

食品摂取量調査報告書

平成 1 1 年 1 月

社団法人
福島県栄養士会

目 次

	(頁)
1 調査目的	1
2 調査方法	1
(1) 調査対象	1
(2) 調査日時	1
(3) 調査内容	1
ア 食品摂取量調査	
イ 食品摂取頻度調査	
3 調査結果	2
(1) 身体状況及び生活状況	2
ア 身体状況	
(ア) 身長・体重	
(イ) BMI	
イ 生活状況	
(ア) 職業	
(イ) 生活活動強度	
(2) 食品群別摂取状況 (18食品群)	3
ア 食品群別摂取状況	
(ア) 国民栄養調査との比較 (全国=100)	
(イ) 摂取量の多い食品群	
(ウ) 平成8年度調査との比較	
イ 年齢別食品群別摂取状況	
(3) 主要食品別摂取状況 (36食品)	9
ア 主要食品摂取状況	
(ア) 国民栄養調査との比較 (全国=100)	
(イ) 摂取量の多い主要食品	
(ウ) 平成8年度調査との比較	
イ 年齢別主要食品摂取状況	
(4) 食品摂取頻度状況	15
ア ごはん	
イ パン	
ウ めん類	
エ 肉類	
オ 魚類	
カ 卵	
キ 「大豆・大豆製品」	

ク 「牛乳・乳製品」	
ケ 緑黄色野菜及びその他の野菜	
コ 果物	
サ いも類	
シ 海草	
ス 菓子類	
4 まとめ	19
(1) 食品群別・主要食品別摂取状況	19
ア 穀類、いも類、油脂類について	
イ 魚介類、獣鳥鯨肉類、卵類、乳類、豆類について	
ウ 野菜類、きのこ類、果実類について	
エ その他	
(2) 食品摂取頻度状況	21
ア ごはん、パン、めん類について	
イ 肉類、魚類、卵、「大豆・大豆製品」、「牛乳・乳製品」	
ウ 緑黄色野菜、その他の野菜、果物、いも類	
エ その他	
(3) 年間の食品摂取状況	22
ア 乳類	
イ 海草類	
ウ 豆類	
エ 魚介類	
オ その他	
5 参考	24
(1) 参考文献	24
(2) 調査票及び記入要領 (別添)	

調査結果集計表

		(頁)
表 1 - 1	調査対象地域の人口、世帯数の概要	2 5
表 1 - 2	調査対象世帯数等の概要	2 5
表 2	調査対象の性・年齢分布	2 6
表 3 - 1	体位の比較－身長・体重－	2 7
表 3 - 2	BMI 分布（20歳以上）	2 7
表 4	職業別分類	2 8
表 5	生活活動強度別分類	2 8
表 6	食品群別摂取量の全国・県との比較	2 9
表 7	調査対象年度別「食品群別摂取量」	3 0
表 8 - 1	年齢別食品群別摂取量	3 1
表 8 - 2	年齢別食品群別摂取量（男性）	3 2
表 8 - 3	〃	(女性)
表 9	主要食品別摂取量の全国・県との比較	3 4
表 1 0	調査対象年度別「主要食品別摂取量」	3 5
表 1 1 - 1	年齢別主要食品別摂取量	3 6
表 1 1 - 2	年齢別主要食品別摂取量（男性）	3 7
表 1 1 - 3	〃	(女性)
表 1 2	食品摂取頻度（年齢階級別）－全国との比較－	3 9
表 1 2 - 1	食品摂取頻度（年齢階級別：20歳毎の区分）－4町合計－	4 0

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 調査方法

(1) 調査対象

調査対象地区は、平成8・9年度と同様に福島県双葉郡で、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4町とした(図1)。

調査対象は、4町から10世帯を抽出し、計40世帯の一般家庭とした。対象人員は190名であった。

調査対象地区の概要は、表1-1及び表1-2のとおり。

また、調査対象者の性・年齢分布を表2に示した。

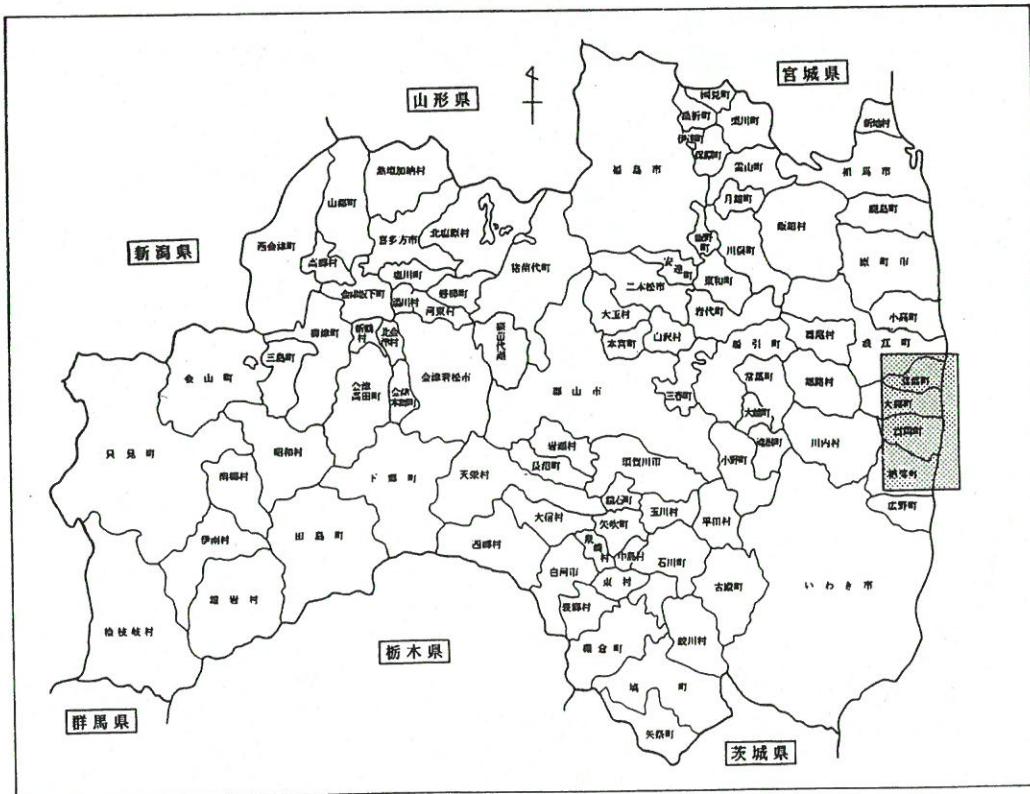
(2) 調査日時

調査日時は、平成10年10月3日(金)の1日間とした。

(3) 調査内容

食品摂取量調査は、平成8年度及び9年度に引き続き実施したが、今回は食品摂取頻度調査を加えた。

図1 調査対象地域



ア 食品摂取量調査

平成8・9年度と同様に朝食・昼食・夕食・間食の献立、材料、分量（g）の記入を依頼した。

イ 食品摂取頻度調査

14種の食品及び食品群の摂取頻度を5段階示し、あてはまるところに○印を記入するようにした。

調査対象の各世帯には、調査票、記入要領を事前に郵送し、調査実施前に各町の関係職員の協力により説明等を行った。

調査日の前日までに調査先各世帯への訪問または電話による説明を行い、調査票の点検・回収は、調査日当日以降（社）福島県栄養士会の調査員が巡回・訪問して行い、調査先の食生活が十分把握できるように努めた。

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（社）福島県栄養士会の管理栄養士及び栄養士を任じ、一部桜の聖母短期大学生生活科学科学生を補助員として調査班を編成した。

食品摂取量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「ウェルネス」及び市販表計算ソフトを用いて集計・分析を行った。

食品摂取頻度調査結果についても、14種の「食品または食品群」について、市販の表計算ソフトを用いて集計・分析を行った。

3 調査結果

調査対象40世帯190名中、記載内容が十分であったものは183名であり、調査票の回収率は96.3%であった。

(1) 身体状況及び生活状況

ア 身体状況

(ア) 身長・体重

表3-1において、性別・年齢別の身長・体重を国民栄養調査結果（平成8年）の資料と比較した。

今年度の調査では調査対象数が少なく、各年齢別の比較は困難であるが、20歳以上及び20～29歳の全国平均値に比し、男女とも身長・体重いずれも差はなかった。

(イ) BMI値

表3-2では、身長・体重よりBMIを求め20歳以上の性別・年齢別分布を示した。

・BMI（Body Mass Index）は、肥満判定法の一つで標準体重を下記により求めた。

$$\text{BMI} = \text{体重}(\text{kg}) / \text{身長}(\text{m})^2 \quad \text{BMI} = 22 \text{ が標準}$$

肥満の判定基準は、19.8未満を”やせ”、19.8以上24.2未満を”普通”、24.2以上26.4未満を”過体重”、26.4以上を肥満とする（日本肥満学会）。

BMI値が26.4以上ある肥満者の割合は、全国では男性が平均12.3%で、女性は平均12.4%であった（平成8年国民栄養調査）。

今回の調査では、男性が11.7%、女性が8.5%で全国を下回っていた。

イ 生活状況

(ア) 職業

表4に職業別分類を示した。

- ・会社員等は男性44.7%、女性35.7%であった。
- ・農林・漁業の従事者は男性13.0%、女性9.2%であった。
- ・女性の家事従事者は14.3%であった。
- ・児童生徒は21.8%、学生は6.0%、無職その他は11.5%であった。

(イ) 生活活動強度

表5に生活活動強度別分類を示した。

- ・「軽い」は男性37.6%、女性49.0%で女性が上回っていた。事務、家事従事者がこれに相当する。
- ・「中等度」は男性40.0%、女性46.9%で「軽い」同様女性が上回った。
- ・「やや重い」は男性16.5%、女性4.0%であり、農林・漁業の従事者がこれに当たると考えられた。

なお、平成8・9・10年度の調査対象別年齢分布、職業別分類、生活活動強度別分類を各々図2・3・4に示した。

調査対象者は平成8年度359名、9年度87名（4季節毎）、10年度183名と異なったが、いずれの分類においても、傾向はほぼ同様であった。

(2) 食品群別摂取状況（18食品群）

ア 食品群別摂取状況

食品群別摂取量（18食品群）は表6に示すとおり。

食品群別摂取量は、全国（平成8年国民栄養調査）、県内（同調査での県内平均値）、今回調査の4町平均を示した。このうち全国と4町を比較したものが図5である（国民栄養調査は11月に実施される）。

(ア) 国民栄養調査との比較（全国＝100）

全国平均値を10%以上上回った食品群は、豆類（116%）、魚介類（127%）、乳類（137%）、海草類（153%）の4群であった。

特に、海草類の摂取が全国平均値の1.5倍と他の食品群をかなり上回った。なお、海草類の県内平均値も全国平均値の1.9倍と高い値となっていた。

また、魚介類も今回の調査では全国平均値の1.3倍と多い摂取状況を示した。

一方、全国平均値を10%以上下回っている食品群は、いも澱粉類（88%）、砂糖甘味類（85%）、油脂類（73%）、獣鳥鯨肉類（59%）、野菜類（88%）、果実類（81%）の6群であった。

また、全国平均値の±10%以内の食品群は、穀類、菓子類、種実類、卵類、きのこ類の5食品群であり、全般的に全国平均値を下回った食品群が多かった。

(イ) 摂取量の多い食品群

図2 調査対象年度別「年齢分布」

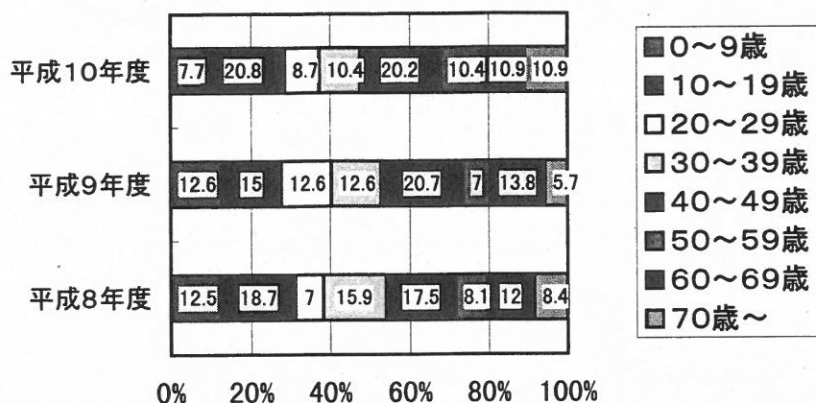


図3 調査対象年度別「職業別分類」

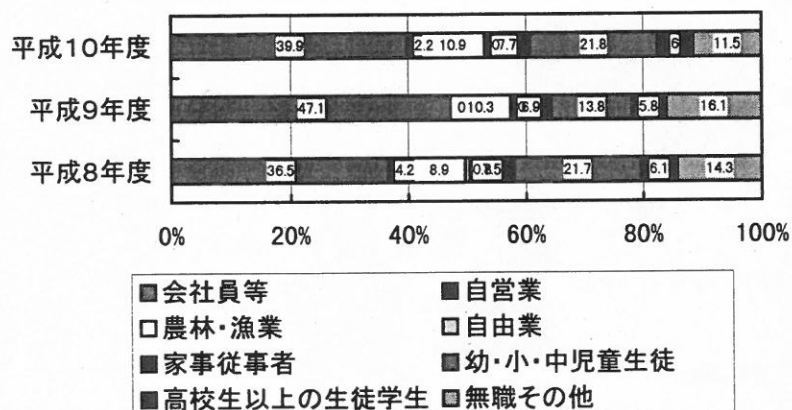


図4 調査対象年度別「生活活動強度別分類」

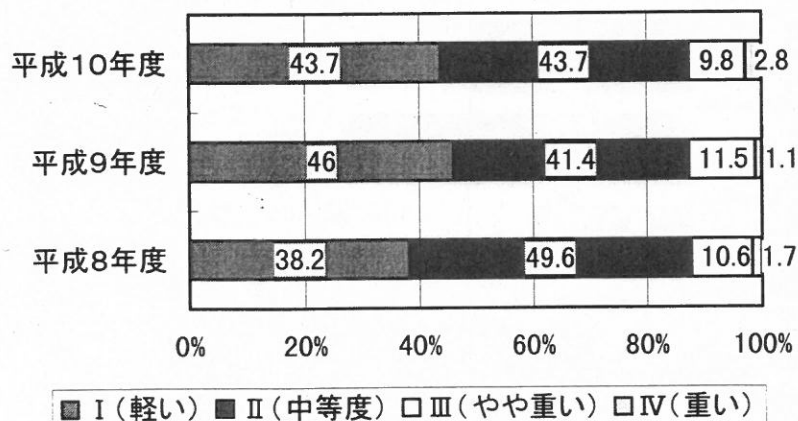
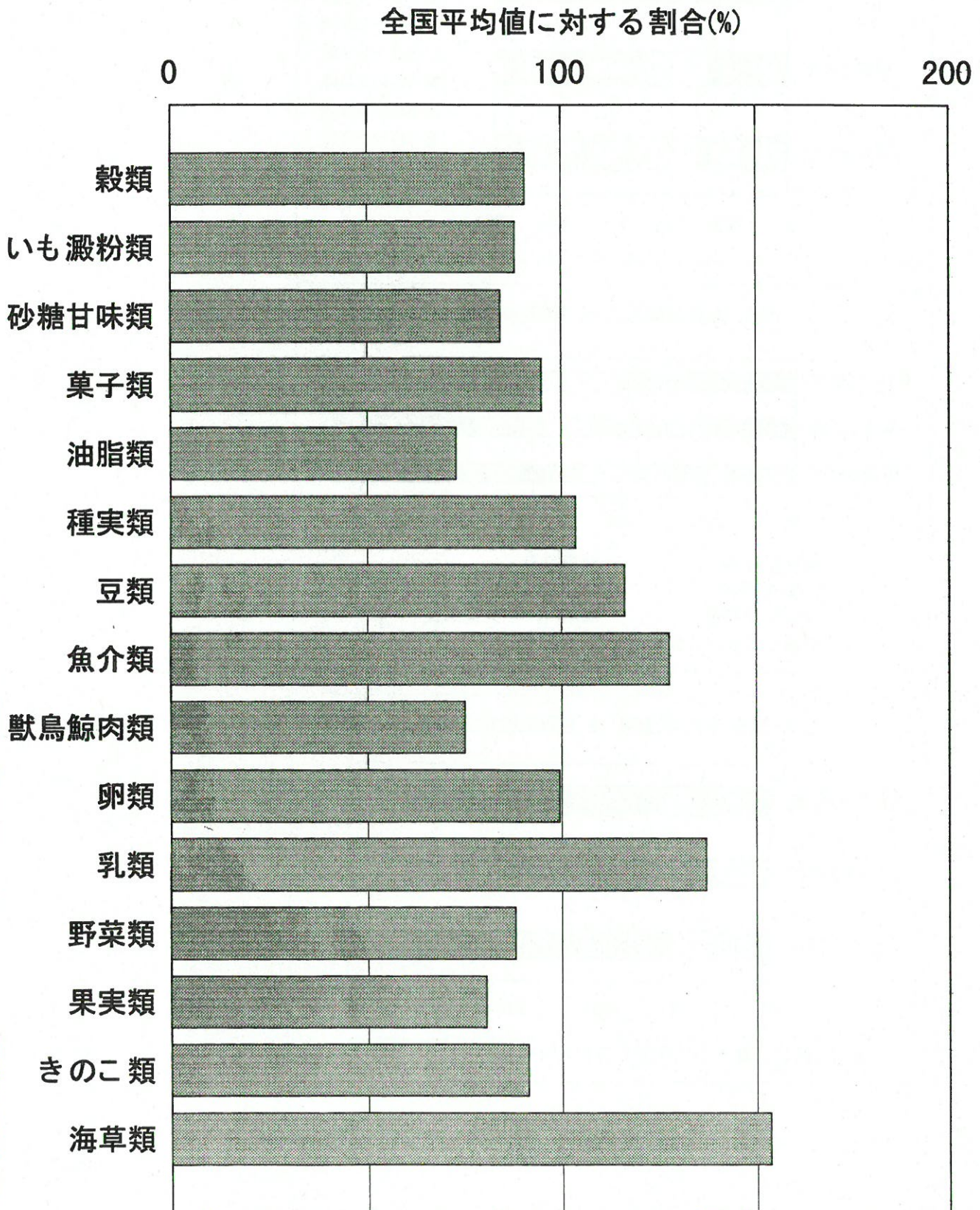


図5 食品群別摂取量の全国との比較



摂取量の多い食品群の上位6位までを下表に示したが、平成8・10年度において上位を占める食品群は変わらず、特に上位3位までの食品群は、野菜類、穀類、乳類で、順位も変わらなかった。

表 摂取量の多い食品群（上位6位）

平成8年度調査		平成10年度調査	
食品群	摂取量(g)	食品群	摂取量(g)
①野菜類	298.1	①野菜類	252.0
②穀類	231.7	②穀類	239.0
③乳類	225.9	③乳類	183.1
④果実類	134.4	④し好飲料類	123.8
⑤し好飲料類	107.0	⑤魚介類	123.5
⑥魚介類	92.3	⑥果実類	95.7

(ウ) 平成8年度調査との比較

a 全国平均値に対する割合

平成8年度の調査結果で全国平均値を10%以上上回った食品群をみると、菓子類、豆類、乳類、野菜類、果実類、きのこ類、海草類の7群であったが、今年度調査と共通して摂取量が多かった食品群は、これらの中で豆類、乳類、海草類の3群であった。

一方、全国平均値を10%以下下回った食品群は、穀類、砂糖甘味類、油脂類の3群であったが、今年度調査と共通して摂取量が少なかった食品群は、砂糖甘味類、油脂類の2群であった。

b 食品群別摂取量（g）

表7及び図6に調査対象年度別「食品群別摂取量」（g）を示した。

平成10年度と平成8年度の食品群別摂取量（g）を比較し、増加量が10g以上となった食品群は、魚介類123.5g（+31.2g）、し好飲料類123.8g（+16.8g）、豆類84.0g（+10.0g）の3群であった。

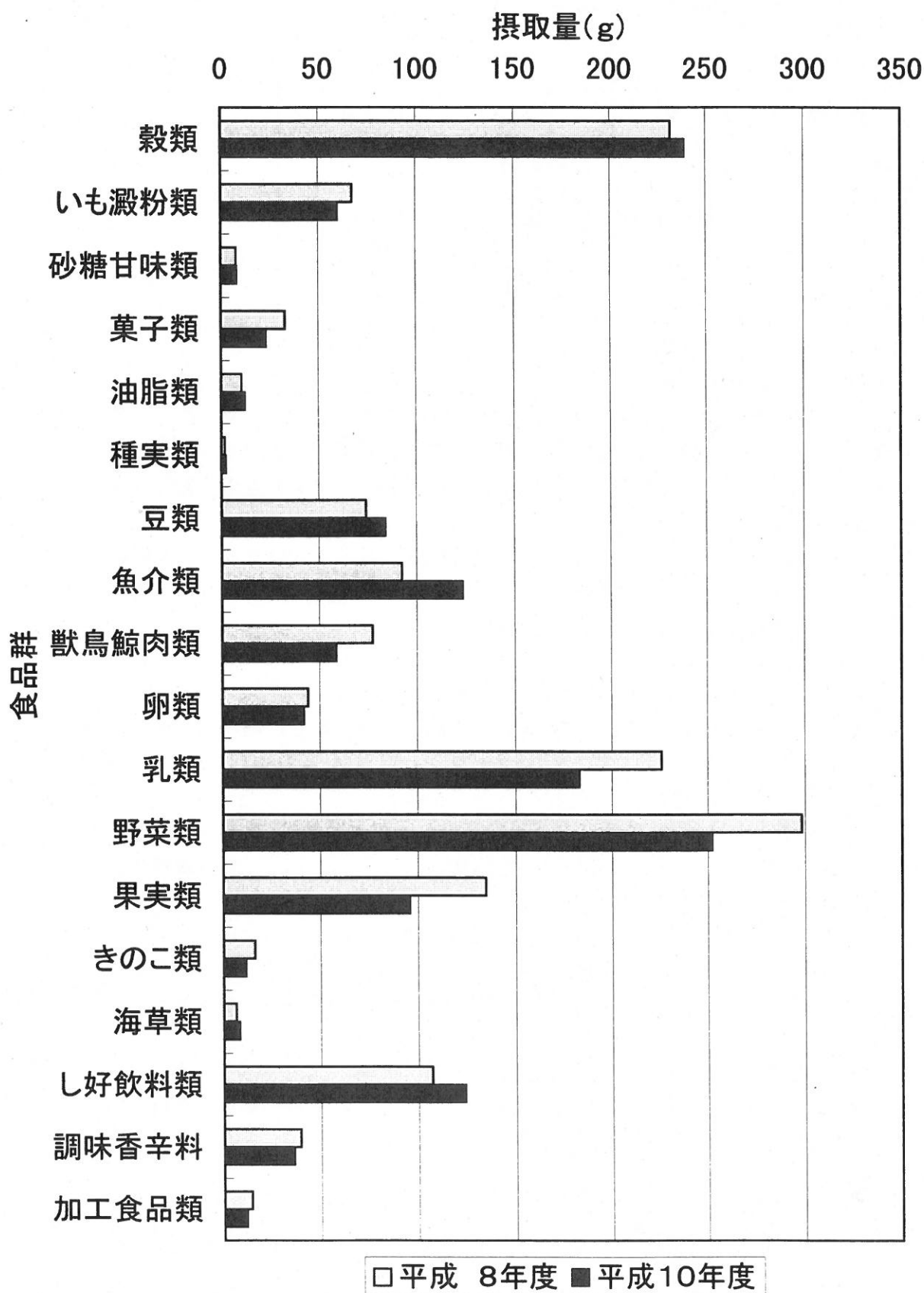
一方、同様に比較し、減少量が10g以上となった食品群は、乳類183.1g（-42.8g）、野菜類252.0g（-46.1g）、果実類95.7g（-38.7g）、獣鳥鯨肉類58.5g（-18.6g）の4群であった。

平成8年度と平成10年度において摂取量がほとんど変わらない（摂取量の差が±10g以内）食品群は、穀類、いも澱粉類、砂糖甘味類、菓子類、油脂類、種実類、卵類、きのこ類、海草類、調味香辛料、加工食品類の10群であり、約半数の食品群の摂取量が調査対象年度で変わらなかった。

また、平成8年度と10年度の調査結果の比較で「摂取量で魚介類は増加し、獣鳥鯨肉類は減少した。」という結果がみられたが、それぞれの年度の両群の摂取量を合計すると、平成8年度169.4g、平成10年度182.0gとなり、たん白質源の摂取の面では問題はなかった。

乳類の摂取量（183.1g）は、平成8年度調査と比較して減少（-42.3g）したが、平成10年度の全国の摂取量（133.9g）と比較すると、それでもかなり上回

図6 調査対象年度別「食品群別摂取量」



っていた。

イ 年齢別食品群別摂取状況

年齢別食品群別摂取量を表8-1に示した。また、年齢別・性別食品群別摂取量を表8-2（男性）、表8-3（女性）に示した。

年齢別に全国平均値を上回った食品群は、下記のとおりであった（摂取量の多い順に記載）。

<0～19歳>

乳類(212%)、魚介類(127%)、菓子類(116%)

<20～29歳>

海草類(165%)、きのこ類(153%)、種実類(152%)、卵類(148%)、魚介類(127%)、豆類(106%)

<30～39歳>

豆類(139%)、海草類(113%)、魚介類(104%)、乳類(103%)

<40～49歳>

魚介類(152%)、海草類(151%)、乳類(134%)、豆類(132%)、卵類(120%)、穀類(109%)

<50～59歳>

種実類(314%)、海草類(184%)、砂糖甘味類(183%)、豆類(146%)、魚介類(140%)、卵類(113%)、乳類(106%)、野菜類(104%)

<60～69歳>

海草類(225%)、きのこ類(156%)、果実類(147%)、豆類(133%)、菓子類(130%)、魚介類(125%)、野菜類(121%)、いも澱粉類(114%)、乳類(111%)、

<70歳以上>

海草類(256%)、きのこ類(130%)、豆類(104%)、菓子類(102%)

さらに食品群別にみて、全国平均値を上回っている年代は下記のとおりであった（摂取量の多い年代順）。

[穀類] 40歳代

[いも澱粉類] 60歳代

[砂糖甘味類] 50歳代

[菓子類] 60・19歳以下・70歳代

[種実類] 50・20歳代

[豆類] 50・30・60・40・20・70歳代

[魚介類] 40・50・20歳代・19歳以下・60・30歳代

[卵類] 20・40・50歳代

[乳類] 19歳以下・40・60・50・30歳代

[野菜類] 60・50歳代

[果実類] 60歳代

[きのこ類] 60・20・70歳代

[海草類] 70・60・50・40・20・30歳代

・全国平均値を上回った食品群の数がもっとも多かったのは、60歳代で9群、次

いで50歳代の8群、40・20歳代の6群であった。

- ・食品群別では、魚介類が70歳を除くすべての年代において、また海草類も19歳以下を除く各年代で上回った。特に、海草は60・70歳代において摂取量が顕著に多かった。
- ・豆類の摂取は、40・50・60・70歳代と年齢の高い層で多い傾向がみられた。
- ・乳類は、20・70歳代を除く各年代で上回り、全国平均値と比較しても摂取量が多かった。
- ・穀類(40歳代)、いも澱粉類(60歳代)、果実類(60歳代)のみ全国平均値を上回ったが、他の年代では摂取量が低かった。
- ・きのこ類(しいたけ・えのき・なめこ等)の摂取は11.6gで、全国平均値を下回ったが、年代別では20・60・70歳代において全国平均値を上回った。
- ・果実類は95.7gの摂取で、全国平均値(118.6g)を約20%下回った。年代別では、60歳代のみ全国平均値を上回り、174.2gの摂取であった。
- ・油脂類はいずれの年代においても全国平均値を下回った。しかし、4町における性別の食品群別摂取量をみると、平均摂取量(4町の性別平均摂取量)と比較して、男性では30・40・60歳代、女性では、19歳以下、20・30・40歳代とやはり若年層における摂取が目立っていた。
- ・獣鳥鯨肉類は、女性の年代別摂取量において、油脂類と同様の傾向を示した。
- ・その他の群において、性別の摂取状況はほぼ同様の傾向であった。

(3) 主要食品別摂取状況(36食品)

ア 主要食品別摂取状況

主要食品は、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等を目安に36食品を選んだ。これらの主要食品の摂取状況は表9のとおり。

また、これらの食品について、全国(平成8年国民栄養調査)の値と比較したものが図7である。

(ア) 国民栄養調査との比較(全国=100)

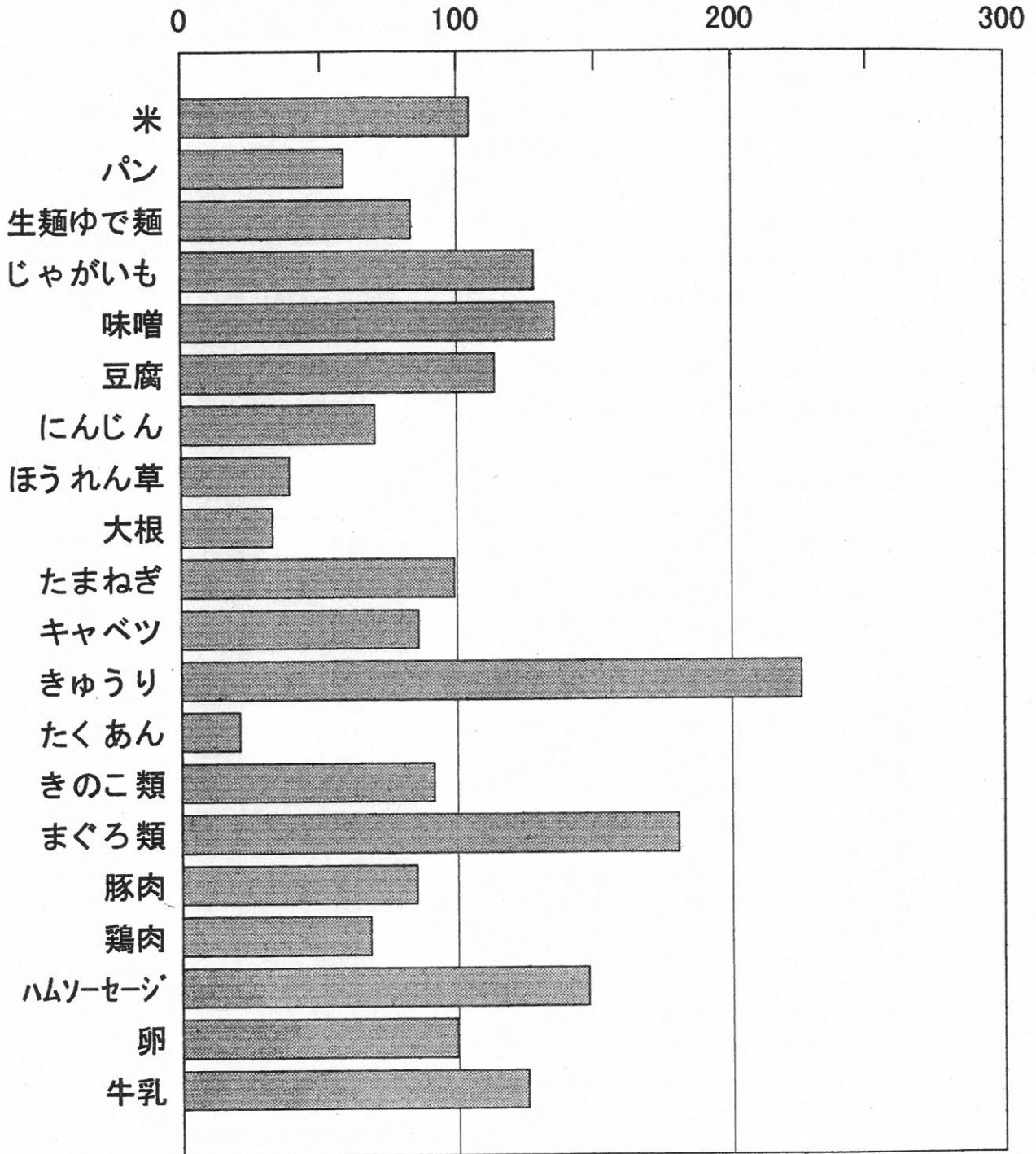
全国平均値を10%以上上回っている食品は、きゅうり(226%)、まぐろ類(179%)、「ハム・ソーセージ」(147%)、味噌(135%)、じゃがいも(128%)、牛乳(125%)、豆腐(114%)の7食品であった。

一方、全国平均値を10%以上下回っている食品は、キャベツ(86%)、豚肉(85%)、「生麺・ゆで麺」(83%)、にんじん(70%)、鶏肉(68%)、パン(59%)、ほうれん草(38%)、大根(33%)、たくあん(20%)の9食品であった。

- ・きゅうりの摂取は27.3gで、全国平均値の2.3倍と大幅に増加し、にんじん・ほうれん草・大根は全国平均値に達しなかった。また、調査時期が10月初旬であり、利用の目立った野菜としては、にら・長ねぎ・レタス・なす・ごぼう等であり、その他にさやいんげん・大根葉・小松菜・もやし等があげられていた。
- ・最も摂取量の多かった魚介類はさんま(30.8g)で、次いで塩さけ(12.6g)であった。その他の魚介類では、しらす干し、かつお、さば、たら、いかなどがあげら

図7 主要食品別摂取量の全国との比較

全国平均値に対する割合(%)



れていた。

- ・主要な果物では、旬の時期には早かったがみかんが12.4g、なしは最盛期であり地場産品でもあるため比較的多く33.1g、ぶどう 5.3gの摂取であった。その他では、いちじく、柿などもみられた。
- ・主要食品摂取量(4町)の性別平均値において、男性が4町平均値を上回った食品は、米、味噌・豆腐・納豆の豆製品、コーヒー、まぐろ類・さんま・塩さけの魚介類、豚肉、鶏肉、卵などであった。一方、女性が4町平均値を上回った食品は、「生麺・ゆで麺」、みかん・なし・ぶどうの果物類、牛乳で、摂取量が4町平均値をやや上回った。男性・女性ともに摂取量が変わらなかったものは、野菜類であった。

(イ) 摂取量の多い主要食品

摂取量の多い主要食品の上位12位までを下表に示したが、平成8・10年度において上位5位までを占める食品は同じで、米、牛乳、豆腐、卵、じゃがいもであった。

なし、たまねぎ、豚肉では、多少の順位の入替わりがみられた。

今年度の調査で出現した食品は、さんま、「生麺・ゆで麺」、きゅうり、味噌の4種であった。

表 摂取量の多い主要食品(上位12位)

平成8年度調査		平成10年度調査	
食品名	摂取量(g)	食品名	摂取量(g)
①牛乳	178.2	①米	169.9
②米	164.4	②牛乳	145.1
③じゃがいも	43.0	③豆腐	45.5
④卵	42.5	④卵	41.9
⑤豆腐	37.5	⑤じゃがいも	39.4
⑥大根	30.9	⑥なし	33.1
⑦なし	30.3	⑦さんま	30.8
⑧たまねぎ	29.0	⑧生麺・ゆで麺	30.7
⑨豚肉	28.4	⑨きゅうり	27.3
⑩キャベツ	21.7	⑩たまねぎ	26.5
⑪鶏肉	21.5	⑪豚肉	22.8
⑫パン	19.7	⑫味噌	18.8

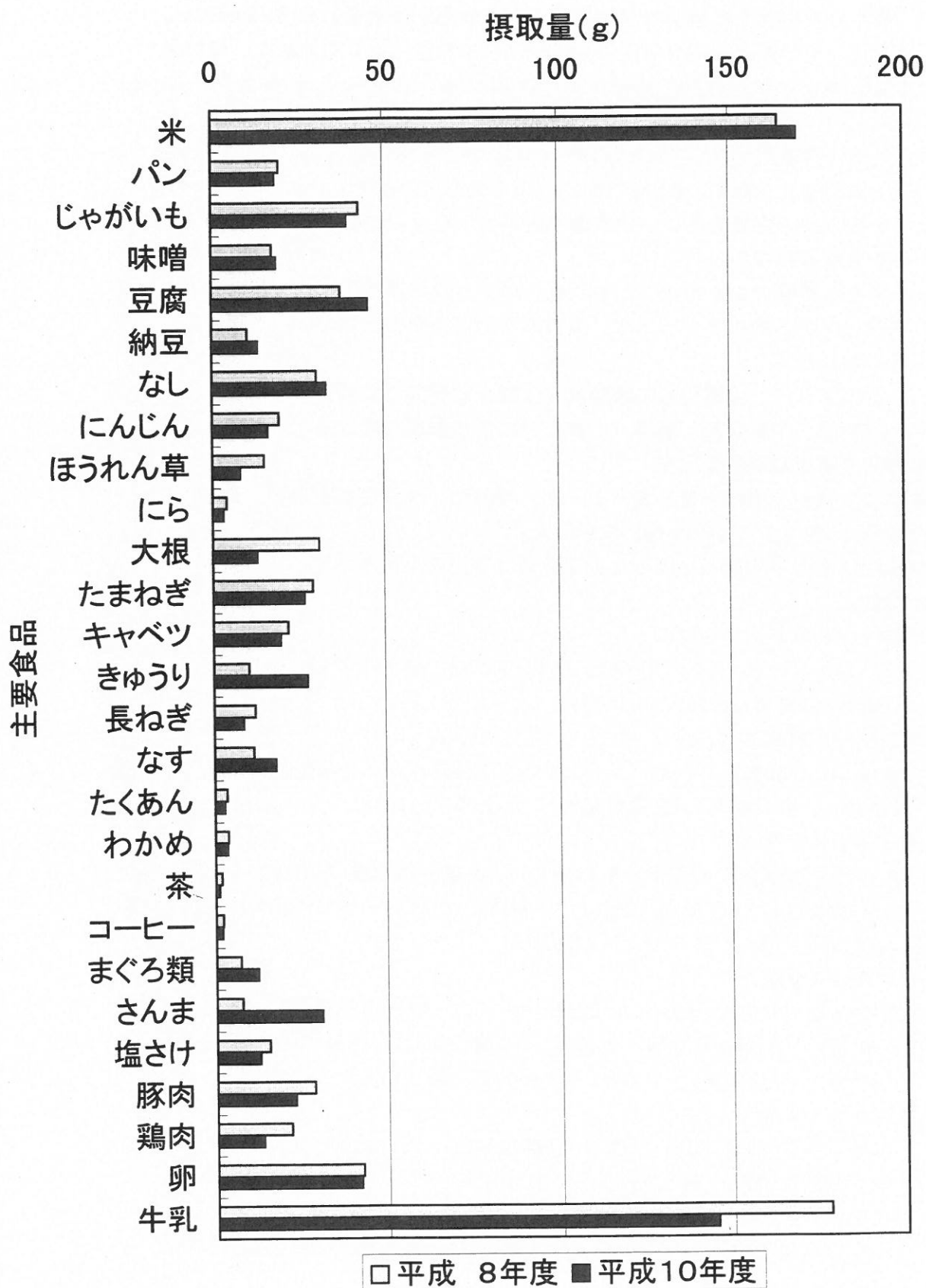
(ウ) 平成8年度調査との比較

a 全国平均値に対する割合

平成8年度の調査で全国平均値を10%以上上回った主要食品をみると、「さけ・ます」、トマト、じゃがいも、牛乳、たまねぎ、味噌、キャベツ、豚肉、にんじん、鶏肉の10食品であったが、今年度調査と共通して摂取量が多い主要食品は、これらのなかで味噌、じゃがいも、牛乳の3食品であった。

一方、全国平均値を10%以上下回った食品群は、大根、米、まぐろ、ほうれん草・白菜、りんご、パン、「あじ・いわし」、「いか・たこ・かに」の9食品で

図8 調査対象年度別「主要食品別摂取量」



あったが、今年度調査と共通して摂取量が少なかった主要食品は、大根、ほうれん草、パンの3食品であった。

b 主要食品別摂取量 (g)

表10及び図8に調査対象年度別「主要食品別摂取量」(g)を示した。

平成10年度と平成8年度の主要食品別摂取量(g)を比較し、増加量が10g以上となった主要食品は、さんま30.8g(+23.3g)、きゅうり27.3g(+17.1g)の2食品であった。

一方、同様に比較し、減少量が10g以上となった主要食品は、牛乳145.1g(-33.1g)、大根12.8g(-18.1g)の2食品であった。

上記以外の主要食品は、摂取量の差が±10g以内にあり、調査年度における大きな差はなかった。

また、野菜のなかでは、たまねぎ、キャベツの摂取が平成8年度と比較して下回ったが、特にキャベツは、災害のために高値であったことも理由の一つと考えられた。

このように、主要食品の摂取状況は様々な要素に左右されることが多く、例えば天候、生産状況、価格、嗜好などによる影響を受けることが考えられた。

イ 年齢別主要食品別摂取状況

年齢別主要食品別摂取量を表11-1、年齢別・性別主要食品摂取量を表11-2(男性)、表11-3(女性)に示した。

年齢別に全国平均値を上回った主要食品は下記のとおりであった(摂取量の多い順に記載)。

<0~19歳>

「ハム・ソーセージ」(205%)、牛乳(200%)、きゅうり(155%)、じゃがいも(137%)、味噌(112%)、米(102%)

<20~29歳>

きゅうり(339%)、「ハム・ソーセージ」(246%)、まぐろ類(210%)、きのこ類(153%)、卵(148%)、豆腐(139%)、たまねぎ(134%)

<30~39歳>

きゅうり(188%)、じゃがいも(158%)、「生麺・ゆで麺」(147%)、味噌(132%)、まぐろ類(130%)、豚肉(125%)、豆腐(122%)、キャベツ(116%)、たまねぎ(113%)、「ハム・ソーセージ」(102%)

<40~49歳>

まぐろ類(287%)、きゅうり(223%)、「ハム・ソーセージ」(174%)、味噌(150%)、「生麺・ゆで麺」(140%)、豆腐(128%)、キャベツ(125%)、牛乳(123%)、卵(120%)、じゃがいも(114%)、米(113%)

<50~59歳>

きゅうり(348%)、味噌(156%)、豆腐(138%)、米(120%)、じゃがいも(118%)、まぐろ類(116%)、卵(103%)、鶏肉(102%)

<60~69歳>

まぐろ類(272%)、きゅうり(197%)、じゃがいも(175%)、味噌(165%)、きの

こ類(156%)、豆腐(141%)、米(112%)、牛乳(103%)

<70歳以上>

まぐろ類(257%)、きゅうり(274%)、味噌(157%)、きのこ類(130%)、豆腐(107%)

さらに主要食品別にみると、摂取量が全国平均値を上回っている年代は下記のとおりであった(摂取量の多い年代順)。

[米] 40・50・60歳代・19歳以下

[生麺・ゆで麺] 30・40歳代

[じゃがいも] 60・30歳代・19歳以下、50・40歳代

[味噌] 60・70・50・40・30歳・19歳以下

[豆腐] 60・20・50・40・30・70歳代

[たまねぎ] 20・30歳代

[キャベツ] 40・30歳代

[きゅうり] 50・20・70・40・60・30歳代・19歳以下

[きのこ類] 60・20・70歳代

[まぐろ類] 40・60・70・20・30・50歳代

[豚肉] 30歳代

[鶏肉] 50歳代

[ハム・ソーセージ] 20歳代・19歳以下・40・30歳代

[卵] 20・40・50歳代

[牛乳] 19歳以下・40・60歳代

- ・全国平均値を上回った主要食品の多い年代は、40歳代で11種、30歳代の10種、50・60歳代の8種であった。
- ・主食である米は169.9gの摂取で、どの年代も比較的よく摂取しており、特に40～50歳代が多かった。性別の摂取量では、女性の50歳代以上において平均値(4町)を上回った。
- ・パンの摂取量は、いずれの年代においても全国平均値を下回っていた。
- ・「生麺・ゆで麺」は、30・40歳代で摂取量が全国平均値より多かった。その他の麺類としては、乾麺、中華麺、パスタ類等がみられた。
- ・じゃがいもは39.5gの摂取で、全国平均値を上回った年代は20・70歳代を除くすべての年代であった。その他のいも類としては、長いも、里いもの摂取がみられた。
- ・味噌は、20歳代を除くすべての年代で摂取されており、特に年齢の高い層に多かった。豆腐も各年代において摂取されており、同様の傾向であった。特に男性では19歳以下以外の各年代において全国平均値より摂取量が多かった。
- ・まぐろ類の摂取は、12.2gで19歳代を除くすべての年代で全国平均値を上回っていた。平成8年度の調査結果と比較しても1.8倍であった。
- ・肉類では、豚肉、鶏肉ともに摂取量が全国平均値を下回った。年代別では、豚肉は30歳代で、鶏肉は50歳代において全国平均値を上回る程度であった。
- ・「ハム・ソーセージ」は、40歳代以下の年代で全国平均値を上回っており、性別

では、19歳以下・20歳代の年代で、男女とも全国平均値より摂取量が多かった。

- ・卵は41.9gの摂取で、全国平均値とほぼ同様の摂取量であった。中でも20・40・50歳代の男女については、全国平均値を上回る摂取量を示した。
- ・牛乳は145.1gの摂取で、全国平均値を25%上回った。摂取量の多い年代は19歳以下、40・60歳代であった。性別では、19歳以下の男女のみが全国平均値を上回っていた。

(4) 食品摂取頻度状況

食品摂取頻度（年齢階級別）の調査結果〔平成6年国民栄養調査（全国）との比較〕を表12に示した。

「4町の調査結果」と「全国の総数」における値と比較したものを図9に、4町の年齢階層別（20歳毎の区分）食品摂取頻度を図10に示した。

注1) 摂取頻度の区分として、平成6年国民栄養調査では4区分であるのに対し、今年度の調査では、「週に1回」を加えて5区分とした。

注2) 平成6年国民栄養調査では、15歳以上を調査対象としているのに対し、今年度の調査では、全年齢層を調査の対象として集計した。なお、全国との比較のため、年齢区分15～19歳を内訳として設け、全国との整合性を図った。

注3) 食品名としては、平成6年国民栄養調査の食品名から「骨ごと食べられる小魚」を除き、めん類と菓子類を追加して14食品とした。

ア ごはん（全国<4町）

ごはんの摂取頻度は、総数でみると「ほとんど毎日」と答えた人が、全国で94.3%、4町で98.4%を占めた。やはり主食であるごはんは、毎日食べている人が圧倒的に多かった。特に、4町の場合は、全ての年代で「ほとんど毎日」か「週に4～5回」と答えた人の合計が100%となった。

イ パン（全国>4町）

パンは、全国も4町も総数では、「週に2～3回」と答えた人がそれぞれ32.4%、35.5%とほぼ1/3であった。しかし、全国では「ほとんど毎日」が26.3%で、全ての年代において同程度の摂取頻度であったのに対し、4町においては「ほとんど毎日」が総数でわずか6.0%であり、年代別では30・50・60歳代で0%であった。

また、全国で「ほとんど食べない」が30.8%に対し、4町では32.2%であり、さらに「週に1回」19.7%を加えると計51.9%となり、4町でのパンを食べる頻度は、約半数の人が「週に1回」か「ほとんど食べない」であった。

なお、4町において、19歳以下の年代で「週に2～3回」が59.6%を占めているのが目立った。

全国と4町において、年齢層が高くなるほど摂取頻度が少なくなる傾向がみられた。

ウ めん類

めん類は、全国の調査がなく比較はできないが、「週に1回」が49.2%で約半数、

図9 食品摂取頻度（総数）の全国との比較

(内側:全国, 外側:4町)

単位:%

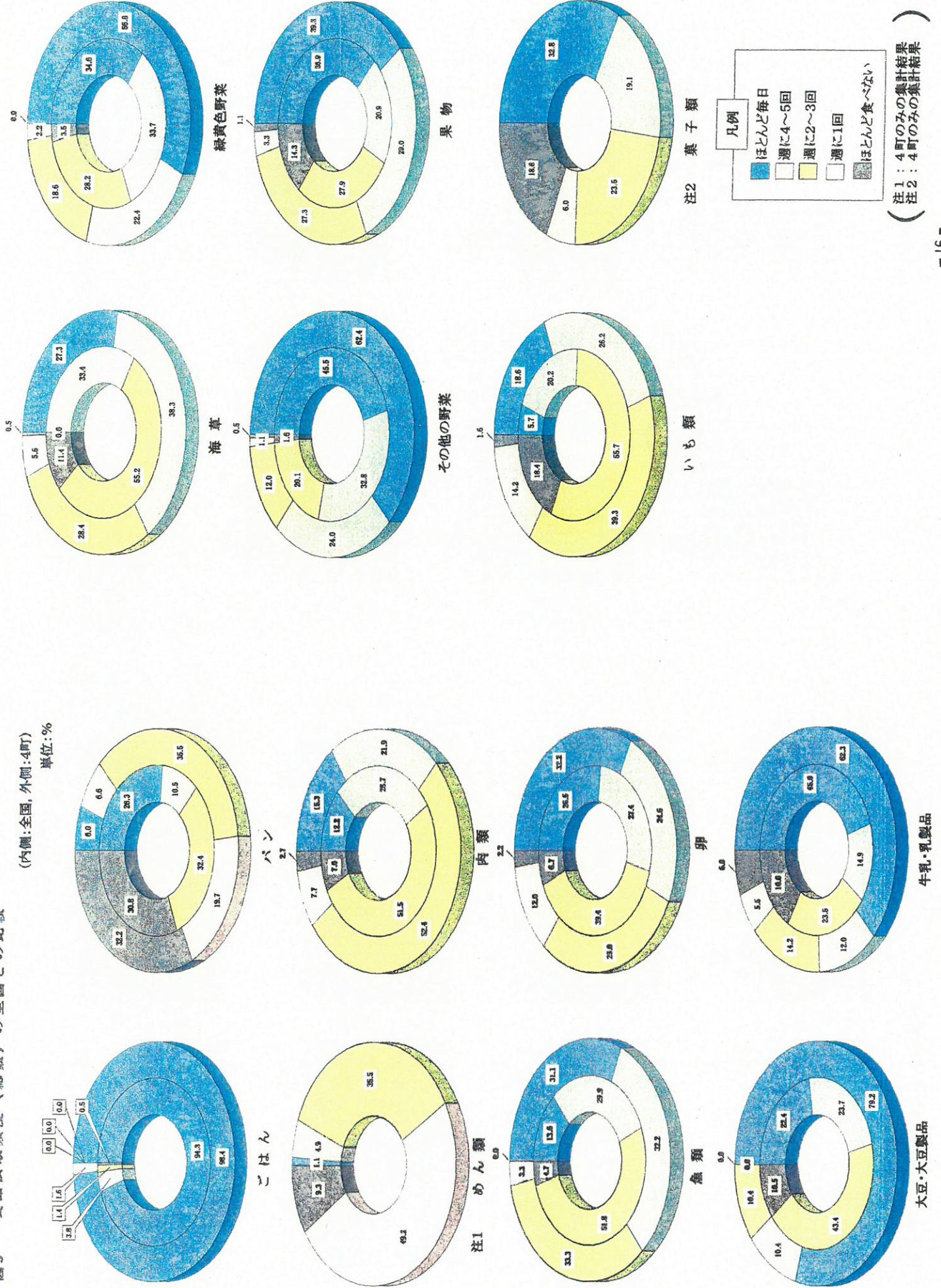
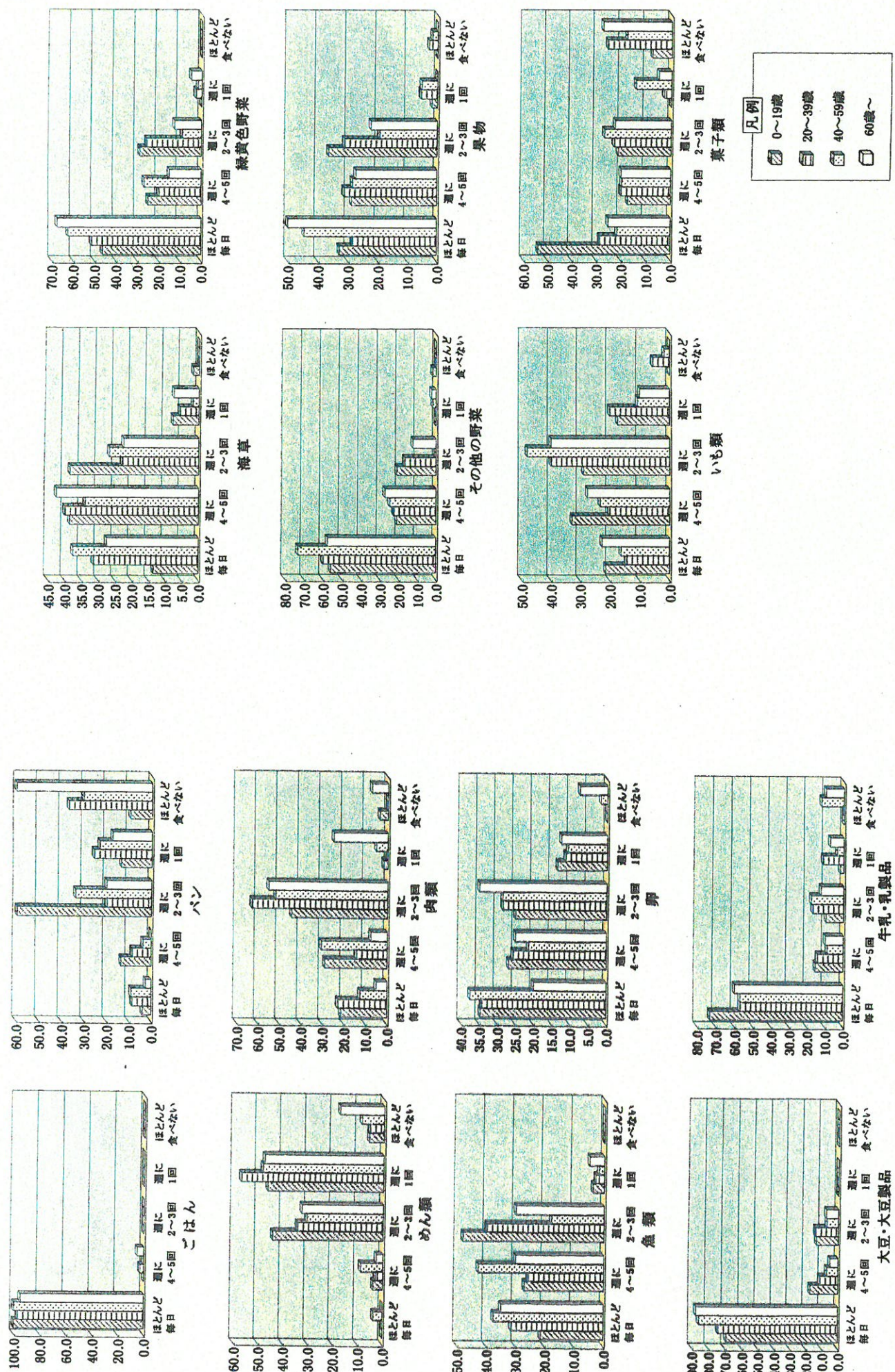


図10 年齢階級別食品摂取頻度 (4町合計)

単位:%



「週に2～3回」が35.5%であった。

エ 肉類 (全国≒4町)

肉類は、総数で「週に2～3回」の頻度で摂取する人が、全国と4町においてそれぞれ50.6%、52.5%と約半数であった。しかも、いずれの年代においてもほぼ平均した摂取頻度であった。

また、「ほとんど毎日」は全国と4町でそれぞれ12.2%、15.3%、「週に4～5回」は全国と4町でそれぞれ28.7%、21.9%であり、摂取頻度はほぼ同様の傾向であった。

オ 魚類 (全国<4町)

魚類は、総数では全国の場合「週に2～3回」が51.7%、「週に4～5回」が29.9%であるのに対し、4町では「週に2～3回」「週に4～5回」「ほとんど毎日」がそれぞれ33.3%、32.2%、31.1%となり、全国に比較して摂取頻度の高い人が多かった。

カ 卵 (全国<4町)

卵は、総数では「週に2～3回」が全国で39.5%ともっとも多かったが、4町では、「ほとんど毎日」が32.2%となり、摂取頻度は全国より高かった。

キ 「大豆・大豆製品」 (全国≪4町)

「大豆・大豆製品」は、総数では「週に2～3回」が全国で43.3%であるのに対し、4町では「ほとんど毎日」が79.2%となり、圧倒的に4町の摂取頻度が高かった。特に4町では「ほとんど食べない」は0%で、味噌、豆腐、納豆など豆製品の摂取においても、今年度調査では全国の平均摂取量を上回っていた。

ク 「牛乳・乳製品」 (全国<4町)

「牛乳・乳製品」は、総数では「ほとんど毎日」が全国で45.0%に対し、4町では62.3%と大きく上回り、よく飲まれていることが分かった。

ケ 緑黄色野菜及びその他の野菜 (全国<4町)

緑黄色野菜及びその他の野菜の摂取は、総数で「ほとんど毎日」が全国でそれぞれ34.6%、45.6%であるのに対し、4町では56.8%、62.3%といずれも摂取頻度が全国を上回った。しかし、摂取量では全国平均値を下回っていた。

コ 果物 (全国≒4町)

果物は、総数で「ほとんど毎日」が全国で37.0%、4町では39.3%、「週に4～5回」と「週に2～3回」が、全国も4町も20%台であった。しかし、「ほとんど食べない」が全国で14.3%いるのに対し、4町ではわずか1.1%であった。

サ いも類 (全<4町)

いも類は、総数で「ほとんど毎日」が全国で5.7%であるのに対し、4町では18.6%と約3倍の摂取頻度であった。また、その摂取量も全国平均値を上回っていた。なお、全国での「週に2～3回」の頻度は55.8%であった。

シ 海草 (全国≪4町)

海草の摂取頻度で、総数における全国は「週に2～3回」が55.2%、「ほとんど毎日」は0%であるのに対し、4町では「週に4～5回」が38.3%、「週に2～3回」が28.4%、「ほとんど毎日」は27.3%であり、全国と比較して摂取頻度の高い食品

の一つと考えられた。

食品群別摂取量においても、全国平均値を大きく上回り約1.5倍であった。

ス 菓子類

菓子類は、全国の調査がなく比較はできないが、4町では「ほとんど毎日」が32.8%であった。特に19歳以下の年代では、「ほとんど毎日」が53.8%、20歳代でも43.8%と摂取頻度が高かった。

また、「ほとんど食べない」が60歳代で45.0%、30歳代で36.8%もみられた。

4 まとめ

(1) 食品群別・主要食品別摂取状況

調査結果に記載した内容をまとめると以下のとおり。

ア 穀類、芋類、油脂類について

穀類の摂取は、全国平均値262.9gに対して、239.0gと約10%少なかった。平成8年度の場合に17%下回っていたので、今年度の調査ではかなり摂取量が増えたことがわかった。

穀類のうち、米の摂取をみると169.9gで全国平均値162.4gを5%上回った。このことが穀類摂取量の平均値を上げていると考えられ、また、食品摂取頻度調査結果で米の摂取頻度が高かったことも理由の一つと思われた。

パン、「生麺・ゆで麺」の摂取は全国平均値を下回り、それぞれ59%、83%であった。年齢別摂取量では、「生麺・ゆで麺」の摂取において40歳代で全国を上回る程度であった。

いも類は、全般的には全国平均値を下回っているが、じゃがいも摂取は39.5gで全国平均値を28%上回った。年代別では、20・70歳代を除くすべての年代で全国平均値を上回る摂取となった。じゃがいもは、平成9年度の自給食品調査でも自給率の高い(45%)食品であった。

油脂類は、平成8年度は10.6g(全国17.6g)、平成10年度が12.4g(全国16.9g)といずれの年度も摂取量が低値であった。また、県の平均摂取量15.8gと比較しても少なかった。しかし、全国的に脂肪エネルギー比(適正值20~25%)が高くなっている(平成8年国民栄養調査26.5%)傾向の中で、各年代ともに平均値を下回っていることは健康維持の面からみるとよい傾向と考えられた。

イ 魚介類、獣鳥鯨肉類、卵類、乳類、豆類について

魚介類は、全国平均値(97.0g)を27%上回り、123.5gであった。年代別にみると、70歳代を除くすべての年代で全国平均値を上回った。主要食品別では、もっとも摂取量が多かった魚はさんまで、4町平均で30.8gの摂取であった。次いで、塩さけ(12.6g)、えび(6.6g)などが目立った。まぐろ類(12.2g)は全国平均値(6.8g)よりかなり上回った摂取状況で、しかも各年代ともに摂取量が多かった。

平成8・9年度調査結果で摂取量の多かった地場産品のさけ(全国平均値の2~3倍)は、今年度の調査時期がさけの最盛期より早かったため、食事調査記録にはほとんどみられなかった。

獣鳥鯨肉類は、全国平均値（77.9g）を下回り58.5gであった。平成8年度は77.1g（104%）であったので、今年度は低値となった。主要食品別・年齢別にみると、豚肉が30歳代で、鶏肉が50歳代において全国平均値を上回る摂取であった。

また、「ハム・ソーセージ」は40歳代と19歳以下・20歳代の若い年代に好まれるようで、摂取量が全国平均値を上回っていた。

卵類は平成8年度に全国平均値を上回っており、今年度もほぼ同様の摂取量41.9g（全国42.1g）であった。年代別では、20・40・50歳代における摂取が多かった。

乳類の摂取は、183.1gで、全国平均値（133.9g）を大きく上回っていた。乳類の中でもっとも摂取量の多い牛乳は145.1g（全国115.8g）で全国平均値を25%上回った。年代別では、19歳以下、40・60歳代の摂取が全国平均値を上回っていた。

豆類は、84.0gの摂取で、全国平均値（72.3g）を16%上回り、19歳以下を除くすべての年代で、全国平均値を上回っていた。主要食品の味噌は18.8gの摂取で全国平均値（13.9g）を、豆腐は45.5gの摂取で同じく全国平均値（40.0g）を上回った。味噌も豆腐も、30歳以上の比較的年齢の高い層において摂取量が多い傾向がみられた。納豆は全国平均値がないので比較はできないが、13.3gの摂取であり、平成8年度の摂取量10.3gをやや上回る結果であった。

ウ 野菜類、きのこ類、果実類について

野菜類の摂取は、252.0gで、全国平均値（285.7g）を12%下回った。しかし、50・60歳代では全国平均値を上回り、特に60歳代では20%も多い摂取量を示した。

主要食品では、きゅうりの摂取量（27.3g）のみが全国平均値（12.1g）を2.3倍上回った。平成9年度調査におけるきゅうりの自給率をみると、夏期は50%、秋期は20%であり、4町では自給率の高い食品であった。

年齢別摂取量では、たまねぎが20・30歳代で、キャベツが30・40歳代で、きゅうりはすべての年代において全国平均値を上回る摂取量を示した。

にんじん、ほうれん草、大根は全国平均値に達しなかった。

きのこ類の摂取量（11.6g）も全国平均値（12.7g）には達しなかったが、20・60・70歳代では全国平均値を上回った。

果実類は95.7gの摂取で、全国平均値（118.6g）を約20%下回った。年代別では、60歳代のみが全国平均値を上回った。なお、男性より女性の方がやや多く摂取していることがわかった。

主要な果物では、地場産品であるなしが33.1gと摂取量が多かった。これは調査時期がなしの最盛期であったためと考えられた。

みかんは旬の時期には早かったが12.4g、ぶどうが5.3gの摂取であった。

エ その他

海藻類は摂取量が比較的多く8.4gで、全国平均値（5.5g）を大きく上回っていた。平成8・9年度調査結果でも摂取量が多い食品の一つであった。なお、県内平均値（10.2g）も全国平均値を大きく上回っていた。年代別では、19歳以下の年代

のみが全国平均値に達していないが、他の年代はすべて全国平均値を上回った。

主要食品では、わかめの全国平均値がなく比較できないが3.5g摂取されており、海苔の0.8gとともに摂取が目立った。その他の海草ではひじき等もみられた。

菓子類は、23.2gの摂取で、全国平均値(24.5g)をやや下回った。しかし、19歳以下・60歳代における摂取量は全国平均値を上回り、それぞれ28.4g、31.9gであった。

砂糖甘味類も全国平均値9.7gに対し、8.2gであったが、年代別では、50歳代(17.8g)・70歳代(9.7g)の摂取が目立った。

種実類は2.2gの摂取であったが、全国平均値は2.1gであり、ほぼ同様の摂取量であった。年代別では20歳代が3.2g、50歳代が6.6gと摂取量が多かった。

嗜好飲料の茶・コーヒーでは、それぞれの摂取量が1.1g、1.9gと平成8年度と同様にコーヒーの摂取が多かった。平均値(4町)より多い年代としては、茶は、20・40歳代(1.1g)、50歳代(2.3g)、70歳代(2.1g)であった。一方、コーヒーは40歳代(5.0g)が多く、次いで60歳代(2.8g)となった。

(2) 食品摂取頻度調査

ア ごはん、パン、めん類について

ごはんは、総数では全国、4町ともに「ほとんど毎日」が90%以上の摂取頻度であった。米離れといわれるようになって久しいが、やはり主食はごはんが圧倒的に多かった。特に、4町では「ほとんど毎日」か「週に4～5回」の摂取と答えた人が全員であった。

パンは、ごはんとは違い、「ほとんど毎日」食べる人が全国では26.3%で、4人に1人であるが、4町ではわずかに6.0%であった。また、パンは「週に2～3回」と「ほとんど食べない」が全国も4町もほぼ30%台であった。4町において19歳以下で「週に2～3回」食べると答えた人が59.6%を占めているのが目立った。

めん類は、4町のみ調査であるが、「週に1回」食べる人が49.2%で約半数を占めた。「週に2～3回」を加えると84.7%の人が何らかのめんを週に1～3回食べていることが分かった。

イ 肉類、魚類、卵、「大豆・大豆製品」、「牛乳・乳製品」

肉類は、総数では、全国と4町とも摂取頻度はほぼ同じ傾向であった。また「週に2～3回」が全国、4町でそれぞれ51.6%、52.5%と約半数であった。また、「ほとんど毎日」「週に4～5回」も全国、4町ともに、前者が10%台、後者が20%台であり、摂取頻度は同様の傾向であった。

しかし、魚類の摂取頻度は肉類と異なり、「ほとんど毎日」が全国13.6%に対して、4町31.1%と約2倍の頻度であった。また、全国では「週に2～3回」が51.7%もあることから、4町では食卓に魚が供される頻度が非常に高いことが分かった。

卵も、総数では「週に2～3回」が全国で39.5%、4町では「ほとんど毎日」が32.2%と摂取量の多い食品であることがわかった。

「大豆・大豆製品」は、全国に比較して摂取頻度の高い食品であった。4町では「ほとんど毎日」が79.2%と圧倒的に全国を上回った。これは大豆製品である味噌、

豆腐、納豆などの摂取が多いためと考えられた。

「牛乳・乳製品」も4町では摂取頻度が全国を上回り「ほとんど毎日」が62.3%であった。牛乳の摂取量も全国平均値を25%上回っていた。

ウ 緑黄色野菜、その他の野菜、果物、いも類、

緑黄色野菜とその他の野菜では、総数で「ほとんど毎日」がいずれも全国を上回り、それぞれ56.8%、62.3%であった。しかし、摂取量の面では全国にわずかではあるが及ばなかった。

果物は、全国、4町ともに摂取頻度は同傾向であった。「ほとんど毎日」が全国、4町ともに30%台、「週に4～5回」と「週に2～3回」の摂取頻度もそれぞれ20%台であった。しかし、全国で「ほとんど食べない」と答えた人が14.3%もみられたのに対し、4町ではわずか1.1%であった。

いも類も、総数では4町において摂取頻度の高い食品であり、「ほとんど毎日」が全国で5.7%であるのに対し、4町では18.6%と約3倍の摂取頻度であった。全国では「週に2～3回」が55.8%と約半数を占めた。

エ その他

海草は、総数では「ほとんど毎日」が全国で0%であるのに対し、4町は27.3%と非常に摂取頻度の高い食品であることがわかった。

菓子類は、4町のみ調査であるが、「ほとんど毎日」が32.8%であった。中でも19歳以下が53.8%、20歳代では43.8%と他の年代より摂取頻度が高かった。

(3) 年間の食品摂取状況

平成10年度調査における4町での「食品摂取量調査」と「食品摂取頻度調査」の両面の調査結果から特に注目したい食品は、海草類、乳類、魚介類、豆類の4群であった。いずれも摂取量が全国平均値を上回り、海草類では1.5倍、乳類が1.4倍、魚介類が1.3倍、豆類が1.2倍となった。

なお、平成8年度調査において、今年度調査と共通して摂取量が多かった食品群は、豆類(1.1倍)、乳類(1.7倍)、海草類(1.1倍)の3群であった。

ア 乳類

食品摂取量調査では、平成8・10年度調査結果ともに、乳類の摂取が目立って多かった。摂取量は、平成8年度が225.9g(全国132.4g)、平成10年度は183.1g(全国133.9g)で、さらに年代別にみると、全国平均値と比べて、19歳以下で約2倍、40歳代で1.3倍であった。また、主要食品別摂取量では、牛乳の摂取量が平成8年度で178.2g(全国118.2g)、平成10年度では145.1g(全国115.8g)となり、乳類のほとんどは牛乳であることがわかった。

一方、「牛乳・乳製品」の摂取頻度調査の結果では、総数で「ほとんど毎日」が62.3%(全国45.0%)と全国を大きく上回った。年代別にみても、全ての年代が全国平均値より高い値を示した。

イ 海草類

海草類は摂取量としては少ない食品で、平成8年度の調査では6.5g(全国5.8g、県8.6g)、平成10年度は8.4g(全国5.5g、県10.2g)であった。年代別では、

19歳以下を除く全ての年代で全国平均値を上回っており、特に60・70歳代ではそれぞれ2.3倍、2.6倍の摂取状況であった。海草類は、県全体としても日常的に多く摂取されている食品であることがわかった。

摂取頻度調査の結果でも、「ほとんど毎日」が全国は0%に対し、4町では27.3%あり、約1/4~1/3の家庭で毎日のように海草類を食べていることがわかった。

主要食品摂取では、わかめの摂取量が3.5g（全国の値はなし）であり、わかめ以外の海草類では、のり・ひじきなどがあげられていた。

ウ 豆類

豆類の摂取量は、平成8年度74.0g（全国66.8g）、平成10年度84.0g（全国72.3g）であった。年代別では、19歳以下を除くすべての年代で摂取されており、特に年齢の高い層で比較的多い傾向がみられた。

主要食品としては、味噌が平成8年度17.6g（全国14.0g）・平成10年度18.8g（13.4g）、豆腐では同様に37.5g（35.7g）・45.5g（全国40.0g）、納豆は同様に10.3g（全国値なし）・13.3g（全国値なし）の摂取量であった。4町においては、味噌・豆腐ともよく摂取されている食品であった。

摂取頻度調査の結果においても、「大豆・大豆製品」は79.2%（全国22.4%）と顕著に高い摂取頻度であった。

平成9年度に自給食品の摂取状況調査を実施したが、味噌は、米、じゃがいもに次いで、40%の自給率であった。これは都市部と比較して高い自給率であり、味噌汁または調味料として多く利用されていたためと考えられた。

エ 魚介類

魚介類は、平成10年度調査結果で摂取量が123.5g（全国97.3g）で全国平均値を上回ったが、平成8年度では摂取量が92.3g（全国97.0g）と、全国平均値を下回った。

主要食品としては、平成8年度で「さけ・ます」の摂取量が10.7g（全国3.2g）と全国の約3.3倍となったが、平成10年度では、調査時期がさけの最盛期より早かったため「さけ・ます」の摂取はわずかで、さんまの摂取量が30.8gと顕著に多くなっていた。

一方、摂取頻度調査結果では、魚類の摂取頻度で「ほとんど毎日」が31.1%（全国13.6%）であり、約1/3の家庭で魚料理を毎日食べていることがわかった。

オ その他

食品群別摂取量で、野菜類・いも類・果実類は、全国平均と比較して摂取量がそれぞれ88.2%、88.3%、80.7%と比率はいずれも下回ったが、主要食品別摂取量では、きゅうりの摂取量は全国の2.3倍、じゃがいもは全国の1.3倍、なしは全国の値はないが、4町平均で33.1gの摂取がみられた。これらの食品は、双葉地方では自給率の高い身近な食品であるために摂取量が多くなったと考えられた。自給率（平成9年度調査結果）をみると、きゅうりは、年間をとおして18.8%（夏期は50.5%）、じゃがいもは45.0%、なしは2.5%（秋期10.0%大熊町）であった。

また、緑黄色野菜とその他の野菜の摂取頻度において、「ほとんど毎日」がそれぞれ56.8%（全国34.6%）、62.3%（全国45.6%）といずれも全国平均を上回った。

摂取量の面で全国を下回っていた原因の一つとして、今年度秋期の天候不順や災害による野菜の価格の高騰が影響しているのではないかと考えられた。

食品の摂取については、このように様々な要因に左右されることも考慮に入れる必要があると考えられた。

以上、食品摂取量調査を通して特徴的な食品群または食品について述べた。また、食品摂取頻度調査からは、単に量的な視点からの考察にとどまらず、さらに食習慣の一部を知る手がかりともなった。例えば、食品摂取頻度調査は、国民栄養調査結果（平成6年）と比較した時、調査対象食品または食品群14種のうち、パンを除くすべてにおいて「ほとんど毎日」の比率が高かった。このことから、4町における食品の摂取状況は、地域産品を多く取り入れ、食品の種類が多く、偏りの少ない、比較的バランスがとれた食生活であろうと考えられた。

また、自給食品（平成9年度調査）の種類が米をはじめ、野菜、果物など60種余りを数えたが、日常の食卓は、魚介類も含めて鮮度の高い食品に恵まれた、いわゆる日本型食生活のよい面がまだ色濃く残されていると考えられ、双葉地方は自然とその恵みを受けた食品の豊かな地域ということができよう。

この調査は、福島県衛生公害研究所の委託によって実施した。同所 佐藤清彦主任主査、福島県生活環境部原子力安全対策課 小山吉弘主任主査、伊藤繁副主査、福島県原子力センター、福島県保健福祉部健康増進課 積口順子副主任栄養技師、福島県相双保健所浪江支所 氏家悦子専門栄養技師、また集計は桜の聖母短期大学 木村美智子助教授、佐藤至子管理栄養士にご協力をいただきました。ここに衷心より謝意を表します。

5 参考

(1) 参考文献

- 1) 厚生省保健医療局地域保健・健康増進栄養課：平成10年版国民栄養の現状，第一出版、(1998)。
- 2) 厚生省：平成7年 国民栄養調査必携。
- 3) 日本肥満学会肥満症診療のてびき委員会編：肥満・肥満症の指導マニュアル，医歯薬出版、(1997)。
- 4) 科学技術庁資源調査会：四訂日本食品標準成分表，女子栄養大学出版部、(1998)。
- 5) 財団法人日本食生活協会：食事づくり食品成分表，財団法人日本食生活協会、(1996)。
- 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，女子栄養大学出版部、(1989)。

(2) 調査票及び記入要領（別添）

調査結果集計表

表 1 - 1	調査対象地域の人口、世帯数の概要
表 1 - 2	調査対象世帯数等の概要
表 2	調査対象の性・年齢分布
表 3 - 1	体位の比較－身長・体重－
表 3 - 2	BMI 分布（20 歳以上）
表 4	職業別分類
表 5	生活活動強度別分類
表 6	食品群別摂取量の全国・県との比較
表 7	調査対象年度別「食品群別摂取量」
表 8 - 1	年齢別食品群別摂取量
表 8 - 2	年齢別食品群別摂取量（男性）
表 8 - 3	" （女性）
表 9	主要食品別摂取量の全国・県との比較
表 10	調査対象年度別「主要食品別摂取量」
表 11 - 1	年齢別主要食品別摂取量
表 11 - 2	年齢別主要食品別摂取量（男性）
表 11 - 3	" （女性）
表 12	食品摂取頻度（年齢別階層別） －全国との比較－
表 12 - 1	食品摂取頻度（年齢階級別：20 歳毎の区分） －4 町合計－

表 1 - 1 調査対象地域人口、世帯数等の概要

町	人口 人	男 人	女 人	老 齡 者 人	世 帯 数	一 世 帯 人 口	人 口 性 比	老 齡 化 率 %
双葉町	7,963	3,925	4,038	1,657	2,455	3.2	97	20.8
大熊町	10,848	5,476	5,372	1,949	3,322	3.3	102	18.0
富岡町	16,078	8,071	8,007	2,722	5,405	3.0	101	16.9
楡葉町	8,583	4,233	4,350	1,790	2,557	3.4	97	20.9
計	43,472	21,705	21,767	8,118	13,739	3.2	100	18.7

※福島県統計調査課編「福島県の人口」から作成 平成10年10月1日現在
人口性比は女=100とする

表 1 - 2 調査対象世帯数等の概要

町	世帯数	調査先 抽出率	世帯対象 人	うち男 人	うち女 人	一 世 帯 人 口	男 女 比 率 %	老 齡 化 率 %
双葉町	10	0.4%	45	24	21	4.5	114	13.3
大熊町	10	0.3	43	19	24	4.3	79	14.0
富岡町	10	0.2	44	19	25	4.4	76	11.4
楡葉町	10	0.4	51	23	28	5.1	82	23.5
計	40	0.3	183	85	98	4.6	87	15.8

* 調査対象人口は調査票が回収されたものの人数

表2 調査対象の性・年齢分布

単位：名

() : %

年齢	男	女	計
1～9歳	6 (7.1)	8 (8.2)	14 (7.7)
10～19歳	19 (22.4)	19 (19.4)	38 (20.8)
20～29歳	8 (9.4)	8 (8.16)	16 (8.7)
30～39歳	6 (7.1)	13 (13.3)	19 (10.4)
40～49歳	20 (23.5)	17 (17.2)	37 (20.2)
50～59歳	11 (12.9)	8 (8.2)	19 (10.4)
60～69歳	8 (9.4)	12 (12.2)	20 (10.9)
70歳以上	7 (8.2)	13 (13.3)	20 (10.9)
計	85 (100)	98 (100)	183 (100)

表3-1 体位の比較—身長・体重—

年齢 (歳)	身長(cm)						体重(kg)					
	男			女			男			女		
	全国* 平均値	4町(85名) 人数	平均値	全国* 平均値	4町(98名) 人数	平均値	全国* 平均値	4町(85名) 人数	平均値	全国* 平均値	4町(98名) 人数	平均値
1	81.3	0	—	79.3	1	80.0	11.1	0	—	11.5	1	8.5
2	89.1	2	90.0	87.6	2	107.5	12.8	2	13.2	12.4	2	13.5
3	96.2	0	—	95.5	0	—	14.8	0	—	14.6	0	—
4	103.7	1	103.0	102.5	0	—	16.3	1	15.0	16.3	0	—
5	108.3	0	—	108.8	0	—	17.7	0	—	18.0	0	—
6	115.6	0	—	114.6	1	113.0	20.5	0	—	21.1	1	19.5
7	122.1	3	123.3	120.9	2	121.0	23.6	3	24.0	23.4	2	24.0
8	127.4	0	—	126.4	1	123.0	27.9	0	—	26.3	1	22.5
9	132.1	0	—	133.2	1	140.0	30.7	0	—	29.6	1	40.0
10	138.8	2	137.5	138.8	7	137.0	34.8	2	32.0	33.1	7	31.0
11	143.8	0	—	145.3	2	143.5	38.7	0	—	37.2	2	38.0
12	150.7	3	153.0	151.7	3	145.4	43.2	3	48.3	43.4	3	37.8
13	158.3	1	168.0	154.6	2	151.0	47.8	1	60.0	46.6	2	40.0
14	164.4	4	163.8	155.2	2	162.5	53.3	4	54.7	47.6	2	58.5
15	168.4	3	169.7	156.4	1	155.0	57.3	3	59.0	50.0	1	52.0
16	170.1	2	165.5	156.9	0	—	57.6	2	49.0	52.0	0	—
17	170.2	2	173.0	157.3	0	—	61.7	2	60.0	50.0	0	—
18	170.4	2	165.0	158.7	1	150.0	63.5	2	57.0	52.3	1	42.0
19	171.6	0	—	158.1	1	161.0	62.2	0	—	50.7	1	54.0
20	170.8	1	168.0	157.8	1	164.0	62.1	1	73.0	50.7	1	50.0
21	170.4	0	—	158.6	0	—	62.9	0	—	52.0	0	—
22	170.0	1	172.0	157.7	1	160.0	61.8	1	56.0	50.3	1	54.0
23	170.9	2	172.0	157.6	1	160.0	63.1	2	60.0	50.7	1	48.0
24	172.0	1	160.0	158.9	1	166.0	65.3	1	65.0	50.9	1	53.0
25	172.3	0	—	156.8	2	158.0	64.8	0	—	51.2	2	44.0
26~29	171.2	3	175.3	158.3	2	163.0	66.6	3	67.7	52.0	2	56.5
30~39	170.2	6	171.3	157.1	13	157.1	67.3	6	73.0	53.0	13	54.6
40~49	168.0	20	169.0	154.7	17	154.9	66.0	20	68.3	54.6	17	54.0
50~59	165.0	11	165.6	152.6	8	152.6	63.6	11	66.5	54.1	8	53.3
60~69	162.4	8	161.3	149.9	12	150.1	60.8	8	66.3	53.0	12	52.2
70~	159.2	7	162.0	145.5	13	149.2	56.7	7	56.7	48.5	13	48.8
平均	148.5		161.8	140.9		149.2	47.0		60.1	40.6		47.3
20歳以上	168.5		167.1	155.5		153.9	63.4		66.3	51.8		52.4
20~29歳	171.1		171.3	158.0		161.5	63.8		64.6	51.1		50.8

*: 平成8年国民栄養調査における全国平均値

表3-2 BMI分布(20歳以上)

単位: 名
(): %

		実数	20.0未満	20.0~24.0未満	24.0~26.4未満	26.4以上
男	総数	60(100)	4(6.7)	30(50.0)	19(31.6)	7(11.7)
	20~29歳	8	2	4	2	0
	30~39歳	6	0	4	1	1
	40~49歳	20	0	11	6	3
	50~59歳	11	1	2	7	1
	60~69歳	8	0	4	2	2
	70歳以上	7	1	5	1	0
女	総数	71(100)	18(25.3)	36(50.7)	11(15.5)	6(8.5)
	20~29歳	8	6	1	1	0
	30~39歳	13	4	7	1	1
	40~49歳	17	2	10	2	3
	50~59歳	8	0	7	1	0
	60~69歳	12	3	3	5	1
	70歳以上	13	3	8	1	1

表4 職業別分類

単位:名 ():%

職業	男	女	計
会社員等	38 (44.7)	35 (35.7)	73 (39.9)
自営業	3 (3.5)	1 (1.0)	4 (2.2)
農林漁業	11 (13.0)	9 (9.2)	20 (10.9)
自由業	0 (0)	0 (0)	0 (0)
家事従事者	0 (0)	14 (14.3)	14 (7.7)
幼・小・中学校 児童生徒	16 (18.8)	24 (24.5)	40 (21.8)
高校生以上 の生徒学生	9 (10.6)	2 (2.0)	11 (6.0)
無職その他	8 (9.4)	13 (13.3)	21 (11.5)
計	85 (100)	98 (100)	183 (100)

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)	32 (37.6)	48 (49.0)	80 (43.7)
II (中等度)	34 (40.0)	46 (46.9)	80 (43.7)
III (やや重い)	14 (16.5)	4 (4.0)	18 (9.8)
IV (重い)	5 (5.9)	0 (0)	5 (2.8)
計	85 (100.0)	98 (100.0)	183 (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	
	平均	平均	平均	偏差
穀類	262.9	259.1	239.0	99.4
いも澱粉類	67.8	84.5	59.9	62.9
砂糖甘味類	9.7	8.1	8.2	15.2
菓子類	24.5	24.3	23.3	41.4
油脂類	16.9	15.8	12.4	10.1
種実類	2.1	1.8	2.2	7.2
豆類	72.3	71.5	84.0	68.8
魚介類	97.0	88.3	123.5	90.9
獣鳥鯨肉類	77.9	82.5	58.5	55.5
卵類	42.1	38.6	41.9	39.7
乳類	133.9	149.7	183.1	177.8
緑黄色野菜	98.9	111.0	252.0*3	154.4
淡色野菜	186.8	228.3		
果実類	118.6	135.0	95.7	114.7
きのこ類	12.7	14.6	11.6	23.4
海草類	5.5	10.2	8.4	12.3
し好飲料類	182.4*4	205.8*4	123.8	229.0
調味香辛料	—	—	36.1	20.7
加工食品類	—	—	11.8	32.3
その他の食品	5.5	6.6	—	—
計	1417.5	1535.7	1375.4	

*1 平成8年国民栄養調査における全国平均値

*2 平成8年国民栄養調査における県平均値

*3 緑黄色野菜・淡色野菜の合計

*4 調味香辛料・し好飲料の合計

表7 調査対象年度別「食品群別摂取量」

単位:g

	平成8年度 4町計 平均	平成10年度 4町計 平均	摂取量の差 [H.10] - [H.8]
穀類	231.7	239.0	7.3
いも澱粉類	67.2	59.9	-7.3
砂糖甘味類	7.9	8.2	0.3
菓子類	33.0	23.3	-9.7
油脂類	10.6	12.4	1.8
種実類	1.8	2.2	0.4
豆類	74.0	84.0	10.0
魚介類	92.3	123.5	31.2
獣鳥鯨肉類	77.1	58.5	-18.6
卵類	44.0	41.9	-2.1
乳類	225.9	183.1	-42.8
野菜類	298.1	252.0	-46.1
果実類	134.4	95.7	-38.7
きのこ類	16.3	11.6	-4.7
海藻類	6.5	8.4	1.9
嗜好飲料類	107.0	123.8	16.8
調味香辛料	39.3	36.1	-3.2
加工食品類	14.3	11.8	-2.5

表8-1 年齢別食品群別摂取量

年代 人数	4 断計		0~19歳		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上	
	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値	平均	最大値
穀類	239.0	99.4	236.5	98.5	216.8	93.1	260.0	84.5	285.3	111.6	657.3	228.2	66.7	228.5	102.9	512.0
いも、薯粉類	59.9	62.9	53.2	50.9	45.5	57.8	63.4	76.2	59.7	69.7	300.0	63.8	50.6	77.3	61.0	201.0
砂糖、甘味類	8.2	15.2	6.1	5.8	6.8	11.8	37.0	3.7	10.0	9.2	40.0	17.8	39.4	5.0	4.3	15.0
菓子類	23.3	41.4	28.4	45.1	188.0	5.6	17.3	70.0	21.4	33.4	160.0	16.2	37.7	31.9	40.4	117.0
油脂類	12.4	10.1	13.0	9.2	39.0	12.4	10.9	35.0	14.8	10.7	44.0	10.8	8.7	9.6	13.7	65.0
糧食類	2.2	7.2	2.3	4.7	20.0	3.2	4.6	1.8	0.8	2.6	16.0	6.6	18.3	0.8	3.5	16.0
豆類	84.0	66.8	63.0	52.2	167.0	76.9	70.1	230.0	95.2	81.4	304.0	105.4	71.2	95.9	65.5	284.0
魚介類	123.5	90.9	122.7	83.4	303.0	122.8	102.6	66.4	152.5	98.8	416.0	129.9	111.5	121.0	93.9	310.0
獣肉類	56.5	55.5	66.7	66.6	233.0	63.3	48.4	160.0	57.2	50.1	170.0	65.3	63.7	51.5	41.1	140.0
獣肉類(豚)	183.1	177.8	283.7	213.5	1199.0	116.1	133.1	470.0	178.9	156.4	614.0	142.2	150.0	27.3	32.3	90.0
野菜類	232.0	154.4	198.3	132.4	568.0	263.2	182.9	745.1	252.9	127.1	555.0	297.0	152.5	346.0	211.8	955.1
果実類	95.7	114.7	89.3	101.4	400.0	53.1	78.4	306.0	107.1	122.3	612.0	73.5	121.0	174.2	156.3	632.0
きのこ類	11.6	23.4	7.3	15.1	80.0	19.4	33.3	90.0	12.6	23.8	90.0	2.2	3.5	19.8	29.6	100.0
海藻類	8.4	12.3	4.9	6.4	30.0	9.1	12.6	45.0	8.3	13.8	62.0	10.1	11.5	12.4	14.2	45.0
嗜好飲料類	123.8	229.0	55.3	109.8	500.0	230.7	298.4	999.0	162.5	282.5	1021.0	213.0	275.7	97.8	201.8	824.0
調味香料	36.1	20.7	36.0	19.6	98.1	36.3	31.0	106.5	41.5	22.1	101.0	30.5	16.6	28.8	16.6	64.2
加工食品類	11.8	32.3	10.1	21.1	75.0	25.9	72.3	300.0	7.1	18.3	75.0	7.7	29.0	10.5	25.1	75.0
計	1375.3		1323.2		1369.5		1322.9		1518.3		1467.8		1485.6		1102.4	

注) 各食品群の最小摂取量(下記の食品および年代以外の最小摂取量は0)

1. 穀類 全量: 50g 0~19歳: 50g 20~29歳: 98.0g 30~39歳: 123.0g 40~49歳: 86.1g 50~59歳: 135.1g 60~69歳: 102.0g 70歳以上: 87.0g
2. 豆類 全量: 50~59歳: 2.5g 60~69歳: 15.0g
3. 野菜類 全量: 13.5g 0~19歳: 13.5g 20~29歳: 84.0g 30~39歳: 40.5g 40~49歳: 61.0g 50~59歳: 97.0g 60~69歳: 90.0g 70歳以上: 90.0g
4. 調味香料 全量: 2g 0~19歳: 4.4g 20~29歳: 2.0g 30~39歳: 10.2g 40~49歳: 6.0g 50~59歳: 6.1g 60~69歳: 4.3g 70歳以上: 3.6g

表8-2 年齢別食品群別摂取量(男性85名)

年代 人数	全量		0~19歳		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上							
	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差						
総額	289.3	110.0	278.2	108.1	250.7	118.5	270.5	69.9	308.8	120.9	467.3	242.9	78.2	484.0	248.5	129.5	512.0	218.0	82.6	380.0		
いも類	63.9	69.7	54.9	41.8	190.0	27.8	42.0	130.0	100.3	99.3	301.0	64.6	79.2	300.0	65.9	48.5	179.0	64.4	63.4	201.0	78.0	
砂糖甘味類	9.5	20.0	179.0	8.3	6.1	19.0	8.4	12.1	37.0	5.5	18.0	24.7	49.8	179.0	6.4	4.9	15.0	11.9	10.8	37.0	11.9	
菓子類	18.0	35.8	188.0	28.9	46.8	188.0	0.0	0.0	8.3	14.8	40.0	12.0	23.2	80.0	7.1	17.5	90.0	31.5	45.1	117.0	27.1	
油類	12.9	10.8	68.0	12.7	8.2	33.0	10.4	10.7	35.0	13.1	8.7	31.0	15.5	9.6	44.0	11.8	9.5	33.0	13.7	19.7	65.0	
増養類	2.3	9.5	82.0	1.0	3.9	20.0	3.5	4.5	1.3	0.9	1.1	3.0	1.3	3.5	18.0	8.8	23.5	82.0	0.0	0.1	0.2	
豆類	89.8	78.1	304.0	61.8	54.8	167.0	84.6	78.3	230.0	114.2	80.6	212.0	115.9	88.6	304.0	98.2	74.8	234.0	100.0	89.5	284.0	
魚介類	138.8	102.0	418.0	128.0	95.2	303.0	194.7	108.4	303.0	112.4	55.0	186.0	169.3	108.1	416.0	168.0	127.8	408.0	97.8	82.1	288.0	
豚鳥獣肉類	64.3	58.8	233.0	75.5	70.5	233.0	38.8	32.6	74.0	78.3	25.3	120.0	58.5	50.9	164.0	84.6	73.3	233.0	56.1	46.8	140.0	
牛乳類	46.5	42.4	180.0	51.1	49.3	180.0	61.2	43.1	160.0	23.7	22.2	60.0	48.8	34.0	100.0	48.5	47.5	160.0	34.4	34.9	90.0	
野菜類	178.8	196.0	1199.0	289.2	255.6	1199.0	149.8	184.9	470.0	70.1	94.1	208.0	137.9	128.7	480.0	149.3	150.2	480.0	115.1	155.2	400.0	
果実類	253.5	170.9	955.1	172.4	129.2	565.0	284.1	186.5	580.0	322.6	205.9	747.1	253.4	132.1	595.0	304.6	156.7	588.0	367.5	271.0	955.1	
海藻類	83.6	117.8	812.0	84.8	108.7	400.0	47.5	99.8	308.0	72.8	78.1	200.0	84.2	140.8	912.0	62.7	122.3	410.0	115.8	104.4	258.0	
きのこ類	12.3	22.0	100.0	8.5	18.2	80.0	17.5	31.9	90.0	15.0	25.7	70.0	11.1	21.1	80.0	2.5	3.5	10.0	19.1	24.3	70.0	
油草類	7.9	11.3	62.0	4.2	5.0	22.3	5.9	6.9	19.0	10.0	15.8	45.0	8.3	13.4	62.0	10.8	11.9	35.0	11.9	13.5	45.0	
嗜好飲料類	198.9	283.3	1021.0	68.2	104.8	350.0	287.2	355.5	999.0	173.1	282.0	652.0	259.9	348.8	1021.0	322.0	306.5	817.0	199.5	277.5	824.0	
調味香料	34.4	19.2	106.5	33.9	19.0	77.1	35.0	29.5	106.5	35.5	10.7	58.0	37.9	17.3	73.3	34.4	15.7	66.1	25.8	16.0	64.2	
加工食品類	18.4	40.0	306.0	15.9	24.5	75.0	47.5	99.9	300.0	29.2	33.2	90.0	9.3	22.4	75.0	1.5	4.8	15.0	18.8	32.5	75.0	
計	1500.9		1373.3		1524.3		1455.4		1598.7		1855.9		1548.3		1398.0							

注) 各食品群の最小摂取量(下記の食品および年代以外の最小摂取量は0)

1. 穀類 全量: 81.0g 0~19歳: 81.0g 20~29歳: 123.0g 30~39歳: 151.0g 40~49歳: 143.0g 50~59歳: 182.5g 60~69歳: 102.0g 70歳以上: 131.2g
2. いも類 30~39歳: 10.0g
3. 油類 30~39歳: 4g 40~49歳: 2g 60~69歳: 3.0g
4. 豆類 30~39歳: 12.0g 50~59歳: 2.5g 60~69歳: 15.0g
5. 魚介類 30~39歳: 35.0g 50~59歳: 20.0g 60~69歳: 21.0g 70歳以上: 25.0g
6. 豚鳥獣肉類 20~29歳: 5g
7. 牛乳類 全量: 13.5g 0~19歳: 13.5g 20~29歳: 84.0g 30~39歳: 110.0g 40~49歳: 71.0g 50~59歳: 97.0g 60~69歳: 90.0g 70歳以上: 110.0g
8. 野菜類 全量: 4.3g 0~19歳: 5.1g 20~29歳: 11.1g 30~39歳: 21.3g 40~49歳: 13.0g 50~59歳: 16.5g 60~69歳: 4.3g 70歳以上: 8.0g
9. 果実香料

表8-3 年齢別食品群別摂取量(女性98名)

年代 人数	全量			0~19歳			20~29歳			30~39歳			40~49歳			50~59歳			60~69歳			70歳以上			
	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	
総額	212.7	80.5	477.0	188.0	69.0	386.0	41.2	257.0	398.0	259.9	93.2	477.0	208.4	52.9	293.0	215.1	77.6	390.0	158.2	49.7	292.0	158.2	49.7	292.0	
いも類粉類	56.4	56.1	215.0	51.6	58.1	200.0	63.3	160.0	46.4	54.9	131.0	191.0	61.6	55.2	140.0	72.6	58.9	151.0	56.7	39.9	133.0	56.7	39.9	133.0	
砂糖甘味類	7.0	9.1	40.0	5.9	5.8	18.5	3.3	35.0	2.9	3.7	10.5	13.2	8.3	12.2	36.0	4.2	3.7	10.0	8.5	10.4	37.0	8.5	10.4	37.0	
菓子類	27.9	45.3	225.0	28.0	43.4	150.0	11.3	23.2	70.0	31.5	49.7	170.0	32.4	39.7	180.0	28.8	36.0	160.0	23.8	39.4	225.0	23.8	39.4	225.0	
油類	11.9	9.8	44.0	13.3	10.0	39.0	14.4	10.8	34.0	14.4	8.0	35.0	14.1	11.7	44.0	9.8	7.3	20.0	6.8	5.9	18.0	6.8	5.9	18.0	
糧食類	2.1	4.4	20.0	3.4	5.1	12.0	2.9	4.8	13.0	2.2	5.2	20.0	0.2	0.5	2.0	3.8	4.5	13.0	1.4	4.4	18.0	1.4	4.4	18.0	
豆類	78.1	61.3	290.0	84.0	49.7	155.0	89.3	59.7	184.0	94.5	73.0	288.0	70.8	66.8	280.0	118.1	83.9	207.0	93.2	49.7	184.0	93.2	49.7	184.0	
魚介類	110.3	77.6	310.0	117.9	70.5	224.1	91.0	85.4	271.0	94.8	70.3	210.0	136.2	82.3	284.0	177.5	48.1	189.0	136.4	87.9	310.0	136.4	87.9	310.0	
獣肉類	53.5	51.1	200.0	82.4	82.1	200.0	87.9	49.1	160.0	55.9	45.1	168.0	55.8	49.0	170.0	38.8	31.9	82.5	47.0	36.1	120.0	47.0	36.1	120.0	
獣肉類肉類	37.9	36.7	135.0	33.4	31.4	111.0	63.4	39.1	135.0	27.3	30.0	100.0	55.3	40.8	135.0	44.8	41.5	100.0	22.5	29.5	90.0	22.5	29.5	90.0	
卵類	186.8	160.3	800.0	278.6	185.0	800.0	82.6	77.8	208.0	188.4	127.6	400.0	227.1	170.8	614.0	132.5	149.2	410.0	169.7	124.7	380.0	169.7	124.7	380.0	
野菜類	250.7	138.5	745.1	222.3	130.8	485.0	242.3	195.7	745.1	236.4	123.9	470.0	252.3	120.9	532.0	288.5	147.4	569.0	331.6	158.9	745.1	331.6	158.9	745.1	
果実類	108.1	110.8	632.0	94.5	95.9	384.0	96.8	48.1	150.0	168.4	127.6	400.0	227.1	170.8	614.0	132.5	149.2	410.0	169.7	124.7	380.0	169.7	124.7	380.0	
きのこ類	11.0	22.8	100.0	6.3	11.4	49.0	21.3	34.4	90.0	8.9	16.5	50.0	14.5	26.6	80.0	1.7	3.3	10.0	20.2	32.6	100.0	20.2	32.6	100.0	
海藻類	8.9	13.1	62.0	5.5	7.1	30.0	12.4	15.7	45.0	4.4	8.1	18.0	8.4	14.3	62.0	9.4	10.9	30.0	12.8	14.6	45.0	12.8	14.6	45.0	
嗜好飲料類	58.7	138.4	927.5	45.3	113.5	500.0	164.2	207.0	560.0	110.3	249.2	927.5	47.9	73.7	240.4	49.5	72.3	206.0	29.8	70.5	282.0	29.8	70.5	282.0	
調味料類	37.6	21.8	101.5	41.7	19.5	88.1	37.5	32.3	101.5	38.2	15.7	59.0	45.7	26.0	101.0	25.1	16.3	54.0	30.8	15.4	64.2	30.8	15.4	64.2	
加工食品類	7.7	23.0	130.0	4.9	15.6	87.0	4.4	11.6	35.0	14.9	29.0	90.0	4.5	14.4	80.0	18.3	43.0	130.0	5.0	16.0	80.0	5.0	16.0	80.0	
計	1268.3			1278.9			1214.7			1281.8			1429.0			1209.1			1443.8			843.3			

注) 各食品群の最小摂取量(下記の食品および年代以外の最小摂取量は0)

1. 穀類 全量: 50.0g 0~19歳: 50.0g 20~29歳: 98.0g 30~39歳: 123.0g 40~49歳: 86.1g 50~59歳: 135.1g 60~69歳: 123.0g 70歳以上: 87.0g
2. 豆類 全量: 50.0g 0~19歳: 50.0g 20~29歳: 98.0g 30~39歳: 123.0g 40~49歳: 86.1g 50~59歳: 135.1g 60~69歳: 123.0g 70歳以上: 87.0g
3. 獣肉類肉類 全量: 12.0g 0~19歳: 12.0g 20~29歳: 23.0g 30~39歳: 30.0g 40~49歳: 18.0g 50~59歳: 15.0g 60~69歳: 15.0g 70歳以上: 15.0g
4. 乳類 全量: 30.0g 0~19歳: 30.0g 20~29歳: 30.0g 30~39歳: 30.0g 40~49歳: 30.0g 50~59歳: 30.0g 60~69歳: 30.0g 70歳以上: 30.0g
5. 野菜類 全量: 2.0g 0~19歳: 4.4g 20~29歳: 2.0g 30~39歳: 10.2g 40~49歳: 6.1g 50~59歳: 6.1g 60~69歳: 13.1g 70歳以上: 3.0g
6. 調味料類 全量: 2.0g 0~19歳: 4.4g 20~29歳: 2.0g 30~39歳: 10.2g 40~49歳: 6.1g 50~59歳: 6.1g 60~69歳: 13.1g 70歳以上: 3.0g

表9 主要食品別摂取量の全国・県との比較

単位: g

	全国*1	県*2	4 町計(183名)		男(85名)		女(98名)	
	平均	平均	平均	偏差	平均	偏差	平均	偏差
米	162.4	165.9	169.9	81.2	203.5	93.8	140.8	53.5
パン	31.5	20.5	18.5	32.0	15.7	30.8	20.9	32.8
生麺ゆで麺	36.8	39.0	30.7	73.7	29.5	78.0	31.7	69.8
じゃがいも	30.8	39.0	39.5	53.3	37.5	53.6	41.2	53.0
味噌	13.9	14.9	18.8	13.1	19.2	13.7	18.5	12.6
豆腐	40.0	37.1	45.5	50.4	49.0	56.0	42.5	44.8
納豆			13.3	18.9	13.7	19.8	13.0	18.1
みかん			12.4	33.9	11.0	33.6	13.6	34.0
なし			33.1	64.4	28.7	56.0	36.9	70.6
ぶどう			5.3	20.9	1.7	7.1	8.4	27.4
にんじん	23.0	24.0	16.1	24.5	15.4	23.3	16.6	25.4
ほうれん草	20.9	22.6	8.0	18.2	7.1	17.8	8.9	18.5
にら			3.2	7.9	2.1	6.2	4.1	9.1
大根	39.3	43.0	12.8	23.7	12.7	22.4	12.8	24.7
たまねぎ	26.8	29.0	26.5	28.8	26.6	30.5	26.4	27.3
キャベツ	22.7	18.3	19.5	36.8	18.0	36.4	20.7	37.1
きゅうり	12.1	24.1	27.3	31.3	25.8	31.5	28.7	31.1
長ねぎ			8.5	14.1	9.5	14.5	7.6	13.6
レタス			4.1	11.4	5.0	14.0	3.4	8.4
なす			17.8	33.0	18.4	36.4	17.3	29.8
ごぼう			6.8	18.7	8.1	22.1	5.6	15.2
たくあん	13.7	14.4	2.8	11.1	2.4	8.2	3.3	13.2
きのこ類	12.7	14.6	11.6	23.4	12.3	24.0	11.0	22.8
わかめ			3.5	6.3	2.9	5.2	4.0	7.0
のり			0.8	1.5	0.8	1.7	0.7	1.3
茶			1.1	2.2	1.0	2.2	1.2	2.2
コーヒー			1.9	3.6	2.2	3.9	1.6	3.3
まぐろ類	6.8	7.5	12.2	34.1	15.5	42.8	9.4	23.8
さんま			30.8	51.0	33.5	56.1	28.5	45.9
塩さけ			12.6	25.0	16.2	28.2	9.5	21.4
えび			6.6	18.5	5.6	17.7	7.4	19.1
豚肉	26.8	34.2	22.8	37.2	26.4	42.0	19.6	32.1
鶏肉	19.7	21.7	13.4	25.0	15.1	27.0	11.9	23.0
ハムソーセージ	9.7	11.3	14.3	24.1	14.4	24.3	14.2	23.9
卵	42.1	38.6	41.9	39.7	46.5	42.4	37.9	36.7
牛乳	115.8	126.0	145.1	159.6	143.6	171.3	146.4	148.6

*1 平成8年国民栄養調査における全国平均値

*2 平成8年国民栄養調査における県平均値

空欄は該当データなし

表10 調査対象年度別「主要食品別摂取量」

単位:g

	平成8年度 4町計 平均	平成10年度 4町計 平均	摂取量の差 [H.10] - [H.8]
米	164.4	169.9	5.5
パン	19.7	18.5	-1.2
じゃがいも	43.0	39.5	-3.5
味噌	17.6	18.8	1.2
豆腐	37.5	45.5	8.0
納豆	10.3	13.3	3.0
なし	30.3	33.1	2.8
にんじん	19.4	16.1	-3.3
ほうれん草	15.0	8.0	-7.0
にら	4.1	3.2	-0.9
大根	30.9	12.8	-18.1
たまねぎ	29.0	26.5	-2.5
きゃべつ	21.7	19.5	-2.2
きゅうり	10.2	27.3	17.1
長ねぎ	11.9	8.5	-3.4
なす	11.4	17.8	6.4
たくあん	3.5	2.8	-0.7
わかめ	3.8	3.5	-0.3
茶	1.8	1.1	-0.7
コーヒー	2.1	1.9	-0.2
まぐろ	7.1	12.2	5.1
さんま	7.5	30.8	23.3
塩さけ	15.4	12.6	-2.8
豚肉	28.4	22.8	-5.6
鶏肉	21.5	13.4	-8.1
卵	42.5	41.9	-0.6
牛乳	178.2	145.1	-33.1

表11-1 年齢別主要食品別摂取量

年代 人数	0~19歳			20~29歳			30~39歳			40~49歳			50~59歳			60~69歳			70歳以上				
	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	165.9	84.3	454.0	141.1	39.2	234.2	182.5	73.0	380.0	184.0	87.7	421.3	195.2	75.6	448.0	181.7	109.4	512.0	148.7	109.4	40.6	208.0	
パン	19.5	30.5	95.1	29.8	39.9	120.0	15.6	27.3	91.0	22.8	36.0	130.0	19.7	32.6	90.0	4.5	19.8	90.0	13.9	13.9	28.7	80.0	
生餅ゆで餅	28.3	57.7	300.0	15.8	80.5	250.0	53.9	99.4	290.0	51.6	101.4	350.0	6.8	29.0	130.0	31.8	67.2	200.0	10.0	10.0	43.6	200.0	
じゃがいも	42.3	49.8	195.0	27.3	49.1	160.0	48.8	72.5	300.0	35.1	58.0	210.0	38.3	37.7	123.0	53.9	55.9	200.0	29.5	29.5	36.3	130.0	
味噌	15.6	10.4	42.0	12.9	8.4	26.0	18.4	13.2	45.0	20.9	15.2	60.0	21.7	11.7	48.0	23.0	13.2	45.0	21.9	21.9	15.6	60.0	
豆腐	30.5	36.1	130.0	55.6	65.0	205.0	49.1	49.1	110.0	51.0	50.8	180.0	53.3	56.7	165.0	56.4	90.9	250.0	42.9	42.9	41.5	130.0	
納豆	12.2	17.4	50.0	6.9	14.4	50.0	23.2	20.6	50.0	18.4	19.8	60.0	15.0	24.8	70.0	12.3	17.1	50.0	6.3	6.3	10.8	30.0	
みかん	8.2	19.6	80.0	13.8	53.3	220.0	12.1	29.1	100.0	18.4	42.3	220.0	2.8	11.7	52.5	23.0	39.9	150.0	15.0	15.0	32.0	100.0	
なし	33.5	71.4	380.0	10.0	25.2	100.0	28.9	63.2	200.0	26.2	42.0	150.0	41.6	96.7	260.0	51.8	92.5	350.0	40.5	40.5	54.0	150.0	
ぶどう	3.1	12.7	57.0	3.5	13.6	56.0	7.8	13.6	30.0	3.2	10.4	50.0	0.0	0.0	0.0	18.8	93.0	225.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
にんじん	18.5	26.3	128.0	22.6	20.2	60.0	14.3	19.8	50.0	12.2	28.4	120.0	19.8	18.6	50.0	20.5	29.6	120.0	5.5	5.5	7.7	28.0	
ほうれん草	11.5	19.5	67.0	2.2	5.9	20.0	0.0	0.0	0.0	10.6	21.8	67.0	3.9	9.5	30.0	0.0	0.0	0.0	18.5	18.5	27.0	67.0	
にら	3.4	7.3	30.0	1.9	7.3	30.0	3.0	3.0	30.0	3.1	7.6	30.0	3.4	9.2	30.0	2.5	7.7	30.0	4.0	4.0	9.2	30.0	
大根	9.5	19.6	110.0	7.2	12.9	45.0	9.5	15.6	60.0	21.2	34.5	150.0	5.1	12.6	62.0	24.5	27.2	110.0	8.8	8.8	16.6	50.0	
たまねぎ	26.7	27.2	90.0	36.4	29.6	95.0	30.3	30.3	90.0	20.9	28.8	110.0	26.4	30.4	100.0	26.4	25.5	70.0	25.1	25.1	33.4	110.0	
キャベツ	22.7	40.0	160.0	6.9	18.1	80.0	26.3	40.8	125.0	28.4	47.0	180.0	7.9	18.2	75.0	20.3	33.9	195.0	8.3	8.3	17.3	70.0	
きゅうり	18.8	23.5	91.0	41.0	41.6	150.0	22.7	32.9	100.0	27.0	28.5	110.0	42.1	11.0	42.1	30.0	23.8	29.8	100.0	33.2	33.2	35.8	115.0
長ねぎ	6.4	12.0	50.0	6.8	9.9	30.0	17.4	19.2	55.0	8.9	13.3	51.0	8.6	11.7	40.0	10.5	19.9	50.0	3.9	3.9	6.4	20.0	
レタス	4.7	14.8	100.0	1.9	7.3	30.0	3.2	8.0	20.0	3.2	6.4	20.0	7.3	15.9	50.0	6.8	11.2	40.0	1.5	1.5	6.5	30.0	
なす	10.6	24.7	104.0	15.0	29.6	100.0	18.2	27.8	50.0	21.6	41.5	210.0	22.8	36.9	120.0	26.5	40.7	140.0	17.8	17.8	23.7	70.0	
トマト	4.2	12.3	60.0	15.0	33.0	100.0	3.7	8.7	20.0	4.6	14.2	60.0	21.8	33.1	100.0	5.0	10.2	30.0	1.0	1.0	4.4	20.0	
ごぼう	1.0	4.9	30.0	5.8	12.2	40.0	4.7	11.4	40.0	0.0	0.0	0.0	4.7	11.4	40.0	7.0	24.5	110.0	3.0	3.0	7.1	20.0	
たくあん	7.3	15.1	80.0	19.4	33.3	90.0	10.6	20.1	20.0	12.6	23.8	90.0	2.2	3.5	10.0	19.8	29.6	100.0	16.5	16.5	30.5	100.0	
きのこ類	2.9	5.9	30.0	4.6	7.8	30.0	2.2	3.7	5.0	3.3	4.7	16.0	6.6	8.7	35.0	2.2	3.0	9.0	4.3	4.3	7.2	30.0	
わかめ	0.9	1.5	8.0	0.1	0.4	1.5	0.9	1.6	2.0	0.8	1.2	3.5	0.4	0.9	3.0	1.0	2.5	10.0	0.9	0.9	1.4	5.0	
のり	0.1	0.7	5.0	1.1	1.7	6.0	0.7	1.6	5.0	1.1	2.0	6.0	2.3	3.6	14.0	1.8	3.0	12.0	2.1	2.1	2.4	8.0	
茶	0.1	0.6	2.5	0.6	1.7	5.0	1.4	2.2	5.0	5.0	4.8	15.0	1.6	2.8	10.0	2.8	4.8	15.0	1.3	1.3	3.1	10.0	
コーヒー	4.8	11.8	40.0	14.3	37.5	150.0	8.9	18.0	40.0	19.5	53.6	215.0	7.9	33.5	150.0	18.5	34.5	120.0	17.5	17.5	30.6	80.0	
まぐろ	23.2	46.0	195.0	40.3	65.7	200.0	31.3	41.2	120.0	33.6	61.7	260.0	34.7	55.0	212.5	33.3	46.0	180.0	22.3	22.3	32.7	85.0	
さんま	8.8	19.4	85.0	12.2	19.4	50.0	9.8	13.3	70.0	12.2	25.2	90.0	14.9	32.0	120.0	21.5	31.3	85.0	15.0	15.0	26.7	80.0	
塩さけ	11.1	23.8	88.0	0.4	1.5	6.0	3.7	9.0	10.0	11.1	24.8	98.0	1.1	4.5	20.0	0.0	0.0	0.0	5.9	5.9	14.7	48.0	
えび	26.8	48.7	164.0	20.1	28.1	95.0	32.4	32.6	100.0	23.4	36.6	154.0	23.6	31.9	98.0	21.0	34.7	140.0	5.0	5.0	14.9	65.0	
鶏肉	15.5	28.3	110.0	11.6	21.3	60.0	18.6	25.9	60.0	9.2	22.4	100.0	20.0	28.2	80.0	10.0	21.4	80.0	11.3	11.3	21.9	83.4	
ラムステーキ	19.9	23.4	90.0	23.9	38.9	154.0	9.9	15.1	20.0	16.9	30.8	150.0	9.3	13.8	55.0	6.0	12.8	50.0	4.3	4.3	9.9	35.0	
豚	41.9	41.9	180.0	62.3	41.1	150.0	26.2	27.6	100.0	50.7	37.4	135.0	47.5	45.1	150.0	27.3	32.3	90.0	33.4	33.4	34.0	100.0	
牛乳	232.0	198.1	1093.0	81.9	127.1	450.0	103.7	131.8	400.0	142.3	125.4	412.0	105.7	138.8	450.0	118.9	127.9	400.0	78.0	78.0	93.2	206.0	
計	592.1			771.2			653.3			838.1			846.1			914.4			676.4				

注) 各食品の最小摂取量(下記食品および年代以外の最小摂取量は0)
 1. 米 全量: 21.0g 0~19歳: 21.0g 20~29歳: 39.0g 30~39歳: 40.0g 40~49歳: 41.0g 50~59歳: 45.1g 60~69歳: 66.0g 70歳以上: 87.0g
 2. 味噌 50~59歳: 2.5g 60~69歳: 5.5g

表11-2 年齢別主要食品別摂取量(男性)

年代 人数	0~19歳			20~29歳			30~39歳			40~49歳			50~59歳			60~69歳			70歳以上				
	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		
	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位	単位		
米	201.7	95.8	450.0	147.6	43.9	234.2	222.7	71.9	390.0	233.2	95.8	421.3	221.7	74.0	448.0	213.5	144.3	512.0	160.7	160.7	37.9	206.0	
生麺ゆで麺	28.0	34.8	95.1	28.4	47.4	120.0	2.7	5.5	15.0	8.5	22.9	90.0	12.2	23.6	90.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	19.3	32.8	90.0
じゃがいも	25.2	70.1	300.0	31.3	82.7	250.0	25.0	55.9	150.0	55.0	108.3	350.0	0.0	0.0	0.0	22.5	59.5	180.0	28.6	28.6	70.0	200.0	
味噌	36.9	38.1	190.0	5.0	8.7	20.0	71.7	102.9	300.0	35.6	58.2	210.0	35.1	32.6	93.0	62.9	59.4	200.0	27.1	27.1	45.3	130.0	
豆腐	15.4	11.1	42.0	12.8	9.9	26.0	19.5	7.4	30.0	23.2	15.9	60.0	22.4	13.2	48.0	21.9	13.5	45.0	20.4	20.4	17.6	60.0	
納豆	28.1	35.4	120.0	80.0	74.8	205.0	60.0	61.9	150.0	62.8	51.2	180.0	49.2	55.7	165.0	64.4	79.4	250.0	45.0	45.0	41.3	130.0	
みかん	12.4	18.4	50.0	10.0	18.0	50.0	19.2	20.5	50.0	18.8	21.3	60.0	13.6	23.8	70.0	11.9	17.3	50.0	5.7	5.7	10.5	30.0	
なし	6.4	17.9	70.0	27.5	72.8	220.0	0.0	0.0	0.0	12.6	23.2	80.0	0.0	0.0	0.0	18.8	49.6	150.0	21.4	21.4	36.4	100.0	
ぶどう	32.9	59.2	200.0	3.8	9.9	30.0	43.3	73.4	200.0	19.3	38.1	120.0	35.5	72.0	250.0	45.0	68.4	200.0	27.1	27.1	44.9	120.0	
にんじん	1.7	5.8	23.0	0.0	0.0	0.0	1.7	3.7	10.0	4.5	12.4	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
ほうれん草	10.3	16.0	61.7	25.0	17.5	50.0	20.0	19.1	60.0	14.3	28.5	120.0	18.4	18.0	50.0	28.1	37.2	120.0	3.6	3.6	4.4	10.0	
大根	7.8	17.2	67.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	9.1	21.2	67.0	4.1	9.2	30.0	0.0	0.0	0.0	25.3	25.3	29.6	67.0	
たまねぎ	3.0	6.8	30.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.2	8.6	30.0	3.2	8.6	30.0	0.0	0.0	0.0	1.4	1.4	3.5	10.0	
キャベツ	12.5	25.1	110.0	5.6	8.5	25.0	9.2	16.4	45.0	18.4	27.5	110.0	14.9	14.9	52.0	20.6	18.8	60.0	10.0	10.0	17.7	50.0	
きゅうり	25.3	28.1	90.0	31.3	31.7	95.0	43.3	35.4	90.0	20.3	28.8	110.0	25.1	31.8	100.0	30.9	26.8	70.0	27.9	27.9	37.2	110.0	
キャベツ	14.7	33.5	150.0	11.3	20.9	60.0	27.5	46.0	125.0	33.5	51.2	180.0	8.1	22.0	75.0	10.0	14.1	40.0	8.6	8.6	12.2	30.0	
きゅうり	17.2	25.0	91.0	44.4	48.4	150.0	27.5	34.9	90.0	23.3	23.8	80.0	38.2	32.1	80.0	25.6	28.4	75.0	25.7	25.7	31.2	95.0	
キャベツ	8.8	13.1	50.0	7.9	9.1	28.0	20.8	22.1	55.0	8.5	13.3	50.0	9.7	10.7	30.0	12.5	17.7	50.0	3.3	3.3	6.9	20.0	
レタス	7.4	20.1	100.0	3.8	9.9	30.0	0.0	0.0	0.0	2.0	14.1	50.0	8.1	15.4	40.0	10.0	10.0	40.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
なす	6.8	23.1	104.0	10.0	20.0	60.0	31.7	38.7	100.0	23.3	48.1	210.0	27.6	43.5	120.0	21.3	33.3	100.0	25.7	25.7	27.2	70.0	
ごぼう	2.4	11.8	60.0	28.3	42.7	100.0	8.3	12.1	30.0	3.8	13.1	60.0	22.3	32.4	100.0	6.3	11.1	30.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
たくあん	0.8	3.9	20.0	7.5	13.9	40.0	5.0	11.2	30.0	0.0	0.0	0.0	3.6	11.5	40.0	3.8	9.9	30.0	2.9	2.9	7.0	20.0	
きのこ類	8.5	18.2	80.0	17.5	31.9	90.0	15.0	25.7	70.0	11.1	21.1	80.0	2.5	3.5	10.0	19.1	24.3	70.0	29.1	29.1	39.4	100.0	
わかめ	1.4	3.4	18.0	1.9	3.2	10.0	3.0	2.2	5.0	3.3	4.6	18.0	8.3	9.8	35.0	2.1	2.8	6.0	4.3	4.3	4.9	13.0	
のり	1.0	1.8	8.0	0.2	0.5	1.5	0.3	0.7	2.0	0.7	1.1	3.0	0.3	0.8	2.3	2.3	3.5	10.0	1.0	1.0	1.2	3.0	
茶	0.0	0.0	0.0	1.5	2.2	6.0	0.0	0.0	0.0	1.3	2.1	8.0	2.5	4.2	14.0	1.0	1.7	4.0	1.4	1.4	1.8	4.0	
コーヒー	0.1	0.5	2.5	0.6	1.7	5.0	2.1	2.2	5.0	4.8	4.6	15.0	1.4	3.1	10.0	5.0	5.6	15.0	2.1	2.1	3.6	10.0	
まぐろ類	2.4	8.6	40.0	22.3	46.1	150.0	16.7	24.3	60.0	31.2	67.5	215.0	13.6	43.1	150.0	8.8	16.9	50.0	20.0	20.0	32.1	80.0	
さんま	28.3	51.5	195.0	40.6	65.8	200.0	25.0	34.2	100.0	45.4	67.0	260.0	39.8	64.4	212.5	15.0	23.5	70.0	28.6	28.6	37.1	85.0	
焼さけ	8.6	21.4	83.0	18.1	20.3	50.0	11.7	18.6	50.0	17.5	28.1	80.0	23.9	39.3	120.0	24.4	32.7	85.0	15.7	15.7	28.2	80.0	
えび	6.2	20.3	98.0	0.8	0.8	6.0	0.8	1.9	5.0	11.7	24.9	98.0	1.8	5.7	20.0	0.0	0.0	0.0	8.4	8.4	18.9	49.0	
豚肉	30.9	51.0	184.0	3.5	13.8	40.0	50.8	34.3	100.0	27.7	40.7	154.0	28.5	35.2	98.0	26.9	44.8	140.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
鶏肉	17.9	23.8	110.0	10.8	20.4	60.0	11.7	18.6	50.0	12.7	28.0	100.0	22.7	26.3	80.0	5.0	13.2	40.0	21.9	21.9	29.5	83.4	
ラムステーキ	20.5	25.1	70.0	18.8	18.3	54.0	5.8	8.4	20.0	14.9	33.7	150.0	11.1	16.8	55.0	10.0	16.6	60.0	4.3	4.3	10.5	30.0	
豚	51.1	49.3	180.0	61.2	49.1	150.0	23.7	22.2	60.0	46.8	34.0	100.0	49.5	47.5	150.0	34.4	34.9	90.0	40.7	40.7	37.8	100.0	
牛乳	228.6	227.2	1099.0	108.3	155.0	450.0	69.3	94.7	205.0	119.4	169.2	301.0	108.5	137.0	450.0	112.5	153.6	400.0	113.1	113.1	98.3	208.0	
計	967.6			608.7			694.4			970.6			876.1			898.1			760.5				

注) 各食品の最小摂取量(下記食品および年代以外の最小摂取量は0)

1. 米 全量: 21.0g 0~19歳: 21.0g 20~29歳: 100.0g 30~39歳: 151.0g 40~49歳: 172.0g 50~59歳: 61.0g 60~69歳: 172.0g 70歳以上: 91g
2. 味噌 30~39歳: 9.0g 50~59歳: 2.5g 60~69歳: 9.0g
3. 豚肉 20~29歳: 5.0g

表11-3 年齢別主要食品別摂取量(女性)

年代 人数	0~19歳			20~29歳			30~39歳			40~49歳			50~59歳			60~69歳			70歳以上			
	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	132.7	53.8	221.4	134.0	33.0	185.0	134.7	54.4	228.0	136.0	48.0	217.0	158.7	61.4	237.8	160.5	70.2	340.0	142.2	40.5	202.0	
パン	13.5	24.3	85.0	81.3	30.5	70.0	21.6	31.0	91.0	39.7	41.0	190.0	30.0	39.7	90.0	7.5	24.9	90.0	11.0	25.7	90.0	
生麺ゆで類	31.1	42.9	120.0	0.0	0.0	0.0	67.3	111.5	300.0	47.6	92.8	250.0	16.3	43.0	130.0	37.9	71.2	200.0	0.0	0.0	0.0	
じゃがいも	47.4	58.1	195.0	49.5	61.3	160.0	38.3	49.5	150.0	34.6	57.9	210.0	37.9	43.7	123.0	48.0	52.8	150.0	30.7	30.3	98.0	
味噌	15.7	9.7	30.0	13.0	6.6	24.0	17.9	15.2	45.0	18.2	14.0	60.0	20.6	9.2	40.0	23.8	13.0	45.0	22.7	14.3	60.0	
豆腐	32.8	36.6	130.0	61.3	53.3	150.0	44.0	40.9	110.0	37.1	46.5	180.0	63.8	57.0	165.0	51.1	43.7	160.0	41.7	41.8	130.0	
納豆	12.0	16.5	50.0	3.1	8.3	25.0	25.0	20.4	50.0	13.5	17.0	50.0	16.9	25.9	70.0	12.5	17.0	50.0	6.5	11.0	30.0	
みかん	5.9	21.0	80.0	0.0	0.0	0.0	17.7	33.8	100.0	25.1	56.3	220.0	6.6	17.4	52.5	25.8	31.5	80.0	11.5	28.8	100.0	
なし	34.1	81.1	380.0	16.3	33.1	100.0	22.3	56.8	200.0	34.3	46.7	150.0	49.9	65.6	160.0	56.3	105.3	350.0	47.7	57.0	150.0	
ぶどう	8.1	16.1	57.0	7.0	18.5	56.0	10.6	15.4	50.0	1.8	7.1	30.0	0.0	0.0	0.0	31.3	65.5	225.0	0.0	0.0	0.0	
にんじん	26.1	31.2	128.0	20.5	22.1	60.0	11.7	19.5	61.7	9.8	28.1	120.0	21.9	18.4	50.0	15.4	21.7	61.7	6.5	8.9	28.0	
ほうねん草	14.9	20.8	67.0	4.4	7.7	20.0	0.0	0.0	0.0	12.5	22.5	67.0	3.8	8.9	30.0	0.0	0.0	0.0	14.8	24.8	67.0	
にら	3.7	7.6	30.0	3.8	9.9	30.0	5.0	9.6	30.0	3.2	7.8	30.0	3.8	9.9	30.0	4.2	9.5	30.0	5.4	10.8	30.0	
大根	6.7	11.9	90.0	8.8	16.0	45.0	9.8	15.2	40.0	24.4	41.0	150.0	4.4	8.5	25.0	27.1	31.4	110.0	8.1	15.9	50.0	
たまねぎ	28.0	26.2	86.0	41.6	28.4	75.0	24.3	24.9	67.0	21.6	26.7	100.0	28.1	28.3	75.0	23.4	24.1	70.0	23.6	31.1	110.0	
キャベツ	30.1	44.0	190.0	2.5	8.6	20.0	25.8	38.1	125.0	22.4	40.7	160.0	6.3	10.8	25.0	27.1	40.7	135.0	8.1	19.6	70.0	
きゅうり	20.3	21.9	91.0	37.6	31.6	70.0	20.8	31.7	100.0	31.5	32.5	110.0	50.1	24.7	80.0	22.5	30.3	100.0	37.2	37.5	115.0	
もろこし	4.2	10.3	40.0	5.6	10.4	30.0	15.8	17.5	50.0	9.4	13.4	51.0	7.1	12.9	40.0	9.2	18.5	50.0	4.2	6.1	20.0	
レタス	2.2	5.6	25.0	0.0	0.0	0.0	4.6	9.3	30.0	4.6	7.5	20.0	6.3	16.5	50.0	4.8	8.0	20.0	2.3	3.0	30.0	
なす	14.1	25.7	80.0	20.0	38.1	100.0	11.9	19.6	50.0	19.6	31.8	104.0	16.3	23.4	60.0	30.0	44.5	140.0	13.5	20.3	60.0	
ごぼう	5.9	12.5	50.0	3.8	9.3	30.0	1.5	5.3	20.0	21.3	34.1	100.0	4.2	9.5	30.0	4.2	9.5	30.0	1.5	5.3	20.0	
たくあん	1.1	5.7	30.0	3.8	9.9	30.0	4.8	11.5	40.0	0.0	0.0	0.0	6.3	11.1	30.0	9.2	30.4	110.0	3.1	7.2	20.0	
きのこ類	6.3	11.4	48.0	21.3	34.4	90.0	8.6	16.5	50.0	14.5	26.8	90.0	1.7	3.3	10.0	20.2	32.8	100.0	9.6	21.6	80.0	
わかめ	4.2	7.3	30.0	7.4	9.8	30.0	1.8	4.1	15.0	3.3	4.8	16.0	7.0	9.6	30.0	2.2	3.2	9.0	4.2	8.1	30.0	
のり	0.8	1.2	4.0	0.0	0.0	0.0	1.1	1.8	8.0	1.1	1.2	3.5	0.6	1.0	3.0	0.2	0.6	2.0	0.8	1.4	5.0	
茶	0.2	0.5	5.0	0.8	1.0	2.0	1.0	1.8	5.0	1.0	1.7	5.4	2.0	2.8	8.0	2.3	3.5	12.0	2.5	2.6	8.0	
コーヒ-	0.2	0.7	2.5	0.6	1.7	5.0	1.0	2.0	6.0	5.3	5.0	15.0	1.9	2.4	5.0	1.3	3.0	10.0	0.8	2.7	10.0	
まごろ類	7.0	13.8	40.0	6.3	16.5	50.0	5.4	12.6	40.0	5.9	23.5	100.0	0.0	0.0	0.0	25.0	41.1	120.0	16.2	29.8	80.0	
さんま	18.4	30.9	120.0	40.0	65.6	200.0	34.2	42.2	120.0	30.5	53.6	200.0	27.8	37.6	100.0	45.4	51.4	130.0	18.9	29.5	85.0	
焼だけ	8.1	17.2	70.0	6.3	16.5	50.0	9.0	19.6	70.0	5.9	17.5	70.0	2.5	6.6	20.0	19.6	30.2	85.0	14.6	29.0	80.0	
えび	15.6	25.6	90.0	0.0	0.0	0.0	5.1	10.8	30.0	10.5	24.7	98.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	13.1	48.0	
豚肉	22.6	41.9	154.0	30.6	34.0	95.0	25.3	26.1	80.0	18.2	28.7	98.0	15.6	24.4	70.0	17.0	25.0	79.0	7.7	17.9	65.0	
鶏肉	13.7	26.8	110.0	12.5	22.2	60.0	16.8	28.3	80.0	5.1	11.7	41.7	16.3	22.3	60.0	13.3	24.9	80.0	5.5	13.1	41.7	
ハムソーシ-	18.4	21.6	90.0	23.1	48.3	154.0	11.8	17.1	60.0	19.4	28.8	100.0	6.9	7.4	20.0	3.3	6.5	30.0	4.3	9.6	35.0	
卵	33.4	31.4	111.0	63.4	38.1	135.0	27.3	30.0	100.0	55.3	40.6	135.0	44.8	41.5	100.0	22.5	29.5	90.0	29.5	31.1	100.0	
牛乳	238.5	162.0	700.0	57.6	84.4	205.0	119.6	143.1	400.0	169.2	137.3	412.0	102.0	141.1	400.0	123.1	107.2	300.0	59.1	84.4	208.0	
計	577.6			724.0			655.1			659.6			604.9			828.5			620.4			

注) 各食品の最小摂取量(下記食品および年代以外の最小摂取量は0)
 1. 米 全量: 40.0g 0~19歳: 50.0g 20~29歳: 59.0g 30~39歳: 40.0g 40~49歳: 41.0g 50~59歳: 45.1g 60~69歳: 66.0g 70歳以上: 87.0g
 2. 味噌 50~59歳: 10.0g 60~69歳: 5.5g

表12-1 食品摂取頻度 (年齢階級別：20歳毎の区分) - 4町合計 -

総数 (実数)	(%)				
	総数 100.0 (183)	0~19歳 100.0 (52)	20~39歳 100.0 (35)	40~59歳 100.0 (56)	60歳以上 100.0 (40)
ごはん					
ほとんど毎日	98.4	100.0	97.1	100.0	95.0
週に4~5回	1.6	0.0	2.9	0.0	5.0
週に2~3回	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
週に1回	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ほとんど食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
パン					
ほとんど毎日	6.0	3.8	8.6	8.9	2.5
週に4~5回	6.6	13.5	8.6	3.6	0.0
週に2~3回	35.5	59.6	20.0	33.9	20.0
週に1回	19.7	13.5	25.7	23.2	17.5
ほとんど食べない	32.2	9.6	37.1	30.4	60.0
めん類					
ほとんど毎日	1.1	0.0	0.0	3.6	0.0
週に4~5回	4.9	3.8	2.9	8.9	2.5
週に2~3回	35.5	44.2	34.3	30.4	32.5
週に1回	49.2	46.2	57.1	48.2	47.5
ほとんど食べない	9.3	5.8	5.7	8.9	17.5
肉類					
ほとんど毎日	15.3	21.2	22.8	12.5	5.0
週に4~5回	21.9	28.8	14.3	30.4	7.5
週に2~3回	52.5	44.2	62.9	51.7	55.0
週に1回	7.7	1.9	0.0	5.4	25.0
ほとんど食べない	2.7	3.8	0.0	0.0	7.5
魚類					
ほとんど毎日	31.1	21.2	31.4	37.5	35.0
週に4~5回	32.2	26.9	25.7	42.8	30.0
週に2~3回	33.3	48.1	40.0	17.9	30.0
週に1回	3.3	3.8	2.9	1.8	5.0
ほとんど食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵					
ほとんど毎日	32.2	34.6	34.3	37.5	20.0
週に4~5回	24.6	26.9	25.7	21.4	25.0
週に2~3回	29.0	25.0	28.6	28.6	35.0
週に1回	12.0	13.5	11.4	10.7	12.5
ほとんど食べない	2.2	0.0	0.0	1.8	7.5
大豆・大豆製品					
ほとんど毎日	79.2	69.2	74.3	85.8	87.5
週に4~5回	10.4	17.3	11.4	7.1	5.0
週に2~3回	10.4	13.5	14.3	7.1	7.5
週に1回	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ほとんど食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
牛乳・乳製品					
ほとんど毎日	62.3	73.1	57.1	57.1	60.0
週に4~5回	12.0	15.4	14.3	8.9	10.0
週に2~3回	14.2	9.6	17.1	17.9	12.5
週に1回	5.5	1.9	11.5	3.6	7.5
ほとんど食べない	6.0	0.0	0.0	12.5	10.0
海藻					
ほとんど毎日	27.3	13.5	31.4	37.5	27.5
週に4~5回	38.3	38.5	40.0	33.9	42.5
週に2~3回	28.4	38.5	22.9	26.8	22.5
週に1回	5.5	7.7	5.7	1.8	7.5
ほとんど食べない	0.5	1.8	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜					
ほとんど毎日	56.8	46.2	51.4	62.5	67.5
週に4~5回	22.4	25.0	20.0	26.8	15.0
週に2~3回	18.6	28.8	25.7	8.9	12.5
週に1回	2.2	0.0	2.9	1.8	5.0
ほとんど食べない	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の野菜					
ほとんど毎日	62.3	55.8	60.0	73.2	57.5
週に4~5回	24.0	21.2	22.9	25.0	27.5
週に2~3回	12.0	21.2	17.1	0.0	12.5
週に1回	1.1	0.0	0.0	1.8	2.5
ほとんど食べない	0.5	1.9	0.0	0.0	0.0
果物					
ほとんど毎日	39.3	32.7	28.6	44.6	50.0
週に4~5回	29.0	28.8	31.4	28.6	27.5
週に2~3回	27.3	36.5	31.4	19.6	22.5
週に1回	3.3	1.9	5.7	5.4	0.0
ほとんど食べない	1.1	0.0	2.9	1.8	0.0
いも類					
ほとんど毎日	18.6	21.2	14.3	16.1	22.5
週に4~5回	26.2	32.7	20.0	23.2	27.5
週に2~3回	39.3	28.8	40.0	48.2	40.0
週に1回	14.2	17.3	20.0	10.7	10.0
ほとんど食べない	1.6	0.0	5.7	1.8	0.0
菓子類					
ほとんど毎日	32.8	53.8	28.5	21.4	25.0
週に4~5回	19.1	17.3	20.0	19.6	20.0
週に2~3回	23.5	21.2	22.9	26.8	22.5
週に1回	6.0	0.0	2.9	14.3	5.0
ほとんど食べない	18.6	7.7	25.7	17.9	27.5

整理番号						
------	--	--	--	--	--	--

平成10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〔昼食〕

太枠の部分のみご記入ください。

整理番号					
------	--	--	--	--	--

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

Ⅲ 食生活状況〔食品摂取頻度〕

整理番号					
------	--	--	--	--	--

〔質問〕 あなたはふだん次の食品をどのくらい食べていますか。あてはまる欄に○印をつけてください。

食品名	食べる頻度	(1)ほとんど 毎日	(2)週に 4～5回	(3)週に 2～3回	(4)週に 1回	(5)ほとんど 食べない
1 ごはん						
2 パン						
3 めん類						
4 いも類						
5 菓子類						
6 大豆・大豆製品（味噌を含む）						
7 魚類						
8 肉類						
9 卵						
10 牛乳・乳製品						
11 緑黄色野菜 （にんじん、ほうれん草、ピーマン、 トマト等）						
12 その他の野菜 （大根、キャベツ、白菜、きゅうり、 たまねぎ等）						
13 果物						
14 海草（こんぶ、わかめ、のり等）						

平成10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2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1日（木）13時から10月3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 32-0680、32-0681、32-0682、32-0683

- ◎ 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(社)福島県栄養士会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〕 (社)福島県栄養士会

《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2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、㊦ラーメン、㊦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。

※献立、材料については、複写式（5枚1組）の記入票を別に用意しましたので、家族で同じものを食べた場合に使用し、各個人毎の調査票に貼り付けて下さい。
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）

III 食生活状況（食品摂取頻度）の欄の記入方法

各食品毎の食べる頻度について、あなたのふだんの食生活をもとに必ず1つ選んで下さい。

〔 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		
	卵焼き		しょうゆ	小さじ1/2杯		
			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		