

2 食物摂取状況調査

簡易型自記式食事歴質問票 BDHQ

表 46. エネルギー摂取量 身体活動レベル別 (全体・年代階級別)

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準 偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準 偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準 偏差
20代	110	1,637	532	145	1,658	484	144	1,753	749
30代	157	1,650	480	230	1,793	595	168	1,865	621
40代	208	1,738	605	241	1,810	683	189	1,860	618
50代	215	1,733	558	277	1,810	607	212	1,803	574
60代	161	1,651	514	266	1,832	560	234	1,790	606

表 47. エネルギー・栄養素等摂取量 (全体・年代階級別)

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	402	-	560	-	643	-	710	-	675	-
エネルギー (kcal)	1,687	605	1,777	580	1,800	638	1,783	581	1,768	572
たんぱく質 (g)	62.9	24.9	67.3	26.2	67.0	28.4	66.8	29.0	69.1	25.2
うち動物性 (g)	36.6	19.3	38.9	19.7	38.2	21.3	38.3	23.3	40.0	18.7
うち植物性 (g)	26.2	9.5	28.4	10.2	28.8	10.3	28.5	9.5	29.1	9.8
脂質 (g)	52.0	19.7	55.7	21.3	54.3	21.7	53.0	21.6	52.1	19.7
うち動物性 (g)	24.5	11.8	26.0	12.1	25.0	12.5	24.5	13.0	25.0	11.5
うち植物性 (g)	27.5	10.5	29.7	11.3	29.3	11.5	28.5	11.3	27.1	10.8
飽和脂肪酸 (g)	13.90	5.59	14.80	6.08	14.32	6.13	13.95	6.06	13.65	5.68
飽和脂肪酸 (%E)	7.5	1.9	7.5	1.9	7.2	1.9	7.1	2.0	6.9	1.9
一価不飽和脂肪酸 (g)	19.04	7.65	20.25	7.93	19.65	8.20	19.09	7.94	18.52	7.29
一価不飽和脂肪酸 (%E)	10.3	2.4	10.3	2.3	9.9	2.3	9.7	2.3	9.5	2.4
多価不飽和脂肪酸 (g)	12.50	4.80	13.60	5.30	13.40	5.20	13.10	5.40	13.00	4.90
多価不飽和脂肪酸 (%E)	6.8	1.6	6.9	1.5	6.8	1.5	6.6	1.5	6.7	1.6
n-6系脂肪酸 (g)	10.16	3.86	10.95	4.23	10.77	4.10	10.48	4.19	10.24	3.87
n-6系脂肪酸 (%E)	5.5	1.3	5.6	1.3	5.5	1.3	5.3	1.2	5.3	1.3
n-3系脂肪酸 (g)	2.34	1.10	2.57	1.16	2.58	1.24	2.58	1.35	2.70	1.18
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4	1.4	0.4
コレステロール (mg)	355	174	383	180	363	189	363	203	374	187
炭水化物 (g)	224.8	94.3	230.5	83.4	233.7	90.5	228.0	81.9	229.9	83.7
食物繊維 (g)	10.0	4.3	11.2	4.9	11.0	4.6	11.2	4.8	12.5	5.1
うち水溶性 (g)	2.6	1.2	2.9	1.3	2.8	1.3	2.9	1.3	3.1	1.4
うち不溶性 (g)	7.1	3.0	8.0	3.4	7.8	3.2	8.0	3.3	8.9	3.5
ビタミンA (μgRE) ^{*1}	614	399	716	645	675	645	693	649	723	496
ビタミンD (μg)	10.2	8.4	11.4	9.6	11.9	9.6	12.7	11.4	14.7	10.1

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
ビタミンE (mg) ^{*2}	6.6	2.6	7.2	2.9	7.0	2.9	7.1	3.1	7.4	2.9
ビタミンK (μg)	250	153	295	160	280	160	280	175	314	181
ビタミンB ₁ (mg)	0.70	0.30	0.80	0.30	0.70	0.30	0.70	0.30	0.80	0.30
ビタミンB ₂ (mg)	1.10	0.40	1.20	0.50	1.20	0.50	1.30	0.50	1.40	0.50
ナイアシン当量 (mg)	15.1	6.9	16.6	8.0	17.3	8.0	17.4	8.0	17.3	6.9
ビタミンB ₆ (mg)	1.10	0.50	1.20	0.50	1.20	0.50	1.20	0.50	1.30	0.50
ビタミンB ₁₂ (μg)	7.5	5.5	8.4	6.3	8.7	6.3	9.1	7.1	10.1	6.1
葉酸 (μg)	288	125	320	141	317	141	332	142	367	144
パントテン酸 (mg)	5.90	2.30	6.30	2.50	6.20	2.50	6.20	2.50	6.50	2.40
ビタミンC (mg)	97	53	102	54	102	54	110	55	132	62
ナトリウム (mg)	3,754	1,274	3,948	1,504	3,998	1,504	4,081	1,419	4,268	1,376
食塩相当量 (g)	9.5	3.2	10.0	3.8	10.1	3.8	10.3	3.6	10.8	3.5
カリウム (mg)	2,115	890	2,329	964	2,335	964	2,394	988	2,570	989
カルシウム (mg)	413	188	464	223	466	223	484	239	535	227
マグネシウム (mg)	206	81	230	94	236	94	241	94	253	90
リン (mg)	903	355	983	412	984	412	996	432	1,041	385
鉄 (mg)	6.9	2.7	7.6	3.1	7.5	3.1	7.7	3.1	8.2	3.0
亜鉛 (mg)	7.6	2.9	8.0	3.1	7.9	3.1	7.8	3.0	8.0	2.7
銅 (mg)	1.00	0.40	1.10	0.40	1.10	0.40	1.10	0.40	1.20	0.40
マンガン (mg)	3.0	1.2	3.1	1.2	3.2	1.2	3.3	1.1	3.5	1.1
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.0	3.3	15.2	2.8	14.9	2.8	15.0	3.3	15.7	3.0
脂肪エネルギー比率 (%)	28.2	5.9	28.4	5.9	27.4	5.9	26.8	6.0	26.6	6.0
炭水化物エネルギー比率 (%)	53.0	8.4	51.8	8.5	52.0	8.5	51.4	9.6	52.2	9.0
穀類エネルギー比率 (%)	38.9	57.1	37.2	48.3	37.5	49.3	36.0	50.1	36.4	51.7

*1 RE：レチノール当量 *2 α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない）

表 48. 食品群別摂取量（全体・年代階級別）

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	402	-	560	-	643	-	710	-	675	-
穀類 (g)	380.0	208.2	379.8	166.9	385.8	187.9	366.0	173.8	368.1	177.4
いも類 (g)	49.9	45.0	48.4	40.3	44.5	37.6	44.1	39.1	48.2	42.6
砂糖類・甘味料類 (g)	3.9	3.2	4.2	3.4	4.2	3.8	4.2	3.8	4.5	3.4
豆類 (g)	50.6	42.6	60.6	47.3	60.8	43.8	60.6	46.8	65.0	45.9
野菜類 (g)	214.8	132.1	248.9	151.6	233.0	136.7	239.5	144.6	271.8	151.9
緑黄色野菜 (g)	83.7	63.7	94.8	69.4	86.7	64.4	87.3	63.3	100.0	68.4
その他の野菜 (g)	131.1	79.7	154.1	92.5	146.3	84.0	152.2	92.2	171.8	97.5
果実類 (g)	83.0	100.5	78.5	80.8	90.1	97.4	101.7	95.2	132.2	104.5
魚介類 (g)	59.1	51.3	65.5	50.4	68.1	55.1	73.0	68.6	81.0	54.4
肉類 (g)	86.4	53.7	87.0	50.7	82.0	51.5	76.1	46.5	69.7	39.9
卵類 (g)	38.0	27.7	41.3	27.9	37.4	27.4	36.8	26.2	39.7	29.7
乳類 (g)	96.1	93.3	105.6	97.5	107.4	95.9	112.1	100.5	123.4	93.5
油脂類 (g)	11.8	6.2	12.0	5.7	11.6	5.9	11.0	5.9	10.0	5.0
菓子類 (g)	44.6	37.2	51.0	41.9	49.8	41.4	49.5	40.3	43.2	40.9
嗜好飲料類 (g)	601.3	413.6	626.0	428.2	753.9	455.0	820.0	414.5	743.8	321.4
調味料・香辛料類 (g)	219.6	145.9	234.2	137.7	241.5	151.7	233.8	143.0	250.3	158.7

表 49. エネルギー摂取量 身体活動レベル別（男性・年代階級別）

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
20代	38	1,995	583	56	1,860	497	56	2,167	804
30代	52	1,845	492	110	1,938	633	73	2,149	709
40代	90	1,985	617	117	2,051	791	82	2,121	593
50代	94	1,863	576	139	1,949	681	86	2,048	655
60代	73	1,801	543	126	2,008	611	102	2,051	605

表 50. エネルギー・栄養素等摂取量（男性・年代階級別）

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	152	-	238	-	292	-	321	-	307	-
エネルギー (kcal)	2,010	653	1,989	640	2,047	684	1,948	646	1,965	605
たんぱく質 (g)	72.6	26.1	74.9	31.0	73.8	32.4	69.4	32.9	74.2	27.2
うち動物性 (g)	43.1	20.0	44.1	24.1	42.1	24.6	39.9	26.4	43.3	20.2
うち植物性 (g)	29.5	10.3	30.7	11.2	31.7	11.4	29.5	10.2	30.9	10.6
脂質 (g)	59.8	21.6	60.7	24.8	58.4	24.1	54.5	24.9	55.4	20.9
うち動物性 (g)	29.1	12.9	29.2	14.4	26.9	13.7	25.3	14.7	26.8	12.1
うち植物性 (g)	30.7	11.3	31.5	12.4	31.5	12.6	29.2	12.5	28.6	11.8
飽和脂肪酸 (g)	15.86	6.33	15.93	6.92	15.04	6.74	13.99	6.81	14.33	5.95
飽和脂肪酸 (%E)	7.2	1.9	7.2	1.8	6.6	1.9	6.4	1.9	6.5	1.8
一価不飽和脂肪 (g)	22.05	8.39	22.22	9.25	21.19	9.02	19.77	9.11	19.78	7.74
一価不飽和脂肪 (%E)	10.0	2.3	10.0	2.4	9.4	2.2	9.1	2.4	9.1	2.4
多価不飽和脂肪 (g)	14.64	5.24	14.92	6.23	14.77	5.73	13.76	6.37	13.93	5.20
多価不飽和脂肪 (%E)	6.7	1.6	6.8	1.7	6.6	1.4	6.3	1.7	6.4	1.6
n-6系脂肪酸 (g)	11.89	4.23	12.01	4.97	11.87	4.44	11.01	4.94	10.99	4.11
n-6系脂肪酸 (%E)	5.4	1.4	5.4	1.3	5.3	1.2	5.1	1.4	5.1	1.3
n-3系脂肪酸 (g)	2.71	1.16	2.87	1.38	2.86	1.42	2.71	1.55	2.89	1.27
n-3系脂肪酸 (%E)	1.2	0.4	1.3	0.4	1.3	0.3	1.2	0.4	1.3	0.5
コレステロール (mg)	390	175	423	208	388	214	380	228	416	204
炭水化物 (g)	269.9	106.6	256.0	91.7	266.8	100.5	246.9	91.8	249.8	92.1
食物繊維 (g)	10.7	4.2	11.5	4.9	11.4	4.9	10.8	4.8	12.5	5.3
うち水溶性 (g)	2.7	1.2	2.9	1.4	2.9	1.3	2.7	1.3	3.1	1.5
うち不溶性 (g)	7.7	2.9	8.2	3.4	8.2	3.4	7.7	3.4	8.9	3.6
ビタミンA (μgRE)*1	455	430	470	626	446	459	489	829	481	515
ビタミンD (μg)	11.6	9.1	13.0	9.9	13.3	11.5	13.0	12.8	15.8	11.1

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
ビタミン E (mg) ^{*2}	7.4	2.8	7.7	3.4	7.5	3.3	7.1	3.6	7.6	3.1
ビタミン K (μg)	273	160	302	182	290	159	270	185	320	194
ビタミン B ₁ (mg)	0.79	0.31	0.81	0.34	0.77	0.33	0.72	0.33	0.78	0.29
ビタミン B ₂ (mg)	1.27	0.48	1.35	0.56	1.32	0.55	1.28	0.58	1.42	0.51
ナイアシン当量 (mg)	17.8	7.0	18.9	8.5	19.4	8.9	18.4	9.1	18.4	7.5
ビタミン B ₆ (mg)	1.25	0.49	1.31	0.57	1.30	0.59	1.25	0.59	1.34	0.52
ビタミン B ₁₂ (μg)	8.5	5.3	9.6	6.5	9.8	7.3	9.6	8.1	11.1	6.8
葉酸 (μg)	309	121	331	146	326	149	323	150	367	145
パントテン酸 (mg)	6.71	2.51	6.83	2.74	6.71	2.65	6.31	2.76	6.84	2.48
ビタミン C (mg)	99	56	102	52	102	58	99	51	123	56
ナトリウム (mg)	4,421	1,368	4,447	1,473	4,529	1,709	4,421	1,569	4,690	1,515
食塩相当量 (g)	11.2	3.5	11.2	3.7	11.4	4.3	11.2	4.0	11.8	3.8
カリウム (mg)	2,340	924	2,459	1,031	2,467	1,049	2,339	1,047	2,594	997
カルシウム (mg)	463	205	485	228	483	247	464	265	549	240
マグネシウム (mg)	235	83	250	97	257	104	246	104	265	96
リン (mg)	1,042	375	1,079	437	1,073	469	1,022	491	1,108	415
鉄 (mg)	7.6	2.7	8.1	3.4	8.0	3.4	7.7	3.4	8.5	3.2
亜鉛 (mg)	8.8	3.1	8.9	3.4	8.6	3.3	8.1	3.4	8.5	2.9
銅 (mg)	1.17	0.43	1.19	0.44	1.20	0.45	1.13	0.44	1.22	0.42
マンガン (mg)	3.4	1.3	3.4	1.3	3.4	1.3	3.3	1.1	3.6	1.2
たんぱく質エネルギー比率 (%)	14.6	3.0	15.1	3.2	14.4	2.8	14.2	3.2	15.1	2.9
脂肪エネルギー比率 (%)	27.2	5.8	27.4	6.1	25.8	5.8	25.0	6.2	25.4	6.0
炭水化物エネルギー比率 (%)	53.3	8.4	51.5	8.9	52.1	8.8	51.1	10.9	50.9	10.0
穀類エネルギー比率 (%)	40.9	61.9	38.3	47.3	39.0	51.0	37.8	50.3	37.3	52.8

*1 RE：レチノール当量 *2 α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない）

表 51. 食品群別摂取量（男性・年代階級別）

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	152	-	238	-	292	-	321	-	307	-
穀類 (g)	482.7	243.0	442.7	180.9	461.6	206.7	424.8	192.8	423.4	192.9
いも類 (g)	49.5	48.9	48.5	41.2	46.5	42.8	40.3	37.9	46.1	41.4
砂糖類・甘味料類(g)	4.1	3.8	4.3	3.7	4.6	4.3	4.3	4.3	4.8	3.8
豆類 (g)	50.9	44.9	62.6	51.6	61.5	44.3	55.3	49.4	64.8	46.5
野菜類 (g)	227.4	133.1	244.2	138.9	227.9	134.2	220.0	144.8	259.8	144.2
緑黄色野菜 (g)	89.7	62.5	93.0	66.1	85.6	65.1	81.7	67.6	95.4	67.9
その他の野菜 (g)	137.7	81.6	151.1	85.1	142.3	80.0	138.3	88.0	164.4	90.7
果実類 (g)	83.1	114.1	76.0	87.8	95.0	114.1	87.5	99.3	120.3	96.1
魚介類 (g)	67.4	51.7	76.5	61.5	80.2	67.5	77.7	77.7	88.4	61.4
肉類 (g)	105.7	61.4	99.7	61.9	88.5	51.6	79.7	49.4	75.1	42.6
卵類 (g)	40.3	29.9	45.8	31.9	38.8	29.0	40.0	29.0	46.1	33.3
乳類 (g)	116.9	113.5	105.1	98.0	105.9	101.8	99.2	106.4	123.9	98.9
油脂類 (g)	14.7	6.9	13.7	6.5	13.2	6.6	12.4	6.9	11.1	5.3
菓子類 (g)	39.5	33.1	50.0	44.3	48.3	45.4	45.3	36.3	41.6	45.0
嗜好飲料類 (g)	745.9	493.9	758.1	438.3	898.9	519.5	915.3	456.1	826.6	356.2
調味料・香辛料類(g)	273.0	171.6	264.1	155.7	289.3	170.4	266.5	157.1	284.0	173.9

表 52. エネルギー摂取量 身体活動レベル別（女性・年代階級別）

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
20代	72	1,448	391	89	1,531	431	88	1,490	578
30代	105	1,554	445	120	1,660	527	95	1,647	435
40代	118	1,550	526	124	1,583	462	107	1,659	560
50代	121	1,632	524	138	1,670	486	126	1,635	442
60代	88	1,526	455	140	1,673	456	132	1,587	525

表 53. エネルギー・栄養素等摂取量（女性・年代階級別）

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	250	-	322	-	351	-	389	-	368	-
エネルギー (kcal)	1,490	478	1,621	475	1,595	515	1,646	482	1,603	486
たんぱく質 (g)	56.9	22.3	61.8	20.3	61.4	23.0	64.8	25.2	64.9	22.6
うち動物性 (g)	32.7	17.8	35.1	14.6	35.0	17.6	37.1	20.2	37.2	16.9
うち植物性 (g)	24.2	8.5	26.7	9.0	26.4	8.5	27.7	8.8	27.7	8.8
脂質 (g)	47.2	16.9	52.0	17.3	50.9	19.0	51.8	18.3	49.4	18.2
うち動物性 (g)	21.7	10.1	23.6	9.5	23.5	11.2	23.9	11.4	23.4	10.8
うち植物性 (g)	25.5	9.5	28.4	10.3	27.4	10.1	27.9	10.3	25.9	9.8
飽和脂肪酸 (g)	12.72	4.72	13.97	5.24	13.73	5.52	13.91	5.37	13.09	5.39
飽和脂肪酸 (%E)	7.8	1.8	7.8	1.8	7.7	1.9	7.6	1.8	7.3	1.9
一価不飽和脂肪酸 (g)	17.21	6.54	18.80	6.44	18.36	7.20	18.53	6.80	17.47	6.73
一価不飽和脂肪酸 (%E)	10.5	2.4	10.5	2.2	10.4	2.3	10.1	2.1	9.8	2.3
多価不飽和脂肪酸 (g)	11.25	4.01	12.55	4.19	12.22	4.45	12.55	4.31	12.18	4.49
多価不飽和脂肪酸 (%E)	6.9	1.6	7.0	1.5	6.9	1.6	6.9	1.4	6.9	1.5
n-6系脂肪酸 (g)	9.10	3.19	10.17	3.38	9.85	3.56	10.03	3.39	9.60	3.54
n-6系脂肪酸 (%E)	5.6	1.3	5.7	1.2	5.6	1.3	5.5	1.1	5.4	1.2
n-3系脂肪酸 (g)	2.12	1.00	2.34	0.91	2.34	1.02	2.48	1.14	2.53	1.08
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.5	1.3	0.4	1.3	0.4	1.4	0.4	1.4	0.4
コレステロール (mg)	334	170	354	148	343	162	349	178	339	163
炭水化物 (g)	197.3	73.6	211.5	71.1	206.1	70.3	212.4	69.0	213.3	72.1
食物繊維 (g)	9.6	4.3	11.0	4.9	10.7	4.3	11.6	4.7	12.6	5.0
うち水溶性 (g)	2.5	1.2	2.9	1.3	2.8	1.2	3.0	1.3	3.2	1.4
うち不溶性 (g)	6.8	3.0	7.8	3.5	7.6	3.0	8.2	3.3	8.9	3.5
ビタミンA (μgRE) ^{*1}	323	249	388	683	398	698	389	315	384	336
ビタミンD (μg)	9.3	7.9	10.3	7.1	10.7	7.6	12.4	10.1	13.8	9.0

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
ビタミン K (μg)	236	147	289	193	272	161	288	166	309	168
ビタミン B ₁ (mg)	0.65	0.25	0.71	0.25	0.70	0.27	0.74	0.27	0.76	0.28
ビタミン B ₂ (mg)	1.07	0.41	1.18	0.46	1.19	0.47	1.28	0.46	1.31	0.45
ナイアシン当量 (mg)	13.5	6.3	15.0	5.6	15.5	6.7	16.6	7.0	16.4	6.3
ビタミン B ₆ (mg)	1.03	0.45	1.14	0.42	1.13	0.47	1.21	0.48	1.25	0.48
ビタミン B ₁₂ (μg)	6.9	5.5	7.5	4.8	7.7	5.1	8.7	6.1	9.3	5.3
葉酸 (μg)	275	125	311	154	309	135	339	135	367	143
パントテン酸 (mg)	5.35	1.99	5.90	2.10	5.78	2.23	6.09	2.24	6.17	2.20
ビタミン C (mg)	95	51	103	53	103	50	120	57	139	66
ナトリウム (mg)	3,348	1,021	3,579	956	3,556	1,136	3,800	1,213	3,916	1,135
食塩相当量 (g)	8.5	2.6	9.0	2.4	9.0	2.9	9.6	3.1	9.9	2.9
カリウム (mg)	1,978	842	2,232	900	2,226	873	2,440	935	2,550	982
カルシウム (mg)	382	171	449	206	451	199	500	215	524	215
マグネシウム (mg)	189	75	215	78	217	79	237	85	244	84
リン (mg)	818	313	911	313	909	342	975	375	986	350
鉄 (mg)	6.5	2.6	7.2	2.8	7.1	2.7	7.6	2.8	7.9	2.8
亜鉛 (mg)	6.8	2.4	7.4	2.4	7.3	2.7	7.5	2.6	7.5	2.5
銅 (mg)	0.94	0.35	1.02	0.35	1.00	0.34	1.06	0.37	1.10	0.36
マンガン (mg)	2.8	1.2	2.9	1.1	3.0	1.0	3.3	1.1	3.4	1.0
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.3	3.4	15.3	2.6	15.4	2.6	15.8	3.2	16.2	3.0
脂肪エネルギー比率 (%)	28.8	5.9	29.0	5.4	28.7	5.7	28.4	5.3	27.6	5.8
炭水化物エネルギー比率 (%)	52.8	8.4	52.1	7.6	51.9	8.3	51.6	8.3	53.3	8.1
穀類エネルギー比率 (%)	37.3	53.9	36.2	49.8	35.8	46.3	34.3	48.5	35.5	51.7

*¹ RE：レチノール当量 *² α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない）

表 54. 食品群別摂取量（女性・年代階級別）

	20代		30代		40代		50代		60代	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者（人）	250	-	322	-	351	-	389	-	368	-
穀類（g）	317.5	153.7	333.3	138.7	322.7	143.1	317.4	139.1	321.9	148.5
いも類（g）	50.2	42.6	48.3	39.6	42.7	32.7	47.3	39.9	49.9	43.5
砂糖類・甘味料(g)	3.7	2.8	4.1	3.2	3.9	3.3	4.2	3.2	4.2	3.0
豆類（g）	50.3	41.2	59.1	43.8	60.2	43.5	65.0	44.1	65.1	45.4
野菜類（g）	207.2	131.2	252.5	160.4	237.3	138.8	255.7	142.6	281.8	157.5
緑黄色野菜（g）	80.1	64.2	96.1	71.7	87.6	64.0	91.9	59.2	103.8	68.7
その他の野菜(g)	127.0	78.5	156.3	97.7	149.7	87.2	163.8	94.1	178.0	102.6
果実類（g）	83.0	91.5	80.3	75.3	86.0	80.8	113.4	90.2	142.2	110.2
魚介類（g）	54.0	50.5	57.4	38.4	58.0	39.5	69.1	60.0	74.9	47.0
肉類（g）	74.6	44.5	77.6	37.9	76.5	51.0	73.0	43.9	65.3	37.0
卵類（g）	36.6	26.2	38.0	24.1	36.1	25.9	34.3	23.4	34.4	25.1
乳類（g）	83.4	76.1	106.0	97.3	108.7	90.7	122.8	94.2	123.0	88.9
油脂類（g）	10.1	5.1	10.8	4.6	10.3	5.0	9.8	4.6	9.1	4.6
菓子類（g）	47.7	39.2	51.8	40.0	51.1	37.8	53.1	43.1	44.5	37.1
嗜好飲料類（g）	513.4	327.2	528.3	393.7	633.2	351.0	741.3	358.8	674.6	271.0
調味料・香辛料(g)	187.1	116.7	212.1	118.1	201.7	120.7	206.7	124.1	222.1	138.8

表 55. エネルギー摂取量 身体活動レベル別 (9 保健福祉センター別)

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
城東	124	1,717	551	167	1,743	507	84	1,886	679
東部	123	1,633	494	177	1,823	642	137	1,777	589
北部	41	1,594	578	75	1,784	651	79	1,790	519
藁科	25	1,621	598	36	1,769	497	56	1,866	744
南部	96	1,738	595	125	1,820	562	90	1,742	655
大里	73	1,667	565	117	1,762	534	97	1,900	604
長田	85	1,808	557	95	1,762	540	86	1,785	627
清水	260	1,670	517	330	1,800	663	299	1,814	642
蒲原	20	1,724	605	36	1,937	626	19	1,755	508

表 56. エネルギー・栄養素等摂取量 (9 保健福祉センター別)

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	377	-	440	-	206	-	120	-	315	-
エネルギー (kcal)	1,768	565	1,755	590	1,738	582	1,771	651	1,778	602
たんぱく質 (g)	67.6	26.2	66.9	28.7	65.4	24.0	65.5	24.5	67.9	29.2
うち動物性 (g)	39.1	19.4	38.8	23.0	36.9	17.7	36.8	17.4	39.8	23.8
うち植物性 (g)	28.6	10.4	28.1	9.6	28.5	9.9	28.7	10.1	28.1	9.6
脂質 (g)	53.5	20.0	53.9	21.9	50.3	19.5	52.4	20.8	54.0	20.7
うち動物性 (g)	25.2	11.4	25.2	13.5	23.1	10.8	24.2	11.4	25.6	13.4
うち植物性 (g)	28.3	11.2	28.7	11.0	27.2	10.9	28.2	11.3	28.5	10.6
飽和脂肪酸 (g)	14.17	5.73	14.16	6.01	13.15	5.40	13.78	6.24	14.36	5.97
飽和脂肪酸 (%E)	7.2	1.9	7.3	1.9	6.9	1.8	7.0	2.0	7.3	1.9
一価不飽和脂肪(g)	19.20	7.47	19.51	8.07	18.06	7.34	18.80	7.80	19.49	7.78
一価不飽和脂 (%E)	9.8	2.3	10.1	2.4	9.4	2.3	9.5	2.6	9.9	2.2
多価不飽和脂肪(g)	13.11	4.91	13.26	5.56	12.53	4.96	13.02	4.96	13.20	4.85
多価不飽和脂 (%E)	6.7	1.6	6.9	1.6	6.5	1.6	6.7	1.7	6.7	1.4
n-6 系脂肪 (g)	10.48	3.93	10.60	4.31	10.01	4.00	10.52	4.02	10.55	3.79
n-6 系脂肪酸(%E)	5.4	1.3	5.5	1.3	5.2	1.3	5.4	1.4	5.4	1.2
n-3 系脂肪 (g)	2.59	1.15	2.62	1.41	2.49	1.11	2.47	1.05	2.61	1.26
n-3 系脂肪酸(%E)	1.3	0.4	1.3	0.5	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4
コレステロール (mg)	375	189	367	191	345	173	366	193	376	204
炭水化物 (g)	226.4	88.4	226.1	83.2	232.9	88.3	229.2	94.0	229.6	85.7

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	288	-	266	-	900	-	76	-
エネルギー (kcal)	1,785	571	1,784	573	1,764	619	1,832	589
たんぱく質 (g)	67.9	25.3	66.5	23.9	66.4	28.3	69.8	25.4
うち動物性 (g)	39.2	19.4	38.2	17.7	38.1	21.4	40.9	17.9
うち植物性 (g)	28.8	9.2	28.3	9.8	28.3	10.2	28.9	10.0
脂質 (g)	54.7	21.0	53.5	19.2	53.2	21.7	56.9	20.9
うち動物性 (g)	25.6	12.4	25.0	11.2	24.8	12.4	27.2	10.9
うち植物性 (g)	29.0	11.0	28.5	10.2	28.4	11.7	29.7	11.9
飽和脂肪酸 (g)	14.42	6.07	14.16	5.74	14.03	6.08	15.38	6.01
飽和脂肪酸 (%E)	7.3	2.0	7.2	1.9	7.2	1.9	7.6	1.9
一価不飽和脂肪酸 (g)	19.82	8.10	19.39	7.15	19.20	8.11	20.45	7.69
一価不飽和脂肪酸 (%E)	10.0	2.4	9.9	2.3	9.9	2.4	10.1	2.5
多価不飽和脂肪酸 (g)	13.42	4.93	13.11	4.63	13.09	5.42	13.77	5.22
多価不飽和脂肪酸 (%E)	6.8	1.5	6.7	1.5	6.7	1.6	6.8	1.6
n-6系脂肪酸 (g)	10.79	3.90	10.49	3.65	10.52	4.29	11.00	4.12
n-6系脂肪酸 (%E)	5.5	1.2	5.3	1.2	5.4	1.3	5.4	1.3
n-3系脂肪酸 (g)	2.59	1.16	2.58	1.12	2.54	1.25	2.73	1.22
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4
コレステロール (mg)	373	179	364	177	366	189	398	191
炭水化物 (g)	230.3	78.1	229.8	85.8	231.2	88.1	234.5	85.3

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.4	5.1	11.5	4.8	11.5	5.1	11.0	4.4	11.3	4.5
うち水溶性 (g)	2.9	1.4	2.9	1.3	2.9	1.4	2.8	1.2	2.9	1.2
うち不溶性 (g)	8.1	3.5	8.2	3.3	8.2	3.6	7.8	3.1	8.1	3.1
ビタミン A (μgRE)* ¹	710	716	679	396	718	942	707	726	683	407
ビタミン D (μg)	12.8	10.2	12.5	11.2	12.8	9.2	11.5	8.2	12.9	10.8
ビタミン E (mg)* ²	7.1	2.9	7.2	3.1	6.9	2.9	6.8	2.7	7.2	2.8
ビタミン K (μg)	292	180	297	181	281	188	279	162	280	151
ビタミン B ₁ (mg)	0.74	0.29	0.75	0.30	0.72	0.29	0.72	0.28	0.75	0.30
ビタミン B ₂ (mg)	1.29	0.53	1.26	0.50	1.22	0.51	1.26	0.47	1.27	0.50
ナイアシン当量 (mg)	17.2	7.1	16.8	8.0	16.5	6.7	16.1	6.5	17.2	8.0
ビタミン B ₆ (mg)	1.23	0.49	1.23	0.54	1.20	0.50	1.18	0.44	1.23	0.54
ビタミン B ₁₂ (μg)	9.0	6.2	8.9	7.1	9.1	5.7	8.4	5.4	9.0	6.5
葉酸 (μg)	333	152	328	142	334	162	326	137	324	133
パントテン酸 (mg)	6.30	2.48	6.24	2.43	6.04	2.32	6.20	2.24	6.28	2.44
ビタミン C (mg)	109	59	111	57	115	65	107	48	110	53
ナトリウム (mg)	4,035	1,379	4,001	1,401	4,064	1,293	3,970	1,353	4,023	1,394
食塩相当量 (g)	10.2	3.5	10.1	3.5	10.3	3.3	10.0	3.4	10.2	3.5
カリウム (mg)	2,394	985	2,384	989	2,348	977	2,293	859	2,394	975
カルシウム (mg)	487	233	482	236	472	215	464	204	490	234
マグネシウム (mg)	239	92	235	93	235	89	230	82	237	91
リン (mg)	1,000	396	986	424	973	365	966	360	1,005	424
鉄 (mg)	7.7	3.1	7.6	3.1	7.6	3.0	7.6	2.8	7.6	2.9
亜鉛 (mg)	7.9	2.9	7.9	3.0	7.7	2.8	7.7	2.9	7.9	3.1
銅 (mg)	1.10	0.41	1.09	0.40	1.11	0.40	1.10	0.38	1.09	0.39
マンガン (mg)	3.2	1.2	3.2	1.2	3.3	1.2	3.4	1.1	3.2	1.1
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.3	3.2	15.3	3.1	15.2	3.2	14.9	2.8	15.3	3.5
脂肪エネルギー比 (%)	27.3	5.8	27.9	6.1	26.3	5.9	26.7	6.5	27.5	5.6
炭水化物エネルギー比率 (%)	51.0	9.6	51.5	8.9	53.5	9.3	52.3	9.5	51.9	8.7
穀類エネルギー比 (%)	36.2	53.7	36.6	50.3	39.1	56.0	37.6	48.0	36.1	51.4

*¹ RE: レチノール当量 *² α-トコフェロール量 (α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない)

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.4	5.2	11.1	4.6	11.2	4.9	11.8	4.7
うち水溶性 (g)	3.0	1.4	2.8	1.3	2.9	1.3	3.0	1.2
うち不溶性 (g)	8.1	3.6	7.9	3.2	8.0	3.4	8.4	3.3
ビタミン A (μgRE) ^{*1}	677	528	615	347	703	673	738	373
ビタミン D (μg)	11.8	8.1	12.6	9.5	12.1	9.9	13.6	9.5
ビタミン E (mg) ^{*2}	7.2	3.0	6.9	2.6	7.1	3.1	7.6	2.9
ビタミン K (μg)	302	188	268	152	283	175	297	177
ビタミン B ₁ (mg)	0.76	0.31	0.74	0.27	0.73	0.30	0.77	0.26
ビタミン B ₂ (mg)	1.30	0.49	1.25	0.45	1.26	0.51	1.33	0.52
ナイアシン当量 (mg)	17.3	7.3	17.1	6.9	16.7	7.9	17.1	6.7
ビタミン B ₆ (mg)	1.24	0.53	1.23	0.47	1.20	0.53	1.24	0.48
ビタミン B ₁₂ (μg)	8.7	5.4	8.9	5.8	8.8	6.5	9.5	5.7
葉酸 (μg)	336	154	318	128	326	143	342	147
パントテン酸 (mg)	6.39	2.43	6.14	2.23	6.19	2.50	6.41	2.32
ビタミン C (mg)	113	65	109	56	108	55	113	57
ナトリウム (mg)	4,050	1,273	4,063	1,292	4,016	1,478	4,372	1,421
食塩相当量 (g)	10.2	3.2	10.3	3.3	10.1	3.7	11.0	3.6
カリウム (mg)	2,439	1,065	2,343	909	2,341	968	2,469	978
カルシウム (mg)	482	220	464	208	471	222	531	258
マグネシウム (mg)	241	93	235	85	233	93	245	97
リン (mg)	1,001	377	980	358	979	411	1,047	406
鉄 (mg)	7.8	3.0	7.5	2.8	7.6	3.1	7.9	3.1
亜鉛 (mg)	8.0	2.8	7.8	2.7	7.8	3.1	8.1	2.6
銅 (mg)	1.12	0.39	1.09	0.40	1.09	0.41	1.12	0.38
マンガン (mg)	3.3	1.1	3.3	1.2	3.2	1.1	3.2	1.1
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.2	2.9	15.0	3.0	15.1	2.9	15.3	3.0
脂肪エネルギー比率 (%)	27.6	6.0	27.2	5.9	27.3	6.0	28.2	6.2
炭水化物エネルギー比率 (%)	51.8	7.8	51.5	8.7	52.5	8.6	51.4	8.4
穀類エネルギー比率 (%)	37.2	47.2	36.1	51.9	37.6	49.9	36.3	50.0

*1 RE：レチノール当量 *2 α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない）

表 57. 食品群別摂取量（9 保健福祉センター別）

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	377	-	440	-	206	-	120	-	315	-
穀類 (g)	367.2	179.9	367.9	178.1	389.9	199.1	379.6	186.7	367.7	185.8
いも類 (g)	46.9	44.5	44.5	37.8	46.6	40.9	50.8	42.4	44.3	40.2
砂糖類・甘味料類 (g)	4.1	3.7	4.2	3.3	4.2	3.4	4.1	3.6	4.4	3.7
豆類 (g)	62.5	49.1	60.4	45.1	59.0	45.7	64.8	43.2	59.3	44.4
野菜類 (g)	244.4	142.8	252.7	153.5	249.1	155.2	221.6	134.7	251.1	139.9
緑黄色野菜 (g)	92.2	62.6	96.8	68.1	90.1	67.2	80.5	67.5	93.4	62.3
その他の野菜 (g)	152.2	90.6	155.9	97.1	159.0	99.2	141.1	80.2	157.7	89.2
果実類 (g)	95.5	93.2	100.3	94.8	102.6	100.8	94.4	80.6	102.4	98.7
魚介類 (g)	72.5	54.2	69.8	67.9	72.6	49.3	63.9	43.8	73.1	66.4
肉類 (g)	78.2	45.9	80.8	47.2	72.8	43.4	77.0	49.8	81.3	50.7
卵類 (g)	39.6	29.3	38.5	26.8	33.9	26.2	40.3	32.3	38.6	26.9
乳類 (g)	114.4	98.3	111.7	95.5	97.0	87.8	107.1	90.5	116.4	95.2
油脂類 (g)	10.9	5.4	11.5	6.2	10.2	5.2	10.7	5.3	11.6	5.7
菓子類 (g)	49.5	45.9	46.5	38.0	46.7	37.0	45.5	46.7	50.1	42.0
嗜好飲料類 (g)	729.9	393.2	691.1	399.0	690.8	368.9	731.1	380.5	721.6	437.5
調味料・香辛料類 (g)	240.5	162.1	231.1	133.7	253.5	153.1	250.6	172.5	223.8	131.6

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	288	-	266	-	900	-	76	-
穀類 (g)	381.5	161.7	381.5	161.7	379.3	185.1	380.8	177.3
いも類 (g)	50.2	43.0	50.2	43.0	45.8	39.0	48.1	39.9
砂糖類・甘味料類 (g)	4.6	4.3	4.6	4.3	4.1	3.3	4.1	2.8
豆類 (g)	61.6	44.5	61.6	44.5	58.8	44.8	60.0	49.5
野菜類 (g)	244.8	170.2	244.8	170.2	239.7	137.3	264.3	147.5
緑黄色野菜 (g)	90.6	75.7	90.6	75.7	90.2	65.9	99.7	63.0
その他の野菜 (g)	154.2	103.1	154.2	103.1	149.5	84.8	164.6	97.9
果実類 (g)	99.5	111.7	99.5	111.7	98.0	96.5	92.6	93.8
魚介類 (g)	69.7	48.6	69.7	48.6	69.3	59.1	77.6	49.7
肉類 (g)	83.8	52.0	83.8	52.0	78.8	51.3	76.7	32.9
卵類 (g)	39.2	27.5	39.2	27.5	38.6	27.1	42.3	28.7
乳類 (g)	114.7	96.3	114.7	96.3	108.1	100.0	133.8	101.4
油脂類 (g)	11.5	5.8	11.5	5.8	11.2	6.0	11.7	5.7
菓子類 (g)	44.1	33.4	44.1	33.4	48.3	41.4	48.4	42.6
嗜好飲料類 (g)	759.1	441.2	759.1	441.2	714.8	422.3	696.2	350.7
調味料・香辛料類 (g)	240.0	136.2	240.0	136.2	236.4	150.4	261.0	148.3

表 58. エネルギー摂取量 身体活動レベル別（男性・9 保健福祉センター別）

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
城東	61	1,868	558	81	1,790	490	39	2,093	767
東部	47	1,860	593	77	2,111	757	51	2,026	609
北部	12	1,879	700	35	1,932	755	38	2,029	503
藁科	9	1,669	758	16	2,093	507	27	2,304	653
南部	40	1,878	532	56	1,989	627	39	1,969	752
大里	28	1,835	526	56	1,928	513	41	2,207	637
長田	39	2,037	626	44	1,931	501	40	2,140	592
清水	97	1,905	536	161	2,004	769	116	2,090	710
蒲原	10	1,892	595	21	2,096	685	8	2,246	348

表 59. エネルギー・栄養素等摂取量（男性・9 保健福祉センター別）

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	182	-	175	-	91	-	53	-	139	-
エネルギー (kcal)	1,884	589	2,019	679	1,939	644	2,125	656	1,958	638
たんぱく質 (g)	70.6	27.3	73.8	36.7	70.5	24.9	75.5	25.8	70.9	25.4
うち動物性 (g)	41.3	20.2	43.2	30.3	39.9	19.1	42.4	19.2	41.5	18.5
うち植物性 (g)	29.2	11.0	30.7	11.1	30.6	10.5	33.0	10.6	29.5	10.2
脂質 (g)	55.2	20.9	59.7	27.6	52.7	21.4	60.1	22.2	55.9	19.8
うち動物性 (g)	26.5	11.9	28.1	17.2	24.2	12.0	27.8	12.3	26.6	11.6
うち植物性 (g)	28.7	12.0	31.7	12.9	28.5	12.0	32.3	12.3	29.3	10.6
飽和脂肪酸 (g)	14.44	5.95	15.30	7.43	13.62	5.94	15.48	6.87	14.58	5.79
飽和脂肪酸 (%E)	6.9	1.9	6.8	2.0	6.4	1.8	6.4	1.7	6.8	1.8
一価不飽和脂肪 (g)	19.90	7.81	21.78	9.98	19.00	8.17	21.81	8.34	20.35	7.49
一価不飽和脂肪 (%E)	9.5	2.4	9.8	2.6	8.9	2.4	9.1	2.2	9.4	2.2
多価不飽和脂肪 (g)	13.72	5.16	15.11	7.04	13.34	5.41	15.13	5.18	13.87	4.77
多価不飽和脂肪 (%E)	6.6	1.7	6.8	1.7	6.3	1.7	6.4	1.5	6.5	1.5
n-6 系脂肪酸 (g)	10.94	4.13	12.09	5.39	10.63	4.38	12.27	4.23	11.13	3.79
n-6 系脂肪酸 (%E)	5.3	1.3	5.4	1.4	5.0	1.4	5.2	1.2	5.2	1.2
n-3 系脂肪酸 (g)	2.74	1.23	2.97	1.78	2.67	1.22	2.82	1.11	2.70	1.10
n-3 系脂肪酸 (%E)	1.3	0.5	1.3	0.4	1.3	0.5	1.2	0.4	1.3	0.3
コレステロール (mg)	398	209	405	237	360	182	438	213	376	169
炭水化物 (g)	234.5	95.8	257.8	95.6	262.7	101.0	271.8	100.2	252.8	97.5

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	125	-	123	-	381	-	40	-
エネルギー (kcal)	1,998	575	2,033	574	1,998	701	2,065	602
たんぱく質 (g)	74.3	27.2	73.4	25.5	73.0	35.0	77.7	26.2
うち動物性 (g)	43.7	22.0	42.5	19.0	42.2	26.9	45.7	18.8
うち植物性 (g)	30.6	8.8	30.9	10.3	30.8	11.5	32.0	10.1
脂質 (g)	58.2	22.8	58.2	20.6	57.2	25.8	62.6	22.0
うち動物性 (g)	28.0	14.1	27.6	12.2	27.0	14.6	30.0	11.7
うち植物性 (g)	30.2	11.4	30.6	10.8	30.1	13.3	32.6	12.3
飽和脂肪酸 (g)	15.08	6.70	15.18	6.28	14.77	6.97	16.82	6.52
飽和脂肪酸 (%E)	6.7	2.0	6.7	1.9	6.6	1.8	7.3	1.8
一価不飽和脂肪酸 (g)	21.23	8.87	21.14	7.69	20.74	9.60	22.42	8.03
一価不飽和脂肪酸 (%E)	9.5	2.5	9.3	2.3	9.3	2.3	9.8	2.1
多価不飽和脂肪酸 (g)	14.49	5.24	14.40	4.88	14.36	6.52	15.37	5.35
多価不飽和脂肪酸 (%E)	6.5	1.6	6.4	1.4	6.5	1.6	6.7	1.5
n-6系脂肪酸 (g)	11.60	4.10	11.52	3.88	11.52	5.11	12.23	4.25
n-6系脂肪酸 (%E)	5.3	1.3	5.1	1.2	5.2	1.3	5.3	1.2
n-3系脂肪酸 (g)	2.85	1.29	2.84	1.15	2.80	1.52	3.09	1.21
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.2	0.4	1.2	0.4	1.4	0.4
コレステロール (mg)	403	200	409	195	400	225	439	220
炭水化物 (g)	253.8	77.9	258.8	95.2	262.0	99.0	265.2	90.8

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.1	5.0	11.5	4.7	11.3	4.6	12.1	4.8	11.0	4.4
うち水溶性 (g)	2.8	1.4	2.9	1.3	2.8	1.3	3.1	1.3	2.8	1.2
うち不溶性 (g)	8.0	3.5	8.3	3.3	8.1	3.3	8.7	3.3	7.9	3.1
ビタミン A (μgRE)* ¹	710	453	704	445	812	1,347	885	1,003	669	415
ビタミン D (μg)	13.6	11.0	13.9	14.4	13.7	10.0	12.5	8.9	12.9	8.6
ビタミン E (mg)* ²	7.2	2.9	7.7	3.9	7.1	3.0	7.8	3.0	7.2	2.7
ビタミン K (μg)	295	193	298	182	287	192	308	182	268	151
ビタミン B ₁ (mg)	0.74	0.29	0.79	0.35	0.74	0.29	0.81	0.30	0.76	0.29
ビタミン B ₂ (mg)	1.32	0.51	1.32	0.61	1.26	0.57	1.43	0.49	1.29	0.46
ナイアシン当量 (mg)	18.0	7.2	18.7	10.0	17.6	7.2	18.4	7.1	18.5	6.8
ビタミン B ₆ (mg)	1.25	0.49	1.30	0.64	1.24	0.50	1.33	0.46	1.27	0.49
ビタミン B ₁₂ (μg)	9.6	6.1	9.9	9.0	10.1	6.6	9.8	6.4	9.4	5.2
葉酸 (μg)	328	137	328	138	334	169	364	151	318	129
パントテン酸 (mg)	6.47	2.51	6.75	2.94	6.44	2.40	7.06	2.32	6.46	2.25
ビタミン C (mg)	101	49	105	55	106	59	113	52	103	51
ナトリウム (mg)	4,314	1,416	4,589	1,643	4,403	1,421	4,682	1,395	4,347	1,388
食塩相当量 (g)	10.9	3.6	11.6	4.2	11.1	3.6	11.8	3.5	11.0	3.5
カリウム (mg)	2,382	942	2,457	1,108	2,345	888	2,538	905	2,395	926
カルシウム (mg)	493	241	493	282	478	202	502	208	482	228
マグネシウム (mg)	245	93	253	110	246	87	260	86	244	86
リン (mg)	1,037	410	1,076	537	1,035	372	1,098	375	1,037	383
鉄 (mg)	7.8	3.1	8.0	3.5	7.8	3.1	8.7	2.9	7.6	2.7
亜鉛 (mg)	8.1	3.0	8.7	3.6	8.4	3.0	9.0	3.0	8.3	2.9
銅 (mg)	1.12	0.41	1.19	0.48	1.20	0.42	1.27	0.38	1.13	0.39
マンガン (mg)	3.3	1.2	3.3	1.4	3.4	1.3	3.7	1.2	3.4	1.2
たんぱく質エネルギー比率 (%)	14.9	3.4	14.6	3.0	14.8	3.1	14.2	2.6	14.6	2.9
脂肪エネルギー比 (%)	26.3	6.1	26.8	6.6	24.7	5.9	25.2	5.7	26.0	5.5
炭水化物エネルギー比率 (%)	49.5	10.6	51.0	9.9	53.9	10.4	51.8	9.9	51.7	9.3
穀類エネルギー比率 (%)	36.6	55.8	38.1	51.0	42.2	56.4	38.3	51.6	38.6	55.3

*¹ RE：レチノール当量 *² α-トコフェロール量 (α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない)

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.4	4.5	11.4	4.5	11.5	5.4	12.7	5.1
うち水溶性 (g)	2.9	1.3	2.9	1.2	2.9	1.5	3.2	1.3
うち不溶性 (g)	8.2	3.1	8.2	3.1	8.3	3.7	9.0	3.6
ビタミン A (μgRE) ^{*1}	656	419	646	333	751	745	805	371
ビタミン D (μg)	13.2	9.2	14.0	9.7	13.4	12.4	16.4	10.4
ビタミン E (mg) ^{*2}	7.5	3.1	7.4	2.7	7.5	3.7	8.3	2.9
ビタミン K (μg)	305	174	279	149	295	187	326	192
ビタミン B ₁ (mg)	0.79	0.33	0.78	0.27	0.77	0.36	0.83	0.28
ビタミン B ₂ (mg)	1.36	0.50	1.33	0.48	1.33	0.60	1.44	0.58
ナイアシン当量 (mg)	19.4	7.9	19.2	7.1	18.7	9.6	19.1	6.7
ビタミン B ₆ (mg)	1.33	0.56	1.33	0.48	1.29	0.63	1.35	0.49
ビタミン B ₁₂ (μg)	9.8	6.0	10.0	6.0	10.0	8.0	11.0	5.7
葉酸 (μg)	337	145	331	119	337	159	365	160
パントテン酸 (mg)	6.82	2.49	6.66	2.36	6.69	2.93	7.04	2.53
ビタミン C (mg)	107	62	108	53	106	57	117	65
ナトリウム (mg)	4,508	1,371	4,626	1,361	4,537	1,784	4,974	1,401
食塩相当量 (g)	11.4	3.5	11.7	3.4	11.5	4.5	12.6	3.5
カリウム (mg)	2,516	1,061	2,477	899	2,446	1,119	2,681	1,059
カルシウム (mg)	496	223	487	211	486	256	593	298
マグネシウム (mg)	259	92	256	85	252	111	273	104
リン (mg)	1,086	398	1,077	371	1,065	503	1,172	439
鉄 (mg)	8.1	3.0	8.1	2.9	8.1	3.7	8.7	3.3
亜鉛 (mg)	8.7	3.0	8.5	2.8	8.6	3.6	8.9	2.8
銅 (mg)	1.19	0.38	1.19	0.42	1.20	0.48	1.23	0.40
マンガン (mg)	3.5	1.1	3.5	1.3	3.5	1.2	3.4	1.2
たんぱく質エネルギー比率 (%)	14.8	2.7	14.6	3.4	14.5	2.9	15.1	3.4
脂肪エネルギー比率 (%)	26.0	6.3	25.7	5.7	25.7	6.0	27.2	5.6
炭水化物エネルギー比率 (%)	51.2	8.3	50.5	9.5	52.7	9.3	51.5	8.7
穀類エネルギー比率 (%)	38.5	48.8	36.5	59.0	39.2	48.5	36.9	43.5

*¹ RE：レチノール当量 *² α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない）

表 60. 食品群別摂取量（男性・9 保健福祉センター別）

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	182	-	175	-	91	-	53	-	139	-
穀類 (g)	396.9	193.0	445.3	206.2	473.9	225.3	469.0	203.3	438.0	211.0
いも類 (g)	41.1	39.8	46.2	41.1	40.5	35.1	55.2	49.9	41.0	40.1
砂糖類・甘味料類 (g)	4.2	4.1	4.2	3.7	4.0	3.2	4.8	4.4	4.7	4.2
豆類 (g)	62.1	53.2	60.9	52.5	57.8	39.4	68.6	49.0	54.3	43.0
野菜類 (g)	232.0	136.6	237.4	131.3	230.1	138.4	241.1	153.7	235.5	137.5
緑黄色野菜 (g)	89.4	60.3	88.9	62.7	85.0	65.9	92.6	83.5	88.5	63.0
その他の野菜 (g)	142.6	86.0	148.5	79.4	145.1	82.6	148.5	85.4	147.0	87.8
果実類 (g)	85.4	87.2	95.7	108.3	97.9	106.5	101.0	101.9	95.7	112.2
魚介類 (g)	78.2	57.8	79.4	89.7	83.0	57.9	72.6	49.3	74.5	48.0
肉類 (g)	81.2	45.1	90.7	53.9	78.0	48.8	91.6	58.2	90.0	48.4
卵類 (g)	43.5	33.1	43.2	30.9	32.5	26.7	50.6	38.4	38.0	24.7
乳類 (g)	115.2	100.5	108.7	107.9	98.6	97.2	104.1	86.9	114.0	103.5
油脂類 (g)	11.7	5.7	14.1	7.3	11.6	6.2	12.7	5.6	13.2	6.2
菓子類 (g)	45.7	49.1	44.8	42.8	45.4	40.6	48.2	51.1	42.5	36.6
嗜好飲料類 (g)	811.4	432.8	789.0	463.5	734.0	394.1	857.9	406.3	881.5	489.0
調味料・香辛料類 (g)	257.2	166.7	278.2	153.2	277.3	171.1	311.2	204.8	251.4	152.5

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	125	-	123	-	381	-	40	-
穀類 (g)	448.5	166.3	428.1	201.5	428.1	201.5	442.1	160.2
いも類 (g)	50.5	44.8	46.8	41.5	46.8	41.5	50.5	45.9
砂糖類・甘味料類 (g)	5.1	5.0	5.0	4.7	5.0	4.7	4.4	3.2
豆類 (g)	60.3	42.3	61.4	48.4	61.4	48.4	66.2	53.7
野菜類 (g)	226.6	160.1	239.4	123.0	239.4	123.0	280.6	146.0
緑黄色野菜 (g)	81.9	72.1	85.4	61.8	85.4	61.8	104.8	61.9
その他の野菜 (g)	144.7	95.7	154.0	76.6	154.0	76.6	175.7	103.3
果実類 (g)	84.9	103.0	102.8	112.3	102.8	112.3	100.9	117.4
魚介類 (g)	81.3	54.7	79.1	51.6	79.1	51.6	91.3	51.3
肉類 (g)	93.4	59.8	88.3	51.2	88.3	51.2	80.0	32.0
卵類 (g)	41.8	31.0	44.7	33.8	44.7	33.8	45.8	33.6
乳類 (g)	116.3	105.4	100.6	101.0	100.6	101.0	146.9	120.2
油脂類 (g)	12.7	6.4	12.4	5.9	12.4	5.9	13.0	6.0
菓子類 (g)	39.6	33.3	51.9	40.7	51.9	40.7	49.0	44.6
嗜好飲料類 (g)	923.6	464.3	913.1	480.4	913.1	480.4	784.1	358.6
調味料・香辛料類 (g)	273.2	136.9	282.0	177.5	282.0	177.5	302.8	151.3

表 61. エネルギー摂取量 身体活動レベル別（女性・9 保健福祉センター別）

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
城東	63	1,571	508	86	1,698	521	45	1,708	540
東部	76	1,492	358	100	1,601	422	86	1,630	527
北部	29	1,476	485	40	1,654	519	41	1,568	431
藁科	16	1,594	514	20	1,511	306	29	1,457	576
南部	56	1,638	621	69	1,682	464	51	1,568	513
大里	45	1,562	569	61	1,610	511	56	1,676	469
長田	46	1,614	405	51	1,616	534	46	1,476	479
清水	163	1,531	452	169	1,606	468	183	1,640	526
蒲原	10	1,556	596	15	1,713	465	11	1,399	218

表 62. エネルギー・栄養素等摂取量（女性・9 保健福祉センター別）

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	195	-	265	-	115	-	67	-	176	-
エネルギー (kcal)	1,661	521	1,581	445	1,580	473	1,490	494	1,635	531
たんぱく質 (g)	64.9	24.8	62.3	20.7	61.4	22.6	57.6	20.3	65.5	31.8
うち動物性 (g)	37.0	18.4	35.9	15.9	34.6	16.1	32.4	14.4	38.5	27.3
うち植物性 (g)	27.9	9.8	26.4	8.0	26.8	9.1	25.2	8.2	27.1	9.0
脂質 (g)	51.8	19.0	50.0	16.1	48.4	17.8	46.2	17.4	52.6	21.3
うち動物性 (g)	24.0	10.8	23.3	9.9	22.3	9.7	21.3	9.8	24.8	14.6
うち植物性 (g)	27.8	10.4	26.7	9.1	26.1	9.9	25.0	9.3	27.8	10.6
飽和脂肪酸 (g)	13.93	5.52	13.41	4.73	12.77	4.92	12.44	5.39	14.18	6.11
飽和脂肪酸 (%E)	7.6	1.8	7.7	1.8	7.3	1.8	7.4	2.1	7.8	1.8
一価不飽和脂肪(g)	18.55	7.09	18.00	6.09	17.33	6.55	16.42	6.48	18.82	7.96
一価不飽和脂肪(%E)	10.1	2.1	10.3	2.2	9.8	2.1	9.9	2.8	10.3	2.1
多価不飽和脂肪(g)	12.54	4.61	12.04	3.88	11.88	4.49	11.35	4.11	12.66	4.86
多価不飽和脂肪(%E)	6.8	1.4	6.9	1.5	6.8	1.5	6.9	1.9	7.0	1.3
n-6系脂肪 (g)	10.05	3.69	9.62	3.06	9.51	3.62	9.13	3.26	10.09	3.73
n-6系脂肪酸 (%E)	5.5	1.2	5.5	1.2	5.4	1.2	5.6	1.5	5.6	1.1
n-3系脂肪 (g)	2.45	1.06	2.38	1.03	2.34	0.99	2.19	0.93	2.53	1.37
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.4	0.5	1.3	0.4	1.3	0.4	1.4	0.5
コレステロール(mg)	354	166	341	149	334	165	309	155	376	229
炭水化物 (g)	218.7	80.5	205.1	66.0	209.4	68.6	195.5	73.7	211.2	70.2

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	163	-	143	-	519	-	36	-
エネルギー (kcal)	1,622	512	1,570	479	1,592	486	1,573	458
たんぱく質 (g)	63.0	22.6	60.6	20.7	61.6	20.9	61.1	21.5
うち動物性 (g)	35.7	16.4	34.5	15.6	35.1	15.7	35.6	15.4
うち植物性 (g)	27.3	9.3	26.1	8.8	26.5	8.7	25.5	8.7
脂質 (g)	52.0	19.1	49.6	17.0	50.3	17.6	50.6	17.8
うち動物性 (g)	23.8	10.6	22.9	9.8	23.1	10.2	24.1	9.0
うち植物性 (g)	28.2	10.7	26.7	9.4	27.1	10.3	26.5	10.7
飽和脂肪酸 (g)	13.92	5.50	13.28	5.10	13.49	5.28	13.78	5.01
飽和脂肪酸 (%E)	7.7	1.8	7.6	1.9	7.6	1.9	8.0	2.0
一価不飽和脂肪酸 (g)	18.74	7.30	17.88	6.30	18.07	6.59	18.27	6.74
一価不飽和脂肪酸 (%E)	10.4	2.2	10.3	2.3	10.3	2.3	10.6	2.8
多価不飽和脂肪酸 (g)	12.60	4.53	12.00	4.11	12.16	4.21	12.00	4.52
多価不飽和脂肪酸 (%E)	7.0	1.4	6.9	1.5	6.9	1.5	6.9	1.8
n-6系脂肪酸 (g)	10.17	3.63	9.61	3.20	9.78	3.39	9.63	3.56
n-6系脂肪酸 (%E)	5.7	1.1	5.6	1.2	5.6	1.2	5.5	1.4
n-3系脂肪酸 (g)	2.40	1.01	2.35	1.06	2.35	0.96	2.34	1.10
n-3系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.5
コレステロール (mg)	351	158	325	151	342	154	352	142
炭水化物 (g)	212.2	73.5	204.9	67.9	208.5	71.2	200.4	64.4

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.6	5.2	11.4	4.9	11.7	5.5	10.0	3.9	11.6	4.5
うち水溶性 (g)	3.0	1.4	3.0	1.3	3.0	1.5	2.6	1.0	3.0	1.3
うち不溶性 (g)	8.2	3.6	8.1	3.4	8.3	3.8	7.2	2.7	8.2	3.1
ビタミン A (μgRE)* ¹	710	896	662	360	644	388	566	335	693	402
ビタミン D (μg)	12.0	9.5	11.5	8.4	12.0	8.5	10.7	7.5	12.8	12.3
ビタミン E (mg)* ²	7.0	2.8	6.9	2.5	6.8	2.8	6.0	2.2	7.2	3.0
ビタミン K (μg)	290	167	296	181	276	187	256	141	290	152
ビタミン B ₁ (mg)	0.74	0.30	0.72	0.25	0.71	0.29	0.64	0.22	0.74	0.31
ビタミン B ₂ (mg)	1.26	0.54	1.22	0.42	1.19	0.46	1.13	0.41	1.26	0.53
ナイアシン当量 (mg)	16.4	7.1	15.5	6.0	15.7	6.3	14.3	5.5	16.2	8.7
ビタミン B ₆ (mg)	1.21	0.50	1.17	0.45	1.18	0.50	1.06	0.39	1.21	0.57
ビタミン B ₁₂ (μg)	8.6	6.2	8.1	5.3	8.3	4.8	7.3	4.2	8.8	7.4
葉酸 (μg)	337	164	329	145	334	157	297	119	330	135
パントテン酸 (mg)	6.13	2.45	5.91	1.97	5.73	2.20	5.51	1.93	6.14	2.59
ビタミン C (mg)	117	65	115	58	122	69	103	45	115	54
ナトリウム (mg)	3,775	1,295	3,613	1,050	3,795	1,118	3,407	1,019	3,768	1,349
食塩相当量 (g)	9.5	3.3	9.1	2.6	9.6	2.8	8.6	2.6	9.5	3.4
カリウム (mg)	2,406	1,026	2,336	900	2,349	1,045	2,099	774	2,392	1,015
カルシウム (mg)	482	226	474	200	467	226	434	197	496	239
マグネシウム (mg)	233	90	224	79	227	89	207	72	231	94
リン (mg)	966	380	927	316	923	353	862	313	979	453
鉄 (mg)	7.6	3.2	7.4	2.7	7.5	3.0	6.7	2.4	7.6	3.1
亜鉛 (mg)	7.6	2.8	7.3	2.3	7.2	2.5	6.7	2.3	7.6	3.1
銅 (mg)	1.08	0.41	1.03	0.33	1.04	0.36	0.97	0.32	1.06	0.39
マンガン (mg)	3.2	1.2	3.1	1.2	3.2	1.2	3.0	1.0	3.1	1.0
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.6	3.0	15.8	3.1	15.5	3.2	15.5	2.9	15.9	3.8
脂肪エネルギー比 (%)	28.1	5.4	28.6	5.6	27.5	5.6	27.8	6.9	28.8	5.3
炭水化物エネルギー比率 (%)	52.5	8.5	51.8	8.2	53.2	8.4	52.8	9.2	52.0	8.3
穀類エネルギー比率 (%)	35.9	51.9	35.3	50.2	36.3	52.3	36.9	47.4	33.8	44.1

*¹ RE：レチノール当量 *² α-トコフェロール量 (α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない)

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
食物繊維 (g)	11.4	5.6	10.7	4.7	11.0	4.4	10.8	4.1
うち水溶性 (g)	3.0	1.5	2.8	1.3	2.8	1.2	2.8	1.1
うち不溶性 (g)	8.1	3.9	7.6	3.2	7.8	3.0	7.7	2.9
ビタミン A (μgRE) ^{*1}	693	599	589	357	669	613	663	367
ビタミン D (μg)	10.7	7.1	11.3	9.1	11.1	7.4	10.6	7.4
ビタミン E (mg) ^{*2}	7.0	2.8	6.5	2.5	6.8	2.4	6.8	2.7
ビタミン K (μg)	300	199	259	155	275	164	265	156
ビタミン B ₁ (mg)	0.74	0.29	0.70	0.25	0.71	0.25	0.70	0.23
ビタミン B ₂ (mg)	1.24	0.48	1.18	0.42	1.20	0.43	1.20	0.41
ナイアシン当量 (mg)	15.7	6.3	15.3	6.2	15.3	5.9	14.9	6.0
ビタミン B ₆ (mg)	1.18	0.50	1.14	0.45	1.14	0.43	1.12	0.44
ビタミン B ₁₂ (μg)	7.9	4.8	8.0	5.5	7.9	4.9	7.9	5.3
葉酸 (μg)	336	161	307	134	318	129	315	129
パントテン酸 (mg)	6.05	2.34	5.69	2.02	5.82	2.05	5.71	1.85
ビタミン C (mg)	117	66	111	59	110	53	107	46
ナトリウム (mg)	3,698	1,070	3,579	1,007	3,633	1,055	3,702	1,124
食塩相当量 (g)	9.3	2.7	9.0	2.5	9.2	2.7	9.4	2.8
カリウム (mg)	2,379	1,067	2,227	905	2,263	833	2,233	830
カルシウム (mg)	471	217	443	204	460	193	461	187
マグネシウム (mg)	228	92	216	80	219	75	214	78
リン (mg)	936	348	897	326	915	314	907	317
鉄 (mg)	7.5	3.0	7.1	2.6	7.2	2.6	7.1	2.6
亜鉛 (mg)	7.5	2.6	7.1	2.3	7.3	2.4	7.2	2.2
銅 (mg)	1.06	0.39	1.00	0.36	1.02	0.34	0.99	0.32
マンガン (mg)	3.1	1.1	3.1	1.1	3.0	1.0	3.0	1.1
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.6	2.9	15.4	2.5	15.6	2.7	15.5	2.6
脂肪エネルギー比率 (%)	28.9	5.4	28.5	5.7	28.6	5.7	29.2	6.8
炭水化物エネルギー比率 (%)	52.3	7.4	52.3	7.9	52.4	8.0	51.3	8.2
穀類エネルギー比率 (%)	36.0	45.2	35.5	46.8	36.0	51.3	35.3	64.2

*1 RE：レチノール当量 *2 α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミン E は含んでいない）

表 63. 食品群別摂取量（女性・9 保健福祉センター別）

	城東		東部		北部		藁科		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	195	-	265	-	115	-	67	-	176	-
穀類 (g)	339.4	162.4	316.8	134.6	323.5	145.5	308.9	137.2	312.2	140.8
いも類 (g)	52.3	47.9	43.4	35.4	51.5	44.5	47.4	35.3	46.9	40.3
砂糖類・甘味料類 (g)	4.0	3.2	4.1	3.1	4.3	3.5	3.6	2.7	4.2	3.3
豆類 (g)	62.8	45.1	60.1	39.7	59.9	50.2	61.8	38.1	63.3	45.1
野菜類 (g)	255.9	147.9	262.8	166.0	264.1	166.4	206.2	116.4	263.4	141.0
緑黄色野菜 (g)	94.8	64.7	102.1	71.1	94.1	68.2	71.0	50.1	97.3	61.7
その他の野菜 (g)	161.1	94.1	160.7	107.1	169.9	109.7	135.3	75.9	166.1	89.7
果実類 (g)	105.0	97.8	103.3	84.7	106.3	96.3	89.3	59.0	107.7	86.6
魚介類 (g)	67.2	50.2	63.4	47.6	64.4	39.5	56.9	37.8	72.0	78.1
肉類 (g)	75.3	46.5	74.2	41.0	68.7	38.2	65.5	38.6	74.4	51.6
卵類 (g)	36.1	24.7	35.5	23.2	34.9	25.9	32.2	23.9	39.2	28.6
乳類 (g)	113.7	96.4	113.6	86.4	95.7	80.1	109.5	93.8	118.2	88.4
油脂類 (g)	10.2	5.0	9.8	4.7	9.1	4.0	9.1	4.4	10.3	4.9
菓子類 (g)	53.1	42.6	47.6	34.6	47.7	34.1	43.3	43.2	56.1	45.0
嗜好飲料類 (g)	653.9	336.0	626.5	335.6	656.5	345.7	630.8	328.4	595.4	344.3
調味料・香辛料類 (g)	225.0	156.4	200.0	108.8	234.7	135.1	202.6	123.7	202.1	108.0

	大里		長田		清水		蒲原	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	163	-	143	-	519	-	36	-
穀類 (g)	330.0	137.9	316.1	132.8	323.7	146.4	312.6	172.2
いも類 (g)	50.0	41.8	51.6	43.1	45.6	36.3	45.5	32.4
砂糖類・甘味料類 (g)	4.1	3.6	3.8	2.9	4.0	3.0	3.8	2.3
豆類 (g)	62.6	46.3	60.7	47.2	59.4	43.3	53.1	44.1
野菜類 (g)	258.7	176.8	227.6	145.1	242.2	131.6	246.3	149.2
緑黄色野菜 (g)	97.2	77.9	79.1	60.6	90.4	62.8	94.0	64.6
その他の野菜 (g)	161.4	108.1	148.5	94.6	151.8	82.4	152.3	91.5
果実類 (g)	110.8	116.9	103.1	99.5	101.2	94.6	83.4	57.5
魚介類 (g)	60.8	41.5	61.6	45.9	61.7	41.0	62.3	43.6
肉類 (g)	76.5	44.0	72.7	37.1	72.6	43.8	73.1	34.0
卵類 (g)	37.3	24.4	32.6	24.9	35.5	24.7	38.4	21.9
乳類 (g)	113.5	89.1	102.4	90.4	109.9	96.6	119.2	74.3
油脂類 (g)	10.6	5.2	10.2	4.5	10.0	4.8	10.1	5.1
菓子類 (g)	47.6	33.2	47.9	38.6	50.3	41.7	47.7	40.9
嗜好飲料類 (g)	632.9	378.0	667.1	392.7	618.4	358.4	598.6	318.8
調味料・香辛料類 (g)	214.6	130.5	186.1	111.5	203.4	122.9	214.6	131.9

表 64. エネルギー摂取量 身体活動レベル別 (3 区別)

	I			II			III		
	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差	回答数 (n)	平均値 (kcal)	標準偏差
葵区	313	1,660	536	455	1,783	586	356	1,820	623
駿河区	254	1,741	574	337	1,783	545	273	1,812	630
清水区	280	1,674	522	366	1,814	660	318	1,811	634

表 65. エネルギー・栄養素等摂取量 (3 区別)

	葵区		駿河区		清水区	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
解析対象者 (人)	1138	-	869	-	976	-
エネルギー (kcal)	1,759	587	1,782	582	1,769	617
たんぱく質 (g)	66.8	26.6	67.5	26.4	66.7	28.1
うち動物性 (g)	38.4	20.4	39.1	20.6	38.3	21.2
うち植物性 (g)	28.4	10.0	28.4	9.5	28.4	10.2
脂質 (g)	53.0	20.8	54.1	20.3	53.5	21.6
うち動物性 (g)	24.7	12.2	25.4	12.4	25.0	12.3
うち植物性 (g)	28.2	11.1	28.7	10.6	28.5	11.8
飽和脂肪酸 (g)	13.95	5.85	14.32	5.93	14.14	6.09
飽和脂肪酸 (%E)	7.2	1.9	7.3	1.9	7.2	1.9
一価不飽和脂肪酸 (g)	19.09	7.73	19.57	7.70	19.30	8.08
一価不飽和脂肪酸 (%E)	9.8	2.4	9.9	2.3	9.9	2.4
多価不飽和脂肪酸 (g)	13.06	5.19	13.24	4.81	13.15	5.40
多価不飽和脂肪酸 (%E)	6.7	1.6	6.7	1.5	6.8	1.6
n-6 系脂肪酸 (g)	10.45	4.11	10.61	3.78	10.55	4.28
n-6 系脂肪酸 (%E)	5.4	1.3	5.4	1.2	5.4	1.3
n-3 系脂肪酸 (g)	2.57	1.24	2.59	1.18	2.55	1.25
n-3 系脂肪酸 (%E)	1.3	0.4	1.3	0.4	1.3	0.4
コレステロール (mg)	366	188	371	188	369	190
炭水化物 (g)	227.8	86.9	229.9	83.2	231.4	87.9
食物繊維 (g)	11.4	4.9	11.3	4.7	11.2	4.8
うち水溶性 (g)	2.9	1.3	2.9	1.3	2.9	1.3
うち不溶性 (g)	8.1	3.4	8.0	3.3	8.0	3.4
ビタミン A (μgRE)* ¹	698	666	660	435	706	655
ビタミン D (μg)	12.5	10.3	12.4	9.6	12.2	9.9
ビタミン E (mg)* ²	7.1	3.0	7.1	2.8	7.1	3.0
ビタミン K (μg)	291	180	284	165	284	175
ビタミン B ₁ (mg)	0.74	0.29	0.75	0.29	0.74	0.30
ビタミン B ₂ (mg)	1.26	0.51	1.27	0.48	1.26	0.51
ナイアシン当量 (mg)	16.8	7.4	17.2	7.4	16.8	7.8
ビタミン B ₆ (mg)	1.22	0.51	1.23	0.51	1.20	0.52
ビタミン B ₁₂ (μg)	8.9	6.4	8.9	6.0	8.8	6.5
葉酸 (μg)	331	149	326	139	327	143
パントテン酸 (mg)	6.22	2.41	6.27	2.38	6.21	2.48

	葵区		駿河区		清水区	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
ビタミンC (mg)	111	58	111	58	109	55
ナトリウム (mg)	4,024	1,370	4,044	1,323	4,043	1,476
食塩相当量 (g)	10.2	3.5	10.2	3.3	10.2	3.7
カリウム (mg)	2,373	973	2,393	986	2,351	969
カルシウム (mg)	480	228	479	221	475	226
マグネシウム (mg)	236	91	238	90	234	94
リン (mg)	987	398	996	389	984	411
鉄 (mg)	7.7	3.1	7.6	2.9	7.6	3.1
亜鉛 (mg)	7.8	2.9	7.9	2.9	7.9	3.0
銅 (mg)	1.10	0.40	1.10	0.39	1.10	0.41
マンガン (mg)	3.2	1.2	3.3	1.1	3.2	1.1
たんぱく質エネルギー比率 (%)	15.2	3.1	15.2	3.1	15.1	2.9
脂肪エネルギー比率 (%)	27.3	6.0	27.5	5.8	27.4	6.0
炭水化物エネルギー比率 (%)	51.8	9.3	51.7	8.4	52.4	8.6
穀類エネルギー比率 (%)	37.0	52.1	36.5	50.3	37.5	49.9

*¹ RE：レチノール当量 *² α-トコフェロール量（α-トコフェロール以外のビタミンEは含んでいない）

表 66. 食品群別摂取量 (3 区別)

	葵区		駿河区		清水区	
	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差	平均値	標準 偏差
解析対象者 (人)	1,138	-	869	-	976	-
穀類 (g)	373.0	183.1	372.3	175.3	379.4	184.4
いも類 (g)	46.4	41.2	47.8	41.9	46.0	39.1
砂糖類・甘味料類 (g)	4.1	3.5	4.4	3.9	4.1	3.3
豆類 (g)	61.3	46.4	60.6	45.4	58.9	45.2
野菜類 (g)	246.3	148.7	243.5	149.3	241.6	138.2
緑黄色野菜 (g)	92.6	66.2	89.0	66.8	91.0	65.7
その他の野菜 (g)	153.7	93.8	154.5	93.2	150.7	85.9
果実類 (g)	98.7	94.0	101.6	105.1	97.5	96.3
魚介類 (g)	70.7	58.3	70.9	55.9	69.9	58.5
肉類 (g)	78.1	46.5	81.7	49.4	78.6	50.1
卵類 (g)	38.3	28.2	38.7	28.0	38.8	27.3
乳類 (g)	109.4	94.5	111.3	95.7	110.1	100.3
油脂類 (g)	11.0	5.7	11.4	5.6	11.2	6.0
菓子類 (g)	47.3	41.5	48.0	38.6	48.3	41.5
嗜好飲料類 (g)	709.0	389.8	752.2	443.3	713.3	417.1
調味料・香辛料類 (g)	240.6	151.5	231.2	140.0	238.3	150.3