

# 日本通運健康保険組合

## 設問17 休日の就寝時間

### Aグループ

男性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	4	3	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
30代	100.0	75.0	-	25.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	56	14	15	5	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	3	15	-	
40代	100.0	25.0	26.8	8.9	1.8	-	-	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.6	5.4	26.8	-	
	66	23	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	8	24	1	
50代以上	100.0	34.8	12.1	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.5	12.1	36.4	1.5	
	95	31	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	33	2	
計	100.0	32.6	8.4	1.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21.1	34.7	2.1	
	221	71	31	8	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	31	72	3
	100.0	32.1	14.0	3.6	0.5	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	14.0	32.6	1.4

女性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	4	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
30代	100.0	25.0	50.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25.0
	20	7	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2	1	-	
40代	100.0	35.0	40.0	5.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5.0	10.0	5.0	-	
	10	5	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2	-	
50代以上	100.0	50.0	10.0	-	10.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10.0	20.0	-
	11	4	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	1	3	-
計	100.0	36.4	9.1	-	-	9.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9.1	-	9.1	27.3	-
	45	17	12	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	4	6	1
	100.0	37.8	26.7	2.2	2.2	2.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.2	2.2	8.9	13.3	2.2

# 日本通運健康保険組合

## 設問17 休日の就寝時間

### Bグループ

男性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	6	1	-	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-
	100.0	16.7	-	66.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.7	-	-
30代	51	21	11	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	12	-	-
	100.0	41.2	21.6	2.0	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9.8	23.5	-	-
40代	77	19	16	1	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	32	1	-
	100.0	24.7	20.8	1.3	-	-	-	-	-	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9.1	41.6	1.3	-
50代以上	83	22	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	4	12	36	-
	100.0	26.5	9.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.2	-	-	4.8	14.5	43.4	-
計	217	63	35	6	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	4	25	80	1
	100.0	29.0	16.1	2.8	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	1.8	11.5	36.9	0.5

女性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	9	2	4	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1	-
	100.0	22.2	44.4	11.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11.1	11.1	-
30代	15	5	4	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1
	100.0	33.3	26.7	13.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20.0	6.7
40代	7	5	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	100.0	71.4	14.3	14.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
50代以上	16	9	3	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-
	100.0	56.3	18.8	12.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12.5	-
計	47	21	12	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	6	1
	100.0	44.7	25.5	12.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.0	0.0	2.1	12.8	2.1

# 日本通運健康保険組合

## 設問17 休日の睡眠時間

### Aグループ

男性

	調査数	4時間未満	4～6時間未満	6～8時間未満	8～10時間未満	10時間以上	無回答
20代	4	-	-	1	3	-	-
	100.0	-	-	25.0	75.0	-	-
30代	56	-	2	21	29	4	-
	100.0	-	3.6	37.5	51.8	7.1	-
40代	66	-	4	37	24	1	-
	100.0	-	6.1	56.1	36.4	1.5	-
50代以上	95	-	3	66	24	2	-
	100.0	-	3.2	69.5	25.3	2.1	-
計	221	0	9	125	80	7	0
	100.0	0.0	4.1	56.6	36.2	3.2	0.0

### Bグループ

男性

	調査数	4時間未満	4～6時間未満	6～8時間未満	8～10時間未満	10時間以上	無回答
20代	6	-	-	2	2	-	-
	100.0	-	-	33.3	33.3	33.3	-
30代	51	-	1	21	28	1	-
	100.0	-	2.0	41.2	54.9	2.0	-
40代	77	-	3	45	25	3	1
	100.0	-	3.9	58.4	32.5	3.9	1.3
50代以上	83	-	4	47	31	1	-
	100.0	-	4.8	56.6	37.3	1.2	-
計	217	0	8	115	86	7	1
	100.0	0.0	3.7	53.0	39.6	3.2	0.5

女性

	調査数	4時間未満	4～6時間未満	6～8時間未満	8～10時間未満	10時間以上	無回答
20代	4	-	-	1	2	-	1
	100.0	-	-	25.0	50.0	-	25.0
30代	20	-	1	5	10	4	-
	100.0	-	5.0	25.0	50.0	20.0	-
40代	10	-	-	5	4	1	-
	100.0	-	-	50.0	40.0	10.0	-
50代以上	11	-	-	5	6	-	-
	100.0	-	-	45.5	54.5	-	-
計	45	0	1	16	22	5	1
	100.0	0.0	2.2	35.6	48.9	11.1	2.2

女性

	調査数	4時間未満	4～6時間未満	6～8時間未満	8～10時間未満	10時間以上	無回答
20代	9	-	1	1	4	3	-
	100.0	-	11.1	11.1	44.4	33.3	-
30代	15	-	-	4	10	1	-
	100.0	-	-	26.7	66.7	6.7	-
40代	7	-	-	3	4	-	-
	100.0	-	-	42.9	57.1	-	-
50代以上	16	-	-	7	8	1	-
	100.0	-	-	43.8	50.0	6.3	-
計	47	0	1	15	26	5	0
	100.0	0.0	2.1	31.9	55.3	10.6	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問18 最近一ヶ月間、朝食を食べていましたか。

## Aグループ

性別	調査数	ほとんど食べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日	無回答
男性	20代	4	-	2	-	2	-
		100.0	-	50.0	-	50.0	-
	30代	56	12	1	8	34	1
	100.0	21.4	-	1.8	14.3	60.7	1.8
40代	66	6	-	3	6	50	1
	100.0	9.1	-	4.5	9.1	75.8	1.5
	95	10	1	6	4	74	-
	100.0	10.5	1.1	6.3	4.2	77.9	-
計	221	28	1	12	18	160	2
	100.0	12.7	0.5	5.4	8.1	72.4	0.9

性別	調査数	ほとんど食べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日	無回答
女性	20代	4	-	-	-	4	-
		100.0	-	-	-	100.0	-
	30代	20	2	-	3	15	-
	100.0	10.0	-	15.0	75.0	-	
40代	10	-	-	1	-	9	-
	100.0	-	-	10.0	-	90.0	-
	11	-	-	1	1	9	-
	100.0	-	-	9.1	9.1	81.8	-
計	45	2	0	2	4	37	0
	100.0	4.4	0.0	4.4	8.9	82.2	0.0

## Bグループ

性別	調査数	ほとんど食べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日	無回答
男性	20代	6	1	-	-	5	-
		100.0	16.7	-	-	83.3	-
	30代	51	9	2	5	32	-
	100.0	17.6	3.9	9.8	5.9	62.7	-
40代	77	9	-	4	8	56	-
	100.0	11.7	-	5.2	10.4	72.7	-
	83	3	1	6	2	70	1
	100.0	3.6	1.2	7.2	2.4	84.3	1.2
計	217	22	3	15	13	163	1
	100.0	10.1	1.4	6.9	6.0	75.1	0.5

性別	調査数	ほとんど食べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日	無回答
女性	20代	9	1	2	1	5	-
		100.0	11.1	22.2	11.1	55.6	-
	30代	15	1	-	-	2	12
	100.0	6.7	-	-	13.3	80.0	
40代	7	-	-	-	-	7	-
	100.0	-	-	-	-	100.0	-
	16	1	-	1	3	11	-
	100.0	6.3	-	6.3	18.8	68.8	-
計	47	3	2	2	5	35	0
	100.0	6.4	4.3	4.3	10.6	74.5	0.0

## 日本通運健康保険組合

設問19 最近一ヶ月間、昼間の間食を食べていましたか。

### Aグループ

男性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	1	-	1	1	1	-	-	-
	100.0	25.0	-	25.0	25.0	25.0	-	-	-
30代	56	27	8	14	4	1	1	1	1
	100.0	48.2	14.3	25.0	7.1	1.8	1.8	1.8	1.8
40代	66	37	13	8	3	4	1	-	-
	100.0	56.1	19.7	12.1	4.5	6.1	1.5	-	-
50代以上	95	66	11	8	4	6	-	-	-
	100.0	69.5	11.6	8.4	4.2	6.3	-	-	-
計	221	131	32	31	12	12	2	0	1
	100.0	59.3	14.5	14.0	5.4	5.4	0.9	0.0	0.5

女性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	-	-	-	-	2	2	-	-
	100.0	-	-	-	-	50.0	50.0	-	-
30代	20	2	2	4	3	8	1	-	-
	100.0	10.0	10.0	20.0	15.0	40.0	5.0	-	-
40代	10	1	-	5	1	2	1	-	-
	100.0	10.0	-	50.0	10.0	20.0	10.0	-	-
50代以上	11	1	1	3	1	2	3	-	-
	100.0	9.1	9.1	27.3	9.1	18.2	27.3	-	-
計	45	4	3	12	5	14	7	0	0
	100.0	8.9	6.7	26.7	11.1	31.1	15.6	0.0	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問19 最近一ヶ月間、昼間の間食を食べていましたか。

## Bグループ

男性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	6 100.0	3 50.0	-	3 50.0	-	-	-	-	-
30代	51 100.0	23 45.1	8 15.7	9 17.6	5 9.8	5 9.8	1 2.0	-	-
40代	77 100.0	48 62.3	6 7.8	18 23.4	2 2.6	2 2.6	-	-	1 1.3
50代以上	83 100.0	61 73.5	4 4.8	14 16.9	1 1.2	2 2.4	-	-	1 1.2
計	217 100.0	135 62.2	18 8.3	44 20.3	8 3.7	9 4.1	1 0.5	0 0.0	2 0.9

女性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	9 100.0	4 44.4	-	1 11.1	-	3 33.3	-	1 11.1	-
30代	15 100.0	3 20.0	1 6.7	5 33.3	2 13.3	3 20.0	1 6.7	-	-
40代	7 100.0	-	2 28.6	1 14.3	1 14.3	3 42.9	-	-	-
50代以上	16 100.0	5 31.3	-	3 18.8	-	5 31.3	3 18.8	-	-
計	47 100.0	12 25.5	3 6.4	10 21.3	3 6.4	14 29.8	4 8.5	1 2.1	0 0.0

# 日本通運健康保険組合

設問20 最近一ヶ月間、夕食後の夜食を食べていましたか。

## Aグループ

男性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	2	-	1	-	1	-	-	-
	100.0	50.0	-	25.0	-	25.0	-	-	-
30代	56	29	10	14	2	-	-	-	1
	100.0	51.8	17.9	25.0	3.6	-	-	-	1.8
40代	66	44	9	10	3	-	-	-	-
	100.0	66.7	13.6	15.2	4.5	-	-	-	-
50代以上	95	60	7	15	7	6	-	-	-
	100.0	63.2	7.4	15.8	7.4	6.3	-	-	-
計	221	135	26	40	12	7	0	0	1
	100.0	61.1	11.8	18.1	5.4	3.2	0.0	0.0	0.5

女性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	2	-	1	1	-	-	-	-
	100.0	50.0	-	25.0	25.0	-	-	-	-
30代	20	11	1	4	3	1	-	-	-
	100.0	55.0	5.0	20.0	15.0	5.0	-	-	-
40代	10	3	3	1	1	1	1	-	-
	100.0	30.0	30.0	10.0	10.0	10.0	10.0	-	-
50代以上	11	3	-	2	3	3	-	-	-
	100.0	27.3	-	18.2	27.3	27.3	-	-	-
計	45	19	4	8	8	5	1	0	0
	100.0	42.2	8.9	17.8	17.8	11.1	2.2	0.0	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問20 最近一ヶ月間、夕食後の夜食を食べていましたか。

## Bグループ

男性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	6 100.0	5 83.3	1 16.7	-	-	-	-	-	-
30代	51 100.0	29 56.9	6 11.8	10 19.6	2 3.9	4 7.8	-	-	-
40代	77 100.0	53 68.8	5 6.5	13 16.9	2 2.6	3 3.9	1 1.3	-	-
50代以上	83 100.0	55 66.3	10 12.0	11 13.3	2 2.4	3 3.6	-	1 1.2	1 1.2
計	217 100.0	142 65.4	22 10.1	34 15.7	6 2.8	10 4.6	1 0.5	1 0.5	0.5

女性

	調査数	ほとんど食 べない	週1回	週2～3回	週4～6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	9 100.0	5 55.6	1 11.1	1 11.1	-	2 22.2	-	-	-
30代	15 100.0	6 40.0	2 13.3	4 26.7	2 13.3	1 6.7	-	-	-
40代	7 100.0	3 42.9	1 14.3	2 28.6	1 14.3	-	-	-	-
50代以上	16 100.0	9 56.3	3 18.8	3 18.8	-	1 6.3	-	-	-
計	47 100.0	23 48.9	7 14.9	10 21.3	3 6.4	4 8.5	0 0.0	0 0.0	0.0



# 日本通運健康保険組合

## 設問21 最後に食事をする時間

### Aグループ

男性

	午前0 時頃	午前1 時頃	午前2 時頃	午前3 時頃	午前4 時頃	午前5 時頃	午前6 時頃	午前7 時頃	午前8 時頃	午前9 時頃	午前10 時頃	午前11 時頃	午後0 時頃	午後1 時頃	午後2 時頃	午後3 時頃	午後4 時頃	午後5 時頃	午後6 時頃	午後7 時頃	午後8 時頃	午後9 時頃	午後10 時頃	午後11 時頃	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75.0	25.0	-	-
30代	56	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	4	17	20	11	1
	100.0	1.8	1.8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.8	7.1	30.4	35.7	19.6	1.8
40代	66	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	17	18	16	6	2
	100.0	1.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9.1	25.8	27.3	24.2	9.1	3.0
50代以上	95	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	18	30	10	4	2
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.1	18.9	31.6	10.5	4.2	2.1
計	221	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	25	51	68	47	21	5
	100.0	0.9	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	11.3	23.1	30.8	21.3	9.5	2.3

女性

	午前0 時頃	午前1 時頃	午前2 時頃	午前3 時頃	午前4 時頃	午前5 時頃	午前6 時頃	午前7 時頃	午前8 時頃	午前9 時頃	午前10 時頃	午前11 時頃	午後0 時頃	午後1 時頃	午後2 時頃	午後3 時頃	午後4 時頃	午後5 時頃	午後6 時頃	午後7 時頃	午後8 時頃	午後9 時頃	午後10 時頃	午後11 時頃	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	1	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50.0	25.0	-	-
30代	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	4	9	5	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10.0	20.0	45.0	25.0	-	-
40代	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	3	2	2	1	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20.0	30.0	20.0	20.0	10.0	-
50代以上	11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	3	3	3	1	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9.1	27.3	27.3	27.3	9.1	-
計	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	10	16	11	2	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	22.2	35.6	24.4	4.4	0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問21 最後に食事をする時間

### Bグループ

男性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	6	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2	1	-	1
	100.0	-	16.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.7	33.3	16.7	-	16.7
30代	51	2	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	11	13	13	9	1
	100.0	3.9	2.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2.0	21.6	25.5	25.5	17.6	2.0
40代	77	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	18	27	15	12	1
	100.0	1.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3.9	23.4	35.1	19.5	15.6	1.3
50代以上	83	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	10	33	25	10	-	2
	100.0	1.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1.2	12.0	39.8	30.1	12.0	-	2.4
計	217	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	14	63	67	39	21	5
	100.0	1.8	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	6.5	29.0	30.9	18.0	9.7	2.3

女性

	調査数	午前0時頃	午前1時頃	午前2時頃	午前3時頃	午前4時頃	午前5時頃	午前6時頃	午前7時頃	午前8時頃	午前9時頃	午前10時頃	午前11時頃	午後0時頃	午後1時頃	午後2時頃	午後3時頃	午後4時頃	午後5時頃	午後6時頃	午後7時頃	午後8時頃	午後9時頃	午後10時頃	午後11時頃	無回答
20代	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	4	1	3	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11.1	44.4	11.1	33.3	-	-
30代	15	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	3	6	3	1	-
	100.0	6.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6.7	20.0	40.0	20.0	6.7	-
40代	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	-	2	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	71.4	-	28.6	-	-
50代以上	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	5	7	3	-	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6.3	31.3	43.8	18.8	-	-
計	47	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	17	14	11	1	0
	100.0	2.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.4	36.2	29.8	23.4	2.1	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問22 最近一ヶ月間において、主食の量はどれくらいですか。

## Aグループ

男性

	調査数	茶碗3杯以上	茶碗2杯位	茶碗1杯位	茶碗半分以下	無回答
20代	4	-	2	2	-	-
	100.0	-	50.0	50.0	-	-
30代	56	1	18	36	1	1
	100.0	1.8	32.1	64.3	-	1.8
40代	66	1	20	44	1	-
	100.0	1.5	30.3	66.7	1.5	-
50代以上	95	1	17	76	1	-
	100.0	1.1	17.9	80.0	1.1	-
計	221	3	57	158	2	1
	100.0	1.4	25.8	71.5	0.9	0.5

## Bグループ

男性

	調査数	茶碗3杯以上	茶碗2杯位	茶碗1杯位	茶碗半分以下	無回答
20代	6	-	3	3	-	-
	100.0	-	50.0	50.0	-	-
30代	51	-	21	28	2	-
	100.0	-	41.2	54.9	3.9	-
40代	77	1	21	53	2	-
	100.0	1.3	27.3	68.8	2.6	-
50代以上	83	1	12	66	3	1
	100.0	1.2	14.5	79.5	3.6	1.2
計	217	2	57	150	7	1
	100.0	0.9	26.3	69.1	3.2	0.5

女性

	調査数	茶碗3杯以上	茶碗2杯位	茶碗1杯位	茶碗半分以下	無回答
20代	4	-	-	4	-	-
	100.0	-	-	100.0	-	-
30代	20	-	1	17	2	-
	100.0	-	5.0	85.0	10.0	-
40代	10	-	-	10	-	-
	100.0	-	-	100.0	-	-
50代以上	11	1	1	8	1	-
	100.0	9.1	9.1	72.7	9.1	-
計	45	1	2	39	3	0
	100.0	2.2	4.4	86.7	6.7	0.0

女性

	調査数	茶碗3杯以上	茶碗2杯位	茶碗1杯位	茶碗半分以下	無回答
20代	9	-	-	6	3	-
	100.0	-	-	66.7	33.3	-
30代	15	-	2	10	3	-
	100.0	-	13.3	66.7	20.0	-
40代	7	-	-	6	1	-
	100.0	-	-	85.7	14.3	-
50代以上	16	-	1	14	1	-
	100.0	-	6.3	87.5	6.3	-
計	47	0	3	36	8	0
	100.0	0.0	6.4	76.6	17.0	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問23 最近一ヶ月間、甘いものをどの位の頻度で摂りますか。

## Aグループ

男性

	調査数	あまり食べ (飲ま)ない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	-	1	1	1	1	-	-	-
	100.0	-	25.0	25.0	25.0	25.0	-	-	-
30代	56	7	4	12	7	15	9	1	1
	100.0	12.5	7.1	21.4	12.5	26.8	16.1	1.8	1.8
40代	66	16	8	16	7	10	6	3	-
	100.0	24.2	12.1	24.2	10.6	15.2	9.1	4.5	-
50代以上	95	24	10	22	5	18	12	3	1
	100.0	25.3	10.5	23.2	5.3	18.9	12.6	3.2	1.1
計	221	47	23	51	20	44	27	7	2
	100.0	21.3	10.4	23.1	9.0	19.9	12.2	3.2	0.9

女性

	調査数	あまり食べ (飲ま)ない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	4	-	-	1	-	-	2	1	-
	100.0	-	-	25.0	-	-	50.0	25.0	-
30代	20	2	3	4	2	7	2	-	-
	100.0	10.0	15.0	20.0	10.0	35.0	10.0	-	-
40代	10	1	2	3	-	2	1	1	-
	100.0	10.0	20.0	30.0	-	20.0	10.0	10.0	-
50代以上	11	-	3	3	2	1	2	-	-
	100.0	-	27.3	27.3	18.2	9.1	18.2	-	-
計	45	3	8	11	4	10	7	2	0
	100.0	6.7	17.8	24.4	8.9	22.2	15.6	4.4	0.0

# 日本通運健康保険組合

設問23 最近一ヶ月間、甘いものをどの位の頻度で摂りますか。

## Bグループ

男性

	調査数	あまり食べ (飲ま)ない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	6	1	2	2	2	-	-	-	-
	100.0	16.7	33.3	33.3	10	-	-	-	-
30代	51	8	15	10	5	4	3	3	-
	100.0	15.7	29.4	19.6	9.8	7.8	5.9	5.9	-
40代	77	24	7	19	5	9	10	3	-
	100.0	31.2	9.1	24.7	6.5	11.7	13.0	3.9	-
50代以上	83	20	12	21	3	11	10	4	2
	100.0	24.1	14.5	25.3	3.6	13.3	12.0	4.8	2.4
計	217	53	26	57	20	25	24	10	2
	100.0	24.4	12.0	26.3	9.2	11.5	11.1	4.6	0.9

女性

	調査数	あまり食べ (飲ま)ない	週1回	週2~3回	週4~6回	毎日1回	毎日2回	毎日3回 以上	無回答
20代	9	-	1	3	-	2	1	2	-
	100.0	-	11.1	33.3	-	22.2	11.1	22.2	-
30代	15	1	-	4	3	3	3	1	-
	100.0	6.7	-	26.7	20.0	20.0	20.0	6.7	-
40代	7	1	-	1	1	2	2	-	-
	100.0	14.3	-	14.3	14.3	28.6	28.6	-	-
50代以上	16	3	3	2	1	4	3	-	-
	100.0	18.8	18.8	12.5	6.3	25.0	18.8	-	-
計	47	5	4	10	5	11	9	3	0
	100.0	10.6	8.5	21.3	10.6	23.4	19.1	6.4	0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問24 平日の立っていた時間

### Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	1 25.0	-	2 50.0	-	-	1 25.0	-	-
30代	56 100.0	1 1.8	6 10.7	9 16.1	12 21.4	15 26.8	7 12.5	4 7.1	2 3.6
40代	66 100.0	6 9.1	8 12.1	9 13.6	16 24.2	17 25.8	6 9.1	4 6.1	-
50代以上	95 100.0	7 7.4	13 13.7	14 14.7	25 26.3	28 29.5	4 4.2	4 4.2	-
計	221 100.0	15 6.8	27 12.2	34 15.4	53 24.0	60 27.1	18 8.1	12 5.4	2 0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	1 25.0	2 50.0	-	1 25.0	-	-
30代	20 100.0	2 10.0	1 5.0	4 20.0	11 55.0	2 10.0	-	-	-
40代	10 100.0	-	1 10.0	1 10.0	2 20.0	5 50.0	-	1 10.0	-
50代以上	11 100.0	2 18.2	1 9.1	2 18.2	2 18.2	3 27.3	1 9.1	-	-
計	45 100.0	4 8.9	3 6.7	8 17.8	17 37.8	10 22.2	2 4.4	1 2.2	0 0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問24 平日の立っていた時間

### Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	2	2	1	1	-	-	-
	100.0	-	33.3	33.3	16.7	16.7	-	-	-
30代	51	2	3	10	14	13	7	2	-
	100.0	3.9	5.9	19.6	27.5	25.5	13.7	3.9	-
40代	77	3	4	12	25	17	9	7	-
	100.0	3.9	5.2	15.6	32.5	22.1	11.7	9.1	-
50代以上	83	3	9	18	25	17	5	5	1
	100.0	3.6	10.8	21.7	30.1	20.5	6.0	6.0	1.2
計	217	8	18	42	65	48	21	14	1
	100.0	3.7	8.3	19.4	30.0	22.1	9.7	6.5	0.5

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	1	2	1	3	1	1	-
	100.0	-	11.1	22.2	11.1	33.3	11.1	11.1	-
30代	15	3	-	3	6	2	1	-	-
	100.0	20.0	-	20.0	40.0	13.3	6.7	-	-
40代	7	-	-	-	5	-	-	2	-
	100.0	-	-	-	71.4	-	-	28.6	-
50代以上	16	1	2	2	5	3	3	-	-
	100.0	6.3	12.5	12.5	31.3	18.8	18.8	-	-
計	47	4	3	7	17	8	5	3	0
	100.0	8.5	6.4	14.9	36.2	17.0	10.6	6.4	0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問25 平日の歩いていた時間

### Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	1 25.0	1 25.0	1 25.0	1 25.0	-	-
30代	56 100.0	-	1 1.8	11 19.6	16 28.6	21 37.5	6 10.7	-	1 1.8
40代	66 100.0	-	4 6.1	11 16.7	18 27.3	25 37.9	8 12.1	-	-
50代以上	95 100.0	1 1.1	5 5.3	9 9.5	29 30.5	42 44.2	9 9.5	-	-
計	221 100.0	1 0.5	10 4.5	32 14.5	64 29.0	89 40.3	24 10.9	0 0.0	1 0.5

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4 100.0	-	-	-	1 25.0	1 25.0	2 50.0	-	-
30代	20 100.0	1 5.0	4 20.0	1 5.0	7 35.0	6 30.0	1 5.0	-	-
40代	10 100.0	-	1 10.0	-	3 30.0	6 60.0	-	-	-
50代以上	11 100.0	2 18.2	3 27.3	1 9.1	4 36.4	1 9.1	-	-	-
計	45 100.0	3 6.7	8 17.8	2 4.4	15 33.3	14 31.1	3 6.7	0 0.0	0 0.0



# 日本通運健康保険組合

## 設問25 平日の歩いていた時間

### Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6 100.0	-	-	1 16.7	2 33.3	3 50.0	-	-	-
30代	51 100.0	-	-	3 5.9	14 27.5	27 52.9	6 11.8	1 2.0	-
40代	77 100.0	1 1.3	2 2.6	7 9.1	19 24.7	36 46.8	12 15.6	-	-
50代以上	83 100.0	1 1.2	4 4.8	6 7.2	33 39.8	29 34.9	9 10.8	-	1 1.2
計	217 100.0	2 0.9	6 2.8	17 7.8	68 31.3	95 43.8	27 12.4	1 0.5	0.5

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9 100.0	1 11.1	1 11.1	-	4 44.4	2 22.2	1 11.1	-	-
30代	15 100.0	1 6.7	3 20.0	2 13.3	4 26.7	4 26.7	1 6.7	-	-
40代	7 100.0	-	-	-	3 42.9	1 14.3	3 42.9	-	-
50代以上	16 100.0	-	-	2 12.5	6 37.5	8 50.0	-	-	-
計	47 100.0	2 4.3	4 8.5	4 8.5	17 36.2	15 31.9	5 10.6	0 0.0	0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問26 平日の速歩、自転車の時間

### Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	3	1	-	-
	100.0	-	-	-	-	75.0	25.0	-	-
30代	56	-	-	-	2	13	23	18	-
	100.0	-	-	-	3.6	23.2	41.1	32.1	-
40代	66	-	1	-	4	16	22	23	-
	100.0	-	1.5	-	6.1	24.2	33.3	34.8	-
50代以上	95	-	-	3	7	16	40	29	-
	100.0	-	-	3.2	7.4	16.8	42.1	30.5	-
計	221	0	1	3	13	48	86	70	0
	100.0	0.0	0.5	1.4	5.9	21.7	38.9	31.7	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15～30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	4	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	20	-	-	1	3	1	8	7	-
	100.0	-	-	5.0	15.0	5.0	40.0	35.0	-
40代	10	-	-	-	-	1	4	5	-
	100.0	-	-	-	-	10.0	40.0	50.0	-
50代以上	11	-	-	1	2	1	2	3	2
	100.0	-	-	9.1	18.2	9.1	18.2	27.3	18.2
計	45	0	0	2	5	3	14	19	2
	100.0	0.0	0.0	4.4	11.1	6.7	31.1	42.2	4.4

# 日本通運健康保険組合

## 設問26 平日の速歩、自転車の時間

### Bグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	6	-	-	-	1	2	1	2	-
	100.0	-	-	-	16.7	33.3	16.7	33.3	-
30代	51	-	-	1	-	10	19	21	-
	100.0	-	-	2.0	-	19.6	37.3	41.2	-
40代	77	-	-	1	2	18	28	27	1
	100.0	-	-	1.3	2.6	23.4	36.4	35.1	1.3
50代以上	83	-	-	1	3	27	35	16	1
	100.0	-	-	1.2	3.6	32.5	42.2	19.3	1.2
計	217	0	0	3	6	57	83	66	2
	100.0	0.0	0.0	1.4	2.8	26.3	38.2	30.4	0.9

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	9	-	-	-	2	-	1	6	-
	100.0	-	-	-	22.2	-	11.1	66.7	-
30代	15	-	-	-	-	3	5	7	-
	100.0	-	-	-	-	20.0	33.3	46.7	-
40代	7	-	-	-	-	2	3	2	-
	100.0	-	-	-	-	28.6	42.9	28.6	-
50代以上	16	-	-	-	1	4	8	3	-
	100.0	-	-	-	6.3	25.0	50.0	18.8	-
計	47	0	0	0	3	9	17	18	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	6.4	19.1	36.2	38.3	0.0

# 日本通運健康保険組合

## 設問27 平日のかなり汗をかくくらいの作業の時間

### Aグループ

男性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	1	3	-
	100.0	-	-	-	-	-	25.0	75.0	-
30代	56	-	-	-	-	1	10	45	-
	100.0	-	-	-	-	1.8	17.9	80.4	-
40代	66	-	-	-	1	2	12	51	-
	100.0	-	-	-	1.5	3.0	18.2	77.3	-
50代以上	95	-	-	-	-	7	18	70	-
	100.0	-	-	-	-	7.4	18.9	73.7	-
計	221	0	0	0	1	10	41	169	0
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.5	4.5	18.6	76.5	0.0

女性

	調査数	5時間以上	4時間程度	3時間程度	2時間程度	1時間程度	15~30分程度	ほとんどなし	無回答
20代	4	-	-	-	-	-	-	4	-
	100.0	-	-	-	-	-	-	100.0	-
30代	20	-	-	-	-	3	5	12	-
	100.0	-	-	-	-	15.0	25.0	60.0	-
40代	10	-	-	-	-	-	2	8	-
	100.0	-	-	-	-	-	20.0	80.0	-
50代以上	11	-	-	-	1	1	2	6	1
	100.0	-	-	-	9.1	9.1	18.2	54.5	9.1
計	45	0	0	0	1	4	9	30	1
	100.0	0.0	0.0	0.0	2.2	8.9	20.0	66.7	2.2