

3-8-2 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。

2. 家族や周りの人の支援(朝食を用意してくれる)

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	482	40.7	27	40.3	20	32.8	45	41.7	52	29.7	64	34.4	127	43.6	147	49.8	455	40.8
	女性	177	12.8	34	53.1	14	20.6	23	16.7	18	9.0	15	6.8	23	6.9	50	13.7	143	10.8
	計	659	25.6	61	46.6	34	26.4	68	27.6	70	18.6	79	19.4	150	24.1	197	29.8	598	24.5
いいえ	男性	695	58.7	40	59.7	41	67.2	63	58.3	123	70.3	121	65.1	163	56.0	144	48.8	655	58.7
	女性	1,197	86.2	28	43.8	54	79.4	114	82.6	183	91.0	204	92.3	303	91.5	311	85.2	1,169	88.3
	計	1,892	73.6	68	51.9	95	73.6	177	72.0	306	81.4	325	79.9	466	74.9	455	68.9	1,824	74.8
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-3 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。
 3. 夕食や夜食を取りすぎない

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	241	20.4	5	7.5	6	9.8	12	11.1	22	12.6	34	18.3	68	23.4	94	31.9	236	21.1
	女性	367	26.4	6	9.4	9	13.2	14	10.1	34	16.9	55	24.9	121	36.6	128	35.1	361	27.3
	計	608	23.6	11	8.4	15	11.6	26	10.6	56	14.9	89	21.9	189	30.4	222	33.6	597	24.5
いいえ	男性	936	79.1	62	92.5	55	90.2	96	88.9	153	87.4	151	81.2	222	76.3	197	66.8	874	78.3
	女性	1,007	72.6	56	87.5	59	86.8	123	89.1	167	83.1	164	74.2	205	61.9	233	63.8	951	71.8
	計	1,943	75.6	118	90.1	114	88.4	219	89.0	320	85.1	315	77.4	427	68.6	430	65.2	1,825	74.8
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-4 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。

4. 早く寝る、よく眠る

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	375	31.7	28	41.8	17	27.9	32	29.6	40	22.9	40	21.5	93	32.0	125	42.4	347	31.1
	女性	453	32.6	19	29.7	22	32.4	49	35.5	64	31.8	53	24.0	116	35.0	130	35.6	434	32.8
	計	828	32.2	47	35.9	39	30.2	81	32.9	104	27.7	93	22.9	209	33.6	255	38.6	781	32.0
いいえ	男性	802	67.8	39	58.2	44	72.1	76	70.4	135	77.1	145	78.0	197	67.7	166	56.3	763	68.4
	女性	921	66.4	43	67.2	46	67.6	88	63.8	137	68.2	166	75.1	210	63.4	231	63.3	878	66.3
	計	1,723	67.0	82	62.6	90	69.8	164	66.7	272	72.3	311	76.4	407	65.4	397	60.2	1,641	67.3
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-5 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。

5. 外食やコンビニ等で手軽に朝食をとれる環境

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	44	3.7	5	7.5	5	8.2	6	5.6	8	4.6	8	4.3	5	1.7	7	2.4	39	3.5
	女性	30	2.2	2	3.1	3	4.4	6	4.3	3	1.5	3	1.4	7	2.1	6	1.6	28	2.1
	計	74	2.9	7	5.3	8	6.2	12	4.9	11	2.9	11	2.7	12	1.9	13	2.0	67	2.7
いいえ	男性	1,133	95.8	62	92.5	56	91.8	102	94.4	167	95.4	177	95.2	285	97.9	284	96.3	1,071	96.0
	女性	1,344	96.8	60	93.8	65	95.6	131	94.9	198	98.5	216	97.7	319	96.4	355	97.3	1,284	97.0
	計	2,477	96.3	122	93.1	121	93.8	233	94.7	365	97.1	393	96.6	604	97.1	639	96.8	2,355	96.5
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-6 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。

6. 残業時間の短縮など労働環境の改善

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	87	7.4	1	1.5	2	3.3	32	29.6	22	12.6	19	10.2	9	3.1	2	0.7	86	7.7
	女性	52	3.7	1	1.6	10	14.7	13	9.4	12	6.0	10	4.5	5	1.5	1	0.3	51	3.9
	計	139	5.4	2	1.5	12	9.3	45	18.3	34	9.0	29	7.1	14	2.3	3	0.5	137	5.6
いいえ	男性	1,090	92.1	66	98.5	59	96.7	76	70.4	153	87.4	166	89.2	281	96.6	289	98.0	1,024	91.8
	女性	1,322	95.2	61	95.3	58	85.3	124	89.9	189	94.0	209	94.6	321	97.0	360	98.6	1,261	95.2
	計	2,412	93.8	127	96.9	117	90.7	200	81.3	342	91.0	375	92.1	602	96.8	649	98.3	2,285	93.6
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-7 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。
7. 特にない

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	292	24.7	11	16.4	12	19.7	21	19.4	60	34.3	54	29.0	82	28.2	52	17.6	281	25.2
	女性	329	23.7	10	15.6	16	23.5	34	24.6	62	30.8	76	34.4	74	22.4	57	15.6	319	24.1
	計	621	24.2	21	16.0	28	21.7	55	22.4	122	32.4	130	31.9	156	25.1	109	16.5	600	24.6
いいえ	男性	885	74.8	56	83.6	49	80.3	87	80.6	115	65.7	131	70.4	208	71.5	239	81.0	829	74.3
	女性	1,045	75.3	52	81.3	52	76.5	103	74.6	139	69.2	143	64.7	252	76.1	304	83.3	993	75.0
	計	1,930	75.1	108	82.4	101	78.3	190	77.2	254	67.6	274	67.3	460	74.0	543	82.3	1,822	74.7
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-8-8 あなたが今より(今までどおり)朝食を食べるためには、どのようなことが必要ですか。

8. わからない

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
はい	男性	47	4.0	4	6.0	11	18.0	3	2.8	10	5.7	3	1.6	8	2.7	8	2.7	43	3.9
	女性	17	1.2	4	6.3	2	2.9	3	2.2	3	1.5	3	1.4	0	0.0	2	0.5	13	1.0
	計	64	2.5	8	6.1	13	10.1	6	2.4	13	3.5	6	1.5	8	1.3	10	1.5	56	2.3
いいえ	男性	1,130	95.5	63	94.0	50	82.0	105	97.2	165	94.3	182	97.8	282	96.9	283	95.9	1,067	95.6
	女性	1,357	97.8	58	90.6	66	97.1	134	97.1	198	98.5	216	97.7	326	98.5	359	98.4	1,299	98.1
	計	2,487	96.7	121	92.4	116	89.9	239	97.2	363	96.5	398	97.8	608	97.7	642	97.3	2,366	97.0
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	4	1.4	6	0.5
	女性	14	1.0	2	3.1	0	0.0	1	0.7	0	0.0	2	0.9	5	1.5	4	1.1	12	0.9
	計	20	0.8	2	1.5	0	0.0	1	0.4	0	0.0	3	0.7	6	1.0	8	1.2	18	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-9 あなたはご自身の食事について、今後どのようにしたいと思いますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		(再掲)20-69歳		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
今よりよくしたい	男性	332	28.1	16	23.9	20	32.8	36	33.3	53	30.3	64	34.4	70	24.1	73	24.7	316	28.3	243	29.6
	女性	625	45.0	27	42.2	29	42.6	78	56.5	105	52.2	106	48.0	149	45.0	131	35.9	598	45.2	467	48.7
	計	957	37.2	43	32.8	49	38.0	114	46.3	158	42.0	170	41.8	219	35.2	204	30.9	914	37.5	710	39.9
今のままでよい	男性	589	49.8	29	43.3	21	34.4	49	45.4	75	42.9	72	38.7	170	58.4	173	58.6	560	50.2	387	47.1
	女性	554	39.9	25	39.1	27	39.7	32	23.2	61	30.3	75	33.9	146	44.1	188	51.5	529	40.0	341	35.6
	計	1,143	44.5	54	41.2	48	37.2	81	32.9	136	36.2	147	36.1	316	50.8	361	54.7	1,089	44.6	728	40.9
特に考えていない	男性	256	21.6	22	32.8	20	32.8	23	21.3	47	26.9	48	25.8	50	17.2	46	15.6	234	21.0	188	22.9
	女性	192	13.8	9	14.1	12	17.6	26	18.8	34	16.9	39	17.6	35	10.6	37	10.1	183	13.8	146	15.2
	計	448	17.4	31	23.7	32	24.8	49	19.9	81	21.5	87	21.4	85	13.7	83	12.6	417	17.1	334	18.8
無回答	男性	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.1	1	0.3	3	1.0	6	0.5	3	0.4
	女性	17	1.2	3	4.7	0	0.0	2	1.4	1	0.5	1	0.5	1	0.3	9	2.5	14	1.1	5	0.5
	計	23	0.9	3	2.3	0	0.0	2	0.8	1	0.3	3	0.7	2	0.3	12	1.8	20	0.8	8	0.4
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0	821	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0	959	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0	1,780	100.0

3-9-1 それはどのようなことですか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
食品の種類を増やす	男性	71	8.7	5	14.3	4	7.4	7	8.8	13	10.1	14	9.4	8	4.5	20	10.5	66	8.5
	女性	203	13.1	2	3.0	12	16.4	31	15.9	35	13.4	38	15.6	50	13.2	35	10.7	201	13.6
	計	274	11.6	7	6.9	16	12.6	38	13.8	48	12.3	52	13.2	58	10.4	55	10.6	267	11.8
カロリーを減らす	男性	146	17.9	4	11.4	13	24.1	19	23.8	24	18.6	34	22.8	31	17.3	21	11.1	142	18.2
	女性	226	14.6	10	15.2	5	6.8	28	14.4	42	16.1	43	17.6	55	14.5	43	13.1	216	14.6
	計	372	15.7	14	13.9	18	14.2	47	17.1	66	16.9	77	19.6	86	15.4	64	12.4	358	15.8
牛乳・乳製品・小魚類を増やす	男性	50	6.1	3	8.6	3	5.6	1	1.3	3	2.3	5	3.4	13	7.3	22	11.6	47	6.0
	女性	146	9.4	6	9.1	8	11.0	13	6.7	17	6.5	18	7.4	47	12.4	37	11.3	140	9.5
	計	196	8.3	9	8.9	11	8.7	14	5.1	20	5.1	23	5.9	60	10.7	59	11.4	187	8.3
緑黄色野菜を増やす	男性	136	16.7	9	25.7	11	20.4	13	16.3	18	14.0	25	16.8	31	17.3	29	15.3	127	16.3
	女性	288	18.6	18	27.3	20	27.4	50	25.6	49	18.8	38	15.6	62	16.3	51	15.6	270	18.2
	計	424	18.0	27	26.7	31	24.4	63	22.9	67	17.2	63	16.0	93	16.6	80	15.5	397	17.6
塩分を減らす	男性	177	21.7	3	8.6	7	13.0	11	13.8	28	21.7	35	23.5	45	25.1	48	25.3	174	22.3
	女性	291	18.8	4	6.1	11	15.1	33	16.9	43	16.5	39	16.0	80	21.1	81	24.8	287	19.4
	計	468	19.8	7	6.9	18	14.2	44	16.0	71	18.2	74	18.8	125	22.4	129	25.0	461	20.4
脂肪分を減らす	男性	107	13.1	3	8.6	9	16.7	13	16.3	19	14.7	21	14.1	24	13.4	18	9.5	104	13.3
	女性	143	9.2	7	10.6	6	8.2	15	7.7	28	10.7	31	12.7	30	7.9	26	8.0	136	9.2
	計	250	10.6	10	9.9	15	11.8	28	10.2	47	12.1	52	13.2	54	9.7	44	8.5	240	10.6
食物繊維の多い食品を増やす	男性	80	9.8	3	8.6	4	7.4	8	10.0	18	14.0	5	3.4	20	11.2	22	11.6	77	9.9
	女性	154	10.0	6	9.1	5	6.8	13	6.7	29	11.1	25	10.2	36	9.5	40	12.2	148	10.0
	計	234	9.9	9	8.9	9	7.1	21	7.6	47	12.1	30	7.6	56	10.0	62	12.0	225	10.0
果物を増やす	男性	40	4.9	5	14.3	3	5.6	5	6.3	6	4.7	8	5.4	4	2.2	9	4.7	35	4.5
	女性	68	4.4	12	18.2	5	6.8	6	3.1	13	5.0	7	2.9	14	3.7	11	3.4	56	3.8
	計	108	4.6	17	16.8	8	6.3	11	4.0	19	4.9	15	3.8	18	3.2	20	3.9	91	4.0
その他	男性	4	0.5	0	0.0	0	0.0	1	1.3	0	0.0	1	0.7	1	0.6	1	0.5	4	0.5
	女性	20	1.3	0	0.0	1	1.4	6	3.1	4	1.5	1	0.4	6	1.6	2	0.6	20	1.4
	計	24	1.0	0	0.0	1	0.8	7	2.5	4	1.0	2	0.5	7	1.3	3	0.6	24	1.1
無回答	男性	5	0.6	0	0.0	0	0.0	2	2.5	0	0.0	1	0.7	2	1.1	0	0.0	5	0.6
	女性	7	0.5	1	1.5	0	0.0	0	0.0	1	0.4	4	1.6	0	0.0	1	0.3	6	0.4
	計	12	0.5	1	1.0	0	0.0	2	0.7	1	0.3	5	1.3	2	0.4	1	0.2	11	0.5
総計	男性	816	100.0	35	100.0	54	100.0	80	100.0	129	100.0	149	100.0	179	100.0	190	100.0	781	100.0
	女性	1,546	100.0	66	100.0	73	100.0	195	100.0	261	100.0	244	100.0	380	100.0	327	100.0	1,480	100.0
	計	2,362	100.0	101	100.0	127	100.0	275	100.0	390	100.0	393	100.0	559	100.0	517	100.0	2,261	100.0

注]問9で「今よりよくなりたい」と回答した者のみ回答。

3-10 あなたはふだん外食(スーパー、コンビニ弁当類を含む)をしていますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1日に2回以上外食する	男性	19	1.6	1	1.5	3	4.9	3	2.8	3	1.7	4	2.2	4	1.4	1	0.3	18	1.6
	女性	10	0.7	2	3.1	0	0.0	2	1.4	4	2.0	1	0.5	1	0.3	0	0.0	8	0.6
	計	29	1.1	3	2.3	3	2.3	5	2.0	7	1.9	5	1.2	5	0.8	1	0.2	26	1.1
1日に1回外食する	男性	47	4.0	0	0.0	4	6.6	5	4.6	12	6.9	13	7.0	9	3.1	4	1.4	47	4.2
	女性	16	1.2	1	1.6	2	2.9	3	2.2	3	1.5	1	0.5	4	1.2	2	0.5	15	1.1
	計	63	2.5	1	0.8	6	4.7	8	3.3	15	4.0	14	3.4	13	2.1	6	0.9	62	2.5
週に4～5回外食する	男性	53	4.5	5	7.5	5	8.2	7	6.5	14	8.0	12	6.5	7	2.4	3	1.0	48	4.3
	女性	19	1.4	1	1.6	2	2.9	4	2.9	4	2.0	3	1.4	3	0.9	2	0.5	18	1.4
	計	72	2.8	6	4.6	7	5.4	11	4.5	18	4.8	15	3.7	10	1.6	5	0.8	66	2.7
週に2～3回外食する	男性	220	18.6	24	35.8	21	34.4	26	24.1	41	23.4	32	17.2	50	17.2	26	8.8	196	17.6
	女性	228	16.4	14	21.9	21	30.9	39	28.3	53	26.4	48	21.7	28	8.5	25	6.8	214	16.2
	計	448	17.4	38	29.0	42	32.6	65	26.4	94	25.0	80	19.7	78	12.5	51	7.7	410	16.8
ほとんど外食しない	男性	839	70.9	37	55.2	27	44.3	67	62.0	104	59.4	124	66.7	221	75.9	259	87.8	802	71.9
	女性	1,104	79.5	44	68.8	43	63.2	90	65.2	137	68.2	165	74.7	293	88.5	332	91.0	1,060	80.1
	計	1,943	75.6	81	61.8	70	54.3	157	63.8	241	64.1	289	71.0	514	82.6	591	89.5	1,862	76.3
無回答	男性	5	0.4	0	0.0	1	1.6	0	0.0	1	0.6	1	0.5	0	0.0	2	0.7	5	0.4
	女性	11	0.8	2	3.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	1.4	2	0.6	4	1.1	9	0.7
	計	16	0.6	2	1.5	1	0.8	0	0.0	1	0.3	4	1.0	2	0.3	6	0.9	14	0.6
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-11 あなたは加工食品や外食の栄養成分表示をどの程度利用されていますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
常に見て、食事内容の調整をしている	男性	33	2.8	0	0.0	1	1.6	2	1.9	4	2.3	8	4.3	7	2.4	11	3.7	33	3.0
	女性	78	5.6	1	1.6	2	2.9	10	7.2	10	5.0	10	4.5	25	7.6	20	5.5	77	5.8
	計	111	4.3	1	0.8	3	2.3	12	4.9	14	3.7	18	4.4	32	5.1	31	4.7	110	4.5
時々見て利用している	男性	188	15.9	9	13.4	9	14.8	15	13.9	30	17.1	33	17.7	39	13.4	53	18.0	179	16.0
	女性	427	30.8	14	21.9	22	32.4	52	37.7	75	37.3	67	30.3	96	29.0	101	27.7	413	31.2
	計	615	23.9	23	17.6	31	24.0	67	27.2	105	27.9	100	24.6	135	21.7	154	23.3	592	24.3
何度か見たことがある	男性	233	19.7	6	9.0	11	18.0	15	13.9	38	21.7	40	21.5	65	22.3	58	19.7	227	20.3
	女性	347	25.0	14	21.9	11	16.2	23	16.7	49	24.4	72	32.6	91	27.5	87	23.8	333	25.2
	計	580	22.6	20	15.3	22	17.1	38	15.4	87	23.1	112	27.5	156	25.1	145	22.0	560	23.0
ほとんど見ない	男性	592	50.0	35	52.2	30	49.2	65	60.2	87	49.7	85	45.7	153	52.6	137	46.4	557	49.9
	女性	450	32.4	21	32.8	30	44.1	46	33.3	61	30.3	66	29.9	108	32.6	118	32.3	429	32.4
	計	1,042	40.5	56	42.7	60	46.5	111	45.1	148	39.4	151	37.1	261	42.0	255	38.6	986	40.4
知らない	男性	128	10.8	17	25.4	10	16.4	11	10.2	16	9.1	19	10.2	25	8.6	30	10.2	111	9.9
	女性	69	5.0	14	21.9	2	2.9	6	4.3	4	2.0	5	2.3	9	2.7	29	7.9	55	4.2
	計	197	7.7	31	23.7	12	9.3	17	6.9	20	5.3	24	5.9	34	5.5	59	8.9	166	6.8
無回答	男性	9	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	2	0.7	6	2.0	9	0.8
	女性	17	1.2	0	0.0	1	1.5	1	0.7	2	1.0	1	0.5	2	0.6	10	2.7	17	1.3
	計	26	1.0	0	0.0	1	0.8	1	0.4	2	0.5	2	0.5	4	0.6	16	2.4	26	1.1
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-11-1 「ヘルシーレストラン」を知っていますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
知っているが 利用したことがある	男性	11	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	1.7	3	1.6	1	0.3	4	1.4	11	1.0
	女性	42	3.0	0	0.0	1	1.5	7	5.1	6	3.0	3	1.4	16	4.8	9	2.5	42	3.2
	計	53	2.1	0	0.0	1	0.8	7	2.8	9	2.4	6	1.5	17	2.7	13	2.0	53	2.2
知らなかった が利用したことがある	男性	23	1.9	0	0.0	2	3.3	2	1.9	1	0.6	2	1.1	8	2.7	8	2.7	23	2.1
	女性	28	2.0	1	1.6	1	1.5	1	0.7	3	1.5	5	2.3	8	2.4	9	2.5	27	2.0
	計	51	2.0	1	0.8	3	2.3	3	1.2	4	1.1	7	1.7	16	2.6	17	2.6	50	2.0
知っているが 利用したことはない	男性	123	10.4	1	1.5	4	6.6	7	6.5	18	10.3	19	10.2	31	10.7	43	14.6	122	10.9
	女性	206	14.8	4	6.3	4	5.9	10	7.2	24	11.9	41	18.6	74	22.4	49	13.4	202	15.3
	計	329	12.8	5	3.8	8	6.2	17	6.9	42	11.2	60	14.7	105	16.9	92	13.9	324	13.3
知らなかった が利用したいと思う	男性	296	25.0	17	25.4	11	18.0	23	21.3	40	22.9	50	26.9	88	30.2	67	22.7	279	25.0
	女性	536	38.6	24	37.5	21	30.9	69	50.0	100	49.8	111	50.2	112	33.8	99	27.1	512	38.7
	計	832	32.4	41	31.3	32	24.8	92	37.4	140	37.2	161	39.6	200	32.2	166	25.2	791	32.4
知らないし、 関心がない	男性	666	56.3	44	65.7	42	68.9	72	66.7	103	58.9	104	55.9	147	50.5	154	52.2	622	55.7
	女性	503	36.2	33	51.6	36	52.9	44	31.9	62	30.8	52	23.5	100	30.2	176	48.2	470	35.5
	計	1,169	45.5	77	58.8	78	60.5	116	47.2	165	43.9	156	38.3	247	39.7	330	50.0	1,092	44.8
無回答	男性	64	5.4	5	7.5	2	3.3	4	3.7	10	5.7	8	4.3	16	5.5	19	6.4	59	5.3
	女性	73	5.3	2	3.1	5	7.4	7	5.1	6	3.0	9	4.1	21	6.3	23	6.3	71	5.4
	計	137	5.3	7	5.3	7	5.4	11	4.5	16	4.3	17	4.2	37	5.9	42	6.4	130	5.3
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-12 あなたは日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
いつもしている	男性	227	19.2	24	35.8	8	13.1	12	11.1	16	9.1	19	10.2	59	20.3	89	30.2	203	18.2
	女性	251	18.1	8	12.5	6	8.8	11	8.0	21	10.4	24	10.9	70	21.1	111	30.4	243	18.4
	計	478	18.6	32	24.4	14	10.9	23	9.3	37	9.8	43	10.6	129	20.7	200	30.3	446	18.3
ときどきしている	男性	407	34.4	18	26.9	17	27.9	36	33.3	53	30.3	61	32.8	107	36.8	115	39.0	389	34.9
	女性	535	38.5	23	35.9	25	36.8	48	34.8	70	34.8	93	42.1	143	43.2	133	36.4	512	38.7
	計	942	36.6	41	31.3	42	32.6	84	34.1	123	32.7	154	37.8	250	40.2	248	37.6	901	36.9
以前はしていたが、現在はしていない	男性	247	20.9	11	16.4	18	29.5	34	31.5	42	24.0	44	23.7	54	18.6	44	14.9	236	21.1
	女性	328	23.6	17	26.6	26	38.2	37	26.8	59	29.4	58	26.2	66	19.9	65	17.8	311	23.5
	計	575	22.4	28	21.4	44	34.1	71	28.9	101	26.9	102	25.1	120	19.3	109	16.5	547	22.4
まったくしたことがない	男性	291	24.6	14	20.9	17	27.9	26	24.1	64	36.6	61	32.8	67	23.0	42	14.2	277	24.8
	女性	256	18.4	16	25.0	10	14.7	41	29.7	49	24.4	44	19.9	49	14.8	47	12.9	240	18.1
	計	547	21.3	30	22.9	27	20.9	67	27.2	113	30.1	105	25.8	116	18.6	89	13.5	517	21.2
無回答	男性	11	0.9	0	0.0	1	1.6	0	0.0	0	0.0	1	0.5	4	1.4	5	1.7	11	1.0
	女性	18	1.3	0	0.0	1	1.5	1	0.7	2	1.0	2	0.9	3	0.9	9	2.5	18	1.4
	計	29	1.1	0	0.0	2	1.6	1	0.4	2	0.5	3	0.7	7	1.1	14	2.1	29	1.2
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-12-1 それはどのようなことですか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
散歩をしたり、遠く歩いたり、乗り物やエレベーターを便わすに歩くようにしている	男性	335	37.2	8	11.4	9	25.7	20	27.0	28	27.7	41	37.3	111	48.1	118	42.3	327	39.4
	女性	377	35.5	15	31.3	15	31.9	29	32.6	40	31.3	57	36.1	105	36.1	116	38.5	362	35.7
	計	712	36.3	23	19.5	24	29.3	49	30.1	68	29.7	98	36.6	216	41.4	234	40.3	689	37.4
柔軟体操やストレッチなどで身体を伸ばす運動をしている	男性	175	19.4	15	21.4	5	14.3	12	16.2	20	19.8	21	19.1	47	20.3	55	19.7	160	19.3
	女性	308	29.0	11	22.9	11	23.4	26	29.2	43	33.6	52	32.9	84	28.9	81	26.9	297	29.3
	計	483	24.6	26	22.0	16	19.5	38	23.3	63	27.5	73	27.2	131	25.1	136	23.4	457	24.8
散歩運動や腕立てなどの筋力をつける運動をしている	男性	139	15.4	21	30.0	11	31.4	22	29.7	19	18.8	15	13.6	22	9.5	29	10.4	118	14.2
	女性	77	7.3	8	16.7	9	19.1	15	16.9	13	10.2	7	4.4	21	7.2	4	1.3	69	6.8
	計	216	11.0	29	24.6	20	24.4	37	22.7	32	14.0	22	8.2	43	8.2	33	5.7	187	10.1
水泳・ジョギング・テニス・ジャズダンスなどの運動をしている	男性	71	7.9	11	15.7	5	14.3	4	5.4	17	16.8	13	11.8	10	4.3	11	3.9	60	7.2
	女性	93	8.8	6	12.5	7	14.9	10	11.2	18	14.1	17	10.8	20	6.9	15	5.0	87	8.6
	計	164	8.4	17	14.4	12	14.6	14	8.6	35	15.3	30	11.2	30	5.7	26	4.5	147	8.0
その他	男性	162	18.0	15	21.4	5	14.3	15	20.3	16	15.8	18	16.4	36	15.6	57	20.4	147	17.7
	女性	177	16.7	6	12.5	4	8.5	9	10.1	12	9.4	18	11.4	57	19.6	71	23.6	171	16.9
	計	339	17.3	21	17.8	9	11.0	24	14.7	28	12.2	36	13.4	93	17.8	128	22.1	318	17.2
無回答	男性	18	2.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4	1	1.0	2	1.8	5	2.2	9	3.2	18	2.2
	女性	30	2.8	2	4.2	1	2.1	0	0.0	2	1.6	7	4.4	4	1.4	14	4.7	28	2.8
	計	48	2.4	2	1.7	1	1.2	1	0.6	3	1.3	9	3.4	9	1.7	23	4.0	46	2.5
総計	男性	900	100.0	70	100.0	35	100.0	74	100.0	101	100.0	110	100.0	231	100.0	279	100.0	830	100.0
	女性	1,062	100.0	48	100.0	47	100.0	89	100.0	128	100.0	158	100.0	291	100.0	301	100.0	1,014	100.0
	計	1,962	100.0	118	100.0	82	100.0	163	100.0	229	100.0	268	100.0	522	100.0	580	100.0	1,844	100.0

注)問12で「いつもしている」「ときどきしている」と回答した者のみ回答。

3-12-2 あなたはどのくらい運動をしていますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
ほとんど毎日	男性	184	29.0	20	47.6	4	16.0	12	25.0	12	17.4	15	18.8	40	24.1	81	39.7	164	27.7
	女性	179	22.8	6	19.4	3	9.7	10	16.9	18	19.8	18	15.4	46	21.6	78	32.0	173	22.9
	計	363	25.6	26	35.6	7	12.5	22	20.6	30	18.8	33	16.8	86	22.7	159	35.5	337	25.0
週に4～5回	男性	115	18.1	7	16.7	4	16.0	3	6.3	11	15.9	15	18.8	35	21.1	40	19.6	108	18.2
	女性	144	18.3	7	22.6	6	19.4	6	10.2	9	9.9	23	19.7	43	20.2	50	20.5	137	18.1
	計	259	18.2	14	19.2	10	17.9	9	8.4	20	12.5	38	19.3	78	20.6	90	20.1	245	18.2
週に2～3回	男性	174	27.4	7	16.7	9	36.0	18	37.5	16	23.2	24	30.0	47	28.3	53	26.0	167	28.2
	女性	255	32.4	9	29.0	12	38.7	16	27.1	34	37.4	43	36.8	73	34.3	68	27.9	246	32.6
	計	429	30.2	16	21.9	21	37.5	34	31.8	50	31.3	67	34.0	120	31.7	121	27.0	413	30.7
週に1回程度	男性	100	15.8	5	11.9	3	12.0	6	12.5	21	30.4	14	17.5	31	18.7	20	9.8	95	16.0
	女性	136	17.3	6	19.4	6	19.4	16	27.1	18	19.8	24	20.5	34	16.0	32	13.1	130	17.2
	計	236	16.6	11	15.1	9	16.1	22	20.6	39	24.4	38	19.3	65	17.2	52	11.6	225	16.7
月に1～2回程度	男性	55	8.7	3	7.1	5	20.0	9	18.8	9	13.0	11	13.8	11	6.6	7	3.4	52	8.8
	女性	62	7.9	3	9.7	4	12.9	11	18.6	11	12.1	8	6.8	13	6.1	12	4.9	59	7.8
	計	117	8.2	6	8.2	9	16.1	20	18.7	20	12.5	19	9.6	24	6.3	19	4.2	111	8.2
無回答	男性	6	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.3	2	1.2	3	1.5	6	1.0
	女性	10	1.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	1	0.9	4	1.9	4	1.6	10	1.3
	計	16	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	2	1.0	6	1.6	7	1.6	16	1.2
総計	男性	634	100.0	42	100.0	25	100.0	48	100.0	69	100.0	80	100.0	166	100.0	204	100.0	592	100.0
	女性	786	100.0	31	100.0	31	100.0	59	100.0	91	100.0	117	100.0	213	100.0	244	100.0	755	100.0
	計	1,420	100.0	73	100.0	56	100.0	107	100.0	160	100.0	197	100.0	379	100.0	448	100.0	1,347	100.0

注)問12で「いつもしている」「ときどきしている」と回答した者のみ回答。

3-13 あなたは身体活動や運動を実践すること(または、実践するとして)に、健康づくりに関してどのような効果を期待していますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
生活習慣病や 肥満の予防・ 改善	男性	710	38.3	24	26.4	31	31.3	67	38.7	113	41.9	134	44.7	197	43.7	144	30.7	686	38.9
	女性	850	35.2	33	30.0	35	27.6	76	30.6	141	39.1	162	39.3	234	41.2	169	28.8	817	35.5
	計	1,560	36.6	57	28.4	66	29.2	143	34.0	254	40.3	296	41.6	431	42.3	313	29.6	1,503	37.0
スタイルの維 持・改善(いわ ゆるダイエット)	男性	237	12.8	19	20.9	31	31.3	41	23.7	43	15.9	43	14.3	36	8.0	24	5.1	218	12.4
	女性	424	17.6	39	35.5	52	40.9	88	35.5	99	27.4	79	19.2	47	8.3	20	3.4	385	16.7
	計	661	15.5	58	28.9	83	36.7	129	30.6	142	22.5	122	17.1	83	8.1	44	4.2	603	14.8
要介護とならな いたため、もしく は悪化させな いたため	男性	329	17.8	3	3.3	3	3.0	10	5.8	14	5.2	41	13.7	91	20.2	167	35.6	326	18.5
	女性	492	20.4	6	5.5	8	6.3	8	3.2	28	7.8	66	16.0	140	24.6	236	40.2	486	21.1
	計	821	19.2	9	4.5	11	4.9	18	4.3	42	6.7	107	15.0	231	22.7	403	38.2	812	20.0
ストレス解消	男性	338	18.2	22	24.2	21	21.2	36	20.8	60	22.2	55	18.3	73	16.2	71	15.1	316	17.9
	女性	439	18.2	22	20.0	26	20.5	51	20.6	64	17.7	76	18.4	101	17.8	99	16.9	417	18.1
	計	777	18.2	44	21.9	47	20.8	87	20.7	124	19.7	131	18.4	174	17.1	170	16.1	733	18.0
その他の効 果	男性	101	5.5	9	9.9	5	5.1	8	4.6	16	5.9	8	2.7	29	6.4	26	5.5	92	5.2
	女性	97	4.0	3	2.7	1	0.8	13	5.2	18	5.0	18	4.4	27	4.8	17	2.9	94	4.1
	計	198	4.6	12	6.0	6	2.7	21	5.0	34	5.4	26	3.7	56	5.5	43	4.1	186	4.6
期待していな い	男性	127	6.9	14	15.4	8	8.1	10	5.8	23	8.5	18	6.0	24	5.3	30	6.4	113	6.4
	女性	80	3.3	5	4.5	4	3.1	10	4.0	10	2.8	6	1.5	13	2.3	32	5.5	75	3.3
	計	207	4.9	19	9.5	12	5.3	20	4.8	33	5.2	24	3.4	37	3.6	62	5.9	188	4.6
無回答	男性	11	0.6	0	0.0	0	0.0	1	0.6	1	0.4	1	0.3	1	0.2	7	1.5	11	0.6
	女性	31	1.3	2	1.8	1	0.8	2	0.8	1	0.3	5	1.2	6	1.1	14	2.4	29	1.3
	計	42	1.0	2	1.0	1	0.4	3	0.7	2	0.3	6	0.8	7	0.7	21	2.0	40	1.0
総計	男性	1,853	100.0	91	100.0	99	100.0	173	100.0	270	100.0	300	100.0	451	100.0	469	100.0	1,762	100.0
	女性	2,413	100.0	110	100.0	127	100.0	248	100.0	361	100.0	412	100.0	568	100.0	587	100.0	2,303	100.0
	計	4,266	100.0	201	100.0	226	100.0	421	100.0	631	100.0	712	100.0	1,019	100.0	1,056	100.0	4,065	100.0

3-14 あなたはこの1カ月間に、不満、悩み、苦勞、ストレスなどありましたか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
大いにある	男性	149	12.6	13	19.4	14	23.0	32	29.6	30	17.1	25	13.4	22	7.6	13	4.4	136	12.2
	女性	235	16.9	15	23.4	25	36.8	40	29.0	55	27.4	52	23.5	25	7.6	23	6.3	220	16.6
	計	384	14.9	28	21.4	39	30.2	72	29.3	85	22.6	77	18.9	47	7.6	36	5.5	356	14.6
多少ある	男性	533	45.1	27	40.3	21	34.4	54	50.0	81	46.3	99	53.2	133	45.7	118	40.0	506	45.3
	女性	685	49.4	30	46.9	28	41.2	74	53.6	95	47.3	119	53.8	170	51.4	169	46.3	655	49.5
	計	1,218	47.4	57	43.5	49	38.0	128	52.0	176	46.8	218	53.6	303	48.7	287	43.5	1,161	47.6
あまりない	男性	401	33.9	20	29.9	23	37.7	16	14.8	50	28.6	49	26.3	115	39.5	128	43.4	381	34.1
	女性	369	26.6	12	18.8	9	13.2	21	15.2	46	22.9	41	18.6	120	36.3	120	32.9	357	27.0
	計	770	29.9	32	24.4	32	24.8	37	15.0	96	25.5	90	22.1	235	37.8	248	37.6	738	30.2
まったくない	男性	93	7.9	7	10.4	3	4.9	6	5.6	13	7.4	12	6.5	20	6.9	32	10.8	86	7.7
	女性	88	6.3	6	9.4	5	7.4	3	2.2	5	2.5	9	4.1	15	4.5	45	12.3	82	6.2
	計	181	7.0	13	9.9	8	6.2	9	3.7	18	4.8	21	5.2	35	5.6	77	11.7	168	6.9
無回答	男性	7	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	1	0.5	1	0.3	4	1.4	7	0.6
	女性	11	0.8	1	1.6	1	1.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.3	8	2.2	10	0.8
	計	18	0.7	1	0.8	1	0.8	0	0.0	1	0.3	1	0.2	2	0.3	12	1.8	17	0.7
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0

3-15 あなたはいつでもとっている睡眠で休養が充分とれていると思いますか。

	総数		15～19歳		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲)20歳以上		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
充分とれている	男性	311	26.3	8	11.9	10	16.4	17	15.7	33	18.9	38	20.4	84	28.9	121	41.0	303	27.2
	女性	281	20.2	5	7.8	9	13.2	20	14.5	28	13.9	28	12.7	80	24.2	111	30.4	276	20.8
	計	592	23.0	13	9.9	19	14.7	37	15.0	61	16.2	66	16.2	164	26.4	232	35.2	579	23.7
まあとれている	男性	624	52.7	37	55.2	26	42.6	58	53.7	101	57.7	100	53.8	163	56.0	139	47.1	587	52.6
	女性	749	54.0	30	46.9	40	58.8	71	51.4	110	54.7	112	50.7	195	58.9	191	52.3	719	54.3
	計	1,373	53.4	67	51.1	66	51.2	129	52.4	211	56.1	212	52.1	358	57.6	330	50.0	1,306	53.5
あまりとれていない	男性	193	16.3	20	29.9	17	27.9	24	22.2	31	17.7	39	21.0	38	13.1	24	8.1	173	15.5
	女性	289	20.8	24	37.5	12	17.6	40	29.0	55	27.4	69	31.2	43	13.0	46	12.6	265	20.0
	計	482	18.7	44	33.6	29	22.5	64	26.0	86	22.9	108	26.5	81	13.0	70	10.6	438	18.0
まったくとれていない	男性	23	1.9	1	1.5	4	6.6	6	5.6	5	2.9	3	1.6	0	0.0	4	1.4	22	2.0
	女性	30	2.2	1	1.6	4	5.9	5	3.6	6	3.0	9	4.1	2	0.6	3	0.8	29	2.2
	計	53	2.1	2	1.5	8	6.2	11	4.5	11	2.9	12	2.9	2	0.3	7	1.1	51	2.1
わからない	男性	29	2.5	1	1.5	4	6.6	3	2.8	5	2.9	5	2.7	5	1.7	6	2.0	28	2.5
	女性	28	2.0	3	4.7	2	2.9	2	1.4	2	1.0	3	1.4	9	2.7	7	1.9	25	1.9
	計	57	2.2	4	3.1	6	4.7	5	2.0	7	1.9	8	2.0	14	2.3	13	2.0	53	2.2
無回答	男性	3	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.3	1	0.3	3	0.3
	女性	11	0.8	1	1.6	1	1.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.6	7	1.9	10	0.8
	計	14	0.5	1	0.8	1	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.2	3	0.5	8	1.2	13	0.5
総計	男性	1,183	100.0	67	100.0	61	100.0	108	100.0	175	100.0	186	100.0	291	100.0	295	100.0	1,116	100.0
	女性	1,388	100.0	64	100.0	68	100.0	138	100.0	201	100.0	221	100.0	331	100.0	365	100.0	1,324	100.0
	計	2,571	100.0	131	100.0	129	100.0	246	100.0	376	100.0	407	100.0	622	100.0	660	100.0	2,440	100.0