

# 令和 6 年度「健康に関する世論調査」結果

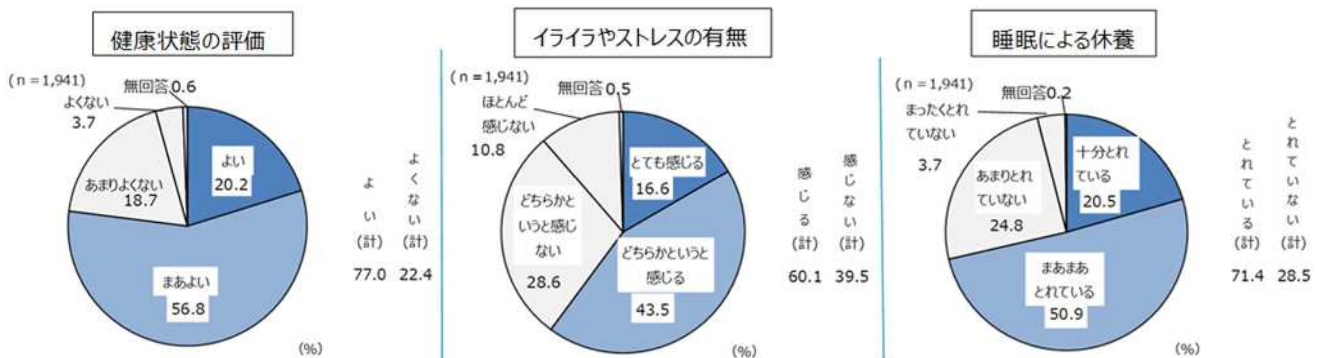
## 自分の健康状態について 8 割近くが『よい』と回答

この度、「健康に関する世論調査」(令和 6 年 10 月実施)の結果がまとまりましたので、お知らせします。  
この調査は、こころと体の健康づくりなどに関する都民の意識や要望を把握し、今後の施策推進の参考とするため実施しました。

### 【調査結果のポイント】

#### ■ こころとからだの健康づくり

- ① **健康状態の評価** (概要 P1、本文 P3~8)  
『よい (計)』77% (令和 3 年より 4 ポイント減)、『よくない (計)』22% (3 ポイント増)
- ② **イライラやストレスの有無** (概要 P6、本文 P37~40)  
『感じる (計)』60% (令和 3 年より 22 ポイント減)、『感じない (計)』40% (22 ポイント増)
- ③ **睡眠による休養** (概要 P10、本文 P66~69)  
『とれている (計)』71%、『とれていない (計)』29%



#### ■ 飲酒の習慣

- ④ **飲酒の習慣** ※20 歳以上を対象 (概要 P13、本文 P83~86)  
「飲まない (飲めない)」31%、「毎日」15%、「週 1~2 日」・「月 1~3 日」12%

#### ■ 喫煙の健康への影響と受動喫煙

- ⑤ **喫煙の習慣と見直し意向** ※20 歳以上を対象 (概要 P15~16、本文 P91~96)  
『現在吸っている (計)』13% (令和 4 年より 1 ポイント減) (そのうち『やめたい・減らしたい (計)』54%)  
『現在吸っていない (計)』86% (1 ポイント増)
- ⑥ **この 1 年間の受動喫煙経験の有無** (概要 P16、本文 P97~98)  
「経験した」50% (令和 4 年より 4 ポイント減)、「経験しなかった」46% (2 ポイント増)  
経験したと答えた人に、
  - ▶ ⑦ **受動喫煙を経験した場所** (いくつでも回答) を聞いたところ、(概要 P17、本文 P99~101)  
「路上」が 62%と最も多く、  
「飲食店 (レストラン・喫茶店・居酒屋等)」が 41%、  
「職場」・「自宅」が 16%の順で続いている。

## ■ 女性の健康

### ⑧ 女性の健康課題への関心度

(概要 P19、本文 P106~108)

女性が抱えやすい健康問題や女性特有の病気について、『**関心がある (計)**』76%、『**関心がない (計)**』22%

『関心がある(計)』と答えた人に、

### ▶ ⑨ 関心がある女性の健康課題 (いくつでも回答) を

聞いたところ、(概要 P20、本文 P109~110)

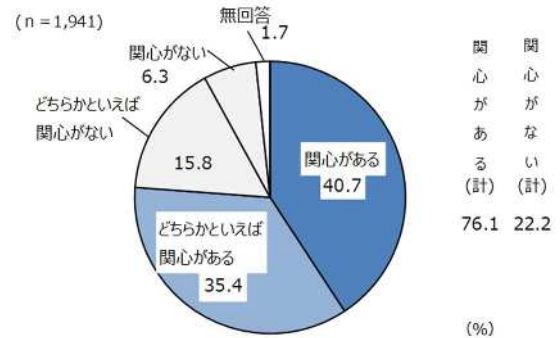
「乳がんや子宮頸がんなどのがん」が67%と最も多く

「更年期以降に現れる症状」が58%、

「子宮や卵巣などの病気 (がんを除く) 」・「健康診断・検診

(がん検診、骨粗しょう症検診等) の種類や実施機関」が43%の順で続いている。

女性の健康課題への関心度



## ■ 健康情報の収集・活用

### ⑩ 健康に関する情報源 (いくつでも回答) (概要 P24、本文 P119~122)

「テレビ」64%、「インターネット(SNSを除く)」50%、「家族・友人・知人からの情報」41%

## ■ 行政への要望

### ⑪ 健康づくりに関する都への要望 (いくつでも回答) (概要 P25~26、本文 P123~129)

「**がんの予防** (望ましい生活習慣の実践の推進やがん検診の受診率向上の取組等)」47%

「**こころの健康** (ストレス対処法の啓発や相談支援体制の充実、職場のメンタルヘルス対策の推進等)」44%

「**栄養・食生活** (栄養の正しい知識や適正体重の維持についての啓発等)」43%

「**身体活動・運動** (ウォーキングや階段利用の推奨、スポーツの場の創出等)」43%

※ 本文中の調査結果の数値については、小数点以下を四捨五入したパーセント表示で掲載

※ グラフの数値は、各実数をもとに比率表示し、小数第2位を四捨五入している。よって、内訳の合計が全体の計に一致しないことがある。

※ 前回調査：「健康に関する世論調査 (令和3年6月調査)」、「保健医療に関する世論調査 (令和4年9月調査)」

#### 【調査項目】

- (1) こころとからだの健康づくり
- (2) 飲酒の習慣
- (3) 喫煙の健康への影響と受動喫煙
- (4) 女性の健康
- (5) 健康情報の収集・活用
- (6) 行政への要望

#### 【調査設計】

調査対象：東京都全域に住む満18歳以上の男女個人  
標本抽出方法：住民基本台帳に基づく層化二段無作為抽出法  
調査方法：郵送法 (インターネット回答併用)  
調査期間：令和6年10月11日~11月10日

#### 【回収率】

48.5% (有効回収標本数 1,941 標本 / 標本数 4,000 標本)

#### 【問合せ先】

(世論調査一般) 政策企画局戦略広報部企画調整課 担当：深田・安川  
内線：21-580・583 直通：03-5388-2095・3159  
(調査結果関係) 保健医療局保健政策部健康推進課 担当：松尾・内野  
内線：32-850・853 直通：03-5320-4351・4356