

# TERG

Discussion Paper No.478

視覚の保護と改善に関する意識調査  
(基本集計結果)

陳鳳明, 吉田浩

2023年7月10日

TOHOKU ECONOMICS RESEARCH GROUP  
Discussion Paper

---

GRADUATE SCHOOL OF ECONOMICS AND  
MANAGEMENT TOHOKU UNIVERSITY  
27-1 KAWAUCHI, Aoba-KU, SENDAI,  
980-8576 JAPAN

視覚の保護と改善に関する意識調査  
(基本集計結果)

陳 鳳明<sup>†</sup>, 吉田 浩<sup>‡</sup>

概要

本調査は、中高年齢者を対象に視覚の保護と改善に関する意識等について学術的な調査を行うことを目的としている。本調査は、東北大学大学院経済学研究科の研究倫理審査委員会の規程に従い、2023年6月27日から2023年6月28日にかけて行われた。本調査は、性×年代(40歳代/50歳代/60歳代及びその以上)の均等割付でモニター会員から2,062件を回収できた。

本調査は JST 共創の場形成支援プログラム JPMJPF2201 の支援を受けたものである。

---

<sup>†</sup> 東北大学大学院経済学研究科 特任助教 fengming.chen.d2@tohoku.ac.jp

<sup>‡</sup> 東北大学大学院経済学研究科 教授 hiroschi.yoshida.e2@tohoku.ac.jp

# 視覚の保護と改善に関する意識調査

## 目次

- A. 全体の集計結果
- B. 男女別の集計結果
- C. 年齢別の集計結果
- D. 視覚の保護と改善に関する意識調査

## A. 全体の集計結果

Q1. 現在の視力の状況について当てはまるものをそれぞれお選びください。

表 A1 現在の視力の状況

		全体	0.3未 満	0.3以 上0.5 未満	0.5以 上0.7 未満	0.7以 上1.0 未満	1.0以 上1.2 未満	1.2 以上	わか らな い	矯正は してい ない
裸眼視力 (左目)	N	2,062	893	236	263	231	153	120	166	0
	%	100.0	43.3	11.4	12.8	11.2	7.4	5.8	8.1	0.0
裸眼視力 (右目)	N	2,062	908	223	238	239	165	122	167	0
	%	100.0	44.0	10.8	11.5	11.6	8.0	5.9	8.1	0.0
矯正後の視 力(左目)	N	2,062	24	34	116	553	510	153	102	570
	%	100.0	1.2	1.6	5.6	26.8	24.7	7.4	4.9	27.6
矯正後の視 力(右目)	N	2,062	18	25	121	543	528	152	103	572
	%	100.0	0.9	1.2	5.9	26.3	25.6	7.4	5.0	27.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体(2,062件)に対する比率（%）を表す。

Q2. あなたのここ数日で見ることに関して、以下の自覚症状はありましたか。当てはまるものをすべて選んでください。

表 A2 目に関する自覚症状（複数回答）

	N	%
全体	2,062	-
1. ものを見づらい（焦点が合わない）	597	29.0
2. 目のかすみ	678	32.9
3. まぶしい	284	13.8
4. ものが歪んで見える	86	4.2
5. 視力が落ちた	694	33.7
6. 目の中で光る	50	2.4
7. 蚊のようなものが見える	359	17.4
8. 涙目	142	6.9
9. 目が乾きやすい	395	19.2
10. 目に痛みがある	71	3.4
11. 目の中心部が暗い	10	0.5
12. 目の疲れ（疲れ目）	705	34.2
13. 目の見える範囲（視野、視界）が狭い	46	2.2
14. 目に腫れがある	15	0.7
15. 夜間や暗闇で物が見えにくい	338	16.4

16. 小さな文字や数字、図表などが見えにくい	816	39.6
17. 上記以外の目に関する自覚症状がある（【 】）	30	1.5
18. 目に関する自覚症状はない	393	19.1

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q3. 前問の自覚症状により以下の日常生活で影響がありますか。当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 A3 日常生活での影響

		全体	1. 大きく影響がある	2. 少し影響がある	3. ほとんど影響がない	4. 全く影響がない	5. 運転をしない
1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	1,669	25	214	679	751	-
	%	100.0	1.5	12.8	40.7	45.0	
2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	31	232	725	681	-
	%	100.0	1.9	13.9	43.4	40.8	
3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	63	439	673	494	-
	%	100.0	3.8	26.3	40.3	29.6	
4. 自動車の運転	N	1,669	75	266	479	338	511
	%	100.0	4.5	15.9	28.7	20.3	30.6
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	1,669	122	696	582	269	-
	%	100.0	7.3	41.7	34.9	16.1	

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体（1,669件）に対する比率（%）を表す。

Q4. 視力低下の理由に関して、あなたが考える主要な理由を1つ選んでください。

表 A4 視力低下の主要な理由

	N	%
全体	694	-
1. 加齢による自然な視力の低下	424	61.1
2. 近視、遠視、乱視などの屈折異常	185	26.7
3. 眼の疾患（緑内障、白内障など）	55	7.9
4. 疾病や薬物の副作用による視力の変化	7	1.0
5. 事故や外傷による視力の損失	3	0.4
6. その他（具体的に記入）【 】	20	2.9

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（694件）に対する比率（%）を表す。

Q5. あなたが視力回復や視力維持を望む理由を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 A5 視力回復や維持を望む理由（複数回答）

	N	%
全体	2,062	-
1. 日常生活の質の向上のため	1,161	56.3
2. 仕事や学業における影響を軽減するため	545	26.4
3. 視力補正器具（メガネやコンタクトレンズ等）の使用を避けるため	366	17.7
4. スポーツや趣味活動を楽しむため	237	11.5
5. よく見えることを通じて、生活の自信を高めるため	554	26.9
6. その他（具体的に記入）【       】	20	1.0
7. 特にない	277	13.4
8. 該当しない（視力回復や視力維持を望んではいない）	222	10.8

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q6. 目の健康や視力を得るために現在あなたは何かに取り組んでいますか？当てはまるものをすべて選んでください。

表 A6 現在取り組んでいること（複数回答）

	N	%
全体	1,563	-
1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取	197	12.6
2. 目のエクササイズやトレーニング	115	7.4
3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	379	24.2
4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	17	1.1
5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	38	2.4
6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	765	48.9
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	250	16.0
8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	26	1.7
9. 視力維持のための特定の眼科検査	74	4.7
10. その他（具体的に記入）【       】	19	1.2
11. 取り組んでいない	505	32.3

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（1,563件）に対する比率（%）を表す。

Q7. 前問でお答えいただいた結果に関し、総合的にあなたはどのくらい満足していますか。

表 A7 総合的な満足度

		全体	1. 十分満足している	2. どちらかと言えば満足している	3. どちらとも言えない	4. どちらかと言えば満足していない	5. ほとんど・全く満足していない
1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	197	13	56	90	35	3
	%	100.0	6.6	28.4	45.7	17.8	1.5
2. 目のエクササイズやトレーニング	N	115	2	37	50	22	4
	%	100.0	1.7	32.2	43.5	19.1	3.5
3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	379	13	140	157	58	11
	%	100.0	3.4	36.9	41.4	15.3	2.9
4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	17	2	4	6	3	2
	%	100.0	11.8	23.5	35.3	17.6	11.8
5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	38	5	23	10	0	0
	%	100.0	13.2	60.5	26.3	0.0	0.0
6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	765	63	400	187	105	10
	%	100.0	8.2	52.3	24.4	13.7	1.3
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	250	43	115	55	33	4
	%	100.0	17.2	46.0	22.0	13.2	1.6
8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	26	8	9	7	1	1
	%	100.0	30.8	34.6	26.9	3.8	3.8
9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	74	12	38	21	3	0
	%	100.0	16.2	51.4	28.4	4.1	0.0
10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	19	5	5	7	2	0
	%	100.0	26.3	26.3	36.8	10.5	0.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q8. 視力回復や維持、定期健診などに関するサポートや情報を入手する方法を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 A8 サポートや情報の入手方法(複数回答)

	N	%
全体	1,563	-
1. 医師や眼科専門家のアドバイス	616	39.4
2. インターネット（医療情報サイト、専門家のブログなど）	604	38.6
3. 雑誌・書籍・新聞など活字メディアの情報	149	9.5
4. テレビの情報番組や健康番組	467	29.9
5. 友人や家族のアドバイス	248	15.9
6. 健康保険や公的機関からの案内	82	5.2
7. 視力回復プログラムやコミュニティの参加	15	1.0
8. その他（具体的に記入）【       】	73	4.7

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（1,563件）に対する比率（%）を表す。

Q9. あなたは定期的に目の検診を受けていますか？

表 A9 目の検診の頻度

	N	%
全体	2,062	100.0
年に3回以上	181	8.8
年に2回程度	157	7.6
年に1回程度	482	23.4
2年に1回程度	119	5.8
ほとんど受けていない	1123	54.5

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q10. 目の定期検診等を受けなかった理由について当てはまるものをすべて選んでください。

表 A10 目の定期検診等を受けなかった理由（複数回答）

	N	%
全体	1,123	-
1. 時間が取れなかったから	161	14.3
2. 場所が遠いから	41	3.7
3. 費用がかかるから	257	22.9
4. わざわざ健診場所に出向くのが面倒だから	368	32.8
5. 検査の時の痛み（眼圧検査や角膜検査など）や目の違和感があるから	11	1.0
6. 健診をうけて何か悪い結果を知るのが不安なため	48	4.3
7. その時、医療機関に入通院していたから	3	0.3
8. 毎年定期的には受ける必要性を感じないから	149	13.3
9. 視力の状態に問題はなく、必要性を感じないから	149	13.3
10. 心配な時はいつでも近くの眼科などを受診できるから	165	14.7
11. その他（【       】）	20	1.8
12. 特にない	261	23.2

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（1,123件）に対する比率（%）を表す。

Q11. 下記の項目について、平均から見ると平日の1日にどのくらいの時間を使っていますか。

表 A11 各活動の利用時間

		全体	0分(原則、またはほとんどしない)	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上3時間未満	3時間以上4時間未満	4時間以上
1. テレビ	N	2,062	174	191	274	435	428	235	325
	%	100.0	8.4	9.3	13.3	21.1	20.8	11.4	15.8
2. 新聞	N	2,062	1187	700	131	32	10	0	2
	%	100.0	57.6	33.9	6.4	1.6	0.5	0.0	0.1
3. パソコン	N	2,062	441	157	212	273	256	155	568
	%	100.0	21.4	7.6	10.3	13.2	12.4	7.5	27.5
4. スマートフォン	N	2,062	81	351	398	530	317	168	217
	%	100.0	3.9	17.0	19.3	25.7	15.4	8.1	10.5
5. 読書	N	2,062	1097	561	252	107	33	7	5
	%	100.0	53.2	27.2	12.2	5.2	1.6	0.3	0.2
6. 自動車の運転	N	2,062	779	467	475	232	63	19	27
	%	100.0	37.8	22.6	23.0	11.3	3.1	0.9	1.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q12. あなたの普段の運転状況を教えてください。

表 A12 普段の運転状況

	N	%
全体	2,062	100.0
1. 運転免許ははじめから持っていない	223	10.8
2. 運転免許を持っていたが返納または不更新とした	65	3.2
3. 運転免許を持っているが、ほとんど運転していない	440	21.3
4. 週1日程度運転している	213	10.3
5. 週2～3日程度運転している	306	14.8
6. 週4～5日程度運転している（平日ほとんど）	247	12.0
7. 週6～7日程度運転している（休日も含めてほとんど）	568	27.5

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（％）を表す。

Q13. 自動車の運転に関して下記の内容をお答えください。

表 A13 自動車の運転について

		全体	はい	いいえ
1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	1,334	145	1,189
	%	100.0	10.9	89.1
2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	1,334	358	976
	%	100.0	26.8	73.2
3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	1,334	156	1178
	%	100.0	11.7	88.3
4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	1,334	225	1,109
	%	100.0	16.9	83.1
5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	1,334	72	1,262
	%	100.0	5.4	94.6
6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	1,334	74	1,260
	%	100.0	5.5	94.5
7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	1,334	401	933
	%	100.0	30.1	69.9
8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	1,334	634	700
	%	100.0	47.5	52.5

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q14. あなたの過去1か月の状況について、当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 A14 過去1か月の状況

		全体	1. 非常に悪い	2. 悪い	3. どちらともいえない	4. 良い	5. 非常に良い
1. 視力や見え方の状態	N	2,062	43	410	1124	444	41
	%	100.0	2.1	19.9	54.5	21.5	2.0
2. 身体全体の健康状態	N	2,062	33	257	910	800	62
	%	100.0	1.6	12.5	44.1	38.8	3.0
3. こころの健康状態	N	2,062	66	281	815	799	101
	%	100.0	3.2	13.6	39.5	38.7	4.9
4. 睡眠の質	N	2,062	93	534	864	522	49
	%	100.0	4.5	25.9	41.9	25.3	2.4
5. 全体としての総合的な健康状態	N	2,062	35	328	896	767	36
	%	100.0	1.7	15.9	43.5	37.2	1.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体(2,062件)に対する比率（%）を表す。

Q15. 専門家（医師や病院、健診など）によって診断された傷病状況をお答えください。

表 A15 持病の状況

		全体	はい	いいえ
1. 糖尿病	N	2,062	142	1,920
	%	100.0	6.9	93.1
2. 肥満症	N	2,062	232	1,830
	%	100.0	11.3	88.7
3. 脂質異常症	N	2,062	312	1,750
	%	100.0	15.1	84.9
4. 目の病気	N	2,062	262	1,800
	%	100.0	12.7	87.3
5. 高血圧症	N	2,062	414	1,648
	%	100.0	20.1	79.9
6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	2,062	30	2,032
	%	100.0	1.5	98.5
7. 狭心症・心筋梗塞	N	2,062	40	2,022
	%	100.0	1.9	98.1
8. 睡眠障害	N	2,062	176	1,886
	%	100.0	8.5	91.5

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q16. あなたの昨年1年間（2022年1月～12月）の年収（税込み、年金や配当なども含む）について、当てはまるものを選んでください。

表 A16 昨年1年間の年収

	N	%
全体	2,062	100.0
99万円以下	436	21.1
100万円～199万円	258	12.5
200万円～299万円	194	9.4
300万円～399万円	180	8.7
400万円～499万円	165	8.0
500万円～599万円	107	5.2
600万円～699万円	87	4.2
700万円～799万円	81	3.9
800万円～899万円	55	2.7
900万円～999万円	43	2.1
1000万円～1199万円	43	2.1
1200万円～1399万円	13	0.6
1400万円～1599万円	9	0.4
1600万円以上	17	0.8
わからない	102	4.9
答えたくない	272	13.2

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q17. あなたの就業形態について、当てはまるものを1つお選びください。

表 A17 就業形態

単一回答	N	%
全体	2,062	100.0
1. 正規の職員・従業員（会社や組織のサラリーマン）	715	34.7
2. 派遣社員・契約社員・パート・アルバイト	520	25.2
3. 会社・団体の役員等	37	1.8
4. 自営業者、農林水産漁業、家族従業者	129	6.3
5. 退職後の年金生活者（65歳以上）	161	7.8
6. 専業主婦(夫)、家事手伝い、育児・介護休業中	287	13.9
7. 現在は仕事をしていない（64歳未満；非求職中）	91	4.4
8. 現在は仕事をしていない（64歳未満；求職中）	69	3.3
9. その他（【       】）	53	2.6

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

Q18. 総合的に見ると、生活全般の満足度についてお答えください。

表 A18 生活全般の満足度

	N	%
全体	2,062	100.0
1. 非常に満足している	55	2.7
2. 満足している	863	41.9
3. どちらとも言えない	647	31.4
4. あまり満足していない	325	15.8
5. 全く満足していない	172	8.3

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

表 A19 年齢の分布

	N	%
全体	2,062	100.0
40才～44才	310	15.0
45才～49才	380	18.4
50才～54才	360	17.5
55才～59才	326	15.8
60才以上	686	33.3

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

表 A20 地域の分布

	N	%
全体	2,062	100.0
北海道	127	6.2
東北地方	109	5.3
関東地方	785	38.1
中部地方	327	15.9
近畿地方	400	19.4
中国地方	101	4.9
四国地方	55	2.7
九州地方	158	7.7

注：表の2列目は回答者数（人）、3列目は全体（2,062件）に対する比率（%）を表す。

## B. 男女別の集計結果

Q1. 現在の視力の状況について当てはまるものをそれぞれお選びください。

表 B1 現在の視力の状況

			全体	0.3未 満	0.3以 上0.5 未満	0.5以 上0.7 未満	0.7以 上1.0 未満	1.0以 上1.2 未満	1.2以 上	わか らな い	矯正は してい ない
全体	裸眼視力 (左目)	N	2,062	893	236	263	231	153	120	166	0
		%	100.0	43.3	11.4	12.8	11.2	7.4	5.8	8.1	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	2,062	908	223	238	239	165	122	167	0
		%	100.0	44.0	10.8	11.5	11.6	8.0	5.9	8.1	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	2,062	24	34	116	553	510	153	102	570
		%	100.0	1.2	1.6	5.6	26.8	24.7	7.4	4.9	27.6
矯正後の視 力(右目)	N	2,062	18	25	121	543	528	152	103	572	
	%	100.0	0.9	1.2	5.9	26.3	25.6	7.4	5.0	27.7	
男性	裸眼視力 (左目)	N	1,031	462	132	134	109	81	57	56	0
		%	100.0	44.8	12.8	13.0	10.6	7.9	5.5	5.4	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	1,031	468	132	118	113	85	59	56	0
		%	100.0	45.4	12.8	11.4	11.0	8.2	5.7	5.4	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	1,031	13	18	48	261	283	98	39	271
		%	100.0	1.3	1.7	4.7	25.3	27.4	9.5	3.8	26.3
矯正後の視 力(右目)	N	1,031	7	14	54	260	288	100	38	270	
	%	100.0	0.7	1.4	5.2	25.2	27.9	9.7	3.7	26.2	
女性	裸眼視力 (左目)	N	1,031	431	104	129	122	72	63	110	0
		%	100.0	41.8	10.1	12.5	11.8	7.0	6.1	10.7	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	1,031	440	91	120	126	80	63	111	0
		%	100.0	42.7	8.8	11.6	12.2	7.8	6.1	10.8	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	1,031	11	16	68	292	227	55	63	299
		%	100.0	1.1	1.6	6.6	28.3	22.0	5.3	6.1	29.0
矯正後の視 力(右目)	N	1,031	11	11	67	283	240	52	65	302	
	%	100.0	1.1	1.1	6.5	27.4	23.3	5.0	6.3	29.3	

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q2. あなたのここ数日で見ることに関して、以下の自覚症状はありましたか。当てはまるものをすべて選んでください。

表 B2 目に関する自覚症状（複数回答）

	全体	ものを見づらい（焦点が合わない）	目のかすみ	まぶしい	ものが歪んで見える	視力が落ちた	目の中で光る	蚊のようなのが見える	涙目	目が乾きやすい	目に痛みがある	目の中心部が暗い	目の疲れ（疲れ目）	目の見える範囲（視野、視界）が狭い	目に腫れがある	夜間や暗闇で物が見えにくい	小さな文字や数字、図表などが見えにくい	上記以外の目に関する自覚症状がある	目に関する自覚症状はない	
全体	N	2,062	597	678	284	86	694	50	359	142	395	71	10	705	46	15	338	816	30	393
	%	100.0	29.0	32.9	13.8	4.2	33.7	2.4	17.4	6.9	19.2	3.4	0.5	34.2	2.2	0.7	16.4	39.6	1.5	19.1
男性	N	1,031	298	319	118	50	325	24	173	56	128	26	6	307	26	7	162	364	7	236
	%	100.0	28.9	30.9	11.4	4.8	31.5	2.3	16.8	5.4	12.4	2.5	0.6	29.8	2.5	0.7	15.7	35.3	0.7	22.9
女性	N	1,031	299	359	166	36	369	26	186	86	267	45	4	398	20	8	176	452	23	157
	%	100.0	29.0	34.8	16.1	3.5	35.8	2.5	18.0	8.3	25.9	4.4	0.4	38.6	1.9	0.8	17.1	43.8	2.2	15.2

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q3. 前問の自覚症状により以下の日常生活で影響がありますか。当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 B3 日常生活での影響

		全体	1. 大きく影響がある	2. 少し影響がある	3. ほとんど影響がない	4. 全く影響がない	5. 運転をしない	
全体	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	1,669	25	214	679	751	-
		%	100.0	1.5	12.8	40.7	45.0	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	31	232	725	681	-
		%	100.0	1.9	13.9	43.4	40.8	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	63	439	673	494	-
		%	100.0	3.8	26.3	40.3	29.6	
4. 自動車の運転	N	1,669	75	266	479	338	511	
	%	100.0	4.5	15.9	28.7	20.3	30.6	
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	1,669	122	696	582	269	-	
	%	100.0	7.3	41.7	34.9	16.1		
男性	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	795	12	122	323	338	0
		%	100.0	1.5	15.3	40.6	42.5	-
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	795	12	117	345	321	-
		%	100.0	1.5	14.7	43.4	40.4	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	795	28	237	309	221	-
		%	100.0	3.5	29.8	38.9	27.8	
4. 自動車の運転	N	795	32	149	272	176	166	
	%	100.0	4.0	18.7	34.2	22.1	20.9	
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	795	47	331	292	125	-	
	%	100.0	5.9	41.6	36.7	15.7		
女性	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	874	13	92	356	413	-
		%	100.0	1.5	10.5	40.7	47.3	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	874	19	115	380	360	-
		%	100.0	2.2	13.2	43.5	41.2	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	874	35	202	364	273	-
		%	100.0	4.0	23.1	41.6	31.2	
4. 自動車の運転	N	874	43	117	207	162	345	
	%	100.0	4.9	13.4	23.7	18.5	39.5	
	N	874	75	365	290	144	-	

5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	%	100.0	8.6	41.8	33.2	16.5
--------------------------------	---	-------	-----	------	------	------

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q4. 視力低下の理由に関して、あなたが考える主要な理由を1つ選んでください。

表 B4 視力低下の主要な理由

		全体	1. 加齢による自然な視力の低下	2. 近視、遠視、乱視などの屈折異常	3. 眼の疾患（緑内障、白内障など）	4. 疾病や薬物の副作用による視力の変化	5. 事故や外傷による視力の損失	6. その他（具体的に記入）【 】
全体	N	694	424	185	55	7	3	20
	%	100.0	61.1	26.7	7.9	1.0	0.4	2.9
男性	N	325	202	90	26	2	3	2
	%	100.0	62.2	27.7	8.0	0.6	0.9	0.6
女性	N	369	222	95	29	5	0	18
	%	100.0	60.2	25.7	7.9	1.4	0.0	4.9

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q5. あなたが視力回復や視力維持を望む理由を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 B5 視力回復や維持を望む理由（複数回答）

		全体	1. 日常生活の質の向上のため	2. 仕事や学業における影響を軽減するため	3. 視力補正器具（メガネやコンタクトレンズ等）の使用を避けるため	4. スポーツや趣味活動を楽しむため	5. よく見えることを通じて、生活の自信を高めるため	6. その他（具体的に記入）【 】	7. 特にない	8. 該当しない（視力回復や視力維持を望んではいない）
全体	N	2,062	1,161	545	366	237	554	20	277	222
	%	100.0	56.3	26.4	17.7	11.5	26.9	1.0	13.4	10.8
男性	N	1,031	536	278	158	142	258	9	151	126
	%	100.0	52.0	27.0	15.3	13.8	25.0	0.9	14.6	12.2
女性	N	1,031	625	267	208	95	296	11	126	96
	%	100.0	60.6	25.9	20.2	9.2	28.7	1.1	12.2	9.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q6. 目の健康や視力を得るために現在あなたは何かに取り組んでいますか？当  
てはまるものをすべて選んでください。

表 B6 現在取り組んでいること（複数回答）

		全体	特定の 食事や 栄養補 助食品 (目の サプリ など) の摂取	目の エク ササ イズ やト レー ニン グ	適切な 目のケ ア(目 薬を差 す、マ ッサージ、ア イマス クなど)	視力 回復 プロ グラ ムや トレ ーニ ング の受 講	視力 回復 に関 する 専門 家の 診療 や治 療	メガネ を使用 してい る(近 視、遠 視、乱 視など の視力 補正)	コンタ クトレ ンズの 使用 (近 視、遠 視、乱 視など の視力 補正)	レーシッ ク (LASIK )やICL (眼内コ ンタクト レンズ) 等の手術 を受けた	視力 維持 のため の特定 の眼科検 査	その 他 (具 体的 に記 入) 【 】	取り 組ん でい ない
全 体	N	1,563	197	115	379	17	38	765	250	26	74	19	505
	%	100.0	12.6	7.4	24.2	1.1	2.4	48.9	16.0	1.7	4.7	1.2	32.3
男 性	N	754	94	56	162	15	23	342	89	12	27	10	282
	%	100.0	12.5	7.4	21.5	2.0	3.1	45.4	11.8	1.6	3.6	1.3	37.4
女 性	N	809	103	59	217	2	15	423	161	14	47	9	223
	%	100.0	12.7	7.3	26.8	0.2	1.9	52.3	19.9	1.7	5.8	1.1	27.6

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q7. 前問でお答えいただいた結果に関し、総合的にあなたはどのくらい満足していますか。

表 B7 総合的な満足度

		全体	1. 十分満足している	2. どちらかと言えば満足している	3. どちらとも言えない	4. どちらかと言えば満足していない	5. ほとんど・全く満足していない	
全体	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	197	13	56	90	35	3
		%	100.0	6.6	28.4	45.7	17.8	1.5
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	115	2	37	50	22	4
		%	100.0	1.7	32.2	43.5	19.1	3.5
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	379	13	140	157	58	11
		%	100.0	3.4	36.9	41.4	15.3	2.9
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	17	2	4	6	3	2
		%	100.0	11.8	23.5	35.3	17.6	11.8
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	38	5	23	10	0	0
		%	100.0	13.2	60.5	26.3	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	765	63	400	187	105	10
		%	100.0	8.2	52.3	24.4	13.7	1.3
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	250	43	115	55	33	4
		%	100.0	17.2	46.0	22.0	13.2	1.6
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	26	8	9	7	1	1
		%	100.0	30.8	34.6	26.9	3.8	3.8
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	74	12	38	21	3	0
		%	100.0	16.2	51.4	28.4	4.1	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	19	5	5	7	2	0
		%	100.0	26.3	26.3	36.8	10.5	0.0
男性	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	94	8	26	47	11	2
		%	100.0	8.5	27.7	50.0	11.7	2.1
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	56	2	21	24	7	2
		%	100.0	3.6	37.5	42.9	12.5	3.6
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	162	8	57	69	22	6
		%	100.0	4.9	35.2	42.6	13.6	3.7
		N	15	2	3	5	3	2

	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	%	100.0	13.3	20.0	33.3	20.0	13.3
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	23	3	14	6	0	0
		%	100.0	13.0	60.9	26.1	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	342	33	178	87	40	4
		%	100.0	9.6	52.0	25.4	11.7	1.2
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	89	13	41	22	11	2
		%	100.0	14.6	46.1	24.7	12.4	2.2
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	12	2	5	4	0	1
		%	100.0	16.7	41.7	33.3	0.0	8.3
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	27	6	9	11	1	0
		%	100.0	22.2	33.3	40.7	3.7	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	10	3	1	5	1	0
		%	100.0	30.0	10.0	50.0	10.0	0.0
女性	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取	N	103	5	30	43	24	1
		%	100.0	4.9	29.1	41.7	23.3	1.0
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	59	0	16	26	15	2
		%	100.0	0.0	27.1	44.1	25.4	3.4
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	217	5	83	88	36	5
		%	100.0	2.3	38.2	40.6	16.6	2.3
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	2	0	1	1	0	0
		%	100.0	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	15	2	9	4	0	0
		%	100.0	13.3	60.0	26.7	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	423	30	222	100	65	6
		%	100.0	7.1	52.5	23.6	15.4	1.4
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	161	30	74	33	22	2
		%	100.0	18.6	46.0	20.5	13.7	1.2
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	14	6	4	3	1	0
		%	100.0	42.9	28.6	21.4	7.1	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	47	6	29	10	2	0
		%	100.0	12.8	61.7	21.3	4.3	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	9	2	4	2	1	0
		%	100.0	22.2	44.4	22.2	11.1	0.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q8. 視力回復や維持、定期健診などに関するサポートや情報を入手する方法を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 B8 サポートや情報の入手方法(複数回答)

		全体	1. 医師や眼科専門家のアドバイス	2. インターネット(医療情報サイト、専門家のブログなど)	3. 雑誌・書籍・新聞など活字メディアの情報	4. テレビの情報番組や健康番組	5. 友人や家族のアドバイス	6. 健康保険や公的機関からの案内	7. 視力回復プログラムやコミュニティの参加	8. その他(具体的に記入)【 】
全体	N	1,563	616	604	149	467	248	82	15	73
	%	100.0	39.4	38.6	9.5	29.9	15.9	5.2	1.0	4.7
男性	N	754	286	311	72	212	101	40	12	36
	%	100.0	37.9	41.2	9.5	28.1	13.4	5.3	1.6	4.8
女性	N	809	330	293	77	255	147	42	3	37
	%	100.0	40.8	36.2	9.5	31.5	18.2	5.2	0.4	4.6

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q9. あなたは定期的に目の検診を受けていますか？

表 B9 目の検診の頻度

		全体	年に3回以上	年に2回程度	年に1回程度	2年に1回程度	ほとんど受けていない
全体	N	2,062	181	157	482	119	1123
	%	100.0	8.8	7.6	23.4	5.8	54.5
男性	N	1,031	69	87	266	45	564
	%	100.0	6.7	8.4	25.8	4.4	54.7
女性	N	1,031	112	70	216	74	559
	%	100.0	10.9	6.8	21.0	7.2	54.2

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q10. 目の定期検診等を受けなかった理由について当てはまるものをすべて選んでください。

表 B10 目の定期検診等を受けなかった理由（複数回答）

		全体	1. 時間が取れなかったから	2. 場所が遠いから	3. 費用がかかるから	4. わざわざ健診場所に出向くのが面倒だから	5. 検査の時の痛み（眼圧検査や角膜検査など）や目の違和感があるから	6. 健診を受けると何か悪い結果を知るのが不安なため	7. その時、医療機関に通院していたから	8. 毎年定期的には受ける必要性を感じないから	9. 視力の状態に問題はなく、必要性を感じないから	10. 心配な時はいつでも近くの眼科などを受診できるから	11. その他（【 】）	12. 特にない
全体	N	1,123	161	41	257	368	11	48	3	149	149	165	20	261
	%	100.0	14.3	3.7	22.9	32.8	1.0	4.3	0.3	13.3	13.3	14.7	1.8	23.2
男性	N	564	100	19	136	167	4	23	1	73	66	68	8	154
	%	100.0	17.7	3.4	24.1	29.6	0.7	4.1	0.2	12.9	11.7	12.1	1.4	27.3
女性	N	559	61	22	121	201	7	25	2	76	83	97	12	107
	%	100.0	10.9	3.9	21.6	36.0	1.3	4.5	0.4	13.6	14.8	17.4	2.1	19.1

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q11. 下記の項目について、平均から見ると平日の1日にどのくらいの時間を使っていますか。

表 B11 各活動の利用時間

			全体	0分(原則、またはほとんどしない)	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上3時間未満	3時間以上4時間未満	4時間以上
全体	1. テレビ	N	2,062	174	191	274	435	428	235	325
		%	100.0	8.4	9.3	13.3	21.1	20.8	11.4	15.8
	2. 新聞	N	2,062	1187	700	131	32	10	0	2
		%	100.0	57.6	33.9	6.4	1.6	0.5	0.0	0.1
	3. パソコン	N	2,062	441	157	212	273	256	155	568
		%	100.0	21.4	7.6	10.3	13.2	12.4	7.5	27.5
	4. スマートフォン	N	2,062	81	351	398	530	317	168	217
		%	100.0	3.9	17.0	19.3	25.7	15.4	8.1	10.5
	5. 読書	N	2,062	1097	561	252	107	33	7	5
		%	100.0	53.2	27.2	12.2	5.2	1.6	0.3	0.2
	6. 自動車の運転	N	2,062	779	467	475	232	63	19	27
		%	100.0	37.8	22.6	23.0	11.3	3.1	0.9	1.3
男性	1. テレビ	N	1,031	96	113	151	244	201	110	116
		%	100.0	9.3	11.0	14.6	23.7	19.5	10.7	11.3
	2. 新聞	N	1,031	551	376	72	23	8	0	1
		%	100.0	53.4	36.5	7.0	2.2	0.8	0.0	0.1
	3. パソコン	N	1,031	110	66	98	152	164	82	359
		%	100.0	10.7	6.4	9.5	14.7	15.9	8.0	34.8
	4. スマートフォン	N	1,031	45	199	207	276	153	67	84
		%	100.0	4.4	19.3	20.1	26.8	14.8	6.5	8.1
	5. 読書	N	1,031	561	278	126	45	16	2	3
		%	100.0	54.4	27.0	12.2	4.4	1.6	0.2	0.3
	6. 自動車の運転	N	1,031	300	233	245	164	51	14	24
		%	100.0	29.1	22.6	23.8	15.9	4.9	1.4	2.3
女性	1. テレビ	N	1,031	78	78	123	191	227	125	209
		%	100.0	7.6	7.6	11.9	18.5	22.0	12.1	20.3
	2. 新聞	N	1,031	636	324	59	9	2	0	1
		%	100.0	61.7	31.4	5.7	0.9	0.2	0.0	0.1

3. パソコン	N	1,031	331	91	114	121	92	73	209
	%	100.0	32.1	8.8	11.1	11.7	8.9	7.1	20.3
4. スマートフォン	N	1,031	36	152	191	254	164	101	133
	%	100.0	3.5	14.7	18.5	24.6	15.9	9.8	12.9
5. 読書	N	1,031	536	283	126	62	17	5	2
	%	100.0	52.0	27.4	12.2	6.0	1.6	0.5	0.2
6. 自動車の運転	N	1,031	479	234	230	68	12	5	3
	%	100.0	46.5	22.7	22.3	6.6	1.2	0.5	0.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q12. あなたの普段の運転状況を教えてください。

表 B12 普段の運転状況

		全体	運転免許ははじめから持っていない	運転免許を持っていたが返納または更新とした	運転免許を持っていて、ほとんど運転していない	週1日程度運転している	週2～3日程度運転している	週4～5日程度運転している（平日ほとんど）	週6～7日程度運転している（休日も含めてほとんど）
全体	N	2,062	223	65	440	213	306	247	568
	%	100.0	10.8	3.2	21.3	10.3	14.8	12.0	27.5
男性	N	1,031	50	22	173	145	164	132	345
	%	100.0	4.8	2.1	16.8	14.1	15.9	12.8	33.5
女性	N	1,031	173	43	267	68	142	115	223
	%	100.0	16.8	4.2	25.9	6.6	13.8	11.2	21.6

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q13. 自動車の運転に関して下記の内容をお答えください。

表 B13 自動車の運転について

		全体	はい	いいえ	
全体	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	1,334	145	1,189
		%	100.0	10.9	89.1
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	1,334	358	976
		%	100.0	26.8	73.2
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	1,334	156	1178
		%	100.0	11.7	88.3
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	1,334	225	1,109
		%	100.0	16.9	83.1
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	1,334	72	1,262
		%	100.0	5.4	94.6
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	1,334	74	1,260
		%	100.0	5.5	94.5
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	1,334	401	933
		%	100.0	30.1	69.9
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	1,334	634	700
		%	100.0	47.5	52.5
男性	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	786	94	692
		%	100.0	12.0	88.0
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	786	232	554
		%	100.0	29.5	70.5
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	786	103	683
		%	100.0	13.1	86.9
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	786	141	645
		%	100.0	17.9	82.1
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	786	35	751
		%	100.0	4.5	95.5
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	786	58	728
		%	100.0	7.4	92.6
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	786	238	548
		%	100.0	30.3	69.7
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	786	360	426
		%	100.0	45.8	54.2

女性	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	548	51	497
		%	100.0	9.3	90.7
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	548	126	422
		%	100.0	23.0	77.0
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	548	53	495
		%	100.0	9.7	90.3
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	548	84	464
		%	100.0	15.3	84.7
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	548	37	511
		%	100.0	6.8	93.2
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	548	16	532
		%	100.0	2.9	97.1
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	548	163	385
		%	100.0	29.7	70.3
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	548	274	274
		%	100.0	50.0	50.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q14. あなたの過去1か月の状況について、当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 B14 過去1か月の状況

		全体	1. 非常に悪い	2. 悪い	3. どちらともいえない	4. 良い	5. 非常に良い		
全体	1. 視力や見え方の状態	N	2,062	43	410	1124	444	41	
		%	100.0	2.1	19.9	54.5	21.5	2.0	
	2. 身体全体の健康状態	N	2,062	33	257	910	800	62	
		%	100.0	1.6	12.5	44.1	38.8	3.0	
	3. こころの健康状態	N	2,062	66	281	815	799	101	
		%	100.0	3.2	13.6	39.5	38.7	4.9	
	4. 睡眠の質	N	2,062	93	534	864	522	49	
		%	100.0	4.5	25.9	41.9	25.3	2.4	
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	2,062	35	328	896	767	36	
		%	100.0	1.7	15.9	43.5	37.2	1.7	
	男性	1. 視力や見え方の状態	N	1,031	18	174	602	213	24
			%	100.0	1.7	16.9	58.4	20.7	2.3
2. 身体全体の健康状態		N	1,031	18	127	493	356	37	
		%	100.0	1.7	12.3	47.8	34.5	3.6	
3. こころの健康状態		N	1,031	33	135	442	371	50	
		%	100.0	3.2	13.1	42.9	36.0	4.8	
4. 睡眠の質		N	1,031	38	257	475	237	24	
		%	100.0	3.7	24.9	46.1	23.0	2.3	
5. 全体としての総合的な健康状態		N	1,031	17	155	488	357	14	
		%	100.0	1.6	15.0	47.3	34.6	1.4	
女性		1. 視力や見え方の状態	N	1,031	25	236	522	231	17
			%	100.0	2.4	22.9	50.6	22.4	1.6
	2. 身体全体の健康状態	N	1,031	15	130	417	444	25	
		%	100.0	1.5	12.6	40.4	43.1	2.4	
	3. こころの健康状態	N	1,031	33	146	373	428	51	
		%	100.0	3.2	14.2	36.2	41.5	4.9	
	4. 睡眠の質	N	1,031	55	277	389	285	25	
		%	100.0	5.3	26.9	37.7	27.6	2.4	
		N	1,031	18	173	408	410	22	

5. 全体としての総合的な健康状態	%	100.0	1.7	16.8	39.6	39.8	2.1
-------------------	---	-------	-----	------	------	------	-----

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q15. 専門家（医師や病院、健診など）によって診断された傷病状況をお答えください。

表 B15 持病の状況

			全体	はい	いいえ
全体	1. 糖尿病	N	2,062	142	1,920
		%	100.0	6.9	93.1
	2. 肥満症	N	2,062	232	1,830
		%	100.0	11.3	88.7
	3. 脂質異常症	N	2,062	312	1,750
		%	100.0	15.1	84.9
	4. 目の病気	N	2,062	262	1,800
		%	100.0	12.7	87.3
	5. 高血圧症	N	2,062	414	1,648
		%	100.0	20.1	79.9
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	2,062	30	2,032
		%	100.0	1.5	98.5
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	2,062	40	2,022
		%	100.0	1.9	98.1
	8. 睡眠障害	N	2,062	176	1,886
		%	100.0	8.5	91.5
男性	1. 糖尿病	N	1,031	103	928
		%	100.0	10.0	90.0
	2. 肥満症	N	1,031	150	881
		%	100.0	14.5	85.5
	3. 脂質異常症	N	1,031	159	872
		%	100.0	15.4	84.6
	4. 目の病気	N	1,031	123	908
		%	100.0	11.9	88.1
	5. 高血圧症	N	1,031	265	766
		%	100.0	25.7	74.3
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	1,031	22	1009

		%	100.0	2.1	97.9
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	1,031	33	998
		%	100.0	3.2	96.8
	8. 睡眠障害	N	1,031	91	940
		%	100.0	8.8	91.2
女性	1. 糖尿病	N	1,031	39	992
		%	100.0	3.8	96.2
	2. 肥満症	N	1,031	82	949
		%	100.0	8.0	92.0
	3. 脂質異常症	N	1,031	153	878
		%	100.0	14.8	85.2
	4. 目の病気	N	1,031	139	892
		%	100.0	13.5	86.5
	5. 高血圧症	N	1,031	149	882
		%	100.0	14.5	85.5
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	1,031	8	1023
		%	100.0	0.8	99.2
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	1,031	7	1024
		%	100.0	0.7	99.3
	8. 睡眠障害	N	1,031	85	946
		%	100.0	8.2	91.8

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q16. あなたの昨年1年間（2022年1月～12月）の年収（税込み、年金や配当なども含む）について、当てはまるものを選んでください。

表 B16 昨年1年間の年収

		全体	99 万円 以下	100 万円 ～ 199 万円	200 万円 ～ 299 万円	300 万円 ～ 399 万円	400 万円 ～ 499 万円	500 万 円 ～ 599 万 円	600 万 円 ～ 699 万 円	700 万 円 ～ 799 万 円	800 万 円 ～ 899 万 円	900 万 円 ～ 999 万 円	1,000 万円 ～ 1,199 万円	1,200 万円 ～ 1,399 万円	1,400 万円 ～ 1,599 万円	1,600 万円 以上	わ か ら な い	答 え た く な い
全 体	N	2,062	436	258	194	180	165	107	87	81	55	43	43	13	9	17	102	272
	%	100.0	21.1	12.5	9.4	8.7	8.0	5.2	4.2	3.9	2.7	2.1	2.1	0.6	0.4	0.8	4.9	13.2
男 性	N	1,031	61	72	103	118	124	88	74	71	53	41	38	11	9	15	39	114
	%	100.0	5.9	7.0	10.0	11.4	12.0	8.5	7.2	6.9	5.1	4.0	3.7	1.1	0.9	1.5	3.8	11.1
女 性	N	1,031	375	186	91	62	41	19	13	10	2	2	5	2	0	2	63	158
	%	100.0	36.4	18.0	8.8	6.0	4.0	1.8	1.3	1.0	0.2	0.2	0.5	0.2	0.0	0.2	6.1	15.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q17. あなたの就業形態について、当てはまるものを1つお選びください。

表 B17 就業形態

		全体	1. 正規の職員・従業員 (会社や組織のサラリーマン)	2. 派遣社員・契約社員・パート・アルバイト	3. 会社・団体の役員等	4. 自営業者、農林水産漁業、家族従業者	5. 退職後の年金生活者 (65歳以上)	6. 専業主婦(夫)、家事手伝い、育児・介護休業中	7. 現在は仕事をしていない (64歳未満；非求職中)	8. 現在は仕事をしていない (64歳未満；求職中)	9. その他 (【 】)
全体	N	2,062	715	520	37	129	161	287	91	69	53
	%	100.0	34.7	25.2	1.8	6.3	7.8	13.9	4.4	3.3	2.6
男性	N	1,031	563	140	30	91	115	3	45	29	15
	%	100.0	54.6	13.6	2.9	8.8	11.2	0.3	4.4	2.8	1.5
女性	N	1,031	152	380	7	38	46	284	46	40	38
	%	100.0	14.7	36.9	0.7	3.7	4.5	27.5	4.5	3.9	3.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q18. 2023年6月12日（月）～18日（日）の1週間で、実際に収入を伴う仕事をした総時間（残業を含めた）を記入してください。なお、複数の仕事をした場合は、すべての合計をご記入ください。

表 B18 週当たりの労働時間（時間）

	全体	有効ケース数	平均	標準偏差	最小値	最大値	中央値
全体	2,062	2,062	23.55	21.57	0.00	168.00	20.00
男性	1,031	1031	30.58	22.71	0.00	168.00	40.00
女性	1,031	1031	16.53	17.78	0.00	100.00	10.00

Q19. 総合的に見ると、生活全般の満足度についてお答えください。

表 B19 生活全般の満足度

		全体	1. 非常に満足している	2. 満足している	3. どちらとも言えない	4. あまり満足していない	5. 全く満足していない
全体	N	2,062	55	863	647	325	172
	%	100.0	2.7	41.9	31.4	15.8	8.3
男性	N	1,031	22	401	334	188	86
	%	100.0	2.1	38.9	32.4	18.2	8.3
女性	N	1,031	33	462	313	137	86
	%	100.0	3.2	44.8	30.4	13.3	8.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

## C. 年齢別の集計結果

Q1. 現在の視力の状況について当てはまるものをそれぞれお選びください。

表 C1 現在の視力の状況

			全体	0.3未 満	0.3以 上0.5 未満	0.5以 上0.7 未満	0.7以 上1.0 未満	1.0以 上1.2 未満	1.2以 上	わか らな い	矯正は してい ない
全体	裸眼視力 (左目)	N	2,062	893	236	263	231	153	120	166	0
		%	100.0	43.3	11.4	12.8	11.2	7.4	5.8	8.1	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	2,062	908	223	238	239	165	122	167	0
		%	100.0	44.0	10.8	11.5	11.6	8.0	5.9	8.1	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	2,062	24	34	116	553	510	153	102	570
		%	100.0	1.2	1.6	5.6	26.8	24.7	7.4	4.9	27.6
矯正後の視 力(右目)	N	2,062	18	25	121	543	528	152	103	572	
	%	100.0	0.9	1.2	5.9	26.3	25.6	7.4	5.0	27.7	
40歳 ～ 44歳	裸眼視力 (左目)	N	310	160	26	28	20	23	32	21	0
		%	100.0	51.6	8.4	9.0	6.5	7.4	10.3	6.8	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	310	156	29	29	20	22	33	21	0
		%	100.0	50.3	9.4	9.4	6.5	7.1	10.6	6.8	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	310	2	4	12	72	98	23	13	86
		%	100.0	0.6	1.3	3.9	23.2	31.6	7.4	4.2	27.7
矯正後の視 力(右目)	N	310	1	3	16	71	94	26	13	86	
	%	100.0	0.3	1.0	5.2	22.9	30.3	8.4	4.2	27.7	
45歳 ～ 49歳	裸眼視力 (左目)	N	380	189	39	44	39	28	20	21	0
		%	100.0	49.7	10.3	11.6	10.3	7.4	5.3	5.5	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	380	196	42	36	34	33	18	21	0
		%	100.0	51.6	11.1	9.5	8.9	8.7	4.7	5.5	0.0
	矯正後の視 力(左目)	N	380	4	8	25	95	91	38	8	111
		%	100.0	1.1	2.1	6.6	25.0	23.9	10.0	2.1	29.2
矯正後の視 力(右目)	N	380	4	8	29	91	94	35	7	112	
	%	100.0	1.1	2.1	7.6	23.9	24.7	9.2	1.8	29.5	
50歳 ～ 54歳	裸眼視力 (左目)	N	360	170	40	38	34	26	22	30	0
		%	100.0	47.2	11.1	10.6	9.4	7.2	6.1	8.3	0.0
	裸眼視力 (右目)	N	360	177	38	32	32	25	26	30	0
		%	100.0	49.2	10.6	8.9	8.9	6.9	7.2	8.3	0.0
矯正後の視 力(左目)	N	360	2	2	22	101	81	25	17	110	
	%	100.0	0.6	0.6	6.1	28.1	22.5	6.9	4.7	30.6	

	矯正後の視力（右目）	N	360	2	2	20	102	81	24	18	111
		%	100.0	0.6	0.6	5.6	28.3	22.5	6.7	5.0	30.8
55歳～59歳	裸眼視力（左目）	N	326	155	38	32	42	18	19	22	0
		%	100.0	47.5	11.7	9.8	12.9	5.5	5.8	6.7	0.0
	裸眼視力（右目）	N	326	153	37	30	48	18	18	22	0
		%	100.0	46.9	11.3	9.2	14.7	5.5	5.5	6.7	0.0
	矯正後の視力（左目）	N	326	6	6	15	98	72	22	19	88
		%	100.0	1.8	1.8	4.6	30.1	22.1	6.7	5.8	27.0
矯正後の視力（右目）	N	326	2	2	17	94	80	24	20	87	
	%	100.0	0.6	0.6	5.2	28.8	24.5	7.4	6.1	26.7	
60歳～64歳	裸眼視力（左目）	N	274	103	37	46	30	21	15	22	0
		%	100.0	37.6	13.5	16.8	10.9	7.7	5.5	8.0	0.0
	裸眼視力（右目）	N	274	109	34	35	33	27	14	22	0
		%	100.0	39.8	12.4	12.8	12.0	9.9	5.1	8.0	0.0
	矯正後の視力（左目）	N	274	1	7	12	79	72	20	9	74
		%	100.0	0.4	2.6	4.4	28.8	26.3	7.3	3.3	27.0
矯正後の視力（右目）	N	274	2	4	15	72	77	20	11	73	
	%	100.0	0.7	1.5	5.5	26.3	28.1	7.3	4.0	26.6	
65歳～69歳	裸眼視力（左目）	N	183	60	18	32	23	23	6	21	0
		%	100.0	32.8	9.8	17.5	12.6	12.6	3.3	11.5	0.0
	裸眼視力（右目）	N	183	62	12	32	26	22	6	23	0
		%	100.0	33.9	6.6	17.5	14.2	12.0	3.3	12.6	0.0
	矯正後の視力（左目）	N	183	3	3	12	39	47	13	17	49
		%	100.0	1.6	1.6	6.6	21.3	25.7	7.1	9.3	26.8
矯正後の視力（右目）	N	183	3	3	12	39	47	13	17	49	
	%	100.0	1.6	1.6	6.6	21.3	25.7	7.1	9.3	26.8	
70歳及び以上	裸眼視力（左目）	N	229	56	38	43	43	14	6	29	0
		%	100.0	24.5	16.6	18.8	18.8	6.1	2.6	12.7	0.0
	裸眼視力（右目）	N	229	55	31	44	46	18	7	28	0
		%	100.0	24.0	13.5	19.2	20.1	7.9	3.1	12.2	0.0
	矯正後の視力（左目）	N	229	6	4	18	69	49	12	19	52
		%	100.0	2.6	1.7	7.9	30.1	21.4	5.2	8.3	22.7
矯正後の視力（右目）	N	229	4	3	12	74	55	10	17	54	
	%	100.0	1.7	1.3	5.2	32.3	24.0	4.4	7.4	23.6	

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q2. あなたのここ数日で見ることに関して、以下の自覚症状はありましたか。当てはまるものをすべて選んでください。

表 C2 目に関する自覚症状（複数回答）

		全体	ものを見づらい (焦点が合わない)	目のかすみ	まぶしい	ものが歪んで見える	視力が落ちた	目の中で光る	蚊のような見える	涙目	目が乾きやすい	目に痛みがある	目の中心部が暗い	目の疲れ(疲れ目)	目の見える範囲(視野、視界)が狭い	目に腫れがある	夜間や暗闇で物が見えにくい	小さな文字や数字、図表などが見えにくい	上記以外の目に関する自覚症状がある	目に関する自覚症状はない
全体	N	2,062	597	678	284	86	694	50	359	142	395	71	10	705	46	15	338	816	30	393
	%	100.0	29.0	32.9	13.8	4.2	33.7	2.4	17.4	6.9	19.2	3.4	0.5	34.2	2.2	0.7	16.4	39.6	1.5	19.1
40歳～44歳	N	310	64	93	35	10	105	4	26	24	67	6	1	109	5	2	38	48	8	86
	%	100.0	20.6	30.0	11.3	3.2	33.9	1.3	8.4	7.7	21.6	1.9	0.3	35.2	1.6	0.6	12.3	15.5	2.6	27.7
45歳～49歳	N	380	146	118	49	15	136	11	49	18	73	24	2	136	4	5	55	133	3	73
	%	100.0	38.4	31.1	12.9	3.9	35.8	2.9	12.9	4.7	19.2	6.3	0.5	35.8	1.1	1.3	14.5	35.0	0.8	19.2
50歳～54歳	N	360	130	119	55	15	134	8	69	21	78	12	2	125	4	2	73	165	5	67
	%	100.0	36.1	33.1	15.3	4.2	37.2	2.2	19.2	5.8	21.7	3.3	0.6	34.7	1.1	0.6	20.3	45.8	1.4	18.6
55歳～59歳	N	326	91	117	39	17	105	6	64	21	64	9	0	120	7	2	52	147	3	52
	%	100.0	27.9	35.9	12.0	5.2	32.2	1.8	19.6	6.4	19.6	2.8	0.0	36.8	2.1	0.6	16.0	45.1	0.9	16.0
60歳～64歳	N	274	79	92	38	13	78	11	60	24	53	9	1	83	4	3	46	120	5	48
	%	100.0	28.8	33.6	13.9	4.7	28.5	4.0	21.9	8.8	19.3	3.3	0.4	30.3	1.5	1.1	16.8	43.8	1.8	17.5
65歳～69歳	N	183	44	60	30	8	57	4	35	13	26	3	3	66	10	1	36	99	1	24
	%	100.0	24.0	32.8	16.4	4.4	31.1	2.2	19.1	7.1	14.2	1.6	1.6	36.1	5.5	0.5	19.7	54.1	0.5	13.1
70歳及以上	N	229	43	79	38	8	79	6	56	21	34	8	1	66	12	0	38	104	5	43
	%	100.0	18.8	34.5	16.6	3.5	34.5	2.6	24.5	9.2	14.8	3.5	0.4	28.8	5.2	0.0	16.6	45.4	2.2	18.8

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q3. 前問の自覚症状により以下の日常生活で影響がありますか。当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 C3 日常生活での影響

		全体	1. 大きく影響がある	2. 少し影響がある	3. ほとんど影響がない	4. 全く影響がない	5. 運転をしない	
全体	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	1,669	25	214	679	751	-
		%	100.0	1.5	12.8	40.7	45.0	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	31	232	725	681	-
		%	100.0	1.9	13.9	43.4	40.8	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	1,669	63	439	673	494	-
		%	100.0	3.8	26.3	40.3	29.6	
4. 自動車の運転	N	1,669	75	266	479	338	511	
	%	100.0	4.5	15.9	28.7	20.3	30.6	
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	1,669	122	696	582	269	-	
	%	100.0	7.3	41.7	34.9	16.1		
40歳～44歳	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	224	5	28	84	107	-
		%	100.0	2.2	12.5	37.5	47.8	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	224	4	28	88	104	-
		%	100.0	1.8	12.5	39.3	46.4	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	224	6	54	79	85	-
		%	100.0	2.7	24.1	35.3	37.9	
4. 自動車の運転	N	224	13	37	56	52	66	
	%	100.0	5.8	16.5	25.0	23.2	29.5	
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	224	11	72	92	49	-	
	%	100.0	4.9	32.1	41.1	21.9		
45歳～49歳	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	307	8	45	117	137	-
		%	100.0	2.6	14.7	38.1	44.6	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	307	8	50	117	132	-
		%	100.0	2.6	16.3	38.1	43.0	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	307	18	79	120	90	-
		%	100.0	5.9	25.7	39.1	29.3	
4. 自動車の運転	N	307	17	48	80	76	86	
	%	100.0	5.5	15.6	26.1	24.8	28.0	
	N	307	27	126	100	54	-	

	5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	%	100.0	8.8	41.0	32.6	17.6		
50歳～54歳	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	293	2	45	113	133	-	
		%	100.0	0.7	15.4	38.6	45.4		
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	293	6	41	129	117	-	
		%	100.0	2.0	14.0	44.0	39.9		
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	293	14	86	122	71	-	
		%	100.0	4.8	29.4	41.6	24.2		
	4. 自動車の運転	N	293	13	59	79	61	81	
		%	100.0	4.4	20.1	27.0	20.8	27.6	
	5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	293	32	135	88	38	-	
		%	100.0	10.9	46.1	30.0	13.0		
	55歳～59歳	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	274	2	35	121	116	-
			%	100.0	0.7	12.8	44.2	42.3	
2. 外出（時間や作業量などが制限される）		N	274	5	36	132	101	-	
		%	100.0	1.8	13.1	48.2	36.9		
3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）		N	274	11	85	103	75	-	
		%	100.0	4.0	31.0	37.6	27.4		
4. 自動車の運転		N	274	16	44	86	52	76	
		%	100.0	5.8	16.1	31.4	19.0	27.7	
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること		N	274	15	127	94	38	-	
		%	100.0	5.5	46.4	34.3	13.9		
60歳～64歳		1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	226	5	31	93	97	-
			%	100.0	2.2	13.7	41.2	42.9	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	226	4	33	100	89	-	
		%	100.0	1.8	14.6	44.2	39.4		
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	226	8	69	78	71	-	
		%	100.0	3.5	30.5	34.5	31.4		
	4. 自動車の運転	N	226	10	28	74	37	77	
		%	100.0	4.4	12.4	32.7	16.4	34.1	
	5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	226	18	87	84	37	-	
		%	100.0	8.0	38.5	37.2	16.4		
	65歳～	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	159	1	20	60	78	-
			%	100.0	0.6	12.6	37.7	49.1	
		N	159	2	24	65	68	-	

69 歳	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	%	100.0	1.3	15.1	40.9	42.8	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	159	5	33	75	46	-
		%	100.0	3.1	20.8	47.2	28.9	
	4. 自動車の運転	N	159	6	22	56	26	49
		%	100.0	3.8	13.8	35.2	16.4	30.8
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	159	9	74	54	22	-	
	%	100.0	5.7	46.5	34.0	13.8		
70 歳及 び以 上	1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）	N	186	2	10	91	83	-
		%	100.0	1.1	5.4	48.9	44.6	
	2. 外出（時間や作業量などが制限される）	N	186	2	20	94	70	-
		%	100.0	1.1	10.8	50.5	37.6	
	3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）	N	186	1	33	96	56	-
		%	100.0	0.5	17.7	51.6	30.1	
	4. 自動車の運転	N	186	0	28	48	34	76
		%	100.0	0.0	15.1	25.8	18.3	40.9
	5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること	N	186	10	75	70	31	-
		%	100.0	5.4	40.3	37.6	16.7	

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q4. 視力低下の理由に関して、あなたが考える主要な理由を 1 つ選んでください。

表 C4 視力低下の主要な理由

		全体	1. 加齢による自然な視力の低下	2. 近視、遠視、乱視などの屈折異常	3. 眼の疾患（緑内障、白内障など）	4. 疾病や薬物の副作用による視力の変化	5. 事故や外傷による視力の損失	6. その他（具体的に記入） 【    】
全体	N	694	424	185	55	7	3	20
	%	100.0	61.1	26.7	7.9	1.0	0.4	2.9
40歳～ 44歳	N	325	202	90	26	2	3	2
	%	100.0	62.2	27.7	8.0	0.6	0.9	0.6
45歳～ 49歳	N	136	76	48	4	1	1	6
	%	100.0	55.9	35.3	2.9	0.7	0.7	4.4
50歳～ 54歳	N	134	86	37	3	2	1	5
	%	100.0	64.2	27.6	2.2	1.5	0.7	3.7
55歳～ 59歳	N	105	68	26	8	0	0	3
	%	100.0	64.8	24.8	7.6	0.0	0.0	2.9
60歳～ 64歳	N	78	50	19	6	1	1	1
	%	100.0	64.1	24.4	7.7	1.3	1.3	1.3
65歳～ 69歳	N	57	34	9	13	1	0	0
	%	100.0	59.6	15.8	22.8	1.8	0.0	0.0
70歳及 び以上	N	79	49	9	19	0	0	2
	%	100.0	62.0	11.4	24.1	0.0	0.0	2.5

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q5. あなたが視力回復や視力維持を望む理由を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 C5 視力回復や維持を望む理由（複数回答）

		全体	1. 日常生活の質の向上のため	2. 仕事や学業における影響を軽減するため	3. 視力補正器具（メガネやコンタクトレンズ等）の使用を避けるため	4. スポーツや趣味活動を楽しむため	5. よく見えることを通じて、生活の自信を高めるため	6. その他（具体的に記入）	7. 特にない	8. 該当しない（視力回復や視力維持を望んでいない）
全体	N	2,062	1,161	545	366	237	554	20	277	222
	%	100.0	56.3	26.4	17.7	11.5	26.9	1.0	13.4	10.8
40歳～ 44歳	N	310	179	90	61	41	73	2	25	46
	%	100.0	57.7	29.0	19.7	13.2	23.5	0.6	8.1	14.8
45歳～ 49歳	N	380	223	112	76	45	77	1	44	37
	%	100.0	58.7	29.5	20.0	11.8	20.3	0.3	11.6	9.7
50歳～ 54歳	N	360	211	122	69	44	92	4	41	38
	%	100.0	58.6	33.9	19.2	12.2	25.6	1.1	11.4	10.6
55歳～ 59歳	N	326	182	100	65	36	96	1	41	34
	%	100.0	55.8	30.7	19.9	11.0	29.4	0.3	12.6	10.4
60歳～ 64歳	N	274	149	72	45	23	78	3	48	30
	%	100.0	54.4	26.3	16.4	8.4	28.5	1.1	17.5	10.9
65歳～ 69歳	N	183	99	26	17	18	60	2	32	18
	%	100.0	54.1	14.2	9.3	9.8	32.8	1.1	17.5	9.8
70歳及 び以上	N	229	118	23	33	30	78	7	46	19
	%	100.0	51.5	10.0	14.4	13.1	34.1	3.1	20.1	8.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q6. 目の健康や視力を得るために現在あなたは何かに取り組んでいますか？当  
てはまるものをすべて選んでください。

表 C6 現在取り組んでいること（複数回答）

		全体	特定の 食事や 栄養補 助食品 (目の サプリ など) の摂取	目の エク ササ イズ やト レー ニン グ	適切な 目のケ ア(目 薬を差 す、マ ッサージ、ア イマス クな ど)	視力 回復 プロ グラ ムや トレ ーニ ング の受 講	視力 回復 に関 する 専門 家の 診療 や治 療	メガネ を使用 してい る(近 視、遠 視、乱 視など の視力 補正)	コンタ クトレ ンズの 使用 (近 視、遠 視、乱 視など の視力 補正)	レーシ ック(LASI K)やICL (眼内コ ンタクト レンズ) 等の手術 を受けた	視力 維持 のため の特定 の眼科 検査	その 他 (具 体的 に記 入)	取り 組ん でい ない
全体	N	1,563	197	115	379	17	38	765	250	26	74	19	505
	%	100.0	12.6	7.4	24.2	1.1	2.4	48.9	16.0	1.7	4.7	1.2	32.3
40歳～ 44歳	N	239	23	23	53	2	9	101	64	4	4	2	81
	%	100.0	9.6	9.6	22.2	0.8	3.8	42.3	26.8	1.7	1.7	0.8	33.9
45歳～ 49歳	N	299	40	30	60	6	5	134	63	4	8	3	115
	%	100.0	13.4	10.0	20.1	2.0	1.7	44.8	21.1	1.3	2.7	1.0	38.5
50歳～ 54歳	N	281	40	19	61	3	2	130	57	4	10	1	98
	%	100.0	14.2	6.8	21.7	1.1	0.7	46.3	20.3	1.4	3.6	0.4	34.9
55歳～ 59歳	N	251	26	21	68	0	4	129	38	3	11	1	75
	%	100.0	10.4	8.4	27.1	0.0	1.6	51.4	15.1	1.2	4.4	0.4	29.9
60歳～ 64歳	N	196	27	10	45	2	2	99	12	6	6	2	70
	%	100.0	13.8	5.1	23.0	1.0	1.0	50.5	6.1	3.1	3.1	1.0	35.7
65歳～ 69歳	N	133	18	2	39	0	4	81	12	2	13	3	31
	%	100.0	13.5	1.5	29.3	0.0	3.0	60.9	9.0	1.5	9.8	2.3	23.3
70歳及 び以上	N	164	23	10	53	4	12	91	4	3	22	7	35
	%	100.0	14.0	6.1	32.3	2.4	7.3	55.5	2.4	1.8	13.4	4.3	21.3

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q7. 前問でお答えいただいた結果に関し、総合的にあなたはどのくらい満足していますか。

表 C7 総合的な満足度

		全体	1. 十分満足している	2. どちらかと言えば満足している	3. どちらとも言えない	4. どちらかと言えば満足していない	5. ほとんど・全く満足していない	
全体	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	197	13	56	90	35	3
		%	100.0	6.6	28.4	45.7	17.8	1.5
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	115	2	37	50	22	4
		%	100.0	1.7	32.2	43.5	19.1	3.5
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	379	13	140	157	58	11
		%	100.0	3.4	36.9	41.4	15.3	2.9
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	17	2	4	6	3	2
		%	100.0	11.8	23.5	35.3	17.6	11.8
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	38	5	23	10	0	0
		%	100.0	13.2	60.5	26.3	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	765	63	400	187	105	10
		%	100.0	8.2	52.3	24.4	13.7	1.3
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	250	43	115	55	33	4
		%	100.0	17.2	46.0	22.0	13.2	1.6
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	26	8	9	7	1	1
		%	100.0	30.8	34.6	26.9	3.8	3.8
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	74	12	38	21	3	0
		%	100.0	16.2	51.4	28.4	4.1	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	19	5	5	7	2	0
		%	100.0	26.3	26.3	36.8	10.5	0.0
40歳～44歳	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	23	3	4	13	3	0
		%	100.0	13.0	17.4	56.5	13.0	0.0
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	23	0	10	8	5	0
		%	100.0	0.0	43.5	34.8	21.7	0.0
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	53	3	26	18	5	1
		%	100.0	5.7	49.1	34.0	9.4	1.9
		N	2	1	0	1	0	0

	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	%	100.0	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	9	2	6	1	0	0
		%	100.0	22.2	66.7	11.1	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	101	16	47	22	15	1
		%	100.0	15.8	46.5	21.8	14.9	1.0
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	64	16	31	10	7	0
		%	100.0	25.0	48.4	15.6	10.9	0.0
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	4	1	3	0	0	0
		%	100.0	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	4	2	1	1	0	0
		%	100.0	50.0	25.0	25.0	0.0	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	2	0	2	0	0	0
		%	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
45歳～49歳	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取	N	40	4	15	15	6	0
		%	100.0	10.0	37.5	37.5	15.0	0.0
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	30	0	11	12	5	2
		%	100.0	0.0	36.7	40.0	16.7	6.7
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	53	3	26	18	5	1
		%	100.0	5.7	49.1	34.0	9.4	1.9
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	6	0	2	2	1	1
		%	100.0	0.0	33.3	33.3	16.7	16.7
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	5	0	3	2	0	0
		%	100.0	0.0	60.0	40.0	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	134	9	65	41	17	2
		%	100.0	6.7	48.5	30.6	12.7	1.5
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	63	8	26	19	8	2
		%	100.0	12.7	41.3	30.2	12.7	3.2
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	4	1	1	2	0	0
		%	100.0	25.0	25.0	50.0	0.0	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	8	2	2	4	0	0
		%	100.0	25.0	25.0	50.0	0.0	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	3	1	2	0	0	0
		%	100.0	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0
		N	40	1	13	17	8	1

50歳～54歳	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	%	100.0	2.5	32.5	42.5	20.0	2.5
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	19	2	5	10	1	1
		%	100.0	10.5	26.3	52.6	5.3	5.3
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	61	4	17	19	17	4
		%	100.0	6.6	27.9	31.1	27.9	6.6
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	3	1	1	0	1	0
		%	100.0	33.3	33.3	0.0	33.3	0.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	2	0	2	0	0	0
		%	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	130	7	67	30	22	4
%		100.0	5.4	51.5	23.1	16.9	3.1	
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	57	7	24	15	11	0	
	%	100.0	12.3	42.1	26.3	19.3	0.0	
8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	4	3	1	0	0	0	
	%	100.0	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0	
9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	10	0	4	5	1	0	
	%	100.0	0.0	40.0	50.0	10.0	0.0	
10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	1	0	0	0	1	0	
	%	100.0	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	
55歳～59歳	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリメントなど）の摂取	N	26	2	7	10	7	0
		%	100.0	7.7	26.9	38.5	26.9	0.0
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	21	0	5	8	8	0
		%	100.0	0.0	23.8	38.1	38.1	0.0
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	68	0	28	24	13	3
		%	100.0	0.0	41.2	35.3	19.1	4.4
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	0	0	0	0	0	0
		%	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	4	0	3	1	0	0
		%	100.0	0.0	75.0	25.0	0.0	0.0
6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	129	9	73	29	16	2	
	%	100.0	7.0	56.6	22.5	12.4	1.6	
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	38	9	19	6	4	0	
	%	100.0	23.7	50.0	15.8	10.5	0.0	
	N	3	1	0	0	1	1	

	8. レーシック (LASIK) や ICL (眼内コンタクトレンズ) 等の手術を受けた	%	100.0	33.3	0.0	0.0	33.3	33.3
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	11	3	5	2	1	0
		%	100.0	27.3	45.5	18.2	9.1	0.0
	10. その他 (【Q7_10FA の選択内容】)	N	1	0	0	1	0	0
		%	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
60 歳 ～ 64 歳	1. 特定の食事や栄養補助食品 (目のサプリなど) の摂取	N	27	1	10	11	4	1
		%	100.0	3.7	37.0	40.7	14.8	3.7
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	10	0	3	6	0	1
		%	100.0	0.0	30.0	60.0	0.0	10.0
	3. 適切な目のケア (目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど)	N	45	0	13	24	7	1
		%	100.0	0.0	28.9	53.3	15.6	2.2
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	2	0	0	1	1	0
		%	100.0	0.0	0.0	50.0	50.0	0.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	2	0	0	2	0	0
		%	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
	6. メガネを使用している (近視、遠視、乱視などの視力補正)	N	99	6	53	29	11	0
		%	100.0	6.1	53.5	29.3	11.1	0.0
	7. コンタクトレンズの使用 (近視、遠視、乱視などの視力補正)	N	12	1	4	3	2	2
		%	100.0	8.3	33.3	25.0	16.7	16.7
	8. レーシック (LASIK) や ICL (眼内コンタクトレンズ) 等の手術を受けた	N	6	1	3	2	0	0
		%	100.0	16.7	50.0	33.3	0.0	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	6	1	5	0	0	0
		%	100.0	16.7	83.3	0.0	0.0	0.0
	10. その他 (【Q7_10FA の選択内容】)	N	2	0	1	1	0	0
		%	100.0	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0
65 歳 ～ 69 歳	1. 特定の食事や栄養補助食品 (目のサプリなど) の摂取	N	18	1	2	11	4	0
		%	100.0	5.6	11.1	61.1	22.2	0.0
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	2	0	0	2	0	0
		%	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
	3. 適切な目のケア (目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど)	N	39	2	10	24	3	0
		%	100.0	5.1	25.6	61.5	7.7	0.0
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	0	0	0	0	0	0
		%	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		N	4	0	2	2	0	0

	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	%	100.0	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	81	6	41	21	12	1
		%	100.0	7.4	50.6	25.9	14.8	1.2
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	12	2	9	1	0	0
		%	100.0	16.7	75.0	8.3	0.0	0.0
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	2	0	0	2	0	0
		%	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	13	0	9	4	0	0
		%	100.0	0.0	69.2	30.8	0.0	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	3	1	0	2	0	0
		%	100.0	33.3	0.0	66.7	0.0	0.0
70歳及び以上	1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取	N	23	1	5	13	3	1
		%	100.0	4.3	21.7	56.5	13.0	4.3
	2. 目のエクササイズやトレーニング	N	10	0	3	4	3	0
		%	100.0	0.0	30.0	40.0	30.0	0.0
	3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）	N	53	2	23	21	5	2
		%	100.0	3.8	43.4	39.6	9.4	3.8
	4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講	N	4	0	1	2	0	1
		%	100.0	0.0	25.0	50.0	0.0	25.0
	5. 視力回復に関する専門家の診療や治療	N	12	3	7	2	0	0
		%	100.0	25.0	58.3	16.7	0.0	0.0
	6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	91	10	54	15	12	0
		%	100.0	11.0	59.3	16.5	13.2	0.0
	7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）	N	4	0	2	1	1	0
		%	100.0	0.0	50.0	25.0	25.0	0.0
	8. レーシック（LASIK）や ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた	N	3	1	1	1	0	0
		%	100.0	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0
	9. 視力維持のための特定の眼科検査	N	22	4	12	5	1	0
		%	100.0	18.2	54.5	22.7	4.5	0.0
	10. その他（【Q7_10FA の選択内容】）	N	7	3	0	3	1	0
		%	100.0	42.9	0.0	42.9	14.3	0.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q8. 視力回復や維持、定期健診などに関するサポートや情報を入手する方法を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

表 C8 サポートや情報の入手方法(複数回答)

		全体	1. 医師 や眼科 専門家のアド バイス	2. インタ ーネット (医療情 報サイ ト、専門 家のプロ グなど)	3. 雑 誌・書 籍・新 聞など 活字メ ディア の情報	4. テ レビ の情 報番 組や 健康 番組	5. 友人 や家族 のアド バイス	6. 健康 保険や 公的機 関から の案内	7. 視力 回復プ ログラ ムやコ ミュニ ティの 参加	8. その 他(具 体的に 記入)
全体	N	1,563	616	604	149	467	248	82	15	73
	%	100.0	39.4	38.6	9.5	29.9	15.9	5.2	1.0	4.7
40歳～ 44歳	N	239	97	96	21	60	46	13	5	11
	%	100.0	40.6	40.2	8.8	25.1	19.2	5.4	2.1	4.6
45歳～ 49歳	N	299	108	121	23	81	48	15	3	9
	%	100.0	36.1	40.5	7.7	27.1	16.1	5.0	1.0	3.0
50歳～ 54歳	N	281	95	138	25	64	46	14	2	17
	%	100.0	33.8	49.1	8.9	22.8	16.4	5.0	0.7	6.0
55歳～ 59歳	N	251	95	103	32	88	39	7	0	14
	%	100.0	37.8	41.0	12.7	35.1	15.5	2.8	0.0	5.6
60歳～ 64歳	N	196	79	69	23	63	23	9	3	7
	%	100.0	40.3	35.2	11.7	32.1	11.7	4.6	1.5	3.6
65歳～ 69歳	N	133	56	44	13	51	19	5	0	6
	%	100.0	42.1	33.1	9.8	38.3	14.3	3.8	0.0	4.5
70歳及 び以上	N	164	86	33	12	60	27	19	2	9
	%	100.0	52.4	20.1	7.3	36.6	16.5	11.6	1.2	5.5

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q9. あなたは定期的に目の検診を受けていますか？

表 C9 目の検診の頻度

		全体	年に3 回以上	年に2 回程度	年に1 回程度	2年に1 回程度	ほとんど受 けていない
全体	N	2,062	181	157	482	119	1123
	%	100.0	8.8	7.6	23.4	5.8	54.5
40歳～ 44歳	N	310	10	26	74	23	177
	%	100.0	3.2	8.4	23.9	7.4	57.1
45歳～ 49歳	N	380	19	27	110	20	204
	%	100.0	5.0	7.1	28.9	5.3	53.7
50歳～ 54歳	N	360	17	28	84	15	216
	%	100.0	4.7	7.8	23.3	4.2	60.0
55歳～ 59歳	N	326	31	23	85	18	169
	%	100.0	9.5	7.1	26.1	5.5	51.8
60歳～ 64歳	N	274	33	20	60	16	145
	%	100.0	12.0	7.3	21.9	5.8	52.9
65歳～ 69歳	N	183	30	13	33	7	100
	%	100.0	16.4	7.1	18.0	3.8	54.6
70歳及 び以上	N	229	41	20	36	20	112
	%	100.0	17.9	8.7	15.7	8.7	48.9

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q10. 目の定期検診等を受けなかった理由について当てはまるものをすべて選んでください。

表 C10 目の定期検診等を受けなかった理由（複数回答）

		全体	1. 時間が取れなかったから	2. 場所が遠いから	3. 費用がかかるから	4. わざわざ健診場に出向くのが面倒だから	5. 検査の時の痛み（眼圧検査や角膜検査など）や目の違和感があるから	6. 健診をうけて何か悪い結果を知るのが不安なため	7. その時、医療機関に通院していたから	8. 毎年定期的には受ける必要性を感じないから	9. 視力の状態に問題はなく、必要性を感じないから	10. 心配な時はいつでも近くの眼科などを受診できるから	11. その他	12. 特にない
全体	N	1,123	161	41	257	368	11	48	3	149	149	165	20	261
	%	100.0	14.3	3.7	22.9	32.8	1.0	4.3	0.3	13.3	13.3	14.7	1.8	23.2
40歳～44歳	N	177	39	5	51	69	1	13	0	20	26	18	2	28
	%	100.0	22.0	2.8	28.8	39.0	0.6	7.3	0.0	11.3	14.7	10.2	1.1	15.8
45歳～49歳	N	204	34	8	55	58	2	12	0	24	22	16	1	58
	%	100.0	16.7	3.9	27.0	28.4	1.0	5.9	0.0	11.8	10.8	7.8	0.5	28.4
50歳～54歳	N	216	34	7	55	72	3	7	1	31	30	29	2	51
	%	100.0	15.7	3.2	25.5	33.3	1.4	3.2	0.5	14.4	13.9	13.4	0.9	23.6
55歳～59歳	N	169	22	6	41	60	1	6	2	22	21	28	4	39
	%	100.0	13.0	3.6	24.3	35.5	0.6	3.6	1.2	13.0	12.4	16.6	2.4	23.1
60歳～64歳	N	145	20	7	28	47	3	4	0	17	15	24	3	36
	%	100.0	13.8	4.8	19.3	32.4	2.1	2.8	0.0	11.7	10.3	16.6	2.1	24.8
65歳～69歳	N	100	7	6	14	27	1	2	0	18	21	18	6	21
	%	100.0	7.0	6.0	14.0	27.0	1.0	2.0	0.0	18.0	21.0	18.0	6.0	21.0
70歳及び以上	N	112	5	2	13	35	0	4	0	17	14	32	2	28
	%	100.0	4.5	1.8	11.6	31.3	0.0	3.6	0.0	15.2	12.5	28.6	1.8	25.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q11. 下記の項目について、平均から見ると平日の1日にどのくらいの時間を使っていますか。

表 C11 各活動の利用時間

			全体	0分(原則、またはほとんどしない)	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上3時間未満	3時間以上4時間未満	4時間以上
全体	1. テレビ	N	2,062	174	191	274	435	428	235	325
		%	100.0	8.4	9.3	13.3	21.1	20.8	11.4	15.8
	2. 新聞	N	2,062	1187	700	131	32	10	0	2
		%	100.0	57.6	33.9	6.4	1.6	0.5	0.0	0.1
	3. パソコン	N	2,062	441	157	212	273	256	155	568
		%	100.0	21.4	7.6	10.3	13.2	12.4	7.5	27.5
	4. スマートフォン	N	2,062	81	351	398	530	317	168	217
		%	100.0	3.9	17.0	19.3	25.7	15.4	8.1	10.5
	5. 読書	N	2,062	1097	561	252	107	33	7	5
		%	100.0	53.2	27.2	12.2	5.2	1.6	0.3	0.2
	6. 自動車の運転	N	2,062	779	467	475	232	63	19	27
		%	100.0	37.8	22.6	23.0	11.3	3.1	0.9	1.3
40歳 ～ 44歳	1. テレビ	N	310	43	48	57	72	50	17	23
		%	100.0	13.9	15.5	18.4	23.2	16.1	5.5	7.4
	2. 新聞	N	310	223	70	7	5	4	0	1
		%	100.0	71.9	22.6	2.3	1.6	1.3	0.0	0.3
	3. パソコン	N	310	87	28	28	27	26	15	99
		%	100.0	28.1	9.0	9.0	8.7	8.4	4.8	31.9
	4. スマートフォン	N	310	5	19	48	91	59	38	50
		%	100.0	1.6	6.1	15.5	29.4	19.0	12.3	16.1
	5. 読書	N	310	163	94	26	20	5	1	1
		%	100.0	52.6	30.3	8.4	6.5	1.6	0.3	0.3
	6. 自動車の運転	N	310	109	72	73	38	12	0	6
		%	100.0	35.2	23.2	23.5	12.3	3.9	0.0	1.9
45歳 ～ 49歳	1. テレビ	N	380	37	60	62	80	73	32	36
		%	100.0	9.7	15.8	16.3	21.1	19.2	8.4	9.5
	2. 新聞	N	380	243	119	9	8	1	0	0
		%	100.0	63.9	31.3	2.4	2.1	0.3	0.0	0.0

	3. パソコン	N	380	100	28	26	46	40	27	113
		%	100.0	26.3	7.4	6.8	12.1	10.5	7.1	29.7
	4. スマートフォン	N	380	12	38	66	103	73	41	47
		%	100.0	3.2	10.0	17.4	27.1	19.2	10.8	12.4
	5. 読書	N	380	207	103	46	19	3	2	0
		%	100.0	54.5	27.1	12.1	5.0	0.8	0.5	0.0
6. 自動車の運転	N	380	132	82	84	55	20	3	4	
	%	100.0	34.7	21.6	22.1	14.5	5.3	0.8	1.1	
50歳 ～ 54歳	1. テレビ	N	360	39	31	53	77	70	32	58
		%	100.0	10.8	8.6	14.7	21.4	19.4	8.9	16.1
	2. 新聞	N	360	235	102	21	1	1	0	0
		%	100.0	65.3	28.3	5.8	0.3	0.3	0.0	0.0
	3. パソコン	N	360	73	24	27	36	44	26	130
		%	100.0	20.3	6.7	7.5	10.0	12.2	7.2	36.1
	4. スマートフォン	N	360	11	48	67	93	62	28	51
		%	100.0	3.1	13.3	18.6	25.8	17.2	7.8	14.2
	5. 読書	N	360	223	83	34	14	5	0	1
		%	100.0	61.9	23.1	9.4	3.9	1.4	0.0	0.3
	6. 自動車の運転	N	360	134	79	71	46	18	5	7
		%	100.0	37.2	21.9	19.7	12.8	5.0	1.4	1.9
55歳 ～ 59歳	1. テレビ	N	326	24	25	36	81	75	31	54
		%	100.0	7.4	7.7	11.0	24.8	23.0	9.5	16.6
	2. 新聞	N	326	192	117	13	3	1	0	0
		%	100.0	58.9	35.9	4.0	0.9	0.3	0.0	0.0
	3. パソコン	N	326	63	26	41	43	33	23	97
		%	100.0	19.3	8.0	12.6	13.2	10.1	7.1	29.8
	4. スマートフォン	N	326	6	50	65	96	53	25	31
		%	100.0	1.8	15.3	19.9	29.4	16.3	7.7	9.5
	5. 読書	N	326	182	89	40	10	1	3	1
		%	100.0	55.8	27.3	12.3	3.1	0.3	0.9	0.3
	6. 自動車の運転	N	326	130	64	74	38	8	6	6
		%	100.0	39.9	19.6	22.7	11.7	2.5	1.8	1.8
60歳 ～ 64歳	1. テレビ	N	274	15	15	38	57	65	48	36
		%	100.0	5.5	5.5	13.9	20.8	23.7	17.5	13.1
	2. 新聞	N	274	132	116	24	0	1	0	1

		%	100.0	48.2	42.3	8.8	0.0	0.4	0.0	0.4
	3. パソコン	N	274	49	30	35	34	41	25	60
		%	100.0	17.9	10.9	12.8	12.4	15.0	9.1	21.9
	4. スマートフォン	N	274	14	63	60	66	36	17	18
		%	100.0	5.1	23.0	21.9	24.1	13.1	6.2	6.6
	5. 読書	N	274	135	75	39	17	7	0	1
		%	100.0	49.3	27.4	14.2	6.2	2.6	0.0	0.4
	6. 自動車の運転	N	274	92	73	69	31	3	3	3
		%	100.0	33.6	26.6	25.2	11.3	1.1	1.1	1.1
65歳 ～ 69歳	1. テレビ	N	183	7	3	15	33	53	23	49
		%	100.0	3.8	1.6	8.2	18.0	29.0	12.6	26.8
	2. 新聞	N	183	85	81	16	1	0	0	0
		%	100.0	46.4	44.3	8.7	0.5	0.0	0.0	0.0
	3. パソコン	N	183	38	12	26	35	31	11	30
		%	100.0	20.8	6.6	14.2	19.1	16.9	6.0	16.4
	4. スマートフォン	N	183	10	47	48	35	20	11	12
		%	100.0	5.5	25.7	26.2	19.1	10.9	6.0	6.6
5. 読書	N	183	95	51	24	12	1	0	0	
	%	100.0	51.9	27.9	13.1	6.6	0.5	0.0	0.0	
6. 自動車の運転	N	183	75	42	51	12	1	1	1	
	%	100.0	41.0	23.0	27.9	6.6	0.5	0.5	0.5	
70歳 及び 以上	1. テレビ	N	229	9	9	13	35	42	52	69
		%	100.0	3.9	3.9	5.7	15.3	18.3	22.7	30.1
	2. 新聞	N	229	77	95	41	14	2	0	0
		%	100.0	33.6	41.5	17.9	6.1	0.9	0.0	0.0
	3. パソコン	N	229	31	9	29	52	41	28	39
		%	100.0	13.5	3.9	12.7	22.7	17.9	12.2	17.0
	4. スマートフォン	N	229	23	86	44	46	14	8	8
		%	100.0	10.0	37.6	19.2	20.1	6.1	3.5	3.5
	5. 読書	N	229	92	66	43	15	11	1	1
		%	100.0	40.2	28.8	18.8	6.6	4.8	0.4	0.4
	6. 自動車の運転	N	229	107	55	53	12	1	1	0
		%	100.0	46.7	24.0	23.1	5.2	0.4	0.4	0.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q12. あなたの普段の運転状況を教えてください。

表 C12 普段の運転状況

		全体	運転免許ははじめから持っていない	運転免許を持っているが返納または更新した	運転免許を持っているが、ほとんど運転していない	週1日程度運転している	週2～3日程度運転している	週4～5日程度運転している(平日ほとんど)	週6～7日程度運転している(休日も含めてほとんど)
全体	N	2,062	223	65	440	213	306	247	568
	%	100.0	10.8	3.2	21.3	10.3	14.8	12.0	27.5
40歳～ 44歳	N	310	25	4	74	21	44	49	93
	%	100.0	8.1	1.3	23.9	6.8	14.2	15.8	30.0
45歳～ 49歳	N	380	36	1	84	37	46	47	129
	%	100.0	9.5	0.3	22.1	9.7	12.1	12.4	33.9
50歳～ 54歳	N	360	29	6	86	43	54	35	107
	%	100.0	8.1	1.7	23.9	11.9	15.0	9.7	29.7
55歳～ 59歳	N	326	35	4	74	34	43	35	101
	%	100.0	10.7	1.2	22.7	10.4	13.2	10.7	31.0
60歳～ 64歳	N	274	27	4	56	35	50	34	68
	%	100.0	9.9	1.5	20.4	12.8	18.2	12.4	24.8
65歳～ 69歳	N	183	23	5	43	20	23	28	41
	%	100.0	12.6	2.7	23.5	10.9	12.6	15.3	22.4
70歳及 び以上	N	229	48	41	23	23	46	19	29
	%	100.0	21.0	17.9	10.0	10.0	20.1	8.3	12.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q13. 自動車の運転に関して下記の内容をお答えください。

表 C13 自動車の運転について

		全体	はい	いいえ	
全体	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	1,334	145	1,189
		%	100.0	10.9	89.1
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	1,334	358	976
		%	100.0	26.8	73.2
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	1,334	156	1178
		%	100.0	11.7	88.3
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	1,334	225	1,109
		%	100.0	16.9	83.1
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	1,334	72	1,262
		%	100.0	5.4	94.6
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	1,334	74	1,260
		%	100.0	5.5	94.5
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	1,334	401	933
		%	100.0	30.1	69.9
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	1,334	634	700
		%	100.0	47.5	52.5
40歳～44歳	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	207	23	184
		%	100.0	11.1	88.9
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	207	52	155
		%	100.0	25.1	74.9
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	207	26	181
		%	100.0	12.6	87.4
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	207	33	174
		%	100.0	15.9	84.1
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	207	14	193
		%	100.0	6.8	93.2
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	207	6	201
		%	100.0	2.9	97.1
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	207	62	145
		%	100.0	30.0	70.0
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	207	86	121
		%	100.0	41.5	58.5

45 歳 ～	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	259	33	226
		%	100.0	12.7	87.3
49 歳	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	259	73	186
		%	100.0	28.2	71.8
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	259	32	227
		%	100.0	12.4	87.6
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	259	43	216
		%	100.0	16.6	83.4
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	259	13	246
		%	100.0	5.0	95.0
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	259	12	247
		%	100.0	4.6	95.4
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	259	70	189
		%	100.0	27.0	73.0
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	259	109	150
		%	100.0	42.1	57.9
50 歳 ～	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	239	26	213
		%	100.0	10.9	89.1
54 歳	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	239	81	158
		%	100.0	33.9	66.1
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	239	22	217
		%	100.0	9.2	90.8
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	239	40	199
		%	100.0	16.7	83.3
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	239	10	229
		%	100.0	4.2	95.8
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	239	12	227
		%	100.0	5.0	95.0
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	239	75	164
		%	100.0	31.4	68.6
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	239	127	112
		%	100.0	53.1	46.9
55 歳 ～	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	213	24	189
		%	100.0	11.3	88.7
59 歳		N	213	62	151

	2. 信号機や標識が見えづらかったり、 わかりづらかったりしたことがある	%	100.0	29.1	70.9
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘され たことがある	N	213	22	191
		%	100.0	10.3	89.7
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見 えづらいときがある	N	213	42	171
		%	100.0	19.7	80.3
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車 の流れに乗れないことがある	N	213	11	202
		%	100.0	5.2	94.8
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ラ ンプが見えづらいときがある	N	213	12	201
%		100.0	5.6	94.4	
7. 夜間に前照灯を点灯していても路面 が暗く見えることがある	N	213	60	153	
	%	100.0	28.2	71.8	
8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネ ルなど）では見えづらい	N	213	97	116	
	%	100.0	45.5	54.5	
60歳 ～	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛 び出してきたように見えたことがある	N	187	14	173
		%	100.0	7.5	92.5
64歳	2. 信号機や標識が見えづらかったり、 わかりづらかったりしたことがある	N	187	41	146
		%	100.0	21.9	78.1
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘され たことがある	N	187	27	160
		%	100.0	14.4	85.6
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見 えづらいときがある	N	187	28	159
		%	100.0	15.0	85.0
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車 の流れに乗れないことがある	N	187	12	175
		%	100.0	6.4	93.6
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ラ ンプが見えづらいときがある	N	187	16	171
		%	100.0	8.6	91.4
7. 夜間に前照灯を点灯していても路面 が暗く見えることがある	N	187	52	135	
	%	100.0	27.8	72.2	
8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネ ルなど）では見えづらい	N	187	84	103	
	%	100.0	44.9	55.1	
65歳 ～	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛 び出してきたように見えたことがある	N	112	12	100
		%	100.0	10.7	89.3
69歳	2. 信号機や標識が見えづらかったり、 わかりづらかったりしたことがある	N	112	21	91
		%	100.0	18.8	81.3
		N	112	10	102

	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	%	100.0	8.9	91.1
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	112	23	89
		%	100.0	20.5	79.5
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	112	4	108
		%	100.0	3.6	96.4
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	112	10	102
		%	100.0	8.9	91.1
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	112	39	73
%		100.0	34.8	65.2	
8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	112	64	48	
	%	100.0	57.1	42.9	
70歳及び以上	1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある	N	117	13	104
		%	100.0	11.1	88.9
	2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある	N	117	28	89
		%	100.0	23.9	76.1
	3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある	N	117	17	100
		%	100.0	14.5	85.5
	4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある	N	117	16	101
		%	100.0	13.7	86.3
	5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある	N	117	8	109
		%	100.0	6.8	93.2
	6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある	N	117	6	111
		%	100.0	5.1	94.9
	7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある	N	117	43	74
		%	100.0	36.8	63.2
	8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい	N	117	67	50
		%	100.0	57.3	42.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q14. あなたの過去1か月の状況について、当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

表 C14 過去1か月の状況

			全体	1. 非常に悪い	2. 悪い	3. どちらともいえない	4. 良い	5. 非常に良い	
全体	1. 視力や見え方の状態	N	2,062	43	410	1124	444	41	
		%	100.0	2.1	19.9	54.5	21.5	2.0	
	2. 身体全体の健康状態	N	2,062	33	257	910	800	62	
		%	100.0	1.6	12.5	44.1	38.8	3.0	
	3. こころの健康状態	N	2,062	66	281	815	799	101	
		%	100.0	3.2	13.6	39.5	38.7	4.9	
	4. 睡眠の質	N	2,062	93	534	864	522	49	
		%	100.0	4.5	25.9	41.9	25.3	2.4	
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	2,062	35	328	896	767	36	
		%	100.0	1.7	15.9	43.5	37.2	1.7	
	40歳～44歳	1. 視力や見え方の状態	N	310	4	50	161	82	13
			%	100.0	1.3	16.1	51.9	26.5	4.2
2. 身体全体の健康状態		N	310	5	31	140	122	12	
		%	100.0	1.6	10.0	45.2	39.4	3.9	
3. こころの健康状態		N	310	11	54	126	109	10	
		%	100.0	3.5	17.4	40.6	35.2	3.2	
4. 睡眠の質		N	310	12	89	123	77	9	
		%	100.0	3.9	28.7	39.7	24.8	2.9	
5. 全体としての総合的な健康状態		N	310	4	53	142	103	8	
		%	100.0	1.3	17.1	45.8	33.2	2.6	
45歳～49歳		1. 視力や見え方の状態	N	380	12	77	225	59	7
			%	100.0	3.2	20.3	59.2	15.5	1.8
	2. 身体全体の健康状態	N	380	8	67	167	122	16	
		%	100.0	2.1	17.6	43.9	32.1	4.2	
	3. こころの健康状態	N	380	25	61	163	111	20	
		%	100.0	6.6	16.1	42.9	29.2	5.3	
	4. 睡眠の質	N	380	19	107	181	63	10	
		%	100.0	5.0	28.2	47.6	16.6	2.6	
		N	380	14	69	182	108	7	

	5. 全体としての総合的な健康状態	%	100.0	3.7	18.2	47.9	28.4	1.8
50歳～	1. 視力や見え方の状態	N	360	10	91	192	62	5
		%	100.0	2.8	25.3	53.3	17.2	1.4
54歳	2. 身体全体の健康状態	N	360	5	48	169	123	15
		%	100.0	1.4	13.3	46.9	34.2	4.2
	3. こころの健康状態	N	360	14	67	149	114	16
		%	100.0	3.9	18.6	41.4	31.7	4.4
	4. 睡眠の質	N	360	26	97	150	80	7
		%	100.0	7.2	26.9	41.7	22.2	1.9
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	360	8	68	164	115	5
		%	100.0	2.2	18.9	45.6	31.9	1.4
55歳～	1. 視力や見え方の状態	N	326	10	69	182	62	3
		%	100.0	3.1	21.2	55.8	19.0	0.9
59歳	2. 身体全体の健康状態	N	326	6	42	151	120	7
		%	100.0	1.8	12.9	46.3	36.8	2.1
	3. こころの健康状態	N	326	8	49	140	115	14
		%	100.0	2.5	15.0	42.9	35.3	4.3
	4. 睡眠の質	N	326	20	108	118	76	4
		%	100.0	6.1	33.1	36.2	23.3	1.2
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	326	5	52	152	114	3
		%	100.0	1.5	16.0	46.6	35.0	0.9
60歳～	1. 視力や見え方の状態	N	274	3	48	155	65	3
		%	100.0	1.1	17.5	56.6	23.7	1.1
64歳	2. 身体全体の健康状態	N	274	3	28	135	105	3
		%	100.0	1.1	10.2	49.3	38.3	1.1
	3. こころの健康状態	N	274	6	25	115	122	6
		%	100.0	2.2	9.1	42.0	44.5	2.2
	4. 睡眠の質	N	274	5	66	126	76	1
		%	100.0	1.8	24.1	46.0	27.7	0.4
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	274	3	38	123	106	4
		%	100.0	1.1	13.9	44.9	38.7	1.5
65歳～	1. 視力や見え方の状態	N	183	4	30	99	47	3
		%	100.0	2.2	16.4	54.1	25.7	1.6
69歳		N	183	2	15	76	86	4

	2. 身体全体の健康状態	%	100.0	1.1	8.2	41.5	47.0	2.2
	3. こころの健康状態	N	183	1	16	61	94	11
		%	100.0	0.5	8.7	33.3	51.4	6.0
	4. 睡眠の質	N	183	5	36	80	56	6
		%	100.0	2.7	19.7	43.7	30.6	3.3
5. 全体としての総合的な健康状態	N	183	0	22	69	87	5	
	%	100.0	0.0	12.0	37.7	47.5	2.7	
70歳及び以上	1. 視力や見え方の状態	N	229	0	45	110	67	7
		%	100.0	0.0	19.7	48.0	29.3	3.1
	2. 身体全体の健康状態	N	229	4	26	72	122	5
		%	100.0	1.7	11.4	31.4	53.3	2.2
	3. こころの健康状態	N	229	1	9	61	134	24
		%	100.0	0.4	3.9	26.6	58.5	10.5
	4. 睡眠の質	N	229	6	31	86	94	12
		%	100.0	2.6	13.5	37.6	41.0	5.2
	5. 全体としての総合的な健康状態	N	229	1	26	64	134	4
		%	100.0	0.4	11.4	27.9	58.5	1.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（％）を表す。

Q15. 専門家（医師や病院、健診など）によって診断された傷病状況をお答えください。

表 C15 持病の状況

			全体	はい	いいえ
全体	1. 糖尿病	N	2,062	142	1,920
		%	100.0	6.9	93.1
	2. 肥満症	N	2,062	232	1,830
		%	100.0	11.3	88.7
	3. 脂質異常症	N	2,062	312	1,750
		%	100.0	15.1	84.9
	4. 目の病気	N	2,062	262	1,800
		%	100.0	12.7	87.3
	5. 高血圧症	N	2,062	414	1,648
		%	100.0	20.1	79.9
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	2,062	30	2,032
		%	100.0	1.5	98.5
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	2,062	40	2,022
		%	100.0	1.9	98.1
	8. 睡眠障害	N	2,062	176	1,886
		%	100.0	8.5	91.5
40 歳 ～ 44 歳	1. 糖尿病	N	310	6	304
		%	100.0	1.9	98.1
	2. 肥満症	N	310	24	286
		%	100.0	7.7	92.3
	3. 脂質異常症	N	310	24	286
		%	100.0	7.7	92.3
	4. 目の病気	N	310	20	290
		%	100.0	6.5	93.5
	5. 高血圧症	N	310	9	301
		%	100.0	2.9	97.1
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	310	3	307
		%	100.0	1.0	99.0
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	310	3	307
		%	100.0	1.0	99.0
	8. 睡眠障害	N	310	20	290
		%	100.0	6.5	93.5

		%	100.0	6.5	93.5
45 歳 ～ 49 歳	1. 糖尿病	N	380	18	362
		%	100.0	4.7	95.3
	2. 肥満症	N	380	40	340
		%	100.0	10.5	89.5
	3. 脂質異常症	N	380	40	340
		%	100.0	10.5	89.5
	4. 目の病気	N	380	32	348
		%	100.0	8.4	91.6
	5. 高血圧症	N	380	46	334
		%	100.0	12.1	87.9
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	380	2	378
		%	100.0	0.5	99.5
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	380	4	376
		%	100.0	1.1	98.9
	8. 睡眠障害	N	380	30	350
		%	100.0	7.9	92.1
50 歳 ～ 54 歳	1. 糖尿病	N	360	13	347
		%	100.0	3.6	96.4
	2. 肥満症	N	360	52	308
		%	100.0	14.4	85.6
	3. 脂質異常症	N	360	51	309
		%	100.0	14.2	85.8
	4. 目の病気	N	360	29	331
		%	100.0	8.1	91.9
	5. 高血圧症	N	360	59	301
		%	100.0	16.4	83.6
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	360	3	357
		%	100.0	0.8	99.2
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	360	3	357
		%	100.0	0.8	99.2
	8. 睡眠障害	N	360	40	320
		%	100.0	11.1	88.9
55 歳 ～	1. 糖尿病	N	326	26	300
		%	100.0	8.0	92.0

59 歳	2. 肥満症	N	326	34	292
		%	100.0	10.4	89.6
	3. 脂質異常症	N	326	54	272
		%	100.0	16.6	83.4
	4. 目の病気	N	326	36	290
		%	100.0	11.0	89.0
	5. 高血圧症	N	326	78	248
		%	100.0	23.9	76.1
6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	326	3	323	
	%	100.0	0.9	99.1	
7. 狭心症・心筋梗塞	N	326	7	319	
	%	100.0	2.1	97.9	
8. 睡眠障害	N	326	32	294	
	%	100.0	9.8	90.2	
60 歳 ～	1. 糖尿病	N	274	29	245
		%	100.0	10.6	89.4
64 歳	2. 肥満症	N	274	36	238
		%	100.0	13.1	86.9
	3. 脂質異常症	N	274	58	216
		%	100.0	21.2	78.8
	4. 目の病気	N	274	43	231
		%	100.0	15.7	84.3
	5. 高血圧症	N	274	79	195
		%	100.0	28.8	71.2
6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	274	4	270	
	%	100.0	1.5	98.5	
7. 狭心症・心筋梗塞	N	274	7	267	
	%	100.0	2.6	97.4	
8. 睡眠障害	N	274	26	248	
	%	100.0	9.5	90.5	
65 歳 ～	1. 糖尿病	N	183	19	164
		%	100.0	10.4	89.6
69 歳	2. 肥満症	N	183	19	164
		%	100.0	10.4	89.6
3. 脂質異常症	N	183	40	143	

		%	100.0	21.9	78.1
	4. 目の病気	N	183	36	147
		%	100.0	19.7	80.3
	5. 高血圧症	N	183	56	127
		%	100.0	30.6	69.4
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	183	3	180
		%	100.0	1.6	98.4
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	183	5	178
		%	100.0	2.7	97.3
	8. 睡眠障害	N	183	11	172
		%	100.0	6.0	94.0
70 歳 及 び 以上	1. 糖尿病	N	229	31	198
		%	100.0	13.5	86.5
	2. 肥満症	N	229	27	202
		%	100.0	11.8	88.2
	3. 脂質異常症	N	229	45	184
		%	100.0	19.7	80.3
	4. 目の病気	N	229	66	163
		%	100.0	28.8	71.2
	5. 高血圧症	N	229	87	142
		%	100.0	38.0	62.0
	6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）	N	229	12	217
		%	100.0	5.2	94.8
	7. 狭心症・心筋梗塞	N	229	11	218
		%	100.0	4.8	95.2
	8. 睡眠障害	N	229	17	212
		%	100.0	7.4	92.6

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q16. あなたの昨年1年間（2022年1月～12月）の年収（税込み、年金や配当なども含む）について、当てはまるものを選んでください。

表 C16 昨年1年間の年収

		全体	99 万円 以下	100 万円 ～ 199 万円	200 万円 ～ 299 万円	300 万円 ～ 399 万円	400 万円 ～ 499 万円	500 万 円 ～ 599 万 円	600 万 円 ～ 699 万 円	700 万 円 ～ 799 万 円	800 万 円 ～ 899 万 円	900 万 円 ～ 999 万 円	1,000 万円 ～ 1,199 万円	1,200 万円 ～ 1,399 万円	1,400 万円 ～ 1,599 万円	1,600 万円 以上	わ か ら な い	答 え た く な い
全体	N	2,062	436	258	194	180	165	107	87	81	55	43	43	13	9	17	102	272
	%	100.0	21.1	12.5	9.4	8.7	8.0	5.2	4.2	3.9	2.7	2.1	2.1	0.6	0.4	0.8	4.9	13.2
40歳～ 44歳	N	310	65	34	25	20	34	22	21	12	9	3	8	2	2	3	11	39
	%	100.0	21.0	11.0	8.1	6.5	11.0	7.1	6.8	3.9	2.9	1.0	2.6	0.6	0.6	1.0	3.5	12.6
45歳～ 49歳	N	380	65	39	37	29	38	24	23	23	11	5	7	3	0	5	19	52
	%	100.0	17.1	10.3	9.7	7.6	10.0	6.3	6.1	6.1	2.9	1.3	1.8	0.8	0.0	1.3	5.0	13.7
50歳～ 54歳	N	360	79	38	25	27	31	18	15	22	11	15	8	2	2	3	18	46
	%	100.0	21.9	10.6	6.9	7.5	8.6	5.0	4.2	6.1	3.1	4.2	2.2	0.6	0.6	0.8	5.0	12.8
55歳～ 59歳	N	326	74	25	20	36	21	17	18	13	14	13	11	1	2	1	16	44
	%	100.0	22.7	7.7	6.1	11.0	6.4	5.2	5.5	4.0	4.3	4.0	3.4	0.3	0.6	0.3	4.9	13.5
60歳～ 64歳	N	274	68	28	25	25	15	16	3	9	6	6	9	5	1	4	16	38
	%	100.0	24.8	10.2	9.1	9.1	5.5	5.8	1.1	3.3	2.2	2.2	3.3	1.8	0.4	1.5	5.8	13.9
65歳～ 69歳	N	183	39	47	18	17	12	5	4	1	3	0	0	0	1	0	6	30
	%	100.0	21.3	25.7	9.8	9.3	6.6	2.7	2.2	0.5	1.6	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	3.3	16.4
70歳及 び以上	N	229	46	47	44	26	14	5	3	1	1	1	0	0	1	1	16	23
	%	100.0	20.1	20.5	19.2	11.4	6.1	2.2	1.3	0.4	0.4	0.4	0.0	0.0	0.4	0.4	7.0	10.0

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q17. あなたの就業形態について、当てはまるものを1つお選びください。

表 C17 就業形態

		全体	1. 正規 の職 員・従 業員 (会社 や組織 のサラ リーマ ン)	2. 派 遣社 員・ 契約 社員・ パー ト・ アル バイ ト	3. 会 社・ 団体 の役 員等	4. 自 営業 者、 農林 水産 漁 業、 家族 従業 者	5. 退 職後 の年 金生 活者 (65 歳以 上)	6. 専 業主 婦 (夫) 、家 事手 伝 い、 育 児・ 介護 休業 中	7. 現 在は 仕事 をし てい ない (64 歳未 満； 非求 職 中)	8. 現 在は 仕事 をし てい ない (64 歳未 満； 求職 中)	9. そ の 他 ( 【 】 )
全体	N	2,062	715	520	37	129	161	287	91	69	53
	%	100.0	34.7	25.2	1.8	6.3	7.8	13.9	4.4	3.3	2.6
40歳～ 44歳	N	310	138	89	3	21	0	33	11	10	5
	%	100.0	44.5	28.7	1.0	6.8	0.0	10.6	3.5	3.2	1.6
45歳～ 49歳	N	380	192	99	6	19	0	33	14	9	8
	%	100.0	50.5	26.1	1.6	5.0	0.0	8.7	3.7	2.4	2.1
50歳～ 54歳	N	360	162	88	6	22	0	40	18	14	10
	%	100.0	45.0	24.4	1.7	6.1	0.0	11.1	5.0	3.9	2.8
55歳～ 59歳	N	326	138	81	8	19	0	46	15	13	6
	%	100.0	42.3	24.8	2.5	5.8	0.0	14.1	4.6	4.0	1.8
60歳～ 64歳	N	274	63	87	8	21	0	46	32	13	4
	%	100.0	23.0	31.8	2.9	7.7	0.0	16.8	11.7	4.7	1.5
65歳～ 69歳	N	183	16	46	2	11	60	38	0	3	7
	%	100.0	8.7	25.1	1.1	6.0	32.8	20.8	0.0	1.6	3.8
70歳及 び以上	N	229	6	30	4	16	101	51	1	7	13
	%	100.0	2.6	13.1	1.7	7.0	44.1	22.3	0.4	3.1	5.7

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

Q18. 2023年6月12日（月）～18日（日）の1週間で、実際に収入を伴う仕事をした総時間（残業を含めた）を記入してください。なお、複数の仕事をした場合は、すべての合計をご記入ください。

表 C18 週当たりの労働時間（時間）

	全体	有効ケース数	平均	標準偏差	最小値	最大値	中央値
全体	2,062	2,062	23.55	21.57	0.00	168.00	20.00
40歳～44歳	310	310	28.04	20.79	0.00	99.00	32.00
45歳～49歳	380	380	29.03	22.38	0.00	168.00	35.00
50歳～54歳	360	360	28.06	20.77	0.00	100.00	35.00
55歳～59歳	326	326	27.53	20.65	0.00	96.00	35.00
60歳～64歳	274	274	21.57	20.46	0.00	104.00	20.00
65歳～69歳	183	183	12.55	17.95	0.00	100.00	0.00
70歳及び以上	229	229	6.83	15.01	0.00	128.00	0.00

Q19. 総合的に見ると、生活全般の満足度についてお答えください。

表 C19 生活全般の満足度

		全体	1. 非常に満足している	2. 満足している	3. どちらとも言えない	4. あまり満足していない	5. 全く満足していない
全体	N	2,062	55	863	647	325	172
	%	100.0	2.7	41.9	31.4	15.8	8.3
40歳～ 44歳	N	310	15	122	93	55	25
	%	100.0	4.8	39.4	30.0	17.7	8.1
45歳～ 49歳	N	380	13	122	134	78	33
	%	100.0	3.4	32.1	35.3	20.5	8.7
50歳～ 54歳	N	360	10	138	120	53	39
	%	100.0	2.8	38.3	33.3	14.7	10.8
55歳～ 59歳	N	326	4	135	110	46	31
	%	100.0	1.2	41.4	33.7	14.1	9.5
60歳～ 64歳	N	274	6	130	83	38	17
	%	100.0	2.2	47.4	30.3	13.9	6.2
65歳～ 69歳	N	183	2	90	53	20	18
	%	100.0	1.1	49.2	29.0	10.9	9.8
70歳及 び以上	N	229	5	126	54	35	9
	%	100.0	2.2	55.0	23.6	15.3	3.9

注：表の上段は、回答者数（人）。下段は全体に対する比率（%）を表す。

## D. 視覚の保護と改善に関する意識調査

この調査は皆様の目（よく見えること）の健康についてお伺いするものです。本調査の結果は統計的に処理を行い、個人を特定できないようにして分析します。質問内容等によっては、無理にご回答をせずに、調査を始めた後でも中断しても構いません。結果だけが統計的に集計され、どなたがお答えになったかは調査者には一切わからないようにされています。以上、この調査の趣旨をご理解の上、ご回答いただける場合には、調査にお進みください。

Q1. 現在お住いの住所の市町村名をお答えください。※個人を特定できない形でデータを活用します。プライバシー保護の観点から番地以下は記入しないようにしてください。記載があった場合、マクロミルが個人情報として管理することはございません。ご了承ください。

都道府県名（            ）

市・区・町・村名（                    ）

Q2. 現在の視力の状況についてあてはまるものをそれぞれお選びください。

	0.3 未 満	0.3 以 上 0.5 未満	0.5 以 上 0.7 未満	0.7 以 上 1.0 未満	1.0 以 上 1.2 未満	1.2 以 上	わか らな い	矯正は してい ない
1. 裸眼視力（左目）								—
2. 裸眼視力（右目）								—
3. 矯正後の視力（左目）								
4. 矯正後の視力（右目）								

Q3. あなたのここ数日で見ることに関して、以下の自覚症状はありましたか。当てはまるものをすべて選んでください。

1. ものを見づらい（焦点が合わない）
2. 目のかすみ
3. まぶしい
4. ものが歪んで見える
5. 視力が落ちた
6. 目の中で光る
7. 蚊のようなものが見える
8. 涙目
9. 目が乾きやすい
10. 目に痛みがある
11. 目の中心部が暗い

12. 目の疲れ（疲れ目）
13. 目の見える範囲（視野、視界）が狭い
14. 目に腫れがある
15. 夜間や暗闇で物が見えにくい
16. 小さな文字や数字、図表などが見えにくい
17. 上記以外の目に関する自覚症状がある（ ）
18. 目に関する自覚症状はない

Q4. 前問の自覚症状により以下の日常生活で影響がありますか。当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

	1. 大きく影響がある	2. 少し影響がある	3. ほとんど影響がない	4. 全く影響がない	5. 運転をしない
1. 日常生活動作（起床、衣服着脱、食事、入浴など）					—
2. 外出（時間や作業量などが制限される）					—
3. 仕事、家事、学業（時間や作業量などが制限される）					—
4. 自動車の運転					
5. テレビやパソコン、スマートフォン、タブレットを見ること					—

Q5. 視力低下の理由に関して、あなたが考える主要な理由を1つ選んでください。

1. 加齢による自然な視力の低下
2. 近視、遠視、乱視などの屈折異常
3. 眼の疾患（緑内障、白内障など）
4. 疾病や薬物の副作用による視力の変化
5. 事故や外傷による視力の損失
6. その他（具体的に記入）

Q6. あなたが視力回復や視力維持を望む理由を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

1. 日常生活の質の向上のため
2. 仕事や学業における影響を軽減するため
3. 視力補正器具（メガネやコンタクトレンズ等）の使用を避けるため

4. スポーツや趣味活動を楽しむため
5. よく見えることを通じて、生活の自信を高めるため
6. その他（具体的に記入）
7. 特になし
8. 該当しない（視力回復や視力維持を望んではいない）

Q7. 目の健康や視力を得るために現在あなたは何かに取り組んでいますか？当てはまるものをすべて選んでください。

1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取
2. 目のエクササイズやトレーニング
3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）
4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講
5. 視力回復に関する専門家の診療や治療
6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）
8. レーシックやICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた
9. 視力維持のための特定の眼科検査
10. その他（具体的に記入）
11. 取り組んでいない

Q8. 前問でお答えいただいた結果に関し、総合的にあなたはどのくらい満足していますか。

	1. 十分満足している	2. どちらとも言えは満足している	3. どちらとも言えない	4. どちらからとも言えは満足していない	5. ほとんど・全く満足していない
1. 特定の食事や栄養補助食品（目のサプリなど）の摂取					
2. 目のエクササイズやトレーニング					
3. 適切な目のケア（目薬を差す、マッサージ、アイマスクなど）					
4. 視力回復プログラムやトレーニングの受講					
5. 視力回復に関する専門家の診療や					

治療					
6. メガネを使用している（近視、遠視、乱視などの視力補正）					
7. コンタクトレンズの使用（近視、遠視、乱視などの視力補正）					
8. レーシックや ICL（眼内コンタクトレンズ）等の手術を受けた					
9. 視力維持のための特定の眼科検査					
10. その他 (Q7_10FA の選択内容)					

Q9. 視力回復や維持、定期健診などに関するサポートや情報を入手する方法を選んでください。当てはまるものをすべて選んでください。

1. 医師や眼科専門家のアドバイス
2. インターネット（医療情報サイト、専門家のブログなど）
3. 雑誌・書籍・新聞など活字メディアの情報
4. テレビの情報番組や健康番組
5. 友人や家族のアドバイス
6. 健康保険や公的機関からの案内
7. 視力回復プログラムやコミュニティの参加
8. その他（具体的に記入）

Q10. あなたは定期的に目の検診を受けていますか？

1. 年に3回以上
2. 年に2回程度
3. 年に1回程度
4. 2年に1回程度
5. ほとんど受けていない

Q11. 目の定期検診等を受けなかった理由について当てはまるものをすべて選んでください。

1. 時間が取れなかったから
2. 場所が遠いから
3. 費用がかかるから
4. わざわざ検診場所に出向くのが面倒だから
5. 検査の時の痛み（眼圧検査や角膜検査など）や目の違和感があるから
6. 検診をうけてなにか悪い結果を知るのが不安なため

7. その時、医療機関に入通院していたから
8. 毎年定期的に受ける必要性を感じないから
9. 視力の状態に問題はなく、必要性を感じないから
10. 心配な時はいつでも近くの眼科などを受診できるから
11. その他
12. 特にない

Q12. 下記の項目について平均から見ると平日の1日にどのくらいの時間を使っていますか。

	30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上3時間未満	3時間以上4時間未満	4時間以上
1. テレビ						
2. 新聞						
3. パソコン						
4. スマートフォン						
5. 読書						
6. 自動車の運転						

Q13. あなたの普段の運転状況を教えてください。

1. 運転免許ははじめから持っていない
2. 運転免許を持っていたが、返納または不更新とした
3. 運転免許を持っているが、ほとんど運転していない
4. 週1日程度運転している
5. 週2～3日程度運転している
6. 週4～5日程度運転している（平日ほとんど）
7. 週6～7日程度運転している（祝日も含めてほとんど）

Q14. 自動車の運転に関して、下記の内容をお答えください。

	1. はい	2. いいえ
1. 突然、他の車や歩行者等目の前に飛び出してきたように見えたことがある		
2. 信号機や標識が見えづらかったり、わかりづらかったりしたことがある		
3. 家族や同僚から危ない運転と指摘されたことがある		

4. 路面や進路、道路と側溝の境目が見えづらいときがある		
5. 車間や車速の感覚が合わず周囲の車の流れに乗れないことがある		
6. 自動車内のメーターや表示、警告ランプが見えづらいときがある		
7. 夜間に前照灯を点灯していても路面が暗く見えることがある		
8. 暗いところ（夜間や暗がり、トンネルなど）では見えづらい		

Q15. あなたの過去1か月の状況について、当てはまるものをそれぞれひとつ選んでください。

	1. 非常に悪い	2. 悪い	3. どちらとも言えない	4. 良い	5. 非常に良い
1. 視力や見え方の状態					
2. 身体全体の健康状態					
3. こころの健康状態					
4. 睡眠の質					
5. 全体としての総合的な健康状態					

Q16. 専門家（医師や病院、健診など）によって診断された傷病状況をお答えください。

	1. はい	2. いいえ
1. 糖尿病		
2. 肥満症		
3. 脂質異常症		
4. 目の病気		
5. 高血圧症		
6. 脳卒中（脳出血、脳梗塞等）		
7. 狭心症・心筋梗塞		
8. 睡眠障害		

Q17. あなたは昨年1年間（2022年1月～12月）の年収（税込み、年金や配当なども含む）について、当てはまるものを選んでください。

1. 99万円以下
2. 100万円～199万円
3. 200万円～299万円
4. 300万円～399万円
5. 400万円～499万円
6. 500万円～599万円

7. 600 万円～699 万円
8. 700 万円～799 万円
9. 800 万円～899 万円
10. 900 万円～999 万円
11. 1000 万円～1199 万円
12. 1200 万円～1399 万円
13. 1400 万円～1599 万円
14. 1600 万円以上
15. わからない
16. 答えたくない

Q18. 2023 年 6 月 12 日（月）～18 日の 1 週間で、実際に仕事をした総時間（残業を含めた）を記入してください。なお、複数の仕事をした場合は、すべての合計をお記入ください。

一週間の就業時間（            ）

Q19. あなたの就業形態について、当てはまるものを 1 つお選びください。

1. 正規の職員・従業員（会社や組織のサラリーマン）
2. 派遣社員・契約社員・パート・アルバイト
3. 会社・団体の役員等
4. 自営業者、農林水産漁業、家族従業者
5. 退職後の年金生活者（65 歳以上）
6. 専業主婦(夫)、家事手伝い、育児・介護休業中
7. 現在は仕事をしていない（64 歳未満；非求職中）
8. 現在は仕事をしていない（64 歳未満；求職中）
9. その他

Q20. 総合的に見ると、生活全般の満足度についてお答えください。

1. 非常に満足している
2. 満足している
3. どちらとも言えない
4. あまり満足していない
5. 全く満足していない