

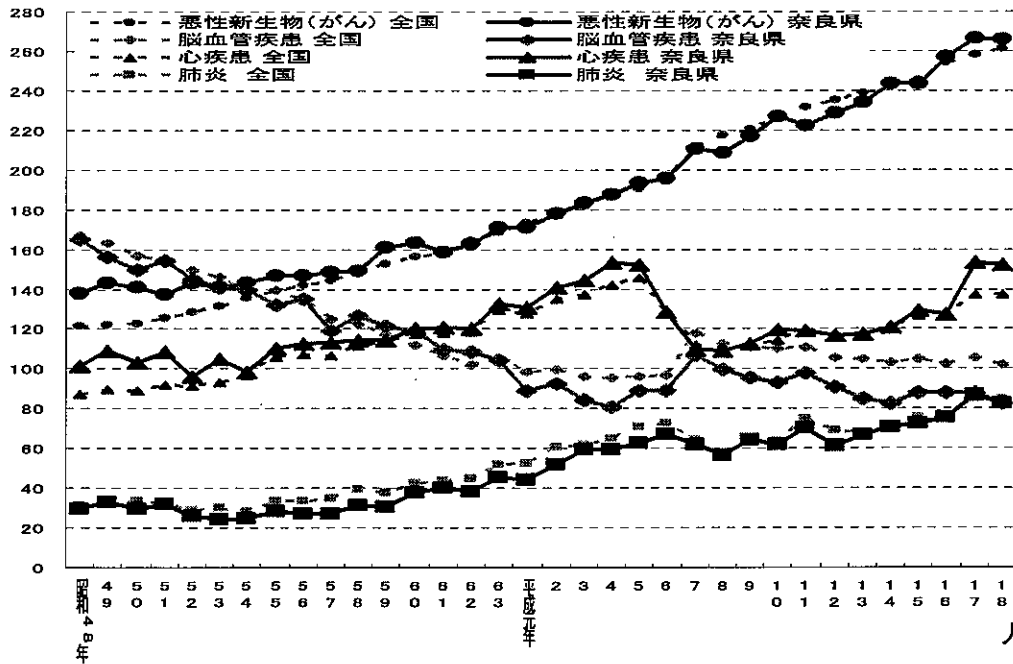
(資料3)

「健康の保持増進」に関する参考資料

平成20年6月13日(金)

福祉部健康安全局健康増進課
くらし創造部生涯学習・スポーツ振興課
福祉部長寿社会課

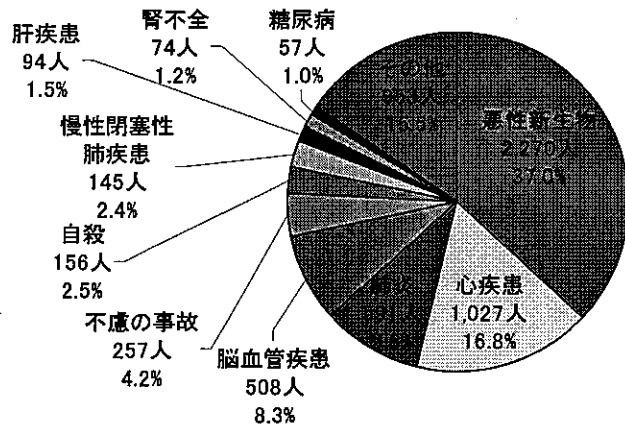
主要死因別死亡率の推移 (人口10万人対 昭和48年～平成18年)



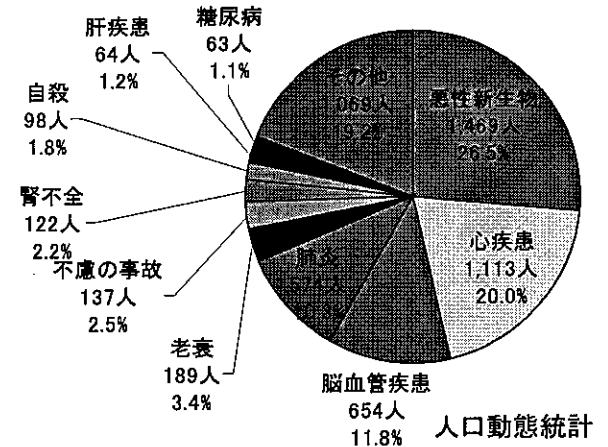
奈良県の死因別死亡者数 (平成18年)

総数 11,684人

男性

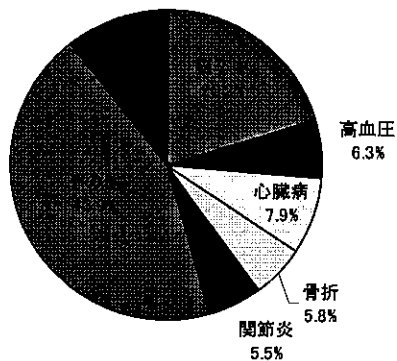


女性

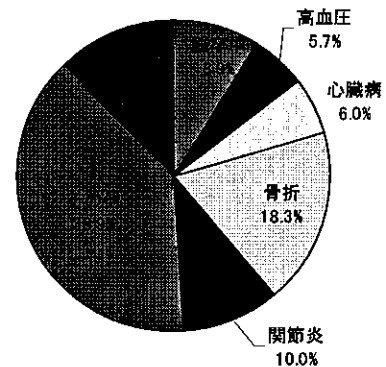


奈良県の要介護の原因 (平成14年)

男性

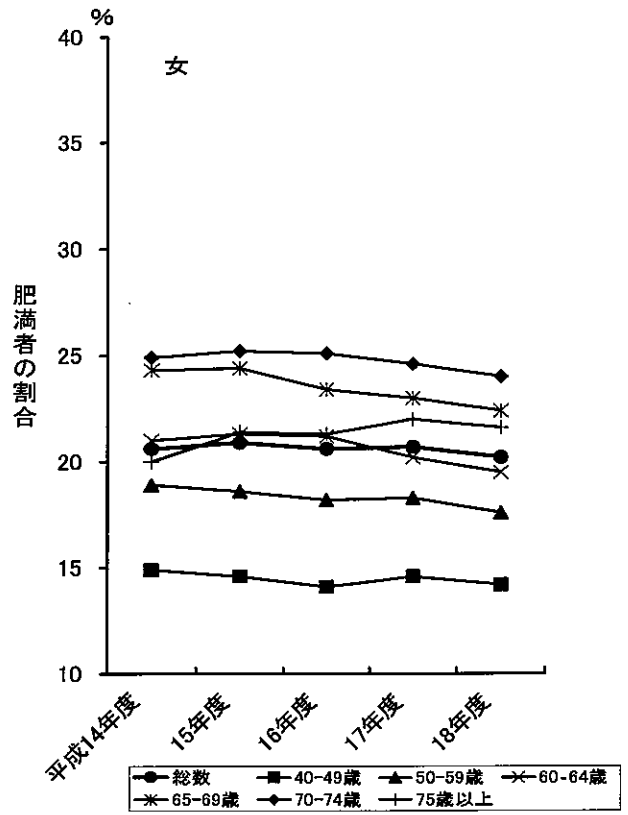
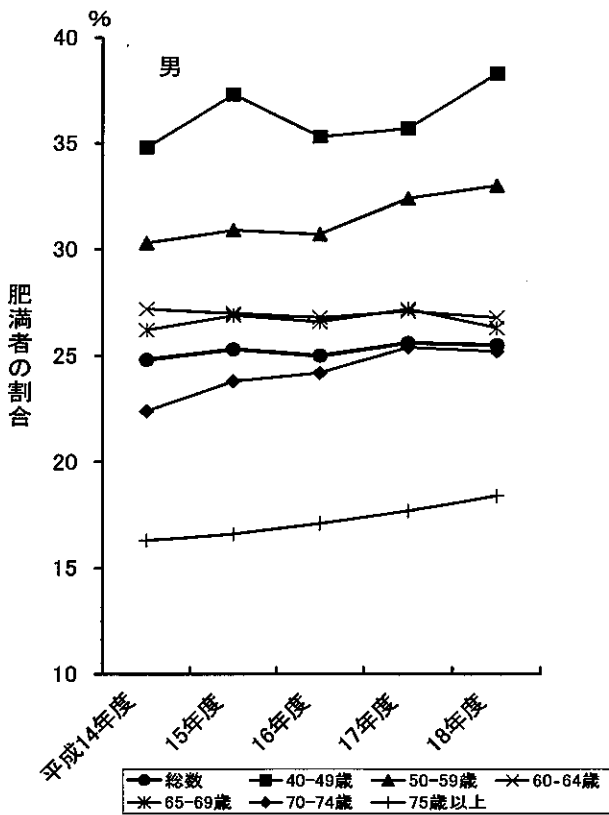


女性



平成14年度奈良県高齢者実態調査報告書

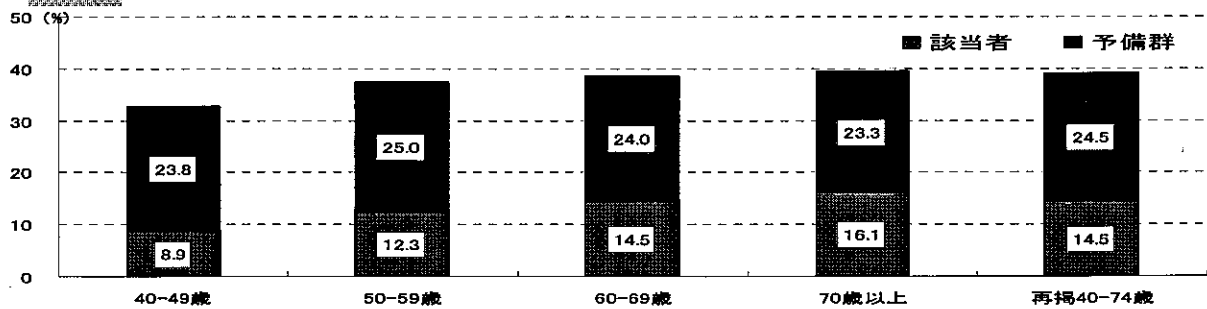
性年齢階級別に見た肥満者割合の推移



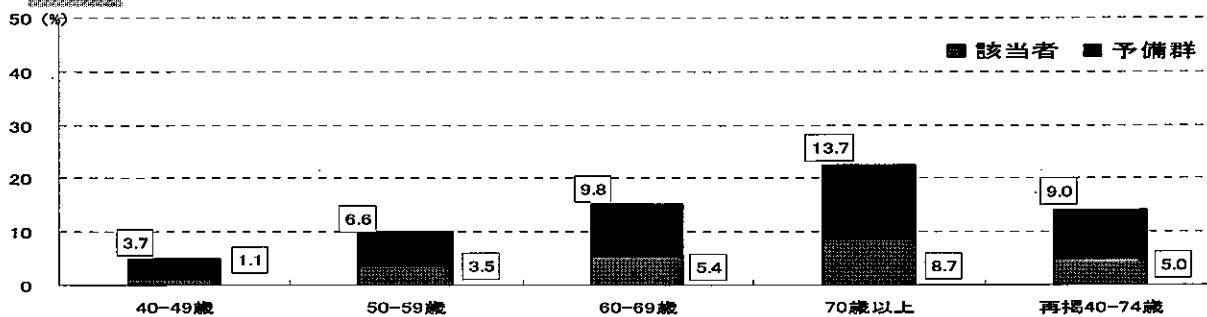
基本健康診査(老人保健法)実績報告

メタボリックシンドロームの状況

男性

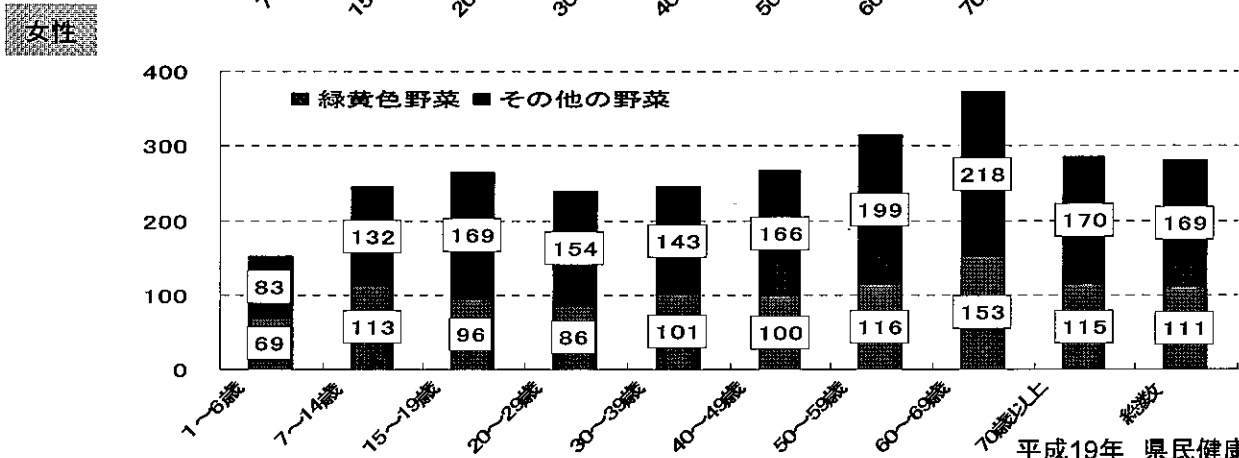
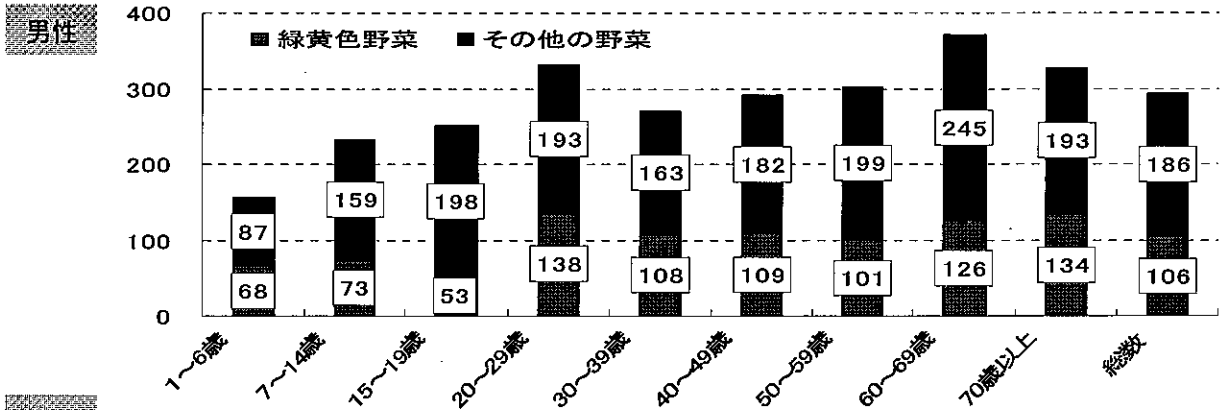


女性



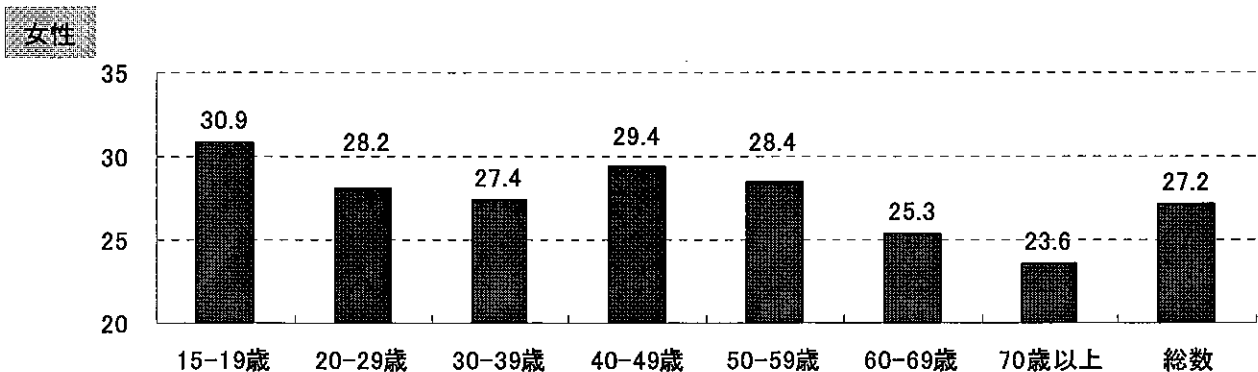
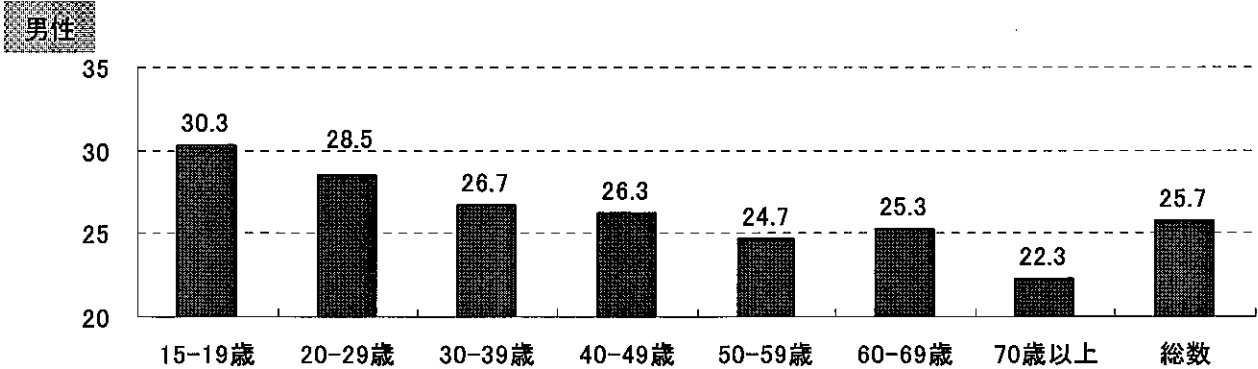
平成19年度基本健康診査(老人保健法)実績報告のうち
腹囲測定を実施した25市町村の集計結果

年齢階級別 野菜摂取量 (g/日)



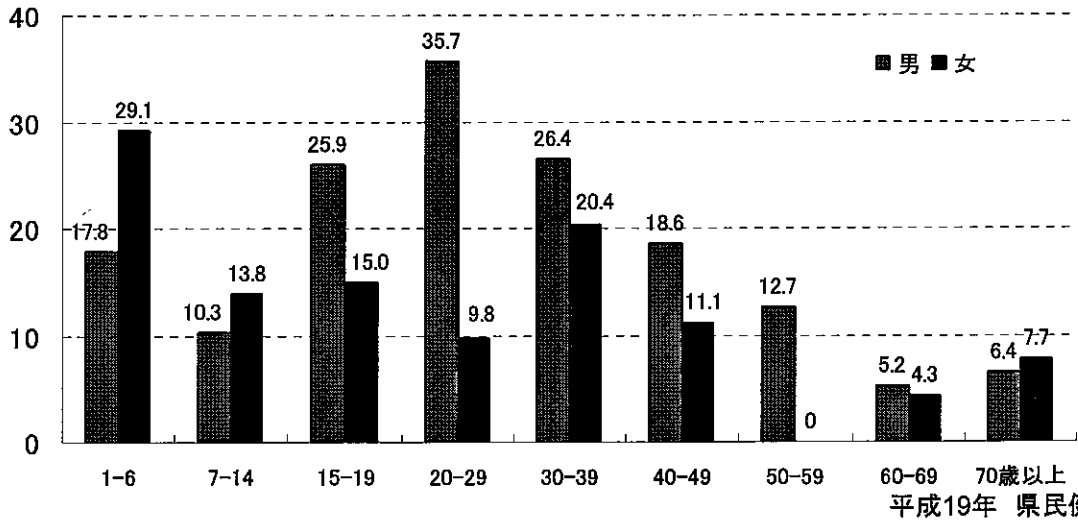
平成19年 県民健康・栄養調査

年齢階級別 脂肪エネルギー比 (%)

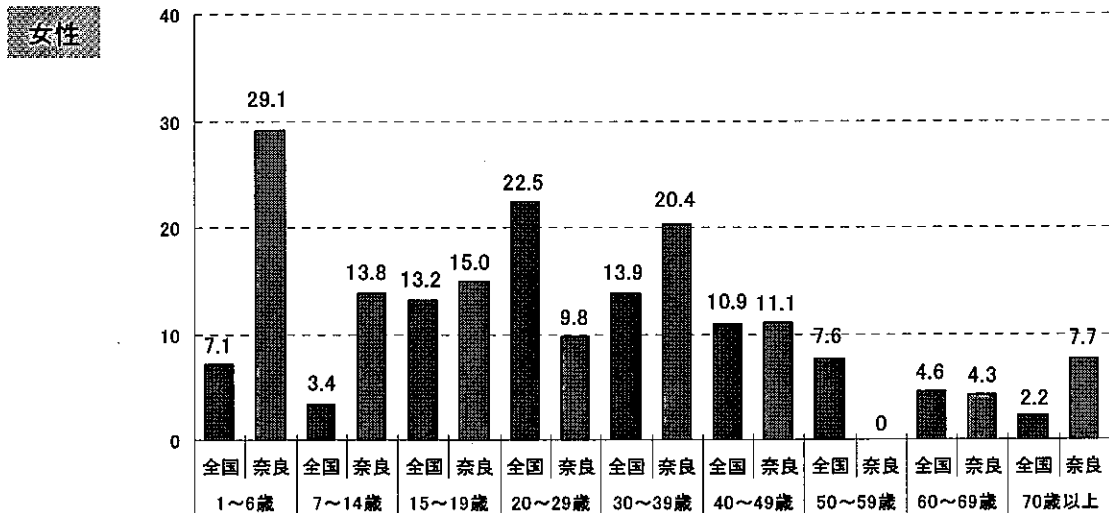
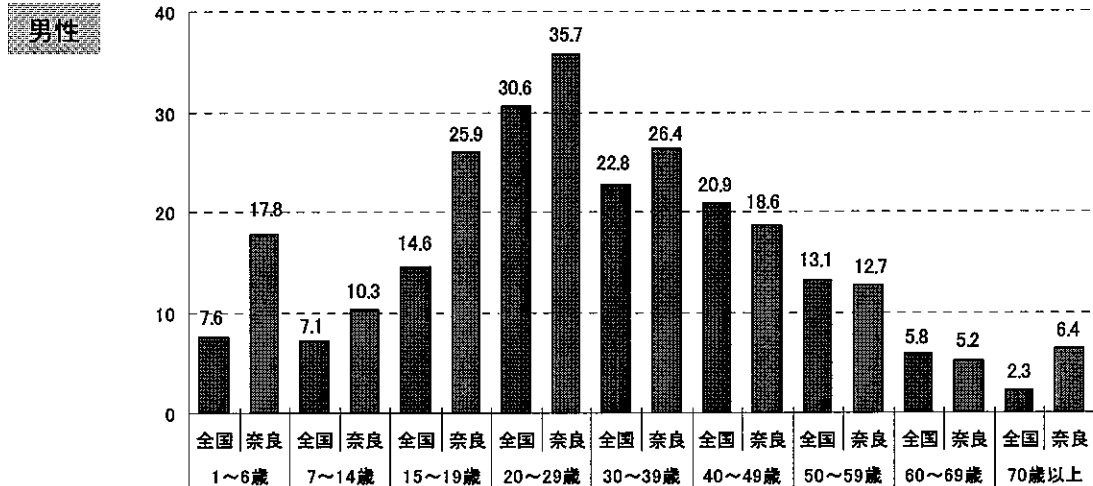


平成19年 県民健康・栄養調査

年齢階級別 朝食の欠食率(%)



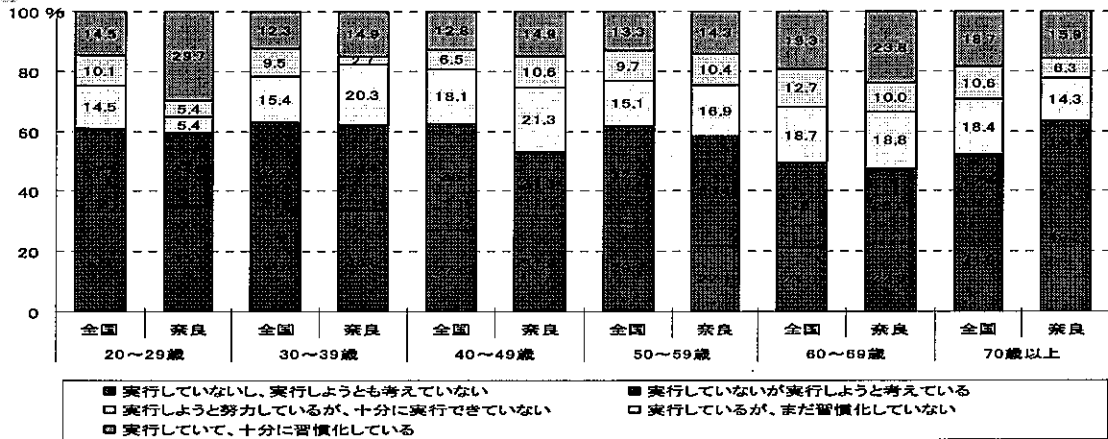
年齢階級別 朝食の欠食率(%) 全国平均との比較



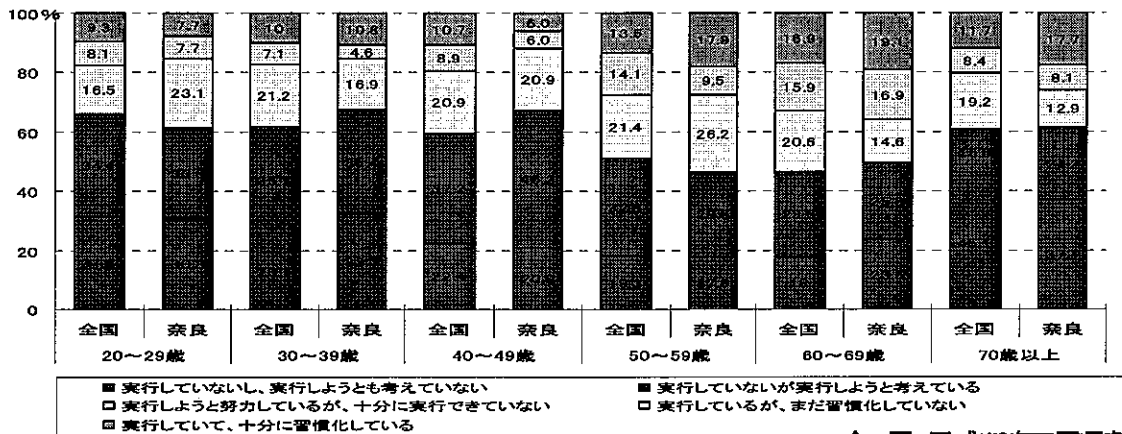
全国:平成18年 国民健康・栄養調査
 奈良県:平成19年 県民健康・栄養調査

運動に関する意識

男性

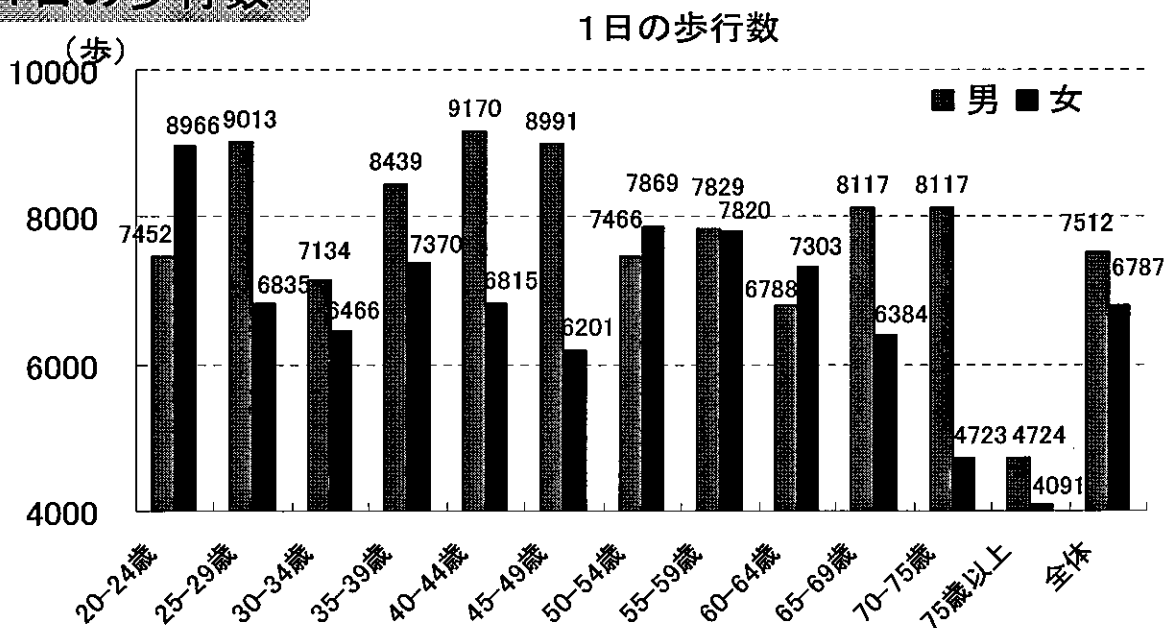


女性



全国:平成18年 国民健康・栄養調査
奈良県:平成19年 県民健康・栄養調査

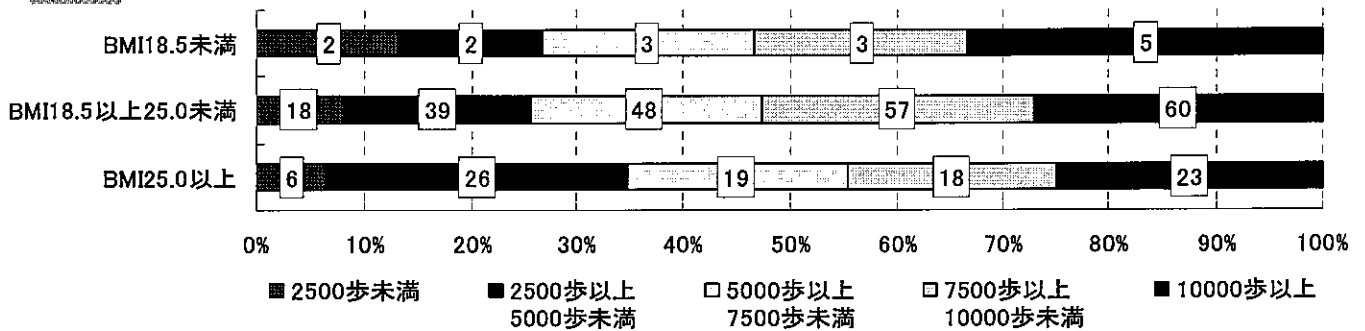
1日の歩行数



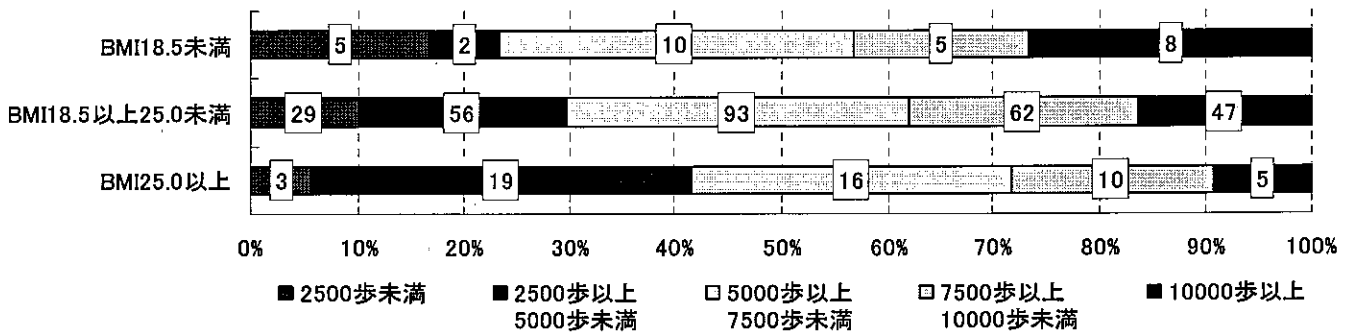
平成19年 県民健康・栄養調査

BMI別 1日歩数

男性



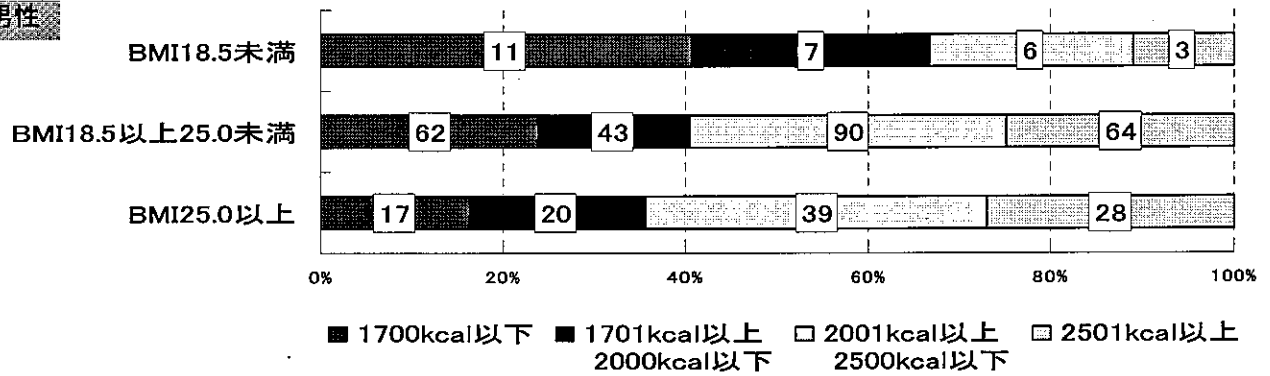
女性



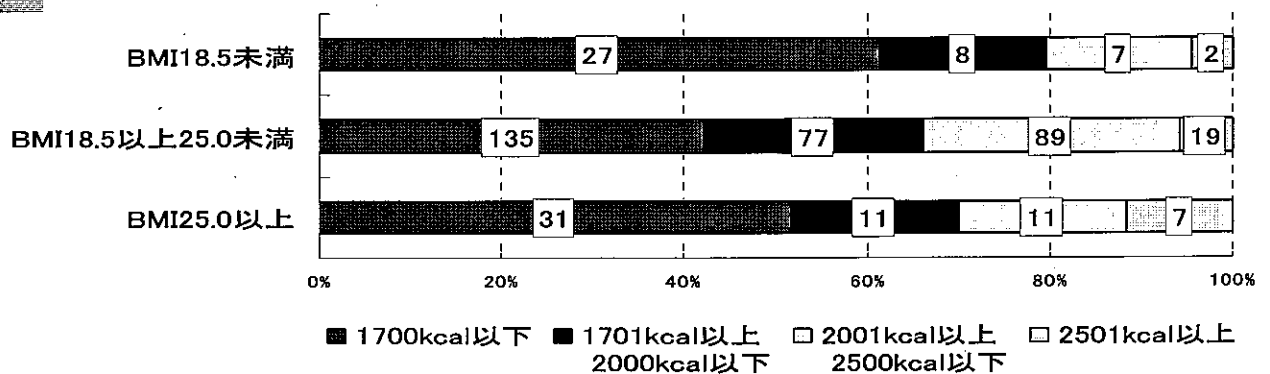
平成19年 県民健康・栄養調査

BMI別 摂取エネルギー

男性

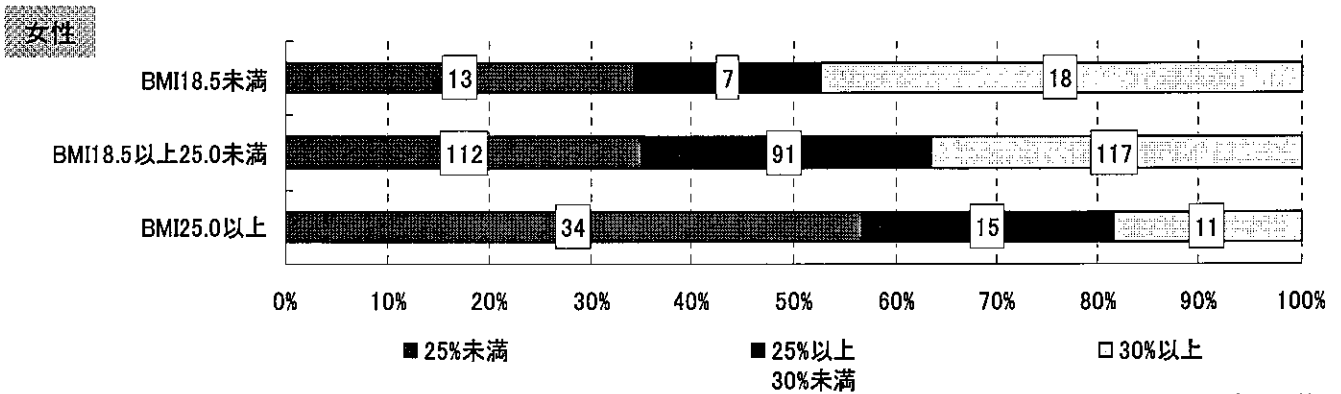
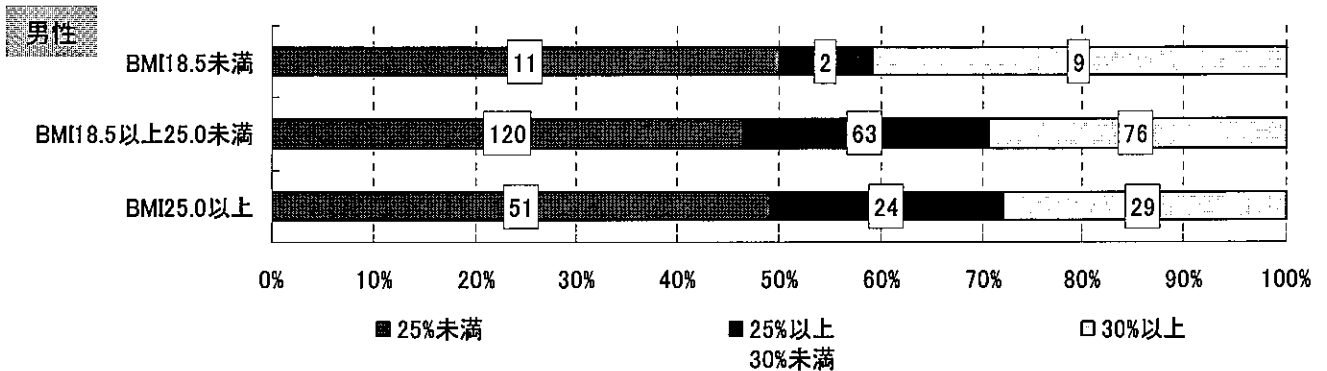


女性



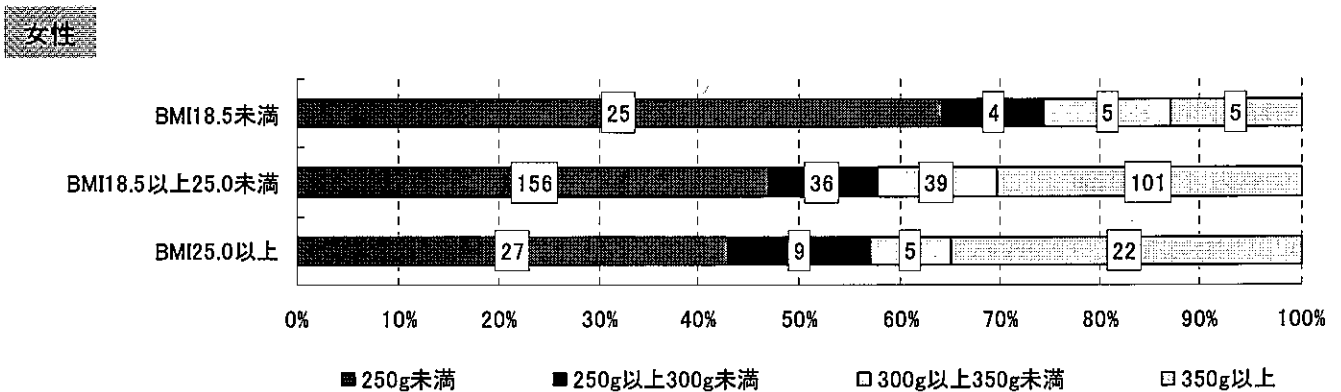
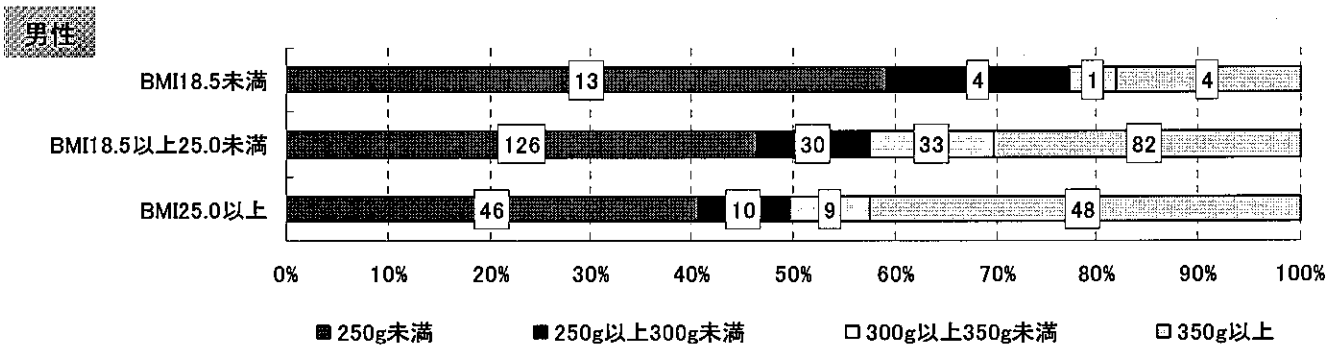
平成19年 県民健康・栄養調査

BMI別 脂肪エネルギー比



平成19年 県民健康・栄養調査

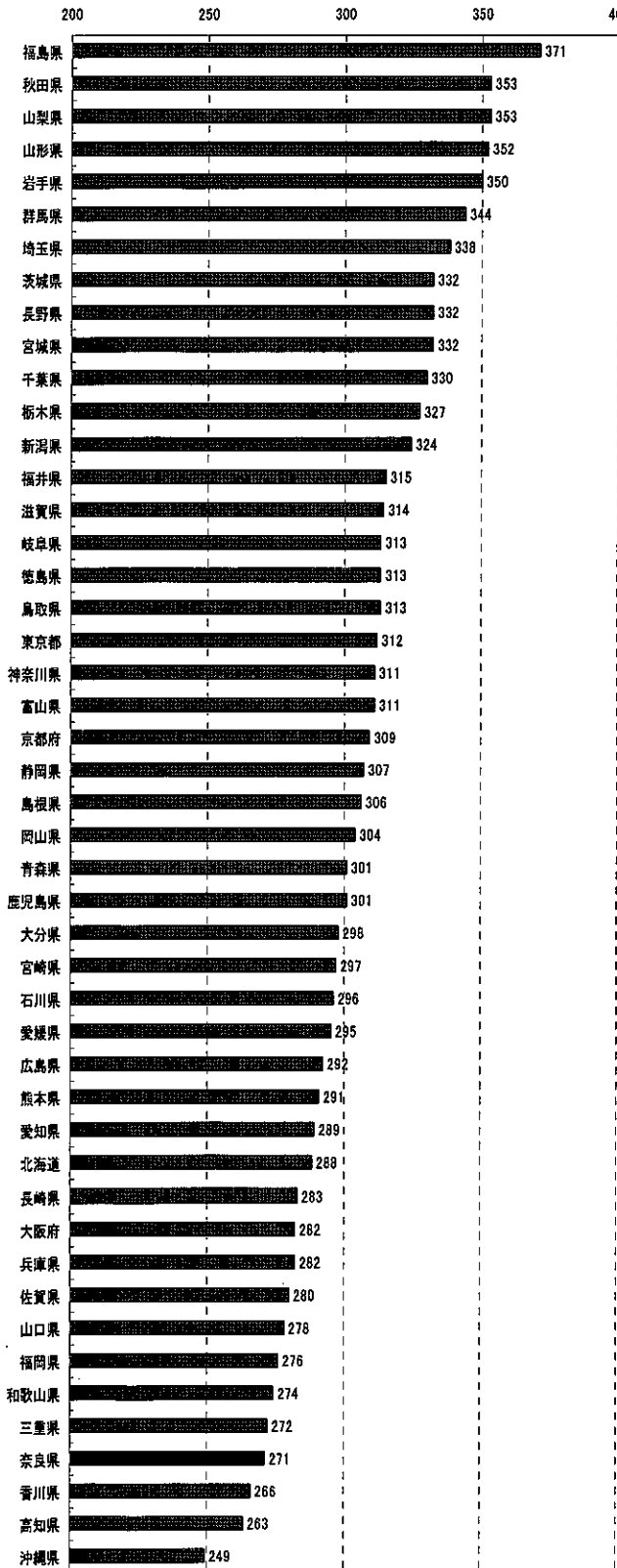
BMI別 1日あたり野菜摂取量



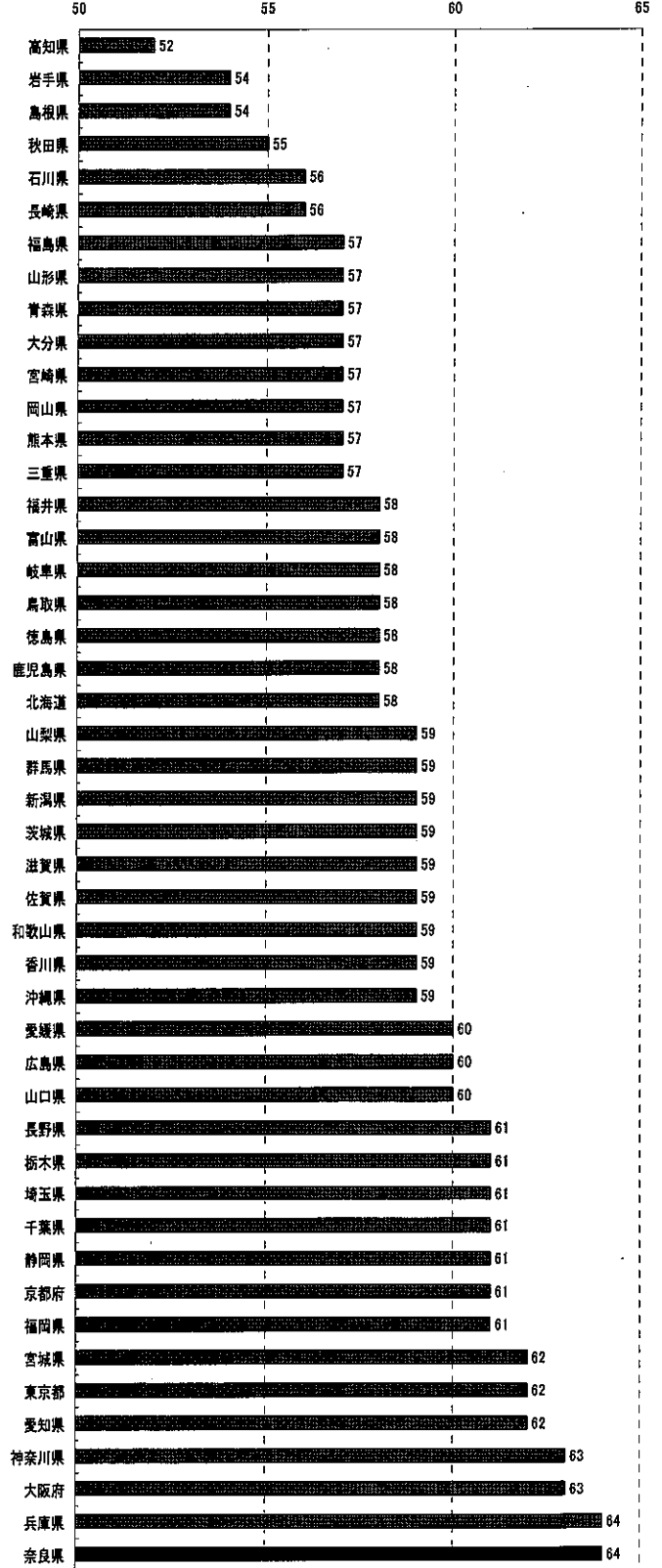
平成19年 県民健康・栄養調査

奈良県民の野菜摂取量は全国ワースト4
脂肪摂取量は全国で最も多い結果でした

野菜摂取量



脂肪摂取量



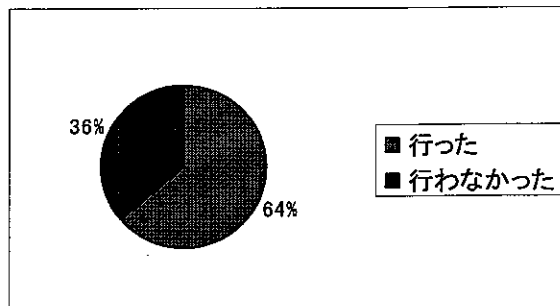
平成7～11年 国民栄養調査の検討結果(厚生科学研究 平成14年)

「奈良県民の運動・スポーツに関する実態・意識調査」H15.11 奈良県スポーツ振興審議会調査

(全国値：内閣府「体力・スポーツに関する世論調査」H12)

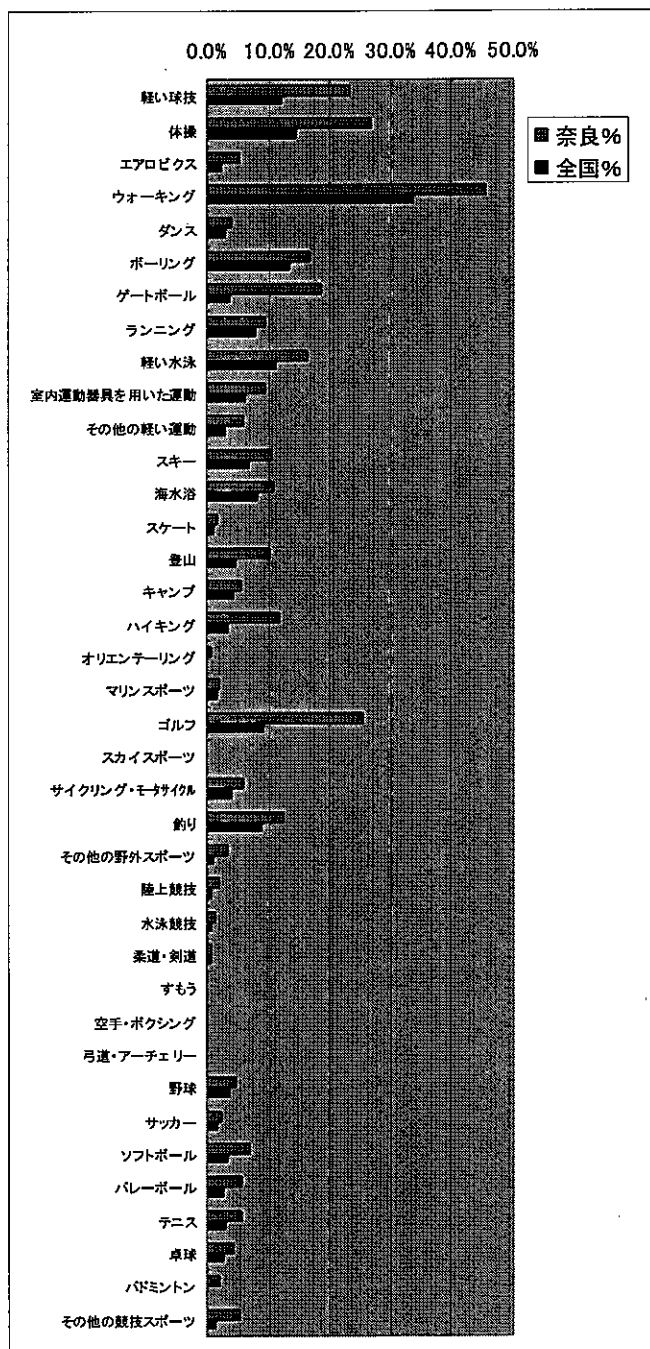
3A あなたは、この1年間に運動やスポーツを行いましたか。

	人数	%	全国%
行った	469	64.0%	68.1%
行わなかった	264	36.0%	31.9%
合計	733	100.0%	100.0%



3B 上の間で、「行った」と答えた人にお尋ねします。その運動やスポーツは何ですか。

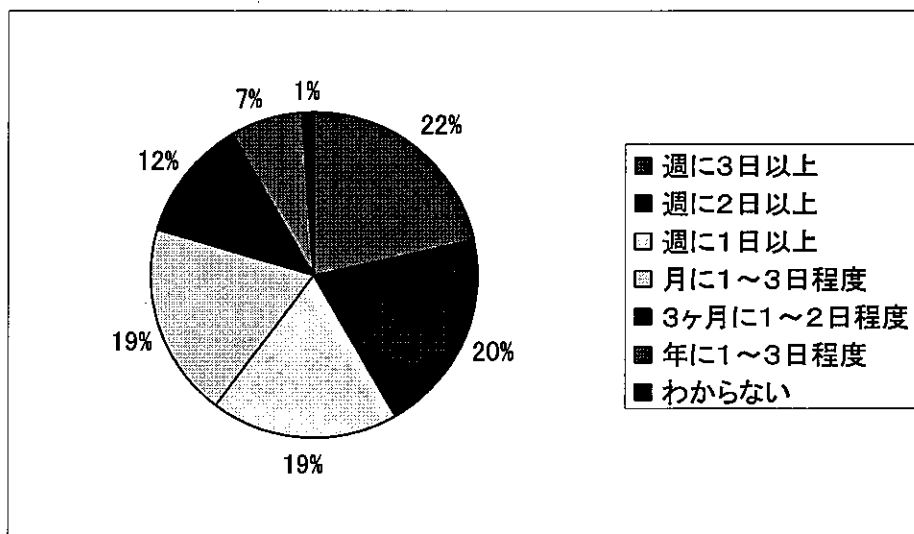
	人数	%	全国%
軽い球技	109	23.3%	12.2%
体操	125	26.7%	14.5%
エアロビクス	25	5.3%	2.3%
ウォーキング	213	45.4%	33.8%
ダンス	18	3.8%	2.8%
ボーリング	79	16.8%	13.4%
ゲートボール	87	18.5%	3.7%
ランニング	44	9.4%	7.8%
軽い水泳	76	16.2%	11.1%
室内運動器具を用いた運動	44	9.4%	6.3%
その他の軽い運動	27	5.8%	2.9%
スキー	49	10.4%	6.9%
海水浴	50	10.7%	8.3%
スケート	7	1.5%	1.1%
登山	47	10.0%	4.7%
キャンプ	26	5.5%	4.4%
ハイキング	55	11.7%	3.2%
オリエンテーリング	3	0.6%	0.3%
マリンスポーツ	10	2.1%	1.6%
ゴルフ	120	25.6%	9.0%
スカイスポーツ	0	0.0%	0.2%
サイクリング・モータサイクル	28	6.0%	3.8%
釣り	58	12.4%	8.9%
その他の野外スポーツ	16	3.4%	1.0%
陸上競技	9	1.9%	0.6%
水泳競技	6	1.3%	0.7%
柔道・剣道	3	0.6%	0.8%
すもう	1	0.2%	0.0%
空手・ボクシング	2	0.4%	0.3%
弓道・アーチェリー	1	0.2%	0.1%
野球	22	4.7%	3.7%
サッカー	11	2.3%	1.5%
ソフトボール	32	6.8%	3.4%
バレーボール	26	5.5%	2.6%
テニス	26	5.5%	3.0%
卓球	19	4.1%	2.5%
バドミントン	9	1.9%	—
その他の競技スポーツ	25	5.3%	1.2%



3 C 上記の運動やスポーツを行った日数を全部合わせると、どの程度になりますか。

	人数	%	全国 %	全体に対する割合	
				奈良	全国
週に3日以上	98	21.3%	26.8%	13.6%	18.3%
週に2日以上	94	20.4%	(1-2日)	13.1%	(1-2日)
週に1日以上	86	18.7%	27.9%	12.0%	19.0%
月に1~3日程度	88	19.1%	24.4%	12.2%	16.6%
3ヶ月に1~2日程度	57	12.4%	10.9%	7.9%	7.4%
年に1~3日程度	33	7.2%	9.1%	4.6%	6.2%
わからない	5	1.1%	0.8%	0.7%	0.5%
合計	461	100.0%	100.0	64.0%	68.1%

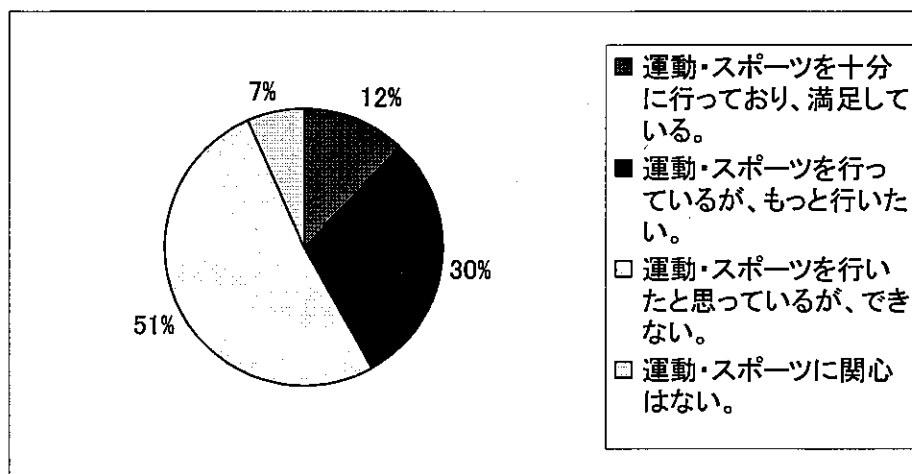
(無回答:8)



3 F すべての人にお尋ねします。
あなたは、運動・スポーツ活動について、どのように感じていますか。

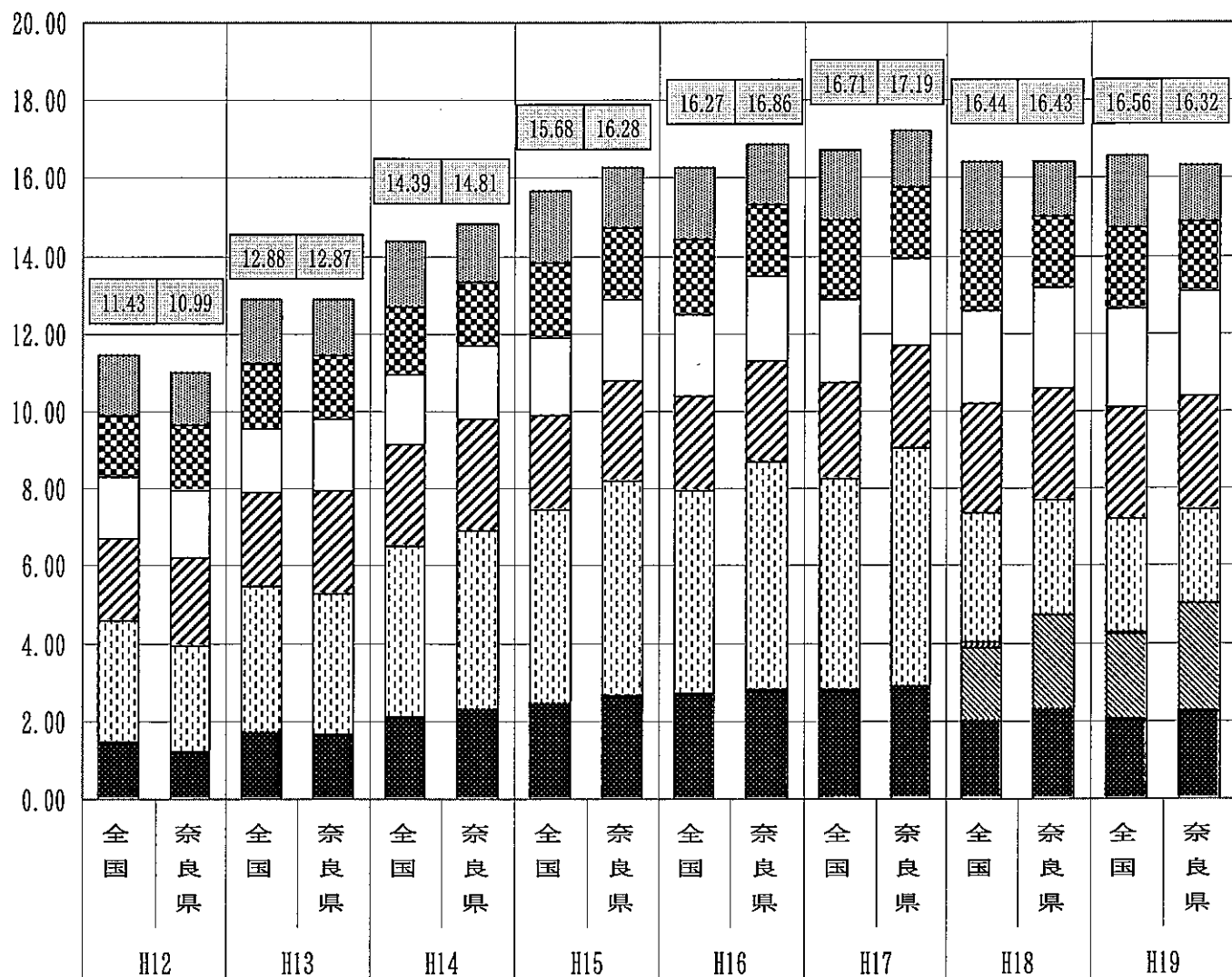
	人数	%
運動・スポーツを十分に行っており、満足している。	83	12.1%
運動・スポーツを行っているが、もっと行いたい。	206	29.9%
運動・スポーツを行いたと思っているが、できない。	354	51.5%
運動・スポーツに関心はない。	45	6.5%
合計	688	100.0%

(無回答:45)



全国・奈良県の要介護度別認定率の推移

認定率
%



出展：介護保険事業状況報告（各年度3月値）
ただし、平成19年度は11月値。

■ 要支援(1) ▨ 要支援(2) ▩ 経過的要介護 □ 要介護1 ▤ 要介護2 □ 要介護3 ▥ 要介護4 ▦ 要介護5