

4 生活習慣病の予防や改善に関する食意識や実践について

(1) 生活習慣病の予防や改善に関する実践

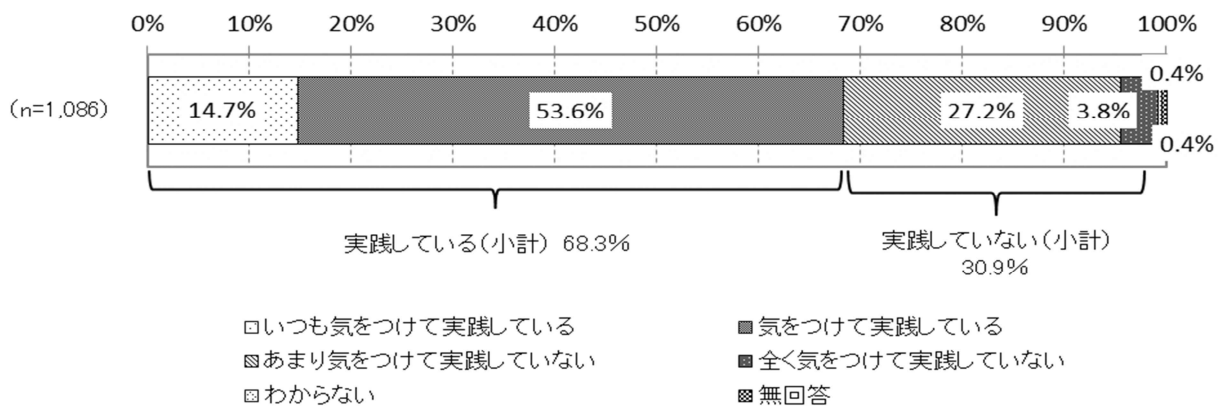
生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践しているか聞いたところ、『実践している』と回答した人の割合が 68.3%（「いつも気をつけて実践している」14.7%+「気をつけて実践している」53.6%）、『実践していない』と回答した人の割合が 30.9%（「あまり気をつけて実践していない」27.2%+「全く気をつけて実践していない」3.8%）となっている。（図4-1）

国の調査結果とほぼ同様の特徴が見られる。

Q11 全員におたずねします。

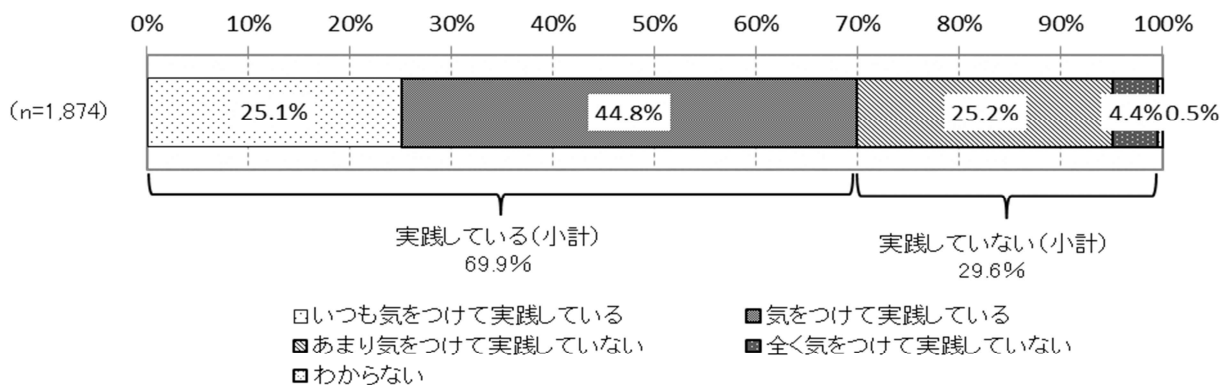
生活習慣病の予防や改善のために、あなたは、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していますか。あてはまるものを1つ選んでください。

図4-1 生活習慣病の予防や改善に関する実践



※結果数値(%)は小数点第2位以下を四捨五入してあるので、内訳の合計と小計、合計が一致しないこともある。

【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成29年3月）



生活習慣病の予防や改善に関する実践について、
性別に見ると、

- 『実践している』と回答した人の割合は女性で高い。
- 『実践していない』と回答した人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 『実践している』と回答した人の割合は女性の60歳代から70歳以上で高い。
- 『実践していない』と回答した人の割合は男性の20歳代から50歳代、女性の20歳代から30歳代で高い。

地区別に見ると、

- 『実践していない』と回答した人の割合は宮古・八重山で高い。

表4-1 生活習慣病の予防や改善に関する実践

	該当者数 (n)	合計	実践している (計)	実践している いつも気をつけて	実践している 気をつけて実践し	実践していない (計)	実践していない あまり気をつけて	実践していない 全く気をつけて実	わからない	無回答
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	1086	100.0	68.3	14.7	53.6	30.9	27.2	3.8	0.4	0.4
性・年齢別 Q34×Q35										
男性	420	100.0	60.5	14.3	46.2	39.0	33.1	6.0	0.2	0.2
20～29歳	29	100.0	41.4	6.9	34.5	58.6	41.4	17.2	0.0	0.0
30～39歳	42	100.0	57.1	11.9	45.2	42.9	40.5	2.4	0.0	0.0
40～49歳	71	100.0	56.3	8.5	47.9	43.7	39.4	4.2	0.0	0.0
50～59歳	70	100.0	50.0	10.0	40.0	50.0	41.4	8.6	0.0	0.0
60～69歳	108	100.0	66.7	13.9	52.8	32.4	26.9	5.6	0.9	0.0
70歳以上	99	100.0	71.7	25.3	46.5	27.3	23.2	4.0	0.0	1.0
女性	654	100.0	73.4	14.5	58.9	25.7	23.2	2.4	0.5	0.5
20～29歳	54	100.0	51.9	7.4	44.4	48.1	42.6	5.6	0.0	0.0
30～39歳	93	100.0	59.1	11.8	47.3	38.7	36.6	2.2	2.2	0.0
40～49歳	123	100.0	69.9	7.3	62.6	29.3	24.4	4.9	0.0	0.8
50～59歳	116	100.0	74.1	15.5	58.6	25.0	23.3	1.7	0.9	0.0
60～69歳	133	100.0	84.2	18.0	66.2	15.0	14.3	0.8	0.0	0.8
70歳以上	132	100.0	84.1	22.0	62.1	15.2	13.6	1.5	0.0	0.8
地区・居住地 Q36										
北部	80	100.0	75.0	20.0	55.0	25.0	22.5	2.5	0.0	0.0
名護市	50	100.0	84.0	28.0	56.0	16.0	14.0	2.0	0.0	0.0
伊江村	30	100.0	60.0	6.7	53.3	40.0	36.7	3.3	0.0	0.0
中部	356	100.0	69.1	12.9	56.2	30.6	27.0	3.7	0.3	0.0
うるま市	244	100.0	68.0	12.3	55.7	31.6	28.3	3.3	0.4	0.0
中城村	112	100.0	71.4	14.3	57.1	28.6	24.1	4.5	0.0	0.0
那覇市	227	100.0	73.1	15.9	57.3	26.4	23.3	3.1	0.0	0.4
南部	334	100.0	65.9	15.9	50.0	32.6	28.1	4.5	0.6	0.9
南城市	228	100.0	65.4	14.9	50.4	32.5	27.6	4.8	0.9	1.3
与那原町	87	100.0	69.0	19.5	49.4	31.0	28.7	2.3	0.0	0.0
南大東村	19	100.0	57.9	10.5	47.4	42.1	31.6	10.5	0.0	0.0
宮古・八重山	78	100.0	56.4	7.7	48.7	42.3	37.2	5.1	1.3	0.0
宮古島市	36	100.0	47.2	2.8	44.4	52.8	41.7	11.1	0.0	0.0
石垣市	42	100.0	64.3	11.9	52.4	33.3	33.3	0.0	2.4	0.0

※結果数値(%)は小数点第2位以下を四捨五入してあるので、内訳の合計と小計に一致しないこともある。

※表中の数値で、全体平均や属性項目（性別、性・年齢別、地区別）間で比較し、統計的に有意差のあるものについては網掛けで示している。なお、属性項目で無回答だった人の回答は除いてあるため、各属性の件数の合計が全体件数と一致しないことがある。

【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成 29 年 3 月）

生活習慣病の予防や改善に関する実践について、

性別に見ると

- 『実践している』と回答した人の割合は女性で高い。

性・年齢別に見ると

- 『実践している』と回答した人の割合は男女ともに 50 歳代から 70 歳以上で高い。
- 『実践していない』と回答した人の割合は男性の 20 歳代から 40 歳代で高い。

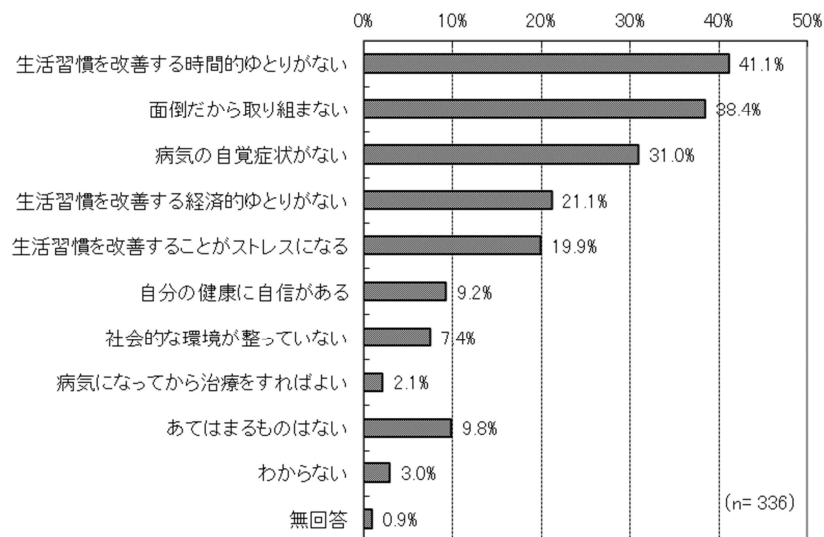
(2) 生活習慣病の予防や改善を実践しない理由

生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を『実践していない』と回答した人に、実践しない理由を聞いたところ、「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」を挙げた人の割合が 41.1%、「面倒だから取り組まない」を挙げた人の割合が 38.4%、「病気の自覚症状がない」を挙げた人の割合が 31.0%、の順となっている。(複数回答、上位3項目) (図4-2)

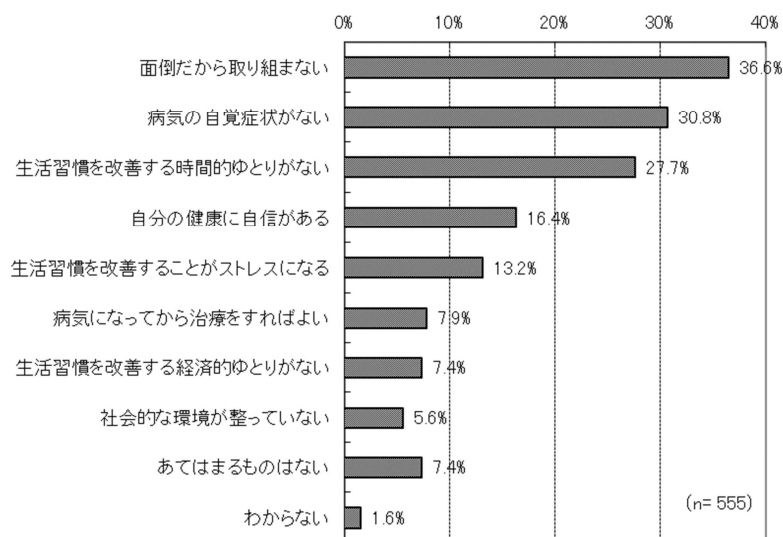
国の調査結果と比較して、「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」「生活習慣を改善する経済的ゆとりがない」を挙げた人の割合が高いのが特徴である。

- Q12 この設問は、Q11で「3 あまり気をつけて実践していない」「4 全く気をつけて実践していない」のいずれかを選んだ方のみにおたずねします。
ふだんから適正体重の維持や減塩などに気をつけた食生活を実践していない理由として、あてはまるものをいくつでも選んでください。(M. A.)

図4-2 生活習慣病の予防や改善を実践しない理由



【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成29年3月）



生活習慣病の予防や改善を実践しない理由について、
性別に見ると、

- 「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」「面倒だから取り組まない」を挙げた人の割合は女性で高い。
- 「病気の自覚症状がない」を挙げた人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」を挙げた人の割合は男女ともに 20 歳代から 40 歳代で高い。
- 「面倒だから取り組まない」を挙げた人の割合は女性の 20 歳代と 60 歳代から 70 歳代で高い。
- 「病気の自覚症状がない」を挙げた人の割合は男性の 20 歳代と 50 歳代から 60 歳代、女性の 60 歳代で高い。
- 「生活習慣を改善する経済的ゆとりがない」を挙げた人の割合は男性の 20 歳代から 30 歳代、女性の 30 歳代から 40 歳代で高い。
- 「生活習慣を改善することがストレスになる」を挙げた人の割合は男女ともに 30 歳代で高い。
- 「あてはまるものはない」を挙げた人の割合は男女ともに 70 歳以上で高い。

地区別に見ると、

- 「面倒だから取り組まない」「あてはまるものはない」を挙げた人の割合は那覇市で高い。

表 4-2 生活習慣病の予防や改善を実践しない理由

	該当者数 (n)	合計	生活習慣を改善する時間的ゆとりがない	面倒だから取り組まない	病気の自覚症状がない	生活習慣を改善する経済的ゆとりがない	生活習慣を改善することがストレスになる	自分の健康に自信がある	社会的な環境が整っていない	病気になってから治療をすればよい	あてはまるものはない	わからない	無回答
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	336	183.9	41.1	38.4	31.0	21.1	19.9	9.2	7.4	2.1	9.8	3.0	0.9
性・年齢別 Q34×Q35													
男性	164	183.5	35.4	32.9	36.6	20.1	19.5	11.6	10.4	1.2	11.6	3.0	1.2
20～29歳	17	217.6	52.9	29.4	47.1	29.4	5.9	11.8	23.5	11.8	5.9	0.0	0.0
30～39歳	18	205.6	55.6	38.9	27.8	33.3	27.8	0.0	11.1	0.0	11.1	0.0	0.0
40～49歳	31	158.1	45.2	19.4	29.0	12.9	22.6	6.5	6.5	0.0	6.5	9.7	0.0
50～59歳	35	200.0	40.0	42.9	42.9	17.1	20.0	17.1	8.6	0.0	11.4	0.0	0.0
60～69歳	35	180.0	20.0	31.4	40.0	25.7	17.1	14.3	8.6	0.0	14.3	5.7	2.9
70歳以上	27	163.0	11.1	37.0	33.3	11.1	22.2	14.8	11.1	0.0	18.5	0.0	3.7
女性	168	185.1	47.6	44.0	25.0	22.6	20.8	6.0	4.2	3.0	8.3	3.0	0.6
20～29歳	26	192.3	53.8	53.8	26.9	19.2	19.2	7.7	3.8	3.8	3.8	0.0	0.0
30～39歳	36	200.0	72.2	33.3	22.2	30.6	27.8	5.6	2.8	0.0	5.6	0.0	0.0
40～49歳	36	180.6	50.0	41.7	19.4	36.1	13.9	5.6	2.8	0.0	5.6	2.8	2.8
50～59歳	29	158.6	31.0	41.4	27.6	10.3	20.7	3.4	0.0	3.4	13.8	6.9	0.0
60～69歳	20	220.0	40.0	55.0	50.0	15.0	20.0	10.0	10.0	10.0	10.0	0.0	0.0
70歳以上	20	155.0	20.0	45.0	10.0	15.0	20.0	5.0	10.0	5.0	15.0	10.0	0.0
地区・居住地 Q36													
北部	20	150.0	30.0	35.0	30.0	10.0	15.0	5.0	5.0	0.0	15.0	0.0	5.0
名護市	8	150.0	37.5	25.0	37.5	0.0	0.0	12.5	12.5	0.0	25.0	0.0	0.0
伊江村	12	150.0	25.0	41.7	25.0	16.7	25.0	0.0	0.0	0.0	8.3	0.0	8.3
中部	109	187.2	42.2	35.8	28.4	24.8	20.2	11.9	9.2	4.6	7.3	1.8	0.9
うるま市	77	185.7	44.2	33.8	27.3	28.6	20.8	10.4	7.8	2.6	7.8	1.3	1.3
中城村	32	190.6	37.5	40.6	31.3	15.6	18.8	15.6	12.5	9.4	6.3	3.1	0.0
那覇市	60	195.0	40.0	50.0	30.0	18.3	20.0	5.0	6.7	0.0	20.0	5.0	0.0
南部	109	182.6	45.0	34.9	31.2	22.0	22.9	9.2	7.3	0.9	7.3	1.8	0.0
南城市	74	189.2	45.9	29.7	29.7	25.7	27.0	13.5	8.1	1.4	8.1	0.0	0.0
与那原町	27	151.9	37.0	40.7	29.6	14.8	14.8	0.0	3.7	0.0	3.7	7.4	0.0
南大東村	8	225.0	62.5	62.5	50.0	12.5	12.5	0.0	12.5	0.0	12.5	0.0	0.0
宮古・八重山	33	181.8	39.4	39.4	36.4	21.2	15.2	6.1	3.0	3.0	6.1	9.1	3.0
宮古島市	19	215.8	47.4	31.6	42.1	31.6	21.1	10.5	5.3	5.3	0.0	15.8	5.3
石垣市	14	135.7	28.6	50.0	28.6	7.1	7.1	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0	0.0

※結果数値 (%) は小数点第 2 位以下を四捨五入してあるので、内訳の合計と小計に一致しないこともある。

※表中の数値で、全体平均や属性項目 (性別、性・年齢別、地区別) 間で比較し、統計的に有意差のあるものについては網掛けで示している。なお、属性項目で無回答だった人の回答は除いてあるため、各属性の件数の合計が全体件数と一致しないことがある。

【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成 29 年 3 月）

生活習慣病の予防や改善を実践しない理由について、
性別に見ると、

- 「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」を挙げた人の割合は女性で高い。
- 「面倒だから取り組まない」「病気の自覚症状がない」「自分の健康に自信がある」を挙げた人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 「生活習慣を改善する時間的ゆとりがない」を挙げた人の割合は女性の 20 歳代から 40 歳代で高い。
- 「病気の自覚症状がない」を挙げた人の割合は男性の 40 歳代で高い。
- 「生活習慣を改善する経済的ゆとりがない」を挙げた人の割合は女性の 30 歳代から 40 歳代で高い。
- 「面倒だから取り組まない」を挙げた人の割合は男性の 60 歳代、女性の 50 歳代で高い。

(3) ふだんゆっくりよく噛んで食べているか

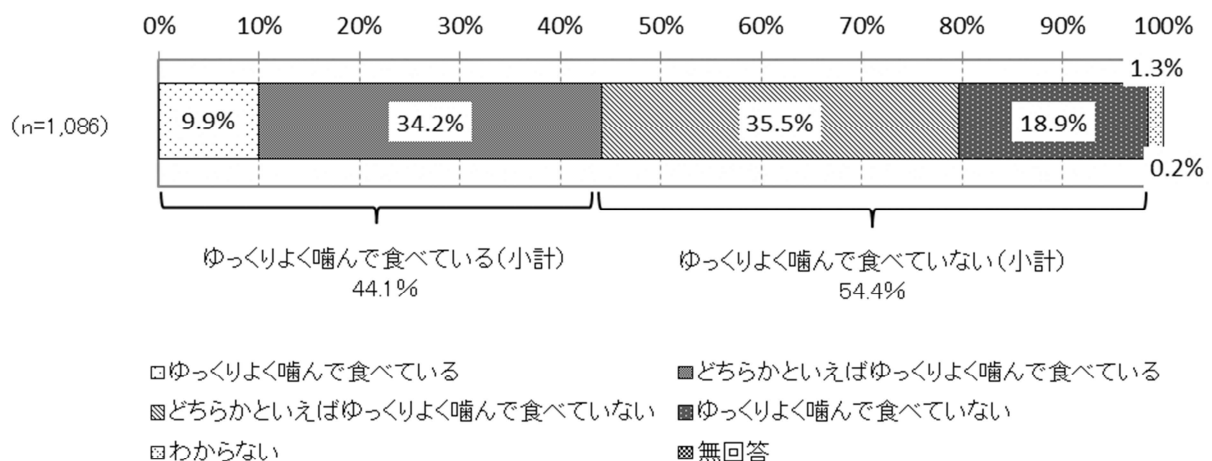
ふだんゆっくりよく噛んで食べているか聞いたところ、『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合が 44.1%（「ゆっくりよく噛んで食べている」9.9%+「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている」34.2%、『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合が 54.4%（「どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」35.5%+「ゆっくりよく噛んで食べていない」18.9%）となっている。（図4-3）

国の調査結果と比較して、「ゆっくりよく噛んで食べている」と回答した人の割合が低く、「ゆっくりよく噛んで食べていない」と回答した人の割合が高いのが特徴である。

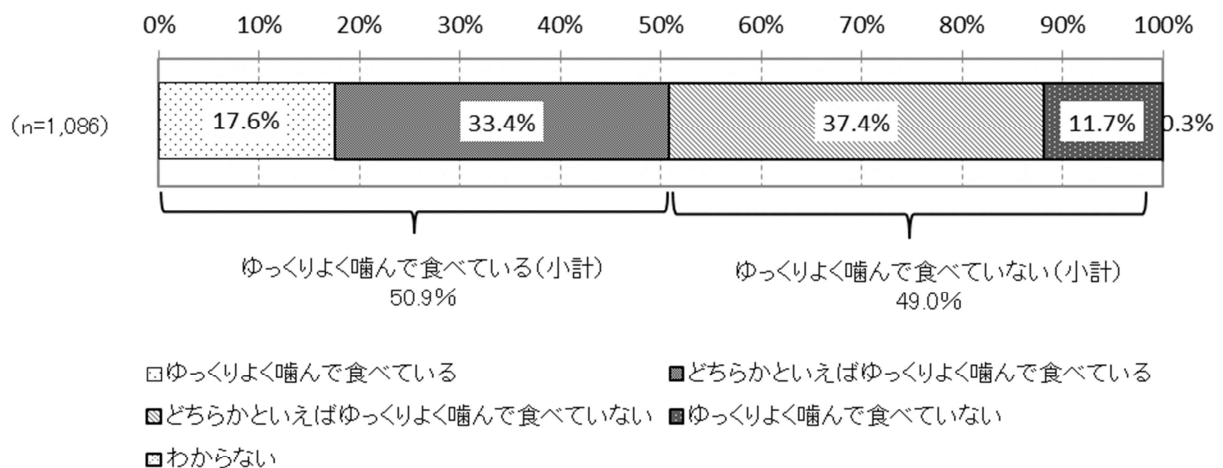
Q13 全員におたずねします。

あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。あてはまるものを1つ選んでください。

図4-3 ふだんゆっくりよく噛んで食べているか



【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成29年3月）



ふだんゆっくりよく噛んで食べているかについて、
性別に見ると、

- 『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合は女性で高い。
- 『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合は男女ともに70歳以上で高い。
- 『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合は男性の20歳代から60歳代、女性の30歳代から40歳代で高い。

地区別に見ると、

- 『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合は北部で高い。
- 『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合は宮古・八重山で高い。

表4-3 ふだんゆっくりよく噛んで食べているか

	該当者数 (n)	合計	ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い る (計)	ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い る	ど ち ら か と い え ば ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い る	ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い ない (計)	ど ち ら か と い え ば ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い ない	ゆ っ く り よ く 噛 ん で 食 べ て い ない	わ か ら な い	無 回 答
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	1086	100.0	44.1	9.9	34.2	54.4	35.5	18.9	1.3	0.2
性・年齢別 Q34×Q35										
男性	420	100.0	40.5	9.8	30.7	58.1	36.4	21.7	1.4	0.0
20～29歳	29	100.0	37.9	3.4	34.5	58.6	37.9	20.7	3.4	0.0
30～39歳	42	100.0	26.2	4.8	21.4	73.8	45.2	28.6	0.0	0.0
40～49歳	71	100.0	40.8	7.0	33.8	59.2	32.4	26.8	0.0	0.0
50～59歳	70	100.0	30.0	4.3	25.7	68.6	35.7	32.9	1.4	0.0
60～69歳	108	100.0	32.4	8.3	24.1	65.7	47.2	18.5	1.9	0.0
70歳以上	99	100.0	63.6	21.2	42.4	34.3	23.2	11.1	2.0	0.0
女性	654	100.0	46.2	9.8	36.4	52.4	35.2	17.3	1.1	0.3
20～29歳	54	100.0	46.3	16.7	29.6	53.7	27.8	25.9	0.0	0.0
30～39歳	93	100.0	39.8	5.4	34.4	59.1	38.7	20.4	1.1	0.0
40～49歳	123	100.0	30.1	4.1	26.0	68.3	48.0	20.3	1.6	0.0
50～59歳	116	100.0	48.3	6.0	42.2	50.9	34.5	16.4	0.9	0.0
60～69歳	133	100.0	47.4	9.8	37.6	49.6	31.6	18.0	2.3	0.8
70歳以上	132	100.0	62.9	18.2	44.7	36.4	27.3	9.1	0.0	0.8
地区・居住地 Q36										
北部	80	100.0	51.3	12.5	38.8	48.8	30.0	18.8	0.0	0.0
名護市	50	100.0	54.0	16.0	38.0	46.0	28.0	18.0	0.0	0.0
伊江村	30	100.0	46.7	6.7	40.0	53.3	33.3	20.0	0.0	0.0
中部	356	100.0	42.4	9.3	33.1	55.9	37.1	18.8	1.7	0.0
うるま市	244	100.0	42.6	10.2	32.4	55.3	37.7	17.6	2.0	0.0
中城村	112	100.0	42.0	7.1	34.8	57.1	35.7	21.4	0.9	0.0
那覇市	227	100.0	43.6	9.7	33.9	55.1	34.8	20.3	0.9	0.4
南部	334	100.0	45.2	10.2	35.0	52.7	34.1	18.6	1.8	0.3
南城市	228	100.0	43.4	11.4	32.0	53.9	33.3	20.6	2.2	0.4
与那原町	87	100.0	47.1	8.0	39.1	51.7	37.9	13.8	1.1	0.0
南大東村	19	100.0	57.9	5.3	52.6	42.1	26.3	15.8	0.0	0.0
宮古・八重山	78	100.0	39.7	9.0	30.8	60.3	42.3	17.9	0.0	0.0
宮古島市	36	100.0	38.9	13.9	25.0	61.1	41.7	19.4	0.0	0.0
石垣市	42	100.0	40.5	4.8	35.7	59.5	42.9	16.7	0.0	0.0

※結果数値（％）は小数点第2位以下を四捨五入してあるので、内訳の合計と小計に一致しないこともある。

※表中の数値で、全体平均や属性項目（性別、性・年齢別、地区別）間で比較し、統計的に有意差のあるものについては網掛けで示している。なお、属性項目で無回答だった人の回答は除いてあるため、各属性の件数の合計が全体件数と一致しないことがある。

【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成29年3月）

ふだんゆっくりよく噛んで食べているかについて、

性別に見ると、

○『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合は女性で高い。

○『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

○『ゆっくりよく噛んで食べている』と回答した人の割合は男女ともに70歳以上で高い。

○『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人の割合は男性の20歳代から50歳代で高い。

(4) ゆっくりよく噛んで食べるために必要なこと

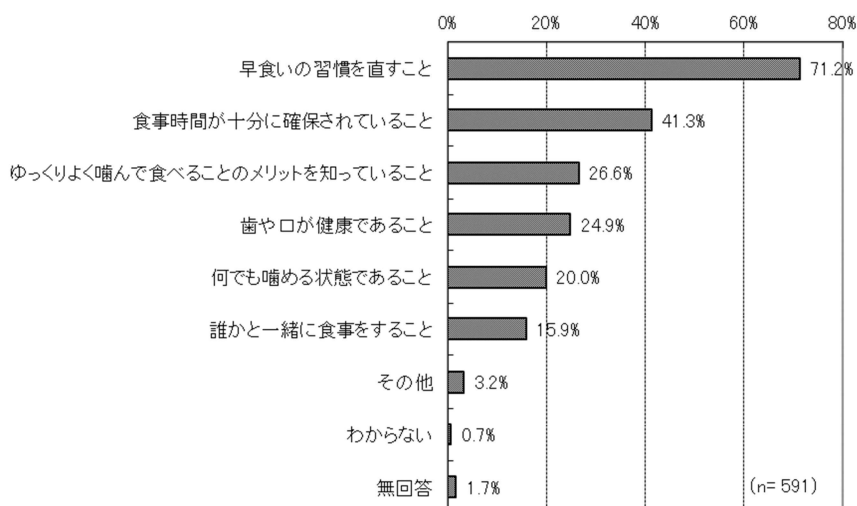
『ゆっくりよく噛んで食べていない』と回答した人に、ゆっくりよく噛んで食べるために必要だと思うことを聞いたところ、「早食いの習慣を直すこと」を挙げた人の割合が 71.2%と最も高く、以下、「食事時間が十分に確保されていること」(41.3%)、「ゆっくりよく噛んで食べることのメリットを知っていること」(26.6%)、「歯や口が健康であること」(24.9%)の順となっている。(複数回答、上位4項目)(図4-4)

国の調査結果と比較して、「早食いの習慣を直すこと」を挙げた人の割合が高いのが特徴である。

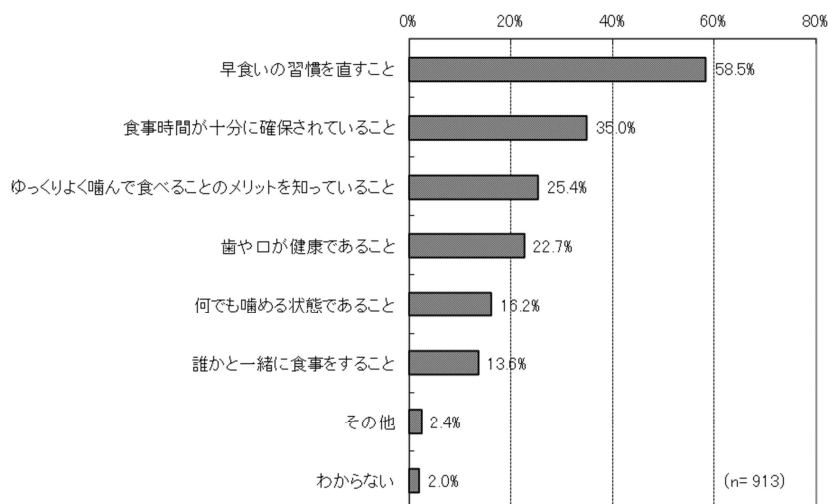
Q14 この設問は、Q13で「3 どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない」または「4 ゆっくりよく噛んで食べていない」のいずれかを選んだ方のみにおたずねします。

あなたがゆっくりよく噛んで食べるには、どのようなことが必要だと思いますか。あてはまるものをいくつでも選んでください。(M. A.)

図4-4 ゆっくりよく噛んで食べるために必要なこと



【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成29年3月）



ゆっくりよく噛んで食べるために必要なことについて、
性別に見ると、

- 「食事時間が十分に確保されていること」を挙げた人の割合は女性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 「早食いの習慣を直すこと」を挙げた人の割合は男性の 60 歳代、女性の 50 歳代から 60 歳代で高い。
- 「食事時間が十分に確保されていること」を挙げた人の割合は男性の 20 歳代から 30 歳代、女性の 20 歳代から 50 歳代で高い。
- 「ゆっくりよく噛んで食べることのメリットを知っていること」を挙げた人の割合は男性の 20 歳代と 60 歳代、女性の 60 歳代から 70 歳以上で高い。
- 「歯や口が健康であること」を挙げた人の割合は男性の 50 歳代から 60 歳代、女性の 60 歳代で高い。
- 「何でも噛める状態であること」を挙げた人の割合は男女ともに 60 歳代から 70 歳以上で高い。

地区別に見ると、

- 「食事時間が十分に確保されていること」「誰かと一緒に食事をする事」を挙げた人の割合は宮古・八重山で高い。

表4-4 ゆっくりよく噛んで食べるために必要なこと

	該当者数 (n)	合計	早食いの習慣を直すこと	食事時間が十分に確保されていること	ゆっくりよく噛んで食べることのメリットを知っていること	歯や口が健康であること	何でも噛める状態であること	誰かと一緒に食事をする事	その他	わからない	無回答
	人	%	%	%	%	%	%	%	%	%	%
全体	591	205.4	71.2	41.3	26.6	24.9	20.0	15.9	3.2	0.7	1.7
性・年齢別 Q34×Q35											
男性	244	201.6	72.1	33.2	28.3	22.5	20.1	20.1	2.5	0.8	2.0
20～29歳	17	211.8	70.6	52.9	35.3	23.5	11.8	17.6	0.0	0.0	0.0
30～39歳	31	209.7	77.4	58.1	22.6	19.4	16.1	16.1	0.0	0.0	0.0
40～49歳	42	176.2	73.8	35.7	28.6	7.1	7.1	21.4	2.4	0.0	0.0
50～59歳	48	212.5	66.7	39.6	25.0	33.3	18.8	20.8	2.1	2.1	4.2
60～69歳	71	219.7	76.1	21.1	36.6	28.2	26.8	23.9	2.8	1.4	2.8
70歳以上	34	170.6	67.6	11.8	17.6	17.6	32.4	14.7	5.9	0.0	2.9
女性	343	209.0	70.6	47.2	25.4	26.8	20.1	13.1	3.8	0.6	1.5
20～29歳	29	182.8	62.1	69.0	17.2	10.3	10.3	10.3	3.4	0.0	0.0
30～39歳	55	209.1	63.6	74.5	16.4	14.5	10.9	20.0	9.1	0.0	0.0
40～49歳	84	211.9	63.1	57.1	29.8	25.0	13.1	16.7	6.0	0.0	1.2
50～59歳	59	191.5	79.7	45.8	18.6	22.0	15.3	6.8	1.7	0.0	1.7
60～69歳	66	236.4	80.3	22.7	33.3	50.0	33.3	12.1	1.5	0.0	3.0
70歳以上	48	204.2	70.8	18.8	31.3	29.2	37.5	10.4	0.0	4.2	2.1
地区・居住地 Q36											
北部	39	164.1	59.0	43.6	23.1	15.4	10.3	10.3	0.0	0.0	2.6
名護市	23	178.3	73.9	56.5	17.4	17.4	8.7	4.3	0.0	0.0	0.0
伊江村	16	143.8	37.5	25.0	31.3	12.5	12.5	18.8	0.0	0.0	6.3
中部	199	211.6	68.3	40.7	28.1	29.6	22.6	15.6	3.5	0.5	2.5
うるま市	135	220.0	66.7	43.7	28.1	33.3	28.1	15.6	3.7	0.0	0.7
中城村	64	193.8	71.9	34.4	28.1	21.9	10.9	15.6	3.1	1.6	6.3
那覇市	125	204.8	72.8	36.0	24.8	24.8	21.6	20.0	3.2	0.8	0.8
南部	176	206.8	75.6	42.0	26.7	23.9	19.9	13.1	3.4	1.1	1.1
南城市	123	209.8	74.0	41.5	27.6	25.2	19.5	15.4	4.9	0.8	0.8
与那原町	45	204.4	77.8	48.9	26.7	22.2	17.8	6.7	0.0	2.2	2.2
南大東村	8	175.0	87.5	12.5	12.5	12.5	37.5	12.5	0.0	0.0	0.0
宮古・八重山	47	219.1	74.5	53.2	27.7	19.1	14.9	23.4	4.3	0.0	2.1
宮古島市	22	195.5	59.1	45.5	18.2	22.7	9.1	27.3	9.1	0.0	4.5
石垣市	25	240.0	88.0	60.0	36.0	16.0	20.0	20.0	0.0	0.0	0.0

※結果数値 (%) は小数点第2位以下を四捨五入してあるので、内訳の合計と小計に一致しないこともある。

※表中の数値で、全体平均や属性項目 (性別、性・年齢別、地区別) 間で比較し、統計的に有意差のあるものについては網掛けで示している。なお、属性項目で無回答だった人の回答は除いてあるため、各属性の件数の合計が全体件数と一致しないことがある。

【参考】国の調査結果（農林水産省「食育に関する意識調査報告書」平成 29 年 3 月）

ゆっくりよく噛んで食べるために必要なことについて、
性別に見ると、

- 「食事時間が十分に確保されていること」「ゆっくりよく噛んで食べることのメリットを知っていること」を挙げた人の割合は女性で高い。
- 「早食いの習慣を直すこと」を挙げた人の割合は男性で高い。

性・年齢別に見ると、

- 「早食いの習慣を直すこと」を挙げた人の割合は男性の 70 歳以上で高い。
- 「食事時間が十分に確保されていること」を挙げた人の割合は女性の 20 歳代から 50 歳代で高い。
- 「ゆっくりよく噛んで食べることのメリットを知っていること」を挙げた人の割合は男女ともに 20 歳代で高い。
- 「歯や口が健康であること」を挙げた人の割合は男女ともに 50 歳代から 70 歳以上で高い。
- 「何でも噛める状態であること」を挙げた人の割合は男性の 70 歳以上、女性の 60 歳代から 70 歳以上で高い。