

資料 1

令和 8 年 3 月 26 日
令和 7 年度 第 1 回
岩手県健康増進計画推進協議会

令和 6 年度県民生活習慣実態調査

結果報告書（案）

令和 8 年 3 月

岩手県保健福祉部健康国保課

目 次

I 調査の概要

1	調査の目的	2
2	調査対象	2
3	調査項目及び調査時期	2
4	調査方法	3
5	調査の集計及び公表	4
6	結果の集計	5
7	集計客体	6

II 結果の概要

第1 身体状況調査

1	肥満とやせの状況	10
2	腹囲計測等による上半身肥満の状況	12
3	血圧に関する状況	12
4	身体活動・運動に関する状況	15

第2 歯科疾患実態調査口腔診査

1	歯の状況	17
2	歯周組織の状況	20

第3 栄養摂取状況調査

1	食塩摂取量の状況	22
2	野菜摂取量の状況	24
3	果物摂取量の状況	26
4	カリウム摂取量の状況	28

第4 県民生活習慣状況調査

1	食生活状況について	29
2	喫煙・受動喫煙の状況について	31
3	飲酒の状況について	34
4	休養や睡眠の状況について	35
5	社会的環境（地域のつながり）について	36
6	ボランティア活動等への参加状況について	37
7	糖尿病に関する状況について	38

第5 歯科疾患実態調査アンケート調査

1	間食の摂取状況	40
2	歯間清掃実施状況	40
3	専門的な歯科保健管理の状況	41
4	かかりつけ医の状況	43
5	咀嚼の状況	44
6	フッ化物使用の状況	46
7	矯正歯科治療の経験	47
8	歯科口腔保健に係る用語に関する理解	48
9	企業における定期歯科検診の実施状況	50

第6 <参考>全国と岩手県の状況

Ⅲ 資料

身体状況調査票（調査票第1号）	54
歯科疾患実態調査口腔診査票（調査票第2号）	54
栄養摂取状況調査票（調査票第3号）	55
県民生活習慣状況調査票（調査票第4号）	62
歯科疾患実態調査アンケート調査票（調査票第5号）	66

I 調査の概要

1 調査の目的

本調査は、県民の身体状況、栄養摂取状況、生活習慣及び健康に関する意識等を調査し、健康いわた 21 プラン（第 3 次）及びイー歯トープ 8020 プラン（第 2 次）の評価並びに県民の健康増進の総合的な推進を図るために必要な基礎資料を得ることを目的とする。

2 調査対象

令和 2 年国勢調査において設定された地区から県内 10 保健所が管轄する地域毎に無作為抽出して 1 地区以上を設定し、当該地区内の全ての世帯及び世帯員であって、令和 6 年 11 月 1 日現在で 1 歳以上の者を調査対象とした。

なお、令和 6 年国民健康・栄養調査の調査地区として指定された地区は調査対象とした。

以下の世帯及び世帯員は、調査の対象から除外した。

<世帯>

- ・ 世帯主が外国人である世帯
- ・ 3 食とも集団的な給食を受けている世帯

<世帯員>

- ・ 1 歳未満（乳児）
- ・ 在宅患者で疾病等の理由により、流動状の食品や薬剤のみを摂取又は投与されている場合など通常の食事をしない者
- ・ 調査期間を通じて調査対象世帯に在住していない者

（例）旅行や出張などで自宅を離れている者、単身赴任者、出稼ぎ者、病院・介護老人保健施設・介護医療院に入院・入所中の者、社会福祉施設に入所中の者、その他別居中の者

3 調査項目及び調査時期

（1） 調査項目及び対象年齢

本調査は、身体状況調査、歯科疾患実態調査口腔診査、栄養摂取状況調査、県民生活習慣状況調査、歯科疾患実態調査アンケート調査から成り、調査項目及び調査対象は、次のとおりとした。なお、対象年齢は令和 6 年 11 月 1 日現在とした。

ア 身体状況調査票

- （ア） 身長（1 歳以上）
- （イ） 体重（1 歳以上）
- （ウ） 腹囲（20 歳以上）
- （エ） 血圧（20 歳以上）
- （オ） 問診（服薬、運動状況）（20 歳以上）
 - ① 血圧を下げる薬の使用の有無
 - ② 脈の乱れに関する薬の使用の有無

- ③ コレステロールを下げる薬の使用の有無
- ④ 中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬の使用の有無
- ⑤ 医師等からの運動禁止の有無
- ⑥ 運動習慣：1週間の運動日数、運動を行う日の平均運動時間、運動の継続年数

イ 歯科疾患実態調査口腔診査票（1歳以上）

- (ア) 歯・歯周組織の状況
- (イ) 口腔清掃の状況
- (ウ) 補綴処置の状況・必要度
- (エ) 顔面頸部、粘膜その他の異常

ウ 栄養摂取状況調査票(1歳以上)

- (ア) 世帯状況：氏名、生年月日、性別、妊婦（週数）・授乳婦別、仕事の種類
- (イ) 食事状況：朝・昼・夕食別、家庭食・外食・欠食の区別
- (ウ) 食物摂取状況：料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯員ごとの案分比率
- (エ) 1日の身体活動量[歩数]、歩数計の装着状況(15歳以上)

エ 県民生活習慣状況調査票(15歳以上)

「健康いわて21プラン(第3次)」の口腔領域を除く領域に関する生活習慣の実態及び意識等を把握した。

オ 歯科疾患実態調査アンケート調査票(1歳以上)

「健康いわて21プラン(第3次)」の口腔領域及び「イー歯トープ8020プラン(第2次)」に関する生活習慣の実態等を把握した。

(2) 調査時期

- ア 身体状況調査：令和6年11月中の1日
- イ 歯科疾患実態調査口腔診査：上記アの身体状況調査と同日
- ウ 栄養摂取状況調査：令和6年11月中の1日（日曜日及び祝日を除く）
- エ 県民生活習慣状況調査：調査期間中（令和6年11月中）
- オ 歯科疾患実態調査アンケート調査：調査期間中（令和6年11月中）

4 調査方法

(1) 身体状況調査

被調査者を会場に集めて医師、保健師等が調査項目の計測及び問診を行った。なお、調査は原則として会場で行うが、被調査者がどうしても都合がとれない場合、身長、体重、腹囲については、調査員が家庭を訪問して測定したもの及び家族等の協力を得て測定したものをを用いても良いこととした。

(2) 歯科疾患実態調査口腔診査

身体状況調査に併設し、被調査者に歯科医師が問診及び口腔内診査を行い、歯科衛生士が記録した。

(3) 栄養摂取状況調査

- ア 食物摂取状況

調査日は、日曜、祝祭日以外で、冠婚葬祭その他特別に食物摂取に変化のある日を避け、被調査世帯においてなるべく通常の摂取状態にある日に実施した。被調査者の積極的な協力を得るため、調査開始前に被調査地区民に対し、調査の趣旨を十分説明した。調査員が栄養摂取状況調査票を各世帯に配付し、記入要領を十分説明した上で、秤を用いて秤量記入させたが、使用量が少なく秤量困難なもの等については目安量をもって記入させた。

また、調査員である管理栄養士等は、被調査世帯を直接訪問する等し、記入状況を点検するとともに不備な点の是正や記入の説明に当たった。

イ 1日の身体活動量<歩数>

歩数計を用いた1日の身体活動量(歩数)の測定は、歩数計を対象者に事前に配付して歩数測定方法を説明し、これに従って測定後、被調査者に1日の身体活動量(歩数)と歩数計の歩数計の装着状況を記録させた。

(4) 県民生活習慣状況調査

留め置き法による自記式質問紙調査とし、被調査者本人に記入させた。なお、被調査者が高齢などの理由で記入が困難な場合は、家族や調査員が代理記入しても構わないこととした。調査票は、上記(1)及び(2)の会場で回収することを原則としたが、被調査者がどうしても会場に来られない場合は、調査員が訪問又は郵送での回収も可能とした。

(5) 歯科疾患実態調査アンケート調査

留め置き法による自記式質問紙調査とし、被調査者本人に記入させた。なお、被調査者が14歳以下の子どもや高齢などの理由で記入が困難な場合は、家族や調査員が代理記入しても構わないこととした。調査票は、上記(1)及び(2)の会場で回収することを原則としたが、被調査者がどうしても会場に来られない場合は、調査員が訪問又は郵送での回収も可能とした。

(6) 調査に関する秘密の保持

この調査は、心身の状態や周囲の環境、生活習慣等について世帯や個人の私的な情報を取り扱うことから、被調査者に係る情報を適切に取り扱い、その個人情報の保護と管理に万全を期した。

また、調査結果のデータ入力を委託する事業者に対しては、委託契約により個人情報の保護を遵守させた。

(7) 調査に関する届出と告示

この調査は、統計法第9条に基づき、総務大臣に届出をするとともに、岩手県統計調査条例に基づき告示を行った。

5 調査の集計及び公表

- (1) 栄養摂取状況の個々の計算は、「食事しらべ2024」(国立研究開発法人 医薬基盤・

健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 栄養疫学・食育研究部 国民健康・栄養調査研究室) を用いて行った。

- (2) 身体状況調査、県民生活習慣状況調査のデータ入力及び(1)のデータを含めた各調査票の集計並びに作表については環境保健研究センターが行い、その後、健康国保課において解析し、結果を取りまとめた。
- (3) 歯科疾患実態調査口腔診査及び歯科疾患実態調査アンケート調査のデータ入力並びに集計については、一般社団法人岩手県歯科医師会に委託し、その後、健康国保課において解析し、結果を取りまとめた。

6 結果の集計

(1) 数値の表記

数値は小数点以下第二位を四捨五入しているため、内訳の合計が 100%にならない場合がある。また、解析対象者数については () 内に併記した。

(2) 年齢調整値の算出

年齢調整値については、令和 2 年国勢調査による基準人口を用いて算出を行った。20 歳以上の身体状況調査及び県民生活習慣状況調査項目の年齢調整値については 20～29 歳、30～39 歳、40～49 歳、50～59 歳、60～69 歳、70 歳以上の 6 区分、栄養摂取状況調査項目の年齢調整値については 20～29 歳、30～39 歳、40～49 歳、50～59 歳、60～69 歳、70 歳～79 歳、80 歳以上の 7 区分を用いた。なお、年齢調整値のうち、20～69 歳というように年齢階級を設定している項目については、その年齢階級の中で年齢を区分して算出した。

年齢調整値の算出方法は以下のとおりである。

$$\frac{\text{【(各年齢階級別の割合又は平均値) × (基準人口の当該年齢階級別の人数)】の総和}}{\text{基準人口の総数}}$$

(3) 年次比較に関する分析

結果の概要における集計結果の評価のうち、「有意に増加した(減少した)」「有意な増減はみられなかった」等については、統計学的な検定*に基づき記述した。

*検定方法

上記(2)で算出した年齢調整値(割合又は平均)を従属変数、調査年を独立変数として回帰分析を行い、年次の傾向を検定(両側有意水準 5%とした)した。

7 集計客体

(1) 身体状況調査、栄養摂取状況調査、県民生活習慣状況調査の調査世帯数

調査地区数	調査対象世帯数	調査実施世帯数*	協力率
13 地区	574 世帯	290 世帯	50.5%

※調査項目に1つ以上回答した世帯数

【内訳】

	保健所名	調査地区	調査実施世帯数*	備考
1	県央保健所	滝沢市	18 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
2		岩手郡岩手町	30 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
3	中部保健所	花巻市	34 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
4		遠野市	11 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
5	奥州保健所	奥州市	25 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
6	一関保健所	一関市	24 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
7	大船渡保健所	大船渡市	24 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
8	釜石保健所	釜石市	24 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
9	宮古保健所	宮古市	16 世帯	
10	久慈保健所	久慈市	24 世帯	
11	二戸保健所	二戸市	30 世帯	
12	盛岡市保健所	盛岡市 01	14 世帯	令和6年国民健康・栄養調査
13		盛岡市 02	16 世帯	令和6年国民健康・栄養調査

(2) 年齢階級別客体数

ア 身体状況調査、栄養摂取状況調査、県民生活習慣状況調査

男女計	身体状況調査						栄養摂取状況調査				生活習慣調査	
	身体計測		血圧測定		歩数測定							
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
総数	405	100.0	405	100.0	237	100.0	584	100.0	414	100.0	604	100.0
1-6歳	7	1.7	7	1.7			13	2.2				
7-14歳	28	6.9	28	6.9			40	6.8				
15-19歳	14	3.5	14	3.5			24	4.1	18	4.3	27	4.5
20-29歳	19	4.7	19	4.7	12	5.1	29	5.0	18	4.3	36	6.0
30-39歳	28	6.9	28	6.9	15	6.3	44	7.5	35	8.5	50	8.3
40-49歳	44	10.9	44	10.9	27	11.4	66	11.3	54	13.0	76	12.6
50-59歳	53	13.1	53	13.1	33	13.9	75	12.8	61	14.7	88	14.6
60-69歳	70	17.3	70	17.3	46	19.4	97	16.6	83	20.0	107	17.7
70歳以上	142	35.1	142	35.1	104	43.9	196	33.6	145	35.0	220	36.4
(再掲) 65-74歳	99	24.4	99	24.4	62	26.2	135	23.1	107	25.8	147	24.3
(再掲) 75歳以上	85	21.0	85	21.0	69	29.1	121	20.7	88	21.3	140	23.2
(再掲) 70-79歳	86	21.2	86	21.2	60	25.3	117	20.0	92	22.2	127	21.0
(再掲) 80歳以上	56	13.8	56	13.8	44	18.6	79	13.5	53	12.8	93	15.4

男性	身体状況調査						栄養摂取状況調査				生活習慣調査	
	身体計測		血圧測定		歩数測定							
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
総数	183	100.0	183	100.0	93	100.0	275	100.0	189	100.0	278	100.0
1-6歳	4	2.2	4	2.2			9	3.3				
7-14歳	17	9.3	17	9.3			21	7.6				
15-19歳	3	1.6	3	1.6			6	2.2	4	2.1	6	2.2
20-29歳	6	3.3	6	3.3	3	3.2	12	4.4	9	4.8	16	5.8
30-39歳	15	8.2	15	8.2	7	7.5	25	9.1	19	10.1	27	9.7
40-49歳	22	12.0	22	12.0	11	11.8	34	12.4	28	14.8	38	13.7
50-59歳	19	10.4	19	10.4	5	5.4	30	10.9	22	11.6	38	13.7
60-69歳	35	19.1	35	19.1	23	24.7	51	18.5	42	22.2	56	20.1
70歳以上	62	33.9	62	33.9	44	47.3	87	31.6	65	34.4	97	34.9
(再掲) 65-74歳	48	26.2	48	26.2	31	33.3	69	25.1	55	29.1	76	27.3
(再掲) 75歳以上	33	18.0	33	18.0	27	29.0	48	17.5	34	18.0	55	19.8
(再掲) 70-79歳	40	21.9	40	21.9	25	26.9	56	20.4	44	23.3	60	21.6
(再掲) 80歳以上	22	12.0	22	12.0	19	20.4	31	11.3	21	11.1	37	13.3

女性	身体状況調査						栄養摂取状況調査				生活習慣調査	
	身体計測		血圧測定		歩数測定							
	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)	人数(人)	割合(%)
総数	222	100.0	222	100.0	144	100.0	309	100.0	225	100.0	326	100.0
1-6歳	3	1.4	3	1.4			4	1.3				
7-14歳	11	5.0	11	5.0			19	6.1				
15-19歳	11	5.0	11	5.0			18	5.8	14	6.2	21	6.4
20-29歳	13	5.9	13	5.9	9	6.3	17	5.5	9	4.0	20	6.1
30-39歳	13	5.9	13	5.9	8	5.6	19	6.1	16	7.1	23	7.1
40-49歳	22	9.9	22	9.9	16	11.1	32	10.4	26	11.6	38	11.7
50-59歳	34	15.3	34	15.3	28	19.4	45	14.6	39	17.3	50	15.3
60-69歳	35	15.8	35	15.8	23	16.0	46	14.9	41	18.2	51	15.6
70歳以上	80	36.0	80	36.0	60	41.7	109	35.3	80	35.6	123	37.7
(再掲) 65-74歳	51	23.0	51	23.0	31	21.5	66	21.4	52	23.1	71	21.8
(再掲) 75歳以上	52	23.4	52	23.4	42	29.2	73	23.6	54	24.0	85	26.1
(再掲) 70-79歳	46	20.7	46	20.7	35	24.3	61	19.7	48	21.3	67	20.6
(再掲) 80歳以上	34	15.3	34	15.3	25	17.4	48	15.5	32	14.2	56	17.2

イ 歯科疾患実態調査口腔診査、歯科疾患実態調査アンケート

【県全体】

年齢階級	人数(人)			割合(%)		
	総数	男	女	総数	男	女
総数	255	107	148	100.0	100.0	100.0
1～4歳	2	1	1	0.8	0.9	0.7
5～9歳	7	5	2	2.7	4.7	1.4
10～13歳	9	7	2	3.5	6.5	1.4
14～19歳	10	3	7	3.9	2.8	4.7
20～29歳	12	3	9	4.7	2.8	6.1
30～39歳	15	7	8	5.9	6.5	5.4
40～49歳	26	10	16	10.2	9.3	10.8
50～59歳	30	4	26	11.8	3.7	17.6
60～69歳	43	23	20	16.9	21.5	13.5
70～79歳	59	25	34	23.1	23.4	23.0
80歳以上	42	19	23	16.5	17.8	15.5
<再掲>55～64歳	30	11	19	11.8	10.3	12.8
<再掲>65～74歳	59	31	28	23.1	29.0	18.9
<再掲>75～84歳	52	20	32	20.4	18.7	21.6

(再掲)

年齢階級	人数(人)			割合(%)		
	総数	男	女	総数	男	女
乳歯 (1～14歳)	3	2	1	1.2	1.9	0.7
乳歯+永久歯 (5～14歳)	11	8	3	4.3	7.5	2.0
永久歯 (5歳～)	240	97	143	94.1	90.7	96.6

Ⅱ 結果の概要

第1 身体状況調査

1 肥満及びやせの状況

20歳以上の肥満者（BMI \geq 25kg/m²）の割合は、男性36.5%、女性27.6%であり、男性は60歳代、女性は30歳代が最も高い。

年齢調整したその割合は、平成21年度以降、20～60歳代男性は有意に増加しているのに対し、40～60歳代女性は有意に減少している。

※肥満の判定：BMI (Body Mass Index [kg/m²], 体重 [kg] /身長 [m]²) を用いて判定 (日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会 平成23年)

図1-1 肥満者 (BMI \geq 25kg/m²) の割合 (20歳以上、性・年齢階級別)

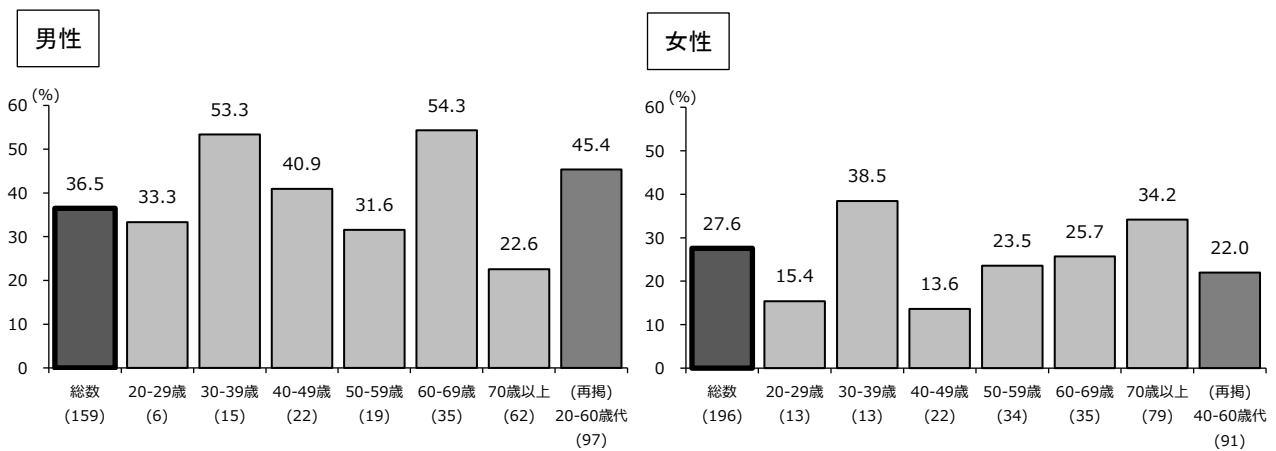


図1-2 肥満者 (BMI \geq 25kg/m²) の割合の年次推移 (性別)

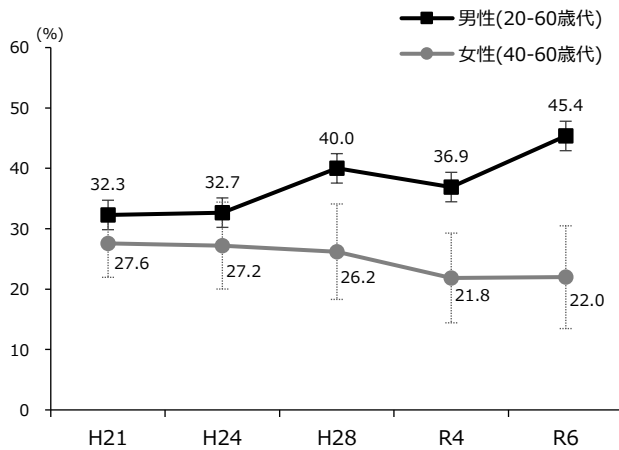
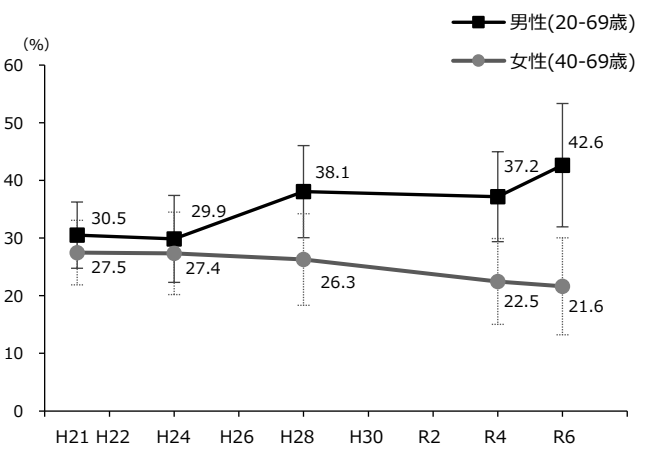


図1-3 年齢調整した、肥満者 (BMI \geq 25kg/m²) の割合の年次推移 (性別)



(令和4年度は、過去1年間に健診を受けた者のうち健診結果を自己申告した者を集計対象とした。)

※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口 (男性は20-29歳, 30-39歳, 40-49歳, 50-59歳, 60-69歳の5区分、女性は40-49歳, 50-59歳, 60-69歳の3区分) を用いて算出した。

(参考) 「健康いわて21プラン(第3次)」の目標

適正体重を維持している者の増加

目標値：肥満者 (BMI25以上) の割合

男性 (20～60歳代) 30.0%未満

女性 (40～60歳代) 15.0%未満

20歳以上のやせ（BMI<18.5kg/m²）の者の割合は、男性1.9%、女性7.7%であり、男性は60歳代、女性は40歳代が最も高い。年齢調整した、その割合の年次推移は、平成21年度以降、男女ともに有意な増減はみられない。

65歳以上の高齢者の低栄養傾向（BMI≤20kg/m²）の者の割合は15.3%で、男性8.6%、女性20.6%である。

図1-4 やせの者（BMI<18.5kg/m²）の割合（20歳以上、性・年齢階級別）

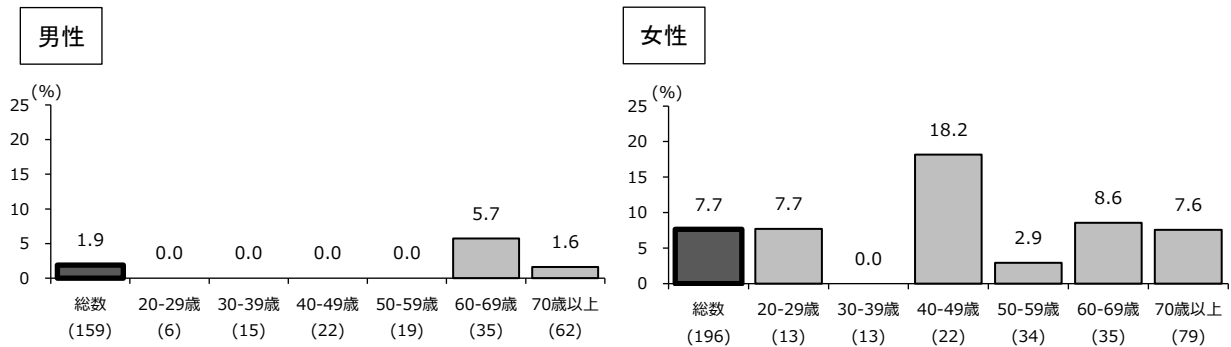


図1-5 やせの者（BMI<18.5kg/m²）の割合の年次推移（20歳以上、性別）

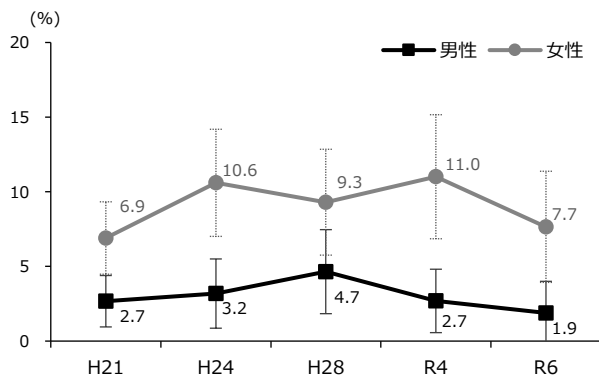
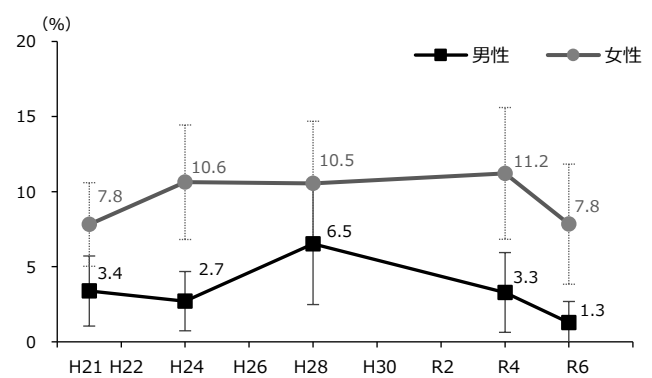


図1-6 年齢調整した、やせの者（BMI<18.5kg/m²）の割合の年次推移（20歳以上、性別）

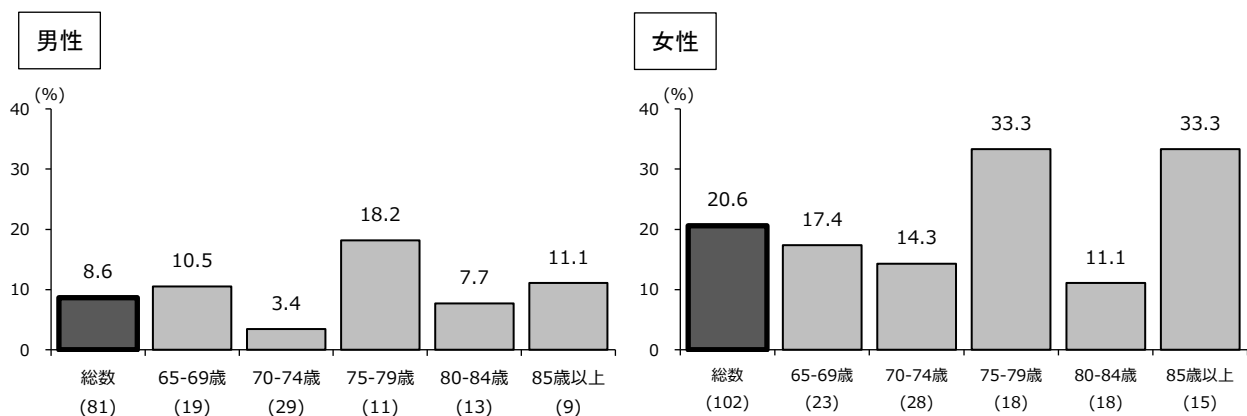


（令和4年度は、過去1年間に健診を受けた者のうち健診結果を自己申告した者を集計対象とした。）

※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70歳以上の6区分）を用いて算出した。

図1-7 低栄養傾向の高齢者（BMI≤20kg/m²）の割合（65歳以上、性・年齢階級別）



（参考）「健康いわて21プラン(第3次)」の目標

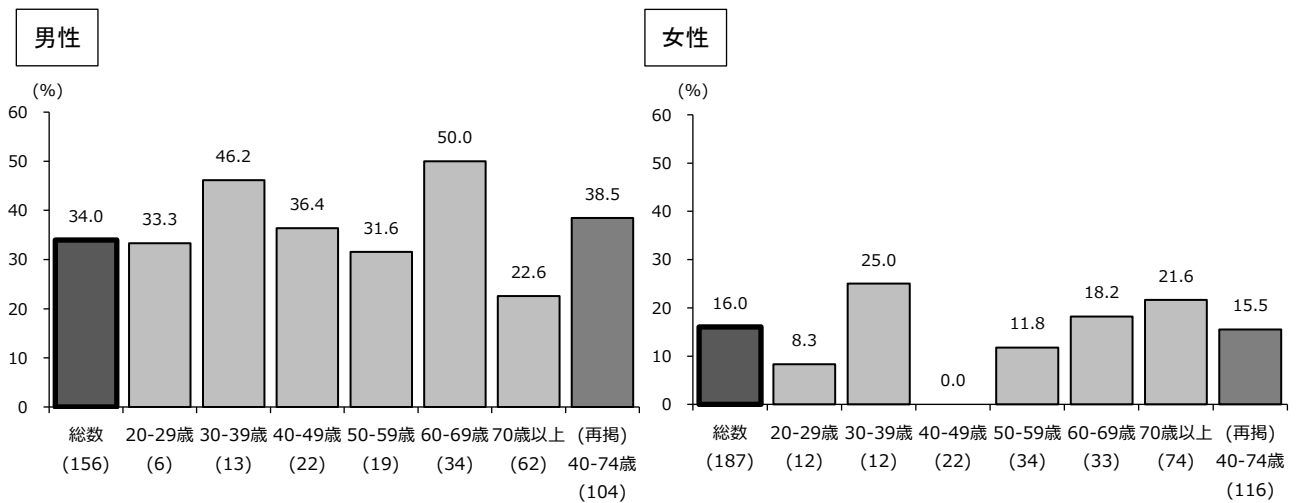
適正体重を維持している者の増加

目標値：低栄養傾向（BMI20以下）の高齢者の割合（65歳以上）13.0%未満

2 腹囲計測等による上半身肥満に関する状況

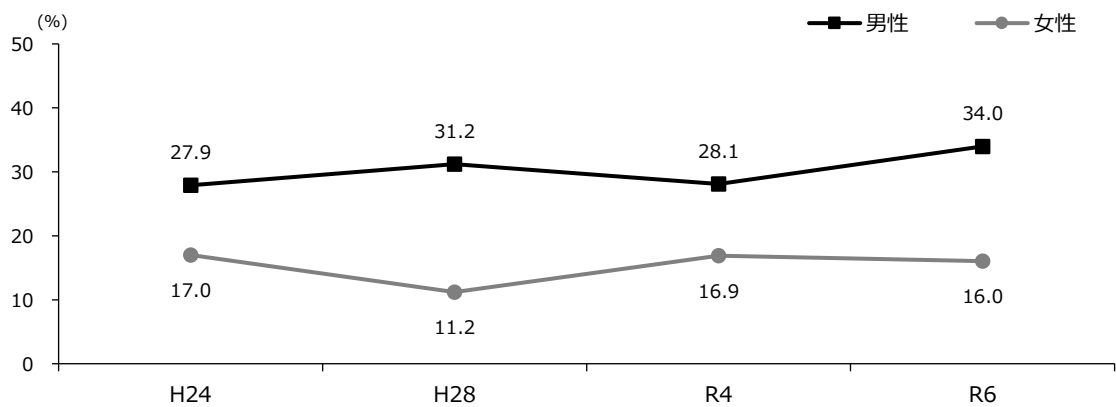
内臓脂肪型肥満の診断基準のひとつである「上半身肥満が疑われる者」の割合は、男性 34.0%、女性 16.0%である。

図 1-8 「上半身肥満が疑われる者」の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）



※「上半身肥満が疑われる者」とは、BMI25 以上で、男性のウエスト周囲径 85 cm以上、女性のウエスト周囲径 90 cm以上を上半身肥満の疑いとする。

図 1-9 「上半身肥満が疑われる者」の割合の年次推移（20 歳以上、性別）



（令和4年度は、過去1年間に健診を受けた者のうち健診結果を自己申告した者を集計対象とした。）

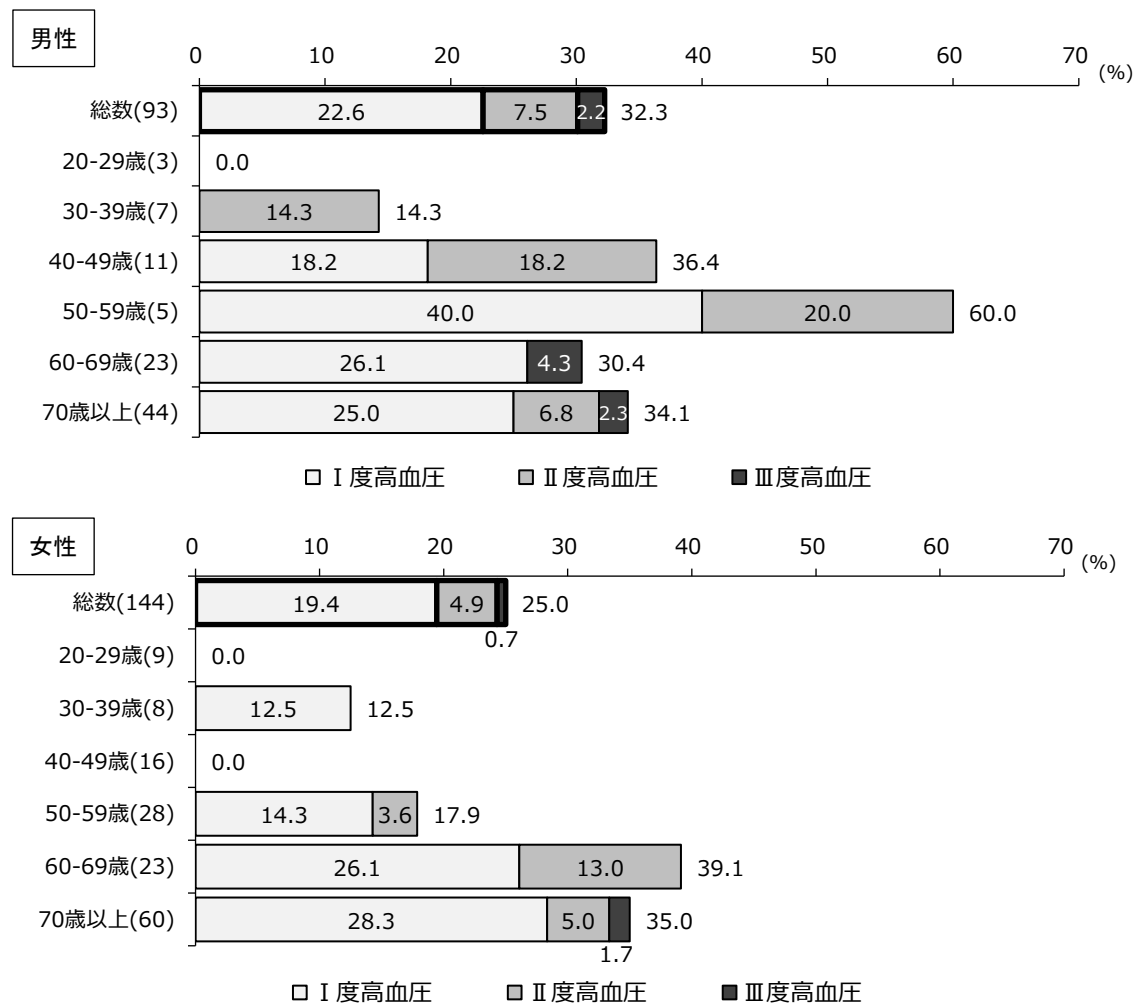
3 血圧に関する状況

高血圧の者の割合は、男性 32.3%、女性 25.0%である。年齢階級別では、男性は 50 歳代、女性は 60 歳代が最も高い。

収縮期（最高）血圧の平均値は、男性 131.5mmHg、女性 127.2mmHg であり、年齢階級別にみると、男性は 50 歳代、女性は 70 歳以上が最も高い。

最高血圧が 140mmHg 以上の者の割合は、男性 32.3%、女性 25.0%であり、年齢階級別にみると、男性は 50 歳代、女性は 60 歳代が最も高い。

図 1-10 高血圧の者の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）

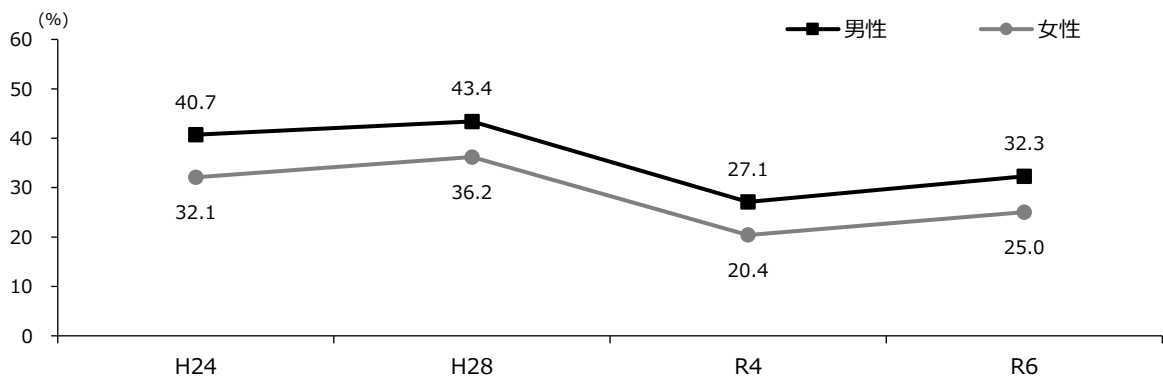


※血圧の分類

	収縮期血圧 (最高血圧) (mmHg)		拡張期血圧 (最低血圧) (mmHg)
正常血圧	120 未満	かつ	80 未満
正常高値血圧	120~129	かつ	80 未満
高値血圧	130~139	かつ/または	80~89
I 度高血圧	140~159	かつ/または	90~99
II 度高血圧	160~179	かつ/または	100~109
III 度高血圧	180 以上	かつ/または	110 以上
(孤立性) 収縮期高血圧	140 以上	かつ	90 未満

出典：日本高血圧学会「高血圧管理・治療ガイドライン 2025」成人における血圧値の分類・診察室血圧

図1-11 高血圧の者の割合の年次推移（20歳以上、性別）



（令和4年度は、過去1年間に健診を受けた者のうち健診結果を自己申告した者を集計対象とした。）

図1-12 収縮期（最高）血圧の平均値（20歳以上、性別）

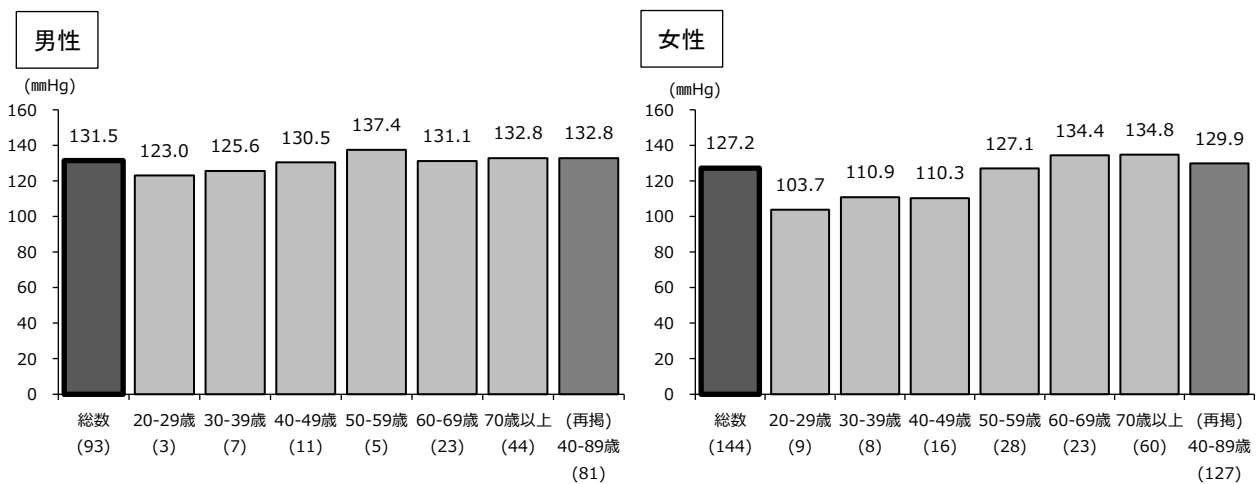
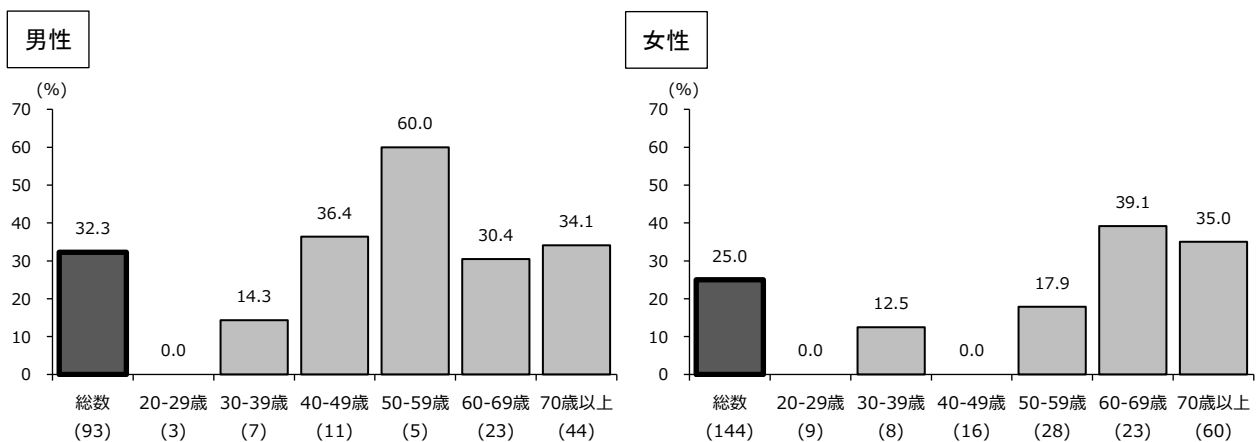


図1-13 収縮期（最高）血圧が140mmHg以上の者の割合（20歳以上、性・年齢階級別）



（参考）「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 収縮期血圧の平均値の低下（40～89歳）
 目標値：男性 132 mmHg 女性 127 mmHg

4 身体活動・運動に関する状況

運動習慣のある者の割合は、男性 29.8%、女性 29.3%である。
 歩数の平均値は、男性 6,791 歩、女性 5,940 歩である。

図 1-14 運動習慣のある者の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）

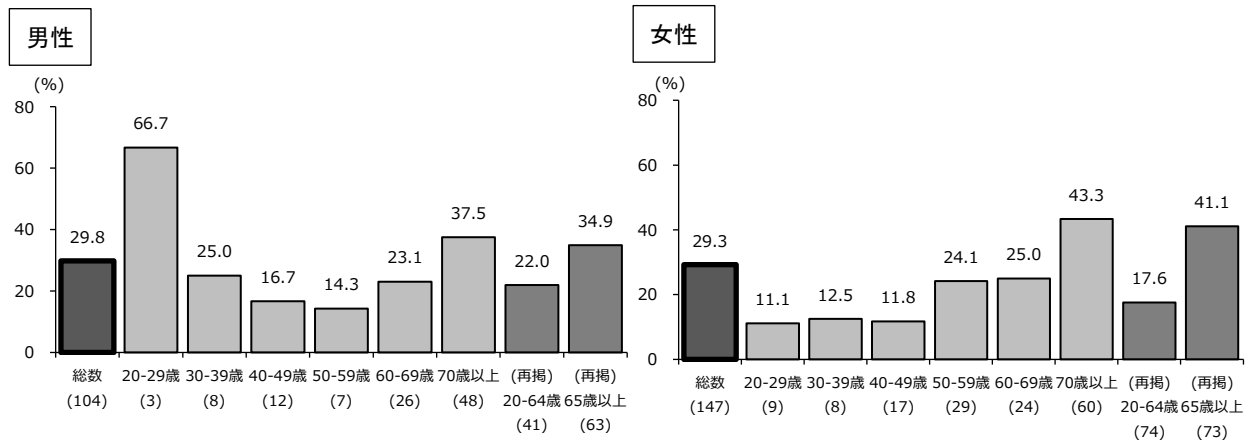
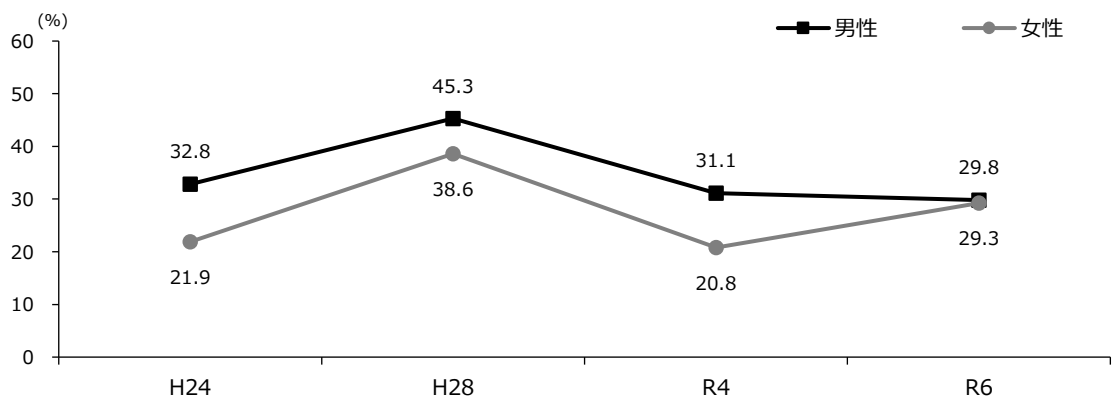


図 1-15 運動習慣のある者の割合の年次推移（20 歳以上）



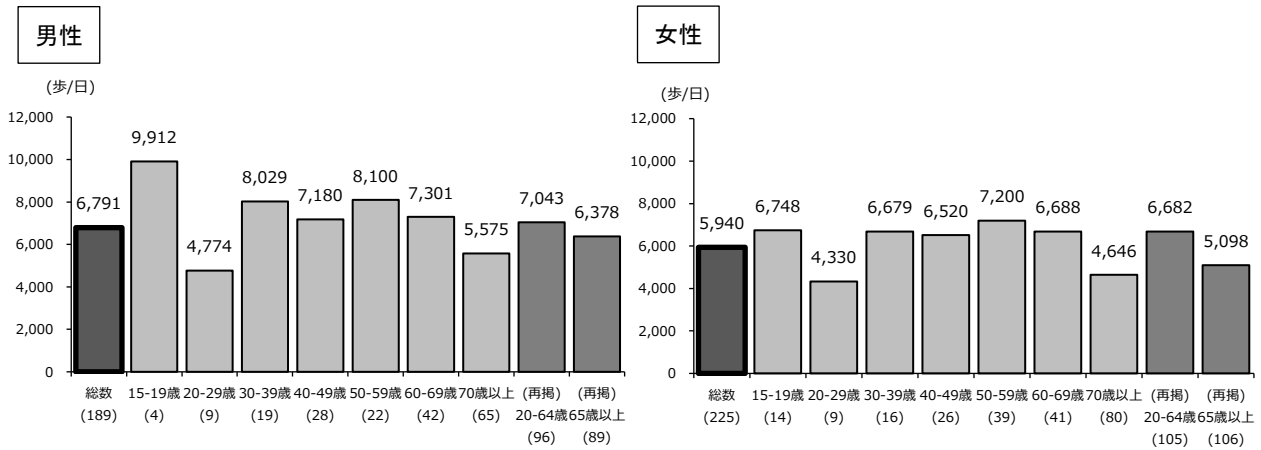
※「運動習慣のある者」とは、1回 30分以上の運動を週 2回以上実施し、1年間以上継続している者。

(参考)「健康いわて 21 プラン(第 3 次)」の目標

運動習慣者の割合の増加

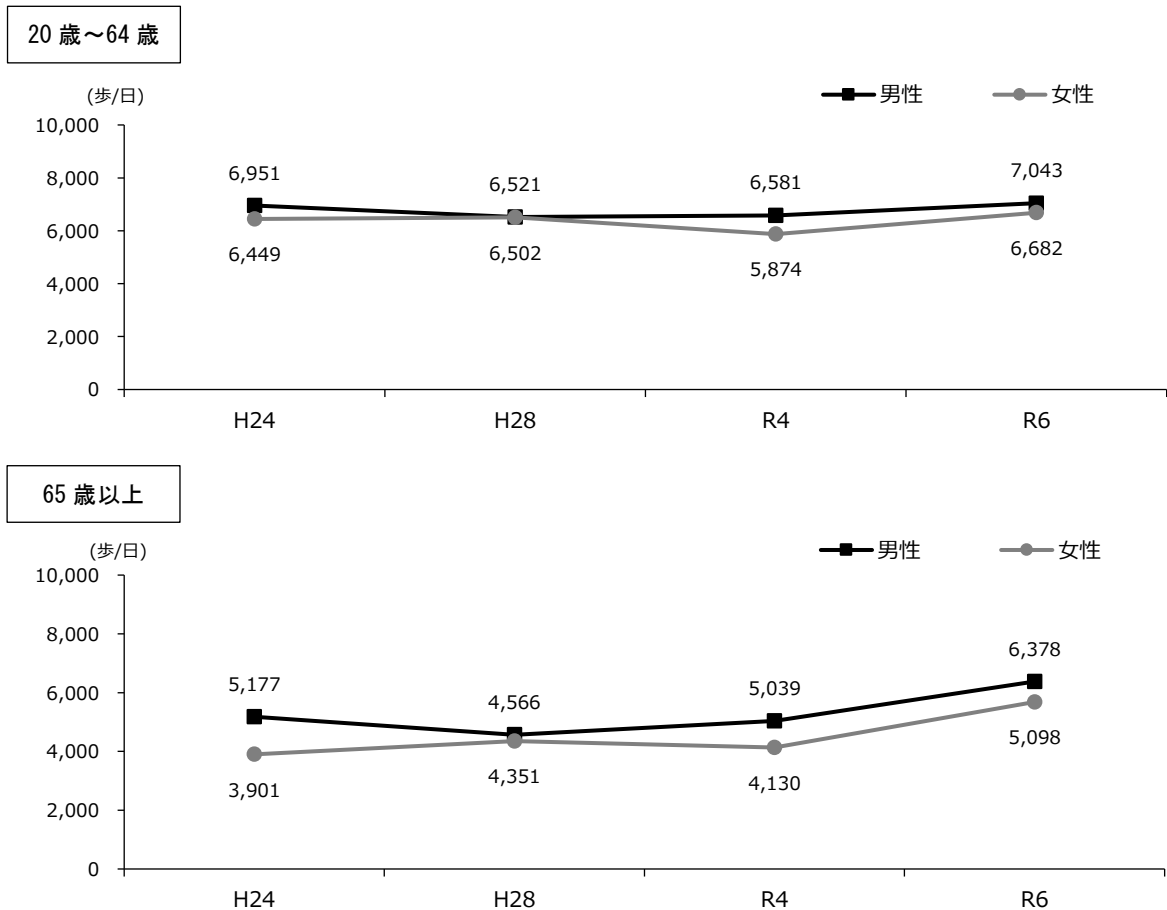
目標値:	男性	女性	総数
20 歳～64 歳	37.0%	26.0%	31.0%
65 歳以上	48.0%	35.0%	42.0%

図1-16 歩数の平均値（15歳以上 性・年齢階級別）



※三次元加速度センサー式歩数計を使用。
 ※歩数計を1日装着していなかった者、100歩未満又は5万歩以上の者は除く。

図1-17 歩数の平均値の年次推移（年齢区分・性別）



※令和4年度調査までは振り子式歩数計、令和6年度調査は三次元加速度センサー式歩数計を使用。

(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 日常生活における歩数の増加
 目標値：

	男性	女性
20歳～64歳	8,000歩	7,000歩
65歳以上	6,000歩	5,000歩

第2 歯科疾患実態調査口腔診査

1 歯の状況

(1) 現在歯の状況

40歳代から喪失歯が増え始め、50歳代で無歯顎（0歯）という方もいた。
 6024者率（55～64歳で歯が24本を有する者の割合）は70%、8020者率（75～84歳で歯が20本を有する者の割合）は32.7%であった。

図2-1 現在歯数

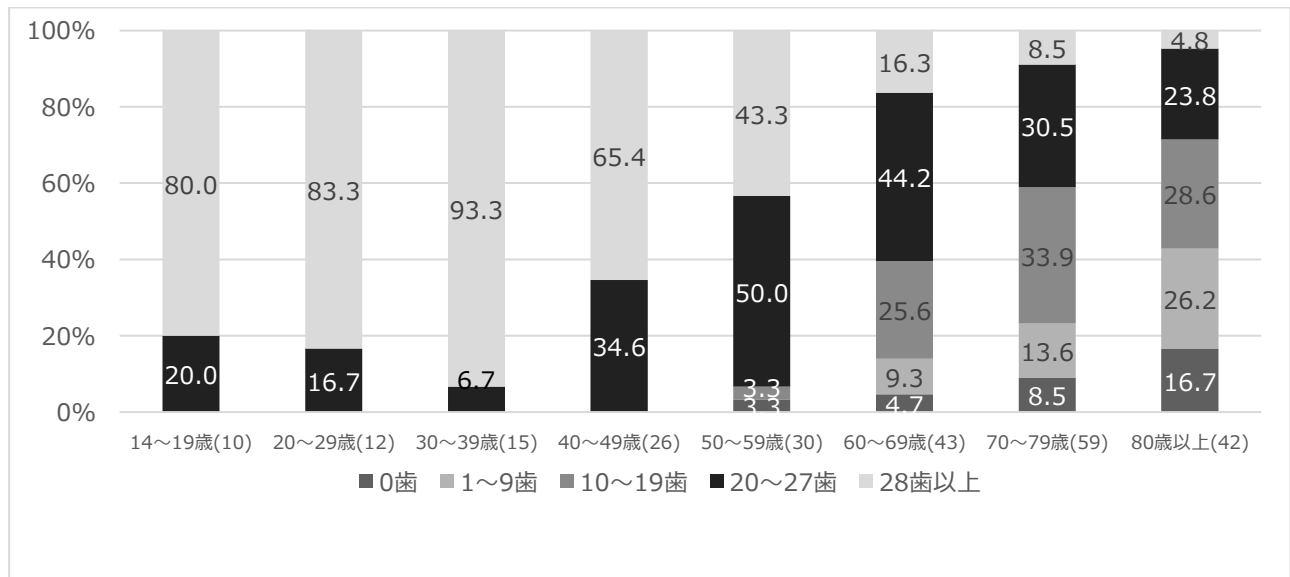
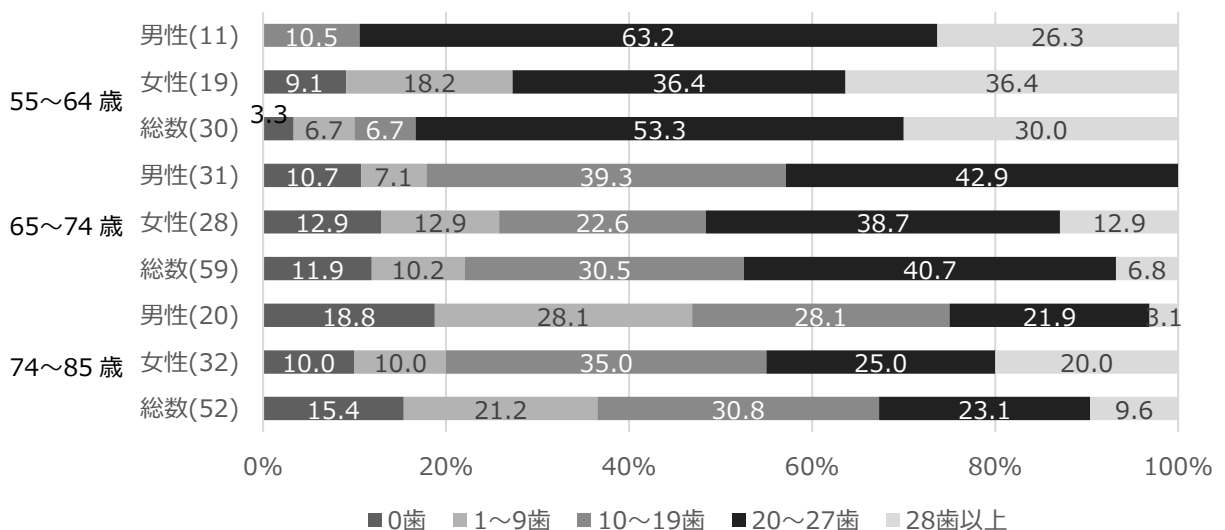


図2-2 現在歯数（再掲）



(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」*「イー歯トープ8020プラン(第2次)」の目標

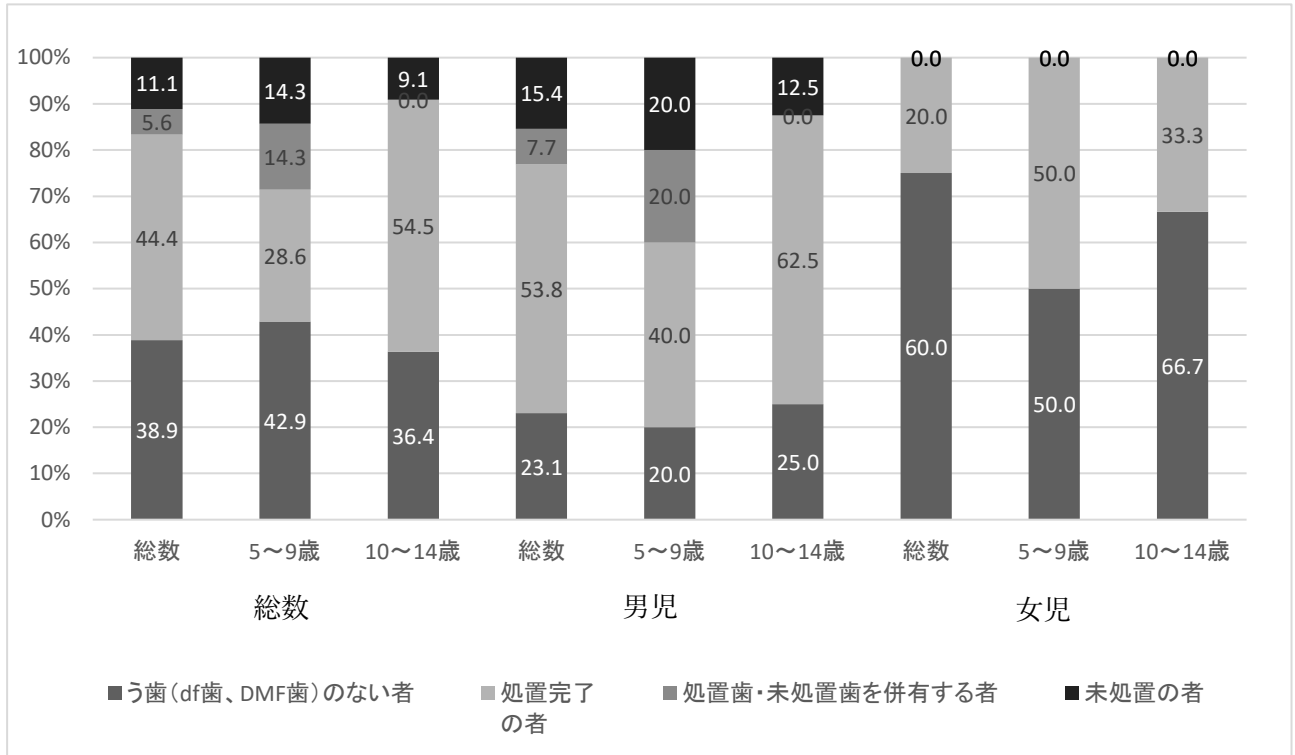
40・50歳代で自分の歯が19歯以下の者の割合の減少	5.0%
60歳前後(55～64歳)で24歯以上の自分の歯を持つ者の割合の増加	70.0%
80歳前後(75～84歳)で20歯以上の自分の歯を持つ者の割合の増加	60.0%

(2) むし歯の状況

① 子どものむし歯の状況

全体の約4割が乳歯・永久歯ともむし歯がなかった。
 女兒には未処置のむし歯を持つ方がいなかったが、男児には未処置のむし歯を持つ方が多かった。

図2-3 むし歯の状況（5～14歳 乳歯・永久歯）



② 成人のむし歯の状況

全体の90.5%が永久歯のむし歯を有していた。
 むし歯の処置状況を見ると、80歳以上、30歳代の順で未処置のむし歯を持つ方が多かった。

図2-4 むし歯のある者の割合（永久歯）

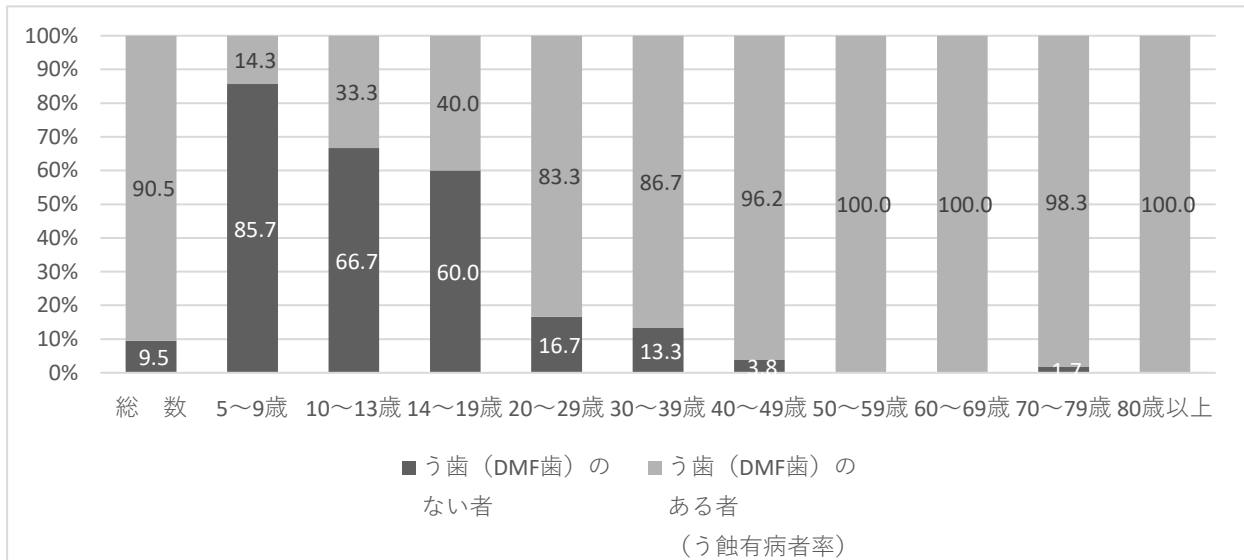
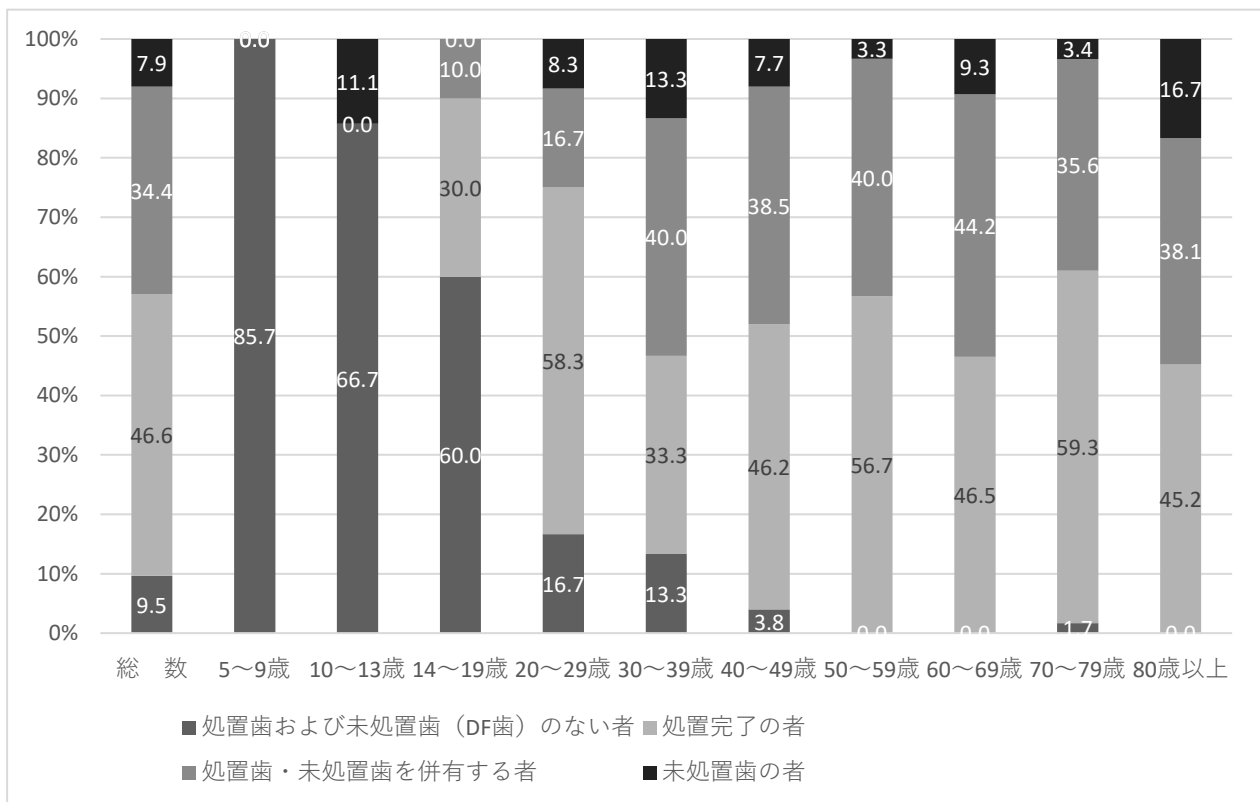


図2-5 むし歯の処置状況



(参考) 「イー歯トープ8020プラン (第2次)」の目標
 20歳代～50歳代における未処置のむし歯がある者の割合の減少 20.0%
 60歳代で未処置のむし歯を有する者の割合の減少 15.0%

2 歯周組織の状況

(1) 歯周ポケットの状況

年齢が上がるにつれて4mm以上の歯周ポケットを有する者の割合が多かった。男女別にみると、比較的若い男性で検査の対象歯がない方もいる。

図2-6 歯周ポケットを有する者の割合

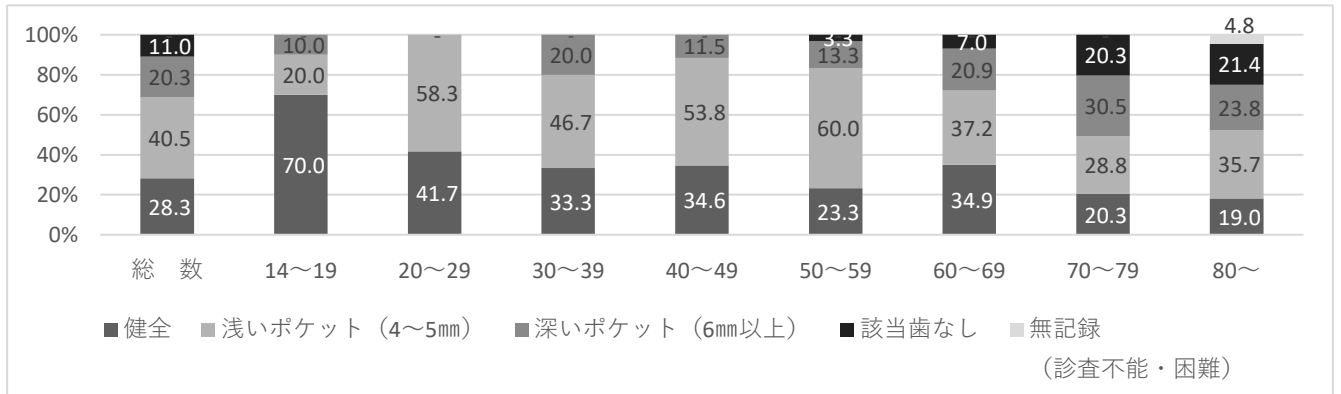


図2-7 歯周ポケットを有する者の割合 (男性)

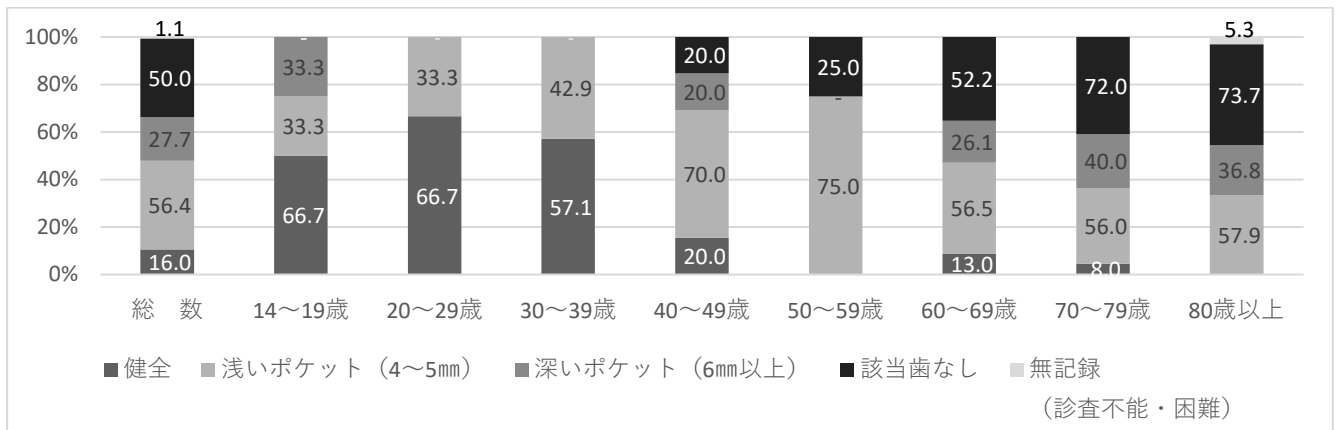
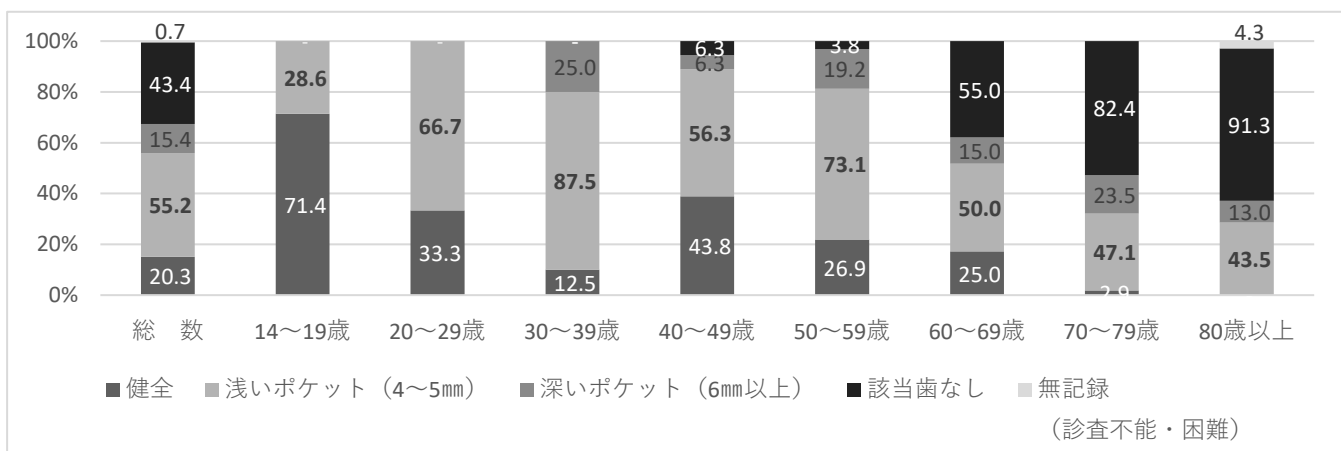


図2-8 歯周ポケットを有する者の割合 (女性)



(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」・「イー歯トープ8020プラン(第2次)」の目標
40歳・50歳代で進行した歯周炎がある者の割合の減少 40.0%

(2) 歯肉出血の状況

参加者全体では、半数がプロービング時の出血がなかった。男女別では男性では40歳代の6割が、女性では30歳代の6割がプロービング時に出血がみられた。

図2-9 歯肉出血の有無

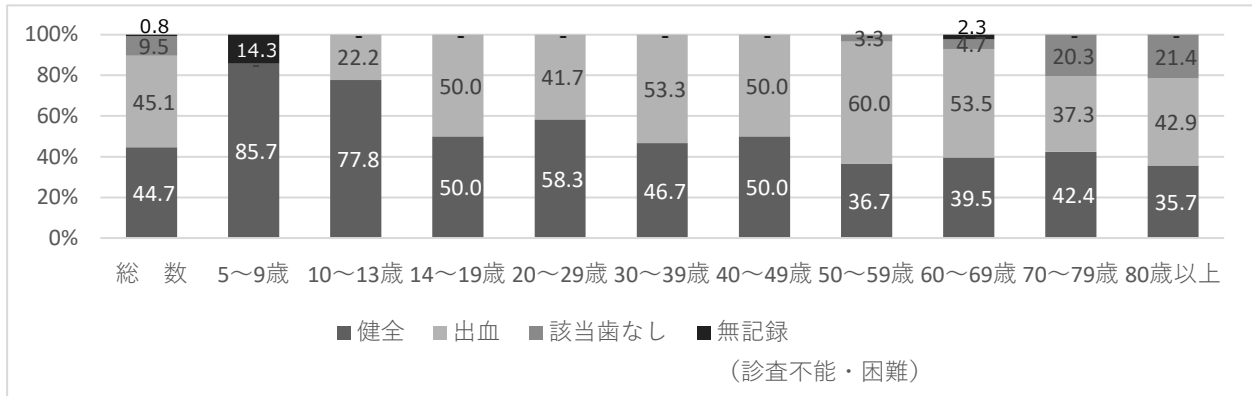


図2-10 歯肉出血の有無 (男性)

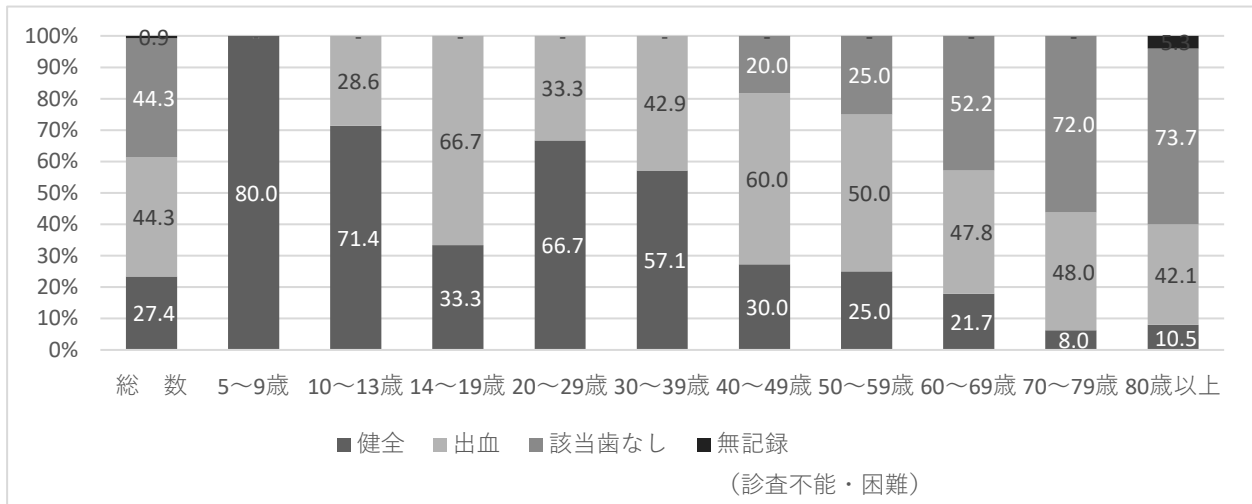
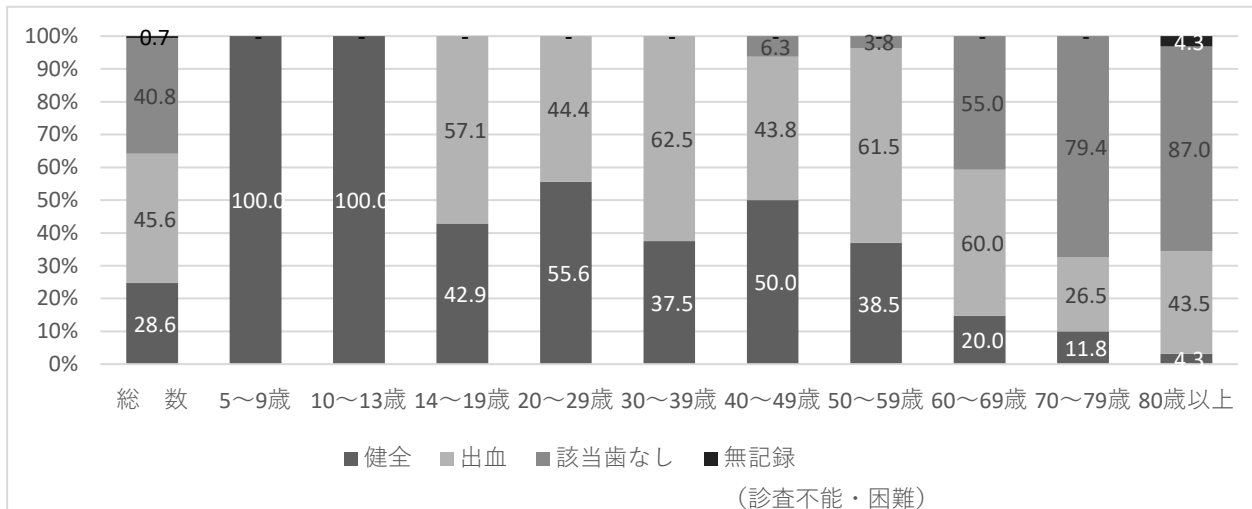


図2-11 歯肉出血の有無 (女性)



(参考) 「イー歯トープ8020プラン (第2次)」の目標
20歳・30歳代で歯肉に炎症所見がある者の割合の減少 50.0%

第3 栄養摂取状況調査

1 食塩摂取量の状況

食塩摂取量の平均値は10.3gであり、男性10.9g、女性9.8gである。年齢階級別にみると、男女ともに50歳代が最も高い。男女ともに年齢調整した、食塩摂取量の平均値の年次推移は、平成21年度以降、男女ともに有意な増減はみられない。

食塩摂取量が1日7.0g未満の者の割合は、男性27.4%、女性29.6%である。

図3-1 食塩摂取量の平均値（20歳以上、性・年齢階級別）

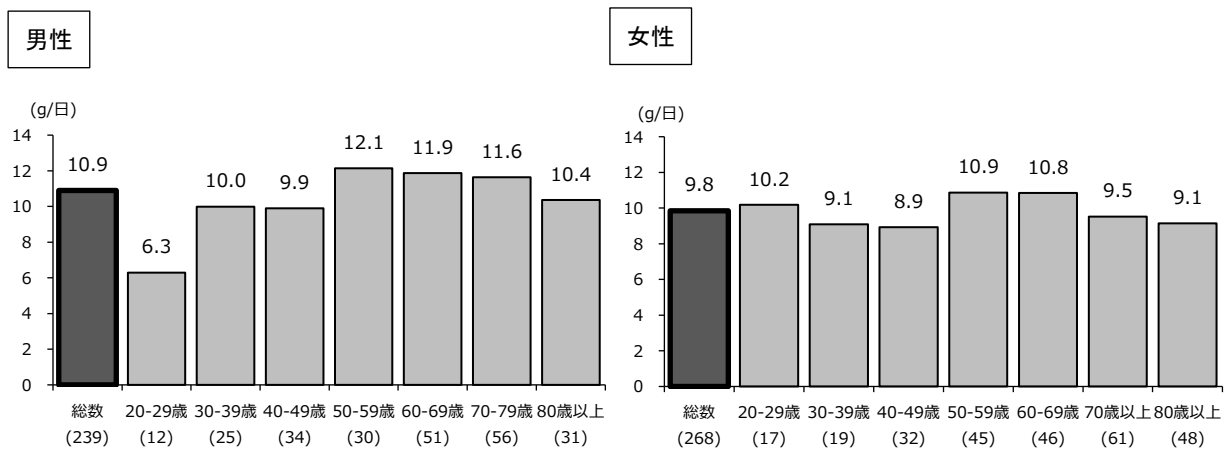


図3-2 食塩摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）

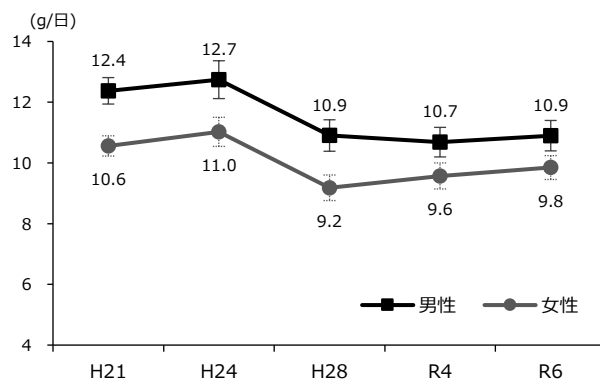
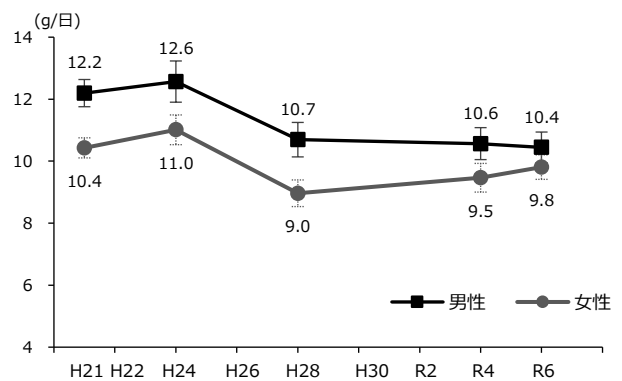


図3-3 年齢調整した、食塩摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）



※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70-79歳、80歳以上の7区分）を用いて算出した。

（参考）「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 適切な量と質の食事をする者の増加
 目標値：食塩摂取量の平均値 7.0g 未満

図3-4 食塩摂取量が7.0g未満の者の割合（20歳以上、性・年齢階級別）

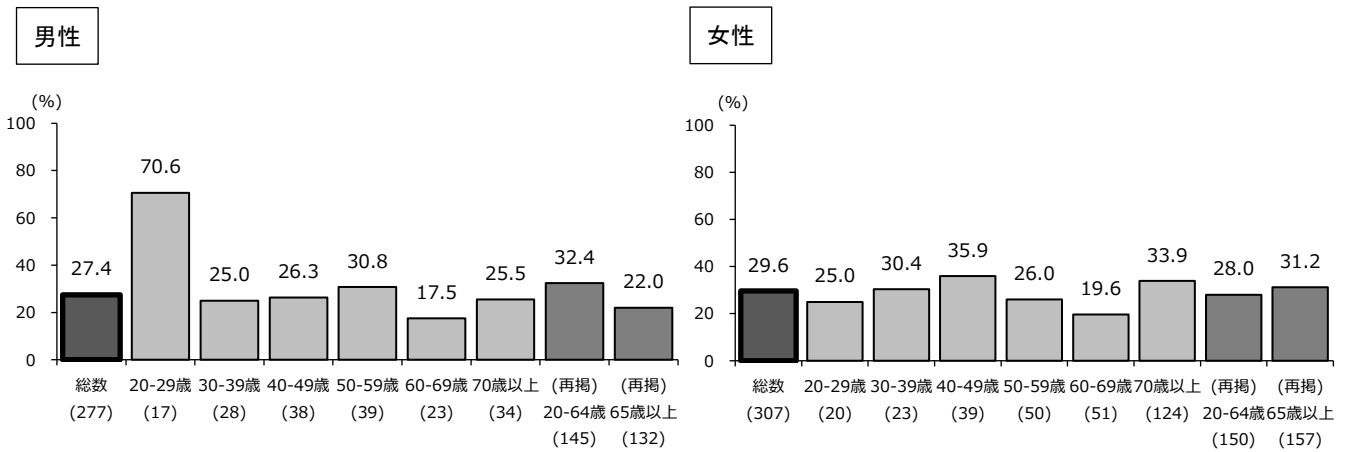
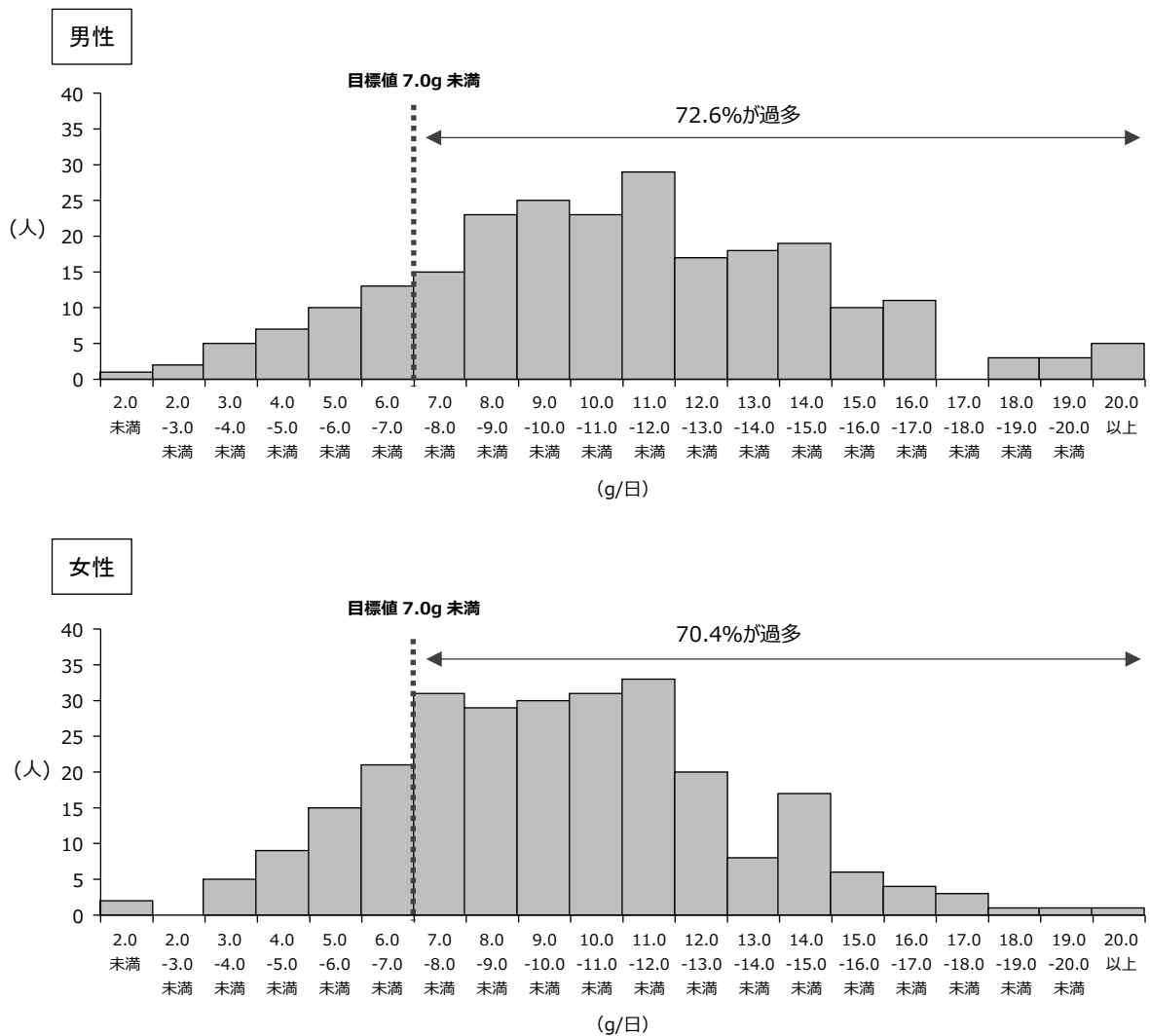


図3-5 食塩摂取量の分布（20歳以上、性別）



2 野菜摂取量の状況

野菜摂取量の平均値は257.8gであり、男性262.8g、女性253.2gである。年齢調整した、野菜摂取量の平均値の年次推移は、平成21年度以降、男女ともに有意に減少している。

野菜摂取量が1日350g以上の割合は、男性24.3%、女性20.1%である。年齢階級別にみると、その割合は、男性は60歳代、女性は20歳代が最も高い。

図3-6 野菜摂取量の平均値（20歳以上、性・年齢階級別）

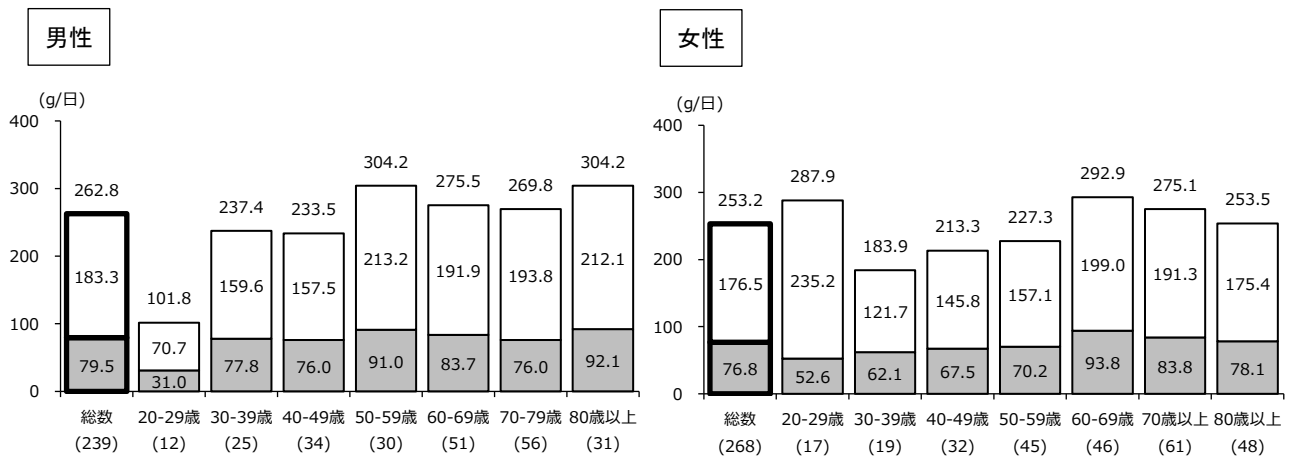


図3-7 野菜摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）

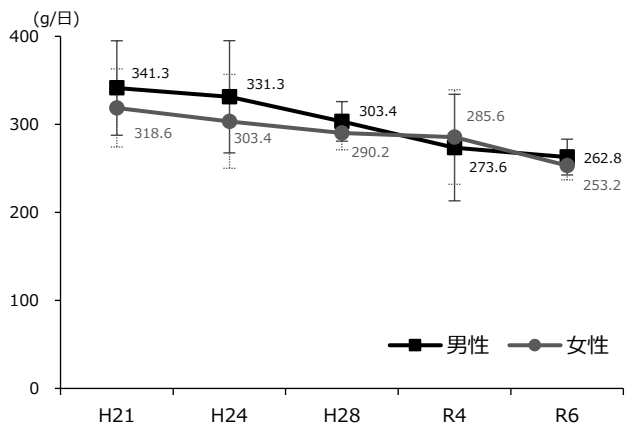
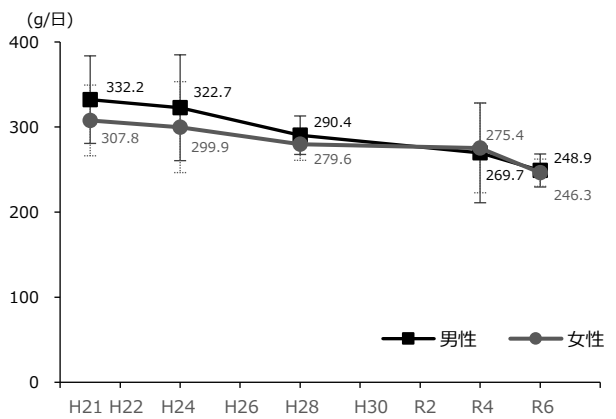


図3-8 年齢調整した、野菜摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）



※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70-79歳、80歳以上の7区分）を用いて算出した。

（参考）「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
適切な量と質の食事をする者の増加
目標値：野菜摂取量の平均値 350g以上

図 3-9 野菜摂取量が 350 g 以上の者の割合 (20 歳以上、性・年齢階級別)

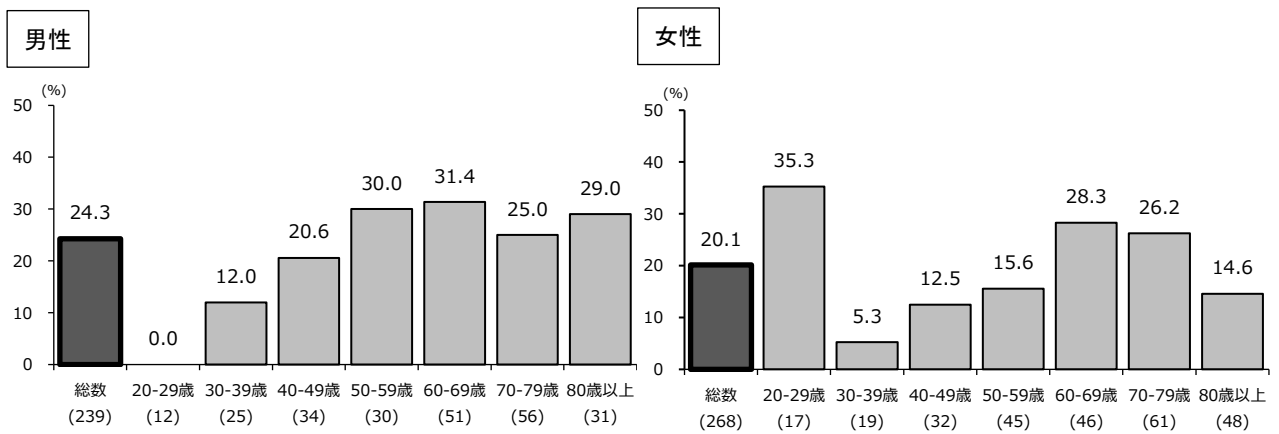
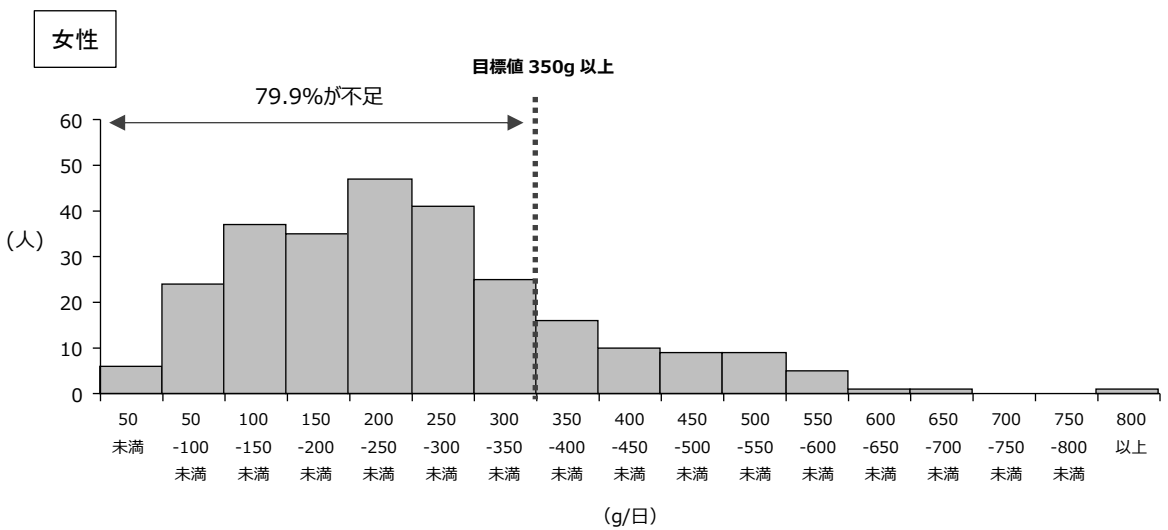
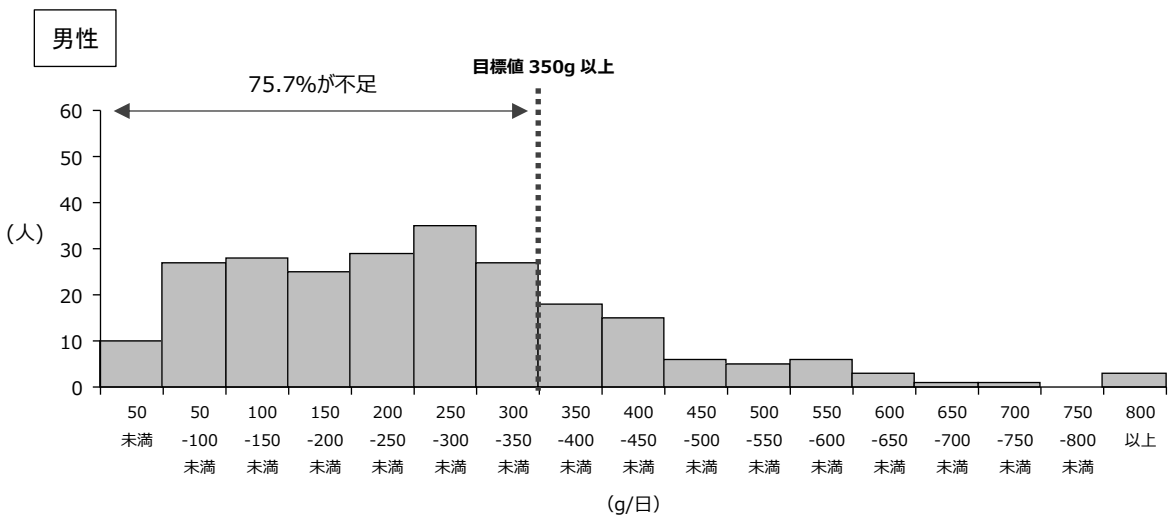


図 3-10 野菜摂取量の分布 (20 歳以上、性別)



3 果物摂取量の状況

果物摂取量の平均値は86.2gであり、男性77.3g、女性94.1gである。年齢調整した、果物摂取量の平均値の年次推移は、平成21年度以降、男性では有意な増減はみられないのに対し、女性では有意に減少している。

果物摂取量が1日200g以上の割合は16.8%であり、男性15.5%、女性17.9%である。年齢階級別にみると、男性は80歳以上、女性は70歳以上が最も高い。

図3-11 果物摂取量の平均値（20歳以上、性・年齢階級別）

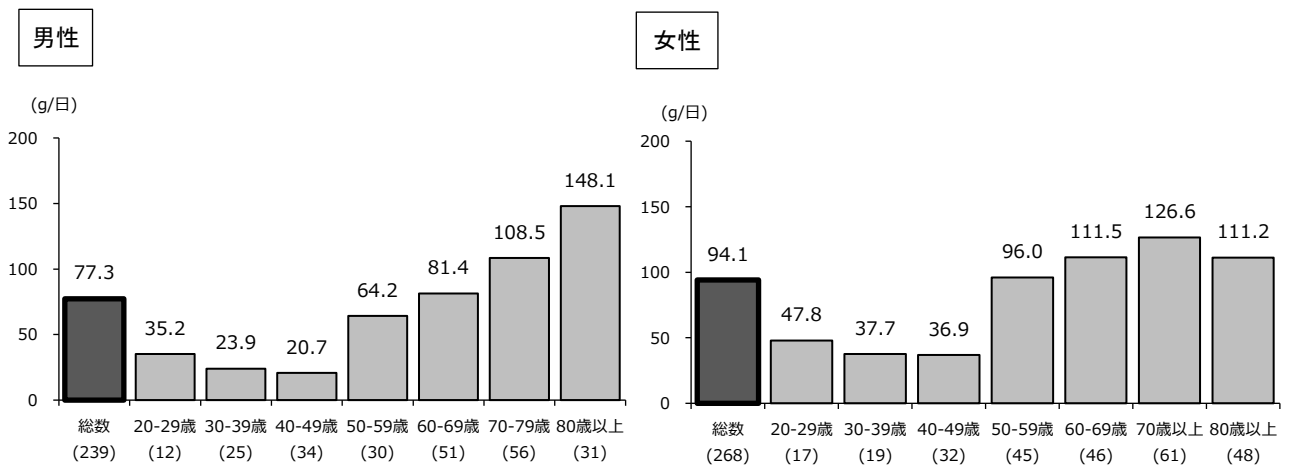


図3-12 果物摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）

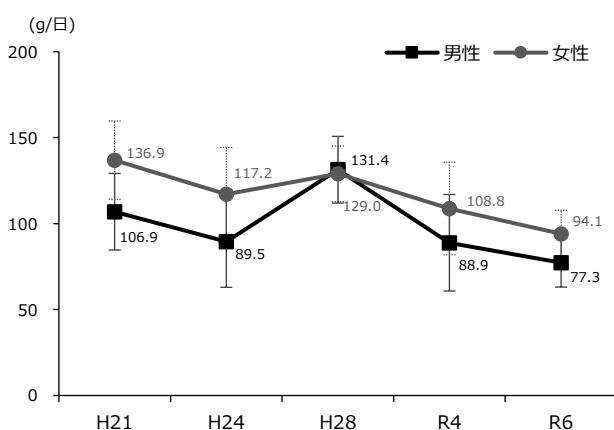
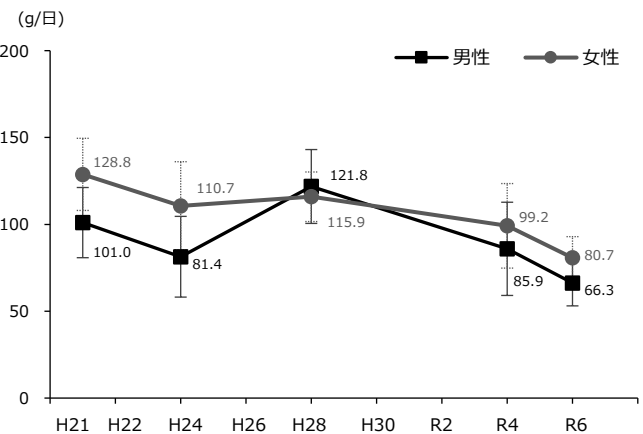


図3-13 年齢調整した、果物摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）



※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70-79歳、80歳以上の7区分）を用いて算出した。

（参考）「健康いって21プラン(第3次)」の目標
適切な量と質の食事をする者の増加
目標値：果物摂取量の平均値 200g

図 3-14 果物摂取量が 200g 以上の者の割合 (20 歳以上、性・年齢階級別)

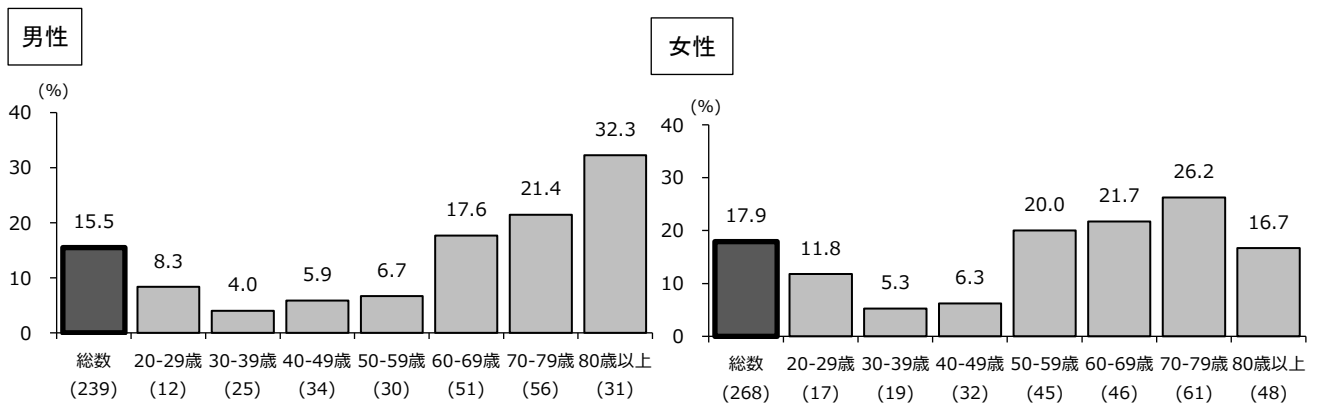
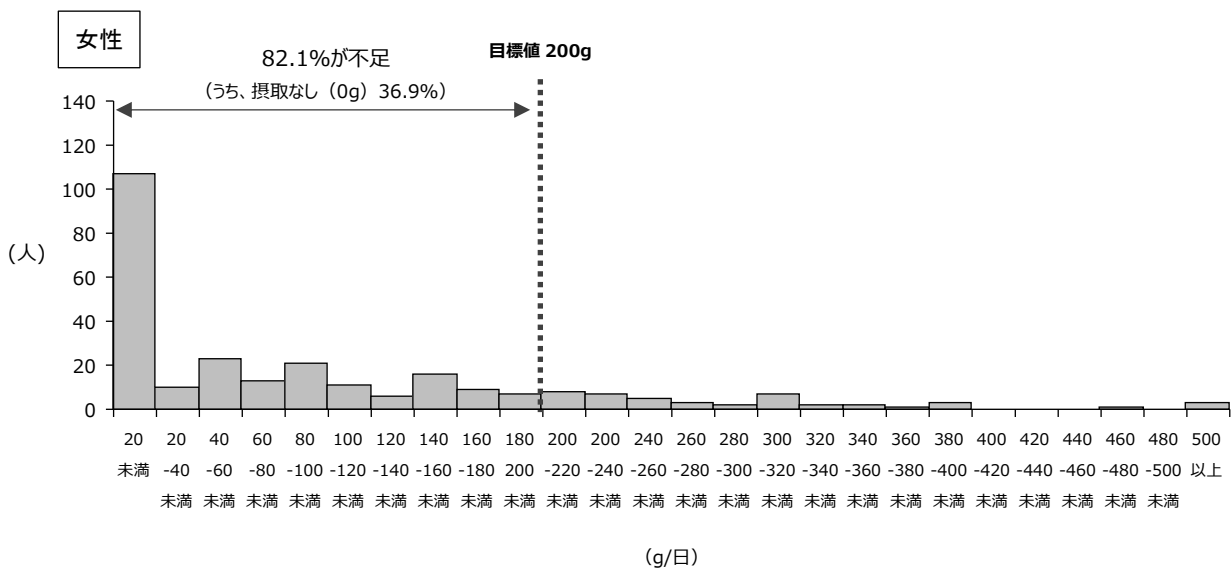
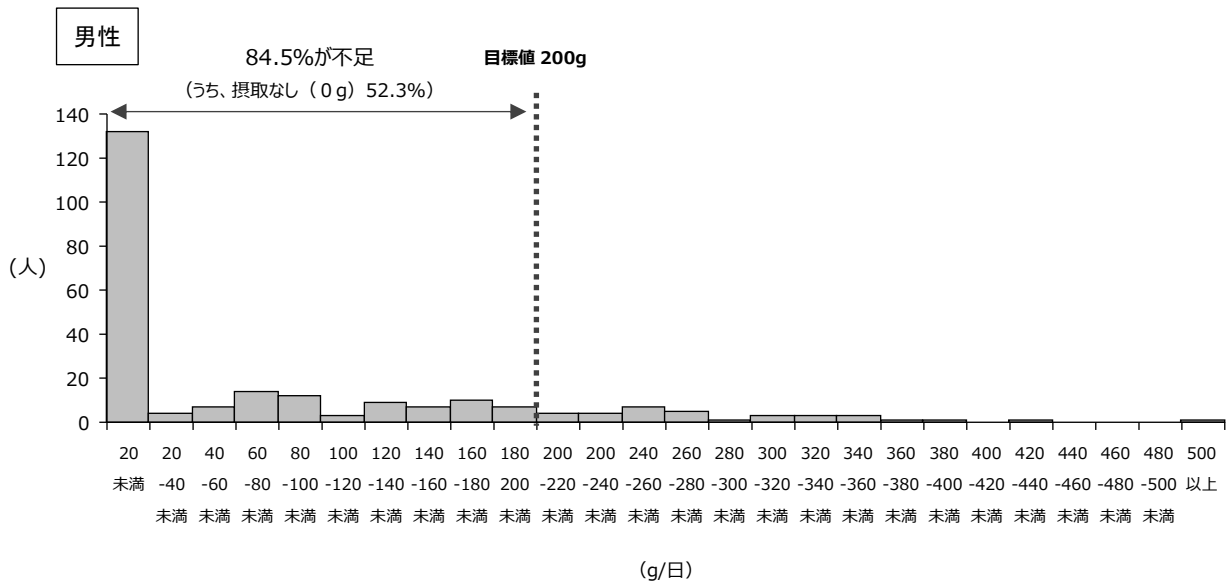


図 3-15 果物摂取量の分布 (20 歳以上、性別)



4 カリウム摂取量の状況

カリウム摂取量の平均値は2,268 mgであり、男性2,344 mg、女性2,200 mgである。年齢調整した、カリウム摂取量の平均値の年次推移は、平成21年度以降、男女ともに有意に減少している。

図3-16 カリウム摂取量の平均値（20歳以上、性・年齢階級別）

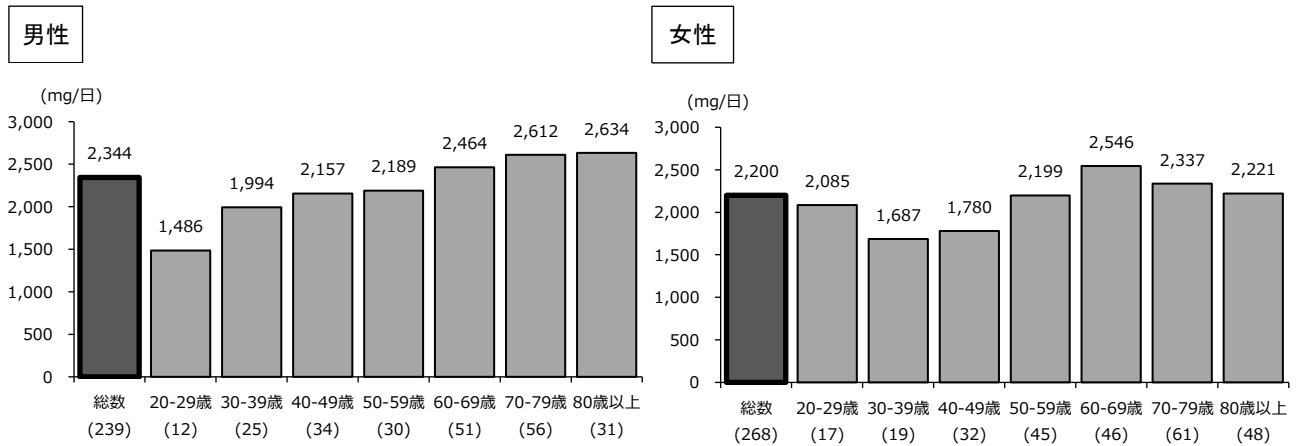


図3-17 カリウム摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）

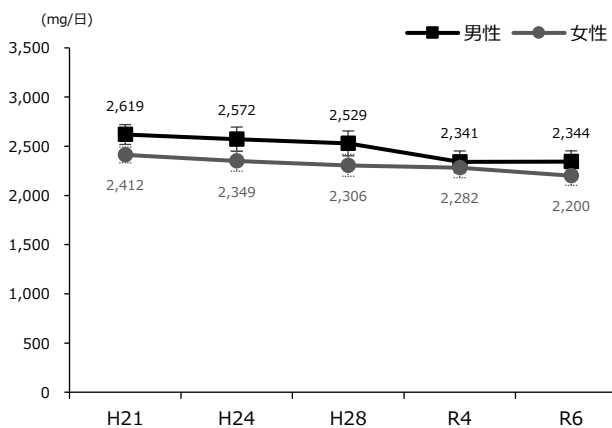
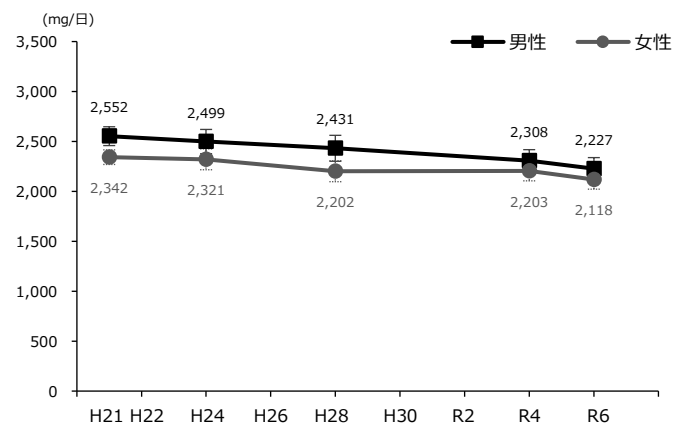


図3-18 年齢調整した、カリウム摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、性別）



※誤差線は、95%信頼区間を示す。

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70-79歳、80歳以上の7区分）を用いて算出した。

第4 県民生活習慣状況調査

1 食生活状況について

(1) 栄養バランスのとれた食事に関する状況

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日1日2回以上摂っている20歳以上の割合は51.8%であり、男性48.9%、女性54.4%である。

年齢階級別にみると、男性は15～19歳、女性は70歳以上でその割合が高い。

図4-1 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の頻度（20歳以上、性別）

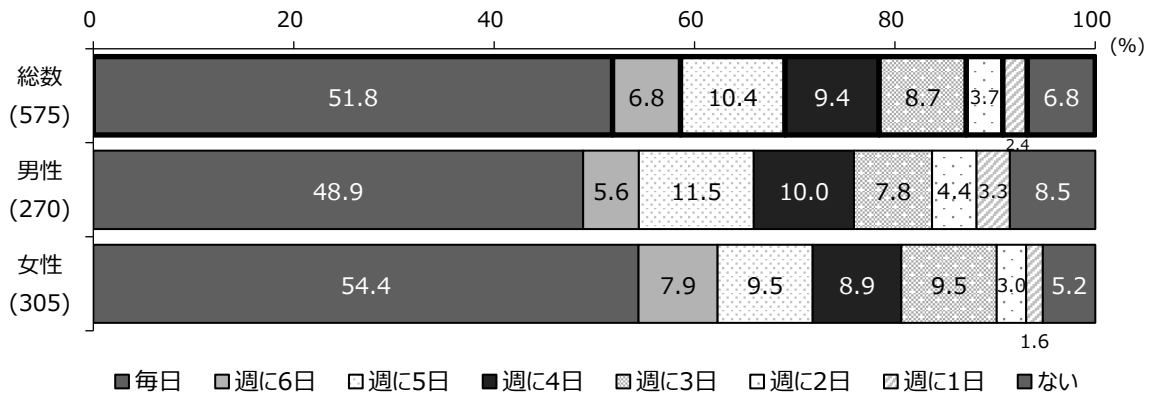
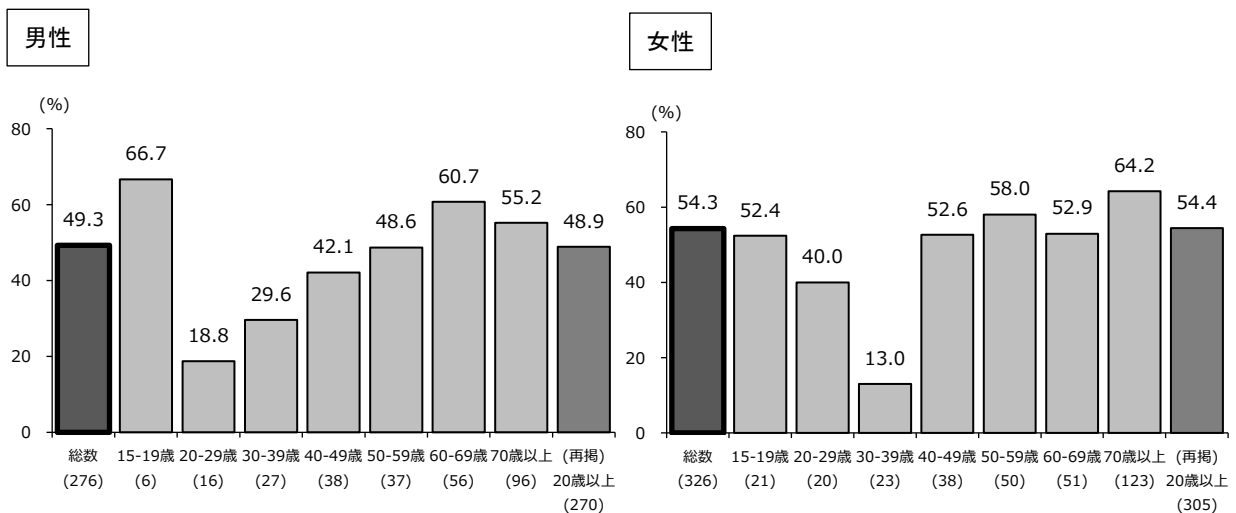


図4-2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を毎日1日2回以上摂っている者の割合（15歳以上、性・年齢階級別）



(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標

適切な量と質の食事をする者の増加

目標値: 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合 70.0%

(2) 共食に関する状況

毎日最低1食は家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしている者の割合は54.0%であり、男性50.2%、女性57.2%である。
 年齢階級別にみると、男性は15～19歳、女性は40歳代でその割合が高い。

図4-3 家族や友人などと一緒にゆっくりと時間をかけて食事をしている者の状況（15歳以上、性別）

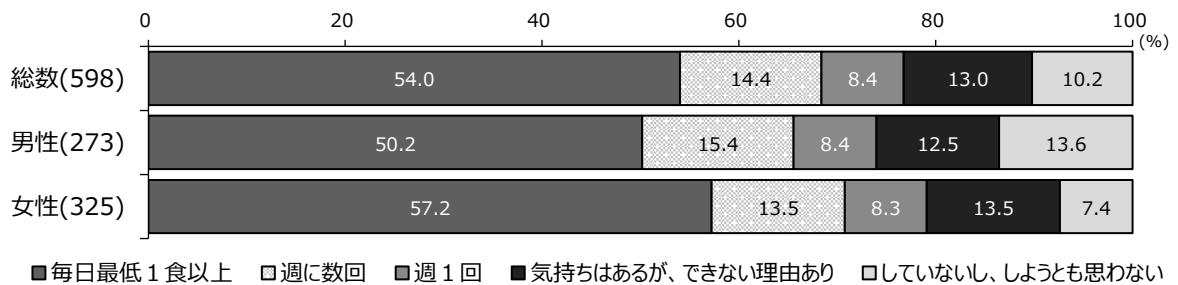


図4-4 毎日最低1食は家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしている者の割合（15歳以上、性・年齢階級別）

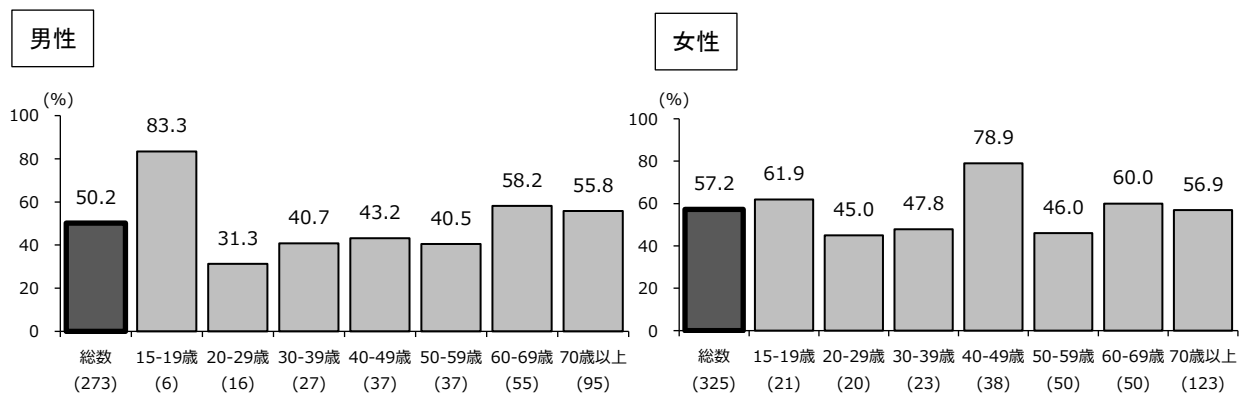
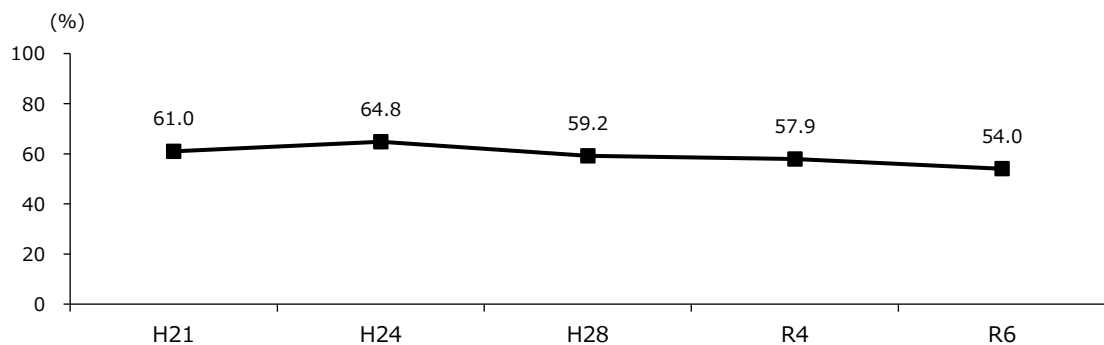


図4-5 毎日最低1食は家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしている者の割合の年次推移（15歳以上、総数）



(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 地域等で共食している者の増加
 目標値：毎日最低1食は家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしている者の割合 75.0%

2 喫煙・受動喫煙の状況について

(1) 喫煙に関する状況

現在、習慣的に喫煙している20歳以上の者の割合は16.7%であり、男性28.6%、女性6.0%である。なお、20歳未満で喫煙している者は男女ともにいなかった。

年齢調整した、その割合の平成21年度以降の年次推移は、男女ともに有意な増減はみられない。

図4-6 現在、習慣的に喫煙している者の割合（15歳以上、性・年齢階級別）

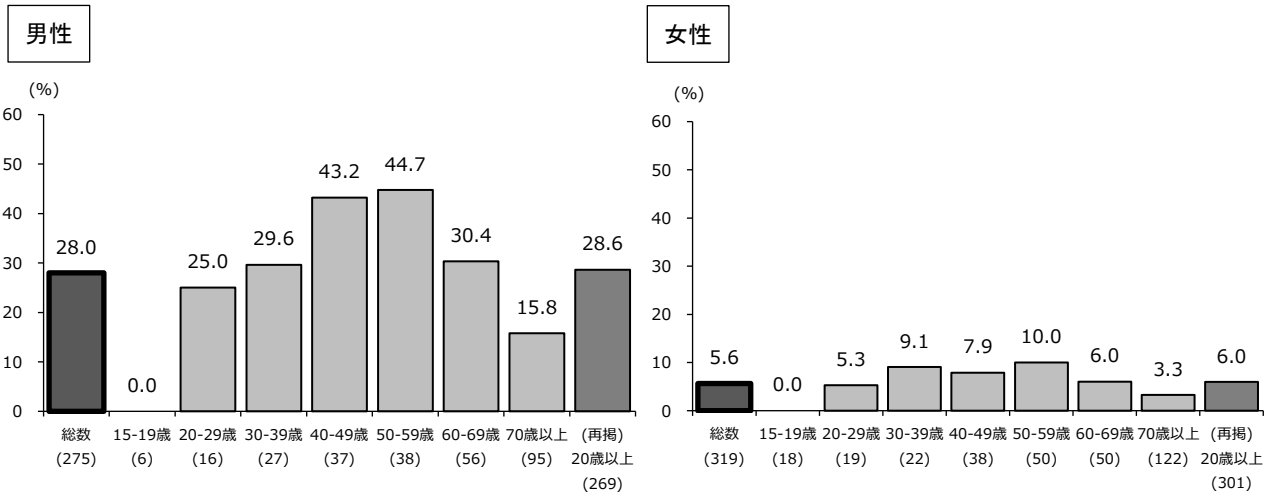


図4-7 現在、習慣的に喫煙している者の割合の年次推移（20歳以上、性別）

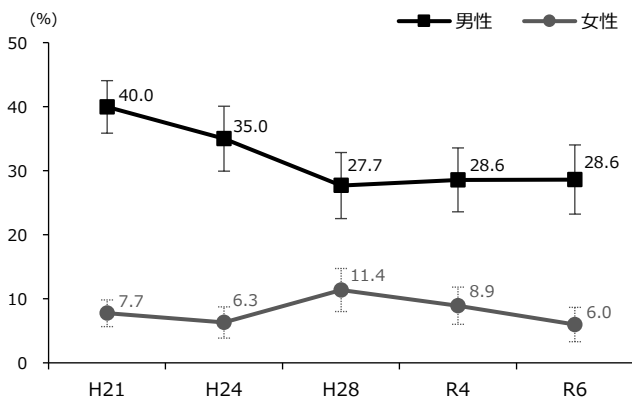
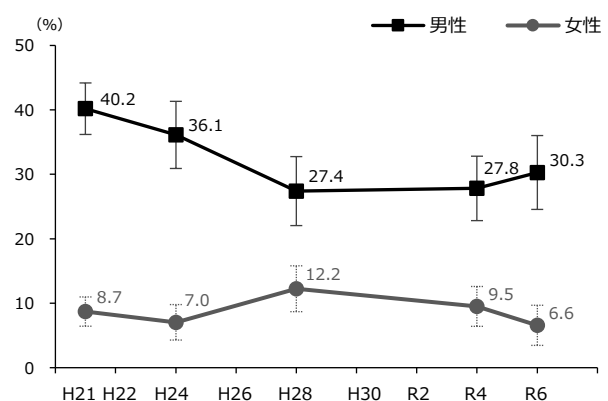


図4-8 年齢調整した、現在、習慣的に喫煙している者の割合の年次推移（20歳以上、性別）



※誤差線は、95%信頼区間を示す。

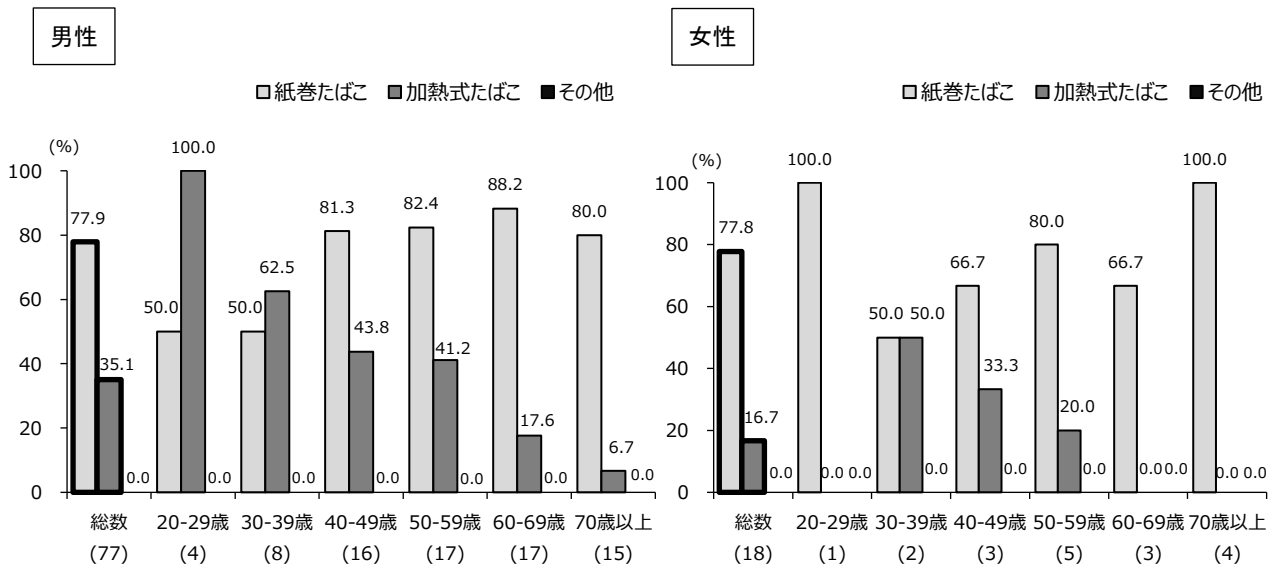
※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70歳以上の6区分）を用いて算出した。

(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
20歳未満の者の喫煙をなくす
目標値：0.0%

現在、習慣的に喫煙している者が使用しているたばこの種類は、男女ともに紙巻たばこが多い。また、若い年代ほど加熱式たばこの割合が高かった。

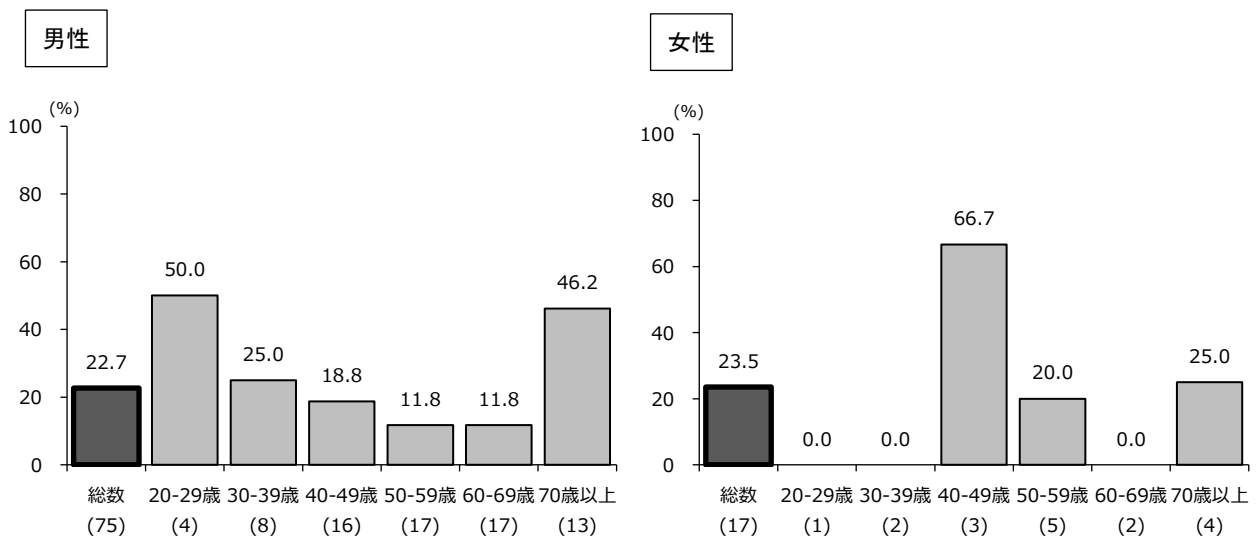
現在、習慣的に喫煙している者でたばこをやめたいと思う者の割合は、男性 22.7%、女性 23.5%である。

図 4-9 現在、習慣的に喫煙している者が使用しているたばこ製品の種類(複数回答)(20歳以上、性・年齢階級別)



※複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

図 4-10 現在、習慣的に喫煙している者でたばこをやめたいと思う者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

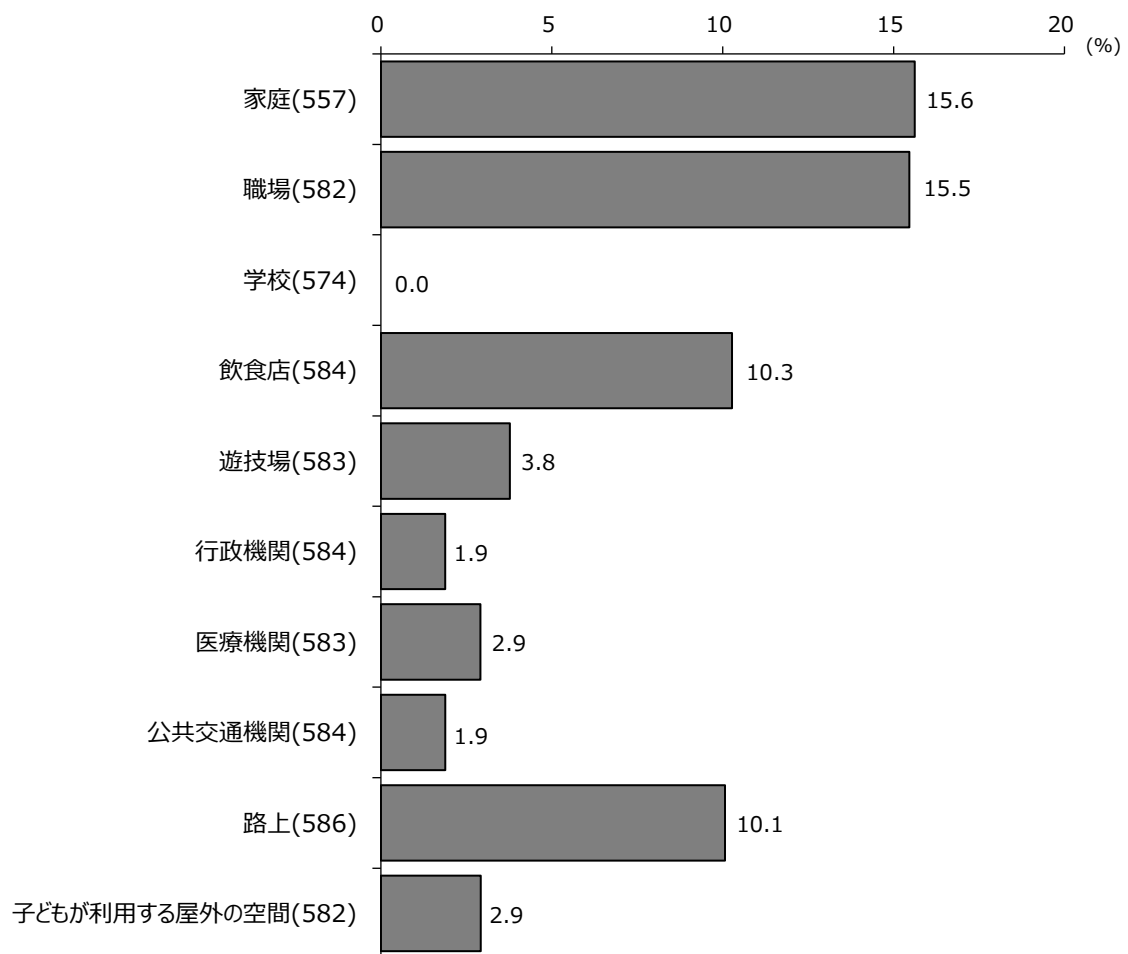


(2) 受動喫煙に関する状況

この1ヶ月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を月に1回以上吸う機会があった者の割合は、家庭の15.6%が最も高く、次いで職場15.5%、飲食店10.3%である。

また、そのうち、「ほぼ毎日」と回答した者の割合は、家庭の8.4%が最も高く、次いで職場の6.7%であった。

図4-11 この1ヶ月間に自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会があった者の割合（15歳以上、総数）



家庭・職場・飲食店いずれかにおいて望まない受動喫煙を受けた者の割合（20歳以上）28.7%

※「自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会があった者」は、「ほぼ毎日」、「週に数回」、「週に1回」又は「月に1回」と回答した者。

(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 受動喫煙の機会を有する者の割合の低下
 目標値：家庭・職場・飲食店いずれかにおいて、望まない受動喫煙を受けた者の割合 0.0%

3 飲酒の状況について

毎日飲酒をする20歳以上の者の割合は、男性32.5%、女性10.2%である。なお、20歳未満で飲酒をする者は男女ともにいなかった。

生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合は、男性19.0%、女性10.5%である。

図4-12 飲酒をする頻度（20歳以上、性別）

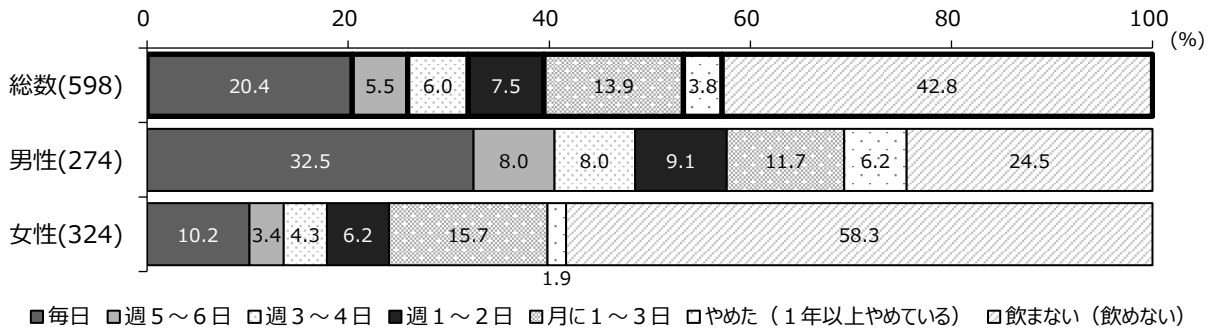
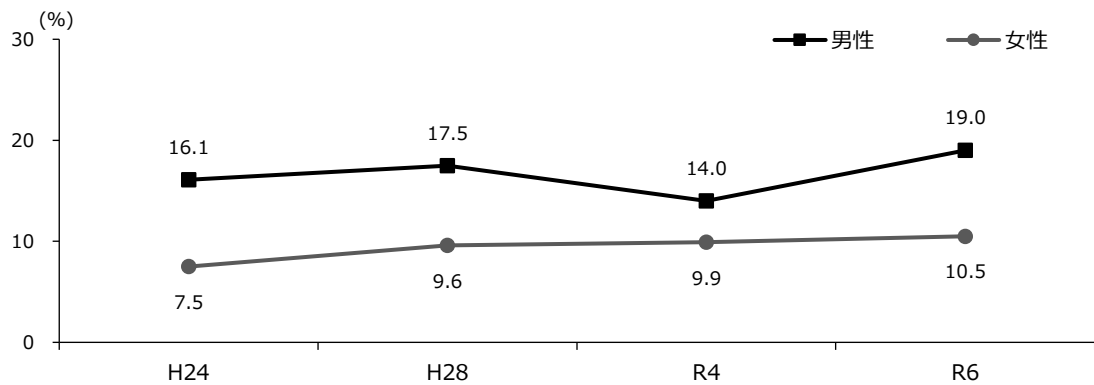


図4-13 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の年次推移（20歳以上、性別）



※「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」とは、1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上の者。

男性：「毎日×2合以上」、「週5~6日×2合以上」、「週3~4日×3合以上」、「週1~2日×5合以上」、「月1~3日×5合以上」

女性：「毎日×1合以上」、「週5~6日×1合以上」、「週3~4日×1合以上」、「週1~2日×3合以上」、「月1~3日×5合以上」

清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当する。

ビール・発泡酒中瓶1本(約500ml)、焼酎20度(135ml)、焼酎35度(80ml)、缶チューハイ7度(350ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)

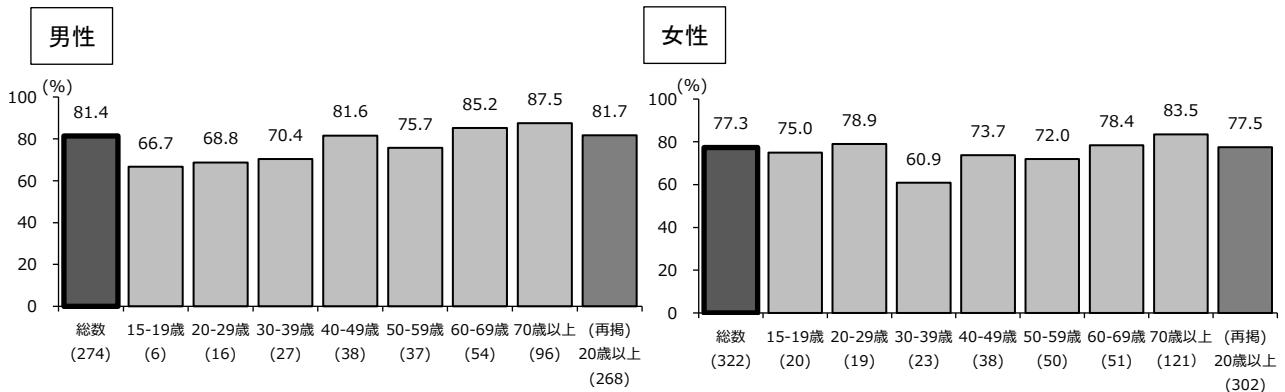
(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合の低下
目標値：男性13.0% 女性6.4%

4 休養や睡眠の状況について

ここ1ヶ月間、睡眠で休養がとれている者の割合は79.2%であり、男性81.4%、女性77.3%である。なお、20歳以上では79.5%（年齢調整値77.6%）である。

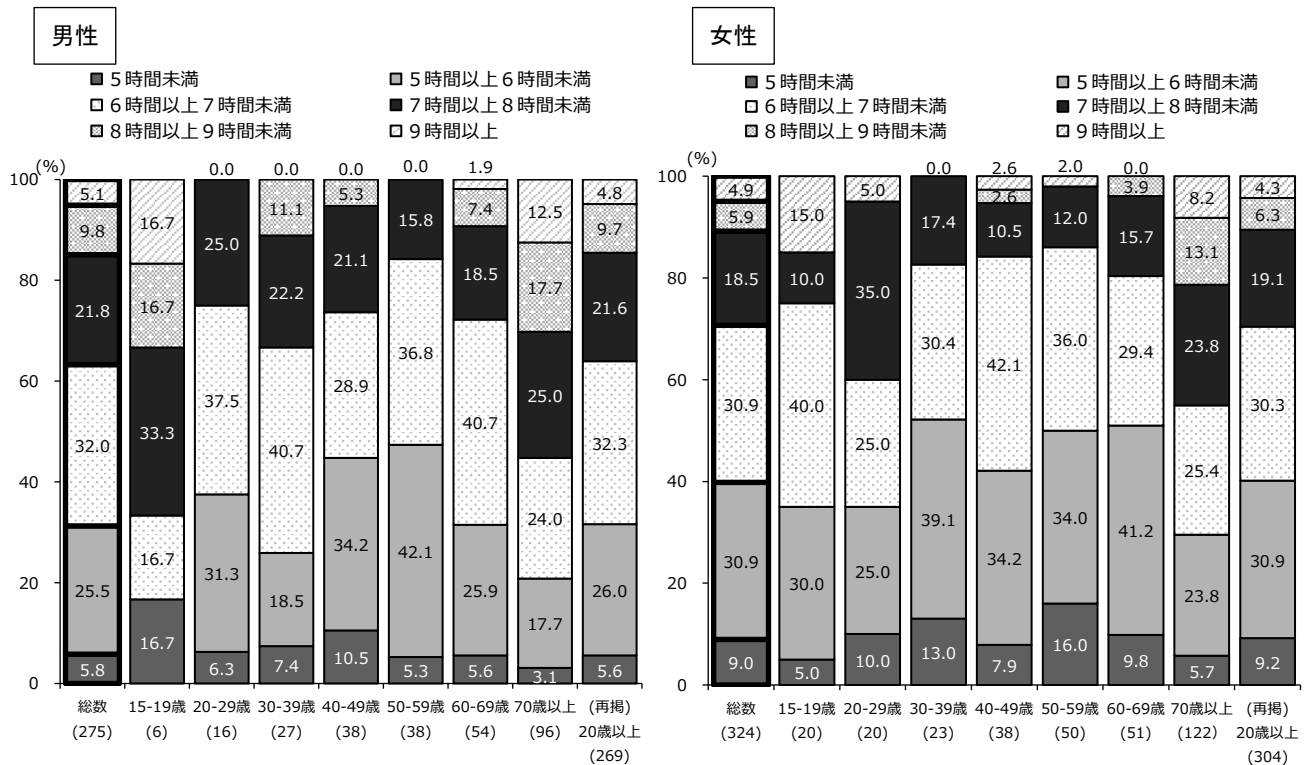
1日の平均睡眠時間が6時間以上9時間未満（60歳以上については6時間以上8時間未満）の20歳以上の割合は52.5%（年齢調整値53.9%）であり、男性55.8%、女性49.7%である。

図4-14 睡眠による休養がとれている者の割合（15歳以上、性・年齢階級別）



睡眠による休養がとれている者の割合（20歳以上、年齢調整値）77.6%

図4-15 1日の平均睡眠時間（15歳以上、性・年齢階級別）



睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の者の割合（年齢調整値）53.9%

※年齢調整値は、令和2年国勢調査による基準人口（20-29歳、30-39歳、40-49歳、50-59歳、60-69歳、70歳以上の6区分）を用いて算出した。

（参考）「健康いわて21プラン（第3次）」の目標

睡眠で休養がとれている者の増加

目標値：睡眠で休養がとれている者の割合（年齢調整値）84.0%

睡眠時間が十分に確保できている者の増加

目標値：睡眠時間が6～9時間（60歳以上については、6～8時間）の者の割合（年齢調整値）60.0%

5 社会的環境（地域のつながり）について

地域の人々がお互いに助け合っていると思う者の割合は、男性 51.1%、女性 52.3%である。年齢階級別にみると、男女ともに 70 歳以上が最も高い。

図 4-16 地域の人々がお互いに助け合っていると思う者の割合（15 歳以上、性・年齢階級別）

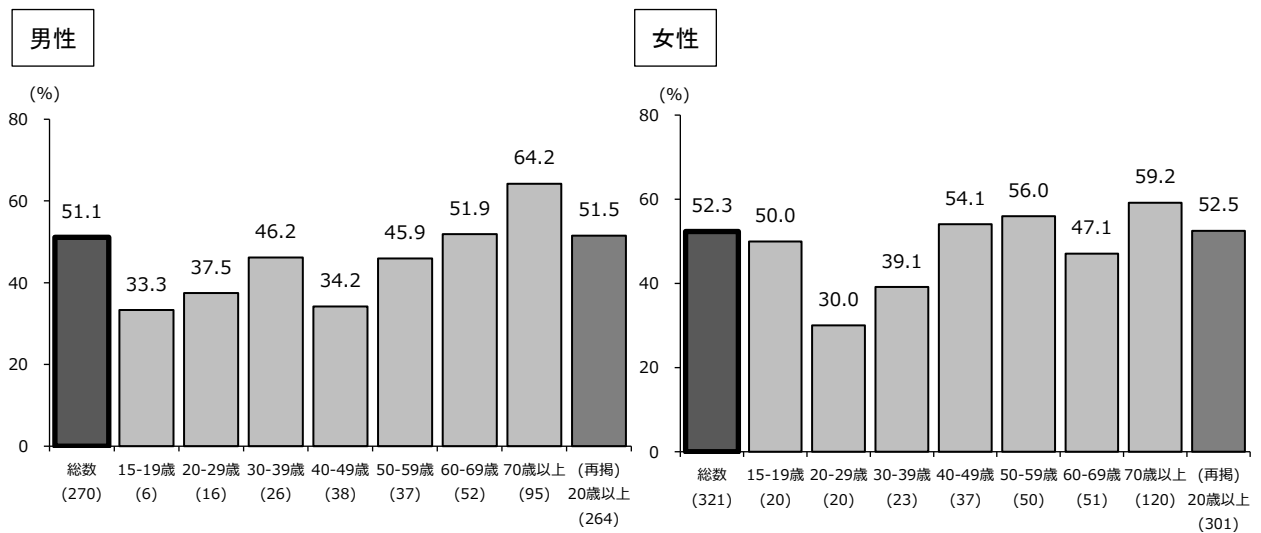
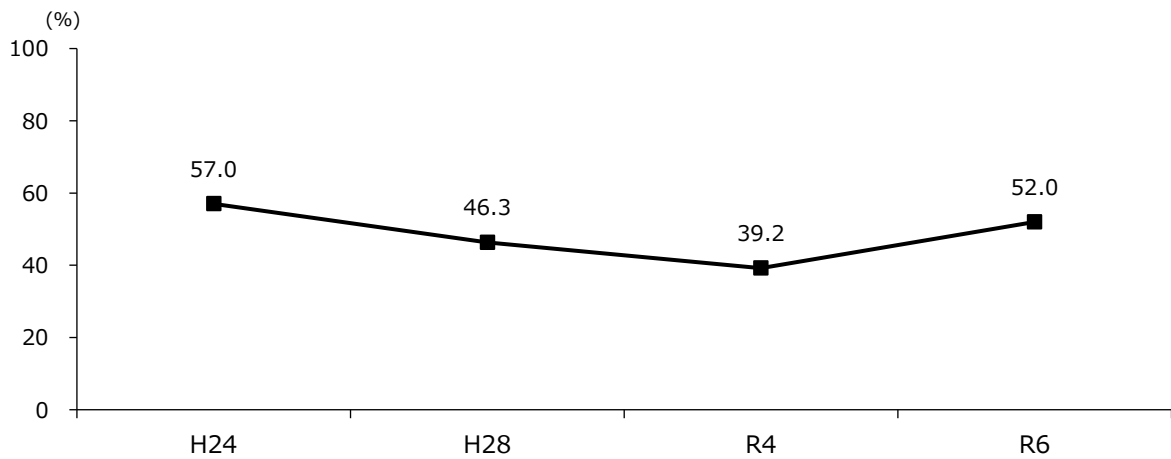


図 4-17 地域の人々がお互いに助け合っていると思う者の割合の年次推移（20 歳以上、総数）



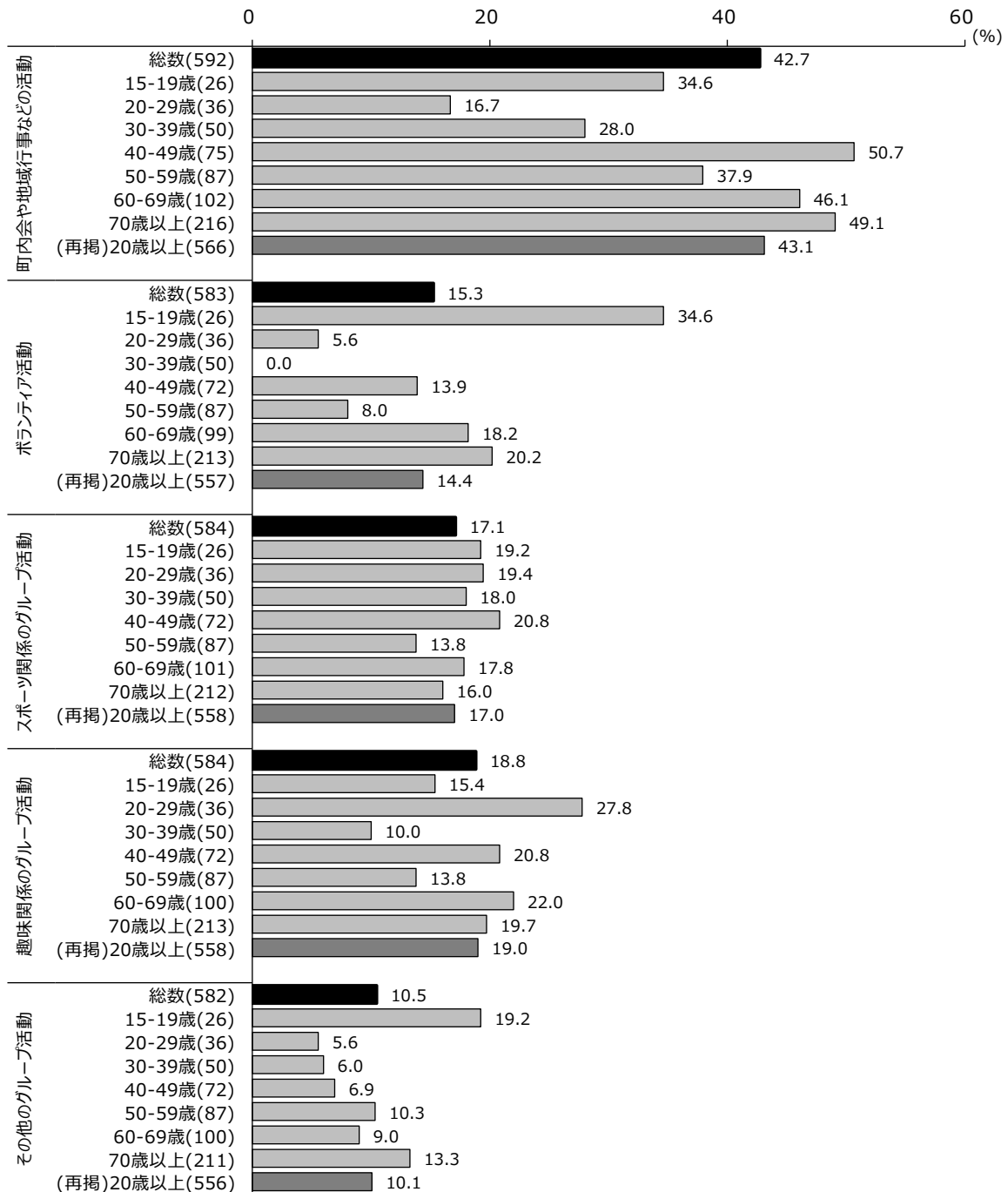
※「お互いに助け合っていると思う者」は、「強くそう思う」又は「どちらかといえばそう思う」と回答した者。

(参考)「健康いわて 21 プラン(第3次)」の目標
 地域の人々とのつながりが強いと思う者の増加
 目標値：居住地域でお互いに助け合っていると思う者の割合 73.0%

6 ボランティア活動等への参加状況について

現在、町内会、地域行事、ボランティア活動やスポーツ、趣味などのグループ活動に年に数回以上参加している者の割合は、町内会や地域行事などの活動が42.7%と最も高く、次いで、趣味関係のグループ活動18.8%である。

図4-18 町内会、地域行事、ボランティア活動やスポーツ、趣味などのグループ活動に参加している者の割合（15歳以上、総数・年齢階級別）

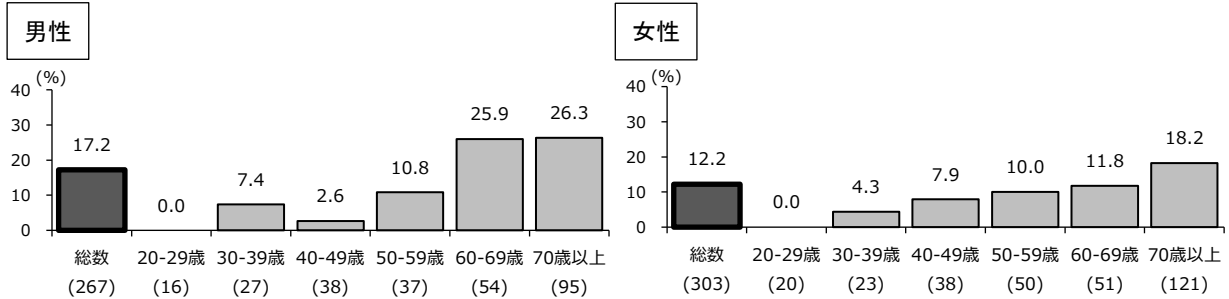


※「参加している者」は、「週4日以上」、「週2～3回」、「週1回」、「月1～3回」又は「年に数回」と回答した者の合計。
 ※複数回答のため、内訳合計が100%にならない。

7 糖尿病に関する状況について

これまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことがある者の割合は、男性17.2%、女性12.2%である。また、その者のうち、治療を継続している割合は71.1%、治療を受けたことがない割合は20.5%である。

図4-19 これまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことがある者の割合（20歳以上、性・年齢階級別）



※「糖尿病といわれたことがある者」とは、医療機関や健診で「境界型である」、「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」などのようにいわれた者。

図4-20 糖尿病といわれたことがある者の治療の状況（20歳以上、性別）

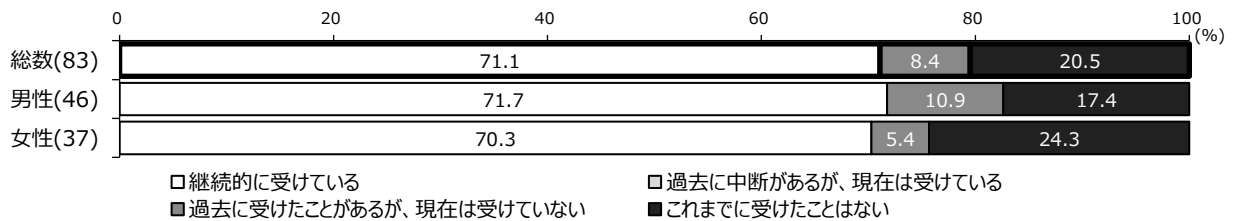


図4-21 糖尿病といわれたことがある者のうち、治療を受けたことがない者の割合（20歳以上、総数・年齢階級別）

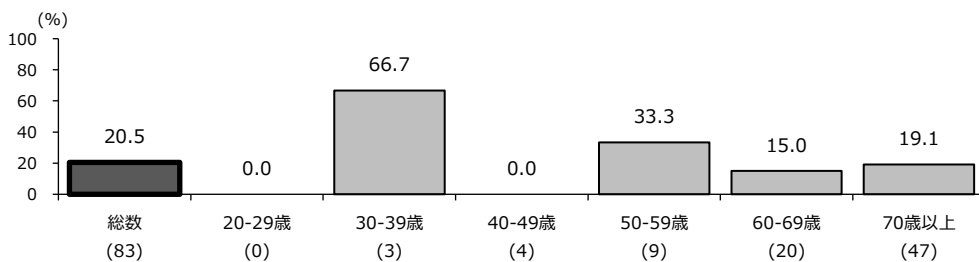
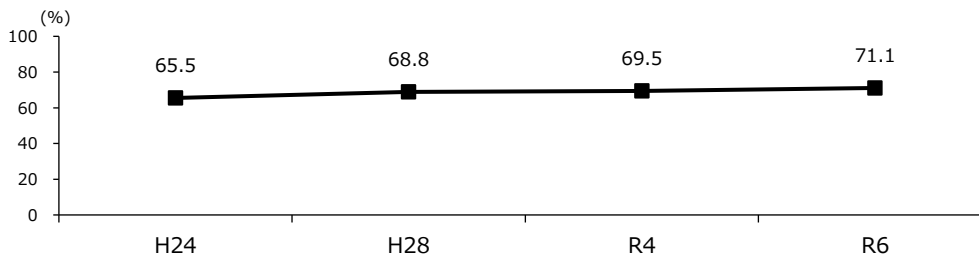


表4-22 糖尿病といわれたことがある者のうち、治療継続者の割合の年次推移（20歳以上、総数）



※「治療継続者」とは、糖尿病の治療（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）を「過去から現在にかけて継続的に受けている」又は「過去に中断したことがあるが、現在は受けている」と回答した者。

(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」の目標
 糖尿病治療継続者の割合の向上
 目標値：糖尿病治療継続者の割合 75.0%

糖尿病治療中に、歯周病予防のために歯科医院を受診した者の割合は23.4%である。
 現在、インスリン注射または血糖を下げる薬を使用している者の割合は48.1%、また、生活習慣を改善する取り組みを行っている者の割合は70.7%である。

図 4-23 糖尿病治療中に、歯周病予防のために歯科医院を受診した者の割合（過去に受診した場合も含む）（20歳以上、性別）

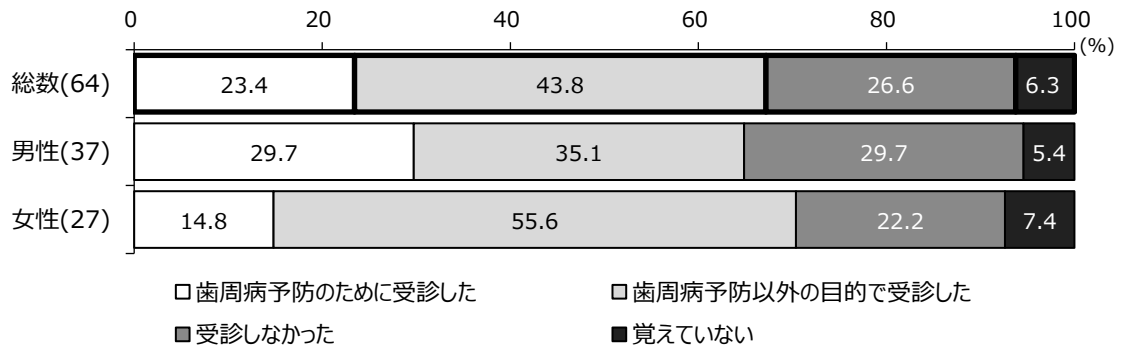


図 4-24 医療機関や健診で糖尿病といわれたことがある者のうち、現在、インスリン注射または血糖を下げる薬を使用している割合（20歳以上、総数・年齢階級別）

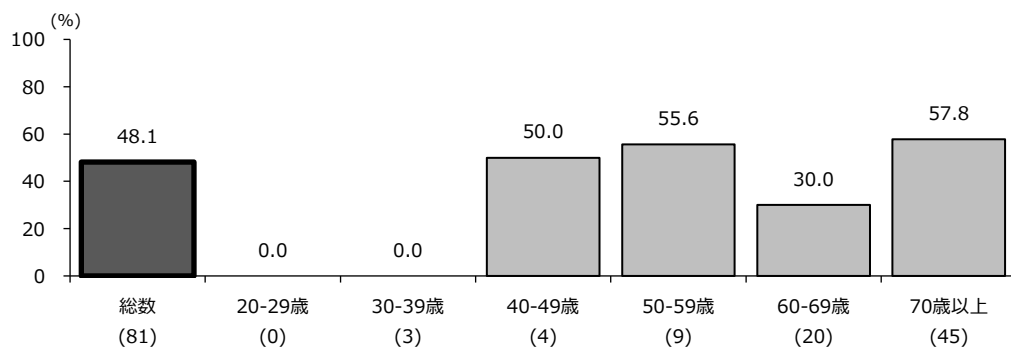
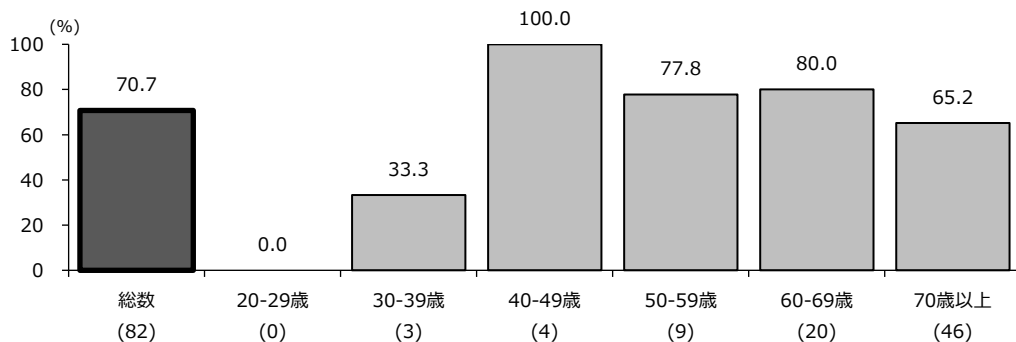


図 4-25 医療機関や健診で糖尿病といわれたことがある者のうち、現在、生活習慣を改善する取り組みを行っている割合（20歳以上、総数・年齢階級別）

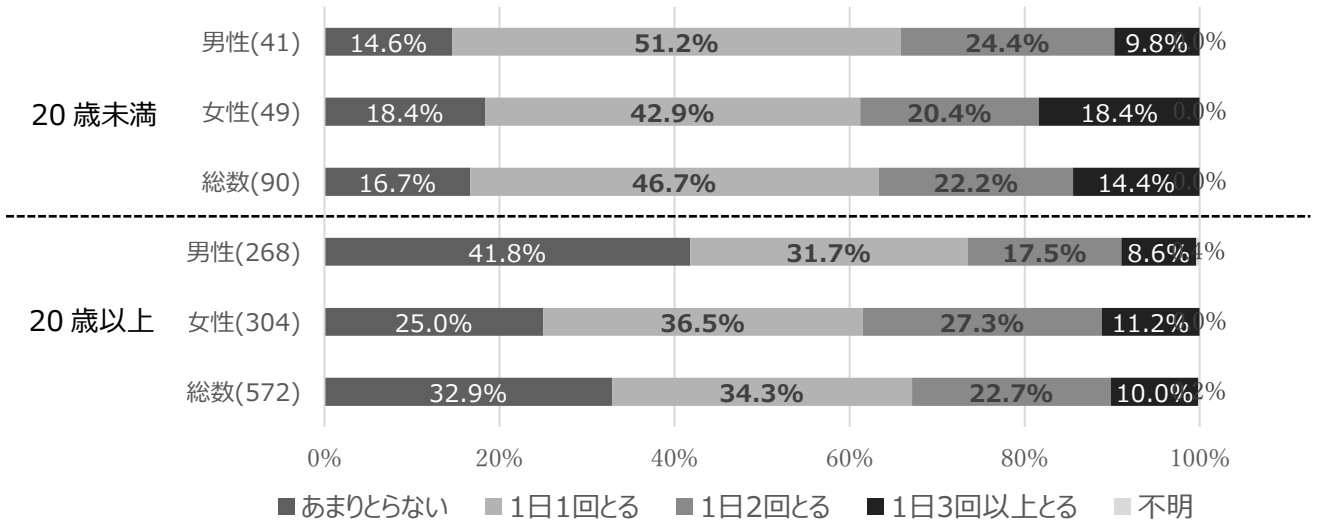


第5 歯科疾患実態調査アンケート調査

1 間食の摂取状況

20歳未満の7割近くが「1日1回」または「1日2回」間食を摂っていた。一方で、20歳以上の男性の4割が間食をあまり摂らないと回答していた。

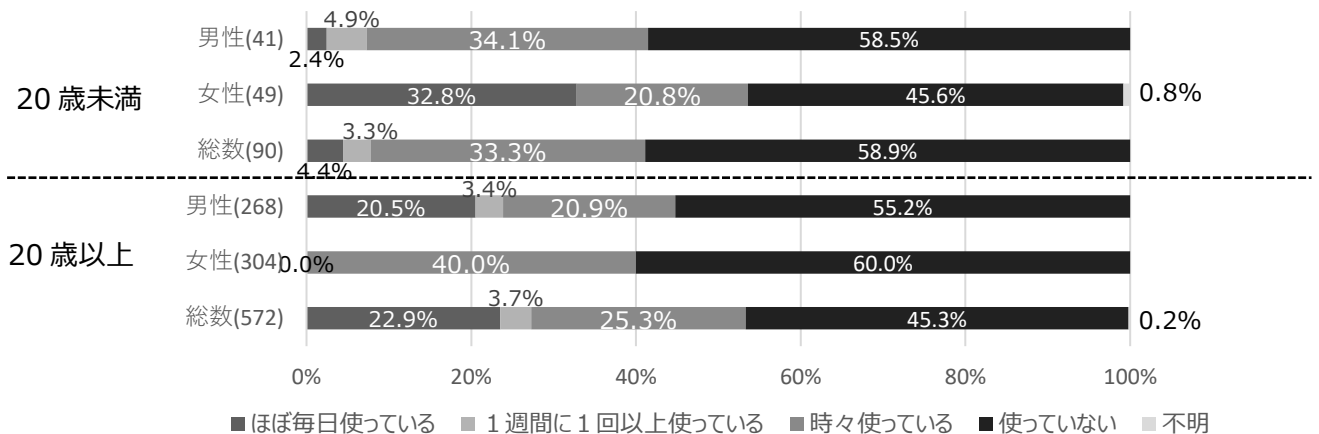
図5-1 1日に何回間食をとっていますか。



2 歯間清掃の実施状況

20歳未満の群と20歳以上の群の半数以上で歯間清掃用具を「使っていない」と回答した方が多かった。次いで、「時々使っている」と回答した方が多かった。

図5-2 歯間清掃用具を使っていますか



3 専門的な歯科保健管理の状況

(1) 定期的な歯科検診（健診）の受診状況

20歳未満では、約半数の方が「年に2回以上受けている」と回答した。
 一方で、20歳以上の半数が「歯科健診を受けていない」と回答した。
 また、どこで健診を受けたかをきいたところ、20歳未満の方は「学校」と回答した方が多く、20歳以上では医療機関と回答した方が多かった。

図5-3 定期的に歯科検診（健診）を受けていますか

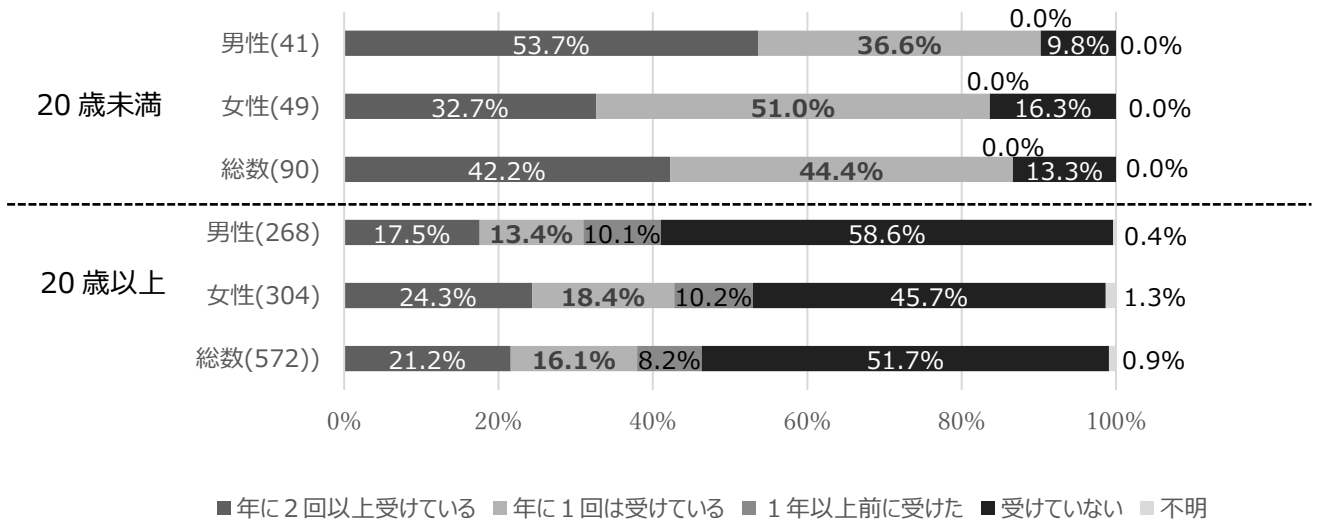
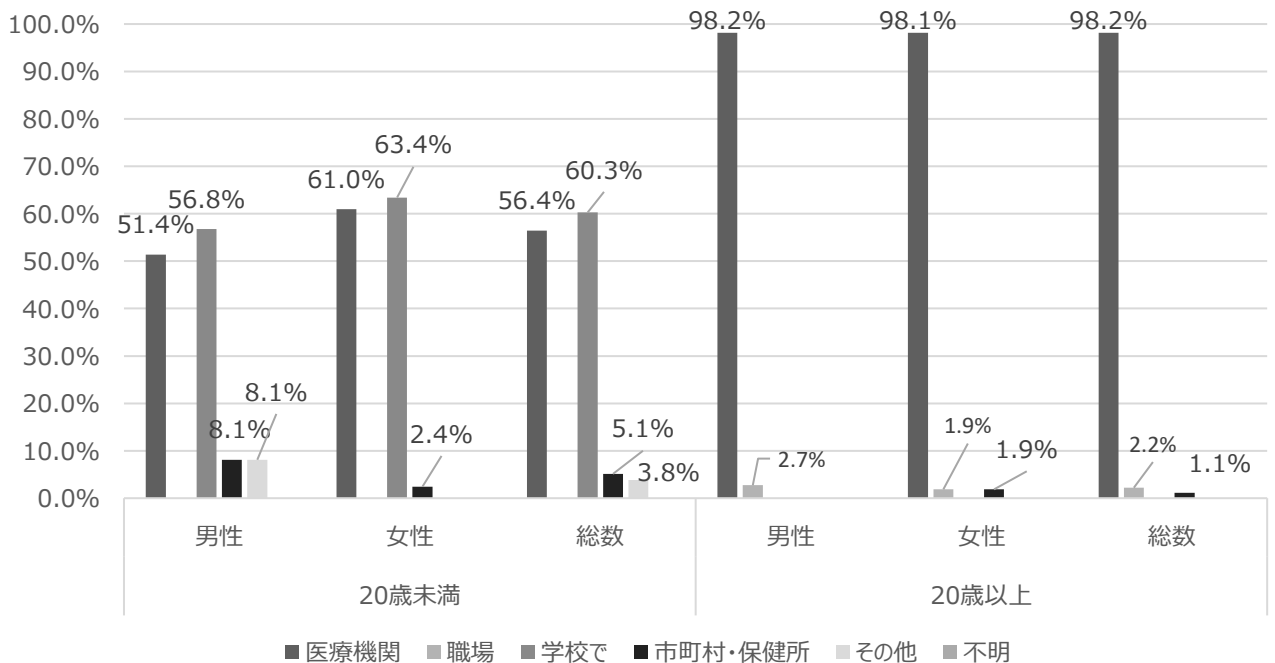


図5-4 どこで検査を受けていますか（複数回答）

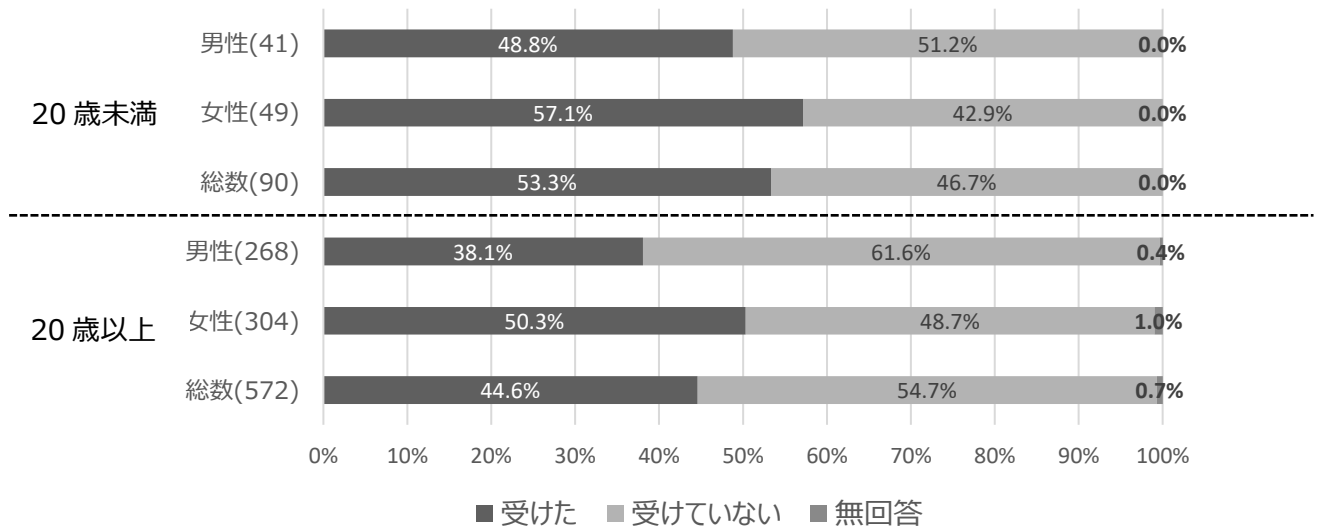


(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」・「イー歯トープ8020プラン(第2次)」の目標
 過去1年間に歯科検診を受診した者の割合の増加 95.0%

(2) 歯石除去や歯面清掃の状況

この1年間に歯石除去を受けた者の割合は概ね半分程度だった。
20歳以上の男性が歯石除去を受けていない者の割合が高かった。

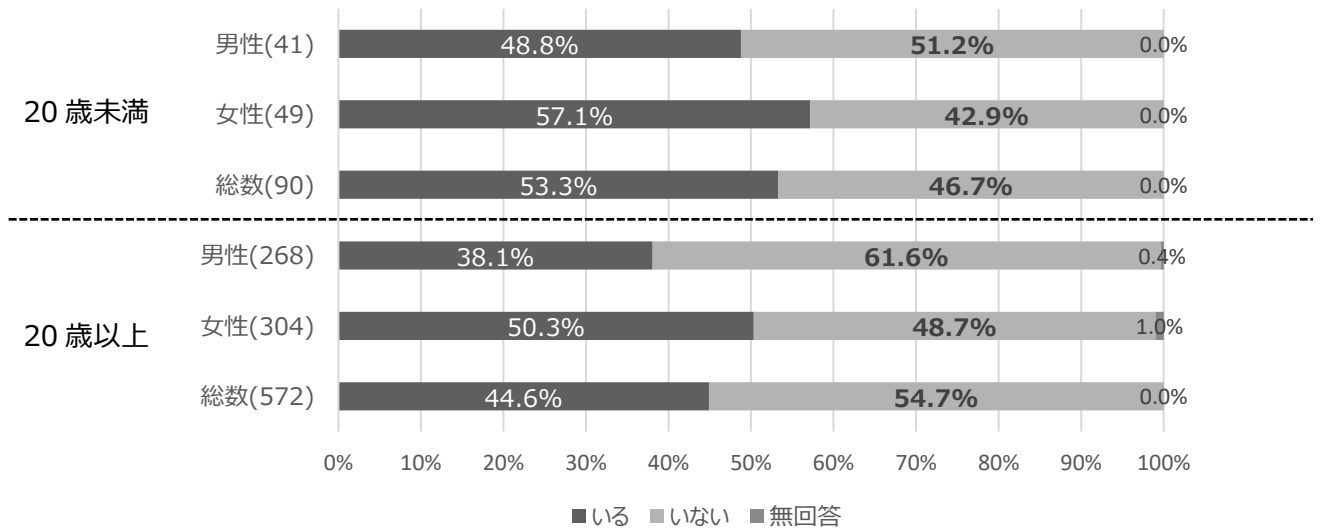
図5-5 この1年間に歯石の除去や歯面の清掃を受けましたか



4 かかりつけ医の状況

かかりつけ医の有無について、かかりつけ医がいる者の割合が概ね半分程度いたが、20歳以上の男性はかかりつけ医がいない者の割合が高かった。

図 5-6 かかりつけ歯科医はいますか



5 咀嚼の状況

(1) 何でもかんで食べることができる状況（15歳以上）

年齢が上がっていくにつれて、「一部かめない食べ物がある」、「かめない食べ物が多い」と回答した割合が多い。さらに55歳以上を男女別に分けると、男性に比べて女性のほうが一部かめない食べ物がある割合が高かった。

図5-7 食べ物をかんで食べる時の状態についてどれがあてはまりますか

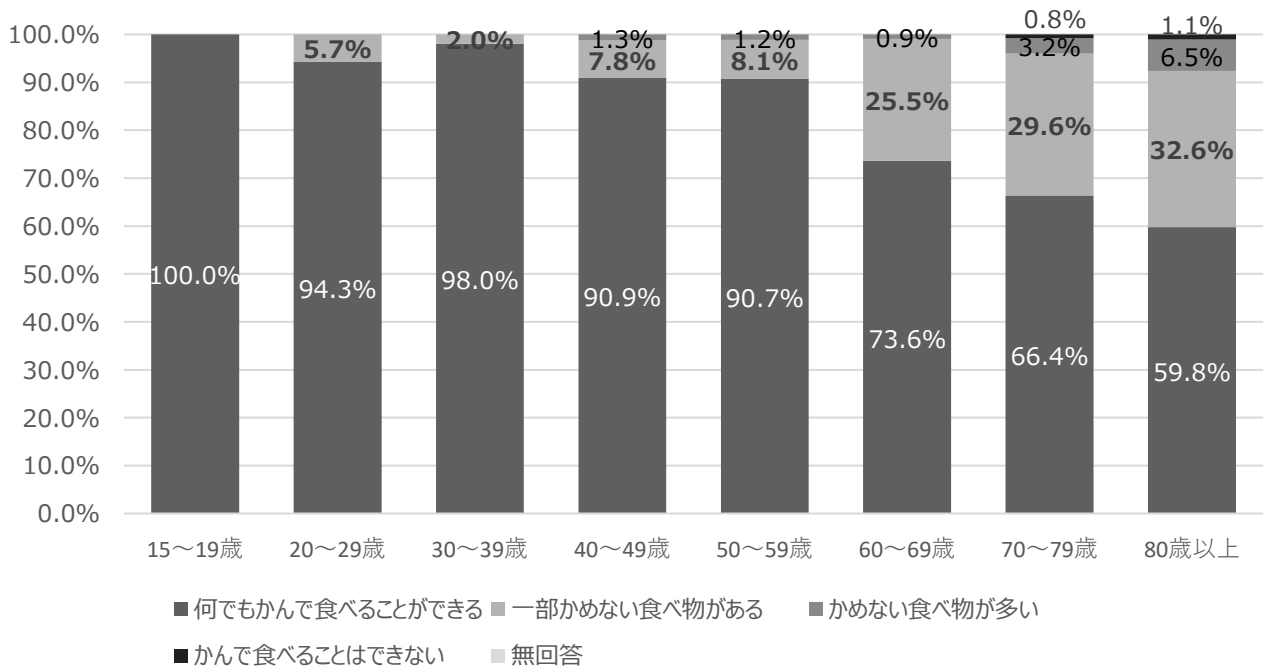
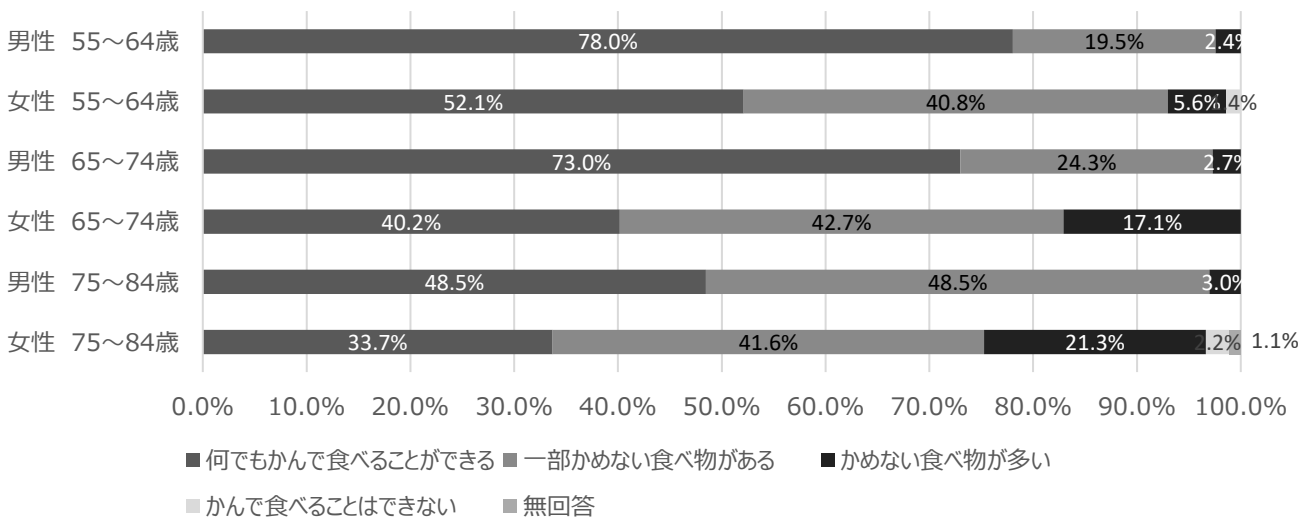


図5-8 食べ物をかんで食べる時の状態についてどれがあてはまりますか

(55歳から84歳までの状況)



(参考)「健康いわて21プラン(第3次)」「イー歯トープ8020プラン」の目標

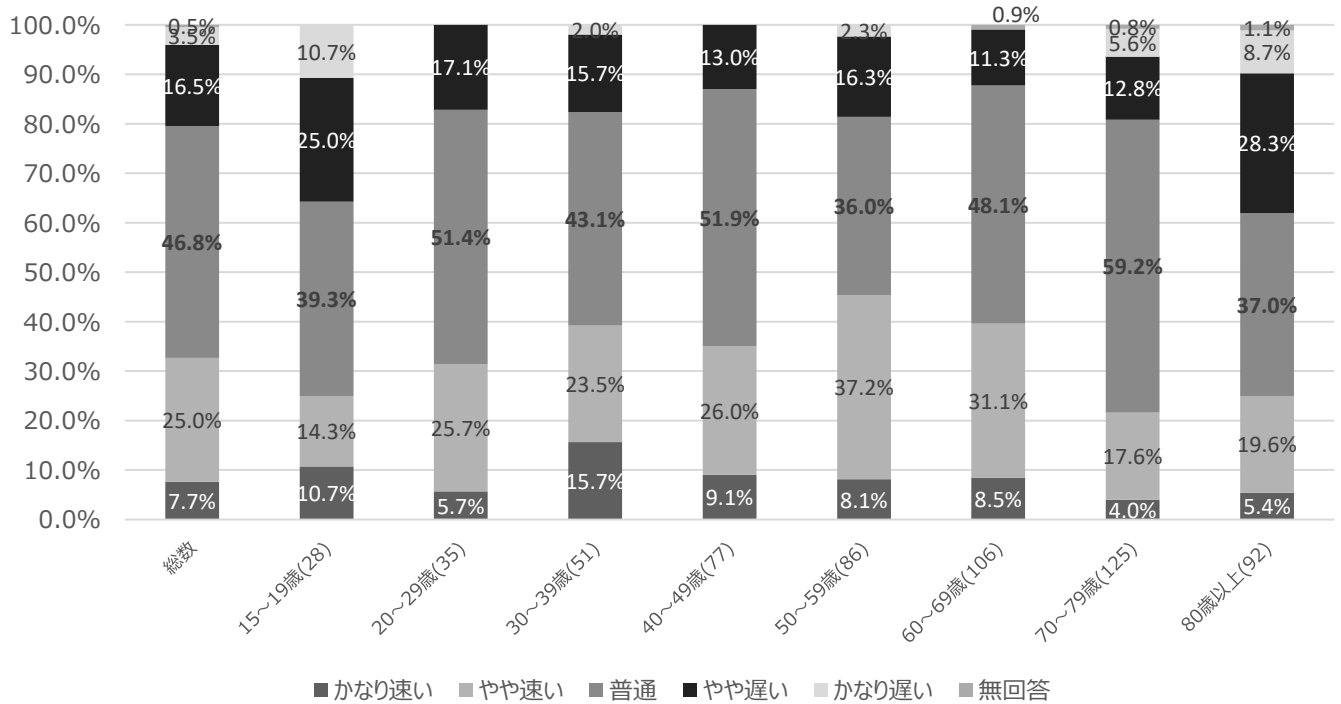
50歳以上における咀嚼良好者の割合の増加

90.0%

(2) 食べる速さの状況 (15歳以上)

食べる速さの状況について、最も多かったのが「普通」と回答した者の割合が46.8%、ついで「やや速い」と回答したの者の割合が25.0%となった。働き盛りの30歳代で「かなり速い」と回答した者の割合が15.7%と他の年代より多い結果となった。

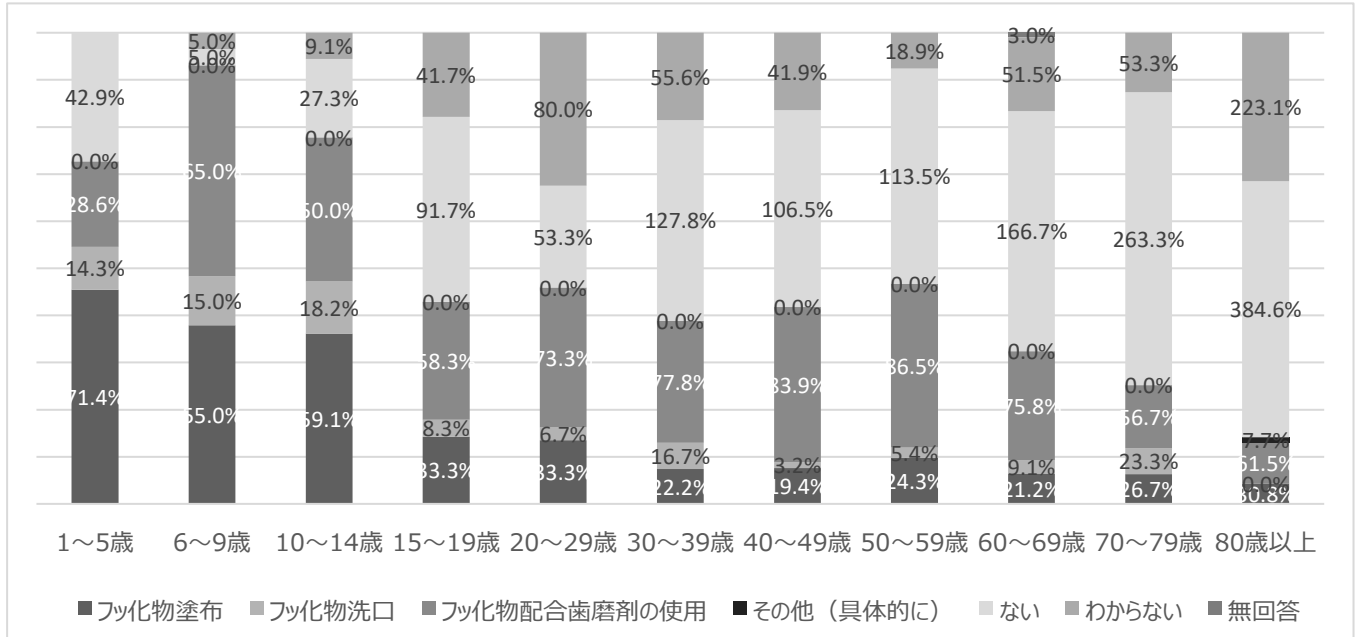
図5-9 人と比べて食べる速さはどのくらいですか



6 フッ化物使用の状況

過去1年間のフッ化物の使用状況について、若年層では、市町村健診でもフッ化物塗布や学校でのフッ化物洗口とフッ化物配合歯磨剤を併用している状況だが、年齢が上がるに連れてフッ化物配合歯磨剤の使用のみとなっている。(複数回答あり)

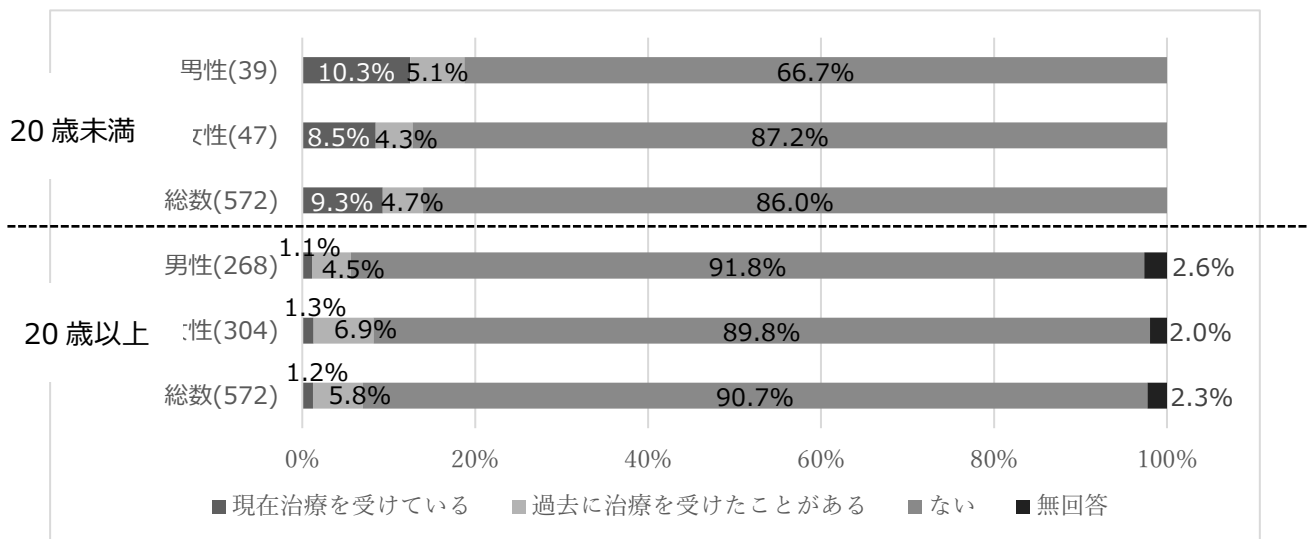
図 5-10 過去1年間にフッ化物（フッ素）を使用したことがありますか



7 矯正歯科治療の経験（3歳以上）

いずれの群も過去に矯正治療を受けたことがない者の割合が高かった。
 20歳未満では、15%程度の方が「矯正歯科治療を受けた」または「過去に受けたことがある」と回答していた。

図 5-11 矯正治療を受けたことがありますか

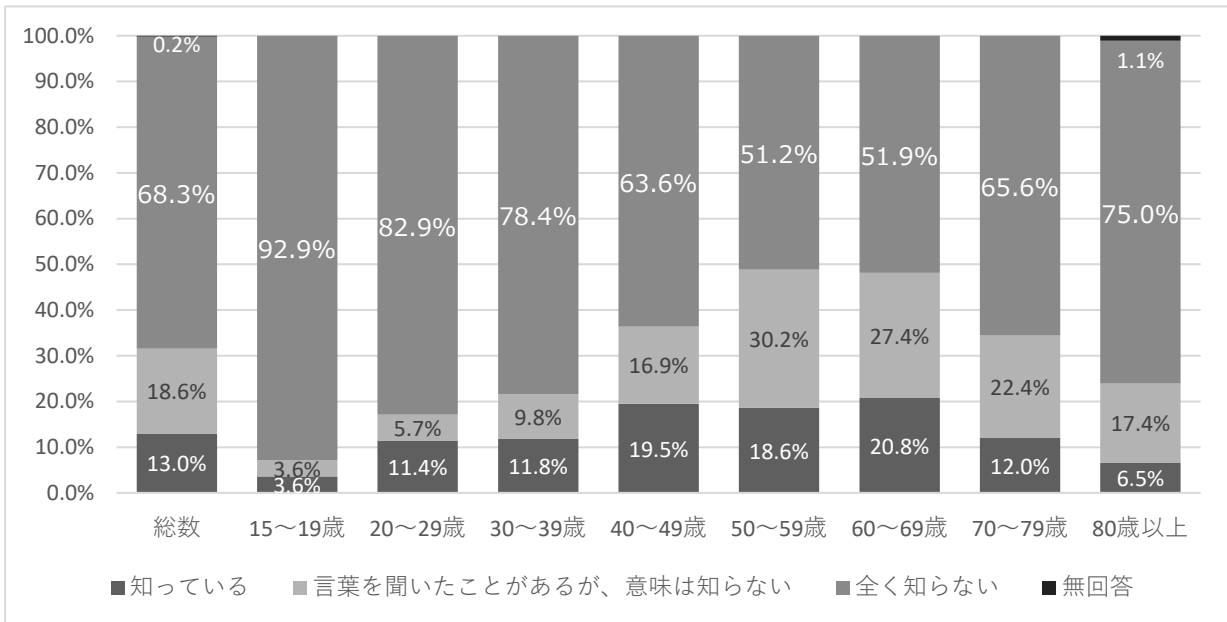


8 歯科口腔保健に係る用語に関する理解

(1) オーラルフレイル

若年層ほど知らないという回答が多かった。40歳以上で「全く知らない」と回答した者は令和4年調査と比較すると減少している（令和4年調査 40～49歳 66.1%、50～59歳 62.7%）。

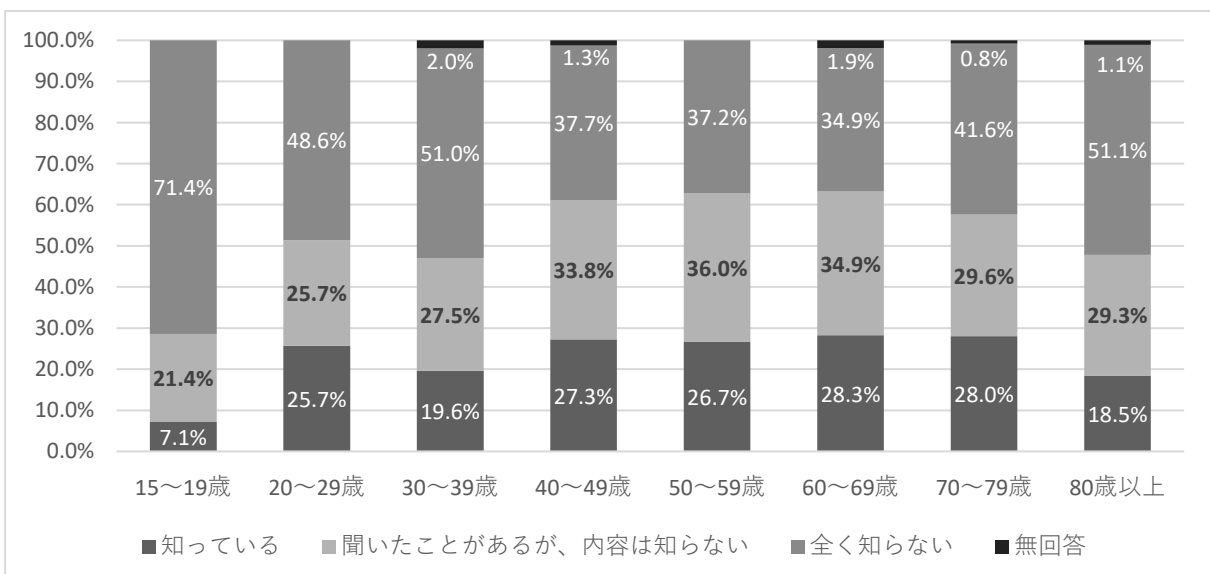
図5-12 オーラルフレイルという言葉を知っていますか。



(2) 糖尿病と歯周病の関係

40歳以上の半数以上が「知っている」または「聞いたことがあるが内容は知らない」と回答した方の割合が多く、若年層ほど「知らない」と回答した方の割合が多かった。

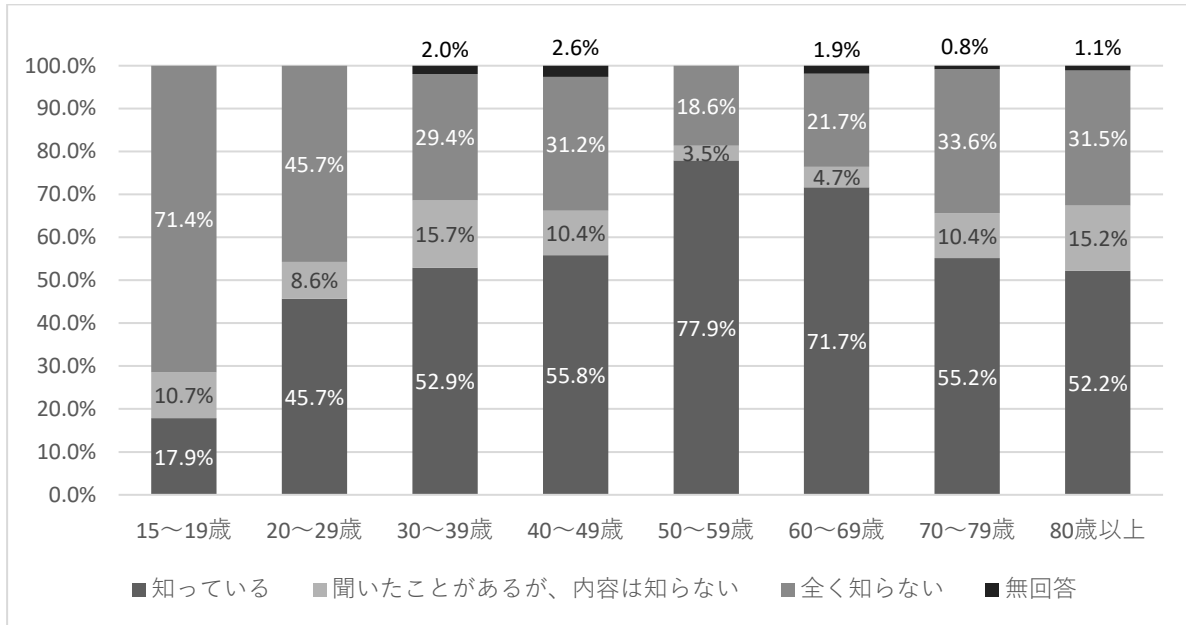
図5-13 糖尿病と歯周病の関係を知っていますか。



(3) 8020 (ハチマルニイマル) 運動

30歳代以上の群で半数以上の人を知っていると回答があったが、若年層では半数が知らないとの回答だった。

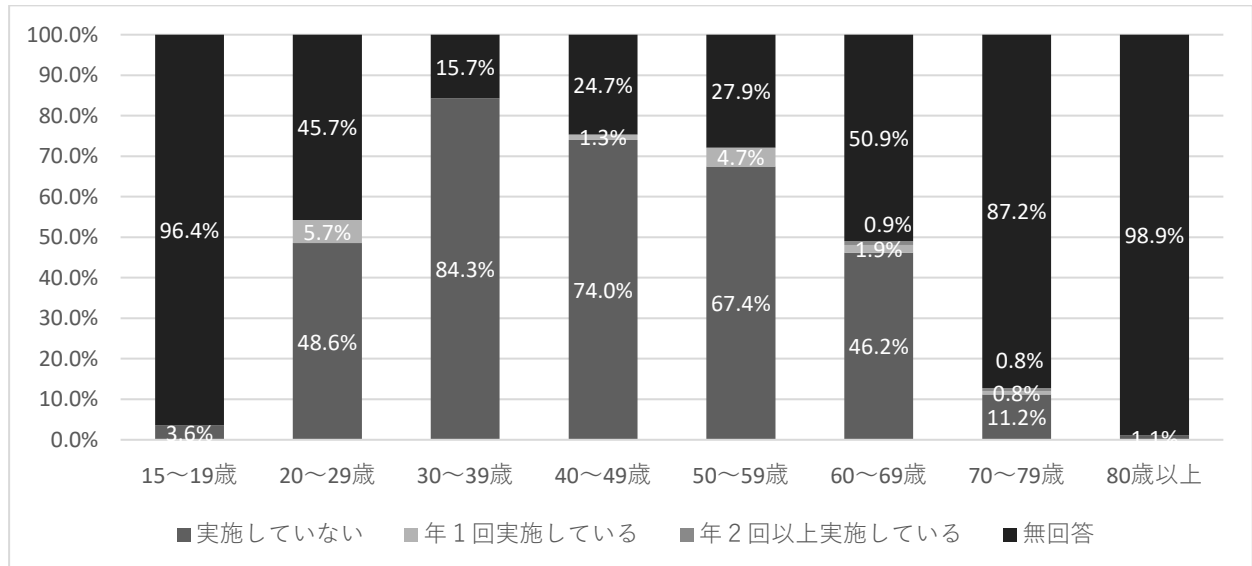
図5-14 「8020 (ハチマルニイマル) 運動」という言葉を知っていますか



9 企業における定期歯科健診の実施状況

企業における定期歯科健診の状況は、働き盛り世代である30歳代から50歳代の群で半数以上が実施していないという回答だった。

図5-15 現在、企業に勤務している方にお聞きします。職場で定期歯科健診を実施していますか。



第6 <参考>全国と岩手県の状況

全国および岩手県における年次推移（平成21年度～令和6年度）を示した。

なお、調査年（年度）ごとに被調査者の年齢構成が異なるが、本報告では年齢調整を行っていない数値を用いている。そのため、結果の解釈に当たっては、年齢構成の違いが影響している可能性があることに留意されたい。

〔出典〕全 国：厚生労働省「国民健康・栄養調査報告」（平成24年、平成28年、令和6年は全国補正值）
岩手県：岩手県「県民生活習慣実態調査」

図6-1 肥満者(BMI $\geq 25\text{kg}/\text{m}^2$)の割合の年次推移（20歳以上、性別）

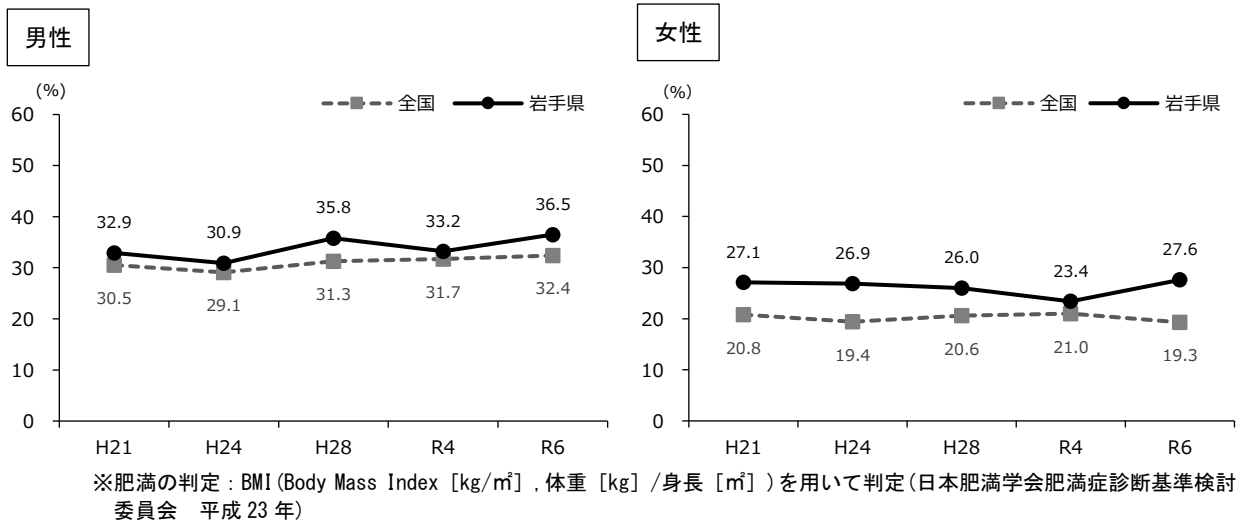


図6-2 食塩摂取量の平均値の年次推移（20歳以上、総数・性別）

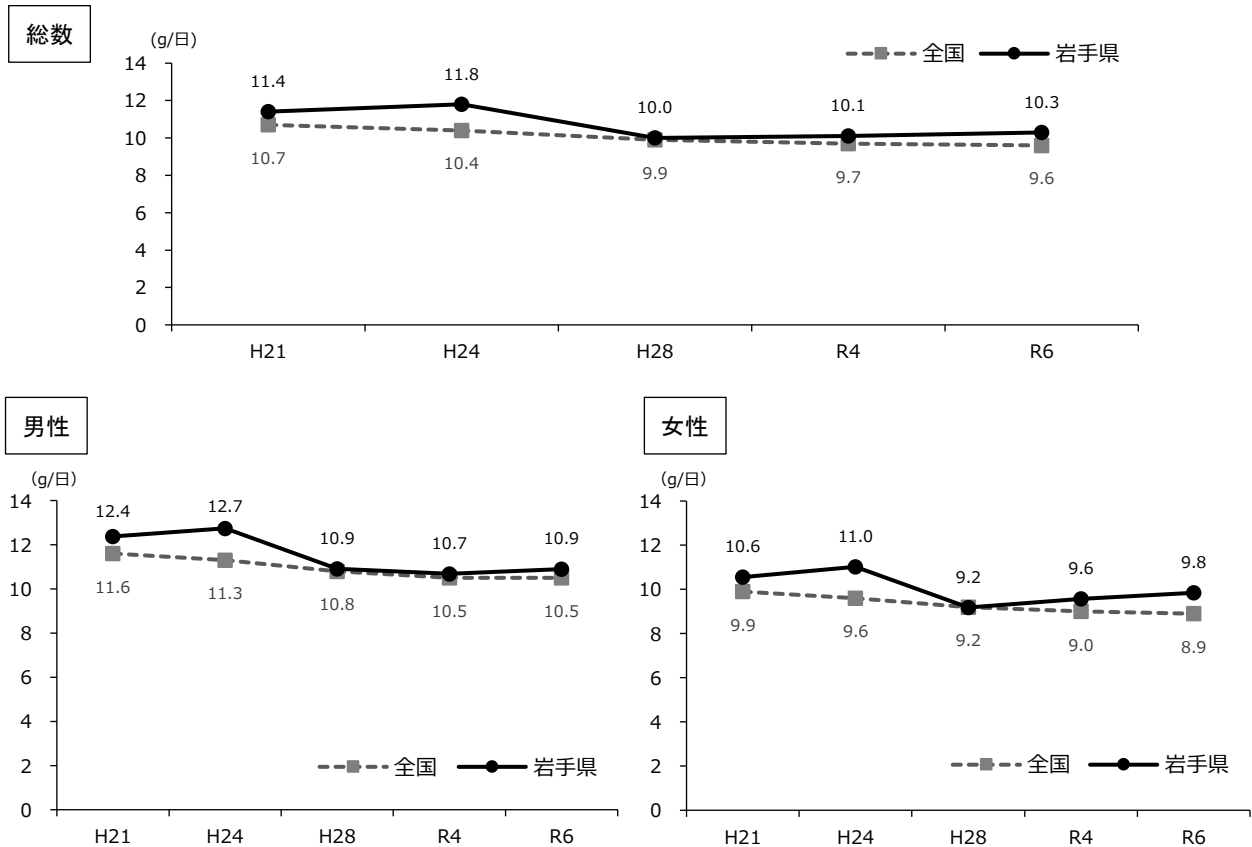


図 6-3 野菜摂取量の平均値の年次推移（20 歳以上、総数・性別）

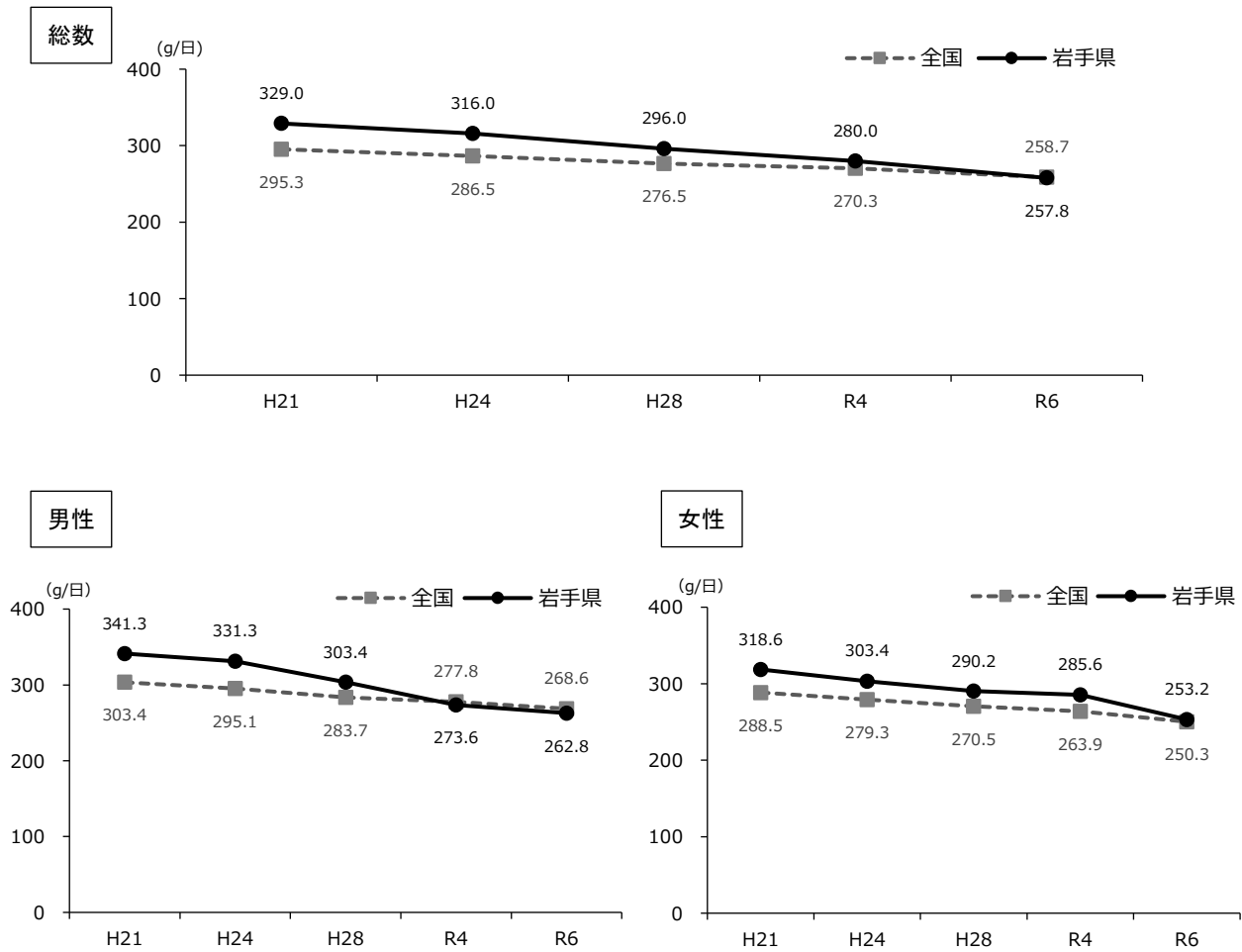
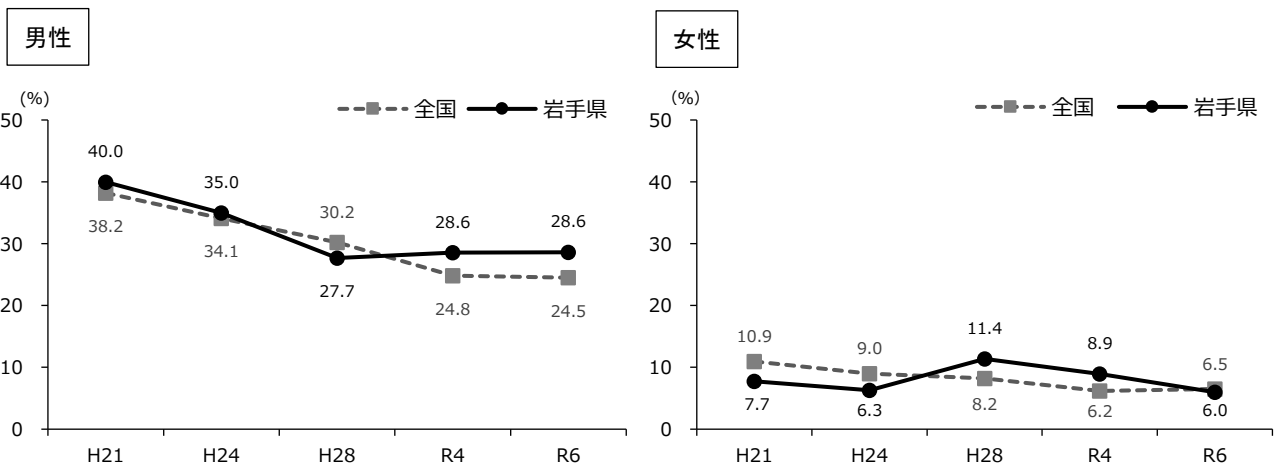


図 6-4 現在、習慣的に喫煙している者の割合の年次推移（20 歳以上、性別）



Ⅲ 資料

令和6年度県民生活習慣実態調査 歯科疾患実態調査 口腔診査票

岩手県統計調査条例に基づく
県統計調査

保健所名 _____

留意事項：初めに事前診査を実施して下さい。空欄がないよう記録願います。その他の所見があれば「特記事項」に記録して下さい。

調査地区番号	一	世帯番号		世帯員番号	
性別	1 男 2 女	年齢		(令和6年11月1日現在)	

▼歯の状況

上顎	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8
永久歯																
	乳歯	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E					
	乳歯	E	D	C	B	A	A	B	C	D	E					
永久歯	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8
下顎																

コード 状態
 0 健全
 1 C う蝕 (歯冠部のみ)
 1 R う蝕 (歯根部のみ)
 1 CR う蝕 (歯冠部から歯根部)
 2 修復 (う蝕を伴う)
 3 修復 (う蝕なし)
 4 脱落
 4+ 根面破
 5 喪失 (原因不問)
 6 ンテラント
 7 プリッジ支台歯
 7+ インプラント歯根
 8 未萌出
 T 外傷

【補綴の状況】
 記録なし (診査不能/困難)
 補綴物の範囲と記号を記載
 PD: 部分床義歯
 Br: 架橋義歯
 Im: インプラント

▼歯周組織の状況

①歯周ポケット (PD)

上顎	16/17	11	26/27
下顎	46/47	31	36/37

歯周ポケット (PD)
 0=健全
 1=浅いポケット (ポケット4~5mm)
 2=深いポケット (ポケット6mm以上)
 8=診査回避
 9=無記録 (診査不能/困難)
 x=該当箇所なし

②歯肉出血 (BOP)

上顎	16/17	11	26/27
下顎	46/47	31	36/37

歯肉出血 (BOP)
 0=健全
 1=出血
 8=診査回避
 9=無記録 (診査不能/困難)
 x=該当箇所なし

▼口腔清掃の状況

▼その他の状況

①歯垢	0=良好 1=普通 2=不良 9=無記録	②歯石	0=良好 1=普通 2=不良 9=無記録	補綴処置の必要度	上顎 下顎 0=補綴処置の必要なし 1=1面の補綴 (1装置) 2=複数面の補綴 (1装置) 4=総義歯 9=無記録	顔面頸部、粘膜 その他の異常	0=なし 1=あり (特記に記入)	事後措置区分	0=なし 1=要指導 2=要精査 9=無記録
-----	-------------------------------	-----	-------------------------------	----------	---	-------------------	----------------------	--------	---------------------------------

▼特記事項

部位	所見/備考

令和6年度県民生活習慣実態調査 身体状況調査票

岩手県統計調査条例に基づく
県統計調査

保健所名 _____

調査地区番号 一 世帯番号 世帯員番号 (令和6年11月1日現在)

調査地区番号	一	世帯番号		世帯員番号	
性別	1 男 2 女	年齢		(令和6年11月1日現在)	

▼身体計測

(1) 身長 (1歳以上) cm

(2) 体重 (1歳以上) kg

(3) 腹囲 (20歳以上) cm

計測方法
 1 調査員が測定
 2 被調査員が測定 (自己申告)

【問診】 (20歳以上)
 (5) 現在、aからdの薬の使用の有無
 (a) 血圧を下げる薬 有・無
 (b) 脈の乱れに関する薬 有・無
 (c) コレステロールを下げる薬 有・無
 (d) 中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬 有・無
 (6) 現在、医師等からの運動禁止の有無 1 有 2 無

(4) 血圧 (20歳以上)

1回目
 収縮期 (最高) mmHg 拡張期 (最低) mmHg

2回目
 収縮期 (最高) mmHg 拡張期 (最低) mmHg

(7) 運動習慣 (医師等から運動を禁止されている(6)で「1」有と回答した) 若しくは記載不要)

(a) 1週間の運動日数 日

(b) 運動を行う日の平均運動時間 時間 分

(c) 運動の継続年数
 1 6か月未満
 2 6か月以上1年未満
 3 1年以上

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うもの。

「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って、
記入してください。

I 世帯状況・II 食事状況

岩手県統計調査条例に基づく
県基幹統計調査

令和6年度県民生活習慣実態調査

栄養摂取状況調査票

I 世帯状況		II 食事状況	
1. 世帯員番号	2. 氏名	3. 生年月日	4. 性別
01	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	5. 妊娠・授乳 1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
02	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
03	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
04	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
05	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
06	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
07	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
08	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
09	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 5 令和 年 月 日	1 男 2 女	1 妊娠している 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している

調査地区番号 □□□□ — □□

世帯番号 □□□□

調査日 令和6年 □□月 □□日

保健所名

調査員氏名

確認者氏名

岩手県

喫煙や受動喫煙の状況についてお伺いします

問3 あなたは、たばこを吸っていますか？ あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。※「電子たばこ」は、たばこ製品ではないため、たばこに含まれません。

1. 現在喫煙している	2. 以前は吸っていたが現在は吸っていない	} → 問4へ
3. 以前から吸っていない		

1. に回答した方のみにお伺いします。

問3-1 現在、あなたが吸っているたばこ製品について、あてはまる番号をすべ
て選んで○印をつけてください。

1. 紙巻たばこ
2. 加熱式たばこ（リルハイブリッド、アイコス、グロー、プルーム）
3. その他（葉巻、パイプたばこ、かぎたばこ、かみたばこ、かみたばこ、キセル等）

問3-2 あなたは、たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで
○印をつけてください。※たばこは、紙巻きたばこ、加熱式たばこ、その他たばこ
です。

1. やめたい	3. やめたくない	} → 問4へ
2. 本数を減らしたい	4. わからない	

1. または2. に回答した方のみにお伺いします。

問3-3 禁煙の治療や保健指導を受けたことがありますか。あてはまる番号をすべ
て選んで○印をつけてください。

1. 医療機関で治療を受けたことがある	3. 受けたことはない
2. 健診機関や市町村で保健指導を受けたことがある	

食生活状況についてお伺いします

問1 ここ1ヶ月間、あなたは、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせて食べることが
1日に2回以上あるのは週に何日でしたか？ あてはまる番号を1つ選んで○印を
つけてください。

【主食】：ごはん、パン、麺類などの料理
【主菜】：魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理
【副菜】：野菜類、海藻類、芋類、きのこ類を主材料にした料理

1. 毎日	5. 週に3日
2. 週に6日	6. 週に2日
3. 週に5日	7. 週に1日
4. 週に4日	8. ない

問2 あなたは、家族や友人などと一緒にゆっくりと時間をかけて食事をしていま
すか？ あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

1. 毎日最低1食は、家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしている 週に数回は家族や友人などと30分以上かけて食事をしている
2. 週1回は家族や友人などと30分以上かけて食事をしている
3. 家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしたという気持ちはある が、一人暮らしである等の出来ない理由がある
4. 家族や友人などと一緒に30分以上かけて食事をしていないし、しようとも 思わない

飲酒の状況についてお伺いします

問5 あなたは、お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

1. 毎日	} 6. やめた（1年以上やめている） 7. 飲まない（飲めない）
2. 週5～6日	
3. 週3～4日	
4. 週1～2日	
5. 月に1～3日	

1.～5.に回答した方のお伺いします。

問6へ

問5-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

1. 1合（180ml）未満	4. 3合以上4合（720ml）未満
2. 1合以上2合（360ml）未満	5. 4合以上5合（900ml）未満
3. 2合以上3合（540ml）未満	6. 5合（900ml）以上

※清酒1合（180ml）は、次の量にほぼ相当します。
 ビール・発泡酒中瓶1本（約500ml）、焼酎20度（135ml）、焼酎35度（80ml）、缶チューハイ7度（350ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）

休養や睡眠の状況についてお伺いします

問6 ここ1ヶ月間、あなたは、睡眠によって休養が十分とれていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

1. 十分とれている	3. あまりとれていない
2. まあまあとれている	4. まったくとれていない

問7 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどれくらいでしたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

1. 5時間未満	4. 7時間以上8時間未満
2. 5時間以上6時間未満	5. 8時間以上9時間未満
3. 6時間以上7時間未満	6. 9時間以上

問4 あなたは、この1ヶ月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか？次のア～コのすべての場所について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

※ たばこは、紙巻きたばこ、加熱式たばこ、その他たばこです。
 ※ 学校、飲食店、遊技場などに勤務している、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ職場」欄に記入してください。

	1 ほぼ毎日	2 週に数回程度	3 週に1回程度	4 月に1回程度	5 全くなかった	6 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など）	1	2	3	4	5	6

令和6年度県民生活習慣実態調査

歯科疾患実態調査 アンケート調査票

調査地区番号		-	
世帯番号			
世帯員番号			
性別	1 男	2 女	
年齢			(令和6年11月1日現在)
回答者	1 本人	2 代理	本人との間柄 ()

保健所名

- (記入上の注意)
- アンケートは、1歳以上の方全員を対象としています。
なお、1歳～14歳のお子さんの状況については、保護者の方（又はこれに代わる方）が記入してください。
 - 高齢などの理由からアンケートの回答が困難な場合は、御家族の方が手伝ってあげてください。
 - 回答された方が御本人か代理の方かわかるように、表紙の回答者欄の選択肢を丸で囲んでください。また、代理の方の場合は、御本人との間柄を記入してください。
 - アンケートには、該当する選択肢を丸で囲む形でお答えください。
 - 回答は、黒のボールペンではっきりと記入してください。
 - 誤って記入した場合は、二重線（＝）ではっきり区別できるよう消してください。
 - アンケートの回答区分に注意してください。
① 問1～問8、問10～問12は全員が対象です。
② 問9は3歳以上の方が対象です。
③ 問13は現在、企業に勤務している方が対象です。（※個人事業主は除きます。）

岩手県

問1～問8は、すべての方が対象です

問1	1日に何回間食をとっていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(1) あまりとらない (2) 1日1回とる (3) 1日2回とる (4) 1日3回以上とる
問2	歯間清掃用具 [糸ようじ (フロス) または歯間ブラシ] を使っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(1) ほぼ毎日使っている (2) 1週間に1回以上使っている (3) 時々使っている (4) 使っていない
問3	定期的に歯科検診 (健診) を受けていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(1) 年に2回以上受けている (2) 年に1回は受けている (3) 1年以上前に受けた (4) 受けていない
問3-1	問3で「(1) から (3)」とお答えの方にお聞きします どこで検査を受けていますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。	(1) 医療機関で (2) 職場で (3) 学校で (4) 市町村・保健所で (5) その他
問4	この1年間に歯科専門職による歯石の除去や歯面の清掃を受けましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(1) 受けた (2) 受けていない
問5	かかりつけ歯科医※はいますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(1) いる (2) いない

(※かかりつけ歯科医とは、歯の治療、歯に関する相談、定期健診など、歯と口の健康を日常的にトータルサポートしてくれる身近な歯科医師、歯科医療機関のことです。)

問11 糖尿病と歯周病との関係を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) 全く知らない
(1) 知っている	
(2) 聞いたことがあるが、内容は知らない	

問12 「8020 (ハチマルニイマル) 運動」という言葉を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) 全く知らない
(1) 知っている	
(2) 聞いたことがあるが、内容は知らない	

問13は現在、企業に勤務している方が対象です。(※個人事業主は除きます。)

問13 現在、企業に勤務している方にお聞きします。職場で定期歯科健診を実施していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) 年2回以上実施している
(1) 実施していない	
(2) 年1回実施している	

ご協力ありがとうございました

問6 食べ物をかんで食べる時の状態について、どれがあてはまりますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) かめない食べ物が多い
(1) 何でもかんで食べることができる	
(2) 一部かめない食べ物がある	(4) かんで食べることはできない

問7 人と比べて食べる速さはどのくらいですか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(4) やや遅い
(1) かなり速い	
(2) やや速い	(5) かなり遅い
(3) 普通	

問8 過去1年間にフッ化物(フッ素)を使用したことがありますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。	(4) その他(具体的に)
(1) フッ化物塗布	(5) ない
(2) フッ化物洗口	(6) わからない
(3) フッ化物配合歯磨剤の使用	

問9は、3歳以上の方が対象です

問9 矯正歯科治療を受けたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) ない
(1) 現在、治療を受けている	
(2) 過去に治療を受けたことがある	

問10～問12は、すべての方が対象です

問10 オーラルフレイルという言葉を知っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。	(3) 全く知らない
(1) 知っている	
(2) 言葉聞いたことがあるが、意味は知らない	