

県民健康・栄養の現状

平成10年度沖縄県民健康栄養調査成績

平成12年3月

沖縄県福祉保健部

はじめに

近年、がんをはじめとする脳卒中、糖尿病、心臓病などの疾病の発症や進行には個人の生活習慣が深く関与していることが明らかになってきております。

また、急速な少子・高齢化の進展、県民の健康意識の高まり、個人のライフスタイルの多様化等健康をとりまく状況が著しく変化しております。

このため、平成10年に県民の健康状態、食生活の実態を把握し、総合的な健康増進対策に必要な基礎資料とするために県民健康栄養調査を実施しました。

この報告書は、栄養摂取状況、身体状況、血液検査、歯科疾患実態調査、健康意識調査の結果を取りまとめたものです。

今後、この調査結果を21世紀における県民の健康づくり運動を展開していくための指標となる「健康沖縄21」（仮称）の基礎資料として活用するとともに、各関係機関において広く活用されることを願っております。

おわりに、この調査の実施にご協力いただきました世帯の方々、並びに調査員、市町村、保健所等の関係者の方々に対して感謝いたします。

また、調査の集計・解析に当たりまして、ご尽力いただきました東京農業大学赤羽正之名誉教授をはじめ諸先生方に厚くお礼申し上げます。

平成12年3月

沖縄県福祉保健部長

平良健康

《 総 合 目 次 》

調査の概要	1
I 栄養摂取状況調査	
《目次》	11
(図表目次)	12
栄養摂取状況調査結果	15
II 身体状況調査	
《目次》	69
(図表目次)	70
身体状況調査結果	71
III 血液検査	
《目次》	105
(図表目次)	106
血液検査結果	109
IV 歯科疾患実態調査	
《目次》	137
(図表目次)	138
歯科疾患実態調査結果	139
V 健康意識調査	
《目次》	151
(図表目次)	153
健康意識調査結果	157
付表 1	栄養摂取状況調査票
付表 2	身体状況調査票
付表 3	歯科疾患実態調査
付表 4	健康意識調査票

－調査の概要－

1. 調査の目的

この調査は、県民の栄養摂取の実態を把握すると同時に栄養と健康状態との関係を明らかにし、総合的な健康増進対策を推進するための基礎資料を得るため、沖縄県が行うものである。

2. 調査の対象及び客体

全県下の世帯及び世帯員を対象とし、平成10年国民生活基礎調査地区より設定された単位区より無作為に抽出した20単位地区内の世帯及び世帯員を調査客体とした。(表1および図1)

3. 調査項目

本調査は、栄養摂取状況調査、身体状況調査、血液検査、歯科疾患実態調査及び健康意識調査からなり、調査項目は下記のとおりである。

(1) 栄養摂取状況調査

- (ア) 世帯状況：氏名、性別、生年月、妊産婦（週数）・授乳婦別、仕事の種類、日常生活活動強度
- (イ) 食事状況：朝、昼、夕食別、家庭・外食・欠食の区別
- (ウ) 食物摂取状況：料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯員ごとの案分比率

(2) 身体状況調査

- (ア) 身長・体重（満1歳以上）
- (イ) 血圧（満15歳以上全員）
- (ウ) 体脂肪率・体脂肪量（満15歳以上全員）
- (エ) 一日の運動量〔歩行数〕（満15歳以上全員）
- (オ) 問診〔血圧降下薬、喫煙、飲酒、運動〕（満15歳以上全員）

(3) 血液検査

- (ア) 血色素量（SLS-Hb法）
- (イ) 赤血球数（電気抵抗検出法（自動化法））
- (ウ) 血糖（酵素法（GLU-DH法））
- (エ) ヘモグロビンA1c（ラテックス凝集比濁法）
- (オ) 総コレステロール（酵素法（COD-DAOS法））
- (カ) HDLコレステロール（選択阻害法（直説法））
- (キ) 中性脂肪（酵素法（遊離グリセロール消去法））
- (ク) GOT（UV法）
- (ケ) GPT（UV法）
- (コ) γ -GTP（L- γ グルタミル-3-カルボキシ-4-ニトロアニリド基質法）
- (サ) 総たんぱく（ビュレット法）

(4) 歯科疾患実態調査

- (ア) う蝕有病者状況：う蝕有病者率、う蝕有病者の処置状況
- (イ) 現在歯状況：一人平均現在歯数、一人平均健全歯数、一人平均未処置歯数・喪失歯数

- ・処置歯数、欠損補綴の状況、20本以上自分の歯を有する人の割合
- (ウ) 歯肉状況：歯肉炎、歯周炎、保存処置困難、歯のないもの
- (エ) 自覚症状及び歯ブラシの使用状況：受診状況、歯みがき状況、自分の歯や口の状況

(5) 健康意識調査

- (ア) 食生活について
- (イ) 運動状況について
- (ウ) 休養について
- (エ) 飲酒・喫煙について
- (オ) 身体状況について
- (カ) 糖尿病について
- (キ) 健康に関する要望等について
- (ク) 歯科について

4. 調査時期及び日数

- (1) 栄養摂取状況調査：11月中の1日を任意に定める（祝祭日を除く）。
- (2) 身体状況調査：11月中の1日を任意に定める（祝祭日を除く）。
- (3) 血液検査：身体状況調査と同日に行う。
- (4) 歯科疾患実態調査：身体状況調査と同日に行う。
- (5) 健康意識調査：栄養摂取状況調査と同日に行う。

5. 調査要領

(1) 調査員の構成

保健所長を班長とする調査班を編成し、医師、歯科医師、歯科衛生士、栄養士、検査技師、調査助手、事務担当者等が担当した。

(2) 調査体制

調査体制は図2に示すとおりである。

(3) 調査票の様式

- ① 栄養摂取状況調査票 …… 付表1参照
- ② 身体状況調査票 …… 付表2参照
- ③ 歯科疾患実態調査 …… 付表3参照
- ④ 健康意識調査票 …… 付表4参照

(4) 調査の方法

国民栄養調査方法に準じて実施した。

① 栄養摂取状況調査

世帯員に関する事項及び食物摂取状況について、調査員は、被調査世帯を直接訪問して、世帯の代表者及び食事担当者に面接のうえ、調査票を記入させ、不備な点の是正や記入要領の指導にあたった。

②身体状況調査

被調査者の集合に便利な場所に集めて実施した。身長・体重・血圧・体脂肪率・体脂肪量測定、歩数計による1日の運動量について調査するとともに降圧剤の服用状況、飲酒・喫煙状況について問診を行った。

③血液検査

身体状況調査受診者のうち、了解の得られた者について採血し、総コレステロール、血糖など11項目についてSRLに検査を委託した。

④歯科疾患実態調査

身体状況調査受診者のうち、了解の得られた者について保健所の歯科医師が歯科検診を実施した。また、受診状況については健康意識調査に質問項目を追加して調査した。

⑤健康意識調査

栄養摂取状況調査と同時に実施した。調査票は、調査員が対象者に配布して回答を得た。

6. 集計及び製表

調査結果の集計、製表及び解析は東京農業大学及び沖縄県衛生環境研究所にて行った。

7. 本書利用上の留意点

(1) 栄養価算定に使用した成分表等について

原則として「四訂日本食品標準成分表」を使用した。

外食料理及び総菜等については、東京農業大学が独自に定めた使用食品名及び使用分量より計算した。

(2) 食品群分類について

食品群別については、国民栄養調査食品群別表に準じた。

(3) 平均栄養所要量

平均栄養所要量は「第5次改定日本人の栄養所要量」を用い、調査客体から1人1日当たりとして求めた。

(4) 血圧区分について

区 分	血 圧 値
低 血 圧	最高血圧 90 mmHg 未満のもの
正 常	最高血圧 90 ~ 140 mmHg 未満でかつ 最低血圧 90 mmHg 未満のもの
境界域高血圧	最高血圧 140 ~ 160 mmHg 未満のもの、または最低血圧が 90 ~ 95 mmHg 未満のもので高血圧に含まれないもの
高 血 圧	最高血圧 160 mmHg 以上のもの、または 最低血圧 95 mmHg 以上のもの

収縮期血圧を最高血圧、拡張期血圧を最低血圧とした。

(5) 肥満の判定

BMI : Body Mass Index (次式) を用いて判定した。

$$BMI = \text{体重kg} / (\text{身長m})^2$$

男女とも20歳以上BMI = 22を標準とし、今回用いた肥満の判定基準は下記のとおりである。(日本肥満学会(平成11年現在)による肥満の判定を用いた)

判定	やせ	普通	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上25.0未満	25.0以上

(6) 体脂肪率・体脂肪量測定

オムロン体脂肪計による肥満の判定は下記のとおりである。

判定	やせ	標準	軽肥満	肥満
男性	10%未満	10%以上20%未満	20%以上25%未満	25%以上
女性	20%未満	20%以上30%未満	30%以上35%未満	35%以上

(7) 血液検査の診査基準

血液検査の審査基準については、老人保健法の基本健康診査の審査基準に従った。

(8) 歯科疾患実態調査の診査基準

平成5年に実施された全国歯科疾患実態調査の診査基準に従った。

(9) 問診について

①血圧降下剤の使用の有無については、現在、医師の指示の有無に関わらず2日に1度(1日を単位とする)以上血圧降下剤を使用している者を「使用している」と判定した。

②運動の習慣がある者とは、

- ・運動の実施頻度として、週2回以上
 - ・運動の持続時間として、30分以上
 - ・運動の継続期間として、1年以上
- の3つをすべてに該当する者とした。

③飲酒の習慣がある者とは、

- ・飲酒頻度として、週3回以上
- ・1回に飲む量が日本酒で1合(ビール大1本、ウイスキーでダブル1杯)以上の2つのすべてに該当する者とした。

(10) その他

各項目における数値は、四捨五入のため、内訳合計が総数に合わないことがある。

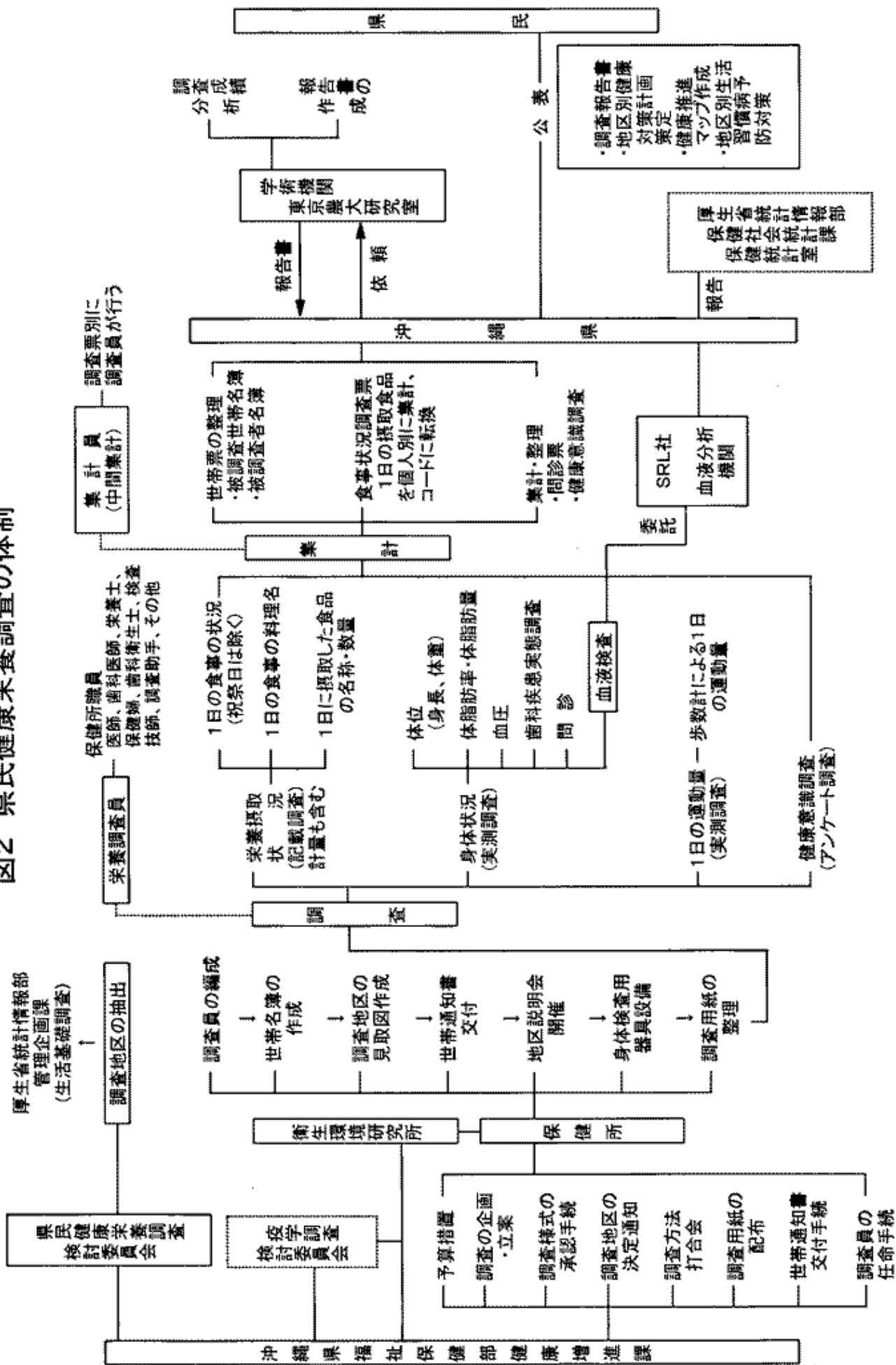
表1 沖縄県県民健康栄養調査実施状況

保健所名	地区名	栄養摂取状況調査			身体状況調査			血液検査			歯科疾患実態調査			健康意識調査		
		調査実施数	対象者数	実施率(%)	調査実施数	対象者数	実施率(%)	調査実施数	対象者数	実施率(%)	調査実施数	対象者数	実施率(%)	調査実施数	対象者数	実施率(%)
1:名護保健所	11:名護市東江	130	156	83	130	156	83	55	95	58	52	95	55	90	95	95
	12:本部町備瀬	99	101	98	97	101	96	59	85	69	60	85	71	84	85	99
2:石川保健所	21:勝連町平敷屋	160	161	99	108	161	67	36	130	28	36	130	28	127	130	98
	22:石川市東山区	113	123	92	75	123	61	17	95	18	17	95	18	90	95	95
3:コザ保健所	31:宜野湾市赤道	46	66	70	20	66	30	19	64	30	19	64	30	64	64	100
	32:北中城村熱田	88	92	96	42	92	46	34	84	40	33	84	39	83	84	99
	33:嘉手納町水釜	41	43	95	23	43	53	14	32	44	14	32	44	32	32	100
	34:読谷村高志保	52	73	71	17	73	23	17	67	25	17	67	25	60	67	90
4:中央保健所	41:那覇市天久	83	83	100	61	83	73	17	65	26	17	65	26	62	65	95
	42:那覇市古波蔵	42	42	100	32	42	76	20	36	56	20	36	56	31	36	86
	43:那覇市小禄	142	146	97	86	146	59	33	108	31	35	108	32	103	108	95
	44:那覇市首里鳥堀	77	78	99	55	78	71	35	67	52	36	67	54	66	67	99
	45:那覇市久米	55	55	100	37	55	67	11	43	26	12	43	28	43	43	100
5:南部保健所	46:那覇市松川	42	42	100	39	42	93	19	32	59	21	32	66	32	32	100
	51:知念村具志堅	123	137	90	118	137	86	55	121	45	50	121	41	112	121	93
	52:糸満市前端区	51	52	98	51	52	98	20	40	50	18	40	45	39	40	98
	53:浦添市安波茶	164	177	93	118	177	67	51	153	33	48	153	31	147	153	96
6:宮古保健所	54:与那原町字与那原	173	186	93	144	186	77	65	151	43	62	151	41	149	151	99
	61:平良市西里	45	48	94	37	48	77	23	35	66	23	35	66	31	35	89
	71:石垣市大川	76	86	88	74	86	86	46	68	68	46	68	68	63	68	93
総計		1,802	1,947	93	1,364	1,947	70	646	1,571	41	636	1,571	40	1,508	1,571	96

図1 調査対象地区



図2 県民健康栄養調査の体制



《 目 次 》

I 栄養摂取状況調査	15
— 結果の概要 —	
1. 1人1日当たりの平均栄養素等所要量	18
(1) 1人1日当たりの栄養素等所要量	18
(2) 栄養素等所要量の年次推移	18
2. 栄養素等の摂取状況	19
(1) 1人1日当たりの栄養素等摂取量	19
(2) 栄養素等摂取量の年次推移	20
3. 栄養素等摂取量と調査対象者の平均栄養所要量との比較	21
(1) 栄養素等充足率の平均値	21
(2) 栄養素等充足率の年次推移	22
(3) 性別の栄養素等充足率	22
(4) 性別・年齢階級別の栄養素等摂取量の充足率	23
1) 性別	23
2) 年齢階級別	23
4. エネルギーの栄養素別摂取構成比（PFC比）	25
(1) PFC比の年次推移	25
(2) 年齢階級別	25
(3) 性別	26
5. 栄養素等充足率の度数分布および食品群別摂取構成比	27
(1) エネルギー	27
(2) たんぱく質	29
(3) 脂質	31
(4) カルシウム	33
(5) 鉄	35
(6) 食塩	37
(7) ビタミンA	39
(8) ビタミンB ₁	41
(9) ビタミンB ₂	43
(10) ビタミンC	45
6. 食品群別摂取量	47
(1) 食品群別摂取量の平均値	47
(2) 食品群別摂取量の年次推移	48
(3) 性別の食品群別摂取量	49
(4) 性別・年齢階級別の食品群別摂取量	50
7. 摂取食品数	53
(1) 性別	53
(2) 年齢階級別	53
(3) 性別・摂取食品数別の栄養素等摂取量	55
(4) 性別・摂取食品数別の栄養素等充足率	57
(5) 性別・摂取食品数別の栄養素等摂取量	59
8. 食事状況（外食・欠食）	61
(1) 朝昼夕食別の食事構成	61
(2) 外食状況	62
(3) 欠食状況	64

I 栄養摂取状況調査（図表目次）

表1	栄養摂取状況調査の対象者人員構成（地区別・性別・年齢階級別）	17
表2	対象者の栄養所要量の平均値・標準偏差・変動係数	18
表3	対象者の平均栄養所要量の年次推移（男女合計）	18
表4	栄養素等摂取量の平均値・標準偏差・変動係数	19
表5	栄養素等摂取量の年次推移（男女合計）	20
表6	栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量との比較	21
表7	栄養素等充足率の年次推移（男女合計）	22
表8	食品群別摂取量の平均値・標準偏差・変動係数	47
表9	食品群別摂取量の年次推移（男女合計）	48
表10-1	性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値（男女合計）	55
表10-2	性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値（男性）	56
表10-3	性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値（女性）	56
表11-1	性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値（男女合計）	57
表11-2	性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値（男性）	58
表11-3	性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値（女性）	58
表12-1	性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値（男女合計）	59
表12-2	性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値（男性）	60
表12-3	性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値（女性）	60
表13-1	性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比（男女合計）	61
表13-2	性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比（男性）	61
表13-3	性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比（女性）	61
図1	栄養摂取状況調査の対象者人員構成	16
図2	栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量との比較	21
図3	栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量との比較（性別）	22
図4-1	エネルギー摂取量の充足率	23
図4-2	たんぱく質摂取量の充足率	23
図4-3	脂質摂取量の充足率	23
図4-4	カルシウム摂取量の充足率	23
図4-5	鉄摂取量の充足率	24
図4-6	ナトリウム摂取量の充足率	24
図4-7	ビタミンA摂取量の充足率	24
図4-8	ビタミンB ₁ 摂取量の充足率	24
図4-9	ビタミンB ₂ 摂取量の充足率	24
図4-10	ビタミンC摂取量の充足率	24
図5	エネルギーの栄養素別摂取構成（PFC）比年次比較	25
図6	エネルギーの栄養素別摂取構成（PFC）比（年齢階級別:男女合計）	25
図7-1	エネルギーの栄養素別摂取構成（PFC）比（年齢階級別:男性）	26
図7-2	エネルギーの栄養素別摂取構成（PFC）比（年齢階級別:女性）	26
図8	エネルギーの充足率度数分布	27
図9	エネルギーの充足率度数分布（性別）	27
図10	エネルギーの食品群別摂取構成比年次比較	27

図11-1	エネルギーの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	28
図11-2	エネルギーの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	28
図11-3	エネルギーの食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	28
図12	たんぱく質の充足率度数分布	29
図13	たんぱく質の充足率度数分布（性別）	29
図14	たんぱく質の食品群別摂取構成比年次比較	29
図15-1	たんぱく質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	30
図15-2	たんぱく質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	30
図15-3	たんぱく質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	30
図16	脂質の充足率度数分布	31
図17	脂質の充足率度数分布（性別）	31
図18	脂質の食品群別摂取構成比年次比較	31
図19-1	脂質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	32
図19-2	脂質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	32
図19-3	脂質の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	32
図20	カルシウムの充足率度数分布	33
図21	カルシウムの充足率度数分布（性別）	33
図22	カルシウムの食品群別摂取構成比年次比較	33
図23-1	カルシウムの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	34
図23-2	カルシウムの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	34
図23-3	カルシウムの食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	34
図24	鉄の充足率度数分布	35
図25	鉄の充足率度数分布（性別）	35
図26	鉄の食品群別摂取構成比年次比較	35
図27-1	鉄の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	36
図27-2	鉄の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	36
図27-3	鉄の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	36
図28	食塩の摂取量度数分布	37
図29	食塩の摂取量度数分布（性別）	37
図30	食塩の食品群別摂取構成比年次比較	37
図31-1	食塩の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	38
図31-2	食塩の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	38
図31-3	食塩の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	38
図32	ビタミンAの充足率度数分布	39
図33	ビタミンAの充足率度数分布（性別）	39
図34	ビタミンAの食品群別摂取構成比年次比較	39
図35-1	ビタミンAの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	40
図35-2	ビタミンAの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	40
図35-3	ビタミンAの食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	40
図36	ビタミンB ₁ の充足率度数分布	41
図37	ビタミンB ₁ の充足率度数分布（性別）	41
図38	ビタミンB ₁ の食品群別摂取構成比年次比較	41
図39-1	ビタミンB ₁ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	42
図39-2	ビタミンB ₁ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	42
図39-3	ビタミンB ₁ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	42

図40	ビタミンB ₂ の充足率度数分布	43
図41	ビタミンB ₂ の充足率度数分布（性別）	43
図42	ビタミンB ₂ の食品群別摂取構成比年次比較	43
図43-1	ビタミンB ₂ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	44
図43-2	ビタミンB ₂ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	44
図43-3	ビタミンB ₂ の食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	44
図44	ビタミンCの充足率度数分布	45
図45	ビタミンCの充足率度数分布（性別）	45
図46	ビタミンCの食品群別摂取構成比年次比較	45
図47-1	ビタミンCの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男女合計）	46
図47-2	ビタミンCの食品群別摂取構成比（年齢階級別：男性）	46
図47-3	ビタミンCの食品群別摂取構成比（年齢階級別：女性）	46
図48	食品群別摂取量の平均値年次比較（男女合計）	49
図49	食品群別摂取量の平均値（性別）	49
図50-1	米類の摂取量	50
図50-2	パン類の摂取量	50
図50-3	めん類の摂取量	50
図50-4	いも類の摂取量	50
図50-5	砂糖類の摂取量	50
図50-6	菓子類の摂取量	51
図50-7	油脂類の摂取量	51
図50-8	豆類の摂取量	51
図50-9	果実類の摂取量	51
図50-10	緑黄色野菜類の摂取量	51
図50-11	その他野菜類の摂取量	51
図50-12	きのこ類の摂取量	52
図50-13	海草類の摂取量	52
図50-14	魚介類の摂取量	52
図50-15	肉類の摂取量	52
図50-16	卵類の摂取量	52
図50-17	乳類の摂取量	52
図51	摂取食品数の分布（男女合計）	53
図52	摂取食品数の分布（性別）	53
図53	年齢階級別摂取食品数の平均値（男女合計）	54
図54	年齢階級別摂取食品数の平均値（性別）	54
図55	朝昼夕食別にみた外食率（男女合計）	62
図56-1	性・年齢階級別にみた朝食の外食率	63
図56-2	性・年齢階級別にみた昼食の外食率	63
図56-3	性・年齢階級別にみた夕食の外食率	63
図57	朝昼夕食別にみた欠食率（男女合計）	64
図58-1	性・年齢階級別にみた朝食の欠食率	65
図58-2	性・年齢階級別にみた昼食の欠食率	65
図58-3	性・年齢階級別にみた夕食の欠食率	65

I 栄養摂取状況調査

I 栄養摂取状況調査

対象者の性・年齢階級別人員構成

栄養摂取状況調査の対象者の性・年齢階級別人員構成を図1に示し、地区別、性別、年齢階級別の対象者の人数を表1に示した。

7保健所管内、20地区内の男性848人、女性954人の合計1,802人を対象とした。

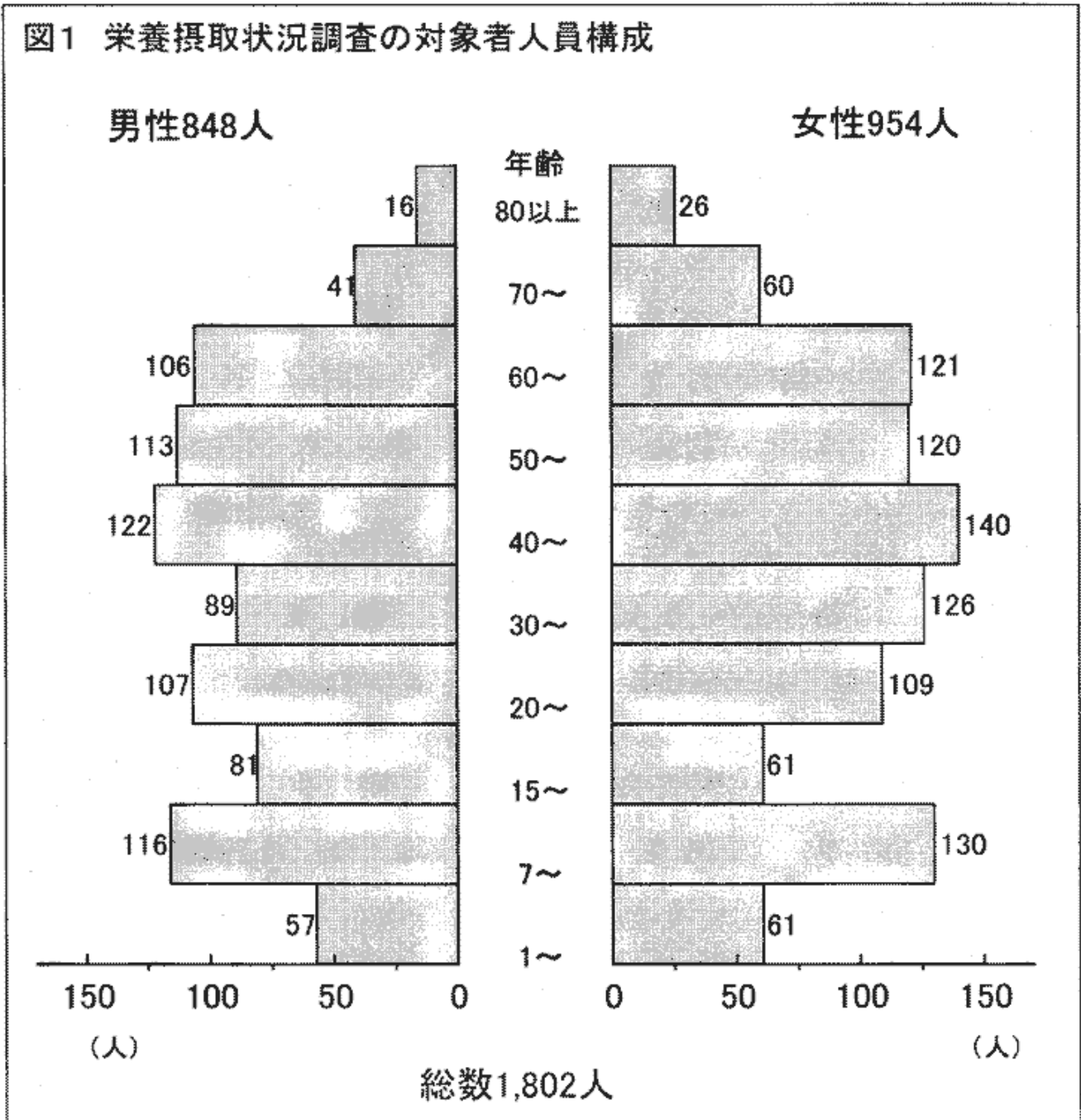


表1 栄養摂取状況調査の対象者人員構成(地区別・性別・年齢階級別)

単位:人数

地区名	1~6歳		7~14歳		15~19歳		20~29歳		30~49歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70~79歳		80歳以上		総計		
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
11:名護市 東江	12	9	13	20	7	5	5	9	5	19	8	10	1	1	3	2	0	1	0	0	54	76	130
12:本部町 備瀬	2	4	3	7	3	4	1	1	8	4	11	9	8	6	5	8	4	5	2	4	47	52	99
21:勝連町 平敷屋	4	5	10	12	9	3	14	8	9	14	11	10	8	9	10	10	5	6	1	2	81	79	160
22:石川市 東山区	2	5	12	9	7	6	6	6	4	5	13	16	5	7	1	2	4	3	0	0	54	59	113
31:宜野湾市 赤道	0	1	1	0	0	1	8	2	0	2	1	4	6	8	5	3	1	3	0	0	22	24	46
32:北中城村 熱田	2	2	3	1	2	0	6	7	6	7	4	4	3	8	14	11	0	1	3	4	43	45	88
33:嘉手納町 水釜	2	3	3	3	1	1	2	1	1	2	4	6	0	1	4	4	2	1	0	0	19	22	41
34:読谷村 高志保	1	0	4	1	2	4	2	1	2	3	4	3	4	2	6	6	0	5	0	2	25	27	52
41:那覇市 天久	1	2	8	7	2	4	2	7	3	9	3	4	5	6	8	7	2	2	0	1	34	49	83
42:那覇市 古波蔵	0	2	2	2	5	0	1	0	4	3	3	3	2	1	3	6	1	2	0	2	21	21	42
43:那覇市 小禄	6	6	10	16	5	2	4	6	9	12	10	10	7	6	6	9	5	9	1	3	63	79	142
44:那覇市 首里黒堀	1	4	3	3	5	2	2	5	3	4	5	4	4	3	9	11	4	3	1	1	37	40	77
45:那覇市 久米	2	1	3	6	3	0	2	5	2	4	2	6	3	4	2	4	3	2	1	0	23	32	55
46:那覇市 松川	4	0	2	4	0	1	2	3	3	3	3	8	1	1	1	2	0	3	1	0	17	25	42
51:知念村 具志堅	3	1	5	6	5	6	13	12	4	3	6	5	13	12	7	12	4	4	0	2	60	63	123
52:糸満市 前端区	1	3	3	5	2	2	3	4	3	5	1	1	5	5	1	2	2	1	1	1	22	29	51
53:浦添市 安波茶	4	4	10	5	10	9	13	14	9	6	11	15	17	17	8	7	0	1	2	2	84	80	164
54:与那原町 字与那原	4	5	9	17	8	9	13	14	6	10	12	15	16	17	5	9	0	3	1	0	74	99	173
61:平良市 西里	1	1	8	3	0	0	3	4	3	3	3	2	2	2	4	3	1	1	0	1	25	20	45
71:石垣市 大川	5	3	4	3	5	2	5	0	5	8	7	5	3	4	4	3	3	4	2	1	43	33	76
総計	57	61	116	130	81	61	107	109	89	126	122	140	113	120	106	121	41	60	16	26	848	954	1,802

－結果の概要－

1. 1人1日当たりの平均栄養素等所要量

(1) 1人1日当たりの栄養素等所要量

各個人毎の性・年齢・生活活動強度別より算出した栄養所要量の平均値・標準偏差・変動係数を表2に示した。

表2 対象者の栄養所要量の平均値・標準偏差・変動係数

栄養素等	単位	男女合計(1,802人)			男性(848人)			女性(954人)		
		平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数
エネルギー	kcal	2,056	479	23.3	2,314	505	21.8	1,827	309	16.9
たんぱく質	g	67.0	12.2	18.2	73.4	12.9	17.6	61.3	8.1	13.2
脂質*	g	56.2	16.6	29.5	63.9	17.9	28.0	49.3	11.6	23.5
カルシウム	mg	613	75	12.3	616	83	13.4	610	68	11.1
鉄	mg	10.7	1.4	13.4	10.1	1.0	9.7	11.2	1.6	14.0
ビタミンA	IU	1,793	285	15.9	1,871	297	15.9	1,724	254	14.7
ビタミンB ₁	mg	0.83	0.19	22.8	0.93	0.20	21.4	0.74	0.12	15.7
ビタミンB ₂	mg	1.15	0.26	22.5	1.28	0.28	22.0	1.03	0.16	15.2
ナイアシン	mg	13.8	3.0	22.1	15.5	3.2	20.4	12.2	1.9	15.6
ビタミンC	mg	49	4	8.9	49	3	6.9	49	5	10.4

* 性別・年齢別・生活活動強度別の摂取目標比率幅の中心を便宜的に脂質の所要量とした。

(2) 栄養素等所要量の年次推移

平均栄養素等所要量の年次推移を表3に示した。

昭和47年度調査以降顕著な変動は認められなかった。

表3 対象者の平均栄養所要量の年次推移(男女合計)

栄養素等	単位	平成10年度	平成5年度	昭和63年度	昭和57年度	昭和47年度	平成10年度
		全県平均 1,802人	全県平均 531世帯	全県平均 310世帯	全県平均 330世帯	全県平均 827世帯	全国平均 13,989人
エネルギー	kcal	2,056	1,934	1,954	1,924	2,075	1,985
たんぱく質	g	67.0	64.6	65.8	62.3	62.3	65.5
脂質	g	56.2	51.9	53.5	53.4	57.6	—
カルシウム	mg	613	601	603	583	534	611
鉄	mg	10.7	10.6	10.4	10.0	10.0	10.7
ビタミンA	IU	1,793	1,782	1,774	1,678	1,780	1,814
ビタミンB ₁	mg	0.83	0.78	0.79	0.78	0.89	0.80
ビタミンB ₂	mg	1.15	1.08	1.08	1.06	1.16	1.11
ナイアシン	mg	13.8	12.9	—	—	—	—
ビタミンC	mg	49	48	48	47	45	49

2. 栄養素等の摂取状況

沖縄県の1人1日当たりの平均エネルギー摂取量は1,806kcal(男性1,959kcal, 女性1,670kcal)で、平成10年度国民栄養調査の全国平均値1人1日当たり1,979kcalよりも約9%少なかった

(1) 1人1日当たりの栄養素等摂取量

県民1人1日当たりの栄養素等摂取量の平均値・標準偏差・変動係数を表4に示した。

表4 栄養素等摂取量の平均値・標準偏差・変動係数

栄養素等	単位	男女合計(1,802人)			男性(848人)			女性(954人)		
		平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数
エネルギー	kcal	1,806	579	32.1	1,959	615	31.4	1,670	509	30.5
たんぱく質	g	72.6	27.8	38.3	78.5	30.0	38.2	67.3	24.5	36.4
(うち動物性)	g	40.8	22.2	54.4	45.0	24.0	53.4	37.0	19.6	53.0
脂質	g	62.3	26.6	42.8	66.6	28.1	42.3	58.5	24.6	42.1
(うち動物性)	g	28.2	17.9	63.5	30.6	19.3	63.2	26.1	16.2	62.2
糖質	g	223.2	69.8	31.3	237.9	73.3	30.8	210.1	63.7	30.3
カルシウム	mg	478	243	50.7	489	256	52.2	468	230	49.1
リン	mg	1,042	383	36.7	1,116	413	37.0	977	341	34.9
鉄	mg	9.6	4.0	41.3	10.2	4.2	41.3	9.1	3.7	40.5
ナトリウム	mg	3,665	1,569	42.8	3,924	1,704	43.4	3,434	1,398	40.7
(食塩)	g	(9.3)	(4.0)	(42.8)	(10.0)	(4.3)	(43.4)	(8.7)	(3.6)	(40.7)
カリウム	mg	2,455	956	39.0	2,576	1,021	39.6	2,347	881	37.5
レチノール	μg	306	1,060	346.1	319	1,162	364.3	295	960	325.5
カロチン	μg	3,313	2,985	90.1	3,445	3,116	90.5	3,197	2,858	89.4
ビタミンA	IU	2,884	3,955	137.1	3,006	4,250	141.4	2,775	3,669	132.2
ビタミンB ₁	mg	1.10	0.54	49.2	1.18	0.58	49.0	1.03	0.49	48.1
ビタミンB ₂	mg	1.28	0.58	45.5	1.36	0.62	46.1	1.21	0.54	44.1
ナイアシン	mg	17.0	8.8	52.1	18.8	9.9	52.8	15.4	7.4	48.1
ビタミンC	mg	111	78	70.0	114	80	70.0	109	76	69.8

(2) 栄養素等摂取量の年次推移

栄養素等摂取量の年次推移について表5に示した。

前回の平成5年度調査成績と比較すると、ビタミンB₁およびビタミンCを除く他のすべての栄養素等摂取量は平成10年度調査成績の方が減少していた。また、平成10年度国民栄養調査成績の全国平均値と比較すると、脂質およびビタミンAを除き、他の栄養素等摂取量はすべて沖縄県の方が低値を示した。

表5 栄養素等摂取量の年次推移(男女合計)

栄養素等	単位	平成10年度	平成5年度	昭和63年度	昭和57年度	昭和47年度	平成10年度
		全県平均 1,802人	全県平均 531世帯	全県平均 310世帯	全県平均 330世帯	全県平均 827世帯	全国平均 13,989人
エネルギー	kcal	1,806	1,927	1,897	1,914	1,896	1,979
たんぱく質	g	72.6	76.7	75.6	75.3	70.8	79.2
(うち動物性)	g	40.8	42.4	40.0	40.3	-	42.8
脂質	g	62.3	64.5	61.5	63.0	54.4	57.9
(うち動物性)	g	28.2	30.4	31.7	31.2	-	29.2
糖質	g	223.2	245.2	244.8	247.0	269.0	271.0
カルシウム	mg	478	503	492	525	430	568
リン	mg	1,042	1,119	1,120	-	-	-
鉄	mg	9.6	10.5	10.4	10.5	10.5	11.4
ナトリウム	mg	3,665	4,220	4,038	3,998	-	-
(食塩*)	g	(9.3)	(10.7)	(10.3)	(10.2)	-	(12.7)
カリウム	mg	2,455	2,612	2,611	-	-	-
ビタミンA	IU	2,884	3,198	3,083	3,787	2,007	2,701
ビタミンB ₁	mg	1.10	1.15	1.12	1.23	0.99	1.16
ビタミンB ₂	mg	1.28	1.25	1.19	1.27	0.77	1.42
ビタミンC	mg	111	111	118	119	91	125

* 食塩相当量はナトリウム量に2.54/1000を乗じて算出した。

3. 栄養素等摂取量と調査対象者の平均栄養所要量との比較（栄養素等摂取量の充足率）

1人1日当たりの平均栄養素等摂取量の充足率は脂質が高く、カルシウムおよび鉄は低く、他の栄養素の充足率は調理・加熱による栄養素の損失等を考慮するとほぼ適正状態である

(1) 栄養素等充足率の平均値

県民1人1日当たりの栄養素等摂取量を調査対象の平均栄養素等所要量に対する充足率でみると、表6および図2に示すとおり、カルシウム、鉄は充足率100より低く、脂質は高い値を示した。

表6 栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量との比較

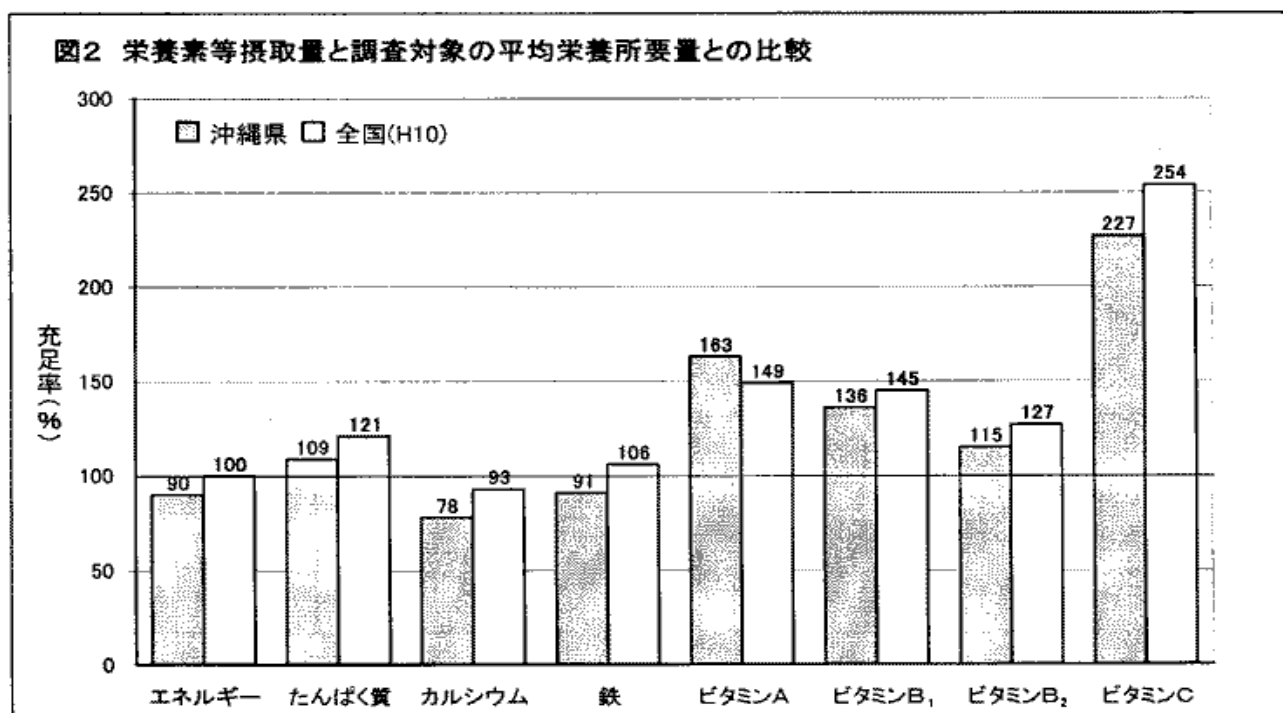
(調査対象の平均所要量=100)

(単位:%)

栄養素等	男女合計(1,802人)			男性(848人)			女性(954人)		
	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数
エネルギー	90.0	28.6	31.8	87.0	28.3	32.5	92.7	28.6	30.9
たんぱく質	109.4	40.1	36.6	108.2	40.1	37.1	110.5	40.0	36.2
脂質	115.8	51.6	44.5	109.0	49.5	45.4	121.8	52.6	43.2
カルシウム	78.3	39.3	50.2	79.7	40.8	51.2	77.0	37.9	49.2
鉄	90.9	38.9	42.8	100.5	41.3	41.1	82.4	34.4	41.8
ナトリウム	93.1	39.8	42.8	99.7	43.3	43.4	87.2	35.5	40.7
ビタミンA	163.1	216.1	132.5	163.1	222.7	136.6	163.1	210.0	128.7
ビタミンB ₁	135.5	65.2	48.1	129.5	63.2	48.8	140.7	66.4	47.2
ビタミンB ₂	115.0	54.1	47.0	109.6	53.8	49.1	119.8	53.8	44.9
ナイアシン	125.0	62.6	50.1	123.0	64.1	52.2	126.9	61.2	48.2
ビタミンC	227.4	156.7	68.9	233.2	160.0	68.6	222.3	153.6	69.1

ビタミンAを除き、他の栄養素等の充足率はいずれも沖縄県の方が平成10年度全国平均値を下回っていた。とくに、カルシウムの充足率が顕著に低値を示した。

図2 栄養素等摂取量と調査対象の平均栄養所要量との比較



(2) 栄養素等充足率の年次推移

栄養素等摂取量の充足率の年次推移を表7に示した。

沖縄県の本土復帰の翌年実施された昭和47年および昭和63年の脂質・ビタミンB₂を除き、平成10年度は他の調査年より栄養素等摂取量の充足率が低下していた。

また、ビタミンA以外の栄養素等摂取量の充足率は平成10年度の全国平均値より低値であった。

ナトリウムの充足率は平成10年度の全国平均値に比し、沖縄県の方が34ポイントも低値であった。

表7 栄養素等充足率の年次推移(男女合計)

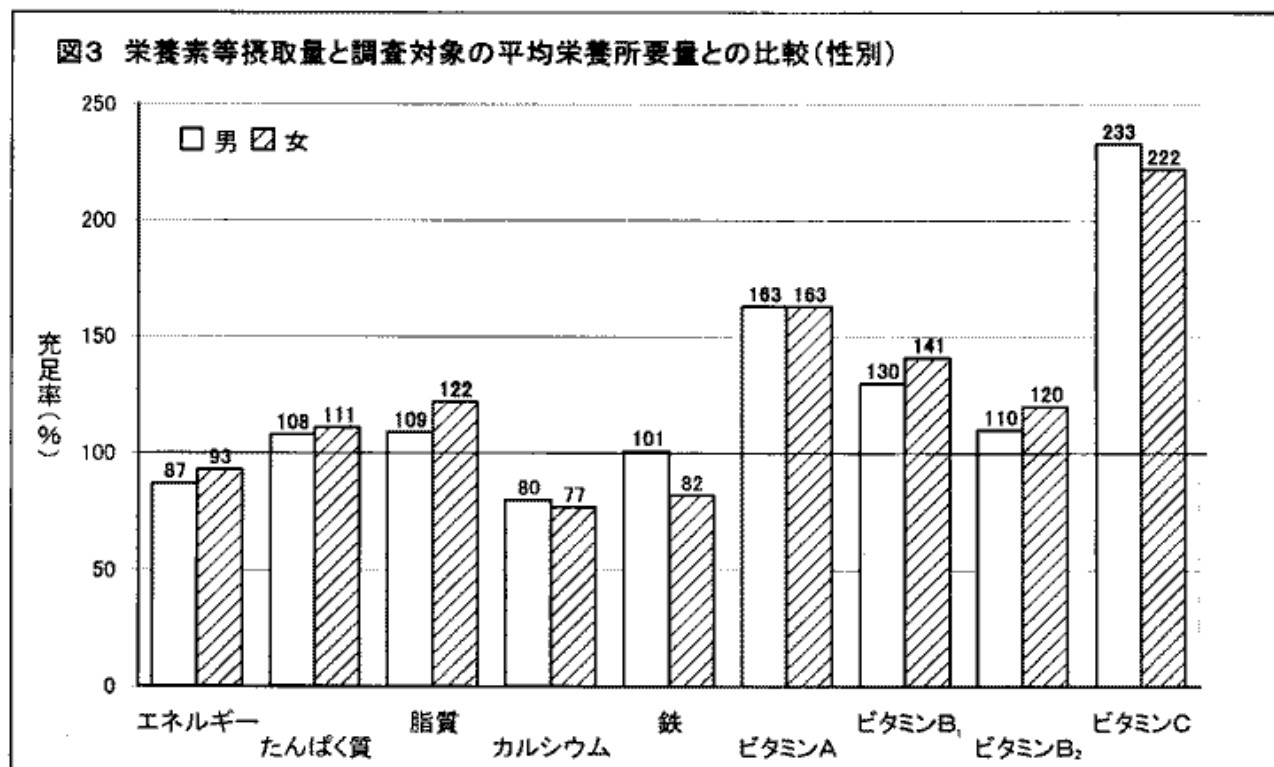
(単位:%)

栄養素等	平成10年度	平成5年度	昭和63年度	昭和57年度	昭和47年度	平成10年度
	全県平均 1,802人	全県平均 531世帯	全県平均 310世帯	全県平均 330世帯	全県平均 827世帯	全国平均 13,989人
エネルギー	90.0	100.4	97.1	99.5	91.4	100
たんぱく質	109.4	118.7	114.7	120.9	113.6	121
脂質	115.8	126.3	114.9	118.0	94.4	-
カルシウム	78.3	84.0	81.7	90.1	80.5	93
鉄	90.9	99.6	100.1	105.0	105.0	106
ナトリウム	93.1	108.2	104.0	103.0	-	127
ビタミンA	163.1	181.7	173.7	225.7	112.8	149
ビタミンB ₁	135.5	148.3	141.3	221.8	111.2	145
ビタミンB ₂	115.0	116.5	109.5	119.8	66.4	127
ビタミンC	227.4	228.2	244.1	253.2	202.2	254

(3) 性別の栄養素等充足率

性別の栄養素等摂取量の充足率を図3に示した。脂質とビタミンB₁は、男性より女性が、鉄とビタミンCでは女性より男性が、それぞれ10ポイント以上高い値であった。

カルシウム摂取量の充足率は男女とも80%以下で摂取量の不足が見受けられた。



(4) 性別・年齢階級別の栄養素等摂取量の充足率

性別・年齢階級別の栄養素等摂取量の充足率を図4-1～図4-10に示した。

- 1) 性別：エネルギー、脂質、ビタミンB₁、ビタミンB₂では男性よりも女性の方が高い値を示し、逆に男性が女性よりも高い値を示していたものは、鉄、ビタミンC、食塩であった。また、カルシウムの充足率はいずれの年齢階級別でも100を下回り、特に性別で大きな差が認められたのは15～19歳階級で、男性72、女性56と16ポイントの開きがあった。
- 2) 年齢階級別：年齢階級別にみると、1～6、7～14歳の学校給食喫食年齢の2階級は、他の階級に比し、栄養素等摂取量の充足率はほぼ適正水準を維持していた。15～19、20～29、30～39歳の3階級では充足率の不適正な栄養素が見受けられた。また、40歳代以降の脂質摂取量（とくに動物性脂質）の増加がみられた。

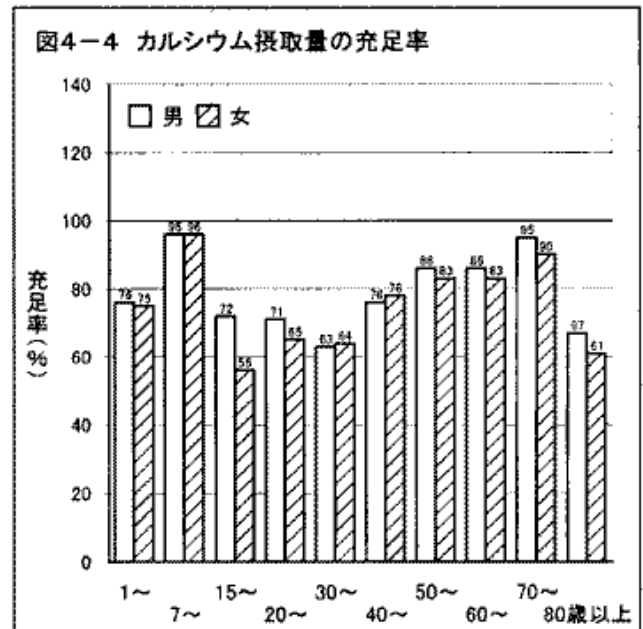
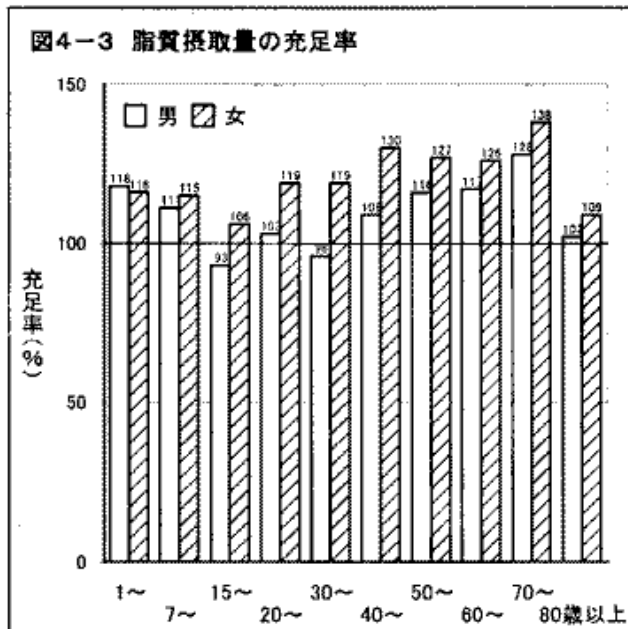
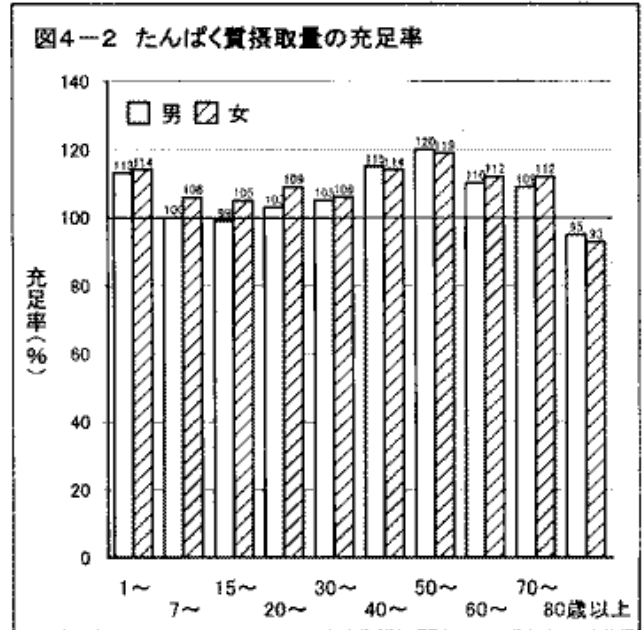
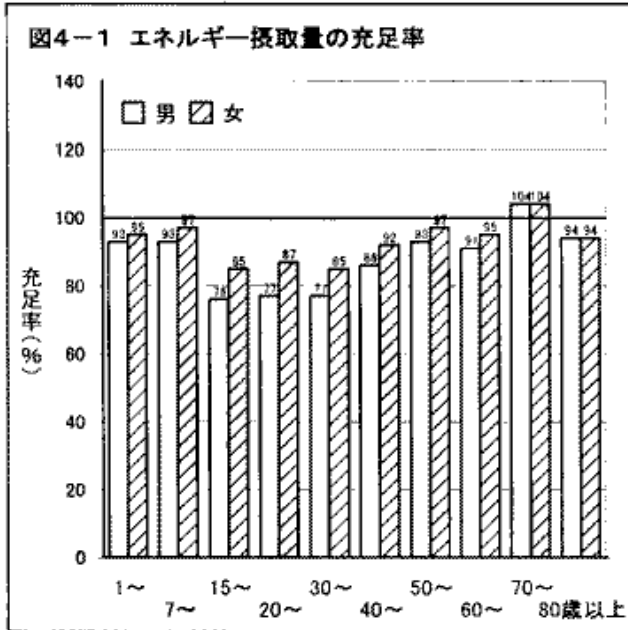


図4-5 鉄摂取量の充足率

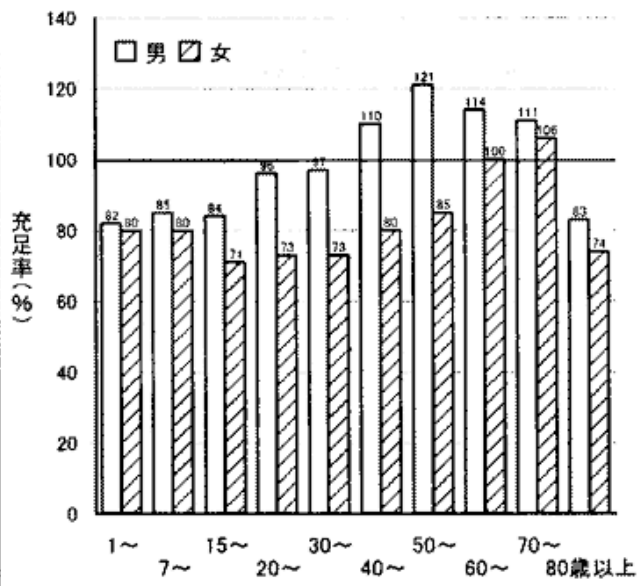


図4-6 ナトリウム摂取量の充足率

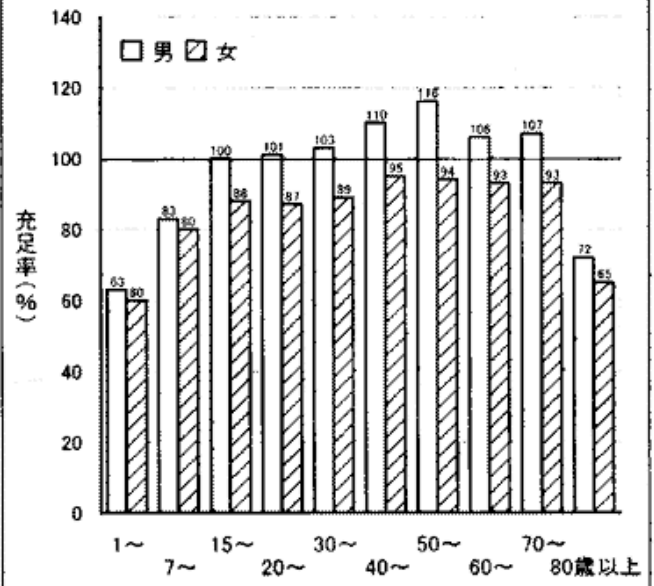


図4-7 ビタミンA摂取量の充足率

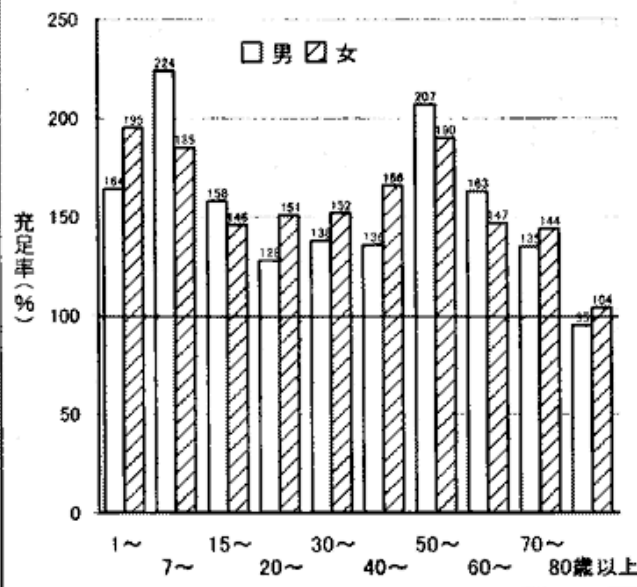


図4-8 ビタミンB₁摂取量の充足率

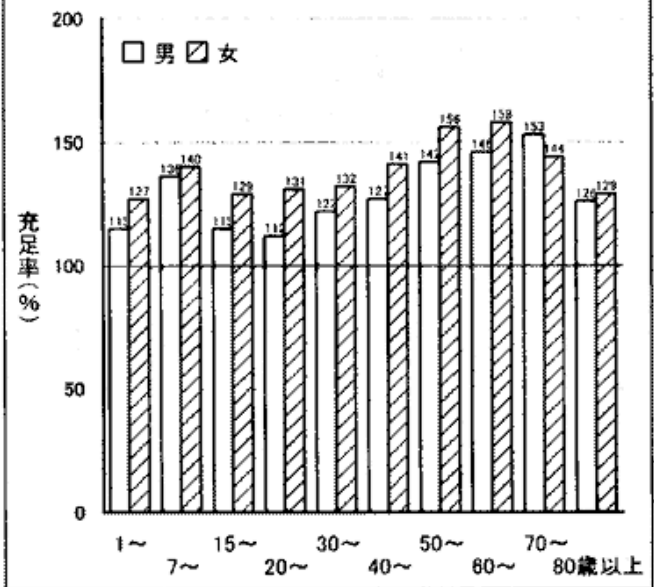


図4-9 ビタミンB₂摂取量の充足率

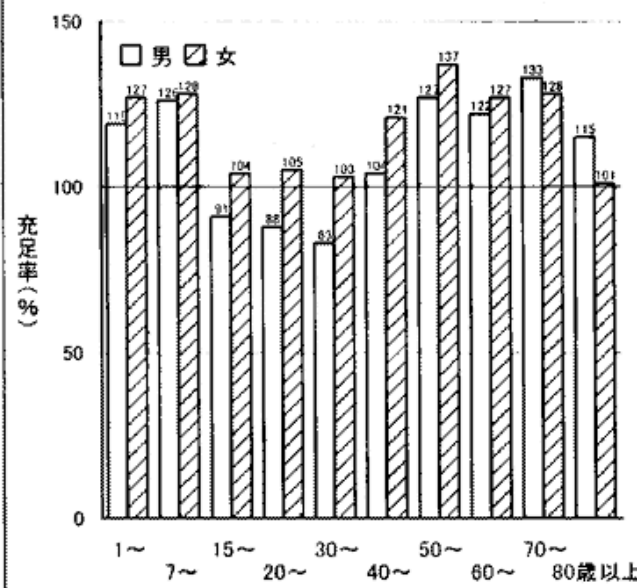
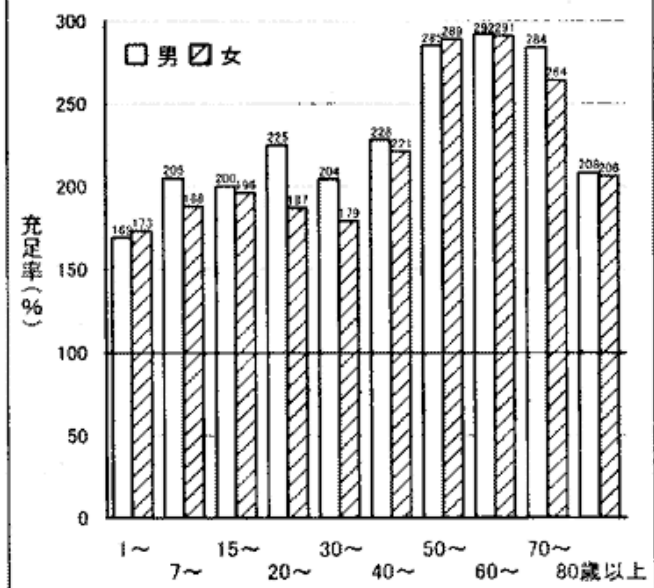


図4-10 ビタミンC摂取量の充足率

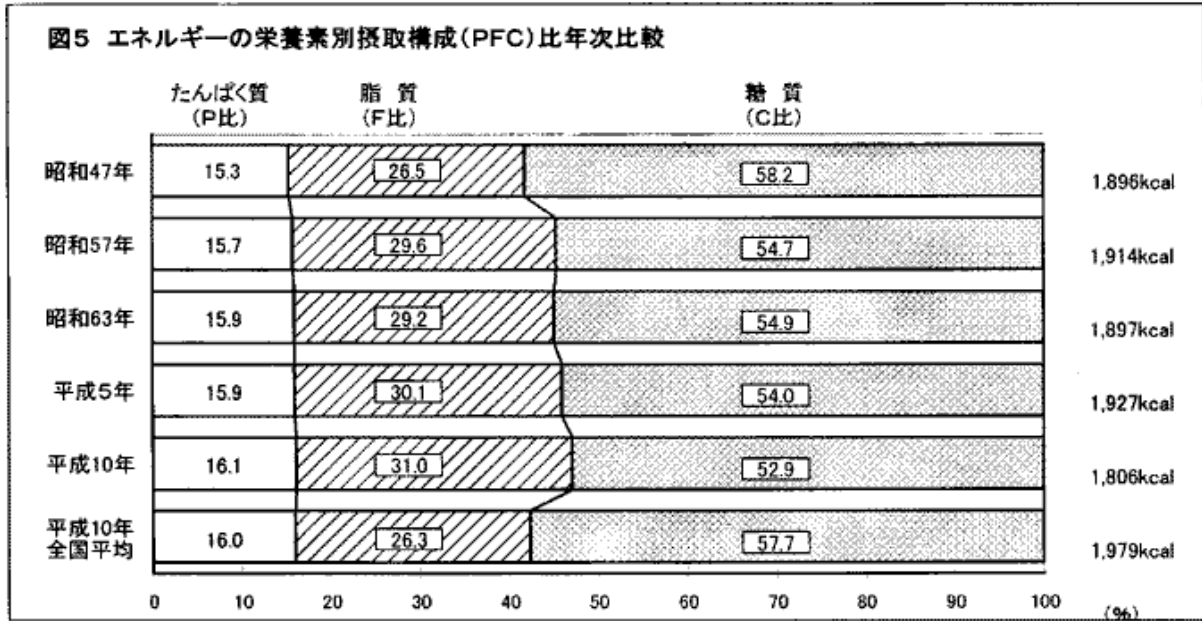


4. エネルギーの栄養素別摂取構成比 (PFC比)

エネルギー摂取量に占める脂質エネルギー比率 (F比) は依然として増加傾向

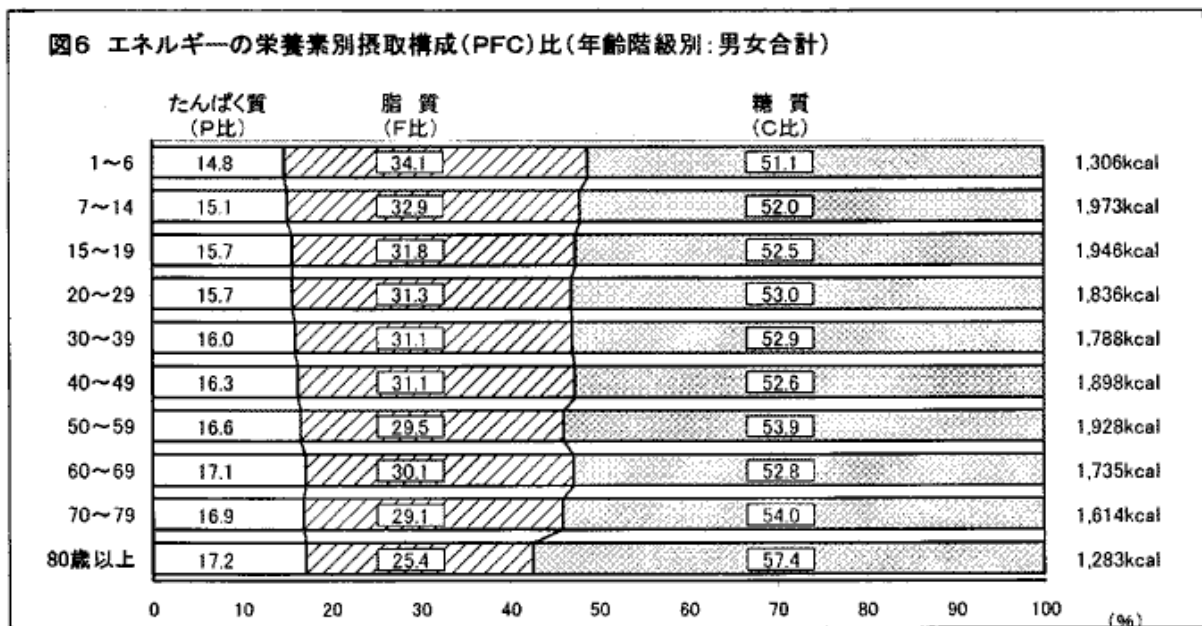
(1) PFC比の年次推移 (図5)

昭和47年調査以降P比およびF比は年々増加傾向を示し、C比は減少していた。とくにF比は、平成10年度全国平均値に比し4.7ポイント上回っていた。



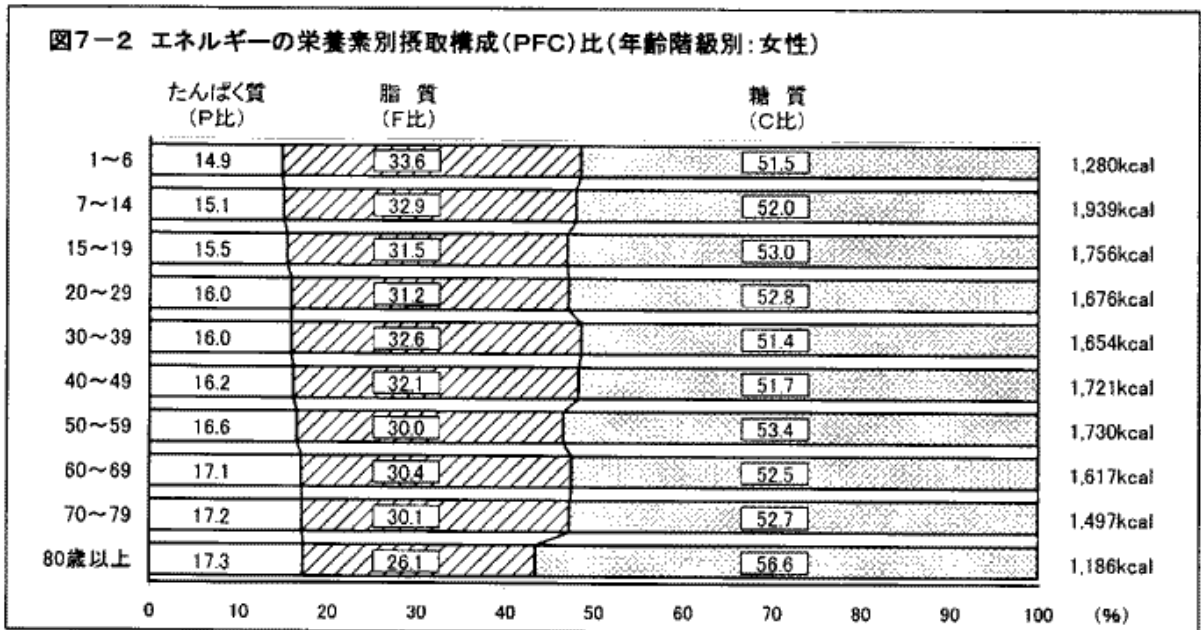
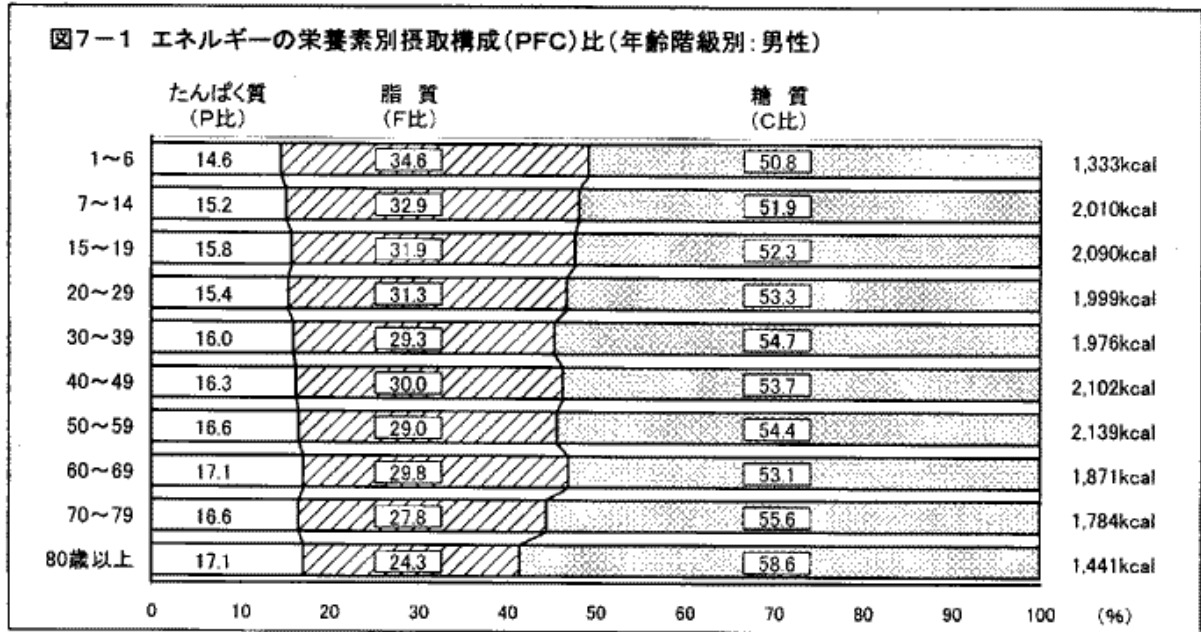
(2) 年齢階級別 (図6)

いずれの年齢階級でもF比の目標値である20~25%の上限を上回った。18歳未満の成長期の摂取目標値は25~30%だが、同様に上限の30%を上回っていた。



(3) 性別 (図7-1~2)

30歳以上の年齢階級において女性のF比は男性のF比を上回っていた。



5. 栄養素等充足率の度数分布および食品群別摂取構成比

(1) エネルギー

男性は5人に2人、女性は3人に1人が摂取不足、
摂取過剰の人は男性で10人に1人、女性では7人に1人

充足率80%未満の割合が男性では41.9%、女性では32.9%、男女平均すると37.2%とエネルギー充足率不足の人が多く見受けられた。逆に充足率120%以上の過剰摂取の人の割合は、男性では10.9%、女性では14.7%、男女平均すると12.9%であった。

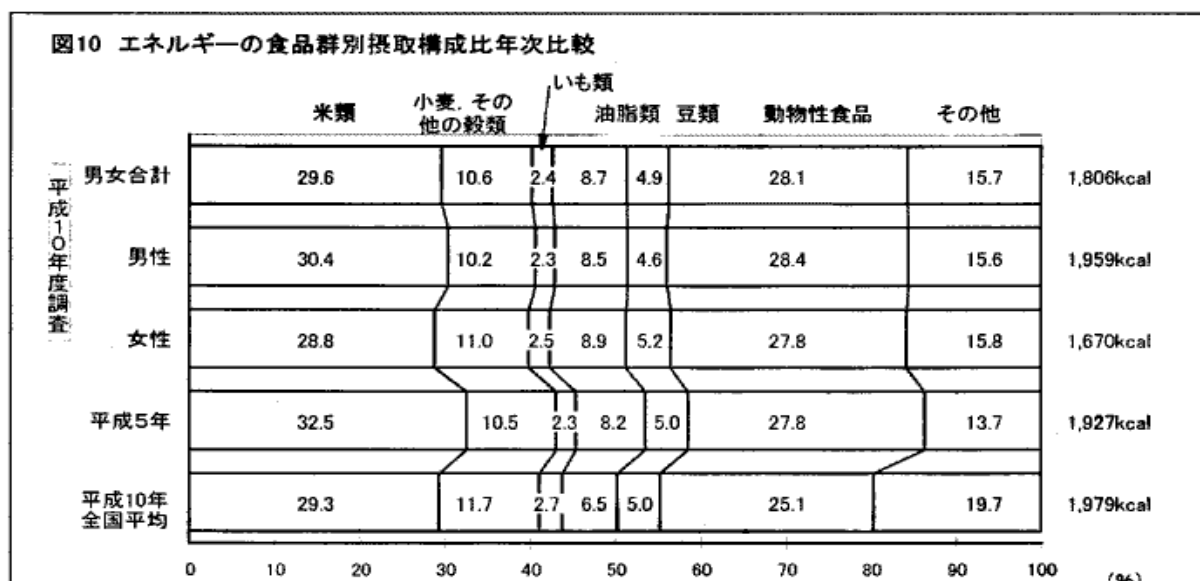
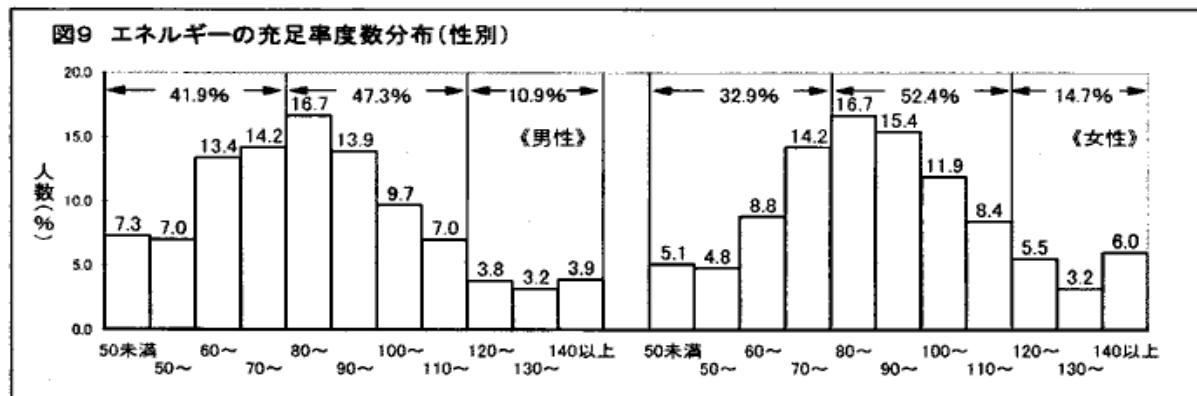
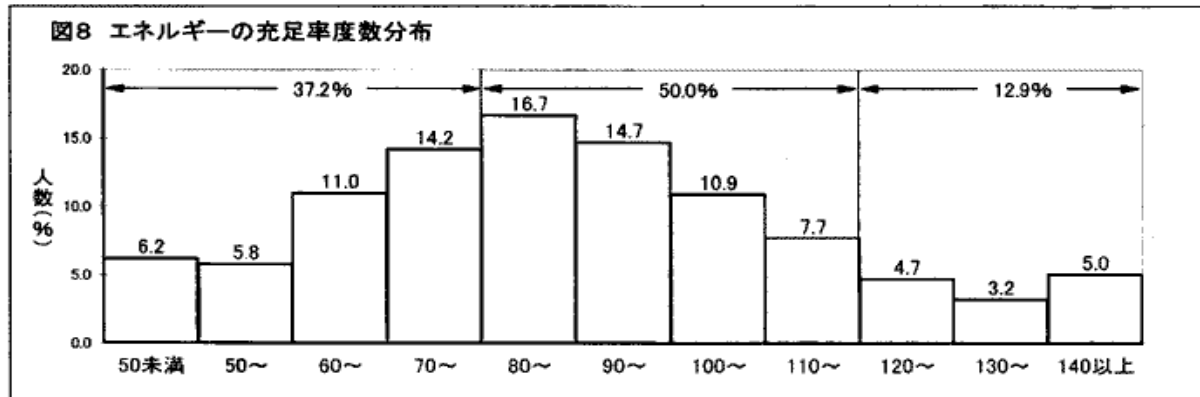


図11-1 エネルギーの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

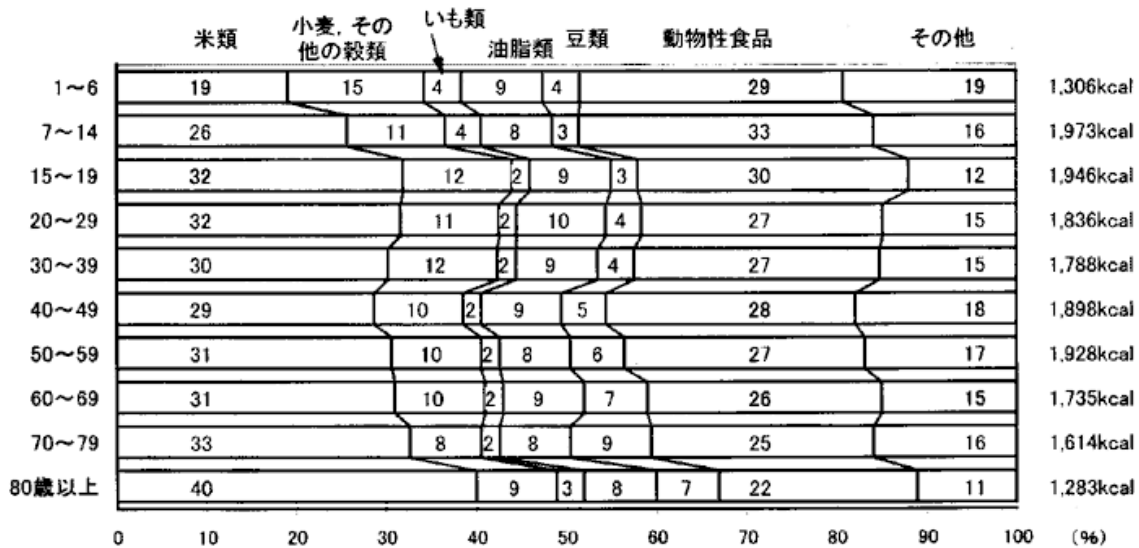


図11-2 エネルギーの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

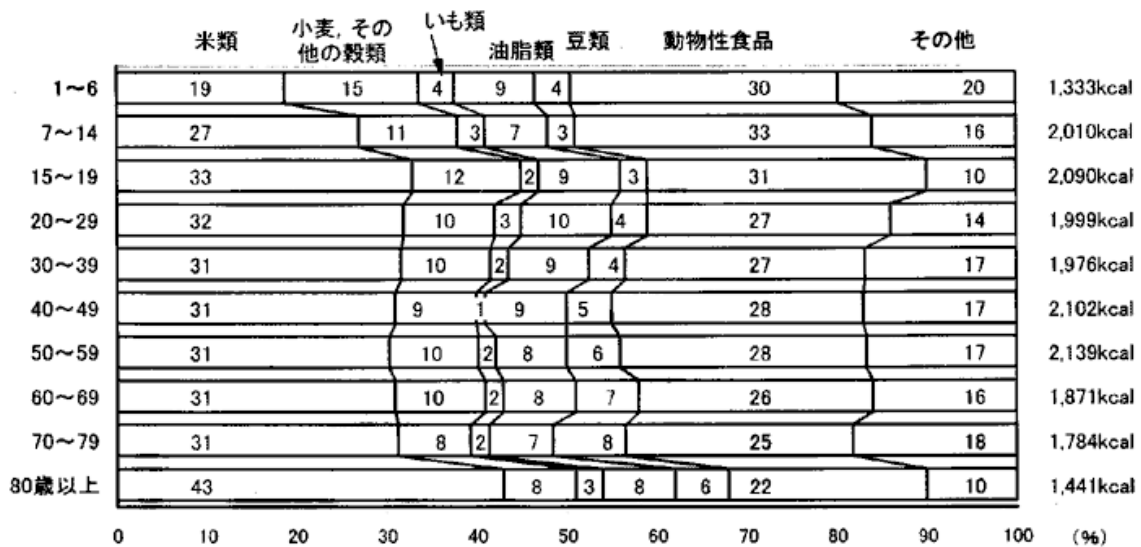
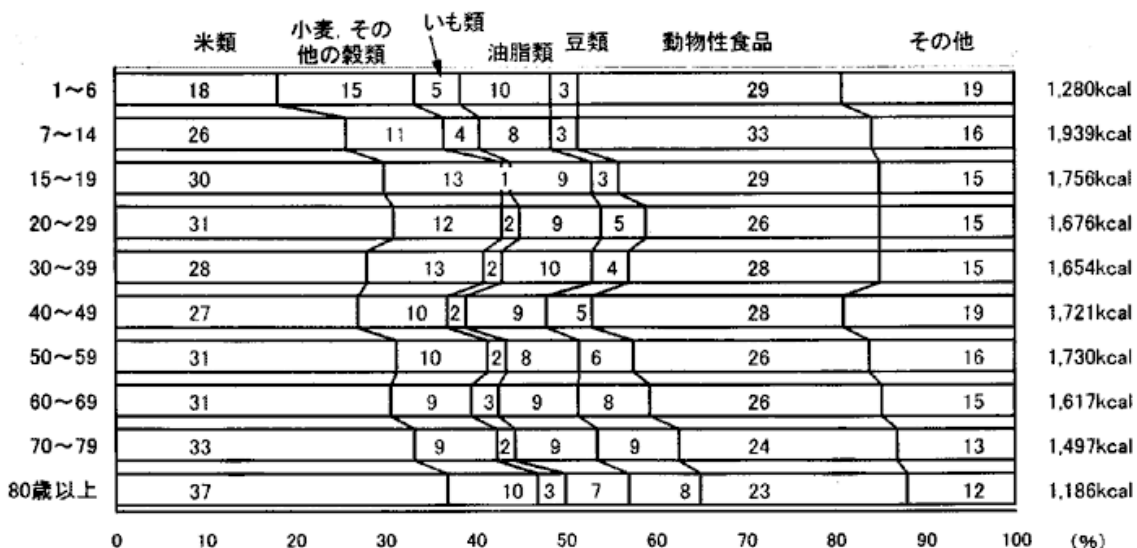


図11-3 エネルギーの食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(2) たんぱく質

3人に1人は摂取過剰, 5人に1人が摂取不足

充足率80%未満の割合は、男性21.6%、女性20.6%、男女平均21.2%であった。充足率120%以上の割合は、男性32.1%、女性34.6%、男女平均33.4%であった。
たんぱく質充足率では120%以上の人の割合が高く摂取過剰が見受けられた。

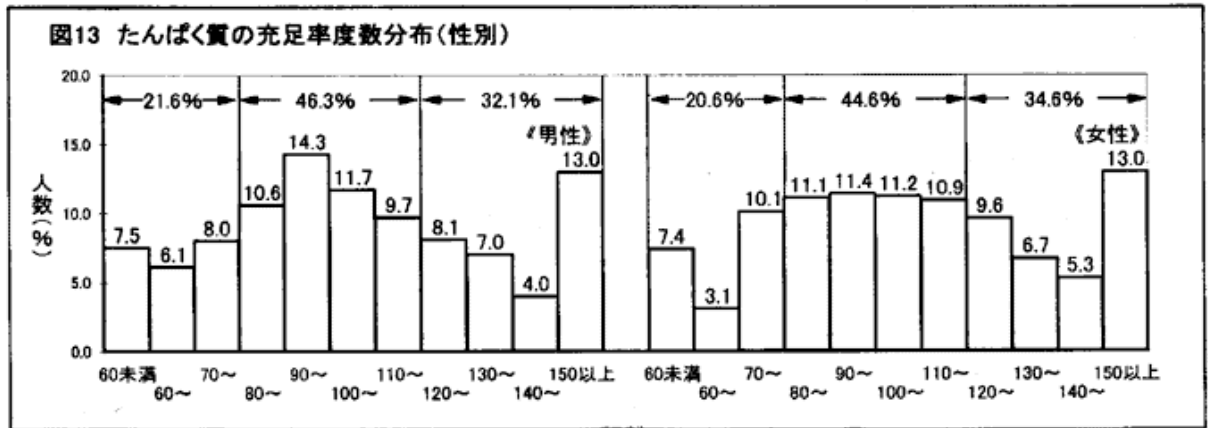
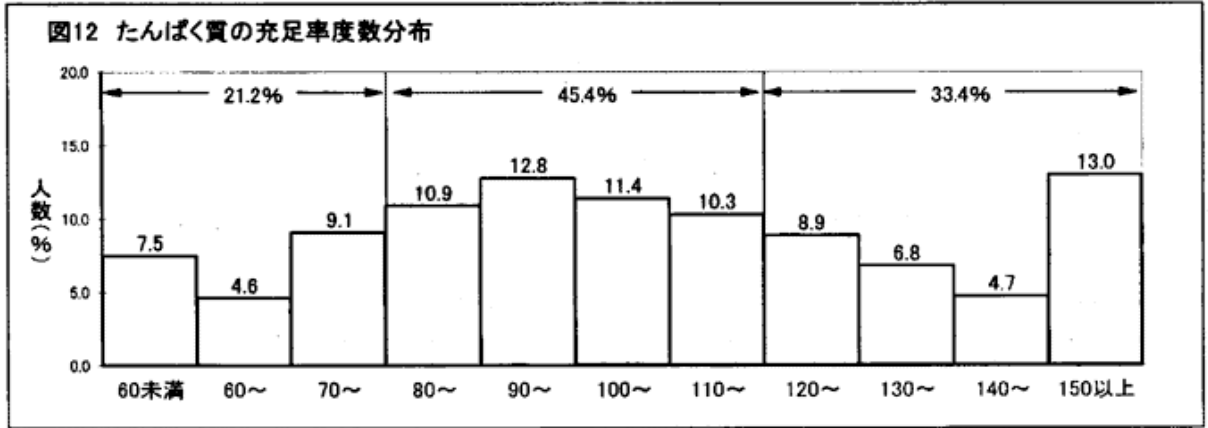


図14 たんぱく質の食品群別摂取構成比年次比較

	米類	小麦, 其 他の穀類	豆類	魚介類	肉類	卵類	乳類	その他		
平成10年度調査	男女合計	14.1	7.8	9.5	20.8	23.9	5.2	6.1	12.6	172.6g
	男性	14.5	7.4	9.0	22.0	24.5	5.2	5.5	11.9	78.5g
	女性	13.7	8.1	10.1	19.6	23.2	5.3	6.7	13.3	67.3g
平成5年		15.7	7.8	9.4	21.8	21.9	5.5	6.0	11.9	76.7g
平成10年 全国平均		14.0	8.2	8.9	23.6	17.5	6.3	6.0	15.5	79.2g

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 (%)

図15-1 たんぱく質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

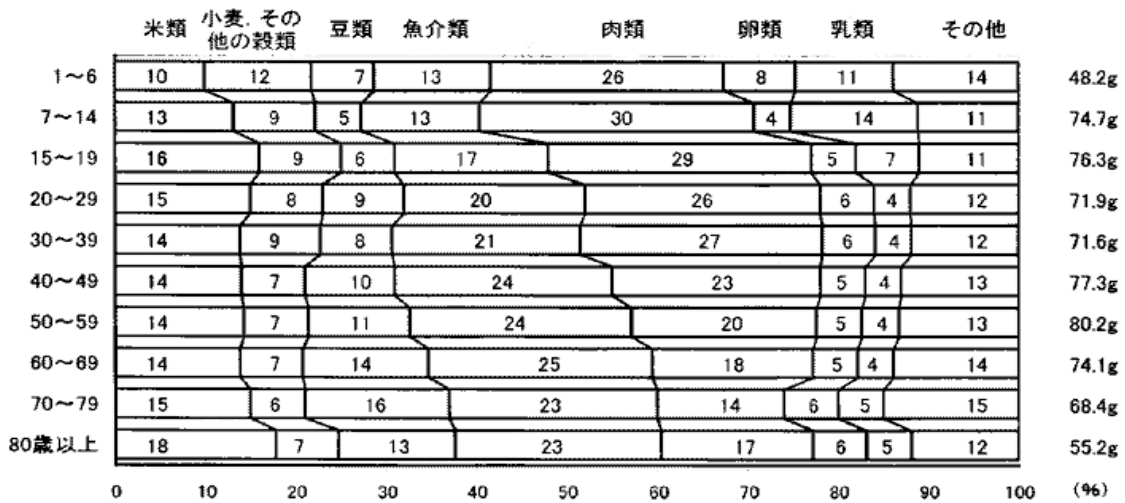


図15-2 たんぱく質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

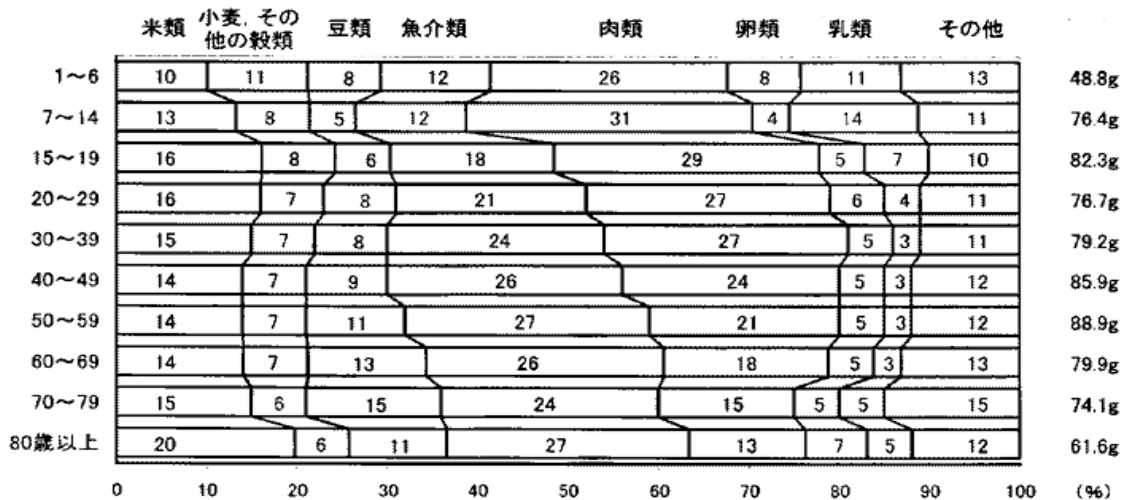
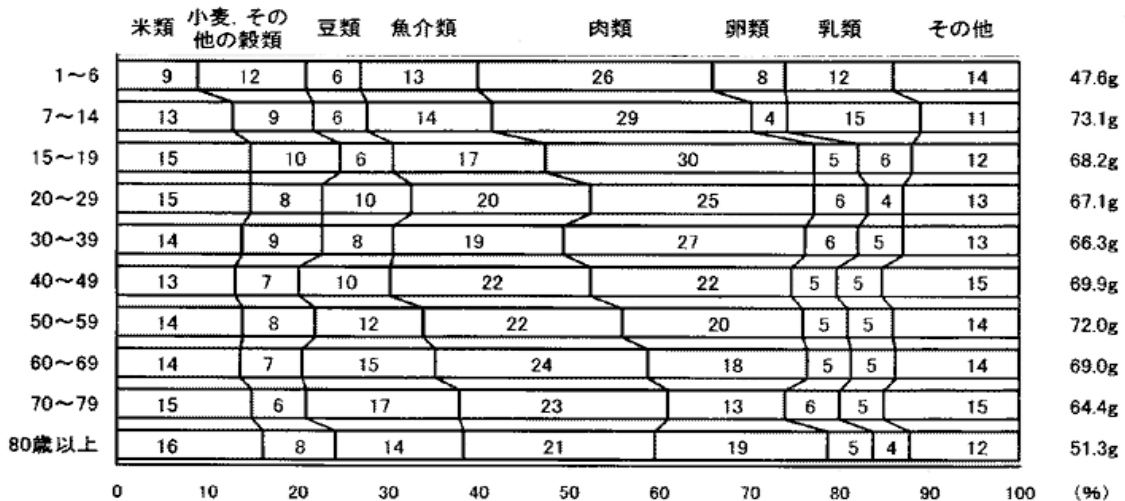


図15-3 たんぱく質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(3) 脂質

摂取不足は4人に1人、摂取過剰の人は男性では3人に1人、女性では2人に1人

充足率80%未満の割合は、男性28.8%、女性19.4%、男女平均23.8%であった。充足率120%以上の割合は、男性35.6%、女性44.8%、男女平均40.6%であった。

特に女性では充足率120%以上の割合が高く摂取過剰が見受けられた。

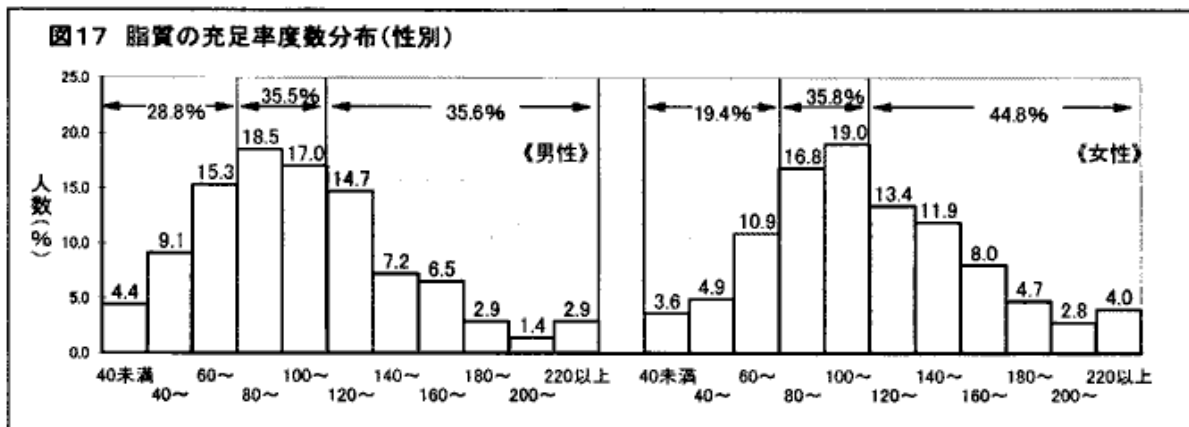
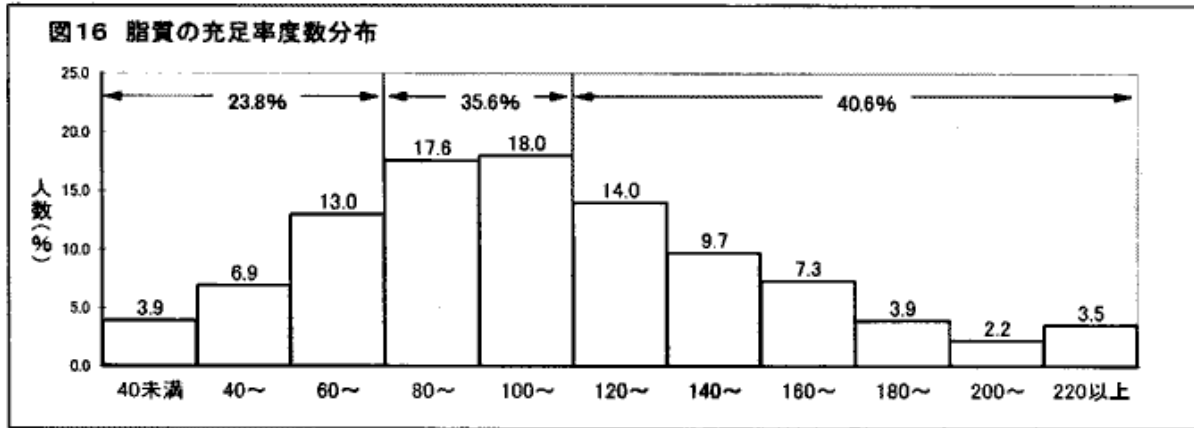


図18 脂質の食品群別摂取構成比年次比較

	穀類	豆類	油脂類	魚介類	肉類	卵類	乳類	その他		
平成10年度調査	男女合計	7.1	7.8	27.4	8.6	28.5	5.6	7.5	7.5	62.3g
	男性	7.2	7.5	27.2	9.4	30.0	5.6	6.9	6.2	66.6g
	女性	7.1	8.2	27.6	7.8	26.9	5.6	8.1	8.7	58.5g
平成5年	7.7	7.9	26.6	8.8	29.9	5.9	7.6	5.6	64.5g	
平成10年全国平均	8.7	8.8	24.2	10.4	22.2	7.8	8.5	9.4	57.9g	

図19-1 脂質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

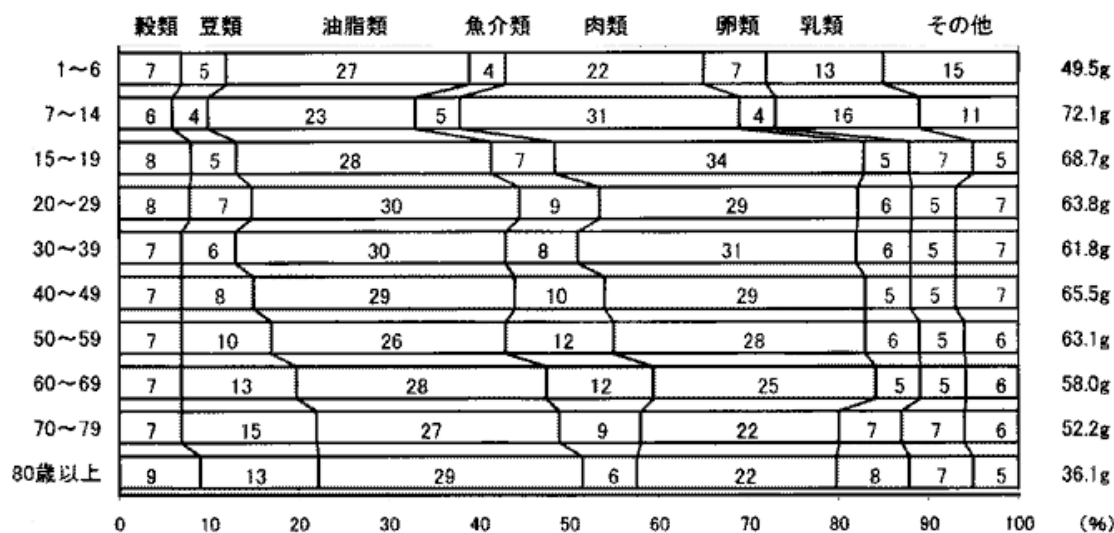


図19-2 脂質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

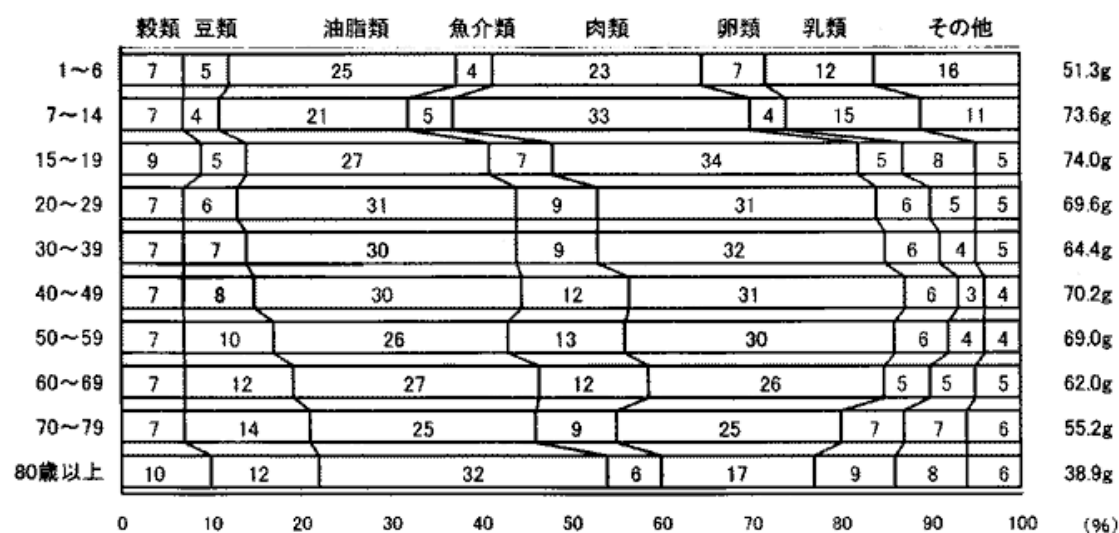
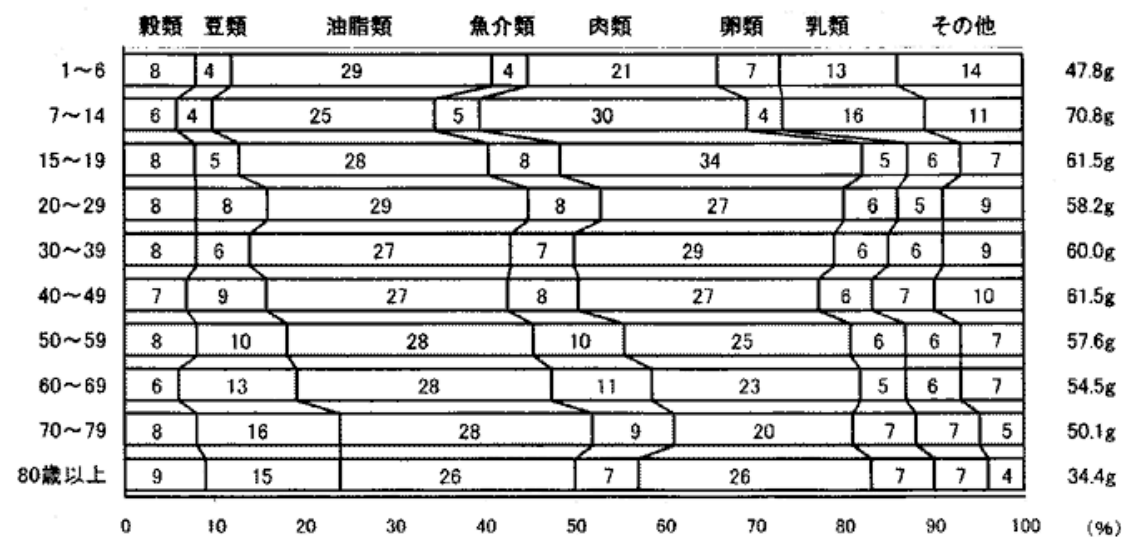


図19-3 脂質の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(4) カルシウム

摂取不足の人が男女とも10人のうち約6人

充足率80%未満の割合は、男性58.0%、女性58.8%、男女平均58.3%であった。充足率120%以上の割合は、男性15.1%、女性12.4%、男女平均13.6%であった。
充足率が80%に達していない人の割合が最も高い成分であった。

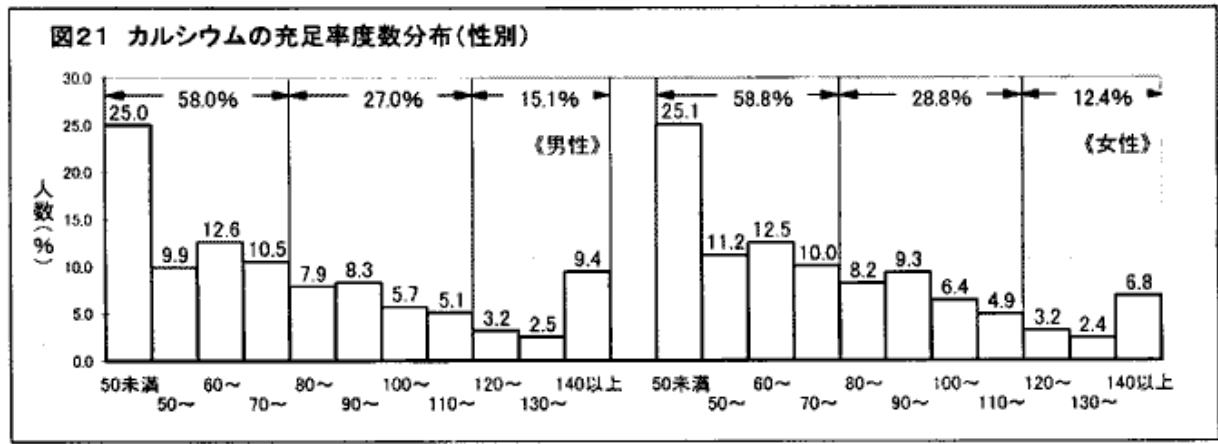
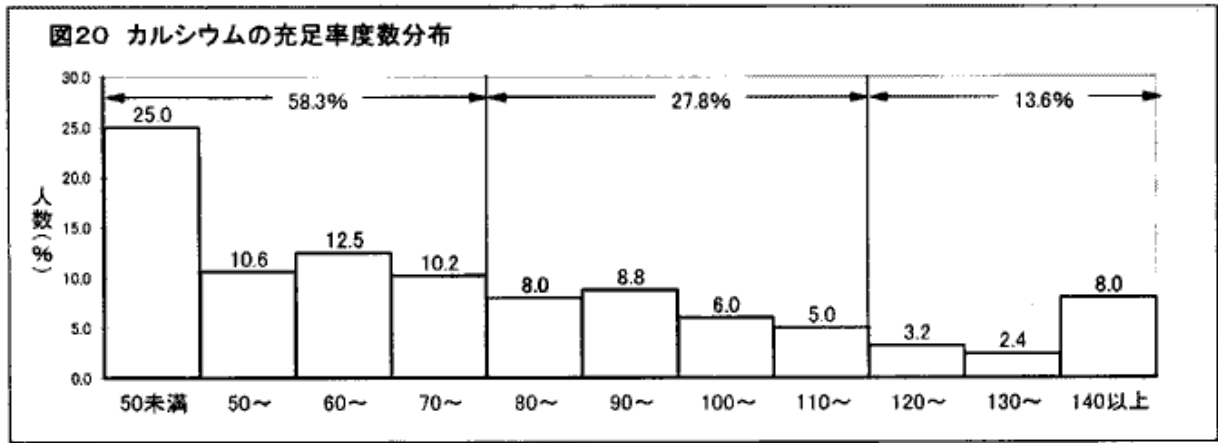


図22 カルシウムの食品群別摂取構成比年次比較

調査年度	性別	食品群別 (%)							総摂取量 (mg)	
		穀類	豆類	果実・野菜類	海草類	魚介類	肉・卵類	その他		
平成10年度調査	男女合計	5.9	18.2	20.1	3.5	6.9	5.1	30.8	9.5	478
	男性	6.0	18.2	20.2	3.5	7.8	5.4	29.5	9.4	489
	女性	5.7	18.2	20.0	3.5	6.0	4.8	32.0	9.8	468
平成5年		5.9	18.2	22.1	3.7	7.5	5.3	29.4	7.9	503
平成10年全国平均		5.6	14.1	21.0	3.2	12.0	4.8	27.8	11.5	568

図23-1 カルシウムの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

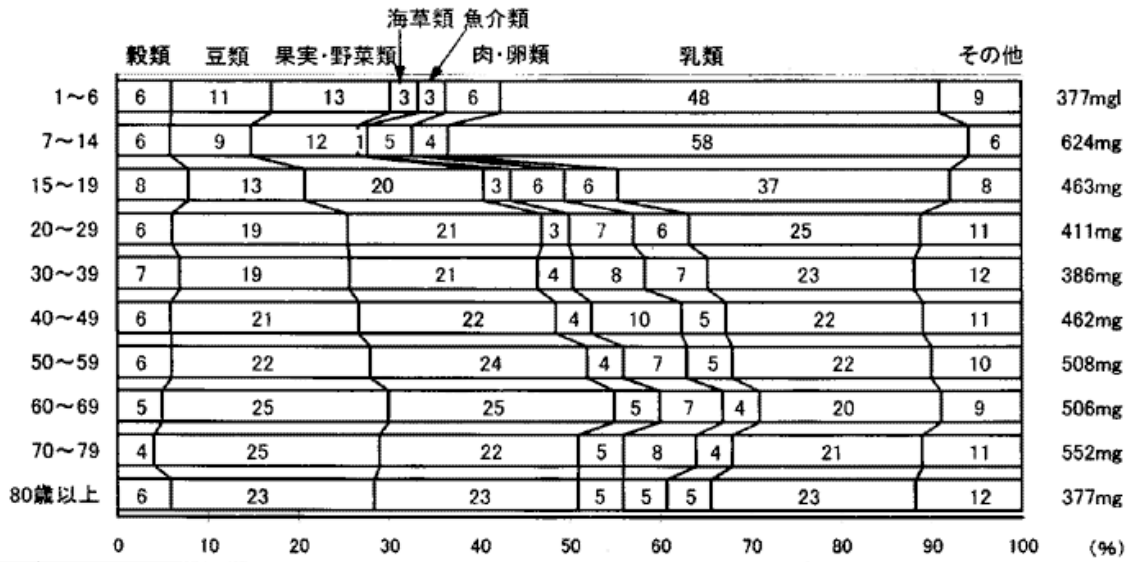


図23-2 カルシウムの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

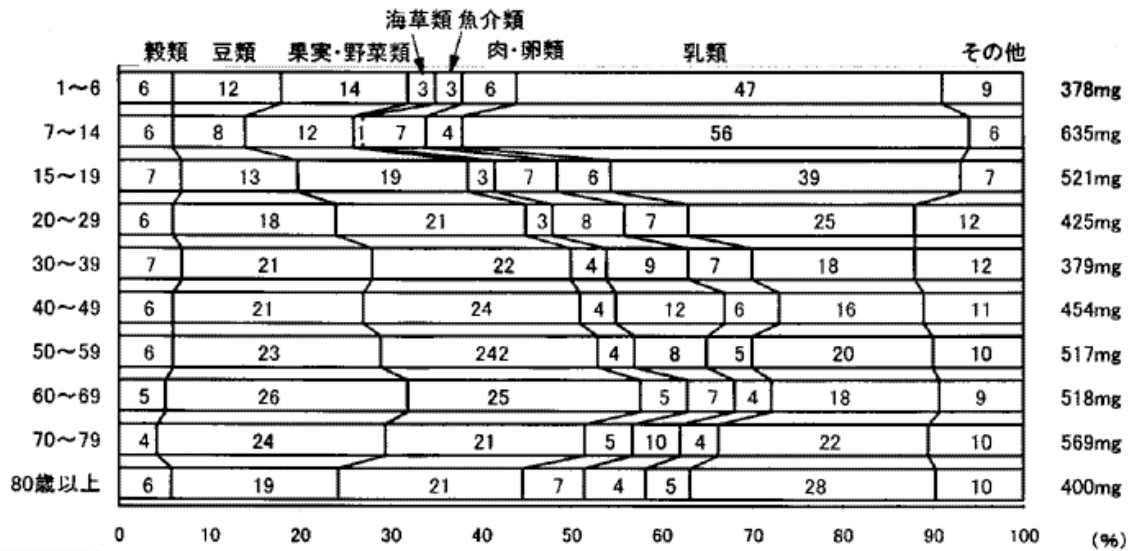
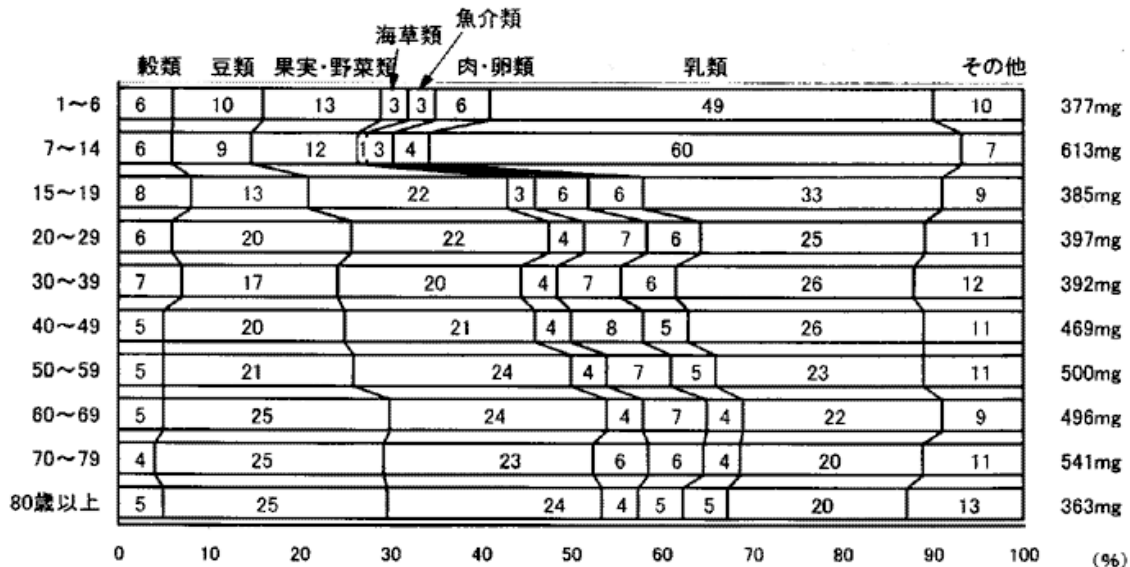


図23-3 カルシウムの食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(5) 鉄

摂取不足の人は男性3人に1人、女性2人に1人

充足率80%未満の割合は、男性32.4%、女性53.4%、男女平均43.5%であった。充足率120%以上の割合は、男性26.0%、女性11.7%、男女平均18.4%であった。

充足率が80%に達していない人の割合がカルシウムについて2番目に多い成分が鉄である。

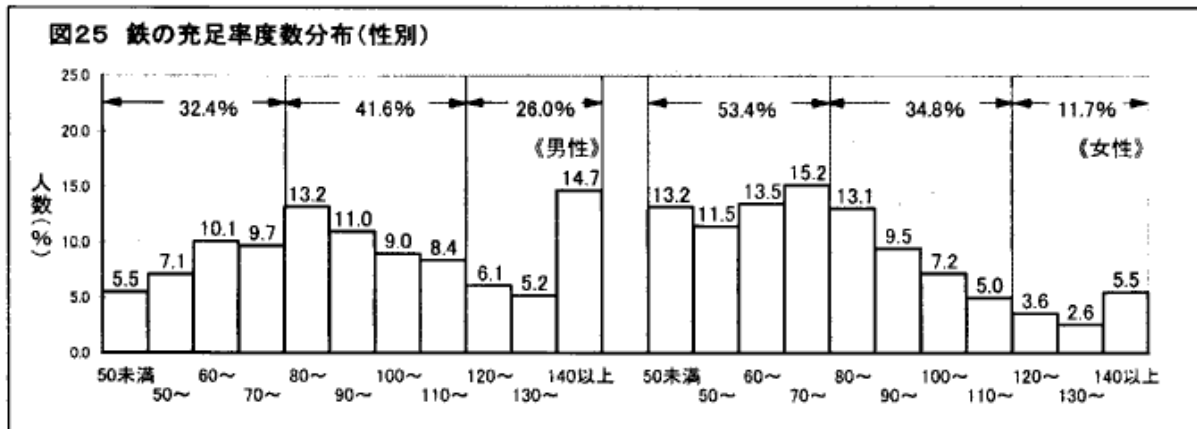
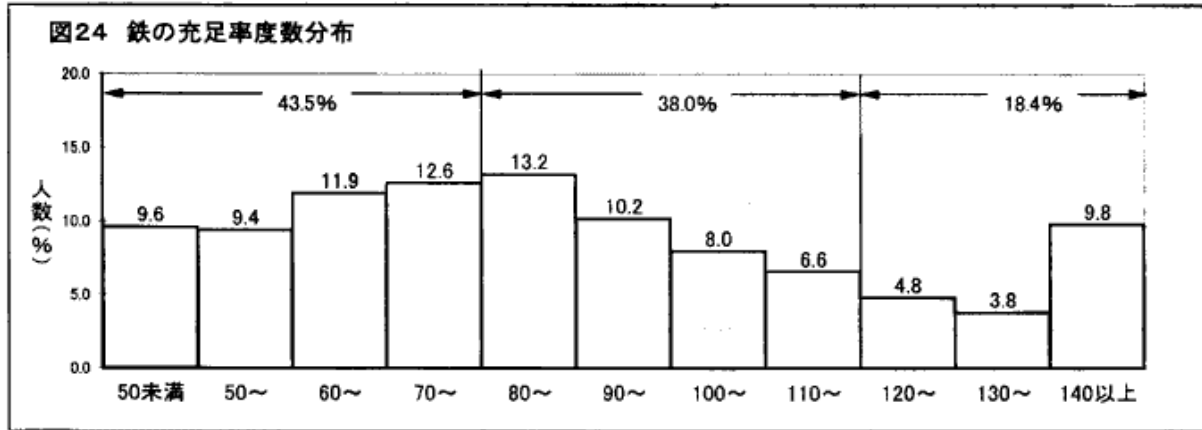


図26 鉄の食品群別摂取構成比年次比較

調査年度	食品群別 (%)							総摂取量 (mg)	
	穀類	豆類	果実・野菜類	海草類	魚介類	肉・卵類	その他		
平成10年度調査	男女合計	14.4	16.2	19.5	3.7	9.9	21.7	14.6	9.6mg
	男性	14.7	15.7	19.3	3.4	10.8	22.5	13.6	10.2mg
	女性	14.0	16.8	19.8	4.0	9.1	20.8	15.5	9.1mg
平成5年	男女合計	14.2	16.0	21.7	3.8	10.4	21.7	12.2	10.5mg
平成10年全国平均	男女合計	13.5	15.1	20.4	12.9	3.6	17.0	17.5	11.4mg

図27-1 鉄の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

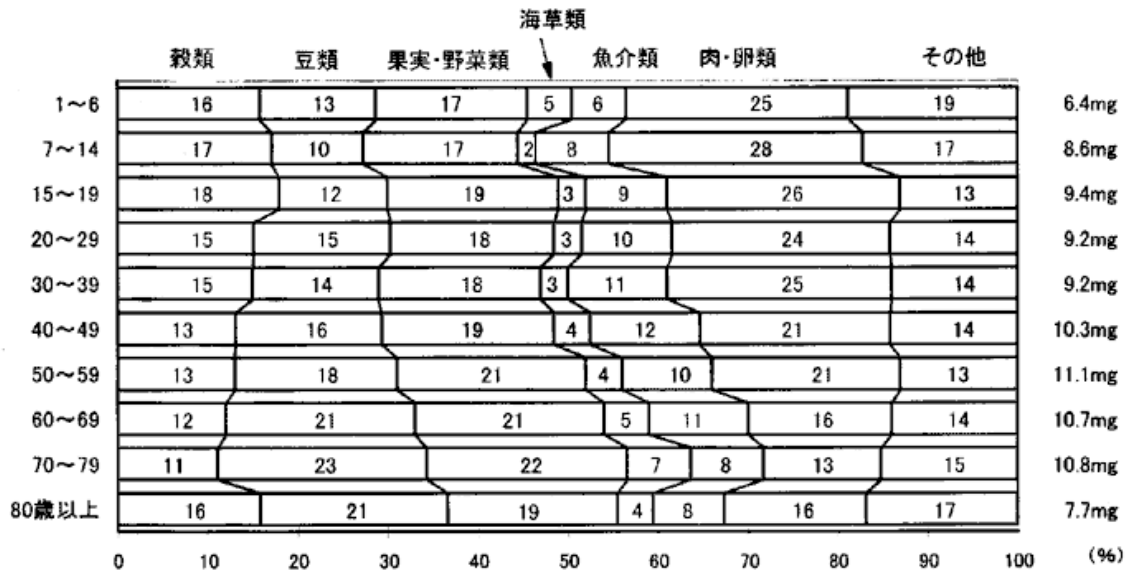


図27-2 鉄の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

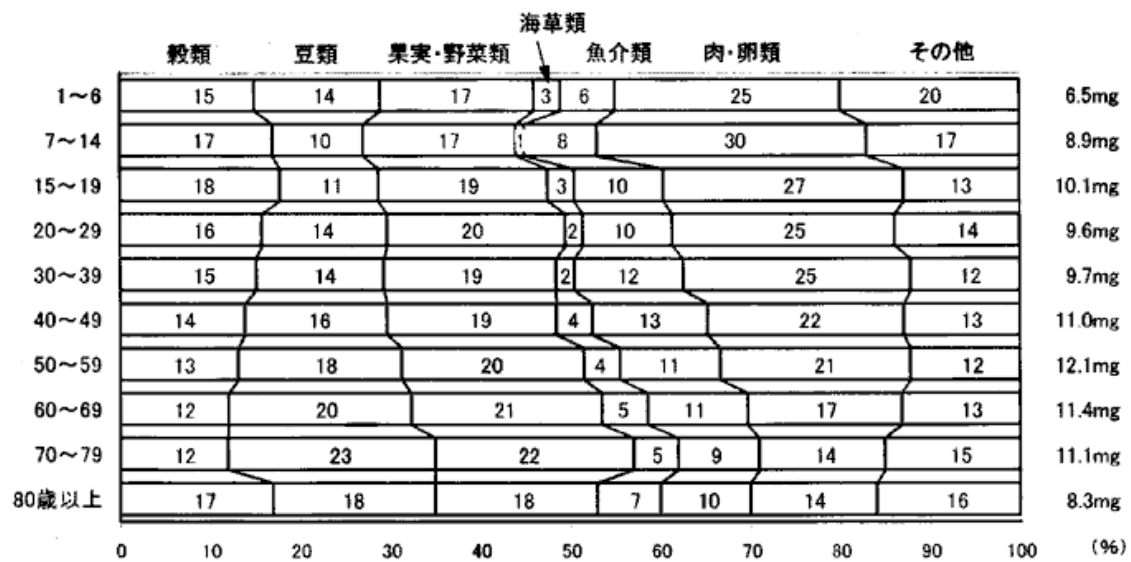
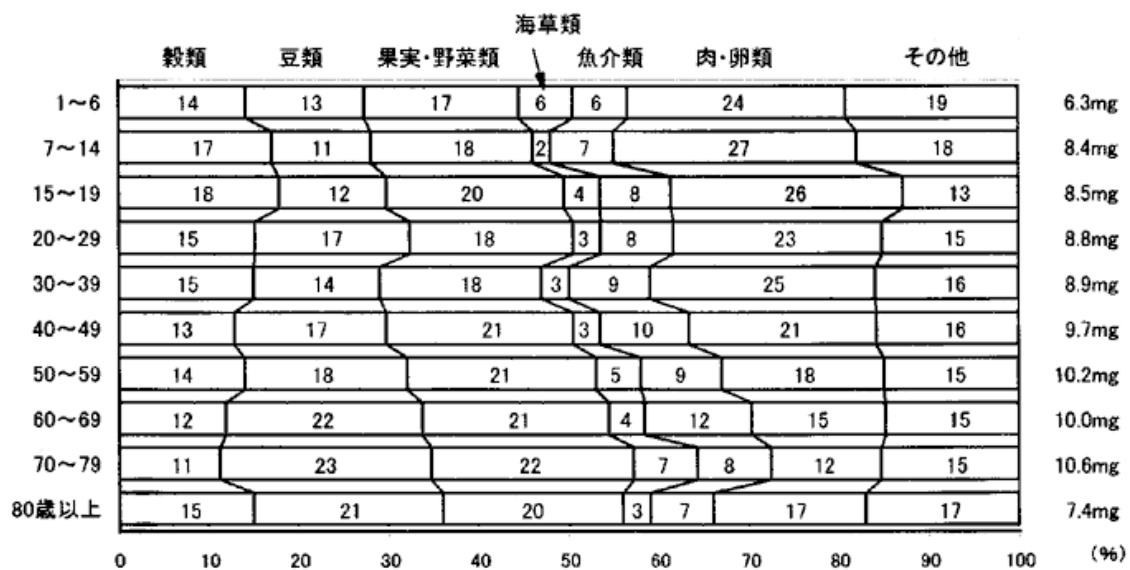


図27-3 鉄の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(6) 食塩

県民1人1日あたりの平均摂取量は9.3g、全国平均よりも25%低値
5人に1人はまだ摂取過剰

県民の平均食塩摂取量は、全国的にみれば好ましい状態である。しかし、男性は15歳～70歳のいずれの年代においても目標摂取量である「1日10g以下」を越えている。10g/日/人を達成している人は、調味料等を工夫し、7～8g/日/人へとさらに減塩に努めることが望ましい。

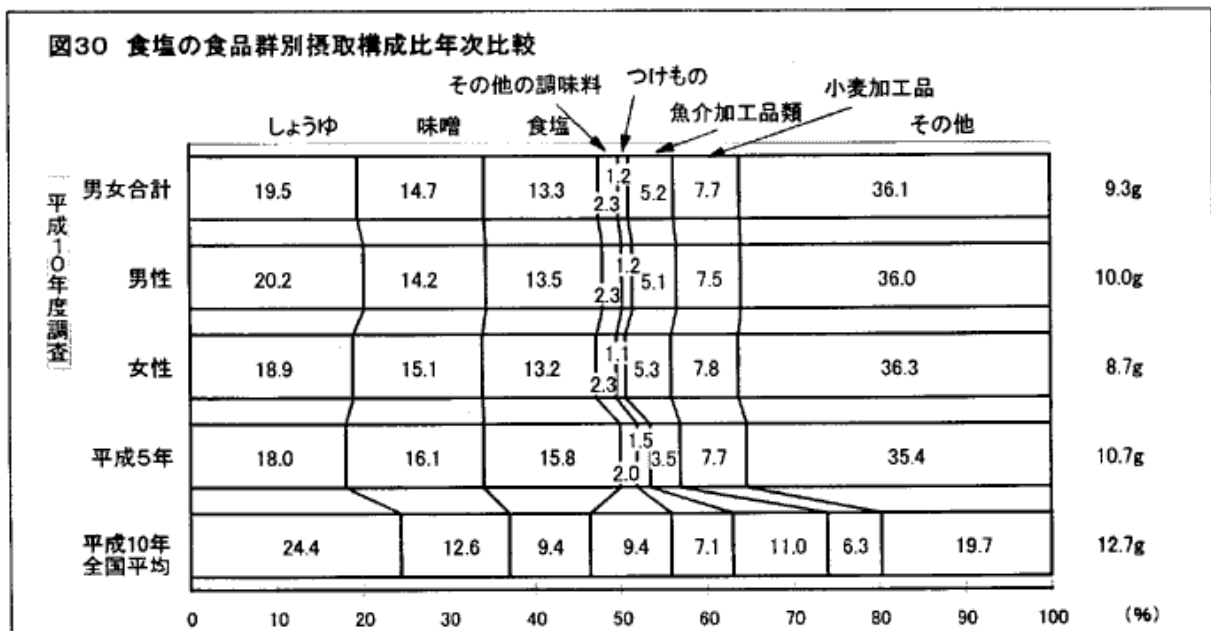
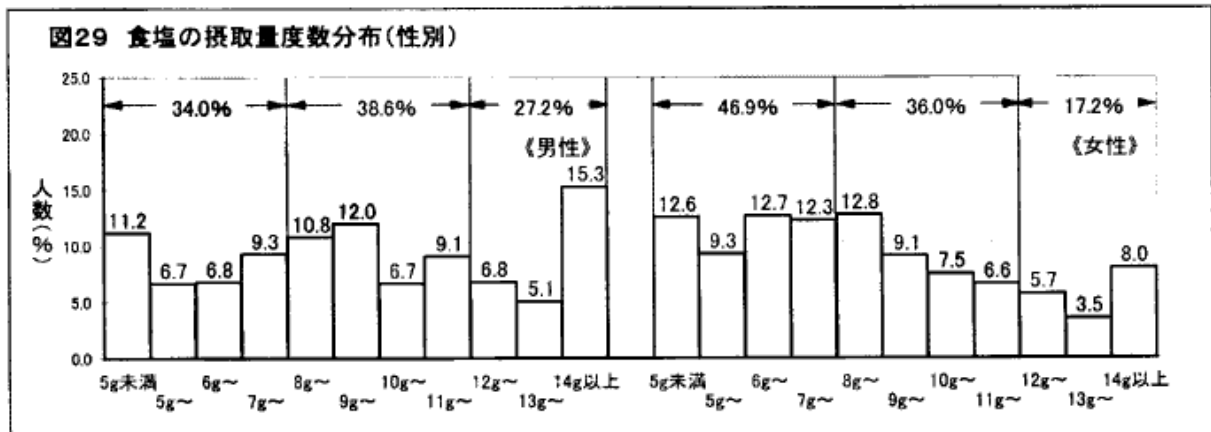
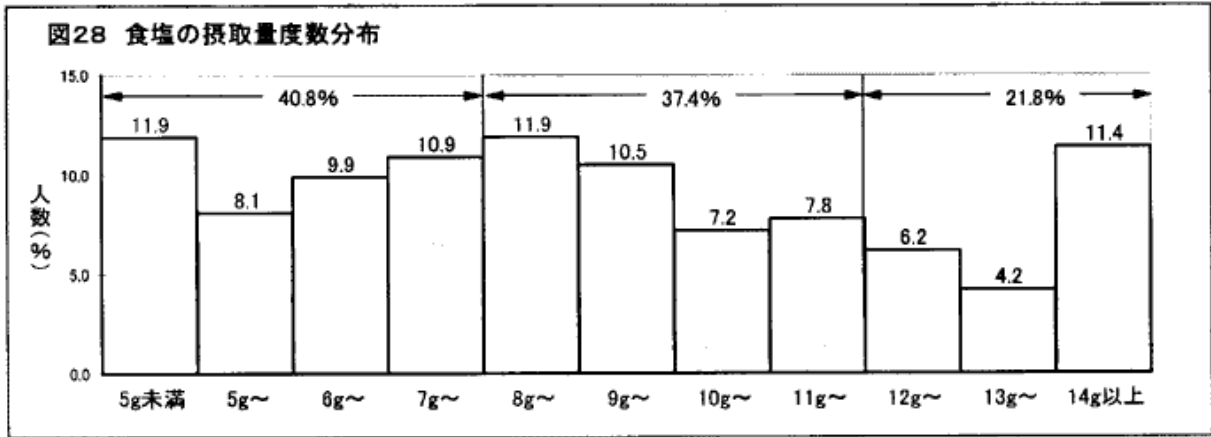


図31-1 食塩の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

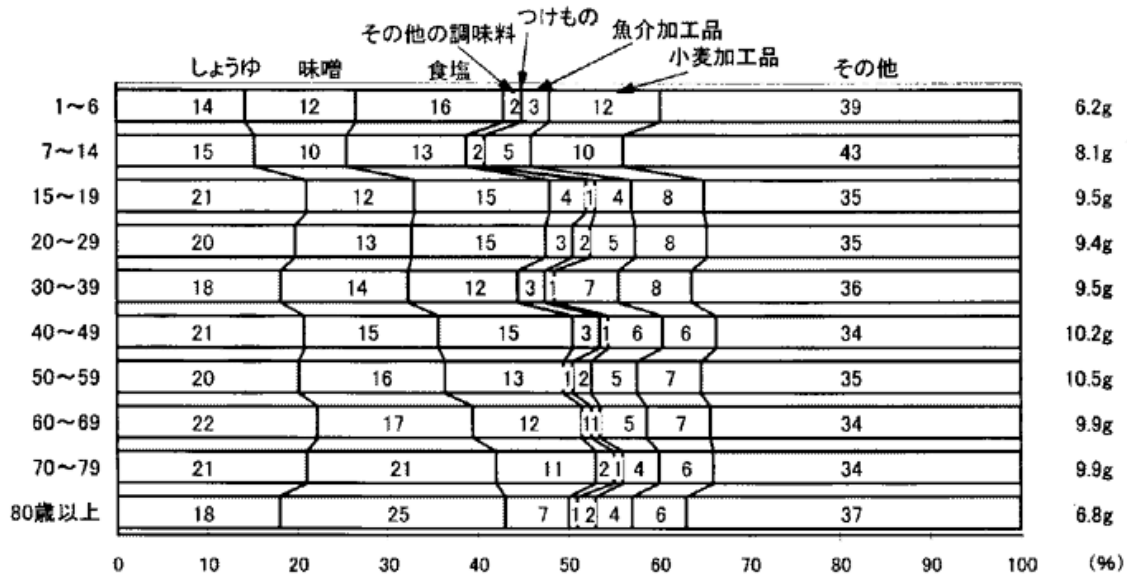


図31-2 食塩の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

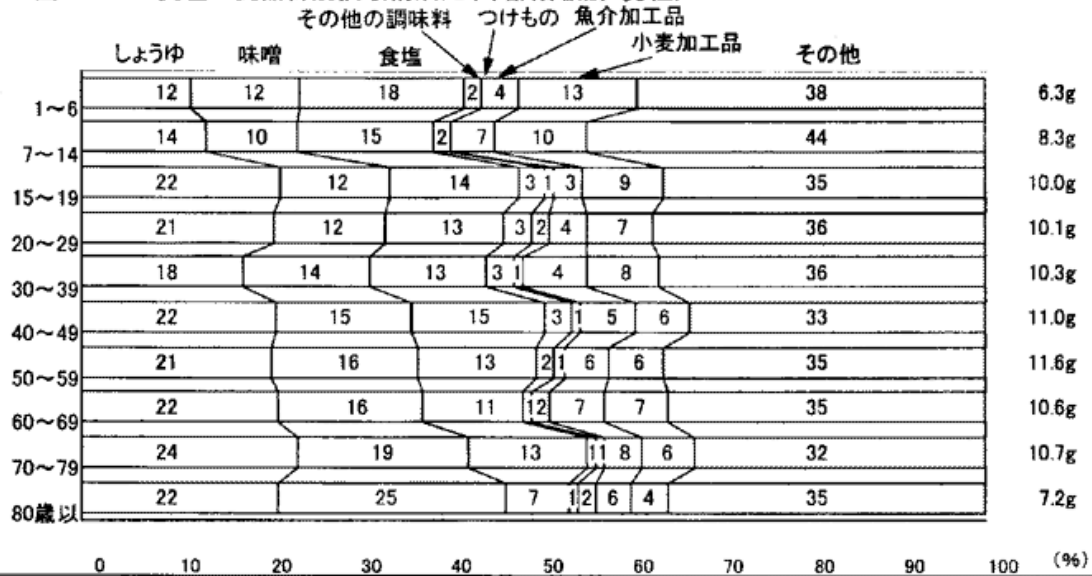
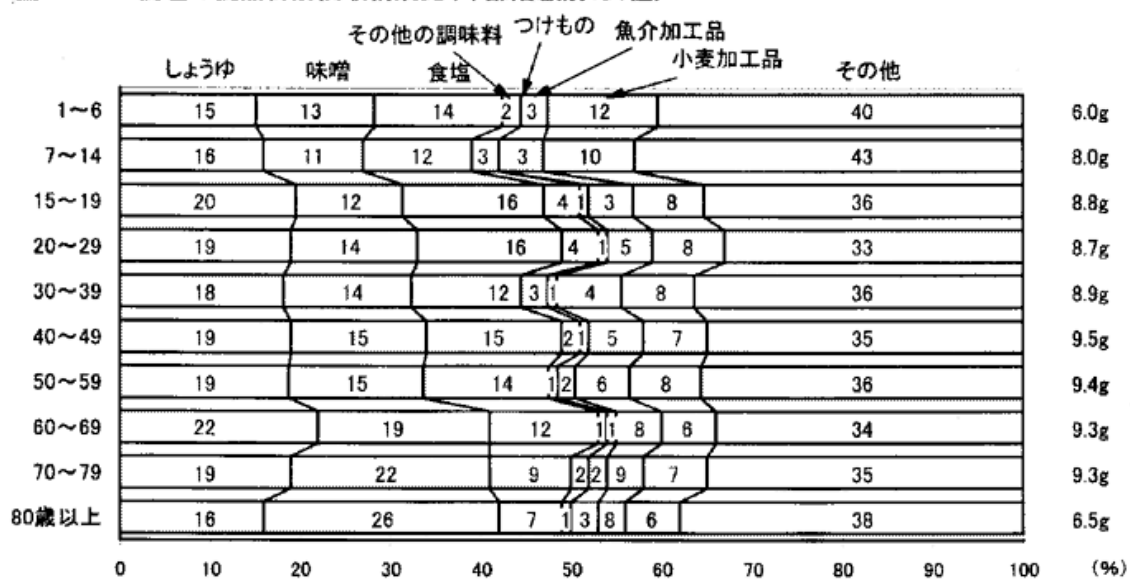


図31-3 食塩の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(7) ビタミンA

男女とも約3人に1人は摂取不足

充足率80%未満の割合は、男性29.8%、女性31.1%、男女平均30.5%で摂取不足がみられる。一般的な調理加熱操作によるビタミンAの損失率を仮に20%とみると、摂取不足の割合はさらに多くなる。もっと摂取量の増加を心掛けたい栄養素である。

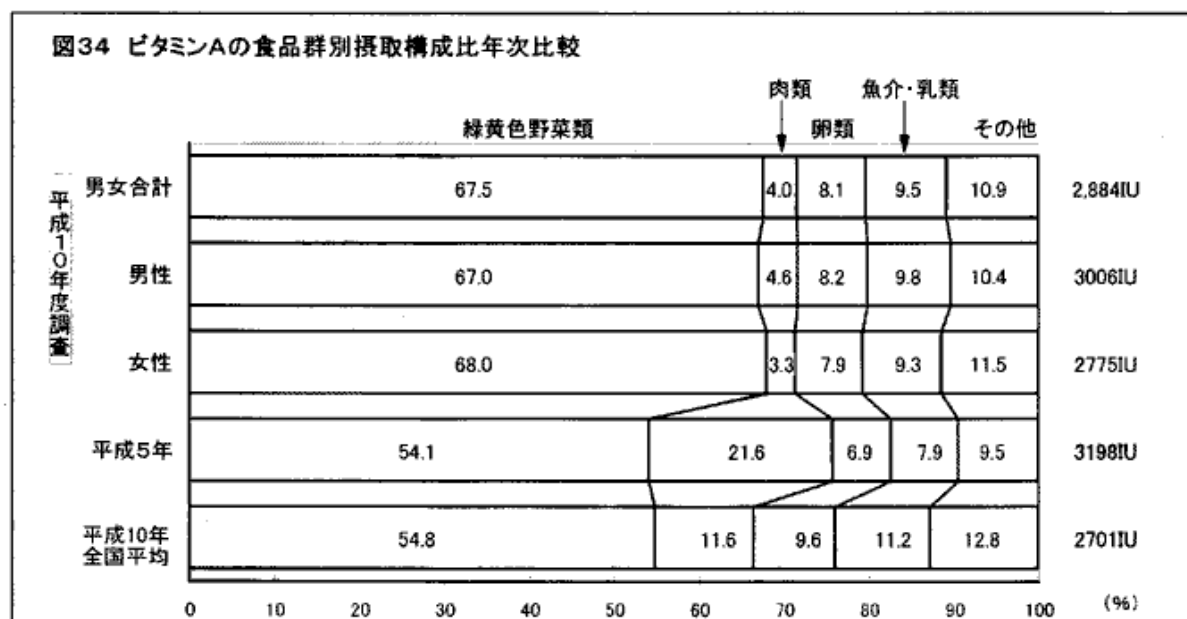
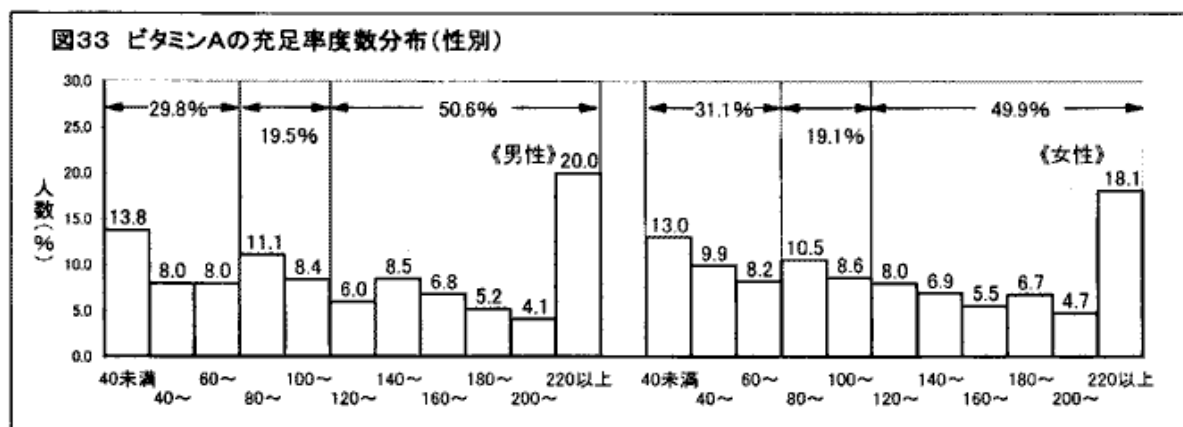
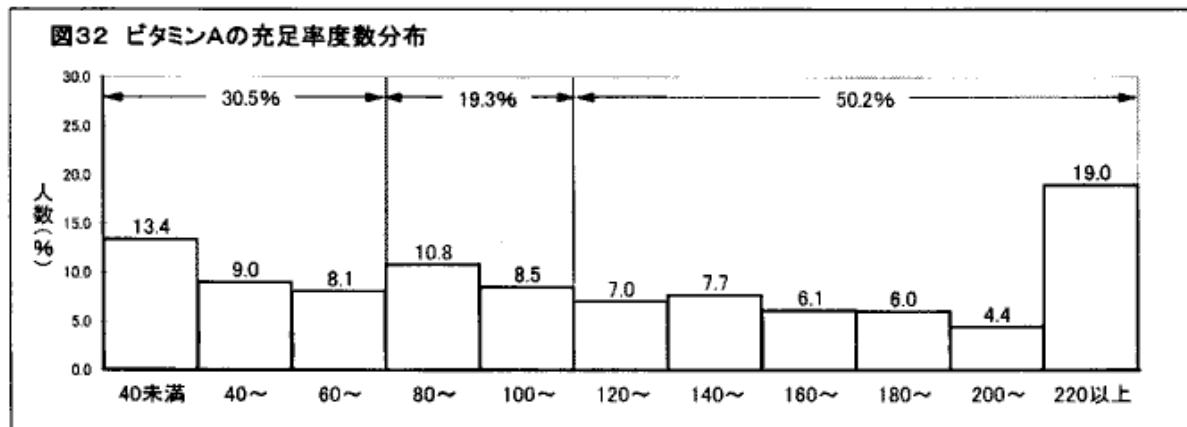


図35-1 ビタミンAの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

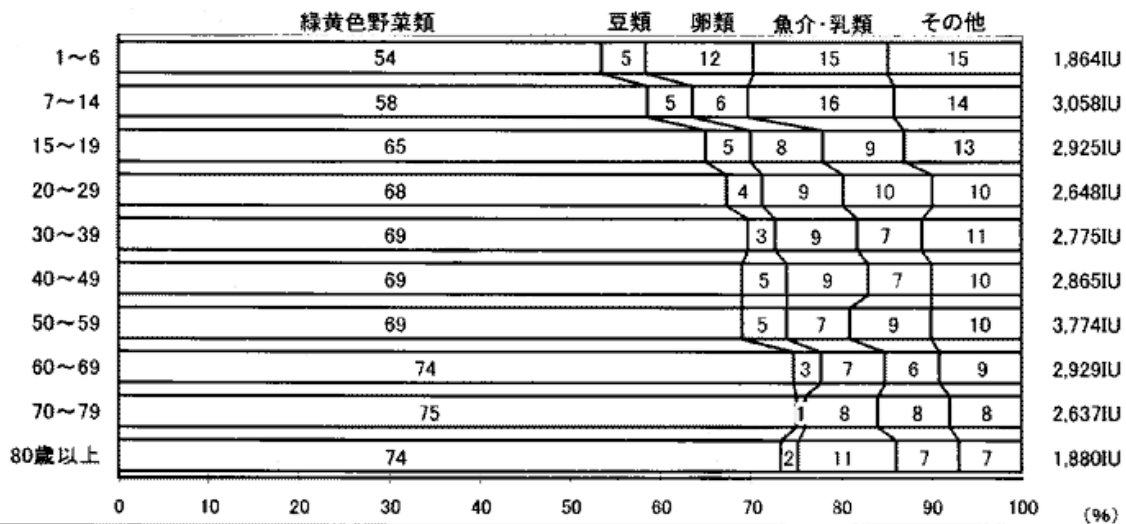


図35-2 ビタミンAの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

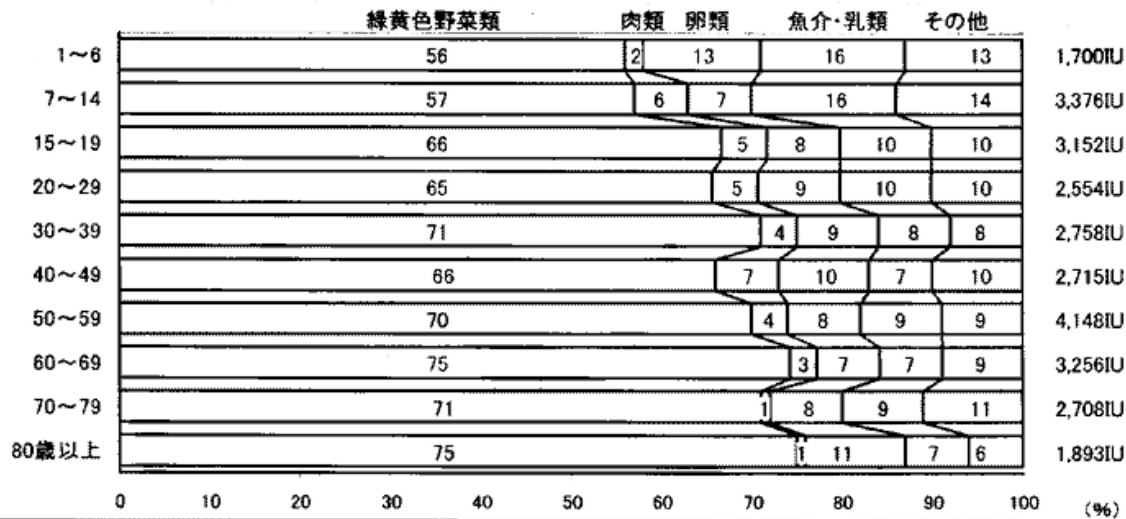
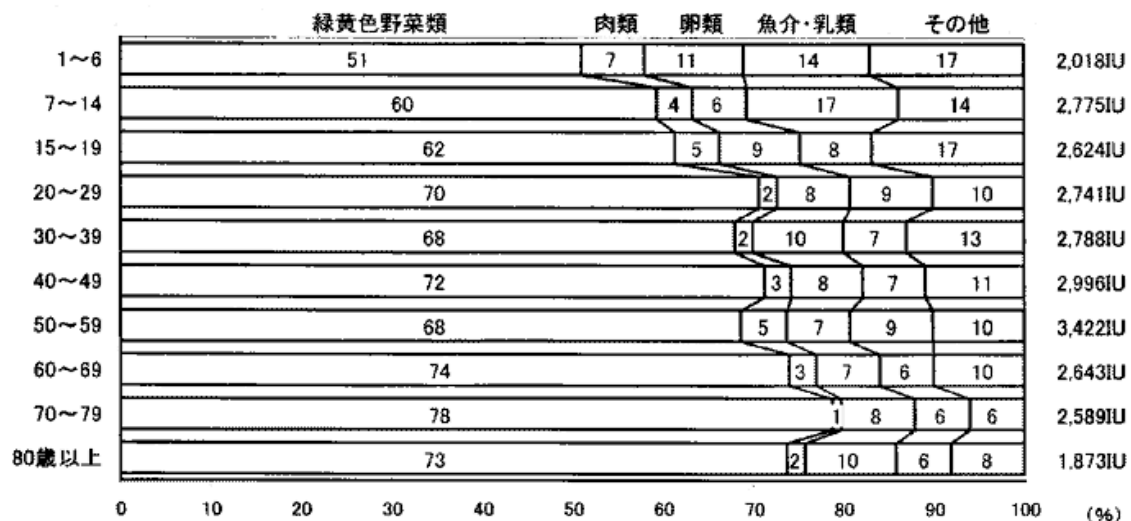


図35-3 ビタミンAの食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(8) ビタミンB

7人に1人は摂取不足

ビタミン類は調理加熱による損失率が高いことを考慮すると、もっと摂取量の増加を必要とする栄養素である。平成5年に比べると、肉類からの摂取が増加し、米類・野菜類・魚介類からの摂取が減少しているため、これらの食品類からの摂取量を増やすことが望ましい。

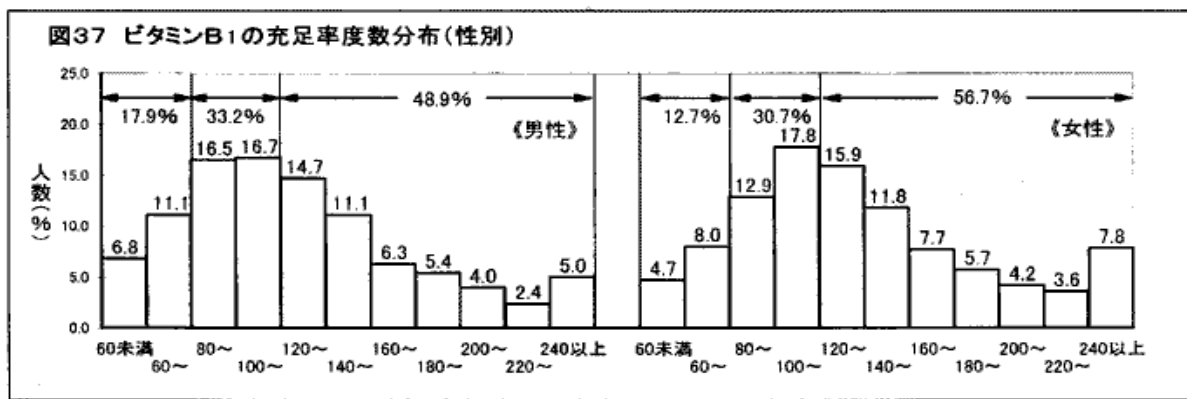
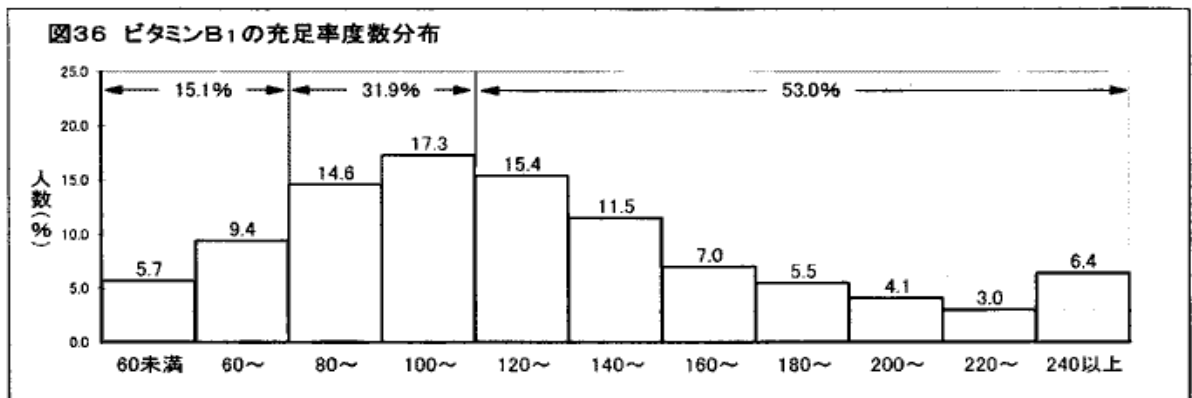


図38 ビタミンB₁の食品群別摂取構成比年次比較

調査年	食品群別 (%)						総摂取量 (mg)	
	米類	小麦、その 他の穀類	野菜類	魚介類	肉類	その他		
平成10年度調査	男女合計	16.8	5.7	12.5	7.2	34.7	23.1	1.10mg
	男性	17.5	5.4	12.1	7.8	35.8	21.4	1.18mg
	女性	16.2	5.9	12.8	6.5	33.6	25.0	1.03mg
平成5年		19.1	6.1	13.0	8.7	29.6	23.5	1.15mg
平成10年全国平均		16.9	5.6	13.0	9.3	24.0	31.2	1.16mg

図39-1 ビタミンB₁の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

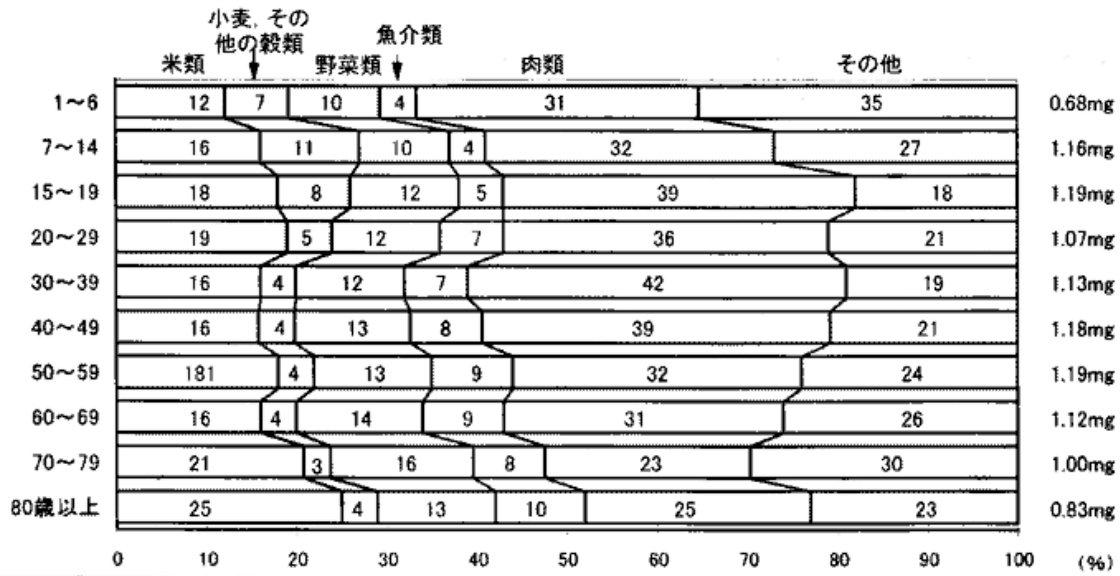


図39-2 ビタミンB₁の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

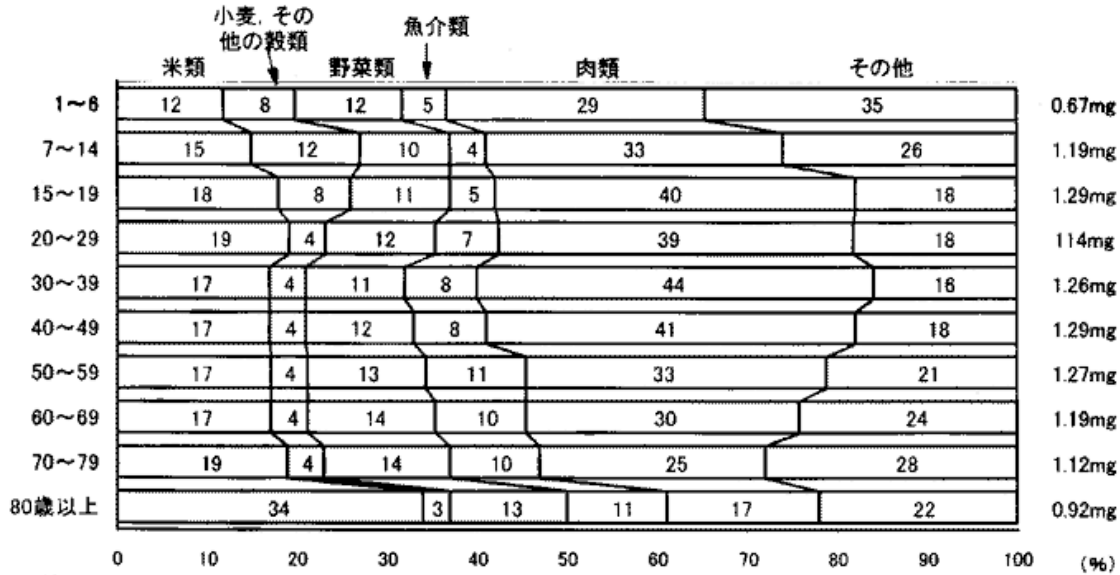
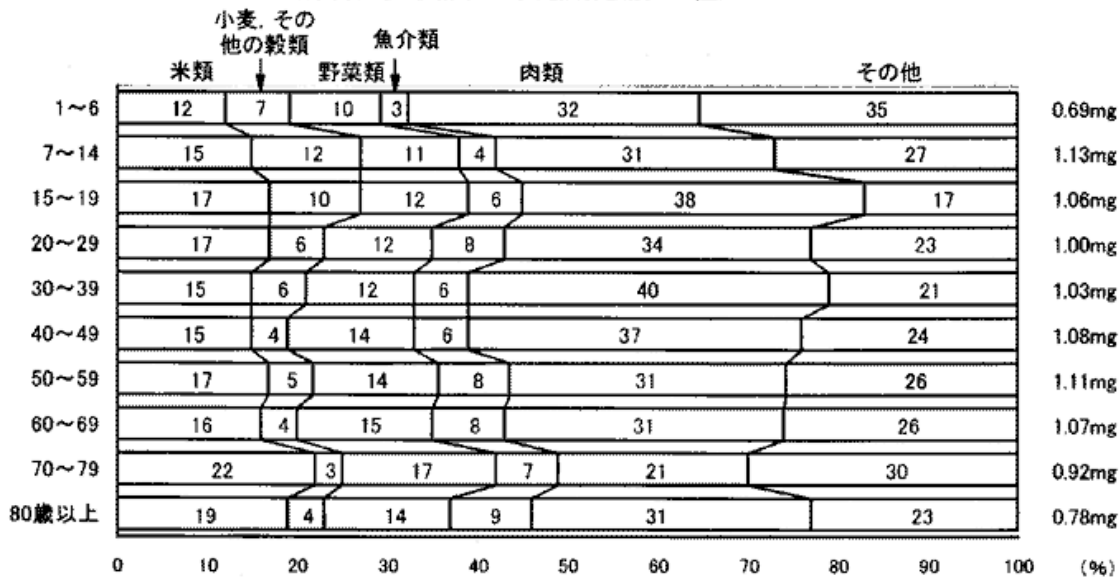


図39-3 ビタミンB₁の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(9) ビタミンB₂

男性は約3人に1人、女性は約5人に1人が摂取不足

15～30歳代の男女および40歳代の男性の摂取量不足が目立っている。他のビタミン類同様摂取量の増加を心掛けたい。食品群別摂取量をみると、平成5年と比べても主な食品群からの摂取割合はほとんど変化がみられない。

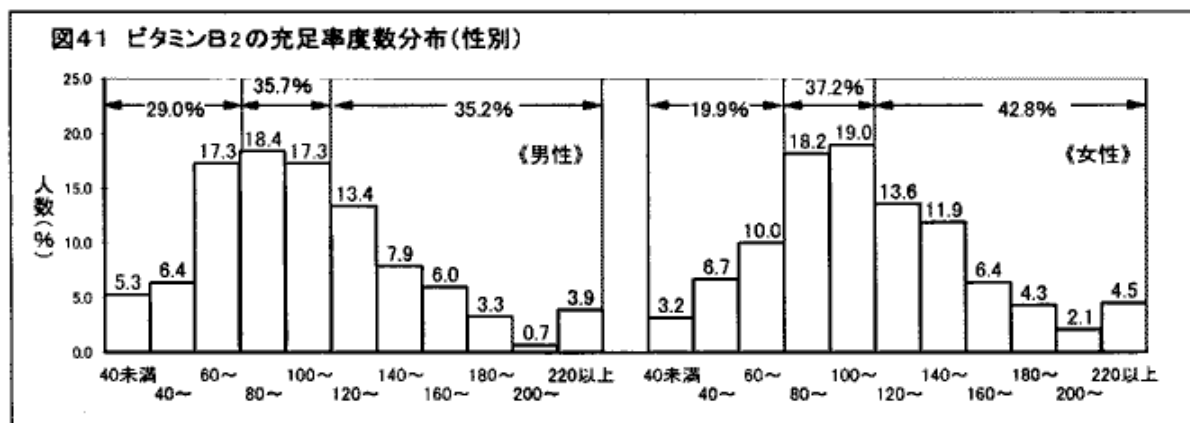
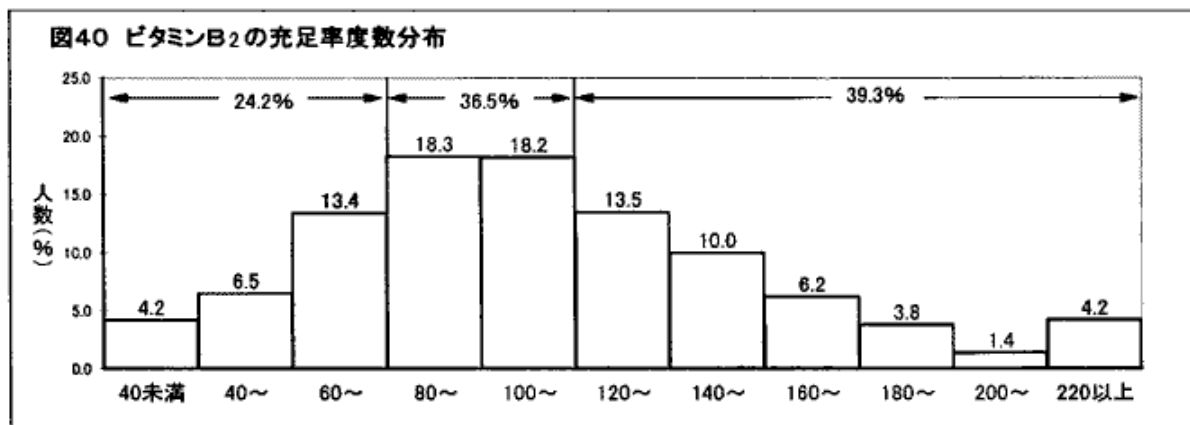


図42 ビタミンB₂の食品群別摂取構成比年次比較

	穀類	豆類	野菜類	魚介類	肉類	卵類	乳類	その他	総摂取量 (mg)
平成10年度調査	7.1	3.9	12.4	12.8	17.4	11.6	16.7	18.1	1.28
男女合計	7.2	3.7	12.1	14.4	17.9	11.7	15.4	17.6	1.36
男性	7.0	4.1	12.7	11.1	16.9	11.5	18.1	18.6	1.21
女性	8.0	4.0	13.6	12.8	18.4	12.8	16.8	13.8	1.25
平成5年	6.6	4.9	11.7	13.9	12.8	13.8	16.2	20.1	1.42
平成10年全国平均									

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 (%)

図43-1 ビタミンB₂の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

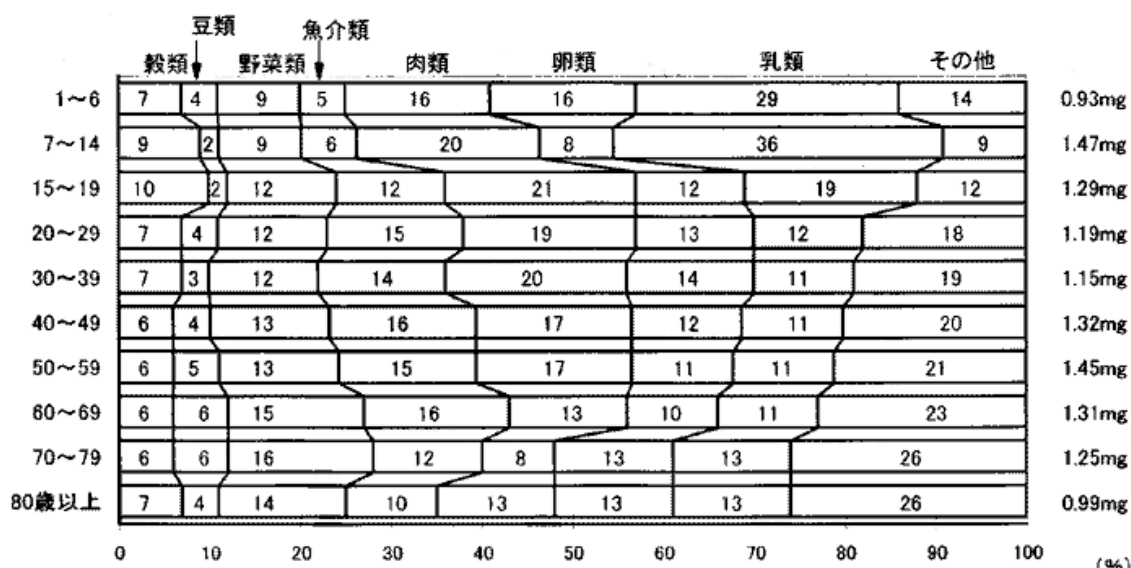


図43-2 ビタミンB₂の食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

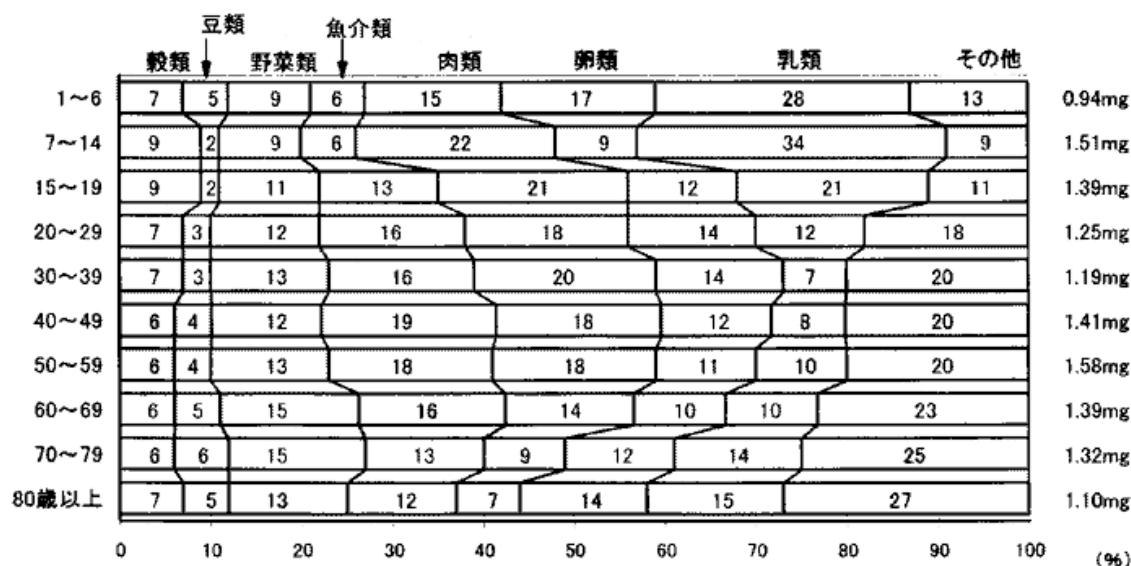
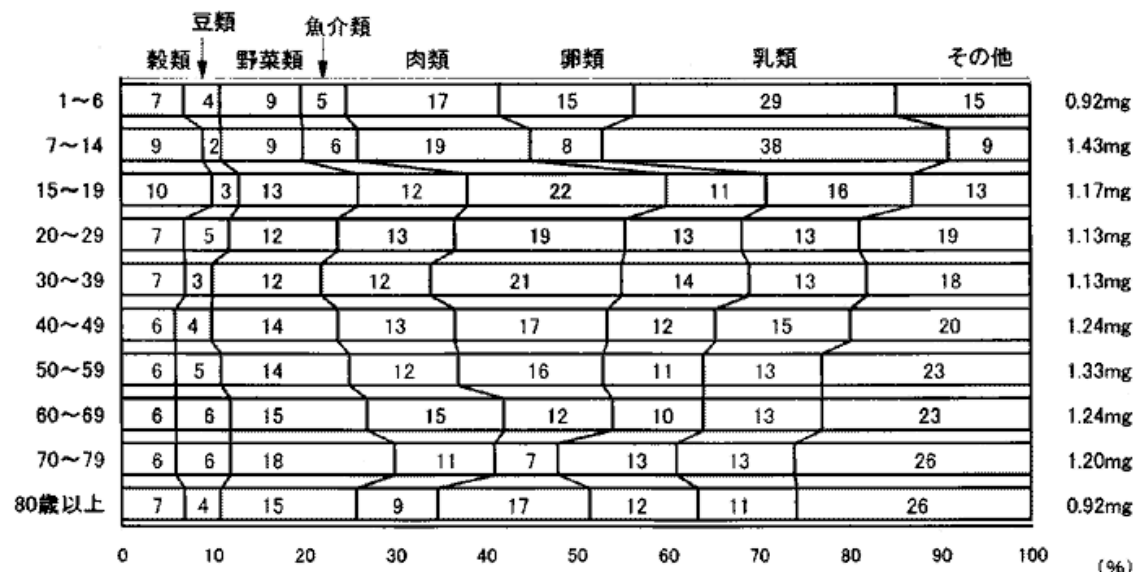


図43-3 ビタミンB₂の食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



(10) ビタミンC

男女とも約5人に1人は摂取不足

他のビタミン類と同様に調理加熱による損失を考慮すると、摂取量不足の割合が高い栄養素である。40歳未満の女性の摂取量不足が目立つ。平成5年に比べ、いも類・果実類・その他の野菜類からの摂取量が減少している。

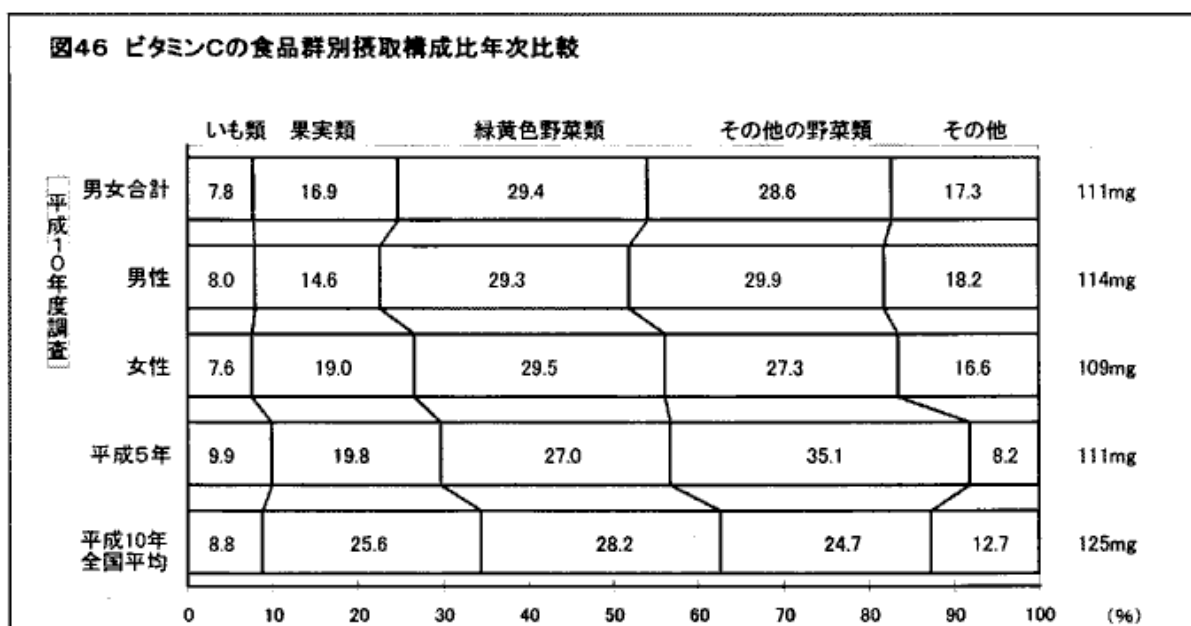
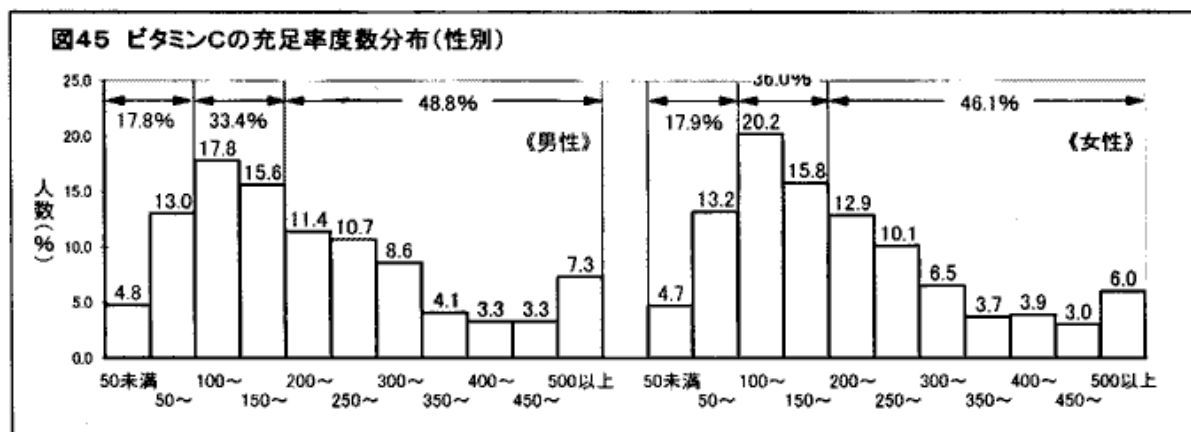
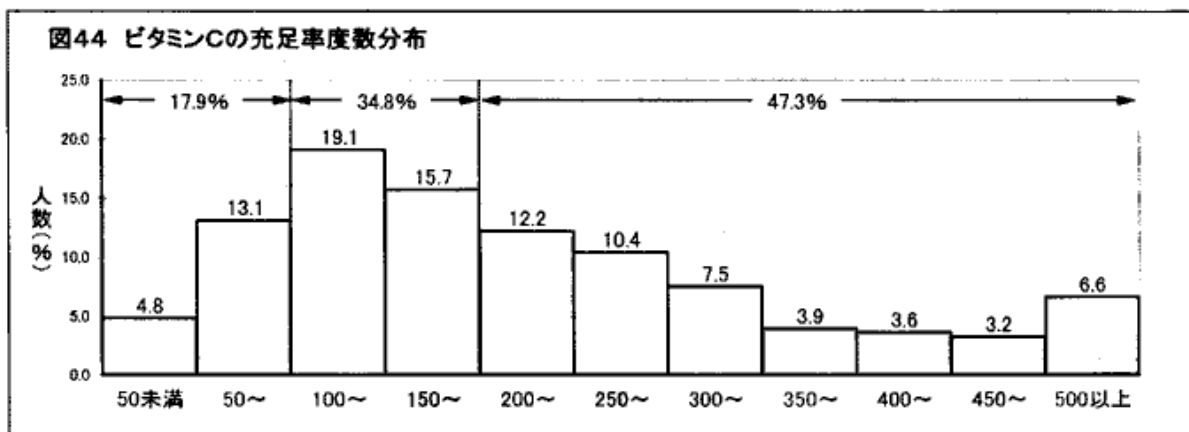


図47-1 ビタミンCの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男女合計)

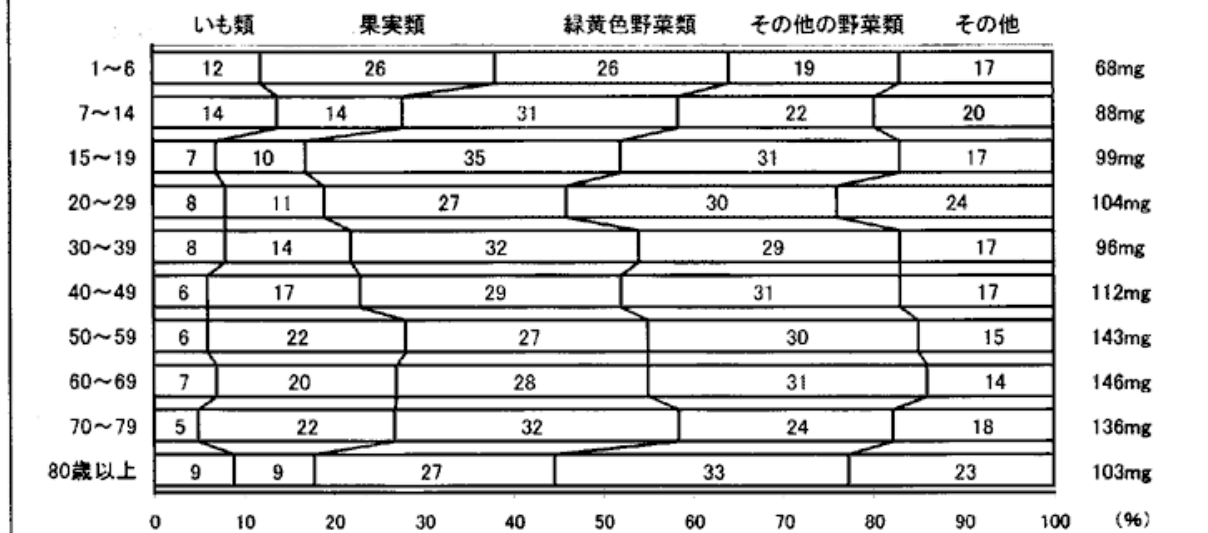


図47-2 ビタミンCの食品群別摂取構成比(年齢階級別:男性)

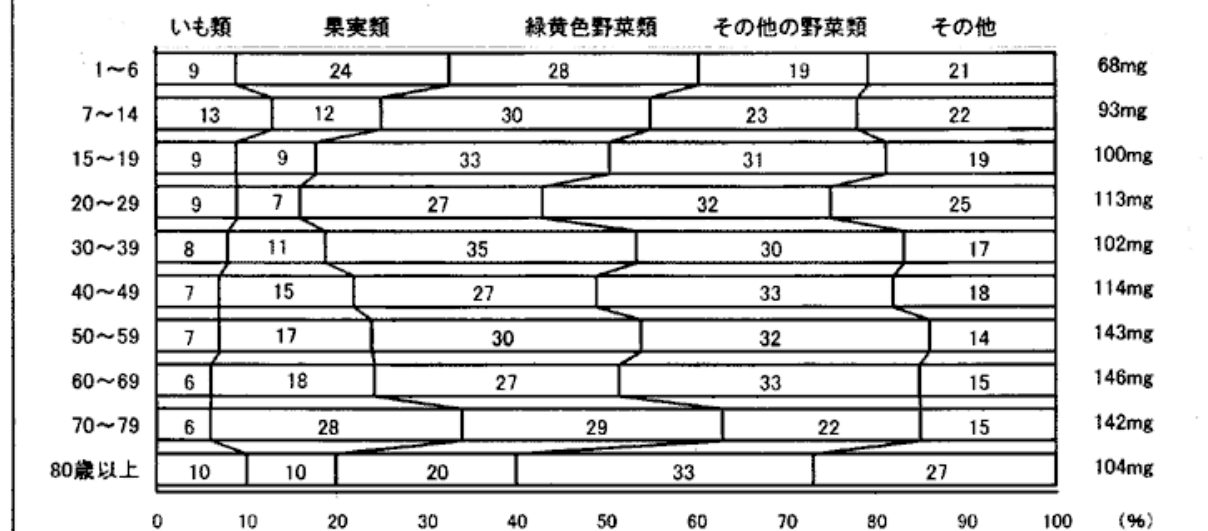
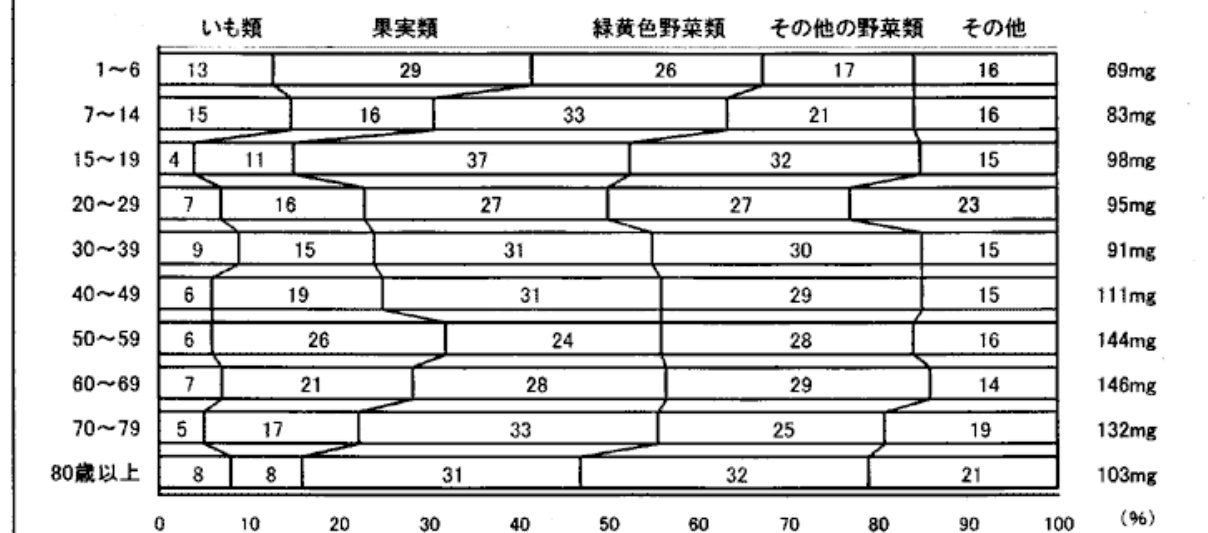


図47-3 ビタミンCの食品群別摂取構成比(年齢階級別:女性)



6. 食品群別摂取量

若い世代で摂取量が多いのが、パン類、菓子類、油脂類、肉類、乳類で、逆に摂取量が少ないのは、めん類、豆類、果実類、緑黄色野菜類、その他の野菜類、調味・嗜好飲料類、魚介類などであった。
牛乳・乳製品は7～14歳で最も多く、20歳代以降で減少。

(1) 食品群別摂取量の平均値

平成10年度調査における県民1人1日当たりの食品群別摂取量平均値・標準偏差・変動係数を表8に示した。

表8 食品群別摂取量の平均値・標準偏差・変動係数

(単位:g)

食品群(類)	男女合計			男性			女性		
	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数	平均値	標準偏差	変動係数
植物性食品	1234.9	559.3	45.3	1302.5	610.6	46.9	1174.8	501.7	42.7
動物性食品	348.3	209.9	60.3	368.4	220.6	59.9	330.4	198.2	60.0
米類	152.1	74.3	48.9	169.6	78.4	46.2	136.5	66.7	48.9
パン類	35.7	50.6	141.7	35.6	53.2	149.7	35.8	48.1	134.3
めん類	32.8	71.4	217.8	37.4	76.8	205.2	28.6	65.9	230.2
その他穀類	8.6	16.7	194.8	9.0	16.3	181.3	8.2	17.0	207.8
種実類	0.7	4.0	542.9	0.8	4.6	578.9	0.7	3.3	490.0
いも類	45.3	53.3	117.7	48.2	56.1	116.3	42.6	50.5	118.6
砂糖類	6.9	10.4	150.3	6.6	9.7	148.3	7.2	10.9	151.4
菓子類	17.4	38.9	223.9	12.6	32.8	260.4	21.6	43.2	199.7
油脂類	19.2	12.9	67.0	20.2	13.7	67.6	18.3	12.0	65.7
豆類	74.1	79.4	107.1	75.0	81.5	108.8	73.4	77.4	105.5
果実類	69.0	103.3	149.5	61.9	100.7	162.6	75.4	105.1	139.4
緑黄色野菜類	97.3	84.6	86.9	100.7	87.9	87.2	94.3	81.5	86.4
その他野菜類	135.4	96.8	71.5	143.1	101.9	71.2	128.6	91.6	71.2
きのこ類	6.4	14.6	229.4	6.1	14.0	229.1	6.6	15.2	229.3
海藻類	5.2	14.7	282.0	5.4	16.5	306.2	5.0	12.9	254.7
調味・嗜好飲料類	527.0	457.7	86.8	568.4	506.8	89.2	490.3	405.6	82.7
魚介類	75.1	82.5	109.9	85.9	92.8	108.0	65.5	70.8	108.2
肉類	100.3	76.9	76.7	111.2	81.3	73.1	90.7	71.5	78.8
卵類	30.9	30.9	99.8	33.0	33.3	101.0	29.1	28.4	97.5
乳類	138.1	176.3	127.7	134.6	183.5	136.4	141.2	169.6	120.1
その他の食品類	5.7	9.3	162.9	5.7	9.0	157.3	5.6	9.4	168.0

(2) 食品群別摂取量の年次推移

食品群別摂取量の年次推移を表9に示し、平成9年度全国平均値との比較を図48に示した。

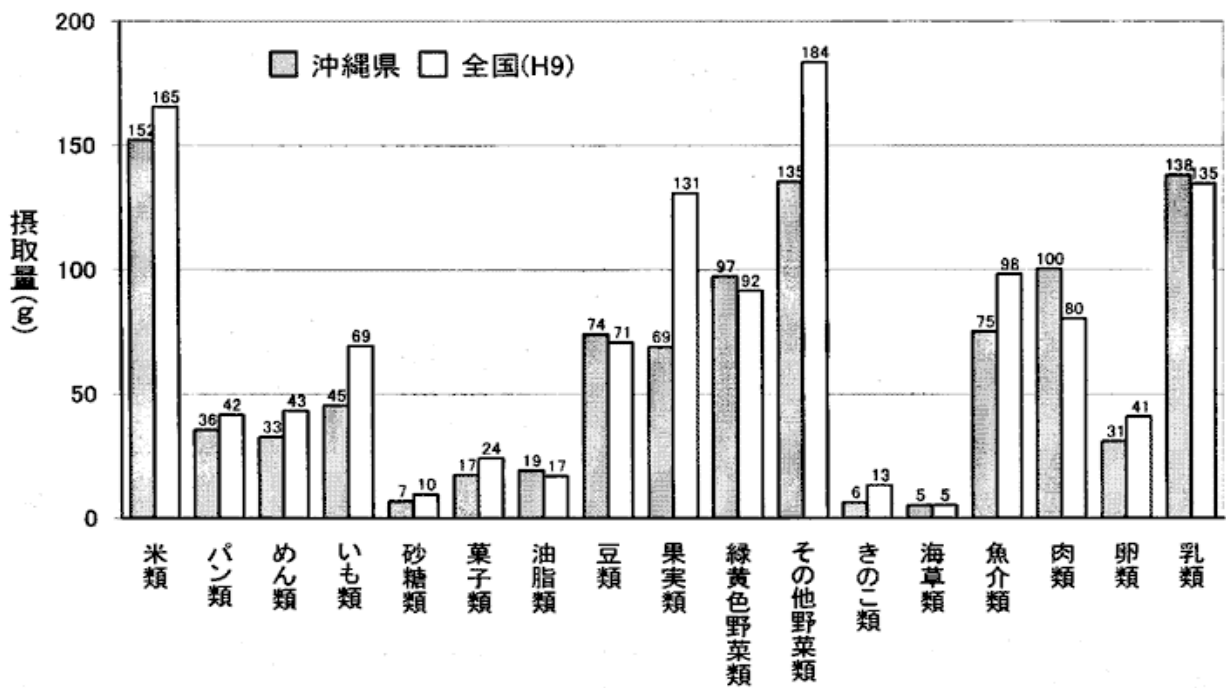
増加傾向が認められた食品群は、いも類、油脂類、乳類で、減少傾向が認められた食品群は、米類、パン類、豆類、果実類、緑黄色野菜類、その他の野菜類、卵類であった。

表9 食品群別摂取量の年次推移(男女合計)

(単位:g)

食品群(類)	平成10年度	平成5年度	昭和63年度	昭和57年度	昭和47年度	平成9年度
	全県平均 1,802人	全県平均 531世帯	全県平均 310世帯	全県平均 330世帯	全県平均 827世帯	全国平均 13,289人
植物性食品	1234.9	1004.2	-	-	-	1070.9
動物性食品	348.3	348.5	-	-	-	355.3
米類	152.1	176.2	186.1	182.7	208.1	165.4
パン類	35.7	34.7	33.3	41.4	47.2	41.8
めん類	32.8	29.1	16.5	23.2	34.0	43.2
その他穀類	8.6	8.3	5.9	-	-	9.3
種実類	0.7	0.6	1.1	-	-	2.0
いも類	45.3	52.4	39.6	39.5	27.4	69.4
砂糖類	6.9	6.1	5.6	5.9	5.2	9.7
菓子類	17.4	12.4	16.8	14.3	18.7	24.2
油脂類	19.2	18.7	17.9	20.0	15.3	17.0
豆類	74.1	75.0	90.5	91.6	56.8	70.9
果実類	69.0	86.4	102.9	110.2	70.9	130.8
緑黄色野菜類	97.3	103.4	106.9	82.4	111.5	91.6
その他野菜類	135.4	152.9	148.1	162.8	151.7	183.5
きのこ類	6.4	4.3	2.6	-	-	13.3
海草類	5.2	3.6	3.9	-	-	5.2
調味・嗜好飲料類	527.0	235.6	116.6	87.1	61.1	189.4
魚介類	75.1	79.9	79.4	63.9	61.2	98.2
肉類	100.3	97.5	86.5	94.2	102.5	80.3
卵類	30.9	34.2	38.0	42.4	31.3	40.8
乳類	138.1	132.2	118.5	119.4	75.2	134.8
加工食品類	-	0.5	14.9	5.8	1.4	-
その他の食品類	5.7	7.5	6.6	5.0	8.9	5.5

図48 食品群別摂取量の平均値年次比較(男女合計)

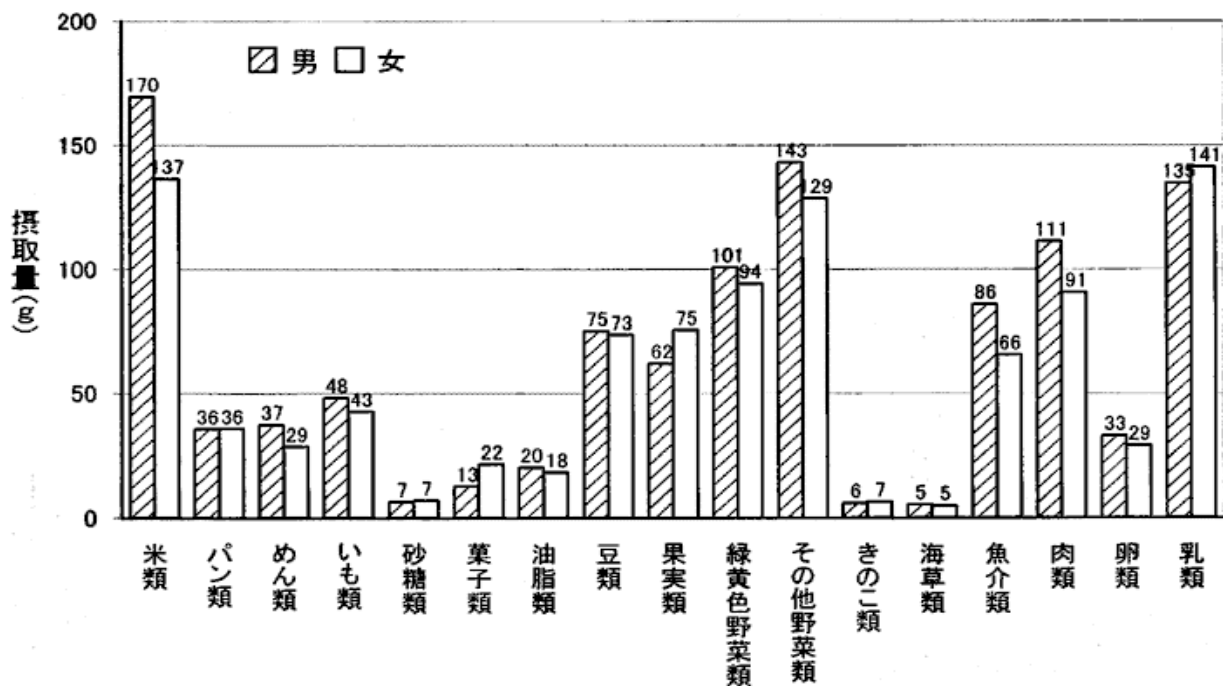


(3) 性別の食品群別摂取量

食品群別摂取量で男性の方が女性よりも多く摂取していた食品類は、米類、めん類、緑黄色野菜類、その他の野菜類、魚介類、肉類、卵類であった。

逆に女性の方が男性よりも摂取量が多かった食品類は菓子類、果実類であった。

図49 食品群別摂取量の平均値(性別)



(4) 性別・年齢階級別の食品群別摂取量

性別・年齢階級別の食品群別摂取量を
図50-1～図50-17に示した。

砂糖類および乳類の摂取量は7～14歳階級
において他の年齢階級の2～3倍以上の摂取
量であった。

図50-1 米類の摂取量

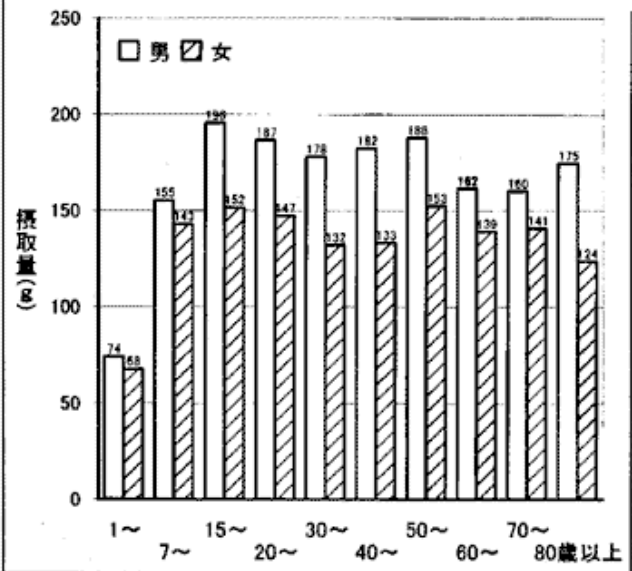


図50-2 パン類の摂取量

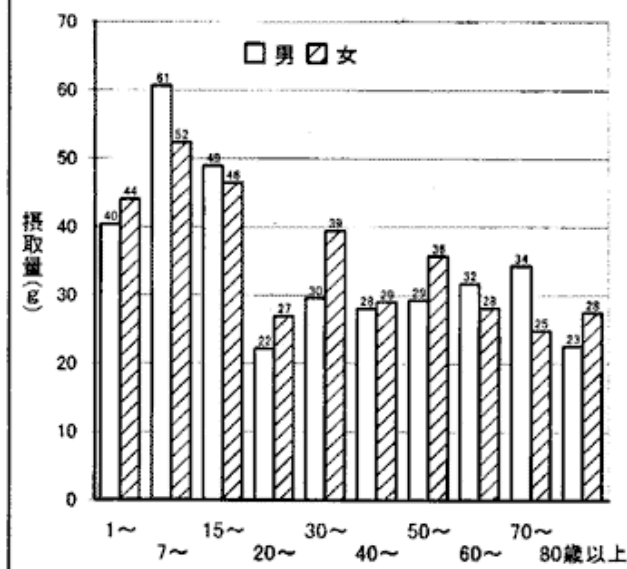


図50-3 めん類の摂取量

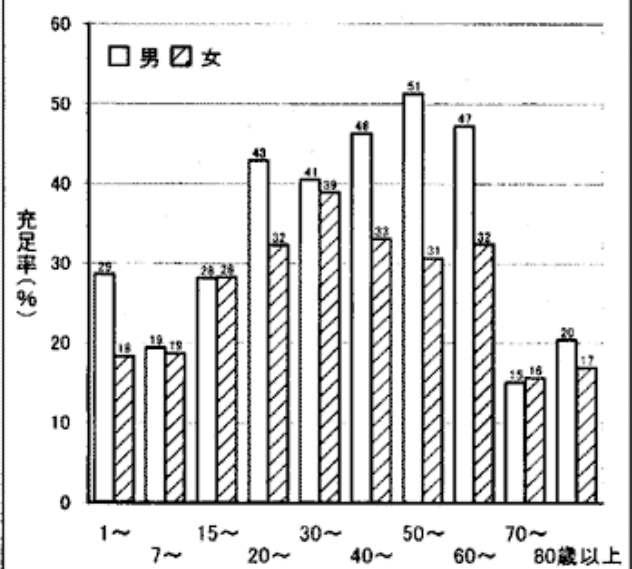


図50-4 いも類の摂取量

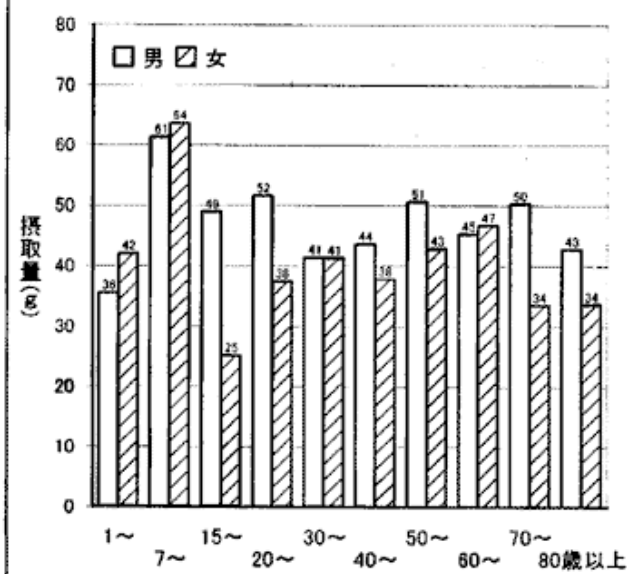


図50-5 砂糖類の摂取量

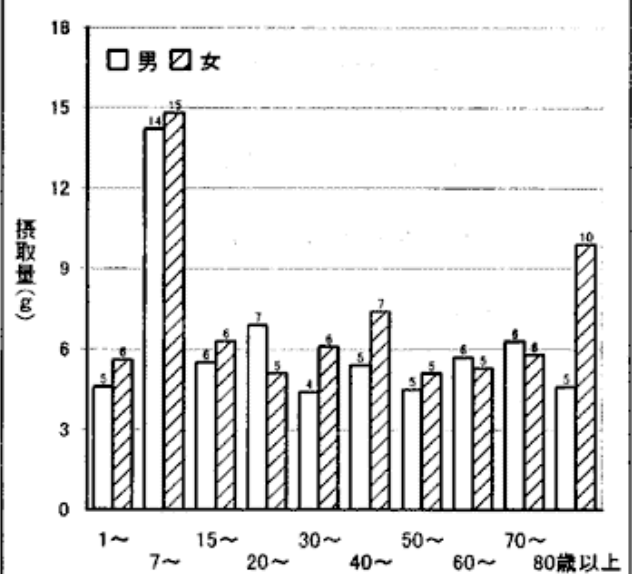


図50-6 菓子類の摂取量

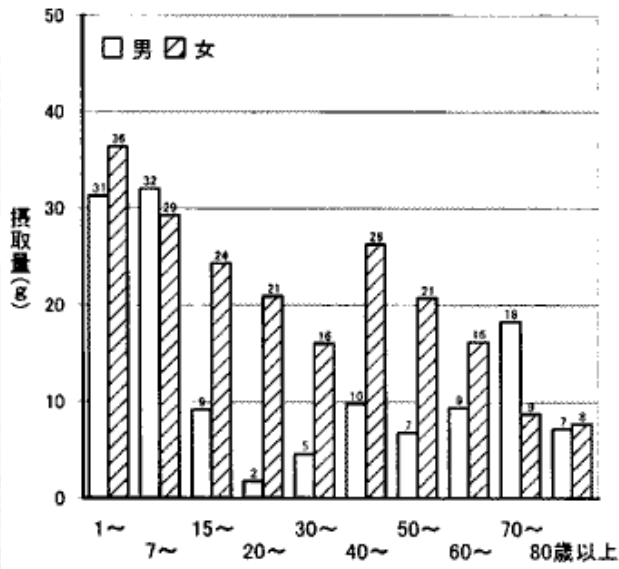


図50-7 油脂類の摂取量

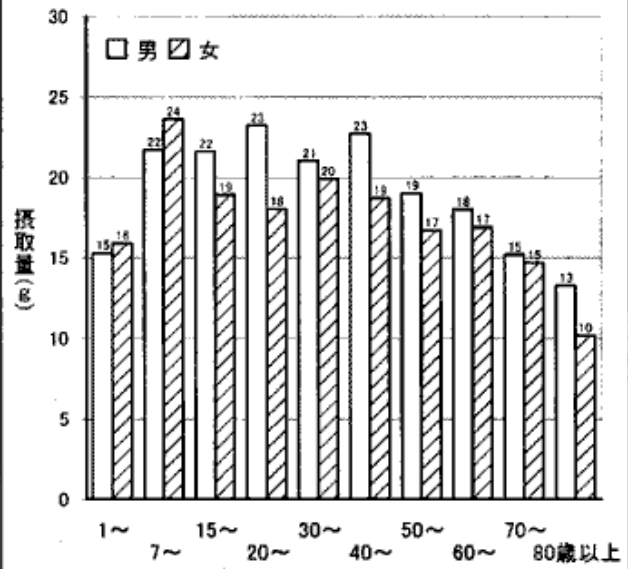


図50-8 豆類の摂取量

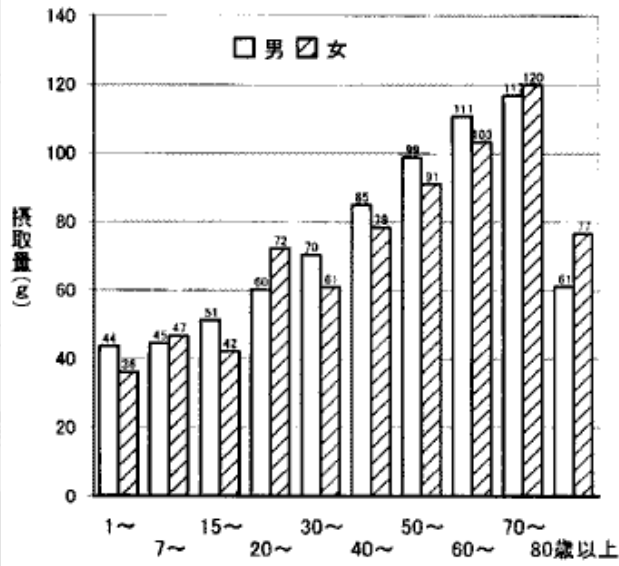


図50-9 果実類の摂取量

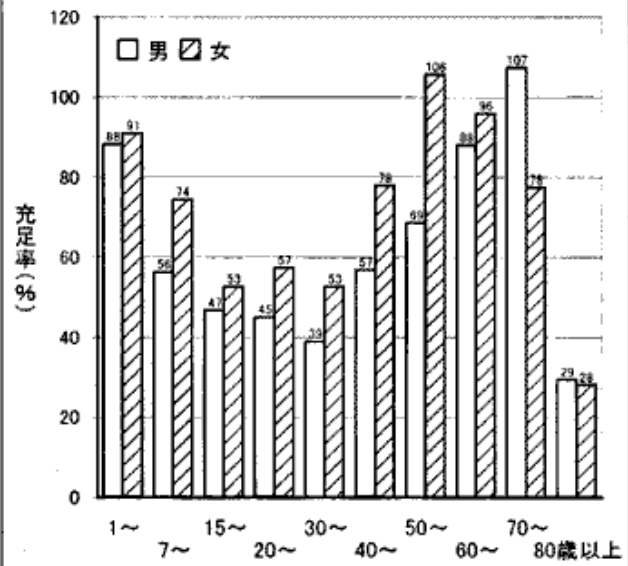


図50-10 緑黄色野菜類の摂取量

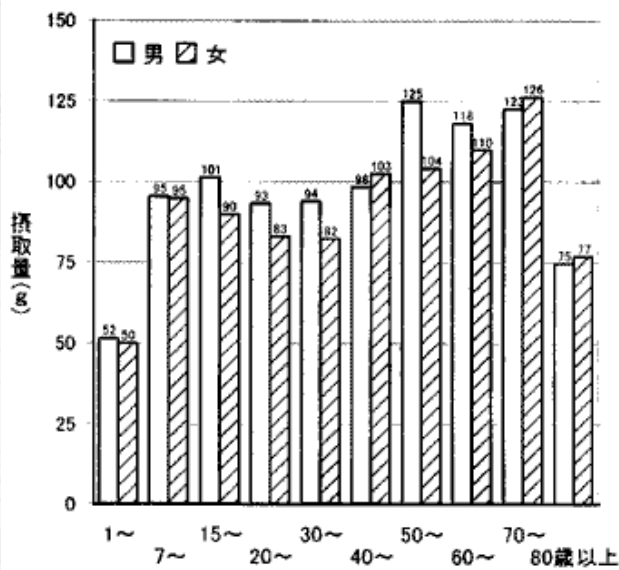
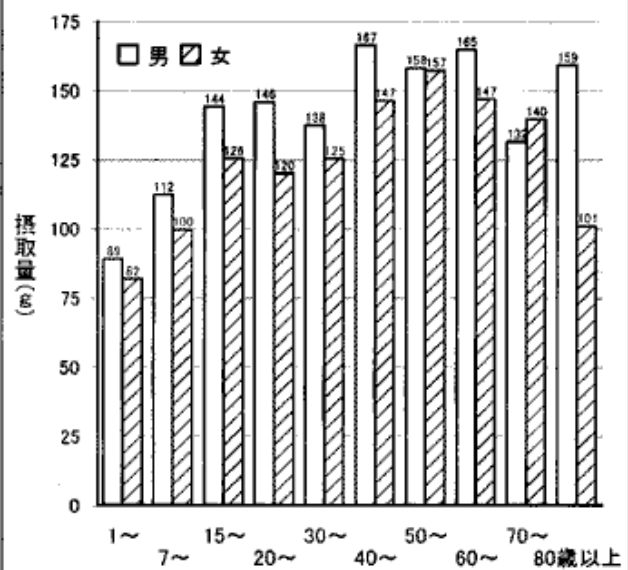
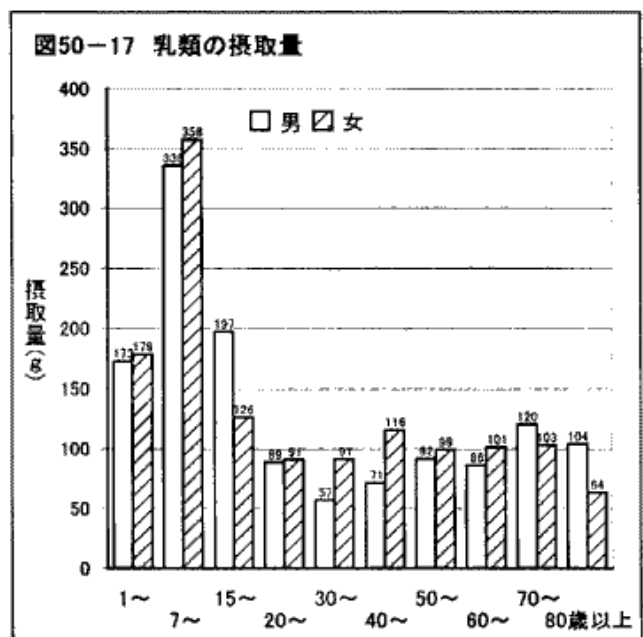
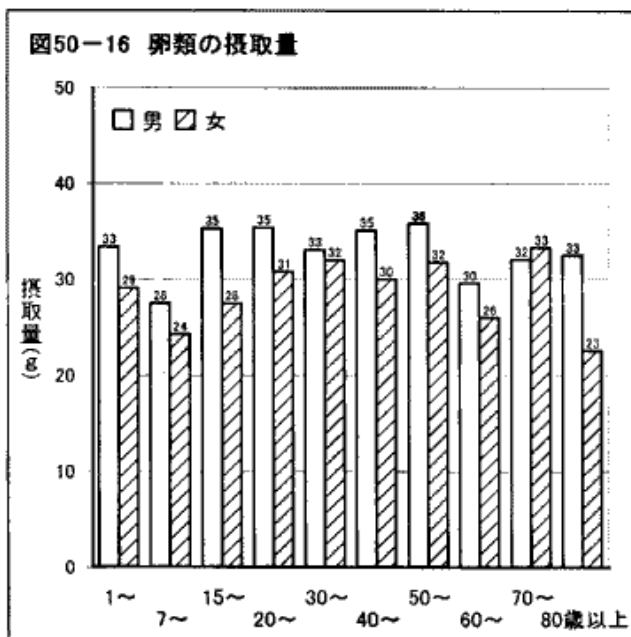
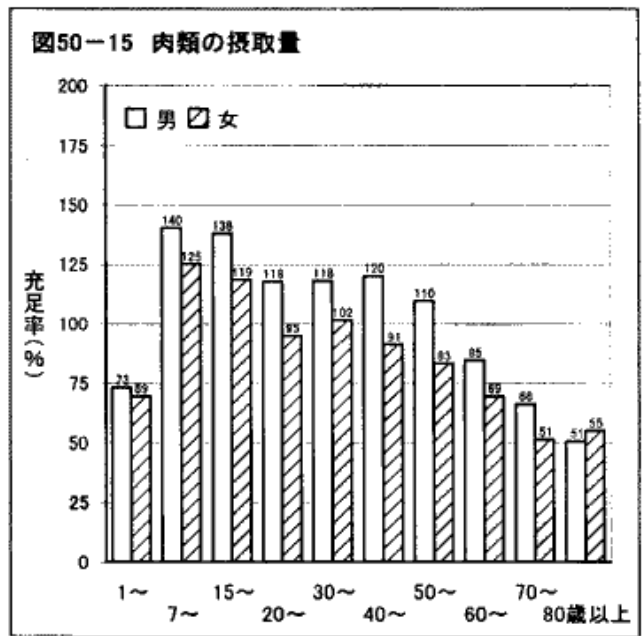
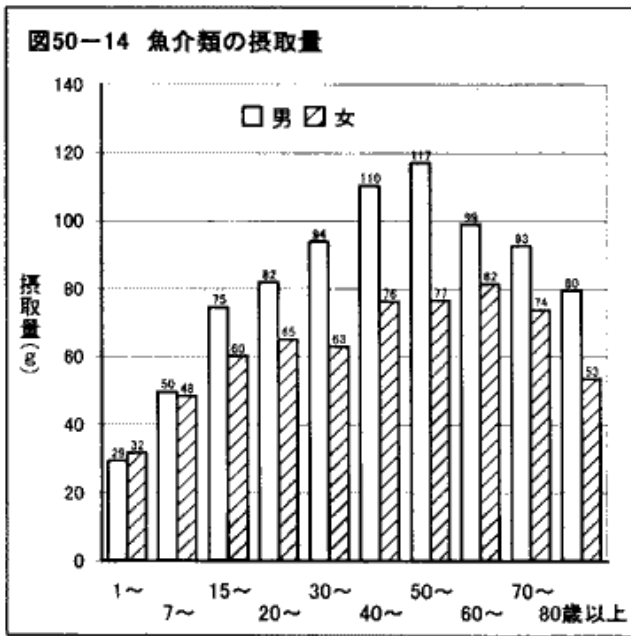
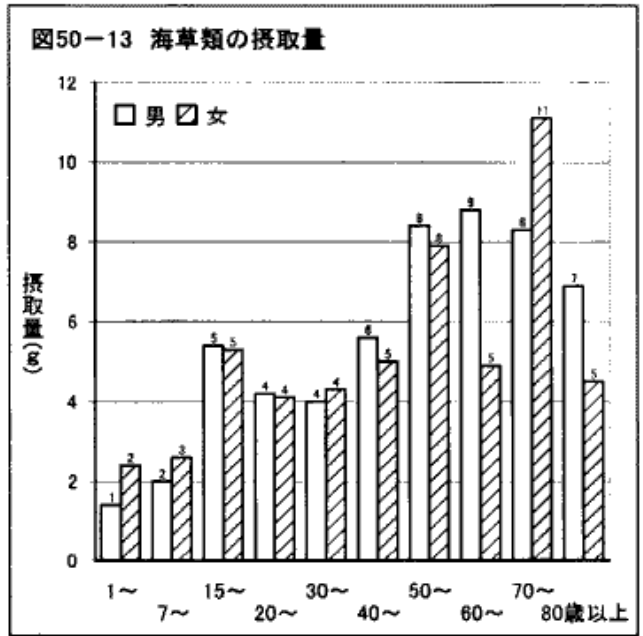
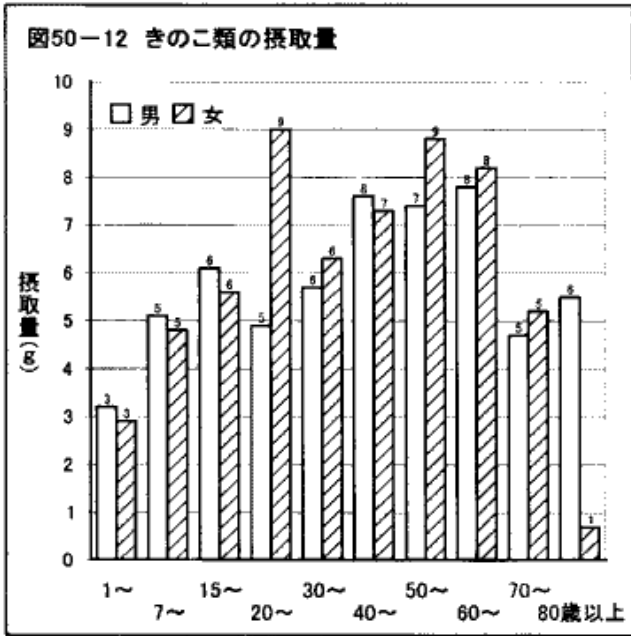


図50-11 その他野菜類の摂取量





7. 摂取食品数

1人1日当たりの摂取食品数は平均2.3食品を記録し、給食喫食年齢である7～14歳、1～6歳で多く、15歳代以降は漸次減少傾向を示している。

男女とも摂取食品数の増加にともない、たんぱく質、脂質の摂取量の増加が認められるが、とくに動物性のたんぱく質や脂質の増加が著しい。

(1) 性別

摂取食品数はいずれの年齢階級も男性は女性を上回っていた。

(2) 年齢階級別

年齢階級別の摂取食品数は7～14歳が最も多く、次いで1～6歳代となり、15歳代以降減少しているものの、40～49、50～59歳代で再び増加し、60歳代以降減少に転じた。

図51 摂取食品数の分布(男女合計)

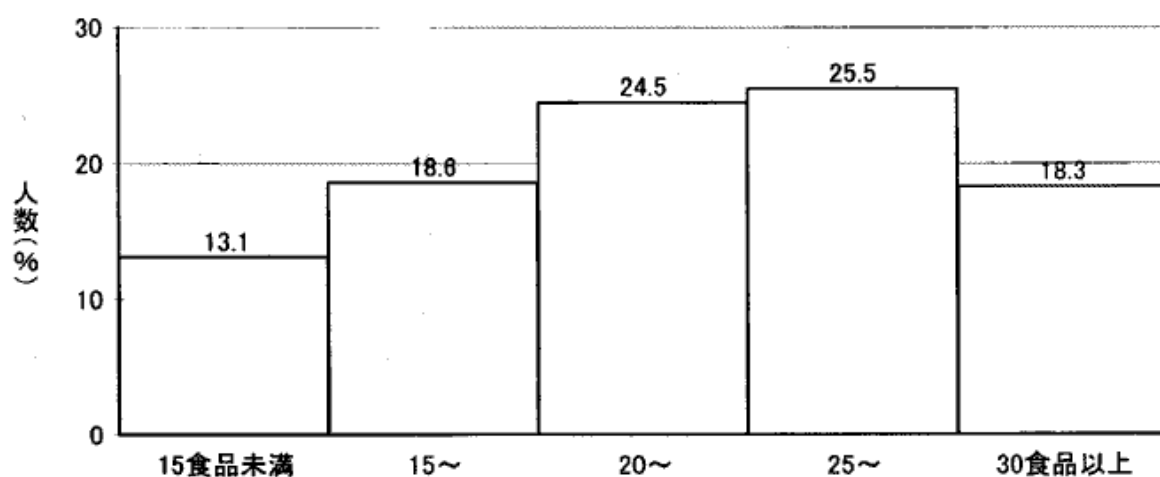


図52 摂取食品数の分布(性別)

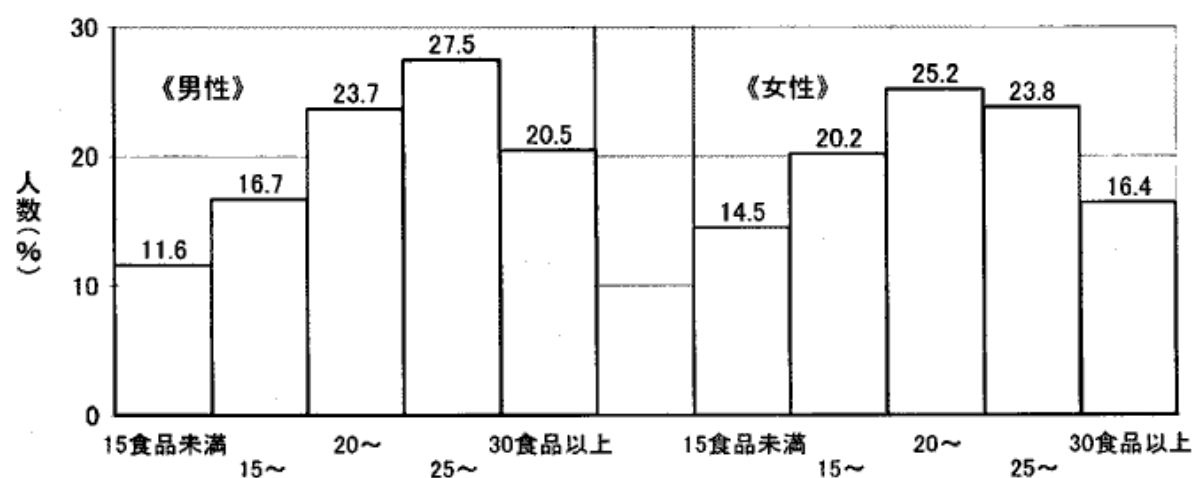


図53 年齢階級別摂取食品数の平均値(男女合計)

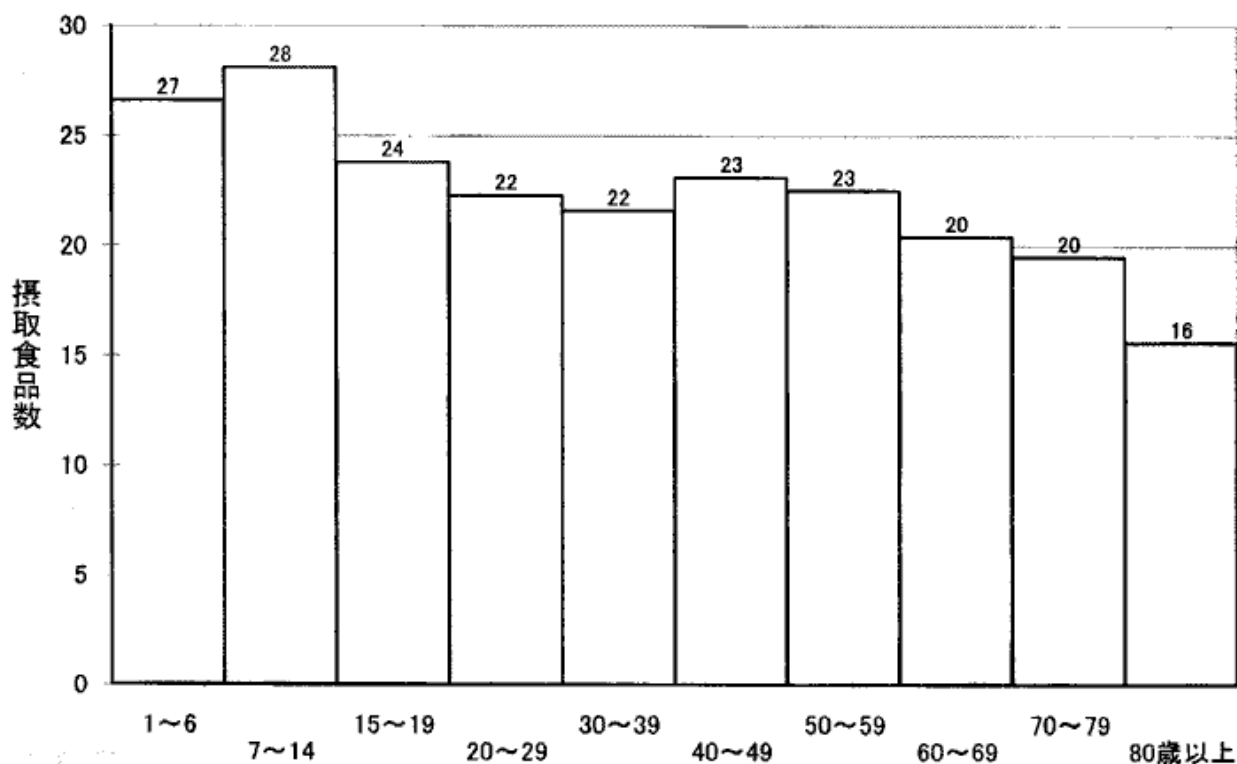
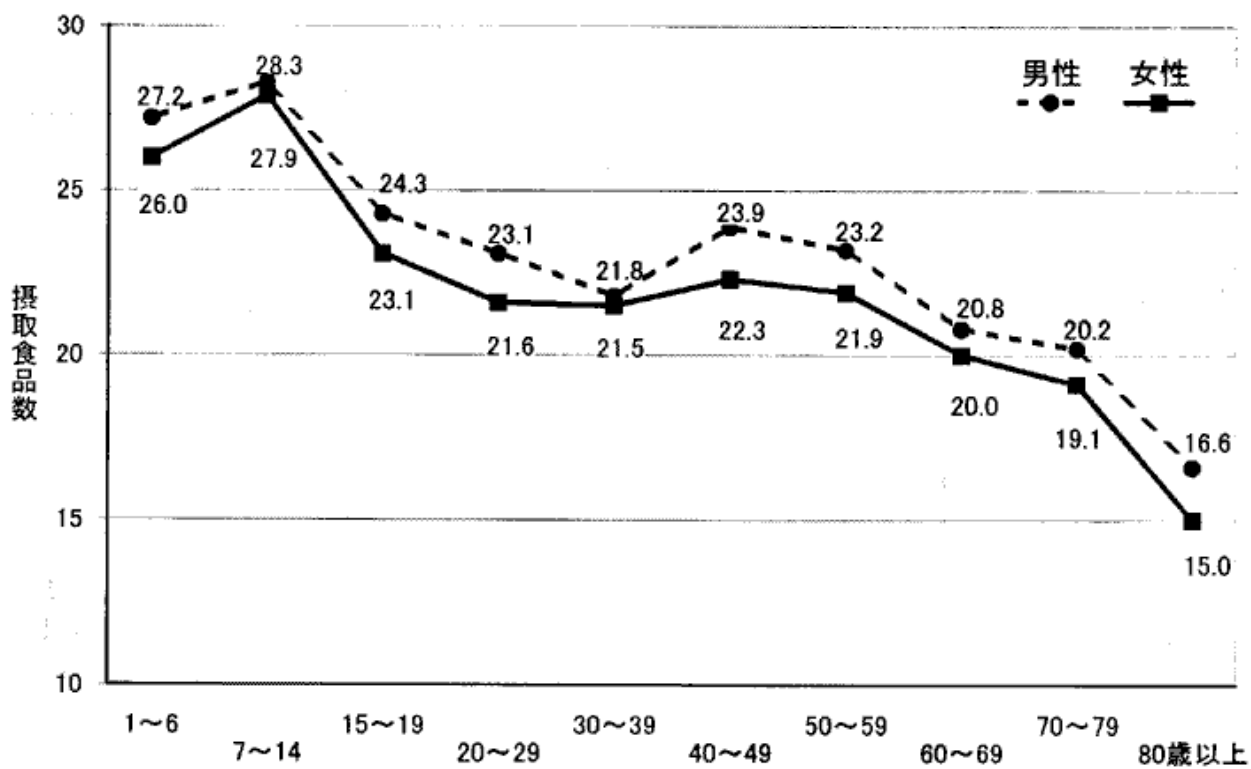


図54 年齢階級別摂取食品数の平均値(性別)



(3) 性別・摂取食品数別の栄養素等摂取量

摂取食品数別の栄養素等摂取量平均値を表10-1に示し、男性を表10-2、女性を表10-3に示した。

表10-1 性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値(男女合計)

摂取食品数 人数	15食品未満 15～19食品 20～24食品 25～29食品 30食品以上					総計
	236人	335人	441人	460人	330人	1,802人
エネルギー kcal	1,261	1,644	1,802	1,981	2,122	1,806
たんぱく質 g	49.9	66.2	73.6	79.1	84.8	72.6
(うち動物性) g	23.8	35.2	41.9	45.8	50.1	40.8
脂質 g	37.0	54.9	62.5	69.9	77.0	62.3
(うち動物性) g	15.6	23.2	27.1	33.6	36.1	28.2
糖質 g	169.3	205.0	220.0	243.6	256.2	223.2
カルシウム mg	316	413	462	535	602	478
リン mg	706	934	1,034	1,152	1,250	1,042
鉄 mg	6.6	9.2	9.7	10.3	11.1	9.6
ナトリウム mg	2,645	3,529	3,644	4,018	4,069	3,665
(食塩換算値) g	6.7	9.0	9.3	10.2	10.3	9.3
カリウム mg	1,619	2,238	2,405	2,703	2,995	2,455
レチノール μg	105	335	349	316	351	306
カロチン μg	1,880	3,492	3,212	3,586	3,912	3,313
ビタミンA効力 IU	1,410	3,074	2,969	3,058	3,388	2,884
ビタミンB ₁ mg	0.70	1.05	1.09	1.21	1.30	1.10
ビタミンB ₂ mg	0.79	1.15	1.28	1.42	1.58	1.28
ナイアシン mg	11.0	15.6	17.6	18.5	19.7	17.0
ビタミンC mg	77	111	110	121	126	111

表10-2 性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値(男性)

摂取食品数 人数	15食品未満 15~19食品 20~24食品 25~29食品 30食品以上					総計 848人
	98人	142人	201人	233人	174人	
エネルギー kcal	1,398	1,747	1,930	2,131	2,248	1,959
たんぱく質 g	56.0	69.0	79.0	84.9	89.8	78.5
(うち動物性) g	28.4	36.6	46.2	49.6	53.5	45.0
脂質 g	40.2	56.3	65.7	74.5	80.2	66.6
(うち動物性) g	17.6	25.0	28.9	35.6	37.7	30.6
糖質 g	181.9	216.7	230.9	258.6	267.3	237.9
カルシウム mg	322	411	460	540	612	489
リン mg	767	967	1,099	1,224	1,311	1,116
鉄 mg	7.0	9.5	10.1	10.9	11.6	10.2
ナトリウム mg	2,764	3,625	3,856	4,326	4,363	3,924
(食塩換算値) g	7.0	9.2	9.8	11.0	11.1	10.0
カリウム mg	1,696	2,305	2,492	2,795	3,097	2,576
レチノール μ g	106	400	304	306	407	319
カロチン μ g	2,051	3,793	3,293	3,588	3,928	3,445
ビタミンA効力 IU	1,508	3,455	2,866	3,051	3,583	3,006
ビタミンB ₁ mg	0.79	1.09	1.17	1.28	1.37	1.18
ビタミンB ₂ mg	0.82	1.18	1.33	1.49	1.67	1.36
ナイアシン mg	12.6	16.2	19.7	20.2	21.5	18.8
ビタミンC mg	75	109	112	125	129	114

表10-3 性・摂取食品数別栄養素等摂取量の平均値(女性)

摂取食品数 人数	15食品未満 15~19食品 20~24食品 25~29食品 30食品以上					総計 954人
	138人	193人	240人	227人	156人	
エネルギー kcal	1,164	1,567	1,694	1,826	1,980	1,670
たんぱく質 g	45.5	64.2	69.1	73.2	79.2	67.3
(うち動物性) g	20.6	34.1	38.3	41.8	46.2	37.0
脂質 g	34.8	53.9	59.7	65.2	73.4	58.5
(うち動物性) g	14.2	21.9	25.7	31.6	34.3	26.1
糖質 g	160.4	196.4	210.9	228.2	243.7	210.1
カルシウム mg	311	414	464	529	591	468
リン mg	663	910	980	1,079	1,183	977
鉄 mg	6.2	8.9	9.4	9.7	10.6	9.1
ナトリウム mg	2,560	3,458	3,467	3,701	3,741	3,434
(食塩換算値) g	6.5	8.8	8.8	9.4	9.5	8.7
カリウム mg	1,564	2,189	2,331	2,608	2,880	2,347
レチノール μ g	105	287	386	326	288	295
カロチン μ g	1,758	3,272	3,144	3,584	3,893	3,196
ビタミンA効力 IU	1,341	2,793	3,056	3,065	3,170	2,775
ビタミンB ₁ mg	0.64	1.02	1.03	1.14	1.23	1.03
ビタミンB ₂ mg	0.78	1.14	1.23	1.34	1.48	1.21
ナイアシン mg	9.9	15.1	15.9	16.8	17.7	15.4
ビタミンC mg	78	113	108	117	123	109

(4) 性別・摂取食品数別の栄養素等充足率

男女のカルシウムおよび女性の鉄は摂取食品数が30食品以上であっても
栄養素等所要量に達しない

栄養素等摂取量を調査対象の平均栄養所要量に対する充足率として算出し表11-1に示し、男性を表11-2、女性を表11-3に示した。

摂取食品数が30食品以上でも充足率が100に達していない栄養素は男女のカルシウム、女性の鉄であった。

表11-1 性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値(男女合計) (単位:%)

摂取食品数 人数	15食品未満 236人	15～19食品 335人	20～24食品 441人	25～29食品 460人	30食品以上 330人	総計 1,802人
エネルギー	66.7	85.8	88.8	95.4	105.0	90.0
たんぱく質	76.5	102.6	110.5	116.4	128.7	109.4
脂質	75.5	110.3	116.7	123.5	138.3	115.8
カルシウム	52.7	68.8	76.0	86.3	98.3	78.3
鉄	62.5	86.8	90.7	97.1	107.2	90.9
ナトリウム	67.2	89.6	92.6	102.1	103.3	93.1
ビタミンA効力	76.0	165.9	163.3	177.1	202.9	163.1
ビタミンB ₁	90.3	134.1	133.4	145.4	158.0	135.5
ビタミンB ₂	74.3	106.9	113.3	124.2	141.8	115.0
ナイアシン	83.9	119.6	127.8	133.3	144.7	125.0
ビタミンC	154.1	223.0	222.5	247.7	262.6	227.4

表11-2 性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値(男性)

(単位:%)

摂取食品数 人数	15食品未満 98人	15~19食品 142人	20~24食品 201人	25~29食品 233人	30食品以上 174人	総計 848人
エネルギー	63.2	80.1	84.1	92.3	102.2	87.0
たんぱく質	76.6	97.2	107.4	114.7	127.2	108.2
脂質	68.9	97.3	106.5	117.8	132.3	109.0
カルシウム	53.5	68.9	75.7	86.2	99.2	79.7
鉄	70.1	95.3	99.9	106.2	115.0	100.5
ナトリウム	70.2	92.1	97.9	109.9	110.8	99.7
ビタミンA効力	77.1	177.2	149.7	170.4	205.6	163.1
ビタミンB ₁	87.6	122.1	125.2	138.6	152.1	129.5
ビタミンB ₂	67.1	97.5	105.1	117.5	138.0	109.6
ナイアシン	82.8	109.0	125.3	130.4	144.2	123.0
ビタミンC	151.7	219.8	227.7	254.4	268.1	233.2

表11-3 性・摂取食品数別栄養素等充足率の平均値(女性)

(単位:%)

摂取食品数 人数	15食品未満 138人	15~19食品 193人	20~24食品 240人	25~29食品 227人	30食品以上 156人	総計 954人
エネルギー	69.1	90.0	92.7	98.7	108.1	92.7
たんぱく質	76.4	106.5	113.1	118.1	130.4	110.5
脂質	80.2	119.9	125.2	129.3	144.9	121.8
カルシウム	52.1	68.7	76.3	86.4	97.2	77.1
鉄	57.1	80.4	82.9	87.7	98.4	82.4
ナトリウム	65.0	87.8	88.1	94.0	95.0	87.2
ビタミンA効力	75.1	157.5	174.6	184.0	199.8	163.1
ビタミンB ₁	92.2	143.0	140.3	152.4	164.5	140.7
ビタミンB ₂	79.5	113.9	120.3	131.0	146.0	119.9
ナイアシン	84.6	127.4	129.9	136.3	145.1	126.9
ビタミンC	155.9	225.5	218.2	240.8	256.5	222.3

(5) 性別・摂取食品数別の栄養素等摂取量

摂取食品数別の栄養素等摂取量平均値を表10-1に示し、男性を表10-2、女性を表10-3に示した。

表12-1 性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値(男女合計) (単位:g)

摂取食品数 人数	15食品未満 236人	15～19食品 335人	20～24食品 441人	25～29食品 460人	30食品以上 330人	総計 1,802人
植物性食品	1085.0	1268.6	1262.6	1227.6	1281.4	1234.9
動物性食品	189.3	273.7	335.8	408.3	470.7	348.3
米類	121.2	147.9	152.1	165.8	159.4	152.1
パン類	31.3	23.9	37.1	39.8	43.4	35.7
めん類	50.2	36.9	34.6	26.5	22.3	32.8
その他穀類	3.1	5.0	8.8	10.0	13.7	8.6
種実類	0.1	0.4	0.9	0.7	1.4	0.7
いも類	20.1	38.6	42.2	56.5	58.4	45.3
砂糖類	2.9	4.7	6.1	9.3	9.9	6.9
菓子類	10.4	17.7	14.5	20.8	21.2	17.4
油脂類	9.6	15.1	19.2	21.7	26.9	19.2
豆類	65.8	80.6	76.7	70.6	74.9	74.1
果実類	34.0	65.8	69.9	70.7	93.9	69.0
緑黄色野菜類	60.2	98.5	90.8	105.5	120.1	97.3
その他野菜類	90.5	123.1	137.0	152.2	154.6	135.4
きのこ類	2.4	5.3	6.2	6.8	10.0	6.4
海藻類	3.0	4.2	6.1	5.9	5.6	5.2
調味・嗜好飲料類	577.4	595.8	558.7	464.6	466.0	527.0
魚介類	43.4	66.5	86.6	79.1	85.5	75.1
肉類	57.3	91.0	99.4	116.7	119.0	100.3
卵類	20.5	29.7	31.2	31.1	39.0	30.9
乳類	66.8	84.6	115.9	176.1	220.1	138.1
その他の食品類	4.1	7.1	4.7	5.4	7.1	5.7

表12-2 性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値(男性)

(単位:g)

摂取食品数 人数	15食品未満 98人	15~19食品 142人	20~24食品 201人	25~29食品 233人	30食品以上 174人	総計 848人
植物性食品	1097.2	1318.3	1336.7	1309.4	1356.7	1302.5
動物性食品	208.4	277.0	350.5	419.3	485.7	368.4
米類	130.5	168.1	168.2	186.1	172.6	169.6
パン類	31.2	21.5	34.4	39.5	45.7	35.6
めん類	62.8	43.9	32.2	32.5	30.5	37.4
その他穀類	2.7	4.0	10.0	10.7	13.0	9.0
種実類	0.1	0.4	1.0	0.6	1.5	0.8
いも類	18.9	40.3	44.7	60.0	59.5	48.2
砂糖類	2.5	3.7	6.2	8.8	8.7	6.6
菓子類	8.4	10.9	9.6	14.1	17.7	12.6
油脂類	9.7	14.8	20.2	23.1	26.8	20.2
豆類	69.1	81.0	78.9	69.9	75.5	75.0
果実類	28.7	63.7	64.3	59.3	80.0	61.9
緑黄色野菜類	62.1	99.7	91.8	109.0	122.6	100.7
その他野菜類	99.9	127.9	135.6	161.9	163.3	143.1
きのこ類	2.4	4.0	5.7	6.9	9.3	6.1
海藻類	2.6	4.6	6.2	6.4	5.3	5.4
調味・嗜好飲料類	561.2	624.4	625.9	520.1	525.1	568.4
魚介類	55.8	64.7	98.8	90.7	98.9	85.9
肉類	66.3	103.0	110.1	125.7	124.8	111.2
卵類	20.4	30.1	33.2	34.7	40.0	33.0
乳類	65.2	77.7	105.8	163.5	214.5	134.6
その他の食品類	5.2	6.8	4.7	5.1	7.2	5.7

表12-3 性・摂取食品数別食品群別摂取量の平均値(女性)

(単位:g)

摂取食品数 人数	15食品未満 138人	15~19食品 193人	20~24食品 240人	25~29食品 227人	30食品以上 156人	総計 954人
植物性食品	1076.2	1232.0	1200.4	1143.5	1197.4	1174.8
動物性食品	175.8	271.3	323.5	397.1	454.0	330.4
米類	114.5	133.1	138.5	145.0	144.6	136.5
パン類	31.3	25.6	39.3	40.1	40.7	35.8
めん類	41.2	31.7	36.7	20.4	13.2	28.6
その他穀類	3.4	5.8	7.8	9.2	14.6	8.2
種実類	0.1	0.4	0.8	0.7	1.3	0.7
いも類	20.9	37.4	40.1	53.0	57.1	42.6
砂糖類	3.2	5.4	5.9	9.8	11.2	7.2
菓子類	11.9	22.6	18.5	27.7	25.1	21.6
油脂類	9.6	15.3	18.3	20.3	26.9	18.3
豆類	63.4	80.3	74.8	71.4	74.3	73.4
果実類	37.8	67.3	74.6	82.5	109.5	75.4
緑黄色野菜類	58.9	97.6	89.9	101.8	117.3	94.3
その他野菜類	83.8	119.6	138.2	142.3	144.9	128.6
きのこ類	2.5	6.2	6.5	6.8	10.7	6.6
海藻類	3.3	3.9	6.1	5.4	5.9	5.0
調味・嗜好飲料類	588.9	574.7	502.4	407.7	400.1	490.3
魚介類	34.6	67.8	76.4	67.2	70.5	65.5
肉類	51.0	82.1	90.3	107.5	112.5	90.7
卵類	20.6	29.5	29.6	27.4	37.8	29.1
乳類	68.0	89.6	124.3	188.9	226.3	141.2
その他の食品類	3.3	7.3	4.7	5.6	7.0	5.6

8. 食事状況（外食・欠食）

(1) 朝昼夕食別の食事構成

朝昼夕食別の食事の構成を表13-1に示し、男性を表13-2、女性を表13-3に示した。

表13-1 性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比(男女合計)

(単位:%)

年齢階級 人数	1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	総計	
朝食	家庭食	98.3	95.9	83.1	74.1	87.0	88.9	93.1	95.6	97.0	88.1	89.8
	外食	0.0	1.2	1.4	1.9	2.8	1.9	3.0	2.2	0.0	0.0	1.8
	欠食	1.7	2.8	15.5	24.1	10.2	9.2	3.9	2.2	3.0	11.9	8.4
昼食	家庭食	47.5	3.3	35.9	44.4	46.5	53.1	62.7	80.6	91.1	90.5	50.4
	外食	51.7	96.3	59.9	50.9	47.9	43.9	36.1	18.1	6.9	4.8	46.9
	欠食	0.8	0.4	4.2	4.6	5.6	3.1	1.3	1.3	2.0	4.8	2.7
夕食	家庭食	88.1	95.9	86.6	81.5	89.3	90.1	88.8	96.9	96.0	100.0	90.6
	外食	10.2	3.7	9.9	17.1	8.4	9.2	10.7	2.2	2.0	0.0	8.1
	欠食	1.7	0.4	3.5	1.4	2.3	0.8	0.4	0.9	2.0	0.0	1.3

表13-2 性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比(男性)

(単位:%)

年齢階級 人数	1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	総計	
朝食	家庭食	98.2	96.6	82.7	70.1	78.7	86.9	91.2	93.4	97.6	87.5	87.5
	外食	0.0	2.6	2.5	2.8	3.4	2.5	3.5	2.8	0.0	0.0	2.5
	欠食	1.8	0.9	14.8	27.1	18.0	10.7	5.3	3.8	2.4	12.5	10.0
昼食	家庭食	43.9	2.6	37.0	29.9	37.1	36.9	50.4	75.5	92.7	93.8	42.2
	外食	54.4	97.4	58.0	67.3	56.2	59.8	47.8	23.6	4.9	6.3	55.2
	欠食	1.8	0.0	4.9	2.8	6.7	3.3	1.8	0.9	2.4	0.0	2.6
夕食	家庭食	91.2	95.7	87.7	81.3	87.6	86.1	85.8	95.3	97.6	100.0	89.4
	外食	7.0	4.3	9.9	17.8	10.1	12.3	13.3	4.7	0.0	0.0	9.4
	欠食	1.8	0.0	2.5	0.9	2.2	1.6	0.9	0.0	2.4	0.0	1.2

表13-3 性・年齢・朝昼夕別にみた1日の食事構成比(女性)

(単位:%)

年齢階級 人数	1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上	総計	
朝食	家庭食	98.4	95.4	83.6	78.0	92.9	90.7	95.0	97.5	96.7	88.5	91.9
	外食	0.0	0.0	0.0	0.9	2.4	1.4	2.5	1.7	0.0	0.0	1.2
	欠食	1.6	4.6	16.4	21.1	4.8	7.9	2.5	0.8	3.3	11.5	6.9
昼食	家庭食	50.8	3.8	34.4	58.7	53.2	67.1	74.2	85.1	90.0	88.5	57.8
	外食	49.2	95.4	62.3	34.9	42.1	30.0	25.0	13.2	8.3	3.8	39.5
	欠食	0.0	0.8	3.3	6.4	4.8	2.9	0.8	1.7	1.7	7.7	2.7
夕食	家庭食	85.2	96.2	85.2	81.7	90.5	93.6	91.7	98.3	95.0	100.0	91.7
	外食	13.1	3.1	9.8	16.5	7.1	6.4	8.3	0.0	3.3	0.0	6.9
	欠食	1.6	0.8	4.9	1.8	2.4	0.0	0.0	1.7	1.7	0.0	1.4

(2) 外食状況

外食率は昼食が最も高く、20歳代男性で3人に2人、
20歳代女性では3人に1人の割合

朝昼夕食別の外食状況を図55に示した。

外食率は、朝食・昼食・夕食とも男性の方が女性より高くなっていた。

性・年齢階級別に朝食の外食率を図56-1に示し、昼食・夕食の外食率をそれぞれ図56-2、
図56-3に示した。

外食率の最も高い昼食をみると、7～14歳96.3%（給食）をピークに給食喫食年齢を除いた
年代では、男性は20～29歳代、女性は30～39歳代の外食率が高く、以降漸次減少していた。

図55 朝昼夕食別にみた外食率(男女合計)

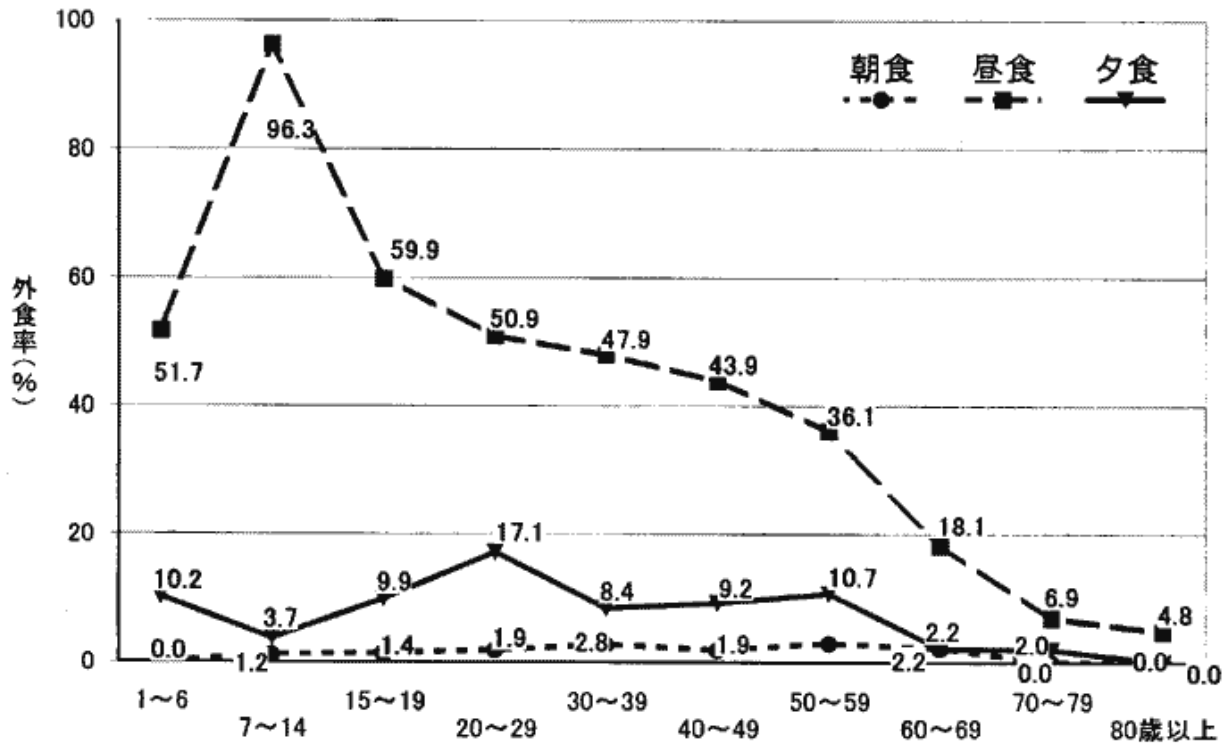


図56-1 性・年齢階級別にみた朝食の外出率

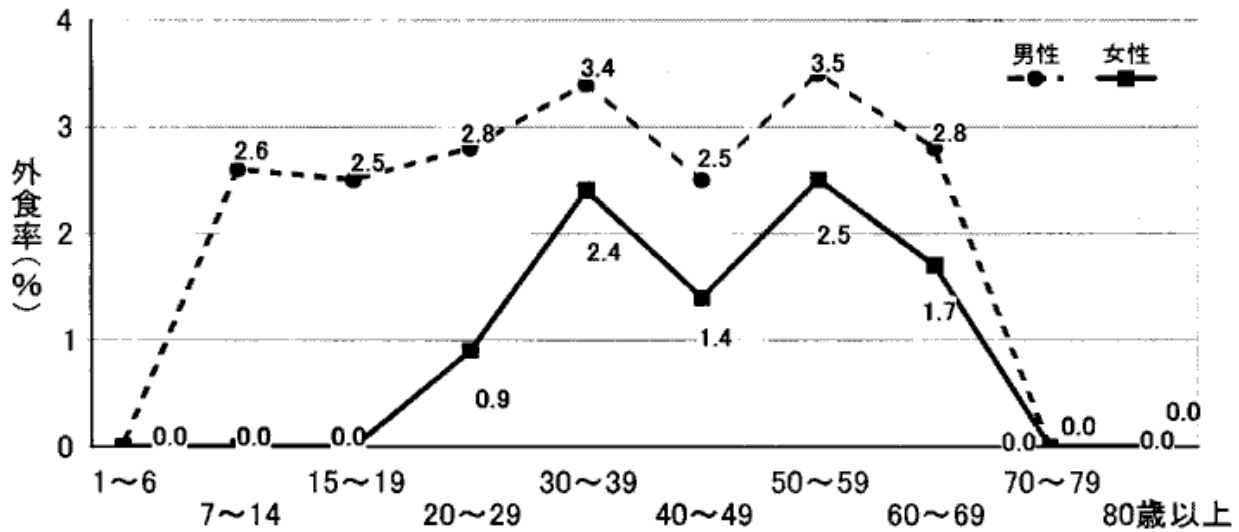


図56-2 性・年齢階級別にみた昼食の外出率

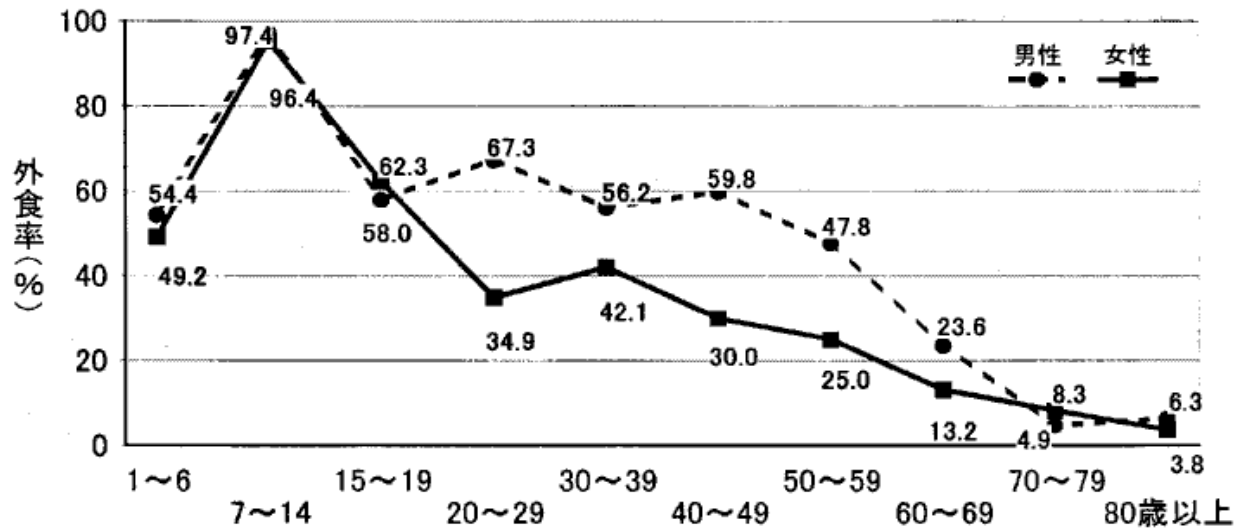
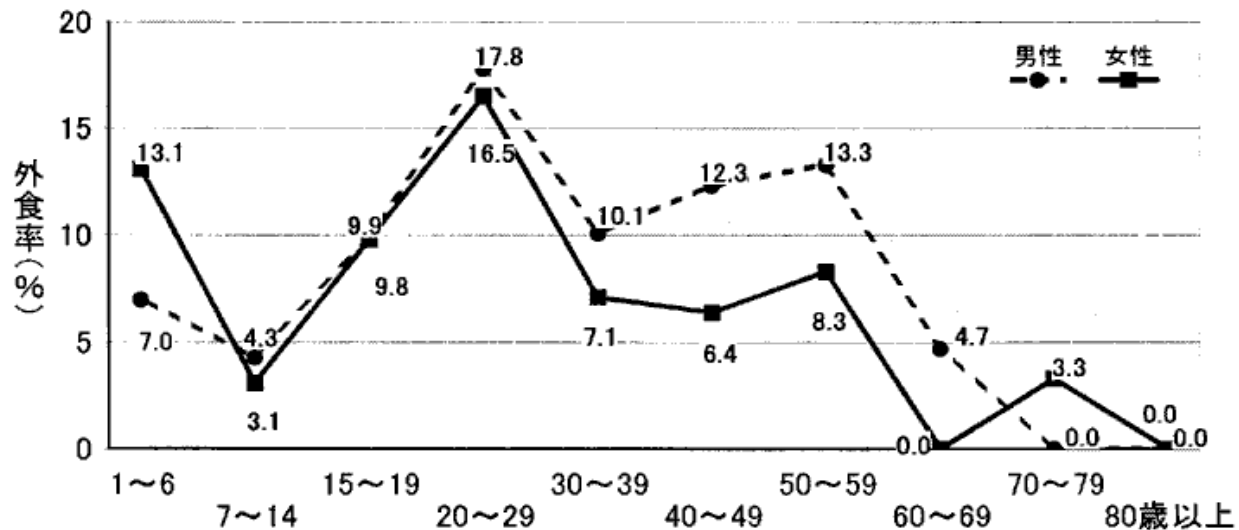


図56-3 性・年齢階級別にみた夕食の外出率



(3) 欠食状況

欠食率は朝食が最も高く、20～29歳代の男性は4人に1人、
女性は5人に1人

朝昼夕食別の欠食状況を図57に示した。

朝食の欠食率は20～69歳で男性の方が女性よりも高い値を示していた。

性・年齢階級別に朝食の欠食率を図58-1に示し、昼食・夕食の欠食率をそれぞれ図58-2、
図58-3に示した。

欠食率の最も高い朝食は男・女とも20～29歳代で、30歳代以降は減少し、80歳以上で増加する傾向がみられた。

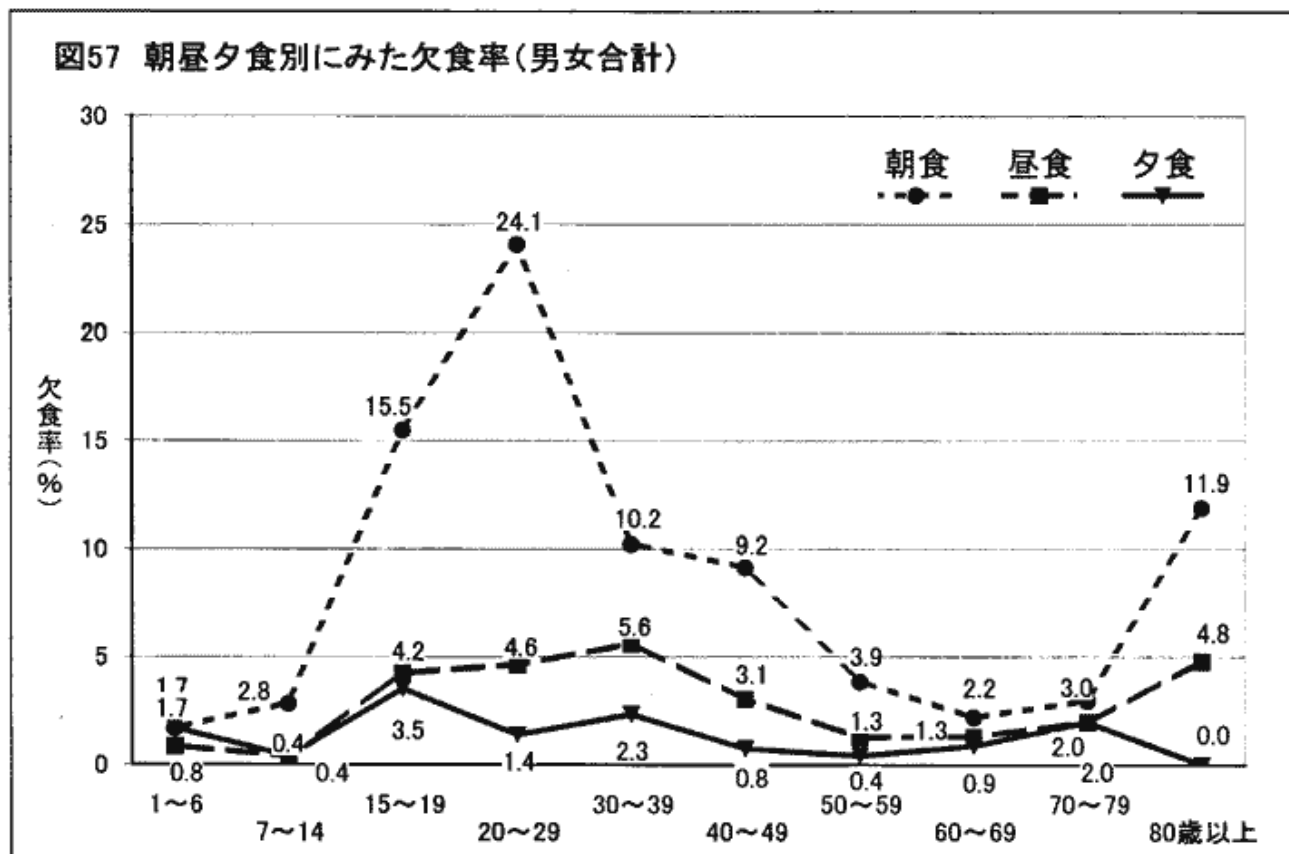


図58-1 性・年齢階級別にみた朝食の欠食率

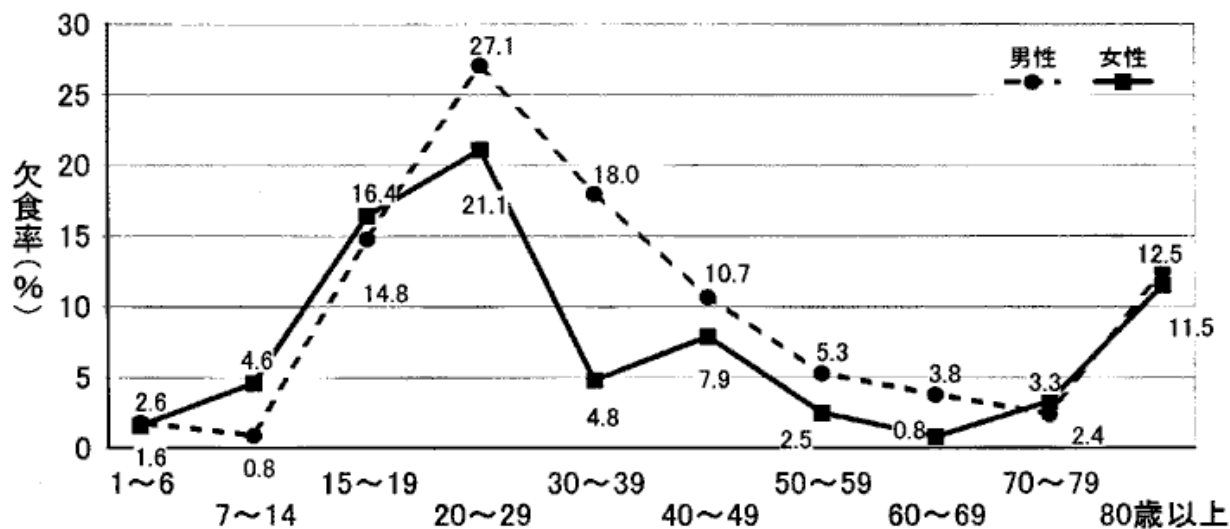


図58-2 性・年齢階級別にみた昼食の欠食率

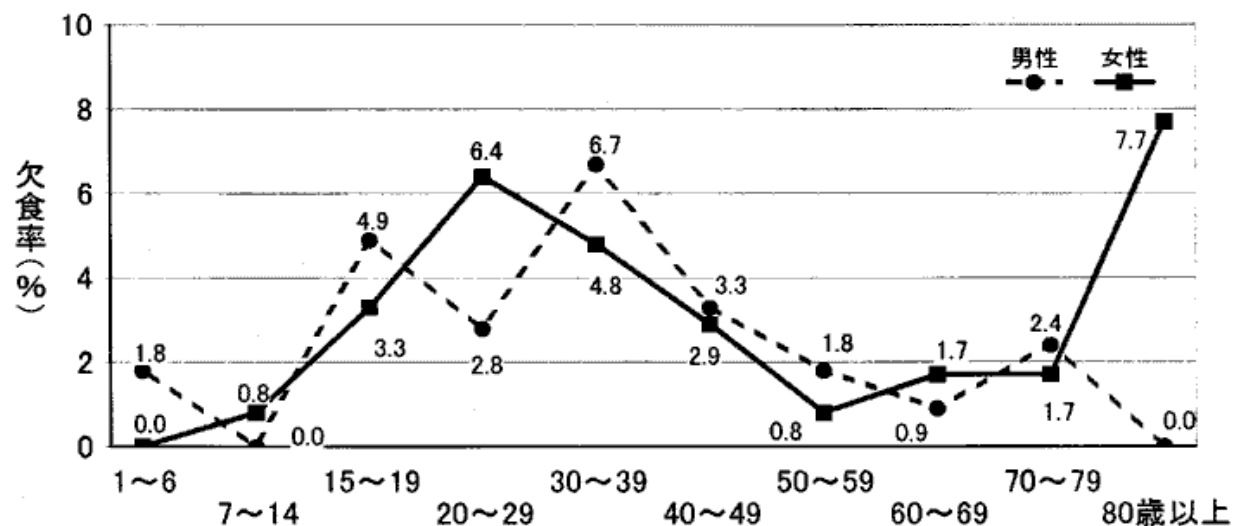
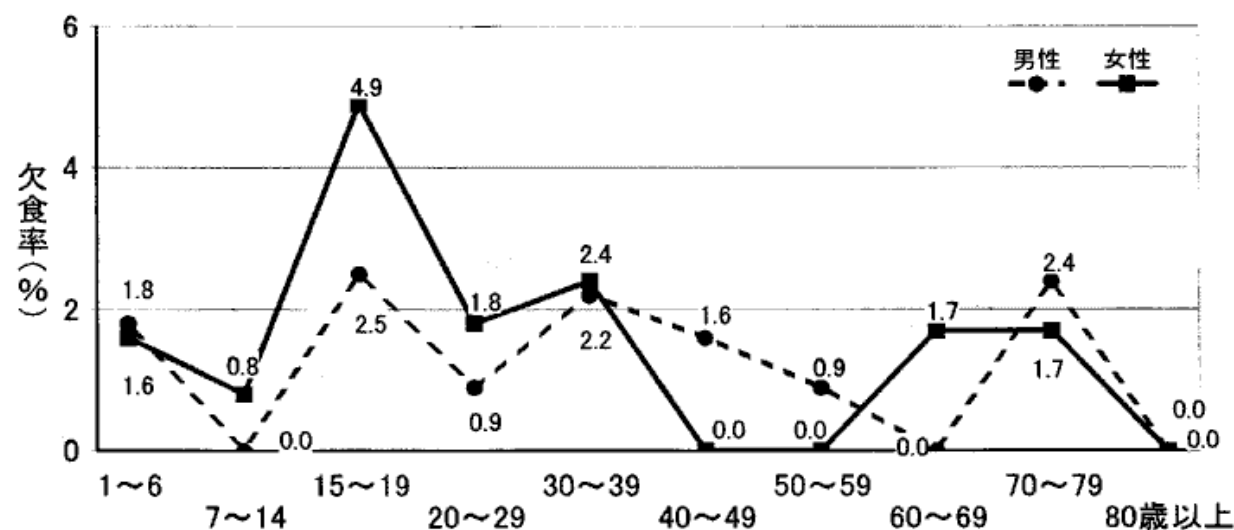


図58-3 性・年齢階級別にみた夕食の欠食率



《 目 次 》

Ⅱ 身体状況調査	71
1. 身長および体重	74
2. BMI (Body Mass Index)	76
3. 血圧	80
4. 血圧降下薬	83
5. 体脂肪率	85
6. 運動習慣	87
7. 歩行数	89
8. 喫煙	92
(1) 現在喫煙習慣のある者の喫煙本数	94
(2) 現在喫煙習慣のある者の喫煙年数	96
9. 飲酒	97
(1) 現在飲酒習慣のある者の飲酒量	99
(2) 現在飲酒習慣のある者の飲酒年数	101

II 身体状況調査（図表目次）

表1	身体状況調査の対象者人員構成（地区別・性別・年齢階級別）	73
表2	体位の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	74
表3	BMIの平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	76
表4	BMIの分布（性・年齢階級別）	78
表5	血圧の状況（性・年齢階級別）	80
表6	最低血圧・最高血圧の分布（性・年齢階級別）	81
表7	血圧降下薬（心臓病又は血圧の薬）の分布（性・年齢階級別）	83
表8	体脂肪率の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	85
表9	体脂肪率の分布（性・年齢階級別）	86
表10	運動習慣の分布（性・年齢階級別）	87
表11	歩行数の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	89
表12	喫煙習慣の分布（性・年齢階級別）	92
表13	現在喫煙者における喫煙本数の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	94
表14	現在喫煙者における喫煙本数の分布（性・年齢階級別）	95
表15	現在喫煙者における喫煙年数の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	96
表16	飲酒習慣の分布（性・年齢階級別）	97
表17	現在飲酒習慣ありの者の飲酒量の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	99
表18	現在飲酒習慣ありの者の飲酒量の分布（性・年齢階級別）	100
表19	現在飲酒習慣ありの者の飲酒年数の平均値および標準偏差（性・年齢階級別）	101
図1	身体状況調査の対象者人員構成	72
図2	性・年齢階級別にみた身長（cm）の平均値	75
図3	性・年齢階級別にみた体重（kg）の平均値	75
図4-1	年齢階級別にみたBMIの平均値年次比較（男性）	77
図4-2	年齢階級別にみたBMIの平均値年次比較（女性）	77
図5-1	年齢階級・BMI区別にみた肥満の状況（男性）	79
図5-2	年齢階級・BMI区別にみた肥満の状況（女性）	79
図6-1	年齢階級別にみた血圧の状況（男性）	82
図6-2	年齢階級別にみた血圧の状況（女性）	82
図7-1	年齢階級別にみた血圧降下薬の使用者率（%）年次比較（男性）	84
図7-2	年齢階級別にみた血圧降下薬の使用者率（%）年次比較（女性）	84
図8-1	年齢階級別にみた運動習慣ありの率（%）年次比較（男性）	88
図8-2	年齢階級別にみた運動習慣ありの率（%）年次比較（女性）	88
図9-1	年齢階級別にみた歩行数の平均値年次比較（男性）	90
図9-2	年齢階級別にみた歩行数の平均値年次比較（女性）	90
図10-1	年齢階級別にみた歩行数の状況（男性）	91
図10-2	年齢階級別にみた歩行数の状況（女性）	91
図11-1	年齢階級別にみた現在喫煙者率（%）年次比較（男性）	93
図11-2	年齢階級別にみた現在喫煙者率（%）年次比較（女性）	93
図12	性・年齢階級別にみた現在喫煙者における喫煙本数の平均値	94
図13	性・年齢階級別にみた現在喫煙者における喫煙年数の平均値	96
図14-1	年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの率（%）年次比較（男性）	98
図14-2	年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの率（%）年次比較（女性）	98
図15	性・年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの者における飲酒量の平均値	99
図16	性・年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの者における飲酒年数の平均値	101

Ⅱ 身体状況調査

Ⅱ 身体状況調査

対象者の性・年齢階級別人員構成

身体状況調査の対象者の性・年齢階級別人員構成を図1に示し、地区別、性別、年齢階級別の対象者の人数を表1に示した。

7保健所管内、20地区内の男性600人、女性764人の合計1,364人を対象とした。

図1 身体状況調査の対象者人員構成

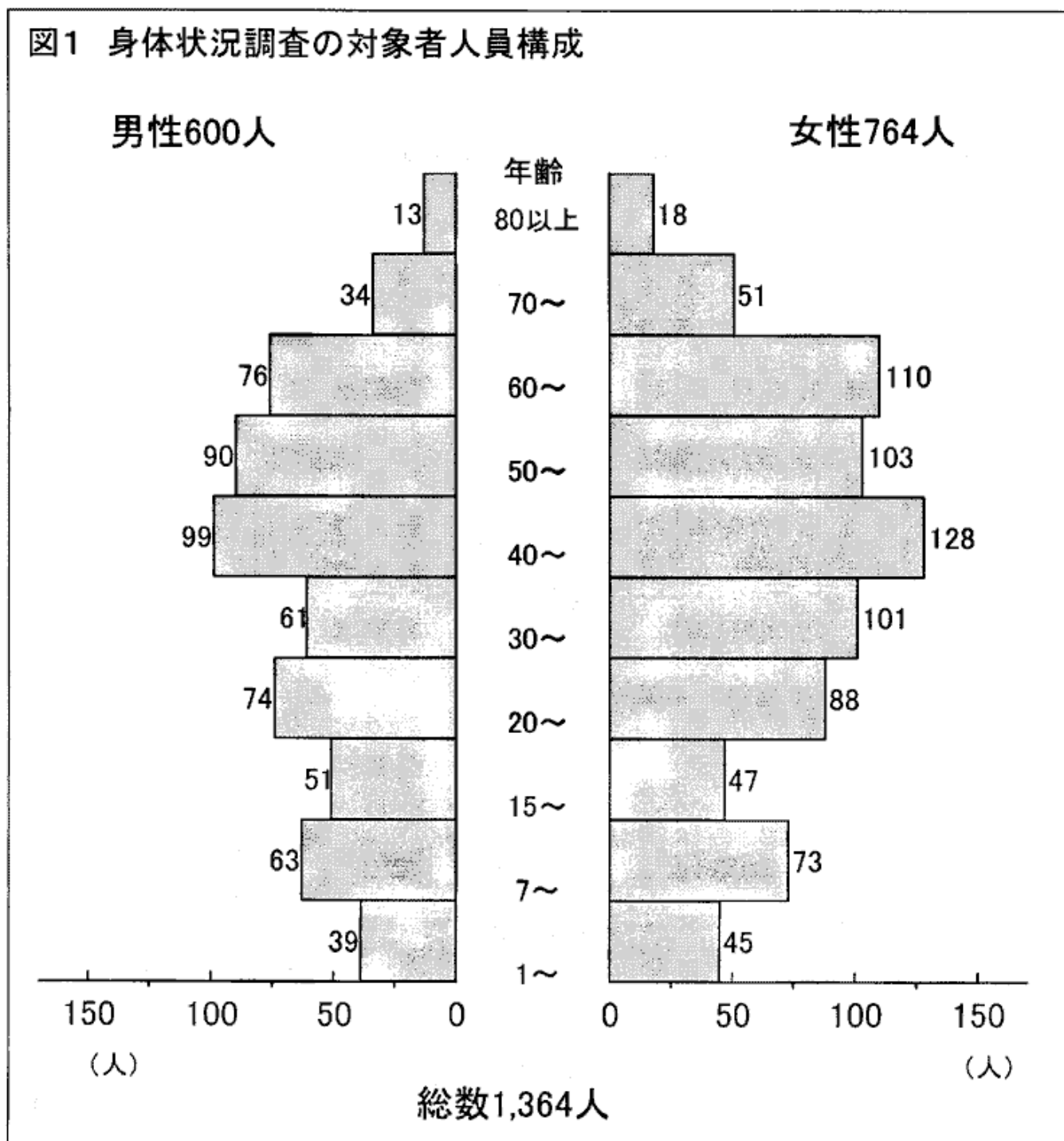


表1 身体状況調査の対象者人員構成(地区別・性別・年齢階級別)

単位:人数

地区名	1～6歳		7～14歳		15～19歳		20～29歳		30～49歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上		総計		
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
11:名護市 東江	11	15	9	14	3	7	7	11	6	19	8	12	1	1	3	2	0	1	0	0	48	82	130
12:本部町 備瀬	2	3	3	7	3	4	1	1	7	4	10	9	8	6	5	8	4	5	2	5	45	52	97
21:勝連町 平敷屋	2	3	2	7	6	2	7	4	7	9	7	10	6	9	6	10	5	6	0	0	48	60	108
22:石川市 東山区	0	1	2	1	6	3	5	5	3	5	12	12	5	7	1	1	3	3	0	0	37	38	75
31:宜野湾市 赤道	0	0	1	0	0	0	2	0	0	0	0	3	3	3	3	0	2	0	0	9	11	20	
32:北中城村 熱田	2	2	3	1	0	0	0	0	2	4	2	2	1	3	7	7	0	1	3	2	20	22	42
33:嘉手納町 水釜	2	3	3	1	1	0	1	1	1	0	0	5	1	0	1	2	0	1	0	0	10	13	23
34:読谷村 高志保	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	2	0	7	0	2	0	2	2	15	17
41:那覇市 天久	1	1	5	2	2	4	2	6	1	5	3	4	4	6	7	6	1	1	0	0	26	35	61
42:那覇市 古波蔵	0	1	0	1	1	0	1	0	2	3	3	3	2	1	3	6	1	2	0	2	13	19	32
43:那覇市 小祿	3	1	3	5	5	3	4	5	4	6	6	9	4	5	3	8	4	8	0	0	36	50	86
44:那覇市 首里鳥堀	1	2	1	0	3	1	2	5	3	3	2	4	2	3	6	9	3	2	2	1	25	30	55
45:那覇市 久米	1	0	0	4	1	0	0	4	1	4	2	5	2	3	2	3	3	2	0	0	12	25	37
46:那覇市 松川	4	0	2	4	0	1	1	2	3	3	3	8	1	1	1	2	0	2	1	0	16	23	39
51:知念村 具志堅	0	1	3	6	4	6	14	14	4	3	7	5	11	12	7	11	4	3	0	3	54	64	118
52:糸満市 前端区	1	3	3	4	2	2	3	4	3	5	2	1	5	5	1	2	2	1	1	1	23	28	51
53:浦添市 安波茶	3	3	7	1	6	5	7	9	3	5	11	13	13	15	7	7	0	1	1	1	58	60	118
54:与那原町 字与那原	2	4	4	7	3	7	12	13	6	11	12	15	14	15	6	9	0	3	1	0	60	84	144
61:平良市 西里	0	1	7	3	0	0	2	4	1	3	2	2	2	2	3	3	1	1	0	0	18	19	37
71:石垣市 大川	4	1	5	5	5	2	3	0	4	8	7	5	3	4	4	4	3	4	2	1	40	34	74
総計	39	45	63	73	51	47	74	88	61	101	99	128	90	103	76	110	34	51	13	18	600	764	1,364

1. 身長および体重

調査対象者の性・年齢階級別体位の平均値および標準偏差を表2に示した。

性・年齢階級別身長・体重の平均値および標準偏差をそれぞれ図2、図3に示した。

表2 体位の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

年 齢	男 性						女 性					
	身長(cm)			体重(kg)			身長(cm)			体重(kg)		
	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
1	5	83.1	5.7	5	11.6	1.1	8	81.7	6.5	8	11.3	2.3
2	7	87.6	2.0	7	12.5	1.0	8	88.3	5.1	8	11.9	1.0
3	4	100.1	5.3	4	16.5	3.2	9	95.3	3.5	9	14.0	0.8
4	6	105.9	5.6	7	17.1	2.3	8	101.4	3.8	8	15.7	2.2
5	8	109.4	5.8	8	19.3	2.8	7	109.1	2.5	7	18.5	2.1
6	8	115.3	4.3	8	20.3	2.4	5	114.6	3.8	5	20.6	1.8
7	14	121.1	2.1	15	25.4	3.8	9	119.1	4.2	9	22.2	2.5
8	9	125.0	3.0	9	25.9	3.7	8	128.9	5.4	8	29.8	5.7
9	5	128.9	5.4	5	28.5	7.5	13	134.1	6.4	13	33.5	7.7
10	7	134.6	7.5	7	32.3	7.8	10	137.2	6.8	10	36.1	8.4
11	8	143.6	9.6	8	41.5	9.7	8	145.2	4.6	8	40.5	12.5
12	5	152.9	6.1	5	44.0	8.3	12	151.0	5.1	12	44.0	6.6
13	6	157.3	12.3	6	51.1	16.5	5	156.2	4.5	5	48.0	9.5
14	8	167.5	4.5	8	53.6	3.3	8	153.1	3.2	8	45.8	3.5
15	5	163.5	4.7	5	52.4	8.6	5	155.0	3.7	5	47.8	7.4
16	5	166.1	5.6	5	69.4	14.4	8	156.7	2.3	8	50.8	6.3
17	5	165.5	5.6	5	55.8	5.3	6	153.8	5.5	6	50.7	3.7
18	4	173.1	1.2	4	59.3	5.7	4	156.2	4.3	3	62.3	16.4
19	2	172.3	4.3	2	84.6	21.6	3	154.1	5.0	3	48.7	6.5
20	2	171.6	4.5	2	66.9	6.9	3	157.8	3.4	3	47.0	2.3
21	5	167.9	5.1	5	66.3	8.4	3	153.8	5.0	3	46.1	6.3
22	3	170.2	3.2	3	60.3	7.3	2	158.8	4.2	2	45.2	5.9
23	3	164.9	0.9	3	66.5	9.5	3	158.5	4.0	3	57.0	8.3
24	3	164.6	5.7	3	70.1	25.1	10	155.7	6.3	10	48.5	4.5
25	2	170.2	7.6	2	56.0	7.5	5	154.7	3.3	5	45.9	1.1
26~29	13	170.0	4.3	13	74.8	13.9	22	154.2	5.0	22	52.4	9.9
30~39	33	168.0	6.4	33	67.0	11.1	69	154.3	5.0	69	53.7	8.4
40~49	47	165.8	5.5	47	69.7	11.7	94	151.9	4.8	94	56.3	8.8
50~59	46	161.5	4.5	46	66.8	8.7	73	149.8	4.9	73	56.3	9.2
60~69	55	158.6	5.7	54	63.5	9.7	90	146.3	5.7	90	53.8	8.4
70歳以上	34	158.3	5.8	34	59.6	10.5	53	145.2	5.9	54	51.9	7.9
総計	367	152.8	22.1	368	55.3	20.8	571	145.0	16.5	571	48.7	14.4
(再掲)												
60~64	23	158.8	6.7	22	64.6	11.7	44	147.5	5.7	44	54.0	9.1
65~69	32	158.6	4.8	32	62.7	7.9	46	145.2	5.5	46	53.5	7.7
70~74	13	161.4	5.5	13	64.3	8.5	22	146.4	5.8	22	54.1	7.6
75~79	8	158.2	3.9	8	59.1	10.5	17	145.2	4.7	17	50.6	7.3
80歳以上	13	155.3	5.6	13	55.3	10.3	14	143.1	6.9	15	50.2	8.2

図2 性・年齢階級別にみた身長の平均値

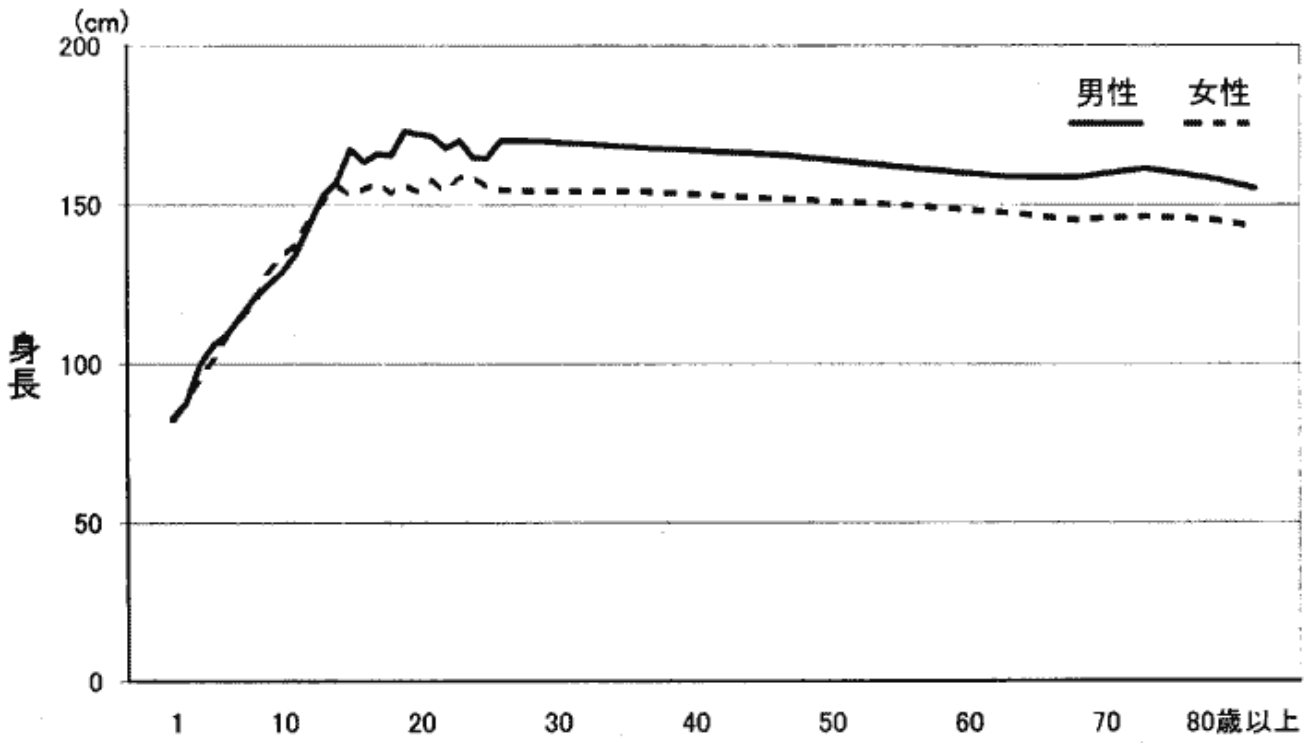
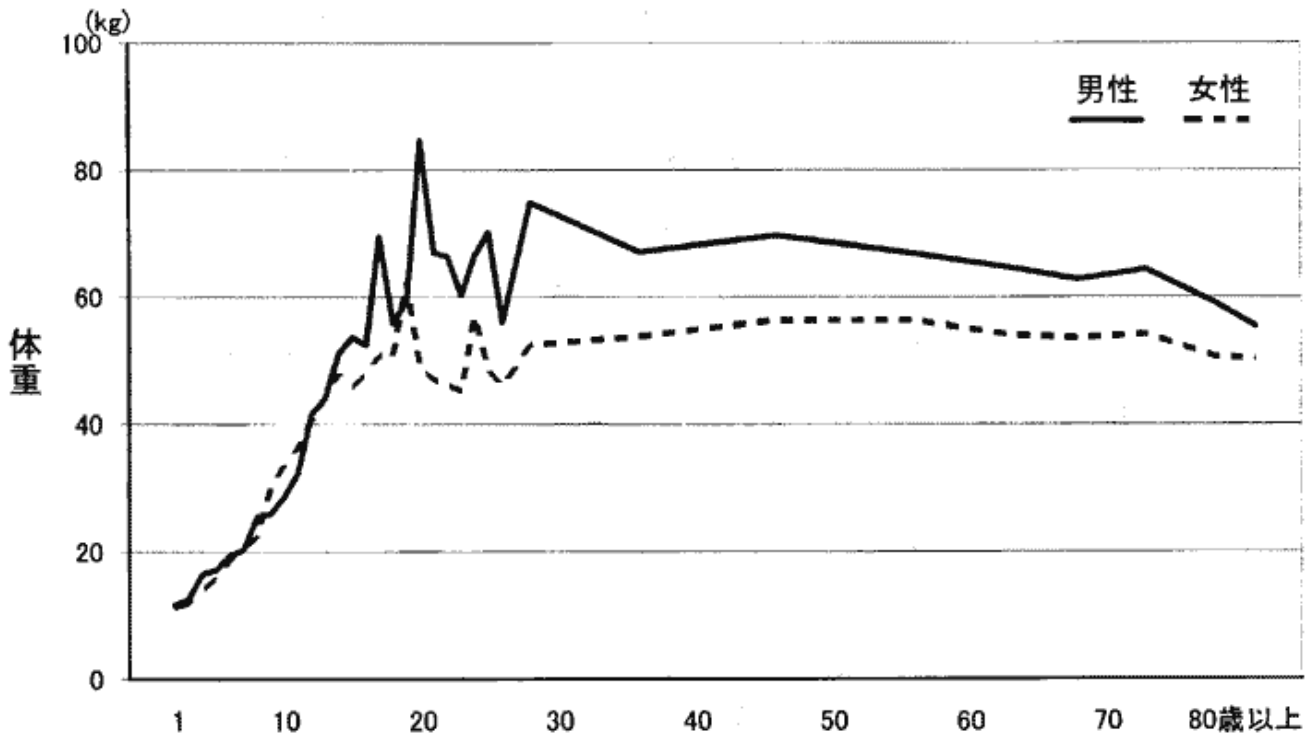


図3 性・年齢階級別にみた体重の平均値



2. BMI (Body Mass Index)

男性の肥満は20歳代および30歳代で3人に1人、40歳代から60歳代では2人に1人
 女性の肥満は30歳代で5人に1人、40歳代で5人に2人、50歳代以降は、ほぼ2人に1人
 また、女性のやせは7~14歳で2人に1人、20歳代では4人に1人の割合

身長および体重の測定結果より体位の指標であるBMI (体重kg / 身長(m)²) を算出し、表3に性・年齢階級別の平均値および標準偏差を示した。

男性、女性の年齢階級別にみたBMIをそれぞれ図4-1、図4-2に示した。

表4に性・年齢階級別の分布を示し、図5-1および図5-2に性・年齢階級別の肥満の状況を示した。

表3 BMIの平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

年 齢	男 性			女 性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
1	5	16.9	1.0	8	16.8	1.3
2	7	16.3	1.1	8	15.2	1.0
3	4	16.3	1.6	9	15.5	1.2
4	6	15.5	2.5	8	15.2	1.9
5	8	16.0	1.1	7	15.6	1.5
6	8	15.2	1.4	5	15.7	0.9
7	14	17.2	2.8	9	15.6	0.9
8	9	16.5	1.7	8	17.8	2.0
9	5	16.9	2.8	13	18.4	2.7
10	7	17.6	2.8	10	19.0	2.6
11	8	20.0	3.6	8	19.1	5.2
12	5	18.7	2.4	12	19.2	2.1
13	6	20.1	3.5	5	19.5	2.7
14	8	19.1	1.5	8	19.6	1.4
15	5	19.5	2.4	5	19.9	2.7
16	5	25.0	4.4	8	20.8	2.9
17	5	20.4	2.5	6	21.5	2.3
18	4	19.8	1.8	3	25.3	5.6
19	2	28.2	5.9	3	20.4	1.9
20	2	22.7	1.1	3	18.9	1.5
21	5	23.5	2.7	3	19.4	1.4
22	3	20.8	1.8	2	17.8	1.4
23	3	24.4	3.4	3	22.8	3.5
24	3	25.3	7.1	10	20.0	2.0
25	2	19.2	0.9	5	19.2	0.9
26~29	13	25.8	4.3	22	21.9	3.5
30~39	33	23.6	2.7	69	22.6	3.5
40~49	47	25.3	3.8	94	24.4	3.3
50~59	46	25.6	2.9	73	25.1	3.6
60~69	54	25.2	3.0	90	25.1	3.8
70歳以上	34	23.7	3.5	53	24.6	3.0
総計	366	22.5	4.7	570	22.5	4.4
(再掲)						
60~64	22	25.5	3.5	44	24.8	4.1
65~69	32	24.9	2.7	46	25.4	3.5
70~74	13	24.7	2.7	22	25.2	2.8
75~79	8	23.5	3.3	17	24.0	2.7
80歳以上	13	22.9	4.0	14	24.5	3.5

図4-1 年齢階級別にみたBMIの平均値年次比較(男性)

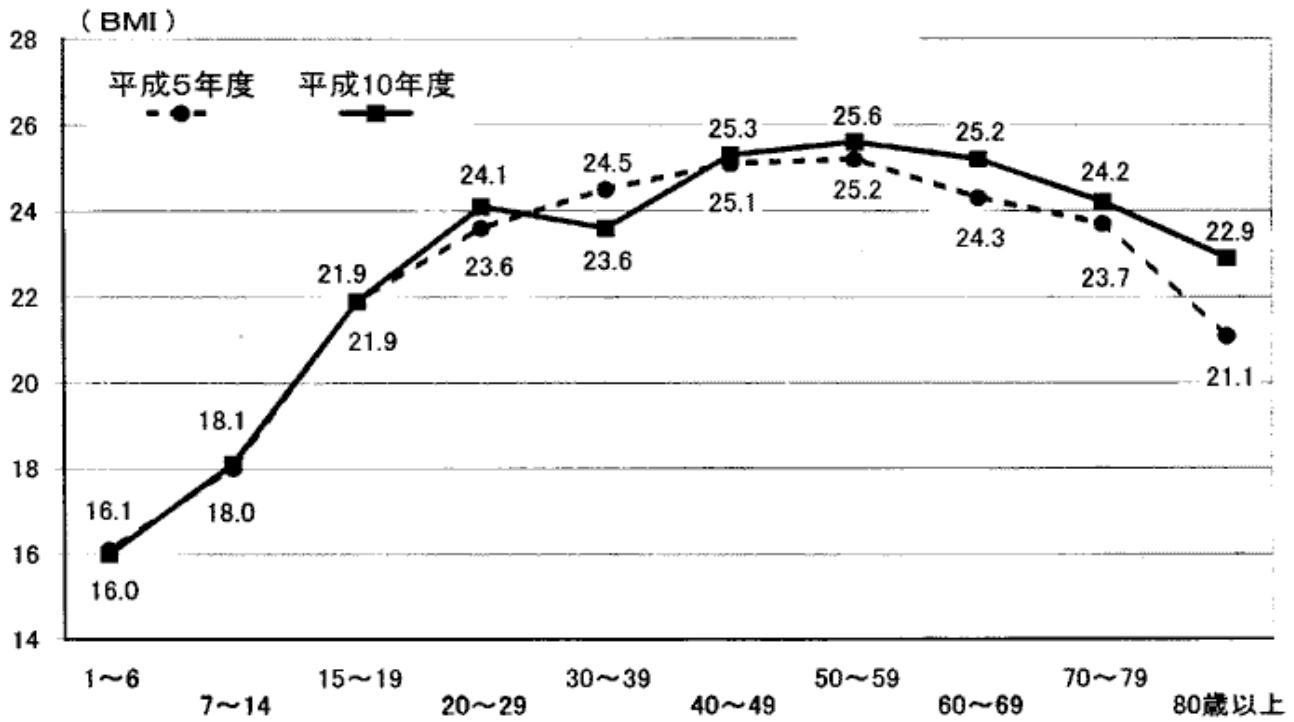


図4-2 年齢階級別にみたBMIの平均値年次比較(女性)

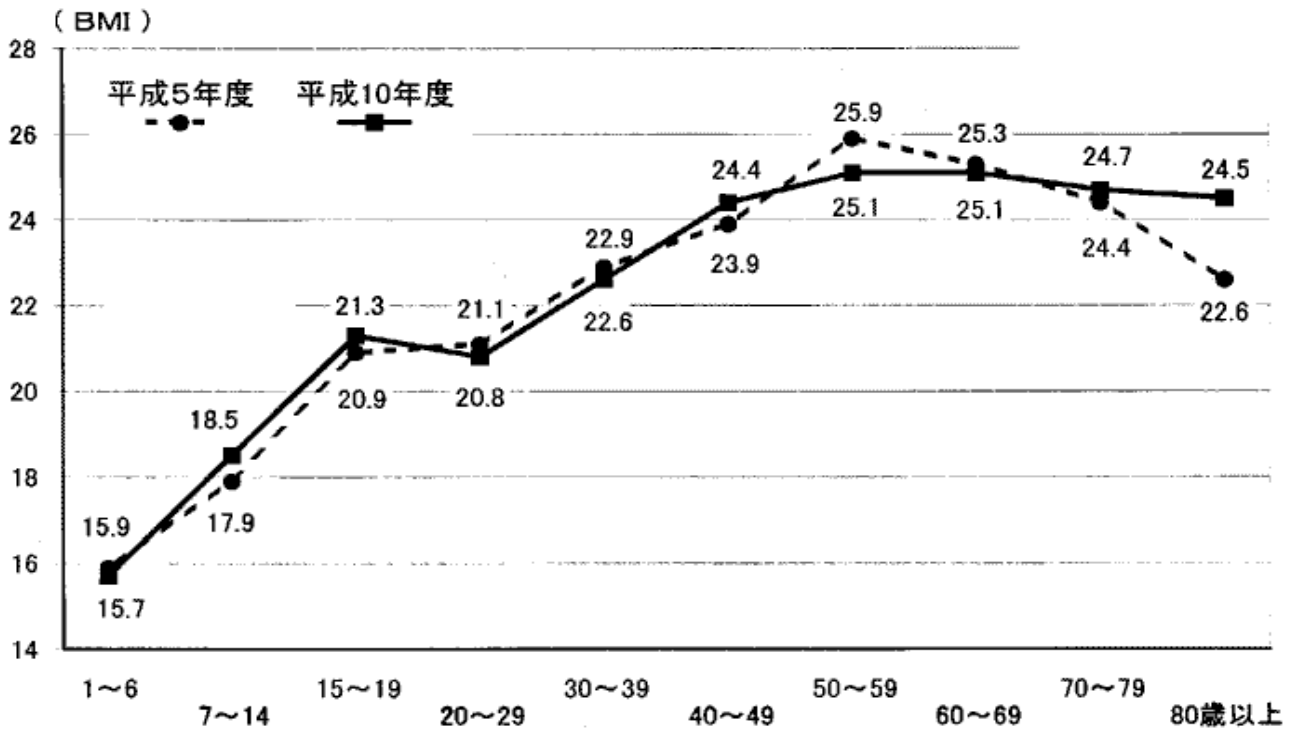


表4 BMIの分布(性・年齢階級別)

(単位:実数)

年 齢	男 性				女 性			
	人数	やせ	ふつう	肥満	人数	やせ	ふつう	肥満
1	5	5	0	0	8	7	1	0
2	7	7	0	0	8	8	0	0
3	4	3	1	0	9	9	0	0
4	6	5	1	0	8	7	1	0
5	8	7	1	0	7	7	0	0
6	8	8	0	0	5	5	0	0
7	14	10	4	0	9	9	0	0
8	9	7	2	0	8	6	2	0
9	5	4	1	0	13	7	6	0
10	7	5	2	0	10	5	4	1
11	8	4	3	1	8	6	1	1
12	5	3	2	0	12	5	7	0
13	6	2	3	1	5	2	3	0
14	8	2	6	0	8	1	7	0
15	5	3	2	0	5	2	3	0
16	5	0	3	2	8	1	6	1
17	5	1	4	0	6	0	5	1
18	4	1	3	0	3	0	2	1
19	2	0	1	1	3	0	3	0
20	2	0	2	0	3	2	1	0
21	5	0	3	2	3	1	2	0
22	3	0	3	0	2	1	1	0
23	3	0	1	2	3	1	1	1
24	3	0	2	1	10	2	8	0
25	2	1	1	0	5	1	4	0
26~29	13	0	6	7	22	3	17	2
30~39	33	0	23	10	69	6	49	14
40~49	47	1	20	26	94	2	56	36
50~59	46	1	16	29	73	0	37	36
60~69	54	0	27	27	90	3	42	45
70歳以上	34	3	19	12	53	0	29	24
総 計	366	83	162	121	570	109	298	163
(再掲)								
60~64	22	0	11	11	44	1	24	19
65~69	32	0	16	16	46	2	18	26
70~74	13	0	7	6	22	0	10	12
75~79	8	0	5	3	17	0	11	6
80歳以上	13	3	7	3	14	0	8	6

図5-1 年齢階級・BMI区別にみた肥満の状況(男性)

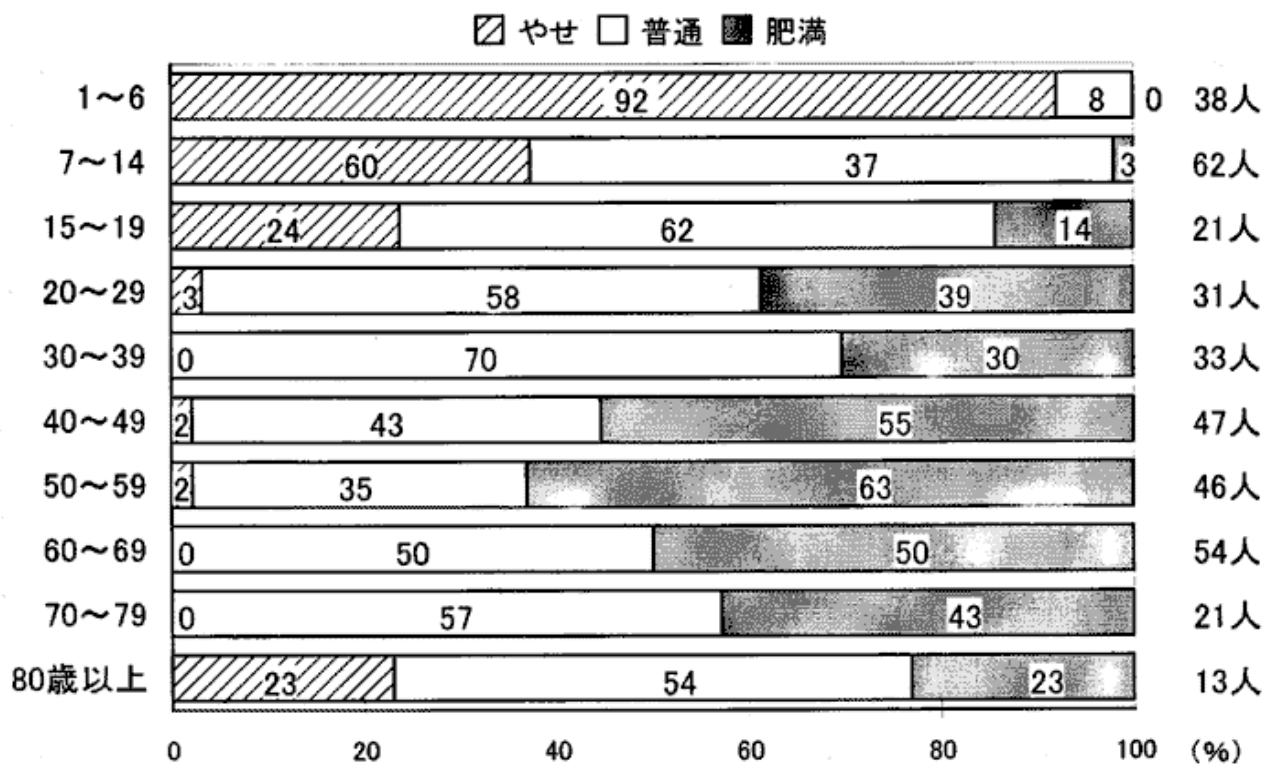
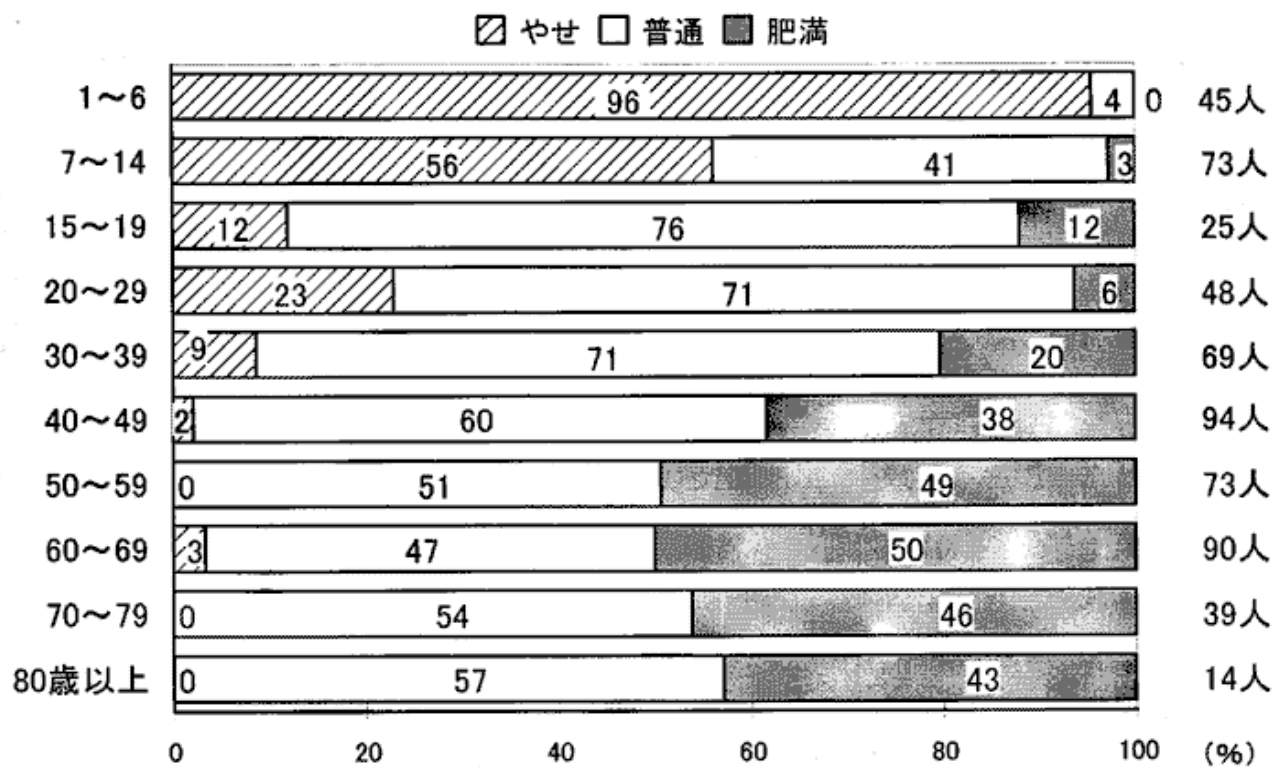


図5-2 年齢階級・BMI区別にみた肥満の状況(女性)



3. 血圧

境界域高血圧者と高血圧者との割合は、男性が40歳代以上で2人に1人以上、
女性が60歳以上で2人に1人以上

満15歳以上を対象とし、血圧測定を行ない、その結果を表5および表6に示した。

高血圧者の割合は40歳代から増加し始め、男性の方が女性よりも高い値であった。また、高血圧者の割合は男女ともに加齢にともない増加した。

男性および女性の年齢階級別血圧の状況を図6-1および図6-2に示した。

表5 血圧の状況(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性					女 性				
	人数	低血圧	正常	境界域	高血圧	人数	低血圧	正常	境界域	高血圧
15~19	20	0	17	2	1	23	0	23	0	0
20~29	25	0	18	4	3	36	0	35	0	1
30~39	29	0	19	7	3	62	0	58	3	1
40~49	43	0	18	14	11	92	0	62	18	12
50~59	42	0	15	14	13	73	0	43	20	10
60~69	53	0	22	17	14	85	0	35	32	18
70~79	21	0	9	8	4	38	0	8	17	13
80歳以上	13	0	3	6	4	16	0	6	6	4
総 計	246	0	121	72	53	425	0	270	96	59
15~19	8.1	0.0	14.0	2.8	1.9	5.4	0.0	8.5	0.0	0.0
20~29	10.2	0.0	14.9	5.6	5.7	8.5	0.0	13.0	0.0	1.7
30~39	11.8	0.0	15.7	9.7	5.7	14.6	0.0	21.5	3.1	1.7
40~49	17.5	0.0	14.9	19.4	20.8	21.6	0.0	23.0	18.8	20.3
50~59	17.1	0.0	12.4	19.4	24.5	17.2	0.0	15.9	20.8	16.9
60~69	21.5	0.0	18.2	23.6	26.4	20.0	0.0	13.0	33.3	30.5
70~79	8.5	0.0	7.4	11.1	7.5	8.9	0.0	3.0	17.7	22.0
80歳以上	5.3	0.0	2.5	8.3	7.5	3.8	0.0	2.2	6.3	6.8
総 計	100.0	0.0	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0	100.0	100.0	100.0
15~19	100.0	0.0	85.0	10.0	5.0	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0
20~29	100.0	0.0	72.0	16.0	12.0	100.0	0.0	97.2	0.0	2.8
30~39	100.0	0.0	65.5	24.1	10.3	100.0	0.0	93.5	4.8	1.6
40~49	100.0	0.0	41.9	32.6	25.6	100.0	0.0	67.4	19.6	13.0
50~59	100.0	0.0	35.7	33.3	31.0	100.0	0.0	58.9	27.4	13.7
60~69	100.0	0.0	41.5	32.1	26.4	100.0	0.0	41.2	37.6	21.2
70~79	100.0	0.0	42.9	38.1	19.0	100.0	0.0	21.1	44.7	34.2
80歳以上	100.0	0.0	23.1	46.2	30.8	100.0	0.0	37.5	37.5	25.0
総 計	100.0	0.0	49.2	29.3	21.5	100.0	0.0	63.5	22.6	13.9

表6 最低血圧・最高血圧の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数)

	総数	15~19	20~29	30~39	40~49	50~59	60~69	70~79	80歳以上	
男	40mmHg未満	0	0	0	0	0	0	0	0	
	40~49	1	0	0	0	0	0	0	1	
	50~59	5	4	1	0	0	0	0	0	
	60~69	28	2	2	6	4	2	4	3	
	70~79	48	7	7	6	8	3	10	6	
	80~89	92	5	11	11	12	19	22	7	
	90~99	51	1	2	5	15	10	13	3	
	100~109	12	1	1	1	1	5	2	0	
	110~119	5	0	1	0	2	1	1	0	
	120~129	3	0	0	0	1	1	1	0	
	130~139	1	0	0	0	0	1	0	0	
	140mmHg以上	1	0	0	0	0	0	0	0	
	平均値 mmHg	82.1	72.2	80.4	79.2	85.9	88.8	83.0	77.8	77.1
	標準偏差	12.9	12.6	12.3	11.0	12.5	12.8	11.3	9.5	13.5
女	90mmHg未満	0	0	0	0	0	0	0	0	
	90~99	1	1	0	0	0	0	0	0	
	100~109	8	2	1	1	3	1	0	0	
	110~119	22	4	3	6	4	1	2	2	
	120~129	48	6	7	10	6	6	10	0	
	130~139	54	5	8	4	9	10	11	7	
	140~149	47	1	4	6	9	13	8	6	
	150~159	28	1	1	0	5	2	10	3	
	160~169	20	0	1	2	4	5	2	3	
	170~179	10	0	0	0	2	2	6	0	
	180mmHg以上	8	0	0	0	1	2	4	0	
	平均値 mmHg	138.0	122.9	129.8	128.4	137.5	143.2	144.5	141.6	150.3
	標準偏差	18.9	13.5	13.1	15.0	20.0	18.4	19.7	13.2	15.9
	男	40mmHg未満	0	0	0	0	0	0	0	0
40~49		0	0	0	0	0	0	0	0	
50~59		13	4	6	1	0	0	2	0	
60~69		74	10	12	20	18	5	6	2	
70~79		127	4	14	25	27	24	22	6	
80~89		136	5	3	14	25	27	37	19	
90~99		55	0	0	2	16	14	12	8	
100~109		15	0	1	0	1	3	6	3	
110~119		1	0	0	0	1	0	0	0	
120~129		3	0	0	0	3	0	0	0	
130~139		1	0	0	0	1	0	0	0	
140mmHg以上		13	4	6	1	0	0	2	0	
平均値 mmHg		77.8	67.0	67.8	71.7	80.1	81.0	80.7	83.7	82.0
標準偏差		12.0	10.9	10.1	8.2	13.9	9.7	9.9	10.2	10.6
女	90mmHg未満	0	0	0	0	0	0	0	0	
	90~99	11	3	4	1	1	1	1	0	
	100~109	48	6	14	13	8	6	1	0	
	110~119	71	8	10	23	19	7	4	0	
	120~129	73	5	3	19	20	9	10	4	
	130~139	79	1	4	2	20	23	21	5	
	140~149	52	0	1	3	10	9	18	8	
	150~159	42	0	0	0	5	10	15	9	
	160~169	24	0	0	0	4	5	10	4	
	170~179	12	0	0	1	1	2	3	4	
	180mmHg以上	13	0	0	0	4	1	2	4	
	平均値 mmHg	131.3	110.6	111.1	117.0	130.2	134.7	142.0	151.3	147.9
	標準偏差	21.5	10.4	11.9	12.7	21.4	18.7	17.4	17.1	20.3

図6-1 年齢階級別にみた血圧の状況(男性)

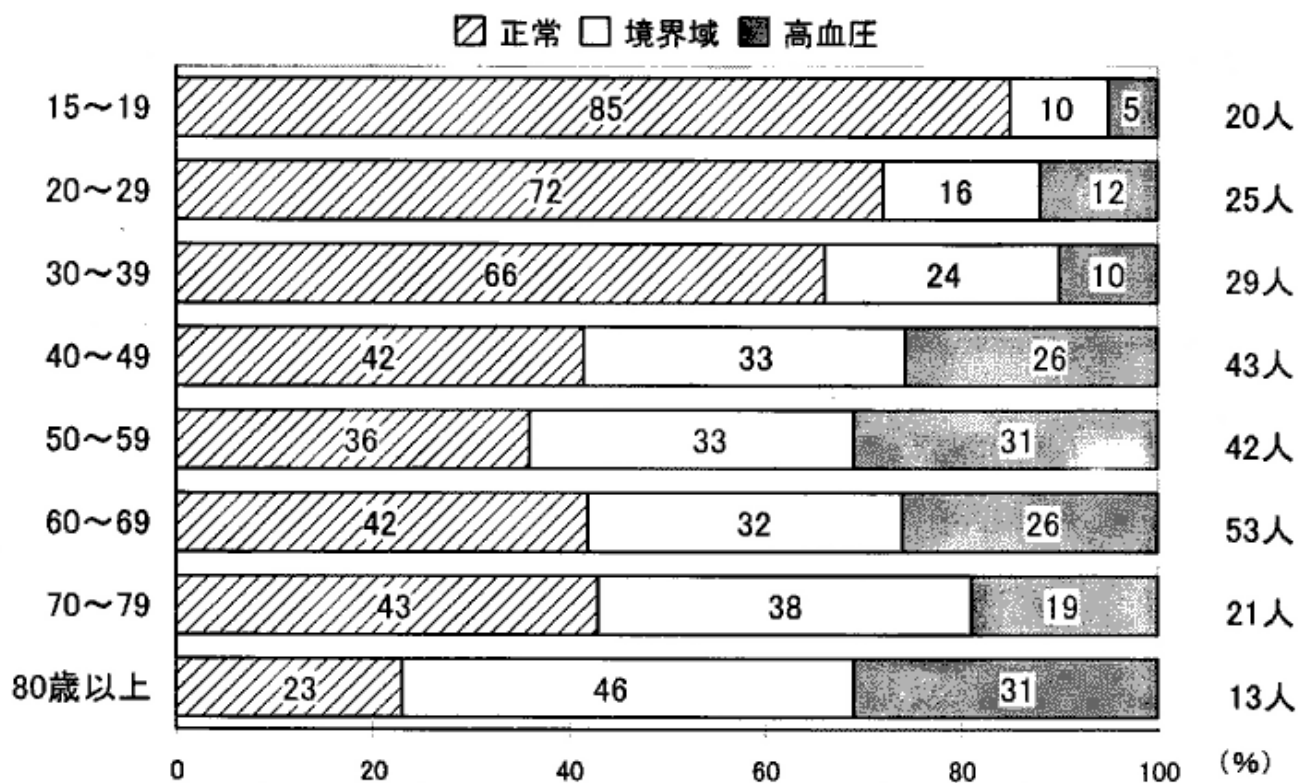
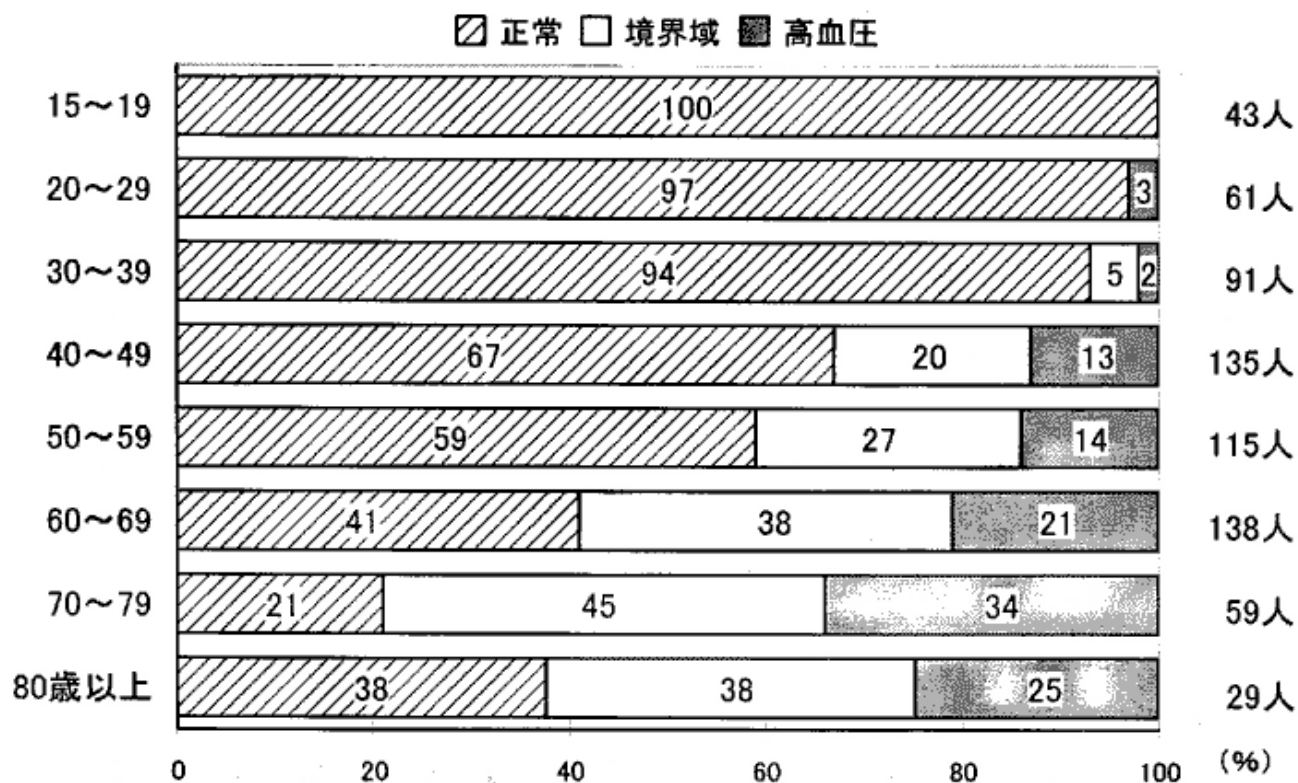


図6-2 年齢階級別にみた血圧の状況(女性)



4. 血圧降下薬

血圧降下薬の使用は、男性が40歳代、女性が50歳代から増加し始め、
男性より女性の使用率が高い

満15歳以上を対象とし、血圧降下薬の使用状況を表7に示した。

性・年齢階級別に”毎日服用している”あるいは”時々服用している”者を血圧降下薬使用者として、平成5年度調査との年次比較を図7-1および図7-2に示した。

表7 血圧降下薬(心臓病又は血圧の薬)の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性						女 性					
	人数	服用し たこと がない	毎日 服用し ている	時々 服用し ている	服用を 中止 した	不明で ある	人数	服用し たこと がない	毎日 服用し ている	時々 服用し ている	服用を 中止 した	不明で ある
15~19	21	21	0	0	0	0	23	23	0	0	0	0
20~29	27	27	0	0	0	0	38	38	0	0	0	0
30~39	29	28	1	0	0	0	62	62	0	0	0	0
40~49	43	36	5	2	0	0	92	90	2	0	0	0
50~59	41	37	4	0	0	0	72	59	10	1	2	0
60~69	53	40	13	0	0	0	87	55	24	2	6	0
70~79	21	17	3	0	1	0	38	18	20	0	0	0
80歳以上	13	6	7	0	0	0	16	7	9	0	0	0
総 計	248	212	33	2	1	0	428	352	65	3	8	0
15~19	8.5	9.9	0.0	0.0	0.0	0.0	5.4	6.5	0.0	0.0	0.0	0.0
20~29	10.9	12.7	0.0	0.0	0.0	0.0	8.9	10.8	0.0	0.0	0.0	0.0
30~39	11.7	13.2	3.0	0.0	0.0	0.0	14.5	17.6	0.0	0.0	0.0	0.0
40~49	17.3	17.0	15.2	100.0	0.0	0.0	21.5	25.6	3.1	0.0	0.0	0.0
50~59	16.5	17.5	12.1	0.0	0.0	0.0	16.8	16.8	15.4	33.3	25.0	0.0
60~69	21.4	18.9	39.4	0.0	0.0	0.0	20.3	15.6	36.9	66.7	75.0	0.0
70~79	8.5	8.0	9.1	0.0	100.0	0.0	8.9	5.1	30.8	0.0	0.0	0.0
80歳以上	5.2	2.8	21.2	0.0	0.0	0.0	3.7	2.0	13.8	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0
15~19	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20~29	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
30~39	100.0	96.6	3.4	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
40~49	100.0	83.7	11.6	4.7	0.0	0.0	100.0	97.8	2.2	0.0	0.0	0.0
50~59	100.0	90.2	9.8	0.0	0.0	0.0	100.0	81.9	13.9	1.4	2.8	0.0
60~69	100.0	75.5	24.5	0.0	0.0	0.0	100.0	63.2	27.6	2.3	6.9	0.0
70~79	100.0	81.0	14.3	0.0	4.8	0.0	100.0	47.4	52.6	0.0	0.0	0.0
80歳以上	100.0	46.2	53.8	0.0	0.0	0.0	100.0	43.8	56.3	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	85.5	13.3	0.8	0.4	0.0	100.0	82.2	15.2	0.7	1.9	0.0

図7-1 年齢階級別にみた血圧降下薬の使用者率(%)年次比較(男性)

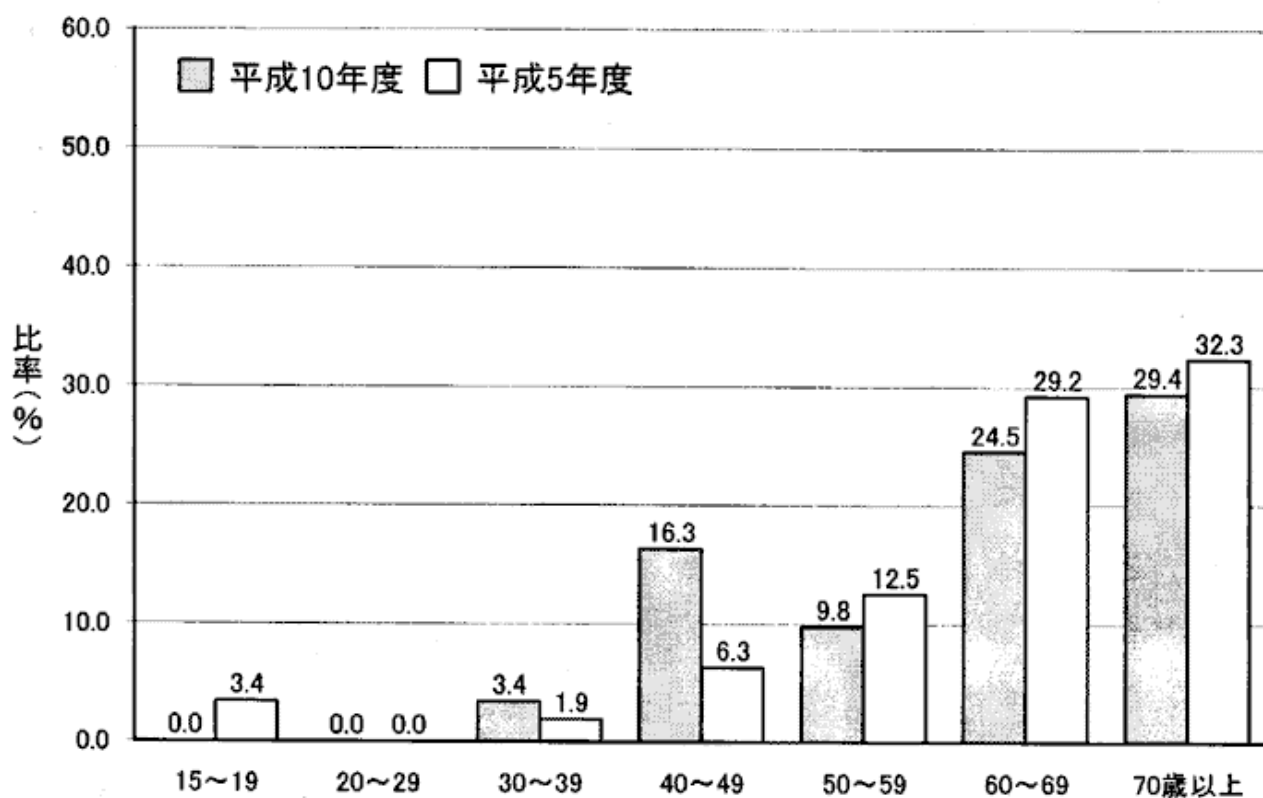
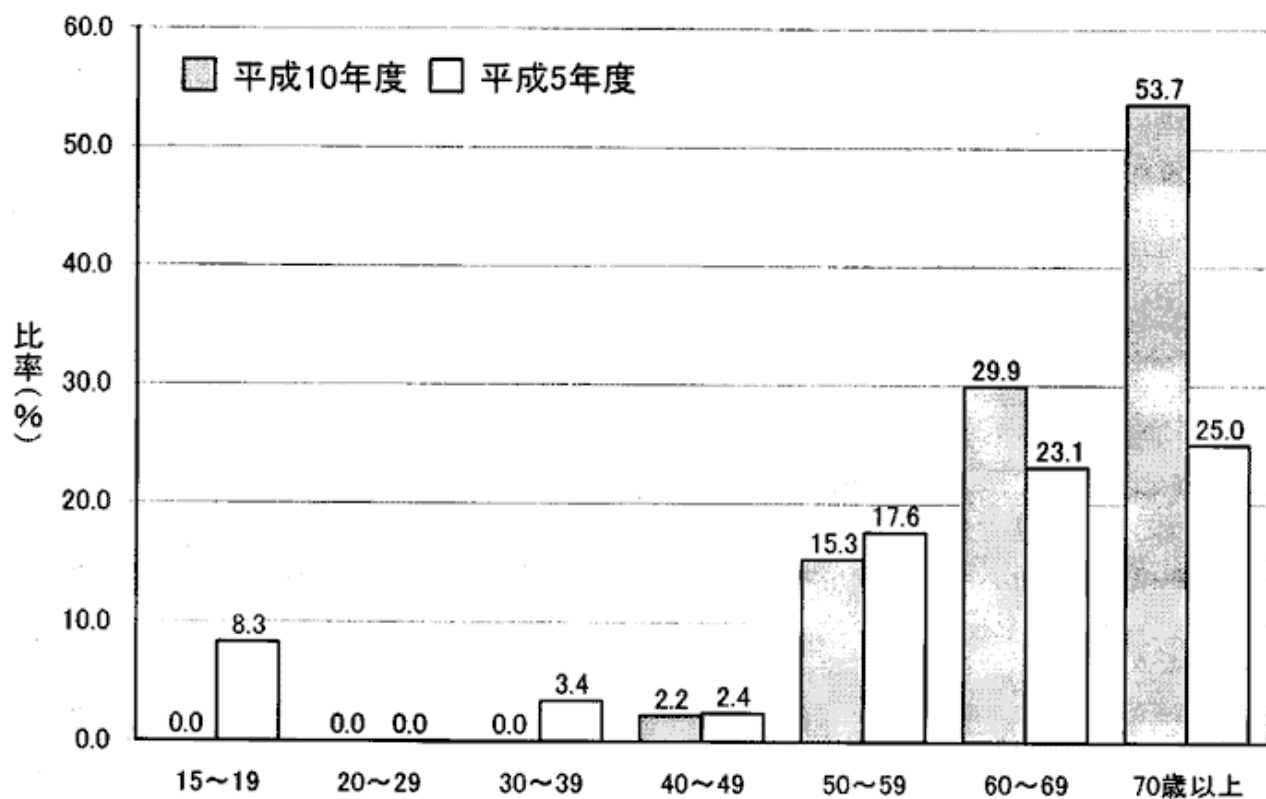


図7-2 年齢階級別にみた血圧降下薬の使用者率(%)年次比較(女性)



5. 体脂肪率

体脂肪率による肥満の判定では男性2人に1人、
女性は3人に1人が肥満

満15歳以上を対象とし、体脂肪率を測定し平均値および標準偏差を表8に示した。
また、性・年齢階級別の分布を表9に示した。

表8 体脂肪率の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

(単位:実数)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15	4	18.7	1.1	5	24.5	5.1
16	5	22.5	3.4	8	26.9	3.7
17	5	16.2	5.9	6	25.8	3.8
18	4	13.2	3.8	2	25.4	4.1
19	1	24.0	0.0	3	23.8	3.9
20	2	16.2	0.7	2	20.8	0.2
21	4	23.1	3.9	2	22.3	6.1
22	3	18.0	0.8	2	18.8	2.0
23	2	26.5	1.6	1	27.2	0.0
24	2	20.0	11.5	7	25.1	4.3
25	1	13.6	0.0	4	21.6	2.3
26~29	11	22.0	5.1	17	26.5	5.2
30~39	30	20.5	4.3	66	27.8	5.4
40~49	42	22.8	5.1	93	31.3	4.7
50~59	37	25.9	3.6	71	33.0	4.8
60~69	53	27.3	4.6	87	34.2	5.5
70歳以上	22	28.5	5.1	39	35.3	3.7
総計	228	24.0	5.8	415	31.1	6.0
(再掲)						
60~64	21	27.4	5.0	41	33.0	6.0
65~69	32	27.3	4.4	46	35.2	4.6
70~74	13	28.0	4.7	22	35.7	3.9
75~79	8	28.2	5.0	16	34.6	3.4
80歳以上	1	37.8	0.0	1	36.5	0.0

表9 体脂肪率の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数)

年 齢	男 性					女 性				
	人数	やせ	標準	軽肥満	肥満	人数	やせ	標準	軽肥満	肥満
15	4	0	4	0	0	5	1	3	1	0
16	5	0	2	1	2	8	0	7	1	0
17	5	0	3	1	1	6	0	5	1	0
18	4	1	3	0	0	2	0	2	0	0
19	1	0	0	1	0	3	0	3	0	0
20	2	0	2	0	0	2	0	2	0	0
21	4	0	1	1	2	2	1	1	0	0
22	3	0	3	0	0	2	1	1	0	0
23	2	0	0	1	1	1	0	1	0	0
24	2	1	0	0	1	7	1	5	1	0
25	1	0	1	0	0	4	2	2	0	0
26~29	11	0	5	2	4	17	1	9	7	0
30~39	30	0	13	12	5	66	4	39	17	6
40~49	42	0	12	17	13	93	3	30	41	19
50~59	37	0	2	11	24	71	0	18	25	28
60~69	53	0	3	11	39	87	3	11	26	47
70歳以上	22	0	2	2	18	39	0	4	13	22
総 計	228	2	56	60	110	415	17	143	133	122
(再掲)										
60~64	21	0	2	4	15	41	2	5	16	18
65~69	32	0	1	7	24	46	1	6	10	29
70~74	13	0	1	2	10	22	0	3	5	14
75~79	8	0	1	0	7	16	0	1	8	7
80歳以上	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1

6. 運動習慣

運動習慣ありの人は、男性が5人に2人、女性は4人に1人

満15歳以上を対象とし、運動習慣の有無を表10に示した。

運動習慣ありの人は男性平均で43.7%、女性では24.2%であった。男性の運動習慣ありの人は、15～19歳、70～79歳、80歳以上の3階級で、60%台と高い値であった。

女性では15～19歳が47.8%と他の年齢階級に比べ17ポイント以上高い値であった。

性・年齢階級別運動習慣ありの率を平成5年度調査と比較し、図8-1および図8-2に示した。

表10 運動習慣の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性				女 性			
	人数	健康上の理由で運動が出来ない	上記以外の理由で運動が出来ない	運動の習慣有り	人数	健康上の理由で運動が出来ない	上記以外の理由で運動が出来ない	運動の習慣有り
15～19	21	0	8	13	23	1	11	11
20～29	27	0	19	8	38	1	31	6
30～39	29	0	19	10	62	2	52	8
40～49	43	0	30	13	92	2	72	18
50～59	40	0	20	20	70	2	47	21
60～69	53	2	28	23	87	10	50	27
70～79	21	1	7	13	38	5	24	9
80歳以上	13	1	4	8	15	4	8	3
総 計	247	4	135	108	425	27	295	103
15～19	8.5	0.0	5.9	12.0	5.4	3.7	3.7	10.7
20～29	10.9	0.0	14.1	7.4	8.9	3.7	10.5	5.8
30～39	11.7	0.0	14.1	9.3	14.6	7.4	17.6	7.8
40～49	17.4	0.0	22.2	12.0	21.6	7.4	24.4	17.5
50～59	16.2	0.0	14.8	18.5	16.5	7.4	15.9	20.4
60～69	21.5	50.0	20.7	21.3	20.5	37.0	16.9	26.2
70～79	8.5	25.0	5.2	12.0	8.9	18.5	8.1	8.7
80歳以上	5.3	25.0	3.0	7.4	3.5	14.8	2.7	2.9
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15～19	100.0	0.0	38.1	61.9	100.0	4.3	47.8	47.8
20～29	100.0	0.0	70.4	29.6	100.0	2.6	81.6	15.8
30～39	100.0	0.0	65.5	34.5	100.0	3.2	83.9	12.9
40～49	100.0	0.0	69.8	30.2	100.0	2.2	78.3	19.6
50～59	100.0	0.0	50.0	50.0	100.0	2.9	67.1	30.0
60～69	100.0	3.8	52.8	43.4	100.0	11.5	57.5	31.0
70～79	100.0	4.8	33.3	61.9	100.0	13.2	63.2	23.7
80歳以上	100.0	7.7	30.8	61.5	100.0	26.7	53.3	20.0
総 計	100.0	1.6	54.7	43.7	100.0	6.4	69.4	24.2

図8-1 年齢階級別にみた運動習慣ありの率(%)年次比較(男性)

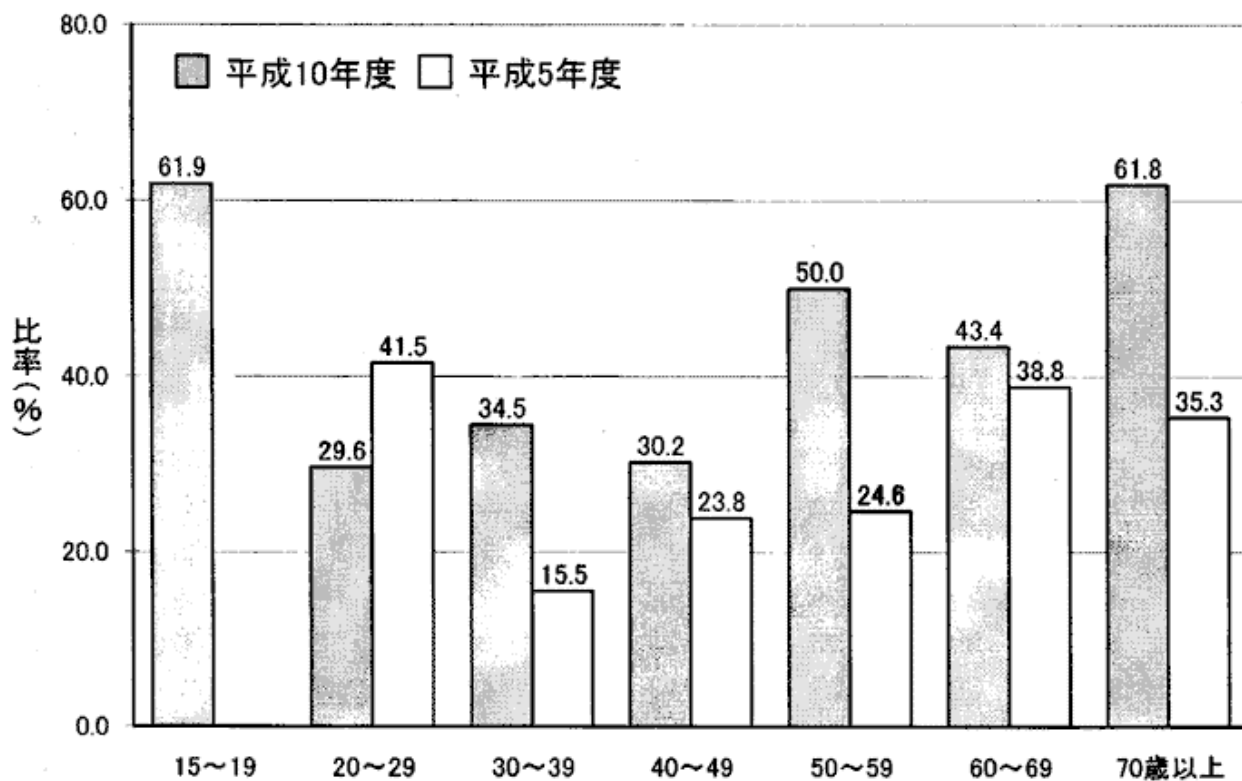
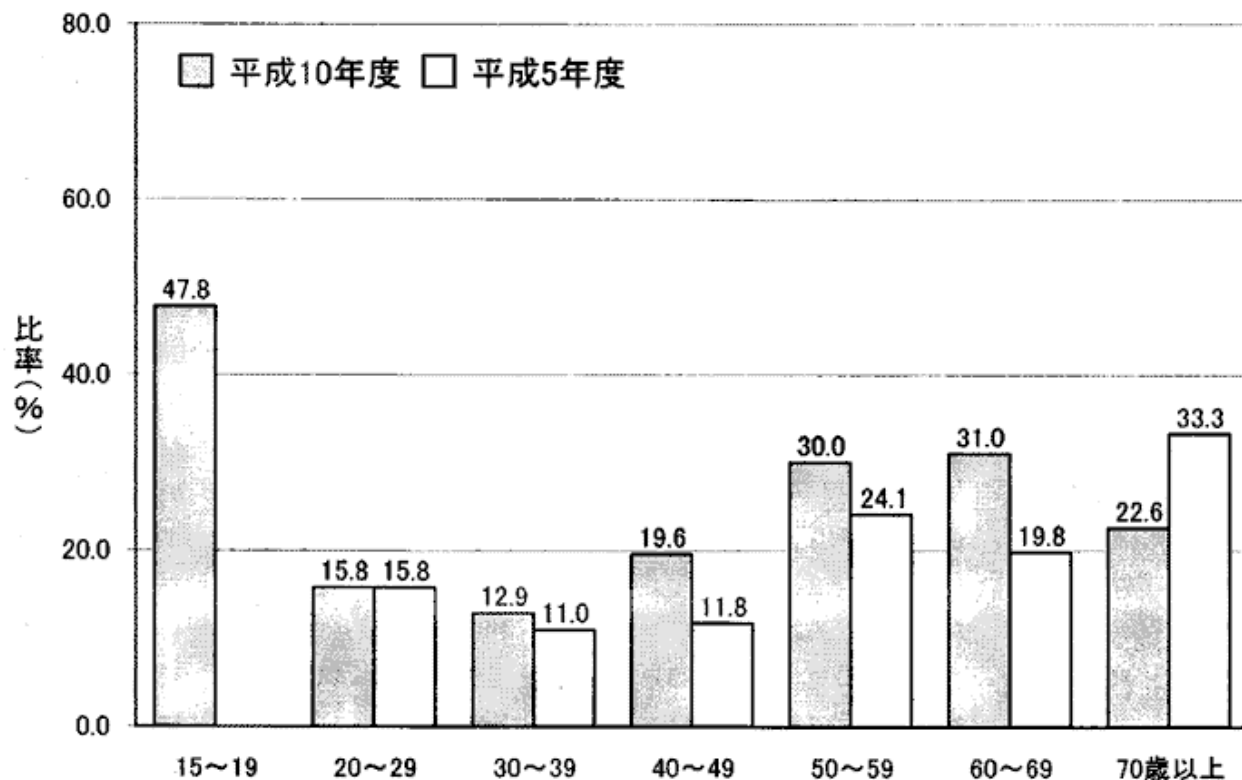


図8-2 年齢階級別にみた運動習慣ありの率(%)年次比較(女性)



7. 歩行数

歩行数平均は男性7,655歩、女性7,091歩、歩行距離にして約5km前後、
歩行時間にして約1時間

満15歳以上を対象とし、万歩計による歩行数の状況を表11に示した。

15～49歳、60～69歳、80歳以上の階級では、男性が女性よりも歩行数が多く、50～59歳および70～79歳階級では女性の方が男性よりも歩行数が多かった。

性・年齢階級別歩行数の平均値を平成5年度調査と比較し、それぞれ図9-1および図9-2に示した。最も歩行数が多いのは男女とも15～19歳階級で、次いで30～39歳階級であった。

また、男性および女性の年齢階級別歩行数の状況を図10-1および図10-2にそれぞれ示した。

表11 歩行数の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

(単位:歩)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15～19	48	10613	5373	44	9278	4558
20～29	71	7072	4772	80	6371	3633
30～39	59	9275	4393	95	7514	3049
40～49	92	7789	4672	121	7508	4073
50～59	85	7166	3923	101	7449	3918
60～69	69	7200	11501	102	6859	4262
70～79	31	3927	3402	47	5129	4115
80歳以上	7	4785	3546	10	2120	1397
総 数	462	7655	6269	600	7091	4045

図9-1 年齢階級別にみた歩行数の平均値年次比較(男性)

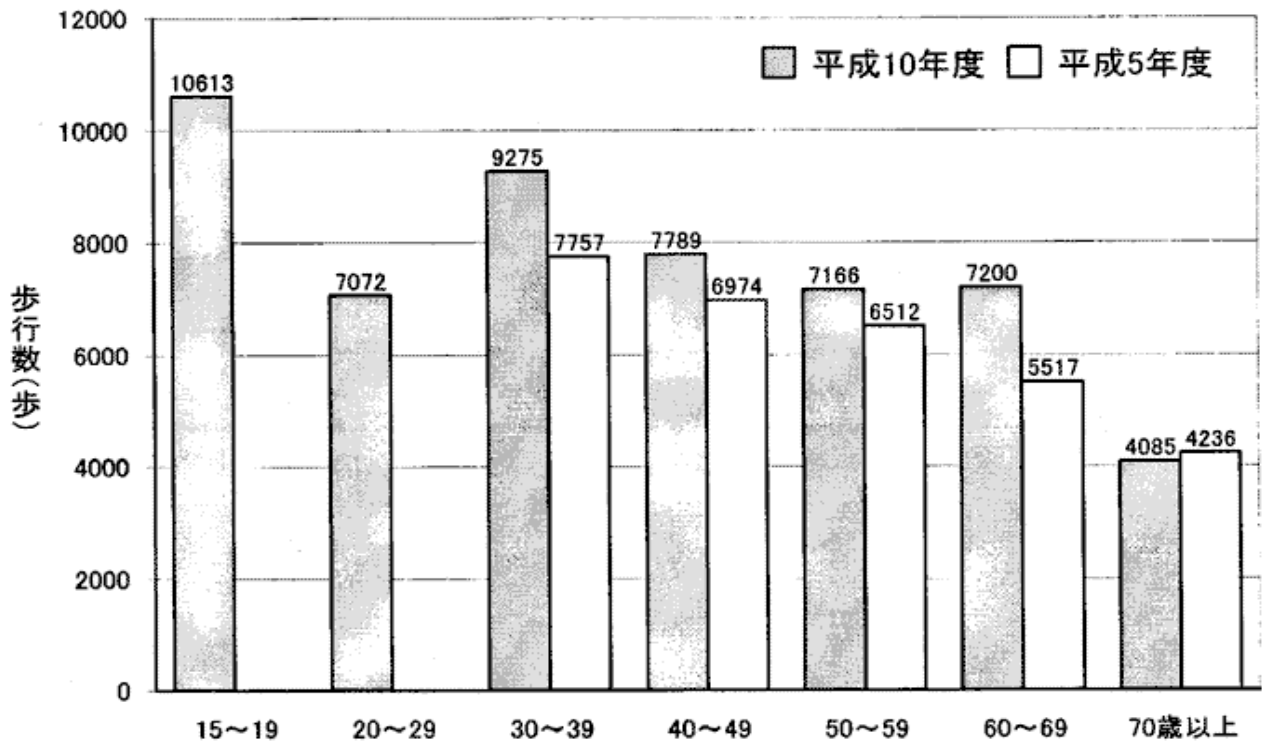


図9-2 年齢階級別にみた歩行数の平均値年次比較(女性)

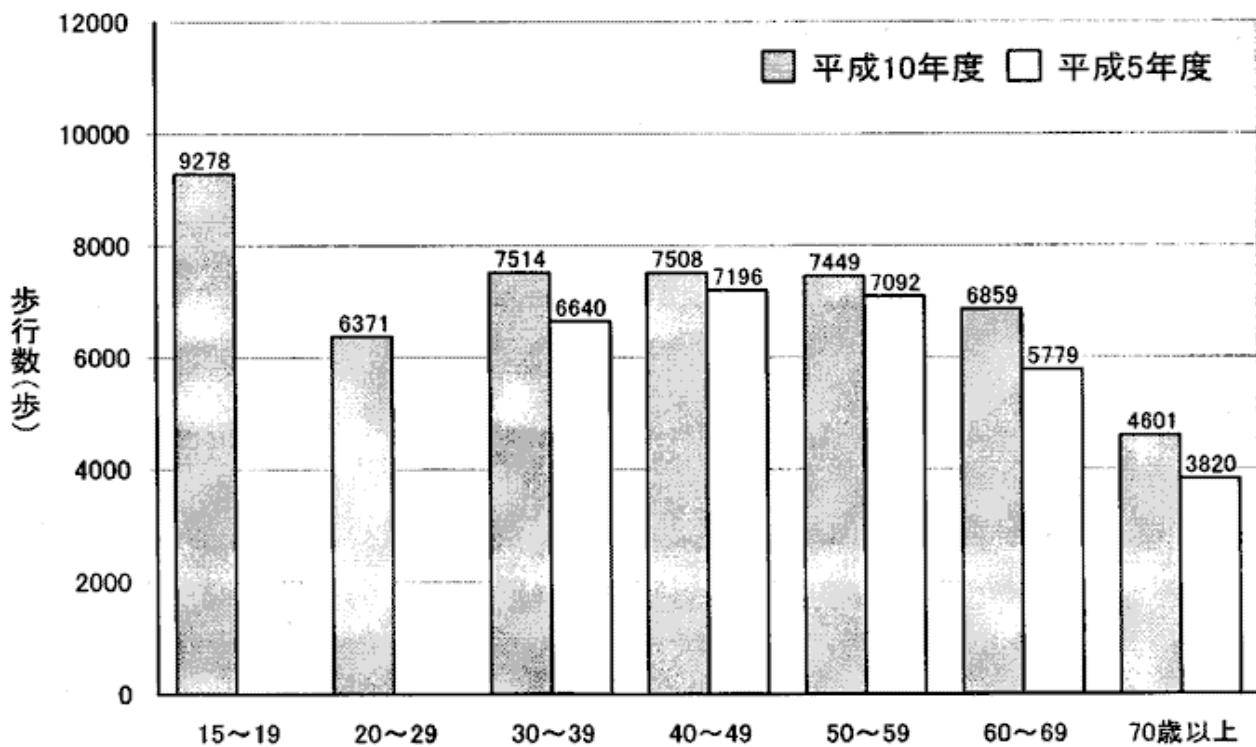


図10-1 年齢階級別にみた歩行数の状況(男性)

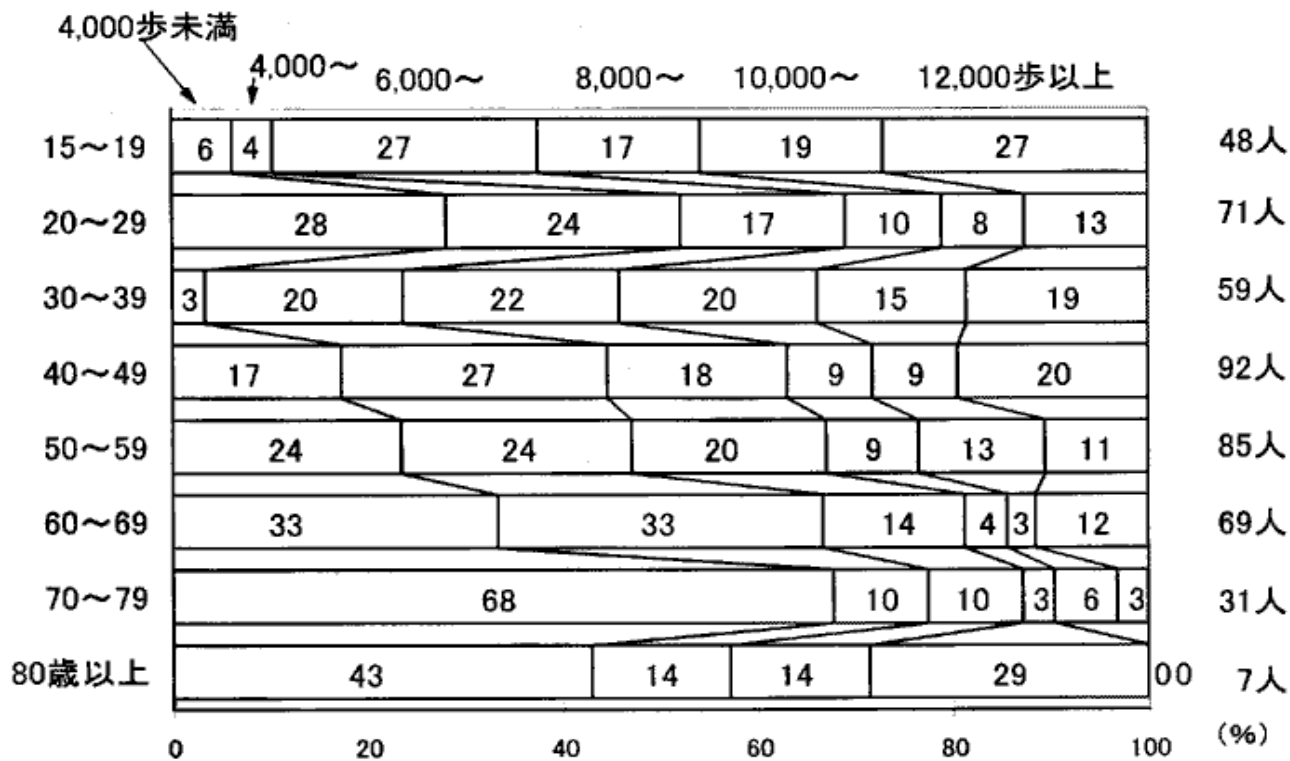
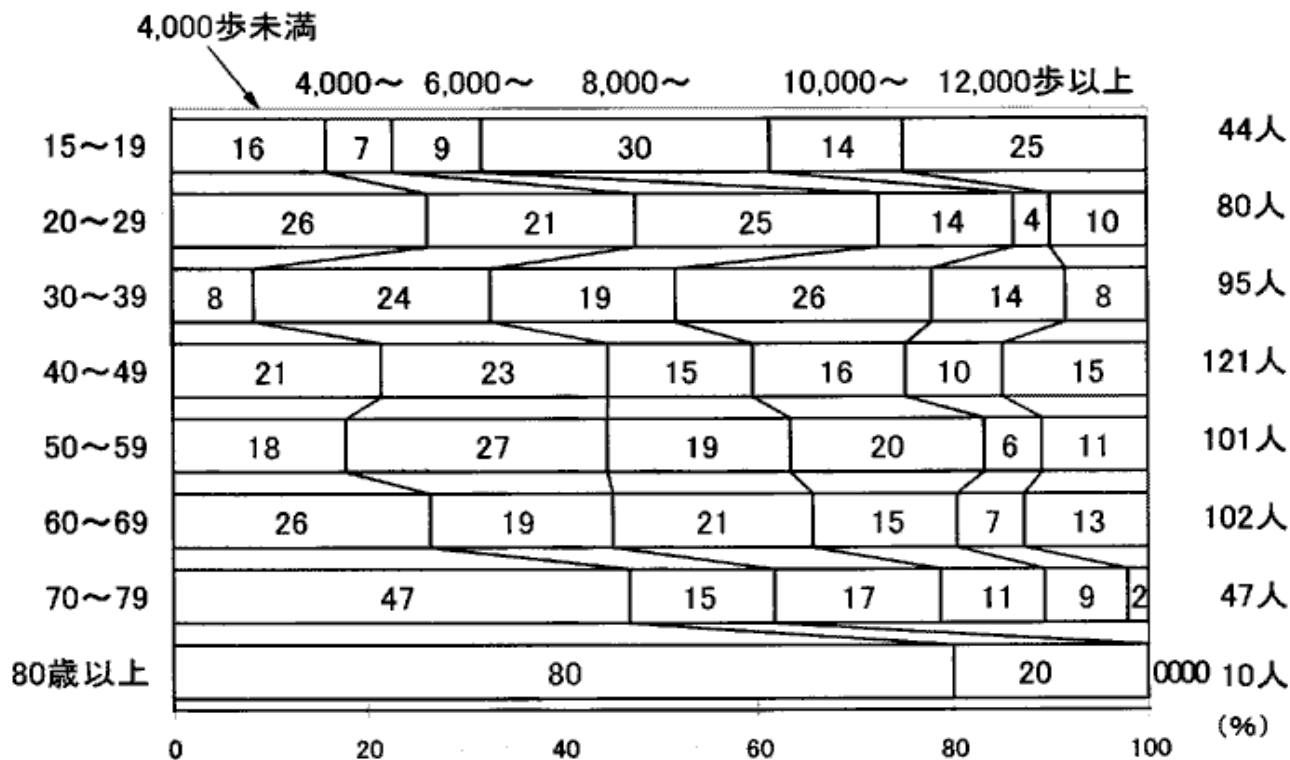


図10-2 年齢階級別にみた歩行数の状況(女性)



8. 喫煙

現在喫煙習慣のある者は男性で43.1%、女性では12.2%
その喫煙本数および年数は、男性19.6本・24.0年、女性13.9本・13.8年

満15歳以上を対象とし、喫煙の状況を表12に示した。

現在喫煙習慣のある者は、男性で43.1%、女性では12.2%であった。

性・年齢階級別喫煙者の率を平成5年度調査と比較し、図11-1および図11-2に示した。

表12 喫煙習慣の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数, %)

年 齢	男 性				女 性			
	人数	以前から (ほとんど) 吸わない	以前は 吸っていた が今は 吸わない	現在喫煙 している	人数	以前から (ほとんど) 吸わない	以前は 吸っていた が今は 吸わない	現在喫煙 している
15~19	21	15	0	6	23	21	0	2
20~29	27	10	1	16	38	24	5	9
30~39	29	6	5	18	62	44	3	15
40~49	43	13	5	25	92	72	5	15
50~59	41	15	12	14	72	67	0	5
60~69	53	15	18	20	87	80	3	4
70~79	21	5	10	6	37	33	3	1
80歳以上	13	5	6	2	16	12	3	1
総 計	248	84	57	107	427	353	22	52
15~19	8.5	17.9	0.0	5.6	5.4	5.9	0.0	3.8
20~29	10.9	11.9	1.8	15.0	8.9	6.8	22.7	17.3
30~39	11.7	7.1	8.8	16.8	14.5	12.5	13.6	28.8
40~49	17.3	15.5	8.8	23.4	21.5	20.4	22.7	28.8
50~59	16.5	17.9	21.1	13.1	16.9	19.0	0.0	9.6
60~69	21.4	17.9	31.6	18.7	20.4	22.7	13.6	7.7
70~79	8.5	6.0	17.5	5.6	8.7	9.3	13.6	1.9
80歳以上	5.2	6.0	10.5	1.9	3.7	3.4	13.6	1.9
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15~19	100.0	71.4	0.0	28.6	100.0	91.3	0.0	8.7
20~29	100.0	37.0	3.7	59.3	100.0	63.2	13.2	23.7
30~39	100.0	20.7	17.2	62.1	100.0	71.0	4.8	24.2
40~49	100.0	30.2	11.6	58.1	100.0	78.3	5.4	16.3
50~59	100.0	36.6	29.3	34.1	100.0	93.1	0.0	6.9
60~69	100.0	28.3	34.0	37.7	100.0	92.0	3.4	4.6
70~79	100.0	23.8	47.6	28.6	100.0	89.2	8.1	2.7
80歳以上	100.0	38.5	46.2	15.4	100.0	75.0	18.8	6.3
総 計	100.0	33.9	23.0	43.1	100.0	82.7	5.2	12.2

図11-1 年齢階級別にみた現在喫煙者率(%)年次比較(男性)

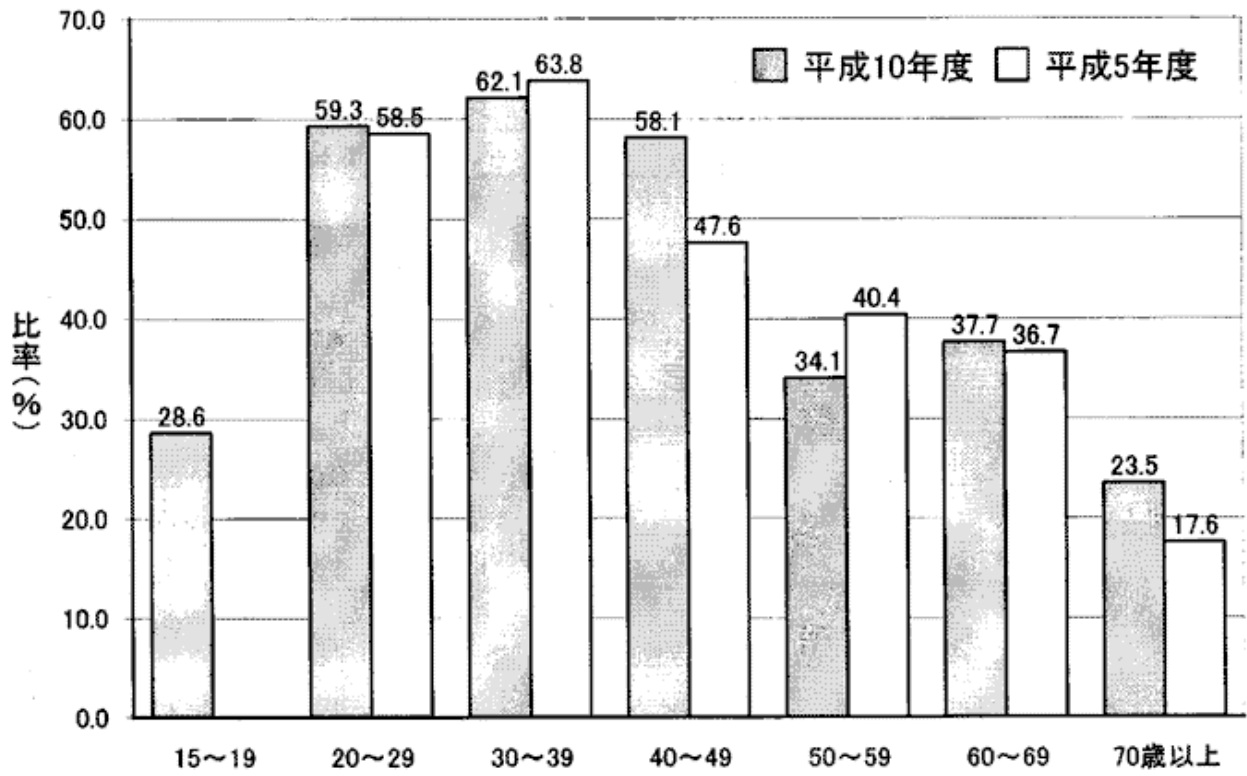
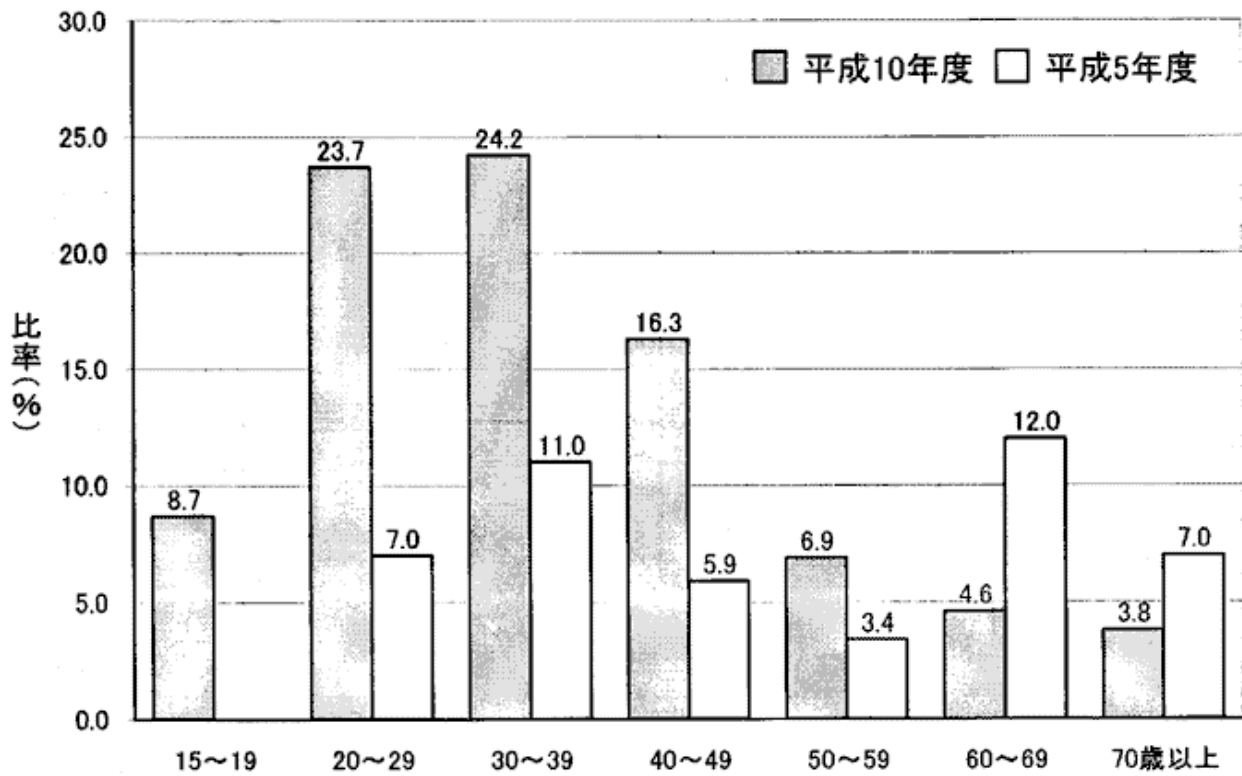


図11-2 年齢階級別にみた現在喫煙者率(%)年次比較(女性)



(1) 現在喫煙習慣のある者の喫煙本数

現在喫煙習慣のある者について、その喫煙本数の平均値および標準偏差を表13と図12に示し、性・年齢階級別喫煙本数の分布を表14に示した。

喫煙本数の平均値は男性で19.6本、女性では13.9本であった。

表13 現在喫煙者における喫煙本数の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15～19	6	14.3	11.9	2	10.0	5.0
20～29	15	14.7	5.0	9	11.9	10.6
30～39	18	17.5	5.3	15	14.6	8.7
40～49	25	24.3	9.1	15	14.7	4.7
50～59	14	25.7	10.7	5	16.0	10.7
60～69	20	18.9	5.0	4	12.3	7.8
70～79	6	16.3	4.1	1	20.0	0.0
80歳以上	2	5.5	4.5	1	5.0	0.0
総 計	106	19.6	8.8	52	13.9	8.3

図12 性・年齢階級別にみた現在喫煙者における喫煙本数の平均値

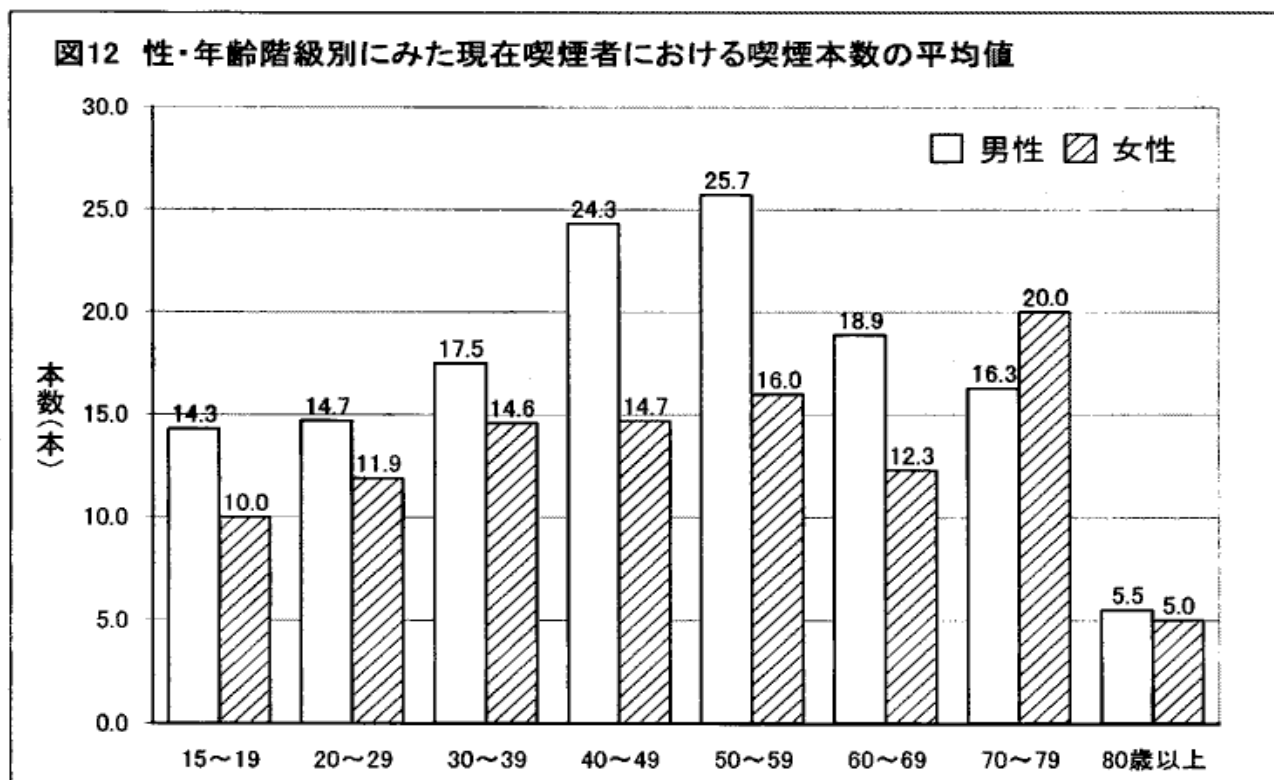


表14 現在喫煙者における喫煙本数の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性							女 性						
	人数	10本未満	10～19本	20～29本	30～39本	40～49本	50本以上	人数	10本未満	10～19本	20～29本	30～39本	40～49本	50本以上
15～19	6	2	3	0	0	1	0	2	1	1	0	0	0	0
20～29	16	1	8	7	0	0	0	14	5	5	3	0	1	0
30～39	23	2	7	13	1	0	0	18	2	11	4	0	1	0
40～49	30	0	5	14	7	4	0	19	2	12	5	0	0	0
50～59	26	0	3	12	3	7	1	5	1	2	1	1	0	0
60～69	38	2	7	23	2	3	1	7	1	4	2	0	0	0
70～79	16	0	5	8	1	2	0	4	0	2	1	1	0	0
80歳以上	8	2	5	0	0	0	1	4	1	2	1	0	0	0
総 計	163	9	43	77	14	17	3	73	13	39	17	2	2	0
15～19	3.7	22.2	7.0	0.0	0.0	5.9	0.0	2.7	7.7	2.6	0.0	0.0	0.0	0.0
20～29	9.8	11.1	18.6	9.1	0.0	0.0	0.0	19.2	38.5	12.8	17.6	0.0	50.0	0.0
30～39	14.1	22.2	16.3	16.9	7.1	0.0	0.0	24.7	15.4	28.2	23.5	0.0	50.0	0.0
40～49	18.4	0.0	11.6	18.2	50.0	23.5	0.0	26.0	15.4	30.8	29.4	0.0	0.0	0.0
50～59	16.0	0.0	7.0	15.6	21.4	41.2	33.3	6.8	7.7	5.1	5.9	50.0	0.0	0.0
60～69	23.3	22.2	16.3	29.9	14.3	17.6	33.3	9.6	7.7	10.3	11.8	0.0	0.0	0.0
70～79	9.8	0.0	11.6	10.4	7.1	11.8	0.0	5.5	0.0	5.1	5.9	50.0	0.0	0.0
80歳以上	4.9	22.2	11.6	0.0	0.0	0.0	33.3	5.5	7.7	5.1	5.9	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15～19	100.0	33.3	50.0	0.0	0.0	16.7	0.0	100.0	50.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20～29	100.0	6.3	50.0	43.8	0.0	0.0	0.0	100.0	35.7	35.7	21.4	0.0	7.1	0.0
30～39	100.0	8.7	30.4	56.5	4.3	0.0	0.0	100.0	11.1	61.1	22.2	0.0	5.6	0.0
40～49	100.0	0.0	16.7	46.7	23.3	13.3	0.0	100.0	10.5	63.2	26.3	0.0	0.0	0.0
50～59	100.0	0.0	11.5	46.2	11.5	26.9	3.8	100.0	20.0	40.0	20.0	20.0	0.0	0.0
60～69	100.0	5.3	18.4	60.5	5.3	7.9	2.6	100.0	14.3	57.1	28.6	0.0	0.0	0.0
70～79	100.0	0.0	31.3	50.0	6.3	12.5	0.0	100.0	0.0	50.0	25.0	25.0	0.0	0.0
80歳以上	100.0	25.0	62.5	0.0	0.0	0.0	12.5	100.0	25.0	50.0	25.0	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	5.5	26.4	47.2	8.6	10.4	1.8	100.0	17.8	53.4	23.3	2.7	2.7	0.0

(2) 現在喫煙習慣のある者の喫煙年数

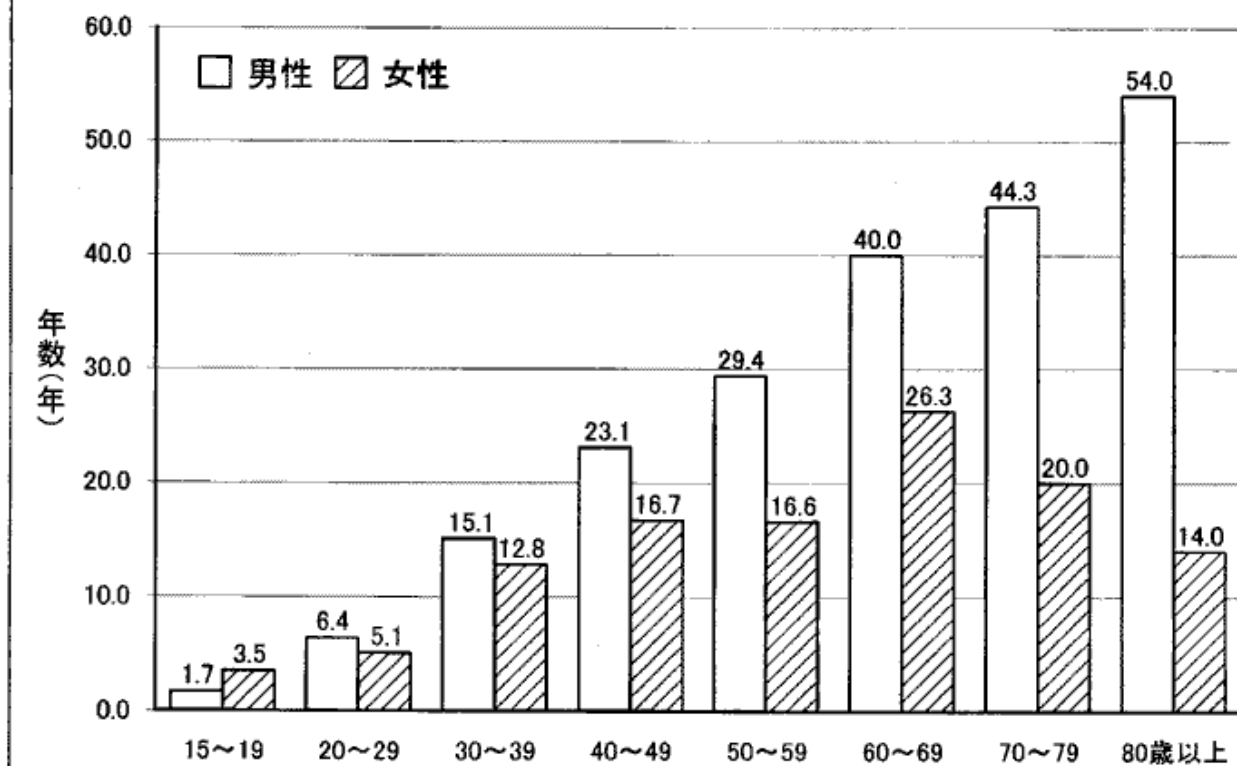
現在喫煙習慣のある者について、その喫煙年数の平均値および標準偏差を表15と図13に示した。喫煙年数の平均値は男性で24.0年、女性では13.8年であった。

表15 現在喫煙者における喫煙年数の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

(単位:年)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15~19	6	1.7	1.1	2	3.5	0.5
20~29	15	6.4	2.8	9	5.1	3.5
30~39	18	15.1	4.0	15	12.8	4.5
40~49	25	23.1	5.6	15	16.7	5.2
50~59	14	29.4	8.3	5	16.6	11.4
60~69	20	40.0	6.8	4	26.3	6.7
70~79	6	44.3	8.9	1	20.0	0.0
80歳以上	2	54.0	4.0	1	14.0	0.0
総 計	106	24.0	14.6	52	13.8	8.1

図13 性・年齢階級別にみた現在喫煙者における喫煙年数の平均値



9. 飲酒

現在飲酒習慣のある者は男性で46.2%，女性では10.5%，
 飲酒習慣のある男性において3人に1人は1日1.0～1.4合、
 1日3合以上の割合は、40歳代で3人に1人、50歳代では2人に1人

満15歳以上を対象とし、飲酒の状況を表16に示した。

現在飲酒習慣のある者は、男性で46.2%，女性では10.5%であった。

性・年齢階級別飲酒習慣ありの率を平成5年度調査と比較し、図14-1および図14-2に示した。

表16 飲酒習慣の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性				女 性			
	人数	以前から (ほとんど) 飲んで いない	以前は飲酒 の習慣が あったが 現在は ない	現在 飲酒の 習慣有り	人数	以前から (ほとんど) 飲んで いない	以前は飲酒 の習慣が あったが 現在は ない	現在 飲酒の 習慣有り
15～19	21	19	0	2	23	22	0	1
20～29	27	12	0	15	38	23	4	11
30～39	29	11	1	17	62	50	4	8
40～49	43	14	0	29	92	71	3	18
50～59	40	12	8	20	72	66	0	6
60～69	53	23	9	21	87	86	0	1
70～79	21	9	6	6	37	37	0	0
80歳以上	13	6	3	4	16	16	0	0
総 計	247	106	27	114	427	371	11	45
15～19	8.5	17.9	0.0	1.8	5.4	5.9	0.0	2.2
20～29	10.9	11.3	0.0	13.2	8.9	6.2	36.4	24.4
30～39	11.7	10.4	3.7	14.9	14.5	13.5	36.4	17.8
40～49	17.4	13.2	0.0	25.4	21.5	19.1	27.3	40.0
50～59	16.2	11.3	29.6	17.5	16.9	17.8	0.0	13.3
60～69	21.5	21.7	33.3	18.4	20.4	23.2	0.0	2.2
70～79	8.5	8.5	22.2	5.3	8.7	10.0	0.0	0.0
80歳以上	5.3	5.7	11.1	3.5	3.7	4.3	0.0	0.0
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
15～19	100.0	90.5	0.0	9.5	100.0	95.7	0.0	4.3
20～29	100.0	44.4	0.0	55.6	100.0	60.5	10.5	28.9
30～39	100.0	37.9	3.4	58.6	100.0	80.6	6.5	12.9
40～49	100.0	32.6	0.0	67.4	100.0	77.2	3.3	19.6
50～59	100.0	30.0	20.0	50.0	100.0	91.7	0.0	8.3
60～69	100.0	43.4	17.0	39.6	100.0	98.9	0.0	1.1
70～79	100.0	42.9	28.6	28.6	100.0	100.0	0.0	0.0
80歳以上	100.0	46.2	23.1	30.8	100.0	100.0	0.0	0.0
総 計	100.0	42.9	10.9	46.2	100.0	86.9	2.6	10.5

図14-1 年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの率(%)年次比較(男性)

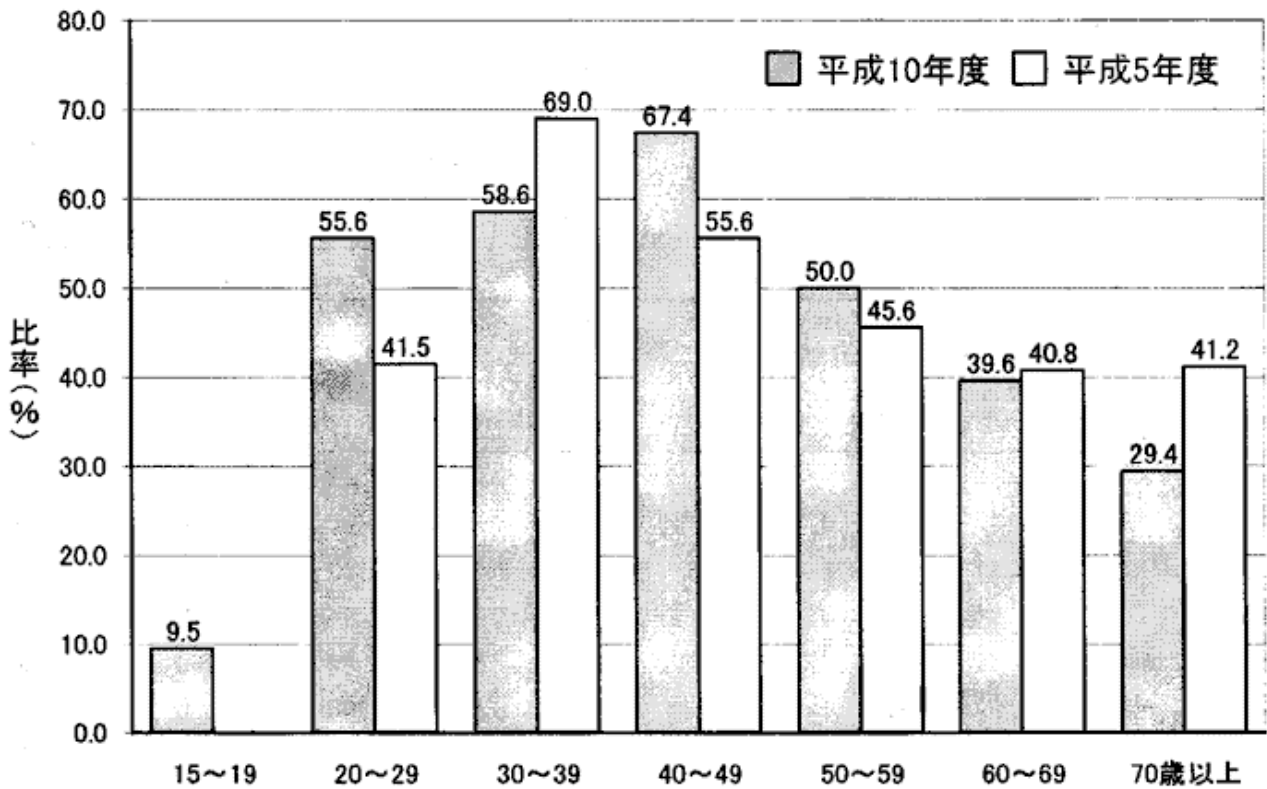
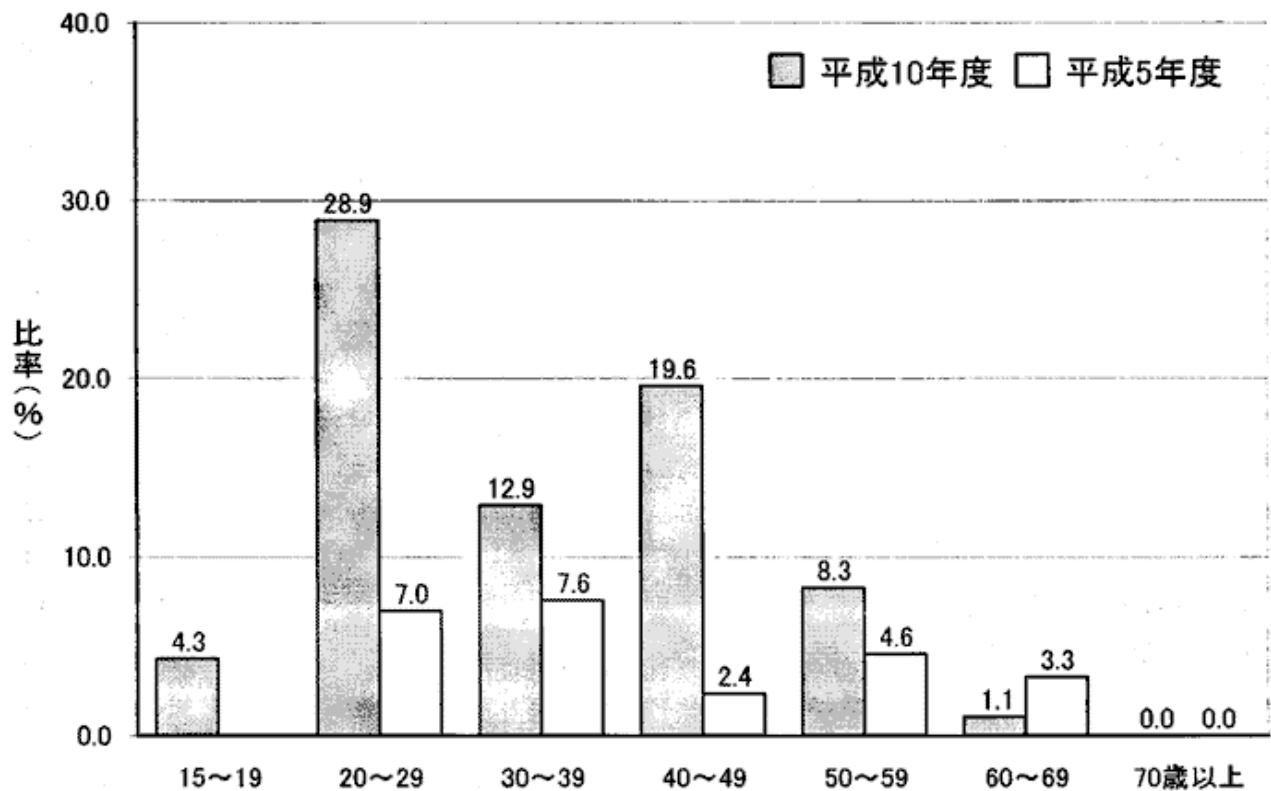


図14-2 年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの率(%)年次比較(女性)



(1) 現在飲酒習慣のある者の飲酒量

現在飲酒習慣のある者について、その飲酒量の平均値および標準偏差を表17と図15に示し、性・年齢階級別飲酒量の分布を表18に示した。

飲酒量の平均値は、日本酒換算量にして男性では2.1合/日、女性では1.2合/日であった。

表17 現在飲酒習慣ありの者の飲酒量の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

(単位:合)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15～19	2	1.0	0.0	1	0.5	0.0
20～29	14	1.9	1.2	11	0.9	0.2
30～39	15	1.8	1.1	7	1.1	0.3
40～49	28	2.1	1.2	18	1.5	1.0
50～59	20	2.5	1.7	6	1.2	0.4
60～69	20	2.0	1.3	1	1.0	0.0
70～79	6	2.4	1.9	0	0.0	0.0
80歳以上	4	1.5	0.5	0	0.0	0.0
総 計	109	2.1	1.4	44	1.2	0.7

図15 性・年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの者における飲酒量の平均値

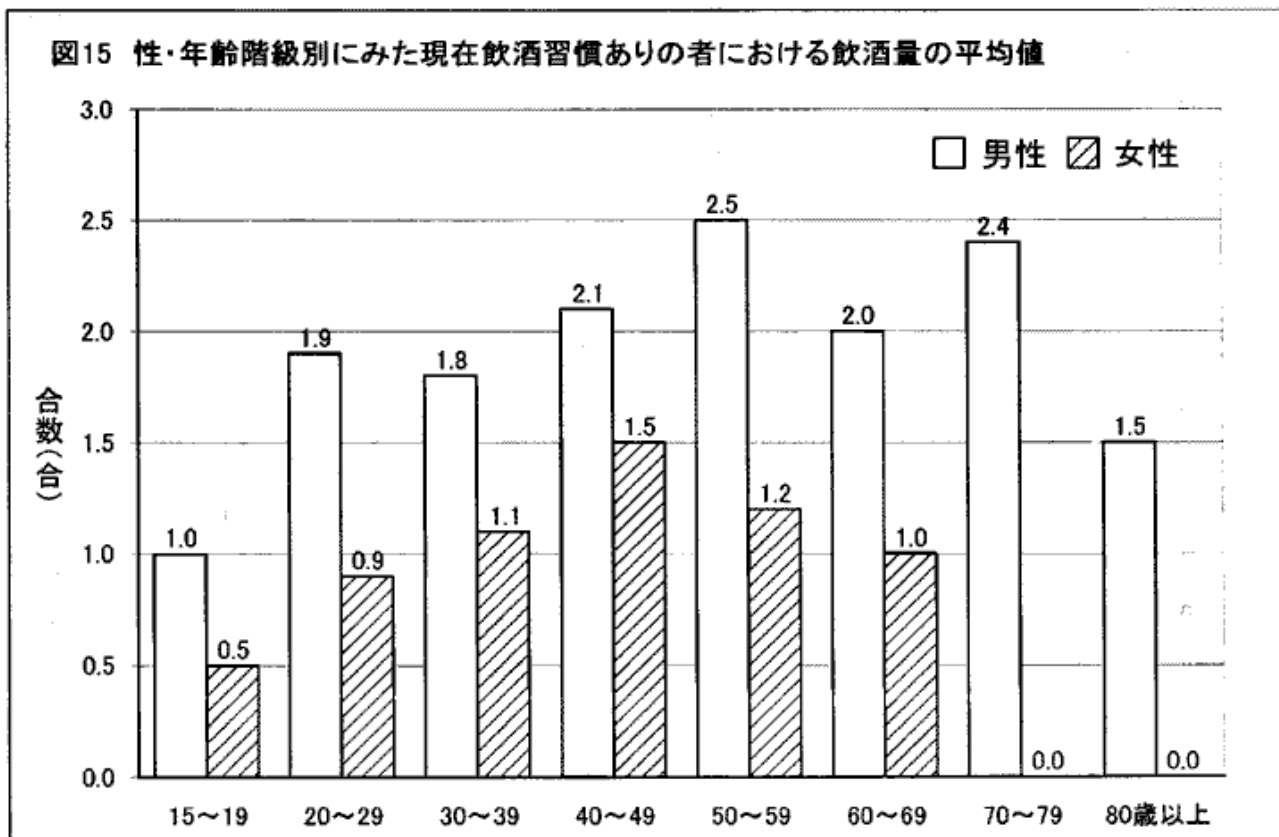


表18 現在飲酒習慣ありの者の飲酒量の分布(性・年齢階級別)

(単位:実数,%)

年 齢	男 性						女 性					
	人数	1合 未満	1.0~ 1.4合	1.5~ 1.9合	2.0~ 2.4合	3.0合 以上	人数	1合 未満	1.0~ 1.4合	1.5~ 1.9合	2.0~ 2.4合	3.0合 以上
15~19	2	0	2	0	0	0	1	1	0	0	0	0
20~29	14	0	7	0	4	3	15	3	10	0	2	0
30~39	16	1	7	1	4	3	11	0	7	0	2	2
40~49	28	2	8	1	8	9	20	4	7	0	5	4
50~59	28	1	9	0	4	14	6	0	5	0	1	0
60~69	29	0	10	0	14	5	1	0	1	0	0	0
70~79	12	1	2	0	3	6	0	0	0	0	0	0
80歳以上	7	0	3	0	3	1	0	0	0	0	0	0
総 計	136	5	48	2	40	41	54	8	30	0	10	6
15~19	1.5	0.0	4.2	0.0	0.0	0.0	1.9	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0
20~29	10.3	0.0	14.6	0.0	10.0	7.3	27.8	37.5	33.3	0.0	20.0	0.0
30~39	11.8	20.0	14.6	50.0	10.0	7.3	20.4	0.0	23.3	0.0	20.0	33.3
40~49	20.6	40.0	16.7	50.0	20.0	22.0	37.0	50.0	23.3	0.0	50.0	66.7
50~59	20.6	20.0	18.8	0.0	10.0	34.1	11.1	0.0	16.7	0.0	10.0	0.0
60~69	21.3	0.0	20.8	0.0	35.0	12.2	1.9	0.0	3.3	0.0	0.0	0.0
70~79	8.8	20.0	4.2	0.0	7.5	14.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
80歳以上	5.1	0.0	6.3	0.0	7.5	2.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	0.0	100.0	100.0
15~19	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	100.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20~29	100.0	0.0	50.0	0.0	28.6	21.4	100.0	20.0	66.7	0.0	13.3	0.0
30~39	100.0	6.3	43.8	6.3	25.0	18.8	100.0	0.0	63.6	0.0	18.2	18.2
40~49	100.0	7.1	28.6	3.6	28.6	32.1	100.0	20.0	35.0	0.0	25.0	20.0
50~59	100.0	3.6	32.1	0.0	14.3	50.0	100.0	0.0	83.3	0.0	16.7	0.0
60~69	100.0	0.0	34.5	0.0	48.3	17.2	100.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0
70~79	100.0	8.3	16.7	0.0	25.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
80歳以上	100.0	0.0	42.9	0.0	42.9	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
総 計	100.0	3.7	35.3	1.5	29.4	30.1	100.0	14.8	55.6	0.0	18.5	11.1

(2) 現在飲酒習慣のある者の飲酒年数

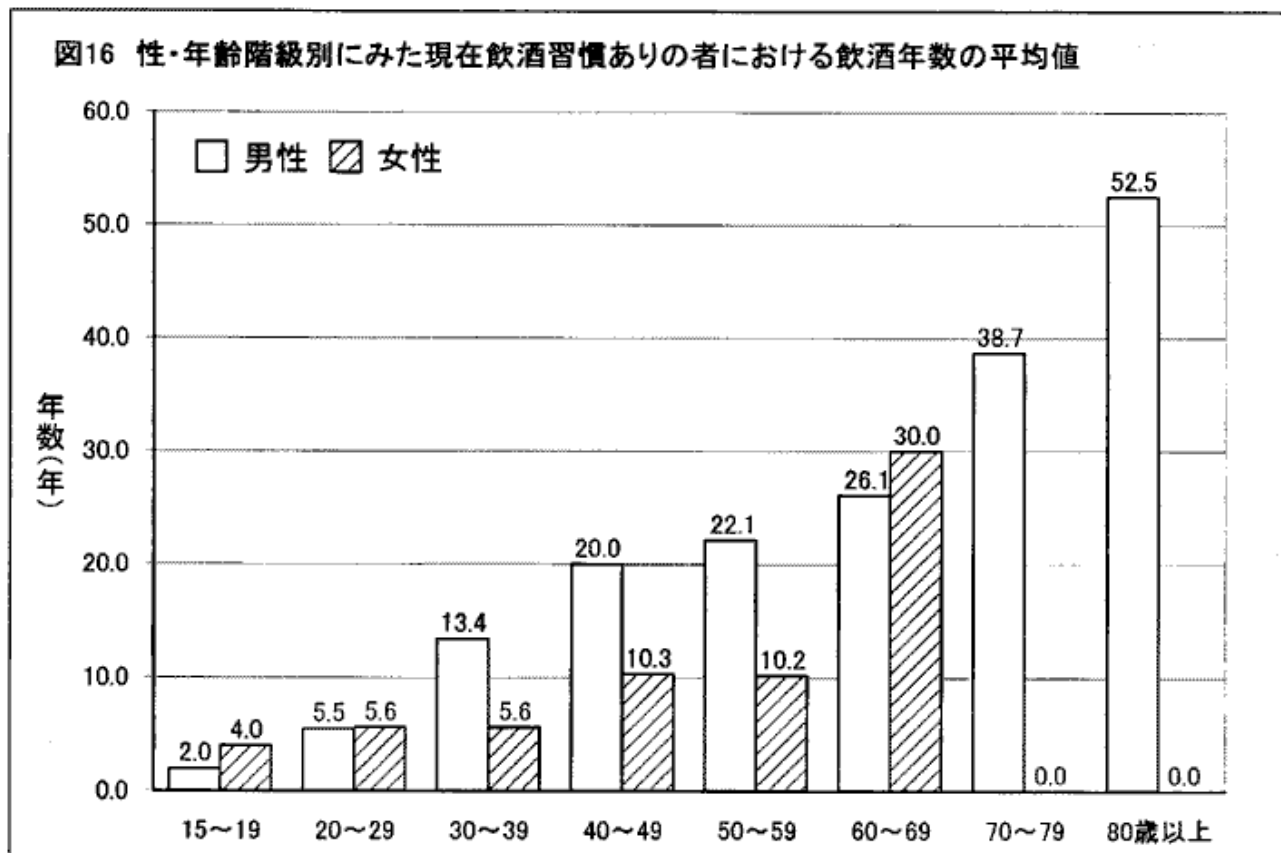
現在飲酒習慣のある者について、その飲酒年数の平均値および標準偏差を表19と図16に示した。飲酒年数の平均値は、男性で20.6年、女性では8.6年であった。

表19 現在飲酒習慣ありの者の飲酒年数の平均値および標準偏差(性・年齢階級別)

(単位:年)

年 齢	男性			女性		
	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差
15～19	2	2.0	1.0	1	4.0	0.0
20～29	14	5.5	3.1	11	5.6	2.7
30～39	16	13.4	4.4	8	5.6	6.1
40～49	29	20.0	8.4	18	10.3	8.0
50～59	20	22.1	10.7	6	10.2	9.7
60～69	21	26.1	15.0	1	30.0	0.0
70～79	6	38.7	12.1	0	0.0	0.0
80歳以上	4	52.5	13.0	0	0.0	0.0
総 計	112	20.6	14.2	45	8.6	7.9

図16 性・年齢階級別にみた現在飲酒習慣ありの者における飲酒年数の平均値



《 目 次 》

Ⅲ 血液検査	109
1. 血色素量	112
2. 赤血球数	114
3. 血糖	116
4. ヘモグロビンA1c	118
5. 総コレステロール	120
6. HDL-コレステロール	122
7. 中性脂肪	124
8. GOT	126
9. GPT	128
10. γ -GTP	130
11. 総たんぱく	132

Ⅲ 血液検査（図表目次）

表1	血液検査の対象者人員構成（地区別・性別・年齢階級別）	111
表2	血色素量の平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	112
表3	赤血球数の平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	114
表4	血糖の平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	116
表5	ヘモグロビンA1cの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	118
表6	総コレステロールの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	120
表7	HDLコレステロールの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	122
表8	中性脂肪の平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	124
表9	GOTの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	126
表10	GPTの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	128
表11	γ -GTPの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	130
表12	総たんぱくの平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	132
図1	血液検査の対象者人員構成	110
図2-1	血色素量の分布（男）	112
図2-2	血色素量の分布（女）	112
図3-1	血色素量が要指導、要医療の人の割合（男）	113
図3-2	血色素量が要指導、要医療の人の割合（女）	113
図4-1	赤血球数の分布（男）	114
図4-2	赤血球数の分布（女）	114
図5-1	赤血球数が少ない人、多い人の割合（男）	115
図5-2	赤血球数が少ない人、多い人の割合（女）	115
図6-1	血糖の分布（男）	116
図6-2	血糖の分布（女）	116
図7-1	血糖が要指導、要医療の人の割合（男）	117
図7-2	血糖が要指導、要医療の人の割合（女）	117
図8-1	ヘモグロビンA1cの分布（男）	118
図8-2	ヘモグロビンA1cの分布（女）	118
図9-1	ヘモグロビンA1cが要指導、要医療の人の割合（男）	119
図9-2	ヘモグロビンA1cが要指導、要医療の人の割合（女）	119
図10-1	総コレステロールの分布（男）	120
図10-2	総コレステロールの分布（女）	120
図11-1	総コレステロールが要指導、要医療の人の割合（男）	121
図11-2	総コレステロールが要指導、要医療の人の割合（女）	121
図12-1	HDLコレステロールの分布（男）	122
図12-2	HDLコレステロールの分布（女）	122
図13-1	HDLコレステロールが要指導、要医療の人の割合（男）	123
図13-2	HDLコレステロールが要指導、要医療の人の割合（女）	123
図14-1	中性脂肪の分布（男）	124
図14-2	中性脂肪の分布（女）	124
図15-1	中性脂肪が要指導、要医療の人の割合（男）	125
図15-2	中性脂肪が要指導、要医療の人の割合（女）	125

図16-1	GOTの分布（男）	126
図16-2	GOTの分布（女）	126
図17-1	GOTが要指導、要医療の人の割合（男）	127
図17-2	GOTが要指導、要医療の人の割合（女）	127
図18-1	GPTの分布（男）	128
図18-2	GPTの分布（女）	128
図19-1	GPTが要指導、要医療の人の割合（男）	129
図19-2	GPTが要指導、要医療の人の割合（女）	129
図20-1	γ -GTPの分布（男）	130
図20-2	γ -GTPの分布（女）	130
図21-1	γ -GTPが要指導、要医療の人の割合（男）	131
図21-2	γ -GTPが要指導、要医療の人の割合（女）	131
図22-1	総たんぱくの分布（男）	132
図22-2	総たんぱくの分布（女）	132
図23-1	総たんぱくが低い人、高い人の割合（男）	133
図23-2	総たんぱくが低い人、高い人の割合（女）	133

Ⅲ 血液検査

Ⅲ 血液検査

対象者の性・年齢階級別人員構成

血液検査の対象者の性・年齢階級別人員構成を図1に示し、地区別、性別、年齢階級別の対象者の人数を表1に示した。

7保健所管内、20地区内の男性233人、女性413人の合計646人を対象とした。

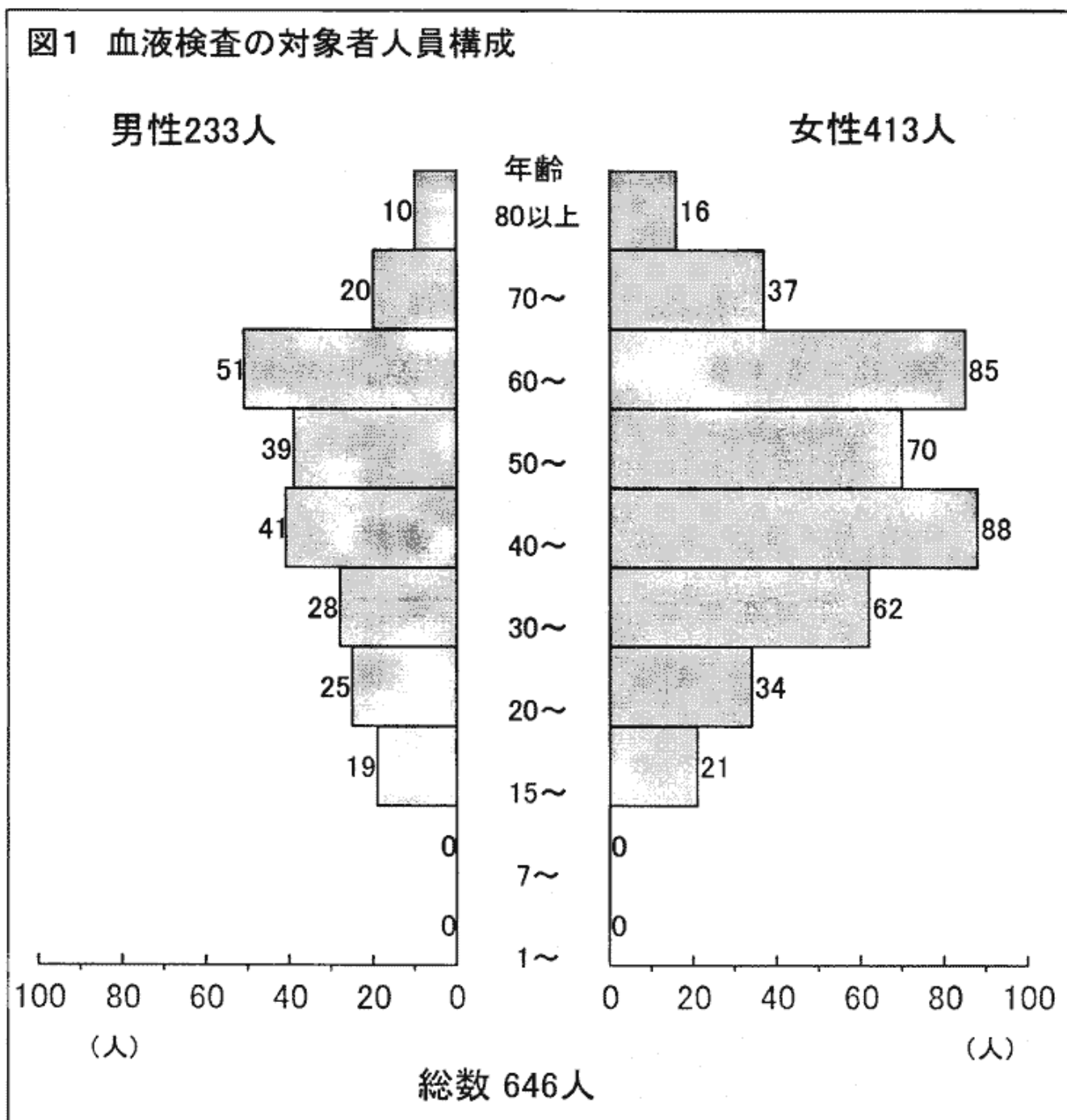


表1 血液検査の対象者人員構成(地区別・性別・年齢階級別)

単位:人数

地区名	15～19歳		20～29歳		30～49歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上		総計		
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
11:名護市 東江	3	2	6	7	4	13	4	11	0	0	2	2	0	1	0	0	19	36	55
12:本部町 備瀬	3	3	1	1	1	4	5	8	5	5	4	7	2	4	1	5	22	37	59
21:勝連町 平敷屋	0	1	0	1	2	3	3	5	0	6	2	7	2	4	0	0	9	27	36
22:石川市 東山区	0	1	2	1	1	3	0	2	1	0	1	1	2	2	0	0	7	10	17
31:宜野湾市 赤道	0	0	2	0	0	0	0	3	3	3	3	3	0	2	0	0	8	11	19
32:北中城村 熱田	0	0	0	0	2	4	2	2	1	3	7	7	0	1	3	2	15	19	34
33:嘉手納町 水釜	1	0	1	1	1	0	0	5	1	0	1	2	0	1	0	0	5	9	14
34:読谷村 高志保	0	0	0	0	0	1	0	1	2	2	0	7	0	2	0	2	2	15	17
41:那覇市 天久	1	3	0	2	0	1	1	1	1	4	2	0	0	1	0	0	5	12	17
42:那覇市 古波蔵	0	0	1	0	2	1	2	2	1	1	2	5	1	1	0	1	9	11	20
43:那覇市 小祿	3	3	0	2	1	3	2	6	1	2	1	4	2	3	0	0	10	23	33
44:那覇市 首里鳥堀	1	0	1	4	2	3	0	4	0	1	6	8	1	1	2	1	13	22	35
45:那覇市 久米	0	0	0	0	0	2	0	3	0	0	0	2	2	2	0	0	2	9	11
46:那覇市 松川	0	0	1	1	1	1	3	5	1	1	0	2	0	2	1	0	7	12	19
51:知念村 具志堅	1	2	4	3	2	1	2	4	4	11	4	8	3	3	0	3	20	35	55
52:糸満市 前端区	0	2	1	0	2	4	0	1	2	3	0	0	2	1	1	1	8	12	20
53:浦添市 安波茶	1	1	1	2	2	2	5	9	6	9	6	6	0	0	0	1	21	30	51
54:与那原町 字与那原	1	2	2	6	1	5	6	10	5	14	3	7	0	3	0	0	18	47	65
61:平良市 西里	0	0	1	3	1	3	2	1	2	2	3	3	1	1	0	0	10	13	23
71:石垣市 大川	4	1	1	0	3	8	4	5	3	3	4	4	2	2	2	0	23	23	46
総計	19	21	25	34	28	62	41	88	39	70	51	85	20	37	10	16	233	413	646

1. 血色素量

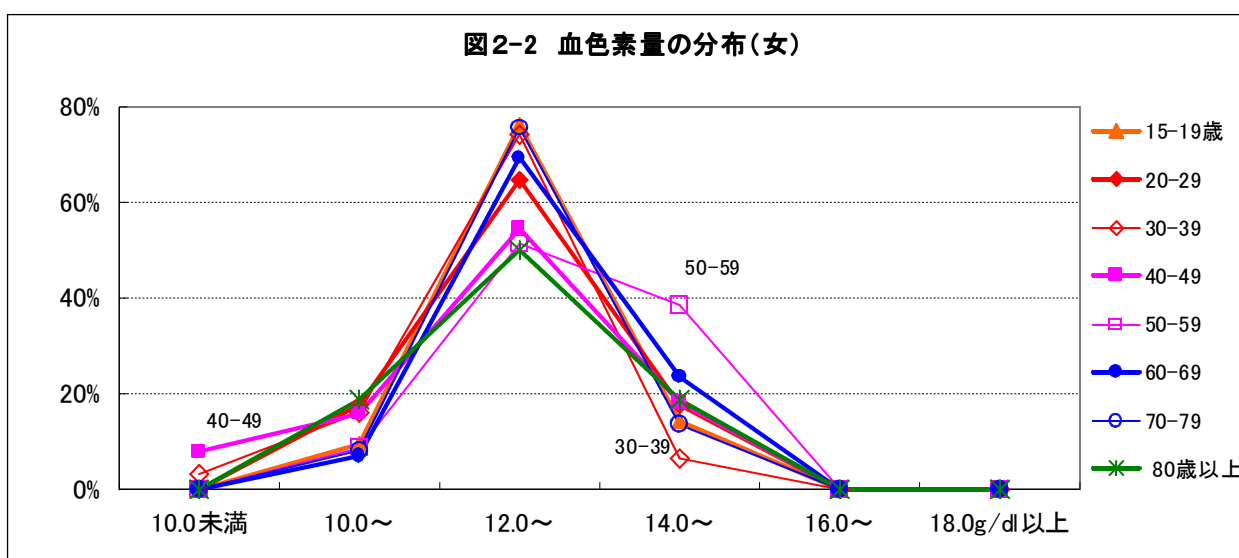
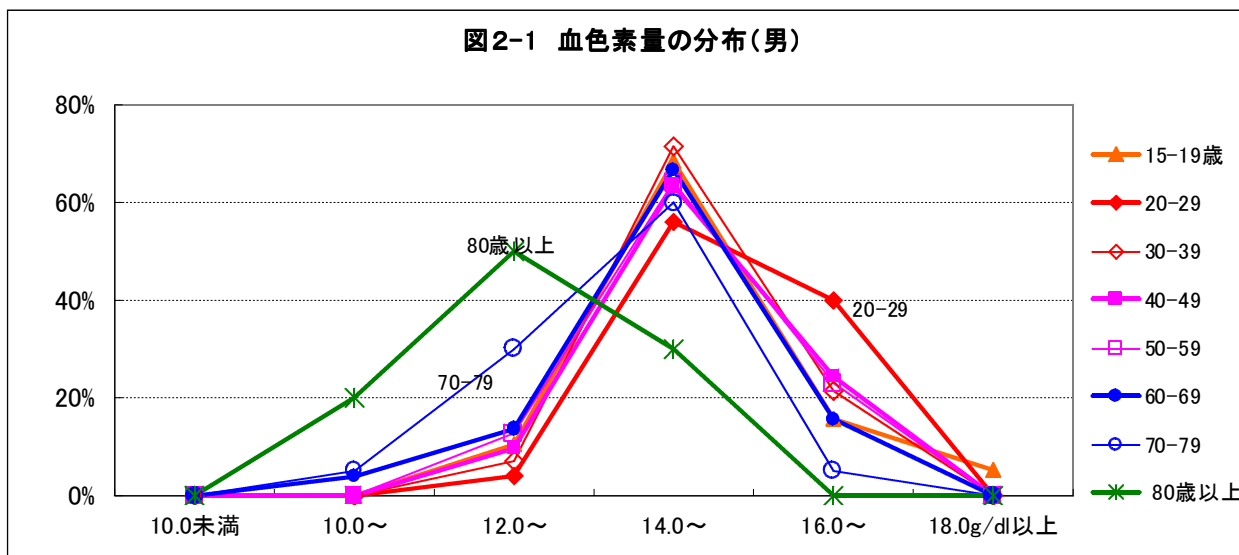
血色素量の平均値は男性 15.0g/dl、女性 13.0g/dl

血色素量の平均値および標準偏差は、表2のとおりである。平均値はすべての年齢階級で男性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男性では分布のピークが 14.0 ~ 15.9g/dl であるが、70 歳以上の高齢者で 14.0g/dl 未満の低値者が多い。女性では分布のピークは 12.0 ~ 13.9g/dl となっており、20 ~ 40 代に 12.0g/dl 未満の低値者が多い。

表2. 血色素量の平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (g/dl)

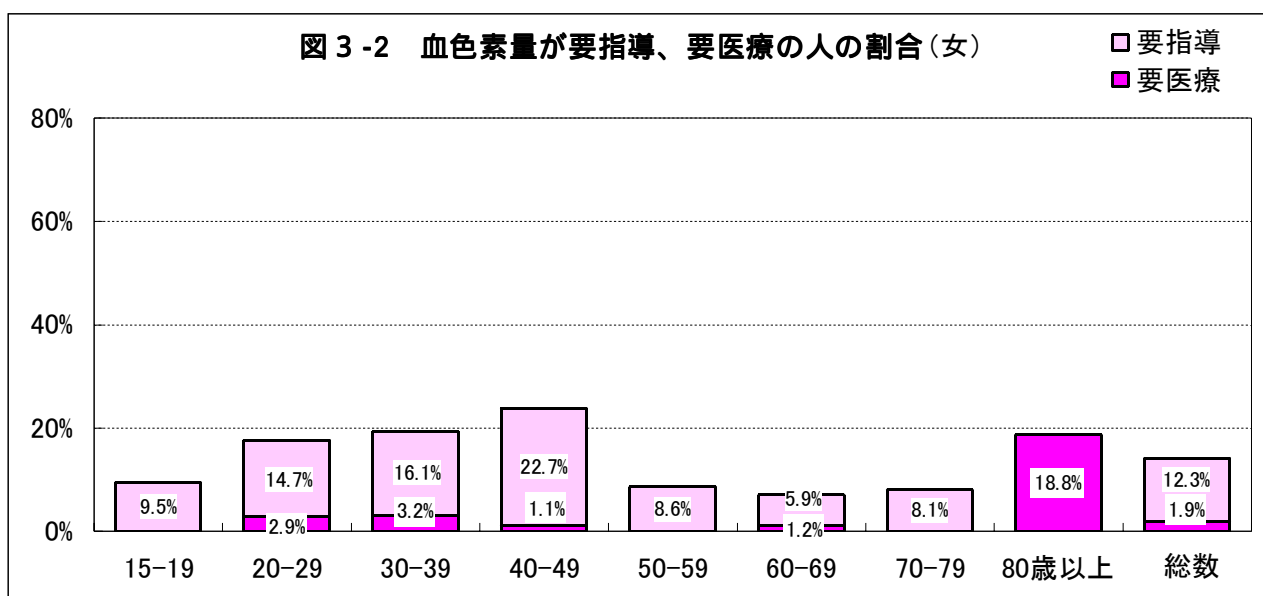
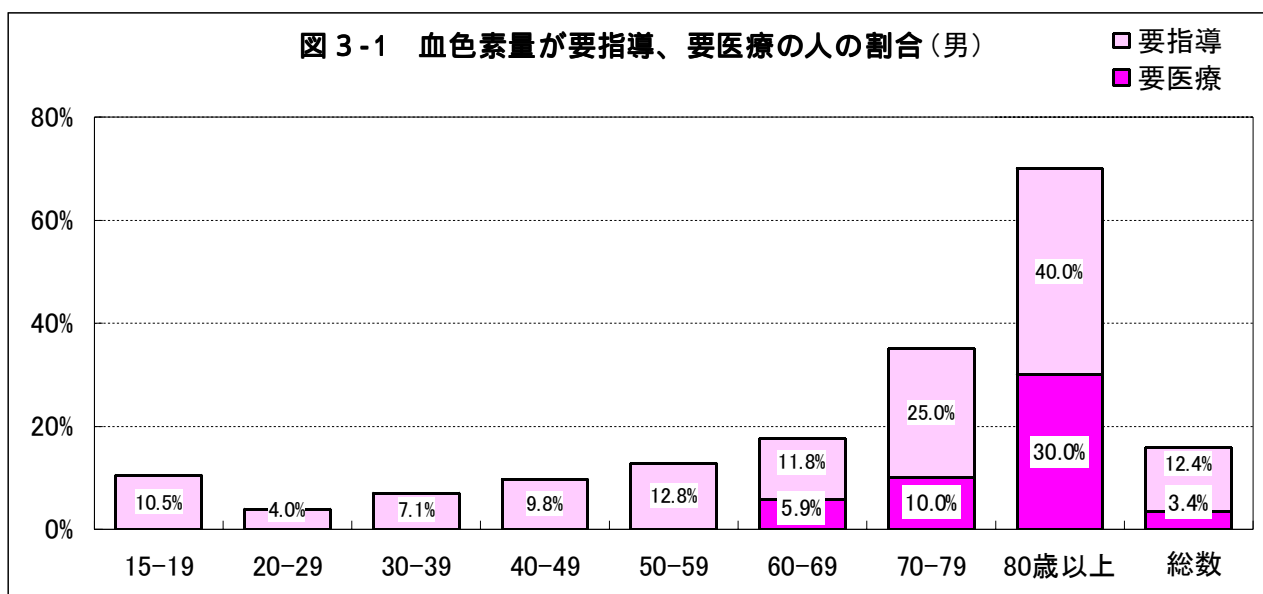
	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	15.4	1.2	19	13.0	0.8	21
20-29	15.7	0.8	25	13.1	1.2	34
30-39	15.3	1.0	28	12.7	1.1	62
40-49	15.4	0.9	40	12.7	1.6	85
50-59	15.2	1.0	39	13.5	1.0	69
60-69	14.7	1.2	51	13.2	1.0	85
70-79	14.1	1.0	20	13.0	1.1	36
80歳以上	13.1	1.4	10	12.9	1.4	14
総数	15.0	1.2	232	13.0	1.2	406



血色素量が要指導および要医療の人は男性 15.8%、女性 14.2%

血色素量が要指導および要医療の者(男性 14g/dl 未満、女性 12.0g/dl 未満)は、男性 15.8%、女性 14.2%となっている。性別、年齢階級別にみると、男性では、要指導、要医療の割合が女性に比べてやや高くなっており、加齢とともに異常者が増加している。女性では、20～40代で要指導および要医療の割合が高い。

<正常範囲> 男性 14～18 g/dl、女性 12～16 g/dl



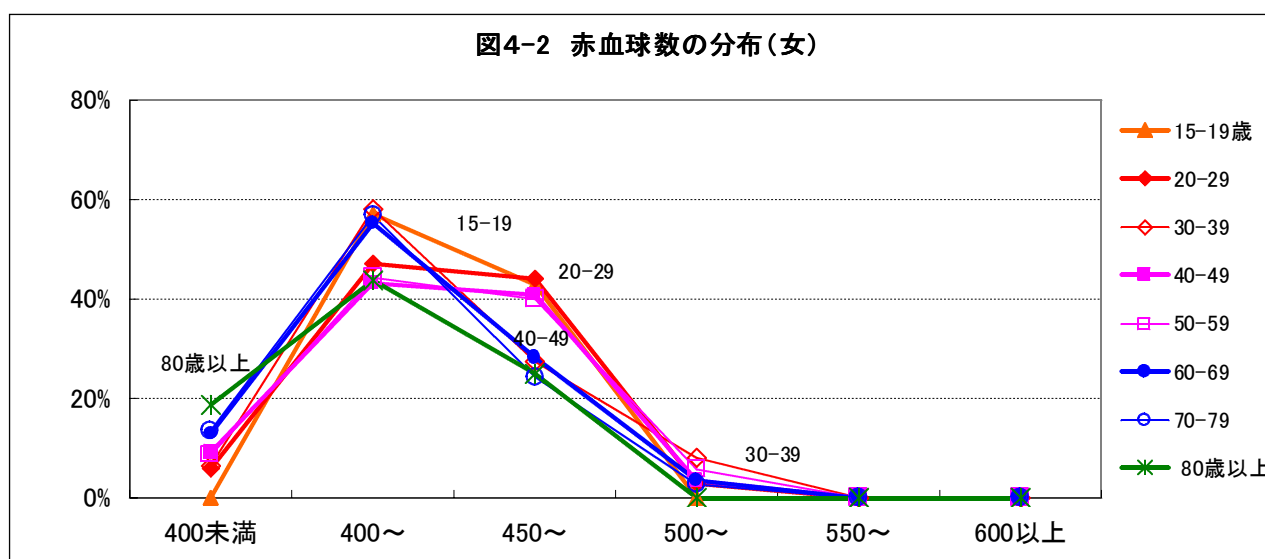
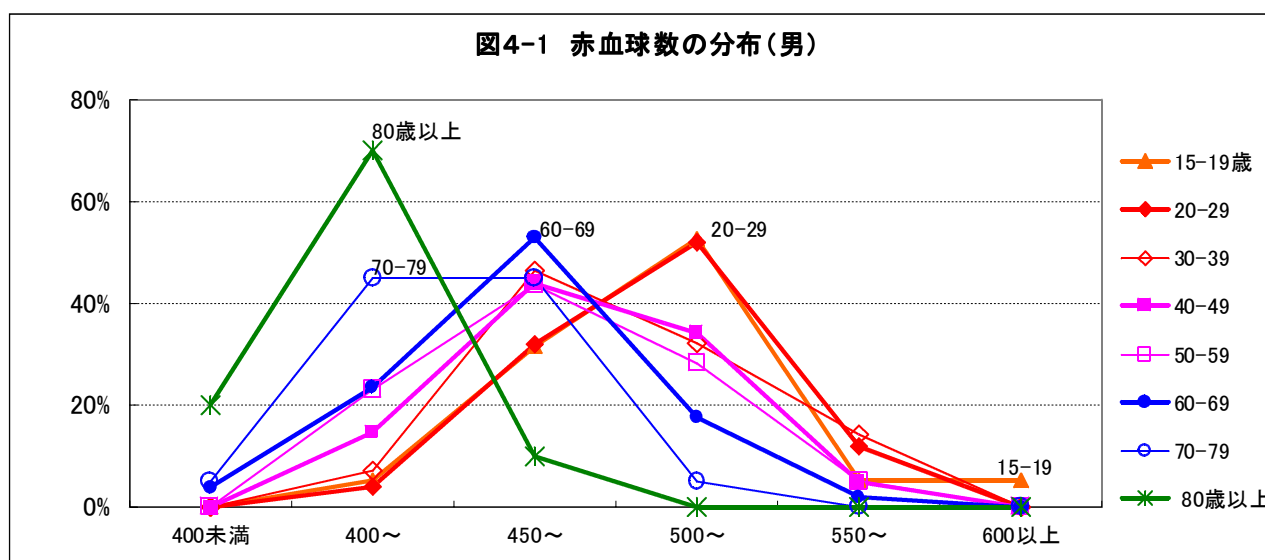
2. 赤血球数

赤血球数の平均値は男性 484 万個/mm³、女性 441 万個/mm³

赤血球数の平均値および標準偏差は、表3のとおりである。平均値は80歳以上を除くすべての年齢階級で男性が高い。性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男性では年代が上昇するごとに平均値が低下するのに対して、女性ではピークが一致しており年代ごとの分布の差はなかった。

表3. 赤血球数の平均値、標準偏差(性、年齢階級別)
(10⁴/mm³)

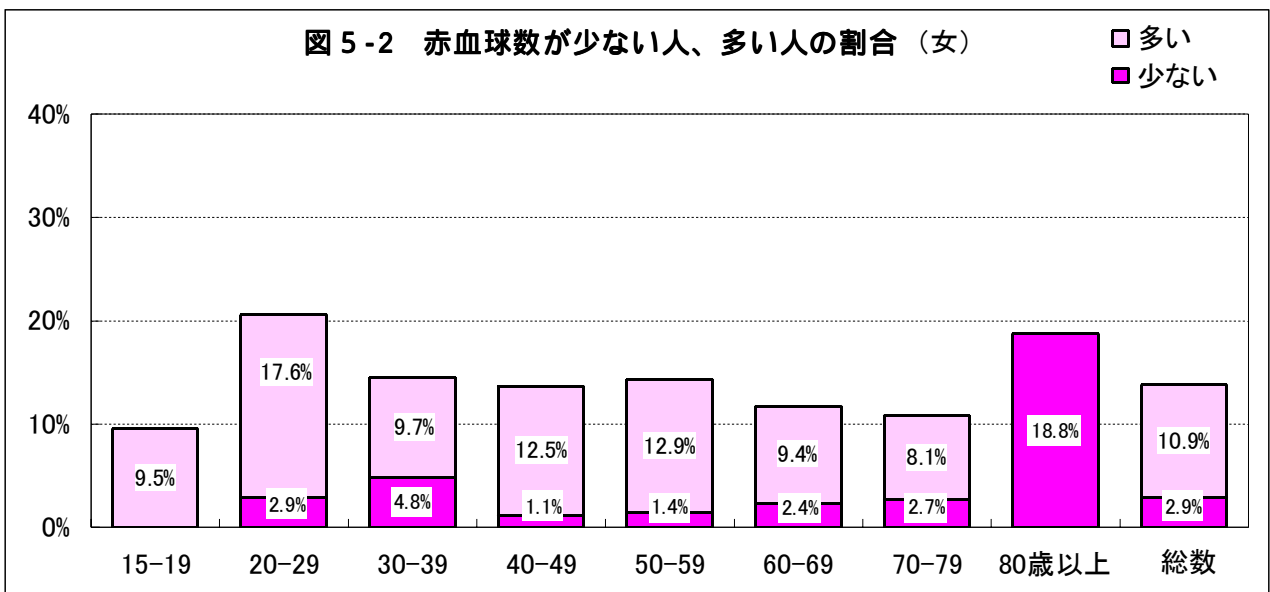
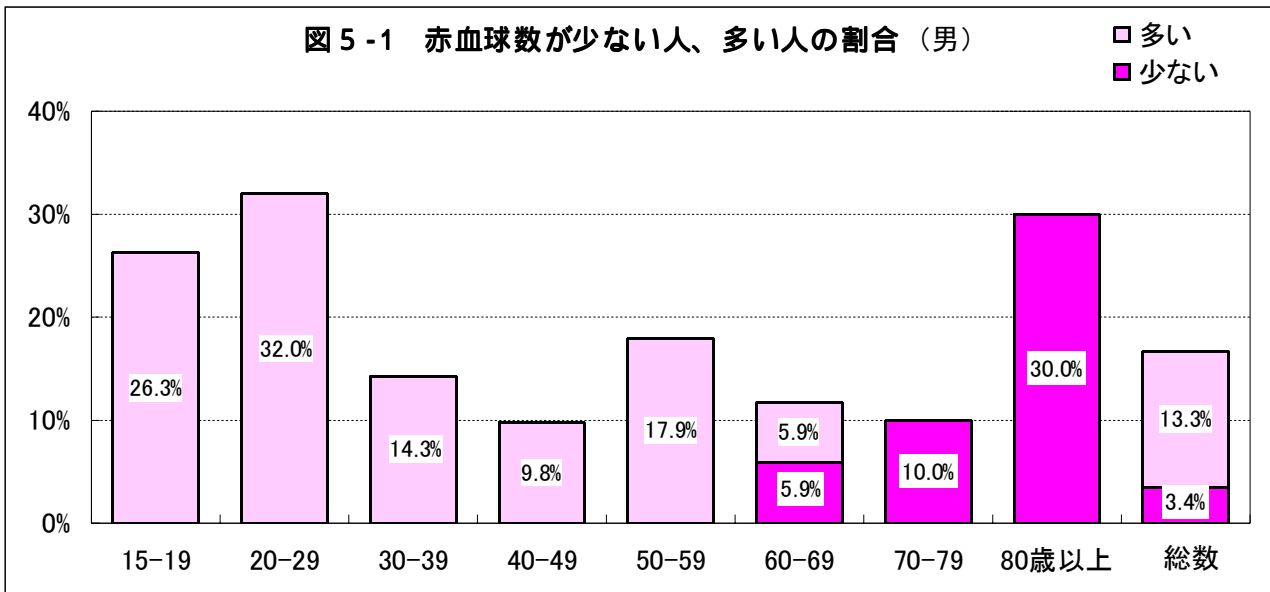
	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	514.4	40.2	19	445.8	21.6	21
20-29	514.4	35.9	25	444.7	36.3	34
30-39	500.5	38.6	28	442.9	31.8	62
40-49	489.8	35.6	40	445.1	31.3	85
50-59	484.2	42.3	39	447.0	32.8	69
60-69	469.7	38.0	51	436.6	32.9	85
70-79	448.1	29.9	20	432.7	30.5	36
80歳以上	416.6	34.8	10	419.5	48.3	14
総数	483.6	44.5	232	441.3	33.2	406



赤血球数の少ない人は男性 3.4%、女性 2.9%

赤血球数が多い人（男性 530 万個/mm³ 以上、女性 480 万個/mm³ 以上）は、男性 13.3%、女性 10.9% となっている。また、少ない人（男性 410 万個/mm³ 未満、女性 380 万個/mm³ 未満）は、男性 3.4%、女性 2.9%となっている。男性では赤血球の少ない人は 60 代以上にしかみられないが、女性では 20 代から一定割合出現している。

< 正常範囲 > 男性 410 ~ 530 万個/mm³ 女性 380 ~ 480 万個/mm³



3 . 血糖

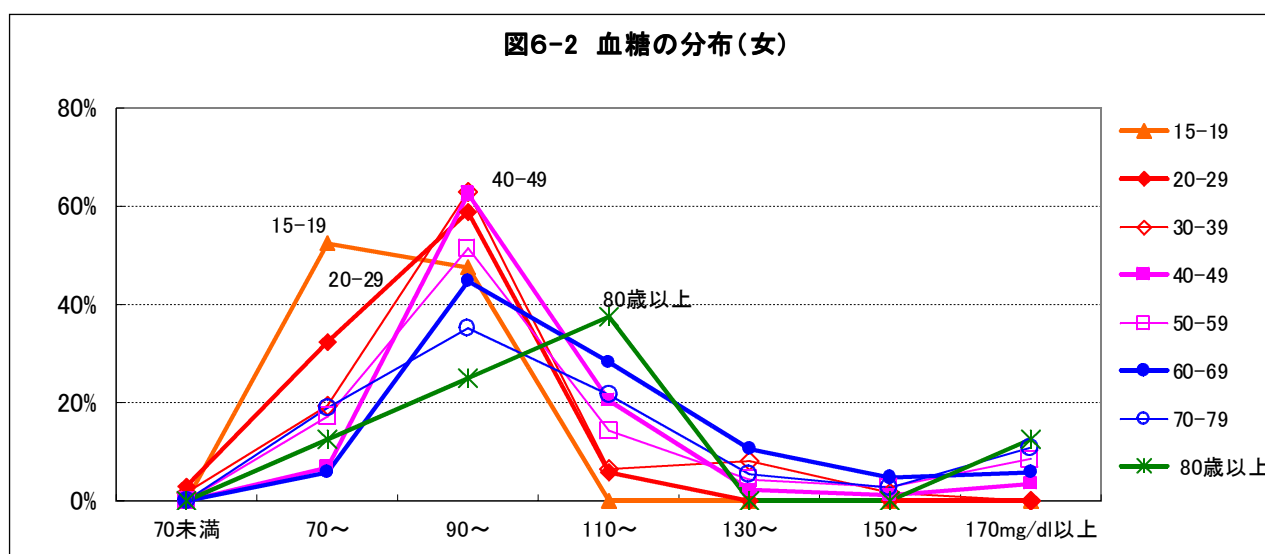
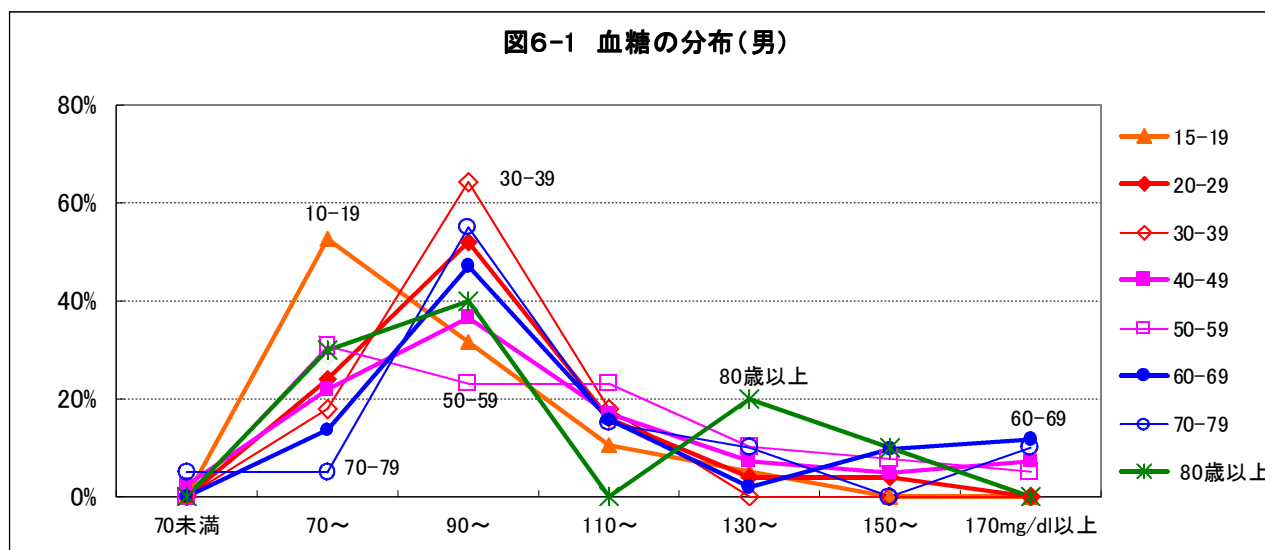
血糖の平均値は男性 113.0mg/dl、女性 110.0mg/dl

血糖値の平均値および標準偏差は、表 4 のとおりである。平均値は 80 歳以上と 30 代、50 代を除くすべての年齢階級で男性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、下図 6-1 のように男女とも 90 ~ 110mg/dl をピークとして似たような分布パターンである。

表 4. 血糖の平均値、標準偏差(性、年齢階級別)

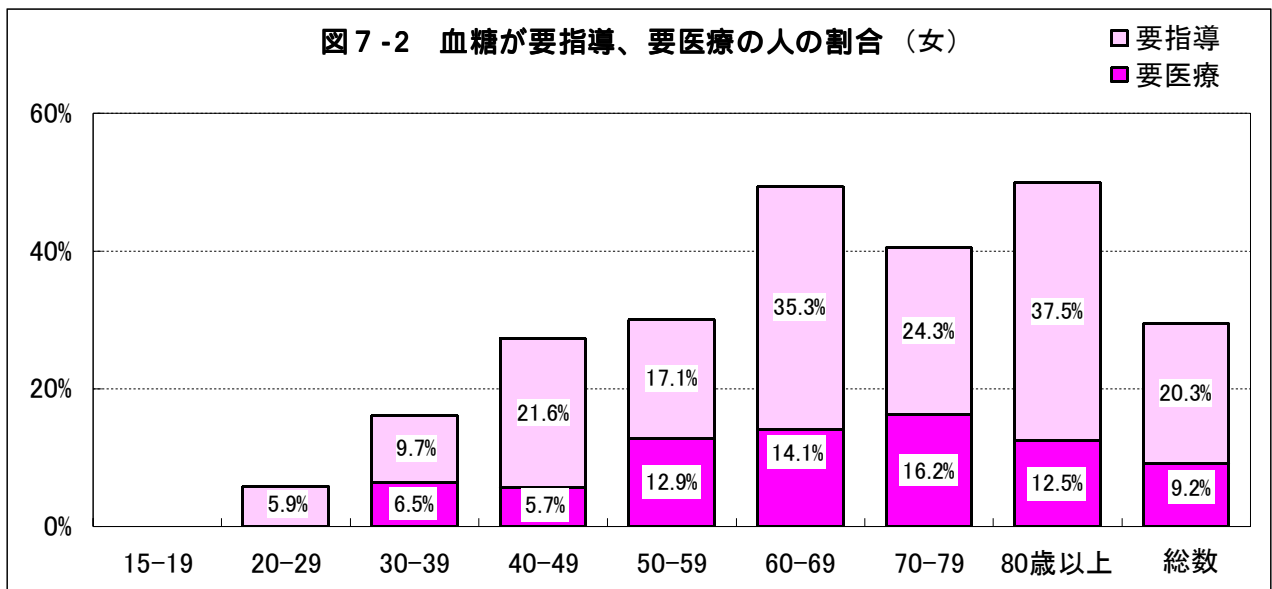
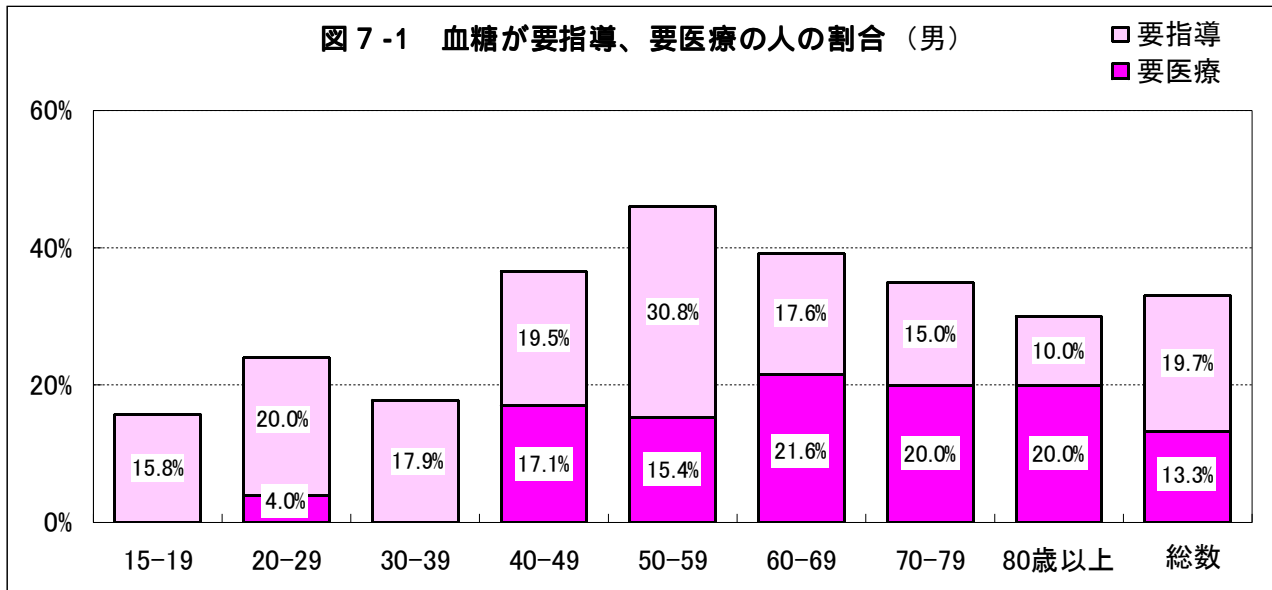
	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	94.6	12.7	19	89.7	7.6	21
20-29	100.6	18.6	25	93.2	13.2	34
30-39	98.2	10.1	28	99.2	18.2	62
40-49	114.3	43.9	40	107.9	32.9	85
50-59	116.9	39.0	39	119.4	61.7	69
60-69	122.2	48.8	51	119.4	38.9	85
70-79	134.9	95.5	20	117.5	37.5	35
80歳以上	109.6	25.4	10	120.4	30.1	14
総数	113.0	46.1	232	110.0	39.0	405



血糖の高値者は男性 33.0%、女性 29.5%

血糖の高値者（男女とも 110mg/dl 以上）は、男性 33.0%、女性 29.5%となっている。性別、年齢階級別にみると、40代から男女ともに要指導、要医療が増えており、男性は50代、女性は60代がピークで、40代以降の要医療は男性15～20%、女性は6～16%となっている。

< 正常範囲 > 110 mg/dl 未満



4. ヘモグロビンA1c

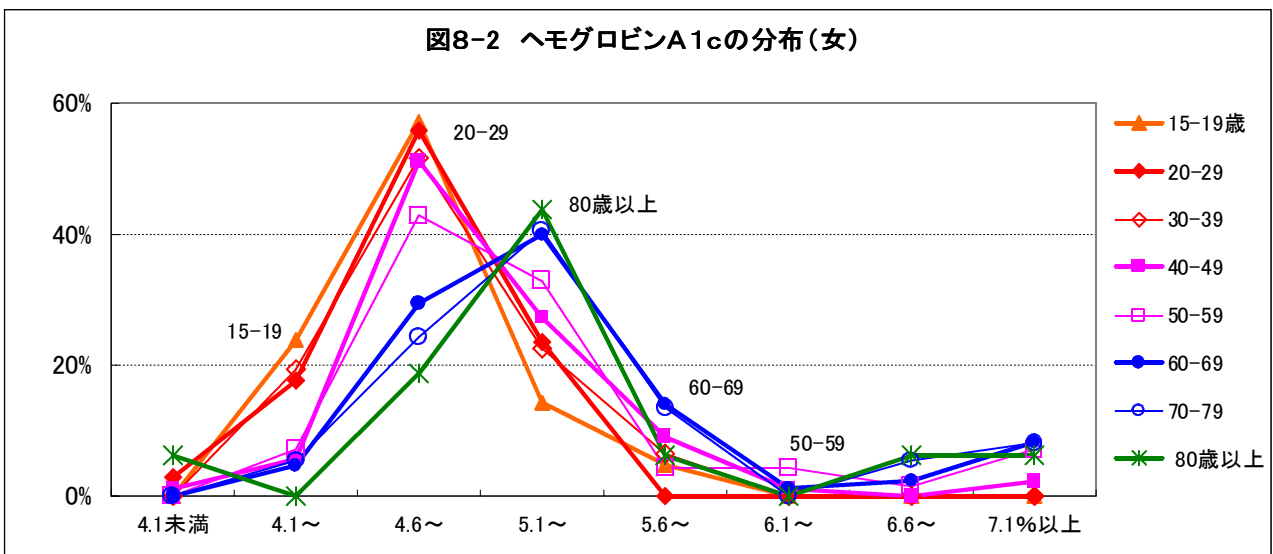
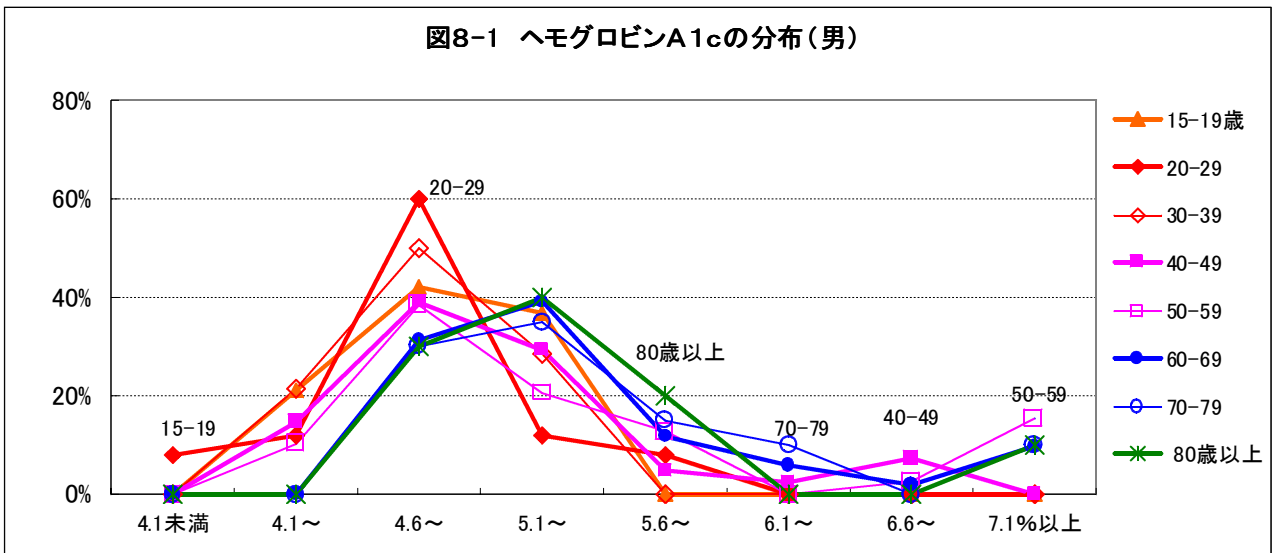
ヘモグロビン A1c の平均値は男性 5.3%、女性 5.2%

ヘモグロビン A1c の平均値および標準偏差は、表 5 のとおりである。平均値は 30 代を除くすべての年齢階級で男性がやや高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男女とも 80 歳以上を除いて 4.6 を最頻値のピークとしている。男性の異常なしは 80.3%、女性の異常なしは 83.5%であった。

表 5. ヘモグロビン A1c の平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (%)

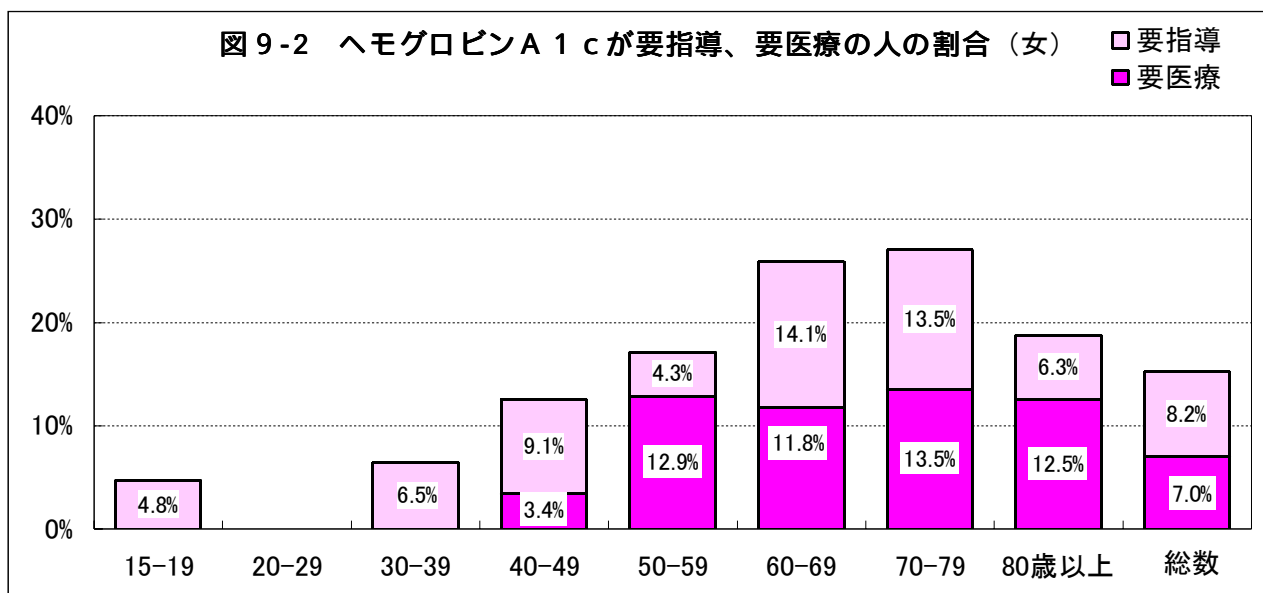
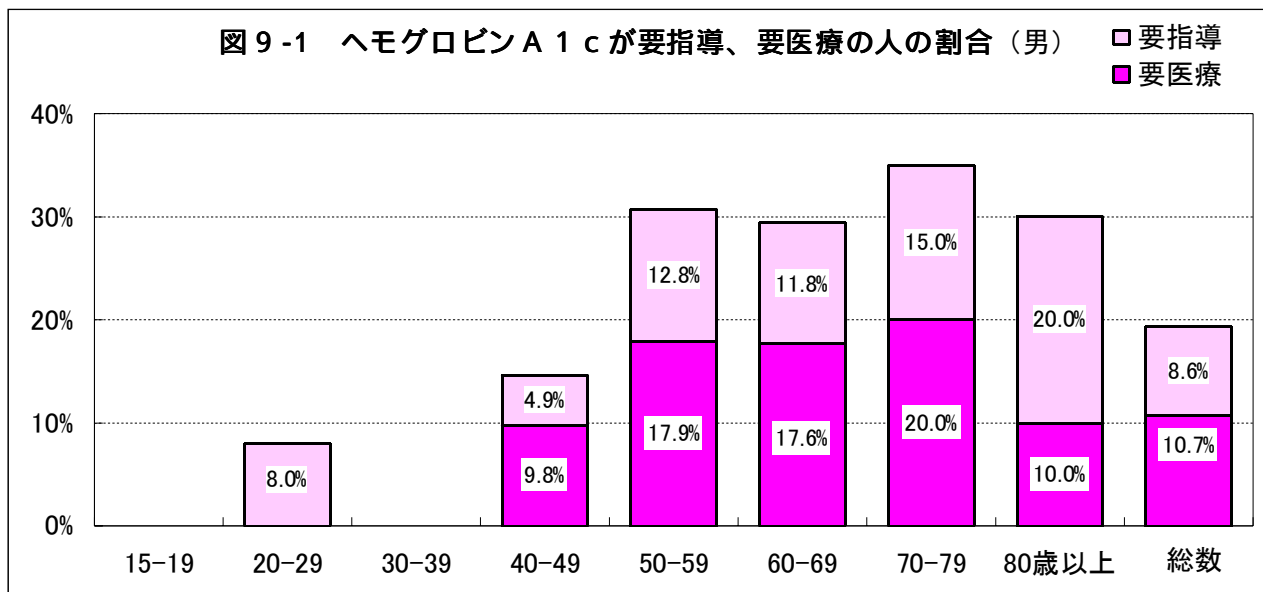
	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	4.8	0.3	19	4.8	0.3	21
20-29	4.8	0.4	25	4.8	0.4	34
30-39	4.8	0.3	28	4.9	0.4	62
40-49	5.1	0.6	40	5.1	0.8	86
50-59	5.5	1.3	39	5.5	1.6	70
60-69	5.6	1.2	51	5.5	0.9	85
70-79	5.7	1.6	20	5.4	0.8	36
80歳以上	5.5	0.9	10	5.4	1.2	14
総数	5.3	1.0	232	5.2	1.0	408



ヘモグロビン A1c の高値者は男性 10.7%、女性 7.0%

ヘモグロビン A1c の高値者（6.1 %以上）は、男性 10.7%、女性 7.0%となっている。性別、年齢階級別にみると、男女とも加齢とともに異常者が増えているが男性の 10 代と 30 代、女性の 20 代には異常者がいない。

< 正常範囲 > 5.6 % 未満



5 . 総コレステロール

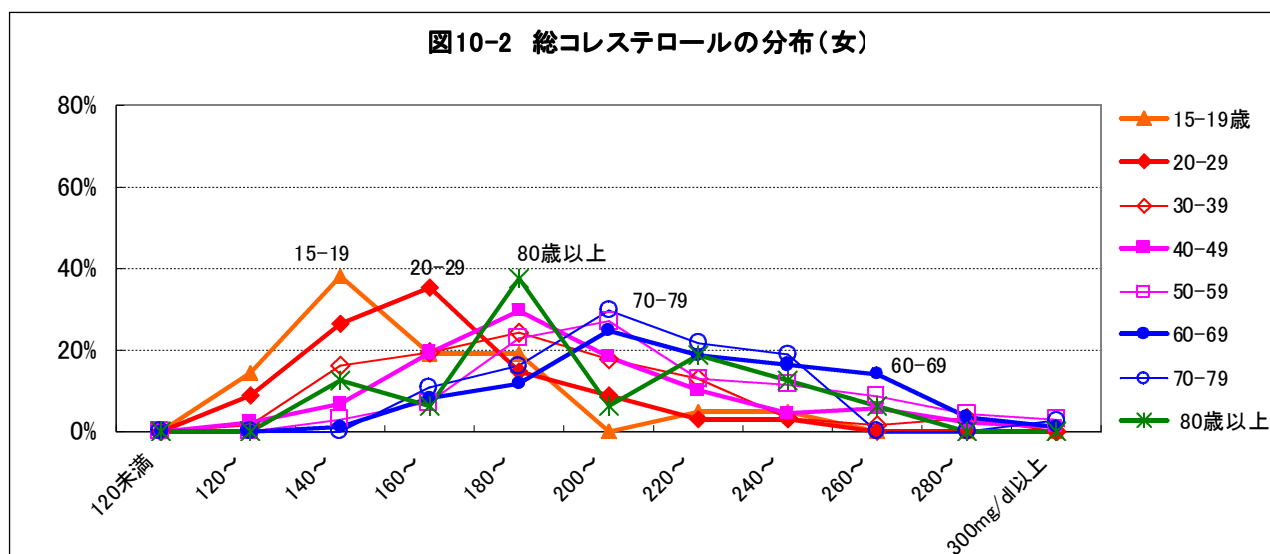
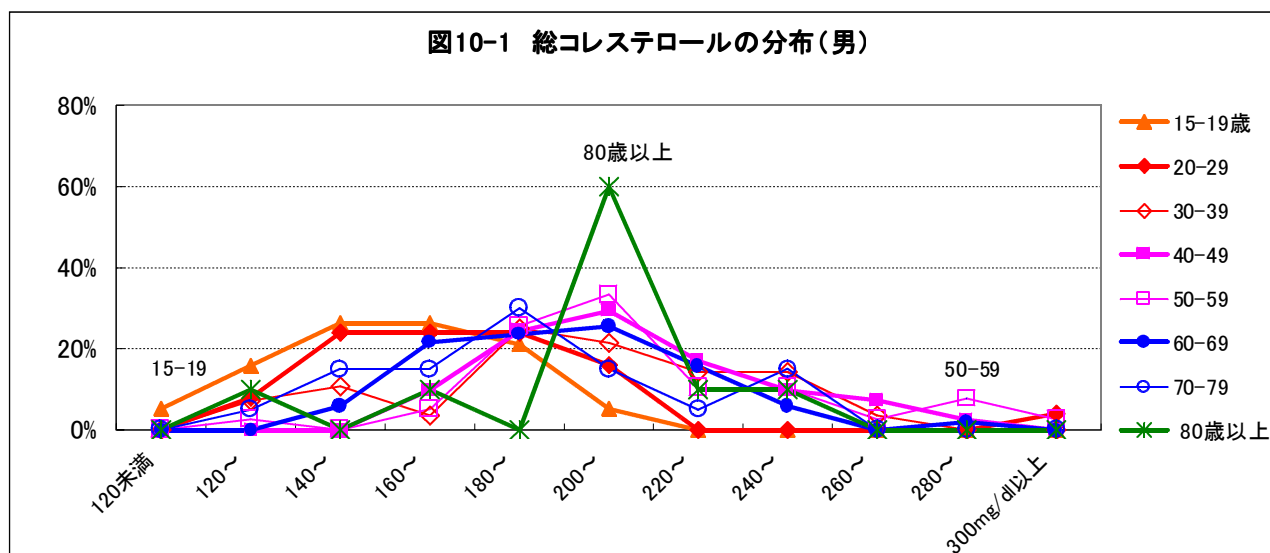
総コレステロールの平均値は男性 199.8mg/dl、女性 205.5mg/dl

総コレステロールの平均値および標準偏差は、表6のとおりである。平均値は50歳以上ではすべての年齢階級で女性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男女とも加齢とともに分布のピークが高値にシフトしており、男性では40～60代で最頻値が200mg/dlを超えており高コレステロールの人が多い。女性では最頻値が200mg/dlを超えるのは50代以降である。

表6. 総コレステロールの平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (mg/dl)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	160.6	25.7	19	166.5	30.9	21
20-29	178.8	38.2	25	171.9	26.1	34
30-39	202.4	35.7	28	193.7	35.9	62
40-49	214.2	28.7	41	199.5	37.0	88
50-59	216.8	37.3	39	220.2	36.4	70
60-69	200.5	28.2	51	226.0	35.4	85
70-79	192.4	32.7	20	217.3	30.2	37
80歳以上	204.4	31.8	10	205.9	32.0	16
総数	199.8	36.3	233	205.5	39.1	413



総コレステロール 260mg/dl 以上の人は、男性 5.1%、女性 9.7%

総コレステロール値が 260mg/dl 以上の人は、男性 5.1%、女性 9.7%となっており、平成 9 年国民栄養調査（男性 4.4%、女性 7.4%）と比べると、男女とも高コレステロール者の割合が高い。

< 正常範囲 > 150-199 mg/dl 未満（50 歳以上の女性は 150-219 mg/dl 未満）

図11-1 総コレステロールが要指導、要医療の人の割合(男)

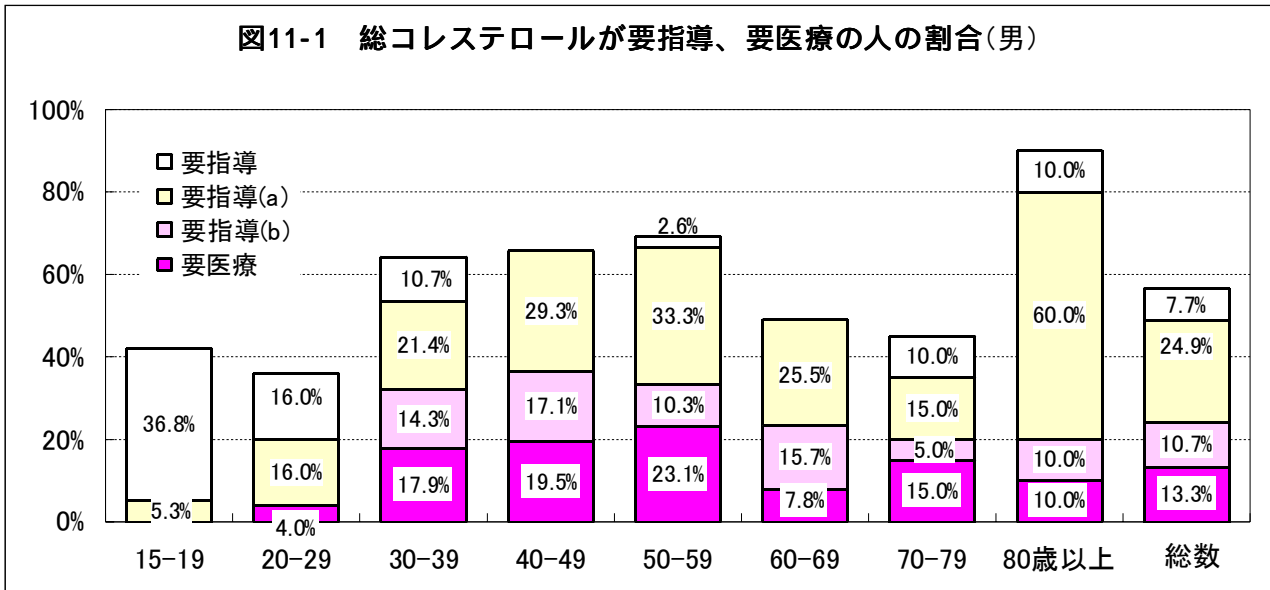
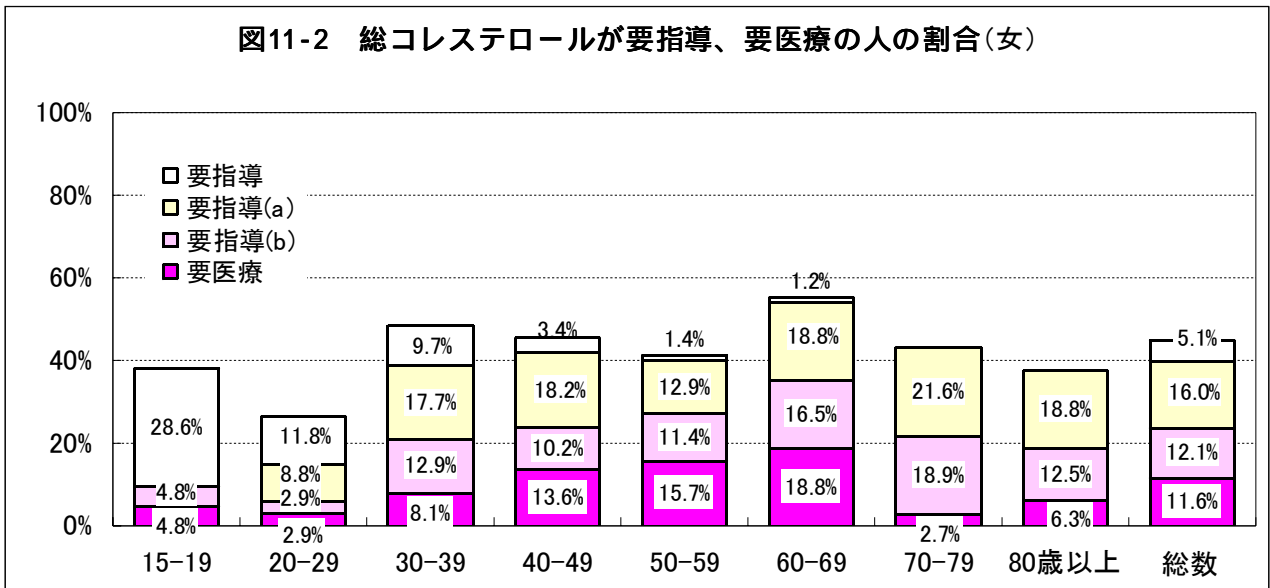


図11-2 総コレステロールが要指導、要医療の人の割合(女)



6 . HDL - コレステロール

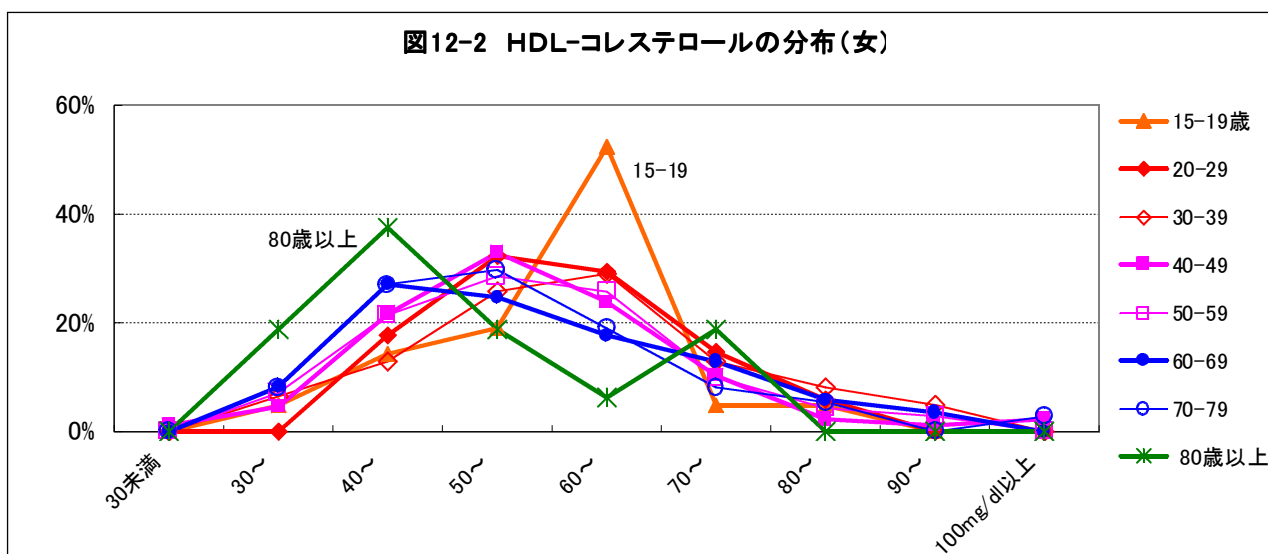
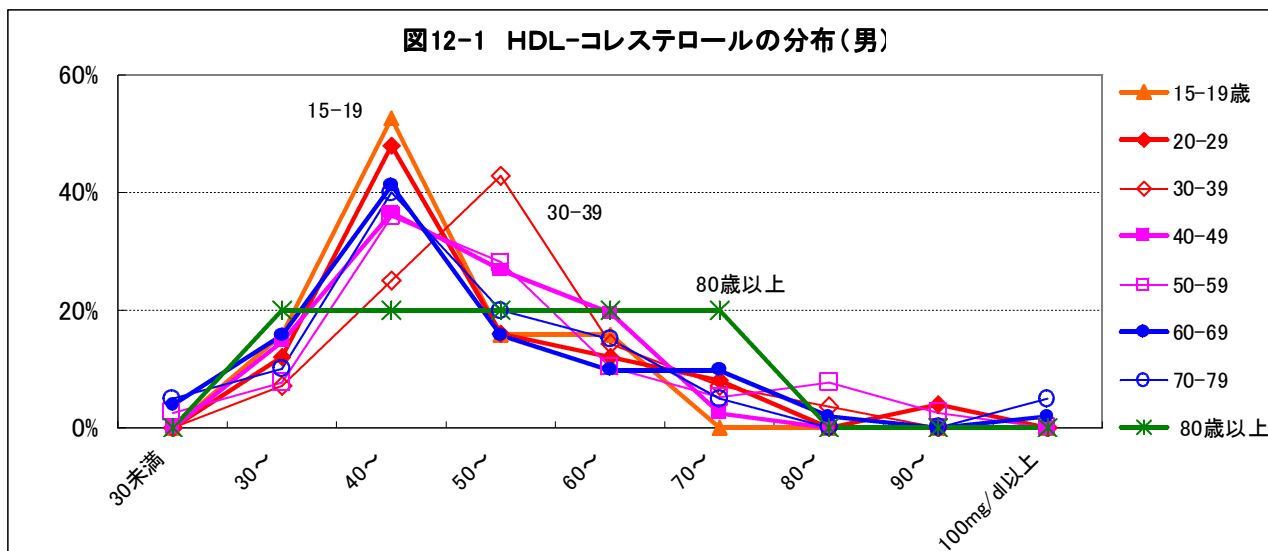
HDL-コレステロールの平均値は男性 52.0mg/dl、女性 58.1mg/dl

HDL-コレステロールの平均値および標準偏差は、表7のとおりである。平均値は 80 歳以上を除くすべての年齢階級で女性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男性は 40-50 mg/dl が各世代の最頻値であるが、20 代が少し右シフトしている。女性は 40-60mg/dl に各世代のピークがあり、10 代は 60-70mg/dl と右シフトしている

表7. HDLコレステロールの平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (mg/dl)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	47.3	8.4	19	59.7	9.5	21
20-29	51.4	13.7	25	60.3	12.0	34
30-39	54.7	11.4	28	61.5	14.2	62
40-49	50.4	10.9	41	57.5	14.1	88
50-59	54.0	15.0	39	58.0	13.6	70
60-69	51.1	14.8	51	57.2	14.4	85
70-79	53.1	19.8	20	55.9	14.0	37
80歳以上	56.2	14.9	10	51.3	12.7	16
総数	52.0	14.0	233	58.1	13.9	413



HDL-コレステロールが 40mg/dl 未満の人は男性 14.2%、女性 6.8%

HDL-コレステロール値が 40mg/dl 未満の要指導および要医療の人は、男性 14.2%、女性 6.8%で、男性に多くなっている。性別、年齢階級別にみると、HDL-コレステロール値が 35mg/dl 未満の要指導(b)または要医療の人の割合は、男性では 50 代以上、女性では 40 代と 50 代で高く、すべての年齢階級で女性よりも男性のほうが高くなっている。なお、男性では 30 代、女性では 20 代で要指導および要医療の人の割合がもっとも低い。

< 正常範囲 > 40 mg/dl 以上

図13-1 HDL-コレステロールが要指導、要医療の人の割合(男)

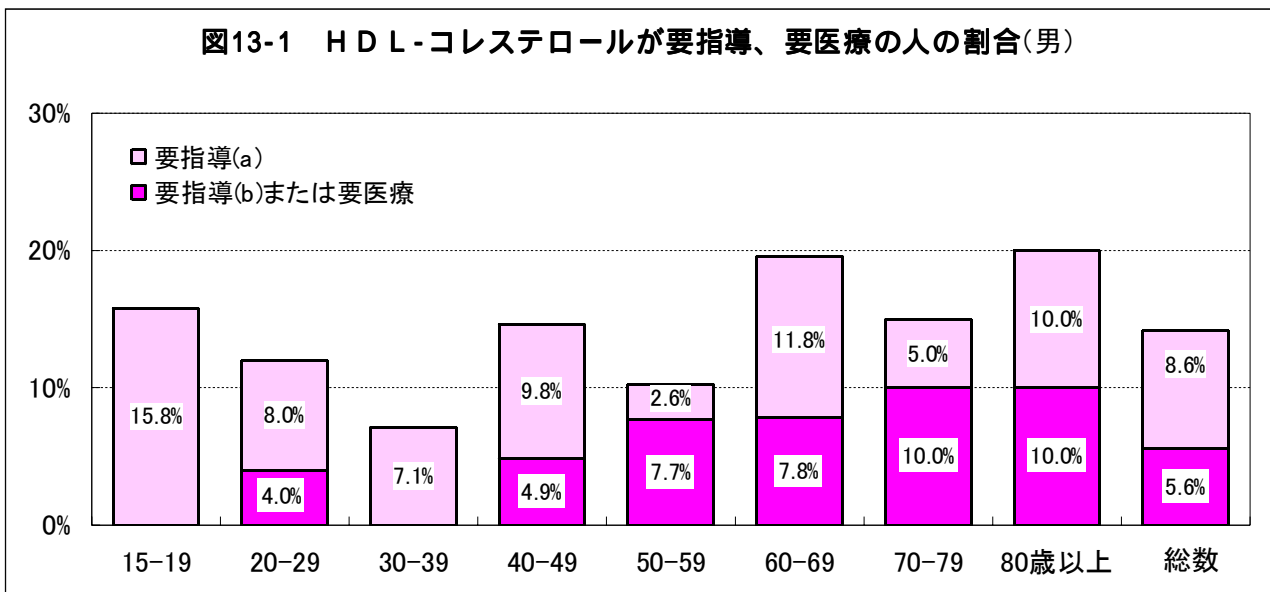
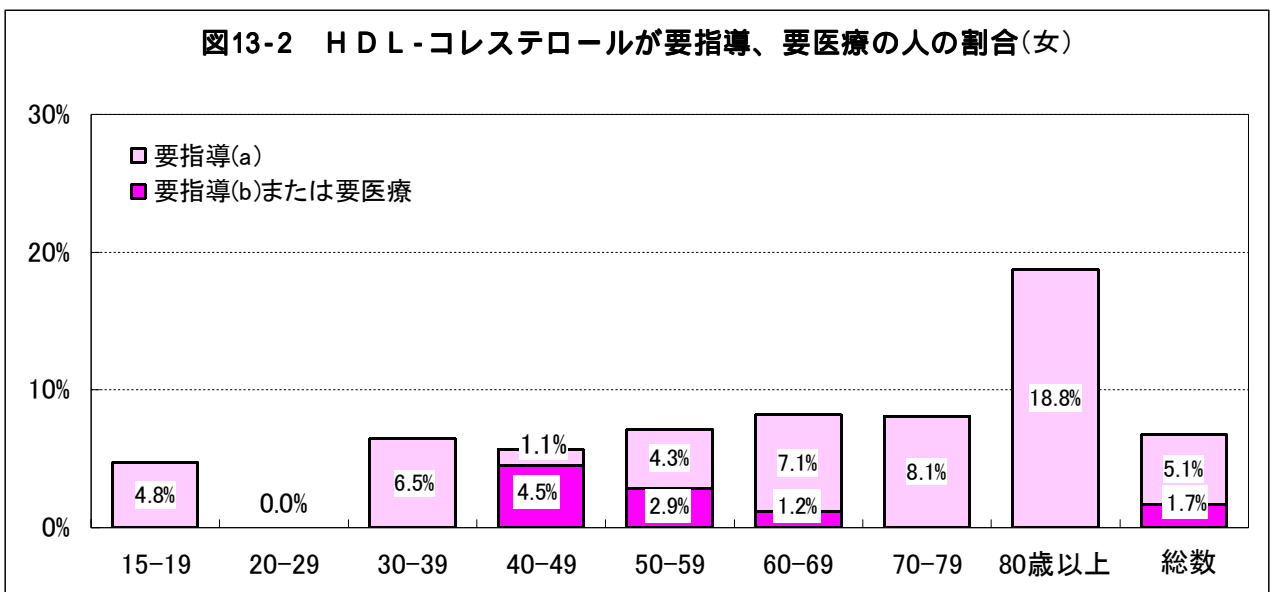


図13-2 HDL-コレステロールが要指導、要医療の人の割合(女)



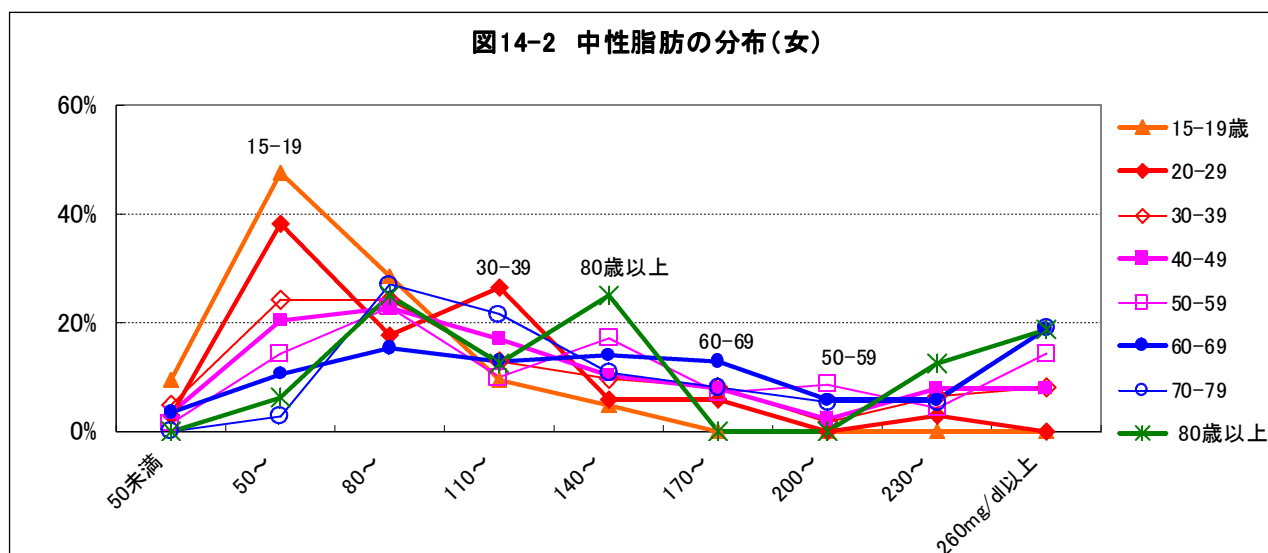
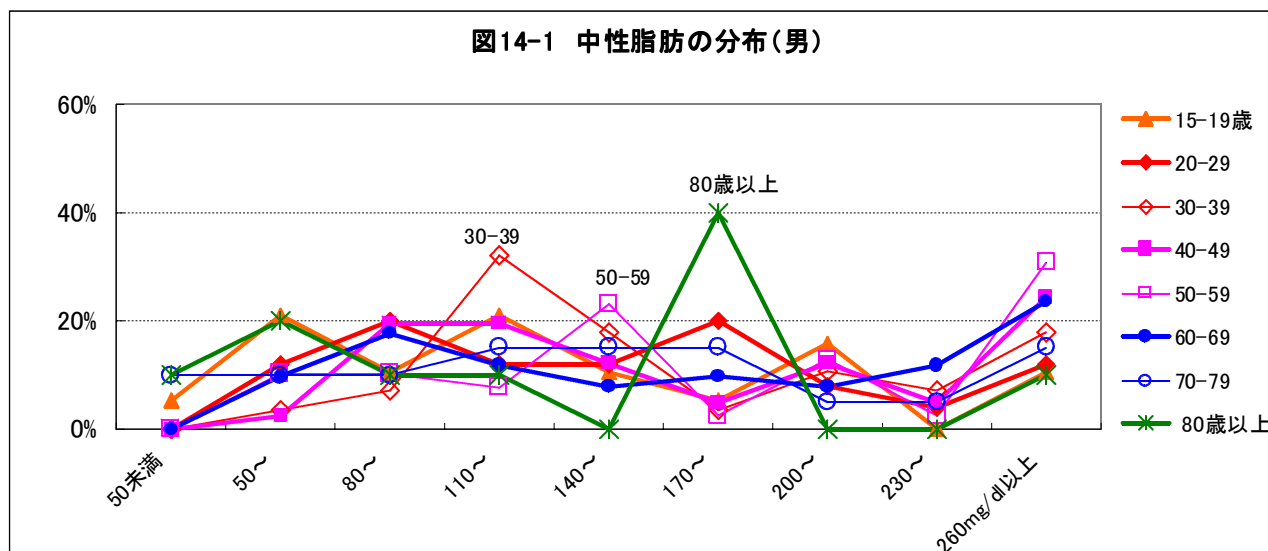
7. 中性脂肪

中性脂肪の平均値は男性 195.7mg/dl、女性 153.3mg/dl

中性脂肪の平均値および標準偏差は、表8のとおりである。平均値は80歳以上を除くすべての年齢階級で男性が高い。性別、年齢階級別に分布状況をみると、男性は各年代とも最頻値なく一様に分布しており、とくに40代から60代まで高値である。女性は50-80mg/dlに最頻値があり50代から高値となっている。

表8. 中性脂肪の平均値、標準偏差(性、年齢階級別)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	158.8	133.7	19	79.3	32.4	21
20-29	165.0	87.7	25	102.3	43.4	34
30-39	185.6	94.3	28	141.7	114.9	62
40-49	202.8	120.4	41	135.4	79.2	88
50-59	245.7	222.8	39	175.2	131.8	70
60-69	197.6	121.0	51	183.9	116.7	85
70-79	184.4	146.2	20	176.7	101.5	37
80歳以上	159.1	107.7	10	188.8	134.4	16
総数	195.7	143.1	233	153.3	108.8	413



中性脂肪が 150mg/dl 以上の人は男性 52.4%、女性 38.0%

中性脂肪が 150mg/dl 以上の者は、男性 52.4%、女性 38.0%となっている。性別、年齢階級別にみると、男性では 20 代以降で要指導および要医療の中性脂肪値の異常者が半数を超えることが多く、とくに 40-60 代では要医療の人の割合が高い。

< 正常範囲 > 150 mg/dl 未満

図15-1 中性脂肪が要指導、要医療の人の割合(男)

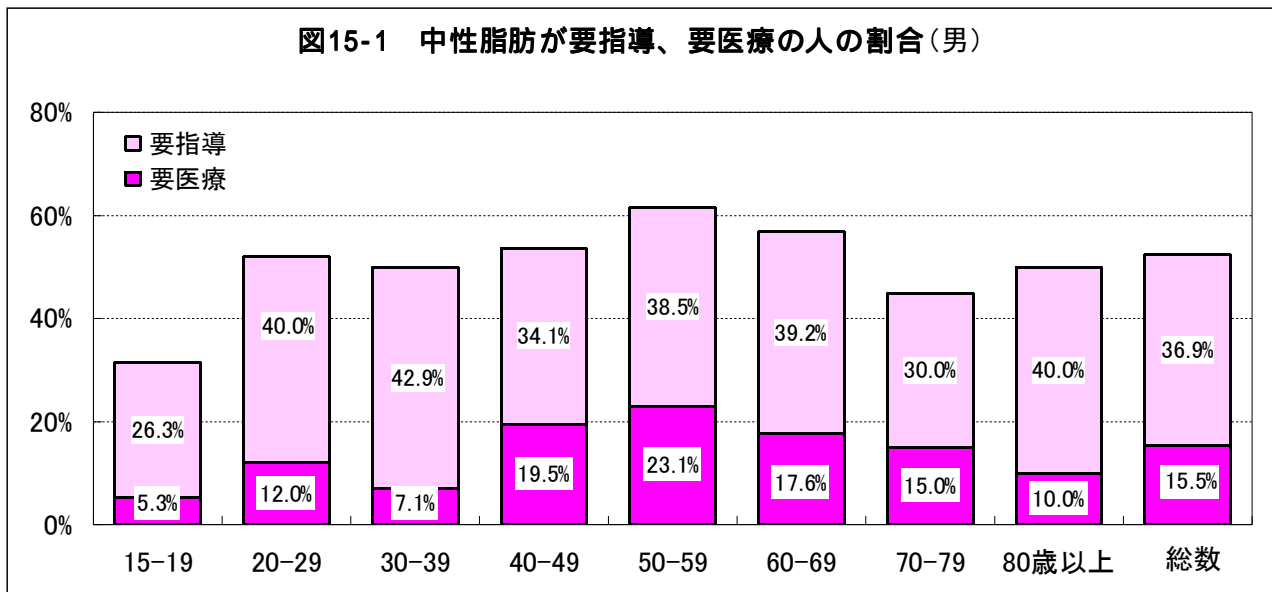
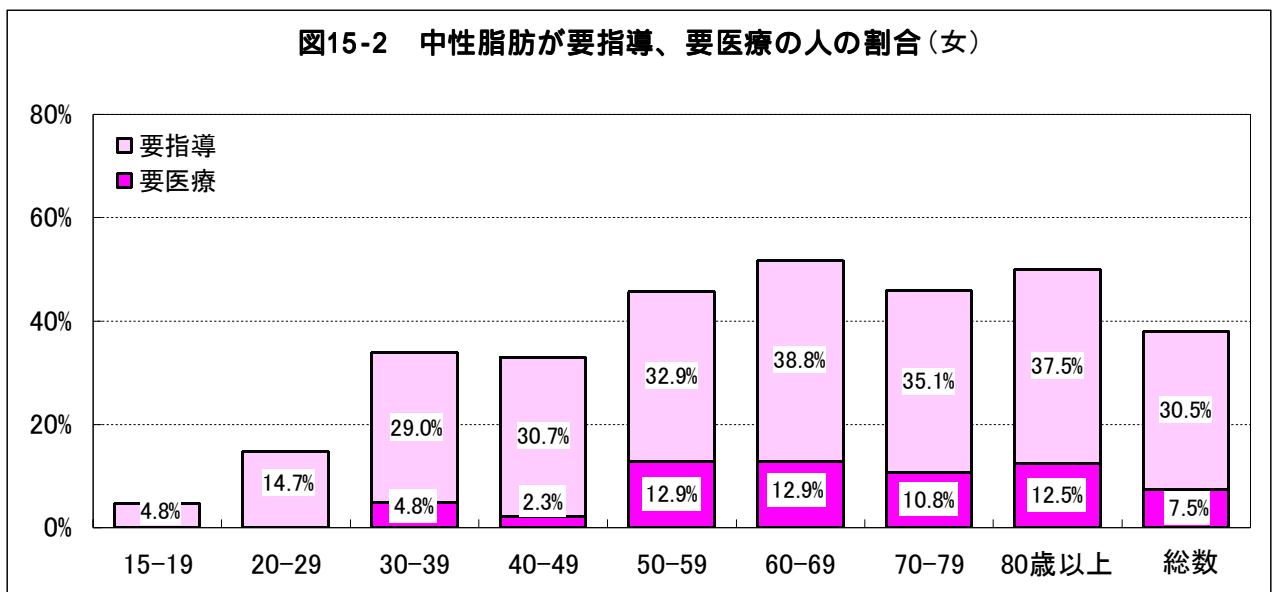


図15-2 中性脂肪が要指導、要医療の人の割合(女)



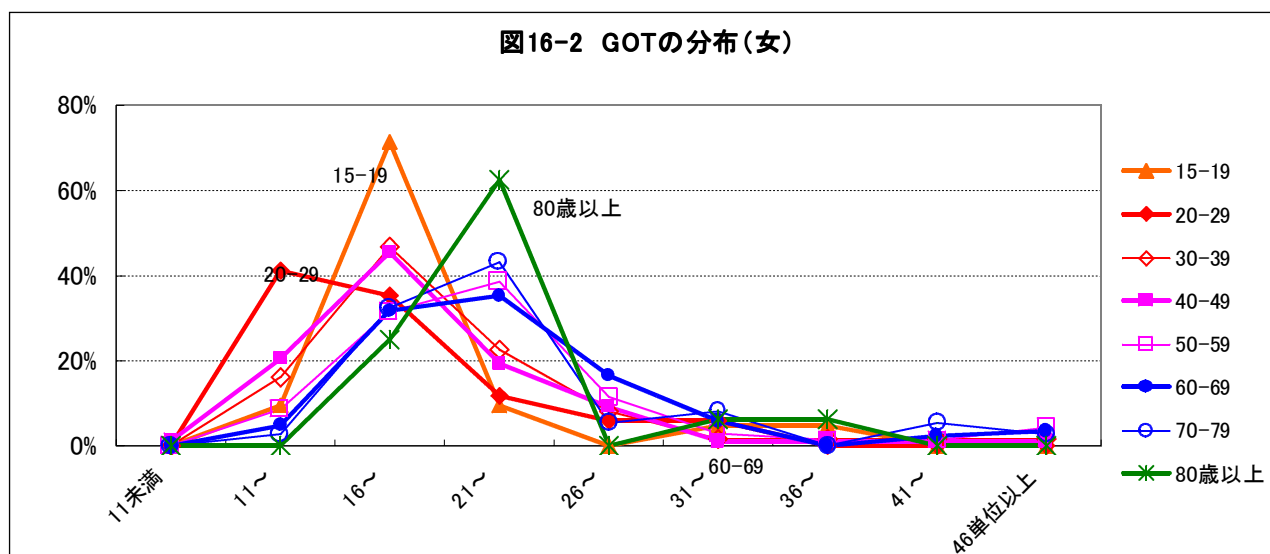
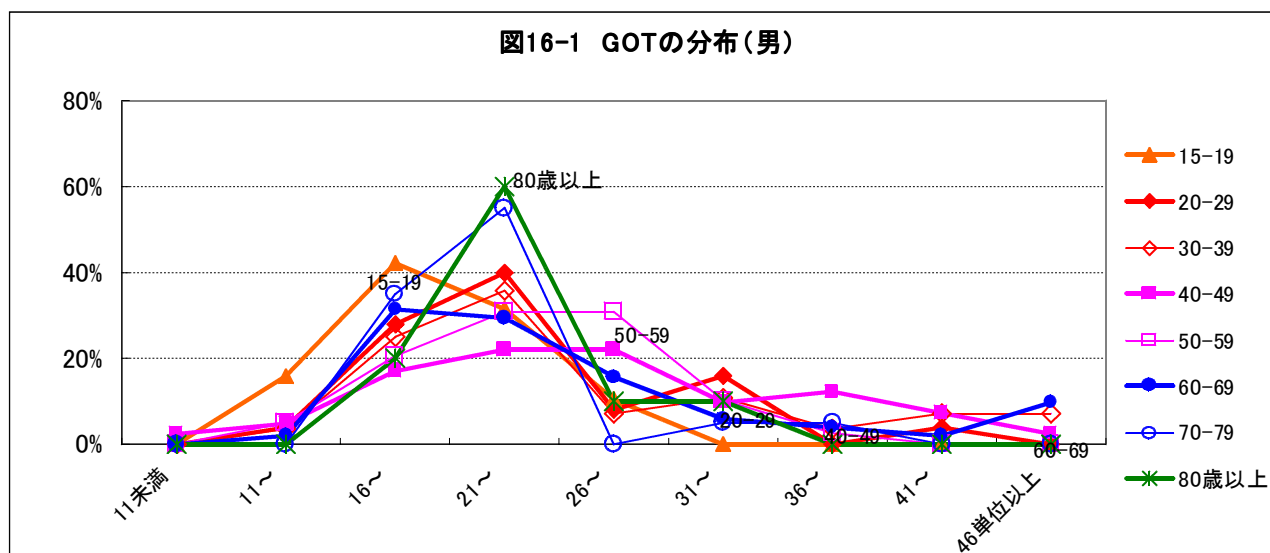
8 . GOT

GOTの平均値は男性 25.6 単位、女性 22.2 単位

GOTの平均値および標準偏差は、**表9. GOTの平均値、標準偏差(性、年齢階級別)** 表9のとおりである。平均値は70代を除くすべての年齢階級で男性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男女とも正常値の16～25単位に各年代の最頻値がある。男性では40代と50代が他の年齢と異なり、26～30単位までのなだらかなピークがある。

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	19.8	4.4	19	19.4	5.4	21
20-29	23.7	6.6	25	18.4	5.1	34
30-39	27.5	11.3	28	22.3	17.7	62
40-49	27.6	10.2	41	20.2	9.7	88
50-59	24.4	5.2	39	23.8	10.9	70
60-69	28.7	16.9	51	24.3	8.9	85
70-79	22.0	5.0	20	24.2	9.0	37
80歳以上	23.2	4.2	10	23.0	5.6	16
総数	25.6	10.9	233	22.2	10.9	413



GOTが51単位以上の人は男性 3.4%、女性 2.2%

GOTが51単位以上の要医療の人は、男性 3.4%、女性 2.2%、41～50単位の要指導の人は男性 3.0%、女性 1.7%である。性別、年齢階級別にみると、男性では30代、40代、60代、女性では50～70代でGOT異常の割合が高くなっている。

<正常範囲> 8～40単位

図17-1 GOTが要指導、要医療の人の割合(男)

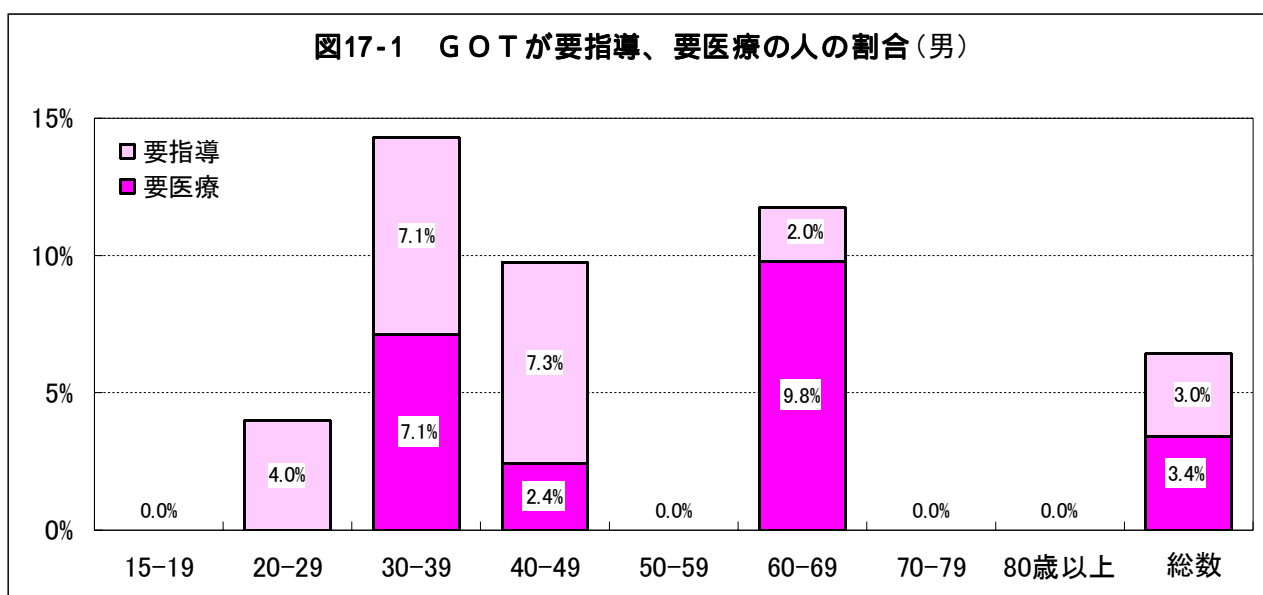
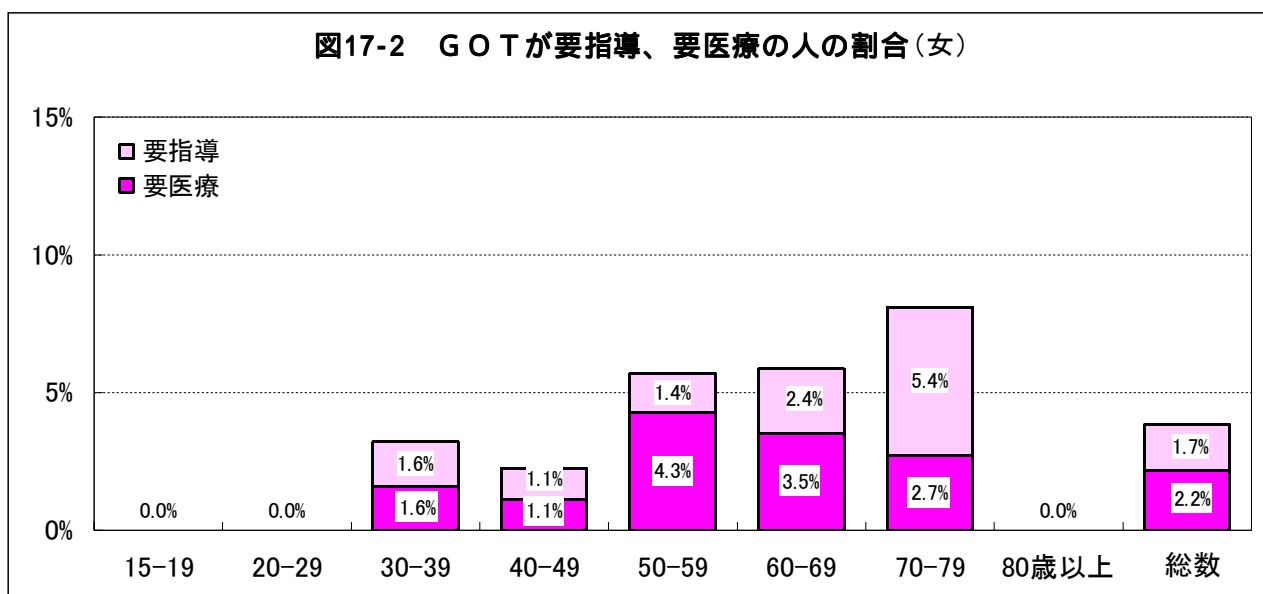


図17-2 GOTが要指導、要医療の人の割合(女)



9 . G P T

G P Tの平均値は男性 28.4 単位、女性 20.9 単位

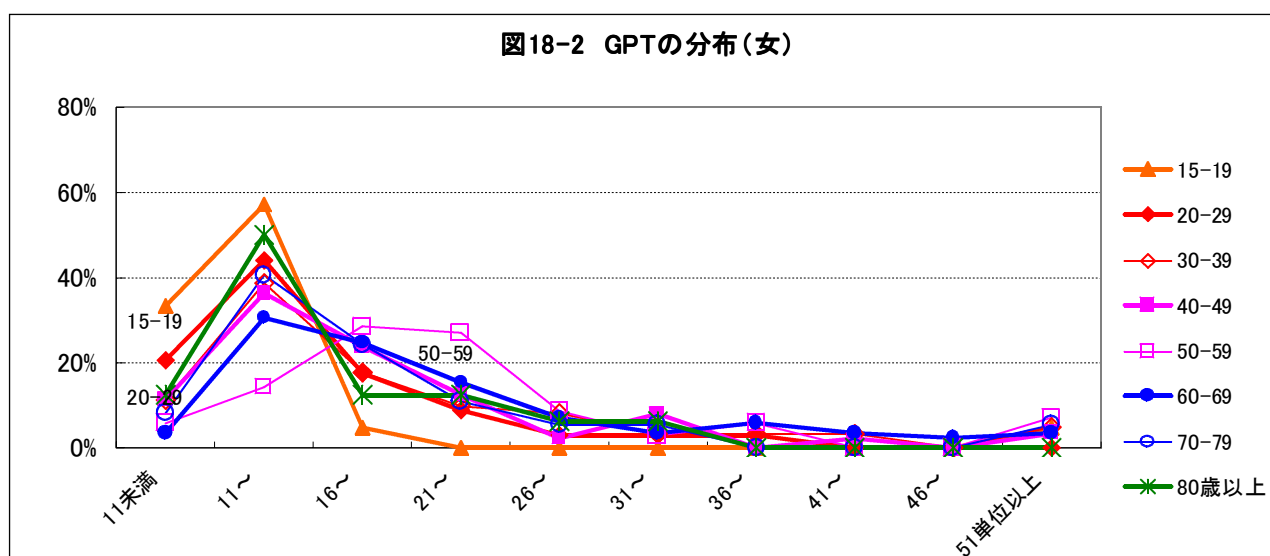
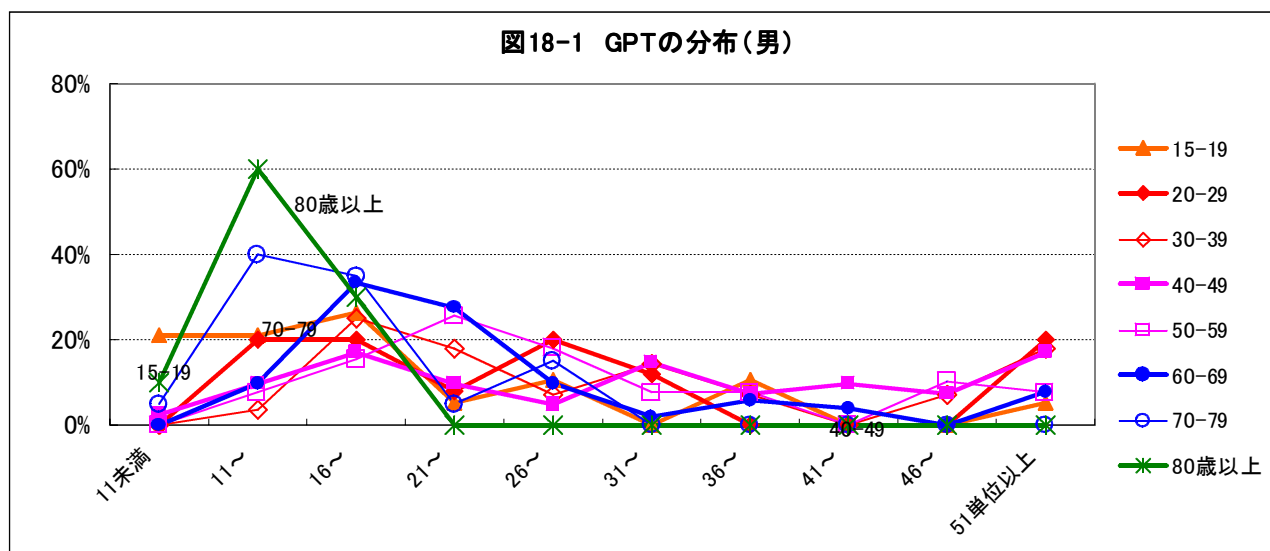
G P Tの平均値および標準偏差は、表 10 のとおりである。平均値は 70 歳以上を除くすべての年齢階級で男性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男性では 70 代、80 代では 11-15 単位に最頻値があるが、各年代とも最頻値なく一様に分布しており、とくに 40 代から 60 代まで高値である。女性は 11-15 単位に最頻値があるが、50 代のみ 16-20 単位に最頻値が高値にシフトしている。

表 10. GPTの平均値、標準偏差(性、年齢階級別)

(単位)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	20.5	13.1	19	13.8	10.3	21
20-29	30.9	19.2	25	15.9	7.0	34
30-39	36.9	28.9	28	20.9	15.9	62
40-49	34.6	18.6	41	19.7	14.7	88
50-59	29.1	12.5	39	25.8	19.9	70
60-69	27.2	16.1	51	22.8	14.1	85
70-79	17.4	5.1	20	20.6	15.9	37
80歳以上	13.7	3.5	10	16.6	7.1	16
総数	28.4	18.5	233	20.9	15.4	413



G P T が 46 単位以上の方は男性 14.6%、女性 4.6%

G P T が 36 単位以上の要指導の方は、男性 8.2%、女性 4.6%、46 単位以上の要医療の方は男性 14.6%、女性 4.6%となっている。性別、年齢階級別にみると、男性では 40 代をピークに 20 ~ 50 代で要指導および要医療の方の割合が高くなっている。女性では 20 代、40 代、50 代で要指導、要医療の割合が高いが、G P T 異常者の割合は男性に比べるとかなり低い。

< 正常範囲 > 5 ~ 35 単位

図19-1 G P T が要指導、要医療の方の割合(男)

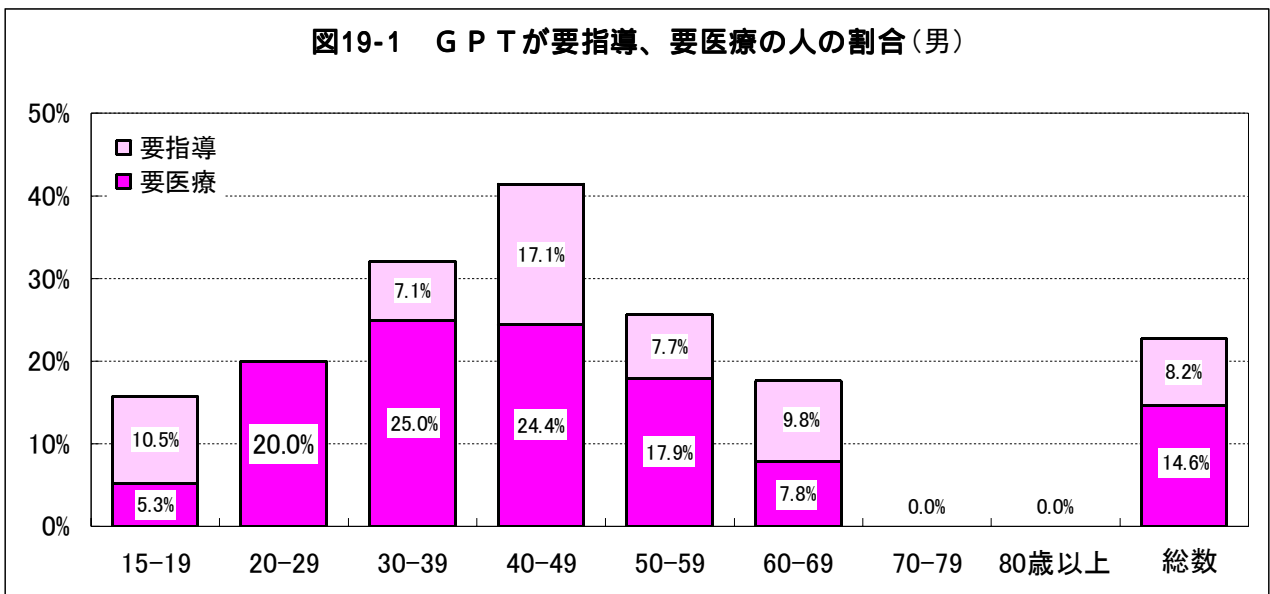
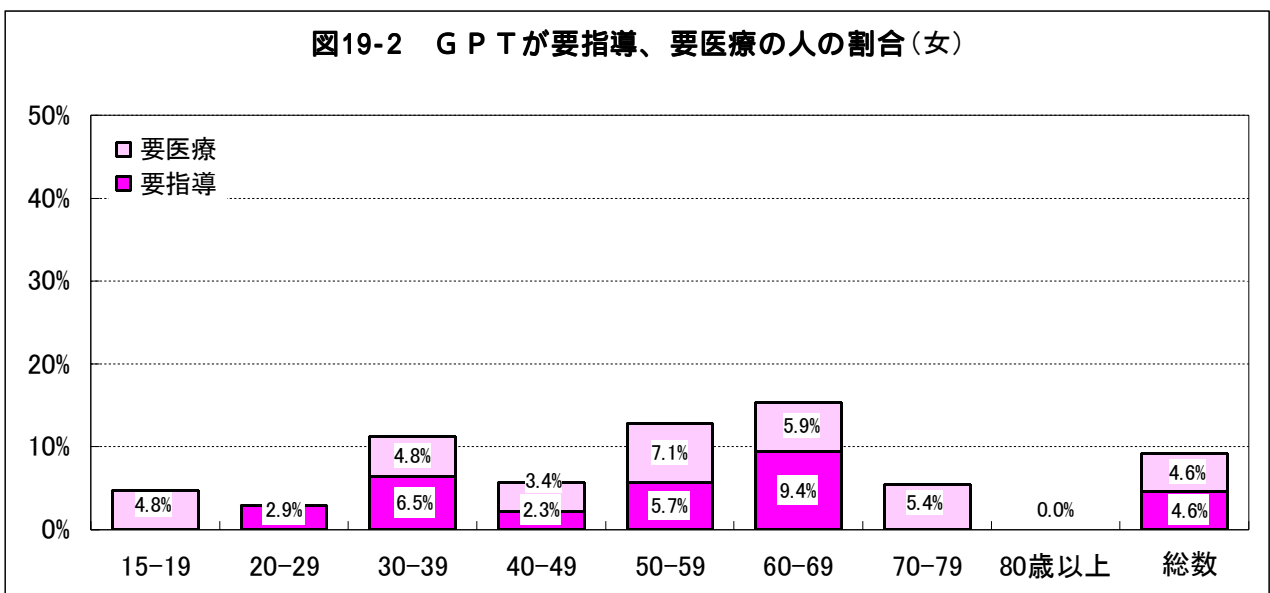


図19-2 G P T が要指導、要医療の方の割合(女)



10. -GTP

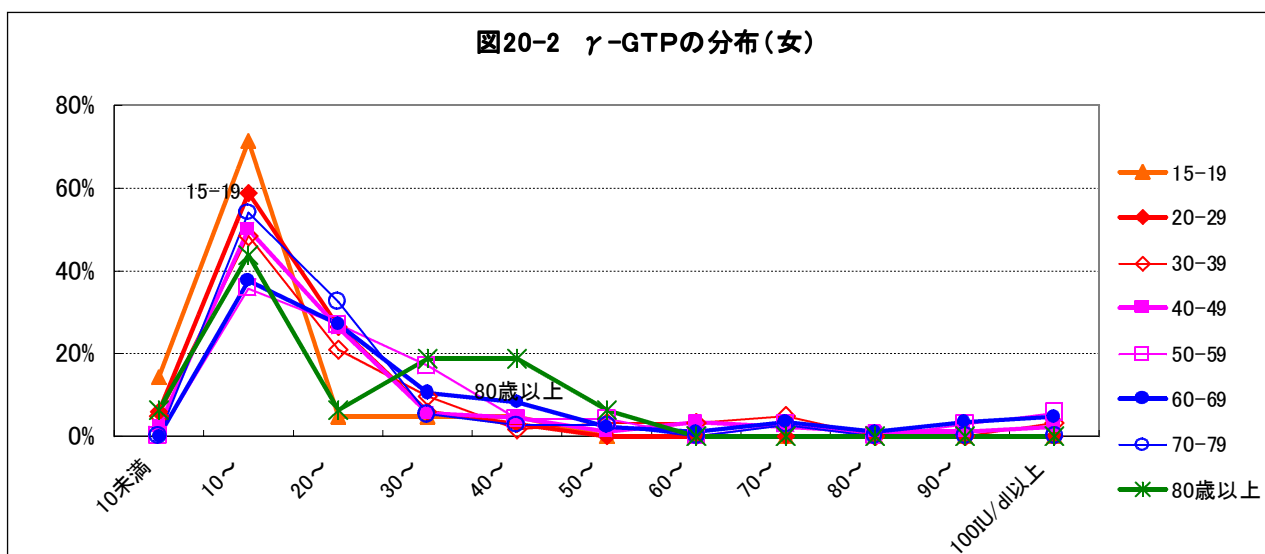
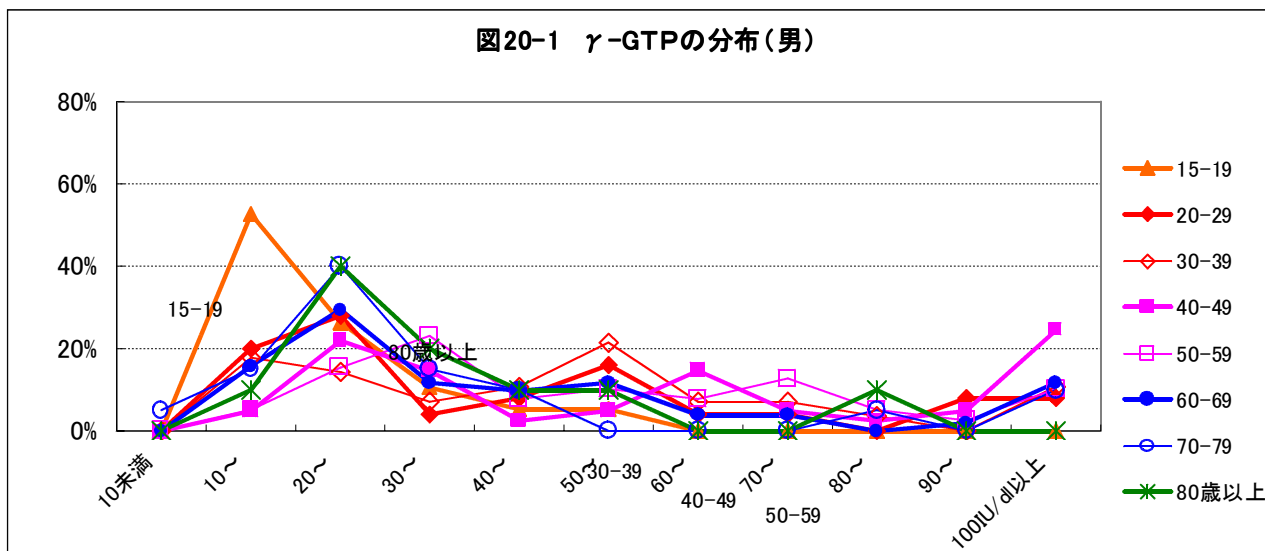
-GTPの平均値は男性 53.4IU/dl、女性 29.6IU/dl

-GTPの平均値および標準偏差は、表11のとおりである。平均値はすべての年齢階級で男性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると、男性では40代で100IU/dl以上の人が20%を超えている。女性はこの年代も同様な分布で、50代に高値の人がいた以外、異常者は少なかった。

表11. γ -GTPの平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (IU/dl)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	23.1	11.3	19	15.8	9.0	21
20-29	45.2	31.9	25	18.3	8.6	34
30-39	59.5	64.6	28	29.3	31.9	62
40-49	67.8	46.5	41	26.4	22.4	88
50-59	61.6	50.0	39	38.4	50.4	70
60-69	56.0	63.5	51	37.3	42.9	85
70-79	40.7	39.6	20	22.5	12.2	37
80歳以上	36.6	19.5	10	26.7	14.2	16
総数	53.4	51.1	233	29.6	33.9	413



-G T P が 100IU/dl 以上の人は男性 11.6%、女性 2.9%

-G P T が 60IU/dl 以上の要指導の人は、男性 16.3%、女性 6.1%、100IU/dl 以上の者は、男性 11.6%、女性 2.9%となっている。性別、年齢階級別にみると、男性では 40 代の - G T P 異常者の割合が突出している。女性では 30-50 代で 10%程度の - G T P 異常がみられる。

< 正常範囲 > 60IU/dl 未満

図21-1 - G T P が要指導、要医療の人の割合(男)

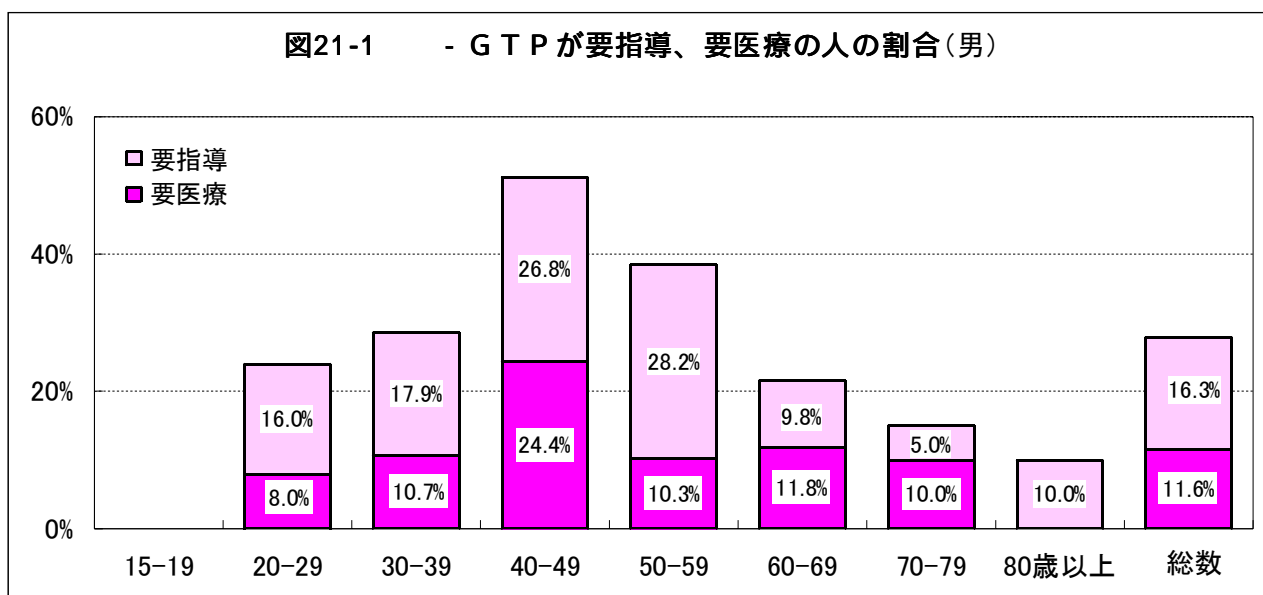
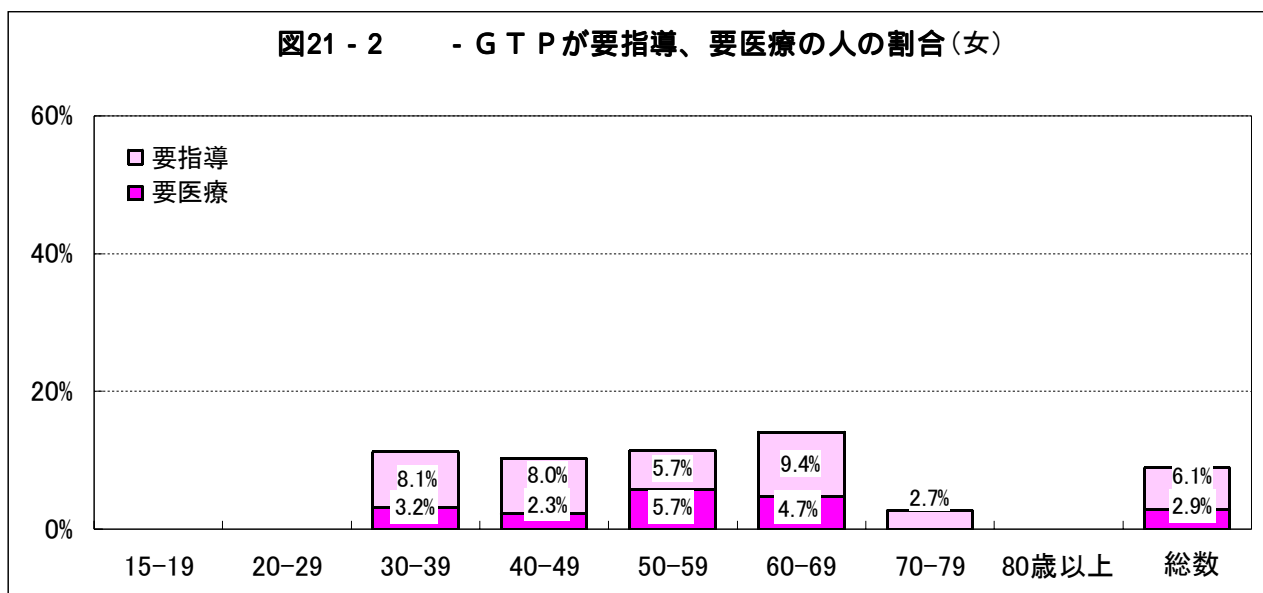


図21-2 - G T P が要指導、要医療の人の割合(女)



11. 総たんぱく

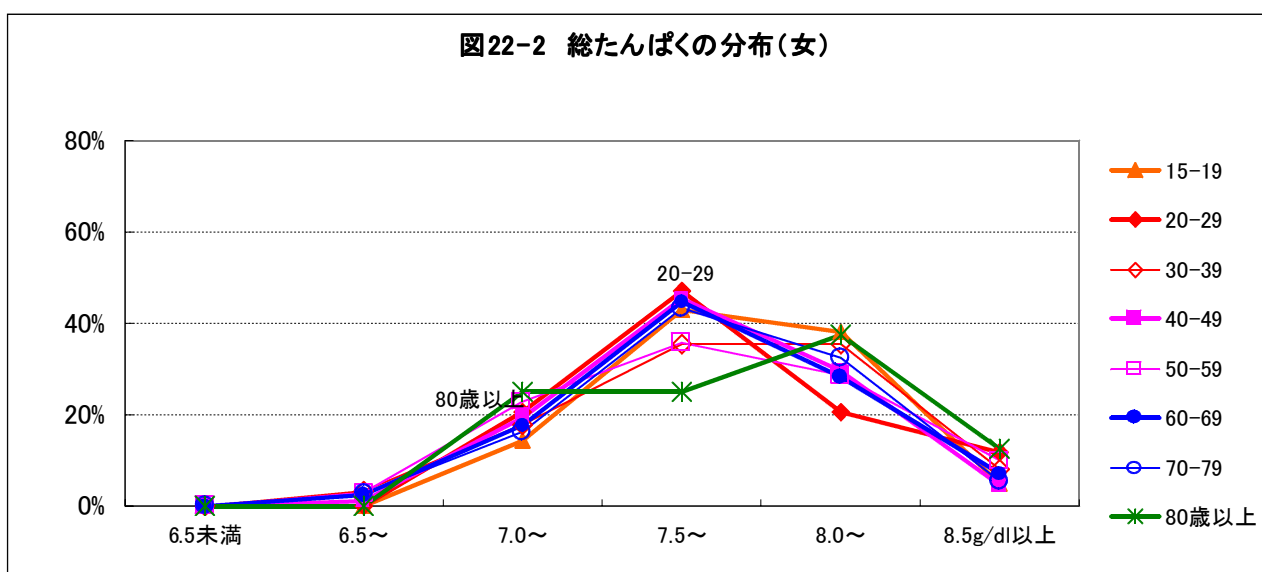
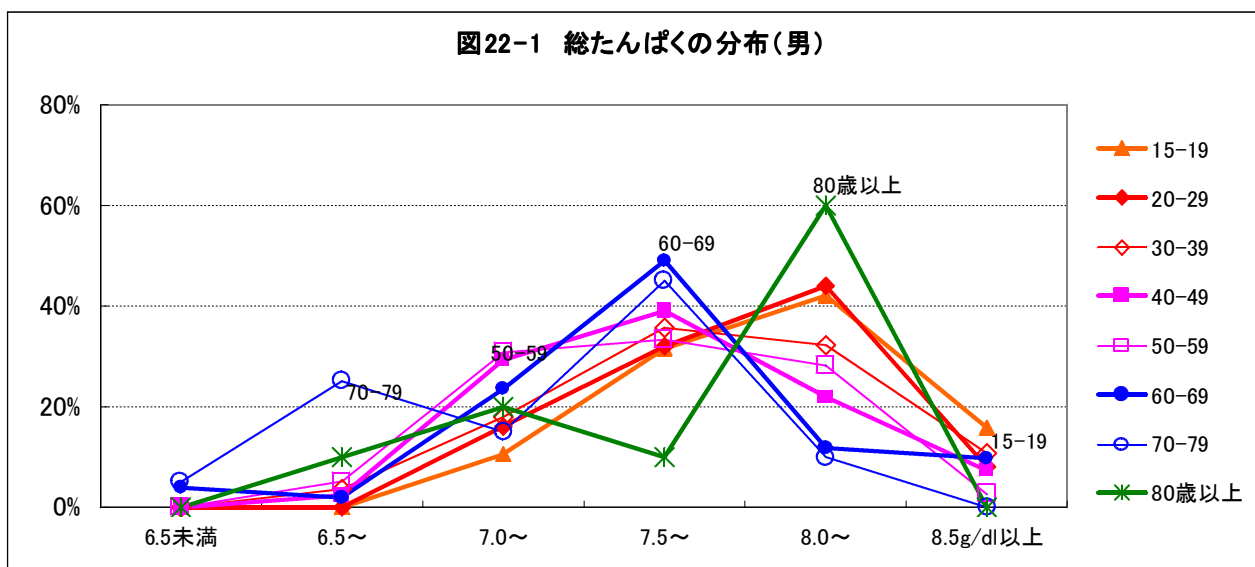
総たんぱくの平均値は男性 7.7g/dl、女性 7.8g/dl

総たんぱくの平均値および標準偏差は、表 12 のとおりである。平均値は男性が高いが、40 代以降は女性が高い。

性別、年齢階級別に分布状況を見ると 80 歳以上を除くと、年齢とともに最頻値が低くなっているが、女性の場合はほとんどの年齢層で 7.5-8.0g/dl に最頻値があった。

表12. 総たんぱくの平均値、標準偏差(性、年齢階級別) (g/dl)

	男			女		
	平均値	標準偏差	検査数	平均値	標準偏差	検査数
15-19歳	8.1	0.5	19	7.9	0.4	21
20-29	7.9	0.4	25	7.8	0.5	34
30-39	7.9	0.5	28	7.8	0.5	62
40-49	7.7	0.4	41	7.8	0.4	88
50-59	7.7	0.4	39	7.8	0.5	70
60-69	7.7	0.5	51	7.8	0.4	85
70-79	7.4	0.6	20	7.8	0.4	37
80歳以上	7.8	0.5	10	8.0	0.5	16
総数	7.7	0.5	233	7.8	0.4	413



総たんぱくが正常範囲の人は男性 81.1%、女性 83.1%

総たんぱくが正常範囲の人は、男性 81.1%、女性 83.1%となっている。また総たんぱくの値が低い人は、男性 3.4%、女性 1.0%であり、高い人は男性 15.5%、女性 16.0%であった。男女とも高値を示す者の割合が高い。

< 正常範囲 > 6.8 ~ 8.2 g/dl

図23-1 総たんぱくが低い人、高い人の割合(男)

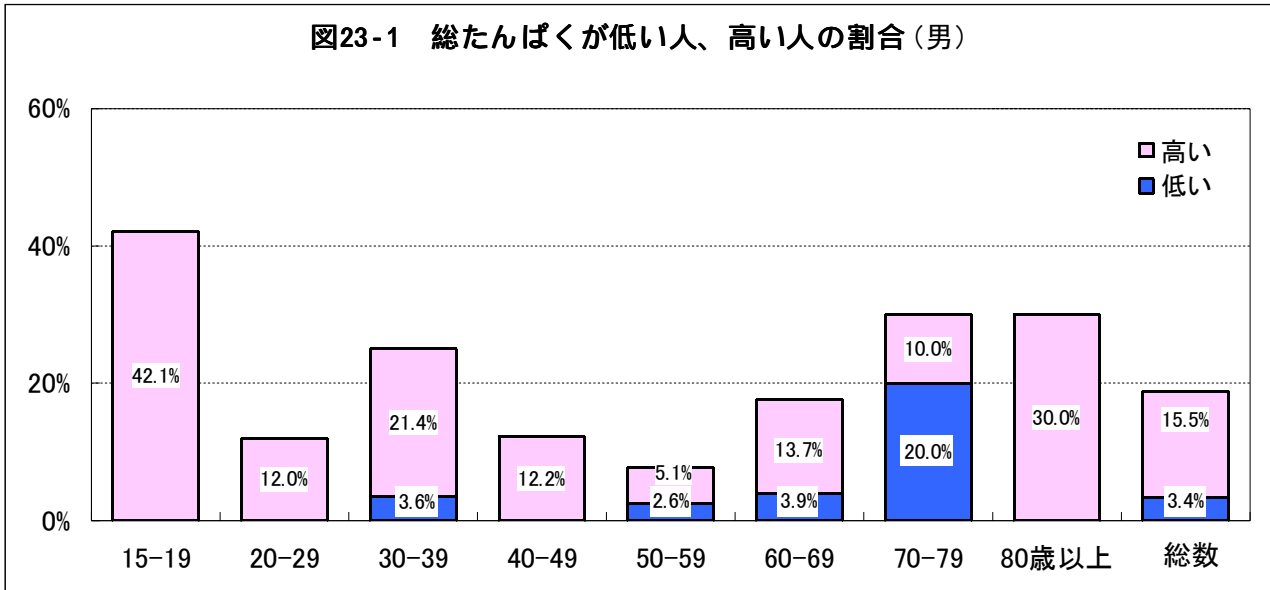
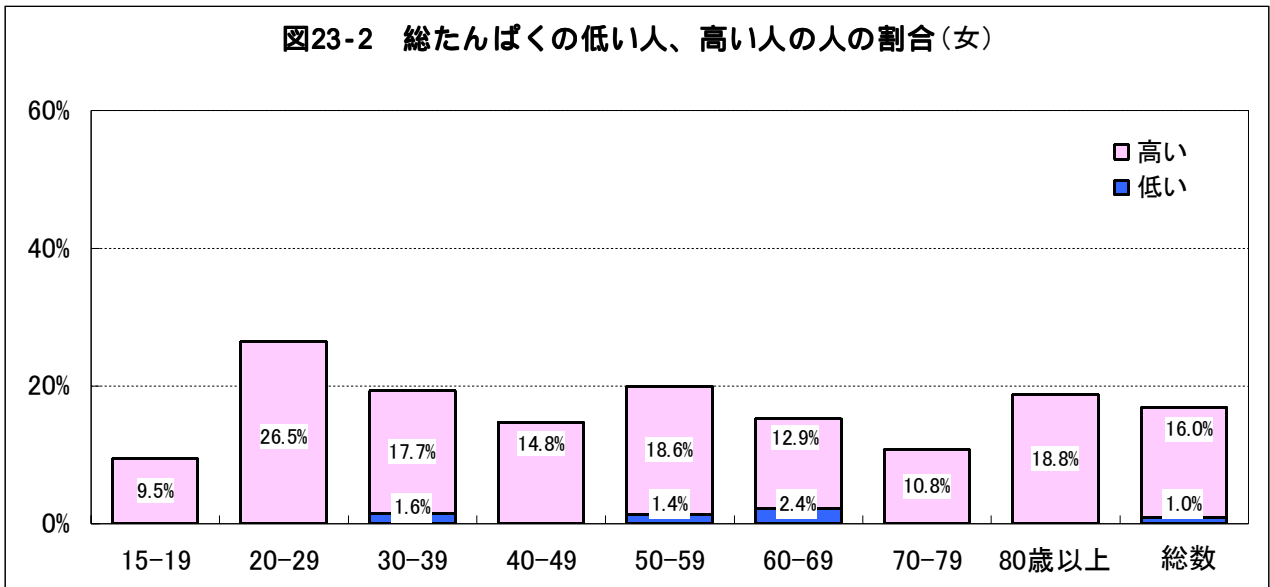


図23-2 総たんぱくの低い人、高い人の人の割合(女)



《 目 次 》

IV 歯科疾患実態調査	139
1. う蝕有病者の状況	142
2. 現在歯の状況	142
3. う歯の処置状況	143
4. 歯の状況	144
5. 「8020」達成者の状況	145
6. 歯肉の状況	146
7. 受診状況および歯みがき状況等	147

IV 歯科疾患実態調査（図表目次）

表1	歯科疾患実態調査の対象者人員構成（地区別・性別・年齢階級別）	141
図1	歯科疾患実態調査の対象者人員構成	140
図2	う蝕有病者率	142
図3	一人平均現在歯数	142
図4-1	う蝕有病者と処置状況（男）	143
図4-2	う蝕有病者と処置状況（女）	143
図5-1	一人平均歯数（男）	144
図5-2	一人平均歯数（女）	144
図6	20歯以上有する者の割合	145
図7	補綴の状況	145
図8-1	歯肉の状況（男）	146
図8-2	歯肉の状況（女）	146
図9-1	歯や口の状態における満足度（男）	147
図9-2	歯や口の状態における満足度（女）	147

IV 齒科疾患実態調査

IV 歯科疾患実態調査

対象者の性・年齢階級別人員構成

歯科疾患実態調査の対象者の性・年齢階級別人員構成を図1に示し、地区別、性別、年齢階級別の対象者の人数を表1に示した。

7保健所管内、20地区内の男性231人、女性405人の合計636人を対象とした。

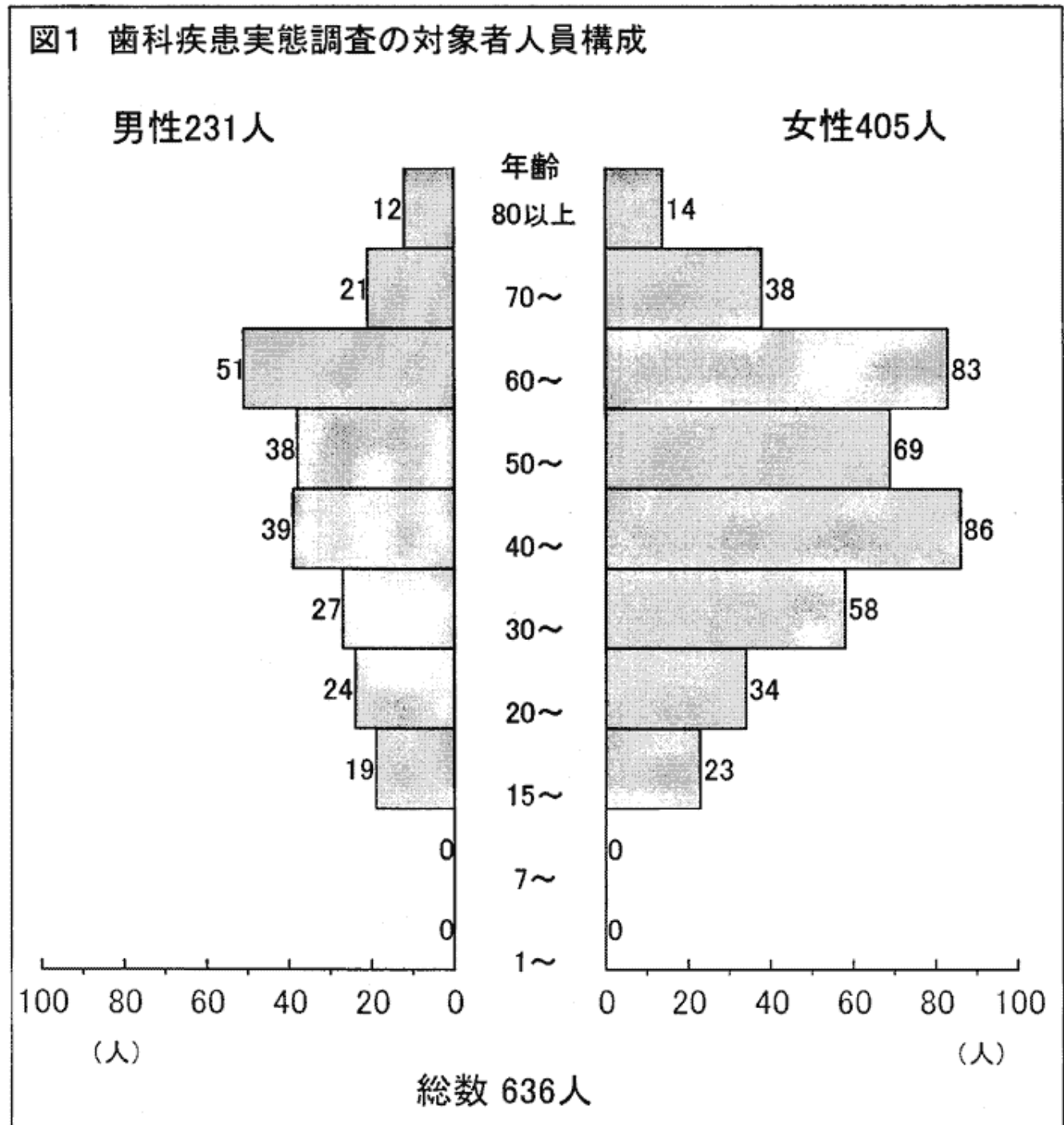


表1 歯科疾患実態調査の対象者人員構成(地区別・性別・年齢階級別)

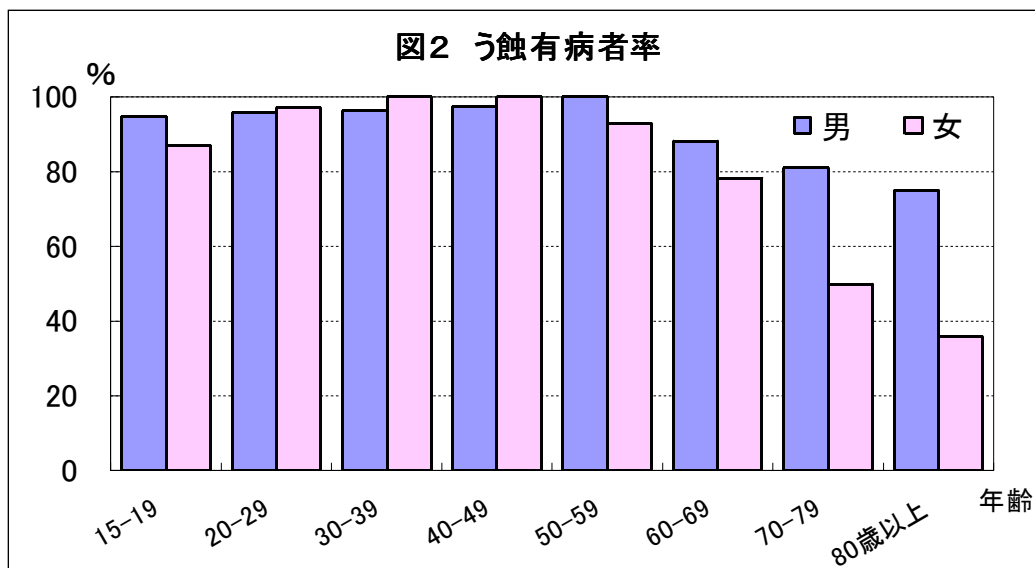
単位:人数

地区名	15～19歳		20～29歳		30～49歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上		総計		
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
11:名護市東江	3	3	6	7	4	12	4	8	0	0	2	2	0	1	0	0	19	33	52
12:本部町備瀬	3	3	1	1	1	4	5	8	5	5	4	7	2	4	2	5	23	37	60
21:勝連町平敷屋	0	1	0	1	2	3	3	5	0	6	2	7	2	4	0	0	9	27	36
22:石川市東山区	0	1	2	1	1	3	0	2	1	0	1	1	2	2	0	0	7	10	17
31:宜野湾市赤道	0	0	2	0	0	0	0	3	3	3	3	3	0	2	0	0	8	11	19
32:北中城村熱田	0	0	0	0	2	4	2	1	1	3	7	7	0	1	3	2	15	18	33
33:嘉手納町水釜	1	0	1	1	1	0	0	5	1	0	1	2	0	1	0	0	5	9	14
34:読谷村高志保	0	0	0	0	0	1	0	1	2	2	0	7	0	2	0	2	2	15	17
41:那覇市天久	1	3	0	2	0	1	1	1	1	4	2	0	0	1	0	0	5	12	17
42:那覇市古波蔵	0	0	1	0	2	1	2	2	1	1	2	5	1	1	0	1	9	11	20
43:那覇市小祿	3	3	0	2	1	3	2	7	1	2	1	4	2	4	0	0	10	25	35
44:那覇市首里鳥堀	1	0	1	4	2	3	1	4	0	1	6	7	2	1	2	1	15	21	36
45:那覇市久米	0	0	0	0	0	2	0	4	0	0	0	2	2	2	0	0	2	10	12
46:那覇市松川	0	1	1	1	1	1	3	5	1	1	1	2	0	2	1	0	8	13	21
51:知念村具志堅	1	2	3	3	2	1	2	4	3	10	4	8	3	3	0	1	18	32	50
52:糸満市前端区	0	2	1	0	1	2	0	1	2	3	0	1	2	1	1	1	7	11	18
53:浦添市安波茶	1	1	1	2	2	1	4	9	6	9	5	5	0	0	1	1	20	28	48
54:与那原町字与那原	1	2	2	6	1	5	4	10	5	14	3	6	0	3	0	0	16	46	62
61:平良市西里	0	0	1	3	1	3	2	1	2	2	3	3	1	1	0	0	10	13	23
71:石垣市大川	4	1	1	0	3	8	4	5	3	3	4	4	2	2	2	0	23	23	46
総計	19	23	24	34	27	58	39	86	38	69	51	83	21	38	12	14	231	405	636

1 う蝕有病者の状況

う蝕の有病者率は、20代から50代までは90%以上の高い値である

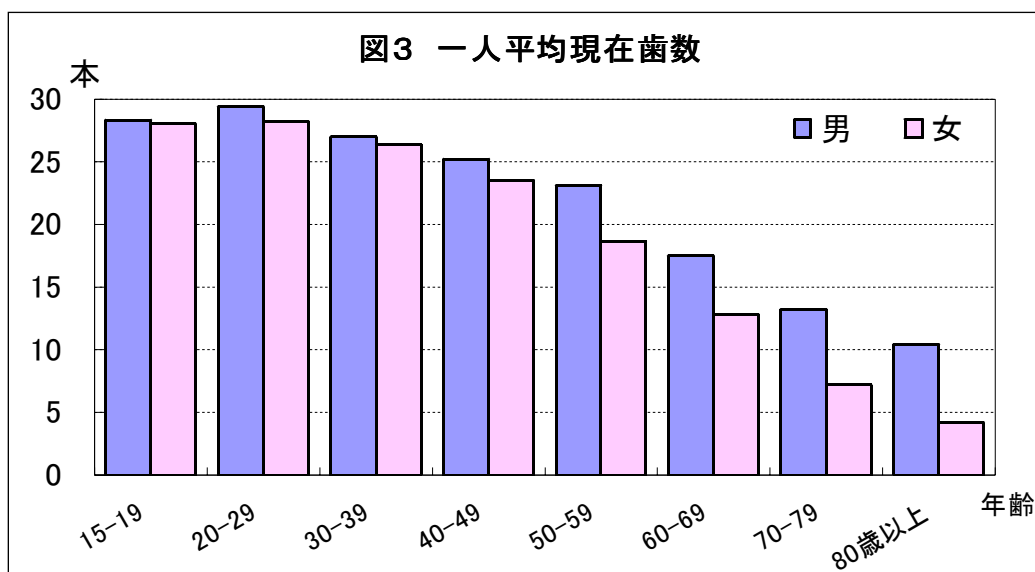
う蝕の有病者率は各年代とも高く、10代を除き50代までは男女とも90%以上である。50代以降では歯の喪失により、有病者率の減少がみられ、とくに女性の方が著しく減少している。本県のう蝕有病者率は、平成5年の全国歯科疾患実態調査の状況より高い傾向にある。



2 現在歯の状況

一人平均現在歯数は20.4本で加齢とともに減少傾向がある

一人平均現在歯数は20.4本であった。現在歯数は加齢とともに減少する傾向にあり、とくに50代以降は急激に減少している。男性は女性より歯は多く残存しており、全国との状況とほぼ類似している。



3 う歯の処置状況

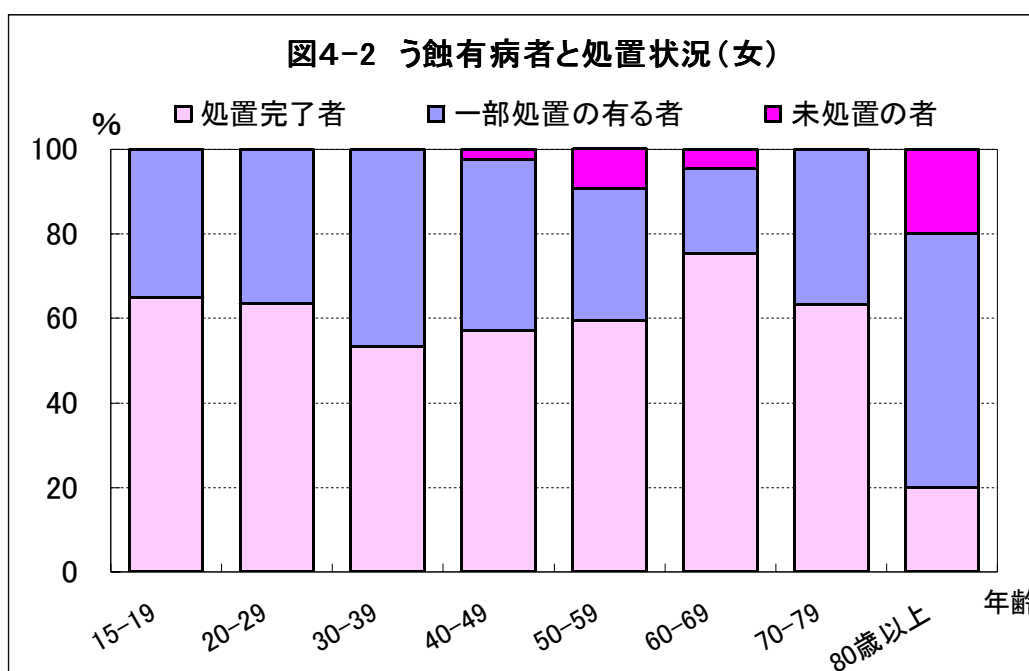
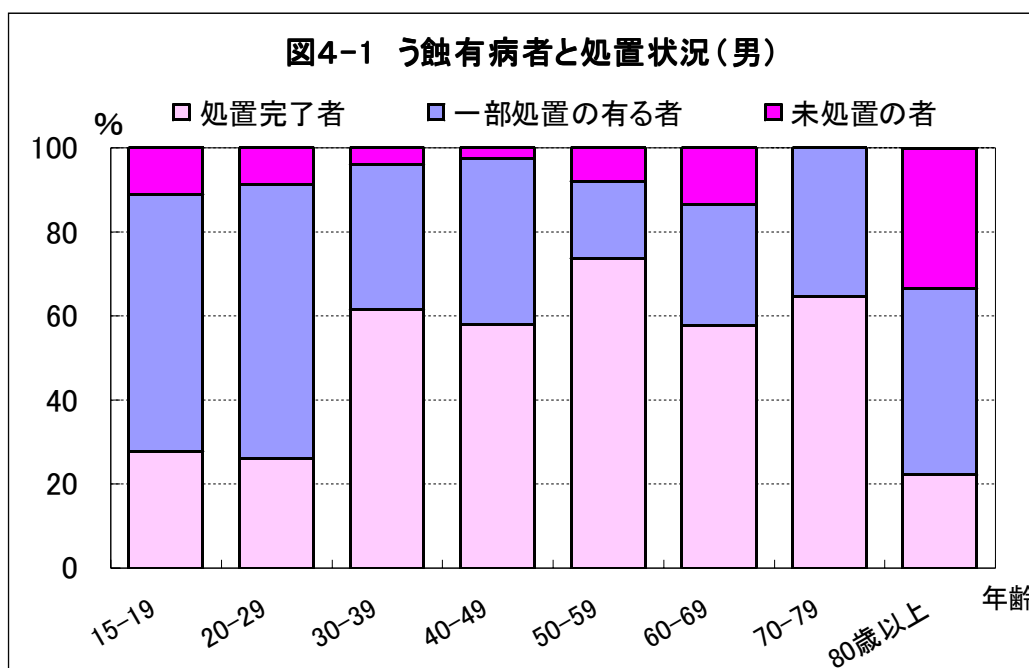
う蝕の処置が必要な者は全体の 41.5 %であり、男性の方が多い

未処置歯を有する者と抜歯等により義歯の作製が必要な者は 41.5% (男性 45.8%、女性 38.9%) であった。

処置完了者の割合は 60 代までは加齢とともに増加しているが、70 代以降は減少している。

女性の方が処置完了者の割合は多く、各年代とも 50 %以上を示しており、男性の 20 代、30 代では処置完了者の割合が 30%に満たない状況である。

歯科医院に受診しているのが 50 代までは男性より女性に多い結果からも、女性の方が歯科治療には積極的であるといえ、全国的にも同様の傾向がある。



4 歯の状況

健全歯は全ての年代で男性が多く、40代以降性差が大きくなっている

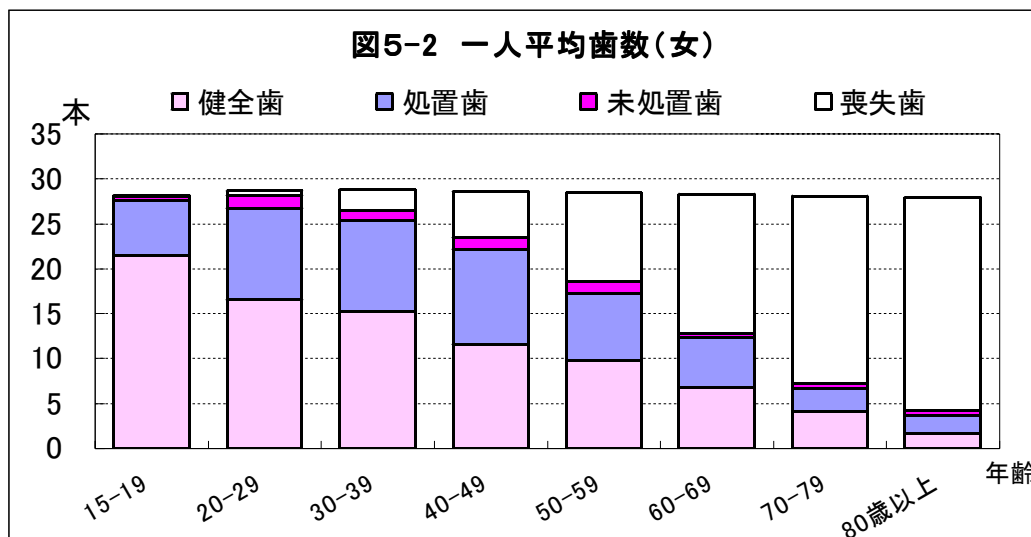
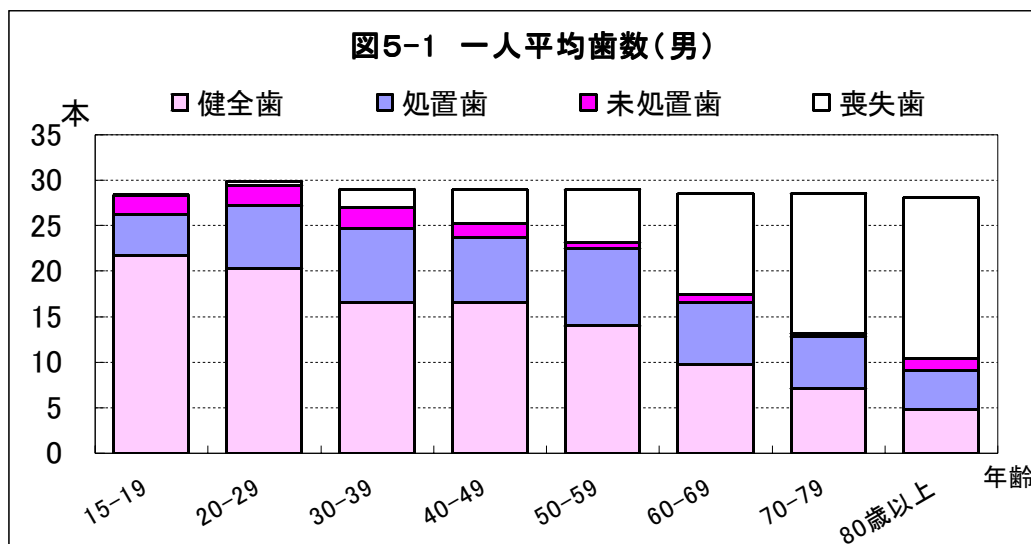
一人平均健全歯数は11.9本であった。健全歯の割合は年代を追うごとに減少しており、性別では男性14.0本、女性10.8本で、全ての年代で男の方が多い。とくに40代以降でその差が大きくなっている。

処置歯及び喪失歯は女性に多く、未処置歯は男性に多い傾向がある

一人平均処置歯数は40代までは女性が多く、50代以降は男性が多くなっており、全体でみると女性の方が治療がよくなされている。一人平均未処置歯数は若い年代に多い傾向があり、その中で10代から40代までと80代では男性が女性より多くなっている。

喪失歯は加齢とともに増加しており、50代以降性差が大きい

一人平均喪失歯数は男女とも加齢とともに増加しているが、各年代とも女性が多く、とくに50代以降は性差が大きくなっている。平成5年の全国値との比較では、処置歯数、未処置歯数とも全国値より少なく、喪失歯数は多い傾向がみられる。

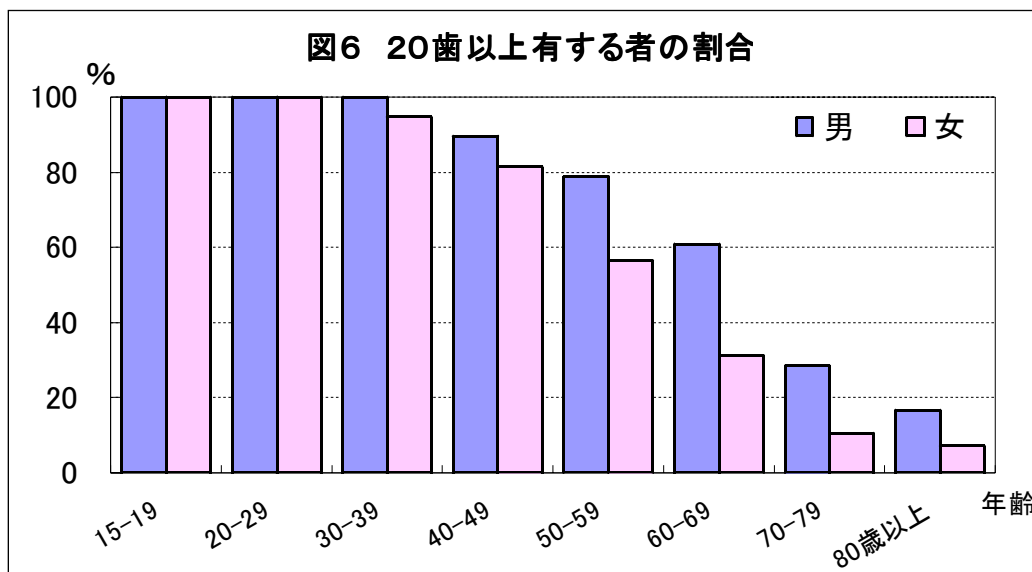


5 「8020」達成者の状況

「8020」の達成者は 男性 16.7%、女性 7.1%、
男性の「8020」達成者は同世代の女性の2倍

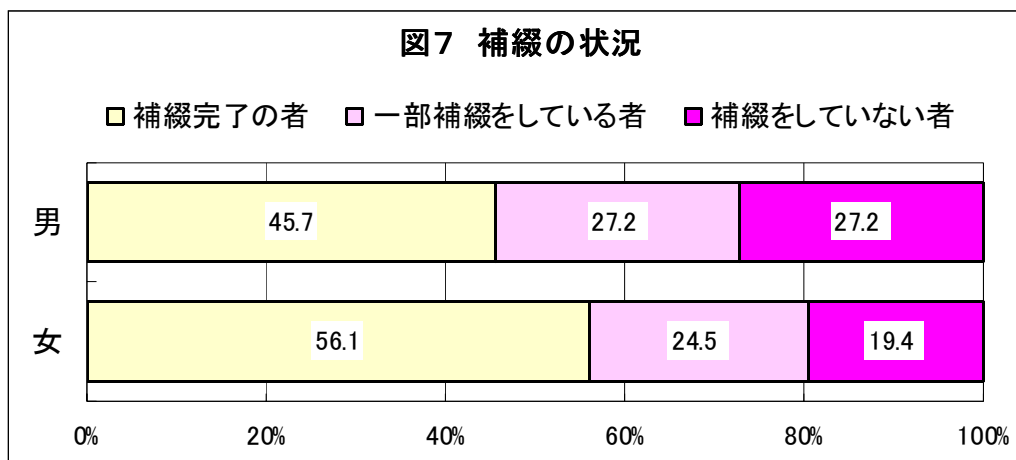
80歳で20本以上の自分の歯を保つという「8020」運動が展開されている。10代、20代では全員が20本以上自分の歯を有しているが、30代以降では加齢とともにその割合は減少してきている。70代の男性では達成者が61%に対し、女性では31%しかない。

80代での達成者は11.5%（男性16.7%、女性7.1%）で、平成5年の全国値（8.9%）より良い状況である。とくに男性の達成者の割合は多く、女性の2倍強となっている。



歯を失った部分を、義歯などで補うことを補綴という。補綴の必要な者のうち、補綴完了者の割合は52.5%（男性45.7%、女性56.1%）で、女性の方が男性より各年代とも補綴完了率は高い。

自分の歯を失っても、義歯によりある程度までは咀嚼機能を回復することが出来るが、歯ざわりや噛む力は健全な自分の歯に勝るものはない。平成5年の歯科疾患実態調査の全国値とほぼ同様の状況である。

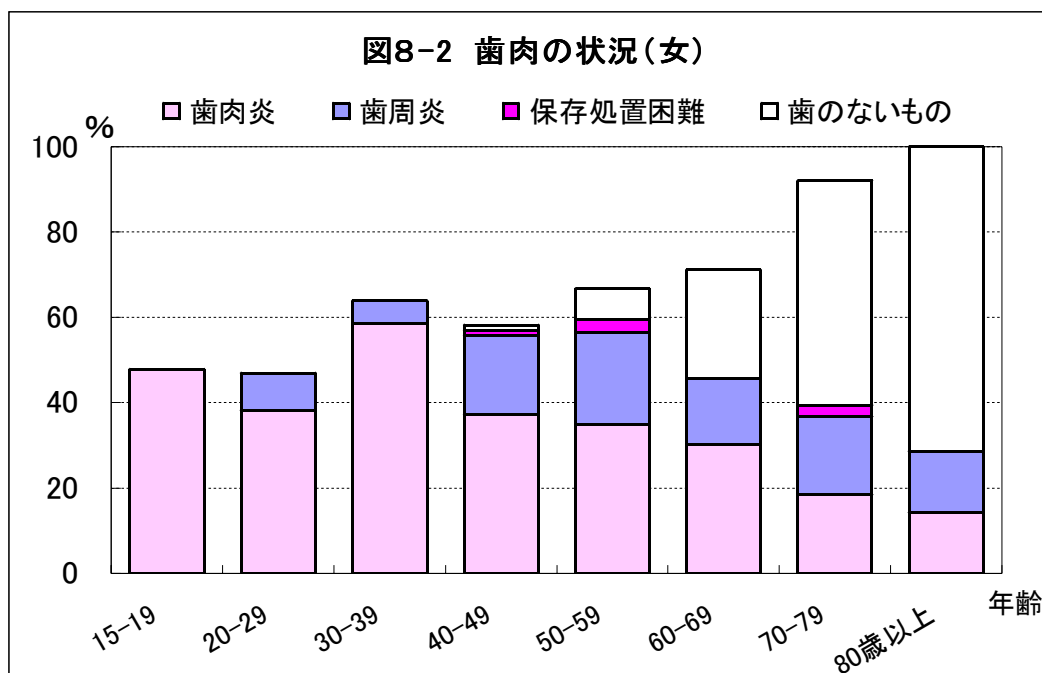
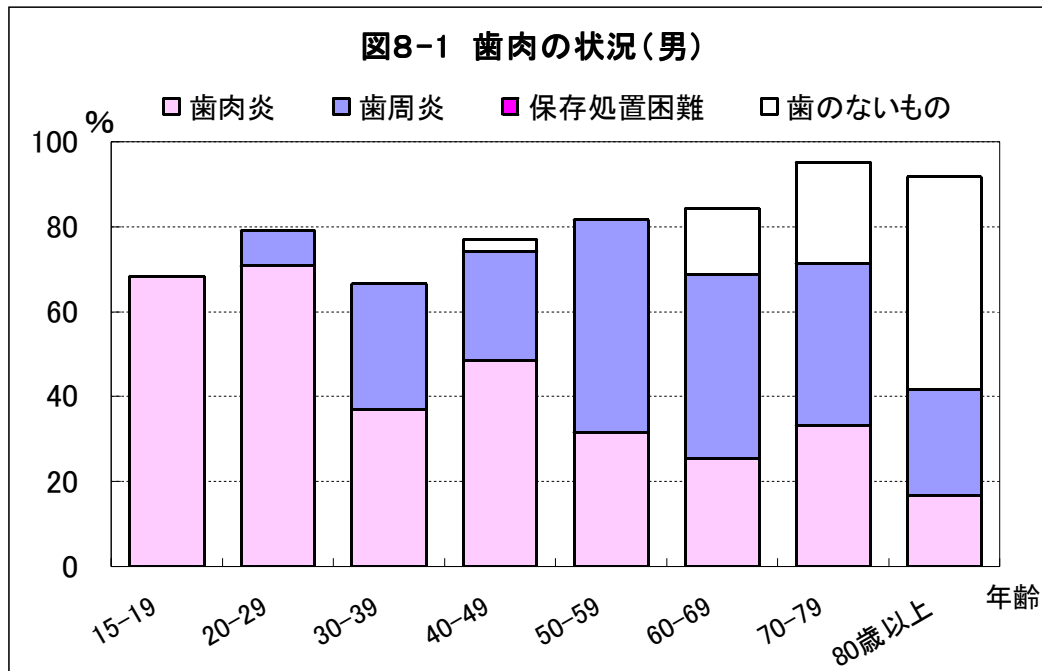


6 歯肉の状況

歯周疾患は全体の 60 %にみられ、歯肉炎、歯周炎とも男性は女性より多い

歯肉の状況は、加齢とともに歯肉炎から歯周炎へと移行する傾向がある。

10代は半数以上に歯肉の炎症が認められるが、歯肉炎の段階であり、20代以降歯周炎がみられ、50代でピークとなる。60代以降は歯がない人の割合が増加するにつれ、歯周疾患の有病者率は減少している。歯肉炎、歯周炎とも男性の方が女性より多くみられ、歯石の沈着状況も同様の傾向を示している。平成5年の全国値より歯肉の状況は若干良い傾向がある。



7 受診状況及び歯みがき状況等（健康意識調査より）

(1) 受診の状況

「この1年以内に歯科医院を受診した」のは全体の40%であり、10代から50代までは女性が多く、60代、70代では男性に多い傾向があった。

受診の内容は、むし歯の治療が60%で、歯石除去、義歯の作製、修理が各30%となっている。

(2) 歯みがきの状況

「歯みがきの回数」については、1日に2回みがく者が男女とも半数近くを占め、ついで男性は1回、女性は3回みがくという者が多い。

「いつ歯みがきをするか」という歯をみがく時間帯については、男性は朝起きたときが一番多く、ついで夕食後となっており、女性は夕食後、朝起きたときの順に多い。

(3) 現在の自分の歯や口の状態における満足度

「現在の自分の歯や口の状態」における満足度は、全体の36%がほぼ満足していると答えており、やや不満だが日常生活は困らないのが44%となっている。

「ほぼ満足」と「やや不満」を合わせて80%の人はそれほど不自由を感じていない。しかし、「やや不満」と「不自由を感じている」者の具体的な症状は「食べ物が歯と歯の間にはさまる」が56%と半数であり、次いで「歯が痛んだり、しみたりする」が31%、「口臭がある」が23%となっていた。

現在の自分の歯や口の状態について感じていることは、男女とも同じような傾向がみられた。

図9-1 歯や口の状態における満足度(男)

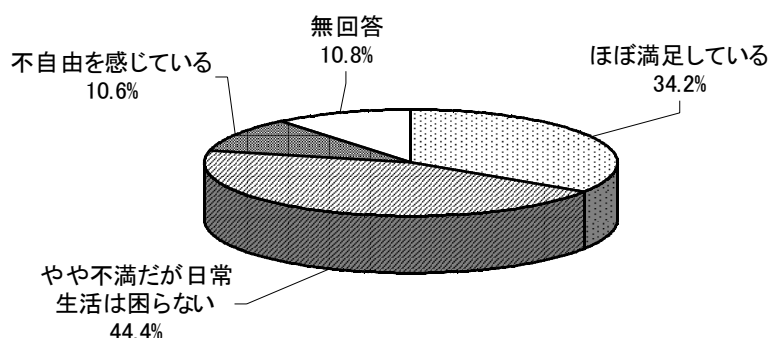
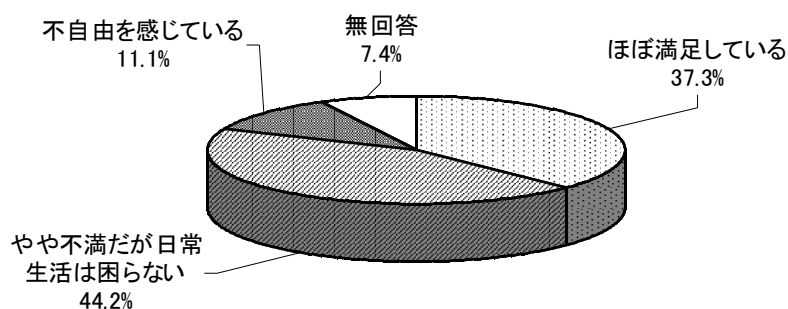


図9-2 歯や口の状態における満足度(女)



《 目 次 》

V 健康意識調査	157
1. 肥満の状況	160
2. 体型に対する意識	162
3. 体型と健康観	163
4. 健康のためにふだんの食事で心がけていること	164
5. ふだんの食事状況	165
6. 嗜好飲料の摂取頻度	167
7. 飲酒習慣	168
8. 喫煙習慣	169
9. 運動習慣	172
10. エネルギー充足率と肥満	173
11. 欠食の頻度（朝・昼・夕の食事）	174
12. 間食の頻度（夜食を含む）	176
13. 外食の頻度	177
14. 飲食店の食事や惣菜に対する要望	178
15. ストレス・休養の状況	180
16. 糖尿病の状況	182
(1) 糖尿病検査の受診状況と糖尿病の人の割合	182
(2) 肥満度と糖尿病の割合	183
(3) 糖尿病と家族歴	184
(4) 糖尿病と食習慣（朝食の欠食）	185
(5) 糖尿病と運動習慣	186
(6) 糖尿病と飲酒	187
(7) 糖尿病と喫煙	188

(8)	糖尿病とストレス・休養	189
(9)	糖尿病の保健指導	190
(10)	糖尿病の受診状況	191
(11)	糖尿病の治療状況	192
(12)	糖尿病の治療内容	193
(13)	糖尿病の合併症	194
17.	生活習慣病の罹病状況	195
(1)	高血圧症	195
(2)	脳卒中（脳出血、脳梗塞）	196
(3)	心臓病（狭心症、心筋梗塞）	197
(4)	高コレステロール血症	198
(5)	肝機能障害	199
(6)	痛風	200
(7)	胃腸疾患	201
(8)	貧血	202
18.	健康に関する要望等	203
(1)	生活についての満足度	203
(2)	健康的な生活を送る上で必要なこと	204
(3)	施設やサービスの認知度と利用状況	205

V 健康意識調査（図表目次）

表 1	健康意識調査の対象者人員構成（地区別・性別・年齢階級別）	159
表 2	BMI の平均値、標準偏差（性、年齢階級別）	160
表 3	糖尿病治療を受療したことがある人の治療状況と治療内容	193
表 4	糖尿病の治療状況と糖尿病合併症	194
図 1	健康意識調査の対象者人員構成	158
図 2-1	BMI の分布（男）	160
図 2-2	BMI の分布（女）	160
図 3-1	肥満、やせの割合（男）	161
図 3-2	肥満、やせの割合（女）	161
図 4-1	BMI の推移（男）	161
図 4-2	BMI の推移（女）	161
図 5-1	やせ体型の人の意識（男）	162
図 5-2	やせ体型の人の意識（女）	162
図 6-1	普通体型の人の意識（男）	162
図 6-2	普通体型の人の意識（女）	162
図 7-1	肥満体型の人の意識（男）	162
図 7-2	肥満体型の人の意識（女）	162
図 8-1	やせ体型の人の健康観（男）	163
図 8-2	やせ体型の人の健康観（女）	163
図 9-1	普通体型の人の健康観（男）	163
図 9-2	普通体型の人の健康観（女）	163
図 10-1	肥満体型の人の健康観（男）	163
図 10-2	肥満体型の人の健康観（女）	163
図 11	やせ体型の人が食事で心がけていること	164
図 12	普通体型の人が食事で心がけていること	164
図 13	肥満体型の人が食事で心がけていること	164
図 14	塩辛いものをよく食べる人の割合	165
図 15	脂肪の多いものをよく食べる人の割合	165
図 16	緑黄色野菜をよく食べる人の割合	165
図 17	牛乳・ヨーグルトを週 5 日以上とる人の割合	165
図 18-1	体型と塩分摂取（男）	166
図 18-2	体型と塩分摂取（女）	166
図 19-1	体型と脂肪摂取（男）	166
図 19-2	体型と脂肪摂取（女）	166
図 20-1	体型と緑黄色野菜摂取（男）	166
図 20-2	体型と緑黄色野菜摂取（女）	166
図 21-1	体型と牛乳摂取（男）	166
図 21-2	体型と牛乳摂取（女）	166
図 22-1	嗜好飲料の摂取割合（男）	167
図 22-2	嗜好飲料の摂取割合（女）	167
図 23-1	肥満体型の人の嗜好飲料摂取割合（男）	167

図23-2	肥満体型の人の嗜好飲料摂取割合（女）	167
図24-1	飲酒習慣のある人の割合（男）	168
図24-2	飲酒習慣のある人の割合（女）	168
図25	体型と泡盛飲酒量（男）	168
図26	体型と飲酒習慣（男）	168
図27	飲酒頻度と泡盛飲酒量（男）	168
図28-1	喫煙習慣のある人の割合（男）	169
図28-2	喫煙習慣のある人の割合（女）	169
図29-1	体型と喫煙習慣（男）	169
図29-1	体型と喫煙習慣（女）	169
図30	身体に害があるからたばこを吸わない人の割合	170
図31	におい等が嫌いだからたばこを吸わない人の割合	170
図32	健康上の理由でたばこが吸えない人の割合	170
図33	今後の喫煙対策について望んでいる人の割合	171
図34	喫煙者の今後の喫煙についての意志	171
図35-1	運動習慣のある人の割合（男）	172
図35-2	運動習慣のある人の割合（女）	172
図36-1	体型と運動習慣（男）	172
図36-2	体型と運動習慣（女）	172
図37-1	歩く時間が30分未満の人の割合（男）	172
図37-2	歩く時間が30分未満の人の割合（女）	172
図38-1	体型と歩く時間（男）	172
図38-2	体型と歩く時間（女）	172
図39-1	エネルギー充足率の分布（男）	173
図39-2	エネルギー充足率の分布（女）	173
図40-1	BMIと総エネルギー充足率（男）	173
図40-2	BMIと総エネルギー充足率（女）	173
図41-1	朝食欠食者の割合（男）	174
図41-2	朝食欠食者の割合（女）	174
図42-1	昼食欠食者の割合（男）	174
図42-2	昼食欠食者の割合（女）	174
図43-1	夕食欠食者の割合（男）	174
図43-2	夕食欠食者の割合（女）	174
図44-1	体型と朝食の欠食（男）	175
図44-2	体型と朝食の欠食（女）	175
図45-1	体型と昼食の欠食（男）	175
図45-2	体型と昼食の欠食（女）	175
図46-1	体型と夕食の欠食（男）	175
図46-2	体型と夕食の欠食（女）	175
図47-1	間食をとる人の割合（男）	176
図47-2	間食をとる人の割合（女）	176
図48-1	体型と間食（男）	176
図48-2	体型と間食（女）	176
図49-1	外食をとる人の割合（男）	177
図49-2	外食をとる人の割合（女）	177

図50-1	体型と外食（男）	177
図50-1	体型と外食（女）	177
図51	栄養成分の表示を望む人の割合	178
図52	低カロリーを望む人の割合	178
図53	塩分ひかえめを望む人の割合	178
図54	油ひかえめを望む人の割合	178
図55-1	飲食店の食事への希望（やせ体型の人）	179
図55-2	飲食店の食事への希望（普通体型の人）	179
図55-3	飲食店の食事への希望（肥満体型の人）	179
図56	ストレスが非常に多い人の割合	180
図57	休養不足の人の割合	180
図58	休養とストレス	180
図59	体型とストレス	180
図60	ストレスを感じている人の割合	181
図61-1	年齢別にみたストレス（仕事上のこと）	181
図61-2	年齢別にみたストレス（人間関係）	181
図61-3	年齢別にみたストレス（収入・家計・借金）	181
図62	糖尿病検査の受診状況	182
図63	糖尿病検査の受診機会	182
図64	糖尿病の割合	182
図65	現在の肥満度と糖尿病の状況	183
図66	過去の肥満度と糖尿病の状況	183
図67	糖尿病の状態と家族歴	184
図68	糖尿病の血縁がいる人の割合	184
図69	糖尿病の有無と朝食の欠食状況	185
図70-1	糖尿病検査異常所見者の朝食欠食状況別生活習慣改善状況（男）	185
図70-2	糖尿病検査異常所見者の朝食欠食状況別生活習慣改善状況（女）	185
図71	糖尿病の有無と運動の状況	186
図72-1	糖尿病検査異常所見者の運動状況別生活習慣改善状況（男）	186
図72-2	糖尿病検査異常所見者の運動状況別生活習慣改善状況（女）	186
図73-1	糖尿病の有無と飲酒の状況（男）	187
図73-2	糖尿病の有無と飲酒の状況（女）	187
図74-1	糖尿病の有無と喫煙の状況（男）	188
図74-2	糖尿病の有無と喫煙の状況（女）	188
図75	糖尿病の有無とストレスの状況	189
図76	糖尿病の有無と休養の状況	189
図77	糖尿病検査異常所見者への保健指導の実施状況	190
図78	保健指導の内容別にみた生活習慣改善状況	190
図79	糖尿病検査異常所見者の医療機関受診率	191
図80	医療機関受診者の現在の受診状況	191
図81	医療機関受診者の糖尿病治療受療率	192
図82	糖尿病治療受療者の現在の治療状況	192
図83	糖尿病治療を受けたことのある人の治療内容	193
図84	糖尿病といわれたことのある人の糖尿病合併症の状況	194
図85	年齢別にみた高血圧症の罹病状況	195

図86-1	肥満と高血圧症の罹病状況	195
図86-2	糖尿病と高血圧症の罹病状況	195
図87	年齢別にみた脳卒中（脳出血・脳梗塞）の罹病状況	196
図88-1	肥満と脳卒中（脳出血・脳梗塞）の罹病状況	196
図88-2	糖尿病と脳卒中（脳出血・脳梗塞）の罹病状況	196
図89	年齢別にみた心臓病（狭心症・心筋梗塞）の罹病状況	197
図90-1	肥満と心臓病（狭心症・心筋梗塞）の罹病状況	197
図90-2	糖尿病と心臓病（狭心症・心筋梗塞）の罹病状況	197
図91	年齢別にみた高コレステロール血症の罹病状況	198
図92-1	肥満と高コレステロール血症の罹病状況	198
図92-2	糖尿病と高コレステロール血症の罹病状況	198
図93	年齢別にみた肝機能障害の罹病状況	199
図94-1	肥満と肝機能障害の罹病状況	199
図94-2	糖尿病と肝機能障害の罹病状況	199
図95	年齢別にみた痛風（高尿酸血症）の罹病状況	200
図96-1	肥満と痛風（高尿酸血症）の罹病状況	200
図96-2	糖尿病と痛風（高尿酸血症）の罹病状況	200
図97	年齢別にみた胃腸疾患の罹病状況	201
図98-1	肥満と胃腸疾患の罹病状況	201
図98-2	糖尿病と胃腸疾患の罹病状況	201
図99	年齢別にみた貧血の罹病状況	202
図100-1	肥満と貧血の罹病状況	202
図100-2	糖尿病と貧血の罹病状況	202
図101	生活についての満足度	203
図102	生活についての満足度（性、年齢階級別）	203
図103	健康的な生活を送る上で必要と答えた人の割合	204
図104	自分のライフスタイルの改善が必要と答えた人の割合	204
図105	施設やサービスの認知度と利用状況	205

V 健康意識調査

V 健康意識調査

対象者の性・年齢階級別人員構成

健康意識調査の対象者の性・年齢階級別人員構成を図1に示し、地区別、性別、年齢階級別の対象者の人数を表1に示した。

7保健所管内、20地区内の男性698人、女性810人の合計1,508人を対象とした。

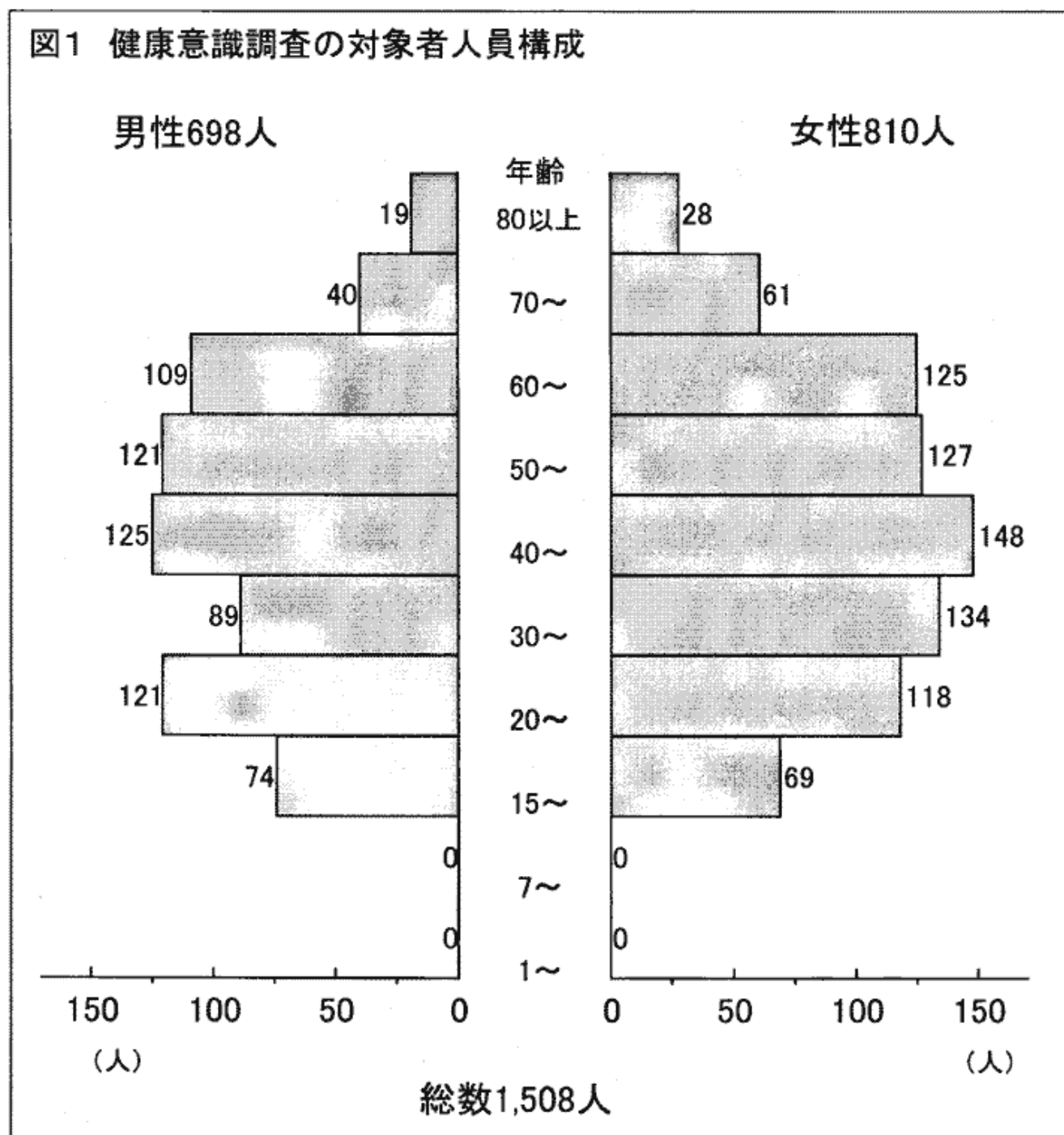


表1 健康意識調査の対象者人員構成(地区別・性別・年齢階級別)

単位:人数

地区名	15～19歳		20～29歳		30～49歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70～79歳		80歳以上		総計		
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	計
11:名護市東江	6	6	10	12	6	22	8	11	1	2	3	2	0	1	0	0	34	56	90
12:本部町備瀬	3	4	1	1	8	4	11	9	7	6	5	8	4	5	3	5	42	42	84
21:勝連町平敷屋	9	3	14	8	8	13	11	10	8	9	10	10	5	6	1	2	66	61	127
22:石川市東山区	7	7	7	6	4	5	15	16	6	7	1	2	4	3	0	0	44	46	90
31:宜野湾市赤道	1	3	11	3	2	4	2	7	7	10	6	3	1	3	0	1	30	34	64
32:北中城村熱田	2	1	6	7	6	7	3	4	4	8	14	11	0	1	4	5	39	44	83
33:嘉手納町水釜	1	1	2	1	1	2	4	6	1	1	4	5	2	1	0	0	15	17	32
34:読谷村高志保	2	2	3	3	3	4	3	4	8	5	6	7	0	6	1	3	26	34	60
41:那覇市天久	2	4	2	6	2	9	3	4	5	6	8	7	2	2	0	0	24	38	62
42:那覇市古波蔵	1	0	1	0	4	3	3	3	2	1	3	6	1	2	0	1	15	16	31
43:那覇市小祿	4	4	4	7	8	12	9	10	7	6	6	8	5	9	1	3	44	59	103
44:那覇市首里鳥堀	5	2	2	5	3	4	5	4	4	3	9	11	4	3	1	1	33	33	66
45:那覇市久米	3	0	2	5	2	4	2	6	3	4	2	4	3	2	1	0	18	25	43
46:那覇市松川	0	1	2	3	3	3	3	8	1	1	1	2	0	3	1	0	11	21	32
51:知念村具志堅	4	6	14	15	5	4	6	6	11	12	8	13	3	4	0	1	51	61	112
52:糸満市前端区	2	2	3	4	3	5	2	1	4	5	1	2	2	1	1	1	18	21	39
53:浦添市安波茶	9	11	15	14	9	6	11	15	19	17	8	8	0	1	2	2	73	74	147
54:与那原町字与那原	9	9	15	14	7	12	14	16	17	17	6	9	0	3	1	0	69	80	149
61:平良市西里	0	1	3	4	1	3	3	3	3	2	3	2	1	1	0	1	14	17	31
71:石垣市大川	4	2	4	0	4	8	7	5	3	5	5	5	3	4	2	2	32	31	63
総計	74	69	121	118	89	134	125	148	121	127	109	125	40	61	19	28	698	810	1,508

1. 肥満の状況

BMIの平均値は50代でもっとも高く男性24.9、女性24.8

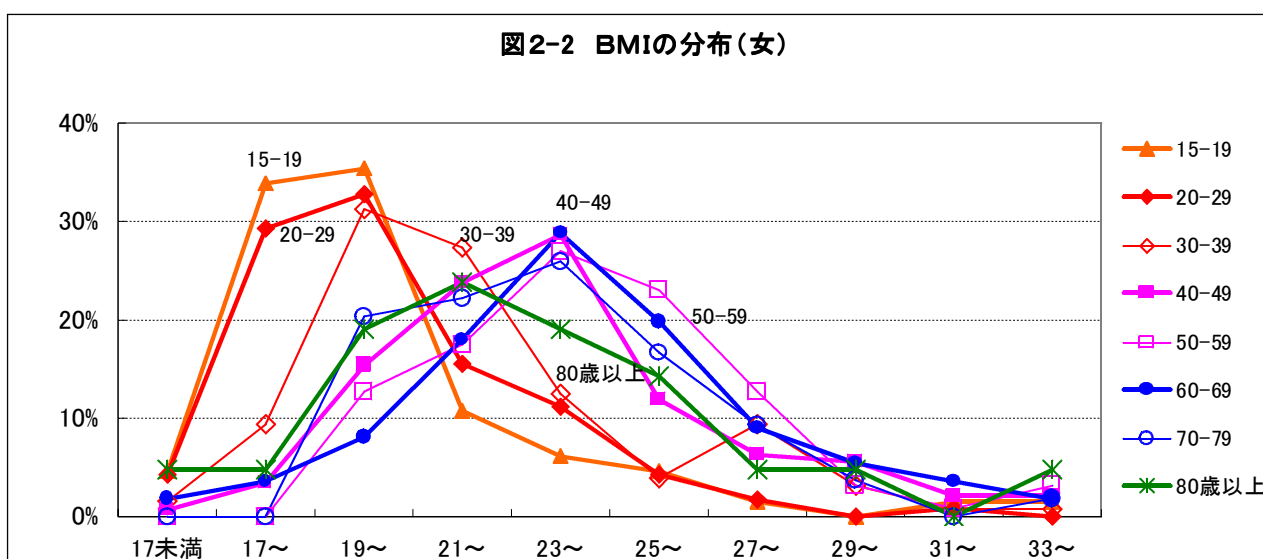
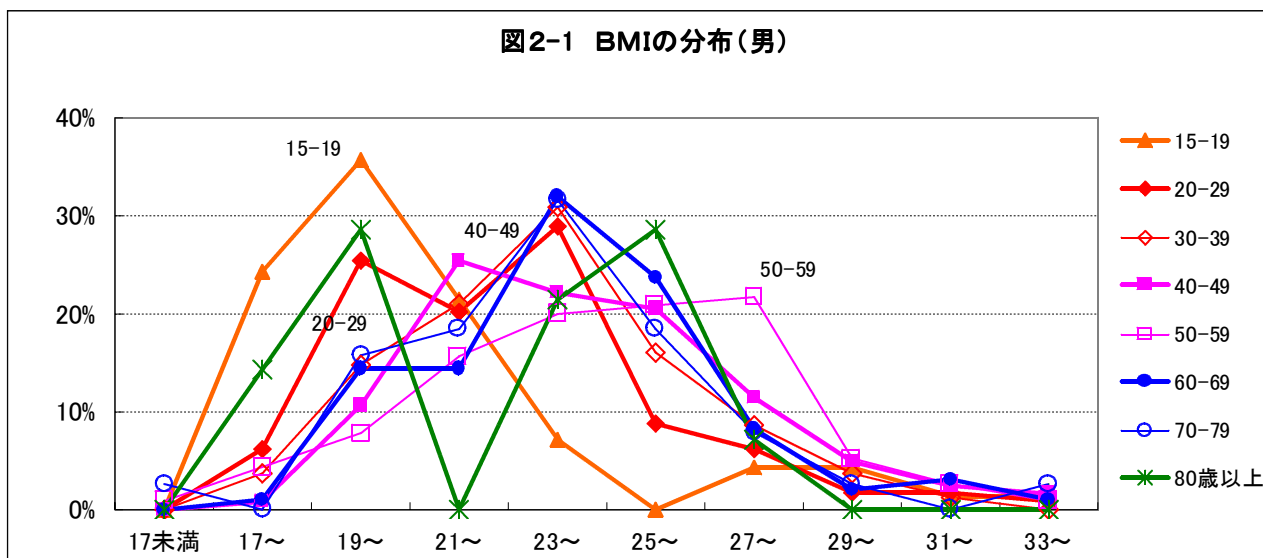
健康意識調査の自己申告値によるBMIの性別、年齢階級別平均値と標準偏差は表2のとおりである。平成9年国民栄養調査による全国値と比べると、20代以降のすべての年齢層で全国値よりも高くなっている。

性別、年齢別にBMIの分布状況を見ると、男女とも加齢とともにBMIの最頻値が右側にシフトしている。とくに50代の男性では、BMI値27-29に分布のピークがあり、この年齢の肥満は深刻な状況にある。女性では、最頻値が25を超える年代はないが、10代、20代のやせ傾向が目立つ。

表2 BMIの平均値、標準偏差(性、年齢階級別)
(体重kg/身長²)

	男			女		
	平均値	標準偏差	人数*	平均値	標準偏差	人数*
15-19歳	21.3	3.6	20	20.5	4.1	25
20-29	22.8	3.2	31	20.4	2.8	48
30-39	23.8	2.8	32	22.2	3.4	68
40-49	24.6	3.2	45	23.8	3.5	93
50-59	24.9	3.3	45	24.8	3.2	73
60-69	24.2	3.0	54	24.5	3.7	88
70-79	23.9	3.3	20	23.8	3.0	39
80歳以上	22.8	3.1	12	23.4	4.2	14
総数	23.8	3.4	259	23.0	3.8	448

*身長、体重とも記載のあった者



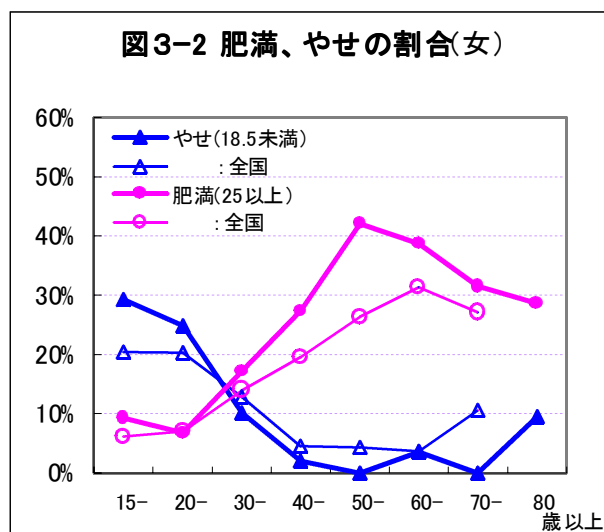
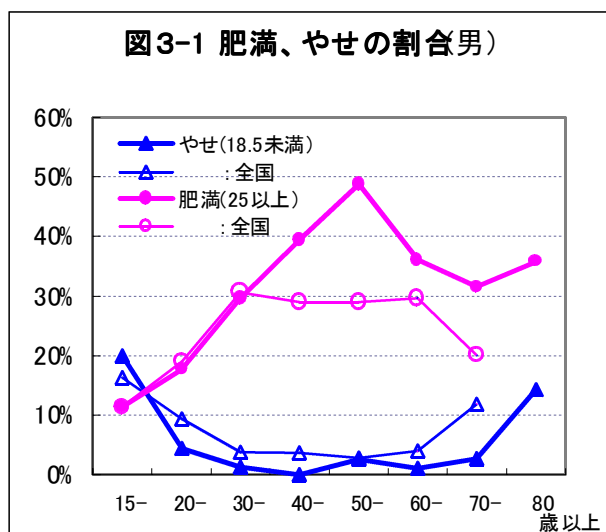
沖縄県は、若年のやせの割合も中高年の肥満の割合も全国より高い！

健康意識調査の自己申告値によると、BMIが18.5未満のやせの割合は、男女とも15-19歳がもっとも高く、男性では20.0%、女性では29.2%となっており、いずれも全国より高い。やせの割合は男性では20代以降で5%以下に激減しているが、女性では20代24.6%、30代10.2%と徐々に減少、40代以降で5%以下となる。いずれも80歳以上の高齢になるとやせの割合が増加に転じている。

一方、BMIが25以上の肥満の割合は、男女とも50代がもっとも高く、男性では48.7%、女性では42.1%で、男性では2人に1人が肥満となっている。肥満の割合は男女とも40代以降で全国よりかなり高くなっており、中高年の肥満対策が県民の健康を保つ上での重要な課題となっている。

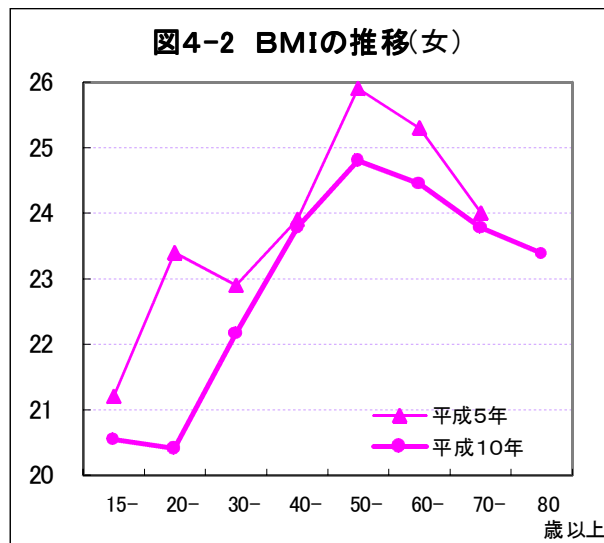
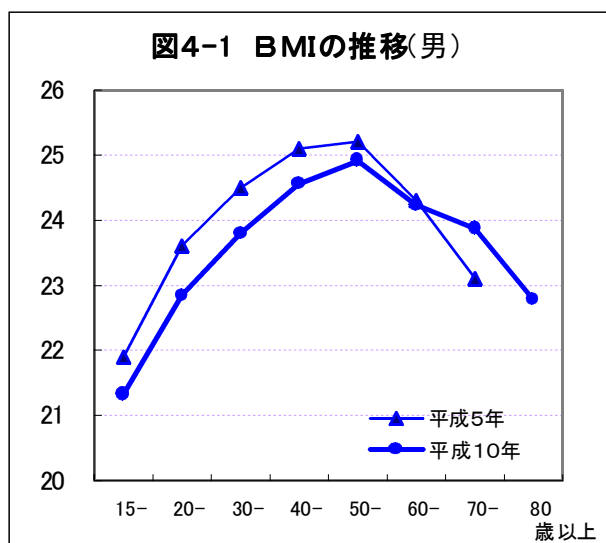
< BMIの算出方法 > $BMI = \text{体重(kg)} / \text{身長(m)}^2$

< BMIの判定基準 > やせ：18.5未満、 普通：18.5～25未満、 肥満：25以上



年齢別BMIの平均値は、平成5年より低くなってきている

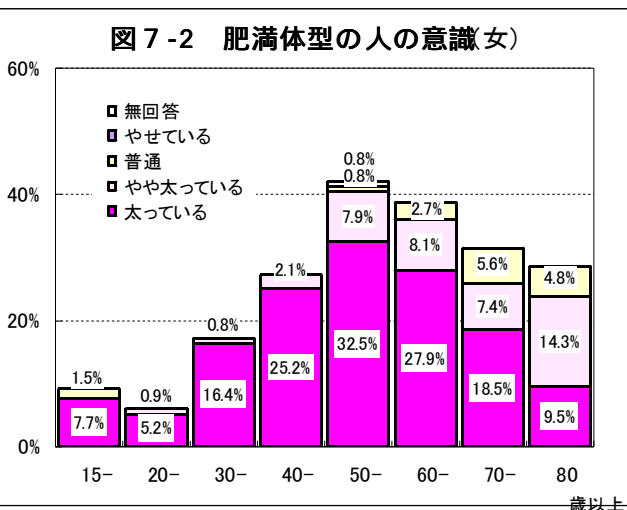
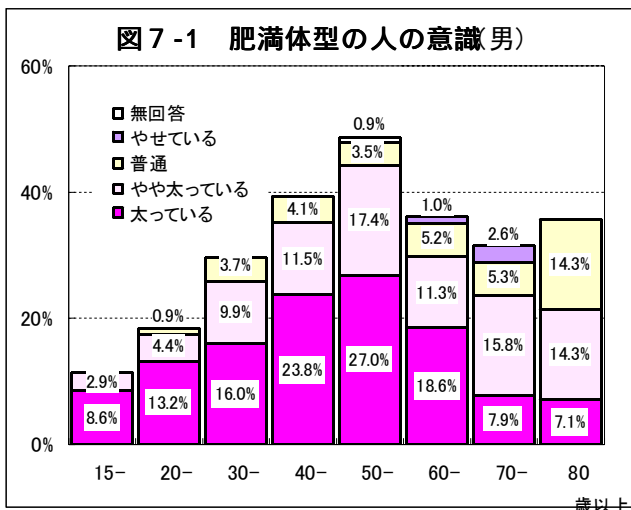
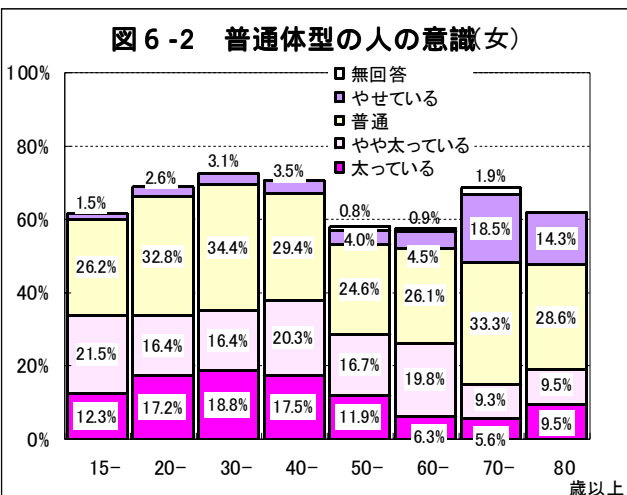
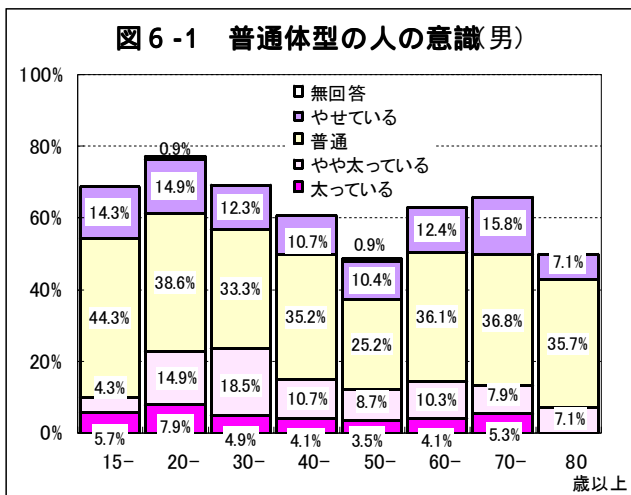
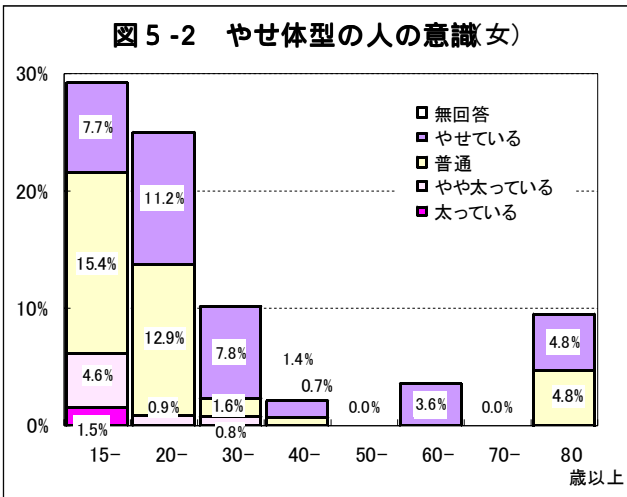
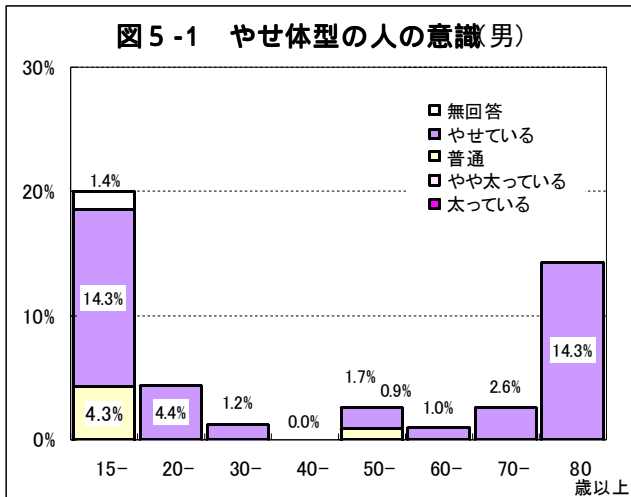
BMIの平均値を平成5年の県民栄養調査と比べてみると、男性では10-50代でBMIの平均値が低くなっている。女性では全ての年齢層でBMIの平均値が低下しており、とくに10-20代の若い女性のスリム指向と50-60代の高年女性の健康指向をうかがうことができる。



2. 体型に対する意識

女性は全般にスリム指向、一方で中年男性は肥満に対する認識が低い！

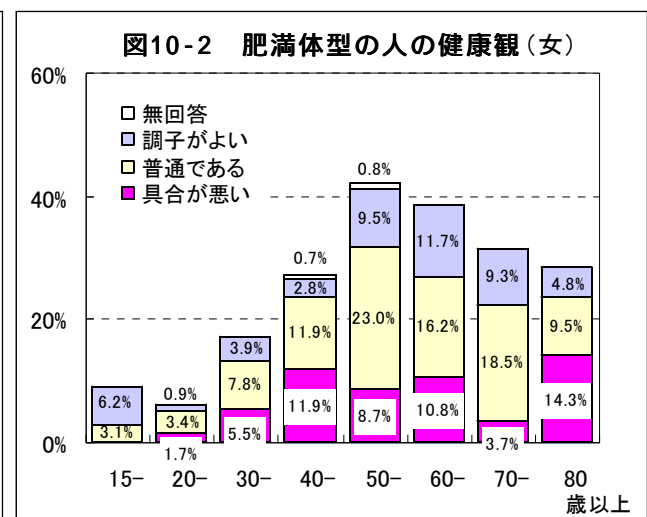
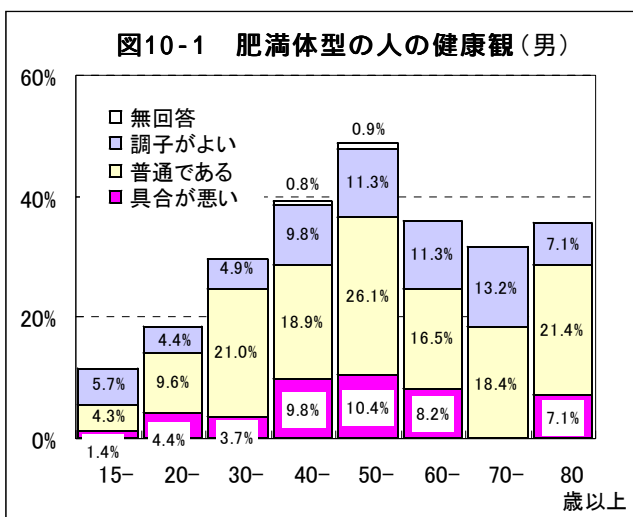
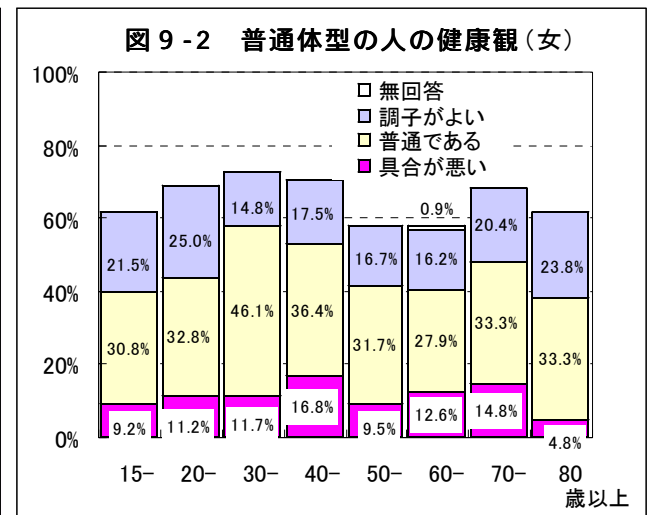
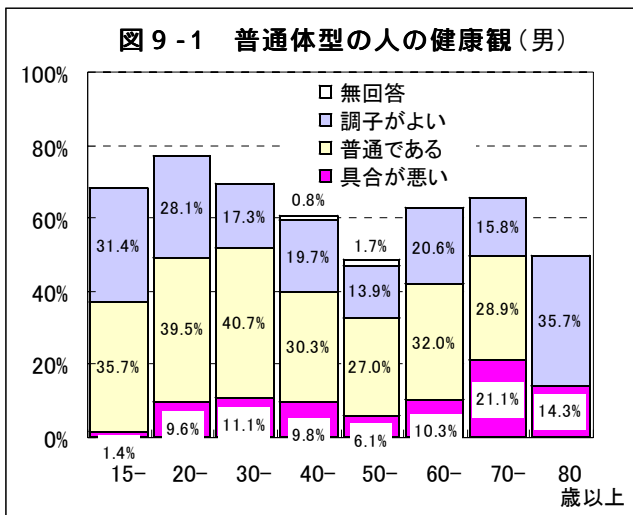
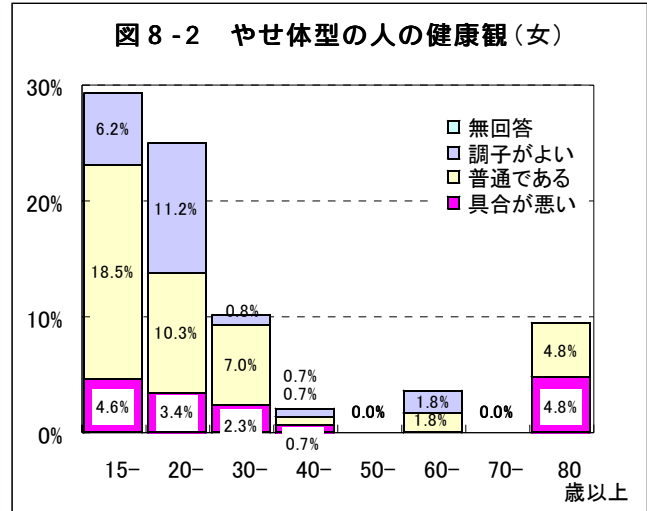
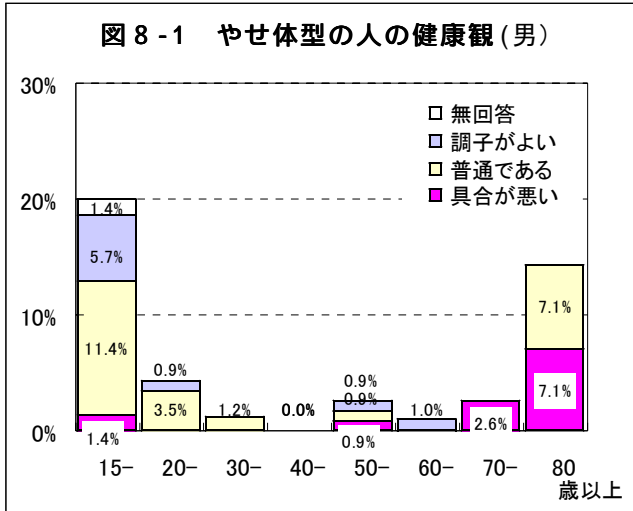
やせ体型の人では 10 代でやせていることを認識していないものが多いが、年齢による認識のズレは少ない。肥満体型では 30 代以降の男性で肥満に対する認識が低い。女性では 70 代以降の高齢者以外は実際より太っていると認識していた。とくに 10-20 代のやせ体型の女性でスリム指向が強い。



3. 体型と健康観

普通体型の人は調子がよい、肥満の人は具合が悪いと感じている人が多い

体型別に健康観をみると、調子がよいと感じている人の割合は普通体型の人に多く、肥満体型の人では40代以降で具合が悪いと感じているものが多い。性別、年齢別にみると30代以下の男性では肥満体型、女性ではやせ体型の人に具合が悪い人が多く、40～60代の中高年では男女とも肥満体型の人に具合の悪い人が多くなっている。



4. 健康のためにふだんの食事で心がけていること

肥満の人は健康のためにふだんの食事に気をつけている人が多い

健康のためにふだんの食事で心がけていることについて、体型別にみると、食事に気をつけている人の割合は肥満体型の人で高く、やせ体型の人では低くなっており、男性に比べて女性が高い。項目別にみると、「規則正しく食べる」、「塩辛いものをひかえる」と答えた人の割合が高くなっており、肥満体型の人では「油の量や質を考える」、「甘いものをひかえる」と答えた人も多くなっていた。

図11 やせ体型の人が食事で心がけていること

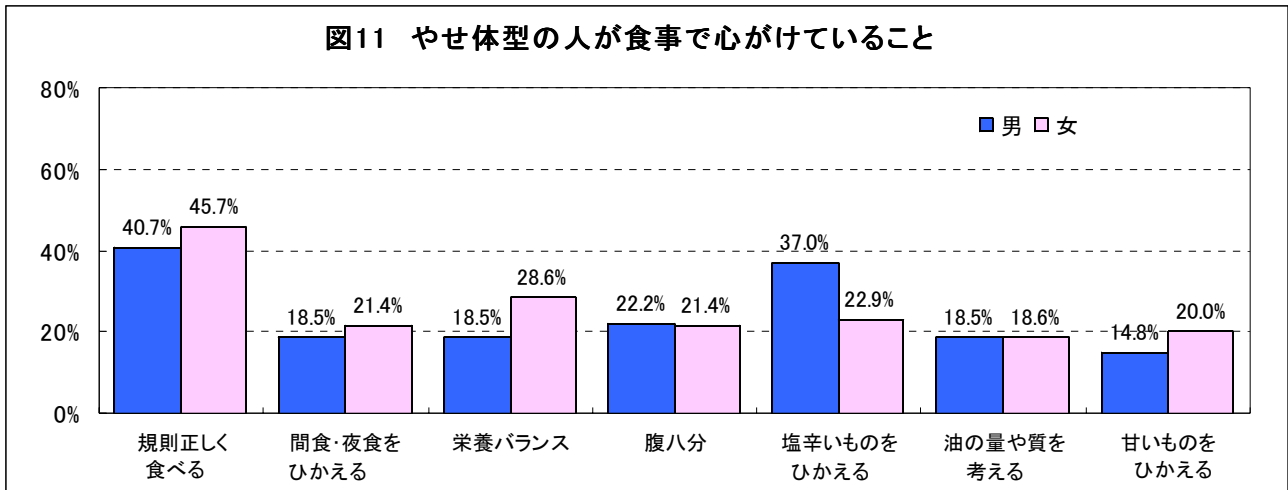


図12 普通体型の人が食事で心がけていること

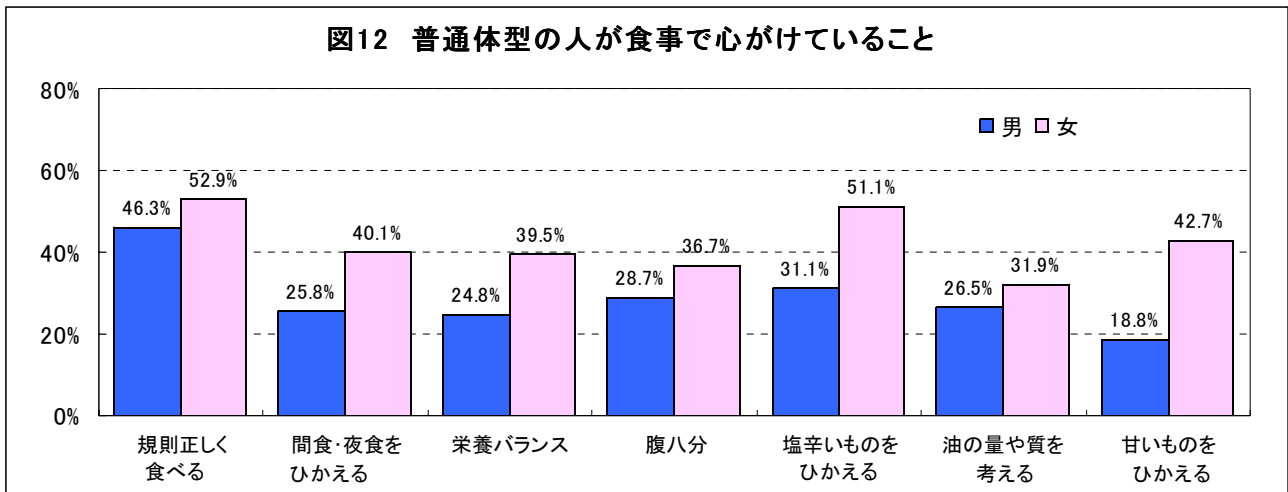
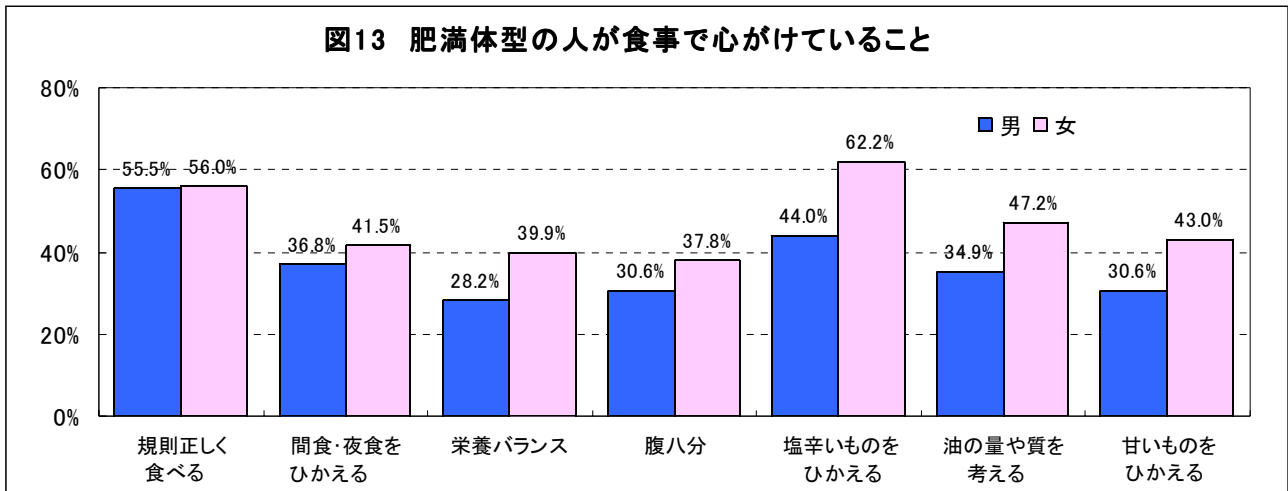


図13 肥満体型の人が食事で心がけていること



5. ふだんの食事状況

塩分と油脂は若い世代、緑黄野菜や牛乳は年齢が高いほどよく摂取している

ふだんの食事状況をみると、塩分摂取は10～30代の男性、10代の女性が多い。脂肪摂取も男性は10代と20代、女性は10代と若い世代ほど多く、女性より男性のほうがよく摂取している。一方、緑黄色野菜や牛乳・ヨーグルトは年齢が高いほど多く摂取しており、男性より女性がよく摂取している。

図14 塩辛いものをよく食べる人の割合

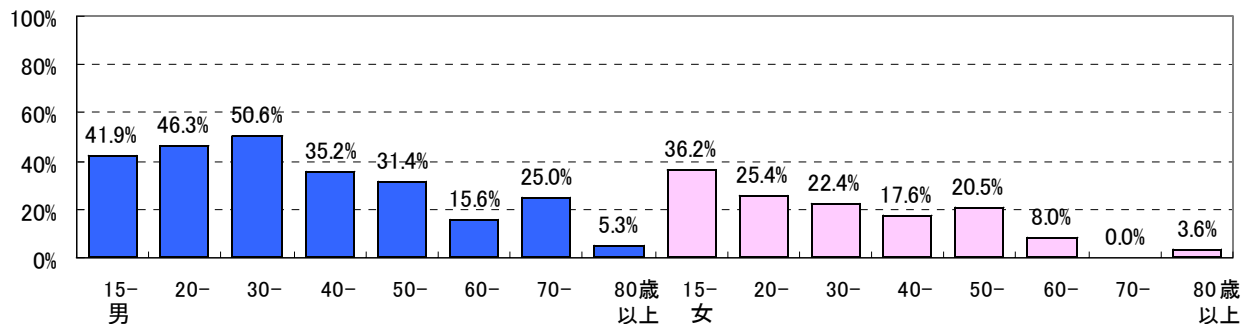


図15 脂肪の多いものをよく食べる人の割合

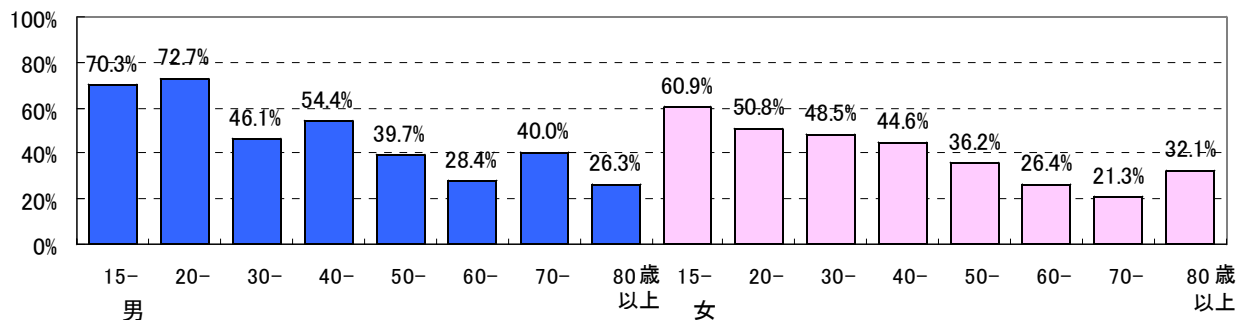


図16 緑黄色野菜をよく食べる人の割合

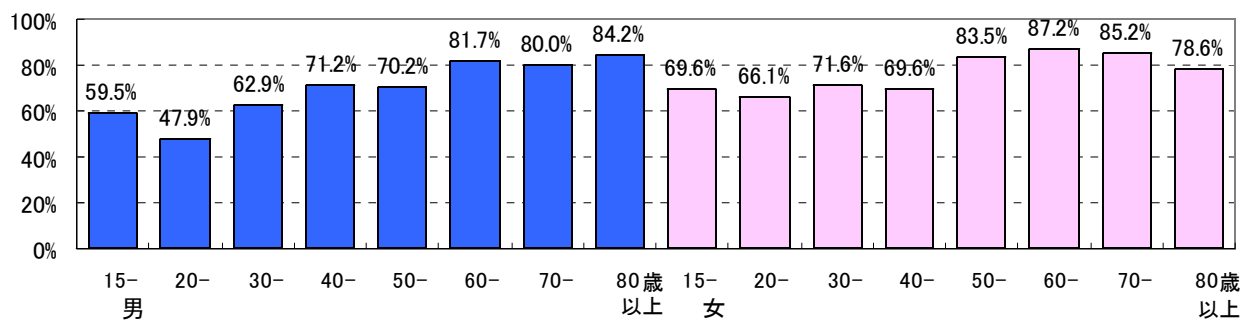
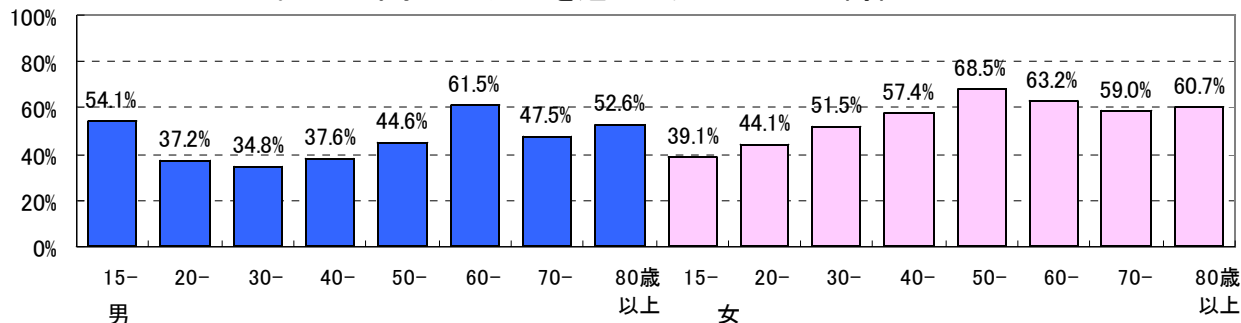
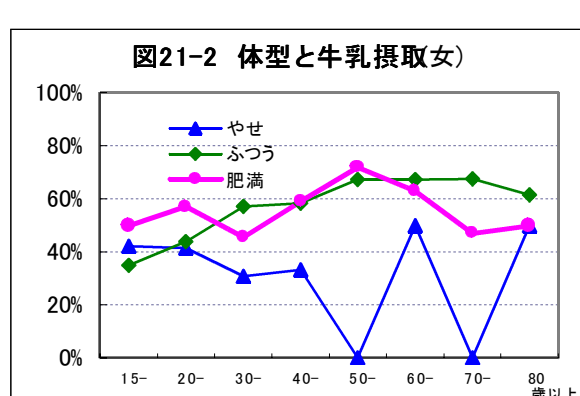
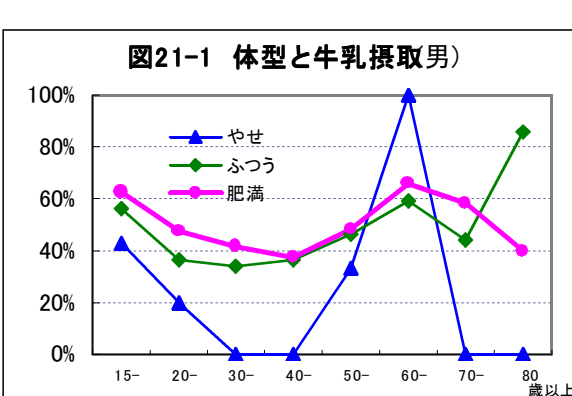
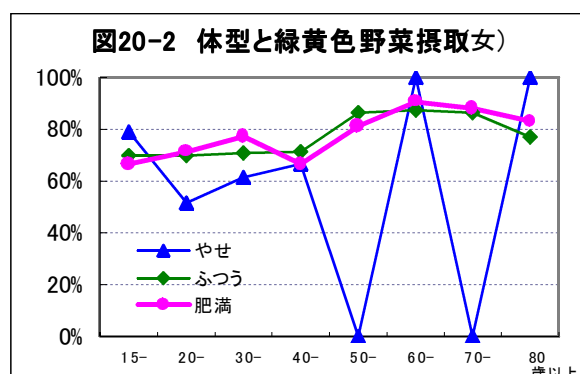
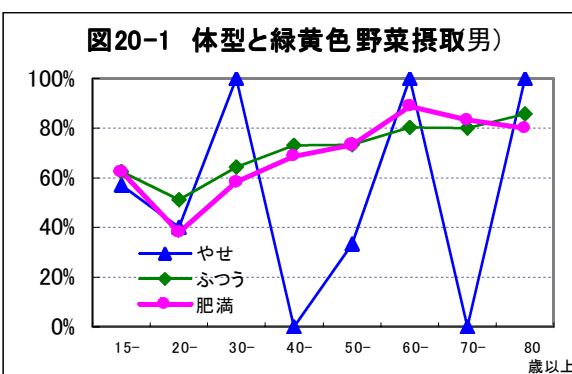
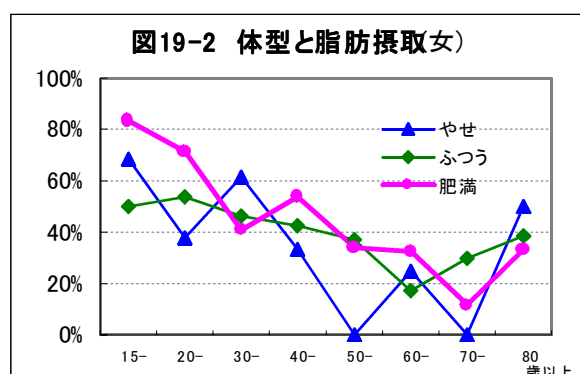
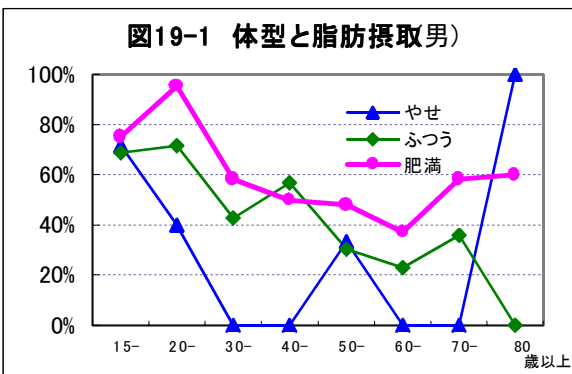
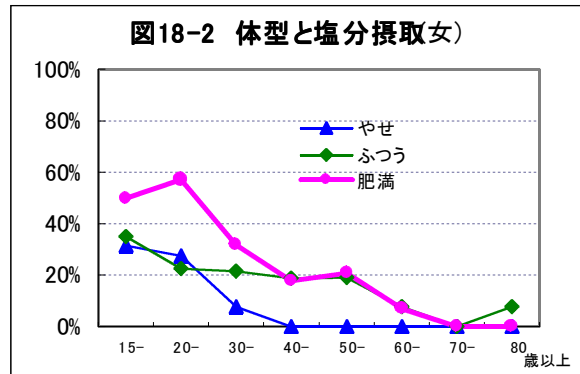
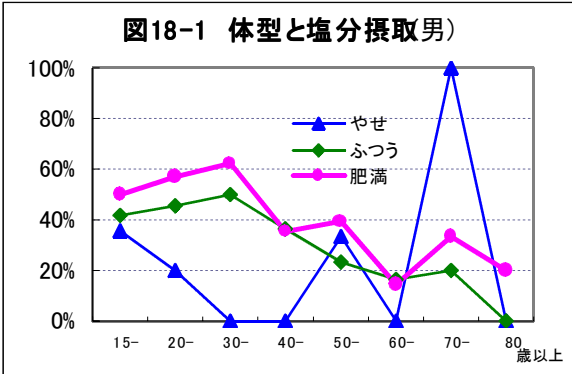


図17 牛乳・ヨーグルトを週5日以上とる人の割合



肥満体型の人は塩分、脂肪、牛乳の摂取が多く、緑黄色野菜はやや少ない

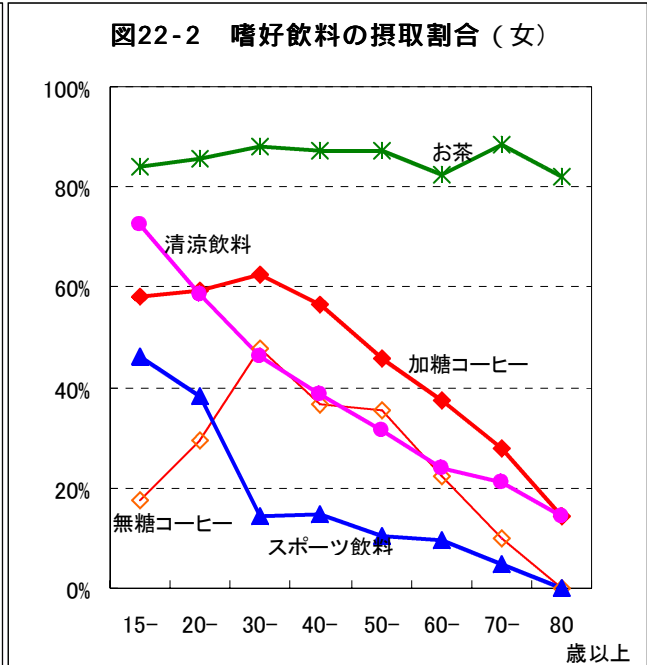
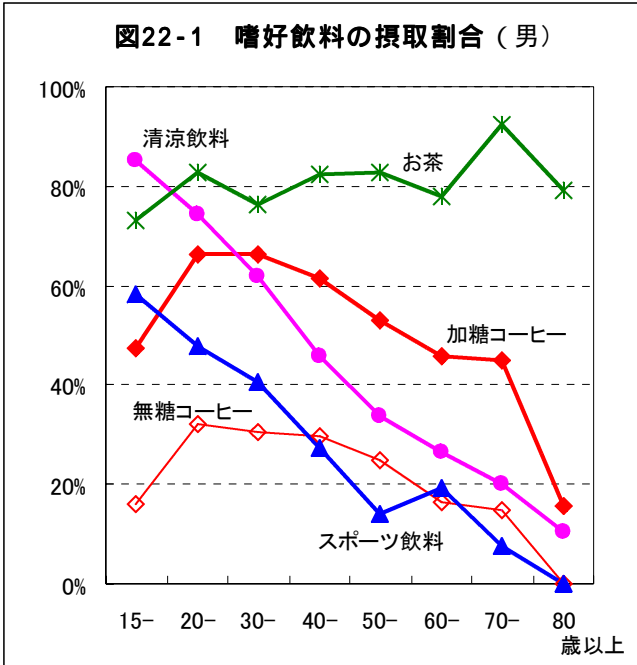
体型別に食事状況をみると、肥満体型の人では塩分と脂肪をよく摂取している人の割合が高くなっており、とくに男性でその傾向が強い。牛乳・ヨーグルトの摂取も肥満体型の人でやや多い反面、緑黄色野菜の摂取は40～50代までの若い世代で肥満体型の人の摂取割合が少なくなっている。なお、やせ体型の人が男女とも40代以降で極端に少ないため摂取割合の変動が大きい。



6 . 嗜好飲料の摂取頻度

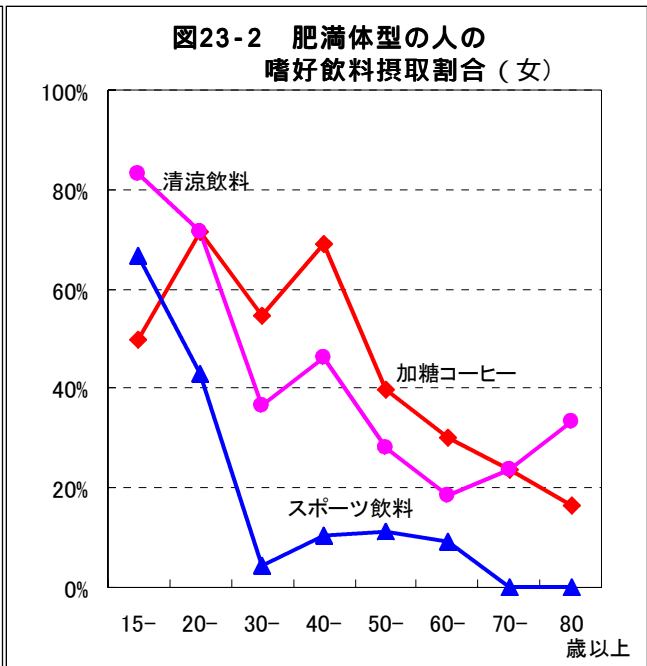
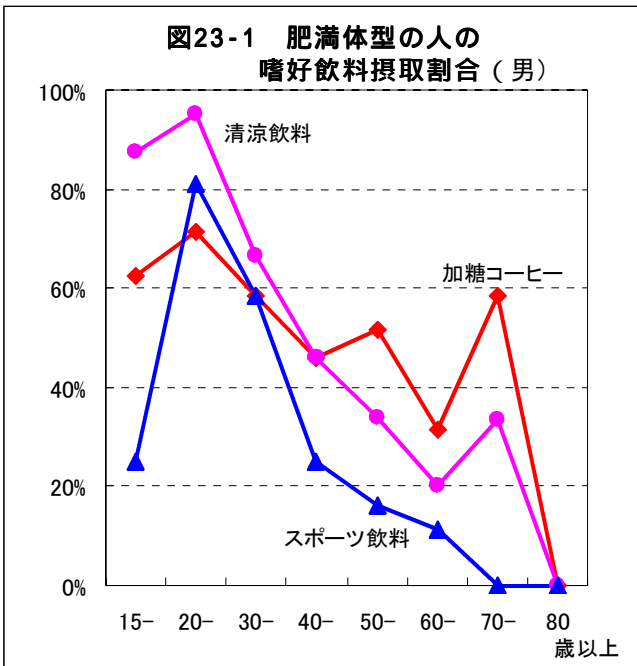
清涼飲料、ｽｰｯ飲料は 15 ~ 19 歳、ｺｰﾋｰは 20 ~ 40 代で飲む人が多い

嗜好飲料の摂取状況を見ると、清涼飲料とスポーツ飲料は 10 ~ 20 代の若い世代で飲む人が多く、女性より男性の方がよく飲んでいる。コーヒーは加糖も無糖も 20 ~ 40 代で飲む人が多いが、女性では無糖コーヒーを飲む人が 30 ~ 50 代で男性よりかなり多い。お茶はほとんどの年齢層でもっともよく飲まれているが、10 代の男性ではお茶より清涼飲料を飲む人の割合が高くなっている。



肥満の若い人は、清涼飲料、ｽｰｯ飲料、加糖ｺｰﾋｰをよく飲んでいる

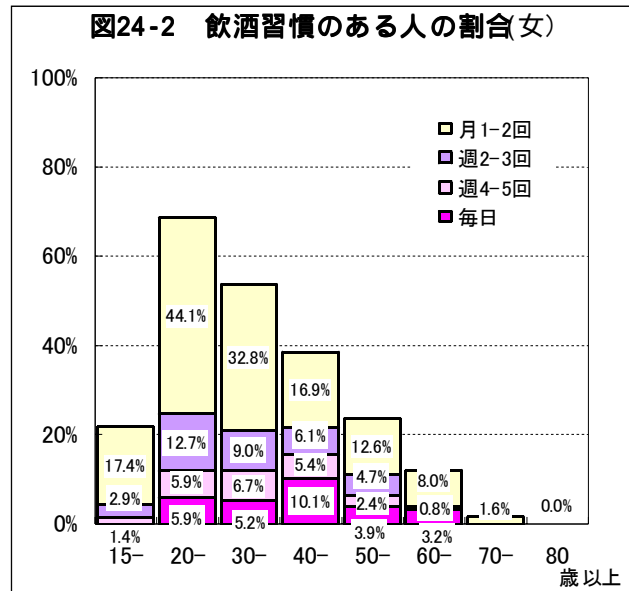
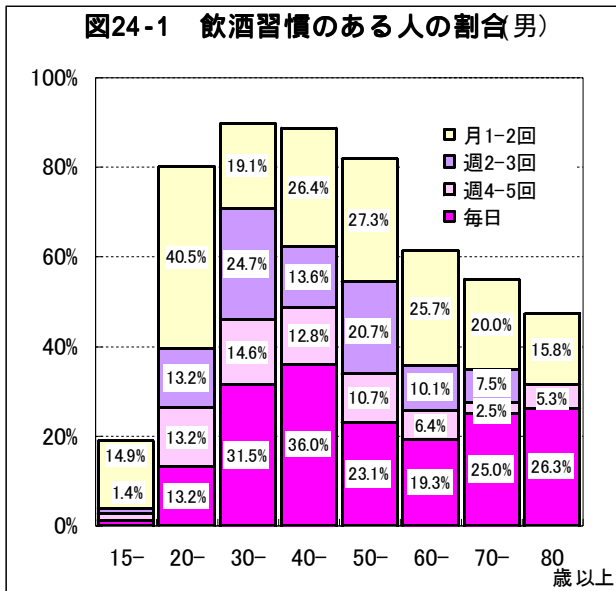
体型別に嗜好飲料の摂取状況を見ると、清涼飲料水は男女とも 10 ~ 20 代で飲む人の割合が高くなっている。スポーツ飲料は、男性では 20 代と 30 代、女性では 10 代の方がよく飲んでいる。加糖コーヒーは男女とも 20 代で飲む人の割合が高い。



7. 飲酒習慣

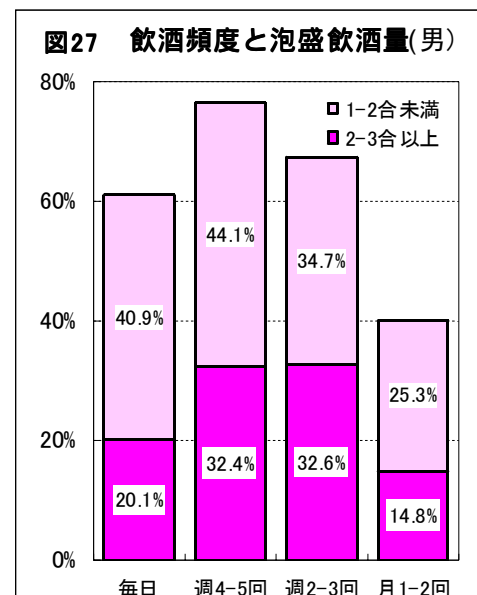
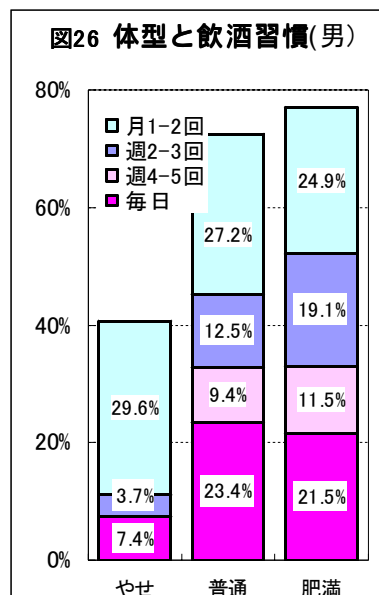
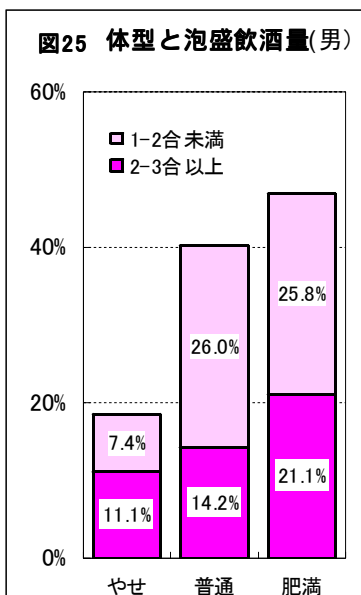
飲酒習慣のある人の割合は、男性では30～50代、女性では20～40代で高い

週2-3回以上の飲酒習慣のある人は、男性では20～50代で50%を超えており、30代、40代では30%以上が毎日飲んでいる。女性では20～40代が高いが、半数以上が月1-2回あるいは付き合いで飲む人となっており、飲酒頻度が高いのは40代で、毎日飲むものが10%となっている。なお、10代の男性74人中4人、女性69人中5人が飲酒習慣があると答えている。



酒が増えれば肥満が増える！！

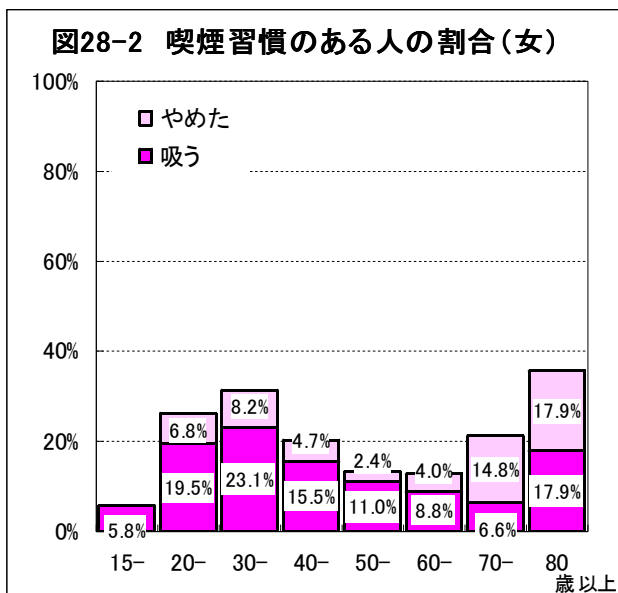
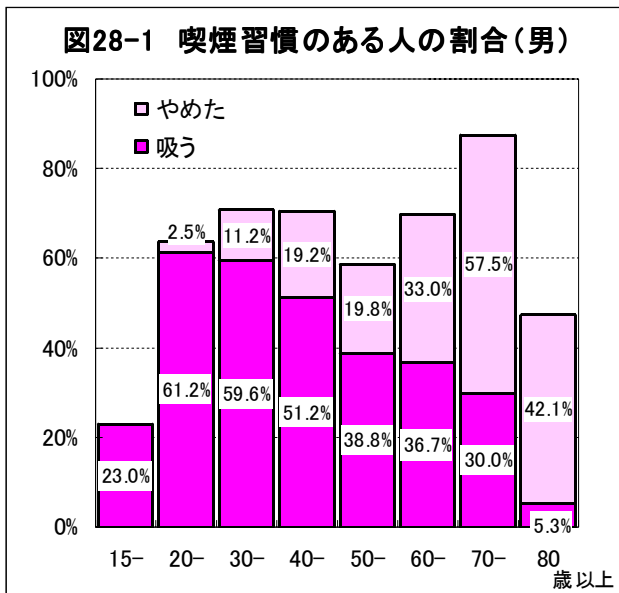
体型別に飲酒習慣をみると、肥満体型の人がもっとも飲酒率が高くなっており、毎日飲む人より週2-3回あるいは週4-5回飲む人が多い。また、飲酒頻度と泡盛飲酒量をみると、毎日飲む人より週2-5回飲む人に2-3合以上の多量飲酒者が多く、体型別では肥満体型の人の飲酒量がもっとも多かった。



8 . 喫煙習慣

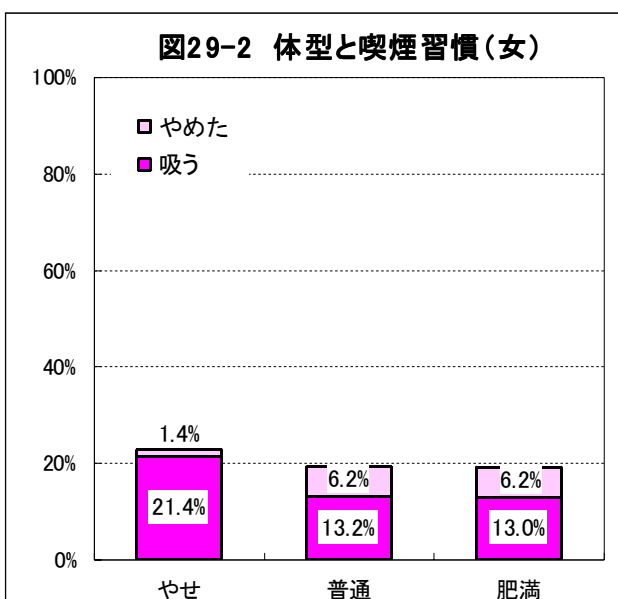
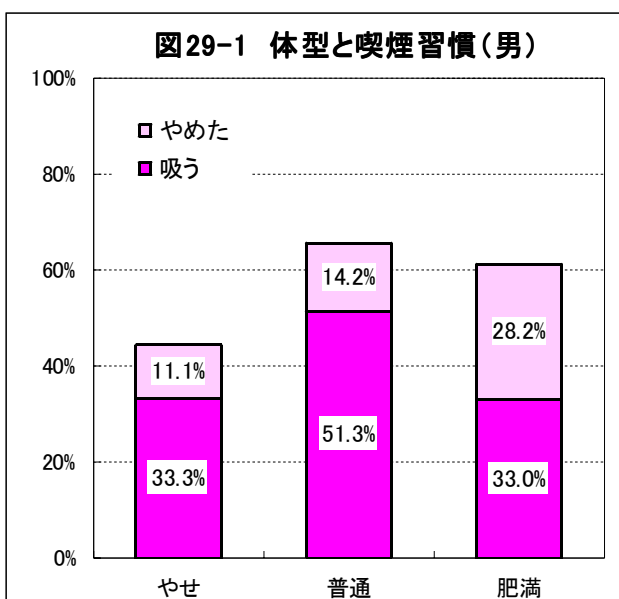
若い世代でたばこを吸う人が多く、喫煙率は男 44.2%、女 14.2%

現在喫煙習慣のある人は、男性では20～40代で50%を超えており、20代、30代では60%の高い喫煙率となっている。一方、喫煙をやめたものの割合は男性では30代以降で増えており、70代で58%に達していることから、この世代の若い頃の喫煙率がかなり高かったことがうかがえる。女性では30代23%、20代19%、40代16%と若い世代の喫煙率が高い。また10代の喫煙率は、男性23.0%、女性5.8%であった。



喫煙と肥満は関係ない？

体型別に喫煙習慣をみると、男性では普通体型の人の喫煙率が51.3%でもっとも高くなっており、やせ体型の人と肥満体型の人は33%でほぼ同じ喫煙率であった。肥満体型の人では喫煙をやめた人の割合が高い。女性ではやせ体型の人の喫煙率が21.4%でもっとも高く、普通体型の人と肥満体型の人の喫煙状況はほとんど差がなかった。



身体に害があるからたばこを吸わない人は、女性が多い

非喫煙者のたばこを吸わない理由については、「身体に害があるから」と答えた人が男女とももっとも多くなっており、女性では「におい等が嫌いだから」と答えた人も多かった。また、「健康上の理由でたばこを吸えない」人の割合は、男女とも加齢とともに増え、80歳以上では約20%に達している。

図30 身体に害があるからたばこを吸わない人の割合

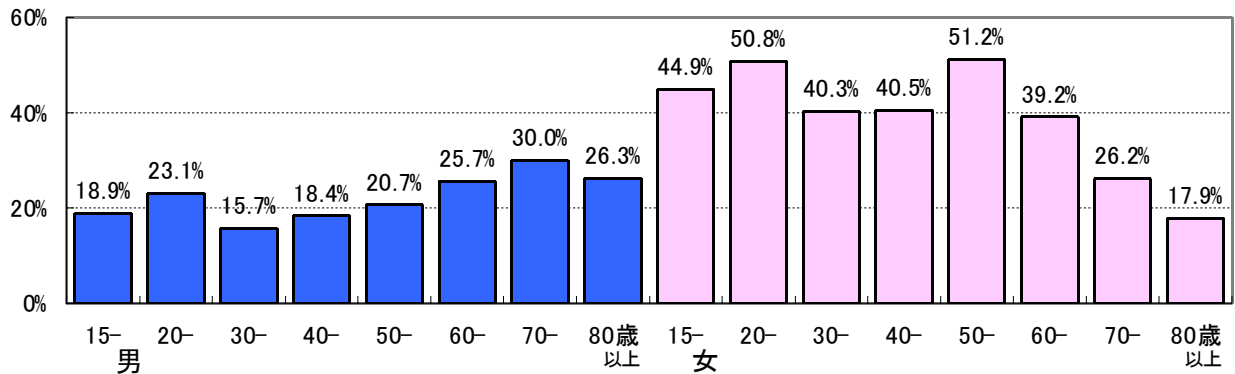


図31 におい等が嫌いだからたばこを吸わない人の割合

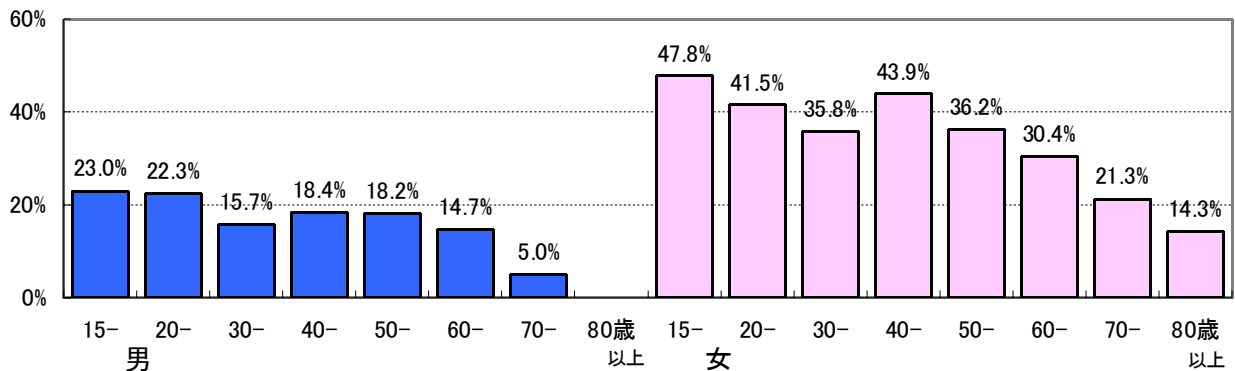
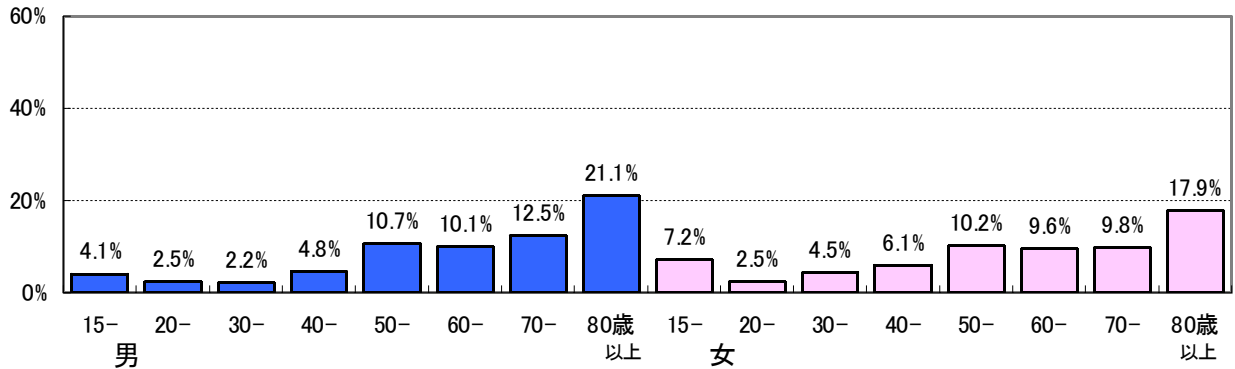
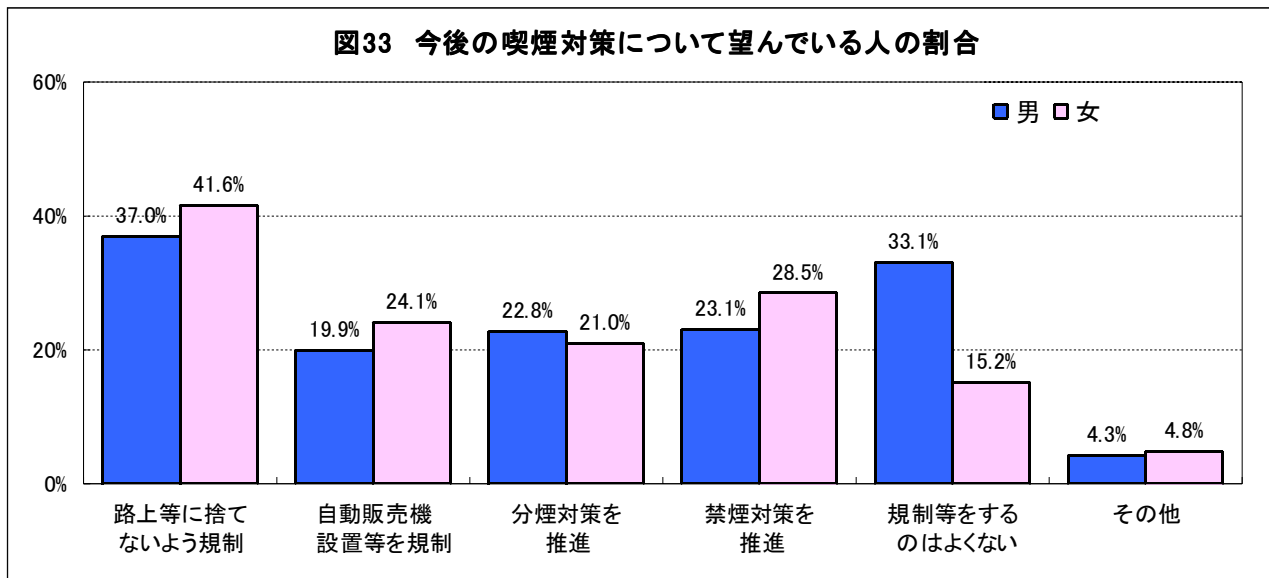


図32 健康上の理由でたばこが吸えない人の割合



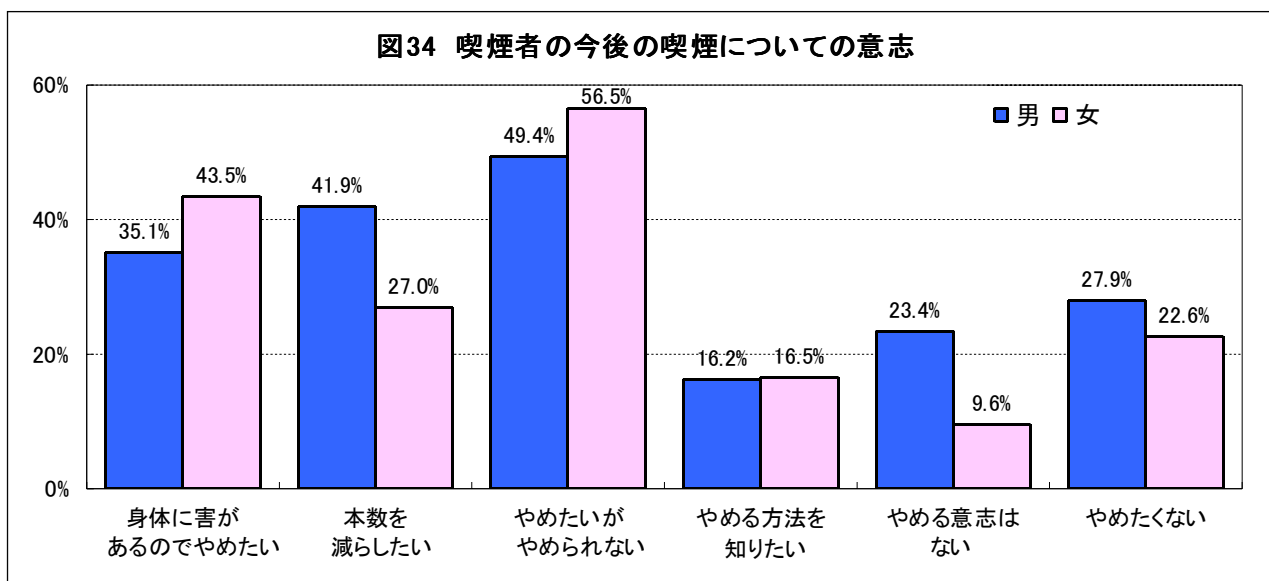
喫煙対策を望む一方で、喫煙規制に反対する人もいる

今後の喫煙対策に望むことでは、「路上等に捨てないように規制」を望む人の割合が男女とも約40%でもっとも高くなっており、「禁煙対策」、「分煙対策」、「自動販売機設置等の規制」が約20%程度である。しかし、男性では「規制等をするのはよくない」と答えた人が33%で喫煙規制に反対する人も多く、喫煙対策の難しさを示唆している。



喫煙者の半数以上は喫煙をやめたいと思っている！

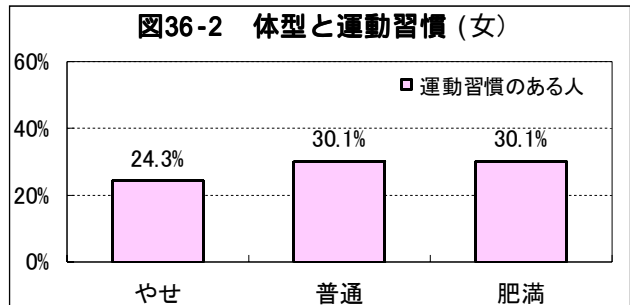
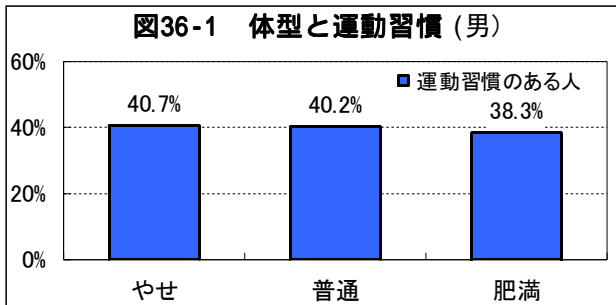
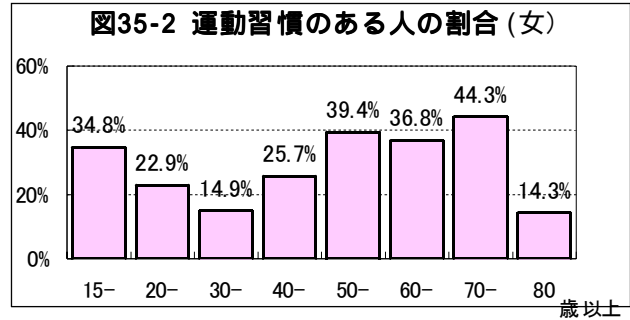
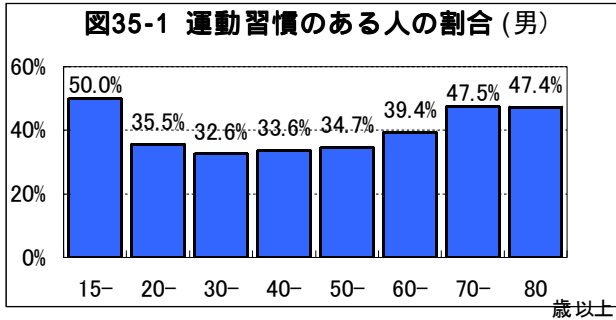
喫煙者の今後の喫煙についての意志についてみると、男女とも約半数の人が「やめたいがやめられない」と答えていてもっとも多くなっており、次いで男性では「本数を減らしたい」が42.2%、女性では「身体に害があるのでやめたい」が43.6%の順であった。禁煙したい人がいる一方で、「やめる意志はない」、「やめたくない」と答えた人も10-20%程度いる。



9. 運動習慣

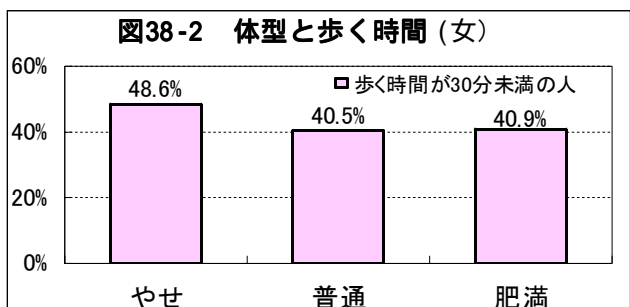
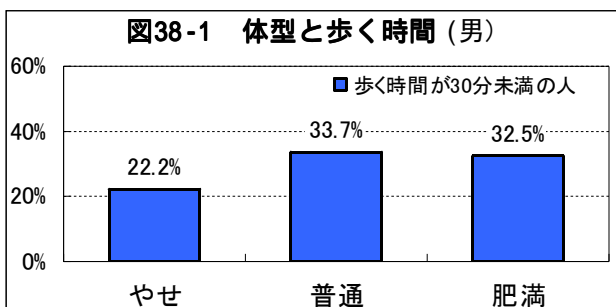
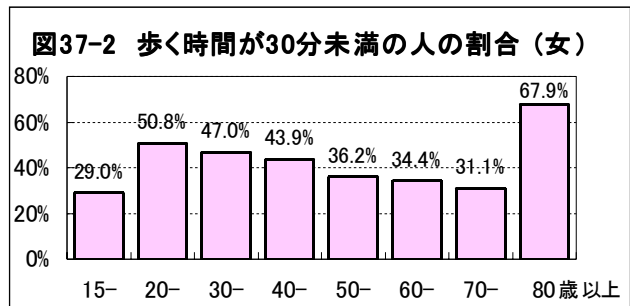
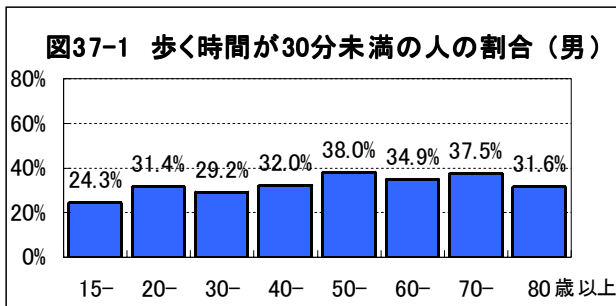
運動習慣のある人は、男性 37.9%、女性 29.1%！ でも働き盛りは運動不足

全体の 33.2%が運動習慣をもっており、運動習慣のある人の割合は、男性 37.9%、女性 29.1%である。平成 10 年の国民栄養調査と比べると、男女ともほとんどすべての年齢で運動習慣者の割合は高くなっている。しかし、男性では 20～50 代、女性では 20～40 代の働き盛りは、あまり運動習慣がもてない世代である。体型別に見た運動習慣のある人の割合についてはあまり差がなかった。



1日に歩く時間が 30 分未満の人は男 32.4%、女 41.4%

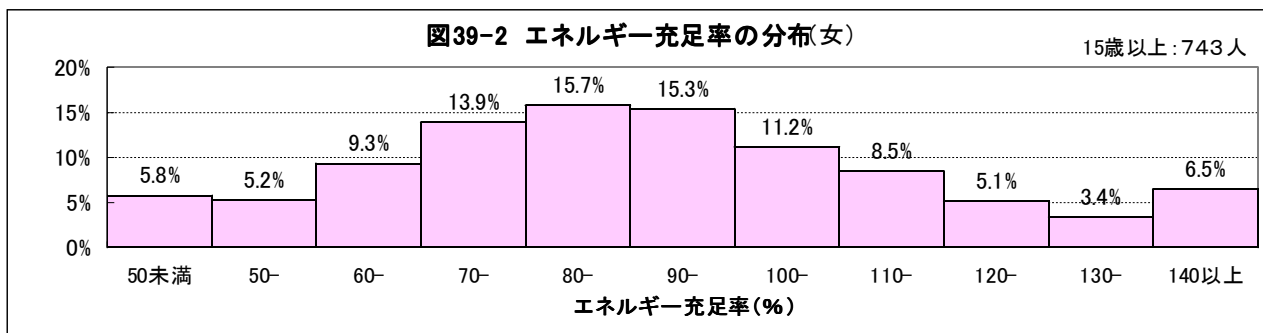
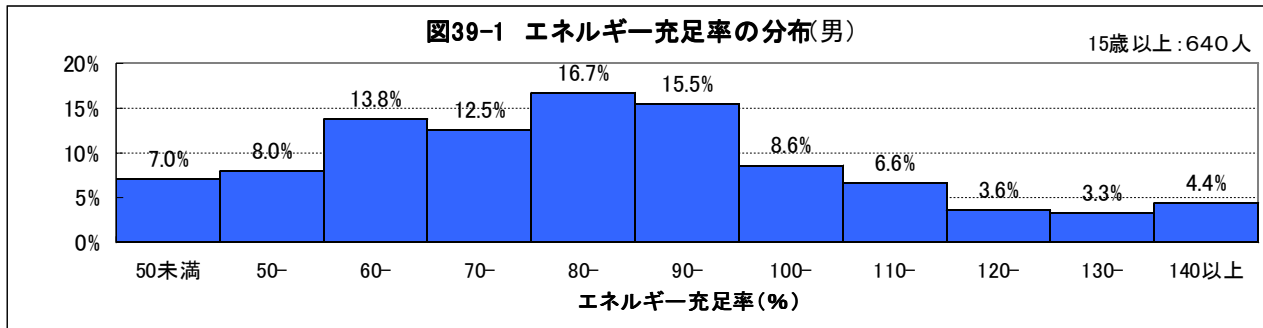
通勤や買い物などで1日に歩く時間は、30分未満と答えた人がもっとも多く全体で 37.3%であった。性別、年齢別にみると、1日に歩く時間が30分未満の割合は、男女とも10代がもっとも低く、男性より女性の方が高くなっている。その中でも20代から40代に歩かない人が多く、とくに20代の女性では半数以上が1日30分も歩いていない。なお、肥満との関連は認められなかった。



10. エネルギー充足率と肥満

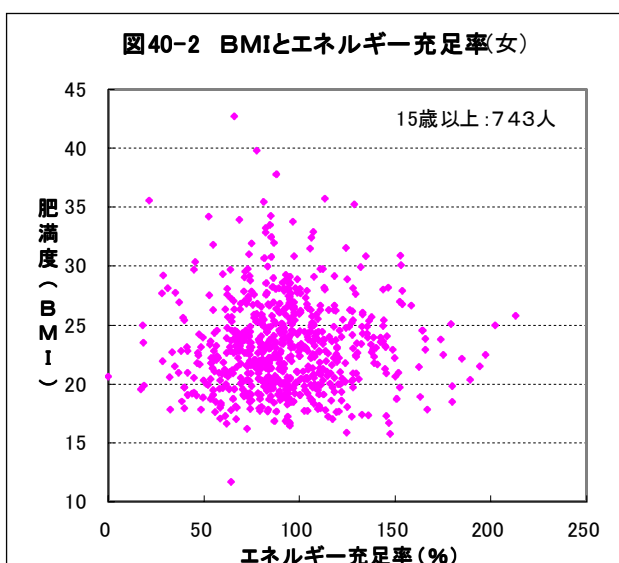
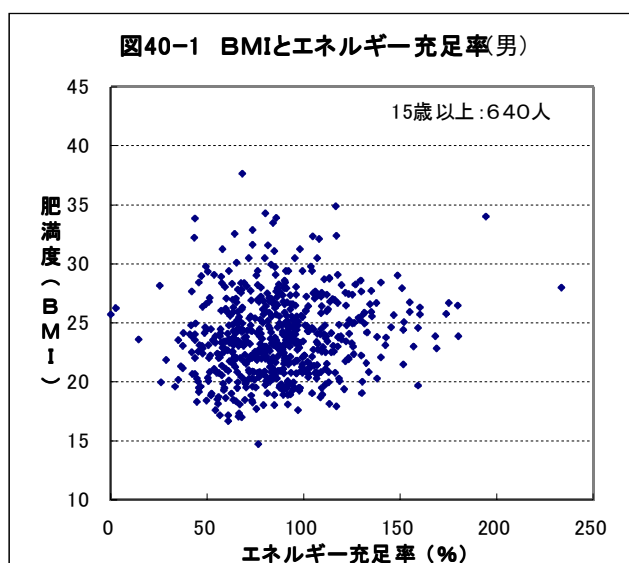
エネルギー充足率の平均値は男性 86.6%、女性 91.8%で 10%程度摂取不足！？

栄養摂取状況調査によると、県民のエネルギー充足率は 70 歳代を除くすべての年齢層で 100%を下回っており、平均値は男性 86.6%、女性 91.8%であった。充足率の分布をみると、男女とも 80-90%に分布のピークがあり、エネルギー摂取が所要量に満たない人が多い。



エネルギー充足率と肥満度は関係がない？

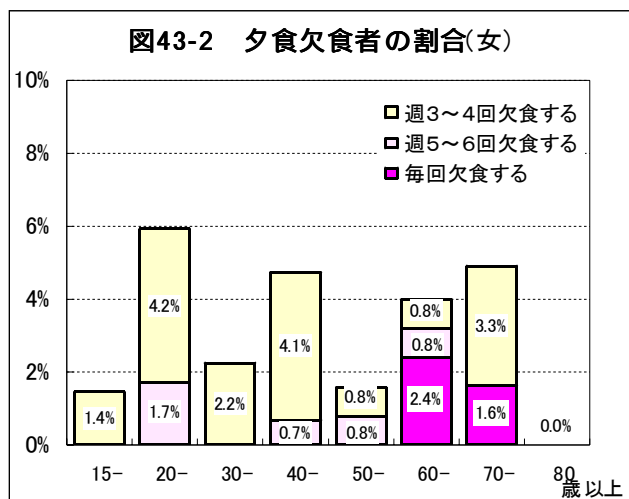
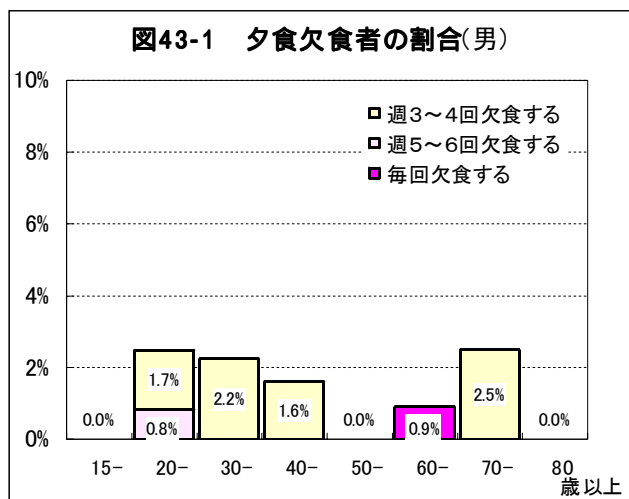
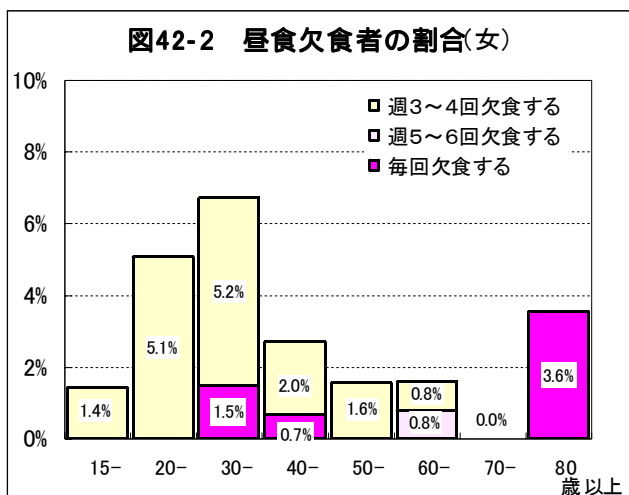
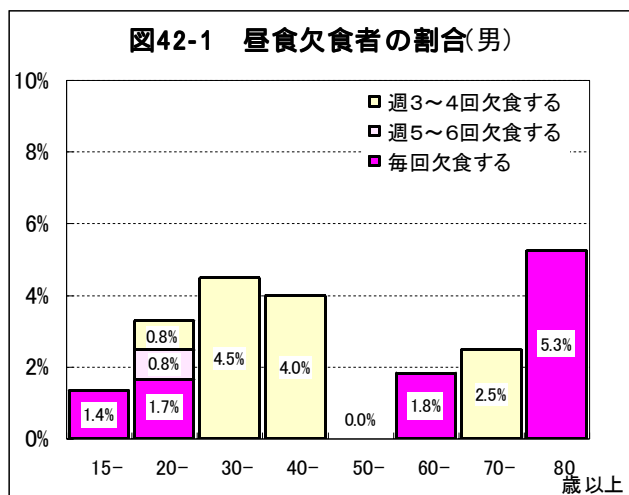
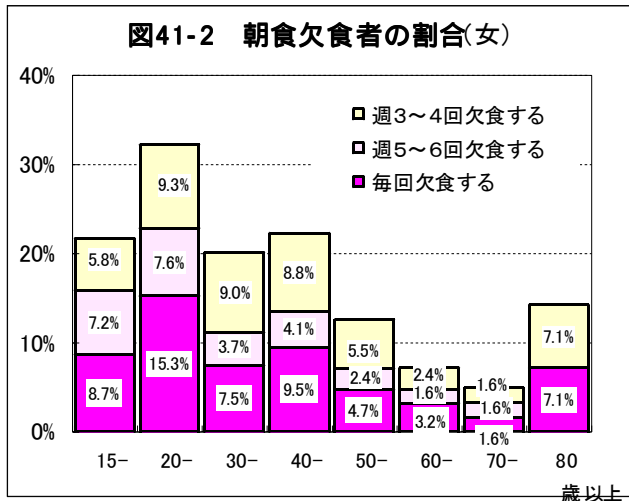
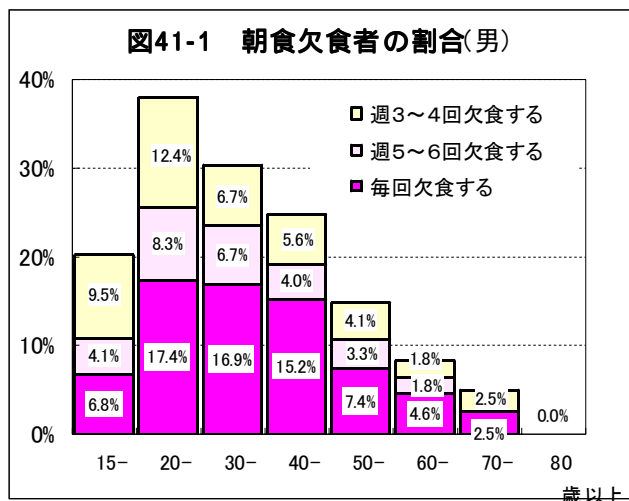
県民のエネルギー摂取量は、昭和47年の県民栄養調査開始以来、一貫して全国より低い値を示しているが、一方で肥満者が全国より多く、BMIの平均値も全国を上回っている。エネルギーの充足率とBMIの相関について検討したが、関連性は認められなかった。



11. 欠食の頻度（朝・昼・夕の食事）

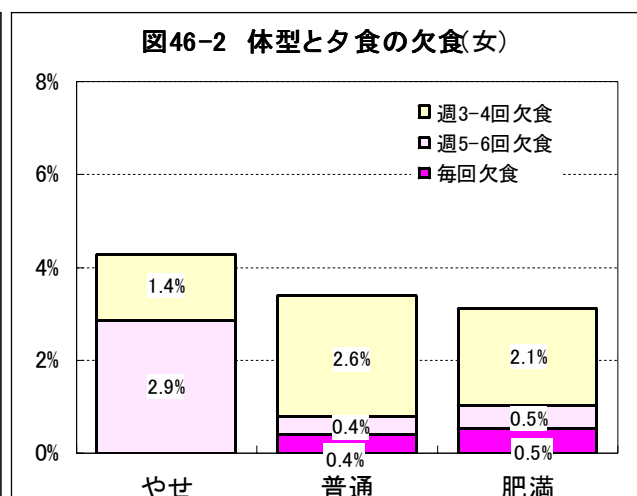
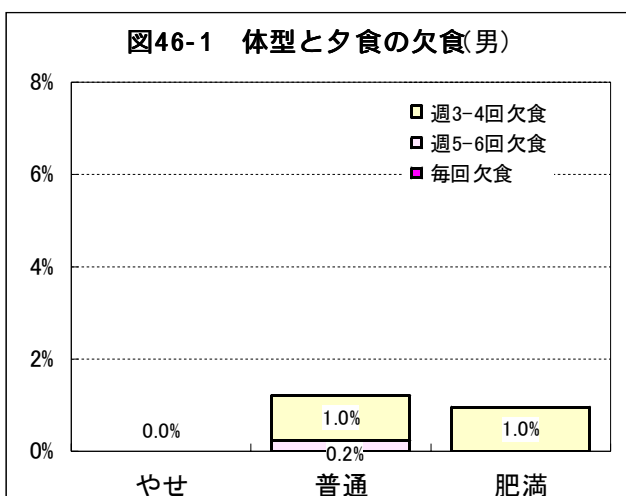
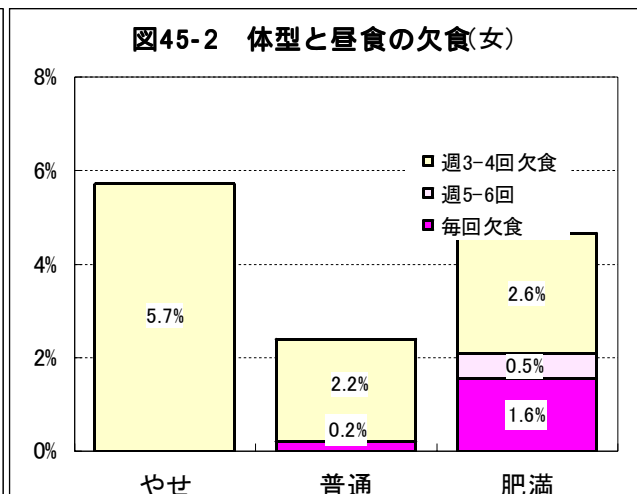
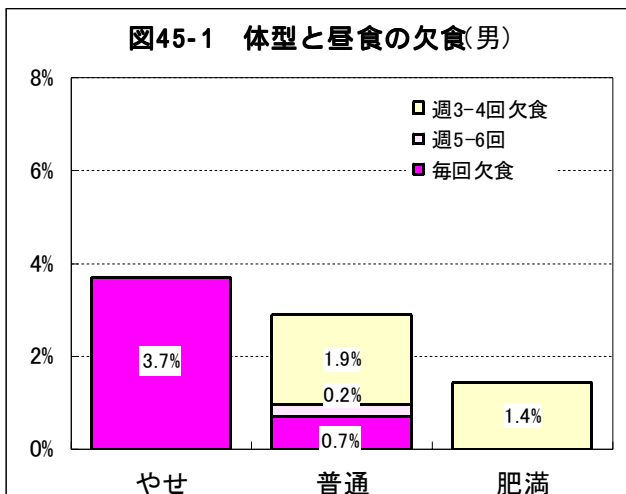
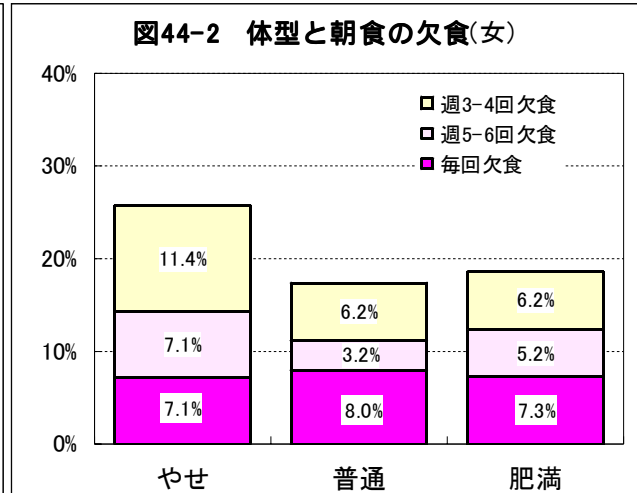
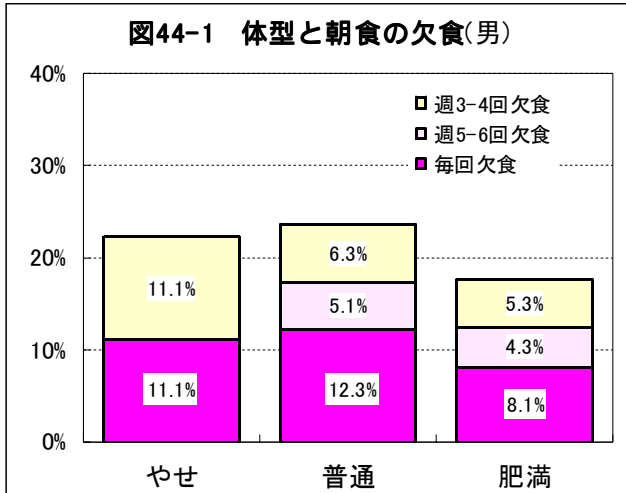
若い世代で欠食する人が多く、朝食の欠食は20代男性 38.6%、女性 31.7%

朝食の欠食率が高く、生活リズムや間食との関係から朝食の欠食は問題が大きい。男女とも10代から40代まで欠食率が高く、欠食の習慣化が懸念される。



やせている人に欠食がやや多い傾向があるが、肥満との関連は見出せない

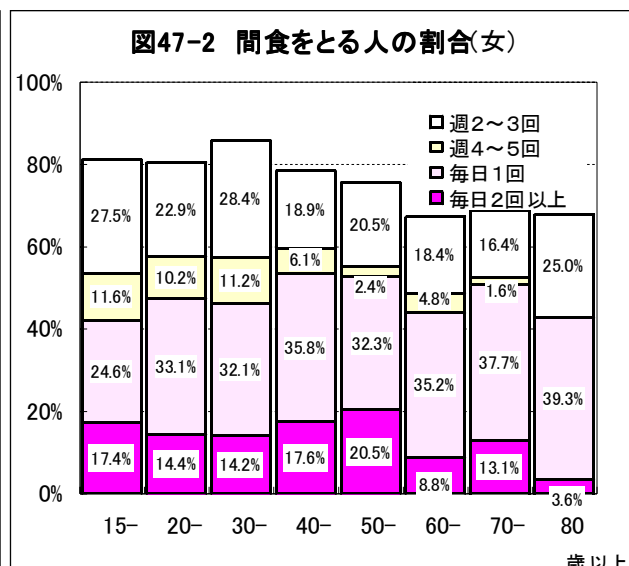
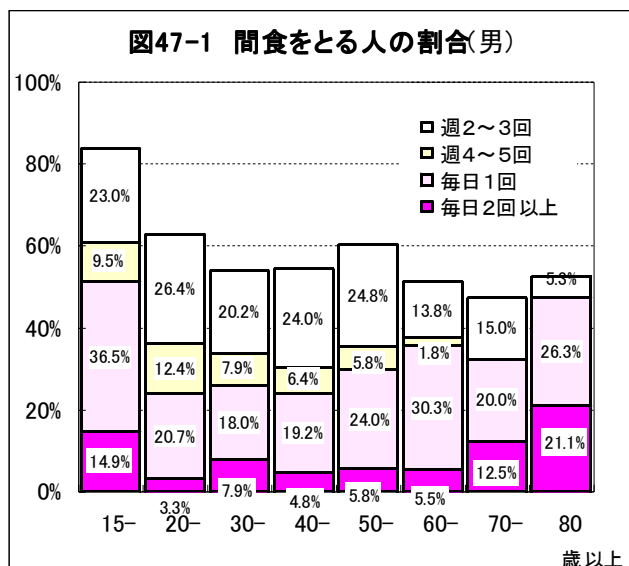
体型別に欠食の状況を見ると、やせている人で週3-4回以上欠食する人の割合がやや多くなっているが、肥満との明確な関連は見出せなかった。



12. 間食の頻度（夜食を含む）

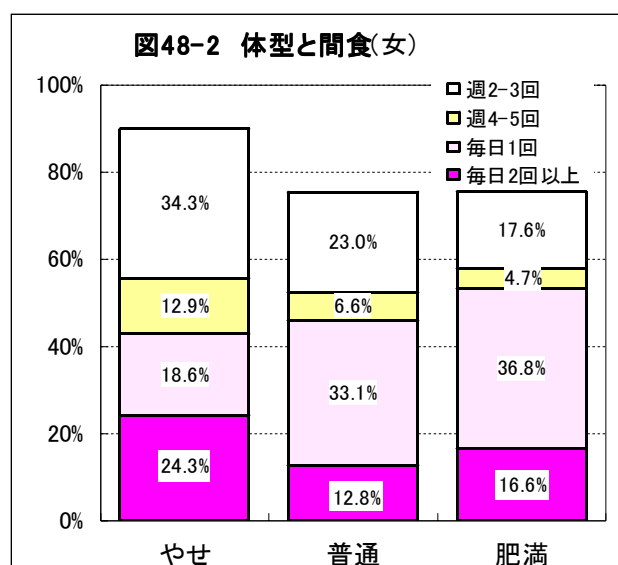
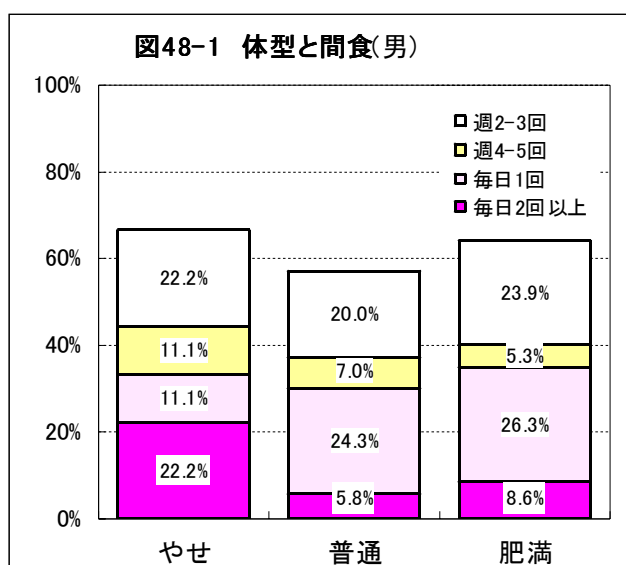
毎日間食している人は、男性 31.1%、女性 48.3%。間食は女性に多い！

夜食を含む間食を毎日1～2回以上とる人の割合は全体として40.3%で女性は男性より多い。間食のとり方は10代では男女差はなく、20代以降で男性が激減しているのに対し、女性では40～50代まで一貫して多い。また、女性は甘いおやつ、男性は夜食としてのとり方ようだ。



やせている人は毎日2回以上間食する人が多く、食事のとり方に問題あり？

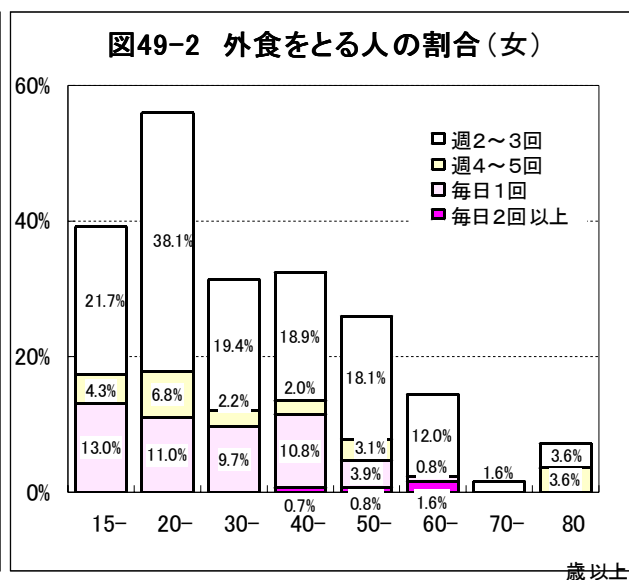
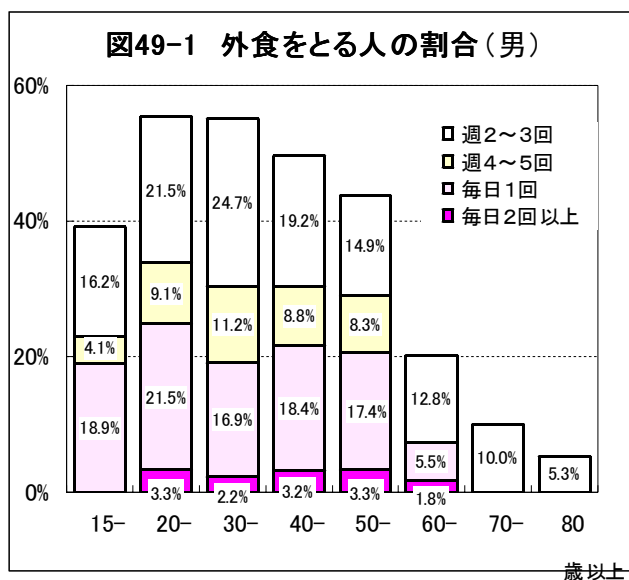
体型別に間食のとり方をみると、普通体型の人と肥満体型の人ではあまり差がないが、やせている人では毎日2回以上間食している人の割合が高くなっている。やせている人では欠食も多い傾向があることから、間食が食事がわりになっている可能性があり、栄養摂取状況が気にかかる。



13. 外食の頻度

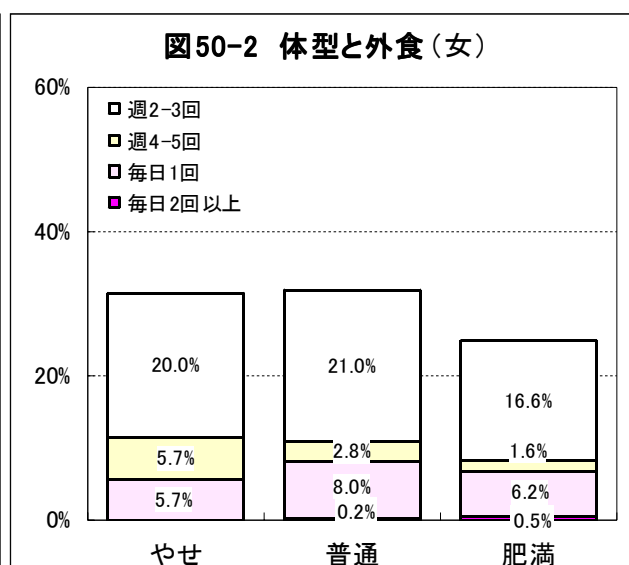
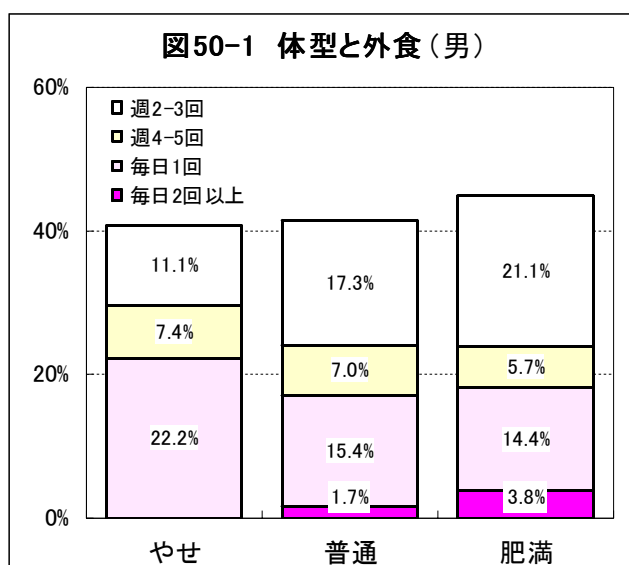
ほとんど外食しない人は 63.7%で、36.3%は外食を利用している

ほとんど外食しない人は女性 69.3%、男性 57.0%で、外食する人は男性が多い。年齢別にみると、10代の男女および 20～50代の男性、20代の女性の外食が多くなっており、若い世代での外食の利用が目立つ。また、働き盛りの男性に1日2回以上外食する人がみつけられる。毎日2回以上外食する場合は、昼食や夕食が含まれており、塩分、油脂分のとりすぎやカロリーの増加、酒とも絡んで、肥満との関連を検討する必要がある。



1日2回以上外食する人は、肥満の人に多い！

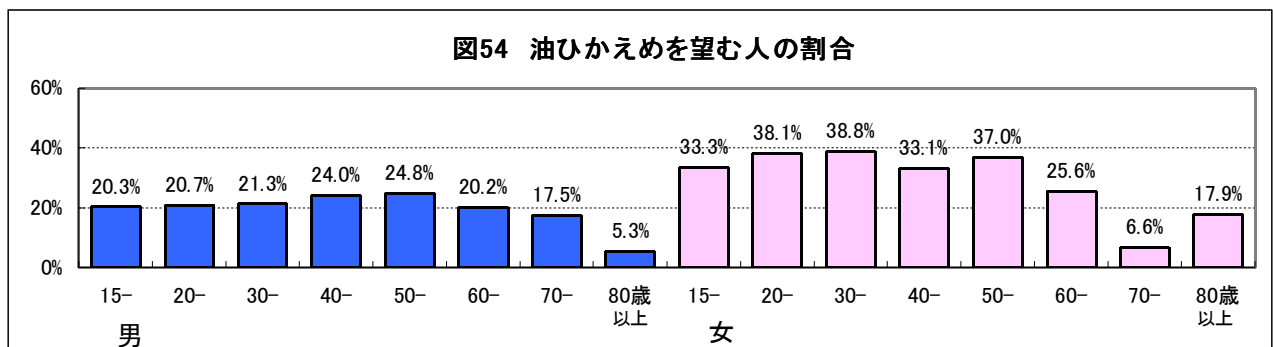
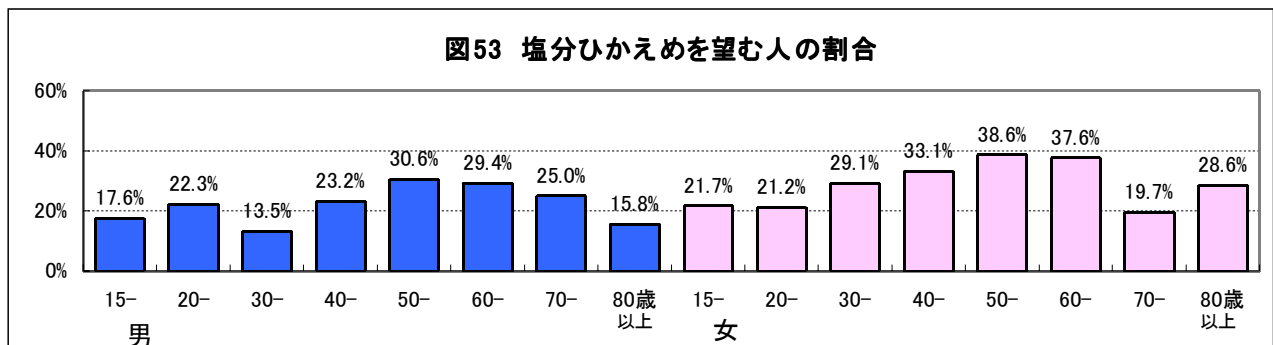
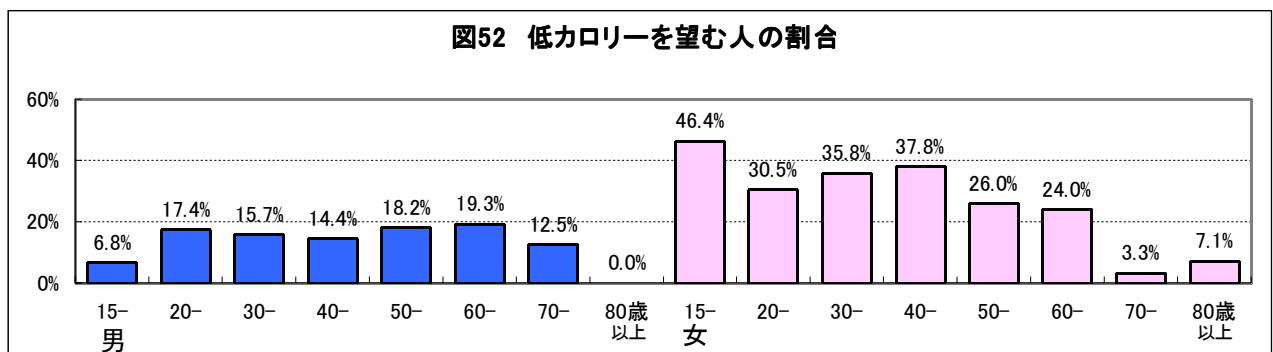
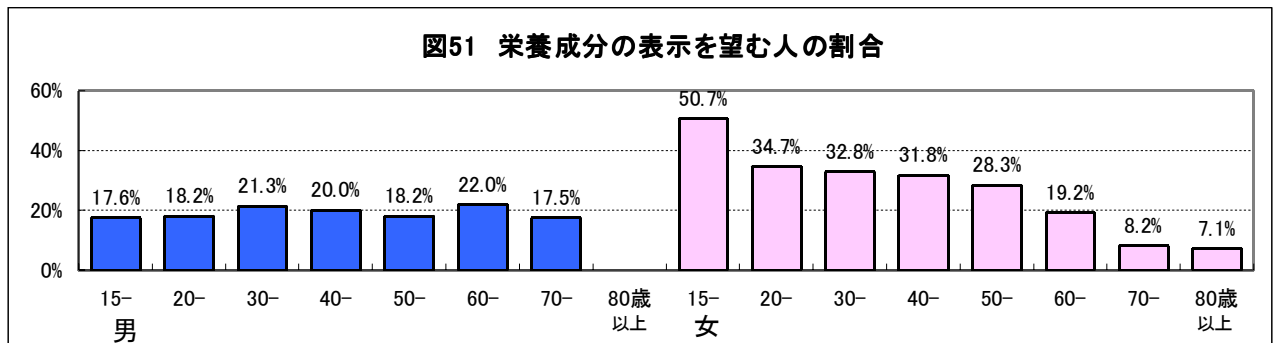
外食の状況を体型別にみると、毎日2回以上～週2-3回外食する人の合計ではあまり差がみられないが、毎日2回以上外食する人の割合は、男女とも肥満の人がもっとも多くなっていた。



14. 飲食店の食事や惣菜に対する要望

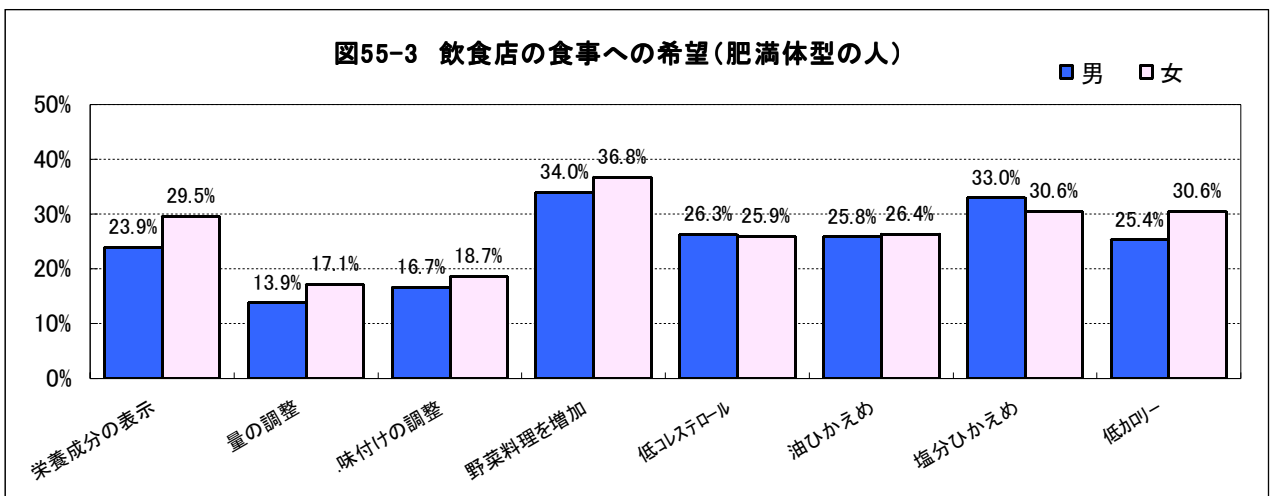
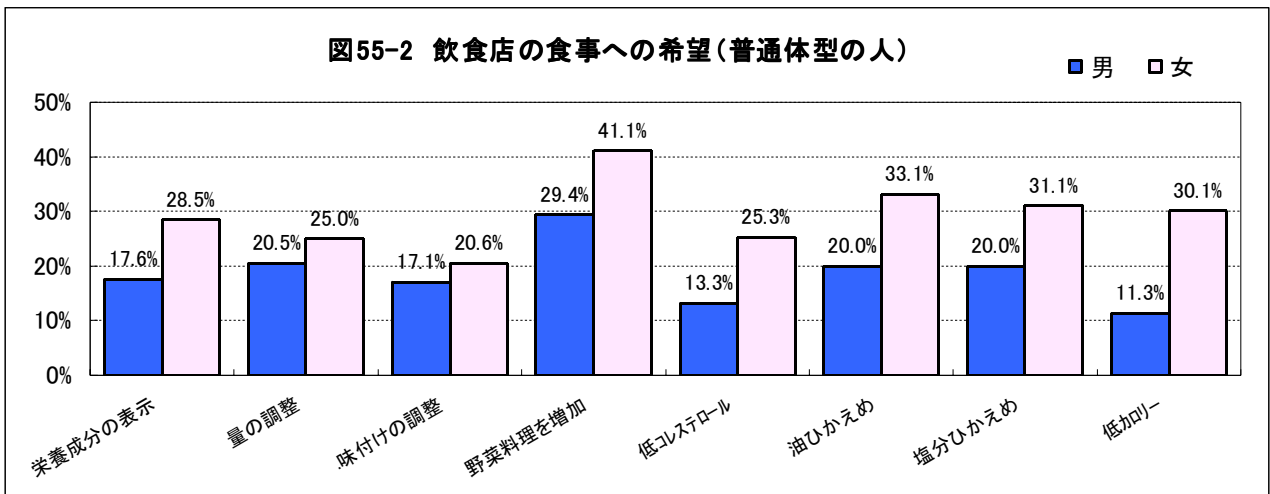
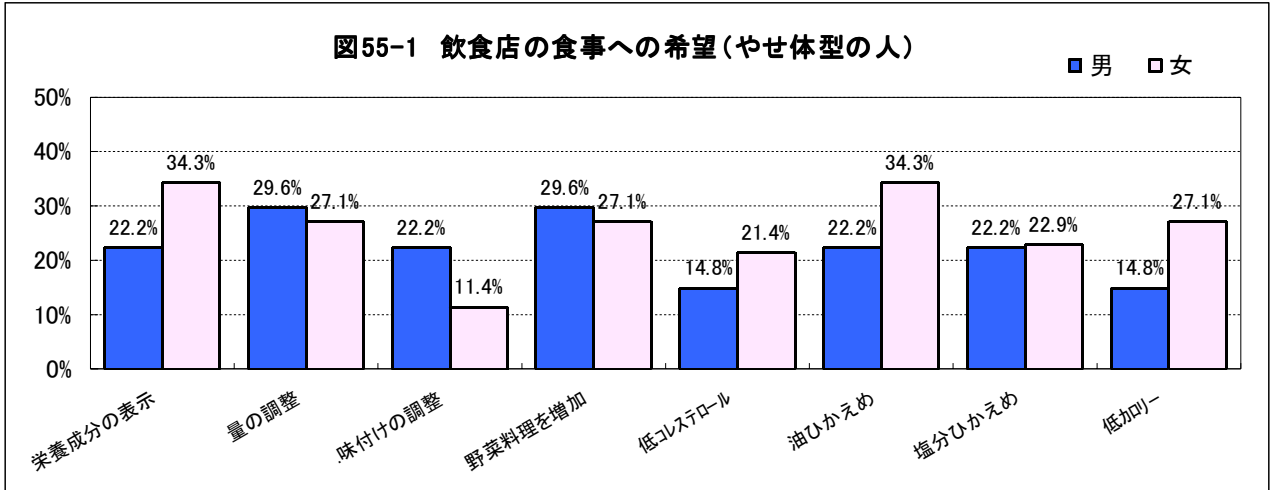
飲食店での食事や惣菜については、女性の方が関心が高い

飲食店での食事や惣菜については、男性より女性の方が要求度が高く、関心の高さがうかがえる。とくに10代の女性はスリム指向と絡んで、成分表示や低カロリー、油ひかえめを望んでいる。また、中高年では年齢が上がるとともに塩分ひかえめを望む人が多い。



飲食店での食事について、肥満の人は男性も関心が高い

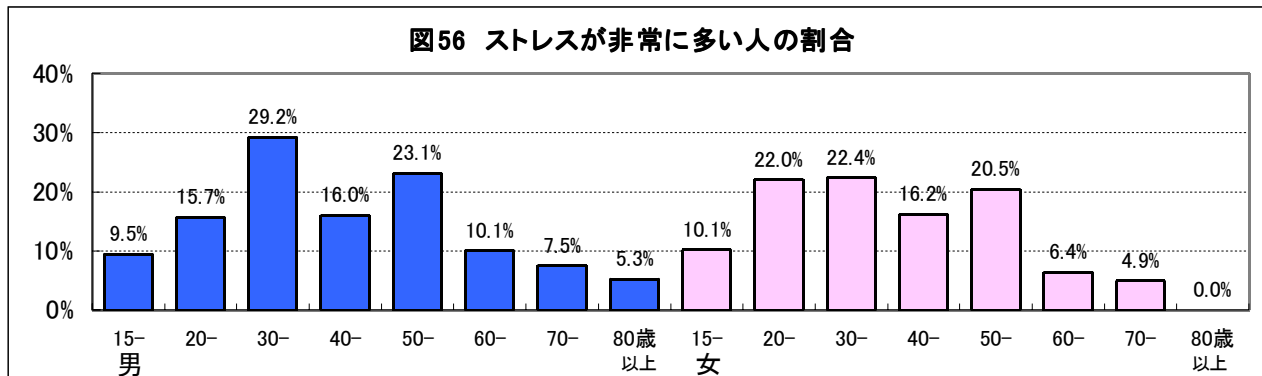
体型別に飲食店での食事や惣菜について希望することを比べてみると、やせ体型の人では量の調整を望む人が多く、肥満体型の人では量の調整よりも低カロリーを望んでいる。また、肥満の人は低コレステロール、塩分ひかえめ、油ひかえめなど健康に気遣っている。



15. ストレス・休養の状況

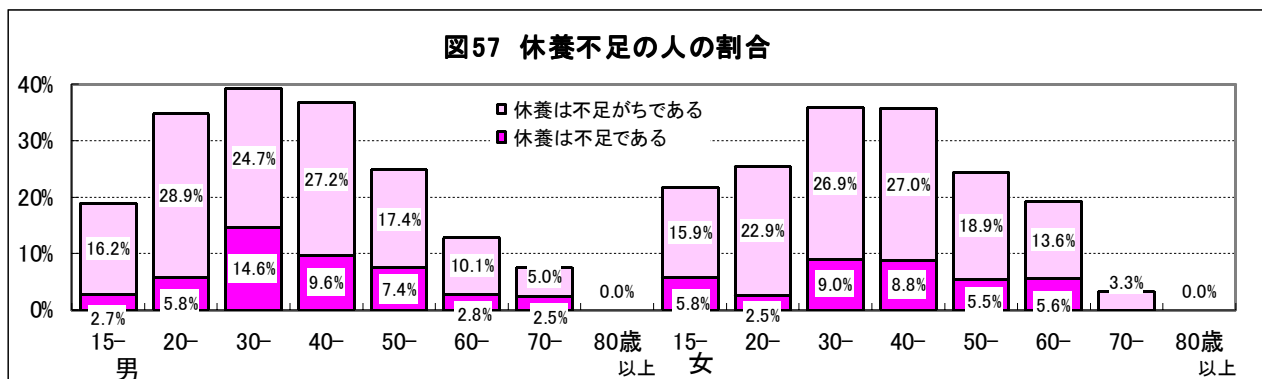
若い人はストレスが多い！！

ストレスが非常に多い人は全体で 15.8%となっており、性別にみると男 16.5%、女 15.3%で男性のほうがストレスを感じている人がやや多い。とくに 30 代の男性は 3 人に 1 人がストレスが非常に多いと感じており、女性でも 20 代、30 代の若い世代でストレスを感じる人が多くなっている。



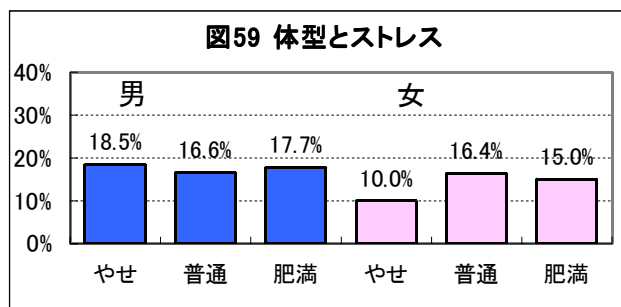
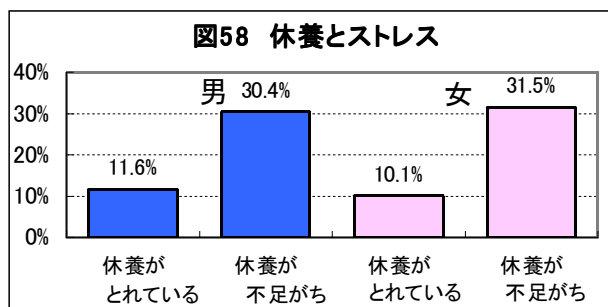
30代、40代は休養が不足がち！

休養が不足している人の割合は、男 6.8%、女 5.7%で男性のほうが休養不足を訴える割合がやや高くなっている。休養不足の割合は 30 代の 15%がもっとも高く、男女とも 30 代、40 代で高い。休養が不足がちと答えた人は約 20%で男女差がなかった。



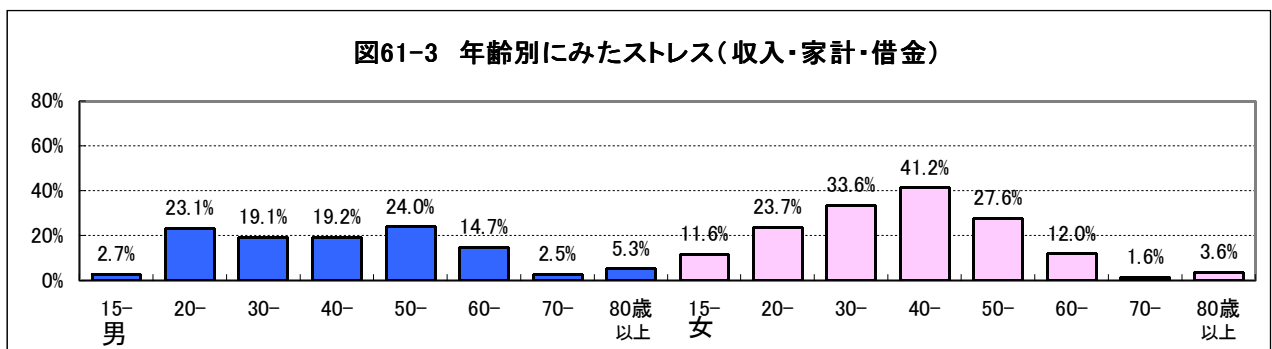
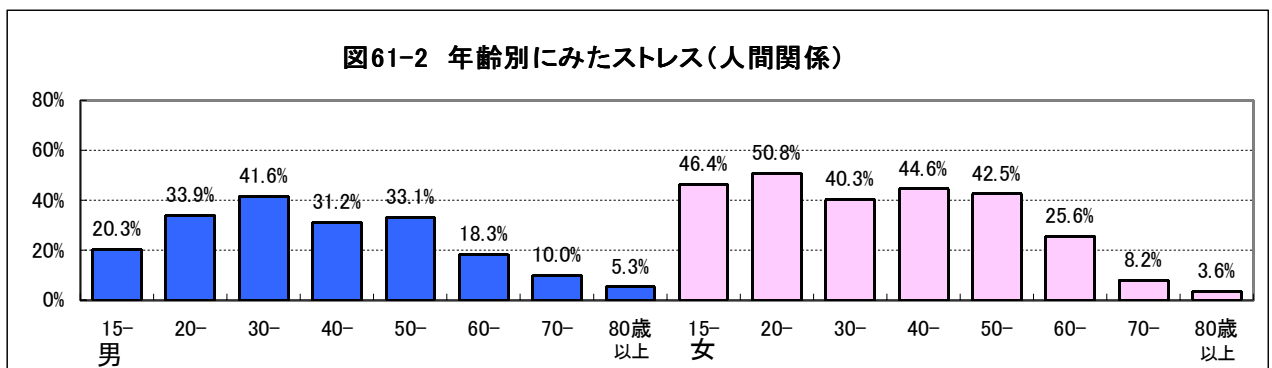
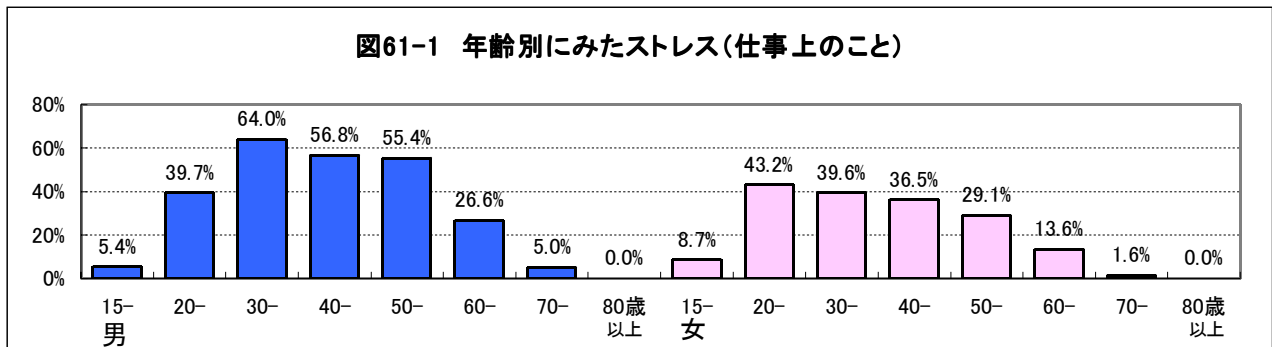
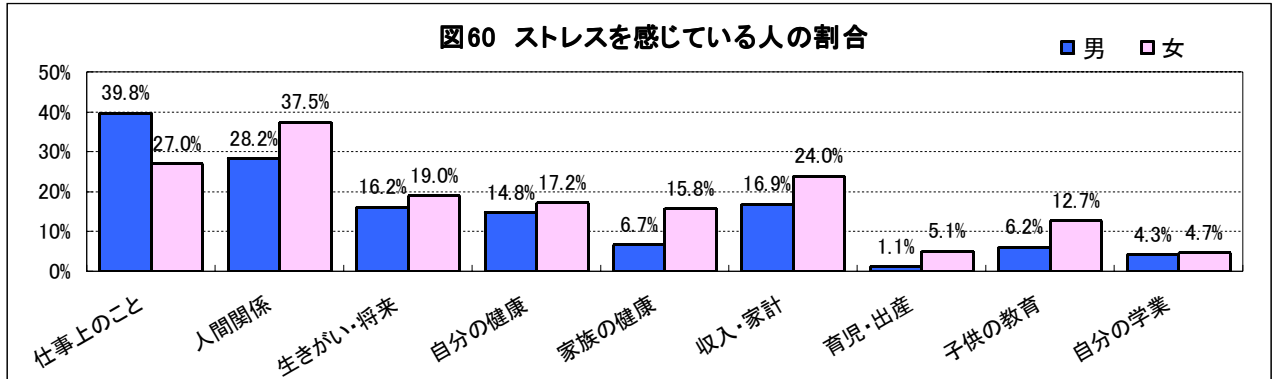
休養が不足している人は、ストレスが非常に多いと感じている！！

休養がとれている人と、とれていない人（休養不足、不足がち）の人のストレスの状況を見ると、男女とも休養のとれていない人が 3 倍ほど高くなっており、休養不足がストレスに強く関係していることをうかがわせる。また、体型との関連では男性では差がなかったが、女性ではやせている人が低くなっている。



ストレスの内容は世代や男女間で異なる

ストレスの内容は、男性では仕事上的こと、女性では人間関係、収入・家計をあげるものが多く、世代や男女間で悩み方や役割の違いが浮かび上がってくる。

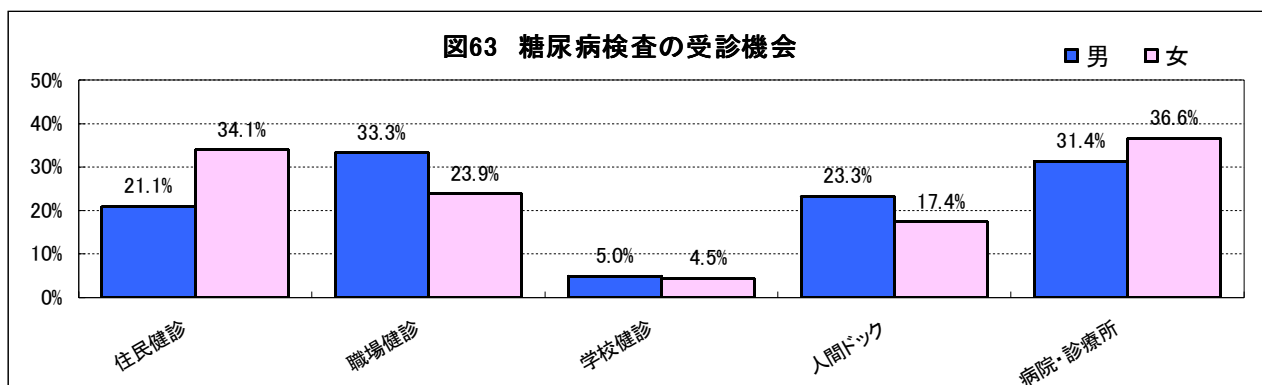
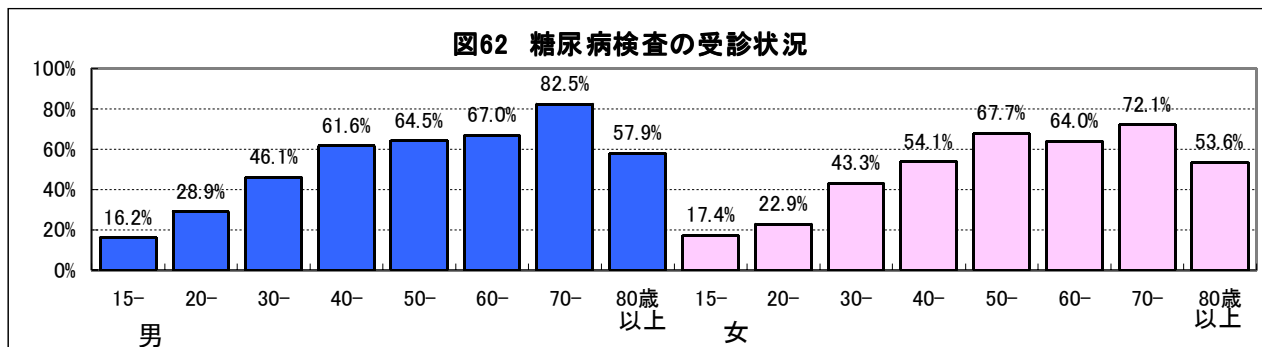


16. 糖尿病の状況

(1) 糖尿病検査の受診状況と糖尿病の人の割合

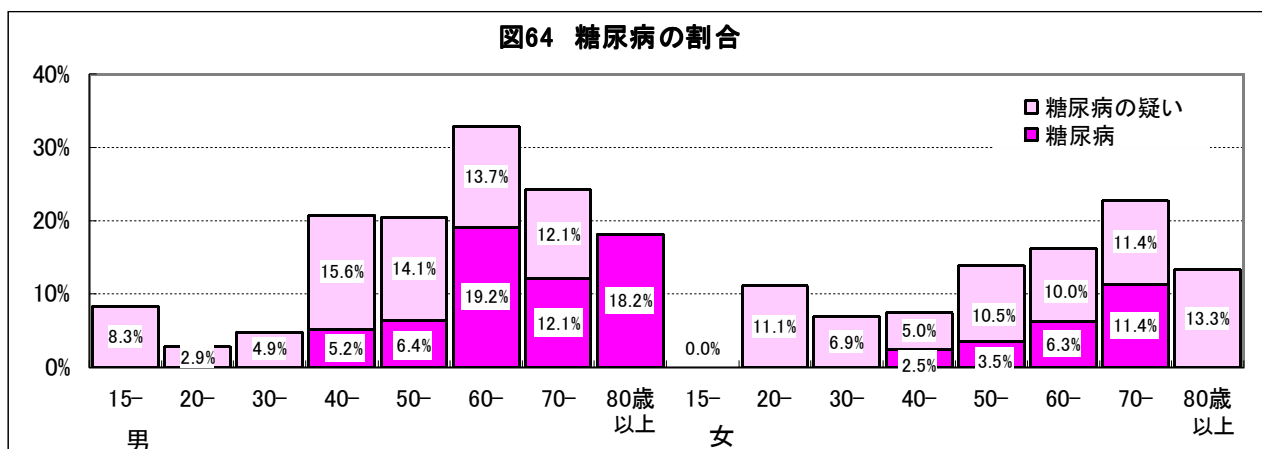
糖尿病検査を受診した人は男性 46.7%、女性 46.4%

糖尿病検査は 40 代以上の半数以上が受けており、高齢になるほど受診率が高くなっている。検査は男性は職場健診、女性は住民健診が多く、病院・診療所で受けている人も多い。



糖尿病の有病者は男性 8.1%、女性 3.7%で男性が多い

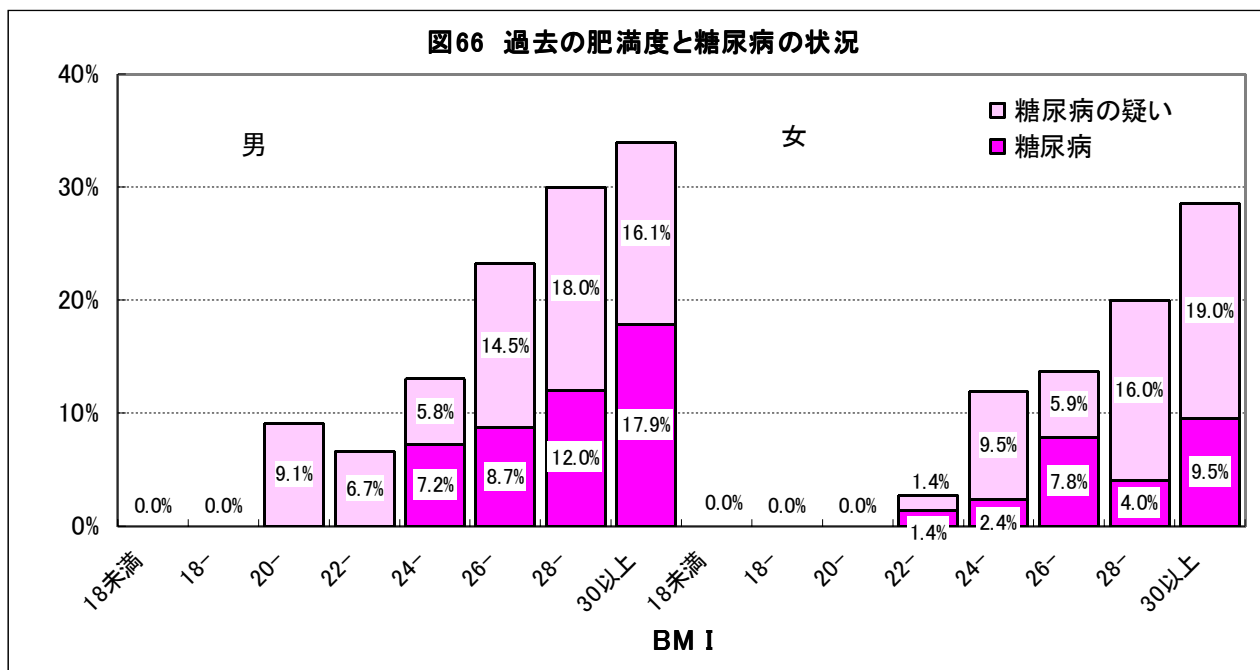
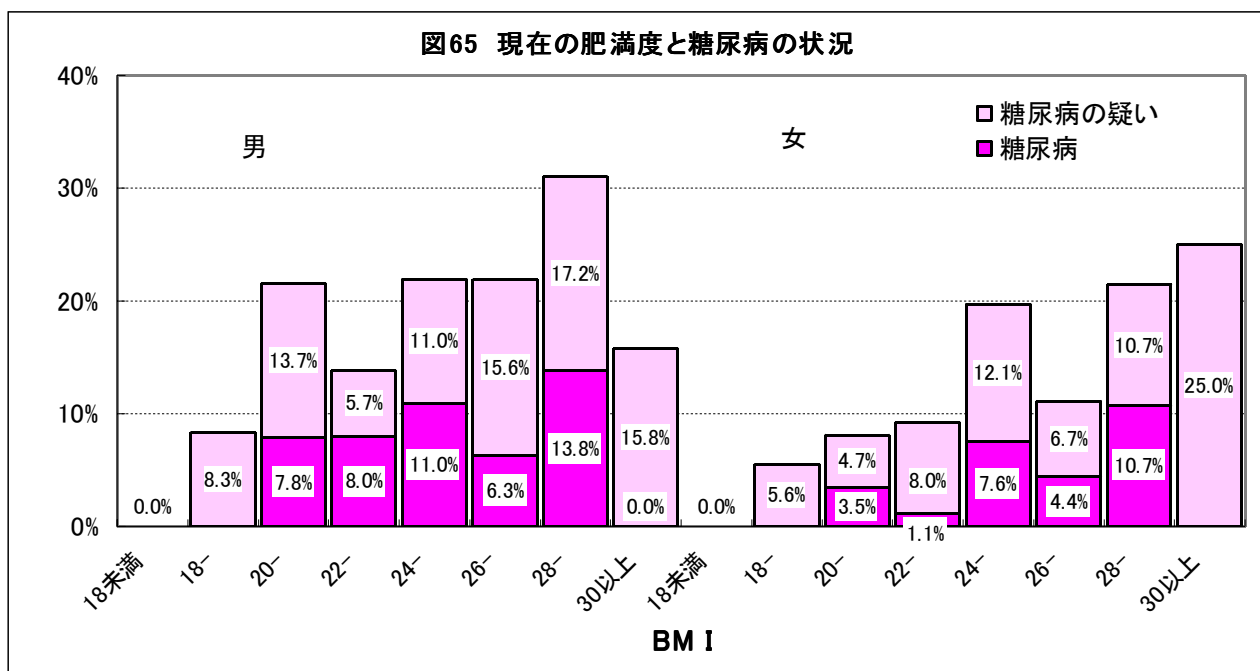
糖尿病検査を受診したことのある男性 354 人、女性 401 人のうちで、糖尿病の人の割合は、男性 8.1%、女性 3.7%となっており、男性では 60 代の 19.2%、女性では 70 代の 11.4%がもっとも高い。また、糖尿病の疑いのある人はそれぞれ 10.9%、7.4%で女性より男性が高く、40 代で急激に増えている。



(2) 肥満度と糖尿病の割合

肥満度が高くなるとともに糖尿病が増えている！

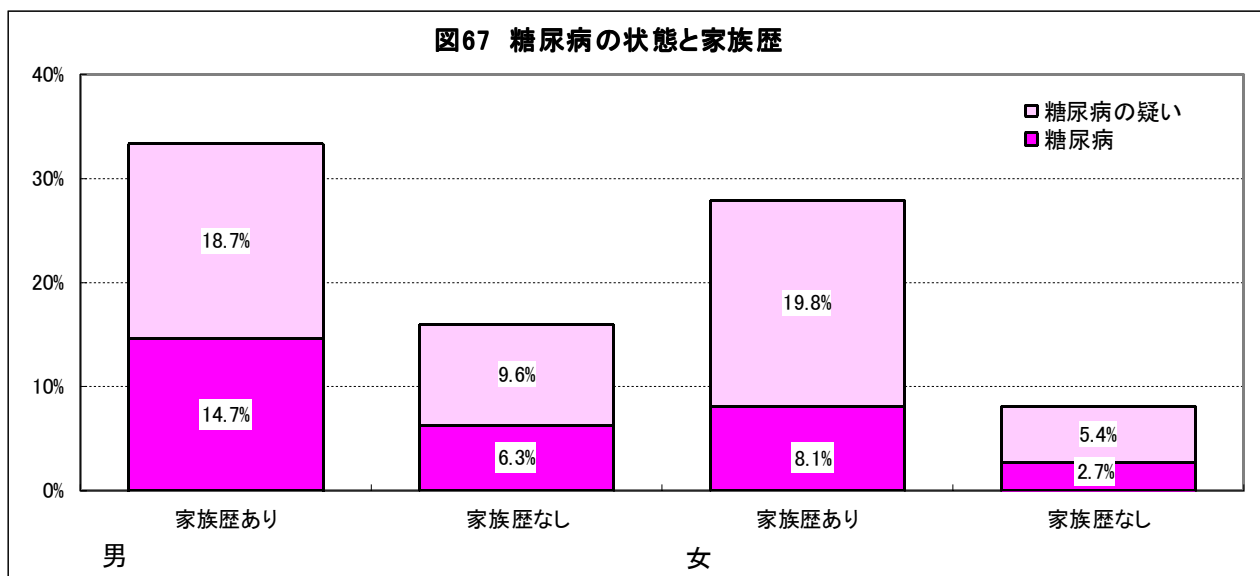
BMI 区分により糖尿病の割合をみると、BMI の増加にともなって糖尿病が増えている。糖尿病の発現は、過去に一番太っていたときの肥満度との関連が強いことがわかる。



(3) 糖尿病と家族歴

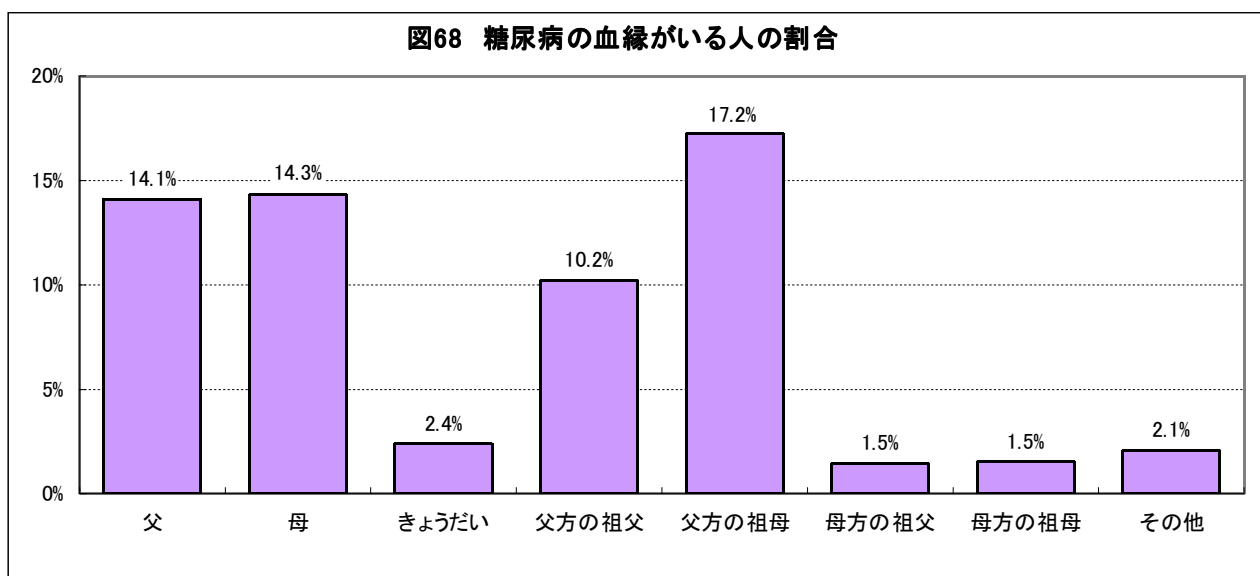
糖尿病の家族歴がある人に糖尿病が多い

父、母、きょうだいなど血のつながった人に糖尿病の人がいる人の割合を、「糖尿病：糖尿病といわれた人」、「糖尿病の疑いがある：糖尿病の気がある、糖尿病になりかけている、血糖値が高い、境界型であるなどといわれた人」、「異常なし」の3グループで比較すると、家族歴のある人の方が家族歴のない人より、糖尿病、糖尿病の疑いのある人の割合が男女とも2倍以上高くなっている。



父方の祖母が糖尿病の人が 17.2%でもっとも多い

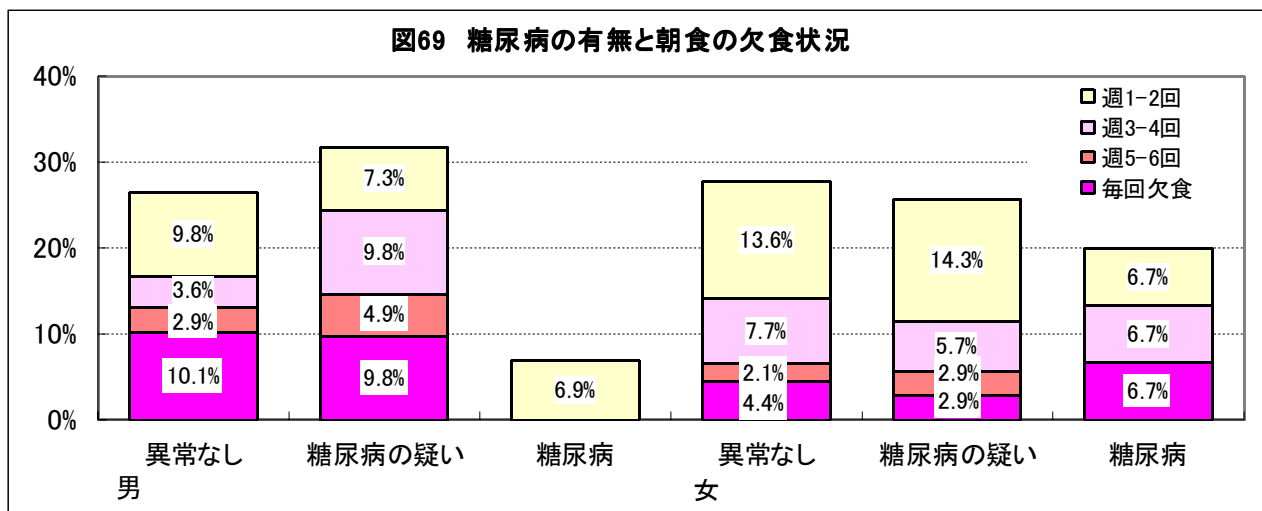
糖尿病の家族がいると答えた人の中では、父方の祖母が 17.2%でもっとも多く、次いで母 14.3%、父 14.1%、父方の祖父 10.2%の順に多い。



(4) 糖尿病と食習慣(朝食の欠食)

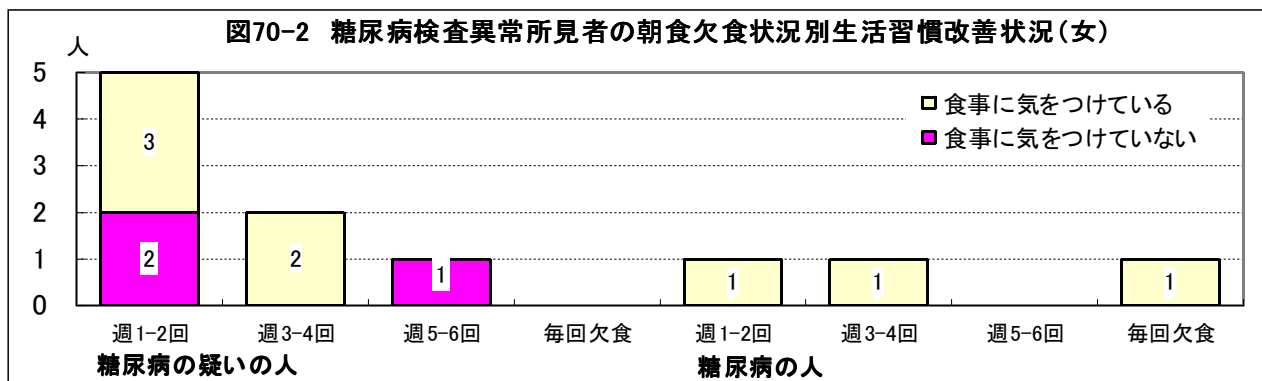
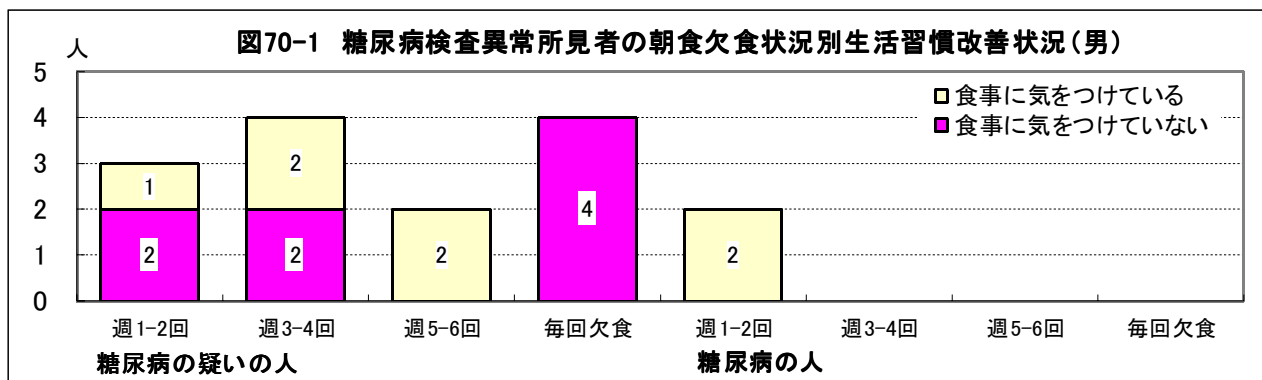
糖尿病といわれても朝食を欠食している人が見受けられる

朝食の欠食について、糖尿病の状況別にみると、男性では糖尿病の人の欠食は少ないが糖尿病の疑いの人では異常なしの人より欠食の割合が高くなっている。



糖尿病疑いの人では、朝食欠食者でも食事に気をつけていない!

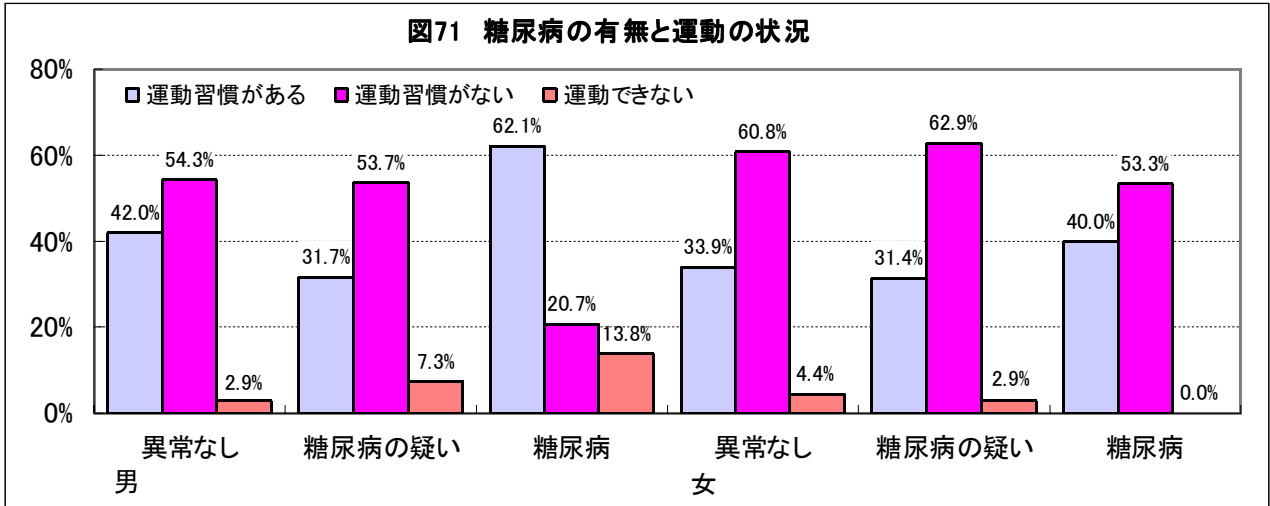
朝食の欠食状況別に、食事に気をつけている人の割合をみると、男性では毎回欠食しているにもかかわらず食事に気をつけていない人がみられた。糖尿病の人では男女とも食事に気をつけている人が多くなっている。



(5) 糖尿病と運動習慣

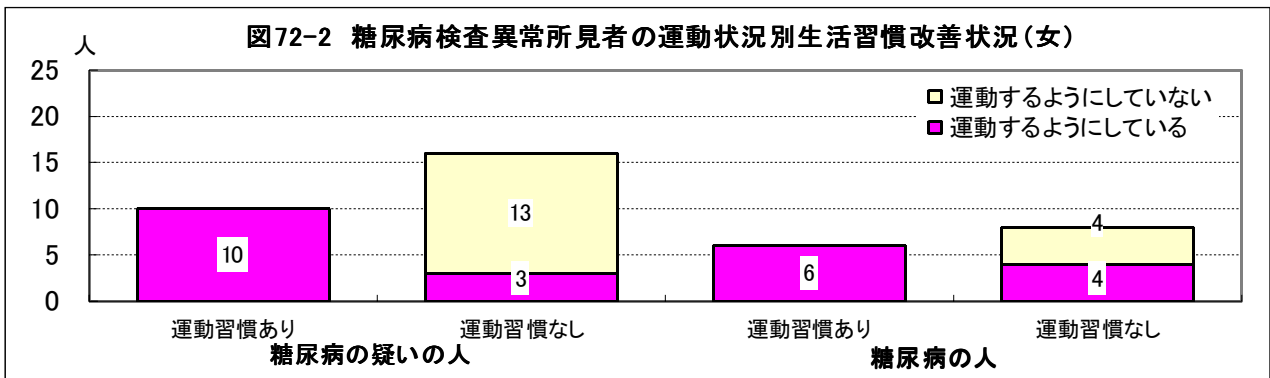
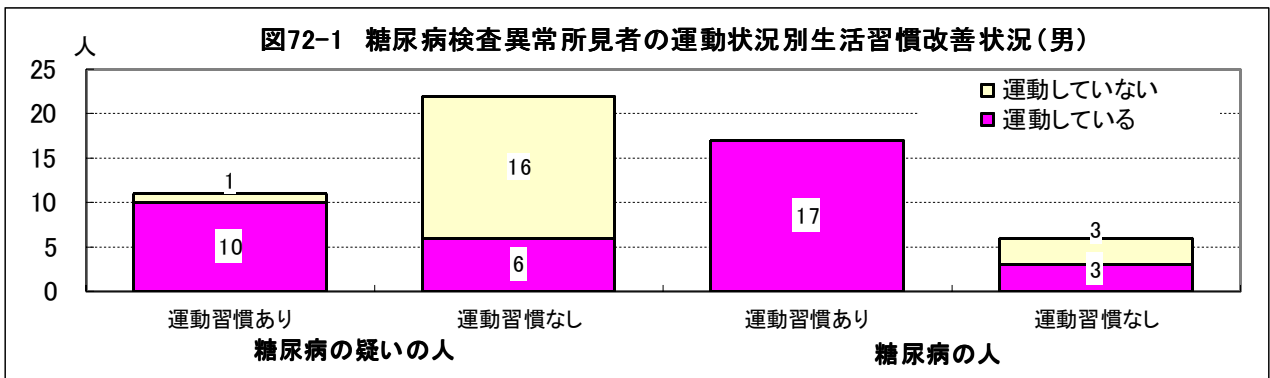
糖尿病の人では運動習慣のある人の割合が高い

運動習慣の有無を、糖尿病の状況別にみると、運動習慣のある人の割合は糖尿病の人がもっとも高く、糖尿病の疑いの人で低くなっている。糖尿病の人は運動習慣の改善に気をつけていることがうかがわれるが、女性ではあまり運動の実践がなされていないようである。



糖尿病の人は、運動を心がけて運動習慣を身につけている

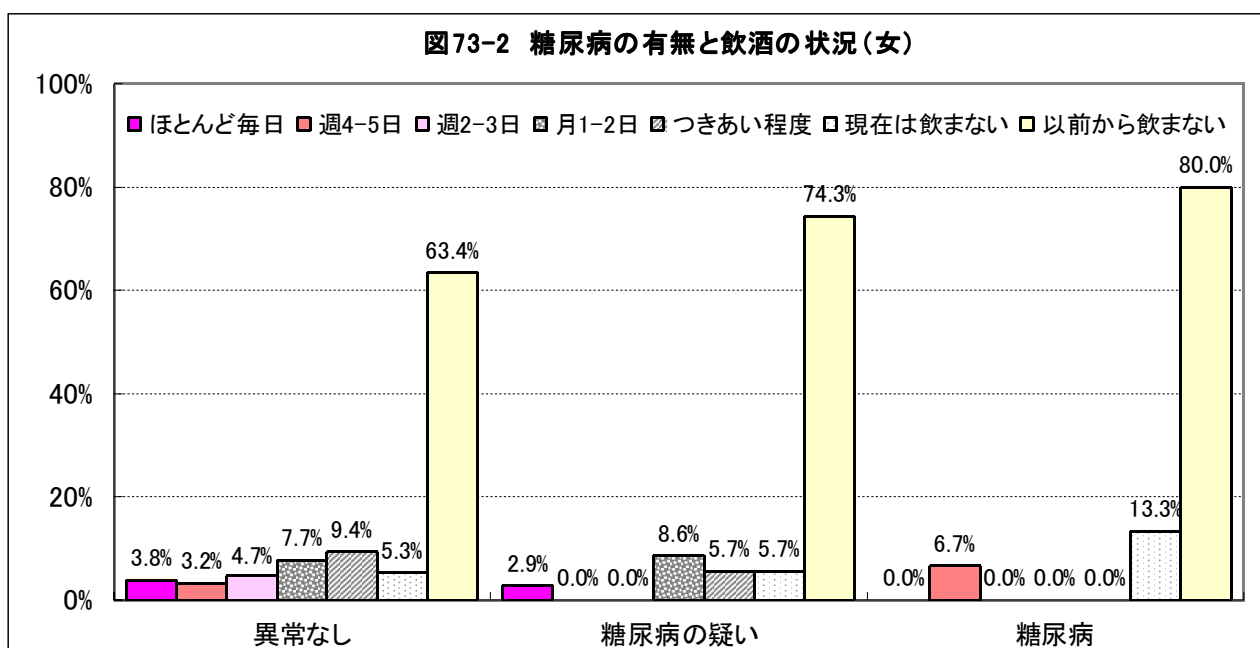
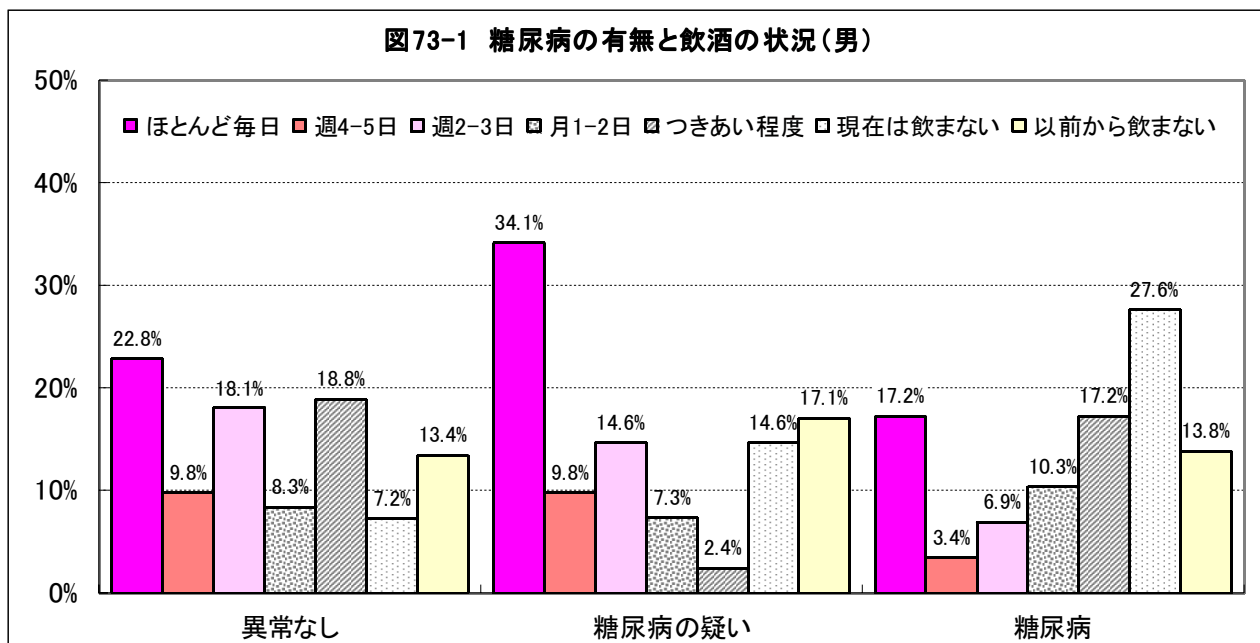
運動習慣のある人は、男女とも運動する事を心がけている人がほとんどである。運動習慣のない人でも運動するようにしていると答えている人がおり、改善の意志はあるようである。



(6) 糖尿病と飲酒

糖尿病疑いの人では、飲酒習慣のある人の割合が高いが、
糖尿病になると、飲酒頻度が低くなる傾向がみられる

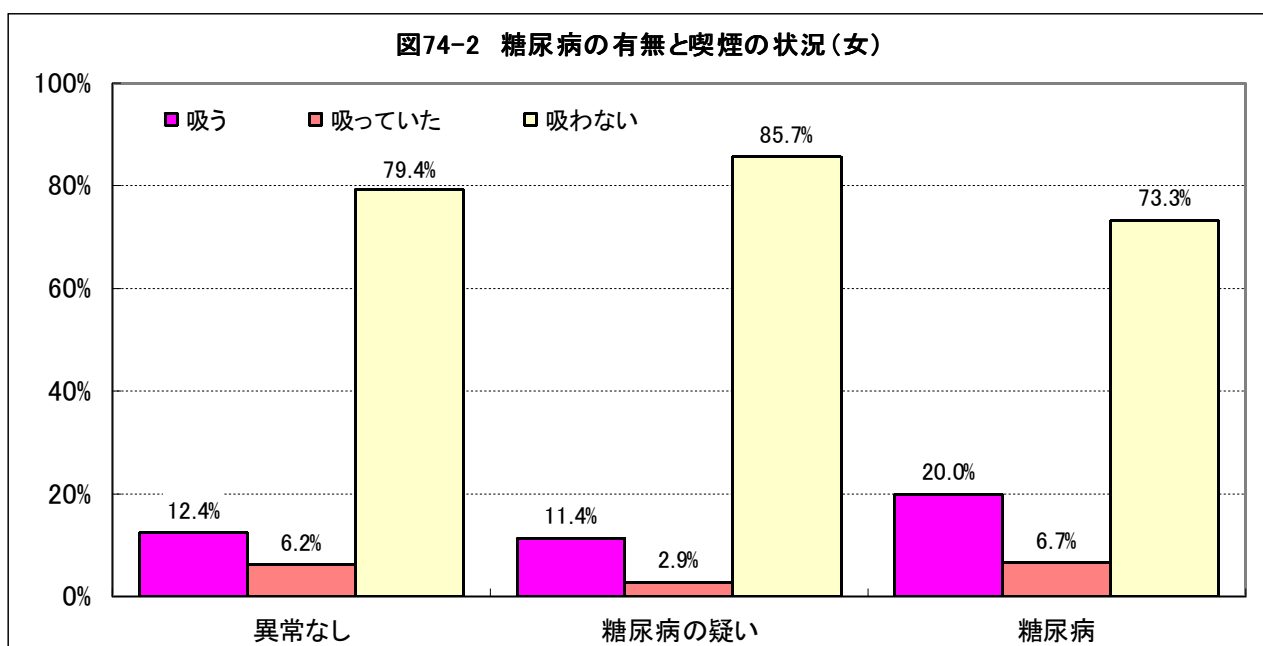
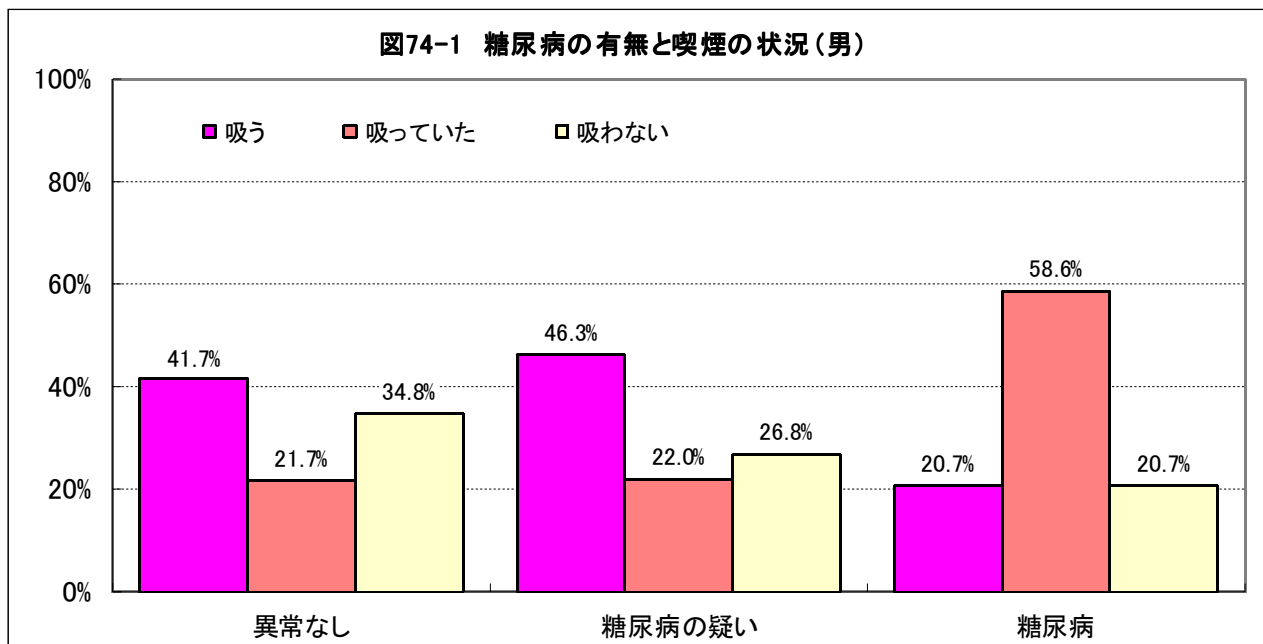
糖尿病の状況別に飲酒習慣をみると、男性では糖尿病疑いの人で毎日飲酒している人の割合が 34.1 %でもっとも高くなっており、糖尿病の人では現在は飲んでいないと答えた人が 27.6 %と多いため毎日飲酒している人の割合は異常なしの人より低くなっている。女性では異常なしの人の飲酒頻度が糖尿病や糖尿病の疑いの人より高かった。



(7) 糖尿病と喫煙

男性では、糖尿病の人は喫煙をやめた人の割合が高いため、喫煙率が低いですが、女性では糖尿病の人の喫煙率がもっとも高い

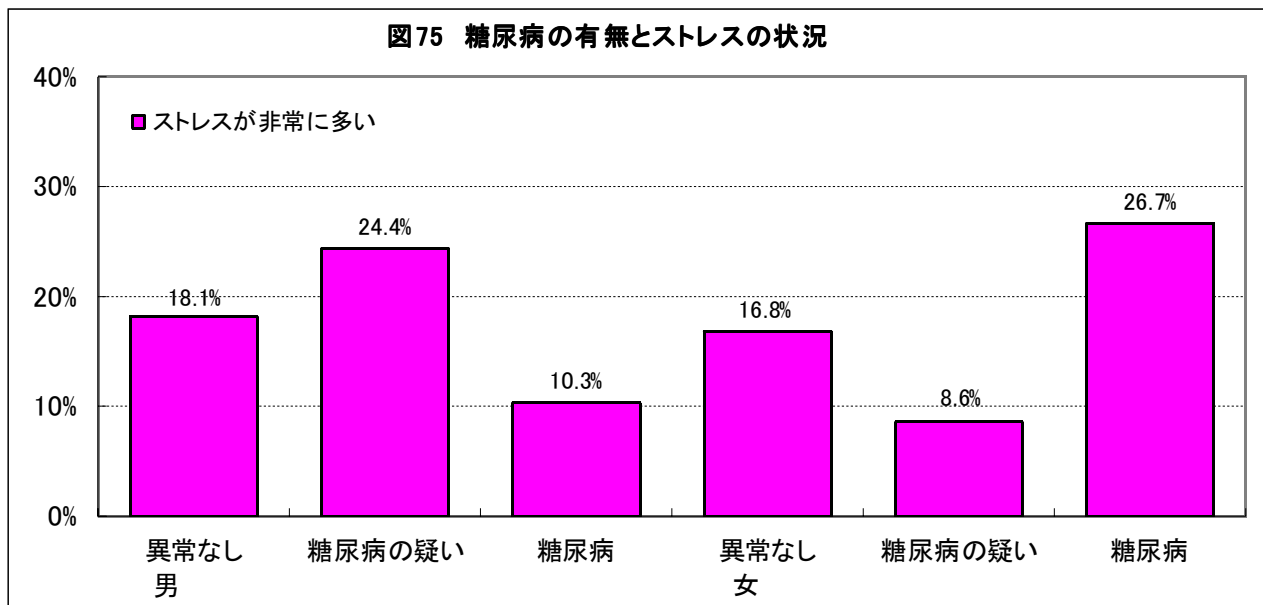
糖尿病の状況別に喫煙習慣をみると、男性では糖尿病の疑いの人で現在喫煙している人の割合が46.3%と最も高くなっていた。糖尿病の人の喫煙率は20.7%と異常なしの人より低くなっているが、58.6%の人がやめたと答えていることから、過去の喫煙率が高かったことをうかがわせる。女性では糖尿病の人の喫煙率が20.0%でもっとも高く、やめた人の割合も6.7%でもっとも高い。



(8) 糖尿病とストレス、休養

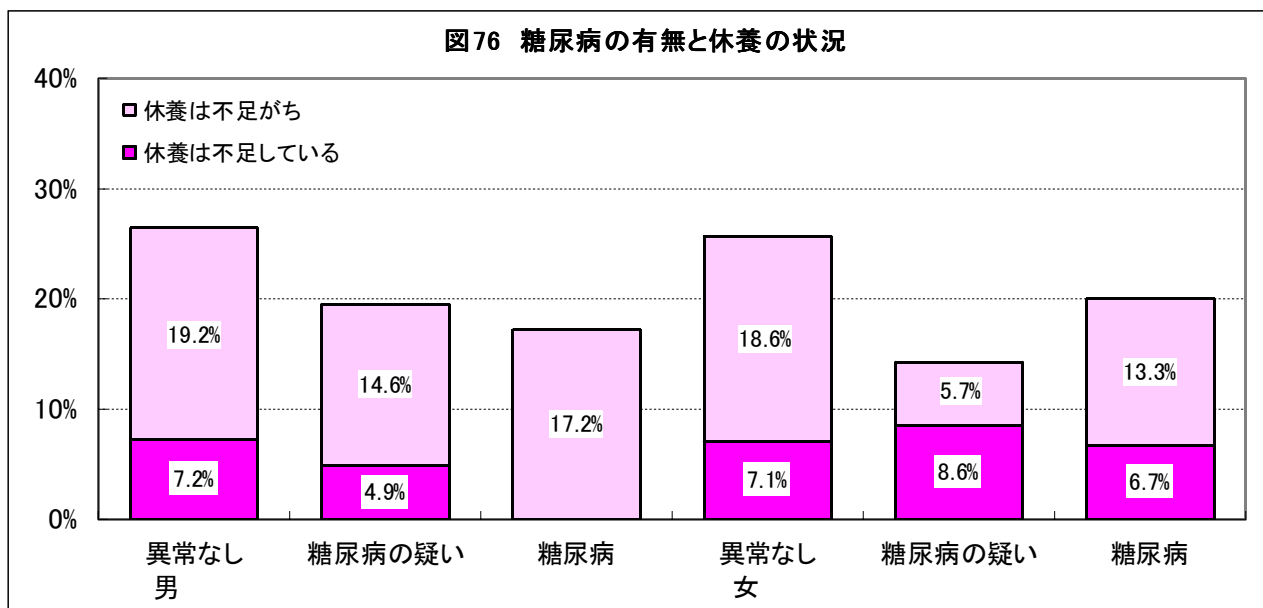
ストレスの非常に多い人の割合は、男性では糖尿病の疑いの人、女性では糖尿病の人が高くなっている

糖尿病の状況別にストレスが非常に多いと答えた人の割合をみると、男性では糖尿病の疑いの人、女性では糖尿病の人が高く、男女間で異なった傾向を示している。



糖尿病の人は、異常なしの人に比べると休養不足の割合は低くなっている

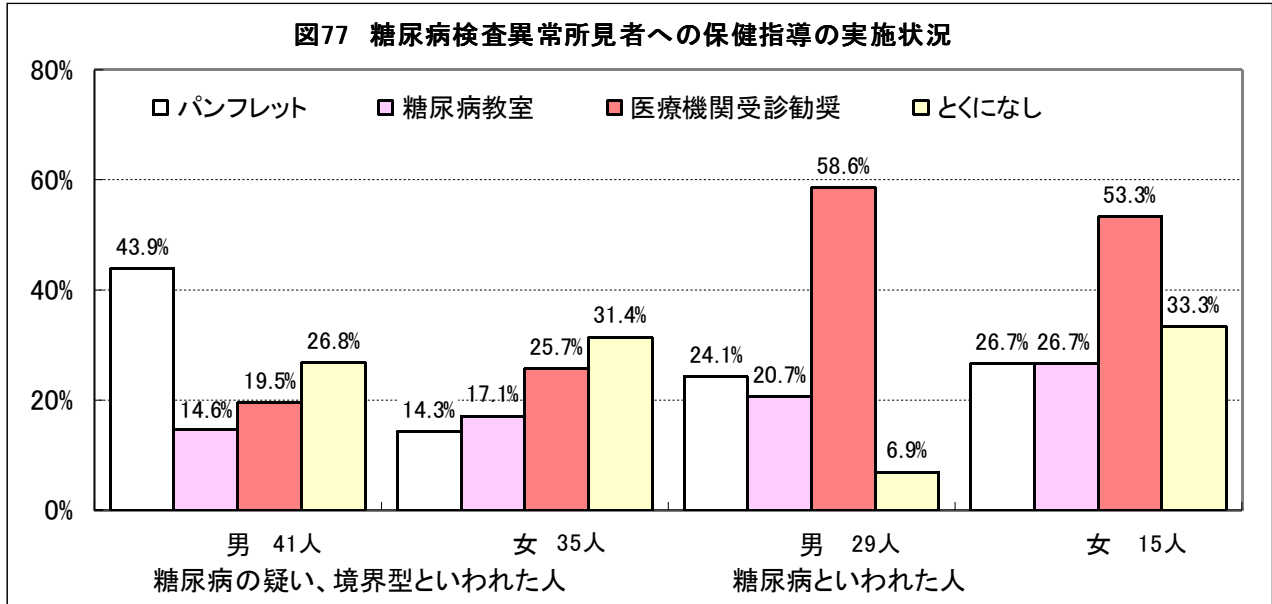
休養の状況を見ると、男性では異常なし、糖尿病の疑い、糖尿病の順に休養不足や休養の不足している人の割合が少なくなっており、糖尿病の人では休養をとるように心がけていることをうかがわせる。女性では休養不足の人の割合は、異常なしの人と同程度であり、糖尿病になっても休養がとれていないようである。



(9) 糖尿病の保健指導

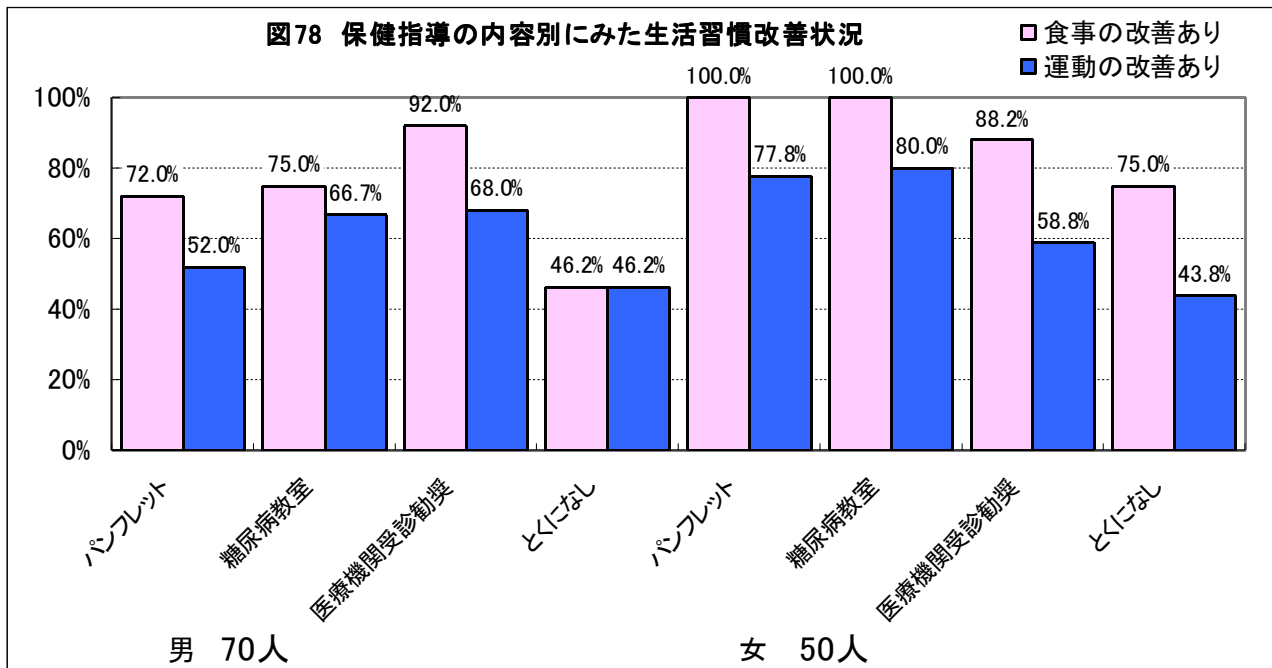
検査の結果、糖尿病といわれた人の約 50 %が医療機関受診を勧められている

糖尿病の疑いの人への保健指導は、とくになしと答えた人が男女とも 30 %程度みられ、男性ではパンフレット、女性では医療機関への受診を勧められた人が多い。糖尿病の人に対しては、医療機関への受診勧奨がもっとも多くなっているが、60 %に満たない状況である。また、パンフレットや糖尿病教室も 25 %程度であり、検査後のフォローが不十分で保健指導を強化する必要がある。



保健指導を受けた人は、食事や運動の改善している割合が高い

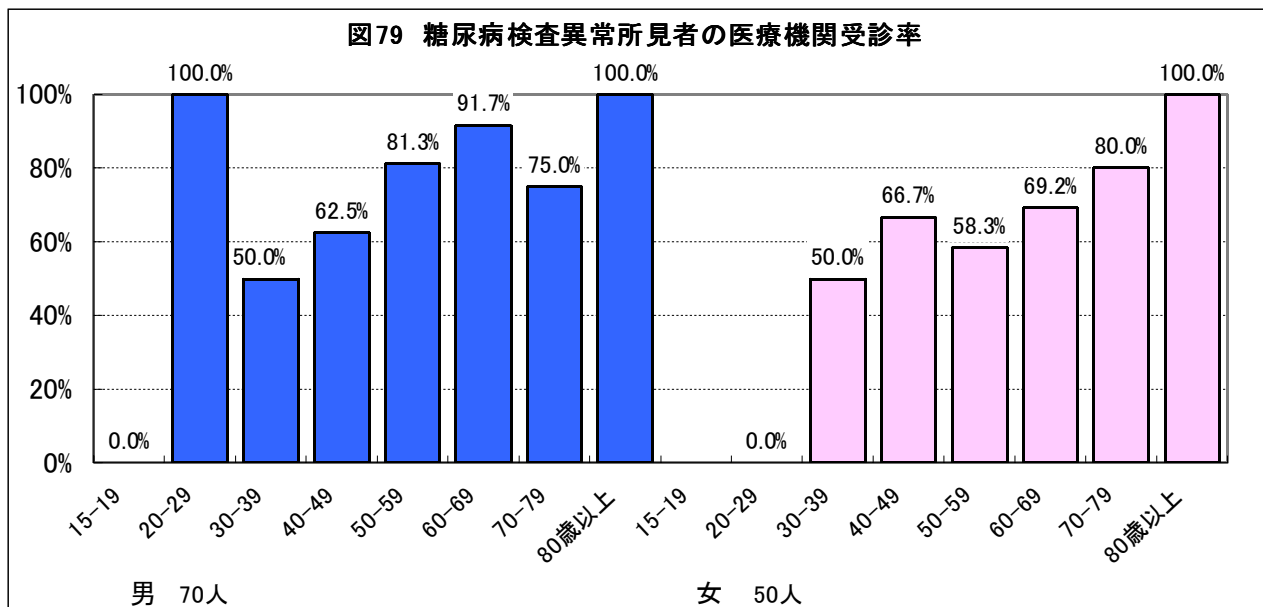
保健指導の種類別に、食事や運動の改善状況を見ると、男女ともとくになしと答えた人に比べて、保健指導を受けた人の改善率が高くなっており、保健指導の効果が認められる。生活習慣の改善度は、食事についても運動についても男性が女性より低い。



(10) 糖尿病の受診状況

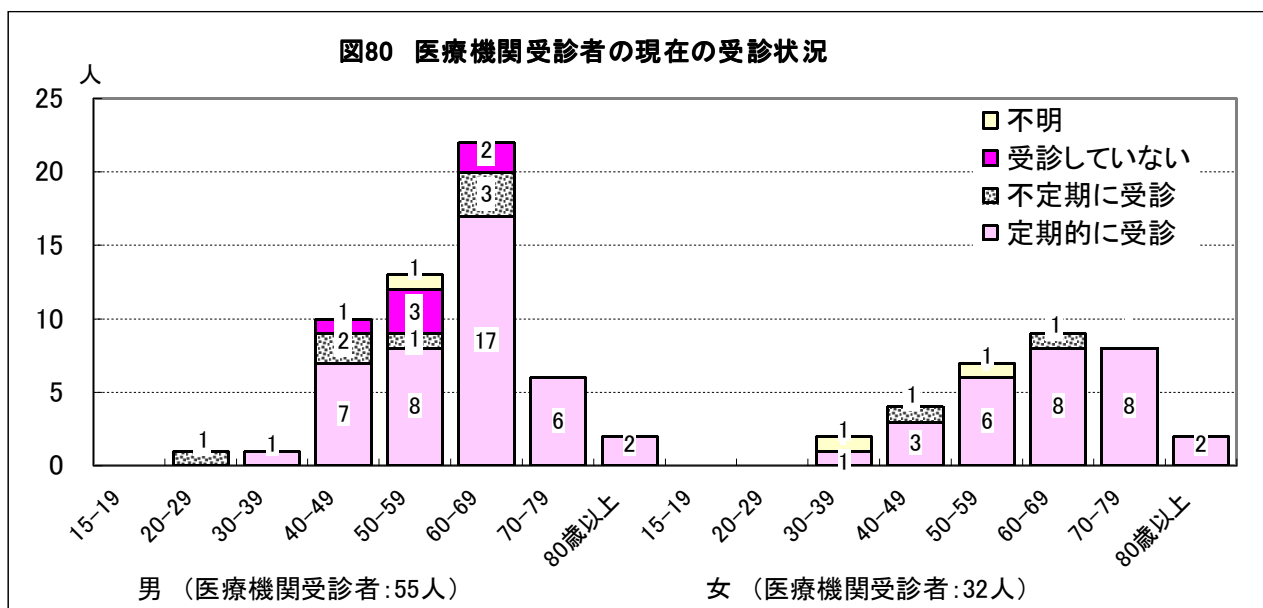
糖尿病異常所見者の医療機関受診率は男性 78.6 %、女性 64.0 %

糖尿病検査で異常と認められた人の医療機関受診率は、男性では 30 代と 40 代、女性では 60 代以下で低くなっており、男性全体では 78.6 %、女性全体では 64.0 %と女性が低くなっている。



医療機関受診後、定期的に受診していない人は男性に多い

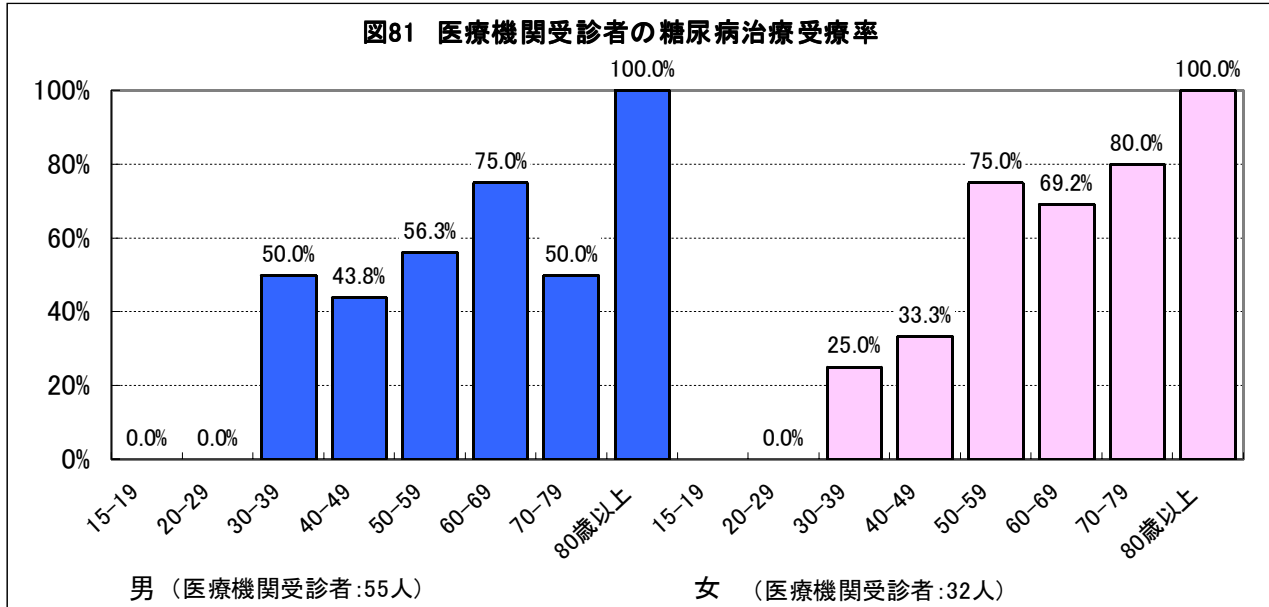
医療機関に受診した人のその後の受診状況を見ると、男性では 40-60 代で受診していない人や不定期に受診している人がみられた。女性では定期的に受診を続けている人が多い。



(11) 糖尿病の治療状況

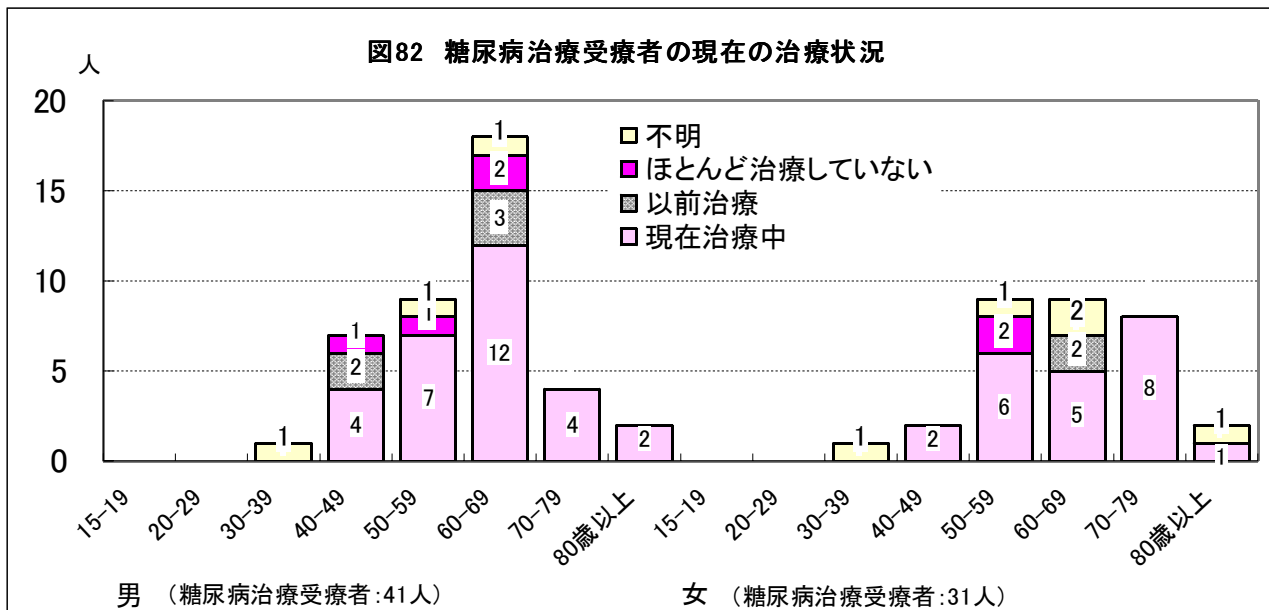
医療機関受診後、糖尿病治療を受けた人は男性 58.6 %、女性 62.0 %

医療機関受診後に糖尿病の治療を受けた人は、50 代以降の女性で多くなっており、80 代では男女とも全員が治療を受けている。しかし、男性では 50 代以下と 70 代、女性では 40 代以下で治療を受けた人の割合が低くなっている。



40 ~ 60 代の男性では、糖尿病治療を継続している人の割合が低い

糖尿病治療を受けたことのある人のその後の治療状況をみると、40 代、60 代の男性で治療を中断している人やほとんど治療をしていないと答えた人の割合が高くなっている。



(12) 糖尿病の治療内容

食事療法を受けた人が 80 % でもっとも多く、運動療法は約 50 %

糖尿病治療を受けたことのある人の治療の内容は、男女とも食事療法がもっとも多く、男性 87.8 %、女性 74.2 %であった。運動療法は男性 51.2 %、女性 41.9 %となっており、インスリン注射は男性が 14.6 %であったが、女性ではいなかった。

また、教育入院や眼底検査を受けたことのある人の割合は、男性が女性より高くなっており、全体ではそれぞれ 27.8 %、77.8 %である。

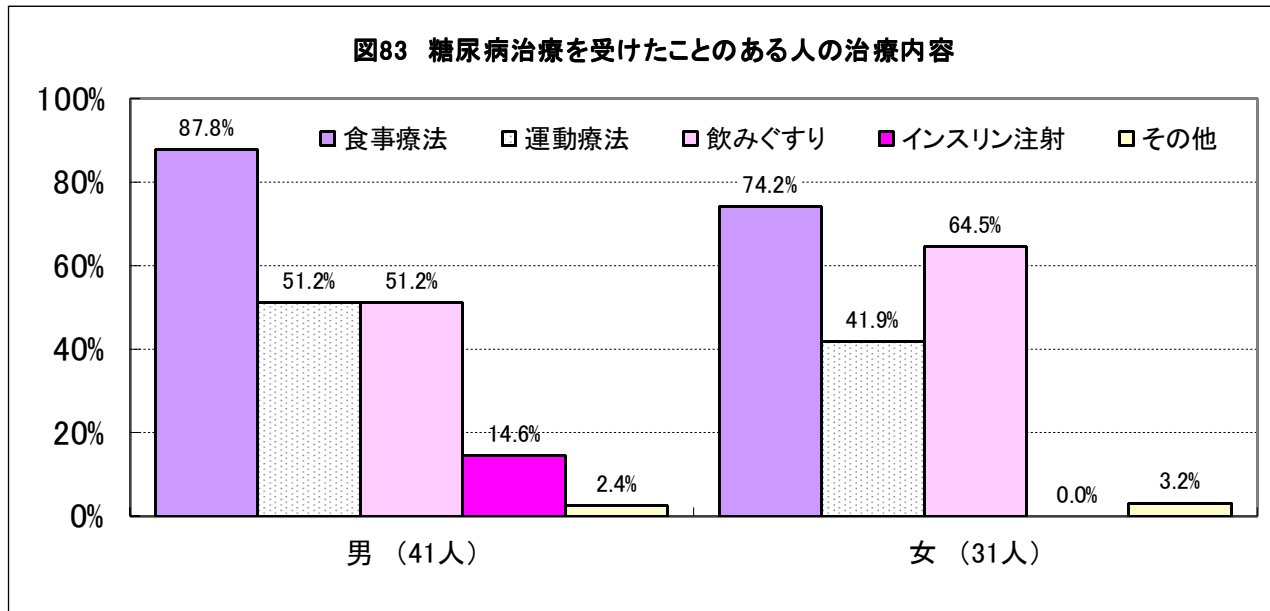


表3 糖尿病治療を受療したことのある人の治療状況と治療内容

(各欄の数値は、上段:実数、下段:割合)

糖尿病治療状況	食事療法	運動療法	飲みぐすり	インスリン注射	その他	教育入院	眼底検査	治療受療者	
男	現在治療中	25 86.2%	16 55.2%	18 62.1%	5 17.2%	1 3.4%	10 34.5%	25 86.2%	29 100.0%
	以前治療	5 100.0%	3 60.0%	2 40.0%	1 20.0%		2 40.0%	4 80.0%	5 100.0%
	治療していない	3 75.0%	1 25.0%	1 25.0%			1 25.0%	3 75.0%	4 100.0%
	不明	3 100.0%	1 33.3%					2 66.7%	3 100.0%
男計	36 87.8%	21 51.2%	21 51.2%	6 14.6%	1 2.4%	13 31.7%	34 82.9%	41 100.0%	
女	現在治療中	17 77.3%	10 45.5%	19 86.4%			7 31.8%	19 86.4%	22 100.0%
	以前治療	1 50.0%						1 50.0%	2 100.0%
	治療していない	2 100.0%	1 50.0%					1 50.0%	2 100.0%
	不明	3 60.0%	2 40.0%	1 20.0%		1 20.0%		1 20.0%	5 100.0%
女計	23 74.2%	13 41.9%	20 64.5%		1 3.2%	7 22.6%	22 71.0%	31 100.0%	
総計	59 81.9%	34 47.2%	41 56.9%	6 8.3%	2 2.8%	20 27.8%	56 77.8%	72 100.0%	

(13) 糖尿病の合併症

糖尿病の 10 % 以上の人 が神経障害、網膜症を合併している！

糖尿病といわれたことのある人の 10 % 以上が神経障害、網膜症を合併しており、男性では腎症の合併も 10 % みられた。足壊疽の合併は男性では 2.9 % であるが、女性ではいなかった。

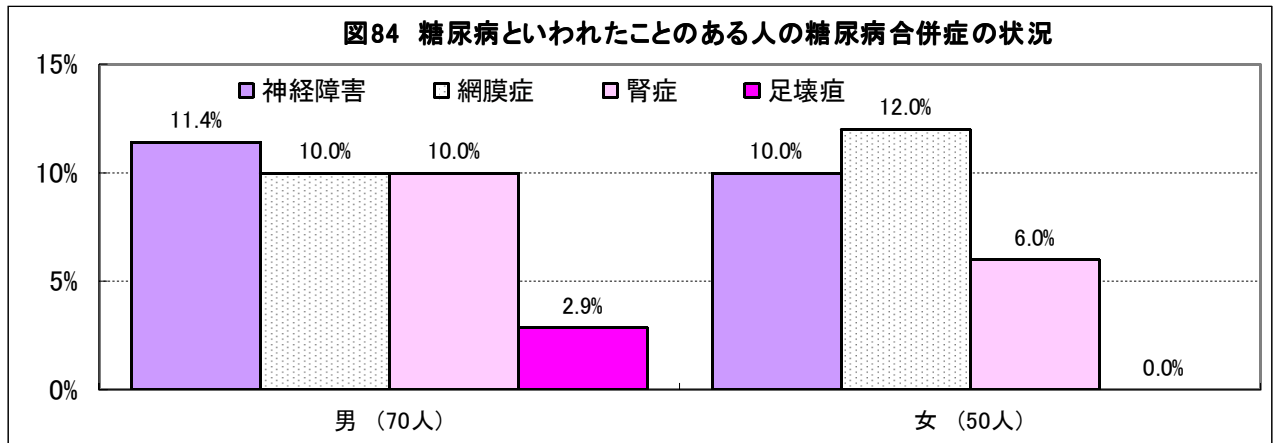


表4 糖尿病の治療状況と糖尿病合併症

(各欄の数値は、上段:実数、下段:割合)

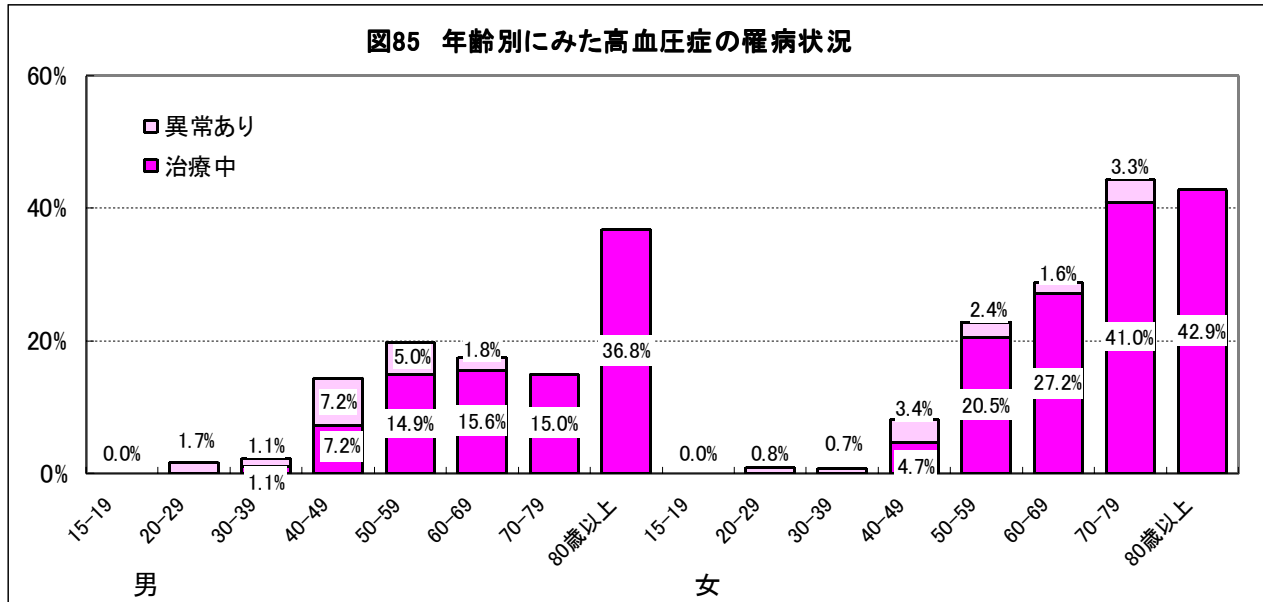
治療状況	ヘモグロビンA1c	男					女					総数				
		神経障害	網膜症	腎症	足壊疽	糖尿病の人	神経障害	網膜症	腎症	足壊疽	糖尿病の人	神経障害	網膜症	腎症	足壊疽	糖尿病の人
現在治療中	6.1以上		1			2	1		1		3	1	1	1		5
			50.0%			100%	33.3%		33.3%		100%	20.0%	20.0%	20.0%		100%
	6.1未満	2	4	2		10	1	2			8	3	6	2		18
		20.0%	40.0%	20.0%		100%	12.5%	25.0%			100%	16.7%	33.3%	11.1%		100%
以前治療した	不明	3	1	4	2	17	3	3	2		11	6	4	6	2	28
		17.6%	5.9%	23.5%	11.8%	100%	27.3%	27.3%	18.2%		100%	21.4%	14.3%	21.4%	7.1%	100%
	計	5	6	6	2	29	5	5	3		22	10	11	9	2	51
		17.2%	20.7%	20.7%	6.9%	100%	22.7%	22.7%	13.6%		100%	19.6%	21.6%	17.6%	3.9%	100%
治療していない	6.1以上															
	6.1未満	1		1		3				1	1		1		4	
		33.3%		33.3%		100%				100%	25.0%		25.0%		100%	
	不明	2				2				1	2				3	
不明	計	3		1		5				2	3		1		7	
		60.0%		20.0%		100%				100%	42.9%		14.3%		100%	
	6.1以上					3				3					6	
						100%				100%					100%	
合計	6.1未満					14				11					25	
						100%				100%					100%	
	不明					15		1		10		1			25	
						100%		10.0%		100%		4.0%			100%	
合計	計					32		1		24		1			56	
						100%		4.2%		100%		1.8%			100%	
	合計	8	7	7	2	70	5	6	3		50	13	13	10	2	120
		11.4%	10.0%	10.0%	2.9%	100%	10.0%	12.0%	6.0%		100%	10.8%	10.8%	8.3%	1.7%	100%

17. 生活習慣病の罹病状況

(1) 高血圧症

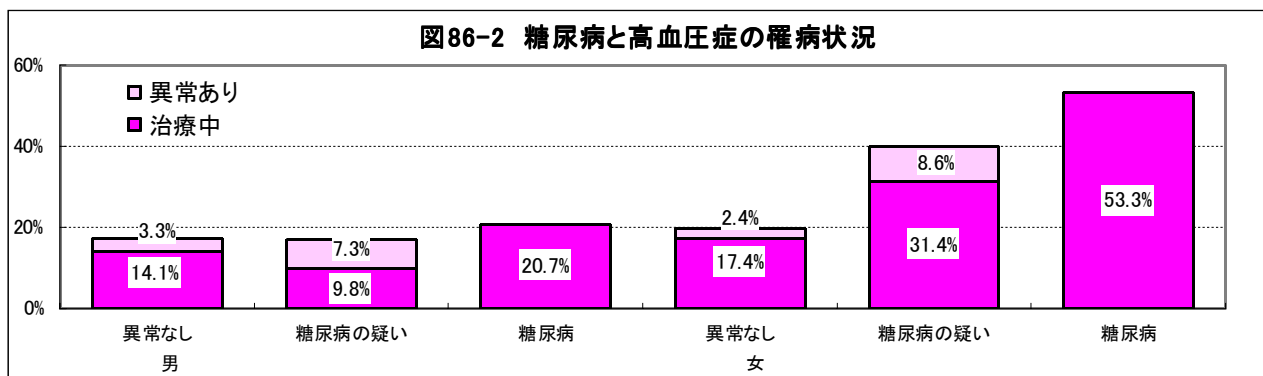
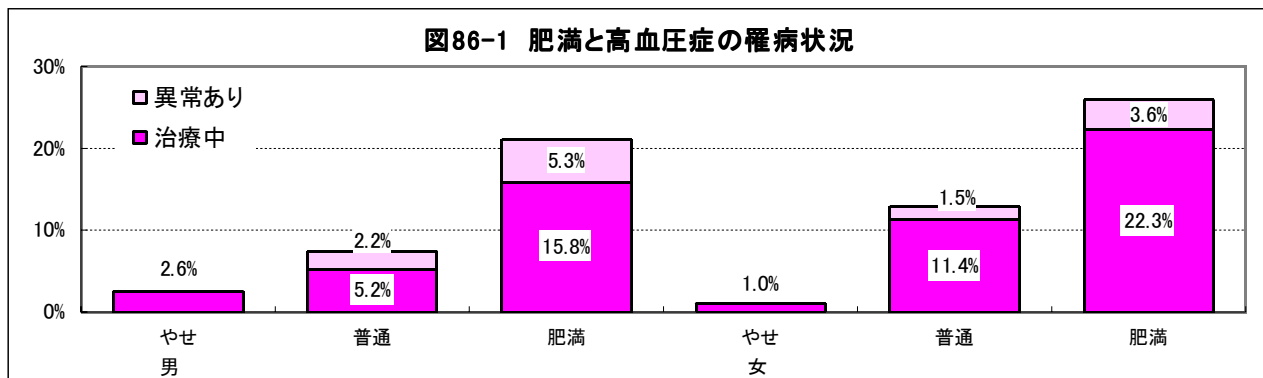
高血圧症は加齢とともに増えており、男性の40-50代で治療放置が多い。

高血圧症は加齢とともに増えており、女性では50代以降で治療中の人が多くなっている。男性では40-50代で異常ありの人が多く、わからないと答えた人も多いことから治療放置が多いと思われる。



男女ともやせの人は高血圧症が少なく、肥満度が上がるほど増えている！

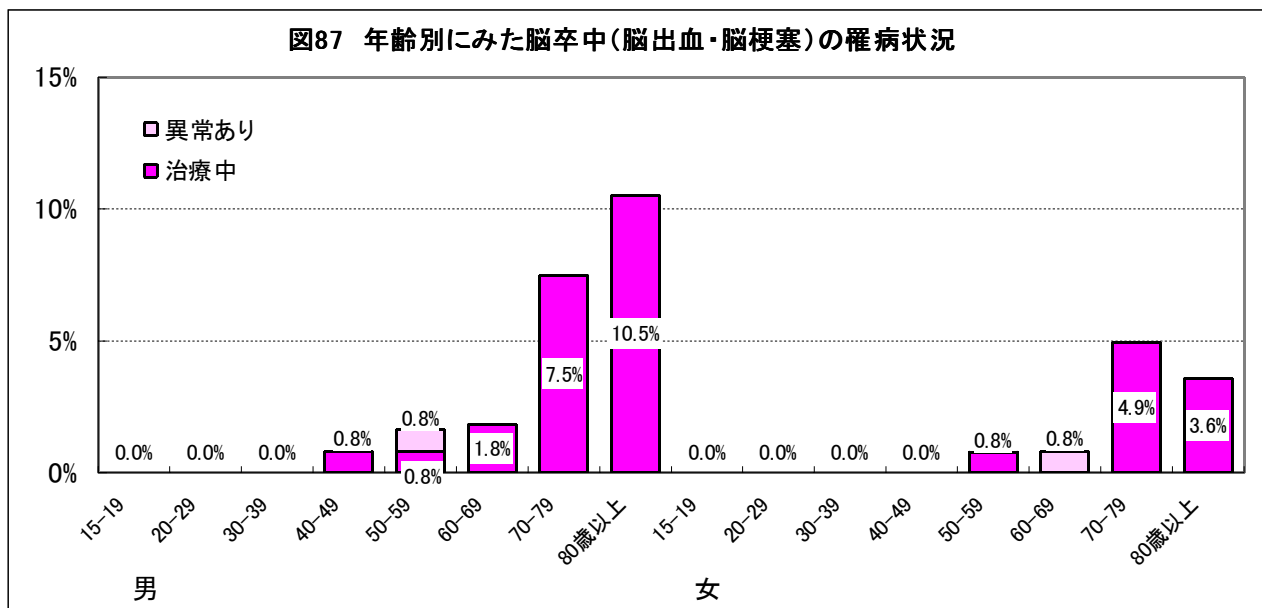
高血圧症は男女とも肥満との関連が強くなっている。また、女性では糖尿病との関連も認められる。



(2)脳卒中(脳出血・脳梗塞)

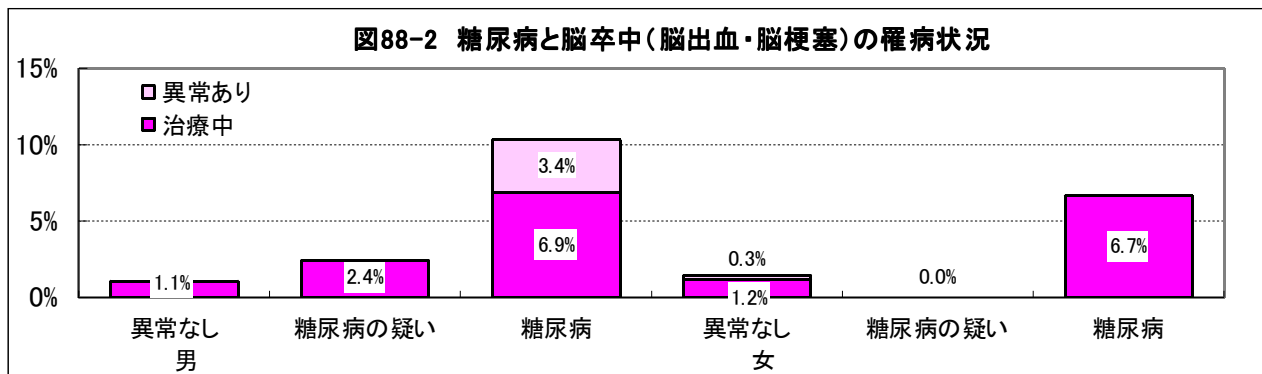
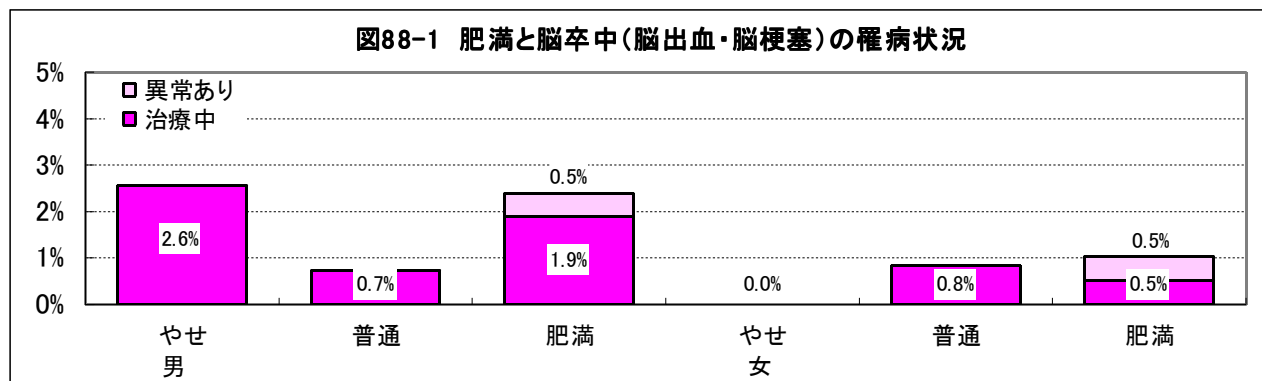
脳卒中の治療中の方は 70 歳以上で急増しており、女性より男性が多い。

脳卒中は、男女とも 70 歳以上の高齢者で治療中の方が急増しており、とくに 80 歳以上の男性では 10 %を超えている。なお、男性では 40 代、女性では 50 代から治療中の方がみられる。



男性ではやせと肥満で脳卒中が多く、糖尿病の人では男女とも多い。

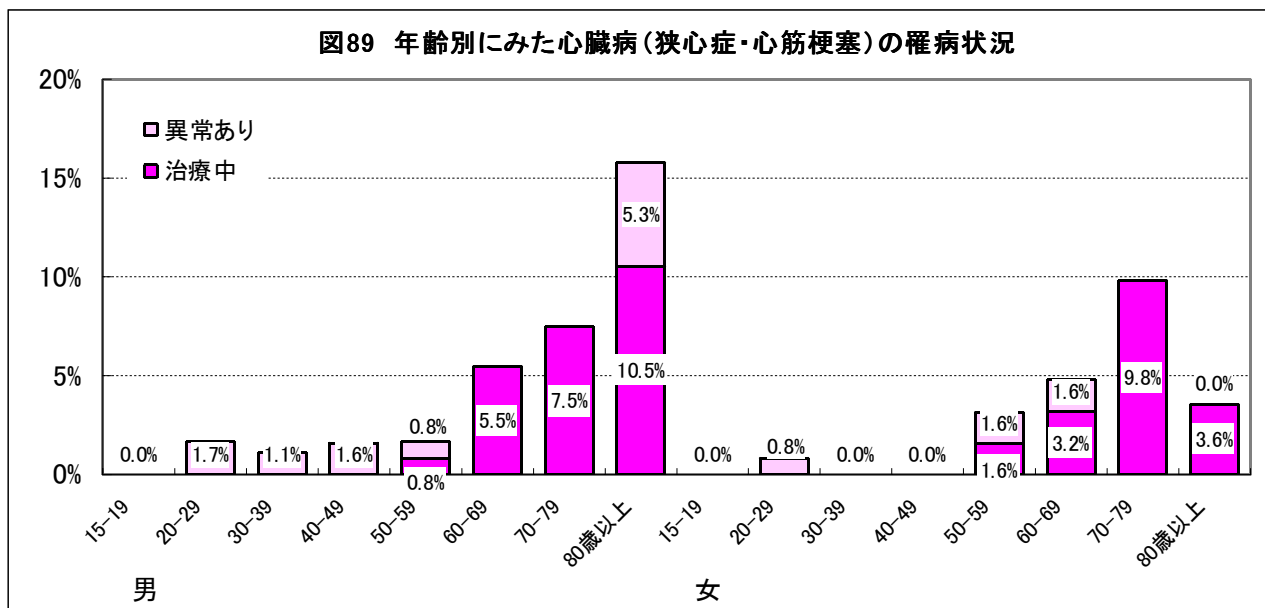
肥満度別にみると、男性ではやせ、肥満の人で治療中の方の割合が高くなっていった。糖尿病の状況別にみると男女とも糖尿病の人で治療中の割合がもっとも高くなっている。



(3) 心臓病(狭心症・心筋梗塞)

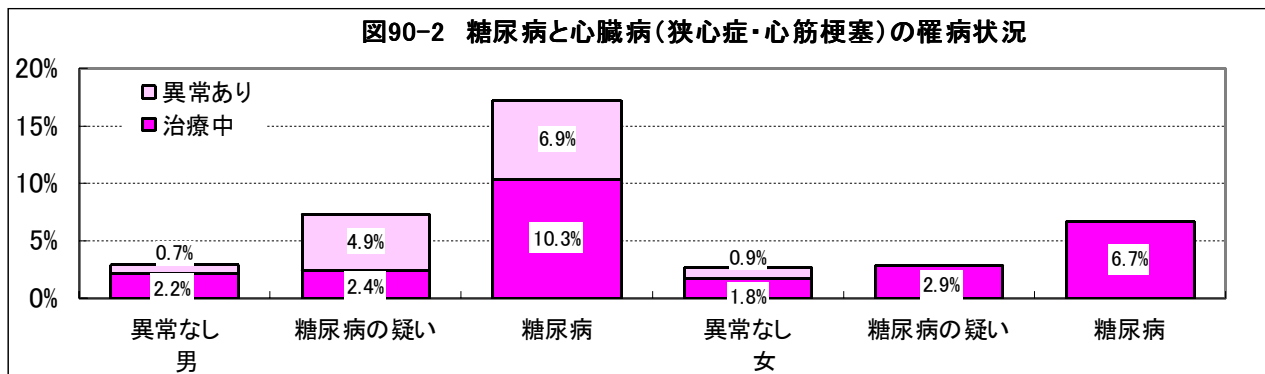
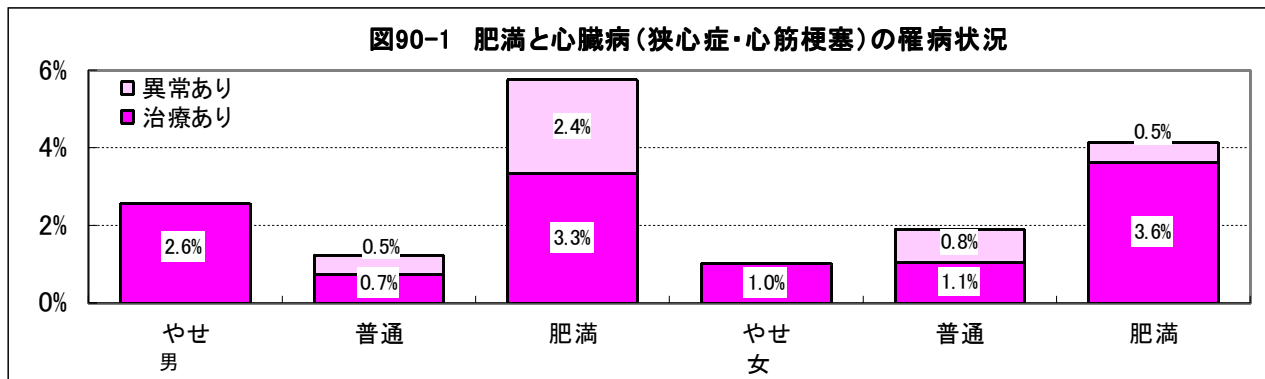
心臓病の人は 60 歳以上で増えており、20-40 代での異常ありは男性に多い。

心臓病で治療中の人の割合は、50 代では女性が高いが、60 代以降では男性が高くなっており、男性では 80 歳以上、女性では 70 代でもっとも高い。20-40 代では男性に異常ありが多い。



心臓病の治療中の人は男女とも肥満と糖尿病の人がもっとも多い。

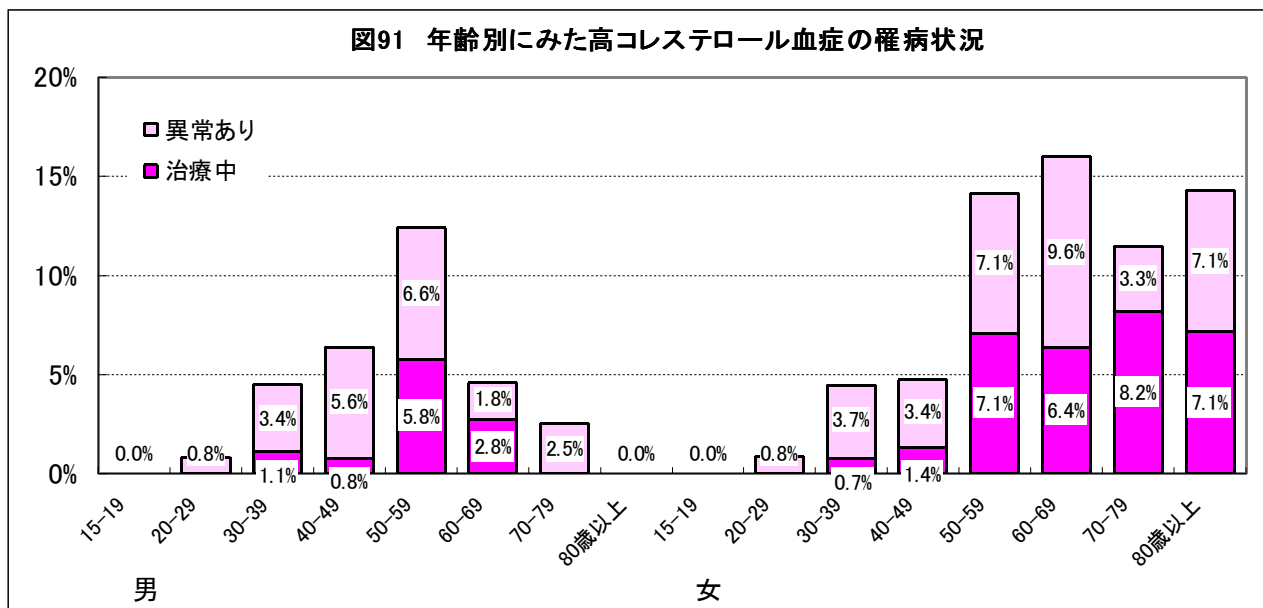
心臓病の人の割合は、男女とも肥満と糖尿病の人で多くなる傾向が認められるが、男性では、やせの人も治療中の人が多くなっていた。



(4)高コレステロール血症

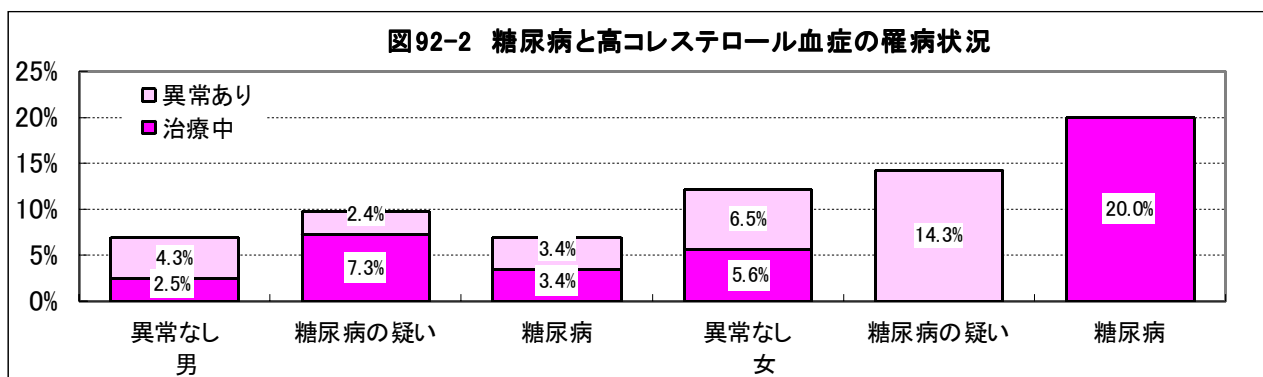
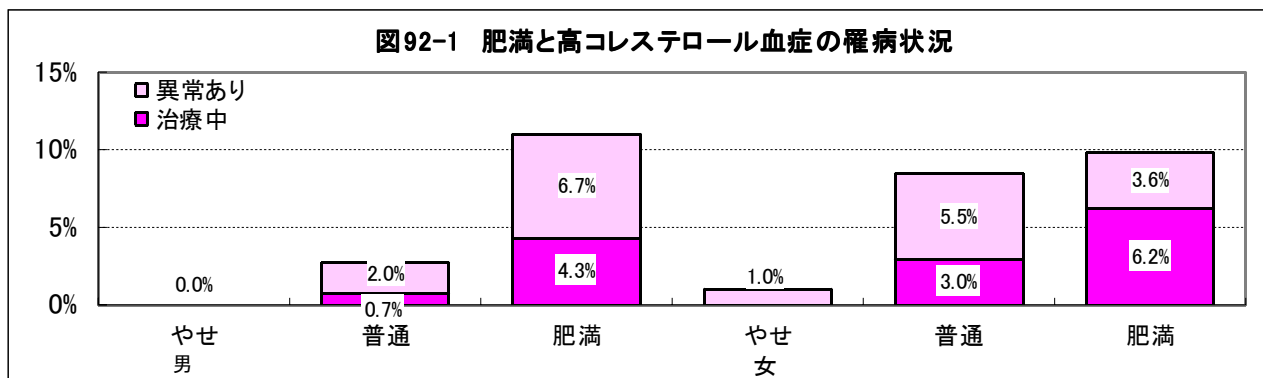
高コレステロール血症の人は50歳以上の女性に多く、異常ありの割合が高い。

高コレステロール血症治療中の人の割合は男性では50代をピークに減少しているが、女性では50代で急増し、その後もほぼ同じ割合を保っている。



高コレステロール血症の人はやせの人では少なく、肥満の人に多い！

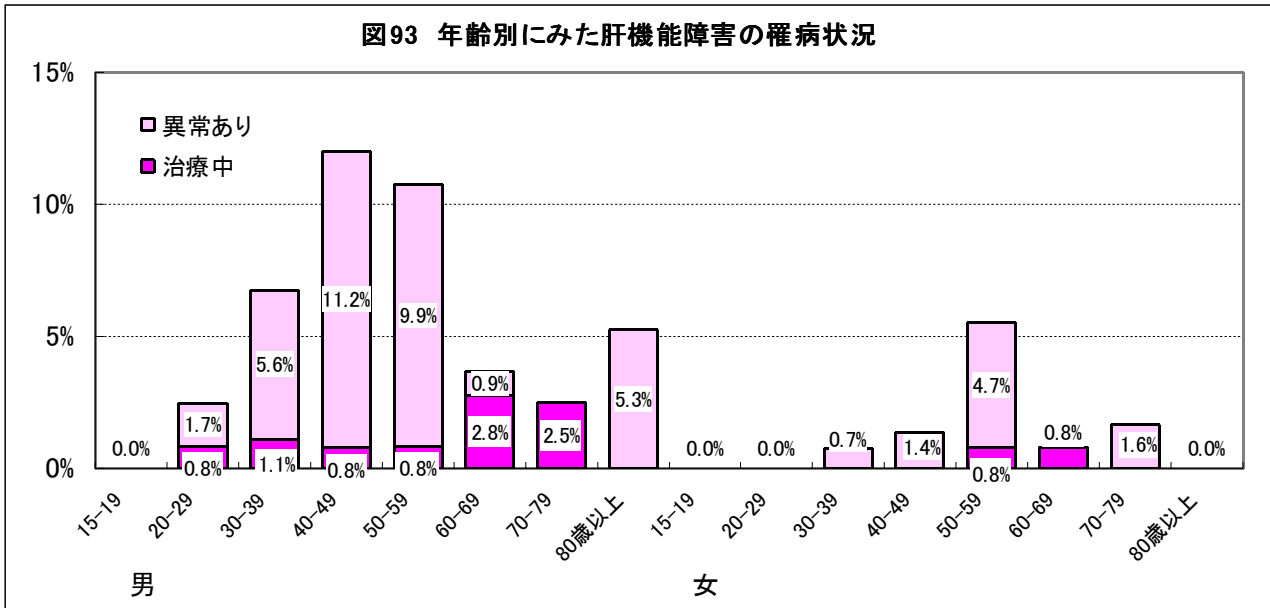
高コレステロール血症の人の割合は、男女とも肥満とともに高くなる傾向が認められた。糖尿病との関連では、男性では糖尿病の疑いの人、女性では糖尿病の人で治療中の割合がもっとも高い。



(5) 肝機能障害

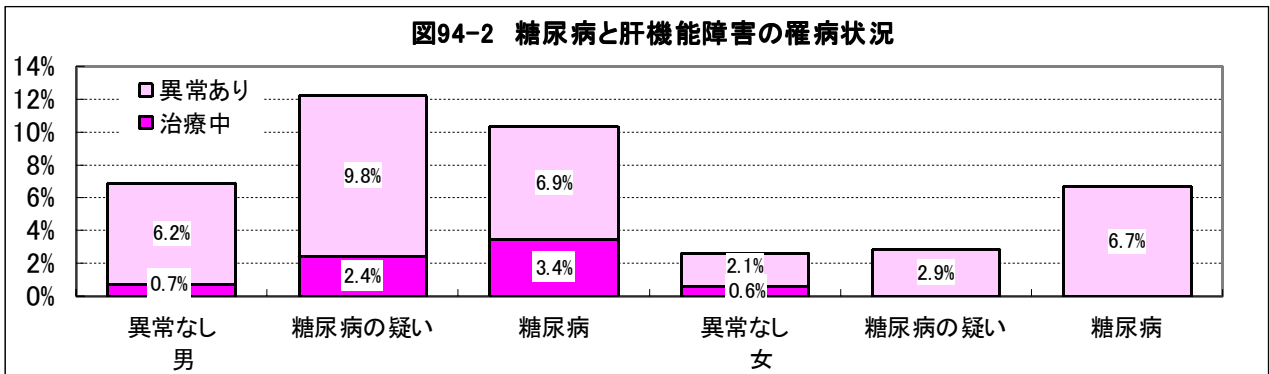
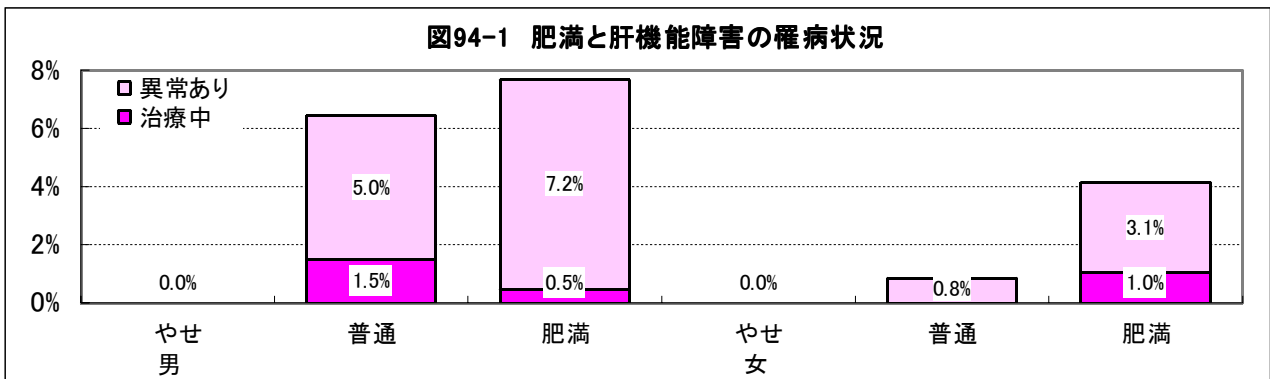
肝機能障害は男性の 30-50 代で異常ありの人、60-70 代で治療中の人が多い

肝機能障害は男性に多く、30-50 代の働き盛りで異常ありの人が多い。とくに 40 代と 50 代では肝機能障害の割合が高くなっているにもかかわらず、治療中の人が少ない。



やせの人では肝機能障害がみられないが、肥満度が上がるほど増えている

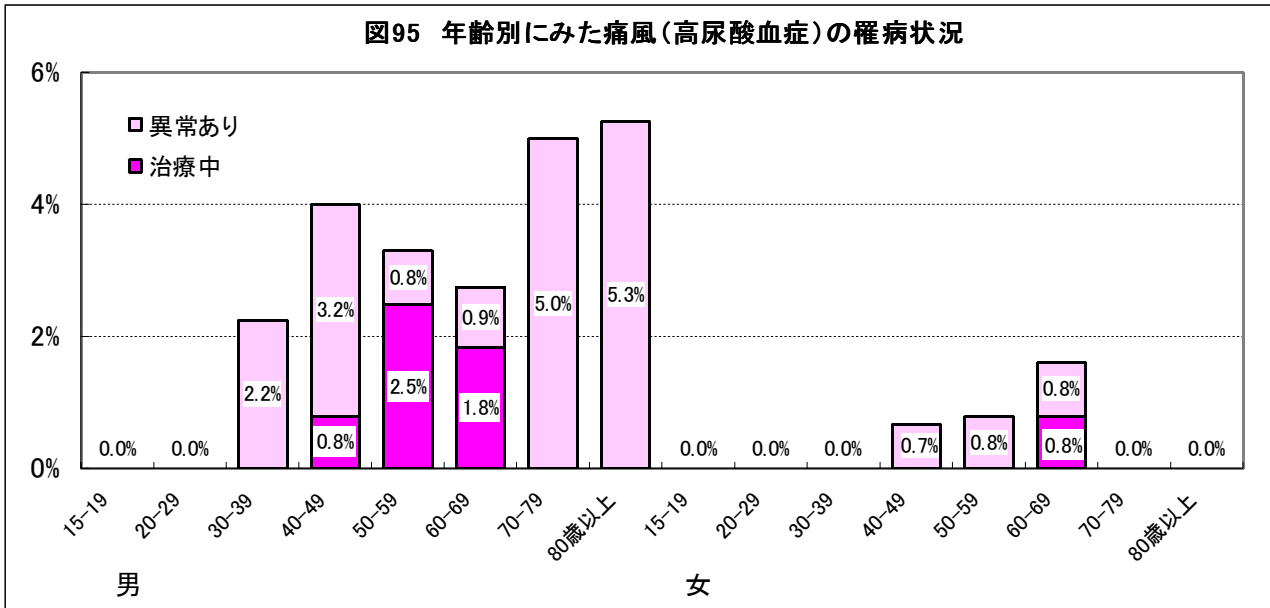
肝機能障害は、肥満の人や糖尿病の人で多くなる傾向が認められる。



(6) 痛風

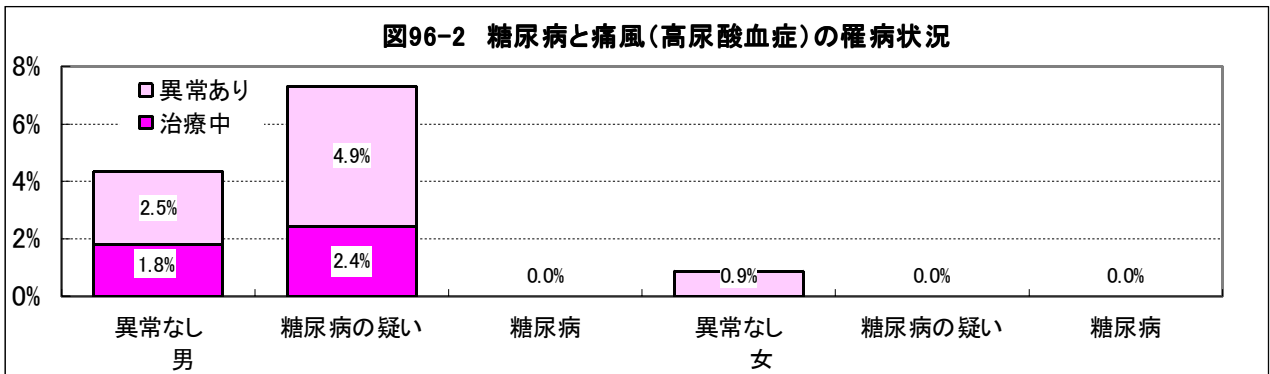
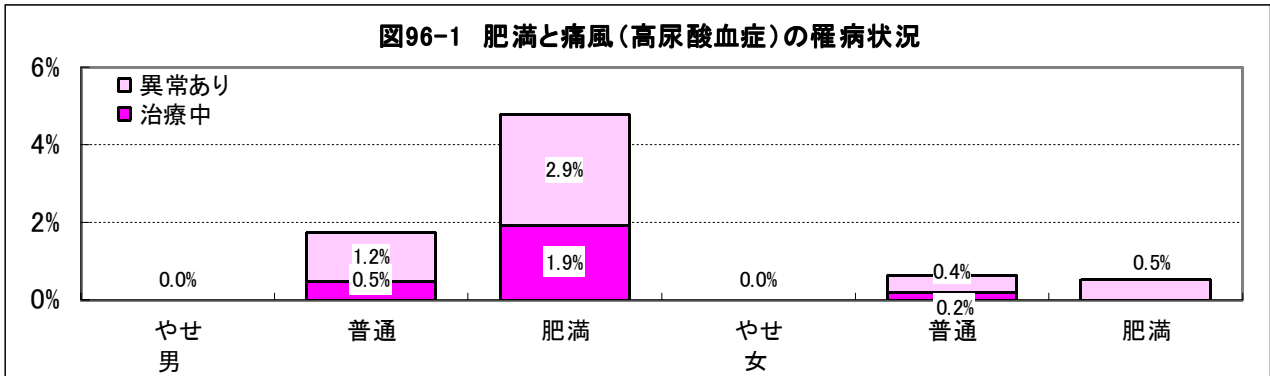
痛風は男性が多く、治療中は 50-60 代、異常ありは 70 歳以上で多い

痛風は、女性に比べて男性でかなり多くなっており、とくに 50 代と 60 代では治療中の人の割合が高くなっている。



やせの人と糖尿病の人には、痛風の治療中、異常ありの人がいなかった

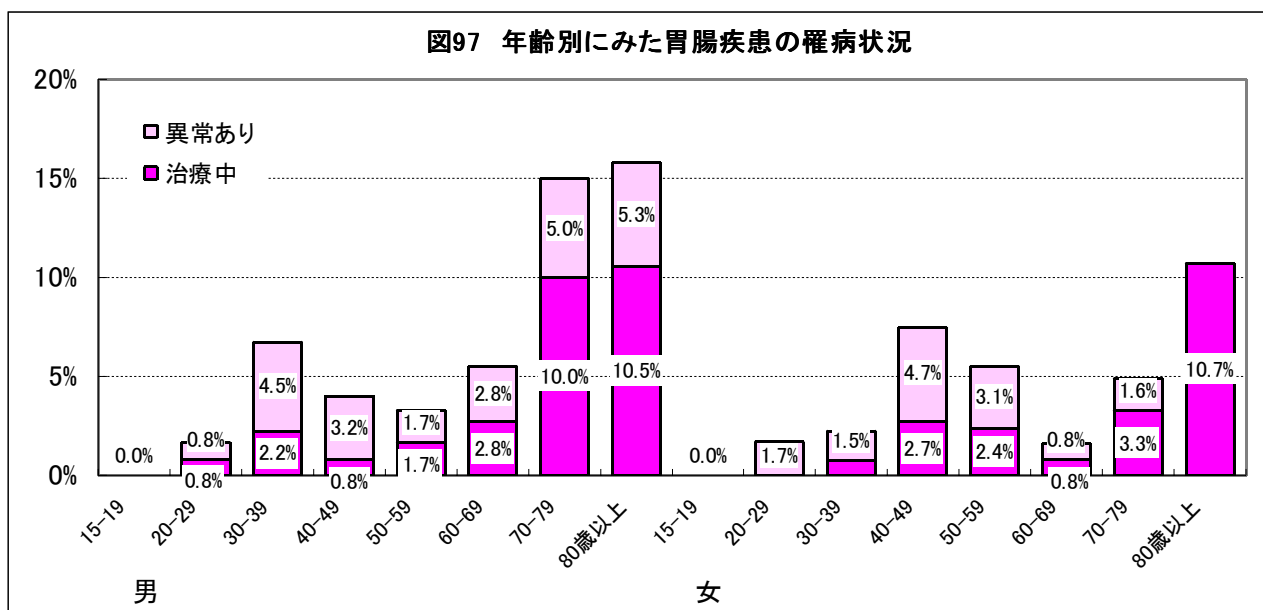
痛風は、肥満と糖尿病疑いの男性で治療中の人や異常ありの人の割合が高くなっており、やせの人や糖尿病の人では男女とも痛風の人はいなかった。



(7) 胃腸疾患

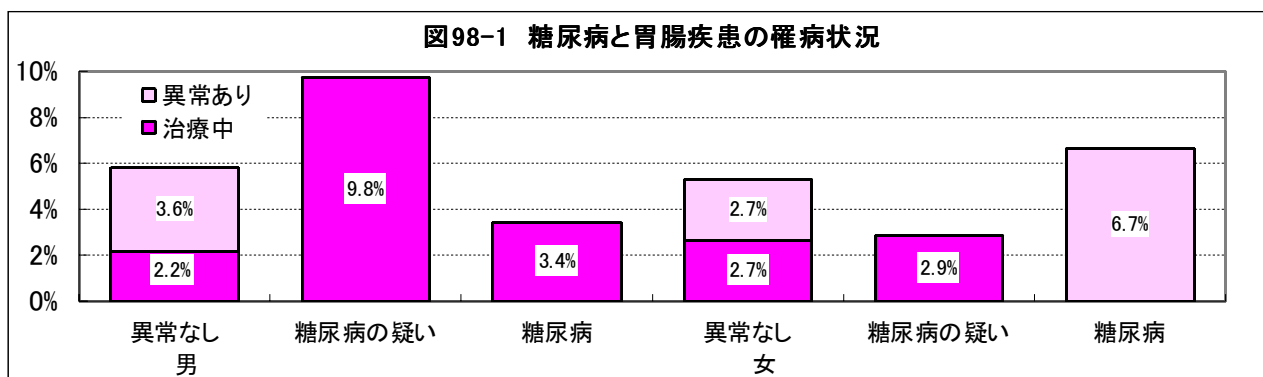
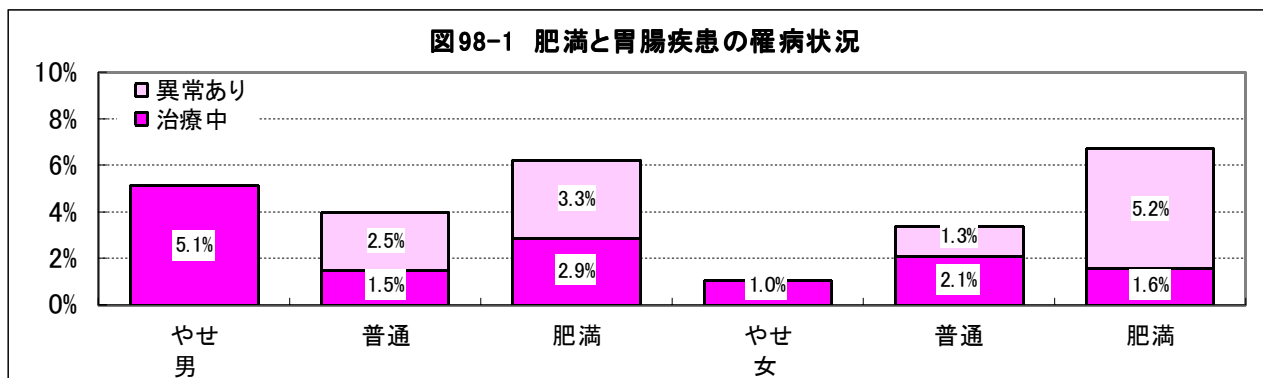
胃腸疾患の治療中の方は男性では70歳以上、女性では80歳以上に多い

胃腸疾患は男女とも70歳以上の高齢者で多くなっているが、男性では30代と60代、女性では40代と50代でやや多くなっている。



胃腸疾患と肥満、糖尿病との関連は男女間で異なった傾向を示している。

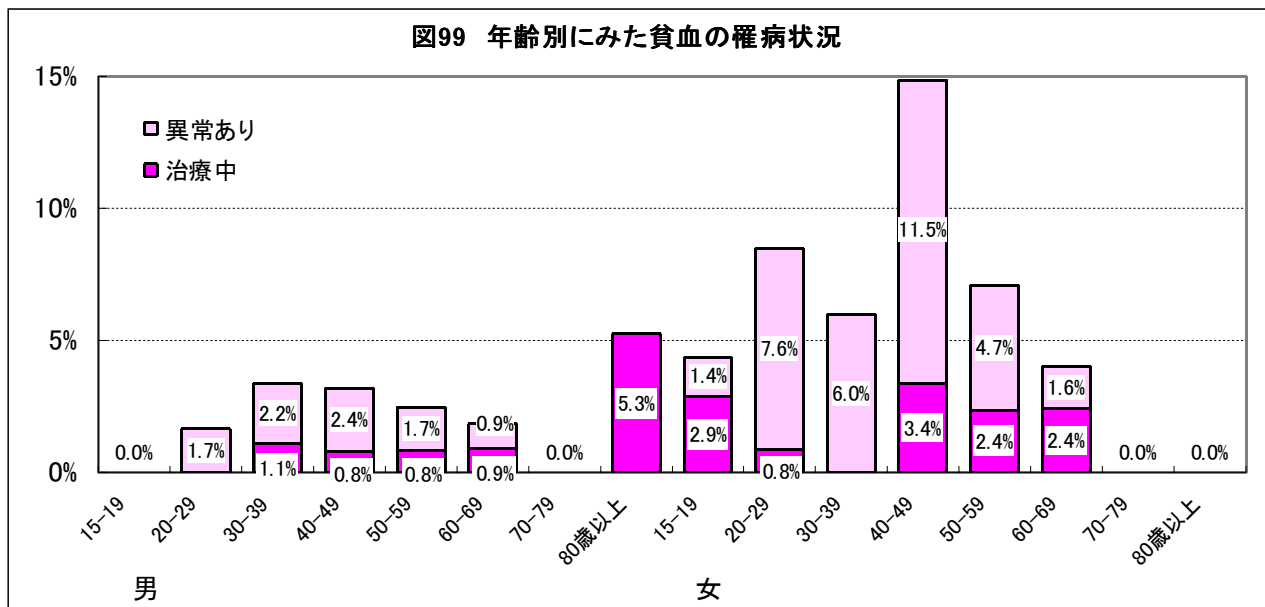
胃腸疾患で治療中の方は、男性ではやせの人と糖尿病の疑いの人で多くなっているが、女性では普通体型の人と糖尿病の疑いの人が多い。異常ありの方は男女とも肥満の人で多くなっていた。



(8) 貧血

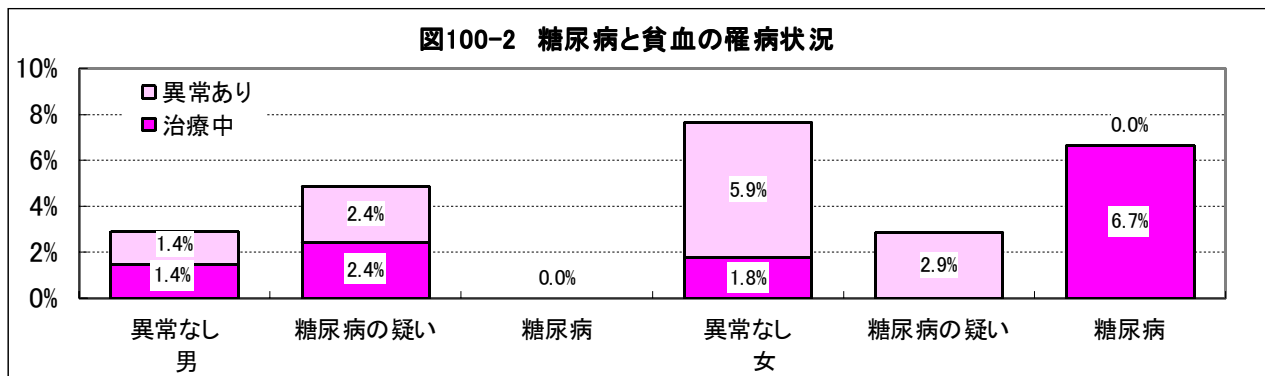
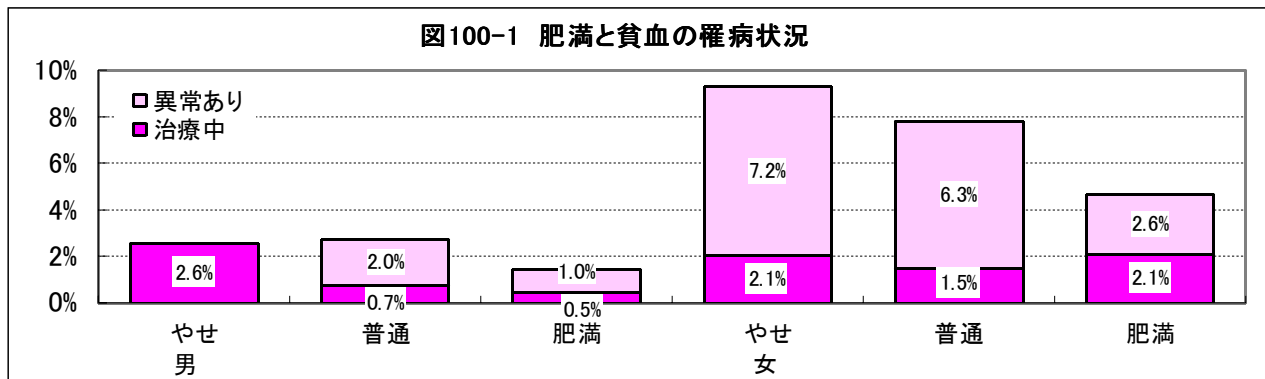
貧血の治療中の方は、男性では80歳以上、女性は10代と40-60代が多い

貧血は、男性より女性が多くなっているが、治療中の方の割合は80歳以上の男性がもっとも多くなっている。女性では40代が治療中、異常ありともかなり割合が高くなっている。



貧血は女性に多く、やせの人に異常あり、治療中の方が多い

貧血は、肥満度別にみると男女ともやせている人ほど多くなる傾向がみられた。また、糖尿病の女性では治療中の方の割合がかなり高くなっている。



18. 健康に関する要望等

(1) 生活についての満足度

若い世代で自分の生活に満足していない人の割合が多くなっている！

自分の生活に満足している人は 21.8 % で、どちらかという満足と答えた人を含めると全体の約 7 割がほぼ満足しており、高齢者ほど満足度が高くなっている。しかし、4人に1人は自分の生活に不満をもっており、男女とも40代までの若い世代で不満であると答えた人の割合が高くなっている。

図101 生活についての満足度

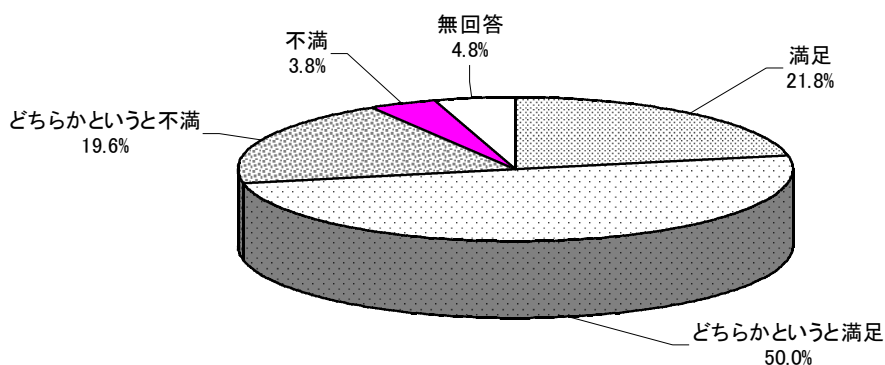
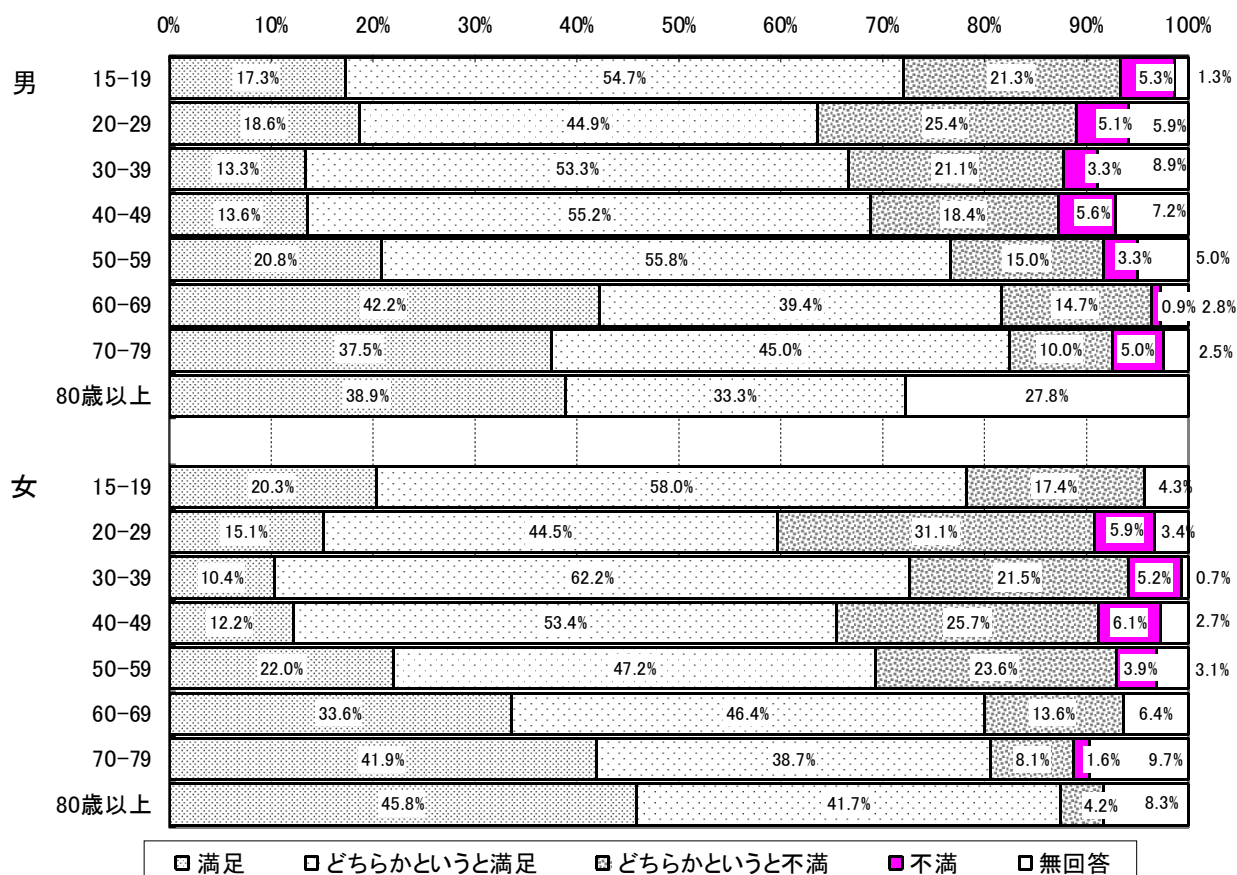


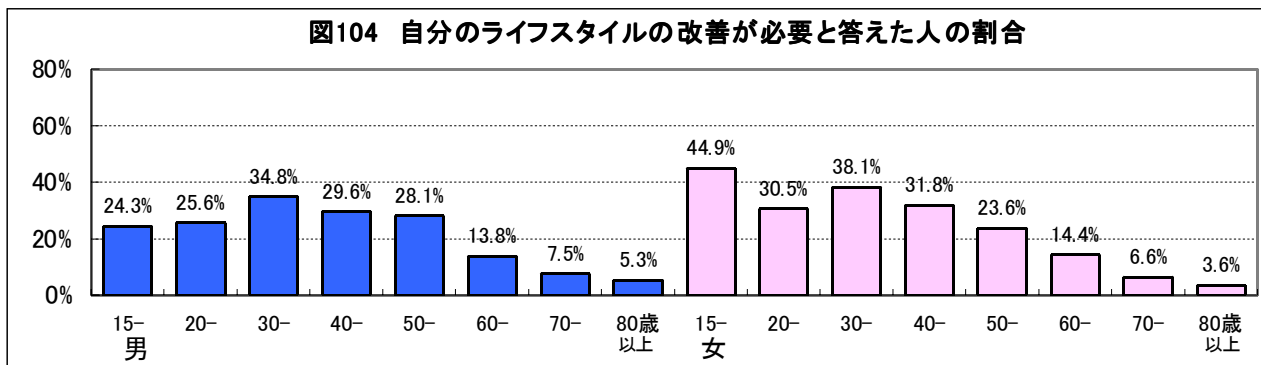
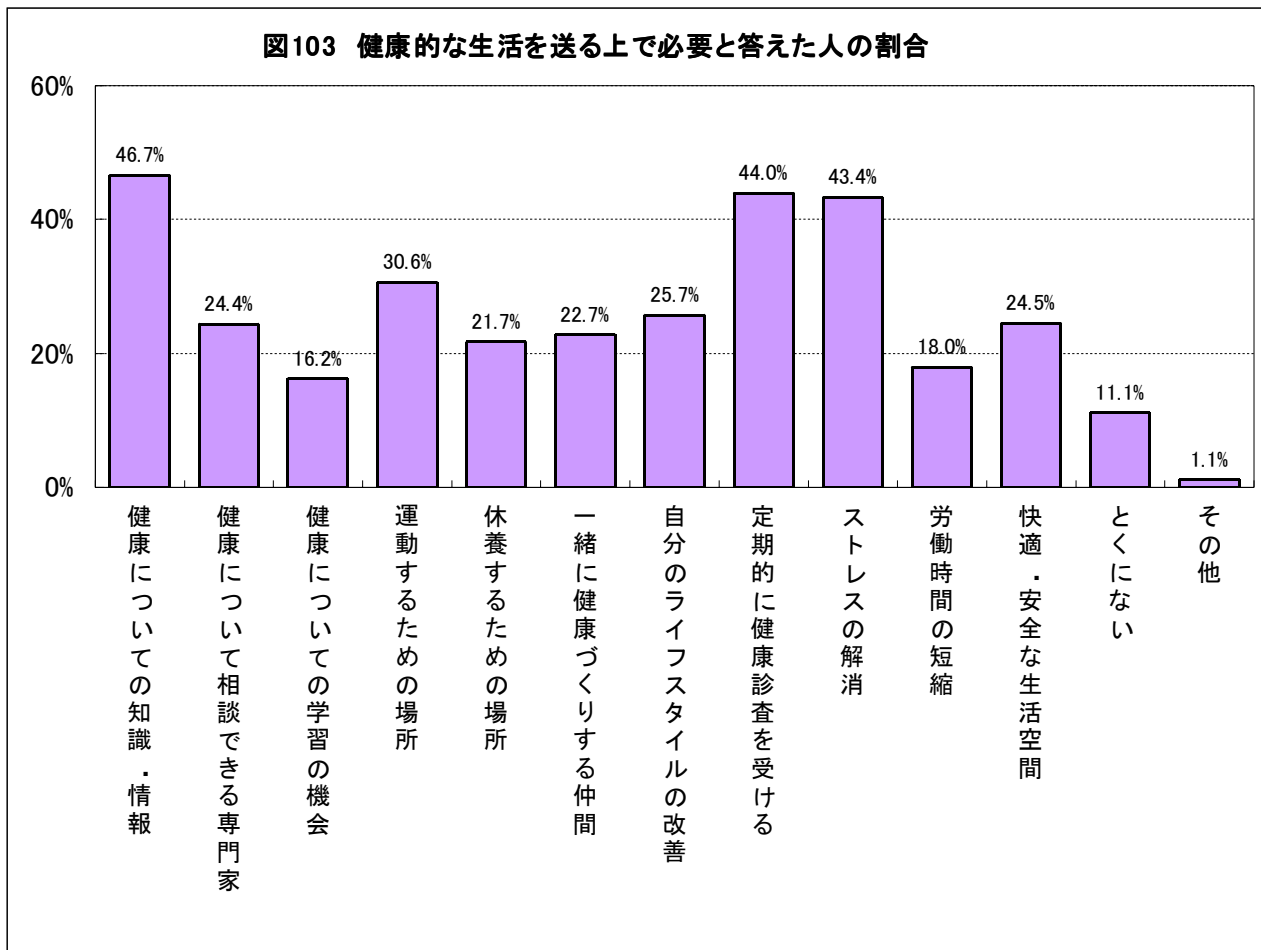
図102 生活についての満足度(性、年齢階級別)



(2) 健康的な生活を送る上で必要なこと

知識や情報、定期的な健康診査、ストレスの解消が必要と答えた人が多い

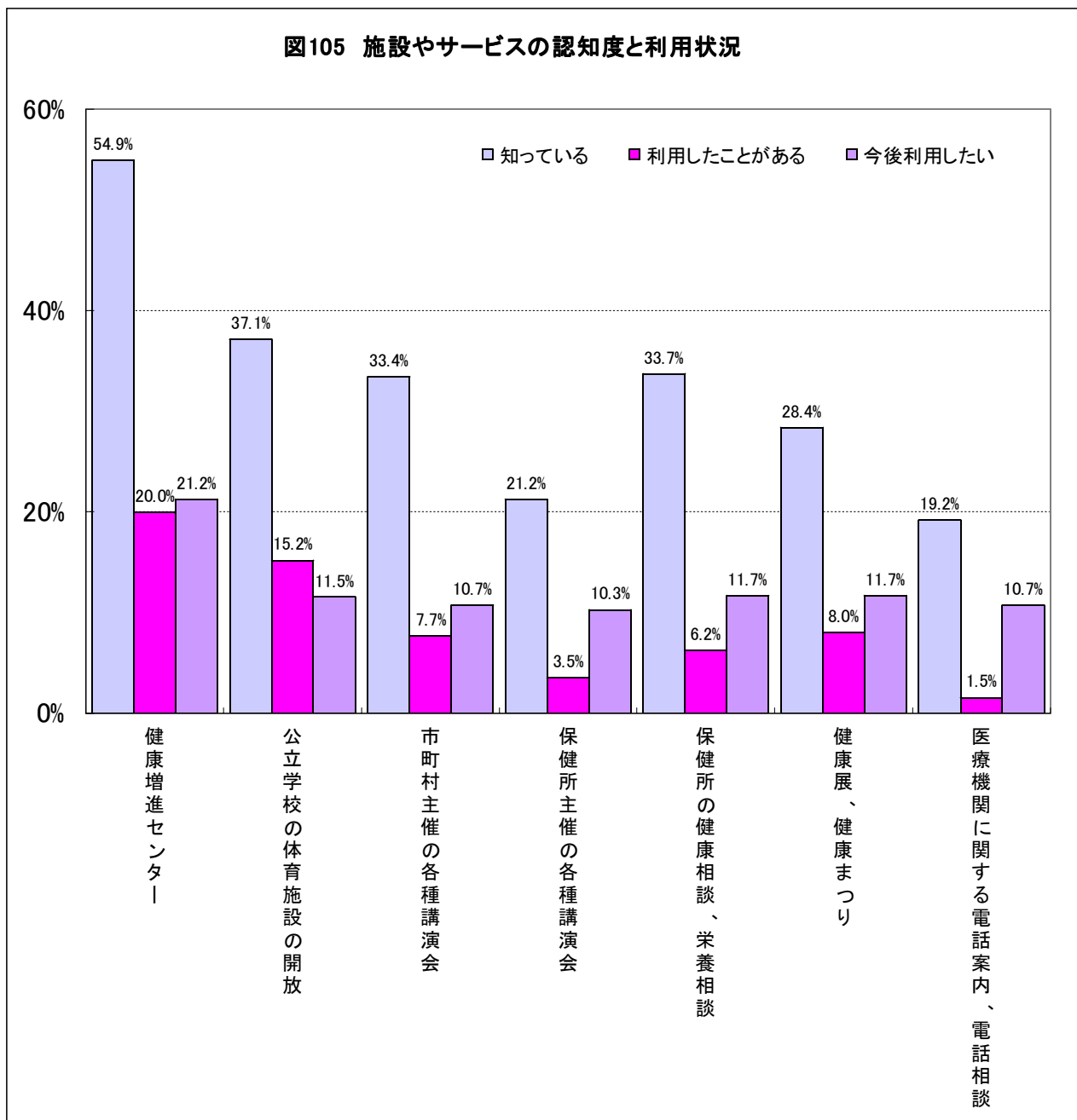
健康的な生活を送る上で必要と思っていることについては、健康についての知識・情報をあげる人が46.7%でもっとも多く、ついで定期的に健康診査を受ける(44.0%)、ストレスの解消(43.4%)の順であった。また25.7%が自分のライフスタイルの改善と答えており、4人に1人はライフスタイルの改善を望んでいる。年齢別にみると、女性では10代~40代、男性では30代が30%を超えており、若い世代でライフスタイル改善の必要性を感じているようである。



(3) 施設やサービスの認知度と利用状況

健康づくりのための施設やサービスを利用している人は少ない！

健康づくりのために県や市町村で提供している施設やサービスを知っていると答えた人は、健康増進センターが 54.9 % で最も多く、次いで公立学校の体育施設の開放、保健所の健康相談や栄養相談、市町村主催の講演会の順となっているがいずれも 40 % 未満であり、知らない人が過半数を占めている。また、これらのサービスを利用したり、今後利用したいと答えた人も 20 % 以下となっていることから、県民が利用しやすい施設やサービスの提供方法について、検討する必要がある。



1 日の運動量 (歩行数)

世帯番号	氏名	歩行数

調査日 平成10年11月 日
歯科医師名 市町村 保健所

地区番号		市郡番号		世帯番号	
世帯員番号		性別	1 男 2 女	年齢	

2 補綴の状況															
1	歯の状況														
8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8

(1) 1) 健全歯 / 2) 欠損歯 ①未処置歯 F ②全冠冠 K ③冠被歯 S
3) 未処置歯: C1, C2, C3, C4 4) 喪失歯: X
(2) 補綴の状況: 2の図に記入し、全部既補綴にはF、部分既補綴はP
既工歯にはBの記号をつける。

3 歯肉の状況											
6又は7	1	6又は7	0: 喪失なし	6又は7	0: 歯石なし						
			1: 歯肉炎		1: 歯石10未満						
			2: 歯肉炎		2: 歯石10以上						
			3: 歯肉腫脹		X: 歯のないもの						
6又は7	1	6又は7	X: 歯のないもの		1						

4 歯石の状況											
6又は7	1	6又は7	0: 歯石なし	6又は7	0: 歯石なし						
			1: 歯肉炎		1: 歯石10未満						
			2: 歯肉炎		2: 歯石10以上						
			3: 歯肉腫脹		X: 歯のないもの						
6又は7	1	6又は7	X: 歯のないもの		1						

5 咬合の状況											
1	異常なし	2	嚙生	3	上顎前突	4	開咬	5	反対咬合	6	その他()

1	歯の状況														
8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8

有病者の処置状況
(1) 処置完了のもの
(2) 一部処置のもの
(3) 未処置のもの
(4) 処置不要のもの

2 補綴の状況											
B	架橋歯										
P	部分床義歯										
F	U全部床義歯										

(1) 補綴完了のもの
(2) 一部補綴をしているもの
(3) 補綴をしていないもの
(4) 喪失歯なし

3	歯肉の状況										
4	歯石の状況										
5	咬合の状況										

調査基準
本調査は、次に掲げる基準に従って診査する。

1. 歯の状況
(1) 現在の歯 /
現在歯は、ア 健全歯 イ 未処置歯 ウ 処置歯 の3種に分類する。現在歯とは歯の全部または一部が口腔に現れているものをいう。
過剰歯は含まれないこととし、癒合歯は1歯として取扱い、その場合の歯種名は上位歯種名をもつてこれにあてる。(例: 中切歯と側切歯の癒合歯は、中切歯とする。)

ア 健全歯
健全歯とは、う蝕あるいは歯科的処置の認められないもの(以下に記す未処置歯及び処置歯の項に該当しないもの)をいう。また咬耗、摩耗、着色、斑状歯、外傷、酸蝕症、発育不全、歯周炎、形態異常等の歯であっても、それらにう蝕のないものは健全歯とする。
(注) 歯質の老化がなく単に小窩裂溝の内容物だけが黒褐色に着色しているもの、平滑面で表面的に淡褐色の着色を認めるが、歯質は透明で歯診しても滑沢なもの。またエナメル質形成不全と考えられるものなどは、すべて健全歯とする。

イ 未処置歯
未処置歯は次のように分類する。
(ア) う蝕1度 (C1)
(イ) う蝕2度 (C2)
(ウ) う蝕3度 (C3)
(エ) う蝕4度 (C4)
(注) 1 同一歯の2か所以上う蝕のある場合には、症状の進んでいる方をとること。
2 フッ素リアミン類(サホライド)のみ塗布したと考えられる歯は未処置歯とする。

(ア) う蝕1度 (C1)
表面的な小窩高であり、形成充填により容易に治療処置の完了する程度のう蝕をいう。
1 平滑面では歯科用探針がひっかかるもの。
2 小窩裂溝では歯科用探針の先端が、歯質の中に1mm程度侵入されるもの。
3 根面う蝕では表面的な軟化象牙質の存在が歯診されるもの。

(イ) う蝕2度 (C2)
う蝕1度よりも進行したう蝕であるが、歯間処置は不要と思われるものをいう。
1 歯冠部では、罹患象牙質が認められるもの、または歯診によりう蝕が象牙質に達していることが認められるもの。
2 歯根部では深さ2mm程度のう蝕が存在するもの。

(注) (イ) 隣接面では罹患象牙質の存在がエナメル質を介して透視されたものはう蝕を歯診しなくてもう蝕2度とする。
(ウ) 小窩裂溝が歯科用探針の先端が2mm程度入るものは、象牙質に達するう蝕であるのでう蝕2度とする。

(ウ) う蝕3度 (C3)
う蝕2度よりさらに進行した状態で、新蝕、抜歯または根管処置を必要とするう蝕およびう蝕のため歯冠部のおよそ1/5以上が崩壊しているものをいう。

(エ) う蝕4度 (C4)
う蝕の進行が著しく、抜去を要するものをいう。

ウ 処置歯

処置歯とは歯の一部または全部に充填（アンレー等を含む）、金属冠、継続歯（ジャケッ
ト冠を含む）を施しているものをいう。治療が完了していない歯、歯周炎の固定装置、矯正装置、
矯正後の保定装置、保険装置および骨折固定装置を認めるものは含まない。

(注) (イ) 治療が完了していない歯あるいは処置歯であっても、2次歯う蝕及び他の部分に
う蝕が発生している場合は、いずれも未処置歯としたうえで、歯質の欠損程度から推
定してう蝕1～3度の区分を適用する。

(ロ) 架工義歯の支台歯についても、う蝕の有無を可能な限り歯科用探針で触診し、う蝕
があれば前項の扱いを適用する。

(ア) 充填歯：F

セメント充填、レジン充填、アマルガム充填、ポーセレンインレー、合金（インレー
アンレー及び3/4冠を含む）等により、充填または一部歯冠修復を施している歯をいう。
架工義歯の支台歯であっても、一部修復しているものはこれに含める。

(イ) 金属冠：K

金属冠を施している歯をいう。ただし架工義歯の支台歯も含める。

(ウ) 継続歯：S

継続歯を施している歯をいう。ただしジャケット冠および架工義歯の支台歯も含める。

(2) 喪失歯：X

抜去または脱落により喪失した永久歯をいう。ただし、智歯は含めない。インプラント
のある部分は、喪失歯とする。

2 補綴の状況

永久歯の欠損部における補綴物装着の有無を調査する。補綴物は、架工義歯B、部分床義歯Pお
よび全部床義歯F Uに分類する。部分床義歯および全部床義歯については日常使用しているもので
あれば、診査時に装着していてもよい。また、一部装着していたりあるいは欠損部の状況と一
致していないものは装着していないものとする。

3 歯肉の状況

永久歯列について

6 1 6

の各歯の歯肉の状況を以下の基準で審査し、各歯面の最高点を記入する。

0：歯肉に炎症の所見が認められない。

1：歯肉に発赤、腫脹、出血などがあり、歯肉炎と認められる。

2：1の所見に加え歯の動揺、浮腫があり、病的な歯周ポケットの形成が疑われ、歯周炎
と認められる。

3：歯の動揺が著しく、歯の保存処置が困難で、重度の歯周炎に罹患している。

なお、診査が不能の場合、第一大臼歯については同側の第二大臼歯を、中切歯につい
ては、反対側同名歯を診査するものとする。また、対象歯がない場合、Xを記入する。

4 歯石の状況

永久歯列について

6 1 6

の各歯の歯石の沈着状況を以下の基準で診査し、各歯面の最高点を記入する。

0：歯石の沈着が認められない。

1：歯石の沈着が歯面の1/3未満に認められる。

2：歯石の沈着が歯面の1/3以上に認められる。

なお、診査が不能の場合、第一大臼歯については同側の第二大臼歯を、中切歯については、
反対側同名歯を診査するものとする。また、対象歯がない場合、Xを記入する。

ア 食生活についておうかがいします。

問1 ふだんの食事の状況についておたずねします。
①朝食、②昼食、③夕食のそれぞれについて、あてはまる箇所1つに○をつけてください。

	① 朝食	② 昼食	③ 夕食
毎回食べる			
週1～2回欠食する			
週3～4回欠食する			
週5～6回欠食する			
毎回欠食する			

問2 ふだん間食(夜食を含む)をすることがありますか。
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. ほとんど毎日2回以上間食をする
2. ほとんど毎日1回間食をする
3. 週4～5回間食をする
4. 週2～3回間食をする
5. ほとんど間食をしない

問3 ふだん外食をすることがありますか。
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. ほとんど毎日2回以上外食をする
2. ほとんど毎日1回外食をする
3. 週4～5回外食をする
4. 週2～3回外食をする
5. ほとんど外食をしない

問4 ふだんの食事で、市販の惣菜や弁当、レトルト食品、冷凍食品、缶詰(素材缶は含まない)などの調理済み食品を利用することがありますか。
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. ほとんど毎日2回以上利用する
2. ほとんど毎日1回利用する
3. 週4～5回利用する
4. 週2～3回利用する
5. ほとんど利用しない

問5 ふだんの食事状況についておたずねします。
(1)～(5)のそれぞれについてお答えください。

- | | | |
|---|-------|--------|
| (1)塩辛いものをよく食べますか?
(お好み、イカダ、味付けの濃い料理など) | 1. はい | 2. いいえ |
| (2)緑黄色野菜や果物をほとんど毎日食べますか?
(ごぼう、ピーマン、彩り野菜、ニンジン、ほうろくなど) | 1. はい | 2. いいえ |
| (3)脂肪の多いものをよく食べますか?
(脂身の多い豚肉や牛肉、揚げ物、バターなど) | 1. はい | 2. いいえ |
| (4)食物繊維を多く含む食品をよく食べますか?
(ゴボウなどの海藻類、豆などの根菜類、豆類など) | 1. はい | 2. いいえ |
| (5)牛乳、ヨーグルトを週5日以上飲みますか? | 1. はい | 2. いいえ |

問6 嗜好飲料を飲んでいただけますか?
つぎの①～⑥のそれぞれについてあてはまる箇所に1つ○をつけてください。
また、飲んでいるものについては、それぞれ1回に飲む量を記入してください。

	①加糖の コーヒー、 紅茶飲料等	②無糖の コーヒー、 紅茶飲料等	③清涼飲料 ジュース、 コーラ、 サイダー等	④スポーツ 飲料	⑤お茶 緑茶、麦茶、 さんぴん茶、 ウーロン茶等	⑥その他 ()
以前からほとんど (全く)飲まない						
以前は飲んでいた が現在は飲まない						
1日3回以上飲む						
1日2回飲む						
1日1回飲む						
週4～5回飲む						
週2～3回飲む						
月2～3回飲む						
1回に飲む量	およそ ()ml	およそ ()ml	およそ ()ml	およそ ()ml	およそ ()ml	およそ ()ml

問7 最近、ビタミン類や栄養補助食品を栄養の補給の
ために利用していただけますか。
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. ほとんど毎日利用している。
2. 時々利用する。
3. ほとんど利用しない。

※ 問7で1.あるいは2.に○をつけて方は、問7-1にもお答えください。

問7-1
どのような栄養剤、補助食
品を利用していただけますか?
あてはまるものはいくつでも○をつけて
ください。

1. 漢方
2. ビタミン剤
3. カルシウム剤
4. 鉄剤
5. 強壮剤
6. 薬酒
7. ミネラル飲料
8. 健康飲料
9. クロレラ
10. その他 ()

問8 飲食店での食事や惣菜等について、希望することがあるかどうか？
つぎの1～10のうち、あてはまるものはいくつでも○をつけてください。

1. エネルギー（カロリー）、塩分量などの栄養成分を示して欲しい
2. 大盛り、小盛りなど量の調整をして欲しい
3. 味付けが調整できるようにして欲しい
4. 野菜料理を増やして欲しい
5. 低コレステロールメニューを提供して欲しい
6. 油（脂肪分）控えめのメニューを提供して欲しい
7. 塩分控えめのメニューを提供して欲しい
8. 低カロリーメニューを提供して欲しい
9. とくにない
10. その他（ ）

問9 ふだん食品を購入する際に、気をつけていること（表示を確認するなど）がありますか？
つぎの1～9のうち、あてはまるものはいくつでも○をつけてください。

1. 製造年月日や賞味期限など
2. 合成着色料、合成保存料などの食品添加物
3. 製造元や生産地など
4. 無農薬、有機農法などの栽培方法
5. ジュースやハム・ソーセージなど加工食品の原材料
6. 熱量（カロリー）、炭水化物、脂質など栄養成分
7. 冷凍、冷蔵など保存方法
8. とくにない
9. その他（ ）

問10 健康のためにふだんの食事であげられていることは何ですか。
つぎの1～16のうち、あてはまるものはいくつでも○をつけてください。

1. 朝・昼・晩と一日3回規則正しく食べている
2. 朝食や夜食はひかえている
3. 栄養のバランスを考えていろいろな食品をとる
4. 腹八分目を心がけている
5. 塩辛いものをひかえている
6. 甘いものをひかえている
7. 油の量や質に気をつけている
8. 魚・肉・卵などを食べている
9. 豆腐、大豆製品を食べている
10. 牛乳、乳製品を食べている
11. ほうれん草、にんじんなど緑や黄色の濃い野菜を食べている
12. 生野菜を食べている
13. 果物を食べている
14. 海藻類を食べている
15. とくに何もしてない
16. その他（ ）

イ 運動状況についておうかがいします。

問11 「健康づくりのための運動」としては、1日30分以上の運動を毎日行うことが望ましいとされていますが、あなたはどうかですか？
1～3のうち、あてはまるものに○をつけてください。

1. 運動の習慣がある
2. 運動の習慣がない
3. 健康上の理由で運動ができない

※ 問11で1.に○をつけた方は 問11-1 にお答えください。
〃 2.に○をつけた方は 問11-2 にお答えください。

問11-1 どのような運動をしていますか？

つぎの1～10の運動状況について、①～⑤のあてはまる箇所に○をつけてください。
また、それぞれの運動について1回の運動時間の平均を記入してください。

	①ほぼ毎日	②週4～5回	③週2～3回	④週1回	⑤月1～2回	1回の運動時間の平均
1. 散歩 (ウォーキング、 ズの散歩含む)						およそ ()分
2. ゴルフ						およそ ()分
3. ジョギング						およそ ()分
4. ダンス (フィットネス・ エアロビクス含む)						およそ ()分
5. 読書・日舞						およそ ()分
6. 体操 (水泳含む)						およそ ()分
7. 球技 (テニス、卓球、 野球含む)						およそ ()分
8. ゲートボール (グランドゴルフ 含む)						およそ ()分
9. 水泳						およそ ()分
10. その他 ()						およそ ()分

問11-2 運動していない理由について、あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- 1. 時間が無い
- 2. 仕事で疲れている
- 3. お金がかかる
- 4. 何をしてもいいかわからない
- 5. 場所や施設がない
- 6. 指導者や仲間がいない
- 7. 運動が嫌い
- 8. 体が弱い
- 9. その他 ()

問12 ふだん、通勤、通学、仕事、買い物などで1日どの程度歩きますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

- 1. 30分未満
- 2. 30分～1時間
- 3. 1～2時間未満
- 4. 2～3時間未満
- 5. 3時間以上

ウ 休養についておうかがいします。

問13 ストレスについてどのような感じていますか。
あてはまるものに1つ○をつけてください。

- 1. 非常に多いと思う
- 2. 多少あると思う
- 3. あまりないと思う
- 4. 全くないと思う

※ 問13で1あるいは2に○をつけ方は 問13-1にもお答えください。

問13-1 どういうことでストレスを感じるものが多
いですか。
あてはまるものにいくつでも○をつけてく
ださい。

- 1. 仕事上のこと
- 2. 人間関係
- 3. 生きがい・将来のこと
- 4. 自分の健康・病気
- 5. 家族の健康・病気
- 6. 収入・家計・借金
- 7. 育児・出産
- 8. 子供の教育・受験・進学
- 9. 自分の学業・受験・進学
- 10. その他 ()

問14 毎日の生活のながでの「ゆとり」についておうか
がいます。
下記の1～5のそれぞれの各項目について、
イ、ロ、のどちらかに○をつけてください。

- | | | |
|----------------|-------|-------|
| | あるほうだ | ないほうだ |
| 1. 時間のゆとり | イ | ロ |
| 2. 住まいのゆとり | イ | ロ |
| 3. 経済的ゆとり | イ | ロ |
| 4. こころのゆとり | イ | ロ |
| 5. 新しいことを学ぶゆとり | イ | ロ |

問15 ゆっくり休める日は1ヶ月のうち、何日位あり
ますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

- 1. ほとんどない
- 2. 2～3日
- 3. 4～6日
- 4. 7～8日
- 5. 9日以上

問16 平日の睡眠時間はどのくらいですか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

- 1. 5時間未満
- 2. 5～6時間未満
- 3. 6～7時間未満
- 4. 7～8時間未満
- 5. 8～9時間未満
- 6. 9時間以上

問17 ふだん、どのような休養をとっていますか？
下記の1～17の項目について、あてはまるもの
にいくつでも○をつけてください。

- 1. 睡眠を充分とる
- 2. 休日にのんびり過ごす
- 3. ゆったりと入浴する
- 4. テレビや新聞をゆっくりみる
- 5. 趣味を楽しむ
- 6. スポーツをする
- 7. スポーツを観戦する
- 8. 映画、音楽、美術等を楽しむ
- 9. 読書をする
- 10. ボランティア活動をする
- 11. 日帰りの旅行をする
- 12. 一泊以上の旅行をする
- 13. 友人との付き合いをする
- 14. 家族との団らんをする
- 15. ショッピングやグルメを楽しむ
- 16. TVゲームやパソコンなどを楽しむ
- 17. その他 ()

問18 あなた自身の休養についてどう思いますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

- 1. 休養は充分とれている
- 2. 休養はまあまあとれている
- 3. 休養は不足がちである
- 4. 休養は不足である

工 飲酒・喫煙習慣についておうかがいします。

問19 日本酒やビール等のアルコール飲料を、どの程度飲んでいきますか。

あてはまるものに1,2,3,4をつけてください。

1. ほとんど毎日飲む
2. 週4～5日飲む
3. 週2～3日飲む
4. 月1～2日程度飲む
5. つきあい程度で飲む
6. 以前は飲んでいましたが、現在は飲まない
7. 以前からほとんど(全く)飲まない

※ 問19で1,2,3,4に○をつけた方(月1～2日以上飲む方)は、問19-1にもお答えください。

問19-1 1週に飲む量はどのくらいですか?

つき合いで飲む量が多いときを目安にして、種類別にあてはまる箇所(1,2,3)をつけてください。
1週に種類を多く飲む場合は、それぞれについてお答えください。

① 泡盛(30度) 1合は180ml

☆原液量で回答してください。

1合未満	1～2合	2～3合	3～4合	4～5合	5合以上
	未済	未済	未済	未済	未済

② ビール 缶 350ml、
ビン大 633ml

☆ビンの場合は缶で換算

1缶未満	1～2缶	2～3缶	3～4缶	4～5缶	5缶以上
	未済	未済	未済	未済	未済

③ ウイスキー ダブル 60ml

☆原液量で回答してください。

1杯未満	1～2杯	2～3杯	3～4杯	4～5杯	5杯以上
	未済	未済	未済	未済	未済

④ ワイン グラス 100ml

1杯未満	1～2杯	2～3杯	3～4杯	4～5杯	5杯以上
	未済	未済	未済	未済	未済

⑤ 日本酒 1合 180ml

1合未満	1～2合	2～3合	3～4合	4～5合	5合以上
	未済	未済	未済	未済	未済

問20 たばこを吸いますか? あてはまるものに1,2,3をつけてください。

1. 以前から(ほとんど)吸わない
2. 以前は吸っていたが、現在は吸わない
3. 現在たばこを吸っている

※ 問20で1に○をつけた方は、問20-1にお答えください。
" 2 または 3 に○をつけた方は、問20-2, 問20-3にお答えください。

問20-1 たばこを吸わない理由について、あてはまるものに、いくつでも○をつけてください。

1. 未成年なので吸ってはいけないが、満20歳になったら吸いたいと思う
2. 未成年なので吸わないし、今後も吸わないと思う
3. 身体に害があるから吸わない
4. においや味が嫌いだから吸わない
5. 健康上の理由でたばこが吸えない
6. その他()

問20-2 あなたは1日に平均どのくらいたばこを吸っていますか?
または吸っていましたか?
あてはまるものに1,2,3,4,5をつけてください。

1. 10本未満
2. 10本～19本
3. 20本～29本
4. 30本～39本
5. 40本以上

問20-3 何年くらいたばこを吸っていますか?
または吸っていましたか?
あてはまるものに1,2,3,4,5をつけてください。

1. 10年未満
2. 10年～20年未満
3. 20年～30年未満
4. 30年～40年未満
5. 40年以上

問21 たばこについて、今後どのようにすべきだとお考えですか?
あてはまるものに1,2,3,4,5をつけてください。

1. 路上喫煙に拘束されないよう法的に規制すべきだ
2. 自動販売機設置等の規制をすべきだ
3. 分煙対策を推進すべきだ
4. 禁煙対策を推進すべきだ
5. たばこを吸うのは個人の自由なので、規制等をすべきではない
6. その他()

※ 現在たばこを吸っている方におうかがいします。

問22 あなたは、たばこを吸うことについてどのように考えていますか?
あてはまるものに、いくつでも○をつけてください。

1. 身体に害があるのではやめたいと思っている
2. 現在吸っている本数を減らしたいと思っている
3. やめたいと思っているが、なかなかやめられない
4. たばこをやめたいが、やめようとする方法がわからない
5. 身体に害があるのは知っているが、やめる意志はない
6. たばこを吸うと気分がよくなくなり、気分転換になるのではやめたくない

オ 身体状況についておうかがいします。

- 問23 あなたの身長、体重は？
身長 (約) cm、体重 (約) kg
- 問24 あなたのふだんの血圧をご存じですか？
1. 知らない
2. 知っている
↳ 最高血圧 (約) mmHg、
↳ 最低血圧 (約) mmHg
- 問25 あなたのコレステロール値をご存じですか？
1. 知らない
2. 知っている
↳ 総コレステロール値 (約) mg/dl
- 問26 最近のあなたの健康状態をどう感じていますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。
1. 非常に調子がよい
2. まあまあよい
3. 普通である
4. 少し具合が悪い
5. かなり悪い
- 問27 あなたは自分を太っているほうだと感じますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。
1. 太っている
2. どちらかというと太っている
3. 普通
4. やせている
- 問28 健康診断または人間ドックを受けていますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。
1. ほとんど毎年受けている
2. 数年に1度受けている
3. 10年以上受けていない
4. 1度も受けたことがない
5. その他 ()

※ 問28 で 1. あるいは 2. に○をつけた方は、問28-1にもお答えください。

問28-1 最後に受けた健康診断または人間ドックの
結果はどうでしたか？
あてはまるものに、いくつでも○をつけて
ください。

1. 異常なし
2. 要観察あるいは要指導
↳ (1. 指導を受けた 2. 受けていない)
3. 要精密検査
↳ (1. 精密検査を受けた 2. 受けていない)
4. 要治療
↳ (1. 治療を受けた 2. 受けていない)
5. よくおぼえていない

問29 つぎにあげる1～9の病名等について、イ～ニのあてはまる場所に1つ○をつけてください。

	イ. 治療中	ロ. 治療中ではないが異常あり	ハ. 異常なし	ニ. わからない
1. 高血圧症				
2. 脳卒中 (脳出血・脳梗塞)				
3. 心臓病 (狭心症・心筋梗塞)				
4. 高コレステロール血症				
5. 肝機能障害				
6. 痛風 (高尿酸血症)				
7. 腎臓疾患				
8. 貧血				
9. その他の疾患 ()				

カ 糖尿病についておうかがいします。

- 問30 あなたの体重についておうかがいします。
つぎの(1)、(2)についてお答えください。
(1) いままでが一番太っていたのは何歳のとき (歳ころ)
ですか？ (約) kg
(2) そのときの体重はどのくらいでしたか？
1. いる 2. いない
- 問31 あなたの血のつながつた方で糖尿病といわれた方が
いますか？
1. いる 2. いない

※ 問31 で 1. に○をつけた方は、問31-1にもお答えください。

問31-1 あてはまるものにいくつでも○をつけてく
ださい。
(わからない方は○をつけなくて結構です。)

1. 父
2. 母
3. まようだい
4. 父方の祖父
5. 父方の祖母
6. 母方の祖父
7. 母方の祖母
8. その他 ()

- 1. ある
- 2. ない

問32 これまでに健康診断などで糖尿病（尿糖、血糖）の検査を受けたことがありますか？

* 問32 で 1. に○をつけた方は、問32-1、問32-2 にもお答えください。

- 問32-1 どこで検査を受けましたか？
あてはまるものいくつかも○をつけてください。
- 1. 住民健診
 - 2. 職場における健診
 - 3. 学校における健診
 - 4. 人間ドック
 - 5. 病院・診療所

- 問32-2 検査の結果はどうでしたか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。
- 1. 異常なし
 - 2. 「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」、「糖尿病である」といわれた。
 - 3. 「糖尿病である」といわれた。

* 問32-2 で 2. または 3. に○をつけた方は、問32-3 ～ 問32-6 にもお答えください。

問32-3 初めて「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」、「糖尿病である」、「糖尿病である」といわれたのは何歳の時ですか？

(歳ころ)

- 問32-4 その時にどのような指導を受けましたか？
つきの中からあてはまるものいくつかも○をつけてください。
- 1. 糖尿病のパンフレットをもらった
 - 2. 糖尿病教室を受けたようにいわれた
 - 3. 医療機関を受診するようにいわれた
 - 4. とくに指導は受けなかった

- 問32-5 そのようにいわれた後、生活習慣を改めましたか？
- (1)、(2)のそれぞれにお答えください。

- (1) 食事に気をつけている
- (2) 運動するようになっている

- 1. はい
- 2. いいえ

* 問32-6 で 1. に○をつけた方は、問32-7 にもお答えください。

- 問32-6 そのようにいわれた後、医療機関を受診しましたか？
- 1. はい
 - 2. いいえ

- 問32-7 医療機関を受診した後の、受診状況はどうか？
あてはまるものに1つ○をつけてください
- 1. 定期的に受診している
 - 2. 不定期に受診している
 - 3. 受診していない

問33 糖尿病の治療を受けたことがありますか？
これまで受けたことのある治療法にいくつでも○をつけてください。

- 1. 受けたことがある
 - イ. 食事療法
 - ロ. 運動療法
 - ハ. 飲みくすり
 - ニ. インスリン注射
 - ホ. その他 ()
- 2. 受けたことがない

* 問33 で 1. に○をつけた方は、問33-1 ～ 問33-5 にもお答えください。

問33-1 初めて上記のような糖尿病の治療を受けたのは何歳のときですか？

(歳ころ)

- 問33-2 その後、治療はどのようにしていますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。
- 1. 現在治療中である
 - 2. 以前に受けたことがあるが、現在は受けていない
 - 3. ほとんど治療を受けていない

問33-3 教育入院をしたことがありますか？

- 1. はい
- 2. いいえ

問33-4 網膜検査（目の奥を調べる検査）を受けたことがありますか？

- 1. はい
- 2. いいえ

問33-5 つぎの合併症にかかっていますか？
つぎの(1)～(4)のそれぞれについてお答えください。

- (1) 神経障害
(手足がしびれる、感覚がなくなるなど)
- (2) 網膜症
(網膜に出血がある、視力の低下など)
- (3) 腎症
(尿にたんぱくがでてきているなど)
- (4) 足壊疽

- 1. はい
- 2. いいえ

キ 健康に関する要望等についておうかがいします。

問34 あなたが健康的な生活を送るうえで、とくに必要と思われることは何ですか？
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

1. 健康についての正確な知識・情報
2. 健康に関して具体的に相談できる専門家
3. 健康についての学習の機会
4. 運動するための場所
5. 休憩するための場所
6. 一緒に健康づくりする仲間
7. 自分のライフスタイルの改善
8. 定期的に健康診断を受ける
9. ストレスの解消
10. 労働時間の短縮
11. 快適・安全な生活空間
12. とくにない
13. その他 ()

問35 あなたは自分の生活に満足していますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. 満足
2. どちらかという満足
3. どちらかという不満
4. 不満

問36 沖繩県や市町村では現在、次の①～⑦のような県民の健康づくりのための施設やサービス等を提供しています。
あなたはこれらの施設やサービス等を知っていますか？ また、利用(参加)したことがありますか？
各項目について、それぞれあてはまる箇所にいくつでも○をつけてください。

	① 健康推進センター	② 公立学校の体育施設の開放	③ 市町村主催の各種講演会(健康特約)	④ 保健所主催の各種講演会(健康特約)	⑤ 保健所の健康相談、栄養相談	⑥ 「健康島」、「健康まつり」	⑦ 区保健課に関する電話案内、電話相談
知っている							
知らない							
利用したことがある							
利用したことがない							
今後、利用したい							

ク 歯科についておうかがいします。

問37 この1年間、歯科医院へ行きましたか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. はい
2. いいえ

※ 問37で1.と答えた方のお答えください。

問37-1 どのような治療を受けましたか？
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

1. むし歯の治療
2. 歯石をとった
3. 入れ歯の作製、修理
4. その他 ()

問38 1日に何回、歯みがきをしますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. その他 ()

問39 いつ、歯みがきをしますか？
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

1. 朝起きたとき
2. 朝食後
3. 昼食後
4. 夕食後
5. その他 ()

問40 歯や口の状態について現在、どのように感じていますか？
あてはまるものに1つ○をつけてください。

1. ほぼ満足している
2. やや不満だが日常は困らない
3. 不自由を感じている

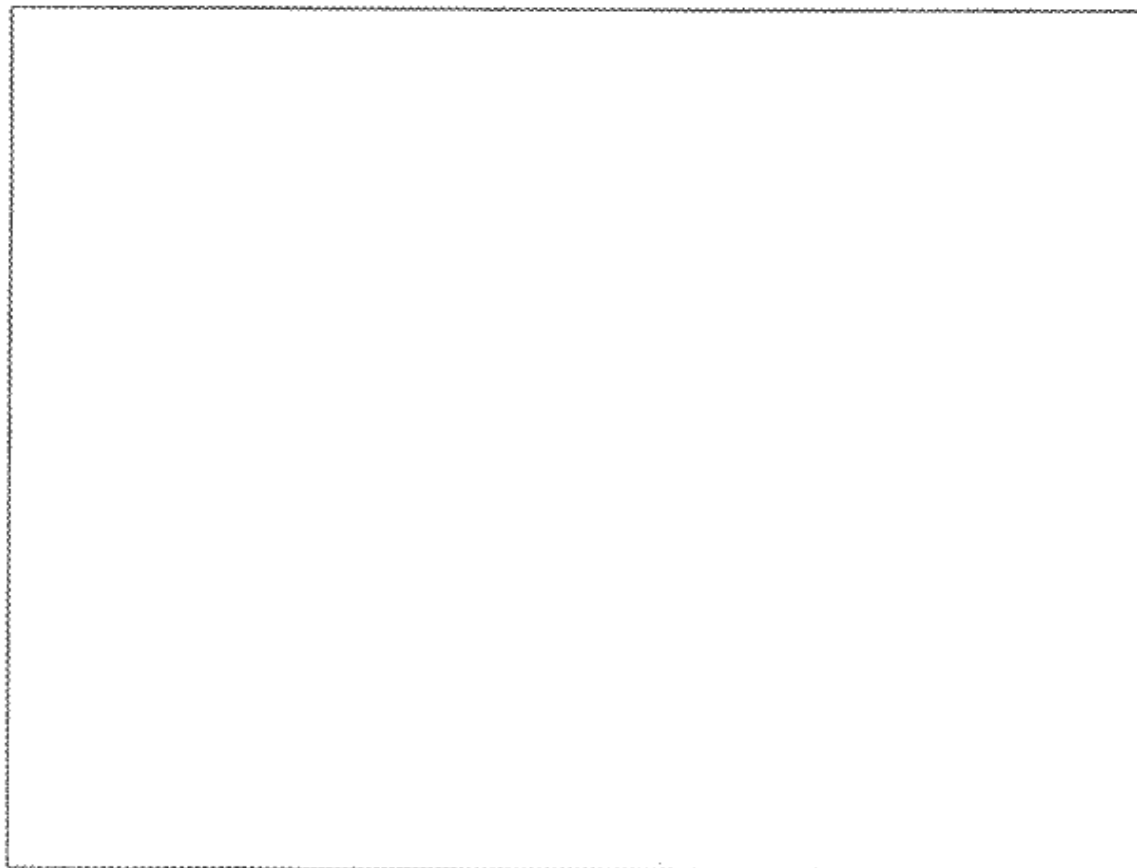
※ 問40で2.または3.と答えた方のお答えください。

問40-1 現在の歯や口の状態に次の項目のうち、どの症状があてはまりますか？
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

1. 歯が痛んだり、しみたりする
2. 歯ぐきから出血する
3. 歯ぐきがはれる
4. 口臭がある
5. 食べ物が歯と歯の間にはさまる
6. 食べ物がよく噛めない
7. 入れ歯が合わない
8. その他 ()

***** ご協力もありがとうございました。 *****

ご意見などがありましたら、ご自由にお書きください。



追加資料1 地区別栄養所要量の平均値(男女合計)

地区名	1:名護保健所		2:石川保健所		3:コザ保健所			4:中央保健所		
	11:名護市 東江	12:本部町 備瀬	21:勝連町 平敷屋	22:石川市 東山区	31:宜野湾 市赤道	32:北中城 村熱田	33:嘉手納 町水釜	34:読谷村 高志保	41:那覇市 天久	42:那覇市 古波蔵
人数	130人	99人	160人	113人	46人	88人	41人	52人	83人	42人
エネルギー(Kcal)	2,041	2,113	2,167	2,162	2,041	2,016	2,016	2,039	2,027	2,020
蛋白質(g)	64.9	68.8	70.0	69.0	66.1	66.3	66.3	68.5	66.9	66.2
脂質(g)	57.8	58.5	60.9	60.1	53.2	54.0	56.1	55.5	55.1	54.0
カルシウム(mg)	609	606	613	638	596	597	595	627	631	607
鉄(mg)	10.5	10.5	10.6	11.1	10.7	10.5	10.4	10.8	10.9	10.5
ビタミンA(IU)	1,634	1,815	1,809	1,824	1,872	1,838	1,734	1,863	1,818	1,810
ビタミンB ₁ (mg)	0.82	0.86	0.88	0.87	0.81	0.81	0.81	0.83	0.81	0.82
ビタミンB ₂ (mg)	1.13	1.19	1.21	1.20	1.14	1.13	1.12	1.15	1.13	1.13
ナイアシン(mg)	13.6	14.3	14.5	14.4	13.7	13.6	13.4	13.8	13.6	13.7
ビタミンC(mg)	47	49	49	50	50	49	48	50	50	49

(追加資料1 地区別栄養所要量の平均値(男女合計) 続き)

地区名	4:中央保健所		5:南部保健所			6:宮古 保健所	7:八重山 保健所		
	43:那覇市 小椋	44:那覇市 首里鳥堀	45:那覇市 久米	46:那覇市 松川	51:知念村 具志堅 前端区	52:糸満市 53:浦添市 安波茶 町字与那原	54:与那原 西里	61:平良市 大川	71:石垣市
人数	142人	77人	55人	42人	123人	164人	173人	45人	76人
エネルギー(Kcal)	1,951	1,949	1,981	1,926	2,118	2,070	2,054	2,080	2,067
蛋白質(g)	65.1	65.9	66.3	63.5	67.9	66.2	66.7	68.7	68.1
脂質(g)	52.9	52.0	53.6	51.7	57.4	54.9	55.7	57.9	57.2
カルシウム(mg)	612	606	605	598	611	614	618	622	611
鉄(mg)	10.5	10.5	10.7	10.6	10.7	10.8	10.9	10.7	10.5
ビタミンA(IU)	1,755	1,810	1,765	1,719	1,836	1,820	1,793	1,813	1,792
ビタミンB ₁ (mg)	0.79	0.78	0.80	0.78	0.85	0.81	0.83	0.83	0.84
ビタミンB ₂ (mg)	1.09	1.10	1.11	1.08	1.18	1.13	1.15	1.16	1.15
ナイアシン(mg)	13.1	13.1	13.3	12.9	14.2	13.8	13.7	13.9	13.9
ビタミンC(mg)	48	49	49	48	49	49	49	49	49

(追加資料2 地区別栄養素等摂取量の平均値(男女合計) 続き)

	4:中央保健所				5:南部保健所				6:宮古保健所	7:八重山保健所	
	43:那覇市 小祿	44:那覇市 首里鳥堀	45:那覇市 久米	46:那覇市 松川	51:知念村 具志堅	52:糸満市 前港区	53:浦添市 安波茶	54:与那原 町字与那原	61:平良市 西里	71:石垣市 大川	
人数	142人	77人	55人	42人	123人	51人	164人	173人	45人	76人	
エネルギー	kcal	1,717	1,740	1,794	1,653	1,986	1,856	1,806	1,889	1,584	1,615
たんぱく質	g	66.2	69.7	71.4	66.8	83.8	74.8	73.3	75.6	65.6	70.5
(うち動物性)	g	35.3	36.9	39.6	35.9	48.7	42.6	39.8	43.6	38.1	41.2
脂質	g	57.7	60.1	57.6	53.9	67.2	59.4	58.3	64.7	51.2	57.4
(うち動物性)	g	26.5	24.5	26.5	21.8	26.8	27.9	26.6	30.2	26.9	29.2
糖質	g	221.8	215.9	237.8	212.5	243.5	231.1	229.4	234.6	201.0	190.3
カルシウム	mg	417	498	540	420	520	420	456	491	483	479
リン	mg	952	1,015	1,113	997	1,182	1,082	1,026	1,090	913	989
鉄	mg	8.4	9.3	9.4	8.5	10.7	10.3	9.6	9.8	8.1	9.0
ナトリウム	mg	3,114	3,591	4,003	2,984	3,927	3,592	3,484	3,501	2,507	3,092
カリウム	mg	2,186	2,389	2,600	2,144	2,770	2,553	2,403	2,552	2,165	2,482
レチノール	μg	199	144	183	146	252	182	494	246	152	184
カロチン	μg	3,329	3,021	3,040	1,918	3,271	4,246	3,186	3,802	2,791	2,627
ビタミンA効力	IU	2,464	2,181	2,337	1,582	2,692	2,996	3,433	2,964	2,078	2,092
ビタミンB ₁	mg	1.00	0.98	1.03	1.07	1.16	1.15	1.09	1.18	1.10	1.08
ビタミンB ₂	mg	1.09	1.20	1.22	1.15	1.40	1.20	1.30	1.37	1.03	1.17
ナイアシン	mg	15.6	16.0	15.8	17.0	19.0	17.5	17.1	17.8	14.1	16.8
ビタミンC	mg	92	118	108	65	139	108	108	124	86	97

追加資料3 地区別食品群別摂取量の平均値(男女合計)

(単位:g)

食品群	1:名護保健所		2:石川保健所		3:コザ保健所		4:中央保健所	
	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値
植物性食品	1123.6	1479.7	1322.9	1372.4	1494.4	1388.5	1513.0	1195.8
動物性食品	379.7	364.5	353.1	399.0	286.8	325.2	348.7	370.0
米類	116.2	154.8	149.1	159.1	145.0	131.0	159.8	153.7
パン類	40.4	45.7	35.8	50.0	44.9	40.4	32.1	39.6
めん類	30.2	21.2	32.9	45.6	51.0	19.0	19.0	23.0
その他穀類	8.8	4.2	9.4	7.2	3.2	7.3	11.7	8.6
種実類	0.1	0.7	0.3	0.6	3.9	0.7	0.3	0.6
いも類	44.8	44.8	52.5	44.5	40.8	50.7	50.4	38.3
砂糖類	8.4	8.4	10.0	8.1	7.2	6.1	6.8	8.3
菓子類	23.6	14.2	9.4	22.1	18.6	15.4	15.0	16.1
油脂類	20.2	17.3	22.7	20.8	20.5	19.1	27.1	15.3
豆類	56.1	92.3	62.9	61.9	98.8	76.1	95.7	69.3
果実類	65.4	73.9	51.2	78.7	116.2	77.2	67.6	58.8
緑黄色野菜類	69.2	108.7	102.4	98.5	122.0	109.7	126.3	88.0
その他野菜類	113.6	126.7	128.1	120.0	154.1	151.5	138.8	109.9
きのこ類	4.2	5.1	4.2	5.5	5.0	12.6	10.2	11.2
海藻類	4.5	7.9	2.4	4.5	3.6	2.7	5.3	3.1
調味・嗜好飲料	518.4	748.6	647.9	648.1	830.1	662.8	743.3	547.9
魚介類	71.5	106.9	73.6	51.1	60.8	53.1	90.3	65.6
肉類	95.5	93.1	89.3	142.6	89.5	109.6	105.0	118.7
卵類	27.1	22.0	25.8	28.8	46.9	21.9	49.6	31.2
乳類	179.2	140.0	161.3	166.8	118.2	136.2	101.4	152.6
その他食品	6.0	7.6	5.1	7.0	9.0	10.5	6.0	6.0

(追加資料3 地区別食品群別摂取量の平均値(男女合計) 続き)

(単位:g)

食品群	4:中央保健所			5:南部保健所			6:宮古保健所		7:八重山保健所	
	43:那覇市 小禄	44:那覇市 首里鳥堀	45:那覇市 久米	46:那覇市 松川	51:知念村 具志堅	52:糸満市 前端区	53:浦添市 安波茶	54:与那原 町字与那原	61:平良市 西里	71:石垣市 大川
人数	142人	77人	55人	42人	123人	51人	164人	173人	45人	76人
植物性食品	1115.0	1245.0	997.2	1118.8	1349.4	1300.6	1176.3	1134.4	879.6	843.3
動物性食品	316.4	323.4	382.8	312.5	387.0	322.0	324.3	375.6	325.0	336.3
米類	149.2	145.1	149.2	144.3	189.4	166.8	169.2	163.2	135.2	126.6
パン類	39.4	34.7	34.2	41.1	20.2	11.9	32.5	36.6	35.7	34.3
めん類	42.1	36.7	14.9	35.6	24.2	37.5	41.8	34.0	15.7	27.4
その他穀類	9.1	7.0	16.3	5.6	16.7	8.2	7.8	6.6	10.9	5.0
種実類	0.2	0.5	0.5	0.6	1.5	0.4	1.7	0.8	0.4	0.9
いも類	46.5	44.4	73.8	27.1	43.6	48.0	40.5	43.8	29.1	49.2
砂糖類	4.7	8.0	7.1	7.2	5.8	4.6	5.0	7.1	9.6	5.4
菓子類	22.9	18.2	26.3	20.7	10.3	27.5	20.7	18.1	16.4	14.0
油脂類	17.4	18.6	20.7	15.9	21.3	18.5	16.5	20.5	11.7	13.5
豆類	65.2	100.8	62.6	74.4	90.8	56.7	72.5	63.1	81.2	71.3
果実類	55.4	65.7	73.0	59.8	95.8	59.6	54.0	87.5	56.1	58.6
緑黄色野菜類	89.1	92.1	78.3	68.5	103.2	122.3	89.4	109.1	89.5	99.2
その他野菜類	109.0	137.5	131.3	93.6	160.8	123.9	165.8	148.2	133.2	161.0
きのこ類	5.2	8.1	6.4	8.7	3.8	4.9	11.3	8.4	2.1	4.5
海藻類	3.4	5.7	7.7	1.6	6.9	6.2	7.8	5.5	3.8	8.2
調味・嗜好飲料	454.1	520.7	294.9	514.1	553.9	599.1	437.5	380.4	246.3	165.6
魚介類	61.8	73.2	86.5	73.0	111.5	74.6	75.9	75.3	43.9	91.9
肉類	87.2	82.8	67.5	71.2	99.5	120.8	103.6	108.9	109.5	91.2
卵類	27.2	31.3	30.0	29.0	34.0	32.6	31.4	38.7	24.6	35.4
乳類	136.3	132.8	192.5	136.8	139.4	90.0	110.7	149.0	146.5	112.4
その他食品	6.1	4.4	6.4	2.4	3.9	8.7	4.9	5.4	3.4	4.0