

令和7年
生活習慣実態調査の結果報告

調査の方法

実施主体

健康かごしま21地域推進協議会

調査分析

名瀬保健所

対象

- ・ 小学校・中学校・高校・専門学校の学生
- ・ 保育所・幼稚園・子ども園の園児
- ・ 職場の健康づくり賛同事業所の従業員
- ・ 市町村職員等

期間

令和7年11～12月

調査項目と調査対象

調査項目	調査対象
朝食抜き	3歳以上
喫煙	20歳以上
適正飲酒の認知度	18歳以上(高校3年生を除く)
飲酒頻度・摂取量	20歳以上
睡眠	20歳以上
歯科(噛ミング30認知度)	6歳以上の男女(未就学児を除く)
歯科検診(健診)・かかりつけ歯科医	15歳以上の男女(中学3年生を除く)

※歯科(噛ミング30認知度)、歯科検診(健診)、かかりつけ歯科医の結果は地域歯科口腔保健推進会議で御報告いたします。

解析：集計①＋集計②の合算

集計①

- ・対象施設に調査票を配付、回収し、集計。（事業所は原則電子アンケート）
- ・調査票は、特定健康診査「標準的な質問票」に準ずる。

集計②

- ・管内市町村が実施する特定健康診査質問票調査結果から集計。（朝食抜き、喫煙、飲酒頻度・摂取量、睡眠に限る）

結果(令和7年度調査)

➤調査票の配付箇所・回答数 ※3歳未満を除く

	回答数	配布箇所	提出箇所
保育所・幼稚園・こども園	295	27	4
小学校	3,085	47	42
中学校	1,478	29	27
高校	511	5	3
専門学校	0	2	0
事業所等	755	82	-
計	6,124		

➤国保特定健診質問票調査結果回答数

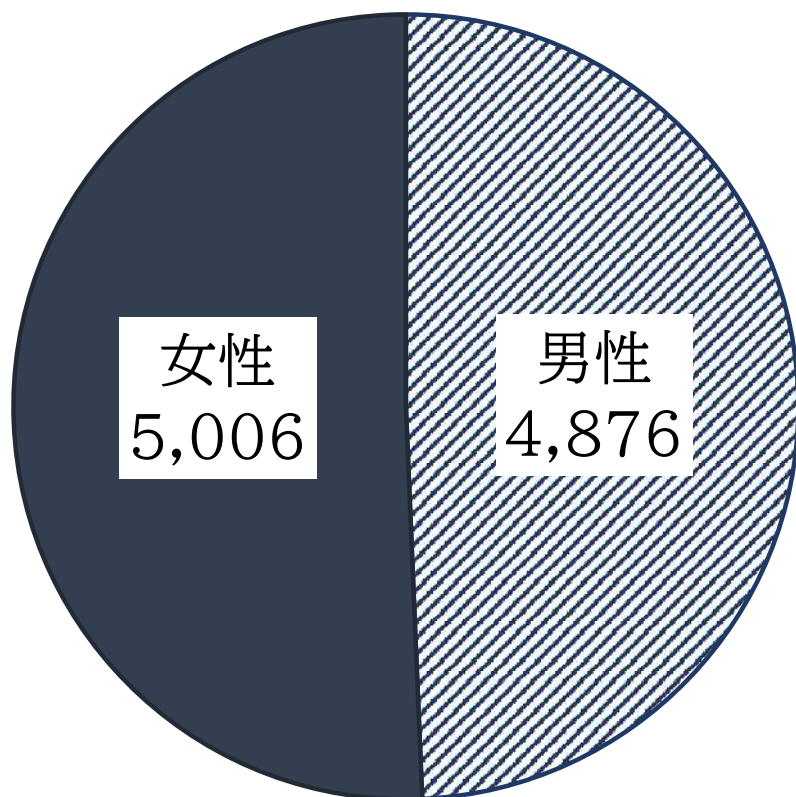
	奄美市	大和村	宇検村	瀬戸内町	龍郷町	喜界町	総数
回答数	2,256	102	155	483	341	554	3,891

(40歳以上75歳未満)

属性(令和7年度調査)

男女比

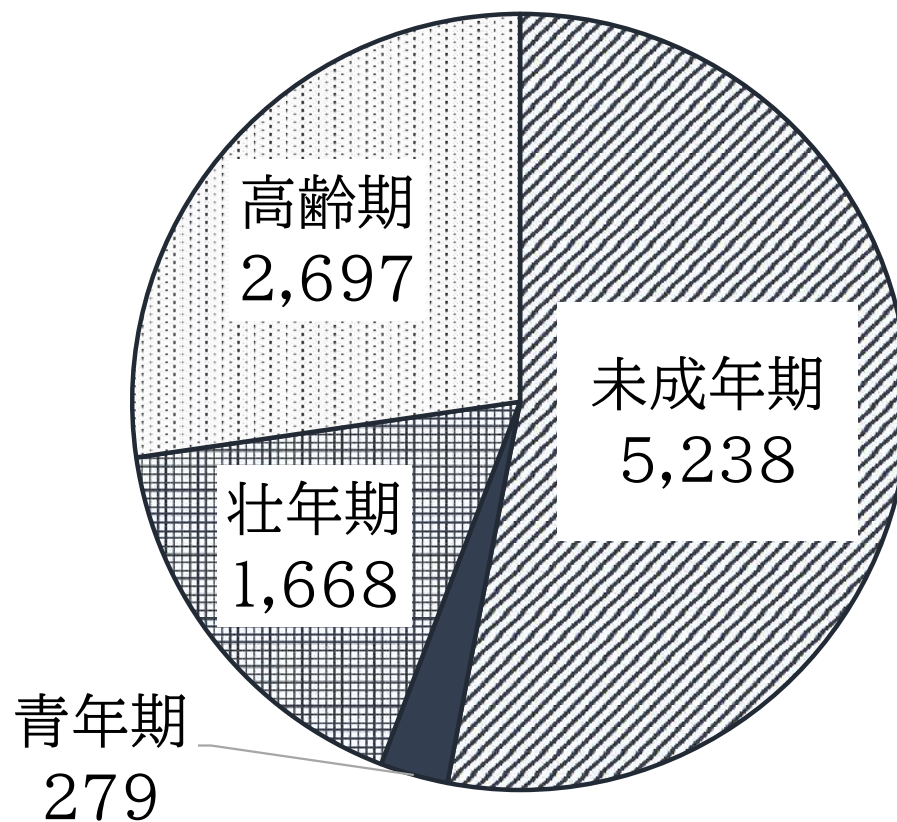
※3歳未満を除く



未成年期: 3歳以上20歳未満
壮年期: 20歳以上65歳未満

年齢構成比

※3歳未満を除く

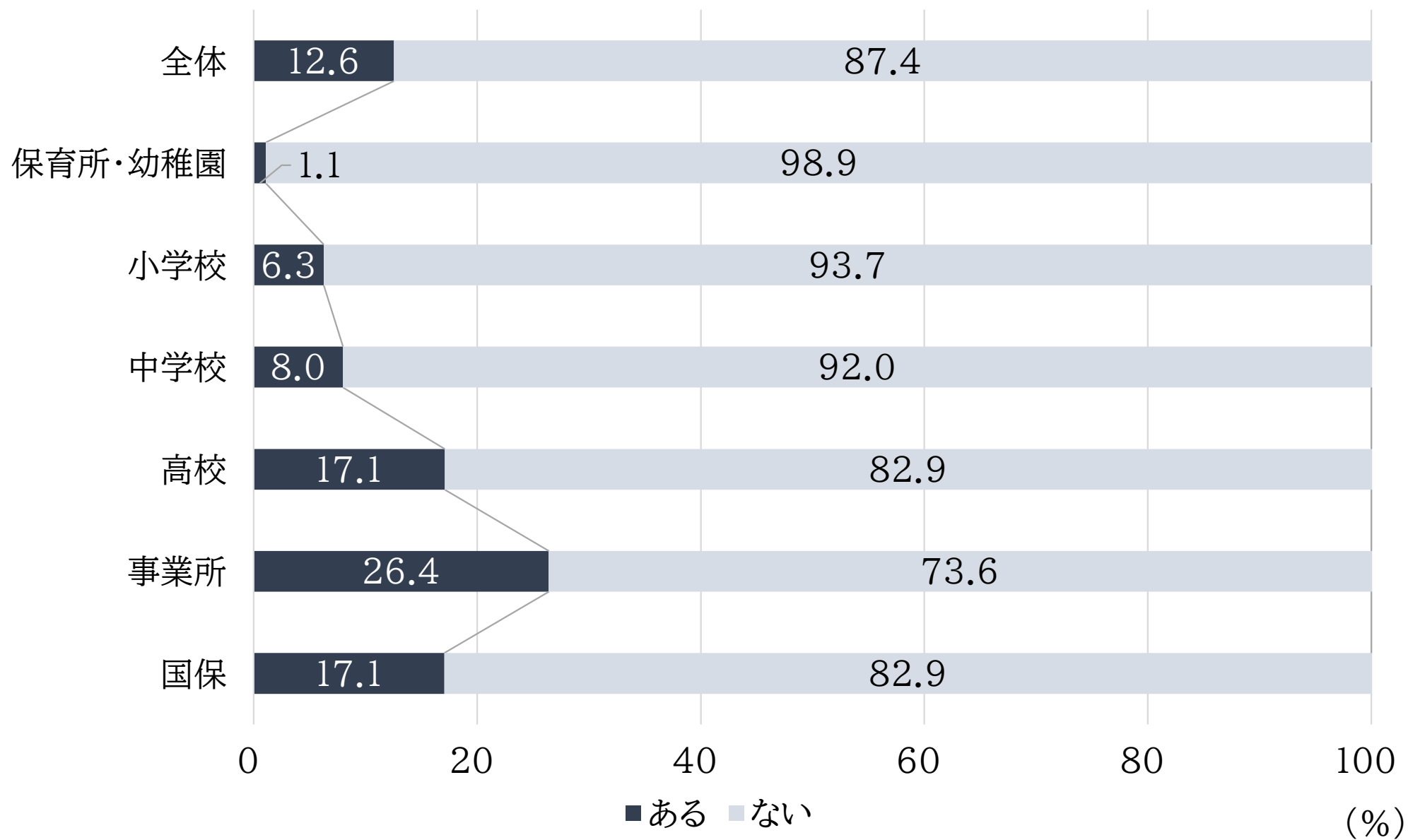


青年期: 20歳以上40歳未満
高齢期: 65歳以上

朝食を抜くことが週に3回以上ある(男性)

令和7年度は

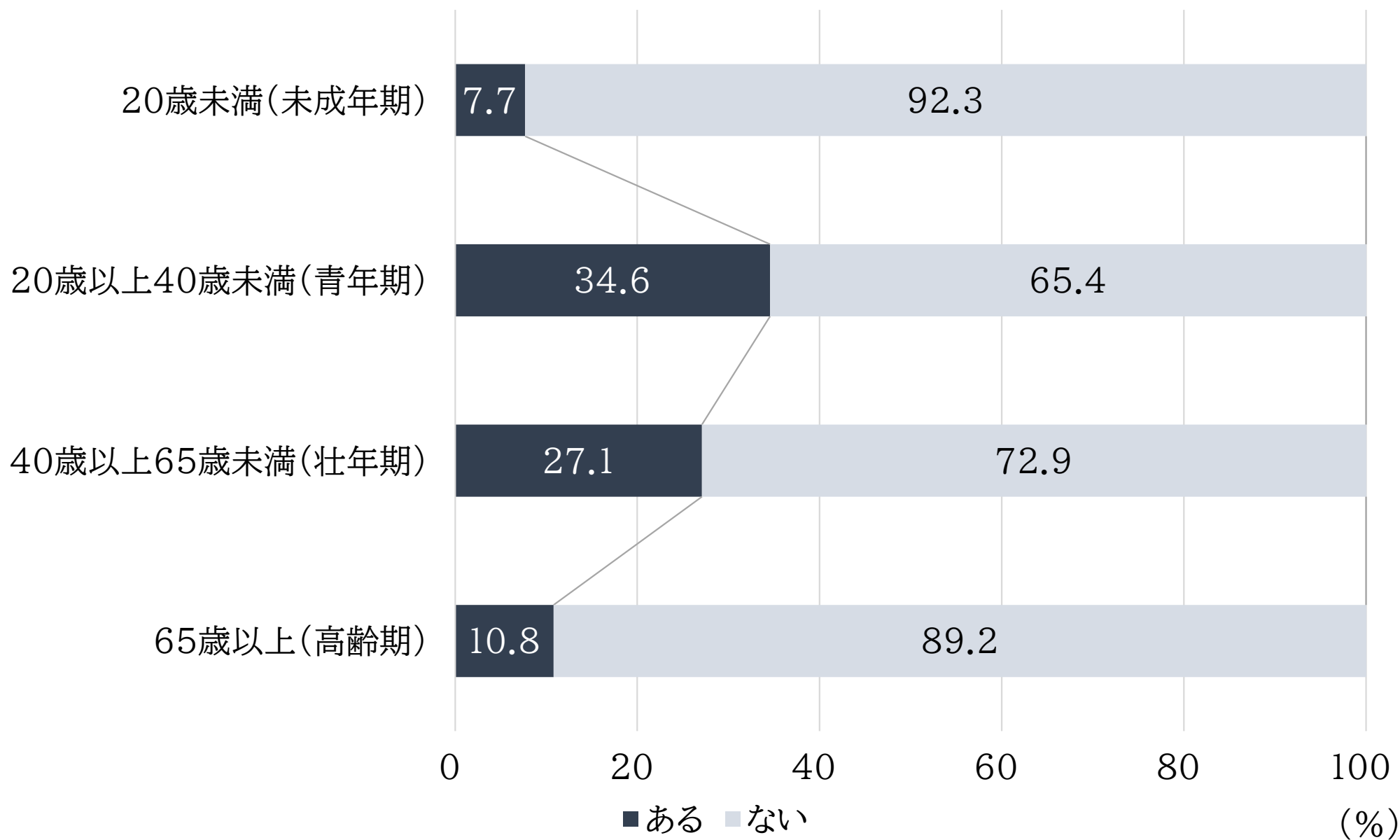
高校進学後、朝食を抜くことが週3回以上ある者の割合が増加。



朝食を抜くことが週に3回以上ある(男性)

令和7年度は

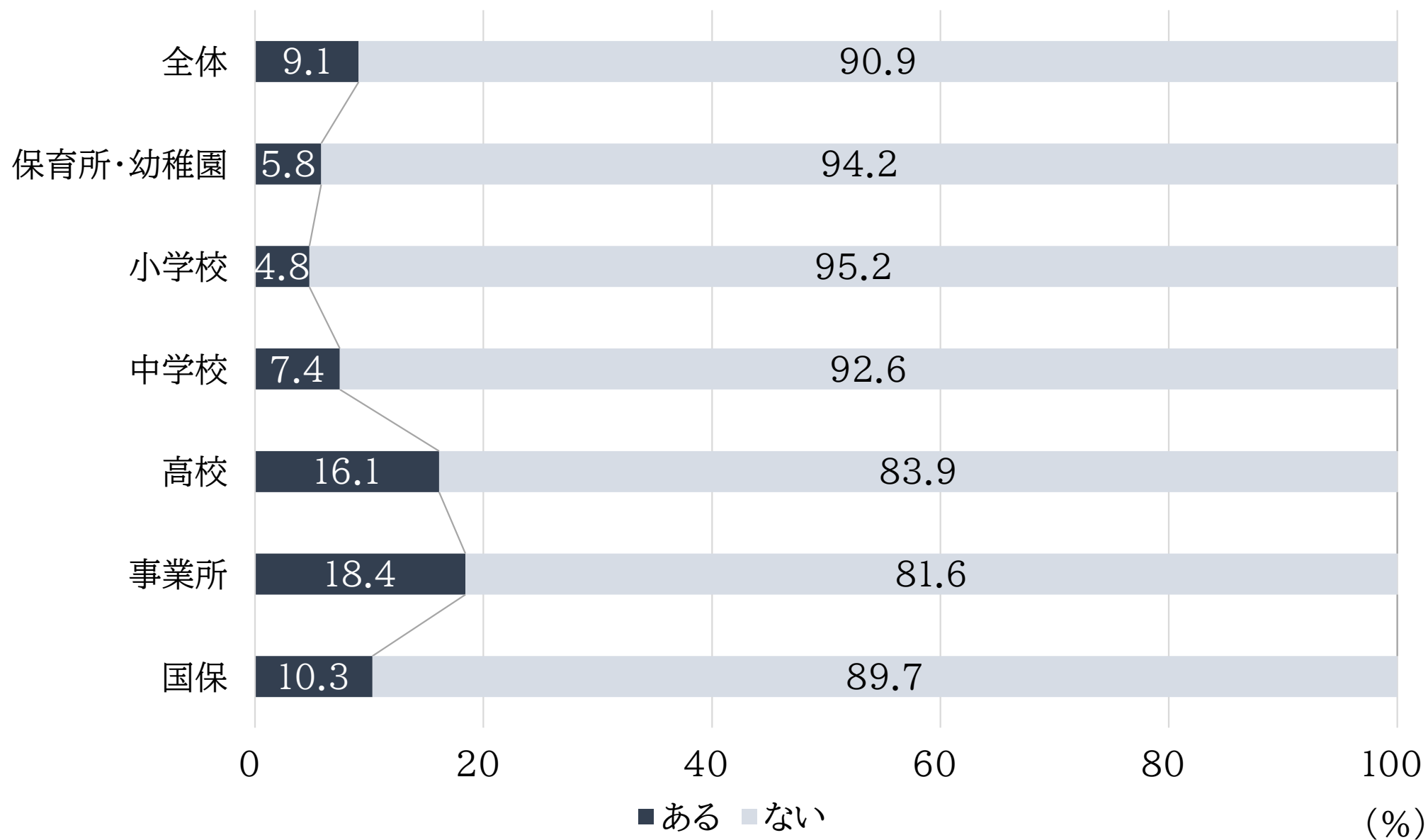
青年期の34.6%が朝食を抜くことが週3回以上ある。



朝食を抜くことが週に3回以上ある(女性)

令和7年度は

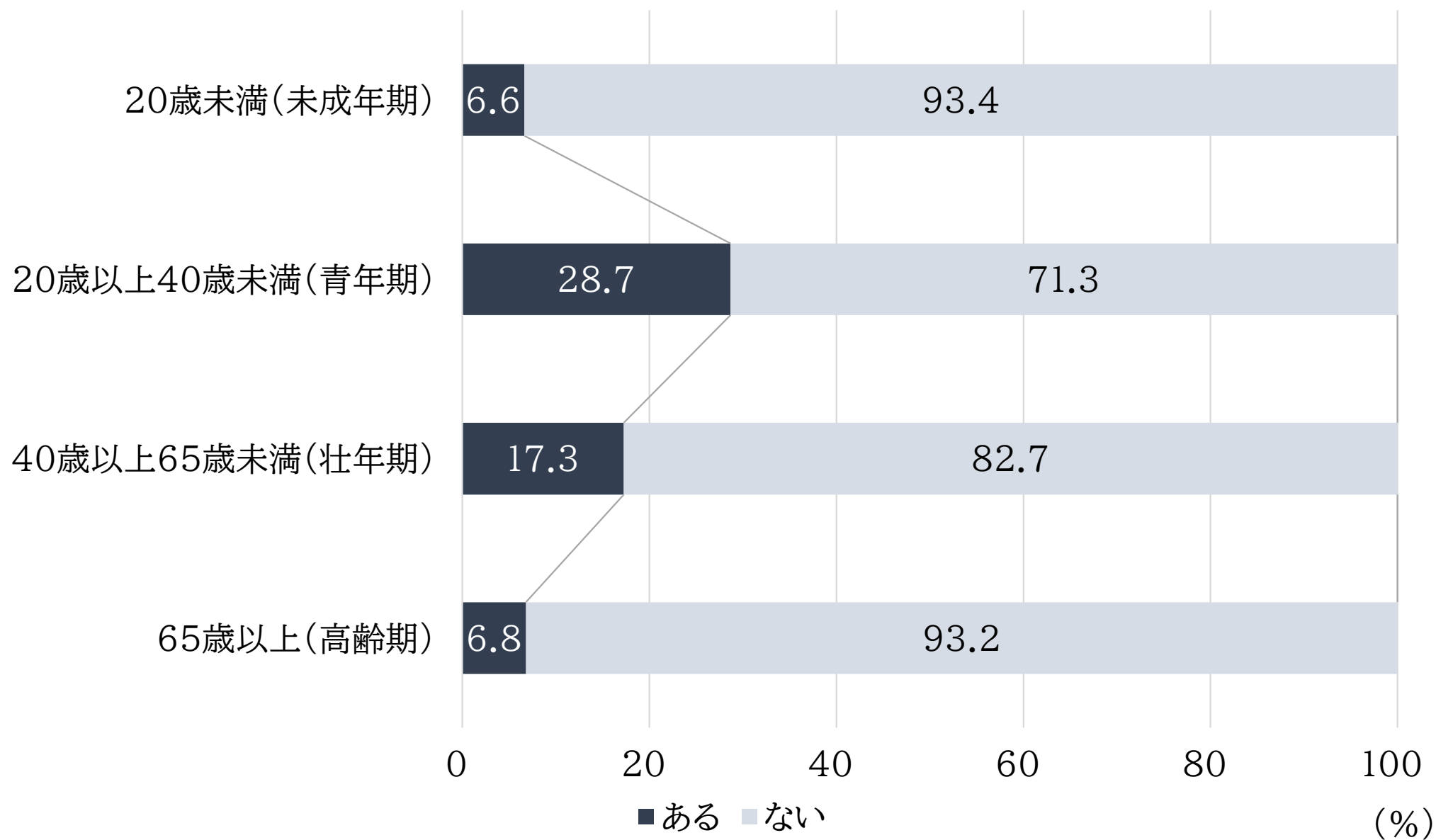
高校進学後、朝食を抜くことが週3回以上ある者の割合が増加。



朝食を抜くことが週に3回以上ある(女性)

令和7年度は

青年期の28.7%が朝食を抜くことが週3回以上ある。

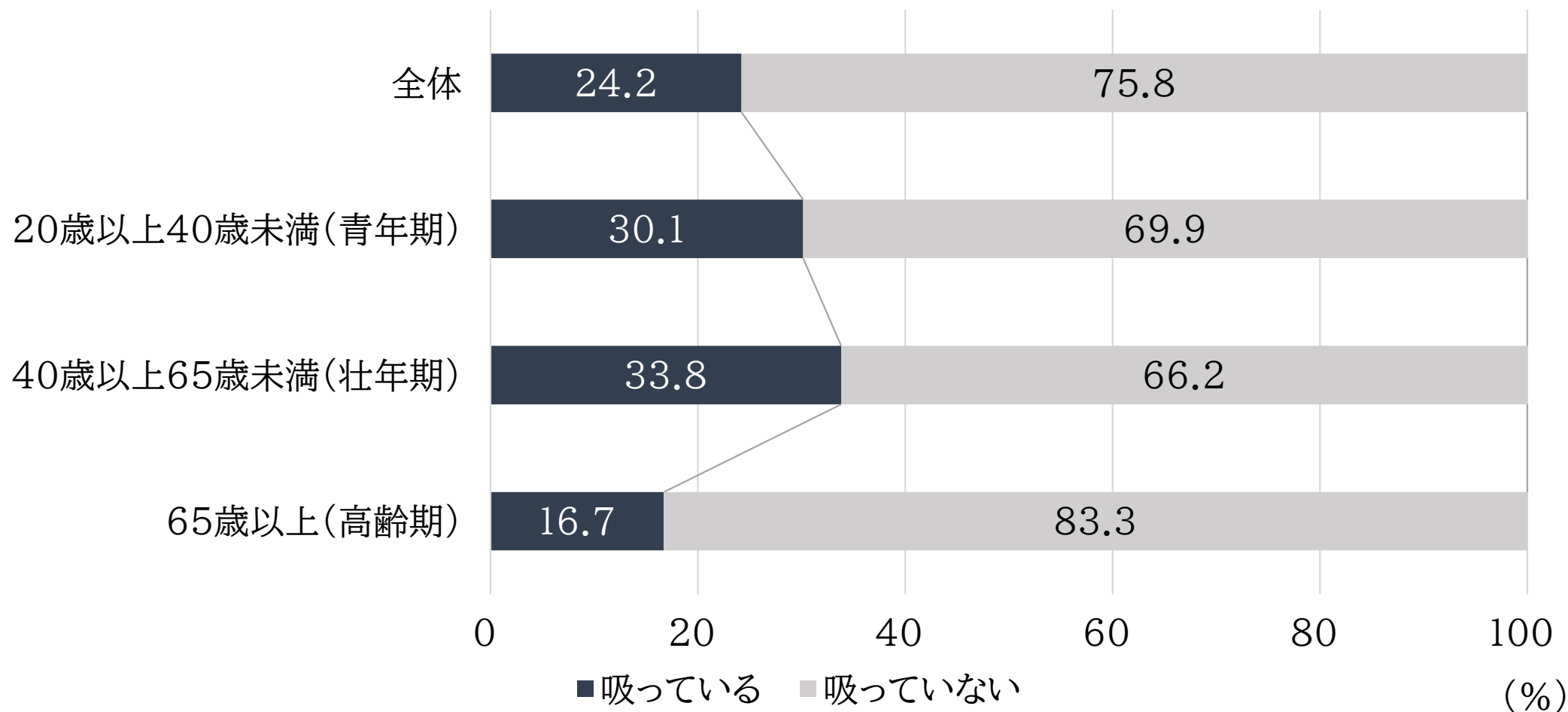


現在、たばこを習慣的に吸っている(男性)

※習慣的:合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っていて、最近1ヶ月間も吸っている。

令和7年度は

青壮年期の約3割が習慣的に喫煙している。
男性全体では24.2%で、国や県と同程度。



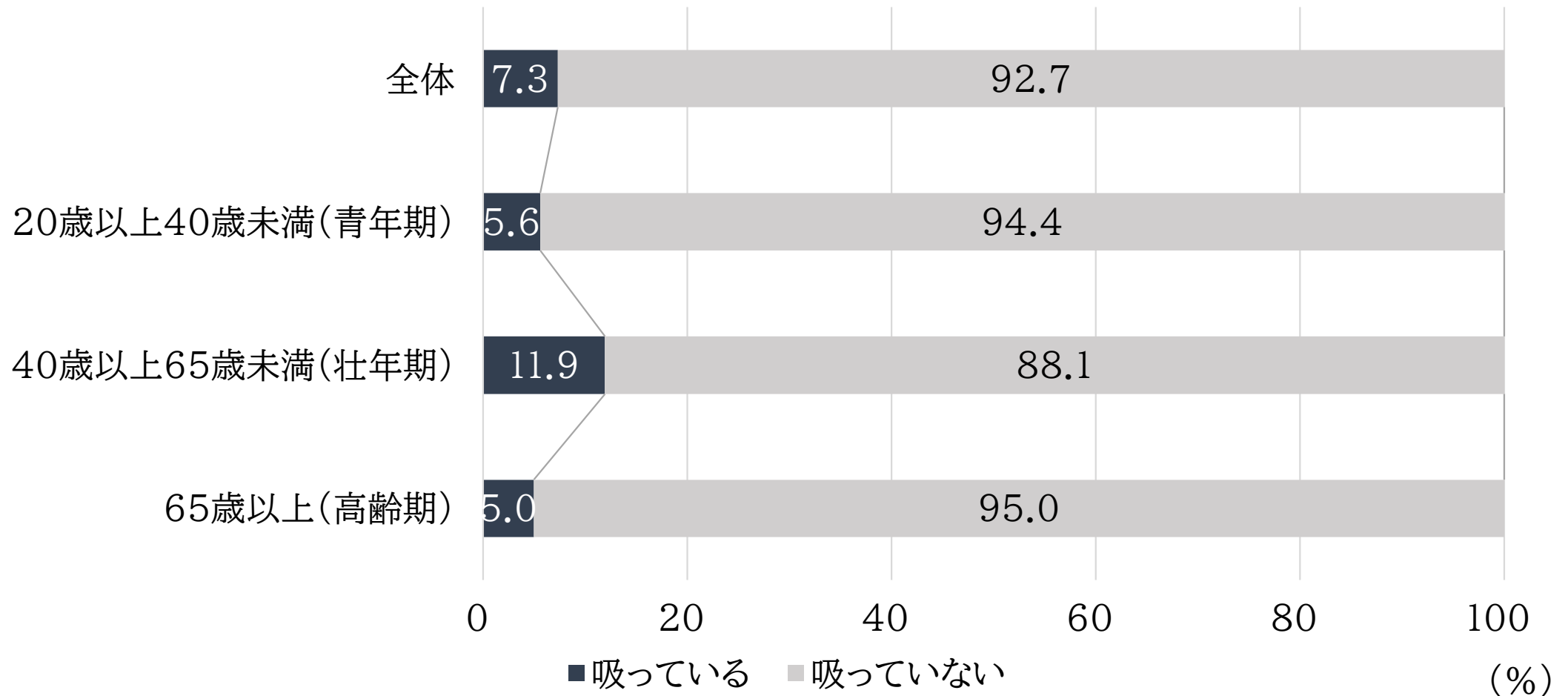
県(20歳以上男性):23.3%(R4県民健康・栄養調査より)
国(20歳以上男性):24.5%(R6国民健康・栄養調査より)

現在、たばこを習慣的に吸っている(女性)

※習慣的:合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っていて、最近1ヶ月間も吸っている。

令和7年度は

壮年期で習慣的に喫煙している者の割合が高い。
女性全体では7.3%で、国や県と比べて高い。

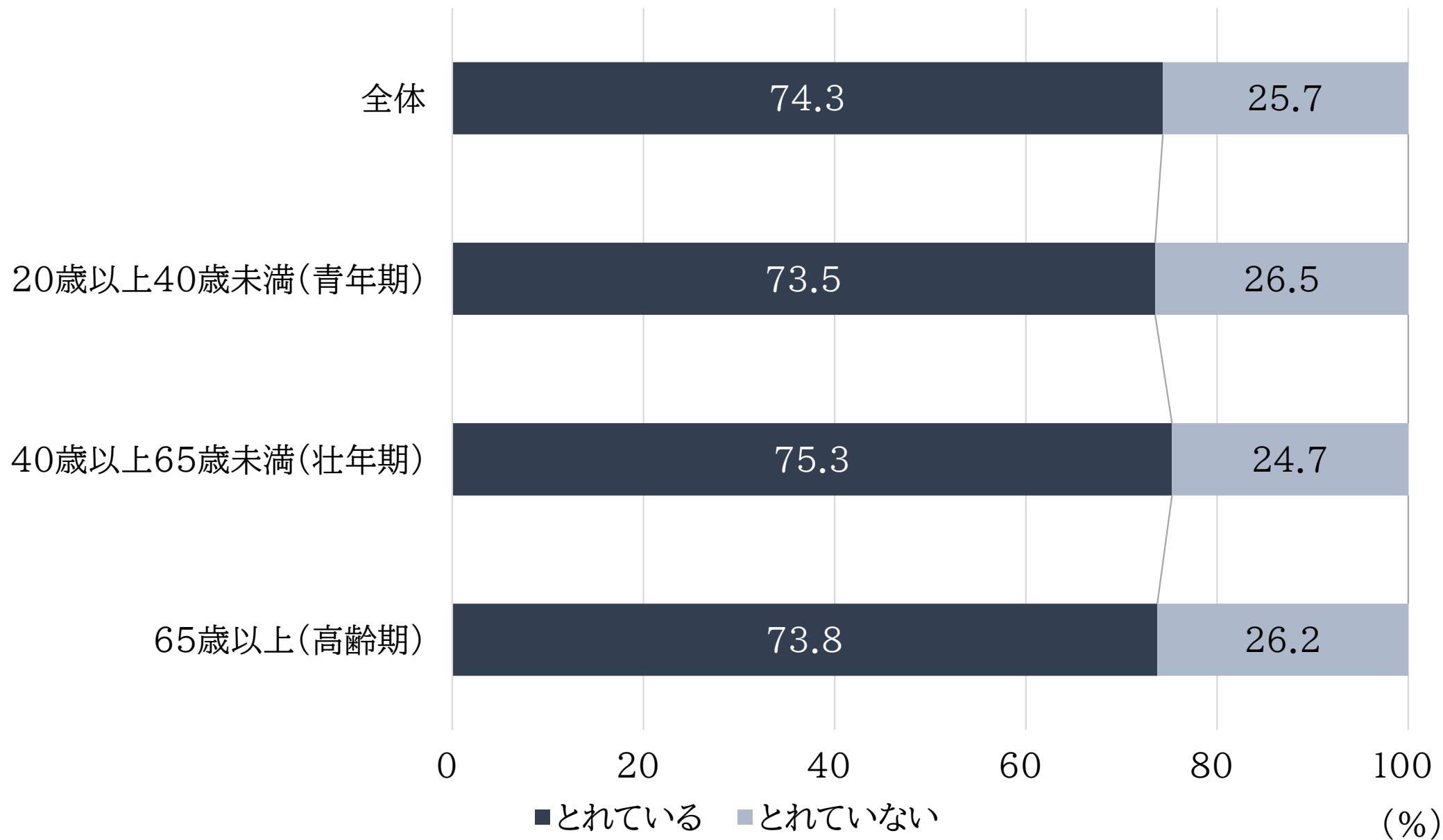


県(20歳以上女性):4.0%(R4県民健康・栄養調査より)
国(20歳以上女性):6.5%(R6国民健康・栄養調査より)

睡眠で休養が十分とれている(男性)

令和7年度は

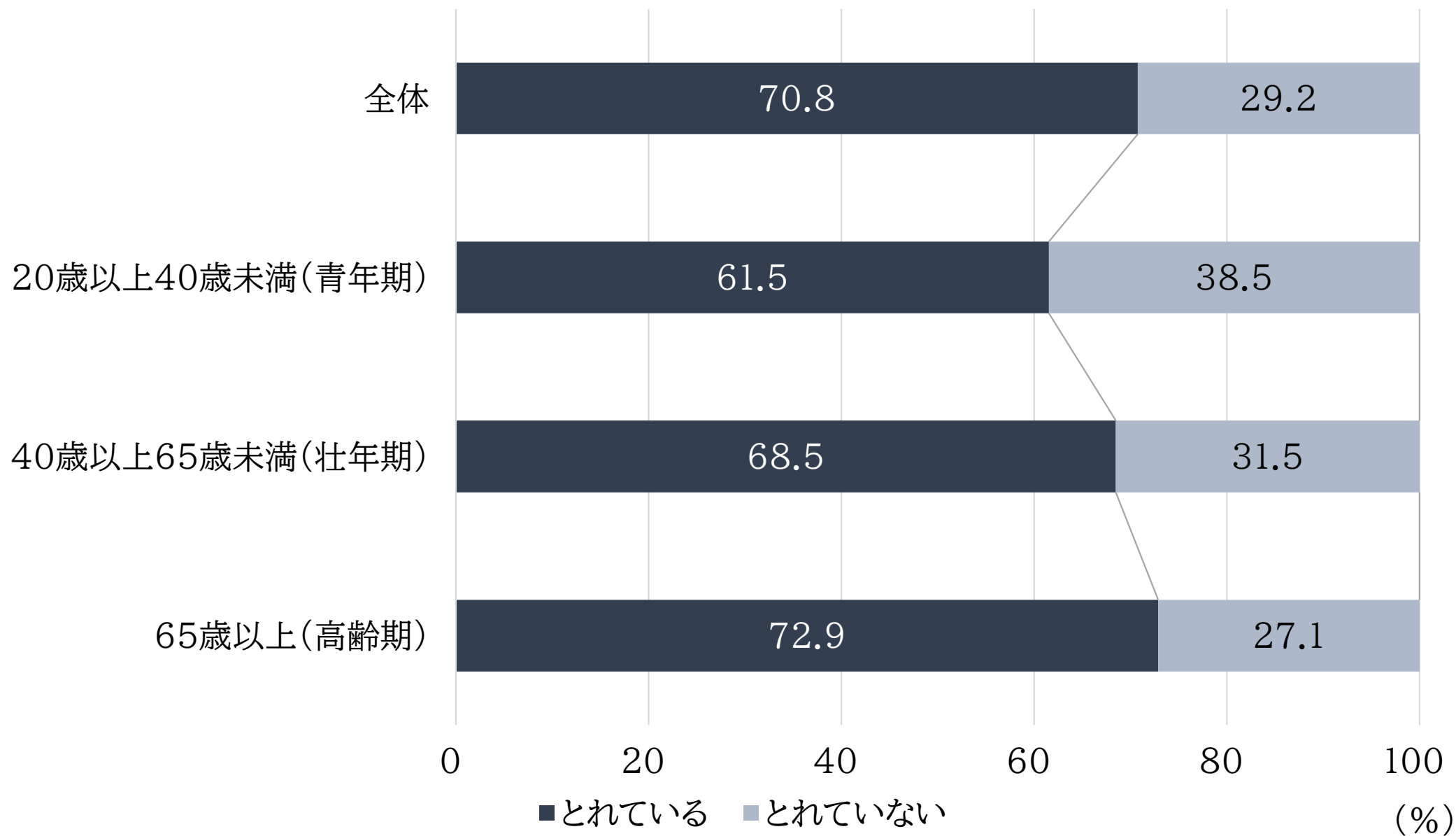
7割以上が睡眠で休養が十分とれている。



睡眠で休養が十分とれている(女性)

令和7年度は

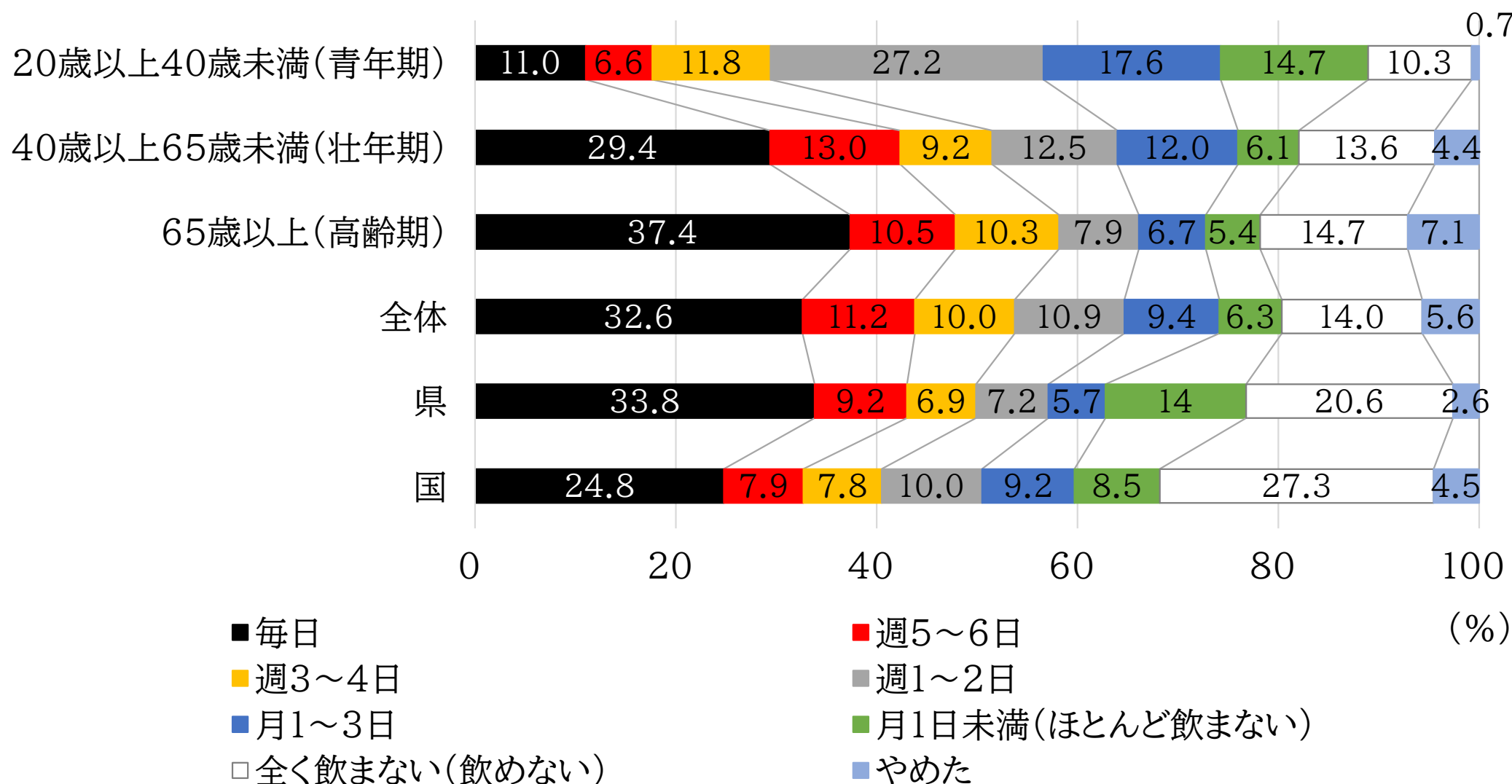
いずれの年齢階級でも男性より低い傾向にある。
青年期では他の年齢階級と比べて低い。



飲酒の頻度(男性)

令和7年度は

男性全体では「毎日」が最も多く、約3割を占める。
年齢階級が上がるにつれて、毎日飲酒する者の割合が増加する。
また、国や県と比べて、「週5～6日」、「週3～4日」の割合が高い。

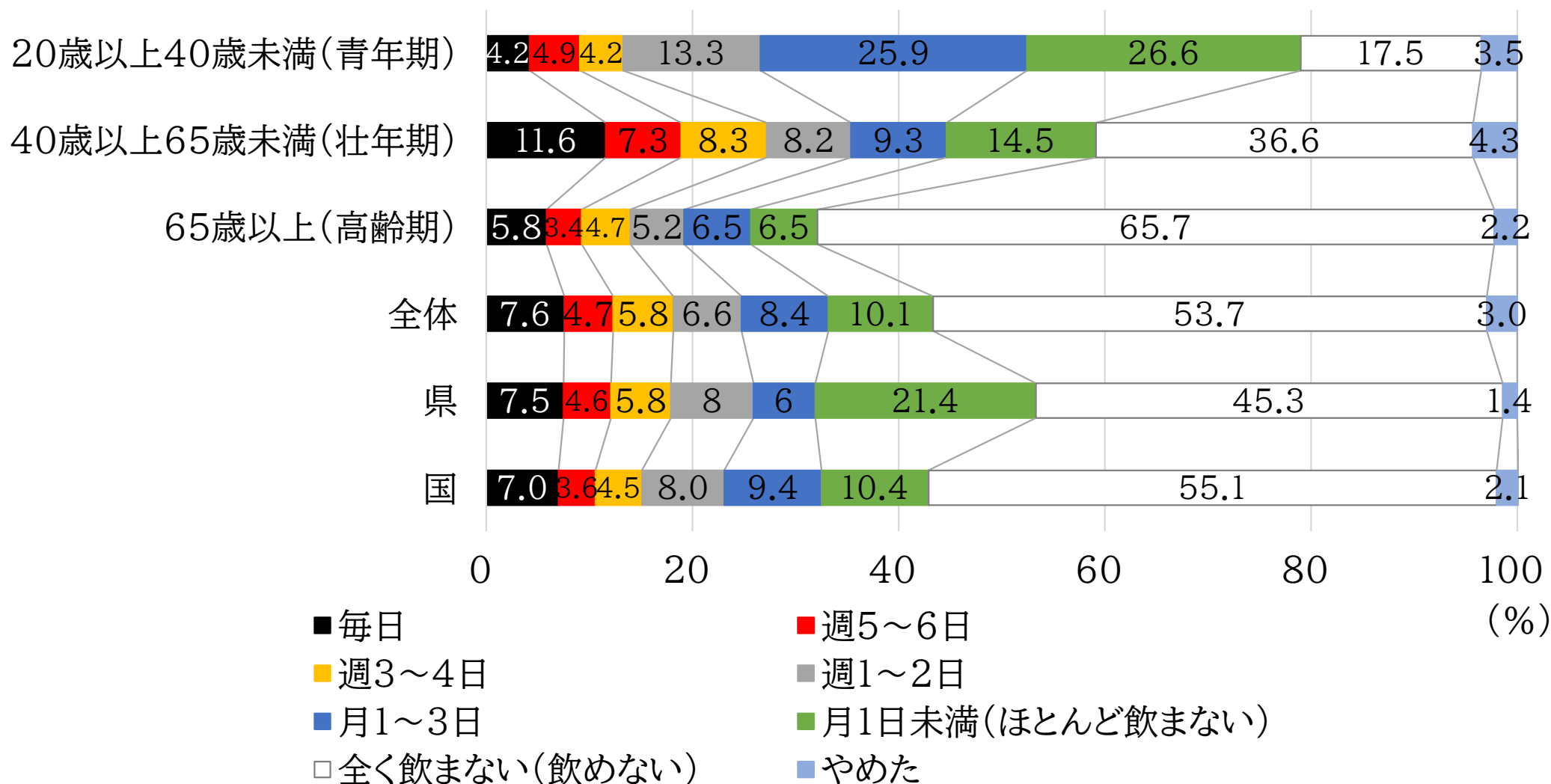


県(20歳以上男性):R4県民健康・栄養調査結果より、国(20歳以上男性):R6国民健康・栄養調査結果より

飲酒の頻度(女性)

令和7年度は

女性全体では「全く飲まない(飲めない)」が最も多く、年齢階級が上がるにつれて、その割合が高くなる。
壮年期で、「毎日」、「週5～6日」、「週3～4日」の割合が高い。



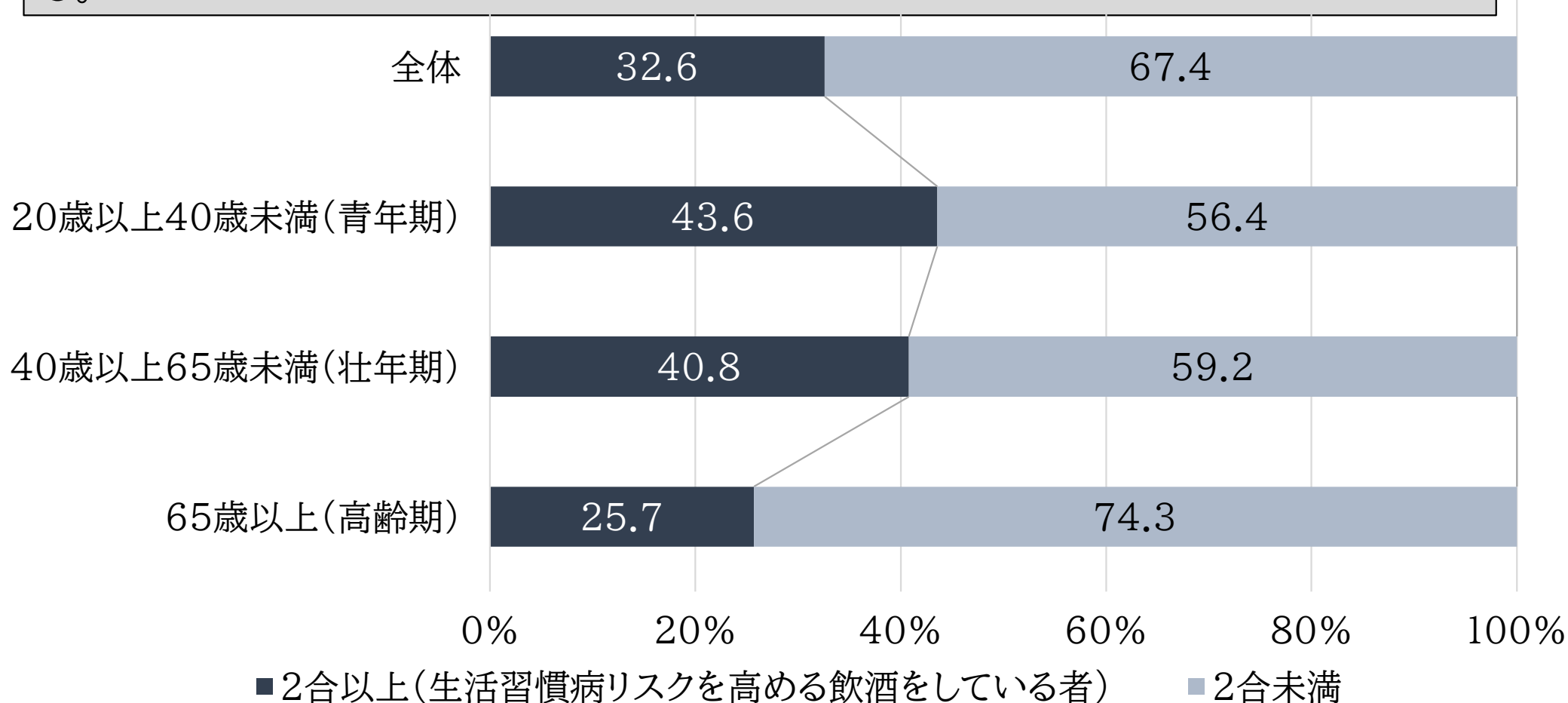
県(20歳以上女性):R4県民健康・栄養調査結果より、国(20歳以上女性):R6国民健康・栄養調査結果より

生活習慣病リスクを高める飲酒をしている(男性)

※生活習慣病リスクを高める飲酒(男性):2合以上

令和7年度は

男性全体では、32.6%が生活習慣病リスクを高める飲酒をしており、県や国に比べて高い。年齢階級別では、青壮年期の約4割が生活習慣病リスクを高める飲酒をしている。



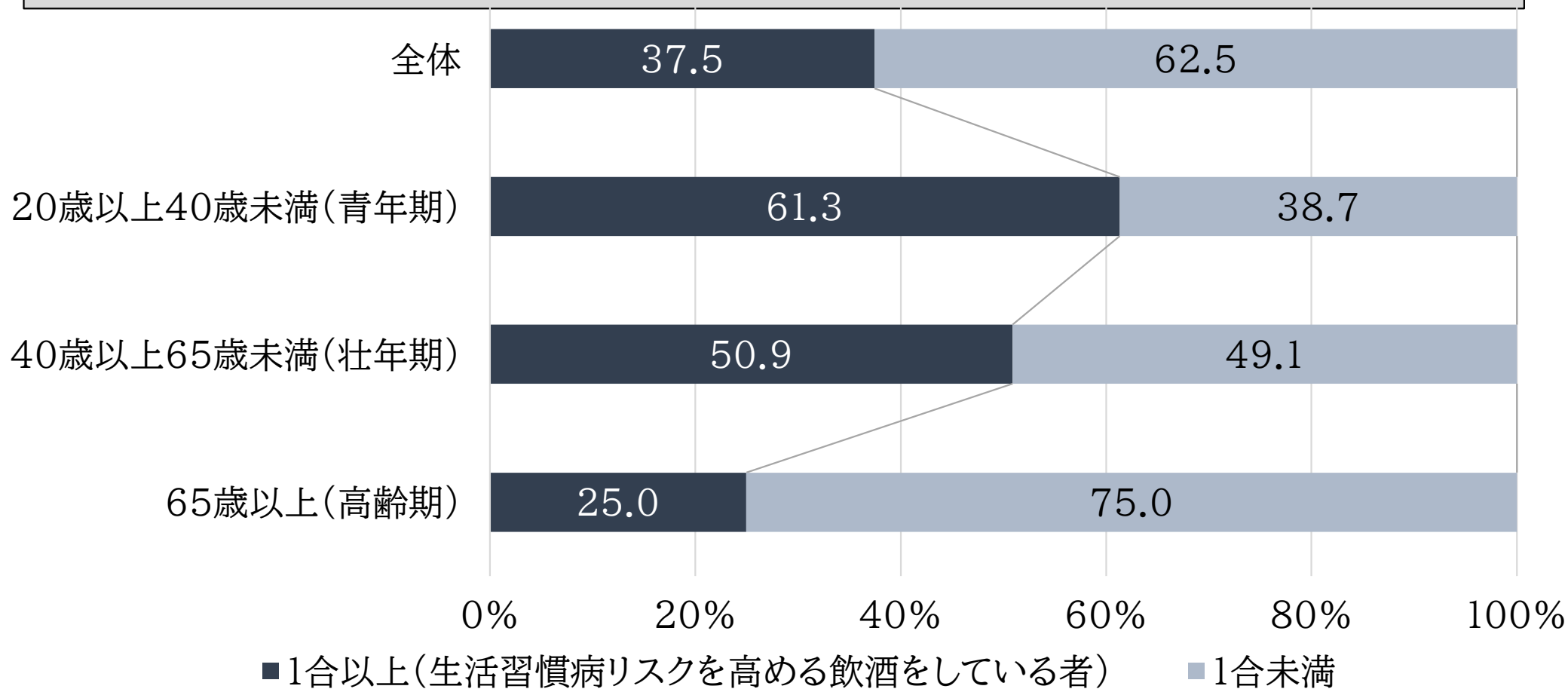
県(20歳以上男性):27.1%(R4県民健康・栄養調査より)
国(20歳以上男性):32.3%(R6国民健康・栄養調査より)

生活習慣病リスクを高める飲酒をしている(女性)

※生活習慣病リスクを高める飲酒(女性):1合以上

令和7年度は

女性全体では37.5%が生活習慣病リスクを高める飲酒をしている。
年齢階級別では、青年期が61.3%と最も高く、年齢階級が低いほど、その割合は高くなる。



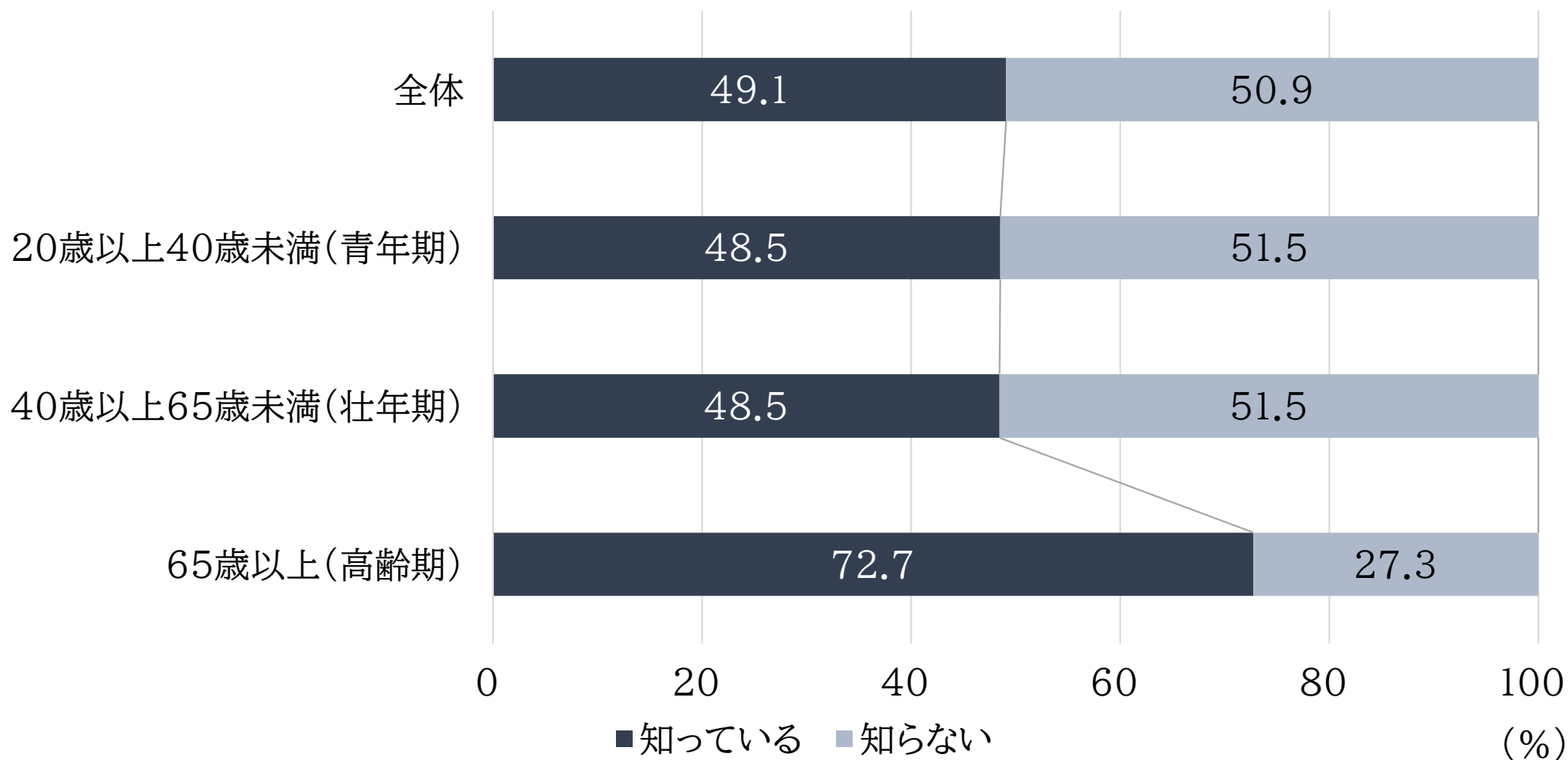
県(20歳以上女性):37.2%(R4県民健康・栄養調査より)
国(20歳以上女性):48.2%(R6国民健康・栄養調査より)

適正な飲酒量を知っている(男性)

※適正な飲酒量:純アルコール量20g/日

令和7年度は

R6年度と比較すると高齢期の割合は増加しているが、全体では約5割とほぼ横ばい。
(R6:全体47%、青年期47%、壮年期46%、高齢期65%)



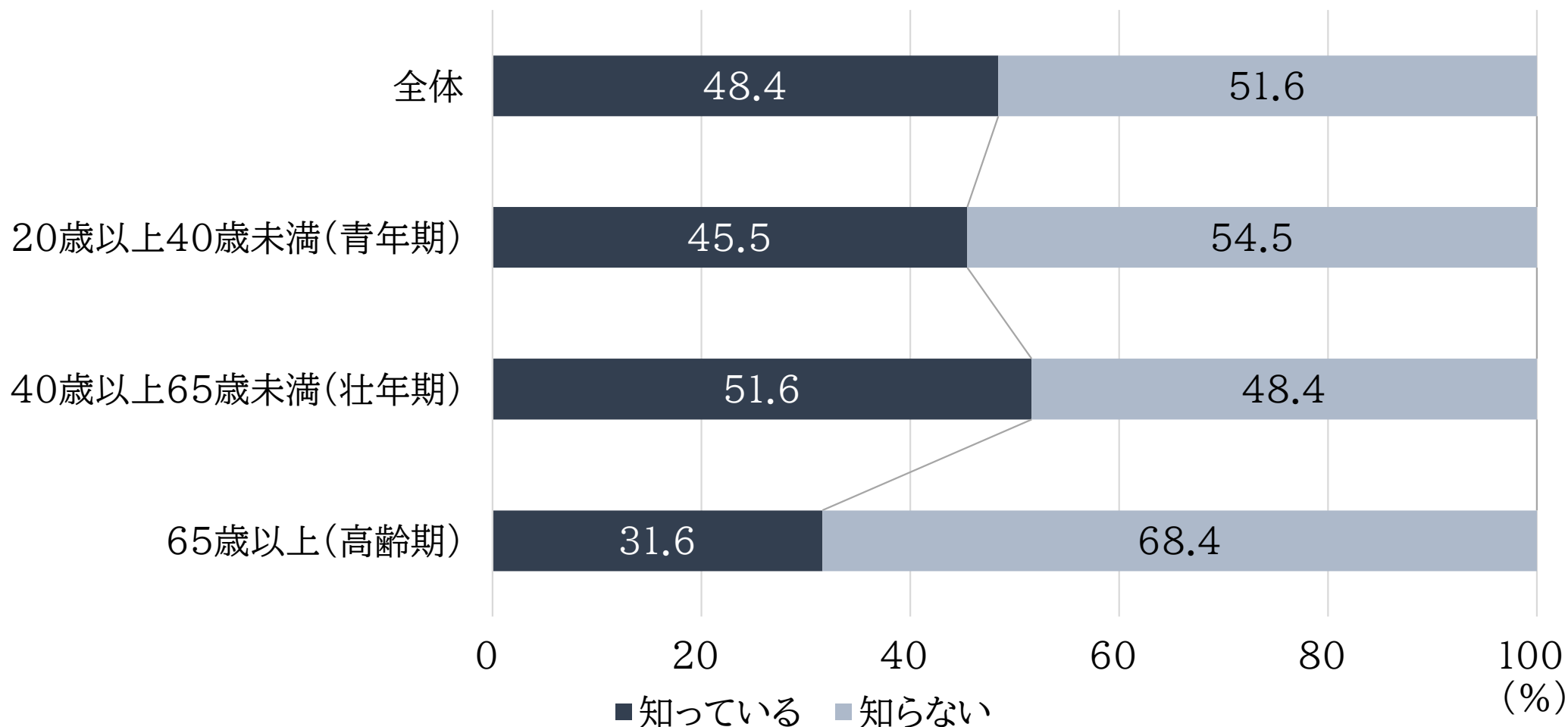
※調査対象:専門学生、事業所のみ(国保を除く)

適正な飲酒量を知っている(女性)

※適正な飲酒量:純アルコール量20g/日

令和7年度は

R6年度と比較すると壮年期・全体の割合がやや増加している。
(R6:全体44%、青年期45%、壮年期47%、高齢期31%)



※調査対象:専門学生、事業所のみ(国保を除く)