

## 栄養摂取状況調査の結果

# 1. 栄養素等摂取量に関すること

表1-1 栄養素等摂取量（エネルギー・栄養素別）－年齢階級別－総数

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
人	952			117			144			180			245			266			
エネルギー	kcal	1,718	602	1,633	1,694	632	1,572	1,680	638	1,624	1,704	561	1,644	1,747	599	1,671	1,734	600	1,637
たんぱく質	g	65.9	27.6	61.8	64.6	30.0	59.4	63.9	28.7	59.9	64.6	24.1	60.3	66.0	28.1	62.4	68.2	27.7	65.2
うち動物性	g	38.8	21.6	34.2	39.0	24.7	34.6	38.1	22.5	32.0	37.7	17.9	34.3	38.6	21.9	34.2	40.0	21.7	35.2
脂質	g	53.2	21.7	50.2	54.1	22.2	50.4	51.8	22.6	48.3	53.2	19.0	53.1	54.2	22.5	49.8	52.5	22.0	50.4
うち動物性	g	24.9	12.6	23.0	26.6	13.8	23.9	24.8	12.9	22.1	24.8	11.6	23.1	24.9	12.9	23.4	24.2	12.4	22.6
飽和脂肪酸	g	14.0	6.1	13.2	14.9	6.6	14.2	13.9	6.0	12.8	14.0	5.6	13.8	14.2	6.3	13.6	13.6	6.2	12.8
一価不飽和脂肪酸	g	19.3	8.2	18.2	19.8	8.3	18.5	18.9	9.0	17.6	19.4	7.2	18.8	19.7	8.5	17.9	18.9	8.2	17.9
n-6系脂肪酸	g	10.4	4.2	9.8	10.3	4.2	9.5	10.0	4.4	9.6	10.6	3.7	10.5	10.7	4.4	9.8	10.2	4.2	9.7
n-3系脂肪酸	g	2.6	1.3	2.3	2.4	1.3	2.1	2.4	1.2	2.2	2.5	1.1	2.4	2.6	1.3	2.4	2.8	1.4	2.6
コレステロール	mg	379	194	347	391	198	369	365	208	337	376	171	356	379	198	341	384	195	356
炭水化物	g	221.1	84.4	212.9	221.7	96.2	200.7	218.6	85.4	210.0	217.1	81.4	212.2	222.3	81.3	217.7	223.9	83.5	215.2
総食物繊維	g	10.6	4.8	10.0	9.4	4.4	8.8	10.0	4.0	9.6	10.1	4.7	9.6	10.5	4.7	9.8	11.9	5.2	11.6
うち水溶性	g	2.7	1.3	2.5	2.4	1.2	2.2	2.5	1.0	2.5	2.6	1.3	2.4	2.6	1.3	2.5	3.0	1.3	2.8
うち不溶性	g	7.6	3.3	7.2	6.8	3.1	6.4	7.2	2.8	6.9	7.3	3.3	6.8	7.5	3.2	7.0	8.5	3.6	8.4
ビタミンA	μgRE*2	627	455	536	529	324	440	645	516	490	615	368	582	613	576	508	680	384	580
ビタミンD	μg	12.9	10.8	9.9	10.7	12.0	7.8	11.4	8.3	9.1	11.3	9.0	8.9	12.9	10.0	10.5	16.0	12.6	12.9
ビタミンE	mg*3	6.9	3.0	6.5	6.6	3.1	5.9	6.7	2.9	6.3	6.7	2.6	6.4	7.0	3.2	6.5	7.3	3.1	6.9
ビタミンK	mg	264	165	222	244	154	206	250	150	218	263	160	225	251	171	199	293	172	264
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.71	0.29	0.66	0.70	0.31	0.66	0.69	0.29	0.65	0.69	0.27	0.64	0.71	0.31	0.66	0.74	0.29	0.71
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.21	0.49	1.13	1.13	0.46	1.13	1.13	0.48	1.01	1.17	0.45	1.08	1.22	0.52	1.13	1.31	0.50	1.27
ナイアシン	mg	16.8	8.0	15.3	15.0	8.8	13.7	16.3	8.7	14.5	16.6	6.7	15.4	17.3	8.1	16.1	17.5	7.8	16.0
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.18	0.53	1.10	1.09	0.55	0.99	1.15	0.52	1.02	1.13	0.47	1.06	1.19	0.55	1.11	1.27	0.54	1.19
ビタミンB <sub>12</sub>	mg	9.2	7.0	7.3	7.7	7.5	6.0	8.5	6.4	6.8	8.3	6.0	6.8	9.5	7.1	8.1	10.7	7.3	9.2
葉酸	μg	309	146	285	267	127	249	288	134	255	291	132	269	306	151	280	353	154	334
パントテン酸	mg	5.99	2.34	5.62	5.88	2.36	5.54	5.85	2.40	5.41	5.89	2.14	5.58	5.96	2.41	5.58	6.21	2.35	5.90
ビタミンC	mg	105	60	93	88	53	76	94	49	86	93	55	82	103	58	92	127	67	119
ナトリウム	mg	3,968	1,421	3,850	3,742	1,459	3,598	3,781	1,409	3,669	3,940	1,285	3,868	4,012	1,436	3,890	4,146	1,466	4,042
食塩相当量	g*4	10.0	3.6	9.7	9.5	3.7	9.2	9.5	3.6	9.3	9.9	3.2	9.8	10.1	3.6	9.9	10.5	3.7	10.2
食塩相当量	g/1,000kcal	6.0	1.3	5.8	5.8	1.5	5.5	5.9	1.4	5.7	6.0	1.3	5.8	6.0	1.3	5.8	6.2	1.3	6.1
カリウム	mg	2,269	981	2,139	2,006	967	1,820	2,142	906	1,953	2,152	876	2,061	2,291	1,009	2,145	2,511	1,017	2,410
カルシウム	mg	468	227	430	408	209	373	428	187	384	430	206	382	469	223	437	541	253	519
マグネシウム	mg	228	93	214	200	92	189	213	87	196	220	85	209	232	93	215	250	95	241
リン	mg	969	404	909	913	427	851	926	391	855	936	354	876	975	410	923	1033	421	980
鉄	mg	7.3	3.1	6.7	6.8	3.0	6.2	6.9	2.9	6.3	7.1	2.8	6.6	7.3	3.2	6.7	7.9	3.1	7.4
亜鉛	mg	7.6	3.0	7.2	7.7	3.1	7.1	7.5	3.2	7.2	7.6	2.7	7.2	7.6	3.0	7.2	7.8	2.9	7.5
銅	mg	1.05	0.40	1.01	1.00	0.41	0.96	1.00	0.39	1.00	1.02	0.39	0.98	1.04	0.39	1.00	1.10	0.40	1.07
脂肪エネルギー比率	%*5	28.0	6.1	28.0	28.9	6.0	28.3	27.9	5.7	28.4	28.5	6.3	28.9	28.0	6.0	28.0	27.3	6.1	27.5
炭水化物エネルギー比率	%*5,6	56.6	8.3	56.6	55.8	8.6	56.9	56.8	8.2	56.6	56.3	8.5	55.9	56.9	8.1	57.0	56.9	8.3	56.7
動物性たんぱく質比率	%*5	56.9	10.8	57.4	58.0	11.7	58.6	57.7	11.1	58.7	56.8	10.7	57.3	56.6	9.6	56.1	56.4	11.4	57.7
穀類エネルギー比率	%*4	37.1	12.0	36.9	38.9	11.9	40.4	37.8	11.4	38.1	36.8	11.8	37.2	36.9	12.7	36.2	36.5	11.9	35.9

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

\*2 RE: レチノール当量

\*3 α-トコフェロール量

\*4 食塩相当量=ナトリウム(mg)×2.54/1000で算出。

\*5 これらの比率は個人毎の計算値を平均したものである。

\*6 炭水化物エネルギー比率=100 - たんぱく質エネルギー比率 - 脂肪エネルギー比率で算出。

表1-2 栄養素等摂取量（エネルギー・栄養素別）－年齢階級別－男性

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			
	人	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		419			49			60			78			105			127		
エネルギー	kcal	1,968	638	1,941	1,982	630	2,034	1,921	763	1,853	1,958	555	1,918	2,031	624	1,988	1,937	640	1,892
たんばく質	g	72.5	29.4	68.3	73.1	27.5	70.5	72.0	34.5	63.0	72.9	25.6	70.0	72.8	29.3	67.4	71.9	30.2	69.2
うち動物性	g	42.7	23.1	38.2	43.9	22.7	38.9	43.6	26.9	36.0	43.2	19.5	39.8	42.7	22.7	38.2	41.7	23.8	36.2
脂質	g	57.9	24.0	55.5	59.9	22.2	56.3	58.7	28.1	52.3	58.1	20.4	56.3	60.5	25.3	56.9	54.6	23.5	53.4
うち動物性	g	27.2	13.7	25.2	29.3	13.2	25.5	28.7	16.0	25.5	27.7	13.0	26.2	27.8	14.2	26.4	24.9	12.6	23.7
飽和脂肪酸	g	14.9	6.8	14.0	15.9	6.5	15.4	15.5	7.2	14.5	14.9	6.3	14.0	15.5	7.3	14.6	13.9	6.4	13.1
一価不飽和脂肪酸	g	21.2	9.2	19.8	22.1	8.5	20.1	21.7	11.4	18.8	21.3	7.7	21.2	22.3	9.7	21.0	19.7	8.8	18.8
n-6系脂肪酸	g	11.5	4.7	11.1	11.8	4.3	11.2	11.5	5.5	10.4	11.8	3.9	11.6	12.1	4.7	11.7	10.9	4.8	9.9
n-3系脂肪酸	g	2.9	1.4	2.6	2.7	1.3	2.3	2.7	1.3	2.4	2.8	1.1	2.7	3.0	1.5	2.7	2.9	1.5	2.6
コレステロール	mg	410	219	381	423	204	410	416	266	385	412	186	424	410	215	349	401	225	365
炭水化物	g	252.3	91.0	244.3	265.4	104.4	244.8	248.6	95.6	246.2	246.8	84.9	241.8	254.8	85.3	240.0	250.2	92.4	249.6
総食物繊維	g	11.0	5.1	10.2	9.9	4.6	9.3	10.9	4.6	9.9	10.8	5.4	10.0	10.6	4.7	10.2	11.8	5.7	11.3
うち水溶性	g	2.7	1.4	2.6	2.5	1.2	2.3	2.7	1.2	2.5	2.7	1.5	2.4	2.6	1.3	2.5	2.9	1.5	2.7
うち不溶性	g	7.9	3.6	7.4	7.2	3.2	6.8	7.9	3.2	7.2	7.8	3.8	7.3	7.7	3.3	7.5	8.5	4.0	8.1
ビタミンA	μgRE*2	670	435	577	579	359	494	733	594	561	690	458	594	626	360	544	700	414	622
ビタミンD	μg	13.8	11.1	10.9	11.6	11.5	8.3	11.3	7.1	9.2	12.7	9.6	10.5	13.8	9.5	12.0	16.4	13.8	12.7
ビタミンE	mg*3	7.4	3.3	7.0	7.3	3.1	6.5	7.5	3.5	7.1	7.2	3.0	7.0	7.6	3.3	7.2	7.5	3.5	7.2
ビタミンK	mg	275	182	231	242	156	206	271	179	234	291	193	238	254	179	199	298	186	251
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.75	0.32	0.69	0.76	0.30	0.71	0.77	0.36	0.68	0.75	0.31	0.68	0.76	0.33	0.72	0.75	0.32	0.70
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.29	0.53	1.24	1.20	0.48	1.25	1.24	0.57	1.12	1.29	0.49	1.23	1.29	0.52	1.20	1.33	0.55	1.30
ナイアシン	mg	18.9	8.5	17.2	17.2	7.7	16.0	18.7	10.4	16.1	19.4	7.2	18.0	19.6	8.6	17.4	18.7	8.5	18.1
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.28	0.57	1.18	1.20	0.50	1.14	1.28	0.61	1.14	1.27	0.53	1.20	1.30	0.60	1.18	1.31	0.59	1.23
ビタミンB <sub>12</sub>	mg	10.1	7.1	8.1	8.8	7.1	6.8	9.2	7.0	7.1	9.6	6.4	7.6	10.5	6.7	9.6	11.1	7.8	9.7
葉酸	μg	324	158	301	275	132	252	316	165	279	320	153	285	317	150	304	355	167	324
パントテン酸	mg	6.48	2.52	6.14	6.44	2.38	6.51	6.53	2.87	5.95	6.61	2.35	6.36	6.40	2.46	6.02	6.47	2.59	6.18
ビタミンC	mg	104	64	91	87	56	74	100	59	86	96	63	79	99	59	89	120	70	110
ナトリウム	mg	4,474	1,482	4,278	4,331	1,305	4,175	4,292	1,690	4,138	4,490	1,235	4,346	4,566	1,515	4,278	4,528	1,560	4,390
食塩相当量	g*4	11.3	3.7	10.8	10.9	3.3	10.6	10.8	4.3	10.4	11.3	3.1	11.0	11.5	3.8	10.8	11.4	3.9	11.1
食塩相当量	g/1,000kcal	5.9	1.4	5.7	5.7	1.4	5.4	5.9	1.6	5.4	5.9	1.4	5.7	5.8	1.3	5.7	6.0	1.2	5.9
カリウム	mg	2,393	1,056	2,206	2,116	935	1,928	2,362	1,078	2,167	2,369	1,029	2,105	2,395	1,033	2,275	2,527	1,118	2,358
カルシウム	mg	484	239	441	416	207	373	461	200	431	462	238	412	479	226	456	538	268	525
マグネシウム	mg	248	98	232	220	90	202	236	101	222	247	93	225	252	94	241	261	105	248
リン	mg	1054	426	978	1009	395	956	1030	453	931	1048	380	971	1062	419	995	1079	460	1000
鉄	mg	7.7	3.3	7.1	7.3	3.0	7.4	7.5	3.6	6.4	7.7	3.1	6.9	7.7	3.2	7.1	8.0	3.5	7.6
亜鉛	mg	8.4	3.2	8.2	8.8	3.0	8.3	8.5	4.0	8.0	8.5	2.9	8.2	8.5	3.2	8.3	8.2	3.2	7.9
銅	mg	1.14	0.43	1.11	1.13	0.43	1.08	1.11	0.45	1.14	1.15	0.42	1.06	1.13	0.39	1.13	1.17	0.45	1.14
脂肪エネルギー比率	%*5	26.4	6.2	26.6	27.5	5.9	26.5	27.5	5.5	27.2	26.9	6.8	27.4	26.6	6.1	26.8	25.1	6.2	25.1
炭水化物エネルギー比率	%*5,6	58.9	8.5	59.0	57.5	8.7	58.7	57.4	8.5	57.7	58.1	9.3	58.3	59.3	8.0	59.8	60.2	8.3	59.5
動物性たんばく質比率	%*5	57.1	10.9	57.4	58.8	11.3	58.8	58.6	11.0	59.7	57.7	10.7	58.9	56.8	9.4	56.2	55.6	11.9	56.3
穀類エネルギー比率	%*4	39.4	12.4	39.4	42.0	11.2	43.4	39.4	11.1	38.9	37.8	12.2	37.8	39.3	13.7	39.4	39.4	12.3	38.6

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票（BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire）を用いた調査

\*2 RE：レチノール当量

\*3 α-トコフェロール量

\*4 食塩相当量＝ナトリウム(mg)×2.54/1000で算出。

\*5 これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

\*6 炭水化物エネルギー比率＝100 - たんばく質エネルギー比率 - 脂肪エネルギー比率で算出。

表1-3 栄養素等摂取量（エネルギー・栄養素別）－年齢階級別－女性

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		533			68			84			102			140			139		
エネルギー	kcal	1,523	491	1,483	1,486	550	1,384	1,508	464	1,476	1,510	485	1,490	1,533	481	1,492	1,548	495	1,535
たんばく質	g	60.7	24.9	57.1	58.4	30.4	54.6	58.0	22.1	54.7	58.2	20.8	56.5	60.9	26.1	57.5	64.9	24.8	61.4
うち動物性	g	35.7	19.8	32.0	35.4	25.6	32.3	34.1	18.0	29.7	33.5	15.4	30.9	35.5	20.7	31.6	38.5	19.6	34.3
脂質	g	49.4	18.9	47.6	49.9	21.4	47.6	46.9	16.1	46.5	49.4	17.0	47.5	49.5	18.9	47.2	50.6	20.4	49.0
うち動物性	g	23.0	11.4	21.0	24.7	13.9	22.8	21.9	9.3	20.6	22.6	10.0	20.6	22.7	11.5	20.3	23.6	12.1	21.4
飽和脂肪酸	g	13.3	5.5	12.6	14.1	6.5	13.3	12.7	4.6	12.2	13.3	4.9	13.7	13.3	5.3	12.3	13.3	6.1	12.6
一価不飽和脂肪酸	g	17.8	7.0	17.1	18.1	7.8	17.5	16.9	6.1	16.4	17.9	6.4	17.3	17.7	6.8	16.9	18.1	7.6	17.3
n-6系脂肪酸	g	9.5	3.5	9.2	9.2	3.8	8.4	9.0	3.1	9.1	9.7	3.3	9.4	9.7	3.8	9.2	9.6	3.4	9.5
n-3系脂肪酸	g	2.4	1.2	2.2	2.1	1.3	1.8	2.2	1.0	2.1	2.2	0.9	2.2	2.4	1.2	2.1	2.7	1.3	2.5
コレステロール	mg	355	168	336	368	192	338	329	145	321	348	154	326	355	181	335	369	164	349
炭水化物	g	196.7	69.7	192.0	190.1	76.2	175.4	197.1	70.3	190.4	194.4	71.0	186.9	198.0	69.0	188.9	200.0	66.2	201.2
総食物繊維	g	10.3	4.4	9.8	9.1	4.2	8.5	9.4	3.4	9.3	9.6	4.0	8.9	10.4	4.6	9.5	11.9	4.7	11.8
うち水溶性	g	2.6	1.2	2.5	2.4	1.2	2.2	2.4	0.9	2.4	2.4	1.1	2.4	2.7	1.3	2.4	3.0	1.2	3.1
うち不溶性	g	7.4	3.1	7.0	6.4	2.9	5.9	6.7	2.5	6.7	6.8	2.8	6.3	7.4	3.2	6.8	8.5	3.3	8.5
ビタミンA	μgRE*2	592	467	516	493	293	409	582	446	461	558	269	570	604	697	499	661	356	552
ビタミンD	μg	12.3	10.6	9.4	10.0	12.4	7.4	11.4	9.1	9.1	10.1	8.4	8.1	12.2	10.3	9.3	15.5	11.4	13.1
ビタミンE	mg*3	6.5	2.7	6.3	6.1	3.1	5.1	6.1	2.2	5.9	6.2	2.3	6.2	6.6	3.0	6.2	7.1	2.7	6.7
ビタミンK	mg	255	150	218	246	154	206	235	125	211	241	127	219	249	165	197	289	158	274
ビタミンB <sub>1</sub>	mg	0.68	0.27	0.65	0.65	0.32	0.58	0.63	0.22	0.60	0.65	0.22	0.64	0.68	0.29	0.64	0.73	0.27	0.71
ビタミンB <sub>2</sub>	mg	1.15	0.45	1.09	1.09	0.44	1.05	1.05	0.38	0.98	1.07	0.38	1.04	1.17	0.51	1.08	1.29	0.45	1.22
ナイアシン	mg	15.2	7.1	14.1	13.5	9.3	12.1	14.6	6.9	13.6	14.5	5.4	13.9	15.6	7.3	14.5	16.4	6.9	14.9
ビタミンB <sub>6</sub>	mg	1.10	0.48	1.04	1.02	0.58	0.89	1.05	0.42	0.98	1.02	0.38	1.01	1.11	0.50	1.05	1.23	0.48	1.18
ビタミンB <sub>12</sub>	mg	8.5	6.7	6.7	6.9	7.6	5.1	8.0	5.9	6.4	7.4	5.5	6.1	8.7	7.3	7.1	10.3	6.7	9.0
葉酸	μg	297	135	273	262	124	248	269	104	254	268	110	263	298	152	268	352	141	337
パントテン酸	mg	5.60	2.10	5.32	5.48	2.27	5.34	5.36	1.86	5.00	5.33	1.78	5.26	5.64	2.32	5.29	5.98	2.10	5.63
ビタミンC	mg	105	57	94	89	51	79	89	39	87	90	47	83	106	57	94	134	63	124
ナトリウム	mg	3,570	1,234	3,442	3,317	1,424	3,060	3,417	1,032	3,273	3,518	1,161	3,373	3,597	1,224	3,436	3,797	1,283	3,704
食塩相当量	g*4	9.0	3.1	8.7	8.4	3.6	7.7	8.6	2.6	8.2	8.9	2.9	8.5	9.1	3.1	8.7	9.6	3.3	9.4
食塩相当量	g/1,000kcal	6.0	1.3	5.9	5.8	1.5	5.5	5.9	1.1	5.7	6.0	1.1	5.9	6.1	1.3	5.9	6.3	1.4	6.1
カリウム	mg	2,171	906	2,044	1,926	989	1,722	1,984	728	1,892	1,986	699	1,992	2,213	987	2,028	2,497	921	2,424
カルシウム	mg	456	217	422	402	212	375	404	174	363	406	176	366	462	221	432	543	240	517
マグネシウム	mg	212	85	200	186	91	167	196	72	190	199	71	189	216	90	199	240	85	239
リン	mg	902	373	845	844	438	780	851	322	790	850	309	792	910	392	841	990	379	940
鉄	mg	6.9	2.8	6.4	6.4	3.0	5.8	6.4	2.3	6.1	6.5	2.5	6.3	7.0	3.2	6.6	7.8	2.8	7.3
亜鉛	mg	7.0	2.6	6.7	6.9	2.9	6.5	6.8	2.3	6.3	6.9	2.4	6.6	6.9	2.7	6.8	7.3	2.6	7.0
銅	mg	0.97	0.35	0.94	0.90	0.36	0.86	0.93	0.32	0.86	0.93	0.34	0.90	0.97	0.38	0.90	1.05	0.34	1.04
脂肪エネルギー比率	%*5	29.2	5.7	29.4	29.9	5.9	29.4	28.2	5.8	29.0	29.6	5.7	29.9	29.2	5.8	29.6	29.3	5.3	29.3
炭水化物エネルギー比率	%*5,6	54.9	7.7	55.3	54.6	8.3	56.0	56.4	8.0	56.1	54.9	7.6	55.4	55.1	7.8	55.2	54.0	7.2	54.3
動物性たんばく質比率	%*5	56.8	10.7	57.4	57.4	12.1	58.5	57.0	11.2	57.9	56.2	10.7	55.9	56.5	9.7	55.5	57.2	10.9	58.8
穀類エネルギー比率	%*4	35.4	11.4	35.4	36.6	12.0	36.9	36.6	11.5	37.1	36.0	11.5	36.4	35.0	11.5	35.1	33.9	11.0	33.5

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票（BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire）を用いた調査

\*2 RE：レチノール当量

\*3 α-トコフェロール量

\*4 食塩相当量＝ナトリウム(mg)×2.54/1000で算出。

\*5 これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

\*6 炭水化物エネルギー比率＝100 - たんばく質エネルギー比率 - 脂肪エネルギー比率で算出。

## 2. 食品群別摂取量に関すること

表2-1 食品群別摂取量－年齢階級別－総数

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		952	117			144			180			245			266				
穀類	g	363.8	182.7	341.4	376.4	189.5	344.3	367.0	186.3	351.8	363.4	183.1	348.5	361.4	181.4	331.8	358.9	179.7	339.7
いも類	g	38.7	38.5	23.1	36.4	42.7	22.0	39.5	38.0	23.1	34.5	30.5	23.1	42.2	41.6	40.0	38.9	38.6	22.5
砂糖・甘味料類	g	4.6	3.8	3.6	3.3	2.5	2.7	4.3	3.4	3.4	4.8	3.9	3.9	4.9	4.0	3.7	4.9	4.2	3.8
豆類	g	60.8	48.4	45.9	51.6	49.0	40.3	51.0	37.9	41.1	60.8	49.0	45.9	62.3	49.1	48.4	68.9	50.7	63.8
野菜類	g	234.4	156.6	203.7	205.8	133.7	176.2	223.9	138.6	197.8	218.9	148.1	192.0	226.6	160.1	198.4	270.4	171.7	235.6
緑黄色野菜	g	85.2	71.2	67.1	80.6	62.2	62.5	85.9	71.8	70.4	78.8	59.8	64.8	80.4	74.3	61.7	95.6	77.6	73.9
その他の野菜	g	149.2	97.5	130.2	125.2	81.6	114.0	138.0	80.5	121.9	140.1	99.0	123.8	146.2	95.3	126.8	174.8	108.2	157.2
果実類	g	95.1	94.8	70.3	76.4	109.1	38.1	83.2	74.8	64.9	72.7	79.0	47.4	92.7	94.3	66.8	127.0	100.1	109.3
魚介類	g	70.6	59.4	54.8	62.2	72.5	42.6	64.9	53.2	49.3	62.7	49.7	47.0	71.7	58.3	60.7	81.6	61.9	69.6
肉類	g	79.0	51.5	72.1	91.6	54.2	83.5	86.6	63.5	72.6	85.2	48.7	78.1	76.5	49.8	68.5	67.5	43.8	59.3
卵類	g	41.5	27.9	37.7	44.4	27.7	42.4	38.6	28.9	28.3	42.4	26.7	42.4	41.8	28.8	32.7	41.0	27.3	31.3
乳類	g	101.4	92.4	80.4	92.9	69.1	82.2	93.9	84.5	65.4	89.9	89.4	60.5	104.6	94.4	95.7	113.8	103.9	104.4
油脂類	g	11.4	6.1	10.5	12.0	5.9	11.0	11.6	6.3	10.8	11.7	4.9	11.3	11.9	6.5	11.0	10.5	6.5	9.2
菓子類	g	44.0	39.5	35.2	45.0	40.2	32.1	44.0	32.4	36.8	44.5	37.0	36.0	46.3	45.4	32.1	41.0	38.8	33.2
嗜好飲料類	g	684.3	411.6	628.3	499.4	345.4	417.6	577.0	407.5	526.6	679.0	401.6	610.6	740.7	430.7	666.9	775.2	391.9	750.0
調味料・香辛料類	g	223.4	134.8	196.7	208.2	112.4	191.1	222.2	127.5	198.3	239.5	145.1	208.8	222.2	139.5	195.3	221.1	135.8	191.1

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表2-2 食品群別摂取量－年齢階級別－男性

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		419			49			60			78			105			127		
穀類	g	441.8	202.0	415.1	484.8	219.1	454.8	439.9	211.3	398.0	432.4	193.6	414.3	442.1	197.0	415.8	431.8	200.8	405.4
いも類	g	35.5	37.9	23.1	32.1	36.7	23.1	37.7	44.7	23.1	36.1	36.9	23.1	37.8	35.2	23.1	33.4	37.9	20.8
砂糖・甘味料類	g	4.9	4.3	3.5	3.7	2.8	3.0	3.8	3.2	3.1	5.5	4.6	4.1	5.6	4.9	3.8	4.9	4.4	3.6
豆類	g	61.1	51.5	47.7	52.1	57.1	38.2	52.6	40.2	43.4	63.4	58.5	47.7	62.9	48.4	48.4	65.8	51.9	53.0
野菜類	g	239.9	175.6	200.3	202.3	127.7	176.3	250.7	181.1	207.0	229.1	184.2	181.9	228.8	171.6	201.0	265.3	185.1	225.2
緑黄色野菜	g	88.0	80.2	63.7	82.8	63.7	60.9	97.1	95.5	70.4	80.4	73.1	58.7	80.4	76.4	61.0	96.5	85.1	73.7
その他の野菜	g	152.0	107.6	129.8	119.5	77.7	114.4	153.7	98.1	135.4	148.6	123.1	118.5	148.4	103.4	129.7	168.7	113.2	151.5
果実類	g	91.8	100.2	62.9	83.9	125.4	36.6	87.8	72.1	70.5	68.8	82.7	40.6	80.2	94.5	51.0	120.6	109.5	96.0
魚介類	g	78.7	62.6	63.6	72.6	74.0	50.1	70.5	56.8	51.5	74.3	55.2	56.9	80.0	54.5	69.9	86.7	70.4	72.2
肉類	g	90.0	60.1	80.8	106.8	52.0	90.1	105.5	84.4	83.5	99.2	55.7	83.7	88.6	59.5	76.5	71.5	46.6	62.2
卵類	g	45.0	32.2	32.7	47.3	31.2	49.0	46.4	36.4	29.9	45.7	31.0	49.0	45.5	33.0	32.7	42.7	30.8	29.9
乳類	g	99.5	98.9	71.1	88.2	67.2	74.2	104.3	92.7	74.9	92.5	105.9	49.5	100.0	99.9	71.1	105.6	107.2	71.1
油脂類	g	13.2	7.0	11.8	14.7	6.0	13.9	13.7	7.4	12.2	13.4	5.6	12.8	13.8	7.1	12.2	11.8	7.6	9.8
菓子類	g	40.7	41.2	29.9	44.8	41.5	28.0	39.0	31.0	34.4	39.7	36.9	34.1	42.9	51.6	28.0	38.7	38.6	28.9
嗜好飲料類	g	832.5	456.8	799.2	578.3	392.8	551.1	662.0	439.5	632.9	881.4	419.8	871.1	931.4	481.8	866.2	899.1	436.6	866.2
調味料・香辛料類	g	265.1	146.7	225.5	264.8	126.2	225.8	267.2	142.8	259.1	287.4	145.5	233.7	266.1	148.9	230.2	249.6	154.8	210.7

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表2-3 食品群別摂取量－年齢階級別－女性

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		533			68			84			102			140			139		
穀類	g	302.4	138.1	290.1	298.2	114.0	279.3	314.9	146.5	295.4	310.6	156.2	298.0	300.8	141.9	278.7	292.4	126.0	291.3
いも類	g	41.2	38.8	40.0	39.5	46.5	21.0	40.8	32.7	23.0	33.4	24.6	22.0	45.4	45.7	45.0	43.9	38.7	45.0
砂糖・甘味料類	g	4.3	3.4	3.6	3.0	2.3	2.5	4.6	3.5	3.8	4.2	3.2	3.3	4.3	3.1	3.6	4.9	4.0	4.0
豆類	g	60.6	45.8	45.9	51.3	42.8	41.3	49.8	36.3	37.9	58.9	40.4	43.6	61.8	49.8	45.9	71.7	49.6	68.6
野菜類	g	230.1	139.9	207.0	208.4	138.7	174.6	204.8	94.2	193.2	211.1	113.5	196.6	224.9	151.6	197.9	275.0	159.1	251.9
緑黄色野菜	g	83.0	63.1	68.7	79.0	61.6	63.0	77.9	47.2	69.0	77.5	47.6	70.2	80.3	73.0	62.2	94.7	70.4	74.3
その他の野菜	g	147.1	88.9	131.5	129.4	84.7	111.1	126.9	63.4	118.2	133.6	75.5	124.8	144.6	89.2	124.1	180.4	103.5	163.8
果実類	g	97.6	90.4	76.3	71.0	96.2	39.1	79.9	76.9	56.2	75.8	76.4	54.1	102.0	93.5	80.0	132.8	90.6	119.2
魚介類	g	64.2	56.1	50.0	54.8	70.9	40.0	61.0	50.4	46.2	53.7	43.2	41.4	65.4	60.5	51.3	77.0	52.9	67.1
肉類	g	70.4	41.8	65.1	80.7	53.5	72.4	73.1	37.9	67.5	74.5	39.6	69.3	67.5	38.9	63.0	63.8	40.9	59.3
卵類	g	38.8	23.6	37.7	42.4	25.0	42.4	33.0	20.4	25.9	39.9	22.7	40.1	39.0	25.1	31.8	39.6	23.6	37.7
乳類	g	102.8	87.1	94.7	96.4	70.6	92.4	86.4	77.8	58.9	87.9	74.9	64.8	108.0	90.4	98.0	121.4	100.5	115.1
油脂類	g	10.0	4.9	9.6	10.0	5.0	9.5	10.0	4.9	10.1	10.5	3.9	10.1	10.4	5.5	10.1	9.3	5.0	8.5
菓子類	g	46.6	38.0	35.5	45.1	39.5	35.2	47.5	33.1	42.9	48.2	36.8	39.3	48.8	40.2	42.9	43.2	38.9	35.0
嗜好飲料類	g	567.8	328.5	538.7	442.5	297.0	408.3	516.3	374.0	439.3	524.3	309.4	493.1	597.6	322.3	553.2	662.0	306.3	666.5
調味料・香辛料類	g	190.7	114.5	166.0	167.4	80.3	164.7	190.0	105.0	167.3	202.8	134.4	169.2	189.3	122.5	158.0	195.1	109.9	170.4

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表2-4 食品群別摂取量－地域ブロック別－総数

	人	総数			A地区			B地区			C地区			D地区		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		952			717			119			65			51		
穀類	g	363.8	182.7	341.4	364.2	184.5	341.4	338.6	176.5	318.9	380.2	191.4	344.2	395.6	156.9	371.2
いも類	g	38.7	38.5	23.1	38.8	38.9	23.1	39.7	37.4	40.0	39.3	36.0	25.4	34.5	39.6	20.8
砂糖・甘味料類	g	4.6	3.8	3.6	4.5	3.9	3.5	4.4	3.7	3.1	4.7	3.5	4.1	5.4	4.1	5.1
豆類	g	60.8	48.4	45.9	59.8	49.7	44.3	62.1	46.3	53.0	69.3	43.3	64.8	62.0	38.7	46.8
野菜類	g	234.4	156.6	203.7	233.9	162.7	200.1	246.2	147.8	234.3	222.0	125.1	200.3	229.7	124.2	217.0
緑黄色野菜	g	85.2	71.2	67.1	87.0	74.1	69.0	87.3	66.7	71.7	74.7	58.2	59.4	67.6	47.4	56.9
その他の野菜	g	149.2	97.5	130.2	146.9	100.1	127.3	158.8	93.6	147.7	147.3	79.1	137.8	162.1	90.6	154.1
果実類	g	95.1	94.8	70.3	97.2	96.8	70.3	89.5	99.9	66.3	85.3	71.3	70.9	90.0	79.4	70.1
魚介類	g	70.6	59.4	54.8	69.5	59.2	53.7	71.9	49.1	54.9	62.2	39.6	55.4	93.5	93.3	73.7
肉類	g	79.0	51.5	72.1	80.3	53.3	72.3	76.5	42.3	67.5	75.9	51.2	63.3	71.2	46.8	59.8
卵類	g	41.5	27.9	37.7	41.5	28.2	37.7	40.6	28.0	29.9	41.6	23.2	42.4	43.6	29.2	37.7
乳類	g	101.4	92.4	80.4	102.1	93.6	77.3	104.8	93.2	91.1	96.0	88.5	77.3	89.8	78.4	75.0
油脂類	g	11.4	6.1	10.5	11.6	6.3	10.6	10.8	5.3	10.0	11.2	5.4	10.2	10.3	6.6	9.3
菓子類	g	44.0	39.5	35.2	45.2	40.7	35.5	42.9	38.3	32.1	42.2	33.9	35.0	31.8	29.7	27.9
嗜好飲料類	g	684.3	411.6	628.3	676.4	408.2	623.3	693.9	417.3	700.4	666.8	375.4	635.0	794.1	480.4	681.3
調味料・香辛料類	g	223.4	134.8	196.7	221.3	135.6	194.1	214.8	135.7	190.6	244.2	128.5	222.0	247.0	127.2	224.4

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表2-5 食品群別摂取量－地域ブロック別－男性

	総数			A地区			B地区			C地区			D地区			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
人	419			319			46			28			28			
穀類	g	441.8	202.0	415.1	447.7	203.0	422.0	399.6	194.0	372.1	462.2	231.2	459.5	422.3	169.4	395.1
いも類	g	35.5	37.9	23.1	37.1	40.5	23.1	34.8	29.7	23.1	32.8	26.8	24.3	20.6	22.1	16.3
砂糖・甘味料類	g	4.9	4.3	3.5	4.8	4.4	3.4	5.1	4.4	3.7	5.0	3.9	3.9	5.1	3.6	4.6
豆類	g	61.1	51.5	47.7	59.5	53.0	44.3	59.1	47.3	48.4	77.4	49.1	66.4	66.6	41.7	48.0
野菜類	g	239.9	175.6	200.3	243.7	187.6	198.6	240.2	155.4	185.8	228.0	102.8	202.7	208.7	113.9	204.3
緑黄色野菜	g	88.0	80.2	63.7	92.3	87.0	63.8	82.3	57.9	73.0	75.6	45.2	68.8	60.4	45.9	54.4
その他の野菜	g	152.0	107.6	129.8	151.4	112.9	125.8	157.9	103.6	119.5	152.3	67.1	136.4	148.3	86.3	150.5
果実類	g	91.8	100.2	62.9	97.7	106.6	69.6	66.5	69.4	39.4	74.9	67.9	49.2	83.2	87.4	62.7
魚介類	g	78.7	62.6	63.6	77.4	59.9	62.9	78.4	55.9	68.7	71.4	42.9	53.9	101.6	104.9	82.4
肉類	g	90.0	60.1	80.8	92.1	61.3	83.5	81.8	47.7	75.2	93.8	68.1	79.8	74.7	54.8	58.8
卵類	g	45.0	32.2	32.7	45.3	33.4	29.9	41.8	28.8	29.9	46.4	28.3	51.7	45.7	27.7	54.4
乳類	g	99.5	98.9	71.1	97.7	98.0	68.1	119.2	108.5	111.4	105.4	108.7	74.2	83.2	82.4	60.6
油脂類	g	13.2	7.0	11.8	13.5	7.1	12.1	11.8	5.8	11.3	13.8	6.3	12.3	11.9	7.5	10.5
菓子類	g	40.7	41.2	29.9	41.7	41.6	32.2	36.7	42.3	23.6	46.9	41.8	36.6	29.9	34.6	19.8
嗜好飲料類	g	832.5	456.8	799.2	807.8	458.0	748.4	919.4	418.0	893.1	853.0	379.1	1000.5	952.7	551.2	818.4
調味料・香辛料類	g	265.1	146.7	225.5	263.8	150.7	225.3	271.5	153.2	212.5	285.1	136.4	280.4	249.7	94.6	224.9

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表2-6 食品群別摂取量－地域ブロック別－女性

	総数			A地区			B地区			C地区			D地区			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
人	533			399			74			37			23			
穀類	g	302.4	138.1	290.1	297.6	135.5	280.0	301.5	154.8	293.6	318.1	125.7	310.5	363.2	136.9	368.7
いも類	g	41.2	38.8	40.0	40.1	37.5	40.0	42.7	41.4	45.0	44.2	41.3	40.0	51.4	49.3	50.0
砂糖・甘味料類	g	4.3	3.4	3.6	4.3	3.4	3.5	3.9	3.1	3.1	4.5	3.1	4.7	5.7	4.7	5.1
豆類	g	60.6	45.8	45.9	60.0	47.1	45.5	63.9	45.9	57.5	63.1	37.8	58.3	56.4	34.9	37.9
野菜類	g	230.1	139.9	207.0	226.1	139.5	204.1	249.8	144.0	238.9	217.5	140.8	197.0	255.2	133.7	237.1
緑黄色野菜	g	83.0	63.1	68.7	82.8	61.8	70.6	90.4	71.8	71.4	73.9	67.0	55.0	76.4	48.8	64.4
その他の野菜	g	147.1	88.9	131.5	143.3	88.6	128.3	159.4	87.8	153.6	143.6	87.8	137.8	178.8	94.8	154.1
果実類	g	97.6	90.4	76.3	96.9	88.4	70.3	103.4	112.7	77.1	93.3	73.7	93.5	98.2	69.6	106.8
魚介類	g	64.2	56.1	50.0	63.1	57.9	48.8	68.0	44.4	51.5	55.2	35.9	64.9	83.7	78.1	66.9
肉類	g	70.4	41.8	65.1	70.9	43.7	65.9	73.3	38.6	64.5	62.2	27.0	59.3	66.9	35.5	61.6
卵類	g	38.8	23.6	37.7	38.6	22.8	37.7	39.8	27.7	27.1	38.0	18.1	37.7	41.0	31.4	25.9
乳類	g	102.8	87.1	94.7	105.6	90.0	96.4	96.1	82.2	88.4	89.0	70.3	91.1	97.9	74.1	76.3
油脂類	g	10.0	4.9	9.6	10.1	5.1	9.9	10.2	4.8	9.1	9.2	3.7	9.6	8.5	4.9	7.5
菓子類	g	46.6	38.0	35.5	48.0	39.9	39.3	46.7	35.4	35.6	38.7	26.5	35.0	34.1	22.8	31.7
嗜好飲料類	g	567.8	328.5	538.7	571.8	328.4	535.0	556.8	354.6	555.9	525.9	308.8	525.0	601.1	284.0	555.3
調味料・香辛料類	g	190.7	114.5	166.0	187.5	111.3	163.1	180.4	111.6	162.2	213.3	114.7	192.4	243.6	160.6	197.6

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査



### 3. 脂肪エネルギー比率に関すること

表3-1 脂肪エネルギー比率の区分ごとの人数の割合－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	15%未満	21	2.2%	1	0.9%	2	1.4%	5	2.8%	5	2.0%	8	3.0%
	15-20%未満	63	6.6%	5	4.3%	12	8.3%	10	5.6%	14	5.7%	22	8.3%
	20-25%未満	206	21.6%	21	17.9%	31	21.5%	34	18.9%	59	24.1%	61	22.9%
	25-30%未満	302	31.7%	46	39.3%	40	27.8%	56	31.1%	73	29.8%	87	32.7%
	30-35%未満	251	26.4%	22	18.8%	45	31.3%	54	30.0%	67	27.3%	63	23.7%
	35%以上	109	11.4%	22	18.8%	14	9.7%	21	11.7%	27	11.0%	25	9.4%
	(再掲)25%未満	290	30.5%	27	23.1%	45	31.3%	49	27.2%	78	31.8%	91	34.2%
	(再掲)30%以上	360	37.8%	44	37.6%	59	41.0%	75	41.7%	94	38.4%	88	33.1%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	15%未満	15	3.6%	0	0%	0	0%	4	5.1%	4	3.8%	7	5.5%
	15-20%未満	40	9.5%	4	8.2%	6	10.0%	6	7.7%	7	6.7%	17	13.4%
	20-25%未満	119	28.4%	14	28.6%	15	25.0%	20	25.6%	32	30.5%	38	29.9%
	25-30%未満	127	30.3%	17	34.7%	17	28.3%	24	30.8%	31	29.5%	38	29.9%
	30-35%未満	86	20.5%	8	16.3%	17	28.3%	16	20.5%	23	21.9%	22	17.3%
	35%以上	32	7.6%	6	12.2%	5	8.3%	8	10.3%	8	7.6%	5	3.9%
	(再掲)25%未満	174	41.5%	18	36.7%	21	35.0%	30	38.5%	43	41.0%	62	48.8%
	(再掲)30%以上	118	28.2%	14	28.6%	22	36.7%	24	30.8%	31	29.5%	27	21.3%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	15%未満	6	1.1%	1	1.5%	2	2.4%	1	1.0%	1	0.7%	1	0.7%
	15-20%未満	23	4.3%	1	1.5%	6	7.1%	4	3.9%	7	5.0%	5	3.6%
	20-25%未満	87	16.3%	7	10.3%	16	19.0%	14	13.7%	27	19.3%	23	16.5%
	25-30%未満	175	32.8%	29	42.6%	23	27.4%	32	31.4%	42	30.0%	49	35.3%
	30-35%未満	165	31.0%	14	20.6%	28	33.3%	38	37.3%	44	31.4%	41	29.5%
	35%以上	77	14.4%	16	23.5%	9	10.7%	13	12.7%	19	13.6%	20	14.4%
	(再掲)25%未満	116	21.8%	9	13.2%	24	28.6%	19	18.6%	35	25.0%	29	20.9%
	(再掲)30%以上	242	45.4%	30	44.1%	37	44.0%	51	50.0%	63	45.0%	61	43.9%

表3-2 脂肪エネルギー比率の区分ごとの人数の割合－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	15%未満	21	2.2%	14	2.0%	3	2.5%	1	1.5%	3	5.9%
	15-20%未満	63	6.6%	44	6.1%	7	5.9%	4	6.2%	8	15.7%
	20-25%未満	206	21.6%	153	21.3%	25	21.0%	14	21.5%	14	27.5%
	25-30%未満	302	31.7%	230	32.1%	35	29.4%	20	30.8%	17	33.3%
	30-35%未満	251	26.4%	194	27.1%	29	24.4%	20	30.8%	8	15.7%
	35%以上	109	11.4%	82	11.4%	20	16.8%	6	9.2%	1	2.0%
	(再掲)25%未満	290	30.5%	211	29.4%	35	29.4%	19	29.2%	25	49.0%
	(再掲)30%以上	360	37.8%	276	38.5%	49	41.2%	26	40.0%	9	17.6%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	15%未満	15	3.6%	8	2.5%	3	6.7%	1	3.6%	3	10.7%
	15-20%未満	40	9.5%	29	9.1%	3	6.7%	3	10.7%	5	17.9%
	20-25%未満	119	28.4%	94	29.6%	13	28.9%	5	17.9%	7	25.0%
	25-30%未満	127	30.3%	96	30.2%	14	31.1%	8	28.6%	9	32.1%
	30-35%未満	86	20.5%	68	21.4%	9	20.0%	6	21.4%	3	10.7%
	35%以上	32	7.6%	23	7.2%	3	6.7%	5	17.9%	1	3.6%
	(再掲)25%未満	174	41.5%	131	41.2%	19	42.2%	9	32.1%	15	53.6%
	(再掲)30%以上	118	28.2%	91	28.6%	12	26.7%	11	39.3%	4	14.3%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	15%未満	6	1.1%	6	1.5%	0	0%	0	0%	0	0%
	15-20%未満	23	4.3%	15	3.8%	4	5.4%	1	2.7%	3	13.0%
	20-25%未満	87	16.3%	59	14.8%	12	16.2%	9	24.3%	7	30.4%
	25-30%未満	175	32.8%	134	33.6%	21	28.4%	12	32.4%	8	34.8%
	30-35%未満	165	31.0%	126	31.6%	20	27.0%	14	37.8%	5	21.7%
	35%以上	77	14.4%	59	14.8%	17	23.0%	1	2.7%	0	0%
	(再掲)25%未満	116	21.8%	80	20.1%	16	21.6%	10	27.0%	10	43.5%
	(再掲)30%以上	242	45.4%	185	46.4%	37	50.0%	15	40.5%	5	21.7%

#### 4. 野菜摂取量に関すること

表4-1 野菜摂取量目標値（350g）達成状況－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	350g以上	149	15.7%	17	14.5%	22	15.3%	22	12.2%	30	12.2%	58	21.8%
	350g未満	803	84.3%	100	85.5%	122	84.7%	158	87.8%	215	87.8%	208	78.2%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	350g以上	79	18.9%	7	14.3%	15	25.0%	11	14.1%	15	14.3%	31	24.4%
	350g未満	340	81.1%	42	85.7%	45	75.0%	67	85.9%	90	85.7%	96	75.6%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	350g以上	70	13.1%	10	14.7%	7	8.3%	11	10.8%	15	10.7%	27	19.4%
	350g未満	463	86.9%	58	85.3%	77	91.7%	91	89.2%	125	89.3%	112	80.6%

表4-2 野菜摂取量目標値（350g）達成状況－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	350g以上	149	15.7%	112	15.6%	21	17.6%	9	13.8%	7	13.7%
	350g未満	803	84.3%	605	84.4%	98	82.4%	56	86.2%	44	86.3%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	350g以上	79	18.9%	61	19.2%	10	22.2%	5	17.9%	3	10.7%
	350g未満	340	81.1%	257	80.8%	35	77.8%	23	82.1%	25	89.3%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	350g以上	70	13.1%	51	12.8%	11	14.9%	4	10.8%	4	17.4%
	350g未満	463	86.9%	348	87.2%	63	85.1%	33	89.2%	19	82.6%

表5-1 野菜摂取量の区分ごとの人数の割合－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	70 g未満	65	6.8%	17	14.5%	7	4.9%	12	6.7%	14	5.7%	15	5.6%
	70 - 140 g未満	213	22.4%	27	23.1%	33	22.9%	51	28.3%	59	24.1%	43	16.2%
	140 - 210 g未満	221	23.2%	25	21.4%	40	27.8%	41	22.8%	64	26.1%	51	19.2%
	210 - 280 g未満	188	19.7%	20	17.1%	29	20.1%	29	16.1%	52	21.2%	58	21.8%
	280 - 350 g未満	116	12.2%	11	9.4%	13	9.0%	25	13.9%	26	10.6%	41	15.4%
	350 g以上	149	15.7%	17	14.5%	22	15.3%	22	12.2%	30	12.2%	58	21.8%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	70 g未満	33	7.9%	6	12.2%	3	5.0%	6	7.7%	8	7.6%	10	7.9%
	70 - 140 g未満	99	23.6%	13	26.5%	14	23.3%	26	33.3%	22	21.0%	24	18.9%
	140 - 210 g未満	91	21.7%	11	22.4%	13	21.7%	15	19.2%	26	24.8%	26	20.5%
	210 - 280 g未満	73	17.4%	8	16.3%	11	18.3%	10	12.8%	25	23.8%	19	15.0%
	280 - 350 g未満	44	10.5%	4	8.2%	4	6.7%	10	12.8%	9	8.6%	17	13.4%
	350 g以上	79	18.9%	7	14.3%	15	25.0%	11	14.1%	15	14.3%	31	24.4%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	70 g未満	32	6.0%	11	16.2%	4	4.8%	6	5.9%	6	4.3%	5	3.6%
	70 - 140 g未満	114	21.4%	14	20.6%	19	22.6%	25	24.5%	37	26.4%	19	13.7%
	140 - 210 g未満	130	24.4%	14	20.6%	27	32.1%	26	25.5%	38	27.1%	25	18.0%
	210 - 280 g未満	115	21.6%	12	17.6%	18	21.4%	19	18.6%	27	19.3%	39	28.1%
	280 - 350 g未満	72	13.5%	7	10.3%	9	10.7%	15	14.7%	17	12.1%	24	17.3%
	350 g以上	70	13.1%	10	14.7%	7	8.3%	11	10.8%	15	10.7%	27	19.4%

表5-2 野菜摂取量の区分ごとの人数の割合－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	70 g未満	65	6.8%	50	7.0%	5	4.2%	5	7.7%	5	9.8%
	70 - 140 g未満	213	22.4%	166	23.2%	30	25.2%	10	15.4%	7	13.7%
	140 - 210 g未満	221	23.2%	169	23.6%	19	16.0%	21	32.3%	12	23.5%
	210 - 280 g未満	188	19.7%	136	19.0%	24	20.2%	13	20.0%	15	29.4%
	280 - 350 g未満	116	12.2%	84	11.7%	20	16.8%	7	10.8%	5	9.8%
	350 g以上	149	15.7%	112	15.6%	21	17.6%	9	13.8%	7	13.7%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	70 g未満	33	7.9%	26	8.2%	3	6.7%	1	3.6%	3	10.7%
	70 - 140 g未満	99	23.6%	79	24.8%	13	28.9%	2	7.1%	5	17.9%
	140 - 210 g未満	91	21.7%	65	20.4%	7	15.6%	12	42.9%	7	25.0%
	210 - 280 g未満	73	17.4%	54	17.0%	4	8.9%	6	21.4%	9	32.1%
	280 - 350 g未満	44	10.5%	33	10.4%	8	17.8%	2	7.1%	1	3.6%
	350 g以上	79	18.9%	61	19.2%	10	22.2%	5	17.9%	3	10.7%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	70 g未満	32	6.0%	24	6.0%	2	2.7%	4	10.8%	2	8.7%
	70 - 140 g未満	114	21.4%	87	21.8%	17	23.0%	8	21.6%	2	8.7%
	140 - 210 g未満	130	24.4%	104	26.1%	12	16.2%	9	24.3%	5	21.7%
	210 - 280 g未満	115	21.6%	82	20.6%	20	27.0%	7	18.9%	6	26.1%
	280 - 350 g未満	72	13.5%	51	12.8%	12	16.2%	5	13.5%	4	17.4%
	350 g以上	70	13.1%	51	12.8%	11	14.9%	4	10.8%	4	17.4%

## 5. 果物摂取量に関すること

表6-1 果物摂取量目標値（100g）達成状況－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	100g未満	602	63.2%	92	78.6%	92	63.9%	138	76.7%	161	65.7%	119	44.7%
	100g以上	350	36.8%	25	21.4%	52	36.1%	42	23.3%	84	34.3%	147	55.3%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	100g未満	274	65.4%	37	75.5%	35	58.3%	60	76.9%	78	74.3%	64	50.4%
	100g以上	145	34.6%	12	24.5%	25	41.7%	18	23.1%	27	25.7%	63	49.6%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	100g未満	328	61.5%	55	80.9%	57	67.9%	78	76.5%	83	59.3%	55	39.6%
	100g以上	205	38.5%	13	19.1%	27	32.1%	24	23.5%	57	40.7%	84	60.4%

表6-2 果物摂取量目標値（100g）達成状況－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	100g未満	602	63.2%	453	63.2%	79	66.4%	40	61.5%	30	58.8%
	100g以上	350	36.8%	264	36.8%	40	33.6%	25	38.5%	21	41.2%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	100g未満	274	65.4%	205	64.5%	31	68.9%	19	67.9%	19	67.9%
	100g以上	145	34.6%	113	35.5%	14	31.1%	9	32.1%	9	32.1%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	100g未満	328	61.5%	248	62.2%	48	64.9%	21	56.8%	11	47.8%
	100g以上	205	38.5%	151	37.8%	26	35.1%	16	43.2%	12	52.2%

表7-1 果物摂取量の区分ごとの人数の割合－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	50 g未満	387	40.7%	67	57.3%	64	44.4%	91	50.6%	99	40.4%	66	24.8%
	50 - 100 g未満	215	22.6%	25	21.4%	28	19.4%	47	26.1%	62	25.3%	53	19.9%
	100 - 150 g未満	142	14.9%	11	9.4%	28	19.4%	18	10.0%	34	13.9%	51	19.2%
	150 - 200 g未満	92	9.7%	3	2.6%	12	8.3%	13	7.2%	23	9.4%	41	15.4%
	200 - 250 g未満	56	5.9%	4	3.4%	6	4.2%	4	2.2%	15	6.1%	27	10.2%
	250 - 300 g未満	29	3.0%	2	1.7%	5	3.5%	3	1.7%	6	2.4%	13	4.9%
	300 - 350 g未満	6	0.6%	1	0.9%	0	0%	1	0.6%	0	0%	4	1.5%
	350 - 400 g未満	13	1.4%	1	0.9%	0	0%	1	0.6%	2	0.8%	9	3.4%
	400 g以上	12	1.3%	3	2.6%	1	0.7%	2	1.1%	4	1.6%	2	0.8%
	(再掲) 0 g	66	6.9%	10	8.5%	12	8.3%	15	8.3%	16	6.5%	13	4.9%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	50 g未満	187	44.6%	28	57.1%	25	41.7%	43	55.1%	52	49.5%	39	30.7%
	50 - 100 g未満	87	20.8%	9	18.4%	10	16.7%	17	21.8%	26	24.8%	25	19.7%
	100 - 150 g未満	56	13.4%	3	6.1%	14	23.3%	9	11.5%	9	8.6%	21	16.5%
	150 - 200 g未満	31	7.4%	3	6.1%	5	8.3%	3	3.8%	6	5.7%	14	11.0%
	200 - 250 g未満	31	7.4%	3	6.1%	4	6.7%	3	3.8%	5	4.8%	16	12.6%
	250 - 300 g未満	15	3.6%	2	4.1%	2	3.3%	1	1.3%	4	3.8%	6	4.7%
	300 - 350 g未満	2	0.5%	0	0%	0	0%	1	1.3%	0	0%	1	0.8%
	350 - 400 g未満	4	1.0%	0	0%	0	0%	0	0%	1	1.0%	3	2.4%
	400 g以上	6	1.4%	1	2.0%	0	0%	1	1.3%	2	1.9%	2	1.6%
	(再掲) 0 g	43	10.3%	5	10.2%	4	6.7%	11	14.1%	14	13.3%	9	7.1%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	50 g未満	200	37.5%	39	57.4%	39	46.4%	48	47.1%	47	33.6%	27	19.4%
	50 - 100 g未満	128	24.0%	16	23.5%	18	21.4%	30	29.4%	36	25.7%	28	20.1%
	100 - 150 g未満	86	16.1%	8	11.8%	14	16.7%	9	8.8%	25	17.9%	30	21.6%
	150 - 200 g未満	61	11.4%	0	0%	7	8.3%	10	9.8%	17	12.1%	27	19.4%
	200 - 250 g未満	25	4.7%	1	1.5%	2	2.4%	1	1.0%	10	7.1%	11	7.9%
	250 - 300 g未満	14	2.6%	0	0%	3	3.6%	2	2.0%	2	1.4%	7	5.0%
	300 - 350 g未満	4	0.8%	1	1.5%	0	0%	0	0%	0	0%	3	2.2%
	350 - 400 g未満	9	1.7%	1	1.5%	0	0%	1	1.0%	1	0.7%	6	4.3%
	400 g以上	6	1.1%	2	2.9%	1	1.2%	1	1.0%	2	1.4%	0	0%
	(再掲) 0 g	23	4.3%	5	7.4%	8	9.5%	4	3.9%	2	1.4%	4	2.9%

表7-2 果物摂取量の区分ごとの人数の割合－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	50 g未満	387	40.7%	290	40.4%	49	41.2%	28	43.1%	20	39.2%
	50 - 100 g未満	215	22.6%	163	22.7%	30	25.2%	12	18.5%	10	19.6%
	100 - 150 g未満	142	14.9%	103	14.4%	18	15.1%	10	15.4%	11	21.6%
	150 - 200 g未満	92	9.7%	70	9.8%	11	9.2%	9	13.8%	2	3.9%
	200 - 250 g未満	56	5.9%	39	5.4%	6	5.0%	5	7.7%	6	11.8%
	250 - 300 g未満	29	3.0%	24	3.3%	2	1.7%	1	1.5%	2	3.9%
	300 - 350 g未満	6	0.6%	5	0.7%	1	0.8%	0	0%	0	0%
	350 - 400 g未満	13	1.4%	13	1.8%	0	0%	0	0%	0	0%
	400 g以上	12	1.3%	10	1.4%	2	1.7%	0	0%	0	0%
	(再掲) 0 g	66	6.9%	44	6.1%	12	10.1%	5	7.7%	5	9.8%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	50 g未満	187	44.6%	136	42.8%	24	53.3%	14	50.0%	13	46.4%
	50 - 100 g未満	87	20.8%	69	21.7%	7	15.6%	5	17.9%	6	21.4%
	100 - 150 g未満	56	13.4%	41	12.9%	8	17.8%	3	10.7%	4	14.3%
	150 - 200 g未満	31	7.4%	24	7.5%	3	6.7%	4	14.3%	0	0.0%
	200 - 250 g未満	31	7.4%	23	7.2%	3	6.7%	2	7.1%	3	10.7%
	250 - 300 g未満	15	3.6%	13	4.1%	0	0%	0	0%	2	7.1%
	300 - 350 g未満	2	0.5%	2	0.6%	0	0%	0	0%	0	0%
	350 - 400 g未満	4	1.0%	4	1.3%	0	0%	0	0%	0	0%
	400 g以上	6	1.4%	6	1.9%	0	0%	0	0%	0	0%
	(再掲) 0 g	43	10.3%	29	9.1%	6	13.3%	3	10.7%	5	17.9%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	50 g未満	200	37.5%	154	38.6%	25	33.8%	14	37.8%	7	30.4%
	50 - 100 g未満	128	24.0%	94	23.6%	23	31.1%	7	18.9%	4	17.4%
	100 - 150 g未満	86	16.1%	62	15.5%	10	13.5%	7	18.9%	7	30.4%
	150 - 200 g未満	61	11.4%	46	11.5%	8	10.8%	5	13.5%	2	8.7%
	200 - 250 g未満	25	4.7%	16	4.0%	3	4.1%	3	8.1%	3	13.0%
	250 - 300 g未満	14	2.6%	11	2.8%	2	2.7%	1	2.7%	0	0%
	300 - 350 g未満	4	0.8%	3	0.8%	1	1.4%	0	0%	0	0%
	350 - 400 g未満	9	1.7%	9	2.3%	0	0%	0	0%	0	0%
	400 g以上	6	1.1%	4	1.0%	2	2.7%	0	0%	0	0%
	(再掲) 0 g	23	4.3%	15	3.8%	6	8.1%	2	5.4%	0	0%



## 6. 食塩摂取量に関すること

表8-1 食塩摂取量目標値（8g）達成状況－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	8g未満	293	30.8%	44	37.6%	50	34.7%	54	30.0%	75	30.6%	70	26.3%
	8g以上	659	69.2%	73	62.4%	94	65.3%	126	70.0%	170	69.4%	196	73.7%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	8g未満	67	16.0%	8	16.3%	13	21.7%	10	12.8%	12	11.4%	24	18.9%
	8g以上	352	84.0%	41	83.7%	47	78.3%	68	87.2%	93	88.6%	103	81.1%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	8g未満	226	42.4%	36	52.9%	37	44.0%	44	43.1%	63	45.0%	46	33.1%
	8g以上	307	57.6%	32	47.1%	47	56.0%	58	56.9%	77	55.0%	93	66.9%

表8-2 食塩摂取量目標値（8g）達成状況－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	8g未満	293	30.8%	224	31.2%	41	34.5%	17	26.2%	11	21.6%
	8g以上	659	69.2%	493	68.8%	78	65.5%	48	73.8%	40	78.4%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	8g未満	67	16.0%	53	16.7%	8	17.8%	2	7.1%	4	14.3%
	8g以上	352	84.0%	265	83.3%	37	82.2%	26	92.9%	24	85.7%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	8g未満	226	42.4%	171	42.9%	33	44.6%	15	40.5%	7	30.4%
	8g以上	307	57.6%	228	57.1%	41	55.4%	22	59.5%	16	69.6%

表9-1 食塩摂取量の区分ごとの人数の割合－年齢階級別－

		総数		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	117	100.0%	144	100.0%	180	100.0%	245	100.0%	266	100.0%
	8g未満	293	30.8%	44	37.6%	50	34.7%	54	30.0%	75	30.6%	70	26.3%
	8-12 g未満	444	46.6%	50	42.7%	69	47.9%	86	47.8%	114	46.5%	125	47.0%
	12-16 g未満	165	17.3%	18	15.4%	20	13.9%	32	17.8%	43	17.6%	52	19.5%
	16-20 g未満	35	3.7%	4	3.4%	4	2.8%	6	3.3%	8	3.3%	13	4.9%
	20-24 g未満	8	0.8%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.6%	3	1.2%	4	1.5%
	24 g以上	7	0.7%	1	0.9%	1	0.7%	1	0.6%	2	0.8%	2	0.8%
男性	総数	419	100.0%	49	100.0%	60	100.0%	78	100.0%	105	100.0%	127	100.0%
	8g未満	67	16.0%	8	16.3%	13	21.7%	10	12.8%	12	11.4%	24	18.9%
	8-12 g未満	208	49.6%	24	49.0%	30	50.0%	40	51.3%	56	53.3%	58	45.7%
	12-16 g未満	103	24.6%	14	28.6%	13	21.7%	21	26.9%	27	25.7%	28	22.0%
	16-20 g未満	31	7.4%	3	6.1%	3	5.0%	6	7.7%	6	5.7%	13	10.2%
	20-24 g未満	7	1.7%	0	0.0%	0	0.0%	1	1.3%	3	2.9%	3	2.4%
	24 g以上	3	0.7%	0	0.0%	1	1.7%	0	0.0%	1	1.0%	1	0.8%
女性	総数	533	100.0%	68	100.0%	84	100.0%	102	100.0%	140	100.0%	139	100.0%
	8g未満	226	42.4%	36	52.9%	37	44.0%	44	43.1%	63	45.0%	46	33.1%
	8-12 g未満	236	44.3%	26	38.2%	39	46.4%	46	45.1%	58	41.4%	67	48.2%
	12-16 g未満	62	11.6%	4	5.9%	7	8.3%	11	10.8%	16	11.4%	24	17.3%
	16-20 g未満	4	0.8%	1	1.5%	1	1.2%	0	0.0%	2	1.4%	0	0.0%
	20-24 g未満	1	0.2%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.7%
	24 g以上	4	0.8%	1	1.5%	0	0.0%	1	1.0%	1	0.7%	1	0.7%

表9-2 食塩摂取量の区分ごとの人数の割合－地域ブロック別－

		総数		A地区		B地区		C地区		D地区	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	952	100.0%	717	100.0%	119	100.0%	65	100.0%	51	100.0%
	8g未満	293	30.8%	224	31.2%	41	34.5%	17	26.2%	11	21.6%
	8-12 g未満	444	46.6%	333	46.4%	54	45.4%	33	50.8%	24	47.1%
	12-16 g未満	165	17.3%	119	16.6%	22	18.5%	13	20.0%	11	21.6%
	16-20 g未満	35	3.7%	30	4.2%	1	0.8%	2	3.1%	2	3.9%
	20-24 g未満	8	0.8%	7	1.0%	1	0.8%	0	0.0%	0	0.0%
	24 g以上	7	0.7%	4	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	3	5.9%
男性	総数	419	100.0%	318	100.0%	45	100.0%	28	100.0%	28	100.0%
	8g未満	67	16.0%	53	16.7%	8	17.8%	2	7.1%	4	14.3%
	8-12 g未満	208	49.6%	159	50.0%	23	51.1%	13	46.4%	13	46.4%
	12-16 g未満	103	24.6%	71	22.3%	13	28.9%	11	39.3%	8	28.6%
	16-20 g未満	31	7.4%	27	8.5%	0	0.0%	2	7.1%	2	7.1%
	20-24 g未満	7	1.7%	6	1.9%	1	2.2%	0	0.0%	0	0.0%
	24 g以上	3	0.7%	2	0.6%	0	0.0%	0	0.0%	1	3.6%
女性	総数	533	100.0%	399	100.0%	74	100.0%	37	100.0%	23	100.0%
	8g未満	226	42.4%	171	42.9%	33	44.6%	15	40.5%	7	30.4%
	8-12 g未満	236	44.3%	174	43.6%	31	41.9%	20	54.1%	11	47.8%
	12-16 g未満	62	11.6%	48	12.0%	9	12.2%	2	5.4%	3	13.0%
	16-20 g未満	4	0.8%	3	0.8%	1	1.4%	0	0.0%	0	0.0%
	20-24 g未満	1	0.2%	1	0.3%	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
	24 g以上	4	0.8%	2	0.5%	0	0.0%	0	0.0%	2	8.7%

表10-1 食品群別食塩摂取相当量－年齢階級別－総数

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		952			117			144			180			245			266		
穀類	g	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.5	0.6	0.4	0.5	0.6	0.4	0.5	0.6	0.4	0.7	0.6	0.4	0.6
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.3	0.3	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.1	0.3	0.3	0.1	0.3	0.4	0.2
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.4	0.4	0.3
果実類	g	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0
魚介類	g	1.0	1.0	0.7	0.8	1.1	0.6	0.9	0.8	0.6	0.9	0.8	0.6	1.0	0.9	0.8	1.3	1.2	1.0
肉類	g	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2
卵類	g	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	6.8	2.3	6.6	6.6	2.3	6.3	6.6	2.4	6.3	6.9	2.2	6.7	6.9	2.2	6.8	6.8	2.3	6.7
(再掲) 野菜類	g	0.6	0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	0.4	0.7	0.6	0.6

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表10-2 食品群別食塩摂取相当量－年齢階級別－男性

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		419			49			60			78			105			127		
穀類	g	0.7	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6	0.7	0.5	0.7	0.7	0.5	0.5
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.3	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.3	0.3	0.1	0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	0.2
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.4	0.4	0.3
果実類	g	0.0	0.1	0	0.1	0.1	0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0
魚介類	g	1.1	1.0	0.8	0.9	1.0	0.6	0.9	0.7	0.6	1.0	0.9	0.7	1.1	0.9	0.9	1.4	1.3	1.0
肉類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3
卵類	g	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.3	0.4	0.2	0.4	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	7.8	2.3	7.6	7.8	2.0	7.7	7.6	2.8	7.1	8.0	2.0	7.8	8.0	2.3	7.8	7.6	2.4	7.3
(再掲) 野菜類	g	0.6	0.6	0.5	0.5	0.5	0.3	0.6	0.6	0.4	0.6	0.5	0.4	0.5	0.4	0.5	0.8	0.7	0.7

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表10-3 食品群別食塩摂取相当量－年齢階級別－女性

	人	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		533			68			84			102			140			139		
穀類	g	0.5	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.5	0.6	0.3	0.5	0.6	0.3	0.6	0.6	0.4	0.6
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.2	0.3	0.1	0.2	0.4	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.2
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	0.3
果実類	g	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.0	0
魚介類	g	1.0	1.0	0.7	0.7	1.2	0.5	0.9	0.9	0.6	0.8	0.8	0.6	1.0	1.0	0.6	1.3	1.1	1.0
肉類	g	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2
卵類	g	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	6.0	1.8	5.8	5.7	2.0	5.5	5.9	1.7	5.8	6.1	1.8	5.7	6.0	1.8	6.0	6.1	1.8	6.1
(再掲) 野菜類	g	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.3	0.3	0.2	0.5	0.4	0.3	0.5	0.5	0.4	0.7	0.6	0.6

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票 (BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire) を用いた調査

表10-4 食品群別食塩摂取相当量－地域ブロック別－総数

人	総数			A地区			B地区			C地区			D地区			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
	952			717			119			65			51			
穀類	g	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.5	0.7	0.4	0.7	0.6	0.4	0.4
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.3	0.3	0.1	0.3	0.3	0.1	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3
果実類	g	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0
魚介類	g	1.0	1.0	0.7	1.0	1.0	0.7	1.0	0.8	0.7	1.1	0.9	0.8	1.6	1.8	1.0
肉類	g	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3
卵類	g	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	6.8	2.3	6.6	6.8	2.3	6.6	6.6	2.0	6.4	6.8	2.1	6.5	7.8	2.8	7.5
(再掲)野菜類	g	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5	0.4	0.6	0.6	0.3	0.5	0.4	0.4	0.7	0.5	0.7

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票(BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire)を用いた調査

表10-5 食品群別食塩摂取相当量－地域ブロック別－男性

	人	総数			A地区			B地区			C地区			D地区		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		419			319			46			28			28		
穀類	g	0.7	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	0.6	0.5	0.6	0.8	0.5	0.7	0.5	0.4	0.4
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.1	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.1	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
果実類	g	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.1	0
魚介類	g	1.1	1.0	0.8	1.1	1.0	0.8	1.0	0.8	0.8	1.2	1.0	0.8	1.6	1.7	1.0
肉類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3
卵類	g	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	7.8	2.3	7.6	7.8	2.4	7.5	7.7	2.1	7.6	8.0	2.1	7.9	8.3	2.5	7.6
(再掲)野菜類	g	0.6	0.6	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.6	0.4	0.5	0.7	0.6	0.6

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票(BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire)を用いた調査

表10-6 食品群別食塩摂取相当量－地域ブロック別－女性

	人	総数			A地区			B地区			C地区			D地区		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
		533			399			74			37			23		
穀類	g	0.5	0.3	0.5	0.6	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.6	0.3	0.6	0.6	0.4	0.7
いも類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖・甘味料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆類	g	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	g	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.1	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.3
その他の野菜	g	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.4	0.4	0.4
果実類	g	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0
魚介類	g	1.0	1.0	0.7	0.9	1.0	0.7	1.0	0.8	0.7	1.0	0.8	0.9	1.6	2.0	1.2
肉類	g	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
卵類	g	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1
乳類	g	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
油脂類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
菓子類	g	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
嗜好飲料類	g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調味料・香辛料類	g	6.0	1.8	5.8	5.9	1.8	5.8	5.9	1.6	5.9	5.9	1.5	5.9	7.1	3.0	6.7
(再掲)野菜類	g	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.7	0.5	0.7

\*1 簡易型自記式食事歴法調査票(BDHQ: Brief-type self-administered diet history questionnaire)を用いた調査