資料６

令和３年度 健康づくり・食育に関するアンケート調査

《各部会　報告資料》

○　食育推進部会　（食育１－８）

健康長寿のまち・京都食育推進プラン中間報告
令和３年度健康づくり・食育に関するアンケート調査　結果概要（食育関連項目）

○　身体活動・運動推進部会　（身体・運動１－９）

令和３年度健康づくり関するアンケート調査結果（身体活動・運動分野抜粋）

○　口腔保健部会　（口腔１－17）

健康づくり関するアンケート調査結果（歯科関連抜粋）

○　たばこ対策推進部会　（喫煙・飲酒１－９）
○　適正飲酒推進部会

令和３年度健康づくり関するアンケート調査結果（喫煙・飲酒分野抜粋）

令和４年１月２８日
保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室
健 康 長 寿 企 画 課

健康長寿のまち・京都食育推進プラン中間評価について

１　健康長寿のまち・京都食育推進プラン概要

「健康長寿のまち・京都食育推進プラン」は，平成１７年に施行された食育基本法に基づく市町村食育推進計画として，また,「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」(以下,「市健康増進計画」という。）の栄養・食生活分野の計画として，策定したものです。

本市では，本プランにおいて,『一人一人の市民が「食」への関心を高め，適切な判断力を身につけるとともに,「食」を通して「人」,「家族」,「地域」,「世代」がつながり，全ての市民が生涯にわたって健康で豊かに暮らす。』を基本理念とし，４つの施策の柱と１１の基本施策を掲げ，食育の取組を推進してまいりました。(参考：プラン概要版 P6)

２　中間評価の目的

「健康長寿のまち・京都食育推進プラン」は，計画期間を平成２８年～令和２年の５年間としていましたが,「市健康増進計画」の期間と一致させるため，期間を３年間延長し，令和５年までとしました。

上記のとおり計画期間が８年間に延長したことから，令和３年度に，プランの進捗を把握し，食育の更なる推進を図ることを目的に，中間評価を行うこととしました。

３　中間評価の方法

中間評価では，評価項目について，アンケート調査結果や各種統計データ，事業実績などにより直近値を得，策定時の値，目標値との比較により評価を行いました。

＜評価項目判定区分＞

判定区分	判定基準
A	目標値を達成している
B	目標値に達成していないが，策定当初より改善がみられる
C	策定時から変化なし
D	策定時より悪化している
―	判定不能

4　中間評価の結果

目指す姿	項目			現状値（H27）		中間評価値※（R3）	目標値（R5）	評価
1 朝食を毎日食べる	朝食をほとんど毎日食べる市民の割合	3歳児		93.3%	①	94.9%	100%	B
		小学生		87.1%	②	83.6%（参考値）	100%	―
		中学生		82.3%	③	78.0%（参考値）	90%	―
		15歳以上の市民		80.9%	④	83.1%	85%	B
		20歳代の男性		46.1%	⑤	60.0%	70%	B
		30歳代の男性		59.4%	⑥	63.5%	70%	B
		20歳代の女性		61.7%	⑦	66.3%	70%	B
2 食卓を囲み家族や仲間とのだんらんを楽しんで食べる	食事を共にする家族や友人がいる市民の割合			83.0%	⑧	72.3%	85%	D
	夕食を一人で食べる小・中学生の割合	小学生		3.0%	⑨	1.2%（参考値）	減少へ	―
		中学生		8.6%	⑩	3.4%（参考値）		―
3 主食・主菜・副菜を揃える等バランスよく食べる	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上，ほぼ毎日食べている市民の割合			49.2%	⑪	52.9%	60%	B
4 適正な体重を維持する	「適正体重」や「生活習慣病」の予防・改善のため「適切な食事」や「運動」を継続的に実施している市民の割合			73.1%	⑫	72.9%	80%	C
	肥満・やせの市民の割合	肥満	40歳代の男性	32.0%	⑬	30.1%	28%	B
			50歳代の男性	35.7%	⑭	29.1%	28%	B
		やせ	20歳代の女性	20.3%	⑮	22.1%	15%	D
			30歳代の女性	18.9%	⑯	11.5%	15%	A
5 適切に食品を選択する力をつける	外食や食品を購入するときに食品の表示（原材料・添加物・栄養成分・産地等）を参考にする市民の割合			―	⑰	63.4%	60%	A
6食品ロスの低減など環境を考えた食生活を実践する	食べ残しやごみを減らす工夫をする市民の割合			59.7%	⑱	60.8%	80%	C
7 健康的な食事をとることができる環境の充実を図る	食の健康づくり応援店の登録店舗数			360店	⑲	595（令和3年3月末）	1,000店	B
8 食育指導員等の市民ボランティアの活動の充実を図る	食育指導員の年間総活動回数			1,171回	⑳	730回(令和2年度)（1976回(令和元年度)）	1,500回	D
9 京都の食文化を正しく理解し，継承する	京都の食文化（行事食やおきまり料理など）を認知している市民の割合			52.9%	㉑	72.7%	65%	A
10 地産地消(知産知消)を実践する	「京の旬野菜」供給量			10,546t	㉒	10,952t	11,000t	B
	地元の農産物を日頃から購入するようにしている市民の割合			55.9%	㉓	51.7%	65%	D

①　3歳児健康診査質問票（令和3年9～11月）集計
②，③　全国学力・学習状況調査（令和3年度）
④～⑧，⑪～⑱，㉑，㉓　健康づくり・食育に関するアンケート調査（令和3年度）

⑨　令和元年度食生活調査（小学生）
⑩　令和元年度中学校給食の充実及び食育の推進に関する実態調査（中学生）
⑲，⑳　京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課
㉒　令和元年農林統計調査
※ プランの期間延長に伴い，目標値を継続（令和５年度まで）

５　中間評価のまとめ

達成状況別に評価項目をまとめると，以下のとおりとなりました。

判定	評価項目
（Ａ）目標値を達成している	・３０歳代女性のやせの市民の割合 ・外食や食品を購入するときに食品の表示を参考にする市民の割合 ・京都の食文化を認知している市民の割合
（Ｂ）目標値に達成していないが，策定当初より改善がみられる	・朝食をほとんど毎日食べる市民の割合 （１５歳以上，２０，３０歳代男性，２０歳代女性） ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上，ほぼ毎日食べている市民の割合 ・４０，５０歳代男性の肥満の市民の割合 ・食の健康づくり応援店数 ・京の旬野菜供給量
（Ｃ）策定時から変化なし	・「適正体重」や「生活習慣病」の予防・改善のため「適切な食事」や「運動」を継続的に実施している市民の割合 ・食べ残しやごみを減らす工夫をする市民の割合
（Ｄ）策定時より悪化している	・２０歳代女性のやせの割合 ・食事を共にする家族や友人がいる市民の割合 ・食育指導員の年間総活動回数 ・地元の農作物を日頃から購入するようにしている市民の割合
（―）判定不能（参考値のみ）※	・朝食をほとんど毎日食べる小，中学生の割合 ・夕食を一人で食べる小・中学生の割合

※策定時と対象が異なるため，参考値とした。

６　課題と今後の取組の方向性

（１）課題

・ 食文化を認知している者，望ましい食生活を実践している者の割合は増加していたが，ふだん家族や友人と一緒に食事する市民の割合や食育指導員の活動回数は減少していた。これらの結果から，新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い，在宅時間が増えたことにより，家庭での食事に対する関心が高まった一方で，共食やボラン

ティア活動の機会が減った状況が見てとれた。こうした状況を踏まえ，生活スタイルの変化やコロナ禍で急速に進展したデジタル化に対応した食育を推進する必要がある。

・ 数値は改善したものの，依然４０歳代，５０歳代男性の３割が肥満であること，２０歳代女性のやせの者の割合については策定時より悪化している状況が見られた。また，令和３年度の市民健康づくりアンケートの結果から２割以上の高齢者が低栄養傾向であった。健康寿命の延伸に向け，食生活に起因するこれらの課題に対し，各ライフステージに対応した働きかけが重要である。

・ 食品ロス削減を実践している者の割合に変化が見られなかったことや地産地消の推進に向け行動している市民の割合が減少していたことから，庁内，関係団体及び事業者と連携を図り，持続可能な食を支える環境に配慮した食育の推進が引き続き必要である。

・ 「京の食文化」について，さらに多くの市民が認知し，家庭の食卓において実践し，次世代へ引き継いでいくためには，継続的な普及啓発が必要である。

（２）今後の方向性

上記の課題について，「健康長寿のまち・京都食育推進プラン（～令和５年度）」に基づき，庁内，関係団体，事業者及び食育に係る多様な関係者等と連携を図りながら，取組を推進してまいります。また，今後，食育に関する施策を計画的に推進するため，具体的な対応策を引き続き検討してまいります。

７　実施計画の今後の予定

＜スケジュール＞

国の次期健康づくり運動及び第４次食育推進基本計画の重点事項を踏まえつつ，次期市健康増進計画との整合を図りながら，次期プランの策定を，以下の予定で進めてまいります。

<table>
<tr><th></th><th></th><th>H28</th><th>H29</th><th>H30</th><th>R1</th><th>R2</th><th>R3</th><th>R4</th><th>R5</th><th>R6…</th></tr>
<tr><td rowspan="2">国</td><td>健康づくり運動</td><td colspan="5">（H25～）健康日本２１（第二次）</td><td colspan="2">策定・公表</td><td>次期プラン</td></tr>
<tr><td>食育推進基本計画</td><td colspan="5">第３次</td><td colspan="4">第４次（～R7）</td></tr>
<tr><td rowspan="2">京都市</td><td>健康増進計画</td><td colspan="2">第２次</td><td colspan="4">現行プラン(当初の計画期間を１年延長)</td><td>策定・公表</td><td>次期プラン</td></tr>
<tr><td>食育推進計画</td><td colspan="6">現行プラン（当初の計画期間を３年延長）</td><td>策定・公表</td><td>次期プラン</td></tr>
</table>

＜本市の行財政改革計画（2021-2025）　令和３年８月＞

行政事務の徹底した合理化（効率性の向上）【抜粋】

行政計画や行政評価のあり方検討

・　行政計画については，必要性を徹底的に検証し，類似計画との整理統合や計画内容の抜本的な簡素化を実施

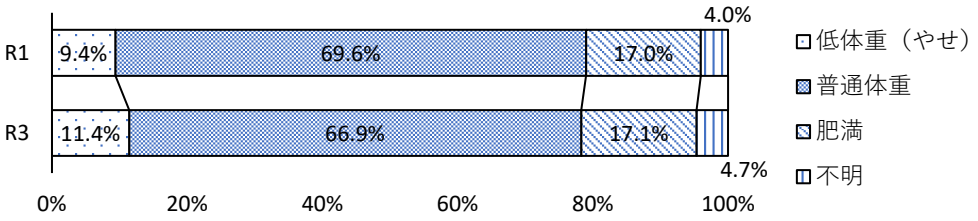
令和３年度 健康づくり・食育に関するアンケート調査
結果概要（食育関連項目）

＜調査概要＞

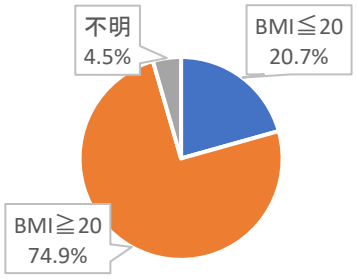
調査目的：平成30年3月に策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において，市民の健康づくりに関する活動状況を把握するために経年で実施することとしており，今後の健康づくり施策の推進の基礎資料とするものです。
対象者：15歳以上の市民5，000人（住民基本台帳から無作為抽出）
調査期間：令和3年9月6日（金）～令和3年10月29日（金）
回収数：1，759件（回収率35．2%）
調査項目：年齢，行政区等の基礎項目，身長・体重・歯の数，健康状態，社会参加，食事，身体活動・運動，健（検）診・歯科健診，睡眠，喫煙，飲酒　等

＜結果概要＞

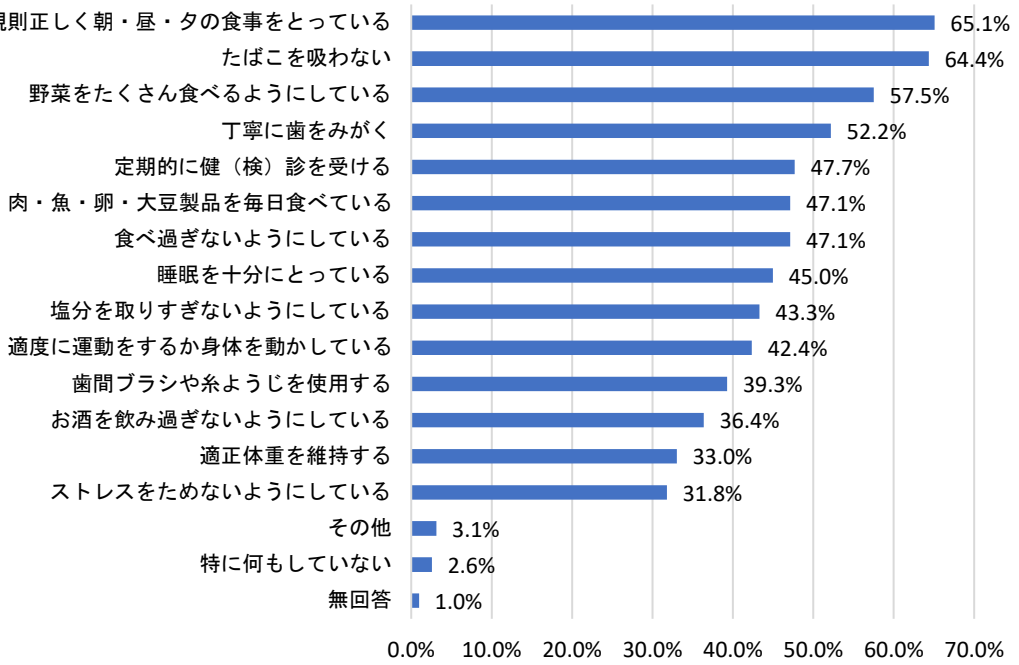
【問5の身長・体重より算出】ＢＭＩ



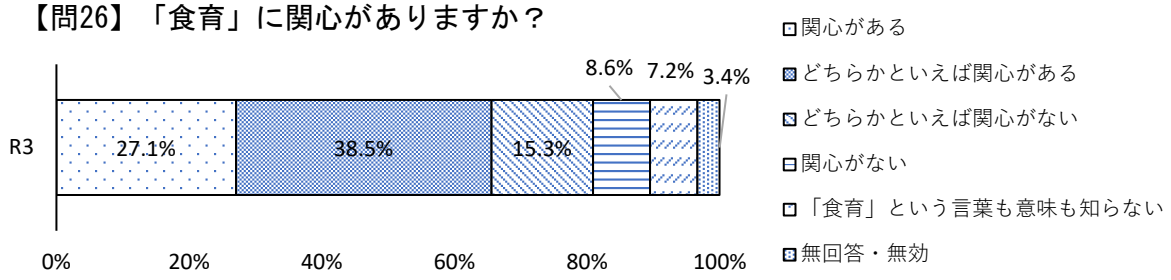
（参考）65歳以上（n=736）



【問9】健康のために普段の生活で心がけていることはありますか。

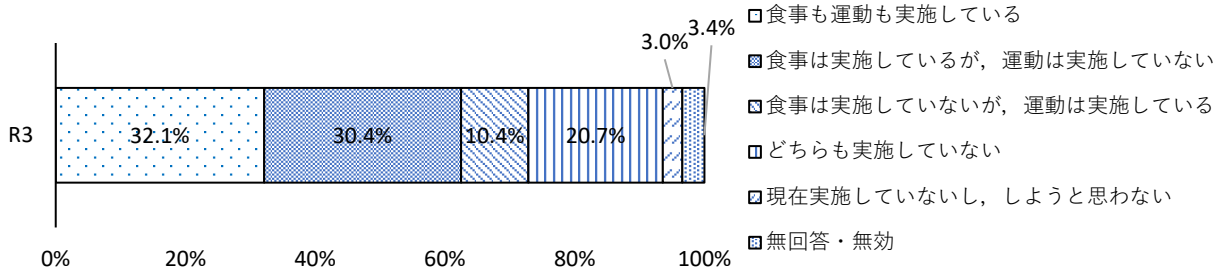


【問26】「食育」に関心がありますか？



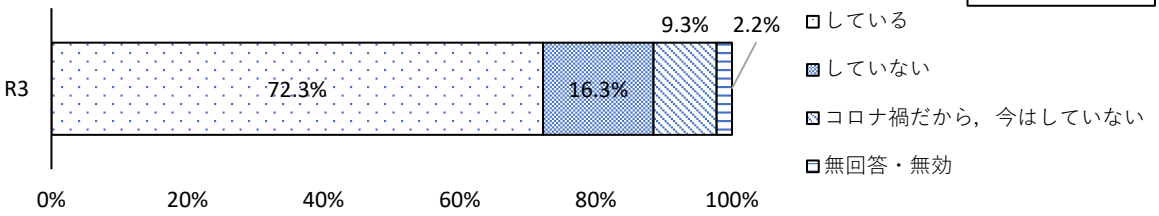
【問27】適正体重の維持や生活習慣病の予防，改善のために，「適切な食事」や「運動」を継続的に実施していますか。

評価項目⑫

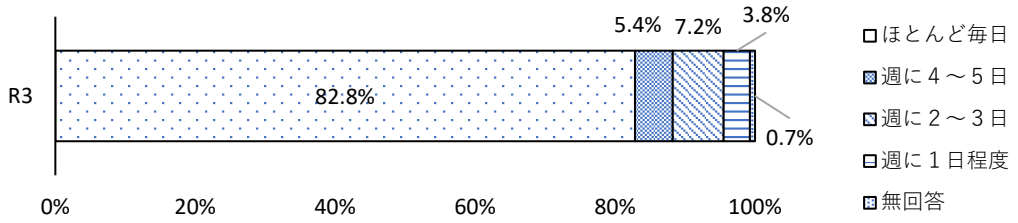


【問28】ふだん家族や友人と一緒に食事をしていますか。

評価項目⑧

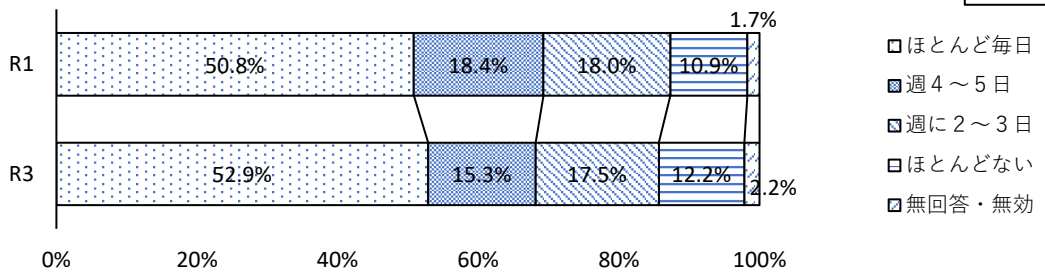


【補問28-1】《上記が「①」の場合》家族や友人と共に１日１回以上食事をする日がどのくらいありますか。



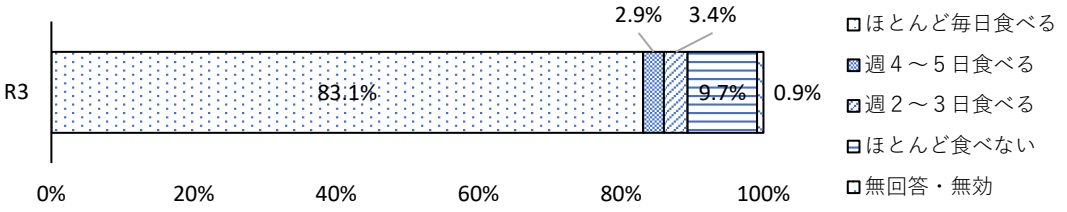
【問29】主食・主菜・副菜を３つそろえた食事を１日に２回以上とる日が，どのくらいありますか。

評価項目⑪

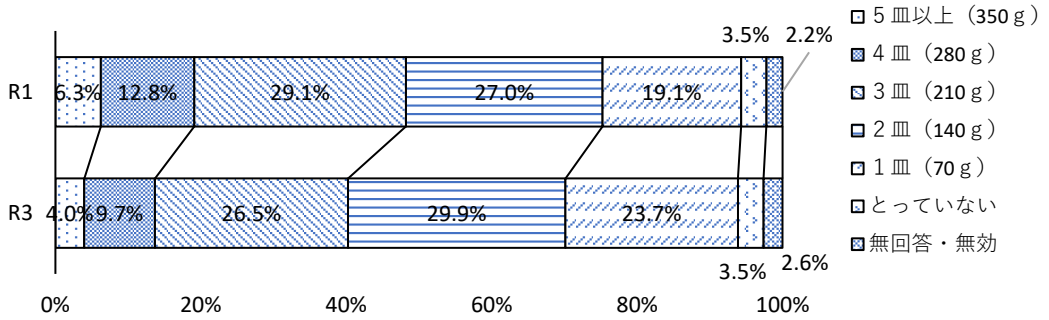


評価項目④～⑦

【問30】ふだん朝食を食べますか。

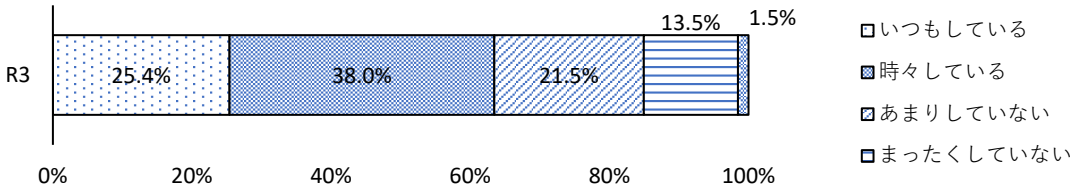


【問31】１日当たりどのくらいの量の野菜をとっていますか。



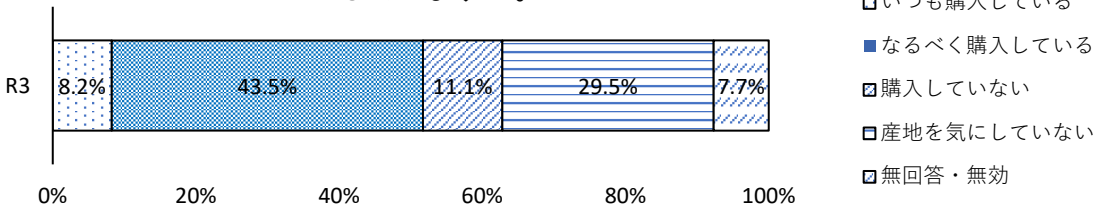
評価項目⑰

【問32】あなたは，ふだん外食や食品を購入するときに，食品の表示を参考にしていますか。



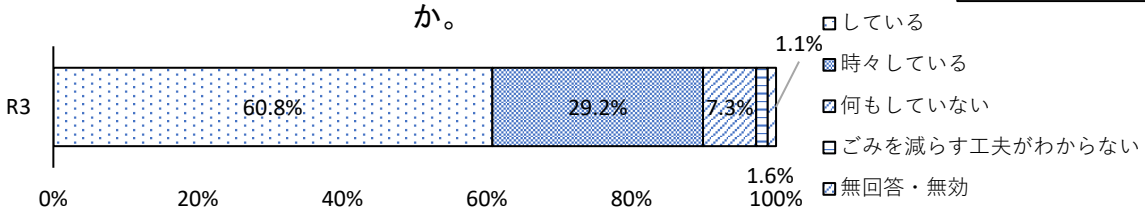
評価項目㉓

【問33】京都又は近郊で採れた農産物を日ごろから購入するようにしていますか。

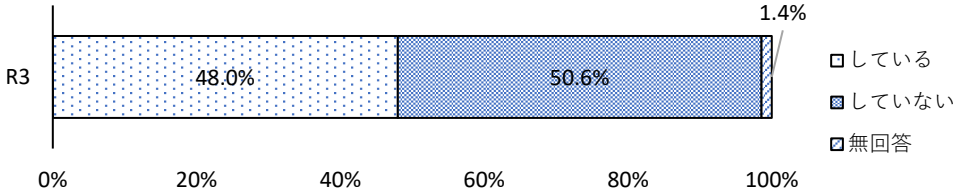


評価項目⑱

【問34】あなたは，ふだん食べ残しやごみを減らす工夫をしていますか。

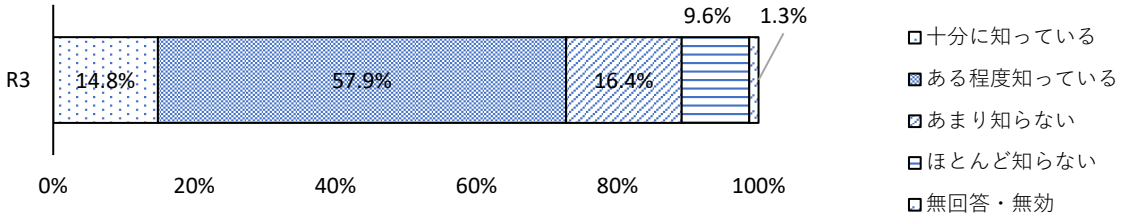


【問35】あなたは，災害等に備えて水や食品を備蓄（買い置き）していますか。



【問36】京の食文化（行事食やおきまり料理）をどの程度知っていますか。

評価項目㉑



令和３年度健康づくりに関するアンケート調査結果（身体活動・運動分野抜粋）

調査概要

調査目的：平成３０年３月に策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において，市民の健康づくりに関する活動状況を把握するために経年で実施することとしており，今後の健康づくり施策の推進の基礎資料とするものです。
対 象 者：１５歳以上の市民５，０００人（住民基本台帳から無作為抽出）
調査期間：令和３年９月６日（金）～令和３年１０月２９日（金）
回 収 数：１，７５９件（回収率３５．２％）
《内訳》１５～２４歳（青年期）：１３３件　２５～４４歳（壮年期）：３５１件
４５～６４歳（中年期）：５２１件　６５歳以上（高齢期）　：７３６件
※未回答：１８件
調査項目：年齢，行政区等の基礎項目，身長・体重・歯の数，健康状態，社会参加，食事，身体活動・運動，健（検）診・歯科健診，睡眠，喫煙，飲酒　等

＜調査結果の表示について＞

- 表中の性別欄の「全体」には，性別の問に対して，「（男性，女性の）その他」「答えたくない」「無回答」と回答した方を含みます。
- 調査結果の表中の最も多い割合のものを　　で網掛けしています。
- 「健康長寿のまち・京都推進プラン」に掲げる参考数値目標を　　の中に記載しています。

１　健康への関心

設問８　健康について関心がありますか。（１つに○）

健康への関心については，『ある』の割合が８２．０％と最も多い。令和元年度調査と比較すると，『ある』の割合は１．１Pt 増加した。

（%）

健康への関心の有無	調査結果	
	前回（令和元年度）	令和３年度
ある	８０．９	８２．０
ない	２．８	３．２
どちらとも言えない	１５．１	１３．８

設問９　健康のために普段の生活で心がけていることはありますか。（あてはまる番号すべてに○）

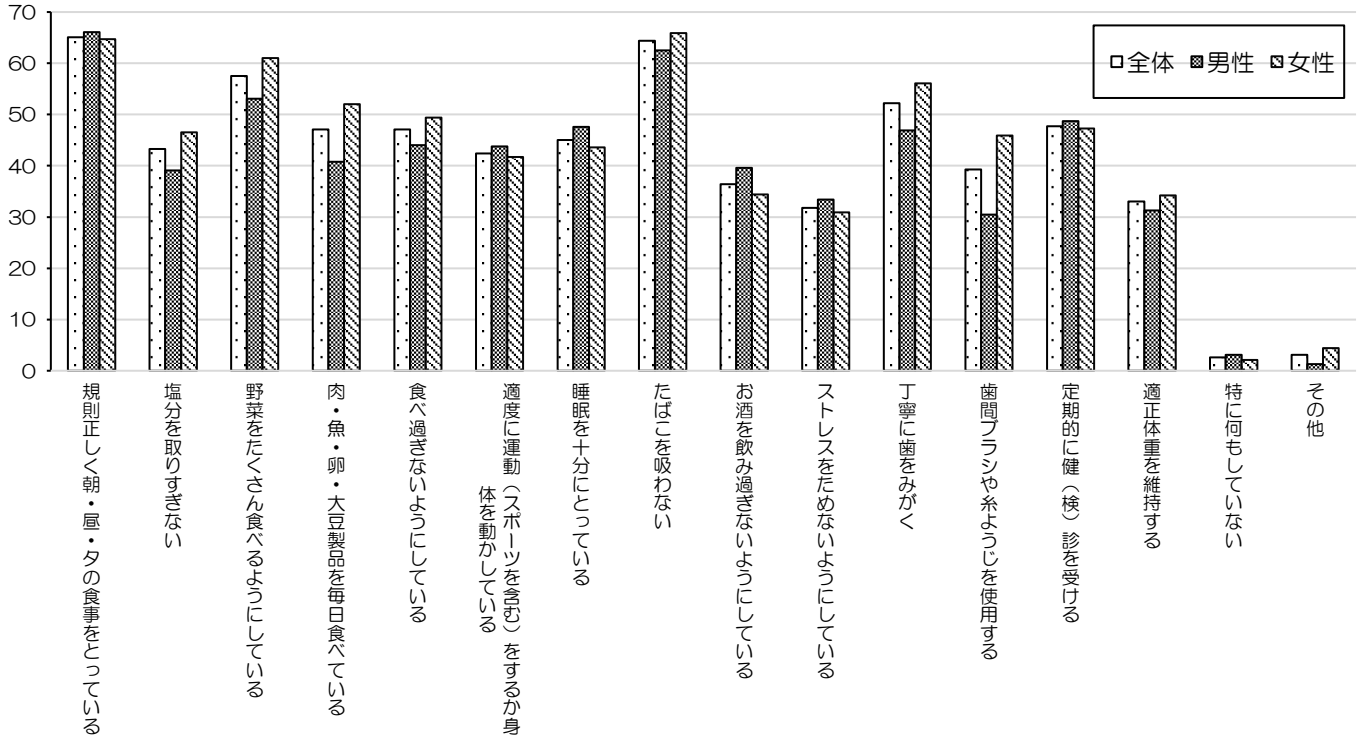
健康のために普段心がけていることとしては，全体のうち，『規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている』が６５．１％と最も多く，次いで『たばこを吸わない』が６４．４％，『野菜をたくさん食べるようにしている』が５７．５％だった。前回調査と比較すると，『定期的に健（検）診を受ける』が全体で６．０Pt，『適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている』が全体で５．１Pt 減少した。

（%）

健康のために普段の生活で心がけていること	性別	調査結果 前回（令和元年度）	調査結果 令和３年度
規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	全体	６４．１	６５．１
	男性	６２．２	６６．１
	女性	６６．３	６４．７
塩分を取りすぎない	全体	－	４３．３
	男性	－	３９．１
	女性	－	４６．５
野菜をたくさん食べるようにしている	全体	－	５７．５
	男性	－	５３．１
	女性	－	６１．０
肉・魚・卵・大豆製品を毎日食べている	全体	－	４７．１
	男性	－	４０．８
	女性	－	５２．０
食べ過ぎないようにしている	全体	４９．７	４７．１
	男性	４７．５	４４．０
	女性	５１．７	４９．４
適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている	全体	４７．５	４２．４
	男性	５１．５	４３．８
	女性	４５．２	４１．７
睡眠を十分にとっている	全体	４３．９	４５．０
	男性	４５．６	４７．６
	女性	４３．０	４３．６
たばこを吸わない	全体	６６．８	６４．４
	男性	６５．３	６２．５
	女性	６８．５	６５．９

健康のために普段の生活で心がけていること	性別	調査結果 前回（令和元年度）	調査結果 令和３年度
お酒を飲み過ぎないようにしている	全体	３９．７	３６．４
	男性	４３．０	３９．６
	女性	３７．７	３４．４
ストレスをためないようにしている	全体	３３．２	３１．８
	男性	３５．５	３３．４
	女性	３１．９	３０．９
丁寧に歯をみがく	全体	５２．７	５２．２
	男性	４６．１	４６．９
	女性	５７．８	５６．１
歯間ブラシや糸ようじを使用する	全体	３８．５	３９．３
	男性	２９．６	３０．５
	女性	４５．１	４５．９
定期的に健（検）診を受ける	全体	５３．７	４７．７
	男性	５６．１	４８．７
	女性	５２．６	４７．３
適正体重を維持する	全体	－	３３．０
	男性	－	３１．３
	女性	－	３４．２
特に何もしていない	全体	６．８	２．６
	男性	８．３	３．１
	女性	５．９	２．１
その他	全体	３．０	３．１
	男性	３．７	１．３
	女性	２．５	４．４

＜健康のために心がけていることの割合（性別）＞



運動について，性別・年代別にみてみると，健康のために普段の生活で 「適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている」人の割合は，６５歳以上が最も多い。性別にみると，１５～６４歳では女性より男性の方が多く，６５歳以上では女性の方がやや多い。令和元年度調査と比較すると，１５～３９歳の男性で８．０Pt，４０～６４歳の男性で４．３Pt，６５歳以上の男性で１０．０Pt 減少した。

（%）

健康のために普段の生活で心がけていること	性別	調査結果					
		１５～３９歳		４０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている	全体	３６．４	３５．２	４０．６	３６．８	５８．８	５１．２
	男性	４６．７	３８．７	４１．４	３７．１	６１．１	５１．１
	女性	２９．８	３３．０	４０．２	３６．４	５６．９	５１．４

２　ロコモティブシンドロームに関すること

設問 10　以下※の言葉を御存じか，お答えください。（１つに○）

※「健康寿命」「フレイル」「オーラルフレイル」「ロコモティブシンドローム」「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」

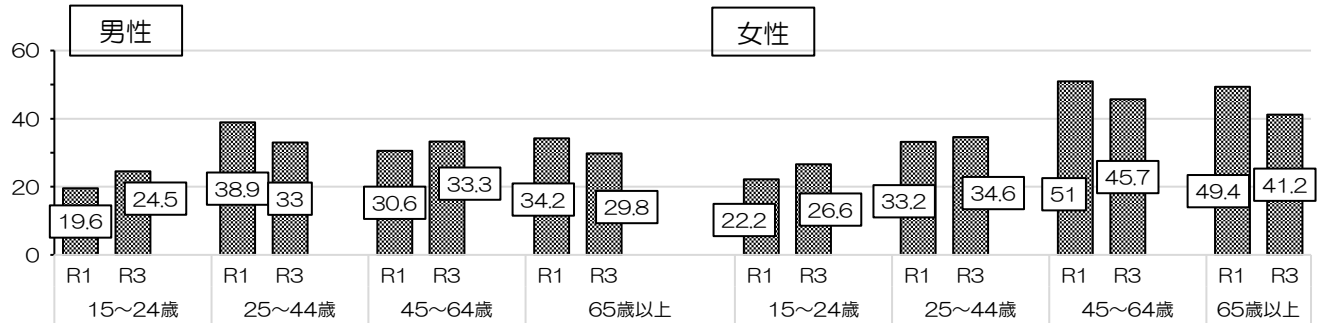
「ロコモティブシンドローム」について，『意味も含めて知っている』と答えた市民の割合は，全年齢で16．７%と，前回調査と比較し，２．１ Pt 減少した。年代別にみると，『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合は，年代が上がるにつれて多くなる傾向にある。性別にみると，男性より女性の方が多い。令和元年度調査と比較すると，１５～２４歳で４．６Pt 増加し，２５～４４歳で０．５Pt，４５～６４歳で１．９Pt，６５歳以上で６．５Pt 減少した。

＜「ロコモティブシンドローム」について＞

（%）

ロコモに対する知識	性別	調査結果									
		全年齢		１５～２４歳		２５～４４歳		４５～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
意味を含めて知っている	全体	１８．８	１６．７	６．１	７．５	１８．１	１３．１	２１．３	１９．４	１９．７	１８．３
	男性	１３．７	１３．４	３．９	７．５	２０．６	１３．８	１３．４	１５．９	１２．８	１２．６
	女性	２２．７	１９．１	７．９	７．６	１６．８	１２．６	２６．８	２１．７	２４．９	２２．５
聞いたことはあるが良く知らない	全体	２０．６	１９．６	１４．８	１８．０	１６．９	２１．４	２１．３	２１．３	２３．０	１７．９
	男性	１９．２	１７．６	１５．７	１７．０	１８．３	１９．２	１７．２	１７．４	２１．４	１７．２
	女性	２２．０	２１．１	１４．３	１９．０	１６．４	２２．０	２４．２	２４．０	２４．５	１８．７
知らない	全体	５６．２	５８．７	７９．１	７３．７	６４．２	６５．５	５６．３	５７．４	４９．７	５３．８
	男性	６４．４	６５．６	８０．４	７３．６	５９．５	６６．９	６９．４	６４．３	６０．５	６４．４
	女性	５０．８	５４．２	７７．８	７３．４	６６．４	６５．４	４７．４	５２．７	４１．５	４６．２
（参考）『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合											
	全体	３９．４	３６．３	２０．９	２５．５	３５．０	３４．５	４２．６	４０．７	４２．７	３６．２
	男性	３２．９	３１．０	１９．６	２４．５	３８．９	３３．０	３０．６	３３．３	３４．２	２９．８
	女性	４４．７	４０．２	２２．２	２６．６	３３．２	３４．６	５１．０	４５．７	４９．４	４１．２

＜「ロコモティブシンドローム」について言葉や意味を知っている割合の前回調査比較（性・１５歳以上の年代別）＞



㉜ロコモティブシンドロームを知っている市民の割合（青年期以上）　＊「言葉も意味も知らない」と答えた市民以外の割合
H29（ベースライン）40.4%，R4（目標）80.0%

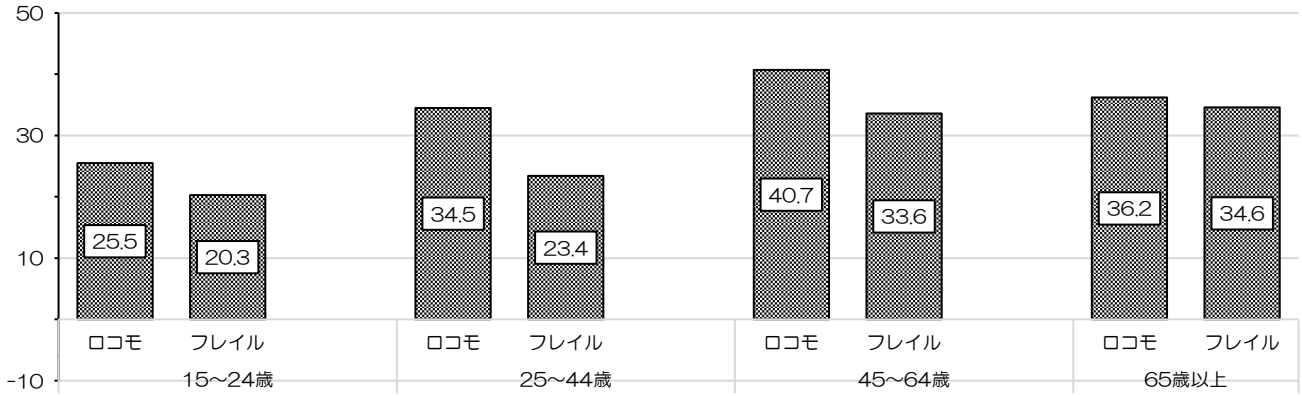
㉜ロコモティブシンドロームを知っている市民の割合　＊「言葉も意味も知らない」と答えた市民以外の割合
青年期（15 歳～24 歳）H29（ベースライン）27.4%，R4（目標）55.0%　壮年期（25 歳～44 歳）H29（〃）35.9%，R4（〃）70.0%
中年期（45 歳～64 歳）H29（　〃　）41.9%，R4（〃）80.0%　高齢期（65 歳以上）　H29（〃）45.6%，R4（〃）90.0%

（参考）＜「フレイル」について＞
「フレイル」と「ロコモ」について，『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合を比較すると，どの年代においても，「フレイル」より「ロコモ」の方が多かった。

（%）

フレイルに対する知識	性別	調査結果									
		全年齢		１５～２４歳		２５～４４歳		４５～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
意味を含めて知っている	全体	７．９	１５．２	３．５	８．３	７．７	１２．３	７．１	１７．９	９．５	１６．４
	男性	６．６	１２．２	２．０	３．８	９．５	１３．１	４．３	１４．５	７．７	１２．０
	女性	７．１	１７．６	４．８	１１．４	６．８	１２．１	９．０	２０．１	１０．７	１９．９
聞いたことはあるが良く知らない	全体	１２．３	１５．５	７．８	１２．０	８．６	１１．１	１３．３	１５．７	１４．１	１８．２
	男性	９．５	１３．６	７．８	１５．１	７．１	１２．３	１１．０	１１．１	９．８	１５．９
	女性	１４．１	１６．８	７．９	１０．１	９．５	１０．３	１４．８	１８．８	１７．５	１９．７
知らない	全体	７４．９	６４．４	８８．７	７８．９	８２．８	７６．４	７８．７	６５．５	６７．８	５５．２
	男性	８０．９	７０．９	９０．２	７９．２	８２．５	７４．６	８４．７	７２．９	７６．６	６６．０
	女性	７２．８	６０．０	８７．３	７８．５	８２．７	７７．１	７４．５	６０．４	６１．５	４７．６
（参考）『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合											
	全体	２０．２	３０．７	１１．３	２０．３	１６．３	２３．４	２０．４	３３．６	２３．６	３４．６
	男性	１６．１	２５．８	９．８	１８．９	１６．６	２５．４	１５．３	２５．６	１７．５	２７．９
	女性	２１．２	３４．４	１２．７	２１．５	１６．３	２２．４	２３．８	３８．９	２８．２	３９．６

＜「ロコモ」と「フレイル」について言葉や意味を知っている割合の比較（１５歳以上の年代別）＞



設問１１　社会活動に参加していますか。（１つに○）

社会活動への参加については，何かしらの活動に『参加している』と回答した市民の割合は１９．６％で，前回調査と比較すると，２９．８Pt 減少した。また，『参加していない』と回答した市民のうち，２０．７％が『コロナ禍だから参加していない』と回答した。

（%）

社会活動への参加状況	調査結果	
	前回（令和元年度）	令和３年度
参加している	４９．４	１９．６
参加していない	４７．４	７５．５
コロナ禍だから参加していない	－	２０．７
コロナ禍になる前から参加していない	－	７９．３

『参加していない』と回答した１，３１９人に占める割合

設問 12　普段の生活のなかで，思い当たることはありますか。（あてはまる番号すべてに○）新規項目

ロコチェック７項目について，該当する項目別にみると，『片脚立ちで靴下がはけない』『階段を上がるのに手すりが必要である』が１９．７％と最も多く，次いで『家の中でつまずいたり滑ったりする』が８．８％，『家の中のやや重い仕事が困難である』が７．３％だった。１項目以上に該当すると回答した市民の割合は５７．５％で，前々回の調査結果と比較すると，１．２Pt 増加した。

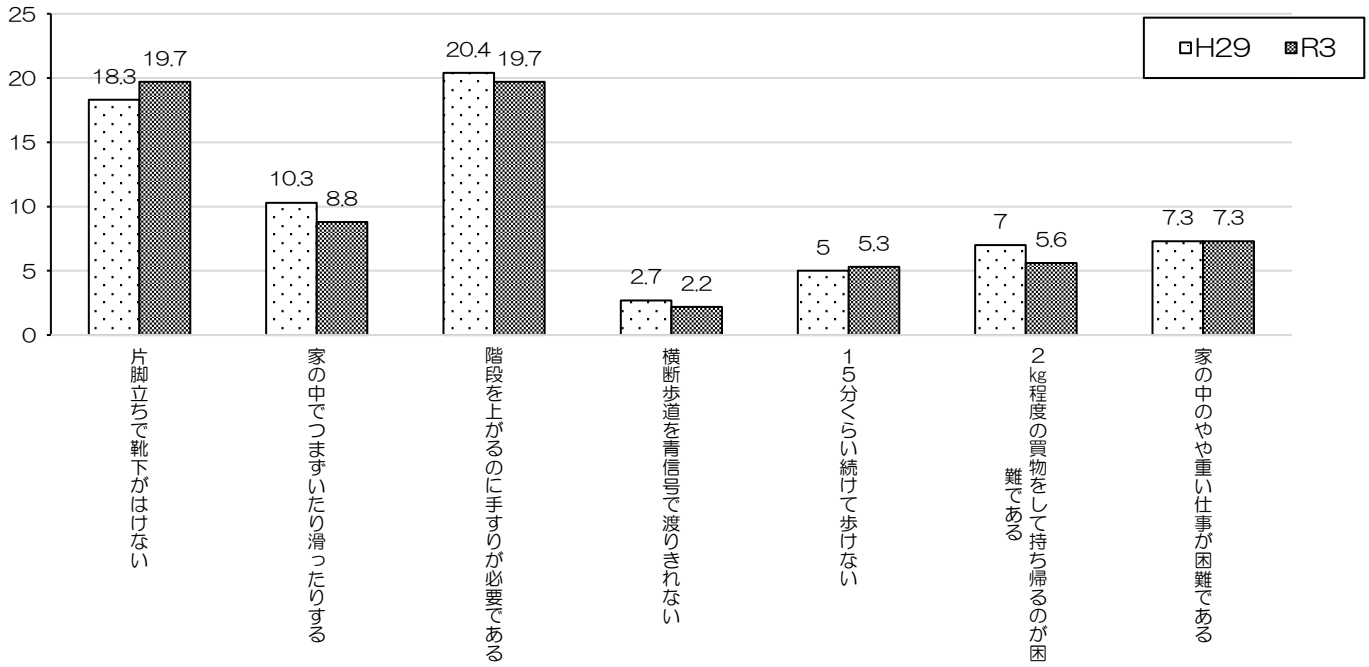
（％）

ロコチェック７項目	調査結果	
	前々回（平成２９年度）	令和３年度
片脚立ちで靴下がはけない	１８．３	１９．７
家の中でつまずいたり滑ったりする	１０．３	８．８
階段を上がるのに手すりが必要である	２０．４	１９．７
横断歩道を青信号で渡りきれない	２．７	２．２
１５分くらい続けて歩けない	５．０	５．３

（％）

ロコチェック７項目	調査結果	
	前々回（平成２９年度）	令和３年度
２㎏程度の買物をして持ち帰るのが困難である	７．０	５．６
家の中のやや重い仕事が困難である	７．３	７．３
特にない	６９．３	６２．６
無回答		４．８
（参考）１項目以上に該当すると回答した市民の割合		
※６５歳以上	５６．３	５７．５

＜ロコチェック７項目ごとの該当割合＞



㉞ロコチェック７項目のうち１項目以上に該当すると回答した市民の割合
H29（ベースライン）56.3%，R4（目標）51.3%

３　運動に関すること

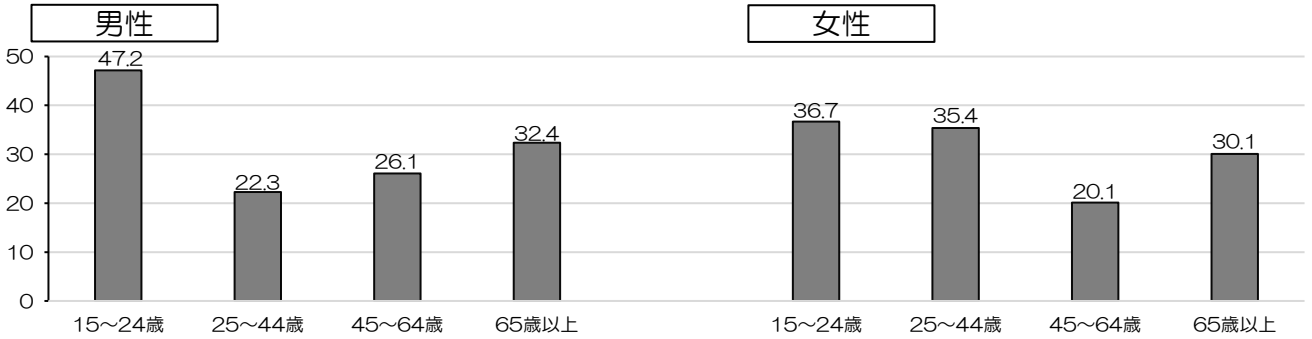
設問 13　過去１年間，運動を定期的に（週２回以上）行っていますか。（１つに○）新規項目

『定期的に行っている』の割合は，男性では１５～２４歳で４７．２％と最も多く，２５～４４歳で２２．３％と最も少ない。女性では１５～２４歳で３６．７％と最も多く，４５～６４歳で２０．１％と最も少ない。

（％）

定期的（週２回以上）な運動の実施状況	性別	調査結果				
		全年齢	１５～２４歳	２５～４４歳	４５～６４歳	６５歳以上
定期的に行っている	全体	２６．８	４０．６	１９．９	２２．５	３０．８
	男性	２９．８	４７．２	２２．３	２６．１	３２．４
	女性	２５．１	３６．７	３５．４	２０．１	３０．１
定期的ではないが，行っている	全体	３０．６	３５．３	３５．６	３０．９	２７．４
	男性	３３．２	３５．８	３６．９	３３．８	３１．４
	女性	２８．９	３５．４	３５．０	２８．８	２４．４
行っていないが，今後行うつもりである	全体	１５．８	７．５	２３．１	２０．０	１０．９
	男性	１４．８	５．７	２２．３	１９．３	１０．０
	女性	１６．６	７．６	２３．８	２０．４	１１．６
行っておらず，今後も行うつもりはない	全体	２１．５	１５．８	２１．４	２５．５	１９．７
	男性	１８．０	９．４	１８．５	１９．８	１８．１
	女性	２３．７	２０．３	２２．９	２９．４	２０．９

＜運動を定期的に（週２回以上）行っている人の割合（性・１５歳以上の年代別）＞



㉚運動習慣者（30 分・週 2 回の運動を 1 年以上継続している市民）の割合
40～64 歳　男性　H29（ベースライン）36.2%，R4（目標）47.0%　女性　H29（〃）30.7%，R4（〃）41.0%
65 歳以上　男性　H29（　〃　）52.3%，R4（〃）63.0%　女性　H29（〃）45.2%，R4（〃）52.0%

㉛運動を定期的（週 2 回以上）に行っている市民の割合
青年期（15 歳～24 歳）男性　H29（ベースライン）40.5%，R4（目標）45.5%　女性　H29（〃）37.4%，R4（〃）42.4%
壮年期（25 歳～44 歳）男性　H29（　〃　）19.8%，R4（〃）24.8%　女性　H29（〃）15.8%，R4（〃）20.8%
中年期（45 歳～64 歳）男性　H29（　〃　）25.8%，R4（〃）30.8%　女性　H29（〃）22.7%，R4（〃）27.7%
高齢期（65 歳以上）　男性　H29（　〃　）29.4%，R4（〃）34.4%　女性　H29（〃）25.4%，R4（〃）30.4%

（参考）令和元年度調査結果「１回３０分以上の軽く汗をかく運動を週２回以上，１年以上実施していますか。」

（％）

定期的（週２回以上）な運動の実施状況	性別	調査結果				
		全年齢	１５～２４歳	２５～４４歳	４５～６４歳	６５歳以上
はい	全体	３８．３	４７．０	２１．５	３２．５	４８．６
	男性	４２．１	５６．９	２７．８	３４．４	５０．１
	女性	３５．８	３９．７	６０．３	３１．３	４７．２
いいえ	全体	５９．７	５３．０	７８．５	６６．９	４８．６
	男性	５７．０	４３．１	７２．２	６５．１	４８．４
	女性	６２．５	１８．２	８１．８	６８．１	４９．２

（前の設問で『行っていないが，今後行うつもりである』『行っておらず，今後も行うつもりはない』と答え

た場合）

設問 13-1　どのような理由で行っていないのですか。（あてはまる番号すべてに○）新規項目

男性では，１５～６４歳の年代で，『時間が取れないから』の割合が最も多く，６５歳以上は『取り組むきっかけがないから』が最も多かった。女性では，２５～６４歳の年代で『時間が取れないから』の割合が最も多く，１５～２４歳は『めんどうだから』，６５歳以上は『コロナ禍だから』が最も多かった。６５歳以上でみると，『取り組むきかけがないから』『コロナ禍だから』が２０．４％で最も多く，次いで，『健康面に不安があるから』『理由は特にない』が２０．０％だった。

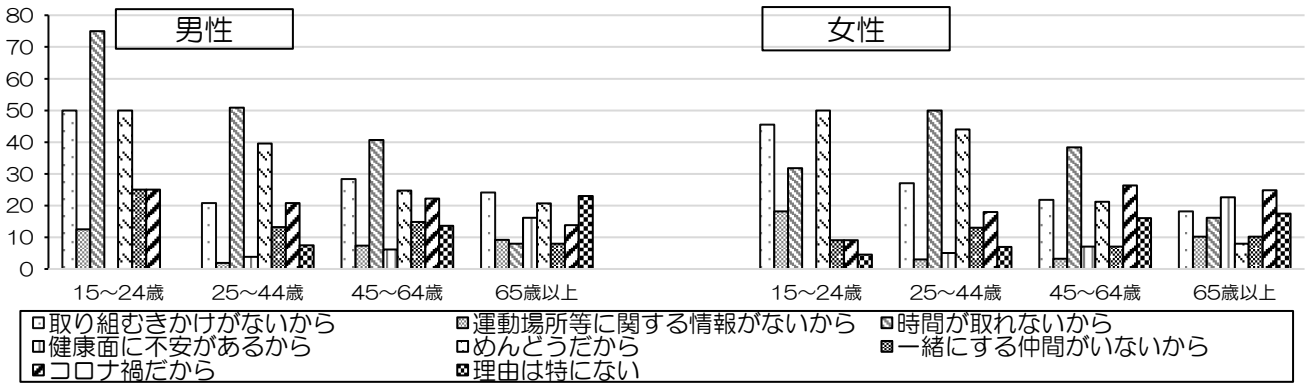
（%）

定期的な運動を行っていない（行わない）理由	性別	調査結果				
		全年齢	１５～２４歳	２５～４４歳	４５～６４歳	６５歳以上
取り組むきかけがないから	全体	２３．８	４５．２	２４．４	２４．１	２０．４
	男性	２５．５	５０．０	２０．８	２８．４	２４．１
	女性	２３．１	４５．５	２７．０	２１．８	１８．２
運動場所等に関する情報がないから	全体	６．６	１６．１	２．６	４．６	９．８
	男性	６．９	１２．５	１．９	７．４	９．２
	女性	６．３	１８．２	３．０	３．２	１０．２
時間が取れないから	全体	３２．９	４１．９	５０．０	３９．２	１２．９
	男性	３２．０	７５．０	５０．９	４０．７	８．０
	女性	３３．４	３１．８	５０．０	３８．４	１６．１
健康面に不安があるから	全体	１０．８	０．０	５．１	６．８	２０．０
	男性	９．１	０．０	３．８	６．２	１６．１
	女性	１１．３	０．０	５．０	７．１	２２．６
めんどうだから	全体	２５．２	４８．４	４２．９	２２．４	１２．９
	男性	２７．３	５０．０	３９．６	２４．７	２０．７
	女性	２４．０	５０．０	４４．０	２１．２	８．０
一緒にする仲間がいないから	全体	１０．５	１２．９	１２．８	９．７	９．３
	男性	１２．１	２５．０	１３．２	１４．８	８．０
	女性	９．６	９．１	１３．０	７．１	１０．２
コロナ禍だから	全体	２１．５	１６．１	１８．５	２４．９	２０．４
	男性	１８．６	２５．０	２０．８	２２．２	１３．８
	女性	２３．１	９．１	１８．０	２６．３	２４．８
理由は特にない	全体	１４．５	６．５	７．１	１５．２	２０．０
	男性	１５．２	０．０	７．５	１３．６	２３．０
	女性	１３．９	４．５	７．０	１６．０	１７．５
その他	全体	１３．０	３．２	６．４	１３．９	１８．２
	男性	１２．１	０．０	１．９	１４．８	１６．１
	女性	１３．２	４．５	８．０	１２．２	１７．５

（参考）『その他』について，自由記載内容　※（　）内は回答数

１５～２４歳	日常生活で十分体を動かしているため（１）
２５～４４歳	運動嫌い（３），妊娠・育児のため（３），何をすればよいかわからない（１），その他（１）
４５～６４歳	日常生活で十分体を動かしているため（9），疾患のため（6），金銭的理由（5），運動嫌い（3），妊娠・育児のため（1），その他（6）
６５歳以上	疾患のため（２３），日常生活で十分体を動かしているため（８），近くに運動する場所がない（１），その他（７）

＜運動を定期的に行っていない理由の割合（性・１５歳以上の年代別）＞



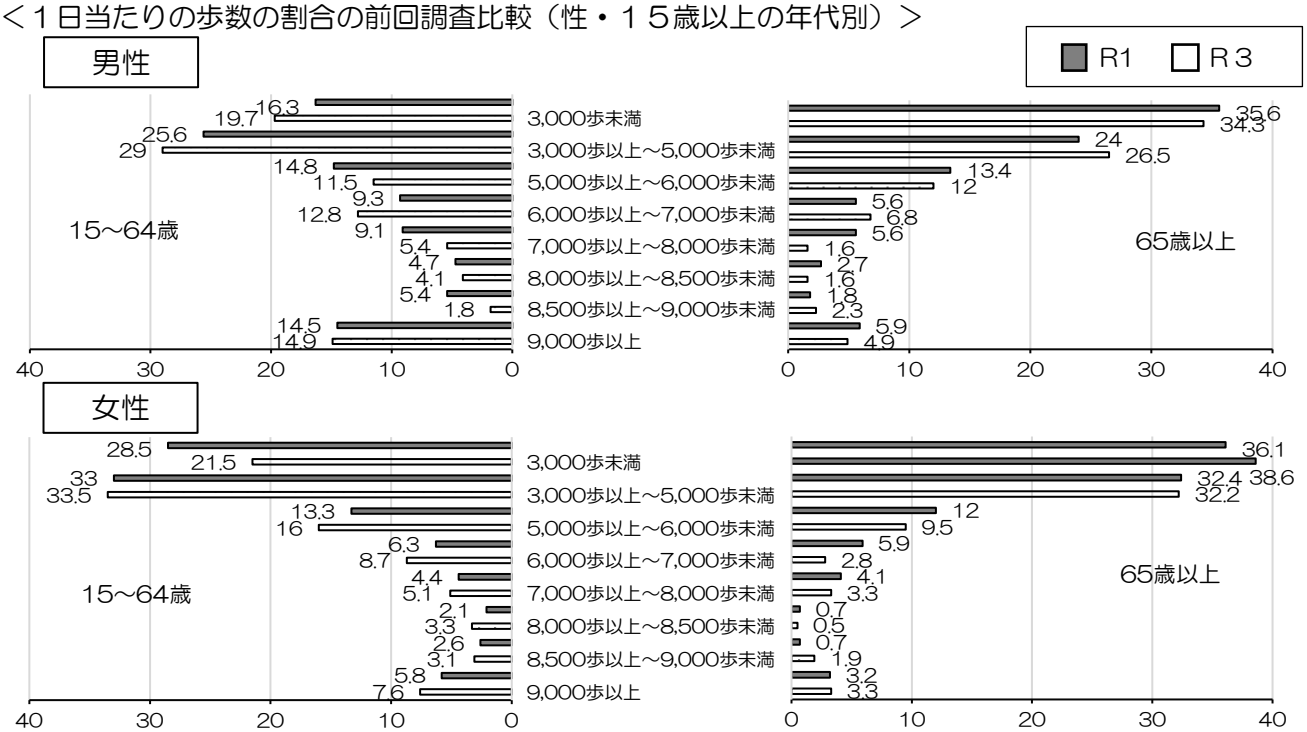
設問 14　１日当たり，おおよそ何歩歩いていますか。（１つに○）

１日当たりの歩数については，１５～６４歳で男女とも『３，０００歩以上～５，０００歩未満』の割合が最も多く，６５歳以上で男女とも『３，０００歩未満』の割合が最も多い。「健康日本２１」に掲げられている年代・性別の目標値を超えている市民の割合について，前回の調査結果と比較すると，６５歳以上の女性で２．７Pt 減少した。

（%）

１日の歩数	性別	調査結果					
		全年齢		１５～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
３，０００歩未満	全体	２６．９	２７．６	２０．２	２０．８	３５．８	３６．８
	男性	２５．３	２６．０	１６．３	１９．７	３５．６	３４．３
	女性	２８．３	２８．７	２８．５	２１．５	３６．１	３８．６
３，０００歩以上～５，０００歩未満	全体	２９．３	３０．６	３０．１	３１．６	２８．８	２９．８
	男性	２５．０	２７．８	２５．６	２９．０	２４．０	２６．５
	女性	３２．８	３２．９	３３．０	３３．５	３２．４	３２．２
５，０００歩以上～６，０００歩未満	全体	１３．６	１２．７	１４．６	１４．２	１２．５	１０．６
	男性	１４．１	１１．９	１４．８	１１．５	１３．４	１２．０
	女性	１３．５	１３．３	１３．３	１６．０	１２．０	９．５
６，０００歩以上～７，０００歩未満	全体	８．０	７．８	９．１	１０．４	６．５	４．５
	男性	８．４	１０．１	９．３	１２．８	５．６	６．８
	女性	７．６	６．３	６．３	８．７	５．９	２．８
７，０００歩以上～８，０００歩未満	全体	６．３	５．０	７．４	５．２	４．７	４．８
	男性	７．５	６．１	９．１	５．４	５．６	１．６
	女性	５．５	４．４	４．４	５．１	４．１	３．３
８，０００歩以上～８，５００歩未満	全体	２．６	２．４	３．５	３．６	１．５	１．０
	男性	３．７	３．０	４．７	４．１	２．７	１．６
	女性	１．８	２．１	２．１	３．３	０．７	０．５
８，５００歩以上～９，０００歩未満	全体	２．６	２．３	３．７	２．６	１．３	２．０
	男性	３．７	２．０	５．４	１．８	１．８	２．３
	女性	１．７	２．６	２．６	３．１	０．７	１．９
９，０００歩以上	全体	７．５	７．８	１０．１	１０．５	４．３	３．９
	男性	１０．５	１０．５	１４．５	１４．９	５．９	４．９
	女性	５．５	５．９	５．８	７．６	３．２	３．３

＜１日当たりの歩数の割合の前回調査比較（性・１５歳以上の年代別）＞



日常生活における歩数（厚生労働省「健康日本 21」）
20～64 歳　男性　R4（目標）9,000 歩　女性　R4（〃）8,500 歩
65 歳以上　男性　R4（　〃　）7,000 歩　女性　R4（〃）6,000 歩

（参考）「健康日本 21」における目標に対する市民の達成割合

		目標	Ｒ１達成割合	Ｒ３達成割合
男性	２０～６４歳	９，０００歩	１３．４％	１３．９％
	６５歳以上	７，０００歩	１６．０％	１５．５％
女性	２０～６４歳	８，５００歩	９．３％	１２．０％
	６５歳以上	６，０００歩	１４．５％	１１．８％

健康づくりに関するアンケート調査結果（歯科関連抜粋）

調査概要

調査目的：　平成30年3月に策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において，市民の健康づくりに関する活動状況を把握するために経年で実施することとしており，今後の健康づくり施策の推進の基礎資料とするものです。

対 象 者：　15歳以上の市民5,000人（住民基本台帳から無作為抽出）

＜令和元年度＞

調査期間：　令和元年9月28日（金）～令和元年10月18日（金）

調査方法：　調査票を郵送し，郵送で調査票を回収

回 収 数：　1,790件（回収率35.8%）

調査項目：　年齢，行政区等の基礎項目，身長・体重・歯の数，健康状態，社会参加，食事，身体活動・運動，健（検）診・歯科健診，睡眠，喫煙，飲酒　等

＜令和３年度＞

調査期間：令和3年9月6日（月）～令和3年10月29日（金）

調査方法：調査方法を郵送し，①郵送で調査票を回収又は②インターネット回答

回 収 数：1,759 件（回収率35.2%）

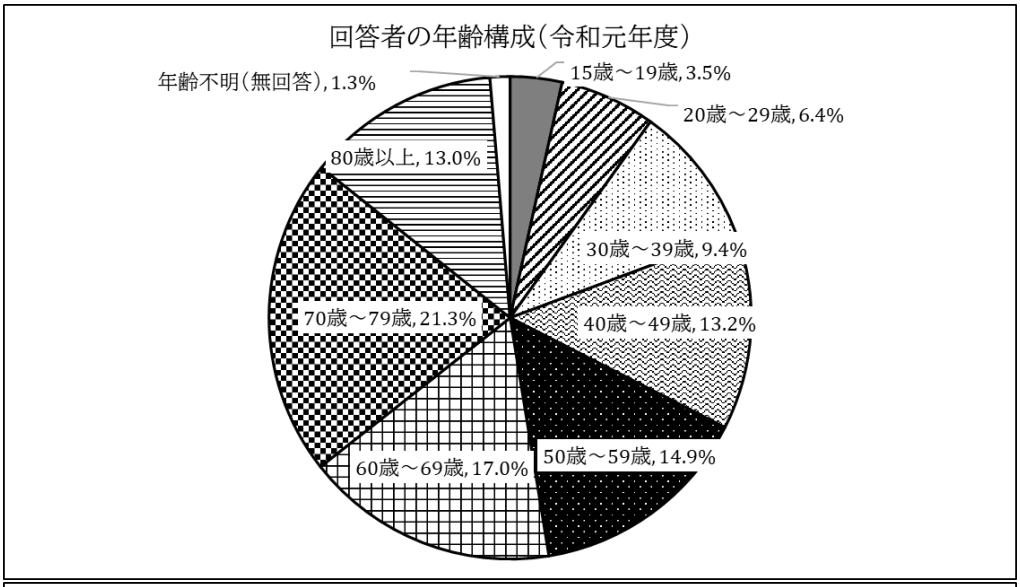
調査項目：　年齢，行政区等の基礎項目，身長・体重・歯の数，健康状態，社会参加，食事，身体活動・運動，健（検）診・歯科健診，睡眠，喫煙，飲酒　等

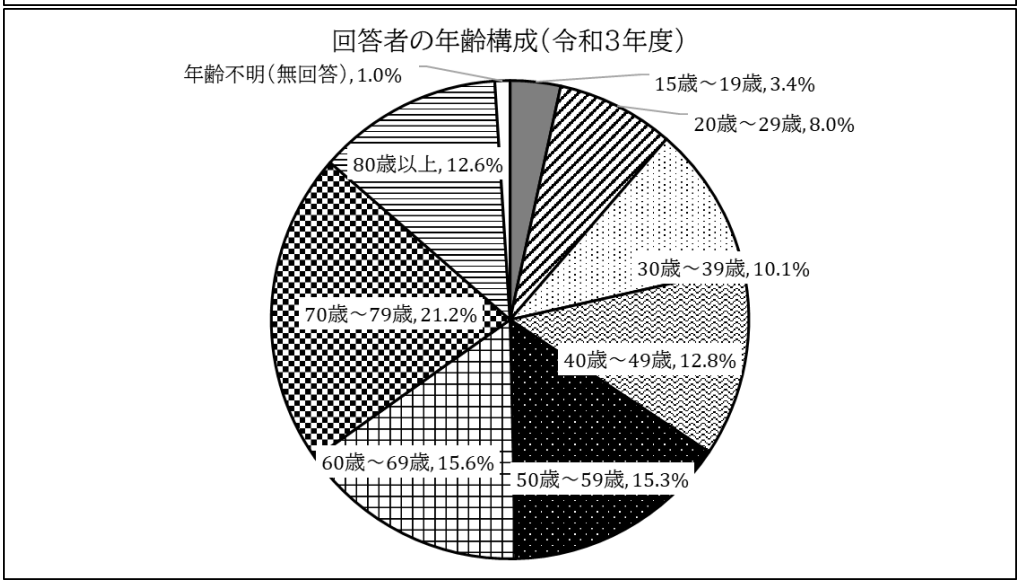
注）設問は令和 3 年度アンケート

問 2　令和 3 年 8 月 1 日現在の年齢はおいくつですか。

（令和元年度アンケートでは，令和元年 9 月 1 日現在）

	令和元年度		令和3年度	
	回答件数	構成割合	回答件数	構成割合
全体	1,790	100.0%	1,759	100.0%
15 歳～19 歳	62	3.5%	60	3.4%
20 歳～29 歳	115	6.4%	140	8.0%
30 歳～39 歳	169	9.4%	178	10.1%
40 歳～49 歳	236	13.2%	226	12.8%
50 歳～59 歳	267	14.9%	269	15.3%
60 歳～69 歳	304	17.0%	274	15.6%
70 歳～79 歳	381	21.3%	373	21.2%
80 歳以上	232	13.0%	221	12.6%
年齢不明(無回答)	24	1.3%	18	1.0%

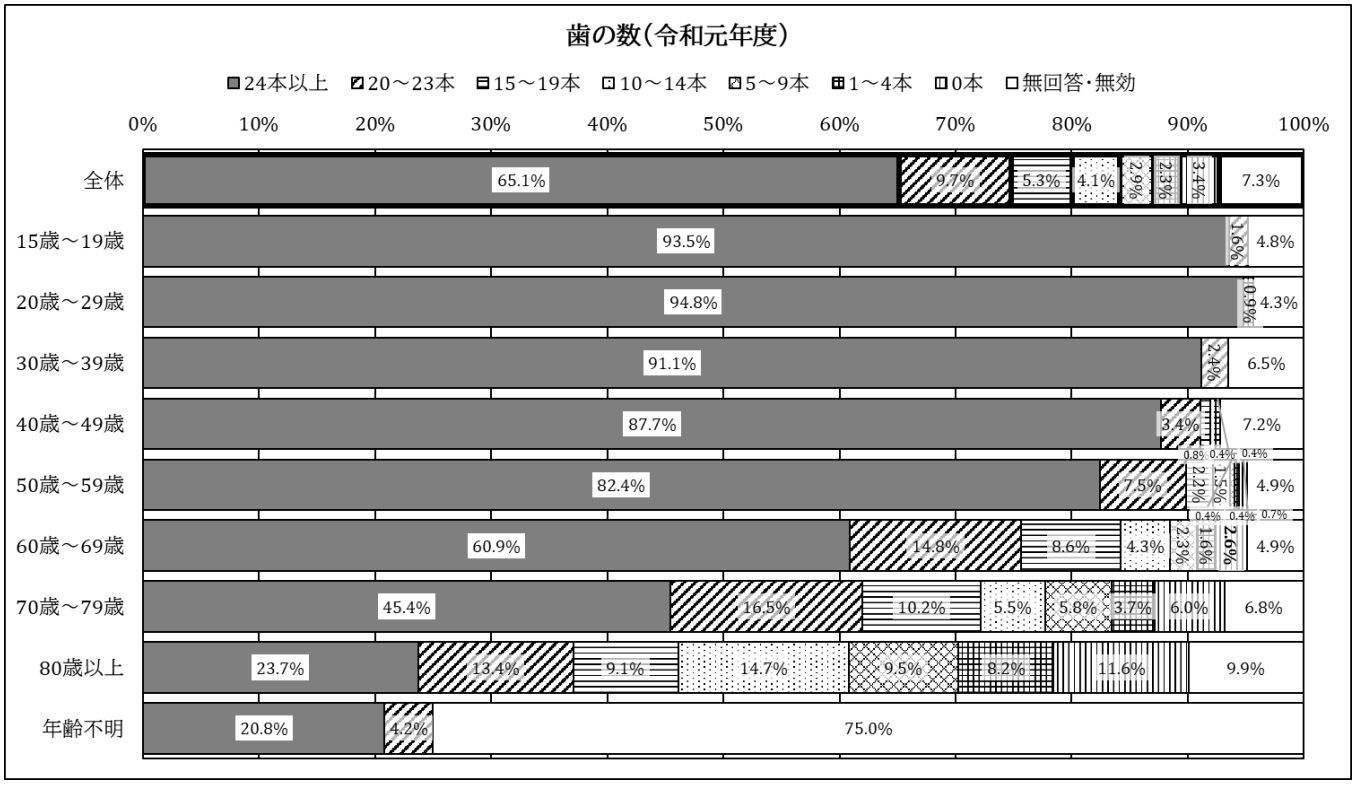


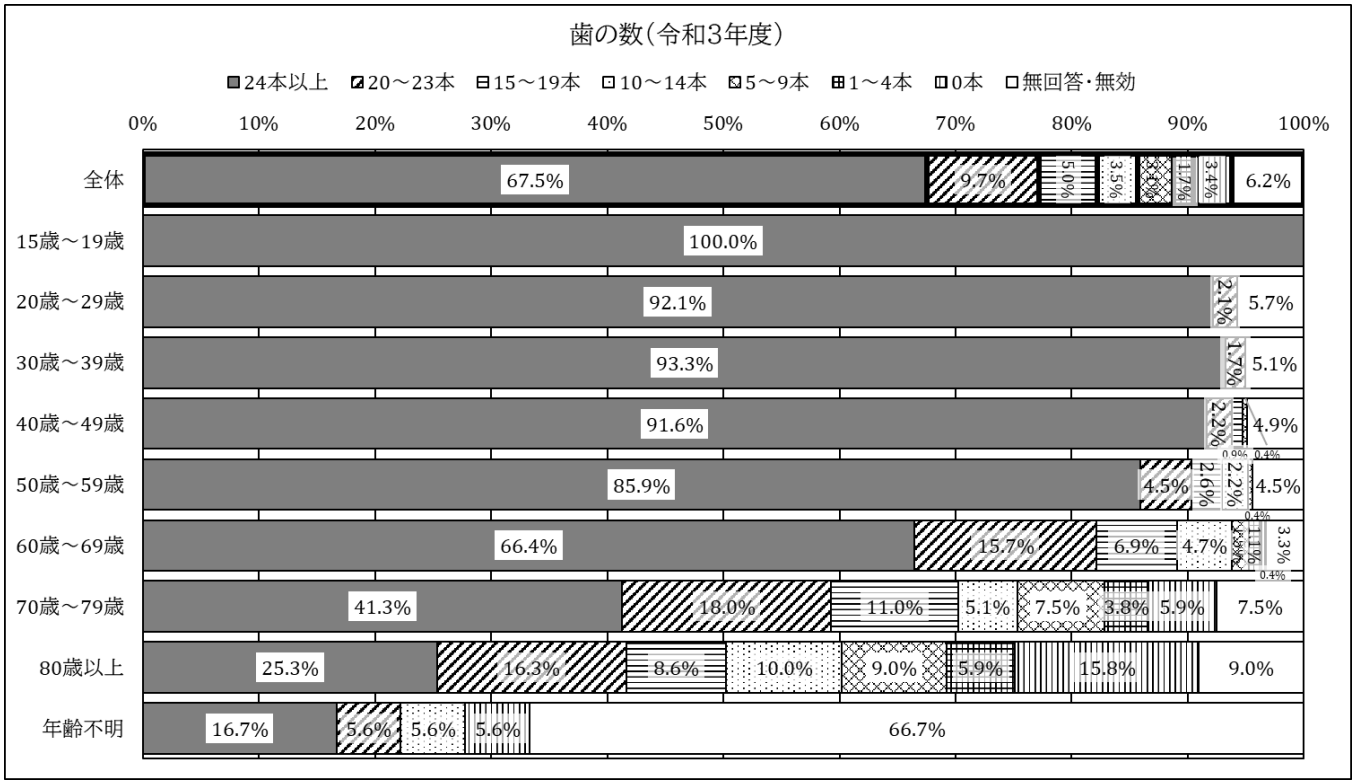


問 5-3　歯の数をお教えください（本数を整数で記載）。

	令和元年度 (N=1,790)							
	24 本以上	20～23 本	15～19 本	10～14 本	5～9 本	1～4 本	0 本	無回答･無効
全体	65.1%	9.7%	5.3%	4.1%	2.9%	2.3%	3.4%	7.3%
15 歳～19 歳	93.5%	1.6%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	4.8%
20 歳～29 歳	94.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.9%	0.0%	4.3%
30 歳～39 歳	91.1%	2.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	6.5%
40 歳～49 歳	87.7%	3.4%	0.8%	0.4%	0.0%	0.4%	0.0%	7.2%
50 歳～59 歳	82.4%	7.5%	2.2%	1.5%	0.4%	0.4%	0.7%	4.9%
60 歳～69 歳	60.9%	14.8%	8.6%	4.3%	2.3%	1.6%	2.6%	4.9%
70 歳～79 歳	45.4%	16.5%	10.2%	5.5%	5.8%	3.7%	6.0%	6.8%
80 歳以上	23.7%	13.4%	9.1%	14.7%	9.5%	8.2%	11.6%	9.9%
年齢不明	20.8%	4.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	75.0%

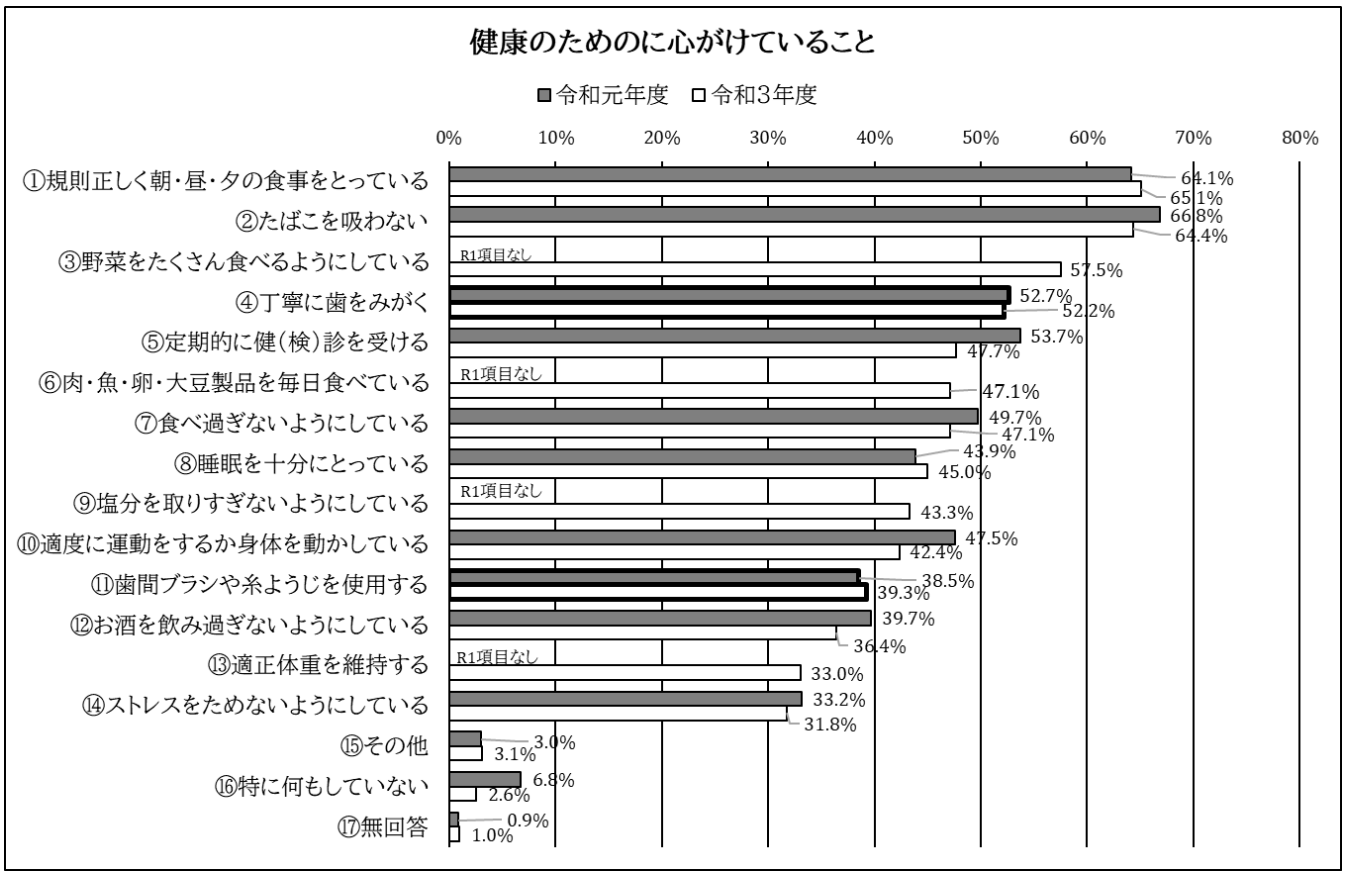
	令和3年度 (N=1,759)							
	24 本以上	20～23 本	15～19 本	10～14 本	5～9 本	1～4 本	0 本	無回答･無効
全体	67.5%	9.7%	5.0%	3.5%	3.1%	1.7%	3.4%	6.2%
15 歳～19 歳	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
20 歳～29 歳	92.1%	2.1%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	5.7%
30 歳～39 歳	93.3%	1.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	5.1%
40 歳～49 歳	91.6%	2.2%	0.9%	0.0%	0.4%	0.0%	0.0%	4.9%
50 歳～59 歳	85.9%	4.5%	2.6%	2.2%	0.4%	0.0%	0.0%	4.5%
60 歳～69 歳	66.4%	15.7%	6.9%	4.7%	1.5%	1.1%	0.4%	3.3%
70 歳～79 歳	41.3%	18.0%	11.0%	5.1%	7.5%	3.8%	5.9%	7.5%
80 歳以上	25.3%	16.3%	8.6%	10.0%	9.0%	5.9%	15.8%	9.0%
年齢不明	16.7%	5.6%	0.0%	5.6%	0.0%	0.0%	5.6%	66.7%


歯の数（令和元年度）
24本以上
20～23本
15～19本
10～14本
5～9本
1～4本
0本
無回答・無効
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
全体
65.1%
9.7%
5.3%
4.1%
2.9%
2.3%
3.4%
7.3%
15歳～19歳
93.5%
1.6%
4.8%
20歳～29歳
94.8%
0.9%
4.3%
30歳～39歳
91.1%
2.4%
6.5%
40歳～49歳
87.7%
3.4%
7.2%
50歳～59歳
82.4%
7.5%
2.2%
1.5%
0.8%
0.4%
0.4%
4.9%
60歳～69歳
60.9%
14.8%
8.6%
4.3%
2.3%
1.6%
2.6%
0.4%
0.4%
0.7%
4.9%
70歳～79歳
45.4%
16.5%
10.2%
5.5%
5.8%
3.7%
6.0%
6.8%
80歳以上
23.7%
13.4%
9.1%
14.7%
9.5%
8.2%
11.6%
9.9%
年齢不明
20.8%
4.2%
75.0%

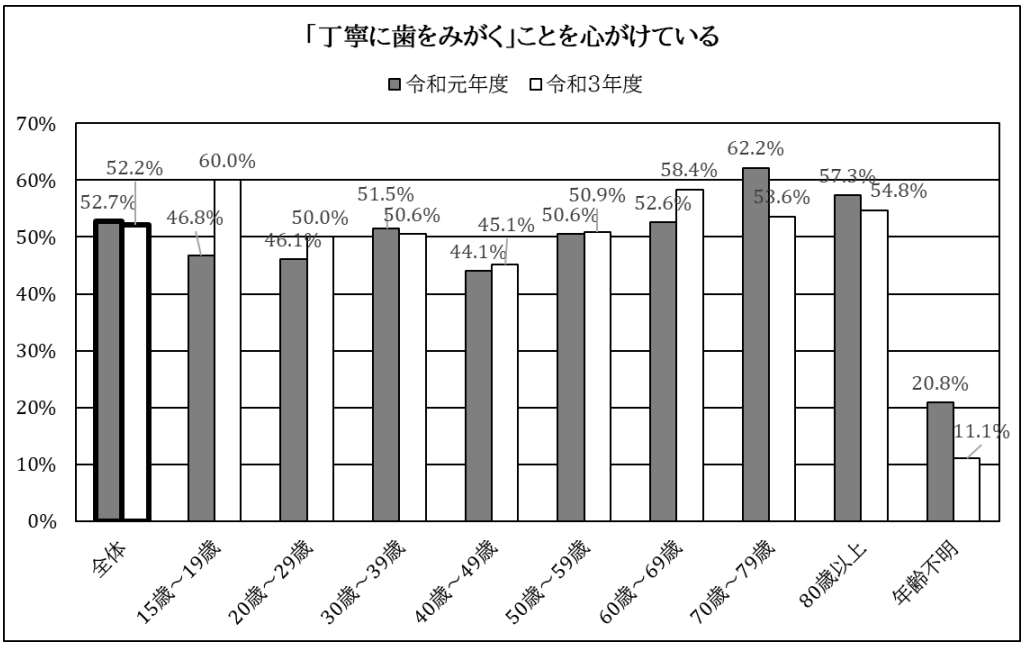

歯の数（令和3年度）
24本以上
20～23本
15～19本
10～14本
5～9本
1～4本
0本
無回答・無効
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
全体
67.5%
9.7%
5.0%
3.5%
3.0%
1.7%
3.4%
6.2%
15歳～19歳
100.0%
20歳～29歳
92.1%
2.1%
5.7%
30歳～39歳
93.3%
1.7%
5.1%
40歳～49歳
91.6%
2.2%
0.4%
4.9%
50歳～59歳
85.9%
4.5%
2.6%
2.2%
0.4%
4.5%
60歳～69歳
66.4%
15.7%
6.9%
4.7%
1.1%
0.4%
3.3%
70歳～79歳
41.3%
18.0%
11.0%
5.1%
7.5%
3.8%
5.9%
7.5%
80歳以上
25.3%
16.3%
8.6%
10.0%
9.0%
5.9%
15.8%
9.0%
年齢不明
16.7%
5.6%
5.6%
5.6%
66.7%

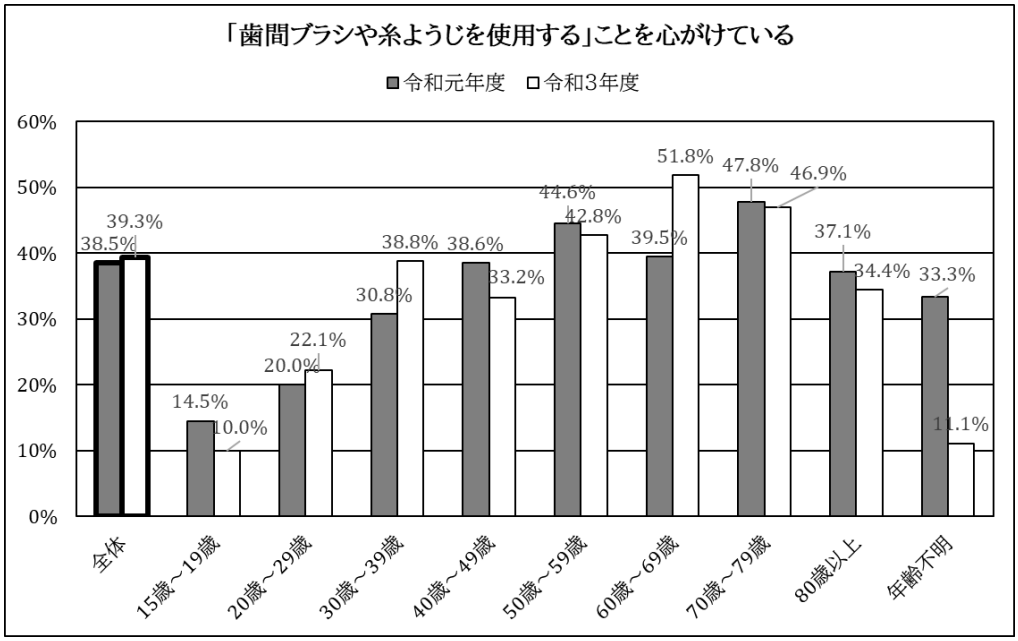
問９　健康のために普段の生活で心がけていることはありますか（複数回答可）。

	令和元年度 （N=1,790）	令和3年度 （N=1,759）
①規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	64.1%	65.1%
②たばこを吸わない	66.8%	64.4%
③野菜をたくさん食べるようにしている	－	57.5%
④丁寧に歯をみがく	52.7%	52.2%
⑤定期的に健（検）診を受ける	53.7%	47.7%
⑥肉・魚・卵・大豆製品を毎日食べている	－	47.1%
⑦食べ過ぎないようにしている	49.7%	47.1%
⑧睡眠を十分にとっている	43.9%	45.0%
⑨塩分を取りすぎないようにしている	－	43.3%
⑩適度に運動をするか身体を動かしている	47.5%	42.4%
⑪歯間ブラシや糸ようじを使用する	38.5%	39.3%
⑫お酒を飲み過ぎないようにしている	39.7%	36.4%
⑬適正体重を維持する	－	33.0%
⑭ストレスをためないようにしている	33.2%	31.8%
⑮その他	3.0%	3.1%
⑯特に何もしていない	6.8%	2.6%
⑰無回答	0.9%	1.0%



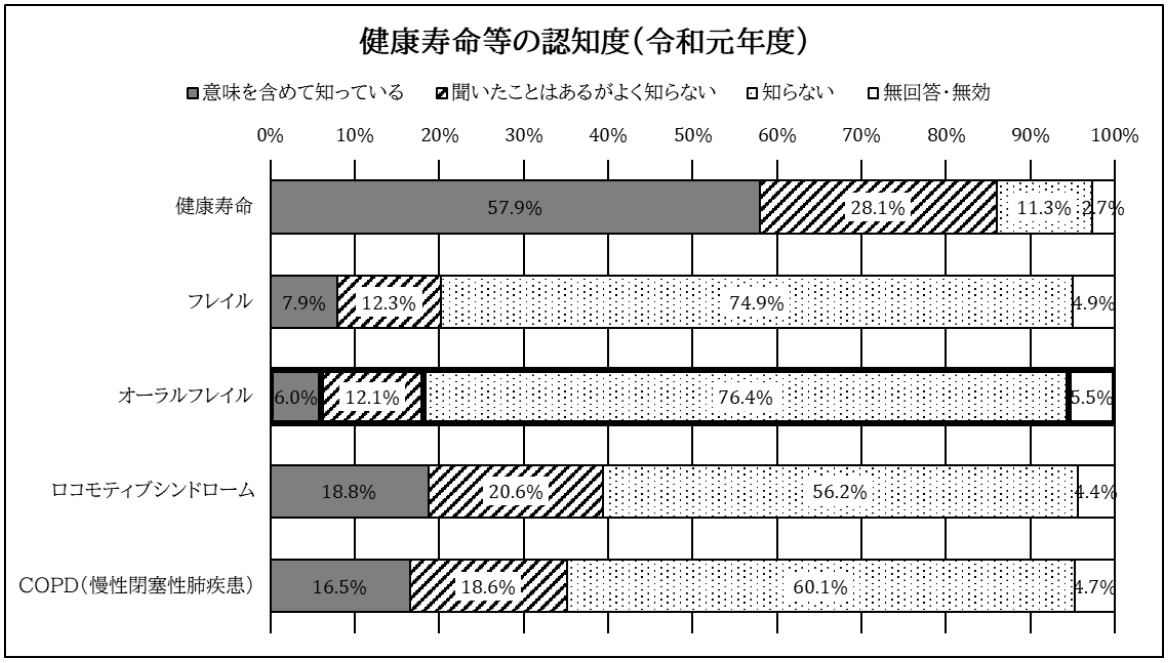
④丁寧に歯をみがく			⑪歯間ブラシや糸ようじを使用する		
	令和元年度 （N=1,790）	令和3年度 （N=1,759）		令和元年度 （N=1,790）	令和3年度 （N=1,759）
全体	52.7%	52.2%	全体	38.5%	39.3%
15 歳～19 歳	46.8%	60.0%	15 歳～19 歳	14.5%	10.0%
20 歳～29 歳	46.1%	50.0%	20 歳～29 歳	20.0%	22.1%
30 歳～39 歳	51.5%	50.6%	30 歳～39 歳	30.8%	38.8%
40 歳～49 歳	44.1%	45.1%	40 歳～49 歳	38.6%	33.2%
50 歳～59 歳	50.6%	50.9%	50 歳～59 歳	44.6%	42.8%
60 歳～69 歳	52.6%	58.4%	60 歳～69 歳	39.5%	51.8%
70 歳～79 歳	62.2%	53.6%	70 歳～79 歳	47.8%	46.9%
80 歳以上	57.3%	54.8%	80 歳以上	37.1%	34.4%
年齢不明	20.8%	11.1%	年齢不明	33.3%	11.1%

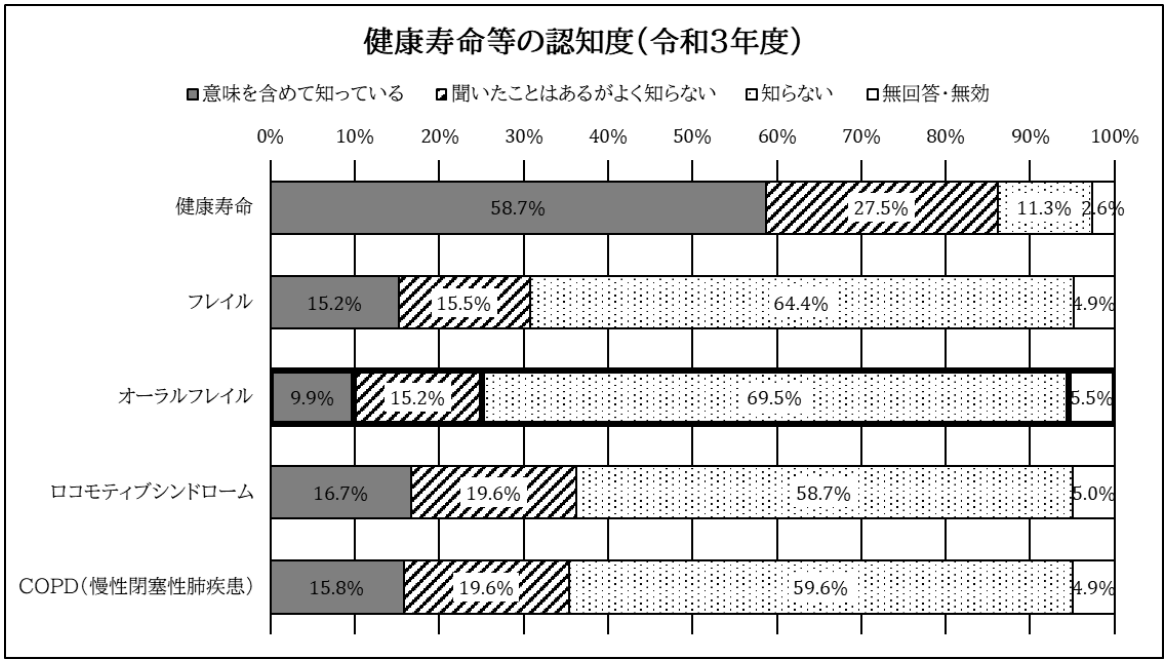




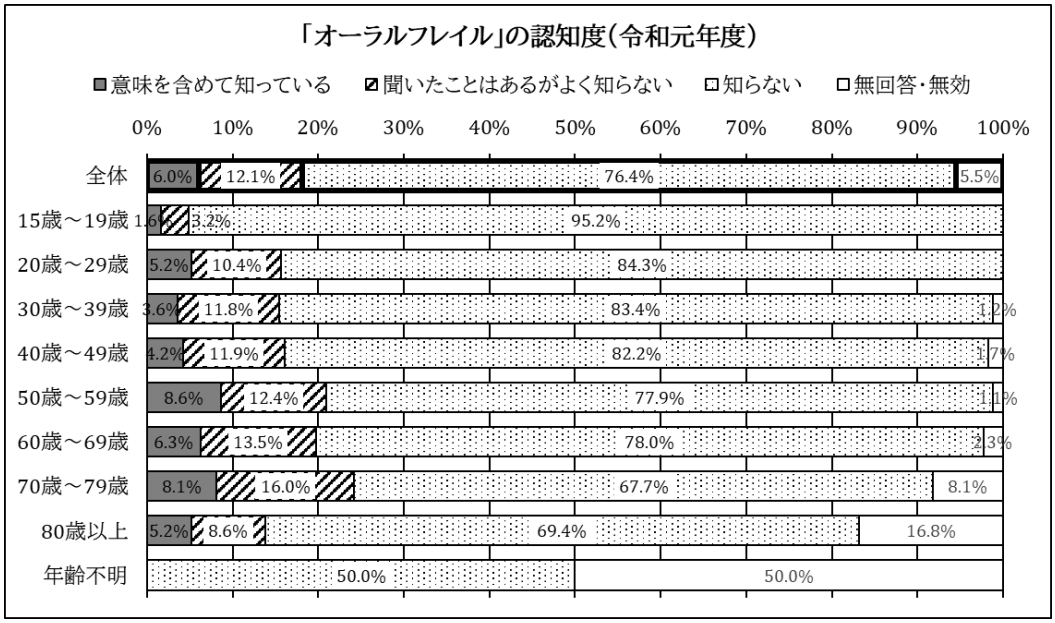
問 10　以下の言葉を御存知か，お答えください。

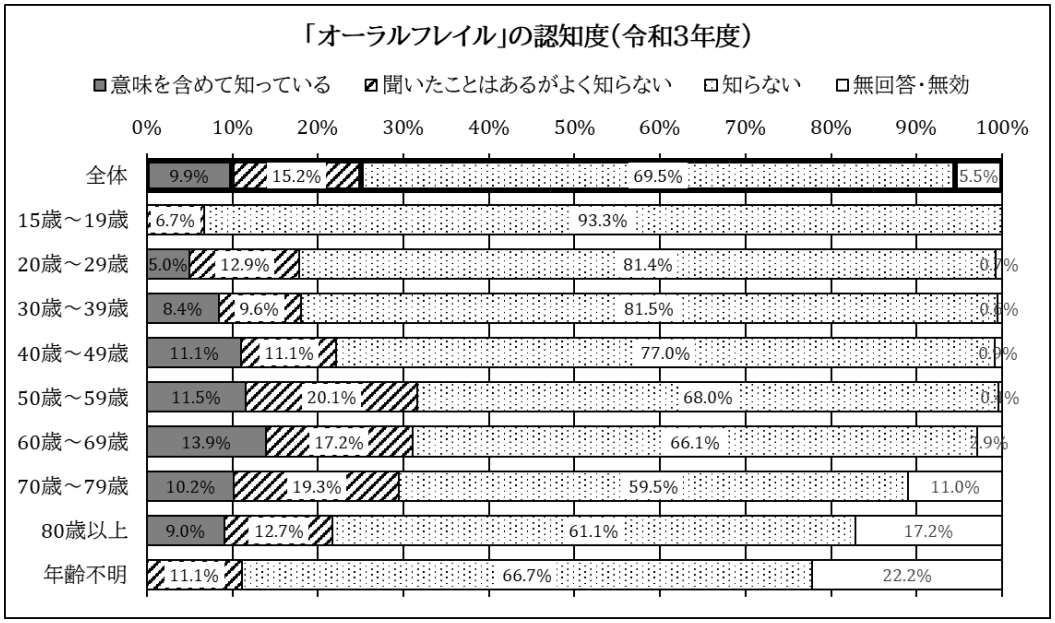
	令和元年度 (N=1,790)				令和3年度 (N=1,759)			
	意味を含めて知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答・無効	意味を含めて知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答・無効
健康寿命	57.9%	28.1%	11.3%	2.7%	58.7%	27.5%	11.3%	2.6%
フレイル	7.9%	12.3%	74.9%	4.9%	15.2%	15.5%	64.4%	4.9%
オーラルフレイル	6.0%	12.1%	76.4%	5.5%	9.9%	15.2%	69.5%	5.5%
ロコモティブシンドローム	18.8%	20.6%	56.2%	4.4%	16.7%	19.6%	58.7%	5.0%
COPD(慢性閉塞性肺疾患)	16.5%	18.6%	60.1%	4.7%	15.8%	19.6%	59.6%	4.9%





	令和元年度 (N=1,790)				令和3年度 (N=1,759)			
	オーラルフレイル				オーラルフレイル			
	意味を含めて知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答・無効	意味を含めて知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答・無効
全体	6.0%	12.1%	76.4%	5.5%	9.9%	15.2%	69.5%	5.5%
15 歳～19 歳	1.6%	3.2%	95.2%	0.0%	0.0%	6.7%	93.3%	0.0%
20 歳～29 歳	5.2%	10.4%	84.3%	0.0%	5.0%	12.9%	81.4%	0.7%
30 歳～39 歳	3.6%	11.8%	83.4%	1.2%	8.4%	9.6%	81.5%	0.6%
40 歳～49 歳	4.2%	11.9%	82.2%	1.7%	11.1%	11.1%	77.0%	0.9%
50 歳～59 歳	8.6%	12.4%	77.9%	1.1%	11.5%	20.1%	68.0%	0.4%
60 歳～69 歳	6.3%	13.5%	78.0%	2.3%	13.9%	17.2%	66.1%	2.9%
70 歳～79 歳	8.1%	16.0%	67.7%	8.1%	10.2%	19.3%	59.5%	11.0%
80 歳以上	5.2%	8.6%	69.4%	16.8%	9.0%	12.7%	61.1%	17.2%
年齢不明	0.0%	0.0%	50.0%	50.0%	0.0%	11.1%	66.7%	22.2%

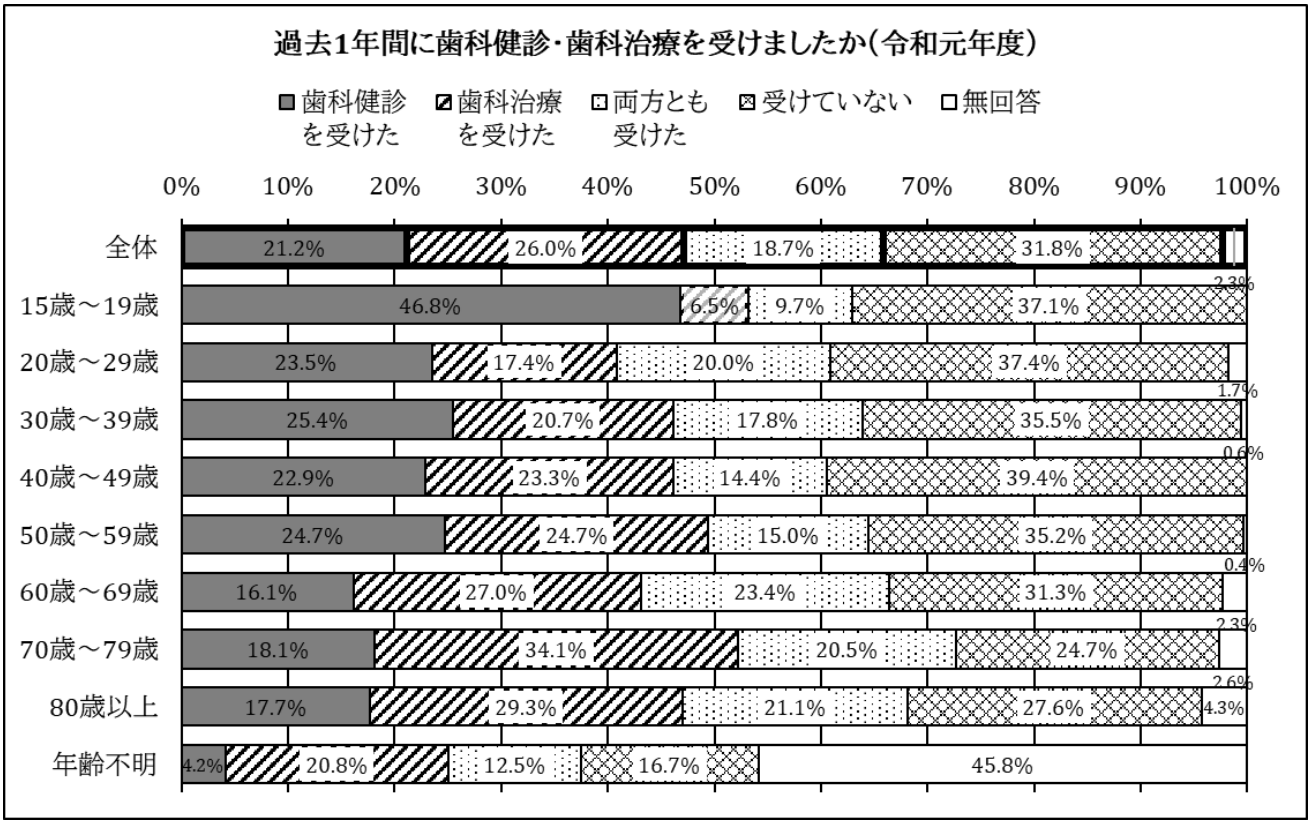


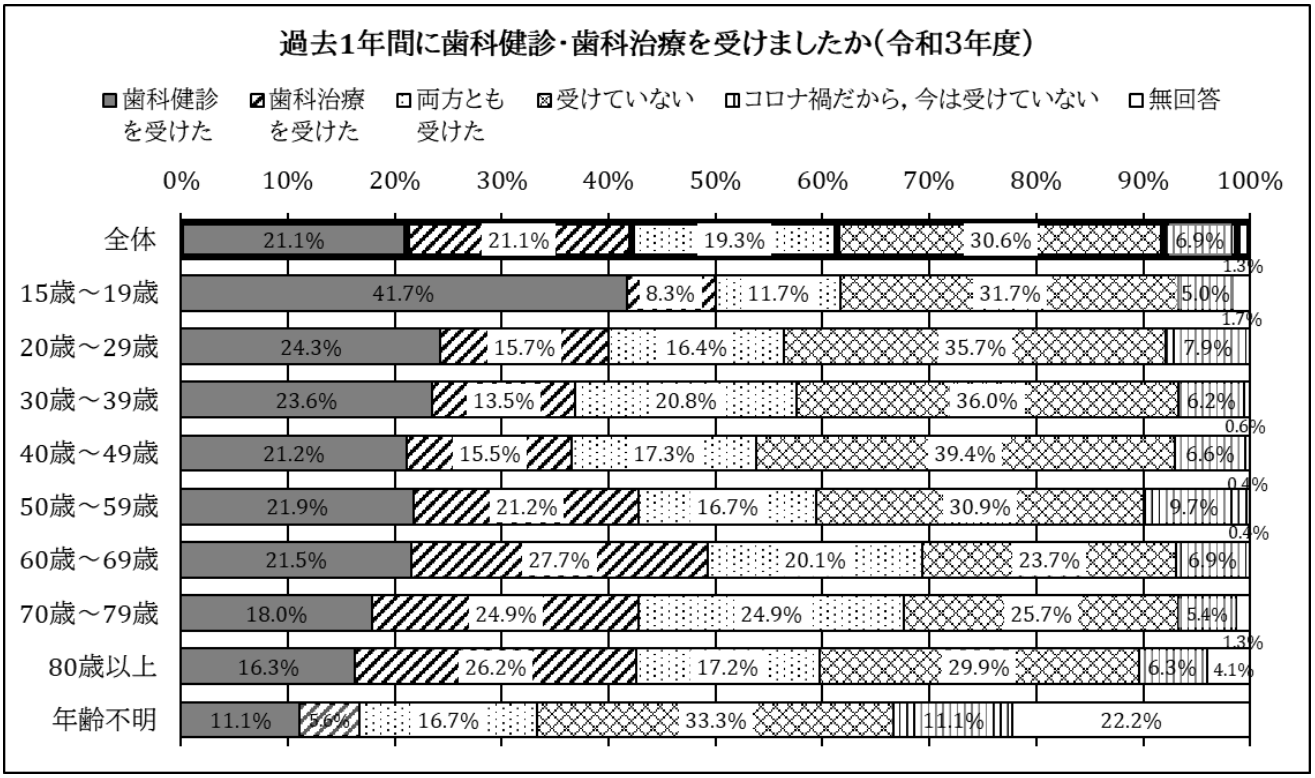


問 18　過去 1 年間に歯科健診や歯科治療を受けられましたか。

	令和元年度 (N=1,790)				
	歯科健診を受けた	歯科治療を受けた	両方とも受けた	受けていない	無回答
全体	21.2%	26.0%	18.7%	31.8%	2.3%
15 歳～19 歳	46.8%	6.5%	9.7%	37.1%	0.0%
20 歳～29 歳	23.5%	17.4%	20.0%	37.4%	1.7%
30 歳～39 歳	25.4%	20.7%	17.8%	35.5%	0.6%
40 歳～49 歳	22.9%	23.3%	14.4%	39.4%	0.0%
50 歳～59 歳	24.7%	24.7%	15.0%	35.2%	0.4%
60 歳～69 歳	16.1%	27.0%	23.4%	31.3%	2.3%
70 歳～79 歳	18.1%	34.1%	20.5%	24.7%	2.6%
80 歳以上	17.7%	29.3%	21.1%	27.6%	4.3%
年齢不明	4.2%	20.8%	12.5%	16.7%	45.8%

	令和3年度 (N=1,759)					
	歯科健診を受けた	歯科治療を受けた	両方とも受けた	受けていない	コロナ禍だから，今は受けていない	無回答
全体	21.1%	21.1%	19.3%	30.6%	6.9%	1.3%
15 歳～19 歳	41.7%	8.3%	11.7%	31.7%	5.0%	1.7%
20 歳～29 歳	24.3%	15.7%	16.4%	35.7%	7.9%	0.0%
30 歳～39 歳	23.6%	13.5%	20.8%	36.0%	6.2%	0.6%
40 歳～49 歳	21.2%	15.5%	17.3%	39.4%	6.6%	0.4%
50 歳～59 歳	21.9%	21.2%	16.7%	30.9%	9.7%	0.4%
60 歳～69 歳	21.5%	27.7%	20.1%	23.7%	6.9%	0.0%
70 歳～79 歳	18.0%	24.9%	24.9%	25.7%	5.4%	1.3%
80 歳以上	16.3%	26.2%	17.2%	29.9%	6.3%	4.1%
年齢不明	11.1%	5.6%	16.7%	33.3%	11.1%	22.2%

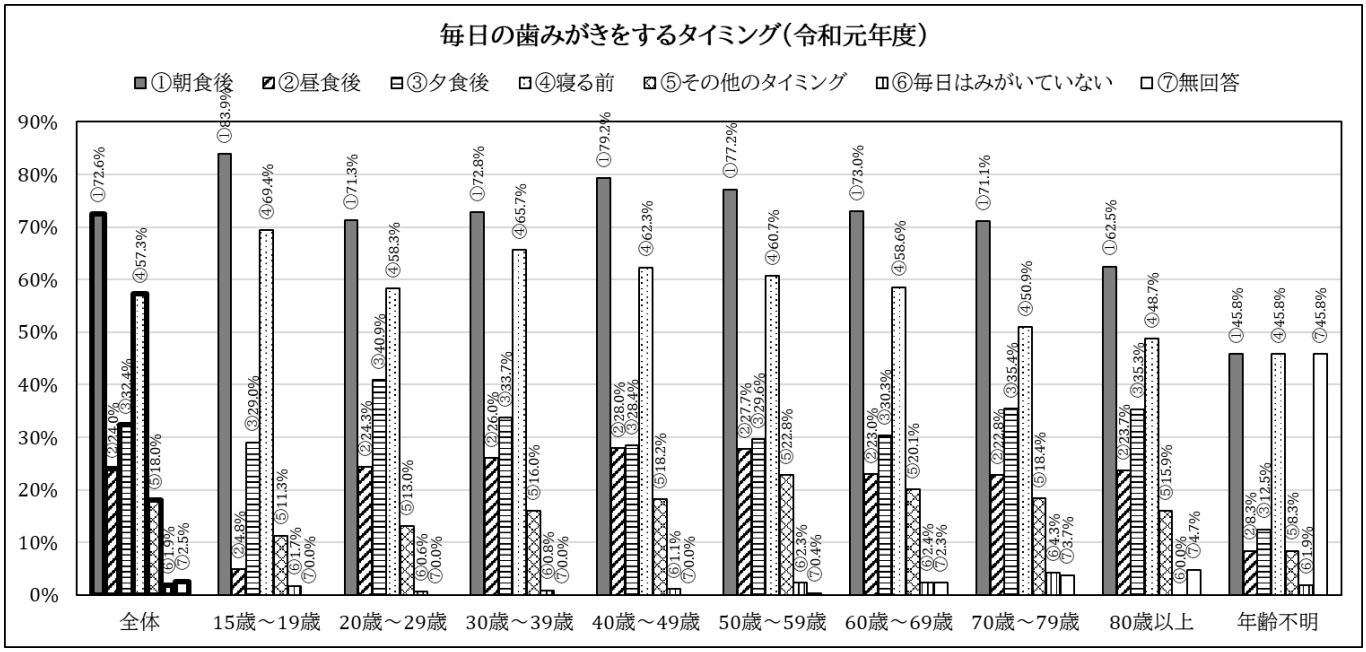

過去1年間に歯科健診・歯科治療を受けましたか（令和元年度）
歯科健診を受けた
歯科治療を受けた
両方とも受けた
受けていない
無回答
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
全体
21.2%
26.0%
18.7%
31.8%
15歳～19歳
46.8%
6.5%
9.7%
37.1%
2.3%
20歳～29歳
23.5%
17.4%
20.0%
37.4%
1.7%
30歳～39歳
25.4%
20.7%
17.8%
35.5%
0.6%
40歳～49歳
22.9%
23.3%
14.4%
39.4%
0.4%
50歳～59歳
24.7%
24.7%
15.0%
35.2%
2.3%
60歳～69歳
16.1%
27.0%
23.4%
31.3%
2.6%
70歳～79歳
18.1%
34.1%
20.5%
24.7%
4.3%
80歳以上
17.7%
29.3%
21.1%
27.6%
年齢不明
4.2%
20.8%
12.5%
16.7%
45.8%

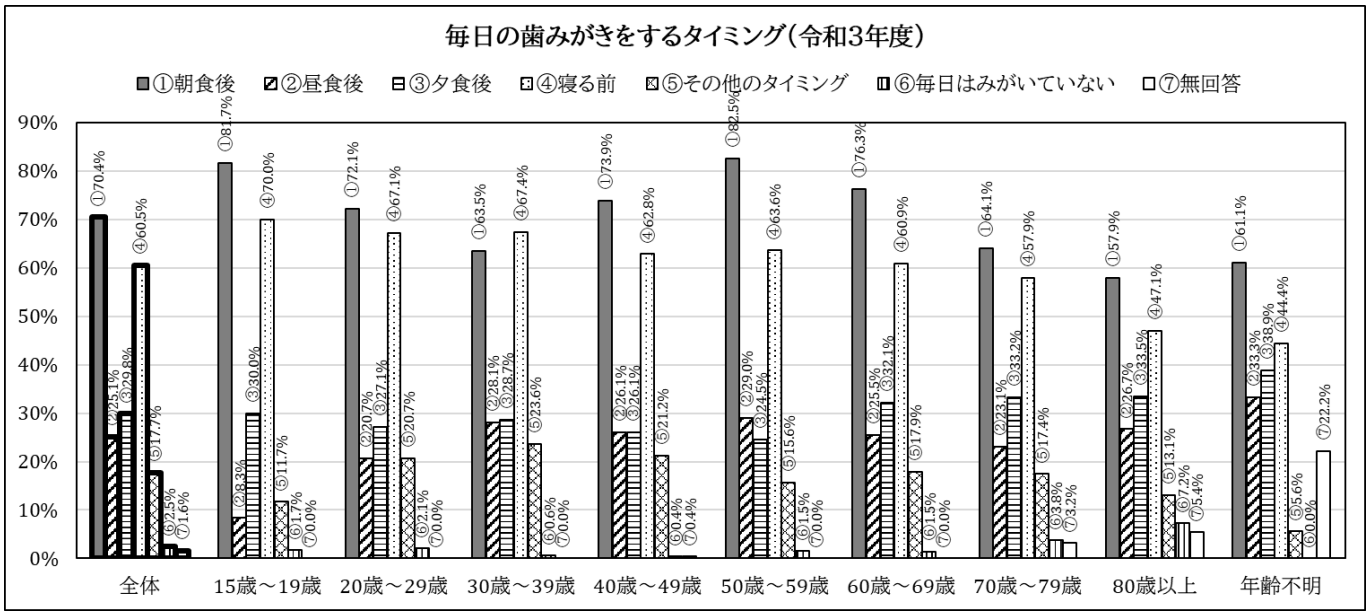

過去1年間に歯科健診・歯科治療を受けましたか（令和3年度）
歯科健診を受けた
歯科治療を受けた
両方とも受けた
受けていない
コロナ禍だから，今は受けていない
無回答
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
全体
21.1%
21.1%
19.3%
30.6%
6.9%
1.3%
15歳～19歳
41.7%
8.3%
11.7%
31.7%
5.0%
1.7%
20歳～29歳
24.3%
15.7%
16.4%
35.7%
7.9%
30歳～39歳
23.6%
13.5%
20.8%
36.0%
6.2%
0.6%
40歳～49歳
21.2%
15.5%
17.3%
39.4%
6.6%
0.4%
50歳～59歳
21.9%
21.2%
16.7%
30.9%
9.7%
0.4%
60歳～69歳
21.5%
27.7%
20.1%
23.7%
6.9%
70歳～79歳
18.0%
24.9%
24.9%
25.7%
5.4%
1.3%
80歳以上
16.3%
26.2%
17.2%
29.9%
6.3%
4.1%
年齢不明
11.1%
5.6%
16.7%
33.3%
11.1%
22.2%

問 19　毎日，歯みがきをするタイミングはいつですか（複数選択可）。

	令和元年度 (N=1,790)						
	①朝食後	②昼食後	③夕食後	④寝る前	⑤その他のタイミング	⑥毎日はみがいていない	⑦無回答
全体	72.6%	24.0%	32.4%	57.3%	18.0%	1.9%	2.5%
15 歳～19 歳	83.9%	4.8%	29.0%	69.4%	11.3%	1.7%	0.0%
20 歳～29 歳	71.3%	24.3%	40.9%	58.3%	13.0%	0.6%	0.0%
30 歳～39 歳	72.8%	26.0%	33.7%	65.7%	16.0%	0.8%	0.0%
40 歳～49 歳	79.2%	28.0%	28.4%	62.3%	18.2%	1.1%	0.0%
50 歳～59 歳	77.2%	27.7%	29.6%	60.7%	22.8%	2.3%	0.4%
60 歳～69 歳	73.0%	23.0%	30.3%	58.6%	20.1%	2.4%	2.3%
70 歳～79 歳	71.1%	22.8%	35.4%	50.9%	18.4%	4.3%	3.7%
80 歳以上	62.5%	23.7%	35.3%	48.7%	15.9%	0.0%	4.7%
年齢不明	45.8%	8.3%	12.5%	45.8%	8.3%	1.9%	45.8%

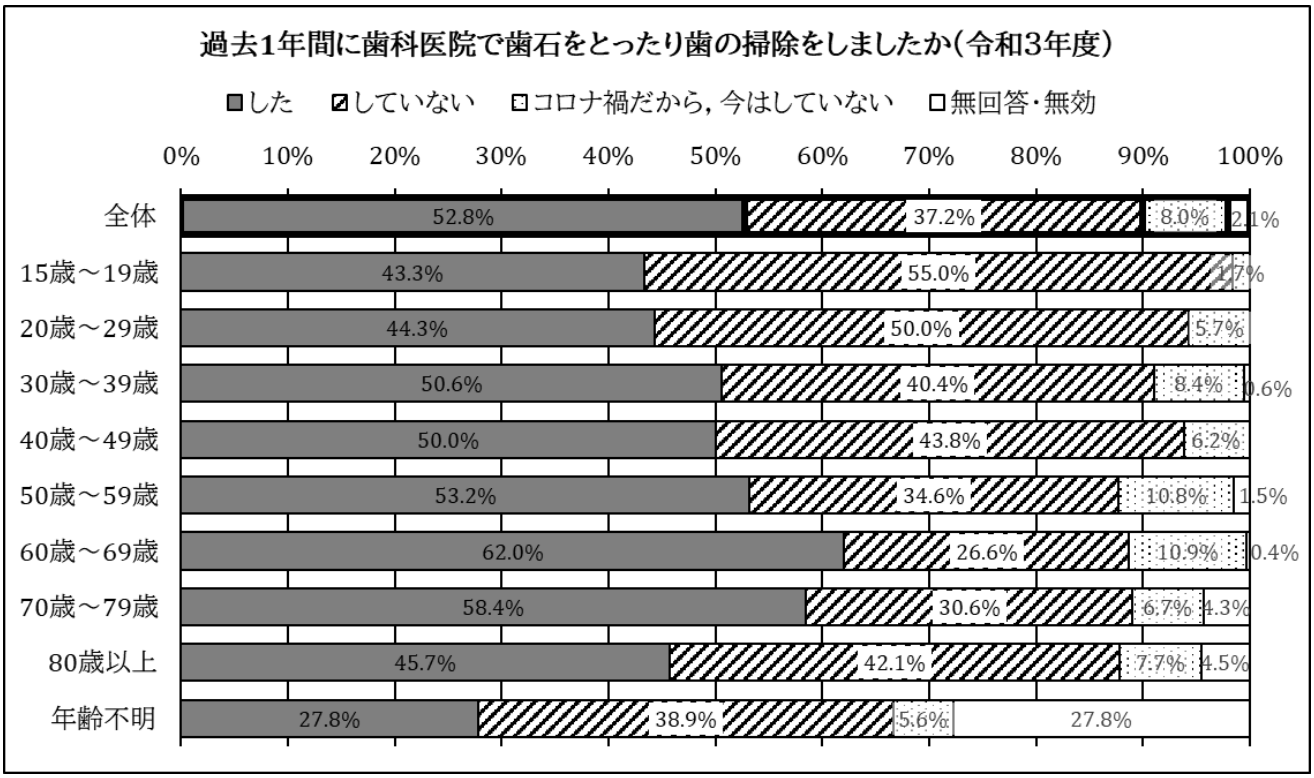
	令和3年度 (N=1,759)						
	①朝食後	②昼食後	③夕食後	④寝る前	⑤その他のタイミング	⑥毎日はみがいていない	⑦無回答
全体	70.4%	25.1%	29.8%	60.5%	17.7%	2.5%	1.6%
15 歳～19 歳	81.7%	8.3%	30.0%	70.0%	11.7%	1.7%	0.0%
20 歳～29 歳	72.1%	20.7%	27.1%	67.1%	20.7%	2.1%	0.0%
30 歳～39 歳	63.5%	28.1%	28.7%	67.4%	23.6%	0.6%	0.0%
40 歳～49 歳	73.9%	26.1%	26.1%	62.8%	21.2%	0.4%	0.4%
50 歳～59 歳	82.5%	29.0%	24.5%	63.6%	15.6%	1.5%	0.0%
60 歳～69 歳	76.3%	25.5%	32.1%	60.9%	17.9%	1.5%	0.0%
70 歳～79 歳	64.1%	23.1%	33.2%	57.9%	17.4%	3.8%	3.2%
80 歳以上	57.9%	26.7%	33.5%	47.1%	13.1%	7.2%	5.4%
年齢不明	61.1%	33.3%	38.9%	44.4%	5.6%	0.0%	22.2%


毎日の歯みがきをするタイミング（令和元年度）
①朝食後
②昼食後
③夕食後
④寝る前
⑤その他のタイミング
⑥毎日はみがいていない
⑦無回答
90%
80%
70%
60%
50%
40%
30%
20%
10%
0%
全体
15歳～19歳
20歳～29歳
30歳～39歳
40歳～49歳
50歳～59歳
60歳～69歳
70歳～79歳
80歳以上
年齢不明


毎日の歯みがきをするタイミング（令和3年度）
①朝食後
②昼食後
③夕食後
④寝る前
⑤その他のタイミング
⑥毎日はみがいていない
⑦無回答
90%
80%
70%
60%
50%
40%
30%
20%
10%
0%
全体
15歳～19歳
20歳～29歳
30歳～39歳
40歳～49歳
50歳～59歳
60歳～69歳
70歳～79歳
80歳以上
年齢不明

問 20　過去 1 年間に歯科医院で歯石をとったり歯の掃除をしましたか。

	令和元年度	令和3年度 (N=1,759)			
		した	していない	コロナ禍だから，今はしていない	無回答･無効
全体	調査項目なし	52.8%	37.2%	8.0%	2.1%
15 歳～19 歳		43.3%	55.0%	1.7%	0.0%
20 歳～29 歳		44.3%	50.0%	5.7%	0.0%
30 歳～39 歳		50.6%	40.4%	8.4%	0.6%
40 歳～49 歳		50.0%	43.8%	6.2%	0.0%
50 歳～59 歳		53.2%	34.6%	10.8%	1.5%
60 歳～69 歳		62.0%	26.6%	10.9%	0.4%
70 歳～79 歳		58.4%	30.6%	6.7%	4.3%
80 歳以上		45.7%	42.1%	7.7%	4.5%
年齢不明		27.8%	38.9%	5.6%	27.8%



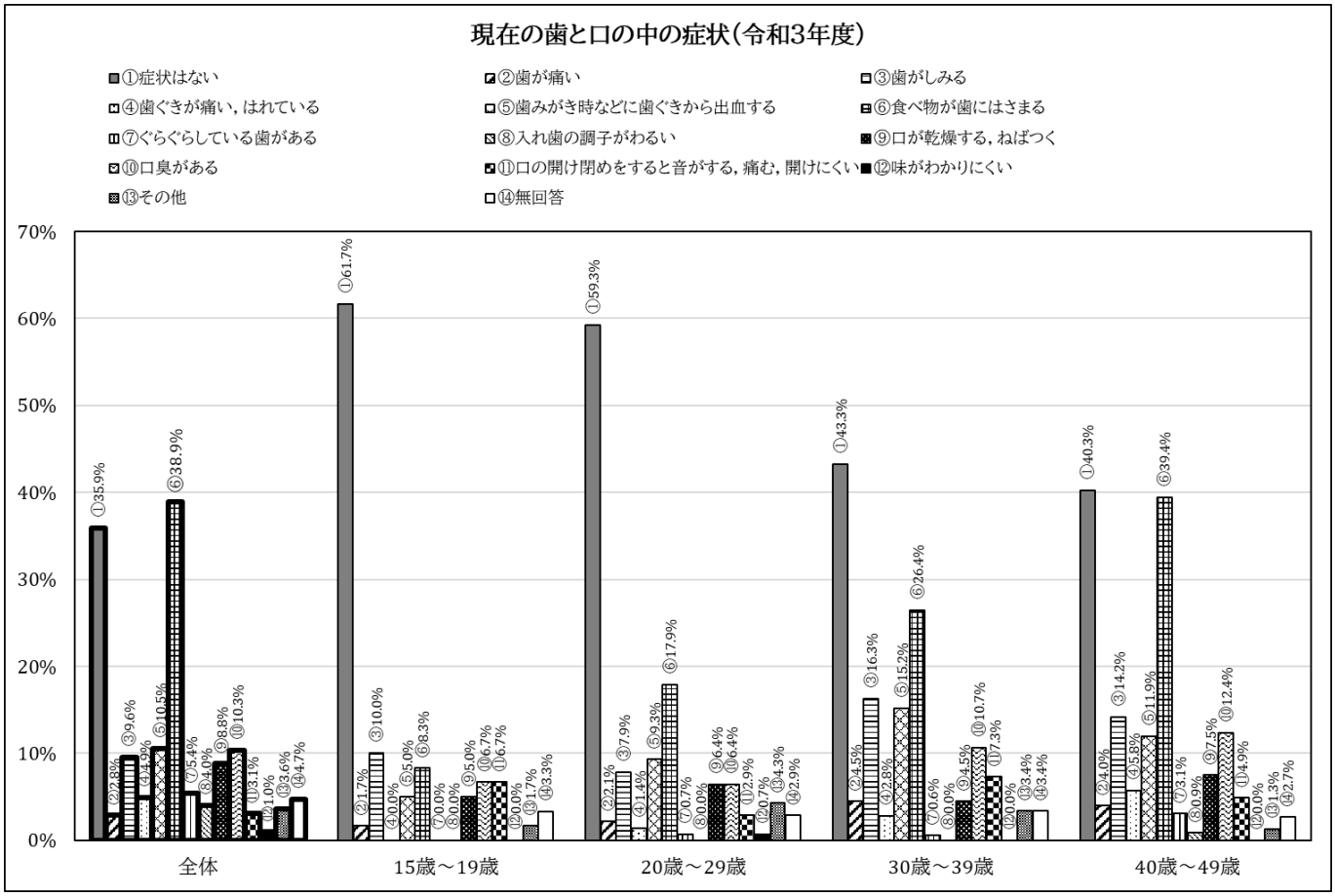
問 21　現在のあなたの歯や口の中の症状についてお聞きします（複数選択可）。

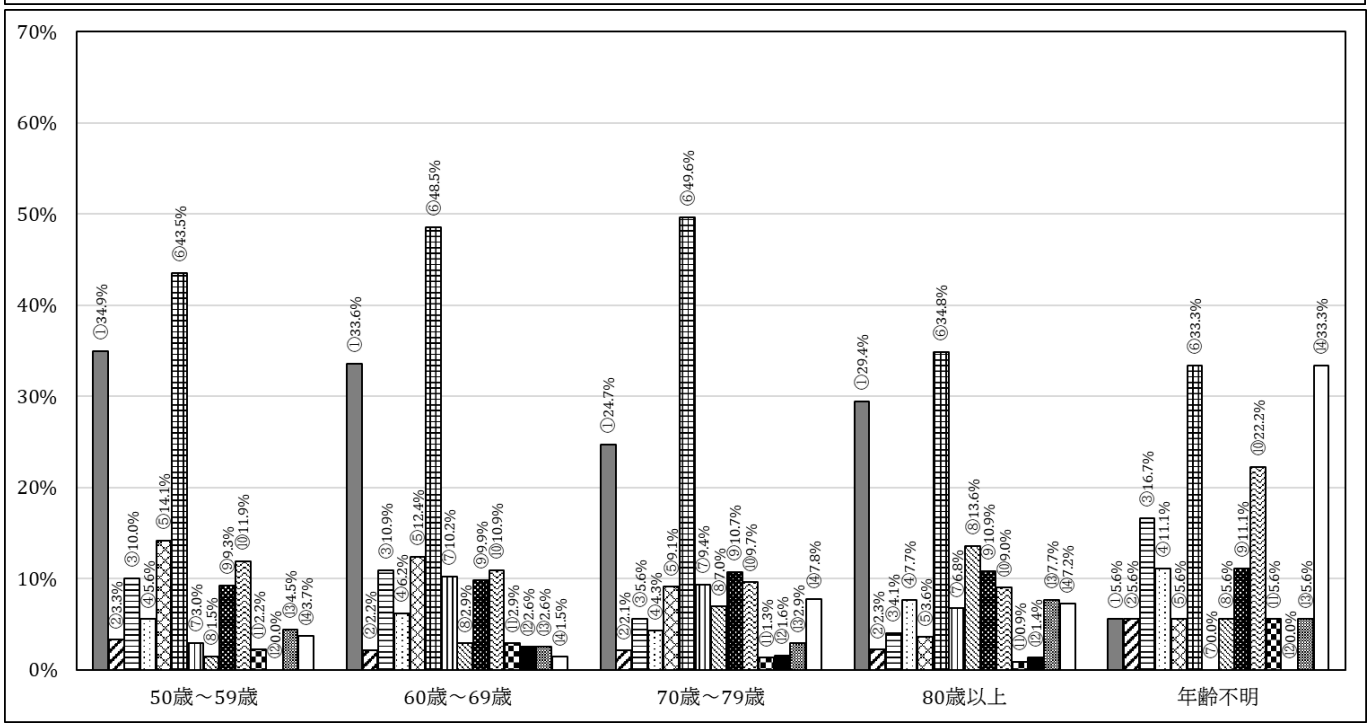
	令和元年度
	調査項目なし

令和3年度　（N=1,759）

	①症状はない	②歯が痛い	③歯がしみる	④歯ぐきが痛い，はれている	⑤歯みがき時などに歯ぐきから出血する	⑥食べ物が歯にはさまる	⑦ぐらぐらしている歯がある	⑧入れ歯の調子がわるい
全体	35.9%	2.8%	9.6%	4.9%	10.5%	38.9%	5.4%	4.0%
15 歳～19 歳	61.7%	1.7%	10.0%	0.0%	5.0%	8.3%	0.0%	0.0%
20 歳～29 歳	59.3%	2.1%	7.9%	1.4%	9.3%	17.9%	0.7%	0.0%
30 歳～39 歳	43.3%	4.5%	16.3%	2.8%	15.2%	26.4%	0.6%	0.0%
40 歳～49 歳	40.3%	4.0%	14.2%	5.8%	11.9%	39.4%	3.1%	0.9%
50 歳～59 歳	34.9%	3.3%	10.0%	5.6%	14.1%	43.5%	3.0%	1.5%
60 歳～69 歳	33.6%	2.2%	10.9%	6.2%	12.4%	48.5%	10.2%	2.9%
70 歳～79 歳	24.7%	2.1%	5.6%	4.3%	9.1%	49.6%	9.4%	7.0%
80 歳以上	29.4%	2.3%	4.1%	7.7%	3.6%	34.8%	6.8%	13.6%
年齢不明	5.6%	5.6%	16.7%	11.1%	5.6%	33.3%	0.0%	5.6%

	⑨口が乾燥する，ねばつく	⑩口臭がある	⑪口の開け閉めをすると音がする，痛む，開けにくい	⑫味がわかりにくい	⑬その他	⑭無回答
全体	8.8%	10.3%	3.1%	1.0%	3.6%	4.7%
15 歳～19 歳	5.0%	6.7%	6.7%	0.0%	1.7%	3.3%
20 歳～29 歳	6.4%	6.4%	2.9%	0.7%	4.3%	2.9%
30 歳～39 歳	4.5%	10.7%	7.3%	0.0%	3.4%	3.4%
40 歳～49 歳	7.5%	12.4%	4.9%	0.0%	1.3%	2.7%
50 歳～59 歳	9.3%	11.9%	2.2%	0.0%	4.5%	3.7%
60 歳～69 歳	9.9%	10.9%	2.9%	2.6%	2.6%	1.5%
70 歳～79 歳	10.7%	9.7%	1.3%	1.6%	2.9%	7.8%
80 歳以上	10.9%	9.0%	0.9%	1.4%	7.7%	7.2%
年齢不明	11.1%	22.2%	5.6%	0.0%	5.6%	33.3%


現在の歯と口の中の症状（令和3年度）
①症状はない
②歯が痛い
③歯がしみる
④歯ぐきが痛い，はれている
⑤歯みがき時などに歯ぐきから出血する
⑥食べ物が歯にはさまる
⑦ぐらぐらしている歯がある
⑧入れ歯の調子がわるい
⑨口が乾燥する，ねばつく
⑩口臭がある
⑪口の開け閉めをすると音がする，痛む，開けにくい
⑫味がわかりにくい
⑬その他
⑭無回答
70%
60%
50%
40%
30%
20%
10%
0%
全体
15歳～19歳
20歳～29歳
30歳～39歳
40歳～49歳

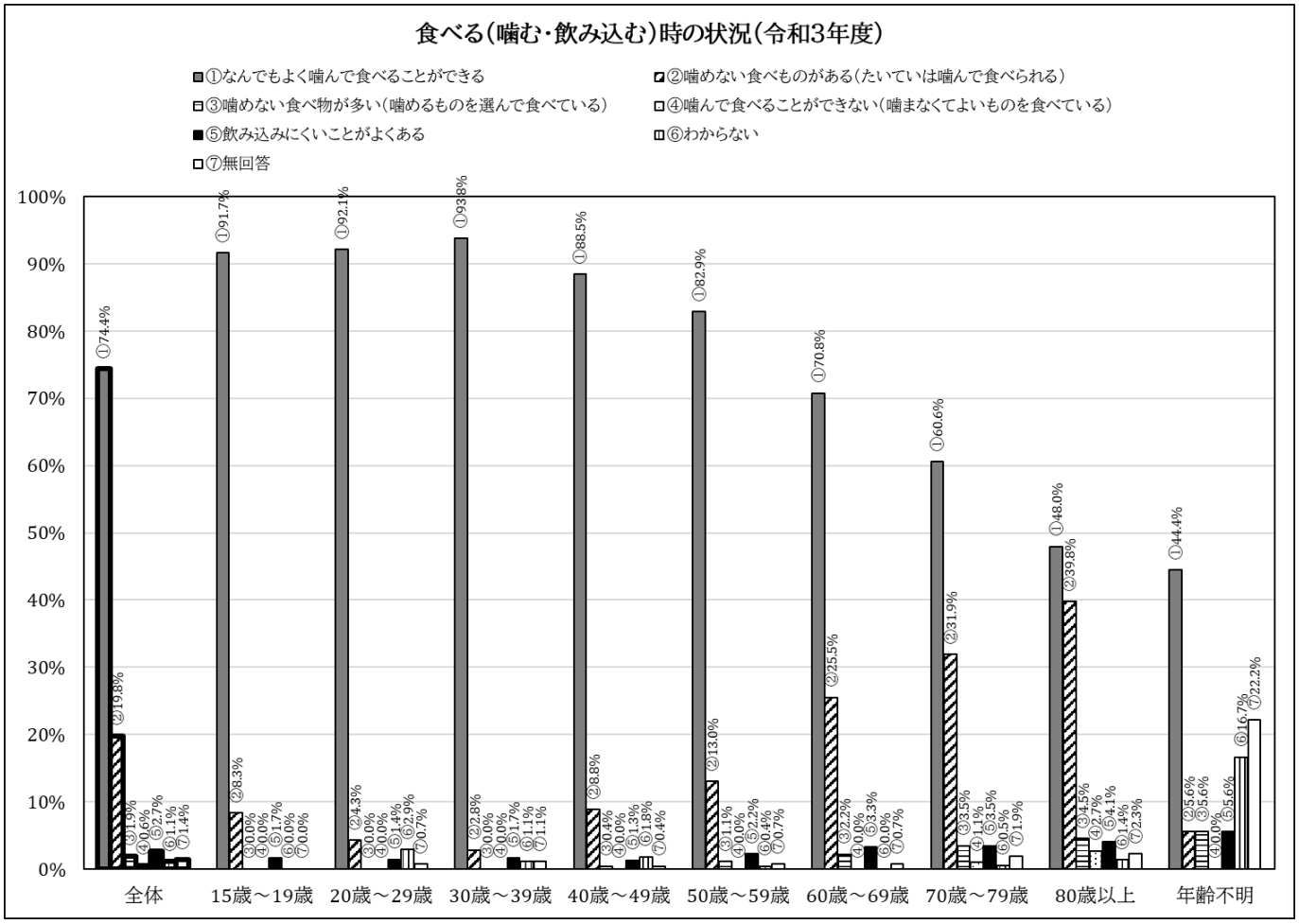

70%
60%
50%
40%
30%
20%
10%
0%
50歳～59歳
60歳～69歳
70歳～79歳
80歳以上
年齢不明

問 22　あなたが食べる（噛む・飲み込む）時の状況について教えてください（複数選択可）。

	令和元年度
	調査項目なし

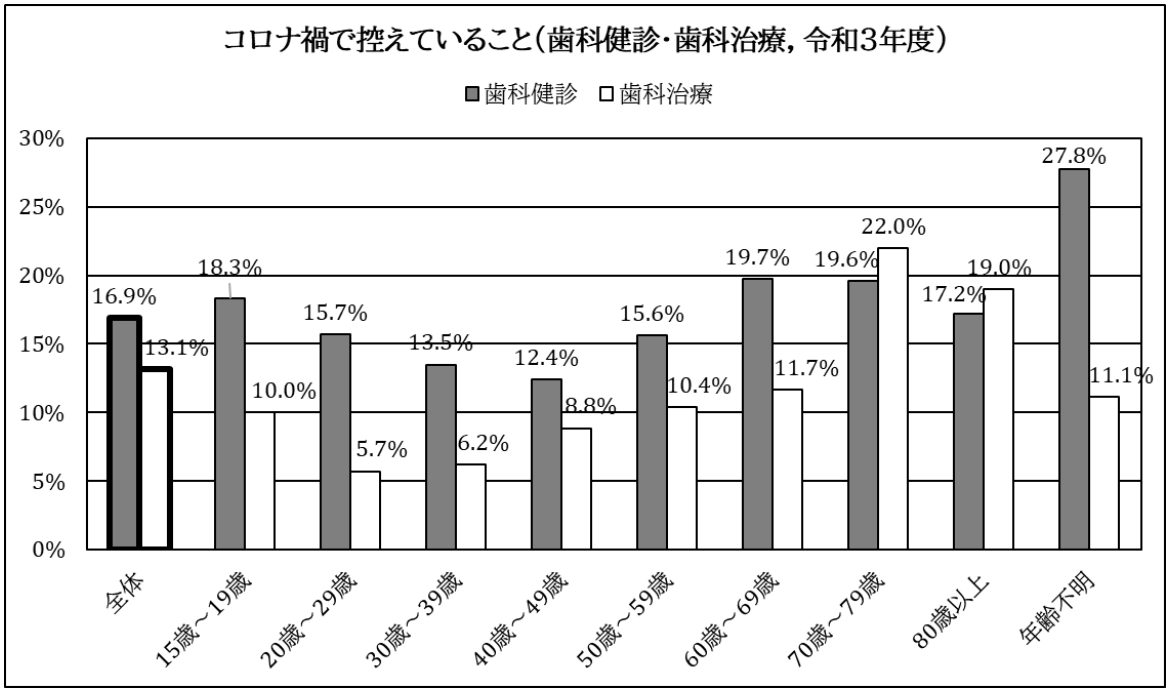
令和3年度　（N=1,759）

	①なんでもよく噛んで食べることができる	②噛めない食べものがある（たいていは噛んで食べられる）	③噛めない食べ物が多い（噛めるものを選んで食べている）	④噛んで食べることができない（噛まなくてよいものを食べている）	⑤飲み込みにくいことがよくある	⑥わからない	⑦無回答
全体	74.4%	19.8%	1.9%	0.6%	2.7%	1.1%	1.4%
15 歳～19 歳	91.7%	8.3%	0.0%	0.0%	1.7%	0.0%	0.0%
20 歳～29 歳	92.1%	4.3%	0.0%	0.0%	1.4%	2.9%	0.7%
30 歳～39 歳	93.8%	2.8%	0.0%	0.0%	1.7%	1.1%	1.1%
40 歳～49 歳	88.5%	8.8%	0.4%	0.0%	1.3%	1.8%	0.4%
50 歳～59 歳	82.9%	13.0%	1.1%	0.0%	2.2%	0.4%	0.7%
60 歳～69 歳	70.8%	25.5%	2.2%	0.0%	3.3%	0.0%	0.7%
70 歳～79 歳	60.6%	31.9%	3.5%	1.1%	3.5%	0.5%	1.9%
80 歳以上	48.0%	39.8%	4.5%	2.7%	4.1%	1.4%	2.3%
年齢不明	44.4%	5.6%	5.6%	0.0%	5.6%	16.7%	22.2%



問 37　コロナ禍で控えられていることについてあてはまるものを選んでください（歯の健診抜粋）（複数選択可）。

	令和3年度（N=1,759）	
	歯科健診	歯科治療
全体	16.9%	13.1%
15 歳～19 歳	18.3%	10.0%
20 歳～29 歳	15.7%	5.7%
30 歳～39 歳	13.5%	6.2%
40 歳～49 歳	12.4%	8.8%
50 歳～59 歳	15.6%	10.4%
60 歳～69 歳	19.7%	11.7%
70 歳～79 歳	19.6%	22.0%
80 歳以上	17.2%	19.0%
年齢不明	27.8%	11.1%



令和３年度健康づくりに関するアンケート調査結果（喫煙・飲酒分野抜粋）

調査概要

調査目的：平成３０年３月に策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において，市民の健康づくりに関する活動状況を把握するために経年で実施することとしており，今後の健康づくり施策の推進の基礎資料とするものです。
対 象 者：１５歳以上の市民５，０００人（住民基本台帳から無作為抽出）
調査期間：令和３年９月６日（金）～令和３年１０月２９日（金）
回 収 数：１，７５９件（回収率３５．２％）
調査項目：年齢，行政区等の基礎項目，身長・体重・歯の数，健康状態，社会参加，食事，身体活動・運動，健（検）診・歯科健診，睡眠，喫煙，飲酒　等

＜調査結果の表示について＞

- 表中の性別欄の「全体」には，性別の問に対して，「（男性，女性の）その他」「答えたくない」「無回答」と回答した方を含みます。
- 調査結果の表中の最も多い割合のものを　　で網掛けしています。
- 「健康長寿のまち・京都推進プラン」に掲げる参考数値目標を　　の中に記載しています。
- その他の参考数値等を　　の中に記載しています。

１　基本情報（喫煙・飲酒が及ぼす影響をふまえ調査対象者を抜粋）

設問１　性別

選択肢	男	女	答えたくない	その他	無回答・無効	総数
回答数	704	1033	9	1	12	1759
回答率	40.0%	58.7%	0.5%	0.1%	0.7%	100%

設問２　年齢

選択肢	15～19 歳	20～64 歳	65 歳以上	無回答
回答数	60	945	736	18
回答率	3.4%	53.7%	41.8%	1.0%

２　健康への関心

設問８　健康について関心がありますか。（１つに○）

健康への関心については，『ある』の割合が８２．０％と最も多い。令和元年度調査と比較すると，『ある』の割合は１．１Pt 増加した。

（%）

健康への関心の有無	調査結果	
	前回（令和元年度）	令和３年度
ある	８０．９	８２．０
ない	２．８	３．２
どちらとも言えない	１５．１	１３．８

設問９　健康のために普段の生活で心がけていることはありますか。（あてはまる番号すべてに○）

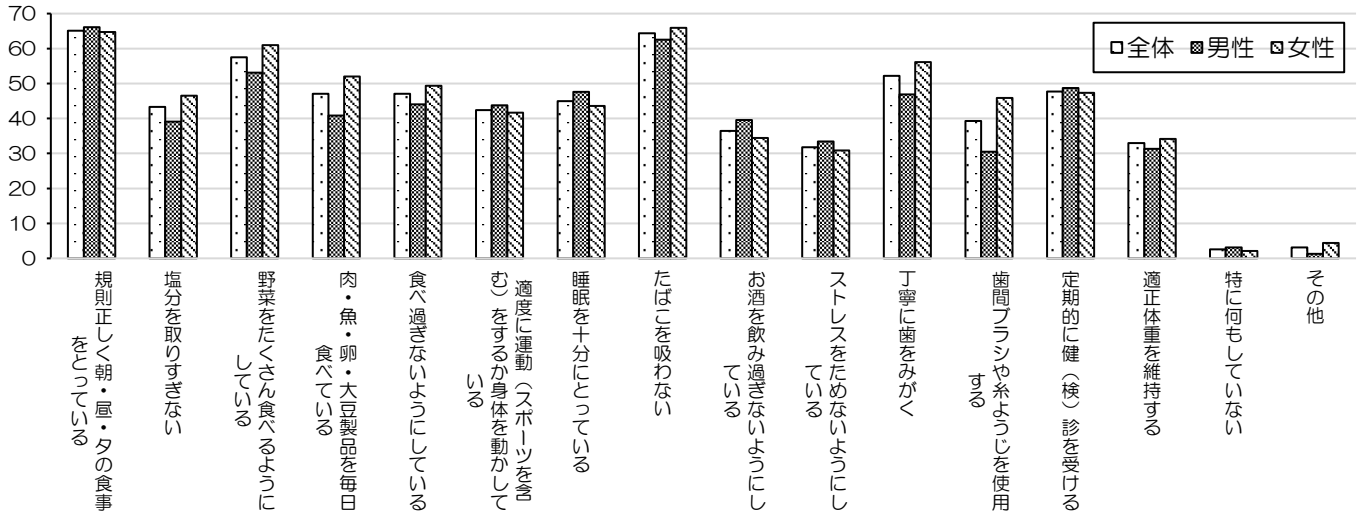
健康のために普段心がけていることとしては，全体のうち，『規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている』が６５．１％と最も多く，次いで『たばこを吸わない』が６４．４％，『野菜をたくさん食べるようにしている』が５７．５％だった。前回調査と比較すると，『定期的に健（検）診を受ける』が全体で６．０Pt 減少し最も大きく減少した。『たばこを吸わない』は全体で２．４Pt 減少し，『お酒を飲みすぎないようにしている』は，全体で３．３Pt 減少した。

（%）

健康のために普段の生活で心がけていること	性別	調査結果 前回（令和元年度）	調査結果 令和３年度
規則正しく朝・昼・夕の食事をとっている	全体	６４．１	６５．１
	男性	６２．２	６６．１
	女性	６６．３	６４．７
塩分を取りすぎない	全体	―	４３．３
	男性	―	３９．１
	女性	―	４６．５
野菜をたくさん食べるようにしている	全体	―	５７．５
	男性	―	５３．１
	女性	―	６１．０
肉・魚・卵・大豆製品を毎日食べている	全体	―	４７．１
	男性	―	４０．８
	女性	―	５２．０
食べ過ぎないようにしている	全体	４９．７	４７．１
	男性	４７．５	４４．０
	女性	５１．７	４９．４
適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている	全体	４７．５	４２．４
	男性	５１．５	４３．８
	女性	４５．２	４１．７
睡眠を十分にとっている	全体	４３．９	４５．０
	男性	４５．６	４７．６
	女性	４３．０	４３．６
たばこを吸わない	全体	６６．８	６４．４
	男性	６５．３	６２．５
	女性	６８．５	６５．９

健康のために普段の生活で心がけていること	性別	調査結果 前回（令和元年度）	調査結果 令和３年度
お酒を飲み過ぎないようにしている	全体	３９．７	３６．４
	男性	４３．０	３９．６
	女性	３７．７	３４．４
ストレスをためないようにしている	全体	３３．２	３１．８
	男性	３５．５	３３．４
	女性	３１．９	３０．９
丁寧に歯をみがく	全体	５２．７	５２．２
	男性	４６．１	４６．９
	女性	５７．８	５６．１
歯間ブラシや糸ようじを使用する	全体	３８．５	３９．３
	男性	２９．６	３０．５
	女性	４５．１	４５．９
定期的に健（検）診を受ける	全体	５３．７	４７．７
	男性	５６．１	４８．７
	女性	５２．６	４７．３
適正体重を維持する	全体	―	３３．０
	男性	―	３１．３
	女性	―	３４．２
特に何もしていない	全体	６．８	２．６
	男性	８．３	３．１
	女性	５．９	２．１
その他	全体	３．０	３．１
	男性	３．７	１．３
	女性	２．５	４．４

＜健康のために心がけていることの割合（性別）＞



設問 10　以下※の言葉を御存じか，お答えください。（１つに○）

※「健康寿命」「フレイル」「オーラルフレイル」「ロコモティブシンドローム」「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」

「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という言葉を知っているかについて全年齢をみると『知らない』と答えた人の割合が５９．６％と最も多く，次いで『聞いたことはあるが良く知らない』が１９．６％，『意味を含めて知っている』が１５．８％だった。『意味を含めて知っている』と答えた人の割合は，前回調査から０．７ Pt 減少した。性別・年代別でみると，２０～６４歳の女性が最も多く１７．５％と前回調査から１．９Pt 増加した。

（参考）欄のとおり，『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合を年代別でみると，１５～１９歳は３０．０％と５．８Pt 増加，２０～６４歳は４０．０％と１．６Pt 増加したが，６５歳以上は３０．２％と２．７Pt 減少した。

（%）

COPD に対する知識	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
意味を含めて知っている	全体	１６．５	１５．８	８．１	３．３	１９．７	１９．４	１３．８	１２．４
	男性	１４．２	１４．２	３．７	６．９	１５．６	１７．５	１３．６	１１．３
	女性	１８．５	１７．１	１１．４	０．０	２２．６	２０．７	１３．８	１３．２
聞いたことはあるが良く知らない	全体	１８．６	１９．６	１６．１	２６．７	１８．７	２０．６	１９．１	１７．８
	男性	１８．９	１８．０	１８．５	１７．２	１８．１	２０．２	１９．９	１５．５
	女性	１８．８	２０．７	１４．３	３５．５	１９．２	２０．７	１８．６	１９．７
知らない	全体	６０．１	５９．６	７５．８	７０．０	６１．２	５９．３	５８．２	５９．５
	男性	６３．７	６４．８	７７．８	７５．９	６５．７	６１．５	６０．２	６７．３
	女性	５７．９	５６．３	７４．３	６４．５	５７．９	５７．９	５６．７	５３．８
（参考）『言葉や意味を知っている』と答えた市民の割合									
	全体	３５．１	３５．４	２４．２	３０．０	３８．４	４０．０	３２．９	３０．２
	男性	３３．１	３２．２	２２．２	２４．１	３３．７	３７．７	３３．５	２６．９
	女性	３７．３	３７．８	２５．７	３５．５	４１．８	４１．４	３２．４	３２．９

設問１６　過去１年間に，健診等（健康診断，健康診査又は人間ドック）を受けたことがありますか。（１つに○）

過去１年間に，健診等を『受けたことがある』と答えた人の割合を性別・年代別でみると，男女ともに２０～６４歳が最も多く，男性は７７．６％，女性は６５．４％だった。『受けたことがない』と答えた人は，男性は１５～１９歳が４８．３％と最も多く，女性では６５歳以上が４５．５％と最も多い。

前回調査と比較すると，『受けたことがある』と答えた人の割合は全年齢で６．０Pt 減少した。年代別でみると，１５～１９歳で６．３Pt，２０～６４歳で４．８Pt，６５歳以上で８．４Pt 減少した。

（再掲）欄のとおり健診については，前述の設問９「健康のために普段の生活で心がけていること」においても，前回調査から６．０Pt 減少している。

（%）

過去１年間の健診等受診状況	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
受けたことがある	全体	６８．８	６２．８	６１．３	５５．０	７４．７	６９．９	６３．０	５４．６
	男性	７４．６	６９．２	６６．７	５１．７	７９．７	７７．６	６９．７	６０．８
	女性	６５．５	５９．１	５７．１	５８．１	７２．０	６５．４	５７．８	５０．２
受けたことがない	全体	２８．９	３５．４	３８．７	４５．０	２５．１	２９．８	３１．７	４１．７
	男性	２４．３	２９．５	３３．３	４８．３	２０．１	２２．２	２６．４	３６．６
	女性	３２．４	３９．１	４２．９	３８．７	２７．８	３４．４	３６．１	４５．５

（再掲）問９　健康のために普段の生活で心がけていること	性別	前回（令和元年度）	令和３年度
定期的に健（検）診を受ける	全体	５３．７	４７．７
	男性	５６．１	４８．７
	女性	５２．６	４７．３

（前の設問で『受けたことがない』と答えた場合：n=622）

設問１６-１　どのような理由で受けなかったのですか。（あてはまる番号すべてに○）

過去１年間に健診等を受診していない理由を全年齢でみると，『かかりつけ医にいつも見てもらっているので心配ないから』と答えた人の割合が２７．７％と最も多く，次いで『心配な時はいつでも医療機関を受診できるから』が２２．０％，『コロナ禍だから』が２１．７％だった。

性別・年代別でみると，男性では，２０～６４歳は『時間が取れないから』と答えた人の割合が２８．８％と最も多く，６５歳以上は『かかりつけ医にいつも見てもらっているので心配ないから』と答えた人の割合が４６．９％と最も多い。女性では，２０～６４歳は『コロナ禍だから』と答えた人の割合が２９．８％と最も多く，６５歳以上は『かかりつけ医にいつも見てもらっているので心配ないから』と答えた人の割合が４９．０％と最も多い。１５～１９歳の男女では『健康状態に自信があり必要性を感じないから』と回答した人の割合が２５．９％と最も多い。

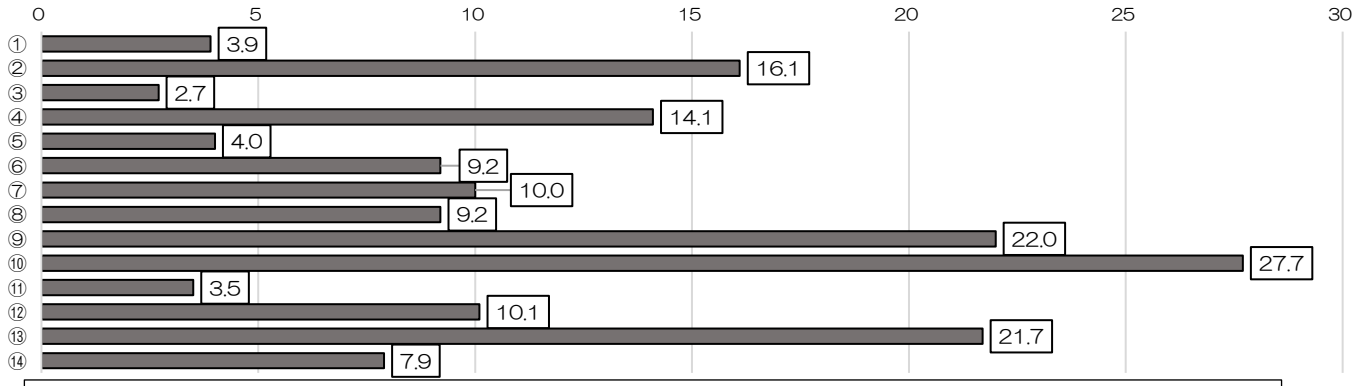
（%）

過去１年間に健診等を受診していない理由	性別	調査結果 全年齢	15~19歳	20~64歳	65歳以上
知らなかったから	全体	３．９	１１．１	４．３	２．６
	男性	５．３	１４．３	６．３	３．５
	女性	３．０	７．７	３．５	１．０
時間がとれなかったから	全体	１６．１	１８．５	２５．２	７．２
	男性	１６．８	２１．４	２８．８	７．１
	女性	１５．６	１５．４	２４．２	６．８
場所が遠いから	全体	２．７	３．７	３．６	２．０
	男性	１．９	０．０	２．５	１．８
	女性	３．２	７．７	４．０	２．１
費用がかかるから	全体	１４．１	１８．５	２２．７	５．５
	男性	１３．９	２１．４	２０．０	８．９
	女性	１４．１	１５．４	２４．２	３．６
検査等（採血，胃カメラ等）に不安があるから	全体	４．０	３．７	５．７	２．６
	男性	３．４	７．１	３．８	２．７
	女性	４．５	０．０	６．６	２．６
その時，医療機関に入院，又は通院していたから	全体	９．２	０．０	５．３	１３．４
	男性	９．６	０．０	７．５	１２．４
	女性	９．２	０．０	２．０	１４．１
毎年受ける必要性を感じないから	全体	１０．０	１８．５	８．９	１０．４
	男性	１１．１	７．１	１２．５	１０．６
	女性	９．４	３０．８	７．６	９．９

過去１年間に健診等を受診していない理由	性別	調査結果 全年齢	15~19歳	20~64歳	65歳以上
健康状態に自信があり，必要性を感じないから	全体	９．２	２５．９	１３．５	３．９
	男性	１０．６	１４．３	１８．８	４．４
	女性	８．４	３８．５	１１．１	３．６
心配な時はいつでも医療機関を受診できるから	全体	２２．０	１１．１	１３．８	３０．６
	男性	２１．６	２１．４	１１．３	２９．２
	女性	２２．０	０．０	１４．１	３１．８
かかりつけ医にいつも見てもらっているので心配ないから	全体	２７．７	３．７	８．２	４７．９
	男性	２９．８	７．１	１０．０	４６．９
	女性	２７．０	０．０	７．６	４９．０
結果が不安なため，受けたくないから	全体	３．５	３．７	５．０	２．３
	男性	２．４	７．１	２．５	１．８
	女性	４．０	０．０	６．１	２．１
めんどうだから	全体	１０．１	１８．５	１４．５	５．５
	男性	８．７	２１．４	１１．３	５．３
	女性	１１．１	１５．４	１６．２	５．７
コロナ禍だから	全体	２１．７	１１．１	２７．０	１８．２
	男性	１７．８	２１．４	２０．０	１５．９
	女性	２４．０	０．０	２９．８	１９．８
その他	全体	７．９	１８．５	７．８	７．２
	男性	５．８	２１．４	３．８	５．３
	女性	８．７	１５．４	８．６	８．３

（参考）『その他』について，自由記載内容一部抜粋

１５～１９歳	機会がなかったため，年齢が若いため
２０～６４歳	機会がなかったため，妊娠・育児のため，金銭的理由，時間がないため，必要性を感じないため
６５歳以上	（人間ドックの）抽選に落選したため，定期的に血液検査をしているため，医療機関に行きたくないため



①知らなかったから　②時間がとれなかったから　③場所が遠いから　④費用がかかるから

⑤検査等（採血，胃カメラ等）に不安があるから　⑥その時，医療機関に入院，又は通院していたから

⑦毎年受ける必要性を感じないから　⑧健康状態に自信があり，必要性を感じないから

⑨心配な時はいつでも医療機関を受診できるから　⑩かかりつけ医にいつも見てもらっているので心配ないから

⑪結果が不安なため，受けたくないから　⑫めんどうだから　**⑬コロナ禍だから**　⑭その他

３　喫煙に関すること

設問２３　喫煙されていますか。（１つに○）

『喫煙している』と答えた人の割合を性別・年代別でみると，２０～６４歳の男女が最も多く，男性が２３．８%，女性が７．７%だった。前回調査と比較すると，男性は２０歳～６４歳で３．８Pt 減少，６５歳以上で５．６Pt 減少したが，女性は２０～６４歳で２．１Pt 増加，６５歳以上で１．２Pt 増加した。

『過去に喫煙していたが止めた』と答えた人の割合を全年齢でみると，２６．２%と前回調査から０．４Pt 増加した。性別・年代別でみると２０～６４歳の男性が４．３Pt と最も多く増加した。

『もともと喫煙していない』と答えた人の割合は，６０．７%と前回調査から１．６Pt 増加した。性別・年代別でみると６５歳以上の男性で４．５Pt と最も多く増加し，１５～１９歳の男性で３．２Pt 減少した。

（再掲）欄のとおり，成人のみで『喫煙している』と答えた人の割合を全体でみると，１１．９%と前回から１．０Pt 減少した。性別でみると男性では４．４Pt 減少したが，女性では１．７Pt 増加した。

（%）

喫煙者の割合	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
喫煙している	全体	１２．２	１１．７	０．０	１．７	１４．２	１３．９	１１．３	９．４
	男性	２３．１	１８．９	０．０	３．４	２７．６	２３．８	２０．２	１４．６
	女性	４．９	６．７	０．０	０．０	５．６	７．７	４．５	５．７
過去に喫煙していたが，止めた	全体	２５．８	２６．２	１．６	１．７	２３．３	２２．４	３１．１	３３．４
	男性	４２．３	４４．６	３．７	３．４	３２．０	３６．３	５６．１	５８．６
	女性	１４．７	１３．９	０．０	０．０	１７．７	１３．９	１２．２	１５．２
もともと喫煙していない	全体	５９．１	６０．７	９８．４	９６．７	６２．４	６３．４	５２．４	５４．８
	男性	３３．４	３５．８	９６．３	９３．１	４０．４	３９．６	２１．１	２５．６
	女性	７７．３	７７．９	１００	１００	７６．５	７８．１	７６．２	７６．１

（再掲）喫煙者の割合（成人のみ）
（R1 年度　n=1704　R3 年度　n=1681）

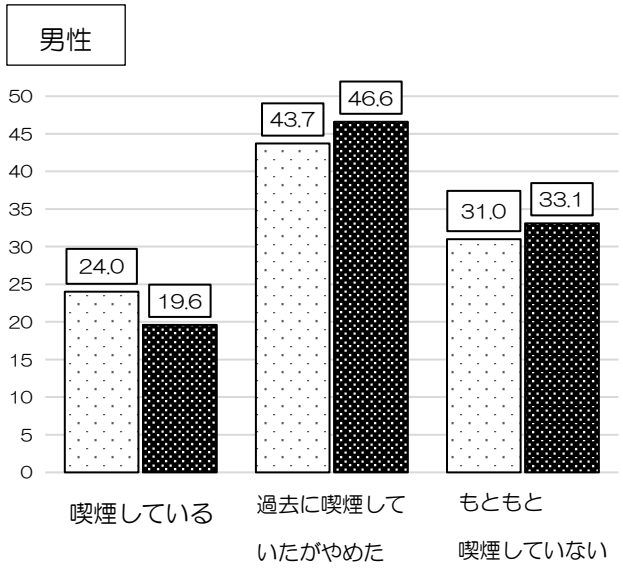
	性別	前回（令和元年度）	令和３年度
喫煙している	全体	１２．９	１１．９
	男性	２４．０	１９．６
	女性	５．１	６．８
過去に喫煙していたがやめた	全体	２６．９	２７．２
	男性	４３．７	４６．６
	女性	１５．３	１４．４
もともと喫煙していない	全体	５７．８	５９．６
	男性	３１．０	３３．１
	女性	７６．４	７７．２

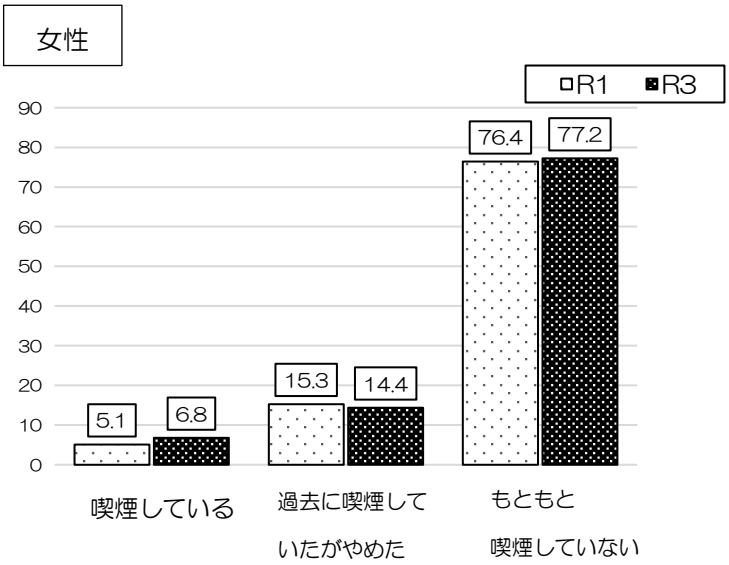
㊱喫煙する市民の割合（※国民生活基礎調査 2016）
成人男性　H29（　〃　）27.0%，R4（〃）16%
成人女性　H29（　〃　）9.9%，R4（〃）7%

（参考）喫煙の状況（令和元年度国民生活基礎調査）
※毎日吸っている＋時々吸っていると回答した人数の割合

成人のみ	京都市	全国
総数	15.0%	18.3%
男性	22.7%	28.8%
女性	8.3%	8.8%

＜喫煙者の割合（再掲：成人のみ）＞





設問２４　過去１箇月に受動喫煙を受けた場所はありますか（１つに○）

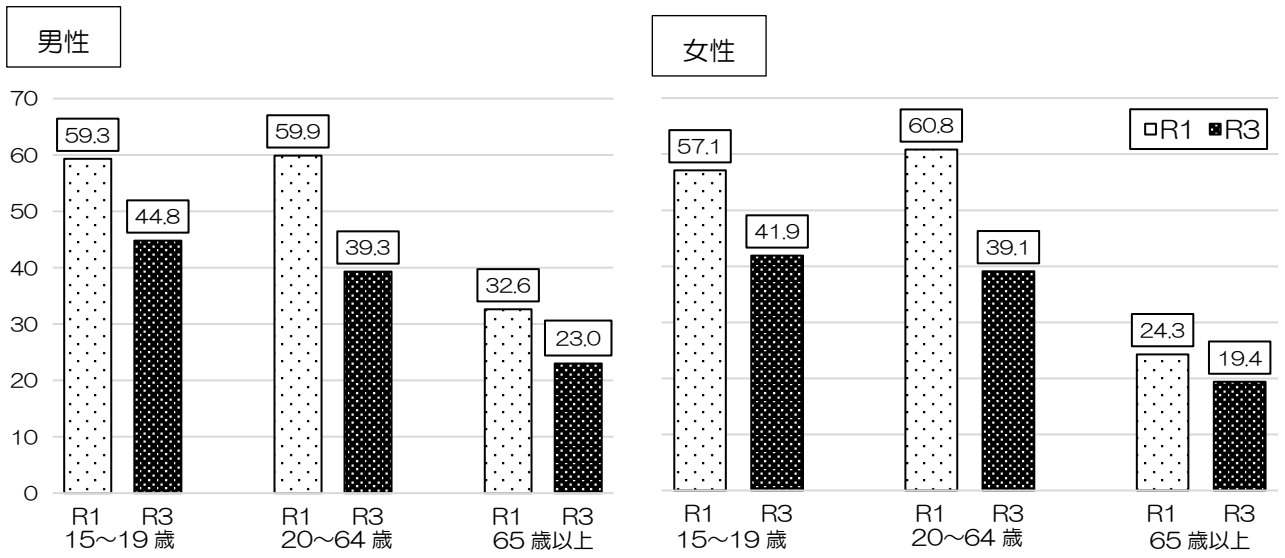
過去１箇月に受動喫煙を受けた場所が『ある』と答えた人の割合を全年齢でみると，３１．４％であり前回調査から１４．５Pt 減少した。年代別でみると２０～６４歳で２１．３Pt と最も大きく減少した。性別・年代別でみると最も多く『ある』と答えたのは男女ともに１５～１９歳で，男性が４４．８％，女性が４１．９％だった。

『ない』と答えた人の割合を全年齢でみると，６１．５％であり，前回調査から１６．１Pt 増加した。性別・年代別でみると最も多く『ない』と答えたのは男女ともに６５歳以上で，男性が６８．９％，女性が６５．９％だった。

（％）

受動喫煙を受けたことがある人の割合	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
ある	全体	４５．９	３１．４	５８．１	４３．３	６０．６	３９．３	２７．９	２０．８
	男性	４７．２	３２．５	５９．３	４４．８	５９．９	３９．３	３２．６	２３．０
	女性	４５．１	３１．０	５７．１	４１．９	６０．８	３９．１	２４．３	１９．４
ない	全体	４５．４	６１．５	４１．９	５３．３	３５．６	５７．７	５８．１	６７．１
	男性	４５．９	６２．２	４０．７	５１．７	３６．８	５７．６	５６．１	６８．９
	女性	４５．９	６１．２	４２．９	５４．８	３５．１	５７．７	６０．１	６５．９

＜受動喫煙を受けたことがある人の割合（性別・年代別）＞



（前の設問で『ある』と答えた場合：R1 年度　n=821，R3 年度　n=553）

設問２４-１　受動喫煙を受けた場所は，どちらですか（１つに○）

過去１箇月に受動喫煙を受けた場所を全年齢でみると，『路上』と答えた人の割合が５５．７％と最も多く，次いで『家庭』が２５．５％，『飲食店』が２２．４％だった。前回調査と比較すると，『家庭』で８，６Pt と最も大きく増加し，『飲食店』で２５．０Pt と最も大きく減少した。

性別・年代別でみると，男性では１５～６５歳以上の全年齢において『路上』と答えた人の割合が最も多い。次いで，１５～１９歳では『家庭』，２０～６４歳では『職場』，６５歳以上では『飲食店』と答えた人が多かった。女性では１５～６５歳以上の全年齢において『路上』と答えた人の割合が最も多く，次いで『家庭』と答えた人が多い。

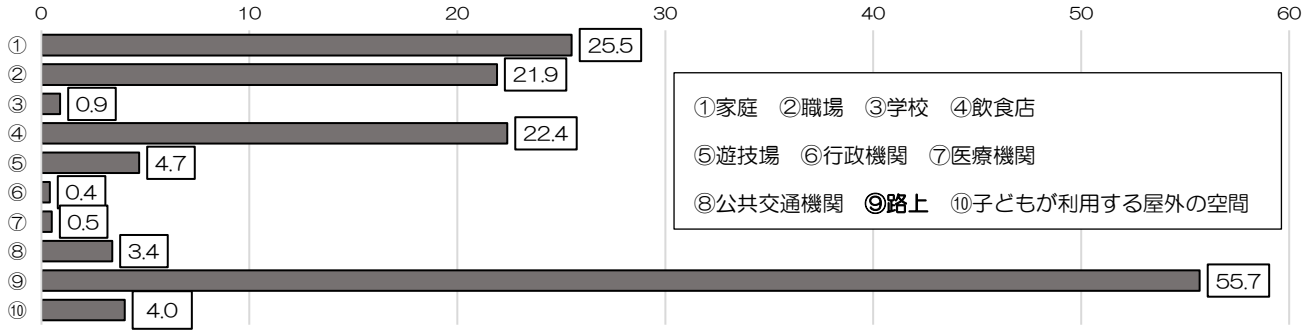
（%）

受動喫煙を受けた場所	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
家庭	全体	１６．９	２５．５	２７．８	４２．３	１５．７	２２．６	１７．９	３０．１
	男性	７．６	１１．８	６．３	３８．５	７．０	９．２	９．１	１２．７
	女性	２３．５	３５．６	４５．０	４６．２	２０．９	３１．６	２７．１	４５．１
職場	全体	２０．２	２１．９	８．３	３．８	２５．０	２６．４	９．６	１３．７
	男性	２９．５	３４．１	６．３	７．７	３９．１	４３．０	１３．６	２１．１
	女性	１３．２	１３．１	１０．０	０．０	１５．９	１６．０	５．６	７．３
学校	全体	１．１	０．９	１３．９	０．０	０．７	１．３	０．０	０．０
	男性	１．２	０．９	１８．８	０．０	０．５	１．４	０．０	０．０
	女性	１．１	０．９	５．０	０．０	０．９	１．３	０．０	０．０
飲食店	全体	４７．４	２２．４	４１．７	３．８	５０．８	２２，６	３９．４	２４．２
	男性	４８．２	２２．３	５６．３	０．０	４９．８	１９．７	４３．６	２９．６
	女性	４６．９	２２．２	３０．０	７．７	５１．３	２４．０	３２．７	１９．５
遊技場（ゲームセンター，パチンコ，競馬場）	全体	１１．８	４．７	１３．９	０．０	１０．９	３．８	１２．８	７．８
	男性	１９．９	６．６	２５．０	０．０	１９．１	５．６	２０．９	９．９
	女性	５．５	３．４	５．０	０．０	５．６	２．７	４．７	６．１
行政機関（市役所など）	全体	１．１	０．４	０．０	０．０	１．１	０．３	１．４	０．７
	男性	１．５	０．４	０．０	０．０	０．９	０．０	２．７	１．４
	女性	０．９	０．３	０，０	０．０	１．２	０．４	０．０	０．０
医療機関	全体	０．４	０．５	０．０	０．０	０．４	０．０	０．５	２．０
	男性	０．３	０．０	０．０	０．０	０．０	０．０	０．９	０．０
	女性	０．４	０．９	０．０	０．０	０．６	０．０	０．０	３．７
公共交通機関	全体	５．８	３．４	１１．１	１５．４	５．９	３．０	５．０	２．６
	男性	３．２	４．４	１２．５	２３．１	２．８	２．１	２．７	５．６
	女性	７．８	２．８	１０．０	７．７	７．８	３．６	６．５	０．０
路上	全体	５３．８	５５．７	５２．８	７６．９	５４．７	５８．０	５１．４	４７．７
	男性	５０．３	５１．５	５６．３	７６．９	４９．８	５０．０	５０．０	５２．１
	女性	５６．７	５８．４	５０．０	７６．９	５８．１	６２．７	５３．３	４３．９
子どもが利用する屋外の空間（公園など）	全体	４．０	４．０	５．６	７．７	５．５	４．３	２．３	２．６
	男性	３．５	２．６	１２．５	０．０	４．７	２．８	２．７	２．８
	女性	４．８	５．０	０．０	１５．４	６．２	５．３	１．９	２．４

（参考）受動喫煙の状況（令和元年度国民健康・栄養調査：全国）

家庭（6.9%）　職場（26.1%）　学校（3.4%）　飲食店（29.6%）　遊技場（27.1%）
行政機関（4.1%）　医療機関（2.9%）　公共交通機関（8.6%）　路上（27.1%）　子どもが利用する屋外の空間（8.9%）

＜受動喫煙を受けた場所の割合＞



４　飲酒に関すること

設問２５　お酒を飲む頻度はどれくらいですか（１つに○）

お酒を飲む頻度を全年齢でみると，『ほとんど飲まない（飲めない）』と答えた人の割合が全体で５１．８％と最も多い。次いで『時々』が２４．３％，『毎日』が２０．８％だった。前回調査と比較すると，『毎日』と答えた人の割合が０．４Pt 増加，『時々』と答えた人の割合が，３．５Pt 増加，『ほとんど飲まない（飲めない）』と答えた人の割合が４．７Pt 減少した。

（再掲）欄のとおり，成人のみを性別でみると，男性は『毎日』と答えた人が３７．２％と最も多く，前回調査から２．０Pt 増加した。女性では『ほとんど飲まない（飲めない）』と答えた人が６０．４％と最も多いが，前回調査から５．３Pt 減少し，『時々』と答えた人が４．０Pt 増加した。

（%）

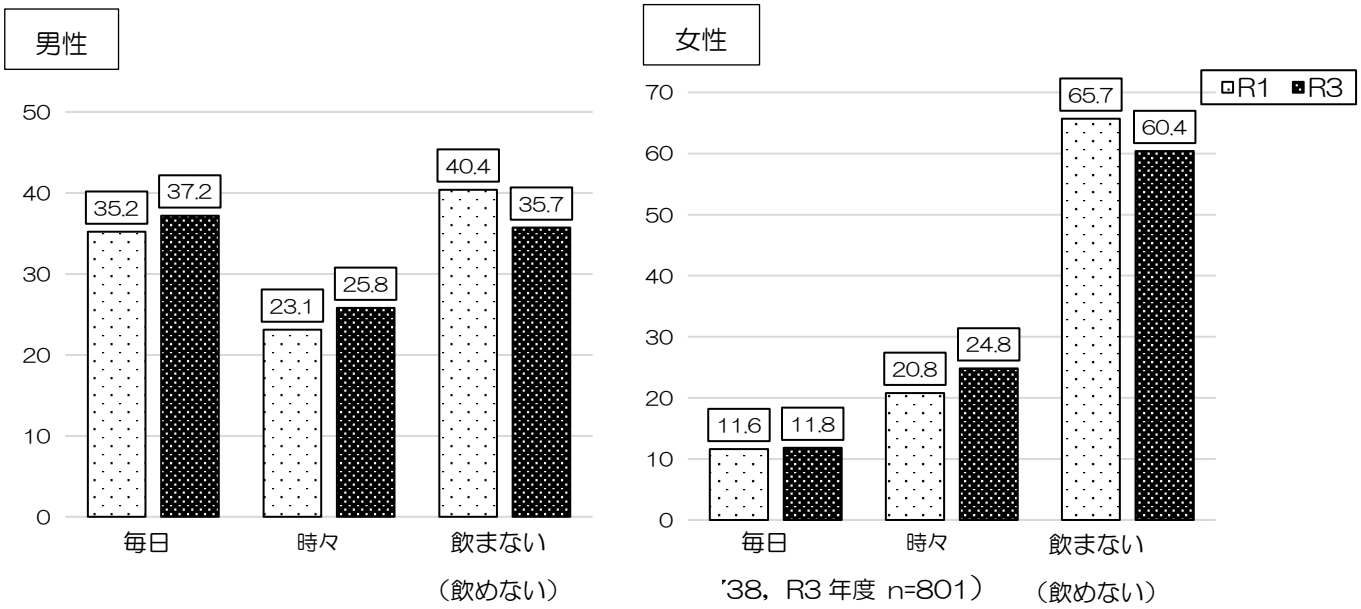
飲酒の頻度	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
毎日	全体	２０．４	２０．８	０．０	１．７	１８．８	２０．１	２４．２	２４．３
	男性	３４．０	３５．７	０．０	３．４	２９．２	３３．２	４１．５	４１．７
	女性	１１．３	１１．５	０．０	０．０	１２．０	１２．０	１１．１	１１．６
時々	全体	２０．８	２４．３	３．２	０．０	２８．２	３２．７	１３．９	１５．４
	男性	２２．５	２５．１	７．４	０．０	３１．５	３３．２	１４．２	１７．２
	女性	２０．０	２４．１	０．０	０．０	２６．３	３２．５	１３．８	１４．２
ほとんど飲まない（飲めない）	全体	５６．５	５１．８	９６．８	９５．０	５２．７	４６．６	５８．６	５５．８
	男性	４２．３	３７．８	９２．６	９３．１	３９．０	３３．５	４１．８	３８．２
	女性	６６．９	６１．４	１００	９６．８	６１．３	５４．４	７１．２	６８．５

（再掲）飲酒する市民の割合（成人のみ）
（R1 年度　n=1704，R3 年度　n=1681）

	性別	前回（令和元年度）	令和３年度
毎日	全体	２１．２	２２．０
	男性	３５．２	３７．２
	女性	１１．６	１１．８
時々	全体	２１．７	２５．１
	男性	２３．１	２５．８
	女性	２０．８	２４．８
ほとんど飲まない（飲めない）	全体	５５．４	５０．６
	男性	４０．４	３５．７
	女性	６５．７	６０．４

㊳飲酒する市民の割合（※京都市思春期に関する意識調査 2013 回答数：1100 件））
未成年者（15～19 歳）
H29（ベースライン）19.5%，　R4（目標）0%

＜飲酒頻度の割合（再掲：成人のみ）＞



設問２５-１　飲酒日の１日当たりの飲酒量はどれくらいですか（日本酒に換算してお答えください）。
（１つに○）

＊男性の場合，適正なアルコール摂取量は 40g 未満とされており，日本酒に換算すると１日当たりの飲酒量は１～２合未満が適正量となる。女性の場合は 20g 未満とされており，１合未満が適正量となる。

１日当たりの飲酒量について全年齢を性別でみると，男性では『１合未満』と答えた人の割合が最も多く３８．３%で前回調査から５．５Pt 増加した。女性では『１合未満』と答えた人の割合が最も多く６２．２%だったが，前回調査から１．５Pt 減少した。

（再掲）欄のとおり，成人のなかで生活習慣病のリスクを高める量『（男性）２合以上』『（女性）１合以上』と答えた人の割合をみると，全年齢において男性は２４．９%と前回調査から５．６Pt 減少した。女性は３５．６%と２．３Pt 増加した。年代別でみると２０～６４歳で男性は２９．６%と前回調査から１０．８Pt 減少し，６５歳以上では０．９Pt 減少したが，女性は２０～６５歳で４１．２%と０．４Pt 増加し，６５歳以上では２４．５%と３．３Pt 増加した。

（%）

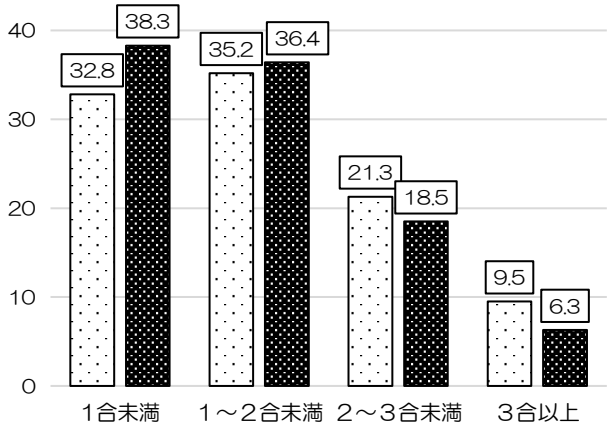
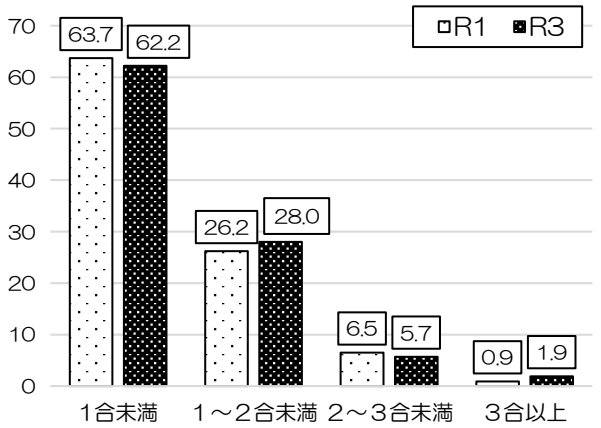
１日当たりの飲酒量	性別	調査結果							
		全年齢		１５～１９歳		２０～６４歳		６５歳以上	
		前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度	前回（令和元年度）	令和３年度
１合未満	全体	４６．５	４９．４	０．０	０．０	４２．３	４８．３	５３．４	５１．７
	男性	３２．８	３８．３	０．０	０．０	２６．１	３７．０	４１．０	４０．７
	女性	６３．７	６２．２	０．０	０．０	５８．４	５８．６	７４．５	７０．６
１～２合未満	全体	３２．２	３２．６	０．０	０．０	３２．２	３２．２	３０．５	３３．６
	男性	３５．２	３６．４	０．０	０．０	３３．０	３３．２	３７．８	４０．７
	女性	２６．２	２８．０	０．０	０．０	２９．４	３１．３	１８．１	２１．１
２～３合未満	全体	１４．８	１２．５	５０．０	１００	１６．９	９．５	１０．４	９．３
	男性	２１．３	１８．５	５０．０	１００	２５．７	１５．１	１５．４	１４．３
	女性	６．５	５．７	０．０	０．０	７．９	４．３	１．８	０．９
３合以上	全体	５．７	４．２	５０．０	０．０	７．４	５．０	２．３	３．１
	男性	９．５	６．３	５０．０	０．０	１３．８	８．０	３．７	４．４
	女性	０．９	１．９	０．０	０．０	０．９	２．３	０．０	０．９
（再掲）男性：『２合以上』，女性『１合以上』と回答した人の割合（成人のみ）									
２合以上	男性	３０．５	２４．９			４０．４	２９．６	１９．６	１８．７
１合以上	女性	３３．３	３５．６			４０．８	４１．２	２１．２	２４．５

（参考）日本酒１合（180ml）＝純アルコール量 20g の目安
ビール 500ml，酎ハイ・ハイボール（7%）350ml，
ウィスキーダブル１杯 60ml，ワイン２杯 240ml

㊴生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している市民の割合
（1 日当たりの純アルコール摂取量が男性 40ｇ以上，女性 20ｇ以上）
（※国民健康保険特定健康診査，後期高齢者健康診査（40 歳以上～））
成人男性　H29（ベースライン）13.7%，　R4（目標）12.0%
成人女性　H29（ベースライン）9.2%，　R4（目標）8.0%

＜1 日当たりの飲酒量（全年齢・性別）＞

男性



女性