

令和4年

愛媛県県民健康調査報告書

愛 媛 県



## はじめに

我が国は、医療の発展や生活環境の向上等により平均寿命が延び、世界有数の長寿国である一方で、がん、循環器疾患や糖尿病などの生活習慣病の発症やその重症化、高齢化による身体機能の低下などが、依然として、健康増進対策の大きな課題となっています。このため、疾病の早期発見や治療に留まることなく、ライフステージに応じた健康づくりのほか、ビッグデータ分析やDXなど新たな技術を活用した健康づくりを積極的に推進し、健康寿命の延伸や健康格差の縮小を図っていくことが求められております。

こうした中、本県では、昭和59年からおおむね5年ごとに、県民の食事状況や生活状況、身体状況及び歯科保健状況等を把握する県民健康調査を実施しており、本報告書は、令和4年9月から10月にかけて実施した調査結果をまとめたものです。

この調査結果につきましては、第2次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり21」や「第3次愛媛県食育推進計画」及び「第2次愛媛県歯科保健推進計画」の評価に反映させるとともに、次期計画の策定時の基礎資料としても活用することとしております。

さらに、本報告書には、調査の概要及び資料の分析結果も収録していますので、広く県民の皆様健康づくりや生活習慣の改善のために、市町はじめ、関係団体等の多くの方々に有効に活用されますことを期待しております。

結びに、今回の調査は新型コロナウイルス感染症の拡大により、従来の活動が制限された中で行われることとなりましたが、円滑な調査の実施に御協力いただきました県民の皆様方、関係市町並びに関係者の皆様方に心から感謝申し上げます。

令和5年4月

愛媛県保健福祉部長 菅 隆章



# 目 次

はじめに

愛媛県保健福祉部長

## I 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の対象	1
3 調査項目及び調査方法等	1
4 結果の集計及び集計客体	2
5 個人結果の還元	4
6 本書利用上の留意点	4

## II 結果の概要

1 栄養・食生活に関する状況	
(1) 食生活に関する状況	7
(2) 栄養素摂取に関する状況	12
(3) 食品摂取に関する状況	21
2 身体活動・運動に関する状況	29
3 休養に関する状況	32
4 飲酒に関する状況	35
5 喫煙に関する状況	38
6 歯科に関する状況	
(1) 歯の状況	41
(2) 歯肉の状況	47
(3) 咀嚼の状況	51
(4) 歯科保健行動に関する状況	52
(5) 歯科保健知識に関する状況	56
7 身体に関する状況	58
8 健康に関する状況	62
9 食文化・環境に関する状況	67

## III 食物摂取状況調査の結果

◆第1表◆	栄養素等摂取量 平均値(総数、年齢階級別)	73
◆第2表◆	栄養素等摂取量 標準偏差(総数、年齢階級別)	74
◆第3表◆	栄養素等摂取量 平均値(男性、年齢階級別)	75
◆第4表◆	栄養素等摂取量 標準偏差(男性、年齢階級別)	76
◆第5表◆	栄養素等摂取量 平均値(女性、年齢階級別)	77
◆第6表◆	栄養素等摂取量 標準偏差(女性、年齢階級別)	78
◆第7表◆	朝・昼・夕・間食別栄養素等摂取量 平均値・割合(総数)	79
◆第8表◆	朝・昼・夕・間食別栄養素等摂取量 平均値・割合(男性)	80
◆第9表◆	朝・昼・夕・間食別栄養素等摂取量 平均値・割合(女性)	81
◆第10表◆	栄養素等摂取量の年次推移	82
◆第11表◆	栄養素等摂取量の年齢階級別年次推移(昭和59年-平成22年)	83
◆第12表◆	食塩摂取量の分布(20歳以上)	84
◆第13表◆	食品群別摂取量 平均値(総数、年齢階級別)	85
◆第14表◆	食品群別摂取量(各食品) 平均値(総数、年齢階級別)	86
◆第15表◆	食品群別摂取量 標準偏差(総数、年齢階級別)	89
◆第16表◆	食品群別摂取量(各食品) 標準偏差(総数、年齢階級別)	90
◆第17表◆	食品群別摂取量 平均値(男性、年齢階級別)	93
◆第18表◆	食品群別摂取量(各食品) 平均値(男性、年齢階級別)	94
◆第19表◆	食品群別摂取量 標準偏差(男性、年齢階級別)	97
◆第20表◆	食品群別摂取量(各食品) 標準偏差(男性、年齢階級別)	98
◆第21表◆	食品群別摂取量 平均値(女性、年齢階級別)	101
◆第22表◆	食品群別摂取量(各食品) 平均値(女性、年齢階級別)	102
◆第23表◆	食品群別摂取量 標準偏差(女性、年齢階級別)	105
◆第24表◆	食品群別摂取量(各食品) 標準偏差(女性、年齢階級別)	106

◆第25表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量 平均値、割合(総数)	109
◆第26表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量(各食品) 平均値、割合(総数)	110
◆第27表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量 平均値、割合(男性)	113
◆第28表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量(各食品) 平均値、割合(男性)	114
◆第29表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量 平均値、割合(女性)	117
◆第30表◆	朝・昼・夕・間食別食品群別摂取量(各食品) 平均値、割合(女性)	118
◆第31表◆	食品群別栄養素等摂取量 平均値(総数)	121
◆第32表◆	野菜類の摂取量区分ごとの人数の割合(性・年齢階級別)	124
◆第33表◆	野菜類の摂取量の分布の年次変化(平成27年-令和4年、1人1日当たり)	125
◆第34表◆	果実類の種類別の摂取量の平均値(性・年齢階級別)	126
◆第35表◆	果実類摂取量の分布の年次変化(平成27年-令和4年、1人1日当たり)	127
◆第36表◆	果実類の摂取量区分ごとの人数の割合(性・年齢階級別)	128
◆第37表◆	穀類と魚介類・肉類・卵・大豆(大豆製品)と野菜を組み合わせる者の割合(性・年齢階級別)	129
◆第38表◆	穀類と魚介類・肉類・卵・大豆(大豆製品)と野菜を組み合わせる者の割合 (性・年齢階級別、食事区分別)	129
◆第39表◆	食品群別摂取量の年次推移(1歳以上、1人1日当たり)	130

## IV 世帯状況調査の結果

◆第40表◆	朝食又は夕食の「共食」の状況	131
◆第41表◆	朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の週の平均値及び標準偏差	132
◆第42表◆	朝昼夕別にみた1日の食事構成比(朝食、性・年齢階級別)	133
◆第43表◆	朝昼夕別にみた1日の食事構成比(昼食、性・年齢階級別)	134
◆第44表◆	朝昼夕別にみた1日の食事構成比(夕食、性・年齢階級別)	135
◆第45表◆	調査当日の欠食率の年次推移(男性、年齢階級別)	136
◆第46表◆	調査当日の欠食率の年次推移(女性、年齢階級別)	136
◆第47表◆	調査当日の外食率の年次推移(男性、年齢階級別)	137
◆第48表◆	調査当日の外食率の年次推移(女性、年齢階級別)	137
◆第49表◆	身長・体重の平均値及び標準偏差(性・年齢階級別)	138
◆第50表◆	BMIの平均値及び標準偏差(性・年齢階級別)	139
◆第51表◆	BMIの分布(性別)	139
◆第52表◆	やせ(BMI<18.5)の割合の年次推移(性・年齢階級別)	140
◆第53表◆	肥満(BMI≥25)の割合の年次推移(性・年齢階級別)	140
◆第54表◆	肥満度(18歳以上・BMI)の判定(性・年齢階級別)	141
◆第55表◆	肥満度(3~5歳)の判定(性・年齢階級別)	141
◆第56表◆	肥満度(6~17歳)の判定(性・年齢階級別)	141
◆第57表◆	低栄養傾向(BMI≤20)の高齢者の割合	141

## V 生活状況調査の結果

◆第58表◆	歩行数の平均値及び標準偏差(性・年齢階級別)	142
◆第59表◆	平均歩行数の年次推移(性・年齢階級別)	142
◆第60表◆	歩行数の分布(性・年齢階級別)	143
<b>【健康に関すること】</b>		
◆第61表◆	問1 現在の健康状態を、どのように感じていますか	143
◆第62表◆	問2 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防や改善のために、継続的に食事の改善や運動を実践していますか	144
◆第63表◆	問3 生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか	144
◆第64表◆	問4 体重をどのくらいの間隔で測定していますか	145
◆第65表◆	問5 過去1年間に血圧測定を受けたことがありますか	145
◆第66表◆	- (1) その測定場所はどこですか	146
◆第67表◆	- (2) 測定した血圧の値を知っていますか	147
◆第68表◆	- (2)ア 血圧のおおよその値を記入してください 血圧の平均値及び標準偏差(性・年齢階級別)	147
◆第69表◆	収縮期血圧の分布(性別)	148
◆第70表◆	拡張期血圧の分布(性別)	148
◆第71表◆	回答された血圧値による判定(性・年齢階級別)	148
◆第72表◆	- (2)イ 値は知らないが、判定結果は知っている 判定結果は次のうちどれですか	149

◆第73表◆	問6	愛媛県健康課題が「高血圧」であることを知っていますか	149
◆第74表◆	問7	COPD(慢性閉塞性肺疾患)という病気について、言葉やその意味を知っていますか	150
◆第75表◆	問8	第2次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり21」で、「健康寿命の延伸」が大きな目標の一つとなっていますが、「健康寿命」という言葉やその意味を知っていますか	150

**【食生活に関すること】**

◆第76表◆	問9	朝食を食べますか	151
◆第77表◆	問10	食事をする時よく噛んで味わって食べますか	151
◆第78表◆	問11	「主食・主菜・副菜」をそろえた食事をしていますか (主食:ご飯など 主菜:魚・肉・卵料理など 副菜:野菜料理など)	152
◆第79表◆	問12	外食をする時や食品を購入する時、栄養成分表示を参考にしていますか	152
◆第80表◆	問13	安全な食生活を送るための、食の安全性に関する基礎的な知識があると思いますか	153
◆第81表◆	問14	食育に関心がありますか	153
◆第82表◆	問15	いわゆる愛媛県の郷土料理や伝統料理をどのくらいの頻度で食べていますか	154
◆第83表◆	問16	郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか	155
◆第84表◆	-(1)	あなたが受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を、地域や次世代(子どもやお孫さんを含む)に対し伝えていきますか	155
◆第85表◆	問17	地域や所属コミュニティー(職場等を含む)での食事会等の機会があれば、参加したいと思いませんか	156
◆第86表◆	-(1)	過去1年間に、地域や所属コミュニティーでの食事会等に参加しましたか	156
◆第87表◆	問18	お住まいになっている地域では、住民同士がお互いに助け合っていると思いませんか(まちづくり・防災・ボランティア活動など)	157
◆第88表◆	問19	産地や生産者を意識して米や野菜、肉や魚などの農林水産物やそれらをもとに加工される食品を選んでますか	157
◆第89表◆	問20	日頃から環境に配慮した米や野菜、肉や魚などの農林水産物やそれらをもとに加工される食品を選んでますか	158
◆第90表◆	問21	「食品ロス」が問題となっていることを知っていますか	158
◆第91表◆	問22	「食品ロス」を減らすために取り組んでいることはありますか	159
◆第92表◆	-(1)	「食品ロス」を減らすために取り組んでいることはどのようなことですか	160

**【運動に関すること】**

◆第93表◆	問23	1日30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか	161
--------	-----	-------------------------------------	-----

**【休養に関すること】**

◆第94表◆	問24	普段の睡眠時間はどのくらいですか	162
◆第95表◆	問25	ここ1か月間あなたは睡眠で休養が充分とれていますか	163
◆第96表◆	問26	ストレスを解消する手段を持っていますか	163
◆第97表◆	-(1)	あなたのストレス解消法は何ですか	164

**【飲酒に関すること】**

◆第98表◆	問27	アルコール類(お酒)を何日くらい飲みますか	166
◆第99表◆	-(1)	アルコール類(お酒)を飲む日は1日当たりどのくらいの量を飲みますか 日本酒に換算して教えてください	167

**【たばこに関すること】**

◆第100表◆	問28	たばこを吸いますか	168
◆第101表◆	-(1)	あなたは禁煙することにどのくらい関心がありますか	168
◆第102表◆	-(2)	たばこを吸う時どのようなことに心がけていますか	169
◆第103表◆	問29	あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(家庭)	170
◆第104表◆		あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(職場)	171
◆第105表◆		あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(学校)	172
◆第106表◆		あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(飲食店)	173
◆第107表◆		あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(遊技場(ゲームセンター、パチンコ、競馬場など))	174
◆第108表◆		あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(行政機関(市役所、町村役場、公民館など))	175

◆第109表◆	あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(医療機関)	176
◆第110表◆	あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(公共交通機関)	177
◆第111表◆	あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(路上)	178
◆第112表◆	あなたは過去1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っているたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか(子供が利用する屋外の空間)	179
<b>【歯科に関すること】</b>		
◆第113表◆	問30 歯をみがく頻度はどれくらいですか	180
◆第114表◆	-(1) 1日何回歯みがきをしていますか	180
◆第115表◆	問31 歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか	181
◆第116表◆	問32 何でも噛んで食べることができますか	181
◆第117表◆	問33 この1年間に歯科健診を受けたことがありますか	182
◆第118表◆	-(1) どこで受けましたか	182
◆第119表◆	-(2) 受けていない理由は何ですか	183
◆第120表◆	問34 歯科医院で定期的(年1回以上)に歯石除去や歯面清掃をしていますか	184
◆第121表◆	問35 かかりつけの歯科医がいますか	185
◆第122表◆	問36 歯科疾患(むし歯や歯周病)とほかの病気に関連することを知っていますか	185
◆第123表◆	-(1) 関連するものは何ですか	186
◆第124表◆	問37 「8020運動」(ハチマルニイマル運動)は、80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという運動ですが、その意味を知っていますか	187
◆第125表◆	問38 「噛ミング30」(カミングサンマル)は、ひとくち30回以上噛むことを目標としたキャッチフレーズですが、その意味を知っていますか	187

## VI 歯科保健状況調査の結果

◆歯-第1表◆	被調査者数	188
◆歯-第2表◆	う歯のある者(1~14歳・乳歯)	188
◆歯-第3表◆	乳歯のう歯の状況(1~14歳)	189
◆歯-第4表◆	う歯のある者(5~14歳・乳歯+永久歯)	189
◆歯-第5表◆	う歯のある者(5歳以上・永久歯)	190
◆歯-第6表◆	未処置歯のある者(5歳以上・永久歯)	191
◆歯-第7表◆	未処置歯のある者(10歳以上・永久歯)	192
◆歯-第8表◆	1人平均DMF歯数(DMFT指数)(5歳以上・永久歯)	193
◆歯-第9表◆	処置歯にしめる充填歯、クラウンの割合(5歳以上・乳歯+永久歯)	194
◆歯-第10表◆	喪失歯のある者(5歳以上・永久歯)	195
◆歯-第11表◆	1人平均喪失歯数(5歳以上・永久歯)	195
◆歯-第12表◆	19本以下の歯を有する者(5歳以上・永久歯)	196
◆歯-第13表◆	20本以上歯を有する者(5歳以上・永久歯)	196
◆歯-第14表◆	24本以上歯を有する者(5歳以上・永久歯)	197
◆歯-第15表◆	1人平均現在歯数(5歳以上・永久歯)	197
◆歯-第16表◆	補綴物を装着している者(5歳以上・永久歯)	198
◆歯-第17表◆	歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)を有する者(15歳以上・永久歯)	199
◆歯-第18表◆	歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)を有する者(20歳以上・永久歯)	200
◆歯-第19表◆	歯周ポケットの分画数の1人平均値(15歳以上・永久歯)	201
◆歯-第20表◆	歯肉出血を有する者(10歳以上・永久歯)	202
◆歯-第21表◆	歯肉出血の有無に関する1人平均分画数(10歳以上・永久歯)	203
◆歯-第22表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(右側上顎大臼歯)(10歳以上・永久歯)	204
◆歯-第23表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(左側上顎大臼歯)(10歳以上・永久歯)	205
◆歯-第24表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(右側下顎大臼歯)(10歳以上・永久歯)	206
◆歯-第25表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(左側下顎大臼歯)(10歳以上・永久歯)	207
◆歯-第26表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(上顎前歯部)(10歳以上・永久歯)	208
◆歯-第27表◆	歯肉出血と歯石沈着の有無別に見た歯周ポケット(4mm以上、6mm以上)の有無(下顎前歯部)(10歳以上・永久歯)	209



◆歯一第28表◆	歯肉の状況(全体)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	210
◆歯一第29表◆	歯肉所見の有無(5歳以上・永久歯)	211
◆歯一第30表◆	歯肉所見の旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	212
◆歯一第31表◆	歯肉の状況(右側上顎臼歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	213
◆歯一第32表◆	歯肉の状況(左側上顎臼歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	214
◆歯一第33表◆	歯肉の状況(右側下顎臼歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	215
◆歯一第34表◆	歯肉の状況(左側下顎臼歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	216
◆歯一第35表◆	歯肉の状況(上顎前歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	217
◆歯一第36表◆	歯肉の状況(下顎前歯部)、旧CPIコードによる分類(5歳以上・永久歯)	218

## Ⅶ 付表

付表1	世帯状況調査票	219
付表2	食物摂取状況調査票	221
付表3	生活状況調査票	227
付表4	歯科保健状況調査票	233
付表5	歯科保健状況調査結果	235
付表6	食事調査結果	236

