

## II 睡眠

### 8 睡眠に関する問題

最近1か月で睡眠について問題と感じていることは「朝起きても熟睡感がない」が24.2%で最も多く、以下、「朝早く目が覚めてしまう」「夜中に何度も目が覚める」となっている。

年齢階級別にみると、「朝起きても熟睡感がない」「朝起きたい時刻に起床するのがむずかしい」は加齢とともに減少し、「夜中に何度も目が覚める」「朝早く目が覚めてしまう」は加齢とともに増加している。

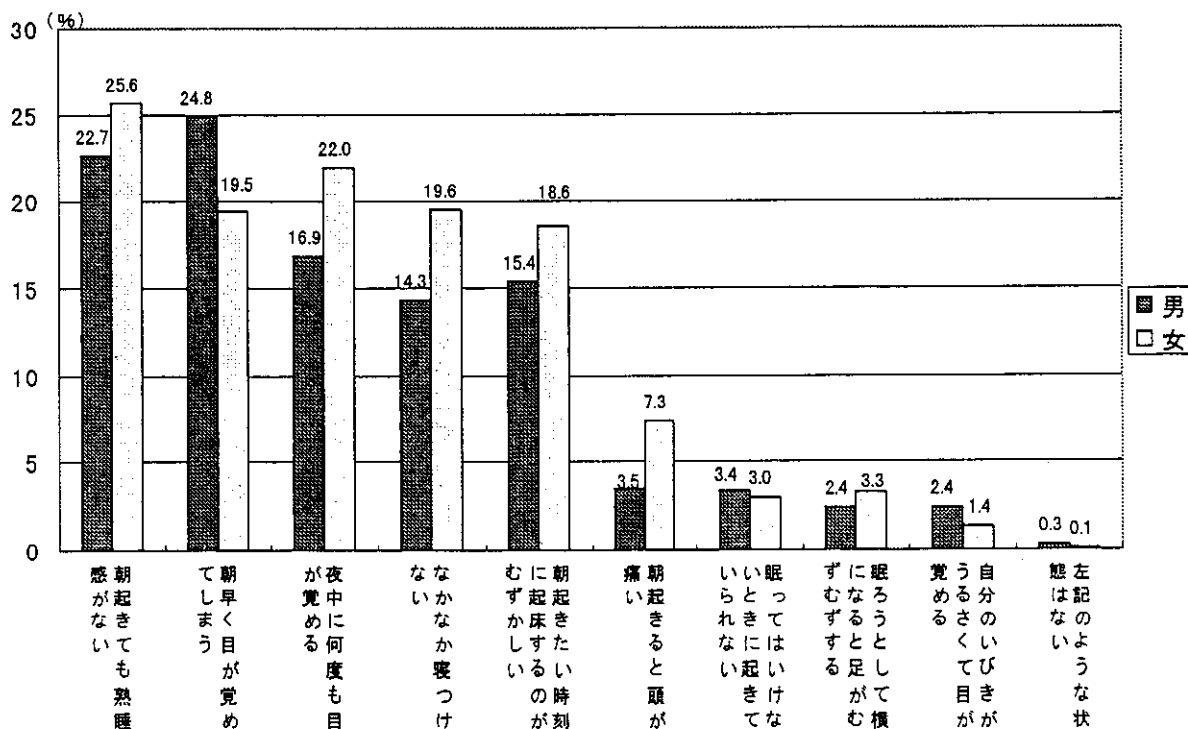
「なかなか寝つけない」の割合は、どの年齢階級においても大きな違いがない。

(表10、図8)

表10 性一年齢階級別にみた睡眠に関する問題（複数回答）

(%)	総数	平成12年									
		なかなか寝つけない	夜中に何度も目が覚める	朝早く目が覚めてしまう	朝起きると頭が痛い	朝起きたい時刻に起床するのがむずかしい	朝起きても熟睡感がない	自分のいびきがうるさくて目が覚める	眠ろうとして横になると足がむずむずする	眠ってはいけないときに起きてられない	左記のような状態はない
総数	100.0	17.0	19.5	22.0	5.5	17.0	24.2	1.9	2.9	3.2	0.2
男	100.0	14.3	16.9	24.8	3.5	15.4	22.7	2.4	2.4	3.4	0.3
女	100.0	19.6	22.0	19.5	7.3	18.6	25.6	1.4	3.3	3.0	0.1
12～14歳	100.0	13.4	6.8	6.1	4.2	36.8	27.3	0.4	2.8	8.7	0.2
15～24	100.0	18.4	9.3	9.3	5.5	35.6	31.3	0.6	2.0	7.5	0.1
25～34	100.0	17.5	16.5	11.2	5.5	27.3	32.9	1.6	2.6	3.5	0.1
35～44	100.0	14.9	18.3	17.2	7.0	20.4	31.5	2.1	2.8	3.5	0.1
45～54	100.0	14.9	18.9	24.9	6.6	10.6	24.3	2.6	2.9	2.3	0.2
55～64	100.0	18.1	24.4	32.7	5.1	7.2	18.1	2.5	3.0	1.7	0.2
65～74	100.0	19.3	26.3	35.1	4.2	4.9	13.1	2.2	3.4	1.1	0.3
75～84	100.0	18.8	30.8	31.9	3.6	5.2	10.5	1.2	3.7	0.8	0.4
85歳以上	100.0	18.8	34.8	30.2	3.0	6.9	8.7	1.4	3.4	0.4	1.0
(再掲)											
20歳未満	100.0	15.3	7.2	7.6	5.1	37.5	30.8	0.5	2.3	9.6	0.2
65歳以上	100.0	19.1	28.2	33.8	3.9	5.1	12.0	1.8	3.5	1.0	0.4

図8 性別にみた睡眠に関する問題（複数回答）



9 1日あたりの睡眠時間と睡眠による休養の充足度

1日あたりの睡眠時間の状況を見ると、「7～8時間未満」「6～7時間未満」の者が多い。(図9) 年齢階級別にみると、25歳から54歳までは「6～7時間未満」が最も多く、「55～64歳」では「7～8時間未満」が最も多くなっている。(表11)

睡眠による休養の充足度をみると、睡眠時間が長くなるに従って充足度は高くなっている。

(表12、図10)

図9 睡眠時間別構成割合

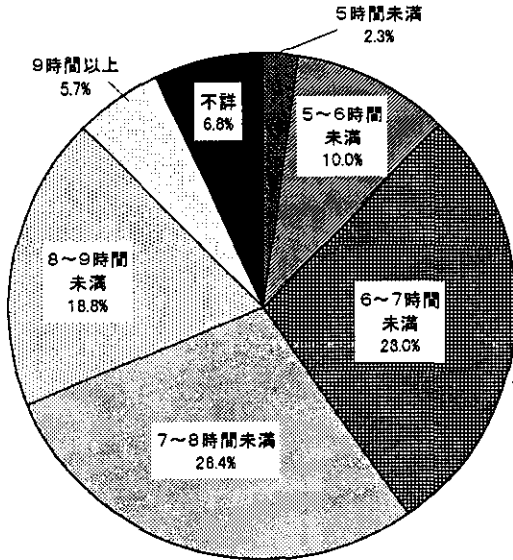


図10 睡眠時間別にみた休養充足度の状況

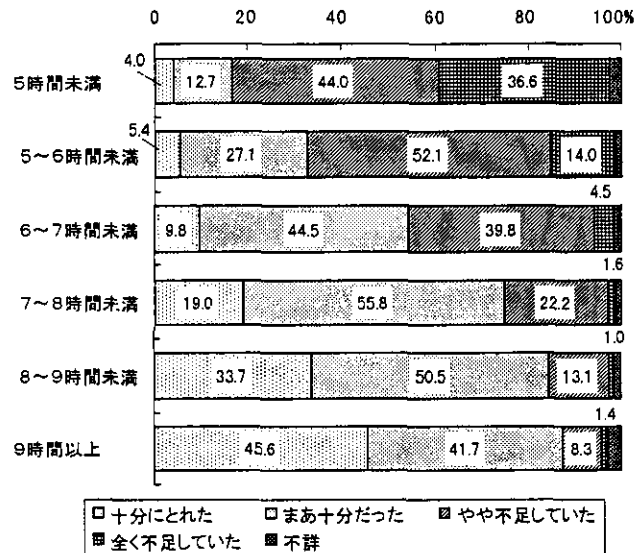


表11 性・年齢階級別にみた睡眠時間別構成割合

性別・年齢階級	平成12年 (%)							
	総数	5時間未満	5～6時間未満	6～7時間未満	7～8時間未満	8～9時間未満	9時間以上	不詳
総数	100.0	2.3	10.0	28.0	28.4	18.8	5.7	6.8
男	100.0	2.2	9.3	26.5	28.6	20.5	6.3	6.5
女	100.0	2.4	10.6	29.4	28.3	17.1	5.2	6.9
12～14歳	100.0	0.5	1.5	12.8	34.4	35.5	10.3	5.0
15～24	100.0	2.6	10.8	30.9	29.0	17.3	5.1	4.3
25～34	100.0	2.8	12.5	32.0	29.7	16.4	2.8	3.7
35～44	100.0	2.6	12.7	34.4	30.3	14.4	1.8	3.8
45～54	100.0	2.4	11.1	33.2	30.1	15.6	2.3	5.2
55～64	100.0	1.8	9.3	27.7	30.5	18.6	4.6	7.5
65～74	100.0	2.1	7.7	19.1	25.1	24.8	9.0	12.1
75～84	100.0	2.3	5.0	13.7	17.8	25.2	19.6	16.3
85歳以上	100.0	1.6	3.8	7.5	10.3	20.0	39.5	17.2
(再掲)								
20歳未満	100.0	1.4	7.2	25.1	32.0	23.1	7.0	4.2
65歳以上	100.0	2.1	6.6	16.7	21.9	24.6	14.4	13.7

表12 睡眠時間別にみた休養充足度の状況

休養充足度	平成12年 (%)							
	総数	5時間未満	5～6時間未満	6～7時間未満	7～8時間未満	8～9時間未満	9時間以上	不詳
睡眠による休養充足度	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
十分にとれた	18.3	4.0	5.4	9.8	19.0	33.7	45.6	
まあ十分だった	44.2	12.7	27.1	44.5	55.8	50.5	41.7	
やや不足していた	27.2	44.0	52.1	39.8	22.2	13.1	8.3	
全く不足していた	4.3	36.6	14.0	4.5	1.6	1.0	1.4	
不詳	5.9	2.7	1.4	1.5	1.5	1.8	3.0	

10 睡眠不足の理由

睡眠による休養の充足度が「やや不足」「まったく不足」としている者について、睡眠不足の理由をみると、男性は「仕事・勉強・通勤・通学などで睡眠時間がとれないから」が40.2%で最も多く、特に44歳以下では50%前後の割合を占めている。一方、女性は「なやみやストレスなどから」が30.4%で最も多いが、24歳以下では「仕事・勉強・通勤・通学などで睡眠時間がとれないから」「自分の趣味などで夜ふかししたから」の割合が多くなっている。

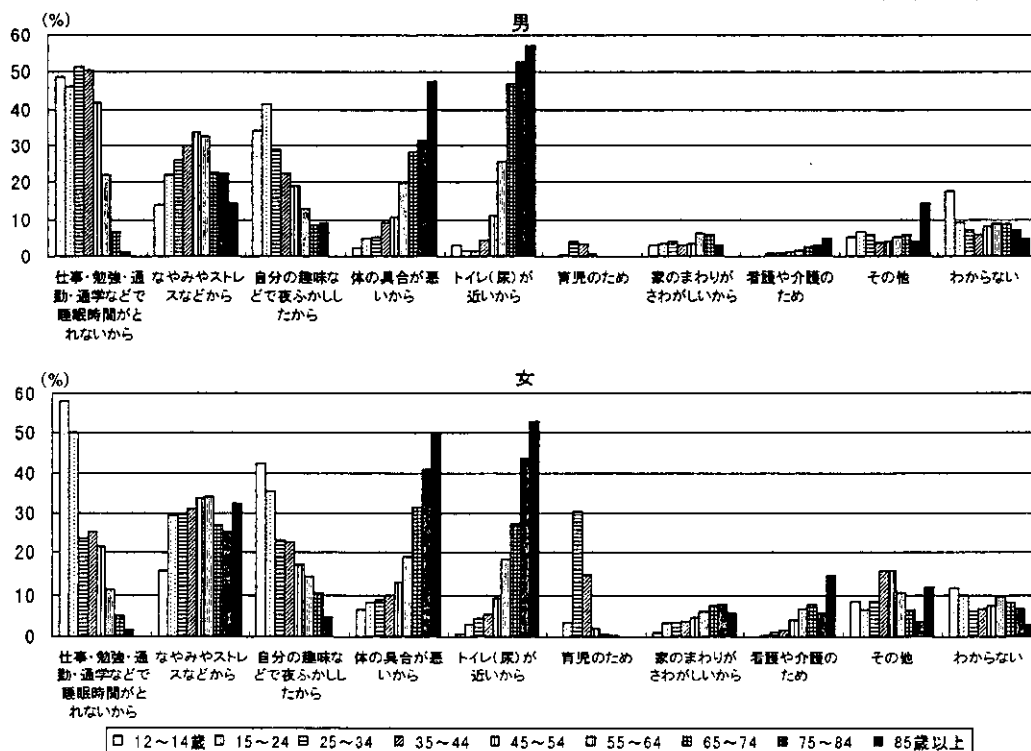
なお、女性の「25～34歳」では「育児のため」とする者が最も多く、30.5%となっている。

(表13、図11)

表13 性・年齢階級別にみた睡眠不足の理由別睡眠が不足している者の割合（複数回答）

性・年齢階級	総数	平成12年									
		なやみやストレスなどから	体の具合が悪いから	トイレ(尿)が近いから	育児のため	看護や介護のため	家のまわりがさわがしいから	仕事・勉強・通勤・通学などで睡眠時間がとれないから	自分の趣味などで夜ふかししたから	その他	わからない
総数	100.0	29.1	13.0	11.3	5.6	2.3	4.3	31.2	22.2	8.2	7.9
男	100.0	27.6	11.1	11.7	1.7	1.0	3.9	40.2	23.8	5.1	8.0
12～14歳	100.0	13.8	2.2	2.9	-	-	2.9	48.6	34.1	5.1	17.4
15～24	100.0	21.9	4.8	1.4	0.4	0.1	3.4	46.1	41.2	6.6	9.3
25～34	100.0	25.9	4.9	1.6	4.0	0.6	3.9	51.4	29.0	5.8	6.8
35～44	100.0	29.9	9.0	4.3	3.4	0.8	3.0	50.6	22.5	3.8	6.0
45～54	100.0	33.8	10.8	11.0	0.6	1.1	3.3	41.7	19.0	3.9	7.9
55～64	100.0	32.7	19.9	25.8	0.2	1.6	6.2	22.0	12.8	5.0	8.9
65～74	100.0	22.7	28.0	46.7	-	2.5	5.9	6.5	8.5	5.9	8.8
75～84	100.0	22.2	31.3	52.5	-	3.0	3.0	1.0	9.1	4.0	7.1
85歳以上(再掲)	100.0	14.3	47.6	57.1	-	4.8	-	-	-	14.3	4.8
20歳未満	100.0	16.2	4.6	1.7	0.2	0.2	3.5	48.2	40.0	6.4	12.0
65歳以上	100.0	22.2	29.6	48.4	-	2.7	5.1	5.1	8.2	5.9	8.2
女	100.0	30.4	14.7	11.0	9.0	3.4	4.6	23.7	20.9	10.9	7.9
12～14歳	100.0	15.6	6.4	0.6	-	-	1.2	57.8	42.2	8.7	11.6
15～24	100.0	29.2	8.3	3.0	3.4	0.4	3.3	50.0	35.5	6.5	9.8
25～34	100.0	29.7	9.0	4.4	30.5	1.2	3.5	23.4	23.2	8.4	6.3
35～44	100.0	31.0	9.9	5.4	14.8	1.8	3.6	25.2	22.5	15.8	6.9
45～54	100.0	33.8	12.8	9.0	2.1	4.2	4.8	21.4	17.0	15.6	7.4
55～64	100.0	34.0	19.2	18.3	0.6	6.7	6.3	11.2	14.5	10.5	9.6
65～74	100.0	27.0	31.3	27.2	0.2	7.7	7.3	5.2	10.7	6.3	8.1
75～84	100.0	25.4	40.9	43.5	-	5.7	7.8	1.6	4.7	3.6	6.7
85歳以上(再掲)	100.0	32.4	50.0	52.9	-	14.7	5.9	-	-	11.8	2.9
20歳未満	100.0	20.0	6.5	1.5	-	0.2	2.4	56.9	38.7	7.5	11.8
65歳以上	100.0	26.8	34.7	32.7	0.1	7.5	7.4	4.0	8.6	5.9	7.5

図11 性・年齢階級別にみた睡眠不足の理由別睡眠が不足している者の割合（複数回答）



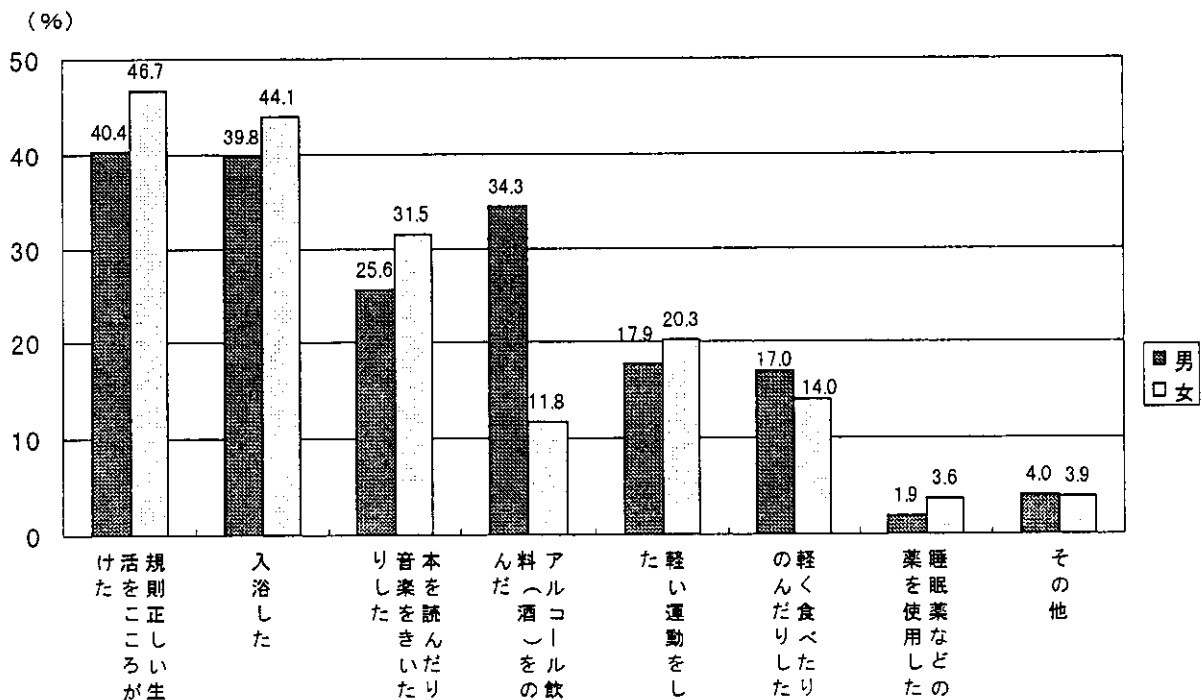
11 十分な睡眠を得るために実行した事柄

十分な睡眠をとるために実行した事柄をみると、「入浴した」が43.1%で最も多く、以下「規則正しい生活を心がけた」「本を読んだり音楽をきいたりした」となっている。これを、睡眠による休養の充足度別にみると、休養が「十分とれた」としている者では、「規則正しい生活を心がけた」43.2%、「入浴した」41.8%となっており、一方、「全く不足」としている者では、「入浴した」41.6%、「アルコール飲料（酒）をのんだ」35.4%となっている。（表14、図12）

表14 睡眠による休養充足度・性別にみた睡眠のために実行した事柄（複数回答）

	総数	平成12年							
		アルコール飲料（酒）をのんだ	睡眠薬などの薬を使用した	軽く食べたりのんだりした	軽い運動をした	入浴した	本を読んだり音楽をきいたりした	規則正しい生活を心がけた	その他
総数	100.0	27.7	5.3	19.9	18.7	43.1	33.0	36.8	4.3
男	100.0	38.7	4.1	22.3	17.7	40.6	30.7	33.0	4.0
女	100.0	17.6	6.5	17.8	19.7	45.5	35.3	40.5	4.6
十分にとれた	100.0	23.6	2.7	15.6	19.0	41.8	28.3	43.2	4.0
男	100.0	34.3	1.9	17.0	17.9	39.8	25.6	40.4	4.0
女	100.0	11.8	3.6	14.0	20.3	44.1	31.5	46.7	3.9
まあ十分だった	100.0	29.1	4.6	20.6	20.2	47.1	35.7	42.1	4.0
男	100.0	41.5	3.5	23.0	19.1	43.8	32.8	36.9	3.9
女	100.0	17.8	5.6	18.4	21.4	50.2	38.3	46.8	4.2
やや不足していた	100.0	31.7	7.7	24.3	19.6	45.3	38.0	32.8	5.2
男	100.0	42.8	6.2	27.9	19.1	42.8	36.6	28.9	4.6
女	100.0	22.5	8.9	21.4	20.1	47.5	39.3	36.1	5.7
全く不足していた	100.0	35.4	12.4	26.2	17.1	41.6	31.7	23.1	8.1
男	100.0	47.0	9.9	30.2	15.6	40.7	30.7	19.4	6.8
女	100.0	24.5	15.0	22.3	18.5	42.0	32.7	26.6	9.5

図12 性別にみた睡眠のために実行した事柄（複数回答）  
（睡眠による休養が十分にとれた者）



### Ⅲ 健康意識

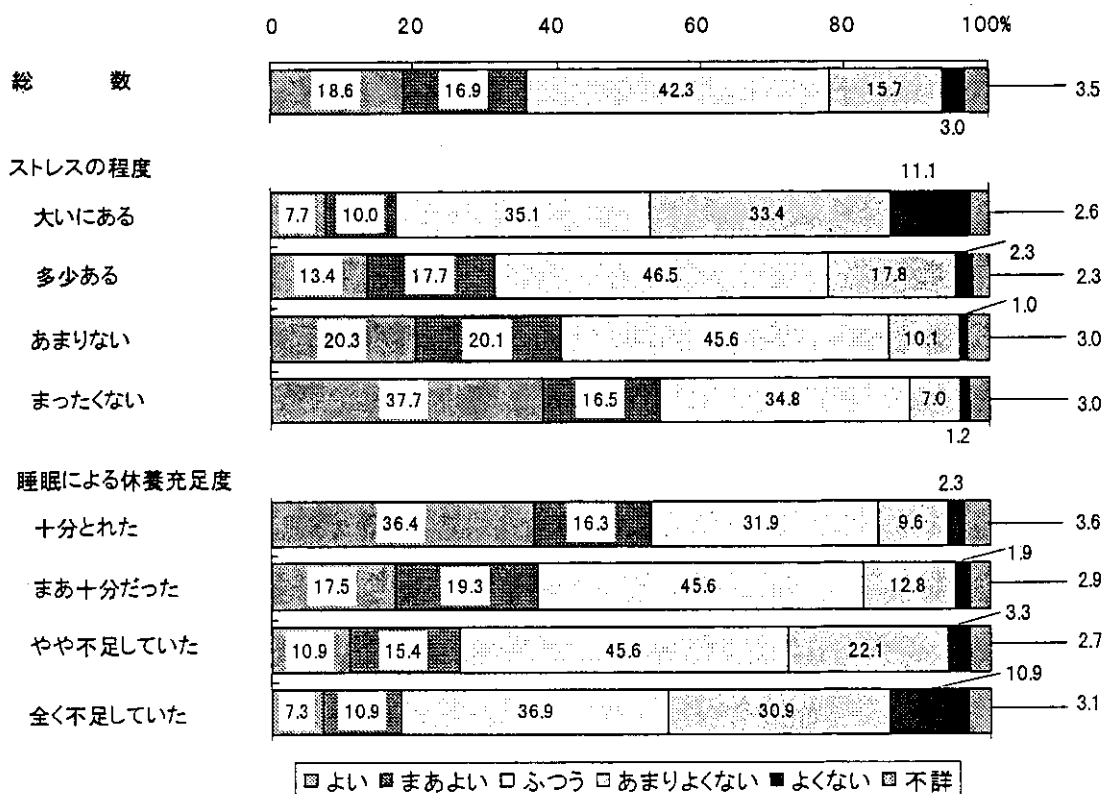
現在の健康状態を「よい」とする者は 18.6%、「まあよい」16.9%、「あまりよくない」15.7%、「よくない」3.0%であり、「よい」「まあよい」の割合は加齢とともに減少している。(表15)

これを、ストレスの程度別にみると、ストレスの程度が高くなるに従って、また、睡眠による休養の充足度別にみると、休養の充足度が低くなるに従って、「よい」「まあよい」の割合は減少している。(図13)

表15 性一年齢階級別にみた健康意識別構成割合

(%)							平成12年
	総数	よい	まあよい	ふつう	あまりよくない	よくない	不詳
総数	100.0	18.6	16.9	42.3	15.7	3.0	3.5
男	100.0	20.5	16.9	41.9	14.6	3.1	3.0
女	100.0	16.8	16.9	42.9	16.7	2.9	3.8
12～14歳	100.0	40.3	21.1	30.5	6.0	0.8	1.3
15～24	100.0	29.2	21.1	37.7	9.2	1.1	1.8
25～34	100.0	24.6	19.8	42.1	10.9	1.1	1.5
35～44	100.0	18.3	19.6	45.5	13.4	1.7	1.5
45～54	100.0	16.4	15.5	49.0	15.0	2.2	2.0
55～64	100.0	14.3	15.2	45.5	17.7	3.2	4.1
65～74	100.0	9.9	12.5	39.7	24.2	5.9	7.8
75～84	100.0	7.0	11.9	32.9	28.8	9.4	10.0
85歳以上	100.0	8.3	10.1	31.6	27.1	14.4	8.5
(再掲)							
20歳未満	100.0	34.7	22.1	33.4	7.4	0.9	1.5
65歳以上	100.0	9.0	12.1	37.2	25.7	7.5	8.5

図13 ストレスの程度、睡眠による休養充足度別にみた健康意識別構成割合



#### IV こころの健康づくり対策への要望

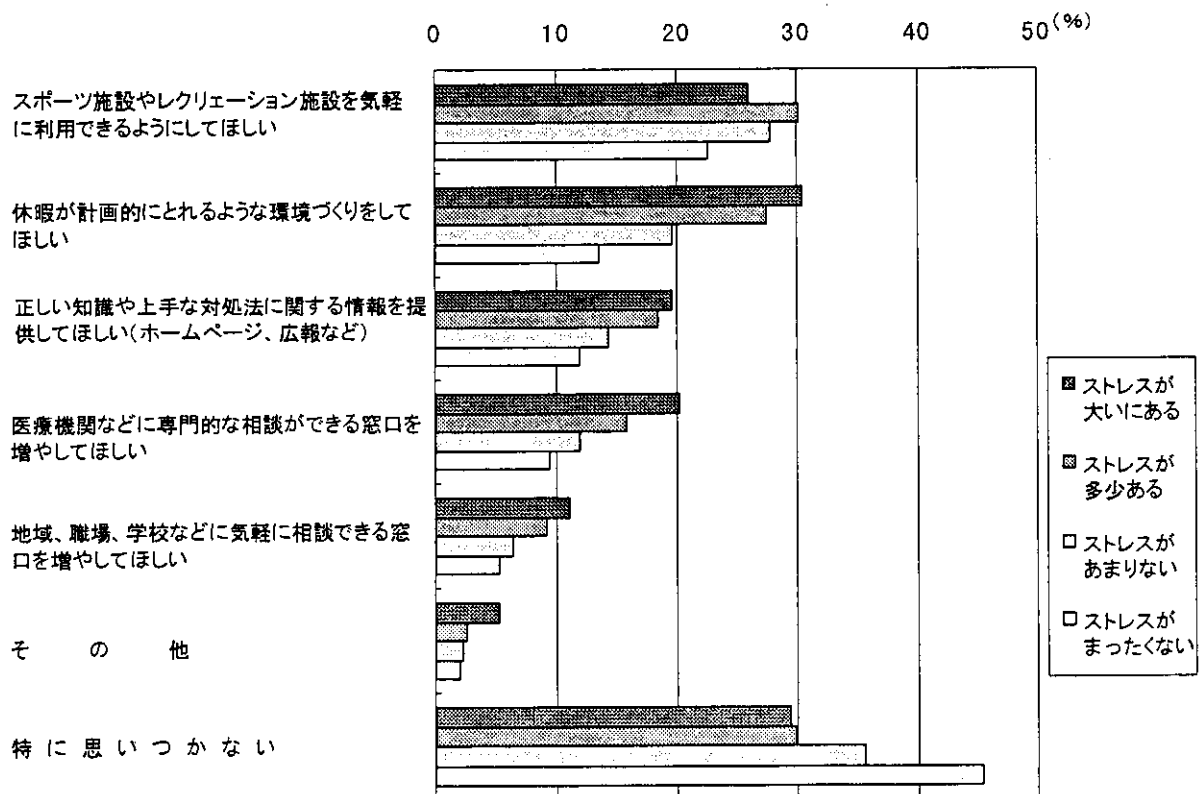
こころの健康づくり対策に望んでいることをみると、「スポーツ施設やレクリエーション施設を気軽に利用できるようにしてほしい」27.0%、「休暇が計画的にとれるような環境づくりをしてほしい」22.7%が多く、一方、「特に思いつかない」が33.3%となっている。

65歳以上では、「医療機関などに専門的な相談ができる窓口を増やしてほしい」の割合が多くなっている。(表16、図14)

表16 性・年齢階級、ストレスの程度別にみたこころの健康づくり対策への要望（複数回答）

	総数	平成12年						
		正しい知識や上手な対処法に関する情報を提供してほしい(ホームページ、広報など)	医療機関などに専門的な相談ができる窓口を増やしてほしい	地域、職場、学校などに気軽に相談できる窓口を増やしてほしい	スポーツ施設やレクリエーション施設を気軽に利用できるようにしてほしい	休暇が計画的にとれるような環境づくりをしてほしい	その他	特に思いつかない
総数	100.0	16.0	13.9	7.7	27.0	22.7	2.6	33.3
男	100.0	15.1	12.1	7.3	27.5	24.9	2.4	34.4
女	100.0	16.9	15.7	8.2	26.7	20.7	2.8	32.4
12～14歳	100.0	7.0	2.3	8.6	26.4	17.8	2.1	48.9
15～24	100.0	12.2	5.9	7.7	32.2	28.4	3.2	38.6
25～34	100.0	15.8	11.2	9.3	37.7	39.8	3.4	27.7
35～44	100.0	18.6	14.5	10.5	36.7	36.2	2.8	26.7
45～54	100.0	17.6	15.0	8.2	28.3	25.3	2.5	31.3
55～64	100.0	17.5	18.0	7.1	23.9	12.4	2.2	33.1
65～74	100.0	18.0	19.1	4.7	13.3	4.1	2.1	36.7
75～84	100.0	12.7	18.7	4.7	5.7	1.6	2.1	40.9
85歳以上 (再掲)	100.0	10.9	15.4	1.6	2.2	0.8	2.2	43.3
20歳未満	100.0	8.7	3.0	8.3	27.8	20.4	2.5	46.7
65歳以上	100.0	15.9	18.7	4.5	10.3	3.1	2.1	38.4
ストレスの程度								
大いにある	100.0	19.6	20.2	11.0	26.0	30.3	5.2	29.3
多少ある	100.0	18.3	15.7	9.0	30.1	27.4	2.5	29.8
あまりない	100.0	14.3	11.8	6.3	27.7	19.6	2.2	35.4
まったくない	100.0	11.9	9.3	5.3	22.6	13.5	2.0	45.4

図14 ストレスの程度別にみたこころの健康づくり対策への要望（複数回答）



参考表1 性・年齢階級別にみたストレスの内容（複数回答）

(%)	総数	職場や学校での人づきあい	近所づきあい	家族関係	親せきづきあい	その他の人との関係	話し相手がいらない	いじめ	生きがい	自由にできる時間がない	することがない	仕事上のこと	就職	転職・失業・倒産後	退職・老後	自分の健康・病気の介護
なんらかのストレスありの者	100.0	23.0	7.8	16.0	8.0	8.8	4.1	0.8	8.2	14.5	3.2	30.5	4.1	3.8	8.4	26.7
男	100.0	25.5	5.5	12.1	6.1	8.1	3.7	0.6	8.2	13.2	3.8	41.3	4.2	5.3	9.9	24.6
12~14歳	100.0	36.0	0.6	10.5	1.2	7.8	2.1	2.4	6.9	25.8	5.1	1.5	0.9	-	-	6.6
15~24	100.0	34.2	1.6	9.7	1.5	11.0	3.2	1.0	11.4	17.5	7.8	22.2	14.6	3.4	0.9	8.9
25~34	100.0	35.2	2.6	10.6	4.1	9.4	3.1	0.3	9.1	20.4	2.9	61.6	5.8	8.7	3.1	13.4
35~44	100.0	34.6	6.7	14.8	7.0	8.3	2.8	0.6	8.9	18.5	1.9	64.2	2.5	6.6	5.5	17.5
45~54	100.0	29.3	7.0	13.3	6.7	7.3	2.9	0.7	6.6	11.6	1.5	55.3	2.4	7.9	12.0	25.2
55~64	100.0	15.8	7.1	11.0	9.5	7.4	2.9	0.6	6.6	7.0	3.3	35.6	2.2	3.7	24.8	34.3
65~74	100.0	2.7	8.3	11.7	7.9	6.3	5.2	0.2	7.3	2.9	5.3	10.6	0.7	1.3	16.1	47.2
75~84	100.0	0.7	7.6	13.6	8.7	5.6	12.0	0.2	9.4	1.8	6.9	4.0	0.2	0.4	10.2	54.3
85歳以上（再掲）	100.0	-	6.6	17.0	2.8	2.8	13.2	-	9.4	3.8	14.2	2.8	-	-	5.7	56.6
20歳未満	100.0	33.7	0.7	9.7	1.1	9.1	2.6	1.3	9.1	20.6	6.9	5.5	6.6	0.7	0.2	6.1
65歳以上	100.0	2.1	8.0	12.5	7.8	5.9	7.2	0.2	7.9	2.7	6.2	8.6	0.6	1.0	14.2	49.4
女	100.0	21.0	9.8	19.4	9.7	9.5	4.5	0.9	8.1	15.6	2.7	21.3	3.9	2.6	7.1	28.6
12~14歳	100.0	55.5	2.0	15.5	0.6	9.0	3.4	3.7	3.4	23.7	3.1	0.8	-	-	-	2.5
15~24	100.0	45.2	2.1	15.1	3.2	15.5	3.9	0.7	11.2	20.9	5.1	26.2	14.0	3.0	0.3	10.8
25~34	100.0	26.1	10.1	19.3	8.1	11.4	4.6	0.6	9.0	23.7	2.5	32.3	5.3	4.6	2.4	14.8
35~44	100.0	25.5	14.3	26.9	10.4	10.4	3.2	1.0	7.9	19.9	1.4	29.1	3.9	3.6	4.3	20.3
45~54	100.0	20.3	12.1	22.7	14.9	8.7	2.5	1.3	8.0	15.3	1.0	27.3	2.6	3.1	10.4	30.2
55~64	100.0	10.3	10.7	17.8	12.3	7.1	3.2	0.8	7.5	10.9	1.6	14.9	0.8	1.5	16.7	39.5
65~74	100.0	1.3	9.5	13.3	10.5	6.0	5.2	0.6	6.0	5.8	3.0	4.8	0.5	0.5	10.1	49.8
75~84	100.0	0.4	9.0	14.7	7.3	4.9	12.5	0.3	7.7	2.5	5.5	1.8	-	0.3	5.5	57.0
85歳以上（再掲）	100.0	0.5	8.0	21.9	4.0	5.0	26.9	0.5	9.5	1.0	16.9	-	-	-	4.0	63.7
20歳未満	100.0	51.2	1.2	15.6	1.7	13.7	2.8	1.8	8.3	23.2	4.5	7.0	5.7	0.3	0.2	6.6
65歳以上	100.0	1.0	9.2	14.4	9.0	5.6	9.2	0.5	6.8	4.4	4.9	3.5	0.3	0.4	8.2	53.1

参考表2 性・年齢階級別にみたストレスの対処法（複数回答）

(%)	総数	ストレスの内容の解決に積極的に取り組む	計画的に休暇をとる	人に話して発散する	周囲の人や専門家などに相談する	趣味・スポーツにうちこむ	動物（ペット）と遊ぶ	なにか食べる	買い物をする	テレビを見たりラジオをきいたり	のんびりする	ギャンブル・勝負ごとをする	タバコをすう	アルコール飲料（酒）をのむ	じっとたえる	ねてしまう
総数	100.0	14.0	6.1	39.2	5.2	28.9	7.9	13.1	16.4	31.0	32.5	5.9	14.6	18.2	10.3	22.8
男	100.0	14.1	6.9	23.8	3.7	34.6	6.2	7.5	5.8	30.1	33.4	10.5	22.8	28.6	9.4	23.3
12~14歳	100.0	6.0	4.9	23.4	1.1	48.6	9.2	16.7	4.5	38.6	36.4	1.1	0.5	0.4	6.0	27.7
15~24	100.0	11.4	5.8	35.8	3.3	44.2	7.1	11.9	8.9	32.2	35.4	8.4	18.9	13.0	9.2	33.4
25~34	100.0	15.5	9.1	29.8	3.6	39.9	4.7	10.7	9.4	24.6	34.5	15.3	32.0	30.2	8.9	29.1
35~44	100.0	17.1	9.4	25.5	3.8	35.1	5.9	7.9	6.2	25.3	36.5	14.4	28.5	38.9	10.8	27.1
45~54	100.0	16.4	7.6	21.7	3.9	35.5	7.5	5.2	3.7	26.8	35.3	14.1	27.2	39.6	10.6	20.5
55~64	100.0	14.2	6.8	19.2	3.5	31.2	6.8	4.3	3.7	30.5	32.1	9.5	20.8	33.4	9.5	17.3
65~74	100.0	12.6	4.3	14.2	4.5	24.9	4.7	3.6	4.5	37.5	29.5	4.8	16.2	23.4	8.0	14.3
75~84	100.0	10.1	3.1	15.0	5.3	16.7	3.6	5.7	4.4	40.9	22.3	1.9	12.4	18.0	9.0	15.7
85歳以上（再掲）	100.0	6.9	1.1	18.4	5.2	10.9	6.9	7.5	3.4	39.1	23.0	0.6	11.5	10.3	5.7	20.7
20歳未満	100.0	8.5	5.2	30.1	1.9	46.7	8.2	14.3	7.0	38.1	37.3	2.4	5.9	2.5	8.5	32.3
65歳以上	100.0	11.6	3.8	14.7	4.7	22.0	4.5	4.4	4.4	38.4	27.3	3.8	14.9	21.3	8.1	15.0
女	100.0	14.0	5.3	53.4	6.5	23.8	9.5	18.3	26.2	31.8	31.8	1.8	7.2	8.7	11.2	22.4
12~14歳	100.0	11.9	4.1	49.6	5.5	34.8	12.9	21.1	17.0	41.4	41.0	0.4	0.2	0.2	7.4	33.6
15~24	100.0	13.7	6.5	63.8	6.4	26.6	12.4	29.4	32.5	32.5	38.7	1.4	9.3	9.3	8.8	39.8
25~34	100.0	17.0	8.1	68.0	7.8	22.3	8.7	26.9	36.0	24.2	36.9	2.8	12.9	14.0	10.6	27.9
35~44	100.0	17.9	6.6	64.3	7.7	24.3	9.5	22.6	30.8	24.5	32.4	2.0	10.7	14.7	12.0	27.0
45~54	100.0	17.6	5.8	57.1	7.0	25.6	13.0	17.5	27.1	27.7	32.1	2.8	7.0	10.9	12.8	19.2
55~64	100.0	13.2	4.7	46.0	6.0	26.3	9.5	11.8	23.6	34.1	28.6	1.8	4.1	5.2	12.7	12.4
65~74	100.0	9.0	2.6	36.1	5.8	23.2	5.5	8.0	19.4	41.4	26.0	0.6	3.5	2.7	10.9	11.8
75~84	100.0	5.7	1.5	29.2	3.8	13.0	5.0	7.7	10.7	43.8	23.0	0.3	3.1	2.3	10.5	16.3
85歳以上（再掲）	100.0	6.0	0.3	26.3	3.1	4.1	2.8	9.4	4.4	38.2	19.1	-	1.3	0.9	11.0	20.4
20歳未満	100.0	12.3	4.3	57.2	6.2	31.0	11.6	26.0	21.4	38.1	39.2	0.5	2.5	2.2	8.5	39.6
65歳以上	100.0	7.7	2.1	33.1	4.9	18.3	5.1	8.0	15.3	41.9	24.5	0.5	3.2	2.4	10.8	13.9

平成12年

家族の健康・病気の介護	自分の学業、受検、進学	身近な人の死	結婚	別居・離婚	家事	育児	妊娠・出産	子どもの教育	収入・家計	借金	住まい	生活環境(公害・騒音など)	通勤・通学(混雑・時間がかかるなど)	その他	わからない	不詳
18.7	6.0	4.3	2.9	1.1	6.0	4.6	1.2	8.1	23.6	7.6	8.5	5.2	4.4	3.2	2.9	11.4
15.8	6.4	3.5	2.6	1.1	1.5	1.4	0.3	5.1	21.9	9.0	8.0	5.1	5.3	2.6	3.2	11.7
1.8	51.7	1.2	0.3	0.6	0.3	-	-	0.3	2.7	0.9	1.5	4.2	10.5	5.4	12.6	9.9
3.8	32.4	1.0	2.2	0.3	0.6	0.4	0.3	0.6	15.4	4.1	4.1	4.1	13.6	4.2	7.3	9.0
8.4	2.5	2.1	6.8	1.1	1.3	3.4	1.0	4.1	28.7	9.5	8.7	5.7	6.8	2.2	2.6	8.4
15.4	0.6	2.5	4.6	1.9	2.0	4.2	0.4	11.4	28.7	14.1	11.3	6.3	6.0	2.2	2.0	7.4
18.2	0.3	3.4	1.0	1.4	1.1	0.5	0.1	10.6	24.7	12.7	10.1	4.3	3.7	1.9	1.9	10.3
23.2	0.2	5.5	1.1	1.1	1.5	0.2	-	2.2	21.3	8.6	8.3	5.3	2.0	2.8	1.6	15.8
27.5	0.1	5.6	0.7	0.5	1.5	0.1	-	0.7	16.6	5.5	6.4	5.5	0.5	2.2	3.0	19.4
22.5	-	8.0	0.2	0.2	4.7	-	-	0.9	8.9	2.4	3.6	4.5	0.4	3.1	3.1	22.3
25.5	-	12.3	-	-	6.6	-	-	-	5.7	0.9	2.8	2.8	-	2.8	2.8	18.9
2.2	50.4	1.0	0.8	0.4	0.4	0.1	-	0.3	6.2	1.3	2.6	4.0	16.1	4.8	10.1	10.0
26.2	0.1	6.6	0.5	0.4	2.5	0.1	-	0.7	14.2	4.5	5.5	5.1	0.5	2.5	3.0	20.1
21.2	5.7	4.9	3.2	1.2	9.8	7.3	1.9	10.6	25.0	6.4	9.0	5.3	3.5	3.6	2.5	11.0
1.4	54.4	1.1	-	0.6	0.8	-	-	-	2.0	0.3	3.7	3.4	8.2	7.0	6.8	10.7
5.0	29.5	2.2	5.1	0.6	4.1	2.6	2.3	1.2	15.4	3.4	4.6	3.6	14.6	5.3	4.4	6.5
12.7	1.7	2.1	9.8	1.7	16.2	25.1	7.7	14.1	32.8	6.6	11.7	6.8	4.1	4.3	2.0	6.6
21.5	1.0	2.9	2.2	2.0	17.2	15.7	1.9	35.3	38.2	10.6	13.0	6.3	2.9	3.5	1.0	6.7
28.3	0.5	6.7	1.4	1.4	9.9	1.3	0.0	12.6	32.6	10.2	10.7	5.3	1.1	3.3	1.3	9.8
34.2	0.2	6.8	1.5	0.9	6.5	0.5	0.0	1.3	22.7	5.8	8.9	5.8	0.7	3.3	2.0	13.9
28.8	0.1	7.6	0.5	0.8	5.9	0.1	-	0.3	14.0	3.0	5.8	5.1	0.2	2.0	2.9	21.3
19.0	-	9.0	0.5	0.3	5.3	-	-	0.1	6.1	0.8	3.8	2.5	-	1.8	5.2	20.0
15.4	-	10.9	0.5	-	3.5	-	-	-	6.0	-	5.0	1.5	-	3.0	9.0	13.4
1.8	50.1	2.0	0.8	0.3	1.3	0.3	0.6	0.3	6.2	1.1	3.7	2.5	16.3	6.1	5.9	8.0
24.7	0.1	8.3	0.5	0.6	5.5	0.1	-	0.2	10.9	2.1	5.1	4.0	0.1	2.0	4.1	20.3

平成12年

その他	特になし	不詳
3.2	8.8	5.2
2.5	10.1	5.3
4.3	14.3	6.2
3.7	9.2	4.1
2.5	7.1	3.7
2.3	7.6	4.1
1.6	8.4	4.6
2.1	10.3	5.4
2.8	14.6	7.8
3.4	16.8	11.4
1.1	23.6	12.6
3.9	11.7	4.9
2.9	15.7	9.0
3.7	7.6	5.1
7.4	9.0	4.3
5.9	4.7	2.9
4.3	4.5	2.6
3.1	5.7	2.8
3.2	5.2	4.2
3.2	7.6	5.3
2.9	12.7	7.5
3.0	16.3	12.8
1.6	17.9	16.6
6.9	6.7	3.1
2.8	14.3	10.0