

令和元年度生活習慣 実態調査の分析報告

実施主体：健康かごしま21地域推進協議会
調査分析：名瀬保健所



調査の方法

対象

- 小学校・中学校・高校・専門学校の学生
- 保育所・幼稚園・子ども園の園児
- 職場の健康づくり賛同事業所の従業員

期間

- 令和2年1月～2月

項目

項目	朝食抜き	喫煙	飲酒	睡眠
対象	3歳以上の男女	20歳以上の男女	20歳以上の男女	20歳以上の男女

解析：集計①+集計②の合算

集計①

- 対象事業所等に調査票を配付，回収し，集計。
- 調査票は，特定健康診査「標準的な質問票」に準ずる。

集計②

- 管内市町村が実施する特定健康診査質問票調査結果から集計。

結果

➤ 調査票の配付箇所・回答数

	配付箇所	提出箇所	回答数
保育所・幼稚園・子ども園	20	18	1,464
小学校	51	51	3,832
中学校	29	29	1,812
高校	1	1	99
専門学校	2	2	59
事業所	29	22	650
計	132	123	7,916

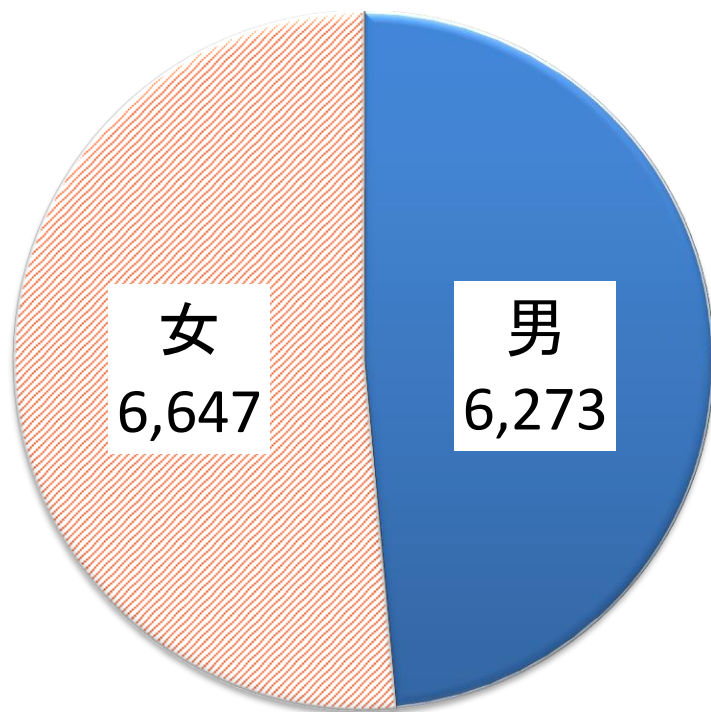
➤ 国保特定健診質問票調査結果回答数

	奄美市	大和村	宇検村	瀬戸内町	龍郷町	喜界町	総数
回答数	2,648	222	119	804	486	725	5,004

(40歳以上)

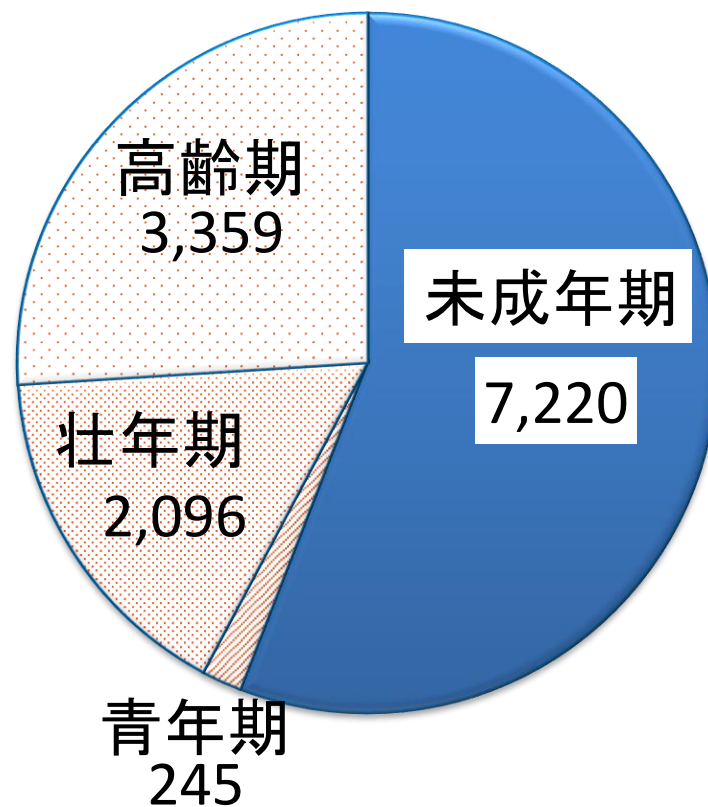
属性

男女比



未成年期：3歳以上20歳未満
壮年期：40歳以上65歳未満

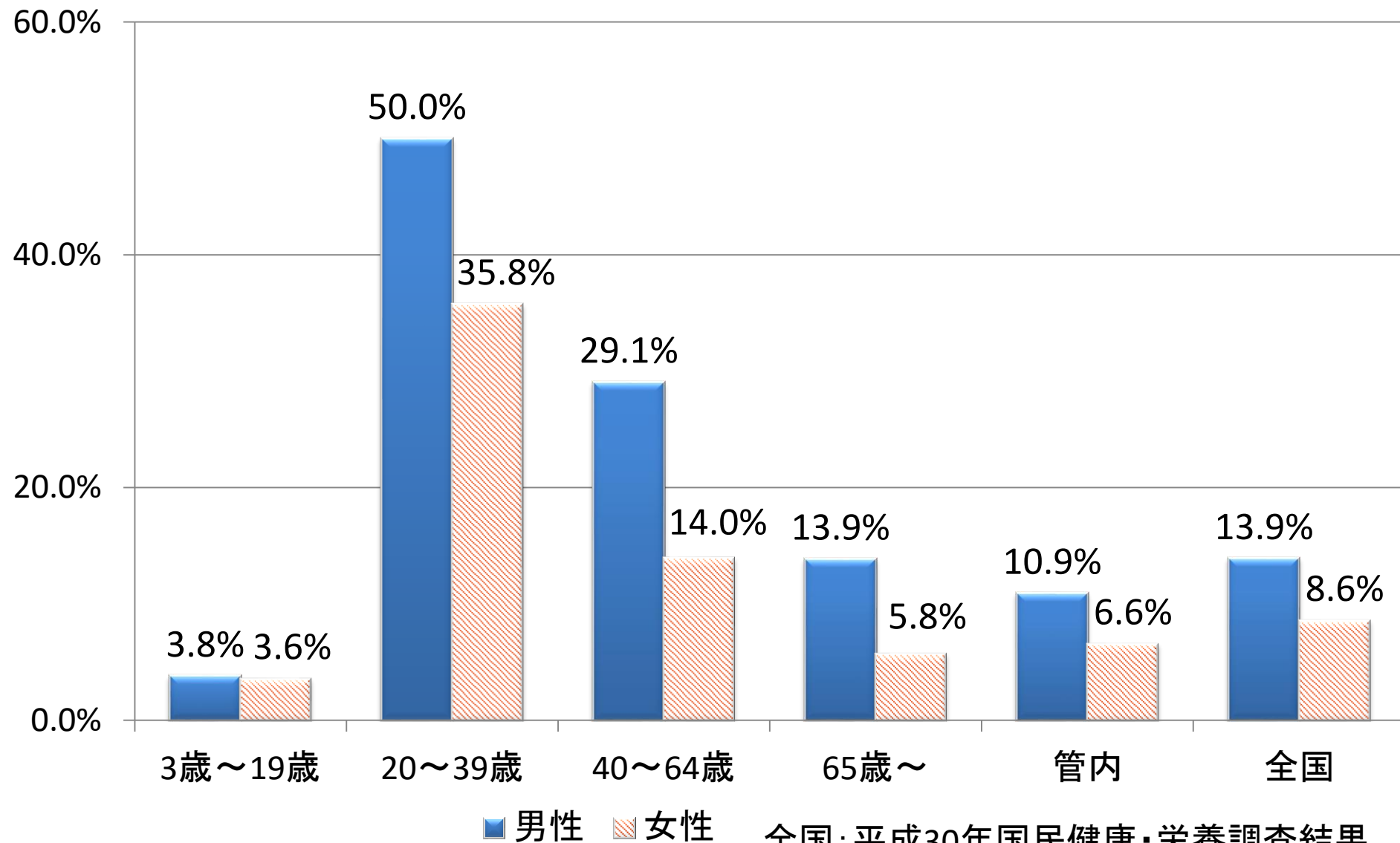
年齢構成比



青年期：20歳以上40歳未満
高齢期：65歳以上

分析結果①

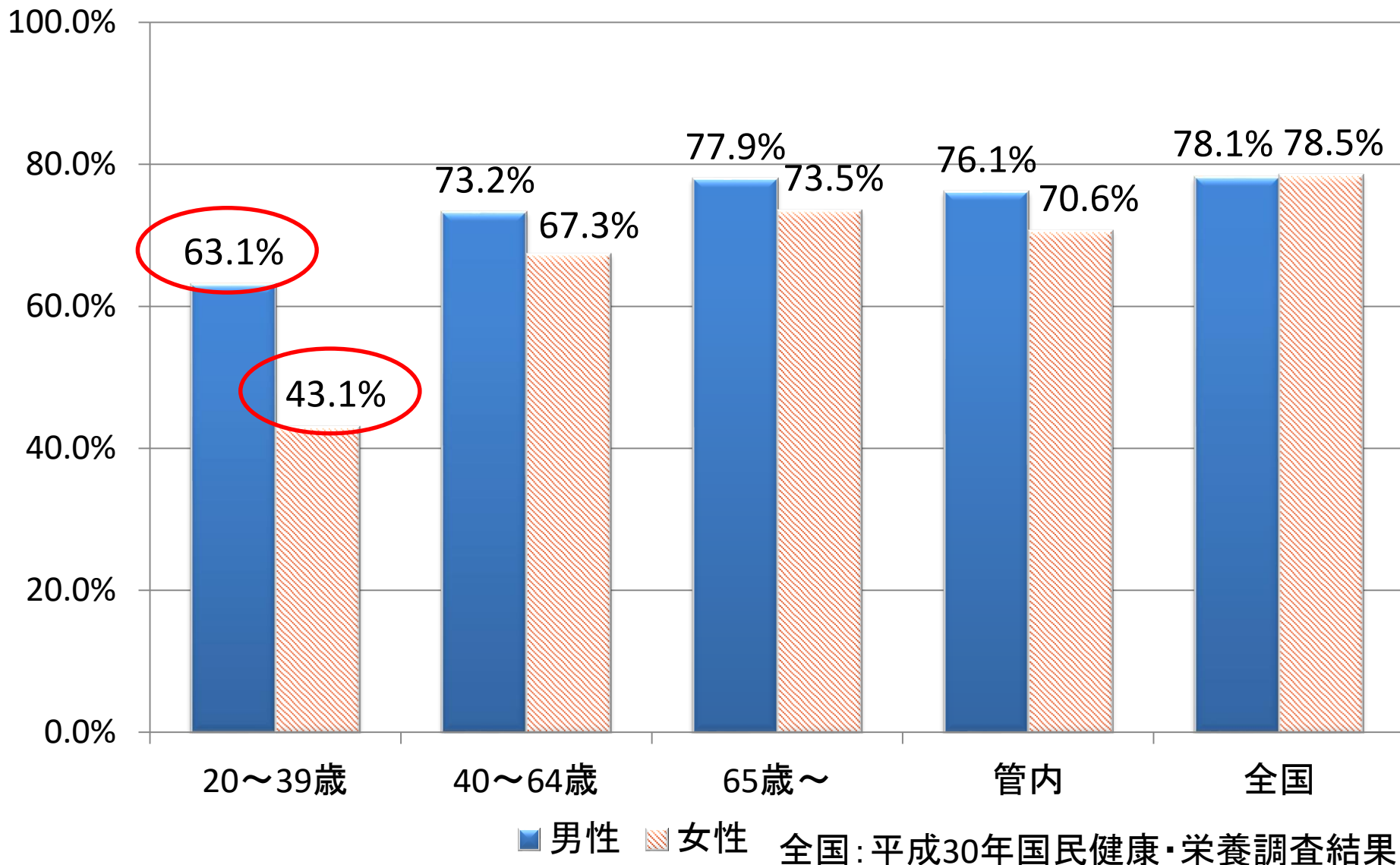
習慣的な朝食欠食(朝食を抜くことが週3日以上)



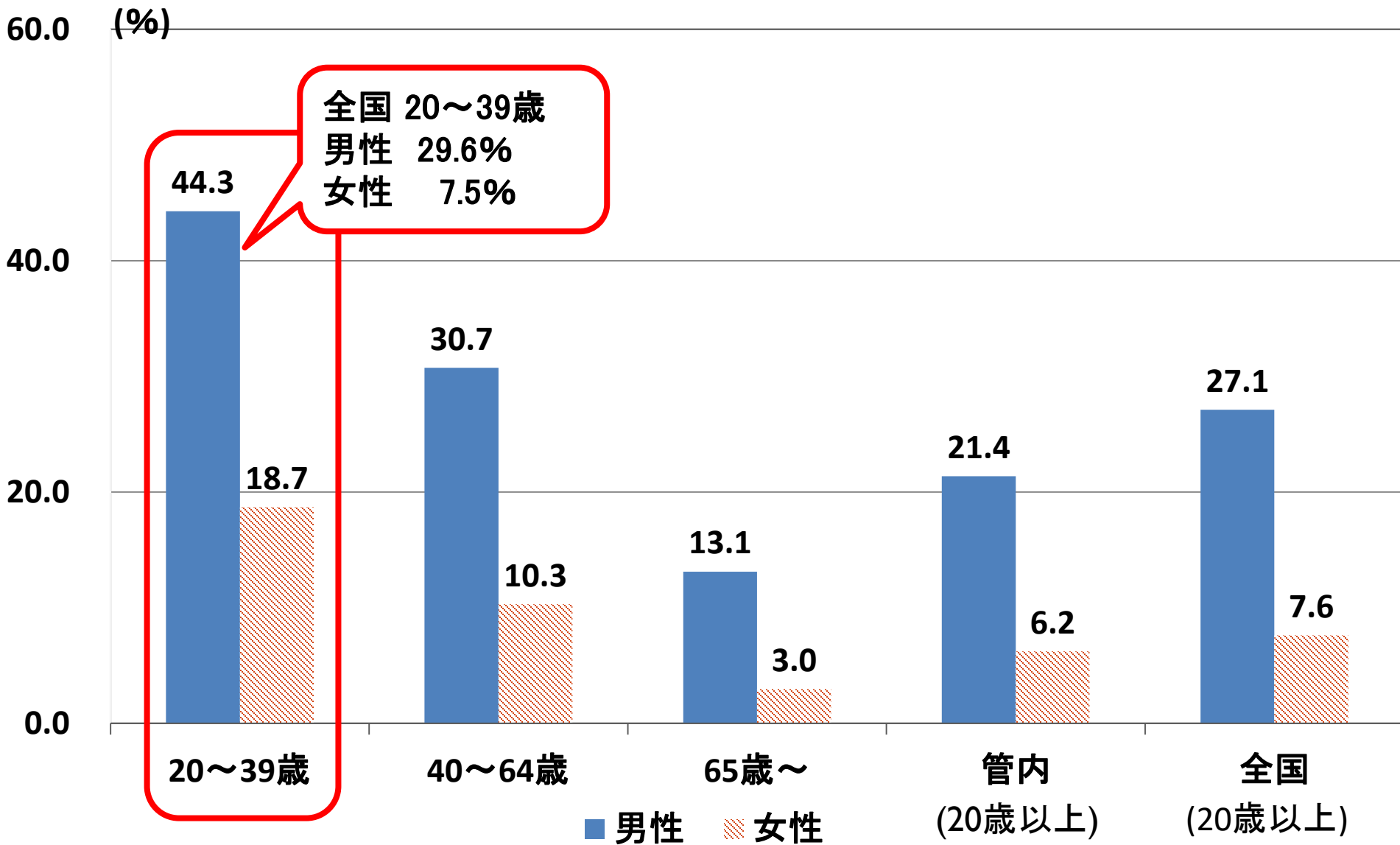
全国:平成30年国民健康・栄養調査結果

分析結果②

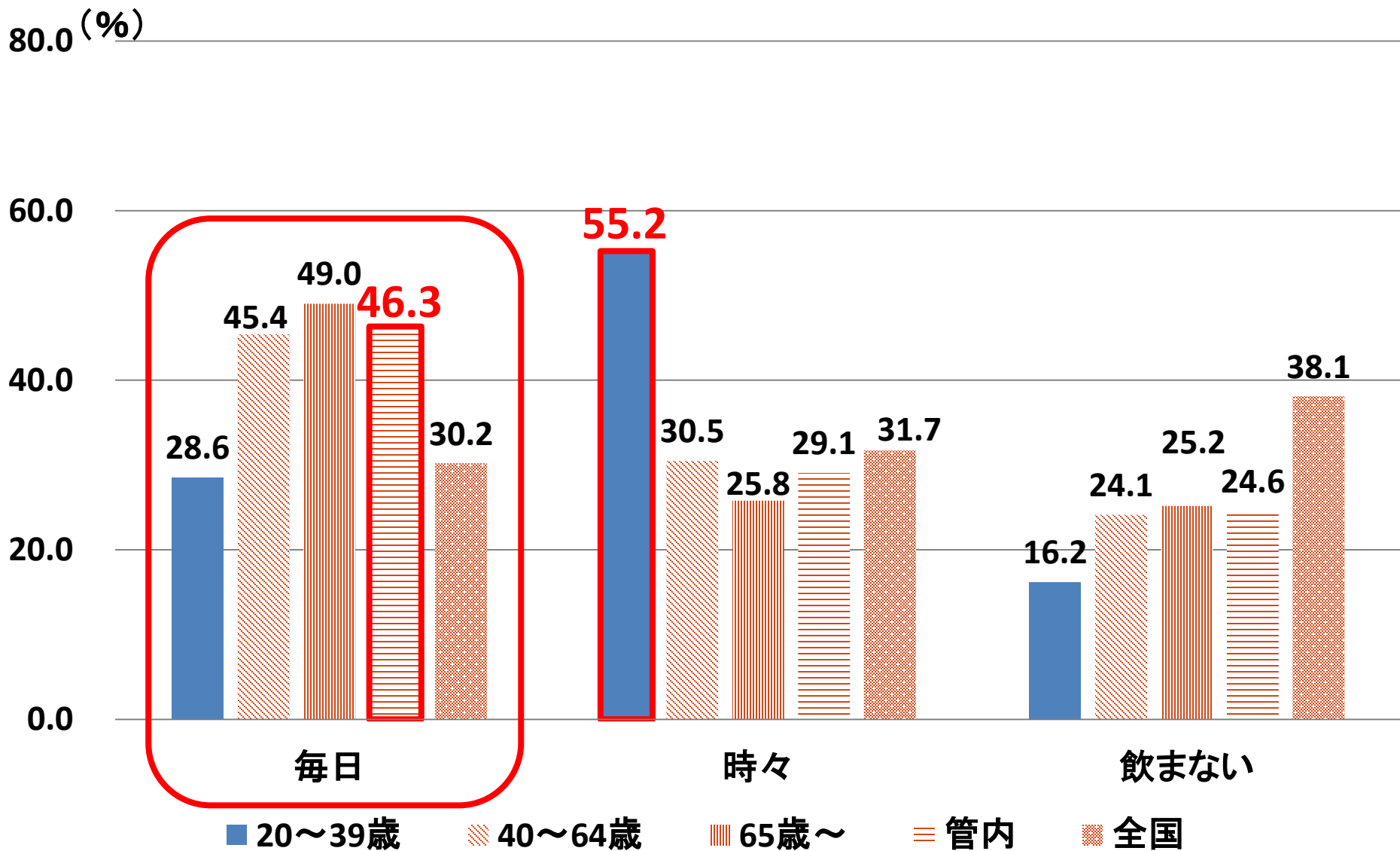
睡眠で休養が十分にとれている



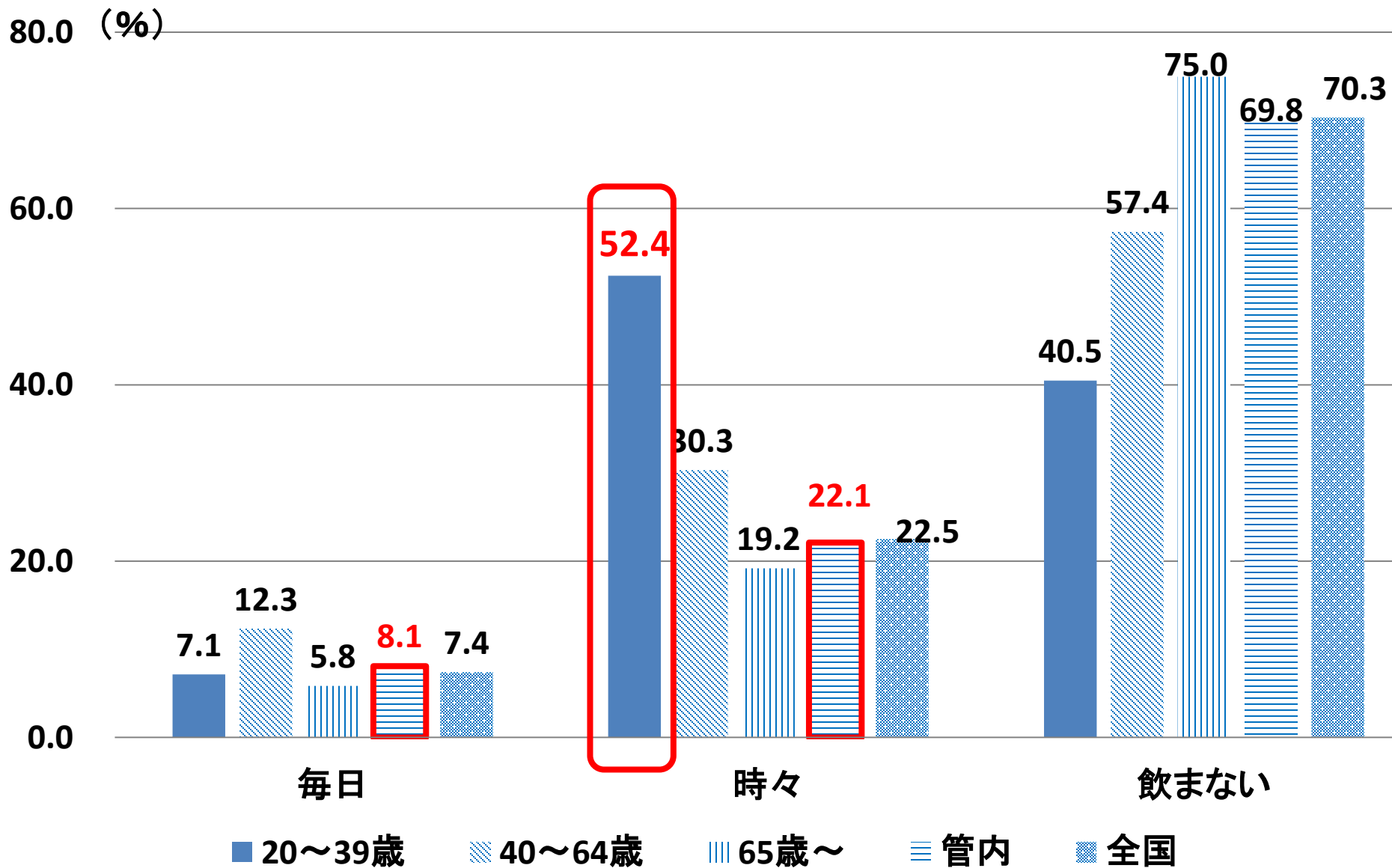
分析結果③ 喫煙習慣 男・女



分析結果④ 飲酒の頻度 男性



分析結果⑤ 飲酒の頻度 女性



分析結果⑥ 1日当たりの飲酒量 男性

100.0 (%)

80.0

60.0

40.0

20.0

0.0

1合未満

1~2合未満

2~3合未満

3合以上

■ 20~39歳

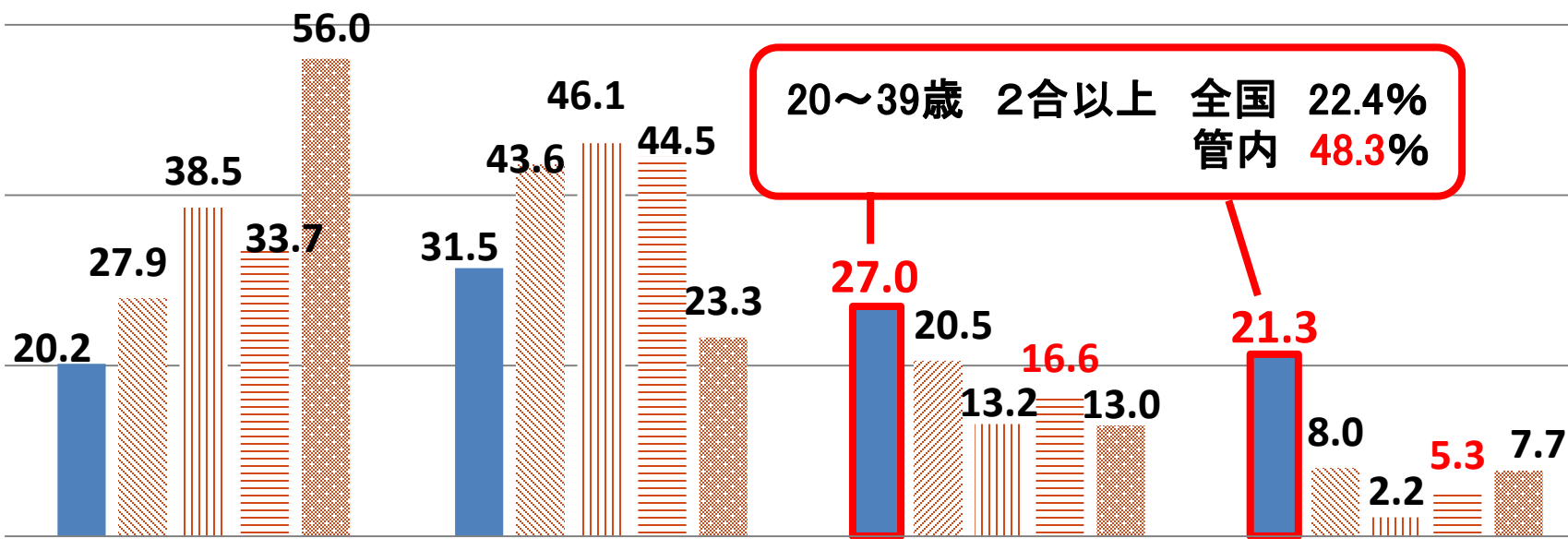
■ 40~64歳

||| 65歳~

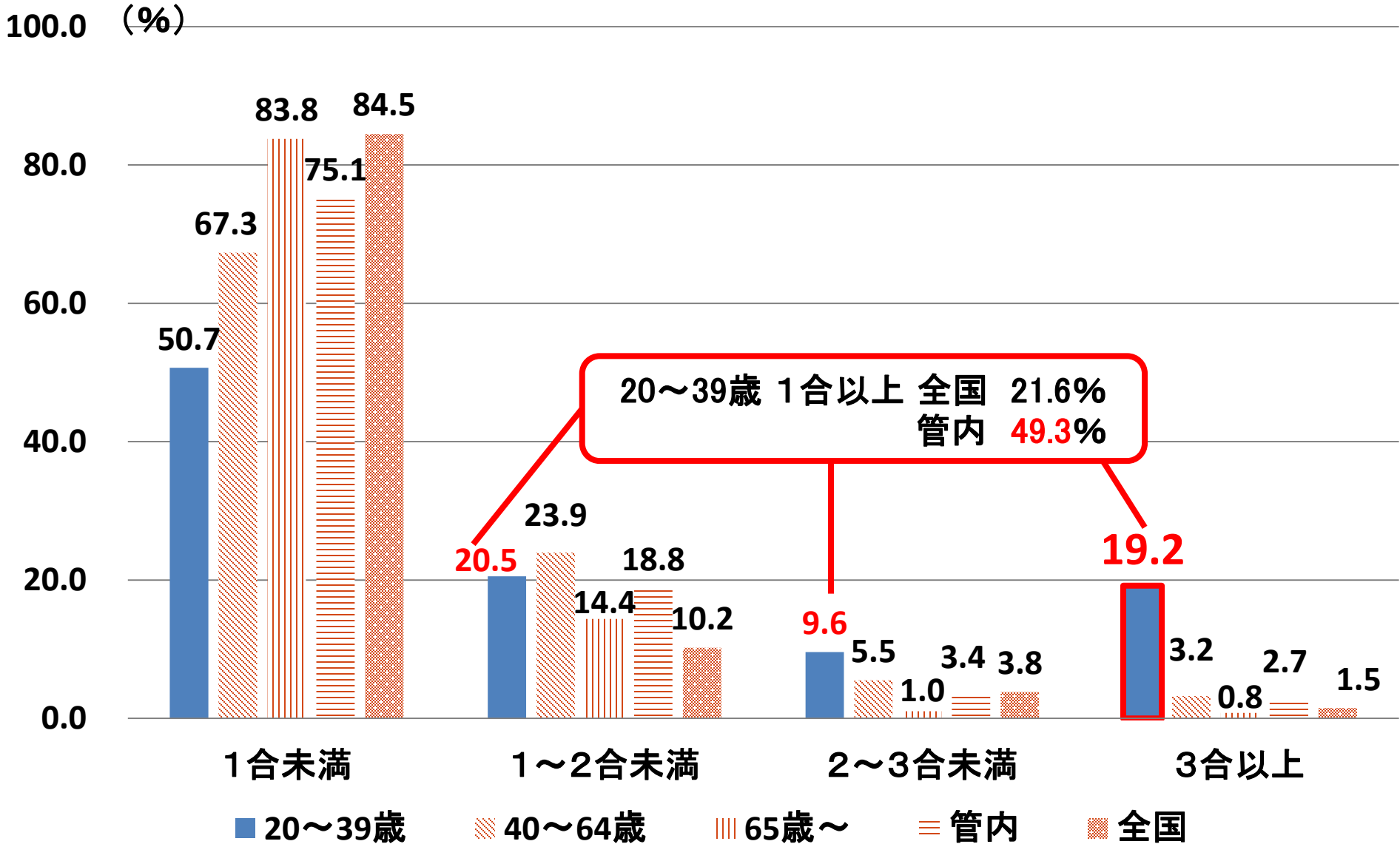
≡ 管内

■ 全国

20~39歳 2合以上 全国 22.4%
管内 48.3%



分析結果⑦ 1日当たりの飲酒量 女性



結果のまとめ

健康課題

■ 青壮年期（男女）

- ①朝食の欠食
- ②喫煙

■ 青年期（男女）

- ①生活習慣病リスクを高める飲酒
 - ②多量飲酒
 - ③睡眠不足
-



男性の早世予防

喫煙

脳血管疾患リスク

多量飲酒

脳血管疾患リスク

朝食欠食

脳卒中発症リスク

睡眠不足

脳血管障害リスク