

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）
「食育における歯科口腔保健の推進のための研究」
令和5年度 分担研究報告書

咀嚼に関連した食行動指標に関するWeb調査結果

研究分担者	安藤雄一	国立保健医療科学院生涯健康研究部	特任研究官
研究協力者	岩崎正則	北海道大学大学院歯学研究院	教授
研究分担者	山本貴文	国立保健医療科学院生涯健康研究部	主任研究官
研究協力者	石川みどり	国立保健医療科学院生涯健康研究部	上席主任研究官
研究代表者	田野ルミ	国立保健医療科学院生涯健康研究部	上席主任研究官

研究要旨

【目的】

咀嚼に関連した食行動指標（「咀嚼関連食行動指標」）とその要因と予想される質問項目に食物摂取多様性スコアを加えた質問項目から成る Web 調査を行い、「咀嚼関連行動指標」の相互関連、食べる速さの要因分析、食品摂取多様性スコアと「咀嚼関連食行動指標」との関連等をみた。

【方法】

調査対象は Web 調査会社のモニターで、40・50・60・70 歳代の男女、計 8 層から 206 名ずつを無作為抽出した計 1,648 名を分析対象とした。調査は 2024 年 1 月 5～6 日に行われた。主要アウトカムは、政府統計として調査されている「咀嚼関連の食行動指標」（農水省・食育に関する意識調査による「ゆっくりよく噛んで食べているか」、厚労省・国民健康・栄養調査による食べる速さ（5 択）と主観的咀嚼評価（4 択））と食品摂取多様性スコアとし、これらに関連があると予想された食習慣・歯科的項目・体格・既往歴・生活習慣・基本属性を加えた計 25 項目について質問紙調査を行った。分析は、記述統計分析、「咀嚼関連行動指標」の相互関連、食べる速さの要因分析、食品摂取多様性スコアと「咀嚼関連行動指標」の関連について行った。

【結果および考察】

「咀嚼関連行動指標」の記述統計結果は、既存の政府統計との大きな差異は認められなかった。「咀嚼関連行動指標」相互の関連をみたところ、「ゆっくりよくかんで食べているか否か」は、「食べる速さ」とは強い関連を有していたが「咀嚼（食物をかんで食べる時の状態）」との関連は弱かった。食べる速さに関するロジスティック回帰分析と食品摂取多様性スコアと「咀嚼関連行動指標」とのクロス集計では、男性において噛めない状態では食べる速さが遅く食品摂取の多様性が損なわれることが示唆される結果が得られたが、女性ではそのような関連が認められなかった。

A. 目的

咀嚼に関連した食行動指標（以下「咀嚼関連食行動指標」という）は政府統計に用いられているものが多く、咀嚼（食物を噛めるか否か）、食べる速さ、味わい（味わって食べているか否か）の3つに大別される（表1）。これらのうち、国民健康・栄養調査による「かんで食べるときの状態」は健康日本21（第三次）¹⁾の目標値として、また食育に関する意識調査による「ゆっくりよくかんで食べていますか」は第4次食育推進基本計画²⁾の目標値として現在採用され、地方計画でも活用されている³⁾。

「咀嚼関連食行動指標」の中には、2つの要素が含まれている、いわゆるダブルバーレル質問⁴⁾も少なくなく、たとえば前述した「ゆっくりよくかんで食べていますか」には「食べる速さ」と「咀嚼」の2つの要素が含まれている。一般的にダブルバーレル質問は、（社会／質問紙）調査において好ましくないとされている⁴⁾が、この質問において2つの要素の関連度合いを検討した研究は殆どないと思われる。第4次食育推進基本計画では「ゆっくりよくかむ≡歯科口腔保健」と捉えられるような記述が散見される⁵⁾ので、この質問が2つの要素とどのように関連しているかを示す必要性は非常に高い。

「食べる速さ」については、速食いと肥満や糖尿病と高い関連を有していることが確認されている⁶⁻⁸⁾一方で、咀嚼機能の低下により食べる速さが遅くなる可能性も考えられるが、この点を検討した研究は殆どないと思われる。

「咀嚼関連食行動指標」における3つの要素について、お互いの関連を分析していくことは計画や施策の達成状況を評価する際の科学的基盤として重要であり、既存調査データを用いて分析することは、それぞれの指標となる質問がそれぞれの調査に散在していることから困難であり、調査設計の自由度が高いWeb調査が有用である。

そこで、我々は、「咀嚼関連食行動指標」とその要因となると予想される質問項目から成るWeb調査を企画したが、「咀嚼関連食行動指標」も食物・栄養摂取の一要素であることから、食物・栄養摂取を評価できる上位指標が必要であることから、食生活・栄養の分野で頻用されている食物摂取多様性スコア⁹⁾も加えることにした。

本報告では、Web調査の記述統計分析結果、「咀嚼関連行動指標」の相互関連、食べる速さの要因分析、食品摂取多様性スコアと「咀嚼関連食行動指標」との関連について報告する。

表1. 政府統計として調査されている「咀嚼関連食行動指標」の一覧

調査・事業名	調査年	質問	回答肢	分類			データ公表	本調査での使用
				咀嚼	食べる速さ	味わい		
国民健康・栄養調査	2004・2009・2013・2015・2017・2019	かんで食べるときの状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。	4択（何でもかんで食べることができる／一部かめない食べ物がある／かめない食べ物が多い／かんで食べることはできない）	○			e-Stat	○
	2011	何でもかんで食べることができる	2択：はい／いいえ	○				
国民生活基礎調査	1998～2022 (3年に1回：大規模調査時)	自覚症状に関する複数回答質問における42の選択枝の1つに「かみにくい」がある		○				
歯科疾患実態調査	2016・2022	歯・口腔に関する自覚症状に関する複数回答質問における		○				
特定健診・標準的な質問票	2018～	食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか	3択：何でもかんで食べることができる／歯や歯ぐき、かみ合わせなど気になる部分があり、かみにくいことがある／ほとんどかめない	○			NDBオープンデータ	
フレイル健診	2020～	半年前に比べて、固いものが噛みにくくなりましたか	2択：はい／いいえ	○			公表されていない？	○
国民健康・栄養調査	2009	食べる速さについて当てはまるものを1つ選んで○をつけてください	5択：かなり速い／速い／普通／遅い／かなり遅い		○		e-Stat	○
特定健診・標準的な質問票	2018～	人と比較して食べる速度が速い	3択：速い／ふつう／遅い		○		NDBオープンデータ	
国民健康・栄養調査	2011	よくかんで味わって食べている	2択：はい／いいえ	○		○	e-Stat	
	2015・2019	ゆっくりよくかんで食事をする	2択：はい／いいえ	○	○			
食育に関する意識調査 (内閣府、農水省)	2007～2023	あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか	4択：ゆっくりよく噛んで食べている／どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている／どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない／ゆっくりよく噛んで食べていない	○	○		農水省Webサイト	○
食の推進に関するアンケート調査 (国民編) (総務省)	2015	あなたは、ふだんの食生活において、よく噛んで味わって食べていますか	4択：そうしている／どちらかといえばそうしている／どちらかといえばそうしていない／そうしていない	○		○	総務省Webサイト	

B. 方法

1. 対象

Web 調査は(株)マクロミル社に委託し、同社モニタの 40 歳代・50 歳代・60 歳代・70 歳代の男女、計 8 層から 206 名ずつを無作為抽出した計 1,648 名を対象とした。

対象者の属性（在住都道府県・地域、未既婚、子供の有無、世帯年収、個人年収、職業）は、統計表 1 に示したとおりである。

2. 調査の実施

2024 年 1 月 5 日(金)の 20 時 57 分から調査を開始し、翌日の 19 時 13 分に終了した。

3. 調査内容（質問項目）（統計表1～2）

Web 調査で用いた質問項目について、主要アウトカムと説明変数に分けて述べる。

1) 主要アウトカム

主要アウトカムは、「咀嚼関連食行動指標」と食品摂取多様性スコアに大別される。

「咀嚼関連食行動指標」として本調査で用いたものは、表 1 の右端に◎で記した 3 質問で、統計表 2 の Q1・Q3・Q4 である。咀嚼については、Q5 として 8 食品をかむことができるか否かを質問した¹⁰⁾。

食品摂取多様性スコアは、スタンダードとして用いられている 10 食品の摂取頻度を用いた（統計表 2 の Q2）⁹⁾。

2) 説明変数

説明変数は、基本属性・食習慣・歯科的項目・既往歴・生活習慣に大別され、質問項目は以下の通りである。

① 基本属性

モニタ情報（マクロミル社から提供、統計表 1 を参照）

性、年齢階級、地域、子供の有無、世帯収入、職業

なお都道府県は分析には用いなかったが、参考として統計表 1 に記した。

質問（統計表 2 を参照）

Q23：最終学歴（5 区分）

Q24：婚姻状況（4 区分）

Q25：同居者（MA：8 サブ質問）

② 食習慣（統計表2を参照）

Q6：味わって食べているか^{11,12)}

Q7-1：お腹一杯食べている¹²⁾

Q7-2：あまりかまないで食べている¹²⁾

Q7-3：一口量が多い¹²⁾

Q7-4：食べ物を次から次へと口に入れて食べている¹²⁾

Q8：主食の重ね食べ¹³⁾

Q9：家族と一緒に食べているか（朝食・夕食）¹⁴⁾

Q10-1：就寝前の 2 時間以内に夕食をとる¹⁵⁾

Q10-2：朝食を抜くことが週に3回以上ある¹⁵⁾

Q11：間食や甘い飲み物の摂取¹⁵⁾

Q12. 主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度¹⁴⁾

③ 歯科的項目(統計表2を参照)

Q13：歯の数(智歯を含む)¹⁶⁾

Q14-1：義歯使用¹²⁾

Q14-2：放置したむし歯等の有無¹²⁾

Q14-3：歯や歯ぐきの痛み¹²⁾

Q14-4：左右両方の奥歯でかみしめ¹⁶⁾

Q14-5：半年前に比べて固いものが食べにくくなった¹⁶⁾

Q14-6：お茶や汁物等でむせることがある^{17,16)}

Q14-7：口の渇きが気になる^{17,16)}

Q14-8：普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがある¹⁷⁾

Q14-9：歯ぐきの病気にかかっているかもしれないと思う¹⁸⁾

Q14-10：歯医者あるいは歯科衛生士から「歯のまわりの骨が失われている」と言われたことがある¹⁸⁾

Q14-11：自然と歯がぐらつくようになったことがある¹⁸⁾

Q15：過去3ヵ月間の歯ぐきから血が出たことがあるか¹⁸⁾

Q16：歯科受診¹⁹⁾

④ 体格、既往歴、生活習慣(統計表2を参照)

Q17：身長と体重

Q18-1～3：薬剤服用(血圧を下げる薬、インスリン注射または血圧を下げる薬、コレステロールを下げる薬)¹⁵⁾

Q18-4～7：医師からの指摘または治療経験(脳卒中、心臓病、腎臓病・腎不全・人工透析、貧血)¹⁵⁾

Q19：喫煙習慣¹⁵⁾

Q20～21：飲酒習慣¹⁵⁾

Q22：運動習慣¹⁵⁾

4. 分析方法

以下の4つの分析を行った。

① 主要アウトカムの基礎統計量

前述した主要アウトカムについて、性・年齢階級別に基礎統計量を算出した。

② 「咀嚼関連食行動指標」の相互関連

3つの「咀嚼関連食行動指標」について相互の関連についてクロス集計を行った。

③ 食べる速さの要因分析

食べる速さ(5択)から二値化した以下の2変数を作成した。

速いか否か：1(かなり速い・やや速い)、0(ふつう・やや遅い・かなり遅い)

遅いか否か：1(かなり遅い・やや遅い)、0(ふつう・やや速い・かなり速い)

この2変数についてクロス集計し、 χ^2 検定によるp値が0.2未満だった変数を説明変

数として用いたロジスティック回帰を行った。分析は男女で層別して行った。

④ 食品多様性スコア(「咀嚼関連食行動指標」別)

食品摂取多様性スコアを各「咀嚼関連行動指標」別に算出した。

(倫理的配慮)

本調査は国立保健医療科学院の研究倫理審査委員会の承認を受けた(NIPH-IBRA#23024)。

C. 結果

1. 記述統計結果

「咀嚼関連食行動指標」の性・年齢階級別にみた分布を統計表 3 に示す。

「ゆっくりよくかんで食べている」割合は、男女ともに高齢層ほど高く、40～60歳代では女性が高かった

(図 1)。

「食べる速さ」は、男女ともに高齢層では速い人が少なく、男女による差はさほど大きなものではなかった

(図 2)。

「かんで食べる時の状態」は、男女ともに高齢層でかめないという回答が多かったが、男性で顕著であった

(図 3)。

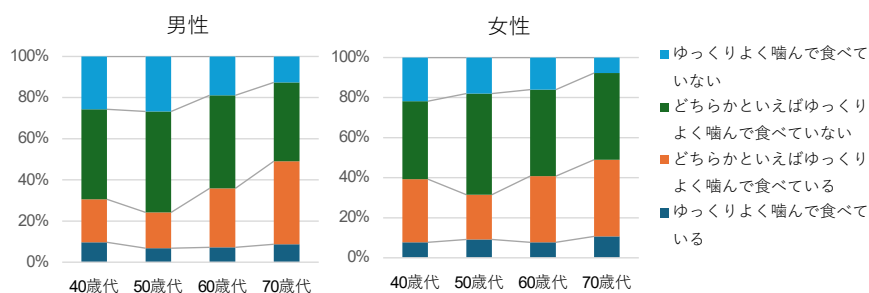


図 1. 「ゆっくりよくかんで食べていますか」の回答状況 (性・年齢階級別)

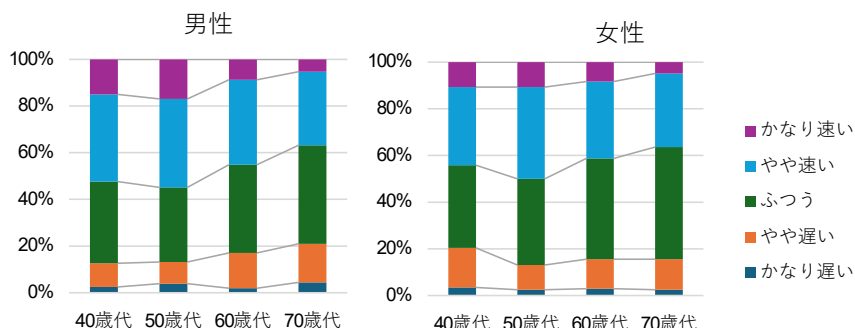


図 2. 「食べる速さ」の回答状況 (性・年齢階級別)

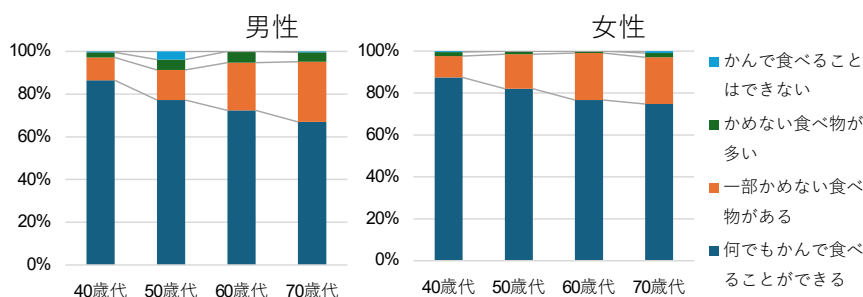


図 3. 「かんで食べる時の状態」の回答状況 (性・年齢階級別)

食品摂取多様性スコアにおける10食品の摂取頻度を統計表4に、平均値(標準偏差)を図4に示す。スコアの平均値は男女ともに高齢層ほど高値を示し、性別では女性が高値を示した。

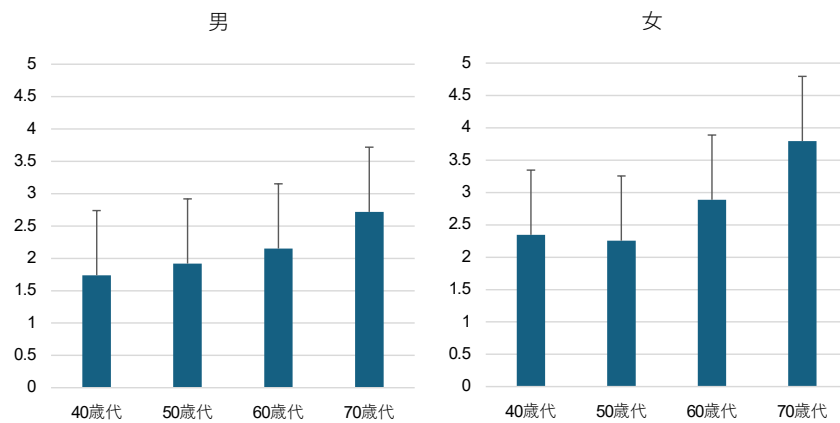


図4. 食品摂取多様性スコア (性・年齢階級別)

2. 「咀嚼関連食行動指標」の相互関連

図5に「食べる速さ」と「かんで食べる時の状態」のクロス集計結果を示す。「かんで食べる時の状態」は4区分の回答肢を「何でもかんで食べることができる」か否かの2区分とした。

男性では「それ以外」すなわち咀嚼不良者では食べる速さが遅い割合が高く、速い割合が少なかったが、女性ではそのような傾向が認められなかった。

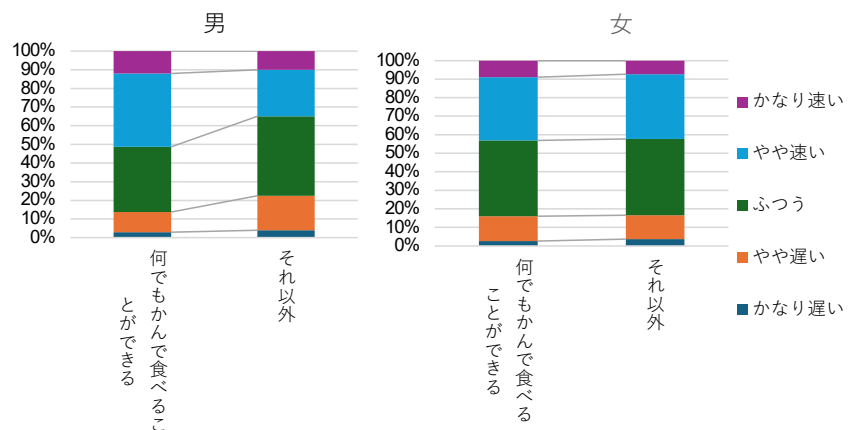


図5. 「食べる速さ」と「かんで食べる時の状態」の関連

図6に「食べる速さ」と「ゆっくりよくかんで食べているか」のクロス集計結果を示す。両者の間には強い関連が認められ、ゆっくりよくかんで食べている人ほど食べる速さが遅い割合が高く、ゆっくりよくかんでいない人ほど

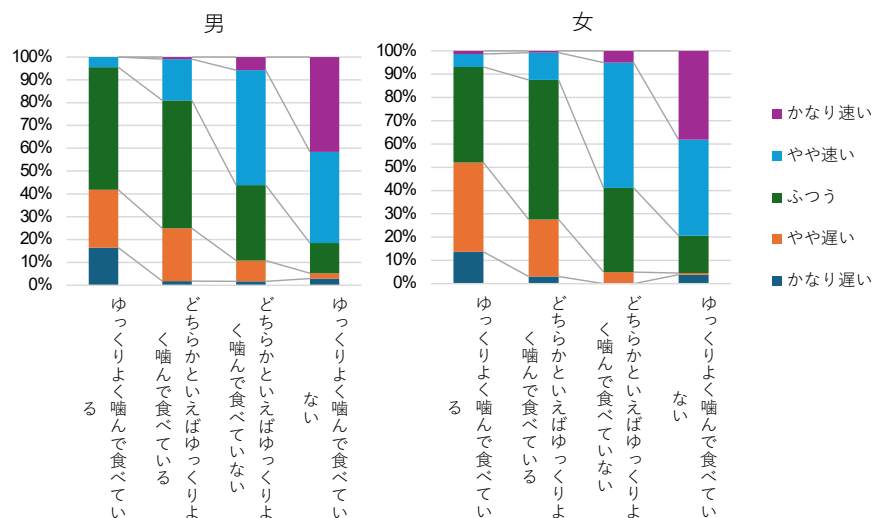


図6. 「食べる速さ」と「ゆっくりよくかんで食べているか」の関連

ど食べる速さが速い傾向が顕著であった。

図7に「ゆっくりよくかんで食べているか」と「かんで食べる時の状態」のクロス集計結果を示す。両者の間には明瞭な関連が認められなかった。

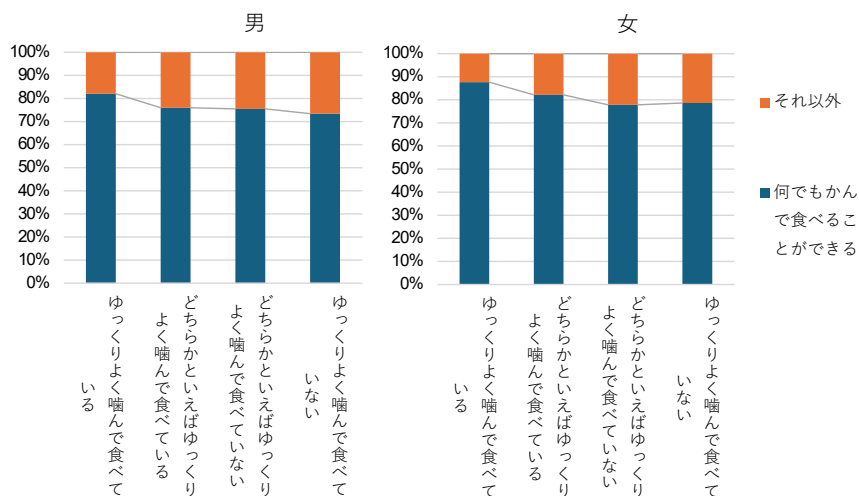


図7. 「ゆっくりよくかんで食べているか」と「かんで食べる時の状態」との関連

3. 食べる速さの要因分析

食べる速さ（5区分）を「B. 方法」－「4. 分析方法」の③で述べたように2通りに二値化し、以下、「速い」を「速食い」、「遅い」を「遅食い」と呼ぶ。

「速食い」であるか否か、「遅食い」であるか否かについてクロス集計を行った。「ゆっくりよくかんで食べているか否か」は食べる速さと非常に強い関連を示したので（図6）説明変数には用いなかった。

統計表5に男性の結果を、統計表6に女性の結果を示す。これらのうち、 χ^2 検定によるp値が0.2未満だった変数を説明変数として用いたロジスティック回帰分析の結果を表2に示す。

p<0.01で有意であった説明変数は以下の通りであった。

- ・咀嚼状況
 - 「噛める」人は「速食い」、「噛めない」人は「遅食い」（男のみ）
- ・食習慣（咀嚼状況以外）
 - 「味わって食べている」人は「遅食い」、「速食い」ではない（男のみ）
 - 「あまりかまわないで食べる」人は「速食い」で（男女とも）、「遅食い」が少ない（女のみ）。
 - 「一口量が多い」人は「速食い」で（男女とも）、「遅食い」が少ない（男のみ）。
 - 「食べ物を次から次へと口に入れて食べている」人は「速食い」で（男女とも）、「遅食い」が少ない（女のみ）。
 - 「口の渇きが気になる」人は「遅食い」（女のみ）。
- ・基本属性
 - 「子供あり」の人は「遅食い」（女のみ）。

表2. 食べる速さに関するロジスティック回帰分析結果 (有意な説明変数のみ)

分類	説明変数	回答肢 (三値以上)	遅い				速い				
			男		女		男		女		
			オッズ比	p値	オッズ比	p値	オッズ比	p値	オッズ比	p値	
基本属性	地域	北海道 (ref.)								1	
		東北地方								0.38	0.077
		関東地方								0.43	0.049
		中部地方								0.54	0.187
		近畿地方								0.45	0.078
		中国地方								0.32	0.045
		四国地方								0.30	0.082
		九州地方								0.53	0.208
	子供：有り		0.59	0.043	1.92	0.006			0.67	0.054	
	配偶者：いる				0.96	0.894	1.70	0.008			
食習慣	咀嚼状況：何でもかんで食べることができる		0.56	0.030			3.05	0.000			
	味わって食べているか	どちらかといえば味わって食べていない・味わって食べていない (ref.)	1.00		1.00		1.00		1.00		
		どちらかといえば味わって食べている	1.31	0.442	0.67	0.366	0.69	0.126	0.87	0.622	
		味わって食べている	3.42	0.002	1.15	0.763	0.30	0.000	0.56	0.084	
	お腹一杯食べている		1.07	0.753	0.85	0.461	0.79	0.203	1.53	0.024	
	あまりかまないで食べている		0.69	0.157	0.27	0.000	2.87	0.000	3.91	0.000	
	一口量が多い		0.41	0.003	0.76	0.405	2.61	0.000	2.40	0.000	
	食べ物を次から次へと口に入れて食べている		0.70	0.171	0.46	0.009	1.93	0.001	3.33	0.000	
	間食や甘い飲み物の摂取	毎日 (ref.)			1.00		1.00		1.00		
		時々			0.99	0.979	1.22	0.345	0.90	0.576	
ほとんど摂取しない				1.52	0.152	0.90	0.668	0.56	0.038		
歯科的項目	お茶や汁物等でむせることがある		1.65	0.032							
	口の渴きが気になる				1.91	0.006			0.78	0.254	
	言葉をはっきりと発音できないことがある		1.48	0.124			0.65	0.044			
既往歴	医師から、貧血といわれたことがある				1.69	0.030					
N			824		824		824		824		
Pseudo R ²			0.1312		0.1583		0.2236		0.274		

4. 食品多様性スコアと「咀嚼関連食行動指標」の関連

表3に「咀嚼関連食行動指標」別にみた食品摂取多様性スコアのクロス集計結果を示す。食品摂取多様性スコアと強い関連を示したのは、男性では咀嚼状況、女性では「ゆっくりよくかんでいるか否か」で、男性では咀嚼良好者が、女性では「どちらかといえば」も含めて「ゆっくりよくかんで食べている」人が多様な食品を摂取していた。男性では「ゆっくりよくかんでいるか否か」について弱い関連ながらも女性と似た傾向が認められた。

表3. 「咀嚼関連行動指標」別にみた食品摂取多様性スコア

主要アウトカム（咀嚼関連食行動指標）		男				女			
		平均	SD	N	p値（一元配置分散分析）	平均	SD	N	p値（一元配置分散分析）
ゆっくり よく噛んで 食べて いるか	ゆっくりよく噛んで食べている	2.61	2.34	67	0.041	2.99	2.00	73	0.002
	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	2.31	2.04	221		3.19	2.16	258	
	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	1.99	1.89	363		2.73	1.97	362	
	ゆっくりよく噛んで食べていない	2.00	1.92	173		2.26	2.03	131	
食べる速 さ	かなり遅い	2.04	2.01	26	0.989	2.70	2.10	23	0.487
	やや遅い	2.08	2.09	105		2.91	1.99	110	
	ふつう	2.17	1.98	303		2.94	2.10	337	
	やや速い	2.11	1.86	295		2.74	2.05	283	
	かなり速い	2.18	2.25	95		2.51	2.08	71	
咀嚼状況	「何でもかんで食べることができる」以外	1.77	1.81	200	0.003	2.60	2.15	163	0.118
	何でもかんで食べることができる	2.25	2.02	624		2.88	2.04	661	
Total		2.13	1.98	824		2.82	2.07	824	

D. 考察

「咀嚼関連行動指標」として用いた3指標について、同様の質問が用いられている政府統計の結果²⁰⁻²²⁾と比較したところ、3指標ともに大きな差異は認められなかった。よって、本Web調査は一般性という面で大きな支障を有するものではないと考えられた。

この3指標の相互関連をみたところ、「ゆっくりよくかんで食べているか否か」は、「食べる速さ」とは強い関連を有していた（図6）ものの「咀嚼（食物をかんで食べる時の状態）」との関連は弱いことが示され（図7）、質問中の2要素のうち「ゆっくり」は「食べる速さ」を反映したものと言える反面、「よくかんで」は「咀嚼」を反映していないことが示された。

また、「咀嚼」と「食べる速さ」の関連をみたところ、男性では噛めなくなると食べる速さが遅くなることが示唆される結果であったが、女性ではこうした関連は認められなかった（図5）。

こうした男女による「咀嚼」と「食べる速さ」の関連の違いは、「食べる速さ」の要因に関するロジスティック回帰分析（表2）と、食品摂取多様性スコアと「咀嚼関連行動指標」とのクロス集計結果（表3）においても認められた。前者では男性でのみ「噛めない」と「遅食い」との関連が有意で噛めなくなると食べる速さが遅くなることが示唆され、後者では男性でのみ食品摂取多様性スコアが「咀嚼」と有意で噛めなくなると食品摂取の多様性が損なわれることを示唆された。

Web調査は、調査設計の自由度が大きいため、多くの質問を取り入れることができるという利点があるが、こうした優位性により、男女による咀嚼が食生活に与える影響の差異について手がかりを見出すことができたように思われる。

今後、更に分析を進めていきたい。

E. 文献

- 1) 厚生労働省. 健康日本 21 (第三次).
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/kenkounippou21_00006.html (2024年5月20日アクセス)
- 2) 農林水産省. 食育の推進. <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/index.html> (2024年5月20日アクセス)
- 3) 黒谷佳代、金田泰江、大淵智美、瀧本秀美. 都道府県職員推進計画の特徴：具体的目標の分析から. 日本公衛誌 2019 ; 66(12) : 756-766.
- 4) ウィキペディア. ダブルバーレル質問. <https://ja.wikipedia.org/>. 最終更新 2023年10月20日 (金) 07:14. (2024年5月20日アクセス)
- 5) 令和5年度厚生労働科学研究費補助金「食育における歯科口腔保健の推進のための研究」班. 「食育における歯科口腔保健の推進」を図っていくための提案.
<https://www.niph.go.jp/soshiki/koku/oralhealth/ohps/main/teian.pdf>
- 6) 佐々木敏. 食べる速さと肥満 疫学研究による知見. 肥満研究 2019 ; 25(1) : 21-25.
- 7) 橋本泰央、小玉麻由佳、上田由喜子、小塩真司. 食べる速さとBMIに関するメタ分析. 厚生指標 2021 ; 68(7) : 12-20.
- 8) Kudo A, Asahi K, Satoh H, Iseki K, Moriyama T, Yamagata K, Tsuruya K, Fujimoto , Narita I, K, Kondo M, Shibagaki Y, Kasahara M, Watanabe T, Shimabukuro M. Fast eating is a strong risk factor for new-onset diabetes among the Japanese general population. Sci Rep. 2019 ;9(1):8210. doi: 10.1038/s41598-019-44477-9.
- 9) 熊谷 修、渡辺修一郎、柴田 博、他. 地域在宅高齢者における食品摂取の多様性と高次生活機能低下の関連. 日本公衆衛生雑誌 2003; 50: 1117-1124
- 10) 富永一道、安藤雄一. 咀嚼能力の評価における主観的評価と客観的評価の関係. 口衛誌 2007 ; 57(3) : 166-175.
- 11) Maruyama K. et al. The joint impact on being overweight of self reported behaviours of eating quickly and eating until full: cross sectional survey. BMJ. 2008; 337: a2002. doi: 10.1136/bmj.a2002.
- 12) 咀嚼支援のページ. 咀嚼指導マニュアル.
<https://www.niph.go.jp/soshiki/koku/kk/sosyaku/manual.html>.
- 13) 岩崎正則、福原正代、大田祐子、藤澤律子、角田聡子、片岡正太、茂山博代、正木千尋、安細敏弘、細川隆司. 日本人男性労働者における主食の重ね食べと歯周病の関連についての横断研究. 口腔衛生会誌 2023 ; 73(1): 42-50.
- 14) 農林水産省. 食育に関する意識調査. <https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki.html>
- 15) 厚生労働省. 標準的な健診・保健指導プログラム【平成30年度版】.
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000194155.html>
- 16) 厚生労働省. 国民健康・栄養調査.
https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyuu_chousa.html
- 17) (一社)日本老年医学会、(一社)日本老年歯科医学会、(一社)日本サルコペニア・フレイル学会. オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント. 老年歯科医学

- 2024 ; 38(suppl.) : 86-96.
- 18) Iwasaki M, Usui M, Ariyoshi W, Nakashima K, Nagai-Yoshioka Y, Inoue M, Kobayashi K, Borgnakke WS, Taylor GW, Nishihara T. Validation of a self-report questionnaire for periodontitis in a Japanese population. *Sci Rep* 2021;11(1) :15078. doi: 10.1038/s41598-021-93965-4.
 - 19) 安藤雄一、石田智洋、深井稜博、大山 篤. Web 調査による定期歯科受診の全国的概況. *口腔衛生学会雑誌* 2012 ; 62(1) : 41-52.
 - 20) 農林水産省. 食育に関する意識調査報告書 (令和 6 年 3 月 農林水産省).
<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki.html>
 - 21) 厚生労働省. 平成 21 年国民健康・栄養調査報告.
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/h21-houkoku.html>
 - 22) 厚生労働省. 令和元年国民健康・栄養調査報告.
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/eiyou/r1-houkoku_00002.html

F. 研究発表

1. 論文発表

なし

2. 学会発表

なし

G. 知的財産権の出願・登録状況

該当なし

都道府県

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	北海道	78	4.7
2	青森県	11	0.7
3	岩手県	11	0.7
4	宮城県	30	1.8
5	秋田県	13	0.8
6	山形県	7	0.4
7	福島県	20	1.2
8	茨城県	37	2.2
9	栃木県	26	1.6
10	群馬県	16	1.0
11	埼玉県	117	7.1
12	千葉県	93	5.6
13	東京都	228	13.8
14	神奈川県	150	9.1
15	新潟県	14	0.8
16	富山県	4	0.2
17	石川県	5	0.3
18	福井県	3	0.2
19	山梨県	6	0.4
20	長野県	9	0.5
21	岐阜県	22	1.3
22	静岡県	40	2.4
23	愛知県	115	7.0
24	三重県	25	1.5
25	滋賀県	12	0.7
26	京都府	34	2.1
27	大阪府	130	7.9
28	兵庫県	86	5.2
29	奈良県	25	1.5
30	和歌山県	8	0.5
31	鳥取県	6	0.4
32	島根県	7	0.4
33	岡山県	25	1.5
34	広島県	32	1.9
35	山口県	10	0.6
36	徳島県	10	0.6
37	香川県	20	1.2
38	愛媛県	17	1.0
39	高知県	7	0.4
40	福岡県	68	4.1
41	佐賀県	6	0.4
42	長崎県	11	0.7
43	熊本県	9	0.5
44	大分県	10	0.6
45	宮崎県	11	0.7
46	鹿児島県	13	0.8
47	沖縄県	11	0.7

地域

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	北海道	78	4.7
2	東北地方	92	5.6
3	関東地方	667	40.5
4	中部地方	243	14.7
5	近畿地方	295	17.9
6	中国地方	80	4.9
7	四国地方	54	3.3
8	九州地方	139	8.4

未既婚

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	未既婚	510	30.9
2	既婚	1138	69.1

子供の有無

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	子供なし	511	31.0
2	子供あり	1137	69.0

世帯年収

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	200万未満	142	8.6
2	200～400万未満	367	22.3
3	400～600万未満	304	18.4
4	600～800万未満	201	12.2
5	800～1000万未満	111	6.7
6	1000～1200万未満	76	4.6
7	1200～1500万未満	43	2.6
8	1500～2000万未満	19	1.2
9	2000万円以上	11	0.7
10	わからない	212	12.9
	無回答	162	9.8

個人年収

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	200万未満	568	34.5
2	200～400万未満	364	22.1
3	400～600万未満	231	14.0
4	600～800万未満	96	5.8
5	800～1000万未満	48	2.9
6	1000～1200万未満	25	1.5
7	1200～1500万未満	5	0.3
8	1500～2000万未満	3	0.2
9	2000万円以上	2	0.1
10	わからない	146	8.9
	無回答	160	9.7

職業

単一回答		n	%	n	%	(再掲)
	全体	(1648)		(1648)		
1	公務員	38	2.3	1365	82.8	職あり
2	経営者・役員	28	1.7			
3	会社員(事務系)	191	11.6			
4	会社員(技術系)	151	9.2			
5	会社員(その他)	182	11.0			
6	自営業	89	5.4			
7	自由業	34	2.1			
8	専業主婦(主夫)	348	21.1			
9	パート・アルバイト	248	15.0			
10	学生	1	0.1			
11	その他	55	3.3			
12	無職	283	17.2	283	17.2	無職

統計表2. 全質問の回答状況（全数：N=1648） 1/6

Q1 あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べていますか。

単一回答		n	%
全体		(1648)	
1	ゆっくりよく噛んで食べている	140	8.5
2	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	479	29.1
3	どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	725	44.0
4	ゆっくりよく噛んで食べていない	304	18.4

Q2 以下の各食品について、どのくらいの頻度で食べていますか？
ここ1週間ぐらいの状況についてお答えください。

単一回答マトリクス		1	2	3	4
		ほとんど毎日	2日に1回	1週間に1~2回	ほとんど食べない
1	魚介類	(1648) 102 6.2	370 22.5	952 57.8	224 13.6
2	肉類	(1648) 343 20.8	684 41.5	552 33.5	69 4.2
3	卵	(1648) 563 34.2	498 30.2	502 30.5	85 5.2
4	牛乳	(1648) 631 38.3	141 8.6	274 16.6	602 36.5
5	大豆・大豆製品	(1648) 503 30.5	369 22.4	601 36.5	175 10.6
6	緑黄色野菜類	(1648) 737 44.7	446 27.1	373 22.6	92 5.6
7	海藻類	(1648) 200 12.1	286 17.4	783 47.5	379 23.0
8	いも類	(1648) 79 4.8	258 15.7	959 58.2	352 21.4
9	果実類	(1648) 450 27.3	227 13.8	531 32.2	440 26.7
10	油脂類	(1648) 473 28.7	447 27.1	526 31.9	202 12.3

Q3 食べる速さについて、あてはまるものを1つ選んでください。

単一回答		n	%
全体		(1648)	
1	かなり遅い	49	3.0
2	やや遅い	215	13.0
3	ふつう	640	38.8
4	やや速い	578	35.1
5	かなり速い	166	10.1

Q4 かんで食べる時の状態について、あてはまるものを1つお選びください。

単一回答		n	%
全体		(1648)	
1	何でもかんで食べることができる	1285	78.0
2	一部かめない食べ物がある	302	18.3
3	かめない食べ物が多い	48	2.9
4	かんで食べることはできない	13	0.8

Q5 以下の食品をかむことができますか。
単一回答マトリクス

		1		2		
		全体	かめる	かめない		
1	スルメ	(1648)	1448 87.9	200 12.1		
2	タクアン	(1648)	1590 96.5	58 3.5		
3	固焼きせんべい	(1648)	1450 88.0	198 12.0		
4	人参（生）	(1648)	1502 91.1	146 8.9		
5	牛肉（煮る）	(1648)	1619 98.2	29 1.8		
6	イカタコ（ゆで）	(1648)	1566 95.0	82 5.0		
7	大根（生）	(1648)	1554 94.3	94 5.7		
8	キュウリ	(1648)	1619 98.2	29 1.8		

Q6 あなたは、ふだんの食生活において、味わって食べていますか。
単一回答

		n	%
全体		(1648)	
1	味わって食べている	479	29.1
2	どちらかといえば味わって食べている	905	54.9
3	どちらかといえば味わって食べていない	234	14.2
4	味わって食べていない	30	1.8

Q7 食べ方についてお尋ねします。
以下の質問についてあてはまるものを1つ選んでください。

単一回答マトリクス

		1		2		
		全体	はい	いいえ		
1	お腹いっぱいになるまで食べますか	(1648)	886 53.8	762 46.2		
2	あまり噛まないで食べる人が多いですか	(1648)	700 42.5	948 57.5		
3	一口量が多いほうだと思いますか（ロー杯に類張って食べますか）	(1648)	509 30.9	1139 69.1		
4	食事の時は食べ物を次から次へと口に入れて食べていますか	(1648)	665 40.4	983 59.6		

Q8 「主食の重ね食べ」※をしますか。最も近いものをお答えください。
※「主食の重ね食べ」とは、ラーメンとご飯のセット、うどんとかやくご飯のセットなど複数の炭水化物と一緒に食べることを指します。

単一回答

		n	%
全体		(1648)	
1	よくする（目安：1日1食以上）	77	4.7
2	たまにする（目安：週1～6食）	455	27.6
3	あまりしない（目安：週1食未満）	734	44.5
4	全くしない	382	23.2

Q9 あなたは、家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。
単一回答マトリクス

		1		2		3		4		5	
		全体	ほとんど毎日	週に4～5日	週に2～3日	週に1日程度	ほとんどない				
1	朝食	(1648)	682 41.4	64 3.9	125 7.6	84 5.1	693 42.1				
2	夕食	(1648)	1016 61.7	115 7.0	115 7.0	42 2.5	360 21.8				

Q10 それぞれの項目について、あてはまるものを1つ選んでください。
単一回答マトリクス

		全体	1 はい	2 いいえ
1	就寝前の 2 時間以内に夕食をとることが週に 3 回以上ある	(1648)	315 19.1	1333 80.9
2	朝食を抜くことが週に 3 回以上ある	(1648)	320 19.4	1328 80.6

Q11 朝昼夕の 3 食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。
単一回答

	n	%
全体	(1648)	
1 毎日	557	33.8
2 時々	743	45.1
3 ほとんど摂取しない	348	21.1

Q12 主食（ごはん、パン、麺など）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理）・副菜（野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理）を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

※「主食」とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるものです。
「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。
「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 ほぼ毎日	599	36.3
2 週に4~5日	400	24.3
3 週に2~3日	374	22.7
4 ほとんどない	275	16.7

Q13 自分の歯※は何本ありますか。
※自分の歯には、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。
差し歯は含みます。

平均値	23.12
標準偏差	7.93
最小値	0
第1四分位	20
中央値（第2四分位）	26
第3四分位	28
最大値	32

Q14 歯や口の状態についてお尋ねします。
以下の質問についてあてはまるものを1つ選んでください。

単一回答マトリクス			1	2
		全体	はい	いいえ
1	入れ歯（取り外しのできるもの）を使用している	(1648)	280 17.0	1368 83.0
2	放置したむし歯やかぶせものが取れたままの歯がある	(1648)	220 13.3	1428 86.7
3	歯や歯ぐきに痛みがある	(1648)	213 12.9	1435 87.1
4	左右両方の奥歯でかみしめられる	(1648)	1208 73.3	440 26.7
5	半年前に比べて固いものが食べにくくなった	(1648)	358 21.7	1290 78.3
6	お茶や汁物等でむせることがある	(1648)	390 23.7	1258 76.3
7	口の渴きが気になる	(1648)	452 27.4	1196 72.6
8	普段の会話で言葉をはっきりと発音できないことがある	(1648)	269 16.3	1379 83.7
9	歯ぐきの病気にかかっているかもしれないと思う	(1648)	469 28.5	1179 71.5
10	歯医者あるいは歯科衛生士から「歯のまわりの骨が失われている」と言われたことがある	(1648)	186 11.3	1462 88.7
11	自然と歯がぐらつくようになったことがある（怪我によるものは除きます）	(1648)	366 22.2	1282 77.8

Q15 過去3カ月間で、歯ぐきから血が出たことはありますか。

単一回答		n	%
全体		(1648)	
1	いつも	28	1.7
2	しばしば	87	5.3
3	ときどき	420	25.5
4	ほとんどない	644	39.1
5	まったくない	469	28.5

Q16 最後に歯科医院を受診したのはいつ頃ですか。

単一回答		n	%
全体		(1648)	
1	1カ月以内	387	23.5
2	3カ月以内	351	21.3
3	半年以内	208	12.6
4	1年以内	175	10.6
5	2年以内	127	7.7
6	3年以内	76	4.6
7	5年以内	80	4.9
8	5年より前	221	13.4
9	歯科医院を受診したことはない	23	1.4

Q17 あなたの身長と体重（小数点以下を四捨五入した整数値）をご記入ください。

	身長	体重
平均値	163.13	59.95
標準偏差	9.33	12.34
最小値	18	7
第1四分位	156	50
中央値（第2四分位）	163	59
第3四分位	170	68
最大値	186	115

Q18 それぞれの項目について、あてはまるものを1つ選んでください。

単一回答マトリクス		全体	1 はい	2 いいえ
1	a. 血圧を下げる薬	(1648)	376 22.8	1272 77.2
2	b. インスリン注射または血圧を下げる薬	(1648)	55 3.3	1593 96.7
3	c. コレステロールを下げる薬	(1648)	313 19.0	1335 81.0
4	医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっていると いわれたり、治療を受けたことがありますか	(1648)	49 3.0	1599 97.0
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっていると いわれたり、治療を受けたことがありますか	(1648)	78 4.7	1570 95.3
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっていると いわれたり、治療（人工透析）を受けていますか	(1648)	18 1.1	1630 98.9
7	医師から、貧血といわれたことがある	(1648)	223 13.5	1425 86.5

Q19 現在、たばこを習慣的に吸っている。

※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者であり、最近1ヶ月間も吸っている者

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 はい	320	19.4
2 いいえ	1328	80.6

Q20 お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 毎日	433	26.3
2 時々	474	28.8
3 ほとんど飲まない（飲めない）	741	45.0

Q21 飲酒日の1日当たりの飲酒量

日本酒1合（180ml）の目安：ビール500ml、焼酎（25度・110ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 1合未満	1133	68.8
2 1～2合未満	319	19.4
3 2～3合未満	127	7.7
4 3合以上	69	4.2

Q22 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 はい	507	30.8
2 いいえ	1141	69.2

Q23 あなたの最終学歴を教えてください。

単一回答	n	%
全体	(1648)	
1 中学校	38	2.3
2 高校	542	32.9
3 専門学校・短大・高専	407	24.7
4 大学・大学院	649	39.4
5 その他	5	0.3
6 分からない	7	0.4

Q24 あなたは現在、結婚していますか。

単一回答		n	%
	全体	(1648)	
1	配偶者がいる	1118	67.8
2	結婚して、死別した	55	3.3
3	結婚して、離婚した	175	10.6
4	結婚はしたことがない	300	18.2

Q25 あなたが現在同居されている方をすべてお選びください。

複数回答		n	%
	全体	(1648)	
1	配偶者	1087	66.0
2	子供	612	37.1
3	子供の配偶者	19	1.2
4	孫	36	2.2
5	父母（あなた・配偶者の）	253	15.4
6	祖父母（あなた・配偶者の）	3	0.2
7	兄弟姉妹（あなた・配偶者の）	56	3.4
8	その他	19	1.2
9	同居している人はいない	291	17.7

統計表3. 「咀嚼関連の食行動指標」の性・年齢階級別分布

	質問	回答肢	男性					女性					計					
			40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	
回答者数	Q1	あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べている	20	14	15	18	67	16	19	16	22	73	36	33	31	40	140	
		どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	43	36	59	83	221	65	46	68	79	258	108	82	127	162	479	
		どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	90	101	93	79	363	80	104	89	89	362	170	205	182	168	725	
		ゆっくりよく噛んで食べていない	53	55	39	26	173	45	37	33	16	131	98	92	72	42	304	
	Q3	食べる速さについて、あてはまるものを1つ選んでください。	かなり遅い	5	8	4	9	26	7	5	6	5	23	12	13	10	14	49
		やや遅い	21	19	31	34	105	35	22	26	27	110	56	41	57	61	215	
		ふつう	72	66	78	87	303	73	76	89	99	337	145	142	167	186	640	
		やや速い	77	78	75	65	295	69	81	68	65	283	146	159	143	130	578	
		かなり速い	31	35	18	11	95	22	22	17	10	71	53	57	35	21	166	
	Q4	かんで食べる時の状態について、あてはまるものを1つお選びください。	何でもかんで食べることができる	178	159	149	138	624	180	169	158	154	661	358	328	307	292	1,285
		一部かめない食べ物がある	22	29	46	58	155	21	34	46	46	147	43	63	92	104	302	
		かめない食べ物が多い	5	10	11	9	35	4	3	2	4	13	9	13	13	13	48	
かんで食べることはできない		1	8	0	1	10	1	0	0	2	3	2	8	0	3	13		
%	Q1	あなたは、ふだんゆっくりよく噛んで食べている	10%	7%	7%	9%	8%	8%	9%	8%	11%	9%	9%	8%	8%	10%	8%	
		どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている	21%	17%	29%	40%	27%	32%	22%	33%	38%	31%	26%	20%	31%	39%	29%	
		どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない	44%	49%	45%	38%	44%	39%	50%	43%	43%	44%	41%	50%	44%	41%	44%	
		ゆっくりよく噛んで食べていない	26%	27%	19%	13%	21%	22%	18%	16%	8%	16%	24%	22%	17%	10%	18%	
	Q3	食べる速さについて、あてはまるものを1つ選んでください。	かなり遅い	2%	4%	2%	4%	3%	3%	2%	3%	2%	3%	3%	3%	2%	3%	3%
		やや遅い	10%	9%	15%	17%	13%	17%	11%	13%	13%	13%	14%	10%	14%	15%	13%	
		ふつう	35%	32%	38%	42%	37%	35%	37%	43%	48%	41%	35%	34%	41%	45%	39%	
		やや速い	37%	38%	36%	32%	36%	33%	39%	33%	32%	34%	35%	39%	35%	32%	35%	
		かなり速い	15%	17%	9%	5%	12%	11%	11%	8%	5%	9%	13%	14%	8%	5%	10%	
	Q4	かんで食べる時の状態について、あてはまるものを1つお選びください。	何でもかんで食べることができる	86%	77%	72%	67%	76%	87%	82%	77%	75%	80%	87%	80%	75%	71%	78%
		一部かめない食べ物がある	11%	14%	22%	28%	19%	10%	17%	22%	22%	18%	10%	15%	22%	25%	18%	
		かめない食べ物が多い	2%	5%	5%	4%	4%	2%	1%	1%	2%	2%	2%	3%	3%	3%	3%	
かんで食べることはできない		0%	4%	0%	0%	1%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	2%	0%	1%	1%		
対象者数			206	206	206	206	824	206	206	206	206	824	412	412	412	412	1,648	

統計表 4. 食品摂取多様性スコア (10食品の摂取頻度) 1/2

	質問	回答肢	男性					女性					計					
			40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	
回答者数	Q2-1	魚介類	ほとんど毎日	9	10	17	20	56	6	4	14	22	46	15	14	31	42	102
			2日に1回	44	32	47	61	184	37	37	52	60	186	81	69	99	121	370
			1週間に1~2回	124	123	117	116	480	129	122	111	110	472	253	245	228	226	952
			ほとんど食べない	29	41	25	9	104	34	43	29	14	120	63	84	54	23	224
	Q2-2	肉類	ほとんど毎日	49	42	26	29	146	69	49	41	38	197	118	91	67	67	343
			2日に1回	93	76	87	86	342	87	98	74	83	342	180	174	161	169	684
			1週間に1~2回	60	79	80	84	303	44	48	76	81	249	104	127	156	165	552
			ほとんど食べない	4	9	13	7	33	6	11	15	4	36	10	20	28	11	69
	Q2-3	卵	ほとんど毎日	56	64	69	85	274	73	56	65	95	289	129	120	134	180	563
			2日に1回	72	52	56	69	249	62	60	63	64	249	134	112	119	133	498
			1週間に1~2回	68	72	64	44	248	66	79	65	44	254	134	151	129	88	502
			ほとんど食べない	10	18	17	8	53	5	11	13	3	32	15	29	30	11	85
	Q2-4	牛乳	ほとんど毎日	43	62	72	93	270	63	72	105	121	361	106	134	177	214	631
			2日に1回	25	14	13	14	66	17	21	15	22	75	42	35	28	36	141
			1週間に1~2回	48	30	34	36	148	40	30	26	30	126	88	60	60	66	274
			ほとんど食べない	90	100	87	63	340	86	83	60	33	262	176	183	147	96	602
	Q2-5	大豆・大豆製品	ほとんど毎日	45	44	60	61	210	60	59	74	100	293	105	103	134	161	503
			2日に1回	51	46	30	58	185	57	41	40	46	184	108	87	70	104	369
			1週間に1~2回	80	89	81	68	318	70	87	77	49	283	150	176	158	117	601
			ほとんど食べない	30	27	35	19	111	19	19	15	11	64	49	46	50	30	175
	Q2-6	緑黄色野菜類	ほとんど毎日	59	76	84	111	330	89	81	95	142	407	148	157	179	253	737
			2日に1回	68	53	51	42	214	62	57	70	43	232	130	110	121	85	446
			1週間に1~2回	60	55	54	46	215	42	61	36	19	158	102	116	90	65	373
			ほとんど食べない	19	22	17	7	65	13	7	5	2	27	32	29	22	9	92
	Q2-7	海藻類	ほとんど毎日	15	12	24	30	81	21	25	30	43	119	36	37	54	73	200
			2日に1回	32	27	36	41	136	37	27	41	45	150	69	54	77	86	286
			1週間に1~2回	98	113	88	94	393	95	106	100	89	390	193	219	188	183	783
			ほとんど食べない	61	54	58	41	214	53	48	35	29	165	114	102	93	70	379
	Q2-8	いも類	ほとんど毎日	9	7	8	11	35	10	5	13	16	44	19	12	21	27	79
			2日に1回	40	24	29	34	127	32	31	22	46	131	72	55	51	80	258
			1週間に1~2回	110	115	108	118	451	122	130	130	126	508	232	245	238	244	959
			ほとんど食べない	47	60	61	43	211	42	40	41	18	141	89	100	102	61	352
	Q2-9	果実類	ほとんど毎日	24	23	43	74	164	32	49	85	120	286	56	72	128	194	450
			2日に1回	22	28	34	33	117	29	30	30	21	110	51	58	64	54	227
			1週間に1~2回	78	76	68	65	287	74	62	60	48	244	152	138	128	113	531
			ほとんど食べない	82	79	61	34	256	71	65	31	17	184	153	144	92	51	440
	Q2-10	油脂類	ほとんど毎日	49	55	40	46	190	60	65	73	85	283	109	120	113	131	473
			2日に1回	64	49	58	66	237	58	54	48	50	210	122	103	106	116	447
			1週間に1~2回	60	67	72	76	275	67	63	60	61	251	127	130	132	137	526
			ほとんど食べない	33	35	36	18	122	21	24	25	10	80	54	59	61	28	202

統計表 4. 食品摂取多様性スコア（10食品の摂取頻度） 2/2

質問	回答肢	男性					女性					計					
		40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	Total	
Q2-1	魚介類	ほとんど毎日	4%	5%	8%	10%	7%	3%	2%	7%	11%	6%	4%	3%	8%	10%	6%
		2日に1回	21%	16%	23%	30%	22%	18%	18%	25%	29%	23%	20%	17%	24%	29%	22%
		1週間に1～2回	60%	60%	57%	56%	58%	63%	59%	54%	53%	57%	61%	59%	55%	55%	58%
		ほとんど食べない	14%	20%	12%	4%	13%	17%	21%	14%	7%	15%	15%	20%	13%	6%	14%
Q2-2	肉類	ほとんど毎日	24%	20%	13%	14%	18%	33%	24%	20%	18%	24%	29%	22%	16%	16%	21%
		2日に1回	45%	37%	42%	42%	42%	42%	48%	36%	40%	42%	44%	42%	39%	41%	42%
		1週間に1～2回	29%	38%	39%	41%	37%	21%	23%	37%	39%	30%	25%	31%	38%	40%	33%
		ほとんど食べない	2%	4%	6%	3%	4%	3%	5%	7%	2%	4%	2%	5%	7%	3%	4%
Q2-3	卵	ほとんど毎日	27%	31%	33%	41%	33%	35%	27%	32%	46%	35%	31%	29%	33%	44%	34%
		2日に1回	35%	25%	27%	33%	30%	30%	29%	31%	31%	30%	33%	27%	29%	32%	30%
		1週間に1～2回	33%	35%	31%	21%	30%	32%	38%	32%	21%	31%	33%	37%	31%	21%	30%
		ほとんど食べない	5%	9%	8%	4%	6%	2%	5%	6%	1%	4%	4%	7%	7%	3%	5%
Q2-4	牛乳	ほとんど毎日	21%	30%	35%	45%	33%	31%	35%	51%	59%	44%	26%	33%	43%	52%	38%
		2日に1回	12%	7%	6%	7%	8%	8%	10%	7%	11%	9%	10%	8%	7%	9%	9%
		1週間に1～2回	23%	15%	17%	17%	18%	19%	15%	13%	15%	15%	21%	15%	15%	16%	17%
		ほとんど食べない	44%	49%	42%	31%	41%	42%	40%	29%	16%	32%	43%	44%	36%	23%	37%
Q2-5	大豆・大豆製品	ほとんど毎日	22%	21%	29%	30%	25%	29%	29%	36%	49%	36%	25%	25%	33%	39%	31%
		2日に1回	25%	22%	15%	28%	22%	28%	20%	19%	22%	22%	26%	21%	17%	25%	22%
		1週間に1～2回	39%	43%	39%	33%	39%	34%	42%	37%	24%	34%	36%	43%	38%	28%	36%
		ほとんど食べない	15%	13%	17%	9%	13%	9%	9%	7%	5%	8%	12%	11%	12%	7%	11%
Q2-6	緑黄色野菜類	ほとんど毎日	29%	37%	41%	54%	40%	43%	39%	46%	69%	49%	36%	38%	43%	61%	45%
		2日に1回	33%	26%	25%	20%	26%	30%	28%	34%	21%	28%	32%	27%	29%	21%	27%
		1週間に1～2回	29%	27%	26%	22%	26%	20%	30%	17%	9%	19%	25%	28%	22%	16%	23%
		ほとんど食べない	9%	11%	8%	3%	8%	6%	3%	2%	1%	3%	8%	7%	5%	2%	6%
Q2-7	海藻類	ほとんど毎日	7%	6%	12%	15%	10%	10%	12%	15%	21%	14%	9%	9%	13%	18%	12%
		2日に1回	16%	13%	17%	20%	17%	18%	13%	20%	22%	18%	17%	13%	19%	21%	17%
		1週間に1～2回	48%	55%	43%	46%	48%	46%	51%	49%	43%	47%	47%	53%	46%	44%	48%
		ほとんど食べない	30%	26%	28%	20%	26%	26%	23%	17%	14%	20%	28%	25%	23%	17%	23%
Q2-8	いも類	ほとんど毎日	4%	3%	4%	5%	4%	5%	2%	6%	8%	5%	5%	3%	5%	7%	5%
		2日に1回	19%	12%	14%	17%	15%	16%	15%	11%	22%	16%	17%	13%	12%	19%	16%
		1週間に1～2回	53%	56%	52%	57%	55%	59%	63%	63%	61%	62%	56%	59%	58%	59%	58%
		ほとんど食べない	23%	29%	30%	21%	26%	20%	19%	20%	9%	17%	22%	24%	25%	15%	21%
Q2-9	果実類	ほとんど毎日	12%	11%	21%	36%	20%	16%	24%	41%	58%	35%	14%	17%	31%	47%	27%
		2日に1回	11%	14%	17%	16%	14%	14%	15%	15%	10%	13%	12%	14%	16%	13%	14%
		1週間に1～2回	38%	37%	33%	32%	35%	36%	30%	29%	23%	30%	37%	33%	31%	27%	32%
		ほとんど食べない	40%	38%	30%	17%	31%	34%	32%	15%	8%	22%	37%	35%	22%	12%	27%
Q2-10	油脂類	ほとんど毎日	24%	27%	19%	22%	23%	29%	32%	35%	41%	34%	26%	29%	27%	32%	29%
		2日に1回	31%	24%	28%	32%	29%	28%	26%	23%	24%	25%	30%	25%	26%	28%	27%
		1週間に1～2回	29%	33%	35%	37%	33%	33%	31%	29%	30%	30%	31%	32%	32%	33%	32%
		ほとんど食べない	16%	17%	17%	9%	15%	10%	12%	12%	5%	10%	13%	14%	15%	7%	12%
対象者数		206	206	206	206	824	206	206	206	206	824	412	412	412	412	1648	

統計表5. 食べる速さに関するクロス集計結果 (男) 1/3

種類	変数名	回答肢	5区分						2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か	
			人数						%	p値 χ ² 検定	%	p値 χ ² 検定
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い	Total				
基本属性	性	男	26	105	303	295	95	824	15.9%	0.077	47.3%	0.001
	女	5	21	72	77	31	206	12.6%	52.4%			
	年齢階級	40歳代	8	19	66	78	35	206	13.1%	54.9%		
		50歳代	4	31	78	75	18	206	17.0%	45.1%		
		60歳代	9	34	87	65	11	206	20.9%	36.9%		
		70歳代	0	7	18	7	5	37	18.9%	32.4%		
	地域	北海道	1	11	15	11	6	44	27.3%	38.6%		
		東北地方	11	42	134	134	39	360	14.7%	48.1%		
		関東地方	7	18	33	46	16	120	20.8%	51.7%		
		中部地方	2	14	50	53	12	131	12.2%	49.6%		
近畿地方		0	5	18	11	6	40	12.5%	42.5%			
中国地方		3	2	11	13	2	31	16.1%	48.4%			
四国地方		2	6	24	20	9	61	13.1%	47.5%			
九州地方	19	76	183	199	60	537	17.7%	48.2%				
子供の有無	子供なし	7	29	120	96	35	287	12.5%	45.6%	0.479		
	子供あり	9	41	93	76	22	241	20.7%	40.7%			
世帯収入	~400万円	11	30	106	117	35	299	13.7%	50.8%	0.060		
	400~800万円	5	17	53	58	24	157	14.0%	52.2%			
	800万円~	1	17	51	44	14	127	14.2%	45.7%			
	わからない・不明	6	34	90	61	17	208	19.2%	37.5%			
職業：無職か否か	無職	20	71	213	234	78	616	14.8%	50.6%	0.001		
	無職以外	19	68	212	206	65	570	15.3%	47.5%			
最終学歴が高卒より上	いいえ（中卒・高卒ほか）	7	37	91	89	30	254	17.3%	46.9%	0.854		
	はい（専門学校・短大・高専・大学・大学院）	6	31	119	78	32	266	13.9%	41.4%			
配偶者の有無	いない	20	74	184	217	63	558	16.8%	50.2%	0.018		
	いる	8	37	85	50	20	200	22.5%	35.0%			
食習慣	咀嚼状況・2区分	かめない（2~4）	18	68	218	245	75	624	13.8%	0.003	51.3%	0.000
		何でもかんで食べることができる	17	45	103	51	5	221	28.1%	25.3%		
	味わって食べているか	どちらかといえば味わって食べている	6	49	161	185	46	447	12.3%	51.7%	0.000	
		どちらかといえば味わって食べていない・味わって食べていない	3	11	39	59	44	156	9.0%	66.0%		
		味わって食べている	12	57	151	127	33	380	18.2%	42.1%	0.005	
	お腹一杯食べている	いいえ	14	48	152	168	62	444	14.0%	51.8%		
		はい	18	72	211	115	16	432	20.8%	30.3%		
	あまりかまないで食べている	いいえ	8	33	92	180	79	392	10.5%	66.1%	0.000	
		はい	22	90	237	157	28	534	21.0%	34.6%		
	一口量が多い	いいえ	4	15	66	138	67	290	6.6%	70.7%	0.000	
はい		19	81	215	123	24	462	21.6%	31.8%			
食べ物を次から次へと口に入れて食べている	いいえ	7	24	88	172	71	362	8.6%	67.1%	0.000		
	はい											

統計表5. 食べる速さに関するクロス集計結果 (男) 2/3

種類	変数名	回答肢	5区分					Total	2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か		
			人数						%	p値 χ^2 検定	%	p値 χ^2 検定	
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い						かなり遅い・遅い
	主食の重ね食べ	あまりしない・全くしない	21	69	190	160	39	479	18.8%	0.007	41.5%	0.000	
		たまにする・よくする	5	36	113	135	56	345	11.9%		55.4%		
	家族と一緒に(夕食)	ほとんど毎日	16	64	168	178	52	478	16.7%	0.734	48.1%	0.425	
		週に1~5日	1	21	51	56	17	146	15.1%		50.0%		
		就寝前の2時間以内に夕食をとる	いいえ	17	85	239	236	66	643	15.9%	0.959	47.0%	0.694
			はい	9	20	64	59	29	181	16.0%		48.6%	
		朝食を抜くこと	いいえ	18	84	240	242	70	654	15.6%	0.642	47.7%	0.671
はい			8	21	63	53	25	170	17.1%	45.9%			
間食や甘い飲み物の摂取	毎日	6	31	65	76	29	207	17.9%	0.390	50.7%	0.142		
	時々	15	50	139	152	41	397	16.4%		48.6%			
	ほとんど摂取しない	5	24	99	67	25	220	13.2%		41.8%			
主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度	ほぼ毎日	9	42	105	97	31	284	18.0%	0.464	45.1%	0.775		
	週に4~5日	6	25	74	78	17	200	15.5%		47.5%			
	週に2~3日	6	24	65	63	26	184	16.3%		48.4%			
	ほとんどない	5	14	59	57	21	156	12.2%		50.0%			
歯科的項目	歯数	-19	7	36	72	61	18	194	22.2%	0.006	40.7%	0.035	
		20-	19	69	231	234	77	630	14.0%		49.4%		
	入れ歯(取り外しのできるもの)を使用	いいえ	21	79	239	243	86	668	15.0%	0.132	49.3%	0.022	
		はい	5	26	64	52	9	156	19.9%		39.1%		
	放置したむし歯やかぶせものが取れたま	いいえ	22	82	252	251	80	687	15.1%	0.182	48.2%	0.274	
		はい	4	23	51	44	15	137	19.7%		43.1%		
	歯や歯ぐきに痛みがある	いいえ	25	85	261	252	73	696	15.8%	0.864	46.7%	0.395	
		はい	1	20	42	43	22	128	16.4%		50.8%		
	左右両方の奥歯でかみしめられる	いいえ	7	39	93	80	23	242	19.0%	0.115	42.6%	0.077	
		はい	19	66	210	215	72	582	14.6%		49.3%		
	お茶や汁物等でむせることがある	いいえ	16	68	229	220	74	607	13.8%	0.007	48.4%	0.288	
		はい	10	37	74	75	21	217	21.7%		44.2%		
	口の渇きが気になる	いいえ	16	76	214	205	68	579	15.9%	0.992	47.2%	0.874	
		はい	10	29	89	90	27	245	15.9%		47.8%		
	言葉をはっきりと発音できないことがある	いいえ	21	73	238	241	79	652	14.4%	0.024	49.1%	0.050	
はい		5	32	65	54	16	172	21.5%	40.7%				
歯ぐきの病気にかかっているかもしれ	いいえ	20	72	212	200	55	559	16.5%	0.523	45.6%	0.153		
	はい	6	33	91	95	40	265	14.7%		50.9%			
「歯のまわりの骨が失われている」と言	いいえ	21	92	266	250	86	715	15.8%	0.850	47.0%	0.620		
	はい	5	13	37	45	9	109	16.5%		49.5%			
自然と歯がぐらつくようになったことが	いいえ	18	71	223	226	67	605	14.7%	0.121	48.4%	0.293		
	はい	8	34	80	69	28	219	19.2%		44.3%			
歯ぐきから血が出たこと	ほとんどない・まったくなくない	18	60	197	200	50	525	14.9%	0.279	47.6%	0.826		
	いつも・しばしば・ときどき	8	45	106	95	45	299	17.7%		46.8%			
ここ1年間の歯科受診の有無	なし	4	47	119	105	37	312	16.3%	0.784	45.5%	0.415		
	あり	22	58	184	190	58	512	15.6%		48.4%			

統計表5. 食べる速さに関するクロス集計結果 (男) 3/3

種類	変数名	回答肢	5区分						2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か	
			人数						%	p値 χ^2 検定	%	p値 χ^2 検定
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い	Total				
体格、既往歴、生活習慣	a. 血圧を下げる薬	いいえ	21	78	212	206	74	591	16.8%	0.286	47.4%	0.966
		はい	5	27	91	89	21	233	13.7%		47.2%	
	b. インスリン注射または血圧を下げる	いいえ	25	99	294	276	93	787	15.8%	0.607	46.9%	0.240
		はい	1	6	9	19	2	37	18.9%		56.8%	
	c. コレステロールを下げる薬	いいえ	19	84	248	235	85	671	15.4%	0.368	47.7%	0.655
		はい	7	21	55	60	10	153	18.3%		45.8%	
	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞)	いいえ	24	101	288	284	93	790	15.8%	0.776	47.7%	0.278
		はい	2	4	15	11	2	34	17.6%		38.2%	
	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞)	いいえ	22	97	279	276	90	764	15.6%	0.367	47.9%	0.238
		はい	4	8	24	19	5	60	20.0%		40.0%	
	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかった	いいえ	25	102	299	290	94	810	15.7%	0.191	47.4%	0.735
		はい	1	3	4	5	1	14	28.6%		42.9%	
	医師から、貧血といわれたことがある	いいえ	21	104	281	275	92	773	16.2%	0.405	47.5%	0.742
		はい	5	1	22	20	3	51	11.8%		45.1%	
	現在、たばこを習慣的に吸っている	いいえ	18	87	221	218	63	607	17.3%	0.066	46.3%	0.319
		はい	8	18	82	77	32	217	12.0%		50.2%	
お酒を飲む頻度	毎日	10	36	121	108	28	303	15.2%	0.864	44.9%	0.515	
	時々	7	35	88	91	28	249	16.9%		47.8%		
	ほとんど飲まない(飲めない)	9	34	94	96	39	272	15.8%		49.6%		
飲酒日の1日当たりの飲酒量	~1合	14	60	166	170	49	459	16.1%	0.833	47.7%	0.532	
	1~2合未満	5	31	85	75	22	218	16.5%		44.5%		
	2合以上	7	14	52	50	24	147	14.3%		50.3%		
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2	いいえ	17	68	194	181	69	529	16.1%	0.858	47.3%	0.956	
	はい	9	37	109	114	26	295	15.6%		47.5%		

統計表6. 食べる速さに関するクロス集計結果 (女) 1/3

種類	変数名	回答肢	5区分					Total	2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か	
			人数						%	p値 χ ² 検定	%	p値 χ ² 検定
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い		かなり遅い・遅い		かなり速い・速い	
基本属性	性	男										
		女	23	110	337	283	71	824	16.1%		48.0%	
	年齢階級	40歳代	7	35	73	69	22	206	20.4%	0.235	44.2%	0.043
		50歳代	5	22	76	81	22	206	13.1%		50.0%	
		60歳代	6	26	89	68	17	206	15.5%		41.3%	
		70歳代	5	27	99	65	10	206	15.5%		36.4%	
	地域	北海道	1	4	12	22	2	41	12.2%	0.908	58.5%	0.182
		東北地方	0	10	19	14	5	48	20.8%		39.6%	
		関東地方	12	36	139	104	16	307	15.6%		39.1%	
		中部地方	3	15	46	43	16	123	14.6%		48.0%	
近畿地方		3	26	65	54	16	164	17.7%	42.7%			
中国地方		1	4	20	11	4	40	12.5%	37.5%			
四国地方		0	5	10	6	2	23	21.7%	34.8%			
九州地方	3	10	26	29	10	78	16.7%	50.0%				
子供の有無	子供なし	14	65	255	220	46	600	13.2%	0.000	44.3%	0.193	
	子供あり	9	45	82	63	25	224	24.1%		39.3%		
世帯収入	～400万円	9	44	105	85	25	268	19.8%	0.136	41.0%	0.389	
	400～800万円	5	28	74	84	15	206	16.0%		48.1%		
	800万円～	2	15	42	34	10	103	16.5%		42.7%		
	わからない・不明	7	23	116	80	21	247	12.1%		40.9%		
職業：無職か否か	無職	3	15	28	22	7	75	24.0%	0.052	38.7%	0.431	
	無職以外	20	95	309	261	64	749	15.4%		43.4%		
最終学歴	中卒・高卒ほか	15	71	189	172	39	486	17.7%	0.146	43.4%	0.752	
	専門学校・短大・高専・大学・大学院	8	39	148	111	32	338	13.9%		42.3%		
配偶者の有無	いない	9	44	99	79	33	264	20.1%	0.035	42.4%	0.831	
	いる	14	66	238	204	38	560	14.3%		43.2%		
食習慣	咀嚼状況・2区分	かめない(2～4)	6	21	67	57	12	163	16.6%	0.870	42.3%	0.856
		何でもかんで食べることができる	17	89	270	226	59	661	16.0%		43.1%	
	味わって食べているか	味わって食べている	9	56	130	50	13	258	25.2%	0.000	24.4%	0.000
		どちらかといえば味わって食べている	11	48	187	178	34	458	12.9%		46.3%	
		どちらかといえば味わって食べていない・味わって食べていない	3	6	20	55	24	108	8.3%		73.1%	
	お腹一杯食べている	いいえ	14	57	188	105	18	382	18.6%	0.076	32.2%	0.000
		はい	9	53	149	178	53	442	14.0%		52.3%	
	あまりかまないで食べている	いいえ	18	97	266	124	11	516	22.3%	0.000	26.2%	0.000
		はい	5	13	71	159	60	308	5.8%		71.1%	
	一口量が多い	いいえ	18	98	296	167	26	605	19.2%	0.000	31.9%	0.000
はい		5	12	41	116	45	219	7.8%	73.5%			
食べ物を次から次へと口に入れて食べている	いいえ	19	93	269	120	20	521	21.5%	0.000	26.9%	0.000	
	はい	4	17	68	163	51	303	6.9%		70.6%		

統計表6. 食べる速さに関するクロス集計結果 (女) 2/3

種類	変数名	回答肢	5区分					Total	2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か	
			人数						%	p値 χ ² 検定	%	p値 χ ² 検定
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い					
	主食の重ね食べ	あまりしない・全くしない	20	88	276	208	45	637	17.0%	0.241	39.7%	0.001
		たまにする・よくする	3	22	61	75	26	187	13.4%		54.0%	
	家族と一緒に(夕食)	ほとんど毎日	14	58	234	188	44	538	13.4%	0.012	43.1%	0.990
		週に1~5日	4	22	46	47	7	126	20.6%		42.9%	
		ほとんどない	5	30	57	48	20	160	21.9%		42.5%	
		就寝前の2時間以内に夕食をとる	いいえ	20	87	294	237	52	690	15.5%	0.262	41.9%
	はい	3	23	43	46	19	134	19.4%	48.5%			
	朝食を抜くこと	いいえ	14	91	284	231	54	674	15.6%	0.353	42.3%	0.406
		はい	9	19	53	52	17	150	18.7%		46.0%	
	間食や甘い飲み物の摂取	毎日	5	45	128	129	43	350	14.3%	0.025	49.1%	0.001
時々		8	44	150	123	21	346	15.0%	41.6%			
ほとんど摂取しない		10	21	59	31	7	128	24.2%	29.7%			
主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度	ほぼ毎日	9	38	138	106	24	315	14.9%	0.807	41.3%	0.725	
	週に4~5日	3	31	74	75	17	200	17.0%		46.0%		
	週に2~3日	7	27	73	67	16	190	17.9%		43.7%		
	ほとんどない	4	14	52	35	14	119	15.1%		41.2%		
歯科的項目	歯数	-19	8	18	53	51	16	146	17.8%	0.546	45.9%	0.431
		20-	15	92	284	232	55	678	15.8%		42.3%	
	入れ歯(取り外しのできるもの)を使用	いいえ	20	89	287	244	60	700	15.6%	0.291	43.4%	0.520
		はい	3	21	50	39	11	124	19.4%		40.3%	
	放置したむし歯やかぶせものが取れた	いいえ	20	104	306	248	63	741	16.7%	0.167	42.0%	0.086
		はい	3	6	31	35	8	83	10.8%		51.8%	
	歯や歯ぐきに痛みがある	いいえ	19	101	315	247	57	739	16.2%	0.823	41.1%	0.002
		はい	4	9	22	36	14	85	15.3%		58.8%	
	左右両方の奥歯でかみしめられる	いいえ	5	29	77	67	20	198	17.2%	0.651	43.9%	0.750
		はい	18	81	260	216	51	626	15.8%		42.7%	
	お茶や汁物等でむせることがある	いいえ	15	88	271	219	58	651	15.8%	0.629	42.5%	0.644
		はい	8	22	66	64	13	173	17.3%		44.5%	
	口の渇きが気になる	いいえ	17	73	270	207	50	617	14.6%	0.036	41.7%	0.190
		はい	6	37	67	76	21	207	20.3%		46.9%	
	言葉をはっきりと発音できないことがある	いいえ	19	94	305	251	58	727	15.5%	0.202	42.5%	0.467
		はい	4	16	32	32	13	97	20.6%		46.4%	
歯ぐきの病気にかかっているかもしれない	いいえ	15	82	269	202	52	620	15.6%	0.500	41.0%	0.044	
	はい	8	28	68	81	19	204	17.6%		49.0%		
「歯のまわりの骨が失われている」と言	いいえ	21	98	313	255	60	747	15.9%	0.609	42.2%	0.152	
	はい	2	12	24	28	11	77	18.2%		50.6%		
自然と歯がぐらつくようになったことが	いいえ	18	91	285	229	54	677	16.1%	0.946	41.8%	0.149	
	はい	5	19	52	54	17	147	16.3%		48.3%		
歯ぐきから血が出たこと	いつも	16	82	253	192	45	588	16.7%	0.517	40.3%	0.015	
	しばしば	7	28	84	91	26	236	14.8%		49.6%		
ここ1年間の歯科受診の有無	なし	7	31	89	68	20	215	17.7%	0.477	40.9%	0.484	
あり	16	79	248	215	51	609	15.6%	43.7%				

統計表 6. 食べる速さに関するクロス集計結果 (女) 3/3

種類	変数名	回答肢	5区分						2区分：遅いか否か		2区分：速いか否か	
			人数						%	p値 χ ² 検定	%	p値 χ ² 検定
			かなり遅い	遅い	ふつう	速い	かなり速い	Total	かなり遅い・遅い		かなり速い・速い	
体格、既往歴、生活習慣	a. 血圧を下げる薬	いいえ	18	97	278	226	62	681	16.9%	0.204	42.3%	0.396
		はい	5	13	59	57	9	143	12.6%		46.2%	
	b. インスリン注射または血圧を下げる	いいえ	23	106	330	277	70	806	16.0%	0.478	43.1%	0.724
		はい	0	4	7	6	1	18	22.2%		38.9%	
	c. コレステロールを下げる薬	いいえ	17	90	276	222	59	664	16.1%	0.967	42.3%	0.448
		はい	6	20	61	61	12	160	16.3%		45.6%	
	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞)	いいえ	21	108	334	277	69	809	15.9%	0.263	42.8%	0.413
		はい	2	2	3	6	2	15	26.7%		53.3%	
	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞)	いいえ	22	108	326	280	70	806	16.1%	0.951	43.4%	0.072
		はい	1	2	11	3	1	18	16.7%		22.2%	
	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかった	いいえ	23	110	334	282	71	820	16.2%	0.379	43.0%	0.467
		はい	0	0	3	1	0	4	0.0%		25.0%	
	医師から、貧血といわれたことがある	いいえ	20	76	277	228	51	652	14.7%	0.031	42.8%	0.848
		はい	3	34	60	55	20	172	21.5%		43.6%	
現在、たばこを習慣的に吸っている	いいえ	19	96	294	251	61	721	16.0%	0.694	43.3%	0.632	
	はい	4	14	43	32	10	103	17.5%		40.8%		
お酒を飲む頻度	毎日	4	16	56	37	17	130	15.4%	0.735	41.5%	0.735	
	時々	5	35	92	73	20	225	17.8%		41.3%		
	ほとんど飲まない(飲めない)	14	59	189	173	34	469	15.6%		44.1%		
飲酒日の1日当たりの飲酒量	~1合	19	85	278	241	51	674	15.4%	0.053	43.3%	0.022	
	1~2合未満	3	21	43	25	9	101	23.8%		33.7%		
	2合以上	1	4	16	17	11	49	10.2%		57.1%		
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2	いいえ	16	80	242	222	52	612	15.7%	0.547	44.8%	0.075	
	はい	7	30	95	61	19	212	17.5%		37.7%		