

平成23年度県民健康・栄養調査結果概要

1. 被調査者数

平成23年度県民健康・栄養調査は、全県下の世帯から無作為抽出した50単位区内の世帯及び世帯員を対象に実施した。満1歳以上の被調査者数は1,588人（男性761人、女性827人）であった。

2. 身体の状態

肥満者の割合は、男女とも全年齢で全国を上回っており、男性は20歳代から3割を超え、40～50歳代では5割を超えている。女性は年齢が上がるにつれ肥満者の割合は高くなっているが、一方で20歳代では2割近くが低体重（やせ）となっている。

平成18年度と比較すると、肥満者の割合は男性の40～50歳代、女性の20～40歳代で増加し、また、20歳代女性の低体重（やせ）の割合も増加している。

3. 生活習慣状況

朝食の欠食率は、男性は20～30歳代の若い世代で高く、女性は20歳、40歳代で高くなっている。また、男女とも20歳未満においては全国より高く、1～2割近くの者が朝食を欠食している。

運動習慣のある者の割合は、男性で4割強、女性で3割強となっており、平成18年度と比べると男女とも増加し全国を上回っている。

飲酒状況は、週5～6日以上飲酒する者の割合が男性の30～60歳代で3割を超えている。

喫煙状況は、現在習慣的に喫煙する者の割合が男性で3割弱、女性で1割弱となっており、全国を下回っている。

4. 栄養摂取状況

エネルギー摂取量は全国を下回っているが、総エネルギーに占める脂肪エネルギー比率が30%を超える者は、男性で3割強、女性で約4割となっており、男性の5人に3人、女性の3人に2人は過剰摂取となっている。

野菜摂取量は、男性の60歳代を除く全ての年代で推奨量の350g未満の摂取となっており、男女とも30歳代で最も少なくなっている。

食塩摂取量は、男女とも5割以上の者が目標摂取量（男性9g、女性7.5g）未満となっており、平成18年度よりも概ね全ての年代で減少し、全国を大きく下回っている。

5. 内臓脂肪型肥満に着目した生活習慣病の有病者・予備群の状況

BMIと腹囲計測による肥満者の割合は、男性は40～60歳代で5割近くとなり、全国を大きく上回っている。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の該当者または予備群と考えられる人は*、男性の3人に2人、女性の3人に1人となっており全国を上回っている。

糖尿病有病者・予備群と考えられる人は*、男女とも4人に1人、高血圧症有病者・予備群と考えられる人は*、男性の4人に3人、女性の5人に3人、脂質異常者と考えられる人は*、男性の4人に1人、女性の5人に1人となっている。

※40～74歳のデータ