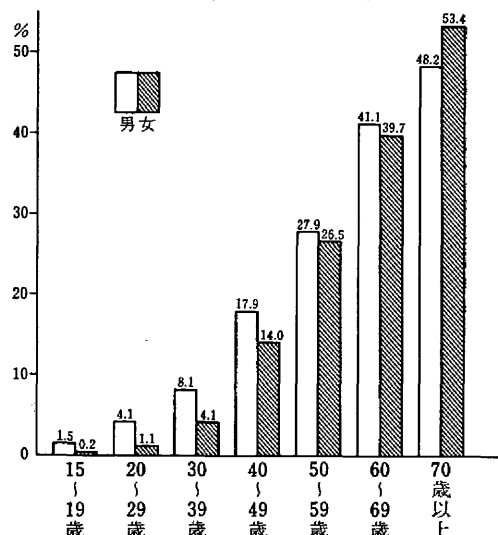


て10%以上を占め、30歳以降では16%となっている。
女では50mm以上の者が年齢の高くなるにつれて多くなり30歳以上の各層で20%を超え、特に50歳代では30%に達している(表14)。

9. 血 圧 の 状 況

血圧を測定の結果、WHOの基準に基づき最高血圧が160mmHg以上か、最低血圧が95mmHg以上の者を高血圧者とする、高血圧者は、20歳代では男4.1%、女1.1%であり、年代とともに増加し、40歳代では男17.9%、女14.0%、60歳代では男41.1%、女39.7%である(図3)。

図3 高 血 圧 発 現 率



10. アンケート調査の結果

(1) 健康に関するアンケート

問1 あなたは、ご自分で健康だと思っていますか。

(%)

		総 数	12~14歳	15~17歳	18~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40~44歳	45~49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	健康である	36.6	52.7	44.3	39.0	28.6	32.3	34.7	34.8	36.8	35.5
	普 通	60.0	45.6	54.6	59.1	69.1	65.4	63.0	61.5	59.0	56.4
	健康でない	3.4	1.7	1.1	1.9	2.3	2.3	2.3	3.7	4.2	8.1
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	健康である	42.0	49.6	43.6	40.4	37.4	44.9	44.7	44.7	36.9	37.8
	普 通	52.6	49.4	54.7	57.7	61.1	52.3	51.5	48.6	52.4	50.2
	健康でない	5.4	1.0	1.7	1.9	1.5	2.8	3.8	6.7	10.7	12.0

「健康である」と思っている者は男女とも12~14歳が最も多く、男で52.7%、女で49.6%である。また「健康でない」と答えた者は男女とも年齢が高くなるにつれて多くなる傾向がみられる。

問2 あなたはふだん次のようなことを経験することがありますか。

(%)

		総数	12~14歳	15~17歳	18~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40~44歳	45~49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	食事がおいしくない	5.0	0.9	2.8	3.5	6.1	10.1	6.4	4.6	3.6	5.1
	夜よく眠れない	6.2	2.6	2.0	6.5	6.6	7.6	6.8	6.3	7.3	8.4
	便通がよくない	6.5	4.5	3.3	5.5	9.4	7.9	5.0	6.6	7.1	7.7
	からだがだるくつかれやすい	15.8	8.2	11.8	12.4	17.6	21.3	18.4	16.3	15.6	16.1
	足が重い感じがする	6.4	1.6	2.8	3.5	5.6	6.6	6.1	8.3	8.7	9.5
	体を動かすと動悸がする	4.9	0.7	1.5	3.5	6.1	5.1	3.6	5.3	6.0	9.3
	指先き、手足のしびれ感がある	4.7	0.9	2.0	2.0	1.8	3.3	3.8	7.5	7.1	9.0
	足がはれぼったい、はれやすい	0.8	0.7	0.2	—	0.5	0.8	0.4	0.8	1.4	1.7
	以上のようなことはほとんどない	68.7	82.4	80.3	77.6	64.1	63.7	66.6	66.6	66.3	62.3

		総数	12～ 14歳	15～ 17歳	18～ 19歳	20～ 24歳	25～ 29歳	30～ 34歳	35～ 39歳	40～ 44歳	45～ 49歳
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	食事がおいしくない	4.3	1.9	2.9	3.8	5.0	4.9	3.3	4.9	5.7	4.0
	夜よく眠れない	6.9	4.0	2.7	2.8	5.0	6.4	7.7	9.1	8.4	8.3
	便通がよくない	18.8	4.0	8.8	17.9	21.3	21.9	20.7	18.0	23.8	18.9
	からだがだるくつかれやすい	18.9	9.5	11.7	14.6	17.7	18.2	19.3	19.3	23.2	24.1
	足が重い感じがする	10.0	3.1	3.4	3.3	5.7	9.8	9.6	10.1	15.4	15.5
	体を動かすと動悸がする	8.3	1.9	3.4	3.8	4.5	7.6	8.1	9.6	13.2	11.8
	指先き、手足のしびれ感がある	8.5	2.6	2.4	1.9	3.8	4.2	7.9	10.3	13.6	16.9
	足がはれぼったい、はれやすい	5.9	1.0	0.7	2.3	4.8	3.8	4.6	8.3	9.6	9.7
	以上のようなことはほとんどない	56.0	79.8	75.4	65.6	60.2	55.9	53.8	52.6	47.7	44.6

「以上のようなことはほとんどない」と答えた者は、男女とも年齢が高くなるにしたがって少なくなっており、女の方がなんらかの「症状」をうたえる者が多い傾向にある。

(2) 食生活に関するアンケート

質問 1 次の質問について該当する番号に○印をつけて下さい。

		総数	12～ 14歳	15～ 17歳	18～ 19歳	20～ 24歳	25～ 29歳	30～ 34歳	35～ 39歳	40～ 44歳	45～ 49歳
男	朝食は毎日きちんと食べる	78.6	86.8	79.8	65.5	56.3	72.6	79.2	85.0	86.3	87.0
	毎日にんじんやほうれん草など色の濃いやさいを食べる	58.6	53.8	58.8	55.6	49.2	57.0	60.2	61.6	61.7	64.0
	毎日生野菜を食べる	43.8	37.8	45.8	43.8	45.6	45.9	41.8	43.6	44.7	43.7
	毎日果物を食べる	60.8	71.9	72.0	60.4	49.6	55.6	60.0	60.7	61.7	62.0
	ほとんど毎日、肉か魚が卵を食べる	93.4	94.2	93.9	91.1	88.1	92.7	95.8	93.8	94.8	94.4
	牛乳を毎日飲む	32.6	76.0	50.3	36.4	27.8	29.5	23.9	22.6	24.7	28.1
	ヨーグルト、チーズなどを1日1回は食べる	8.3	13.2	12.4	8.9	9.0	6.8	6.9	6.0	7.5	7.6
	油を使った料理を1日1回は食べる	81.2	82.1	86.1	86.6	82.9	82.1	80.6	80.5	78.2	77.5
	こんぶ、わかめ、のりなど海草を1週間に3回以上食べる	79.2	75.2	75.8	75.4	70.7	74.1	80.8	84.2	85.3	84.9
	いも類を1日1回は食べる	14.7	17.5	16.1	13.7	13.2	14.7	12.4	13.5	16.1	15.6
女	朝食は毎日きちんと食べる	81.9	86.7	77.6	60.9	67.4	80.2	85.2	89.1	85.7	88.3
	毎日にんじんやほうれん草など色の濃いやさいを食べる	62.5	61.2	60.9	55.5	59.0	59.4	62.4	63.5	66.9	67.5
	毎日生野菜を食べる	45.4	43.8	46.7	46.1	49.7	46.6	42.0	42.7	46.2	45.2
	毎日果物を食べる	76.9	81.0	77.6	70.3	73.8	74.8	77.4	78.3	78.4	78.5
	ほとんど毎日、肉か魚が卵を食べる	92.1	91.5	91.1	87.7	89.4	93.0	94.2	93.2	92.3	91.8
	牛乳を毎日飲む	31.9	75.0	43.6	33.8	34.8	31.7	23.6	23.1	23.4	25.6
	ヨーグルト、チーズなどを1日1回は食べる	8.9	11.7	10.2	12.6	10.1	8.0	7.2	7.6	8.6	9.2
	油を使った料理を1日1回は食べる	81.9	85.4	87.7	85.8	86.4	81.5	79.0	79.2	79.9	79.9
	こんぶ、わかめ、のりなど海草を1週間に3回以上食べる	81.2	79.2	76.2	70.0	73.3	77.7	85.8	86.8	86.2	84.4
	いも類を1日1回は食べる	19.0	21.7	20.0	14.8	17.5	15.7	17.4	16.5	21.5	25.3

質問1の結果からみた食物のとり方について

(質問1に対し回答された○の数により次のように分類した。9～10個：大変よい，7～8個：よい，5～6個：少し悪い，4以下：悪い)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	悪 い	28.1	17.8	22.1	34.6	40.6	33.0	30.3	25.9	24.3	24.4
	少し 悪い	41.8	38.1	38.8	33.2	38.3	40.3	42.3	44.9	46.7	44.7
	よ い	26.8	37.9	33.1	28.7	18.5	23.8	24.5	26.9	26.9	27.6
	大 変 よい	3.3	6.2	6.0	3.5	2.6	2.9	2.9	2.3	2.1	3.3
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	悪 い	21.5	13.6	21.1	32.2	25.2	25.3	22.8	20.0	19.1	16.9
	少し 悪い	41.8	33.9	39.6	38.9	40.7	38.9	44.0	45.3	44.1	45.0
	よ い	32.0	43.9	32.9	23.0	30.1	31.8	28.8	32.1	31.9	33.3
	大 変 よい	4.7	8.6	6.4	5.9	4.0	4.0	4.4	2.6	4.9	4.8

質問1の結果から食物の取り方をみると各年齢層とも男の方が女よりも「悪い」者が多い。

「悪い」者について、年齢別にみると、男では12～14歳が17.8%で最も低く、20～24歳が40.6%で最も高い。同じく女では12～14歳が13.6%で最も低く、18～19歳が32.2%で最も高くなっている。

質問2 あなたのふだんの主食(1日3食のうち2食以上食べているもの)は何ですか。

(%)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	ご は ん	95.9	91.4	96.2	94.5	95.8	96.4	97.1	95.8	96.8	96.7
	パ ン	1.2	6.0	1.9	2.6	1.2	0.4	0.2	0.6	0.6	0.4
	め ん	1.0	0.7	0.5	0.3	1.5	1.1	0.8	0.9	1.0	1.3
	そ の 他	1.9	1.9	1.4	2.6	1.5	2.1	1.9	2.7	1.6	1.6
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	ご は ん	92.8	91.3	92.3	86.1	87.5	92.6	94.0	94.4	94.9	95.7
	パ ン	4.2	7.3	6.8	9.8	7.5	4.5	3.0	2.0	2.4	1.3
	め ん	0.6	0.4	0.2	0.3	1.2	0.4	0.4	0.8	0.7	0.5
	そ の 他	2.4	1.0	0.7	3.8	3.8	2.5	2.6	2.8	2.0	2.5

「主食」の種類は「ごはん」が圧倒的に多いが男女別にみると、女の方が男より「ごはん」の頻度が低く「パン」「その他」が多くなっている。

年齢別にみると、女の18～24歳では「ごはん」が他と比較して低率となっている。

質問3 あなたは、ふだん即席めん（インスタントラーメン、カップめんなど）を食べますか。

(%)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日1回以上	1.9	2.8	4.9	3.8	3.3	1.6	0.9	1.0	1.0	0.9
	2日に1回以上	7.4	12.1	16.4	15.7	11.0	4.9	5.0	4.0	4.2	4.4
	1週間に1回以上	39.2	51.8	52.9	49.5	44.2	39.8	35.8	35.7	33.8	26.9
	ほとんど食べない	51.5	33.3	25.8	31.0	41.5	53.5	58.3	59.3	61.0	67.8
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日1回以上	0.8	0.8	1.0	0.9	0.9	0.6	0.9	0.4	0.9	0.7
	2日に1回以上	4.1	6.3	9.7	6.3	4.6	2.7	3.6	3.6	3.0	2.6
	1週間に1回以上	35.0	51.3	46.4	45.1	35.2	33.9	35.9	33.9	28.1	25.0
	ほとんど食べない	60.1	41.6	42.9	47.7	59.3	62.8	59.6	62.1	68.0	71.7

「即席めん」の摂取頻度は、男の方が女よりも多く、男の15～17歳で約5%の者が「毎日1回以上」食べており、「ほとんど食べない」は25.8%と他の年齢層と比較して少なくなっている。

質問4 あなたはふだんコーヒー・紅茶を飲みますか

(%)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日5回以上	1.8	0.7	1.3	1.3	2.9	2.0	2.5	1.1	1.6	1.8
	毎日3～4回	39.7	6.1	29.9	2.2	39.5	3.8	47.9	7.7	49.6	8.6
	毎日1～2回	31.8	27.0	34.4	38.9	38.1	35.7	32.7	29.9	29.3	24.7
	週に2～3回	29.6	37.7	39.8	32.6	32.2	29.5	26.8	26.3	27.0	24.1
	ほとんど飲まない	30.7	32.4	20.7	19.5	18.2	23.2	31.3	36.9	36.4	45.8
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日5回以上	1.1	0.4	0.9	1.3	2.2	1.3	0.9	1.4	0.9	0.5
	毎日3～4回	36.3	4.3	29.0	1.5	32.6	2.4	38.2	5.4	46.5	7.4
	毎日1～2回	30.9	27.1	29.3	31.5	36.9	33.4	33.1	32.1	29.0	23.7
	週に2～3回	31.6	38.7	40.0	40.7	28.9	28.7	32.3	31.2	30.2	27.4
	ほとんど飲まない	32.1	32.3	27.4	21.1	24.6	30.8	29.5	31.4	35.4	45.6

「コーヒー・紅茶」を毎日1回以上飲むものは、男女とも20～24歳で最も高く、それぞれ49.6%、46.5%でほぼ半数であり、年齢が高くなるにしたがって少なくなり45～49歳では男女とも半数近くがほとんど飲まなくなっている。

質問5 コーヒー・紅茶を飲む時にさとうを入れますか。

(%)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	入 れ る	95.2	97.8	95.8	94.0	95.0	93.6	95.9	95.1	93.8	97.0
	入 れ ない	4.8	2.2	4.2	6.0	5.0	6.4	4.1	4.9	6.2	3.0
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	入 れ る	93.1	97.2	94.0	90.8	86.2	92.5	95.1	92.9	94.7	95.6
	入 れ ない	6.9	2.8	6.0	9.2	13.8	7.5	4.9	7.1	5.3	4.4

「コーヒー・紅茶を飲む」もののうち、さとうを入れないものは少ないが、男と女を比較すると男の方が「さとうを入れる」者の割合が高い。

質問6 あなたは、ふだん清涼飲料水（サイダー、ジュース、コーラなど）を飲みますか。

(%)

		総 数	12～14歳	15～17歳	18～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳
男	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日3本以上	0.9	1.3	2.1	2.2	1.9	0.9	0.3	0.5	0.6	0.2
	毎日2本	18.5	3.4	21.8	4.1	33.5	5.6	35.1	8.0	30.7	7.0
	毎日1本	14.2	16.4	25.8	24.9	21.8	16.1	12.5	8.5	8.3	6.5
	週に2～3本	37.4	48.4	48.2	42.2	45.1	45.0	34.0	32.4	27.3	26.2
	ほとんど飲まない	44.1	29.8	18.3	22.7	24.2	34.2	51.1	56.2	62.8	65.9
女	総 数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	毎日3本以上	0.2	—	0.3	0.6	0.3	0.2	0.1	0.3	0.3	0.1
	毎日2本	8.9	1.1	14.6	2.1	16.4	1.7	19.9	3.2	12.6	1.9
	毎日1本	7.6	12.5	14.4	16.1	10.4	7.5	5.0	4.8	4.8	4.6
	週に2～3本	31.7	46.6	48.0	46.7	40.1	30.9	27.3	25.4	23.1	22.6
	ほとんど飲まない	59.4	38.8	35.6	33.4	47.3	60.3	67.1	68.9	71.1	72.2

「清涼飲料水」を毎日1本以上飲むものは、男の方が女よりも多く、男女とも18～19歳で最も高く、それぞれ35%、20%であり、一方「ほとんど飲まない」者は、平均で男44%、女59%となっており、年齢が高くなるにしたがって増加している。