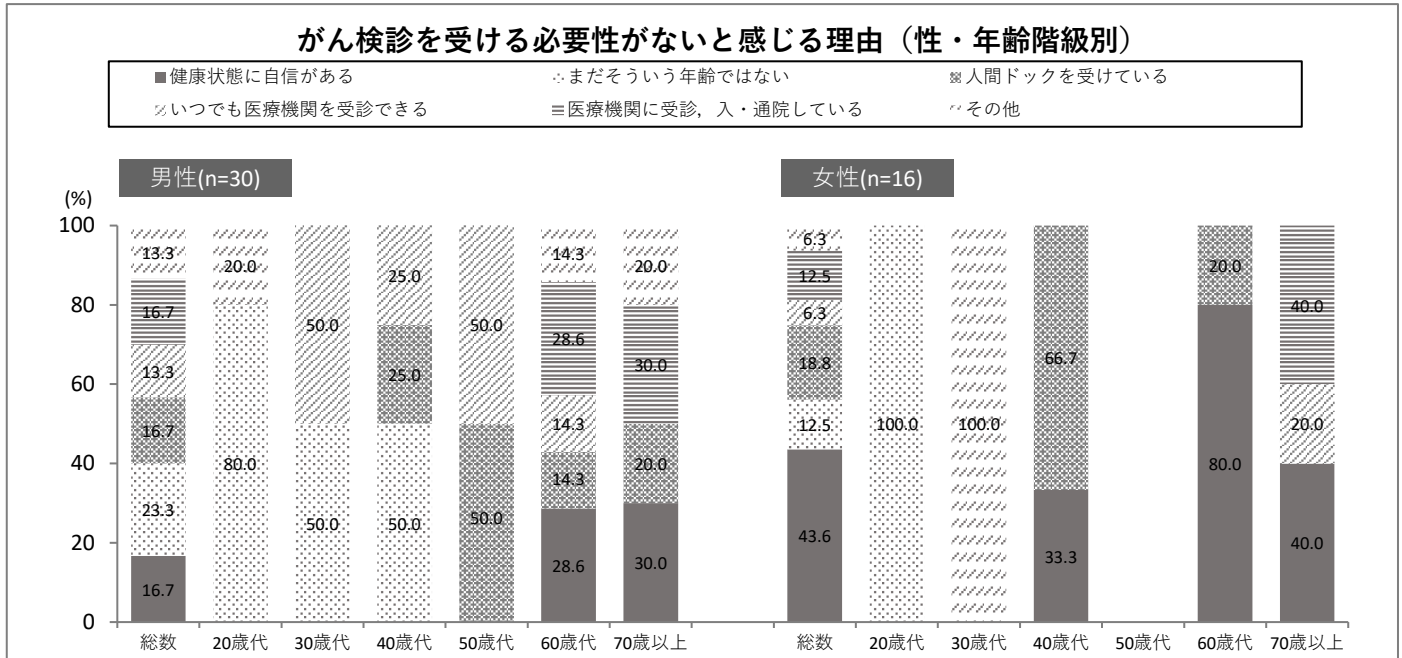


### (55) がん検診を受ける必要性がないと感じる理由(性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問11(16)より～

男性では「まだそういう年齢ではない」が最も多く、女性では「健康状態に自信がある」を挙げるものが最も多かった。

男女ともに、がん検診受診対象年代(男性：40歳以上、女性：20歳以上)においても、「まだそういう年齢ではない」と回答する者が一定数いた。

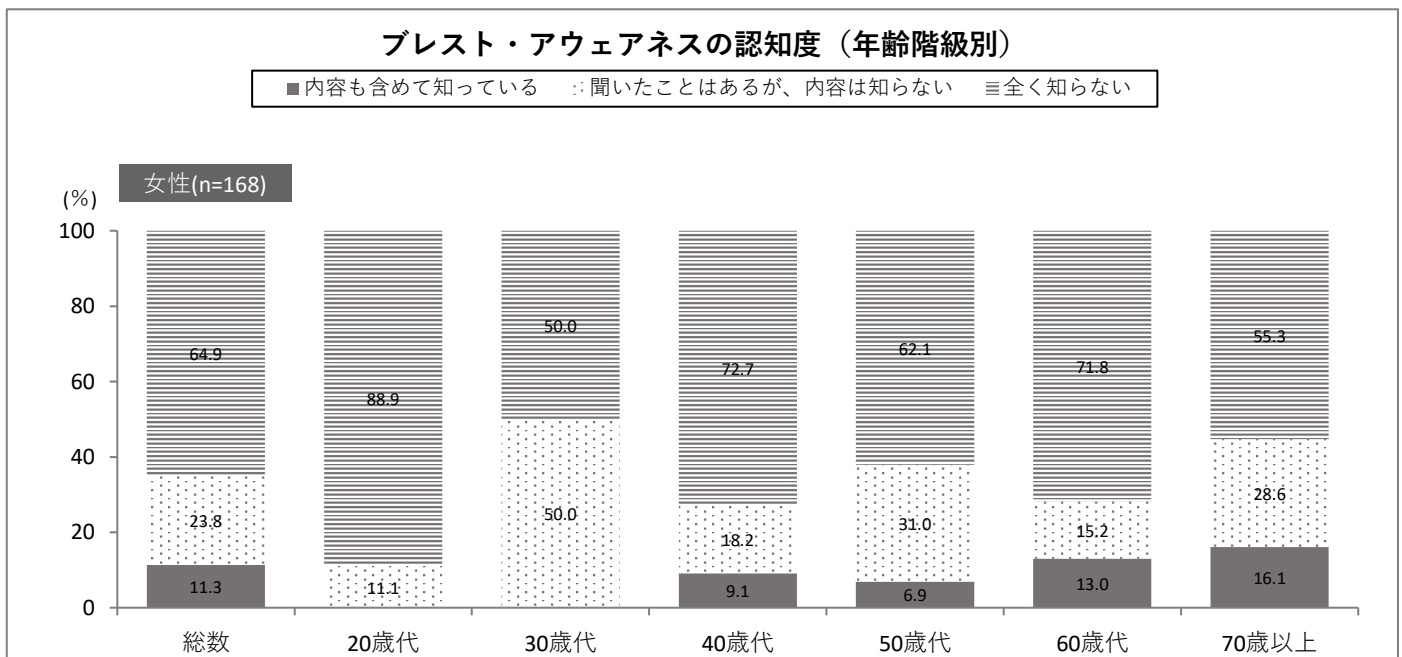


### (56) ブレスト・アウェアネスの認知度(年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問12(1)より～

全く知らないと回答した割合は6割5分

女性のみにもブレスト・アウェアネスを認知しているかの問いに対し、「内容も含めて知っている」と回答した割合は11.3%と少なかった。

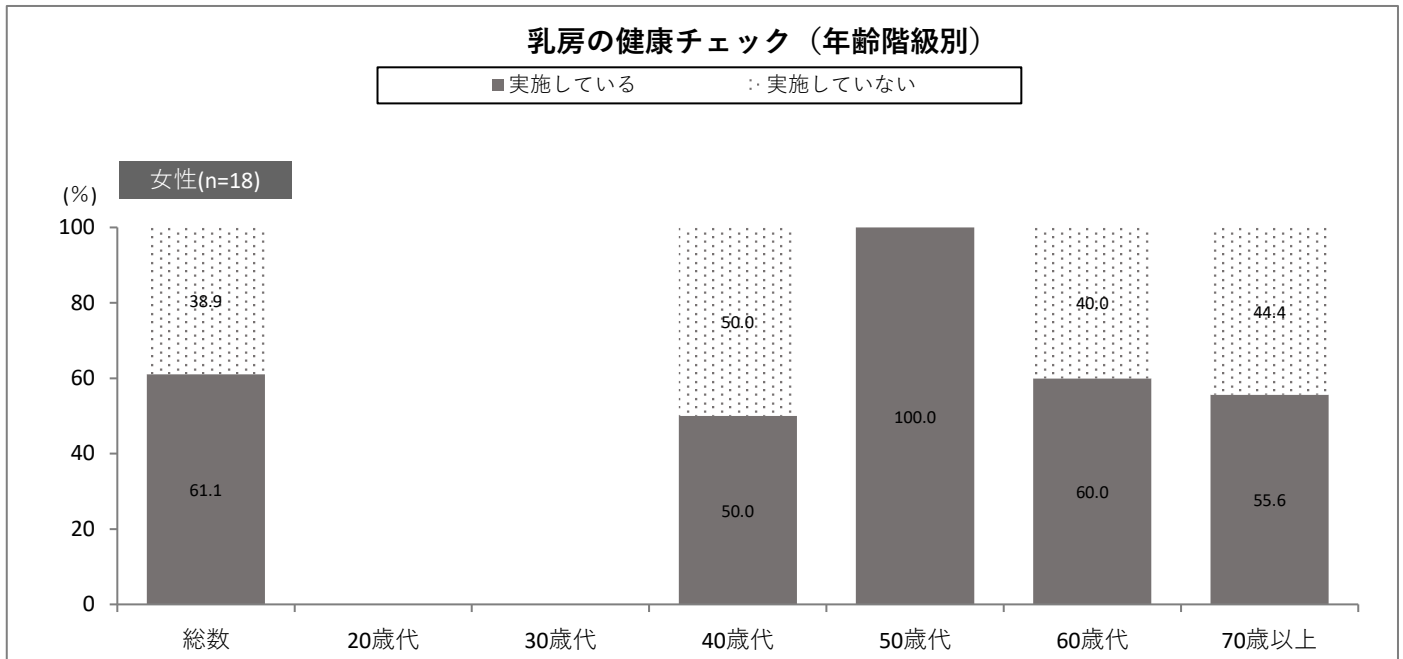


### (57) 乳房の健康チェック (年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問12(2)より～

実施していると回答した割合は6割

「内容も含めて知っている」と回答した者は、乳房の健康チェックを実施しているかの問いに対し、61.1%が実施していた。

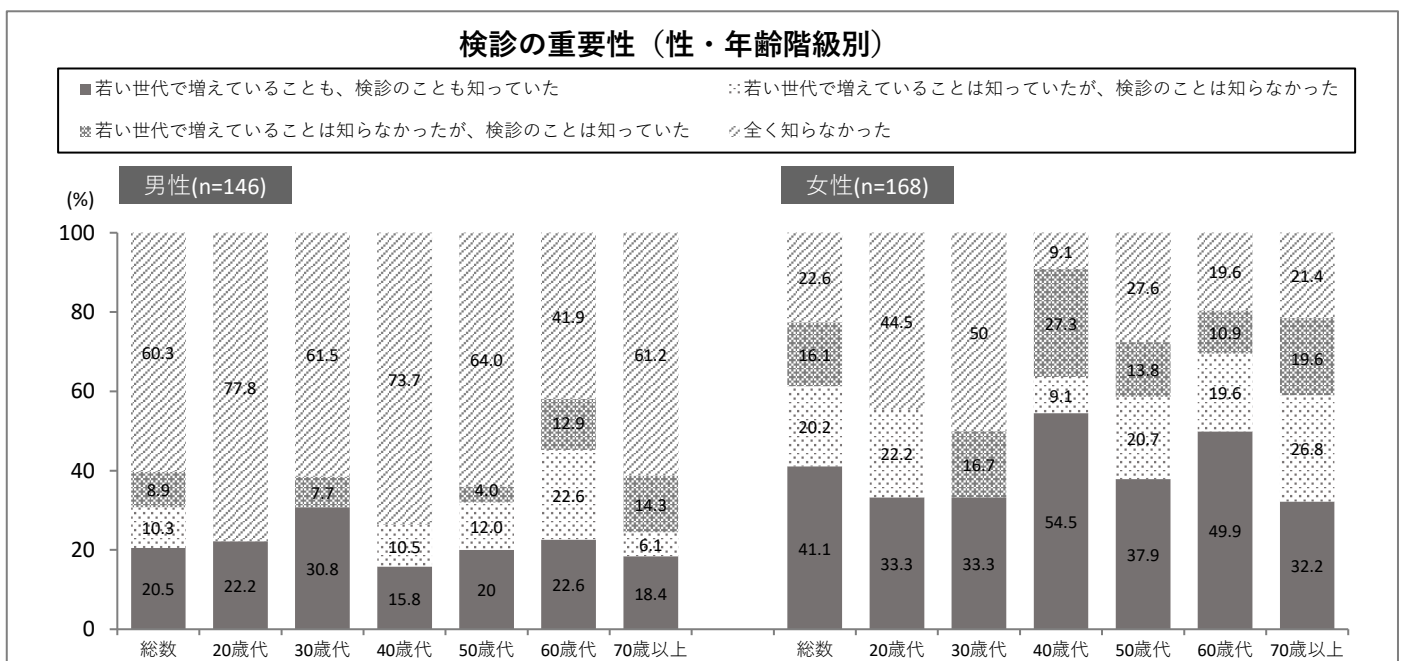


### (58) 子宮頸がんとヒトパピローマウイルス (HPV) について (検診の重要性) (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問13(1)より～

若い世代で増えていることも、検診のことも知っていた割合は男性で2割、女性で4割

男性では「全く知らない」と回答した割合が60.3%、女性では「若い世代で増えていることも、検診のことも知っていた」と回答した割合が41.1%と最も多かった。

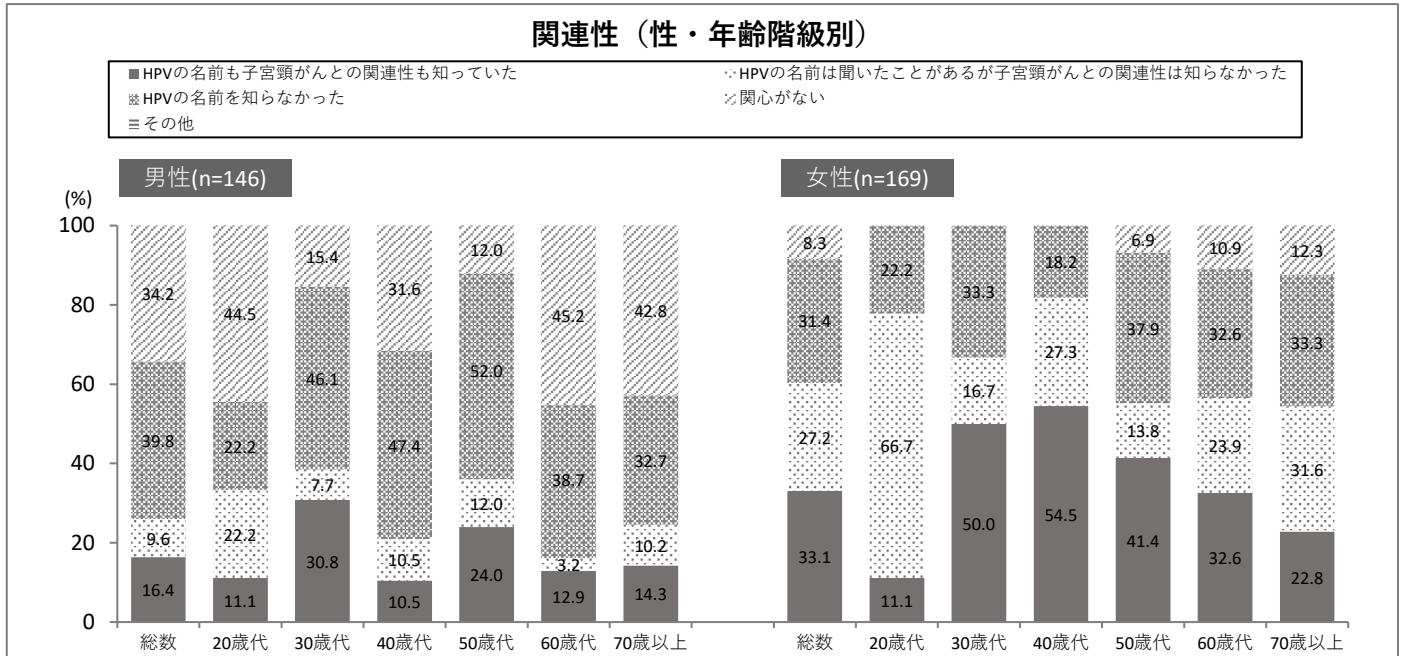


### (59) 子宮頸がん和ヒトパピローマウイルス (HPV) について (関連性) (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問13(2)より～

子宮頸がん和HPV感染との関連を認知していたのは男性で1割5分、女性で3割

子宮頸がん和HPV感染との関連を認知していたのは、男性で16.4%、女性では33.1%と女性の方が認知している割合が多かった。

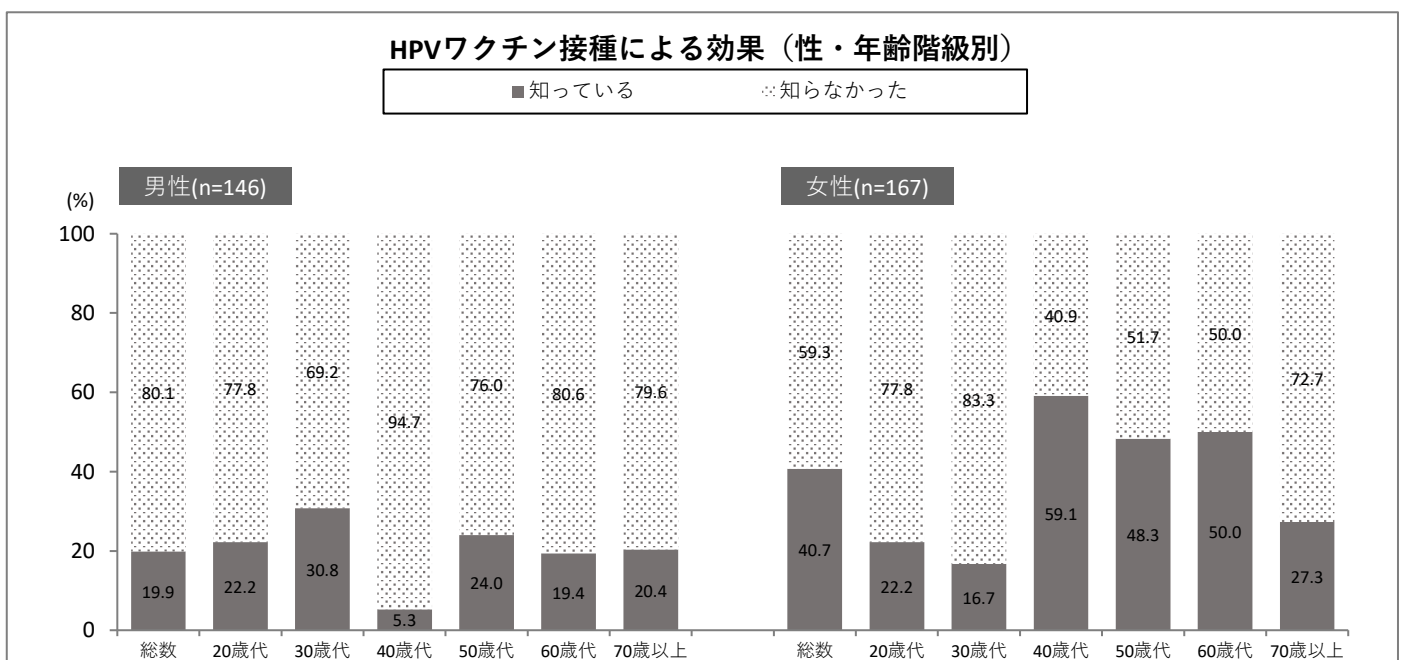


### (60) 子宮頸がん和ヒトパピローマウイルス (HPV) について (ワクチン接種による効果) (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問13(3)より～

ワクチンの効果を知っていると回答した割合は男性で2割、女性で4割

男性では80.1%、女性では59.3%の割合でHPVワクチンの効果を知らなかった。関連性と同様、女性の方が認知している割合が多かった。

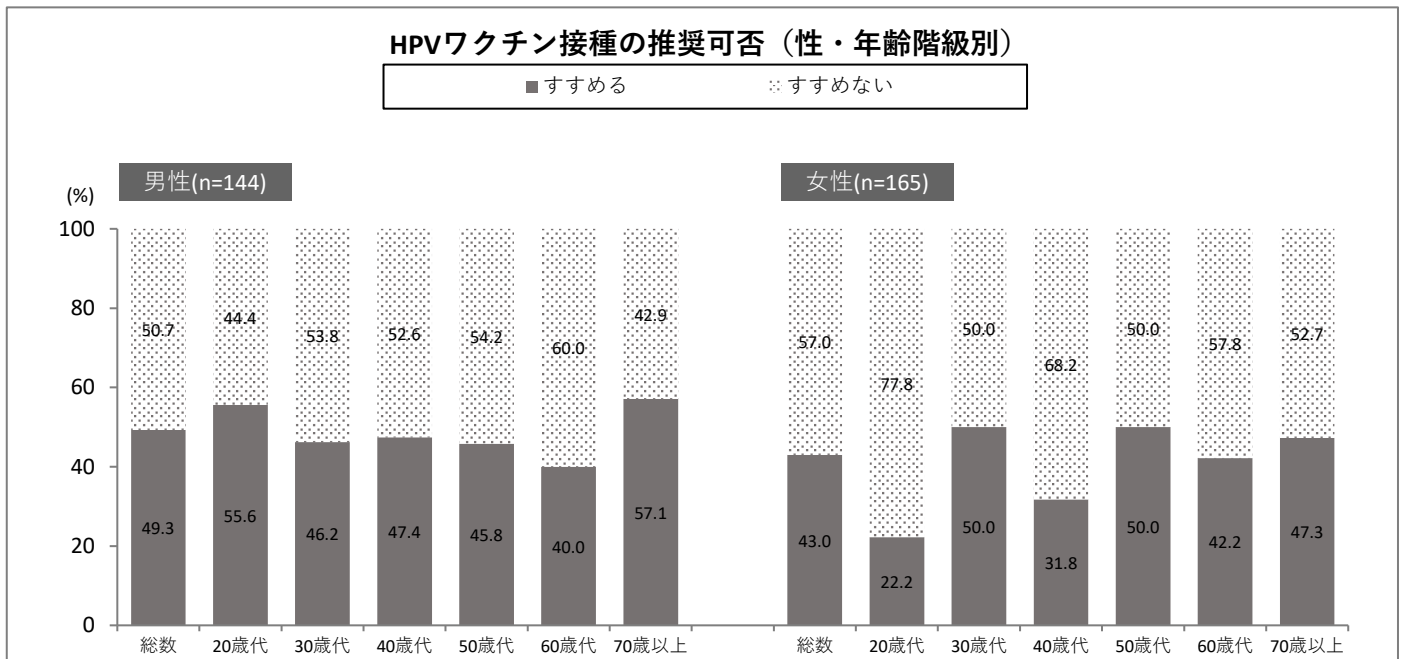


## (61) 子宮頸がんヒトパピローマウイルス (HPV) について (HPVワクチン接種の推奨可否) (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問13(4)より～

ワクチンをすすめると回答した割合は男性で5割、女性で4割

女性（20代、40代）においては、他の世代と比べて「すすめない」と回答した人の割合が多かった。

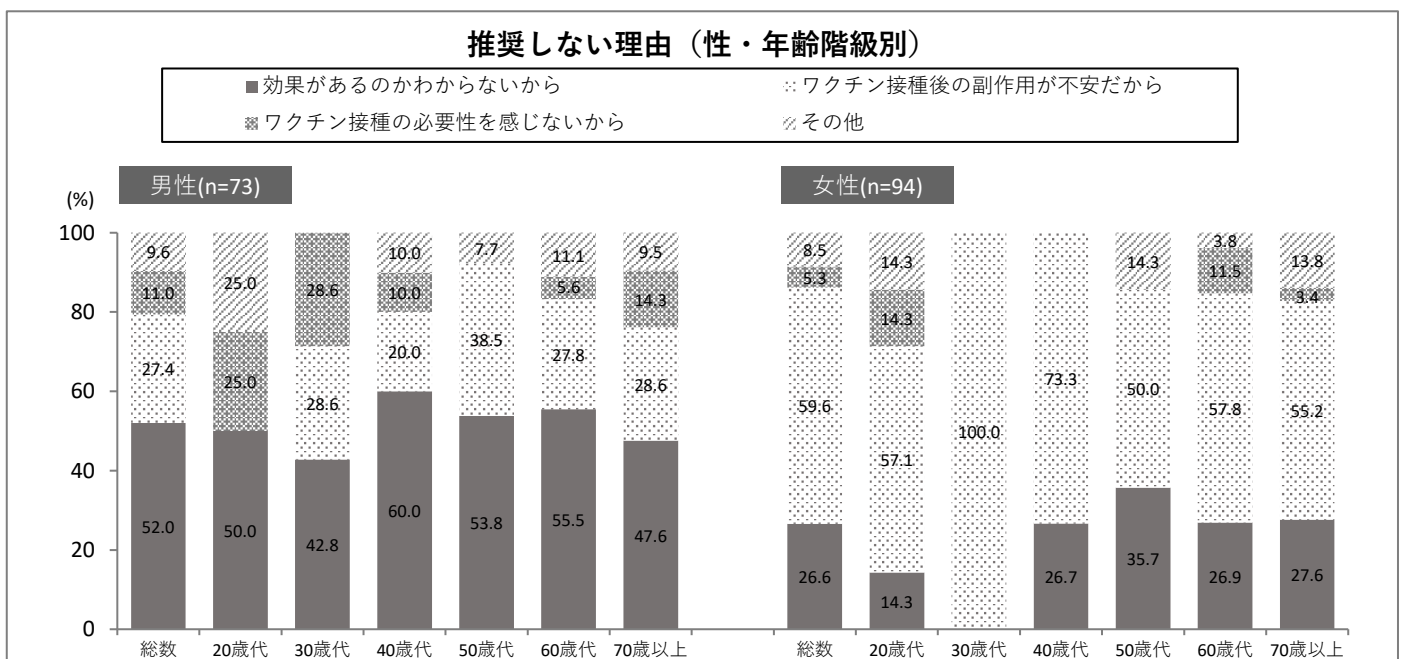


## (62) 子宮頸がんヒトパピローマウイルス (HPV) について (推奨しない理由) (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問13(5)より～

「ワクチン接種後の副作用が不安だから」と回答する者が4割5分と最も多い

ワクチンをすすめないと回答した者は、すすめない理由の問いに対し、男性では「効果があるのかわからないから」が52.0%、女性では「ワクチン接種後の副作用が不安だから」が59.6%と最も多かった。



### (63a) 末期がんの療養生活の最期の送り方の希望：食事が摂れる場合（性・年齢階級別）

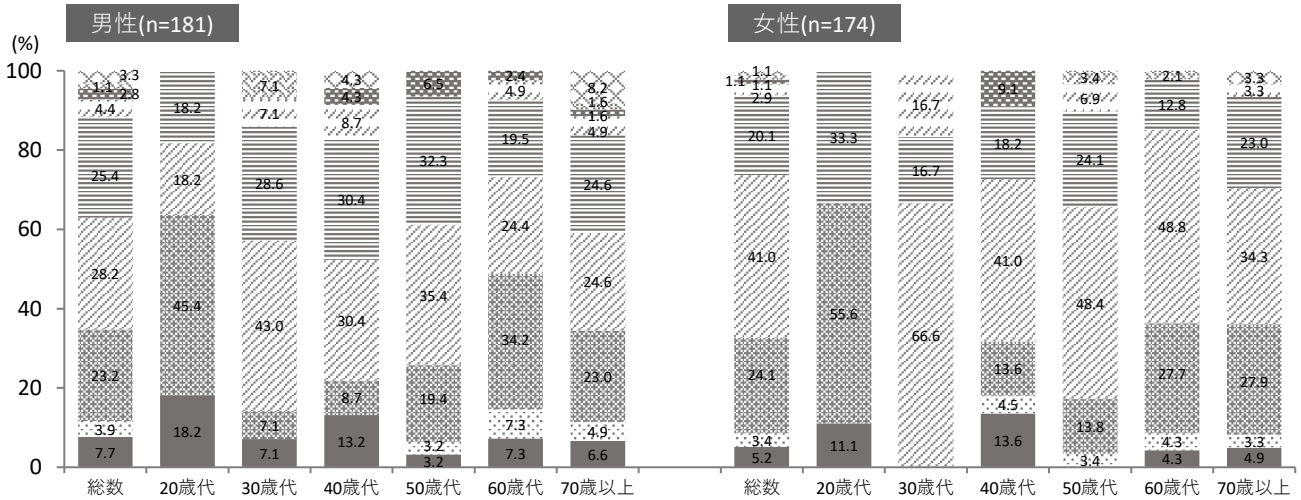
～「がんに関する意識・行動調査」問14(1)より～

「自宅療養して、必要時緩和ケア病棟に入院したい」と回答する者が最も多く、男性で3割、女性で4割

男女ともにおよそ7～8割の者が自宅療養を含む生活を希望している。「緩和ケア病棟に入院したい」と回答した者は男女とも1割未満であった。

#### 療養生活の最期の送り方の希望：食事が摂れる場合（性・年齢階級別）

- 通院先に入院したい
- ▨ 自宅療養して、必要時緩和ケア病棟に入院したい
- ▩ 介護施設に入居したい
- ▧ 緩和ケア病棟に入院したい
- ▩ 自宅で最期まで療養したい
- その他
- ▨ 自宅療養して、必要時通院先に入院したい
- ▨ 専門の医療機関で治療を受けたい
- ✓ 無回答



### (63b) 末期がんの療養生活の最期の送り方の希望：食事や呼吸が不自由な場合（性・年齢階級別）

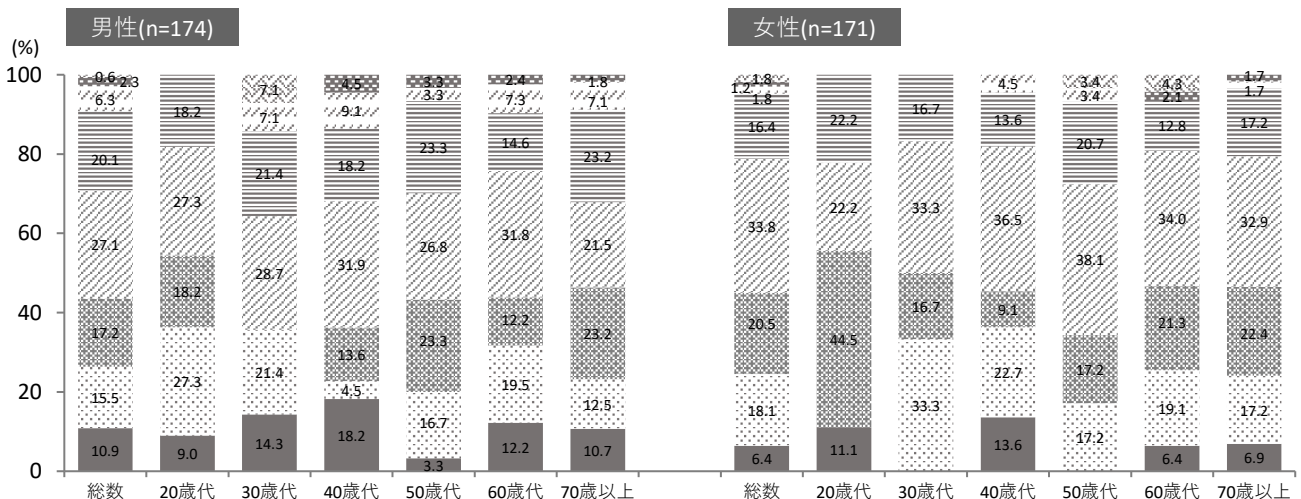
～「がんに関する意識・行動調査」問14(2)より～

「自宅療養して、必要時緩和ケア病棟に入院したい」と回答する者が最も多く、男女とも3割

男女ともにおよそ6～7割の者が自宅療養を含む生活を希望している。「緩和ケア病棟に入院したい」と回答した者は男性でおよそ1割5分、女性でおよそ2割であった。

#### 療養生活の最期の送り方の希望：食事や呼吸が不自由な場合（性・年齢階級別）

- 通院先に入院したい
- ▨ 自宅療養して、必要時緩和ケア病棟に入院したい
- ▩ 介護施設に入居したい
- ▧ 緩和ケア病棟に入院したい
- ▩ 自宅で最期まで療養したい
- その他
- ▨ 自宅療養して、必要時通院先に入院したい
- ▨ 専門の医療機関で治療を受けたい



## (64) 茨城県のがん対策に期待すること (性・年齢階級別)

～「がんに関する意識・行動調査」問15より～

男女ともに3～4割の者が「検診費用の助成」と「がん検診の充実・普及」を期待

茨城県のがん対策に期待することとして、男性では「がん検診の充実・普及」、女性では「検診費用の助成」が最も多かった。

