

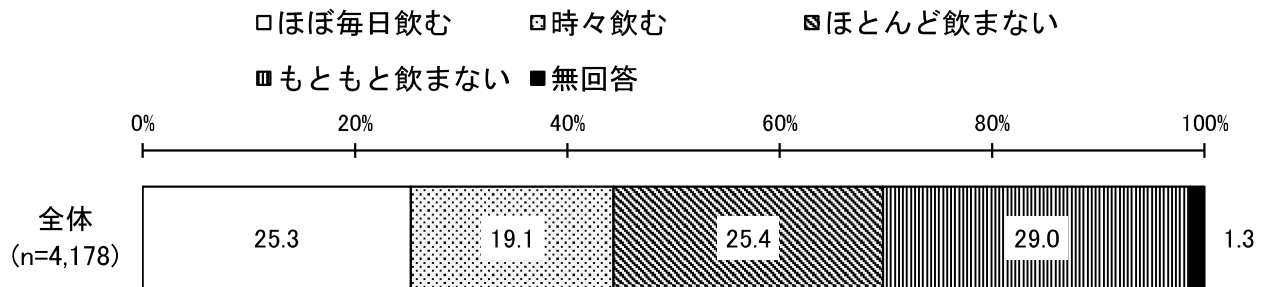
5. その他の生活習慣について

(1) 飲酒状況

問20. あなたは、お酒（アルコール）を飲みますか。

飲酒状況については、全体では「もともと飲まない」の割合が29.0%で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」（25.4%）、「ほぼ毎日飲む」（25.3%）などの順となっています。

性別で見ると、“男性”はいずれの年齢層も「ほぼ毎日飲む」の割合が、“女性”はいずれの年齢層も「もともと飲まない」の割合がそれぞれ最も高くなっています。



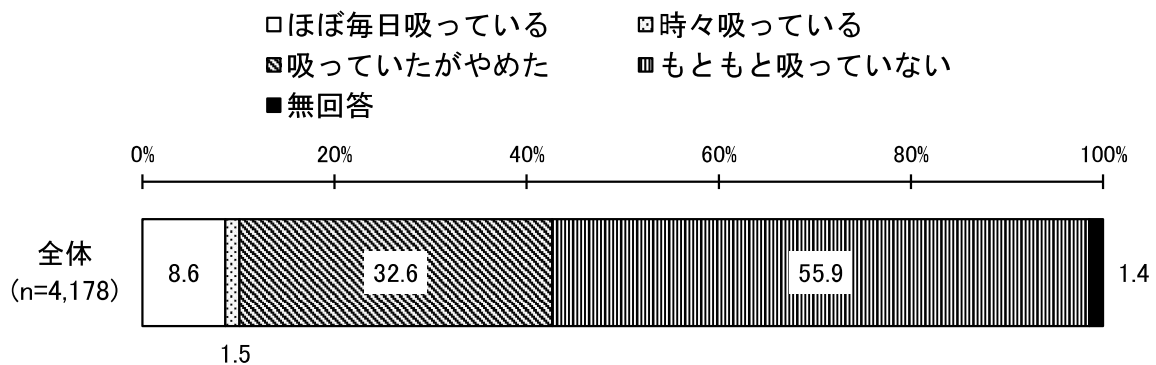
		合計 : n 項目 : %	合計	ほぼ 毎日飲む	時々飲む	ほとんど 飲まない	もともと 飲まない	無回答
全体			4,178	25.3	19.1	25.4	29.0	1.3
男性	男性総数	1,835		41.0	19.5	22.7	15.5	1.3
	65-69歳	338		47.0	24.3	16.3	12.1	0.3
	70-74歳	552		44.7	18.1	22.1	14.1	0.9
	75-79歳	402		41.3	21.9	20.9	14.4	1.5
	80-84歳	317		35.6	13.9	30.6	18.6	1.3
	85-89歳	158		27.2	19.0	26.6	24.1	3.2
	90歳以上	68		36.8	19.1	23.5	16.2	4.4
女性	女性総数	2,238		12.6	19.0	27.7	39.7	1.1
	65-69歳	312		17.3	24.0	27.2	31.1	0.3
	70-74歳	564		15.4	20.4	28.2	35.1	0.9
	75-79歳	504		12.1	19.8	28.2	38.9	1.0
	80-84歳	449		10.9	16.9	29.2	41.6	1.3
	85-89歳	299		7.4	15.1	24.7	50.5	2.3
	90歳以上	110		7.3	12.7	26.4	53.6	0.0
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	537		26.4	19.6	22.3	29.2	2.4
	東部	567		26.3	18.3	26.8	26.6	1.9
	中央	515		23.7	18.4	24.7	31.3	1.9
	いけよんの郷	420		29.3	18.6	26.4	25.0	0.7
	ふくろうの杜	472		23.5	17.4	26.1	32.2	0.8
	豊島区医師会	408		25.0	19.4	26.5	28.4	0.7
	アトリエ村	596		22.5	23.7	24.3	28.9	0.7
	西部	612		26.6	16.8	26.8	29.6	0.2

(2) 喫煙状況

問21. あなたは、タバコを吸っていますか。

喫煙状況については、全体では「もともと吸っていない」の割合が55.9%で最も高く、次いで「吸っていたがやめた」(32.6%)、「ほぼ毎日吸っている」(8.6%)などの順となっています。

性・年齢別でみると、いずれの年齢層も“男性”は「吸っていたがやめた」、「女性”は「もともと吸っていない」の割合がそれぞれ最も高くなっています。



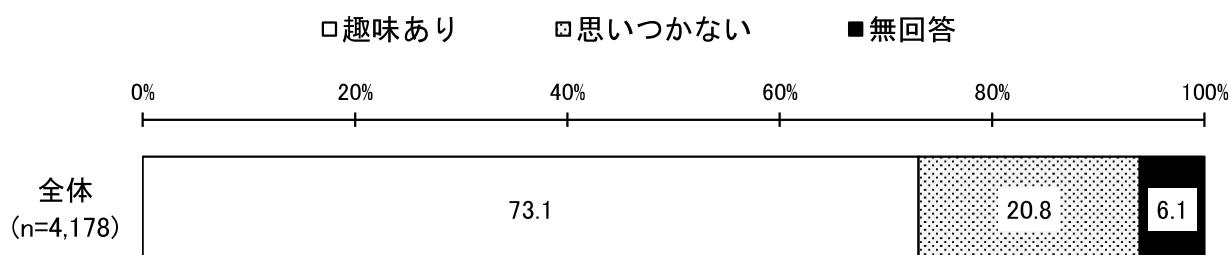
		合計	ほぼ毎日 吸っている	時々 吸っている	吸って いたが やめた	もともと 吸って いない	無回答
		合計: n 項目: %					
全体		4,178	8.6	1.5	32.6	55.9	1.4
男性	男性総数	1,835	13.4	2.2	55.3	27.7	1.5
	65-69歳	338	23.1	2.4	50.9	23.1	0.6
	70-74歳	552	16.7	2.9	54.0	25.7	0.7
	75-79歳	402	10.4	2.2	56.7	29.1	1.5
	80-84歳	317	8.2	0.9	59.3	29.7	1.9
	85-89歳	158	3.8	1.9	60.8	30.4	3.2
	90歳以上	68	2.9	1.5	47.1	42.6	5.9
女性	女性総数	2,238	4.6	0.9	14.0	79.4	1.1
	65-69歳	312	8.3	1.3	17.0	73.1	0.3
	70-74歳	564	6.7	1.2	18.1	72.9	1.1
	75-79歳	504	4.0	1.0	15.7	78.6	0.8
	80-84歳	449	3.3	0.9	10.0	84.2	1.6
	85-89歳	299	1.3	0.0	8.7	88.3	1.7
	90歳以上	110	0.9	0.0	7.3	90.0	1.8
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	537	8.6	2.2	33.7	52.7	2.8
	東部	567	6.9	1.8	31.9	57.8	1.6
	中央	515	11.1	1.4	33.0	53.0	1.6
	いけよんの郷	420	11.0	1.4	32.9	53.6	1.2
	ふくろうの社	472	10.0	1.1	27.1	60.6	1.3
	豊島区医師会	408	6.4	1.0	38.0	53.7	1.0
	アトリエ村	596	6.7	1.2	34.6	56.9	0.7
西部	612	9.0	1.8	30.6	58.3	0.3	

(3) 趣味の有無

問22. 趣味はありますか。

趣味はあるかについては、全体では「趣味あり」の割合が73.1%で、「思いつかない」(20.8%)を上回っています。

主観的幸福感別でみると、「趣味あり」の割合は“低得点群”が51.6%、“中得点群”が62.9%、“高得点群”が79.6%で、幸福感が高くなるにつれ「趣味あり」の割合が高くなっています。

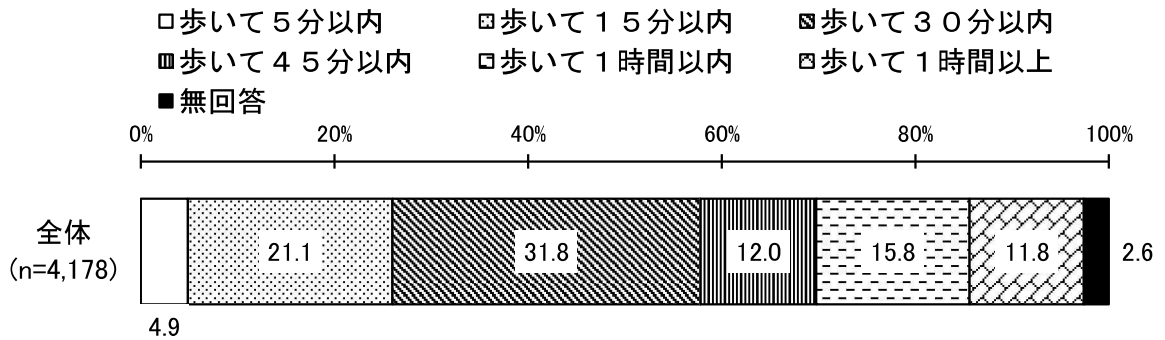


		合計 : n 項目 : %	合計	趣味あり	思いつかない	無回答
全体			4,178	73.1	20.8	6.1
男性	男性総数		1,835	72.9	22.8	4.3
	65-69歳		338	77.8	21.0	1.2
	70-74歳		552	73.4	23.7	2.9
	75-79歳		402	70.9	24.9	4.2
	80-84歳		317	75.1	19.2	5.7
	85-89歳		158	67.7	23.4	8.9
	90歳以上		68	58.8	26.5	14.7
女性	女性総数		2,238	74.0	18.9	7.1
	65-69歳		312	78.5	19.6	1.9
	70-74歳		564	79.6	16.7	3.7
	75-79歳		504	73.8	17.7	8.5
	80-84歳		449	71.3	18.5	10.2
	85-89歳		299	67.9	21.7	10.4
	90歳以上		110	61.8	28.2	10.0
幸福度別	低得点群 (0~3点)		122	51.6	42.6	5.7
	中得点群 (4~6点)		1,108	62.9	30.8	6.3
	高得点群 (7~10点)		2,794	79.6	16.5	3.9

(4) 徒歩で出かける範囲

問23. 普段、あなたはどのくらいの範囲まで歩いて出かけますか。

どのくらいの範囲まで歩いて出かけるかについては、全体では「歩いて30分以内」の割合が31.8%で最も高く、次いで「歩いて15分以内」(21.1%)、「歩いて1時間以内」(15.8%)の順となっています。



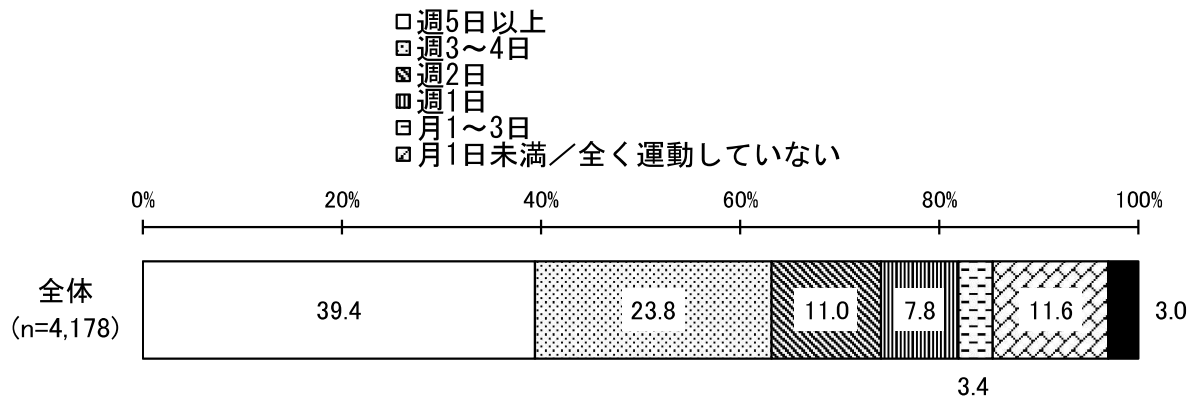
		合計	歩いて5分以内	歩いて15分以内	歩いて30分以内	歩いて45分以内	歩いて1時間以内	歩いて1時間以上	無回答
全体		4,178	4.9	21.1	31.8	12.0	15.8	11.8	2.6
男性	男性総数	1,835	5.4	21.4	29.4	11.5	16.4	13.7	2.2
	65-69歳	338	2.4	17.5	27.5	12.7	17.5	21.6	0.9
	70-74歳	552	4.9	22.6	30.3	11.6	13.9	15.6	1.1
	75-79歳	402	6.2	19.2	30.8	10.7	18.4	12.9	1.7
	80-84歳	317	6.0	21.1	29.0	10.7	20.8	9.5	2.8
	85-89歳	158	6.3	29.7	26.6	13.3	12.7	5.1	6.3
	90歳以上	68	14.7	26.5	32.4	8.8	7.4	2.9	7.4
女性	女性総数	2,238	4.1	20.6	33.8	12.6	15.8	10.4	2.7
	65-69歳	312	3.8	21.8	33.0	9.6	17.6	13.8	0.3
	70-74歳	564	3.0	20.6	38.3	10.3	14.0	11.9	2.0
	75-79歳	504	3.6	20.4	31.7	16.1	14.5	11.7	2.0
	80-84歳	449	2.9	17.8	36.5	14.3	18.5	7.3	2.7
	85-89歳	299	6.7	19.4	28.1	13.4	17.4	8.4	6.7
	90歳以上	110	10.9	33.6	27.3	7.3	10.9	4.5	5.5
高齢者総合相談センター圏域	菊かおる園	537	5.0	19.4	33.0	11.7	14.7	13.2	3.0
	東部	567	2.8	20.1	29.8	13.2	18.7	11.5	3.9
	中央	515	4.3	20.0	31.1	11.8	16.5	14.0	2.3
	いけよんの郷	420	5.7	18.1	30.7	12.9	18.3	11.4	2.9
	ふくろうの杜	472	3.4	22.0	32.8	11.7	13.8	14.8	1.5
	豊島区医師会	408	5.9	20.3	35.5	11.5	13.5	11.0	2.2
	アトリエ村	596	4.9	23.5	30.9	11.6	16.6	10.6	2.0
西部	612	6.2	24.0	32.0	11.8	14.9	9.2	2.0	
介護度別	一般高齢者	3,159	3.7	20.2	32.5	12.4	16.4	13.2	1.5
	要支援1	159	10.7	25.2	32.7	10.7	10.1	4.4	6.3
	要支援2	121	15.7	24.8	26.4	9.9	9.1	2.5	11.6
	総合事業対象者	58	19.0	24.1	31.0	8.6	5.2	6.9	5.2
幸福度別	低得点群 (0~3点)	122	17.2	35.2	24.6	7.4	8.2	5.7	1.6
	中得点群 (4~6点)	1,108	6.9	21.9	31.9	13.4	13.4	10.7	1.7
	高得点群 (7~10点)	2,794	3.7	20.3	32.5	12.0	17.5	12.8	1.3
主観的健康感	とてもよい	503	2.4	16.1	31.0	8.3	18.1	22.5	1.6
	まあよい	2,885	3.5	19.8	33.3	13.1	16.5	11.5	2.2
	あまりよくない	598	10.7	28.6	28.4	10.7	12.0	5.5	4.0
	よくない	86	24.4	29.1	15.1	5.8	8.1	8.1	9.3

(5) 運動の頻度

問24. 現在、あなたはどのくらいの頻度で運動をしていますか。

運動の頻度については、全体では「週5日以上」の割合が39.4%で最も高く、次いで「週3～4日」(23.8%)、「月1日未満/全く運動していない」(11.6%)などの順となっています。頻度に関わらず『している』と回答した方の割合は85.4%で、『していない(月1日未満/全く運動していない)』(11.6%)を上回っています。

主観的健康感別(P.25参照)で見ると、“よくない”は「月1日未満/全く運動していない」の割合が最も高くなっています。



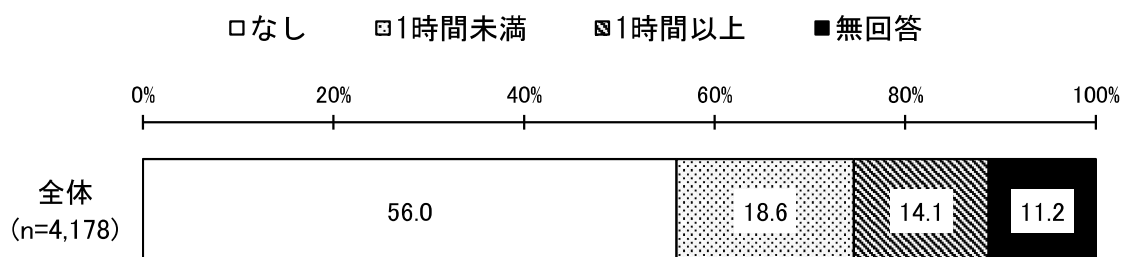
		合計: n 項目: %	合計	週5日以上	週3～4日	週2日	週1日	月1～3日	月1日未満/ 全く運動して いない	無回答
全体			4,178	39.4	23.8	11.0	7.8	3.4	11.6	3.0
男性	男性総数	1,835	42.1	22.1	11.1	7.8	3.6	11.1	2.2	
	65-69歳	338	43.8	18.6	10.7	8.6	6.2	11.5	0.6	
	70-74歳	552	41.7	22.8	11.1	8.9	2.9	11.4	1.3	
	75-79歳	402	42.8	25.9	9.5	7.5	3.7	8.5	2.2	
	80-84歳	317	44.8	22.1	12.0	5.4	2.8	9.8	3.2	
	85-89歳	158	38.6	18.4	13.9	6.3	1.9	15.8	5.1	
	90歳以上	68	29.4	19.1	11.8	11.8	2.9	17.6	7.4	
女性	女性総数	2,238	37.5	25.2	10.9	7.8	3.4	11.8	3.4	
	65-69歳	312	40.1	25.0	12.8	8.3	4.2	9.0	0.6	
	70-74歳	564	38.7	27.0	9.9	7.6	3.7	10.6	2.5	
	75-79歳	504	41.1	26.2	10.1	6.2	2.8	11.3	2.4	
	80-84歳	449	37.2	24.1	9.8	9.1	2.9	12.0	4.9	
	85-89歳	299	31.1	24.1	14.0	6.4	3.0	15.1	6.4	
	90歳以上	110	27.3	20.0	10.9	12.7	4.5	19.1	5.5	
高齢者 総合相談 センター 圏域	菊かおる園	537	42.5	22.0	8.8	8.9	3.9	10.1	3.9	
	東部	567	40.4	24.2	10.6	6.5	4.2	11.5	2.6	
	中央	515	37.7	23.5	11.1	9.1	2.5	12.8	3.3	
	いげよんの郷	420	36.9	24.5	9.0	8.3	4.0	13.8	3.3	
	ふくろうの杜	472	40.5	23.1	11.0	8.1	3.6	11.9	1.9	
	豊島区医師会	408	34.1	24.3	14.7	6.9	4.4	12.5	3.2	
	アトリエ村	586	41.1	25.0	12.2	8.1	3.0	8.9	1.7	
介護度別	西部	612	40.0	23.9	11.6	7.0	2.5	12.1	2.9	
	一般高齢者	3,159	42.1	24.2	10.7	7.8	3.3	10.1	1.7	
	要支援1	159	30.2	18.9	11.9	11.3	6.9	10.1	10.7	
	要支援2	121	24.8	16.5	20.7	9.1	2.5	19.0	7.4	
幸福度別	総合事業対象者	58	27.6	22.4	20.7	3.4	5.2	19.0	1.7	
	低得点群 (0～3点)	122	23.0	20.5	8.2	6.6	4.9	34.4	2.5	
	中得点群 (4～6点)	1,108	31.1	23.3	13.5	8.4	4.2	17.9	1.6	
主観的 健康感	高得点群 (7～10点)	2,794	44.2	24.7	10.3	7.8	3.2	8.2	1.5	
	とてもよい	503	56.1	20.1	9.5	4.8	2.2	4.6	2.8	
	まあよい	2,885	39.5	25.7	10.8	8.4	3.4	9.7	2.4	
	あまりよくない	598	28.1	19.6	13.7	7.5	4.0	22.1	5.0	
よくない	86	19.8	11.6	8.1	2.3	8.1	41.9	8.1		

(6) 身体活動の状況

問25. 普段、1日に仕事を含めて体を動かす時間はどれくらいですか。

a) 肉体労働や激しいスポーツの時間

肉体労働や激しいスポーツの時間については、全体では「なし」の割合が56.0%で最も高く、次いで「1時間未満」（18.6%）、「1時間以上」（14.1%）などの順となっています。

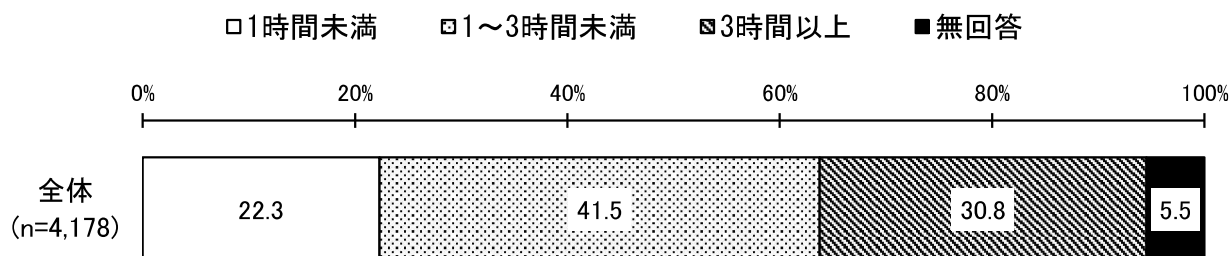


		合計 : n 項目 : %	合計	なし	1時間未満	1時間以上	無回答
全体			4,178	56.0	18.6	14.1	11.2
男性	男性総数		1,835	57.5	18.7	15.0	8.8
	65-69歳		338	54.1	26.0	18.0	1.8
	70-74歳		552	54.9	21.0	18.1	6.0
	75-79歳		402	56.0	18.9	16.2	9.0
	80-84歳		317	65.3	10.7	13.2	10.7
	85-89歳		158	62.0	12.7	4.4	20.9
	90歳以上		68	57.4	13.2	0.0	29.4
女性	女性総数		2,238	55.0	18.8	13.8	12.5
	65-69歳		312	52.2	18.9	25.6	3.2
	70-74歳		564	50.5	25.0	17.6	6.9
	75-79歳		504	54.6	20.6	13.3	11.5
	80-84歳		449	58.4	16.0	9.4	16.3
	85-89歳		299	55.9	12.0	6.0	26.1
	90歳以上		110	70.9	7.3	1.8	20.0
介護度別	一般高齢者		3,159	55.8	20.7	16.0	7.6
	要支援1		159	67.9	11.9	2.5	17.6
	要支援2		121	71.1	7.4	2.5	19.0
	総合事業対象者		58	58.6	12.1	15.5	13.8

b) 歩いたり立っている時間

歩いたり立っている時間については、全体では「1～3時間未満」の割合が41.5%で最も高く、次いで「3時間以上」（30.8%）、「1時間未満」（22.3%）などの順となっています。

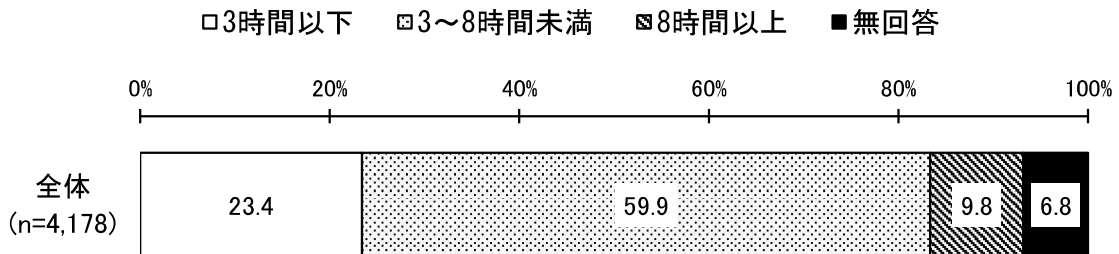
認定状況別でみると、“要支援1” “要支援2” “総合事業対象者” は「1時間未満」の割合が高くなっています。



		合計 : n 項目 : %	合計	1時間未満	1～3時間未満	3時間以上	無回答
全体		4,178		22.3	41.5	30.8	5.5
男性	男性総数	1,835		27.0	42.2	26.3	4.5
	65-69歳	338		21.0	42.9	34.9	1.2
	70-74歳	552		24.1	41.8	31.5	2.5
	75-79歳	402		26.4	43.3	26.6	3.7
	80-84歳	317		30.3	45.4	18.9	5.4
	85-89歳	158		36.1	38.0	12.7	13.3
	90歳以上	68		47.1	30.9	5.9	16.2
女性	女性総数	2,238		18.0	41.5	35.0	5.6
	65-69歳	312		9.3	42.3	47.1	1.3
	70-74歳	564		12.9	41.8	42.2	3.0
	75-79歳	504		16.9	42.5	36.7	4.0
	80-84歳	449		22.5	43.4	26.7	7.3
	85-89歳	299		25.1	37.1	24.7	13.0
	90歳以上	110		35.5	36.4	17.3	10.9
介護度別	一般高齢者	3,159		18.9	44.0	34.1	3.0
	要支援1	159		41.5	32.7	12.6	13.2
	要支援2	121		43.0	33.9	9.1	14.0
	総合事業対象者	58		50.0	31.0	13.8	5.2

c) 座っている時間

座っている時間については、全体では「3～8時間未満」の割合が59.9%で最も高く、次いで「3時間以下」(23.4%)、「8時間以上」(9.8%)などの順となっています。



		合計 : n 項目 : %	合計	3時間以下	3～8時間未満	8時間以上	無回答
全体			4,178	23.4	59.9	9.8	6.8
男性	男性総数		1,835	23.0	60.8	10.8	5.4
	65-69歳		338	25.7	63.3	9.2	1.8
	70-74歳		552	23.9	61.8	11.4	2.9
	75-79歳		402	21.9	62.7	8.7	6.7
	80-84歳		317	23.7	58.4	10.7	7.3
	85-89歳		158	16.5	53.8	17.7	12.0
	90歳以上		68	20.6	57.4	10.3	11.8
女性	女性総数		2,238	23.8	59.8	8.9	7.5
	65-69歳		312	26.0	62.8	10.3	1.0
	70-74歳		564	27.1	60.8	8.7	3.4
	75-79歳		504	24.8	62.9	5.8	6.5
	80-84歳		449	23.8	56.1	9.1	10.9
	85-89歳		299	17.1	56.9	10.0	16.1
	90歳以上		110	13.6	55.5	17.3	13.6
介護度別	一般高齢者		3,159	23.5	62.8	9.4	4.3
	要支援1		159	20.1	52.8	15.1	11.9
	要支援2		121	23.1	47.1	17.4	12.4
	総合事業対象者		58	25.9	62.1	8.6	3.4