

令和元年
国民健康・栄養調査報告

The National Health and Nutrition Survey in Japan, 2019

厚生労働省

令和2年12月

序

人生100年時代を迎えようとする中、2040年頃には、いわゆる団塊ジュニア世代が高齢者となり、高齢者人口がピークを迎える一方、現役世代が急激に減少する状況にあります。このような中で、社会の活力を維持、向上しつつ、「全世代型社会保障」を実現していくためには、特に、予防・健康づくりを強化して、健康寿命の延伸を図ることが求められています。また、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響が、人々の生命や生活のみならず、個人の行動や意識、価値観など多方面に波及し、改めて日々の健康づくりの重要性や、科学的根拠に基づいた施策の立案及び評価の必要性も再認識されました。

厚生労働省では、健康増進法に基づき、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料とするため、「国民健康・栄養調査」を実施しています。この報告書は、令和元年11月に実施した調査結果を取りまとめたものです。

平成25年から開始した国民健康づくり運動である「健康日本21（第二次）」の中間評価において、これまでの施策で行動変容が起きていないと思われる健康無関心層へのアプローチが課題であることが示されました。生活習慣の改善を促す効果的な施策を検討するため、令和元年調査では「食習慣」及び「運動習慣」についての関心度やその変容の阻害要因等を把握することとしました。その結果、食習慣及び運動習慣の改善については、4人に1人が「関心はあるが改善するつもりはない」と考えていることや、その阻害要因として「仕事（家事・育児等）が忙しくて時間がないこと」、「面倒くさいこと」が挙げられました。こうした健康無関心層や時間にゆとりのない人も含めた予防・健康づくりの推進について、健康な食事や運動ができる環境づくりを進めてまいります。

今回の調査結果が国及び地方公共団体の行政運営に活用されるだけでなく、広く国民の皆様の生活習慣の改善や健康管理の改善支援など多くの場面で有効に活用され、生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底等に役立てられることを期待しています。

終わりに、この調査に当たられた調査員、保健所、都道府県等の関係者の方々、調査の企画及び解析について御助言いただきました「国民健康・栄養調査企画解析検討会」の構成員の方々並びに集計を担当した国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所の御尽力に対して御礼申し上げます。そして、何より、この調査は、調査に御協力いただきました世帯の皆様様の御協力により成り立ったものであり、調査対象者の方々に対しまして、心より感謝申し上げます。

令和2年12月

厚生労働省健康局長

正林 督章

目 次

序

厚生労働省健康局長 正林 督章

調査の概要

1	調査の目的	2
2	調査の対象	2
3	調査項目及び調査時期	2
4	調査要項	3
5	調査の機関と組織	9
6	結果の集計	9
7	集計客体	10
8	本書利用上の留意点	13

結果の概要

第1部	社会環境と生活習慣等に関する状況	34
第2部	基本項目	47
第1章	身体状況及び糖尿病等に関する状況	47
第2章	栄養・食生活に関する状況	52
第3章	身体活動・運動及び睡眠に関する状況	54
第4章	飲酒・喫煙に関する状況	58
第5章	歯・口腔の健康に関する状況	63
第6章	地域のつながりに関する状況	64

第1部 栄養素等摂取状況調査の結果

第1表の1	栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－総数，1歳以上	68
第1表の2	栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－男性，1歳以上	70
第1表の3	栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－女性，1歳以上	72
第2表	栄養素等摂取量－エネルギー・栄養素等，地域ブロック別，平均値，標準偏差，中央値－総数，1歳以上	74
第3表	食塩摂取量の平均値及び標準偏差－地域ブロック別，平均値，標準偏差－総数・男性・女性，20歳以上	76
第4表	脂肪エネルギー比率の区分ごとの人数の割合－脂肪エネルギー比率の区分，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	77
第5表の1	食品群別摂取量－食品群，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－総数，1歳以上	78
第5表の2	食品群別摂取量－食品群，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－男性，1歳以上	82
第5表の3	食品群別摂取量－食品群，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－女性，1歳以上	86

第6表	食品群別摂取量－食品群，地域ブロック別，平均値，標準偏差，中央値－総数，1歳以上 …	90
第7表	野菜類の摂取量区分ごとの人数の割合－摂取量区分，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上 …	94
第8表の1	果実類（ジャムを除く）の摂取量区分ごとの人数の割合－摂取量区分，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上 …	95
第8表の2	果実類（ジャムを除く）の摂取量の平均値，標準偏差－年齢階級別，人数，平均値，標準偏差－総数・男性・女性，20歳以上 …	95
第9表の1	食品群別栄養素等摂取量－食品群，栄養素別，摂取量－総数，1歳以上 …	96
第9表の2	食品群別栄養素等摂取量－食品群，栄養素別，摂取量－総数，20歳以上 …	100
第10表	朝，昼，夕別にみた1日の食事状況－朝・昼・夕別，食事状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，1歳以上 …	104
第11表	朝，昼，夕別にみた1日の食事状況－朝・昼・夕別，食事状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上〔一人世帯〕 …	106
第12表	朝，昼，夕別にみた1日の食事状況－朝・昼・夕別，食事状況，仕事の種類別，人数，割合－総数・男性・女性，1歳以上 …	108
第13表	朝，昼，夕，間別にみたエネルギー及び主要な食品群別摂取量－朝・昼・夕・間別，エネルギー・食品群，年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－総数・男性・女性，20歳以上 …	111

第2部 身体状況調査の結果

第14表	身長・体重の平均値及び標準偏差－年齢階級，身長・体重別，人数，平均値，標準偏差－男性・女性，1歳以上〔体重は妊婦除外〕 …	116
第15表	BMIの平均値及び標準偏差－年齢階級別，人数，平均値，標準偏差－男性・女性，15歳以上〔妊婦除外〕 …	117
第16表	BMIの分布－BMIの区分，人数，割合－総数・男性・女性，15歳以上〔妊婦除外〕 …	118
第17表の1	BMIの状況－年齢階級，肥満度（BMI）別，人数，割合－総数・男性・女性，15歳以上〔妊婦除外〕 …	119
第17表の2	目標とするBMIの範囲の分布－年齢階級，目標とするBMIの範囲，人数，割合－総数・男性・女性，18歳以上〔妊婦除外〕 …	120
第18表	学校保健統計調査方式による肥満区分－学校保健統計調査方式による肥満区分，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，6-14歳 …	121
第19表	腹囲の分布－腹囲の区分，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上〔妊婦除外〕 …	122
第20表	BMI・腹囲の分布－BMI・腹囲の区分，人数，年齢階級別，割合－総数・男性・女性，20歳以上〔妊婦除外〕 …	123
第21表	薬の服用状況－薬の服用状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上 …	124
第22表の1	血圧の状況－年齢階級，日本高血圧学会による血圧の分類別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者含む〕 …	125
第22表の2	血圧の状況－年齢階級，日本高血圧学会による血圧の分類別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者除外〕 …	126
第23表の1	収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の分布－収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の区分，年齢階級別，人数，割合－男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者含む〕 …	127
第23表の2	収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の平均値及び標準偏差－年齢階級別，人数，平均値，標準偏差－男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者含む〕 …	127
第23表の3	収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の分布－収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の区分，年齢階級別，人数，割合－男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者除外〕 …	128
第23表の4	収縮期（最高）・拡張期（最低）血圧の平均値及び標準偏差－年齢階級別，人数，平均値，標準偏差－男性・女性，20歳以上〔血圧を下げる薬の使用者除外〕 …	128
第24表の1	血色素量の分布－血色素量の区分，年齢階級別，人数，割合－男性・女性，20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者含む〕 …	129

第 24 表の 2	血色素量の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上 [貧血治療のための薬の使用者含む]	129
第 24 表の 3	血色素量の分布—血色素量の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上 [貧血治療のための薬の使用者除外]	129
第 24 表の 4	血色素量の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上 [貧血治療のための薬の使用者除外]	129
第 25 表の 1	赤血球数の分布—赤血球数の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	130
第 25 表の 2	赤血球数の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	130
第 26 表の 1	ヘマトクリット値の分布—ヘマトクリット値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	130
第 26 表の 2	ヘマトクリット値の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	130
第 27 表の 1	平均赤血球容積 (MCV) の分布—平均赤血球容積の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	131
第 27 表の 2	平均赤血球容積 (MCV) の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	131
第 28 表の 1	平均赤血球血色素量 (MCH) の分布—平均赤血球血色素量の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	131
第 28 表の 2	平均赤血球血色素量 (MCH) の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	131
第 29 表の 1	平均赤血球血色素濃度 (MCHC) の分布—平均赤血球血色素濃度の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	132
第 29 表の 2	平均赤血球血色素濃度 (MCHC) の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	132
第 30 表の 1	血清総たんぱく質値の分布—血清総たんぱく質値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	132
第 30 表の 2	血清総たんぱく質値の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	132
第 31 表の 1	血清アルブミン値の分布—血清アルブミン値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上	133
第 31 表の 2	血清アルブミン値の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	133
第 32 表の 1	ヘモグロビンA1c (NGSP) の分布—ヘモグロビンA1c (NGSP) の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者含む]	134
第 32 表の 2	ヘモグロビンA1c (NGSP) の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—総数・男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者含む]	135
第 32 表の 3	ヘモグロビンA1c (NGSP) の分布—ヘモグロビンA1c (NGSP) の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者除外]	136
第 32 表の 4	ヘモグロビンA1c (NGSP) の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—総数・男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者除外]	137
第 33 表の 1	血糖値の分布—血糖値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者含む]	138
第 33 表の 2	血糖値の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者含む]	138
第 33 表の 3	血糖値の分布—血糖値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者除外]	139
第 33 表の 4	血糖値の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上 [インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用者除外]	139

第 38 表の 3	血清 non HDL コレステロール値の分布－血清 non HDL コレステロール値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者除外〕	148
第 38 表の 4	血清 non HDL コレステロール値の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者除外〕	148
第 39 表の 1	血清中性脂肪（トリグリセライド）値の分布－血清中性脂肪（トリグリセライド）値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者含む〕	149
第 39 表の 2	血清中性脂肪（トリグリセライド）値の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者含む〕	149
第 39 表の 3	血清中性脂肪（トリグリセライド）値の分布－血清中性脂肪（トリグリセライド）値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者除外〕	149
第 39 表の 4	血清中性脂肪（トリグリセライド）値の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔コレステロールを下げる薬又は中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の使用者除外〕	149
第 40 表の 1	血清クレアチニン値の分布－血清クレアチニン値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	150
第 40 表の 2	血清クレアチニン値の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上	150
第 41 表の 1	推算 GFR の分布－推算 GFR の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	151
第 41 表の 2	推算 GFR の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上	151
第 42 表の 1	血清鉄の分布－血清鉄の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者含む〕	152
第 42 表の 2	血清鉄の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者含む〕	152
第 42 表の 3	血清鉄の分布－血清鉄の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者除外〕	152
第 42 表の 4	血清鉄の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者除外〕	152
第 43 表の 1	総鉄結合能（TIBC）の分布－総鉄結合能の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者含む〕	153
第 43 表の 2	総鉄結合能（TIBC）の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者含む〕	153
第 43 表の 3	総鉄結合能（TIBC）の分布－総鉄結合能の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者除外〕	153
第 43 表の 4	総鉄結合能（TIBC）の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上〔貧血治療のための薬の使用者除外〕	153
第 44 表の 1	AST（GOT）の分布－AST（GOT）の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	154
第 44 表の 2	AST（GOT）の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上	154
第 45 表の 1	ALT（GPT）の分布－ALT（GPT）の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	154
第 45 表の 2	ALT（GPT）の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上	154
第 46 表の 1	γ -GT（ γ -GTP）の分布－ γ -GT（ γ -GTP）の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	155
第 46 表の 2	γ -GT（ γ -GTP）の平均値及び標準偏差－年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差－男性・女性, 20歳以上	155
第 47 表の 1	血清尿酸値の分布－血清尿酸値の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－男性・女性, 20歳以上	155

第 47 表の 2	血清尿酸値の平均値及び標準偏差一年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—男性・女性, 20歳以上	155
第 48 表	メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) の状況—メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) の疑い, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上 [妊婦除外]	156
第 49 表の 1	腹囲区分別, 血中脂質, 血圧, 血糖のいずれかのリスクを有する割合—年齢階級, 腹囲の区分, 血中脂質・血圧・血糖のリスク保有数別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上 [妊婦除外]	157
第 49 表の 2	腹囲区分別, 血中脂質, 血圧, 血糖のリスクの保有状況 [すべての組合せ (①血中脂質②血圧③血糖)]—年齢階級, 腹囲の区分, 血中脂質・血圧・血糖のリスク保有組合せ別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上 [妊婦除外]	158
第 50 表	糖尿病の指摘の状況—糖尿病の指摘の有無, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	159
第 51 表	糖尿病を指摘されたことがある者における治療の状況—治療の有無, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	159
第 52 表	現在, 糖尿病治療をしている者における治療の状況—治療の状況, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	160
第 53 表	「糖尿病が強く疑われる者」及び「糖尿病の可能性を否定できない者」の状況—糖尿病が疑われる者の状況, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	161
第 54 表	「糖尿病が強く疑われる者」における治療の有無—糖尿病の治療の有無, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	162
第 55 表	高血圧症有病者の状況—高血圧症有病者の状況, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	163
第 56 表	「脂質異常症が疑われる者」の状況—脂質異常症が疑われる者の状況, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	164
第 57 表	運動禁止の有無—運動禁止の有無, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	165
第 58 表	1 週間の運動日数—1 週間の運動日数, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	166
第 59 表	運動を行う日の平均運動時間—運動を行う日の平均運動時間の区分, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	167
第 60 表	運動習慣の有無—運動習慣の有無, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	167
第 61 表	歩数の平均値及び標準偏差—年齢階級別, 人数, 平均値, 標準偏差—総数・男性・女性, 20歳以上	168

第 3 部 生活習慣調査の結果

第 62 表	外食を利用している頻度—外食を利用している頻度, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	170
第 63 表	持ち帰りの弁当や惣菜を利用している頻度—持ち帰りの弁当や惣菜を利用している頻度, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	170
第 64 表	民間や公的機関の配食サービスを利用している頻度—民間や公的機関の配食サービスを利用している頻度, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	171
第 65 表	健康食品の摂取状況—健康食品の摂取状況, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	172
第 66 表	健康食品を摂取している目的—健康食品を摂取している目的, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	172
第 67 表	食習慣改善の意思—食習慣改善の意思, 年齢階級別, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	173
第 68 表	BMI の状況別, 食習慣改善の意思—BMI の状況, 食習慣改善の意思, 人数, 割合—総数・男性・女性, 20歳以上	174

第 69 表	食塩摂取量の状況別，食習慣改善の意思－食塩摂取量の状況，食習慣改善の意思，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	175
第 70 表	健康な食習慣の妨げとなる点－健康な食習慣の妨げとなる点，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	176
第 71 表	食習慣改善の意思別，健康な食習慣の妨げとなる点－食習慣改善の意思，健康な食習慣の妨げとなる点，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	177
第 72 表	食生活に影響を与えている情報源－食生活に影響を与えている情報源，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	178
第 73 表	食習慣改善の意思別，食生活に影響を与えている情報源－食習慣改善の意思，食生活に影響を与えている情報源，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	179
第 74 表	運動習慣の改善の意思－運動習慣の改善の意思，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	180
第 75 表	BMI の状況別，運動習慣改善の意思－BMI の状況，運動習慣改善の意思，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	181
第 76 表	運動習慣の状況別，運動習慣改善の意思－運動習慣の状況，運動習慣改善の意思，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	182
第 77 表	運動習慣の定着の妨げとなる点－運動習慣の定着の妨げとなる点，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	183
第 78 表	運動習慣改善の意思別，運動習慣の定着の妨げとなる点－運動習慣改善の意思，運動習慣の定着の妨げとなる点，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	184
第 79 表	1 日の平均睡眠時間－1 日の平均睡眠時間，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	185
第 80 表	睡眠の質の状況－睡眠の質の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	186
第 81 表	睡眠の確保の妨げとなる点－睡眠の確保の妨げとなる点，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	187
第 82 表	1 日の平均睡眠時間別，睡眠の確保の妨げとなる点－1 日の平均睡眠時間，睡眠の確保の妨げとなる点，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	188
第 83 表	喫煙の状況－喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	191
第 84 表の 1	現在喫煙者におけるたばこ製品の種類－たばこ製品の種類，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	192
第 84 表の 2	現在喫煙者におけるたばこ製品の組合せの状況－たばこ製品の種類，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	193
第 85 表	喫煙の状況別，現在喫煙者における 1 日の喫煙本数－喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	194
第 86 表	現在喫煙者における禁煙の意思－禁煙の意思，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	196
第 87 表	現在喫煙者におけるたばこ製品の組合せの状況別，禁煙の意思－たばこ製品の種類，禁煙の意思，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	197
第 88 表	身近に禁煙治療が受けられる医療機関の有無－医療機関の有無，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	198
第 89 表の 1	喫煙の状況別，受動喫煙の状況「ア 家庭」－喫煙の状況，受動喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	199
第 89 表の 2	喫煙の状況別，受動喫煙の状況「イ 職場」－喫煙の状況，受動喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	200
第 89 表の 3	喫煙の状況別，受動喫煙の状況「ウ 学校」－喫煙の状況，受動喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	201
第 89 表の 4	喫煙の状況別，受動喫煙の状況「エ 飲食店」－喫煙の状況，受動喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	202
第 89 表の 5	喫煙の状況別，受動喫煙の状況「オ 遊技場」－喫煙の状況，受動喫煙の状況，年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上	203

第 89 表の 6	喫煙の状況別, 受動喫煙の状況「カ 行政機関」－喫煙の状況, 受動喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	204
第 89 表の 7	喫煙の状況別, 受動喫煙の状況「キ 医療機関」－喫煙の状況, 受動喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	205
第 89 表の 8	喫煙の状況別, 受動喫煙の状況「ク 公共交通機関」－喫煙の状況, 受動喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	206
第 89 表の 9	喫煙の状況別, 受動喫煙の状況「ケ 路上」－喫煙の状況, 受動喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	207
第 89 表の 10	喫煙の状況別, 受動喫煙の状況「コ 子供が利用する屋外の空間 (公園, 通学路など)」－喫煙の状況, 受動喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	208
第 90 表	飲酒の頻度－飲酒の頻度, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	209
第 91 表	飲酒日の 1 日当たりの飲酒量－飲酒日の 1 日当たりの飲酒量, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	209
第 92 表	飲酒の頻度別, 飲酒日の 1 日当たりの飲酒量－飲酒の頻度, 飲酒日の 1 日当たりの飲酒量, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	210
第 93 表	飲酒習慣の状況－飲酒習慣の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	211
第 94 表	生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合－生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	212
第 95 表	飲酒の頻度別, 1日の平均睡眠時間－飲酒の頻度, 1日の平均睡眠時間, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	213
第 96 表	飲酒の頻度別, 睡眠の質の状況－飲酒の頻度, 睡眠の質の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	216
第 97 表	飲酒の頻度別, 喫煙の状況－飲酒の頻度, 喫煙の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	219
第 98 表	歯の本数の分布－歯の本数の区分, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	222
第 99 表	咀嚼の状況－咀嚼の状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	223
第 100 表	食べ方や食事の様子－食べ方や食事の様子, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	224
第 101 表	地域社会のつながりの状況－地域社会のつながりの状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	225
第 102 表	就業状況－就業状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	225
第 103 表	社会活動の実施状況－社会活動の実施状況, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	226
第 104 表の 1	非常用食料の用意の有無－非常用食料の用意の有無, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	228
第 104 表の 2	地域ブロック別, 非常用食料の用意の有無－非常用食料の用意の有無, 地域ブロック別, 人数, 割合－総数, 男性, 女性, 20歳以上	228
第 105 表の 1	用意している非常用食料の量－用意している非常用食料の量, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	229
第 105 表の 2	地域ブロック別, 用意している非常用食料の量－用意している非常用食料の量, 地域ブロック別, 人数, 割合－総数, 男性, 女性, 20歳以上	230
第 106 表の 1	用意している非常用食料の種類－用意している非常用食料の種類, 年齢階級別, 人数, 割合－総数・男性・女性, 20歳以上	231
第 106 表の 2	地域ブロック別, 用意している非常用食料の種類－用意している非常用食料の種類, 地域ブロック別, 人数, 割合－総数, 男性, 女性, 20歳以上	232