

令和4年度県民健康・栄養調査報告

（簡易型自記式食事歴法質問票（BDHQ）による調査）

令和7年3月

佐賀県

目 次

第 1	調査の概要	1
第 2	結果の概要	2
1	肥満とやせの状況	3
2	脂肪エネルギー比率の状況	6
3	食塩摂取量の状況	8
4	カルシウムの摂取状況	10
5	鉄の摂取状況	12
6	野菜摂取量の状況	14
7	果物摂取量の状況	16
第 3	調査の結果	19
表 1 の 1	栄養素等摂取量（総数, 年齢階級別）	20
表 1 の 2	栄養素等摂取量（男性, 年齢階級別）	22
表 1 の 3	栄養素等摂取量（女性, 年齢階級別）	24
表 2 の 1	食品群別摂取量（総数, 年齢階級別）	26
表 2 の 2	食品群別摂取量（男性, 年齢階級別）	28
表 2 の 3	食品群別摂取量（女性, 年齢階級別）	30
表 3 の 1	食品群別 栄養素等摂取量（総数）	32
表 3 の 2	食品群別 栄養素等摂取量（男性）	33
表 3 の 3	食品群別 栄養素等摂取量（女性）	34
表 4 の 1	食品群別 脂質摂取量（総数, 年齢階級別）	35
表 4 の 2	食品群別 脂質摂取量（男性, 年齢階級別）	36
表 4 の 3	食品群別 脂質摂取量（女性, 年齢階級別）	37
表 5 の 1	食品群別 食塩摂取量（総数, 年齢階級別）	38
表 5 の 2	食品群別 食塩摂取量（男性, 年齢階級別）	39
表 5 の 3	食品群別 食塩摂取量（女性, 年齢階級別）	40
表 6 の 1	食品群別 カリウム摂取量（総数, 年齢階級別）	41
表 6 の 2	食品群別 カリウム摂取量（男性, 年齢階級別）	42
表 6 の 3	食品群別 カリウム摂取量（女性, 年齢階級別）	43
表 7	食塩摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）	44
表 8	野菜摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）	45
表 9	果物摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）	46
表 10	麺類のスープ・汁を飲む量（性・年齢階級別）	47
表 11	外食と比べた家庭での味付け（性・年齢階級別）	48

表 12	食べる速さ（性・年齢階級別）	49
表 13	BMI の人数分布（性・年齢階級別）	50
表 14	食べる速さ別 BMI の平均値（性別）	51

※簡易型自記式食事歴法質問票

(BDHQ : brief-type self-administered diet history questionnaire) とは

日本人を対象に、通常の食事（サプリメント等を除く）から、習慣的に摂取している栄養素量を、比較的簡便に、個人を対象として調べ、個人ごとの栄養素摂取量、その他若干の定性的な食行動指標の情報を得るために設計された質問票

（東京大学大学院医学系研究科 社会予防疫学分野HPより）

第1 調査の概要

1 調査の目的

県民の栄養摂取量及び生活習慣を調べることで、今後の生活習慣等の改善のあり方と健康増進施策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施した。

2 調査客体

1市町あたり男女200人ずつを対象とし、選挙人名簿に基づき層化無作為抽出方法により抽出した佐賀県内に居住する成人（20～79歳）の男女 計8,000人を調査客体とした。

3 調査内容

本調査は、簡易型自記式食事歴法質問票（以下、BDHQ という）を用いて実施した。

4 調査時期

令和4年9月下旬～10月末

5 調査方法

郵送により、配布・回収した。

6 対象者数

調査客体8,000人に対して調査票を配布し、2,868人から回答を得た（回収率35.9%）。そのうち、生年月日、性別、身長、体重の情報があり、かつ栄養摂取状況に記入している者を対象者とした。

本調査の対象者は2,803人であり（有効回答率97.7%）、対象者の性・年齢階級別人数は以下のとおり。

対象者の性・年齢階級別人数

（人）

	総数	20～29 歳	30～39 歳	40～49 歳	50～59 歳	60～69 歳	70 歳以上
総数	2803	309	376	399	486	589	644
男	1253	127	147	168	201	269	341
女	1550	182	229	231	285	320	303

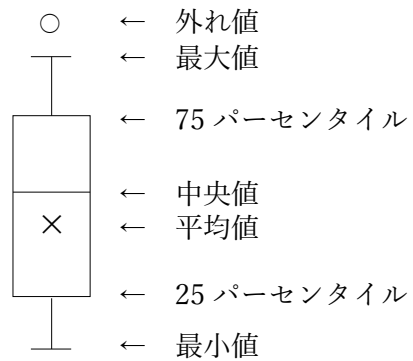
7 その他留意点

本調査は、これまで実施してきた国民健康・栄養調査で用いた「栄養摂取状況調査」とは手法が異なるため、数値等を過去の結果と比較することのないよう留意する。

第2 結果の概要

・ 図中[]または【 】内に対象者数を示した。

・ 箱ひげ図は右図のとおり、箱の中にある×が
平均値を示し、箱の中にあるラインが中央値
(50 パーセンタイル)、箱上部が 75 パーセン
タイル、下部が 25 パーセンタイルを示してい
る。箱が上下に長いほどばらつきが大きいと
判断できる。箱から上下にのびた「ひげ」は最
大値、最小値であり、極端に大きい（小さい）
値は外れ値として○で示している。



1 肥満とやせの状況 ※身長及び体重の自己申告によるもの

自己申告の身長と体重に基づくBMIの判定による肥満者（BMI $\geq 25\text{kg/m}^2$ ）の割合は、男性 29.8%、女性 19.5%であった。年代別ではその割合が最も高かったのは、男性は30歳代で36.1%、女性は50歳代で21.4%であった。

やせの者（BMI $< 18.5\text{kg/m}^2$ ）の割合は、男性 4.6%、女性 12.4%であった。年代別ではその割合が最も高かったのは、男性は20歳代で8.7%、女性は30歳代で15.7%であった。

また、65歳以上の高齢者で、低栄養傾向（BMI $\leq 20\text{kg/m}^2$ ）にある者の割合は18.7%で、男性より女性でその割合が高かった。

図1-1 自己申告に基づくBMIによる体格判定の割合（性・年齢階級別）

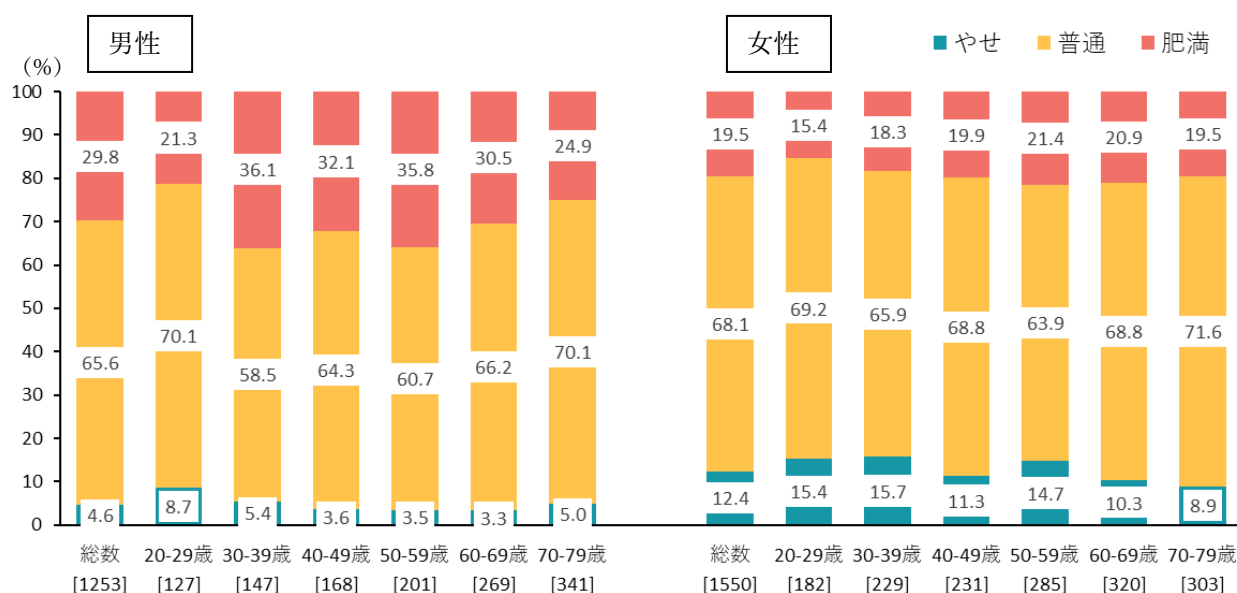


図1-2 低栄養傾向（BMI $\leq 20\text{kg/m}^2$ ）の高齢者の割合（65歳以上、年齢階級別）

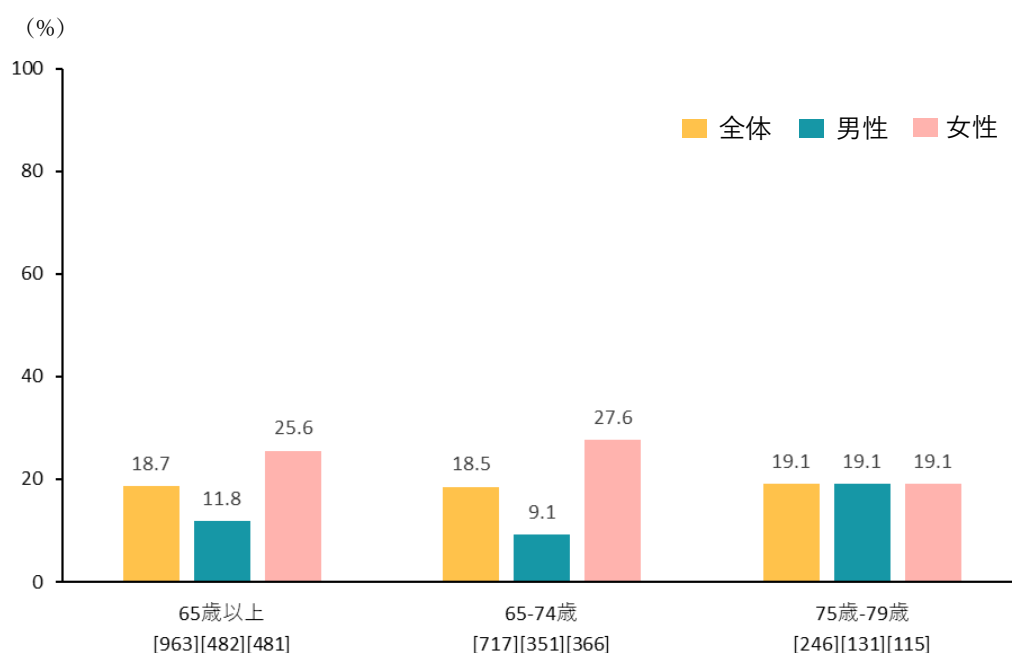


図1-3 自己申告に基づくBMIによる体格判定の割合（市町別）

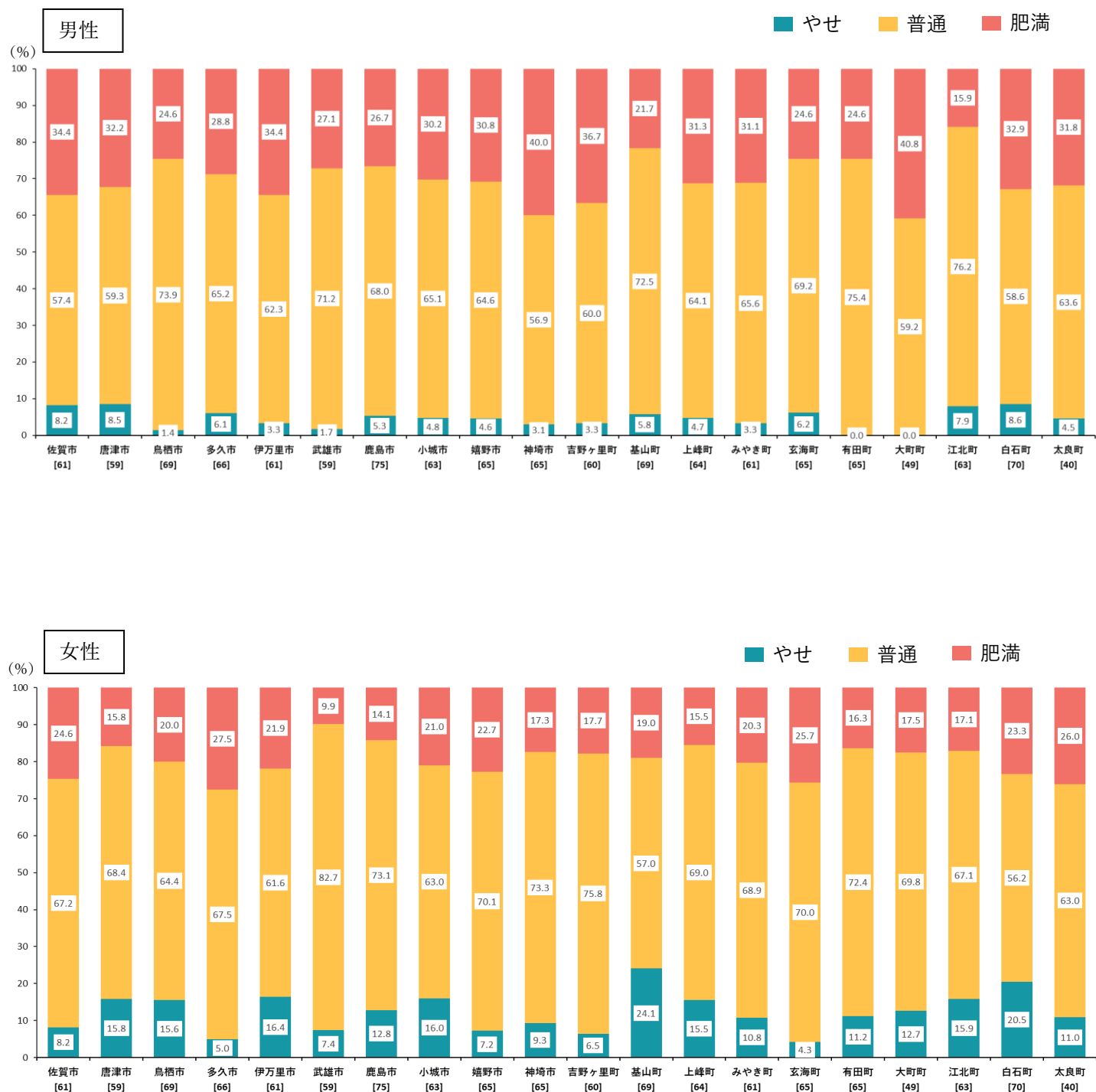


図1-4 低栄養傾向（BMI ≤20kg/m²）の高齢者の割合(65歳以上、市町別)



2 脂肪エネルギー比率の状況

脂肪エネルギー比率の平均値は 27.8%であり、男性 26.0%、女性 29.2%であった。年代別に見ると、男性では 20-29 歳代及び 30-39 歳代で最も高く、女性では 30-39 歳代で最も高かった。

図 2-1 脂肪エネルギー比率の平均値(性・年齢階級別)

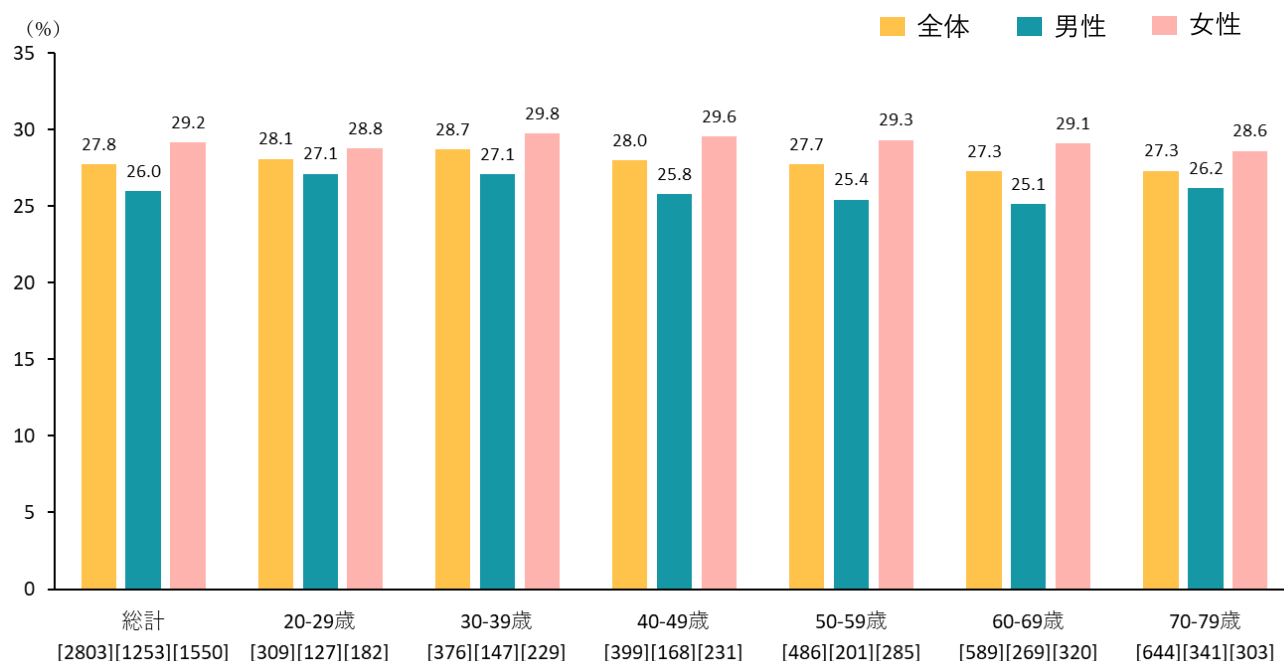


図 2-2 脂肪エネルギー比率の箱ひげ図(性・年齢階級別)

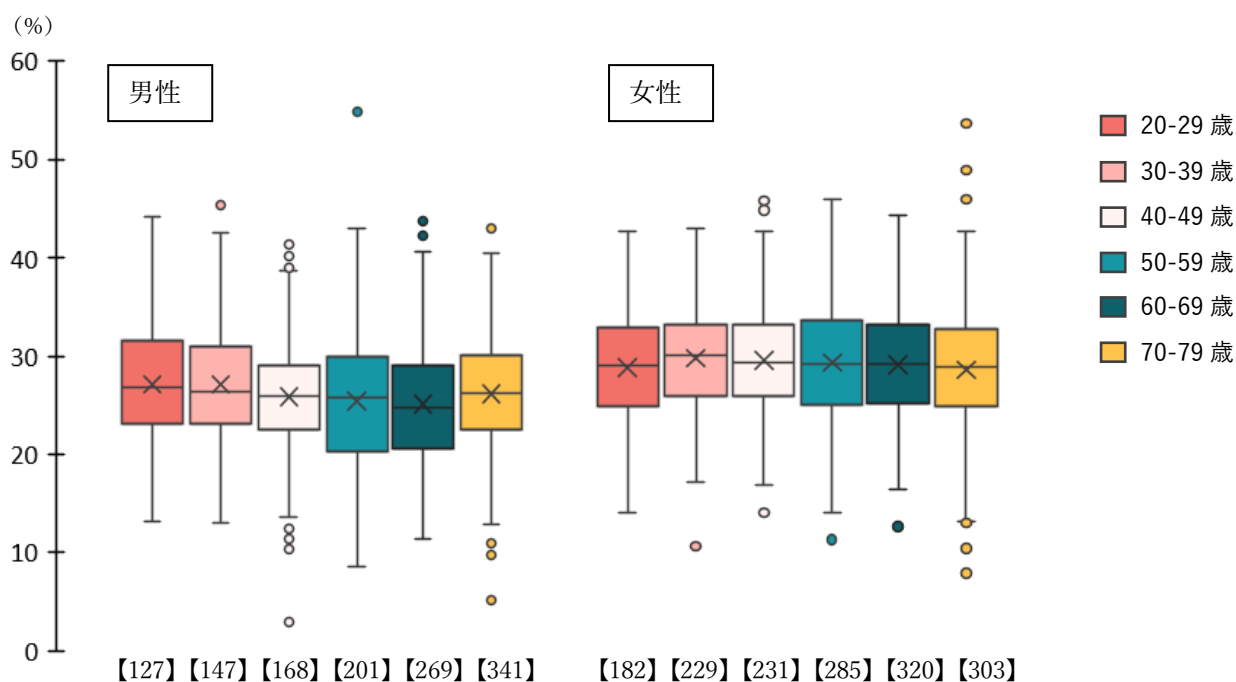
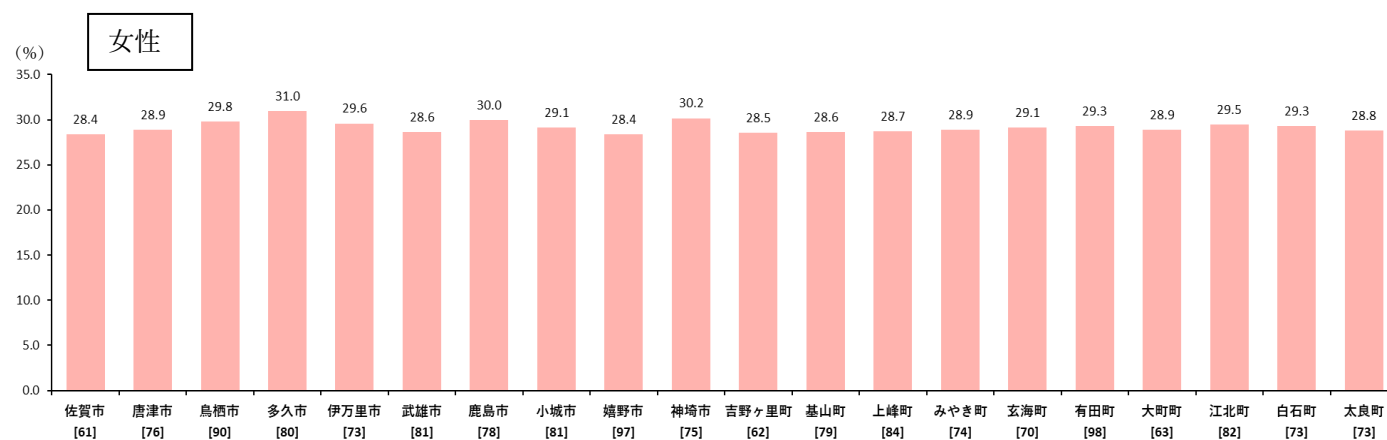
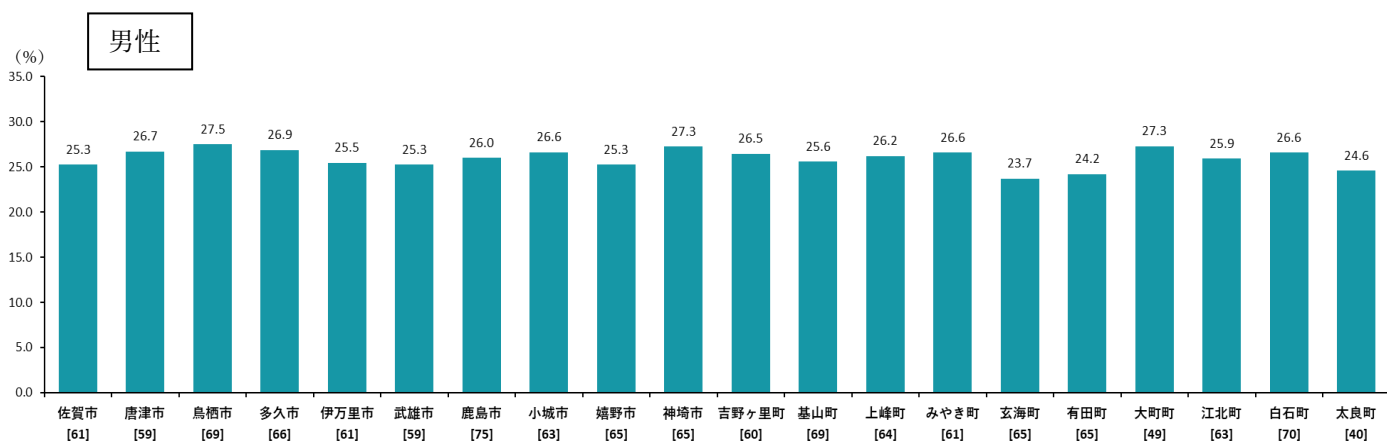
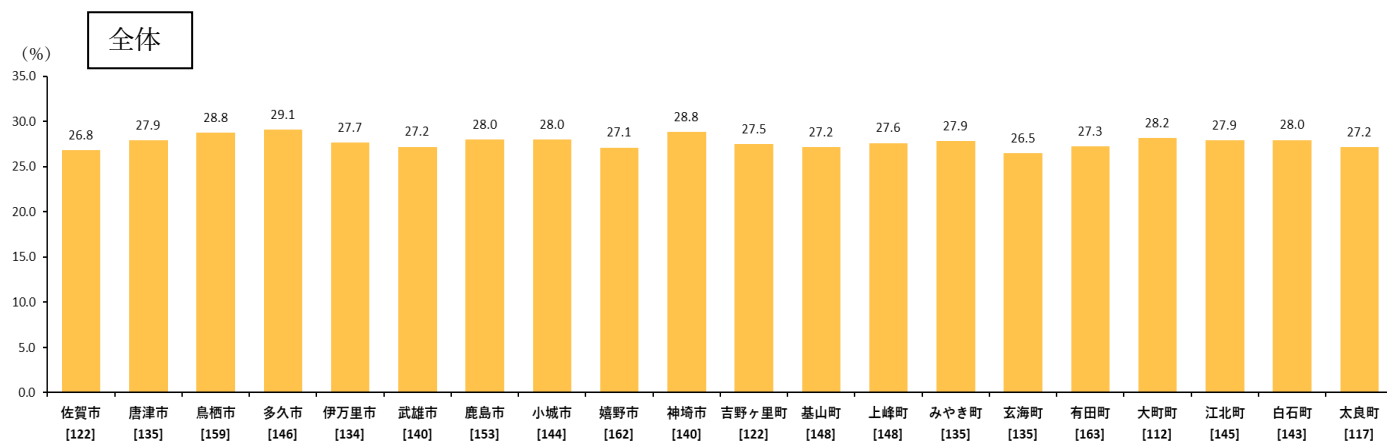


図 2-1 脂肪エネルギー比率の平均値(市町別)



3 食塩摂取量の状況

食塩摂取量の平均値は 12.8g であり、男性 14.5g、女性 11.4g であった。男性の食事が女性と比較して多い傾向にあることから、性別で差が見られる。

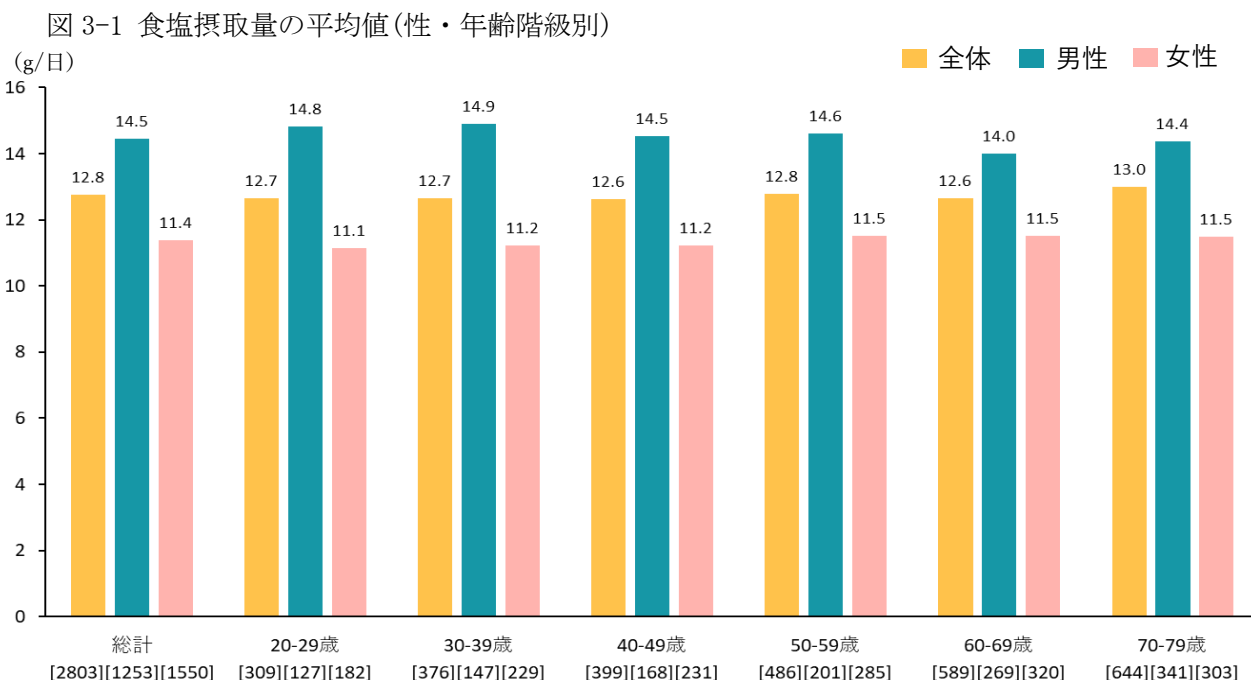


図 3-2 食塩摂取量の箱ひげ図(性・年齢階級別)

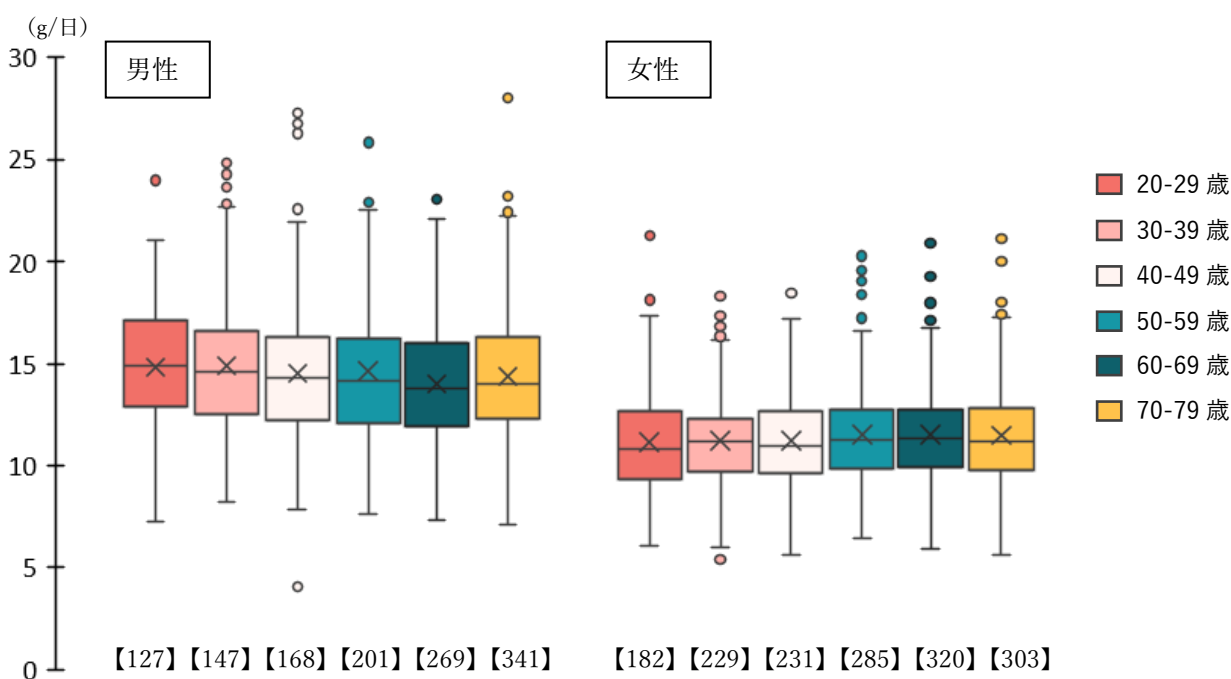
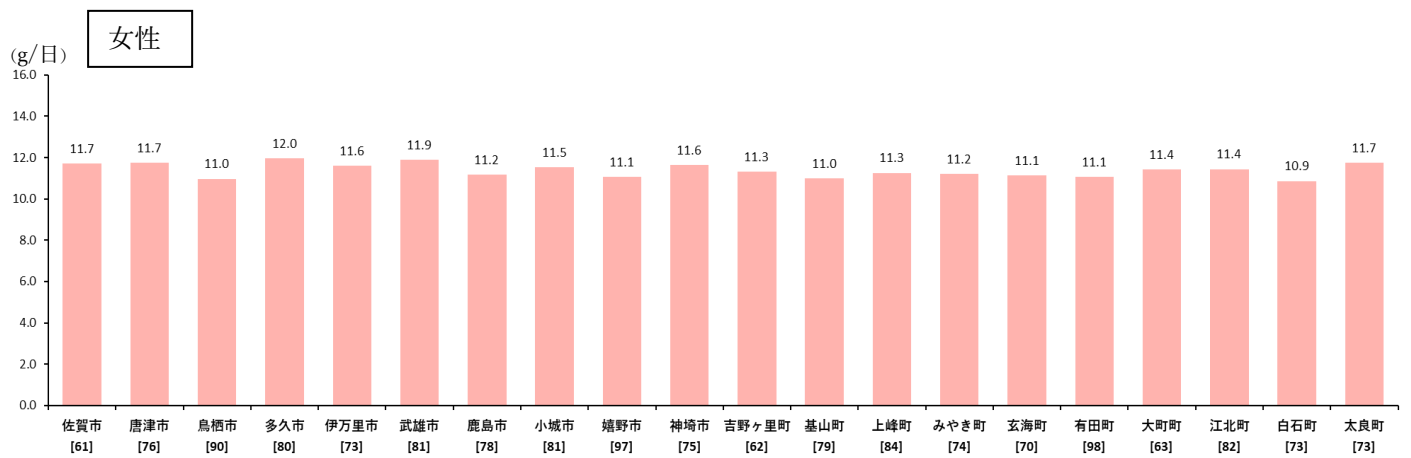
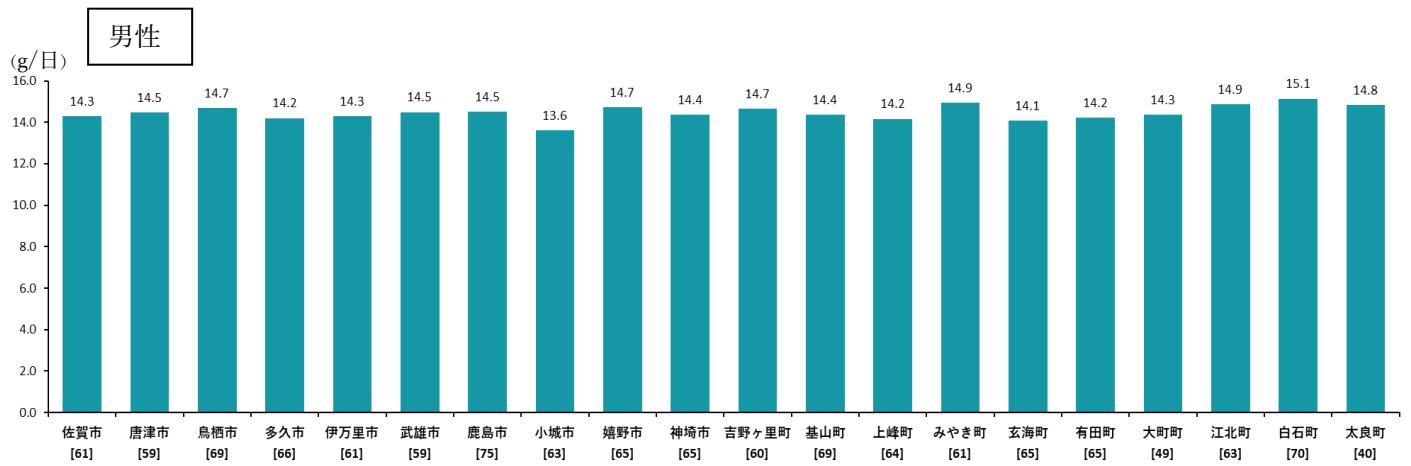
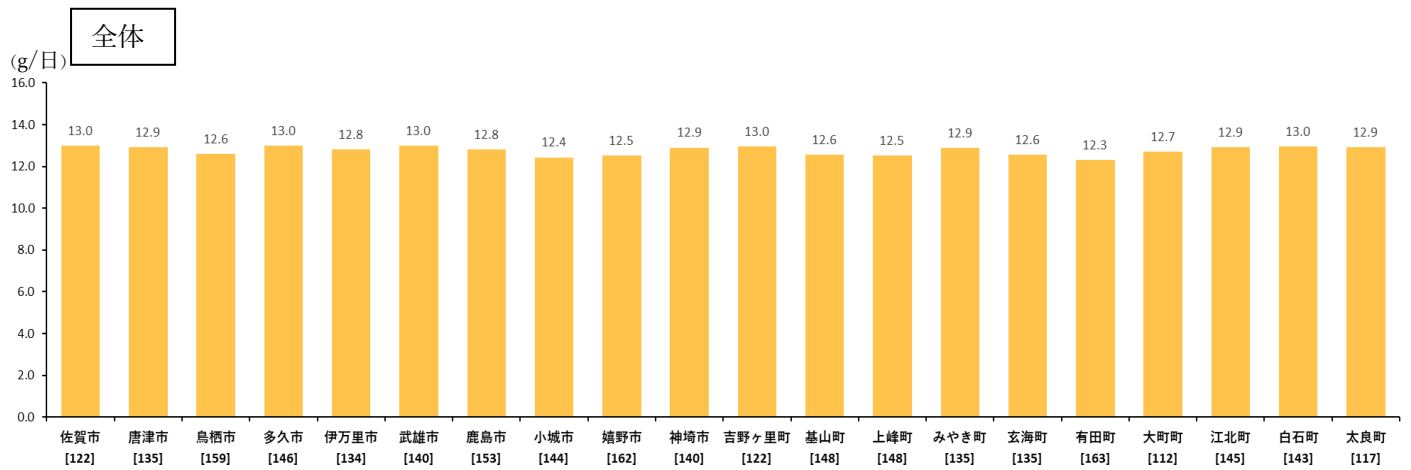


図3-3 食塩摂取量の平均値(市町別)



4 カルシウムの摂取状況

カルシウムの摂取量の平均値は 589mg であり、男性 616mg、女性 568mg であった。年代別に見ると、男性では 40-49 歳代で、女性では 20-29 歳代で最も少なかった。

図 4-1 カルシウム摂取量の平均値(性・年齢階級別)

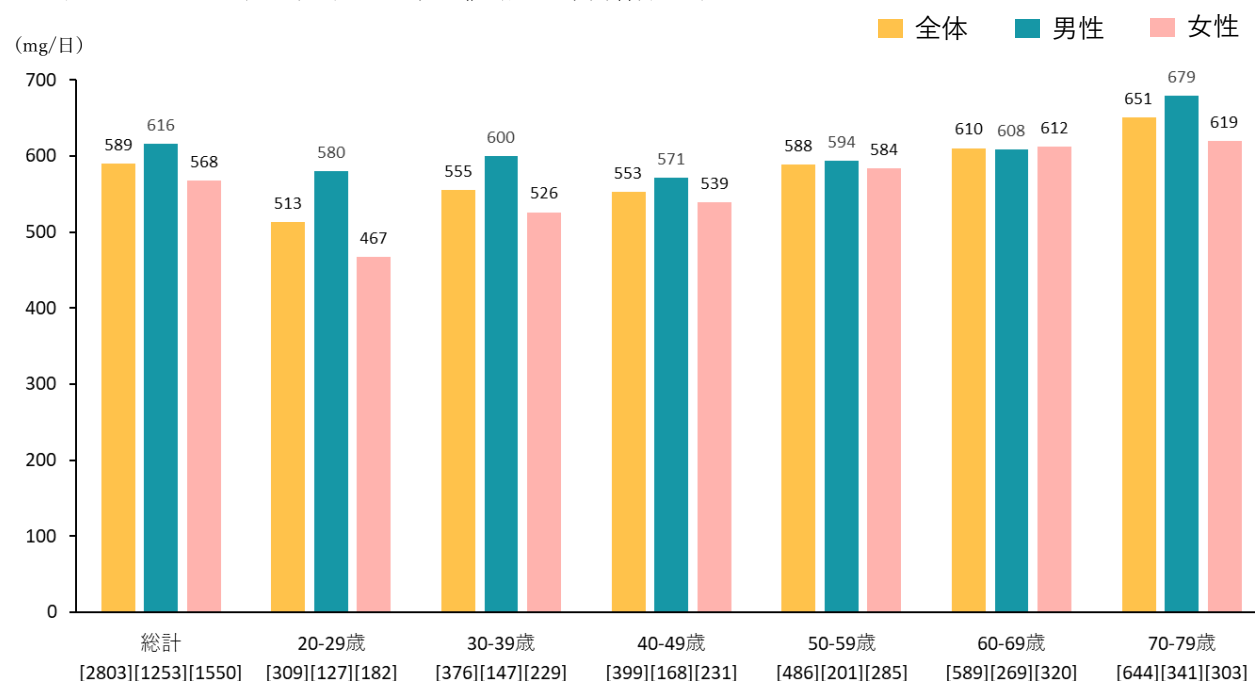


図 4-2 カルシウム摂取量の箱ひげ図(性・年齢階級別)

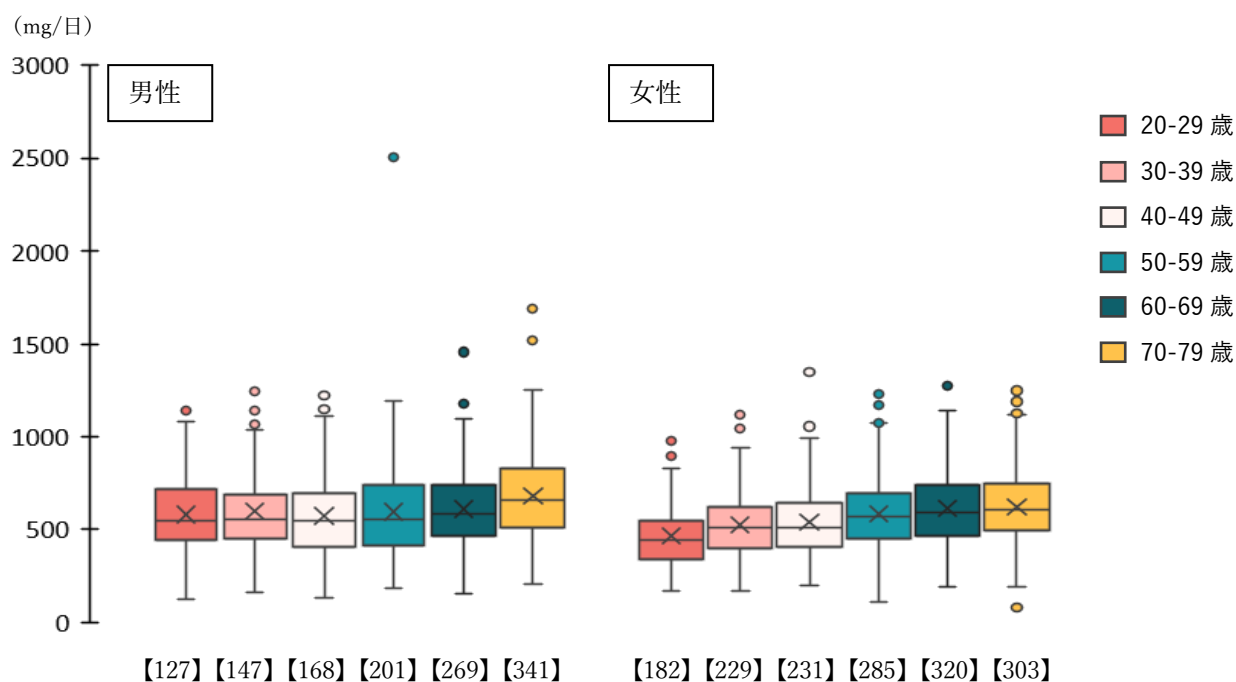
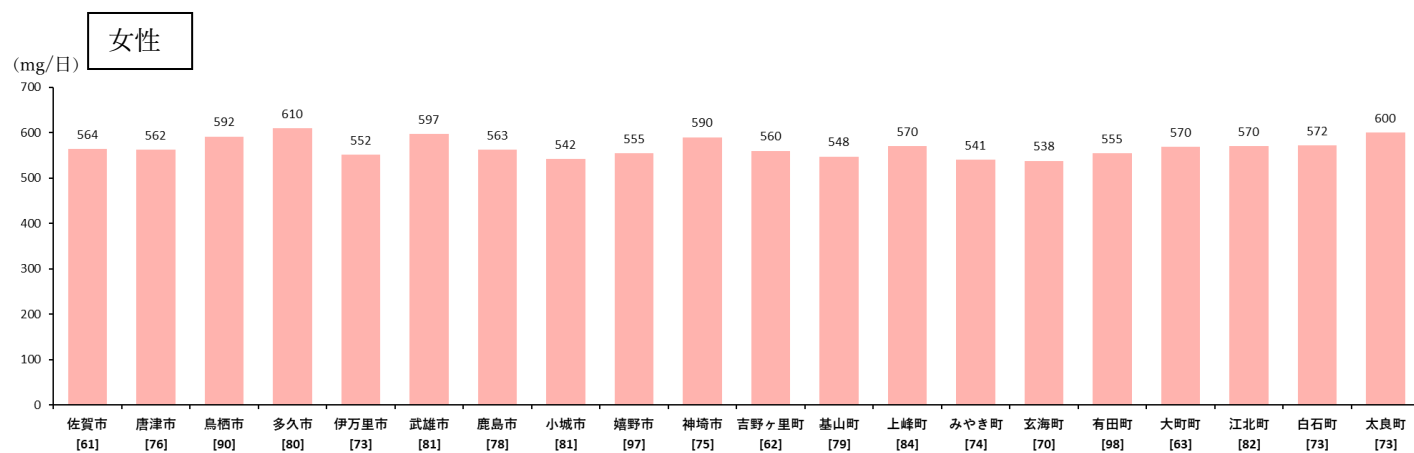
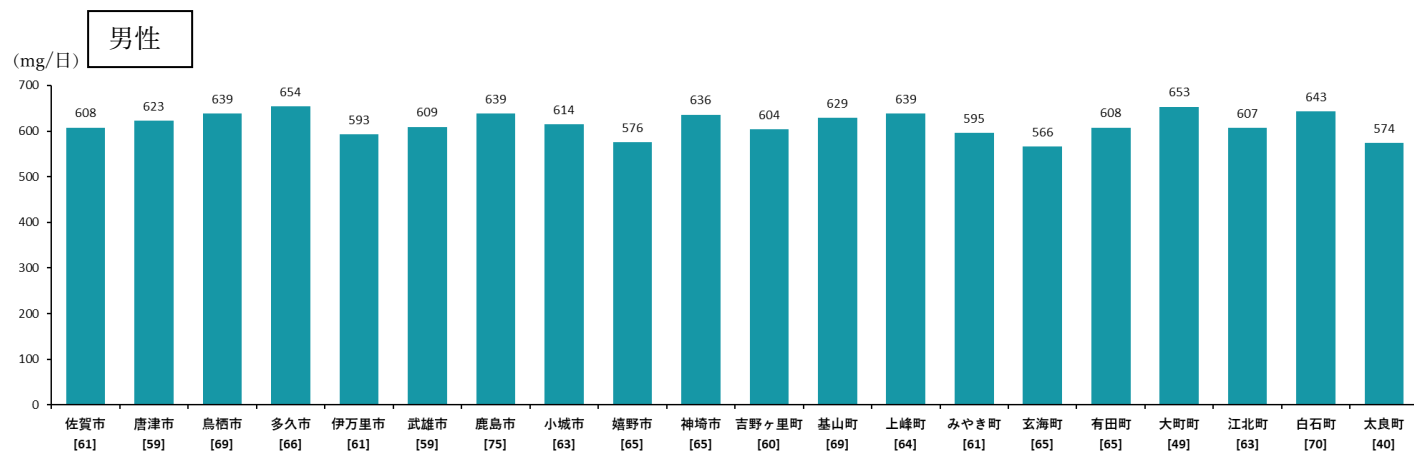
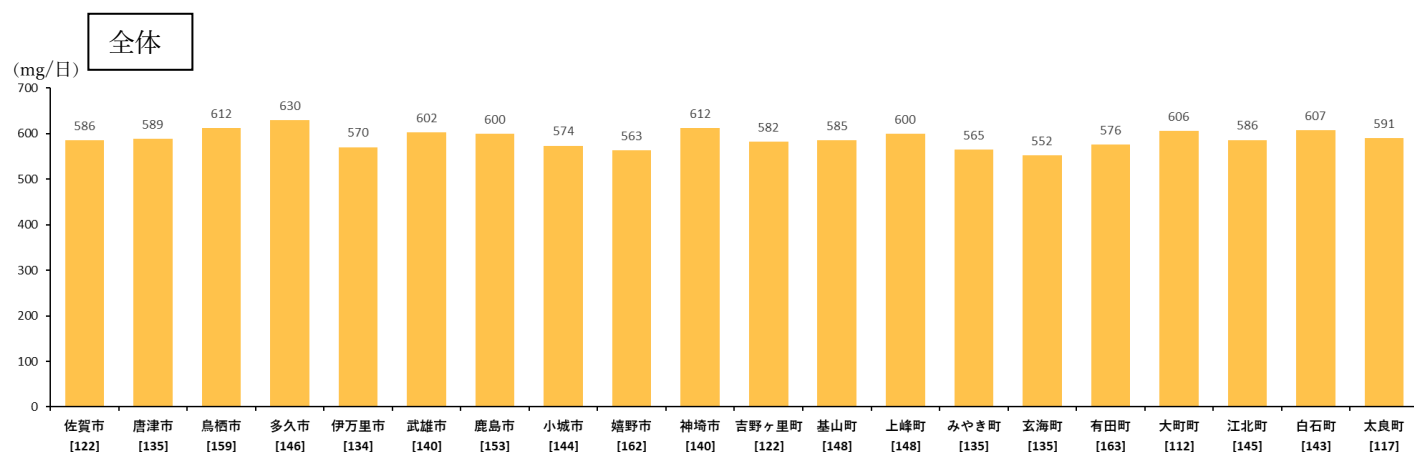


図4-3 カルシウム摂取量の平均値(市町別)



5 鉄の摂取状況

鉄の摂取量の平均値は 9.1mg であり、男性 9.7mg、女性 8.6mg であった。年代別に見ると、男性では 60-69 歳代で、女性では 20-29 歳代で最も少なかった。

図 5-1 鉄摂取量の平均値(性・年齢階級別)

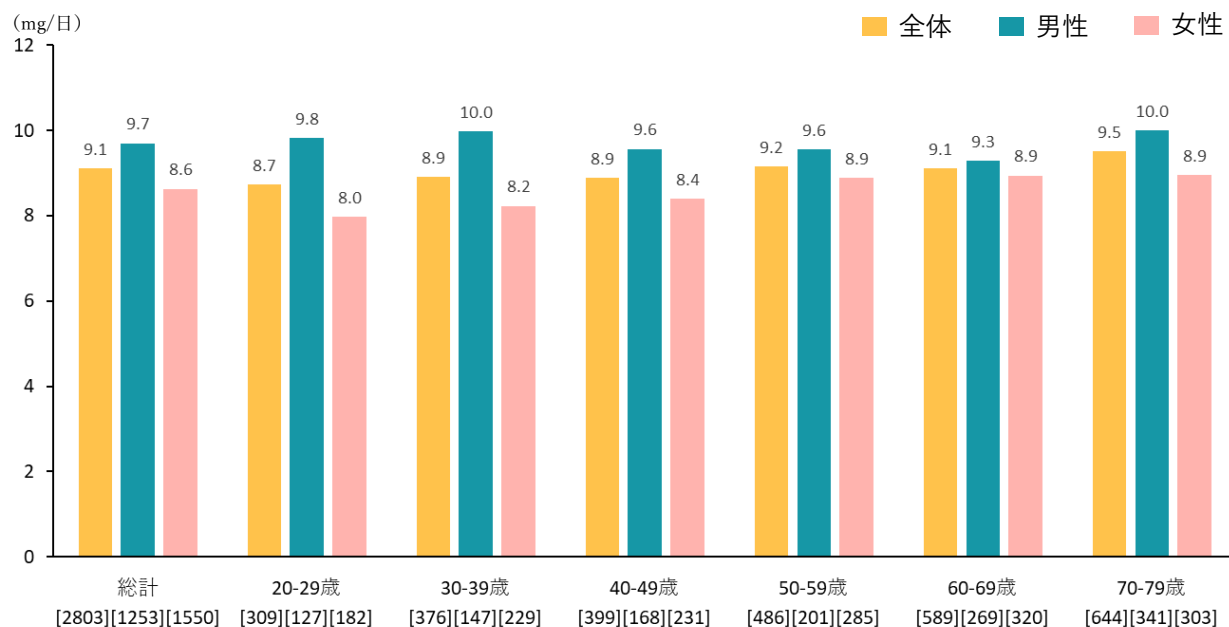


図 5-2 鉄摂取量の箱ひげ図(性・年齢階級別)

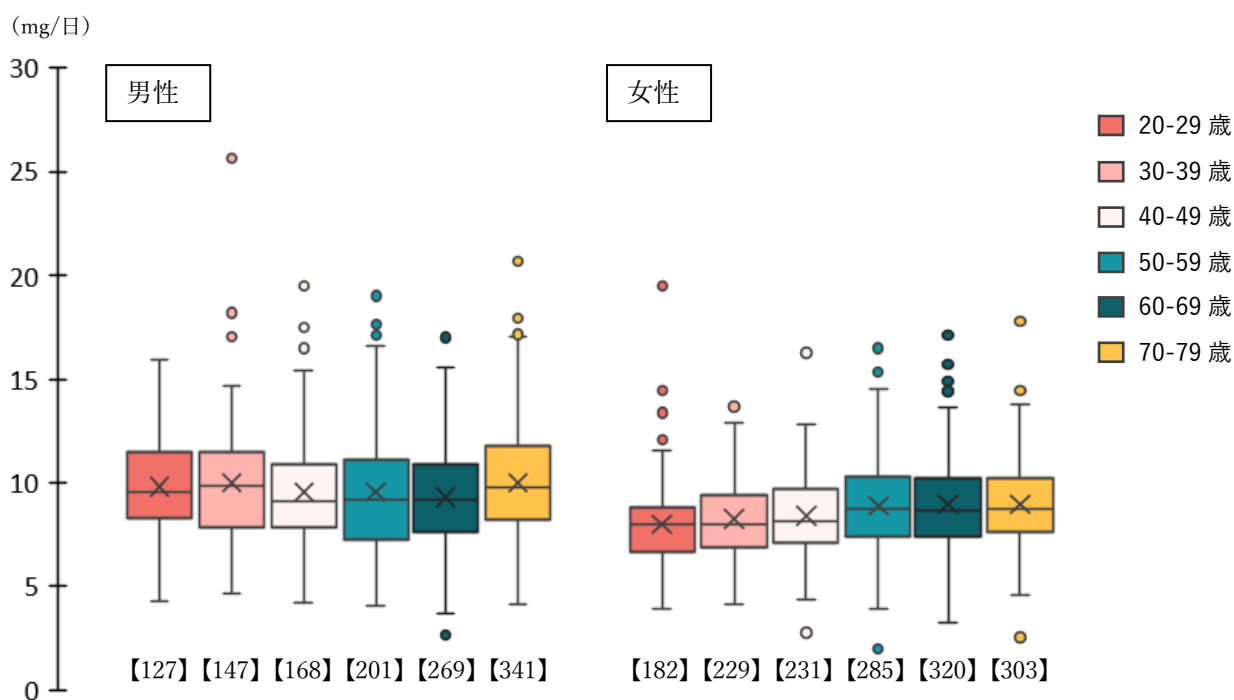
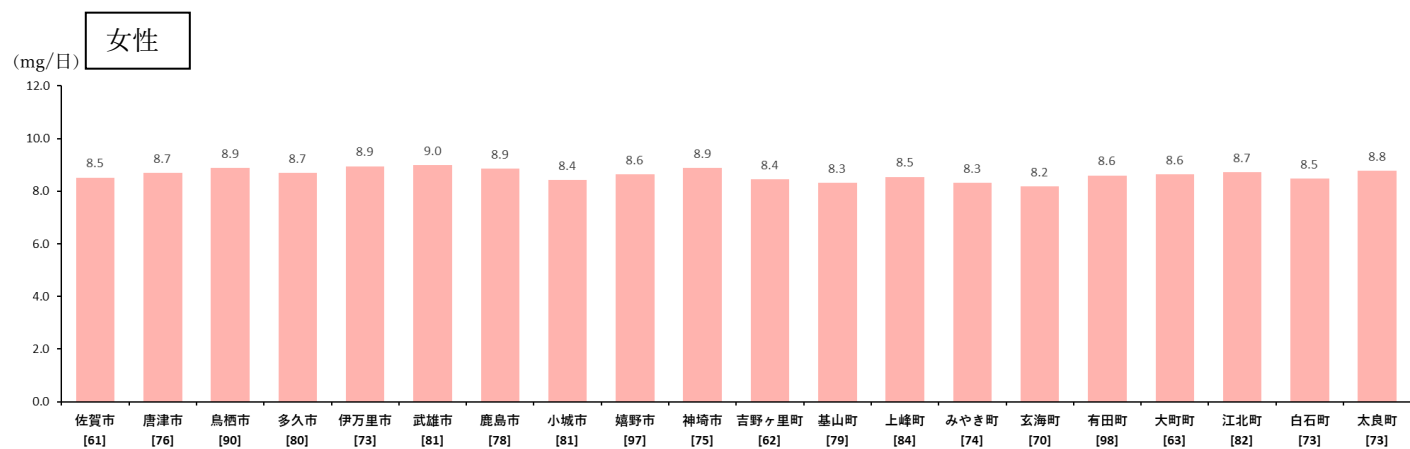
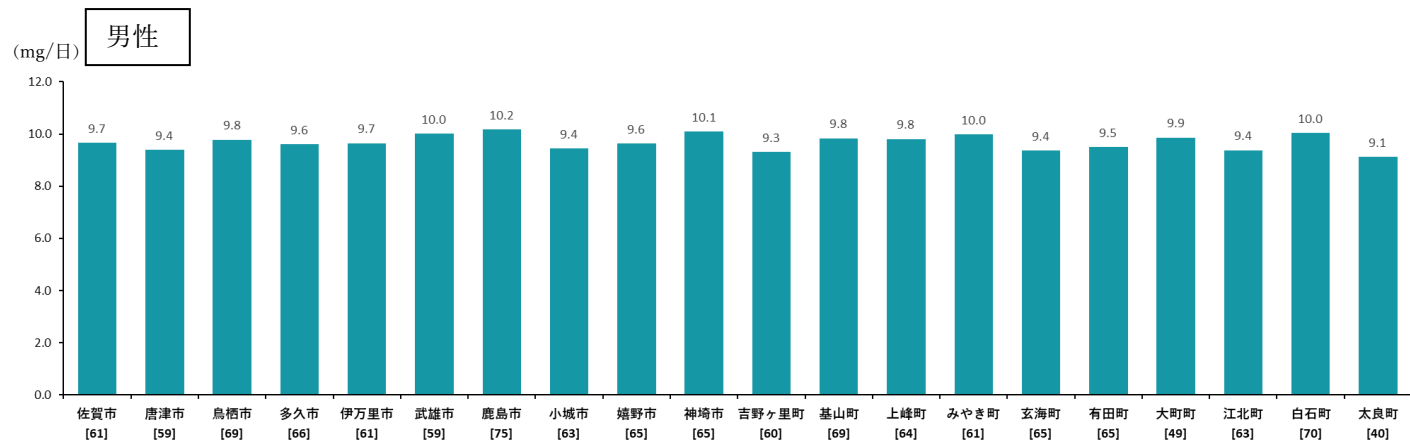
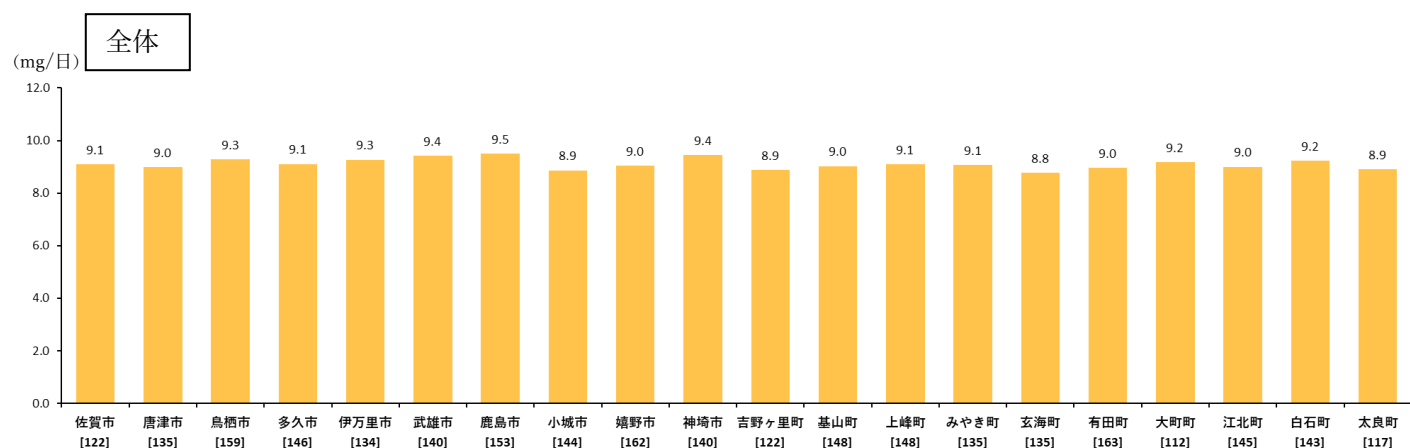


図5-3 鉄摂取量の平均値(市町別)



6 野菜摂取量の状況

野菜の摂取量（きのこ・海藻類を含まない）の平均値は239.7gであり、男性241.0g、女性238.6gであった。年代別に見ると、男性では50-59歳代で、女性では20-29歳代で最も少なかった。

図 6-1 野菜摂取量の平均値(性・年齢階級別)

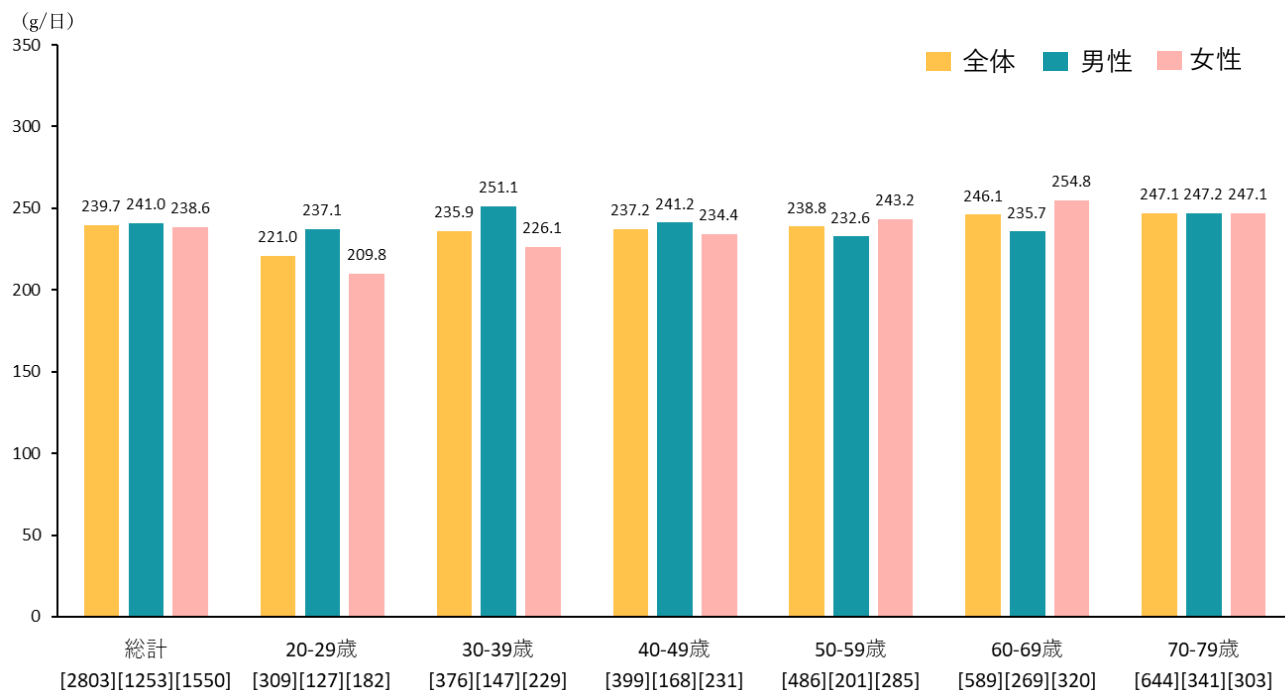


図 6-2 野菜摂取量の箱ひげ図(性・年齢階級別)

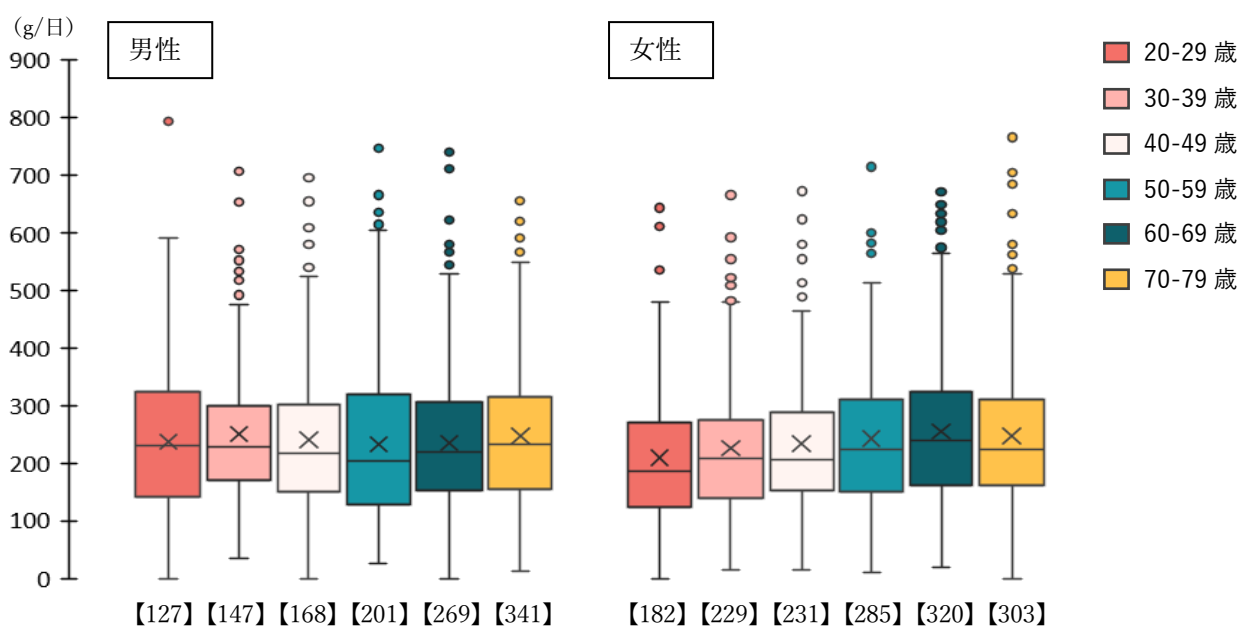
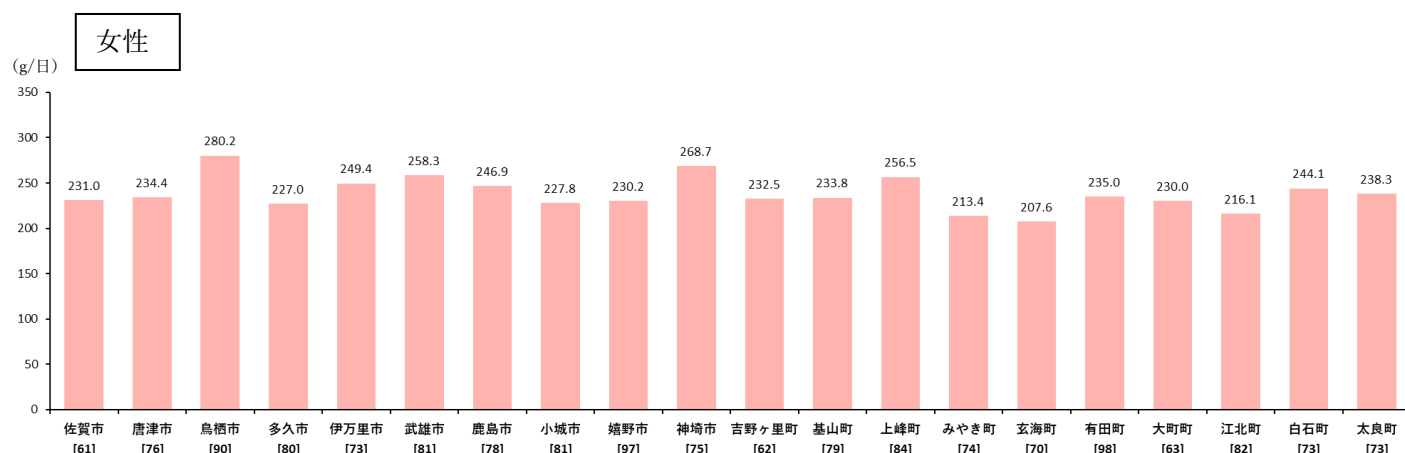
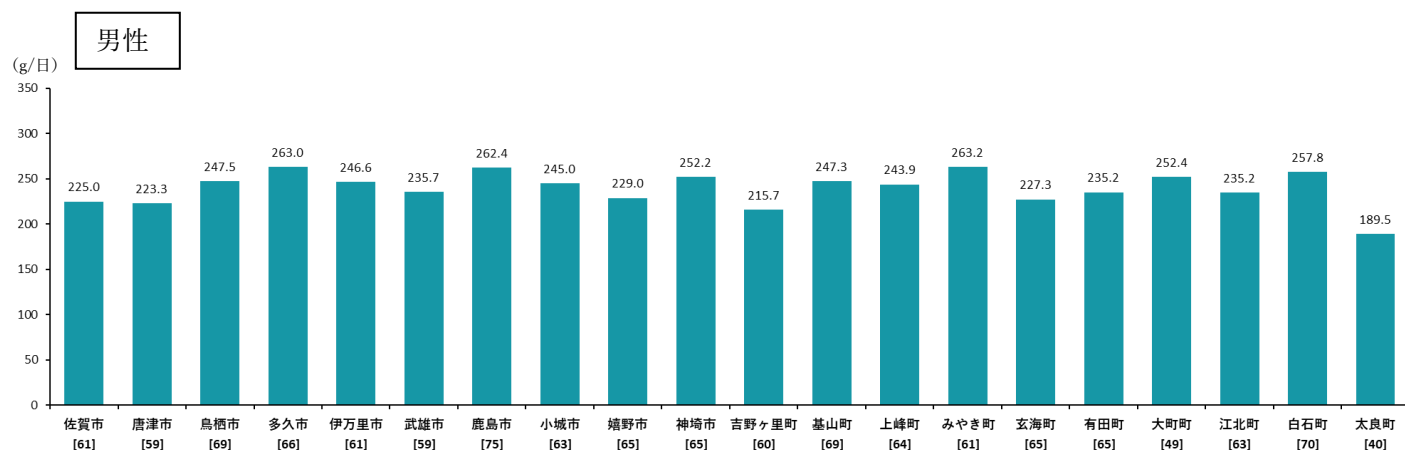
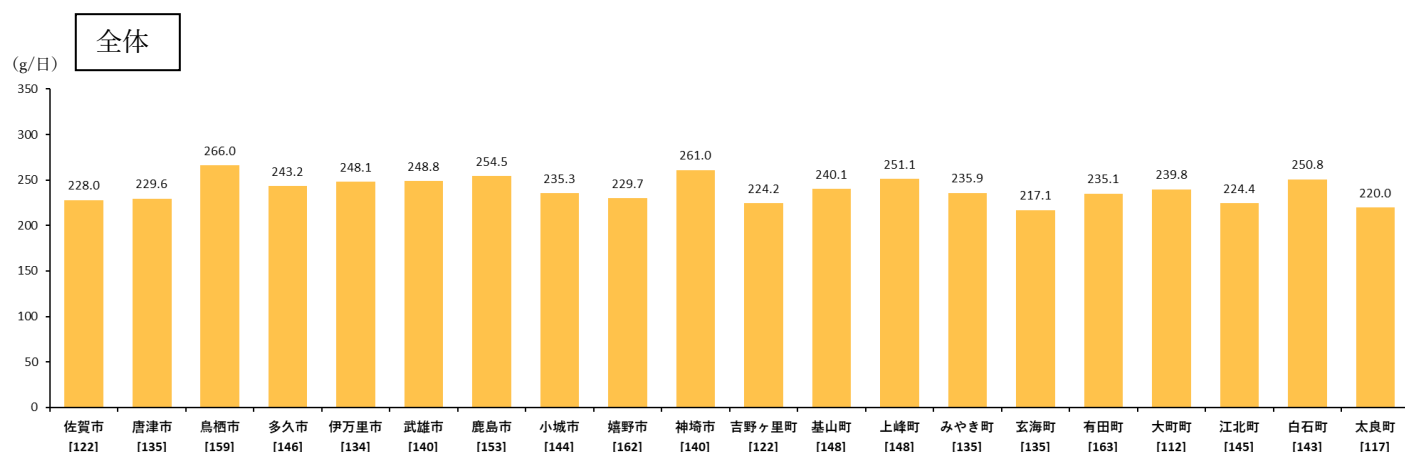


図6-3 野菜摂取量の平均値(市町別)



7 果物摂取量の状況

果物の摂取量（100%ジュースを含まない）の平均値は75.5gであり、男性68.5g、女性81.1gであった。年代別に見ると、男性では40-49歳代で、女性では20-29歳代で最も少なかった。

図 7-1 果物摂取量の平均値(性・年齢階級別)

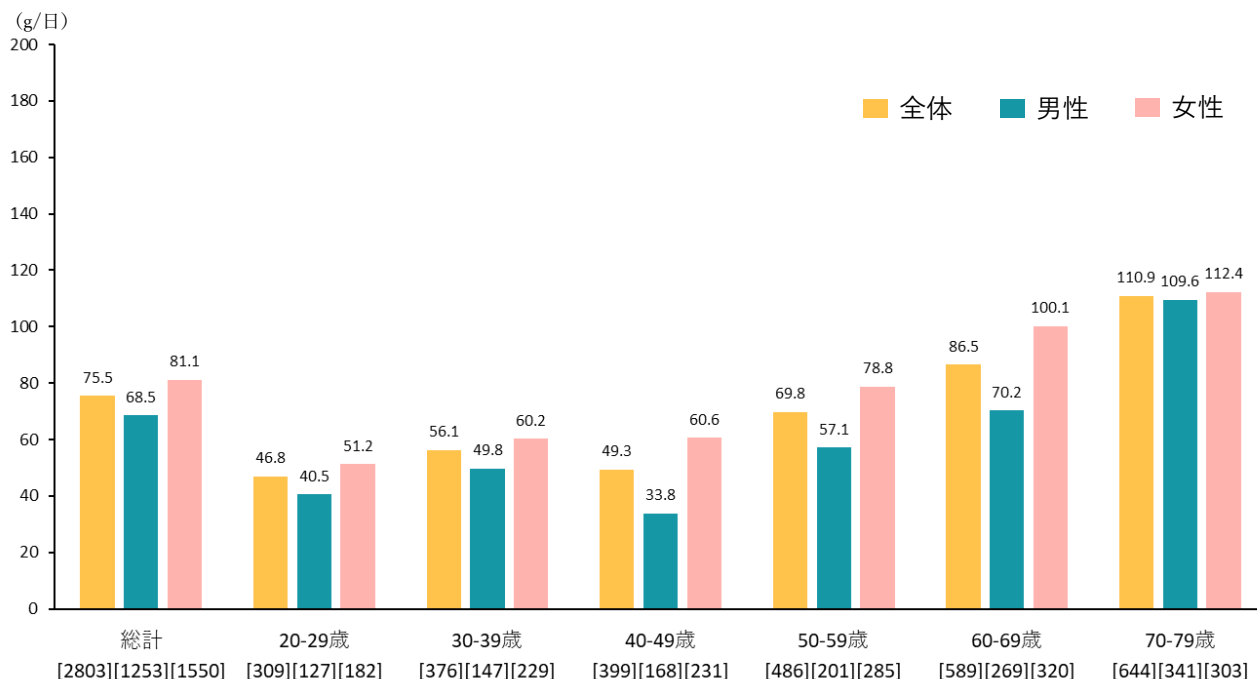


図 7-2 果物摂取量の箱ひげ図(性・年齢階級別)

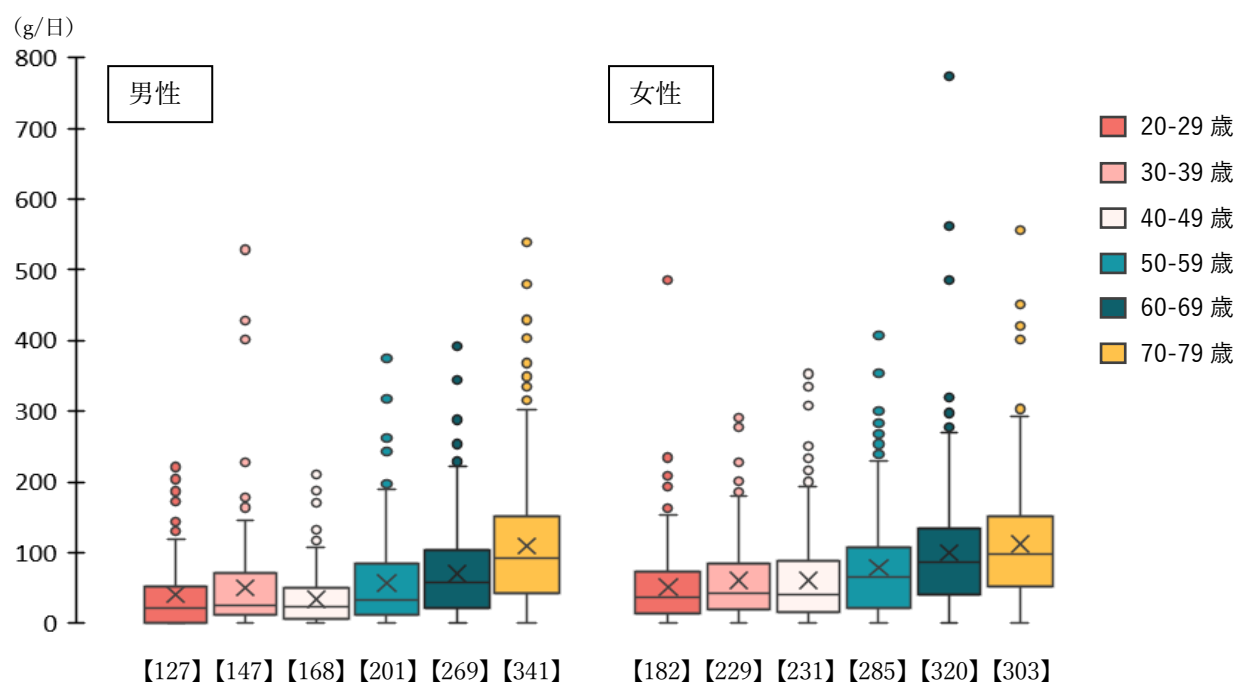
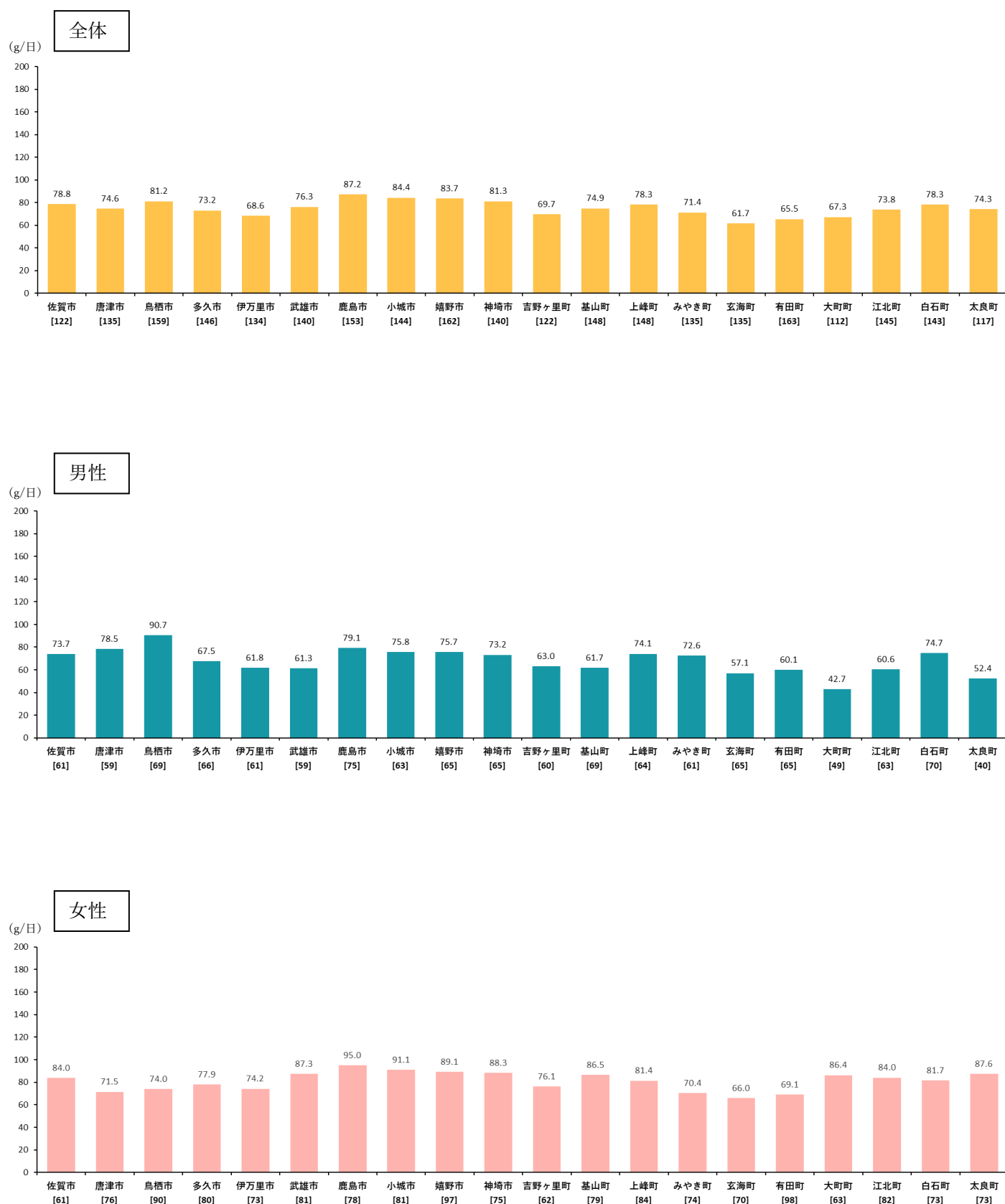


図7-3 果物摂取量の平均値(市町別)



第3 調査の結果

表 1 の 1 栄養素等摂取量（総数, 年齢階級別）

栄養素等別		総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	人	2,803			309			376			399			486		
エネルギー	kcal	2,168	294	1,995	2,274	331	2,063	2,263	319	1,994	2,248	305	1,998	2,188	267	1,973
たんぱく質	g	82.6	17.8	80.6	82.9	20.3	78.4	83.8	19.0	81.2	82.6	17.1	80.9	82.5	17.7	80.0
動物性たんぱく質	g	48.2	17.0	46.6	48.4	18.8	44.7	48.8	17.7	46.4	47.9	16.2	46.6	48.0	16.8	46.2
植物性たんぱく質	g	34.3	7.1	33.6	34.5	8.1	32.7	35.0	7.3	34.5	34.7	7.3	34.1	34.5	7.2	34.2
脂質	g	66.4	16.0	65.6	70.6	17.6	69.7	71.7	16.3	71.0	69.3	15.6	68.8	66.8	16.3	66.4
動物性脂質	g	31.3	10.7	30.5	33.5	11.8	32.7	33.5	11.5	32.6	32.3	10.8	31.3	31.4	10.8	30.9
植物性脂質	g	35.1	9.9	34.2	37.1	11.1	35.5	38.2	10.0	37.4	37.0	9.2	36.2	35.4	10.1	35.2
飽和脂肪酸	g	17.62	5.08	17.28	19.11	5.35	18.37	19.24	5.40	18.81	18.38	5.04	18.03	17.77	5.15	17.46
一価不飽和脂肪酸	g	24.03	6.34	23.51	25.99	7.06	25.55	26.27	6.34	25.86	25.37	6.13	24.96	24.17	6.39	23.52
多価不飽和脂肪酸	g	16.33	4.26	15.94	16.91	4.83	16.33	17.36	4.47	16.79	17.00	4.08	16.61	16.48	4.47	16.09
n-3系脂肪酸	g	3.20	1.03	3.10	3.12	1.13	2.98	3.20	1.02	3.10	3.17	0.98	3.05	3.19	1.07	3.03
n-6系脂肪酸	g	13.08	3.48	12.77	13.74	3.93	13.11	14.11	3.63	13.75	13.79	3.30	13.42	13.25	3.60	12.96
コレステロール	mg	465	175	445	487	189	467	487	184	465	481	178	463	466	177	443
炭水化物	g	280.8	61.8	274.3	306.1	69.3	292.4	296.5	62.8	289.2	285.5	65.2	275.0	278.9	62.3	273.5
食物繊維	g	13.1	4.1	12.6	12.2	3.9	11.6	12.9	4.0	12.3	12.8	3.9	12.3	12.9	4.1	12.4
水溶性食物繊維	g	3.3	1.2	3.2	3.1	1.1	3.0	3.3	1.1	3.2	3.2	1.1	3.2	3.2	1.2	3.1
不溶性食物繊維	g	9.4	2.8	9.0	8.8	2.7	8.5	9.3	2.8	8.8	9.1	2.7	8.8	9.3	2.8	9.0
ビタミンA	μ gRE	784	634	665	736	529	622	781	977	652	768	680	650	796	478	677
レチノール	μ g	474	599	325	453	481	314	465	958	316	457	658	310	491	410	341
クリプトキサンチン	μ g	258	291	157	220	240	135	224	237	147	203	233	129	239	289	144
β-カロテン当量	μ g	3,669	2,299	3,216	3,350	2,228	2,939	3,732	2,274	3,272	3,683	2,230	3,256	3,609	2,419	3,086
ビタミンD	μ g	15.8	9.7	13.8	13.0	9.2	10.6	13.4	7.6	12.0	14.1	8.6	12.4	15.3	9.2	13.4
ビタミンE	mg	8.3	2.2	8.2	8.4	2.3	8.2	8.6	2.2	8.4	8.4	2.1	8.3	8.3	2.3	8.2
ビタミンK	μ g	338	190	296	309	187	272	340	185	295	332	176	297	332	195	287
ビタミンB ₁	mg	0.88	0.21	0.87	0.88	0.23	0.86	0.91	0.21	0.89	0.88	0.20	0.86	0.88	0.22	0.87
ビタミンB ₂	mg	1.53	0.44	1.48	1.43	0.42	1.37	1.50	0.47	1.43	1.49	0.44	1.43	1.55	0.45	1.50
ナイアシン	mgNE	20.6	6.2	19.9	19.1	6.4	17.6	20.4	6.6	19.5	21.8	6.4	21.0	21.4	6.4	20.6
ビタミンB ₆	mg	1.46	0.39	1.43	1.38	0.41	1.32	1.44	0.41	1.39	1.46	0.37	1.44	1.47	0.40	1.44
ビタミンB ₁₂	μ g	11.2	5.9	10.1	9.6	5.5	8.1	10.1	5.9	9.1	10.2	5.5	8.9	11.2	5.8	10.2
葉酸	μ g	373	133	355	336	123	316	350	135	335	357	127	334	377	137	356
パントテン酸	mg	7.54	1.76	7.32	7.53	1.89	7.22	7.74	1.97	7.39	7.56	1.70	7.40	7.51	1.74	7.34
ビタミンC	mg	118	55	110	104	49	98	105	49	95	105	47	98	116	54	110
ナトリウム	mg	5,048	1,246	4,874	5,006	1,291	4,865	5,007	1,304	4,768	4,995	1,271	4,824	5,065	1,280	4,852
食塩相当量	g	12.8	3.2	12.3	12.7	3.3	12.3	12.7	3.3	12.1	12.6	3.2	12.2	12.8	3.2	12.3
カリウム	mg	2,776	779	2,697	2,511	745	2,367	2,699	755	2,632	2,755	733	2,701	2,810	842	2,714
カルシウム	mg	589	211	564	513	190	485	555	197	530	553	193	528	588	221	566
マグネシウム	mg	285	69	278	257	68	248	275	66	267	285	66	279	290	75	280
リン	mg	1,213	271	1,187	1,166	286	1,118	1,206	268	1,182	1,207	261	1,188	1,218	274	1,191
鉄	mg	9.1	2.4	8.8	8.7	2.3	8.4	8.9	2.5	8.6	8.9	2.3	8.6	9.2	2.6	8.8
亜鉛	mg	9.7	1.8	9.5	10.1	2.1	9.6	10.1	2.0	9.9	9.8	1.8	9.6	9.7	1.7	9.6
銅	mg	1.32	0.27	1.30	1.33	0.31	1.28	1.33	0.29	1.30	1.30	0.28	1.27	1.32	0.27	1.30
マンガン	mg	3.8	1.3	3.7	3.7	1.3	3.4	3.6	1.2	3.4	3.7	1.3	3.4	3.9	1.3	3.7
アルコール	g	11.8	23.8	0.2	5.8	15.3	0.3	8.4	19.5	0.0	16.4	28.7	0.7	15.2	28.6	0.5

60-69歲			70-79歲			(再揭)65-74歲			(再揭)75-79歲		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
589			644			717			246		
2,119	251	1,938	2,042	251	2,225	2,073	250	1,888	2,012	250	2,225
81.3	16.2	79.8	82.9	17.6	81.6	82.4	17.2	81.3	83.1	17.2	81.9
47.4	15.9	46.6	49.0	17.3	46.9	48.3	16.8	46.8	50.0	16.8	49.1
33.9	6.3	33.3	33.9	7.1	33.3	34.1	6.8	33.4	33.1	7.2	32.5
63.7	14.3	62.6	61.6	14.8	61.3	62.7	14.5	62.2	60.6	14.5	60.2
30.0	9.7	28.9	29.3	9.8	29.2	29.4	9.7	29.0	29.7	9.7	29.5
33.7	9.3	32.6	32.3	9.2	32.1	33.3	9.1	32.4	30.8	9.3	30.6
16.84	4.72	16.58	16.10	4.44	15.77	16.32	4.53	16.11	16.09	4.38	15.74
22.88	5.61	22.18	21.90	5.76	21.70	22.43	5.65	22.13	21.33	5.66	21.00
15.76	3.67	15.42	15.42	4.04	15.25	15.68	3.82	15.42	15.00	3.97	14.77
3.19	0.93	3.15	3.27	1.06	3.19	3.26	0.99	3.19	3.26	1.05	3.19
12.53	2.97	12.19	12.11	3.26	12.02	12.38	3.09	12.15	11.70	3.20	11.52
447	152	438	447	174	426	450	168	429	443	164	428
273.3	54.9	268.9	264.8	54.0	259.8	267.1	53.9	262.7	260.5	53.1	256.0
13.2	4.0	12.6	13.8	4.2	13.3	13.6	4.2	13.2	13.7	4.1	13.3
3.3	1.2	3.1	3.4	1.2	3.3	3.4	1.2	3.3	3.4	1.2	3.3
9.5	2.7	9.1	9.9	2.8	9.5	9.8	2.9	9.4	9.8	2.8	9.5
760	381	669	829	682	685	788	437	679	894	925	746
446	312	332	510	654	338	469	379	338	573	912	349
259	271	167	344	365	230	303	318	191	349	377	231
3,723	2,290	3,247	3,772	2,290	3,279	3,782	2,324	3,288	3,805	2,294	3,248
16.9	9.2	15.3	19.2	11.1	16.8	18.2	10.5	16.2	20.3	11.1	17.9
8.3	2.1	8.1	8.2	2.2	8.1	8.3	2.2	8.2	8.1	2.2	8.0
332	179	297	363	206	315	354	202	311	363	195	314
0.87	0.21	0.86	0.88	0.20	0.87	0.88	0.21	0.87	0.87	0.19	0.86
1.54	0.40	1.51	1.60	0.45	1.55	1.57	0.43	1.54	1.62	0.45	1.56
20.6	5.8	20.3	20.2	5.5	19.6	20.3	5.6	19.8	20.5	5.3	20.4
1.47	0.38	1.44	1.50	0.38	1.48	1.49	0.38	1.48	1.52	0.37	1.48
11.7	5.5	10.7	12.7	6.5	11.2	12.2	5.9	11.2	13.4	7.0	11.9
382	125	371	404	135	384	397	129	382	412	143	387
7.36	1.59	7.17	7.61	1.75	7.39	7.51	1.71	7.32	7.65	1.71	7.34
124	57	117	137	58	129	132	57	124	138	59	133
5,009	1,138	4,850	5,146	1,237	5,016	5,096	1,190	4,944	5,142	1,201	5,009
12.6	2.9	12.2	13.0	3.1	12.7	12.9	3.0	12.5	13.0	3.0	12.7
2,827	755	2,755	2,890	773	2,842	2,877	776	2,814	2,902	738	2,845
610	198	591	651	221	631	638	218	626	662	209	631
290	63	281	295	69	289	295	68	291	295	66	285
1,214	251	1,195	1,238	282	1,209	1,233	275	1,210	1,247	269	1,217
9.1	2.3	8.9	9.5	2.5	9.3	9.4	2.4	9.2	9.5	2.5	9.1
9.5	1.6	9.4	9.4	1.6	9.3	9.5	1.6	9.3	9.3	1.6	9.3
1.31	0.25	1.29	1.34	0.27	1.32	1.33	0.26	1.31	1.33	0.27	1.31
4.0	1.2	3.9	4.0	1.2	3.8	4.0	1.2	3.8	4.0	1.3	3.8
13.6	24.8	0.3	9.9	19.6	0.0	11.6	22.0	0.0	9.3	20.4	0.0

表 1 の 2 栄養素等摂取量（男性, 年齢階級別）

栄養素等別		総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	人	1,253			127			147			168			201		
エネルギー	kcal	2,464	150	1,859	2,664	17	1,813	2,646	54	1,864	2,605	25	1,849	2,506	24	1,822
たんぱく質	g	89.9	18.6	66.0	96.7	18.5	66.5	96.3	19.4	67.9	90.8	18.0	63.0	88.4	19.1	60.4
動物性たんぱく質	g	52.0	18.6	37.5	56.6	20.2	37.2	56.6	20.0	38.7	51.8	17.7	36.4	50.7	18.7	33.9
植物性たんぱく質	g	37.9	7.3	28.8	40.1	7.0	27.2	39.7	7.2	28.9	39.1	7.0	29.2	37.7	8.0	27.2
脂質	g	71.2	17.9	53.8	80.3	18.7	56.8	79.6	17.8	55.8	74.7	17.7	53.2	70.8	19.3	50.5
動物性脂質	g	33.5	12.0	24.5	38.3	13.1	25.6	38.0	12.6	26.0	35.1	12.3	24.5	33.4	12.7	23.5
植物性脂質	g	37.7	10.8	28.4	42.0	11.6	30.3	41.5	11.5	29.2	39.6	9.7	28.1	37.4	12.0	26.2
飽和脂肪酸	g	18.51	5.71	13.49	21.15	5.89	14.12	20.85	5.89	14.41	19.33	5.86	13.40	18.46	6.08	13.20
一価不飽和脂肪酸	g	25.89	7.08	19.47	29.69	7.70	21.25	29.34	7.05	20.23	27.52	6.85	19.27	25.87	7.50	18.49
多価不飽和脂肪酸	g	17.84	4.65	13.41	19.73	4.88	14.73	19.65	5.05	13.29	18.81	4.52	13.30	17.75	5.13	12.56
n-3系脂肪酸	g	3.50	1.13	2.59	3.68	1.20	2.63	3.68	1.18	2.56	3.52	1.10	2.50	3.40	1.20	2.32
n-6系脂肪酸	g	14.29	3.79	10.81	16.00	3.98	12.07	15.93	4.11	10.92	15.25	3.65	10.82	14.31	4.10	10.16
コレステロール	mg	500	199	368	543	214	395	537	217	379	517	207	353	495	212	327
炭水化物	g	319.1	60.7	239.5	365.5	54.0	253.7	347.2	56.2	244.4	334.3	62.0	238.6	318.6	64.3	228.9
食物繊維	g	13.6	4.3	10.1	13.6	4.1	9.3	14.1	4.5	9.5	13.4	4.3	9.3	13.0	4.4	9.2
水溶性食物繊維	g	3.4	1.3	2.5	3.3	1.2	2.3	3.5	1.3	2.3	3.3	1.2	2.4	3.2	1.3	2.2
不溶性食物繊維	g	9.8	2.9	7.3	9.8	2.8	6.7	10.2	3.1	6.9	9.7	3.0	6.6	9.4	3.0	6.6
ビタミンA	μ gRE	856	831	554	832	583	502	927	1,504	491	841	959	484	874	587	568
レチノール	μ g	558	803	290	528	530	251	606	1,491	265	536	942	236	591	531	311
クリプトキサンチン	μ g	255	311	113	223	230	100	219	240	99	159	183	78	239	349	104
β-カロテン当量	μ g	3,520	2,300	2,286	3,587	2,416	2,328	3,789	2,391	2,224	3,596	2,333	2,176	3,343	2,432	2,067
ビタミンD	μ g	17.0	10.6	10.8	15.4	10.9	8.7	15.5	8.7	9.4	15.3	10.1	9.8	15.3	9.8	9.2
ビタミンE	mg	8.8	2.4	6.5	9.3	2.5	6.6	9.4	2.4	6.5	8.9	2.4	6.3	8.7	2.7	6.0
ビタミンK	μ g	354	206	233	350	194	232	376	212	236	360	203	234	319	194	196
ビタミンB ₁	mg	0.93	0.23	0.68	1.00	0.23	0.69	1.01	0.23	0.71	0.92	0.22	0.65	0.91	0.24	0.61
ビタミンB ₂	mg	1.63	0.50	1.21	1.61	0.45	1.11	1.66	0.57	1.14	1.61	0.51	1.12	1.62	0.53	1.14
ナイアシン	mgNE	22.6	6.5	16.8	22.3	6.7	15.6	23.9	6.9	16.1	24.4	6.7	17.3	23.1	7.0	15.8
ビタミンB ₆	mg	1.57	0.40	1.15	1.55	0.41	1.09	1.64	0.43	1.13	1.58	0.38	1.13	1.56	0.43	1.06
ビタミンB ₁₂	μ g	12.3	6.6	8.2	11.1	6.4	6.8	12.1	7.3	7.6	11.3	6.3	7.3	11.8	6.2	7.6
葉酸	μ g	393	145	287	369	136	249	387	162	251	383	146	278	389	152	269
パントテン酸	mg	8.14	1.90	6.02	8.69	1.90	5.94	8.76	2.22	6.19	8.25	1.84	5.91	7.96	1.85	5.65
ビタミンC	mg	118	57	82	108	50	73	110	55	71	101	46	73	114	59	72
ナトリウム	mg	5,723	1,259	4,232	5,861	1,211	4,132	5,897	1,346	4,040	5,759	1,305	4,017	5,788	1,339	3,926
食塩相当量	g	14.5	3.2	10.7	14.8	3.1	10.5	14.9	3.4	10.4	14.5	3.3	10.2	14.6	3.4	9.9
カリウム	mg	2,905	811	2,132	2,798	760	1,971	2,974	786	2,077	2,895	787	2,099	2,897	924	1,974
カルシウム	mg	616	229	449	580	206	377	600	218	404	571	208	400	594	258	408
マグネシウム	mg	309	69	230	295	63	201	313	62	223	314	67	224	309	81	215
リン	mg	1,312	282	971	1,348	274	932	1,371	266	964	1,319	277	948	1,292	301	888
鉄	mg	9.7	2.7	7.2	9.8	2.4	7.1	10.0	2.8	6.7	9.6	2.7	6.8	9.6	2.9	6.6
亜鉛	mg	10.6	1.8	8.0	11.8	1.7	8.4	11.6	1.9	8.3	10.9	1.8	7.7	10.4	1.7	7.4
銅	mg	1.45	0.28	1.10	1.55	0.26	1.08	1.54	0.27	1.10	1.46	0.29	1.05	1.43	0.29	1.05
マンガン	mg	4.2	1.4	3.2	4.3	1.4	2.9	4.1	1.3	2.8	4.2	1.5	3.1	4.3	1.5	3.1
アルコール	g	20.6	29.7	3.5	5.6	14.1	0.0	15.2	26.6	1.1	25.9	34.6	7.2	27.8	35.6	7.5

60-69歲			70-79歲			(再揭)65-74歲			(再揭)75-79歲		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
269			341			351			131		
2,391	28	1,927	2,276	29	1,854	2,325	38	1,872	2,245	16	1,842
85.6	16.8	66.2	88.6	18.1	73.0	87.6	18.0	70.2	88.4	18.6	73.4
49.0	16.5	38.0	51.6	18.5	41.2	50.5	18.0	38.3	51.9	18.8	43.5
36.6	6.6	29.0	36.9	7.2	30.3	37.1	7.2	30.1	36.5	7.3	30.8
66.8	16.2	53.0	66.2	15.0	54.5	66.7	15.4	54.5	64.9	15.3	52.5
30.7	10.7	23.8	31.1	10.3	25.2	30.7	10.3	24.6	31.0	10.6	26.1
36.0	10.2	28.4	35.1	9.2	29.7	35.9	9.6	29.9	33.9	9.5	26.6
17.22	5.47	13.23	17.18	4.61	13.68	17.19	4.94	13.48	17.02	4.60	13.89
24.16	6.26	18.75	23.56	5.84	19.42	23.92	5.97	19.70	22.94	5.88	17.99
16.89	3.98	13.53	16.66	4.03	13.78	16.85	3.98	13.84	16.25	4.06	13.11
3.37	0.97	2.63	3.50	1.14	2.79	3.46	1.05	2.73	3.46	1.16	2.78
13.47	3.23	10.74	13.11	3.20	10.90	13.34	3.21	10.88	12.73	3.19	10.55
473	161	365	483	193	387	483	184	372	473	186	382
305.9	54.4	240.6	293.0	48.4	234.3	297.9	50.1	235.4	289.6	47.5	240.0
13.1	4.0	10.3	14.3	4.4	11.7	14.0	4.4	10.8	14.1	4.5	12.0
3.2	1.2	2.4	3.5	1.3	2.9	3.5	1.3	2.7	3.5	1.3	3.0
9.5	2.7	7.5	10.2	3.0	8.3	10.0	3.0	7.9	10.1	3.0	8.5
790	429	558	885	793	652	831	468	608	951	1,125	692
507	368	296	582	767	339	532	412	325	659	1,110	359
252	261	129	341	395	161	301	334	141	348	422	176
3,346	2,138	2,439	3,584	2,222	2,502	3,531	2,250	2,456	3,450	2,125	2,497
17.1	9.6	11.7	20.0	11.9	14.2	19.0	11.2	13.4	20.6	11.9	14.5
8.4	2.3	6.6	8.6	2.3	7.0	8.6	2.2	7.0	8.4	2.3	6.8
335	182	229	378	227	273	366	220	257	378	220	281
0.87	0.22	0.67	0.92	0.21	0.74	0.91	0.22	0.72	0.90	0.21	0.73
1.57	0.43	1.27	1.69	0.50	1.34	1.65	0.47	1.32	1.71	0.52	1.41
21.8	6.1	17.5	21.5	5.7	17.3	21.6	5.9	17.3	21.9	5.6	17.8
1.51	0.38	1.21	1.58	0.39	1.29	1.57	0.38	1.26	1.58	0.39	1.34
12.1	5.7	8.7	13.7	7.1	10.3	13.0	6.3	9.5	14.1	7.8	10.3
384	125	298	420	146	331	410	135	317	424	157	351
7.70	1.67	5.98	8.06	1.87	6.46	7.96	1.83	6.36	8.10	1.90	6.69
116	54	88	136	60	105	130	58	96	135	61	106
5,543	1,168	4,307	5,682	1,212	4,629	5,639	1,194	4,543	5,651	1,185	4,758
14.0	3.0	10.8	14.4	3.1	11.7	14.2	3.0	11.5	14.3	3.0	11.7
2,823	775	2,185	2,990	797	2,369	2,950	803	2,322	2,981	768	2,465
608	209	476	679	235	550	661	233	524	677	225	563
302	64	234	314	71	254	312	69	247	314	70	265
1,267	262	977	1,318	290	1,062	1,308	284	1,057	1,315	291	1,094
9.3	2.3	7.2	10.0	2.7	8.0	9.8	2.6	7.6	10.0	2.8	8.1
10.0	1.7	7.9	10.1	1.6	8.2	10.1	1.7	8.0	10.0	1.7	8.4
1.39	0.26	1.09	1.44	0.29	1.20	1.42	0.28	1.15	1.43	0.29	1.24
4.2	1.2	3.3	4.2	1.3	3.4	4.2	1.2	3.4	4.2	1.5	3.4
26.0	31.2	11.8	17.3	24.0	3.3	20.9	27.2	8.2	16.4	25.7	2.4

表 1 の 3 栄養素等摂取量（女性, 年齢階級別）

栄養素等別		総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	人	1,550			182			229			231			285		
エネルギー	kcal	1,928	100	1,553	2,002	76	1,500	2,017	103	1,460	1,988	7	1,557	1,964	7	1,548
たんぱく質	g	76.6	14.7	60.3	73.3	15.4	54.0	75.8	13.7	54.9	76.6	13.7	59.1	78.4	15.3	61.9
動物性たんぱく質	g	45.2	15.0	34.4	42.7	15.4	30.1	43.9	14.0	30.5	45.1	14.3	34.2	46.2	15.0	35.3
植物性たんぱく質	g	31.4	5.5	25.1	30.7	6.4	23.6	32.0	5.5	23.2	31.5	5.8	25.3	32.2	5.5	25.0
脂質	g	62.5	13.1	50.0	63.9	13.0	48.1	66.7	12.9	46.4	65.3	12.4	49.8	64.0	13.2	50.0
動物性脂質	g	29.5	9.2	23.3	30.3	9.4	22.9	30.6	9.8	21.5	30.3	9.1	22.7	30.0	9.0	23.4
植物性脂質	g	33.0	8.6	26.5	33.7	9.3	26.0	36.1	8.2	26.5	35.0	8.4	26.9	34.0	8.1	26.5
飽和脂肪酸	g	16.90	4.38	13.36	17.68	4.40	13.29	18.20	4.78	12.72	17.69	4.20	13.35	17.28	4.31	13.46
一価不飽和脂肪酸	g	22.53	5.21	17.87	23.41	5.21	17.36	24.30	4.92	17.12	23.80	5.00	18.18	22.97	5.15	18.39
多価不飽和脂肪酸	g	15.10	3.47	11.97	14.93	3.69	11.29	15.88	3.30	11.30	15.68	3.12	11.92	15.59	3.70	12.06
n-3系脂肪酸	g	2.96	0.87	2.28	2.74	0.89	2.00	2.90	0.77	2.00	2.92	0.78	2.19	3.04	0.93	2.28
n-6系脂肪酸	g	12.11	2.86	9.60	12.16	3.02	9.12	12.95	2.70	9.18	12.73	2.54	9.70	12.51	2.98	9.61
コレステロール	mg	437	147	348	448	158	339	455	150	329	455	149	363	446	145	345
炭水化物	g	249.8	42.2	199.7	264.7	44.2	199.7	263.9	41.7	191.9	250.0	39.3	202.7	251.0	42.6	196.8
食物繊維	g	12.6	3.8	9.8	11.3	3.4	8.1	12.2	3.5	8.8	12.3	3.4	9.5	12.8	3.9	9.8
水溶性食物繊維	g	3.2	1.1	2.4	2.9	1.0	2.1	3.2	1.0	2.2	3.1	0.9	2.4	3.2	1.1	2.4
不溶性食物繊維	g	9.0	2.6	7.0	8.0	2.4	5.9	8.7	2.4	6.2	8.7	2.4	6.6	9.1	2.7	7.0
ビタミンA	μ gRE	725	402	528	670	476	441	687	304	463	716	349	485	742	374	523
レチノール	μ g	405	343	251	400	436	225	375	240	219	399	309	241	421	276	248
クリプトキサンチン	μ g	261	273	125	218	247	97	226	235	110	235	258	110	239	237	112
β-カロテン当量	μ g	3,790	2,292	2,677	3,185	2,071	2,199	3,696	2,196	2,386	3,746	2,150	2,590	3,798	2,392	2,591
ビタミンD	μ g	14.9	8.8	10.2	11.3	7.4	7.0	12.1	6.6	7.8	13.1	7.1	8.7	15.4	8.8	10.3
ビタミンE	mg	8.0	1.9	6.3	7.7	1.9	6.0	8.1	1.8	5.9	8.1	1.7	6.2	8.1	2.0	6.2
ビタミンK	μ g	325	176	234	280	176	193	317	161	201	312	150	227	341	195	228
ビタミンB ₁	mg	0.84	0.19	0.67	0.81	0.19	0.60	0.84	0.17	0.61	0.85	0.17	0.64	0.85	0.19	0.65
ビタミンB ₂	mg	1.45	0.37	1.13	1.31	0.34	0.96	1.39	0.35	1.01	1.41	0.36	1.03	1.50	0.37	1.16
ナイアシン	mgNE	19.0	5.4	14.8	16.8	5.1	12.0	18.2	5.4	13.1	19.9	5.5	15.1	20.1	5.6	15.3
ビタミンB ₆	mg	1.37	0.36	1.07	1.25	0.35	0.90	1.32	0.35	0.94	1.37	0.34	1.04	1.40	0.37	1.04
ビタミンB ₁₂	μ g	10.3	5.2	7.5	8.5	4.5	5.5	8.7	4.2	5.5	9.4	4.6	6.5	10.8	5.4	7.7
葉酸	μ g	357	120	275	313	108	224	327	108	221	337	107	248	369	126	272
パントテン酸	mg	7.06	1.47	5.54	6.71	1.41	4.88	7.09	1.45	5.24	7.06	1.38	5.28	7.19	1.58	5.59
ビタミンC	mg	119	53	89	101	48	69	102	44	71	108	47	76	117	50	83
ナトリウム	mg	4,502	928	3,558	4,410	969	3,371	4,436	890	3,072	4,439	904	3,390	4,556	949	3,589
食塩相当量	g	11.4	2.3	9.0	11.1	2.5	8.5	11.2	2.2	7.8	11.2	2.3	8.6	11.5	2.4	9.0
カリウム	mg	2,672	735	2,087	2,312	665	1,659	2,523	678	1,851	2,653	673	1,918	2,749	774	2,111
カルシウム	mg	568	193	442	467	162	340	526	176	363	539	181	387	584	191	451
マグネシウム	mg	265	62	209	231	58	165	250	56	182	264	56	200	277	67	212
リン	mg	1,132	232	901	1,039	217	743	1,101	211	798	1,125	214	863	1,165	240	909
鉄	mg	8.6	2.1	6.7	8.0	2.0	5.9	8.2	1.9	5.9	8.4	1.9	6.5	8.9	2.3	6.7
亜鉛	mg	8.9	1.4	7.1	8.9	1.5	6.5	9.1	1.4	6.6	9.0	1.4	7.1	9.1	1.4	7.1
銅	mg	1.22	0.22	0.97	1.18	0.24	0.88	1.20	0.22	0.87	1.19	0.22	0.92	1.25	0.23	0.97
マンガン	mg	3.5	1.1	2.8	3.3	1.1	2.4	3.3	1.1	2.3	3.3	1.1	2.6	3.7	1.1	2.8
アルコール	g	4.8	14.1	0.0	5.9	16.0	0.5	4.0	10.9	0.0	9.5	20.9	0.0	6.2	17.6	0.0

60-69歲			70-79歲			(再揭)65-74歲			(再揭)75-79歲		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
320			303			366			115		
1,891	31	1,549	1,778	39	1,668	1,831	41	1,605	1,746	34	1,749
77.7	14.8	61.1	76.5	14.6	71.3	77.3	14.7	65.5	77.0	13.0	77.2
46.0	15.3	34.7	46.0	15.3	41.9	46.1	15.3	38.2	47.9	13.9	47.2
31.6	5.0	25.4	30.4	5.0	28.1	31.2	4.9	26.3	29.1	4.6	29.6
61.1	11.8	48.9	56.5	12.7	53.8	58.9	12.4	51.4	55.7	11.8	56.2
29.4	8.8	23.7	27.3	8.7	25.3	28.2	8.8	24.0	28.3	8.2	28.4
31.7	7.9	25.3	29.2	8.0	27.9	30.7	7.8	25.9	27.4	7.7	28.4
16.52	3.95	13.39	14.88	3.90	13.96	15.48	3.92	13.18	15.03	3.84	15.13
21.81	4.73	17.34	20.02	5.04	18.85	21.00	4.91	18.08	19.50	4.77	19.23
14.81	3.08	11.90	14.03	3.57	13.31	14.57	3.29	12.63	13.59	3.33	13.80
3.03	0.85	2.34	3.00	0.91	2.77	3.06	0.89	2.61	3.02	0.84	3.00
11.74	2.48	9.38	10.98	2.93	10.21	11.46	2.66	9.80	10.52	2.77	10.71
425	140	337	406	141	386	419	145	358	408	125	424
245.9	37.6	198.5	233.0	40.6	213.5	237.6	38.8	199.8	227.2	37.1	221.6
13.2	4.0	10.3	13.2	3.9	12.0	13.3	4.0	10.9	13.2	3.6	12.9
3.3	1.1	2.6	3.3	1.1	3.0	3.3	1.2	2.7	3.3	1.0	3.3
9.5	2.8	7.5	9.5	2.6	8.7	9.5	2.7	7.8	9.4	2.5	9.4
736	333	567	765	522	626	747	401	579	829	617	730
395	243	268	429	484	278	408	334	263	475	598	352
265	279	137	347	328	245	306	302	163	351	317	263
4,040	2,364	2,983	3,984	2,346	3,309	4,023	2,367	3,086	4,209	2,409	3,726
16.8	8.9	12.2	18.2	10.1	15.1	17.5	9.6	13.3	19.9	10.1	17.5
8.1	1.9	6.6	7.8	2.1	7.4	8.0	2.0	6.8	7.8	1.9	7.9
329	175	238	348	179	295	342	183	274	346	161	323
0.87	0.20	0.71	0.84	0.19	0.81	0.86	0.19	0.74	0.84	0.17	0.86
1.51	0.37	1.16	1.49	0.36	1.40	1.50	0.36	1.28	1.52	0.33	1.57
19.6	5.3	15.3	18.7	4.9	16.9	19.2	5.1	15.8	18.9	4.4	18.4
1.43	0.37	1.12	1.41	0.35	1.29	1.42	0.36	1.20	1.44	0.32	1.41
11.3	5.3	8.3	11.6	5.6	9.6	11.4	5.5	8.7	12.7	5.7	11.5
380	124	294	387	119	350	385	121	324	398	124	395
7.07	1.45	5.67	7.10	1.45	6.61	7.09	1.45	5.95	7.13	1.27	7.42
131	58	102	138	54	118	135	55	109	142	56	135
4,559	891	3,651	4,543	956	4,141	4,576	923	3,813	4,563	925	4,478
11.5	2.3	9.2	11.5	2.4	10.5	11.6	2.3	9.6	11.5	2.3	11.7
2,830	738	2,248	2,777	730	2,596	2,807	742	2,378	2,812	692	2,835
612	189	483	619	201	583	616	200	516	644	188	636
279	60	221	273	59	259	278	61	238	273	54	277
1,169	232	933	1,149	242	1,079	1,160	244	966	1,170	216	1,178
8.9	2.2	7.0	8.9	2.1	8.4	9.0	2.1	7.7	9.1	2.0	9.1
9.0	1.4	7.1	8.7	1.2	8.2	8.9	1.3	7.5	8.6	1.1	8.7
1.25	0.21	0.98	1.23	0.19	1.14	1.25	0.20	1.03	1.22	0.19	1.22
3.8	1.1	3.2	3.7	1.0	3.4	3.7	1.0	3.2	3.7	1.0	3.7
3.2	8.6	0.0	1.5	6.2	0.0	2.7	8.5	0.0	1.2	4.2	0.0

表 2 の 1 食品群別摂取量（総数, 年齢階級別）

食品群別	総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	2,803			309			376			399			486		
穀類	481.5	317.3	415.9	549.6	338.2	469.3	511.7	328.7	444.1	490.9	317.5	409.2	472.9	330.0	414.0
米・加工品	360.5	181.3	335.2	418.7	197.9	383.3	381.9	184.6	356.2	367.3	187.2	325.1	349.8	184.0	333.5
小麦・加工品	112.3	119.8	80.7	121.7	123.8	86.0	121.2	125.8	87.8	115.5	116.4	84.1	113.5	128.0	80.5
パン	43.5	37.1	34.1	40.2	34.4	32.8	44.9	38.6	36.6	42.5	38.0	31.4	42.3	35.7	33.1
うどん	25.7	30.4	17.3	25.6	29.7	16.7	24.8	28.9	16.7	23.3	23.8	17.2	25.2	33.6	16.8
ラーメン	25.4	31.8	15.9	33.9	37.7	20.2	28.6	32.4	17.9	29.4	37.1	18.9	26.6	32.4	16.7
パスタ類	17.6	20.7	13.4	21.9	21.9	16.3	22.9	25.8	16.6	20.3	17.5	16.6	19.4	26.2	13.9
その他の穀類・加工品	8.7	16.2	0.0	9.3	16.5	0.0	8.6	18.3	0.0	8.1	13.9	0.0	9.6	18.0	0.0
いも類	44.6	41.8	32.3	43.0	42.1	29.3	46.7	44.8	33.6	45.9	37.3	36.5	43.0	40.8	27.2
砂糖・甘味類	5.2	6.5	3.6	4.7	5.7	3.1	5.7	7.4	3.3	5.4	6.9	3.4	5.0	6.8	3.4
砂糖・甘味料類	1.3	4.1	0.0	1.1	3.4	0.0	2.0	5.0	0.0	1.8	4.7	0.0	1.1	4.3	0.0
調理砂糖	4.0	2.5	3.6	3.6	2.3	3.1	3.7	2.4	3.3	3.7	2.2	3.4	3.9	2.5	3.4
豆類	82.7	74.7	62.9	69.2	75.1	49.1	77.0	69.3	59.8	78.3	65.9	60.5	85.3	86.1	60.6
とうふ・油揚げ	65.5	52.1	55.4	55.1	51.7	43.8	59.9	47.8	51.3	62.5	45.3	53.4	69.2	64.0	54.6
納豆	17.2	22.6	7.5	14.1	23.4	5.3	17.2	21.5	8.5	15.8	20.7	7.1	16.1	22.1	6.0
野菜類	248.4	239.7	179.3	231.8	230.1	167.5	244.4	232.1	180.8	244.7	228.7	179.0	247.4	246.6	176.4
緑黄色野菜	81.6	80.1	57.5	78.0	75.9	55.2	84.0	77.4	61.7	83.1	78.2	60.0	79.7	80.0	54.2
トマト	23.6	27.0	13.6	24.2	26.3	14.1	23.0	23.8	15.2	22.9	25.5	13.7	21.8	26.0	12.4
にんじん・かぼちゃ	23.8	18.3	20.3	21.7	17.9	17.9	25.4	17.3	22.9	24.8	18.0	21.0	23.4	20.0	18.9
緑葉野菜	34.3	34.8	23.6	32.2	31.8	23.2	35.6	36.3	23.6	35.4	34.8	25.3	34.5	34.0	23.0
その他の野菜	148.7	134.9	112.8	142.7	137.3	107.7	148.3	135.2	114.7	148.5	131.9	113.0	150.8	143.4	114.5
生（レタス・キャベツ）	32.3	27.6	25.7	30.9	27.8	25.1	31.4	28.6	24.7	30.4	24.1	24.5	34.4	31.1	27.5
キャベツ	45.1	34.4	37.6	41.5	34.0	33.9	44.0	31.6	36.9	45.8	34.3	37.2	45.9	35.5	39.6
だいこん・かぶ	16.3	18.6	10.3	14.8	17.8	8.6	16.1	18.2	10.2	16.8	19.5	11.2	15.8	17.0	10.5
根菜	46.3	34.2	39.2	44.7	34.8	37.3	48.4	35.7	40.3	47.9	35.3	40.1	46.1	36.6	36.9
100%ジュース(×0.225)	8.7	20.1	0.0	10.8	23.0	2.7	8.5	21.0	2.6	7.4	18.7	0.0	8.6	23.2	0.0
漬物	18.1	24.7	9.0	11.1	16.9	4.7	12.0	19.5	4.4	13.1	18.6	6.0	16.9	23.2	7.7
漬物(緑葉野菜)	10.0	13.3	5.8	7.7	11.0	3.1	7.7	11.7	2.8	8.2	10.8	4.0	9.2	11.4	4.8
漬物(その他)	8.1	11.4	3.2	3.4	6.0	1.6	4.4	7.8	1.6	4.9	7.9	2.0	7.7	11.8	3.0
果実類	105.5	174.2	37.8	84.0	151.6	29.3	85.4	160.6	33.7	74.9	142.1	19.6	99.4	181.9	28.0
かき・いちご	13.8	24.5	6.4	7.0	16.7	0.0	7.4	17.0	0.0	8.3	16.6	0.0	10.4	20.7	0.0
柑橘類	20.8	33.7	9.6	13.1	20.8	6.7	16.2	24.4	8.7	14.5	23.3	8.0	18.4	31.1	9.2
その他の果物	40.8	46.8	21.8	26.7	35.0	13.3	32.5	46.6	15.9	26.5	37.8	11.6	41.0	50.1	18.8
100%ジュース(×0.775)	30.0	69.1	0.0	37.2	79.2	9.3	29.3	72.5	9.1	25.6	64.4	0.0	29.6	80.0	0.0
きのこ類	14.5	12.5	11.9	12.4	11.5	9.8	15.5	12.5	12.6	15.9	12.8	13.3	15.0	12.1	12.7
薬類	13.5	14.4	8.5	11.8	13.8	6.8	12.3	14.0	7.3	13.2	14.2	8.1	12.8	13.3	7.6
魚介類	84.0	89.5	60.3	73.8	92.4	45.3	73.0	71.4	50.4	74.4	80.8	54.2	83.1	88.3	61.4
生魚介類	46.9	46.7	35.1	46.7	51.9	33.5	43.2	39.4	32.5	42.1	42.9	32.9	46.8	47.0	35.6
脂がのった魚	17.3	16.0	13.2	16.4	17.6	11.5	15.8	14.5	11.5	15.1	15.1	11.7	16.2	15.2	12.4
脂が少ない魚	15.8	15.8	12.1	16.3	17.5	12.4	13.8	11.7	10.9	14.4	15.0	12.1	15.3	14.1	12.2
いか・たこ・えび・貝	13.7	14.9	9.8	14.0	16.8	9.6	13.6	13.2	10.0	12.7	12.8	9.1	15.3	17.7	11.0
魚介加工品	37.2	42.8	25.2	27.1	40.5	11.8	29.8	32.0	18.0	32.3	37.9	21.2	36.4	41.3	25.7
干物	25.0	22.2	17.6	17.8	19.4	11.8	21.0	19.4	14.8	21.8	19.4	14.9	25.3	22.9	18.1
ツナ缶	3.8	5.8	2.9	3.9	8.1	0.0	3.8	4.9	3.1	3.9	5.2	3.4	4.0	5.4	3.3
骨ごと魚	8.4	14.8	4.8	5.4	12.9	0.0	4.9	7.7	0.0	6.6	13.3	3.0	7.1	12.9	4.3
肉類	100.1	76.1	76.3	117.7	90.4	87.0	116.5	88.3	86.9	110.6	72.7	86.2	100.3	69.0	77.5
豚肉・牛肉	47.9	30.0	41.9	53.5	34.3	45.9	53.6	30.7	47.3	50.5	29.4	46.0	47.3	27.8	42.6
ハム	11.7	10.5		13.3	11.5		14.1	11.5		13.2	10.7		12.0	10.8	
鶏肉	39.1	31.2	34.3	49.7	41.1	41.1	47.4	39.0	39.6	45.6	27.9	40.2	39.5	27.5	34.9
レバー	1.4	4.4	0.0	1.2	3.5	0.0	1.3	7.1	0.0	1.3	4.7	0.0	1.6	2.9	0.0
卵類	51.4	34.7	45.3	55.3	38.5	50.4	55.6	37.9	48.3	55.8	36.0	49.0	52.1	36.1	45.7
乳類	136.0	216.2	39.0	115.2	184.4	39.2	134.7	222.8	38.0	121.6	196.4	38.1	137.0	238.6	40.3
低脂肪乳	34.5	80.1	0.0	20.2	52.8	0.0	23.4	64.9	0.0	21.7	60.3	0.0	30.4	95.0	0.0
普通乳	75.5	99.6	26.0	58.0	90.3	16.3	82.4	118.0	23.2	70.6	99.7	21.8	78.8	103.1	26.4
アイスクリーム	26.0	36.5	13.0	36.9	41.3	22.9	28.9	39.8	14.8	29.3	36.4	16.2	27.8	40.5	13.9
油脂類	14.4	6.7	13.7	16.2	7.7	14.9	16.6	7.2	15.8	16.0	6.4	14.9	14.7	6.7	13.7
菓子類	51.3	55.7	32.8	59.1	63.8	42.6	58.3	61.1	39.7	56.2	53.6	40.4	53.4	56.2	35.5
和菓子類	9.2	11.5	6.0	8.1	13.9	5.2	8.3	11.2	5.2	8.1	8.8	6.0	10.2	12.6	6.4
せんべい	15.4	16.3	9.6	17.6	19.0	10.2	17.1	17.7	11.0	18.8	17.0	13.2	17.1	17.2	11.3
洋菓子	26.7	27.8	17.2	33.4	30.9	27.2	33.0	32.2	23.5	29.3	27.8	21.2	26.0	26.4	17.8
嗜好飲料類	852.2	1,319.0	432.2	620.9	1,066.9	184.7	742.7	1,294.6	250.3	944.4	1,475.1	400.7	982.5	1,387.8	511.1
アルコール飲料	140.6	408.2	0.0	50.9	185.3	0.0	106.8	328.9	0.0	214.9	520.1	0.0	179.8	451.6	0.0
日本酒	9.9	50.7	0.0	2.6	19.2	0.0	3.1	21.9	0.0	5.0	31.7	0.0	12.2	58.5	0.0
ビール	101.3	252.7	0.0	29.3	97.9	0.0	83.3	233.5	0.0	169.1	353.6	0.0	129.2	257.7	0.0
焼酎	20.9	57.8	0.0	11.5	30.2	0.0	13.9	39.8	0.0	24.7	61.7	0.0	28.4	79.3	0.0
ウイスキー	3.8	21.0	0.0	3.6	16.8	0.0	3.6	17.5	0.0	7.9	33.3	0.0	3.8	26.3	0.0
ワイン	4.7	25.9	0.0	3.9	21.2	0.0	2.9	16.2	0.0	8.2	39.7	0.0	6.2	29.8	0.0
その他の嗜好飲料	711.6	910.9	432.2	570.0	881.5	184.7	635.9	965.7	250.3	729.4	955.0	400.7	802.6	936.2	511.1
緑茶	337.2	333.6	252.3	274.0	350.9	101.7	225.9	322.6	57.0	245.5	304.7	125.6	354.7	339.4	269.5
紅茶・ウーロン茶	69.8	177.6	0.0	70.9	148.6	13.8	95.8	226.1	12.9	92.4	228.9	12.1	76.3	180.1	0.0
コーヒー	240.9	269.4	161.6	114.1	184.3	30.1	216.5	242.7	149.5	329.1	313.4	240.2	312.4	300.4	223.2
コーラ	63.7	130.3	18.3	111.0	197.8	39.2	97.8	174.4	30.9	62.4	108.0	22.7	59.3	116.3	18.5
調味料・香辛料類	25.5	17.5	21.5	26.0	18.1	21.9	25.0	16.7	21.4	26.0	18.7	21.8	25.8	17.8	21.4
しょうゆ	2.1	1.0	1.9	2.2	1.0	2.0	2.2	0.9	2.1	2.2	1.2	2.0	2.2	1.1	2.0
塩	4.0	1.3	3.9	4.0	1.4	3.9	4.0	1.4	3.9	4.0	1.3	3.8	3.9	1.3	3.8
マヨネーズ	8.4	6.5	7.0	8.3	6.7	6.9	8.3	6.3	7.0	8.6	7.0	7.2	8.7	6.4	7.4
味噌	9.7	7.6	7.6	10.0	7.8	7.9	9.0	6.8	7.4	9.9	8.1	7.7	9.6	7.8	7.2
めんすoup(×1.5/100)	1.3	1.1	1.0	1.5	1.2	1.2	1.4	1.2	1.1	1.4	1.0	1.1	1.4	1.2	1.0

60-69歲			70-79歲			(再掲) 65-74歲			(再掲) 75-79歲		
平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値
589			644			717			246		
465.4	303.6	407.4	446.4	283.9	391.5	450.7	286.4	401.4	440.7	283.3	390.5
350.9	178.1	331.1	332.9	158.9	315.5	337.1	163.8	323.3	328.1	155.7	315.4
105.8	109.7	76.4	105.5	110.3	76.0	105.8	109.0	78.1	104.2	112.4	75.1
43.7	35.7	34.0	45.6	38.8	35.7	46.1	39.2	37.3	43.6	36.5	34.5
24.4	27.5	16.0	29.5	34.5	19.4	26.7	28.7	18.0	31.2	40.8	20.5
23.2	30.5	14.3	18.0	22.1	11.2	20.0	25.9	12.0	17.4	21.3	11.1
14.5	16.0	12.0	12.3	15.0	9.6	13.1	15.2	10.8	12.0	13.9	9.0
8.7	15.8	0.0	8.0	14.7	0.0	7.8	13.5	0.0	8.4	15.1	0.0
44.1	39.6	33.7	44.9	44.9	33.1	46.2	46.6	33.7	42.4	34.2	36.1
5.0	6.1	3.7	5.5	5.9	4.1	5.3	5.7	3.9	5.5	5.5	4.3
0.9	3.6	0.0	1.0	3.3	0.0	0.9	3.0	0.0	0.9	3.1	0.0
4.1	2.5	3.7	4.5	2.6	4.1	4.4	2.7	3.9	4.6	2.5	4.3
84.6	68.7	66.4	91.6	76.5	73.2	91.4	74.3	72.6	86.6	73.4	69.9
68.3	48.0	58.9	70.3	51.1	61.7	71.9	50.2	63.9	65.7	48.3	58.5
16.3	20.7	7.5	21.3	25.4	11.5	19.5	24.1	8.7	20.9	25.1	11.5
253.9	236.0	189.7	256.7	244.8	187.4	258.1	241.3	191.2	261.4	249.8	191.9
82.2	81.3	58.0	81.7	83.0	55.3	82.7	83.5	56.2	83.3	81.1	56.4
24.1	27.9	12.9	24.8	29.8	12.9	24.7	28.7	13.7	25.8	30.7	12.9
24.1	18.6	20.8	23.1	17.4	19.9	23.9	18.1	20.5	22.7	17.2	19.5
33.9	34.8	24.4	33.8	35.7	22.6	34.1	36.7	22.0	34.9	33.2	24.0
151.0	130.8	118.8	148.4	130.6	113.4	151.7	131.9	118.9	149.4	131.3	115.2
33.4	27.8	27.0	32.1	25.9	26.1	34.0	27.3	28.6	30.8	26.5	24.1
46.2	37.0	38.0	45.6	32.9	38.8	47.0	35.9	38.9	45.9	32.7	38.8
16.5	18.2	10.9	16.7	20.2	9.9	16.1	18.0	10.1	19.0	24.0	11.4
46.9	32.4	40.9	44.4	31.7	38.6	46.1	32.1	41.4	44.1	29.9	38.3
7.8	15.5	2.0	9.6	19.8	0.0	8.5	18.5	0.0	9.5	18.1	2.7
20.7	23.9	13.0	26.7	31.3	18.7	23.7	25.9	16.0	28.7	37.4	20.3
11.0	12.8	7.1	13.3	17.0	9.3	12.2	13.1	8.7	14.1	22.2	9.2
9.7	11.1	5.9	13.4	14.3	9.3	11.5	12.8	7.3	14.7	15.1	11.1
113.4	156.4	61.2	143.9	197.6	66.9	129.7	181.6	60.3	145.5	190.8	81.4
17.4	26.1	8.3	23.6	32.0	11.7	21.3	30.4	10.2	23.1	29.5	11.7
21.9	32.6	11.0	32.1	46.3	14.2	27.4	38.5	12.5	33.0	49.9	16.0
47.2	44.2	35.0	55.3	51.0	40.9	51.9	49.2	37.7	56.5	49.0	44.5
27.0	53.5	6.9	33.0	68.3	0.0	29.2	63.6	0.0	32.9	62.4	9.2
14.5	12.6	11.8	13.8	12.6	11.0	14.1	12.2	11.6	13.7	12.7	10.1
14.2	14.6	9.4	15.3	15.4	10.8	14.8	15.0	10.4	15.6	15.8	11.3
89.3	88.8	66.0	97.3	98.1	68.9	93.3	94.0	68.0	102.8	99.3	74.4
48.6	43.6	38.2	50.5	51.2	36.3	49.1	47.6	36.6	52.6	49.5	39.0
18.0	15.1	14.4	20.2	17.4	15.2	19.4	16.4	15.0	20.7	17.4	15.8
16.2	15.0	13.0	17.7	19.0	12.0	16.4	17.3	11.9	19.0	17.3	13.6
14.4	13.5	10.8	12.7	14.8	9.1	13.3	13.9	9.7	12.8	14.8	9.6
40.6	45.2	27.8	46.7	46.9	32.6	44.3	46.4	31.4	50.3	49.8	35.5
27.2	23.1	19.5	30.5	23.5	25.5	28.8	23.2	23.0	33.4	25.3	28.2
3.9	6.1	2.9	3.3	5.2	0.0	3.4	5.0	2.3	3.8	5.6	0.0
9.6	16.0	5.3	12.9	18.3	7.1	12.1	18.1	6.2	13.1	18.8	7.3
89.4	67.8	67.6	85.1	67.2	65.8	86.8	65.4	67.8	83.2	69.5	62.7
45.6	30.1	39.9	42.8	28.1	37.8	44.4	29.8	39.1	40.6	24.8	36.4
10.8	9.3		9.2	9.5		10.0	9.9		8.6	8.5	
31.7	26.2	27.7	31.4	24.9	28.0	31.1	23.0	28.8	31.9	29.6	26.3
1.2	2.2	0.0	1.6	4.7	0.0	1.3	2.6	0.0	2.1	6.7	0.0
48.3	28.3	44.9	46.7	33.3	39.8	48.0	31.8	42.8	44.9	31.2	39.0
142.5	209.3	48.8	149.0	212.0	47.0	145.1	213.7	43.4	156.4	204.8	67.2
37.8	78.0	0.0	55.8	93.6	0.0	50.6	93.7	0.0	52.0	82.9	0.0
82.4	98.0	37.8	74.2	89.0	37.6	75.7	92.6	33.4	83.6	89.4	57.8
22.3	33.2	11.1	19.1	29.4	9.4	18.7	27.5	10.0	20.8	32.4	9.4
13.4	6.0	12.7	12.2	5.9	11.8	12.6	5.9	12.2	11.7	5.7	11.1
48.1	52.1	29.3	41.5	48.2	25.5	44.1	49.7	27.2	38.7	46.3	22.6
9.7	10.3	6.6	9.5	12.0	6.0	10.1	12.3	6.3	7.9	8.9	5.6
14.4	15.1	8.9	11.0	12.5	6.7	12.0	13.0	7.5	10.9	13.0	5.9
24.0	26.7	13.8	21.0	23.7	12.8	22.0	24.4	13.5	20.0	24.4	11.2
927.3	1,291.5	565.0	803.0	1,079.3	530.9	851.7	1,185.1	558.3	804.1	1,115.4	525.5
161.3	449.8	0.0	108.9	324.1	0.0	138.2	407.8	0.0	105.4	360.1	0.0
15.3	68.9	0.0	13.6	55.4	0.0	14.4	64.9	0.0	14.3	56.2	0.0
113.0	276.3	0.0	72.8	192.3	0.0	97.1	255.0	0.0	69.6	225.1	0.0
25.3	64.3	0.0	17.7	46.3	0.0	20.5	50.6	0.0	15.8	44.6	0.0
2.4	13.2	0.0	2.7	15.3	0.0	2.6	14.6	0.0	2.3	14.7	0.0
5.3	27.2	0.0	2.1	14.9	0.0	3.6	22.7	0.0	3.3	19.4	0.0
766.0	841.6	565.0	694.0	755.1	530.9	713.5	777.3	558.3	698.7	755.3	525.5
383.5	307.6	355.3	433.7	328.2	416.3	410.0	310.1	399.8	451.0	349.2	433.2
66.3	162.0	0.0	38.5	119.0	0.0	49.0	142.2	0.0	35.9	105.3	0.0
272.0	271.1	196.8	178.9	217.9	114.5	213.3	234.5	147.9	172.1	228.7	92.2
44.2	100.9	12.8	42.9	90.0	0.0	41.3	90.5	10.5	39.7	72.1	0.0
25.2	16.6	21.6	25.1	17.5	20.9	25.7	17.1	21.6	24.1	17.1	20.2
2.0	0.9	1.9	2.0	1.0	1.8	2.0	0.9	1.9	1.9	1.0	1.7
4.0	1.2	3.9	4.0	1.3	3.9	4.0	1.3	3.9	4.0	1.3	3.8
8.5	6.3	7.2	7.9	6.6	6.5	8.6	6.7	7.1	7.3	6.1	6.2
9.5	7.2	7.7	9.9	7.6	7.8	9.9	7.2	7.9	9.6	7.6	7.6
1.2	1.0	0.9	1.2	1.1	0.9	1.2	1.0	0.9	1.2	1.1	0.9

表 2 の 2 食品群別摂取量（男性, 年齢階級別）

食品群別	総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	1,253			127			147			168			201		
穀類	580.0	355.1	522.2	688.6	367.0	642.0	641.7	384.9	593.1	626.2	355.0	579.0	581.6	367.5	532.6
米・加工品	432.6	195.4	417.4	527.8	200.4	526.1	479.0	200.5	477.1	474.2	200.7	476.8	426.9	201.1	422.4
小麦・加工品	135.1	139.2	98.4	147.1	145.6	107.9	147.7	157.8	106.8	141.1	137.4	102.2	141.0	142.9	100.2
パン	46.9	41.0	36.4	43.4	38.3	36.9	49.6	47.2	37.7	43.5	40.3	30.0	44.4	38.8	33.1
うどん	31.5	35.1	21.5	29.9	35.2	18.9	30.6	37.4	23.1	28.6	28.7	20.9	31.6	32.2	21.7
ラーメン	36.6	39.1	25.0	48.8	46.7	34.2	38.8	41.2	26.5	44.1	47.3	30.7	41.5	40.3	28.4
パスタ類	20.2	24.0	15.5	24.9	25.3	17.9	28.6	31.9	19.5	24.9	21.1	20.6	23.4	31.7	17.0
その他の穀類・加工品	12.2	20.5	6.4	13.7	21.0	8.1	15.0	26.7	9.2	11.0	17.0	0.0	13.8	23.5	9.9
いも類	41.2	42.5	28.7	39.5	39.3	30.3	47.8	53.3	32.4	42.3	38.1	29.8	43.0	43.8	27.8
砂糖・甘味類	5.6	7.3	3.6	5.1	6.6	3.6	6.5	8.8	3.6	5.8	7.7	3.2	5.1	6.0	3.4
砂糖・甘味料類	1.4	4.5	0.0	1.3	4.2	0.0	2.4	5.9	0.0	2.1	5.2	0.0	0.9	2.9	0.0
調理砂糖	4.2	2.8	3.6	3.8	2.4	3.6	4.2	2.9	3.6	3.7	2.5	3.2	4.3	3.1	3.4
豆類	86.0	82.1	63.1	78.0	75.1	57.0	84.1	76.7	63.9	78.3	69.1	60.7	85.2	101.4	57.7
とうふ・油揚げ	67.2	56.8	55.2	60.8	51.9	50.1	64.6	51.2	55.0	59.3	45.0	50.7	71.1	78.9	52.9
納豆	18.8	25.3	7.9	17.2	23.2	6.9	19.5	25.5	8.9	19.0	24.1	9.9	14.1	22.6	4.9
野菜類	251.1	247.8	178.4	249.1	241.1	176.6	261.1	245.8	187.7	247.5	237.3	180.4	244.4	261.0	167.7
緑黄色野菜	77.5	79.6	52.1	82.0	82.2	56.4	86.0	80.3	58.6	81.0	80.3	57.4	71.7	77.2	46.6
トマト	23.6	27.7	13.8	25.4	28.2	15.1	26.2	26.5	16.6	22.9	24.9	15.1	20.8	26.9	11.6
にんじん・かぼちゃ	22.2	18.2	18.9	24.2	19.7	20.5	24.7	17.7	22.6	24.2	19.1	20.4	21.4	20.7	16.4
緑葉野菜	31.7	33.7	19.4	32.4	34.4	20.8	35.0	36.1	19.4	34.0	36.2	21.9	29.5	29.6	18.6
その他の野菜	153.4	141.5	115.4	155.5	143.9	114.5	159.0	142.0	121.9	150.9	136.3	114.5	155.0	161.0	111.9
生(レタス・キャベツ)	35.4	31.2	27.6	33.8	28.1	27.9	38.0	36.2	27.6	35.2	29.5	27.8	38.1	37.3	28.3
キャベツ	46.1	35.3	38.9	46.7	36.4	39.1	46.1	29.3	41.2	46.6	36.2	36.7	45.1	36.7	39.7
だいこん・かぶ	17.9	19.1	12.2	15.7	18.5	10.6	19.6	19.4	13.1	19.3	21.3	12.8	17.1	17.7	12.2
根菜	43.8	33.4	36.7	47.2	39.4	36.9	45.3	33.9	36.6	43.4	31.9	37.2	42.8	39.5	31.7
100%ジュース(×0.225)	10.1	22.5	0.0	12.0	21.6	0.0	10.0	23.2	3.5	6.4	17.5	0.0	11.8	29.8	0.0
漬物	20.2	26.8	10.9	11.6	14.9	5.8	16.1	23.5	7.2	15.6	20.7	8.6	17.7	22.7	9.2
漬物(緑葉野菜)	11.5	15.3	6.8	8.3	10.3	4.1	10.8	15.2	4.9	9.5	11.5	6.1	10.7	12.4	5.8
漬物(その他)	8.7	11.4	4.1	3.3	4.6	1.7	5.3	8.3	2.3	6.1	9.2	2.5	7.1	10.3	3.4
果実類	103.4	183.8	26.9	81.9	142.2	15.5	84.1	174.9	32.3	55.8	114.8	17.0	97.8	201.4	22.3
かき・いちご	11.9	23.3	0.0	4.8	11.7	0.0	6.6	19.9	0.0	4.0	7.5	0.0	6.1	10.8	0.0
柑橘類	18.7	34.2	9.0	11.7	19.6	4.4	13.6	19.6	8.5	9.5	16.8	6.3	14.7	33.2	8.3
その他の果物	37.9	48.8	17.9	24.0	36.4	11.1	29.6	55.5	11.9	20.3	30.3	10.7	36.3	54.7	13.9
100%ジュース(×0.775)	34.8	77.6	0.0	41.5	74.6	0.0	34.3	79.9	12.0	22.0	60.1	0.0	40.7	102.7	0.0
きのこ類	12.9	11.8	9.5	13.8	12.8	10.6	14.6	11.7	12.4	14.2	10.9	12.9	12.8	12.7	8.8
藻類	13.4	14.8	7.8	13.1	14.7	7.4	13.5	14.2	7.4	11.7	14.6	6.7	12.3	13.4	7.4
魚介類	91.7	95.7	63.3	84.9	102.9	51.5	86.8	83.9	60.6	82.5	89.8	61.7	86.2	87.4	64.5
生魚介類	52.2	50.4	39.5	52.4	56.6	39.2	52.5	47.0	40.1	46.7	45.4	36.8	51.3	47.3	39.4
脂がのった魚	19.3	17.4	15.1	19.9	20.6	14.1	19.1	17.8	15.3	17.4	16.4	13.5	17.7	15.3	14.1
脂が少ない魚	16.9	16.8	12.7	17.4	18.6	14.1	15.5	13.0	12.2	14.6	14.5	12.2	16.2	15.4	12.2
いか・たこ・えび・貝	16.0	16.3	11.6	15.0	17.4	11.1	17.9	16.2	12.6	14.7	14.5	11.2	17.4	16.6	13.1
魚介加工品	39.5	45.3	23.8	32.5	46.3	12.3	34.3	36.9	20.5	35.7	44.4	24.9	34.9	40.1	25.1
干物	26.4	23.6	18.1	20.6	22.7	12.3	24.5	22.8	16.5	22.8	20.9	17.2	24.3	23.2	17.2
ツナ缶	3.6	5.6	0.0	3.7	5.4	0.0	3.7	5.5	0.0	4.4	6.7	3.6	4.0	5.7	3.3
骨ごと魚	9.4	16.1	5.7	8.3	18.1	0.0	6.1	8.6	4.0	8.5	16.8	4.1	6.6	11.1	4.6
肉類	108.1	85.9	92.2	140.8	108.4	115.5	138.5	108.5	114.4	119.8	79.6	106.8	108.8	76.2	92.5
豚肉・牛肉	50.3	32.7	45.1	62.2	40.1	54.6	61.7	34.9	52.0	54.4	31.8	47.9	49.4	29.6	44.6
ハム	13.1	11.8	9.4	15.1	13.4	10.2	17.6	13.7	15.6	14.9	11.9	12.1	13.5	12.7	8.8
鶏肉	42.8	35.5	37.7	62.1	51.1	50.7	57.0	48.8	46.8	48.8	29.1	46.8	43.6	30.0	39.1
レバー	1.9	5.9	0.0	1.6	3.8	0.0	2.2	11.1	0.0	1.8	6.8	0.0	2.2	3.8	0.0
卵類	56.4	39.3	48.0	61.2	45.4	52.8	61.3	44.8	56.9	61.5	40.0	51.3	57.9	43.7	46.9
乳類	137.0	239.1	30.9	129.2	212.8	40.4	136.2	261.6	31.7	114.4	198.1	31.7	135.6	277.9	30.3
低脂肪乳	39.0	92.4	0.0	28.7	68.3	0.0	27.8	77.8	0.0	19.5	57.1	0.0	36.2	121.5	0.0
普通乳	70.5	106.0	17.2	62.1	100.2	16.4	76.4	137.3	16.8	63.0	99.6	15.5	69.1	108.3	15.0
アイスクリーム	27.5	40.7	13.7	38.3	44.4	24.1	32.0	46.6	15.0	31.9	41.3	16.2	30.3	48.1	15.3
油脂類	16.1	7.5	15.3	19.9	9.0	18.2	19.1	8.4	17.8	17.8	6.9	17.7	16.1	7.5	15.2
菓子類	46.8	54.4	28.9	57.6	72.1	34.4	47.7	50.5	30.0	47.9	49.9	32.4	45.7	52.3	27.3
和菓子類	8.9	12.3	5.7	9.4	18.8	6.0	8.1	10.3	5.1	7.5	8.8	5.7	8.3	11.4	5.3
せんべい	15.3	16.1	9.7	20.3	22.7	10.8	15.4	15.2	10.6	17.8	16.1	13.0	16.9	17.5	9.9
洋菓子	22.6	26.0	13.5	27.9	30.6	17.6	24.2	24.9	14.3	22.7	25.0	13.7	20.5	23.3	12.1
嗜好飲料類	1,023.8	1,538.0	454.0	753.7	1,187.3	267.0	923.7	1,507.8	299.7	1,205.5	1,753.9	495.9	1,184.6	1,612.3	604.6
アルコール飲料	239.9	516.5	14.6	54.9	172.5	0.0	192.7	431.7	0.0	348.2	608.1	56.9	312.7	566.3	65.7
日本酒	20.2	73.1	0.0	0.4	2.3	0.0	6.6	33.9	0.0	11.3	48.1	0.0	27.0	87.3	0.0
ビール	171.1	315.1	14.6	37.1	108.1	0.0	149.6	295.6	0.0	280.8	413.0	56.9	216.3	305.0	65.7
焼酎	36.6	76.0	0.0	10.0	28.7	0.0	23.1	52.9	0.0	36.4	73.6	0.0	55.1	110.1	0.0
ウイスキー	6.5	25.7	0.0	4.3	16.5	0.0	7.7	25.6	0.0	13.4	43.3	0.0	6.4	26.6	0.0
ワイン	5.4	26.5	0.0	3.0	16.9	0.0	5.7	23.8	0.0	6.3	30.1	0.0	8.0	37.3	0.0
その他の嗜好飲料	783.9	1,021.4	439.4	698.9	1,014.8	267.0	731.0	1,076.1	299.7	857.3	1,145.8	439.0	871.8	1,046.0	538.9
緑茶	349.3	367.1	226.1	302.5	393.1	108.3	227.3	356.8	59.5	270.6	348.6	149.1	372.7	399.8	248.1
紅茶・ウーロン茶	70.7	199.5	0.0	67.1	154.9	0.0	102.7	256.6	13.6	107.8	287.1	0.0	68.4	180.0	0.0
コーヒー	273.3	302.3	183.7	159.6	235.0	48.5	257.2	274.6	174.8	383.9	369.4	259.9	348.6	325.7	259.1
コーラ	90.7	152.5	29.6	169.6	231.9	110.2	143.8	188.0	51.7	95.0	140.6	30.0	82.1	140.5	31.7
調味料・香辛料類	29.2	19.7	25.1	30.1	19.6	27.3	29.7	19.6	25.1	31.3	22.3	26.7	30.8	20.7	26.7
しょうゆ	2.5	1.1	2.3	2.6	1.1	2.4	2.6	1.0	2.3	2.6	1.5	2.3	2.7	1.3	2.4
塩	4.3	1.4	4.3	4.5	1.3	4.5	4.6	1.6	4.4	4.3	1.4	4.2	4.3	1.5	4.2
マヨネーズ	9.4	7.2	7.9	9.2	6.9	8.4	9.6	7.7	7.6	10.2	8.2	8.6	10.2	7.4	9.1
味噌	11.3	8.7	9.2	11.7	8.9	10.2	11.0	7.8	9.2	12.3	9.9	10.0	11.7	9.4	9.5
めんスープ(×1.5/100)	1.7	1.3	1.4	2.0	1.4	1.7	1.9	1.5	1.5	1.9	1.2	1.6	1.9	1.2	1.6

60-69歲			70-79歲			(再掲)65-74歲			(再掲)75-79歲		
平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値	平均值	標準偏差	中央値
269			341			351			131		
554.8	342.5	497.5	509.0	298.8	453.9	522.3	308.5	462.9	507.3	304.6	459.5
417.2	192.9	399.0	372.2	161.3	355.2	385.0	168.7	367.9	371.6	165.5	365.6
126.1	130.1	89.4	126.0	120.4	98.6	127.0	124.5	94.9	124.6	120.8	94.0
43.9	38.8	32.0	52.7	41.8	45.1	50.3	43.5	39.3	52.9	37.8	45.7
30.3	33.6	19.7	34.9	39.0	23.9	33.1	33.9	22.7	35.4	45.7	22.4
35.5	38.6	23.8	25.1	24.4	18.4	29.3	31.4	20.6	23.6	22.2	16.9
16.4	19.1	13.9	13.4	15.1	11.3	14.4	15.7	12.3	12.7	15.0	9.0
11.5	19.5	9.1	10.8	17.2	0.0	10.3	15.3	0.0	11.1	18.3	0.0
37.4	41.2	26.2	40.2	40.2	28.5	41.8	45.5	28.3	36.1	32.3	25.4
5.1	7.3	3.6	6.1	6.9	4.3	5.7	6.7	3.9	6.0	6.5	4.6
1.1	4.6	0.0	1.4	4.1	0.0	1.2	3.8	0.0	1.2	3.9	0.0
4.1	2.7	3.6	4.7	2.9	4.3	4.5	2.9	3.9	4.8	2.7	4.6
82.8	70.5	63.4	96.7	85.1	71.2	92.9	80.5	72.3	93.6	83.6	65.1
65.5	48.3	55.6	73.7	55.7	61.4	71.6	53.1	63.1	69.6	53.9	54.5
17.3	22.2	7.7	23.0	29.4	9.8	21.3	27.4	9.2	24.0	29.7	10.6
245.2	233.7	181.4	257.9	248.5	186.0	258.5	244.5	190.1	253.6	250.4	178.1
74.1	77.7	49.0	76.5	79.5	50.3	77.5	80.7	52.0	72.8	76.8	45.2
23.4	29.5	12.5	24.0	28.1	13.2	24.9	28.7	14.8	23.6	30.7	11.1
20.6	16.1	17.9	21.1	17.1	18.5	21.3	16.6	18.6	19.8	17.3	14.2
30.1	32.1	18.6	31.4	34.3	18.6	31.3	35.4	18.6	29.4	28.8	19.9
149.6	132.7	117.9	153.4	133.9	116.7	156.0	137.1	121.2	151.0	130.8	112.7
35.1	29.5	28.6	33.7	27.6	26.2	35.9	28.4	30.2	31.9	29.9	22.5
45.5	37.6	37.1	46.8	34.0	40.1	47.2	35.8	39.3	47.3	33.6	38.8
18.0	19.2	12.5	17.7	18.6	11.2	18.1	19.9	11.5	18.5	19.0	12.8
41.5	27.9	37.4	44.3	31.2	39.2	44.6	30.7	40.2	43.3	29.5	36.0
9.5	18.5	2.4	10.8	22.5	0.0	10.1	22.2	0.0	10.0	18.7	2.6
21.5	23.3	14.5	27.9	35.0	18.9	25.1	26.7	16.9	29.8	42.9	20.1
11.6	12.8	7.8	14.5	20.6	9.9	13.0	13.5	9.3	15.7	28.4	9.4
9.9	10.5	6.6	13.4	14.4	9.0	12.0	13.1	7.5	14.2	14.4	10.7
103.0	151.5	44.8	146.7	213.4	65.1	127.7	194.4	54.3	148.4	205.1	77.5
13.1	21.5	7.0	23.2	33.1	10.7	19.5	30.1	9.3	23.1	32.4	10.1
19.2	28.0	9.7	30.0	48.7	13.3	25.1	36.9	11.9	32.3	57.1	13.8
38.0	38.4	19.9	56.4	54.2	41.1	48.4	50.7	33.1	58.7	51.3	44.8
32.7	63.6	8.1	37.1	77.4	0.0	34.7	76.6	0.0	34.3	64.4	8.9
12.3	10.6	9.1	11.9	12.1	7.5	12.3	12.1	8.1	11.4	11.1	6.8
13.2	14.9	7.9	15.2	15.6	9.7	14.8	16.3	9.4	14.6	14.4	8.8
92.5	90.4	67.9	103.3	104.5	72.6	98.5	99.0	68.8	106.1	107.2	76.2
52.2	44.4	41.8	55.2	56.7	39.5	52.8	51.4	39.7	56.4	55.3	40.9
18.9	14.9	15.8	21.3	19.0	16.0	19.9	17.1	15.9	22.1	19.6	16.3
16.8	14.5	13.6	18.8	20.5	13.1	17.4	19.0	12.1	19.8	17.8	14.4
16.5	15.1	12.3	15.1	17.2	10.3	15.5	15.3	11.6	14.5	17.9	10.2
40.3	46.0	26.1	48.1	47.8	33.1	45.7	47.5	29.1	49.7	51.8	35.3
26.2	23.0	17.6	32.5	24.9	25.8	29.9	24.1	22.2	34.0	27.0	28.0
3.8	5.5	2.7	2.9	4.9	0.0	3.1	4.5	0.0	3.2	6.0	0.0
10.3	17.4	5.9	12.8	17.9	7.3	12.8	18.9	6.9	12.5	18.9	7.3
93.5	72.0	80.4	88.2	70.3	74.8	89.6	69.6	76.0	87.1	72.7	71.6
44.5	31.4	40.3	44.0	28.9	40.8	44.4	31.6	39.6	42.5	24.7	41.1
11.7	9.5	8.2	10.5	10.5	6.7	11.3	10.7	7.3	9.2	8.9	6.5
35.6	28.6	31.9	31.7	25.3	27.2	32.3	24.4	29.0	32.9	30.9	23.9
1.6	2.6	0.0	2.0	5.6	0.0	1.7	2.9	0.0	2.6	8.2	0.0
52.4	29.7	46.9	52.3	36.9	43.8	52.5	34.8	44.9	49.6	35.0	40.8
134.8	219.3	30.5	153.8	233.3	30.5	148.3	231.6	30.8	156.1	224.7	40.3
41.2	81.5	0.0	57.1	104.3	0.0	53.1	102.3	0.0	54.3	93.8	0.0
70.5	99.3	19.5	75.4	98.7	19.1	74.4	100.6	19.5	79.8	98.3	28.6
23.0	38.5	11.1	21.3	30.3	11.4	20.7	28.7	11.3	22.0	32.6	11.7
15.0	6.5	14.0	13.3	6.1	12.7	13.9	6.2	13.3	12.7	6.1	11.9
47.2	52.1	28.7	42.2	50.9	25.8	45.0	53.3	27.7	39.6	50.3	22.4
9.3	10.1	6.3	9.6	13.5	5.7	10.0	13.5	6.2	7.8	9.9	5.2
14.6	13.8	9.6	11.8	13.2	7.5	12.6	13.2	8.1	11.4	13.9	6.9
23.2	28.2	12.7	20.8	24.2	12.6	22.4	26.6	13.4	20.4	26.5	10.3
1,076.3	1,521.2	579.3	941.7	1,287.0	574.6	998.1	1,410.6	600.2	962.8	1,360.1	614.1
294.5	594.6	86.1	189.7	420.8	4.9	245.0	532.6	53.0	186.4	472.9	0.0
31.2	98.3	0.0	25.1	74.2	0.0	28.2	89.7	0.0	25.7	75.1	0.0
201.3	365.1	86.1	125.9	249.2	4.9	171.0	337.7	53.0	124.0	296.7	0.0
50.7	85.9	0.0	30.4	58.0	0.0	36.6	63.7	0.0	27.9	57.8	0.0
4.7	17.9	0.0	5.0	20.6	0.0	5.1	20.5	0.0	4.0	19.8	0.0
6.6	27.5	0.0	3.2	18.8	0.0	3.9	20.9	0.0	4.7	23.7	0.0
781.8	926.6	493.2	752.0	866.2	569.7	753.1	878.0	547.2	776.4	887.1	614.1
364.3	316.7	278.1	432.4	363.0	404.4	406.0	333.5	373.1	451.0	404.2	419.5
62.2	178.7	0.0	48.1	149.5	0.0	57.1	172.3	0.0	37.9	127.5	0.0
289.6	304.2	192.6	210.7	248.2	144.0	228.0	260.2	151.4	232.4	273.2	175.3
65.7	127.0	22.5	60.9	105.5	21.3	62.0	111.9	22.7	55.1	82.2	19.3
28.3	18.1	24.1	27.6	18.7	23.4	28.3	18.3	24.3	26.6	19.2	22.4
2.4	0.9	2.2	2.4	1.0	2.2	2.4	0.9	2.2	2.3	1.1	2.0
4.2	1.3	4.1	4.3	1.4	4.3	4.3	1.3	4.3	4.3	1.4	4.2
9.2	6.4	7.8	8.7	7.0	7.1	9.3	7.1	7.6	8.1	6.7	7.1
10.8	8.2	8.6	10.7	8.2	8.5	10.9	7.8	8.9	10.5	8.8	8.0
1.6	1.2	1.3	1.5	1.2	1.2	1.5	1.2	1.3	1.5	1.2	1.1

表 2 の 3 食品群別摂取量（女性、年齢階級別）

食品群別	総 数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59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
対象者数	1,550			182			229			231			285		
穀類	401.8	251.2	361.3	452.6	267.5	402.1	428.2	244.9	393.3	392.5	230.6	351.9	396.3	268.3	357.6
米・加工品	302.3	144.9	290.5	342.5	156.1	324.8	319.6	142.2	312.6	289.6	130.1	277.8	295.5	148.6	287.6
小麦・加工品	93.8	95.7	70.8	103.9	99.9	77.2	104.1	95.5	80.7	96.8	89.9	74.2	94.2	107.8	70.0
パン	40.8	33.3	32.7	38.0	31.2	31.2	41.9	31.5	35.9	41.7	36.2	32.4	40.9	33.3	32.8
うどん	21.1	25.0	14.7	22.7	24.7	15.3	21.0	20.9	14.7	19.5	18.5	14.5	20.6	33.9	13.8
ラーメン	16.4	20.2	11.4	23.5	25.0	15.9	22.0	23.0	15.4	18.7	21.8	12.8	16.1	19.5	11.3
パスタ類	15.6	17.2	12.0	19.8	19.0	14.9	19.3	20.1	14.7	16.9	13.4	14.5	16.6	21.1	12.0
その他の穀類・加工品	5.8	10.7	0.0	6.2	11.5	0.0	4.5	7.1	0.0	6.1	10.6	0.0	6.6	11.9	0.0
いも類	47.3	41.0	37.2	45.4	43.9	27.9	45.9	38.5	34.3	48.6	36.5	43.7	43.0	38.6	27.1
砂糖・甘味類	4.9	5.8	3.5	4.5	4.8	3.0	5.2	6.3	3.2	5.2	6.2	3.5	4.9	7.1	3.4
砂糖・甘味料類	1.1	3.7	0.0	1.0	2.6	0.0	1.8	4.4	0.0	1.6	4.3	0.0	1.3	5.1	0.0
調理砂糖	3.8	2.2	3.5	3.4	2.2	3.0	3.4	2.0	3.2	3.6	1.9	3.5	3.6	2.0	3.4
豆類	80.0	68.0	62.8	63.0	74.4	46.8	72.5	63.5	52.7	78.3	62.7	61.3	85.4	72.6	62.8
とうふ・油揚げ	64.1	47.9	55.5	51.2	51.2	42.5	56.8	45.1	44.8	64.9	45.3	54.8	67.9	50.8	55.3
納豆	15.9	20.1	7.3	11.9	23.2	4.3	15.7	18.4	7.9	13.4	17.3	6.5	17.5	21.7	7.4
野菜類	246.2	231.1	180.8	219.7	220.2	164.8	233.7	218.2	176.6	242.6	219.1	183.6	249.5	231.8	185.7
緑黄色野菜	84.9	80.2	62.1	75.2	70.9	57.7	82.7	75.1	63.0	84.7	76.5	62.1	85.4	81.0	61.4
トマト	23.5	26.5	13.3	23.3	24.8	13.7	21.0	21.7	14.1	22.9	25.8	12.8	22.5	25.3	13.0
にんじん・かぼちゃ	25.0	18.3	21.1	19.9	16.2	17.1	25.7	17.0	23.6	25.3	17.1	21.2	24.8	19.4	19.9
緑葉野菜	36.3	35.5	27.7	32.0	29.9	26.9	36.0	36.4	25.3	36.5	33.6	28.1	38.1	36.3	28.5
その他の野菜	144.9	128.4	111.7	133.8	131.2	102.9	141.5	127.5	110.0	146.7	125.9	116.7	147.8	127.5	118.4
生(レタス・キャベツ)	29.8	24.1	24.4	29.0	27.4	23.3	27.1	21.3	21.9	26.9	18.5	22.1	31.8	25.4	25.7
キャベツ	44.3	33.7	36.7	37.8	31.6	31.3	42.6	32.9	33.6	45.3	32.8	37.3	46.5	34.6	38.9
だいこん・かぶ	14.9	18.1	9.1	14.2	17.3	7.8	13.9	17.0	8.1	15.0	17.8	9.9	14.9	16.5	10.2
根菜	48.3	34.7	41.6	42.9	31.1	37.5	50.3	36.7	44.0	51.3	37.3	44.7	48.4	34.3	43.5
100%ジュース(×0.225)	7.6	17.8	0.0	9.9	23.8	3.0	7.6	19.5	2.4	8.2	19.5	2.6	6.3	16.7	0.0
漬物	16.4	22.6	7.0	10.7	18.1	4.2	9.4	15.5	3.6	11.2	16.7	4.9	16.3	23.2	6.0
漬物(緑葉野菜)	8.8	11.2	4.4	7.2	11.4	2.6	5.7	8.2	2.1	7.2	10.1	3.1	8.1	10.5	3.5
漬物(その他)	7.6	11.4	2.6	3.5	6.8	1.6	3.8	7.3	1.4	4.0	6.6	1.9	8.2	12.7	2.4
果実類	107.3	164.8	45.7	85.4	156.8	32.4	86.3	148.7	36.4	88.8	155.8	38.6	100.5	158.2	42.7
かき・いちご	15.4	25.4	7.0	8.6	19.3	0.0	7.9	14.9	0.0	11.4	20.2	6.2	13.5	25.0	6.4
柑橘類	22.6	33.2	10.2	14.1	21.6	7.1	18.0	27.0	8.9	18.1	26.5	8.7	21.1	29.3	10.0
その他の果物	43.1	45.0	28.5	28.6	33.8	15.0	34.3	39.8	19.2	31.0	41.9	14.6	44.3	46.3	26.4
100%ジュース(×0.775)	26.2	61.2	0.0	34.2	82.1	10.3	26.1	67.1	8.4	28.3	67.2	9.0	21.7	57.6	0.0
きのこ類	15.8	12.8	13.1	11.5	10.4	8.9	16.1	13.0	12.7	17.1	13.9	13.5	16.6	11.4	14.6
菌類	13.6	14.1	9.4	10.9	13.1	6.6	11.6	13.8	7.2	14.3	13.8	10.1	13.1	13.2	8.9
魚介類	77.9	83.4	56.0	66.1	80.4	41.5	64.2	59.9	47.7	68.6	72.0	50.2	81.0	88.4	59.5
生魚介類	42.6	42.9	32.1	42.8	47.6	28.4	37.3	32.0	30.2	38.8	40.4	30.0	43.6	46.4	33.3
脂のった魚	15.7	14.6	11.9	14.0	14.5	9.4	13.7	11.5	10.6	13.4	13.8	10.2	15.2	15.1	11.7
脂が少ない魚	15.0	14.9	11.7	15.6	16.7	10.8	12.7	10.7	10.5	14.3	15.3	11.8	14.6	13.0	12.2
いか・たこ・えび・貝	11.9	13.4	8.5	13.2	16.4	8.3	10.8	9.8	9.1	11.1	11.2	8.0	13.7	18.2	9.4
魚介加工品	35.3	40.5	23.9	23.3	32.7	13.1	26.9	27.9	17.5	29.8	31.7	20.2	37.4	42.0	26.2
干物	23.9	20.9	16.5	15.8	16.5	10.8	18.8	16.6	14.0	21.1	18.1	14.2	25.9	22.7	18.8
ツナ缶	3.8	6.0	3.1	4.1	9.6	2.3	3.9	4.4	3.6	3.5	3.8	3.3	4.0	5.2	3.3
骨ごと魚	7.6	13.6	4.2	3.4	6.6	0.0	4.2	7.0	0.0	5.3	9.8	2.7	7.5	14.0	4.0
肉類	93.5	65.8	80.5	101.5	70.5	86.8	102.4	66.7	89.0	103.9	65.7	90.4	94.3	62.4	82.0
豚肉・牛肉	46.0	27.5	39.7	47.4	28.2	40.8	48.4	26.5	42.9	47.8	27.1	41.5	45.8	26.3	40.5
ハム	10.5	9.1	8.4	12.1	9.7	10.2	11.9	9.0	10.1	11.9	9.5	10.8	10.9	9.0	8.6
鶏肉	36.0	26.8	32.4	41.0	29.4	35.8	41.3	29.6	36.0	43.2	26.8	38.1	36.5	25.2	33.0
レバー	1.0	2.4	0.0	1.0	3.2	0.0	0.7	1.6	0.0	0.9	2.2	0.0	1.1	1.9	0.0
卵類	47.3	29.9	42.8	51.2	32.2	48.1	52.0	32.1	45.4	51.7	32.0	45.8	48.0	28.9	44.1
乳類	135.2	195.0	55.1	105.5	158.8	38.6	133.8	193.2	58.0	126.8	194.1	44.2	137.9	203.1	57.7
低脂肪乳	30.9	68.4	0.0	14.3	37.2	0.0	20.5	54.9	0.0	23.4	62.5	0.0	26.3	70.3	0.0
普通乳	79.6	93.9	42.8	55.2	82.6	16.0	86.3	103.6	43.4	76.1	99.4	28.2	85.6	98.7	44.3
アイスクリーム	24.8	32.7	12.3	35.9	39.0	22.6	26.9	34.6	14.6	27.3	32.2	16.0	26.0	34.0	13.4
油脂類	13.1	5.7	12.7	13.6	5.4	13.3	15.0	5.8	14.9	14.6	5.6	13.9	13.6	5.7	12.9
菓子類	54.9	56.1	38.6	60.1	55.0	46.5	65.1	65.8	45.5	62.2	55.1	46.9	58.8	57.9	42.7
和菓子類	9.4	10.9	6.2	7.2	8.9	4.8	8.4	11.8	5.3	8.6	8.9	6.3	11.6	13.3	7.5
せんべい	15.5	16.4	9.5	15.6	15.6	9.8	18.1	19.1	11.7	19.5	17.5	13.4	17.3	16.9	11.9
洋菓子	29.9	28.8	22.9	37.3	30.5	31.9	38.6	35.0	28.5	34.1	28.7	27.2	29.9	27.7	23.3
嗜好飲料類	709.4	1,029.7	448.3	523.7	910.1	158.1	625.3	1,087.0	215.6	744.8	1,116.9	347.4	835.0	1,112.1	530.6
アルコール飲料	56.3	228.2	0.0	43.7	162.8	0.0	50.4	210.7	0.0	108.3	351.6	0.0	81.2	272.9	0.0
日本酒	1.5	13.0	0.0	4.2	24.8	0.0	0.8	6.3	0.0	0.4	3.0	0.0	1.8	14.5	0.0
ビール	44.9	167.4	0.0	23.9	89.7	0.0	40.7	169.6	0.0	87.8	276.2	0.0	67.8	196.2	0.0
焼酎	8.3	31.8	0.0	12.5	31.3	0.0	8.0	26.7	0.0	16.2	49.7	0.0	9.5	36.3	0.0
ウイスキー	1.6	16.0	0.0	3.2	17.0	0.0	0.9	8.0	0.0	3.9	22.7	0.0	2.0	25.9	0.0
ワイン	4.1	25.4	0.0	4.5	23.7	0.0	1.2	7.8	0.0	9.7	45.4	0.0	5.0	22.9	0.0
その他の嗜好飲料	653.1	801.5	448.3	480.0	747.3	158.1	574.9	876.4	215.6	636.5	765.4	347.4	753.8	839.3	530.6
緑茶	327.4	303.5	278.6	254.1	316.6	93.9	225.0	298.5	52.3	227.3	266.8	94.9	341.9	288.6	313.1
紅茶・ウーロン茶	69.1	157.6	8.6	73.5	143.9	17.9	91.3	204.0	12.8	81.1	173.8	13.7	81.9	179.9	9.5
コーヒー	214.7	236.2	148.4	82.3	129.1	22.9	190.3	215.7	131.0	289.2	258.2	221.7	286.8	278.4	192.7
コーラ	41.8	104.2	12.8	70.1	157.6	23.3	68.3	158.2	19.5	38.8	66.5	17.2	43.2	92.4	15.2
調味料・香辛料類	22.4	14.8	19.2	23.2	16.2	20.0	22.1	13.6	19.2	22.1	14.2	19.1	22.3	14.3	19.1
しょうゆ	1.8	0.8	1.7	2.0	0.8	1.9	2.0	0.8	1.8	1.8	0.7	1.7	1.9	0.7	1.7
塩	3.7	1.1	3.6	3.5	1.3	3.6	3.7	1.1	3.6	3.7	1.1	3.6	3.7	1.1	3.6
マヨネーズ	7.6	5.8	6.3	7.7	6.5	6.3	7.6	5.1	6.4	7.5	5.7	6.2	7.7	5.5	6.5
味噌	8.4	6.2	6.8	8.8	6.7	7.3	7.7	5.8	6.4	8.1	5.9	6.7	8.1	6.1	6.4
めんスープ(×1.5/100)	1.0	0.8	0.8	1.2	0.8	1.0	1.1	0.8	0.9	1.0	0.7	0.8	1.0	0.9	0.8

60-69歲			70-79歲			(再捲)65-74歲			(再捲)75-79歲		
平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值	平均值	標準偏差	中央值
320			303			366			115		
390.2	234.0	361.2	376.0	245.3	338.3	382.0	239.8	350.1	365.0	231.8	335.4
295.1	142.6	287.8	288.7	143.8	278.6	291.2	144.9	282.7	278.5	126.7	277.6
88.7	80.2	73.4	82.4	91.1	59.7	85.4	84.0	67.4	81.1	95.6	57.7
43.6	32.9	37.4	37.6	33.3	28.1	42.0	34.1	34.2	33.1	31.9	26.4
19.5	19.6	14.5	23.6	27.2	16.2	20.6	21.0	15.0	26.5	33.7	15.6
12.9	15.0	10.4	10.1	15.7	7.1	11.0	14.3	8.5	10.4	17.7	6.8
12.8	12.6	11.1	11.2	14.8	8.3	11.8	14.5	9.6	11.1	12.3	9.0
6.3	11.3	0.0	4.9	10.3	0.0	5.3	10.9	0.0	5.4	9.5	0.0
49.7	37.2	42.3	50.1	49.2	42.6	50.5	47.1	42.1	49.6	34.8	45.8
4.9	4.8	3.8	4.9	4.3	3.9	4.9	4.3	4.0	5.0	3.9	4.1
0.7	2.5	0.0	0.7	2.0	0.0	0.5	1.9	0.0	0.6	1.7	0.0
4.2	2.3	3.8	4.2	2.3	3.9	4.3	2.4	4.0	4.3	2.2	4.1
86.1	67.0	68.5	85.8	64.8	75.5	90.1	67.5	74.2	78.5	58.3	71.5
70.7	47.6	61.5	66.5	45.0	62.4	72.3	47.3	66.0	61.2	40.6	59.7
15.4	19.4	7.0	19.4	19.8	13.2	17.8	20.2	8.2	17.4	17.7	11.8
261.2	234.6	198.1	255.4	237.4	188.2	257.6	235.6	191.2	270.2	241.0	210.2
89.0	83.1	65.8	87.4	86.2	60.6	87.6	85.6	60.4	95.2	83.7	69.8
24.8	26.5	13.5	25.6	31.5	12.2	24.5	28.6	12.3	28.2	30.5	16.9
27.1	20.0	23.7	25.3	17.6	21.4	26.4	19.2	22.1	25.9	16.6	22.3
37.1	36.6	28.6	36.5	37.1	27.0	36.7	37.8	26.1	41.2	36.6	30.7
152.1	127.1	121.3	142.6	125.6	109.2	147.5	124.9	116.1	147.5	129.9	119.8
32.0	26.1	25.6	30.2	23.7	25.7	32.2	26.0	26.9	29.6	21.9	26.6
46.9	36.5	39.0	44.2	31.6	37.1	46.7	36.0	38.2	44.3	31.5	39.4
15.3	17.2	9.6	15.6	21.9	8.8	14.1	15.8	9.1	19.6	28.7	10.1
51.4	35.0	46.1	44.4	32.2	37.6	47.6	33.4	41.9	45.0	30.5	40.9
6.4	12.4	1.0	8.3	16.2	0.0	6.9	13.7	0.0	9.1	17.4	2.7
20.1	24.3	10.9	25.3	25.7	18.4	22.5	25.0	14.7	27.5	27.4	20.6
10.5	12.7	6.2	12.0	11.6	9.0	11.5	12.6	7.8	12.2	11.5	8.8
9.6	11.6	4.7	13.3	14.1	9.5	11.0	12.4	6.9	15.2	15.9	11.9
122.2	154.6	69.2	140.8	177.1	70.3	131.6	165.0	67.6	142.3	172.2	88.7
21.0	28.8	9.6	24.0	30.6	13.5	23.0	30.6	11.6	23.2	25.9	15.3
24.1	35.9	11.9	34.4	43.4	16.1	29.6	39.8	12.9	33.8	40.2	19.9
55.0	47.1	44.2	54.0	47.2	40.7	55.2	47.4	43.1	54.1	46.1	44.1
22.1	42.7	3.5	28.4	55.8	0.0	23.9	47.3	0.0	31.2	60.1	9.3
16.4	13.8	13.2	15.9	12.8	13.8	15.9	12.0	13.6	16.3	13.8	14.3
15.0	14.3	11.5	15.4	15.2	11.4	14.9	13.6	11.5	16.7	17.2	12.7
86.5	86.7	66.9	90.4	88.9	68.3	88.4	88.3	67.2	99.0	88.0	75.7
45.6	42.4	35.3	45.3	43.2	33.5	45.5	43.2	34.0	48.2	40.8	36.6
17.2	15.3	13.4	18.9	15.3	14.7	19.0	15.8	14.5	19.1	14.2	15.5
15.8	15.4	12.7	16.4	17.0	11.6	15.4	15.5	11.6	18.2	16.6	12.0
12.6	11.8	9.2	10.0	10.9	7.3	11.1	11.9	7.8	10.8	10.0	9.1
40.9	44.3	31.6	45.1	45.6	34.7	42.9	45.1	33.2	50.9	47.2	39.2
28.0	23.1	23.5	28.4	21.5	25.4	27.8	22.3	24.7	32.7	23.2	28.4
3.9	6.5	3.0	3.7	5.5	2.7	3.6	5.5	2.8	4.4	5.2	3.5
9.0	14.7	5.0	13.1	18.6	6.6	11.4	17.3	5.8	13.8	18.8	7.3
85.9	63.2	74.5	81.5	63.0	69.3	84.1	60.8	72.5	78.6	64.8	65.0
46.5	29.0	39.4	41.6	27.2	36.0	44.5	28.1	38.2	38.5	24.8	32.5
10.1	9.0	8.4	7.7	7.9	4.8	8.8	8.9	5.6	7.9	7.9	4.9
28.5	23.6	26.8	31.1	24.4	28.4	29.8	21.5	28.7	30.7	27.8	27.6
0.9	1.7	0.0	1.2	3.5	0.0	1.0	2.3	0.0	1.5	4.3	0.0
44.8	26.7	42.0	40.4	27.4	36.0	43.6	27.8	39.8	39.5	25.2	36.1
148.9	198.6	73.0	143.6	184.5	62.8	142.0	194.8	59.0	156.8	178.4	92.6
34.9	74.9	0.0	54.3	79.8	0.0	48.2	84.5	0.0	49.3	68.4	0.0
92.3	95.8	61.9	72.7	76.6	54.8	77.0	84.2	50.0	88.0	77.9	85.3
21.7	28.0	11.1	16.5	28.2	8.0	16.9	26.0	9.0	19.4	32.1	7.3
12.0	5.1	11.6	10.9	5.4	10.9	11.3	5.2	11.2	10.5	5.1	10.4
49.0	51.9	29.4	40.8	44.7	25.2	43.2	45.9	26.6	37.7	41.2	24.2
10.1	10.4	6.8	9.4	10.0	6.2	10.2	11.0	6.4	8.0	7.6	6.2
14.2	16.2	8.3	10.2	11.5	5.9	11.4	12.8	6.7	10.3	11.9	5.8
24.6	25.3	14.3	21.2	23.2	13.1	21.6	22.1	13.5	19.4	21.8	12.1
797.7	920.9	600.5	645.9	655.4	527.3	708.1	780.8	563.5	621.6	581.7	502.3
45.1	169.9	0.0	17.2	69.2	0.0	32.5	127.4	0.0	11.4	48.6	0.0
1.9	15.1	0.0	0.6	3.2	0.0	1.1	13.0	0.0	1.4	5.0	0.0
38.7	128.0	0.0	13.0	44.1	0.0	26.1	87.6	0.0	7.7	29.8	0.0
4.0	20.4	0.0	3.4	19.7	0.0	5.1	25.2	0.0	2.1	10.3	0.0
0.5	6.5	0.0	0.1	2.2	0.0	0.1	1.6	0.0	0.3	3.5	0.0
4.3	26.8	0.0	0.9	8.3	0.0	3.2	24.3	0.0	1.7	12.7	0.0
752.6	750.9	600.5	628.8	586.2	527.3	675.5	653.4	563.5	610.2	533.1	502.3
399.6	298.8	392.1	435.3	284.0	433.3	413.8	285.8	417.9	451.0	273.5	451.2
69.7	146.5	3.3	27.7	68.8	0.0	41.2	104.8	0.0	33.6	72.1	0.0
257.2	238.8	205.1	143.2	170.7	94.0	199.2	205.9	145.6	103.5	134.3	51.1
26.1	66.9	0.0	22.6	62.6	0.0	21.3	56.9	0.0	22.1	53.2	0.0
22.7	14.6	19.4	22.3	15.5	18.7	23.1	15.3	19.5	21.2	13.5	18.1
1.7	0.6	1.5	1.7	0.9	1.5	1.7	0.9	1.6	1.5	0.6	1.3
3.8	1.1	3.8	3.6	1.1	3.6	3.7	1.1	3.7	3.7	1.1	3.6
7.9	6.1	6.5	7.1	5.9	5.9	7.9	6.1	6.5	6.5	5.3	5.3
8.4	6.0	6.9	9.1	6.8	7.1	8.9	6.5	7.1	8.6	5.6	7.2
0.9	0.6	0.7	0.9	0.8	0.6	0.8	0.6	0.7	0.9	0.9	0.6

表 3 の 1 食品群別 栄養素等摂取量（総数）

	摂取量	エネルギー	水	たんぱく質	脂質	脂肪酸 g					コレステロール	炭水化物	食物繊維	レチノール	βカロテン当量	レチノール当量	ビタミンD	αトコフェロール	ビタミンK	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ナイアシン	ビタミンB ₆	ビタミンB ₁₂	葉酸	パントテン酸	ビタミンC	食塩相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
	g	kcal	g	g	g	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系脂肪酸	n-6系脂肪酸	mg	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg
総量	2576.3	2167.9	2112.0	82.6	66.4	17.6	24.0	16.3	3.2	13.1	465.0	280.8	13.1	473.5	3669.1	783.5	15.8	8.3	337.7	0.9	1.5	20.6	1.5	11.2	373.4	7.5	118.1	12.8	2776.1	589.4	284.7	1212.8	9.1	9.7
穀類	481.5	835.7	285.1	16.2	5.4	1.4	1.6	1.5	0.1	1.5	9.7	173.5	3.2	44.5	8.6	45.7	0.1	0.6	1.6	0.1	0.1	1.5	0.1	0.0	30.6	1.3	0.0	0.7	176.0	33.6	43.3	190.1	1.1	2.7
いも類	44.6	37.9	34.5	0.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.7	0.7	0.0	1.9	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1	0.0	11.0	0.3	11.9	0.0	210.0	4.4	9.1	20.5	0.2	0.1
砂糖・甘味料類	5.2	20.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.2	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	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	82.7	78.7	67.6	6.7	4.3	0.7	0.8	2.2	0.3	1.9	0.0	3.3	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	111.9	0.1	0.1	0.3	0.1	0.0	28.3	0.7	0.0	0.0	207.8	71.2	42.5	96.5	1.2	0.7
野菜類	276.5	72.2	253.0	3.4	0.5	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.4	16.8	5.7	0.0	3458.4	288.2	0.3	1.6	159.8	0.1	0.1	1.9	0.3	0.0	147.3	0.8	53.6	0.8	724.2	110.0	46.8	99.8	1.6	0.7
緑黄色野菜	100.3	29.6	90.8	1.3	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.7	2.2	0.0	3320.4	276.7	0.0	1.3	96.9	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	69.0	0.3	24.3	0.4	359.4	56.2	20.5	33.0	1.0	0.3
その他の野菜	176.2	42.6	162.2	2.2	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.4	10.0	3.5	0.0	137.9	11.4	0.3	0.3	62.9	0.1	0.1	1.2	0.2	0.0	78.3	0.5	29.3	0.4	364.8	53.8	26.3	66.8	0.6	0.4
果実類	105.5	51.0	91.0	0.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.3	1.0	0.0	164.3	13.8	0.0	0.4	0.3	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	17.5	0.2	25.4	0.0	186.9	10.3	10.5	17.0	0.2	0.1
魚介類	84.0	144.4	55.8	18.8	6.9	1.6	2.0	1.7	1.1	0.6	98.6	0.3	0.0	85.2	2.9	85.4	13.9	1.4	0.4	0.1	0.2	6.0	0.3	8.9	16.4	0.7	0.5	1.2	286.5	112.3	41.3	267.4	1.3	1.1
肉類	100.1	197.0	67.3	18.5	12.6	4.4	5.7	1.2	0.1	1.1	75.1	0.5	0.0	198.4	0.2	198.4	0.2	0.4	16.0	0.3	0.2	6.0	0.3	1.2	20.2	1.5	5.7	0.4	302.0	4.9	20.8	184.7	1.1	2.4
卵類	51.4	77.6	39.1	6.3	5.3	1.5	1.9	0.9	0.1	0.8	215.9	0.2	0.0	72.0	8.7	77.1	0.9	0.5	6.7	0.0	0.2	0.1	0.0	0.5	22.1	0.7	0.0	0.2	66.8	26.2	5.7	92.5	0.9	0.7
乳類	136.0	123.1	112.4	4.7	6.5	4.1	1.7	0.3	0.0	0.2	18.0	11.3	0.0	47.5	10.4	47.5	0.2	0.2	2.3	0.1	0.2	0.2	0.0	0.4	3.9	0.8	0.8	0.2	219.1	157.1	15.8	127.7	0.1	0.6
油脂類	14.4	133.0	0.0	0.0	14.4	1.6	5.9	5.9	1.0	4.9	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.8	24.5	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
菓子類	51.3	183.4	10.5	3.6	4.5	1.7	1.6	0.5	0.0	0.4	38.8	32.0	0.6	22.9	13.8	24.4	0.2	0.3	1.7	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	6.5	0.3	0.0	0.4	56.2	22.5	8.6	52.2	0.4	0.5
嗜好飲料類	852.2	146.6	823.3	1.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.2	3.5	0.1	0.1	62.8	0.2	20.2	0.0	294.1	20.9	29.7	43.5	0.7	0.0
調味料・香辛料類	290.9	67.2	272.4	1.4	5.8	0.6	2.8	2.0	0.4	1.6	8.3	2.4	0.5	3.0	0.0	3.0	0.1	0.8	10.5	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	6.7	0.0	0.0	8.8	46.3	15.8	10.7	20.9	0.4	0.1

表 3 の 2 食品群別 栄養素等摂取量（男性）

	摂取量	エネルギー	水	たんぱく質	脂質	脂肪酸 g					コレステロール mg	炭水化物	食物繊維	レチノール	βカロテン当量	レチノール当量	ビタミンD	αトコフェロール	ビタミンK	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ナイアシン	ビタミンB ₆	ビタミンB ₁₂	葉酸	パントテン酸	ビタミンC	食塩相当量	カリウム	カルシウム	マグネシウム	リン	鉄	亜鉛
	g	kcal	g	g	g	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系脂肪酸	n-6系脂肪酸	mg	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
総量	2925.2	2464.3	2399.5	89.9	71.2	18.5	25.9	17.8	3.5	14.3	499.9	319.1	13.6	558.4	3520.1	856.4	17.0	8.8	353.8	0.9	1.6	22.6	1.6	12.3	393.4	8.1	117.6	14.5	2905.0	616.2	308.7	1312.3	9.7	10.6
穀類	580.0	998.1	345.2	19.3	6.1	1.6	1.8	1.8	0.1	1.7	10.4	207.9	3.8	48.0	9.3	49.3	0.1	0.7	1.8	0.2	0.1	1.8	0.1	0.0	35.0	1.6	0.0	0.8	209.3	40.0	51.6	226.2	1.3	3.2
いも類	41.2	35.0	31.9	0.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.0	0.6	0.0	1.8	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.1	0.0	10.2	0.2	11.0	0.0	193.9	4.1	8.4	18.9	0.2	0.1
砂糖・甘味料類	5.6	21.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.6	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	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	86.0	83.1	70.1	7.1	4.5	0.7	0.9	2.3	0.3	2.0	0.0	3.5	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	121.8	0.1	0.1	0.3	0.1	0.0	30.5	0.7	0.0	0.0	221.0	74.1	44.8	101.2	1.2	0.7
野菜類	277.5	71.5	254.1	3.4	0.5	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.3	16.6	5.6	0.0	3311.8	275.9	0.3	1.6	159.6	0.1	0.1	1.8	0.3	0.0	146.2	0.8	53.9	0.9	718.1	110.0	46.4	98.5	1.5	0.7
緑黄色野菜	99.1	29.2	89.7	1.2	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.7	2.1	0.0	3166.7	263.9	0.0	1.3	94.4	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	65.7	0.3	23.8	0.4	349.0	54.9	19.8	32.2	0.9	0.2
その他の野菜	178.3	42.3	164.4	2.2	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.3	10.0	3.5	0.0	145.1	12.0	0.3	0.3	65.2	0.1	0.1	1.1	0.2	0.0	80.5	0.5	30.1	0.4	369.1	55.1	26.6	66.3	0.6	0.4
果実類	103.4	49.1	89.4	0.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.8	0.9	0.0	162.0	13.6	0.0	0.4	0.3	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	16.4	0.2	24.1	0.0	180.8	9.7	10.1	16.2	0.2	0.1
魚介類	91.7	156.4	61.0	20.4	7.4	1.7	2.2	1.8	1.2	0.6	109.2	0.3	0.0	94.8	3.3	95.0	15.0	1.5	0.4	0.1	0.2	6.4	0.3	9.6	18.2	0.8	0.5	1.4	311.7	122.0	45.2	290.9	1.4	1.2
肉類	108.1	213.4	72.6	19.9	13.7	4.8	6.2	1.3	0.1	1.2	82.1	0.6	0.0	266.7	0.2	266.7	0.2	0.4	17.6	0.3	0.2	6.6	0.3	1.4	25.7	1.6	6.4	0.4	325.2	5.3	22.4	200.3	1.3	2.6
卵類	56.4	85.2	42.9	6.9	5.8	1.6	2.1	0.9	0.1	0.8	237.0	0.2	0.0	79.0	9.6	84.6	1.0	0.6	7.3	0.0	0.2	0.1	0.0	0.5	24.3	0.8	0.0	0.2	73.3	28.8	6.2	101.6	1.0	0.7
乳類	137.0	125.1	112.9	4.7	6.6	4.1	1.7	0.3	0.0	0.2	18.1	11.7	0.0	47.0	10.4	47.0	0.2	0.2	2.2	0.1	0.2	0.2	0.0	0.4	3.7	0.8	0.7	0.2	222.4	159.1	16.1	128.5	0.1	0.6
油脂類	16.1	148.1	0.0	0.0	16.1	1.8	6.6	6.6	1.1	5.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	27.3	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
菓子類	46.8	167.2	9.3	3.3	3.9	1.5	1.4	0.4	0.0	0.4	33.1	29.7	0.6	19.5	11.8	20.8	0.1	0.3	1.5	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	5.9	0.3	0.0	0.4	51.6	19.7	8.1	47.7	0.4	0.5
嗜好飲料類	1023.8	234.3	979.5	1.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	19.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.3	4.3	0.1	0.2	69.6	0.3	21.0	0.0	343.5	25.0	37.0	58.3	0.7	0.1
調味料・香辛料類	351.7	76.0	330.4	1.6	6.5	0.6	3.1	2.3	0.5	1.8	9.3	2.8	0.6	3.4	0.0	3.4	0.1	0.8	11.8	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	7.8	0.0	0.0	10.2	53.8	18.5	12.4	24.1	0.5	0.2

表 3 の 3 食品群別 栄養素等摂取量（女性）

	摂取量 g	エネルギー kcal	水 g	たんぱく質 g	脂質 g	脂肪酸 g					コレステロール mg	炭水化物 g	食物繊維 g	レチノール μg	βカロテン μg	レチノール μg	ビタミンD μg	αトコフェロール μg	ビタミンK μg	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ナイアシン mg	ビタミンB ₆ mg	ビタミンB ₁₂ μg	葉酸 mg	パントテン酸 mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g	カリウム mg	カルシウム mg	マグネシウム mg	リン mg	鉄 mg	亜鉛 mg
						飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系脂肪酸	n-6系脂肪酸																								
総量	2294.3	1928.3	1879.7	76.6	62.5	16.9	22.5	15.1	3.0	12.1	436.7	249.8	12.6	404.9	3789.6	724.6	14.9	8.0	324.7	0.8	1.4	19.0	1.4	10.3	357.2	7.1	118.5	11.4	2672.0	567.7	265.4	1132.4	8.6	8.9
穀類	401.8	704.4	236.5	13.6	4.9	1.3	1.5	1.4	0.1	1.3	9.0	145.6	2.7	41.7	8.0	42.8	0.1	0.6	1.5	0.1	0.1	1.3	0.1	0.0	27.1	1.1	0.0	0.6	149.1	28.5	36.6	161.0	0.9	2.3
いも類	47.3	40.3	36.7	0.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.2	0.7	0.0	2.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1	0.0	11.7	0.3	12.7	0.0	223.0	4.7	9.7	21.8	0.2	0.1
砂糖・甘味料類	4.9	19.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.9	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	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	80.0	75.2	65.6	6.4	4.1	0.7	0.8	2.1	0.3	1.8	0.0	3.1	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	103.8	0.1	0.1	0.3	0.1	0.0	26.6	0.6	0.0	0.0	197.2	68.9	40.6	92.7	1.1	0.7
野菜類	275.7	72.7	252.0	3.5	0.5	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.4	16.9	5.7	0.0	3576.9	298.0	0.3	1.6	160.0	0.1	0.1	2.0	0.3	0.0	148.1	0.8	53.3	0.7	729.0	110.1	47.2	100.9	1.6	0.7
緑黄色野菜	101.2	29.9	91.7	1.3	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.8	2.2	0.0	3444.7	287.1	0.0	1.4	98.9	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	71.7	0.3	24.7	0.3	367.7	57.3	21.1	33.7	1.0	0.3
その他の野菜	174.4	42.7	160.4	2.2	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.4	10.1	3.6	0.0	132.1	10.9	0.3	0.3	61.1	0.1	0.1	1.2	0.2	0.0	76.5	0.5	28.6	0.4	361.3	52.8	26.1	67.2	0.6	0.4
果実類	107.3	52.5	92.3	0.7	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.7	1.1	0.0	166.1	14.0	0.0	0.4	0.2	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	18.4	0.2	26.5	0.0	191.8	10.8	10.8	17.7	0.2	0.1
魚介類	77.9	134.7	51.5	17.5	6.4	1.5	1.8	1.6	1.0	0.6	90.0	0.3	0.0	77.5	2.5	77.6	13.1	1.3	0.3	0.1	0.2	5.6	0.3	8.2	15.0	0.7	0.4	1.2	266.1	104.4	38.2	248.4	1.2	1.0
肉類	93.5	183.8	63.0	17.3	11.7	4.1	5.3	1.1	0.1	1.0	69.3	0.5	0.0	143.1	0.1	143.1	0.1	0.3	14.8	0.2	0.2	5.6	0.3	1.0	15.7	1.4	5.2	0.4	283.3	4.5	19.5	172.1	1.0	2.2
卵類	47.3	71.5	36.0	5.8	4.9	1.3	1.7	0.8	0.1	0.7	198.8	0.1	0.0	66.3	8.0	71.0	0.9	0.5	6.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.4	20.4	0.7	0.0	0.2	61.5	24.1	5.2	85.2	0.9	0.6
乳類	135.2	121.5	112.0	4.6	6.5	4.1	1.6	0.2	0.0	0.2	18.0	11.0	0.0	47.9	10.3	47.9	0.3	0.2	2.3	0.1	0.2	0.2	0.0	0.4	4.1	0.8	0.8	0.2	216.4	155.5	15.5	126.9	0.1	0.6
油脂類	13.1	120.7	0.0	0.0	13.1	1.4	5.4	5.4	0.9	4.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	22.3	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
菓子類	54.9	196.5	11.5	3.9	5.1	1.9	1.8	0.5	0.1	0.5	43.3	33.9	0.7	25.7	15.5	27.3	0.2	0.4	1.9	0.0	0.1	0.3	0.0	0.1	7.0	0.3	0.0	0.4	59.9	24.8	9.0	55.9	0.5	0.5
嗜好飲料類	713.5	75.7	697.0	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0.0	0.2	2.8	0.1	0.0	57.3	0.2	19.6	0.0	254.2	17.7	23.7	31.5	0.7	0.0
調味料・香辛料類	241.8	60.0	225.4	1.2	5.2	0.5	2.5	1.8	0.4	1.4	7.5	2.1	0.4	2.7	0.0	2.7	0.0	0.7	9.4	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	5.8	0.0	0.0	7.6	40.2	13.6	9.3	18.3	0.4	0.1

表 4 の 1 食品群別 脂質摂取量（総数, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	2803			309			376			399			486			589			644		
総量	66.4	42.7	57.7	70.6	46.5	61.5	71.7	45.4	61.9	69.3	42.3	60.3	66.8	42.5	58.1	63.7	39.1	56.2	61.6	39.7	54.1
穀類	5.4	3.2	4.7	5.4	2.9	4.8	5.7	3.4	4.8	5.4	3.3	4.6	5.3	3.1	4.6	5.4	3.0	4.6	5.4	3.3	4.7
いも類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	4.3	3.4	3.6	3.6	3.7	2.9	4.1	3.2	3.5	4.0	3.0	3.4	4.3	3.6	3.2	4.3	3.0	3.7	4.9	3.6	4.4
野菜類	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4
緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
その他の野菜	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3
果実類	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	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
魚介類	6.9	4.4	5.9	6.1	4.6	4.9	6.0	3.9	5.3	6.1	4.2	5.2	6.7	4.3	5.7	7.2	4.0	6.6	8.0	4.6	7.1
肉類	12.6	6.5	11.6	14.7	7.8	13.3	14.6	7.0	13.1	13.8	6.6	12.8	12.5	5.9	11.7	11.4	5.8	10.7	10.7	5.5	9.9
卵類	5.3	3.6	4.7	5.7	4.0	5.2	5.7	3.9	5.0	5.7	3.7	5.0	5.4	3.7	4.7	5.0	2.9	4.6	4.8	3.4	4.1
乳類	6.5	6.0	5.0	7.1	6.3	5.6	7.1	7.2	5.0	6.6	5.9	5.1	6.9	6.4	5.5	6.4	5.7	5.1	5.8	4.9	4.6
油脂類	14.4	6.7	13.7	16.2	7.7	14.9	16.6	7.2	15.8	16.0	6.4	14.9	14.7	6.7	13.7	13.4	6.0	12.7	12.2	5.9	11.8
菓子類	4.5	4.5	3.1	5.6	4.9	4.5	5.5	5.2	4.0	5.0	4.5	3.7	4.5	4.3	3.3	4.1	4.3	2.5	3.6	3.8	2.4
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	5.8	4.1	4.9	5.7	4.2	4.8	5.7	4.0	4.9	5.9	4.4	5.0	6.0	4.0	5.1	5.8	3.9	5.0	5.5	4.0	4.6

表 4 の 2 食品群別 脂質摂取量（男性, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1253			127			147			168			201			269			341		
総量	71.2	46.3	61.2	80.3	50.3	70.5	79.6	50.8	67.7	74.7	46.1	64.9	70.8	46.8	60.2	66.8	41.3	57.8	66.2	42.0	57.7
穀類	6.1	3.5	5.2	6.2	3.2	5.5	6.6	4.0	5.3	6.0	3.4	5.1	5.9	3.4	5.2	5.7	3.3	4.6	6.3	3.5	5.6
いも類	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	4.5	3.6	3.7	4.1	3.3	3.2	4.5	3.6	3.8	4.2	3.3	3.6	4.2	3.9	3.1	4.3	3.0	3.9	5.2	4.1	4.3
野菜類	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4
緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
その他の野菜	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3
果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
魚介類	7.4	4.7	6.4	7.0	5.0	5.9	7.0	4.6	6.1	6.8	4.9	5.8	6.9	4.6	5.9	7.4	4.1	6.9	8.3	5.0	7.2
肉類	13.7	7.2	12.4	17.4	8.9	16.8	17.4	8.0	15.7	15.2	7.4	14.0	13.7	6.4	12.5	11.9	6.0	11.0	11.3	5.7	10.5
卵類	5.8	4.0	4.9	6.3	4.7	5.4	6.3	4.6	5.9	6.3	4.1	5.3	6.0	4.5	4.8	5.4	3.1	4.8	5.4	3.8	4.5
乳類	6.6	6.6	4.7	7.6	6.7	5.6	7.3	8.2	4.8	6.7	6.4	4.5	6.9	7.6	4.6	6.0	6.3	4.2	6.2	5.1	4.9
油脂類	16.1	7.5	15.3	19.9	9.0	18.2	19.1	8.4	17.8	17.8	6.9	17.7	16.1	7.5	15.2	15.0	6.5	14.0	13.3	6.1	12.7
菓子類	3.9	4.2	2.4	4.8	4.9	3.3	4.1	4.0	2.5	3.9	4.1	2.4	3.6	3.8	2.1	4.0	4.6	2.3	3.6	3.9	2.3
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	6.5	4.5	5.6	6.4	4.3	6.0	6.6	4.8	5.5	7.1	5.1	6.0	7.0	4.5	6.3	6.3	4.0	5.5	6.0	4.3	5.0

表 4 の 3 食品群別 脂質摂取量（女性、年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1550			182			229			231			285			320			303		
総量	62.5	38.6	55.8	63.9	40.9	57.0	66.7	39.1	59.4	65.3	38.0	58.4	64.0	38.1	57.8	61.1	36.5	54.6	56.5	35.9	50.4
穀類	4.9	2.8	4.3	4.9	2.6	4.3	5.1	2.7	4.6	5.0	3.1	4.2	4.9	2.8	4.3	5.1	2.7	4.7	4.5	2.8	3.7
いも類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	4.1	3.1	3.4	3.2	3.9	2.5	3.8	2.9	3.2	3.9	2.7	3.3	4.4	3.3	3.3	4.3	2.9	3.6	4.5	2.8	4.4
野菜類	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.5	0.5	0.3	0.5
緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
その他の野菜	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3
果実類	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	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
魚介類	6.4	4.0	5.6	5.4	4.2	4.1	5.4	3.3	4.9	5.6	3.5	4.9	6.5	4.1	5.7	7.1	4.0	6.2	7.6	4.2	6.9
肉類	11.7	5.7	11.0	12.8	6.3	11.8	12.9	5.6	11.9	12.8	5.7	12.3	11.7	5.3	11.5	11.0	5.6	10.3	10.1	5.3	9.1
卵類	4.9	3.1	4.4	5.3	3.3	4.9	5.4	3.3	4.7	5.3	3.3	4.7	4.9	3.0	4.5	4.6	2.7	4.3	4.2	2.8	3.7
乳類	6.5	5.5	5.3	6.8	5.9	5.6	6.9	6.4	5.2	6.6	5.5	5.4	6.8	5.5	6.3	6.6	5.1	5.9	5.4	4.7	4.4
油脂類	13.1	5.7	12.7	13.6	5.4	13.3	15.0	5.8	14.9	14.6	5.6	13.9	13.6	5.7	12.9	12.0	5.1	11.6	10.9	5.4	10.9
菓子類	5.1	4.6	4.0	6.2	4.8	5.4	6.4	5.6	4.8	5.7	4.6	4.8	5.1	4.5	4.1	4.2	4.0	2.8	3.6	3.7	2.5
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	5.2	3.6	4.5	5.3	4.1	4.4	5.1	3.2	4.7	5.1	3.5	4.4	5.2	3.4	4.6	5.4	3.8	4.6	4.9	3.6	4.1

表 5 の 1 食品群別 食塩摂取量（総数, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	2803			309			376			399			486			589			644		
総量	12.8	5.9	11.5	12.7	5.8	11.6	12.7	5.7	11.4	12.6	5.8	11.4	12.8	5.9	11.5	12.6	5.4	11.5	13.0	6.0	11.8
穀類	0.7	0.5	0.6	0.7	0.4	0.6	0.8	0.5	0.7	0.7	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	0.7	0.4	0.6	0.7	0.5	0.6
いも類	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	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	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	0.0	0.0	0.0
野菜類	0.8	0.9	0.5	0.6	0.7	0.3	0.6	0.7	0.3	0.6	0.7	0.4	0.7	0.8	0.5	0.9	0.8	0.7	1.1	1.1	0.8
緑黄色野菜	0.4	0.5	0.2	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.1	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.2	0.4	0.5	0.3	0.5	0.6	0.4
その他の野菜	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4	0.6	0.4	0.5
果実類	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0
魚介類	1.2	0.9	1.0	0.9	0.9	0.7	1.0	0.7	0.8	1.1	0.8	0.9	1.2	0.9	1.0	1.4	0.9	1.2	1.6	1.1	1.3
肉類	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2
卵類	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
乳類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	0.4	0.3	0.3	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	8.8	2.6	8.3	9.1	2.7	8.8	8.9	2.7	8.5	8.9	2.7	8.4	8.9	2.6	8.4	8.6	2.3	8.1	8.6	2.4	8.3

表 5 の 2 食品群別 食塩摂取量（男性, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1253			127			147			168			201			269			341		
総量	14.5	6.2	13.2	14.8	6.0	13.8	14.9	6.2	13.7	14.5	6.2	13.2	14.6	6.2	13.1	14.0	5.6	12.9	14.4	6.2	13.2
穀類	0.8	0.5	0.7	0.8	0.5	0.7	0.9	0.6	0.8	0.8	0.5	0.7	0.8	0.5	0.6	0.7	0.5	0.6	0.8	0.5	0.8
いも類	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	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	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	0.0	0.0	0.0
野菜類	0.9	0.9	0.6	0.6	0.6	0.4	0.7	0.9	0.4	0.7	0.8	0.4	0.8	0.8	0.5	0.9	0.8	0.7	1.1	1.2	0.8
緑黄色野菜	0.4	0.5	0.3	0.3	0.4	0.2	0.4	0.5	0.2	0.4	0.4	0.2	0.4	0.5	0.2	0.4	0.5	0.3	0.5	0.7	0.4
その他の野菜	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3	0.5	0.4	0.4	0.6	0.5	0.5
果実類	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
魚介類	1.4	1.0	1.1	1.1	1.1	0.8	1.2	0.8	1.0	1.2	1.0	1.0	1.2	0.9	1.0	1.4	1.0	1.2	1.6	1.2	1.4
肉類	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.6	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3
卵類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
乳類	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	0.4	0.3	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	10.2	2.6	9.8	10.8	2.5	10.8	10.7	2.7	10.3	10.5	2.9	10.1	10.5	2.7	10.0	9.8	2.3	9.5	9.6	2.4	9.4

表 5 の 3 食品群別 食塩摂取量（女性, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1550			182			229			231			285			320			303		
総量	11.4	4.9	10.3	11.1	4.8	10.2	11.2	4.6	10.4	11.2	4.6	10.2	11.5	4.8	10.4	11.5	4.7	10.6	11.5	5.0	10.3
穀類	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.6	0.7	0.4	0.6	0.7	0.5	0.6	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.6	0.6	0.4	0.5
いも類	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	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	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	0.0	0.0	0.0
豆類	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	0.0	0.0	0.0
野菜類	0.7	0.8	0.5	0.5	0.7	0.3	0.5	0.6	0.3	0.6	0.6	0.4	0.7	0.8	0.5	0.9	0.8	0.6	1.0	0.8	0.8
緑黄色野菜	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.1	0.3	0.4	0.1	0.3	0.4	0.2	0.4	0.5	0.2	0.5	0.4	0.3
その他の野菜	0.4	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4	0.6	0.4	0.5
果実類	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0
魚介類	1.2	0.9	1.0	0.8	0.6	0.6	0.9	0.6	0.8	1.0	0.7	0.8	1.2	0.9	1.0	1.3	0.9	1.2	1.5	1.0	1.2
肉類	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2
卵類	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1
乳類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.5	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
嗜好飲料類	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	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	7.6	1.9	7.4	7.9	2.1	7.7	7.9	2.0	7.7	7.7	1.9	7.4	7.7	1.8	7.4	7.5	1.7	7.3	7.4	1.9	7.0

表 6 の 1 食品群別 カリウム摂取量（総数, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	2803			309			376			399			486			589			644		
総量	2776.1	1946.8	2344.2	2511.3	1892.5	2069.7	2699.1	1932.2	2237.7	2754.9	1885.2	2326.6	2810.0	1971.5	2353.2	2826.5	1832.8	2484.1	2889.8	1945.2	2489.0
穀類	176.0	63.7	169.7	195.2	66.5	188.7	186.3	64.9	181.2	180.4	68.6	174.9	173.1	65.4	168.6	171.3	59.3	166.0	164.7	57.8	161.6
いも類	210.0	196.9	151.9	202.4	198.5	138.0	219.8	211.3	158.3	216.4	176.0	172.0	202.7	192.4	128.2	207.8	186.4	159.0	211.5	211.7	156.1
砂糖・甘味料類	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	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	207.8	180.7	158.1	172.2	196.4	120.3	199.5	173.4	149.9	194.0	161.9	148.0	205.7	183.5	138.5	205.9	160.2	167.8	241.7	197.7	187.1
野菜類	724.2	441.7	635.9	660.2	428.6	577.7	714.5	431.4	625.8	718.1	435.2	612.4	721.6	454.2	622.2	740.1	439.9	664.6	751.6	445.3	670.8
緑黄色野菜	359.4	250.4	303.1	336.8	239.0	291.0	361.2	246.2	304.3	358.7	245.9	295.0	352.4	254.2	290.2	362.7	246.3	312.0	371.7	260.6	316.6
その他の野菜	364.8	191.3	332.8	323.4	189.6	286.7	353.3	185.2	321.5	359.4	189.3	317.5	369.2	200.0	332.0	377.4	193.5	352.6	379.9	184.7	354.3
果実類	186.9	183.6	136.9	143.0	162.2	94.0	147.5	162.0	101.0	130.5	154.1	80.5	174.4	174.1	127.0	204.3	176.8	171.3	259.4	207.8	210.5
魚介類	286.5	175.1	252.7	245.6	176.0	199.7	243.7	145.9	220.1	251.9	160.2	225.7	281.2	167.7	247.1	305.6	161.5	275.8	339.2	198.6	297.3
肉類	302.0	159.7	276.2	355.4	202.0	318.5	350.8	180.8	317.5	333.4	157.0	312.9	302.7	143.8	284.9	269.5	141.8	247.7	257.7	129.8	241.8
卵類	66.8	45.1	58.8	71.9	50.1	65.5	72.3	49.2	62.7	72.6	46.7	63.7	67.7	46.9	59.4	62.7	36.8	58.3	60.7	43.3	51.7
乳類	219.1	206.9	169.2	182.8	172.6	140.2	212.9	231.5	132.5	192.6	193.6	139.3	219.0	223.7	169.0	229.9	196.1	204.0	246.8	206.6	214.8
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	56.2	44.7	46.1	65.4	47.7	57.2	64.3	48.8	53.2	62.8	45.2	53.3	58.8	46.2	49.1	52.5	42.7	42.9	44.5	37.8	35.8
嗜好飲料類	294.1	218.8	250.2	169.4	161.4	129.4	243.1	206.1	198.0	354.9	254.5	305.3	356.9	243.1	322.6	331.2	203.3	288.9	264.8	179.4	221.7
調味料・香辛料類	46.3	29.5	38.4	47.9	30.7	40.4	44.0	26.8	37.4	47.2	32.0	38.3	46.2	30.4	36.7	45.6	27.9	37.7	47.1	29.3	39.7

表 6 の 2 食品群別 カリウム摂取量（男性, 年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1253			127			147			168			201			269			341		
総量	2905.0	2077.8	2439.7	2797.6	2000.1	2360.9	2973.8	2159.3	2381.4	2894.9	1973.3	2482.1	2897.0	2139.7	2357.6	2822.8	1880.6	2449.8	2989.8	2041.1	2541.5
穀類	209.3	64.5	208.6	241.7	58.8	244.5	228.6	65.6	224.7	224.1	67.3	227.6	208.8	68.2	208.0	200.3	62.5	198.8	189.0	54.3	189.7
いも類	193.9	200.2	135.1	185.9	185.0	142.8	225.3	250.9	152.7	199.3	179.6	140.4	202.6	206.2	131.1	176.3	194.3	123.2	189.5	189.4	134.2
砂糖・甘味料類	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	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	221.0	198.0	165.3	201.2	178.9	160.8	221.5	200.9	161.8	210.9	183.7	164.1	195.3	191.7	129.5	208.6	167.7	172.5	258.0	228.4	184.7
野菜類	718.1	446.6	630.7	704.6	458.4	641.4	751.0	447.2	627.4	718.7	451.7	621.8	690.3	463.6	582.3	699.6	425.3	627.2	739.8	442.1	656.1
緑黄色野菜	349.0	250.6	290.4	353.6	258.8	290.5	377.1	260.5	292.4	352.4	252.6	292.3	328.3	246.6	278.8	334.2	238.3	280.8	357.4	252.3	301.8
その他の野菜	369.1	196.0	340.3	351.1	199.6	350.9	373.9	186.7	335.0	366.3	199.0	329.5	362.0	217.0	303.6	365.4	187.0	346.4	382.4	189.8	354.3
果実類	180.8	192.3	123.7	136.9	154.7	80.8	143.7	181.8	86.3	95.3	115.8	63.4	166.2	192.0	100.3	181.4	164.5	142.0	263.5	226.1	208.7
魚介類	311.7	191.0	272.3	285.5	202.1	232.1	288.9	162.9	271.1	277.8	183.5	243.5	288.4	175.6	252.8	315.0	168.7	293.8	359.2	215.7	310.8
肉類	325.2	177.7	298.1	426.0	239.6	375.0	415.8	214.4	370.0	359.5	171.6	334.6	326.9	149.7	302.3	280.9	145.8	257.9	265.6	131.7	255.5
卵類	73.3	51.1	62.4	79.6	59.0	68.7	79.7	58.2	74.0	79.9	52.1	66.7	75.3	56.8	61.0	68.2	38.6	60.9	68.0	48.0	56.9
乳類	222.4	232.0	153.6	207.2	185.0	156.7	217.0	270.3	91.7	181.0	198.3	127.6	219.4	275.7	123.8	219.8	212.1	169.8	254.7	227.8	212.8
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	51.6	44.3	40.1	64.5	52.6	52.1	52.8	41.5	42.2	54.1	43.4	43.4	51.2	44.4	41.1	51.7	45.3	40.1	45.4	40.1	34.0
嗜好飲料類	343.5	246.7	303.7	208.3	191.6	154.8	295.9	235.1	232.5	435.8	287.6	399.9	416.4	279.9	377.8	369.1	224.4	319.6	305.7	206.1	254.3
調味料・香辛料類	53.8	33.4	46.1	56.2	34.4	51.3	53.4	30.2	47.0	58.4	38.7	49.2	56.1	35.8	47.6	51.8	31.5	43.9	51.2	31.2	43.7

表 6 の 3 食品群別 カリウム摂取量（女性、年齢階級別）

	総数			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳			60-69歳			70-79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	平均値	標準 偏差	中央値
対象者数	1550			182			229			231			285			320			303		
総量	2672.0	1795.2	2308.3	2311.6	1737.1	1919.9	2522.7	1708.7	2141.9	2653.2	1748.0	2271.1	2748.6	1801.8	2348.9	2829.6	1754.7	2525.3	2777.2	1773.7	2466.7
穀類	149.1	48.7	147.3	162.7	50.2	158.0	159.2	47.8	154.6	148.7	49.5	149.7	147.9	49.9	150.2	146.9	43.4	144.8	137.3	48.6	132.8
いも類	223.0	193.3	175.4	213.9	206.6	131.5	216.4	181.2	161.7	228.8	172.2	205.7	202.7	182.1	127.6	234.2	175.2	199.4	236.3	231.7	200.9
砂糖・甘味料類	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	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	197.2	164.7	151.5	151.9	205.3	112.0	185.4	151.5	144.1	181.7	142.7	144.8	213.1	177.2	145.1	203.6	153.5	162.9	223.3	154.1	188.1
野菜類	729.0	437.3	640.4	629.2	403.2	559.5	691.1	419.0	615.2	717.6	422.5	612.3	743.6	445.0	647.1	774.1	448.7	684.3	765.0	447.4	682.2
緑黄色野菜	367.7	249.9	310.2	325.1	223.5	292.3	351.0	236.0	306.3	363.2	240.7	297.8	369.4	258.1	302.7	386.6	250.4	322.0	387.8	268.6	328.2
その他の野菜	361.3	187.4	330.2	304.1	179.7	267.2	340.1	183.1	309.0	354.4	181.7	314.5	374.2	186.8	344.4	387.5	198.3	362.3	377.1	178.7	353.9
果実類	191.8	176.2	151.3	147.3	167.2	99.6	150.0	147.8	109.5	156.2	172.4	99.3	180.1	160.0	142.5	223.6	184.4	193.6	254.8	185.1	211.0
魚介類	266.1	158.2	237.9	217.7	148.9	181.2	214.7	125.5	196.4	233.1	138.0	203.0	276.0	161.7	244.8	297.6	154.7	270.9	316.7	174.7	277.4
肉類	283.3	140.8	261.8	306.2	152.7	275.2	309.1	140.4	280.4	314.4	142.5	292.5	285.6	136.9	270.7	260.0	137.6	240.7	248.7	127.1	237.9
卵類	61.5	38.8	55.6	66.5	41.9	62.5	67.6	41.7	59.0	67.2	41.7	59.5	62.4	37.5	57.3	58.2	34.6	54.6	52.5	35.6	46.8
乳類	216.4	184.1	183.5	165.7	161.1	131.8	210.3	202.6	164.0	201.0	189.7	145.7	218.7	178.1	195.2	238.4	181.1	227.0	237.9	179.3	217.4
油脂類	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	0.0	0.0	0.0
菓子類	59.9	44.8	50.7	65.9	43.9	58.3	71.7	51.7	57.0	69.2	45.4	62.6	64.1	46.7	54.1	53.2	40.3	44.5	43.5	34.9	36.2
嗜好飲料類	254.2	183.9	218.5	142.2	129.7	113.5	209.2	177.0	167.0	296.2	208.7	261.9	314.9	203.1	280.9	299.4	177.7	268.0	218.8	128.9	200.7
調味料・香辛料類	40.2	24.2	34.3	42.1	26.3	36.7	38.0	22.4	32.8	39.1	23.0	34.1	39.3	23.5	33.2	40.3	23.3	34.5	42.4	26.2	35.2

表 7 食塩摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2803	100.0	309	100.0	376	100.0	399	100.0	486	100.0	589	100.0	644	100.0
	7g未満	23	0.8	4	1.3	4	1.1	5	1.3	1	0.2	3	0.5	6	0.9
	7～9g未満	221	7.9	34	11.0	30	8.0	34	8.5	39	8.0	41	7.0	43	6.7
	9～12g未満	1038	37.0	106	34.3	148	39.4	149	37.3	187	38.5	226	38.4	222	34.5
	12g以上	1521	54.3	165	53.4	194	51.6	211	52.9	259	53.3	319	54.2	373	57.9
男性	対象者数	1253	100.0	127	100.0	147	100.0	168	100.0	201	100.0	269	100.0	341	100.0
	7g未満	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	7～9g未満	28	2.2	4	3.1	1	0.7	3	1.8	4	2.0	8	3.0	8	2.3
	9～12g未満	246	19.6	18	14.2	27	18.4	27	16.1	44	21.9	62	23.0	68	19.9
	12g以上	978	78.1	105	82.7	119	81.0	137	81.5	153	76.1	199	74.0	265	77.7
	(再掲)7.5g未満	4	0.3	1	0.8	0	0.0	1	0.6	0	0.0	1	0.4	1	0.3
女性	対象者数	1550	100.0	182	100.0	229	100.0	231	100.0	285	100.0	320	100.0	303	100.0
	7g未満	22	1.4	4	2.2	4	1.7	4	1.7	1	0.4	3	0.9	6	2.0
	7～9g未満	193	12.5	30	16.5	29	12.7	31	13.4	35	12.3	33	10.3	35	11.6
	9～12g未満	792	51.1	88	48.4	121	52.8	122	52.8	143	50.2	164	51.3	154	50.8
	12g以上	543	35.0	60	33.0	75	32.8	74	32.0	106	37.2	120	37.5	108	35.6
	(再掲)6.5g未満	14	0.9	2	1.1	2	0.9	4	1.7	1	0.4	3	0.9	2	0.7

表 8 野菜摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2803	100.0	309	100.0	376	100.0	399	100.0	486	100.0	589	100.0	644	100.0
	70g未満	148	5.3	29	9.4	14	3.7	18	4.5	30	6.2	33	5.6	24	3.7
	70～140g未満	446	15.9	55	17.8	64	17.0	61	15.3	86	17.7	72	12.2	108	16.8
	140～210g未満	720	25.7	74	23.9	104	27.7	117	29.3	123	25.3	159	27.0	143	22.2
	210～280g未満	635	22.7	71	23.0	95	25.3	88	22.1	96	19.8	127	21.6	158	24.5
	280～350g未満	381	13.6	41	13.3	42	11.2	51	12.8	61	12.6	90	15.3	96	14.9
	350g以上	473	16.9	39	12.6	57	15.2	64	16.0	90	18.5	108	18.3	115	17.9
男性	対象者数	1253	100.0	127	100.0	147	100.0	168	100.0	201	100.0	269	100.0	341	100.0
	70g未満	73	5.8	12	9.4	2	1.4	8	4.8	19	9.5	20	7.4	12	3.5
	70～140g未満	195	15.6	19	15.0	19	12.9	25	14.9	40	19.9	35	13.0	57	16.7
	140～210g未満	305	24.3	23	18.1	43	29.3	45	26.8	47	23.4	74	27.5	73	21.4
	210～280g未満	287	22.9	32	25.2	38	25.9	39	23.2	37	18.4	58	21.6	83	24.3
	280～350g未満	175	14.0	22	17.3	23	15.6	23	13.7	17	8.5	39	14.5	51	15.0
	350g以上	218	17.4	19	15.0	22	15.0	28	16.7	41	20.4	43	16.0	65	19.1
女性	対象者数	1550	100.0	182	100.0	229	100.0	231	100.0	285	100.0	320	100.0	303	100.0
	70g未満	75	4.8	17	9.3	12	5.2	10	4.3	11	3.9	13	4.1	12	4.0
	70～140g未満	251	16.2	36	19.8	45	19.7	36	15.6	46	16.1	37	11.6	51	16.8
	140～210g未満	415	26.8	51	28.0	61	26.6	72	31.2	76	26.7	85	26.6	70	23.1
	210～280g未満	348	22.5	39	21.4	57	24.9	49	21.2	59	20.7	69	21.6	75	24.8
	280～350g未満	206	13.3	19	10.4	19	8.3	28	12.1	44	15.4	51	15.9	45	14.9
	350g以上	255	16.5	20	11.0	35	15.3	36	15.6	49	17.2	65	20.3	50	16.5

表 9 果物摂取量別 人数分布（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2803	100.0	309	100.0	376	100.0	399	100.0	486	100.0	589	100.0	644	100.0
	0g	270	9.6	55	17.8	42	11.2	60	15.0	50	10.3	36	6.1	27	4.2
	50g未満	1100	39.2	159	51.5	197	52.4	202	50.6	197	40.5	193	32.8	152	23.6
	50～100g未満	641	22.9	54	17.5	73	19.4	83	20.8	116	23.9	152	25.8	163	25.3
	100～150g未満	409	14.6	24	7.8	35	9.3	28	7.0	65	13.4	120	20.4	137	21.3
	150～200g未満	197	7.0	12	3.9	18	4.8	15	3.8	35	7.2	42	7.1	75	11.6
	200～250g未満	98	3.5	4	1.3	5	1.3	6	1.5	8	1.6	26	4.4	49	7.6
	250～300g未満	45	1.6	0	0.0	3	0.8	1	0.3	6	1.2	14	2.4	21	3.3
	300～350g未満	17	0.6	0	0.0	0	0.0	3	0.8	5	1.0	2	0.3	7	1.1
	350～400g未満	9	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.3	3	0.6	1	0.2	4	0.6
	400g以上	17	0.6	1	0.3	3	0.8	0	0.0	1	0.2	3	0.5	9	1.4
	(再掲)200g以上	186	6.6	5	1.6	11	2.9	11	2.8	23	4.7	46	7.8	90	14.0
男性	対象者数	1253	100.0	127	100.0	147	100.0	168	100.0	201	100.0	269	100.0	341	100.0
	0g	174	13.9	34	26.8	23	15.6	40	23.8	35	17.4	23	8.6	19	5.6
	50g未満	507	40.5	61	48.0	83	56.5	88	52.4	85	42.3	100	37.2	90	26.4
	50～100g未満	258	20.6	14	11.0	25	17.0	28	16.7	43	21.4	74	27.5	74	21.7
	100～150g未満	165	13.2	11	8.7	6	4.1	7	4.2	19	9.5	49	18.2	73	21.4
	150～200g未満	75	6.0	5	3.9	6	4.1	4	2.4	13	6.5	10	3.7	37	10.9
	200～250g未満	38	3.0	2	1.6	1	0.7	1	0.6	2	1.0	8	3.0	24	7.0
	250～300g未満	13	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	3	1.1	9	2.6
	300～350g未満	9	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.0	1	0.4	6	1.8
	350～400g未満	6	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	1	0.4	4	1.2
	400g以上	8	0.6	0	0.0	3	2.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	1.5
	(再掲)200g以上	74	5.9	2	1.6	4	2.7	1	0.6	6	3.0	13	4.8	48	14.1
女性	対象者数	1550	100.0	182	100.0	229	100.0	231	100.0	285	100.0	320	100.0	303	100.0
	0g	96	6.2	21	11.5	19	8.3	20	8.7	15	5.3	13	4.1	8	2.6
	50g未満	593	38.3	98	53.8	114	49.8	114	49.4	112	39.3	93	29.1	62	20.5
	50～100g未満	383	24.7	40	22.0	48	21.0	55	23.8	73	25.6	78	24.4	89	29.4
	100～150g未満	244	15.7	13	7.1	29	12.7	21	9.1	46	16.1	71	22.2	64	21.1
	150～200g未満	122	7.9	7	3.8	12	5.2	11	4.8	22	7.7	32	10.0	38	12.5
	200～250g未満	60	3.9	2	1.1	4	1.7	5	2.2	6	2.1	18	5.6	25	8.3
	250～300g未満	32	2.1	0	0.0	3	1.3	1	0.4	5	1.8	11	3.4	12	4.0
	300～350g未満	8	0.5	0	0.0	0	0.0	3	1.3	3	1.1	1	0.3	1	0.3
	350～400g未満	3	0.2	0	0.0	0	0.0	1	0.4	2	0.7	0	0.0	0	0.0
	400g以上	9	0.6	1	0.5	0	0.0	0	0.0	1	0.4	3	0.9	4	1.3
	(再掲)200g以上	112	7.2	3	1.6	7	3.1	10	4.3	17	6.0	33	10.3	42	13.9

表 10 麺類のスープ・汁を飲む量（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2605	100.0	288	100.0	348	100.0	366	100.0	459	100.0	550	100.0	594	100.0
	ほとんど全部	386	14.8	35	12.2	58	16.7	70	19.1	78	17.0	79	14.4	66	11.1
	8割くらい	485	18.6	29	10.1	57	16.4	65	17.8	99	21.6	99	18.0	136	22.9
	4～6割	638	24.5	84	29.2	84	24.1	89	24.3	100	21.8	150	27.3	131	22.1
	2割くらい	630	24.2	72	25.0	77	22.1	76	20.8	105	22.9	146	26.5	154	25.9
	ほとんど飲まなかった	466	17.9	68	23.6	72	20.7	66	18.0	77	16.8	76	13.8	107	18.0
男性	対象者数	1155	100.0	114	100.0	139	100.0	150	100.0	186	100.0	251	100.0	315	100.0
	ほとんど全部	259	22.4	19	16.7	34	24.5	48	32.0	56	30.1	53	21.1	49	15.6
	8割くらい	274	23.7	19	16.7	26	18.7	31	20.7	54	29.0	56	22.3	88	27.9
	4～6割	287	24.8	29	25.4	34	24.5	37	24.7	35	18.8	76	30.3	76	24.1
	2割くらい	219	19.0	29	25.4	26	18.7	18	12.0	31	16.7	51	20.3	64	20.3
	ほとんど飲まなかった	116	10.0	18	15.8	19	13.7	16	10.7	10	5.4	15	6.0	38	12.1
女性	対象者数	1450	100.0	174	100.0	209	100.0	216	100.0	273	100.0	299	100.0	279	100.0
	ほとんど全部	127	8.8	16	9.2	24	11.5	22	10.2	22	8.1	26	8.7	17	6.1
	8割くらい	211	14.6	10	5.7	31	14.8	34	15.7	45	16.5	43	14.4	48	17.2
	4～6割	351	24.2	55	31.6	50	23.9	52	24.1	65	23.8	74	24.7	55	19.7
	2割くらい	411	28.3	43	24.7	51	24.4	58	26.9	74	27.1	95	31.8	90	32.3
	ほとんど飲まなかった	350	24.1	50	28.7	53	25.4	50	23.1	67	24.5	61	20.4	69	24.7

表 11 外食と比べた家庭での味付け（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2603	100.0	288	100.0	348	100.0	366	100.0	459	100.0	550	100.0	592	100.0
	薄口	376	14.4	32	11.1	27	7.8	38	10.4	60	13.1	95	17.3	124	20.9
	少し薄口	1143	43.9	110	38.2	160	46.0	157	42.9	211	46.0	259	47.1	246	41.6
	同じくらい	776	29.8	116	40.3	118	33.9	120	32.8	133	29.0	148	26.9	141	23.8
	少し濃い口	280	10.8	25	8.7	39	11.2	47	12.8	49	10.7	47	8.5	73	12.3
	濃い口	28	1.1	5	1.7	4	1.1	4	1.1	6	1.3	1	0.2	8	1.4
男性	対象者数	1152	100.0	114	100.0	139	100.0	150	100.0	186	100.0	250	100.0	313	100.0
	薄口	154	13.4	11	9.6	10	7.2	15	10.0	24	12.9	34	13.6	60	19.2
	少し薄口	457	39.7	43	37.7	57	41.0	59	39.3	72	38.7	106	42.4	120	38.3
	同じくらい	387	33.6	50	43.9	55	39.6	54	36.0	64	34.4	79	31.6	85	27.2
	少し濃い口	141	12.2	8	7.0	16	11.5	20	13.3	25	13.4	31	12.4	41	13.1
	濃い口	13	1.1	2	1.8	1	0.7	2	1.3	1	0.5		0.0	7	2.2
女性	対象者数	1451	100.0	174	100.0	209	100.0	216	100.0	273	100.0	300	100.0	279	100.0
	薄口	222	15.3	21	12.1	17	8.1	23	10.6	36	13.2	61	20.3	64	22.9
	少し薄口	686	47.3	67	38.5	103	49.3	98	45.4	139	50.9	153	51.0	126	45.2
	同じくらい	389	26.8	66	37.9	63	30.1	66	30.6	69	25.3	69	23.0	56	20.1
	少し濃い口	139	9.6	17	9.8	23	11.0	27	12.5	24	8.8	16	5.3	32	11.5
	濃い口	15	1.0	3	1.7	3	1.4	2	0.9	5	1.8	1	0.3	1	0.4

表 12 食べる速さ（性・年齢階級別）

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	対象者数	2786	100.0	306	100.0	373	100.0	397	100.0	483	100.0	586	100.0	641	100.0
	かなり速い	213	7.6	19	6.2	37	9.9	46	11.6	49	10.1	33	5.6	29	4.5
	やや速い	849	30.5	84	27.5	122	32.7	139	35.0	163	33.7	185	31.6	156	24.3
	ふつう	1304	46.8	132	43.1	149	39.9	185	46.6	217	44.9	285	48.6	336	52.4
	やや遅い	351	12.6	51	16.7	52	13.9	23	5.8	44	9.1	78	13.3	103	16.1
	かなり遅い	69	2.5	20	6.5	13	3.5	4	1.0	10	2.1	5	0.9	17	2.7
男性	対象者数	1247	100.0	126	100.0	146	100.0	167	100.0	200	100.0	268	100.0	340	100.0
	かなり速い	116	9.3	10	7.9	16	11.0	30	18.0	23	11.5	20	7.5	17	5.0
	やや速い	434	34.8	43	34.1	53	36.3	73	43.7	73	36.5	106	39.6	86	25.3
	ふつう	544	43.6	54	42.9	60	41.1	61	36.5	89	44.5	111	41.4	169	49.7
	やや遅い	127	10.2	13	10.3	13	8.9	3	1.8	11	5.5	30	11.2	57	16.8
	かなり遅い	26	2.1	6	4.8	4	2.7	0	0.0	4	2.0	1	0.4	11	3.2
女性	対象者数	1539	100.0	180	100.0	227	100.0	230	100.0	283	100.0	318	100.0	301	100.0
	かなり速い	97	6.3	9	5.0	21	9.3	16	7.0	26	9.2	13	4.1	12	4.0
	やや速い	415	27.0	41	22.8	69	30.4	66	28.7	90	31.8	79	24.8	70	23.3
	ふつう	760	49.4	78	43.3	89	39.2	124	53.9	128	45.2	174	54.7	167	55.5
	やや遅い	224	14.6	38	21.1	39	17.2	20	8.7	33	11.7	48	15.1	46	15.3
	かなり遅い	43	2.8	14	7.8	9	4.0	4	1.7	6	2.1	4	1.3	6	2.0

表 13 BMI の人数分布 (性・年齢階級別)

		総数		低体重(やせ)		普通		肥満		(再掲) 25以上30未満		(再掲) 30以上		低体重(やせ)	
				18.5未満		18.5以上25未満		25以上						20以下	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2803	100.0	250	100.0	1877	100.0	676	100.0	543	100.0	133	100.0	631	100.0
	20-29歳	309	11.0	39	15.6	215	11.5	55	8.1	42	7.7	13	9.8	108	17.1
	30-39歳	376	13.4	44	17.6	237	12.6	95	14.1	67	12.3	28	21.1	97	15.4
	40-49歳	399	14.2	32	12.8	267	14.2	100	14.8	76	14.0	24	18.0	88	13.9
	50-59歳	486	17.3	49	19.6	304	16.2	133	19.7	110	20.3	23	17.3	111	17.6
	60-69歳	589	21.0	42	16.8	398	21.2	149	22.0	122	22.5	27	20.3	110	17.4
	70-79歳	644	23.0	44	17.6	456	24.3	144	21.3	126	23.2	18	13.5	117	18.5
	(再掲)														
	65-69歳	319	11.4	26	10.4	204	10.9	89	13.2	72	13.3	17	12.8	63	10.0
	70-74歳	398	14.2	24	9.6	282	15.0	92	13.6	79	14.5	13	9.8	70	11.1
	75-79歳	325	11.6	17	6.8	221	11.8	87	12.9	75	13.8	12	9.0	42	6.7
	65-79歳	1042	37.2	67	26.8	707	37.7	268	39.6	226	41.6	42	31.6	175	27.7
男性	総数	1253	100.0	58	100.0	822	100.0	373	100.0	306	100.0	67	100.0	178	100.0
	20-29歳	127	10.1	11	19.0	89	10.8	27	7.2	20	6.5	7	10.4	31	17.4
	30-39歳	147	11.7	8	13.8	86	10.5	53	14.2	38	12.4	15	22.4	26	14.6
	40-49歳	168	13.4	6	10.3	108	13.1	54	14.5	43	14.1	11	16.4	22	12.4
	50-59歳	201	16.0	7	12.1	122	14.8	72	19.3	62	20.3	10	14.9	25	14.0
	60-69歳	269	21.5	9	15.5	178	21.7	82	22.0	69	22.5	13	19.4	29	16.3
	70-79歳	341	27.2	17	29.3	239	29.1	85	22.8	74	24.2	11	16.4	45	25.3
	(再掲)														
	65-69歳	141	11.3	4	6.9	83	10.1	54	14.5	45	14.7	9	13.4	12	6.7
	70-74歳	210	16.8	7	12.1	143	17.4	60	16.1	51	16.7	9	13.4	20	11.2
	75-79歳	131	10.5	10	17.2	96	11.7	25	6.7	23	7.5	2	3.0	25	14.0
	65-79歳	482	38.5	21	36.2	322	39.2	139	37.3	119	38.9	20	29.9	57	32.0
女性	総数	1550	100.0	192	100.0	1055	100.0	303	100.0	237	100.0	66	100.0	453	100.0
	20-29歳	182	11.7	28	14.6	126	11.9	28	9.2	22	9.3	6	9.1	77	17.0
	30-39歳	229	14.8	36	18.8	151	14.3	42	13.9	29	12.2	13	19.7	71	15.7
	40-49歳	231	14.9	26	13.5	159	15.1	46	15.2	33	13.9	13	19.7	66	14.6
	50-59歳	285	18.4	42	21.9	182	17.3	61	20.1	48	20.3	13	19.7	86	19.0
	60-69歳	320	20.6	33	17.2	220	20.9	67	22.1	53	22.4	14	21.2	81	17.9
	70-79歳	303	19.5	27	14.1	217	20.6	59	19.5	52	21.9	7	10.6	72	15.9
	(再掲)														
	65-69歳	178	11.5	22	11.5	121	11.5	35	11.6	27	11.4	8	12.1	51	11.3
	70-74歳	188	12.1	17	8.9	139	13.2	32	10.6	28	11.8	4	6.1	50	11.0
	75-79歳	115	7.4	10	5.2	78	7.4	27	8.9	24	10.1	3	4.5	22	4.9
	65-79歳	481	31.0	49	25.5	338	32.0	94	31.0	79	33.3	15	22.7	123	27.2

表 14 食べる速さ別 BMI の平均値 (性別)

		かなり速い			やや速い			ふつう			やや遅い			遅い		
		人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
BMI	男性	116	25.4	3.7	434	24.3	4.2	544	23.2	3.6	127	22.4	3.1	26	21.1	2.6
	女性	97	23.8	3.9	415	22.6	3.8	760	22.2	3.6	224	21.5	3.4	43	21.4	4.2

令和 4 年度県民健康・栄養調査報告
(簡易型自記式食事歴法質問票 (BDHQ) による調査)

2025 年 (令和 7 年) 3 月
発行 佐賀県 健康福祉部 健康福祉政策課
(佐賀県佐賀市城内 1 丁目 1-59)

