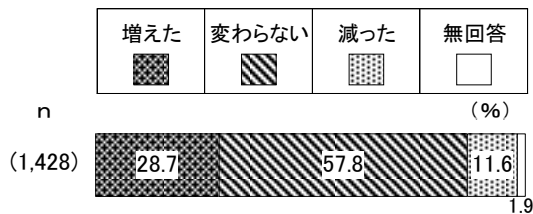


(2) 健康状態や健康づくりの取組の変化

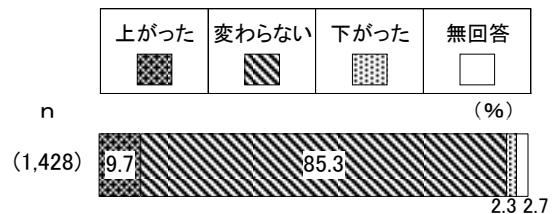
問13 新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う外出の自粛等に伴い、あなたの健康状態や健康づくりの取組にはどのような変化がありましたか。

次の(1)から(13)までの項目それぞれについて、1から3までの中から選んでください。(○はそれぞれ1つずつ)

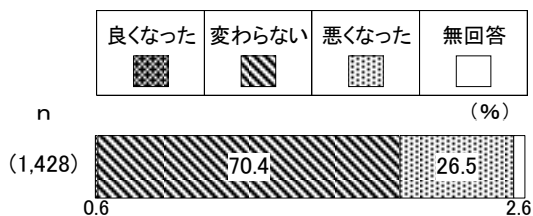
(1) 体重



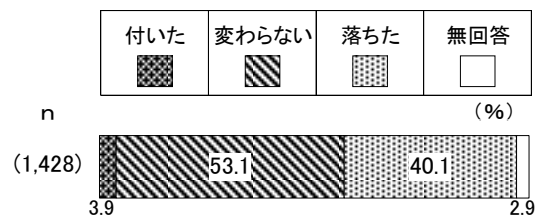
(2) 血圧



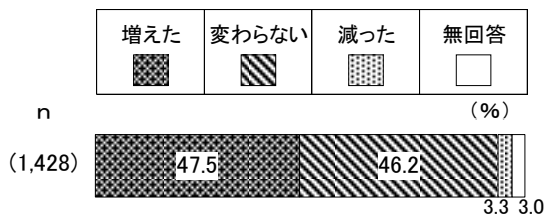
(3) 視力



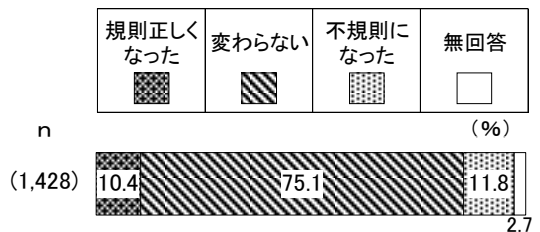
(4) 筋力



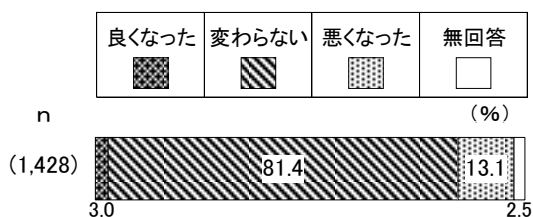
(5) 精神的疲労



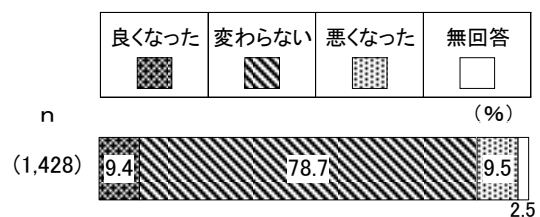
(6) 生活習慣



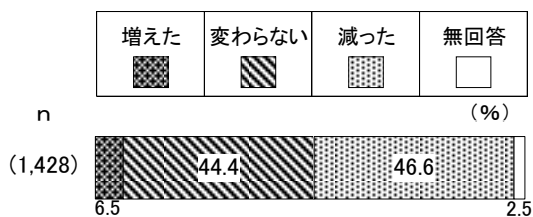
(7) 歯や口腔の状況



(8) 食事のバランス

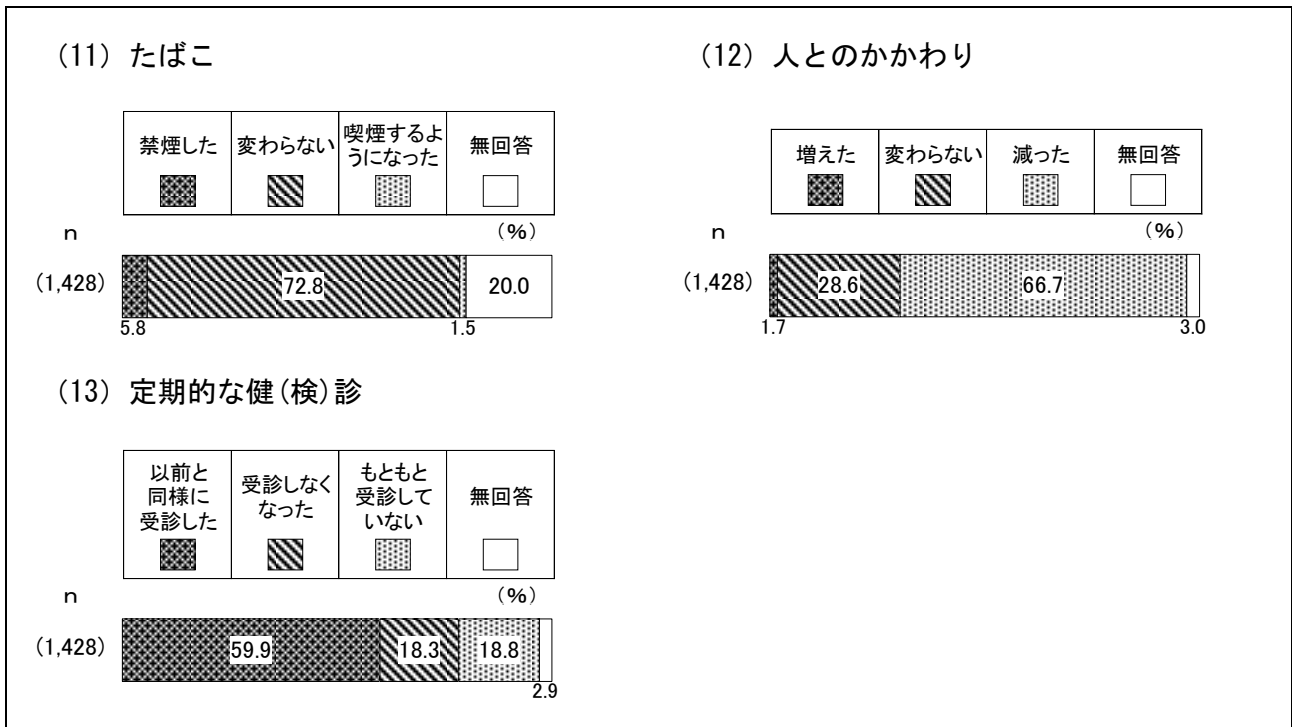


(9) 運動量



(10) 飲酒量





健康状態や健康づくりの取組にはどのような変化があったか、13項目に分けてたずねた。

(1) 体重では、「増えた」(28.7%)が3割近くで、「変わらない」(57.8%)は6割近く、「減った」(11.6%)は1割を超えている。

(2) 血圧では、「上がった」(9.7%)が1割で、「変わらない」(85.3%)は8割半ば、「下がった」(2.3%)はわずかとなっている。

(3) 視力では、「良くなった」(0.6%)がわずかで、「変わらない」(70.4%)は7割、「悪くなった」(26.5%)は3割近くとなっている。

(4) 筋力では、「付いた」(3.9%)がわずかで、「変わらない」(53.1%)は5割を超え、「落ちた」(40.1%)は4割となっている。

(5) 精神的疲労では、「増えた」(47.5%)が5割近くで、「変わらない」(46.2%)は4割半ば、「減った」(3.3%)はわずかとなっている。

(6) 生活習慣では、「規則正しくなった」(10.4%)が1割で、「変わらない」(75.1%)は7割半ば、「不規則になった」(11.8%)は1割を超えている。

(7) 歯や口腔の状況では、「良くなった」(3.0%)がわずかで、「変わらない」(81.4%)は8割を超え、「悪くなった」(13.1%)は1割を超えている。

(8) 食事のバランスでは、「良くなった」(9.4%)が約1割で、「変わらない」(78.7%)は8割近く、「悪くなった」(9.5%)は1割となっている。

(9) 運動量では、「増えた」(6.5%)が1割未満で、「変わらない」(44.4%)は4割半ば、「減った」(46.6%)は5割近くとなっている。

(10) 飲酒量では、「増えた」(7.8%)が1割未満で、「変わらない」(65.2%)は6割半ば、「減った」(13.4%)は1割を超えている。

(11) たばこでは、「禁煙した」(5.8%)が1割未満で、「変わらない」(72.8%)は7割を超え、「喫煙するようになった」(1.5%)はわずかとなっている。

(12) 人とのかかわりでは、「増えた」(1.7%)がわずかで、「変わらない」(28.6%)は3割近く、「減った」(66.7%)は7割近くとなっている。

(13) 定期的な健(検)診では、「以前と同様に受診した」(59.9%)が6割で、「受診しなくなった」(18.3%)と「もともと受診していない」(18.8%)はともに2割近くとなっている。

＜性別・性／年齢別・区別結果＞ (1) 体重

性別でみると、「増えた」は女性が男性より7.7ポイント高くなっている。

性／年齢別でみると、「増えた」は女性30～39歳と女性40～49歳で4割と高くなっている。「変わらない」は男性70歳以上で7割を超えて高くなっている。

区別でみると、「増えた」は中央区で3割を超えている。

＜性別・性／年齢別・区別結果＞ (2) 血圧

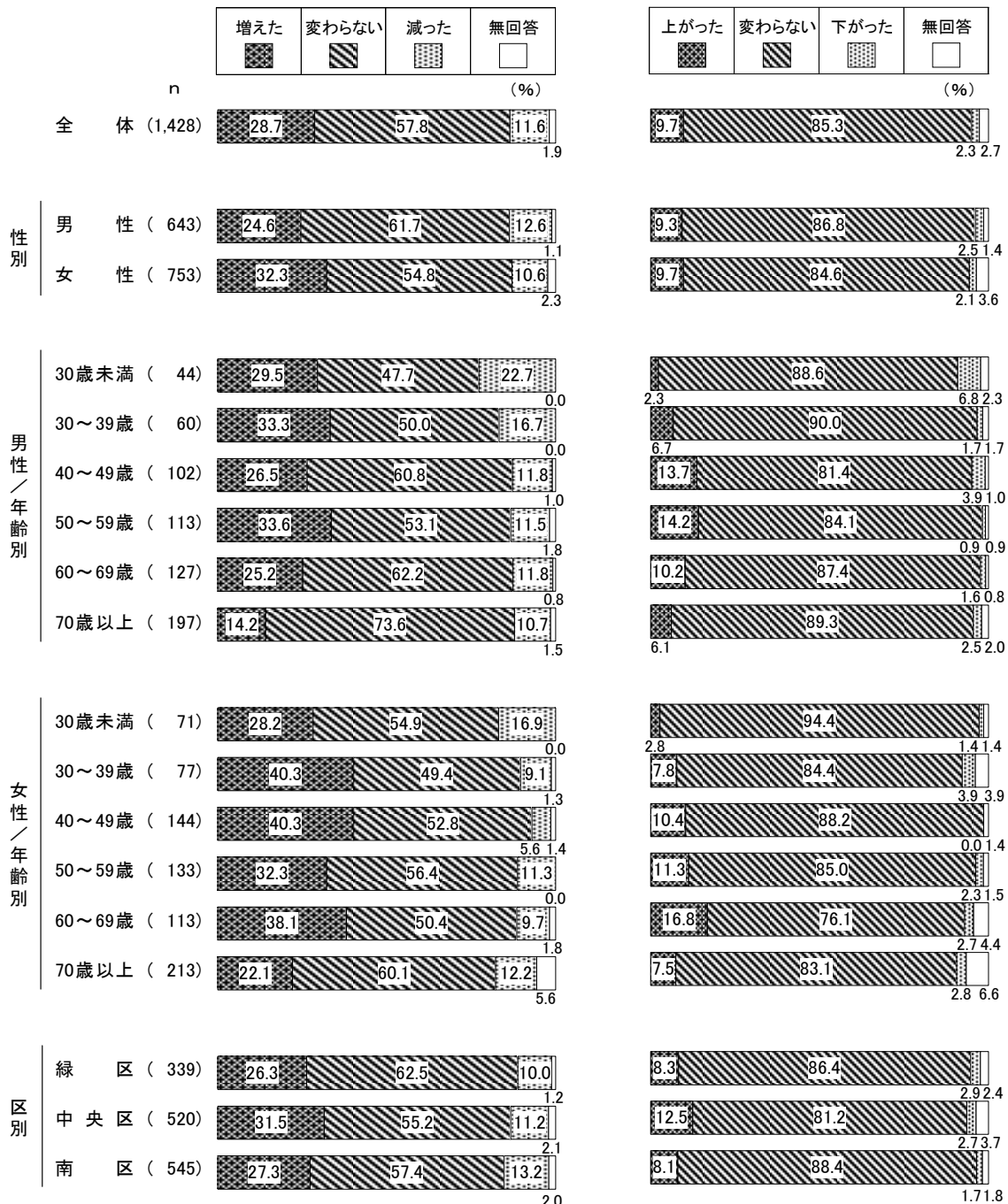
性別でみると、大きな違いはみられない。

性／年齢別でみると、「上がった」は女性60～69歳で2割近くとなっている。「変わらない」は女性30歳未満で9割半ばと高くなっている。

区別でみると、「変わらない」は南区で9割近くとなっている。

(1) 体重

(2) 血圧



<性別・性／年齢別・区別結果> (3) 視力

性別で見ると、「悪くなった」は女性が男性より3.9ポイント高くなっている。

性／年齢別で見ると、「変わらない」は男性30～39歳で8割半ばと高くなっている。「悪くなった」は女性50～59歳で3割半ばと高くなっている。

区別で見ると、「悪くなった」は南区と中央区で3割近くとなっている。

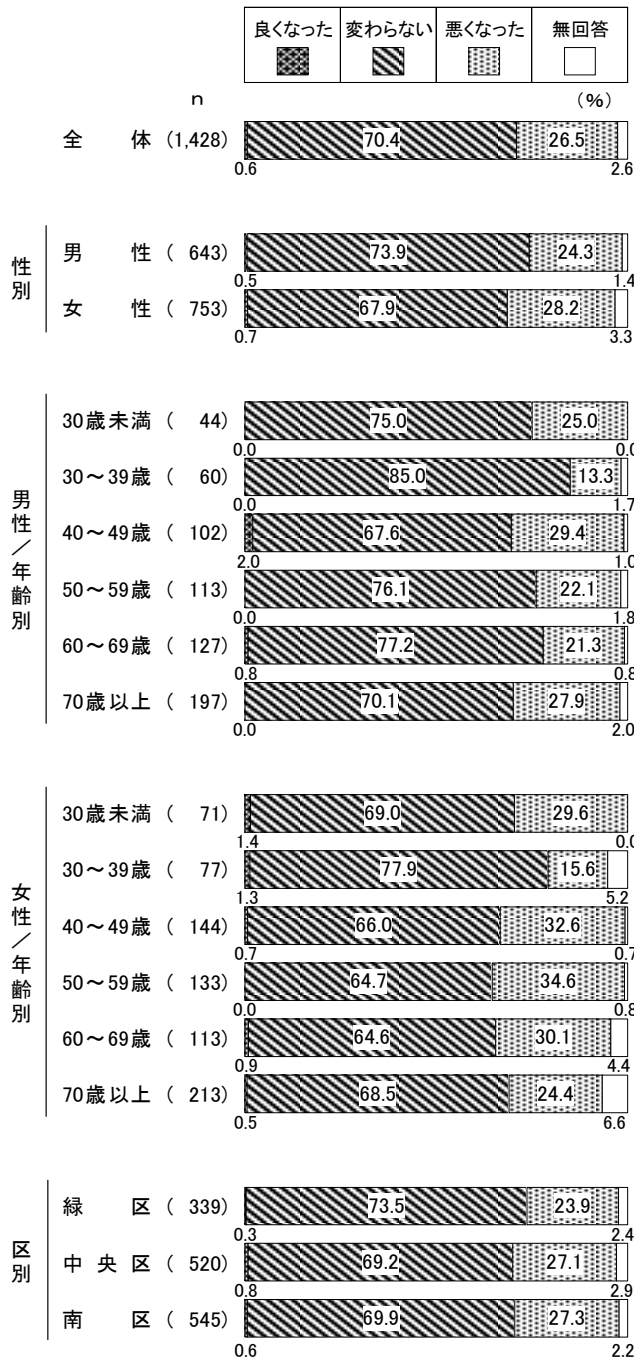
<性別・性／年齢別・区別結果> (4) 筋力

性別で見ると、「落ちた」は女性が男性より5.3ポイント高くなっている。

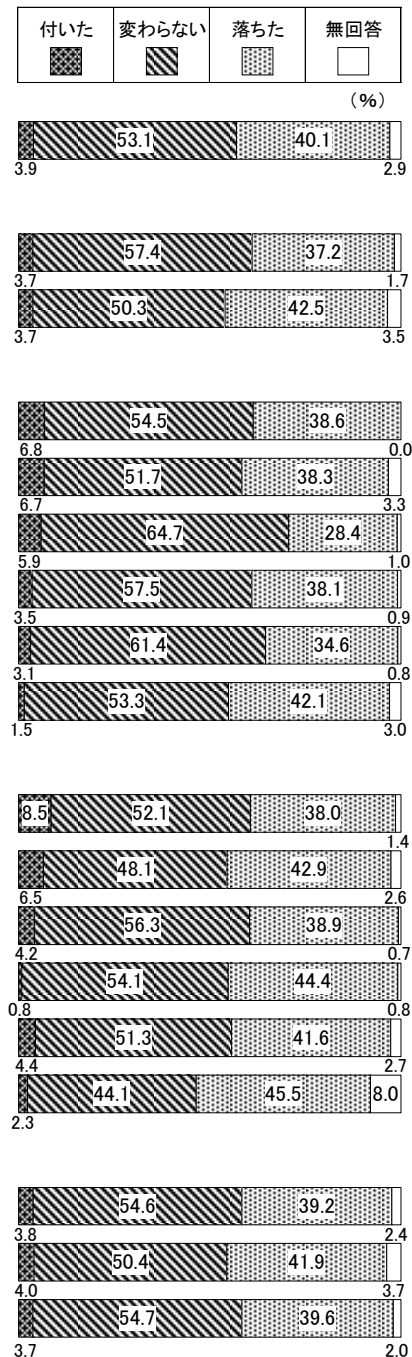
性／年齢別で見ると、「変わらない」は男性40～49歳で6割半ばと高くなっている。「落ちた」は女性50～59歳と女性70歳以上で4割半ばと高くなっている。

区別で見ると、「落ちた」は中央区で4割を超えている。

(3) 視力



(4) 筋力



<性別・性／年齢別・区別結果> (5) 精神的疲労

性別でみると、「増えた」は女性が男性より6.8ポイント高くなっている。

性／年齢別でみると、「増えた」は男性30～39歳で6割を超えている。「変わらない」は男性60～69歳で6割を超えている。

区別でみると、「増えた」は南区で5割を超えている。

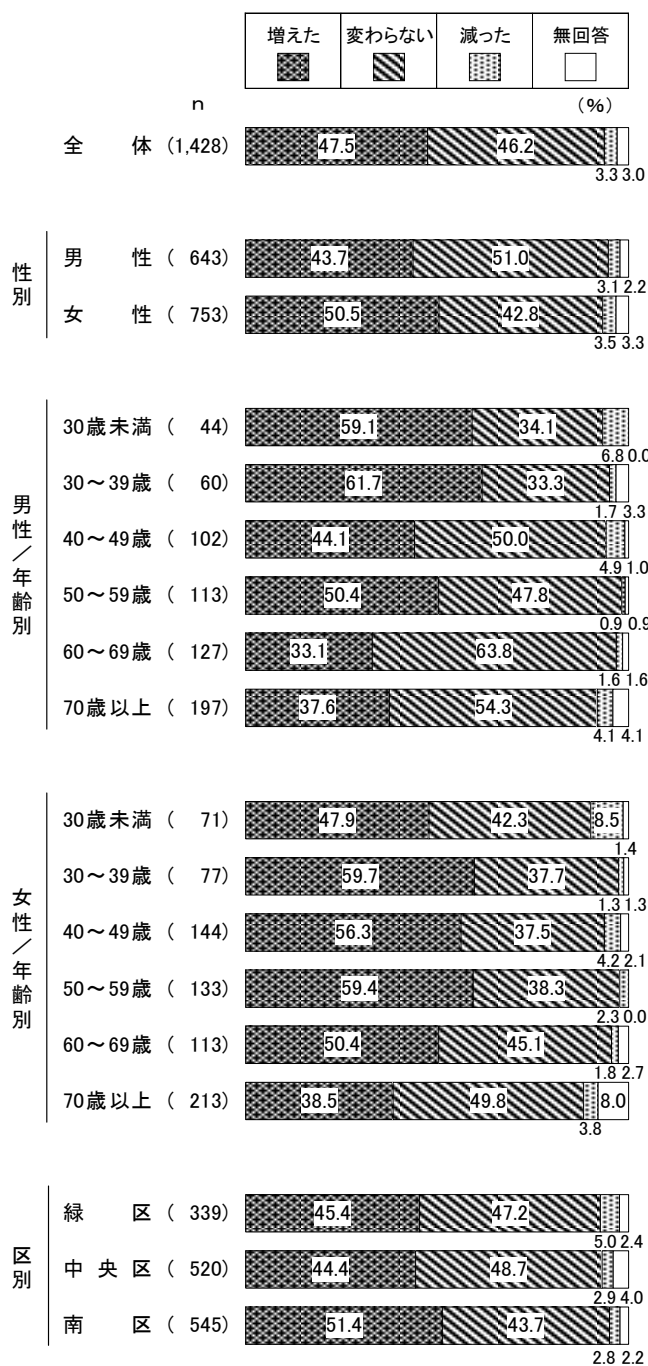
<性別・性／年齢別・区別結果> (6) 生活習慣

性別でみると、大きな違いはみられない。

性／年齢別でみると、「不規則になった」は男女ともに30歳未満で2割を超えている。

区別でみると、「変わらない」は緑区で約8割となっている。

(5) 精神的疲労



(6) 生活習慣



<性別・性／年齢別・区別結果> (7) 歯や口腔の状況

性別で見ると、「良くなった」は女性が男性より3.1ポイント高くなっている。

性／年齢別で見ると、「変わらない」は男性40～49歳と男性60～69歳で9割を超えている。「悪くなった」は男性30歳未満で2割近くとなっている。

区別で見ると、「変わらない」は緑区と南区で8割を超えている。

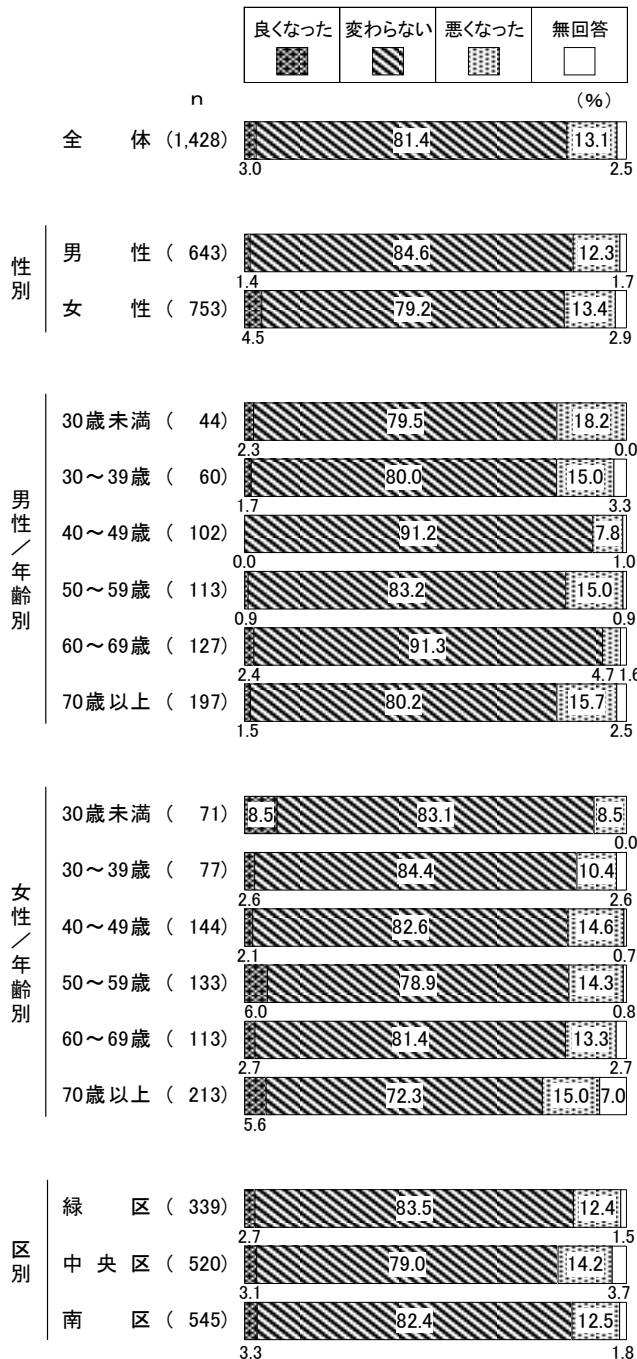
<性別・性／年齢別・区別結果> (8) 食事のバランス

性別で見ると、「良くなった」は女性が男性より5.2ポイント高くなっている。

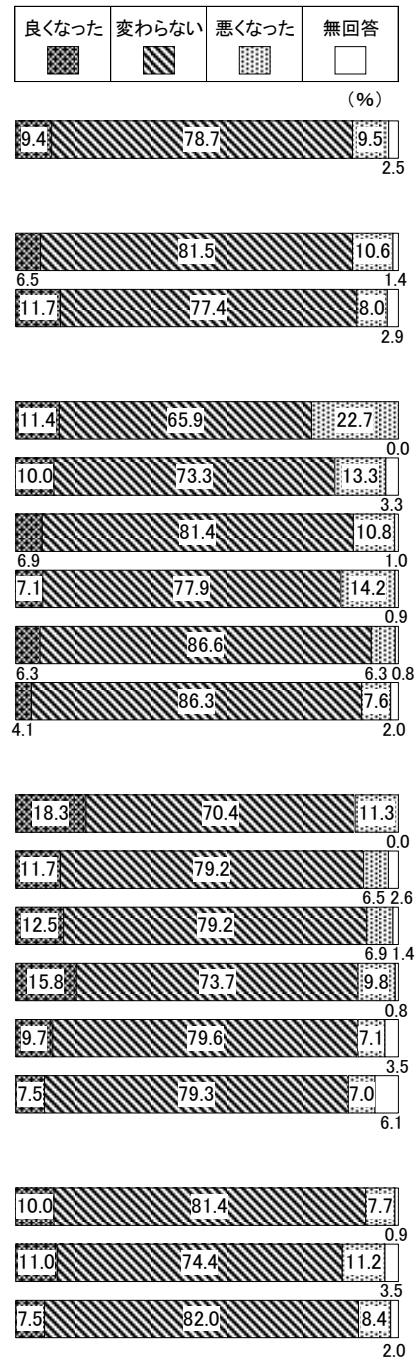
性／年齢別で見ると、「良くなった」は女性30歳未満で2割近くとなっている。「悪くなった」は男性30歳未満で2割を超えている。

区別で見ると、「悪くなった」は中央区で1割を超えている。

(7) 歯や口腔の状況



(8) 食事のバランス



<性別・性／年齢別・区別結果> (9) 運動量

性別で見ると、大きな違いはみられない。

性／年齢別で見ると、「減った」は男性30歳未満で約6割と高くなっている。

区別で見ると、「減った」は南区で5割と高くなっている。

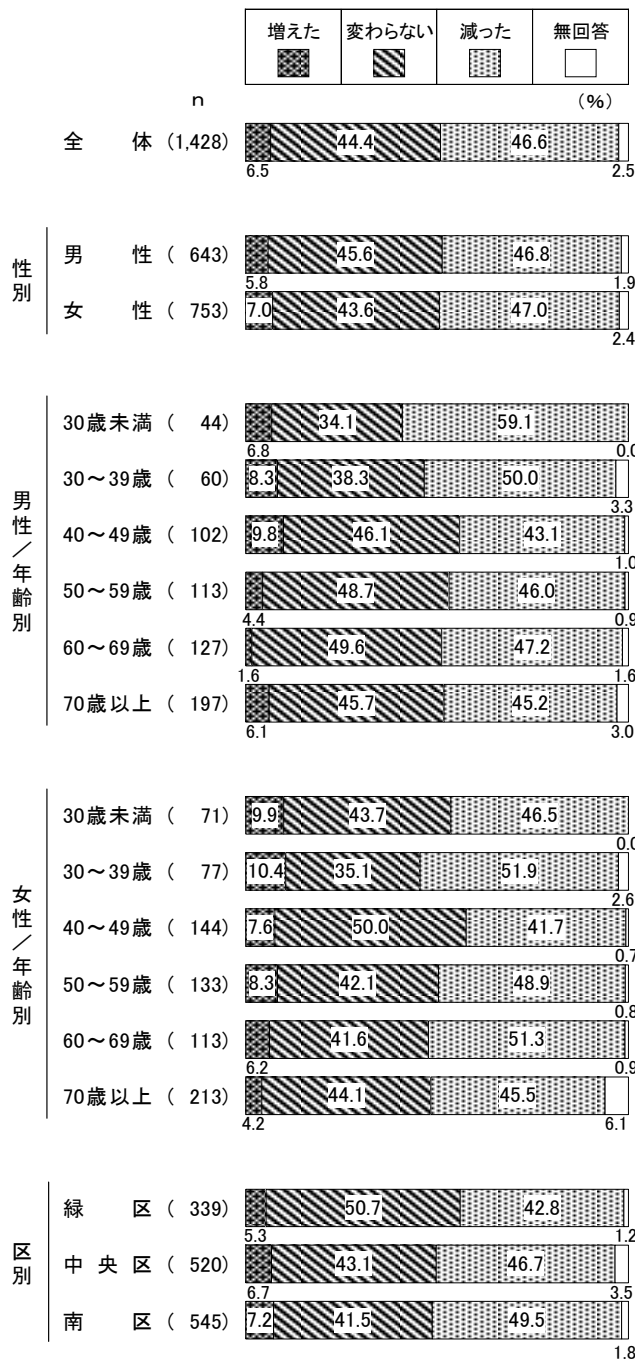
<性別・性／年齢別・区別結果> (10) 飲酒量

性別で見ると、「減った」で6.1ポイント、「増えた」で4.0ポイント、それぞれ男性が女性より高くなっている。

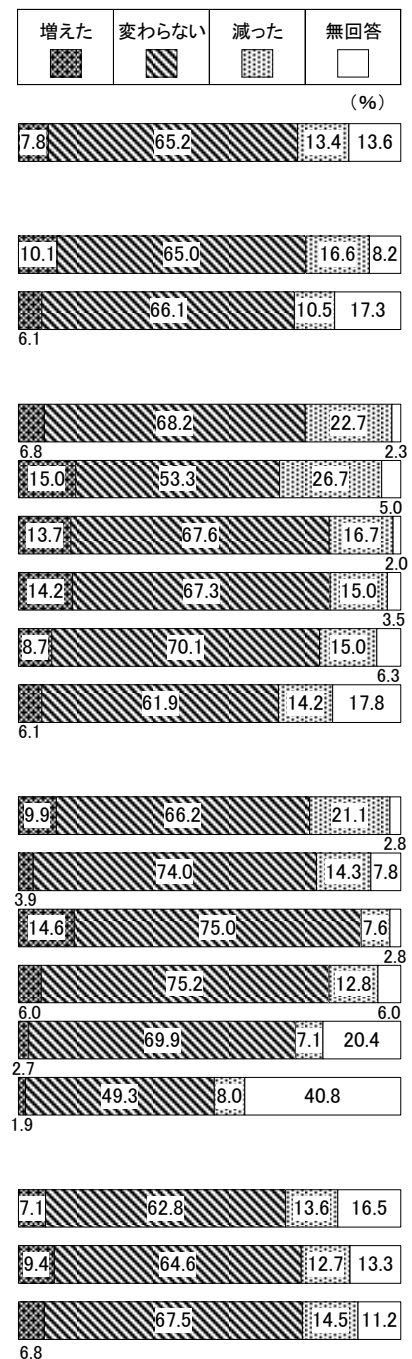
性／年齢別で見ると、「減った」は男性30～39歳で3割近くと高くなっており、男女ともに30歳未満でも2割を超えている。

区別で見ると、「変わらない」は南区で7割近くとなっている。

(9) 運動量



(10) 飲酒量



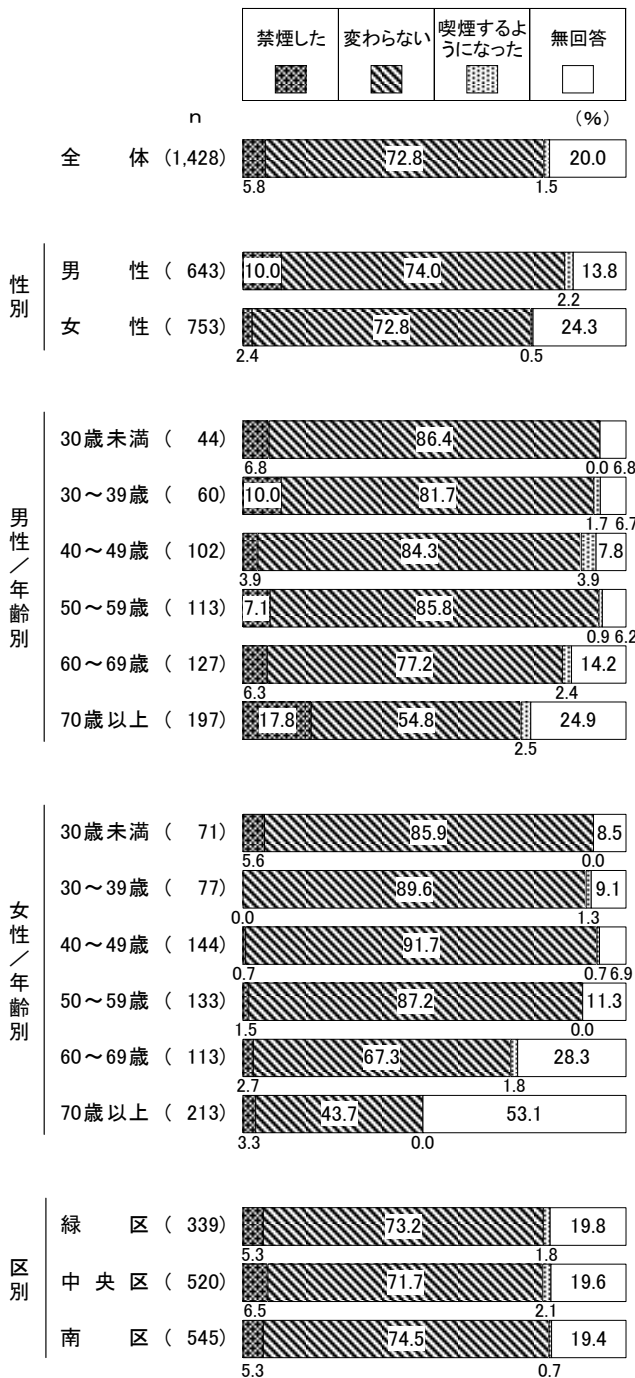
<性別・性／年齢別・区別結果> (11) たばこ

性別で見ると、「禁煙した」は男性が女性より7.6ポイント高くなっている。  
 性／年齢別で見ると、「禁煙した」は男性70歳以上で2割近くとなっている。  
 区別で見ると、大きな違いはみられない。

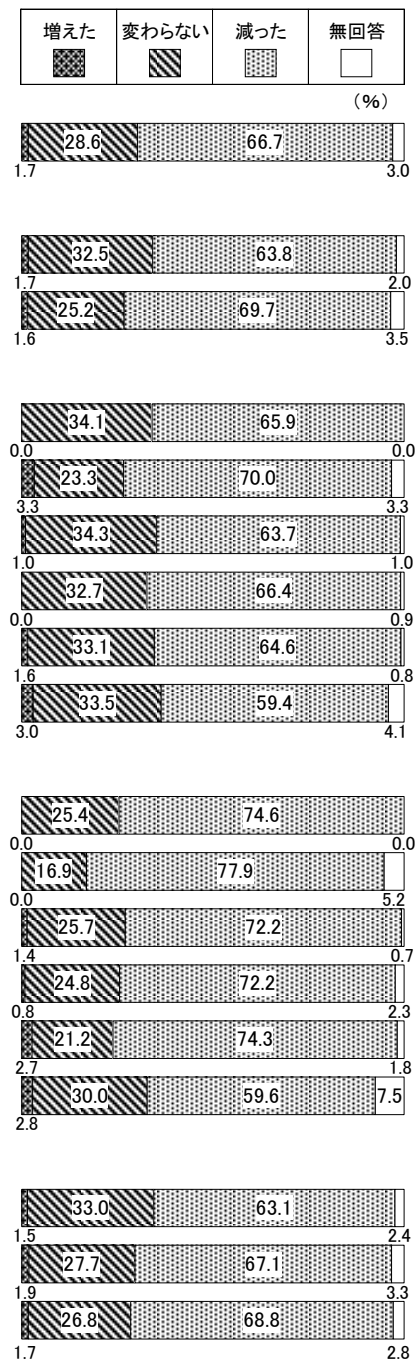
<性別・性／年齢別・区別結果> (12) 人とのかかわり

性別で見ると、「減った」は女性が男性より5.9ポイント高くなっている。  
 性／年齢別で見ると、「減った」は女性30～39歳で8割近くとなっている。  
 区別で見ると、「減った」は南区と中央区で7割近くとなっている。

(11) たばこ



(12) 人とのかかわり





<性別・性／年齢別・区別結果> (13) 定期的な健(検)診

性別で見ると、「以前と同様に受診した」は男性が女性より7.6ポイント高くなっている。一方、「受診しなくなった」は女性が男性より3.7ポイント高くなっている。

性／年齢別で見ると、「受診しなくなった」は女性60～69歳で2割半ばと最も高くなっている。

区別で見ると、「受診しなくなった」は中央区で2割となっている。

(13) 定期的な健(検)診

