

Q11 (回答票13) あなたは、食事に関してどのように気をつけていますか。  
この中からいくつでもお答えください。(M. A.)

	総 数	規則正しい食事をする	食べ過ぎないようにする	栄養が偏らないようにする	塩辛いものを控える	カロリーや脂肪分を控える	食品の安全性(無農薬、無添加、加熱等)	手作りの料理を増やすようにしている	鮮度のよいものをとるようにしている	かたいものをとらないようにしている	その他	特に気をつけていることはない	回答計
総 数	2307	54.6	49.7	41.6	49.8	33.9	20.4	41.5	28.2	14.9	1.2	14.7	350.6
F1 性別													
男 性	965	53.4	50.9	39.1	43.2	31.3	17.1	33.1	25.0	13.4	0.9	18.8	326.3
女 性	1342	55.4	48.9	43.4	54.6	35.8	22.7	47.6	30.5	15.9	1.4	11.8	368.0
F2 年 齢													
65~69歳	728	54.6	51.3	42.5	50.5	37.7	22.8	45.7	28.0	10.4	0.5	14.0	357.9
70~74歳	627	56.2	50.6	44.5	54.1	36.7	24.1	44.6	35.0	16.3	1.1	12.0	375.3
75~79歳	522	57.6	50.2	40.6	48.9	34.5	19.3	41.1	27.3	17.6	1.4	13.9	352.3
80歳以上	430	48.6	45.3	37.0	43.7	22.8	12.3	30.6	19.6	17.1	2.1	20.9	300.0
65~74歳(計)	1356	55.3	51.0	43.4	52.2	37.2	23.4	45.2	31.2	13.1	0.8	13.1	366.0
75歳以上(計)	952	53.5	48.0	39.0	46.5	29.2	16.1	36.3	23.8	17.4	1.7	17.1	328.7
F3 配偶者の有無													
い る	1498	56.4	52.1	44.8	50.7	36.1	22.3	43.2	30.6	14.9	0.8	14.0	365.9
い な い	809	51.2	45.4	35.7	48.2	29.9	16.9	38.4	23.8	14.8	1.8	16.1	322.2
※都市規模													
大 都 市	412	64.0	51.8	50.5	45.9	38.7	22.2	45.8	31.8	14.4	0.5	8.1	373.7
中 都 市	799	55.7	49.9	44.9	50.7	35.9	21.7	45.1	31.7	14.6	1.4	13.7	365.4
小 都 市	450	49.6	47.0	35.9	47.5	32.2	18.3	36.9	24.3	15.7	1.2	17.3	325.8
町 村	646	50.7	50.0	35.8	53.0	29.6	19.1	37.6	24.2	14.9	1.4	18.5	334.8
※世帯構成													
単身世帯	308	56.9	43.3	38.6	49.7	34.4	18.1	40.5	27.6	12.0	1.3	12.7	335.0
夫婦のみ世帯	803	60.6	54.9	50.8	54.9	41.3	24.8	47.9	34.7	14.6	0.7	11.2	396.5
二世代世帯	464	48.2	49.8	38.5	47.7	32.2	20.6	37.4	25.6	15.0	1.9	15.4	332.3
三世代世帯	600	51.1	47.7	33.8	46.0	27.5	16.7	38.0	21.9	16.6	1.1	19.5	320.0
その他の世帯	132	50.4	42.2	38.9	44.7	23.2	14.5	36.0	27.6	15.1	1.5	16.9	311.0
F1 性別×F2 年齢													
男性65~69歳	347	54.3	51.8	37.9	41.1	31.8	17.1	35.4	21.8	8.2	0.4	18.6	318.2
70~74歳	281	56.8	53.7	40.1	48.0	35.7	20.3	35.2	33.0	15.0	0.9	14.5	353.3
75~79歳	197	53.3	50.0	39.3	41.9	29.3	17.0	34.1	24.4	18.1	1.5	20.0	328.9
80歳以上	139	44.5	44.0	39.8	40.8	24.1	11.0	22.0	17.8	16.8	1.6	26.2	288.5
65~74歳(計)	629	55.4	52.7	38.9	44.2	33.5	18.5	35.3	26.8	11.2	0.6	16.8	333.9
75歳以上(計)	337	49.7	47.5	39.5	41.4	27.1	14.5	29.1	21.7	17.6	1.5	22.6	312.1
女性65~69歳	381	54.8	50.8	46.7	59.1	43.0	27.9	55.1	33.7	12.4	0.6	9.9	394.1
70~74歳	346	55.6	48.1	48.1	59.0	37.5	27.3	52.2	36.5	17.4	1.4	9.9	393.2
75~79歳	325	60.2	50.3	41.4	53.1	37.7	20.7	45.3	29.1	17.3	1.3	10.2	366.5
80歳以上	291	50.6	45.9	35.7	45.0	22.2	12.9	34.8	20.5	17.3	2.3	18.4	305.6
65~74歳(計)	727	55.2	49.5	47.4	59.1	40.4	27.6	53.7	35.1	14.8	1.0	9.9	393.7
75歳以上(計)	615	55.7	48.2	38.7	49.3	30.4	17.0	40.3	25.0	17.3	1.8	14.1	337.7

Q11 (回答票13) あなたは、食事に関してどのようなことに気をつけていますか。  
この中からいくつでもお答えください。 (M. A.)

	総数	規則正しい食事をする	食べ過ぎないようにする	栄養が偏らないようにする	塩辛いものを控える	カロリーや脂肪分を控える	食品の安全性（無農薬、無添加、加熱等）	手作りの料理を増やすようにしている	鮮度のよいものとるようにしている	かたいものをとらないようにしている	その他	特に気をつけていることはない	回答計
Q1 現在の健康状態													
良い	571	63.6	54.2	47.9	49.7	35.5	23.3	48.8	34.2	14.2	0.6	11.9	384.0
まあ良い	522	54.4	53.5	45.7	56.8	36.9	25.7	44.0	32.0	15.0	0.5	12.0	377.3
普通	596	52.3	43.8	36.6	46.1	29.3	18.4	38.7	25.6	12.3	0.7	18.4	322.1
あまり良くない	472	50.2	50.4	38.2	50.4	35.8	16.0	37.9	23.4	16.7	2.7	15.3	337.0
良くない	142	43.5	41.9	33.1	39.6	30.2	11.8	27.6	15.9	19.5	2.5	18.8	284.3
わからない	5	39.9	24.6	57.6	24.6	24.6	24.6	24.6	42.4	-	-	24.6	287.7
良い (計)	1094	59.2	53.8	46.8	53.1	36.2	24.5	46.5	33.2	15.0	0.6	12.0	380.8
良くない (計)	613	48.7	48.4	37.0	47.9	34.5	15.0	35.6	21.7	17.3	2.6	16.1	324.9
Q2 日常生活への影響													
ある	490	49.5	44.5	39.2	47.6	30.7	17.5	36.6	23.2	17.7	2.6	15.0	324.1
ない	1815	55.9	51.1	42.2	50.4	34.8	21.1	42.8	29.5	14.1	0.8	14.6	357.5
Q6 要介護度の状況													
認定を申請していない	2071	55.3	50.6	42.1	50.9	34.7	21.1	42.4	29.3	14.7	0.9	14.1	356.1
認定を申請中	19	35.1	35.7	37.0	45.0	36.3	6.2	23.5	8.3	29.8	6.2	17.3	280.4
自立と認定された	11	30.1	18.0	15.1	36.0	25.5	7.5	33.1	15.1	-	10.5	30.9	221.8
要支援	20	46.5	65.6	42.9	60.8	30.6	30.6	32.5	14.0	18.2	4.2	11.5	357.3
要介護度1	46	51.9	46.0	35.3	40.8	23.3	14.1	35.8	20.2	15.9	1.8	13.2	298.5
要介護度2	20	51.6	27.8	36.3	27.8	15.7	12.1	34.9	8.5	16.9	3.6	33.2	268.5
要介護度3	12	51.5	59.4	48.0	62.3	45.7	10.3	31.4	17.1	24.5	-	13.7	364.3
要介護度4	16	59.8	34.8	27.4	44.7	29.5	5.3	32.0	28.8	9.9	-	15.9	305.7
要介護度5	3	-	23.1	23.1	23.1	-	-	26.9	17.6	-	-	50.0	169.3
認定されているが、要介護度はわからない	89	49.5	43.2	40.3	34.5	27.6	16.8	35.7	25.0	12.6	2.7	22.3	310.1
認定なし (計)	2102	55.0	50.2	41.9	50.8	34.7	20.9	42.2	29.0	14.7	1.0	14.2	354.7
認定あり (計)	206	50.1	44.4	38.2	40.0	26.5	15.6	34.6	19.8	16.4	3.1	19.7	308.6
Q8 身体を動かすことの有無													
農作業などの仕事をする	572	54.2	52.5	39.6	54.0	33.0	22.1	40.4	27.4	14.1	0.9	16.5	354.7
調理や掃除など家事をする	1035	61.0	55.3	49.7	57.8	41.3	26.2	54.1	38.0	17.0	0.9	9.3	410.7
庭の手入れなどをする	925	61.7	55.7	48.4	54.7	39.6	28.6	50.7	38.1	17.8	0.8	12.2	408.4
散歩をする	1008	61.6	54.6	48.4	57.6	42.1	25.3	50.6	37.5	18.7	0.9	10.0	407.3
体操やスポーツをする	453	61.2	60.9	54.6	61.7	48.1	33.9	55.5	40.0	17.8	2.2	7.8	443.8
その他	96	57.2	44.7	36.8	39.2	32.7	20.0	43.1	24.0	7.3	3.0	18.1	326.0
身体を動かすこととはあまりない	308	43.1	36.7	31.3	38.4	21.7	10.5	25.0	13.4	14.3	2.0	23.4	259.6