平成８年度食品摂取量調査報告書

平成９年２月

福島県衛生公害研究所

はじめに

福島県内に原子力発電所が設置され２５年になります。これまで「福島県原子力センター」で行ってきた原子力発電所周辺の環境放射能の監視測定結果では、海外での核実験による影響等を除き、環境中の放射能レベルは十分に低いことが確認されており、地域住民の健康と安全を確保するうえで問題は生じていません。

しかし、放射能、放射線あるいは原子力発電に関する不安が必ずしも解消されていない現状から、環境放射能の監視測定に万全を期するため、平成７年度、当研究所に環境放射能分析棟を整備いたしました。

この分析棟では、従来「原子力センター」で行ってきた監視測定対象に加え、肉、卵、果物などの日常食品や地域特産品の放射能分析、α線やβ線を放出する放射性物質の分析を行うとともに、内部被ばくに関する調査研究等を行うこととしています。

このようなことから、当研究所の平成８年度事業として、立地町である双葉町、大熊町、富岡町、楢葉町各町の御協力をいただき、桜の聖母短期大学に委託して食品摂取量調査を行いました。

この調査は８０世帯３６０名余を対象として行い、当研究所での放射能分析結果とあわせ本書に述べるような結果が得られましたので、原子力発電所周辺住民の健康と安全についての理解に役立つことを願うところです。

調査に当たっては、各立地町をはじめ浪江保健所等の関係機関には特段の御協力をいただき、快く調査を受託していただいた桜の聖母短期大学ともども、関係各位に深く感謝申し上げる次第です。

平成９年２月

福島県衛生公害研究所長

加藤一夫

目次

（頁）

1　調査目的・・・

調査結果集計表

（頁）

表１－１　調査対象地域の人口、世帯数等の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５

表１－２　調査対象の世帯等の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５

表２　調査対象の性別・年齢別分布・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６

表３－１　身長・体重・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１７

表３－２　ＢＭＩ値・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

表３－３　ＢＭＩ値分布（成人）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

表４　職業別分類・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

表５　生活活動強度別分類・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

表６　食品群別摂取量・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２０

表７－１　年齢別食品群別摂取量（男性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２１

表７－２　年齢別食品群別摂取量（女性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２２

表８　主要食品別摂取量・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３

表９－１　年齢別主要食品別摂取量（男性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２４

表９－２　年齢別主要食品別摂取量（女性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２５

参考図　平均的な食事・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２６

1　調査目的

原子力発電所周辺地域住民の健康と安全を確保する観点から、双葉地方における食品の摂取状況、地域特性、日常食品中の放射能等を調査することにより、公衆の線量当量を適切に推定・評価するための基礎資料とする。

2　食品摂取量調査

（1）調査方法

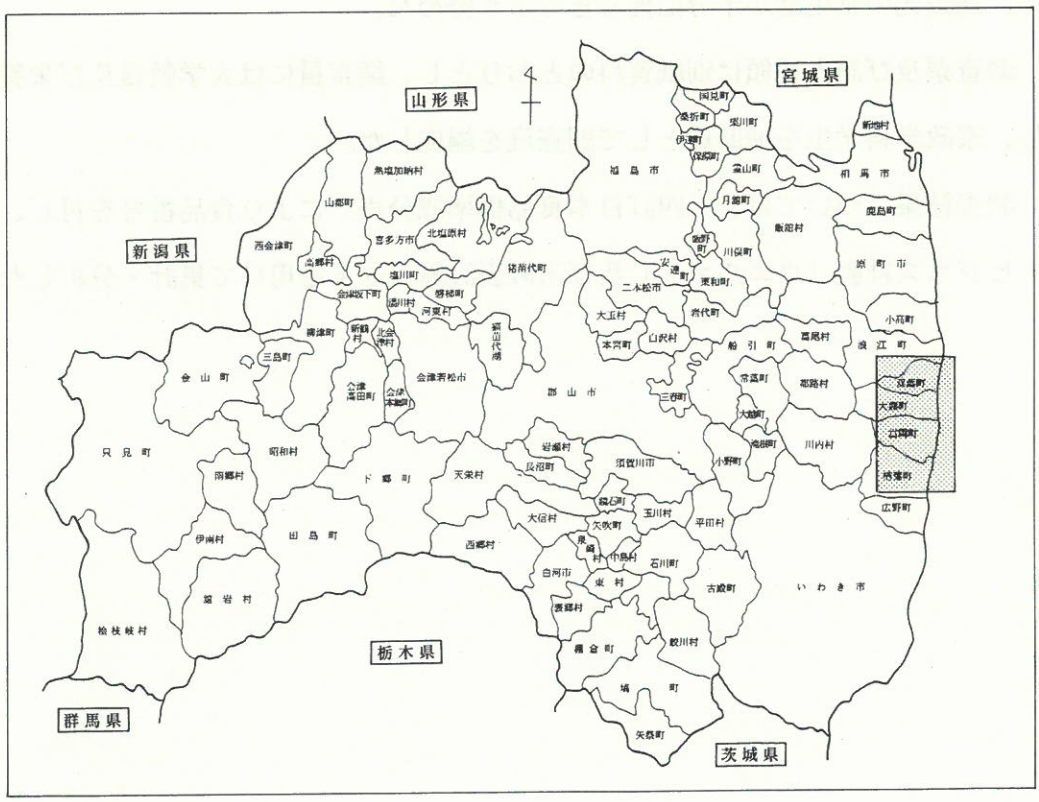
（ア）調査対象

調査対象は、福島県双葉郡で原子力発電所が立地している双葉町、大熊町、富岡町及び楢葉町の各町から２０世帯、計８０世帯の一般家庭とした。（図１）

調査先の世帯抽出率は０．６％となる。

調査対象世帯については、訪問調査を効率的に実施するため、各町から字又は行政区を単位として任意に５地区を選び、同一地区からは任意に４世帯ずつを選定した。

図１　調査対象地域



調査対象者については、調査対象８０世帯の構成人員３６６名のうち、調査票の記載内容が十分であったものが３５９名で、調査票回収率は９８％であった。

調査対象の母集団との比較は表１－１及び表１－２のとおり。

今回の調査対象の世帯人口は４町平均で４．５名であるが、各町ともそれぞれの町平均より１名程度多かった。また、男女比では双葉町を除き女性が多く、今回は、比較的大家族が調査対象となったといえる。

なお、食品中の放射能分析を行うため、このうち各町４世帯計１６世帯から当該世帯の一人一日分の摂取食品全量のサンプリングを行った。

（イ）調査方法

調査対象日は平成８年１０月１８日（金）の１日間とした。調査対象の各世帯には、町役場を通じて、調査票、記入要領、秤等の必要物品を事前配付するとともに、各町の関係職員の御協力により記入要領の説明等を行った。

調査日の前日までに、調査受託者が調査先各世帯への訪問又は電話による説明を行うとともに、調査票の点検・回収は調査日当日以降、調査受託者が巡回・訪問して行い、調査先の食生活が十分把握できるよう努めた。

調査票及び記入要領は別紙資料のとおりとし、調査員には大学教員及び栄養士を任じ、家政学科学生を補助員として調査班を編成した。

調査結果については、「四訂日本食品標準成分表」により食品番号を付し、トップ・ビジネス社製「ウエルネス」及び市販表計算ソフトを用いて集計・分析した。

（２）調査結果

（ア）身体状況及び生活状況

①　身体状況

身長、体重の身体状況については、表３－１のとおり。

年齢（階級）別にみて、身長、体重とも、全国の傾向と同様の状況であった。

②　ＢＭＩ値（Body Mass Index）

性別、年齢階級別のＢＭＩ値については、表３－２及び表３－３（成人）のとおり。

成人でＢＭＩ値が26.5以上の肥満の割合は、全国では男性12.0％、女性11.9％であるのに対し、男性17.4％、女性 9.4％であった。

（注）ＢＭＩ値（Body Mass Index)は肥満判定法の一つで、ＢＭＩ＝体重（kg）／身長（m）^{2}で計算される。日本肥満学会の判定基準によると次のとおり。

やせ＜20、普通≧20～＜24、過体重≧24～＜26.4、肥満≧26.4

③　生活状況

〔職業〕

職業別分類は表４のとおり。

最も多いのは「会社員等」で、続いて「児童生徒」、「無職その他」となる。

性別で差が見られたのは、「会社員等」が男性43.5％に対し女性30.8％、「家事従事者」は女性のみ13.6％であった。

〔生活活動強度〕

生活活動強度別分類は表５のとおり。

「中程度」が最も多く、男性48.4％、女性50.5％、続いて「軽い」で、男性31.7％、女性43.4％と女性の割合が多かった。「会社員等」の事務従事者、「家事従事者」等がこれに相当すると考えられる。

「やや重い」は男性16.1％、女性 6.1％で男性の割合が比較的多かった。

（イ）食品群別摂取量

食品群別摂取量（１８食品群）は表６のとおり。また、性別・年齢階級別の食品群別摂取量は表７－１（男）及び表７－２（女）のとおり。

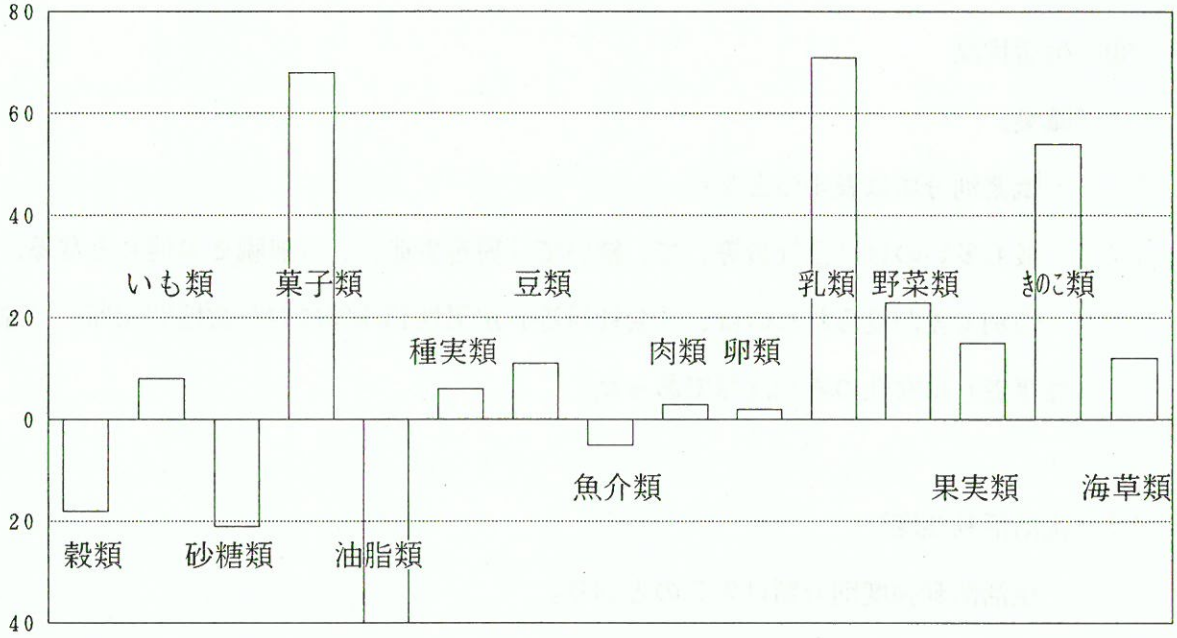
食品群別摂取量は全国（平成６年度国民栄養調査）、県内（同調査での県内平均値）、今回調査の４町平均及び町別に示しているが、このうち全国と４町とを比べると図２のとおり。

全国平均摂取量を１０％以上上回っている食品群は、菓子類、豆類、乳類、野菜類、果実類、きのこ類、海草類の７群であった。

一方、同様に下回っている食品群は穀類、砂糖類、油脂類の３群であった。

各町を比べると、全体としては同様の傾向ではあるが、特徴的なところとして、双葉町では乳類が多く、大熊町では加工食品が多く、富岡町では菓子類、野菜類が多かった。

図２　全国との比較



％（全国比）　　４町の食品群別摂取量の全国との比較（全国＝100）

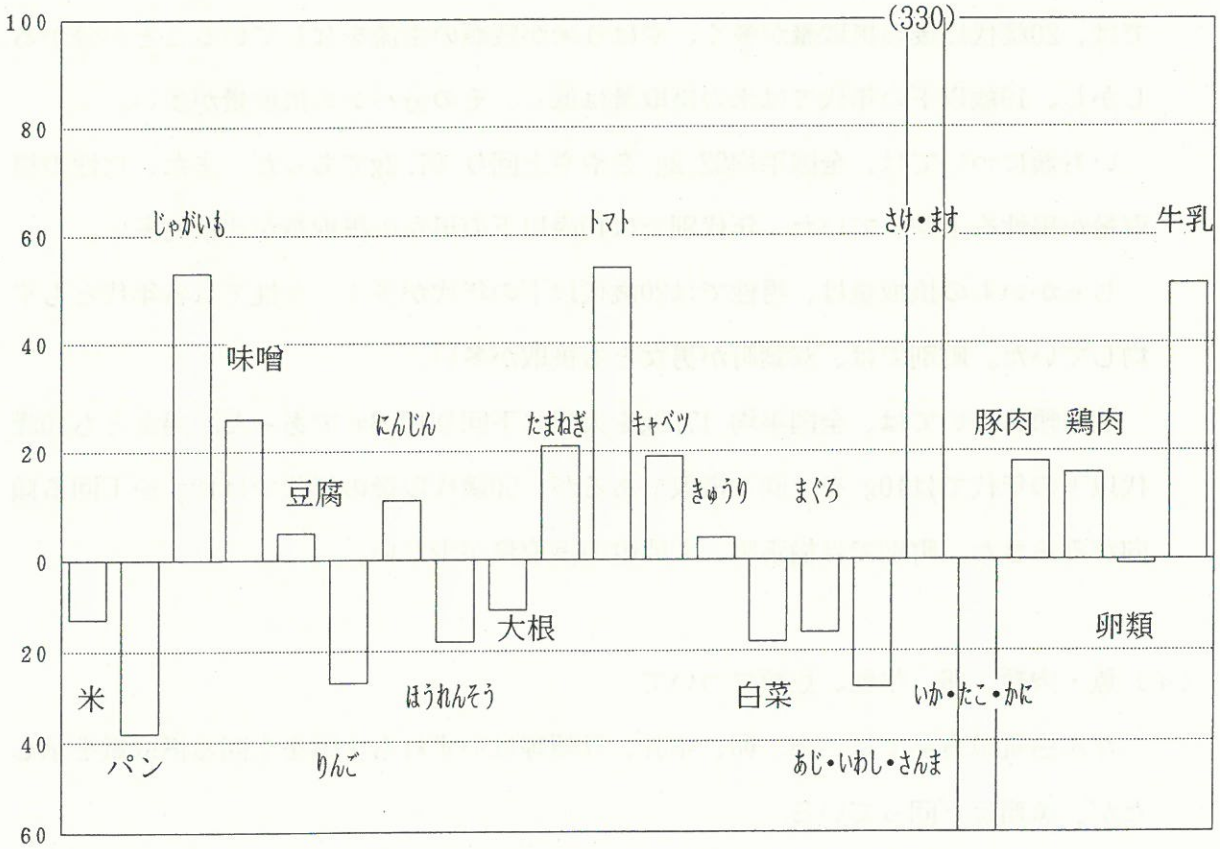
（ウ）主要食品別摂取状況

食品ごとの摂取量をまとめるに当たっては、日常、摂取量及び摂取頻度の多い食品、双葉地方の地場産品、季節食品等を目安に３７食品を選んだが、これら主要食品３７食品別の摂取状況は表８のとおり。

また、これらの性別・年齢階級別の摂取量は表９－１（男）、表９－２（女）のとおり。

この３７食品のうち２２食品については、全国（平成６年度国民栄養調査）及び県内（同調査での県内平均値）の値を示しているが、このうち全国と４町とを比べると図３のとおり。

図３　全国との比較



％（全国比）　　４町の食品別摂取量の全国との比較（全国＝100）

全国平均値を１０％以上上回っている食品は、じゃがいも、味噌、にんじん、たまねぎ、トマト、キャベツ、さけ・ます、豚肉、鶏肉、牛乳であった。

同様に下回っている食品は、米、パン、りんご、ほうれん草、大根、はくさい、まぐろ、あじ・いわし、いか・たこ・かにであった。

特に５０％以上も摂取量の多い食品は、じゃがいも、トマト、牛乳で、さけ・ますでは約３倍となった。逆に、摂取量の少ない食品は、あじ・いわし、いか・たこ・かにであった。

（３）まとめ

（ア）穀類、いも類、油脂類について

穀類では、主食である米が男性196.5g、女性138.3gで、男女の平均値は164.4gと全国平均188.5gを下回った。米の摂取量が多い町は、楢葉町、大熊町であった。年代別では、20歳代以後の摂取量が多く、やはり米が穀類の主流をなしていることが分かる。しかし、19歳以下の年代では米の摂取量は低く、その分パンの摂取量が多い。

いも類については、全国平均62.2g をやや上回り 67.2gであった。また、女性の摂取量が男性を上回っていた。年代別では19歳以下の男女の摂取量が比較的多い。

じゃがいもの摂取量は、男性では20歳代以下の年代が多く、女性では各年代とも平均していた。町別では、双葉町が男女とも摂取が多い。

油脂類については、全国平均 17.6gを大幅に下回り10.6g であった。男女とも40歳代以下の年代では10g を上回る摂取であるが、50歳代以後の年代では10g を下回る傾向がみられた。町別では楢葉町、大熊町の摂取量が少ない。

（イ）魚・肉類、卵、牛乳、豆類について

たん白質源食品では、肉、卵、牛乳、豆類等はいずれも全国を上回る摂取量を示したが、魚類は下回っている。

肉類、牛乳類は19歳以下の若い年代で摂取が多く、卵類はいずれの年代も平均した摂取状況であった。

福島県内は豚肉の摂取量が比較的多いが、今回の調査でも肉類の中で最も多く、全国平均24.1g を上回る28.4g 摂取していた。続いて鶏肉は、同様に全国平均18.6g を

上回る21.5g であった。町別では、豚肉は大熊町、鶏肉は富岡町が多い。

卵類はどの年代も比較的よく摂取しており、町別では大熊町が比較的多い。

牛乳の摂取量は全国平均118.2gを大きく上回り178.2gであった。特に多く摂取している年代は19歳以下で、町別では双葉町が最も多い。

なお、卵と牛乳を全く摂取しない人は、全体で卵は68人、牛乳は94人と相当数みられた。

豆類の中では、味噌は全国平均 14.0gより多い 17.6gであった。年代別では40歳代以後に多く、おそらく味噌汁としての摂取が多いものと考えられる。30歳以前の年代では摂取頻度が少ない傾向が見られた。町別では双葉町が最も少ない。

豆腐は各年代とも比較的よく摂取されている食品であるが、50・60歳代の摂取量が特に多い。町別では楢葉町が少なかった。

豆製品は全般的に男女とも、30歳代以後の年代において摂取量が多い傾向にある。

一方、今回調査した4町は太平洋に面した浜通り地方にあり、魚介類の摂取が多いものと予想していたが、全国平均を下回る摂取量であった。魚介類の摂取量は30歳代以後に多く、20歳代以前の若い年代では少ない傾向を示し、若い年代は魚より肉を好む傾向が見られた。

しかし、さけ・ますについては、調査時期が10月と当地方での漁の最盛期であったこともあり、全国の約3倍の摂取量を示した。しかも、19歳以下の年代においても高い摂取量を示した。摂取量の多い町は男女とも楢葉町であった。

（ウ）野菜、果物類について

野菜の摂取量は全国平均を上回る298.1gであった。これは1日に必要とされる野菜の目安量300gをほぼ満たしているといえる。女性の摂取量が男性を上回っていた野菜は、にんじん、ほうれん草、キャベツ、きゅうり、はくさいであった。

緑黄色野菜では、にんじんは各年代ともに比較的よく摂取されているが、ほうれん草は男女とも60歳代以後の摂取が多くみられた。

淡色野菜では、たまねぎ、トマト、キャベツ、きゅうりなどは20歳代を中心とした若い世代の摂取量が多く、大根、長ねぎ、なすなどは30歳代以後の年代の摂取量が多い。これは前者が野菜サラダの材料など生で、後者は主に加熱して料理に用いられる

食材であり、年代によって料理に対する嗜好の差があるためと考えられる。

全般的に野菜の摂取が多い地区は富岡町であった。町別の特徴としては、双葉町では、にら、たまねぎ、トマト、なす、大熊町では、ほうれん草、富岡町では、大根、白菜、キャベツ、長ねぎ、楢葉町では、長ねぎ、なす等の摂取が多い。

果物も野菜と同様に全国平均117.2gを上回る134.3gであった。りんご、梨、キウイ、いちじくなどの摂取量は女性が高く、各年代ともよく摂取されていた。

柿は男女とも30歳代以後の年代に多い摂取がみられた。

りんごは男女とも双葉町の摂取量が多く、梨は大熊町近辺の特産であり、双葉町、大熊町での摂取量が多い。キウイフルーツもこの地方の特産で、双葉町、楢葉町での摂取量が多く、いちじくの摂取量は双葉町、大熊町が多い。

（エ）その他

わかめの摂取量は男性3.5g、女性4.0gである。わかめの摂取量は、男女とも楢葉町が多く、年代別では高齢者にやや多い傾向がみられた。

菓子類の摂取量は33.0g で全国平均19.6g より顕著に高い数値を示したが、砂糖類の摂取量は全国平均10.0g を下回り7.9gであった。菓子類は19歳以下の特に男性に多く、砂糖は男女とも40歳代以後の年代に摂取が多くみられた。

調味香辛料は町別では富岡町、大熊町の摂取が多く、楢葉町が少ない傾向を示したが、年代別では、ほぼ平均した摂取状況であった。

し好飲料の摂取は男女とも20歳から40歳代において多い傾向を示した。

茶、コーヒーとも女性のほうがやや摂取量が高く、茶について年代別では男女とも30歳代以後、町別では大熊町が多い。コーヒーについては男性が30～50歳代、女性は20～50歳代の摂取が多い。

3　食品放射能調査

（1）調査方法

食品摂取量調査の調査対象世帯より、各町あたり4世帯、計１６世帯を選定し、陰膳方式により試料を採取した。

なお、分析は、町別に4世帯分を混合して1試料として行った。

（注）陰膳方式とは、調査日に、家族と同じ一人分の飲食物を余分に作っていただいて、それを試料として集める方法。

（2）分析方法

①　前処理方法

陰膳方式により採取した試料を磁性皿に取り、１０５℃で乾燥後、４５０℃で２４時間灰化した。

灰化後、乳鉢で破砕・混合し、0.5mm メッシュのふるいを通して均一化し、各町毎の試料とした。

②　全β放射能

＜科学技術庁放射能測定シリーズ＞「全ベータ放射能測定法」により実施した。

③　γ線スペクトロメトリー

前処理により得られた灰試料をＵ８容器に詰め、Ｇｅ半導体検出器により測定した。

④　ストロンチウム－９０

前記灰試料より一人一日分相当の灰を分取し、＜科学技術庁放射能測定シリーズ＞「放射性ストロンチウム分析法（３訂）」イオン交換樹脂法により実施した。

⑤　プルトニウム－２３９

前記灰試料より一人一日分相当の灰を分取し、＜科学技術庁放射能測定シリーズ＞「プルトニウム分析法（改訂）」により実施した。

（3）分析結果

分析結果は次頁表のとおり。

なお、参考のため、科学技術庁が行った平成７年度放射能水準調査の結果も示した。

表　　分析結果一覧

区分	食品試料の採取状況			放射能・放射性核種濃度〔Ｂｑ／人・日〕					
	採取場所	採取年月日	採取量〔kg〕	全β放射能	γ線スペクトロメトリー			放射化学分析	
					カリウム－40	セシウム-137	その他の核種	ｽﾄﾛﾝﾁｳﾑ-90	ﾌﾟﾙﾄﾆｳﾑ－239
立地4町	双葉町	8.10.18	6.0	58	65	0.028	N.D	0.072	N.D
	大熊町	8.10.18	6.5	58	64	0.053	N.D	0.077	N.D
	富岡町	8.10.18	6.7	64	70	0.064	N.D	0.068	N.D
	楢葉町	8.10.18	6.0	54	60	0.047	N.D	0.040	N.D
	平均値	－	6.3	59	65	0.048	N.D	0.064	N.D
参考値	福島市	7. 6. 6	6.6	－	33	0.032	N.D	0.046	－
		7.11.15	8.0	－	37	N.D	N.D	0.056	－
	全国	平成７年度	平均値	－	－	0.043	－	0.056	－
			最小～最大	－	－	0.0070～0.16	－	0.021～0.18	－

（注）・N.D は計数値が計数誤差の３倍未満で検出されなかったもの。
・－は測定対象外又は測定していないもの。
・参考値は平成７年度放射能水準調査の日常食調査結果で、47都道府県が年２～４回採取した試料約１９０検体の分析結果である。なお、セシウム-137は「放射性セシウム分析法」により得られた結果である。

（ア）全ベータ放射能

全ベータ放射能は、54～64〔Ｂｑ／人・日〕と、カリウム-40 の測定結果とほぼ一致しており、主にカリウム-40 によるものと考えられる。

（イ）γ線スペクトロメトリー

自然放射性核種のカリウム-40 は、60～70〔Ｂｑ／人・日〕であった。

人工放射性核種では、核実験等に由来するセシウム-137が 0.028～ 0.064〔Ｂｑ／人・日〕の範囲で検出されたが、全国のデータと同程度であった。

（ウ）ストロンチウム－90

ストロンチウム－90は、 0.040～ 0.077〔Ｂｑ／人・日〕と、全国のデータと同程度であった。

（エ）プルトニウム-239

プルトニウム-239は、いずれの町からも検出されなかった。

（オ）預託実効線量当量の推定

今回調査した日常食の放射能測定結果をもとに、人工放射性核種について、日常食中の放射能濃度を一年間同一と仮定し、立地町における日常食摂取による預託実効線量当量を「環境放射線モニタリングに関する指針」により推定した結果は次表のとおり。

セシウム-137及びストロンチウム－90の年間摂取による預託実効線量当量は、各町とも0.001mSv程度とごくわずかであり、町別の差もほとんどない。

表　人工放射性核種による預託実効線量当量推定結果一覧

（単位 mSv）

町	セシウム-137	ｽﾄﾛﾝﾁｳﾑ-90	計
双葉町	1.5×10^{-4}	9.2×10^{-4}	1.1×10^{-3}
大熊町	2.5×10^{-4}	1.1×10^{-3}	1.3×10^{-3}
富岡町	1.5×10^{-4}	9.2×10^{-4}	1.1×10^{-3}
楢葉町	2.5×10^{-4}	5.3×10^{-4}	7.8×10^{-4}

（注）預託実効線量当量は、内部被ばくによる線量当量の推定を行うもので、次式で計算される。

預託実効線量当量(mSv) ＝ 線量当量換算係数〔表Ｌ－１〕(mSv/Bq)
×年間の核種摂取量(Bq)×年齢補正
×市場補正係数×調理等による減少補正

ここで、〔表Ｌ－１〕は１Bqを経口又は吸入摂取した場合の成人の預託実効線量当量換算係数で、市場希釈補正、調理等による減少補正は必要があれば行う。また、年齢補正は、放射性ヨウ素に対してのみ行う。

4　まとめ

（1）食品摂取量調査

今回調査で１日２０ｇ以上摂取している主要食品を上位から並べると下表１、また、１日８０ｇ以上摂取している主要食品群を上位から並べると下表２のとおり。

①　牛乳の摂取量は全国平均118.2gを大きく上回り、特に19歳以下が多いが、全く摂取しない人も26％いた。

②　主食である米の摂取量は全国平均188.5gを下回っており、特に若い年代で少なく、その分パンの摂取量が多くなっている。

③　じゃがいもは全国平均 28.1gを上回っている。

④　卵の摂取量は全国平均 43.0gと同程度で、どの年代も比較的よく摂取している。

⑤　野菜の摂取量は全国平均を上回る298.1gで、１日に必要とされる野菜の目安量300gをほぼ満たしている。食品別では、大根、たまねぎ、キャベツの摂取量は、いずれも全国平均と同程度であるが、料理に対する嗜好の差があるためか年代別摂取量には差がみられ、大根などは30歳代以後の年代で多く、たまねぎ、キャベツなどは若い世代の摂取量が多い。

⑥　果物の摂取量は野菜と同様に全国平均を上回っている。梨、りんご、キウイ、いちじくなどは各年代ともよく摂取されていたが、なかでも特産品である梨の摂取量が最も多い。

⑦　魚介類の摂取量は 92.3gで肉類の摂取量よりも多いが、種類が多いため食品別にみた場合は20ｇを超えて摂取されているものがない。

⑧　海藻類では、わかめの摂取量が男性3.5g、女性4.0gである。わかめの摂取量は、男女とも楢葉町が多く、年代別では高齢者にやや多い傾向がみられた。

表１　主要食品上位

食品	摂取量 g	食品	摂取量 g
①牛乳	178.2	⑦梨	30.3
②米	164.4	⑧たまねぎ	29.0
③じゃがいも	43.0	⑨豚肉	28.4
④卵	42.5	⑩キャベツ	21.7
⑤豆腐	37.5	⑪鶏肉	21.5
⑥大根	30.9		

表２　主要食品群上位

食品群	摂取量 g
①野菜類	298.1
②穀類	231.7
③乳類	225.9
④果実類	134.4
⑤嗜好飲料類	107.0
⑥魚介類	92.3

（２）食品放射能分析

全ベータ放射能は自然放射性物質であるカリウム-40 （天然存在比0.0117％）の測定結果とほぼ一致しており、主にカリウム-40 によるものと考えられる。

γ線を出す人工放射性核種では、核実験等に由来するセシウム-137が僅かに検出されたが、全国のデータと同程度である。

β線を出す人工放射性核種のストロンチウム－90も僅かに検出されたが、核実験等に由来するもので、全国のデータと同程度である。

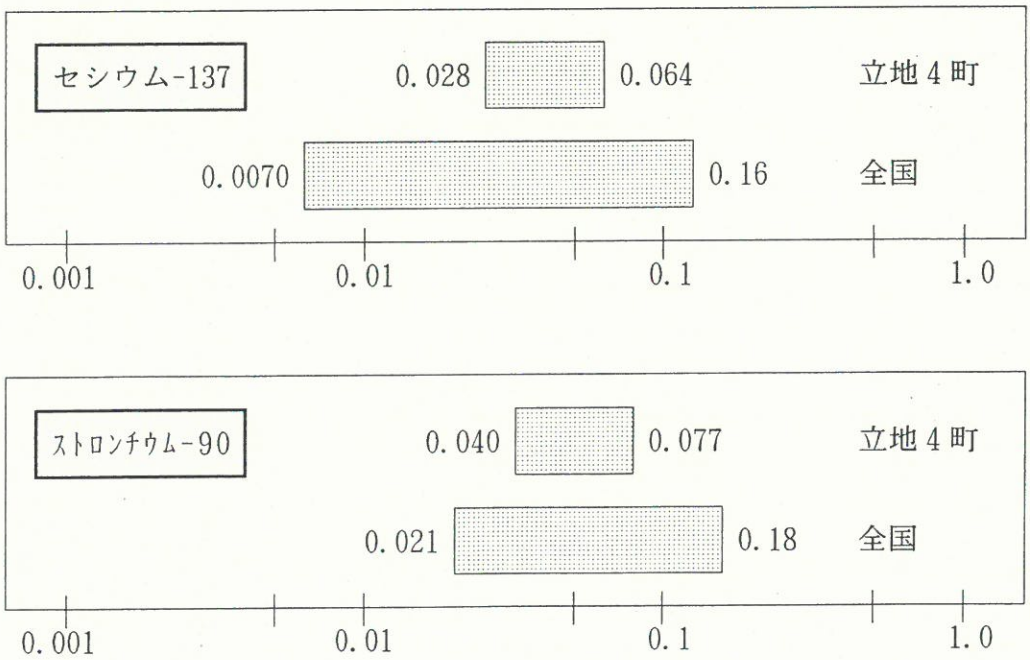
α線を出す人工放射性核種のプルトニウム-239は、いずれの町からも検出されていない。

下図に示すとおり、今回、検出された人工放射性核種の値は全国の測定値の範囲内におさまっており、特に問題のないことが確認された。

なお、念のため、今回検出された人工放射性核種について、日常食中の放射能濃度を一年間同一と仮定し、立地町における日常食摂取による預託実効線量当量を推定した結果、セシウム-137及びストロンチウム－90の年間摂取による預託実効線量当量は、各町とも0.001mSv程度と推定され、自然界から受ける線量当量約１mSv(ラドンを除く）と比べてもごくわずかであり問題は認められないことが確認された。

図　日常食中のセシウム-137及びｽﾄﾛﾝﾁｳﾑ-90濃度（最小値－最大値）

（単位：Ｂｑ／人・日）



〔参考文献〕

① 厚生省保健医療局健康増進栄養課：平成８年度版国民栄養の現状（1996）第一出版

② 厚生省：平成７年　国民栄養調査必携

③ 井上修二：肥満の考え方、栄養学雑誌，54（1）1～10，1996

④ 科学技術庁資源調査会：四訂日本食品標準成分表（1996）女子栄養大学出版部

⑤ 財団法人日本食生活協会：食事づくり食品成分表（1996）財団法人日本食生活協会

⑥ 女子栄養大学出版部「栄養と料理」編：「栄養と料理」フーズデータ＜７＞
食品「いつも食べる量」のエネルギー・塩分早わかり（1989）女子栄養大学出版部

調査結果集計表

表１－１　調査対象地域の人口、世帯数等の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５

表１－２　調査対象の世帯等の概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５

表２　　調査対象の性別・年齢別分布・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６

表３－１　身長・体重・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１７

表３－２　ＢＭＩ値・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

表３－３　ＢＭＩ値分布（成人）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

表４　　職業別分類・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

表５　　生活活動強度別分類・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

表６　　食品群別摂取量・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２０

表７－１　年齢別食品群別摂取量（男性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２１

表７－２　年齢別食品群別摂取量（女性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２２

表８　　主要食品別摂取量・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２３

表９－１　年齢別主要食品別摂取量（男性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２４

表９－２　年齢別主要食品別摂取量（女性）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２５

参考図　　平均的な食事・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２６

調査結果集計表

表1－1　調査対象地域の人口，世帯数等の概要 ・・・

表１－１

調査対象地域の人口、世帯数等の概要

町	人口 人	男 人	女 人	老齢者 人	世帯数	世帯人口	男女比	老齢化率　%	備考
双葉町	7,991	3,929	4,062	1,223	2,318	3.4	97	15.2	
大熊町	10,656	5,403	5,253	1,393	3,187	3.3	103	12.9	
富岡町	16,032	8,049	7,983	1,997	5,249	3.1	101	12.3	
楢葉町	8,476	4,185	4,291	1,347	2,453	3.5	98	15.9	
計	43,155	21,566	21,589	5,960	13,207	3.3	100	13.7	

※平成７年度国勢調査速報値。老齢者は65才以上、男女比は女=100とする。

表１－２

調査対象世帯等の概要

町	世帯数	調査先抽出率	調査対象人数	うち男 人	うち女 人	世帯人口	男女比	老齢化率　%	備考
双葉町	20	0.8 %	84	42	42	4.2	100	15.9	
大熊町	20	0.6 %	91	41	50	4.6	82	15.4	
富岡町	20	0.4 %	96	42	54	4.8	78	15.6	
楢葉町	20	0.8 %	88	36	52	4.4	69	19.3	
計	80	0.6 %	359	161	198	4.5	81	16.2	

※調査対象人数は調査票が回収された者の人数。

表２　調査対象４町の性・年齢分布

単位:名
()は%

年齢（歳）	双葉町			大熊町			富岡町			楢葉町			4町合計		
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	合計
0～ 9	4	7	11	4	7	11	5	6	11	2	10	12	15	30	45
	(9.5)	(16.7)	(13.1)	(9.8)	(14.0)	(12.1)	(11.9)	(11.1)	(11.5)	(5.6)	(19.2)	(13.7)	(9.3)	(15.2)	(12.5)
10～19	8	3	11	11	7	18	10	13	23	8	7	15	37	30	67
	(19.0)	(7.1)	(13.1)	(26.8)	(14.0)	(19.8)	(23.8)	(24.1)	(24.0)	(22.2)	(13.5)	(17.0)	(23.0)	(15.2)	(18.7)
20～29	4	3	7	3	4	7	1	4	5	1	5	6	9	16	25
	(9.5)	(7.1)	(8.3)	(7.3)	(8.0)	(7.7)	(2.4)	(7.4)	(5.2)	(2.8)	(9.6)	(6.8)	(5.6)	(8.1)	(7.0)
30～39	8	9	17	4	6	10	6	9	15	7	8	15	25	32	57
	(19.0)	(21.4)	(20.2)	(9.8)	(12.0)	(10.9)	(14.3)	(16.7)	(15.6)	(19.4)	(15.4)	(17.0)	(15.5)	(16.2)	(15.9)
40～49	7	7	14	10	8	18	10	10	21	5	6	11	32	31	63
	(16.7)	(16.7)	(16.7)	(24.3)	(16.0)	(19.8)	(23.8)	(18.5)	(20.8)	(13.9)	(11.5)	(12.5)	(19.9)	(15.7)	(17.5)
50～59	2	6	8	5	4	9	3	3	6	2	4	6	12	17	29
	(4.8)	(14.3)	(9.5)	(12.2)	(8.0)	(9.9)	(7.1)	(5.6)	(6.3)	(5.6)	(7.7)	(6.8)	(7.5)	(8.6)	(8.1)
60～69	5	3	8	2	7	9	5	6	11	7	8	15	19	24	43
	(11.9)	(7.1)	(9.5)	(4.9)	(14.0)	(9.9)	(11.9)	(11.1)	(11.5)	(19.4)	(15.4)	(17.0)	(11.8)	(9.1)	(12.0)
70～	4	4	8	2	7	9	2	3	5	4	4	8	12	18	30
	(9.5)	(9.5)	(9.5)	(4.9)	(14.0)	(9.9)	(4.8)	(5.6)	(5.2)	(11.1)	(7.7)	(9.1)	(7.5)	(9.1)	(8.4)
計	42	42	84	41	50	91	42	54	96	36	52	88	161	198	359
	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)	(100.0)

表３－１　体位の比較－身長・体重－

年齢（歳）	身長 単位：cm						体重 単位：kg					
	男			女			男			女		
	全国*	4町		全国*	4町		全国*	4町		全国*	4町	
	平均値	人数	平均値	平均値	人数	平均値	平均値	人数	平均値	平均値	人数	平均値
1	79.8	0	－	79.2	0	－	11.0	0	－	10.2	0	－
2	90.0	1	90.0	88.2	2	80.5	12.9	1	13.5	12.3	2	10.0
3	97.3	4	95.8	95.6	0	－	15.0	4	14.6	14.5	0	－
4	103.6	1	104.0	102.9	2	98.5	17.3	1	19.0	16.2	2	15.3
5	110.5	4	107.0	109.5	3	110.1	19.1	4	17.1	18.3	3	19.3
6	116.0	2	121.0	116.2	4	113.3	21.5	2	20.3	21.6	4	20.5
7	121.7	1	125.0	121.7	4	121.6	23.6	1	25.0	23.4	4	24.4
8	126.8	2	125.0	127.7	8	128.3	26.3	2	25.5	27.2	8	24.1
9	133.4	0	－	134.3	6	132.4	31.4	0	－	30.8	6	27.4
10	138.0	5	138.8	139.2	3	135.3	34.3	5	38.0	34.0	3	26.5
11	144.1	3	147.7	146.5	6	143.8	37.9	3	41.0	38.8	6	34.7
12	150.8	7	150.6	151.3	1	152.0	44.2	7	43.5	42.4	1	54.0
13	159.8	4	164.3	154.6	6	155.1	49.6	4	52.4	46.3	6	47.8
14	163.7	3	164.0	156.2	2	161.1	54.0	3	48.7	48.0	2	52.0
15	168.2	5	168.4	157.6	1	150.0	57.8	5	55.4	51.8	1	39.0
16	170.0	6	166.8	157.8	3	151.3	60.2	6	57.7	51.8	3	47.3
17	170.4	2	173.0	158.0	4	161.5	61.3	2	82.5	51.7	4	53.8
18	170.4	2	169.5	157.4	4	159.0	62.2	2	64.3	50.4	4	55.5
19	172.4	0	－	158.5	0	－	63.0	0	－	51.8	0	－
20	170.3	1	172.0	158.9	2	159.5	62.8	1	63.0	51.8	2	52.5
21	171.6	1	171.0	157.6	2	160.0	63.8	1	65.0	50.4	2	50.0
22	171.1	2	159.0	158.0	1	166.0	63.6	2	61.0	51.5	1	53.0
23	171.3	1	163.0	158.1	4	157.0	65.4	1	90.0	51.4	4	45.6
24	171.5	1	185.0	156.5	1	166.0	62.5	1	80.0	50.1	1	70.0
25	171.2	1	178.0	157.7	2	158.5	63.4	1	60.0	51.3	2	46.5
26～29	170.3	2	169.0	157.1	4	162.7	65.6	2	68.5	51.4	4	62.8
30～39	170.2	25	172.7	156.7	32	156.1	66.8	25	72.2	53.2	32	53.6
40～49	167.7	32	167.6	154.5	31	153.9	65.8	32	66.0	54.6	31	54.2
50～59	164.5	12	162.0	152.1	17	153.0	63.5	12	62.0	53.9	17	54.6
60～69	162.2	19	161.8	149.4	24	150.1	60.2	19	64.9	52.2	24	53.0
70～	158.3	12	159.1	144.9	18	148.3	55.2	12	57.5	47.7	18	49.1
計		161			198			161			198	

＊：平成６年国民栄養調査における全国平均値

表３－２　ＢＭＩ値*1の比較

性別	年齢（歳）	全国*2 人数	全国*2 平均値	４町 人数	４町 平均値
男	～12	4	10.35	23	16.90
	12～13	46	13.48	11	19.20
	14～15	385	15.10	8	19.00
	16～17	577	16.99	8	22.30
	18～19	841	19.00	2	22.40
	20～21	1125	21.00	2	21.80
	22～23	1230	22.92	3	27.30
	24～25	817	24.85	2	21.20
	26～27	446	26.82	1	23.00
	28～29	142	28.73	1	24.90
	30～31	63	30.71	2	22.30
	32～33	17	32.86	5	24.90
	34～	11	35.99	93	23.80
	総数	5704		161	
女	～12	5	10.36	39	15.70
	12～13	73	13.39	7	20.40
	14～15	376	15.04	3	19.10
	16～17	659	17.05	7	20.60
	18～19	1228	19.03	4	22.00
	20～21	1551	20.95	4	20.10
	22～23	1198	22.91	5	18.70
	24～25	777	24.85	3	20.80
	26～27	450	26.81	1	19.10
	28～29	203	28.81	3	25.40
	30～31	80	30.68	5	22.90
	32～33	43	32.86	6	22.80
	34～	23	36.83	111	22.70
	総数	6666		198	

*1：やせ＜20，普通≧20～＜24，過体重≧24～＜26.4，肥満≧26.4
（日本肥満学会）
*2：平成６年国民栄養調査

表３－３　ＢＭＩ分布（４町の２０歳以上）

単位：名，（　）：％

		総数（実数）	20.0未満	20.0～24.0未満	24.0～26.5未満	26.5以上
男	総数	109(100.0)	7(6.4)	49(45.0)	34(31.2)	19(17.4)
	20～29歳	9(100.0)	1(11.1)	5(55.6)	1(11.1)	2(22.2)
	30～39	25(100.0)	0(0.0)	13(52.0)	8(32.0)	4(16.0)
	40～49	32(100.0)	3(9.4)	13(40.6)	13(40.6)	3(9.4)
	50～59	12(100.0)	1(8.3)	5(41.7)	5(41.7)	1(8.3)
	60～69	19(100.0)	1(5.3)	10(52.6)	3(15.8)	5(26.3)
	70歳以上	12(100.0)	1(8.3)	3(25.0)	4(33.3)	4(33.3)
女	総数	138(100.0)	28(20.3)	77(55.8)	20(14.5)	13(9.4)
	20～29歳	16(100.0)	10(62.5)	3(18.8)	2(12.5)	1(6.3)
	30～39	32(100.0)	6(18.8)	21(65.6)	3(9.4)	2(6.3)
	40～49	31(100.0)	3(9.7)	19(61.3)	7(22.6)	2(6.5)
	50～59	17(100.0)	1(5.9)	11(64.7)	4(23.5)	1(5.9)
	60～69	24(100.0)	6(25.0)	10(41.7)	2(8.3)	6(25.0)
	70歳以上	18(100.0)	2(11.1)	13(72.2)	2(11.1)	1(5.6)

表４　職業別分類

単位：名，（　）：％

職業	男	女	計
会社員等	70 (43.5)	61 (30.8)	131 (36.5)
自営業	8 (5.0)	7 (3.5)	15 (4.2)
農林・漁業	14 (8.7)	18 (9.1)	32 (8.9)
自由業	1 (0.6)	2 (1.0)	3 (0.8)
家事従事者	0 (0.0)	27 (13.6)	27 (7.5)
幼・小・中児童生徒	35 (21.7)	43 (21.7)	78 (21.7)
高校生以上の生徒学生	10 (6.2)	12 (6.2)	22 (6.1)
無職その他	23 (14.3)	28 (14.2)	51 (14.3)
計	161 (100.0)	198 (100.0)	359 (100.0)

表５　生活活動強度別分類

単位：名，（　）：％

生活活動強度	男	女	計
Ⅰ（軽い）	51 (31.7)	86 (43.4)	137 (38.2)
Ⅱ（中程度）	78 (48.4)	100 (50.5)	178 (49.6)
Ⅲ（やや重い）	26 (16.1)	12 (6.1)	38 (10.6)
Ⅳ（重い）	6 (3.7)	0 (0.0)	6 (1.7)
計	161 (100.0)	198 (100.0)	359 (100.0)

表６　　食品群別摂取量の全国・県との比較

単位：g

	全国*1	県*2	４町計（３５９名）		双葉町（８４名）		大熊町（９１名）		富岡町（９６名）		楢葉町（８８名）	
	平均	平均	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差
穀類	280.9	301.2	231.7	93.8	226.8	106.8	236.1	85.7	229.1	72.0	234.8	108.2
いも類	62.2	76.9	67.2	57.9	70.0	56.0	70.0	53.3	59.6	52.8	69.8	67.9
砂糖類	10.0	8.2	7.9	8.7	8.0	8.9	6.6	7.1	9.1	10.7	7.8	7.5
菓子類	19.6	8.8	33.0	53.2	29.2	58.9	34.2	52.3	45.5	57.8	21.8	38.0
油脂類	17.6	14.0	10.6	7.9	11.5	8.5	9.4	8.3	13.4	6.7	7.8	6.8
種実類	1.7	1.4	1.8	5.9	0.4	1.2	1.7	7.8	3.7	5.8	1.3	5.7
豆類	66.8	81.9	74.0	65.1	71.3	71.0	71.9	54.2	93.8	59.5	57.1	69.6
魚介類	97.0	114.7	92.3	82.3	91.0	88.1	83.7	70.0	91.1	85.4	104.0	83.8
肉類	74.5	57.9	77.1	66.1	73.6	65.8	64.7	51.7	106.9	84.0	60.8	43.1
卵類	43.0	36.8	44.0	36.7	43.1	38.9	52.5	39.4	40.0	33.8	40.5	33.1
乳類	132.4	128.8	225.9	217.4	275.1	248.5	241.9	240.7	214.8	176.9	174.3	185.7
緑黄色野菜	81.8	77.6	298.1*3	173.5	301.6*3	193.2	280.3*3	130.3	344.9*3	205.3	262.0*3	140.3
淡色野菜	161.1	187.7										
果実類	117.2	134.3	134.4	153.7	142.5	149.2	140.1	174.2	127.8	131.5	127.9	157.1
きのこ類	10.6	9.9	16.3	27.5	15.0	25.1	14.1	17.1	31.9	39.0	2.9	8.7
海草類	5.8	8.6	6.5	10.7	6.0	9.0	6.6	10.0	4.9	6.8	8.8	15.2
し好飲料類	147.7*4	93.1*4	107.0	214.3	111.4	224.0	126.5	236.7	95.1	194.4	95.7	199.0
調味香辛料			39.3	24.1	38.9	23.3	45.7	20.1	41.4	22.2	30.7	27.8
加工食品類	—	—	14.3	35.8	9.4	25.4	26.3	47.1	7.9	22.6	13.7	39.1
その他の食品	5.5	3.2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
計	1335.4	1345.0	1481.5		1525.0		1512.3		1560.7		1321.6	

＊1：平成６年国民栄養調査における全国平均値
＊2：平成６年国民栄養調査における県平均値
＊3：緑黄色野菜・その他の野菜の合計
＊4：調味香辛料・し好飲料類の合計

表７－１　　年齢別食品群別摂取量（４町男性全員１６１名）

単位：g

年代	４町計			０～１９歳			２０～２９歳			３０～３９歳			４０～４９歳			５０～５９歳			６０～６９歳			７０歳～		
人数	161			52			9			25			32			12			19			12		
	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値
穀類	267.6	100.3	629.0	245.4	99.1	551.0	326.2	133.0	568.0	277.6	71.7	430.0	285.0	109.5	629.0	283.3	68.8	439.0	286.3	101.3	472.0	207.8	72.6	368.0
いも類	63.7	57.6	250.0	76.9	50.7	214.0	70.0	64.5	200.0	53.1	56.4	200.0	59.9	62.7	250.0	58.4	47.4	150.0	64.2	68.1	240.0	38.6	42.8	130.0
砂糖類	8.5	9.9	50.0	6.0	8.3	50.0	4.4	4.3	14.0	6.1	7.4	26.0	11.3	11.5	49.0	11.5	9.8	29.0	14.0	12.1	43.0	7.9	8.1	24.0
菓子類	22.4	40.9	170.0	45.4	54.3	170.0	0.0	0.0	0.0	3.0	13.7	70.0	6.6	16.3	70.0	30.7	39.1	130.0	9.2	21.4	65.0	35.0	41.2	100.0
油脂類	11.1	8.1	35.0	11.9	8.4	35.0	14.9	11.2	35.0	10.1	6.8	30.0	12.8	8.7	31.0	8.7	5.8	18.0	8.8	6.0	22.0	8.5	7.4	26.0
種実類	1.4	5.0	52.0	1.7	4.1	20.0	0.3	0.9	3.0	0.7	2.1	9.0	0.5	1.6	8.0	5.3	14.5	52.0	0.9	2.2	8.0	1.9	4.1	15.0
豆類	80.8	69.1	383.0	63.0	55.4	303.0	59.9	51.1	184.0	104.1	97.8	383.0	63.0	47.0	185.0	137.2	70.6	232.0	111.3	65.3	220.0	67.5	53.0	210.0
魚介類	105.2	93.5	405.0	84.2	78.1	305.0	36.1	35.8	105.0	85.3	66.7	235.0	140.6	110.5	405.0	117.1	76.9	244.0	144.5	116.9	370.0	120.7	88.9	345.0
肉類	88.3	73.8	315.0	103.3	70.9	308.0	97.4	72.4	270.0	88.0	56.7	200.0	93.1	79.1	310.0	62.9	87.0	270.0	66.1	67.7	315.0	64.8	78.2	287.0
卵類	46.8	37.7	180.0	46.5	37.2	140.0	64.9	56.3	180.0	45.2	31.2	105.0	45.6	36.1	120.0	59.4	34.1	110.0	41.2	41.0	152.0	37.5	28.1	83.0
乳類	243.3	254.4	1390.0	439.6	278.0	1390.0	192.9	160.2	420.0	129.5	147.5	450.0	131.9	125.4	386.0	225.7	284.5	999.0	117.2	136.1	425.0	181.7	241.4	800.0
野菜類	296.8	176.8	1135.0	217.8	131.3	584.0	215.0	90.1	405.0	333.4	183.9	674.0	325.7	189.1	732.0	327.3	137.3	574.0	417.4	197.6	1135.0	324.9	173.8	677.0
果実類	120.9	144.8	750.0	154.1	150.3	700.0	128.7	184.2	575.0	65.7	111.6	410.0	92.3	107.5	420.0	84.8	154.2	430.0	170.7	175.8	750.0	119.0	100.2	337.0
きのこ類	17.4	29.3	160.0	13.6	24.3	110.0	12.2	18.0	45.0	21.2	26.6	100.0	21.1	29.8	104.0	9.3	15.3	45.0	25.9	47.3	160.0	14.1	27.4	80.0
海草類	6.0	10.0	60.0	3.7	7.6	50.0	3.7	5.1	15.0	6.4	8.4	27.0	10.3	15.8	60.0	5.4	5.6	17.0	4.5	6.8	27.0	7.9	7.8	20.0
し好飲料類	183.4	273.4	1187.0	55.7	115.4	508.0	281.9	284.5	806.0	265.8	286.2	903.0	309.8	406.5	1187.0	135.1	158.2	507.0	233.2	202.2	683.0	124.3	196.7	601.0
調味香辛料	41.3	27.8	247.0	36.1	22.6	96.0	42.9	18.0	76.0	40.2	24.2	106.0	48.4	41.2	247.0	49.7	24.9	97.0	46.1	21.2	86.0	30.8	18.4	61.0
加工食品類	17.5	40.1	290.0	23.5	54.9	290.0	41.1	47.7	110.0	19.0	31.7	90.0	13.3	26.9	100.0	15.0	28.7	90.0	4.5	19.2	86.0	5.0	16.6	60.0
計	1622.4			1628.4			1592.6			1554.6			1671.2			1626.8			1766.0			1397.8		

注）各食品の最小摂取量（下記食品群以外は０）

1．穀類　　全体：65g　0～19歳：65g　20～29歳：209g　30～39歳：164g　40～49歳：115g　50～59歳：172g　60～69歳：129g　70歳～：100g
2．油脂類　　20～29歳：2g
3．豆類　　50～59歳：12g　60～69歳：27g　70歳～：14g
4．肉類　　20～29歳：25g
5．野菜類　　全体：30g　0～19歳：30g　20～29歳：93g　30～39歳：34g　40～49歳：108g　50～59歳：136g　60～69歳：221g　70歳～：30g
6．し好飲料類　　20～29歳：7g　50～59歳：6g　60～69歳：9g
7．調味香辛料　　20～29歳：16g　30～39歳：6g　40～49歳：3g　50～59歳：17g　60～69歳：9g

表７－２　　年齢別食品群別摂取量（４町女性全員１９８名）

単位：g

年代	４町計			０～１９歳			２０～２９歳			３０～３９歳			４０～４９歳			５０～５９歳			６０～６９歳			７０歳～		
人数	198			60			16			32			31			17			24			18		
	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値
穀類	202.5	76.7	500.0	172.0	57.1	376.0	223.7	82.8	402.0	203.2	80.0	500.0	208.6	95.6	500.0	253.8	92.5	468.0	217.8	78.7	467.0	204.7	53.0	340.0
いも類	70.0	58.0	264.0	81.6	61.0	264.0	65.8	68.6	225.0	69.0	59.0	230.0	54.1	47.6	170.0	77.9	59.1	200.0	70.5	46.2	150.0	55.8	47.0	200.0
砂糖類	7.4	7.6	36.0	4.9	5.2	21.0	5.4	4.4	17.0	7.5	8.0	27.0	8.5	9.4	33.0	11.1	10.4	33.0	11.0	8.0	36.0	7.8	5.0	18.0
菓子類	41.6	60.0	290.0	60.0	73.5	280.0	44.0	60.1	195.0	41.5	55.4	290.0	40.5	56.7	230.0	13.5	22.5	64.0	24.8	31.0	80.0	28.9	50.8	160.0
油脂類	10.2	7.7	37.0	11.4	8.1	37.0	8.1	6.6	28.0	10.2	6.9	28.0	11.7	7.1	28.0	6.8	6.2	23.0	10.8	9.4	30.0	7.7	6.0	23.0
種実類	2.2	6.4	50.0	3.0	5.4	21.0	3.1	12.1	50.0	0.5	1.5	8.0	0.9	3.6	20.0	2.9	7.2	26.0	1.9	4.4	15.0	3.5	10.7	47.0
豆類	68.5	61.1	383.0	50.0	47.7	200.0	53.8	46.6	172.0	71.2	70.4	383.0	71.9	54.9	200.0	107.2	83.8	322.0	83.8	64.8	249.0	75.7	43.5	160.0
魚介類	81.9	70.4	365.0	53.5	57.5	271.0	67.7	70.6	291.0	100.9	74.1	365.0	94.8	66.6	270.0	89.4	62.5	220.0	118.3	86.3	301.0	77.7	51.5	223.0
肉類	68.0	57.6	290.0	84.2	48.5	200.0	63.3	52.8	200.0	57.7	56.1	287.0	79.8	75.6	290.0	55.3	61.9	225.0	55.3	55.8	280.0	44.9	49.9	187.0
卵類	41.7	35.8	190.0	37.1	34.8	175.0	32.1	25.2	88.0	47.9	32.8	125.0	54.8	41.7	190.0	36.9	29.5	100.0	39.5	40.1	152.0	39.4	30.6	100.0
乳類	211.7	180.7	865.0	314.1	179.9	758.0	247.4	249.9	865.0	144.1	140.1	517.0	177.4	123.9	465.0	134.2	96.3	255.0	167.1	149.3	516.0	150.4	196.5	650.0
野菜類	299.2	170.8	940.0	243.1	151.7	677.0	278.1	152.3	601.0	280.7	161.9	677.0	330.0	202.0	784.0	333.2	144.0	604.0	398.9	190.9	940.0	319.5	143.9	677.0
果実類	145.4	159.7	705.0	163.7	166.1	599.0	85.3	90.5	280.0	138.2	157.8	655.0	156.3	177.4	680.0	85.8	91.2	300.0	195.3	186.3	705.0	121.6	110.7	400.0
きのこ類	15.5	26.0	145.0	14.8	20.6	90.0	15.1	35.7	145.0	16.7	27.9	140.0	17.7	25.7	94.0	6.2	11.4	45.0	19.4	32.7	130.0	15.4	28.2	90.0
海草類	7.0	11.3	60.0	4.9	9.0	50.0	9.1	15.0	50.0	8.2	9.6	36.0	7.2	10.1	40.0	8.9	12.5	50.0	7.6	14.2	60.0	7.3	11.8	50.0
し好飲料類	44.9	117.8	847.0	32.1	79.5	375.0	61.0	137.6	560.0	54.1	137.1	635.0	88.4	194.4	847.0	26.9	46.3	189.0	39.0	119.3	601.0	6.5	6.8	25.0
調味香辛料	37.6	20.5	108.5	36.4	19.5	82.0	29.6	13.6	64.0	39.7	22.4	108.5	37.8	19.4	90.0	39.1	22.6	83.0	46.0	19.4	88.0	32.1	21.1	104.0
加工食品類	11.8	31.6	270.0	12.0	39.3	270.0	25.2	39.4	118.0	8.6	26.8	140.0	15.3	29.8	100.0	11.2	19.3	60.0	6.5	22.2	96.0	6.1	17.4	60.0
計	1366.9			1378.8			1317.5			1299.8			1455.5			1300.3			1513.3			1205.2		

注）各食品の最小摂取量（下記食品群以外は０）

1．穀類　　全体：40g　0～19歳：40g　20～29歳：82g　30～39歳：45g　40～49歳：82g　50～59歳：135g　60～69歳：70g　70歳～：111g

2．豆類　　50～59歳：4g　60～69歳：9g

3．野菜類　　全体：3g　0～19歳：3g　20～29歳：50g　30～39歳：17g　40～49歳：17g　50～59歳：80g　60～69歳：178g　70歳～：85g

4．し好飲料類　　20～29歳：2g

5．調味香辛料　　全体：1g　0～19歳：1g　20～29歳：11　30～39歳：3　40～49歳：3g　50～59歳：4g　60～69歳：10g　70歳～：3g

表８　主要食品摂取量の全国・県との比較

単位：g

	全国*1	県*2	４町計（３５９名）		４町　男（161名）　女（198名）				双葉町８４名（男:42名　女:42名）				大熊町９１名（男41名　女:50名）				富岡町９６名（男:42名　女:54名）				楢葉町８８名（男:36名　女:52名）			
	平均	平均	全平均	偏差	男平均	偏差	女平均	偏差	男平均	偏差	女平均	偏差	男平均	偏差	女平均	偏差	男平均	偏差	女平均	偏差	男平均	偏差	女平均	偏差
米	188.5	240.2	164.4	78.3	196.5	85.2	138.3	60.7	189.9	83.0	129.4	61.0	204.6	80.1	150.1	53.0	186.8	89.8	128.2	54.0	206.3	85.7	144.8	70.5
パン	31.8	21.6	19.7	39.4	17.8	43.0	21.2	36.2	11.0	27.2	20.5	35.7	25.7	66.6	28.6	42.6	20.2	33.4	20.2	36.5	14.1	30.5	15.9	27.2
ラーメン			8.0	39.5	8.9	39.9	7.2	39.1	7.9	50.3	7.1	31.9	9.0	33.7	0.0	0.0	7.1	31.9	7.2	30.5	11.9	40.7	14.2	62.7
じゃがいも	28.1	32.5	43.0	48.2	38.8	48.2	46.5	48.0	43.2	49.7	47.7	40.4	44.1	41.8	40.4	36.5	33.1	43.7	52.2	56.3	34.2	56.6	45.3	52.8
味噌	14.0	20.5	17.6	11.4	18.8	11.4	16.6	11.3	13.9	10.0	10.6	9.3	20.5	12.3	19.2	12.9	22.0	11.0	18.5	10.3	18.7	10.4	17.1	10.3
豆腐	35.7	42.4	37.5	49.5	42.3	54.2	33.6	44.9	50.7	64.2	35.0	49.8	37.1	42.9	31.4	43.5	58.1	59.5	53.4	46.7	19.9	35.0	13.9	28.0
納豆			10.3	17.2	11.3	18.1	9.5	16.4	9.3	17.6	8.3	13.9	9.9	16.8	9.3	18.7	15.2	19.5	10.5	16.5	10.8	17.6	9.5	15.7
りんご	26.8	34.2	19.5	48.9	18.9	52.8	20.0	45.5	27.5	45.6	30.2	45.7	12.6	47.4	21.9	56.0	4.8	18.3	12.8	29.3	32.5	80.7	17.6	46.3
梨			30.3	68.9	27.0	66.3	32.9	70.8	35.9	51.6	45.0	62.6	28.1	92.9	45.0	95.3	34.9	66.9	24.3	60.6	6.1	30.1	20.5	53.5
ｷｳｲﾌﾙｰﾂ			1.2	7.9	1.1	7.4	1.3	8.3	2.6	9.5	2.6	9.5	0.0	0.0	1.2	8.4	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	11.5	1.5	11.0
いちじく			6.6	37.8	2.9	19.6	9.6	47.6	2.4	12.0	21.3	81.0	3.7	23.1	17.1	53.1	4.3	27.7	0.0	0.0	1.1	6.6	3.1	17.3
柿			14.5	46.5	14.5	52.3	14.4	41.1	5.0	18.9	15.2	38.1	0.0	0.0	9.0	41.5	25.7	74.2	11.4	34.4	29.2	68.5	22.1	47.9
にんじん	17.4	19.7	19.4	21.2	18.5	18.8	20.1	22.9	18.9	20.5	15.9	14.4	18.8	19.1	15.1	14.9	22.2	17.5	24.1	22.1	13.3	16.5	24.2	32.2
ほうれん草	18.2	15.2	15.0	32.2	13.2	23.3	16.5	37.9	8.3	15.5	10.9	22.3	16.9	26.9	28.8	63.0	13.2	23.2	13.3	22.6	12.5	25.0	12.6	23.2
にら			4.1	15.2	4.3	14.5	4.0	15.7	9.1	22.0	10.7	27.1	1.7	7.9	0.1	0.7	1.4	6.8	0.4	2.7	4.9	14.4	6.2	16.3
大根	34.7	43.9	30.9	40.3	32.4	41.2	29.7	39.4	29.5	44.8	19.2	31.9	26.8	36.1	37.7	49.1	38.4	42.6	34.0	38.5	34.9	39.5	25.8	32.6
たまねぎ	23.9	23.3	29.0	35.5	30.3	35.8	27.9	35.2	33.2	43.1	28.9	32.6	32.0	28.2	21.4	23.0	29.6	34.6	28.8	27.6	25.6	35.2	32.5	50.0
トマト	11.7	8.2	18.0	32.0	19.2	32.1	17.1	31.9	20.3	28.8	21.0	43.3	18.0	31.9	14.3	24.8	23.9	36.5	16.9	25.0	13.8	29.4	16.8	33.2
キャベツ	18.3	14.9	21.7	36.7	20.3	34.9	22.8	41.5	23.1	27.3	19.3	30.4	14.7	19.3	14.6	18.8	34.7	54.3	38.3	54.6	6.7	16.0	17.3	44.7
きゅうり	9.8	6.4	10.2	17.7	10.0	17.3	10.4	17.9	11.2	14.5	11.8	15.2	8.4	12.8	11.7	17.8	9.7	21.7	9.9	22.6	10.8	18.7	8.5	14.0
はくさい	20.9	36.3	17.1	43.0	16.7	42.3	17.4	43.7	20.5	45.7	8.4	23.1	13.4	29.3	19.3	32.8	21.8	56.7	33.0	69.8	10.0	27.0	6.8	17.5
ながねぎ			11.9	22.4	13.8	27.4	10.4	17.1	8.9	16.5	7.8	16.2	10.5	13.7	9.3	13.9	20.3	43.5	12.7	20.3	15.9	23.1	11.1	16.5
なす			11.4	37.4	10.6	39.8	12.1	35.3	23.7	68.0	19.8	51.5	1.1	5.4	9.5	27.6	6.0	14.1	7.0	18.5	11.4	33.2	13.8	37.8
たくあん			3.5	11.5	3.6	11.9	3.5	11.1	2.9	6.3	2.6	7.6	1.6	7.0	4.5	13.5	7.3	19.6	4.1	10.1	2.6	8.0	2.6	11.9
わかめ			3.8	8.3	3.5	7.7	4.0	8.7	3.7	6.0	3.3	5.9	1.8	3.1	2.1	4.9	3.1	5.5	3.2	6.0	5.9	13.0	7.2	13.7
茶			1.8	2.6	1.6	2.5	2.0	2.7	1.0	1.6	1.1	1.7	2.4	3.1	2.9	3.5	1.5	1.9	1.9	2.5	1.8	2.9	1.8	2.2
コーヒー			2.1	4.2	2.0	4.6	2.2	3.8	1.2	3.4	2.3	3.3	3.2	5.9	2.7	4.6	2.3	4.4	1.8	3.4	1.4	4.0	2.0	3.7
まぐろ	8.5	6.9	7.1	24.7	9.9	31.0	4.8	17.7	17.5	36.6	7.6	20.6	4.4	20.1	3.7	15.3	1.7	10.7	0.0	0.0	16.9	43.7	8.8	24.2
あじ･いわし	12.0	12.3	1.1	7.9	1.1	8.8	1.1	7.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	16.8	1.1	8.1	0.0	0.0	3.1	10.7
さんま			7.5	24.7	8.4	27.6	6.8	22.1	11.4	28.6	13.0	28.2	13.4	37.2	11.3	27.9	0.0	0.0	0.0	0.0	8.9	27.5	4.6	19.0
さけ･ます	3.2	4.2	10.7	29.9	12.2	32.7	9.4	27.4	7.1	23.1	4.4	16.7	12.2	32.7	5.0	17.1	9.5	34.9	11.1	39.3	21.1	37.4	16.0	25.7
いか･たこ･かに	18.2	18.5	7.1	24.2	8.3	29.3	6.0	19.1	11.8	38.1	9.0	25.9	12.8	33.8	3.9	14.0	5.1	22.7	7.6	21.3	3.1	12.7	4.0	12.9
塩ざけ			15.4	28.5	14.4	27.3	16.2	29.5	16.7	28.9	17.4	24.9	8.8	20.6	12.5	27.5	22.9	33.0	26.5	37.5	8.3	20.9	7.9	20.7
豚肉	24.1	22.8	28.4	37.6	32.4	40.8	25.1	34.4	33.9	38.6	21.3	29.5	44.8	46.5	36.3	42.8	31.8	40.8	28.7	29.9	17.2	29.9	13.6	28.8
鶏肉	18.6	13.0	21.5	42.2	22.8	45.6	20.4	39.2	21.9	29.9	11.1	23.0	8.3	27.7	16.5	31.6	34.0	70.0	27.9	54.7	27.4	35.1	23.7	34.7
卵類	43.0	36.8	42.5	35.2	46.3	37.8	39.4	32.7	46.9	42.1	39.3	34.8	55.0	38.0	44.0	36.5	39.9	34.5	36.1	26.3	43.3	33.9	38.6	32.5
牛乳	118.2	116.5	178.2	186.3	195.9	219.2	163.9	153.0	256.3	254.0	196.4	167.2	219.6	261.4	146.7	147.4	162.1	119.5	149.1	138.1	137.6	188.2	169.4	156.5

*1：平成６年国民栄養調査における全国平均値
*2：平成６年国民栄養調査における県平均値
空欄はデータなし

表９－１　　年齢別主要食品摂取量・４町男性１６１名（３７食品）

単位：g

年代	計			０～１９歳			２０～２９歳			３０～３９歳			４０～４９歳			５０～５９歳			６０～６９歳			７０歳～		
人数	161			52			9			25			32			12			19			12		
	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値
米	196.5	85.2	407	181.8	91.2	403	187.0	47.4	257	197.1	73.9	400	209.3	84.2	407	259.0	62.4	349	212.5	99.1	393	144.4	36.7	393
パン	17.8	43.0	330	37.7	65.3	330	8.9	18.4	60	15.1	25.5	90	5.8	17.2	95	9.3	24.6	90	2.0	6.8	30	9.7	24.7	90
ラーメン	8.9	39.9	330	1.3	9.6	70	36.7	103.7	330	22.0	51.1	150	10.3	40.1	180	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	12.5	41.5	150
じゃがいも	38.8	48.2	250	46.9	49.9	214	56.1	62.8	190	29.9	41.6	140	35.6	54.5	250	27.6	30.5	100	39.6	39.5	130	27.1	39.9	130
味噌	18.8	11.4	55	16.5	10.5	48	12.7	9.0	24	16.2	9.1	40	21.0	13.4	55	21.8	13.3	45	26.2	7.7	40	17.7	10.8	41
豆腐	42.3	54.2	300	33.3	41.6	170	39.4	52.3	160	53.2	75.4	300	28.3	33.9	120	82.4	62.7	174	57.2	63.7	205	33.9	38.5	150
納豆	11.3	18.1	65	8.3	15.4	50	4.4	12.6	40	16.0	18.7	50	9.5	17.2	50	8.8	15.6	40	22.4	22.7	65	9.7	18.6	50
りんご	18.9	52.8	408	28.5	70.8	408	0.0	0.0	0	13.8	43.8	205	7.1	22.3	100	6.7	15.5	50	36.3	66.2	200	18.3	37.9	123
梨	27.0	66.3	500	34.8	86.0	500	17.2	32.2	80	16.8	41.9	170	13.0	36.7	150	19.2	50.4	180	40.2	74.9	300	45.8	75.6	250
ｷｳｲﾌﾙｰﾂ	1.1	7.4	70	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	1.4	6.9	35	0.0	0.0	0	5.8	19.3	70	3.9	11.5	40	0.0	0.0	0
いちじく	2.9	19.6	182	0.5	3.4	25	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	10.4	40.4	182	0.0	0.0	0	2.1	8.9	40	6.3	20.7	75
柿	14.5	52.3	420	6.7	23.4	110	0.0	0.0	0	4.0	19.6	100	20.5	78.0	420	12.5	41.5	150	45.0	87.3	330	19.2	36.2	330
にんじん	18.5	18.8	102	16.8	13.2	67	23.9	29.5	85	19.7	20.3	63	17.8	15.3	60	17.2	22.8	71	27.5	24.8	102	7.9	8.1	25
ほうれん草	13.2	23.3	120	12.0	22.9	100	10.0	17.8	50	12.0	17.8	50	12.2	21.0	60	7.1	16.1	50	24.2	33.0	120	15.0	26.3	80
にら	4.3	14.5	130	2.4	7.9	40	5.3	8.4	25	3.8	11.2	50	5.0	23.0	130	6.3	12.4	40	7.4	18.7	80	3.8	8.9	30
大根	32.4	41.2	215	25.4	29.9	112	19.3	34.7	100	37.6	55.2	215	29.1	32.2	110	53.8	61.5	180	47.4	46.5	172	24.8	20.2	150
たまねぎ	30.3	35.8	180	33.7	33.2	149	31.9	38.1	110	21.2	24.4	80	30.8	41.8	180	18.9	30.5	100	38.9	38.8	142	29.4	41.1	140
トマト	19.2	32.1	180	9.0	17.8	100	20.6	34.0	100	20.1	27.1	80	18.9	36.9	180	31.6	39.8	134	34.7	34.5	100	24.2	43.9	130
キャベツ	20.3	34.9	178	19.6	29.3	130	22.2	29.4	90	16.0	24.5	80	25.9	46.2	178	14.1	24.6	90	17.3	28.5	100	27.3	54.2	178
きゅうり	10.0	17.3	90	8.5	10.4	45	7.8	10.0	30	14.7	25.7	90	4.8	8.6	30	15.4	24.6	80	14.5	22.9	90	9.6	16.9	50
はくさい	16.7	42.3	250	11.8	31.8	150	7.8	22.0	70	28.4	59.3	220	19.4	50.4	250	10.8	24.3	70	18.4	42.0	140	15.8	35.5	100
ながねぎ	13.8	27.4	205	10.0	14.7	60	15.0	21.9	65	31.0	55.2	205	8.3	11.7	45	11.5	14.8	42	15.8	22.4	90	7.8	15.8	55
なす	10.6	39.8	344	4.8	22.0	150	0.0	0.0	0	12.7	38.6	189	13.1	59.9	344	9.8	18.6	60	5.5	12.4	40	41.2	68.4	229
たくあん	3.6	11.9	100	2.5	8.1	40	2.2	6.3	20	4.0	14.1	70	2.1	6.2	30	5.0	11.2	30	8.2	23.4	100	4.2	6.4	20
わかめ	3.5	7.7	60	2.5	7.2	50	3.3	5.3	15	2.7	5.6	20	5.6	11.2	60	2.7	4.2	12	3.0	5.4	20	6.2	7.6	20
茶	1.6	2.5	14	0.4	1.6	11	1.2	1.6	4	2.2	2.5	10	1.5	2.0	7	4.4	3.7	14	2.7	2.8	10	2.0	1.8	6
コーヒー	2.0	4.6	20	0.5	1.8	10	1.7	2.4	5	3.8	5.7	20	3.8	6.2	20	3.3	6.6	20	1.1	3.1	10	0.8	2.8	10
まぐろ	9.9	31.0	180	4.5	19.9	120	0.0	0.0	0	9.2	29.4	140	18.3	41.8	180	0.0	0.0	0	23.2	46.8	150	8.8	21.6	75
あじ・いわし	1.1	8.8	90	1.7	9.1	60	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	2.8	15.7	90	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0
さんま	8.4	27.6	150	4.2	18.8	120	0.0	0.0	0	11.4	26.9	91	9.4	30.0	130	10.0	33.2	120	17.4	41.7	150	7.6	25.2	91
さけ・ます	12.2	32.7	180	12.8	29.0	100	11.1	31.4	100	7.6	30.1	150	10.8	32.7	150	7.5	24.9	90	20.3	46.3	180	15.4	32.0	100
いか・たこ・かに	8.3	29.3	160	6.3	26.8	150	4.4	12.6	40	1.8	6.5	30	13.8	38.8	160	13.7	30.6	84	3.2	13.4	60	21.7	50.0	160
塩ざけ	14.4	27.3	105	11.7	25.9	100	2.2	6.3	20	7.6	20.5	80	24.2	32.0	100	21.7	28.5	80	12.4	29.6	105	20.0	26.1	70
豚肉	32.4	40.8	158	36.0	41.5	158	35.8	46.2	120	25.7	43.0	150	42.6	38.6	140	25.8	41.7	140	18.0	30.2	86	30.2	37.8	130
鶏肉	22.8	45.6	280	27.6	44.3	250	11.1	20.8	50	14.5	28.6	90	30.8	57.8	270	4.2	13.8	50	32.1	65.0	280	10.8	19.3	50
卵類	46.3	37.8	180	46.0	37.0	140	64.9	56.3	180	45.2	31.2	105	44.0	37.0	120	59.4	34.1	110	41.2	41.0	152	37.3	28.0	100
牛乳	195.9	219.2	1290	351.8	256.8	1290	172.2	168.8	420	116.6	142.5	450	109.6	124.9	380	110.8	145.6	458	106.8	123.4	360	158.8	219.3	700
計	950.6			1059.0			836.4			855.0			875.4			917.8			1028.6			874.9		

注）各食品の最小摂取量（下記食品以外は０）
　１．米　　全体：30g　０～19歳：30g　20～29歳：100g　30～39歳：80g　40～49歳：62g　50～59歳：152g　60～69歳：82g　70歳～：72g
　２．みそ　60～69歳：8g

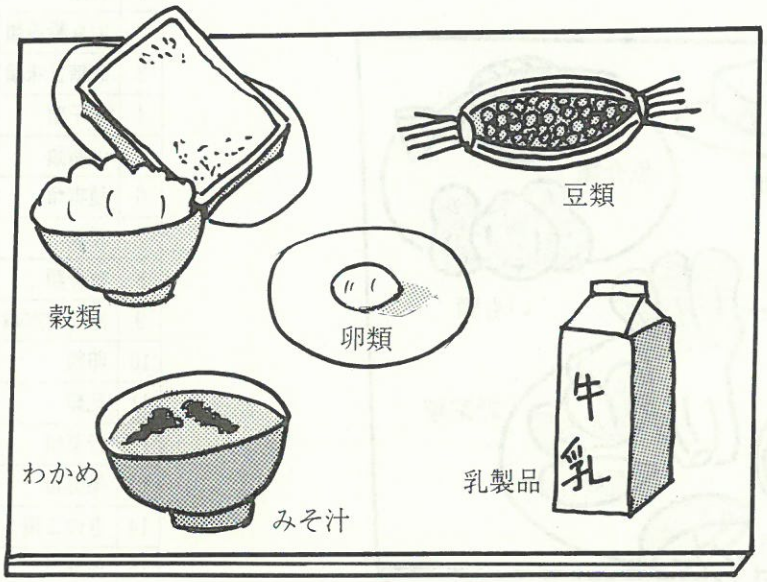
表９－２　　年齢別主要食品摂取量・４町女性１９８名（３７食品）

単位：g

年代	計			０～１９歳			２０～２９歳			３０～３９歳			４０～４９歳			５０～５９歳			６０～６９歳			７０歳～		
人数	198			60			16			32			31			17			24			18		
	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値	平均	偏差	最大値
米	138.3	60.7	468	108.0	45.2	187	125.8	58.4	238	146.2	56.7	240	148.8	51.9	246	180.4	87.7	468	157.3	61.6	296	153.8	46.6	259
パン	21.2	36.2	180	29.4	42.0	180	15.9	26.5	90	22.4	35.8	125	23.4	35.2	135	5.8	21.1	90	21.4	38.1	144	7.4	21.2	90
ラーメン	7.2	39.1	320	0.0	0.0	0	20.0	77.5	320	4.7	26.1	150	0.0	0.0	0	36.5	85.7	320	10.4	35.3	150	5.0	20.6	90
じゃがいも	46.5	48.0	225	55.9	51.9	210	45.6	68.1	225	42.7	42.0	150	40.0	45.8	170	52.4	41.8	115	37.4	38.1	130	40.2	35.9	100
味噌	16.6	11.3	48	14.7	11.1	36	11.9	13.5	48	16.4	10.3	45	16.6	9.5	35	18.9	10.5	36	20.6	10.6	45	20.4	12.7	41
豆腐	33.6	44.9	190	23.8	34.4	135	26.6	45.2	150	33.3	42.2	180	38.1	45.2	160	43.9	55.8	174	46.0	55.4	190	39.0	44.3	150
納豆	9.5	16.4	80	5.9	12.6	50	10.7	17.2	50	7.7	13.6	50	11.1	16.4	50	17.1	24.0	80	12.1	18.7	50	10.1	15.4	50
りんご	20.0	45.5	255	19.9	39.4	204	6.3	24.2	100	6.3	16.9	60	22.0	54.8	255	31.3	61.6	200	36.2	61.7	200	21.4	42.2	140
梨	32.9	70.8	400	25.8	62.3	328	23.1	62.4	220	46.6	88.7	400	25.2	56.0	210	10.1	22.8	80	57.8	90.8	300	42.9	75.7	300
ｷｳｲﾌﾙｰﾂ	1.3	8.3	80	0.0	0.0	0	2.2	8.5	35	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	4.4	12.1	40	5.8	19.6	80	0.0	0.0	0
いちじく	9.6	47.6	500	3.1	23.6	184	0.0	0.0	0	4.2	13.2	50	23.5	64.7	276	5.9	23.5	100	26.0	100.4	500	7.6	24.0	100
柿	14.4	41.1	255	8.3	25.7	110	3.1	9.8	40	24.2	59.4	255	15.3	40.9	153	25.3	55.6	170	16.7	46.2	170	12.4	29.7	110
にんじん	20.1	22.9	140	20.7	17.4	80	23.7	37.5	140	22.1	25.6	130	20.5	26.1	130	21.5	21.7	70	17.5	17.4	59	12.8	14.8	55
ほうれん草	16.5	37.9	270	7.5	15.4	60	8.8	25.0	100	26.5	51.5	270	13.4	22.2	60	9.1	15.7	50	31.7	56.7	270	28.1	58.2	250
にら	4.0	15.7	130	4.3	16.1	86	0.9	3.6	15	3.6	10.8	50	5.7	23.4	130	3.8	7.8	25	5.0	20.2	100	2.5	7.5	30
大根	29.7	39.4	260	21.1	23.5	90	19.3	39.1	160	30.2	30.2	100	26.1	31.7	100	49.0	75.2	260	45.9	40.1	136	32.9	44.6	180
たまねぎ	27.9	35.2	195	31.3	25.2	92	33.8	48.3	185	19.9	27.1	100	22.0	34.7	149	27.9	48.6	195	40.3	46.4	190	19.5	21.4	65
トマト	17.1	31.9	256	16.8	39.3	256	16.8	33.6	114	11.1	18.1	53	19.0	27.4	100	26.2	40.4	150	16.9	23.8	80	17.4	27.0	80
キャベツ	22.8	41.5	230	20.1	32.7	178	33.6	55.1	200	14.1	26.5	80	29.2	50.0	178	29.3	55.3	230	23.5	36.4	110	19.3	45.4	178
きゅうり	10.4	17.9	90	8.6	12.3	56	9.3	20.0	80	13.4	26.2	90	7.0	11.3	40	14.2	21.8	80	13.1	18.5	65	10.8	16.0	50
はくさい	17.4	43.7	250	17.0	48.0	250	31.6	63.9	250	16.1	35.5	170	21.4	53.0	250	7.1	17.7	70	16.7	32.2	120	12.7	24.0	70
ながねぎ	10.4	17.1	100	8.3	11.7	50	13.1	19.0	60	10.9	19.3	100	7.3	15.9	80	12.6	14.6	50	14.3	24.4	95	11.9	16.4	55
なす	12.1	35.3	229	11.4	35.0	172	3.8	12.2	50	13.7	38.1	158	10.9	30.9	114	10.2	16.3	40	15.0	49.0	229	19.4	40.9	140
たくあん	3.5	11.1	78	1.3	6.4	40	0.0	0.0	0	4.2	9.1	40	2.3	7.1	30	2.8	7.4	30	12.4	22.5	78	3.3	11.5	50
わかめ	4.0	8.7	60	2.9	5.9	22	6.8	13.9	50	3.4	6.8	30	3.1	5.3	20	7.5	12.0	50	4.7	13.1	60	3.6	5.9	20
茶	2.0	2.7	12	0.7	1.6	8	1.9	3.1	12	2.1	2.3	8	2.4	3.2	12	3.2	2.8	8	3.7	3.0	12	1.9	2.1	6
コーヒー	2.2	3.8	15	0.3	1.2	5	2.5	3.5	10	4.8	4.9	15	4.9	4.7	15	2.1	3.5	10	1.3	2.2	5	0.0	0.0	0
まぐろ	4.8	17.7	120	3.9	15.4	84	0.0	0.0	0	5.0	15.6	60	1.8	7.8	42	12.9	28.0	80	9.2	27.5	120	3.9	16.0	70
あじ・いわし	1.1	7.0	60	0.0	0.0	0	2.5	9.7	40	0.0	0.0	0	1.9	10.6	60	2.4	9.4	40	1.7	8.0	40	2.2	9.2	40
さんま	6.8	22.1	120	2.0	10.8	60	8.8	24.4	91	11.4	27.2	91	2.5	9.6	46	2.4	9.4	40	17.3	34.4	100	10.7	31.3	120
さけ・ます	9.4	27.4	150	10.7	29.5	150	2.2	8.5	35	16.6	40.1	150	6.8	19.7	70	4.1	11.3	35	11.5	28.8	100	5.8	17.5	70
いか・たこ・かに	6.0	19.1	100	4.6	14.6	75	0.0	0.0	0	6.4	19.7	100	13.3	31.0	100	6.5	17.8	60	7.1	18.8	60	1.1	4.6	20
塩ざけ	16.2	29.5	160	6.9	19.1	100	14.7	25.1	80	16.9	34.6	160	26.2	35.6	125	20.9	29.1	80	18.1	29.3	90	22.8	31.4	100
豚肉	25.1	34.4	160	30.4	32.5	158	20.2	34.5	130	20.7	38.1	160	25.8	32.9	140	25.9	37.8	120	20.8	31.9	100	23.2	32.9	130
鶏肉	20.4	39.2	260	23.4	33.8	120	11.0	27.2	106	17.6	30.7	105	33.3	56.9	260	5.9	17.5	70	24.5	53.1	250	9.4	19.9	70
卵類	39.4	32.7	152	33.8	29.1	100	30.2	24.5	88	47.9	33.6	125	50.2	33.7	112	36.9	29.5	100	39.5	40.1	152	34.9	30.2	100
牛乳	163.9	153.0	700	238.4	158.0	600	169.6	191.7	700	103.0	119.5	400	145.9	104.6	400	101.8	92.2	210	145.1	145.9	516	133.2	173.9	550
計	844.4			821.0			756.1			796.3			866.8			877.7			1004.1			803.6		

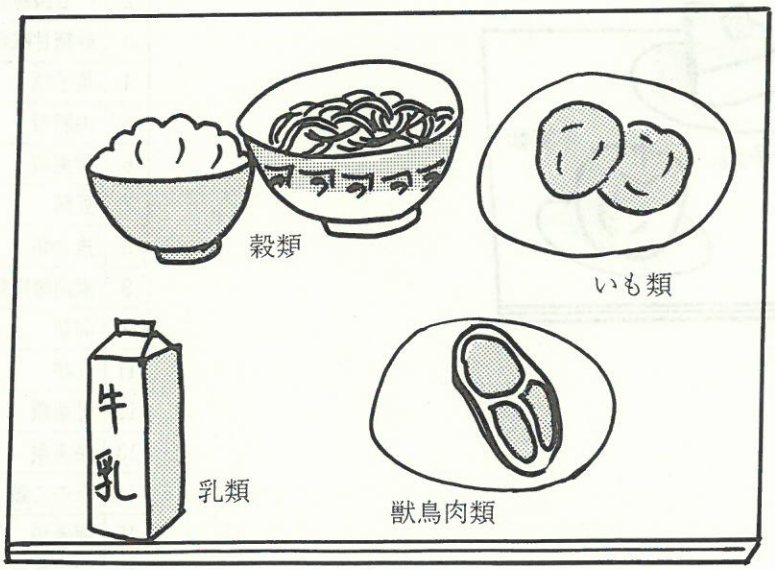
注）各食品の最小摂取量（下記食品以外は０）
　１．　米　　20～29歳：57g　30～39歳：45g　40～49歳：41g　50～59歳：62g　60～69歳：70g　70歳～：75g

〈朝　食〉



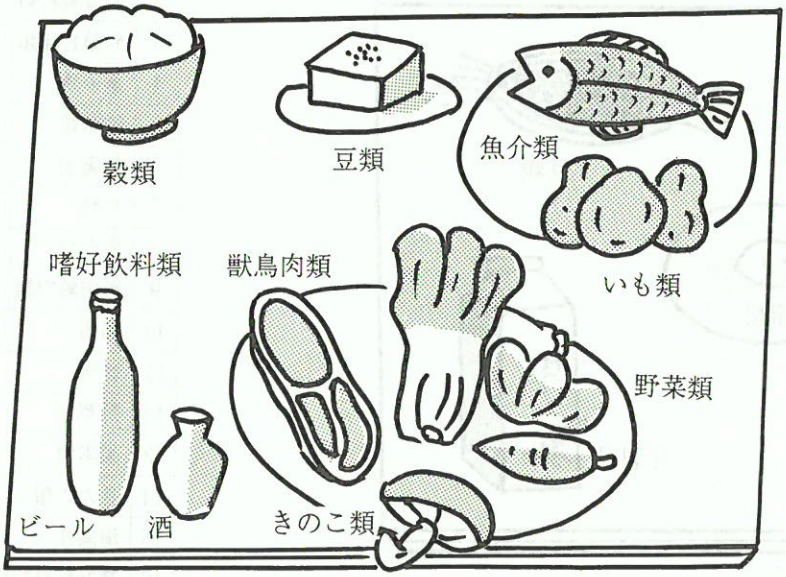
No.	食品群	朝食 g
1	穀類	65.4
2	いも澱粉類	9.4
3	砂糖甘味類	1.6
4	菓子類	2.7
5	油脂類	2.0
6	種実類	0.3
7	豆類	24.8
8	魚介類	16.8
9	獣肉鯨肉類	8.2
10	卵類	21.5
11	乳類	87.3
12	野菜類	61.3
13	果実類	26.0
14	きのこ類	2.2
15	海藻類	3.5
16	嗜好飲料類	5.0
17	調味香辛料	6.9
18	加工食品類	0.8
計		345.7

〈昼　食〉



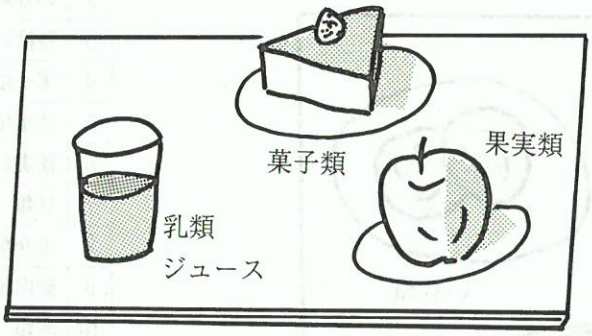
No.	食品群	昼食 g
1	穀類	94.4
2	いも澱粉類	19.9
3	砂糖甘味類	2.2
4	菓子類	6.1
5	油脂類	3.7
6	種実類	0.3
7	豆類	9.5
8	魚介類	23.7
9	獣肉鯨肉類	24.4
10	卵類	12.4
11	乳類	69.6
12	野菜類	74.9
13	果実類	23.5
14	きのこ類	1.2
15	海藻類	1.6
16	嗜好飲料類	6.3
17	調味香辛料	10.2
18	加工食品類	5.2
計		389.1

〈夕　食〉



No.	食品群	夕食 g
1	穀類	70.5
2	いも澱粉類	35.2
3	砂糖甘味類	2.9
4	菓子類	0.4
5	油脂類	4.8
6	種実類	0.8
7	豆類	39.7
8	魚介類	50.8
9	獣肉鯨肉類	42.0
10	卵類	8.7
11	乳類	23.9
12	野菜類	150.3
13	果実類	24.3
14	きのこ類	11.7
15	海藻類	1.6
16	嗜好飲料類	56.8
17	調味香辛料	20.2
18	加工食品類	6.2
計		550.8

〈間　食〉



No.	食品群	間食 g
1	穀類	3.7
2	いも澱粉類	1.8
3	砂糖甘味類	1.1
4	菓子類	23.4
5	油脂類	0.1
6	種実類	0.4
7	豆類	0.1
8	魚介類	0.1
9	獣肉鯨肉類	0.5
10	卵類	0.2
11	乳類	39.2
12	野菜類	3.3
13	果実類	56.0
14	きのこ類	0.0
15	海藻類	0.0
16	嗜好飲料類	35.5
17	調味香辛料	0.2
18	加工食品類	1.4
計		167.0

整理番号						

平成８年度

食品摂取量調査票

町		地区		調査票記入者	
				電話	

調査対象世帯員					
氏名		性別	男・女	年齢	歳

太枠の部分を記入してください。
個人ごとに記入してください。
調査票記入者の欄には各世帯でとりまとめられた方の氏名を記入してください。

福　島　県

整理番号						

Ⅰ　身体状況

あなたの現在の状況をご記入ください。

身　　長	cm
体　　重	kg
職　　業	
生　活　状　況 （生活活動強度）	

Ⅱ　食品摂取状況〔 朝食 〕

整理番号						

太枠の部分のみご記入ください。

朝食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　　立	材　　料	分　　量　（g）	食品番号	入力分量

Ⅱ　食品摂取状況〔 昼食 〕

整理番号						

太枠の部分のみご記入ください。

昼食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　　立	材　　料	分　　量　（g）	食品番号	入力分量

Ⅱ　食品摂取状況〔夕食〕

整理番号						

太枠の部分のみご記入ください。

夕食の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　立	材　料	分　量（g）	食品番号	入力分量

Ⅱ　食品摂取状況〔 間食 〕

太枠の部分のみご記入ください。

整理番号						

間食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　　立	材　　料	分　　量　（g）	食品番号	入力分量

Ⅱ　食品摂取状況〔　　〕

整理番号						

予備の用紙です。〔　〕内と太枠の部分にご記入ください。

〔　　〕の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　　立	材　　料	分　　量（g）	食品番号	入力分量

平成８年度

食品摂取量調査票の書き方

◎　本書をご覧のうえ、「食品摂取量調査票」に黒鉛筆で記入してください。調査票は各世帯の調査対象人数より１部余分に入っています。

◎　調査対象日は10月18日（金）の１日間となりますが、当日の夕方以降、調査員が巡回して調査票を回収します。その際、記入内容等についてお尋ねすることがあります。

◎　記入方法等について分からないことがありましたら、調査員になんでも質問してください。なお、10月17日（木）13時から10月19日（土）12時までは、調査の事務局となる原子力センターにお問い合わせください。

問合先の臨時電話番号　　32－7484、32－7485、32－7486、32－7487

◎　この調査によってわかった食生活の内容など、プライバシーに係わる秘密保持については厳守いたし、ご迷惑はおかけいたしませんのでよろしくお願いします。

◎　この調査は、福島県の委託により桜の聖母短期大学が受託して実施するものです。調査員は栄養士等の有資格者が担当しております。

〔調査委託者〕　福　島　県

〔調査受託者〕　桜の聖母短期大学

《記入方法》

Ⅰ　身体状況の欄の記入方法

1．身　　長　　あなたの現在の身長を記入して下さい。

2．体　　重　　あなたの現在の体重を記入して下さい。

3．職　　業　　あなたの仕事の種類がわかるように具体的に記入して下さい。
たとえば、具体的に自動車運転手、電気工事技術者、給与事務員、教員、農業、漁師、弁護士、一般家庭の主婦、無職（お年寄り等）など。
なお、学生の場合は、小学生、中学生などを記入すること。

4．生活状況（生活活動強度）　　下記の「①～④」から１つ選んで、記入して下さい。

参考表　日常生活からみた生活活動強度の区分（目安）

区分	生活活動強度と指数	日常生活の例		日常生活の内容
		生活動作	時　間	
①	Ⅰ（軽い）0.35	睡　眠 座　る 立　つ 歩　く	8 12 3 1	通勤、買物など１時間程度の歩行と軽い手作業や家事などによる立位のほかは大部分座位で事務、勉強、談話等をしている場合
②	Ⅱ（中等度）0.50	睡　眠 座　る 立　つ 歩　く	8 7～8 6～7 2	通勤、買物のほか仕事などで２時間程度の歩行と事務、読書、談話による座位のほか機械操作、接客、家事等による立位時間の多い場合
③	Ⅲ（やや重い）0.75	睡　眠 座　る 立　つ 歩　く 筋運動	8 6 6 3 1	農耕、漁業、建築などで座位、立位、歩行のほか１日のうち１時間程度は重い筋作業に従事している場合
④	Ⅳ（重い）1.00	睡　眠 座　る 立　つ 歩　く 筋運動	8 4～5 5～6 4 2	１日のうち２時間程度は激しいトレーニングとか木材の運搬、農繁期の農耕作業などのような重い筋作業に従事している場合

〔記入例〕

身　　長	150　cm
体　　重	60.9　kg
職　　業	農　　業
生活状況（生活活動強度）	②

Ⅱ　食品摂取状況の欄の記入方法

あなたのふだんの食生活をもとに、10月18日（金）の朝から夜までに食べたものは全て書いて下さい。
朝食、昼食、夕食、間食（夜食も含む）に分けて、各々１ページずつ使用し、太線で囲んだ枠内に〔記入例〕に従って書いて下さい。ページの右側の部分は調査員が記入しますので、何も書かないで下さい。

１．区　分

朝食、昼食、夕食、間食（夜食も含む）の別に各々１ページずつ、記入して下さい。
なお、１枚に書ききれない場合は６ページの予備の用紙を使って下さい。

２．献　立（料理名）

献立（料理名）は出来るだけ具体的に記入して下さい。
例えば、卵を使った料理の場合、玉子焼き、目玉焼き、オムレツなどのように、具体的な料理名で記入して下さい。
既製品（市販品）のそうざい類や漬物などの場合は、㊥コロッケ、㊥漬物などと記入して下さい。
インスタント食品の場合は、㋑ラーメン、㋑みそ汁などと記入して下さい。
学校給食の場合は、その日の献立表をもとに記入して下さい。

３．材　料

それぞれの献立ごとに、材料（原材料）を記入して下さい。
材料とは、商品として入手した時の名称をいい、魚類であれば、サバ（切り身）とか、タイ（尾頭付き）などのように記入して下さい。
また、食材はもちろんですが、植物油、しょうゆ、砂糖、塩、ドレッシングなどの調味料も含め使用した食品はすべて記入して下さい。
乾物は、生、乾の区別がつくように、わかめ（乾）、干し椎茸などのように具体的に記入して下さい。
魚や肉の場合は、マグロ（赤身）とか豚肉（もも）のように、材料名と部位名も記入して下さい。
既製品（市販品）のそうざい類の材料は、例えば、野菜サラダ→レタス、きゅうり、トマトなどと記入して下さい。

４．分　量（目安量）

調理の際に秤で測定するなどにより、それぞれの材料ごとに、食べた分量を記入して下さい。できるだけ正確に、グラム（ｇ）で記入して下さい。
どうしてもわからない場合は、食パン８枚切り２枚とか、個数、あるいは、「ごはん茶わん（中）１杯」とか「ビール中ジョッキ２杯」など、調査員が分量を推計できるように記入して下さい。
揚げ物（てんぷら、フライ）料理の場合は、材料の欄に、「サツマイモ50ｇ、大豆油使用」と記入し、大豆油の量は記入しなくとも結構です。
ジュース類の場合は、オレンジ（30％果汁）150mℓ、りんご果汁（100％果汁）200mℓなどと、濃縮飲料は原液の量を記入して下さい。

５．外食の場合の注意

外食をした場合は、どのような料理をどの程度食べたか分かるように、記入して下さい。
また、主な材料を記入して下さい。
〔例〕

献立	材料・分量
㊥親子丼→	とり肉、ねぎ、にんじん、卵、ご飯（丼１杯）
㊥味噌ラーメン→	焼豚（１枚）、なると（１枚）、もやし、メン（大盛）
㊥焼魚定食→	ご飯（丼１杯）、みそ汁（豆腐、わかめ）、さんま（１尾） 大根おろし、漬物（きゅうり２切れ）

〔記　入　例〕

Ⅱ　食品摂取状況〔朝食〕

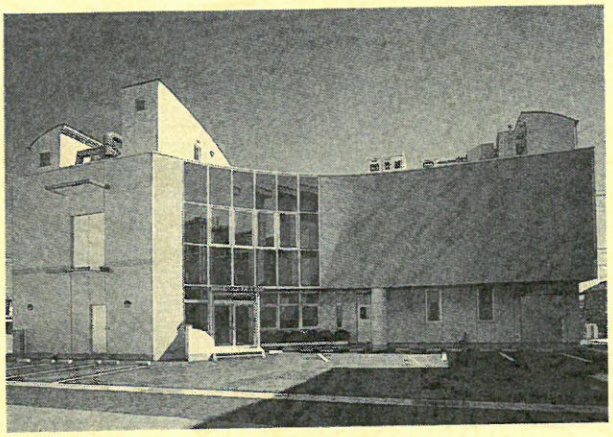
朝食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　立	材　料	分　量（g）	食品番号	入力分量
朝食	パン	食パン	8枚切り2枚		
		バター	10g		
		いちごジャム	大さじ2杯		
	牛乳	牛乳	200ml		
	ほうれんそうのおひたし	ほうれんそう	60g		
		しょうゆ	小さじ1／2杯		
	卵焼き	たまご	1個		
		砂糖	小さじ1杯		
		サラダ油	小さじ1／2杯		
		塩	1ふり（0.3g）		

Ⅱ　食品摂取状況〔昼食〕

昼食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　立	材　料	分　量（g）	食品番号	入力分量
昼食	焼きそば	めん	80g		
		きゃべつ	20g		
		もやし	10g		
		にんじん	5g		
		ピーマン	5g		
		豚肉	20g		
		サラダ油	大さじ1杯		

Ⅱ　食品摂取状況〔間食〕

間食 の食品摂取状況記入欄				※この欄には記入しないで下さい。	
区分	献　立	材　料	分　量（g）	食品番号	入力分量
間食	ケーキ	イチゴのショートケーキ	1個		
	コーヒー	コーヒー	1杯		
		砂糖	3g		



交通のご案内

- 福島駅東口バスターミナルから土湯温泉又は荒井行き福島交通バスで約20分（福島三菱ふそう前停留所下車）
- 福島駅西口からタクシーで約10分
- 東北自動車道福島西インターチェンジから市内方面へ約2.1キロ

福島県衛生公害研究所

〒960 福島市方木田字水戸内16番6号
(代表)TEL0245-46-7104　FAX0245-46-8364

環境放射能分析棟

(直通)TEL0245-44-2030　FAX0245-44-2040