

1-c. 生活習慣・項目別性別年齢階層別該当者数と割合 (調査対象期間：2024/4/1～2025/3/31)

現在の睡眠で休養は十分ですか？

有所見者(集計基準)：「不十分」

項目	年齢(歳)	男性			女性			合計		
		受診者数(人)	該当者数(人)	割合(%)	受診者数(人)	該当者数(人)	割合(%)	受診者数(人)	該当者数(人)	割合(%)
睡眠	～19	4,697	1,565	33.3	2,997	1,139	38.0	7,694	2,704	35.1
	20～24	24,987	9,317	37.3	19,047	8,100	42.5	44,034	17,417	39.6
	25～29	40,644	17,096	42.1	26,558	12,378	46.6	67,202	29,474	43.9
	30～34	40,202	17,779	44.2	21,200	10,515	49.6	61,402	28,294	46.1
	35～39	40,986	18,684	45.6	19,596	9,927	50.7	60,582	28,611	47.2
	40～44	42,742	19,664	46.0	25,722	12,999	50.5	68,464	32,663	47.7
	45～49	48,218	22,314	46.3	29,593	15,970	54.0	77,811	38,284	49.2
	50～54	54,381	24,766	45.5	32,623	17,878	54.8	87,004	42,644	49.0
	55～59	43,925	19,739	44.9	26,241	13,720	52.3	70,166	33,459	47.7
	60～64	31,421	13,156	41.9	19,476	8,988	46.1	50,897	22,144	43.5
	65～69	14,709	5,085	34.6	9,850	3,726	37.8	24,559	8,811	35.9
	70～	9,551	2,664	27.9	6,294	1,899	30.2	15,845	4,563	28.8
合計		396,463	171,829	43.3	239,197	117,239	49.0	635,660	289,068	45.5

