

# 8

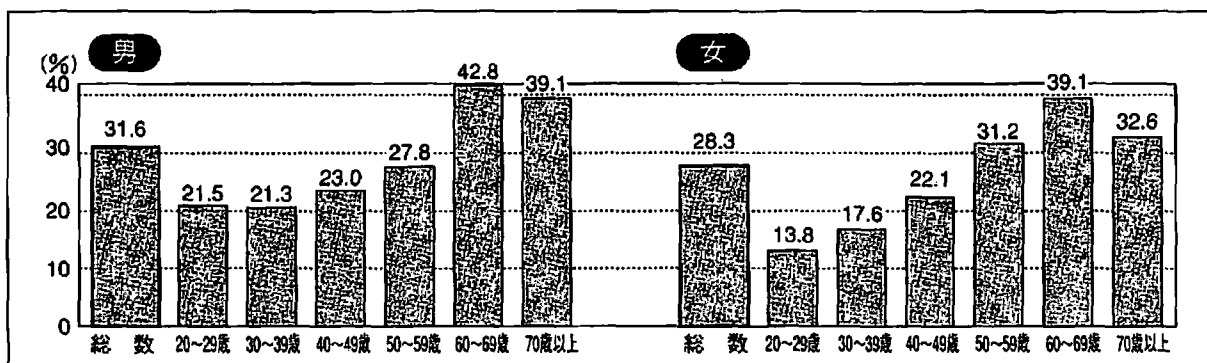
## 生活習慣の状況

運動習慣のある者は、男性の20～50歳代と女性の20～40歳代で3割以下

運動習慣のある者(運動を週2回以上、1回30分以上、1年以上継続している者)の割合を示したのが図47である。男性では20～

50歳代で3割を下回り、30歳代で最も低く21.3%である。女性でも20～40歳代で3割を下回り、20歳代で最も低く13.8%である。

◆図47◆ 運動習慣者の割合(性・年齢階級別)

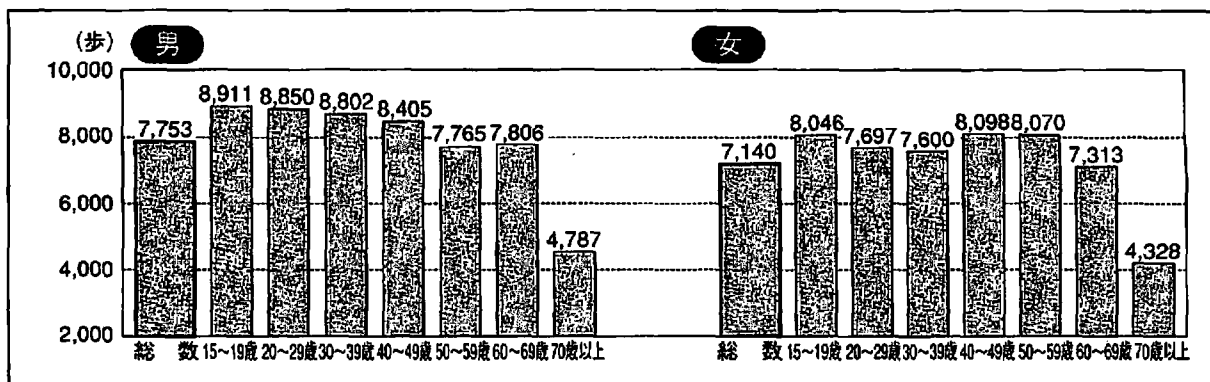


1日の平均歩行数は、男性で7,753歩、女性で7,140歩

1日の平均歩行数を示したのが図48である。男性では、15～19歳で8,911歩と最も多いが、20～50歳代で年齢とともに減少している。女性では40～49歳が8,098歩

と最も多く、20～30歳代では約7,600歩程度であり、50歳以降は年齢とともに減少している。

◆図48◆ 1日の歩行数(性・年齢階級別)



喫煙習慣のある者は、男性で43.3%、女性で10.2%

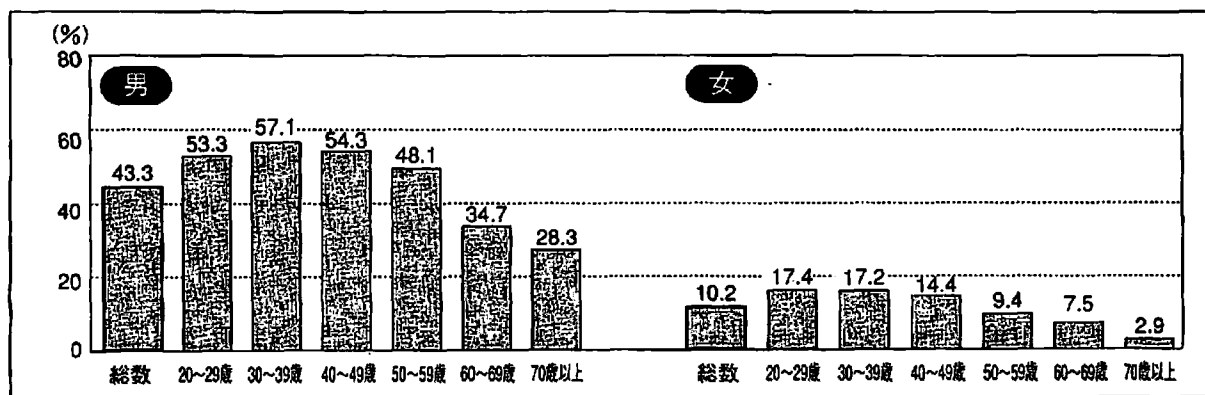
現在、喫煙をしている者の割合は図49のとおり、男性では20～40歳代で半数以上、女性では20～30歳代で約17%である。

さらに、男性喫煙者を100として、喫煙本

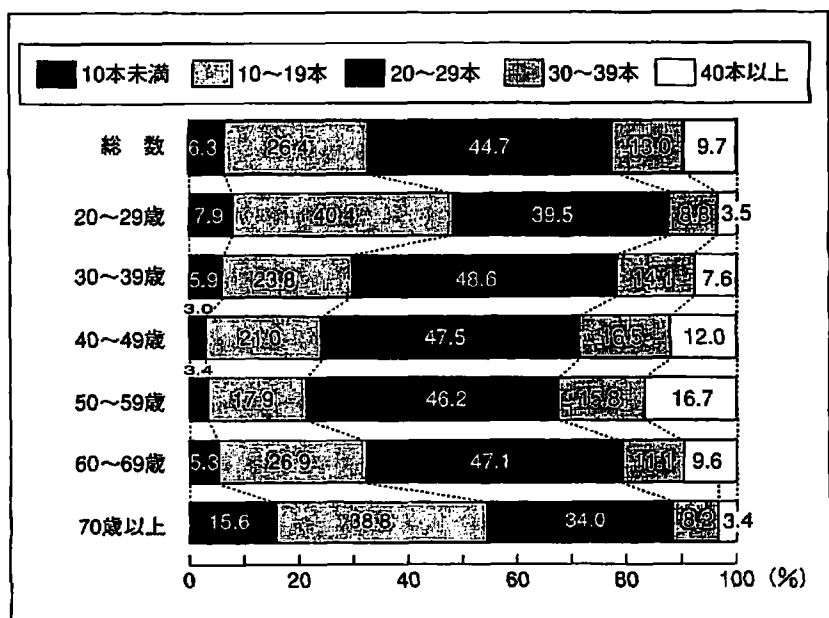
数の割合を示したのが図50である。

1日喫煙本数をみると、男性では20本以上喫煙する者が全体の67.4%、特に30～50歳代男性では約7割に達している。

◆図49◆ 喫煙習慣者の割合（性・年齢階級別）



◆図50◆ 喫煙本数の割合（男，年齢階級別）

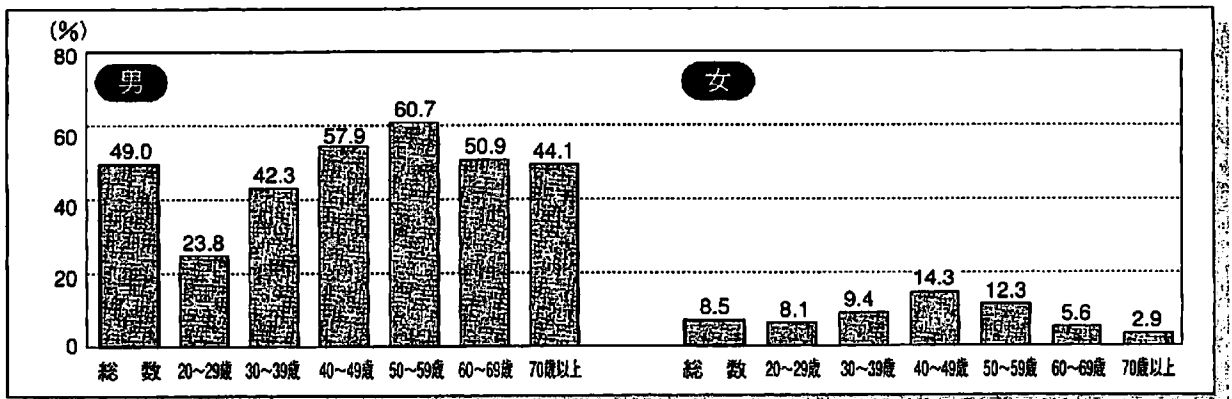


飲酒習慣のある者は、男性で49.0%、女性で8.5%

飲酒習慣のある者（週3回以上、1日に日本酒1合以上またはビール大瓶1本以上飲ん

でいる者）の割合は、図51のとおりである。  
男性では40～50歳代で約6割と多い。

◆図51◆ 飲酒習慣者の割合（性・年齢階級別）



◆図52◆ 飲酒量の割合（男，年齢階級別）

