

目 次

第 1 部 栄養素等摂取状況調査

第 1 表の 1	栄養素等摂取量-BDHQ 粗摂取量(nutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-総数, 20 歳以上	97
第 1 表の 2	栄養素等摂取量-BDHQ 粗摂取量(nutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-男性, 20 歳以上	99
第 1 表の 3	栄養素等摂取量-BDHQ 粗摂取量(nutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-女性, 20 歳以上	101
第 2 表の 1	栄養素等摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-総数, 20 歳以上	103
第 2 表の 2	栄養素等摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-男性, 20 歳以上	105
第 2 表の 3	栄養素等摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-女性, 20 歳以上	107
第 3 表の 1	栄養素等摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数, 20 歳以上	109
第 3 表の 2	栄養素等摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -男性, 20 歳以上	111
第 3 表の 3	栄養素等摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -女性, 20 歳以上	113
第 4 表の 1	食品群別摂取量-BDHQ 粗摂取量(food)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-総数, 20 歳以上	115
第 4 表の 2	食品群別摂取量-BDHQ 粗摂取量(food)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-男性, 20 歳以上	117
第 4 表の 3	食品群別摂取量-BDHQ 粗摂取量(food)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-女性, 20 歳以上	119
第 5 表の 1	食品群別摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-総数, 20 歳以上	121
第 5 表の 2	食品群別摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-男性, 20 歳以上	123
第 5 表の 3	食品群別摂取量-BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値-女性, 20 歳以上	125
第 6 表の 1	食品群別摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pfood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数, 20 歳以上	127
第 6 表の 2	食品群別摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pfood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -男性, 20 歳以上	129
第 6 表の 3	食品群別摂取量-BDHQ 密度法による摂取量(pfood)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -女性, 20 歳以上	131
第 7 表	食品群別栄養素等摂取量-BDHQ (fnutr)-食品群, 栄養素別, 摂取量-総数・男性・女性, 20 歳以上	133
第 8 表	食品群別 脂質摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数・男性 ・女性, 20 歳以上	135
第 9 表	食品群別 飽和脂肪酸摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数 ・男性・女性, 20 歳以上	137
第 10 表	食品群別 食塩摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数・男性 ・女性, 20 歳以上	139

第 11 表	食品群別 カリウム摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数・男性・女性, 20 歳以上	141
第 12 表	食品群別 食物繊維摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -総数・男性・女性, 20 歳以上	143
第 13 表	たんぱく質エネルギー比率の区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	145
第 14 表	脂肪エネルギー比率の区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	146
第 15 表	飽和脂肪酸エネルギー比率の区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	146
第 16 表	食塩の摂取量区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	147
第 17 表	カリウムの摂取量区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	147
第 18 表	食物繊維の摂取量区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	148
第 19 表	野菜類の摂取量区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	149
第 20 表	果実類の摂取量区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	150
第 21 表	野菜類と果実類の合計摂取量の区分ごとの人数の割合-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	151
第 22 表	野菜類と果実類の合計摂取量の区分ごとのカリウム摂取量および食物繊維摂取量(粗摂取量(DR 推定値))-年齢階級別, 人数, 平均-総数・男性・女性, 20 歳以上	152
第 23 表の 1	魚料理: さしみ・すしの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	153
第 23 表の 2	魚料理: 焼き魚の摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	153
第 23 表の 3	魚料理: 煮物・鍋物・汁物などの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	154
第 23 表の 4	魚料理: てんぷら・揚げ魚の摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	154
第 24 表の 1	肉料理: 焼肉・ステーキ・グリルの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	155
第 24 表の 2	肉料理: ハンバーグ・カレーなどの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	155
第 24 表の 3	肉料理: 揚げ物・てんぷらの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	156
第 24 表の 4	肉料理: 炒め物の摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	156
第 24 表の 5	肉料理: 和風の煮物・鍋物などの摂取頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	157
第 25 表	健康補助食品の使用頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	157
第 26 表	食品摂取の頻度「玄米・胚芽米などを食べるか」-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	158
第 27 表	麺類のスープ・汁を飲む量-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	158
第 28 表	家庭での味付けは外食と比べて-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	158
第 29 表	お肉の脂身-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	159
第 30 表	食事の時に使う醤油・ソースの使用頻度-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	159
第 31 表	食事の時に使う醤油・ソースの量-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	159
第 32 表	外食と比べるとおかずの量-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	160

第 33 表	外食と比べるとごはんの量-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	160
第 34 表	食べる速さ-年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20 歳以上	160
第 35 表	自己申告による食べる速さ別, BMI の平均値-人数, 平均値, 標準偏差, 年齢で調整した 傾向性検定の結果-男性・女性, 20 歳以上	161

第1表の1 栄養素等摂取量－BDHQ粗摂取量(nutr)－年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	733			58			81			113			123		
エネルギー	kcal	1,681	574	1,578	1,665	682	1,530	1,606	530	1,510	1,711	665	1,519	1,639	528	1,544
総たんぱく質	g	64.5	25.4	59.9	59.9	27.7	53.3	59.8	21.2	54.4	62.7	24.6	58.0	60.8	23.8	55.9
動物性たんぱく質	g	38.0	19.8	34.2	34.3	18.6	30.0	35.3	17.6	32.2	36.3	17.0	32.1	36.0	20.4	31.5
植物性たんぱく質	g	26.5	9.6	24.8	25.7	11.4	23.6	24.5	8.1	24.2	26.3	10.5	24.5	24.8	8.4	23.8
総脂質	g	53.2	20.7	49.8	50.4	21.7	45.5	51.2	18.0	46.7	52.3	20.2	49.5	51.8	19.8	48.4
動物性脂質	g	24.6	12.1	22.7	23.6	11.3	23.7	23.6	10.6	22.2	24.2	11.3	22.0	23.7	12.2	20.8
植物性脂質	g	28.6	11.4	27.0	26.8	12.5	25.0	27.6	11.1	25.5	28.1	11.0	25.5	28.1	10.6	27.0
飽和脂肪酸	g	13.70	5.85	12.83	13.70	6.68	11.93	13.71	5.37	12.93	13.56	5.65	12.41	13.21	5.39	12.29
一価不飽和脂肪酸	g	19.09	7.69	17.96	18.12	7.77	17.12	18.50	6.89	17.37	18.98	7.53	18.01	18.93	7.63	17.58
多価不飽和脂肪酸	g	13.60	5.26	12.78	12.38	5.35	11.56	12.54	4.29	12.01	13.27	5.11	12.48	13.10	4.98	12.34
n-3系脂肪酸	g	2.46	1.16	2.27	2.21	1.10	2.10	2.19	0.98	2.12	2.26	0.93	2.12	2.40	1.20	2.07
n-6系脂肪酸	g	11.10	4.25	10.47	10.14	4.32	9.48	10.33	3.51	9.80	10.99	4.24	10.24	10.67	3.92	10.22
コレステロール	mg	388	180	377	361	170	331	375	181	348	372	176	361	369	164	371
炭水化物	g	209.0	82.4	197.8	220.2	98.8	215.7	199.0	82.4	190.9	212.5	94.5	197.1	192.0	66.6	185.7
総食物繊維	g	10.7	4.6	10.0	9.7	4.3	9.1	9.1	3.2	9.0	9.6	4.3	9.3	9.8	4.0	9.3
水溶性食物繊維	g	2.7	1.2	2.6	2.5	1.2	2.3	2.3	0.9	2.3	2.4	1.2	2.3	2.5	1.0	2.4
不溶性食物繊維	g	7.6	3.2	7.1	6.9	3.0	6.4	6.4	2.3	6.3	6.9	3.0	6.4	7.0	2.8	6.6
ビタミンA	μ gRE	733	560	619	623	378	514	598	424	489	646	472	528	643	421	570
レチノール	μ g	431	471	278	361	304	229	371	333	236	397	390	245	366	346	258
グリプトキサンチン	μ g	306	302	204	261	251	173	264	230	243	194	198	139	202	186	124
β-カロテン当量	μ g	3,574	2,399	3,021	3,109	1,996	2,925	2,688	1,797	2,265	2,945	1,994	2,546	3,272	2,296	2,895
ビタミンD	μ g	11.3	9.7	8.4	9.8	9.6	7.5	9.5	8.9	7.0	9.1	6.4	7.8	10.2	9.4	7.1
ビタミンE	mg	7.3	2.9	7.0	6.5	2.6	6.4	6.5	2.4	6.2	6.7	2.8	6.4	6.9	2.6	6.4
ビタミンK	μ g	280	165	241	249	149	232	238	109	210	251	134	229	257	152	215
ビタミンB1	mg	0.70	0.28	0.66	0.65	0.27	0.57	0.65	0.23	0.61	0.67	0.27	0.64	0.66	0.25	0.62
ビタミンB2	mg	1.20	0.50	1.13	1.06	0.50	0.95	1.06	0.40	1.01	1.11	0.44	1.08	1.12	0.41	1.06
ナイアシン	mgNE	16.6	7.4	15.0	14.2	6.5	12.9	14.4	6.5	12.8	16.2	7.5	14.2	16.5	7.4	15.2
ビタミンB6	mg	1.14	0.49	1.05	1.01	0.43	0.89	1.01	0.41	0.90	1.07	0.48	1.00	1.11	0.44	1.03
ビタミンB12	μ g	8.1	6.1	6.4	6.8	4.8	5.8	7.1	5.8	5.1	7.1	4.8	6.0	7.5	5.9	5.1
葉酸	μ g	303	142	283	265	126	252	247	106	227	262	121	242	282	123	267
パントテン酸	mg	5.87	2.27	5.47	5.49	2.42	4.90	5.41	1.78	5.09	5.64	2.19	5.23	5.46	1.90	5.06
ビタミンC	mg	95	52	86	82	41	74	75	40	65	73	43	63	83	44	73
ナトリウム	mg	3,866	1,376	3,647	3,711	1,463	3,603	3,636	1,139	3,399	3,825	1,531	3,614	3,681	1,237	3,368
食塩相当量	g	9.8	3.5	9.3	9.4	3.7	9.0	9.2	2.9	8.5	9.7	3.9	9.2	9.3	3.1	8.5
カルウム	mg	2,225	908	2,066	1,943	899	1,739	1,883	683	1,841	2,011	822	1,949	2,082	753	1,861
カルシウム	mg	470	239	431	422	307	337	390	172	363	404	194	374	422	192	403
マグネシウム	mg	226	88	210	202	100	173	194	66	185	213	86	198	214	74	199
リン	mg	957	387	888	884	462	752	861	311	783	907	364	844	895	328	808
鉄	mg	7.3	2.9	6.9	6.6	2.7	6.1	6.5	2.4	6.3	6.8	2.8	6.3	6.8	2.5	6.3
亜鉛	mg	7.5	2.8	7.1	7.2	3.1	6.4	7.1	2.3	6.6	7.5	2.9	7.1	7.0	2.4	6.7
銅	mg	1.00	0.37	0.94	0.97	0.41	0.88	0.92	0.30	0.90	0.97	0.40	0.90	0.91	0.30	0.84
マンガン	mg	2.7	1.1	2.5	2.6	1.2	2.4	2.3	1.1	2.1	2.5	1.1	2.5	2.5	1.0	2.4
アルコール	g	12.3	23.8	0.0	9.3	18.5	1.8	12.4	21.4	0.2	16.0	27.4	1.8	19.8	33.0	0.3
P/S比*		1.0	0.3	1.0	0.9	0.3	0.9	1.0	0.3	0.9	1.0	0.2	1.0	1.0	0.2	1.0
動物性たんぱく質比率*	%	57.1	11.2	57.8	56.0	11.1	56.9	57.3	11.8	57.3	56.7	10.1	56.9	57.1	11.7	58.7
Na/K比*	(mg/mg)	1.9	0.6	1.8	2.0	0.5	2.0	2.1	0.7	1.9	2.0	0.6	2.0	1.9	0.5	1.8
Na/K比*	(nmolnmol)	3.2	1.0	3.0	3.5	0.9	3.4	3.5	1.1	3.2	3.4	1.0	3.3	3.2	0.9	3.0
穀物エネルギー比率*2	%	35.5	12.8	35.2	38.2	12.5	40.2	33.9	11.8	35.7	36.6	12.8	35.0	33.3	11.5	33.1

* これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

*2 穀物エネルギー比率は、fnutrより計算

総数, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
171			128			59			187			252			182			102		
1,683	522	1,606	1,704	577	1,658	1,777	564	1,682	1,727	573	1,663	1,667	628	1,516	1,683	534	1,626	1,763	609	1,719
65.1	24.3	61.3	70.2	28.0	66.5	72.6	27.5	70.0	70.9	27.8	66.9	61.1	24.3	55.7	66.9	22.9	64.1	73.4	30.5	70.1
38.9	20.2	34.7	41.5	21.8	38.2	42.9	20.6	41.4	41.9	21.4	38.6	35.5	17.6	31.4	39.5	18.0	36.8	44.2	23.3	41.4
26.2	8.8	24.4	28.7	10.0	27.8	29.7	10.6	28.6	29.0	10.2	27.8	25.6	10.0	24.1	27.4	9.3	26.4	29.3	10.8	28.4
54.3	21.7	51.2	55.2	20.8	53.8	55.9	22.6	50.6	55.4	21.3	53.5	51.5	19.8	47.8	54.6	19.2	52.5	56.4	23.0	53.5
24.9	13.0	22.6	25.5	12.3	23.2	26.7	12.8	24.0	25.9	12.5	23.3	23.8	11.0	22.2	24.9	11.0	22.5	27.3	14.0	24.2
29.4	11.3	28.2	29.7	11.9	29.9	29.3	12.7	27.4	29.6	12.1	29.8	27.6	11.4	25.4	29.7	11.3	29.2	29.1	12.2	28.4
13.75	6.14	12.94	14.04	5.97	13.31	14.15	6.06	13.16	14.07	5.98	13.28	13.64	5.79	12.41	13.88	5.77	13.00	14.36	6.32	13.39
19.47	8.20	17.91	19.35	7.46	19.14	19.69	8.21	17.34	19.46	7.68	18.75	18.63	7.37	17.66	19.36	7.12	18.47	19.83	8.24	18.59
14.14	5.50	13.38	14.37	5.35	14.21	14.64	5.85	13.84	14.46	5.50	14.03	12.83	4.92	12.14	14.19	4.76	13.97	14.61	5.90	13.90
2.57	1.22	2.36	2.68	1.22	2.58	2.76	1.34	2.56	2.71	1.26	2.56	2.22	0.98	2.11	2.60	1.10	2.51	2.77	1.35	2.58
11.53	4.46	11.00	11.65	4.36	11.31	11.84	4.69	11.54	11.71	4.46	11.35	10.58	4.04	10.03	11.55	3.92	11.60	11.80	4.72	11.21
391	177	360	424	202	412	410	182	415	420	195	413	371	176	345	404	175	385	435	205	419
207.0	78.9	197.2	215.4	79.9	208.1	232.4	80.0	234.6	220.8	80.1	213.2	210.0	91.8	197.2	209.9	83.0	198.0	226.4	81.3	220.3
10.7	3.9	10.2	12.8	5.4	11.9	12.8	5.9	11.7	12.8	5.5	11.7	9.4	4.0	9.1	11.6	4.5	11.0	13.1	5.9	12.1
2.7	1.1	2.6	3.3	1.5	3.1	3.2	1.5	3.0	3.3	1.5	3.0	2.4	1.1	2.3	3.0	1.2	2.8	3.3	1.5	3.0
7.7	2.8	7.3	9.1	3.7	8.3	9.2	4.2	8.6	9.1	3.9	8.4	6.7	2.8	6.4	8.3	3.1	7.8	9.4	4.1	8.6
761	563	675	895	761	746	943	632	794	910	721	761	625	435	503	777	441	676	988	869	810
447	493	285	513	680	330	556	486	435	527	625	356	380	353	239	436	371	303	594	760	450
338	333	242	426	363	303	480	372	440	443	366	320	232	223	160	393	369	260	475	366	409
3,719	2,223	3,418	4,527	2,838	3,776	4,594	2,824	3,739	4,548	2,826	3,739	2,900	1,932	2,484	4,038	2,462	3,550	4,673	2,866	3,761
11.9	9.4	9.2	14.2	11.5	10.3	14.1	11.0	11.3	14.2	11.3	10.6	9.4	8.0	7.2	12.3	8.9	10.1	15.0	12.3	11.7
7.7	2.9	7.6	8.3	3.2	8.0	8.3	3.6	7.8	8.3	3.3	7.9	6.6	2.6	6.3	8.0	2.7	7.9	8.5	3.6	7.8
284	160	247	338	195	304	336	215	304	337	201	304	246	130	225	310	174	280	340	212	304
0.71	0.26	0.67	0.79	0.31	0.73	0.82	0.35	0.79	0.80	0.32	0.74	0.66	0.26	0.62	0.74	0.26	0.72	0.83	0.36	0.79
1.25	0.50	1.18	1.37	0.57	1.30	1.42	0.59	1.36	1.38	0.57	1.30	1.08	0.44	1.02	1.30	0.47	1.21	1.44	0.65	1.37
17.4	7.3	16.6	17.7	7.8	16.6	17.8	7.9	15.7	17.8	7.8	16.4	15.2	7.0	13.3	17.3	6.2	16.7	18.1	8.7	16.4
1.18	0.46	1.11	1.26	0.54	1.12	1.30	0.59	1.17	1.27	0.55	1.15	1.04	0.45	0.95	1.20	0.44	1.12	1.32	0.61	1.19
8.6	6.2	7.6	9.4	7.0	7.4	9.9	7.0	8.2	9.6	7.0	8.0	7.0	5.1	5.7	8.6	5.5	7.6	10.2	7.8	8.2
313	130	301	366	168	343	376	166	346	369	167	346	258	117	238	332	128	316	384	186	356
5.96	2.19	5.54	6.44	2.66	6.10	6.64	2.54	6.45	6.51	2.61	6.23	5.53	2.12	5.11	6.15	2.17	5.93	6.76	2.86	6.52
99	48	92	122	62	113	126	58	114	124	60	114	76	42	66	110	54	100	129	61	121
3,809	1,295	3,726	4,128	1,435	3,922	4,392	1,493	4,035	4,211	1,455	3,960	3,738	1,397	3,534	3,872	1,198	3,792	4,426	1,544	4,134
9.6	3.3	9.4	10.4	3.6	9.9	11.1	3.8	10.3	10.7	3.7	10.0	9.5	3.5	8.9	9.8	3.0	9.6	11.2	3.9	10.4
2,300	829	2,160	2,619	1,038	2,396	2,606	1,102	2,403	2,615	1,056	2,399	1,954	798	1,850	2,445	871	2,282	2,669	1,157	2,398
484	221	468	582	261	538	572	284	514	579	268	523	403	218	360	528	229	489	593	296	552
231	79	220	257	99	233	256	104	231	257	100	233	204	84	187	242	81	228	260	111	234
974	359	930	1,073	441	1,004	1,081	425	1,024	1,075	435	1,010	887	372	798	1,009	354	975	1,108	480	1,019
7.4	2.8	7.0	8.4	3.3	8.0	8.7	3.5	7.9	8.5	3.4	8.0	6.7	2.6	6.3	7.8	2.6	7.5	8.8	3.8	8.0
7.4	2.6	7.1	7.9	3.0	7.5	8.4	3.0	8.0	8.1	3.0	7.7	7.3	2.8	6.8	7.6	2.5	7.4	8.4	3.3	8.0
1.00	0.35	0.95	1.10	0.40	1.03	1.16	0.39	1.13	1.12	0.40	1.05	0.96	0.37	0.89	1.04	0.35	1.01	1.15	0.43	1.06
2.7	1.1	2.6	2.9	1.0	2.7	3.2	1.1	3.1	3.0	1.1	2.8	2.5	1.1	2.3	2.7	1.1	2.6	3.1	1.2	3.0
12.0	20.7	0.2	7.0	16.0	0.0	4.7	18.3	0.0	6.3	16.8	0.0	13.3	23.8	1.1	9.5	18.9	0.0	5.3	17.4	0.0
1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.0	1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.0	1.0	0.3	1.0	1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.0
58.1	10.3	58.6	56.8	12.0	58.0	56.9	12.6	57.2	56.8	12.1	58.0	56.7	10.9	57.0	57.6	11.3	58.8	57.5	12.7	58.6
1.7	0.5	1.6	1.7	0.6	1.6	1.8	0.6	1.7	1.7	0.6	1.7	2.0	0.6	1.9	1.7	0.5	1.6	1.8	0.6	1.7
3.0	0.9	2.8	2.9	1.0	2.7	3.1	1.0	2.9	3.0	1.0	2.8	3.5	1.0	3.3	2.8	0.8	2.7	3.1	1.1	2.8
35.0	12.5	34.8	35.3	13.4	35.2	39.8	15.6	38.1	36.7	14.2	36.4	36.1	12.5	36.2	34.2	13.2	34.1	38.3	14.7	37.9

第1表の2 栄養素等摂取量－BDHQ粗摂取量(nutr)－年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	341			26			28			53			50		
エネルギー	kcal	1,853	640	1,773	1,992	805	1,897	1,739	618	1,562	1,920	749	1,720	1,877	623	1,769
総たんぱく質	g	68.3	27.7	63.6	70.5	34.7	64.8	62.4	21.9	56.8	68.0	26.7	60.6	65.0	28.3	56.0
動物性たんぱく質	g	40.2	21.5	37.0	40.0	23.1	35.4	37.1	18.0	34.5	39.7	17.7	38.9	38.9	25.4	33.0
植物性たんぱく質	g	28.1	10.7	26.3	30.6	13.3	28.5	25.3	8.0	24.5	28.3	12.2	25.9	26.0	9.2	25.3
総脂質	g	55.4	23.1	52.2	56.1	26.2	51.8	51.7	19.9	46.9	55.9	21.0	52.1	55.6	24.1	51.6
動物性脂質	g	26.1	13.6	24.0	26.4	13.0	25.8	24.8	11.5	24.8	26.4	11.6	23.5	25.7	15.2	21.1
植物性脂質	g	29.3	12.5	28.1	29.8	14.4	26.8	26.9	12.3	23.7	29.5	11.4	27.7	29.9	12.1	29.5
飽和脂肪酸	g	14.08	6.50	12.92	14.88	8.36	11.93	13.44	5.39	12.48	14.22	6.03	12.96	13.81	6.50	12.78
一価不飽和脂肪酸	g	19.99	8.65	18.70	20.00	9.03	18.09	18.95	8.18	16.60	20.50	7.66	18.92	20.60	9.30	18.78
多価不飽和脂肪酸	g	14.30	5.85	13.52	14.32	5.98	12.64	12.97	5.16	11.94	14.41	5.32	13.09	14.16	5.84	12.58
n-3系脂肪酸	g	2.59	1.25	2.40	2.53	1.31	2.32	2.33	0.98	2.18	2.44	0.97	2.35	2.65	1.36	2.35
n-6系脂肪酸	g	11.68	4.74	11.00	11.75	4.71	10.51	10.61	4.25	9.65	11.95	4.41	10.81	11.47	4.64	10.26
コレステロール	mg	414	197	413	418	212	398	369	199	319	412	183	407	400	194	386
炭水化物	g	228.0	91.9	221.6	265.9	115.2	237.2	215.9	94.9	201.5	236.2	106.6	231.2	209.9	75.4	194.5
総食物繊維	g	10.8	4.9	10.1	10.5	4.7	9.8	8.8	3.0	8.9	9.9	4.4	9.5	9.8	4.0	9.9
水溶性食物繊維	g	2.7	1.3	2.5	2.7	1.4	2.5	2.2	0.8	2.3	2.4	1.2	2.3	2.4	1.0	2.5
不溶性食物繊維	g	7.7	3.4	7.3	7.5	3.2	7.0	6.4	2.2	6.4	7.1	3.2	6.9	7.1	2.9	7.2
ビタミンA	μ gRE	763	614	653	711	430	557	608	354	561	690	581	461	700	542	572
レチノール	μ g	473	533	307	467	369	282	401	257	339	454	505	245	422	478	291
グリプトキサンチン	μ g	279	290	168	245	206	163	195	151	164	160	135	124	173	161	128
β-カロテン当量	μ g	3,431	2,425	2,918	2,890	1,453	2,601	2,448	1,751	2,199	2,783	1,666	2,597	3,292	2,524	2,809
ビタミンD	μ g	11.6	9.8	8.8	12.3	12.7	8.7	9.5	5.6	8.8	9.6	7.1	8.1	11.0	10.7	7.5
ビタミンE	mg	7.5	3.2	7.0	7.2	3.0	6.8	6.4	2.8	5.7	7.0	2.9	6.7	7.3	3.1	6.3
ビタミンK	μ g	288	177	247	260	146	234	244	128	207	262	140	242	253	144	233
ビタミンB1	mg	0.72	0.31	0.68	0.70	0.34	0.68	0.65	0.25	0.60	0.69	0.27	0.67	0.68	0.31	0.62
ビタミンB2	mg	1.26	0.54	1.20	1.21	0.63	1.07	1.08	0.41	1.08	1.16	0.49	1.10	1.13	0.44	1.08
ナイアシン	mgNE	17.6	8.2	16.3	17.1	7.7	15.8	15.3	6.9	13.2	18.0	8.9	14.7	18.4	9.1	17.3
ビタミンB6	mg	1.20	0.53	1.11	1.13	0.51	1.08	1.05	0.46	0.90	1.15	0.54	1.00	1.20	0.52	1.07
ビタミンB12	μ g	8.6	6.3	6.8	8.3	6.0	6.5	7.3	4.1	6.0	7.8	5.5	6.2	8.5	7.0	5.7
葉酸	μ g	311	149	297	283	129	256	248	113	249	271	132	249	291	135	276
パントテン酸	mg	6.19	2.45	5.93	6.37	2.99	6.09	5.61	1.83	5.25	6.11	2.37	5.91	5.67	2.00	5.25
ビタミンC	mg	91	52	79	80	41	68	68	39	62	68	41	55	78	44	69
ナトリウム	mg	4,244	1,500	4,035	4,452	1,740	4,203	3,958	1,224	3,769	4,340	1,731	4,038	4,129	1,381	3,878
食塩相当量	g	10.7	3.8	10.2	11.3	4.4	10.6	10.0	3.1	9.5	11.0	4.4	10.2	10.4	3.5	9.8
カルウム	mg	2,265	953	2,139	2,132	1,105	1,854	1,900	709	1,895	2,071	860	1,974	2,102	805	1,858
カルシウム	mg	474	257	434	471	420	324	388	166	335	398	199	374	397	183	347
マグネシウム	mg	238	95	225	236	126	214	203	65	190	228	98	203	224	78	201
リン	mg	1,008	418	961	1,040	606	937	893	311	796	977	402	932	937	365	826
鉄	mg	7.6	3.2	7.2	7.4	3.1	6.8	6.6	2.5	6.2	7.2	3.1	6.8	7.1	2.8	6.7
亜鉛	mg	8.0	3.1	7.6	8.4	3.8	7.9	7.5	2.7	6.8	8.2	3.2	7.6	7.4	2.8	6.8
銅	mg	1.06	0.41	1.00	1.14	0.50	1.01	0.97	0.31	0.94	1.06	0.45	0.96	0.94	0.31	0.90
マンガン	mg	2.8	1.2	2.6	3.1	1.4	2.8	2.5	1.3	2.2	2.6	1.3	2.5	2.5	1.0	2.3
アルコール	g	20.2	29.4	4.8	15.1	24.4	5.0	18.6	23.4	11.9	23.6	33.9	5.1	35.4	41.3	20.3
P/S比*		1.1	0.3	1.1	1.0	0.3	1.0	1.0	0.4	1.0	1.1	0.2	1.1	1.1	0.2	1.1
動物性たんぱく質比率*	%	56.8	11.8	57.7	55.1	9.6	56.0	57.3	12.2	57.6	57.3	10.7	58.4	57.1	13.0	57.3
Na/K比*	(mg/mg)	2.0	0.6	1.9	2.2	0.4	2.2	2.2	0.5	2.0	2.2	0.7	2.1	2.1	0.6	2.0
Na/K比*	(nmolnmol)	3.4	1.1	3.2	3.8	0.7	3.7	3.7	0.9	3.4	3.8	1.1	3.6	3.5	1.0	3.4
穀物エネルギー比率*2	%	37.1	13.4	36.5	42.7	9.7	43.5	37.1	13.0	35.8	37.8	12.8	36.5	33.1	11.5	32.7

* これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

*2 穀物エネルギー比率は、fnutrより計算

男性, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
90			62			32			94			107			88			56		
1,832	551	1,855	1,786	648	1,742	1,879	587	1,744	1,817	626	1,744	1,890	731	1,712	1,783	592	1,764	1,888	655	1,799
68.2	26.6	63.7	70.3	28.7	69.5	73.5	28.7	71.0	71.4	28.6	70.1	67.2	27.7	59.4	68.0	23.6	64.9	75.0	32.7	70.7
41.2	22.7	36.9	40.6	21.1	38.7	42.1	20.7	43.5	41.1	20.9	41.1	39.1	19.1	36.5	40.3	18.5	38.1	43.7	23.6	42.8
27.0	9.6	26.2	29.7	11.2	28.1	31.4	10.9	28.9	30.3	11.1	28.7	28.1	11.6	25.9	27.7	9.9	26.9	31.3	11.7	29.0
56.7	25.0	54.3	54.2	21.5	53.4	55.5	24.2	51.5	54.6	22.3	53.4	54.9	22.0	50.4	55.5	21.1	54.1	56.3	24.8	53.8
26.6	15.2	23.9	25.4	12.4	23.0	27.2	14.2	25.5	26.0	13.0	23.9	26.0	11.9	25.0	25.8	12.3	24.8	28.0	14.9	25.3
30.2	12.9	28.7	28.8	12.5	29.9	28.3	12.6	27.2	28.6	12.5	29.7	28.9	12.3	27.0	29.7	12.6	29.7	28.3	12.7	26.9
14.27	6.91	13.46	13.85	6.27	12.08	14.09	6.20	13.18	13.93	6.21	12.17	14.18	6.48	12.55	14.20	6.54	13.00	14.46	6.70	13.18
20.50	9.53	19.24	19.00	7.73	19.48	19.53	8.84	18.78	19.18	8.08	19.37	19.97	8.09	18.43	19.82	7.95	19.85	19.72	8.83	19.37
14.81	6.47	13.90	14.09	5.41	14.80	14.53	6.45	14.05	14.24	5.76	14.30	14.01	5.43	12.86	14.27	5.05	14.47	14.52	6.39	14.05
2.74	1.42	2.59	2.57	1.15	2.58	2.61	1.38	2.35	2.59	1.23	2.52	2.43	1.06	2.29	2.61	1.15	2.51	2.67	1.43	2.54
12.03	5.22	11.48	11.48	4.47	12.03	11.88	5.18	11.68	11.62	4.70	11.87	11.55	4.44	10.60	11.62	4.16	12.03	11.81	5.13	11.68
420	193	418	435	217	426	421	188	453	430	207	432	402	194	383	430	187	441	455	224	448
219.0	87.0	221.4	226.8	91.9	217.6	250.2	70.0	248.9	234.8	85.4	232.4	238.1	106.4	221.6	216.5	95.1	212.3	247.4	78.7	240.3
10.5	4.3	10.1	12.6	5.8	11.6	13.2	6.0	11.6	12.8	5.9	11.6	9.8	4.2	9.3	11.1	4.6	10.4	13.4	6.3	11.8
2.6	1.1	2.5	3.2	1.5	2.9	3.3	1.5	3.0	3.2	1.5	3.0	2.4	1.2	2.4	2.8	1.2	2.6	3.4	1.6	3.0
7.5	3.0	7.1	9.0	4.1	8.2	9.5	4.3	8.6	9.2	4.1	8.5	7.0	3.0	6.7	7.9	3.2	7.5	9.7	4.4	8.6
751	441	686	904	967	731	921	587	800	910	853	738	674	493	509	771	439	691	1,029	1,045	844
470	370	369	541	883	316	529	455	370	537	762	341	443	418	267	461	374	334	630	945	420
318	329	190	369	344	253	459	388	393	400	360	301	190	161	140	341	360	180	472	374	393
3,321	2,241	2,798	4,297	2,971	3,769	4,648	2,943	3,761	4,416	2,950	3,761	2,721	1,634	2,417	3,652	2,548	3,367	4,727	2,918	3,889
12.3	10.0	9.2	13.1	10.8	9.3	12.4	9.7	10.1	12.8	10.4	9.7	10.2	8.5	8.4	11.7	8.4	9.0	13.8	12.1	9.7
7.8	3.3	7.7	8.0	3.3	8.0	8.2	3.8	7.3	8.0	3.5	7.7	6.9	2.9	6.6	7.7	2.9	7.9	8.3	3.8	7.6
290	178	241	341	213	324	334	226	302	339	216	315	257	138	229	306	188	272	346	233	302
0.72	0.29	0.68	0.78	0.31	0.76	0.83	0.37	0.79	0.80	0.33	0.78	0.68	0.28	0.65	0.73	0.28	0.72	0.85	0.38	0.80
1.31	0.52	1.28	1.38	0.64	1.29	1.43	0.56	1.38	1.40	0.61	1.33	1.15	0.51	1.08	1.35	0.51	1.28	1.48	0.70	1.38
18.1	8.1	16.9	17.0	7.7	16.3	18.0	8.7	15.4	17.3	8.0	16.3	17.1	8.1	14.7	17.2	6.3	16.8	18.0	9.4	15.9
1.23	0.49	1.15	1.23	0.55	1.16	1.30	0.63	1.16	1.26	0.58	1.16	1.12	0.51	1.00	1.20	0.45	1.13	1.33	0.66	1.18
9.1	6.5	7.9	9.0	7.3	7.0	8.9	6.1	7.6	9.0	6.9	7.2	7.8	5.3	6.5	8.7	5.6	7.7	9.6	8.1	7.1
317	127	313	361	187	355	377	172	348	366	181	355	268	126	252	326	124	316	396	206	363
6.25	2.33	6.03	6.51	2.94	5.99	6.75	2.47	6.50	6.59	2.78	6.23	6.04	2.41	5.87	6.28	2.32	6.03	7.01	3.12	6.55
95	49	88	113	60	112	122	57	105	116	59	110	71	40	63	100	50	90	128	62	120
4,100	1,374	4,019	4,259	1,494	4,035	4,727	1,617	4,395	4,419	1,544	4,047	4,267	1,613	4,066	4,044	1,268	3,971	4,636	1,651	4,289
10.4	3.5	10.2	10.8	3.8	10.2	12.0	4.1	11.1	11.2	3.9	10.3	10.8	4.1	10.3	10.2	3.2	10.0	11.7	4.2	10.9
2,310	876	2,235	2,545	1,091	2,396	2,605	1,094	2,334	2,565	1,086	2,396	2,041	887	1,930	2,397	898	2,282	2,684	1,211	2,398
493	239	482	572	284	492	558	246	512	567	270	508	413	263	337	532	246	495	588	301	512
241	83	225	257	107	233	261	108	233	258	107	233	224	99	198	245	83	231	266	121	233
1,022	382	964	1,069	465	1,013	1,085	419	1,019	1,075	448	1,015	971	440	925	1,028	366	1,004	1,125	511	1,002
7.6	2.9	7.3	8.4	3.6	8.0	8.9	3.9	8.0	8.6	3.7	8.0	7.1	2.9	6.7	7.8	2.7	7.5	9.1	4.2	8.2
7.8	2.9	7.5	8.2	3.2	8.3	8.6	3.2	8.4	8.3	3.2	8.3	8.1	3.2	7.5	7.9	2.7	7.6	8.8	3.6	8.5
1.04	0.37	1.01	1.13	0.46	1.04	1.19	0.41	1.15	1.15	0.44	1.08	1.06	0.43	0.96	1.05	0.37	1.03	1.22	0.48	1.12
2.9	1.2	2.8	2.9	1.1	2.7	3.3	1.2	3.1	3.1	1.1	2.9	2.7	1.3	2.5	2.8	1.1	2.7	3.3	1.2	3.1
20.9	25.0	11.1	12.6	20.5	0.5	8.5	24.4	0.0	11.2	21.8	0.0	20.2	29.3	5.0	17.6	23.8	4.7	9.5	22.7	0.0
1.1	0.3	1.1	1.1	0.4	1.0	1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.1	1.0	0.3	1.1	1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.1
58.6	10.6	58.6	55.6	12.6	56.8	54.2	14.0	55.7	55.1	13.0	56.3	56.7	10.8	58.0	57.8	11.7	59.1	55.0	13.8	56.3
1.9	0.6	1.8	1.8	0.7	1.7	2.0	0.7	1.8	1.9	0.7	1.7	2.2	0.6	2.1	1.8	0.5	1.7	1.9	0.7	1.7
3.2	1.0	3.0	3.1	1.1	2.9	3.4	1.2	3.1	3.2	1.2	2.9	3.8	1.0	3.6	3.1	0.9	2.9	3.3	1.3	2.9
34.6	12.3	34.1	37.3	15.3	37.9	44.4	15.7	45.4	39.7	15.7	39.8	38.8	12.3	37.9	33.8	14.3	32.3	42.9	15.0	42.9

第1表の3 栄養素等摂取量－BDHQ粗摂取量(nutr)－年齢階級別，平均値，標準偏差，中央値－

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	392			32			53			60			73		
エネルギー	kcal	1,532	460	1,478	1,399	412	1,340	1,536	468	1,504	1,526	520	1,428	1,475	376	1,482
総たんぱく質	g	61.2	22.8	57.0	51.3	16.4	49.9	58.4	20.8	54.2	57.9	21.8	56.9	58.0	19.9	55.1
動物性たんぱく質	g	36.2	18.0	32.5	29.6	12.6	27.6	34.3	17.5	30.9	33.3	15.9	29.5	34.0	16.0	30.8
植物性たんぱく質	g	25.1	8.4	23.8	21.7	7.6	21.6	24.1	8.2	23.8	24.6	8.6	23.5	24.0	7.7	22.7
総脂質	g	51.3	18.1	48.7	45.8	16.3	44.4	50.9	17.0	46.7	49.0	19.1	45.2	49.2	16.0	46.8
動物性脂質	g	23.3	10.5	22.0	21.4	9.3	20.6	22.9	10.2	21.2	22.2	10.7	20.0	22.4	9.7	20.6
植物性脂質	g	28.0	10.4	25.8	24.4	10.4	22.4	28.0	10.5	25.5	26.9	10.5	24.1	26.8	9.3	25.7
飽和脂肪酸	g	13.38	5.21	12.81	12.74	4.84	11.93	13.85	5.41	12.93	12.99	5.27	11.80	12.80	4.48	12.12
一価不飽和脂肪酸	g	18.30	6.65	17.35	16.59	6.31	16.49	18.26	6.17	17.72	17.64	7.22	15.95	17.78	6.04	16.38
多価不飽和脂肪酸	g	12.98	4.61	12.50	10.81	4.26	9.61	12.31	3.79	12.01	12.26	4.75	11.76	12.38	4.19	12.09
n-3系脂肪酸	g	2.35	1.07	2.17	1.95	0.83	1.97	2.12	0.98	2.03	2.10	0.86	1.91	2.23	1.05	1.95
n-6系脂肪酸	g	10.60	3.71	10.20	8.83	3.53	7.77	10.17	3.08	9.85	10.14	3.93	9.81	10.12	3.26	9.75
コレステロール	mg	364	161	347	315	110	294	378	173	379	337	163	294	348	136	360
炭水化物	g	192.5	69.1	187.2	183.0	63.6	179.5	190.1	74.3	184.4	191.6	77.3	180.1	179.7	57.1	175.4
総食物繊維	g	10.5	4.4	10.0	9.0	3.9	8.0	9.2	3.3	9.1	9.3	4.3	8.6	9.8	4.1	8.8
水溶性食物繊維	g	2.7	1.2	2.6	2.3	1.0	2.1	2.4	1.0	2.4	2.4	1.1	2.2	2.5	1.1	2.3
不溶性食物繊維	g	7.5	3.1	7.1	6.4	2.7	5.8	6.4	2.3	6.3	6.6	2.9	6.3	6.9	2.8	6.3
ビタミンA	μ gRE	706	508	601	551	320	514	593	460	423	607	348	572	604	311	570
レチノール	μ g	394	408	257	275	206	193	355	368	203	346	243	249	329	211	242
グリプトキサンチン	μ g	329	311	241	275	285	184	301	257	251	225	237	144	223	200	118
β-カロテン当量	μ g	3,699	2,372	3,093	3,286	2,356	3,024	2,815	1,825	2,432	3,088	2,248	2,486	3,257	2,144	2,929
ビタミンD	μ g	11.1	9.6	8.2	7.8	5.5	6.0	9.5	10.2	6.9	8.6	5.8	7.2	9.6	8.5	6.4
ビタミンE	mg	7.2	2.7	6.9	6.0	2.1	5.9	6.5	2.1	6.2	6.4	2.6	6.0	6.6	2.2	6.4
ビタミンK	μ g	274	154	233	240	153	213	236	99	217	241	129	209	260	158	209
ビタミンB1	mg	0.69	0.26	0.65	0.60	0.19	0.56	0.64	0.21	0.62	0.65	0.27	0.63	0.64	0.20	0.62
ビタミンB2	mg	1.16	0.46	1.08	0.95	0.33	0.86	1.05	0.40	0.98	1.06	0.38	1.02	1.11	0.39	1.03
ナイアシン	mgNE	15.7	6.5	14.5	11.9	4.1	11.3	14.0	6.2	12.6	14.6	5.7	13.9	15.3	5.7	14.5
ビタミンB6	mg	1.09	0.44	1.02	0.91	0.32	0.86	0.98	0.39	0.92	1.01	0.41	0.96	1.04	0.36	1.01
ビタミンB12	μ g	7.7	5.9	5.8	5.5	3.2	4.5	6.9	6.6	5.1	6.5	4.0	5.5	6.8	5.0	4.9
葉酸	μ g	296	135	275	250	123	212	246	104	217	255	111	237	277	114	266
パントテン酸	mg	5.59	2.07	5.17	4.78	1.55	4.77	5.31	1.76	5.01	5.24	1.94	5.14	5.31	1.83	4.97
ビタミンC	mg	98	53	88	84	42	79	80	41	73	78	45	69	87	44	81
ナトリウム	mg	3,536	1,165	3,364	3,110	815	3,082	3,466	1,064	3,292	3,370	1,167	2,996	3,374	1,031	3,240
食塩相当量	g	8.9	2.9	8.5	7.9	2.1	7.8	8.8	2.7	8.4	8.5	3.0	7.6	8.5	2.6	8.2
カルウム	mg	2,190	867	1,997	1,789	669	1,673	1,875	676	1,840	1,958	790	1,892	2,068	721	1,869
カルシウム	mg	466	223	427	382	163	348	390	178	372	408	191	377	439	198	425
マグネシウム	mg	215	80	201	174	61	164	189	66	183	199	72	193	207	70	198
リン	mg	912	352	839	757	245	714	844	312	783	845	317	812	867	300	808
鉄	mg	7.1	2.7	6.6	5.9	2.1	5.2	6.5	2.3	6.3	6.4	2.4	6.2	6.6	2.3	6.3
亜鉛	mg	7.0	2.4	6.7	6.3	2.0	5.8	6.8	2.1	6.6	6.9	2.6	6.7	6.7	2.0	6.6
銅	mg	0.94	0.32	0.89	0.83	0.27	0.81	0.90	0.29	0.87	0.90	0.32	0.87	0.88	0.29	0.81
マンガン	mg	2.5	1.0	2.4	2.3	1.0	2.3	2.3	1.0	2.1	2.5	1.0	2.5	2.5	1.0	2.4
アルコール	g	5.5	14.4	0.0	4.6	10.1	0.2	9.2	19.8	0.0	9.3	17.6	1.1	9.2	19.9	0.0
P/S比*		1.0	0.3	1.0	0.9	0.3	0.8	0.9	0.3	0.9	1.0	0.2	1.0	1.0	0.2	1.0
動物性たんぱく質比率*	%	57.4	10.7	57.8	56.7	12.3	56.9	57.2	11.7	56.4	56.2	9.6	55.7	57.1	10.7	59.4
Na/K比*	(mg/mg)	1.7	0.5	1.6	1.9	0.5	1.8	2.0	0.7	1.8	1.8	0.5	1.8	1.7	0.5	1.6
Na/K比*	(nmolnmol)	2.9	0.9	2.8	3.2	0.9	3.1	3.4	1.2	3.0	3.1	0.9	3.1	2.9	0.8	2.8
穀物エネルギー比率*2	%	34.1	12.1	34.2	34.5	13.4	34.8	32.3	10.8	35.4	35.5	12.8	34.2	33.4	11.5	33.3

* これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

*2 穀物エネルギー比率は、fnutrより計算

女性，20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
81			66			27			93			145			94			46		
1,517	433	1,436	1,628	495	1,577	1,655	521	1,540	1,636	500	1,545	1,502	479	1,440	1,590	458	1,529	1,611	515	1,516
61.7	21.2	59.2	70.1	27.4	63.4	71.4	26.5	69.4	70.5	27.0	66.3	56.6	20.4	53.4	65.8	22.3	61.7	71.5	27.8	68.0
36.4	16.7	33.4	42.3	22.6	37.6	43.8	20.9	40.7	42.7	22.0	37.9	32.9	15.9	29.6	38.7	17.5	35.5	44.7	23.1	40.8
25.3	7.8	23.4	27.8	8.6	27.0	27.6	10.0	25.7	27.8	9.0	26.7	23.7	8.2	23.2	27.1	8.6	26.2	26.8	9.1	25.7
51.6	17.0	49.3	56.1	20.2	54.3	56.5	20.9	50.6	56.2	20.3	53.7	49.0	17.8	46.1	53.7	17.3	51.5	56.5	20.9	52.4
23.1	9.6	22.1	25.6	12.3	23.5	26.1	11.2	23.2	25.7	11.9	23.3	22.3	10.1	20.7	24.1	9.6	22.1	26.4	12.9	23.9
28.5	9.2	27.3	30.5	11.4	29.6	30.4	12.8	30.8	30.5	11.7	29.8	26.7	10.5	24.3	29.6	10.0	28.4	30.2	11.7	31.0
13.17	5.13	12.83	14.22	5.71	13.67	14.22	6.01	13.16	14.22	5.76	13.46	13.25	5.22	12.36	13.58	4.96	13.06	14.23	5.90	13.39
18.33	6.25	17.21	19.69	7.25	19.12	19.88	7.55	17.19	19.74	7.29	18.42	17.64	6.64	17.18	18.93	6.25	18.01	19.96	7.55	18.20
13.40	4.09	12.78	14.63	5.32	13.73	14.77	5.18	13.81	14.67	5.25	13.81	11.96	4.32	11.49	14.11	4.50	13.25	14.72	5.30	13.83
2.39	0.92	2.20	2.79	1.28	2.58	2.94	1.30	2.64	2.83	1.28	2.62	2.07	0.90	2.00	2.58	1.05	2.47	2.89	1.26	2.61
10.97	3.36	10.35	11.80	4.28	10.98	11.79	4.12	11.16	11.80	4.22	11.14	9.86	3.57	9.40	11.49	3.69	11.01	11.78	4.23	11.15
359	152	336	414	187	391	397	178	383	409	183	388	347	158	323	380	160	360	411	179	396
193.8	66.9	186.7	204.7	65.5	196.0	211.3	87.0	198.9	206.6	72.0	196.0	189.2	73.0	183.2	203.7	69.8	192.2	200.8	77.7	186.1
11.0	3.6	10.4	13.0	5.0	12.1	12.4	5.9	11.7	12.9	5.2	12.1	9.2	3.8	8.8	12.1	4.3	11.2	12.7	5.5	12.8
2.8	1.0	2.8	3.4	1.4	3.4	3.1	1.5	3.0	3.3	1.4	3.4	2.4	1.1	2.3	3.2	1.2	2.9	3.2	1.4	3.3
7.9	2.4	7.4	9.2	3.4	8.4	8.9	4.1	8.5	9.1	3.6	8.4	6.5	2.7	6.3	8.6	3.0	8.0	9.0	3.8	8.9
771	675	672	886	504	774	970	691	794	910	562	794	590	385	489	783	445	667	938	597	798
421	603	246	486	414	353	588	528	444	516	449	409	333	289	206	412	368	272	551	450	451
360	338	250	480	375	337	506	358	471	487	369	371	263	256	183	442	372	289	479	360	413
4,160	2,130	3,718	4,744	2,711	3,776	4,530	2,730	3,730	4,682	2,704	3,739	3,032	2,122	2,546	4,400	2,335	3,921	4,607	2,832	3,584
11.3	8.7	9.2	15.4	12.1	13.5	16.2	12.2	13.3	15.6	12.0	13.3	8.8	7.6	6.9	13.0	9.4	11.0	16.5	12.4	14.8
7.6	2.4	7.5	8.7	3.0	8.1	8.5	3.3	7.8	8.6	3.1	8.0	6.3	2.3	6.1	8.2	2.5	7.9	8.6	3.3	7.9
278	139	270	335	179	285	339	206	318	336	186	294	239	124	213	313	162	281	332	185	311
0.70	0.22	0.67	0.79	0.30	0.73	0.81	0.33	0.79	0.80	0.31	0.73	0.64	0.23	0.60	0.75	0.24	0.72	0.81	0.34	0.76
1.18	0.47	1.11	1.35	0.49	1.33	1.40	0.62	1.24	1.37	0.53	1.29	1.03	0.38	0.99	1.25	0.43	1.19	1.40	0.57	1.29
16.5	6.2	16.0	18.4	7.8	17.2	17.6	7.1	16.4	18.2	7.6	16.9	13.8	5.6	12.8	17.4	6.2	16.5	18.1	7.8	16.8
1.12	0.41	1.05	1.29	0.53	1.11	1.30	0.54	1.24	1.29	0.53	1.15	0.98	0.38	0.92	1.21	0.44	1.11	1.30	0.55	1.24
7.9	5.8	6.5	9.8	6.8	8.5	11.0	7.9	9.0	10.2	7.1	8.8	6.4	5.0	5.1	8.6	5.5	7.6	11.0	7.5	9.1
310	135	289	370	150	337	374	163	346	371	153	338	251	110	223	339	133	318	371	158	340
5.64	2.00	5.28	6.38	2.38	6.22	6.51	2.65	6.08	6.42	2.44	6.15	5.16	1.79	4.96	6.02	2.02	5.83	6.47	2.51	6.39
103	46	97	131	63	114	131	59	129	131	61	116	80	43	73	119	57	106	130	61	121
3,486	1,122	3,228	4,005	1,377	3,716	3,995	1,246	3,702	4,002	1,334	3,702	3,348	1,062	3,162	3,711	1,111	3,538	4,170	1,377	3,963
8.8	2.8	8.2	10.1	3.5	9.4	10.1	3.2	9.3	10.1	3.4	9.4	8.5	2.7	8.0	9.4	2.8	8.9	10.5	3.5	10.0
2,289	779	2,142	2,689	990	2,380	2,607	1,131	2,473	2,665	1,027	2,399	1,890	722	1,840	2,490	847	2,279	2,651	1,100	2,417
473	200	467	592	240	594	587	327	515	591	266	558	396	179	372	524	213	482	599	292	570
221	74	210	258	91	234	251	100	226	256	93	233	190	68	182	239	79	226	253	96	237
921	327	854	1,076	421	995	1,077	439	1,024	1,076	424	997	825	301	783	992	344	954	1,088	444	1,024
7.2	2.6	6.7	8.4	3.0	7.7	8.5	3.2	7.7	8.4	3.1	7.7	6.4	2.3	6.1	7.8	2.6	7.3	8.5	3.2	8.0
7.0	2.2	6.8	7.7	2.8	7.3	8.1	2.9	7.7	7.8	2.8	7.4	6.7	2.3	6.5	7.4	2.3	7.2	8.0	3.0	7.6
0.95	0.31	0.89	1.06	0.35	1.02	1.12	0.37	1.05	1.08	0.35	1.02	0.89	0.30	0.85	1.02	0.32	1.00	1.08	0.36	1.05
2.5	1.0	2.5	2.8	1.0	2.7	3.0	1.0	3.1	2.8	1.0	2.7	2.4	1.0	2.2	2.7	1.0	2.5	2.9	1.1	2.9
2.2	5.4	0.0	1.7	7.1	0.0	0.2	0.6	0.0	1.3	6.0	0.0	8.2	17.2	0.3	2.0	6.9	0.0	0.1	0.5	0.0
1.1	0.3	1.1	1.1	0.3	1.1	1.1	0.2	1.0	1.1	0.2	1.0	0.9	0.3	0.9	1.1	0.3	1.1	1.1	0.2	1.0
57.7	10.0	58.3	57.9	11.4	58.9	60.0	9.9	59.7	58.5	11.0	59.4	56.7	11.0	56.4	57.3	11.0	58.1	60.6	10.7	61.8
1.6	0.4	1.5	1.6	0.4	1.5	1.6	0.4	1.7	1.6	0.4	1.5	1.9	0.6	1.8	1.6	0.4	1.5	1.7	0.5	1.6
2.7	0.7	2.6	2.7	0.8	2.5	2.8	0.6	2.8	2.7	0.7	2.6	3.2	1.0	3.0	2.6	0.6	2.6	2.8	0.8	2.7
35.4	12.8	35.0	33.4	11.0	33.8	34.3	13.8	33.4	33.6	11.8	33.5	34.1	12.2	34.3	34.5	12.1	34.9	32.8	12.4	33.1

第2表の1 栄養素等摂取量－BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)－年齢階級別，平均値，

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	733			58			81			113			123		
総たんぱく質	g	83.7	19.6	80.7	84.7	18.2	85.4	85.8	19.8	81.3	86.2	19.4	83.7	82.7	20.5	80.2
動物性たんぱく質	g	49.1	18.9	47.2	48.5	17.2	51.3	50.3	19.3	49.4	50.0	18.2	49.9	48.8	20.1	46.1
植物性たんぱく質	g	34.6	8.0	33.5	36.2	8.1	35.7	35.5	9.5	33.6	36.2	7.4	35.3	33.9	7.6	32.3
総脂質	g	69.3	17.6	68.1	71.7	16.3	72.8	73.2	15.1	73.1	72.2	18.2	69.9	70.7	18.5	70.0
動物性脂質	g	31.9	11.9	30.8	34.1	11.8	32.7	33.8	12.8	33.1	33.1	11.9	32.0	32.3	12.6	31.0
植物性脂質	g	37.4	10.9	36.4	37.6	10.5	36.3	39.4	10.7	39.5	39.1	10.7	38.6	38.4	11.1	38.1
飽和脂肪酸	g	17.75	5.07	17.29	19.39	5.07	19.55	19.50	5.12	19.50	18.61	5.15	18.14	17.97	5.14	17.21
一価不飽和脂肪酸	g	24.87	6.90	24.36	25.80	6.47	25.85	26.30	5.64	26.29	26.22	7.08	25.37	25.85	7.31	25.20
多価不飽和脂肪酸	g	17.81	5.07	17.40	17.67	4.83	16.82	18.21	5.29	17.53	18.43	4.93	17.69	17.94	5.03	18.10
n-3系脂肪酸	g	3.19	1.11	3.05	3.10	0.96	3.03	3.13	1.05	2.96	3.13	0.97	2.98	3.25	1.20	3.21
n-6系脂肪酸	g	14.58	4.23	14.08	14.52	4.11	13.97	15.03	4.54	14.35	15.26	4.13	14.68	14.64	4.05	14.70
コレステロール	mg	508	209	486	526	205	483	536	231	510	517	224	511	507	200	481
炭水化物	g	270.8	65.5	263.3	308.5	66.0	305.9	280.4	71.4	280.3	287.6	68.4	280.0	261.3	60.3	253.6
総食物繊維	g	13.9	4.7	13.2	14.0	5.4	13.8	13.2	4.4	12.4	13.3	4.6	12.7	13.4	4.7	12.4
水溶性食物繊維	g	3.5	1.2	3.4	3.5	1.4	3.4	3.4	1.2	3.2	3.3	1.2	3.2	3.4	1.2	3.2
不溶性食物繊維	g	9.9	3.3	9.4	9.9	3.7	9.9	9.3	3.0	8.9	9.5	3.2	9.1	9.6	3.3	8.9
ビタミンA	μ gRE	937	554	824	896	494	839	840	528	714	895	587	724	865	452	736
レチノール	μ g	542	469	361	501	368	342	516	418	340	542	486	326	486	367	344
クリプトキサンチン	μ g	393	378	272	393	426	234	380	306	307	268	244	188	270	247	166
β-カロテン当量	μ g	4,677	2,995	4,089	4,683	3,378	4,141	3,825	2,421	3,410	4,180	2,988	3,710	4,478	2,808	3,901
ビタミンD	μ g	14.2	9.7	11.6	13.1	8.6	11.7	13.2	8.9	11.2	12.4	8.2	10.2	13.4	9.7	10.7
ビタミンE	mg	9.6	2.7	9.4	9.4	2.6	9.1	9.3	2.7	9.1	9.3	2.8	9.0	9.4	2.5	9.4
ビタミンK	μ g	371	214	318	363	213	294	360	206	310	356	185	316	355	204	310
ビタミンB1	mg	0.91	0.23	0.90	0.92	0.21	0.94	0.93	0.22	0.93	0.92	0.23	0.90	0.90	0.24	0.89
ビタミンB2	mg	1.57	0.47	1.52	1.53	0.49	1.43	1.52	0.44	1.43	1.53	0.44	1.52	1.53	0.43	1.47
ナイアシン	mgNE	21.5	6.7	20.7	20.2	6.2	18.9	20.7	6.5	19.9	22.2	6.8	21.2	22.4	6.6	21.6
ビタミンB6	mg	1.48	0.42	1.41	1.44	0.40	1.39	1.43	0.41	1.35	1.47	0.41	1.41	1.50	0.39	1.48
ビタミンB12	μ g	10.2	6.0	8.9	9.3	4.9	8.3	9.8	5.9	8.6	9.6	5.6	8.4	9.9	6.2	8.1
葉酸	μ g	396	150	369	390	180	353	352	121	333	367	150	342	386	142	367
パントテン酸	mg	7.64	1.92	7.32	7.79	1.76	7.72	7.81	2.01	7.36	7.77	1.77	7.54	7.47	1.78	7.38
ビタミンC	mg	123	60	113	122	66	108	106	48	106	102	55	89	114	54	107
ナトリウム	mg	5,128	1,406	4,942	5,381	1,335	5,154	5,327	1,547	5,159	5,388	1,636	5,060	5,080	1,359	4,952
食塩相当量	g	13.0	3.6	12.5	13.6	3.4	13.0	13.5	3.9	13.0	13.6	4.2	12.8	12.8	3.4	12.5
カリウム	mg	2,902	854	2,822	2,774	899	2,667	2,709	725	2,627	2,792	848	2,764	2,853	790	2,744
カルシウム	mg	608	231	573	583	231	552	557	191	509	562	227	526	576	219	527
マグネシウム	mg	294	79	285	284	80	267	281	75	264	293	75	291	292	68	283
リン	mg	1,240	299	1,197	1,239	297	1,215	1,234	285	1,196	1,245	286	1,206	1,217	279	1,204
鉄	mg	9.5	2.7	9.3	9.5	2.8	9.0	9.4	2.6	9.0	9.4	2.7	9.2	9.3	2.5	9.0
亜鉛	mg	9.7	2.0	9.6	10.2	1.8	10.4	10.1	2.0	9.9	10.3	2.1	10.2	9.5	2.0	9.5
銅	mg	1.30	0.30	1.27	1.37	0.29	1.34	1.34	0.33	1.29	1.34	0.28	1.32	1.24	0.27	1.24
マンガン	mg	3.5	1.2	3.3	3.8	1.6	3.5	3.3	1.0	3.1	3.5	1.3	3.4	3.4	1.1	3.2
アルコール	g	16.1	30.3	0.0	12.3	23.1	2.0	17.7	30.0	0.2	20.6	31.3	2.3	25.3	39.1	0.4

標準偏差, 中央値 - 総数, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70-79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)65-74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
171			128			59			187			252			182			102		
84.8	20.0	79.4	83.7	19.4	82.4	74.1	16.9	73.9	80.7	19.1	79.7	85.7	19.2	83.6	84.2	19.8	82.1	78.8	19.1	76.8
50.5	19.0	47.5	49.0	19.3	47.6	43.5	17.3	42.2	47.3	18.8	45.8	49.7	18.2	50.1	49.8	18.7	47.6	46.9	19.4	45.1
34.4	7.9	33.8	34.7	7.8	33.4	30.6	6.3	29.6	33.4	7.6	32.1	36.0	8.3	35.0	34.5	8.2	33.4	31.9	6.9	30.5
70.6	18.1	69.1	65.7	15.2	65.4	56.8	15.8	55.6	62.9	15.9	62.6	72.4	16.8	72.3	68.5	17.1	67.1	60.4	15.3	60.9
32.2	12.2	30.8	30.0	10.2	29.0	27.1	10.8	26.4	29.1	10.5	28.4	33.5	12.2	32.2	31.3	11.3	29.9	28.9	11.1	29.1
38.4	10.5	37.6	35.7	10.9	33.7	29.7	9.0	29.2	33.8	10.7	32.6	38.8	10.6	38.5	37.2	10.9	36.3	31.5	9.5	30.7
17.72	5.09	17.20	16.54	4.20	16.74	14.34	4.30	14.18	15.84	4.34	15.72	19.08	5.12	18.86	17.25	4.93	16.94	15.29	4.24	15.21
25.32	7.19	24.76	23.08	6.00	22.72	19.99	5.99	20.07	22.11	6.15	21.82	26.15	6.49	25.78	24.32	6.76	23.73	21.25	5.90	21.01
18.53	5.24	17.62	17.29	4.85	16.73	14.98	4.39	14.46	16.56	4.82	16.23	18.18	5.01	17.61	17.99	5.07	17.31	15.75	4.29	15.75
3.35	1.19	3.13	3.22	1.13	3.05	2.79	1.04	2.70	3.08	1.12	2.96	3.12	0.99	2.99	3.29	1.18	3.13	2.96	1.08	2.82
15.13	4.33	14.58	14.02	4.10	13.56	12.15	3.61	11.97	13.43	4.04	13.22	15.02	4.25	14.58	14.65	4.25	13.91	12.75	3.55	12.53
516	220	480	503	186	486	420	168	452	477	184	470	525	221	510	514	215	482	470	186	476
267.8	62.2	261.8	258.6	57.7	248.1	243.6	64.1	241.6	253.9	60.0	246.7	290.1	69.4	289.4	258.8	56.6	248.9	249.7	62.8	242.9
14.2	4.8	13.5	15.4	4.9	14.4	12.9	3.5	12.7	14.6	4.6	14.1	13.4	4.7	12.8	14.8	5.2	13.8	14.1	4.3	14.0
3.6	1.3	3.5	3.9	1.3	3.8	3.2	1.0	3.3	3.7	1.2	3.6	3.4	1.3	3.3	3.8	1.4	3.6	3.6	1.1	3.6
10.1	3.3	9.8	11.0	3.4	10.3	9.3	2.5	9.0	10.4	3.2	10.0	9.6	3.2	9.2	10.5	3.6	9.9	10.1	2.9	9.9
997	563	929	1,038	624	954	946	559	850	1,009	605	933	878	547	732	981	473	922	1,042	720	936
575	500	348	578	563	417	559	472	477	572	535	438	524	439	340	542	416	364	616	634	495
448	435	282	513	450	352	484	376	451	504	427	414	333	318	228	502	485	310	507	388	475
4,996	3,053	4,416	5,456	3,281	4,592	4,593	2,452	4,049	5,184	3,064	4,408	4,182	2,923	3,699	5,201	3,182	4,412	5,048	2,978	4,317
15.1	9.6	12.5	16.6	11.5	13.8	14.0	9.9	11.4	15.8	11.1	12.8	12.8	8.5	10.6	15.4	9.6	12.8	15.6	12.1	12.3
10.1	2.8	10.0	10.0	2.6	9.8	8.4	2.4	8.7	9.5	2.7	9.2	9.3	2.7	9.0	10.1	2.7	10.0	9.1	2.6	9.1
386	240	326	407	229	372	331	168	299	383	214	349	359	198	309	406	258	346	355	180	318
0.92	0.23	0.92	0.94	0.24	0.92	0.84	0.23	0.81	0.91	0.24	0.87	0.92	0.22	0.92	0.94	0.25	0.92	0.89	0.24	0.85
1.65	0.54	1.54	1.64	0.48	1.60	1.45	0.42	1.43	1.58	0.47	1.55	1.53	0.45	1.48	1.66	0.53	1.57	1.56	0.48	1.50
22.8	7.0	21.9	21.2	6.6	20.4	17.9	5.1	17.2	20.2	6.3	19.8	21.3	6.6	20.2	22.0	6.5	21.9	19.1	6.2	18.5
1.55	0.45	1.48	1.50	0.44	1.42	1.31	0.36	1.29	1.44	0.42	1.38	1.45	0.41	1.40	1.53	0.45	1.46	1.40	0.41	1.35
10.9	6.0	10.1	11.1	6.8	9.7	9.7	5.9	9.5	10.6	6.5	9.6	9.6	5.6	8.5	10.8	6.1	9.9	10.6	6.9	9.6
418	154	389	440	159	415	381	106	369	421	147	398	367	149	337	428	157	400	413	141	386
7.83	2.18	7.22	7.66	1.84	7.47	6.80	1.62	6.77	7.39	1.82	7.12	7.79	1.84	7.54	7.78	2.14	7.37	7.27	1.82	7.12
131	59	120	148	71	134	128	39	127	141	63	132	108	56	97	140	69	126	140	54	133
5,030	1,265	4,788	5,072	1,382	4,959	4,620	1,189	4,641	4,929	1,337	4,901	5,367	1,537	5,141	4,971	1,298	4,833	4,907	1,264	4,902
12.7	3.2	12.1	12.8	3.5	12.6	11.7	3.0	11.8	12.5	3.4	12.4	13.6	3.9	13.0	12.6	3.3	12.2	12.4	3.2	12.5
3,036	880	2,858	3,165	921	3,037	2,642	698	2,680	3,000	889	2,914	2,761	821	2,685	3,118	930	2,975	2,877	847	2,883
633	234	601	701	244	700	583	223	566	664	243	664	565	216	528	667	239	631	642	248	643
306	86	288	311	84	303	261	63	271	295	81	291	287	76	276	309	88	295	281	74	283
1,272	310	1,196	1,278	318	1,244	1,104	277	1,093	1,223	316	1,195	1,240	287	1,202	1,272	316	1,205	1,190	322	1,164
9.7	2.8	9.3	10.1	2.6	9.9	8.9	2.1	8.7	9.7	2.5	9.5	9.4	2.7	9.1	10.0	2.8	9.7	9.5	2.5	9.2
9.7	2.1	9.3	9.5	1.9	9.3	8.6	1.8	8.6	9.2	1.9	9.1	10.2	2.0	10.1	9.6	2.1	9.2	9.1	1.9	9.0
1.30	0.32	1.26	1.32	0.29	1.26	1.20	0.22	1.17	1.28	0.28	1.23	1.34	0.30	1.31	1.31	0.32	1.27	1.25	0.26	1.22
3.5	1.3	3.4	3.5	1.1	3.3	3.4	1.2	3.3	3.5	1.2	3.3	3.5	1.3	3.3	3.5	1.2	3.3	3.5	1.2	3.3
17.4	33.2	0.4	7.9	17.8	0.0	3.9	14.5	0.0	6.7	16.9	0.0	17.8	29.2	1.6	13.1	29.1	0.0	4.8	14.4	0.0

第2表の2 栄養素等摂取量－BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)－年齢階級別，平均値，

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	341			26			28			53			50		
総たんぱく質	g	91.5	20.7	90.8	93.7	15.5	95.4	98.3	19.9	96.2	95.6	19.4	93.9	90.5	22.7	90.9
動物性たんぱく質	g	53.6	20.7	52.7	52.7	15.6	56.4	57.6	20.4	56.4	56.1	20.1	55.2	53.8	23.2	50.6
植物性たんぱく質	g	37.9	8.3	37.5	41.0	6.1	41.4	40.8	10.7	37.7	39.5	7.5	39.4	36.6	8.6	37.0
総脂質	g	74.4	19.6	74.6	76.1	16.1	76.5	80.5	15.9	81.1	79.4	19.3	78.7	77.5	20.4	78.5
動物性脂質	g	34.9	13.4	33.6	36.1	12.1	34.5	38.7	15.0	39.8	37.3	13.3	37.2	35.6	14.4	34.5
植物性脂質	g	39.5	11.9	39.7	40.0	8.7	39.8	41.8	11.7	41.8	42.1	10.7	43.1	41.9	11.9	42.0
飽和脂肪酸	g	18.80	5.73	18.64	19.87	5.51	19.60	21.09	6.15	21.12	20.11	5.92	19.67	19.13	5.92	19.37
一価不飽和脂肪酸	g	26.85	7.72	26.71	27.19	5.94	27.59	29.09	5.81	29.63	29.21	7.60	28.91	28.71	7.77	29.79
多価不飽和脂肪酸	g	19.33	5.55	18.95	19.71	4.45	19.89	20.43	6.16	19.48	20.44	4.65	19.71	19.85	5.27	19.96
n-3系脂肪酸	g	3.47	1.22	3.33	3.35	0.78	3.39	3.65	1.17	3.74	3.44	1.00	3.17	3.69	1.26	3.42
n-6系脂肪酸	g	15.82	4.62	15.46	16.31	3.86	16.42	16.73	5.17	15.74	16.96	3.88	16.86	16.10	4.29	16.18
コレステロール	mg	561	241	535	572	218	544	573	277	524	591	265	547	567	252	531
炭水化物	g	304.9	67.1	308.0	355.8	50.3	363.5	330.8	75.0	337.0	326.4	64.1	323.9	294.1	67.1	290.6
総食物繊維	g	14.5	4.6	13.9	14.2	4.0	13.5	14.2	4.5	13.1	13.9	3.9	13.6	14.0	4.9	12.7
水溶性食物繊維	g	3.6	1.2	3.6	3.5	1.1	3.4	3.5	1.3	3.5	3.4	1.1	3.3	3.5	1.2	3.2
不溶性食物繊維	g	10.4	3.2	10.1	10.1	2.6	10.0	10.2	3.0	9.5	10.0	2.7	9.8	10.1	3.5	9.4
ビタミンA	μ gRE	1,003	616	900	952	461	890	938	481	805	959	685	744	954	552	758
レチノール	μ g	616	549	404	611	439	437	628	395	630	619	606	345	561	480	390
クリプトキサンチン	μ g	375	382	231	325	241	222	340	318	225	236	209	162	253	279	155
β-カロテン当量	μ g	4,570	2,868	4,077	4,020	1,687	3,687	3,661	2,120	3,522	4,004	2,278	3,966	4,635	3,034	4,289
ビタミンD	μ g	15.1	10.4	12.2	14.8	8.2	12.9	14.9	6.9	14.2	13.1	9.0	11.6	14.9	11.0	11.4
ビタミンE	mg	10.0	2.9	9.9	9.9	2.1	9.8	9.8	2.6	9.7	10.0	2.8	9.4	10.2	2.8	9.8
ビタミンK	μ g	392	227	334	358	178	300	405	258	327	370	157	340	367	201	318
ビタミンB1	mg	0.97	0.25	0.97	0.93	0.17	0.96	1.02	0.24	1.07	0.97	0.23	0.97	0.95	0.26	0.97
ビタミンB2	mg	1.69	0.52	1.65	1.62	0.49	1.55	1.71	0.48	1.68	1.62	0.45	1.64	1.60	0.47	1.49
ナイアシン	mgNE	23.6	7.3	22.8	22.9	5.9	22.5	23.6	6.0	24.5	24.9	6.8	24.1	25.3	7.0	23.5
ビタミンB6	mg	1.59	0.44	1.57	1.50	0.30	1.48	1.62	0.42	1.62	1.58	0.38	1.57	1.66	0.40	1.64
ビタミンB12	μ g	11.2	6.5	9.7	10.4	4.5	10.5	11.3	4.7	10.5	10.5	6.5	9.0	11.5	7.4	9.2
葉酸	μ g	418	146	401	387	122	392	383	125	363	376	115	352	411	153	372
パントテン酸	mg	8.33	2.03	8.28	8.48	1.42	8.48	8.90	2.01	8.66	8.57	1.73	8.56	8.00	1.92	8.15
ビタミンC	mg	121	58	113	108	42	99	104	54	105	96	43	90	111	58	103
ナトリウム	mg	5,817	1,431	5,674	6,098	1,107	6,077	6,375	1,763	6,253	6,236	1,693	5,934	5,848	1,285	5,883
食塩相当量	g	14.7	3.6	14.3	15.4	2.8	15.4	16.1	4.5	15.8	15.8	4.3	15.0	14.8	3.3	14.9
カリウム	mg	3,047	870	2,949	2,808	662	2,787	3,000	757	3,048	2,911	760	2,848	2,962	795	2,838
カルシウム	mg	633	249	599	587	242	521	627	238	587	562	214	561	559	209	506
マグネシウム	mg	320	81	316	310	69	295	325	78	324	317	65	323	313	62	303
リン	mg	1,348	314	1,311	1,356	276	1,303	1,410	282	1,415	1,364	286	1,379	1,305	287	1,285
鉄	mg	10.2	2.8	10.2	10.1	2.4	10.4	10.4	3.0	9.9	10.0	2.5	10.2	9.9	2.8	9.8
亜鉛	mg	10.7	2.1	10.8	11.2	1.3	11.4	11.7	1.7	11.9	11.5	2.1	11.2	10.4	2.2	10.9
銅	mg	1.43	0.31	1.41	1.53	0.21	1.52	1.55	0.36	1.50	1.47	0.27	1.49	1.32	0.29	1.35
マンガン	mg	3.8	1.3	3.7	4.2	1.6	3.8	3.8	1.2	3.6	3.6	0.9	3.6	3.5	1.2	3.1
アルコール	g	26.5	37.5	5.8	19.2	30.3	6.2	28.0	34.9	16.1	29.5	37.5	9.9	45.7	48.0	31.7

標準偏差, 中央値 -男性, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70-79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)65-74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
90			62			32			94			107			88			56		
92.1	22.1	91.0	90.9	20.4	88.7	78.1	16.0	77.0	86.6	19.9	86.3	95.8	18.6	95.1	92.6	22.0	89.3	83.1	20.0	80.1
55.3	21.4	52.8	52.3	21.0	50.7	44.0	17.5	42.3	49.5	20.2	47.0	55.6	19.1	56.2	55.1	20.8	52.6	47.7	20.9	44.1
36.7	8.5	37.3	38.7	8.3	37.7	34.2	5.7	33.3	37.1	7.8	36.1	40.2	8.1	39.4	37.5	9.1	37.5	35.5	6.4	34.2
75.9	20.3	74.2	70.3	17.9	71.0	58.1	17.1	57.3	66.2	18.5	65.8	78.9	17.6	78.7	74.9	19.3	73.9	62.1	17.1	61.6
35.4	14.1	33.6	32.5	11.0	31.7	28.2	11.9	28.7	31.0	11.4	30.8	37.4	13.4	37.6	34.9	12.9	33.6	30.4	12.1	30.5
40.5	11.7	40.7	37.8	13.2	37.4	30.0	10.1	29.9	35.1	12.7	34.2	41.5	10.5	41.8	40.0	13.0	41.7	31.7	10.4	30.7
18.96	5.66	17.90	17.74	4.89	17.98	14.78	4.61	14.70	16.73	4.98	16.49	20.31	5.85	20.03	18.94	5.60	18.05	15.88	4.72	15.74
27.40	8.02	26.55	24.70	7.19	24.72	20.47	6.74	20.57	23.26	7.29	22.59	28.69	6.78	28.54	26.75	7.65	26.53	21.79	6.74	20.93
19.94	5.90	19.61	18.52	5.74	17.58	15.28	4.58	15.85	17.42	5.57	16.92	20.26	5.01	19.60	19.50	5.84	18.72	16.10	4.61	15.93
3.66	1.38	3.52	3.38	1.26	3.26	2.69	0.97	2.64	3.15	1.21	3.00	3.48	1.00	3.34	3.55	1.35	3.30	2.92	1.15	2.71
16.24	4.85	15.87	15.09	4.85	13.97	12.55	3.79	13.19	14.23	4.66	13.54	16.74	4.22	16.03	15.90	4.88	15.57	13.13	3.82	13.11
579	251	557	553	204	544	447	183	490	517	203	516	582	256	542	592	246	574	502	201	521
293.6	67.7	297.4	291.6	58.4	295.3	279.1	58.8	281.6	287.4	58.5	285.4	334.7	64.8	339.9	284.1	63.6	282.3	285.9	56.1	284.1
14.4	5.2	13.9	16.2	4.9	15.4	13.9	3.3	14.4	15.4	4.5	14.7	14.1	4.0	13.5	15.2	5.4	14.4	15.0	4.4	14.7
3.6	1.4	3.4	4.1	1.3	4.0	3.5	0.9	3.6	3.9	1.2	3.8	3.5	1.2	3.4	3.8	1.4	3.7	3.7	1.2	3.7
10.3	3.5	10.2	11.6	3.3	11.0	10.0	2.4	10.1	11.0	3.1	10.9	10.1	2.7	9.7	10.8	3.6	10.4	10.8	3.0	10.8
1,033	554	975	1,104	785	965	966	618	847	1,057	732	933	952	583	795	1,050	525	975	1,102	872	949
645	497	414	639	720	417	560	546	409	613	664	417	619	515	415	627	478	394	657	788	482
443	450	280	471	452	342	491	426	448	478	441	394	285	252	187	462	492	284	532	435	477
4,583	2,921	3,877	5,499	3,622	5,327	4,807	2,661	4,158	5,264	3,328	4,801	3,918	2,094	3,856	4,991	3,233	4,255	5,276	3,309	4,651
16.3	11.1	12.6	16.7	12.6	13.0	12.3	8.3	10.9	15.2	11.5	11.8	14.0	8.3	12.8	15.8	10.5	12.2	14.7	12.9	10.8
10.5	3.1	10.2	10.3	3.1	10.3	8.5	2.6	8.9	9.7	3.0	9.7	9.9	2.6	9.7	10.5	3.1	10.0	9.2	2.9	9.5
408	261	304	441	267	400	340	177	287	406	244	380	376	192	321	436	296	377	370	199	335
0.97	0.27	0.97	1.01	0.26	0.97	0.88	0.25	0.83	0.96	0.26	0.96	0.98	0.22	0.98	1.00	0.29	0.97	0.94	0.26	0.90
1.80	0.59	1.72	1.78	0.55	1.67	1.53	0.40	1.46	1.70	0.52	1.66	1.64	0.46	1.64	1.86	0.61	1.78	1.65	0.51	1.63
24.7	8.2	23.9	22.2	7.4	21.1	18.7	5.3	18.8	21.0	7.0	20.0	24.1	6.4	23.5	23.8	7.5	22.7	19.7	6.9	19.2
1.68	0.50	1.69	1.59	0.44	1.54	1.35	0.39	1.32	1.51	0.44	1.46	1.57	0.37	1.57	1.64	0.50	1.61	1.46	0.45	1.43
12.1	6.7	10.9	11.6	7.6	10.2	8.9	4.7	8.4	10.7	6.8	9.5	10.7	5.6	9.7	11.7	6.7	10.2	10.2	7.3	8.2
441	159	420	464	168	450	399	103	410	441	152	426	381	118	362	453	161	441	439	153	422
8.54	2.43	8.19	8.33	2.00	8.10	7.24	1.60	7.03	7.96	1.93	7.82	8.64	1.73	8.63	8.58	2.48	8.34	7.77	1.93	7.52
131	62	123	147	66	143	130	39	126	141	59	134	101	46	93	137	62	130	145	59	134
5,618	1,284	5,633	5,678	1,446	5,532	5,185	1,134	5,208	5,510	1,362	5,346	6,239	1,580	6,118	5,584	1,347	5,518	5,330	1,289	5,220
14.2	3.2	14.3	14.4	3.7	14.1	13.1	2.9	13.2	13.9	3.4	13.6	15.8	4.0	15.5	14.1	3.4	14.0	13.5	3.3	13.2
3,169	969	3,092	3,326	986	3,139	2,760	708	2,815	3,133	937	3,051	2,909	733	2,848	3,299	1,012	3,131	2,997	921	2,960
668	258	626	744	282	728	595	200	573	694	265	686	585	227	558	723	270	683	656	264	633
332	94	320	336	95	325	276	60	286	316	89	314	317	69	321	338	100	324	296	81	295
1,386	337	1,357	1,381	350	1,324	1,154	251	1,135	1,303	336	1,267	1,374	281	1,377	1,399	351	1,360	1,247	342	1,193
10.4	3.0	10.2	10.9	2.9	10.5	9.5	2.2	9.6	10.4	2.8	10.3	10.1	2.6	10.2	10.8	3.1	10.5	10.1	2.7	9.9
10.6	2.4	10.7	10.5	1.8	10.3	9.3	1.9	9.1	10.1	1.9	10.2	11.5	1.8	11.4	10.6	2.3	10.4	9.9	1.9	9.7
1.41	0.36	1.41	1.47	0.30	1.42	1.30	0.21	1.31	1.41	0.28	1.38	1.50	0.28	1.51	1.43	0.35	1.42	1.37	0.26	1.36
3.9	1.5	3.8	3.9	1.2	3.8	3.8	1.3	3.6	3.9	1.2	3.8	3.8	1.2	3.7	3.8	1.3	3.6	3.9	1.2	3.8
30.7	41.1	14.6	14.6	22.9	0.6	7.1	19.2	0.0	12.1	21.9	0.0	26.6	35.1	7.9	24.9	37.8	5.4	8.6	18.7	0.0

第2表の3 栄養素等摂取量－BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(enutr)－年齢階級別，平均値，

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	392			32			53			60			73		
総たんぱく質	g	76.9	15.8	75.2	77.4	17.2	75.5	79.1	16.3	76.8	77.9	15.3	77.5	77.4	17.1	76.5
動物性たんぱく質	g	45.3	16.2	43.6	45.2	17.9	45.9	46.4	17.7	44.6	44.6	14.4	43.5	45.4	17.1	43.2
植物性たんぱく質	g	31.7	6.3	30.9	32.3	7.5	32.0	32.7	7.5	32.0	33.3	6.1	32.5	32.0	6.2	30.7
総脂質	g	64.8	14.1	64.2	68.2	15.9	65.0	69.3	13.3	70.7	65.7	14.5	66.9	66.1	15.6	66.5
動物性脂質	g	29.3	9.8	28.5	32.5	11.5	31.7	31.2	10.8	30.6	29.3	9.2	28.0	30.0	10.8	29.5
植物性脂質	g	35.5	9.5	34.6	35.7	11.5	33.9	38.1	10.0	38.2	36.4	10.0	35.6	36.0	9.9	34.8
飽和脂肪酸	g	16.84	4.23	16.67	18.99	4.73	19.38	18.66	4.32	18.57	17.28	3.97	16.80	17.17	4.41	16.67
一価不飽和脂肪酸	g	23.15	5.57	22.78	24.67	6.74	24.58	24.82	5.00	25.45	23.58	5.41	23.71	23.90	6.31	23.69
多価不飽和脂肪酸	g	16.48	4.18	16.08	16.01	4.53	15.33	17.03	4.38	16.63	16.65	4.50	16.38	16.63	4.44	16.62
n-3系脂肪酸	g	2.95	0.95	2.88	2.90	1.05	2.83	2.86	0.87	2.83	2.85	0.87	2.81	2.95	1.06	2.85
n-6系脂肪酸	g	13.49	3.53	13.07	13.07	3.76	12.23	14.14	3.94	13.48	13.76	3.76	13.52	13.64	3.57	13.58
コレステロール	mg	462	163	445	489	189	439	517	203	488	452	154	421	466	142	458
炭水化物	g	241.2	47.1	242.1	270.1	50.7	283.3	253.9	53.3	266.0	253.3	52.0	252.8	238.8	42.8	241.7
総食物繊維	g	13.4	4.8	12.6	13.8	6.3	13.9	12.7	4.3	12.2	12.7	5.1	12.1	13.0	4.6	12.3
水溶性食物繊維	g	3.4	1.2	3.3	3.5	1.6	3.4	3.3	1.2	3.1	3.3	1.3	3.2	3.3	1.2	3.2
不溶性食物繊維	g	9.5	3.3	9.0	9.8	4.5	9.9	8.9	3.0	8.3	9.1	3.5	8.6	9.2	3.1	8.9
ビタミンA	μ gRE	880	489	784	851	521	761	788	549	610	839	484	712	805	361	733
レチノール	μ g	478	376	335	411	274	290	457	422	309	473	339	309	435	256	333
クリプトキサンチン	μ g	408	374	294	449	529	263	402	300	364	297	270	217	282	223	173
β-カロテン当量	μ g	4,770	3,103	4,109	5,221	4,245	4,411	3,912	2,581	3,410	4,335	3,511	3,560	4,371	2,658	3,824
ビタミンD	μ g	13.4	9.0	10.9	11.8	8.8	9.1	12.3	9.8	9.6	11.7	7.4	9.8	12.3	8.6	10.0
ビタミンE	mg	9.1	2.4	9.0	9.1	3.0	8.5	9.0	2.7	9.0	8.7	2.6	8.7	8.8	2.1	9.0
ビタミンK	μ g	353	199	312	368	241	281	336	171	309	344	208	294	346	206	305
ビタミンB1	mg	0.87	0.20	0.84	0.91	0.24	0.89	0.87	0.18	0.88	0.87	0.23	0.84	0.86	0.21	0.84
ビタミンB2	mg	1.46	0.40	1.43	1.45	0.48	1.38	1.43	0.39	1.34	1.46	0.41	1.42	1.49	0.39	1.43
ナイアシン	mgNE	19.8	5.6	19.0	18.0	5.8	17.3	19.1	6.3	18.1	19.9	6.1	18.8	20.4	5.5	19.9
ビタミンB6	mg	1.38	0.38	1.34	1.39	0.47	1.29	1.34	0.38	1.30	1.37	0.41	1.37	1.39	0.34	1.37
ビタミンB12	μ g	9.4	5.5	8.2	8.4	5.1	7.0	9.0	6.4	7.1	8.8	4.7	7.5	8.8	5.0	7.5
葉酸	μ g	377	151	351	392	218	332	336	117	323	359	176	314	369	132	360
パントテン酸	mg	7.04	1.59	6.82	7.24	1.82	6.72	7.23	1.76	6.96	7.06	1.49	6.81	7.10	1.59	6.76
ビタミンC	mg	124	61	113	133	79	114	108	44	106	107	63	86	115	51	109
ナトリウム	mg	4,530	1,071	4,491	4,798	1,228	4,738	4,773	1,079	4,554	4,638	1,156	4,629	4,554	1,146	4,329
食塩相当量	g	11.5	2.7	11.4	12.1	3.1	12.0	12.1	2.7	11.5	11.7	2.9	11.8	11.5	2.9	11.0
カリウム	mg	2,775	820	2,676	2,746	1,063	2,498	2,555	665	2,463	2,687	913	2,497	2,779	784	2,638
カルシウム	mg	586	213	556	581	225	555	521	151	504	562	239	517	588	226	569
マグネシウム	mg	272	69	263	264	83	249	258	63	250	273	78	267	277	68	262
リン	mg	1,146	250	1,115	1,144	282	1,062	1,141	242	1,125	1,141	244	1,106	1,157	259	1,125
鉄	mg	8.9	2.4	8.7	9.1	3.1	8.7	8.9	2.2	8.5	8.8	2.7	8.7	8.8	2.2	8.7
亜鉛	mg	8.9	1.5	8.8	9.4	1.7	9.2	9.3	1.5	9.3	9.2	1.5	9.2	9.0	1.7	8.9
銅	mg	1.19	0.23	1.16	1.24	0.28	1.19	1.22	0.25	1.18	1.22	0.23	1.19	1.17	0.23	1.16
マンガン	mg	3.2	1.1	3.1	3.5	1.5	3.1	3.0	0.8	2.9	3.4	1.6	3.1	3.3	1.0	3.2
アルコール	g	7.1	17.7	0.0	6.6	13.0	0.3	12.2	25.7	0.0	12.8	21.9	1.6	11.3	23.2	0.0

標準偏差, 中央値 -女性, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70-79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)65-74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
81			66			27			93			145			94			46		
76.8	13.4	74.8	76.8	15.7	74.3	69.4	17.0	67.4	74.7	16.3	73.4	78.2	16.0	76.8	76.4	13.5	75.0	73.5	16.6	72.7
45.1	14.2	43.6	45.9	17.0	44.7	42.9	17.4	41.9	45.1	17.1	43.2	45.4	16.4	44.6	44.8	15.0	44.1	45.9	17.6	46.6
31.7	6.1	30.5	30.9	4.9	30.4	26.5	4.2	27.2	29.6	5.1	29.5	32.8	6.9	32.3	31.6	6.0	30.5	27.7	4.7	27.5
64.7	13.1	64.1	61.4	10.6	62.6	55.3	14.1	54.8	59.6	12.0	61.5	67.6	14.4	67.4	62.6	12.2	63.7	58.4	12.7	59.9
28.6	8.2	29.1	27.7	9.0	27.1	25.8	9.5	25.3	27.2	9.1	26.7	30.7	10.4	30.0	28.0	8.4	27.6	27.1	9.6	26.5
36.1	8.5	35.1	33.7	7.8	32.6	29.4	7.8	29.2	32.4	8.0	32.1	36.9	10.3	36.2	34.6	7.5	33.8	31.3	8.4	30.7
16.34	3.97	16.22	15.41	3.04	15.42	13.81	3.92	13.28	14.94	3.38	15.24	18.16	4.31	18.14	15.67	3.57	15.71	14.57	3.49	14.62
23.00	5.31	22.24	21.56	4.11	21.50	19.42	5.01	19.69	20.94	4.47	21.32	24.28	5.58	24.51	22.05	4.82	21.95	20.59	4.68	21.19
16.96	3.85	16.04	16.13	3.51	16.22	14.63	4.20	14.14	15.69	3.76	15.40	16.65	4.45	16.10	16.57	3.72	16.17	15.32	3.85	15.14
3.01	0.81	2.94	3.06	0.98	2.98	2.92	1.13	2.82	3.02	1.02	2.93	2.86	0.90	2.82	3.04	0.93	2.98	3.00	0.99	2.96
13.90	3.28	13.15	13.02	2.93	13.41	11.67	3.39	11.20	12.63	3.11	12.54	13.75	3.82	13.07	13.49	3.17	13.35	12.28	3.16	12.37
447	154	435	456	154	444	388	144	414	436	154	441	484	182	465	442	149	439	431	159	435
239.1	39.1	243.1	227.5	35.8	227.3	201.5	40.6	202.5	220.0	38.9	220.2	257.2	52.3	266.0	235.1	35.9	234.8	205.7	37.4	208.4
14.0	4.3	13.4	14.7	4.8	13.2	11.7	3.4	11.3	13.8	4.6	12.9	13.0	5.1	12.3	14.4	5.0	13.3	13.0	3.9	12.4
3.6	1.1	3.5	3.8	1.2	3.5	3.0	0.9	3.0	3.6	1.2	3.3	3.4	1.3	3.2	3.7	1.3	3.5	3.3	1.1	3.3
10.0	3.0	9.5	10.4	3.4	9.4	8.4	2.3	7.8	9.8	3.2	9.2	9.2	3.6	8.7	10.3	3.5	9.4	9.3	2.7	8.7
957	574	870	977	418	940	922	490	892	961	438	933	823	514	692	917	410	845	968	475	878
498	495	313	520	355	419	557	376	580	531	360	441	454	358	308	462	332	342	566	375	577
454	422	286	552	449	356	474	314	472	529	414	428	369	356	260	539	477	336	477	324	472
5,455	3,148	4,929	5,414	2,952	4,390	4,341	2,202	4,023	5,103	2,787	4,304	4,376	3,402	3,614	5,398	3,139	4,515	4,770	2,525	4,184
13.8	7.3	12.0	16.5	10.5	14.0	15.9	11.4	12.4	16.3	10.7	13.9	11.9	8.6	9.8	14.9	8.8	13.5	16.7	11.0	14.6
9.7	2.3	10.0	9.7	2.1	9.2	8.2	2.2	8.2	9.3	2.2	9.0	8.9	2.7	8.8	9.7	2.3	10.0	8.9	2.2	9.0
362	214	339	375	183	328	320	158	312	359	177	321	346	202	290	379	216	336	337	154	315
0.87	0.16	0.84	0.88	0.20	0.83	0.78	0.19	0.77	0.85	0.20	0.81	0.88	0.21	0.87	0.88	0.18	0.84	0.83	0.20	0.79
1.47	0.41	1.43	1.51	0.35	1.49	1.36	0.44	1.28	1.47	0.38	1.46	1.44	0.42	1.39	1.47	0.35	1.47	1.46	0.42	1.44
20.6	4.7	20.2	20.3	5.5	20.2	17.0	4.8	16.5	19.3	5.5	18.9	19.2	6.1	18.1	20.4	4.9	20.3	18.5	5.1	17.4
1.41	0.34	1.36	1.42	0.42	1.38	1.25	0.33	1.24	1.37	0.40	1.34	1.36	0.41	1.30	1.42	0.38	1.38	1.33	0.35	1.31
9.6	4.8	8.9	10.6	5.9	9.7	10.7	7.1	10.1	10.6	6.3	9.8	8.8	5.4	7.3	10.0	5.2	9.1	11.1	6.5	10.1
393	144	366	417	148	391	360	107	345	400	139	379	358	168	319	404	151	378	382	120	357
7.05	1.55	6.88	7.04	1.44	6.71	6.27	1.51	5.81	6.81	1.49	6.66	7.16	1.66	6.92	7.03	1.42	6.82	6.65	1.46	6.71
130	56	119	149	75	127	126	40	133	142	67	130	113	62	101	143	74	122	133	47	131
4,377	864	4,250	4,503	1,044	4,619	3,952	872	3,731	4,343	1,024	4,343	4,723	1,139	4,622	4,397	945	4,440	4,391	1,030	4,428
11.1	2.2	10.8	11.4	2.6	11.7	10.0	2.2	9.5	11.0	2.6	11.0	11.9	2.9	11.7	11.1	2.4	11.2	11.1	2.6	11.2
2,889	748	2,841	3,014	835	2,885	2,501	672	2,436	2,865	822	2,813	2,652	866	2,481	2,949	816	2,811	2,732	731	2,877
593	200	573	661	195	666	568	251	538	634	215	646	551	208	520	614	192	602	623	229	648
278	65	275	287	64	281	242	62	227	274	66	271	265	74	253	282	66	275	261	59	270
1,145	215	1,117	1,182	253	1,159	1,046	299	1,036	1,143	273	1,117	1,142	250	1,092	1,153	222	1,135	1,121	284	1,094
9.0	2.4	9.0	9.3	2.1	9.1	8.2	1.8	8.1	9.0	2.1	8.8	8.9	2.6	8.6	9.2	2.2	9.1	8.7	2.0	8.4
8.7	1.1	8.6	8.5	1.4	8.7	7.9	1.4	7.9	8.3	1.4	8.3	9.3	1.5	9.3	8.6	1.3	8.6	8.2	1.4	8.1
1.18	0.23	1.17	1.17	0.20	1.15	1.08	0.16	1.05	1.15	0.20	1.12	1.22	0.25	1.19	1.19	0.23	1.16	1.10	0.16	1.09
3.1	1.0	3.1	3.1	1.0	2.9	3.0	1.0	3.0	3.1	1.0	3.0	3.3	1.4	3.0	3.1	1.0	3.0	3.0	1.0	2.8
2.6	6.6	0.0	1.6	6.8	0.0	0.2	0.6	0.0	1.2	5.8	0.0	11.2	21.9	0.4	2.1	7.2	0.0	0.1	0.5	0.0

第3表の1 栄養素等摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pnutr) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	733			58			81			113			123		
総たんぱく質	%E	15.5	3.4	15.2	14.5	2.8	14.4	15.1	3.2	14.7	14.9	2.9	14.6	15.1	3.7	14.6
動物性たんぱく質	%E	9.1	3.4	8.7	8.3	3.0	8.4	8.9	3.4	8.5	8.6	2.9	8.4	8.9	3.6	8.3
植物性たんぱく質	%E	6.4	1.3	6.4	6.2	1.2	6.2	6.2	1.5	6.1	6.3	1.2	6.3	6.2	1.4	6.2
総脂質	%E	28.8	6.8	28.6	27.8	6.5	27.4	29.1	5.7	28.9	28.1	6.5	28.0	29.0	7.5	29.1
動物性脂質	%E	13.2	4.7	12.9	13.2	4.6	13.8	13.4	4.9	13.5	12.8	4.3	12.5	13.2	5.1	12.6
植物性脂質	%E	15.6	4.4	15.6	14.6	4.4	13.5	15.7	4.2	15.9	15.2	4.1	15.3	15.7	4.5	15.8
飽和脂肪酸	%E	7.38	1.99	7.29	7.55	2.04	7.59	7.76	1.93	7.67	7.26	1.90	7.15	7.38	2.14	7.32
一価不飽和脂肪酸	%E	10.32	2.65	10.21	10.02	2.66	9.59	10.45	2.13	10.66	10.19	2.48	10.11	10.57	2.91	10.48
多価不飽和脂肪酸	%E	7.40	1.99	7.25	6.82	1.76	6.73	7.23	1.99	7.07	7.16	1.81	7.06	7.34	2.03	7.21
n-3系脂肪酸	%E	1.33	0.46	1.28	1.20	0.39	1.17	1.24	0.39	1.24	1.22	0.36	1.21	1.33	0.48	1.26
n-6系脂肪酸	%E	6.05	1.65	5.91	5.60	1.48	5.58	5.97	1.75	5.58	5.93	1.51	5.85	5.99	1.64	5.88
コレステロール	mg/1000kcal	234	90	228	227	88	212	238	102	217	222	87	209	230	84	216
炭水化物	%E	49.7	9.6	50.3	52.6	8.3	53.8	49.1	10.0	51.4	49.5	9.7	49.8	47.3	9.3	48.5
総食物繊維	g/1000kcal	6.5	2.4	6.2	6.1	2.6	5.8	5.9	2.0	5.6	5.8	2.1	5.4	6.1	2.2	6.0
水溶性食物繊維	g/1000kcal	1.6	0.6	1.6	1.5	0.7	1.5	1.5	0.6	1.5	1.5	0.6	1.4	1.6	0.6	1.5
不溶性食物繊維	g/1000kcal	4.6	1.6	4.5	4.3	1.8	4.1	4.1	1.4	3.9	4.1	1.5	4.0	4.4	1.6	4.3
ビタミンA	μ g/1000kcal	437	262	390	388	225	340	371	242	300	389	248	311	394	198	351
レチノール	μ g/1000kcal	251	214	169	212	148	152	226	187	155	233	197	150	220	156	159
クリプトキサンチン	μ g/1000kcal	187	186	124	175	209	95	170	138	147	119	114	94	125	113	74
β -カロテン当量	μ g/1000kcal	2,209	1,491	1,878	2,075	1,697	1,748	1,717	1,155	1,522	1,838	1,416	1,553	2,050	1,297	1,798
ビタミンD	μ g/1000kcal	6.6	4.7	5.3	5.6	3.8	4.6	5.8	4.2	4.9	5.4	3.5	4.8	6.1	4.3	4.9
ビタミンE	mg/1000kcal	4.4	1.3	4.4	4.1	1.3	3.9	4.1	1.3	4.1	4.0	1.2	4.0	4.3	1.1	4.4
ビタミンK	μ g/1000kcal	173	101	152	158	100	126	159	88	141	155	86	138	162	97	139
ビタミンB1	mg/1000kcal	0.42	0.11	0.41	0.40	0.11	0.39	0.41	0.09	0.41	0.40	0.10	0.39	0.41	0.11	0.40
ビタミンB2	mg/1000kcal	0.73	0.22	0.71	0.66	0.22	0.62	0.67	0.19	0.64	0.67	0.19	0.66	0.70	0.21	0.70
ナイアシン	mg/1000kcal	9.9	3.0	9.5	8.7	2.6	8.4	9.1	2.9	8.9	9.6	2.8	9.2	10.2	2.8	9.7
ビタミンB6	mg/1000kcal	0.69	0.20	0.66	0.62	0.19	0.60	0.63	0.18	0.63	0.64	0.18	0.62	0.68	0.17	0.65
ビタミンB12	μ g/1000kcal	4.7	2.8	4.1	4.0	2.2	3.6	4.3	2.7	3.5	4.1	2.3	3.6	4.5	2.7	3.6
葉酸	μ g/1000kcal	185	74	173	170	89	155	156	55	149	160	72	150	176	66	171
パントテン酸	mg/1000kcal	3.53	0.84	3.44	3.35	0.74	3.24	3.44	0.83	3.36	3.36	0.68	3.28	3.40	0.83	3.28
ビタミンC	mg/1000kcal	58	31	54	54	33	45	48	22	45	45	26	40	52	26	46
ナトリウム	mg/1000kcal	2,356	555	2,316	2,303	520	2,259	2,337	583	2,235	2,312	591	2,288	2,294	548	2,251
食塩相当量	g/1000kcal	6.0	1.4	5.9	5.8	1.3	5.7	5.9	1.5	5.7	5.8	1.5	5.8	5.8	1.4	5.7
カリウム	mg/1000kcal	1,352	426	1,305	1,204	442	1,132	1,197	318	1,181	1,215	392	1,163	1,306	390	
カルシウム	mg/1000kcal	284	114	269	253	105	252	246	79	241	245	103	238	266	110	247
マグネシウム	mg/1000kcal	136	36	132	122	35	116	124	31	120	127	33	124	133	33	127
リン	mg/1000kcal	574	135	560	532	122	513	544	115	530	538	113	530	555	133	539
鉄	mg/1000kcal	4.4	1.3	4.4	4.1	1.3	4.0	4.2	1.1	4.0	4.1	1.2	4.0	4.2	1.2	4.1
亜鉛	mg/1000kcal	4.5	0.8	4.5	4.4	0.7	4.3	4.4	0.7	4.5	4.4	0.7	4.4	4.3	0.9	4.3
銅	mg/1000kcal	0.60	0.13	0.59	0.59	0.11	0.57	0.59	0.13	0.58	0.58	0.11	0.57	0.56	0.12	0.56
マンガン	mg/1000kcal	1.6	0.6	1.5	1.6	0.7	1.4	1.5	0.4	1.3	1.5	0.6	1.4	1.6	0.5	1.4
アルコール	%E	4.7	8.7	0.0	3.5	6.4	0.7	5.3	9.0	0.1	6.0	8.8	0.8	7.4	11.1	0.1

中央値 -総数, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70-79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-64歳			(再掲)65-74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
171			128			59			187			252			182			102		
15.6	3.4	15.5	16.5	3.5	16.1	16.3	3.7	15.8	16.5	3.6	16.0	14.9	3.0	14.6	16.1	3.3	16.1	16.6	3.7	16.2
9.3	3.3	8.8	9.7	3.8	9.4	9.6	3.9	8.9	9.7	3.8	9.2	8.6	3.1	8.5	9.5	3.4	9.4	9.9	4.1	9.3
6.3	1.4	6.3	6.8	1.3	6.7	6.7	1.0	6.6	6.8	1.2	6.7	6.2	1.3	6.3	6.6	1.5	6.6	6.7	1.0	6.6
29.2	7.0	28.4	29.2	6.3	29.7	28.2	7.9	27.0	28.9	6.8	29.4	28.3	6.3	28.2	29.5	6.6	29.3	28.7	7.2	29.7
13.3	4.6	12.9	13.3	4.5	13.0	13.5	5.4	12.5	13.4	4.8	13.0	13.1	4.5	13.1	13.4	4.4	13.2	13.7	5.2	13.4
15.9	4.3	15.6	15.9	4.6	15.9	14.7	4.4	14.4	15.5	4.6	15.6	15.2	4.2	15.3	16.0	4.3	16.2	15.0	4.5	14.8
7.33	2.03	7.19	7.35	1.75	7.49	7.13	2.20	6.84	7.28	1.90	7.29	7.49	1.95	7.37	7.41	1.90	7.35	7.27	2.00	7.23
10.46	2.78	10.11	10.26	2.49	10.23	9.92	2.97	9.41	10.16	2.64	10.16	10.23	2.41	10.18	10.44	2.59	10.25	10.11	2.78	9.89
7.66	2.03	7.48	7.69	2.00	7.62	7.42	2.15	7.31	7.60	2.05	7.44	7.10	1.86	6.89	7.75	2.02	7.68	7.48	2.02	7.40
1.38	0.45	1.36	1.43	0.50	1.38	1.39	0.55	1.35	1.42	0.51	1.37	1.22	0.38	1.22	1.42	0.48	1.37	1.41	0.52	1.39
6.26	1.70	6.03	6.23	1.68	6.19	6.00	1.73	5.80	6.16	1.70	6.08	5.87	1.59	5.71	6.31	1.70	6.26	6.05	1.65	5.99
236	93	228	248	88	247	230	89	245	242	88	246	228	92	211	244	91	240	246	92	248
49.0	9.6	49.4	50.8	8.9	51.3	52.9	10.6	53.3	51.5	9.5	51.3	50.1	9.6	51.4	49.5	9.3	49.6	52.0	9.7	51.3
6.6	2.4	6.5	7.7	2.5	7.2	7.1	1.8	7.0	7.5	2.3	7.0	5.9	2.2	5.6	7.2	2.7	6.8	7.4	2.1	7.2
1.7	0.6	1.6	2.0	0.7	1.8	1.8	0.5	1.8	1.9	0.6	1.8	1.5	0.6	1.5	1.8	0.7	1.7	1.9	0.6	1.8
4.7	1.6	4.6	5.4	1.7	5.1	5.1	1.2	5.0	5.3	1.6	5.0	4.2	1.5	4.0	5.1	1.8	4.9	5.3	1.4	5.1
461	268	416	515	294	475	523	309	466	517	298	468	383	240	311	471	222	431	547	351	485
263	231	166	285	261	207	310	259	265	293	260	219	226	183	151	257	190	181	323	306	273
209	206	139	258	231	181	266	199	232	261	221	197	148	150	96	245	239	156	267	198	234
2,349	1,528	2,009	2,725	1,649	2,412	2,526	1,326	2,289	2,662	1,554	2,398	1,854	1,411	1,581	2,532	1,602	2,311	2,660	1,514	2,402
6.9	4.2	5.8	8.3	5.8	6.8	7.8	5.8	6.5	8.1	5.8	6.7	5.6	3.8	4.8	7.4	4.7	6.3	8.3	6.3	6.7
4.7	1.3	4.5	5.0	1.3	4.8	4.6	1.3	4.6	4.9	1.3	4.7	4.1	1.2	4.0	4.8	1.3	4.7	4.8	1.3	4.8
178	111	165	202	112	175	182	91	179	195	106	175	157	89	135	196	123	169	187	92	174
0.43	0.11	0.42	0.46	0.11	0.44	0.46	0.12	0.45	0.46	0.12	0.44	0.40	0.10	0.39	0.45	0.11	0.43	0.47	0.12	0.46
0.76	0.24	0.74	0.81	0.22	0.79	0.80	0.24	0.78	0.81	0.22	0.79	0.67	0.20	0.64	0.79	0.22	0.77	0.82	0.24	0.79
10.5	3.0	10.3	10.5	3.2	10.1	9.9	2.8	9.7	10.3	3.1	9.9	9.2	2.8	8.8	10.6	2.9	10.3	10.1	3.1	9.8
0.71	0.20	0.70	0.75	0.22	0.72	0.72	0.20	0.68	0.74	0.21	0.71	0.63	0.18	0.61	0.73	0.21	0.71	0.74	0.21	0.71
5.0	2.6	4.7	5.5	3.3	5.0	5.4	3.5	4.7	5.5	3.4	4.9	4.2	2.4	3.6	5.2	2.8	4.8	5.6	3.6	4.9
193	72	184	218	80	206	210	59	200	215	74	205	161	71	150	206	77	197	217	69	206
3.60	0.93	3.58	3.78	0.84	3.66	3.73	0.85	3.56	3.77	0.84	3.65	3.38	0.74	3.28	3.72	0.91	3.64	3.82	0.85	3.73
61	29	58	74	37	67	71	23	71	73	33	68	48	27	42	68	36	61	74	27	72
2,298	493	2,292	2,495	601	2,453	2,512	506	2,444	2,500	572	2,453	2,318	571	2,268	2,369	539	2,355	2,568	560	2,509
5.8	1.2	5.8	6.3	1.5	6.2	6.4	1.3	6.2	6.3	1.4	6.2	5.9	1.4	5.7	6.0	1.4	6.0	6.5	1.4	6.3
1,403	419		1,571	462	1,523	1,453	381	1,422	1,534	441	1,479	1,207	381	1,164	1,499	450	1,457	1,515	423	1,508
292	108	281	347	117	340	321	127	315	339	121	332	247	96	241	319	110	312	338	128	329
141	37	137	154	39	148	143	32	139	150	37	146	125	33	121	148	40	143	147	35	146
584	129	582	632	148	609	607	153	585	624	149	602	539	116	527	608	135	602	626	159	609
4.5	1.3	4.4	5.0	1.2	4.8	4.9	1.1	4.9	5.0	1.2	4.8	4.1	1.2	4.0	4.8	1.3	4.7	5.0	1.2	4.8
4.4	0.8	4.5	4.7	0.8	4.6	4.7	0.9	4.8	4.7	0.8	4.6	4.4	0.7	4.4	4.6	0.8	4.6	4.8	0.8	4.8
0.60	0.14	0.60	0.65	0.12	0.63	0.65	0.09	0.65	0.65	0.11	0.63	0.58	0.11	0.57	0.63	0.14	0.61	0.65	0.10	0.64
1.6	0.6	1.6	1.7	0.5	1.6	1.9	0.6	1.8	1.8	0.6	1.7	1.5	0.6	1.4	1.7	0.5	1.6	1.8	0.6	1.7
5.0	9.4	0.1	2.5	5.5	0.0	1.3	4.9	0.0	2.1	5.3	0.0	5.2	8.4	0.6	3.9	8.5	0.0	1.6	4.7	0.0

第3表の2 栄養素等摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pnutr) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	341			26			28			53			50		
総たんぱく質	%E	14.8	3.4	14.6	14.0	2.3	14.2	14.7	3.0	14.4	14.4	2.9	14.2	14.0	3.8	13.9
動物性たんぱく質	%E	8.7	3.4	8.4	7.9	2.3	8.4	8.6	3.0	8.4	8.4	3.0	8.4	8.4	3.8	7.8
植物性たんぱく質	%E	6.1	1.3	6.2	6.2	0.9	6.2	6.1	1.6	5.6	6.0	1.1	5.9	5.6	1.3	5.7
総脂質	%E	27.0	6.9	26.8	25.7	5.4	25.9	27.0	5.3	27.3	26.9	6.5	26.8	27.0	7.6	27.2
動物性脂質	%E	12.7	4.8	12.3	12.2	4.0	11.6	13.0	5.0	13.4	12.6	4.5	12.8	12.4	5.4	11.9
植物性脂質	%E	14.4	4.2	14.3	13.5	2.9	13.5	14.0	3.9	14.1	14.3	3.7	14.6	14.6	4.2	14.6
飽和脂肪酸	%E	6.83	2.01	6.78	6.70	1.84	6.64	7.07	2.06	7.09	6.82	1.99	7.00	6.66	2.15	6.67
一価不飽和脂肪酸	%E	9.75	2.70	9.64	9.17	1.99	9.37	9.76	1.94	9.96	9.91	2.57	9.83	10.00	2.88	10.22
多価不飽和脂肪酸	%E	7.03	1.96	6.85	6.65	1.49	6.74	6.85	2.06	6.53	6.93	1.56	6.69	6.91	1.97	6.90
n-3系脂肪酸	%E	1.26	0.44	1.22	1.13	0.26	1.14	1.22	0.39	1.26	1.17	0.34	1.06	1.29	0.47	1.19
n-6系脂肪酸	%E	5.75	1.62	5.58	5.50	1.29	5.53	5.61	1.73	5.28	5.75	1.30	5.73	5.61	1.59	5.54
コレステロール	mg/1000kcal	227	96	216	214	81	203	213	103	195	223	99	208	219	99	202
炭水化物	%E	49.3	10.4	49.6	53.4	7.6	54.6	49.3	11.2	50.4	49.2	9.5	50.0	45.2	9.9	44.5
総食物繊維	g/1000kcal	5.9	2.0	5.8	5.3	1.5	5.1	5.3	1.7	4.9	5.2	1.5	5.1	5.4	1.9	4.8
水溶性食物繊維	g/1000kcal	1.5	0.5	1.4	1.3	0.4	1.3	1.3	0.5	1.3	1.3	0.4	1.2	1.3	0.5	1.2
不溶性食物繊維	g/1000kcal	4.2	1.4	4.1	3.8	1.0	3.8	3.8	1.1	3.5	3.8	1.0	3.7	3.9	1.3	3.6
ビタミンA	μ g/1000kcal	409	261	369	357	173	335	349	178	301	361	257	295	369	217	292
レチノール	μ g/1000kcal	251	231	166	229	165	162	234	147	235	232	227	129	218	188	150
クリプトキサンチン	μ g/1000kcal	155	163	92	122	90	84	127	119	84	89	78	60	97	106	59
β -カロテン当量	μ g/1000kcal	1,874	1,227	1,649	1,506	628	1,390	1,364	790	1,309	1,511	859	1,484	1,789	1,172	1,704
ビタミンD	μ g/1000kcal	6.1	4.3	5.0	5.5	3.1	4.8	5.5	2.6	5.3	4.9	3.4	4.3	5.8	4.3	4.4
ビタミンE	mg/1000kcal	4.1	1.2	4.0	3.7	0.8	3.7	3.7	1.0	3.6	3.8	1.1	3.5	4.0	1.2	3.8
ビタミンK	μ g/1000kcal	160	96	135	134	66	112	151	96	122	140	59	128	142	78	126
ビタミンB1	mg/1000kcal	0.39	0.11	0.39	0.35	0.06	0.36	0.38	0.09	0.40	0.37	0.09	0.36	0.37	0.11	0.37
ビタミンB2	mg/1000kcal	0.69	0.22	0.67	0.61	0.18	0.58	0.64	0.18	0.63	0.61	0.17	0.62	0.62	0.19	0.57
ナイアシン	mg/1000kcal	9.5	2.9	9.1	8.6	2.2	8.5	8.8	2.2	9.1	9.4	2.5	9.1	9.8	2.9	9.0
ビタミンB6	mg/1000kcal	0.65	0.18	0.63	0.56	0.11	0.56	0.60	0.15	0.60	0.60	0.14	0.60	0.64	0.16	0.63
ビタミンB12	μ g/1000kcal	4.5	2.7	4.0	3.9	1.7	3.9	4.2	1.7	3.9	3.9	2.4	3.5	4.5	3.0	3.5
葉酸	μ g/1000kcal	171	63	164	145	46	146	143	47	136	142	44	132	159	59	147
パントテン酸	mg/1000kcal	3.38	0.84	3.30	3.18	0.53	3.19	3.32	0.74	3.23	3.23	0.64	3.24	3.09	0.76	3.12
ビタミンC	mg/1000kcal	50	25	46	40	16	37	39	20	39	36	17	34	43	22	41
ナトリウム	mg/1000kcal	2,353	560	2,334	2,286	413	2,282	2,376	654	2,328	2,350	636	2,288	2,256	494	2,265
食塩相当量	g/1000kcal	6.0	1.4	5.9	5.8	1.0	5.8	6.0	1.7	5.9	5.9	1.6	5.8	5.7	1.3	5.7
カリウム	mg/1000kcal	1,240	377	1,219	1,053	247	1,042	1,118	281	1,132	1,097	288	1,081	1,143	311	1,098
カルシウム	mg/1000kcal	258	107	243	220	91	196	234	89	218	212	80	215	216	81	200
マグネシウム	mg/1000kcal	130	34	126	116	26	111	121	29	120	119	24	121	121	25	117
リン	mg/1000kcal	546	130	539	508	103	487	525	104	530	513	106	515	504	118	493
鉄	mg/1000kcal	4.2	1.2	4.1	3.8	0.9	3.9	3.9	1.1	3.7	3.8	1.0	3.8	3.8	1.1	3.7
亜鉛	mg/1000kcal	4.3	0.9	4.3	4.2	0.5	4.3	4.4	0.6	4.5	4.3	0.8	4.3	4.0	0.9	4.2
銅	mg/1000kcal	0.58	0.13	0.58	0.57	0.08	0.57	0.58	0.14	0.56	0.55	0.10	0.56	0.51	0.11	0.53
マンガン	mg/1000kcal	1.6	0.5	1.5	1.6	0.6	1.4	1.4	0.4	1.3	1.4	0.3	1.4	1.3	0.5	1.2
アルコール	%E	7.3	10.3	1.6	5.1	8.0	1.6	7.3	9.1	4.2	7.7	9.9	2.6	12.3	12.9	8.5

中央値 -男性, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70-79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-64歳			(再掲)65-74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
90			62			32			94			107			88			56		
14.9	3.6	14.7	15.9	3.4	15.5	15.4	3.2	15.1	15.7	3.3	15.3	14.4	2.7	14.2	15.5	3.6	15.4	15.7	3.5	15.1
9.0	3.5	8.5	9.1	3.6	8.8	8.7	3.5	8.3	9.0	3.6	8.6	8.3	2.8	8.4	9.2	3.4	8.8	9.0	3.8	8.6
5.9	1.4	6.0	6.8	1.5	6.5	6.7	1.0	6.6	6.7	1.3	6.6	6.0	1.2	5.9	6.3	1.6	6.3	6.7	1.0	6.5
27.6	7.5	26.7	27.5	6.7	27.4	25.8	7.5	25.4	26.9	7.0	26.8	26.6	5.9	26.8	28.2	7.1	27.5	26.3	7.0	25.9
12.9	5.2	12.2	12.7	4.3	12.3	12.6	5.5	12.3	12.7	4.7	12.3	12.6	4.5	12.8	13.2	4.8	12.5	12.9	5.2	12.6
14.7	4.3	14.7	14.8	5.0	14.8	13.2	4.2	13.8	14.3	4.7	14.2	14.0	3.6	14.1	15.1	4.9	15.4	13.4	4.1	13.5
6.90	2.08	6.69	6.94	1.86	6.98	6.59	2.17	6.23	6.83	1.96	6.79	6.86	1.96	6.88	7.13	2.06	6.95	6.75	2.01	6.70
9.98	2.95	9.69	9.66	2.73	9.62	9.09	2.94	9.09	9.46	2.80	9.35	9.69	2.29	9.59	10.08	2.85	9.89	9.24	2.78	9.09
7.26	2.14	6.98	7.25	2.15	6.87	6.75	1.89	6.85	7.08	2.06	6.87	6.84	1.68	6.65	7.36	2.18	7.12	6.81	1.82	6.83
1.33	0.50	1.27	1.32	0.48	1.27	1.19	0.41	1.19	1.28	0.46	1.25	1.17	0.33	1.13	1.34	0.50	1.26	1.23	0.46	1.20
5.91	1.76	5.69	5.91	1.82	5.43	5.55	1.56	5.59	5.78	1.74	5.53	5.65	1.41	5.45	6.00	1.82	5.87	5.56	1.52	5.53
235	103	220	240	88	243	220	89	242	233	88	242	218	95	205	248	102	243	235	90	245
47.4	10.6	48.1	51.0	10.1	51.9	54.9	10.5	56.7	52.3	10.3	53.9	50.2	9.7	51.1	47.7	10.7	47.5	53.8	9.8	54.1
5.8	2.1	5.6	7.1	2.2	6.7	6.9	1.6	6.9	7.0	2.0	6.8	5.3	1.5	5.1	6.4	2.3	6.0	7.0	1.9	6.9
1.5	0.6	1.4	1.8	0.6	1.7	1.7	0.4	1.7	1.8	0.5	1.7	1.3	0.4	1.3	1.6	0.6	1.6	1.8	0.5	1.8
4.2	1.4	4.1	5.1	1.5	4.8	4.9	1.1	5.0	5.0	1.4	4.9	3.8	1.0	3.6	4.5	1.5	4.3	5.1	1.3	5.0
419	226	399	482	345	426	479	319	435	481	335	426	357	218	297	441	219	403	518	400	458
262	203	166	278	315	178	279	284	198	279	303	186	232	193	155	263	200	168	308	362	221
180	184	114	206	198	151	240	203	224	218	199	178	107	94	70	193	205	122	249	202	231
1,853	1,186	1,583	2,411	1,604	2,366	2,370	1,307	2,083	2,397	1,503	2,272	1,471	786	1,430	2,097	1,361	1,799	2,489	1,536	2,272
6.6	4.5	5.2	7.3	5.5	5.5	6.1	4.0	5.6	6.9	5.0	5.6	5.2	3.1	4.8	6.6	4.4	5.1	6.9	5.8	5.3
4.2	1.2	4.1	4.5	1.3	4.5	4.2	1.2	4.3	4.4	1.3	4.5	3.7	1.0	3.7	4.4	1.3	4.3	4.3	1.3	4.5
165	106	122	194	122	171	167	86	145	185	111	169	141	72	120	184	128	158	174	91	153
0.39	0.11	0.39	0.44	0.11	0.42	0.44	0.13	0.42	0.44	0.12	0.42	0.37	0.08	0.37	0.42	0.12	0.41	0.44	0.12	0.43
0.73	0.25	0.69	0.78	0.24	0.73	0.76	0.21	0.73	0.77	0.23	0.73	0.62	0.17	0.62	0.78	0.25	0.74	0.78	0.23	0.74
10.0	3.3	9.8	9.7	3.2	9.0	9.2	2.6	9.3	9.5	3.0	9.0	9.0	2.4	8.8	10.0	3.1	9.6	9.3	3.1	8.9
0.68	0.21	0.68	0.69	0.19	0.67	0.67	0.19	0.66	0.68	0.19	0.67	0.59	0.14	0.59	0.69	0.21	0.68	0.69	0.20	0.66
4.9	2.7	4.4	5.0	3.3	4.5	4.4	2.3	4.4	4.8	3.0	4.4	4.0	2.1	3.6	4.9	2.8	4.3	4.8	3.3	4.2
179	65	170	203	75	193	197	51	199	201	67	198	143	45	136	191	68	187	207	68	199
3.46	1.00	3.35	3.63	0.85	3.58	3.58	0.82	3.43	3.61	0.84	3.51	3.24	0.64	3.24	3.60	1.02	3.49	3.66	0.86	3.51
53	25	50	64	30	61	64	19	63	64	26	63	38	17	35	58	26	55	68	27	64
2,271	519	2,295	2,473	605	2,374	2,549	512	2,509	2,499	573	2,425	2,341	591	2,306	2,345	567	2,327	2,509	567	2,462
5.7	1.3	5.8	6.3	1.5	6.0	6.4	1.3	6.3	6.3	1.5	6.1	5.9	1.5	5.8	5.9	1.4	5.9	6.3	1.4	6.3
1,281	397	1,238	1,453	432	1,367	1,362	351	1,388	1,422	407	1,379	1,092	275	1,075	1,386	425	1,301	1,411	413	1,376
270	105	256	325	122	317	294	101	290	315	116	311	219	85	208	303	113	288	309	120	296
134	38	130	147	42	140	136	28	136	143	38	139	119	26	120	142	42	136	139	35	137
561	138	548	602	149	574	569	124	551	591	141	566	515	104	514	587	145	573	587	150	563
4.2	1.3	4.1	4.8	1.3	4.6	4.7	1.1	4.7	4.7	1.2	4.7	3.8	1.0	3.8	4.5	1.3	4.5	4.8	1.2	4.7
4.3	1.0	4.3	4.6	0.7	4.5	4.6	0.9	4.5	4.6	0.8	4.5	4.3	0.7	4.3	4.5	1.0	4.5	4.6	0.9	4.5
0.57	0.14	0.57	0.64	0.13	0.62	0.64	0.09	0.64	0.64	0.12	0.62	0.56	0.11	0.57	0.60	0.15	0.59	0.65	0.10	0.64
1.6	0.6	1.5	1.7	0.5	1.6	1.8	0.6	1.8	1.8	0.5	1.7	1.4	0.4	1.4	1.6	0.5	1.5	1.8	0.6	1.8
8.7	11.6	4.2	4.5	7.0	0.2	2.4	6.5	0.0	3.8	6.8	0.0	7.0	9.2	2.1	7.3	10.9	1.6	2.8	6.1	0.0

第3表の3 栄養素等摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pnutr) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

		総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数	人	392			32			53			60			73		
総たんぱく質	%E	16.0	3.3	15.7	14.9	3.2	14.6	15.3	3.3	15.0	15.3	2.9	15.3	15.8	3.5	15.4
動物性たんぱく質	%E	9.4	3.4	9.1	8.7	3.5	8.2	9.0	3.5	8.7	8.8	2.8	8.4	9.3	3.5	8.6
植物性たんぱく質	%E	6.6	1.3	6.5	6.2	1.4	6.1	6.3	1.4	6.3	6.5	1.2	6.4	6.5	1.3	6.3
総脂質	%E	30.3	6.3	30.6	29.6	6.8	28.8	30.2	5.7	30.2	29.1	6.4	28.8	30.3	7.1	30.6
動物性脂質	%E	13.7	4.5	13.5	14.1	4.9	14.1	13.7	4.9	13.5	13.0	4.1	12.5	13.8	4.9	13.5
植物性脂質	%E	16.6	4.3	16.2	15.5	5.1	13.8	16.5	4.1	16.8	16.1	4.3	15.9	16.5	4.5	16.0
飽和脂肪酸	%E	7.86	1.83	7.78	8.23	1.95	8.62	8.12	1.78	8.04	7.65	1.74	7.44	7.88	2.01	7.66
一価不飽和脂肪酸	%E	10.82	2.49	10.69	10.71	2.95	10.06	10.81	2.15	11.17	10.44	2.40	10.34	10.96	2.88	10.85
多価不飽和脂肪酸	%E	7.73	1.96	7.49	6.95	1.97	6.68	7.43	1.95	7.09	7.37	2.00	7.19	7.63	2.03	7.56
n-3系脂肪酸	%E	1.39	0.46	1.35	1.26	0.46	1.19	1.25	0.39	1.24	1.26	0.38	1.24	1.35	0.49	1.31
n-6系脂肪酸	%E	6.32	1.64	6.15	5.68	1.63	5.61	6.16	1.74	5.74	6.09	1.67	6.00	6.26	1.63	6.19
コレステロール	mg/1000kcal	240	84	237	236	94	214	251	100	237	222	76	209	238	72	234
炭水化物	%E	50.1	8.9	50.9	52.0	9.0	53.5	49.0	9.5	52.2	49.8	9.9	49.8	48.7	8.7	49.4
総食物繊維	g/1000kcal	7.0	2.5	6.5	6.7	3.1	6.8	6.2	2.1	5.9	6.3	2.5	6.0	6.7	2.3	6.2
水溶性食物繊維	g/1000kcal	1.8	0.7	1.7	1.7	0.8	1.6	1.6	0.6	1.5	1.6	0.6	1.6	1.7	0.6	1.6
不溶性食物繊維	g/1000kcal	5.0	1.8	4.7	4.7	2.2	4.9	4.3	1.5	4.0	4.5	1.7	4.2	4.7	1.6	4.5
ビタミンA	μ g/1000kcal	461	261	411	412	259	374	383	270	300	413	239	350	410	184	373
レチノール	μ g/1000kcal	251	200	169	199	134	143	222	207	148	233	168	152	222	131	167
クリプトキサンチン	μ g/1000kcal	215	200	150	218	263	124	193	143	170	146	132	108	144	114	87
β -カロテン当量	μ g/1000kcal	2,500	1,635	2,163	2,537	2,118	1,916	1,903	1,275	1,558	2,128	1,725	1,747	2,229	1,355	1,940
ビタミンD	μ g/1000kcal	7.1	4.9	5.5	5.7	4.3	4.5	6.0	4.8	4.7	5.8	3.6	4.9	6.3	4.4	5.1
ビタミンE	mg/1000kcal	4.8	1.3	4.7	4.4	1.5	4.1	4.4	1.3	4.3	4.3	1.3	4.3	4.5	1.1	4.6
ビタミンK	μ g/1000kcal	184	105	162	178	118	132	163	84	149	169	102	141	177	106	154
ビタミンB1	mg/1000kcal	0.45	0.11	0.44	0.44	0.11	0.43	0.42	0.09	0.43	0.43	0.11	0.42	0.44	0.11	0.43
ビタミンB2	mg/1000kcal	0.76	0.22	0.75	0.70	0.24	0.67	0.69	0.19	0.65	0.72	0.20	0.71	0.76	0.20	0.73
ナイアシン	mg/1000kcal	10.3	3.0	9.9	8.7	2.8	8.2	9.3	3.2	8.8	9.8	3.0	9.3	10.4	2.8	10.1
ビタミンB6	mg/1000kcal	0.72	0.20	0.70	0.67	0.23	0.64	0.65	0.19	0.63	0.67	0.20	0.67	0.71	0.18	0.69
ビタミンB12	μ g/1000kcal	4.9	3.0	4.2	4.0	2.5	3.5	4.4	3.2	3.4	4.3	2.3	3.7	4.5	2.5	3.8
葉酸	μ g/1000kcal	197	81	183	190	109	163	163	58	153	176	87	156	188	68	185
パントテン酸	mg/1000kcal	3.67	0.83	3.57	3.49	0.86	3.24	3.50	0.87	3.40	3.47	0.70	3.36	3.62	0.81	3.43
ビタミンC	mg/1000kcal	65	33	60	65	40	55	52	22	51	53	31	43	59	26	55
ナトリウム	mg/1000kcal	2,358	552	2,299	2,317	599	2,246	2,316	548	2,198	2,278	552	2,291	2,321	584	2,229
食塩相当量	g/1000kcal	6.0	1.4	5.8	5.9	1.5	5.7	5.9	1.4	5.6	5.8	1.4	5.8	5.9	1.5	5.6
カリウム	mg/1000kcal	1,450	443	1,414	1,326	525	1,232	1,239	331	1,205	1,319	441	1,241	1,417	402	1,341
カルシウム	mg/1000kcal	306	115	292	280	109	275	252	73	246	275	113	257	300	115	289
マグネシウム	mg/1000kcal	142	37	137	127	40	120	125	32	121	134	38	131	141	35	134
リン	mg/1000kcal	597	135	583	551	134	522	553	121	530	560	116	546	590	132	575
鉄	mg/1000kcal	4.7	1.3	4.6	4.4	1.6	4.3	4.3	1.1	4.1	4.3	1.3	4.3	4.5	1.1	4.4
亜鉛	mg/1000kcal	4.6	0.8	4.6	4.5	0.8	4.4	4.5	0.8	4.5	4.5	0.7	4.6	4.6	0.8	4.6
銅	mg/1000kcal	0.62	0.12	0.61	0.60	0.13	0.57	0.59	0.12	0.58	0.60	0.11	0.58	0.60	0.12	0.59
マンガン	mg/1000kcal	1.7	0.6	1.6	1.7	0.7	1.4	1.5	0.4	1.3	1.7	0.8	1.5	1.7	0.5	1.6
アルコール	%E	2.5	6.2	0.0	2.3	4.5	0.1	4.2	8.8	0.0	4.4	7.6	0.6	4.0	8.3	0.0

中央値 -女性, 20歳以上

1人1日当たり

60～69歳			70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～64歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
81			66			27			93			145			94			46		
16.3	2.9	16.0	17.2	3.5	16.5	17.3	4.0	17.5	17.2	3.6	16.6	15.2	3.1	15.0	16.6	3.0	16.3	17.7	3.7	17.8
9.6	3.0	9.3	10.3	3.8	9.9	10.7	4.2	10.3	10.4	3.9	10.0	8.8	3.2	8.5	9.8	3.3	9.6	11.0	4.1	11.2
6.7	1.3	6.6	6.9	1.1	6.8	6.6	1.0	6.6	6.8	1.1	6.8	6.4	1.3	6.3	6.9	1.3	6.8	6.7	1.0	6.7
30.9	6.1	30.8	30.8	5.4	31.6	31.0	7.5	31.2	30.9	6.1	31.6	29.6	6.2	29.0	30.6	5.8	30.9	31.6	6.5	32.6
13.7	3.9	13.9	13.9	4.6	13.5	14.5	5.2	13.7	14.1	4.7	13.6	13.5	4.6	13.2	13.7	4.1	13.8	14.7	5.1	14.2
17.2	3.9	16.7	16.9	4.0	16.2	16.5	4.1	16.6	16.8	4.0	16.2	16.1	4.4	15.9	16.9	3.6	16.6	16.9	4.3	16.4
7.81	1.86	7.76	7.74	1.55	7.81	7.76	2.11	7.47	7.75	1.72	7.79	7.95	1.81	7.96	7.67	1.72	7.71	7.90	1.81	7.92
11.00	2.49	10.62	10.83	2.10	11.03	10.92	2.73	11.17	10.86	2.28	11.05	10.63	2.43	10.55	10.78	2.29	10.63	11.17	2.42	11.26
8.11	1.82	7.71	8.10	1.78	8.11	8.20	2.21	7.71	8.13	1.90	7.97	7.30	1.97	7.07	8.11	1.79	7.99	8.30	1.97	7.93
1.44	0.38	1.41	1.54	0.49	1.47	1.63	0.61	1.58	1.57	0.53	1.53	1.26	0.40	1.24	1.49	0.45	1.46	1.63	0.52	1.57
6.65	1.55	6.31	6.54	1.49	6.62	6.54	1.78	6.11	6.54	1.57	6.56	6.03	1.69	5.74	6.60	1.52	6.52	6.65	1.62	6.57
237	81	235	255	87	248	242	90	265	251	88	250	236	90	222	240	81	239	259	92	262
50.8	8.0	51.1	50.7	7.7	50.9	50.5	10.5	49.4	50.7	8.5	50.7	50.0	9.6	52.1	51.1	7.6	50.9	49.8	9.3	49.3
7.5	2.3	7.1	8.2	2.7	7.4	7.3	2.0	7.0	7.9	2.5	7.4	6.3	2.5	6.0	7.9	2.7	7.2	7.8	2.2	7.5
1.9	0.6	1.9	2.1	0.7	2.0	1.8	0.6	2.0	2.0	0.7	2.0	1.6	0.7	1.6	2.0	0.7	1.9	2.0	0.6	2.0
5.3	1.6	5.1	5.8	1.9	5.3	5.3	1.4	5.0	5.6	1.8	5.2	4.5	1.8	4.2	5.6	1.9	5.1	5.6	1.5	5.4
508	302	461	545	236	515	574	294	552	554	253	535	402	254	333	499	222	454	583	279	544
264	260	166	291	200	233	346	226	359	307	208	249	222	176	150	251	180	185	341	222	339
241	224	150	307	249	194	296	194	289	304	233	248	179	174	125	293	260	185	288	193	281
2,901	1,676	2,635	3,020	1,649	2,432	2,710	1,349	2,541	2,930	1,567	2,445	2,136	1,681	1,739	2,938	1,708	2,505	2,868	1,476	2,447
7.3	3.9	6.5	9.2	5.9	7.6	9.9	7.0	7.7	9.4	6.2	7.6	5.8	4.2	4.7	8.1	4.8	7.4	10.0	6.6	8.7
5.1	1.2	5.3	5.4	1.2	5.3	5.1	1.3	5.2	5.3	1.2	5.3	4.3	1.3	4.2	5.3	1.2	5.4	5.4	1.2	5.3
193	115	179	209	102	181	200	96	189	206	100	183	169	99	141	206	117	180	203	91	192
0.46	0.09	0.45	0.49	0.11	0.46	0.49	0.11	0.48	0.49	0.11	0.47	0.43	0.10	0.42	0.48	0.10	0.46	0.50	0.11	0.49
0.78	0.22	0.76	0.84	0.20	0.83	0.85	0.26	0.82	0.84	0.22	0.83	0.70	0.20	0.67	0.80	0.19	0.79	0.88	0.24	0.84
11.0	2.5	10.8	11.3	3.1	11.0	10.6	2.8	10.3	11.1	3.0	10.9	9.4	3.0	8.8	11.1	2.7	11.0	11.1	2.9	10.8
0.75	0.18	0.73	0.79	0.23	0.77	0.78	0.20	0.81	0.79	0.22	0.77	0.66	0.20	0.64	0.77	0.21	0.76	0.80	0.20	0.79
5.1	2.5	4.8	5.9	3.3	5.4	6.7	4.3	6.1	6.1	3.6	5.5	4.3	2.7	3.6	5.4	2.9	5.0	6.7	3.8	6.2
209	77	197	233	82	218	225	65	224	230	77	219	174	83	155	220	83	209	230	69	222
3.75	0.83	3.64	3.93	0.81	3.71	3.91	0.87	4.01	3.92	0.82	3.76	3.48	0.79	3.35	3.83	0.78	3.68	4.01	0.81	4.05
69	30	63	83	41	73	79	24	80	82	37	76	55	30	49	78	41	65	80	27	78
2,328	463	2,291	2,515	601	2,555	2,469	505	2,378	2,502	573	2,518	2,301	558	2,241	2,392	513	2,385	2,640	548	2,625
5.9	1.2	5.8	6.4	1.5	6.5	6.2	1.3	6.0	6.3	1.4	6.4	5.8	1.4	5.7	6.0	1.3	6.0	6.7	1.4	6.6
1,538	403	1,494	1,681	465	1,633	1,561	393	1,522	1,646	447	1,610	1,291	425	1,217	1,606	449	1,518	1,643	403	1,651
316	107	313	369	109	370	353	148	350	364	121	365	268	99	257	334	106	326	374	131	381
148	35	146	160	35	157	151	35	154	157	35	155	129	36	122	153	36	149	157	32	160
609	115	594	660	143	636	652	173	637	657	151	637	556	121	539	627	122	616	674	157	679
4.8	1.3	4.8	5.2	1.2	5.0	5.2	1.1	5.1	5.2	1.2	5.0	4.3	1.3	4.2	5.0	1.2	5.0	5.2	1.1	5.1
4.6	0.6	4.6	4.7	0.8	4.8	4.9	0.8	4.9	4.8	0.8	4.8	4.5	0.7	4.5	4.7	0.7	4.6	4.9	0.8	4.9
0.63	0.12	0.62	0.65	0.11	0.64	0.67	0.09	0.67	0.66	0.11	0.64	0.60	0.12	0.57	0.65	0.13	0.64	0.67	0.09	0.65
1.7	0.5	1.6	1.7	0.5	1.7	1.9	0.7	1.8	1.8	0.6	1.7	1.6	0.7	1.4	1.7	0.5	1.6	1.8	0.6	1.7
1.0	2.5	0.0	0.6	2.6	0.0	0.1	0.3	0.0	0.5	2.2	0.0	3.9	7.5	0.2	0.8	2.8	0.0	0.1	0.2	0.0

第4表の1 食品群別摂取量 - BDHQ 粗摂取量(food) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数, 20歳以上

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	733			58			81			113			123			171		
穀類	341.5	177.3	319.3	382.0	200.5	394.6	320.5	164.5	288.7	365.2	205.4	318.9	306.0	133.2	300.9	338.5	180.7	322.2
米・加工品	248.8	157.2	234.0	289.0	172.1	300.3	237.0	144.8	234.0	265.8	173.1	234.0	208.5	116.2	208.0	250.8	164.3	234.0
小麦・加工品	78.7	50.9	71.4	79.5	53.0	62.2	71.9	49.8	59.3	82.9	56.2	70.2	84.0	52.6	73.5	74.1	45.6	71.4
パン	35.6	28.7	26.0	22.5	18.7	22.5	27.2	28.0	20.0	30.8	21.8	25.0	36.2	27.7	27.5	38.6	29.7	28.9
うどん	14.3	18.9	9.3	16.6	21.5	9.3	16.3	24.1	8.4	16.3	21.7	9.7	14.1	18.9	9.3	11.0	12.8	8.6
ラーメン	17.6	22.4	9.7	24.0	28.6	13.9	18.7	20.8	10.8	21.9	26.3	11.9	19.8	19.3	10.8	14.9	21.5	9.7
パスタ類	11.2	14.1	8.6	16.4	17.6	11.9	9.7	11.8	8.4	13.9	14.9	9.7	13.8	17.1	9.3	9.5	12.2	8.4
その他の穀類・加工品	13.9	21.4	8.6	13.5	18.3	8.9	11.5	15.5	8.4	16.5	25.4	8.6	13.6	17.2	8.4	13.6	25.6	9.3
いも類	24.1	28.3	11.9	23.3	24.5	18.0	26.1	30.5	12.9	22.5	27.5	10.8	19.1	22.1	10.8	21.2	24.7	11.9
砂糖・甘味料類	3.9	3.6	3.1	3.3	2.9	2.8	3.5	3.4	2.7	3.8	4.3	2.8	3.6	3.3	3.0	3.8	3.3	3.0
砂糖・甘味料類	1.1	3.1	0.0	1.0	2.8	0.0	1.0	2.9	0.0	1.3	3.9	0.0	1.0	2.8	0.0	1.1	2.9	0.0
調理砂糖	2.8	1.8	2.6	2.3	1.4	2.1	2.4	1.5	2.1	2.6	1.5	2.3	2.6	1.7	2.2	2.7	1.9	2.4
豆類	60.8	49.6	45.9	51.7	54.2	36.7	54.3	42.6	43.8	57.1	45.0	45.9	56.0	49.1	40.8	59.3	47.3	44.4
とうふ・油揚げ	49.0	42.9	36.3	41.8	46.0	33.2	42.3	37.4	34.9	44.9	40.5	36.3	47.0	43.9	36.3	47.6	39.2	38.4
納豆	11.7	16.1	3.6	9.9	14.3	3.2	12.0	14.1	5.1	12.2	14.5	6.7	9.0	13.7	3.1	11.7	16.7	3.3
野菜類	219.0	130.6	196.8	193.1	123.1	179.2	162.9	88.0	152.2	181.0	106.5	156.4	206.0	119.2	188.3	227.2	116.0	209.1
緑黄色野菜	81.6	57.3	69.0	71.4	50.2	65.0	60.7	38.2	49.8	68.5	49.2	55.0	75.3	49.4	66.2	87.3	57.8	76.2
トマト	22.4	24.2	11.4	17.4	17.8	10.5	16.6	14.2	10.8	19.0	18.0	11.4	19.6	19.8	10.8	26.0	28.0	19.7
にんじん・かぼちゃ	22.2	18.9	17.1	18.8	14.8	17.1	16.8	15.6	14.8	19.9	17.3	16.4	20.8	18.2	17.1	23.3	18.9	17.1
緑葉野菜	37.1	33.0	28.8	35.1	29.6	29.9	27.3	22.3	25.9	29.6	30.0	25.9	34.9	30.7	28.8	38.0	31.0	29.9
その他の野菜	118.0	76.6	102.6	105.0	74.9	97.1	87.0	51.9	81.1	98.5	62.5	82.5	116.3	76.9	102.6	120.9	64.5	110.9
生(レタス・キャベツ)	25.0	21.5	19.0	19.7	15.0	18.1	18.5	15.0	15.2	19.4	14.1	17.1	26.3	22.7	26.3	26.0	19.8	19.0
キャベツ	39.8	32.1	31.6	34.4	26.9	29.9	28.1	20.7	25.9	32.3	25.5	29.9	40.9	36.1	29.9	41.0	28.6	33.2
だいこん・かぶ	20.5	21.3	11.4	20.2	23.5	11.4	14.6	13.0	9.9	18.3	16.7	11.4	18.3	19.1	10.8	21.4	19.3	19.7
根菜	32.7	27.3	25.6	30.7	26.2	26.4	25.7	25.0	22.2	28.5	26.7	24.6	30.7	23.4	25.6	32.6	22.2	27.1
100%ジュース(×0.225)	6.8	14.5	0.0	9.7	17.8	3.5	6.9	12.8	3.0	6.0	11.2	0.0	4.6	9.7	0.0	7.4	18.0	0.0
漬け物	12.5	15.9	7.4	7.1	8.5	3.3	8.3	10.2	4.3	8.0	9.9	3.5	9.9	11.4	6.1	11.7	14.1	7.4
漬物(緑葉野菜)	8.2	11.0	3.3	5.1	7.1	1.6	5.2	6.8	1.9	4.9	6.5	1.8	6.9	8.9	3.3	7.8	10.4	3.0
漬物(その他)	4.3	7.7	1.5	2.0	3.0	1.3	3.1	5.1	1.5	3.2	5.2	1.4	3.1	5.0	1.4	3.9	6.2	1.5
果実類	98.0	88.7	77.8	82.2	76.9	60.7	79.0	73.6	57.9	65.5	62.2	44.5	72.9	70.4	48.6	111.7	97.3	96.0
かき・いちご	31.4	39.7	14.8	21.8	29.7	12.9	26.1	30.0	14.8	16.4	24.1	6.9	18.9	23.4	6.9	35.4	44.5	14.8
柑橘類	9.1	17.6	6.0	7.0	12.4	3.0	6.4	14.8	0.0	6.5	14.1	0.0	8.8	18.7	0.0	8.6	15.2	6.0
その他の果物	34.1	36.7	14.8	20.0	24.6	12.9	22.7	28.3	12.9	22.0	27.6	12.9	29.5	34.8	12.9	42.3	39.2	32.1
100%ジュース(×0.775)	23.6	50.0	0.0	33.4	61.3	11.9	23.8	44.1	10.3	20.7	38.5	0.0	15.7	33.3	0.0	25.4	62.0	0.0
きのこ類	11.0	10.6	9.2	11.1	10.4	9.2	10.7	7.9	10.7	10.1	9.2	9.5	10.9	10.9	9.2	10.7	10.0	8.2
藻類	10.8	12.0	5.7	10.5	11.5	6.3	10.0	8.4	6.3	9.1	10.0	5.7	10.2	11.4	4.9	10.6	10.6	6.3
魚介類	65.5	51.9	51.4	56.1	44.1	44.9	57.9	45.5	44.8	54.7	40.8	42.9	58.7	52.4	39.3	69.7	52.0	57.0
生魚介類	35.1	31.5	26.4	31.4	23.0	25.7	33.9	28.4	24.5	29.9	23.1	23.4	34.4	37.5	22.9	36.9	32.6	29.2
脂がのった魚	10.5	13.3	6.4	10.3	11.4	6.3	12.0	14.5	6.4	11.2	15.0	6.7	9.4	10.5	6.1	10.7	13.1	6.7
脂が少ない魚	12.3	14.8	7.1	10.7	9.9	6.6	9.3	11.9	6.1	8.7	7.8	6.7	13.2	17.6	7.1	12.8	15.8	7.4
いか・たこ・えび・貝	12.3	14.4	7.1	10.4	9.6	7.1	12.6	13.0	7.1	10.0	10.2	6.7	11.8	21.0	6.4	13.4	13.9	10.5
魚介加工品	30.4	31.2	21.0	24.7	29.2	14.9	24.0	27.5	18.0	24.8	23.1	16.5	24.2	28.4	14.8	32.9	32.1	26.4
干物	6.6	13.7	4.1	8.3	21.6	4.6	4.7	7.0	4.1	4.4	7.8	0.0	4.4	9.1	0.0	6.0	11.1	4.1
ツナ缶	8.8	11.2	5.9	6.3	6.7	3.5	7.1	11.3	3.4	7.8	9.1	5.3	6.2	7.5	3.2	10.3	12.0	6.6
骨ごと魚	15.0	19.6	10.3	10.1	10.6	5.7	12.2	21.6	6.8	12.6	14.4	9.1	13.6	22.7	6.8	16.6	19.8	11.9
豚肉・牛肉	78.0	49.1	70.2	74.4	39.8	69.9	80.2	42.4	77.9	87.4	49.0	79.6	80.0	52.7	68.9	75.5	53.4	64.6
ハム	37.2	28.8	32.0	34.1	25.9	32.0	39.4	23.1	32.0	42.4	31.5	33.9	37.8	27.8	30.8	34.5	28.6	30.8
鶏肉	9.1	9.9	4.9	8.2	7.8	4.7	8.9	8.4	5.1	9.9	9.9	8.6	9.6	10.2	5.1	9.1	9.2	5.4
レバー	30.2	23.8	28.5	31.0	19.1	32.0	30.7	22.1	30.8	33.7	21.6	32.0	31.5	28.8	27.7	30.4	25.0	27.7
肉類(内臓)	1.5	3.2	0.0	1.2	1.9	0.0	1.2	2.2	0.0	1.5	2.7	0.0	1.1	2.4	0.0	1.6	3.3	0.0
卵類	45.5	28.9	47.1	40.1	23.1	42.4	42.5	31.3	42.4	44.1	29.2	42.4	44.5	25.7	47.1	46.7	31.0	43.6
乳類	106.4	105.1	74.4	96.0	119.4	55.9	84.4	86.6	49.5	87.2	97.1	49.5	89.3	90.0	55.7	115.3	110.8	111.4
低脂肪乳	43.3	72.8	0.0	28.9	57.6	0.0	21.0	43.7	0.0	32.0	69.2	0.0	31.2	61.0	0.0	50.8	82.3	0.0
普通乳	51.2	76.0	10.0	41.9	61.6	16.6	48.4	75.9	11.0	41.9	66.3	10.0	47.5	71.8	9.2	52.3	77.1	9.0
アイスクリーム	11.9	20.9	8.0	25.2	25.0	17.1	15.1	21.0	8.0	13.4	19.3	8.0	10.6	18.7	8.0	12.2	24.8	0.0
油脂類	12.6	6.2	12.0	12.3	6.7	11.3	12.1	5.5	11.8	12.9	5.8	12.2	12.7	6.5	11.8	13.0	6.6	12.5
菓子類	47.4	45.8	32.7	51.5	46.6	41.9	56.6	48.8	42.9	49.3	44.3	36.0	47.3	42.7	36.0	41.4	37.4	31.7
和菓子類	26.4	31.3	11.5	30.0	30.5	25.0	35.2	34.8	25.0	26.4	31.1	11.5	24.3	25.0	25.0	23.7	27.8	11.5
せんべい	6.5	10.0	3.8	5.1	7.1	3.3	5.6	8.7	3.3	5.6	9.0	3.3	6.1	8.3	3.8	5.8	7.6	3.8
洋菓子	14.4	17.0	8.2	16.5	18.1	17.9	15.8	16.3	8.2	17.3	17.5	8.2	16.9	19.8	8.2	11.9	13.9	7.1
嗜好飲料類	614.7	440.0	536.0	483.8	463.2	317.3	475.4	374.1	412.5	631.1	548.0	525.0	720.8	504.9	589.3	670.7	391.9	631.4
アルコール飲料	143.4	314.7	0.0	108.7	241.3	12.5	113.9	232.0	2.3	190.0	370.7	18.1	235.2	427.6	7.2	159.5	313.9	6.3
日本酒	7.8	43.9	0.0	1.5	5.6	0.0	8.7	35.1	0.0	13.0	68.6	0.0	4.9	22.1	0.0	11.5	56.2	0.0
ビール	101.2	267.8	0.0	84.4	211.9	0.0	62.1	175.0	0.0	136.1	307.2	0.0	167.7	358.3	0.0	120.5	293.3	0.0
焼酎	24.3	56.9	0.0	15.5	34.9	0.0	28.7	59.5	0.0	29.4	56.0	0.0	38.1	73.0	0.0	21.5	58.0	0.0
ウイスキー	2.7	15.5	0.0	6.2	22.6	0.0	2.7	12.5	0.0	4.4	19.1	0.0	5.6	25.5	0.0	1.2	7.4	0.0
ワイン	7.4	35.5	0.0	1.1	4.9	0.0	11.7	40.1	0.0	7.0	32.9	0.0	18.9	66.4	0.0	4.9	19.7	0.0
その他の嗜好飲料	471.2	317.3	428.6	375.1	379.3	244.3	361.5	283.0	295.7	441.1	332.3	385.0	485.6	328.9	450.0	511.2	288.3	492.1
緑茶	166.2																	

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
128			59			187			252			182			102		
332.4	174.2	318.5	387.1	175.4	407.1	349.7	176.0	328.7	354.7	192.8	318.9	328.6	187.2	313.8	369.4	176.5	362.4
240.2	158.5	237.1	290.1	160.9	270.2	256.0	160.5	240.2	261.9	164.8	234.0	242.9	168.3	234.0	271.8	162.9	260.0
78.1	45.8	74.9	82.8	60.7	70.0	79.6	50.9	73.5	78.6	53.5	64.7	73.8	45.9	71.8	82.2	54.1	75.1
43.3	31.6	45.6	42.9	33.5	56.0	43.2	32.1	46.2	27.8	23.5	22.5	40.9	30.7	45.0	44.3	32.6	56.0
14.1	17.1	9.3	15.2	20.7	8.6	14.5	18.2	9.3	16.4	22.4	9.3	11.6	15.0	8.6	16.0	19.3	10.0
11.9	17.1	8.6	17.3	25.0	8.4	13.6	20.0	8.6	21.4	25.2	11.5	13.0	18.1	9.3	14.1	21.2	8.5
8.6	11.3	8.4	7.5	12.8	0.0	8.3	11.8	8.4	13.1	14.8	9.3	8.3	11.0	8.4	7.7	11.4	7.5
14.1	20.2	9.3	14.1	20.4	8.4	14.1	20.2	9.3	14.2	21.1	8.4	11.8	16.6	9.3	15.4	21.0	9.3
31.5	36.7	18.0	28.1	27.7	20.0	30.4	34.1	18.0	23.8	27.8	11.9	24.2	26.7	17.0	32.7	37.4	18.0
4.4	4.1	3.4	4.7	2.8	4.1	4.5	3.7	3.8	3.6	3.7	2.8	4.1	3.6	3.3	4.7	3.7	4.1
1.3	3.6	0.0	0.8	1.7	0.0	1.1	3.1	0.0	1.1	3.4	0.0	1.2	3.3	0.0	1.1	2.9	0.0
3.1	1.9	3.0	3.8	1.9	3.7	3.4	1.9	3.3	2.5	1.5	2.2	3.0	1.8	3.0	3.6	2.0	3.7
73.7	54.1	66.3	71.4	55.4	58.9	73.0	54.4	64.8	54.9	46.4	41.4	68.1	52.3	56.1	69.2	54.0	58.9
60.1	46.0	50.1	57.7	48.4	40.3	59.3	46.7	44.4	43.3	40.7	34.9	54.9	43.4	40.3	55.5	46.7	40.3
13.7	19.2	3.5	13.7	18.2	3.1	13.7	18.8	3.5	11.6	14.3	5.8	13.3	18.3	3.8	13.7	18.6	3.3
279.0	153.8	258.7	267.0	167.4	237.9	275.2	157.9	244.2	178.0	105.4	159.3	246.3	132.8	226.4	281.7	164.7	243.0
100.8	66.8	87.2	101.0	71.7	80.6	100.8	68.2	87.1	66.7	46.2	55.0	92.1	60.3	79.3	103.5	70.5	85.4
27.5	27.2	13.7	25.7	35.2	7.9	27.0	29.9	10.8	17.9	16.8	11.4	25.9	27.6	11.4	29.0	33.0	11.4
26.8	22.5	18.1	27.1	19.6	22.8	26.9	21.5	19.0	18.6	16.2	16.4	24.3	21.1	17.6	27.6	20.0	19.0
46.5	37.6	33.2	48.2	45.0	33.2	47.0	40.0	33.2	30.1	27.7	26.2	41.8	32.5	31.6	46.9	42.0	33.2
150.4	93.2	127.1	135.6	93.0	133.5	145.7	93.1	128.1	96.3	62.6	84.8	132.0	80.2	118.5	146.0	94.1	135.5
32.6	28.0	29.6	27.5	25.8	19.0	31.0	27.3	29.6	19.2	14.6	17.1	28.2	22.4	22.8	30.7	28.5	20.9
49.9	36.8	36.5	47.4	41.4	33.2	49.1	38.2	34.5	31.5	24.4	28.8	44.5	32.7	33.2	48.2	39.4	34.9
26.5	30.1	22.2	22.6	20.7	12.5	25.3	27.5	19.7	17.6	17.6	10.8	24.0	25.5	19.7	26.2	24.9	22.2
41.3	33.8	28.5	38.1	33.3	28.5	40.3	33.6	28.5	28.1	26.0	24.6	35.3	28.1	28.5	40.9	34.2	28.5
6.4	12.2	0.0	9.6	19.4	0.0	7.4	14.9	0.0	7.1	13.5	3.0	7.5	17.8	0.0	8.3	17.0	3.0
21.4	21.2	16.2	20.7	24.6	13.3	21.2	22.3	15.9	7.9	9.7	3.8	14.7	15.4	10.4	24.0	25.0	18.2
14.1	14.9	9.5	13.3	15.0	9.0	13.9	14.9	9.0	5.0	6.7	1.8	10.2	11.7	7.4	15.4	15.8	9.5
7.3	10.7	1.8	7.4	13.6	1.5	7.3	11.7	1.7	2.9	4.8	1.4	4.5	7.4	1.5	8.6	13.5	1.7
131.1	99.8	116.5	143.2	97.1	123.3	134.9	98.8	119.6	73.7	69.7	49.9	127.9	103.6	111.1	139.0	101.5	123.7
48.7	49.3	32.1	53.1	48.0	37.1	50.1	48.8	32.1	20.8	27.7	12.9	43.0	50.1	32.1	53.8	47.1	37.1
13.4	24.1	6.0	11.8	17.5	6.0	12.9	22.2	6.0	6.6	13.9	0.0	11.5	22.1	6.0	12.4	18.0	6.9
46.8	41.3	37.1	45.0	41.2	37.1	46.2	41.2	37.1	21.7	27.1	12.9	47.5	41.9	32.1	44.2	41.4	32.1
22.2	42.2	0.0	33.2	66.9	0.0	25.6	51.3	0.0	24.6	46.5	10.3	26.0	61.2	0.0	28.6	58.4	10.3
11.4	11.8	9.2	12.8	14.4	9.2	11.8	12.7	9.2	10.5	9.1	9.5	11.3	10.4	9.2	12.7	14.4	9.2
13.3	15.3	8.1	11.8	15.6	5.7	12.8	15.4	6.3	9.7	9.9	5.7	12.0	13.6	9.9	12.2	14.6	5.7
78.7	58.3	67.3	79.2	61.3	60.8	78.8	59.1	67.3	56.0	43.0	44.6	72.0	49.0	63.6	82.8	65.8	66.3
37.7	32.2	29.3	40.4	36.9	29.3	38.6	33.7	29.3	31.5	24.9	23.7	37.7	34.4	29.3	41.0	36.5	29.9
9.9	14.4	6.7	9.8	14.0	6.4	9.9	14.2	6.7	11.3	14.0	6.4	10.5	14.7	6.7	10.7	15.1	6.7
14.5	16.5	8.1	16.4	17.3	10.5	15.1	16.7	8.5	9.3	9.7	6.4	13.9	17.5	7.8	16.0	16.7	9.5
13.3	13.4	9.5	14.2	13.7	10.5	13.6	13.5	10.5	10.9	11.1	7.1	13.3	14.6	8.5	14.4	13.3	11.8
41.0	36.8	31.1	38.8	33.7	27.4	40.3	35.8	29.7	24.5	25.9	16.9	34.2	28.1	26.4	41.8	38.7	31.3
11.1	19.8	4.1	8.4	16.0	4.1	10.2	18.7	4.1	5.4	12.3	1.8	7.2	14.4	4.1	10.8	19.2	4.1
11.7	14.5	6.1	10.7	12.2	6.6	11.4	13.8	6.6	7.2	9.4	3.5	10.9	12.9	5.9	11.2	12.7	6.6
18.2	19.7	11.4	19.7	23.2	10.3	18.7	20.8	11.4	11.9	16.4	6.8	16.2	17.1	11.4	19.8	22.2	10.9
70.5	44.2	65.5	79.4	54.3	68.9	73.3	47.6	66.8	82.1	45.1	75.2	72.3	43.3	65.2	77.7	54.2	70.0
34.0	27.8	30.8	41.1	36.8	32.0	36.3	31.0	30.8	39.5	27.9	33.0	34.4	26.9	30.8	39.8	35.8	33.9
8.3	10.0	4.7	9.3	14.1	4.3	8.6	11.4	4.5	9.2	9.0	5.1	8.8	8.7	4.9	9.1	13.0	4.7
26.3	22.2	27.7	26.8	22.0	27.7	26.5	22.1	27.7	32.1	21.2	30.8	27.7	20.4	27.7	26.4	23.4	24.6
1.9	4.6	0.0	2.2	3.2	2.1	2.0	4.2	0.0	1.3	2.4	0.0	1.4	2.4	0.0	2.4	5.2	1.1
49.4	29.9	54.4	48.2	27.3	52.8	49.0	29.0	54.4	42.7	28.6	42.4	48.2	29.8	49.0	51.7	30.1	56.9
133.7	102.8	138.6	134.2	126.5	135.0	133.9	110.5	138.6	88.3	99.3	52.4	127.3	111.7	135.0	140.4	120.3	150.0
66.3	79.2	10.7	63.5	84.5	0.0	65.4	80.7	10.0	27.7	59.4	0.0	62.1	83.3	8.5	65.6	83.7	0.0
60.7	87.6	4.0	65.9	82.9	0.0	62.4	86.0	0.0	44.0	68.3	11.0	56.8	82.6	9.0	69.6	92.5	0.0
6.7	16.4	0.0	4.8	10.8	0.0	6.1	14.8	0.0	16.7	21.7	8.0	8.4	20.9	0.0	5.3	10.6	0.0
11.8	6.2	11.7	12.8	5.7	13.1	12.1	6.0	11.8	12.5	5.9	11.9	12.2	6.1	11.8	12.4	5.9	12.5
48.5	56.1	28.2	41.9	46.5	19.0	46.4	53.2	25.0	52.2	46.2	40.4	46.6	50.8	31.7	41.9	45.6	20.6
27.6	38.3	10.0	20.8	30.5	5.4	25.5	36.0	10.0	30.0	32.3	25.0	27.4	36.8	11.5	21.4	28.1	10.0
8.0	14.2	3.8	10.5	13.2	3.8	8.8	13.9	3.8	5.5	8.5	3.3	7.3	12.2	3.8	9.3	12.4	3.8
12.8	18.1	7.1	10.6	13.4	3.8	12.1	16.8	7.1	16.6	17.2	8.2	11.9	15.4	7.1	11.1	15.9	3.8
588.5	341.2	531.7	576.0	370.8	589.8	584.6	349.8	540.9	547.2	482.8	439.5	626.4	352.9	593.8	560.8	363.7	525.0
70.1	181.0	0.0	50.0	248.6	0.0	63.7	204.3	0.0	146.8	305.3	9.6	110.7	235.6	0.0	51.9	220.7	0.0
4.7	28.7	0.0	4.6	35.2	0.0	4.6	30.8	0.0	9.0	50.2	0.0	7.4	37.5	0.0	4.0	29.1	0.0
43.9	150.2	0.0	33.6	194.4	0.0	40.7	165.0	0.0	100.4	251.3	0.0	77.4	204.7	0.0	33.3	174.9	0.0
17.7	48.3	0.0	11.5	41.9	0.0	15.7	46.3	0.0	26.0	53.3	0.0	20.4	55.7	0.0	13.6	45.6	0.0
0.3	2.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	2.1	0.0	4.2	18.2	0.0	0.8	6.5	0.0	0.4	2.9	0.0
3.5	18.3	0.0	0.4	2.2	0.0	2.5	15.2	0.0	7.1	31.9	0.0	4.6	18.8	0.0	0.5	2.3	0.0
518.4	297.0	466.1	526.0	317.5	520.0	520.8	302.7	492.1	400.4	329.9	300.0	515.7	292.3	466.1	509.0	302.5	497.5
211.5	214.5	150.0	273.0	229.4	173.2	230.9	220.6	150.0	116.0	172.5	24.7	198.3	216.2	123.7	267.4	226.3	173.2
27.9	85.8	0.0	42.6	104.1	0.0	32.5	91.9	0.0	75.1	133.1	21.4	31.7	91.3	0.0	29.9	83.6	0.0
251.5	177.2	173.2	174.2	162.6	150.0	227.1	176.0	173.2	164.9	176.5	123.7	259.9	171.0	173.2	184.5	166.5	150.0
27.6	67.8	0.0	36.2	94.0	0.0	30.3	76.8	0.0	44.3	105.2	13.3	25.8	63.3	0.0	27.2		

第4表の2 食品群別摂取量 - BDHQ 粗摂取量(food) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -男性, 20歳以上

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	341			26			28			53			50			90		
穀類	393.2	195.0	369.0	495.0	209.2	461.4	375.8	190.3	336.0	418.0	224.6	415.8	348.2	150.2	348.7	372.1	189.5	349.0
米・加工品	286.1	172.0	270.2	367.8	185.7	330.3	282.0	167.4	285.3	304.4	184.1	300.3	227.1	129.1	165.2	278.5	171.7	270.2
小麦・加工品	88.4	56.1	81.1	106.4	56.6	92.3	78.1	57.3	62.7	92.4	61.2	75.3	102.3	59.2	99.1	75.5	48.6	72.8
パン	36.2	29.5	28.9	27.9	20.6	26.0	28.0	29.6	12.1	31.9	23.0	26.0	41.0	31.8	28.9	34.6	29.9	26.0
うどん	15.4	19.4	10.8	21.4	23.0	16.3	12.0	18.1	9.2	15.6	23.8	9.7	16.1	17.6	10.8	10.8	11.7	9.7
ラーメン	23.7	27.0	11.9	34.2	34.9	20.8	29.1	28.0	19.6	29.5	31.3	20.8	28.2	20.8	20.8	19.1	25.8	10.8
パスタ類	13.1	16.4	9.7	22.9	20.9	20.8	9.0	11.4	10.2	15.4	17.5	10.8	17.0	20.5	10.8	10.9	13.4	9.7
その他の穀類・加工品	18.7	26.4	10.8	20.7	21.4	16.3	15.7	18.5	10.8	21.1	29.2	10.8	18.8	18.8	15.2	18.2	33.4	10.8
いも類	22.0	28.5	10.8	27.9	29.7	21.9	24.4	37.7	11.9	19.5	24.3	9.7	16.6	18.5	11.3	17.8	22.0	10.8
砂糖・甘味料類	4.1	3.7	3.2	3.7	3.2	3.1	2.7	2.1	2.1	4.4	5.2	3.2	4.3	4.0	3.5	4.0	3.5	3.0
砂糖・甘味料類	1.2	3.2	0.0	1.2	3.1	0.0	0.5	1.3	0.0	1.6	4.7	0.0	1.5	3.6	0.0	1.4	3.2	0.0
調理砂糖	2.9	1.9	2.7	2.6	1.5	2.5	2.3	1.7	2.0	2.8	1.5	2.8	2.8	1.7	2.6	2.6	2.1	2.1
豆類	59.7	50.3	44.4	56.0	59.4	38.3	54.0	50.8	43.8	52.9	40.3	47.1	47.8	38.9	40.3	58.0	47.2	44.1
とうふ・油揚げ	46.8	41.9	40.3	42.9	49.0	36.3	40.9	43.6	38.3	38.6	33.3	36.3	41.0	37.2	36.3	45.0	36.9	40.3
納豆	12.8	17.9	3.5	13.1	16.4	3.6	13.2	17.7	3.5	14.3	17.4	7.4	6.8	10.8	2.9	13.0	18.7	3.5
野菜類	215.2	133.7	198.5	182.1	99.6	167.0	156.6	89.1	148.5	175.9	99.9	156.4	211.3	128.3	202.3	215.3	125.7	196.5
緑黄色野菜	77.9	57.3	63.8	63.0	34.0	55.5	54.9	39.0	46.2	61.4	39.0	57.2	77.2	56.6	65.1	78.3	59.6	65.2
トマト	21.6	23.5	11.4	16.9	16.8	12.0	13.8	11.1	10.8	16.8	15.7	11.4	20.0	22.0	10.2	23.7	25.4	11.4
にんじん・かぼちゃ	20.9	18.7	17.1	19.2	12.1	17.1	14.7	13.6	12.7	19.4	14.6	19.0	20.3	18.6	17.6	19.2	17.6	16.1
緑葉野菜	35.4	34.0	29.9	26.9	15.7	29.9	26.4	26.4	14.6	25.2	19.7	26.6	36.9	36.3	31.5	35.4	34.8	31.5
その他の野菜	115.2	77.5	99.7	98.9	60.5	90.4	85.4	53.1	81.3	96.2	59.5	77.9	117.0	78.9	108.8	115.3	67.6	104.8
生(レタス・キャベツ)	25.7	23.7	19.0	20.4	12.7	19.0	20.6	17.9	16.1	22.0	15.9	19.0	27.1	26.9	18.0	24.7	20.9	19.0
キャベツ	38.4	32.1	33.2	32.2	20.3	33.2	24.7	22.1	14.6	29.7	22.8	29.9	41.8	40.8	31.5	40.3	28.5	33.2
だいこん・かぶ	19.9	21.3	11.4	20.2	18.0	12.0	13.7	11.1	12.0	19.5	16.9	12.5	17.9	17.6	11.1	18.9	19.4	11.4
根菜	31.2	26.0	28.5	26.1	19.1	28.5	26.3	22.0	19.6	25.0	20.6	25.6	30.3	21.2	28.5	31.5	23.2	28.5
100%ジュース(×0.225)	8.4	16.6	3.5	11.3	14.4	3.5	7.3	13.9	0.0	7.5	13.2	0.0	6.6	12.6	0.0	10.3	23.2	0.0
漬け物	13.7	16.7	9.5	8.9	9.0	5.8	9.0	7.9	5.3	10.8	11.6	8.3	10.5	10.9	8.5	11.4	14.3	8.3
漬物(緑葉野菜)	9.1	11.7	4.2	6.2	6.8	3.8	5.8	7.1	3.6	6.5	7.6	4.2	6.9	7.2	4.0	8.3	11.4	3.8
漬物(その他)	4.6	8.1	1.8	2.8	3.6	1.7	3.2	4.5	1.9	4.4	5.8	1.8	3.6	6.0	1.6	3.1	5.1	1.6
果実類	91.9	90.8	66.8	77.6	65.1	63.4	60.7	59.7	36.6	61.3	61.6	44.1	63.9	68.7	42.3	107.6	112.5	77.7
かき・いちご	25.4	35.5	14.8	17.3	20.7	14.8	15.8	17.9	10.9	9.4	10.8	6.9	11.9	15.2	6.9	28.7	38.1	14.8
柑橘類	6.9	13.8	0.0	5.9	14.7	0.0	3.6	7.6	0.0	4.8	11.1	0.0	4.0	8.2	0.0	8.5	17.0	0.0
その他の果物	30.6	37.8	14.8	15.3	14.5	10.9	16.3	27.2	6.9	21.5	28.7	14.8	25.1	37.3	10.9	34.8	40.8	14.8
100%ジュース(×0.775)	28.9	57.2	11.9	39.1	49.6	11.9	25.0	47.9	0.0	25.7	45.4	0.0	22.8	43.4	0.0	35.6	79.9	0.0
きのこ類	10.0	9.7	5.2	10.4	8.8	7.9	9.3	6.5	10.7	9.5	7.8	9.5	9.6	8.0	9.5	10.1	10.7	4.7
藻類	10.9	12.9	5.7	11.8	14.5	6.0	8.0	6.1	5.7	9.3	8.1	5.7	9.4	10.2	5.4	11.6	11.6	6.3
魚介類	69.0	54.9	53.2	69.7	52.9	55.0	61.2	36.0	55.8	60.3	48.2	47.6	67.2	64.7	43.0	74.4	58.8	61.7
生魚介類	38.7	34.9	30.0	35.2	23.4	29.3	40.3	26.5	38.7	33.4	26.7	26.4	43.2	50.3	26.9	42.5	38.5	33.7
脂がのった魚	12.5	14.6	7.1	13.0	13.3	7.8	14.0	13.6	8.1	14.6	17.4	7.8	12.2	12.9	7.1	13.3	15.3	7.8
脂が少ない魚	13.3	16.2	7.8	11.4	9.3	7.4	11.8	11.9	7.8	9.4	9.3	7.1	16.8	22.7	7.1	14.3	19.0	7.8
いか・たこ・えび・貝	12.9	16.4	7.8	10.8	8.6	7.8	14.5	12.0	7.8	9.4	10.4	7.1	14.1	29.9	7.1	14.9	16.1	12.9
魚介加工品	30.4	32.5	22.1	34.5	38.5	26.1	20.9	16.4	18.0	26.9	25.7	19.0	23.9	33.8	14.2	31.9	35.6	26.6
干物	7.2	14.8	4.3	12.9	31.0	5.3	5.5	6.3	4.8	6.1	9.9	4.3	4.1	6.4	0.0	6.5	11.5	2.1
ツナ缶	8.8	11.7	3.9	9.0	7.7	6.8	5.8	6.2	3.5	8.8	10.3	6.8	5.9	8.2	3.4	9.4	13.0	6.8
骨ごと魚	14.4	20.6	7.4	12.7	11.6	7.1	9.7	10.7	6.5	12.0	14.8	6.8	13.9	29.2	6.8	16.0	22.8	12.5
豚肉・牛肉	83.1	56.0	75.2	81.9	35.9	77.5	86.7	53.1	83.5	98.5	48.7	83.5	89.9	66.8	77.2	78.3	63.6	68.5
ハム	39.2	32.3	35.6	34.2	16.4	33.8	42.1	27.5	37.4	44.9	33.3	35.6	42.3	33.1	35.6	36.2	34.6	32.0
鶏肉	10.0	10.5	5.4	9.4	8.0	5.2	9.7	10.1	5.2	11.4	9.4	11.1	10.5	11.8	9.9	10.0	10.4	5.9
レバー	32.1	25.1	32.0	36.5	18.0	35.6	33.5	24.2	33.8	40.4	21.9	35.6	35.7	30.3	32.0	30.4	27.1	32.0
肉類(内臓)	1.8	3.7	0.0	1.7	2.3	0.0	1.5	1.6	0.0	1.8	3.6	0.0	1.4	3.4	0.0	1.7	2.5	0.0
卵類	50.9	33.0	54.4	46.4	26.8	49.0	42.9	37.5	29.9	50.0	31.9	54.4	48.7	31.5	49.0	52.4	35.8	54.4
乳類	104.8	117.7	55.7	102.9	159.6	51.6	87.7	97.3	42.6	74.9	99.8	32.5	62.9	82.9	21.4	121.8	130.9	99.0
低脂肪乳	44.0	75.3	0.0	35.5	71.3	5.2	29.5	50.6	0.0	23.7	62.3	0.0	18.8	42.6	0.0	52.1	88.6	0.0
普通乳	47.9	82.2	0.0	41.6	74.5	12.1	41.4	79.8	0.0	36.4	68.2	0.0	32.7	72.3	0.0	55.9	88.6	10.4
アイスクリーム	13.0	22.6	9.2	25.8	25.8	19.8	16.9	24.4	9.2	14.9	22.9	9.2	11.4	17.7	9.2	13.8	26.5	0.0
油脂類	13.3	7.0	12.8	14.0	6.5	13.2	12.5	6.5	11.9	13.8	5.5	13.2	14.9	7.9	14.2	14.0	8.0	13.8
菓子類	42.8	46.0	29.9	52.5	55.9	38.8	39.8	37.9	29.0	47.7	43.6	37.1	46.3	47.1	36.6	38.0	37.6	28.0
和菓子類	21.8	29.4	11.5	28.4	33.1	28.9	20.3	23.4	11.5	22.1	26.9	11.5	22.8	28.5	11.5	20.2	28.2	11.5
せんべい	6.3	10.4	3.8	5.6	7.0	3.8	4.8	6.3	3.8	5.6	7.4	3.8	6.1	6.7	3.8	4.7	6.7	3.8
洋菓子	14.7	18.1	8.2	18.5	22.2	20.6	14.7	14.4	8.2	20.1	20.0	20.6	17.4	20.2	8.2	13.0	16.1	8.2
嗜好飲料類	724.9	508.6	634.1	647.1	557.5	483.3	616.3	486.0	547.7	742.3	676.1	595.6	857.2	609.7	718.4	791.9	432.2	742.2
アルコール飲料	233.1	404.2	43.6	192.3	328.1	56.8	193.3	304.2	48.2	289.8	489.6	48.2	393.3	550.8	186.0	270.2	391.9	135.0
日本酒	12.9	56.2	0.0	2.4	7.9	0.0	13.4	38.5	0.0	18.6	77.6	0.0	5.0	18.9	0.0	20.7	76.0	0.0
ビール	166.6	350.5	0.0	156.2	291.0	20.1	124.7	258.7	0.0	213.3	403.7	0.0	277.7	471.0	49.7	202.3	377.8	14.7
焼酎	41.3	72.7	0.0	20.3	44.7	0.0	40.1	71.5	0.0	40.5	64.1	0.0	78.6	95.2	28.9	38.7	75.3	0.0
ウイスキー	4.4	18.9	0.0	11.3	32.1	0.0	4.1	16.5	0.0	7.6	26.6	0.0	8.9	27.4	0.0	2.2	10.1	0.0
ワイン	7.9	36.7	0.0	2.0	7.2	0.0	10.9	34.1	0.0	9.9	43.9	0.0	23.1	71.0	0.0	6.4	25.6	0.0
その他の嗜好飲料	491.8	342.6	444.6	454.8	459.7	277.9	423.0	390.7	280.5	452.5	349.8	338.2	463.9	354.6	408.3	521.7	314.1	505.3

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
62			32			94			107			88			56		
373.4	206.5	350.2	452.9	153.8	461.8	400.5	193.1	400.0	425.6	214.9	425.8	349.0	211.1	322.8	441.3	166.1	428.9
272.7	187.0	270.2	333.0	144.3	330.3	293.2	175.2	300.3	314.0	181.5	300.3	258.4	188.7	240.2	327.4	156.5	300.3
82.6	47.7	79.4	101.9	67.3	95.0	89.2	55.5	82.8	92.1	59.4	77.3	76.4	48.2	73.7	94.1	59.3	91.1
41.4	30.5	31.8	44.6	34.7	56.9	42.5	31.8	39.0	29.9	24.2	26.0	39.8	33.1	28.9	43.9	32.4	54.0
17.4	20.7	10.8	20.6	24.2	10.8	18.5	21.9	10.8	16.1	22.3	10.8	11.9	16.0	9.7	20.9	22.5	10.8
13.5	19.6	9.7	26.0	29.4	20.8	17.8	24.0	10.2	30.5	31.1	20.8	15.2	20.4	10.8	20.0	25.1	10.8
10.3	13.7	9.2	10.6	15.8	8.6	10.4	14.4	8.6	15.6	17.7	10.8	9.5	12.5	8.6	9.4	13.0	8.6
18.1	24.3	10.8	18.0	24.7	10.8	18.1	24.3	10.8	19.6	24.9	10.8	14.2	19.8	9.7	19.8	24.9	10.8
30.1	39.6	11.9	24.3	26.5	11.3	28.1	35.6	11.9	22.8	29.5	10.8	18.6	20.5	10.8	31.8	42.0	11.3
3.9	3.0	3.5	5.3	3.3	4.6	4.4	3.2	4.1	3.8	4.1	2.8	4.1	3.5	3.4	4.7	3.1	4.4
0.8	2.4	0.0	1.0	1.9	0.0	0.9	2.2	0.0	1.2	3.7	0.0	1.3	3.1	0.0	0.8	1.8	0.0
3.1	1.8	3.0	4.3	2.1	4.1	3.5	2.0	3.5	2.6	1.6	2.4	2.8	1.9	2.7	3.9	2.1	4.1
76.6	59.1	64.8	69.1	57.0	58.9	74.1	58.2	64.6	53.9	47.8	43.8	68.4	55.7	48.1	70.8	58.5	58.9
60.8	48.4	44.4	56.1	49.2	42.3	59.2	48.5	44.4	40.3	40.0	36.3	54.0	44.3	40.3	56.5	49.7	40.3
15.8	21.6	3.5	12.9	17.9	3.1	14.8	20.4	3.5	13.7	17.1	4.2	14.4	20.6	3.5	14.3	19.9	3.1
266.9	161.5	263.4	263.9	165.1	228.3	265.9	161.9	236.0	172.4	96.7	153.7	230.0	139.5	215.1	278.3	166.3	236.0
96.3	64.9	87.9	101.7	72.2	80.6	98.2	67.1	86.2	60.1	37.6	53.6	83.0	57.4	72.1	105.5	71.7	88.1
28.5	28.5	18.2	23.3	29.2	10.8	26.7	28.7	11.4	16.0	14.9	11.4	24.4	26.7	11.4	28.1	30.9	11.4
25.6	24.8	19.0	27.0	20.3	20.9	26.1	23.2	19.0	18.1	13.8	17.1	21.7	23.4	17.1	27.3	19.5	19.0
42.2	33.4	33.2	51.4	52.9	33.2	45.3	41.0	33.2	25.9	20.7	26.6	36.9	29.7	33.2	50.1	46.6	34.9
141.8	97.3	121.0	131.4	98.1	107.7	138.2	97.2	120.0	94.0	57.8	80.6	122.9	84.7	105.0	140.7	97.4	119.8
33.7	32.6	20.9	26.0	25.2	19.0	31.1	30.4	20.9	21.3	15.7	19.0	27.7	24.7	19.9	29.6	30.4	19.0
47.3	36.0	33.2	42.2	40.5	33.2	45.6	37.4	33.2	29.0	22.0	29.9	41.1	29.6	33.2	46.3	41.7	33.2
24.7	31.7	12.0	22.7	22.3	12.0	24.0	28.7	12.0	18.1	16.0	12.5	21.3	28.2	11.4	25.8	23.5	18.2
36.1	33.3	28.5	40.5	36.1	28.5	37.6	34.1	28.5	25.6	20.4	25.6	32.9	30.2	28.5	38.9	32.6	28.5
6.5	13.2	0.0	9.3	15.0	3.5	7.5	13.8	1.7	8.3	13.7	3.5	9.5	22.8	0.0	8.5	14.8	3.5
22.3	21.6	19.0	21.4	26.8	15.2	22.0	23.3	17.7	9.9	10.1	6.1	14.6	15.0	10.4	23.6	26.2	17.7
15.3	16.0	9.5	12.8	15.4	9.0	14.4	15.8	9.5	6.2	7.2	3.8	10.6	12.6	5.9	14.8	16.1	9.5
7.1	10.5	1.8	8.7	15.7	0.8	7.6	12.5	1.8	3.7	5.0	1.8	4.0	6.6	1.6	8.8	14.4	1.9
116.0	99.1	106.0	134.3	82.4	128.2	122.2	93.7	111.4	65.1	61.8	44.1	116.6	113.7	93.0	136.0	97.1	128.0
40.3	43.6	14.8	50.1	52.7	37.1	43.7	46.9	37.1	13.0	15.9	6.9	32.9	44.0	14.8	52.8	48.0	37.1
9.5	16.1	6.9	9.5	12.8	6.9	9.5	15.0	6.9	4.7	11.2	0.0	7.5	15.7	0.0	11.7	17.1	6.9
43.6	40.6	37.1	42.5	46.0	37.1	43.2	42.3	37.1	18.6	25.5	6.9	43.4	44.0	37.1	42.3	43.2	37.1
22.5	45.6	0.0	32.2	51.7	11.9	25.8	47.7	6.0	28.8	47.0	11.9	32.8	78.5	0.0	29.3	50.9	11.9
9.3	10.1	5.0	12.8	14.1	10.7	10.5	11.6	5.2	9.6	7.7	10.3	9.8	10.7	5.0	12.3	13.2	9.5
13.0	18.0	5.7	12.2	16.9	5.7	12.7	17.6	5.7	9.6	9.7	5.7	13.2	16.0	6.3	11.3	15.6	5.7
72.8	56.2	61.5	70.0	52.3	55.5	71.9	54.6	58.8	62.8	46.3	51.7	70.7	51.5	58.7	75.4	62.8	55.5
36.1	30.8	29.3	36.0	28.9	29.9	36.0	30.0	29.3	35.6	25.8	29.3	41.3	39.6	31.9	37.7	33.0	29.3
11.2	14.9	7.1	8.3	11.0	6.4	10.2	13.7	7.1	14.1	15.4	7.8	13.5	18.0	7.1	9.2	11.0	6.7
13.1	13.8	7.8	14.5	16.7	7.1	13.6	14.8	7.8	10.5	10.0	7.1	13.9	18.6	7.8	15.3	17.8	7.1
11.8	11.1	7.8	13.2	11.7	11.1	12.3	11.3	7.8	11.1	10.6	7.8	13.8	15.4	8.5	13.2	12.2	10.3
36.8	33.7	25.7	34.0	32.7	23.5	35.9	33.2	25.1	27.2	27.7	19.0	29.4	23.8	22.8	37.7	37.8	25.5
10.5	18.8	4.5	5.9	15.0	0.0	8.9	17.7	2.1	7.6	17.1	4.8	6.7	12.6	2.4	9.6	19.8	0.0
10.2	14.6	3.9	11.1	14.1	5.4	10.5	14.3	3.9	8.0	8.8	6.1	8.8	11.8	3.9	10.8	13.9	3.7
16.1	17.9	11.9	17.0	23.3	6.2	16.4	19.8	8.7	11.5	13.0	6.8	14.0	15.9	10.6	17.3	22.1	6.5
70.1	41.5	66.3	82.9	62.9	70.0	74.5	49.9	68.7	91.4	47.3	83.5	73.3	48.4	67.6	79.6	57.6	71.1
35.9	30.8	35.6	41.3	39.2	35.6	37.7	33.8	35.6	41.6	28.6	35.6	35.4	31.3	32.0	41.0	38.5	35.6
8.2	8.8	4.9	10.7	15.0	4.5	9.0	11.3	4.9	10.4	9.2	9.9	9.9	9.7	5.9	9.0	11.9	4.9
23.9	20.5	16.4	28.9	24.8	32.0	25.6	22.0	17.1	37.6	21.6	35.6	26.4	19.7	30.2	26.8	24.9	15.7
2.1	6.1	0.0	2.1	3.2	0.0	2.1	5.2	0.0	1.7	2.9	0.0	1.6	2.5	0.0	2.7	6.5	0.0
54.5	33.1	59.9	55.4	30.2	57.2	54.8	32.0	59.9	47.3	32.2	49.0	54.6	33.9	54.4	59.6	33.5	61.0
134.0	115.1	141.1	131.9	111.3	164.0	133.3	113.2	151.9	85.1	115.9	41.9	139.7	133.8	143.2	139.0	118.0	155.9
67.5	79.6	9.8	67.8	87.1	0.0	67.6	81.8	0.0	28.1	61.5	0.0	71.0	93.8	0.0	61.0	80.4	0.0
59.2	95.5	0.0	57.1	78.9	0.0	58.5	89.8	0.0	38.9	72.3	9.2	57.7	93.8	0.0	71.5	98.7	0.0
7.4	19.8	0.0	7.1	12.1	0.0	7.3	17.5	0.0	18.0	24.2	9.2	11.0	27.4	0.0	6.4	10.4	0.0
11.3	6.2	11.5	12.1	5.9	12.5	11.6	6.1	11.8	13.5	6.0	13.0	12.4	7.0	12.0	11.8	5.9	11.6
44.0	61.6	22.8	35.4	31.5	20.6	41.1	53.3	21.3	46.8	45.3	36.6	43.0	56.8	25.8	35.8	36.7	21.3
23.9	38.0	8.5	16.0	20.7	5.4	21.2	33.2	5.4	23.1	27.6	11.5	24.0	38.8	11.5	17.9	22.6	5.4
8.1	17.7	3.8	10.8	12.6	5.5	9.0	16.1	3.8	5.4	7.0	3.8	7.4	14.7	3.8	8.9	12.5	3.8
12.0	18.5	8.2	8.6	11.8	3.8	10.8	16.6	3.8	18.3	19.2	20.6	11.6	17.7	6.0	9.0	11.9	3.8
632.5	353.5	606.3	637.4	402.0	606.3	634.2	368.6	606.3	686.2	600.8	553.9	734.7	366.0	688.3	601.9	405.1	577.1
110.5	207.8	7.1	89.7	334.5	0.0	103.4	256.4	0.0	240.9	411.0	48.2	190.6	289.7	63.6	92.5	292.6	0.0
9.6	40.9	0.0	8.4	47.7	0.0	9.2	43.1	0.0	13.3	58.2	0.0	14.4	52.6	0.0	7.4	39.1	0.0
63.7	169.4	0.0	60.2	262.6	0.0	62.5	204.5	0.0	176.3	344.2	0.0	129.8	257.8	0.0	59.4	233.6	0.0
35.5	64.6	0.0	21.1	55.4	0.0	30.6	61.7	0.0	35.5	62.1	0.0	41.0	74.6	0.0	24.8	59.4	0.0
0.6	3.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	3.0	0.0	7.6	25.8	0.0	1.6	9.2	0.0	0.7	3.8	0.0
1.0	5.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	4.2	0.0	8.3	35.6	0.0	3.8	15.1	0.0	0.2	1.6	0.0
522.0	302.0	490.4	547.6	317.0	598.1	530.7	305.7	534.1	445.4	385.9	311.8	544.1	304.8	556.8	509.3	305.6	457.3
213.9	201.4	173.2	279.8	234.1	173.2	236.3	214.2	173.2	113.5	176.8	24.7	207.3	217.7	148.5	274.7	225.6	173.2
25.9	80.3	0.0	37.0	89.0	0.0	29.7	83.0	0.0	64.2	130.1	11.5	32.5	84.5	0.0	26.0	72.2	0.0
236.5	185.9	173.2	203.8	168.7	173.2	225.3	180.0	173.2	196.3	198.8	173.2	264.5	188.1	173.2	184.7	165.2	173.2
45.8	90.9	15.4	27.1	40.0	15.4	39.4	77.7	15.4	71.2	145.3	15.4	39.7	83.3	7.7	23.9</		

第4表の3 食品群別摂取量 - BDHQ 粗摂取量(food) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -女性, 20歳以上

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	392			32			53			60			73			81		
穀類	296.4	146.5	289.3	290.2	138.6	305.5	291.2	142.5	276.6	318.5	175.8	300.6	277.1	112.5	279.0	301.2	163.5	287.4
米・加工品	216.4	135.2	234.0	224.9	130.9	234.0	213.3	126.7	208.0	231.7	156.4	221.0	195.7	105.4	208.0	220.0	150.8	208.0
小麦・加工品	70.3	44.3	63.5	57.7	38.6	48.7	68.7	45.6	59.3	74.5	50.4	62.9	71.4	43.7	68.0	72.5	42.2	70.9
パン	35.1	28.0	25.0	18.2	16.0	10.0	26.8	27.4	22.5	29.8	20.8	22.5	32.9	24.2	22.5	43.0	28.9	45.0
うどん	13.3	18.5	8.4	12.7	19.7	8.4	18.6	26.6	8.4	16.9	19.8	9.3	12.7	19.8	8.4	11.3	14.1	8.4
ラーメン	12.4	15.6	8.4	15.8	19.1	9.3	13.2	13.2	8.4	15.2	18.8	8.4	14.1	16.0	8.4	10.2	14.2	8.4
パスタ類	9.4	11.5	8.4	11.0	12.2	9.3	10.1	12.0	8.4	12.5	12.1	9.3	11.7	14.1	8.4	8.0	10.5	8.4
その他の穀類・加工品	9.8	14.6	7.5	7.7	12.9	0.0	9.2	13.3	7.5	12.3	20.7	7.5	10.0	15.2	7.5	8.6	10.3	8.4
いも類	25.9	28.0	18.0	19.5	19.1	18.0	27.0	26.3	18.0	25.2	30.1	13.6	20.8	24.2	10.3	24.9	27.0	18.0
砂糖・甘味料類	3.7	3.4	3.0	3.0	2.6	2.4	3.9	3.8	3.2	3.3	3.4	2.6	3.1	2.6	2.5	3.6	3.0	3.0
砂糖・甘味料類	1.0	3.0	0.0	0.9	2.6	0.0	1.3	3.4	0.0	1.0	3.1	0.0	0.6	1.9	0.0	0.8	2.6	0.0
調理砂糖	2.7	1.7	2.4	2.1	1.4	1.8	2.5	1.4	2.5	2.3	1.5	2.2	2.5	1.8	2.1	2.8	1.7	2.7
豆類	61.7	49.1	46.1	48.1	50.2	36.1	54.4	38.2	41.5	60.8	48.8	43.6	61.6	54.5	46.4	60.8	47.6	45.9
とうふ・油揚げ	50.9	43.7	34.9	40.8	44.1	31.4	43.0	34.0	34.9	50.4	45.6	34.9	51.0	47.7	34.9	50.4	41.7	38.4
納豆	10.8	14.2	5.1	7.3	12.0	3.0	11.4	11.8	5.8	10.5	11.2	6.4	10.6	15.3	3.6	10.4	14.0	3.0
野菜類	222.3	128.0	196.8	202.0	140.3	182.8	166.3	88.2	156.1	185.5	112.7	161.3	202.4	113.4	186.8	240.4	103.5	213.7
緑黄色野菜	84.9	57.2	69.8	78.2	60.0	71.1	63.8	37.8	57.8	74.7	56.4	55.0	73.9	44.1	66.2	97.3	54.4	85.5
トマト	23.1	24.9	10.8	17.9	18.8	9.9	18.1	15.5	10.8	21.0	19.7	15.3	19.4	18.2	11.8	28.6	30.5	22.2
にんじん・かぼちゃ	23.3	19.0	16.4	18.5	16.9	16.4	18.0	16.6	14.8	20.3	19.4	16.4	21.1	18.1	16.4	27.9	19.2	26.3
緑葉野菜	38.5	32.2	28.8	41.8	36.2	30.2	27.8	20.0	25.9	33.5	36.5	25.9	33.5	26.4	28.8	40.8	26.1	28.8
その他の野菜	120.4	75.8	103.9	109.9	85.6	101.7	87.8	51.8	77.6	100.5	65.4	84.8	115.7	76.0	95.2	127.1	60.7	111.7
生(レタス・キャベツ)	24.3	19.3	18.1	19.1	16.8	15.6	17.4	13.3	14.8	17.0	12.0	16.4	25.8	19.5	26.3	27.4	18.4	29.6
キャベツ	40.9	32.1	28.8	36.2	31.4	28.8	29.9	19.9	25.9	34.6	27.7	28.8	40.3	32.7	28.8	41.8	28.9	31.6
だいこん・かぶ	21.1	21.4	15.8	20.1	27.4	9.9	15.0	14.0	8.9	17.3	16.7	10.8	18.5	20.2	10.8	24.1	19.0	22.2
根菜	34.0	28.5	24.6	34.4	30.6	24.6	25.4	26.6	22.2	31.5	31.1	24.6	31.1	25.0	24.6	33.7	21.3	24.6
100%ジュース(×0.225)	5.5	12.3	0.0	8.4	20.3	3.0	6.7	12.3	3.0	4.7	9.0	3.0	3.1	6.7	0.0	4.1	8.4	3.0
漬け物	11.5	15.2	5.0	5.6	7.9	3.1	7.9	11.2	3.1	5.6	7.3	2.6	9.6	11.7	3.3	12.1	13.9	6.6
漬物(緑葉野菜)	7.5	10.4	2.6	4.2	7.4	1.5	4.8	6.7	1.7	3.4	4.9	1.3	6.9	10.0	2.6	7.4	9.2	3.0
漬物(その他)	4.0	7.3	1.4	1.4	2.3	0.0	3.1	5.5	1.4	2.1	4.3	0.0	2.7	4.2	1.4	4.7	7.3	1.5
果実類	103.4	86.6	87.5	85.9	86.2	57.6	88.7	78.8	68.2	69.2	63.0	55.1	79.0	71.3	54.3	116.3	77.4	102.9
かき・いちご	36.5	42.4	32.1	25.4	35.3	12.9	31.6	33.6	32.1	22.6	30.3	12.9	23.7	26.7	12.9	42.9	49.8	32.1
柑橘類	10.9	20.1	6.0	7.9	10.4	6.0	7.9	17.4	0.0	8.0	16.3	6.0	12.1	22.8	6.0	8.8	13.0	6.0
その他の果物	37.1	35.6	32.1	23.8	30.1	12.9	26.0	28.5	12.9	22.4	26.8	12.9	32.5	32.8	12.9	50.6	35.7	64.3
100%ジュース(×0.775)	18.9	42.3	0.0	28.8	69.8	10.3	23.2	42.5	10.3	16.2	30.8	10.3	10.8	23.2	0.0	14.0	28.8	10.3
きのこ類	11.8	11.2	9.2	11.6	11.8	9.2	11.4	8.5	10.3	10.7	10.3	9.2	11.9	12.4	9.2	11.4	9.1	9.2
藻類	10.6	11.1	5.7	9.3	8.5	11.1	11.0	9.2	9.9	8.9	11.5	4.9	10.8	12.2	4.4	9.5	9.3	5.9
魚介類	62.4	49.0	47.9	45.0	32.2	34.5	56.2	50.0	42.4	49.7	32.7	38.0	52.8	41.5	36.9	64.5	42.9	52.3
生魚介類	31.9	27.8	22.9	28.3	22.6	18.8	30.5	29.1	22.9	26.8	19.1	20.3	28.4	23.9	19.3	30.6	23.2	25.4
脂がのった魚	8.7	11.8	5.5	8.2	9.1	6.1	11.0	14.9	6.1	8.1	12.0	6.1	7.5	8.1	5.5	7.8	9.3	5.5
脂が少ない魚	11.4	13.4	6.7	10.1	10.5	6.1	7.9	11.8	6.1	8.1	6.1	6.1	10.7	12.6	6.1	11.1	11.3	7.4
いか・たこ・えび・貝	11.9	12.4	6.7	10.0	10.5	6.1	11.6	13.5	6.7	10.6	10.2	6.7	10.3	11.5	5.5	11.7	10.7	6.7
魚介加工品	30.5	30.1	20.3	16.7	14.9	13.0	25.7	31.9	18.0	22.9	20.5	16.2	24.4	24.3	14.8	33.9	27.9	26.4
干物	6.1	12.6	3.7	4.5	6.8	0.0	4.3	7.3	0.0	2.9	4.9	0.0	4.6	10.6	0.0	5.4	10.7	4.1
ツナ缶	8.9	10.8	5.9	4.1	4.9	3.1	7.8	13.2	3.4	6.9	8.0	3.5	6.4	7.0	3.1	11.2	10.8	5.9
骨ごと魚	15.5	18.8	10.3	8.0	9.4	5.3	13.5	25.6	10.3	13.1	14.1	9.7	13.4	17.0	5.9	17.3	16.0	10.3
豚肉・牛肉	73.6	41.8	65.9	68.4	42.3	66.8	76.8	35.6	72.3	77.6	47.6	72.4	73.3	39.5	65.9	72.4	39.3	60.6
ハム	35.4	25.3	30.8	33.9	31.8	27.7	37.9	20.5	30.8	40.1	30.0	32.3	34.7	23.3	27.7	32.5	19.8	27.7
鶏肉	8.3	9.3	4.3	7.2	7.6	4.3	8.5	7.4	5.1	8.6	10.2	4.3	9.0	9.0	4.3	8.1	7.6	4.7
レバー	28.5	22.5	27.7	26.6	19.0	27.7	29.2	21.0	27.7	27.7	19.7	27.7	28.7	27.6	27.7	30.4	22.4	27.7
肉類(内臓)	1.3	2.7	0.0	0.7	1.4	0.0	1.1	2.4	0.0	1.2	1.6	0.0	0.9	1.4	0.0	1.5	4.1	0.0
卵類	40.9	23.8	42.4	34.9	18.5	40.1	42.4	27.8	47.1	38.9	25.8	27.1	41.6	20.4	42.4	40.4	23.4	42.4
乳類	107.8	93.0	96.4	90.3	74.8	61.2	82.7	81.4	51.9	98.1	94.1	63.2	107.4	90.7	96.4	108.0	83.3	117.9
低脂肪乳	42.7	70.7	0.0	23.4	43.9	0.0	16.4	39.4	0.0	39.3	74.6	0.0	39.7	70.0	0.0	49.3	75.2	0.0
普通乳	54.1	70.1	12.0	42.1	50.0	21.4	52.1	74.2	17.1	46.8	64.7	11.0	57.7	70.1	21.4	48.3	62.1	8.0
アイスクリーム	11.0	19.2	8.0	24.8	24.8	17.1	14.2	19.2	8.0	12.0	15.5	8.0	10.0	19.5	8.0	10.5	22.8	0.0
油脂類	11.9	5.4	11.3	10.9	6.6	10.4	11.8	5.0	11.8	12.0	6.0	11.1	11.3	5.0	10.9	11.8	4.4	11.6
菓子類	51.3	45.3	35.5	50.8	38.3	42.9	65.5	51.8	50.0	50.8	45.3	33.6	48.0	39.7	35.0	45.1	37.2	35.0
和菓子類	30.5	32.3	25.0	31.3	28.6	25.0	43.1	37.4	25.0	30.2	34.2	25.0	25.4	22.5	25.0	27.5	27.1	10.0
せんべい	6.7	9.7	3.3	4.6	7.3	3.3	6.1	9.7	3.3	5.7	10.3	3.3	6.1	9.2	3.3	6.9	8.3	3.3
洋菓子	14.2	16.0	7.1	14.8	14.0	7.1	16.3	17.3	7.1	14.9	14.7	7.1	16.5	19.7	7.1	10.7	11.0	3.3
嗜好飲料類	518.8	343.1	452.3	351.1	321.5	201.4	400.9	276.3	366.9	532.8	382.5	474.5	627.3	396.5	525.0	536.0	289.1	525.0
アルコール飲料	65.4	173.7	0.0	40.7	98.1	1.8	71.9	171.9	0.0	101.8	180.6	15.1	126.9	272.1	0.0	36.5	96.8	0.0
日本酒	3.3	28.7	0.0	0.6	2.6	0.0	6.2	33.3	0.0	8.2	59.8	0.0	4.8	24.3	0.0	1.2	8.8	0.0
ビール	44.2	142.9	0.0	26.1	80.5	0.0	29.1	95.6	0.0	67.9	159.3	0.0	92.4	228.8	0.0	29.7	90.4	0.0
焼酎	9.6	31.7	0.0	11.6	24.3	0.0	22.7	51.9	0.0	19.6	46.0	0.0	10.3	30.8	0.0	2.3	11.8	0.0
ウイスキー	1.3	11.6	0.0	2.1	8.4	0.0	1.9	9.8	0.0	1.5	7.1	0.0	3.3	24.0	0.0	0.1	0.9	0.0
ワイン	7.0	34.5	0.0	0.3	1.1	0.0	12.0	43.3	0.0	4.5	18.3	0.0	16.0	63.4	0.0	3.2	9.4	0.0
その他の嗜好飲料	453.4	292.9	406.8	310.4	290.6	201.4	329.0	202.2	295.7	431.1	318.6	385.0	500.4	311.7	451.9	499.4	258.0	450.0
緑茶	165.1	198.0	53.6	113.8	175.8	21.4												

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
66			27			93			145			94			46		
293.9	127.3	307.7	309.1	169.6	291.3	298.3	140.1	303.7	302.3	156.0	294.9	309.5	160.6	303.9	281.7	148.0	266.7
209.8	119.7	234.0	239.3	167.1	234.0	218.3	134.9	234.0	223.5	139.9	234.0	228.5	146.3	234.0	204.0	145.3	208.0
73.8	43.9	71.4	60.3	42.9	57.3	69.8	43.8	70.0	68.7	46.4	57.3	71.4	43.7	71.4	67.6	43.3	63.2
45.2	32.7	50.0	40.8	32.7	22.5	43.9	32.6	50.0	26.2	22.9	22.5	41.9	28.5	45.0	44.9	33.3	56.0
11.1	12.3	8.4	8.8	13.2	0.0	10.4	12.5	8.4	16.6	22.5	8.4	11.4	14.0	8.4	10.1	12.4	7.5
10.5	14.2	8.4	6.9	12.4	0.0	9.4	13.8	7.5	14.6	16.9	8.4	11.0	15.4	8.4	6.9	11.9	0.0
7.1	8.2	7.5	3.7	6.3	0.0	6.1	7.9	0.0	11.3	12.1	8.4	7.1	9.3	7.5	5.7	8.7	0.0
10.3	14.6	8.4	9.6	12.7	7.5	10.1	14.0	8.4	10.2	16.7	7.5	9.6	12.5	8.4	10.1	13.2	7.5
32.8	34.0	20.0	32.8	28.8	40.0	32.8	32.4	22.0	24.6	26.6	18.0	29.5	30.6	18.0	33.8	31.5	23.0
4.9	4.8	3.4	3.9	1.9	3.9	4.6	4.2	3.7	3.5	3.4	2.7	4.2	3.7	3.3	4.7	4.3	3.9
1.7	4.4	0.0	0.6	1.5	0.0	1.4	3.9	0.0	1.1	3.1	0.0	1.0	3.4	0.0	1.4	3.8	0.0
3.2	1.9	3.0	3.3	1.6	3.5	3.2	1.8	3.1	2.4	1.5	2.2	3.1	1.7	3.1	3.3	1.8	3.5
71.0	49.3	67.8	74.3	54.4	56.1	72.0	50.6	65.5	55.7	45.5	41.3	67.9	49.2	62.8	67.3	48.6	57.5
59.4	43.9	62.8	59.7	48.4	38.4	59.5	45.0	55.9	45.6	41.3	34.9	55.7	42.8	47.1	54.3	43.3	38.4
11.6	16.5	4.2	14.6	18.8	5.1	12.5	17.1	5.1	10.1	11.6	5.8	12.2	15.8	5.5	13.0	17.1	4.2
290.4	146.5	255.6	270.6	173.0	248.6	284.6	154.0	251.4	182.1	111.5	166.8	261.6	124.9	238.4	286.0	164.4	255.3
105.0	68.8	87.2	100.1	72.5	85.5	103.6	69.5	87.1	71.5	51.3	60.6	100.6	62.1	85.9	101.0	69.8	85.2
26.6	26.2	10.4	28.6	41.7	7.9	27.2	31.2	9.9	19.2	18.0	10.8	27.4	28.6	15.3	30.1	35.8	9.9
27.9	20.2	18.1	27.1	19.1	26.3	27.6	19.8	18.1	19.1	17.8	14.8	26.8	18.5	18.1	28.0	20.7	22.2
50.5	41.0	31.6	44.4	34.0	31.6	48.7	39.0	31.6	33.2	31.6	25.9	46.4	34.5	30.2	42.9	35.6	31.6
158.5	89.2	135.5	140.7	88.2	138.0	153.3	88.8	135.5	97.9	66.1	86.5	140.5	75.2	120.6	152.4	90.6	138.8
31.6	23.0	29.6	29.3	26.9	29.6	30.9	24.0	29.6	17.6	13.6	16.4	28.6	20.1	29.6	32.0	26.4	32.9
52.3	37.7	51.8	53.6	42.3	51.8	52.7	38.9	51.8	33.3	26.0	28.8	47.8	35.2	33.1	50.6	36.6	51.8
28.3	28.6	22.2	22.5	19.1	19.7	26.6	26.3	22.2	17.1	18.7	9.9	26.5	22.6	22.2	26.7	26.9	22.2
46.3	33.7	44.4	35.3	30.2	24.6	43.1	33.0	44.4	29.9	29.4	22.2	37.6	25.9	39.4	43.2	36.2	27.1
6.3	11.4	3.0	10.0	23.9	0.0	7.4	16.0	0.0	6.3	13.4	3.0	5.7	11.0	0.0	8.1	19.5	0.0
20.5	21.0	14.8	19.9	22.3	10.7	20.3	21.3	14.8	6.4	9.1	3.1	14.8	15.8	10.4	24.4	23.8	19.4
13.1	13.7	8.6	13.9	14.7	9.0	13.3	13.9	9.0	4.1	6.2	1.5	9.8	10.8	7.4	16.2	15.6	12.7
7.5	11.1	1.7	6.0	10.6	1.5	7.0	10.9	1.7	2.3	4.5	1.2	5.0	8.1	1.5	8.3	12.5	1.7
145.3	99.0	124.6	153.7	112.8	109.3	147.7	102.7	124.1	80.0	74.5	61.3	138.4	92.6	122.1	142.7	107.7	114.5
56.6	53.2	32.1	56.6	42.4	64.3	56.6	50.1	32.1	26.5	32.7	12.9	52.4	53.7	32.1	55.0	46.5	32.1
17.1	29.3	6.0	14.7	21.8	6.0	16.4	27.3	6.0	7.9	15.5	6.0	15.2	26.3	6.0	13.3	19.1	6.0
49.7	42.1	32.1	48.1	35.3	32.1	49.2	40.0	32.1	24.0	28.1	12.9	51.2	39.8	32.1	46.6	39.3	32.1
21.8	39.1	10.3	34.3	82.4	0.0	25.5	55.1	0.0	21.6	46.0	10.3	19.5	37.8	0.0	27.8	67.1	0.0
13.3	13.0	9.2	12.7	15.0	9.2	13.2	13.6	9.2	11.2	10.0	9.2	12.7	9.9	10.3	13.2	15.9	9.2
13.5	12.4	11.1	11.5	14.2	9.9	12.9	12.9	11.1	9.8	10.1	5.4	10.9	10.8	11.1	13.2	13.4	11.1
84.2	60.1	72.9	90.0	70.0	73.6	85.9	62.8	73.0	51.0	39.8	39.2	73.2	46.8	65.8	91.8	68.9	75.7
39.3	33.6	30.8	45.6	44.7	29.2	41.1	37.0	29.2	28.5	23.8	20.3	34.5	28.5	26.7	45.0	40.5	38.7
8.8	13.8	5.8	11.5	16.9	6.7	9.6	14.8	6.1	9.2	12.6	6.1	7.8	10.0	5.5	12.4	18.8	6.7
15.9	18.7	11.8	18.7	18.2	11.8	16.7	18.5	11.8	8.5	9.5	6.1	13.9	16.5	7.1	16.8	15.4	11.8
14.7	15.2	11.8	15.4	15.9	10.5	14.9	15.3	11.8	10.8	11.5	6.7	12.8	13.9	6.7	15.8	14.5	11.8
44.9	39.3	33.8	44.4	34.5	34.1	44.7	37.8	34.1	22.6	24.5	16.2	38.7	31.1	32.0	46.8	39.7	35.8
11.7	20.8	4.1	11.3	16.9	4.6	11.5	19.7	4.1	3.8	6.3	0.0	7.7	15.9	4.1	12.4	18.6	4.6
13.1	14.4	6.9	10.3	9.8	6.6	12.3	13.2	6.6	6.6	9.8	3.4	12.8	13.7	6.9	11.6	11.2	6.9
20.2	21.1	11.4	22.8	23.2	11.4	20.9	21.6	11.4	12.1	18.5	6.4	18.2	18.0	11.4	22.9	22.1	11.4
70.9	46.8	64.7	75.3	42.9	65.1	72.2	45.5	65.1	75.2	42.2	70.4	71.3	38.1	64.1	75.4	50.3	64.7
32.3	24.7	27.7	40.9	34.4	30.8	34.8	28.0	27.7	37.9	27.3	30.8	33.5	22.1	27.7	38.3	32.4	30.8
8.4	11.1	4.1	7.6	13.1	3.4	8.1	11.6	3.9	8.3	8.7	4.3	7.7	7.6	4.7	9.2	14.4	3.6
28.6	23.6	27.7	24.4	18.5	27.7	27.4	22.2	27.7	28.0	19.9	27.7	28.9	21.0	27.7	25.8	21.6	27.7
1.6	2.7	0.0	2.4	3.3	2.4	1.9	2.9	0.0	1.0	1.9	0.0	1.3	2.4	0.0	2.1	2.8	2.4
44.7	26.0	47.1	39.8	20.9	42.4	43.2	24.6	47.1	39.3	25.2	42.4	42.1	24.1	42.4	42.1	22.1	47.1
133.5	90.7	136.4	137.0	144.6	135.0	134.5	108.2	135.0	90.8	85.3	60.9	115.7	85.1	117.6	142.0	124.3	135.0
65.3	79.5	11.0	58.4	82.6	0.0	63.3	80.0	11.0	27.4	58.0	0.0	53.8	71.6	9.0	71.1	88.2	14.6
62.2	80.2	10.0	76.4	87.8	42.9	66.3	82.2	17.1	47.7	65.2	17.1	56.0	71.1	9.5	67.1	85.5	10.0
6.0	12.5	0.0	2.2	8.4	0.0	4.9	11.6	0.0	15.6	19.7	8.0	5.9	11.6	0.0	3.9	10.9	0.0
12.3	6.1	11.7	13.7	5.4	13.8	12.7	5.9	12.1	11.7	5.8	10.9	12.1	5.2	11.4	13.2	5.8	13.6
52.7	50.5	32.1	49.6	59.3	17.9	51.8	52.9	31.7	56.2	46.7	42.9	50.0	44.5	35.2	49.3	54.1	18.4
31.1	38.4	10.0	26.6	38.7	10.0	29.8	38.4	10.0	35.1	34.6	25.0	30.5	34.7	17.5	25.8	33.4	10.0
8.0	10.0	3.3	10.1	14.1	3.3	8.6	11.3	3.3	5.6	9.5	3.3	7.3	9.2	3.3	9.8	12.4	3.3
13.6	17.9	7.1	12.9	15.1	7.1	13.4	17.0	7.1	15.4	15.5	7.1	12.1	13.0	7.1	13.8	19.6	5.2
547.2	326.4	471.1	503.3	322.3	520.0	534.4	324.1	492.1	444.5	340.1	367.8	524.9					

第5表の1 食品群別摂取量 - BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	733			58			81			113			123			171		
穀類	445.3	188.6	431.9	538.1	200.4	544.7	454.9	186.2	466.0	493.9	194.5	464.2	419.3	160.7	419.0	434.1	180.3	425.0
米・加工品	322.1	175.7	301.1	402.7	184.2	408.3	335.2	172.8	341.6	355.7	186.1	308.6	285.4	145.7	280.6	318.8	175.1	308.6
小麦・加工品	104.3	65.1	92.7	115.4	73.4	94.9	103.0	66.2	89.1	116.2	71.0	107.5	115.0	65.5	99.8	96.2	56.6	92.3
パン	47.1	38.8	37.9	32.6	26.3	30.5	38.6	41.2	28.1	45.3	35.0	40.1	50.5	38.5	40.5	50.4	39.1	47.2
うどん	18.2	24.9	13.1	23.9	39.5	14.1	23.5	40.7	12.5	21.1	23.8	17.1	18.3	21.1	13.8	14.3	15.9	11.7
ラーメン	24.1	34.1	14.3	35.6	40.8	25.6	27.5	30.7	17.1	30.6	40.5	19.8	27.7	27.8	18.8	19.3	29.2	12.6
パスタ類	14.9	18.4	11.2	23.4	26.0	14.3	13.5	16.1	11.2	19.2	19.4	15.8	18.6	21.2	13.1	12.2	14.3	10.7
その他の穀類・加工品	18.9	31.1	11.5	20.0	25.4	11.5	16.7	22.7	10.2	21.9	30.5	13.7	18.9	24.9	12.2	19.1	42.6	11.7
いも類	30.2	33.3	20.0	30.2	28.8	26.4	34.7	33.3	21.9	29.7	33.0	19.0	26.3	29.8	15.8	26.6	27.9	20.1
砂糖・甘味料類	5.2	4.7	4.0	4.7	3.5	3.5	5.2	4.9	4.1	5.6	5.9	4.0	4.9	4.4	3.7	5.0	4.4	3.9
砂糖・甘味料類	1.4	4.1	0.0	1.3	3.1	0.0	1.5	4.3	0.0	1.8	5.0	0.0	1.3	3.5	0.0	1.5	3.8	0.0
調理砂糖	3.7	2.5	3.3	3.5	2.5	2.9	3.6	2.5	3.4	3.7	2.5	3.4	3.7	2.5	3.1	3.6	2.8	3.0
豆類	80.7	71.6	63.9	70.4	63.3	55.6	85.5	92.5	63.6	80.1	64.8	67.8	76.5	66.1	60.5	80.5	68.0	60.1
とうふ・油揚げ	64.9	62.2	50.2	57.0	55.2	44.0	65.2	80.5	46.5	63.2	61.4	50.7	64.0	60.6	48.9	63.8	53.5	48.8
納豆	15.8	22.9	6.1	13.4	19.3	4.8	20.3	29.0	7.6	16.9	19.1	10.3	12.5	18.5	4.7	16.7	27.0	4.5
野菜類	285.6	156.7	260.5	286.1	200.7	259.9	232.9	119.8	219.5	254.9	151.7	234.5	284.3	157.9	259.6	301.7	148.4	281.9
緑黄色野菜	106.7	73.0	90.0	106.7	85.1	86.6	86.5	49.9	77.7	97.7	76.2	80.2	102.9	62.3	89.0	116.4	79.5	99.7
トマト	28.8	31.2	17.1	24.3	25.0	15.9	24.7	22.8	17.1	26.1	24.3	19.3	26.8	28.4	14.8	33.9	38.5	24.2
にんじん・かぼちゃ	29.0	24.6	23.3	28.0	24.0	23.9	24.2	23.5	19.7	27.5	24.4	24.4	28.4	22.4	24.6	31.3	26.9	22.8
緑葉野菜	48.9	44.6	37.1	54.4	51.7	39.4	37.5	27.5	31.5	44.1	53.8	29.3	47.7	39.4	37.9	51.2	43.1	37.0
その他の野菜	153.8	94.9	140.2	154.5	121.7	127.4	123.0	68.5	110.4	137.6	88.6	124.5	161.2	106.9	143.8	160.4	83.9	151.2
生(レタス・キャベツ)	33.4	30.2	26.5	28.9	22.4	23.3	26.5	21.3	20.5	28.0	21.8	25.3	37.2	33.4	32.1	35.9	32.7	28.0
キャベツ	51.6	40.9	42.7	51.8	47.9	40.8	40.2	29.1	34.6	44.7	38.5	39.0	56.3	50.6	47.6	54.0	37.8	44.1
だいこん・かぶ	26.3	26.0	18.4	29.3	37.3	16.6	20.7	16.6	14.4	25.4	21.7	18.0	25.2	25.7	18.1	27.5	24.6	23.8
根菜	42.4	34.8	35.5	44.5	40.3	34.8	35.7	34.3	29.7	39.4	38.5	31.3	42.5	30.5	37.6	43.1	29.8	37.4
100%ジュース(×0.225)	9.1	19.4	0.0	14.5	26.2	5.5	10.5	21.2	2.9	8.6	18.0	0.0	6.7	15.6	0.0	9.4	21.7	0.0
漬け物	15.9	19.3	9.0	10.4	12.1	5.2	12.9	18.0	7.6	11.1	13.8	6.0	13.5	15.9	9.4	15.5	19.3	9.6
漬物(緑葉野菜)	10.6	14.6	4.4	7.4	9.8	2.4	7.8	11.0	3.7	6.7	8.8	2.7	9.6	13.3	4.7	10.6	16.2	3.8
漬物(その他)	5.3	8.8	1.9	3.0	4.8	1.5	5.1	9.3	2.2	4.5	7.2	1.7	3.9	6.2	1.8	4.8	7.4	2.1
果実類	127.4	114.4	101.3	121.8	121.2	88.6	116.4	107.7	85.7	90.6	83.2	68.6	101.4	108.7	68.3	147.7	123.3	127.9
かき・いちご	11.2	21.9	4.8	10.2	17.4	2.7	9.2	18.9	0.0	8.0	15.1	0.0	11.2	23.3	0.0	10.9	19.3	6.2
柑橘類	39.7	50.3	19.4	32.9	54.3	16.3	37.0	39.4	19.1	22.2	28.4	13.1	24.2	28.2	13.4	47.4	60.1	23.5
その他の果物	45.1	53.1	24.1	29.0	39.9	14.8	34.1	48.5	16.9	30.9	41.7	14.9	43.0	60.9	17.0	56.9	55.7	38.9
100%ジュース(×0.775)	31.5	66.8	0.0	49.8	90.1	18.8	36.2	73.1	9.8	29.6	61.9	0.0	23.0	53.7	0.0	32.5	74.7	0.0
きのこ類	14.5	14.4	10.9	16.6	18.0	11.3	16.6	14.5	13.1	14.2	14.3	10.4	14.8	13.7	11.3	14.4	14.9	10.3
藻類	14.5	16.7	9.0	15.3	17.4	12.2	15.4	14.6	10.6	13.3	16.6	8.9	14.1	16.3	7.1	14.5	16.5	9.8
魚介類	82.7	54.6	72.2	76.8	48.5	68.1	82.3	55.5	69.1	74.4	50.9	64.8	77.1	53.6	63.2	89.1	56.3	81.0
生魚介類	45.2	36.8	36.6	43.8	33.7	36.2	48.9	40.8	41.4	41.5	32.2	33.5	45.6	37.6	34.2	47.8	40.3	38.0
脂がのった魚	15.5	17.4	10.8	14.8	14.1	11.9	13.3	15.8	9.0	11.9	11.5	10.7	17.4	21.4	10.3	16.3	19.0	13.2
脂が少ない魚	15.9	16.7	11.6	14.3	13.2	11.9	18.2	17.7	13.8	14.2	15.3	10.9	15.5	19.6	10.3	17.4	17.9	14.0
いか・たこ・えび・貝	13.7	17.0	8.9	14.6	16.4	9.3	17.4	21.1	10.3	15.3	19.5	10.6	12.7	13.6	8.8	14.1	17.2	8.9
魚介加工品	37.5	32.5	29.0	33.0	26.3	25.1	33.4	33.8	26.1	33.0	27.0	24.7	31.5	32.2	23.1	41.3	31.9	34.3
干物	18.3	21.0	12.4	13.5	12.7	8.0	15.7	20.6	11.5	16.5	18.2	11.7	17.5	25.8	10.7	20.5	19.5	14.8
ツナ缶	11.2	14.7	6.8	9.8	11.4	4.7	11.2	24.1	5.6	10.3	11.4	7.3	8.3	10.1	4.7	13.0	14.1	8.4
骨ごと魚	8.0	14.8	4.0	9.7	16.5	6.1	6.5	9.1	4.0	6.2	10.5	0.0	5.7	10.7	0.0	7.8	14.1	4.7
肉類	101.6	53.7	94.3	107.9	50.7	110.4	113.8	53.3	105.6	119.7	54.3	114.4	109.7	56.1	105.7	97.8	53.5	90.3
豚肉・牛肉	48.2	32.5	42.6	49.1	33.1	42.2	56.0	31.3	49.5	56.7	33.4	50.2	51.3	33.1	45.3	44.8	30.5	40.4
ハム	11.6	11.4	7.5	11.6	11.0	7.3	12.2	10.1	8.1	13.0	11.0	10.0	12.9	12.1	9.4	11.7	10.5	9.0
鶏肉	39.9	29.7	36.1	45.7	29.2	43.9	43.9	30.6	37.8	48.0	31.7	43.4	44.1	33.0	37.0	39.2	28.7	36.4
レバー	1.8	3.3	0.0	1.6	2.7	0.0	1.7	2.8	0.0	2.0	3.5	0.0	1.4	2.6	0.0	2.0	3.5	0.0
卵類	61.4	42.9	56.4	62.5	41.3	52.3	62.3	50.1	55.4	62.4	46.1	54.3	62.5	39.6	59.3	63.5	47.2	55.4
乳類	137.5	130.3	110.5	125.5	105.5	104.4	121.3	130.4	79.4	121.3	138.7	61.1	124.7	126.7	70.2	148.0	134.8	133.0
低脂肪乳	57.0	99.4	0.0	35.2	59.0	0.0	28.8	54.5	0.0	47.8	112.1	0.0	44.0	90.7	0.0	67.4	108.4	0.0
普通乳	64.8	96.2	13.2	53.7	69.8	21.0	70.7	118.2	22.8	54.1	82.5	12.8	67.3	102.3	15.0	65.8	97.1	8.4
アイスクリーム	15.8	27.4	6.7	36.6	36.8	26.4	21.8	30.7	11.0	19.4	28.2	11.4	13.4	19.8	9.3	14.9	29.0	0.0
油脂類	16.6	7.5	15.9	17.4	8.0	16.7	17.1	6.4	16.6	18.0	7.1	17.4	17.6	7.8	17.5	17.2	7.8	16.3
菓子類	59.1	48.6	47.4	69.8	45.9	65.2	76.9	59.8	60.2	65.4	47.6	52.1	62.2	48.9	54.0	52.4	42.0	44.5
和菓子類	8.1	10.9	4.8	7.2	9.7	4.7	8.2	12.3	4.8	7.3	9.5	4.7	7.9	10.2	4.8	7.8	10.6	4.9
せんべい	18.4	20.3	10.9	22.4	18.7	20.1	21.3	19.1	15.5	23.4	22.4	15.7	22.2	23.1	14.1	15.4	18.6	9.4
洋菓子	32.6	34.5	20.6	40.2	33.7	35.0	47.5	44.2	34.1	34.7	35.7	20.4	32.1	32.3	25.3	29.2	29.5	17.4
嗜好飲料類	826.2	613.0	713.1	702.6	763.7	455.6	663.2	459.4	629.7	872.4	697.7	717.0	979.6	609.8	873.8	927.5	658.9	829.4
アルコール飲料	186.6	407.8	0.0	139.9	292.7	24.7	157.3	292.0	3.1	235.5	392.9	30.5	302.8	523.0	9.3	234.2	531.6	5.9
日本酒	9.1	48.2	0.0	2.1	8.9	0.0	11.2	43.8	0.0	14.8	69.1	0.0	6.0	27.0	0.0	13.5	62.5	0.0
ビール	132.2	361.4	0.0	106.7	257.7	0.0	84.8	220.6	0.0	166.7	330.8	0.0	218.1	446.7	0.0	180.4	510.1	0.0
焼酎	33.2	82.6	0.0	22.4	54.2	0.0	43.9	96.4	0.0	41.5	80.9	0.0	49.6	95.4	0.0	31.9	99.0	0.0
ウイスキー	3.2	16.9	0.0	7.1	25.1	0.0	2.9	13.2	0.0	5.1	20.0	0.0	6.2	27.0	0.0	1.7	10.8	0.0
ワイン	8.9	41.7	0.0	1.5	6.7	0.0	14.4	48.4	0.0	7.5	31.0	0.0	22.9	79.4	0.0	6.7	28.3	0.0
その他の嗜好飲料	639.6	477.4	568.2	562.7	684.0	346												

中央値 - 総数, 20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
128			59			187			252			182			102		
403.8	184.4	373.6	424.3	212.1	419.8	410.2	193.2	377.9	491.5	194.9	482.2	402.6	177.7	375.3	420.0	202.7	393.3
287.8	170.7	261.1	321.1	188.8	293.0	298.3	176.8	272.0	359.9	182.5	343.9	293.2	165.8	279.6	309.5	187.5	277.0
97.9	60.1	89.2	87.5	70.0	63.3	94.6	63.4	83.3	111.8	70.0	98.0	93.1	57.0	87.7	93.2	66.0	74.3
54.8	44.0	51.4	42.8	35.3	37.6	51.0	41.8	49.0	40.2	35.6	31.9	51.4	39.5	50.6	50.3	42.6	47.2
16.7	18.5	13.5	14.7	18.6	9.1	16.0	18.5	12.9	22.5	33.7	14.2	14.5	16.9	11.6	16.7	19.2	13.0
14.9	23.2	9.1	22.5	52.7	8.9	17.3	35.3	9.1	30.8	37.7	19.5	16.4	22.7	11.3	17.7	41.6	7.6
11.5	16.5	8.0	7.5	11.8	0.0	10.2	15.3	7.2	18.4	20.4	13.6	10.8	14.9	8.3	8.6	11.7	6.8
18.1	25.9	11.5	15.7	30.5	8.9	17.3	27.4	10.7	19.8	27.0	11.3	16.3	23.8	11.4	17.2	27.1	11.2
36.8	44.6	20.6	29.2	29.0	21.7	34.4	40.4	21.2	31.4	32.2	21.1	29.7	31.0	20.2	35.5	45.3	19.8
5.5	5.3	4.2	5.0	3.0	4.1	5.3	4.7	4.2	5.2	5.1	4.0	5.3	4.7	4.1	5.4	4.6	4.4
1.6	4.9	0.0	0.9	1.8	0.0	1.4	4.2	0.0	1.6	4.4	0.0	1.4	4.0	0.0	1.3	4.1	0.0
3.9	2.4	3.6	4.1	2.3	3.9	4.0	2.4	3.7	3.6	2.5	3.2	3.9	2.8	3.5	4.1	2.3	3.9
90.7	81.3	74.6	72.7	55.9	63.9	85.0	74.5	70.3	79.6	74.5	63.7	89.5	79.6	70.8	74.3	61.3	60.6
74.8	69.7	61.2	59.4	51.5	54.6	69.9	64.8	57.8	62.4	66.7	47.7	71.5	63.0	58.0	60.8	57.0	51.9
15.9	23.2	6.3	13.3	17.2	4.7	15.1	21.5	5.7	17.2	22.8	7.6	18.0	28.0	6.6	13.5	17.8	5.6
335.6	165.6	317.2	263.2	128.6	234.9	312.7	158.2	295.8	255.0	156.1	228.7	313.9	162.8	289.3	301.5	149.2	289.4
121.7	78.4	106.6	99.5	61.1	85.5	114.7	74.0	96.6	96.1	71.3	82.0	118.4	78.8	97.5	111.2	72.5	93.7
33.2	34.6	19.0	24.4	30.3	8.8	30.4	33.5	13.3	25.2	23.9	17.5	32.7	37.9	17.9	31.3	35.2	10.6
31.8	26.4	24.9	27.7	20.3	25.2	30.5	24.6	25.1	26.5	24.0	22.4	31.0	27.5	22.5	30.6	23.5	25.3
56.8	47.4	43.5	47.4	42.0	39.8	53.8	45.8	42.4	44.4	46.7	33.2	54.7	44.6	39.7	49.3	44.5	39.9
180.4	101.1	163.7	133.9	80.3	119.6	165.7	97.3	146.2	136.8	92.2	119.4	167.4	97.1	147.8	156.4	92.4	135.7
40.7	36.8	34.3	27.3	26.1	25.2	36.4	34.3	28.4	27.7	21.7	23.1	37.0	32.3	31.9	33.3	32.3	27.2
59.7	40.7	49.4	45.9	34.1	43.3	55.3	39.2	47.6	44.9	38.3	36.7	56.9	41.2	47.8	50.4	35.3	44.5
30.5	31.7	21.2	22.8	20.9	16.9	28.1	28.9	19.2	24.8	25.0	16.5	29.7	29.4	21.2	27.7	26.7	20.4
49.6	40.0	38.9	37.9	31.0	31.2	45.9	37.7	36.0	39.4	37.6	31.4	43.9	33.1	36.7	45.0	39.7	33.5
7.7	14.4	0.0	10.4	21.0	0.0	8.5	16.7	0.0	10.6	21.2	3.5	9.0	20.2	0.0	9.1	18.3	2.5
25.7	24.9	20.7	19.5	20.7	12.7	23.8	23.8	17.8	11.5	14.9	6.3	19.1	20.4	13.5	24.8	24.6	20.0
17.3	19.0	12.6	12.9	14.3	9.8	15.9	17.8	11.5	7.2	9.7	2.8	13.3	16.4	8.0	16.4	17.7	12.5
8.4	12.0	2.5	6.6	12.1	1.7	7.9	12.0	2.2	4.3	7.5	1.8	5.8	9.2	1.9	8.3	13.1	2.5
159.9	126.6	133.4	143.2	93.5	127.9	154.7	117.2	133.2	106.1	101.6	76.6	161.6	132.8	133.9	150.4	106.2	130.9
16.3	32.4	8.0	10.9	14.9	5.5	14.6	28.1	7.8	8.9	16.9	0.0	14.2	30.0	6.3	13.1	17.7	8.6
58.6	62.5	38.1	52.7	47.2	43.0	56.8	58.1	40.7	29.4	39.6	15.0	55.6	68.0	30.3	57.0	50.6	48.0
58.4	57.4	43.1	43.9	41.4	36.2	53.8	53.2	41.1	31.5	43.5	15.5	60.6	57.8	44.3	49.1	52.2	35.6
26.5	49.5	0.0	35.7	72.2	0.0	29.4	57.6	0.0	36.3	72.9	11.9	31.1	69.5	0.0	31.3	62.9	8.5
13.5	13.9	8.9	12.3	11.6	9.0	13.1	13.2	9.0	15.5	15.2	11.7	15.0	15.6	10.6	13.0	13.4	9.1
16.3	20.0	10.3	11.2	12.3	7.1	14.7	18.0	9.4	14.4	16.1	9.9	16.1	19.7	10.8	13.0	15.4	7.6
92.2	57.2	83.0	78.1	55.0	66.1	87.7	56.8	79.8	77.5	51.8	65.9	89.9	56.2	82.2	85.7	61.7	74.7
45.1	34.5	37.3	40.4	35.0	34.5	43.7	34.6	35.6	44.4	35.5	35.5	48.0	43.1	37.5	42.9	34.1	37.3
17.4	18.1	11.3	16.1	15.9	10.5	17.0	17.4	11.3	13.0	13.6	10.3	17.5	20.7	11.0	16.6	16.7	11.5
15.7	15.0	11.7	14.5	13.9	10.5	15.3	14.6	11.4	15.5	15.7	11.6	17.0	18.4	11.8	15.1	13.6	12.1
12.0	15.8	7.6	9.9	13.9	7.4	11.3	15.2	7.6	15.8	19.3	10.1	13.5	18.8	8.0	11.2	14.3	8.4
47.0	38.4	37.9	37.7	30.0	30.5	44.1	36.1	36.8	33.1	29.1	24.9	42.0	30.8	35.5	42.8	38.4	35.2
21.4	23.0	14.0	18.6	20.5	9.3	20.5	22.2	13.7	15.5	17.9	11.4	19.9	20.6	13.9	20.1	21.0	12.0
13.4	16.5	8.4	10.5	10.4	8.0	12.5	14.9	8.1	10.5	16.5	6.2	13.4	16.0	7.8	11.3	11.9	8.0
12.2	21.4	4.9	8.6	16.7	4.0	11.1	20.1	4.7	7.1	11.8	2.0	8.7	16.0	4.4	11.4	21.5	4.2
82.2	44.1	78.3	80.3	51.0	73.9	81.6	46.3	75.4	115.1	53.2	110.2	90.8	47.1	84.3	81.4	51.4	73.3
40.3	32.1	33.9	40.8	31.1	34.7	40.5	31.7	34.5	54.7	32.7	48.5	43.6	31.0	38.1	41.4	34.1	34.0
9.5	10.2	5.7	9.8	16.3	3.8	9.6	12.4	5.3	12.4	10.7	9.0	10.9	10.6	7.3	9.7	13.8	6.3
30.3	23.2	25.5	27.5	23.5	24.4	29.5	23.3	25.3	46.2	30.7	42.2	34.5	24.0	32.8	27.9	24.6	21.6
2.0	3.9	0.0	2.2	3.3	2.0	2.1	3.7	0.0	1.8	3.1	0.0	1.7	2.8	0.0	2.4	4.4	1.0
60.5	36.7	57.5	51.1	32.5	49.3	57.5	35.6	55.9	62.4	46.2	54.2	63.4	45.2	56.7	57.8	35.1	57.3
163.2	127.7	151.8	143.4	130.1	133.7	157.0	128.4	145.1	122.3	128.6	80.6	158.1	131.1	143.6	157.4	131.1	158.8
87.5	114.4	13.2	65.4	89.6	0.0	80.5	107.4	10.9	38.8	86.1	0.0	80.1	108.7	9.1	76.5	105.8	0.0
67.8	96.7	4.3	73.4	94.4	0.0	69.5	95.7	0.0	59.3	93.0	18.0	67.7	99.4	9.5	75.9	100.0	0.0
7.9	22.5	0.0	4.6	9.9	0.0	6.9	19.4	0.0	24.1	31.8	13.3	10.2	25.3	0.0	4.9	9.5	0.0
14.3	7.0	14.0	13.6	6.3	13.1	14.1	6.8	13.8	17.6	7.1	17.0	15.6	7.6	14.7	13.7	6.2	13.7
53.0	51.5	37.5	38.1	34.1	22.6	48.3	47.1	31.0	70.1	51.5	60.6	54.4	48.8	42.6	41.1	38.1	24.0
8.7	12.4	4.5	10.2	11.5	5.8	9.2	12.1	5.1	7.5	10.5	4.7	8.9	12.3	4.9	9.3	11.1	5.3
14.7	19.7	7.9	9.8	12.1	5.2	13.2	17.7	6.4	22.5	20.5	16.3	14.5	17.5	8.4	10.9	15.0	5.9
29.6	36.2	12.5	18.1	21.8	8.7	26.0	32.7	10.0	40.1	38.5	28.7	31.0	35.6	15.9	20.9	24.3	9.9
757.9	503.8	679.9	617.7	370.1	577.7	713.7	469.3	646.4	766.1	653.0	655.6	845.0	584.7	754.0	635.2	412.0	573.0
76.4	180.9	0.0	38.2	175.4	0.0	64.4	179.6	0.0	188.3	342.6	21.2	155.8	389.3	0.0	42.7	158.1	0.0
6.0	40.0	0.0	3.2	24.5	0.0	5.1	35.8	0.0	10.7	52.7	0.0	9.2	47.6	0.0	2.9	20.6	0.0
46.4	146.7	0.0	24.0	135.8	0.0	39.3	143.4	0.0	126.6	284.2	0.0	111.9	357.8	0.0	25.7	122.3	0.0
20.2	54.2	0.0	10.6	40.6	0.0	17.2	50.4	0.0	37.9	81.4	0.0	28.1	89.5	0.0	13.0	44.0	0.0
0.5	3.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	2.9	0.0	4.8	19.5	0.0	1.2	9.5	0.0	0.5	3.9	0.0
3.4	15.8	0.0	0.4	2.4	0.0	2.4	13.2	0.0	8.4	34.8	0.0	5.4	21.2	0.0	0.5	2.7	0.0
681.5	489.2	604.2	579.5	363.4	534.1	649.3	454.8	577.7	577.7	533.7	459.1	689.2	455.3	620.5	592.5	397.9	531.1
269.0	291.5	160.5	313.2	296.9	244.9	282.9	293.1	195.1	166.2	263.6	48.4	264.3	321.8	146.4	317.1	303.0	253.7
38.4	131.3	0.0	46.8	120.6	0.0	41.0	127.8	0.0	115.3	230.2	29.5	43.1	131.2	0.0	34.3	100.0	0.0
339.5	315.6	269.7	185.3	183.5	142.7	290.8	289.3	210.4	240.7	271.7	161.1	348.3					

第5表の2 食品群別摂取量 - BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	341			26			28			53			50			90		
穀類	529.1	199.0	529.1	675.6	148.3	677.2	579.0	204.6	587.9	582.6	197.4	569.3	489.7	170.6	461.6	493.8	187.4	478.2
米・加工品	382.5	190.6	357.9	499.1	168.9	492.1	434.1	206.1	415.1	420.0	188.9	368.8	318.9	155.7	283.2	366.5	186.3	366.8
小麦・加工品	120.5	70.9	109.5	145.8	62.9	139.6	119.8	69.0	111.3	133.9	79.9	119.0	143.3	70.7	138.2	101.4	61.9	98.9
パン	49.8	41.5	40.5	39.9	26.6	36.1	43.7	50.9	29.7	49.5	40.7	41.3	58.7	43.6	44.0	46.4	39.3	37.0
うどん	19.1	20.4	14.6	24.9	23.4	24.3	16.8	21.5	10.9	19.5	23.3	16.6	21.0	18.5	19.5	14.9	15.9	12.2
ラーメン	33.6	43.1	20.9	48.3	44.3	33.2	46.0	41.6	29.3	43.0	51.1	24.6	40.8	32.3	30.5	25.7	36.3	15.3
パスタ類	17.9	21.7	13.4	32.7	31.9	25.9	13.2	16.2	10.9	21.9	23.2	16.7	22.9	25.3	19.2	14.3	15.9	13.2
その他の穀類・加工品	26.1	39.9	16.0	30.7	29.0	25.2	25.2	29.9	14.6	28.7	35.9	18.9	27.5	29.7	23.3	25.9	55.9	14.1
いも類	28.8	36.0	17.0	31.6	29.9	27.2	33.4	37.7	21.4	26.6	31.7	14.6	24.6	27.4	16.2	23.7	27.3	15.9
砂糖・甘味料類	5.6	4.8	4.2	4.9	3.1	3.8	4.6	3.8	3.6	6.4	6.7	4.4	6.0	5.1	4.9	5.5	4.8	4.0
砂糖・甘味料類	1.6	4.0	0.0	1.4	3.3	0.0	0.8	2.8	0.0	2.2	5.6	0.0	1.9	4.3	0.0	1.8	4.0	0.0
調理砂糖	4.0	2.8	3.5	3.4	1.9	2.9	3.8	3.2	3.4	4.3	2.8	3.5	4.0	2.7	3.5	3.7	3.2	2.8
豆類	82.2	76.8	63.9	69.5	55.5	60.0	102.6	134.6	60.8	72.8	44.3	67.5	66.9	47.5	51.6	82.2	70.1	58.9
とうふ・油揚げ	64.2	64.5	50.8	52.0	43.4	42.4	76.9	121.0	44.1	53.5	38.5	49.4	55.9	42.5	45.9	62.8	50.1	48.8
納豆	18.0	26.4	6.6	17.5	21.8	5.5	25.7	37.4	6.9	19.3	21.0	13.0	11.0	17.1	4.3	19.4	31.1	5.1
野菜類	285.8	147.1	264.8	246.0	102.0	222.8	240.7	115.6	224.4	248.6	115.5	228.7	298.1	158.8	285.9	295.1	157.4	267.9
緑黄色野菜	103.7	69.9	89.0	85.7	38.2	82.3	82.6	46.9	86.1	88.7	54.3	79.2	108.6	73.2	88.9	106.8	78.8	86.4
トマト	28.4	30.6	17.0	20.3	17.3	16.9	23.3	18.6	19.7	23.5	21.0	17.9	27.9	33.4	14.3	31.5	34.4	16.3
にんじん・かぼちゃ	27.7	23.7	22.4	26.6	14.3	23.9	21.9	18.9	17.4	27.5	20.6	24.8	28.1	22.3	27.0	26.4	25.6	19.1
緑葉野菜	47.6	43.3	36.6	38.8	23.5	34.9	37.4	32.7	24.0	37.7	30.1	28.0	52.6	47.8	40.6	48.9	47.8	35.3
その他の野菜	152.7	88.6	142.7	131.8	64.7	114.1	128.7	66.7	114.2	134.0	66.4	136.1	165.8	101.0	159.0	158.9	92.0	148.1
生(レタス・キャベツ)	35.3	33.2	26.2	28.7	18.1	23.6	30.0	23.2	22.5	32.2	24.0	30.4	38.7	37.0	24.9	35.5	35.9	24.1
キャベツ	50.7	38.2	42.0	42.8	22.3	38.6	38.2	34.6	30.4	40.7	24.9	40.5	58.5	51.3	48.2	54.7	39.0	45.6
だいこん・かぶ	26.0	24.8	17.2	26.0	18.3	16.8	21.5	14.2	14.9	27.0	20.7	21.0	25.5	24.0	17.3	25.9	27.8	15.6
根菜	40.9	30.7	34.8	34.3	22.2	33.0	39.0	28.8	31.2	34.2	26.4	33.7	43.1	28.7	38.9	42.8	30.7	36.2
100%ジュース(×0.225)	11.7	22.8	2.4	16.0	19.5	7.8	14.6	30.2	0.0	11.0	22.9	0.0	9.5	18.6	0.0	13.4	27.8	0.0
漬け物	17.7	19.8	12.6	12.4	11.8	10.5	14.8	14.5	9.5	14.8	16.2	8.3	14.2	12.6	13.0	15.9	20.1	10.2
漬物(緑葉野菜)	11.9	15.2	6.0	8.4	8.5	4.7	9.0	11.0	4.4	8.6	9.9	4.2	9.9	9.8	6.9	11.7	17.4	4.5
漬物(その他)	5.8	9.3	2.3	4.0	5.6	2.0	5.9	8.7	3.4	6.2	8.3	2.7	4.3	6.7	2.4	4.2	6.6	2.0
果実類	125.4	123.5	93.6	103.4	80.0	89.9	110.2	124.4	52.7	90.5	93.5	74.5	96.0	123.1	62.5	148.4	145.7	103.9
かき・いちご	8.8	17.1	0.0	7.1	16.4	0.0	6.0	13.3	0.0	5.8	10.4	0.0	6.2	13.6	0.0	11.1	22.2	0.0
柑橘類	33.7	47.6	15.8	21.3	24.2	13.0	25.8	35.2	15.7	14.1	17.2	10.2	18.0	27.0	10.0	41.3	57.3	18.3
その他の果物	42.7	58.1	18.9	19.9	18.3	15.6	28.0	49.1	10.8	32.8	47.9	13.5	39.3	75.1	14.1	49.7	61.2	18.5
100%ジュース(×0.775)	40.1	78.7	8.4	55.2	67.0	26.9	50.4	103.9	0.0	37.8	79.0	0.0	32.6	63.9	0.0	46.3	95.8	0.0
きのこ類	13.6	13.5	9.9	13.8	11.5	11.6	16.3	14.1	13.1	13.3	10.1	11.3	14.1	11.9	10.2	14.0	16.6	7.7
藻類	15.2	18.3	8.5	16.7	21.6	11.4	14.3	13.6	8.2	13.8	11.7	10.2	13.4	16.0	7.8	16.4	19.0	10.8
魚介類	89.8	59.7	77.7	86.8	37.6	78.9	95.7	47.1	94.6	82.0	59.4	70.7	90.0	64.0	68.8	98.0	67.7	88.2
生魚介類	51.2	40.8	43.5	44.1	23.9	39.7	64.0	39.8	55.3	46.6	37.6	37.4	57.9	46.5	46.6	56.3	48.7	49.4
脂がのった魚	17.4	20.0	13.0	14.0	9.0	14.6	19.6	19.1	14.7	13.2	14.4	10.9	23.2	28.1	13.9	18.2	23.0	15.0
脂が少ない魚	17.0	18.0	13.0	13.9	9.9	13.1	23.1	17.1	15.3	13.1	14.6	10.7	17.9	23.8	11.9	19.9	21.5	15.6
いか・たこ・えび・貝	16.9	18.7	11.4	16.2	14.6	11.4	21.4	19.9	14.9	20.3	21.4	13.5	16.9	16.7	11.3	18.1	20.5	14.4
魚介加工品	38.6	34.5	32.3	42.7	26.6	39.6	31.6	20.7	30.1	35.4	29.6	27.2	32.1	40.1	23.5	41.7	36.5	34.9
干物	18.1	22.5	12.7	15.7	11.4	14.6	13.9	12.8	11.0	15.2	17.8	11.4	18.6	34.5	11.9	20.4	22.3	15.4
ツナ缶	11.2	13.5	7.2	13.9	13.1	8.7	9.2	10.5	7.1	11.4	11.7	7.6	7.8	10.6	4.9	12.1	13.9	8.1
骨ごと魚	9.3	17.0	4.9	13.0	20.4	8.4	8.5	8.6	7.8	8.7	13.4	5.5	5.6	8.3	0.0	9.3	17.3	2.3
肉類	111.5	58.3	107.4	113.3	39.4	115.3	130.7	58.7	133.6	139.9	53.1	132.4	123.5	57.9	125.7	105.2	61.3	95.6
豚肉・牛肉	52.2	35.2	45.7	47.9	21.1	43.9	63.4	31.6	65.5	62.2	35.7	53.2	57.1	32.3	53.3	48.8	36.4	43.1
ハム	13.1	12.0	9.2	11.9	8.4	8.6	13.7	11.4	8.6	15.8	11.7	15.1	13.7	11.4	11.2	13.4	11.8	10.4
鶏肉	44.0	30.7	39.5	51.2	20.8	50.8	51.4	30.6	51.7	59.5	33.0	53.2	51.0	33.9	45.5	40.6	28.8	37.9
レバー	2.2	3.9	0.0	2.3	3.3	0.0	2.2	2.7	0.0	2.3	4.4	0.0	1.7	3.4	0.0	2.4	3.5	0.0
卵類	70.9	50.9	63.1	70.4	48.0	56.5	67.3	62.8	50.3	73.5	57.3	61.5	71.7	51.7	62.5	74.5	55.6	67.5
乳類	139.9	147.6	90.2	117.1	115.4	97.0	148.5	180.9	78.1	109.3	145.0	44.6	92.1	121.9	31.8	160.2	156.1	129.7
低脂肪乳	59.8	103.5	0.0	37.2	55.7	5.4	44.5	65.3	0.0	38.7	104.4	0.0	26.7	60.3	0.0	70.3	117.3	0.0
普通乳	62.4	107.6	0.0	43.6	62.4	16.9	76.1	162.7	0.0	48.5	85.6	0.0	50.3	108.0	0.0	72.6	113.3	10.2
アイスクリーム	17.7	31.2	6.9	36.4	40.2	26.7	27.8	42.4	9.4	22.1	33.6	12.5	15.1	20.8	11.3	17.2	30.8	0.0
油脂類	18.2	8.2	17.6	19.5	6.8	18.5	19.0	7.0	19.1	19.9	6.7	18.9	20.8	8.3	20.4	19.0	9.2	18.5
菓子類	54.8	48.8	45.5	65.1	44.4	63.3	59.4	53.3	48.2	65.0	44.8	52.1	62.7	57.5	61.9	49.7	42.0	44.0
和菓子類	8.2	11.1	5.1	8.2	10.0	5.6	7.9	12.2	4.2	7.9	8.1	6.7	8.5	10.2	6.0	6.6	9.8	4.2
せんべい	19.7	22.8	11.2	23.8	18.8	23.8	21.1	18.6	15.6	27.6	25.4	23.9	24.9	27.5	13.6	17.8	22.8	10.6
洋菓子	27.0	30.7	15.4	33.1	27.2	30.2	30.4	33.3	18.3	29.5	28.7	17.8	29.4	33.9	20.5	25.4	28.0	15.4
嗜好飲料類	995.0	687.0	876.7	904.8	955.9	647.5	889.7	566.5	786.1	962.8	611.3	890.0	####	693.9	#####	####	774.8	962.7
アルコール飲料	303.2	522.2	56.6	238.9	387.6	48.3	268.8	365.8	104.2	333.7	458.8	64.6	510.8	666.0	262.7	404.7	681.2	186.8
日本酒	15.4	63.0	0.0	3.6	12.6	0.0	17.4	48.8	0.0	23.6	84.8	0.0	5.9	21.1	0.0	24.1	84.3	0.0
ビール	216.6	473.1	0.0	190.5	343.9	20.2	164.7	309.2	0.0	234.2	363.2	0.0	364.0	585.3	89.6	310.5	669.8	17.6
焼酎	56.7	107.3	0.0	29.3	73.0	0.0	68.7	125.7	0.0	58.4	94.7	0.0	103.4	125.3	37.8	58.1	130.6	0.0
ウイスキー	5.1	20.8	0.0	12.7	35.4	0.0	4.7	17.3	0.0	7.8	25.5	0.0	10.2	31.1	0.0	3.1	14.7	0.0
ワイン	9.4	42.3	0.0	2.7	9.8	0.0	13.3	39.3	0.0	9.7	36.7	0.0	27.2	84.0	0.0	9.0	37.0	0.0
その他の嗜好飲料	691.8	523.0	604.5	665.9</														

中央値 - 男性, 20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
62			32			94			107			88			56		
484.4	209.3	462.6	525.5	215.7	534.1	498.4	211.2	496.3	604.3	191.4	599.1	454.8	204.2	436.7	524.1	199.6	534.1
347.4	195.1	325.7	393.1	199.4	363.5	362.9	196.7	338.2	442.9	190.0	429.1	329.9	189.9	325.7	392.1	191.3	358.7
112.6	68.0	104.8	111.8	78.7	102.5	112.3	71.4	104.8	133.1	73.2	122.9	104.6	65.0	102.5	109.3	72.8	98.1
56.7	45.1	55.8	46.5	38.8	41.4	53.2	43.1	53.3	45.7	40.7	37.0	54.1	44.3	53.4	50.6	42.5	46.9
21.8	22.4	16.0	19.2	21.1	13.2	20.9	21.9	15.0	20.1	22.9	15.4	16.3	18.8	13.7	21.6	22.1	14.7
18.7	28.8	11.2	35.2	68.3	18.7	24.3	46.5	11.9	45.1	46.8	28.4	20.6	27.1	14.2	26.5	53.6	12.1
15.4	21.3	9.8	10.9	14.3	8.8	13.9	19.2	9.3	22.2	24.9	15.8	13.6	18.7	11.0	10.8	13.2	9.2
24.4	30.6	14.8	20.6	39.2	13.1	23.1	33.6	14.5	28.2	32.6	19.9	20.3	27.4	14.2	22.6	33.7	14.7
39.5	55.3	17.4	26.4	29.5	14.7	35.0	48.3	16.1	29.6	32.8	20.0	25.2	29.3	15.6	37.2	55.3	15.7
5.4	4.5	4.2	5.9	3.4	5.5	5.6	4.2	4.4	5.6	5.4	4.2	5.7	5.1	4.1	5.4	3.2	5.1
1.2	3.5	0.0	1.1	1.9	0.0	1.1	3.0	0.0	1.6	4.5	0.0	1.7	4.1	0.0	0.8	1.7	0.0
4.2	2.7	4.1	4.8	2.6	4.1	4.4	2.7	4.1	3.9	2.7	3.4	4.0	3.4	3.4	4.6	2.6	4.3
104.6	102.9	80.4	70.6	50.5	68.2	93.0	89.7	76.1	79.8	80.6	63.9	99.5	97.3	70.0	77.4	65.6	66.2
84.8	87.7	66.0	57.6	46.4	54.7	75.5	77.0	58.9	59.3	70.8	44.6	78.0	75.1	59.1	63.3	62.0	54.1
19.8	28.3	7.2	13.0	17.8	3.7	17.5	25.3	6.9	20.5	26.4	8.2	21.5	34.0	6.6	14.1	19.0	4.9
339.1	168.2	336.3	270.9	128.4	255.9	315.9	158.4	316.5	245.9	111.4	228.6	311.5	169.2	309.4	305.5	150.2	297.1
124.5	81.1	122.5	104.7	65.9	91.4	117.7	76.5	107.0	86.4	48.6	82.7	113.8	77.4	97.5	118.2	80.5	102.6
36.5	37.1	21.4	23.9	28.4	9.5	32.2	34.8	17.0	22.7	19.4	17.6	32.4	36.0	18.4	32.0	36.4	12.4
32.0	30.0	25.1	28.4	21.5	24.5	30.8	27.3	24.9	25.8	18.8	22.4	29.0	30.6	19.1	31.1	23.9	25.9
56.0	47.0	43.5	52.4	51.4	39.9	54.8	48.3	42.3	37.9	29.1	28.5	52.5	45.8	38.7	55.0	51.8	41.5
178.4	100.6	163.7	134.2	86.7	122.3	163.4	97.9	147.2	132.1	65.5	118.8	166.2	105.6	150.1	152.9	90.4	137.4
44.2	42.5	30.4	26.8	24.8	24.4	38.3	38.2	26.9	30.8	22.3	27.0	38.9	36.6	27.6	32.1	31.5	25.4
60.2	38.9	49.8	42.4	34.8	37.2	54.2	38.3	45.7	40.5	27.0	35.9	56.4	41.6	47.7	49.7	37.0	41.5
28.7	30.7	18.1	23.6	23.6	16.9	27.0	28.4	17.0	25.3	18.6	18.0	28.0	32.9	15.4	27.7	24.4	25.3
45.3	36.7	32.6	41.4	35.0	34.3	44.0	36.0	33.5	35.5	26.0	31.5	42.8	34.7	34.8	43.4	35.6	33.5
8.3	16.2	0.0	11.5	20.0	2.9	9.4	17.5	1.2	13.2	24.2	3.8	11.8	25.8	0.0	9.9	18.0	2.7
27.9	26.4	24.5	20.5	21.7	13.3	25.3	25.1	20.2	14.2	14.7	8.9	19.7	20.4	14.1	24.5	24.8	18.6
19.1	20.8	12.7	12.5	13.1	9.0	16.9	18.8	11.8	8.6	9.8	4.2	14.1	17.0	8.0	15.8	16.7	11.6
8.7	12.5	2.9	8.0	14.5	0.9	8.5	13.1	2.4	5.6	7.9	2.5	5.6	9.1	2.0	8.8	14.1	2.5
152.0	128.5	125.9	144.2	95.4	147.1	149.4	117.8	132.2	98.8	99.1	72.2	156.6	146.4	115.9	156.8	114.1	145.1
12.2	19.6	5.9	9.1	10.8	6.0	11.1	17.1	5.9	6.1	12.7	0.0	9.9	20.8	0.0	13.2	18.7	8.6
51.5	59.4	24.3	52.0	53.5	37.2	51.7	57.2	32.6	18.9	25.0	12.1	45.9	65.0	18.9	59.1	55.2	46.6
59.7	60.8	43.9	43.4	48.4	31.2	54.2	57.1	37.2	28.4	43.0	13.7	60.1	64.3	37.0	50.3	58.2	31.1
28.7	55.7	0.0	39.7	69.0	10.0	32.4	60.4	4.2	45.3	83.3	13.2	40.7	88.9	0.0	34.2	61.8	9.3
12.0	13.7	6.7	13.0	12.4	10.0	12.3	13.2	8.4	14.2	11.5	12.4	14.3	17.9	6.9	12.9	12.4	10.5
17.5	25.2	8.1	12.0	13.7	6.2	15.6	22.0	7.6	14.6	15.0	10.2	18.9	24.2	11.5	12.6	17.5	5.5
93.9	63.1	84.8	69.3	43.0	61.0	85.5	58.0	74.8	86.7	51.6	76.2	95.5	66.6	84.1	79.5	61.7	62.4
47.5	35.4	38.9	36.3	26.8	33.5	43.7	33.0	37.1	50.5	36.1	42.6	56.1	51.7	43.3	39.9	30.8	34.9
17.4	16.9	14.6	13.7	14.0	10.1	16.2	16.0	12.1	15.1	14.9	12.2	18.6	22.9	14.6	15.7	18.0	10.1
15.3	14.0	12.0	13.9	12.2	11.4	14.8	13.4	11.6	15.9	14.8	12.2	19.2	21.4	14.9	14.1	12.6	12.0
14.7	17.8	10.9	8.8	11.6	5.4	12.7	16.2	9.7	19.6	19.5	14.2	18.3	23.4	11.4	10.1	11.1	8.7
46.4	40.3	38.1	32.9	28.0	25.5	41.8	37.0	35.7	36.2	26.8	31.7	39.4	29.8	32.5	39.5	40.7	35.7
20.9	22.3	14.0	15.8	19.8	8.0	19.2	21.5	12.4	15.0	15.1	12.0	18.4	19.8	13.4	18.0	21.5	10.8
12.7	18.2	7.7	10.6	11.5	6.7	12.0	16.2	7.7	11.4	11.8	7.5	11.8	15.9	6.6	10.9	12.2	6.8
12.8	24.1	5.2	6.6	17.4	0.0	10.7	22.1	2.0	9.7	14.4	6.6	9.3	17.4	2.3	10.7	24.8	0.0
90.0	49.4	80.8	86.9	62.1	77.3	88.9	53.7	79.7	131.0	52.4	126.2	100.2	53.3	88.9	86.9	60.0	75.1
46.5	39.2	36.3	42.4	34.3	36.4	45.1	37.5	36.3	59.0	32.0	51.0	48.7	36.9	41.3	44.5	39.7	34.8
10.7	11.0	6.7	11.5	17.7	4.2	10.9	13.5	6.4	14.3	10.9	12.3	13.4	12.5	9.3	10.1	14.0	6.6
30.5	24.9	24.9	30.8	27.9	26.7	30.6	25.8	26.4	55.4	29.9	51.0	36.0	25.1	34.1	29.6	28.4	19.6
2.3	5.1	0.0	2.2	3.9	0.0	2.3	4.7	0.0	2.3	3.7	0.0	2.1	3.3	0.0	2.7	5.6	0.0
70.0	39.2	65.5	60.2	36.6	58.4	66.6	38.4	64.9	71.1	56.2	58.1	77.6	53.5	70.1	66.9	37.2	65.6
175.5	147.9	174.2	150.5	135.1	157.0	167.0	143.4	167.7	121.5	148.5	68.5	183.9	157.4	181.9	160.3	137.3	166.7
96.1	123.7	13.2	78.1	105.8	0.0	90.0	117.6	0.0	39.9	84.7	0.0	97.9	127.7	0.0	74.3	107.1	0.0
69.4	108.1	0.0	65.5	94.1	0.0	68.1	103.1	0.0	54.5	106.9	7.5	72.0	116.5	0.0	79.7	107.1	0.0
10.0	29.6	0.0	6.9	11.3	0.0	9.0	24.9	0.0	27.1	37.8	13.0	14.1	33.4	0.0	6.3	9.7	0.0
15.2	8.3	14.3	13.2	6.7	12.4	14.6	7.8	14.0	19.6	6.7	18.8	16.8	9.1	15.5	13.7	6.7	13.4
51.3	58.9	29.9	34.7	25.2	26.2	45.6	50.5	28.6	63.5	46.7	52.1	52.6	54.6	39.8	36.6	32.1	25.2
9.0	14.8	4.7	11.2	12.1	6.5	9.8	13.9	5.5	8.0	9.7	5.3	9.4	14.1	5.7	9.2	11.7	5.3
14.9	21.0	8.7	8.4	11.4	5.2	12.7	18.5	6.1	25.0	22.3	21.2	15.1	20.3	8.8	9.1	11.2	5.6
27.3	38.0	14.0	15.1	16.4	8.4	23.2	32.7	10.2	30.6	29.4	20.8	28.2	37.6	15.1	18.2	21.5	9.1
888.6	579.6	772.8	700.3	365.7	656.8	824.5	522.4	734.9	929.6	694.0	808.7	1075.2	681.6	912.9	699.3	439.7	603.6
125.9	208.7	13.2	68.1	235.5	0.0	106.2	218.6	0.0	293.7	417.7	64.6	280.8	513.3	67.1	76.0	208.1	0.0
12.4	57.0	0.0	5.9	33.3	0.0	10.2	50.1	0.0	17.1	65.1	0.0	18.1	66.9	0.0	5.3	27.7	0.0
70.6	165.6	0.0	42.6	183.4	0.0	61.1	171.4	0.0	205.4	343.3	0.0	198.4	483.8	0.0	45.7	162.8	0.0
40.7	72.4	0.0	19.5	53.8	0.0	33.5	67.1	0.0	54.0	99.5	0.0	56.8	122.4	0.0	23.7	57.4	0.0
0.9	5.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	4.1	0.0	8.2	26.4	0.0	2.4	13.6	0.0	1.0	5.2	0.0
1.2	5.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	4.7	0.0	8.9	33.0	0.0	5.3	23.0	0.0	0.3	2.1	0.0
762.7	578.3	639.2	632.2	365.5	569.3	718.3	517.4	613.9	635.9	565.6	489.2	794.4	529.8	699.2	623.2	423.6	531.4
296.4	305.0	193.4	337.7	319.7	238.5	310.5	309.0	212.5	158.7	245.9	48.3	298.9	358.7	175.6	348.4	329.6	264.8
47.1	170.3	0.0	35.1	77.6	0.0	43.0	145.1	0.0	97.2	206.3	22.2	52.3	155.1	0.0	28.5	75.6	0.0
359.6	378.8	230.1	230.8	206.1	168.9	315.7	334.7	209.1	295.1	320.4	194.5	389.5	340.2	296.7	220.0	229.8	165.6

第5表の3 食品群別摂取量 - BDHQ 推定申告誤差調整済み摂取量(efood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	392			32			53			60			73			81		
穀類	372.3	143.8	363.7	426.4	165.5	452.3	389.4	137.6	414.2	415.4	155.4	398.1	371.1	134.8	378.4	367.8	146.9	358.5
米・加工品	269.5	142.4	266.7	324.3	158.9	327.7	283.0	125.9	292.1	298.9	165.3	275.1	262.4	134.7	275.4	265.7	145.4	274.8
小麦・加工品	90.2	56.0	80.3	90.7	72.9	74.1	94.2	63.5	81.4	100.6	58.4	88.9	95.7	54.2	82.9	90.5	49.7	82.8
パン	44.6	36.1	37.0	26.6	24.9	17.6	35.8	35.2	25.5	41.6	28.8	38.4	44.9	33.8	34.9	54.8	38.6	55.0
うどん	17.5	28.3	11.5	23.0	49.2	9.7	27.0	47.7	13.5	22.4	24.3	17.3	16.5	22.7	11.3	13.6	16.0	11.2
ラーメン	15.9	20.4	11.2	25.2	35.1	13.9	17.7	16.5	14.7	19.7	23.4	14.4	18.7	19.9	13.1	12.1	15.7	10.2
パスタ類	12.2	14.5	10.0	16.0	17.2	13.2	13.6	16.1	11.2	16.9	15.0	14.6	15.6	17.4	11.2	9.9	11.9	9.7
その他の穀類・加工品	12.6	18.4	9.3	11.3	18.4	0.0	12.3	16.5	8.8	16.0	23.4	9.3	13.0	19.1	9.9	11.6	16.2	10.4
いも類	31.4	30.8	21.4	29.0	28.3	25.0	35.4	31.1	23.0	32.4	34.2	20.6	27.5	31.4	15.0	29.8	28.4	21.6
砂糖・甘味料類	4.8	4.5	3.8	4.6	3.8	3.3	5.5	5.4	4.3	4.8	4.9	3.8	4.2	3.6	3.2	4.6	3.9	3.7
砂糖・甘味料類	1.3	4.1	0.0	1.1	3.0	0.0	1.9	4.8	0.0	1.5	4.5	0.0	0.8	2.8	0.0	1.1	3.5	0.0
調理砂糖	3.5	2.2	3.1	3.5	3.0	2.9	3.6	2.1	3.4	3.3	2.1	2.6	3.4	2.3	2.9	3.5	2.2	3.2
豆類	79.4	66.7	64.0	71.1	69.8	55.5	76.5	59.4	63.6	86.6	78.5	69.0	83.0	75.9	64.3	78.6	66.1	62.0
とうふ・油揚げ	65.5	60.3	49.7	61.1	63.7	47.6	59.0	47.4	48.1	71.8	75.4	53.1	69.5	70.0	49.7	64.9	57.3	48.4
納豆	13.8	19.2	5.8	10.1	16.5	4.1	17.5	23.2	8.4	14.7	17.1	9.8	13.5	19.4	4.8	13.8	21.4	4.0
野菜類	285.3	164.7	259.8	318.7	251.5	272.5	228.8	122.8	207.3	260.5	178.4	236.8	274.9	157.7	251.2	309.2	138.3	295.7
緑黄色野菜	109.4	75.6	90.9	123.7	107.1	105.5	88.5	51.8	73.3	105.6	91.0	80.5	98.9	53.8	90.7	127.1	79.4	104.7
トマト	29.2	31.7	17.2	27.5	29.7	14.9	25.5	24.8	17.1	28.3	26.9	20.6	26.1	24.7	16.6	36.5	42.6	26.0
にんじん・かぼちゃ	30.1	25.4	24.1	29.2	29.8	23.5	25.4	25.7	20.1	27.4	27.6	23.5	28.5	22.6	23.5	36.8	27.4	29.7
緑葉野菜	50.1	45.6	37.8	67.1	64.0	52.6	37.6	24.6	34.6	49.8	68.0	29.6	44.3	32.4	37.6	53.8	37.3	39.1
その他の野菜	154.7	100.2	136.9	173.0	151.9	136.9	120.1	69.8	103.9	140.7	104.8	120.2	158.1	111.3	141.6	162.1	74.4	153.6
生(レタス・キャベツ)	31.9	27.3	26.6	29.0	25.6	21.2	24.7	20.3	20.1	24.4	19.1	18.5	36.2	30.9	34.8	36.2	29.0	29.7
キャベツ	52.4	43.2	43.2	59.2	60.7	43.0	41.2	26.0	37.6	48.2	47.3	36.3	54.8	50.3	45.8	53.1	36.6	44.1
だいこん・かぶ	26.6	27.1	19.0	32.0	47.6	15.9	20.3	17.9	14.0	24.0	22.7	16.8	25.0	26.9	19.8	29.2	20.5	27.1
根菜	43.8	38.1	35.8	52.8	49.2	36.2	33.9	37.0	29.5	44.1	46.4	29.7	42.1	31.9	37.6	43.6	29.0	40.6
100%ジュース(×0.225)	6.9	15.5	0.0	13.2	30.8	4.3	8.3	14.4	3.6	6.5	11.8	2.5	4.8	13.0	0.0	5.0	10.1	2.2
漬け物	14.3	18.8	7.2	8.8	12.3	4.3	11.9	19.7	4.5	7.8	10.3	3.7	13.1	17.9	5.8	15.0	18.5	8.1
漬物(緑葉野菜)	9.5	14.1	3.1	6.7	10.9	2.0	7.1	11.0	2.2	4.9	7.3	1.5	9.4	15.3	3.7	9.5	14.7	3.2
漬物(その他)	4.8	8.3	1.8	2.1	3.9	0.0	4.8	9.7	1.9	2.9	5.7	0.0	3.7	5.9	1.7	5.5	8.1	2.2
果実類	129.2	106.0	107.9	136.8	146.1	86.8	119.7	98.9	89.7	90.8	73.6	67.4	105.2	98.3	79.2	146.9	93.4	153.2
かき・いちご	13.3	25.2	6.7	12.7	18.0	7.2	10.8	21.3	0.0	10.0	18.1	5.3	14.6	27.6	7.4	10.6	15.6	7.1
柑橘類	44.9	52.1	27.5	42.4	68.8	20.1	42.9	40.6	33.8	29.3	34.1	15.0	28.5	28.4	16.4	54.1	62.7	29.5
その他の果物	47.1	48.3	31.1	36.4	50.4	13.8	37.4	48.3	17.4	29.2	35.6	15.8	45.5	49.3	20.6	65.0	47.9	53.8
100%ジュース(×0.775)	23.9	53.4	0.0	45.4	106.1	14.9	28.7	49.5	12.3	22.3	40.5	8.6	16.5	44.8	0.0	17.2	34.8	7.7
きのこ類	15.3	15.1	11.4	18.9	21.8	11.3	16.8	14.8	11.8	15.0	17.2	10.3	15.3	14.8	11.7	14.8	12.9	11.6
藻類	13.9	15.2	9.3	14.1	13.2	12.5	16.0	15.2	11.7	12.8	20.0	7.5	14.6	16.7	7.0	12.5	12.9	8.9
魚介類	76.6	49.0	67.7	68.6	55.0	54.7	75.2	58.6	59.4	67.7	41.3	60.3	68.3	43.4	54.6	79.2	38.2	73.8
生魚介類	39.9	32.0	31.9	43.6	40.3	32.4	40.9	39.4	30.8	36.9	25.9	31.1	37.2	27.4	28.9	38.4	25.2	33.3
脂がのった魚	13.9	14.7	9.6	15.5	17.2	10.4	10.0	12.8	8.0	10.8	8.0	10.0	13.4	14.2	8.7	14.1	13.0	11.0
脂が少ない魚	15.0	15.4	10.8	14.7	15.6	11.3	15.6	17.6	10.5	15.2	16.0	11.8	13.9	16.2	8.8	14.6	12.3	12.1
いか・たこ・えび・貝	11.0	14.9	7.6	13.4	18.0	8.4	15.2	21.5	8.3	10.9	16.5	8.6	9.9	10.2	8.0	9.6	11.0	7.2
魚介加工品	36.6	30.7	26.9	25.1	23.6	19.1	34.3	39.1	24.9	30.8	24.6	22.6	31.1	25.7	22.8	40.8	26.1	34.3
干物	18.5	19.6	12.0	11.7	13.6	6.7	16.6	23.7	11.5	17.5	18.6	11.8	16.7	17.7	10.3	20.7	16.0	14.4
ツナ缶	11.2	15.6	6.6	6.4	8.5	4.3	12.3	28.9	5.3	9.3	11.2	6.7	8.6	9.8	4.7	13.9	14.3	8.8
骨ごと魚	7.0	12.5	3.6	6.9	12.1	0.0	5.4	9.2	0.0	3.9	6.4	0.0	5.7	12.1	0.0	6.2	9.3	5.1
肉類	93.0	47.7	87.7	103.5	58.6	92.5	104.8	48.5	103.4	101.9	49.2	91.7	100.2	53.1	92.7	89.6	42.2	82.7
豚肉・牛肉	44.7	29.6	38.8	50.1	40.6	36.4	52.1	30.8	45.0	51.9	30.8	48.9	47.3	33.2	38.8	40.4	21.5	38.5
ハム	10.4	10.7	6.3	11.3	12.9	5.9	11.3	9.4	8.1	10.5	9.9	7.1	12.4	12.6	7.2	9.9	8.6	6.0
鶏肉	36.4	28.3	32.8	41.1	34.2	33.9	40.0	30.2	35.4	37.9	26.8	33.5	39.3	31.8	35.8	37.6	28.8	34.3
レバー	1.5	2.6	0.0	1.0	1.9	0.0	1.4	2.9	0.0	1.6	2.4	0.0	1.2	1.8	0.0	1.7	3.4	0.0
卵類	53.2	32.2	50.6	56.0	34.4	48.7	59.6	42.3	56.1	52.5	30.5	48.1	56.2	27.1	57.5	51.3	31.7	43.4
乳類	135.5	113.4	117.9	132.3	98.0	110.5	107.0	92.6	83.7	131.9	133.3	72.5	147.0	125.9	134.8	134.5	105.6	137.9
低脂肪乳	54.6	95.8	0.0	33.5	62.3	0.0	20.5	46.3	0.0	55.8	118.7	0.0	56.0	105.4	0.0	64.1	98.2	0.0
普通乳	66.8	85.0	21.2	62.0	75.2	30.2	67.8	87.8	28.1	59.1	80.0	19.9	79.0	97.3	40.1	58.2	75.1	8.4
アイスクリーム	14.0	23.4	6.7	36.8	34.4	26.4	18.6	22.0	11.9	17.0	22.5	11.3	12.1	19.1	6.9	12.2	26.8	0.0
油脂類	15.2	6.4	14.9	15.7	8.6	15.2	16.1	5.9	15.8	16.3	7.1	15.8	15.4	6.7	15.6	15.2	5.4	14.9
菓子類	62.8	48.3	50.3	73.5	47.5	71.4	86.2	61.4	63.0	65.7	50.4	51.3	61.8	42.5	53.7	55.3	42.0	45.7
和菓子類	8.0	10.7	4.7	6.3	9.5	4.2	8.3	12.4	4.9	6.7	10.6	4.5	7.4	10.3	4.6	9.1	11.3	5.8
せんべい	17.3	17.7	10.5	21.2	18.9	14.0	21.4	19.6	15.5	19.6	18.7	11.7	20.3	19.5	16.9	12.8	12.0	7.9
洋菓子	37.5	36.8	26.9	46.0	37.6	46.5	56.5	46.9	44.5	39.3	40.6	21.3	34.0	31.3	28.5	33.4	30.7	22.2
嗜好飲料類	679.4	496.7	629.4	538.2	522.9	339.1	543.6	340.4	475.3	792.5	762.2	652.8	848.6	509.5	720.8	676.8	365.9	656.2
アルコール飲料	85.2	228.1	0.0	59.5	146.4	2.8	98.4	226.9	0.0	148.8	302.0	17.9	160.4	333.1	0.0	44.7	123.7	0.0
日本酒	3.7	28.7	0.0	0.9	3.7	0.0	8.0	41.0	0.0	6.9	50.8	0.0	6.0	30.6	0.0	1.7	11.2	0.0
ビール	58.8	195.6	0.0	38.7	126.6	0.0	42.5	141.3	0.0	107.0	289.3	0.0	118.1	282.9	0.0	35.9	117.3	0.0
焼酎	12.7	43.2	0.0	16.8	32.1	0.0	30.8	74.9	0.0	26.5	63.7	0.0	12.8	37.0	0.0	2.7	13.9	0.0
ウイスキー	1.6	12.4	0.0	2.6	9.8	0.0	2.0	10.5	0.0	2.6	13.3	0.0	3.5	23.7	0.0	0.2	1.0	0.0
ワイン	8.5	41.3	0.0	0.5	1.8	0.0	15.0	53.0	0.0	5.7	25.2	0.0	20.0	76.5	0.0	4.2	12.9	0.0
その他の嗜好飲料	594.1	429.4	532.9	478.8	479.6	325.1	445.2	242.9	407.9	643.7	657.8</							

中央値 - 女性, 20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
66			27			93			145			94			46		
328.1	115.4	322.2	304.3	131.8	286.9	321.2	120.1	317.8	408.3	151.2	421.1	353.7	132.2	354.7	293.2	116.6	286.7
231.9	121.0	220.0	235.7	134.7	243.2	233.0	124.4	228.3	298.7	150.3	289.2	258.8	131.6	259.0	209.0	123.9	194.4
84.0	48.2	81.3	58.6	44.0	48.9	76.6	48.2	67.6	96.1	63.3	80.3	82.4	46.0	77.4	73.6	50.8	62.1
53.0	43.3	49.2	38.5	30.8	31.5	48.8	40.5	45.7	36.2	30.9	29.8	48.8	34.6	50.0	49.9	43.2	47.5
11.9	12.3	10.8	9.3	13.6	0.0	11.1	12.7	9.4	24.2	39.9	14.1	12.8	14.7	11.2	10.7	12.6	7.4
11.3	15.7	8.0	7.4	13.5	0.0	10.1	15.1	7.2	20.2	24.4	14.1	12.6	16.8	9.6	7.1	12.3	0.0
7.8	9.0	7.0	3.4	5.8	0.0	6.5	8.4	0.0	15.5	15.9	12.4	8.2	9.6	7.9	5.9	9.0	0.0
12.2	18.8	8.7	10.0	13.6	7.2	11.5	17.4	8.5	13.6	20.0	8.5	12.5	19.2	9.4	10.6	13.1	7.6
34.2	31.8	23.9	32.5	28.5	28.8	33.7	30.8	24.3	32.7	31.7	21.4	33.8	32.0	22.5	33.5	29.5	26.3
5.6	5.9	4.4	4.0	2.0	3.9	5.1	5.1	4.1	5.0	4.9	4.0	4.9	4.2	4.1	5.4	5.9	4.1
1.9	5.9	0.0	0.7	1.8	0.0	1.6	5.1	0.0	1.6	4.3	0.0	1.1	3.9	0.0	1.9	5.9	0.0
3.7	2.2	3.3	3.3	1.4	3.6	3.5	2.0	3.5	3.4	2.3	3.1	3.8	2.2	3.5	3.5	1.8	3.5
77.7	51.1	71.2	75.2	62.6	59.8	77.0	54.4	68.2	79.5	69.9	63.6	80.1	57.4	71.2	70.5	56.1	57.9
65.3	45.7	58.4	61.6	57.9	44.0	64.3	49.3	56.3	64.8	63.6	48.2	65.4	48.6	57.0	57.7	50.8	45.4
12.4	16.5	5.2	13.5	16.9	6.3	12.7	16.5	5.2	14.7	19.5	7.3	14.7	20.6	6.8	12.8	16.5	5.7
332.2	164.3	289.8	254.1	130.7	226.4	309.6	158.7	268.4	261.8	182.3	229.4	316.1	157.4	286.9	296.5	149.5	259.9
119.1	76.3	95.3	93.2	55.4	79.4	111.6	71.6	88.4	103.3	83.7	80.8	122.6	80.3	98.4	102.7	61.1	85.9
30.0	32.1	15.2	25.0	33.1	8.8	28.6	32.3	11.9	27.1	26.6	17.3	32.9	39.7	17.9	30.4	34.1	9.9
31.6	22.7	24.6	26.8	19.1	25.4	30.2	21.7	25.2	27.1	27.3	21.5	33.0	24.2	25.7	29.9	23.2	25.3
57.5	48.1	44.4	41.4	26.7	36.9	52.8	43.5	42.8	49.1	55.8	35.2	56.7	43.5	40.3	42.3	32.6	36.0
182.2	102.4	163.9	133.5	73.6	114.9	168.1	97.1	145.0	140.3	107.8	120.1	168.6	89.0	147.8	160.7	95.5	128.9
37.3	30.4	35.1	27.9	28.0	26.5	34.6	29.9	29.8	25.5	21.0	19.0	35.2	27.7	34.4	34.8	33.6	29.4
59.2	42.6	49.3	50.1	33.5	52.9	56.5	40.2	49.3	48.1	44.7	38.3	57.4	41.0	48.1	51.2	33.6	48.6
32.1	32.7	24.1	21.9	17.5	16.0	29.2	29.4	19.9	24.4	28.9	14.5	31.2	25.7	26.6	27.8	29.5	19.0
53.6	42.7	42.2	33.7	25.5	26.8	47.8	39.4	37.8	42.3	44.2	31.1	44.8	31.8	38.3	46.9	44.6	34.2
7.1	12.6	2.2	9.0	22.4	0.0	7.7	15.9	0.0	8.6	18.5	3.4	6.4	12.5	0.0	8.1	18.8	0.0
23.8	23.4	19.0	18.3	19.6	12.7	22.2	22.4	17.6	9.5	14.8	4.2	18.4	20.5	12.6	25.1	24.5	20.8
15.6	17.2	10.8	13.3	16.0	10.4	14.9	16.8	10.4	6.1	9.6	1.9	12.5	15.8	7.7	17.3	19.1	14.1
8.2	11.6	2.1	5.0	8.4	1.7	7.3	10.8	1.9	3.4	7.2	1.2	5.9	9.3	1.9	7.8	11.8	2.2
167.4	125.2	133.9	142.1	93.0	122.8	160.0	116.9	133.6	111.5	103.4	82.6	166.2	119.3	148.5	142.8	96.3	125.1
20.2	40.7	8.8	13.1	18.7	5.5	18.2	35.7	8.1	10.9	19.2	5.3	18.3	36.2	7.9	12.9	16.6	8.4
65.4	65.1	43.8	53.5	39.3	56.3	61.9	58.8	45.7	37.1	46.2	19.1	64.6	69.8	39.3	54.4	44.7	51.0
57.3	54.4	42.8	44.4	32.0	41.2	53.5	49.2	42.2	33.8	43.9	16.9	61.1	51.3	49.4	47.6	44.3	41.2
24.5	43.4	7.7	31.0	77.0	0.0	26.4	54.9	0.0	29.7	63.7	11.6	22.2	42.9	0.0	27.8	64.7	0.0
14.9	14.1	11.6	11.4	10.7	8.5	13.9	13.3	10.1	16.5	17.5	11.3	15.7	13.2	13.4	13.1	14.6	8.7
15.3	13.4	11.5	10.3	10.6	7.1	13.9	12.8	10.5	14.3	17.0	9.6	13.4	13.7	10.8	13.5	12.5	9.7
90.6	51.6	83.0	88.7	65.8	70.5	90.0	55.7	81.0	70.7	51.0	59.4	84.7	43.9	80.8	93.4	61.6	81.6
43.0	33.7	34.2	45.3	42.9	38.3	43.6	36.4	34.3	39.8	34.5	31.1	40.3	31.5	32.6	46.5	37.8	44.9
17.4	19.4	10.6	18.9	17.7	13.7	17.9	18.8	10.8	11.5	12.4	9.1	16.4	18.6	10.1	17.7	15.1	13.9
16.0	15.9	11.6	15.3	15.8	8.5	15.8	15.8	11.2	15.3	16.4	11.3	14.8	14.9	10.9	16.3	14.8	12.2
9.5	13.3	6.8	11.2	16.3	7.7	10.0	14.1	7.2	13.0	18.8	8.4	9.1	11.6	6.8	12.5	17.5	8.0
47.6	36.8	37.9	43.3	31.7	31.0	46.4	35.3	37.5	30.8	30.6	22.5	44.4	31.7	37.6	46.9	35.4	34.7
21.9	23.8	14.1	22.0	21.2	12.0	21.9	23.0	13.9	15.9	19.7	11.3	21.3	21.3	14.3	22.7	20.4	15.3
14.1	15.0	8.8	10.3	9.1	8.0	13.0	13.6	8.3	9.8	19.3	5.3	14.9	16.1	8.6	11.9	11.5	8.2
11.6	18.7	4.8	11.1	15.9	5.8	11.5	17.8	5.0	5.1	9.0	0.0	8.2	14.7	4.4	12.3	17.0	5.8
74.8	37.5	76.8	72.6	33.0	71.3	74.2	36.1	74.6	103.3	50.8	96.8	82.0	38.6	79.2	74.6	37.9	71.8
34.5	22.5	31.0	39.0	27.4	33.4	35.8	23.9	32.2	51.6	33.0	45.0	38.9	23.5	37.1	37.5	25.4	33.1
8.4	9.3	5.1	7.8	14.6	2.8	8.2	11.0	5.1	11.0	10.4	7.3	8.6	7.8	5.3	9.2	13.8	5.4
30.2	21.8	25.5	23.6	16.6	23.6	28.3	20.5	24.8	39.4	29.6	35.2	33.1	23.0	31.1	25.8	19.1	24.0
1.7	2.4	0.0	2.2	2.4	2.4	1.8	2.4	0.0	1.4	2.5	0.0	1.4	2.2	0.0	2.1	2.4	2.2
51.6	32.1	51.7	40.4	23.1	42.3	48.4	30.0	49.1	55.9	35.9	50.1	50.2	30.4	49.7	46.7	29.1	46.4
151.6	105.1	139.8	135.1	125.9	105.5	146.8	111.1	135.3	122.9	112.2	90.8	133.9	95.2	132.9	153.8	124.5	150.8
79.5	105.2	13.7	50.3	64.3	0.0	71.0	95.7	12.5	38.0	87.4	0.0	63.5	84.6	10.2	79.2	105.3	19.9
66.2	85.3	17.5	82.8	95.7	34.7	71.0	88.2	21.1	62.9	81.5	21.3	63.8	80.6	14.7	71.3	91.5	14.2
5.9	12.6	0.0	1.9	7.2	0.0	4.8	11.4	0.0	22.0	26.5	13.7	6.6	13.3	0.0	3.2	9.0	0.0
13.5	5.5	13.4	14.0	5.9	13.7	13.6	5.6	13.4	16.1	7.0	15.8	14.4	5.8	13.7	13.7	5.6	13.8
54.7	43.8	41.8	42.2	42.4	20.2	51.0	43.5	34.2	74.9	54.5	61.9	56.0	43.0	44.1	46.6	44.1	23.2
8.4	9.6	4.4	9.1	10.9	4.7	8.6	9.9	4.5	7.2	11.0	4.5	8.5	10.4	4.5	9.4	10.4	5.3
14.6	18.5	7.1	11.4	12.9	6.7	13.7	17.1	7.0	20.6	18.9	13.8	13.9	14.6	8.1	13.0	18.5	6.5
31.7	34.5	11.2	21.7	26.8	9.2	28.8	32.7	10.0	47.1	42.8	37.1	33.6	33.6	23.0	24.2	27.2	10.9
635.1	386.0	604.2	519.8	357.4	525.3	601.6	379.6	564.9	645.4	595.1	544.4	629.5	365.7	599.6	557.2	365.2	538.3
2																	

第6表の1 食品群別摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pfood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	733			58			81			113			123			171		
穀類	202.7	76.7	197.8	226.8	72.8	238.7	198.0	71.1	208.6	211.4	75.5	200.4	188.7	66.5	185.5	197.2	75.4	192.5
米・加工品	146.7	75.4	142.7	169.9	71.7	173.1	145.8	67.7	145.3	152.4	76.7	139.0	129.2	64.9	127.0	144.4	75.1	147.6
小麦・加工品	47.6	28.5	42.4	48.7	31.0	40.2	45.1	28.9	40.3	49.8	29.0	44.1	51.3	27.3	45.2	44.4	25.9	41.3
パン	22.0	18.3	17.1	13.8	11.3	12.0	16.8	17.4	11.8	19.5	14.6	16.4	22.7	16.9	17.6	23.8	19.1	20.3
うどん	8.4	11.7	6.0	10.3	18.2	5.6	10.7	19.7	5.9	9.3	10.6	7.4	8.3	9.9	6.4	6.6	7.5	5.5
ラーメン	10.6	14.3	6.6	14.8	17.1	10.0	11.5	11.8	7.9	12.8	15.8	8.0	12.0	11.4	8.6	8.5	12.0	5.8
パスタ類	6.7	7.9	5.2	9.7	10.2	7.1	6.0	7.3	5.1	8.2	8.0	6.9	8.3	9.2	6.2	5.5	6.3	5.2
その他の穀類・加工品	8.4	13.1	5.5	8.2	10.2	5.1	7.1	9.3	4.9	9.2	12.5	5.7	8.2	10.6	5.8	8.4	17.4	5.7
いも類	14.2	15.8	9.0	12.9	12.4	10.9	15.5	14.9	8.6	13.1	14.8	8.4	12.2	14.2	7.6	12.5	13.4	9.0
砂糖・甘味料類	2.4	2.2	1.9	2.0	1.6	1.6	2.3	2.3	1.9	2.4	2.5	1.8	2.2	1.9	1.7	2.3	2.0	1.9
砂糖・甘味料類	0.7	1.9	0.0	0.5	1.4	0.0	0.7	2.0	0.0	0.8	2.2	0.0	0.6	1.5	0.0	0.6	1.7	0.0
調理砂糖	1.7	1.2	1.5	1.5	1.2	1.2	1.6	1.1	1.5	1.6	1.0	1.3	1.7	1.1	1.4	1.7	1.3	1.4
豆類	37.7	33.5	30.8	30.5	28.4	24.5	37.5	37.4	27.8	35.5	31.4	31.2	35.7	33.0	25.9	37.4	32.1	27.5
とうふ・油揚げ	30.5	29.4	23.4	24.9	25.5	17.4	28.7	32.3	22.8	28.3	29.9	21.8	29.9	30.1	22.1	29.7	25.9	21.3
納豆	7.2	10.3	2.8	5.6	7.9	2.1	8.8	12.2	3.3	7.2	8.1	4.9	5.8	8.8	2.0	7.6	12.1	2.1
野菜類	134.3	78.4	120.8	126.8	101.0	102.2	103.7	55.9	91.2	112.0	72.5	101.7	130.0	74.2	124.2	140.7	72.2	135.4
緑黄色野菜	50.4	36.2	41.2	47.6	42.8	34.0	38.8	23.7	35.2	43.3	36.6	36.8	47.0	28.1	41.2	54.7	39.0	43.3
トマト	13.6	15.3	7.6	10.8	12.0	6.8	11.1	10.7	8.4	11.6	11.4	7.8	12.3	12.9	7.3	15.9	18.8	10.1
にんじん・かぼちゃ	13.7	12.1	10.8	12.3	11.7	10.2	10.9	11.2	8.7	12.0	11.3	10.2	13.1	10.6	11.0	14.9	13.3	10.2
緑葉野菜	23.1	21.6	17.8	24.5	25.8	16.1	16.8	12.2	15.0	19.6	26.1	14.2	21.6	17.3	18.2	24.0	20.0	17.7
その他の野菜	72.3	47.1	65.0	68.5	60.6	55.4	54.7	31.6	46.0	60.5	42.4	54.4	73.9	50.9	69.5	74.7	40.1	72.5
生(レタス・キャベツ)	15.6	14.2	12.3	12.6	10.5	9.2	11.7	9.5	9.1	12.0	9.1	10.0	17.1	15.3	15.1	16.7	15.0	13.0
キャベツ	24.3	20.0	19.9	23.0	23.6	16.6	18.0	13.0	15.2	19.9	18.7	16.7	25.8	23.6	20.9	25.0	17.8	20.8
だいこん・かぶ	12.4	12.7	8.5	12.9	18.2	7.1	9.2	7.8	6.3	11.0	9.7	8.1	11.5	12.1	7.6	12.9	11.5	11.0
根菜	20.0	17.3	16.1	19.9	20.0	14.4	15.8	15.9	12.7	17.6	18.5	13.9	19.5	14.5	16.8	20.1	14.2	17.2
100%ジュース(×0.225)	4.1	8.7	0.0	6.2	12.3	2.3	4.5	8.6	1.3	3.6	7.2	0.0	2.9	6.8	0.0	4.1	9.0	0.0
漬け物	7.5	9.4	4.3	4.5	5.4	2.3	5.7	8.4	2.8	4.7	5.6	2.3	6.2	7.7	4.3	7.2	8.9	4.1
漬物(緑葉野菜)	5.0	7.1	2.0	3.2	4.5	1.1	3.4	5.0	1.4	2.8	3.7	1.1	4.4	6.5	2.0	4.9	7.4	1.7
漬物(その他)	2.5	4.3	0.9	1.2	2.0	0.7	2.3	4.3	0.9	1.9	3.0	0.8	1.8	2.8	0.9	2.3	3.6	1.0
果実類	60.4	54.7	46.5	54.0	58.7	36.0	51.9	47.5	38.3	39.6	35.8	29.0	46.8	49.2	31.7	68.7	55.5	55.4
かき・いちご	5.4	11.1	2.4	4.5	7.8	1.0	4.2	9.0	0.0	3.6	7.2	0.0	5.4	11.6	0.0	5.0	8.7	2.8
柑橘類	19.3	25.1	9.2	14.9	26.7	6.2	16.8	18.0	9.2	10.1	13.8	5.5	11.4	13.4	5.6	22.5	29.1	11.0
その他の果物	21.5	25.2	10.8	13.0	19.4	6.2	15.4	21.9	8.0	13.4	17.8	6.6	19.9	26.8	8.0	27.1	26.3	18.0
100%ジュース(×0.775)	14.2	29.8	0.0	21.5	42.3	7.9	15.5	29.7	4.5	12.4	24.8	0.0	10.0	23.4	0.0	14.2	31.1	0.0
きのこ類	6.8	7.0	4.9	7.4	8.8	5.1	7.5	6.7	5.3	6.3	6.8	4.8	6.8	6.6	4.9	6.7	6.9	4.9
藻類	6.8	7.9	4.1	6.5	7.1	5.5	7.0	6.8	4.2	5.8	7.8	3.8	6.5	7.7	3.3	6.6	7.4	4.7
魚介類	38.5	25.6	33.4	32.9	22.1	28.1	36.3	25.5	30.8	32.1	21.1	27.4	34.9	23.6	27.5	40.8	24.3	36.4
生魚介類	20.8	16.7	16.8	19.0	15.9	15.4	21.3	17.9	16.4	17.8	13.2	15.3	20.4	16.0	15.9	21.7	17.2	18.8
脂がのった魚	7.2	8.0	5.0	6.5	6.6	5.4	5.7	6.6	4.0	5.2	4.6	4.5	7.7	9.0	4.7	7.4	8.3	5.9
脂が少ない魚	7.4	7.7	5.3	6.2	6.0	5.4	7.9	7.9	5.4	6.3	6.9	4.5	7.0	8.6	4.6	8.0	7.9	6.4
いか・たこ・えび・貝	6.2	7.6	4.2	6.3	7.5	4.2	7.6	9.5	4.7	6.4	8.1	4.6	5.7	6.0	4.1	6.3	7.4	4.0
魚介加工品	17.7	15.6	13.3	13.9	11.0	10.9	15.0	16.4	11.5	14.3	11.6	10.9	14.5	14.3	10.3	19.1	14.4	15.9
干物	8.7	10.0	5.7	5.8	5.8	3.6	7.1	9.9	4.7	7.3	8.2	5.1	8.0	11.0	4.6	9.5	8.8	6.8
ツナ缶	5.3	7.1	3.2	4.0	4.6	2.3	5.1	11.8	2.6	4.5	5.0	2.9	3.9	4.7	2.2	6.1	6.7	3.8
骨ごと魚	3.7	6.9	1.9	4.0	6.8	2.7	2.8	4.1	1.8	2.6	4.2	0.0	2.6	5.2	0.0	3.5	6.1	2.3
肉類	46.6	23.9	43.9	46.5	23.5	43.6	50.2	23.1	50.6	51.4	22.3	49.1	49.8	25.7	47.9	45.0	23.7	42.0
豚肉・牛肉	22.2	14.8	19.1	21.4	16.0	17.5	24.8	14.1	22.2	24.6	14.5	22.9	23.3	15.4	20.2	20.6	13.3	18.5
ハム	5.3	5.3	3.4	5.0	5.2	2.9	5.4	4.4	3.7	5.5	4.6	4.4	5.9	5.7	4.2	5.3	4.7	3.9
鶏肉	18.2	13.4	16.6	19.5	13.1	17.8	19.3	13.6	17.3	20.4	12.9	18.4	19.9	15.0	18.1	18.1	13.5	16.2
レバー	0.9	1.5	0.0	0.6	1.1	0.0	0.7	1.3	0.0	0.8	1.4	0.0	0.6	1.1	0.0	0.9	1.6	0.0
卵類	28.2	18.4	26.9	26.8	17.2	21.9	27.7	21.7	25.0	26.7	18.3	23.5	28.3	16.5	27.7	28.9	20.1	26.0
乳類	64.5	60.2	52.9	54.5	45.6	46.2	52.7	52.9	36.5	53.2	59.4	30.4	58.8	60.6	33.4	68.0	59.7	60.1
低脂肪乳	26.9	46.9	0.0	15.1	26.3	0.0	12.1	23.0	0.0	20.9	48.1	0.0	21.1	44.6	0.0	31.3	49.8	0.0
普通乳	30.5	44.5	6.0	23.6	31.3	9.5	31.2	48.9	8.5	23.9	36.2	5.0	31.7	47.3	6.4	30.1	43.0	4.3
アイスクリーム	7.0	11.9	3.2	15.8	15.6	12.5	9.4	12.5	5.4	8.4	11.8	5.3	6.0	9.0	3.9	6.7	13.2	0.0
油脂類	7.6	3.3	7.4	7.5	3.5	6.9	7.5	2.8	7.5	7.8	3.1	7.7	7.9	3.4	7.9	7.8	3.3	7.5
菓子類	27.5	22.7	21.8	30.6	21.4	28.8	34.6	26.8	26.6	28.6	21.5	22.8	28.5	22.0	27.1	24.4	20.1	19.8
和菓子類	3.8	5.2	2.4	3.0	4.2	2.1	3.6	5.2	2.1	3.2	4.4	2.2	3.6	4.7	2.3	3.7	5.1	2.4
せんべい	8.4	9.0	5.1	9.6														

20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
128			59			187			252			182			102		
196.7	78.9	189.8	227.1	97.9	228.9	206.3	86.3	197.4	210.6	74.0	213.6	191.6	78.2	189.9	215.7	90.3	204.2
140.3	77.5	135.4	171.9	92.2	164.8	150.3	83.5	140.7	154.3	73.1	147.7	139.6	75.2	141.4	158.8	88.5	142.1
47.8	28.1	45.1	46.8	34.7	36.3	47.5	30.2	43.1	48.1	29.4	42.2	44.4	26.3	42.2	48.3	32.5	39.1
27.2	22.3	26.0	23.4	18.6	21.0	26.0	21.2	25.1	17.4	15.0	14.2	24.7	18.9	25.2	26.5	22.3	24.5
8.0	8.5	6.6	7.9	9.8	5.6	8.0	8.9	6.3	10.0	15.8	6.2	6.9	7.9	5.8	8.5	9.4	6.0
7.1	10.6	4.6	11.5	24.8	4.7	8.5	16.5	4.7	12.8	15.0	8.3	7.7	10.3	5.4	8.9	19.6	4.4
5.5	7.4	4.1	4.0	6.1	0.0	5.0	7.0	3.8	7.9	8.4	6.1	5.1	6.7	4.3	4.4	6.0	3.6
8.6	11.8	6.0	8.4	14.9	4.8	8.5	12.8	5.9	8.3	11.0	5.3	7.6	11.0	5.7	8.7	12.8	6.0
18.1	21.1	10.8	16.6	17.0	11.5	17.6	19.9	11.2	13.8	14.3	8.9	14.6	15.7	10.1	18.7	22.1	11.3
2.8	2.9	2.1	2.7	1.5	2.5	2.8	2.5	2.2	2.3	2.2	1.8	2.6	2.3	2.0	2.9	2.5	2.4
0.8	2.7	0.0	0.5	1.0	0.0	0.7	2.3	0.0	0.7	2.0	0.0	0.7	2.0	0.0	0.7	2.4	0.0
1.9	1.2	1.8	2.2	1.1	2.2	2.0	1.2	1.9	1.6	1.1	1.3	1.9	1.3	1.7	2.1	1.2	2.1
44.5	37.4	38.4	40.1	31.4	35.4	43.1	35.6	37.2	35.0	32.8	28.0	43.0	36.6	34.3	39.1	31.6	33.5
36.7	32.1	30.1	32.8	28.9	27.9	35.5	31.1	28.6	27.6	29.7	21.0	34.4	29.3	26.7	32.0	29.2	26.9
7.8	11.0	3.0	7.3	9.4	2.7	7.6	10.5	2.9	7.4	9.6	3.6	8.6	12.9	2.9	7.1	9.2	2.9
167.5	85.4	156.3	145.0	72.0	128.1	160.4	81.9	145.8	112.7	75.7	98.7	152.2	81.6	144.4	159.1	79.0	145.7
60.8	40.0	53.6	54.6	33.1	48.0	58.9	38.0	51.7	42.8	34.7	35.6	57.6	39.8	47.5	58.4	36.7	52.1
16.5	17.4	9.1	13.4	17.1	5.3	15.6	17.3	7.2	11.2	11.3	7.7	15.9	18.8	8.8	16.4	18.4	6.3
15.9	13.0	11.8	15.3	11.1	13.4	15.7	12.4	12.5	11.7	11.3	9.7	15.1	13.3	11.3	16.2	12.4	13.8
28.4	24.3	20.3	25.9	21.4	21.5	27.6	23.4	21.1	19.8	22.6	14.8	26.7	22.2	19.8	25.8	22.2	20.8
90.1	52.2	83.7	74.0	44.1	63.2	85.1	50.2	74.8	60.5	44.5	53.4	81.1	47.8	73.0	82.9	49.5	72.3
20.0	17.7	17.2	15.0	14.5	13.1	18.4	16.9	15.7	12.1	9.5	9.5	17.8	15.3	14.8	17.5	17.1	14.4
29.8	21.0	25.7	25.7	19.3	22.6	28.5	20.5	23.8	20.0	18.4	16.2	27.6	20.5	22.2	26.8	18.8	23.4
15.3	16.2	11.0	12.7	11.6	9.2	14.5	14.9	10.4	10.9	11.8	7.1	14.4	14.1	10.9	14.7	14.5	11.4
25.0	21.1	18.7	20.7	16.4	16.9	23.6	19.8	18.4	17.5	18.1	13.6	21.3	16.4	17.6	23.9	21.4	18.4
3.8	7.0	0.0	5.6	11.8	0.0	4.4	8.8	0.0	4.5	9.1	1.5	4.2	8.9	0.0	4.8	10.0	1.2
12.8	12.5	10.2	10.6	11.2	7.6	12.1	12.1	9.5	5.0	6.6	2.6	9.2	10.0	6.4	13.0	12.9	9.6
8.6	9.4	5.7	7.1	8.1	4.8	8.1	9.0	5.5	3.1	4.3	1.2	6.4	8.0	3.9	8.7	9.5	6.2
4.2	6.1	1.2	3.5	6.3	1.0	4.0	6.2	1.1	1.9	3.3	0.8	2.8	4.5	0.9	4.4	6.8	1.2
80.4	64.8	66.7	78.8	51.9	73.7	79.9	60.9	71.6	46.9	46.0	31.1	78.6	64.2	69.1	79.2	55.0	72.4
8.4	17.5	3.8	6.3	8.9	3.4	7.8	15.3	3.7	4.0	7.9	0.0	7.2	15.8	3.0	6.9	9.2	4.4
29.7	32.3	18.1	29.0	25.0	24.2	29.5	30.1	21.4	13.4	18.9	6.3	27.4	34.0	14.7	29.9	26.0	24.6
29.2	29.0	22.0	24.1	21.8	18.9	27.6	27.0	20.0	14.0	19.5	6.7	29.6	28.0	22.9	25.8	26.3	18.6
13.1	24.2	0.0	19.4	40.7	0.0	15.1	30.4	0.0	15.5	31.2	5.3	14.4	30.5	0.0	16.6	34.6	4.0
6.8	7.2	4.7	6.7	6.2	5.1	6.8	6.9	4.8	6.9	7.3	5.0	7.3	7.4	5.0	6.9	7.2	5.0
8.2	10.1	5.2	6.2	6.6	3.9	7.6	9.2	4.6	6.3	7.4	4.2	7.7	9.5	5.6	6.9	7.8	4.0
45.9	28.6	42.5	43.7	32.5	39.4	45.2	29.8	40.8	33.6	22.8	28.9	43.2	25.9	40.1	45.7	33.2	40.5
22.3	17.2	17.8	22.6	20.5	18.4	22.4	18.3	17.9	19.2	15.5	15.6	22.7	19.3	18.0	22.9	18.9	19.8
8.7	9.3	6.1	9.0	9.2	5.9	8.8	9.2	6.0	5.6	5.8	4.5	8.4	9.8	5.9	8.9	8.8	6.4
7.9	7.7	6.0	8.1	8.2	5.5	7.9	7.8	5.9	6.8	7.1	5.1	8.1	8.5	6.1	8.1	7.7	6.1
5.8	7.5	4.1	5.5	7.9	4.0	5.7	7.6	4.1	6.8	8.5	4.4	6.2	8.2	4.0	5.9	8.0	4.6
23.5	19.5	20.2	21.1	17.2	17.0	22.7	18.8	19.6	14.4	13.2	11.3	20.5	15.7	17.1	22.8	20.0	19.2
10.7	11.8	6.8	10.5	11.7	5.7	10.7	11.8	6.8	6.9	8.3	4.8	9.7	10.4	6.8	10.8	11.4	5.9
6.7	8.2	4.0	5.7	5.6	4.3	6.4	7.5	4.1	4.6	7.8	2.7	6.6	8.0	3.9	6.0	6.2	4.1
6.1	10.4	2.5	4.8	9.1	1.9	5.7	10.0	2.4	3.0	4.9	0.9	4.2	7.7	2.2	6.0	10.7	2.4
40.5	21.3	37.5	44.3	27.2	40.3	41.7	23.3	39.1	49.9	22.8	47.2	43.3	21.4	41.8	43.1	26.6	39.8
19.8	15.0	16.1	22.7	17.3	19.5	20.7	15.8	16.7	23.9	14.7	20.8	20.8	14.0	19.0	21.9	17.5	18.1
4.7	5.0	2.9	5.3	8.7	1.8	4.9	6.4	2.8	5.4	4.7	3.9	5.1	4.7	3.1	5.1	7.4	3.0
15.1	11.7	12.5	15.1	12.6	12.9	15.1	11.9	12.9	19.8	13.1	18.1	16.6	11.6	15.5	14.7	12.7	12.5
1.0	1.8	0.0	1.2	1.8	1.1	1.1	1.8	0.0	0.8	1.3	0.0	0.8	1.3	0.0	1.3	2.1	0.5
29.6	17.5	29.2	27.6	16.4	27.7	29.0	17.1	28.8	27.1	19.1	23.6	29.8	19.5	27.9	29.9	17.1	29.1
80.6	61.6	76.2	78.9	71.5	73.7	80.1	64.7	76.2	53.3	54.2	36.3	74.8	58.8	73.9	83.1	69.3	82.7
43.0	56.3	6.5	35.3	46.2	0.0	40.6	53.3	6.0	16.8	37.1	0.0	37.8	49.9	5.0	40.5	55.4	0.0
33.8	47.6	2.3	41.2	52.9	0.0	36.1	49.3	0.0	26.2	39.8	7.5	32.4	46.1	4.6	40.1	52.2	0.0
3.8	10.0	0.0	2.5	5.5	0.0	3.4	8.9	0.0	10.4	13.3	6.0	4.7	11.0	0.0	2.6	5.2	0.0
7.1	3.3	6.8	7.5	3.5	6.8	7.2	3.4	6.8	7.6	3.1	7.5	7.4	3.5	7.1	7.3	3.3	6.7
26.5	25.2	18.3	21.6	20.9	12.9	24.9	24.0	15.4	31.0	23.4	25.6	26.4	23.5	19.4	22.2	21.8	13.0
4.3	5.9	2.3	5.6	6.2	3.2	4.7	6.0	2.5	3.3	4.6	2.2	4.3	5.8	2.4	5.0	5.9	2.9
7.3	9.8	3.9	5.7	7.4	2.7	6.8	9.1	3.3	9.7	8.6	7.2	7.0	8.2	4.1	6.0	8.7	2.9
14.8	18.1	6.1	10.3	13.2	5.0	13.4	16.8	5.7	18.0	18.1	12.9	15.1	17.4	7.5	11.3	13.6	5.6
370.6	232.7	337.3	335.6	196.2	328.5	359.5	221.9	334.2	330.4	279.8	279.2	395.4	248.9	352.7	333.0	209.0	315.9
35.2	84.8	0.0	18.5	82.3	0.0	29.9	84.2	0.0	78.1	140.3	8.2	67.4	164.2	0.0	20.0	73.4	0.0
2.9	18.7	0.0	1.5	11.4	0.0	2.4	16.8	0.0	4.4	22.0	0.0	4.1	21.1	0.0	1.3	9.5	0.0
21.5	70.0	0.0	11.5	63.7	0.0	18.3	68.1	0.0	52.1	117.7	0.0	48.4	151.1	0.0	12.0	56.8	0.0
8.8	23.6	0.0	5.2	20.1	0.0	7.7	22.5	0.0	15.9	33.9	0.0	11.8	36.7	0.0	6.1	20.8	0.0
0.2	1.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	1.3	0.0	2.0	7.8	0.0	0.5	3.9	0.0	0.2	1.8	0.0
1.8	8.5	0.0	0.3	1.5	0.0	1.3	7.1	0.0	3.7	15.7	0.0	2.6	10.1	0.0	0.3	1.5	0.0
335.4	229.2	294.8	317.1	197.2	299.9	329.6	219.2	296.4	252.3	234.5	189.4	328.0	206.2	288.3	313.0	206.8	291.6
133.2	145.2	81.0	172.8	161.8	149.9	145.7	151.3	95.3	73.8	120.0	22.0	125.9	150.3	69.1	167.3	157.6	148.4
18.5	59.3	0.0	26.8	72.0	0.0	21.1	63.5	0.0	51.8	105.6	12.2	20.3	60.6	0.0	19.1	58.1	0.0
168.2	150.2	132.6	98.1	92.4	79.7	146.1	138.3	108.9	103.7	114.1	71.7	166.8	131.0	133.9	112.1	116.5	87.4
15.5	36.3	0.0	19.5	50.3	0.0	16.8	41.2	0.0	23.0	43.3	9.0	15.0	35.9	0.0	14.5	39.6	0.0
12.0	5.4	11.1	12.6	5.5	12.1	12.2	5.5	11.4	11.5	5.2	10.3	11.9	5.5	11.2	12.4	5.3	12.1
0.9	0.5	0.8	0.9	0.4	0.8	0.9	0.4	0.8	1.0	0.4							

第6表の2 食品群別摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pfood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 男性,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	341			26			28			53			50			90		
穀類	213.9	80.0	212.0	253.4	55.7	254.8	215.8	76.3	218.6	219.3	73.5	215.6	188.2	64.1	179.7	199.0	74.3	193.4
米・加工品	154.8	77.5	145.5	187.2	63.5	185.3	161.8	76.8	155.2	158.2	70.7	142.7	122.5	59.2	109.1	147.6	74.1	148.1
小麦・加工品	48.6	28.5	44.0	54.7	23.6	52.6	44.7	25.8	41.5	50.4	29.8	44.1	55.1	26.8	53.2	41.0	25.0	39.1
パン	20.3	17.1	15.5	15.0	10.0	13.6	16.3	19.0	11.1	18.6	15.2	15.6	22.5	16.7	16.9	18.9	16.3	14.8
うどん	7.8	8.4	6.0	9.3	8.8	9.1	6.3	8.0	4.0	7.4	8.8	6.3	8.1	7.1	7.5	6.0	6.4	4.8
ラーメン	13.4	17.5	8.3	18.1	16.6	12.5	17.1	15.5	10.9	16.2	19.2	9.6	15.7	12.3	11.9	10.3	14.4	6.5
パスタ類	7.1	8.5	5.4	12.2	11.9	9.7	4.9	6.0	4.0	8.2	8.7	6.3	8.8	9.7	7.4	5.7	6.3	5.3
その他の穀類・加工品	10.5	16.1	6.7	11.5	10.8	9.5	9.4	11.1	5.4	10.8	13.5	7.1	10.6	11.4	8.9	10.4	22.4	5.7
いも類	11.8	15.1	7.4	11.9	11.2	10.2	12.5	14.0	8.0	10.1	12.1	5.5	9.5	10.5	7.0	9.5	10.9	6.5
砂糖・甘味料類	2.3	2.0	1.8	1.8	1.2	1.4	1.7	1.4	1.4	2.4	2.5	1.7	2.3	1.9	1.9	2.2	1.9	1.7
砂糖・甘味料類	0.6	1.6	0.0	0.5	1.2	0.0	0.3	1.1	0.0	0.8	2.1	0.0	0.7	1.7	0.0	0.7	1.6	0.0
調理砂糖	1.6	1.2	1.4	1.3	0.7	1.1	1.4	1.2	1.3	1.6	1.0	1.3	1.6	1.0	1.4	1.5	1.3	1.1
豆類	33.6	31.7	26.2	26.0	20.7	22.5	38.3	50.3	22.6	27.4	16.5	27.0	26.0	18.8	19.7	33.2	28.5	23.2
とうふ・油揚げ	26.3	26.6	20.8	19.5	16.2	15.8	28.7	45.2	16.4	20.1	14.4	18.5	21.8	17.0	17.5	25.4	20.3	19.3
納豆	7.3	10.8	2.6	6.5	8.2	2.1	9.6	13.9	2.6	7.2	7.9	4.9	4.2	6.6	1.7	7.9	12.7	2.1
野菜類	116.8	62.5	107.1	92.2	38.2	83.7	89.7	43.0	83.9	93.9	44.2	86.4	115.2	61.8	113.4	119.2	63.8	108.2
緑黄色野菜	42.6	29.9	35.7	32.1	14.2	30.8	30.8	17.5	32.0	33.5	20.7	29.4	42.1	28.5	33.9	43.2	32.0	34.1
トマト	11.7	13.0	6.6	7.6	6.5	6.3	8.7	7.0	7.3	8.9	8.2	6.7	10.9	13.3	5.5	12.8	14.0	6.6
にんじん・かぼちゃ	11.3	9.9	9.0	10.0	5.3	9.0	8.2	7.0	6.5	10.4	7.7	9.5	10.9	8.6	10.4	10.7	10.4	7.8
緑葉野菜	19.6	18.4	14.9	14.5	8.8	13.1	13.9	12.2	8.9	14.2	11.3	10.6	20.3	18.5	15.6	19.8	19.4	14.3
その他の野菜	62.3	37.1	56.7	49.4	24.2	42.7	47.9	24.9	42.5	50.6	25.3	51.0	64.0	39.2	62.3	64.1	37.3	59.0
生(レタス・キャベツ)	14.3	13.6	11.0	10.8	6.8	8.8	11.2	8.6	8.4	12.2	9.1	11.5	15.1	14.5	9.6	14.3	14.3	9.6
キャベツ	20.7	15.9	17.1	16.0	8.3	14.5	14.2	12.9	11.4	15.4	9.7	15.3	22.5	20.0	18.7	22.1	15.8	18.7
だいこん・かぶ	10.6	10.4	7.2	9.8	6.9	6.3	8.0	5.3	5.6	10.2	7.7	7.9	9.8	9.2	6.8	10.5	11.3	6.4
根菜	16.7	12.9	14.1	12.9	8.3	12.4	14.5	10.7	11.6	12.9	9.9	13.0	16.7	11.1	15.1	17.2	12.4	14.5
100%ジュース(×0.225)	4.7	9.1	1.1	6.0	7.3	2.9	5.4	11.2	0.0	4.1	8.6	0.0	3.6	7.1	0.0	5.4	11.2	0.0
漬け物	7.3	8.4	5.1	4.7	4.4	4.0	5.5	5.4	3.6	5.6	6.1	3.1	5.4	4.8	5.0	6.4	8.0	4.1
漬物(緑葉野菜)	4.9	6.4	2.4	3.2	3.2	1.8	3.3	4.1	1.6	3.3	3.8	1.6	3.8	3.7	2.7	4.7	6.9	1.8
漬物(その他)	2.4	4.1	0.9	1.5	2.1	0.8	2.2	3.3	1.3	2.3	3.1	1.0	1.7	2.6	0.9	1.7	2.7	0.8
果実類	51.7	51.2	36.7	38.8	30.0	33.8	41.0	46.3	19.6	34.1	35.0	27.7	36.8	46.8	24.1	60.2	59.2	41.3
かき・いちご	3.7	7.2	0.0	2.6	6.1	0.0	2.2	4.9	0.0	2.2	3.9	0.0	2.4	5.2	0.0	4.5	9.0	0.0
柑橘類	14.1	20.5	6.1	8.0	9.0	4.9	9.6	13.1	5.8	5.3	6.4	3.9	6.9	10.3	4.1	16.8	23.5	7.4
その他の果物	17.7	24.1	7.7	7.4	6.8	5.8	10.4	18.3	4.0	12.4	18.0	5.0	15.0	28.6	5.3	20.3	25.1	7.5
100%ジュース(×0.775)	16.2	31.5	3.9	20.7	25.2	10.1	18.7	38.6	0.0	14.2	29.6	0.0	12.5	24.5	0.0	18.6	38.7	0.0
きのこ類	5.5	5.5	3.9	5.2	4.3	4.3	6.1	5.3	4.9	5.0	3.8	4.2	5.4	4.6	3.9	5.7	6.8	3.1
藻類	6.2	8.0	3.5	6.3	8.0	4.3	5.3	5.1	3.1	5.1	5.2	4.5	3.8	5.1	6.1	3.0	6.7	4.3
魚介類	36.4	24.4	31.5	32.5	14.1	29.7	35.6	17.5	35.3	30.8	22.2	26.8	35.1	25.9	26.3	39.6	27.5	35.5
生魚介類	20.7	16.5	17.5	16.5	9.0	15.0	23.9	14.8	20.5	17.5	14.1	14.0	22.6	18.5	17.8	22.8	20.0	19.5
脂がのった魚	7.1	8.1	5.2	5.2	3.4	5.5	7.3	7.1	5.5	5.0	5.4	4.1	9.0	11.0	5.2	7.4	9.4	6.0
脂が少ない魚	6.9	7.2	5.3	5.2	3.7	4.9	8.6	6.4	5.7	4.9	5.4	4.1	6.9	9.2	4.7	8.1	8.8	6.5
いか・たこ・えび・貝	6.8	7.5	4.7	6.1	5.5	4.3	8.0	7.4	5.6	7.6	8.0	5.0	6.6	6.9	4.3	7.4	8.4	5.8
魚介加工品	15.7	14.2	12.6	16.0	10.0	14.8	11.8	7.7	11.2	13.3	11.1	10.1	12.5	15.7	9.0	16.8	14.6	13.9
干物	7.4	9.2	4.9	5.9	4.3	5.5	5.2	4.8	4.1	5.7	6.7	4.2	7.3	13.4	4.5	8.2	8.9	6.1
ツナ缶	4.6	5.6	2.8	5.2	4.9	3.3	3.4	3.9	2.7	4.3	4.4	2.8	3.1	4.3	1.9	4.9	5.5	3.3
骨ごと魚	3.8	7.1	1.9	4.9	7.6	3.2	3.2	3.2	2.9	3.3	5.0	2.1	2.2	3.2	0.0	3.7	7.0	0.9
肉類	44.9	23.6	42.8	42.5	14.8	43.3	48.7	21.8	49.7	52.7	19.8	50.4	48.0	24.0	48.0	42.6	24.8	38.5
豚肉・牛肉	21.1	14.4	18.3	18.0	7.9	16.4	23.6	11.8	24.4	23.5	13.5	20.1	22.2	12.9	20.4	19.8	14.8	17.1
ハム	5.3	5.0	3.7	4.5	3.1	3.2	5.1	4.3	3.2	5.9	4.4	5.7	5.3	4.6	4.3	5.4	4.8	4.1
鶏肉	17.6	12.2	16.3	19.2	7.8	19.0	19.1	11.4	19.2	22.4	12.3	20.6	19.8	13.5	17.4	16.4	11.6	15.2
レバー	0.9	1.6	0.0	0.9	1.2	0.0	0.8	1.0	0.0	0.9	1.7	0.0	0.7	1.3	0.0	1.0	1.4	0.0
卵類	28.7	20.3	26.6	26.4	17.9	21.0	25.1	23.3	18.8	27.7	21.4	22.9	27.7	19.8	23.8	30.3	22.7	27.1
乳類	57.5	60.9	35.8	43.9	43.3	36.6	55.3	67.3	29.2	41.0	54.4	16.8	35.3	46.8	12.2	64.8	62.8	52.3
低脂肪乳	24.9	43.3	0.0	13.9	20.9	2.0	16.6	24.3	0.0	14.5	39.2	0.0	10.2	23.0	0.0	28.4	47.3	0.0
普通乳	25.6	44.0	0.0	16.3	23.4	6.4	28.4	60.6	0.0	18.2	32.0	0.0	19.3	41.6	0.0	29.4	45.9	4.1
アイスクリーム	7.0	12.2	2.7	13.6	15.0	10.0	10.4	15.8	3.5	8.3	12.6	4.9	5.8	8.0	4.3	6.9	12.4	0.0
油脂類	7.3	3.2	7.0	7.3	2.5	6.8	7.1	2.6	7.1	7.5	2.5	7.2	8.1	3.3	7.8	7.7	3.7	7.4
菓子類	22.0	19.4	18.4	24.4	16.7	23.8	22.1	19.9	18.0	24.6	17.0	19.5	24.1	22.0	23.6	20.0	16.9	17.7
和菓子類	3.3	4.7	2.2	3.1	3.8	2.1	2.9	4.5	1.6	3.0	3.1	2.5	3.2	3.9	2.3	2.7	4.0	1.8
せんべい	7.8	8.9	4.7	8.9	7.1	9.0	7.9	6.9	5.8	10.4	9.							

20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
62			32			94			107			88			56		
211.8	91.0	203.3	257.5	99.7	260.2	227.4	96.0	232.0	226.7	71.4	222.9	191.1	85.7	180.2	246.7	91.5	253.4
152.5	86.5	142.1	192.1	94.0	179.9	166.0	90.6	148.6	166.2	71.1	159.1	138.6	79.9	136.7	184.4	89.0	174.0
48.8	29.4	45.1	55.3	38.1	50.7	51.0	32.6	45.1	49.9	27.4	46.3	43.9	27.6	43.6	51.8	34.4	44.9
24.7	19.7	24.9	22.9	18.7	22.1	24.1	19.3	23.9	17.1	15.2	13.8	22.8	18.8	22.0	23.8	19.6	22.1
9.4	9.8	7.0	9.6	10.6	6.2	9.5	10.0	6.8	7.6	8.6	5.8	6.8	8.0	5.7	10.2	10.4	7.0
8.1	12.3	4.9	17.3	31.9	8.8	11.2	21.4	5.5	16.9	17.5	10.8	8.6	11.4	5.8	12.7	25.1	5.8
6.6	9.2	4.4	5.5	7.2	4.3	6.3	8.5	4.3	8.3	9.3	5.9	5.7	8.0	4.4	5.1	6.4	4.2
10.5	13.0	6.5	10.1	18.6	6.1	10.4	15.0	6.4	10.6	12.2	7.4	8.5	11.6	6.0	10.5	15.4	6.9
17.2	24.3	7.5	13.1	14.3	7.6	15.8	21.4	7.5	11.1	12.4	7.4	10.6	12.5	6.5	17.2	24.7	7.6
2.4	2.2	1.9	2.9	1.6	2.7	2.6	2.1	2.1	2.1	2.0	1.5	2.4	2.3	1.8	2.6	1.5	2.3
0.6	1.9	0.0	0.5	0.9	0.0	0.5	1.6	0.0	0.6	1.7	0.0	0.8	1.9	0.0	0.4	0.8	0.0
1.8	1.2	1.8	2.4	1.3	2.1	2.0	1.2	1.9	1.5	1.0	1.3	1.7	1.4	1.4	2.2	1.2	2.0
45.9	45.2	34.4	34.7	24.5	34.5	42.0	39.6	34.4	29.9	30.1	24.5	42.1	41.7	29.6	36.3	30.0	32.7
37.1	38.3	27.3	28.3	22.6	27.5	34.1	33.9	27.3	22.2	26.4	16.7	33.0	32.1	24.8	29.7	28.5	26.5
8.7	12.7	3.2	6.3	8.5	1.8	7.9	11.4	2.9	7.7	9.9	3.1	9.2	14.5	2.7	6.5	8.7	2.3
148.4	73.7	153.4	133.6	63.9	125.9	143.4	70.5	139.4	92.4	42.2	85.6	130.8	71.0	130.1	143.9	69.6	139.5
54.8	36.6	53.2	51.5	32.1	45.6	53.7	35.0	48.0	32.5	18.4	31.1	48.0	32.9	40.5	55.6	37.2	49.9
16.2	16.7	9.1	11.7	13.7	4.7	14.6	15.8	7.9	8.6	7.5	6.6	13.7	15.4	7.7	14.9	16.6	6.2
14.0	13.1	11.2	14.0	10.6	12.0	14.0	12.3	11.4	9.7	7.0	8.4	12.1	12.8	7.8	14.7	11.2	12.8
24.7	21.1	19.0	25.8	24.9	20.1	25.1	22.3	19.4	14.2	10.9	10.7	22.2	19.5	16.4	26.0	24.3	20.1
77.8	43.2	71.2	66.4	43.2	61.0	73.9	43.3	66.8	49.6	24.7	44.1	69.6	43.9	64.5	72.0	42.4	65.0
19.2	18.4	13.4	13.0	11.7	12.3	17.1	16.6	12.5	11.6	8.4	10.1	16.3	15.4	11.5	15.0	14.4	12.3
26.4	17.3	21.9	21.0	17.3	17.9	24.6	17.4	21.2	15.3	10.3	13.4	23.8	17.7	20.0	23.4	17.3	20.2
12.5	13.2	7.9	11.9	12.3	7.9	12.3	12.9	7.9	9.5	7.0	6.8	11.7	13.6	6.4	13.1	11.9	11.1
19.7	15.9	14.5	20.5	17.3	16.6	20.0	16.3	16.0	13.3	9.7	11.8	17.8	14.4	14.4	20.6	16.8	16.1
3.6	7.1	0.0	5.6	9.6	1.4	4.3	8.0	0.6	4.9	9.0	1.4	4.9	10.7	0.0	4.7	8.5	1.3
12.2	11.6	10.2	10.1	10.6	7.3	11.5	11.3	9.2	5.4	5.5	3.3	8.3	8.7	6.1	11.5	11.6	9.0
8.4	9.1	5.7	6.2	6.3	4.4	7.7	8.3	5.3	3.3	3.7	1.6	6.0	7.3	3.5	7.4	7.7	5.5
3.8	5.5	1.3	3.9	7.2	0.5	3.8	6.1	1.1	2.1	2.9	1.0	2.4	3.9	0.8	4.1	6.8	1.2
66.9	57.0	54.5	70.6	45.0	71.4	68.1	53.0	60.6	37.0	37.0	27.0	65.9	61.0	49.3	73.6	52.1	65.3
5.5	9.1	2.6	4.6	5.5	3.0	5.2	8.0	2.6	2.3	4.8	0.0	4.2	8.9	0.0	6.2	8.5	4.4
22.5	26.0	10.5	25.4	25.7	18.6	23.5	25.8	15.3	7.1	9.3	4.6	19.2	27.1	7.8	27.6	25.6	22.5
26.4	27.5	19.4	21.2	23.3	15.3	24.6	26.1	18.1	10.7	16.1	5.1	25.6	27.5	15.3	23.5	26.7	14.1
12.5	24.4	0.0	19.4	33.1	4.7	14.8	27.7	1.9	17.0	31.1	4.9	16.9	36.7	0.0	16.2	29.2	4.4
5.2	5.9	2.9	6.4	6.1	4.7	5.6	6.0	3.7	5.3	4.3	4.6	5.9	7.4	2.8	6.1	5.9	4.5
7.9	12.4	3.5	5.9	6.7	3.0	7.2	10.8	3.5	5.5	5.7	3.8	8.1	11.3	4.8	6.0	8.1	2.5
40.8	27.4	37.0	34.1	20.7	30.3	38.5	25.4	33.6	32.5	19.3	28.7	40.1	27.6	34.8	37.2	27.7	29.8
20.6	15.3	16.7	17.9	13.1	15.9	19.7	14.6	16.5	19.0	13.5	15.9	23.5	21.4	18.3	18.8	14.2	16.3
7.6	7.4	6.6	6.8	6.8	4.9	7.3	7.2	5.7	5.7	5.6	4.6	7.8	9.4	6.2	7.4	8.2	4.9
6.7	6.1	5.4	6.9	6.0	5.6	6.8	6.0	5.5	6.0	5.5	4.6	8.1	8.8	6.3	6.7	5.9	5.5
6.4	7.6	4.8	4.3	5.6	2.5	5.7	7.1	4.5	7.3	7.3	5.3	7.6	9.8	4.8	4.7	5.2	4.1
20.2	17.6	16.6	16.1	13.5	14.5	18.8	16.4	16.4	13.6	10.0	11.8	16.6	12.5	13.6	18.4	18.3	16.5
9.1	9.7	5.8	7.8	9.8	4.0	8.6	9.7	5.6	5.6	5.7	4.5	7.7	8.3	5.5	8.4	10.0	4.5
5.5	7.9	3.4	5.2	5.5	3.4	5.4	7.1	3.4	4.3	4.4	2.8	5.0	6.8	3.1	5.1	5.6	3.1
5.6	10.6	2.4	3.2	8.3	0.0	4.8	9.9	1.0	3.6	5.4	2.4	3.9	7.3	0.9	4.9	11.2	0.0
39.2	21.7	34.7	43.3	32.1	38.9	40.5	25.6	35.6	49.2	19.6	47.2	42.0	22.2	36.9	41.3	29.6	36.9
20.3	17.3	15.6	21.0	17.2	18.3	20.5	17.2	16.2	22.2	12.1	19.2	20.4	15.3	16.9	21.1	18.8	16.4
4.6	4.7	3.0	5.7	8.6	2.1	5.0	6.3	2.8	5.4	4.1	4.6	5.6	5.2	3.9	4.8	6.8	3.0
13.2	10.9	11.0	15.4	14.4	12.6	14.0	12.2	11.3	20.8	11.1	19.8	15.1	10.5	14.0	14.1	13.8	9.4
1.0	2.2	0.0	1.1	2.0	0.0	1.0	2.1	0.0	0.9	1.4	0.0	0.9	1.4	0.0	1.3	2.6	0.0
30.4	17.1	29.5	29.6	17.7	28.7	30.1	17.2	29.4	26.7	21.0	21.7	32.4	22.1	29.3	31.4	17.2	29.8
76.3	64.4	76.2	75.5	68.4	77.3	76.0	65.4	76.2	45.5	55.5	25.6	76.8	65.6	75.0	76.3	65.7	76.2
41.6	53.6	5.9	38.9	51.6	0.0	40.7	52.6	0.0	14.9	31.8	0.0	41.0	53.5	0.0	35.4	50.4	0.0
30.5	47.5	0.0	33.0	47.6	0.0	31.3	47.3	0.0	20.4	39.9	2.8	29.9	48.2	0.0	37.8	50.5	0.0
4.3	12.5	0.0	3.6	6.0	0.0	4.0	10.7	0.0	10.1	14.1	5.0	5.9	13.9	0.0	3.1	5.0	0.0
6.6	3.6	6.3	6.5	3.2	6.3	6.6	3.4	6.3	7.4	2.5	7.2	7.0	3.8	6.5	6.5	3.1	6.3
22.2	25.4	13.3	17.3	12.8	13.0	20.5	22.0	13.3	23.9	17.6	19.5	22.0	23.1	16.4	17.3	15.0	11.7
3.9	6.5	2.1	5.5	5.9	3.2	4.5	6.3	2.5	3.0	3.6	2.0	3.9	6.0	2.4	4.4	5.6	2.7
6.5	9.1	3.8	4.2	5.8	2.5	5.7	8.1	2.8	9.4	8.4	8.0	6.3	8.6	3.7	4.3	5.4	2.7
11.8	16.3	6.1	7.5	8.5	4.1	10.4	14.2	5.0	11.5	11.1	7.8	11.8	15.8	6.4	8.6	10.0	4.4
387.8	250.3	339.6	343.2	173.3	343.1	372.6	227.1	340.0	348.9	260.1	319.1	451.0	282.5	382.5	329.9	202.1	296.2
55.1	90.8	5.7	32.6	110.4	0.0	47.5	97.9	0.0	110.0	156.4	24.0	116.7	212.3	27.9	35.4	96.6	0.0
5.9	26.7	0.0	2.7	15.5	0.0	4.8	23.5	0.0	6.4	24.4	0.0						

第6表の3 食品群別摂取量 - BDHQ 密度法による摂取量(pfood) - 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 -女性,

	総 数			20～29歳			30～39歳			40～49歳			50～59歳			60～69歳		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
調査人数(人)	392			32			53			60			73			81		
穀類	193.0	72.5	191.1	205.1	78.5	206.3	188.6	67.1	203.6	204.5	77.1	193.9	189.1	68.6	194.0	195.2	77.1	192.1
米・加工品	139.7	73.0	139.1	155.7	75.9	159.3	137.3	61.6	142.9	147.3	81.9	133.7	133.8	68.6	140.5	140.8	76.5	145.7
小麦・加工品	46.7	28.5	41.0	43.8	35.5	36.5	45.4	30.7	39.9	49.3	28.4	43.8	48.7	27.6	42.3	48.2	26.5	43.8
パン	23.4	19.3	18.6	12.9	12.3	8.8	17.1	16.7	12.5	20.4	14.1	19.1	22.9	17.2	18.0	29.2	20.5	29.5
うどん	8.9	14.0	6.0	11.1	23.4	4.5	13.1	23.4	6.1	10.9	11.8	8.5	8.4	11.5	5.8	7.2	8.5	6.0
ラーメン	8.1	10.3	5.8	12.2	17.2	6.9	8.5	7.9	7.2	9.7	11.5	7.2	9.5	10.1	6.7	6.5	8.3	5.4
パスタ類	6.2	7.3	5.1	7.7	8.1	6.6	6.6	7.9	5.5	8.3	7.4	7.3	7.9	8.9	5.7	5.3	6.3	5.1
その他の穀類・加工品	6.5	9.5	4.9	5.5	9.0	0.0	5.9	8.0	4.2	7.8	11.5	4.6	6.6	9.8	5.0	6.2	8.6	5.6
いも類	16.4	16.2	11.2	13.7	13.4	11.5	17.2	15.2	11.2	15.8	16.5	10.2	14.1	16.1	7.6	15.8	15.2	11.5
砂糖・甘味料類	2.5	2.4	2.0	2.2	1.8	1.6	2.7	2.7	2.1	2.4	2.4	1.8	2.1	1.8	1.6	2.4	2.1	2.0
砂糖・甘味料類	0.7	2.2	0.0	0.5	1.5	0.0	0.9	2.4	0.0	0.8	2.2	0.0	0.4	1.4	0.0	0.6	1.9	0.0
調理砂糖	1.8	1.2	1.6	1.7	1.4	1.4	1.7	1.0	1.6	1.6	1.0	1.3	1.7	1.1	1.5	1.9	1.2	1.7
豆類	41.4	34.5	33.2	34.1	33.2	25.9	37.1	29.1	30.9	42.7	38.9	34.1	42.3	38.6	32.5	41.9	35.2	33.3
とうふ・油揚げ	34.2	31.2	26.1	29.3	30.6	21.9	28.7	23.2	23.6	35.4	37.4	26.2	35.4	35.6	25.3	34.5	30.3	26.0
納豆	7.2	10.0	3.0	4.8	7.8	2.1	8.4	11.3	4.1	7.2	8.4	4.8	6.9	9.9	2.5	7.4	11.5	2.1
野菜類	149.5	87.2	135.1	154.9	125.6	126.2	111.1	60.7	102.7	128.0	87.8	116.8	140.2	80.5	128.3	164.5	73.9	159.0
緑黄色野菜	57.2	39.7	47.2	60.1	53.4	45.3	43.0	25.6	36.1	51.8	44.8	39.6	50.5	27.5	45.9	67.5	42.1	55.7
トマト	15.3	16.9	8.7	13.4	14.7	7.6	12.4	12.1	8.4	13.9	13.2	9.5	13.3	12.6	8.4	19.4	22.7	13.5
にんじん・かぼちゃ	15.8	13.3	12.3	14.1	14.8	11.1	12.4	12.7	9.8	13.5	13.6	11.7	14.6	11.5	12.1	19.6	14.6	15.5
緑葉野菜	26.2	23.6	20.1	32.6	31.8	26.2	18.3	12.1	16.4	24.4	33.5	14.7	22.6	16.5	19.5	28.6	19.7	21.6
その他の野菜	81.0	52.8	71.4	84.0	75.7	63.9	58.3	34.3	51.4	69.2	51.8	58.7	80.6	56.8	71.7	86.4	40.1	80.3
生(レタス・キャベツ)	16.7	14.6	13.9	14.1	12.7	9.9	12.0	9.9	9.2	11.9	9.2	9.1	18.4	15.8	17.6	19.3	15.5	15.5
キャベツ	27.4	22.6	22.8	28.7	29.9	19.9	20.0	12.7	18.4	23.8	23.4	18.0	28.0	25.7	23.7	28.2	19.5	23.1
だいこん・かぶ	14.0	14.2	10.2	15.4	23.5	7.7	9.9	8.8	6.9	11.8	11.2	8.3	12.7	13.7	10.3	15.6	11.2	14.2
根菜	22.9	20.0	18.7	25.7	24.6	17.4	16.5	18.2	13.0	21.7	22.9	14.2	21.4	16.2	18.9	23.2	15.5	21.8
100%ジュース(×0.225)	3.6	8.2	0.0	6.4	15.3	2.1	4.0	6.9	1.8	3.2	5.7	1.2	2.4	6.6	0.0	2.7	5.4	1.2
漬け物	7.6	10.2	3.6	4.3	6.1	2.0	5.8	9.7	2.2	3.8	5.1	1.8	6.7	9.2	2.9	8.0	9.9	4.3
漬物(緑葉野菜)	5.1	7.7	1.6	3.3	5.4	1.0	3.5	5.4	1.1	2.4	3.6	0.8	4.8	7.8	1.9	5.1	7.9	1.7
漬物(その他)	2.6	4.5	0.9	1.0	1.9	0.0	2.3	4.8	0.9	1.4	2.8	0.0	1.9	3.0	0.9	2.9	4.3	1.2
果実類	68.0	56.6	55.7	66.4	72.5	43.0	57.6	47.5	44.0	44.6	36.0	33.7	53.6	50.0	40.4	78.2	49.6	81.3
かき・いちご	7.0	13.4	3.6	6.1	8.7	3.6	5.3	10.4	0.0	4.9	9.0	2.6	7.5	14.1	3.7	5.7	8.4	3.8
柑橘類	23.7	27.8	14.1	20.6	34.2	10.2	20.6	19.2	16.2	14.4	16.9	7.3	14.6	14.5	8.3	28.7	33.3	15.4
その他の果物	24.8	25.6	16.1	17.5	24.7	6.8	18.0	23.3	8.5	14.3	17.6	7.8	23.2	25.1	10.6	34.7	25.7	28.0
100%ジュース(×0.775)	12.4	28.2	0.0	22.2	52.8	7.4	13.8	23.9	6.1	10.9	19.7	4.3	8.4	22.7	0.0	9.2	18.5	4.2
きのこ類	8.0	7.8	5.9	9.2	10.9	5.5	8.2	7.3	5.8	7.4	8.5	5.1	7.8	7.6	6.0	7.9	6.8	6.3
藻類	7.2	7.8	5.0	6.7	6.4	5.8	7.8	7.5	5.7	6.3	9.9	3.7	7.5	8.5	3.6	6.6	6.9	4.8
魚介類	40.3	26.5	34.4	33.1	27.1	26.4	36.7	29.0	28.2	33.3	20.1	29.8	34.8	22.1	27.6	42.2	20.3	39.0
生魚介類	20.9	17.0	16.5	21.0	19.8	16.0	19.9	19.4	15.1	18.1	12.5	15.3	19.0	14.0	14.8	20.5	13.5	17.6
脂がのった魚	7.4	7.9	4.9	7.5	8.3	5.3	4.9	6.3	3.9	5.3	3.9	4.9	6.8	7.2	4.5	7.5	6.9	5.9
脂が少ない魚	7.8	8.1	5.5	6.9	7.3	5.6	7.6	8.7	5.1	7.5	7.8	5.7	7.1	8.2	4.5	7.8	6.8	6.3
いか・たこ・えび・貝	5.7	7.7	4.0	6.5	8.9	4.1	7.4	10.5	4.1	5.4	8.1	4.2	5.0	5.2	4.1	5.1	5.9	3.8
魚介加工品	19.3	16.6	14.3	12.2	11.7	9.1	16.7	19.4	12.2	15.2	12.1	11.3	15.8	13.1	11.7	21.7	13.9	18.4
干物	9.8	10.5	6.5	5.7	6.8	3.2	8.2	11.7	5.7	8.6	9.1	5.8	8.5	9.0	5.2	11.0	8.5	7.6
ツナ缶	5.9	8.1	3.4	3.1	4.2	2.1	6.0	14.3	2.6	4.6	5.5	3.1	4.4	5.0	2.4	7.4	7.6	4.7
骨ごと魚	3.7	6.8	1.9	3.3	6.0	0.0	2.6	4.5	0.0	1.9	3.2	0.0	2.9	6.2	0.0	3.3	4.9	2.7
肉類	48.1	24.1	45.5	49.8	28.5	45.4	50.9	23.9	50.6	50.2	24.5	45.6	51.0	26.9	47.9	47.6	22.4	45.3
豚肉・牛肉	23.2	15.1	20.1	24.2	20.0	17.7	25.3	15.2	22.1	25.6	15.3	24.2	24.1	16.9	19.6	21.5	11.5	20.1
ハム	5.4	5.6	3.2	5.4	6.4	2.7	5.5	4.5	4.0	5.2	4.9	3.5	6.3	6.4	3.7	5.3	4.5	3.1
鶏肉	18.8	14.3	16.7	19.7	16.4	16.4	19.4	14.8	16.5	18.6	13.3	16.1	20.0	16.1	18.1	20.0	15.2	18.0
レバー	0.8	1.4	0.0	0.5	0.9	0.0	0.7	1.4	0.0	0.8	1.2	0.0	0.6	0.9	0.0	0.9	1.8	0.0
卵類	27.7	16.7	27.5	27.1	17.0	22.3	29.1	20.9	27.4	25.9	15.1	23.8	28.7	13.9	29.7	27.3	16.8	23.3
乳類	70.6	59.0	62.4	63.1	46.3	55.1	51.3	44.0	41.1	64.0	61.9	36.1	74.9	63.9	67.7	71.6	56.1	72.4
低脂肪乳	28.7	49.8	0.0	16.1	30.2	0.0	9.8	22.2	0.0	26.6	54.5	0.0	28.5	53.6	0.0	34.4	52.6	0.0
普通乳	34.8	44.5	10.5	29.5	35.8	15.1	32.6	42.0	13.7	29.0	39.2	9.8	40.2	49.4	20.5	30.8	39.7	4.5
アイスクリーム	7.1	11.7	3.5	17.6	16.2	13.1	8.9	10.5	5.9	8.4	11.2	5.5	6.2	9.7	3.5	6.5	14.1	0.0
油脂類	7.9	3.3	7.8	7.6	4.2	7.5	7.8	2.9	7.6	8.0	3.5	7.8	7.9	3.4	7.9	8.1	2.8	7.9
菓子類	32.3	24.3	26.2	35.6	23.6	32.7	41.1	27.8	30.4	32.1	24.4	25.2	31.5	21.7	27.8	29.3	22.2	24.0
和菓子類	4.2	5.5	2.5	3.0	4.6	2.1	3.9	5.6	2.4	3.3	5.3	2.2	3.8	5.3	2.3	4.9	6.0	3.0
せんべい	8.9	9.0	5.5	10.														

20歳以上

1人1日当たり(g)

70～79歳			80歳以上			(再掲)70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)65～74歳			(再掲)75歳以上		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
66			27			93			145			94			46		
182.6	63.2	179.6	191.0	83.8	177.9	185.0	69.4	178.3	198.8	73.8	198.1	192.1	70.9	191.7	178.0	73.5	172.0
128.9	66.7	119.5	148.1	85.6	145.9	134.5	72.8	130.5	145.5	73.5	139.2	140.5	71.1	142.7	127.5	78.1	113.4
46.9	27.0	45.0	36.6	27.5	31.5	43.9	27.4	38.1	46.7	30.8	39.4	44.9	25.1	41.9	44.1	29.8	37.8
29.7	24.4	27.2	23.9	18.9	19.6	28.0	23.0	26.1	17.6	14.9	14.3	26.6	18.9	27.2	29.7	25.1	28.1
6.6	6.8	6.2	5.9	8.6	0.0	6.4	7.3	5.5	11.7	19.3	6.9	7.0	7.9	6.1	6.5	7.7	4.6
6.3	8.7	4.3	4.7	8.5	0.0	5.8	8.6	4.2	9.8	11.9	6.9	6.8	9.1	5.2	4.3	7.6	0.0
4.4	5.0	4.0	2.2	3.7	0.0	3.7	4.8	0.0	7.5	7.7	6.1	4.4	5.2	4.2	3.5	5.3	0.0
6.8	10.4	4.9	6.3	8.8	4.7	6.7	9.9	4.8	6.6	9.8	4.2	6.8	10.4	5.1	6.4	8.1	4.8
19.0	17.7	13.2	20.7	19.1	17.6	19.5	18.1	14.9	15.8	15.3	10.6	18.4	17.4	12.2	20.4	18.5	15.8
3.1	3.3	2.5	2.5	1.3	2.5	2.9	2.9	2.5	2.4	2.4	1.9	2.7	2.3	2.2	3.2	3.4	2.5
1.1	3.3	0.0	0.4	1.2	0.0	0.9	2.9	0.0	0.8	2.1	0.0	0.6	2.1	0.0	1.1	3.4	0.0
2.0	1.2	1.9	2.1	0.9	2.2	2.0	1.1	2.0	1.7	1.1	1.5	2.1	1.2	1.9	2.1	1.1	2.2
43.3	28.3	40.2	46.5	37.5	36.6	44.2	31.1	38.7	38.8	34.3	31.5	43.7	31.3	38.6	42.5	33.4	34.2
36.4	25.3	33.4	38.1	34.6	27.9	36.9	28.2	33.3	31.6	31.3	23.8	35.7	26.5	30.9	34.8	30.2	27.4
6.9	9.2	2.9	8.4	10.4	3.9	7.3	9.5	2.9	7.1	9.5	3.7	8.0	11.2	3.6	7.8	9.9	3.2
185.5	92.0	163.2	158.4	79.6	137.2	177.6	89.0	155.8	127.8	90.3	109.5	172.2	86.0	156.6	177.7	86.3	161.0
66.5	42.5	53.7	58.3	34.6	50.4	64.1	40.4	53.1	50.5	41.4	38.3	66.7	43.5	53.3	61.8	36.3	54.8
16.9	18.1	8.4	15.6	20.4	5.4	16.5	18.7	6.6	13.2	13.1	8.5	17.8	21.4	9.9	18.2	20.3	6.3
17.6	12.8	14.3	16.7	11.7	16.6	17.4	12.4	15.2	13.2	13.5	10.5	18.0	13.1	13.8	18.0	13.6	15.5
32.0	26.6	24.4	26.0	16.9	23.5	30.2	24.3	23.8	24.0	27.6	16.8	30.9	23.8	22.4	25.6	19.5	22.3
101.7	57.3	91.0	83.1	44.3	70.4	96.3	54.3	83.2	68.5	53.4	58.9	91.9	48.9	79.5	96.1	54.6	81.9
20.8	17.1	19.2	17.2	17.1	16.6	19.8	17.1	18.4	12.4	10.3	9.3	19.2	15.1	18.7	20.7	19.6	17.7
33.0	23.6	27.5	31.3	20.4	34.7	32.5	22.6	28.2	23.5	22.1	18.4	31.2	22.3	25.9	30.9	20.0	29.0
17.9	18.3	13.6	13.6	10.7	9.9	16.7	16.5	11.8	11.9	14.2	7.1	17.0	14.1	14.6	16.6	17.0	11.5
30.0	24.2	23.8	20.9	15.6	18.6	27.4	22.3	21.7	20.7	21.8	14.5	24.5	17.5	21.0	27.9	25.6	20.3
4.0	7.0	1.2	5.6	14.2	0.0	4.5	9.6	0.0	4.2	9.1	1.7	3.5	6.8	0.0	4.9	11.8	0.0
13.3	13.3	10.5	11.3	12.0	7.6	12.8	12.9	9.5	4.7	7.3	1.9	10.0	11.1	7.0	14.9	14.3	12.0
8.8	9.7	5.9	8.2	9.7	6.3	8.6	9.7	6.1	3.0	4.7	0.9	6.8	8.6	4.1	10.2	11.2	8.8
4.6	6.6	1.1	3.1	5.3	1.1	4.2	6.2	1.1	1.7	3.5	0.6	3.2	5.1	1.0	4.7	7.0	1.3
93.2	69.5	75.7	88.6	58.3	75.6	91.9	66.1	75.6	54.1	50.6	40.5	90.5	65.1	81.3	86.1	58.1	75.5
11.2	22.4	4.8	8.2	11.5	3.9	10.3	19.9	4.4	5.3	9.4	2.6	10.0	19.9	4.3	7.8	10.1	5.4
36.4	36.1	24.1	33.3	24.0	34.5	33.0	27.0	18.0	22.6	9.6	35.1	37.9	21.0	32.8	26.4	31.8	31.8
31.9	30.3	23.8	27.6	19.8	25.5	30.6	27.7	24.8	16.4	21.4	8.3	33.4	28.1	26.4	28.6	25.9	25.0
13.7	24.2	4.3	19.4	48.9	0.0	15.4	33.1	0.0	14.4	31.3	5.8	12.1	23.3	0.0	16.9	40.5	0.0
8.3	7.9	6.5	7.0	6.5	5.1	8.0	7.5	5.6	8.1	8.7	5.6	8.5	7.1	7.3	7.8	8.5	5.1
8.5	7.5	6.4	6.4	6.5	4.3	7.9	7.2	6.1	7.0	8.3	4.7	7.3	7.5	5.8	8.1	7.3	6.1
50.6	29.0	47.4	55.1	40.0	43.6	51.9	32.4	47.3	34.5	25.1	29.0	46.1	24.0	44.2	56.1	36.6	48.0
24.0	18.8	19.1	28.2	26.0	23.7	25.2	21.1	19.6	19.4	16.9	15.4	22.0	17.2	17.7	27.9	22.6	26.6
9.7	10.7	6.0	11.7	10.8	8.3	10.3	10.7	6.1	5.6	6.0	4.4	8.9	10.1	5.6	10.7	9.2	8.2
9.0	8.8	6.5	9.6	10.1	5.3	9.1	9.2	6.3	7.4	8.0	5.5	8.1	8.3	5.9	9.8	9.1	7.2
5.3	7.5	3.8	6.8	9.9	4.9	5.8	8.2	3.9	6.4	9.2	4.1	4.9	6.3	3.7	7.4	10.3	4.9
26.6	20.8	20.9	27.0	19.5	20.1	26.7	20.3	20.9	15.1	15.1	10.9	24.1	17.4	20.7	28.2	20.9	21.0
12.3	13.4	7.7	13.8	13.2	7.2	12.7	13.3	7.7	7.8	9.7	5.3	11.6	11.8	7.8	13.7	12.3	9.4
7.9	8.4	4.9	6.4	5.7	4.9	7.4	7.7	4.9	4.8	9.5	2.6	8.1	8.8	4.9	7.2	6.8	4.9
6.5	10.4	2.6	6.8	9.7	3.5	6.6	10.2	2.8	2.5	4.4	0.0	4.5	8.0	2.3	7.3	10.1	3.6
41.7	21.0	42.5	45.6	20.6	44.6	42.9	20.9	42.7	50.4	25.0	47.3	44.5	20.7	43.4	45.2	22.6	43.1
19.3	12.5	16.9	24.6	17.5	22.3	20.8	14.3	18.2	25.2	16.3	21.9	21.1	12.7	20.3	22.9	15.8	19.7
4.7	5.2	2.8	4.8	8.9	1.8	4.7	6.4	2.8	5.4	5.1	3.7	4.7	4.2	2.9	5.5	8.2	3.2
16.8	12.2	14.3	14.7	10.3	15.6	16.2	11.6	14.7	19.1	14.5	16.5	18.0	12.4	16.9	15.5	11.3	14.7
0.9	1.4	0.0	1.4	1.4	1.4	1.1	1.4	0.0	0.7	1.2	0.0	0.7	1.2	0.0	1.3	1.4	1.3
28.8	18.0	28.9	25.3	14.7	26.5	27.8	17.1	28.4	27.3	17.7	24.8	27.3	16.6	27.2	28.1	17.1	28.6
84.7	59.1	77.3	83.0	76.2	66.0	84.2	64.1	76.1	59.2	52.6	44.6	73.0	52.0	72.4	91.5	73.3	92.5
44.4	59.1	7.6	30.9	39.2	0.0	40.5	54.3	6.9	18.1	40.6	0.0	34.7	46.3	5.7	46.7	60.8	11.8
37.0	47.9	9.9	50.8	58.0	21.5	41.0	51.1	12.9	30.4	39.3	10.5	34.7	44.1	8.0	42.9	54.7	8.2
3.3	7.0	0.0	1.3	4.8	0.0	2.7	6.5	0.0	10.6	12.7	6.7	3.6	7.2	0.0	1.9	5.5	0.0
7.5	3.1	7.4	8.7	3.6	8.3	7.8	3.2	7.6	7.8	3.4	7.8	7.8	3.1	7.5	8.3	3.4	8.3
30.5	24.5	23.1	26.7	27.0	12.9	29.4	25.2	19.3	36.2	25.7	30.7	30.4	23.2	24.0	28.3	26.8	13.4
4.7	5.4	2.5	5.7	6.6	3.0	5.0	5.7	2.5	3.5	5.2	2.2	4.6	5.6	2.5	5.7	6.2	3.3
8.1	10.4	3.9	7.4	8.7	4.1	7.9	9.9	4.0	9.9	8.8	6.8	7.5	7.9	4.4	7.9	11.2	3.7
17.7	19.3	6.4	13.7	16.9	6.0	16.5	18.6	6.0	22.8	20.6	17.2	18.3	18.3	12.3	14.6	16.5	6.6
354.3	215.4	332.6	326.6	223.4	324.9	346.3	216.9	328.5	316.8	293.6	264.6	343.3	200.6	324.4	336.9	219.3	326.4
16.4	74.7	0.0	1.7	7.2	0.0	12.1	63.2	0.0	54.6	122.5	2.0	21.3	76.7	0.0	1.3	5.7	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.9	20.1	0.0	0.5	5.1	0.0	0.0	0.0	0.0
12.9	67.8	0.0	1.2	6.0	0.0	9.5	57.3	0.0	33.8	105.9	0.0	17.0	70.0	0.0	0.8	4.7	0.0
0.5	3.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	3.3	0.0	12.8	30.9	0.0	0.7	4.2	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	1.2	5.7	0.0	0.1	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0
2.9	11.5	0.0	0.6	2.1	0.0	2.3	9.8	0.0	3.9	17.8	0.0	3.0	10.7	0.0	0.5	2.0	0.0
337.9	210.5	321.2	324.9	223.5	315.7	334.1	213.2	315.7	262.2	249.8	200.2	322.1	190.2	305.0	335.5	219.3	319.7
136.1	155.7	77.6	180.1	173.4	162.4	148.9	161.3	82.0	84.0	135.9	23.8	126.4	153.0	63.3	170.5	164.2	156.2
16.9	44.5	0.0	37.8	97.4	0.0	22.9	64.6	0.0	63.2	121.2	15.5	18.8	56.5	0.0	25.5	76.5	0.0
178.7	136.1	154.4	81.3	83.7	52.6	150.4	130.5	129.6	98.5	109.8	67.4	169.0	117.3	152.2	122.4	128.6	93.9
6.2	14.9	0.0	25.6	71.8	0.0	11.8	41.1	0.0	16.5	36.4	6.8	7.9	18.8	0.0	17.1	55.9	0.0
12.0	4.8	10.7	11.6	4.7	11.5	11.8	4.8	10.8	10.8	5.1	10.0	11.6	4.4	11.0	12.1	5.1	

第7表 食品群別栄養素等摂取量 -BDHQ(fnutr) 食品群, 栄養素別, 摂取量 - 総数・男性・女性,

		摂取量	エネルギー	水	たんばく質	脂質	脂肪酸 g					コレステロール	炭水化物	総食物繊維	レチノール	βカロテン当量
		g	kcal	g	g	g	飽和脂肪酸	一価不飽和脂肪酸	多価不飽和脂肪酸	n-3系脂肪酸	n-6系脂肪酸	mg	g	g	μg	μg
総数	総量	1,983.8	1,681.2	1,627.1	64.5	53.2	13.7	19.1	13.6	2.5	11.1	387.6	209.0	10.7	430.7	3,573.9
	穀類	341.5	596.5	201.4	11.9	4.3	1.1	1.3	1.2	0.1	1.2	7.9	122.8	2.5	36.5	7.0
	いも類	24.1	20.5	18.7	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.7	0.4	0.0	1.0
	砂糖・甘味料類	3.9	14.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.8	0.0	0.0	0.0
	豆類	60.8	56.6	49.9	4.8	3.1	0.5	0.6	1.6	0.2	1.4	0.0	2.3	1.0	0.0	0.0
	野菜類	240.7	61.4	220.8	2.9	0.4	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.3	14.2	4.9	0.0	3348.2
	緑黄色野菜	96.7	27.9	87.7	1.2	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.3	2.1	0.0	3238.4
	その他の野菜*	144.0	33.5	133.0	1.7	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.3	7.9	2.8	0.0	109.8
	果実類	98.0	46.8	84.8	0.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	12.2	0.9	0.0	188.1
	魚介類	65.5	118.3	43.1	14.3	6.2	1.4	1.6	1.9	0.8	1.1	73.7	0.2	0.0	61.1	2.2
	肉類	78.0	153.5	52.4	14.4	9.8	3.5	4.4	0.9	0.1	0.8	59.5	0.4	0.0	213.4	0.2
	卵類	45.5	68.8	34.7	5.6	4.7	1.3	1.7	0.8	0.1	0.7	191.3	0.1	0.0	63.8	7.7
	乳類	106.4	80.2	90.5	3.7	3.9	2.4	1.0	0.1	0.0	0.1	11.9	7.5	0.0	31.6	5.8
	油脂類	12.6	115.6	0.0	0.0	12.6	1.4	5.2	5.1	0.9	4.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	47.4	170.9	9.6	3.4	4.4	1.7	1.6	0.5	0.0	0.4	38.0	29.4	0.6	22.6	13.7
	嗜好飲料類	614.7	131.5	590.2	1.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.4	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	244.8	45.8	231.0	1.2	3.6	0.4	1.7	1.3	0.3	1.0	5.0	2.1	0.4	1.8	0.0
男性	総量	2,185.1	1,852.9	1,794.5	68.3	55.4	14.1	20.0	14.3	2.6	11.7	414.3	228.0	10.8	473.1	3,430.6
	穀類	393.2	680.7	233.2	13.6	4.6	1.2	1.4	1.3	0.1	1.3	8.0	140.7	2.9	37.1	7.2
	いも類	22.0	18.7	17.1	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	0.3	0.0	0.9
	砂糖・甘味料類	4.1	15.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	59.7	57.3	48.7	4.9	3.1	0.5	0.6	1.6	0.2	1.4	0.0	2.4	1.0	0.0	0.0
	野菜類	236.1	60.0	216.6	2.9	0.4	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	13.9	4.8	0.0	3222.7
	緑黄色野菜	95.4	27.5	86.5	1.2	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.2	2.0	0.0	3111.8
	その他の野菜*	140.7	32.5	130.1	1.7	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.2	7.7	2.7	0.0	110.9
	果実類	91.9	43.0	79.6	0.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	11.2	0.8	0.0	171.3
	魚介類	69.0	122.8	45.7	15.0	6.4	1.4	1.7	1.9	0.8	1.1	79.5	0.2	0.0	65.8	2.6
	肉類	83.1	164.3	55.8	15.3	10.5	3.7	4.8	1.0	0.1	0.9	63.7	0.4	0.0	247.2	0.2
	卵類	50.9	76.9	38.7	6.3	5.2	1.4	1.9	0.8	0.1	0.8	213.8	0.2	0.0	71.3	8.7
	乳類	104.8	80.6	88.8	3.7	3.9	2.5	1.0	0.1	0.0	0.1	11.8	7.6	0.0	31.1	5.8
	油脂類	13.3	122.7	0.0	0.0	13.3	1.5	5.5	5.5	0.9	4.5	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	42.8	154.3	8.4	3.0	3.7	1.4	1.3	0.4	0.0	0.4	31.5	27.2	0.5	18.7	11.3
	嗜好飲料類	724.9	204.4	688.2	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.5	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	289.3	51.4	273.8	1.4	4.0	0.4	1.9	1.5	0.3	1.2	5.5	2.4	0.5	2.0	0.0
女性	総量	1808.6	1531.8	1481.4	61.2	51.3	13.4	18.3	13.0	2.3	10.6	364.4	192.5	10.5	393.9	3,698.6
	穀類	296.4	523.4	173.8	10.5	4.1	1.0	1.2	1.1	0.1	1.1	7.8	107.1	2.3	36.0	6.9
	いも類	25.9	22.0	20.1	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.0	0.4	0.0	1.1
	砂糖・甘味料類	3.7	14.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.7	0.0	0.0	0.0
	豆類	61.7	56.0	51.0	4.8	3.1	0.5	0.6	1.6	0.2	1.4	0.0	2.2	0.9	0.0	0.0
	野菜類	244.7	62.6	224.4	3.0	0.4	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.3	14.4	5.0	0.0	3457.3
	緑黄色野菜	97.8	28.2	88.8	1.2	0.2	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	6.3	2.1	0.0	3348.5
	その他の野菜*	146.9	34.4	135.6	1.7	0.3	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.3	8.1	2.9	0.0	108.8
	果実類	103.4	50.0	89.2	0.7	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13.0	1.0	0.0	202.8
	魚介類	62.4	114.4	40.8	13.8	6.0	1.3	1.6	1.9	0.8	1.1	68.6	0.2	0.0	56.9	1.8
	肉類	73.6	144.1	49.5	13.6	9.2	3.2	4.1	0.9	0.1	0.8	55.8	0.4	0.0	184.0	0.1
	卵類	40.9	61.7	31.1	5.0	4.2	1.2	1.5	0.7	0.1	0.6	171.7	0.1	0.0	57.2	6.9
	乳類	107.8	79.8	91.9	3.8	3.9	2.4	1.0	0.1	0.0	0.1	12.0	7.4	0.0	32.1	5.7
	油脂類	11.9	109.4	0.0	0.0	11.9	1.3	4.9	4.9	0.8	4.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	51.3	185.4	10.8	3.6	5.1	2.0	1.8	0.5	0.0	0.5	43.6	31.3	0.6	26.0	15.8
	嗜好飲料類	518.8	68.0	504.9	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.9	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	206.2	40.9	193.9	1.0	3.3	0.3	1.5	1.2	0.2	0.9	4.5	1.8	0.4	1.7	0.0

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

20歳以上

1人1日当たり

レチ ノール 当量	ビタミ ンD	αトコ フェ ロール	ビタミ ンK	ビタミ ンB ₁	ビタミ ンB ₂	ナイア シン	ビタミ ンB ₆	ビタミ ンB ₁₂	葉酸	パント テン酸	ビタミ ンC	食塩 相当 量	カリウム	カルシ ウム	マグネ シウム	リン	鉄	亜鉛	GI
μg	μg	μg	μg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	unit
732.6	11.3	7.3	280.2	0.7	1.2	16.6	1.1	8.1	303.2	5.9	94.6	9.8	2,224.9	470.0	225.6	956.8	7.3	7.5	61.3
37.4	0.1	0.5	1.3	0.1	0.1	1.2	0.1	0.0	24.2	1.0	0.0	0.5	132.6	25.6	33.3	143.3	0.9	1.9	42.2
0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	6.0	0.1	6.5	0.0	113.5	2.4	4.9	11.1	0.1	0.1	1.6
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0
0.0	0.0	0.1	76.9	0.0	0.1	0.2	0.1	0.0	19.8	0.5	0.0	0.0	148.0	52.3	30.7	70.0	0.8	0.5	0.0
279.0	0.2	1.5	150.6	0.1	0.1	1.6	0.2	0.0	136.1	0.7	48.4	0.6	653.0	100.6	41.1	84.2	1.5	0.6	1.3
269.9	0.0	1.3	99.0	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	71.2	0.3	24.0	0.3	356.4	56.6	20.7	32.5	1.0	0.3	0.7
9.1	0.2	0.2	51.7	0.1	0.0	0.9	0.1	0.0	64.9	0.4	24.4	0.3	296.6	44.0	20.5	51.6	0.4	0.3	0.6
15.8	0.0	0.4	0.2	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	15.8	0.2	24.3	0.0	169.5	9.8	9.7	15.6	0.1	0.1	2.5
61.2	9.8	1.5	0.2	0.1	0.1	4.8	0.2	6.1	11.9	0.5	0.4	0.9	213.1	76.5	30.5	203.8	0.9	0.8	0.0
213.4	0.1	0.3	12.4	0.2	0.2	4.7	0.3	1.1	20.1	1.2	4.5	0.3	235.3	3.8	16.2	144.5	0.9	1.9	0.0
68.3	0.8	0.5	5.9	0.0	0.2	0.0	0.0	0.4	19.6	0.7	0.0	0.2	59.2	23.2	5.0	82.0	0.8	0.6	0.0
31.6	0.2	0.1	1.4	0.0	0.2	0.1	0.0	0.4	2.6	0.6	0.5	0.2	177.5	126.0	12.7	98.7	0.1	0.4	1.5
0.0	0.0	1.6	21.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
24.0	0.1	0.3	1.6	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	6.2	0.3	0.0	0.4	52.5	21.6	7.9	49.3	0.4	0.5	10.1
0.0	0.0	0.0	1.7	0.0	0.1	2.9	0.1	0.1	35.1	0.2	10.0	0.0	230.6	14.6	24.5	37.0	0.4	0.0	1.0
1.8	0.0	0.5	6.6	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	6.0	0.0	0.0	6.7	40.0	13.4	9.0	17.4	0.4	0.1	0.0
763.4	11.6	7.5	287.5	0.7	1.3	17.6	1.2	8.6	311.1	6.2	90.8	10.7	2,265.5	474.5	237.7	1,007.9	7.6	8.0	61.3
38.1	0.1	0.5	1.4	0.1	0.1	1.4	0.1	0.0	26.2	1.1	0.0	0.6	149.3	28.8	38.1	163.1	1.0	2.2	44.4
0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	5.5	0.1	5.9	0.0	103.8	2.2	4.5	10.1	0.1	0.1	1.3
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0
0.0	0.0	0.1	83.0	0.0	0.1	0.2	0.1	0.0	20.8	0.5	0.0	0.0	152.0	51.4	30.9	70.0	0.8	0.5	0.0
268.5	0.2	1.5	148.4	0.1	0.1	1.5	0.2	0.0	132.4	0.6	47.5	0.6	636.4	98.9	40.2	81.9	1.4	0.6	1.1
259.4	0.0	1.3	97.1	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	68.8	0.3	23.6	0.4	347.5	55.6	20.1	31.7	1.0	0.2	0.6
9.2	0.2	0.2	51.3	0.1	0.0	0.9	0.1	0.0	63.6	0.4	23.9	0.3	288.8	43.3	20.1	50.1	0.4	0.3	0.5
14.3	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	13.9	0.2	21.5	0.0	156.8	8.7	8.9	14.0	0.1	0.1	2.2
66.0	10.0	1.6	0.3	0.1	0.1	5.0	0.2	6.3	12.8	0.6	0.4	0.9	223.4	79.0	32.2	212.9	1.0	0.9	0.0
247.2	0.1	0.3	13.3	0.2	0.2	5.0	0.3	1.2	22.8	1.3	4.9	0.3	249.8	4.0	17.2	154.1	1.0	2.0	0.0
76.4	0.9	0.5	6.6	0.0	0.2	0.1	0.0	0.5	21.9	0.7	0.0	0.2	66.2	26.0	5.6	91.6	0.9	0.7	0.0
31.1	0.2	0.1	1.3	0.0	0.2	0.1	0.0	0.4	2.5	0.6	0.5	0.2	175.5	124.4	12.6	97.3	0.1	0.4	1.4
0.0	0.0	1.7	22.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
19.9	0.1	0.3	1.3	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1	5.6	0.3	0.0	0.4	48.0	18.4	7.5	44.7	0.4	0.4	8.6
0.0	0.0	0.0	1.7	0.0	0.2	3.5	0.1	0.2	39.9	0.2	10.1	0.0	258.3	17.2	29.7	48.3	0.4	0.0	1.4
2.0	0.0	0.5	7.3	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	6.9	0.0	0.0	7.5	46.1	15.5	10.3	20.1	0.4	0.1	0.0
705.8	11.1	7.2	273.9	0.7	1.2	15.7	1.1	7.7	296.4	5.6	97.9	8.9	2,189.5	466.2	215.1	912.4	7.1	7.0	61.2
36.9	0.1	0.5	1.3	0.1	0.1	1.1	0.1	0.0	22.5	0.8	0.0	0.5	118.0	22.9	29.2	126.1	0.8	1.7	40.3
0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	6.4	0.2	6.9	0.0	122.0	2.6	5.3	11.9	0.1	0.1	1.8
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.1
0.0	0.0	0.1	71.5	0.1	0.1	0.2	0.1	0.0	18.9	0.4	0.0	0.0	144.5	53.0	30.4	70.1	0.8	0.5	0.0
288.1	0.3	1.5	152.5	0.1	0.1	1.7	0.2	0.0	139.3	0.7	49.2	0.5	667.4	102.2	41.9	86.2	1.5	0.6	1.4
279.1	0.0	1.3	100.6	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	73.3	0.3	24.4	0.3	364.1	57.6	21.1	33.3	1.0	0.3	0.8
9.0	0.3	0.2	51.9	0.1	0.1	1.0	0.1	0.0	66.0	0.4	24.9	0.3	303.4	44.6	20.8	52.9	0.5	0.3	0.6
17.0	0.0	0.4	0.2	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	17.4	0.3	26.8	0.0	180.6	10.9	10.4	17.0	0.1	0.1	2.8
57.0	9.6	1.5	0.2	0.1	0.1	4.7	0.2	5.9	11.0	0.5	0.3	0.9	204.2	74.4	29.1	196.0	0.9	0.8	0.0
184.0	0.1	0.3	11.6	0.2	0.2	4.5	0.2	1.0	17.7	1.1	4.2	0.3	222.6	3.6	15.3	136.2	0.9	1.8	0.0
61.3	0.7	0.4	5.3	0.0	0.2	0.0	0.0	0.4	17.6	0.6	0.0	0.2	53.1	20.8	4.5	73.6	0.7	0.5	0.0
32.1	0.2	0.1	1.4	0.0	0.2	0.1	0.0	0.4	2.8	0.6	0.5	0.2	179.3	127.4	12.8	99.9	0.1	0.4	1.6
0.0	0.0	1.5	20.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
27.7	0.2	0.4	1.8	0.0	0.1	0.2	0.0	0.1	6.7	0.3	0.0	0.4	56.5	24.4	8.3	53.3	0.4	0.5	11.5
0.0	0.0	0.0	1.8	0.0	0.1	2.4	0.0	0.0	31.0	0.1	9.9	0.0	206.4	12.4	20.1	27.2	0.4	0.0	0.7
1.7	0.0	0.4	5.9	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	5.1	0.0	0.0	6.0	34.7	11.6	7.8	15.1	0.3	0.1	0.0

第8表 食品群別 脂質摂取量-BDHQ (fnutr)- 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		20歳以上			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
総数	人数	733			58			81			113			123		
	総量	53.2	20.7	49.8	50.4	21.7	45.5	51.2	18.0	46.7	52.3	20.2	49.5	51.8	19.8	48.4
	穀類	4.3	2.6	3.7	3.4	2.1	3.3	3.5	2.5	2.9	4.0	2.2	3.5	4.3	2.5	3.5
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	3.1	2.6	2.4	2.6	2.8	1.7	2.9	2.2	2.1	3.0	2.3	2.3	2.7	2.5	2.0
	野菜類	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.4
	緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
	その他の野菜 *	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2
	果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	魚介類	6.2	5.1	4.8	5.0	3.7	4.0	5.0	4.4	3.7	5.0	3.8	3.8	5.5	5.0	3.7
	肉類	9.8	6.5	8.5	9.4	5.7	8.2	10.2	5.6	10.1	11.0	6.7	9.6	10.2	6.9	8.6
	卵類	4.7	3.0	4.9	4.1	2.4	4.4	4.4	3.2	4.4	4.5	3.0	4.4	4.6	2.6	4.9
	乳類	3.9	4.1	2.5	5.1	5.0	3.3	4.0	4.1	2.7	3.6	3.7	2.3	3.5	3.9	2.0
	油脂類	12.6	6.2	12.0	12.3	6.7	11.3	12.1	5.5	11.8	12.9	5.8	12.2	12.7	6.5	11.8
	菓子類	4.4	5.1	2.1	5.0	4.9	4.1	5.8	5.6	4.1	4.4	5.0	2.1	4.1	4.1	3.9
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類	3.6	3.3	2.9	3.0	2.2	2.9	2.9	2.7	1.8	3.3	2.7	3.0	3.7	3.2	3.1
男性	人数	341			26			28			53			50		
	総量	55.4	23.1	52.2	56.1	26.2	51.8	51.7	19.9	46.9	55.9	21.0	52.1	55.6	24.1	51.6
	穀類	4.6	2.7	4.0	4.3	2.2	3.9	3.8	2.7	3.0	4.3	2.3	3.9	4.9	2.9	4.2
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	3.1	2.8	2.2	3.0	3.1	1.9	2.9	2.7	1.9	2.9	2.4	2.1	2.3	1.8	1.7
	野菜類	0.4	0.3	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.4
	緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
	その他の野菜 *	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2
	果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
	魚介類	6.4	5.5	4.9	6.2	4.3	4.9	5.1	3.1	4.7	5.4	4.5	4.1	6.2	6.0	3.7
	肉類	10.5	7.5	9.1	10.1	4.7	9.7	11.3	7.4	10.6	12.4	6.5	10.4	11.6	8.9	9.1
	卵類	5.2	3.4	5.6	4.8	2.8	5.0	4.4	3.9	3.1	5.2	3.3	5.6	5.0	3.2	5.0
	乳類	3.9	4.6	2.4	5.2	6.1	3.0	4.0	4.7	2.5	3.5	4.4	2.1	2.9	3.8	1.6
	油脂類	13.3	7.0	12.8	14.0	6.5	13.2	12.5	6.5	11.9	13.8	5.5	13.2	14.9	7.9	14.2
	菓子類	3.7	4.8	2.0	4.8	5.5	4.7	3.5	3.8	2.0	3.8	4.4	2.1	3.9	4.7	2.1
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類	4.0	3.6	3.6	3.2	1.8	3.6	3.8	3.3	2.5	4.2	2.9	3.9	3.5	2.7	3.1
女性	人数	392			32			53			60			73		
	総量	51.3	18.1	48.7	45.8	16.3	44.4	50.9	17.0	46.7	49.0	19.1	45.2	49.2	16.0	46.8
	穀類	4.1	2.5	3.5	2.6	1.6	2.3	3.4	2.4	2.8	3.7	2.1	3.0	3.9	2.1	3.2
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	3.1	2.5	2.7	2.3	2.5	1.7	2.8	2.0	2.7	3.0	2.3	2.4	3.1	2.8	2.4
	野菜類	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.2	0.4
	緑黄色野菜	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
	その他の野菜 *	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2
	果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	魚介類	6.0	4.8	4.8	4.0	2.9	3.0	5.0	4.9	3.4	4.6	3.0	3.6	5.0	4.1	3.7
	肉類	9.2	5.5	8.2	8.8	6.3	7.6	9.6	4.3	9.7	9.8	6.7	8.8	9.2	5.0	8.0
	卵類	4.2	2.5	4.4	3.6	1.9	4.1	4.4	2.9	4.9	4.0	2.7	2.8	4.3	2.1	4.4
	乳類	3.9	3.7	2.6	5.0	4.0	4.8	4.0	3.8	3.0	3.7	3.1	2.9	3.9	4.0	2.6
	油脂類	11.9	5.4	11.3	10.9	6.6	10.4	11.8	5.0	11.8	12.0	6.0	11.1	11.3	5.0	10.9
	菓子類	5.1	5.2	4.0	5.2	4.6	4.1	7.1	6.0	4.3	5.0	5.5	4.0	4.3	3.7	4.0
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類	3.3	3.0	2.1	2.8	2.5	2.0	2.4	2.2	1.6	2.6	2.3	1.5	3.8	3.5	3.1

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

1人1日当たり g

60－69歳			70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)50-69歳		
平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値
171			187			252			294		
54.3	21.7	51.2	55.4	21.3	53.4	51.5	19.8	47.8	53.3	20.9	50.0
4.5	2.6	4.4	5.0	2.9	5.0	3.7	2.3	3.3	4.4	2.6	4.0
0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3.0	2.6	2.2	3.7	2.9	3.2	2.9	2.4	2.1	2.9	2.5	2.2
0.4	0.2	0.4	0.5	0.3	0.4	0.4	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4
0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2
0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
6.7	5.4	5.9	7.8	5.9	6.2	5.0	3.9	3.8	6.2	5.3	4.9
9.3	7.0	8.2	9.2	6.3	8.0	10.4	6.1	9.6	9.7	7.0	8.3
4.8	3.2	4.5	5.1	3.0	5.6	4.4	2.9	4.4	4.7	3.0	4.5
4.1	4.5	2.5	3.8	3.8	2.2	4.1	4.2	2.7	3.8	4.2	2.2
13.0	6.6	12.5	12.1	6.0	11.8	12.5	5.9	11.9	12.9	6.6	12.2
4.0	4.5	2.1	4.3	5.9	1.7	5.0	5.2	4.1	4.0	4.3	2.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
4.2	3.7	3.4	3.7	3.7	2.1	3.1	2.6	2.3	4.0	3.5	3.2
90			94			107			140		
56.7	25.0	54.3	54.6	22.3	53.4	54.9	22.0	50.4	56.3	24.6	53.3
4.4	2.7	3.7	5.1	2.9	4.8	4.2	2.4	3.6	4.5	2.8	3.8
0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3.1	2.8	1.9	3.8	3.2	3.2	3.0	2.6	2.0	2.8	2.5	1.9
0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.4
0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2
0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1
6.9	6.3	5.7	7.1	5.9	5.5	5.5	4.1	4.6	6.6	6.2	5.1
9.9	8.5	8.4	9.5	6.6	8.3	11.6	6.4	10.3	10.5	8.7	8.7
5.4	3.7	5.6	5.6	3.3	6.2	4.9	3.3	5.0	5.3	3.5	5.0
4.4	4.9	3.0	3.8	4.1	2.4	4.1	4.9	2.5	3.9	4.6	2.2
14.0	8.0	13.8	11.6	6.1	11.8	13.5	6.0	13.0	14.3	7.9	13.9
3.4	4.5	2.0	3.6	5.5	1.2	3.9	4.5	2.1	3.6	4.5	2.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
4.8	4.2	4.0	3.8	3.9	2.2	3.8	2.8	3.7	4.3	3.8	3.7
81			93			145			154		
51.6	17.0	49.3	56.2	20.3	53.7	49.0	17.8	46.1	50.5	16.5	48.0
4.7	2.6	5.0	4.8	2.9	5.2	3.4	2.2	2.8	4.3	2.4	4.1
0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3.0	2.4	2.5	3.6	2.6	3.3	2.8	2.2	2.2	3.0	2.6	2.5
0.5	0.2	0.4	0.5	0.3	0.5	0.4	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4
0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2
0.3	0.1	0.2	0.3	0.2	0.3	0.2	0.1	0.2	0.3	0.2	0.2
0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
6.6	4.3	5.9	8.6	5.9	7.1	4.6	3.8	3.3	5.9	4.2	4.8
8.7	4.7	7.6	8.9	6.1	7.5	9.5	5.8	8.8	8.9	4.8	7.7
4.2	2.4	4.4	4.5	2.5	4.9	4.0	2.6	4.4	4.2	2.3	4.4
3.7	3.9	2.0	3.8	3.4	2.1	4.1	3.6	3.0	3.8	3.9	2.2
11.9	4.4	11.6	12.7	5.9	12.1	11.7	5.8	10.9	11.6	4.7	11.2
4.6	4.4	2.5	5.0	6.2	1.8	5.8	5.5	4.1	4.4	4.0	4.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3.7	3.0	3.0	3.6	3.4	2.1	2.6	2.3	1.6	3.7	3.2	3.1

第9表 食品群別 飽和脂肪酸摂取量-BDHQ (fnutr)- 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数・男性・女性,

		20歳以上			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
総数	人数	733			58			81			113			123		
	総量	13.7	5.9	12.8	13.7	6.7	11.9	13.7	5.4	12.9	13.6	5.6	12.4	13.2	5.4	12.3
	穀類	1.1	0.6	1.0	0.9	0.5	0.8	0.9	0.6	0.8	1.0	0.5	0.9	1.1	0.6	0.9
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.5	0.4	0.4	0.4	0.5	0.3	0.5	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.4	0.3
	野菜類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他の野菜*	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	魚介類	1.4	1.1	1.1	1.1	0.8	0.9	1.1	1.0	0.8	1.1	0.8	0.9	1.2	1.1	0.8
	肉類	3.5	2.3	3.0	3.3	2.0	2.9	3.6	2.0	3.6	3.9	2.4	3.4	3.6	2.5	3.0
	卵類	1.3	0.8	1.3	1.1	0.7	1.2	1.2	0.9	1.2	1.3	0.8	1.2	1.3	0.7	1.3
	乳類	2.4	2.6	1.6	3.2	3.1	2.1	2.5	2.6	1.8	2.3	2.3	1.4	2.2	2.4	1.3
	油脂類	1.4	0.7	1.3	1.3	0.7	1.2	1.3	0.6	1.3	1.4	0.6	1.3	1.4	0.7	1.3
	菓子類	1.7	2.0	0.8	1.9	1.9	1.6	2.3	2.2	1.6	1.7	2.0	0.8	1.6	1.6	1.5
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3
男性	人数	341			26			28			53			50		
	総量	14.1	6.5	12.9	14.9	8.4	11.9	13.4	5.4	12.5	14.2	6.0	13.0	13.8	6.5	12.8
	穀類	1.2	0.7	1.1	1.1	0.6	1.1	1.0	0.7	0.8	1.1	0.6	1.0	1.2	0.7	1.1
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.3	0.5	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3
	野菜類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他の野菜*	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	魚介類	1.4	1.2	1.1	1.4	0.9	1.1	1.1	0.7	1.0	1.2	1.0	0.9	1.4	1.3	0.8
	肉類	3.7	2.7	3.2	3.5	1.7	3.4	4.0	2.6	3.7	4.3	2.3	3.7	4.1	3.2	3.2
	卵類	1.4	0.9	1.5	1.3	0.8	1.4	1.2	1.1	0.9	1.4	0.9	1.5	1.4	0.9	1.4
	乳類	2.5	2.8	1.4	3.3	3.8	1.8	2.5	2.9	1.6	2.2	2.7	1.3	1.8	2.4	1.0
	油脂類	1.5	0.8	1.4	1.5	0.7	1.4	1.4	0.7	1.3	1.5	0.6	1.5	1.6	0.9	1.6
	菓子類	1.4	1.9	0.8	1.8	2.1	1.8	1.3	1.5	0.7	1.5	1.7	0.8	1.5	1.8	0.8
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.4	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3
女性	人数	392			32			53			60			73		
	総量	13.4	5.2	12.8	12.7	4.8	11.9	13.8	5.4	12.9	13.0	5.3	11.8	12.8	4.5	12.1
	穀類	1.0	0.6	0.9	0.7	0.4	0.6	0.9	0.6	0.8	1.0	0.5	0.8	1.0	0.5	0.9
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.5	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.4
	野菜類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他の野菜*	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	魚介類	1.3	1.1	1.0	0.9	0.6	0.7	1.1	1.1	0.8	1.0	0.7	0.8	1.1	0.9	0.9
	肉類	3.2	2.0	2.8	3.1	2.3	2.6	3.4	1.5	3.4	3.5	2.4	3.1	3.3	1.8	2.8
	卵類	1.2	0.7	1.2	1.0	0.5	1.1	1.2	0.8	1.3	1.1	0.7	0.8	1.2	0.6	1.2
	乳類	2.4	2.3	1.6	3.1	2.5	3.0	2.5	2.4	1.9	2.3	1.9	1.8	2.4	2.5	1.6
	油脂類	1.3	0.6	1.2	1.2	0.7	1.1	1.3	0.5	1.3	1.3	0.7	1.2	1.2	0.5	1.2
	菓子類	2.0	2.0	1.6	2.0	1.8	1.6	2.7	2.3	1.6	1.9	2.1	1.6	1.6	1.4	1.6
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.4	0.3	0.3

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

20歳以上

1人1日当たり g

60～69歳			70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)50～69歳		
平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値
171			187			252			294		
13.7	6.1	12.9	14.1	6.0	13.3	13.6	5.8	12.4	13.5	5.8	12.8
1.2	0.7	1.1	1.3	0.7	1.3	1.0	0.6	0.8	1.1	0.6	1.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.4	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
1.5	1.2	1.3	1.7	1.3	1.3	1.1	0.9	0.9	1.4	1.2	1.1
3.3	2.5	2.9	3.2	2.3	2.8	3.7	2.2	3.4	3.4	2.5	2.9
1.3	0.9	1.2	1.4	0.8	1.5	1.2	0.8	1.2	1.3	0.8	1.2
2.5	2.8	1.6	2.4	2.3	1.4	2.5	2.6	1.7	2.4	2.6	1.4
1.4	0.7	1.4	1.3	0.7	1.3	1.4	0.7	1.3	1.4	0.7	1.3
1.5	1.7	0.8	1.6	2.3	0.6	1.9	2.0	1.6	1.5	1.7	0.8
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3
90			94			107			140		
14.3	6.9	13.5	13.9	6.2	12.2	14.2	6.5	12.6	14.1	6.7	13.3
1.1	0.7	1.0	1.3	0.7	1.3	1.1	0.6	1.0	1.2	0.7	1.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.3	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.3	0.5	0.4	0.3
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
1.5	1.4	1.2	1.5	1.3	1.2	1.2	0.9	1.0	1.5	1.4	1.1
3.5	3.0	2.9	3.3	2.4	2.9	4.1	2.3	3.6	3.7	3.1	3.0
1.5	1.0	1.5	1.6	0.9	1.7	1.3	0.9	1.4	1.5	1.0	1.4
2.8	3.1	1.9	2.4	2.5	1.5	2.5	3.1	1.6	2.4	2.9	1.4
1.5	0.9	1.5	1.3	0.7	1.3	1.5	0.7	1.4	1.6	0.9	1.5
1.3	1.8	0.8	1.4	2.1	0.4	1.5	1.8	0.8	1.4	1.8	0.8
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4	0.4	0.4
81			93			145			154		
13.2	5.1	12.8	14.2	5.8	13.5	13.2	5.2	12.4	13.0	4.8	12.4
1.2	0.6	1.3	1.2	0.7	1.3	0.9	0.5	0.7	1.1	0.6	1.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.4	0.6	0.4	0.5	0.5	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4
0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
1.5	0.9	1.3	1.9	1.3	1.5	1.0	0.9	0.7	1.3	0.9	1.1
3.0	1.7	2.6	3.1	2.2	2.6	3.4	2.1	3.1	3.1	1.7	2.7
1.1	0.7	1.2	1.2	0.7	1.3	1.1	0.7	1.2	1.2	0.6	1.2
2.3	2.4	1.3	2.4	2.1	1.4	2.6	2.2	1.9	2.4	2.4	1.4
1.3	0.5	1.3	1.4	0.6	1.3	1.3	0.6	1.2	1.3	0.5	1.2
1.8	1.7	0.8	1.9	2.4	0.7	2.2	2.2	1.6	1.7	1.6	1.6
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.4	0.3	0.3

第10表 食品群別 食塩摂取量-BDHQ (fnutr)- 年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		20歳以上			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
総数	人数	733			58			81			113			123		
	総量	9.8	3.5	9.3	9.4	3.7	9.0	9.2	2.9	8.5	9.7	3.9	9.2	9.3	3.1	8.5
	穀類	0.5	0.4	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4	0.4	0.3	0.5	0.3	0.4	0.6	0.4	0.5
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	野菜類	0.6	0.6	0.4	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.5	0.4	0.4
	緑黄色野菜	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.3	0.3	0.1
	その他の野菜*	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	果実類	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
	魚介類	0.9	0.9	0.6	0.8	1.0	0.6	0.7	0.8	0.5	0.7	0.7	0.5	0.7	0.8	0.4
	肉類	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2
	卵類	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
	乳類	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	6.7	2.3	6.5	6.7	2.2	6.7	6.5	2.0	6.1	6.9	2.8	6.6	6.4	2.1	6.2
男性	人数	341			26			28			53			50		
	総量	10.7	3.8	10.2	11.3	4.4	10.6	10.0	3.1	9.5	11.0	4.4	10.2	10.4	3.5	9.8
	穀類	0.6	0.4	0.5	0.6	0.3	0.5	0.5	0.4	0.3	0.5	0.3	0.5	0.7	0.4	0.5
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	野菜類	0.6	0.6	0.4	0.5	0.4	0.3	0.4	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4
	緑黄色野菜	0.4	0.4	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	0.2
	その他の野菜*	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	果実類	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0
	魚介類	0.9	1.0	0.6	1.1	1.4	0.7	0.7	0.5	0.6	0.8	0.8	0.6	0.8	0.9	0.5
	肉類	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3
	卵類	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
	乳類	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.0	0.1	0.1	0.0
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.4	0.4	0.2	0.5	0.5	0.4	0.4	0.3	0.2	0.5	0.4	0.4	0.4	0.5	0.3
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	7.5	2.5	7.3	7.9	2.3	8.1	7.4	2.2	7.1	7.9	3.2	7.5	7.4	2.3	6.9
女性	人数	392			32			53			60			73		
	総量	8.9	2.9	8.5	7.9	2.1	7.8	8.8	2.7	8.4	8.5	3.0	7.6	8.5	2.6	8.2
	穀類	0.5	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4
	いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	野菜類	0.5	0.6	0.4	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.5	0.5	0.3
	緑黄色野菜	0.3	0.4	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.3	0.4	0.1
	その他の野菜*	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2
	果実類	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	魚介類	0.9	0.9	0.6	0.6	0.5	0.4	0.8	0.9	0.4	0.7	0.6	0.5	0.7	0.8	0.4
	肉類	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2
	卵類	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2
	乳類	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	6.0	1.8	5.8	5.7	1.5	5.9	6.1	1.8	5.8	6.0	2.1	5.8	5.8	1.7	5.8

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

1人1日当たり g

60－69歳			70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)50-69歳		
平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値
171			187			252			294		
9.6	3.3	9.4	10.6	3.7	10.0	9.5	3.5	8.9	9.5	3.2	9.0
0.6	0.4	0.5	0.6	0.4	0.7	0.5	0.3	0.4	0.6	0.4	0.5
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.6	0.5	0.4	0.9	0.8	0.7	0.4	0.4	0.3	0.5	0.5	0.4
0.3	0.4	0.1	0.5	0.5	0.4	0.2	0.2	0.1	0.3	0.3	0.1
0.3	0.2	0.2	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0
0.9	0.9	0.7	1.2	1.1	0.8	0.7	0.8	0.5	0.9	0.9	0.6
0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3
0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
6.6	2.2	6.5	6.9	2.3	6.7	6.7	2.5	6.4	6.5	2.2	6.3
90			94			107			140		
10.4	3.5	10.2	11.2	3.9	10.3	10.8	4.1	10.3	10.4	3.5	10.1
0.5	0.4	0.5	0.6	0.4	0.7	0.5	0.3	0.5	0.6	0.4	0.5
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.6	0.5	0.4	0.9	0.9	0.8	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.4
0.3	0.4	0.2	0.5	0.6	0.4	0.2	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2
0.2	0.2	0.2	0.4	0.5	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0
1.0	0.9	0.7	1.0	1.0	0.7	0.9	0.9	0.6	0.9	0.9	0.6
0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3
0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
7.2	2.4	7.3	7.5	2.5	7.4	7.8	2.8	7.5	7.3	2.3	7.2
81			93			145			154		
8.8	2.8	8.2	10.1	3.4	9.4	8.5	2.7	8.0	8.7	2.7	8.2
0.6	0.4	0.7	0.6	0.4	0.6	0.4	0.3	0.4	0.5	0.3	0.5
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.6	0.5	0.4	0.9	0.8	0.7	0.4	0.3	0.3	0.5	0.5	0.4
0.3	0.3	0.1	0.5	0.5	0.3	0.2	0.2	0.1	0.3	0.3	0.1
0.3	0.3	0.2	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
0.9	0.8	0.6	1.3	1.2	1.0	0.7	0.7	0.5	0.8	0.8	0.5
0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2
0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2
0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.2	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
5.8	1.7	5.5	6.3	1.8	6.1	6.0	1.9	5.8	5.8	1.7	5.6

第11表 食品群別 カリウム摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数・男性・女性,

		20歳以上			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
総数	人数	733			58			81			113			123		
	総量	2,224.9	908.2	2,065.8	1,942.9	899.0	1,739.4	1,883.4	683.1	1,840.7	2,010.7	821.6	1,948.8	2,081.6	753.3	1,861.2
	穀類	132.6	63.0	127.6	135.9	70.4	137.6	119.6	57.5	113.7	135.2	70.3	119.0	121.9	52.2	116.7
	いも類	113.5	133.2	55.9	109.8	115.6	84.8	122.9	143.7	60.9	105.9	129.7	50.8	90.1	103.9	50.8
	砂糖・甘味料類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	豆類	148.0	136.1	112.5	125.4	138.4	70.0	140.1	116.7	108.2	145.3	119.2	116.0	127.2	122.3	90.4
	野菜類	653.0	404.5	573.3	578.5	378.4	530.6	490.6	268.9	466.3	537.9	334.1	445.1	613.6	371.3	571.4
	緑黄色野菜	356.4	246.0	298.0	316.5	209.1	290.4	263.7	170.5	233.8	288.4	208.9	238.4	325.6	220.6	285.8
	その他の野菜*	296.6	193.3	258.9	262.0	186.9	232.7	226.9	123.5	216.9	249.5	161.1	207.9	288.0	185.4	261.0
	果実類	169.5	151.8	137.9	138.6	124.4	108.4	134.3	125.5	95.0	113.2	107.7	78.8	129.1	126.3	85.3
	魚介類	213.1	177.3	158.7	184.2	159.3	142.9	187.2	157.3	145.8	175.0	132.1	129.7	191.2	180.1	127.2
	肉類	235.3	148.3	214.3	224.3	118.8	211.3	242.1	128.0	231.3	263.8	148.4	235.2	240.6	158.2	212.3
	卵類	59.2	37.5	61.3	52.1	30.1	55.2	55.3	40.6	55.2	57.3	38.0	55.2	57.8	33.3	61.3
	乳類	177.5	178.1	129.3	156.8	200.1	96.0	135.8	137.9	82.4	144.3	165.8	76.7	147.0	149.8	90.9
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	52.5	50.8	37.9	58.0	53.4	50.8	62.8	53.8	50.8	55.9	49.3	40.8	53.5	49.3	40.8
	嗜好飲料類	230.6	162.5	218.0	141.2	148.1	94.3	154.7	143.2	116.0	234.2	189.9	177.4	274.9	179.9	260.1
	調味料・香辛料類*	40.0	28.6	31.4	38.3	22.0	32.3	37.9	25.1	29.3	42.5	33.7	31.1	34.6	23.0	28.7
男性	人数	341			26			28			53			50		
	総量	2,265.5	952.7	2,138.9	2,132.2	1,104.9	1,854.2	1,899.9	709.2	1,895.4	2,070.8	860.1	1,974.1	2,102.1	804.9	1,857.7
	穀類	149.3	67.4	143.1	174.8	73.0	170.2	138.8	64.1	124.1	154.0	74.3	145.1	138.6	60.0	135.1
	いも類	103.8	134.4	50.8	131.6	139.7	103.4	115.0	177.6	55.9	91.7	114.3	45.7	78.3	86.9	53.3
	砂糖・甘味料類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	豆類	152.0	147.8	104.4	148.3	157.6	76.4	145.6	145.0	84.9	149.7	132.4	116.0	104.1	89.5	68.4
	野菜類	636.4	413.0	562.1	531.6	279.3	491.3	467.4	273.2	415.2	515.4	298.4	445.1	625.4	407.8	620.8
	緑黄色野菜	347.5	252.8	295.1	280.8	141.0	243.9	248.9	185.9	215.2	267.9	165.5	248.9	338.6	250.0	300.0
	その他の野菜*	288.8	195.4	249.6	250.8	156.6	211.3	218.5	116.2	217.5	247.6	156.8	207.9	286.8	189.1	264.1
	果実類	156.8	152.5	109.6	128.8	106.7	108.6	101.4	99.2	59.2	104.8	104.9	76.8	109.2	116.3	76.0
	魚介類	223.4	184.6	171.0	229.9	197.6	180.8	197.6	118.2	177.6	190.4	152.7	147.9	217.0	219.8	138.0
	肉類	249.8	168.7	229.4	246.3	104.9	239.1	260.3	157.1	249.0	296.5	149.5	255.7	269.7	199.0	230.7
	卵類	66.2	42.9	70.8	60.4	34.8	63.7	55.7	48.8	38.9	65.0	41.4	70.8	63.3	41.0	63.7
	乳類	175.5	198.2	95.0	169.9	268.0	83.4	144.3	156.7	71.3	122.6	166.8	49.7	102.5	132.1	35.1
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	48.0	51.8	34.4	59.5	64.9	44.1	45.2	42.8	35.9	55.2	50.7	41.6	52.6	54.6	41.1
	嗜好飲料類	258.3	183.0	235.2	204.5	178.9	162.6	183.4	175.2	147.1	273.1	228.4	238.2	302.4	223.7	284.0
	調味料・香辛料類*	46.1	32.4	34.8	46.5	22.4	37.1	45.1	27.3	35.7	52.3	37.9	34.5	38.8	27.4	33.3
女性	人数	392			32			53			60			73		
	総量	2,189.5	867.2	1,996.6	1,789.2	668.5	1,673.1	1,874.7	675.7	1,840.5	1,957.7	789.5	1,891.8	2,067.6	721.2	1,868.6
	穀類	118.0	55.1	110.2	104.3	50.2	101.8	109.5	51.5	104.1	118.7	62.7	105.3	110.5	43.0	109.0
	いも類	122.0	131.7	84.8	92.0	90.1	84.8	127.2	123.8	84.8	118.5	141.7	64.1	98.1	114.0	48.4
	砂糖・甘味料類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	豆類	144.5	125.2	114.5	106.8	120.1	70.0	137.1	100.1	125.0	141.5	107.1	117.8	143.1	138.8	96.2
	野菜類	667.4	397.0	580.1	616.6	443.9	555.5	502.8	268.4	469.3	557.7	364.1	451.1	605.6	346.8	513.8
	緑黄色野菜	364.1	240.0	300.8	345.6	249.8	309.4	271.6	163.0	245.2	306.5	240.8	237.2	316.7	199.2	285.5
	その他の野菜*	303.4	191.4	270.7	271.0	210.4	252.8	231.2	128.0	201.4	251.2	166.1	207.4	288.8	184.1	256.2
	果実類	180.6	150.5	153.6	146.5	138.4	100.3	151.7	135.0	116.9	120.7	110.4	93.0	142.6	131.8	96.3
	魚介類	204.2	170.3	151.7	147.0	109.4	116.9	181.8	175.3	130.2	161.3	110.3	118.0	173.5	145.8	117.1
	肉類	222.6	126.8	201.9	206.4	127.9	199.1	232.4	110.1	215.6	234.9	142.5	218.5	220.7	120.2	201.4
	卵類	53.1	30.9	55.2	45.3	24.0	52.1	55.1	36.1	61.3	50.6	33.6	35.2	54.0	26.5	55.2
	乳類	179.3	158.8	163.9	146.1	124.2	100.2	131.3	128.3	88.4	163.5	163.9	97.3	177.5	154.3	162.9
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	56.5	49.6	40.8	56.7	42.8	50.8	72.1	57.0	56.3	56.5	48.5	38.2	54.1	45.7	40.8
	嗜好飲料類	206.4	138.0	198.8	89.8	91.7	54.7	139.6	122.2	105.9	199.9	141.3	160.8	256.2	141.0	259.5
	調味料・香辛料類	34.7	23.5	27.9	31.6	19.5	26.3	34.1	23.2	27.3	33.8	26.8	25.6	31.7	19.1	27.0

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

20歳以上

1人1日当たり mg

60－69歳			70歳以上			(再掲)20-49歳			(再掲)50-69歳		
平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
171			187			252			294		
2,300.1	829.5	2,159.5	2,615.0	1,055.9	2,398.9	1,954.2	797.8	1,849.7	2,208.7	804.4	2,052.9
134.1	62.9	127.6	141.2	63.8	142.3	130.4	66.6	120.3	129.0	58.9	122.0
99.6	116.4	55.9	143.3	160.4	84.8	112.3	131.1	55.9	95.6	111.3	51.8
0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
145.9	138.8	104.4	175.6	154.9	140.7	139.1	122.9	107.0	138.1	132.2	96.7
672.1	362.2	616.2	824.4	489.2	746.9	532.0	326.2	460.9	647.6	366.6	593.6
371.7	232.9	308.6	456.2	294.2	398.0	286.9	197.6	243.7	352.4	228.6	300.5
300.4	162.8	280.4	368.2	241.5	327.7	245.1	156.7	214.3	295.2	172.4	273.0
192.7	162.4	160.6	233.8	170.6	202.4	125.9	117.7	89.4	166.1	151.5	137.8
225.6	174.5	180.1	259.4	204.0	207.6	181.0	146.5	140.7	211.2	177.4	156.4
227.9	161.2	192.8	221.6	144.5	201.6	247.7	136.1	226.5	233.2	159.8	201.4
60.7	40.3	56.6	63.8	37.8	70.8	55.5	37.1	55.2	59.5	37.5	56.6
193.9	189.9	176.8	227.3	187.7	233.9	144.4	165.8	83.5	174.3	175.5	145.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
45.6	41.3	33.1	50.1	57.4	29.9	58.6	51.6	44.1	48.9	44.9	37.4
263.4	141.3	260.6	229.7	141.0	229.5	187.3	171.6	137.8	268.3	158.4	260.4
38.6	28.4	31.7	44.7	31.3	33.8	40.0	28.7	30.3	36.9	26.3	30.5
90			94			107			140		
2,310.1	876.4	2,234.7	2,565.3	1,086.5	2,396.4	2,041.0	887.0	1,930.3	2,235.8	854.5	2,096.8
142.1	64.3	139.8	155.3	68.2	151.5	155.1	71.9	142.0	140.8	62.6	138.0
83.7	103.8	50.8	132.3	167.9	55.9	107.5	139.0	50.8	81.8	97.8	50.8
0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
150.4	151.6	83.8	183.1	169.8	136.1	148.3	140.8	97.0	133.9	134.3	80.9
629.7	393.2	565.5	796.0	499.7	754.8	506.8	285.8	445.1	628.2	397.0	580.5
345.9	254.2	295.2	446.6	300.6	410.5	266.1	164.5	233.8	343.3	251.8	295.2
283.8	170.2	255.1	349.4	249.3	315.0	240.8	146.5	212.5	284.9	176.5	259.2
183.6	186.3	124.9	210.0	158.8	192.2	109.7	103.5	76.8	157.0	168.1	107.8
240.7	193.3	191.2	234.8	185.8	190.6	201.9	156.4	161.5	232.2	202.7	167.4
235.2	191.3	208.0	224.6	152.1	209.2	274.9	142.6	249.0	247.5	194.1	215.1
68.1	46.5	70.8	71.2	41.6	77.9	61.5	41.8	63.7	66.4	44.5	63.7
204.3	222.7	155.9	227.4	191.6	261.6	139.7	192.9	67.5	167.9	200.8	80.1
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
42.8	42.4	29.9	44.0	57.5	23.5	53.6	52.4	40.8	46.3	47.1	32.3
287.6	157.9	287.2	235.8	143.2	229.5	232.9	206.4	158.4	292.9	183.4	285.9
41.9	31.0	33.8	50.6	35.9	35.7	49.0	32.0	36.0	40.8	29.7	33.7
81			93			145			154		
2,289.1	779.2	2,141.9	2,665.2	1,027.5	2,398.9	1,890.2	721.6	1,840.5	2,184.1	758.0	2,033.5
125.2	60.5	117.8	126.9	55.9	118.3	112.1	56.1	104.1	118.2	53.3	114.7
117.4	127.4	84.8	154.5	152.6	103.6	115.8	125.3	84.8	108.3	121.2	75.4
0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
141.0	123.7	113.5	168.0	138.8	140.7	132.3	107.8	113.5	141.9	130.6	113.5
719.1	320.2	646.9	853.2	479.3	741.9	550.6	352.9	478.4	665.3	336.8	599.0
400.3	204.5	377.6	465.9	288.8	386.4	302.4	218.1	245.2	360.7	205.7	304.5
318.8	153.1	293.0	387.2	233.1	348.3	248.3	164.3	216.9	304.6	168.6	285.0
202.8	131.4	185.0	257.8	179.6	216.8	137.7	126.1	104.3	174.3	134.6	154.5
208.8	150.2	161.3	284.2	219.0	241.0	165.6	137.3	126.5	192.1	148.7	147.1
219.8	120.0	183.8	218.6	137.1	198.8	227.7	127.9	215.5	220.2	119.7	193.0
52.5	30.4	55.2	56.2	32.0	61.3	51.1	32.7	55.2	53.2	28.5	55.2
182.3	145.7	192.4	227.3	184.7	225.0	147.9	143.1	92.8	180.0	149.3	176.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
48.7	40.2	37.9	56.2	56.9	33.1	62.2	50.9	50.8	51.3	42.8	38.2
236.6	115.3	249.6	223.5	139.2	198.8	153.6	131.4	113.1	245.9	128.1	258.2
34.9	25.0	27.8	38.8	24.6	30.1	33.4	23.9	27.0	33.4	22.4	27.3

第12表 食品群別 食物繊維摂取量-BDHQ (fnutr)-年齢階級別, 平均値, 標準偏差, 中央値 - 総数・男性・女性,

		20歳以上			20-29歳			30-39歳			40-49歳			50-59歳		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
総数	人数	733			58			81			113			123		
	総量	10.7	4.6	10.0	9.7	4.3	9.1	9.1	3.2	9.0	9.6	4.3	9.3	9.8	4.0	9.3
	穀類	2.5	1.3	2.4	2.6	1.3	2.4	2.3	1.1	2.1	2.6	1.5	2.3	2.5	1.1	2.3
	いも類	0.4	0.4	0.2	0.4	0.4	0.3	0.4	0.5	0.2	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	1.0	1.1	0.5	0.8	1.0	0.3	1.0	1.0	0.5	1.0	1.0	0.6	0.8	1.0	0.4
	野菜類	4.9	3.0	4.3	4.3	2.8	3.9	3.8	2.0	3.4	4.0	2.6	3.5	4.6	2.8	4.2
	緑黄色野菜	2.1	1.4	1.8	1.8	1.2	1.6	1.5	1.0	1.3	1.7	1.2	1.4	1.9	1.3	1.8
	その他の野菜 *	2.8	1.8	2.5	2.5	1.8	2.2	2.2	1.2	2.0	2.4	1.6	1.9	2.7	1.7	2.5
	果実類	0.9	0.8	0.7	0.6	0.6	0.5	0.7	0.7	0.4	0.6	0.6	0.4	0.7	0.8	0.5
	魚介類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	肉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	乳類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5	0.4	0.5	0.5	0.4
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.5	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3
男性	人数	341			26			28			53			50		
	総量	10.8	4.9	10.1	10.5	4.7	9.8	8.8	3.0	8.9	9.9	4.4	9.5	9.8	4.0	9.9
	穀類	2.9	1.4	2.7	3.4	1.3	3.2	2.5	1.2	2.2	3.0	1.6	2.5	2.9	1.3	2.7
	いも類	0.3	0.4	0.2	0.4	0.5	0.3	0.4	0.6	0.2	0.3	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	1.0	1.3	0.5	1.0	1.2	0.3	1.0	1.2	0.4	1.1	1.2	0.6	0.6	0.7	0.3
	野菜類	4.8	3.1	4.3	4.1	2.3	3.7	3.5	1.8	3.4	3.9	2.3	3.5	4.6	2.9	4.6
	緑黄色野菜	2.0	1.5	1.7	1.6	0.9	1.5	1.4	1.1	1.3	1.6	1.0	1.6	2.0	1.4	1.7
	その他の野菜 *	2.7	1.8	2.4	2.4	1.6	2.2	2.1	1.0	2.0	2.3	1.4	1.9	2.7	1.7	2.5
	果実類	0.8	0.8	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4	0.5	0.2	0.5	0.5	0.3	0.5	0.6	0.4
	魚介類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	肉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	乳類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.5	0.5	0.4	0.6	0.6	0.4	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5	0.4
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.5	0.4	0.3	0.5	0.3	0.4	0.5	0.3	0.4	0.6	0.5	0.3	0.4	0.3	0.3
女性	人数	392			32			53			60			73		
	総量	10.5	4.4	10.0	9.0	3.9	8.0	9.2	3.3	9.1	9.3	4.3	8.6	9.8	4.1	8.8
	穀類	2.3	1.1	2.1	1.9	0.9	1.9	2.1	1.0	2.0	2.3	1.3	2.1	2.2	0.9	2.0
	いも類	0.4	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.5	0.2	0.3	0.4	0.2
	砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	0.9	1.0	0.5	0.6	0.9	0.3	0.9	0.8	0.6	0.9	0.8	0.6	0.9	1.1	0.4
	野菜類	5.0	3.0	4.4	4.5	3.3	4.0	3.9	2.1	3.4	4.2	2.8	3.5	4.6	2.7	4.0
	緑黄色野菜	2.1	1.4	1.8	1.9	1.4	1.7	1.6	1.0	1.4	1.8	1.3	1.4	1.9	1.2	1.8
	その他の野菜 *	2.9	1.9	2.5	2.6	2.0	2.3	2.3	1.3	2.0	2.4	1.8	1.9	2.7	1.8	2.5
	果実類	1.0	0.9	0.8	0.7	0.6	0.5	0.8	0.8	0.6	0.7	0.7	0.4	0.9	0.8	0.6
	魚介類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	肉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	乳類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	0.6	0.5	0.4	0.6	0.4	0.4	0.7	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.6	0.5	0.5
	嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味料・香辛料類*	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.3

*その他の野菜=その他の野菜+きのこ類+藻類

*調味料・香辛料等は、スープなど水分を含む

20歳以上

1人1日当たり g

60～69歳			70歳以上			(再掲)20～49歳			(再掲)50～69歳		
平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値	平均値	標準 偏差	中央値
171			187			252			294		
10.7	3.9	10.2	12.8	5.5	11.7	9.4	4.0	9.1	10.3	4.0	10.0
2.5	1.2	2.4	2.7	1.3	2.6	2.5	1.3	2.3	2.5	1.2	2.3
0.3	0.4	0.2	0.5	0.5	0.3	0.4	0.4	0.2	0.3	0.4	0.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
1.0	1.2	0.5	1.1	1.3	0.5	0.9	1.0	0.5	0.9	1.1	0.4
5.0	2.7	4.5	6.2	3.7	5.6	4.0	2.5	3.5	4.8	2.7	4.4
2.2	1.3	1.9	2.7	1.7	2.3	1.7	1.1	1.4	2.1	1.3	1.8
2.8	1.6	2.5	3.4	2.3	3.0	2.4	1.5	2.0	2.8	1.6	2.5
1.0	0.8	0.8	1.3	1.0	1.2	0.6	0.6	0.4	0.9	0.8	0.7
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.4	0.6	0.6	0.4	0.6	0.5	0.4	0.5	0.4	0.4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.4	0.3	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3
90			94			107			140		
10.5	4.3	10.1	12.8	5.9	11.6	9.8	4.2	9.3	10.2	4.2	10.0
2.7	1.2	2.6	3.0	1.4	2.8	2.9	1.4	2.7	2.7	1.2	2.6
0.3	0.3	0.2	0.4	0.6	0.2	0.4	0.5	0.2	0.3	0.3	0.2
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
1.0	1.3	0.4	1.2	1.4	0.5	1.1	1.2	0.5	0.9	1.2	0.4
4.7	2.8	4.4	5.9	3.8	5.5	3.9	2.2	3.4	4.7	2.8	4.4
2.0	1.4	1.7	2.7	1.8	2.3	1.6	1.0	1.4	2.0	1.4	1.7
2.7	1.7	2.5	3.2	2.3	2.9	2.3	1.4	2.0	2.7	1.7	2.5
0.9	0.9	0.7	1.1	0.9	1.1	0.5	0.5	0.3	0.8	0.8	0.5
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.4	0.4	0.5	0.7	0.3	0.5	0.5	0.4	0.5	0.4	0.4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.4	0.3	0.6	0.4	0.3	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3
81			93			145			154		
11.0	3.6	10.3	12.9	5.2	12.1	9.2	3.8	8.8	10.4	3.8	10.1
2.4	1.1	2.2	2.4	1.1	2.4	2.1	1.1	2.0	2.3	1.0	2.1
0.4	0.4	0.3	0.5	0.5	0.3	0.4	0.4	0.3	0.4	0.4	0.3
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.9	1.0	0.5	1.1	1.2	0.6	0.8	0.8	0.5	0.9	1.0	0.5
5.3	2.4	4.7	6.4	3.7	5.7	4.1	2.7	3.6	5.0	2.6	4.4
2.4	1.2	2.3	2.8	1.6	2.3	1.7	1.2	1.4	2.1	1.2	1.9
2.9	1.5	2.6	3.6	2.3	3.2	2.4	1.6	2.1	2.8	1.6	2.5
1.2	0.8	1.0	1.5	1.1	1.3	0.7	0.7	0.5	1.0	0.8	0.9
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.5	0.4	0.4	0.6	0.6	0.5	0.6	0.5	0.4	0.5	0.5	0.4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3

第13表 たんぱく質エネルギー比率の区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合-総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲) 60～64歳	(再掲) 65歳以上
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総 数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0	74	100.0
	13%未満	169	23.1	19	32.8	18	22.2	32	28.3	31	25.2	41	24.0	28	15.0	22	29.7
	13～14%未満	81	11.1	6	10.3	13	16.0	14	12.4	20	16.3	14	8.2	14	7.5	5	6.8
	14～15%未満	92	12.6	10	17.2	12	14.8	15	13.3	15	12.2	14	8.2	26	13.9	9	12.2
	15～20%未満	325	44.3	22	37.9	32	39.5	46	40.7	45	36.6	87	50.9	93	49.7	33	44.6
	20%以上	66	9.0	1	1.7	6	7.4	6	5.3	12	9.8	15	8.8	26	13.9	5	6.8
	(再掲)13～20%未満	498	67.9	38	65.5	57	70.4	75	66.4	80	65.0	115	67.3	133	71.1	47	63.5
	(再掲)14～20%未満	417	56.9	32	55.2	44	54.3	61	54.0	60	48.8	101	59.1	119	63.6	42	56.8
男 性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0	40	100.0
	13%未満	101	29.6	9	34.6	7	25.0	18	34.0	17	34.0	33	36.7	17	18.1	17	42.5
	13～14%未満	36	10.6	2	7.7	5	17.9	4	7.5	9	18.0	8	8.9	8	8.5	2	5.0
	14～15%未満	54	15.8	6	23.1	5	17.9	10	18.9	8	16.0	7	7.8	18	19.1	4	10.0
	15～20%未満	129	37.8	9	34.6	10	35.7	19	35.8	12	24.0	34	37.8	45	47.9	16	40.0
	20%以上	21	6.2	0	0.0	1	3.6	2	3.8	4	8.0	8	8.9	6	6.4	1	2.5
	(再掲)13～20%未満	219	64.2	17	65.4	20	71.4	33	62.3	29	58.0	49	54.4	71	75.5	22	55.0
	(再掲)14～20%未満	183	53.7	15	57.7	15	53.6	29	54.7	20	40.0	41	45.6	63	67.0	20	50.0
女 性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0	34	100.0
	13%未満	68	17.3	10	31.3	11	20.8	14	23.3	14	19.2	8	9.9	11	11.8	5	14.7
	13～14%未満	45	11.5	4	12.5	8	15.1	10	16.7	11	15.1	6	7.4	6	6.5	3	8.8
	14～15%未満	38	9.7	4	12.5	7	13.2	5	8.3	7	9.6	7	8.6	8	8.6	5	14.7
	15～20%未満	196	50.0	13	40.6	22	41.5	27	45.0	33	45.2	53	65.4	48	51.6	17	50.0
	20%以上	45	11.5	1	3.1	5	9.4	4	6.7	8	11.0	7	8.6	20	21.5	4	11.8
	(再掲)13～20%未満	279	71.2	21	65.6	37	69.8	42	70.0	51	69.9	66	81.5	62	66.7	25	73.5
	(再掲)14～20%未満	234	59.7	17	53.1	29	54.7	32	53.3	40	54.8	60	74.1	56	60.2	22	64.7

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(pnutr) から得られた値を区分した。

※たんぱく質エネルギー比率 目標量 (日本人の食事摂取基準2020年版)

男女 18～49歳: 13～20%エネルギー、50～64歳: 14～20%エネルギー、65歳以上: 15～20%エネルギー

第14表 脂肪エネルギー比率の区分ごとの人数の割合 -年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性、20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲) 20～49歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0	252	100.0
	15%未満	15	2.0	1	1.7	2	2.5	0	0.0	4	3.3	3	1.8	5	2.7	3	1.2
	15～20%未満	46	6.3	6	10.3	2	2.5	13	11.5	6	4.9	8	4.7	11	5.9	21	8.3
	20～25%未満	147	20.1	11	19.0	15	18.5	26	23.0	25	20.3	33	19.3	37	19.8	52	20.6
	25～30%未満	218	29.7	22	37.9	27	33.3	30	26.5	35	28.5	55	32.2	49	26.2	79	31.3
	30～35%未満	191	26.1	13	22.4	24	29.6	30	26.5	33	26.8	38	22.2	53	28.3	67	26.6
	35～40%未満	79	10.8	2	3.4	8	9.9	12	10.6	9	7.3	24	14.0	24	12.8	22	8.7
	40%以上	37	5.0	3	5.2	3	3.7	2	1.8	11	8.9	10	5.8	8	4.3	8	3.2
	(再掲)20%未満	358	48.8	28	48.3	30	37.0	56	49.6	53	43.1	93	54.4	98	52.4	114	45.2
	(再掲)20～30%未満	480	65.5	40	69.0	52	64.2	76	67.3	75	61.0	119	69.6	118	63.1	168	66.7
	(再掲)30%以上	490	66.8	37	63.8	61	75.3	77	68.1	85	69.1	109	63.7	121	64.7	175	69.4
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0	107	100.0
	15%未満	14	4.1	1	3.8	1	3.6	0	0.0	4	8.0	3	3.3	5	5.3	2	1.9
	15～20%未満	30	8.8	4	15.4	1	3.6	10	18.9	3	6.0	5	5.6	7	7.4	15	14.0
	20～25%未満	85	24.9	5	19.2	9	32.1	11	20.8	10	20.0	26	28.9	24	25.5	25	23.4
	25～30%未満	114	33.4	11	42.3	9	32.1	15	28.3	21	42.0	28	31.1	30	31.9	35	32.7
	30～35%未満	61	17.9	5	19.2	6	21.4	12	22.6	7	14.0	14	15.6	17	18.1	23	21.5
	35～40%未満	27	7.9	0	0.0	2	7.1	4	7.5	2	4.0	10	11.1	9	9.6	6	5.6
	40%以上	10	2.9	0	0.0	0	0.0	1	1.9	3	6.0	4	4.4	2	2.1	1	0.9
	(再掲)20%未満	44	12.9	5	19.2	2	7.1	10	18.9	7	14.0	8	8.9	12	12.8	17	15.9
	(再掲)20～30%未満	199	58.4	16	61.5	18	64.3	26	49.1	31	62.0	54	60.0	54	57.4	60	56.1
	(再掲)30%以上	98	28.7	5	19.2	8	28.6	17	32.1	12	24.0	28	31.1	28	29.8	30	28.0
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0	145	100.0
	15%未満	1	0.3	0	0.0	1	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7
	15～20%未満	16	4.1	2	6.3	1	1.9	3	5.0	3	4.1	3	3.7	4	4.3	6	4.1
	20～25%未満	62	15.8	6	18.8	6	11.3	15	25.0	15	20.5	7	8.6	13	14.0	27	18.6
	25～30%未満	104	26.5	11	34.4	18	34.0	15	25.0	14	19.2	27	33.3	19	20.4	44	30.3
	30～35%未満	130	33.2	8	25.0	18	34.0	18	30.0	26	35.6	24	29.6	36	38.7	44	30.3
	35～40%未満	52	13.3	2	6.3	6	11.3	8	13.3	7	9.6	14	17.3	15	16.1	16	11.0
	40%以上	27	6.9	3	9.4	3	5.7	1	1.7	8	11.0	6	7.4	6	6.5	7	4.8
	(再掲)20%未満	17	4.3	2	6.3	2	3.8	3	5.0	3	4.1	3	3.7	4	4.3	7	4.8
	(再掲)20～30%未満	166	42.3	17	53.1	24	45.3	30	50.0	29	39.7	34	42.0	32	34.4	71	49.0
	(再掲)30%以上	209	53.3	13	40.6	27	50.9	27	45.0	41	56.2	44	54.3	57	61.3	67	46.2

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ (pnutr) から得られた値を区分した。

※脂肪エネルギー比率 目標量 (日本人の食事摂取基準2020年版)
1歳以上男女 20～30%エネルギー

第15表 飽和脂肪酸エネルギー比率の区分ごとの人数の割合 -年齢階級別、人数、割合-総数・男性・女性・20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲) 20～49歳	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0	252	100.0
	7%以下	312	42.6	25	43.1	23	28.4	50	44.2	53	43.1	80	46.8	81	43.3	98	38.9
	7%より多い	421	57.4	33	56.9	58	71.6	63	55.8	70	56.9	91	53.2	106	56.7	154	61.1
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0	107	100.0
	7%以下	190	55.7	16	61.5	13	46.4	27	50.9	30	60.0	52	57.8	52	55.3	56	52.3
	7%より多い	151	44.3	10	38.5	15	53.6	26	49.1	20	40.0	38	42.2	42	44.7	51	47.7
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0	145	100.0
	7%以下	122	31.1	9	28.1	10	18.9	23	38.3	23	31.5	28	34.6	29	31.2	42	29.0
	7%より多い	270	68.9	23	71.9	43	81.1	37	61.7	50	68.5	53	65.4	64	68.8	103	71.0

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ (pnutr) から得られた値を区分した。

※飽和脂肪酸エネルギー比率 目標量 (日本人の食事摂取基準2020年版)
18歳以上男女 7%エネルギー以下

第16表 食塩の摂取量区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	5g未満	70	9.5	7	12.1	8	9.9	15	13.3	12	9.8	15	8.8	13	7.0
	5～6.5g未満	167	22.8	14	24.1	19	23.5	30	26.5	32	26.0	43	25.1	29	15.5
	6.5～7.5g未満	109	14.9	7	12.1	18	22.2	12	10.6	25	20.3	20	11.7	27	14.4
	7.5～9g未満	168	22.9	16	27.6	17	21.0	21	18.6	21	17.1	44	25.7	49	26.2
	9g以上	219	29.9	14	24.1	19	23.5	35	31.0	33	26.8	49	28.7	69	36.9
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	5g未満	24	7.0	2	7.7	2	7.1	2	3.8	3	6.0	8	8.9	7	7.4
	5～6.5g未満	57	16.7	3	11.5	7	25.0	12	22.6	8	16.0	15	16.7	12	12.8
	6.5～7.5g未満	43	12.6	2	7.7	5	17.9	7	13.2	12	24.0	8	8.9	9	9.6
	7.5～9g未満	92	27.0	7	26.9	4	14.3	12	22.6	11	22.0	29	32.2	29	30.9
	9g以上	125	36.7	12	46.2	10	35.7	20	37.7	16	32.0	30	33.3	37	39.4
	(再掲)7.5g以上	217	63.6	19	73.1	14	50.0	32	60.4	27	54.0	59	65.6	66	70.2
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	5g未満	46	11.7	5	15.6	6	11.3	13	21.7	9	12.3	7	8.6	6	6.5
	5～6.5g未満	110	28.1	11	34.4	12	22.6	18	30.0	24	32.9	28	34.6	17	18.3
	6.5～7.5g未満	66	16.8	5	15.6	13	24.5	5	8.3	13	17.8	12	14.8	18	19.4
	7.5～9g未満	76	19.4	9	28.1	13	24.5	9	15.0	10	13.7	15	18.5	20	21.5
	9g以上	94	24.0	2	6.3	9	17.0	15	25.0	17	23.3	19	23.5	32	34.4
	(再掲)6.5g以上	236	60.2	16	50.0	35	66.0	29	48.3	40	54.8	46	56.8	70	75.3

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(nutr) から得られた個人の食塩摂取量に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.81、女性0.84)をかけたものの区分して算出した推定値

※生活習慣病発症予防の観点から望ましい食塩摂取量(日本人の食事摂取基準2020年版)
18歳以上男性 7.5g未満、18歳以上女性 6.5g未満

第17表 カリウムの摂取量区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	2000未満	423	57.7	43	74.1	59	72.8	74	65.5	77	62.6	89	52.0	81	43.3
	2000～2500mg未満	151	20.6	7	12.1	14	17.3	20	17.7	25	20.3	45	26.3	40	21.4
	2500～3000mg未満	85	11.6	5	8.6	5	6.2	12	10.6	14	11.4	20	11.7	29	15.5
	3000mg以上	74	10.1	3	5.2	3	3.7	7	6.2	7	5.7	17	9.9	37	19.8
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	2000未満	191	56.0	16	61.5	19	67.9	34	64.2	31	62.0	46	51.1	45	47.9
	2000～2500mg未満	80	23.5	6	23.1	6	21.4	9	17.0	11	22.0	28	31.1	20	21.3
	2500～3000mg未満	40	11.7	2	7.7	3	10.7	6	11.3	6	12.0	8	8.9	15	16.0
	3000mg以上	30	8.8	2	7.7	0	0.0	4	7.5	2	4.0	8	8.9	14	14.9
	(再掲)3000mg未満	311	91.2	24	92.3	28	100.0	49	92.5	48	96.0	82	91.1	80	85.1
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	2000未満	232	59.2	27	84.4	40	75.5	40	66.7	46	63.0	43	53.1	36	38.7
	2000～2500mg未満	71	18.1	1	3.1	8	15.1	11	18.3	14	19.2	17	21.0	20	21.5
	2500～3000mg未満	45	11.5	3	9.4	2	3.8	6	10.0	8	11.0	12	14.8	14	15.1
	3000mg以上	44	11.2	1	3.1	3	5.7	3	5.0	5	6.8	9	11.1	23	24.7
	(再掲)2600mg未満	315	80.4	29	90.6	48	90.6	52	86.7	61	83.6	66	81.5	59	63.4

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(nutr) から得られた個人のカリウム摂取量に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.86、女性0.91)をかけたものの区分して算出した推定値

※生活習慣病発症予防の観点から望ましいカリウムの目標量(日本人の食事摂取基準2020年版)
18歳以上男性 3,000mg、18歳以上女性 2,600mg

第18表 食物繊維の摂取量区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上		(再掲) 60～64歳	(再掲) 65歳以上
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0	74	100.0
	17g未満	599	81.7	51	87.9	75	92.6	101	89.4	108	87.8	141	82.5	123	65.8	60	81.1
	17～18g未満	18	2.5	1	1.7	2	2.5	1	0.9	3	2.4	6	3.5	5	2.7	2	2.7
	18～19g未満	23	3.1	1	1.7	1	1.2	3	2.7	1	0.8	7	4.1	10	5.3	4	5.4
	19～20g未満	22	3.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	4	3.3	6	3.5	11	5.9	4	5.4
	20～21g未満	12	1.6	2	3.4	0	0.0	0	0.0	1	0.8	3	1.8	6	3.2	2	2.7
	21g以上	59	8.0	2	3.4	3	3.7	8	7.1	6	4.9	8	4.7	32	17.1	2	2.7
	(再掲)目標量未満	634	86.5	55	94.8	77	95.1	105	92.9	113	91.9	150	87.7	134	71.7	66	89.2
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0	40	100.0
	17g未満	286	83.9	22	84.6	27	96.4	47	88.7	46	92.0	78	86.7	66	70.2	34	85.0
	17～18g未満	7	2.1	0	0.0	1	3.6	0	0.0	1	2.0	4	4.4	1	1.1	1	2.5
	18～19g未満	9	2.6	0	0.0	0	0.0	3	5.7	0	0.0	1	1.1	5	5.3	1	2.5
	19～20g未満	9	2.6	1	3.8	0	0.0	0	0.0	1	2.0	2	2.2	5	5.3	2	5.0
	20～21g未満	7	2.1	2	7.7	0	0.0	0	0.0	1	2.0	1	1.1	3	3.2	1	2.5
	21g以上	23	6.7	1	3.8	0	0.0	3	5.7	1	2.0	4	4.4	14	14.9	1	2.5
	(再掲)20g未満	311	91.2	23	88.5	28	100.0	50	94.3	48	96.0	85	94.4	77	81.9	38	95.0
	(再掲)21g未満	318	93.3	25	96.2	28	100.0	50	94.3	49	98.0	86	95.6	80	85.1	39	97.5
	(再掲)目標量未満	315	92.4	25	96.2	28	100.0	50	94.3	49	98.0	86	95.6	77	81.9	39	97.5
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0	34	100.0
	17g未満	313	79.8	29	90.6	48	90.6	54	90.0	62	84.9	63	77.8	57	61.3	26	76.5
	17～18g未満	11	2.8	1	3.1	1	1.9	1	1.7	2	2.7	2	2.5	4	4.3	1	2.9
	18～19g未満	14	3.6	1	3.1	1	1.9	0	0.0	1	1.4	6	7.4	5	5.4	3	8.8
	19～20g未満	13	3.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	4.1	4	4.9	6	6.5	2	5.9
	20～21g未満	5	1.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.5	3	3.2	1	2.9
	21g以上	36	9.2	1	3.1	3	5.7	5	8.3	5	6.8	4	4.9	18	19.4	1	2.9
	(再掲)18g未満	324	82.7	30	93.8	49	92.5	55	91.7	64	87.7	65	80.2	61	65.6	27	79.4
	(再掲)目標量未満	319	81.4	30	93.8	49	92.5	55	91.7	64	87.7	64	79.0	57	61.3	27	79.4

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(nutr) から得られた個人の食物繊維摂取量に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性1.17、女性1.25)をかけたものの区分して算出した推定値

注) 目標量未満は、男性：18～64歳 21g未満、65歳以上 20g未満。女性：18～64歳 18g未満、65歳以上 17g未満。

※生活習慣病発症予防の観点から望ましい食物繊維の目標量(日本人の食事摂取基準2020年版)

男性：18歳～64歳 21g以上、65歳以上 20g以上

女性：18歳～64歳 18g以上、65歳以上 17g以上

第19表 野菜類の摂取量区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	70g未満	39	5.3	4	6.9	8	9.9	5	4.4	7	5.7	6	3.5	9	4.8
	70～140g未満	109	14.9	10	17.2	18	22.2	31	27.4	15	12.2	20	11.7	15	8.0
	140～210g未満	147	20.1	13	22.4	18	22.2	26	23.0	31	25.2	30	17.5	29	15.5
	210～280g未満	145	19.8	13	22.4	22	27.2	15	13.3	27	22.0	40	23.4	28	15.0
	280～350g未満	115	15.7	12	20.7	6	7.4	22	19.5	21	17.1	25	14.6	29	15.5
	350g以上	178	24.3	6	10.3	9	11.1	14	12.4	22	17.9	50	29.2	77	41.2
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	70g未満	20	5.9	1	3.8	3	10.7	2	3.8	2	4.0	5	5.6	7	7.4
	70～140g未満	65	19.1	7	26.9	8	28.6	17	32.1	9	18.0	16	17.8	8	8.5
	140～210g未満	60	17.6	5	19.2	5	17.9	13	24.5	10	20.0	14	15.6	13	13.8
	210～280g未満	69	20.2	7	26.9	7	25.0	6	11.3	12	24.0	20	22.2	17	18.1
	280～350g未満	48	14.1	3	11.5	2	7.1	9	17.0	7	14.0	13	14.4	14	14.9
	350g以上	79	23.2	3	11.5	3	10.7	6	11.3	10	20.0	22	24.4	35	37.2
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	70g未満	19	4.8	3	9.4	5	9.4	3	5.0	5	6.8	1	1.2	2	2.2
	70～140g未満	44	11.2	3	9.4	10	18.9	14	23.3	6	8.2	4	4.9	7	7.5
	140～210g未満	87	22.2	8	25.0	13	24.5	13	21.7	21	28.8	16	19.8	16	17.2
	210～280g未満	76	19.4	6	18.8	15	28.3	9	15.0	15	20.5	20	24.7	11	11.8
	280～350g未満	67	17.1	9	28.1	4	7.5	13	21.7	14	19.2	12	14.8	15	16.1
	350g以上	99	25.3	3	9.4	6	11.3	8	13.3	12	16.4	28	34.6	42	45.2

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(food) から得られた個人の野菜類摂取量に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性1.22、女性1.26)をかけたものの区分して算出した推定値

第20表 果実類の摂取量区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	0g	40	5.5	2	3.4	5	6.2	11	9.7	10	8.1	6	3.5	6	3.2
	50g未満	294	40.1	31	53.4	38	46.9	58	51.3	62	50.4	61	35.7	44	23.5
	50～100g未満	205	28.0	13	22.4	21	25.9	30	26.5	27	22.0	52	30.4	62	33.2
	100～150g未満	98	13.4	8	13.8	7	8.6	5	4.4	13	10.6	27	15.8	38	20.3
	150～200g未満	48	6.5	1	1.7	5	6.2	7	6.2	8	6.5	14	8.2	13	7.0
	200～250g未満	26	3.5	2	3.4	5	6.2	2	1.8	2	1.6	2	1.2	13	7.0
	250～300g未満	15	2.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.8	7	4.1	7	3.7
	300～350g未満	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5
	350～400g未満	5	0.7	1	1.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.2	2	1.1
	400g以上	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5
	(再掲)100g未満	539	73.5	46	79.3	64	79.0	99	87.6	99	80.5	119	69.6	112	59.9
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	0g	30	8.8	1	3.8	2	7.1	8	15.1	8	16.0	6	6.7	5	5.3
	50g未満	159	46.6	16	61.5	17	60.7	31	58.5	26	52.0	40	44.4	29	30.9
	50～100g未満	95	27.9	7	26.9	6	21.4	10	18.9	12	24.0	24	26.7	36	38.3
	100～150g未満	33	9.7	1	3.8	3	10.7	2	3.8	1	2.0	9	10.0	17	18.1
	150～200g未満	13	3.8	1	3.8	0	0.0	2	3.8	3	6.0	6	6.7	1	1.1
	200～250g未満	5	1.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	4	4.3
	250～300g未満	5	1.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.3	2	2.1
	300～350g未満	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	350～400g未満	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0
	400g以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	(再掲)100g未満	284	83.3	24	92.3	25	89.3	49	92.5	46	92.0	70	77.8	70	74.5
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	0g	10	2.6	1	3.1	3	5.7	3	5.0	2	2.7	0	0.0	1	1.1
	50g未満	135	34.4	15	46.9	21	39.6	27	45.0	36	49.3	21	25.9	15	16.1
	50～100g未満	110	28.1	6	18.8	15	28.3	20	33.3	15	20.5	28	34.6	26	28.0
	100～150g未満	65	16.6	7	21.9	4	7.5	3	5.0	12	16.4	18	22.2	21	22.6
	150～200g未満	35	8.9	0	0.0	5	9.4	5	8.3	5	6.8	8	9.9	12	12.9
	200～250g未満	21	5.4	2	6.3	5	9.4	2	3.3	2	2.7	1	1.2	9	9.7
	250～300g未満	10	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4	4	4.9	5	5.4
	300～350g未満	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	350～400g未満	4	1.0	1	3.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.2	2	2.2
	400g以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	(再掲)100g未満	255	65.1	22	68.8	39	73.6	50	83.3	53	72.6	49	60.5	42	45.2

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(food) から得られた個人の果物類摂取量に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.63、女性0.86)をかけたものの区分して算出した推定値

第21表 野菜類と果実類の合計摂取量の区分ごとの人数の割合 -年齢階級別, 人数, 割合 -総数・男性・女性,
20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	80g未満	25	3.4	3	5.2	5	6.2	2	1.8	4	3.3	4	2.3	7	3.7
	80～160g未満	87	11.9	8	13.8	12	14.8	30	26.5	13	10.6	15	8.8	9	4.8
	160～240g未満	131	17.9	12	20.7	22	27.2	26	23.0	25	20.3	24	14.0	22	11.8
	240～320g未満	126	17.2	10	17.2	15	18.5	17	15.0	32	26.0	27	15.8	25	13.4
	320～400g未満	140	19.1	14	24.1	14	17.3	20	17.7	23	18.7	40	23.4	29	15.5
	400g以上	224	30.6	11	19.0	13	16.0	18	15.9	26	21.1	61	35.7	95	50.8
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	80g未満	16	4.7	1	3.8	3	10.7	1	1.9	1	2.0	4	4.4	6	6.4
	80～160g未満	53	15.5	5	19.2	5	17.9	17	32.1	8	16.0	12	13.3	6	6.4
	160～240g未満	63	18.5	7	26.9	7	25.0	12	22.6	11	22.0	14	15.6	12	12.8
	240～320g未満	57	16.7	4	15.4	6	21.4	8	15.1	11	22.0	14	15.6	14	14.9
	320～400g未満	60	17.6	5	19.2	5	17.9	9	17.0	10	20.0	19	21.1	12	12.8
	400g以上	92	27.0	4	15.4	2	7.1	6	11.3	9	18.0	27	30.0	44	46.8
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	80g未満	9	2.3	2	6.3	2	3.8	1	1.7	3	4.1	0	0.0	1	1.1
	80～160g未満	34	8.7	3	9.4	7	13.2	13	21.7	5	6.8	3	3.7	3	3.2
	160～240g未満	68	17.3	5	15.6	15	28.3	14	23.3	14	19.2	10	12.3	10	10.8
	240～320g未満	69	17.6	6	18.8	9	17.0	9	15.0	21	28.8	13	16.0	11	11.8
	320～400g未満	80	20.4	9	28.1	9	17.0	11	18.3	13	17.8	21	25.9	17	18.3
	400g以上	132	33.7	7	21.9	11	20.8	12	20.0	17	23.3	34	42.0	51	54.8

注) 摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(food)から得られた個人の野菜類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQの比(男性1.22、女性1.26)をかけた値と、BDHQ(food)の個人の果物類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.63、女性0.86)をかけた値を合計したものを区分した推定値

野菜と果物の合計摂取量と寿命(総死亡率)との関連*

「野菜と果物の合計摂取量が増えるほど総死亡率は下がるが、1日あたり5サービング(およそ385～400g相当)で下げ止まりになる」という研究結果を受けて、欧米諸国では、野菜と果物を合わせて「1日に5サービング」というメッセージがよく使われている。世界のコンセンサスは、野菜と果物を合わせて1日およそ400gとされている。

*参考文献

佐々木敏. 佐々木敏のデータ栄養学のすすめ. 女子栄養大学出版部. 2018年. p25-35

第22表 野菜類と果実類の合計摂取量の区分ごとのカリウム摂取量および食物繊維摂取量(粗摂取量(DR推定値))

-年齢階級別, 人数, 平均 - 総数・男性・女性, 20歳以上

<カリウム摂取量>

(mg)

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均
男性	総数	341	1,948	26	1,834	28	1,634	53	1,781	50	1,808	90	1,987	94	2,206
	80g未満	16	817	1	516	3	937	1	736	1	1,026	4	886	6	740
	80-160g未満	53	1,189	5	1,061	5	962	17	1,183	8	1,144	12	1,262	6	1,417
	160-240g未満	63	1,485	7	1,315	7	1,542	12	1,568	11	1,343	14	1,608	12	1,456
	240-320g未満	57	1,803	4	2,001	6	1,930	8	1,897	11	1,805	14	1,753	14	1,688
	320-400g未満	60	2,263	5	2,724	5	2,235	9	2,513	10	2,044	19	2,221	12	2,144
	400g以上	92	2,784	4	2,757	2	2,290	6	2,821	9	2,793	27	2,624	44	2,900
女性	総数	392	1,992	32	1,628	53	1,706	60	1,782	73	1,881	81	2,083	93	2,425
	80g未満	9	766	2	668	2	663	1	646	3	916	0	0	1	833
	80-160g未満	34	1,186	3	1,200	7	1,223	13	1,104	5	1,319	3	1,065	3	1,345
	160-240g未満	68	1,438	5	1,297	15	1,411	14	1,439	14	1,538	10	1,431	10	1,413
	240-320g未満	69	1,673	6	1,316	9	1,773	9	1,700	21	1,738	13	1,584	11	1,748
	320-400g未満	80	1,960	9	1,875	9	1,718	11	2,209	13	1,929	21	1,978	17	1,972
	400g以上	132	2,756	7	2,273	11	2,540	12	2,679	17	2,641	34	2,620	51	3,016

注) 野菜類と果物類摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(food)から得られた個人の野菜類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQの比(男性1.22、女性1.26)をかけた値と、BDHQ(food)の個人の果物類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.63、女性0.86)をかけた値を合計したものを区分した推定値

注) カリウム摂取量はBDHQ(nutr)から得られたカリウム摂取量の平均値に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.86、女性0.91)をかけたものを区分して算出した推定値

<食物繊維摂取量>

(g)

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均	人数	平均
男性	総数	341	12.6	26	12.3	28	10.4	53	11.6	50	11.5	90	12.2	94	14.9
	80g未満	16	5.5	1	3.2	3	7.5	1	4.6	1	5.9	4	5.4	6	5.0
	80-160g未満	53	7.3	5	6.6	5	5.7	17	7.7	8	6.9	12	6.9	6	9.1
	160-240g未満	63	9.5	7	9.4	7	11.1	12	10.4	11	7.7	14	9.0	12	10.0
	240-320g未満	57	11.7	4	12.9	6	11.2	8	11.8	11	12.6	14	11.9	14	10.5
	320-400g未満	60	14.5	5	18.1	5	13.3	9	15.6	10	14.0	19	13.8	12	14.2
	400g以上	92	18.4	4	18.8	2	14.1	6	19.5	9	16.6	27	16.4	44	20.1
女性	総数	392	13.2	32	11.2	53	11.5	60	11.7	73	12.2	81	13.7	93	16.1
	80g未満	9	5.0	2	4.0	2	5.8	1	4.2	3	5.6	0	0.0	1	4.2
	80-160g未満	34	6.9	3	8.1	7	6.9	13	6.4	5	6.5	3	7.2	3	8.2
	160-240g未満	68	9.2	5	9.2	15	9.4	14	9.1	14	9.1	10	9.2	10	9.0
	240-320g未満	69	11.2	6	9.5	9	11.6	9	11.5	21	11.3	13	11.4	11	11.1
	320-400g未満	80	13.1	9	12.7	9	12.9	11	14.1	13	12.7	21	13.1	17	12.9
	400g以上	132	18.5	7	15.5	11	17.0	12	18.9	17	18.5	34	17.0	51	20.3

注) 野菜類と果物類摂取量の区分ごとの人数は、BDHQ(food)から得られた個人の野菜類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQの比(男性1.22、女性1.26)をかけた値と、BDHQ(food)の個人の果物類摂取量に平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性0.63、女性0.86)をかけた値を合計したものを区分した推定値

注) 食物繊維摂取量は、BDHQ(nutr)から得られた食物繊維摂取量の平均値に、平成28年DR平均値とBDHQ平均値の比(男性1.17、女性1.25)をかけたものを区分して算出した推定値

第23表の1 魚料理:さしみ・すしの摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	170	100.0	186	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	9	1.2	0	0.0	1	1.2	0	0.0	3	2.4	3	1.8	2	1.1
	週4～6回	26	3.6	2	3.4	3	3.7	1	0.9	5	4.1	8	4.7	7	3.8
	週2～3回	105	14.4	12	20.7	7	8.6	19	16.8	11	8.9	25	14.7	31	16.7
	週1回	186	25.4	15	25.9	20	24.7	27	23.9	41	33.3	43	25.3	40	21.5
	週1回未満	283	38.7	19	32.8	39	48.1	43	38.1	46	37.4	68	40.0	68	36.6
	食べなかった	122	16.7	10	17.2	11	13.6	23	20.4	17	13.8	23	13.5	38	20.4
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	89	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	7	2.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	6.0	3	3.4	1	1.1
	週4～6回	13	3.8	1	3.8	1	3.6	1	1.9	0	0.0	7	7.9	3	3.2
	週2～3回	53	15.6	6	23.1	4	14.3	5	9.4	6	12.0	14	15.7	18	19.1
	週1回	96	28.2	7	26.9	8	28.6	16	30.2	19	38.0	23	25.8	23	24.5
	週1回未満	123	36.2	9	34.6	12	42.9	23	43.4	16	32.0	31	34.8	32	34.0
	食べなかった	48	14.1	3	11.5	3	10.7	8	15.1	6	12.0	11	12.4	17	18.1
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	92	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	2	0.5	0	0.0	1	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	週4～6回	13	3.3	1	3.1	2	3.8	0	0.0	5	6.8	1	1.2	4	4.3
	週2～3回	52	13.3	6	18.8	3	5.7	14	23.3	5	6.8	11	13.6	13	14.1
	週1回	90	23.0	8	25.0	12	22.6	11	18.3	22	30.1	20	24.7	17	18.5
	週1回未満	160	40.9	10	31.3	27	50.9	20	33.3	30	41.1	37	45.7	36	39.1
	食べなかった	74	18.9	7	21.9	8	15.1	15	25.0	11	15.1	12	14.8	21	22.8

第23表の2 魚料理:焼き魚の摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	185	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	5	0.7	0	0.0	1	1.2	0	0.0	2	1.6	0	0.0	2	1.1
	週4～6回	13	1.8	1	1.7	1	1.2	1	0.9	3	2.4	3	1.8	4	2.2
	週2～3回	94	12.9	8	13.8	13	16.0	13	11.5	13	10.6	22	12.9	25	13.5
	週1回	216	29.5	15	25.9	22	27.2	38	33.6	41	33.3	49	28.7	51	27.6
	週1回未満	228	31.2	24	41.4	26	32.1	37	32.7	37	30.1	55	32.2	49	26.5
	食べなかった	175	23.9	10	17.2	18	22.2	24	21.2	27	22.0	42	24.6	54	29.2
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	2	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.0	0	0.0	1	1.1
	週4～6回	8	2.4	1	3.8	0	0.0	1	1.9	1	2.0	1	1.1	4	4.3
	週2～3回	49	14.4	5	19.2	4	14.3	9	17.0	5	10.0	12	13.3	14	15.1
	週1回	108	31.8	9	34.6	9	32.1	20	37.7	20	40.0	28	31.1	22	23.7
	週1回未満	100	29.4	8	30.8	11	39.3	15	28.3	14	28.0	28	31.1	24	25.8
	食べなかった	73	21.5	3	11.5	4	14.3	8	15.1	9	18.0	21	23.3	28	30.1
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	92	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	3	0.8	0	0.0	1	1.9	0	0.0	1	1.4	0	0.0	1	1.1
	週4～6回	5	1.3	0	0.0	1	1.9	0	0.0	2	2.7	2	2.5	0	0.0
	週2～3回	45	11.5	3	9.4	9	17.0	4	6.7	8	11.0	10	12.3	11	12.0
	週1回	108	27.6	6	18.8	13	24.5	18	30.0	21	28.8	21	25.9	29	31.5
	週1回未満	128	32.7	16	50.0	15	28.3	22	36.7	23	31.5	27	33.3	25	27.2
	食べなかった	102	26.1	7	21.9	14	26.4	16	26.7	18	24.7	21	25.9	26	28.3

第23表の3 魚料理:煮物・鍋物・汁物などの摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	122	100.0	171	100.0	186	100.0
	毎日2回以上	5	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	4	2.2
	毎日1回	49	6.7	0	0.0	4	4.9	8	7.1	5	4.1	11	6.4	21	11.3
	週4～6回	58	7.9	3	5.2	11	13.6	9	8.0	6	4.9	13	7.6	16	8.6
	週2～3回	113	15.5	16	27.6	8	9.9	17	15.0	17	13.9	25	14.6	30	16.1
	週1回	148	20.2	13	22.4	14	17.3	23	20.4	25	20.5	44	25.7	29	15.6
	週1回未満	198	27.1	17	29.3	22	27.2	26	23.0	41	33.6	38	22.2	54	29.0
	食べなかった	160	21.9	9	15.5	22	27.2	30	26.5	28	23.0	39	22.8	32	17.2
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	3	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.2
	毎日1回	17	5.0	0	0.0	1	3.6	4	7.5	1	2.0	3	3.3	8	8.5
	週4～6回	23	6.7	2	7.7	4	14.3	5	9.4	2	4.0	5	5.6	5	5.3
	週2～3回	56	16.4	7	26.9	3	10.7	9	17.0	6	12.0	14	15.6	17	18.1
	週1回	82	24.0	5	19.2	6	21.4	13	24.5	16	32.0	24	26.7	18	19.1
	週1回未満	85	24.9	8	30.8	8	28.6	13	24.5	11	22.0	20	22.2	25	26.6
	食べなかった	75	22.0	4	15.4	6	21.4	9	17.0	14	28.0	24	26.7	18	19.1
女性	総数	390	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	72	100.0	81	100.0	92	100.0
	毎日2回以上	2	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.2	1	1.1
	毎日1回	32	8.2	0	0.0	3	5.7	4	6.7	4	5.6	8	9.9	13	14.1
	週4～6回	35	9.0	1	3.1	7	13.2	4	6.7	4	5.6	8	9.9	11	12.0
	週2～3回	57	14.6	9	28.1	5	9.4	8	13.3	11	15.3	11	13.6	13	14.1
	週1回	66	16.9	8	25.0	8	15.1	10	16.7	9	12.5	20	24.7	11	12.0
	週1回未満	113	29.0	9	28.1	14	26.4	13	21.7	30	41.7	18	22.2	29	31.5
	食べなかった	85	21.8	5	15.6	16	30.2	21	35.0	14	19.4	15	18.5	14	15.2

第23表の4 魚料理:てんぷら・揚げ魚の摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	730	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	184	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	0	0.0
	週4～6回	3	0.4	1	1.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.1
	週2～3回	60	8.2	4	6.9	8	9.9	9	8.0	10	8.1	9	5.3	20	10.9
	週1回	169	23.2	15	25.9	17	21.0	20	17.7	31	25.2	58	33.9	28	15.2
	週1回未満	299	41.0	18	31.0	35	43.2	51	45.1	44	35.8	73	42.7	78	42.4
	食べなかった	198	27.1	20	34.5	21	25.9	33	29.2	38	30.9	30	17.5	56	30.4
男性	総数	339	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	92	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0
	週4～6回	3	0.9	1	3.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.2
	週2～3回	31	9.1	3	11.5	2	7.1	4	7.5	6	12.0	7	7.8	9	9.8
	週1回	90	26.5	10	38.5	6	21.4	12	22.6	16	32.0	32	35.6	14	15.2
	週1回未満	130	38.3	8	30.8	14	50.0	24	45.3	15	30.0	32	35.6	37	40.2
	食べなかった	84	24.8	4	15.4	6	21.4	13	24.5	13	26.0	18	20.0	30	32.6
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	92	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週4～6回	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週2～3回	29	7.4	1	3.1	6	11.3	5	8.3	4	5.5	2	2.5	11	12.0
	週1回	79	20.2	5	15.6	11	20.8	8	13.3	15	20.5	26	32.1	14	15.2
	週1回未満	169	43.2	10	31.3	21	39.6	27	45.0	29	39.7	41	50.6	41	44.6
	食べなかった	114	29.2	16	50.0	15	28.3	20	33.3	25	34.2	12	14.8	26	28.3

第24表の1 肉料理：焼肉・ステーキ・グリルの摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	170	100.0	186	100.0
	毎日2回以上	1	0.1	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	13	1.8	1	1.7	4	4.9	1	0.9	1	0.8	2	1.2	4	2.2
	週4～6回	26	3.6	8	13.8	5	6.2	5	4.4	3	2.4	4	2.4	1	0.5
	週2～3回	91	12.4	10	17.2	15	18.5	18	15.9	10	8.1	18	10.6	20	10.8
	週1回	143	19.6	14	24.1	15	18.5	24	21.2	27	22.0	39	22.9	24	12.9
	週1回未満	286	39.1	20	34.5	33	40.7	39	34.5	54	43.9	69	40.6	71	38.2
	食べなかった	171	23.4	5	8.6	9	11.1	25	22.1	28	22.8	38	22.4	66	35.5
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	4	1.2	1	3.8	2	7.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	週4～6回	9	2.6	4	15.4	0	0.0	2	3.8	0	0.0	2	2.2	1	1.1
	週2～3回	49	14.4	3	11.5	7	25.0	12	22.6	3	6.0	11	12.2	13	14.0
	週1回	74	21.8	6	23.1	6	21.4	9	17.0	18	36.0	25	27.8	10	10.8
	週1回未満	129	37.9	9	34.6	12	42.9	20	37.7	23	46.0	33	36.7	32	34.4
	食べなかった	75	22.1	3	11.5	1	3.6	10	18.9	6	12.0	19	21.1	36	38.7
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	80	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	9	2.3	0	0.0	2	3.8	1	1.7	1	1.4	2	2.5	3	3.2
	週4～6回	17	4.3	4	12.5	5	9.4	3	5.0	3	4.1	2	2.5	0	0.0
	週2～3回	42	10.7	7	21.9	8	15.1	6	10.0	7	9.6	7	8.8	7	7.5
	週1回	69	17.6	8	25.0	9	17.0	15	25.0	9	12.3	14	17.5	14	15.1
	週1回未満	157	40.2	11	34.4	21	39.6	19	31.7	31	42.5	36	45.0	39	41.9
	食べなかった	96	24.6	2	6.3	8	15.1	15	25.0	22	30.1	19	23.8	30	32.3

第24表の2 肉料理：ハンバーグ・カレーなどの摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	732	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	186	100.0
	毎日2回以上	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5
	毎日1回	1	0.1	0	0.0	1	1.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週4～6回	8	1.1	1	1.7	0	0.0	1	0.9	2	1.6	1	0.6	3	1.6
	週2～3回	118	16.1	15	25.9	18	22.2	30	26.5	18	14.6	14	8.2	23	12.4
	週1回	252	34.4	21	36.2	32	39.5	44	38.9	42	34.1	67	39.2	46	24.7
	週1回未満	273	37.3	16	27.6	22	27.2	30	26.5	54	43.9	69	40.4	82	44.1
	食べなかった	79	10.8	5	8.6	8	9.9	8	7.1	7	5.7	20	11.7	31	16.7
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	毎日1回	1	0.3	0	0.0	1	3.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週4～6回	5	1.5	1	3.8	0	0.0	0	0.0	2	4.0	0	0.0	2	2.2
	週2～3回	49	14.4	7	26.9	3	10.7	14	26.4	7	14.0	7	7.8	11	11.8
	週1回	114	33.5	12	46.2	10	35.7	18	34.0	16	32.0	34	37.8	24	25.8
	週1回未満	127	37.4	5	19.2	9	32.1	17	32.1	23	46.0	33	36.7	40	43.0
	食べなかった	44	12.9	1	3.8	5	17.9	4	7.5	2	4.0	16	17.8	16	17.2
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	毎日1回	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週4～6回	3	0.8	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	1	1.2	1	1.1
	週2～3回	69	17.6	8	25.0	15	28.3	16	26.7	11	15.1	7	8.6	12	12.9
	週1回	138	35.2	9	28.1	22	41.5	26	43.3	26	35.6	33	40.7	22	23.7
	週1回未満	146	37.2	11	34.4	13	24.5	13	21.7	31	42.5	36	44.4	42	45.2
	食べなかった	35	8.9	4	12.5	3	5.7	4	6.7	5	6.8	4	4.9	15	16.1

第24表の3 肉料理：揚げ物・てんぷらの摂取頻度－年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	732	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	170	100.0	187	100.0
	毎日2回以上	2	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	1	0.5
	毎日1回	8	1.1	0	0.0	1	1.2	2	1.8	2	1.6	2	1.2	1	0.5
	週4～6回	13	1.8	4	6.9	0	0.0	2	1.8	3	2.4	2	1.2	2	1.1
	週2～3回	114	15.6	7	12.1	16	19.8	17	15.0	20	16.3	23	13.5	31	16.6
	週1回	207	28.3	15	25.9	26	32.1	41	36.3	32	26.0	56	32.9	37	19.8
	週1回未満	269	36.7	22	37.9	25	30.9	34	30.1	47	38.2	66	38.8	75	40.1
	食べなかった	119	16.3	10	17.2	13	16.0	17	15.0	19	15.4	20	11.8	40	21.4
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	89	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0
	毎日1回	7	2.1	0	0.0	1	3.6	1	1.9	2	4.0	2	2.2	1	1.1
	週4～6回	8	2.4	2	7.7	0	0.0	0	0.0	3	6.0	1	1.1	2	2.1
	週2～3回	57	16.8	2	7.7	6	21.4	10	18.9	9	18.0	16	18.0	14	14.9
	週1回	96	28.2	9	34.6	6	21.4	18	34.0	15	30.0	30	33.7	18	19.1
	週1回未満	115	33.8	12	46.2	9	32.1	15	28.3	14	28.0	29	32.6	36	38.3
	食べなかった	56	16.5	1	3.8	6	21.4	9	17.0	7	14.0	10	11.2	23	24.5
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	毎日1回	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	週4～6回	5	1.3	2	6.3	0	0.0	2	3.3	0	0.0	1	1.2	0	0.0
	週2～3回	57	14.5	5	15.6	10	18.9	7	11.7	11	15.1	7	8.6	17	18.3
	週1回	111	28.3	6	18.8	20	37.7	23	38.3	17	23.3	26	32.1	19	20.4
	週1回未満	154	39.3	10	31.3	16	30.2	19	31.7	33	45.2	37	45.7	39	41.9
	食べなかった	63	16.1	9	28.1	7	13.2	8	13.3	12	16.4	10	12.3	17	18.3

第24表の4 肉料理：炒め物の摂取頻度－年齢階級別，人数，割合－総数・男性・女性，20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	毎日2回以上	40	5.5	4	6.9	2	2.5	1	0.9	5	4.1	9	5.3	19	10.2
	毎日1回	85	11.6	2	3.4	4	4.9	6	5.3	14	11.4	24	14.0	35	18.7
	週4～6回	175	23.9	11	19.0	18	22.2	27	23.9	35	28.5	47	27.5	37	19.8
	週2～3回	271	37.0	25	43.1	37	45.7	52	46.0	41	33.3	61	35.7	55	29.4
	週1回	82	11.2	8	13.8	12	14.8	12	10.6	15	12.2	18	10.5	17	9.1
	週1回未満	56	7.6	7	12.1	4	4.9	13	11.5	9	7.3	7	4.1	16	8.6
	食べなかった	24	3.3	1	1.7	4	4.9	2	1.8	4	3.3	5	2.9	8	4.3
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	12	3.5	1	3.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	4.4	7	7.4
	毎日1回	30	8.8	1	3.8	1	3.6	2	3.8	5	10.0	9	10.0	12	12.8
	週4～6回	84	24.6	6	23.1	6	21.4	10	18.9	15	30.0	26	28.9	21	22.3
	週2～3回	123	36.1	12	46.2	10	35.7	29	54.7	18	36.0	26	28.9	28	29.8
	週1回	48	14.1	3	11.5	6	21.4	6	11.3	8	16.0	15	16.7	10	10.6
	週1回未満	27	7.9	3	11.5	3	10.7	5	9.4	3	6.0	5	5.6	8	8.5
	食べなかった	17	5.0	0	0.0	2	7.1	1	1.9	1	2.0	5	5.6	8	8.5
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	28	7.1	3	9.4	2	3.8	1	1.7	5	6.8	5	6.2	12	12.9
	毎日1回	55	14.0	1	3.1	3	5.7	4	6.7	9	12.3	15	18.5	23	24.7
	週4～6回	91	23.2	5	15.6	12	22.6	17	28.3	20	27.4	21	25.9	16	17.2
	週2～3回	148	37.8	13	40.6	27	50.9	23	38.3	23	31.5	35	43.2	27	29.0
	週1回	34	8.7	5	15.6	6	11.3	6	10.0	7	9.6	3	3.7	7	7.5
	週1回未満	29	7.4	4	12.5	1	1.9	8	13.3	6	8.2	2	2.5	8	8.6
	食べなかった	7	1.8	1	3.1	2	3.8	1	1.7	3	4.1	0	0.0	0	0.0

第24表の5 肉料理:和風の煮物・鍋物などの摂取頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	733	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	187	100.0
	毎日2回以上	37	5.0	2	3.4	0	0.0	1	0.9	4	3.3	9	5.3	21	11.2
	毎日1回	99	13.5	2	3.4	9	11.1	11	9.7	18	14.6	26	15.2	33	17.6
	週4～6回	113	15.4	8	13.8	16	19.8	14	12.4	19	15.4	26	15.2	30	16.0
	週2～3回	218	29.7	20	34.5	19	23.5	47	41.6	39	31.7	44	25.7	49	26.2
	週1回	140	19.1	15	25.9	26	32.1	20	17.7	24	19.5	34	19.9	21	11.2
	週1回未満	85	11.6	10	17.2	6	7.4	14	12.4	15	12.2	15	8.8	25	13.4
	食べなかった	41	5.6	1	1.7	5	6.2	6	5.3	4	3.3	17	9.9	8	4.3
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	18	5.3	1	3.8	0	0.0	0	0.0	2	4.0	5	5.6	10	10.6
	毎日1回	40	11.7	1	3.8	1	3.6	6	11.3	6	12.0	9	10.0	17	18.1
	週4～6回	48	14.1	3	11.5	3	10.7	4	7.5	8	16.0	11	12.2	19	20.2
	週2～3回	103	30.2	12	46.2	6	21.4	24	45.3	15	30.0	23	25.6	23	24.5
	週1回	68	19.9	5	19.2	11	39.3	9	17.0	11	22.0	24	26.7	8	8.5
	週1回未満	38	11.1	3	11.5	4	14.3	7	13.2	6	12.0	8	8.9	10	10.6
	食べなかった	26	7.6	1	3.8	3	10.7	3	5.7	2	4.0	10	11.1	7	7.4
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	毎日2回以上	19	4.8	1	3.1	0	0.0	1	1.7	2	2.7	4	4.9	11	11.8
	毎日1回	59	15.1	1	3.1	8	15.1	5	8.3	12	16.4	17	21.0	16	17.2
	週4～6回	65	16.6	5	15.6	13	24.5	10	16.7	11	15.1	15	18.5	11	11.8
	週2～3回	115	29.3	8	25.0	13	24.5	23	38.3	24	32.9	21	25.9	26	28.0
	週1回	72	18.4	10	31.3	15	28.3	11	18.3	13	17.8	10	12.3	13	14.0
	週1回未満	47	12.0	7	21.9	2	3.8	7	11.7	9	12.3	7	8.6	15	16.1
	食べなかった	15	3.8	0	0.0	2	3.8	3	5.0	2	2.7	7	8.6	1	1.1

第25表 健康補助食品の使用頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	727	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	122	100.0	168	100.0	185	100.0
	毎日2回以上	18	2.5	1	1.7	2	2.5	4	3.5	4	3.3	3	1.8	4	2.2
	毎日1回	107	14.7	4	6.9	11	13.6	10	8.8	19	15.6	25	14.9	38	20.5
	週4～6回	30	4.1	6	10.3	6	7.4	5	4.4	3	2.5	5	3.0	5	2.7
	週2～3回	29	4.0	5	8.6	2	2.5	6	5.3	6	4.9	3	1.8	7	3.8
	週1回	33	4.5	2	3.4	4	4.9	8	7.1	5	4.1	5	3.0	9	4.9
	週1回未満	47	6.5	7	12.1	5	6.2	6	5.3	9	7.4	12	7.1	8	4.3
	食べなかった	463	63.7	33	56.9	51	63.0	74	65.5	76	62.3	115	68.5	114	61.6
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	89	100.0	94	100.0
	毎日2回以上	5	1.5	0	0.0	0	0.0	1	1.9	1	2.0	2	2.2	1	1.1
	毎日1回	47	13.8	3	11.5	3	10.7	5	9.4	8	16.0	12	13.5	16	17.0
	週4～6回	14	4.1	3	11.5	3	10.7	2	3.8	2	4.0	1	1.1	3	3.2
	週2～3回	15	4.4	3	11.5	1	3.6	2	3.8	5	10.0	0	0.0	4	4.3
	週1回	15	4.4	0	0.0	2	7.1	1	1.9	2	4.0	3	3.4	7	7.4
	週1回未満	22	6.5	3	11.5	2	7.1	3	5.7	5	10.0	7	7.9	2	2.1
	食べなかった	222	65.3	14	53.8	17	60.7	39	73.6	27	54.0	64	71.9	61	64.9
女性	総数	387	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	72	100.0	79	100.0	91	100.0
	毎日2回以上	13	3.4	1	3.1	2	3.8	3	5.0	3	4.2	1	1.3	3	3.3
	毎日1回	60	15.5	1	3.1	8	15.1	5	8.3	11	15.3	13	16.5	22	24.2
	週4～6回	16	4.1	3	9.4	3	5.7	3	5.0	1	1.4	4	5.1	2	2.2
	週2～3回	14	3.6	2	6.3	1	1.9	4	6.7	1	1.4	3	3.8	3	3.3
	週1回	18	4.7	2	6.3	2	3.8	7	11.7	3	4.2	2	2.5	2	2.2
	週1回未満	25	6.5	4	12.5	3	5.7	3	5.0	4	5.6	5	6.3	6	6.6
	食べなかった	241	62.3	19	59.4	34	64.2	35	58.3	49	68.1	51	64.6	53	58.2

第26表 食品摂取の頻度 玄米・胚芽米などを食べるか - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	721	100.0	58	100.0	79	100.0	111	100.0	122	100.0	168	100.0	183	100.0
	いつも	126	17.5	9	15.5	15	19.0	10	9.0	20	16.4	28	16.7	44	24.0
	ときどき	180	25.0	14	24.1	16	20.3	28	25.2	30	24.6	47	28.0	45	24.6
	まれに	160	22.2	14	24.1	18	22.8	26	23.4	27	22.1	41	24.4	34	18.6
	いいえ	255	35.4	21	36.2	30	38.0	47	42.3	45	36.9	52	31.0	60	32.8
男性	総数	334	100.0	26	100.0	27	100.0	52	100.0	50	100.0	88	100.0	91	100.0
	いつも	42	12.6	2	7.7	1	3.7	4	7.7	6	12.0	13	14.8	16	17.6
	ときどき	72	21.6	5	19.2	7	25.9	11	21.2	8	16.0	21	23.9	20	22.0
	まれに	79	23.7	8	30.8	5	18.5	14	26.9	13	26.0	22	25.0	17	18.7
	いいえ	141	42.2	11	42.3	14	51.9	23	44.2	23	46.0	32	36.4	38	41.8
女性	総数	387	100.0	32	100.0	52	100.0	59	100.0	72	100.0	80	100.0	92	100.0
	いつも	84	21.7	7	21.9	14	26.9	6	10.2	14	19.4	15	18.8	28	30.4
	ときどき	108	27.9	9	28.1	9	17.3	17	28.8	22	30.6	26	32.5	25	27.2
	まれに	81	20.9	6	18.8	13	25.0	12	20.3	14	19.4	19	23.8	17	18.5
	いいえ	114	29.5	10	31.3	16	30.8	24	40.7	22	30.6	20	25.0	22	23.9

第27表 麺類のスープ・汁を飲む量 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	715	100.0	56	100.0	80	100.0	108	100.0	123	100.0	167	100.0	181	100.0
	ほとんど全部	135	18.9	6	10.7	11	13.8	21	19.4	36	29.3	30	18.0	31	17.1
	8割くらい	160	22.4	5	8.9	17	21.3	22	20.4	25	20.3	46	27.5	45	24.9
	4～6割	157	22.0	16	28.6	17	21.3	26	24.1	23	18.7	36	21.6	39	21.5
	2割くらい	140	19.6	14	25.0	22	27.5	21	19.4	21	17.1	25	15.0	37	20.4
	ほとんど飲まなかった	123	17.2	15	26.8	13	16.3	18	16.7	18	14.6	30	18.0	29	16.0
男性	総数	330	100.0	25	100.0	27	100.0	51	100.0	50	100.0	88	100.0	89	100.0
	ほとんど全部	88	26.7	2	8.0	8	29.6	18	35.3	17	34.0	21	23.9	22	24.7
	8割くらい	96	29.1	3	12.0	8	29.6	11	21.6	16	32.0	34	38.6	24	27.0
	4～6割	71	21.5	9	36.0	8	29.6	11	21.6	10	20.0	16	18.2	17	19.1
	2割くらい	42	12.7	5	20.0	2	7.4	7	13.7	6	12.0	8	9.1	14	15.7
	ほとんど飲まなかった	33	10.0	6	24.0	1	3.7	4	7.8	1	2.0	9	10.2	12	13.5
女性	総数	385	100.0	31	100.0	53	100.0	57	100.0	73	100.0	79	100.0	92	100.0
	ほとんど全部	47	12.2	4	12.9	3	5.7	3	5.3	19	26.0	9	11.4	9	9.8
	8割くらい	64	16.6	2	6.5	9	17.0	11	19.3	9	12.3	12	15.2	21	22.8
	4～6割	86	22.3	7	22.6	9	17.0	15	26.3	13	17.8	20	25.3	22	23.9
	2割くらい	98	25.5	9	29.0	20	37.7	14	24.6	15	20.5	17	21.5	23	25.0
	ほとんど飲まなかった	90	23.4	9	29.0	12	22.6	14	24.6	17	23.3	21	26.6	17	18.5

第28表 家庭での味付けは外食と比べて - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	716	100.0	56	100.0	80	100.0	108	100.0	123	100.0	167	100.0	182	100.0
	薄口	163	22.8	9	16.1	7	8.8	14	13.0	23	18.7	43	25.7	67	36.8
	少し薄口	316	44.1	24	42.9	42	52.5	54	50.0	57	46.3	64	38.3	75	41.2
	同じくらい	186	26.0	19	33.9	22	27.5	27	25.0	36	29.3	49	29.3	33	18.1
	少し濃い口	43	6.0	4	7.1	8	10.0	11	10.2	6	4.9	8	4.8	6	3.3
	濃い口	8	1.1	0	0.0	1	1.3	2	1.9	1	0.8	3	1.8	1	0.5
男性	総数	331	100.0	25	100.0	27	100.0	51	100.0	50	100.0	88	100.0	90	100.0
	薄口	61	18.4	2	8.0	0	0.0	6	11.8	7	14.0	15	17.0	31	34.4
	少し薄口	136	41.1	13	52.0	11	40.7	25	49.0	23	46.0	34	38.6	30	33.3
	同じくらい	106	32.0	8	32.0	10	37.0	13	25.5	17	34.0	34	38.6	24	26.7
	少し濃い口	23	6.9	2	8.0	5	18.5	5	9.8	3	6.0	3	3.4	5	5.6
	濃い口	5	1.5	0	0.0	1	3.7	2	3.9	0	0.0	2	2.3	0	0.0
女性	総数	385	100.0	31	100.0	53	100.0	57	100.0	73	100.0	79	100.0	92	100.0
	薄口	102	26.5	7	22.6	7	13.2	8	14.0	16	21.9	28	35.4	36	39.1
	少し薄口	180	46.8	11	35.5	31	58.5	29	50.9	34	46.6	30	38.0	45	48.9
	同じくらい	80	20.8	11	35.5	12	22.6	14	24.6	19	26.0	15	19.0	9	9.8
	少し濃い口	20	5.2	2	6.5	3	5.7	6	10.5	3	4.1	5	6.3	1	1.1
	濃い口	3	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4	1	1.3	1	1.1

第29表 お肉の脂身 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	698	100.0	56	100.0	79	100.0	105	100.0	112	100.0	165	100.0	181	100.0
	好んで食べていた	69	9.9	10	17.9	8	10.1	10	9.5	19	17.0	9	5.5	13	7.2
	やや多め好んで食べていた	120	17.2	9	16.1	16	20.3	21	20.0	21	18.8	25	15.2	28	15.5
	好きでも嫌いでもない	204	29.2	24	42.9	26	32.9	38	36.2	30	26.8	39	23.6	47	26.0
	あまり食べなかった	170	24.4	6	10.7	16	20.3	21	20.0	21	18.8	56	33.9	50	27.6
	ほとんど食べなかった	135	19.3	7	12.5	13	16.5	15	14.3	21	18.8	36	21.8	43	23.8
男性	総数	321	100.0	24	100.0	26	100.0	49	100.0	44	100.0	86	100.0	92	100.0
	好んで食べていた	41	12.8	5	20.8	5	19.2	6	12.2	12	27.3	7	8.1	6	6.5
	やや多め好んで食べていた	66	20.6	3	12.5	9	34.6	14	28.6	10	22.7	15	17.4	15	16.3
	好きでも嫌いでもない	105	32.7	11	45.8	9	34.6	17	34.7	13	29.5	26	30.2	29	31.5
	あまり食べなかった	58	18.1	4	16.7	1	3.8	8	16.3	5	11.4	24	27.9	16	17.4
	ほとんど食べなかった	51	15.9	1	4.2	2	7.7	4	8.2	4	9.1	14	16.3	26	28.3
女性	総数	377	100.0	32	100.0	53	100.0	56	100.0	68	100.0	79	100.0	89	100.0
	好んで食べていた	28	7.4	5	15.6	3	5.7	4	7.1	7	10.3	2	2.5	7	7.9
	やや多め好んで食べていた	54	14.3	6	18.8	7	13.2	7	12.5	11	16.2	10	12.7	13	14.6
	好きでも嫌いでもない	99	26.3	13	40.6	17	32.1	21	37.5	17	25.0	13	16.5	18	20.2
	あまり食べなかった	112	29.7	2	6.3	15	28.3	13	23.2	16	23.5	32	40.5	34	38.2
	ほとんど食べなかった	84	22.3	6	18.8	11	20.8	11	19.6	17	25.0	22	27.8	17	19.1

第30表 食事の時に使う醤油・ソースの使用頻度 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	170	100.0	186	100.0
	必ず使う	45	6.2	1	1.7	6	7.4	4	3.5	7	5.7	12	7.1	15	8.1
	よく使う	176	24.1	14	24.1	18	22.2	26	23.0	33	26.8	42	24.7	43	23.1
	ときどき使う	281	38.4	27	46.6	29	35.8	49	43.4	42	34.1	55	32.4	79	42.5
	ほとんど使わない	181	24.8	13	22.4	23	28.4	28	24.8	36	29.3	52	30.6	29	15.6
	まったく使わない	48	6.6	3	5.2	5	6.2	6	5.3	5	4.1	9	5.3	20	10.8
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	89	100.0	94	100.0
	必ず使う	23	6.8	0	0.0	3	10.7	2	3.8	2	4.0	10	11.2	6	6.4
	よく使う	91	26.8	6	23.1	8	28.6	10	18.9	17	34.0	28	31.5	22	23.4
	ときどき使う	145	42.6	14	53.8	14	50.0	29	54.7	19	38.0	26	29.2	43	45.7
	ほとんど使わない	68	20.0	4	15.4	3	10.7	11	20.8	11	22.0	21	23.6	18	19.1
	まったく使わない	13	3.8	2	7.7	0	0.0	1	1.9	1	2.0	4	4.5	5	5.3
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	92	100.0
	必ず使う	22	5.6	1	3.1	3	5.7	2	3.3	5	6.8	2	2.5	9	9.8
	よく使う	85	21.7	8	25.0	10	18.9	16	26.7	16	21.9	14	17.3	21	22.8
	ときどき使う	136	34.8	13	40.6	15	28.3	20	33.3	23	31.5	29	35.8	36	39.1
	ほとんど使わない	113	28.9	9	28.1	20	37.7	17	28.3	25	34.2	31	38.3	11	12.0
	まったく使わない	35	9.0	1	3.1	5	9.4	5	8.3	4	5.5	5	6.2	15	16.3

第31表 食事の時に使う醤油・ソースの量 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	720	100.0	58	100.0	81	100.0	112	100.0	122	100.0	165	100.0	182	100.0
	かなり多め	4	0.6	0	0.0	0	0.0	2	1.8	0	0.0	2	1.2	0	0.0
	やや多め	38	5.3	2	3.4	8	9.9	7	6.3	6	4.9	9	5.5	6	3.3
	ふつう	340	47.2	32	55.2	44	54.3	62	55.4	66	54.1	64	38.8	72	39.6
	やや少なめ	199	27.6	15	25.9	20	24.7	25	22.3	29	23.8	50	30.3	60	33.0
	かなり少なめ	139	19.3	9	15.5	9	11.1	16	14.3	21	17.2	40	24.2	44	24.2
男性	総数	337	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	86	100.0	94	100.0
	かなり多め	2	0.6	0	0.0	0	0.0	1	1.9	0	0.0	1	1.2	0	0.0
	やや多め	21	6.2	0	0.0	5	17.9	3	5.7	3	6.0	6	7.0	4	4.3
	ふつう	182	54.0	15	57.7	18	64.3	34	64.2	30	60.0	41	47.7	44	46.8
	やや少なめ	82	24.3	8	30.8	5	17.9	12	22.6	8	16.0	22	25.6	27	28.7
	かなり少なめ	50	14.8	3	11.5	0	0.0	3	5.7	9	18.0	16	18.6	19	20.2
女性	総数	383	100.0	32	100.0	53	100.0	59	100.0	72	100.0	79	100.0	88	100.0
	かなり多め	2	0.5	0	0.0	0	0.0	1	1.7	0	0.0	1	1.3	0	0.0
	やや多め	17	4.4	2	6.3	3	5.7	4	6.8	3	4.2	3	3.8	2	2.3
	ふつう	158	41.3	17	53.1	26	49.1	28	47.5	36	50.0	23	29.1	28	31.8
	やや少なめ	117	30.5	7	21.9	15	28.3	13	22.0	21	29.2	28	35.4	33	37.5
	かなり少なめ	89	23.2	6	18.8	9	17.0	13	22.0	12	16.7	24	30.4	25	28.4

第32表 外食と比べると おかずの量 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	732	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	186	100.0
	家のほうがかなり多い	44	6.0	4	6.9	3	3.7	4	3.5	4	3.3	16	9.4	13	7.0
	家のほうが少し多い	137	18.7	9	15.5	19	23.5	28	24.8	16	13.0	25	14.6	40	21.5
	ほぼ同じくらい	235	32.1	22	37.9	24	29.6	36	31.9	35	28.5	53	31.0	65	34.9
	外食の方が少し多い	235	32.1	21	36.2	27	33.3	31	27.4	48	39.0	59	34.5	49	26.3
	外食の方がかなり多い	81	11.1	2	3.4	8	9.9	14	12.4	20	16.3	18	10.5	19	10.2
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	93	100.0
	家のほうがかなり多い	27	7.9	2	7.7	2	7.1	1	1.9	0	0.0	11	12.2	11	11.8
	家のほうが少し多い	64	18.8	4	15.4	8	28.6	13	24.5	10	20.0	13	14.4	16	17.2
	ほぼ同じくらい	135	39.7	10	38.5	8	28.6	21	39.6	19	38.0	37	41.1	40	43.0
	外食の方が少し多い	84	24.7	10	38.5	8	28.6	13	24.5	15	30.0	22	24.4	16	17.2
	外食の方がかなり多い	30	8.8	0	0.0	2	7.1	5	9.4	6	12.0	7	7.8	10	10.8
女性	総数	392	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	家のほうがかなり多い	17	4.3	2	6.3	1	1.9	3	5.0	4	5.5	5	6.2	2	2.2
	家のほうが少し多い	73	18.6	5	15.6	11	20.8	15	25.0	6	8.2	12	14.8	24	25.8
	ほぼ同じくらい	100	25.5	12	37.5	16	30.2	15	25.0	16	21.9	16	19.8	25	26.9
	外食の方が少し多い	151	38.5	11	34.4	19	35.8	18	30.0	33	45.2	37	45.7	33	35.5
	外食の方がかなり多い	51	13.0	2	6.3	6	11.3	9	15.0	14	19.2	11	13.6	9	9.7

第33表 外食と比べると ごはんの量 - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	731	100.0	58	100.0	81	100.0	112	100.0	123	100.0	171	100.0	186	100.0
	家のほうがかなり多い	19	2.6	3	5.2	0	0.0	5	4.5	0	0.0	3	1.8	8	4.3
	家のほうが少し多い	80	10.9	11	19.0	9	11.1	15	13.4	12	9.8	18	10.5	15	8.1
	ほぼ同じくらい	240	32.8	19	32.8	26	32.1	32	28.6	37	30.1	52	30.4	74	39.8
	外食の方が少し多い	246	33.7	20	34.5	29	35.8	37	33.0	42	34.1	68	39.8	50	26.9
	外食の方がかなり多い	146	20.0	5	8.6	17	21.0	23	20.5	32	26.0	30	17.5	39	21.0
男性	総数	340	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	93	100.0
	家のほうがかなり多い	10	2.9	1	3.8	0	0.0	3	5.7	0	0.0	3	3.3	3	3.2
	家のほうが少し多い	48	14.1	10	38.5	5	17.9	9	17.0	8	16.0	8	8.9	8	8.6
	ほぼ同じくらい	132	38.8	9	34.6	14	50.0	17	32.1	19	38.0	31	34.4	42	45.2
	外食の方が少し多い	99	29.1	6	23.1	5	17.9	16	30.2	14	28.0	38	42.2	20	21.5
	外食の方がかなり多い	51	15.0	0	0.0	4	14.3	8	15.1	9	18.0	10	11.1	20	21.5
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	59	100.0	73	100.0	81	100.0	93	100.0
	家のほうがかなり多い	9	2.3	2	6.3	0	0.0	2	3.4	0	0.0	0	0.0	5	5.4
	家のほうが少し多い	32	8.2	1	3.1	4	7.5	6	10.2	4	5.5	10	12.3	7	7.5
	ほぼ同じくらい	108	27.6	10	31.3	12	22.6	15	25.4	18	24.7	21	25.9	32	34.4
	外食の方が少し多い	147	37.6	14	43.8	24	45.3	21	35.6	28	38.4	30	37.0	30	32.3
	外食の方がかなり多い	95	24.3	5	15.6	13	24.5	15	25.4	23	31.5	20	24.7	19	20.4

第34表 食べる速さ - 年齢階級別, 人数, 割合 - 総数・男性・女性, 20歳以上

		総数		20～29歳		30～39歳		40～49歳		50～59歳		60～69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	732	100.0	58	100.0	81	100.0	113	100.0	123	100.0	171	100.0	186	100.0
	かなり速い	56	7.7	8	13.8	13	16.0	10	8.8	10	8.1	8	4.7	7	3.8
	やや速い	197	26.9	17	29.3	22	27.2	36	31.9	42	34.1	42	24.6	38	20.4
	ふつう	347	47.4	21	36.2	26	32.1	52	46.0	57	46.3	103	60.2	88	47.3
	やや遅い	100	13.7	9	15.5	14	17.3	13	11.5	11	8.9	14	8.2	39	21.0
	かなり遅い	32	4.4	3	5.2	6	7.4	2	1.8	3	2.4	4	2.3	14	7.5
男性	総数	341	100.0	26	100.0	28	100.0	53	100.0	50	100.0	90	100.0	94	100.0
	かなり速い	28	8.2	4	15.4	6	21.4	6	11.3	4	8.0	5	5.6	3	3.2
	やや速い	114	33.4	11	42.3	10	35.7	18	34.0	27	54.0	24	26.7	24	25.5
	ふつう	148	43.4	8	30.8	9	32.1	22	41.5	17	34.0	54	60.0	38	40.4
	やや遅い	37	10.9	2	7.7	2	7.1	5	9.4	1	2.0	6	6.7	21	22.3
	かなり遅い	14	4.1	1	3.8	1	3.6	2	3.8	1	2.0	1	1.1	8	8.5
女性	総数	391	100.0	32	100.0	53	100.0	60	100.0	73	100.0	81	100.0	92	100.0
	かなり速い	28	7.2	4	12.5	7	13.2	4	6.7	6	8.2	3	3.7	4	4.3
	やや速い	83	21.2	6	18.8	12	22.6	18	30.0	15	20.5	18	22.2	14	15.2
	ふつう	199	50.9	13	40.6	17	32.1	30	50.0	40	54.8	49	60.5	50	54.3
	やや遅い	63	16.1	7	21.9	12	22.6	8	13.3	10	13.7	8	9.9	18	19.6
	かなり遅い	18	4.6	2	6.3	5	9.4	0	0.0	2	2.7	3	3.7	6	6.5

第35表 自己申告による食べる速さ別, BMIの平均値 -人数, 平均値, 標準偏差, 年齢で調整した傾向性検定の結果 - 男性・女性, 20歳以上

		かなり速い			やや速い			ふつう			やや遅い			遅い			傾向性のp値
		人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	人数	平均値	標準偏差	
BMI	男性	27	26.4	4.9	112	25.4	3.6	140	24.5	3.3	37	24.0	4.0	14	22.6	3.1	<0.001
	女性	28	24.0	5.1	79	24.2	3.9	188	22.8	3.4	61	23.2	5.0	17	21.2	3.2	0.004

注1) BDHQ「食べる速さ」と身体状況・生活習慣調査の間1に回答した者を集計対象とした。

注2) BMIは、身体状況・生活習慣調査の間1の自己申告による身長、体重を用い、 $\text{体重(kg)} / (\text{身長(m)})^2$ で算出した。BMIの平均値は算術平均。

注3) BMIについて、重回帰分析を用いて年齢階級(20-39歳, 40-64歳, 65歳以上の3区分)の影響を調整した線的傾向性の検定を実施。