

Ⅱ 結果の概要

1 グラフ値について

- (1) 年齢階級別の値: 保健所別に抽出率の逆数で重み付け(保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整するため)をした値。
- (2) 総数の値: 保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整する重み付けと県の実際の H27 人口構成に合わせるための重み付けをした値。
- (3) 年次推移及び全国値との比較の値: 保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整する重み付けと H22 国勢調査男女計人口を基準に重み付けをした値。(そのため、年次推移の値は平成22年県民健康・栄養調査報告書の値と異なる。)
- (4) P17 の結果は共分散分析により、年齢、保健所による影響を調整した値。
- (5) P45～47 の結果は算術平均値。(重み付けのない平均値。)

2 解析対象者数は、()内で併記した。

(1) 体型に関する状況

1. 肥満とやせの状況

肥満者(BMI \geq 25kg/m²)の割合は男性 31.2%、女性 17.3%であり、男性は約 3 人に 1 人、女性は約 6 人に 1 人である。肥満者の割合が最も高いのは、男性が 20 歳代 41.2%、女性が 60 歳代 24.0% である。また肥満者の割合は、平成 22 年調査に比べほぼ横ばいである。

20~69 歳男性の肥満者の割合は 32.5%、40~69 歳男性の肥満者の割合は 30.5%であり、平成 22 年調査に比べほぼ横ばいである。

40~69 歳女性の肥満者の割合は 18.1%であり、平成 22 年調査に比べほぼ横ばいである。

20 歳代女性のやせの者(BMI $<$ 18.5kg/m²)の割合は 18.9%であり、平成 22 年調査に比べほぼ横ばいである。

低栄養傾向(BMI \leq 20kg/m²)の 65 歳以上の高齢者は、13.8%である。

図 1 体型の状況(20 歳以上、性・年齢階級別)

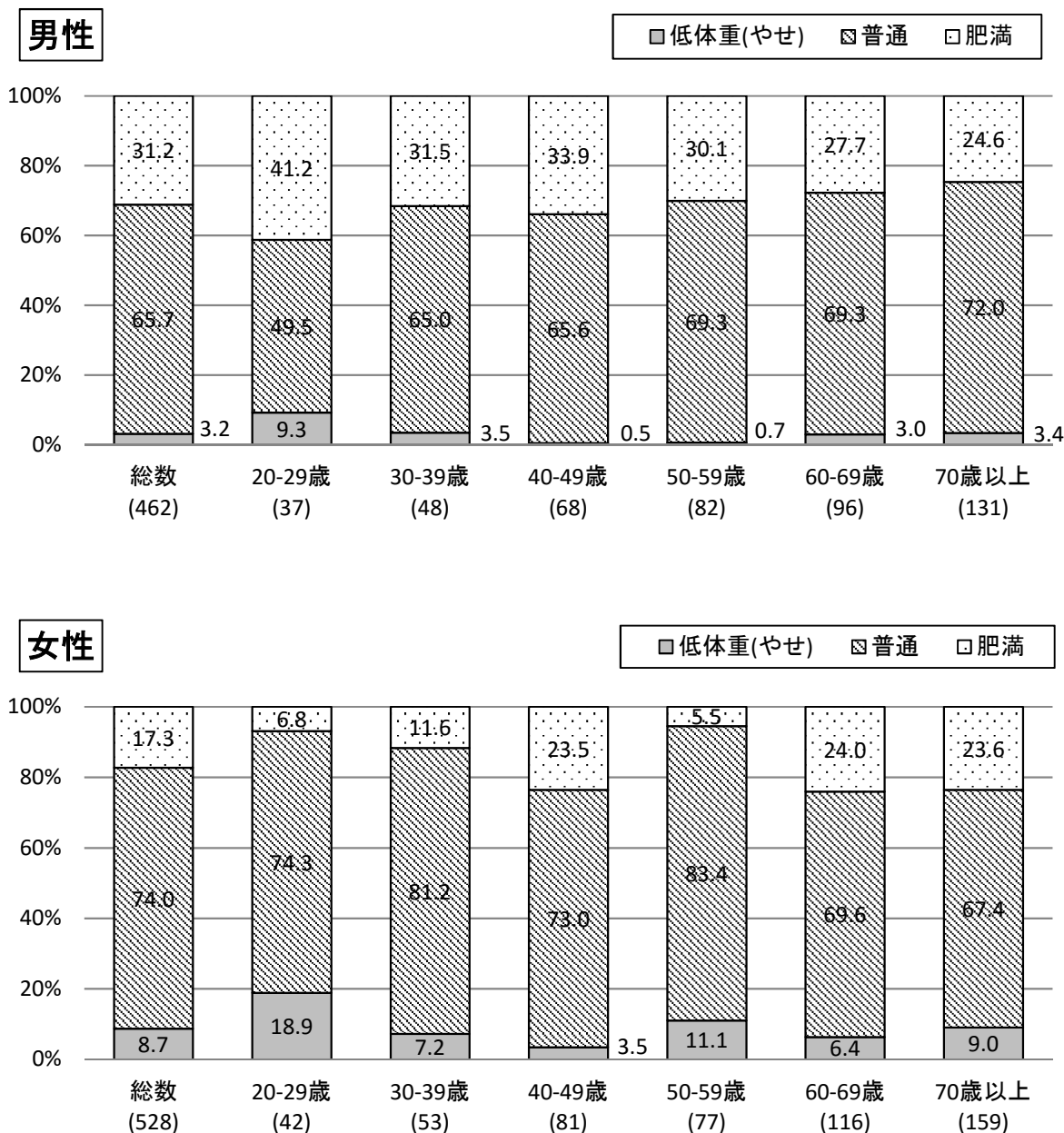


図 2-1 肥満者の割合(20 歳以上、性・年齢階級別)

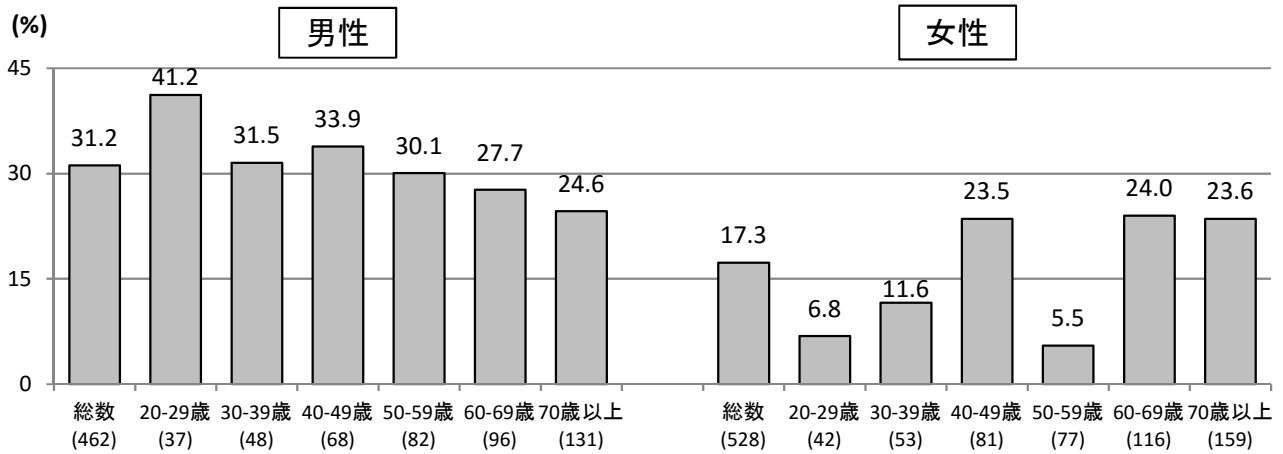


図 2-2 肥満者の割合、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

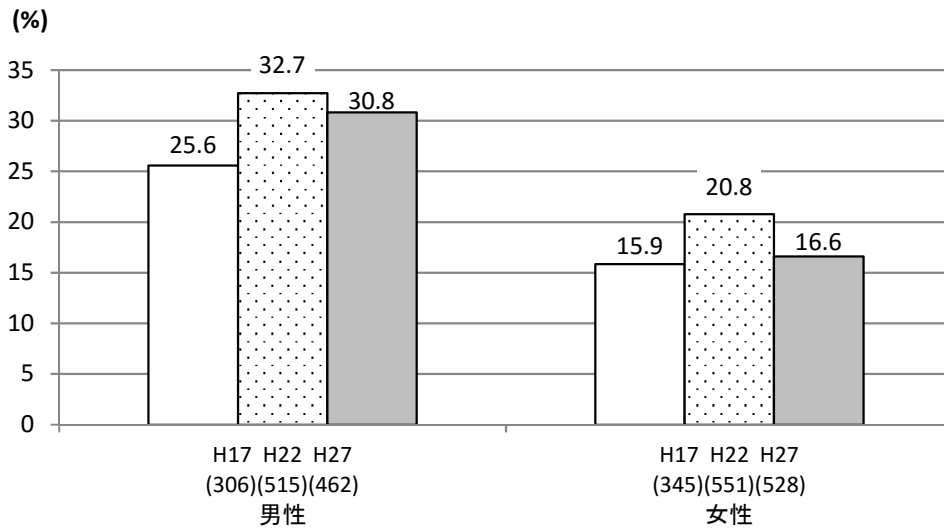
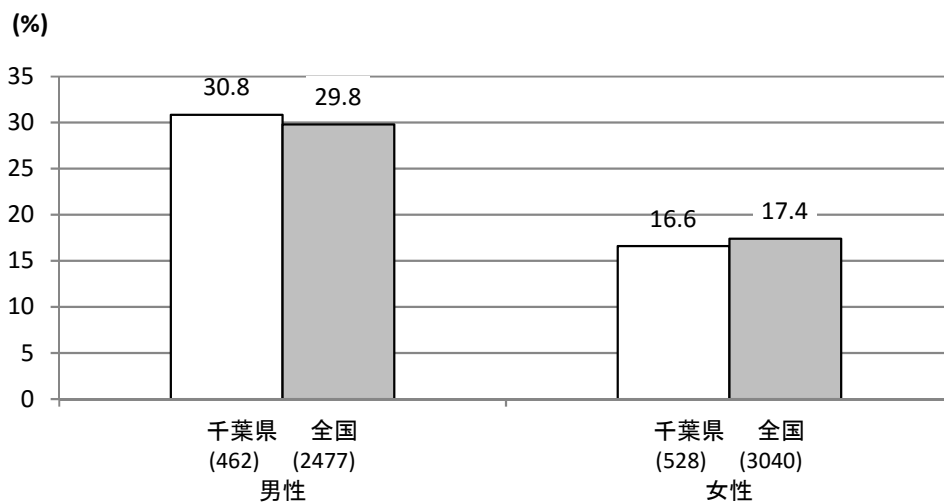


図 2-3 肥満者の割合、全国値比較(20 歳以上、性別、年齢調整値)



※全国:平成27年国民健康・栄養調査より

図 2-4 肥満者の割合
(20～69 歳、男性、年齢調整値)

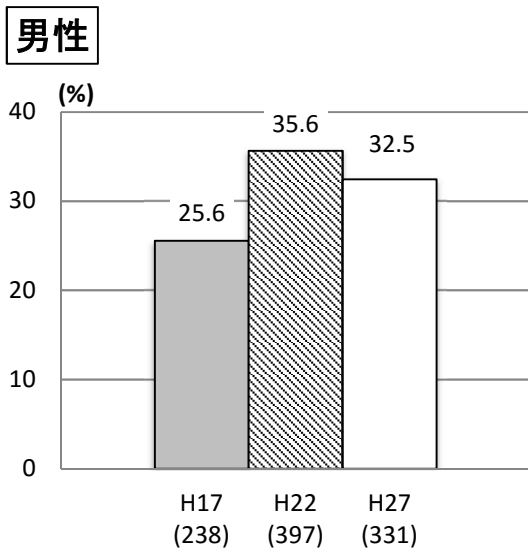


図 2-5 肥満者の割合
(40～69 歳、男性、年齢調整値)

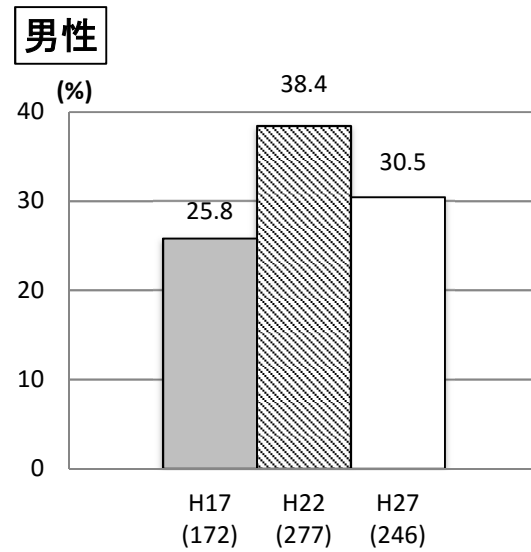


図 2-6 肥満者の割合
(40～69 歳、女性、年齢調整値)

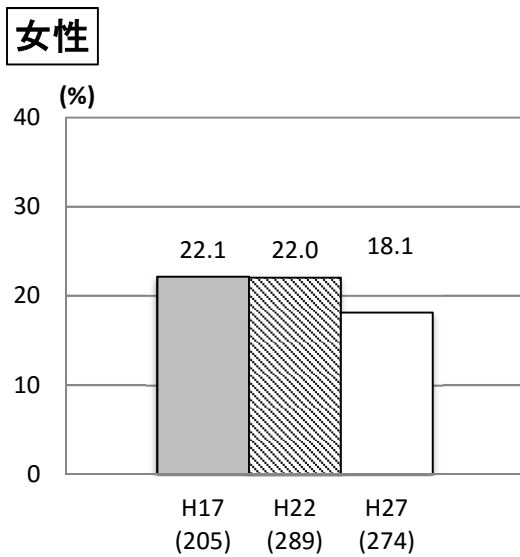


図 3 やせの割合
(20～29 歳、女性、年齢調整値)

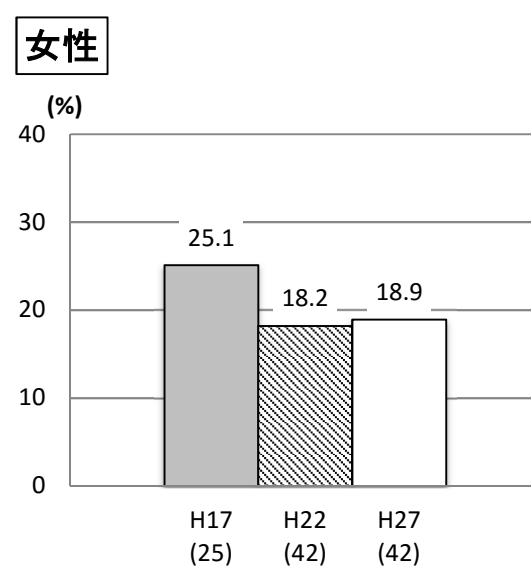
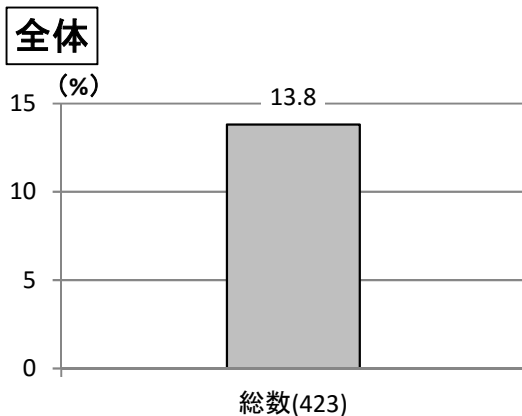


図 4 低栄養傾向 (BMI ≤ 20kg/m²) の高齢者の割合 (65 歳以上、男女計)



2. 体重の増減の状況

この1年間に体重が3kg以上増加した者は男性14.5%、女性14.7%であり、男女ともに30歳代で高く、男性24.3%、女性29.2%である。

この1年間に体重が3kg以上減少した者は男性9.1%、女性10.3%である。

図5-1 この1年間に体重が3kg以上増加したと回答した者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 この1年間に体重が3kg以上増加しましたか。]

全体

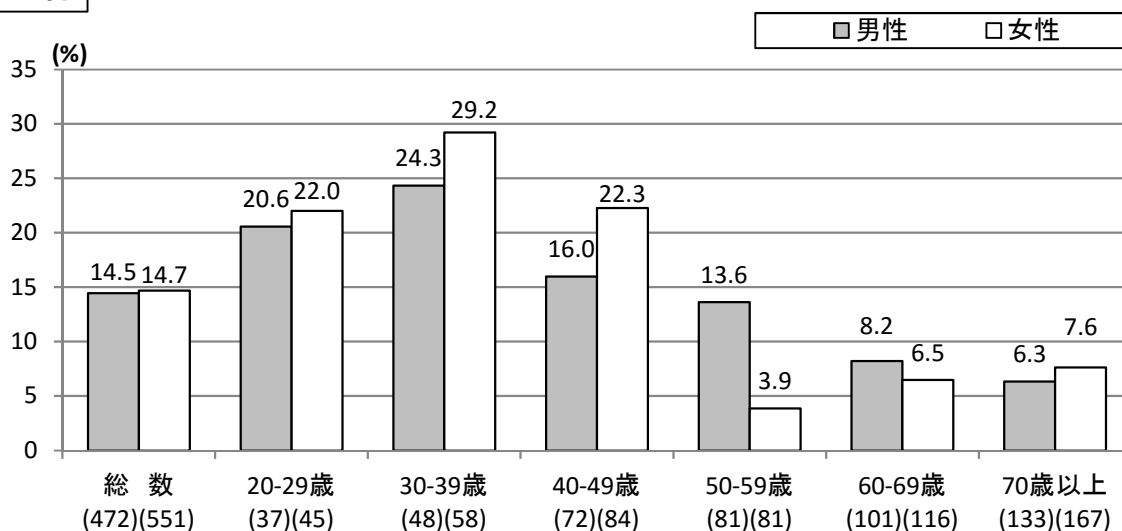
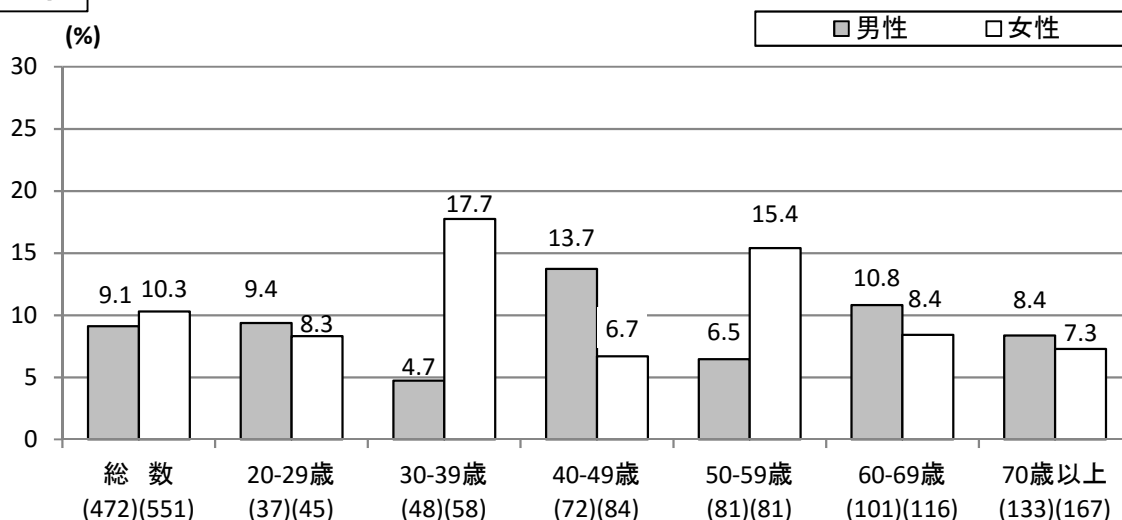


図5-2 この1年間に体重が3kg以上減少したと回答した者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 この1年間に体重が3kg以上減少しましたか。]

全体



(2) 栄養・食生活に関する状況

1. 朝食欠食状況

調査を実施した日に朝食を欠食した者の割合は、男性 13.3%、女性 10.3%である。年齢別にみると、欠食する者の割合が高いのは、30歳代男性 23.2%、40歳代男性 21.0%、20歳代女性 22.4%、40歳代女性 22.8%である。

図 6-1 朝食欠食状況(20歳以上、性・年齢階級別)

※栄養摂取状況調査より。調査を実施した日(特定の1日)における朝食を欠食した割合

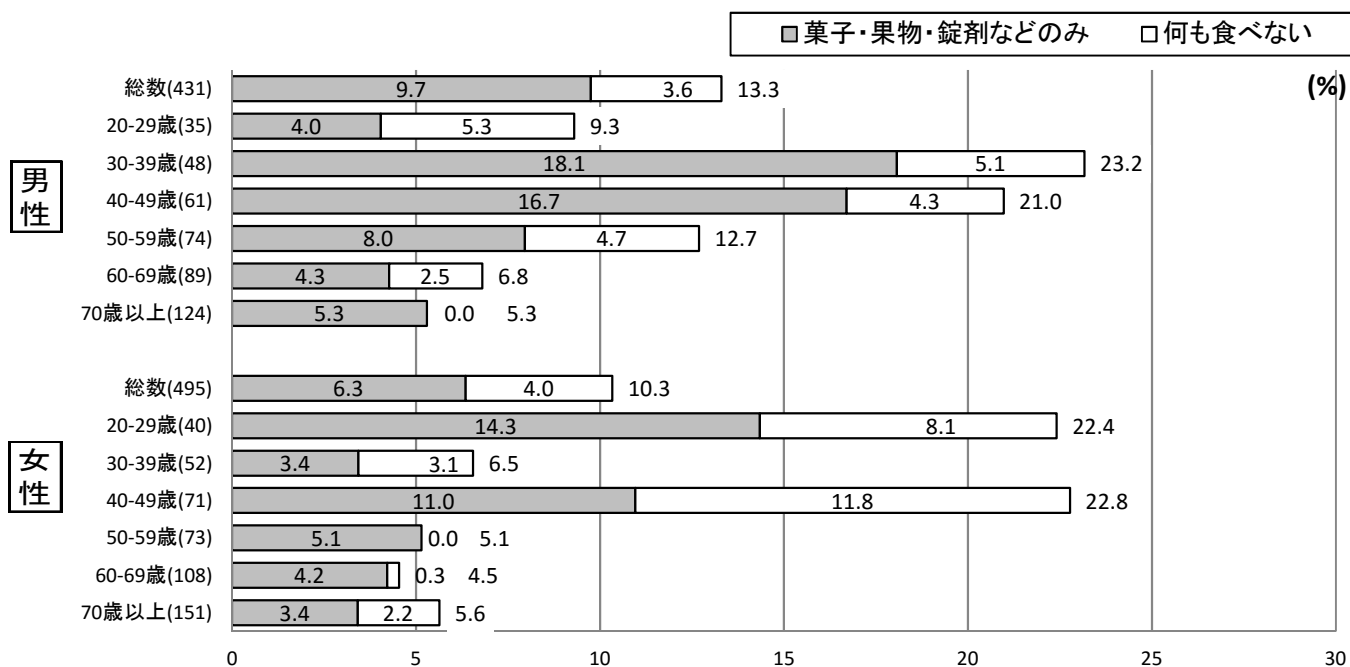
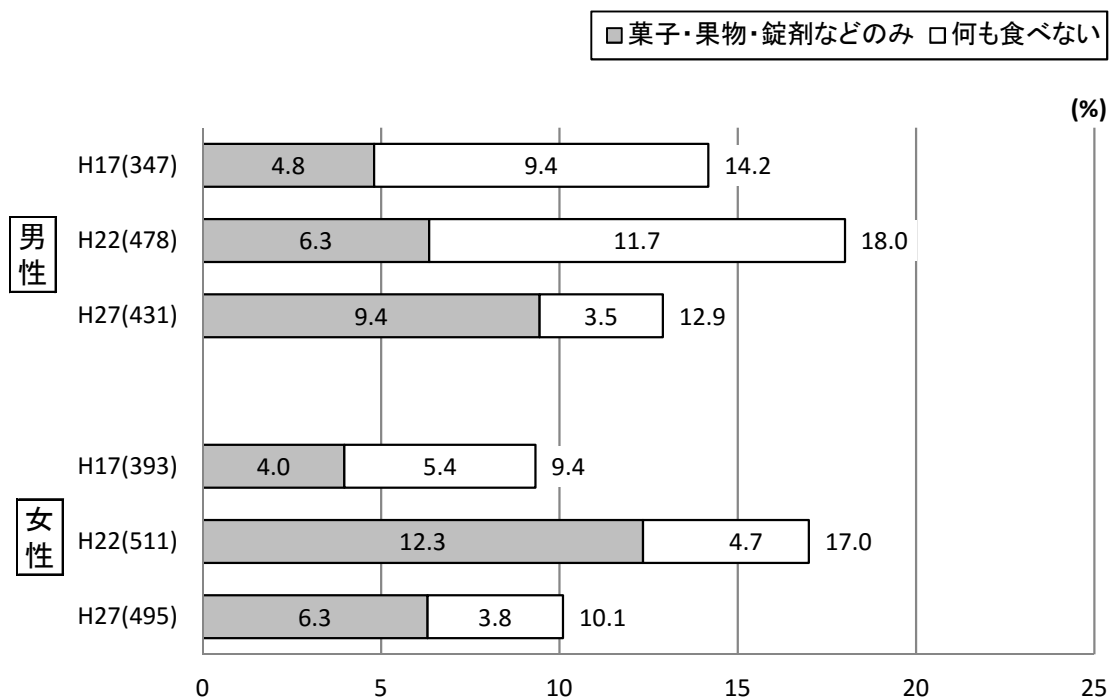


図 6-2 朝食欠食状況 年次推移(20歳以上、性別、年齢調整値)

※栄養摂取状況調査より。調査を実施した日(特定の1日)における朝食を欠食した割合



習慣的に朝食を欠食している者（週2日以上食べない者）は、男性24.9%、女性15.2%である。
 欠食している者の割合は男女ともに20歳代で最も高く、男性50.8%、女性37.8%である。
 平成22年調査に比べ、ほとんど毎日食べている者の割合は、男女ともにほぼ横ばいである。

図 7-1 朝食欠食状況(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 あなたはふだん朝食を食べますか。]※習慣的な朝食の摂取状況に関する設問の結果。

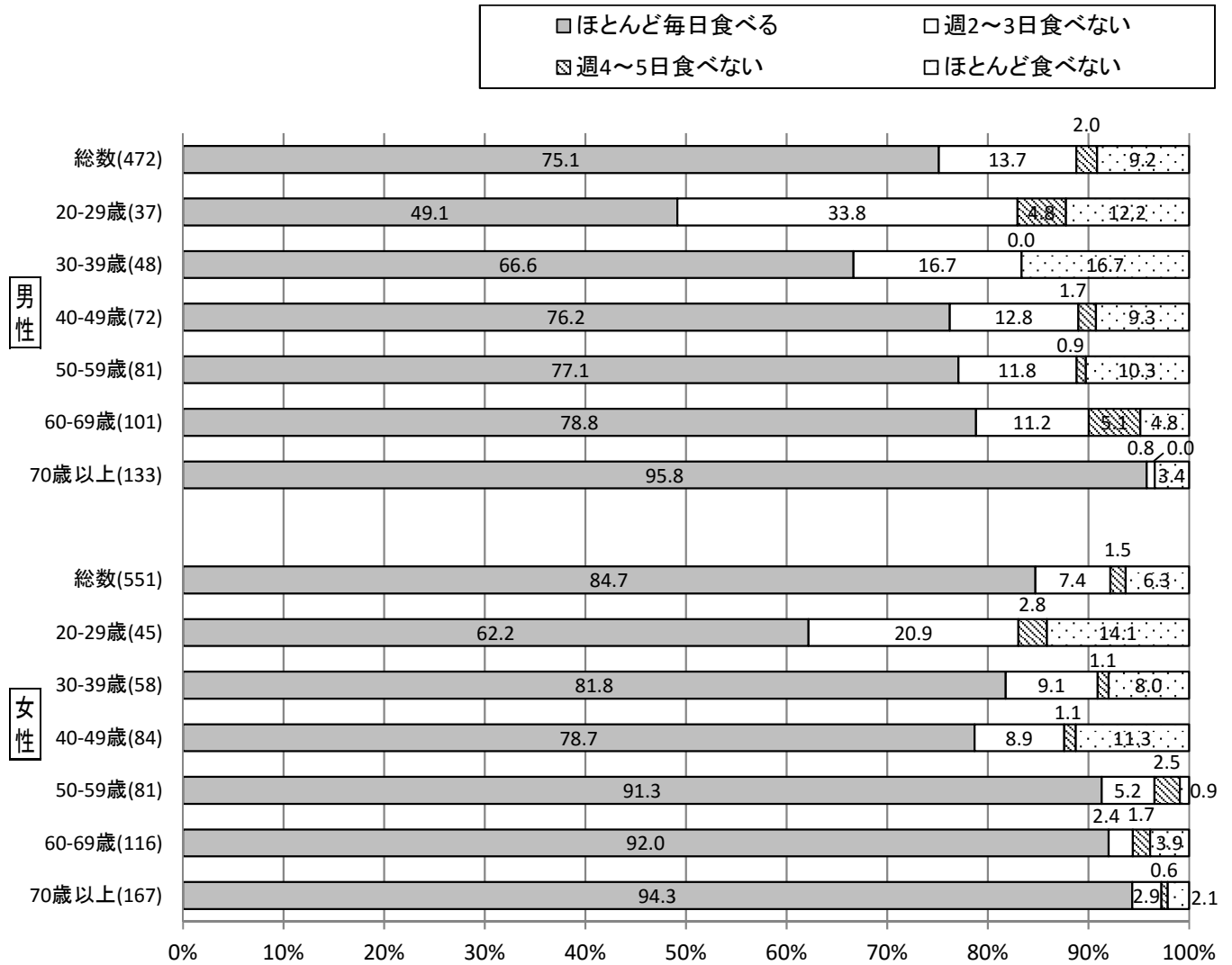
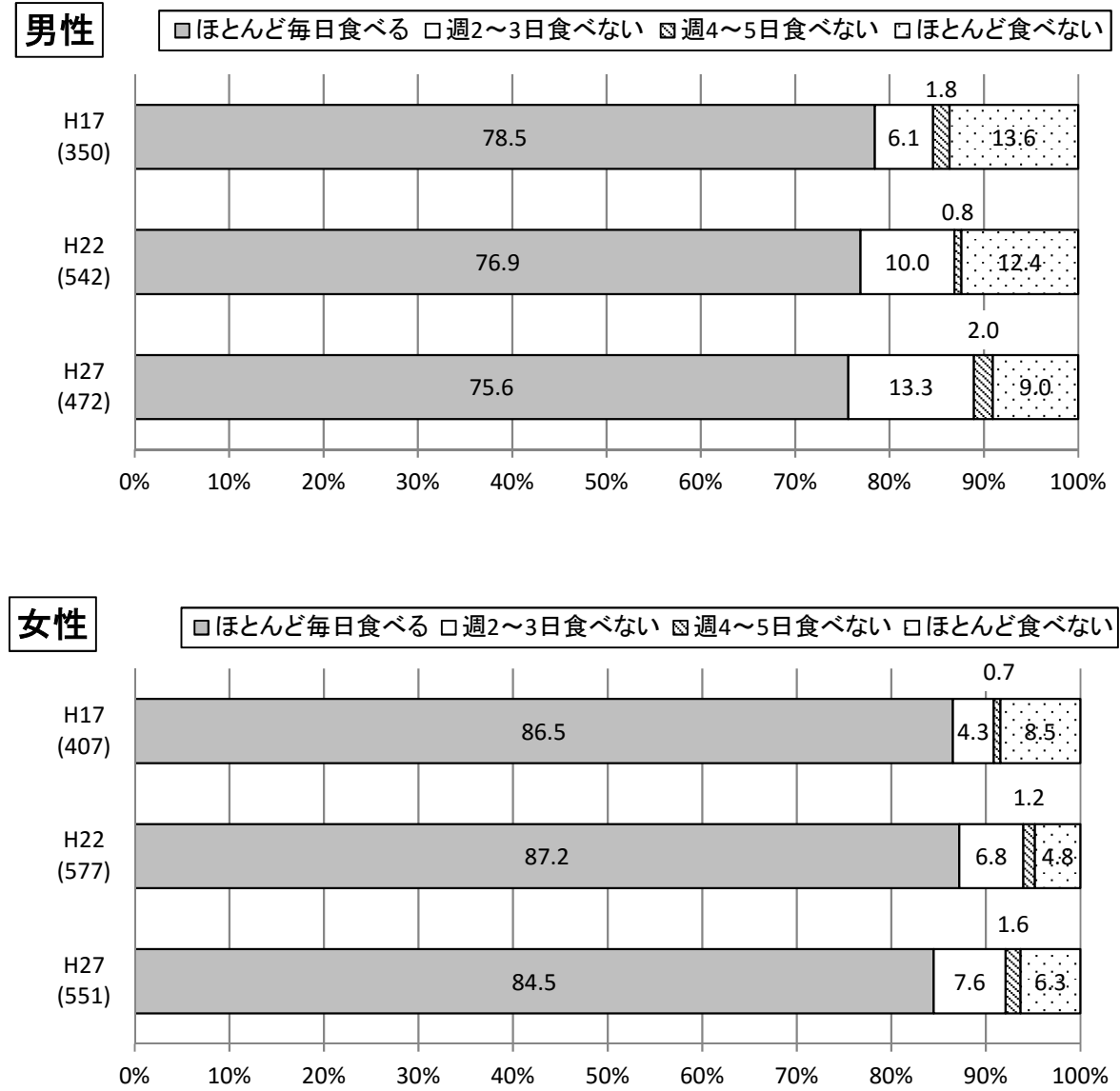


図 7-2 朝食欠食状況、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)※習慣的

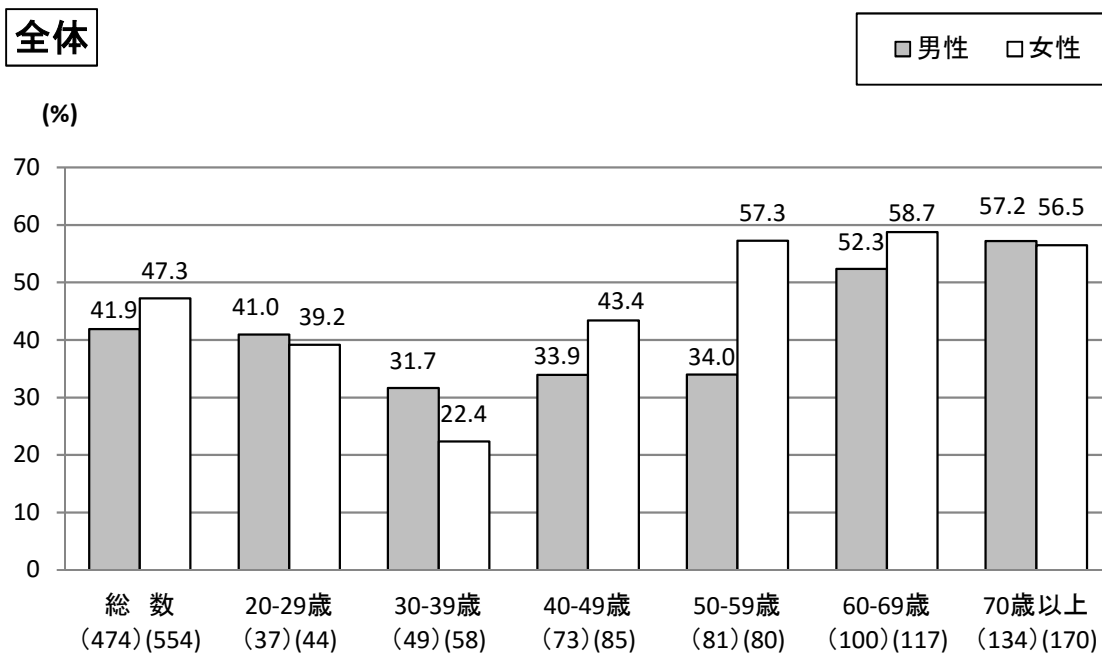


2. 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事の状況

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日と回答した者の割合は、男性41.9%、女性47.3%である。男女ともに30歳代で最も低く、男性31.7%、女性22.4%である。

図8 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上、ほぼ毎日と回答した者の割合
(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 あなたは、主食(ごはん、パン、麺類などの料理)、主菜(魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理)、副菜(野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理)の3つを組み合わせて食べるのが1日2回以上あるのは週に何日ありますか。]

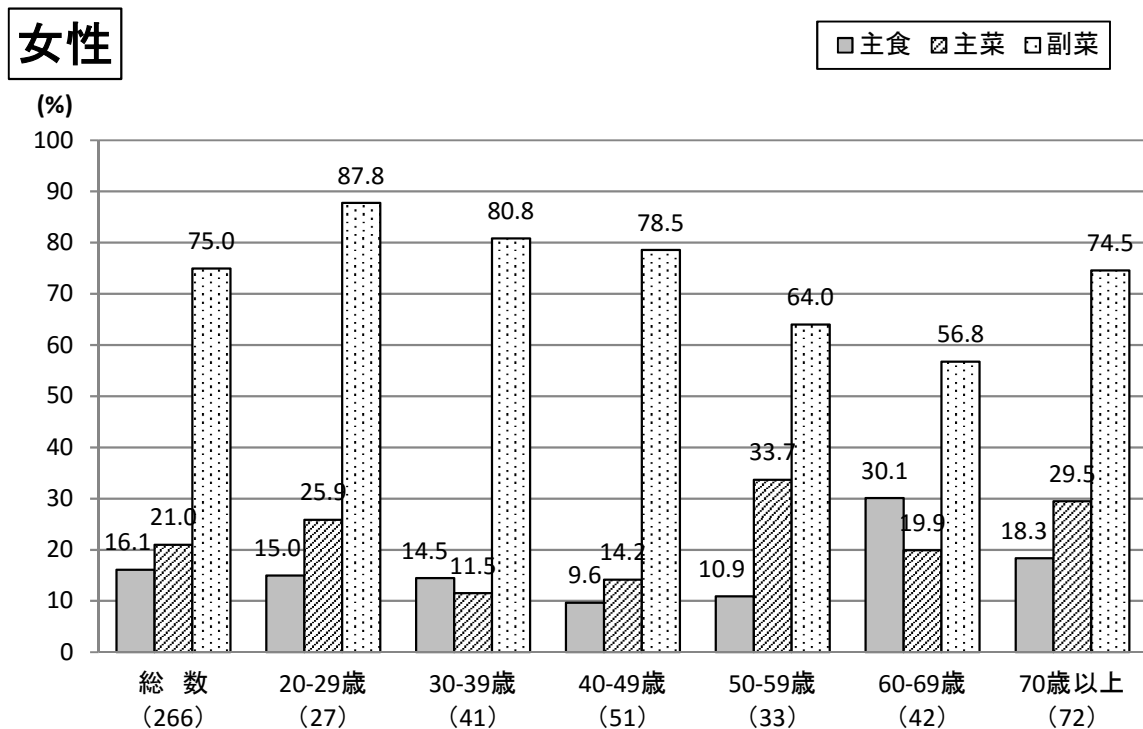
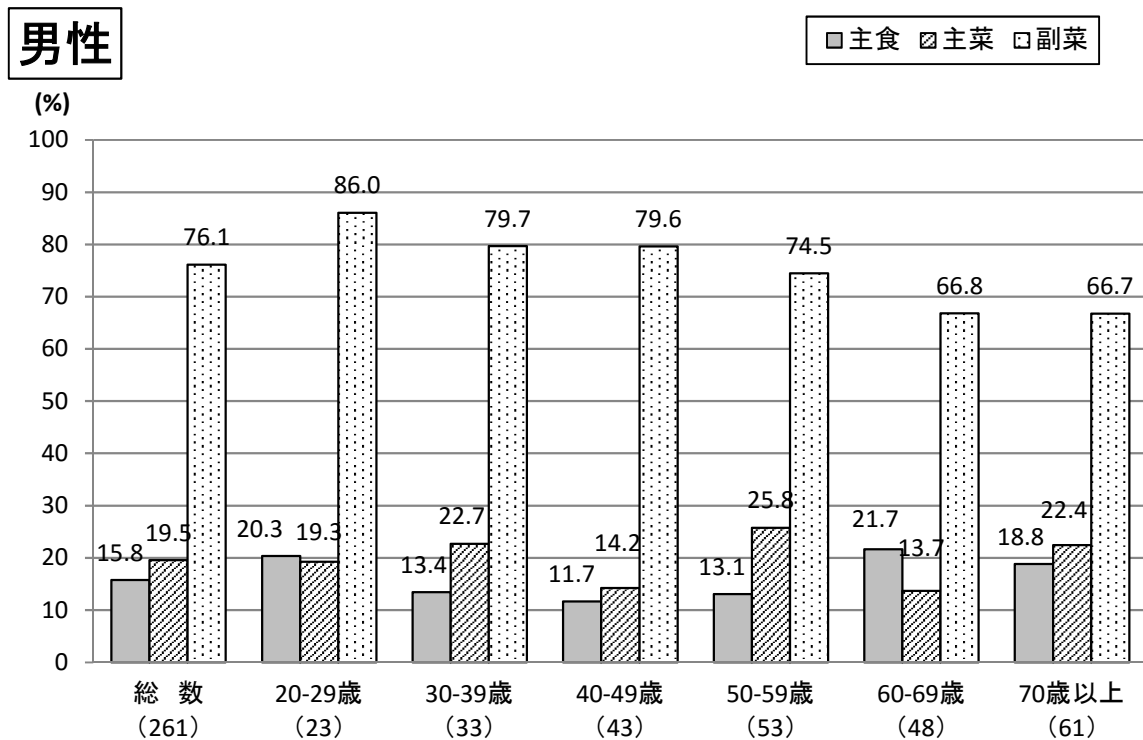


3. 主食・主菜・副菜のうち組み合わせて食べられないもの

主食・主菜・副菜のうち、組み合わせて食べられないものは、男女共に副菜が最も高く、男性 76.1%、女性 75.0%である。若い世代ほど、その傾向にある。

図9 主食・主菜・副菜のうち組み合わせて食べられないものの割合(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 主食・主菜・副菜のうち、組み合わせて食べられないのはどれですか。※複数回答]



4. 野菜摂取量

野菜摂取量の平均値は男性 317.6g、女性 299.2g である。男女ともに 30 歳代で最も少なく、男性 247.2g、女性 225.4g である。男性の野菜摂取量は平成 22 年調査に比べ有意に増加している。

図 10-1 野菜摂取量の平均値(20 歳以上、性・年齢階級別)

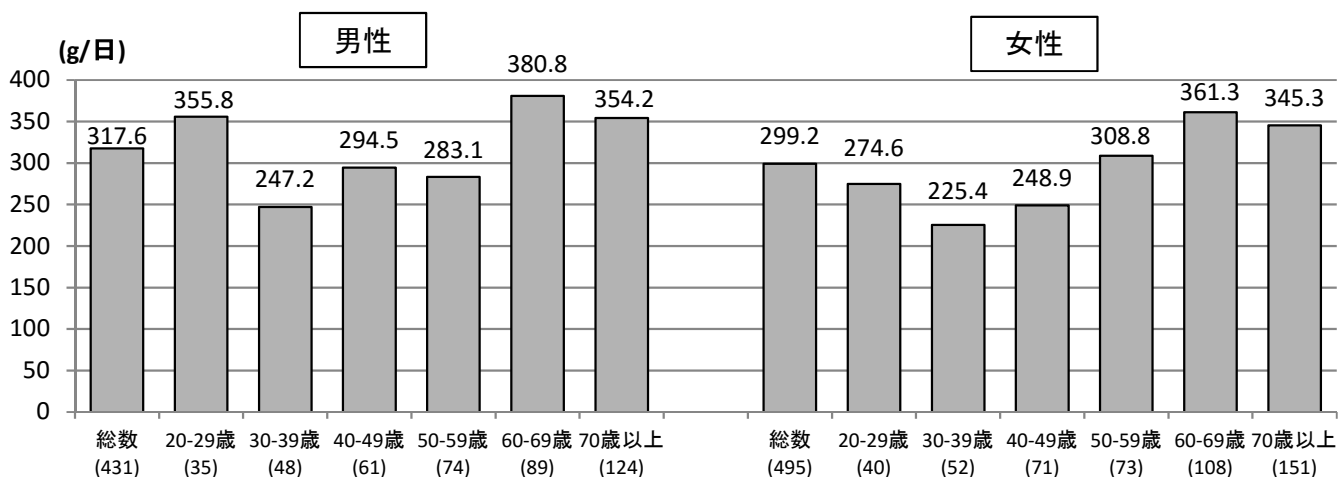


図 10-2 野菜摂取量の平均値、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

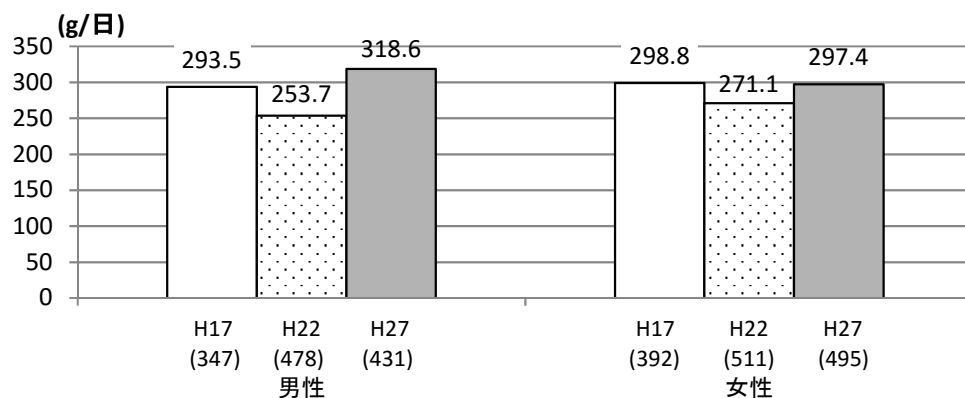
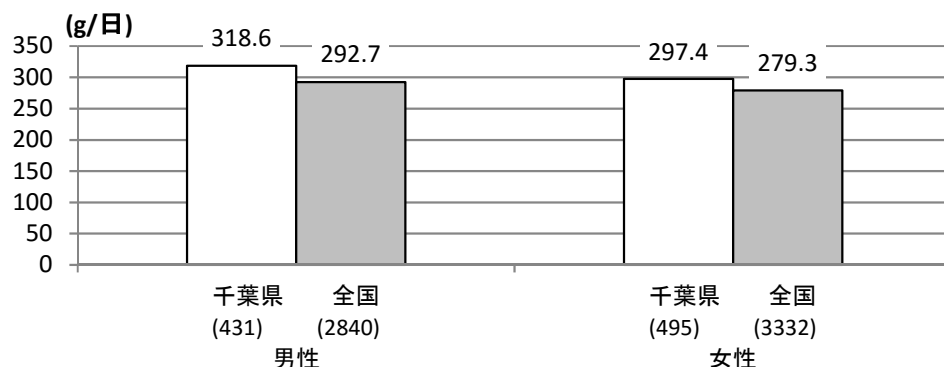


図 10-3 野菜摂取量の全国値との比較(20 歳以上、性別、年齢調整値)

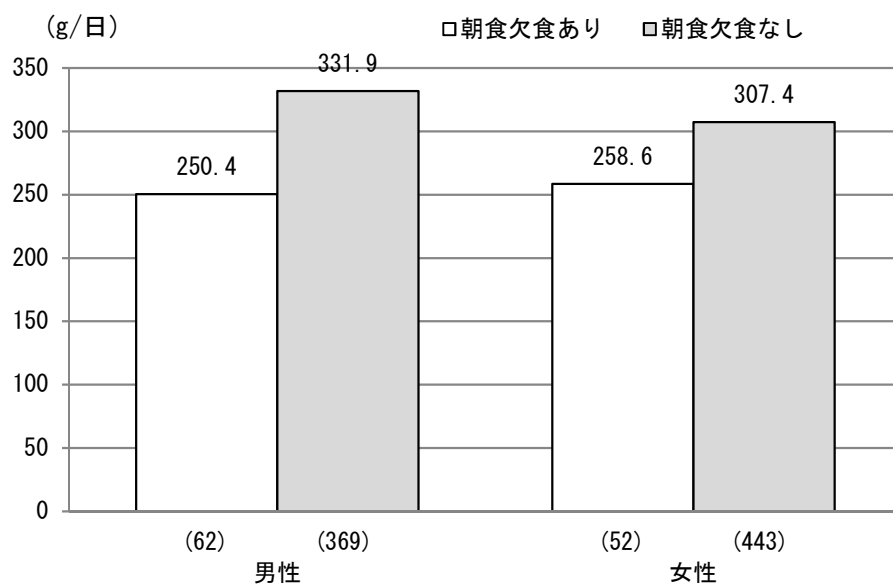


※全国:平成27年国民健康・栄養調査より

5. 朝食欠食の有無別野菜摂取量

男女共に、朝食欠食者の野菜摂取量は、朝食喫食者に比べて少ない。

図 11 朝食欠食の有無別野菜摂取量の平均値(20歳以上、性別)



※朝食欠食の状況は栄養摂取状況調査の結果を用いている(調査を実施した日(特定の1日)における朝食の結果)

6. 食塩摂取量

食塩摂取量の平均値は男性 11.0g、女性 9.4g である。摂取量は男女ともに年々減少しつつあるが、平成 22 年調査に比べ、男女ともにほぼ横ばいである。

図 12-1 食塩摂取量の平均値(20 歳以上、性・年齢階級別)

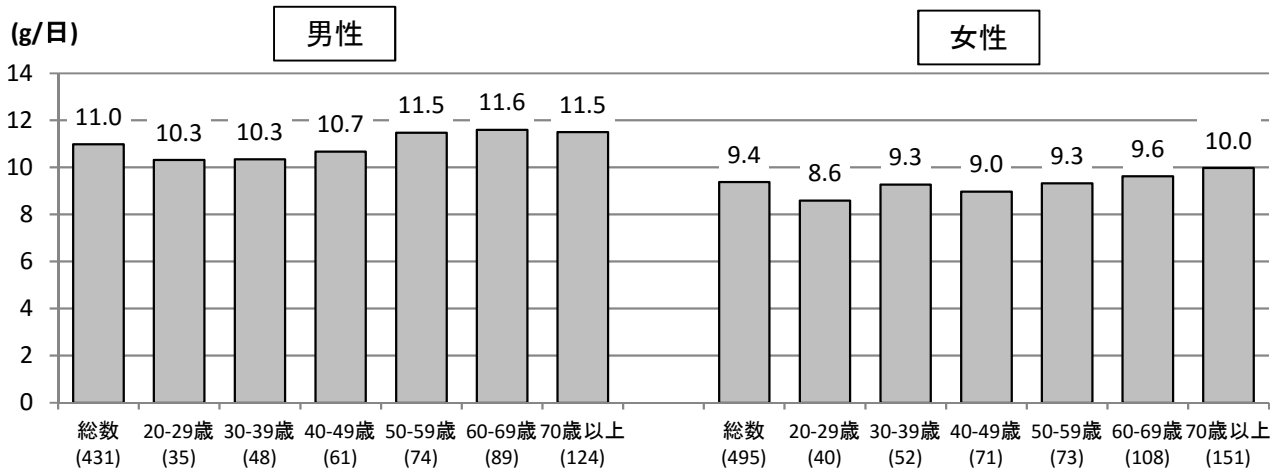


図 12-2 食塩摂取量の平均値、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

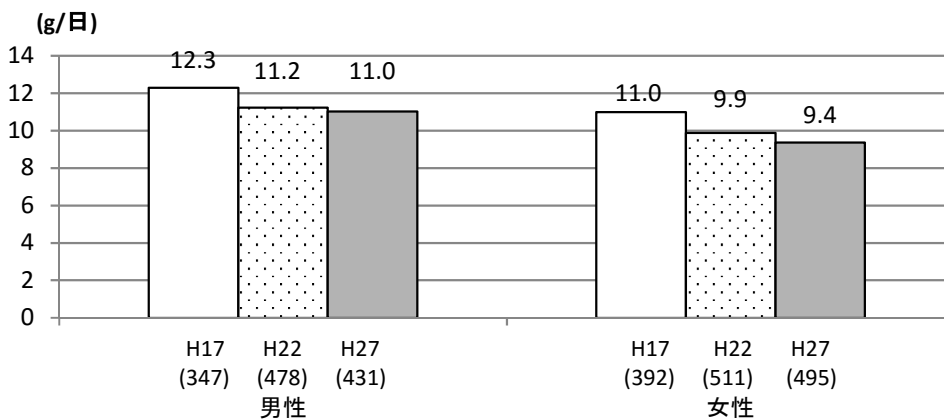
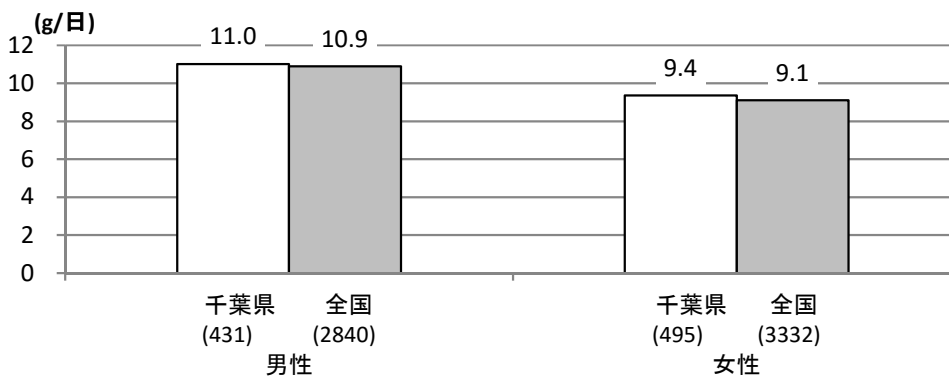


図 12-3 食塩摂取量の全国値との比較(20 歳以上、性別、年齢調整値)

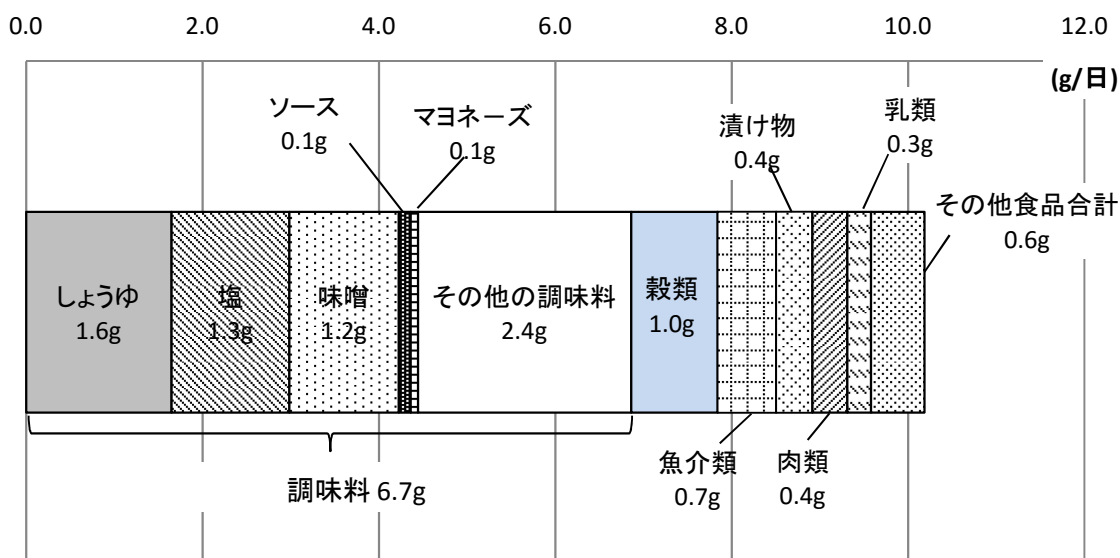


※全国:平成27年国民健康・栄養調査より

食品群別食塩摂取量をみると、調味料から食塩を約7割摂取している。食塩摂取量の多い人は、調味料から男性は約8~9g、女性は約7~8gを摂取している。男女ともに、魚介類と漬物からの摂取量は年齢とともに増える傾向にある。

※図 12-4 から図 12-11 は、食塩を多くとっている食品の状況をより詳しく把握するために、実際の食塩摂取量とその割合の両方を掲載している。

図 12-4 食品群別食塩摂取量(g) (20歳以上、男女計)



摂取量平均値10.2g(926)

注) 保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整する重み付けと県の実際の H27 人口構成に合わせるための重み付けをした値

図 12-5 食品群別食塩摂取量の割合 (%) (20歳以上、男女計)

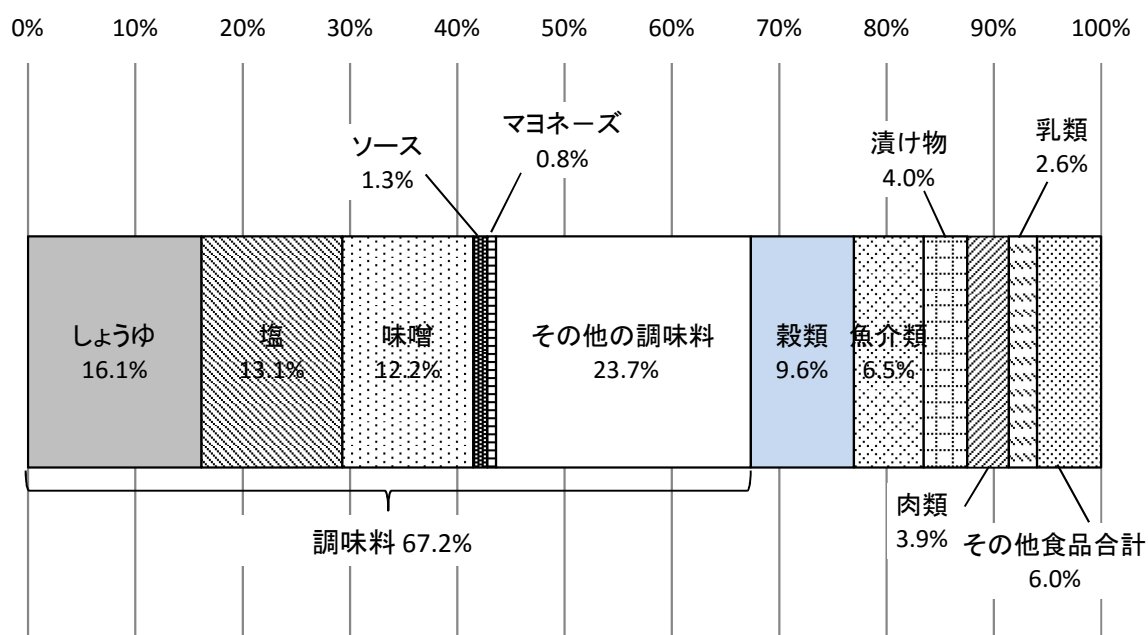
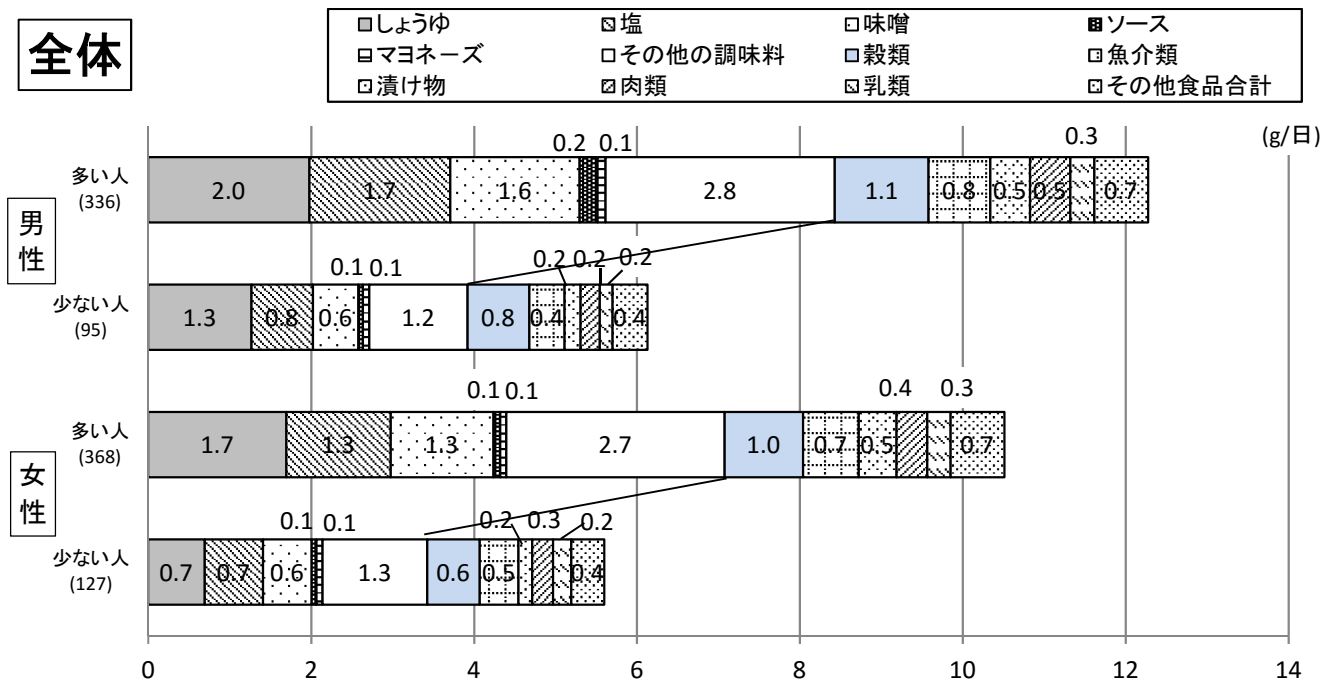


図 12-6 食品群別食塩摂取量(g) (20歳以上、摂取量別)

※男性 多い:8g以上/少ない:8g未満、女性 多い:7g以上/少ない:7g未満

(日本人の食事摂取基準 2015 食塩摂取量の目標量により群分け)



注) 保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整する重み付けと県の実際の H27 人口構成に合わせるための重み付けをした値

図 12-7 食品群別食塩摂取量の割合 (%) (20歳以上、摂取量別)

※男性 多い:8g以上/少ない:8g未満、女性 多い:7g以上/少ない:7g未満

(日本人の食事摂取基準 2015 食塩摂取量の目標量により群分け)

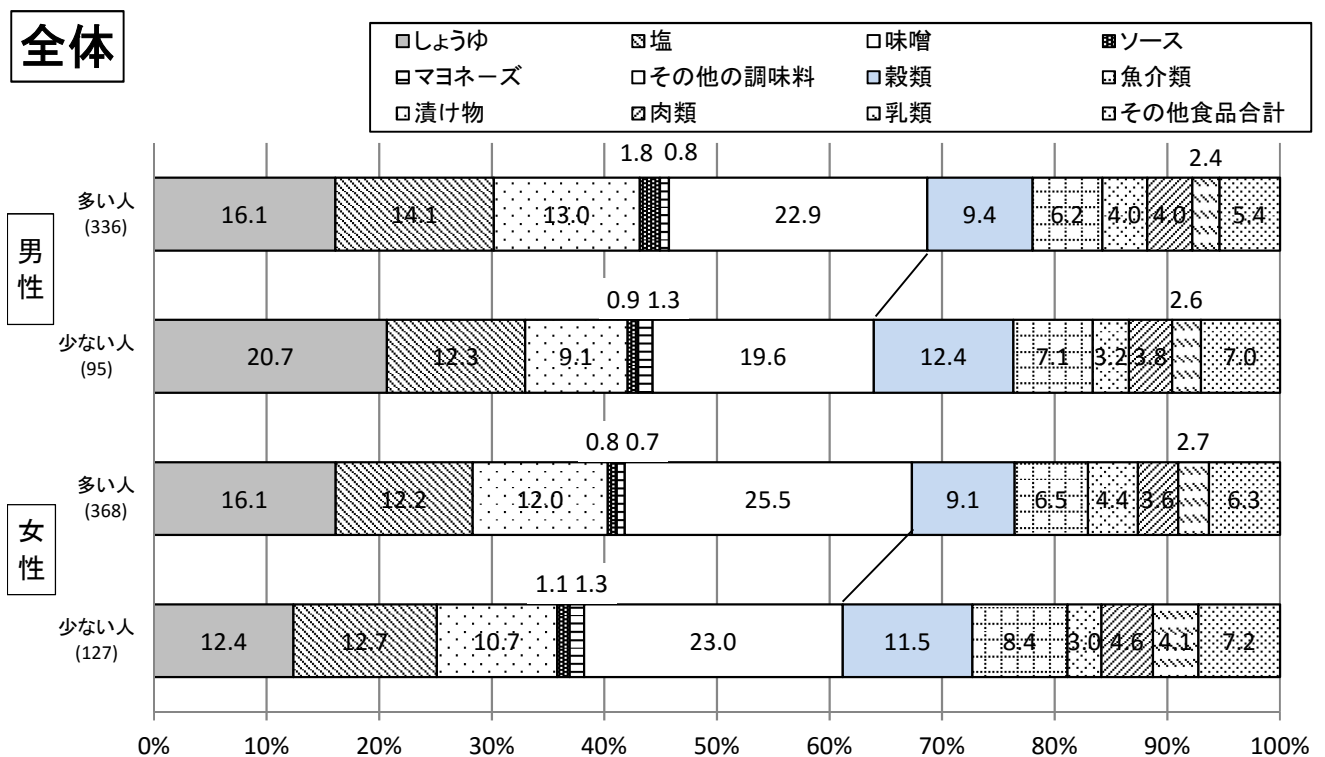
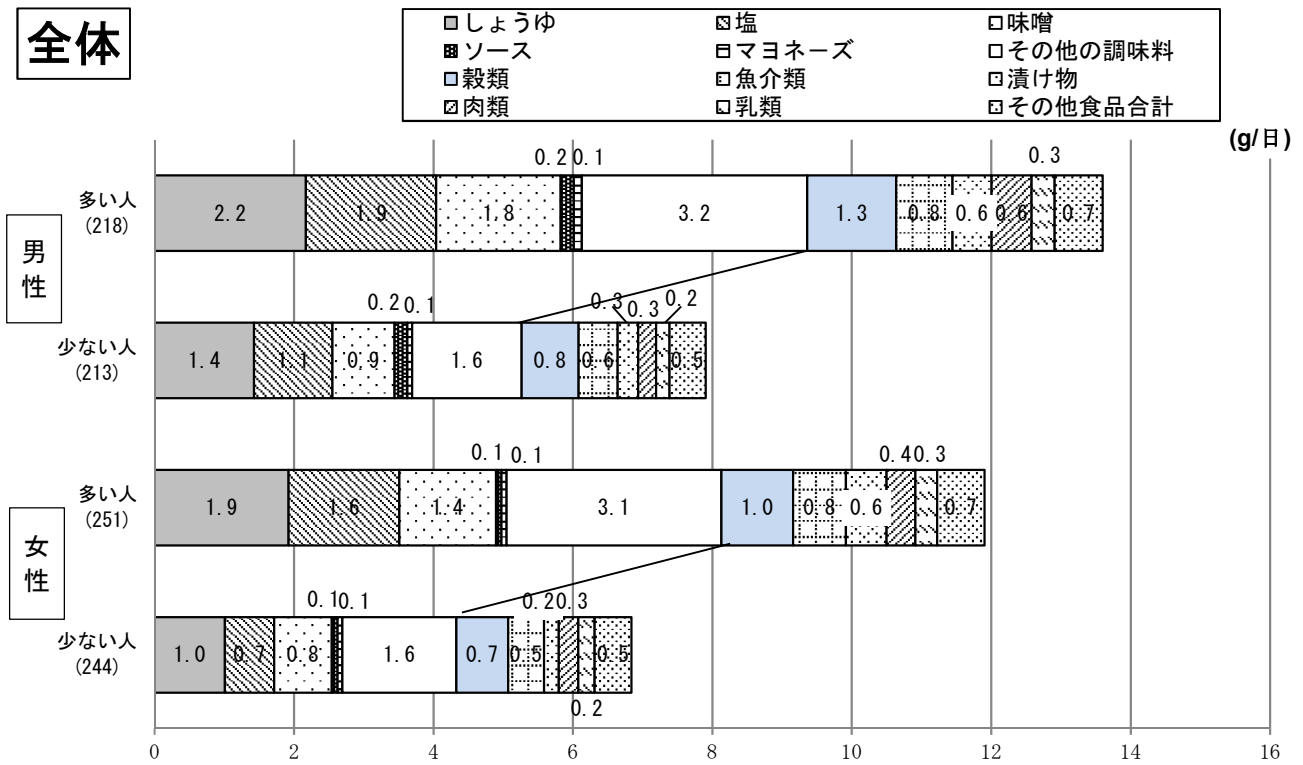


図 12-8 食品群別食塩摂取量(g) (20 歳以上、中央値別)

※中央値: 男性 10.5g 以上/未満で二区分、女性 8.9g 以上/未満で二区分



注) 保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整する重み付けと県の実際の H27 人口構成に合わせるための重み付けをした値

図 12-9 食品群別食塩摂取量の割合 (%) (20 歳以上、中央値別)

※中央値: 男性 10.5g 以上/未満で二区分、女性 8.9g 以上/未満で二区分

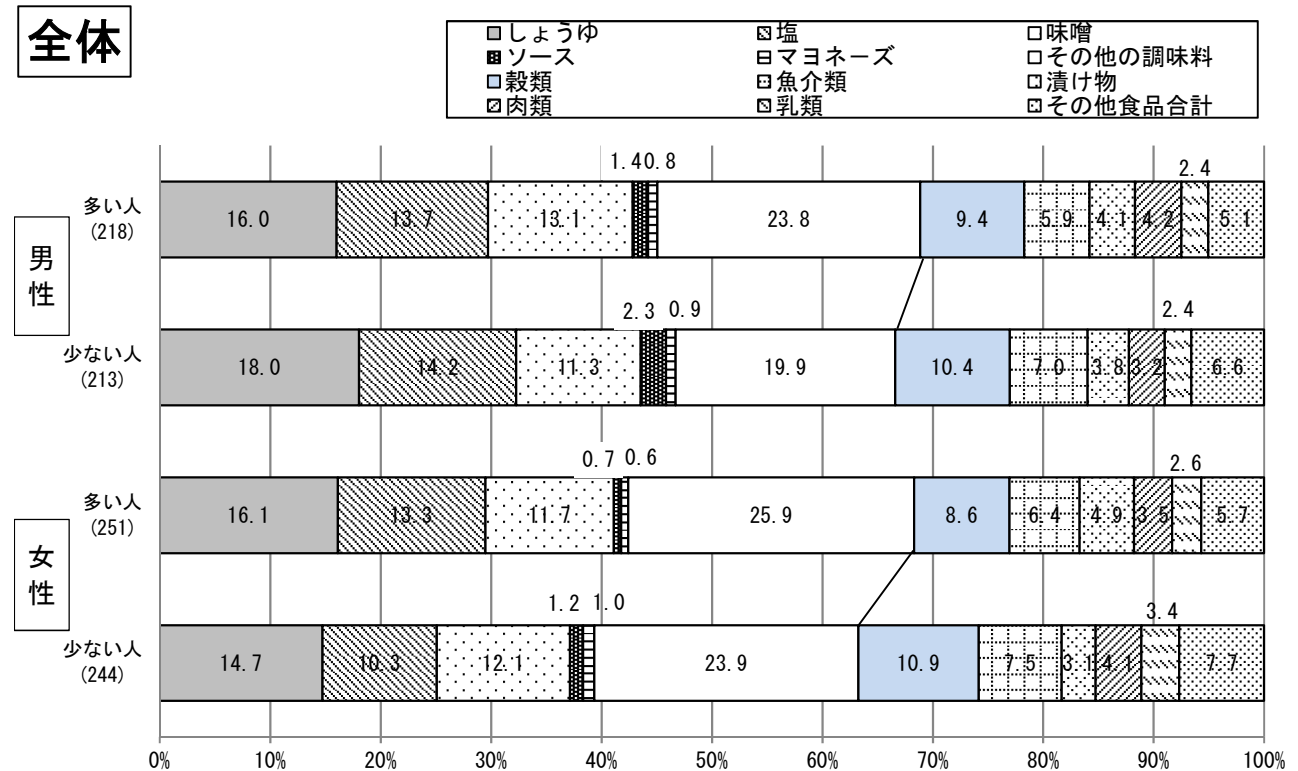
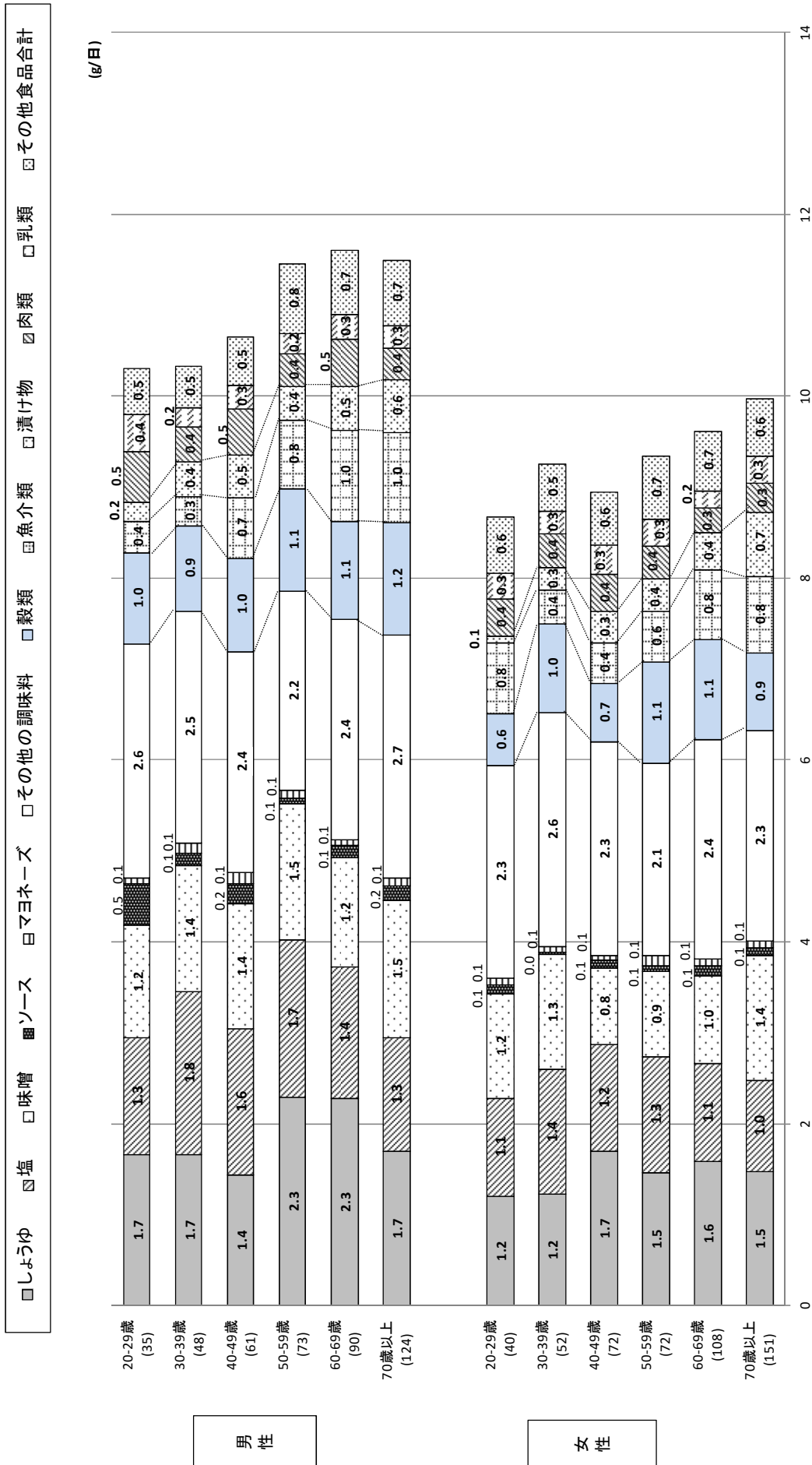


図 12-10 食品群別食塩摂取量 (g) (20 歳以上、性・年齢階級別)

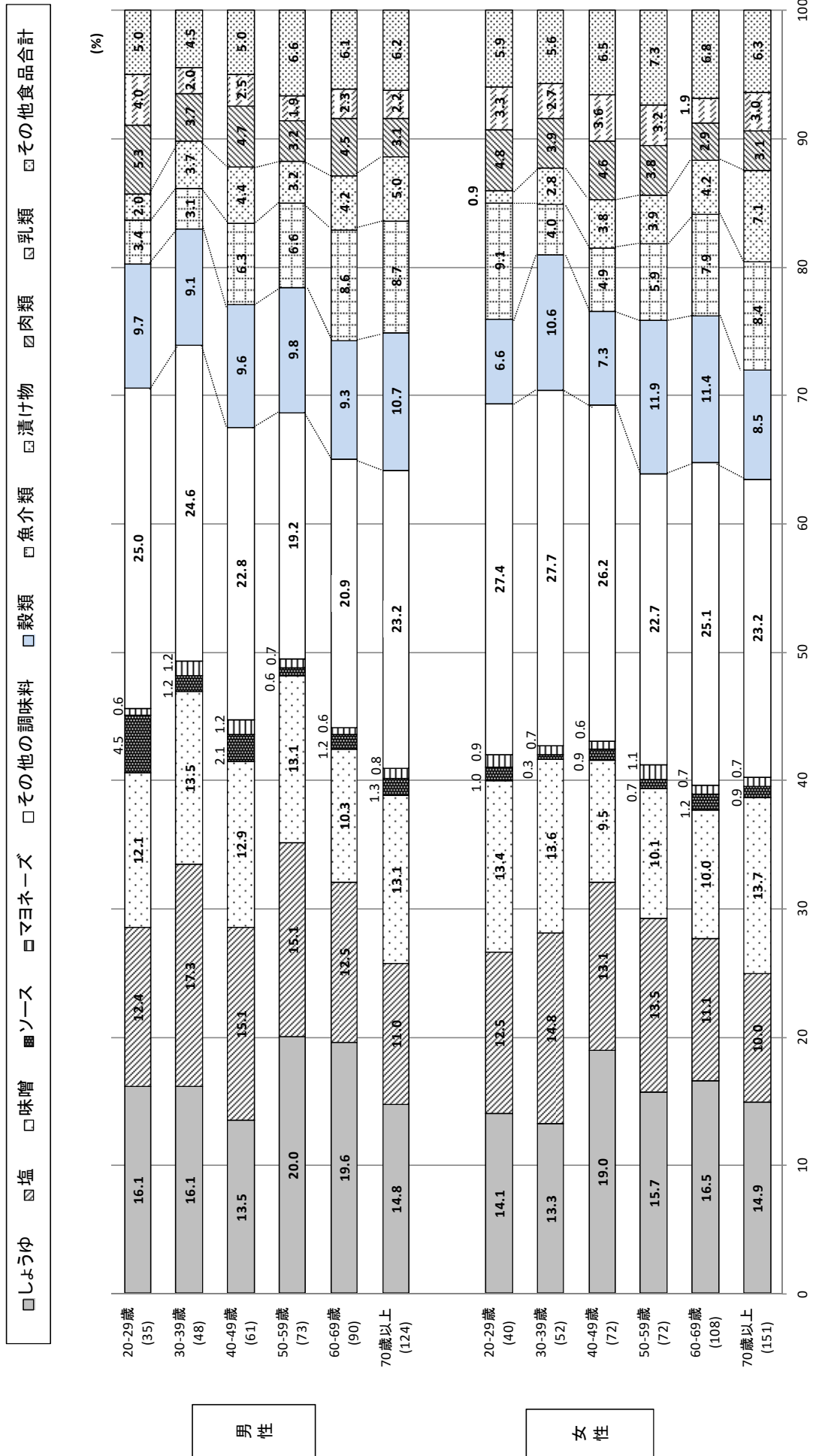
食塩摂取量(g)



注) 保健所別に抽出率の逆数で重み付け (保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整するため) をした値

図 12-11 食品群別食塩摂取量の割合(%) (20歳以上、性・年齢階級別)

食塩摂取量(%)



(3) 身体活動・運動に関する状況

1. 運動習慣者の状況

運動習慣のある者の割合は男性 35.4%、女性 29.1%である。男女ともに 30 歳代で運動習慣のある者の割合が最も低く、男性 6.5%、女性 14.9%である。平成 22 年調査に比べ、男女ともに運動習慣のある者の割合は有意に増加している。

図 13-1 運動習慣のある者の割合(20 歳以上、性・年齢階級別)

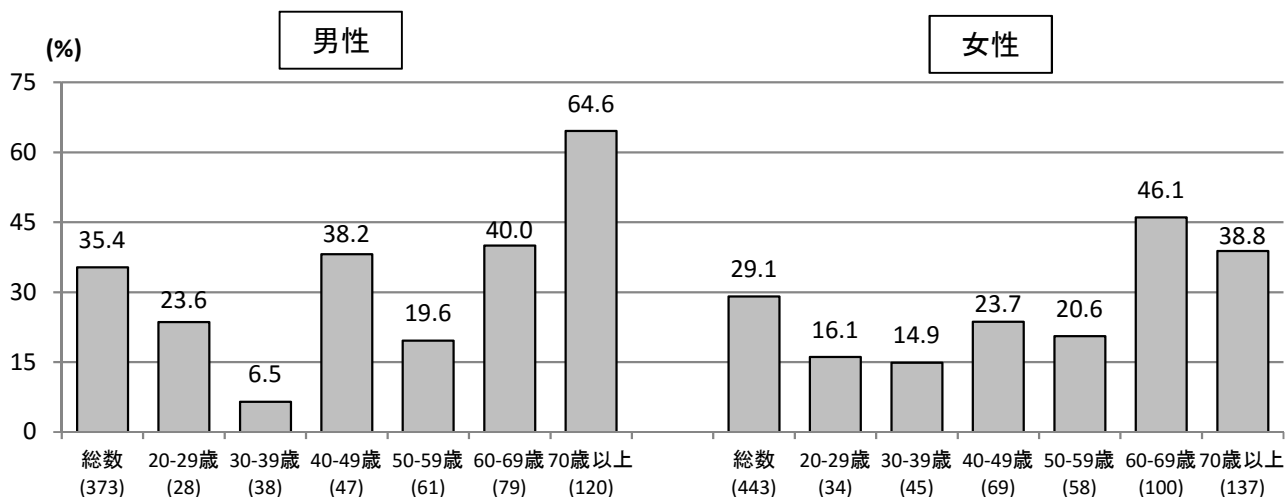


図 13-2 運動習慣のある者の割合、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

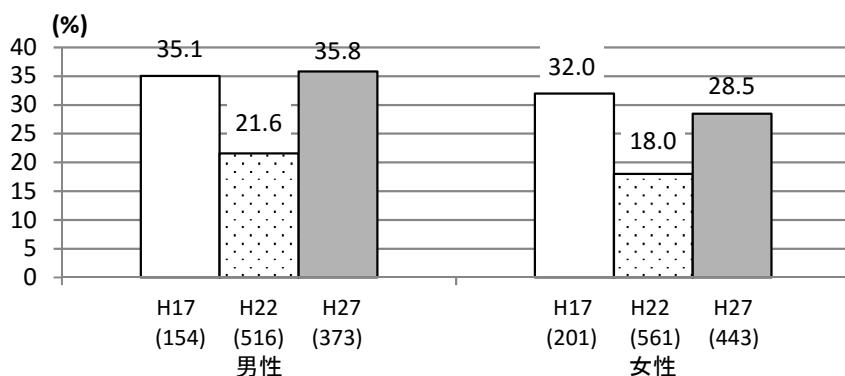
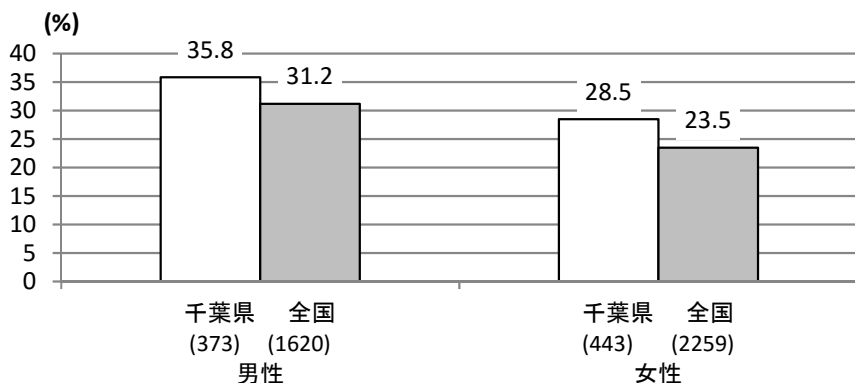


図 13-3 運動習慣のある者の割合、全国値との比較(20 歳以上、性別、年齢調整値)



※全国:平成27年国民健康・栄養調査より

※運動習慣がある者:1回30分以上、週2日以上、1年間以上継続して運動している者

2. 歩行数の状況

歩行数の平均値は男性 8015 歩、女性 7521 歩である。平成 22 年調査に比べ、男性はほぼ横ばい、女性は有意に増加している。

図 14-1 歩行数の平均値(20 歳以上、性・年齢階級別)

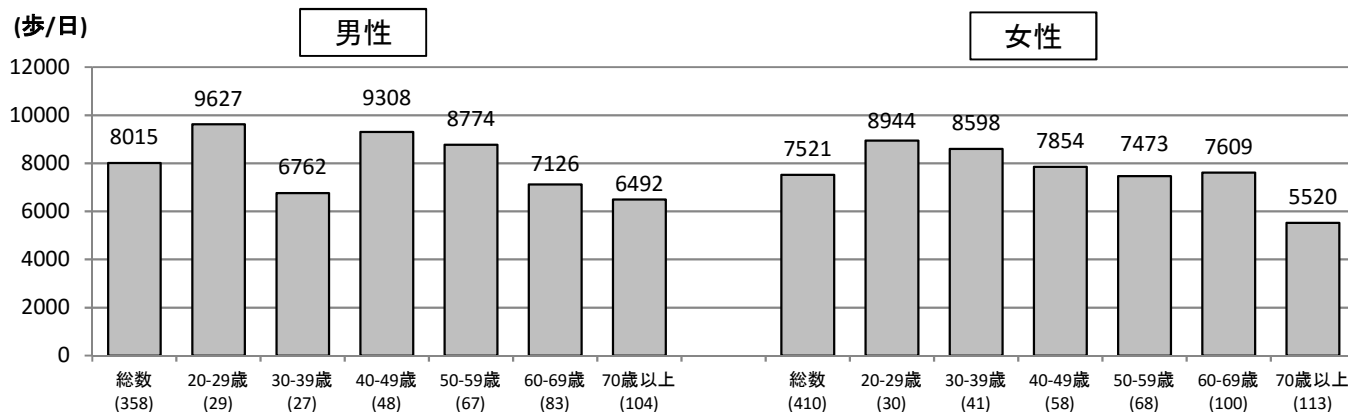


図 14-2 歩行数の平均値 年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

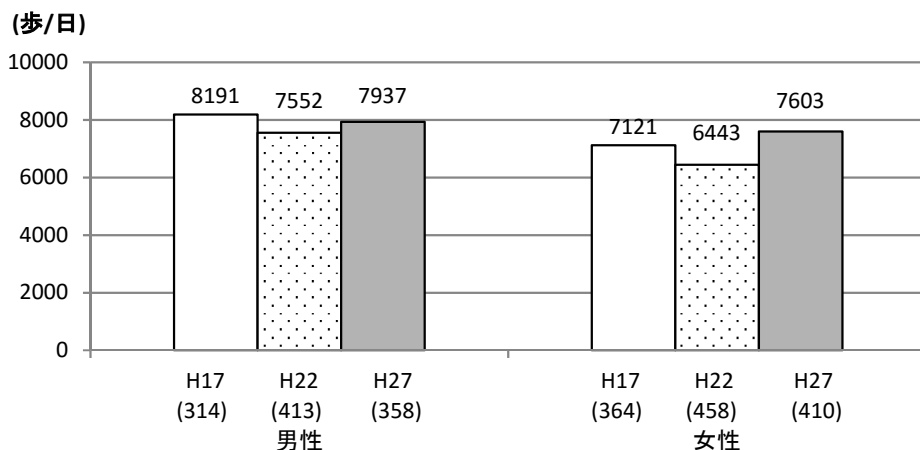
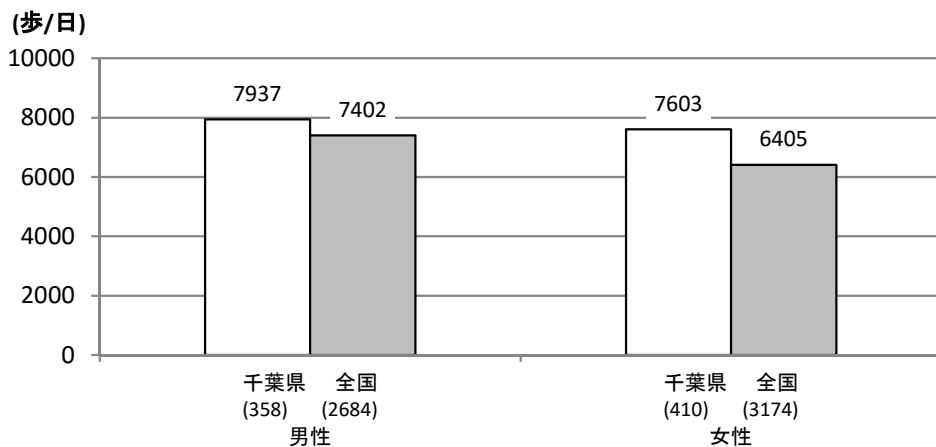


図 14-3 歩行数の平均値と全国値との比較(20 歳以上、性別、年齢調整値)



※全国:平成27年国民健康・栄養調査より

(4) 飲酒に関する状況

1. 飲酒の状況

飲酒習慣のある者の割合は男性 31.6%、女性 7.6%である。男性は 40 歳代で 49.0%、50 歳代で 49.1%、女性は 40 歳代で 21.2%と高くなっている。

生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合は、男性 11.4%、女性 7.9%である。男性は 50 歳代で高く 21.5%、女性は 40 歳代で高く 21.2%である。

平成 22 年調査に比べ、男性は生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者の割合が有意に減少した。

図 15-1 飲酒習慣のある者の割合(20 歳以上、性・年齢階級別)

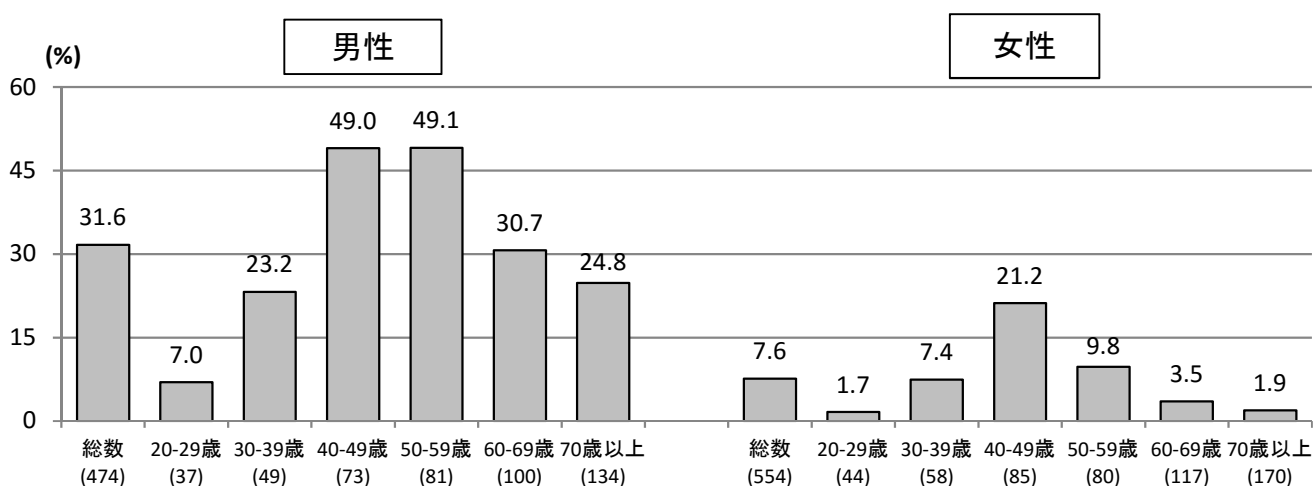
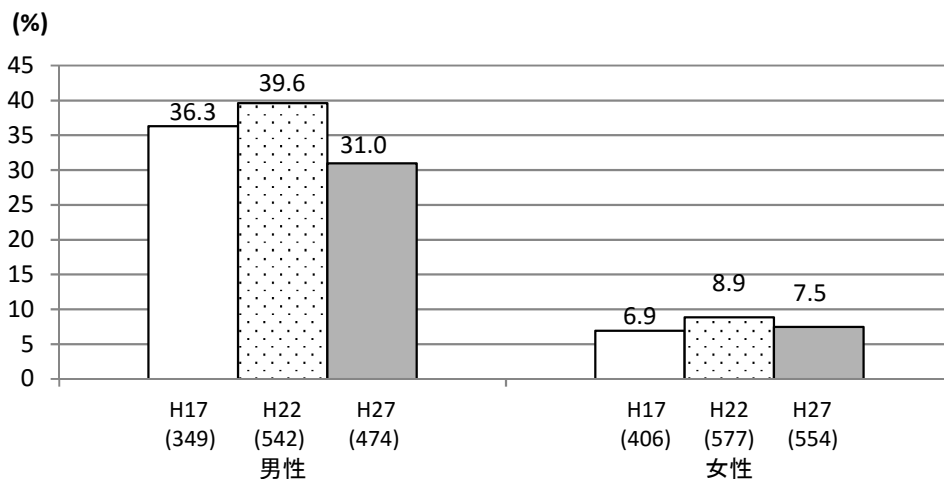


図 15-2 飲酒習慣のある者の割合、年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)



※飲酒習慣のある者:週 3 日以上、飲酒日 1 日あたり1合以上飲酒すると回答した者

清酒 1 合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。

ビール・発泡酒中瓶 1 本 (約 500ml)、焼酎 20 度 (135ml)、焼酎 25 度 (110ml)、

焼酎 35 度 (80ml)、チューハイ 7 度 (350ml)、ウイスキーダブル 1 杯 (60ml)、ワイン 2 杯 (240ml)

図 15-3 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合(20歳以上、性・年齢階級別)

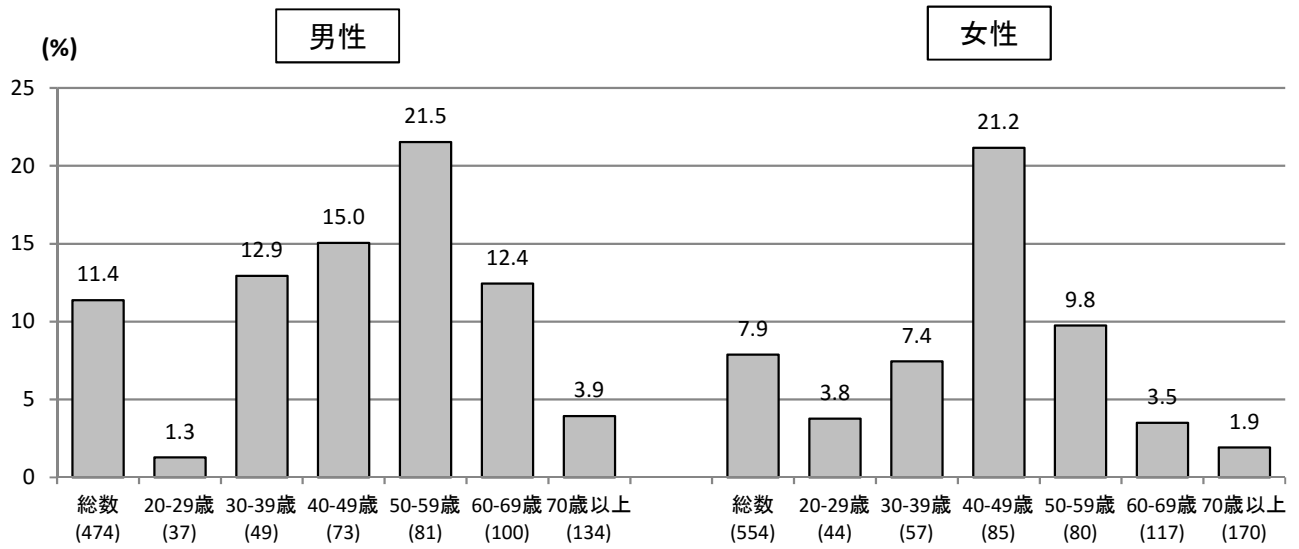
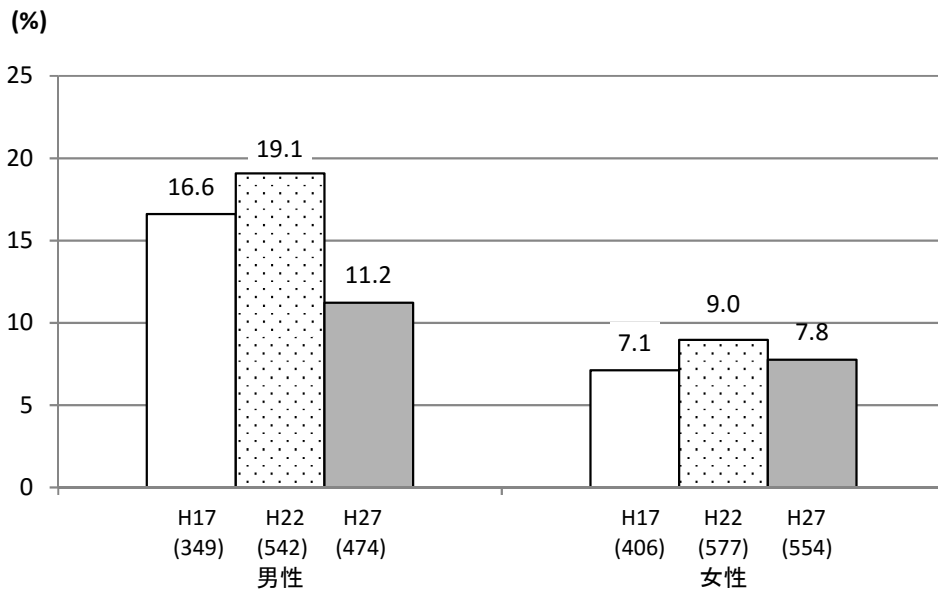


図 15-4 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合、年次推移(20歳以上、性別、年齢調整値)



※「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」とは、1日当たりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性20g以上の者とし、以下の方法で算出した。

- ①男性:「毎日×2合以上」+「週5~6日×2合以上」+「週3~4日×3合以上」+「週1~2日×5合以上」+「月1~3日×5合以上」
- ②女性:「毎日×1合以上」+「週5~6日×1合以上」+「週3~4日×1合以上」+「週1~2日×3合以上」+「月1~3日×5合以上」

(5) 生活習慣病等に関する状況

1. 生活習慣病の状況

医療機関や健診で高血圧症と言われたことのある者の割合は男性 31.7%、女性 22.6%である。糖尿病と言われたことのある者の割合は男性 12.8%、女性 7.7%である。脂質異常症と言われたことのある者の割合は男性 35.4%、女性 34.6%である。平成 22 年調査と比べると、全疾患男女ともにほぼ横ばいである。

図 16-1 医療機関や健診で高血圧、糖尿病、脂質異常症と言われたことがある者の割合

(20 歳以上、性・年齢階級別)

[問 これまでに医療機関や健診で高血圧と言われたことがありますか。

これまでに医療機関や健診で糖尿病と言われたことがありますか。

これまでに医療機関や健診で血中コレステロール(総コレステロールまたは LDL コレステロール)が高いと言われたことがありますか。]

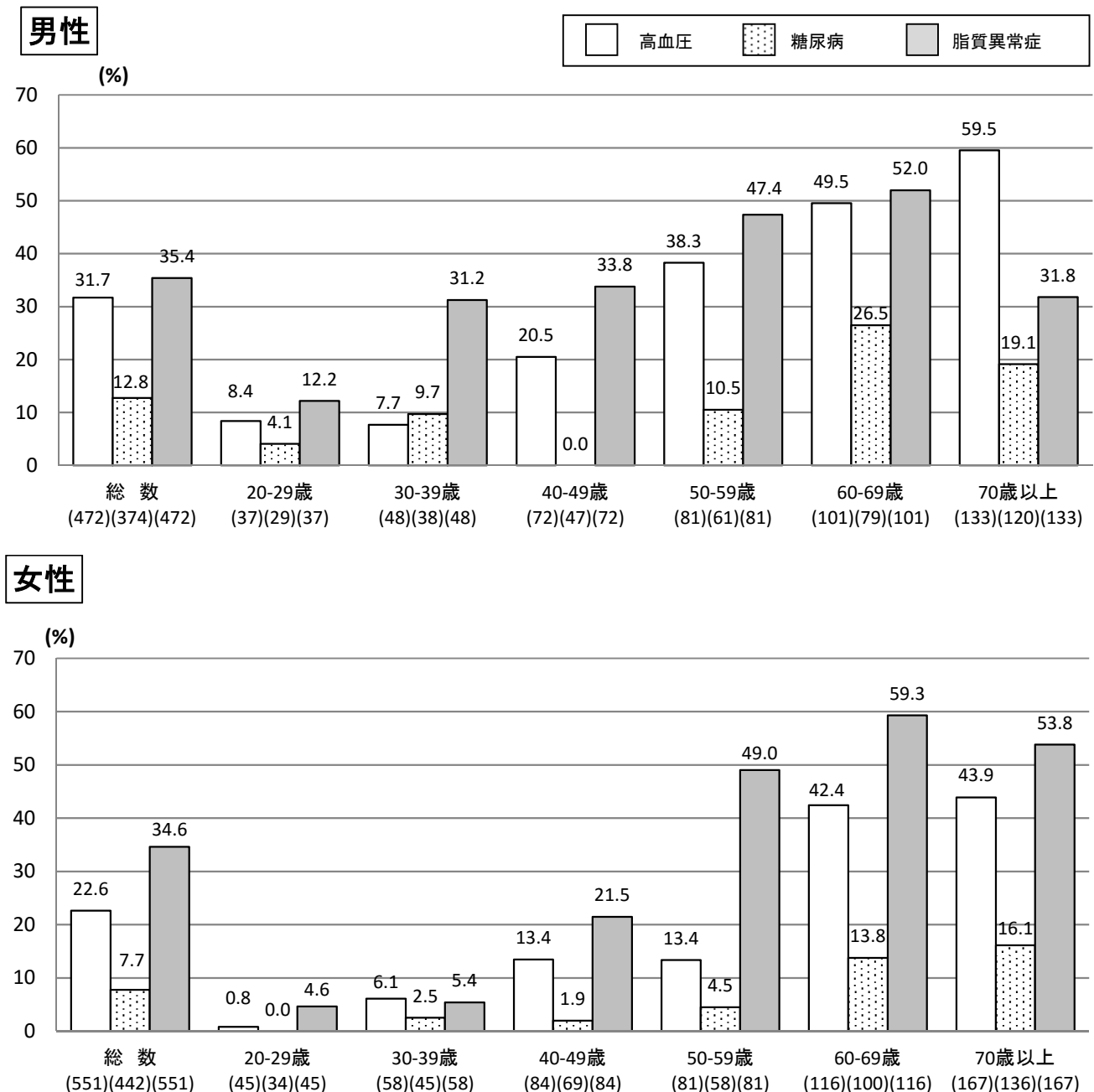


図 16-2 高血圧と言われたことのある者の割合 年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

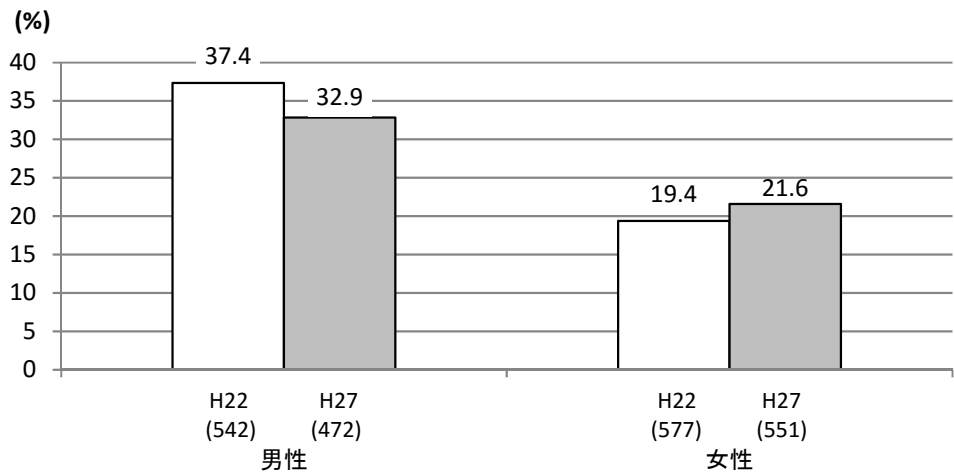


図 16-3 糖尿病と言われたことのある者の割合 年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)

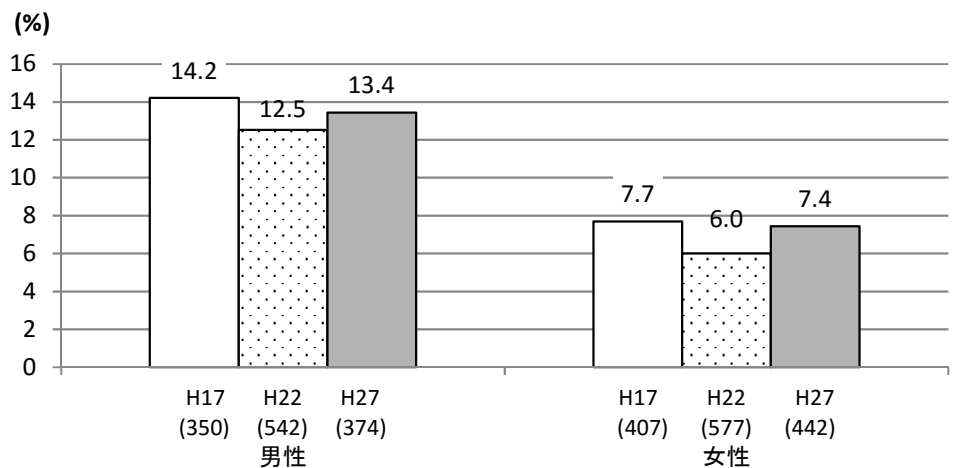
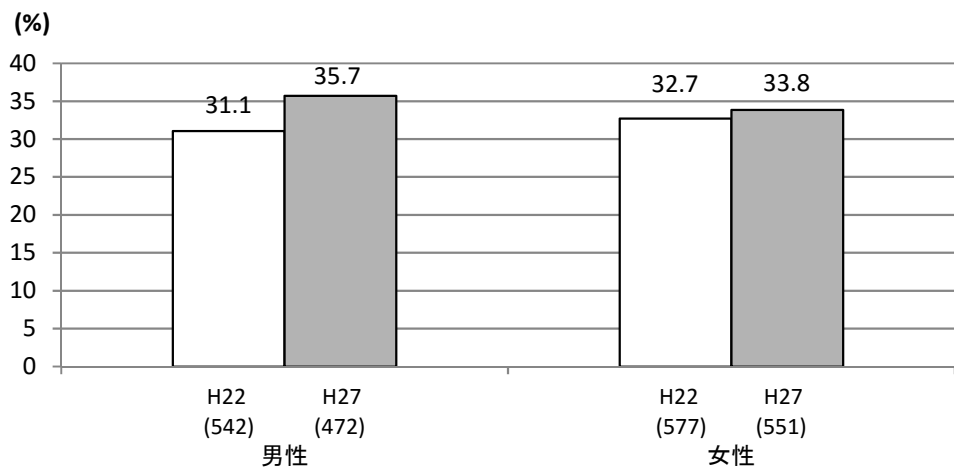


図 16-4 脂質異常症と言われたことのある者の割合 年次推移(20 歳以上、性別、年齢調整値)



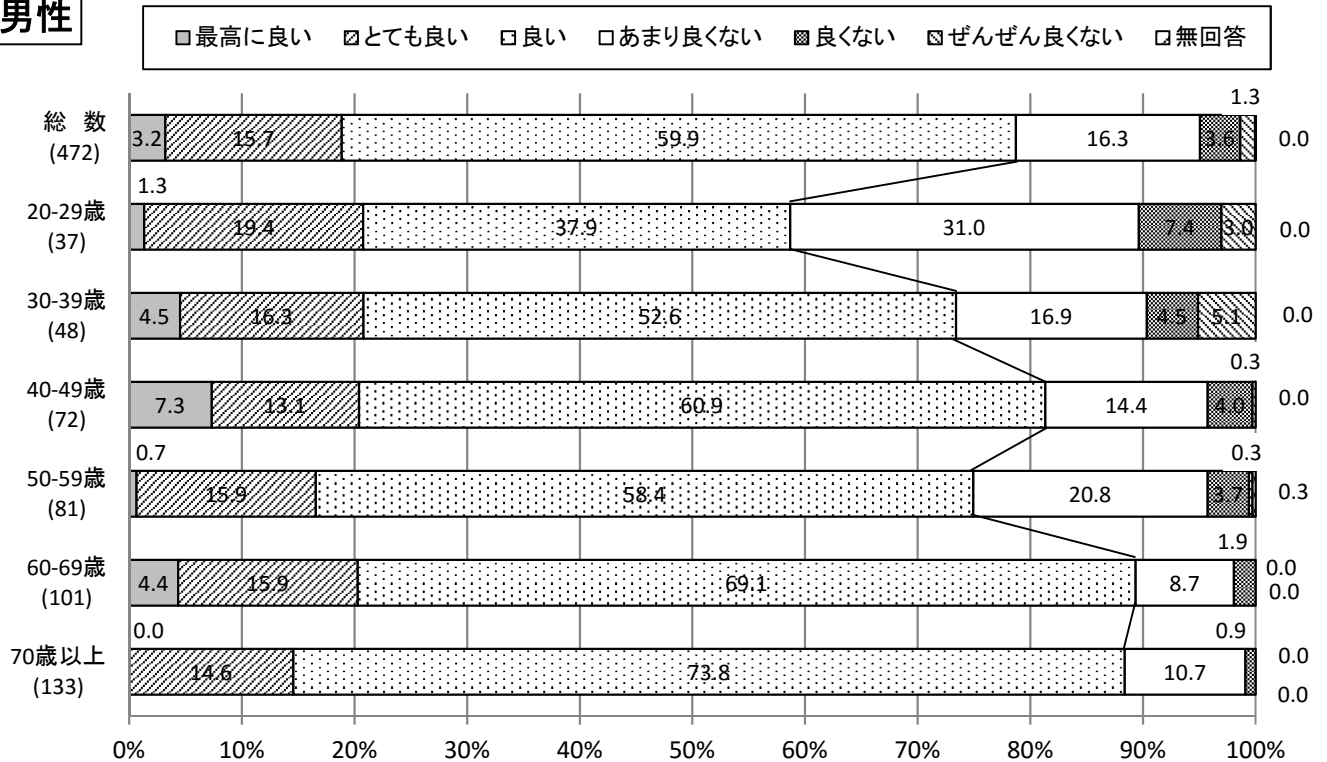
2. 健康状態の自覚

過去1ヶ月間の健康状態の自覚は、良い（最高に良い・とても良い・良い）と回答した者の割合は男性 78.8%、女性 76.8%である。良いと回答した者の割合が低いのは男性 20歳代 58.6%、女性 40歳代 71.3%、50歳代 70.7%、70歳以上 69.6%である。

図 17 過去1ヶ月間の健康状態の自覚(20歳以上、性・年齢階級別)

[問 全体的に見て、過去1ヶ月間のあなたの健康状態はいかがでしたか。]

男性



女性

