

国保特定健診データによる早食いと肥満の関連に関する検討
—大分県と千葉県と比較—

研究協力者 池邊 淑子（大分県福祉保健部健康対策課）
大津 孝彦（大分県福祉保健部健康対策課）
神崎 夕貴（大分大学医学部歯科口腔外科学講座）
佐藤 眞一（千葉県衛生研究所）
柳堀 朗子（千葉県衛生研究所）
高澤みどり（千葉縣市原市保健センター）
分担研究者 柳澤 繁孝（大分大学名誉教授，社会医療法人大分岡病院名誉院長）

研究要旨

平成 20 年度の大分県と千葉県の特定健診データを用いて、肥満やメタボリックシンドロームと早食いと関連について比較検討した。

いずれの県においても、男女とも全ての年齢において、肥満(BMI25 以上)や腹囲該当、積極的支援レベルの群で食べる速度が速いと答えた割合が高く、肥満やメタボリックシンドロームと早食いと関連が認められた。

3 指標いずれも、千葉県よりも大分県の方が、各性・年齢階層において早食いの割合がやや高かったが、2 県の地域差よりも、群間差の方が顕著であり、早食いと肥満の関連について異なる地域においても同様の結果が得られた。

A 背景と目的

平成 22 年度の研究報告書において、千葉県¹⁾と大分県²⁾それぞれの平成 20 年度の特定健診データの分析結果から、両地域において、早食いと肥満に関連が認められたものの、集計方法が同一でなかったため、地域間比較が困難であった。

早食いと肥満との関連について、異なる地域に共通の傾向の有無や、地域特性の検討を行うことにより、今後の保健指導において早食いは是正の有用性を検討する上での基礎資料を得ることを目的として、2 県の比較検討を通じて、早食いと肥満の関連を詳細に分析した。

B 対象と方法

対象地域を大分県と千葉県との2県とし、平成20年度の特定健診データを用いた。大分県は全18市町村の77,964件が対象となった。千葉県は、30市町村の約12万件が対象となった。(それぞれの対象と方法については、平成22年度報告書を参照。)

集計様式は、平成22年度報告書での千葉県の表を用いた。大分県のデータを、再度の集計作業を行い、当該様式にて表を作成した(本報告表1, 2, 3)。平成22年度報告の千葉県の表2, 3, 4と性・年齢階層別に比較を行った。

肥満の指標として、BMI3群と腹囲該当の有無を用い、メタボリックシンドロームの指標として保健指導レベル3群を用いた。BMIは18.5未満、18.5-24.9、25.0以上の3群に分けた。腹囲は、男性85cm以上、女性90cm以上を「腹囲該当」とし、2群に分けた。保健指導レベルについては、標準的な健診・保健指導プログラム(確定版)の選定方法²⁾を用いて判定を行い、ステップ3の結果を採用して、情報提供レベル、動機付け支援レベ

ル、積極的支援レベルの3群に分けた。人と比較して食べる速度が「速い」と回答した者を、早食いと定義し、性・年齢階層別に比較した。

C 結果

1. 食べる速さとBMI

BMIを3群に分け、大分県と千葉県の早食いの割合に関する特徴について比較した。2県とも同様に、男女とも全ての年齢階級においてBMIが大きい群ほど、早食いの割合が高かった。全年齢合計の男女別の傾向と2県の比較を図1に示す。大分県は千葉県よりも、肥満(BMI25以上)において早食いの割合が高く、BMIと食べる速度との関連がより強いことが伺えたものの、地域差よりもBMI区分の群間差の方が顕著であった。

2. 食べる速さと腹囲

腹囲について、男性85cm以上、女性90cm以上を「腹囲該当」とし、2群に分けて比較した。2県いずれにおいても男女とも、非該当の群と比べて、該当群は早食いの割合が高かった。2県の差よりも、群間差の方が顕著であった(図2)。

図1 BMI区分別の食べる速度が「速い」と思っている人の割合

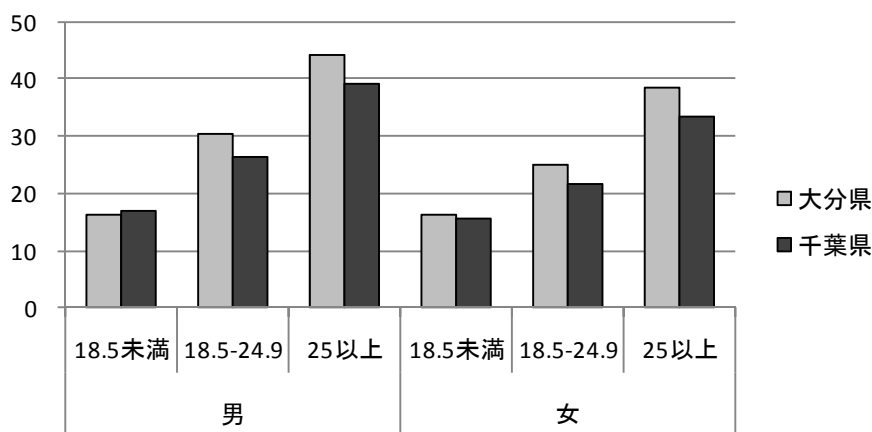


図2 腹囲判定別の食べる速度が「速い」と思っている人の割合

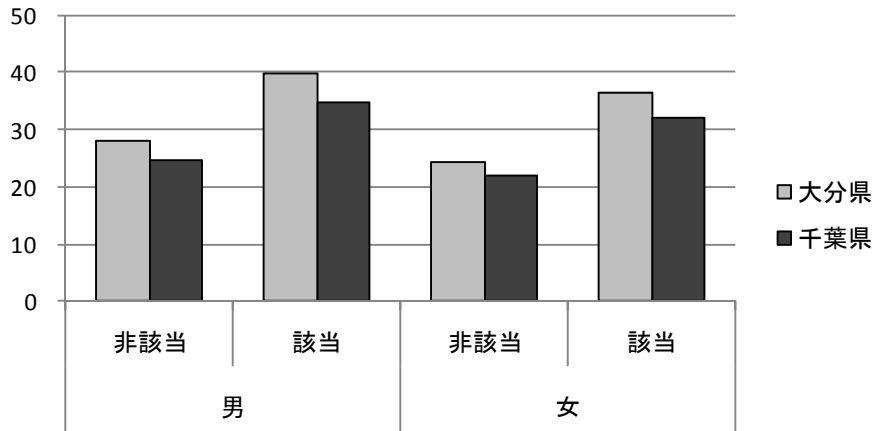
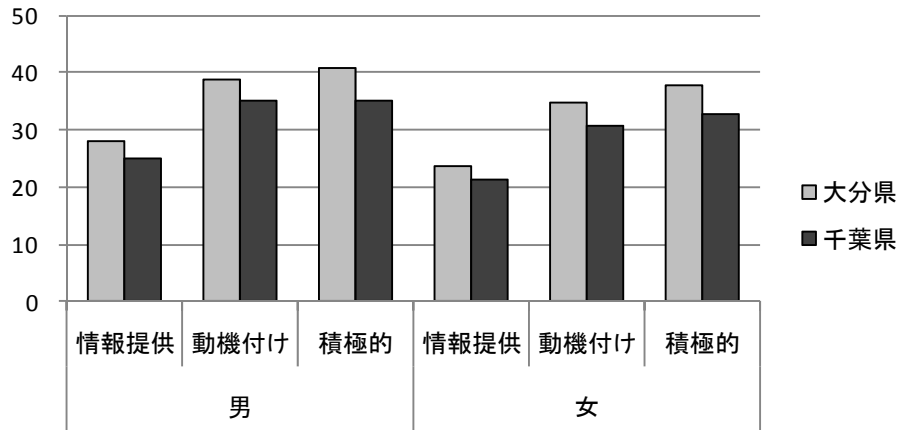


図3 保健指導判定別の食べる速度が「速い」と思っている人の割合



BMIと同様に、性・年齢階層のいずれの群においても、非該当よりも該当の方が早食いの割合が高く、腹囲においても、早食いと肥満の関連が認められた。

3. 食べる速さと保健指導判定

保健指導レベルについては、データベースから得られる保健指導レベルは、年齢や治療状況を条件に加えたステップ 4 の最終結果であることから、メタボリックシンドロームの状況を正確に反映していない。そこで、健診データから、標準的な健

診・保健指導プログラム(確定版)の選定方法³⁾を用いて、ステップ 1,2,3 を判定して保健指導レベルを判定し、その結果を用いた。

BMI や腹囲と同様の結果であり、男女とも、情報提供レベルと比較すると、動機付け支援レベル、積極的支援レベルは早食いの割合が高くなっており、メタボリックシンドロームと早食いの関連が認められた(図 3)。動機付け支援レベルと積極的支援レベルの差は小さく、情報提供レベルかどうかの違いが大きかった。

千葉県よりも大分県の方が、全ての群において早食いの割合が高かったが、2 県の地域差よりも、群間差の方が顕著であった。

D 考察

人と比較して食べる速度が速いと回答した割合について、肥満の指標として、BMI と腹囲を用い、メタボリックシンドロームの指標として保健指導レベル（ステップ3）を用いて、性・年齢階層別に比較した結果、肥満やメタボリックシンドロームと早食いに関連が認められた。

特定健診は全国の自治体で実施されており、統一したフォーマットのデータベースが構築されていることから、異なる地域の特性等を検討することが可能となる。今回は、大分県と千葉県の国保被保険者のデータを同様の様式で集計し、結果を性・年齢階層別に比較した。その結果、BMI、腹囲、保健指導レベルのいずれにも大きな地域差は見られなかった。早食いと肥満の関連について異なる地域においても同様の結果が得られた。

今回の結果は、メタボリックシンドロームに対する保健指導の現場で有効に活用できると思われる。メタボリックシンドローム改善のために早食いは正を指導する際には、行動変容のための基礎資料として活用していきたい。

E 結論

大分県と千葉県との大きな地域差は認められなかった。いずれの県においても、男女とも全ての年齢において、肥満や腹囲該当、積極的支援レベルの群で食べる速度が速いと答えた割合が高く、早食いと肥満やメタボリックシンドロームとの関連が認められた。

F 研究発表

なし

G 知的財産権の出願・登録状況

なし

H 引用文献

- 1) 佐藤真一，柳堀朗子，高澤みどり，安藤雄一．千葉県における国保特定健診データを用いた食べる速さと肥満の関連および歯周疾患検診の実施状況．平成 22 年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「口腔機能に応じた保健指導と肥満抑制やメタボリックシンドローム改善との関係についての研究」（研究代表者：安藤雄一）平成 22 年度総括・分担研究報告書，2011． p.31-36.
- 2) 柳澤繁孝，大津孝彦，神崎夕貴．特定健診対象者における早食いと検査結果と生活習慣に関する観察研究～大分県：H20 年特定健診データから～．平成 22 年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「口腔機能に応じた保健指導と肥満抑制やメタボリックシンドローム改善との関係についての研究」（研究代表者：安藤雄一）平成 22 年度総括・分担研究報告書，2011． p.37-48.
- 3) 厚生労働省健康局．標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）． 2007． p.25-26.

表1 食べる速さとBMIの関連(性・年齢階層別)

| 年齢階級 | 食べる速さ | 男 BMI | | | | 女 BMI | | | | 合計 BMI | | | |
|--------|-------|--------------|-----------------|------------|----------|--------------|-----------------|------------|----------|--------------|-----------------|------------|----------|
| | | 18.5未満 度数 | 18.5-24.9 度数 | 25以上 度数 | 合計 度数 | 18.5未満 度数 | 18.5-24.9 度数 | 25以上 度数 | 合計 度数 | 18.5未満 度数 | 18.5-24.9 度数 | 25以上 度数 | 合計 度数 |
| 40～44歳 | 速い | 7 | 184 | 150 | 341 | 21 | 188 | 77 | 286 | 28 | 372 | 227 | 627 |
| | 普通 | 11 | 248 | 132 | 391 | 108 | 416 | 96 | 620 | 119 | 664 | 228 | 1011 |
| | 遅い | 6 | 34 | 13 | 53 | 20 | 63 | 16 | 99 | 26 | 97 | 29 | 152 |
| | 合計 | 24 | 466 | 295 | 785 | 149 | 667 | 189 | 1005 | 173 | 1133 | 484 | 1790 |
| 45～49歳 | 速い | 5 | 222 | 178 | 405 | 23 | 217 | 109 | 349 | 28 | 439 | 287 | 754 |
| | 普通 | 16 | 314 | 146 | 476 | 74 | 514 | 100 | 688 | 90 | 828 | 246 | 1164 |
| | 遅い | 3 | 25 | 6 | 34 | 15 | 60 | 14 | 89 | 18 | 85 | 20 | 123 |
| | 合計 | 24 | 561 | 330 | 915 | 112 | 791 | 223 | 1126 | 136 | 1352 | 553 | 2041 |
| 50～54歳 | 速い | 11 | 299 | 250 | 560 | 37 | 391 | 172 | 600 | 48 | 690 | 422 | 1160 |
| | 普通 | 32 | 501 | 213 | 746 | 96 | 881 | 206 | 1183 | 128 | 1382 | 419 | 1929 |
| | 遅い | 5 | 59 | 16 | 80 | 35 | 112 | 28 | 175 | 40 | 171 | 44 | 255 |
| | 合計 | 48 | 859 | 479 | 1386 | 168 | 1384 | 406 | 1958 | 216 | 2243 | 885 | 3344 |
| 55～59歳 | 速い | 17 | 567 | 446 | 1030 | 71 | 927 | 437 | 1435 | 88 | 1494 | 883 | 2465 |
| | 普通 | 61 | 877 | 350 | 1288 | 237 | 1986 | 466 | 2689 | 298 | 2863 | 816 | 3977 |
| | 遅い | 11 | 117 | 30 | 158 | 53 | 226 | 46 | 325 | 64 | 343 | 76 | 483 |
| | 合計 | 89 | 1561 | 826 | 2476 | 361 | 3139 | 949 | 4449 | 450 | 4700 | 1775 | 6925 |
| 60～64歳 | 速い | 25 | 982 | 600 | 1607 | 93 | 1744 | 821 | 2658 | 118 | 2726 | 1421 | 4265 |
| | 普通 | 89 | 1761 | 596 | 2446 | 407 | 4138 | 1065 | 5610 | 496 | 5899 | 1661 | 8056 |
| | 遅い | 37 | 230 | 50 | 317 | 86 | 488 | 104 | 678 | 123 | 718 | 154 | 995 |
| | 合計 | 151 | 2973 | 1246 | 4370 | 586 | 6370 | 1990 | 8946 | 737 | 9343 | 3236 | 13316 |
| 65～69歳 | 速い | 37 | 1677 | 1047 | 2761 | 125 | 2127 | 1164 | 3416 | 162 | 3804 | 2211 | 6177 |
| | 普通 | 171 | 3604 | 1301 | 5076 | 521 | 6062 | 1765 | 8348 | 692 | 9666 | 3066 | 13424 |
| | 遅い | 56 | 525 | 128 | 709 | 141 | 812 | 204 | 1157 | 197 | 1337 | 332 | 1866 |
| | 合計 | 264 | 5806 | 2476 | 8546 | 787 | 9001 | 3133 | 12921 | 1051 | 14807 | 5609 | 21467 |
| 70～75歳 | 速い | 52 | 1611 | 1003 | 2666 | 114 | 1887 | 1084 | 3085 | 166 | 3498 | 2087 | 5751 |
| | 普通 | 206 | 3815 | 1458 | 5479 | 552 | 5851 | 1812 | 8215 | 758 | 9666 | 3270 | 13694 |
| | 遅い | 80 | 643 | 177 | 900 | 176 | 932 | 228 | 1336 | 256 | 1575 | 405 | 2236 |
| | 合計 | 338 | 6069 | 2638 | 9045 | 842 | 8670 | 3124 | 12636 | 1180 | 14739 | 5762 | 21681 |
| 合計 | 速い | 154 | 5542 | 3674 | 9370 | 484 | 7481 | 3864 | 11829 | 638 | 13023 | 7538 | 21199 |
| | 普通 | 586 | 11120 | 4196 | 15902 | 1995 | 19848 | 5510 | 27353 | 2581 | 30968 | 9706 | 43255 |
| | 遅い | 198 | 1633 | 420 | 2251 | 526 | 2693 | 640 | 3859 | 724 | 4326 | 1060 | 6110 |
| | 合計 | 938 | 18295 | 8290 | 27523 | 3005 | 30022 | 10014 | 43041 | 3943 | 48317 | 18304 | 70564 |
| 40～44歳 | 速い | 29.2 | 39.5 | 50.8 | 43.4 | 14.1 | 28.2 | 40.7 | 28.5 | 16.2 | 32.8 | 46.9 | 35.0 |
| | 普通 | 45.8 | 53.2 | 44.7 | 49.8 | 72.5 | 62.4 | 50.8 | 61.7 | 68.8 | 58.6 | 47.1 | 56.5 |
| | 遅い | 25.0 | 7.3 | 4.4 | 6.8 | 13.4 | 9.4 | 8.5 | 9.9 | 15.0 | 8.6 | 6.0 | 8.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 45～49歳 | 速い | 20.8 | 39.6 | 53.9 | 44.3 | 20.5 | 27.4 | 48.9 | 31.0 | 20.6 | 32.5 | 51.9 | 36.9 |
| | 普通 | 66.7 | 56.0 | 44.2 | 52.0 | 66.1 | 65.0 | 44.8 | 61.1 | 66.2 | 61.2 | 44.5 | 57.0 |
| | 遅い | 12.5 | 4.5 | 1.8 | 3.7 | 13.4 | 7.6 | 6.3 | 7.9 | 13.2 | 6.3 | 3.6 | 6.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 50～54歳 | 速い | 22.9 | 34.8 | 52.2 | 40.4 | 22.0 | 28.3 | 42.4 | 30.6 | 22.2 | 30.8 | 47.7 | 34.7 |
| | 普通 | 66.7 | 58.3 | 44.5 | 53.8 | 57.1 | 63.7 | 50.7 | 60.4 | 59.3 | 61.6 | 47.3 | 57.7 |
| | 遅い | 10.4 | 6.9 | 3.3 | 5.8 | 20.8 | 8.1 | 6.9 | 8.9 | 18.5 | 7.6 | 5.0 | 7.6 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 55～59歳 | 速い | 19.1 | 36.3 | 54.0 | 41.6 | 19.7 | 29.5 | 46.0 | 32.3 | 19.6 | 31.8 | 49.7 | 35.6 |
| | 普通 | 68.5 | 56.2 | 42.4 | 52.0 | 65.7 | 63.3 | 49.1 | 60.4 | 66.2 | 60.9 | 46.0 | 57.4 |
| | 遅い | 12.4 | 7.5 | 3.6 | 6.4 | 14.7 | 7.2 | 4.8 | 7.3 | 14.2 | 7.3 | 4.3 | 7.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 60～64歳 | 速い | 16.6 | 33.0 | 48.2 | 36.8 | 15.9 | 27.4 | 41.3 | 29.7 | 16.0 | 29.2 | 43.9 | 32.0 |
| | 普通 | 58.9 | 59.2 | 47.8 | 56.0 | 69.5 | 65.0 | 53.5 | 62.7 | 67.3 | 63.1 | 51.3 | 60.5 |
| | 遅い | 24.5 | 7.7 | 4.0 | 7.3 | 14.7 | 7.7 | 5.2 | 7.6 | 16.7 | 7.7 | 4.8 | 7.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 65～69歳 | 速い | 14.0 | 28.9 | 42.3 | 32.3 | 15.9 | 23.6 | 37.2 | 26.4 | 15.4 | 25.7 | 39.4 | 28.8 |
| | 普通 | 64.8 | 62.1 | 52.5 | 59.4 | 66.2 | 67.3 | 56.3 | 64.6 | 65.8 | 65.3 | 54.7 | 62.5 |
| | 遅い | 21.2 | 9.0 | 5.2 | 8.3 | 17.9 | 9.0 | 6.5 | 9.0 | 18.7 | 9.0 | 5.9 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 70～75歳 | 速い | 15.4 | 26.5 | 38.0 | 29.5 | 13.5 | 21.8 | 34.7 | 24.4 | 14.1 | 23.7 | 36.2 | 26.5 |
| | 普通 | 60.9 | 62.9 | 55.3 | 60.6 | 65.6 | 67.5 | 58.0 | 65.0 | 64.2 | 65.6 | 56.8 | 63.2 |
| | 遅い | 23.7 | 10.6 | 6.7 | 10.0 | 20.9 | 10.7 | 7.3 | 10.6 | 21.7 | 10.7 | 7.0 | 10.3 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 合計 | 速い | 16.4 | 30.3 | 44.3 | 34.0 | 16.1 | 24.9 | 38.6 | 27.5 | 16.2 | 27.0 | 41.2 | 30.0 |
| | 普通 | 62.5 | 60.8 | 50.6 | 57.8 | 66.4 | 66.1 | 55.0 | 63.6 | 65.5 | 64.1 | 53.0 | 61.3 |
| | 遅い | 21.1 | 8.9 | 5.1 | 8.2 | 17.5 | 9.0 | 6.4 | 9.0 | 18.4 | 9.0 | 5.8 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

表2 食べる速さと腹囲の関連(性・年齢階層別)

| 年齢階級 | 食べる速さ | 男 腹囲 | | | 女 腹囲 | | | 合計 腹囲 | | |
|--------|-------|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|-----------|----------|----------|
| | | 非該当 度数 | 該当 度数 | 合計 度数 | 非該当 度数 | 該当 度数 | 合計 度数 | 非該当 度数 | 該当 度数 | 合計 度数 |
| 40～44歳 | 速い | 148 | 193 | 341 | 241 | 45 | 286 | 389 | 238 | 627 |
| | 普通 | 233 | 157 | 390 | 550 | 69 | 619 | 783 | 226 | 1009 |
| | 遅い | 35 | 18 | 53 | 88 | 11 | 99 | 123 | 29 | 152 |
| | 合計 | 416 | 368 | 784 | 879 | 125 | 1004 | 1295 | 493 | 1788 |
| 45～49歳 | 速い | 158 | 247 | 405 | 258 | 91 | 349 | 416 | 338 | 754 |
| | 普通 | 260 | 216 | 476 | 619 | 69 | 688 | 879 | 285 | 1164 |
| | 遅い | 25 | 9 | 34 | 78 | 11 | 89 | 103 | 20 | 123 |
| | 合計 | 443 | 472 | 915 | 955 | 171 | 1126 | 1398 | 643 | 2041 |
| 50～54歳 | 速い | 234 | 326 | 560 | 475 | 125 | 600 | 709 | 451 | 1160 |
| | 普通 | 422 | 324 | 746 | 1025 | 158 | 1183 | 1447 | 482 | 1929 |
| | 遅い | 49 | 31 | 80 | 151 | 24 | 175 | 200 | 55 | 255 |
| | 合計 | 705 | 681 | 1386 | 1651 | 307 | 1958 | 2356 | 988 | 3344 |
| 55～59歳 | 速い | 404 | 626 | 1030 | 1003 | 432 | 1435 | 1407 | 1058 | 2465 |
| | 普通 | 705 | 581 | 1286 | 2207 | 481 | 2688 | 2912 | 1062 | 3974 |
| | 遅い | 94 | 64 | 158 | 280 | 45 | 325 | 374 | 109 | 483 |
| | 合計 | 1203 | 1271 | 2474 | 3490 | 958 | 4448 | 4693 | 2229 | 6922 |
| 60～64歳 | 速い | 667 | 940 | 1607 | 1809 | 849 | 2658 | 2476 | 1789 | 4265 |
| | 普通 | 1343 | 1103 | 2446 | 4422 | 1186 | 5608 | 5765 | 2289 | 8054 |
| | 遅い | 192 | 125 | 317 | 565 | 112 | 677 | 757 | 237 | 994 |
| | 合計 | 2202 | 2168 | 4370 | 6796 | 2147 | 8943 | 8998 | 4315 | 13313 |
| 65～69歳 | 速い | 1126 | 1635 | 2761 | 2161 | 1254 | 3415 | 3287 | 2889 | 6176 |
| | 普通 | 2686 | 2390 | 5076 | 6220 | 2126 | 8346 | 8906 | 4516 | 13422 |
| | 遅い | 443 | 266 | 709 | 913 | 244 | 1157 | 1356 | 510 | 1866 |
| | 合計 | 4255 | 4291 | 8546 | 9294 | 3624 | 12918 | 13549 | 7915 | 21464 |
| 70～75歳 | 速い | 1038 | 1625 | 2663 | 1808 | 1276 | 3084 | 2846 | 2901 | 5747 |
| | 普通 | 2719 | 2757 | 5476 | 5938 | 2273 | 8211 | 8657 | 5030 | 13687 |
| | 遅い | 512 | 385 | 897 | 1040 | 292 | 1332 | 1552 | 677 | 2229 |
| | 合計 | 4269 | 4767 | 9036 | 8786 | 3841 | 12627 | 13055 | 8608 | 21663 |
| 合計 | 速い | 3775 | 5592 | 9367 | 7755 | 4072 | 11827 | 11530 | 9664 | 21194 |
| | 普通 | 8368 | 7528 | 15896 | 20981 | 6362 | 27343 | 29349 | 13890 | 43239 |
| | 遅い | 1350 | 898 | 2248 | 3115 | 739 | 3854 | 4465 | 1637 | 6102 |
| | 合計 | 13493 | 14018 | 27511 | 31851 | 11173 | 43024 | 45344 | 25191 | 70535 |
| | | % | % | % | % | % | % | % | % | % |
| 40～44歳 | 速い | 35.6 | 52.4 | 43.5 | 27.4 | 36.0 | 28.5 | 30.0 | 48.3 | 35.1 |
| | 普通 | 56.0 | 42.7 | 49.7 | 62.6 | 55.2 | 61.7 | 60.5 | 45.8 | 56.4 |
| | 遅い | 8.4 | 4.9 | 6.8 | 10.0 | 8.8 | 9.9 | 9.5 | 5.9 | 8.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 45～49歳 | 速い | 35.7 | 52.3 | 44.3 | 27.0 | 53.2 | 31.0 | 29.8 | 52.6 | 36.9 |
| | 普通 | 58.7 | 45.8 | 52.0 | 64.8 | 40.4 | 61.1 | 62.9 | 44.3 | 57.0 |
| | 遅い | 5.6 | 1.9 | 3.7 | 8.2 | 6.4 | 7.9 | 7.4 | 3.1 | 6.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 50～54歳 | 速い | 33.2 | 47.9 | 40.4 | 28.8 | 40.7 | 30.6 | 30.1 | 45.6 | 34.7 |
| | 普通 | 59.9 | 47.6 | 53.8 | 62.1 | 51.5 | 60.4 | 61.4 | 48.8 | 57.7 |
| | 遅い | 7.0 | 4.6 | 5.8 | 9.1 | 7.8 | 8.9 | 8.5 | 5.6 | 7.6 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 55～59歳 | 速い | 33.6 | 49.3 | 41.6 | 28.7 | 45.1 | 32.3 | 30.0 | 47.5 | 35.6 |
| | 普通 | 58.6 | 45.7 | 52.0 | 63.2 | 50.2 | 60.4 | 62.0 | 47.6 | 57.4 |
| | 遅い | 7.8 | 5.0 | 6.4 | 8.0 | 4.7 | 7.3 | 8.0 | 4.9 | 7.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 60～64歳 | 速い | 30.3 | 43.4 | 36.8 | 26.6 | 39.5 | 29.7 | 27.5 | 41.5 | 32.0 |
| | 普通 | 61.0 | 50.9 | 56.0 | 65.1 | 55.2 | 62.7 | 64.1 | 53.0 | 60.5 |
| | 遅い | 8.7 | 5.8 | 7.3 | 8.3 | 5.2 | 7.6 | 8.4 | 5.5 | 7.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 65～69歳 | 速い | 26.5 | 38.1 | 32.3 | 23.3 | 34.6 | 26.4 | 24.3 | 36.5 | 28.8 |
| | 普通 | 63.1 | 55.7 | 59.4 | 66.9 | 58.7 | 64.6 | 65.7 | 57.1 | 62.5 |
| | 遅い | 10.4 | 6.2 | 8.3 | 9.8 | 6.7 | 9.0 | 10.0 | 6.4 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 70～75歳 | 速い | 24.3 | 34.1 | 29.5 | 20.6 | 33.2 | 24.4 | 21.8 | 33.7 | 26.5 |
| | 普通 | 63.7 | 57.8 | 60.6 | 67.6 | 59.2 | 65.0 | 66.3 | 58.4 | 63.2 |
| | 遅い | 12.0 | 8.1 | 9.9 | 11.8 | 7.6 | 10.5 | 11.9 | 7.9 | 10.3 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 合計 | 速い | 28.0 | 39.9 | 34.0 | 24.3 | 36.4 | 27.5 | 25.4 | 38.4 | 30.0 |
| | 普通 | 62.0 | 53.7 | 57.8 | 65.9 | 56.9 | 63.6 | 64.7 | 55.1 | 61.3 |
| | 遅い | 10.0 | 6.4 | 8.2 | 9.8 | 6.6 | 9.0 | 9.8 | 6.5 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

表3 食べる速さ別にみた保健指導判定(性・年齢階層別)

| 年齢階級 | 食べる速さ | 男 保健指導判定 | | | | 女 保健指導判定 | | | | 合計 保健指導判定 | | | |
|--------|-------|-------------|------------|-----------|----------|-------------|------------|-----------|----------|--------------|------------|-----------|----------|
| | | 情報提供 度数 | 動機付け 度数 | 積極的 度数 | 合計 度数 | 情報提供 度数 | 動機付け 度数 | 積極的 度数 | 合計 度数 | 情報提供 度数 | 動機付け 度数 | 積極的 度数 | 合計 度数 |
| 40～44歳 | 速い | 164 | 52 | 125 | 341 | 235 | 31 | 20 | 286 | 399 | 83 | 145 | 627 |
| | 普通 | 249 | 44 | 98 | 391 | 557 | 43 | 20 | 620 | 806 | 87 | 118 | 1011 |
| | 遅い | 38 | 4 | 11 | 53 | 88 | 8 | 3 | 99 | 126 | 12 | 14 | 152 |
| | 合計 | 451 | 100 | 234 | 785 | 880 | 82 | 43 | 1005 | 1331 | 182 | 277 | 1790 |
| 45～49歳 | 速い | 177 | 59 | 169 | 405 | 269 | 36 | 44 | 349 | 446 | 95 | 213 | 754 |
| | 普通 | 280 | 52 | 144 | 476 | 605 | 56 | 27 | 688 | 885 | 108 | 171 | 1164 |
| | 遅い | 27 | 4 | 3 | 34 | 77 | 9 | 3 | 89 | 104 | 13 | 6 | 123 |
| | 合計 | 484 | 115 | 316 | 915 | 951 | 101 | 74 | 1126 | 1435 | 216 | 390 | 2041 |
| 50～54歳 | 速い | 261 | 60 | 239 | 560 | 443 | 89 | 68 | 600 | 704 | 149 | 307 | 1160 |
| | 普通 | 437 | 85 | 224 | 746 | 999 | 91 | 92 | 1182 | 1436 | 176 | 316 | 1928 |
| | 遅い | 50 | 6 | 24 | 80 | 153 | 12 | 10 | 175 | 203 | 18 | 34 | 255 |
| | 合計 | 748 | 151 | 487 | 1386 | 1595 | 192 | 170 | 1957 | 2343 | 343 | 657 | 3343 |
| 55～59歳 | 速い | 418 | 141 | 471 | 1030 | 963 | 192 | 280 | 1435 | 1381 | 333 | 751 | 2465 |
| | 普通 | 740 | 129 | 419 | 1288 | 2132 | 264 | 292 | 2688 | 2872 | 393 | 711 | 3976 |
| | 遅い | 99 | 21 | 38 | 158 | 274 | 25 | 26 | 325 | 373 | 46 | 64 | 483 |
| | 合計 | 1257 | 291 | 928 | 2476 | 3369 | 481 | 598 | 4448 | 4626 | 772 | 1526 | 6924 |
| 60～64歳 | 速い | 687 | 198 | 721 | 1606 | 1685 | 379 | 594 | 2658 | 2372 | 577 | 1315 | 4264 |
| | 普通 | 1385 | 255 | 805 | 2445 | 4286 | 545 | 778 | 5609 | 5671 | 800 | 1583 | 8054 |
| | 遅い | 202 | 20 | 94 | 316 | 557 | 43 | 77 | 677 | 759 | 63 | 171 | 993 |
| | 合計 | 2274 | 473 | 1620 | 4367 | 6528 | 967 | 1449 | 8944 | 8802 | 1440 | 3069 | 13311 |
| 65～69歳 | 速い | 1141 | 413 | 1207 | 2761 | 2007 | 500 | 907 | 3414 | 3148 | 913 | 2114 | 6175 |
| | 普通 | 2763 | 598 | 1713 | 5074 | 6044 | 876 | 1425 | 8345 | 8807 | 1474 | 3138 | 13419 |
| | 遅い | 455 | 61 | 193 | 709 | 896 | 100 | 160 | 1156 | 1351 | 161 | 353 | 1865 |
| | 合計 | 4359 | 1072 | 3113 | 8544 | 8947 | 1476 | 2492 | 12915 | 13306 | 2548 | 5605 | 21459 |
| 70～75歳 | 速い | 1057 | 410 | 1198 | 2665 | 1685 | 418 | 982 | 3085 | 2742 | 828 | 2180 | 5750 |
| | 普通 | 2779 | 711 | 1988 | 5478 | 5660 | 916 | 1636 | 8212 | 8439 | 1627 | 3624 | 13690 |
| | 遅い | 527 | 104 | 269 | 900 | 1016 | 114 | 205 | 1335 | 1543 | 218 | 474 | 2235 |
| | 合計 | 4363 | 1225 | 3455 | 9043 | 8361 | 1448 | 2823 | 12632 | 12724 | 2673 | 6278 | 21675 |
| 合計 | 速い | 3905 | 1333 | 4130 | 9368 | 7287 | 1645 | 2895 | 11827 | 11192 | 2978 | 7025 | 21195 |
| | 普通 | 8633 | 1874 | 5391 | 15898 | 20283 | 2791 | 4270 | 27344 | 28916 | 4665 | 9661 | 43242 |
| | 遅い | 1398 | 220 | 632 | 2250 | 3061 | 311 | 484 | 3856 | 4459 | 531 | 1116 | 6106 |
| | 合計 | 13936 | 3427 | 10153 | 27516 | 30631 | 4747 | 7649 | 43027 | 44567 | 8174 | 17802 | 70543 |
| 40～44歳 | 速い | 36.4 | 52.0 | 53.4 | 43.4 | 26.7 | 37.8 | 46.5 | 28.5 | 30.0 | 45.6 | 52.3 | 35.0 |
| | 普通 | 55.2 | 44.0 | 41.9 | 49.8 | 63.3 | 52.4 | 46.5 | 61.7 | 60.6 | 47.8 | 42.6 | 56.5 |
| | 遅い | 8.4 | 4.0 | 4.7 | 6.8 | 10.0 | 9.8 | 7.0 | 9.9 | 9.5 | 6.6 | 5.1 | 8.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 45～49歳 | 速い | 36.6 | 51.3 | 53.5 | 44.3 | 28.3 | 35.6 | 59.5 | 31.0 | 31.1 | 44.0 | 54.6 | 36.9 |
| | 普通 | 57.9 | 45.2 | 45.6 | 52.0 | 63.6 | 55.4 | 36.5 | 61.1 | 61.7 | 50.0 | 43.8 | 57.0 |
| | 遅い | 5.6 | 3.5 | 0.9 | 3.7 | 8.1 | 8.9 | 4.1 | 7.9 | 7.2 | 6.0 | 1.5 | 6.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 50～54歳 | 速い | 34.9 | 39.7 | 49.1 | 40.4 | 27.8 | 46.4 | 40.0 | 30.7 | 30.0 | 43.4 | 46.7 | 34.7 |
| | 普通 | 58.4 | 56.3 | 46.0 | 53.8 | 62.6 | 47.4 | 54.1 | 60.4 | 61.3 | 51.3 | 48.1 | 57.7 |
| | 遅い | 6.7 | 4.0 | 4.9 | 5.8 | 9.6 | 6.3 | 5.9 | 8.9 | 8.7 | 5.2 | 5.2 | 7.6 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 55～59歳 | 速い | 33.3 | 48.5 | 50.8 | 41.6 | 28.6 | 39.9 | 46.8 | 32.3 | 29.9 | 43.1 | 49.2 | 35.6 |
| | 普通 | 58.9 | 44.3 | 45.2 | 52.0 | 63.3 | 54.9 | 48.8 | 60.4 | 62.1 | 50.9 | 46.6 | 57.4 |
| | 遅い | 7.9 | 7.2 | 4.1 | 6.4 | 8.1 | 5.2 | 4.3 | 7.3 | 8.1 | 6.0 | 4.2 | 7.0 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 60～64歳 | 速い | 30.2 | 41.9 | 44.5 | 36.8 | 25.8 | 39.2 | 41.0 | 29.7 | 26.9 | 40.1 | 42.8 | 32.0 |
| | 普通 | 60.9 | 53.9 | 49.7 | 56.0 | 65.7 | 56.4 | 53.7 | 62.7 | 64.4 | 55.6 | 51.6 | 60.5 |
| | 遅い | 8.9 | 4.2 | 5.8 | 7.2 | 8.5 | 4.4 | 5.3 | 7.6 | 8.6 | 4.4 | 5.6 | 7.5 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 65～69歳 | 速い | 26.2 | 38.5 | 38.8 | 32.3 | 22.4 | 33.9 | 36.4 | 26.4 | 23.7 | 35.8 | 37.7 | 28.8 |
| | 普通 | 63.4 | 55.8 | 55.0 | 59.4 | 67.6 | 59.3 | 57.2 | 64.6 | 66.2 | 57.8 | 56.0 | 62.5 |
| | 遅い | 10.4 | 5.7 | 6.2 | 8.3 | 10.0 | 6.8 | 6.4 | 9.0 | 10.2 | 6.3 | 6.3 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 70～75歳 | 速い | 24.2 | 33.5 | 34.7 | 29.5 | 20.2 | 28.9 | 34.8 | 24.4 | 21.5 | 31.0 | 34.7 | 26.5 |
| | 普通 | 63.7 | 58.0 | 57.5 | 60.6 | 67.7 | 63.3 | 58.0 | 65.0 | 66.3 | 60.9 | 57.7 | 63.2 |
| | 遅い | 12.1 | 8.5 | 7.8 | 10.0 | 12.2 | 7.9 | 7.3 | 10.6 | 12.1 | 8.2 | 7.6 | 10.3 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| 合計 | 速い | 28.0 | 38.9 | 40.7 | 34.0 | 23.8 | 34.7 | 37.8 | 27.5 | 25.1 | 36.4 | 39.5 | 30.0 |
| | 普通 | 61.9 | 54.7 | 53.1 | 57.8 | 66.2 | 58.8 | 55.8 | 63.6 | 64.9 | 57.1 | 54.3 | 61.3 |
| | 遅い | 10.0 | 6.4 | 6.2 | 8.2 | 10.0 | 6.6 | 6.3 | 9.0 | 10.0 | 6.5 | 6.3 | 8.7 |
| | 合計 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |