

【誤（令和 2 年 11 月 25 日公表）】

2 健康の状況
 (1)健康状態の変化
 この 14 年間、健康状態がずっと「よい」と思っている者は、男女とも全ての年齢階級で概ね4割継続して健康維持のために心がけていることは、男では「適度な運動をする」、女では「バランスを考え多様な食品をとる」割合が最も高い

第1回調査から 14 年間の健康状態の変化をみると、「第1回からずっと「よい」と思っている者は、男 40.4%、女 41.7%であり、男女とも全ての年齢階級で概ね4割となっている(表2)。

また、「第1回からずっと「よい」と思っている者について、性別に第1回から継続して健康維持のために心がけていることをみると、男は「適度な運動をする」13.9%、女は「バランスを考え多様な食品をとる」19.2%が最も高く、性別の割合の差でみると、「バランスを考え多様な食品をとる」、「食後の歯磨きをする」で差が大きくなっており、女の方が高くなっている(図2)。

表2 性、年齢階級別にみた第1回調査から第15回調査までの健康状態の変化 (単位:%)

	総数	第1回からの健康状態の変化				その他の変化
		第1回からずっと「よい」	「わるい」から「よい」に変化	第1回からずっと「わるい」	「よい」から「わるい」に変化	
総数	100.0	41.1	1.9	1.7	3.8	39.1
男	100.0	40.4	2.0	1.9	3.9	39.8
64歳	100.0	44.0	1.6	1.4	2.9	36.4
65～69歳	100.0	40.4	2.0	1.8	3.7	41.0
70～73歳	100.0	39.8	2.1	2.1	4.2	39.3
女	100.0	41.7	1.8	1.6	3.7	38.4
64歳	100.0	41.5	1.4	2.0	3.4	41.4
65～69歳	100.0	43.2	1.8	1.6	3.4	38.7
70～73歳	100.0	40.2	1.9	1.5	4.0	37.5

注：総数には第1回からの健康状態の変化の不詳を含む。

図2 性別にみた健康状態の変化が「第1回からずっと「よい」と思っている者の第1回調査から継続して健康維持のために心がけていること(複数回答)

項目	男 (%)	女 (%)
お酒を飲み過ぎない	6.4	1.0
たばこを吸い過ぎない	1.7	0.5
適度な運動をする	13.9	14.8
人間ドックを受診する	5.0	3.1
年に1回以上健康診査や食事の量に注意する	9.7	14.3
バランスを考え多様な食品をとる	6.3	19.2
サプリメントやサプリメントを摂取する	2.2	2.8
錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク状のビタミン剤を摂取する	9.7	14.0
適度な運動を継続する	8.7	17.5
食後の歯磨きをする	4.2	7.5
適度な休業をとる	8.9	11.9

注：第15回の「第1回からずっと「よい」と思っている者の性別ごとの総数を100とした時の割合である。

【正】

2 健康の状況
 (1)健康状態の変化
 この 14 年間、健康状態がずっと「よい」と思っている者は、男女とも全ての年齢階級で概ね4割継続して健康維持のために心がけていることは、男では「適度な運動をする」、女では「バランスを考え多様な食品をとる」割合が最も高い

第1回調査から 14 年間の健康状態の変化をみると、「第1回からずっと「よい」と思っている者は、男 40.4%、女 41.7%であり、男女とも全ての年齢階級で概ね4割となっている(表2)。

また、「第1回からずっと「よい」と思っている者について、性別に第1回から継続して健康維持のために心がけていることをみると、男は「適度な運動をする」13.9%、女は「バランスを考え多様な食品をとる」19.2%が最も高く、性別の割合の差でみると、「バランスを考え多様な食品をとる」、「食後の歯磨きをする」で差が大きくなっており、女の方が高くなっている(図2)。

表2 性、年齢階級別にみた第1回調査から第15回調査までの健康状態の変化 (単位:%)

	総数	第1回からの健康状態の変化				その他の変化
		第1回からずっと「よい」	「わるい」から「よい」に変化	第1回からずっと「わるい」	「よい」から「わるい」に変化	
総数	100.0	41.1	1.7	1.7	3.6	40.8
男	100.0	40.4	1.8	1.9	4.0	41.5
64歳	100.0	44.0	1.6	1.4	3.4	37.8
65～69歳	100.0	40.4	1.8	1.8	3.7	42.5
70～73歳	100.0	39.8	1.8	2.1	4.5	40.9
女	100.0	41.7	1.7	1.6	3.3	40.3
64歳	100.0	41.5	1.3	2.0	2.9	43.3
65～69歳	100.0	43.2	1.7	1.6	3.1	40.5
70～73歳	100.0	40.2	1.8	1.5	3.6	39.5

注：総数には第1回からの健康状態の変化の不詳を含む。

図2 性別にみた健康状態の変化が「第1回からずっと「よい」と思っている者の第1回調査から継続して健康維持のために心がけていること(複数回答)

項目	男 (%)	女 (%)
お酒を飲み過ぎない	6.4	1.0
たばこを吸い過ぎない	1.7	0.5
適度な運動をする	13.9	14.8
人間ドックを受診する	5.0	3.1
年に1回以上健康診査や食事の量に注意する	9.7	14.3
バランスを考え多様な食品をとる	6.3	19.2
サプリメントやサプリメントを摂取する	2.2	2.8
錠剤、カプセル、顆粒、ドリンク状のビタミン剤を摂取する	9.7	14.0
適度な運動を継続する	8.7	17.5
食後の歯磨きをする	4.2	7.5
適度な休業をとる	8.9	11.9

注：第15回の「第1回からずっと「よい」と思っている者の性別ごとの総数を100とした時の割合である。

第15回中高年者縦断調査（中高年者の生活に関する継続調査）の概況 p10「参考 表2」

【誤（令和2年11月25日公表）】

表2 性、年齢階級別にみた第1回調査から第15回調査までの健康状態の変化 (単位:人)

	第1回からの健康状態の変化						
	総数	第1回からずっと「よい」	「わるい」から「よい」に変化	第1回からずっと「わるい」	「よい」から「わるい」に変化	その他の変化	不詳
総数	17 538	7 213	<u>331</u>	306	<u>661</u>	<u>6 849</u>	<u>2 178</u>
男	7 979	3 225	<u>158</u>	152	<u>309</u>	<u>3 179</u>	<u>956</u>
64歳	621	273	10	9	<u>18</u>	<u>226</u>	<u>85</u>
65～69歳	3 792	1 533	<u>74</u>	68	<u>141</u>	<u>1 553</u>	<u>423</u>
70～73歳	3 566	1 419	<u>74</u>	75	<u>150</u>	<u>1 400</u>	<u>448</u>
女	9 559	3 988	<u>173</u>	154	<u>352</u>	<u>3 670</u>	<u>1 222</u>
64歳	769	319	<u>11</u>	15	<u>26</u>	<u>318</u>	<u>80</u>
65～69歳	4 523	1 952	<u>80</u>	73	<u>155</u>	<u>1 752</u>	<u>511</u>
70～73歳	4 267	1 717	<u>82</u>	66	<u>171</u>	<u>1 600</u>	<u>631</u>

【正】

表2 性、年齢階級別にみた第1回調査から第15回調査までの健康状態の変化 (単位:人)

	第1回からの健康状態の変化						
	総数	第1回からずっと「よい」	「わるい」から「よい」に変化	第1回からずっと「わるい」	「よい」から「わるい」に変化	その他の変化	不詳
総数	17 538	7 213	<u>306</u>	306	<u>636</u>	<u>7 160</u>	<u>1 917</u>
男	7 979	3 225	<u>142</u>	152	<u>323</u>	<u>3 308</u>	<u>829</u>
64歳	621	273	10	9	<u>21</u>	<u>235</u>	<u>73</u>
65～69歳	3 792	1 533	<u>67</u>	68	<u>142</u>	<u>1 613</u>	<u>369</u>
70～73歳	3 566	1 419	<u>65</u>	75	<u>160</u>	<u>1 460</u>	<u>387</u>
女	9 559	3 988	<u>164</u>	154	<u>313</u>	<u>3 852</u>	<u>1 088</u>
64歳	769	319	<u>10</u>	15	<u>22</u>	<u>333</u>	<u>70</u>
65～69歳	4 523	1 952	<u>76</u>	73	<u>139</u>	<u>1 832</u>	<u>451</u>
70～73歳	4 267	1 717	<u>78</u>	66	<u>152</u>	<u>1 687</u>	<u>567</u>