

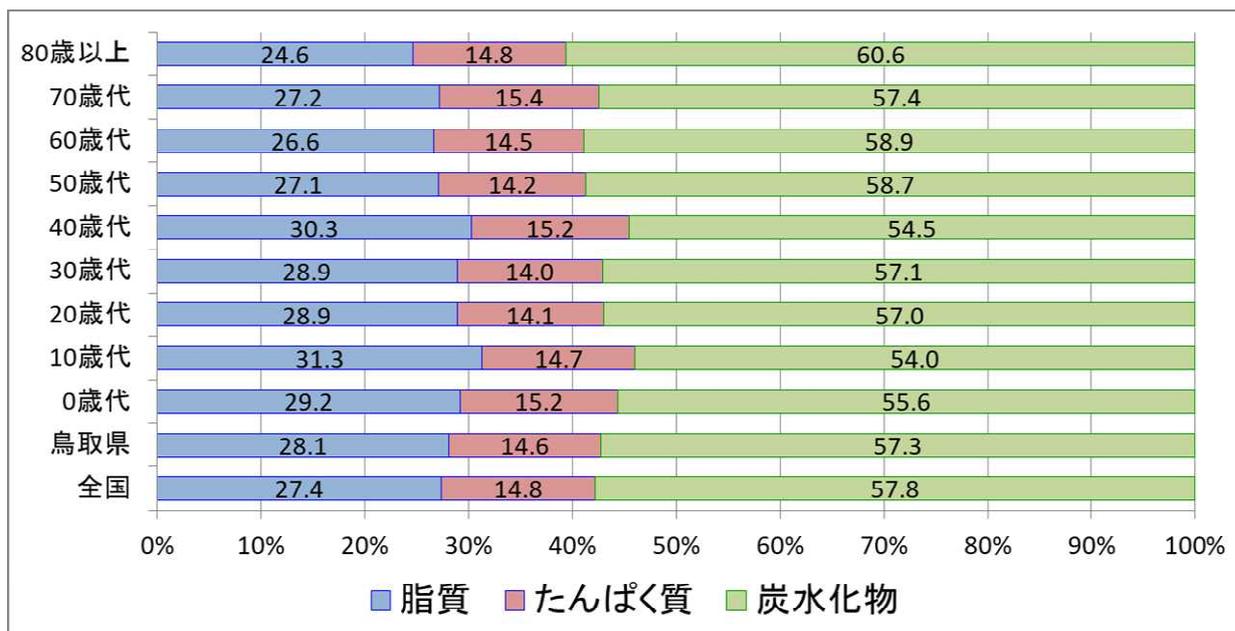
2 県民の生活習慣の現状

(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

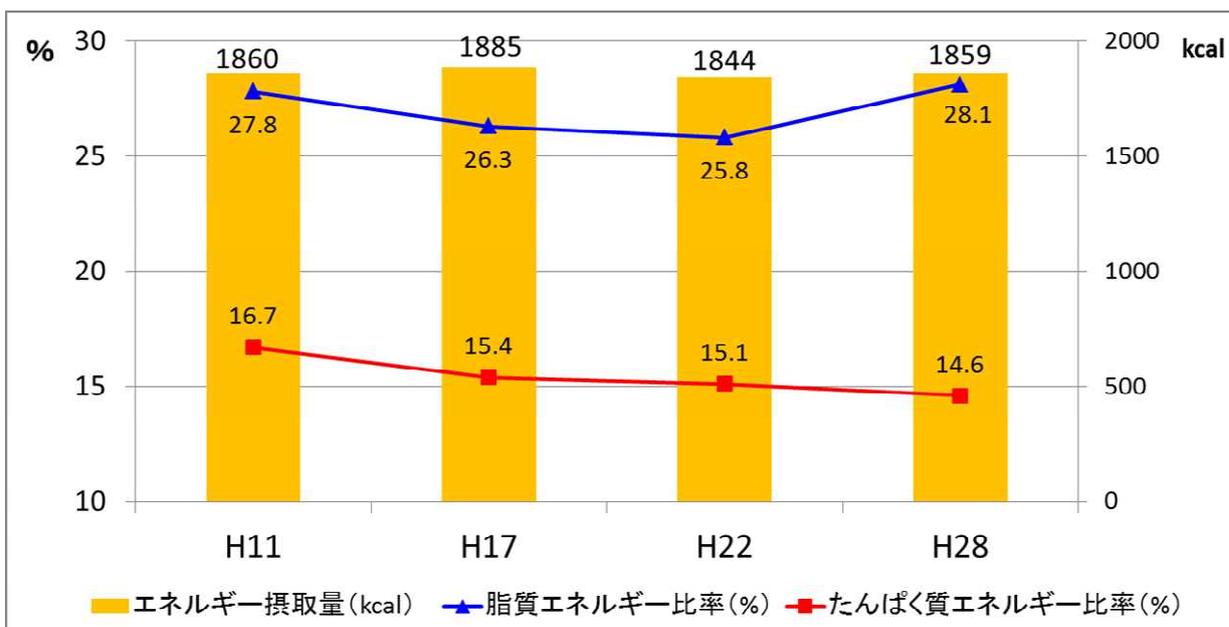
鳥取県民の摂取エネルギーに占める脂質、たんぱく質、炭水化物の割合は、ほぼ全国並みです。また、年次推移を見ると、脂質エネルギー比率は、ほぼ横ばいで、たんぱく質エネルギー比率は、減少傾向で推移しています。

(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28年県民健康栄養調査」及び「平成28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）



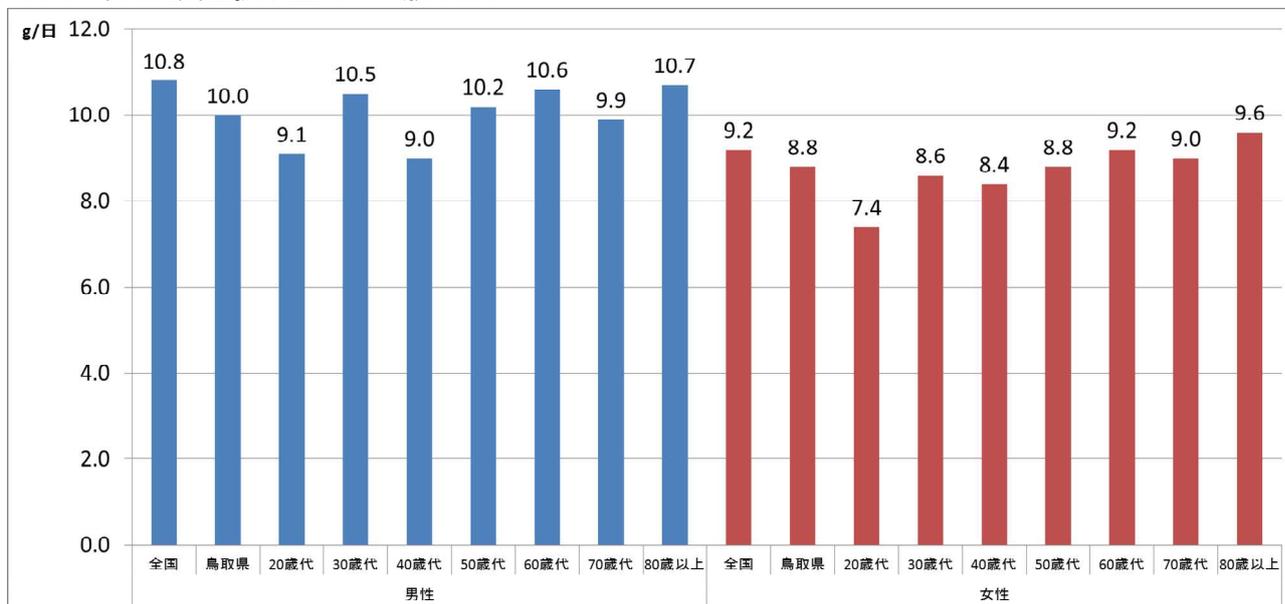
(出典：県民健康栄養調査)

イ 食塩摂取の状況

食塩摂取量を年齢別に見ると、男性では、20代、40代が低く、女性では、20代が低くなっており、高齢になるに従って増加する傾向にあります。

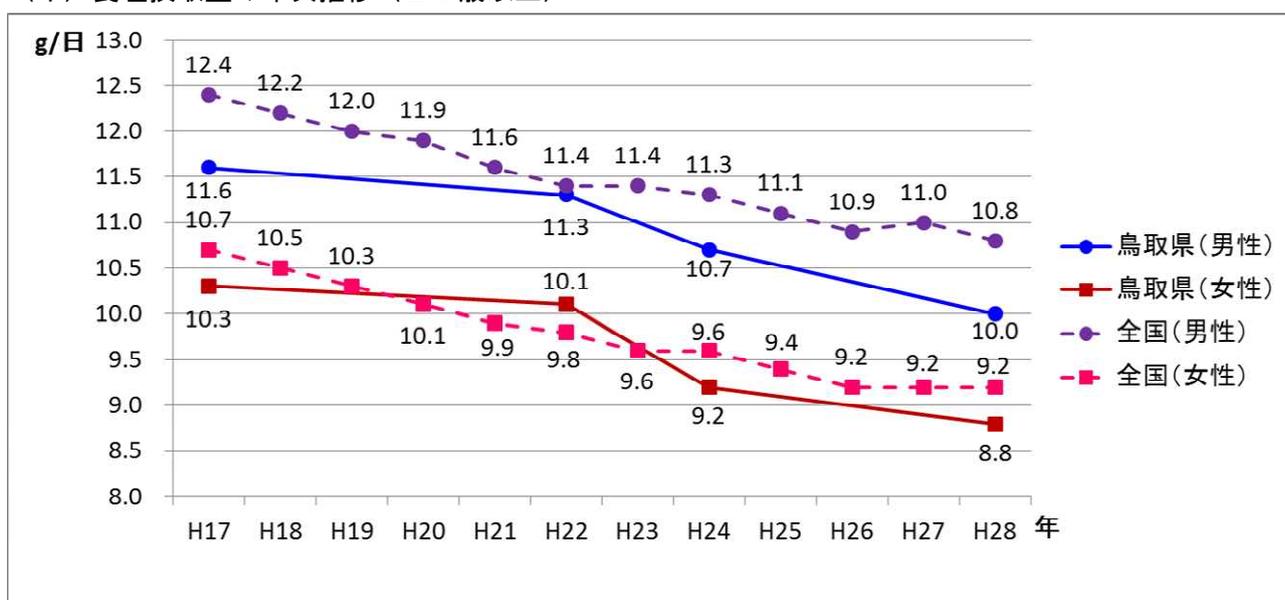
また、年次推移を見ると、全国同様年々減少傾向にあります。直近の数値では、男性女性ともに全国より低い摂取量となっています。

(ア) 年代別食塩摂取量（20歳以上）



(出典:「平成28年県民健康栄養調査」及び「平成28年国民健康・栄養調査」)

(イ) 食塩摂取量の年次推移（20歳以上）

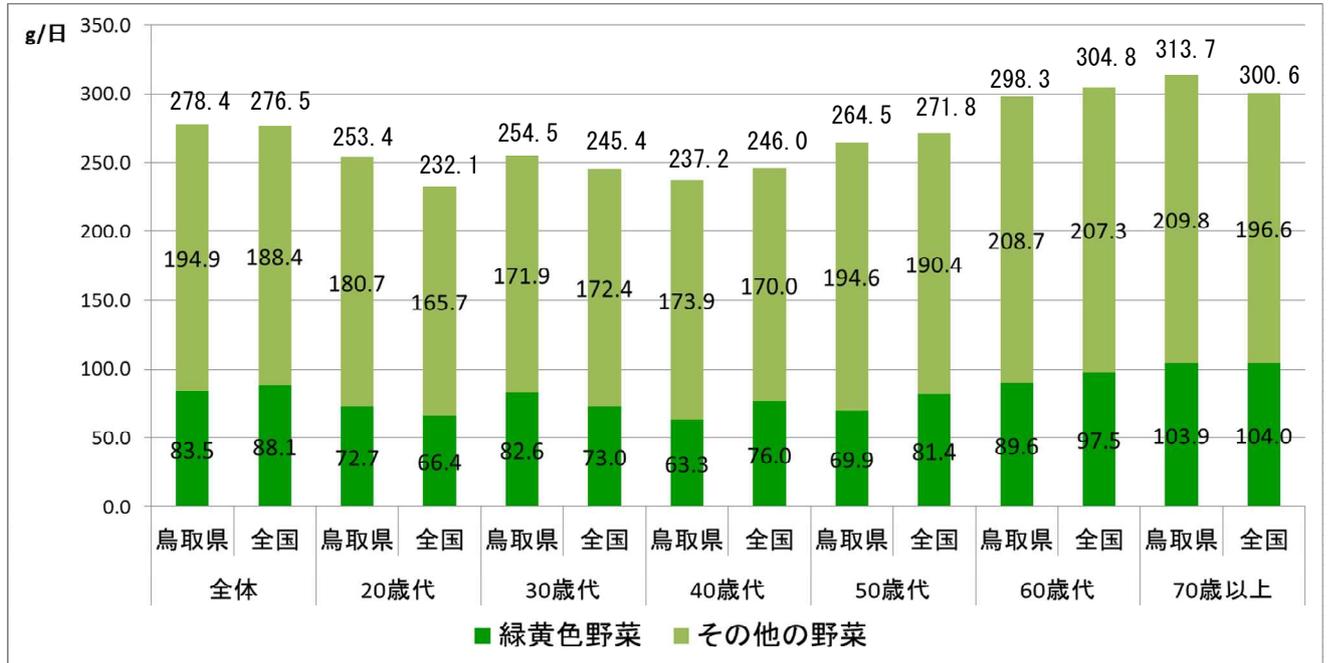


(出典:「県民健康栄養調査」及び「国民健康・栄養調査」)

ウ 野菜摂取の状況

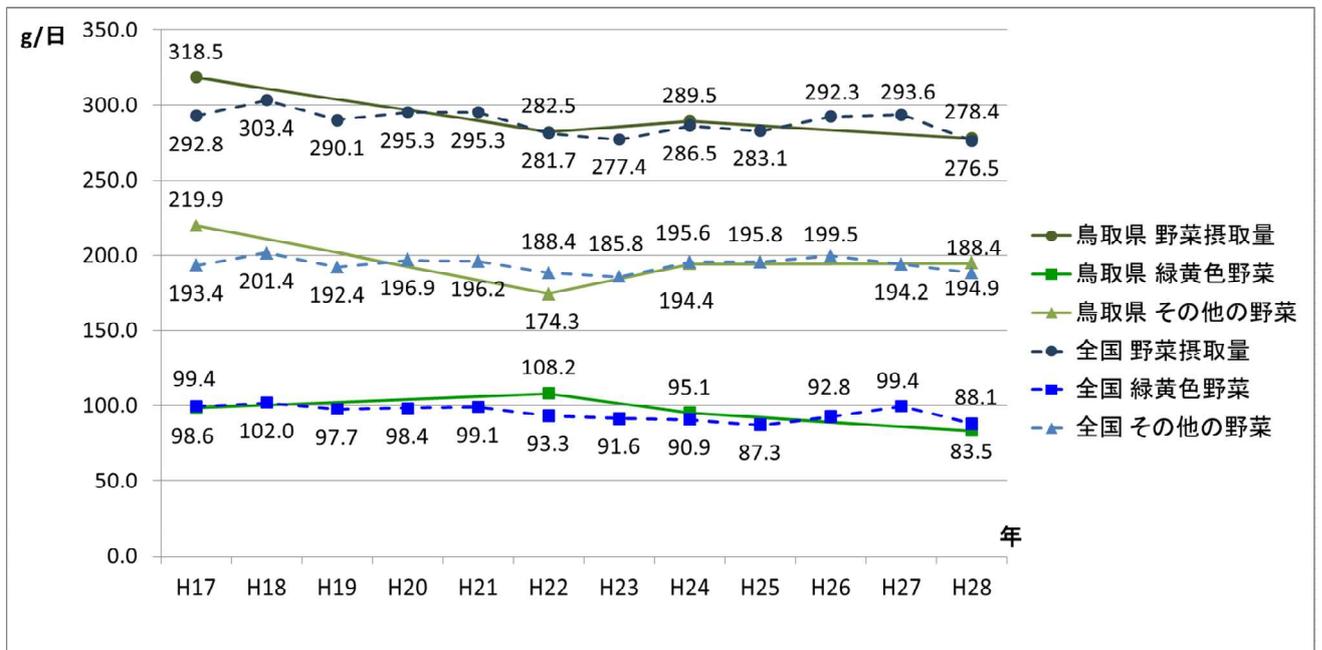
鳥取県民の野菜摂取量は、全国より若干多い状況で、平成22年の調査に比べると減少しています。また、20代、30代、40代で、摂取量が少なく、高齢になるに従って増加する傾向があります。

(ア) 年代別野菜摂取量（20歳以上）



(出典：「平成28年県民健康栄養調査」及び「平成28年国民健康・栄養調査」)

(イ) 野菜摂取量の年次推移（20歳以上）

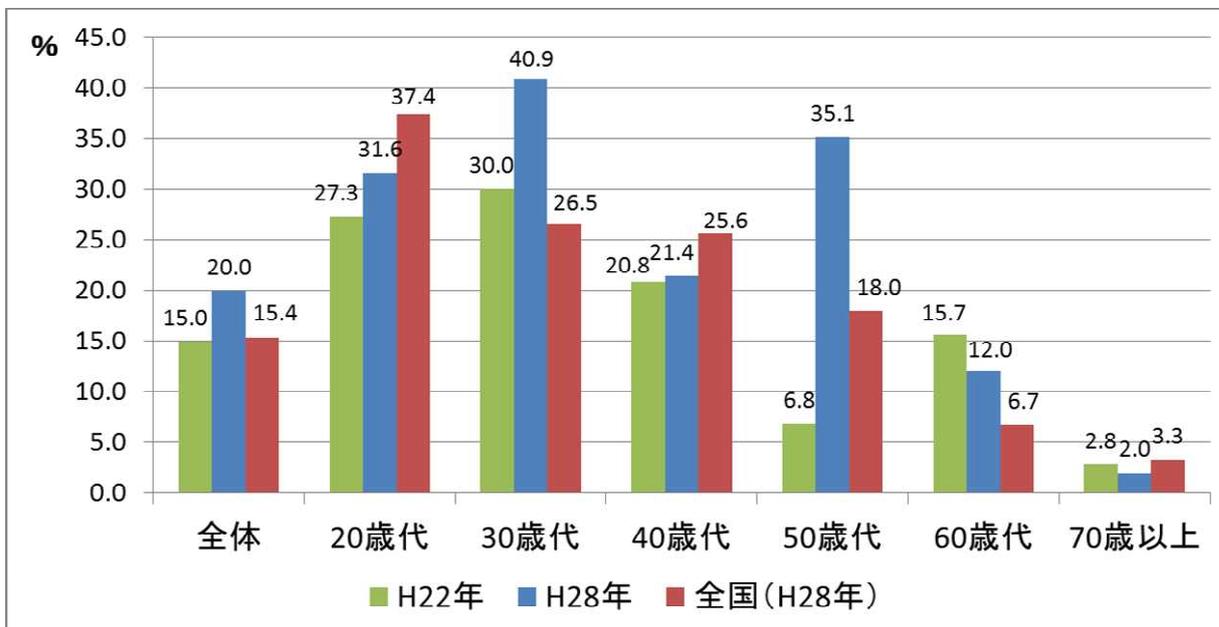


(出典：「県民健康栄養調査」及び「国民健康・栄養調査」)

エ 朝食の欠食率の状況

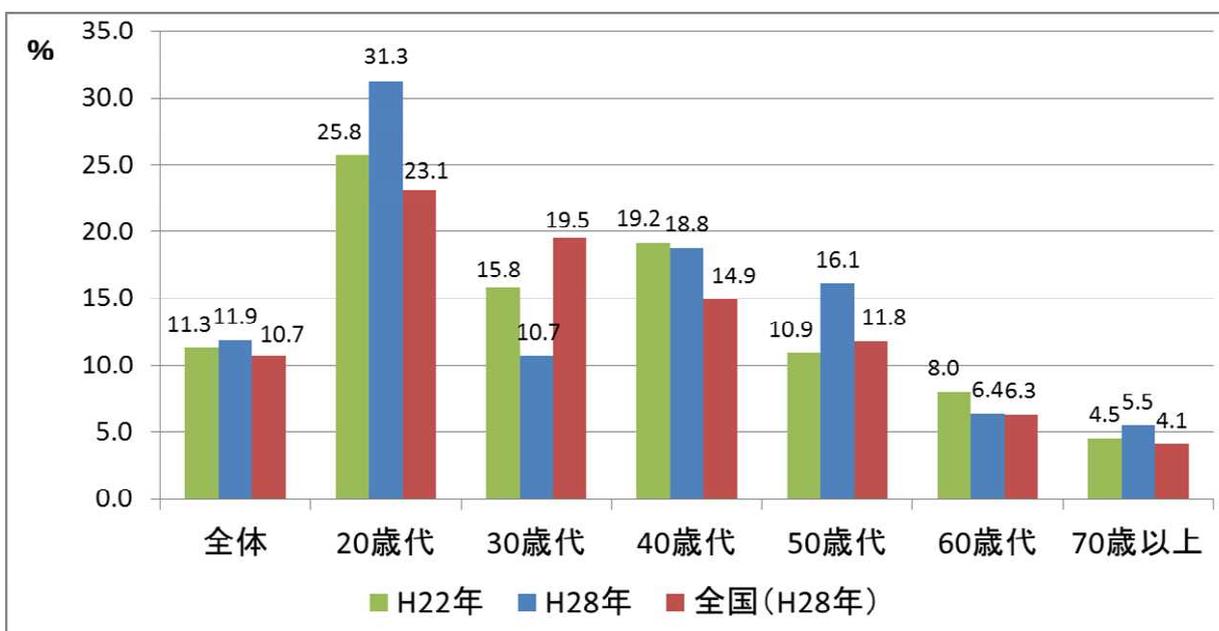
鳥取県民の朝食欠食率は、男性では30代で最も高く、女性では20代で最も高くなっています。また、欠食率は、平成22年の調査に比べて増加していますが、特に男性では30代、50代で、女性では、20代、50代で欠食率が大きく増加しました。

(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28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）

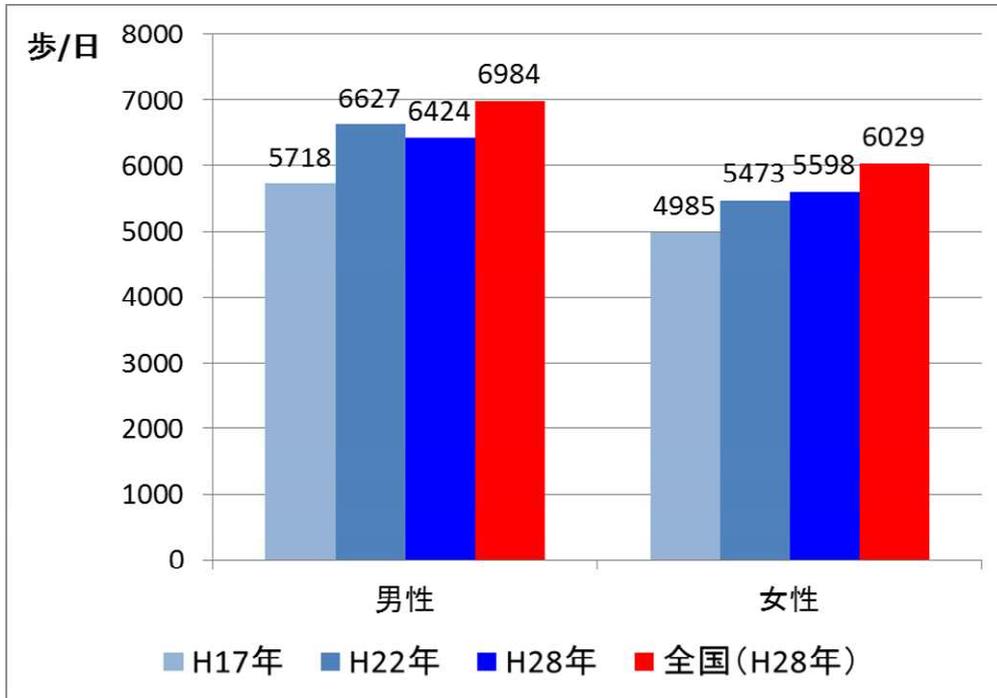


(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成28年国民健康・栄養調査」)

(2) 身体活動・運動の現状

ア 1日の歩行数（20歳以上）

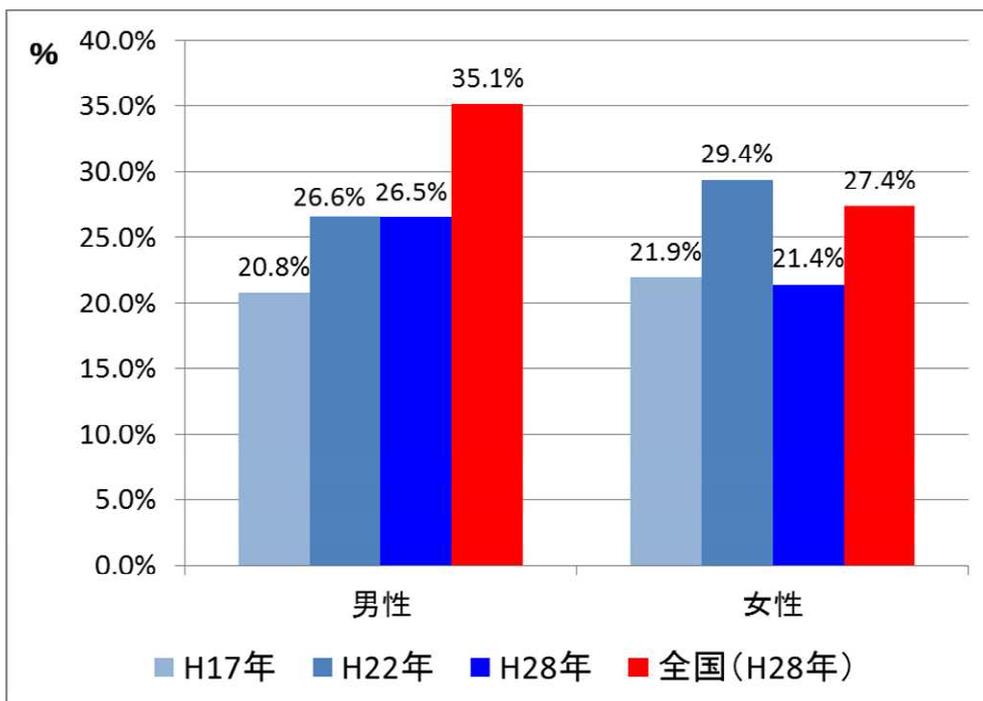
鳥取県民の1日の歩行数は、平成22年の調査に比べて男性は減少していますが、女性は増加しています。男女とも全国平均と比べて少なく、鳥取県が目標としている成人男性8000歩、成人女性7000歩とは大きな開きがあります。



(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成28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、男性女性ともに、平成22年調査に比べて減少しており、鳥取県が目標としている30%には届かず、全国平均を大きく下回っています。



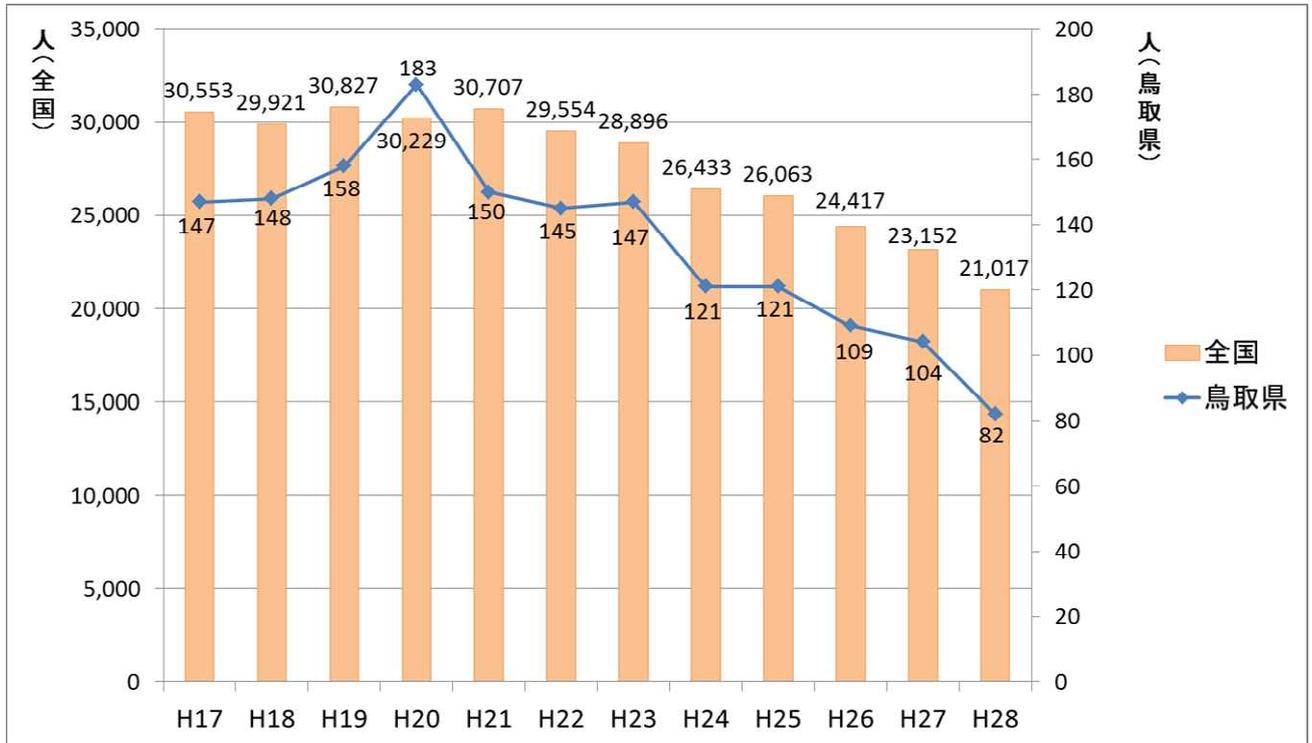
(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成28年国民健康・栄養調査」)

(3) 休養・こころの健康の現状

ア 本県の自死の状況

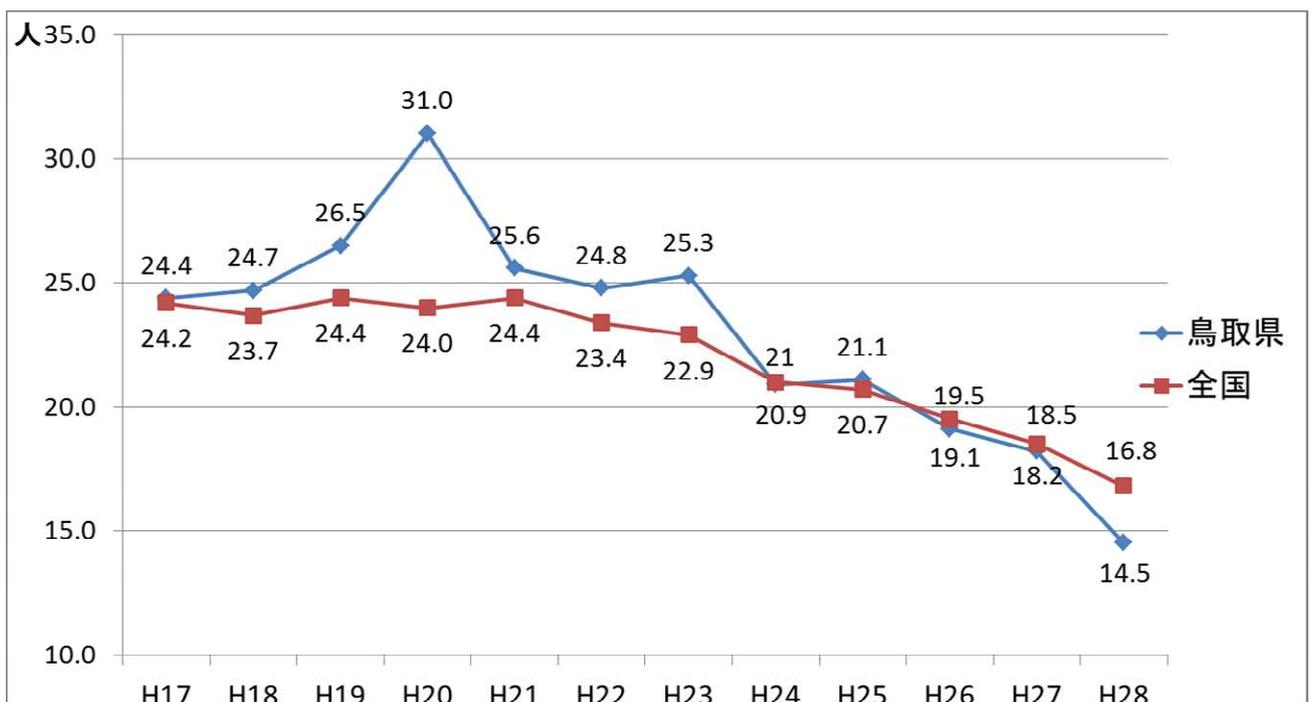
全国の自死者数は、平成10年に3万人を超え、以後高い水準で推移していますが、鳥取県では、平成20年をピークに減少傾向にあります。また、自殺死亡率（人口10万対）においても、平成20年をピークに減少傾向で推移し、近年では全国を下回る水準となっており、平成28年は14.5（全国16.8）となっています。

(ア) 全国と本県の自死者数の推移



(出典：厚生労働省「人口動態統計」)

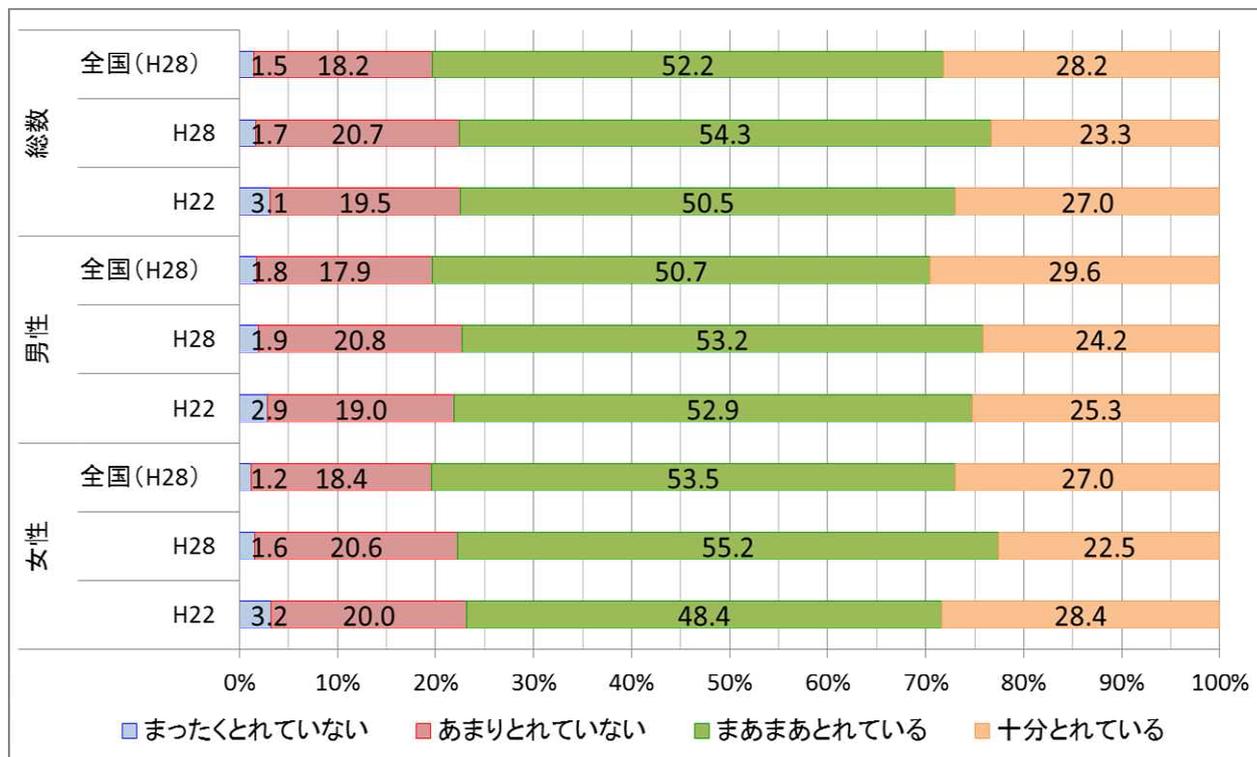
(イ) 全国と本県の自殺者死亡率（人口10万対）の推移



(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

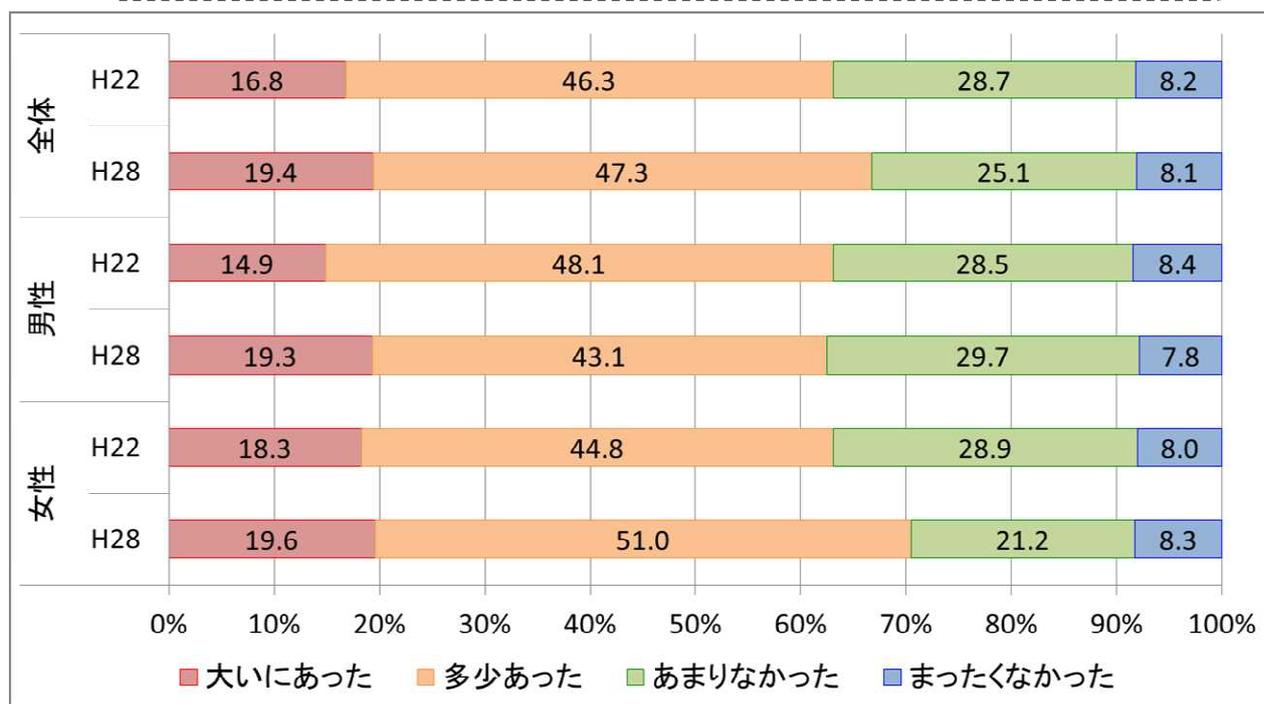
睡眠により休養がとれていない者の割合は、平成 22 年の調査に比べて男性は増加、女性は減少しており、全国と比較すると男性女性ともに高い状況となっています。



(出典：「県民健康栄養調査」及び「平成 28 年国民健康・栄養調査」)

ウ 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・ストレスが大いにあった者の割合は、平成 22 年の調査に比べて増加しています。特に、男性の割合が増加しており、男女とも約 20% まで増加しています。

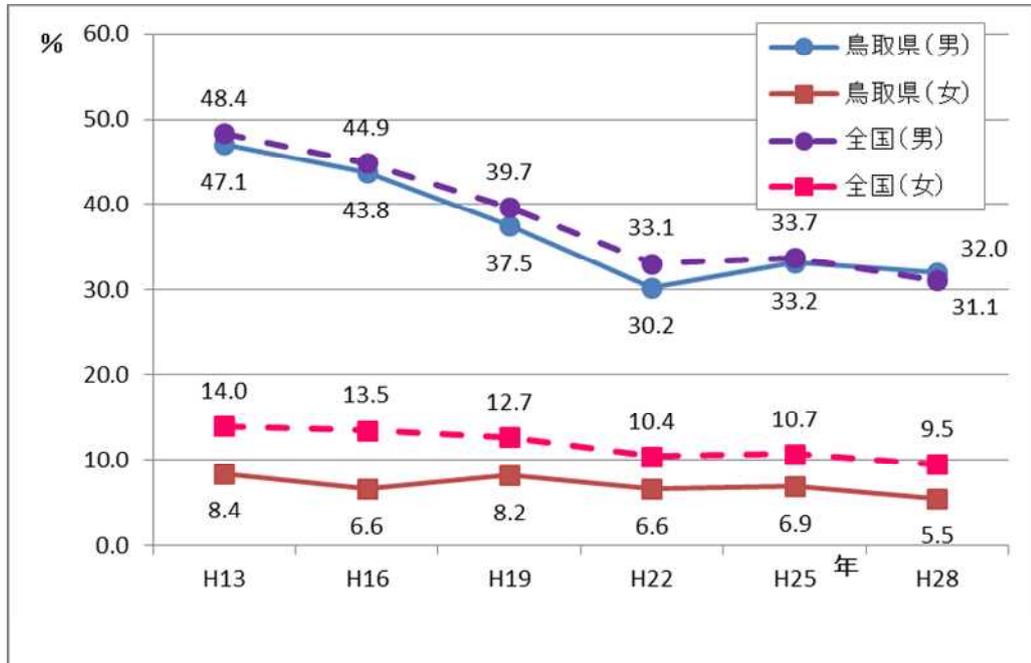


(出典：県民健康栄養調査)

(4) 喫煙の現状

ア 全国と本県の喫煙率の推移（20歳以上）

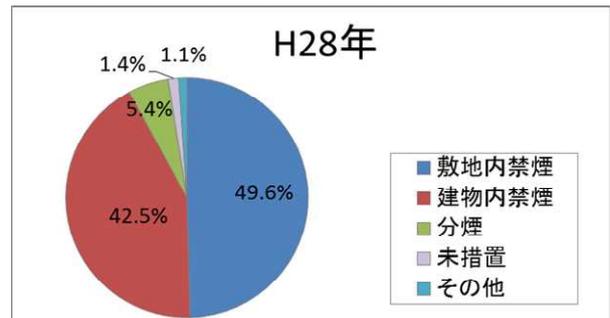
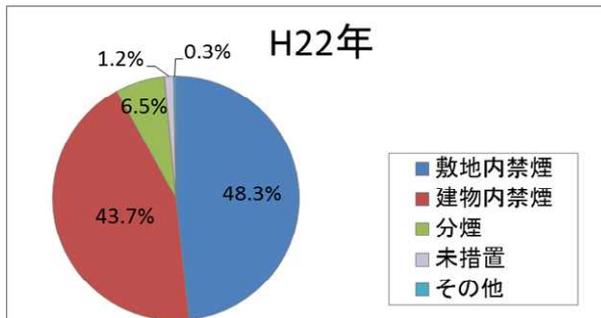
鳥取県、全国とも喫煙率は年々減少傾向にあり、平成28年において、鳥取県男性の喫煙率は、32.0%、鳥取県女性の喫煙率は、5.5%となっています。



(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22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28年の調査においては、平成22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。



【施設別内訳】

	敷地内禁煙	建物内禁煙	分煙	未措置	その他
県立高等学校	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
公立中学校	83.3%	15.0%	1.7%	0.0%	0.0%
公立小学校	84.9%	15.1%	0.0%	0.0%	0.0%
調剤薬局	49.4%	46.3%	2.5%	1.2%	0.6%
歯科診療所	38.4%	51.1%	7.4%	2.6%	0.5%
診療所	46.5%	45.9%	5.2%	2.4%	0.0%
病院	24.4%	56.1%	19.5%	0.0%	0.0%
その他官公庁	11.1%	44.4%	44.4%	0.0%	0.0%
市町村行政関係施設	8.5%	50.7%	40.8%	0.0%	0.0%
県行政関係施設	21.3%	74.5%	4.3%	0.0%	0.0%

【施設別内訳】

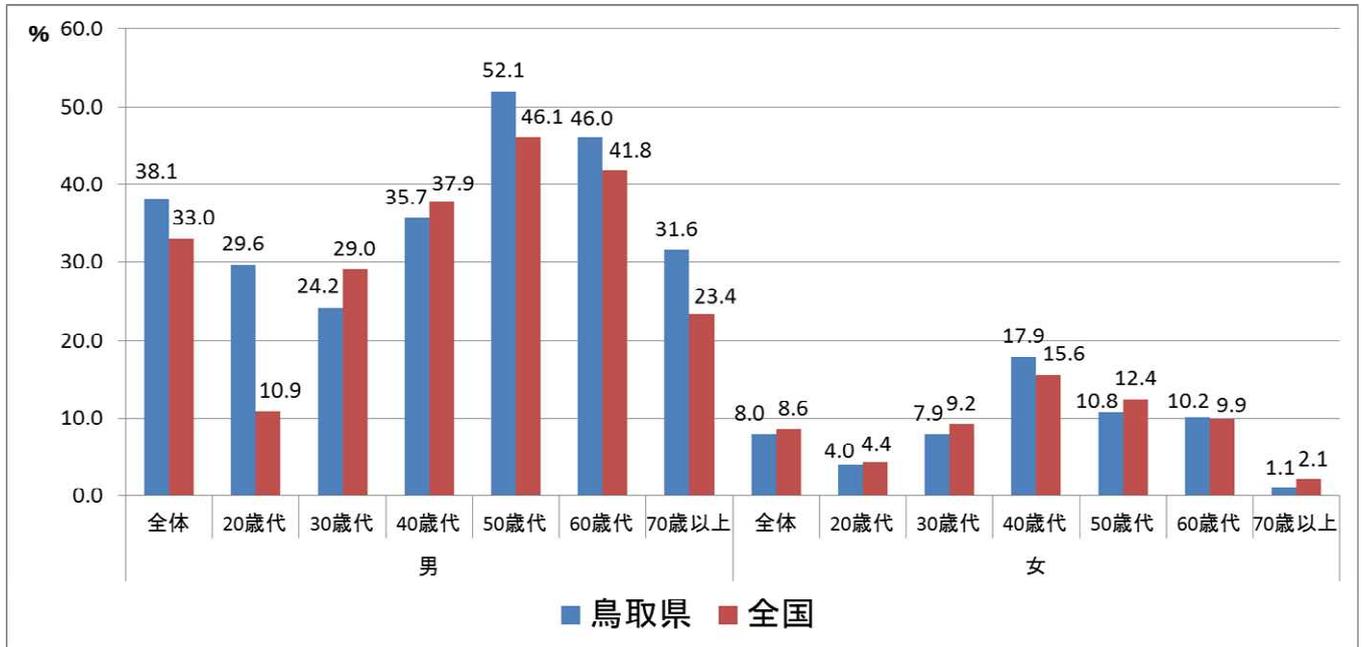
	敷地内禁煙	建物内禁煙	分煙	未措置	その他
県立高等学校	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
公立中学校	93.0%	7.0%	0.0%	0.0%	0.0%
公立小学校	89.1%	10.9%	0.0%	0.0%	0.0%
調剤薬局	68.4%	28.1%	1.8%	0.6%	1.2%
歯科診療所	50.7%	42.8%	3.9%	2.0%	0.7%
診療所	64.1%	31.2%	3.4%	1.3%	0.0%
病院	58.3%	20.8%	20.8%	0.0%	0.0%
その他官公庁	30.8%	38.5%	30.8%	0.0%	0.0%
市町村行政関係施設	5.1%	57.6%	35.6%	0.0%	1.7%
県行政関係施設	23.9%	71.7%	4.3%	0.0%	0.0%
遊技場	0.0%	0.0%	75.0%	25.0%	0.0%
スポーツ施設	31.3%	56.3%	0.0%	0.0%	12.5%
宿泊施設	0.0%	14.8%	51.9%	11.1%	22.2%

(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）

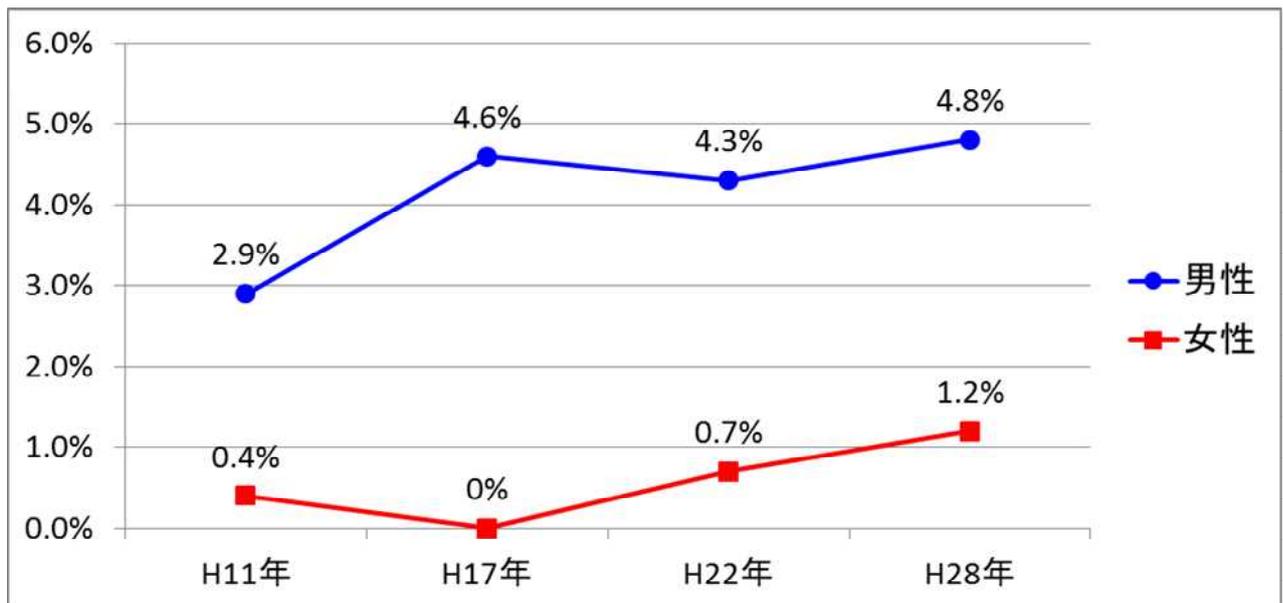
鳥取県民の飲酒習慣（週3日以上で1日1合以上飲酒する者）の割合は、全体では男女とも全国より若干高い割合となっています。また年代別に見ると、特に、男性では20代、50代、70代で、女性では40代で、全国平均を大きく上回る割合となっています。



(出典：「平成28年県民健康栄養調査」及び「平成28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、男女とも若干増加傾向で推移しています。



(出典：県民健康栄養調査)

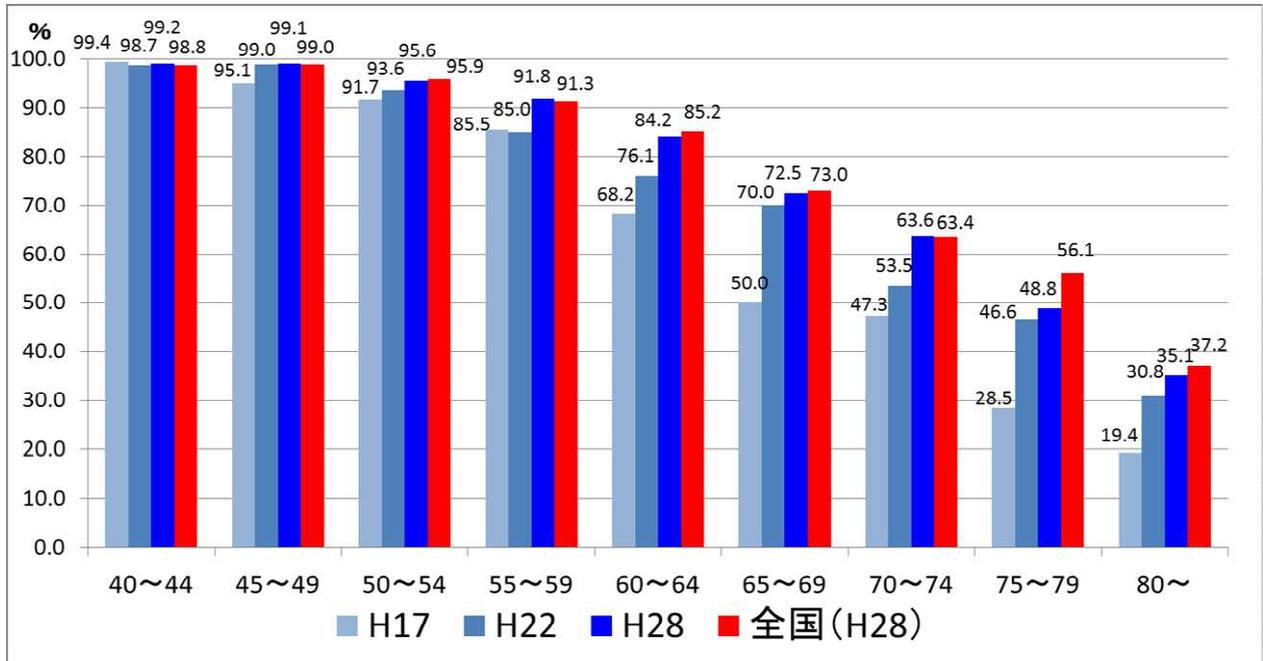
※ここでは、以下のいずれかに該当する者を「多量飲酒者」と定義しています。

- 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

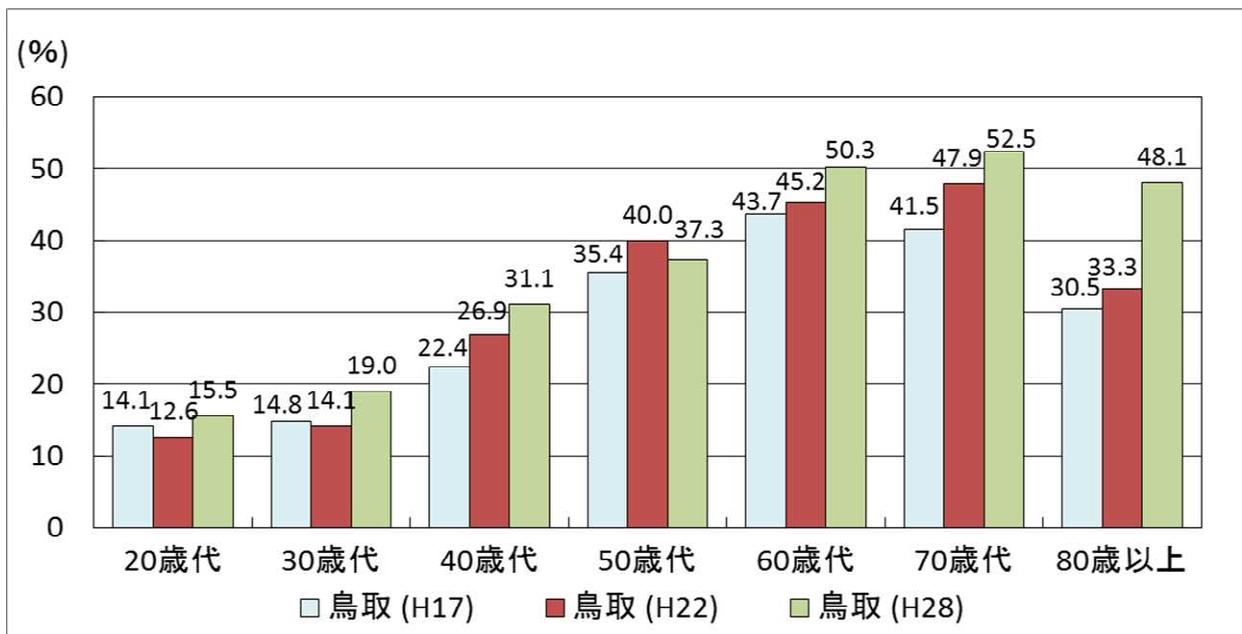
20歯以上自分の歯を有する者の割合は、全ての年代で全体的に増加傾向にあります。高齢者においては、顕著に増加してます。また、全国と比較すると、ほぼ全ての年代で低い割合となっております。



(出典：「県民歯科疾患実態調査」及び厚生労働省「平成28年歯科疾患実態調査」)

イ 歯周炎有病者の割合

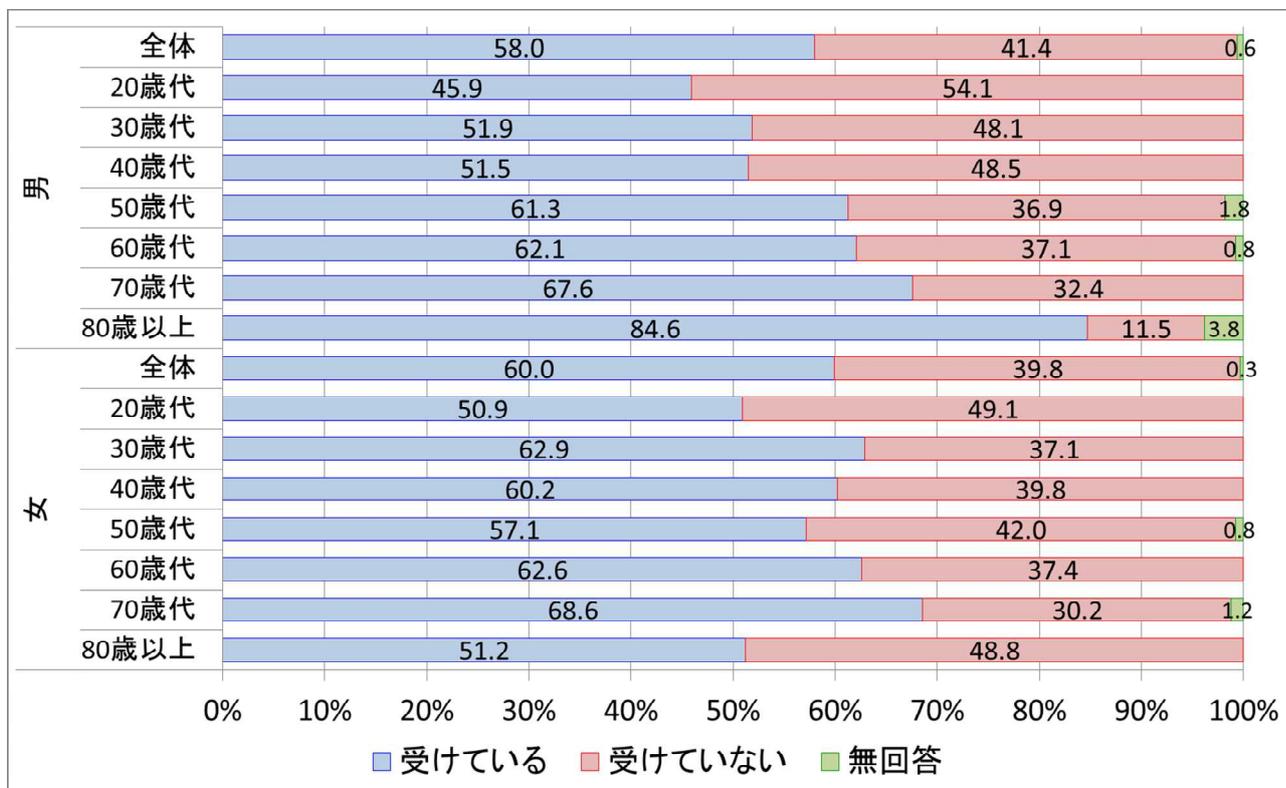
歯周炎に罹っている者(4mm以上の歯周ポケットを有する者)の割合は、年代を追う毎に増加して60歳代以降では50%以上が歯周病に罹患しています。過去調査と比較して50歳代を除くすべての年代で増加傾向にあり80歳以上での増加が顕著です。



(出典：「県民歯科疾患実態調査」)

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

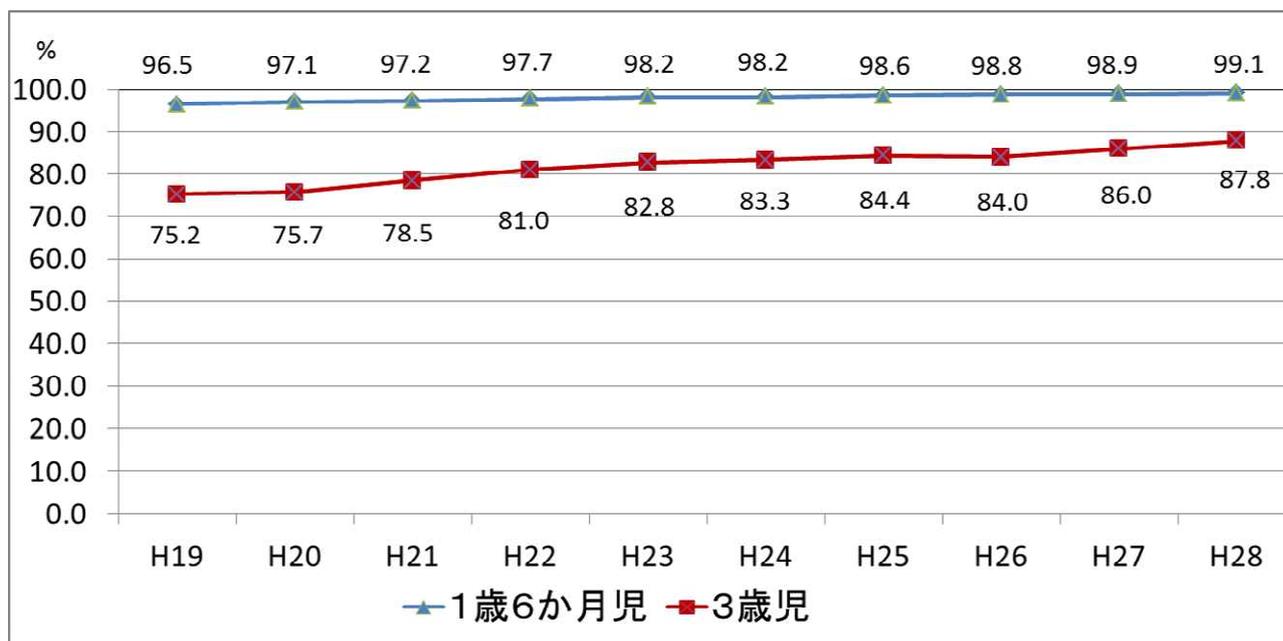
かかりつけの歯科医院で定期的に歯科健診（検診）を受けている者の割合は、男性で58.0%、女性で60.0%となっています。特に80歳以上の男性が高い割合となっています。（かかりつけの歯科医がある1,776人の結果）



(出典：平成28年度県民歯科疾患実態調査)

エ むし歯のない子どもの割合

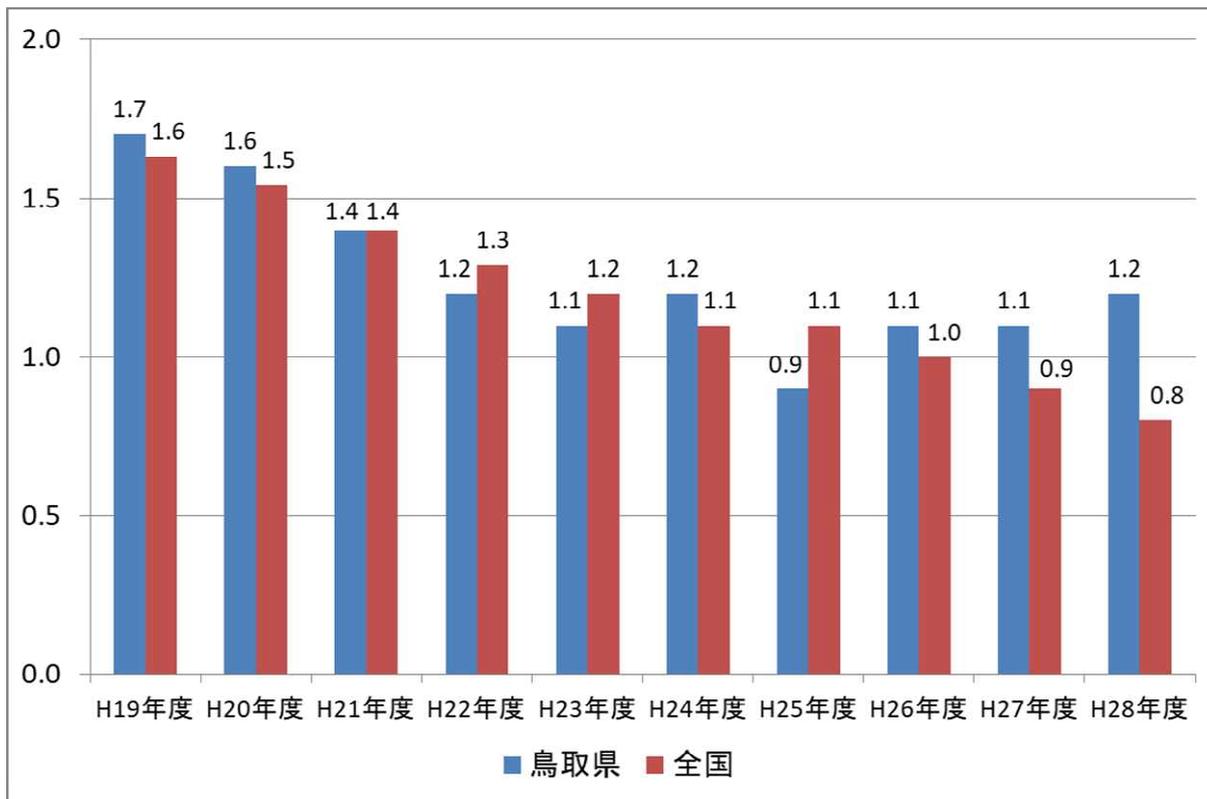
1歳6か月児及び3歳児の歯科健診の結果から、むし歯のない子どもの割合を年次推移で見ると年々増加傾向にあります。



(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、概ね減少傾向で推移していますが、近年ではほぼ横ばいの状況です。



（出典：学校保健統計調査）

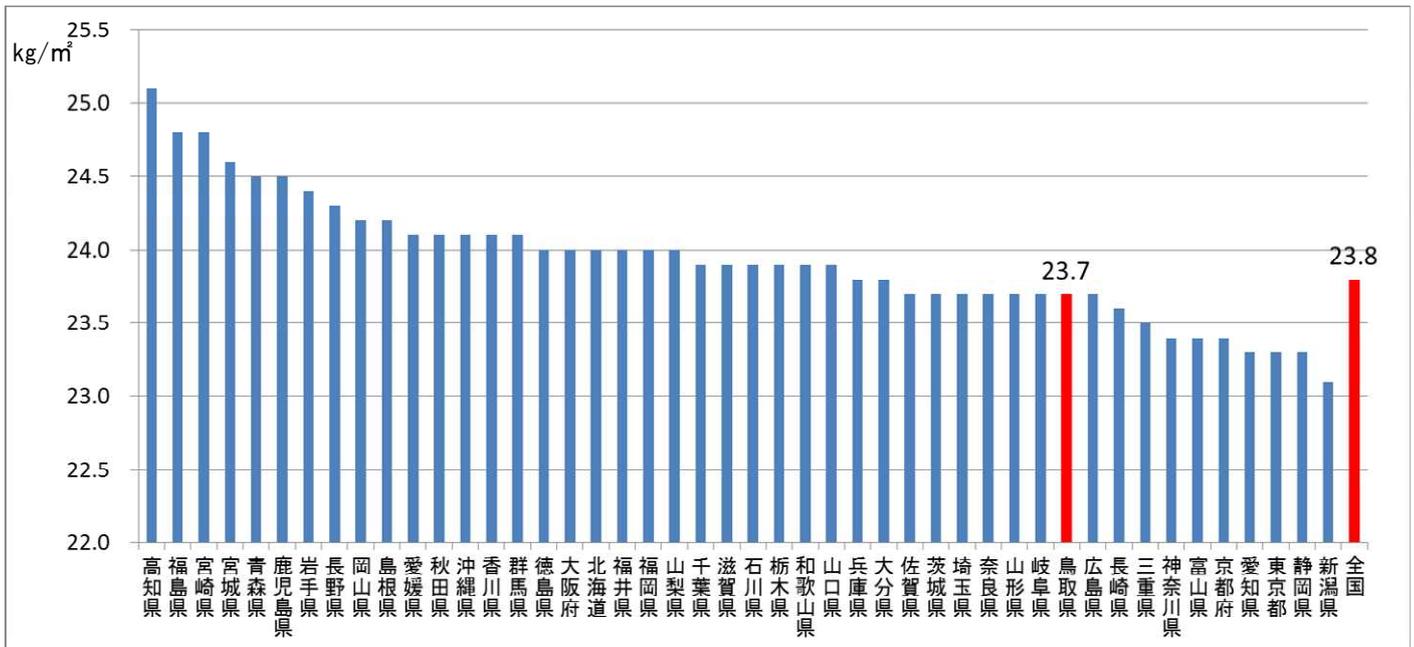
(7) 都道府県の比較から見る鳥取県の肥満及び生活習慣等の状況

平成 28 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、都道府県別に年齢調整を行った数値であり、熊本県は除かれています。)

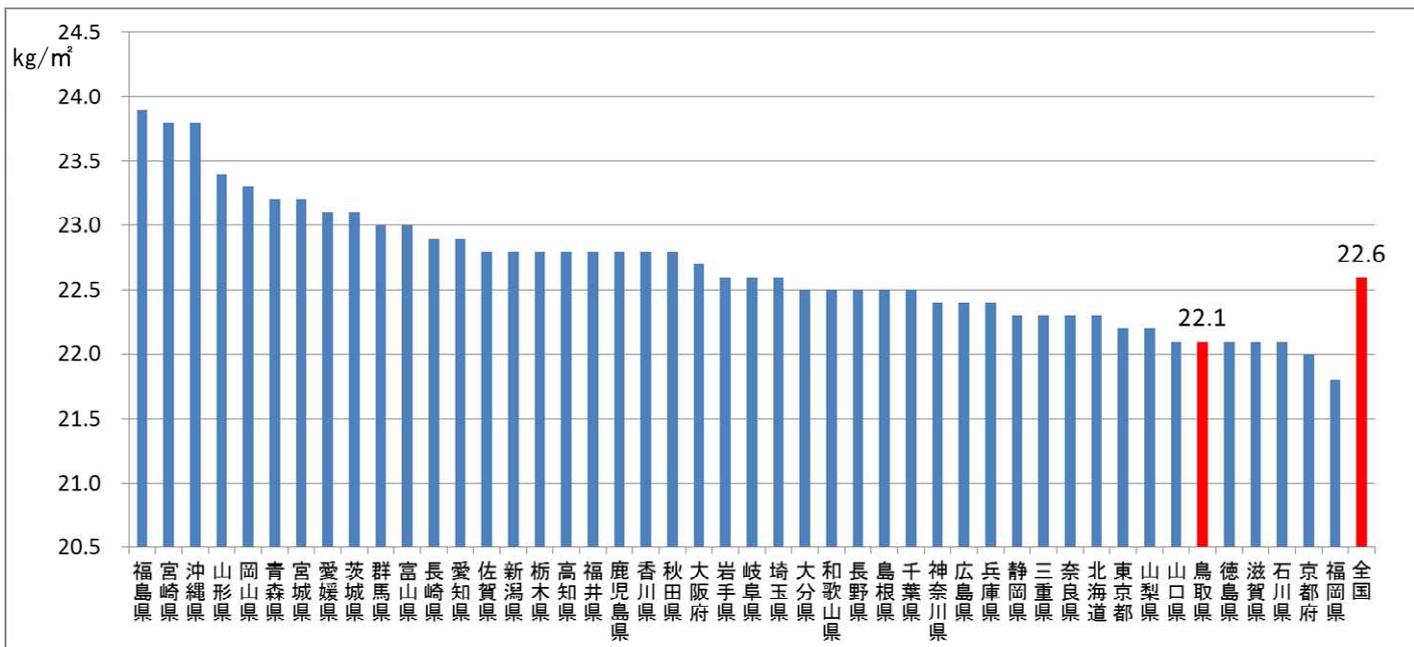
ア BMI の平均値 男性

46 都道府県中、男性 36 位。女性 41 位
鳥取県男性、女性ともに、BMI の平均値は、全国と比べて低い。

(ア) 男性 (20~69 歳)



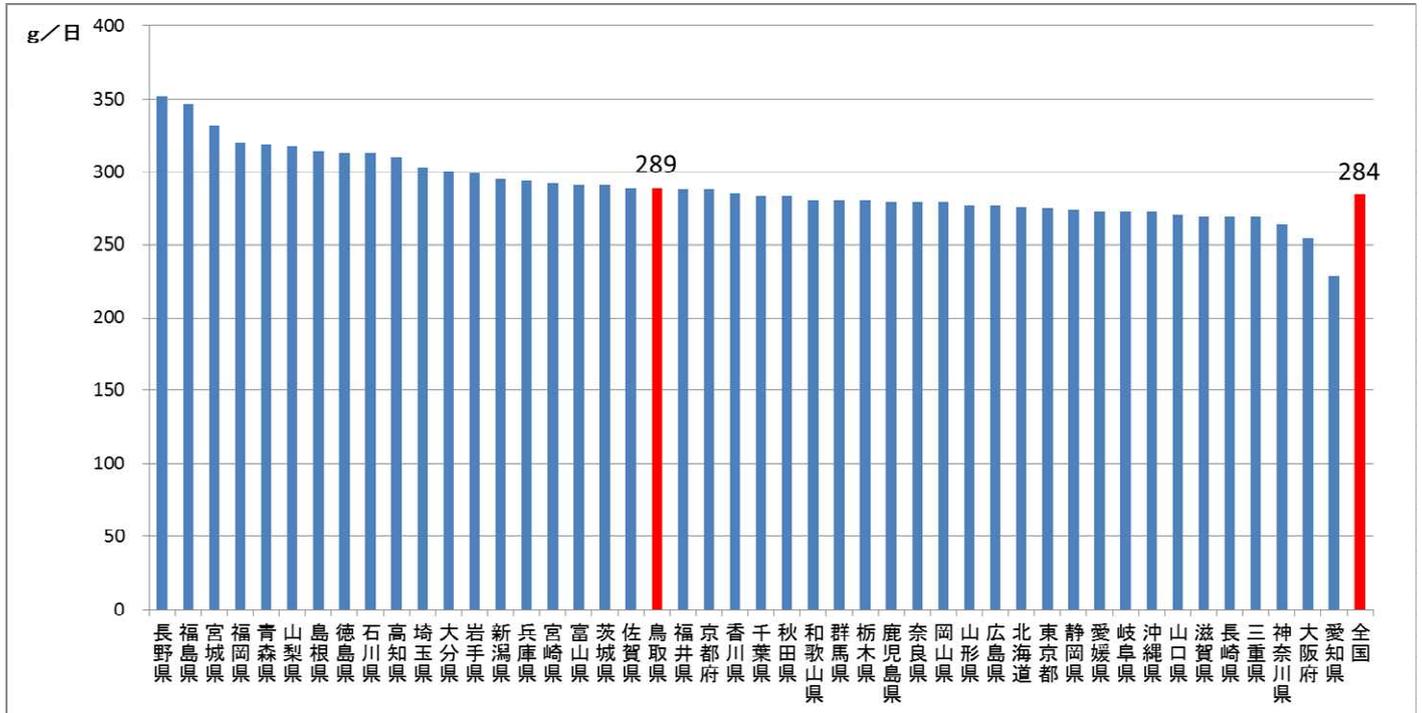
(イ) 女性 (20~69 歳)



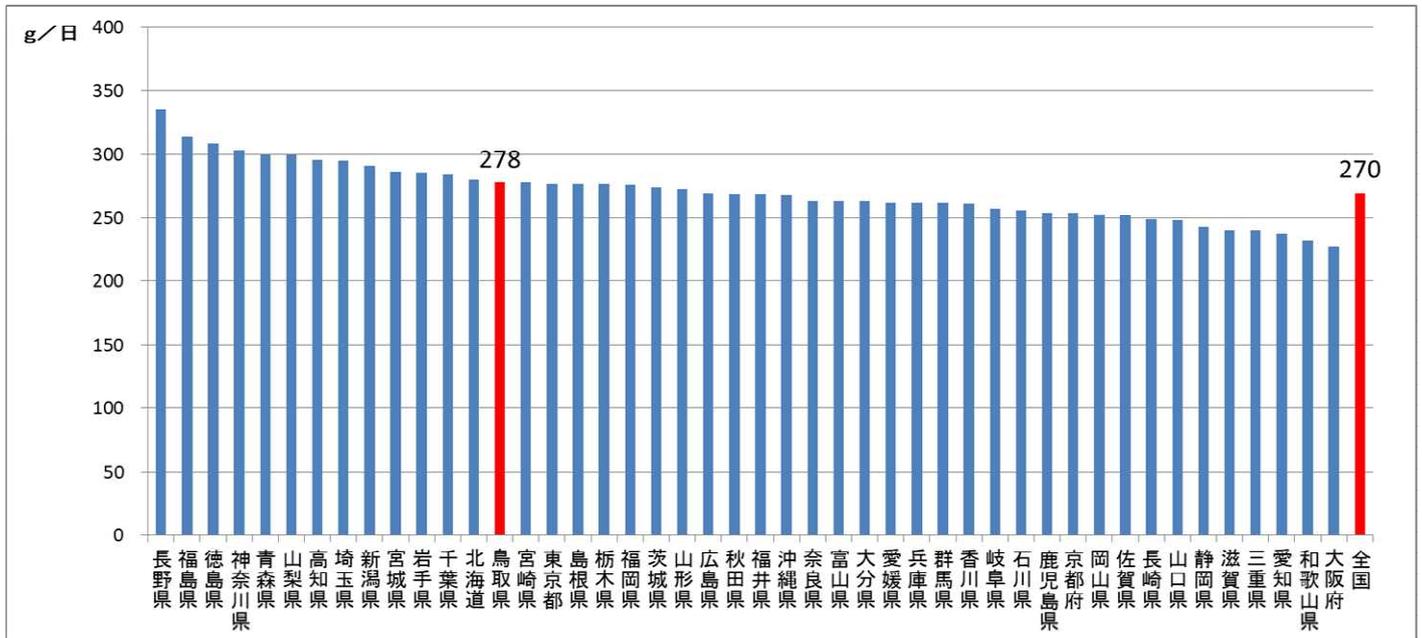
イ 野菜摂取量

46都道府県中、男性20位。女性14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全国と比べて若干多い。

(ア) 男性 (20歳以上)



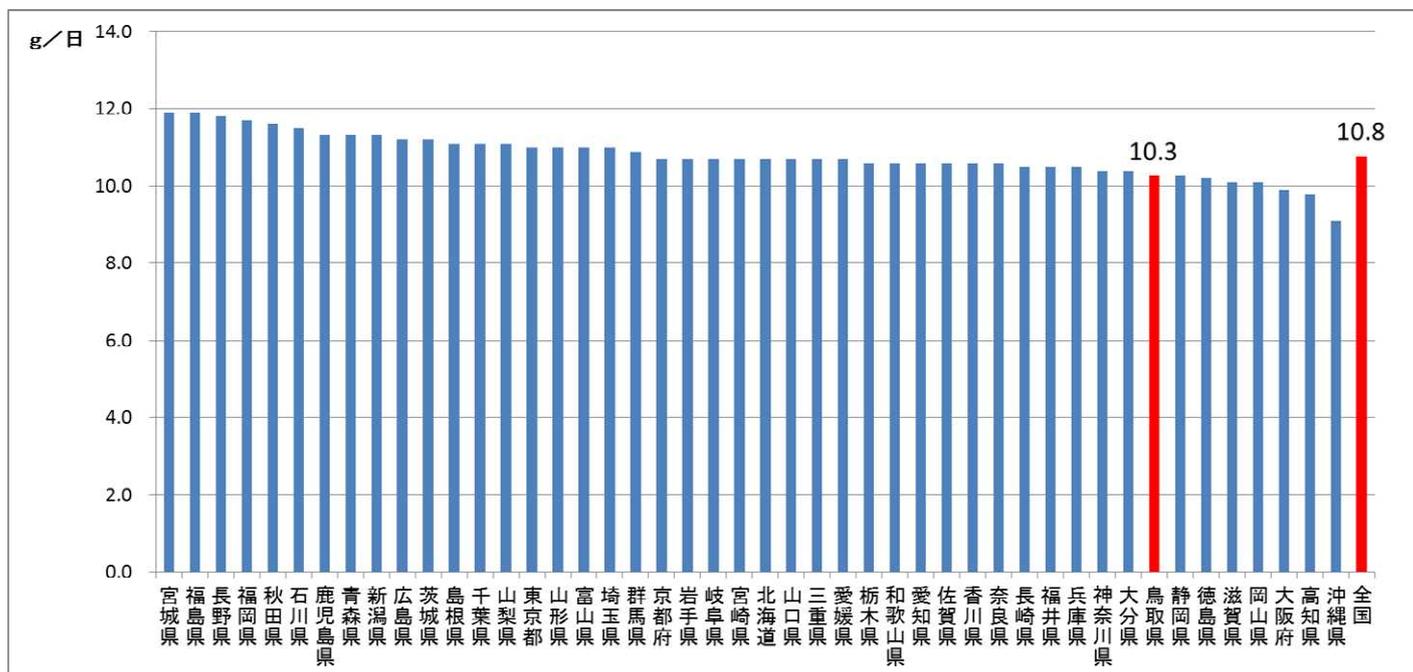
(イ) 女性 (20歳以上)



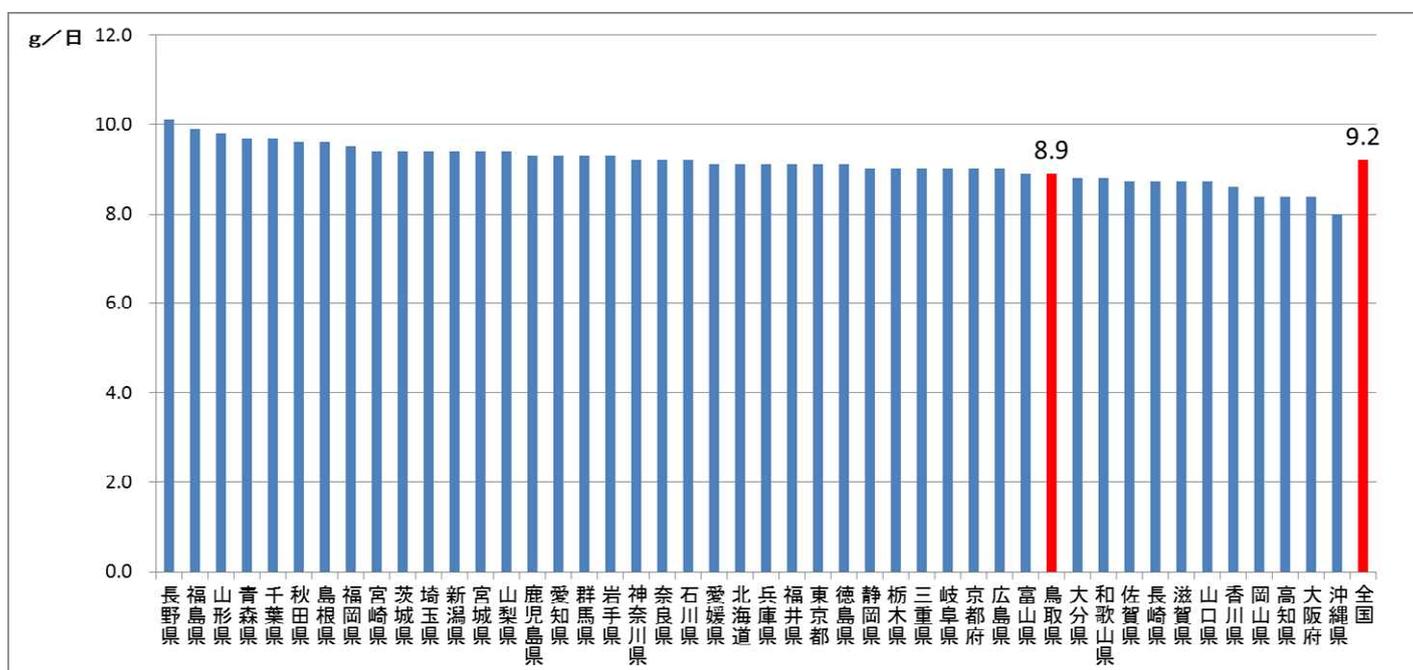
ウ 食塩摂取量

46 都道府県中、男性39位。女性35位。
鳥取県男性、女性ともに、食塩摂取量は、全国と比べて少ない。

(ア) 男性 (20 歳以上)



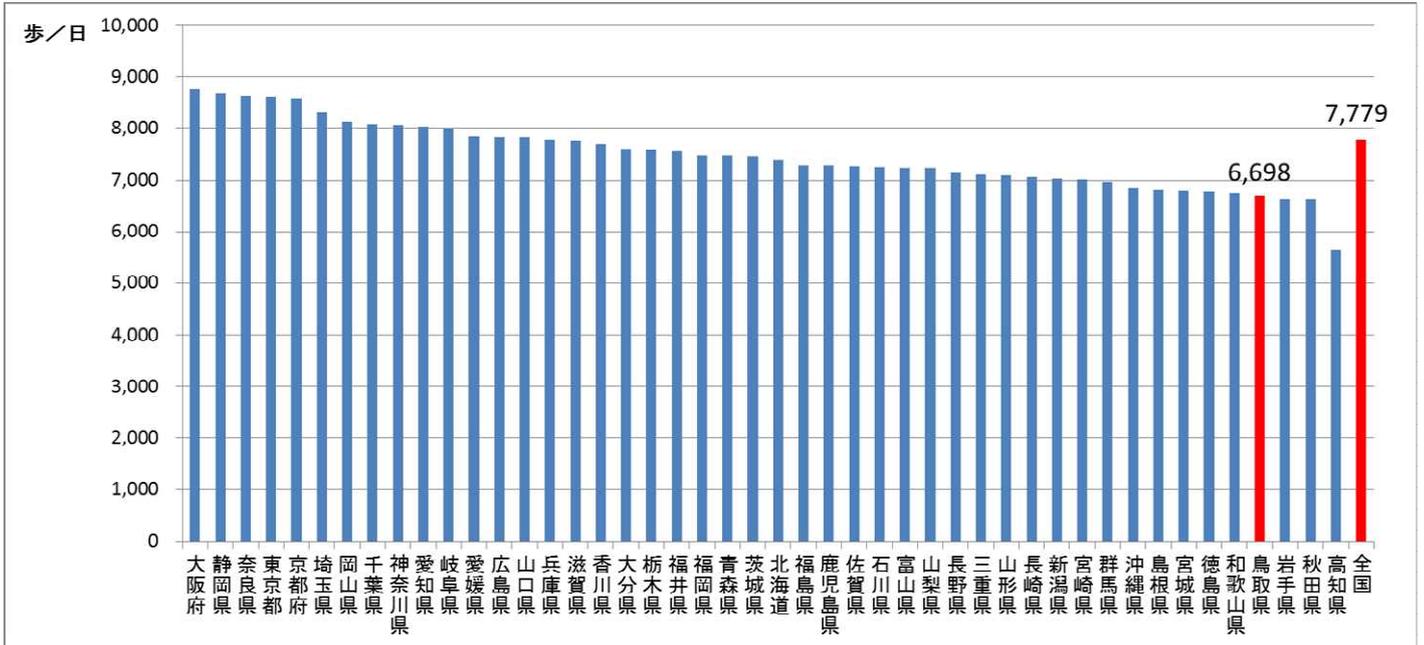
(イ) 女性 (20 歳以上)



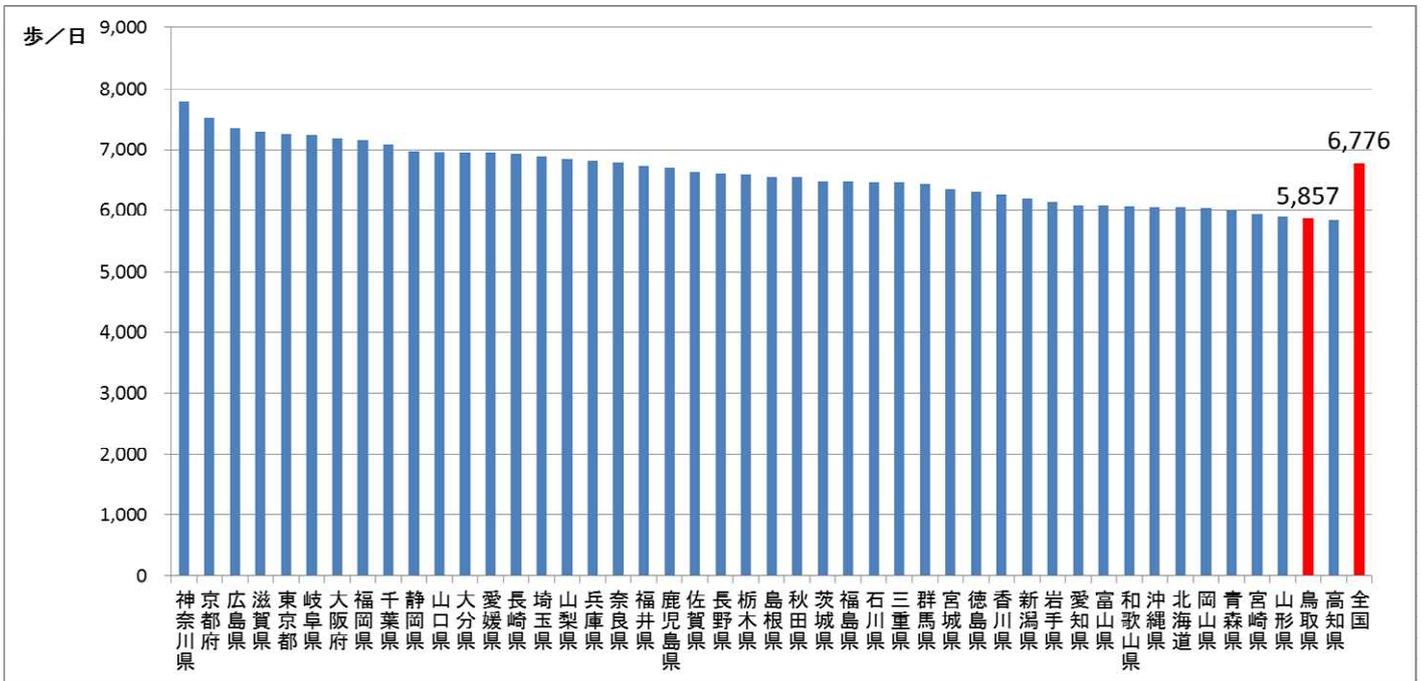
エ 1日の歩数

46都道府県中、男性43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 (20~64歳)



(イ) 女性 (20~64歳)



オ 習慣的に喫煙している者の割合 男性（20歳以上）

46都道府県中14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。

