

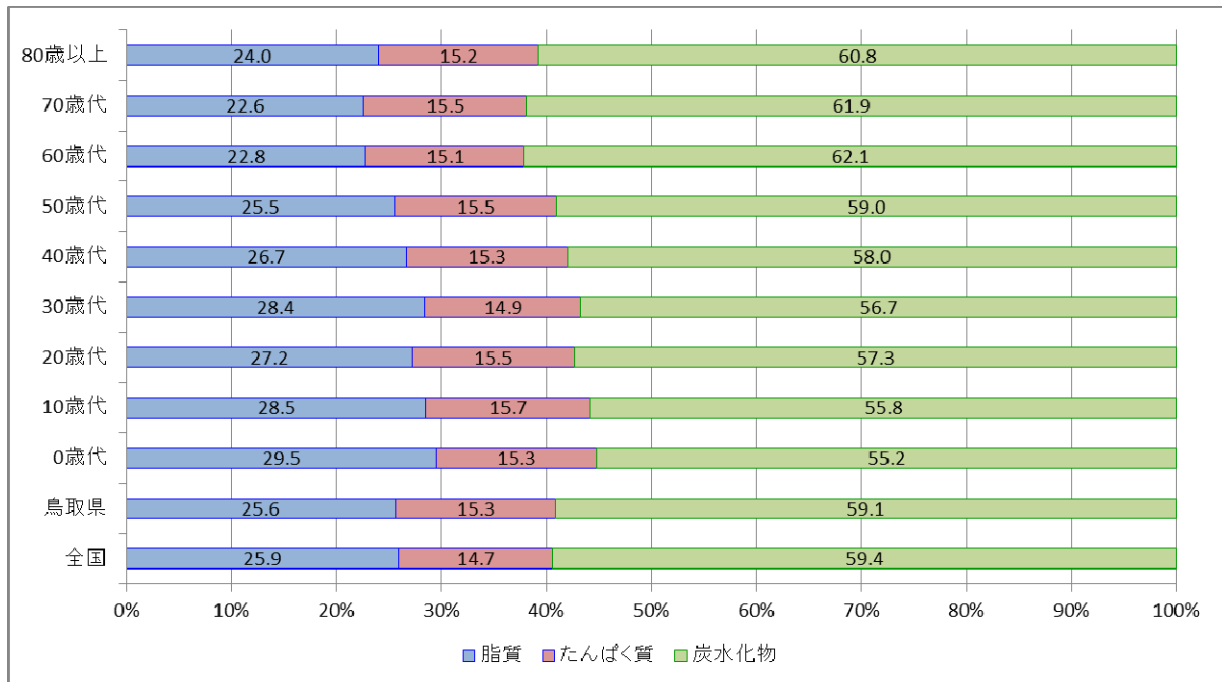
2 県民の生活習慣の現状

(1) 栄養・食生活の現状

ア エネルギーの栄養素別摂取の状況

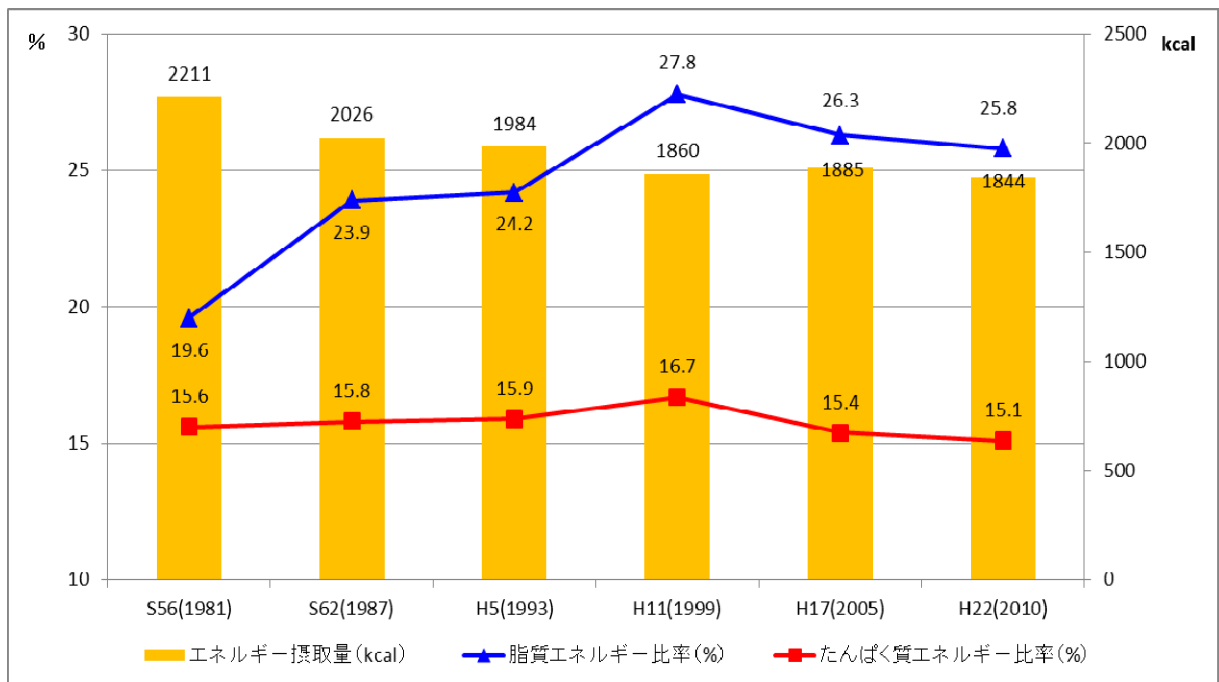
鳥取県民の摂取エネルギーに占める脂質、たんぱく質、炭水化物の割合は、ほぼ全国並みです。また、平成11年の調査(約10年前)から脂質エネルギー比率とたんぱく質エネルギー比率が徐々に減少しています。

(ア) エネルギーの栄養素別摂取構成比(満1歳以上)



(出典：「平成22年県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(イ) エネルギーの栄養素別摂取構成比の年次推移(満1歳以上)

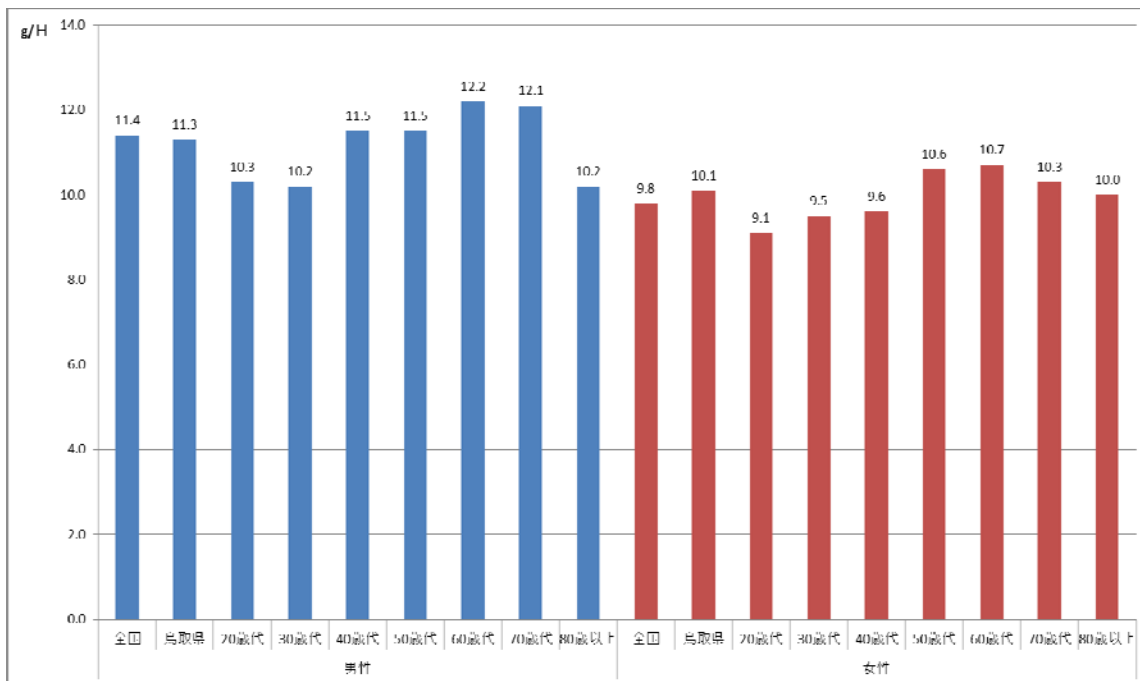


(出典：県民健康栄養調査)

イ 食塩摂取の状況

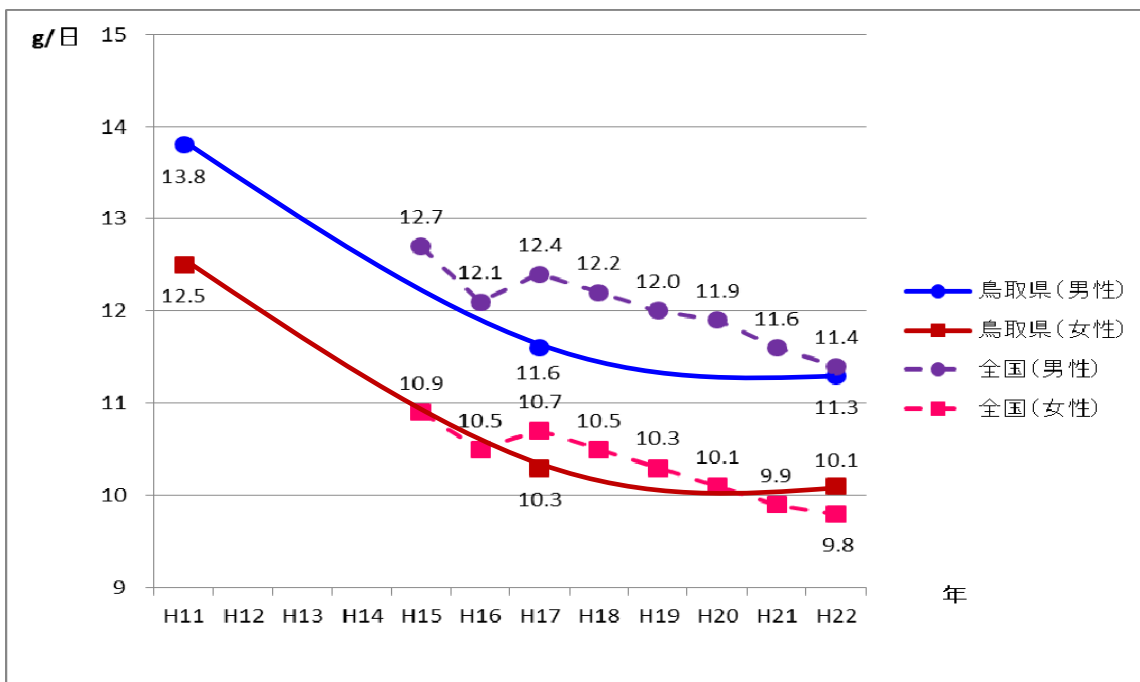
食塩摂取量を年齢別に見ると、どの年代でも鳥取県が目標としている成人男性 10g、成人女性 8g の量を超えているほか、高齢になるに従って増加する傾向にあります。また、年次推移を見ると、全国同様年々減少傾向にあります。直近の数値では、男性で全国並み、女性で全国よりやや高い摂取量となっています。

(ア) 年代別食塩摂取量（20歳以上）



(出典：「平成22年県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(イ) 食塩摂取量の年次推移（20歳以上）

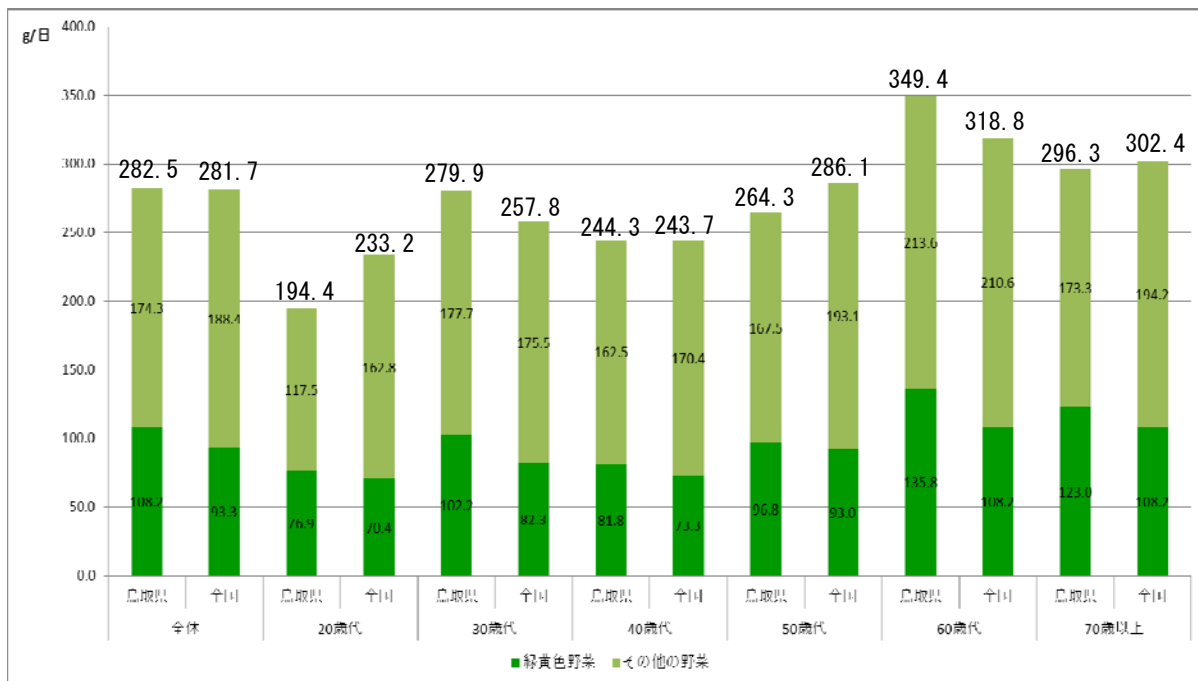


(出典：「県民健康栄養調査」及び「国民健康・栄養調査」)

ウ 野菜摂取の状況

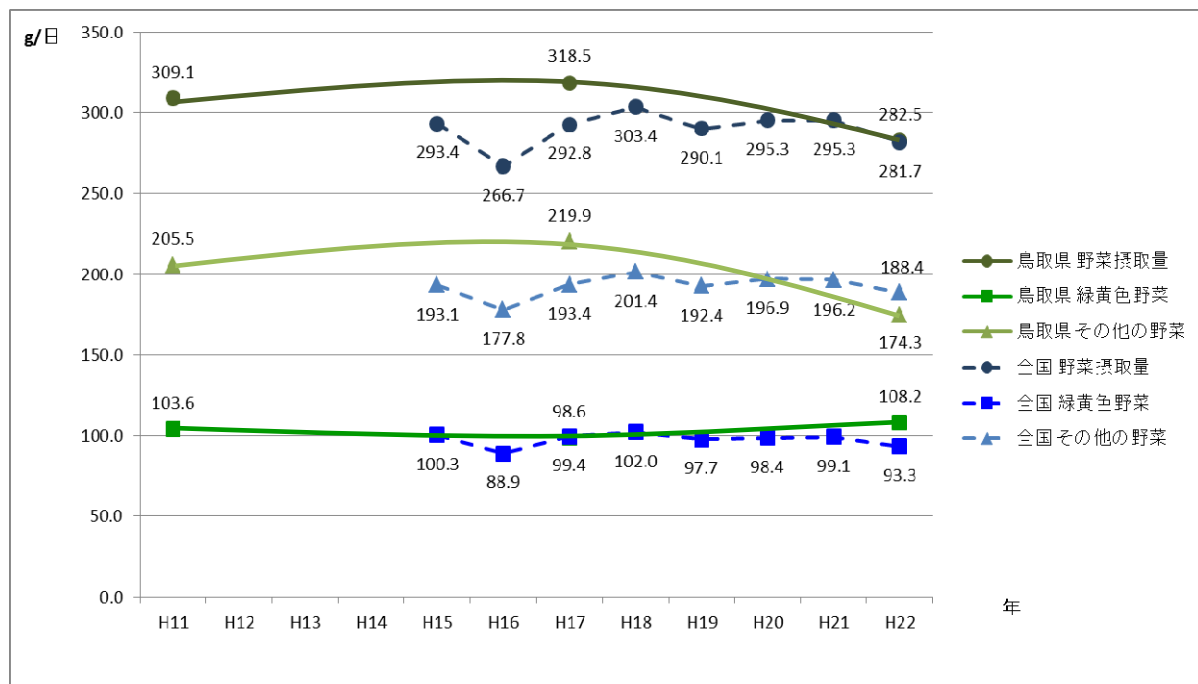
鳥取県民の野菜摂取量は、全国よりやや多い状況ですが、平成17年の調査に比べて減少しています。また、60歳代では、鳥取県が目標としている350gの量に近い摂取量ですが、他の年代では摂取量が少なく、中でも20歳代では、200gにも満たない摂取量となっています。

(ア) 年代別野菜摂取量（20歳以上）



(出典：「平成22年県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(イ) 野菜摂取量の年次推移（20歳以上）

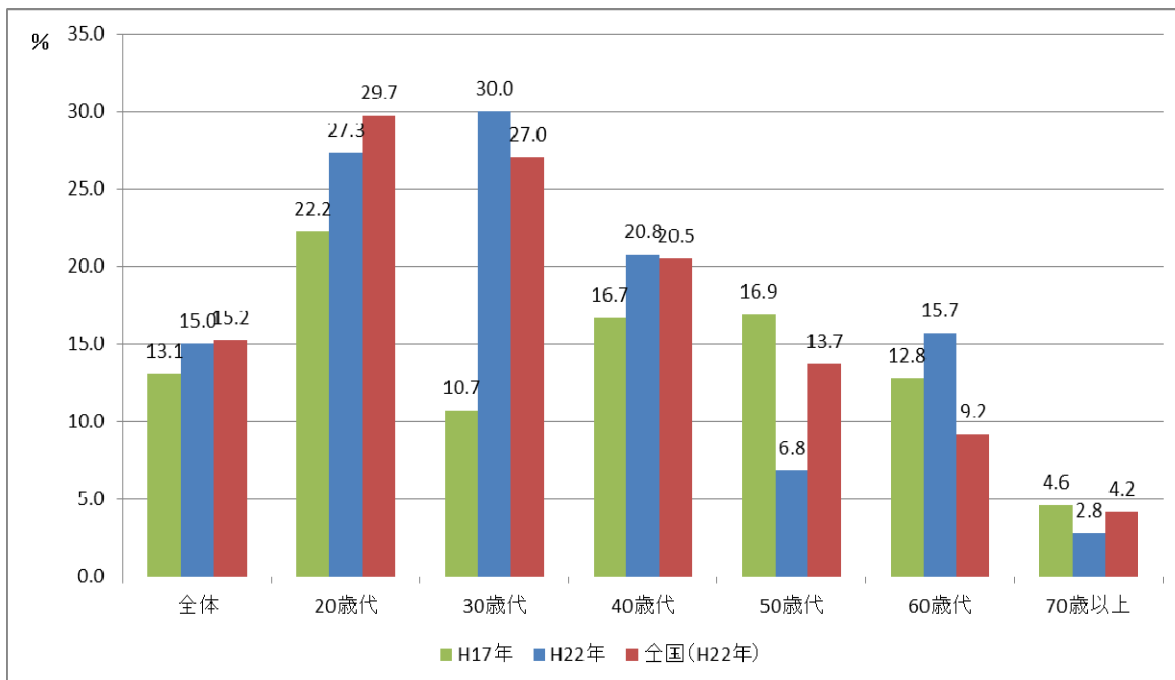


(出典：「県民健康栄養調査」及び「国民健康・栄養調査」)

エ 朝食の欠食率の状況

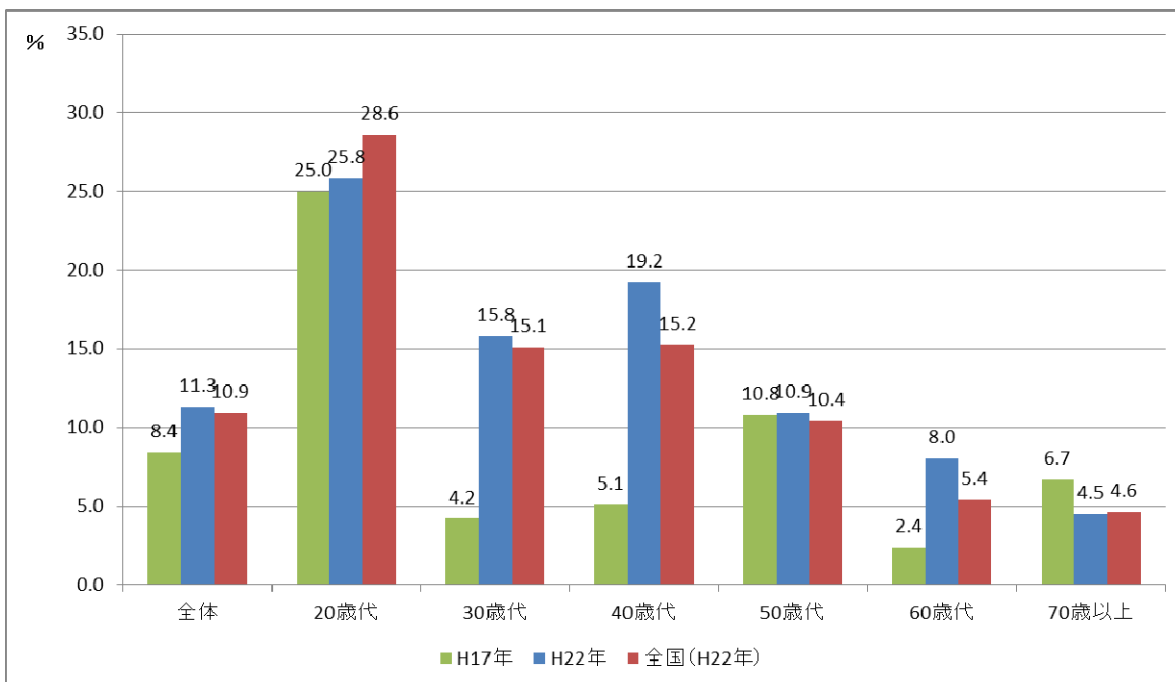
鳥取県民の朝食欠食率は、男性では30代で最も高く、女性では20代で最も高くなっています。また、欠食率は、平成17年の調査に比べて増加していますが、特に男性では30代で、女性では、30代、40代で欠食率が大きく増加しました。

(ア) 男性の年代別朝食欠食率（20歳以上）



(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(イ) 女性の年代別朝食欠食率（20歳以上）

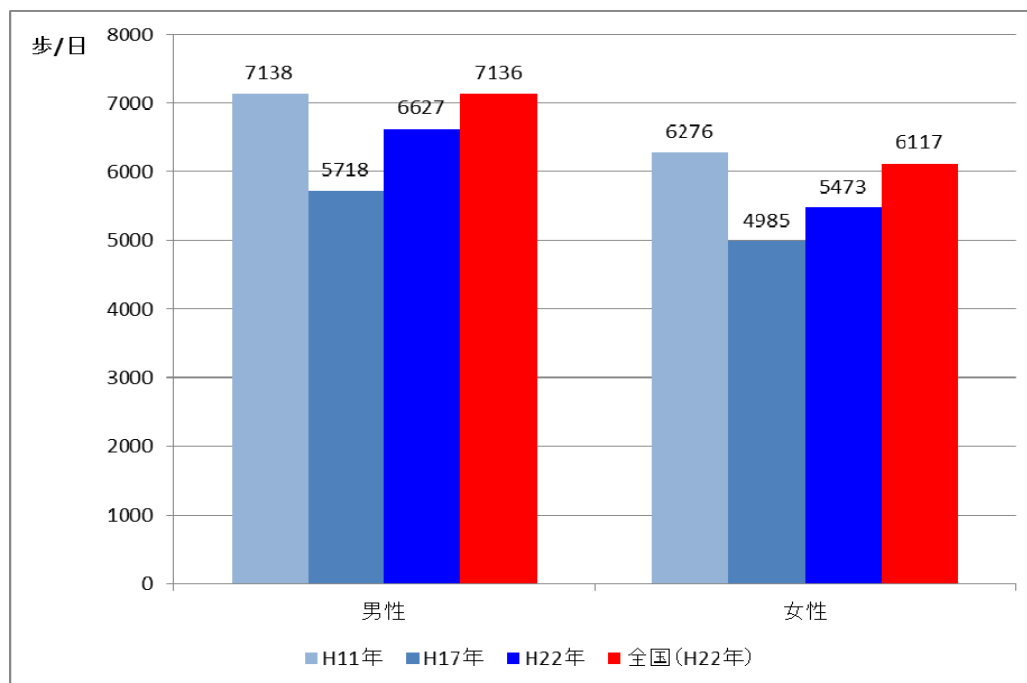


(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(2) 身体活動・運動の現状

ア 1日の歩行数（20歳以上）

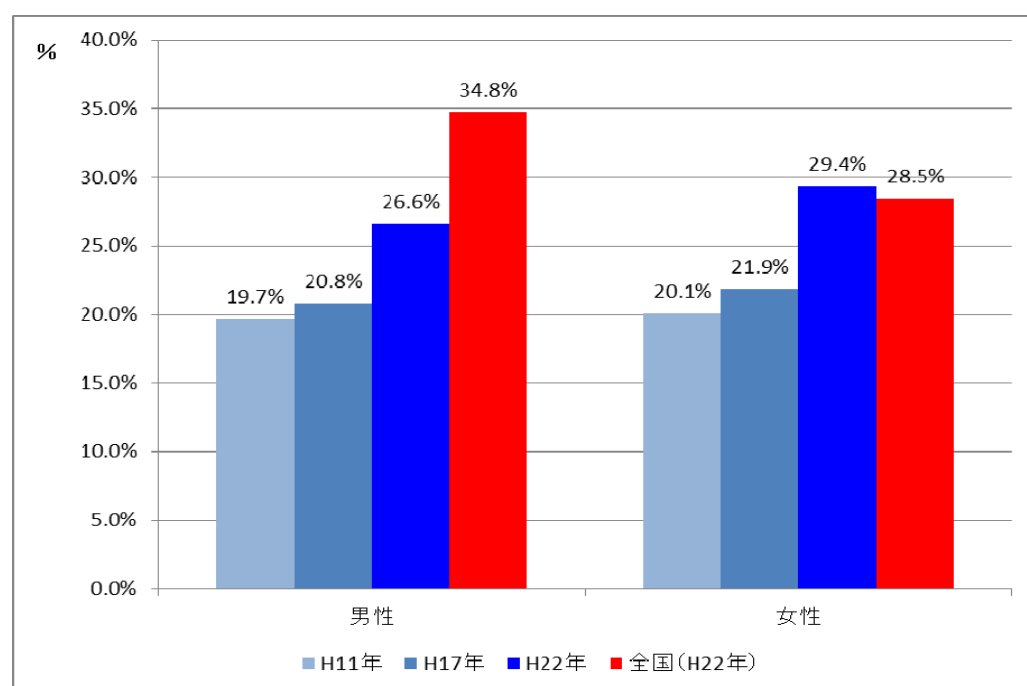
鳥取県民の1日の歩行数は、平成17年の調査に比べて増加していますが、男女とも全国平均と比べて少なく、鳥取県が目標としている成人男性8000歩、成人女性7000歩とは大きな開きがあります。



(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

イ 運動習慣のある者の割合（20歳以上）

鳥取県民の運動習慣のある者の割合は、過去の調査に比べて増加していますが、鳥取県が目標としている30%には届かず、特に男性が全国平均を大きく下回っています。



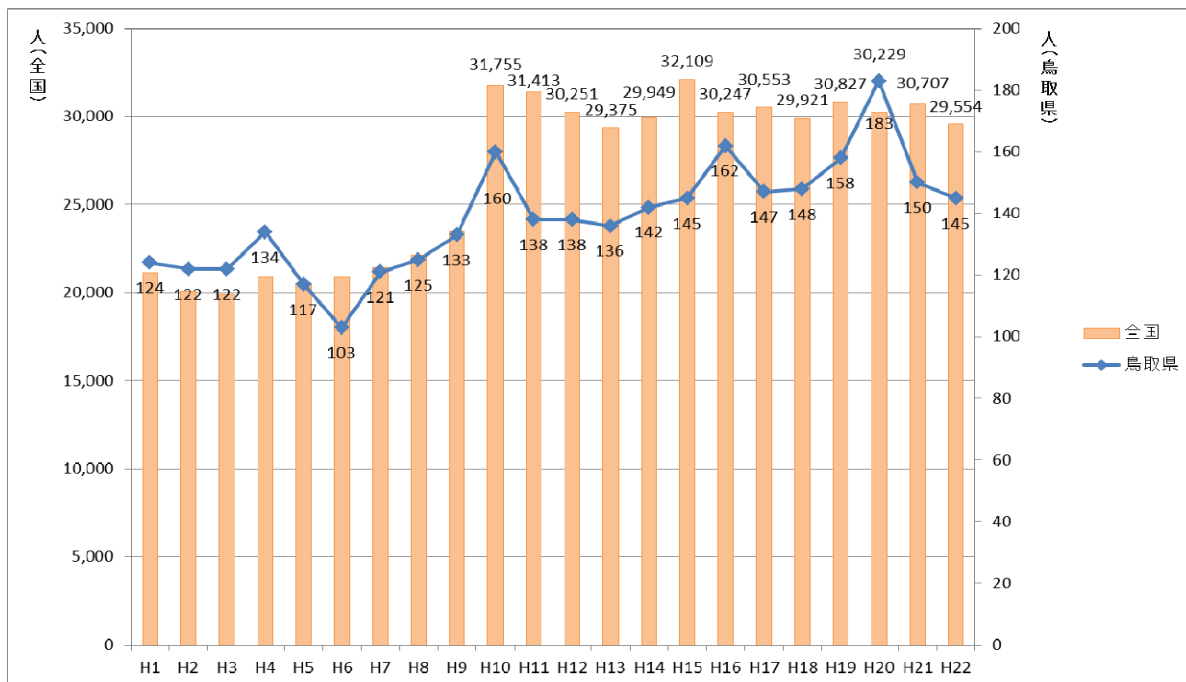
(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

(3) 休養・こころの健康の現状

ア 本県の自殺の状況

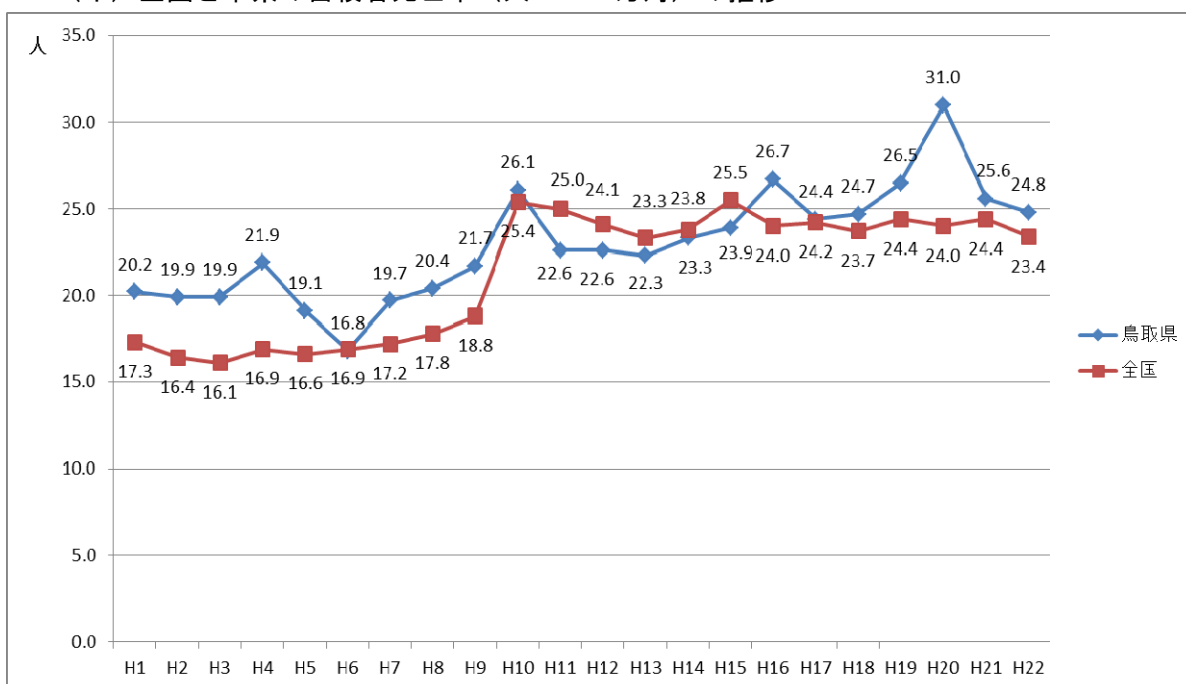
全国の自殺者数は、平成10年に3万人を超え、以後高い水準で推移していますが、鳥取県では、平成20年をピークに減少傾向にあります。しかしながら、自殺死亡率(人口10万対)を見ると、近年では全国を上回る水準となっており、平成22年は24.8人(全国23.4人)で、都道府県別では19番目に高くなっています。

(ア) 全国と本県の自殺者数の推移



(出典：厚生労働省「人口動態統計」)

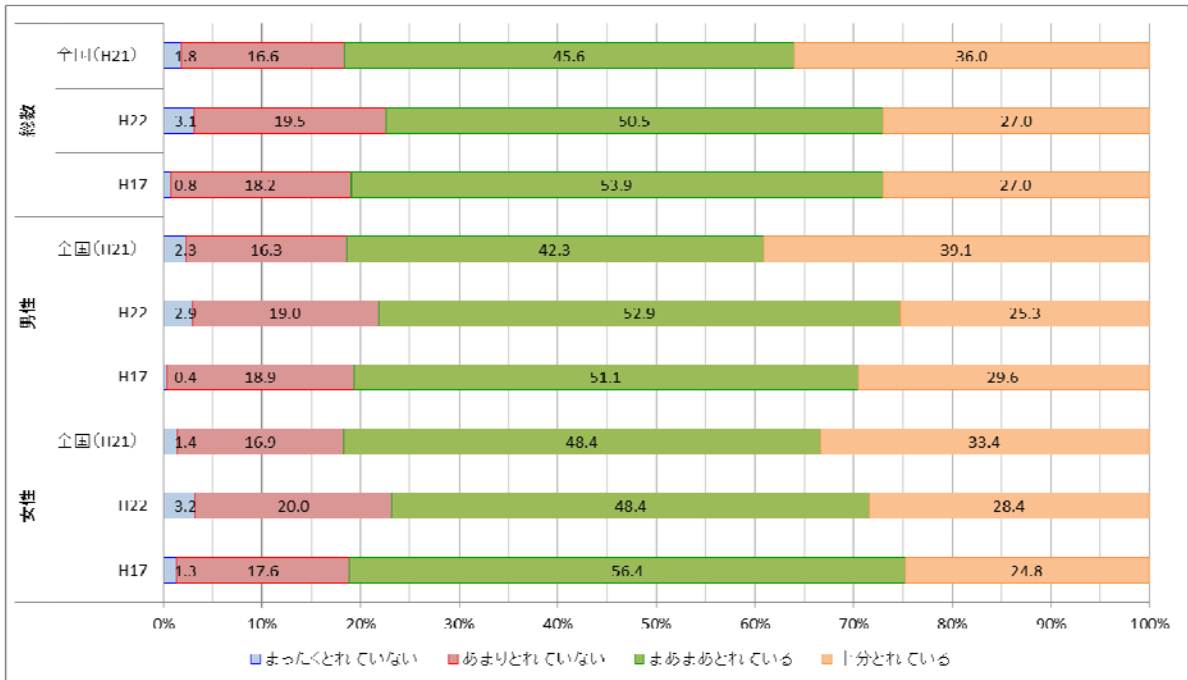
(イ) 全国と本県の自殺者死亡率(人口10万対)の推移



(出典：厚生労働省「人口動態統計」)

イ 睡眠により休養がとれていない者の割合

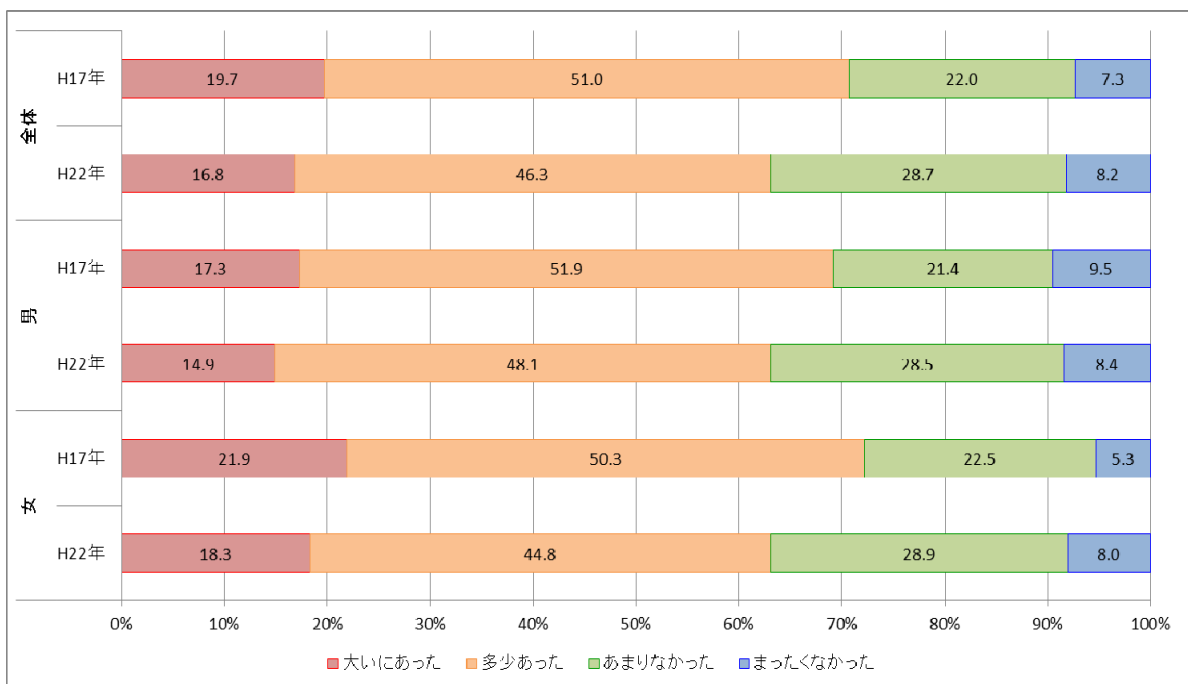
睡眠により休養がとれていない者の割合は、平成 17 年の調査に比べて増加しており、全国と比較しても高い状況となっています。



(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成21年国民健康・栄養調査」)

イ この1ヶ月に不安・悩み・ストレスのあった者の割合

この1ヶ月に不安・悩み・ストレスのあった者の割合は、平成 17 年の調査に比べて減少しています。また、男女別に見ると、女性の方が男性よりもストレス等を感じた割合が高くなっています。

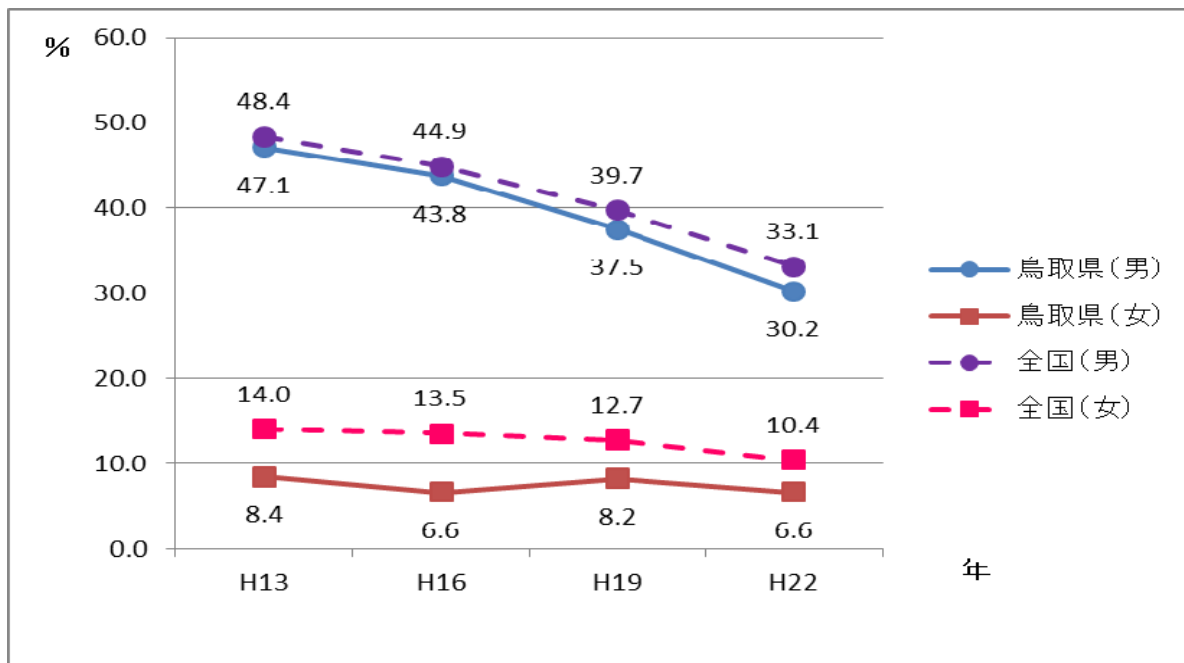


(出典：県民健康栄養調査)

(4) 喫煙の現状

ア 全国と本県の喫煙率の推移（20歳以上）

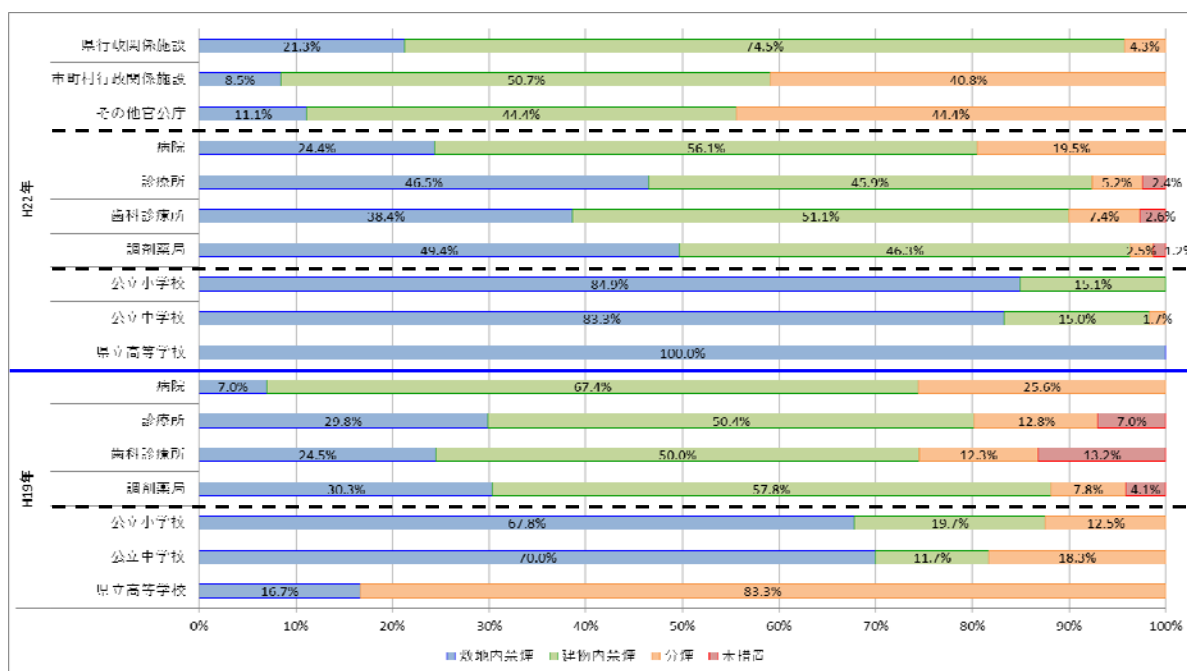
鳥取県、全国とも喫煙率は年々減少傾向にあり、平成22年において、鳥取県男性の喫煙率は、30.2%、鳥取県女性の喫煙率は、6.6%となっています。



(出典：国民生活基礎調査)

イ 本県の公共的施設における禁煙措置の状況

鳥取県内の公共的施設においては、平成19年の調査においては、ほとんどの施設でなんらかの禁煙措置はとられていましたが、平成22年の調査においては、平成19年と比べ、多くの施設で、分煙の措置が減り、敷地内禁煙、建物内禁煙といったより厳しい措置がなされるようになってきています。

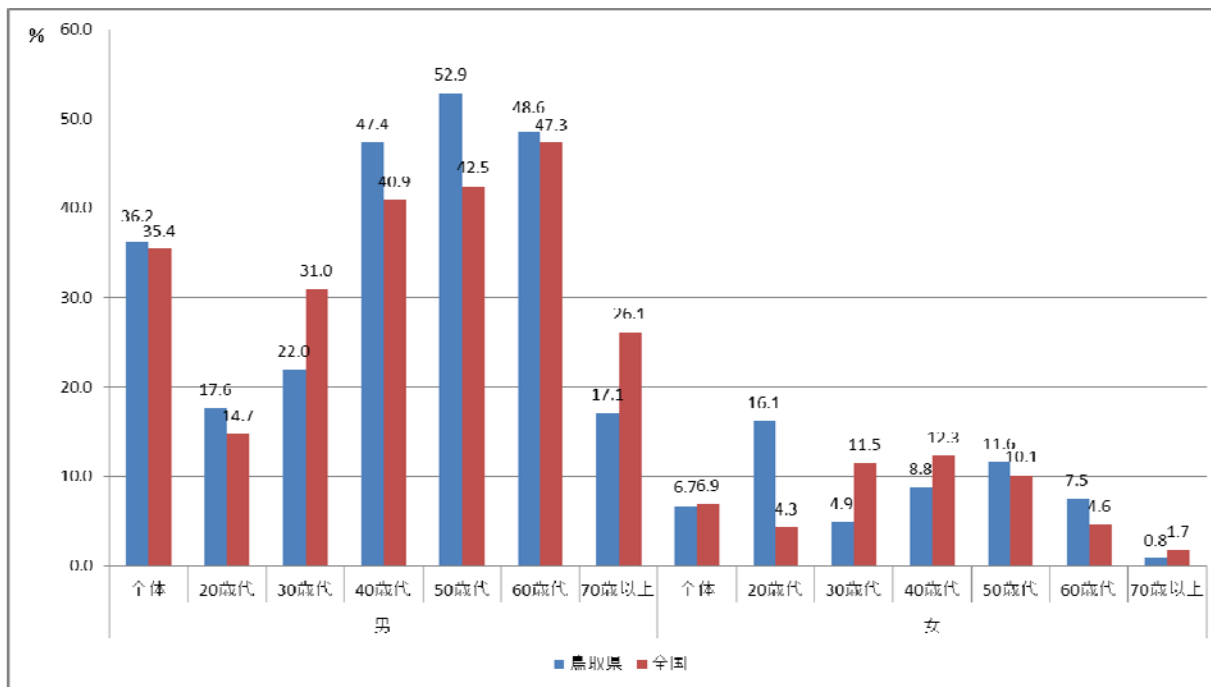


(出典：健康政策課調べ)

(5) 飲酒の現状

ア 全国と本県の飲酒習慣のある者の割合（20歳以上）

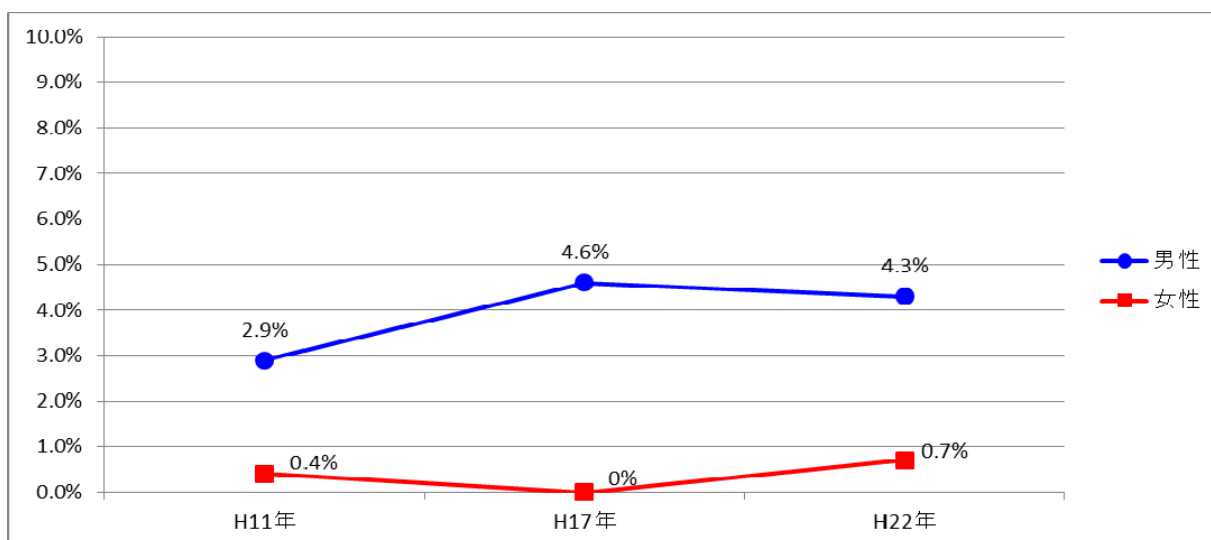
鳥取県民の飲酒習慣（週3日以上で1日1合以上飲酒する者）の割合は、全体では男性が全国より若干高い割合となっています。また年代別に見ると、特に、男性では40代、50代で、女性では20代で、全国平均を大きく上回る割合となっています。



(出典：「平成22年県民健康栄養調査」及び「平成22年国民健康・栄養調査」)

イ 本県の多量飲酒者の割合（20歳以上）

本県の多量飲酒者の割合は、男性が女性よりも高い割合となっており、男女ともほぼ横ばいで推移しています。



(出典：県民健康栄養調査)

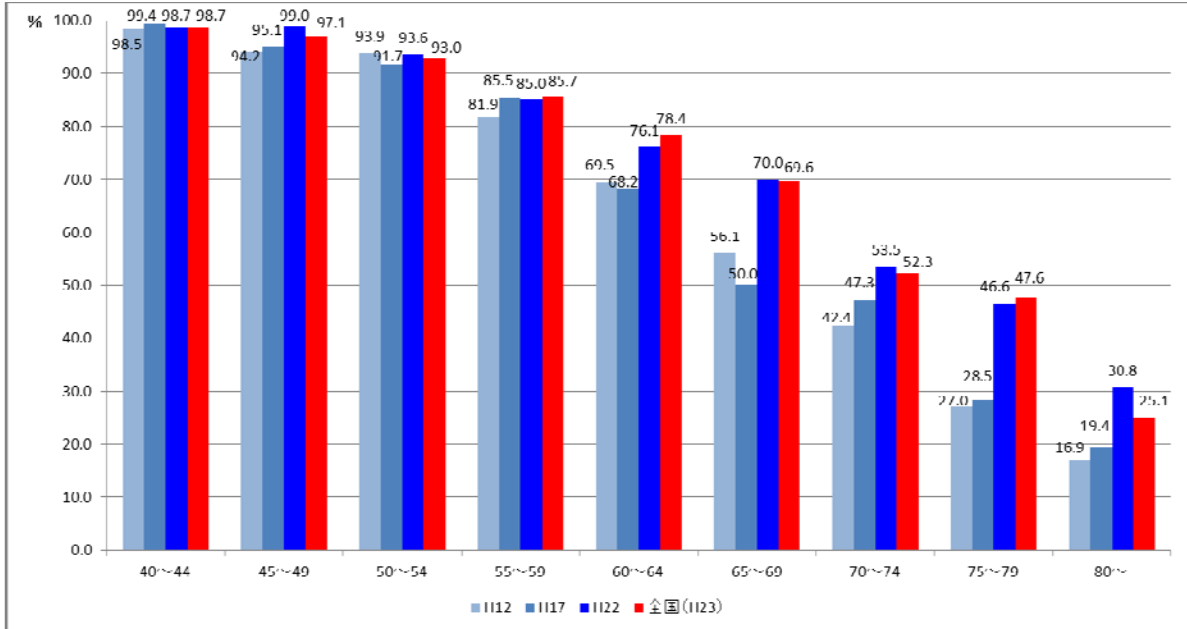
※ここでは、以下のいずれかに該当する者を「多量飲酒者」と定義しています。

- ① 飲酒日1日当たりの飲酒量が5合以上
- ② 飲酒日1日当たりの飲酒量が4合以上5合未満で、飲酒の頻度が週5日以上
- ③ 飲酒日1日当たりの飲酒量が3合以上4合未満で、飲酒の頻度が毎日

(6) 歯・口腔の健康の現状

ア 20歯以上自分の歯を有する者の割合

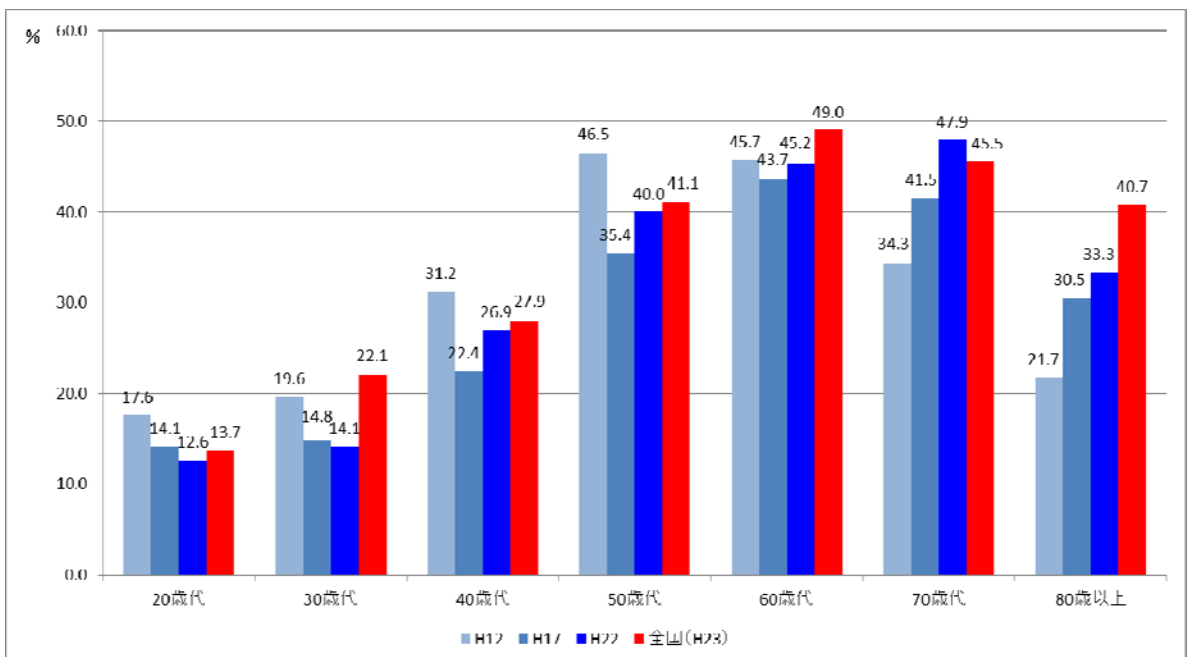
20歯以上自分の歯を有する者の割合は、40歳から54歳までは徐々に減少していますが、55歳から急激に減少しています。ただし、過去の調査と比べると60歳以上で顕著な増加を示しています。また、全国と比較すると、特に80歳以上で全国より割合が高くなっています。



(出典：「県民歯科疾患実態調査」及び厚生労働省「平成23年度歯科疾患実態調査」)

イ 歯周炎有病者の割合

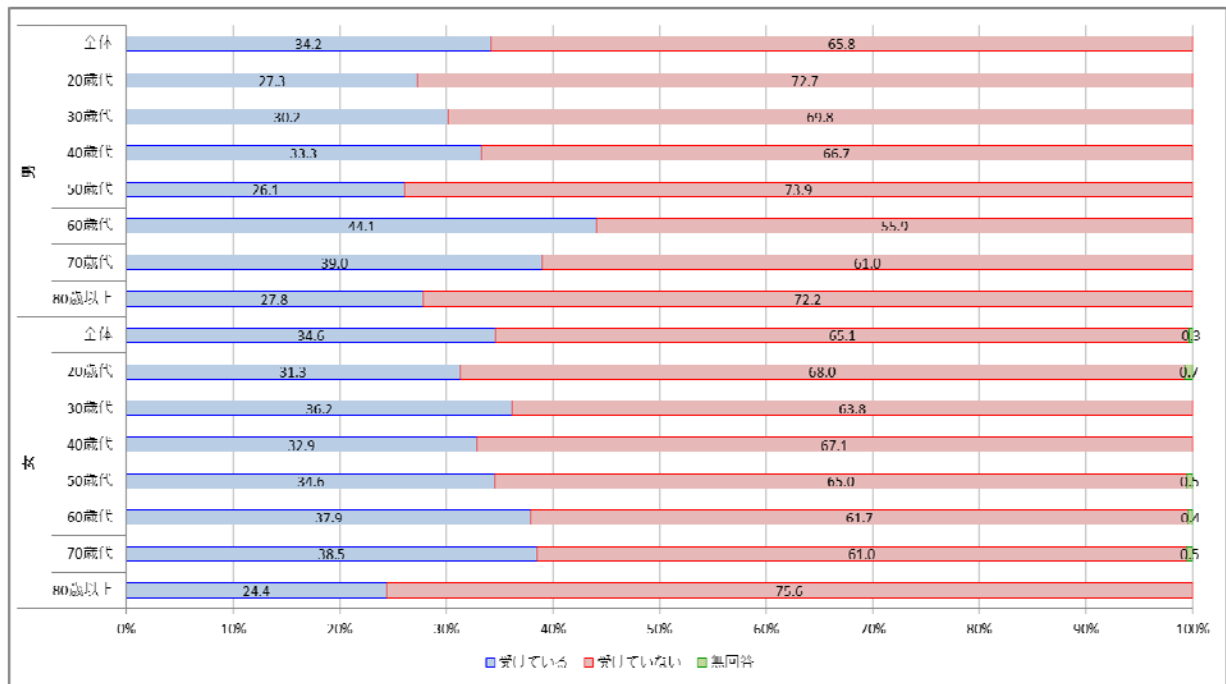
歯周炎に罹っている者(4mm以上の歯周ポケットを有する者)の割合は、40歳代以上で多くなり、60歳代、70歳代で最大を示しますが、歯の本数の減少とともに、80歳以上の歯周病罹患は少なくなっています。また、平成17年の調査に比べ、40歳以上の年代で増加していますが、70歳代を除き、全国よりは低い割合となっています。



(出典：「県民歯科疾患実態調査」及び厚生労働省「平成23年度歯科疾患実態調査」)

ウ かかりつけの歯科医院で定期的に歯科健診（検診）を受けている者の割合

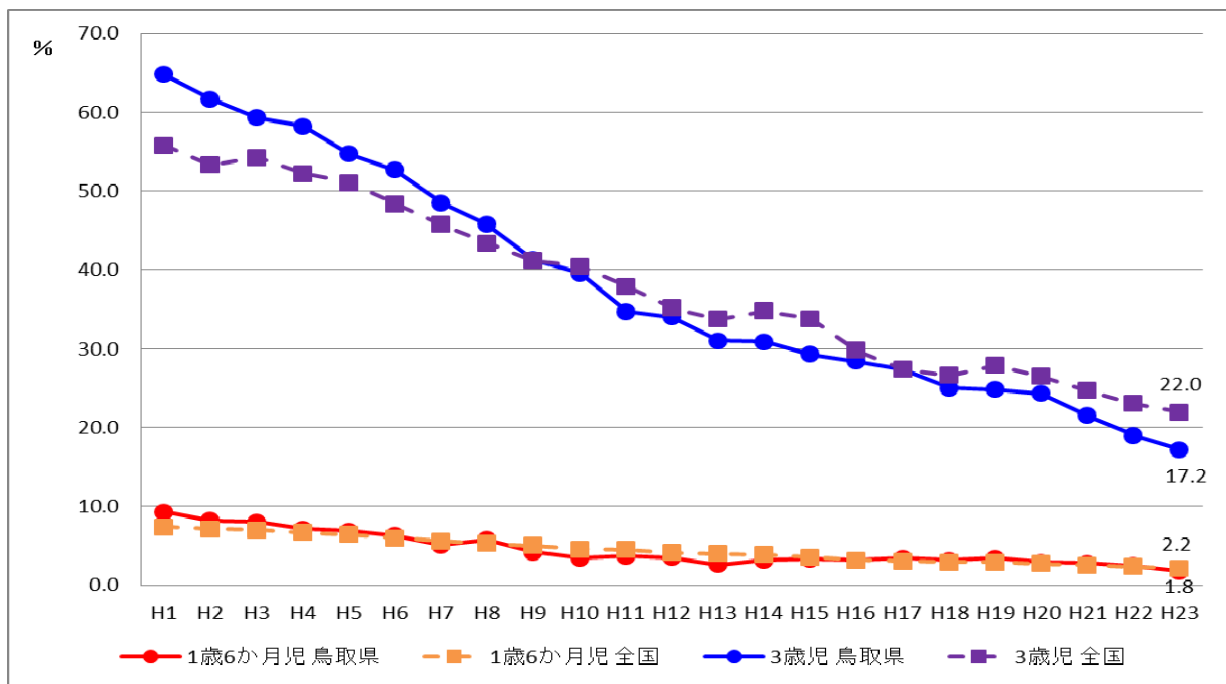
かかりつけの歯科医院で定期的に歯科健診（検診）を受けている者の割合は、男性で34.2%、女性で34.6%となっています。特に60歳代、70歳代で他の年代と比べ高い割合となっています。



(出典：平成22年県民歯科疾患実態調査)

エ 子どものむし歯罹患率

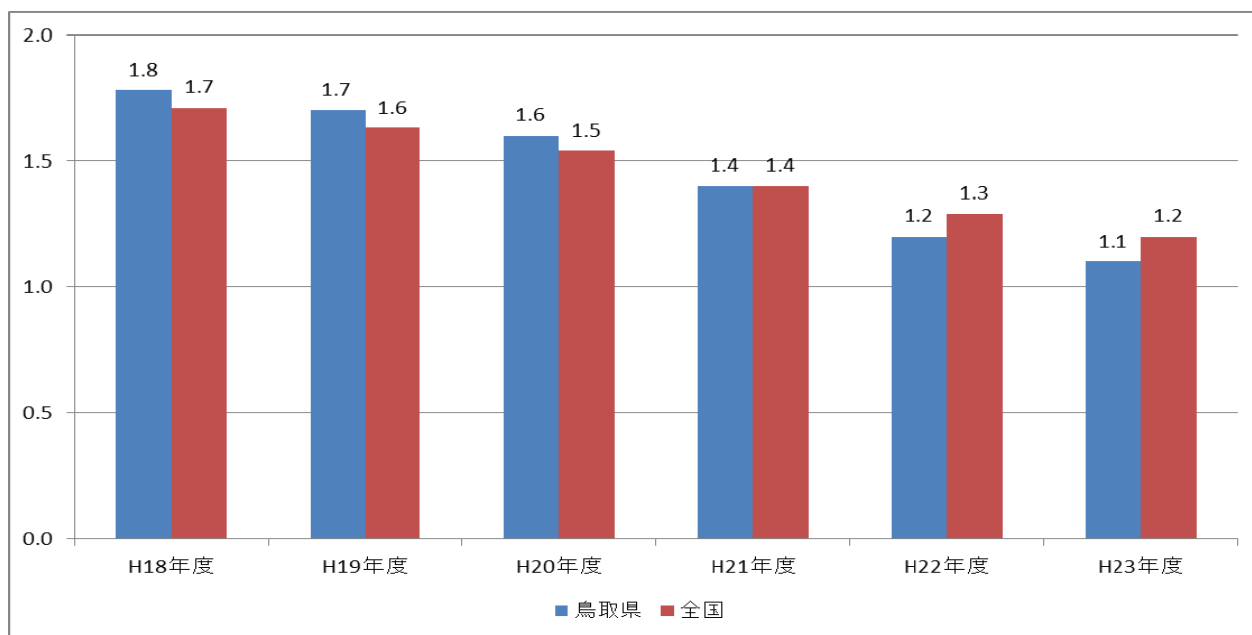
1歳6か月児及び3歳児の歯科健診の結果から、子どものむし歯罹患率を年次推移で見ると、鳥取県は全国同様、年々減少傾向にあります。



(出典：1歳6か月児及び3歳児の歯科健康診査結果)

オ 12歳児の1人平均う歯数（DMFT指数）

12歳児の1人平均う歯数（DMFT指数）は、鳥取県は全国同様、年々減少傾向にあります。



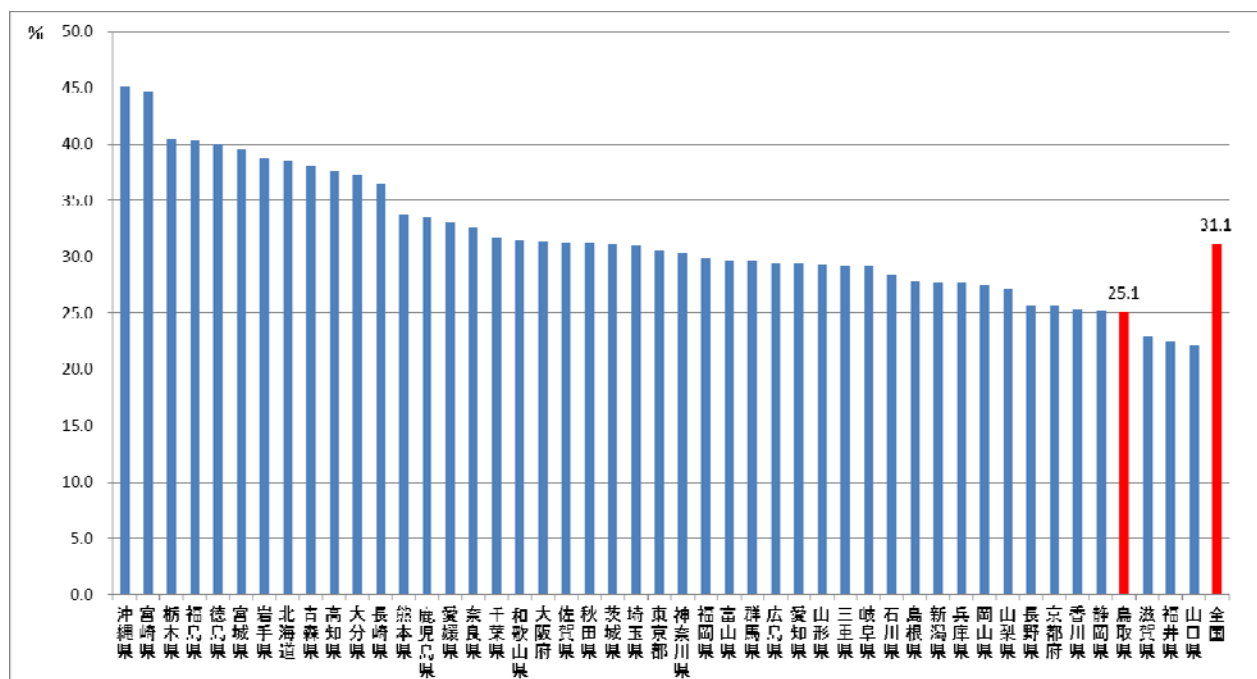
（出典：学校保健統計調査）

（7）都道府県の比較から見る鳥取県の肥満及び生活習慣等の状況

平成22年国民健康・栄養調査結果で公表された全国比較を見ると、鳥取県の肥満及び生活習慣等の状況は以下のような状況となっています。（なお、この全国比較のデータは、平成18～22年の5年分の国民健康・栄養調査データを用い、都道府県別に年齢調整を行った数値です。また、肥満者の割合、現在習慣的に喫煙している者の割合及び飲酒習慣者の割合の女性の都道府県別データについては、該当者の割合が少なく、変動係数が大きいいため、解析から除かれています。）

ア 肥満者の割合 男性（20～69歳）

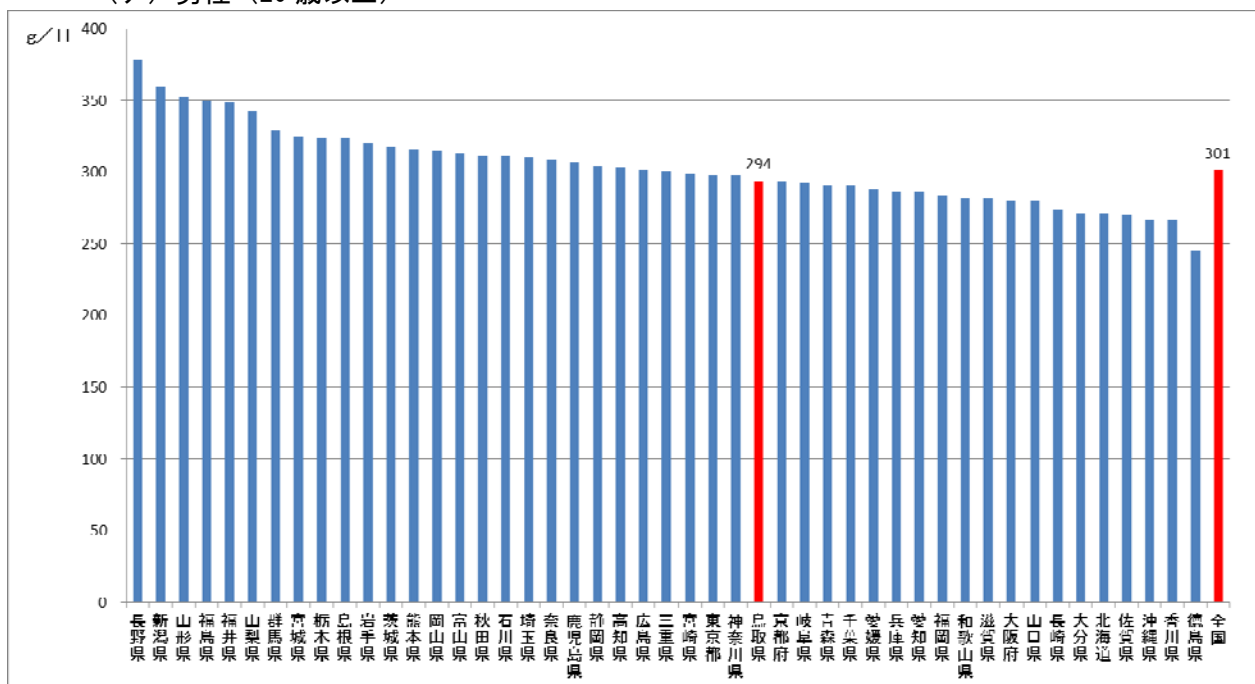
47都道府県中44位。鳥取県男性の肥満者の割合は、全国と比べ低い。



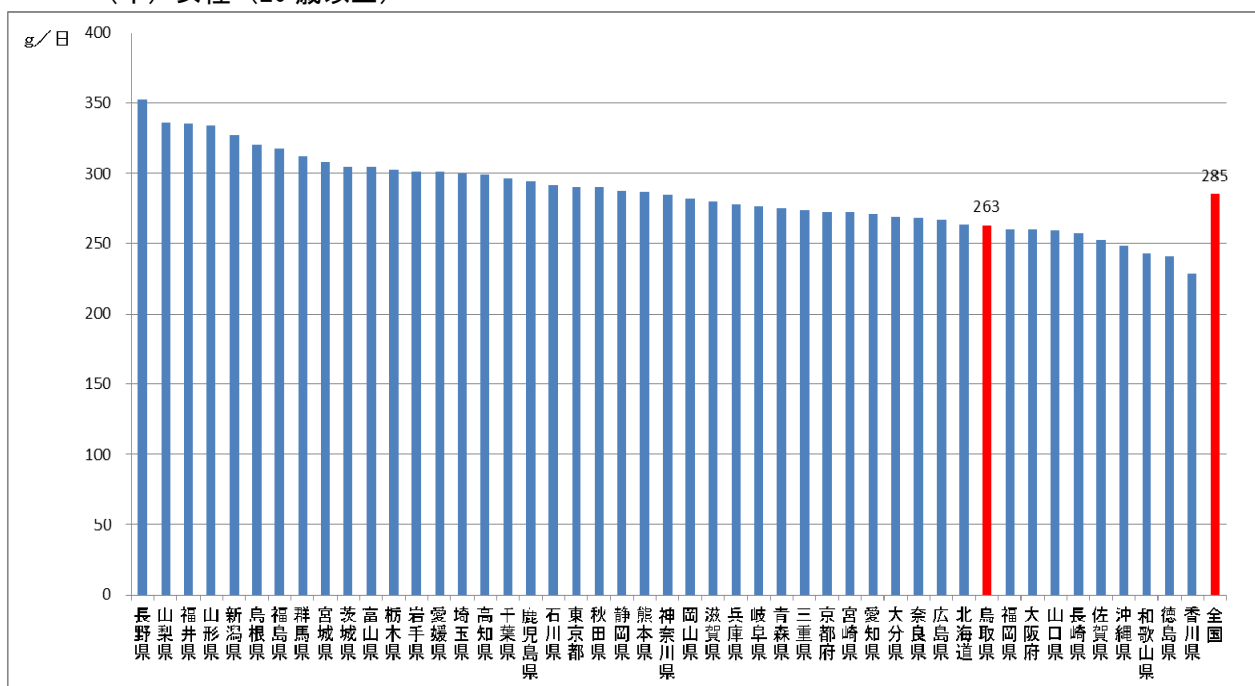
イ 野菜摂取量

47都道府県中、男性28位。女性38位。
鳥取県男性の野菜摂取量は全国並みであるが、鳥取県女性の摂取量は少ない。

(ア) 男性 (20歳以上)



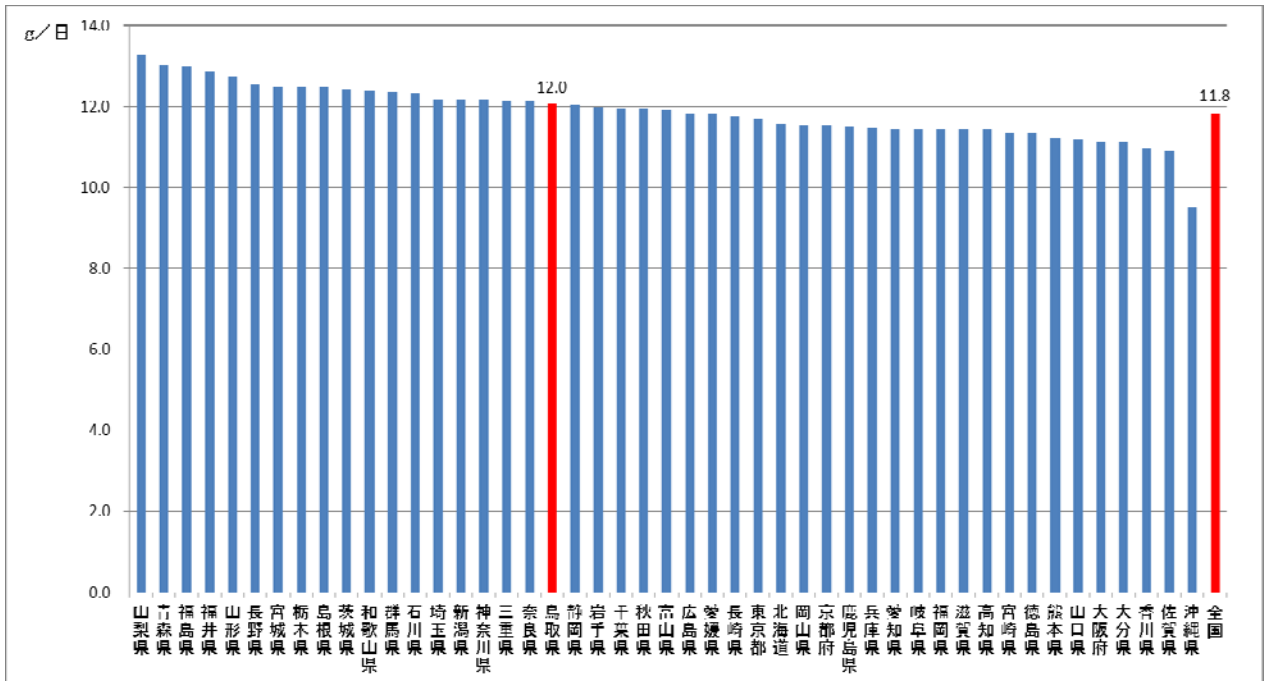
(イ) 女性 (20歳以上)



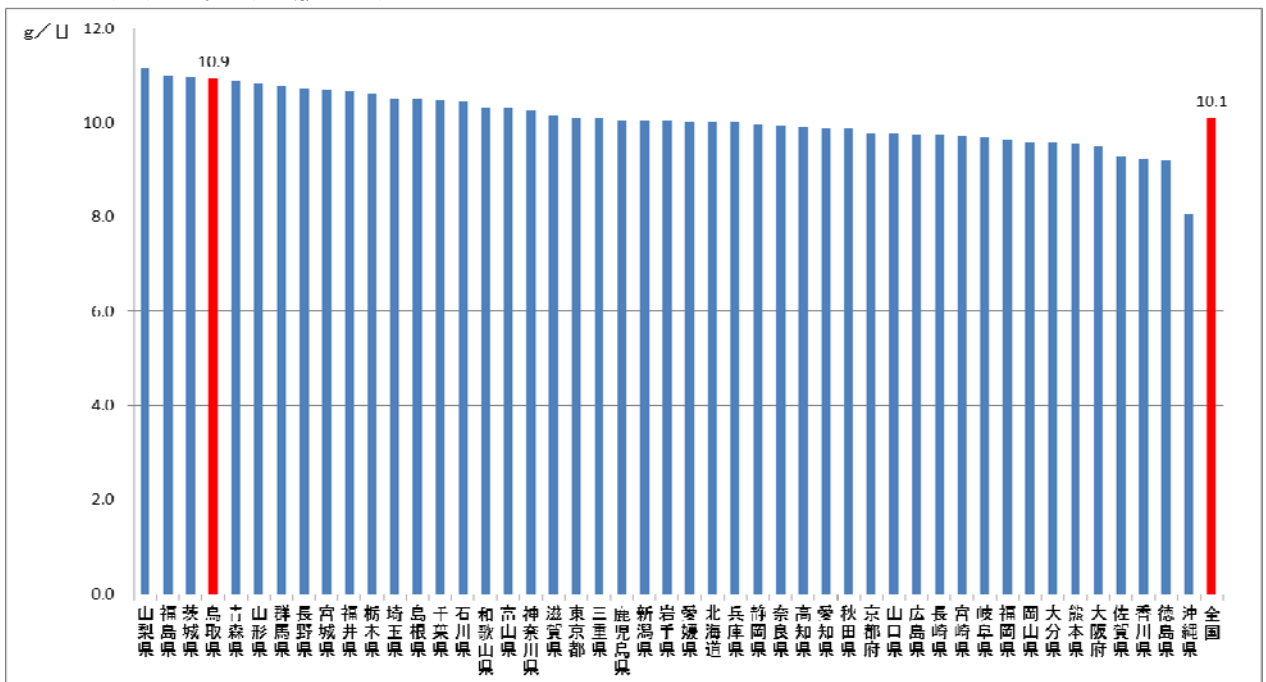
ウ 食塩摂取量

47都道府県中、男性19位。女性4位。
鳥取県男性の食塩摂取量は全国並みであるが、鳥取県女性の摂取量が多い。

(ア) 男性 (20歳以上)



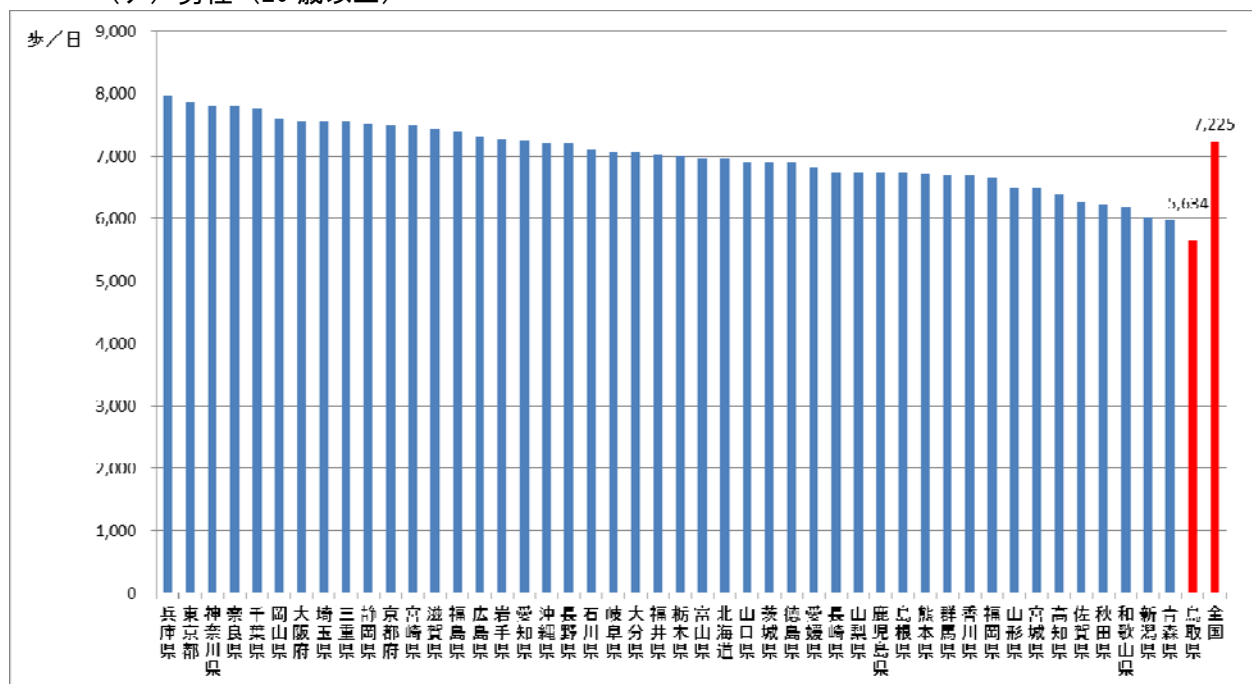
(イ) 女性 (20歳以上)



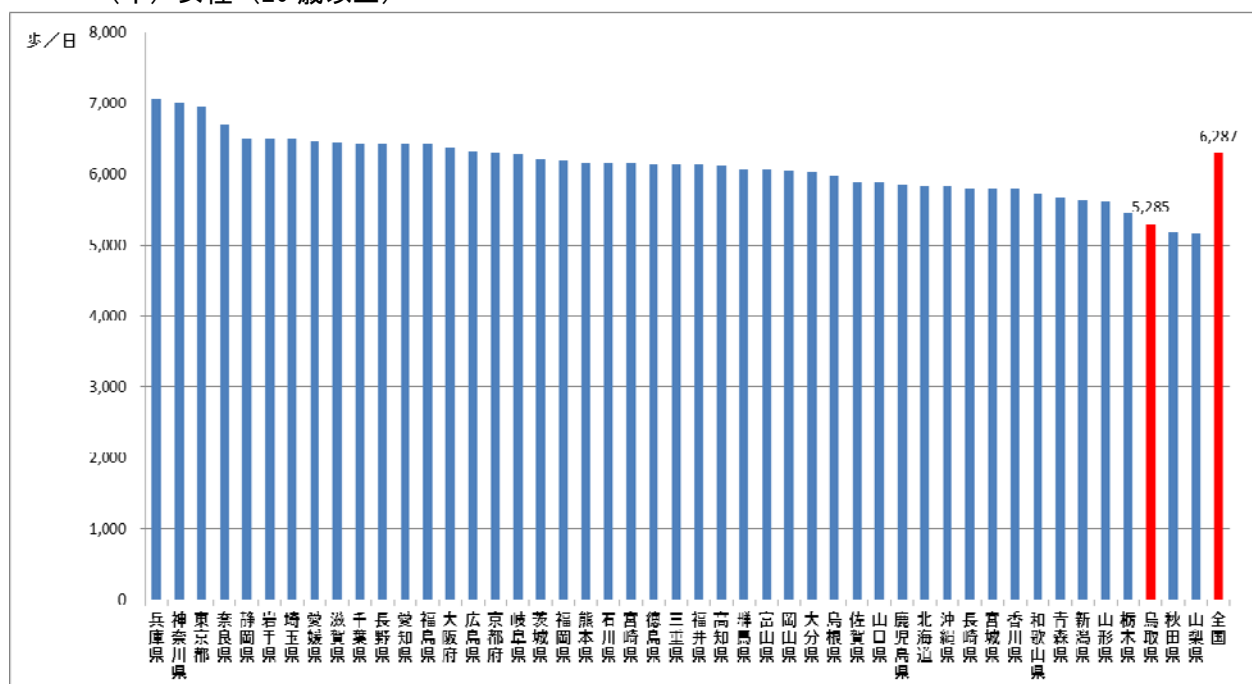
エ 1日の歩数

47都道府県中、男性47位（最下位）。女性45位。
鳥取県男性、女性ともに、1日の歩数は全国最低レベル。

(ア) 男性（20歳以上）

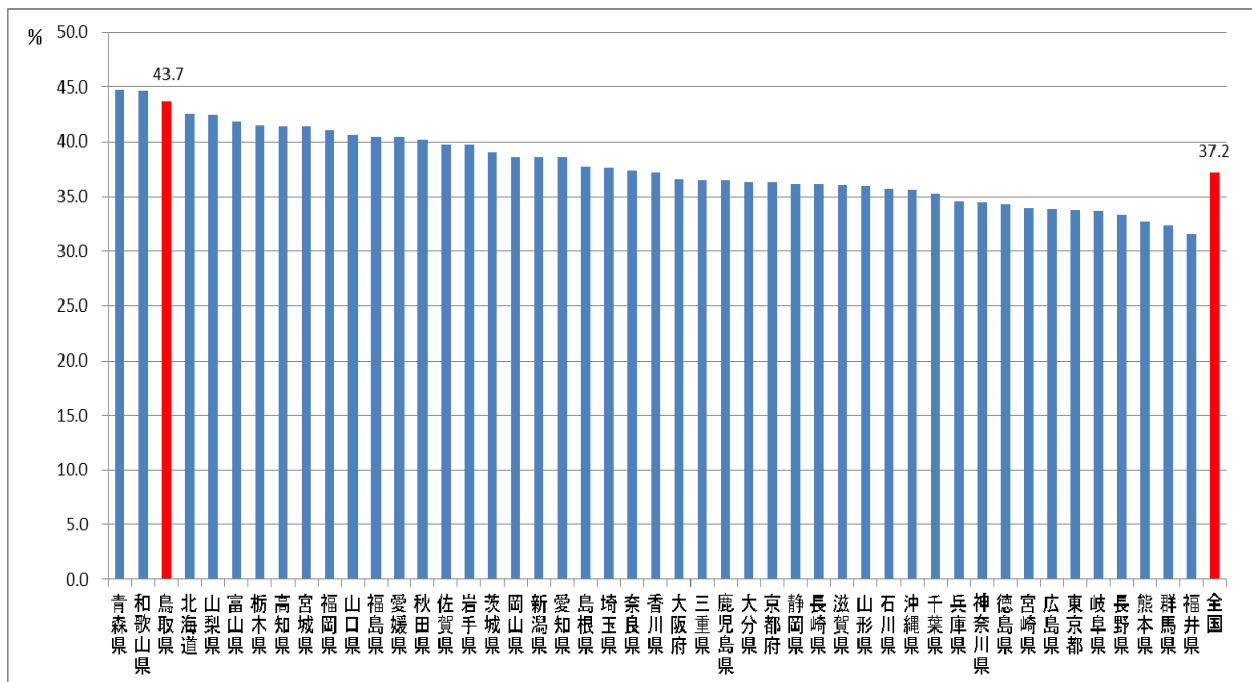


(イ) 女性（20歳以上）



オ 習慣的に喫煙している者の割合 男性（20歳以上）

47都道府県中3位。鳥取県男性の習慣的に喫煙している者の割合は、全国と比べ高い。（※国民生活基礎調査では、全国より低い割合になっています。P53参照。）



カ 飲酒習慣者の割合 男性（20歳以上）

47都道府県中2位。鳥取県男性の飲酒習慣者の割合は、全国と比べ高い。

