

[第2部 区市町村別の調査結果]

第1章 区市町村別、性・年齢2階級別結果

※ 各設問について、各区市町村の結果を行政順に並べて示した。

※ 「区市町村平均」は、区市町村別集計の単純平均であり、ウェイトバック集計を行った都全体集計の平均とは異なる。



1 自分の健康状態に対する意識 (問1)

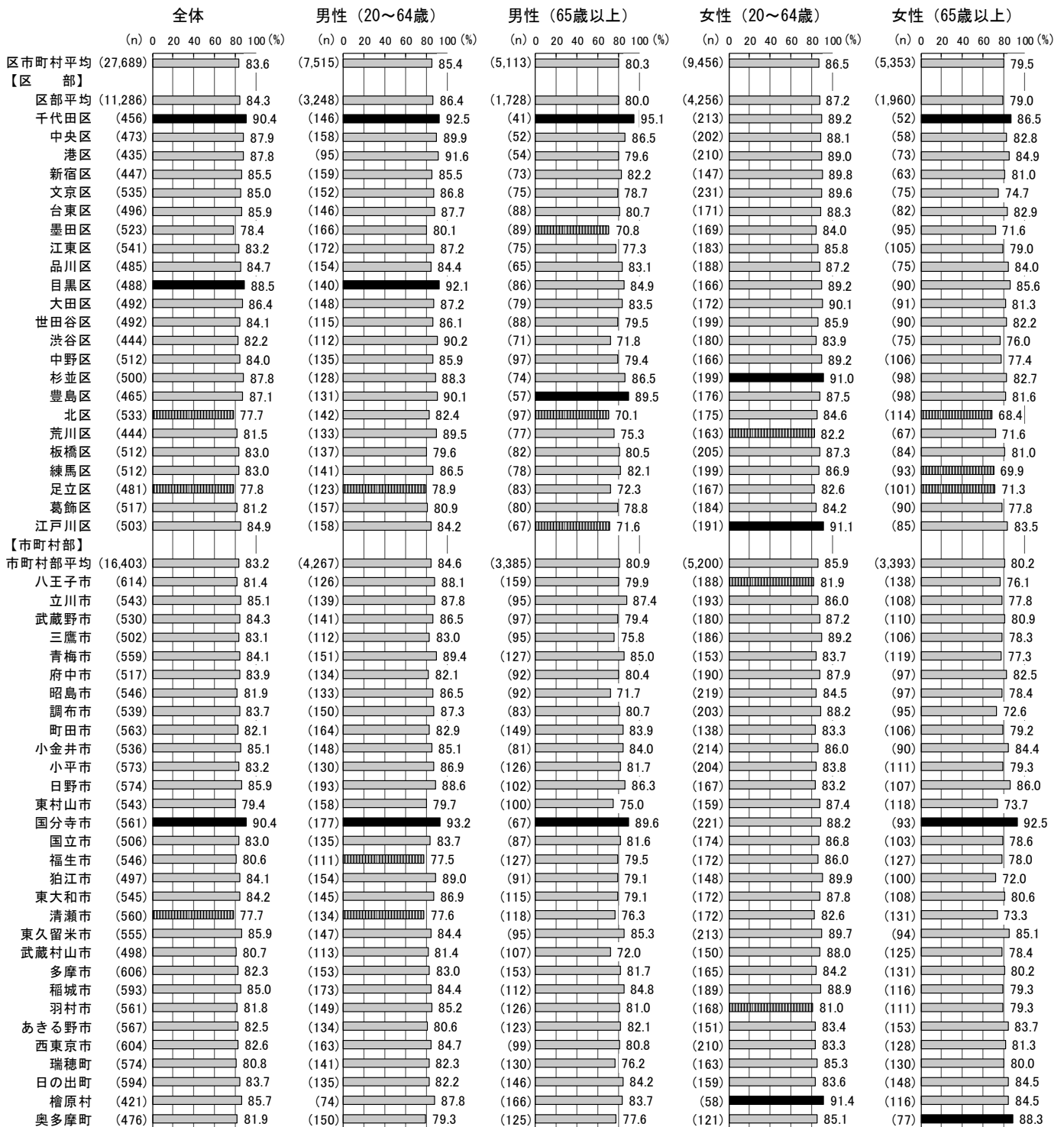
<「よい」と「まあまあよい」の合計は千代田区・国分寺市が約90%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 千代田区	1位 国分寺市	1位 千代田区	1位 檜原村	1位 国分寺市
1位 国分寺市	2位 千代田区	2位 国分寺市	2位 江戸川区	2位 奥多摩町
3位 目黒区	3位 目黒区	3位 豊島区	3位 杉並区	3位 千代田区

図56 自分の健康状態に対する意識 (区市町村別、性・年齢2階級別)

問1 あなたは、ご自分の健康状態をどのように感じていますか。(1つ) 【「よい」と「まあまあよい」の合算値】

■ 上位3自治体 ▨ 下位3自治体



2 地域の人とのかかわりの程度 (問2)

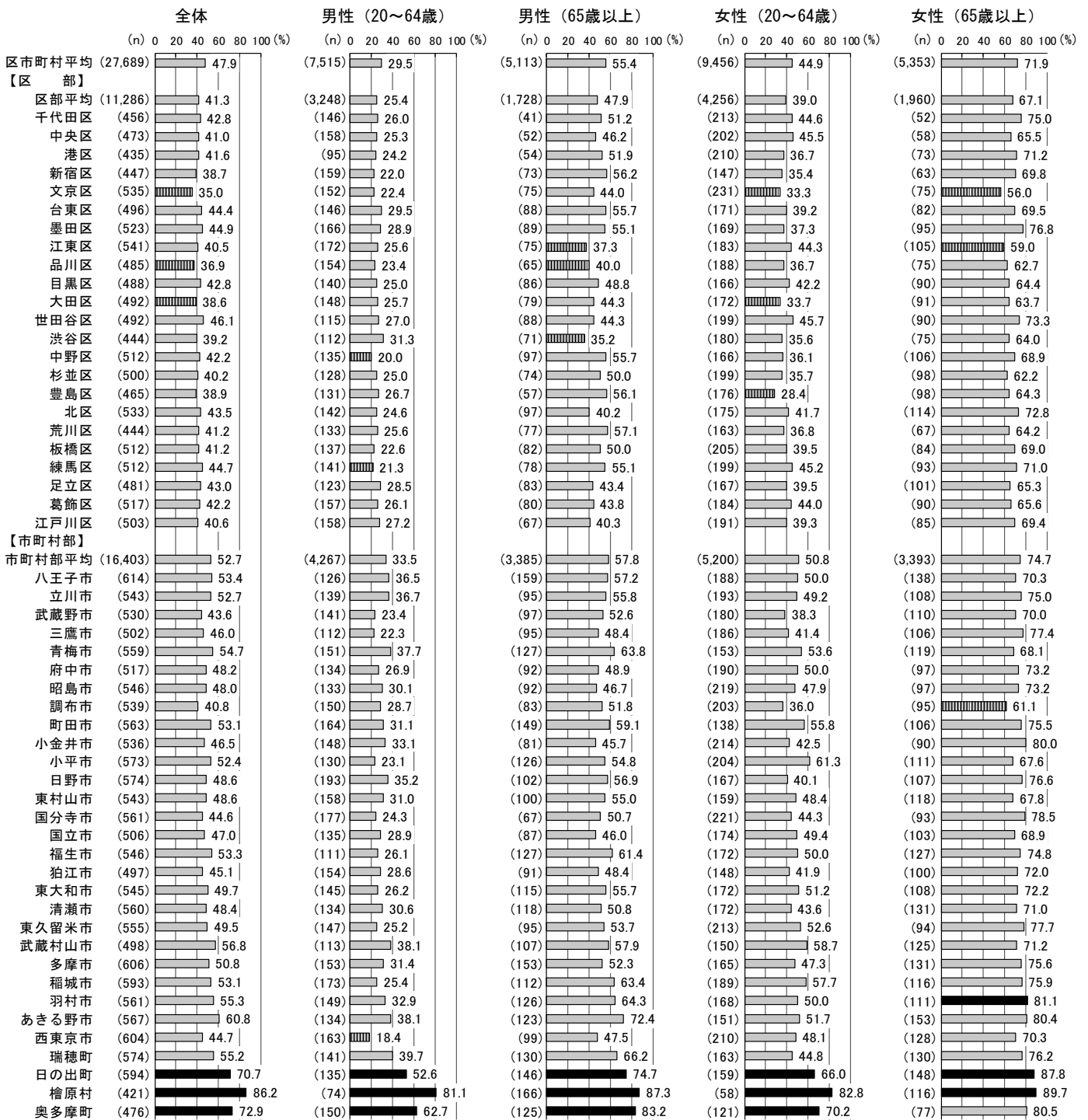
<「相談し合える人がいる」と「立ち話をする人がいる」の合計は檜原村が約86%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村
2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 日の出町
3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 羽村市

図57 地域の人とのかかわりの程度 (区市町村別、性・年齢2階級別)

問2 あなたは、地域の人とどの程度かかわりを持っていますか。(1つ)
 [「相談し合える人がいる」と「立ち話をする人がいる」の合算値]

■ 上位3自治体 ▨ 下位3自治体



3 居住の地域における違う世代の人との交流の機会の状況（問3）

<「とてもある」と「まあまあある」の合計は檜原村が約73%で1位>

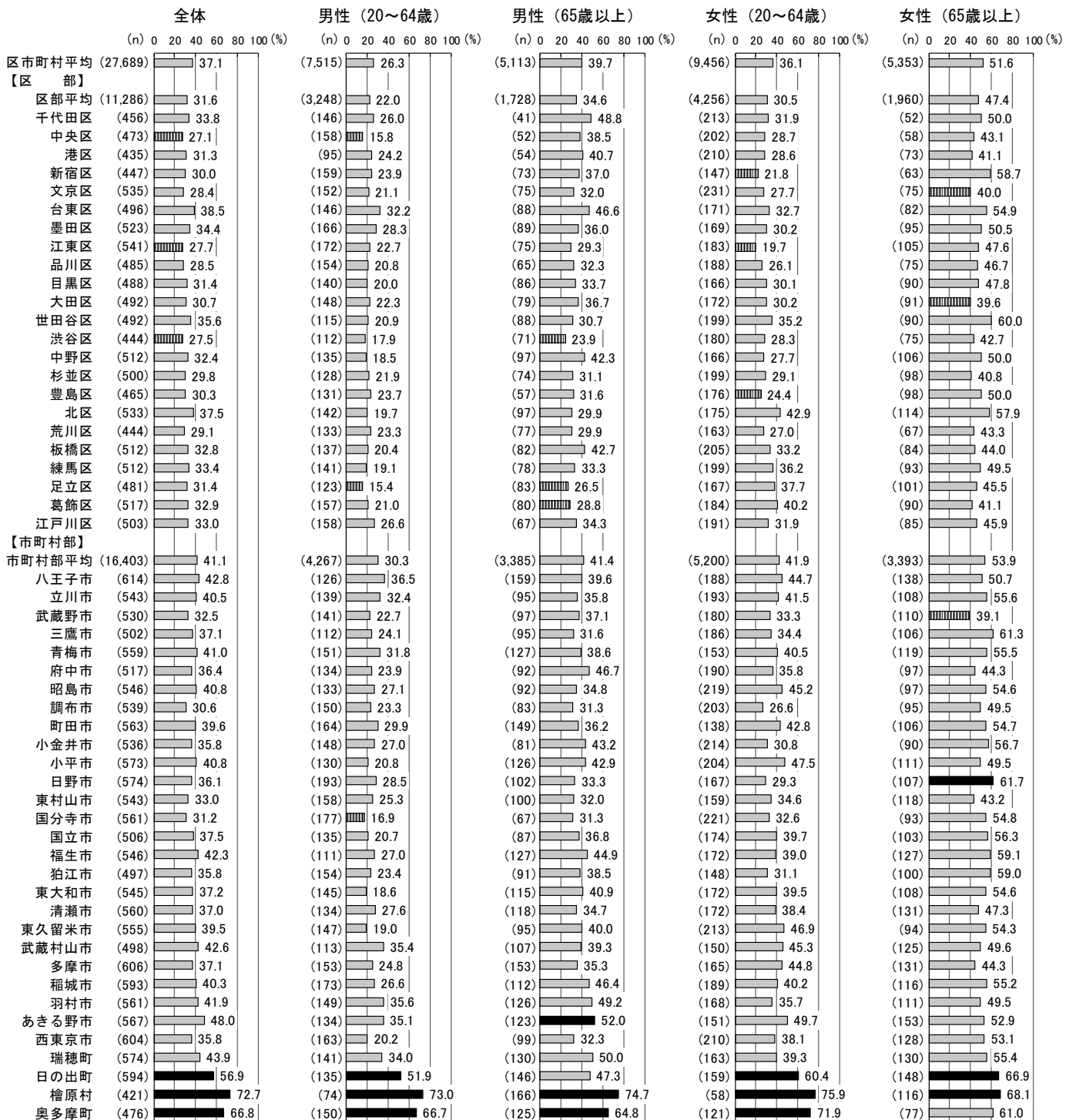
全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村
2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 日の出町
3位 日の出町	3位 日の出町	3位 あきる野市	3位 日の出町	3位 日野市

図58 居住の地域における違う世代の人との交流の機会の状況（区市町村別、性・年齢2階級別）

問3 あなたは、お住まいの地域において、あなたと違う世代の方と交流する機会がありますか。（1つ）

注：グループ活動等のほか、会った時に話をするなども含みます。【「とてもある」と「まあまあある」の合算値】

■ 上位3自治体 ▨ 下位3自治体



4 居住の地域における困ったときの助け合い、支えあいの意識（問4）

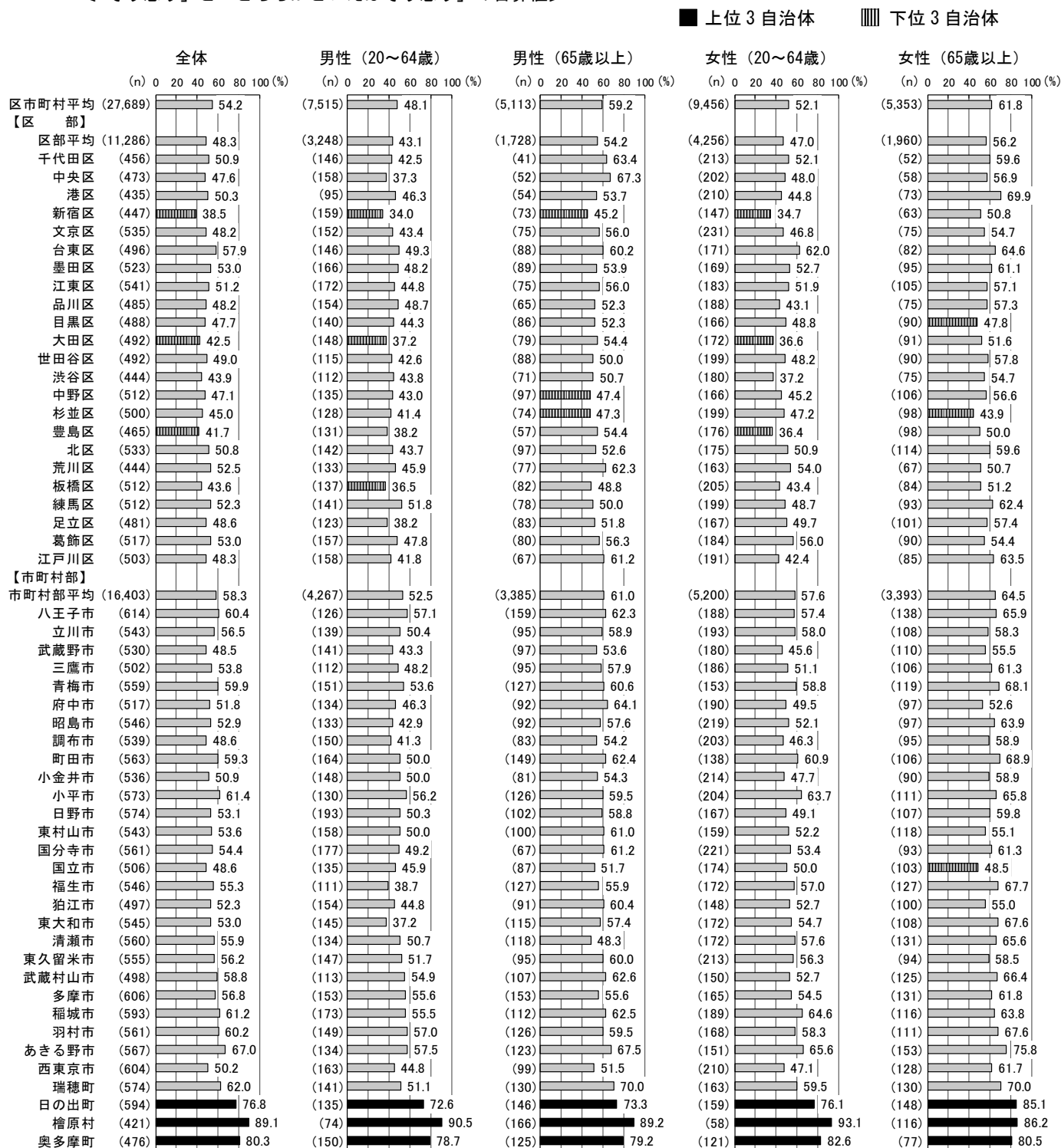
＜「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計は檜原村が約89%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村
2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 日の出町
3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 奥多摩町

図59 居住の地域における困ったときの助け合い、支えあいの意識（区市町村別、性・年齢2階級別）

問4 あなたのお住まいの地域は、困ったときに助け合い、支えあうと思いますか。（1つ）

〔「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合算値〕



5 地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加状況（問5）

＜「参加している」は檜原村が約63%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 檜原村	1位 檜原村	1位 奥多摩町	1位 奥多摩町	1位 千代田区
2位 奥多摩町	2位 奥多摩町	2位 檜原村	2位 檜原村	2位 檜原村
3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日の出町	3位 日野市

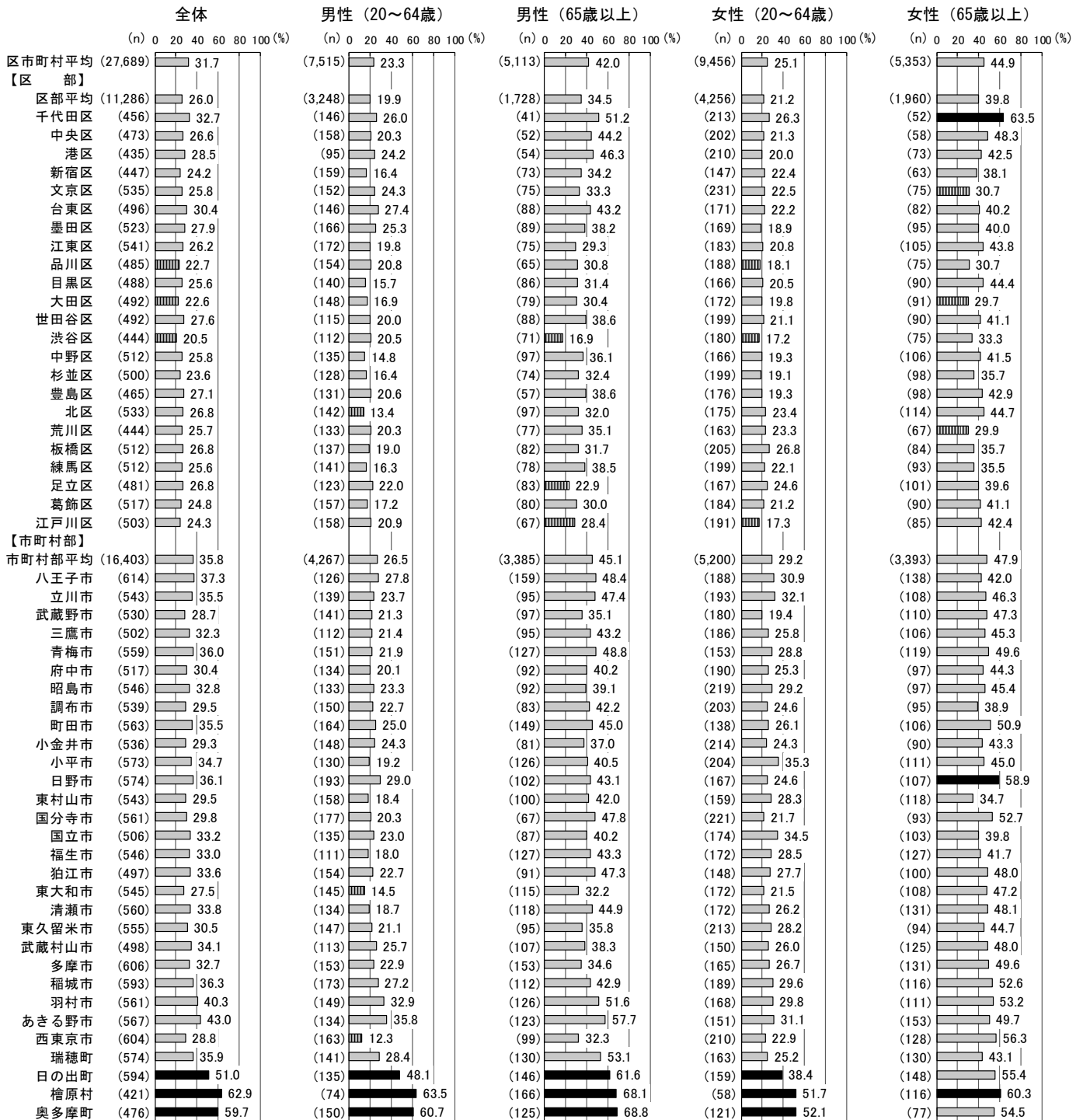
図60 地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加状況（区市町村別、性・年齢2階級別）

問5 あなたの地域におけるボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加状況についておたずねします。
あなたが参加している場合は、どのような活動内容ですか。（いくつでも）

〔参加している活動内容を1つでも選んだ人の値〕

■ 上位3自治体

▨ 下位3自治体



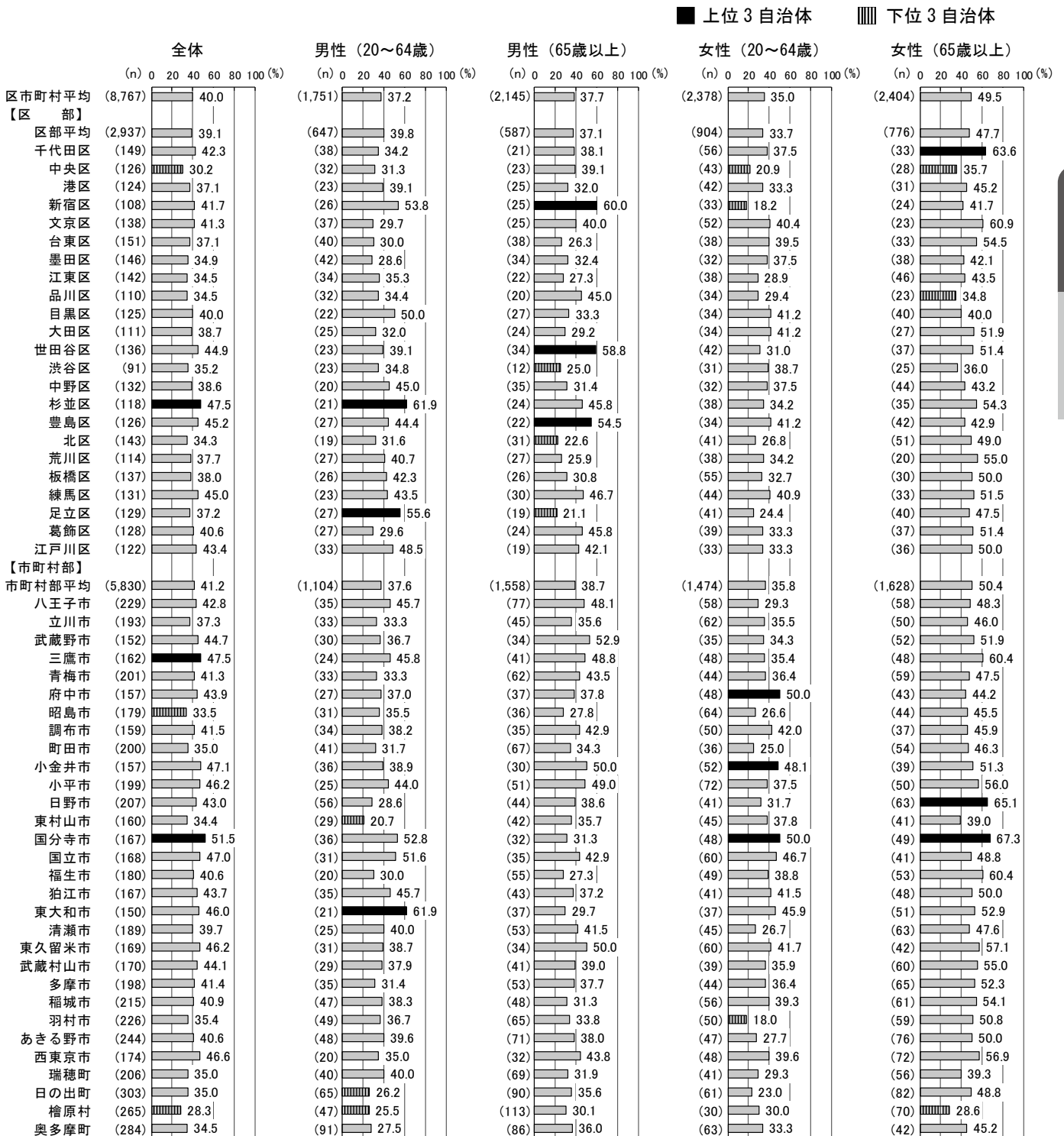
5-1 一番熱心に参加している地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）（問5-1）

＜「スポーツ・文化・芸術に関係した活動」は国分寺市が約52%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 国分寺市	1位 杉並区	1位 新宿区	1位 府中市	1位 国分寺市
2位 杉並区	1位 東大和市	2位 世田谷区	1位 国分寺市	2位 日野市
2位 三鷹市	3位 足立区	3位 豊島区	3位 小金井市	3位 千代田区

図61 一番熱心に参加している地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）
 [「スポーツ・文化・芸術に関係した活動」]（区市町村別、性・年齢2階級別）

※回答が最も多かった「スポーツ・文化・芸術に関係した活動」を再集計。

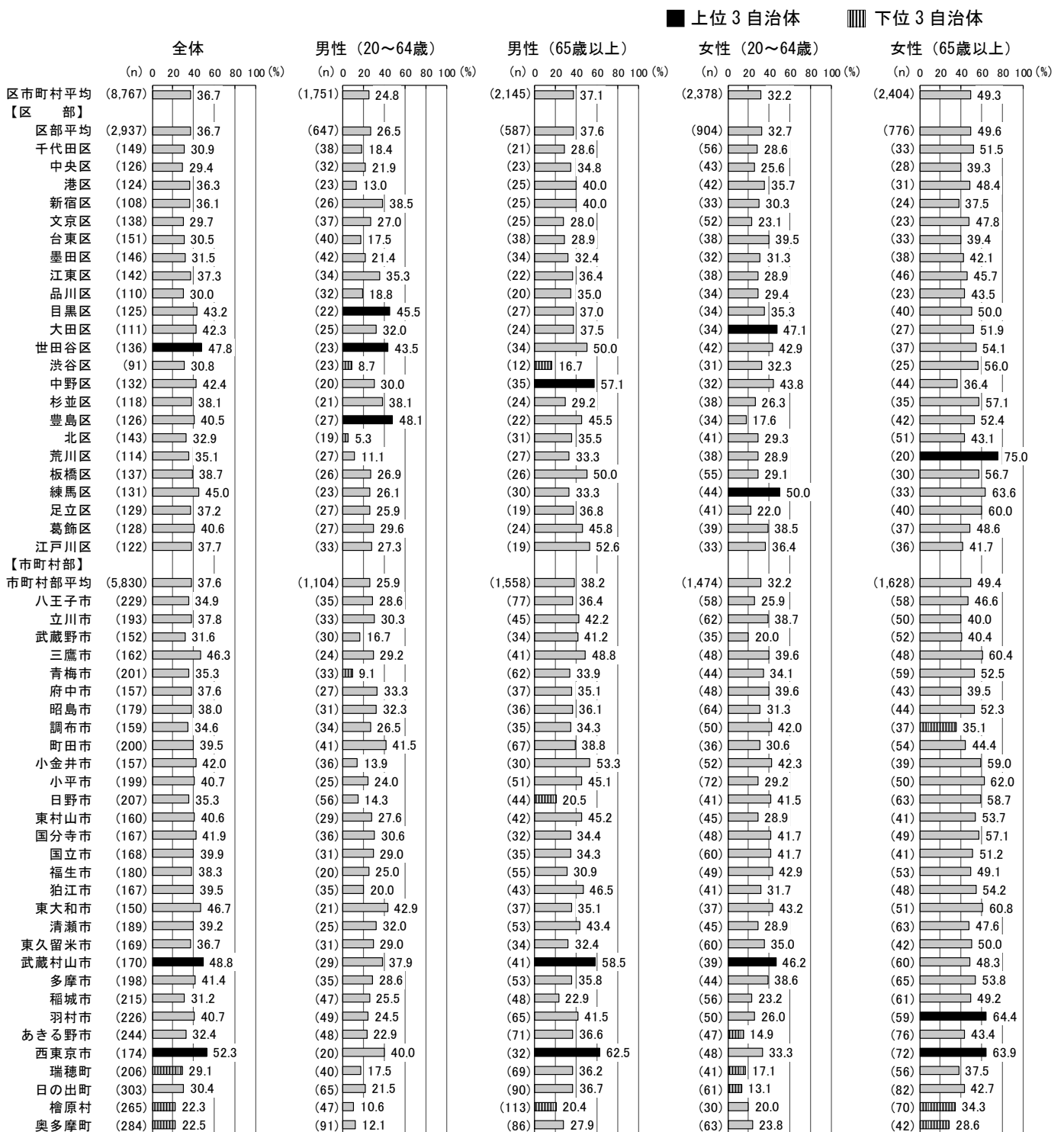


5-2 一番熱心に参加している地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加頻度（問5-2）
 <週に1回以上参加している人は西東京市が約52%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 西東京市	1位 豊島区	1位 西東京市	1位 練馬区	1位 荒川区
2位 武蔵村山市	2位 目黒区	2位 武蔵村山市	2位 大田区	2位 羽村市
3位 世田谷区	3位 世田谷区	3位 中野区	3位 武蔵村山市	3位 西東京市

図62 一番熱心に参加している地域のボランティア活動や趣味のグループ（団体）への参加頻度
 [週に1回以上参加している人の値]（区市町村別、性・年齢2階級別）

問5-2 問5でいずれかのグループに参加していると回答した方におたずねします。問5-1で回答したグループ（団体）へは、どのくらいの頻度で参加していますか。（1つ）[週に1回以上参加している人の値]



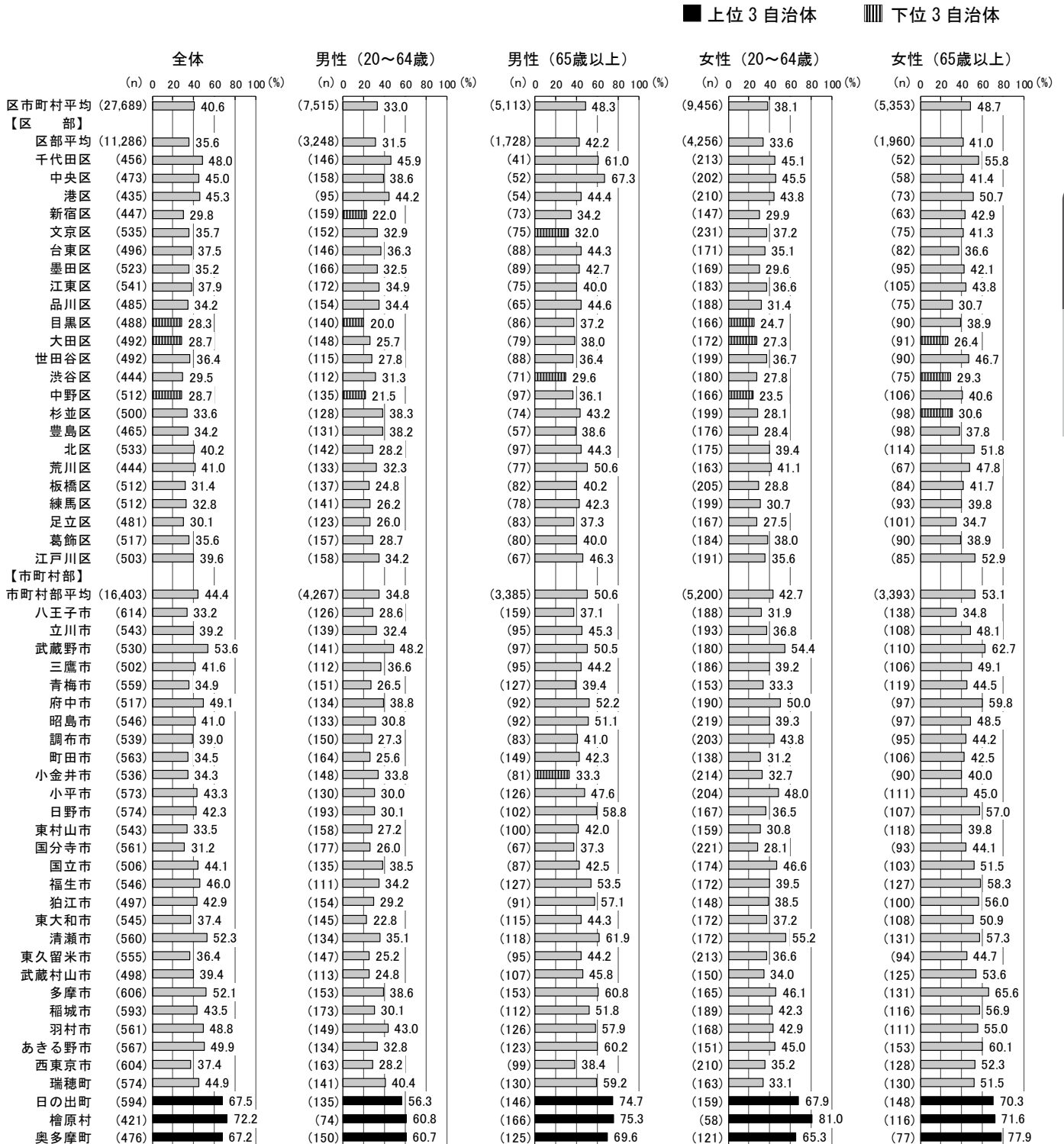
6 居住の区市町村の健康づくりの取組に対する住民の意識（問6）

＜「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合計は檜原村が約72%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 檜原村	1位 奥多摩町
2位 日の出町	2位 奥多摩町	2位 日の出町	2位 日の出町	2位 檜原村
3位 奥多摩町	3位 日の出町	3位 奥多摩町	3位 奥多摩町	3位 日の出町

図63 居住の区市町村の健康づくりの取組に対する住民の意識（区市町村別、性・年齢2階級別）

問6 あなたは、お住まいの区市町村が住民の健康づくりの取組に積極的だと思いますか。（1つ）
 「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」の合算値



7 健康診断等の受診状況（問7）

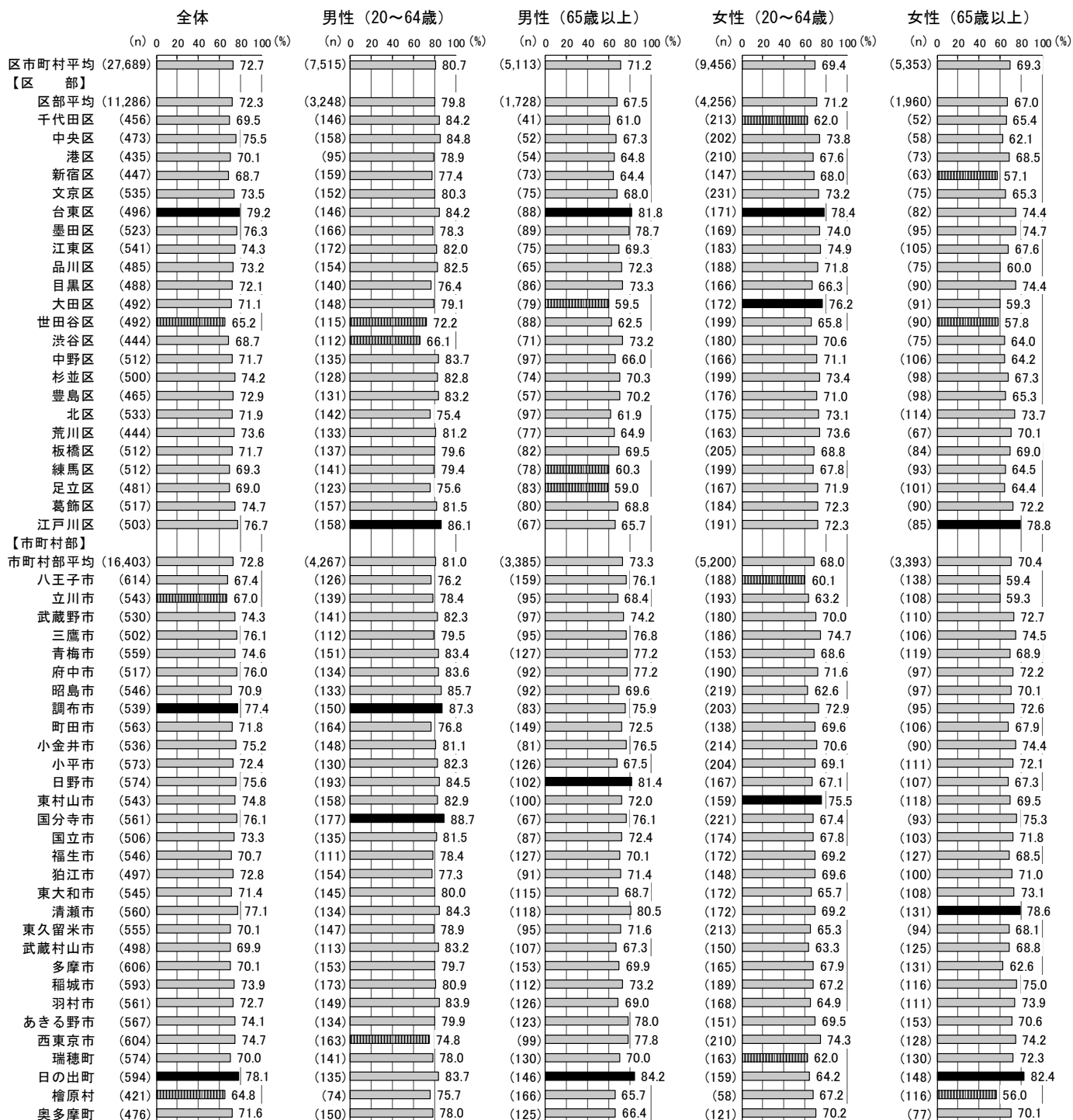
＜「毎年受けている」は台東区が約79%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 台東区	1位 国分寺市	1位 日の出町	1位 台東区	1位 日の出町
2位 日の出町	2位 調布市	2位 台東区	2位 大田区	2位 江戸川区
3位 調布市	3位 江戸川区	3位 日野市	3位 東村山市	3位 清瀬市

図64 健康診断等の受診状況（区市町村別、性・年齢2階級別）

問7 あなたの健康診断等の受診状況をおたずねします。あなたはどのくらいの頻度で健診等（健康診断、健康診査及び人間ドック）を受けていますか。（1つ）注：次のようなものは健診等には含まれません。がん検診、妊産婦健診、歯の健診、病院や診療所で治療や診察としての検査 【「毎年受けている」の値】

■ 上位3自治体 ▨ 下位3自治体



8 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の実践状況（問8）

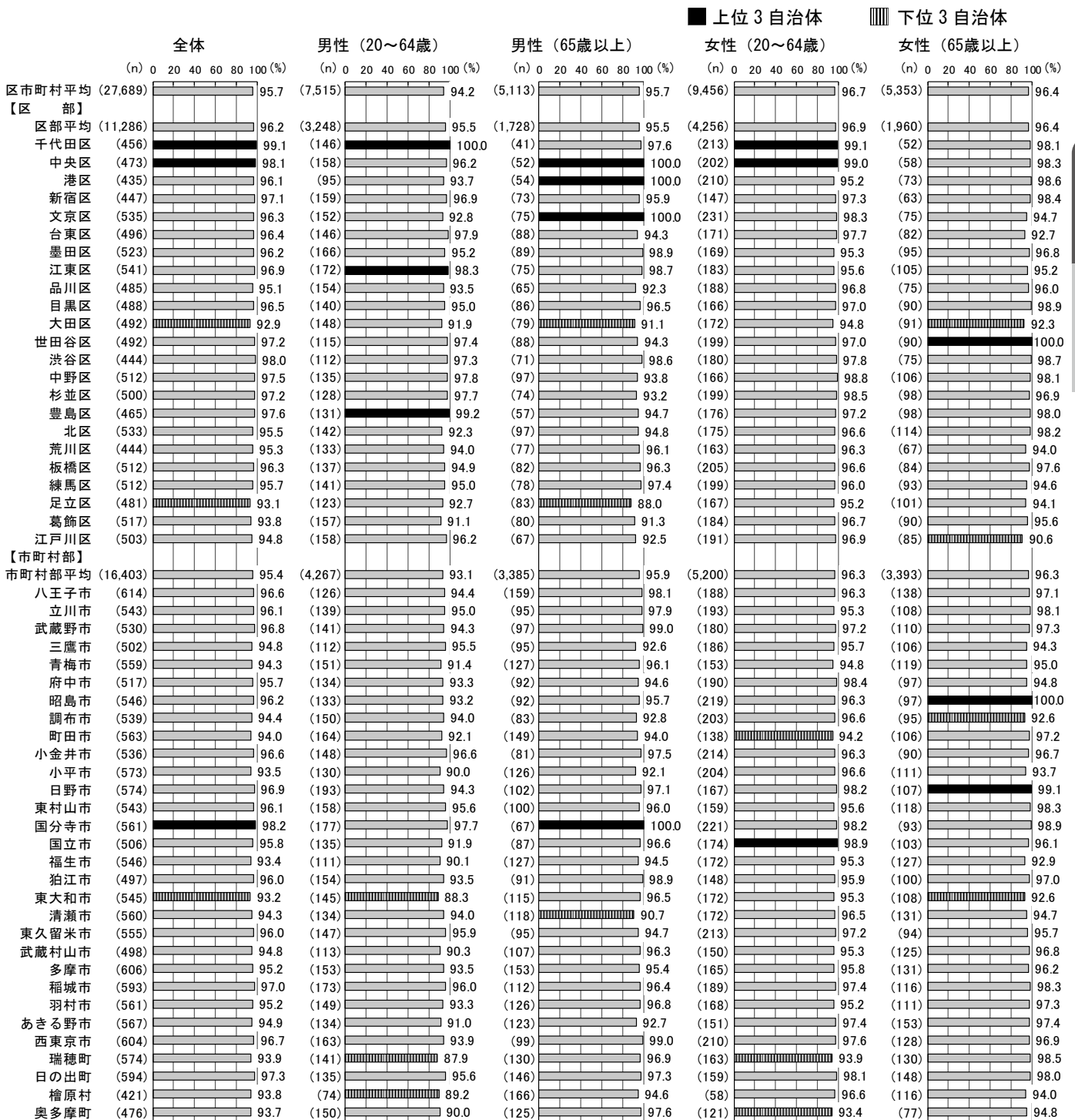
＜実践している人は千代田区が約99%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 千代田区	1位 千代田区	1位 中央区	1位 千代田区	1位 世田谷区
2位 国分寺市	2位 豊島区	1位 港区	2位 中央区	1位 昭島市
3位 中央区	3位 江東区	1位 文京区	3位 国立市	3位 日野市
		1位 国分寺市		

図65 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の実践状況（区市町村別、性・年齢2階級別）

問8 毎日の生活で負担感のない程度に、健康づくりの取組を継続することが、健康の維持・増進につながりますが、あなたは毎日の生活の中で実践していることがありますか。（いくつでも）

〔負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組を1つでも選んだ人の値〕



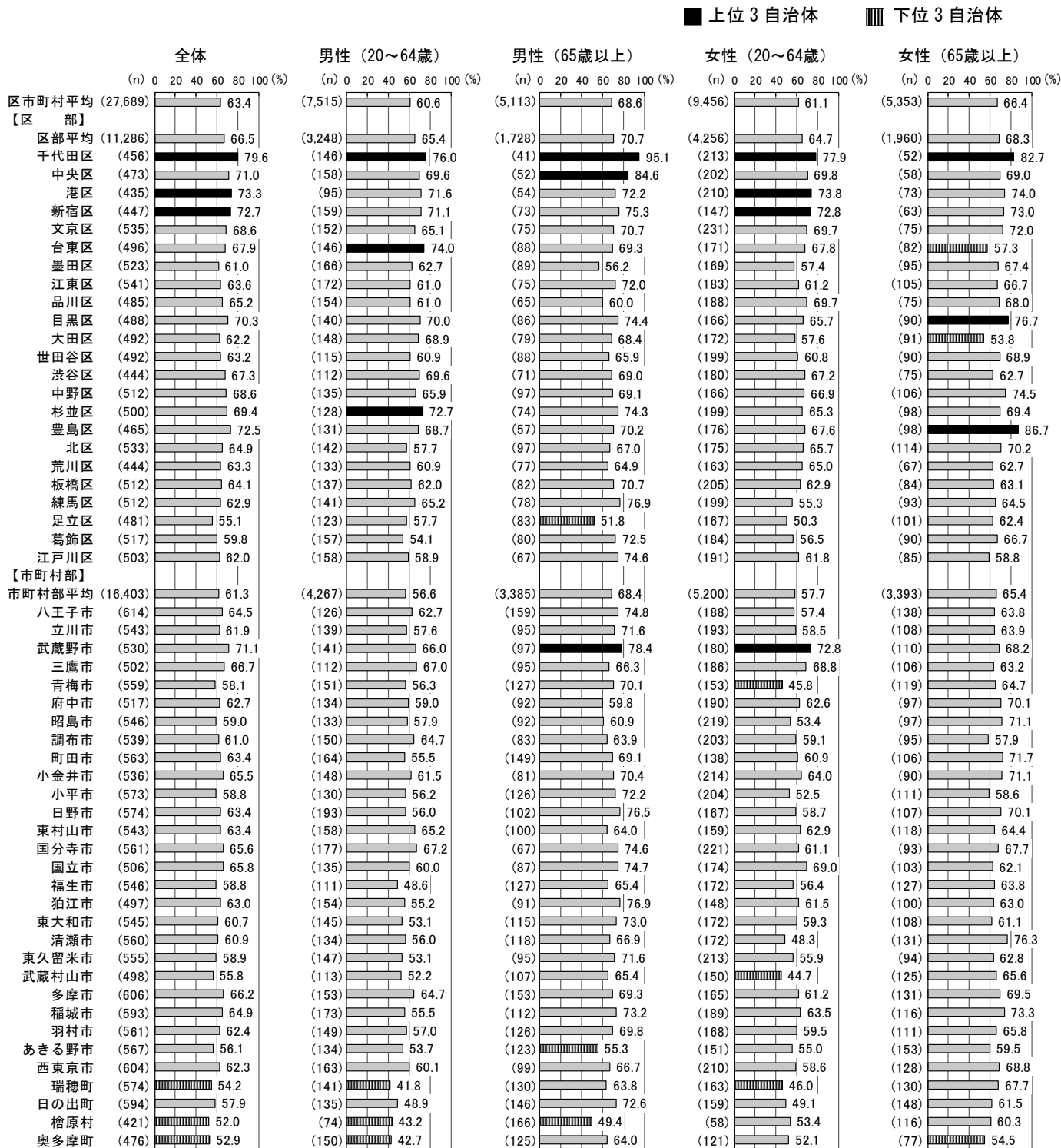
8-1 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組「短い距離は歩くようにしている」の実践状況(問8)

<「短い距離は歩くようにしている」は千代田区が約80%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 千代田区	1位 千代田区	1位 千代田区	1位 千代田区	1位 豊島区
2位 港区	2位 台東区	2位 中央区	2位 港区	2位 千代田区
3位 新宿区	3位 杉並区	3位 武蔵野市	3位 新宿区	3位 目黒区
			3位 武蔵野市	

図66 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の実践状況(区市町村別、性・年齢2階級別)

※負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の中で、「短い距離は歩くようにしている」を再集計。



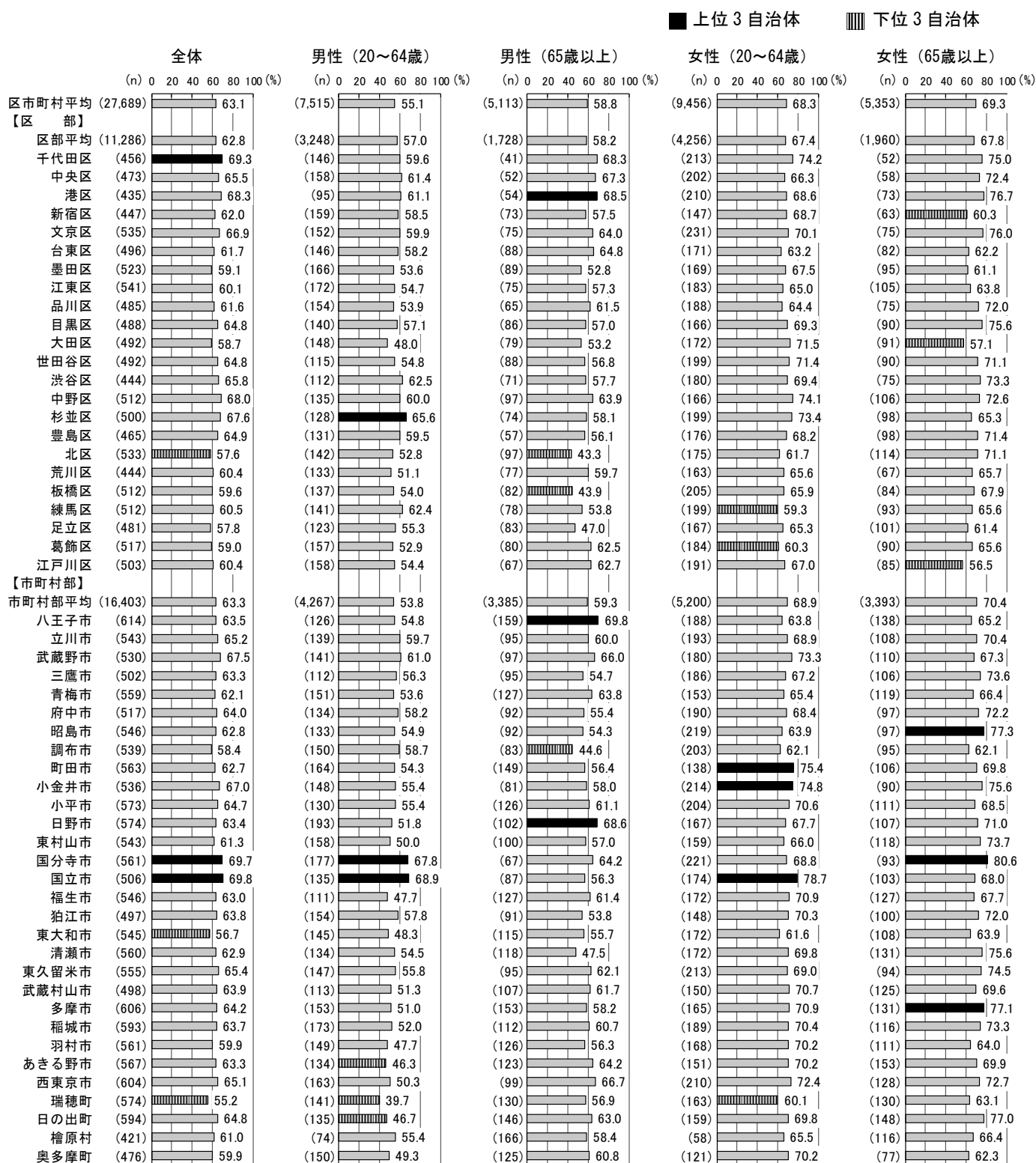
8-2 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組「野菜を食べるようにしている」の実践状況（問8）

<「野菜を食べるようにしている」は国立市が約70%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 国立市	1位 国立市	1位 八王子市	1位 国立市	1位 国分寺市
2位 国分寺市	2位 国分寺市	2位 日野市	2位 町田市	2位 昭島市
3位 千代田区	3位 杉並区	3位 港区	3位 小金井市	3位 多摩市

図 67 負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の実践状況（区市町村別、性・年齢2階級別）

※負担感のない程度の健康の維持・増進のための取組の中で、「野菜を食べるようにしている」を再集計。



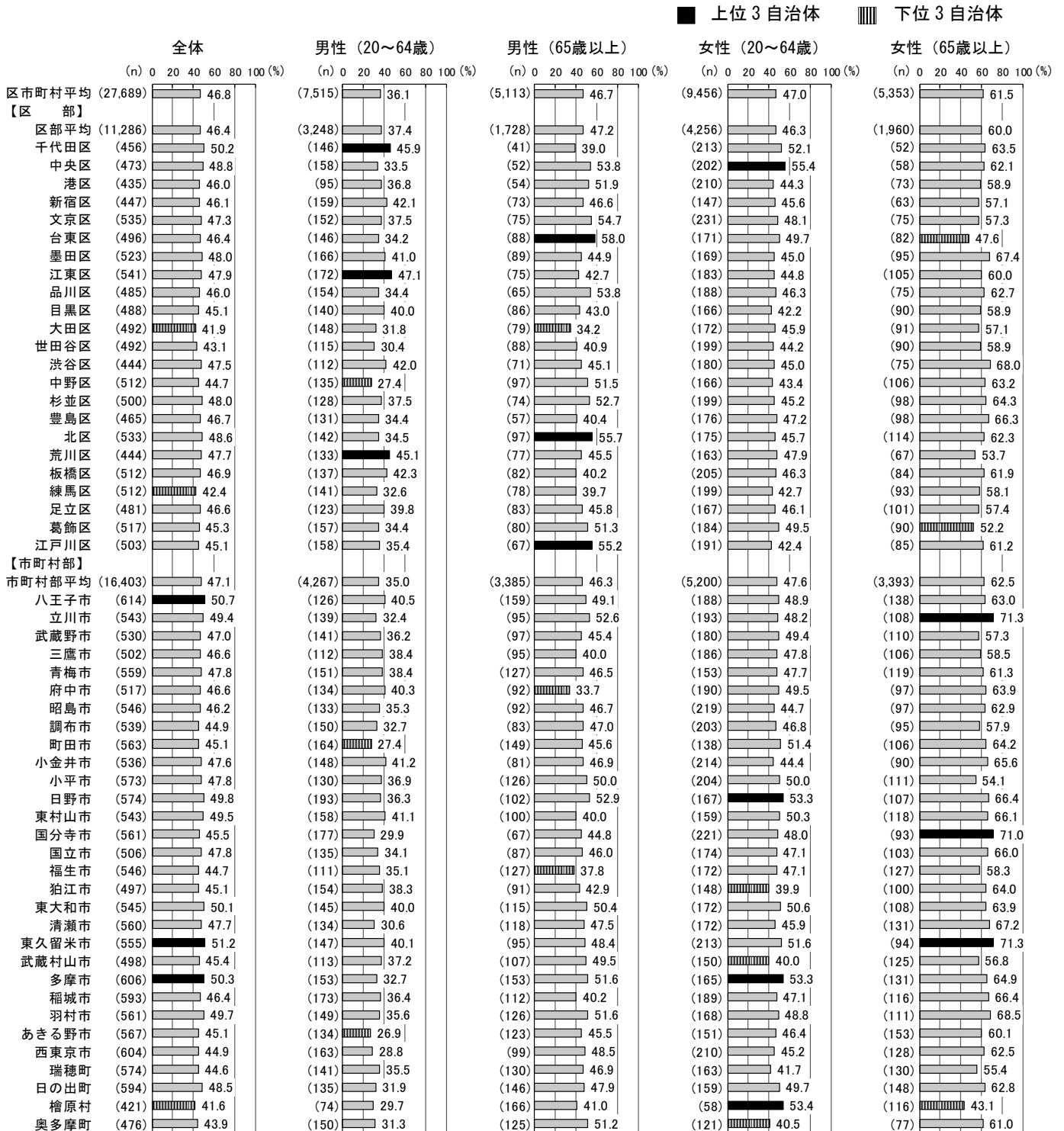
9 推奨される1日あたりの野菜摂取量の認知度（問9）

＜「知っている」は東久留米市が約51%で1位＞

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 東久留米市	1位 江東区	1位 台東区	1位 中央区	1位 立川市
2位 八王子市	2位 千代田区	2位 北区	2位 檜原村	1位 東久留米市
3位 多摩市	3位 荒川区	3位 江戸川区	3位 日野市	3位 国分寺市
			3位 多摩市	

図 68 推奨される1日あたりの野菜摂取量の認知度（区市町村別、性・年齢2階級別）

問9 あなたは、成人（20歳以上）の1日あたりの野菜の摂取量について、国が健康づくりのために推奨している量が「350g以上」であることを知っていますか。（1つ） 【「知っている」の値】



10 推奨される1日あたりの歩数量の認知度 (問10)

<「知っている」は町田市が約47%で1位>

全体	男性(20~64歳)	男性(65歳以上)	女性(20~64歳)	女性(65歳以上)
1位 町田市	1位 江東区	1位 豊島区	1位 町田市	1位 町田市
2位 羽村市	2位 渋谷区	2位 葛飾区	2位 調布市	2位 福生市
3位 荒川区	3位 小平市	3位 新宿区	3位 中央区	3位 三鷹市

図69 推奨される1日あたりの歩数量の認知度 (区市町村別、性・年齢2階級別)

問10 あなたは、成人(20~64歳)の1日あたりの歩数について、国が健康づくりのために推奨している量が、「8,000歩以上」であることを知っていますか。(1つ) 【「知っている」の値】

