

# 県民健康・栄養調査の現状

平成23年県民健康・栄養調査結果

和歌山県



# 調査の概要

## 1. 調査の目的

この調査は、県民の健康状態、食生活の状況、栄養摂取量を把握し、県民の健康づくり及び生活習慣病の予防対策に必要な基礎数値を得るとともに、平成24年度を終期とした「第二次和歌山県健康増進計画」の最終評価を行い、平成25年度からの「第三次和歌山県健康増進計画（仮称）」の策定に反映させることを目的とする。

## 2. 調査対象及び客体

調査の対象は、平成22年、23年国民生活基礎調査において設定された単位区内の世帯の世帯員で、平成23年11月1日現在で満1歳以上の者とした。

調査の客体は、平成22年国民生活基礎調査において設定された和歌山県内の単位区から層化無作為抽出した28単位区と、平成23年国民健康・栄養調査の指定を受けた調査地区2単位区、あわせて30単位区の772世帯及び1910世帯員を調査客体とした。

## 3. 調査項目

本調査は、身体状況調査、栄養摂取状況調査、生活習慣調査からなり、調査票及び調査項目は次のとおりである。

### (1) 身体状況調査票

調査項目	調査対象
ア. 身長・体重	満1歳以上
イ. 腹囲	満6歳以上
ウ. 血圧	満15歳以上
エ. 1日の運動量	満15歳以上：栄養摂取状況調査票に記録
オ. 血液検査	満20歳以上
カ. 問診（服薬状況、運動）	満20歳以上

### (2) 栄養摂取状況調査票（満1歳以上）

調査項目	調査対象
ア. 世帯状況	氏名、生年月日、性別、妊婦（週数） 授乳婦別、仕事の種類
イ. 食事状況（1日）	朝・昼・夕食別、家庭食・外食・欠食の区別
ウ. 食物摂取状況（1日）	料理名、食品名、使用量、廃棄量、 世帯員ごとの案分比率（朝・昼・夕・間食別）
（身体状況調査項目）	1日の運動量[歩行数]、歩数計の装置状況

(3) 生活習慣・健康意識調査票

食生活、身体活動・運動、休養（睡眠）、飲酒、喫煙、歯の健康等に関する生活習慣全般を把握した。

調査項目	調査対象
食生活、身体活動・運動、休養(睡眠)、飲酒、喫煙、歯の健康等の状態等	満1歳以上

4. 調査時期及び調査日数

- 1) 身体状況調査：平成23年11～12月中の1日
- 2) 栄養摂取状況調査：平成23年11～12月中の1日（日曜日及び祝日は除く）
- 3) 生活習慣・健康意識調査：栄養摂取状況調査日と同日

5. 調査要領

(1) 調査員の構成

調査員は、医師、管理栄養士、保健師、臨床（衛生）検査技師及び事務担当者等をもって構成した。栄養摂取状況調査については、主として管理栄養士、栄養士がこれにあたり、身体状況調査については、医師、保健師、臨床（衛生）検査技師等が担当した。

(2) 調査体制

県民健康・栄養調査業務体系は、8頁のとおりである。

(3) 調査票（参考資料211頁参照）

身体状況調査票

栄養摂取状況調査票

生活習慣・健康意識調査票

(4) 調査方法

- 1) 身体状況調査は、被調査者を会場に集めて医師等が調査項目の計測及び問診を実施した。
- 2) 栄養摂取状況調査、生活習慣調査は、調査員である栄養士等が世帯を訪問して、世帯の代表者及び食事づくり担当者に面接の上、記入方法を指導して作成した。
- 3) 生活習慣・健康意識調査票は、栄養摂取状況調査票と併せて配布し、被調査者本人が記入した。
- 4) 身長、体重、腹囲、血圧、血液検査の測定方法は、国民健康・栄養調査に準じた。

(5) 調査に関する秘密の保持

この調査は、世帯や個人の私的なことに及ぶ場合もあるため、その個人情報保護と管理に万全を期し、被調査者に危惧の念をいだかせないように留意した。

## 6. 調査客体の概要

### 1. 調査世帯数

無作為抽出された30単位区のうち調査の協力が得られた世帯数は、388世帯である。

### 2. 年齢階層別状況（対象者）

総数	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
身体状況調査	887	34	60	36	32	90	93	98	195	249
血液検査	341	—	—	—	4	37	33	39	115	113
栄養摂取状況調査	784	28	59	35	29	76	85	87	172	213
生活習慣調査	929	32	63	42	37	96	103	101	202	253

男性	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
身体状況調査	412	18	33	25	15	42	45	43	82	109
血液検査	125	—	—	—	2	10	11	10	41	51
栄養摂取状況調査	359	14	34	24	13	35	40	37	72	90
生活習慣調査	434	19	36	27	18	46	50	42	85	111

女性	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
身体状況調査	475	16	27	11	17	48	48	55	113	140
血液検査	216	—	—	—	2	27	22	29	74	62
栄養摂取状況調査	425	14	25	11	16	41	45	50	100	123
生活習慣調査	495	13	27	15	19	50	53	59	117	142

### 3. 地域ブロック別状況（栄養摂取状況調査対象者数）

総数	和歌山市	岩出	橋本	海南	湯浅	御坊	田辺	新宮	串本
784	161	90	86	75	99	92	102	53	26

### 4. 職業別状況（世帯状況調査回答者数）

	総数	専門的・技術的職業従事者	管理的職業従事者	事務従事者	販売従事者	サービス職業従事者	保安職業従事者	農業作業者
総数	821	74	27	50	52	43	6	58
男性	380	39	22	21	26	12	6	32
女性	441	35	5	29	26	31	0	26

	林業作業者	漁業作業者	運輸・通信作業者	生産工程・労務作業者	家事従事者	その他（無職）	保育園児	幼稚園児
総数	2	1	6	57	162	150	17	5
男性	2	0	6	42	6	90	11	2
女性	0	1	0	15	156	60	6	3

	その他の園児	小学校低学年	小学校中学年	小学校高学年	中学生	その他学生	不明
総数	7	12	13	12	28	31	8
男性	2	5	7	10	15	19	5
女性	5	7	6	2	13	12	3

## 7. 本書利用上の注意

### 1. 栄養素等摂取量の算出

栄養素等摂取量の算出には、「五訂増補日本食品標準成分表（科学技術庁資源調査会、現文部科学省資源室）」（以下、「五訂増補成分表」という。）を使用した。

栄養素等摂取量は、調理後（ゆで、油いため等）の成分値が五訂増補成分表に記載されている食品は、これを用いた。また、その他の食品については、五訂増補成分表に記載されている調理による「重量変化率」を加味して算出した。

### 2. 食品群分類

食品群分類は、国民健康・栄養調査に準じた。

### 3. 食事内容

次の区分により集計した。

#### ア. 外食

飲食店での食事、及び家庭以外の場所で出前をとったり市販のお弁当を買って食べるなど家庭で調理せずに、食べる場所も家庭ではない場合。

そば、うどん類	各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等
すし類	・りずし、ちらしずし、のりまき、いなりずし等
井もの	かつ井、天井、中華井、親子井、卵井、鰻重等
カレーライス類	カレーライス、オムライス、チャーハン等
パスタ類	グラタン、ラザニア、スパゲティー、マカロニ等
パン類	トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等
その他の和食	和定食、幕の内弁当、おにぎり等
その他の洋食	洋定食、洋風弁当等
その他の中華	中華定食、中華弁当等

#### イ. 調理済み食

すでに調理されたものを買ってきたり、出前をとって家庭で食べた場合（食事内容は「ア. 外食」と同じ）。

#### ウ. 給食

- ・保育所・幼稚園給食（教職員は、職場給食）
- ・学校給食（教職員は、職場給食）
- ・職場給食

#### エ. 家庭食

- ・家庭で作った食事や弁当を食べた場合

#### オ. その他

- ・菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合
- ・錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンク剤のみの場合
- ・食事をしなかった場合（欠食）

#### 4. 血圧の分類

	収縮期血圧(最高血圧) (mmHg)		拡張期血圧(最低血圧) (mmHg)
全適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	<130	かつ	<85
正常高値血圧	130~139	または	85~89
I度高血圧	140~159	または	90~99
II度高血圧	160~179	または	100~109
III度高血圧	≥180	または	≥110
収縮期高血圧	≥140	かつ	<90

(「日本高血圧学会(2009年)による血圧の分類」より)

#### 5. 肥満の判定

BMI(Body Mass Index, 次式)を用いて判定した。

$$\text{BMI} = \text{体重kg} / (\text{身長m})^2$$

男女とも20歳以上BMI=22を標準とし、肥満の判定基準は下記のとおりである。

判定	低体重(やせ)	普通	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上 25.0未満	25.0以上

(「日本肥満学会(2000年)による肥満の判定基準」より)

#### 学校保健統計調査方式による肥満度判定

6~14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

判定	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	20%以下			20%以上		
	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-20%以下 -30%未満	-20%~+20%	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上



肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長別標準体重(kg) × 100(%)

身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

年齢	係数			
	男子		女子	
	a	b	a	b
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264

(参考)①財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル(改訂版)」(2006), ②村田光範, 伊藤けい子:平成14年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業 小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標とQOLに関する研究 身体活動からみた健康度指標とQOLに関する研究(2003)

## 6. “メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の疑い”の判定

県民健康・栄養調査の血液検査では、空腹時採血が困難であるため、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の診断基準項目である空腹時血糖値及び中性脂肪値により判定はしない。したがって、本報告における判定は以下のとおりとした。

**メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)が強く疑われる者**

腹囲が男性 85cm、女性 90cm以上で、3つの項目(血中脂質、血圧、血糖)のうち2つ以上の項目に該当する者。

**メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予備群と考えられる者**

腹囲が男性85cm、女性が90cm以上で、3つの項目(血中脂質、血圧、血糖)のうち1つに該当する者。

※“該当する”とは、下記の「基準」を満たしている場合、かつ/または「服薬」がある場合とする。

腹囲	腹囲(ウエスト周囲径) 男性:85cm以上 女性:90cm以上		
項目	血中脂質	血圧	血糖
基準	・HDL コレステロール値 40mg/dl未満	・収縮期血圧値 130mmHg 以上 ・拡張期血圧値 85mmHg 以上	・ヘモグロビン A1c 値 5.5%以上
服薬	・コレステロールを下げる薬服用 ・中性脂肪を下げる薬服用	・血圧を下げる薬服用	・血糖を下げる薬服用 ・インスリン注射使用

(参考:厚生労働科学研究 健康科学総合研究事業「地域保健における健康診査の効率的なプロトコールに関する研究～健康対策指標検討研究班中間報告～」平成17年8月)

\* 旧老人保健事業の健康診査では、ヘモグロビン A1c 値 5.5%以上を「要指導」としているため、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の疑いに関する判定項目である血糖を“ヘモグロビン A1c 値 5.5%”とした。

7. “糖尿病が強く疑われる人”、“糖尿病の可能性を否定できない人”の判定

**糖尿病が強く疑われる人**

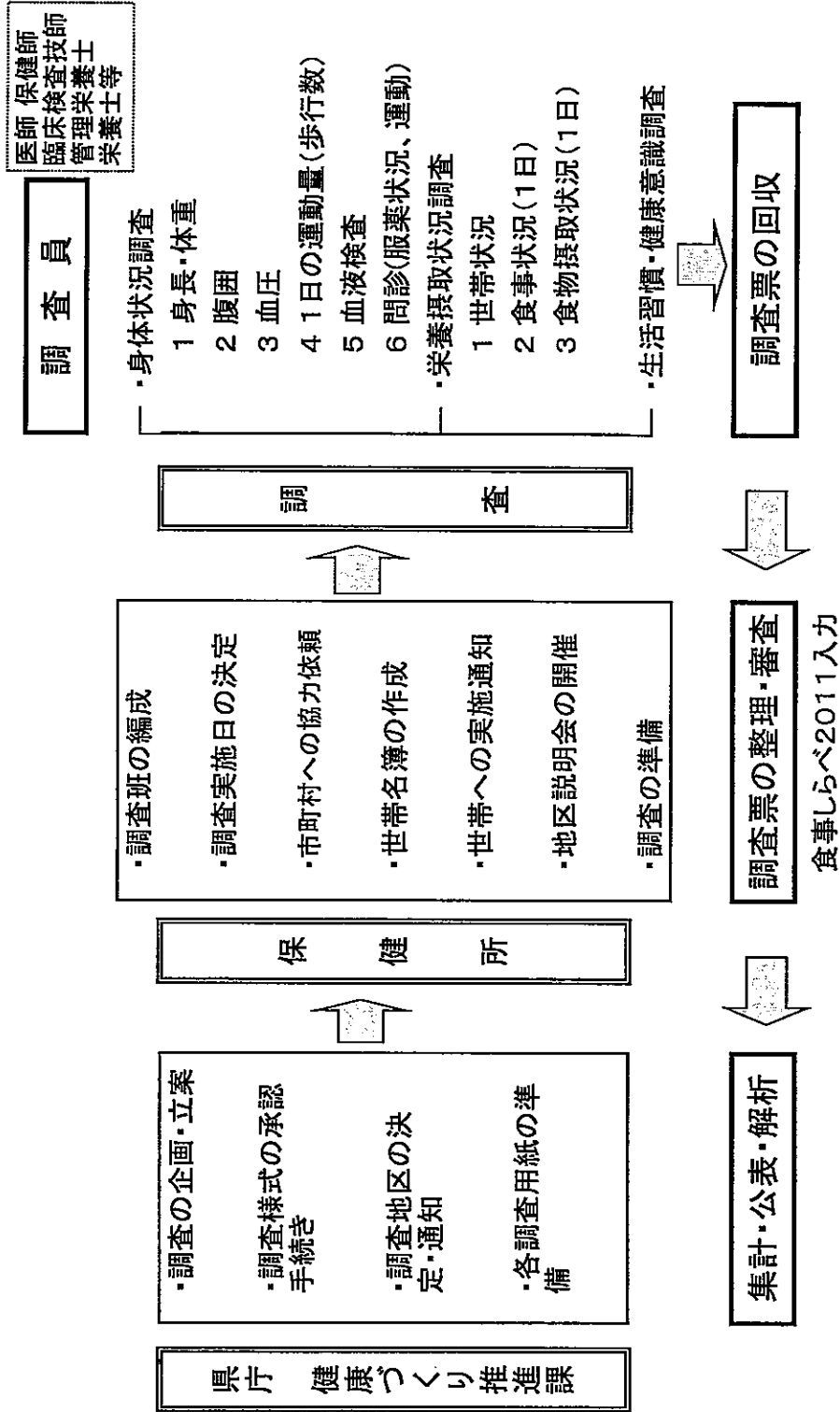
ヘモグロビン A1c値が 6.1%以上、または、質問票で「現在糖尿病の治療を受けている」と答えた人

**糖尿病の可能性を否定できない人**

ヘモグロビン A1c値が 5.6%以上、6.1%未満で、“糖尿病が強く疑われる人”以外の人

※糖尿病実態調査(厚生労働省)と同様の基準

# 県民健康・栄養調査業務体系





# 結果の概要

## 第2章 結果の概要

### 第1部 体型に関する状況

#### 1. 肥満及びやせの状況

肥満者(BMI $\geq$ 25)の割合は、男性 24.9%、女性 16.1%であり、男女とも40~60歳代で高率であった。

一方、やせ(BMI $<$ 18.5)の者の割合は、男性 10.1%、女性 12.6%であり、男性では、20歳代(36.4%)、女性では、20歳代(35.7%)、30歳代(23.1%)で、その割合が高い。

図1-1 肥満者(BMI $\geq$ 25)の割合(20歳以上)

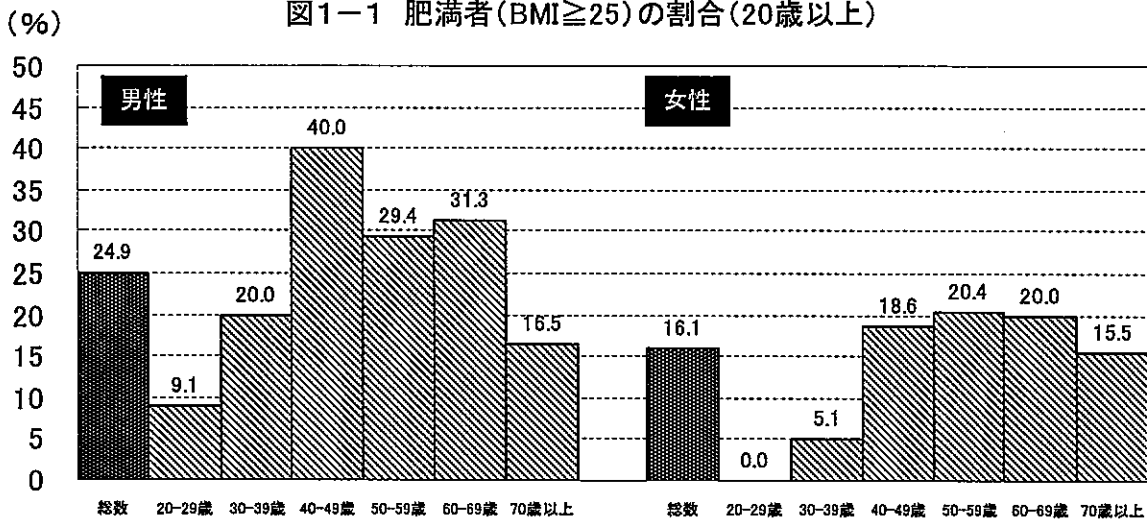


図1-2 やせ(BMI $<$ 18.5)の割合(20歳以上)

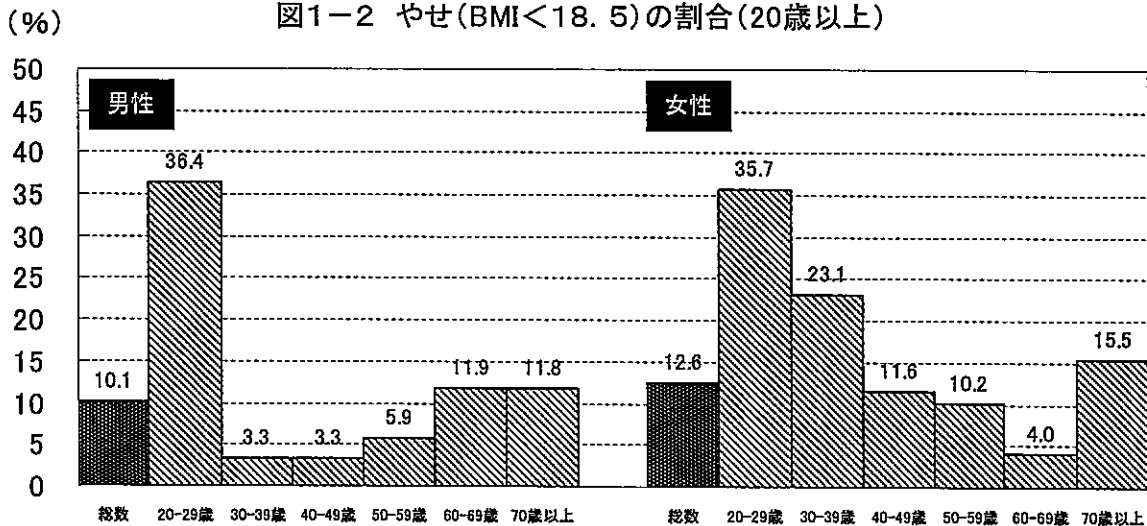


図1-3 肥満者(BMI $\geq$ 25)の割合(平成13年~23年の推移)

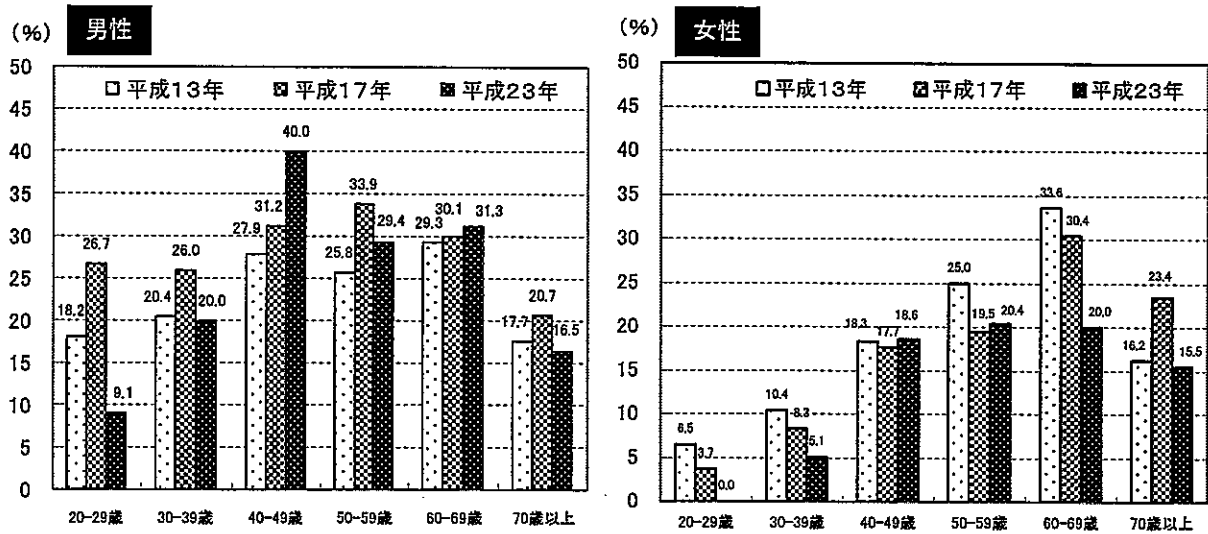
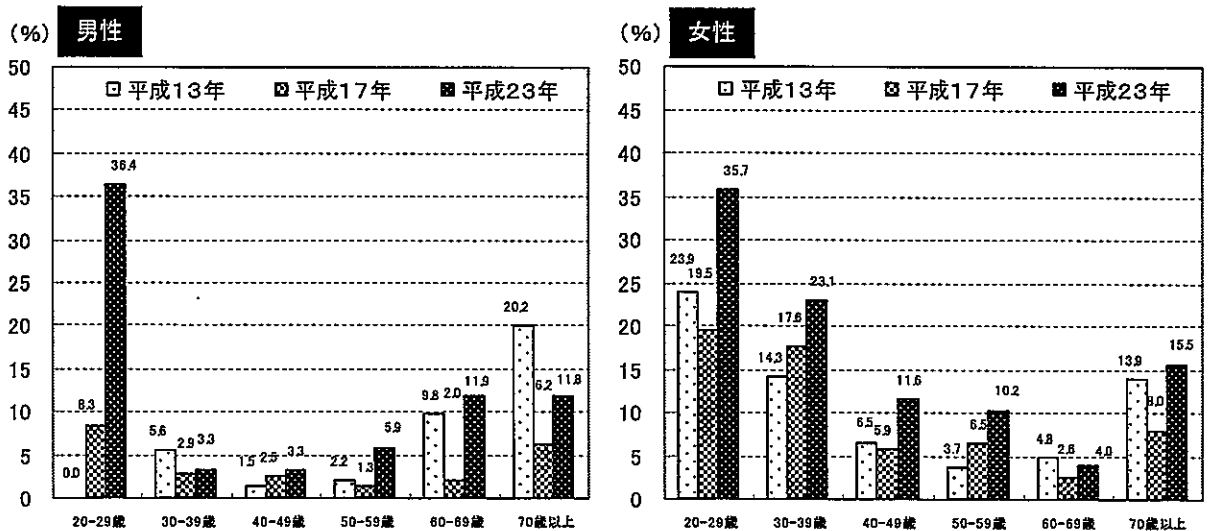


図1-4 低体重(やせ)の者(BMI<18.5)の割合(平成13年~23年の推移)



※肥満度: BMI (Body Mass Index) を用いて判定  
 $BMI = \text{体重}[\text{kg}] / (\text{身長}[\text{m}])^2$  により算出  
 BMI < 18.5 低体重(やせ)  
 $18.5 \leq BMI < 25$  普通体重(正常)  
 BMI  $\geq 25$  肥満  
 (日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会、2000年)

【参考】  
 「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 20~60歳代男性の肥満者 目標値: 15%以下  
 40~60歳代女性の肥満者 目標値: 13%以下  
 20歳代女性のやせの者 目標値: 15%以下

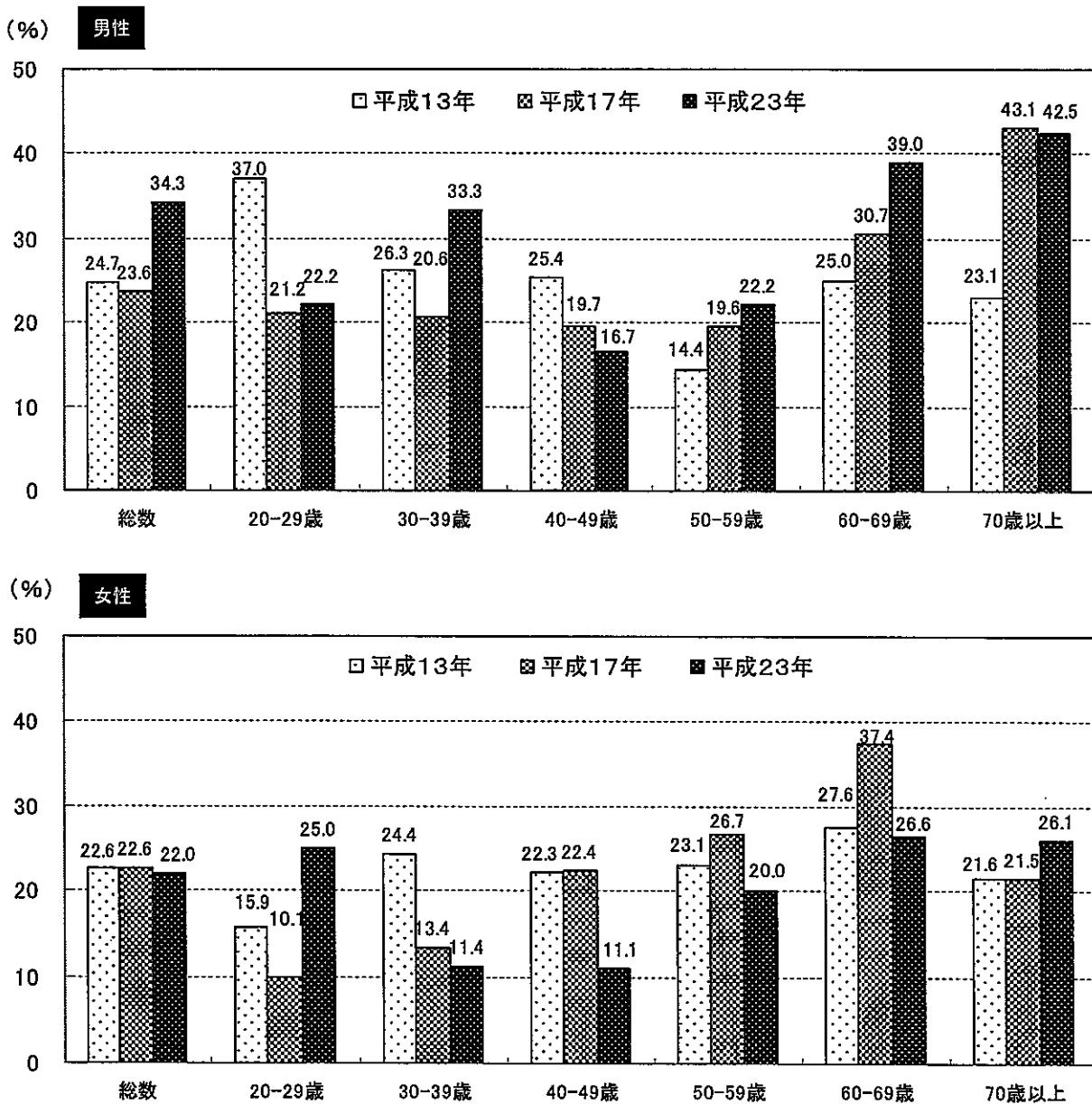
## 第2部 身体活動・運動習慣に関する状況

### 1. 運動習慣者の状況

運動習慣のある者の割合は、男性 34.3%、女性 22.0%であり、平成13年、17年に比べて男性で増加している。

一方、歩数の平均値は、男性 7,002 歩、女性 7,021 歩であり、平成17年に比べ男女ともに減少している。

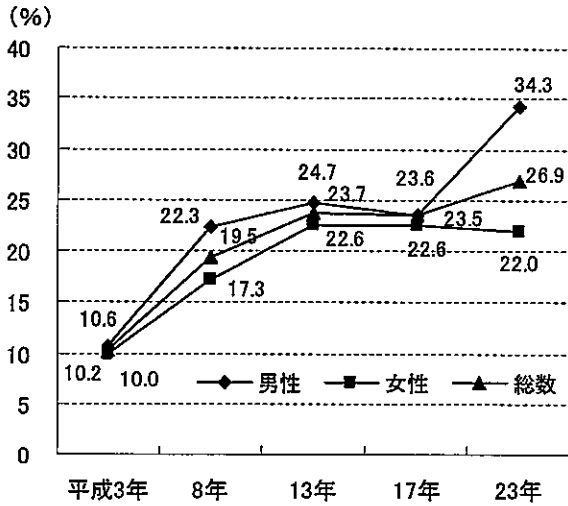
図2-1 運動習慣のある者の割合(平成13年~23年の推移)



※運動習慣のある者：1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人

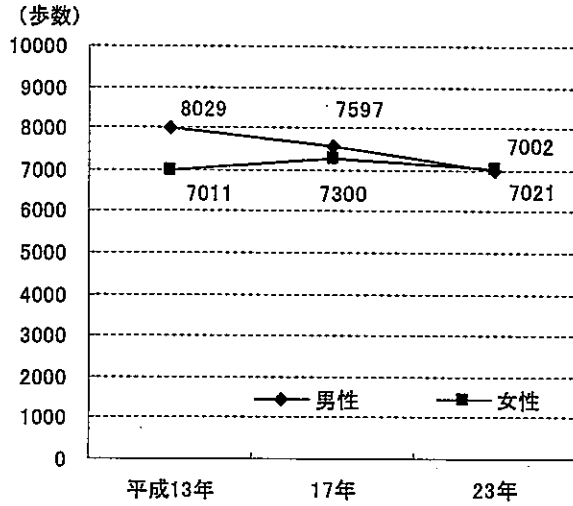


図2-2 運動習慣のある者の割合  
(20歳以上)(平成3年~23年の推移)



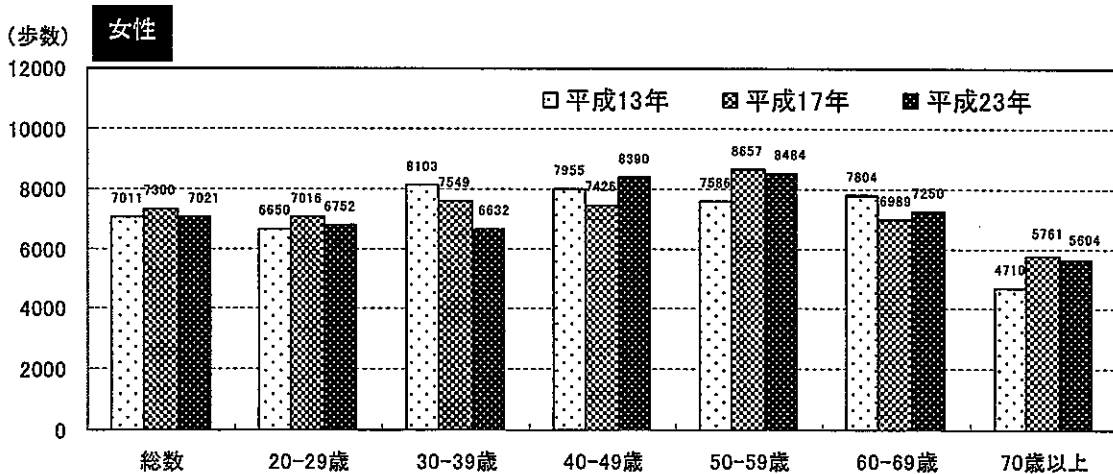
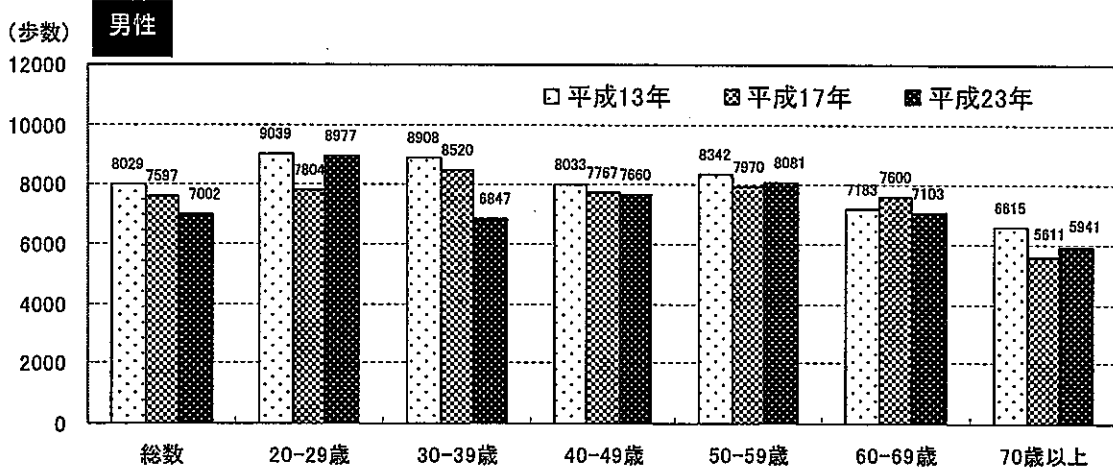
【参考】  
「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
運動習慣者の増加  
目標値：男性 39% 女性 35%

図2-3 一日の歩数  
(20歳以上)(平成13年~23年の推移)



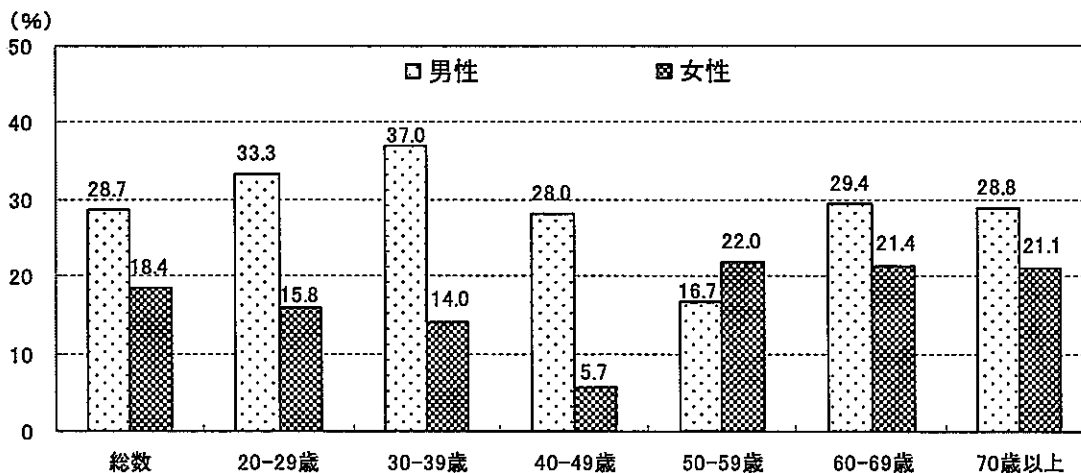
【参考】  
「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
日常生活における歩数の増加  
目標値：成人男性 9,200歩以上  
目標値：成人女性 8,300歩以上

図2-4 一日の歩数の推移(20歳以上)(平成13年~23年の年次推移)



## 2. 意識的な身体活動の状況

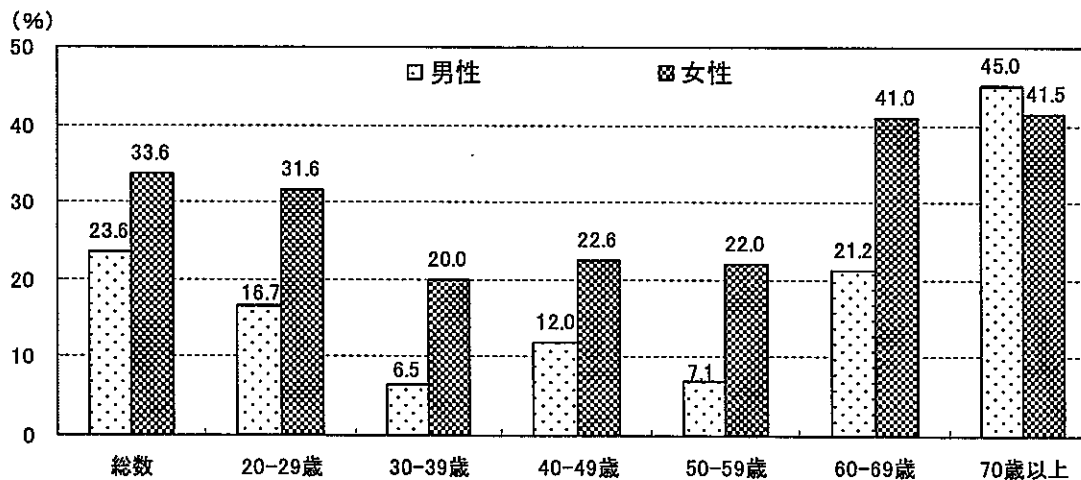
図2-5 意識的に、運動やスポーツをするようにしている者の割合



※「あなたは日頃から健康の維持増進のため日常生活で心がけていることはありますか」の問で「意識的に、運動やスポーツをするようにしている」と答えた者の割合

【参考】  
 「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 意識的に運動を心がけている人の増加  
 男性（20歳以上） 目標値：63%以上  
 女性（20歳以上） 目標値：63%以上

図2-6 買い物や散歩などの外出を積極的にしている者の割合



※「あなたは日頃から健康の維持増進のため日常生活で心がけていることはありますか」の問で「買い物や散歩などの外出を積極的にしている」と答えた者の割合

【参考】  
 「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 外出について積極的な態度を持つ人の増加  
 男性（60歳以上） 目標値：70%以上  
 女性（60歳以上） 目標値：70%以上  
 全体（80歳以上） 目標値：56%以上

### 第3部 たばこに関する状況

#### 1. 喫煙の状況

現在習慣的に喫煙している者の割合は、男性 29.0%、女性 5.1%であり、平成8年以降、男性では大きく減少している。  
女性では、20歳代が特に増加している。

図3-1 喫煙の状況(20歳以上)

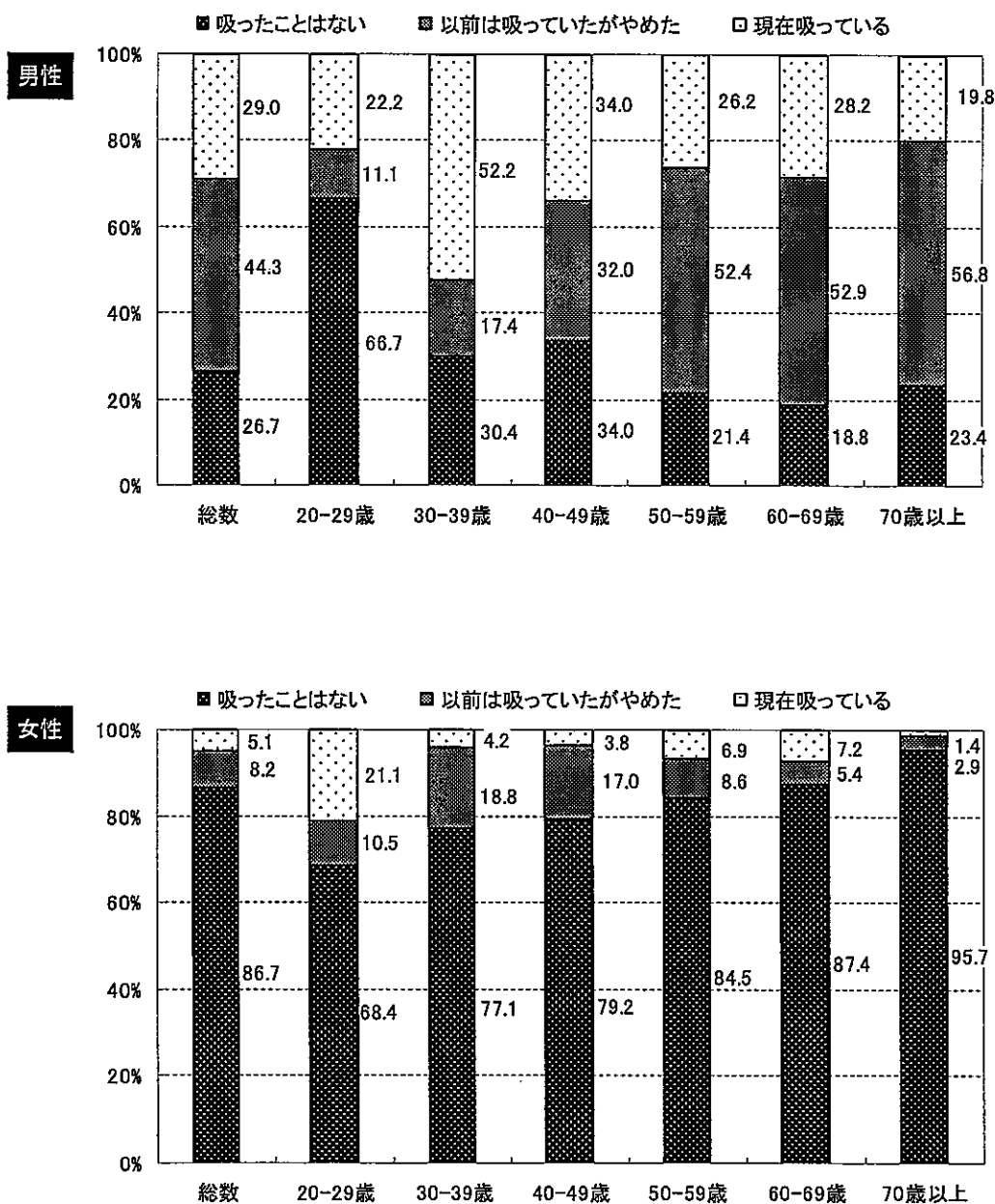


図3-2 現在習慣的に喫煙している者の割合(平成13年~23年の推移)

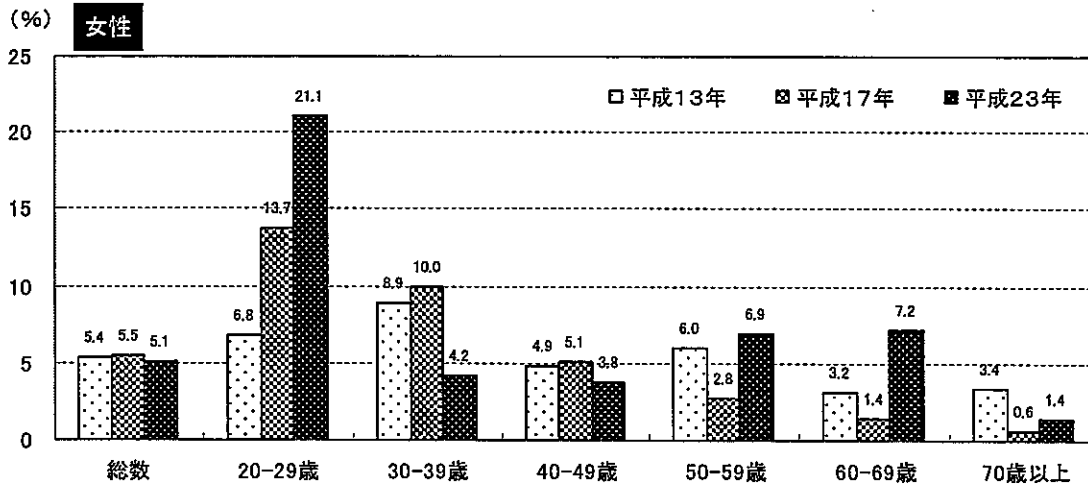
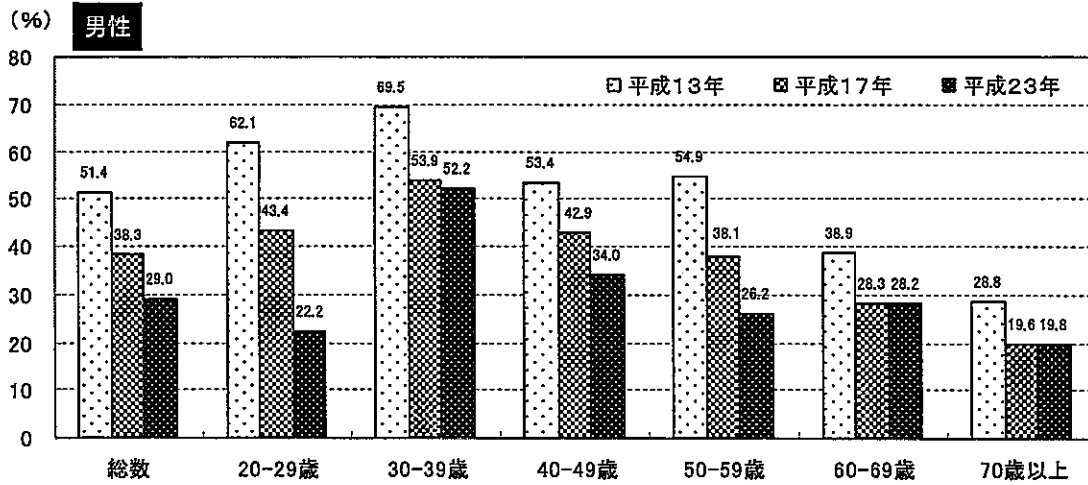
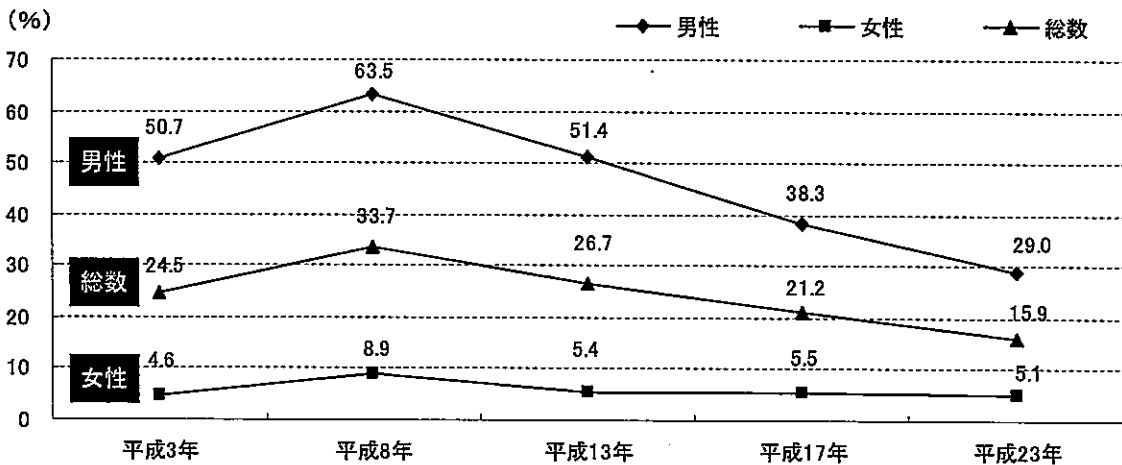


図3-3 現在習慣的に喫煙している者の割合(平成3年~23年の推移)

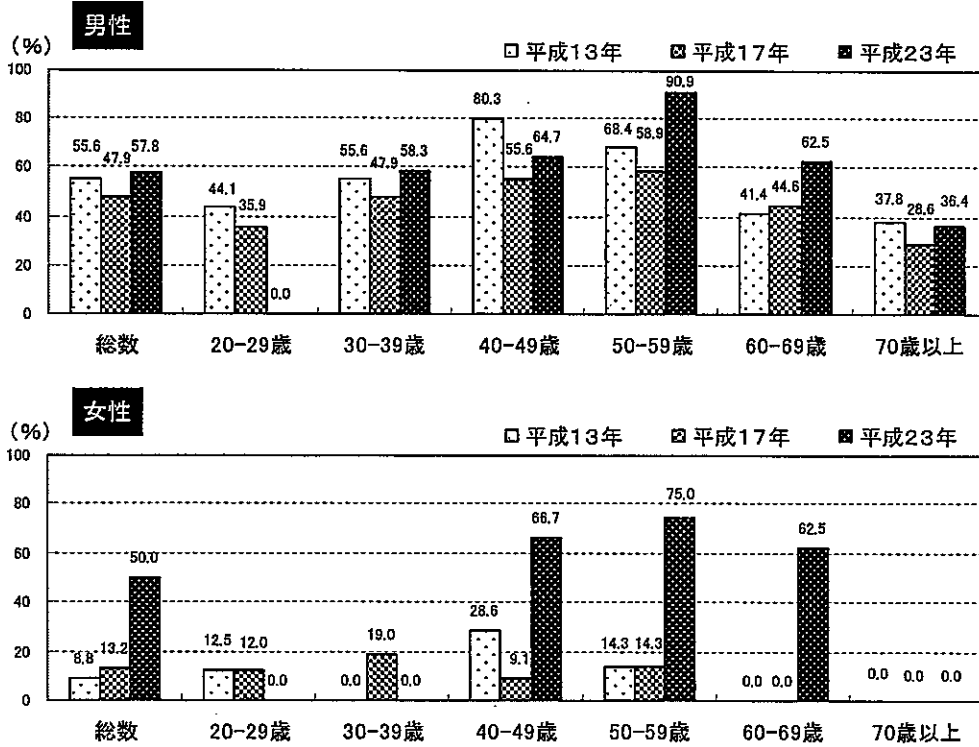


【参考】  
 「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 成人の喫煙率の減少  
 成人男性 目標値：28%  
 成人女性 目標値：4%

## 2. 喫煙本数の状況

現在習慣的に喫煙している者で、1日に20本以上吸う者の割合は、男性57.8%、女性50.0%であり、増加している。

図3-4 現在習慣的に喫煙している者における1日20本以上吸う者の割合(平成13年~23年の年次推移)

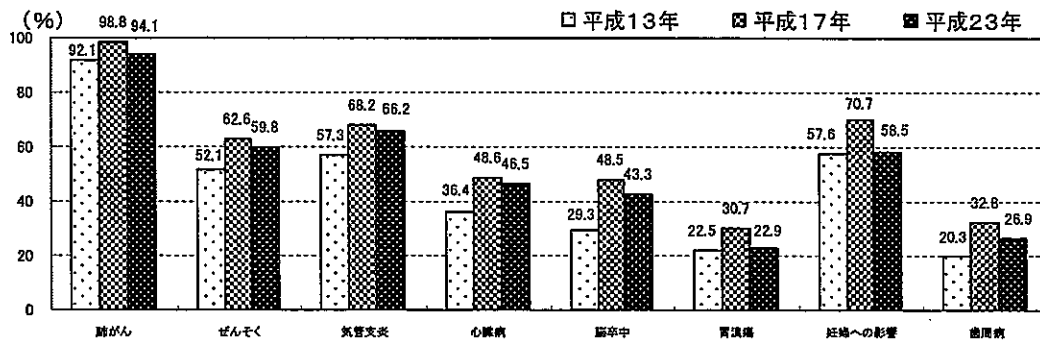


## 3. 喫煙の健康影響に関する知識

「たばこを吸うと病気にかかりやすくなる」と回答した者の割合は、平成17年に比べ、いずれも減少している。

図3-5 喫煙の健康影響に関する知識について(平成13年~23年の年次推移)

「たばこを吸うと病気にかかりやすくなる」と回答した者の割合



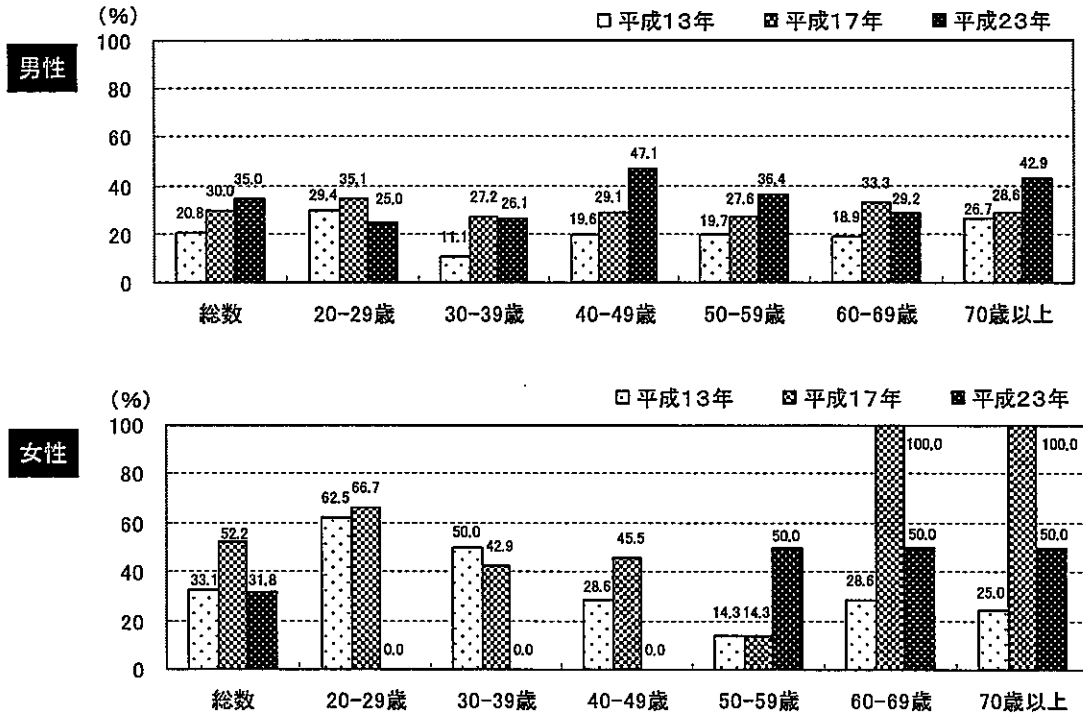
【参考】

「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
喫煙が及ぼす健康影響について十分な知識の普及  
知っている人の割合各項目 目標値：100%

#### 4. 禁煙の意志の有無

現在習慣的に喫煙している者で、たばこをやめたいと思う者の割合は、男性35.0%、女性31.8%であり、平成13年、17年に比べ男性では増加している。

図3-6 現在習慣的に喫煙している者におけるたばこをやめたいと思う者の割合  
(平成13年～23年の年次推移)



※ 「たばこをやめたいと思いますか」の問に対して「やめたい」と回答した者の割合

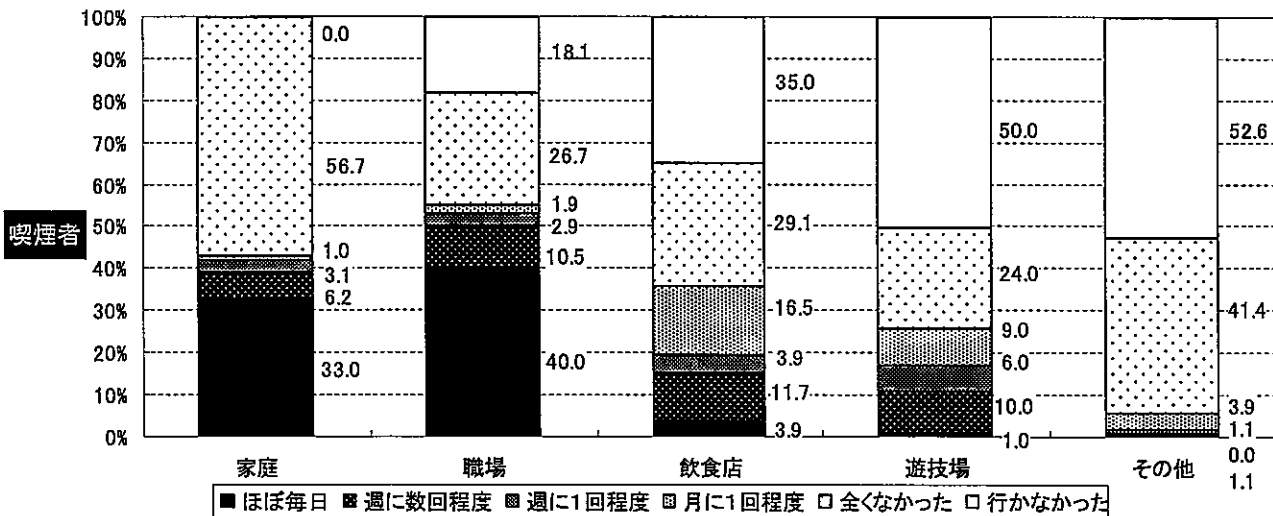
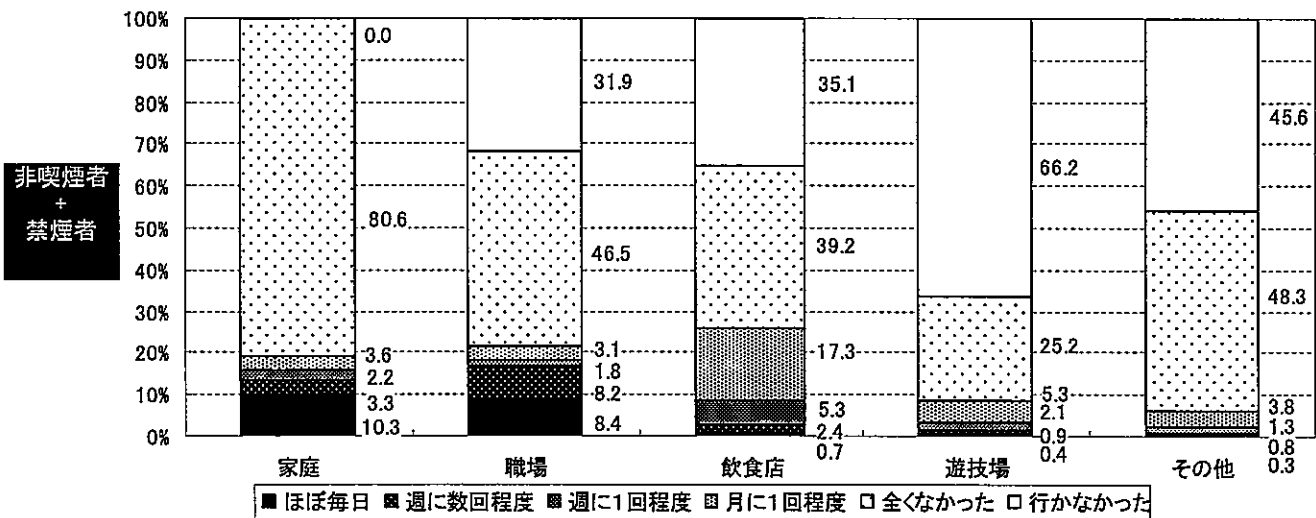
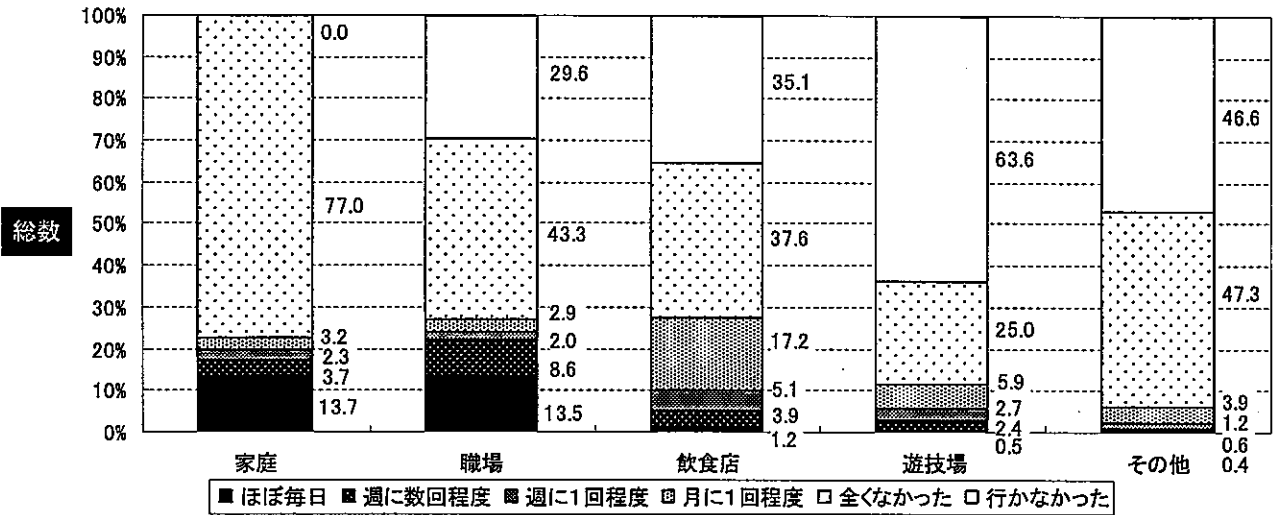
[参考] 現在習慣的に喫煙している者における禁煙の意志を示す者の割合 (%)

男性		総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳
平成13年	やめたい	20.8	29.4	11.1	19.6	19.7	18.9	26.7
	本数を減らしたい	45.0	38.2	55.6	39.3	52.6	50.9	31.1
平成17年	やめたい	30.0	35.1	27.2	29.1	27.6	33.3	28.6
	本数を減らしたい	50.7	46.8	55.4	52.3	55.2	40.7	46.4
平成23年	やめたい	35.0	25.0	26.1	47.1	36.4	29.2	42.9
	本数を減らしたい	29.0	50.0	21.7	11.8	36.4	37.5	33.3

女性		総数	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳
平成13年	やめたい	33.1	62.5	50.0	28.6	14.3	28.6	25.0
	本数を減らしたい	35.5	25.0	50.0	14.3	57.1	57.1	12.5
平成17年	やめたい	52.2	66.7	42.9	45.5	14.3	100.0	100.0
	本数を減らしたい	41.8	29.2	42.9	54.5	85.7	0.0	0.0
平成23年	やめたい	31.8	0.0	0.0	0.0	50.0	50.0	50.0
	本数を減らしたい	27.3	75.0	50.0	0.0	25.0	12.5	0.0

## 5. 受動喫煙の状況

図3-7 この1ヶ月に受動喫煙を経験した者の割合

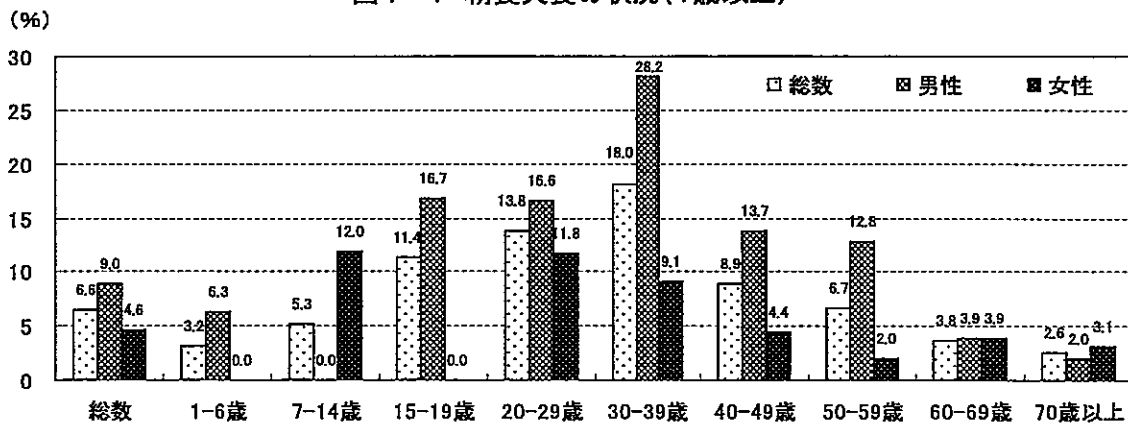


## 第4部 食習慣に関する状況

### 1. 朝食欠食の状況

朝食を欠食する者の割合は、男性では30歳代が最も多く、男女とも20歳代、30歳代が高い。

図4-1 朝食欠食の状況(1歳以上)



※「欠食」とは下記の3つの場合である

- ・菓子、果物、乳製品、嗜好飲料などの食品のみを食べた場合
- ・錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンクのみの場合
- ・食事をしなかった場合

【参考】

「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値

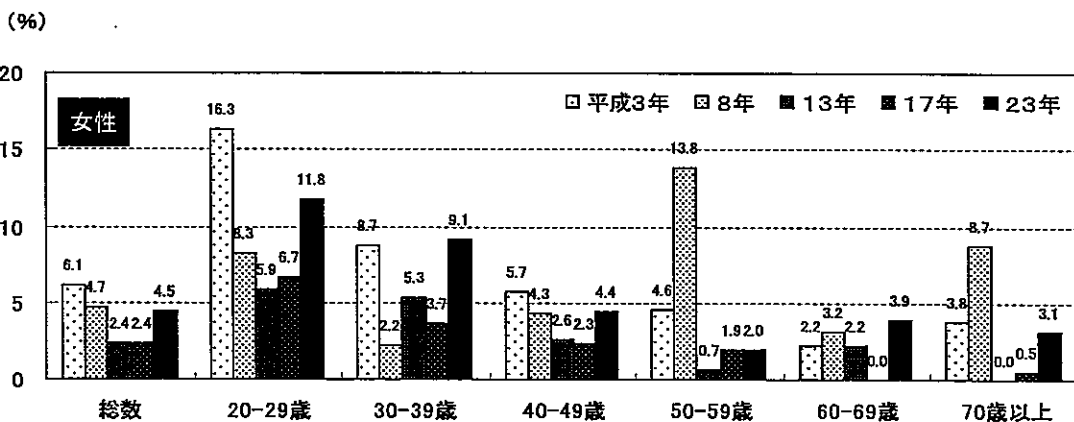
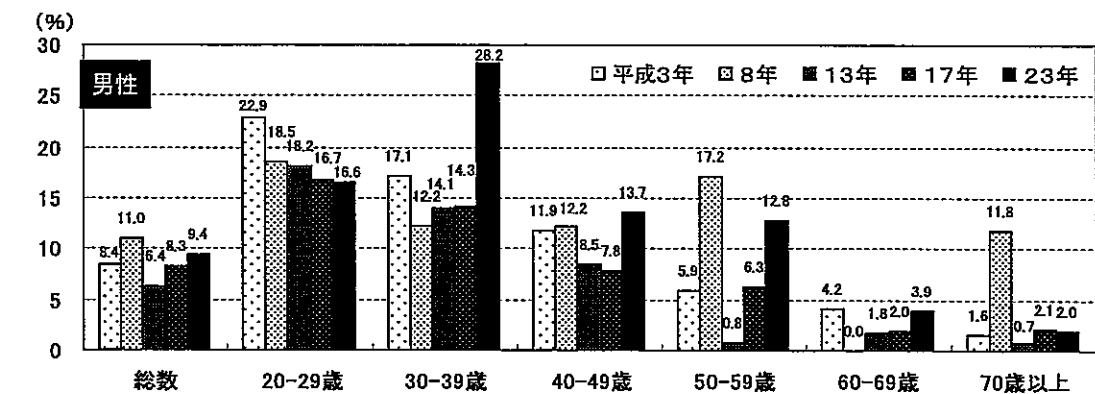
朝食を欠食する人の割合

目標値：中学、高校生 0%

目標値：男性（20歳代）15%以下

目標値：男性（30歳代）15%以下

図4-2 朝食欠食率の推移(平成3年~23年の推移)



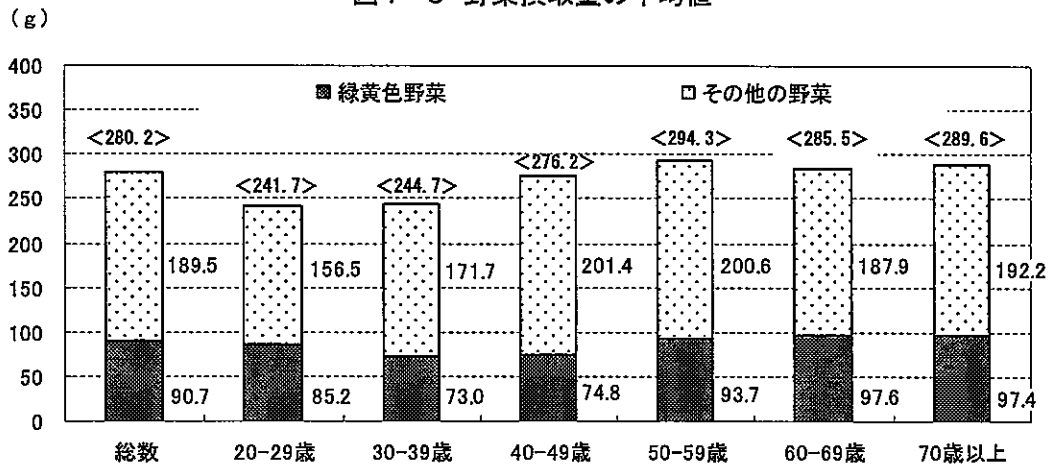


## 2. 野菜摂取の状況

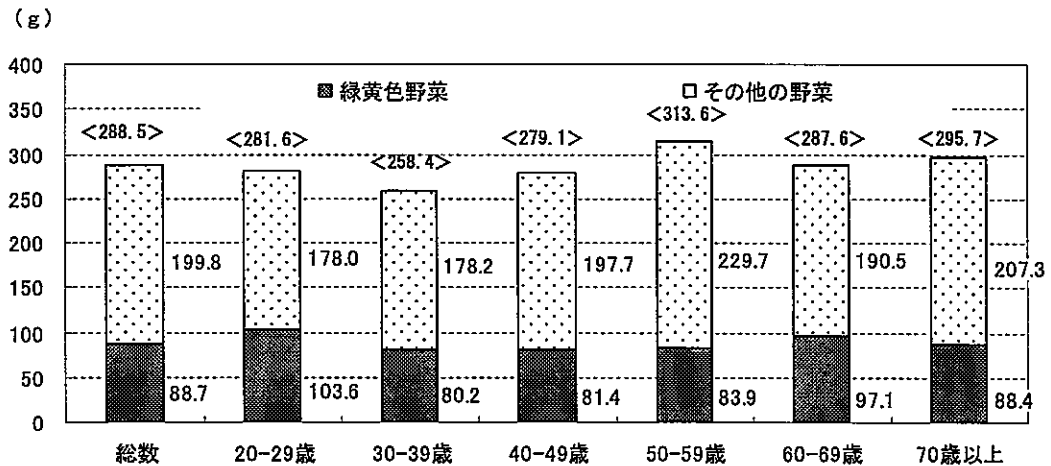
野菜摂取量は、成人で平均 280.2g である。また、年次推移をみると、昭和 61 年以降の調査で、今回が最も多かった。

図4-3 野菜摂取量の平均値

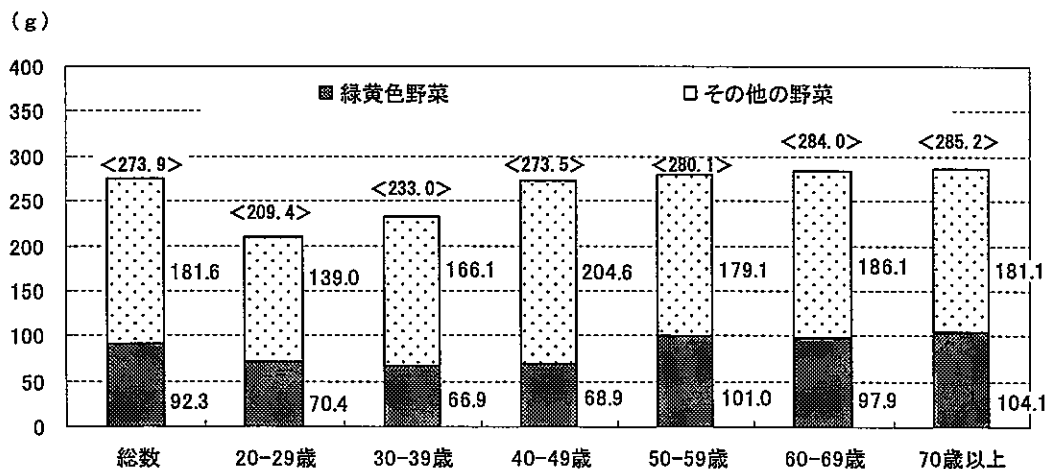
総数



男性



女性



※< >内は「緑黄色野菜」及び「その他の野菜（野菜類のうち緑黄色野菜以外）」摂取量の合計

図4-4 野菜摂取量の平均値(昭和61年~平成23年の推移)

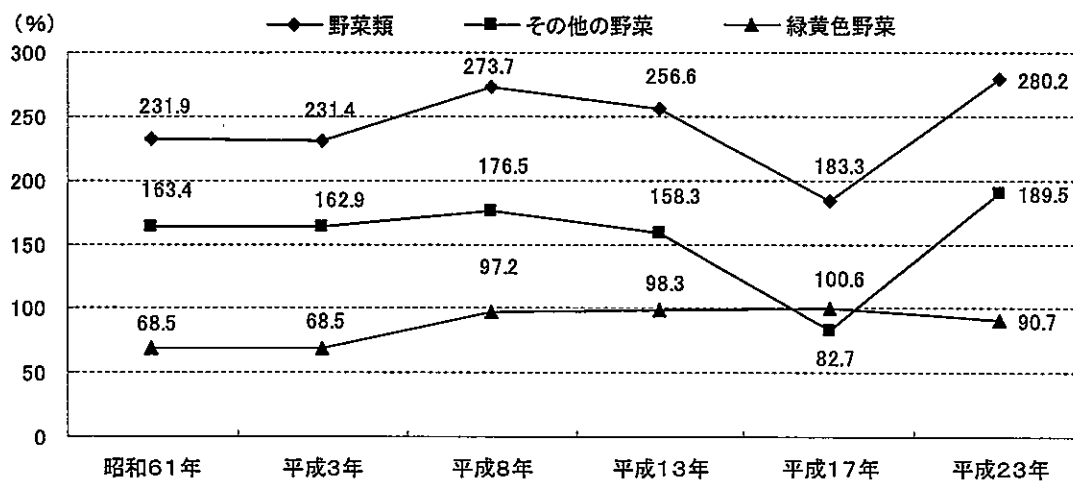


表4-1 野菜類の摂取状況

		70g(1皿)未満	70g(1皿)以上	140g(2皿)以上	210g(3皿)以上	280g(4皿)以上	350g(5皿)以上
		男性	人	14	27	71	53
	%	4.9	9.4	24.7	18.5	16.0	26.5
女性	人	18	49	80	68	65	95
	%	4.8	13.1	21.3	18.1	17.3	25.3

※野菜70gを1皿とした場合

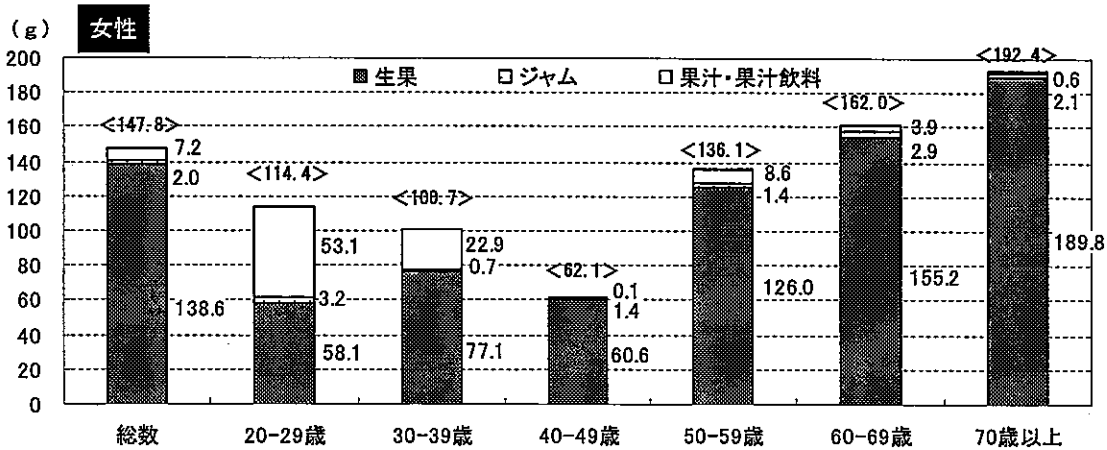
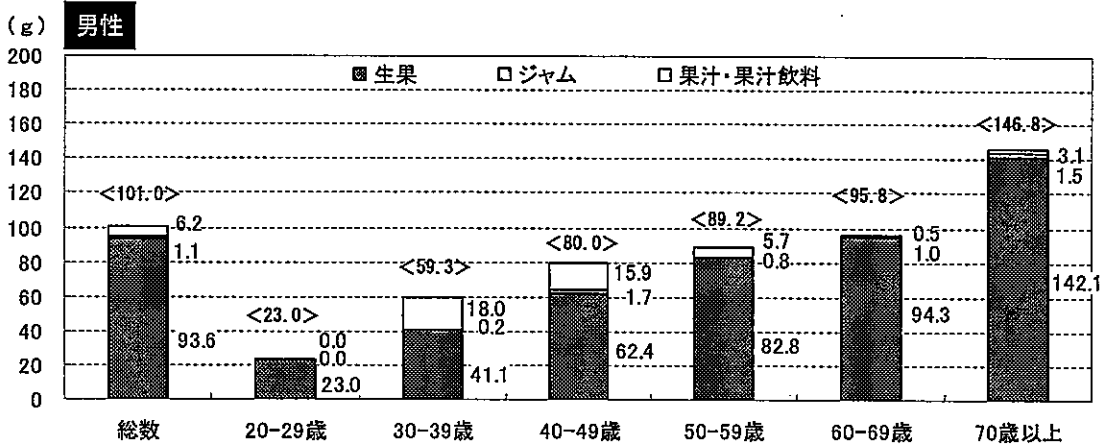
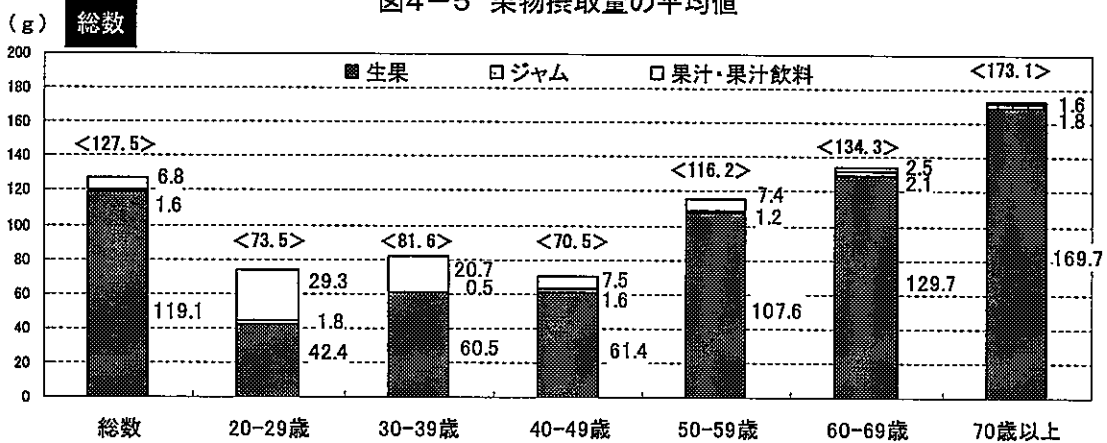
[参考]

「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 野菜摂取量の増加  
 目標値: 1日あたりの平均摂取量 350g以上

### 3. 果物類摂取の状況

果物類摂取量の平均は、成人男性は101.0g、成人女性は147.8gである。

図4-5 果物摂取量の平均値



※ < >内は「果汁・果汁飲料」「ジャム」「生果」摂取量の合計

## 4. 食塩摂取量

成人の食塩摂取量の平均は男性 11.3g、女 9.9g である。また、年次推移をみると、男女とも減少している。

図4-5 食塩摂取量の平均値(20歳以上)

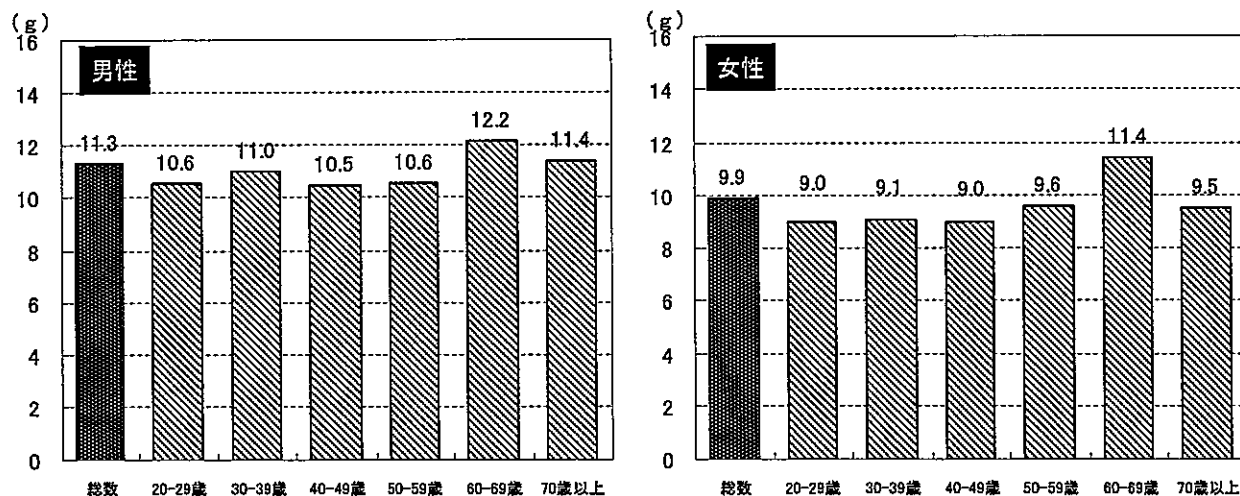


表4-2 食塩の摂取状況

男性	9.0g未満	9.0g以上
人	94	193
%	32.8	67.2

男性	10.0g未満	10.0g以上
人	117	170
%	40.8	59.2

女性	7.5g未満	7.5g以上
人	109	266
%	29.1	70.9

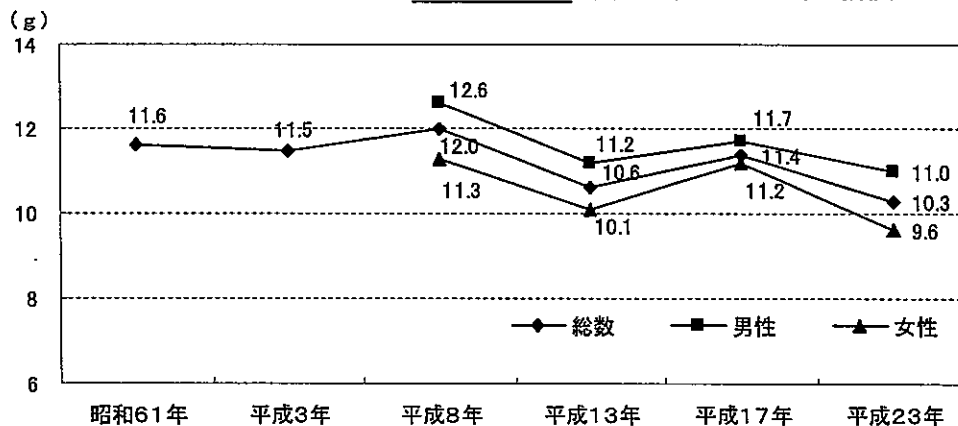
女性	10.0g未満	10.0g以上
人	198	177
%	52.8	47.2

[参考]

「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
食塩摂取量の減少  
成人 10g未満  
日本人の食事摂取基準  
成人男子 9g未満  
成人女子 7.5g未満

※食塩摂取量(g) = ナトリウム(mg) × 2.54 / 1,000

図4-6 食塩摂取量の平均(1歳以上総数)(昭和61年~平成23年の推移)



## 5. エネルギーの栄養素別摂取構成

脂質の総エネルギーに占める割合（脂肪エネルギー比率）の平均は、男性 24.1%、女性 25.3%である。

図 4-7 エネルギーの栄養素別摂取構成比の推移（1歳以上）

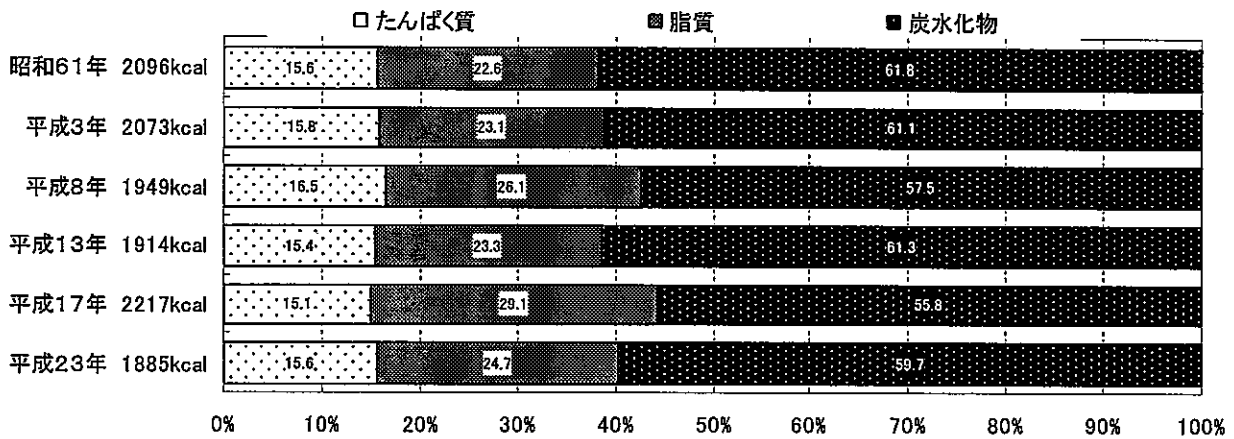
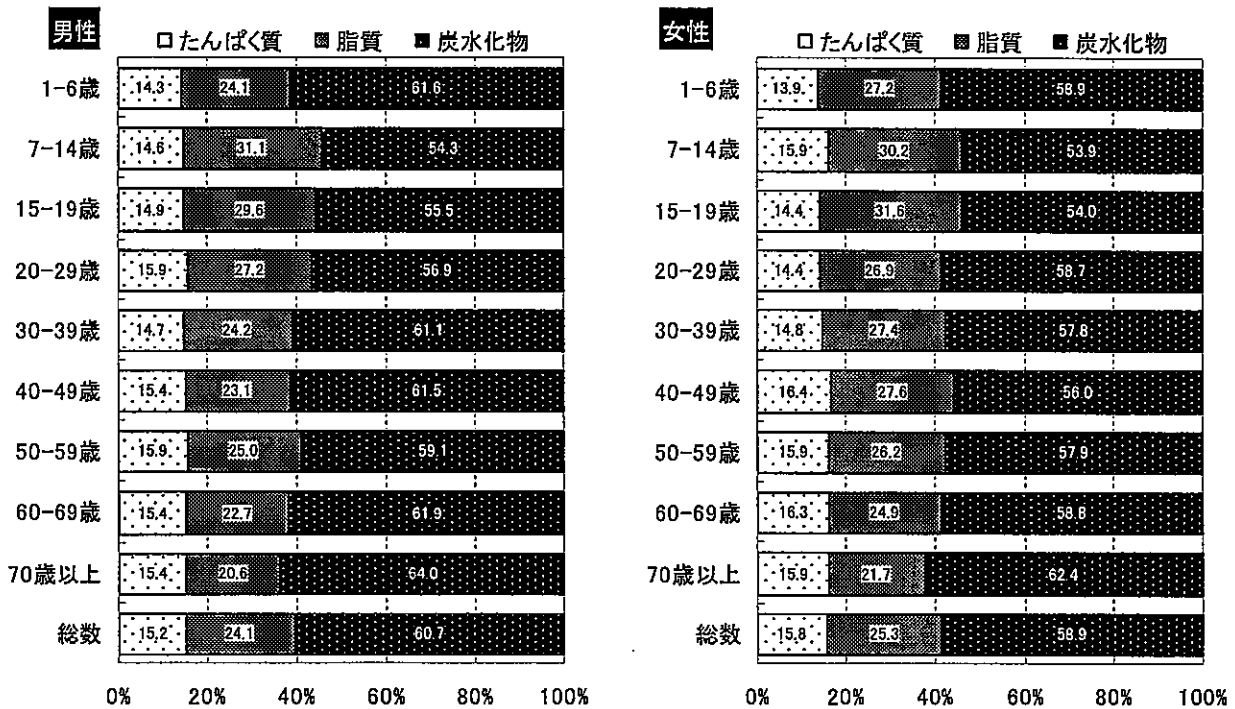


図 4-8 エネルギーの栄養素別摂取構成比



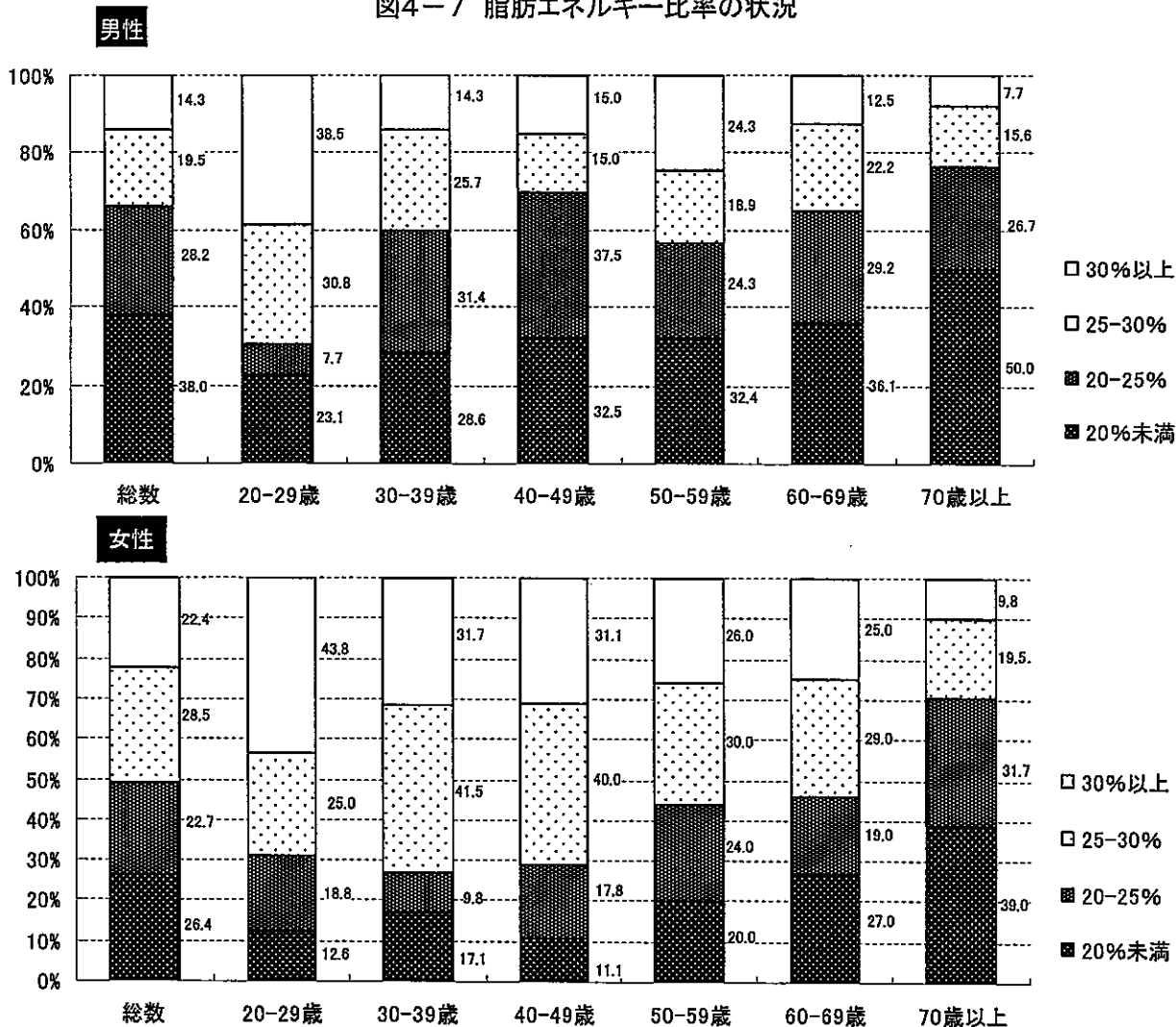
【参考】

「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 脂肪エネルギー比率の減少  
 20~40歳代 25%以下

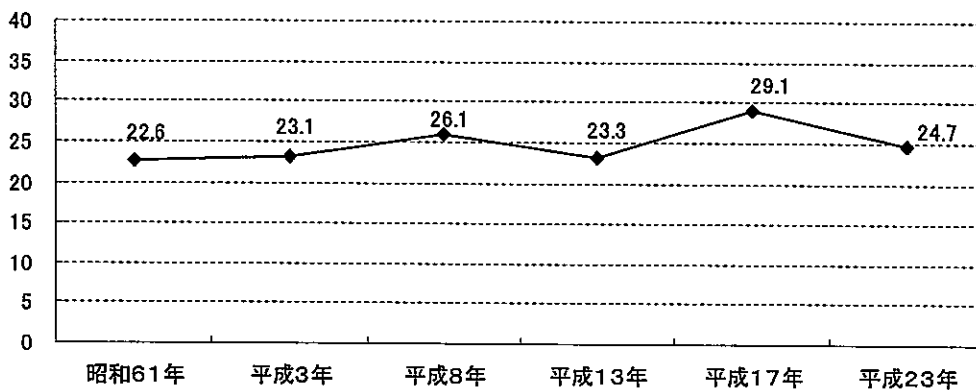
## 6. 脂肪エネルギー比率の分布

脂肪エネルギー比率が30%以上の者の割合は、成人の男性14.3%、女性22.4%である。

図4-7 脂肪エネルギー比率の状況



(%) 図4-8 脂肪エネルギー比率の平均(昭和61年~平成23年の推移)

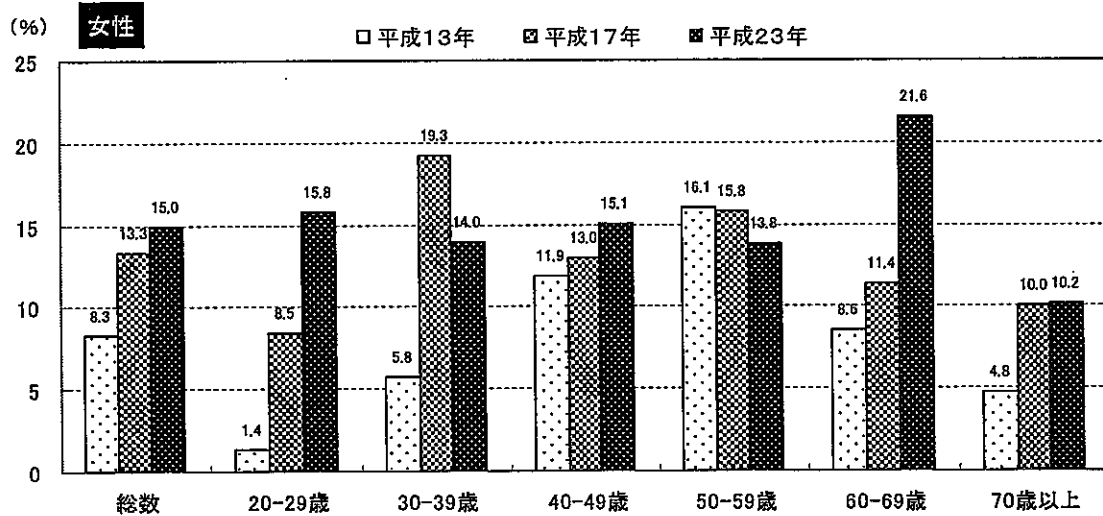
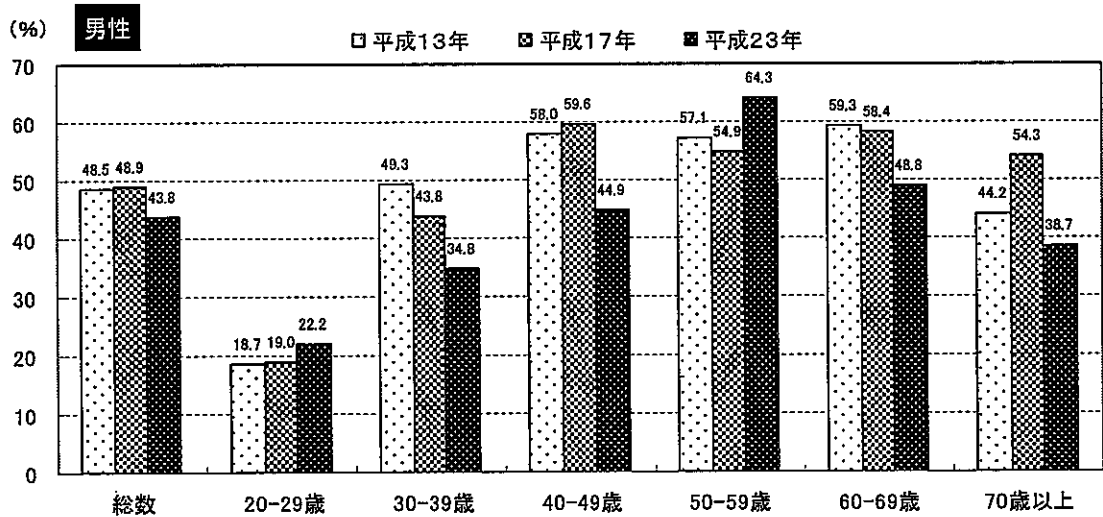


## 第5部 飲酒に関する状況

### 1. 飲酒の状況

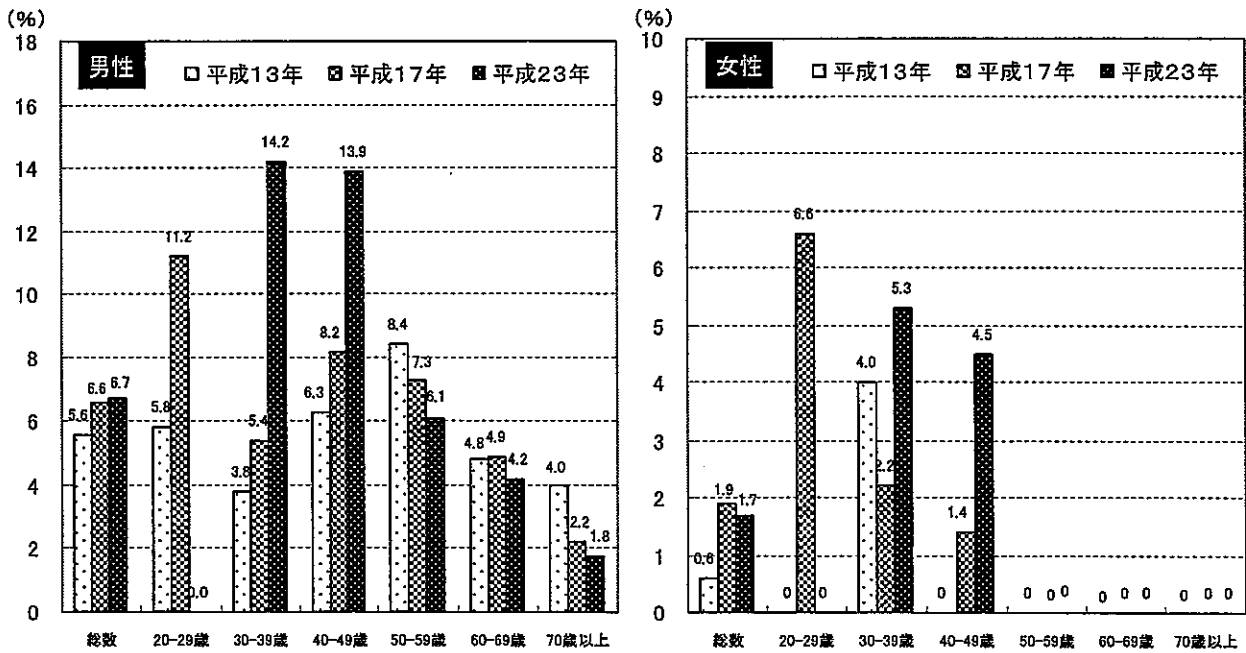
飲酒習慣のある者の割合は、男性 43.8%、女性 15.0%である。  
 また、現在、週に1日以上飲酒している者で飲酒日1日あたり3  
 合以上を飲酒する者は、男性 6.7%、女性 1.7%である。

図5-1 飲酒習慣のある者の割合(平成13年~23年の推移)



※飲酒習慣のある者：「毎日飲む」および「週に4～6日飲む」と回答した者の合計

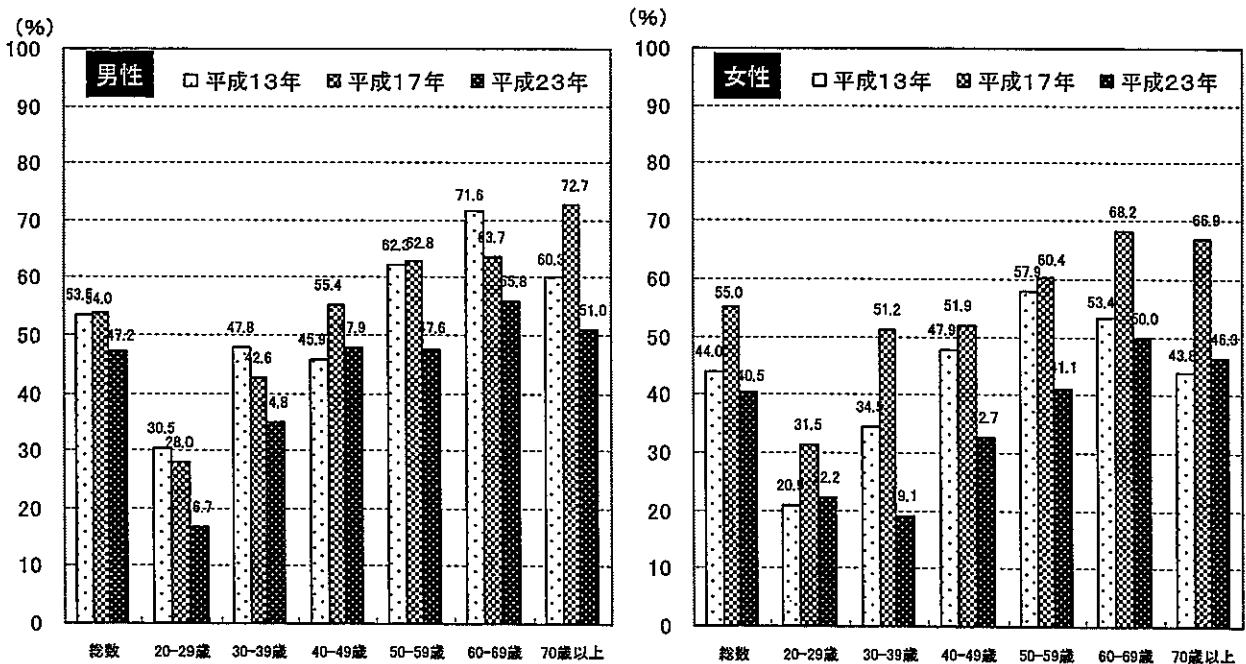
図5-2 飲酒日1日あたり3合以上飲酒する者の割合(平成13年~23年の推移)



[参考]「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 多量に飲酒する人(1日に日本酒換算で3合以上の者)の減少  
 目標値: 男性4%以下 女性1.5%以下

「節度ある適度な飲酒」について認識している者の割合は、  
 男性47.2%、女性40.5%である。

図5-3 「節度ある適度な飲酒」を認識している者の割合(平成13年~23年の推移)



※『「節度ある適度な飲酒」とは、1日平均純アルコールで約20g(日本酒換算で1合)程度であることを知っていますか』の間に「知っている」と答えた者

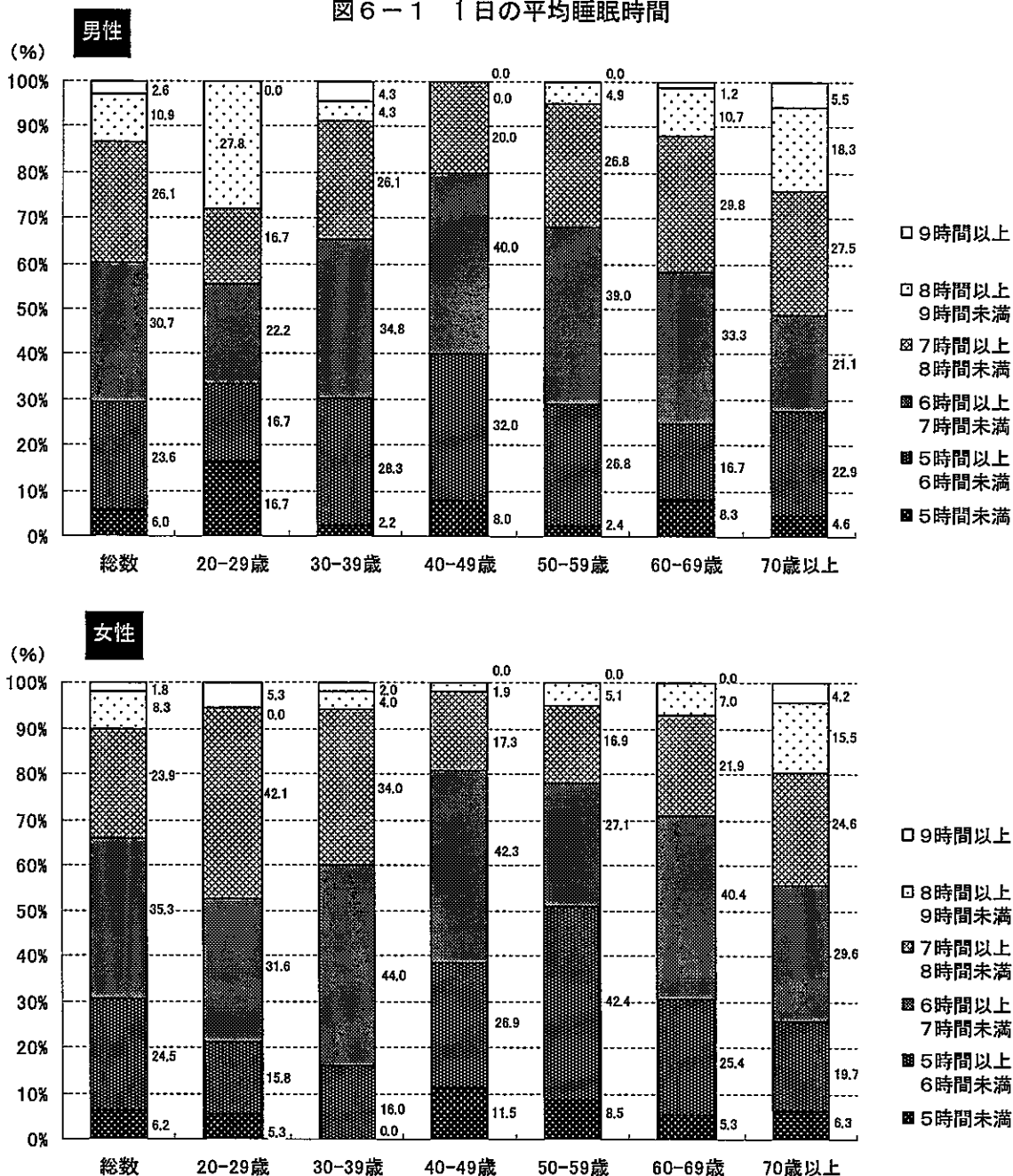


## 第6部 睡眠・休養に関する状況

### 1. 睡眠の状況

1日の平均睡眠時間は、男女とも「6時間以上7時間未満」と回答した者の割合が最も多く、男性30.7%、女性35.3%である。

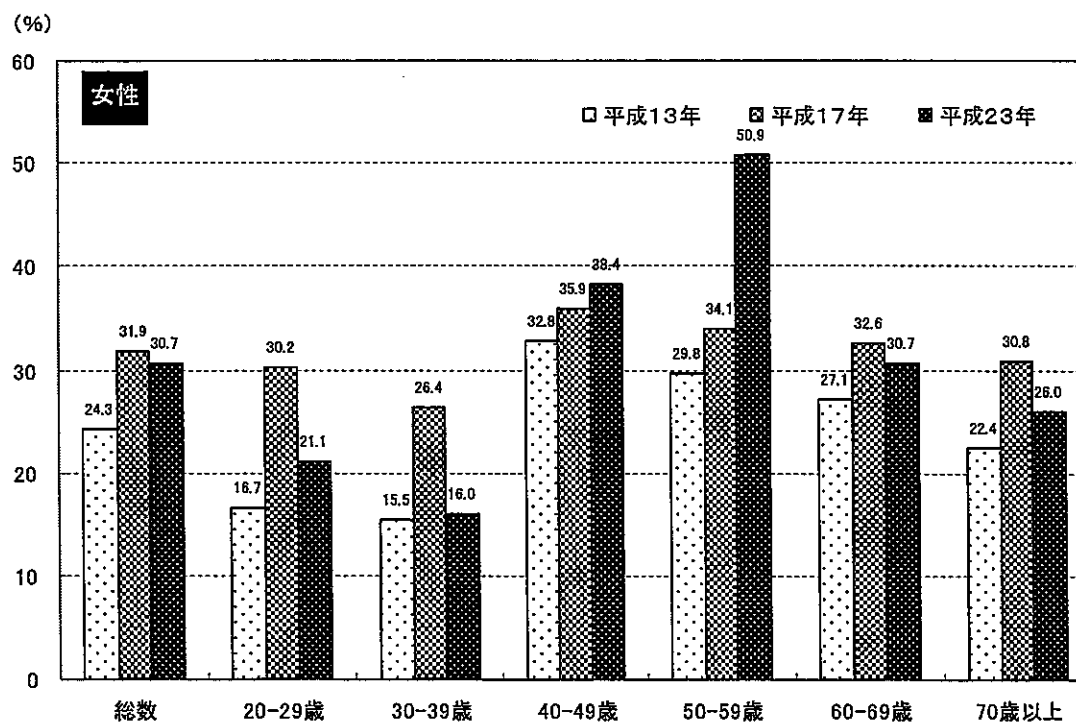
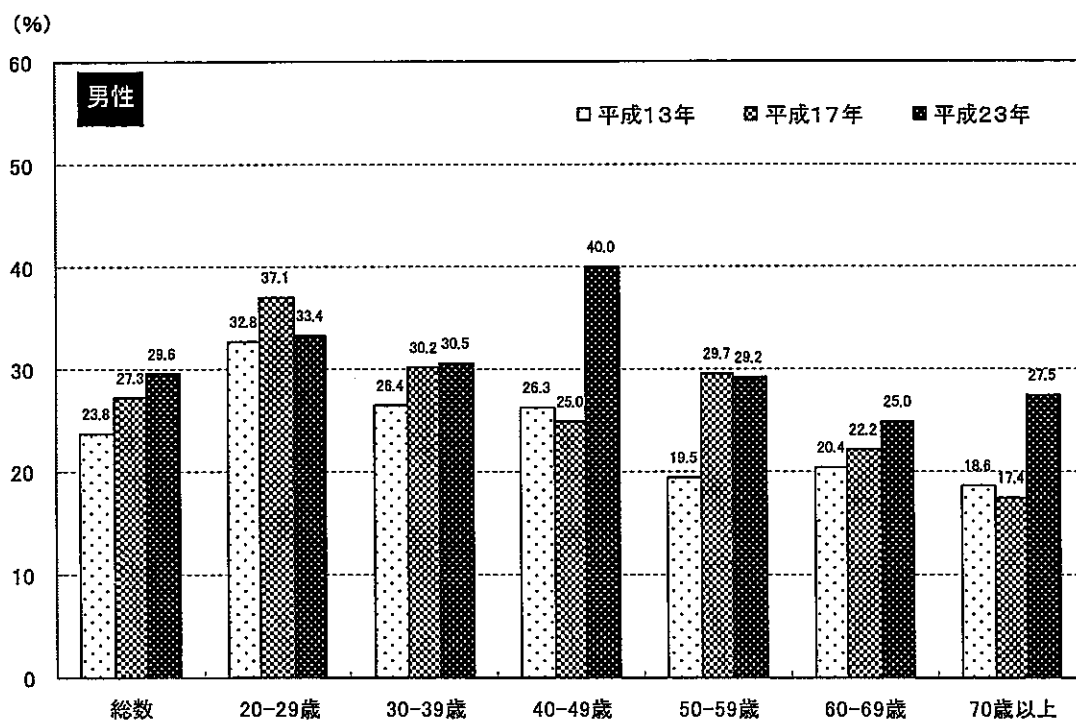
図6-1 1日の平均睡眠時間



[参考]「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 睡眠による休養を十分にとれていない人の減少  
 目標値 睡眠時間が6時間未満の者 21%以下

1日の睡眠時間が6時間未満の者は、男性 29.6%、女性 30.7%であった。

図6-2 一日の睡眠時間が6時間未満の者の推移(平成13年~23年の推移)

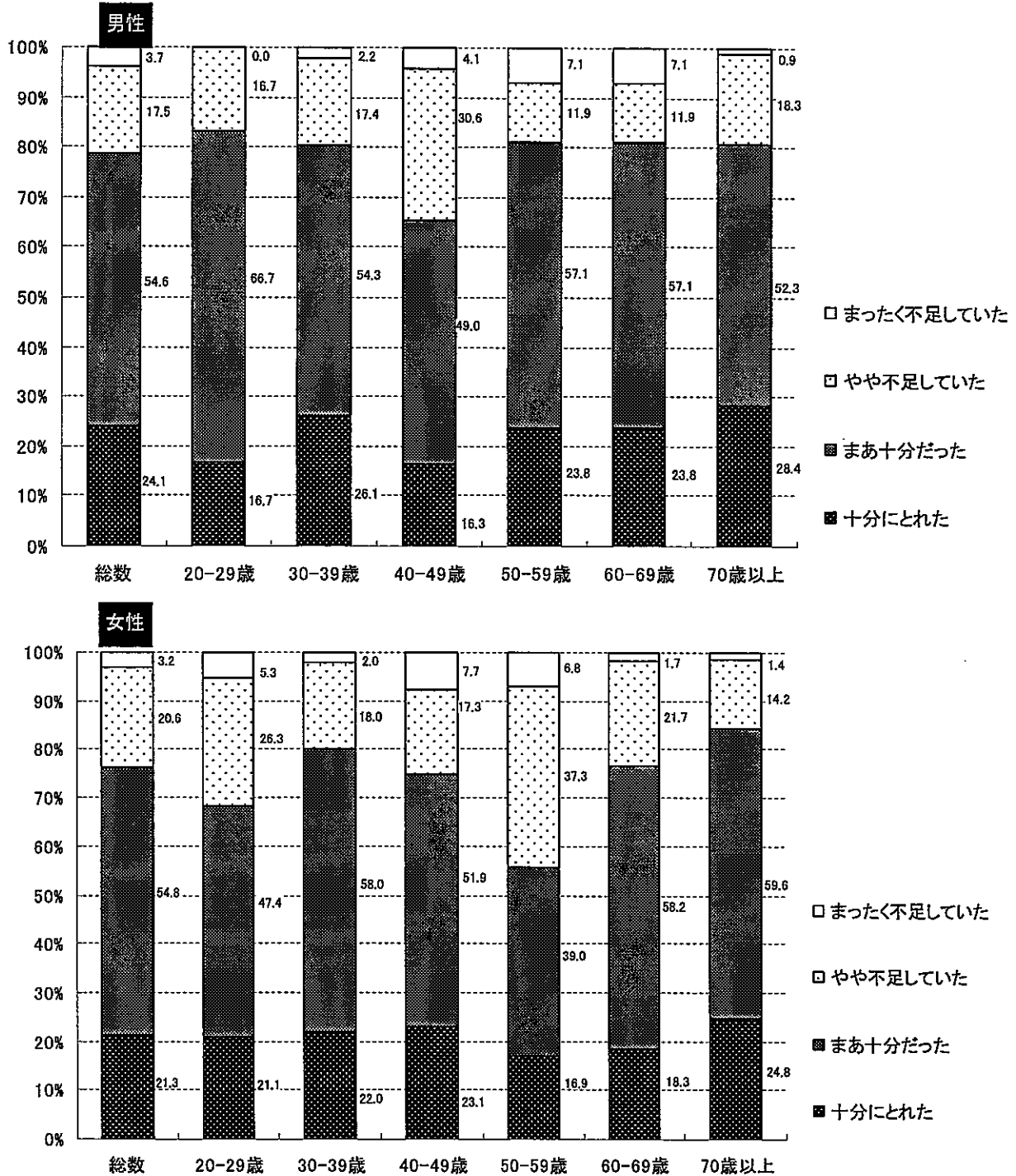


※『あなたの1日の睡眠時間は何時間ですか』の間に「5時間未満」「5時間以上6時間未満」と回答した者の合計

## 2. 休養の状況

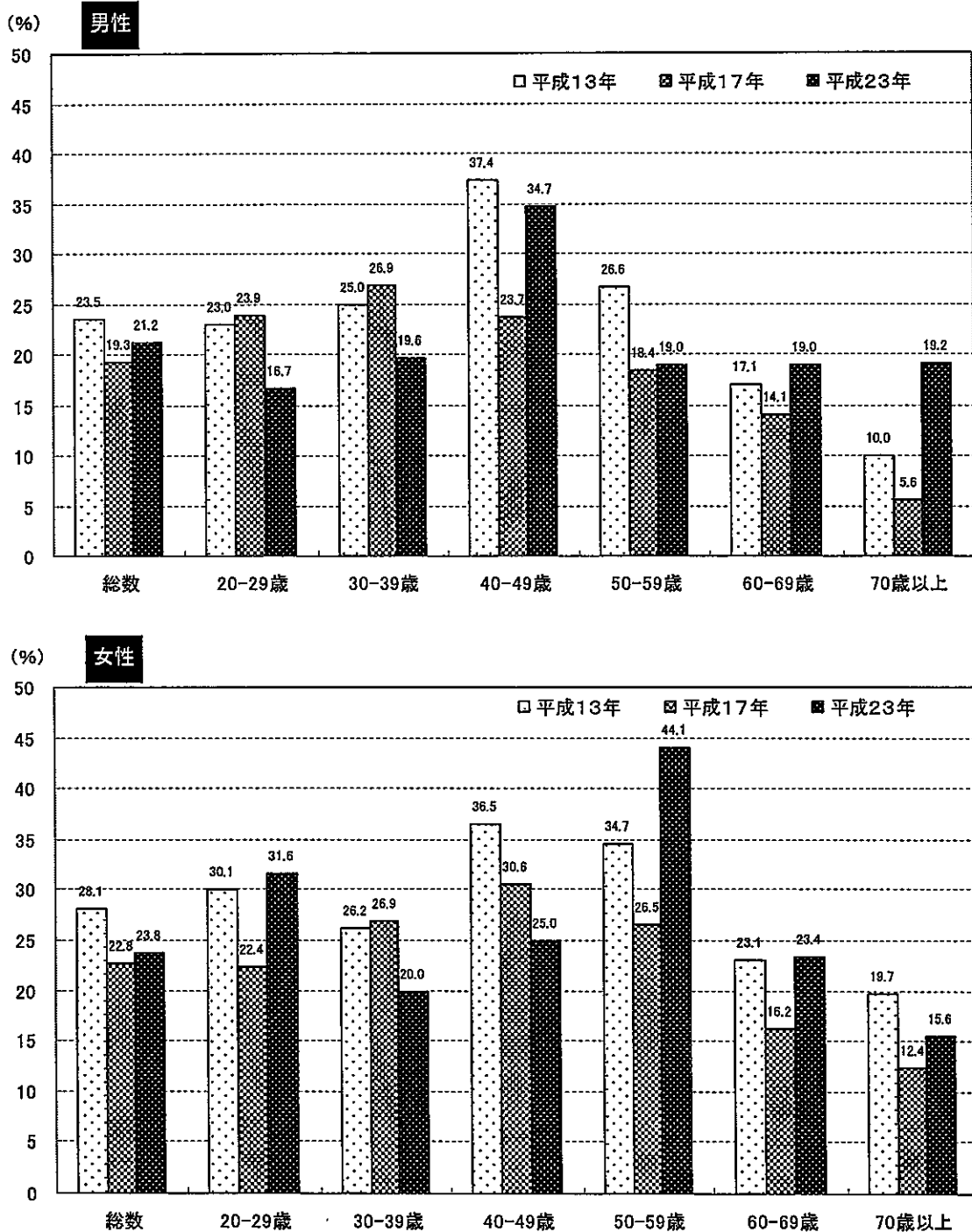
ここ1ヶ月間、睡眠で休養が「まったく不足していた」、「やや不足していた」と回答した者の割合を合わせると、男性21.2%、女性23.8%である。

図6-3 睡眠で充分休養がとれている者の割合



睡眠による休養が充分にとれていない人の割合は、平成17年に比べやや増加している。

図6-4 睡眠による休養が充分とれていない人の年次推移(平成13年~23年の推移)

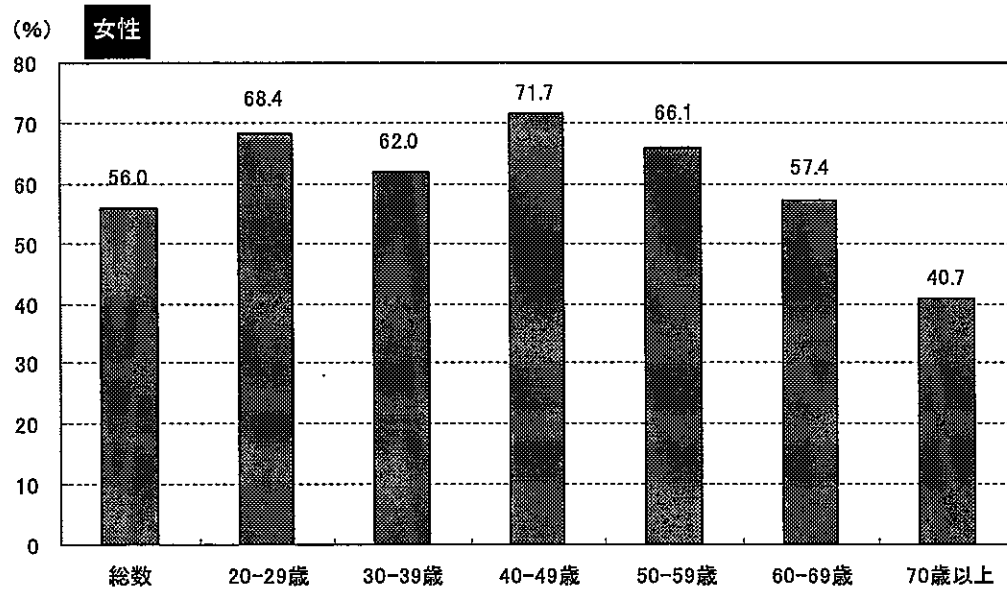
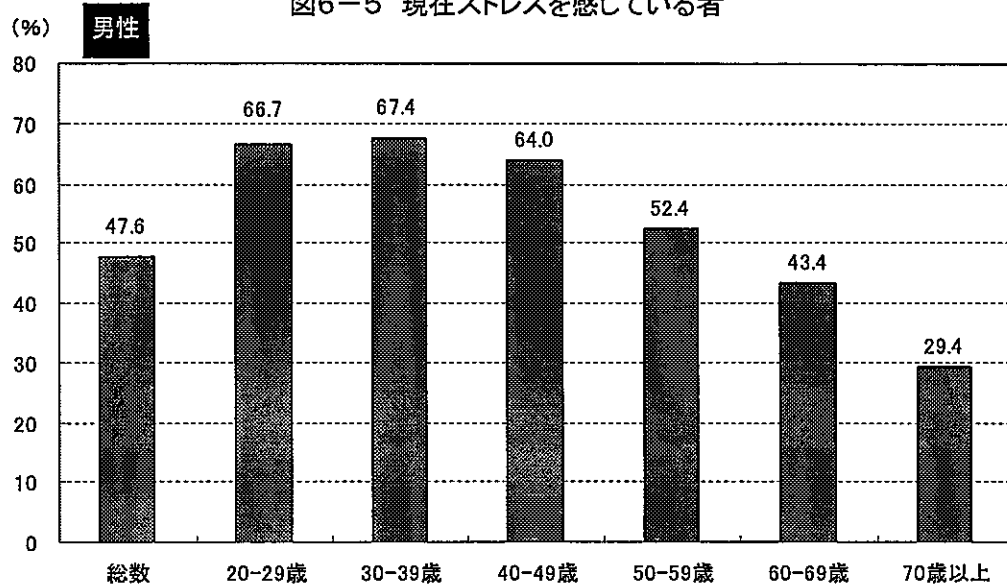


※『この1ヶ月間、睡眠によって休養が十分にとれましたか』の間に「やや不足していた」「まったく不足していた」と回答した者の合計

### 3. ストレスの状況

『現在ストレスを感じていますか』の問に対して「はい」と答えた人の割合は男性 47.6%、女性 56.0%である。

図6-5 現在ストレスを感じている者



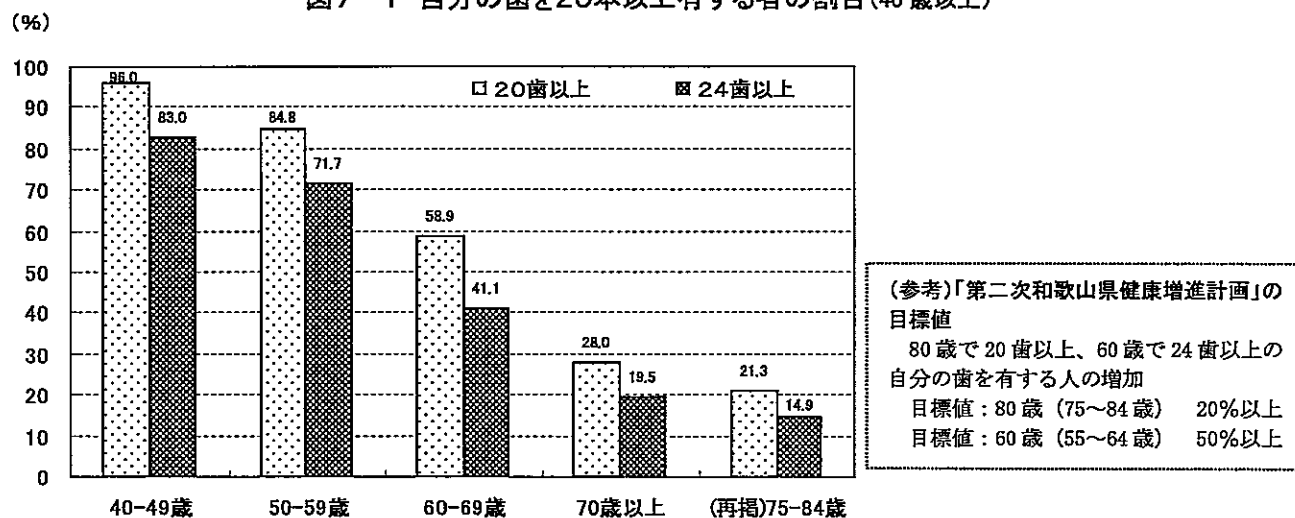
【参考】「第二次健康増進計画」の目標値  
 ストレスを感じた人の減少  
 目標値：成人 34%以下

## 第7部 歯の健康に関する状況

### 1. 歯の本数（20歯以上の割合）

自分の歯を20歯以上有する者の割合は、40歳代で96%、75歳～84歳で21.3%である。

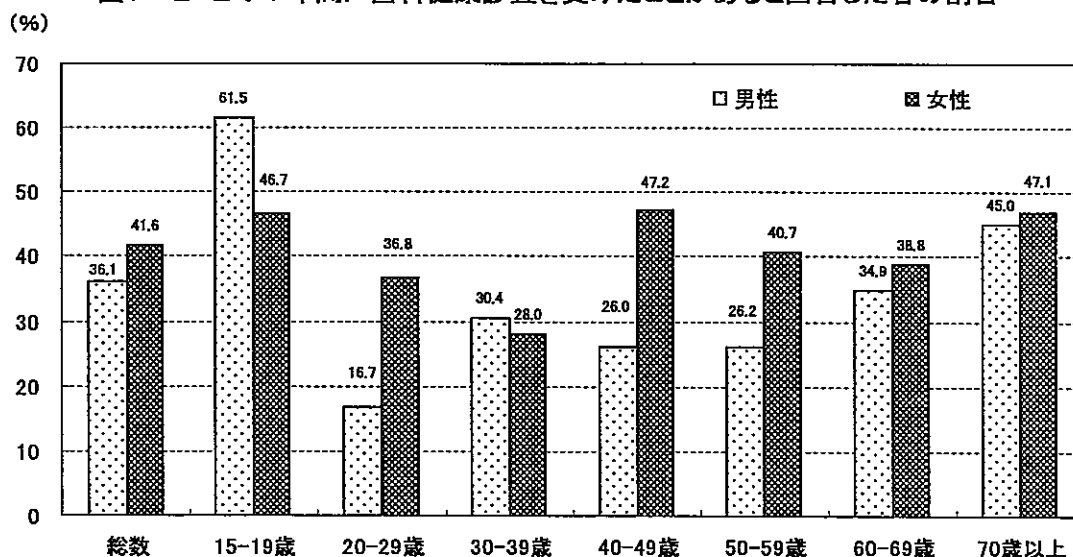
図7-1 自分の歯を20本以上有する者の割合(40歳以上)



※「自分の歯は何本ありますか」の問に対して、自己申告した歯の本数から算出

### 2. 専門家による支援と定期管理の状況

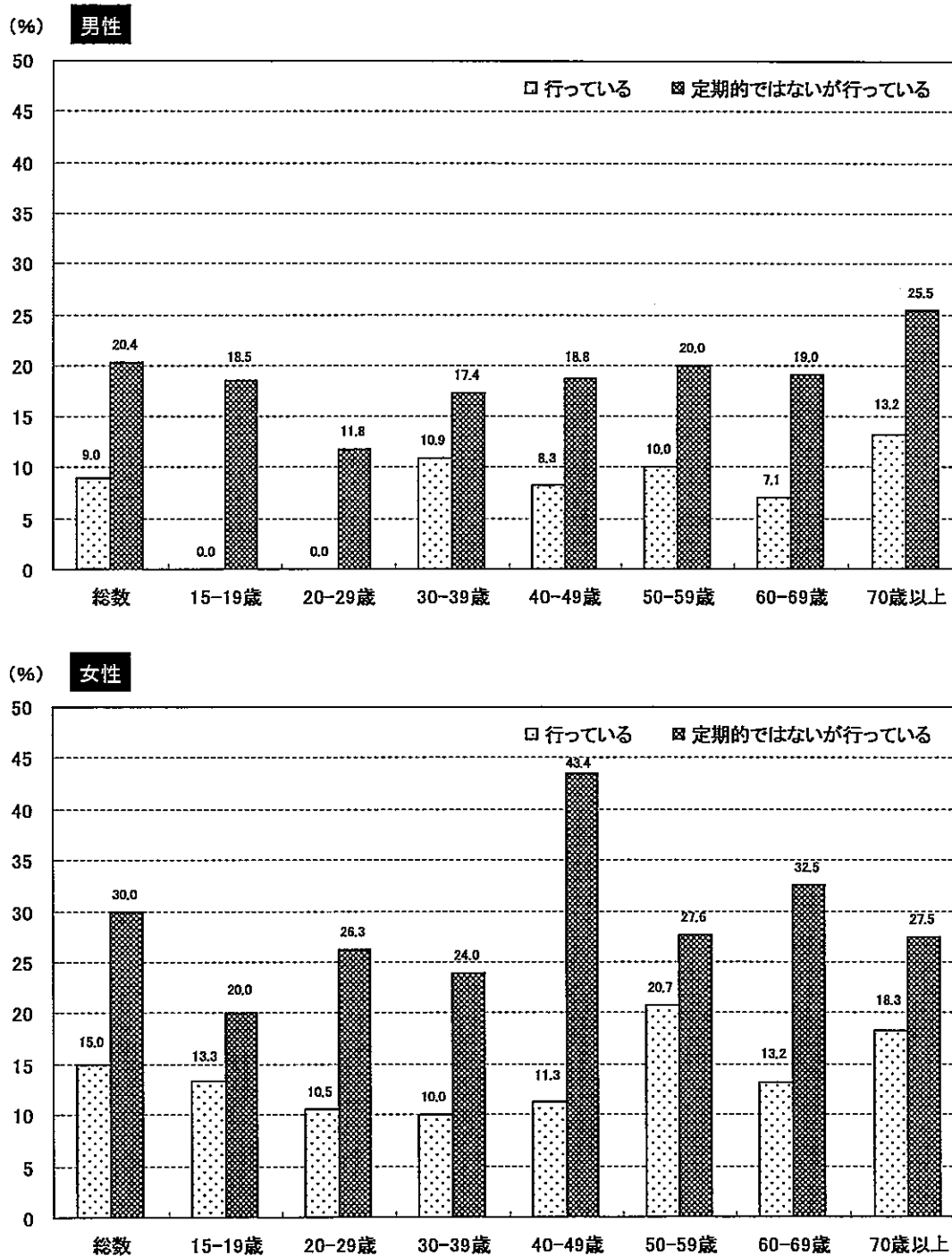
図7-2 この1年間に歯科健康診査を受けたことがあると回答した者の割合



(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 定期的な歯科健診の受診者の増加  
 目標値：成人 30%以上

歯石の除去や歯面の清掃のため、定期的に歯科診療所に行っている者の割合は、男性で9.0%、女性で15.0%である。

図 7-3 歯石の除去や歯面の清掃のため、定期的に歯科診療所に行っている者の割合



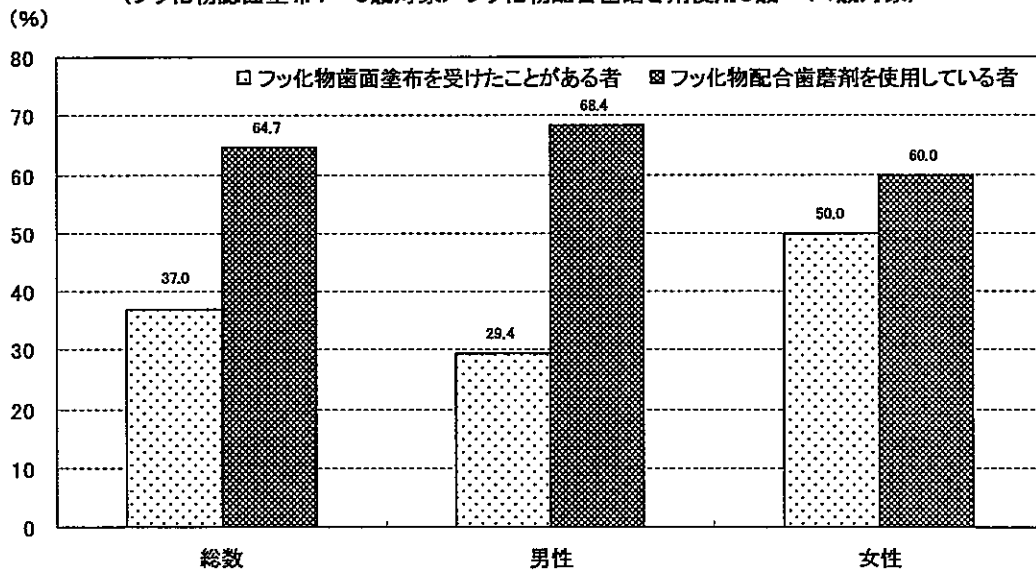
### 3. 子どものむし歯の予防の状況

フッ化物歯面塗布を受けたことのある幼児の割合は、37.0%、フッ化物配合歯磨剤を使用している学童期の子どもの割合は、64.7%である。

一方、過去1年間に歯磨きの個人指導を受けた子どもの割合は、1～5歳で51.9%であり、6～11歳で48.8%、12～14歳で48.0%である。

図7-4 むし歯の予防のために行ったこと

(フッ化物歯面塗布1～5歳対象/フッ化物配合歯磨剤使用6歳～14歳対象)

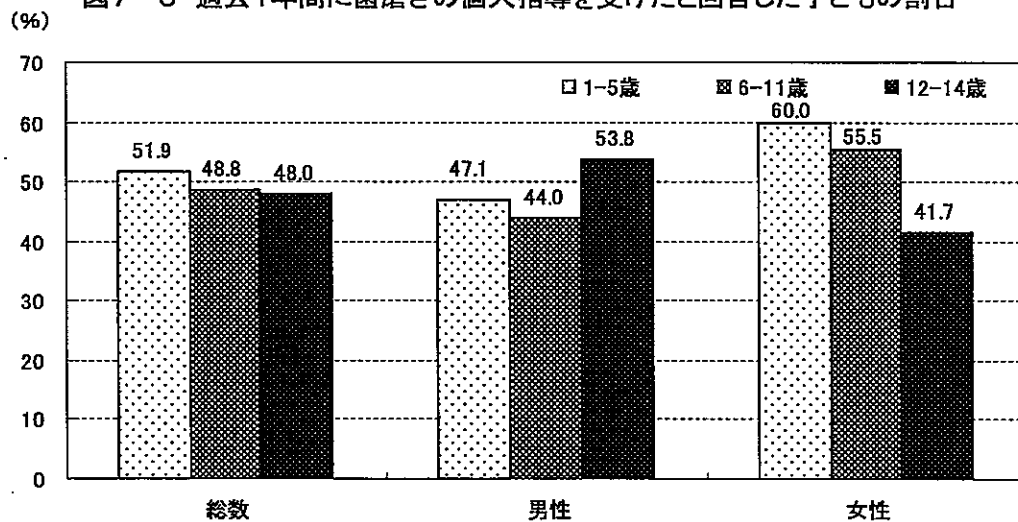


(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値

フッ化物歯面塗布を受けたことのある幼児の増加 目標値：50%

学童期におけるフッ化物配合歯磨剤使用者の増加 目標値：90%

図7-5 過去1年間に歯磨きの個人指導を受けたと回答した子どもの割合



(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値

個別的な口腔清掃指導を受ける学童児の増加 目標値：30%

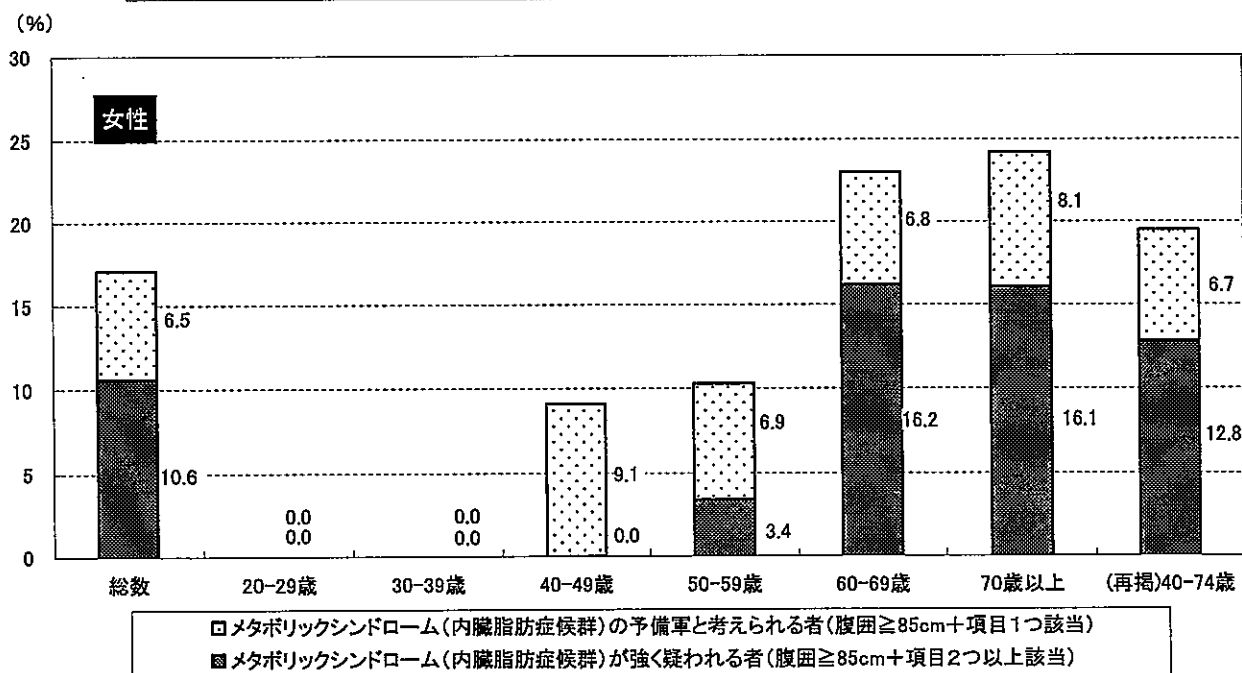
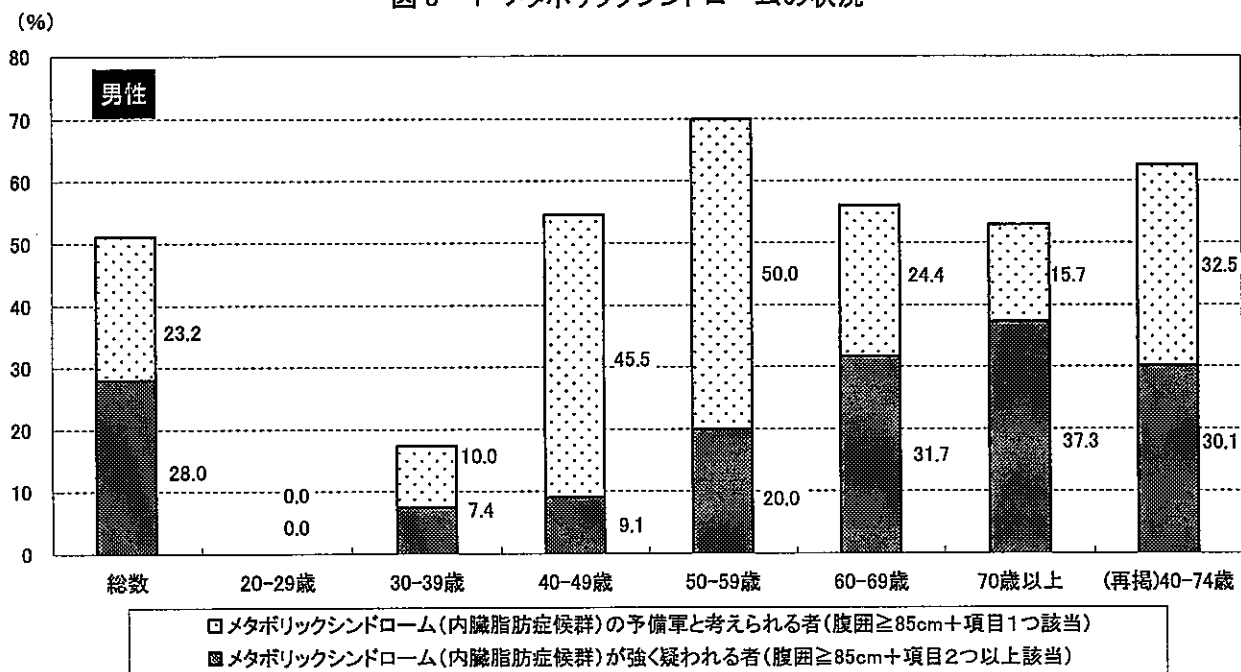


## 第8部 メタボリックシンドロームの状況

### 1. メタボリックシンドロームの状況

メタボリックシンドロームが強く疑われる者とその予備群と考えられる者を併せた割合は、男性で51.2%、女性で17.1%であった。

図8-1 メタボリックシンドロームの状況



(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
 メタボリックシンドロームの該当者の減少 目標値：平成20年度の対象者の10%以上の減少  
 メタボリックシンドロームの予備群の減少 目標値：平成20年度の対象者の10%以上の減少

## 第9部 糖尿病の状況

### 1. 糖尿病の状況

医療機関・健診で、糖尿病といわれた者は、男性で14.5%、女性で6.8%であった。そのうち、糖尿病で現在、治療を受けている者は男性で66.7%、女性で82.8%であった。

図9-1 糖尿病の者の割合(医療機関・健診でいわれたことがある)

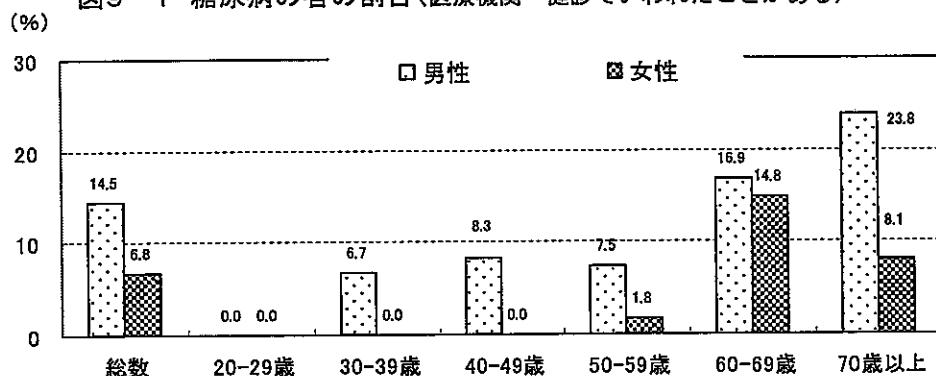


図9-2 糖尿病が強く疑われる者の割合

(ヘモグロビンA1cが6.1%以上の者または質問票で「現在糖尿病の治療を受けている」と答えた者)

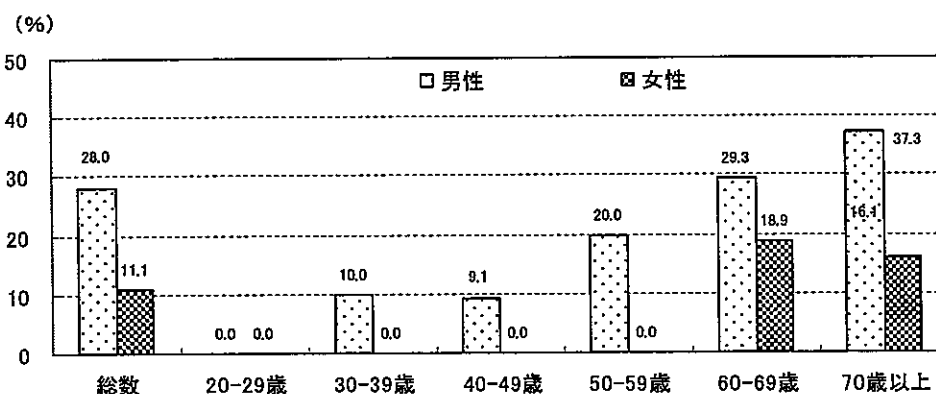
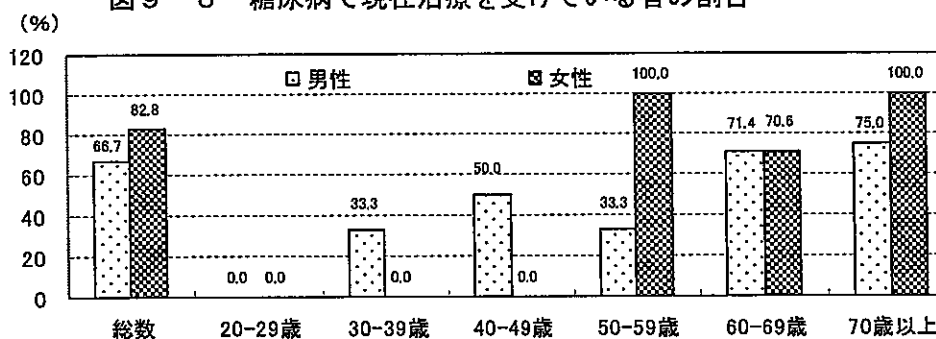


図9-3 糖尿病で現在治療を受けている者の割合



※「過去から現在にかけて継続的に受けている」「過去に中断したことが、あるが、現在は受けている」と回答した者の合計

(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
糖尿病有病者の治療の継続 目標値：100%

## 第10部 検診の受診状況

検診（住民検診・職場検診・人間ドック等）を受けている者の割合は42.8%で、がん検診では、肺がん検診が26.4%、胃がん検診22.9%、大腸がん検診21.6%であった。また、子宮がん検診18.1%、乳がん検診18.1%の受診率（1年以内）であった。

精密検査の受診率は、男性（61.7%）より女性（75.2%）の方が高かった。

図10-1 住民検診・職場検診・人間ドック等の受診率(20歳以上)

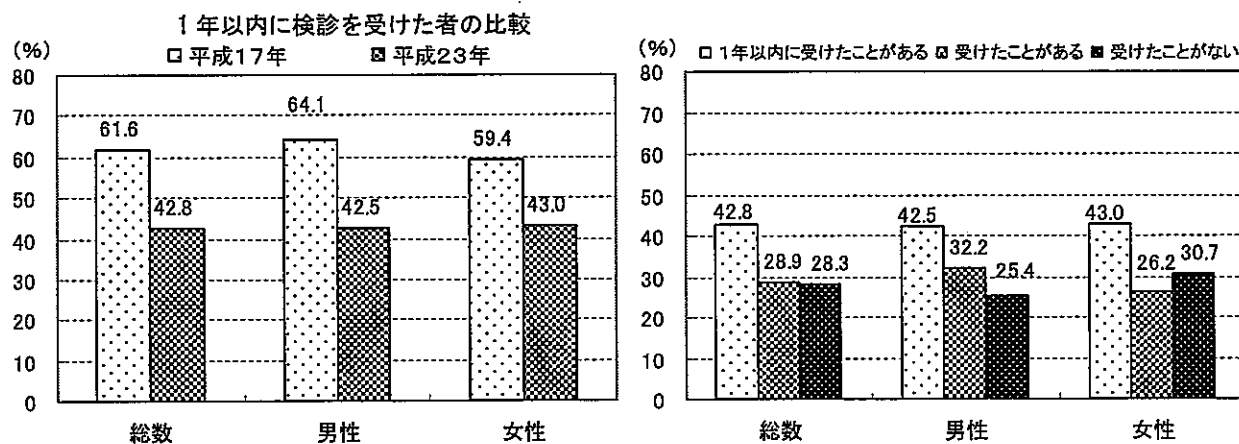


図10-2 肺がん検診受診率(20歳以上)

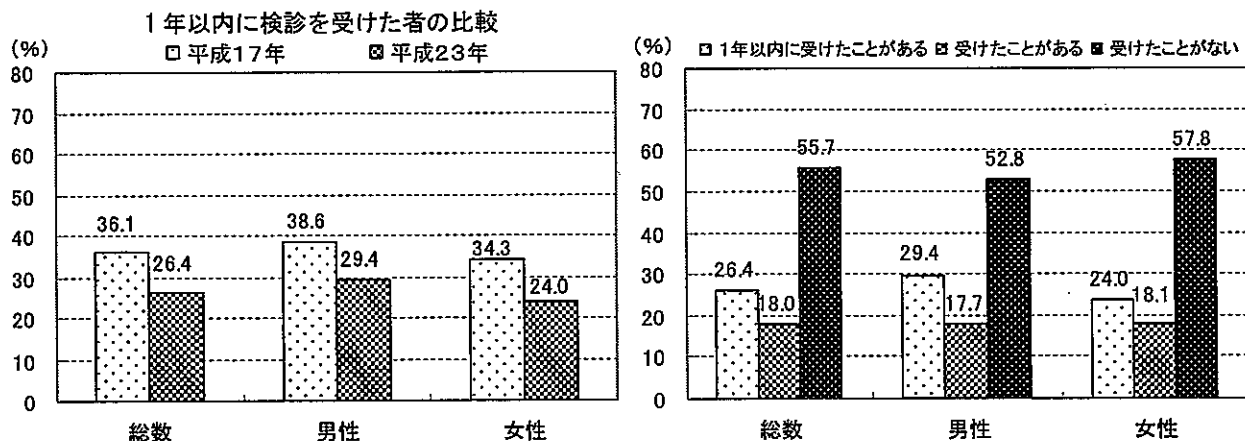


図10-3 胃がん検診受診率(20歳以上)

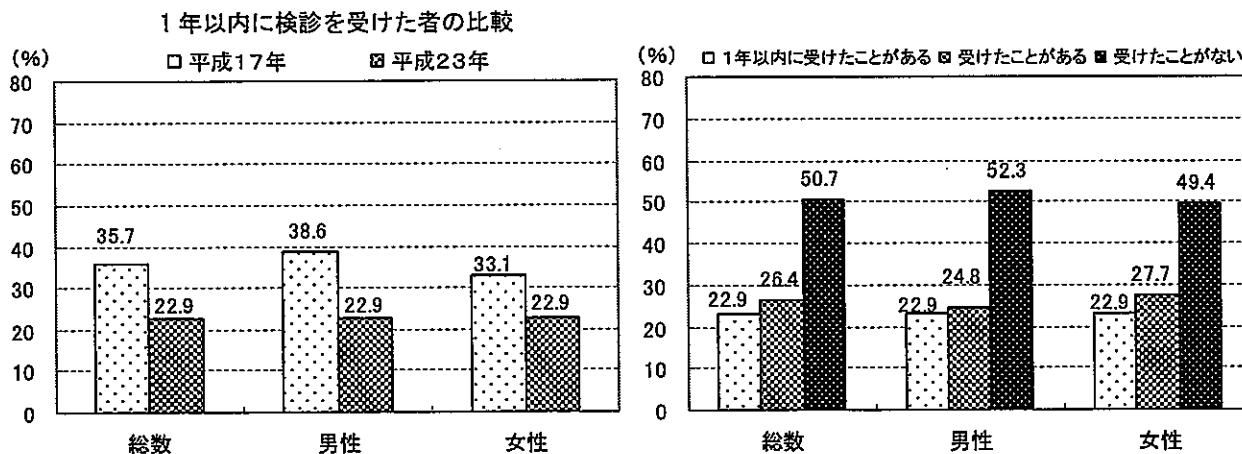


図10-4 大腸がん検診受診率(20歳以上)

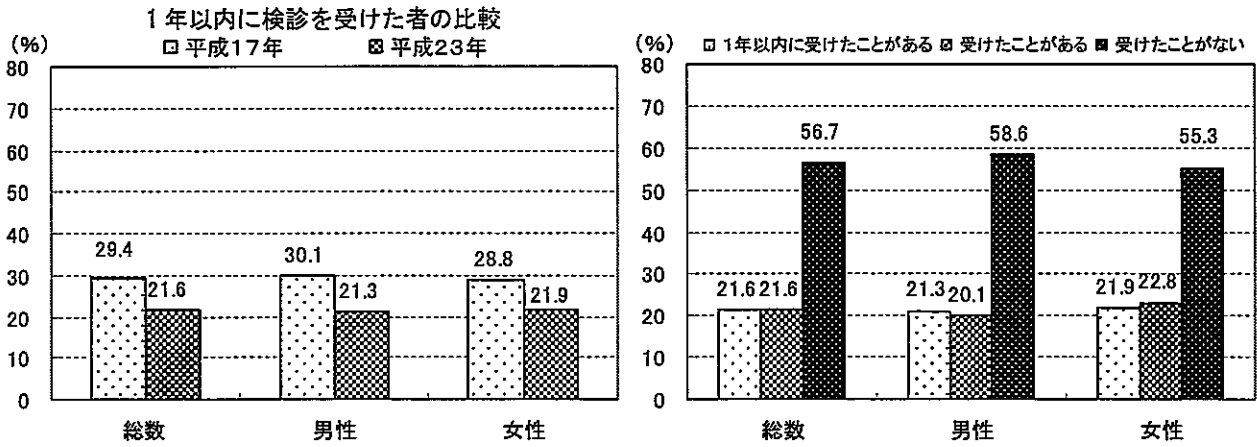


図10-5 子宮がん検診受診率(20歳以上の女性)

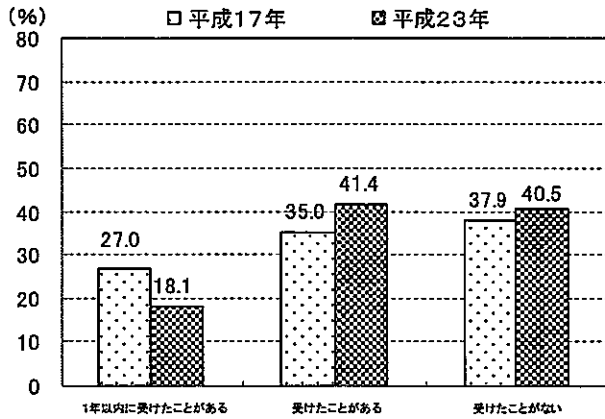


図10-6 乳がん検診受診率(20歳以上の女性)

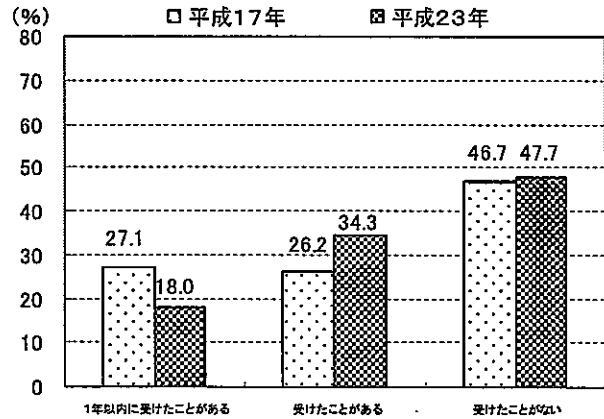
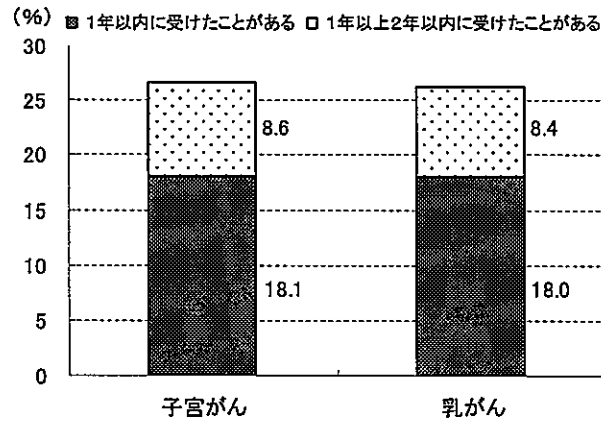


図10-7 子宮がん、乳がん検診を2年以内に受けたことがある者(20歳以上の女性)



(参考)「第二次和歌山県健康増進計画」の目標値  
各がん検診の受診率の増加 目標値：50%

図10-8 精密検査受診率(20歳以上)

