

第2部

結果の概要

I 栄養素等の摂取状況

1. 栄養素等摂取量

県民1人1日当たりの平均の栄養素等摂取量は表2-1-1のとおりであった。

食品成分表が異なるため、単純に経年比較はできないが、3大栄養素である、たんぱく質、脂質、炭水化物の摂取量は全てで減少していた。

表2-1-1 栄養素等摂取量の比較<年次・全国比較>

	徳島県					全国
	平成15年	平成22年	平成28年	令和4年	令和6年	令和5年
エネルギー(kcal)	1,911	1,858	1,892	1,932	1,857	1,877
たんぱく質(g)	70.8	68.2	70.1	72.3	70.6	70.4
動物性たんぱく質(g)	38.4	36.2	38.3	40.7	40.1	39.9
脂質(g)	51.3	50.7	55.2	61.8	59.2	60.9
動物性脂質(g)	26.0	25.4	27.5	33.7	31.8	31.6
飽和脂肪酸(g)	-	13.70	14.87	18.43	17.67	18.03
一価不飽和脂肪酸(g)	-	16.95	18.63	22.80	21.64	22.41
n-6系脂肪酸(g)	-	8.71	9.55	10.54	10.22	10.65
n-3系脂肪酸(g)	-	2.08	2.19	2.17	2.21	2.26
炭水化物(g)	276.0	267.1	262.9	252.7	242.9	244.9
カルシウム(mg)	553	538	562	527	523	489
鉄(mg)	8.1	7.8	7.9	8.0	7.7	7.4
ビタミンA(μgRAE)	959	504	559	535	510	483
ビタミンB1(mg)	1.28	1.03	0.84	0.91	0.89	0.95
ビタミンB2(mg)	1.27	1.31	1.19	1.21	1.17	1.15
ビタミンC(mg)	119	118	119	98	92	87
食塩相当量(g)	10.5	9.6	9.4	9.5	9.1	9.5
コレステロール(mg)	324	310	329	373	356	332
食物繊維(g)	14.3	14.0	14.8	18.6	18.0	17.8
脂肪エネルギー比(%)	23.7	24.5	26.0	28.4	28.3	28.9
穀類エネルギー比(%)	44.6	44.2	41.0	38.1	38.1	40.1
炭水化物エネルギー比(%)	61.3	60.7	59.1	56.5	56.4	56.0
動物性たんぱく質比(%)	52.2	51.2	52.9	54.5	54.9	54.7
カリウム(mg)	2,392	2,236	2,347	2,342	2,255	2,224
ビタミンD(μg)	7.6	6.9	7.4	6.4	7.2	6.2

※H15は「五訂日本食品標準成分表」、H22は「五訂増補日本食品標準成分表」、H28は「日本食品標準成分表2010」、R4、R6及びR5全国は「日本食品標準成分表2015年版」を参考とした。

性別でみると、20代以上の男性では、カルシウムの摂取量がすべての年齢階級で推定平均必要量を下回っていた。また、カリウムの摂取量は20～69歳で、ビタミンDの摂取量は7～14歳を除くすべての年齢階級で目安量を下回っていた。目標量についてみると、食物繊維では20～69歳で下回っていた。(表2-1-2)

表2-1-2 栄養素等摂取量(男性・年齢階級別)

	合計	年齢区分									再掲
		1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上	
調査人数	498	18	36	15	18	31	72	52	78	178	429
エネルギー(kcal)	2,028	1,406	1,990	1,974	2,065	1,951	2,139	1,978	2,054	2,071	2,059
たんぱく質(g)	75.0	46.7	75.3	71.0	83.8	70.6	75.8	74.0	73.9	78.5	76.3
動物性たんぱく質(g)	43.1	26.1	47.0	42.4	55.6	41.5	44.7	41.7	41.7	43.3	43.5
脂質(g)	63.1	45.7	67.9	60.4	68.4	62.4	71.0	63.1	63.6	60.3	63.5
動物性脂質(g)	34.6	22.5	38.8	34.6	38.4	37.0	38.7	33.3	34.7	32.9	34.8
飽和脂肪酸(g)	18.55	16.38	22.52	17.88	17.77	18.14	20.42	18.52	18.45	17.46	18.33
一価不飽和脂肪酸(g)	23.40	15.36	24.64	22.38	26.57	23.67	27.73	23.28	24.09	21.64	23.66
n-6系脂肪酸(g)	10.88	7.28	10.73	10.65	12.77	10.92	12.25	10.97	10.83	10.53	11.05
n-3系脂肪酸(g)	2.34	1.17	2.02	1.92	3.04	1.87	2.25	2.45	2.24	2.61	2.43
炭水化物(g)	261.4	198.1	259.4	274.7	257.3	252.4	260.1	247.3	253.6	277.2	263.8
食塩相当量(g)	9.5	4.5	8.1	9.2	9.7	8.4	9.2	9.5	10.1	10.3	9.8
カリウム(mg)	2,302	1,575	2,104	1,821	2,052	1,922	2,165	2,246	2,282	2,627	2,366
カルシウム(mg)	516	514	606	405	351	408	452	498	474	591	512
マグネシウム(mg)	254	159	217	191	235	214	243	258	254	289	263
リン(mg)	1,038	762	1,082	963	1,017	942	1,004	1,002	1,015	1,116	1,049
鉄(mg)	8.0	4.4	6.8	6.8	7.4	7.1	7.7	7.7	7.9	9.2	8.3
亜鉛(mg)	8.7	6.1	9.1	8.3	8.8	8.9	9.3	8.2	8.5	8.9	8.8
銅(mg)	1.13	0.75	1.05	1.04	0.99	1.07	1.08	1.06	1.11	1.26	1.15
ビタミンA(μgRAE)	510	360	557	481	271	478	498	378	498	596	513
ビタミンD(μg)	7.0	2.8	7.6	5.0	7.2	4.4	5.2	7.1	6.7	8.8	7.2
ビタミンE(mg)	6.5	4.1	5.7	5.8	6.4	5.7	6.3	6.0	6.3	7.3	6.7
ビタミンK(μg)	229	113	186	181	198	203	220	238	221	266	239
ビタミンB1(mg)	0.94	0.65	1.00	0.91	0.89	0.98	0.94	0.96	0.95	0.95	0.95
ビタミンB2(mg)	1.23	0.93	1.21	1.17	1.02	1.08	1.15	1.16	1.20	1.37	1.24
ナイアシン当量(mgNE)	32.3	18.0	30.6	29.1	37.6	30.2	33.6	33.3	32.6	33.3	33.2
ビタミンB6(mg)	1.23	0.73	1.11	0.96	1.26	1.04	1.17	1.23	1.25	1.36	1.27
ビタミンB12(μg)	5.7	2.8	4.8	4.3	5.4	3.9	4.6	4.6	5.4	7.5	5.9
葉酸(μg)	289	148	209	213	209	233	255	273	291	361	304
パントテン酸(mg)	5.72	4.45	6.03	5.29	5.46	5.23	5.59	5.44	5.61	6.11	5.76
ビタミンC(mg)	89	42	50	58	53	60	67	81	89	125	96
コレステロール(mg)	374	196	316	447	403	404	363	319	411	394	384
食物繊維(g)	18.7	12.2	17.3	16.7	15.8	16.9	19.0	18.1	18.2	20.6	19.1
水溶性食物繊維(g)	3.4	2.2	3.0	2.6	2.4	2.9	3.5	3.3	3.3	3.8	3.5
不溶性食物繊維(g)	11.5	7.4	10.3	9.5	8.8	10.3	11.2	11.0	11.4	13.0	11.8
脂肪エネルギー比(%)	27.5	28.6	30.2	26.2	28.9	28.2	29.2	27.9	27.8	25.8	27.3
穀類エネルギー比(%)	39.2	37.4	41.0	48.0	39.1	42.4	40.0	37.5	39.1	38.1	38.9
炭水化物エネルギー比(%)	57.7	58.2	54.8	59.1	54.6	57.3	56.5	57.1	57.8	59.0	57.8
動物性たんぱく質比(%)	55.1	54.2	61.2	55.8	65.6	56.4	56.6	52.3	53.9	53.3	54.6

20 代以上の女性では、カルシウムの摂取量が 30～69 歳で、ビタミン C の摂取量が 30～59 歳で推定平均必要量を下回っていた。また、ビタミン D が 30 代以上のすべての年齢階級で目安量を下回っていた。目標量についてみると、食物繊維の摂取量が 20～59 歳で下回っていた。

(表 2-1-3)

表 2-1-3 栄養素等摂取量（女性・年齢階級別）

	合計	年齢区分									再掲
		1～6 歳	7～14 歳	15～19 歳	20～29 歳	30～39 歳	40～49 歳	50～59 歳	60～69 歳	70 歳以上	20 歳以上
調査人数	640	17	53	21	16	43	67	84	111	228	549
エネルギー(kcal)	1,723	1,230	1,780	1,842	1,820	1,586	1,667	1,667	1,736	1,786	1,729
たんぱく質(g)	67.1	47.6	63.2	67.8	70.6	62.9	63.2	66.0	68.1	71.0	68.1
動物性たんぱく質(g)	37.8	29.9	37.4	39.5	43.6	36.6	37.2	37.8	36.6	38.8	38.0
脂質(g)	56.2	40.6	59.1	64.7	63.4	56.8	58.0	56.0	57.1	54.5	56.1
動物性脂質(g)	29.7	24.9	32.9	34.0	34.4	30.9	29.6	29.5	29.1	28.6	29.3
飽和脂肪酸(g)	16.99	14.29	20.74	19.96	20.55	16.28	17.66	16.79	16.87	15.87	16.60
一価不飽和脂肪酸(g)	20.28	13.88	20.76	24.59	23.56	21.24	21.94	20.14	20.70	19.19	20.27
n-6 系脂肪酸(g)	9.71	5.98	8.94	10.31	9.34	10.74	9.59	9.88	10.29	9.64	9.88
n-3 系脂肪酸(g)	2.12	1.07	1.58	2.05	1.96	1.84	1.92	2.18	2.10	2.43	2.20
炭水化物(g)	228.4	164.2	240.8	237.4	234.9	198.0	210.4	213.8	228.3	245.6	228.9
食塩相当量(g)	8.7	4.3	7.1	9.1	9.3	7.3	8.0	8.7	9.1	9.6	9.0
カリウム(mg)	2,219	1,420	1,886	1,927	2,236	1,797	1,872	2,070	2,389	2,536	2,287
カルシウム(mg)	529	449	571	472	587	373	428	470	542	600	529
マグネシウム(mg)	240	142	194	210	223	203	202	226	262	273	248
リン(mg)	965	732	948	950	1029	848	875	910	986	1041	974
鉄(mg)	7.5	4.3	5.7	7.4	6.6	6.8	6.5	7.1	7.9	8.7	7.8
亜鉛(mg)	7.7	5.8	7.8	8.7	7.8	7.5	7.4	7.2	7.7	8.0	7.7
銅(mg)	1.04	0.65	0.92	1.03	0.97	0.94	0.91	0.98	1.09	1.16	1.06
ビタミン A(μgRAE)	510	466	489	483	421	441	413	453	475	606	514
ビタミン D(μg)	7.3	3.9	5.1	7.5	9.1	4.4	6.7	6.6	7.3	8.8	7.6
ビタミン E(mg)	6.3	3.7	5.2	5.8	5.9	5.8	5.8	5.8	6.7	7.0	6.5
ビタミン K(μg)	229	98	166	268	196	194	201	221	240	266	238
ビタミン B1(mg)	0.85	0.62	0.82	0.80	0.99	0.84	0.79	0.86	0.87	0.86	0.86
ビタミン B2(mg)	1.13	0.85	1.03	1.06	1.31	0.91	0.97	1.09	1.16	1.26	1.15
ナイアシン当量(mgNE)	28.1	20.2	24.5	26.7	28.7	26.5	27.1	28.1	29.4	29.6	28.8
ビタミン B6(mg)	1.11	0.73	0.87	1.00	1.10	1.00	1.00	1.03	1.14	1.27	1.15
ビタミン B12(μg)	5.0	3.9	4.1	4.3	4.9	3.3	4.0	4.4	4.6	6.5	5.2
葉酸(μg)	280	133	193	236	243	226	222	257	295	346	295
パントテン酸(mg)	5.24	4.12	5.19	5.30	5.67	4.64	4.78	4.98	5.33	5.61	5.28
ビタミン C(mg)	93	43	53	73	84	68	71	73	101	124	100
コレステロール(mg)	342	254	266	368	383	368	312	342	339	365	351
食物繊維(g)	17.5	10.5	16.2	18.4	16.3	15.8	15.8	15.9	18.4	19.4	17.9
水溶性食物繊維(g)	3.4	1.9	2.9	3.9	3.1	3.2	3.0	3.0	3.7	3.8	3.5
不溶性食物繊維(g)	11.1	6.6	9.8	10.6	10.2	10.1	9.6	10.0	11.9	12.5	11.4
脂肪エネルギー比(%)	28.9	28.7	29.6	31.2	30.9	32.4	30.6	29.3	29.3	26.9	28.7
穀類エネルギー比(%)	37.3	40.2	40.0	40.2	39.3	38.4	38.6	38.0	35.9	35.8	36.8
炭水化物エネルギー比(%)	55.5	55.8	56.1	53.9	53.5	51.9	54.3	54.8	54.9	57.2	55.5
動物性たんぱく質比(%)	54.8	61.7	58.4	56.2	60.4	56.2	56.3	55.9	52.9	52.7	54.1

2. 栄養素等摂取構成

(1) エネルギー

摂取エネルギーに占めるたんぱく質、脂質、炭水化物の構成比は 図 2-1-1 のとおりであり、前回調査 (R4) と比較しても、大差はみられず、適正範囲内であった。

脂肪エネルギー比について、すべての年齢階級別でやや高くなっており、男性では 7~14 歳で、女性では 15~49 歳で目標量を上回っていた。(図 2-1-2)

図 2-1-1 エネルギーの栄養素別摂取構成比<年次・全国比較>

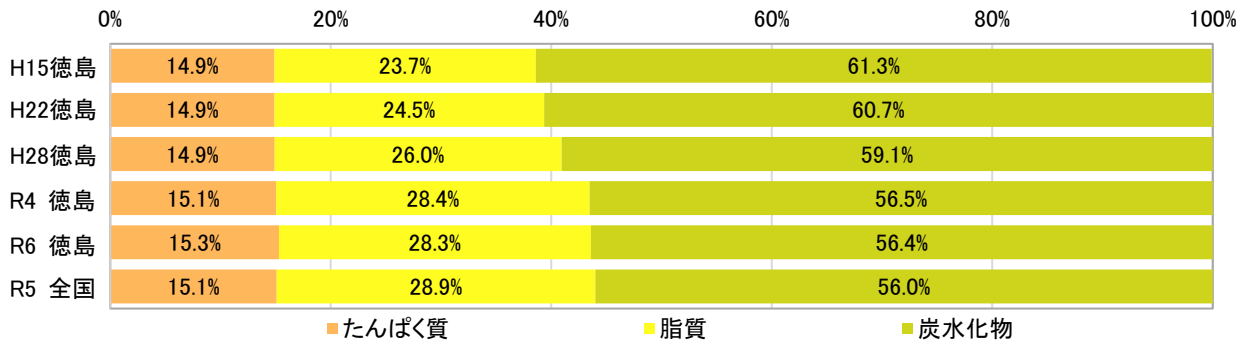
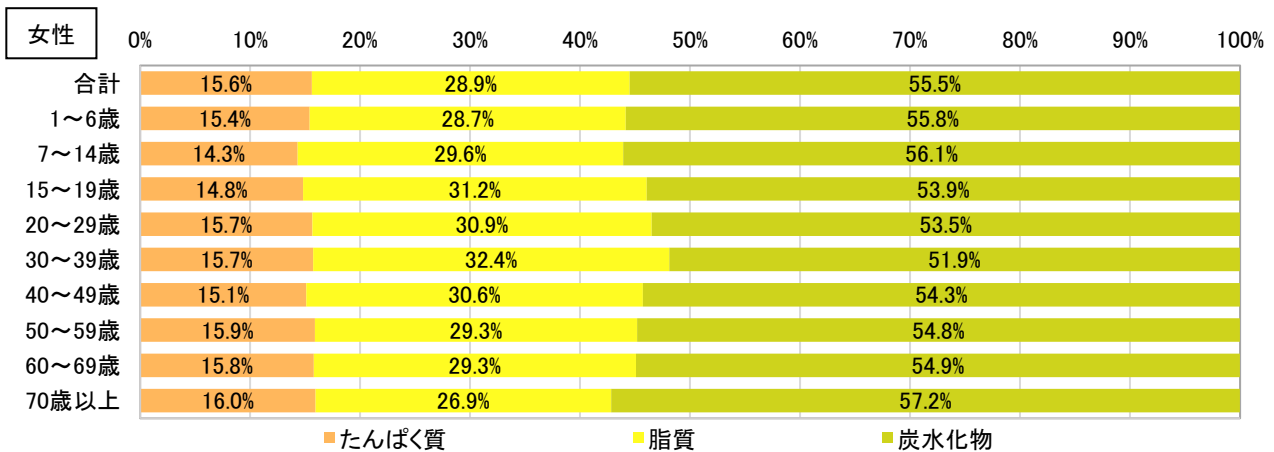
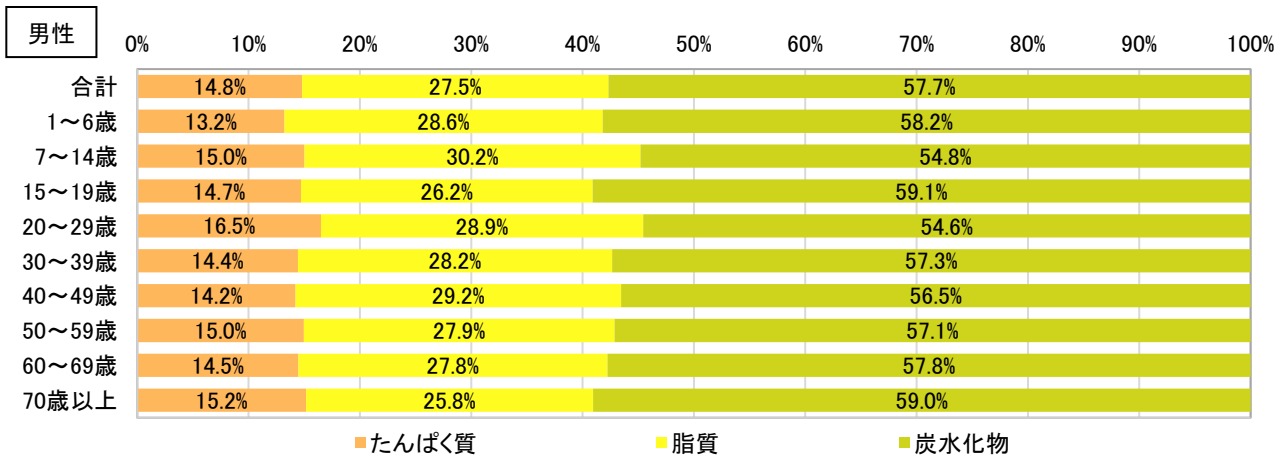


図 2-1-2 エネルギーの栄養素摂取構成比 (性別・年齢階級別)



県民健康・栄養の現状●○●R6

エネルギーの食品群別摂取構成比は 図 2-1-3 のとおりであり、前回までの調査（H15, H22, H28, R4）との比較では、米類の割合が減少していた。全国調査（R5）と比べても摂取割合は少なくなっている。

性別・年齢階級別でみると 図 2-1-4 のとおりであった。

図 2-1-3 エネルギーの食品群別摂取構成比＜年次・全国比較＞

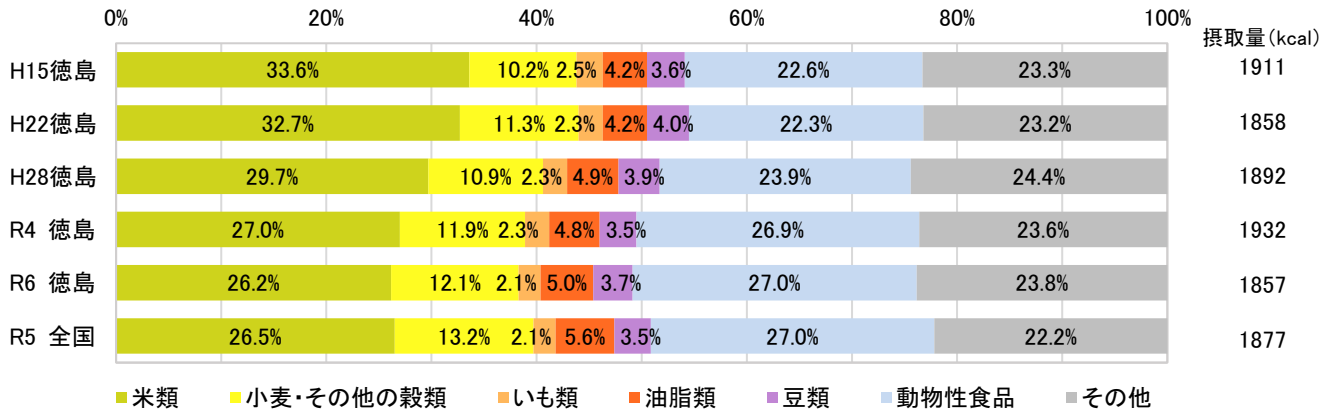
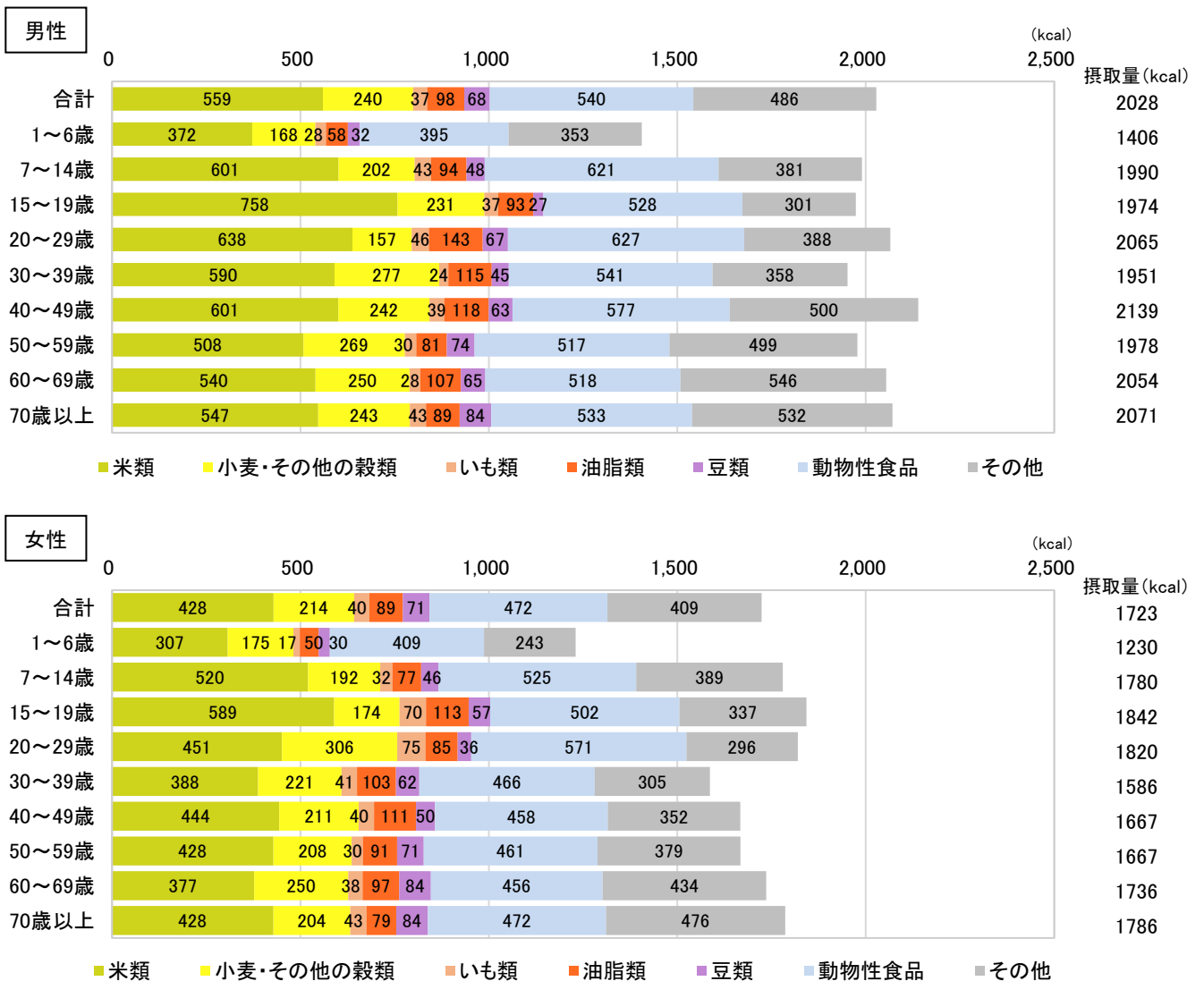


図 2-1-4 エネルギーの食品群別摂取構成（性別・年齢階級別）



(2) たんぱく質

たんぱく質の食品群別摂取構成比は 図 2-1-5 のとおりであり、前回までの調査（H15, H22, H28, R4）との比較では、米類からの摂取割合が減少していた。経年的にみると、特に米類からの摂取割合が減少し、乳類からの摂取割合が増加していた。

性別・年齢階級別でみると、男性では、20～29歳及び70歳以上で魚介類からの摂取量が多くみられた。

女性では、年齢階級が上がるにつれて、魚介類からの摂取量が増加し、肉類からの摂取量が減少する傾向がみられた。（図 2-1-6）

図 2-1-5 たんぱく質の食品群別摂取構成比＜年次・全国比較＞

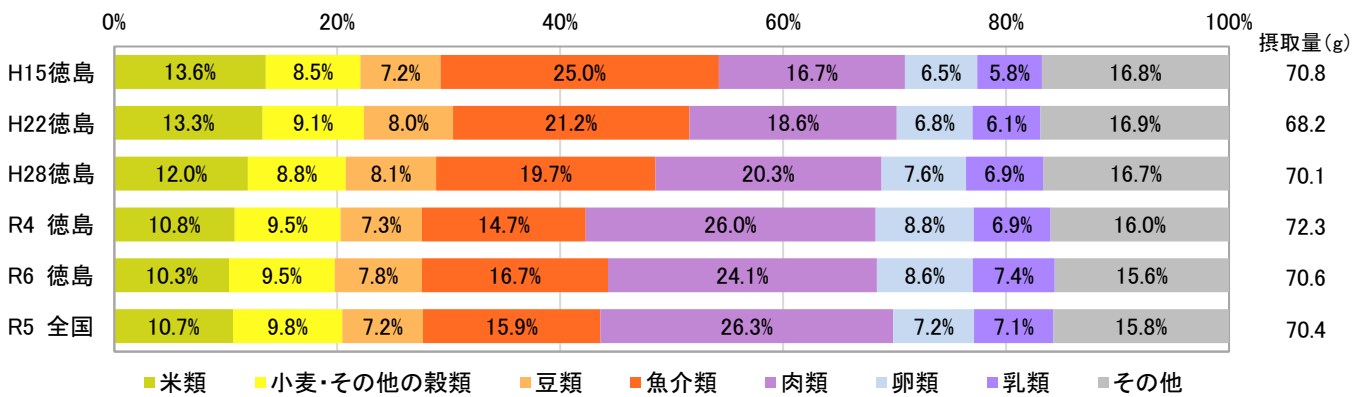
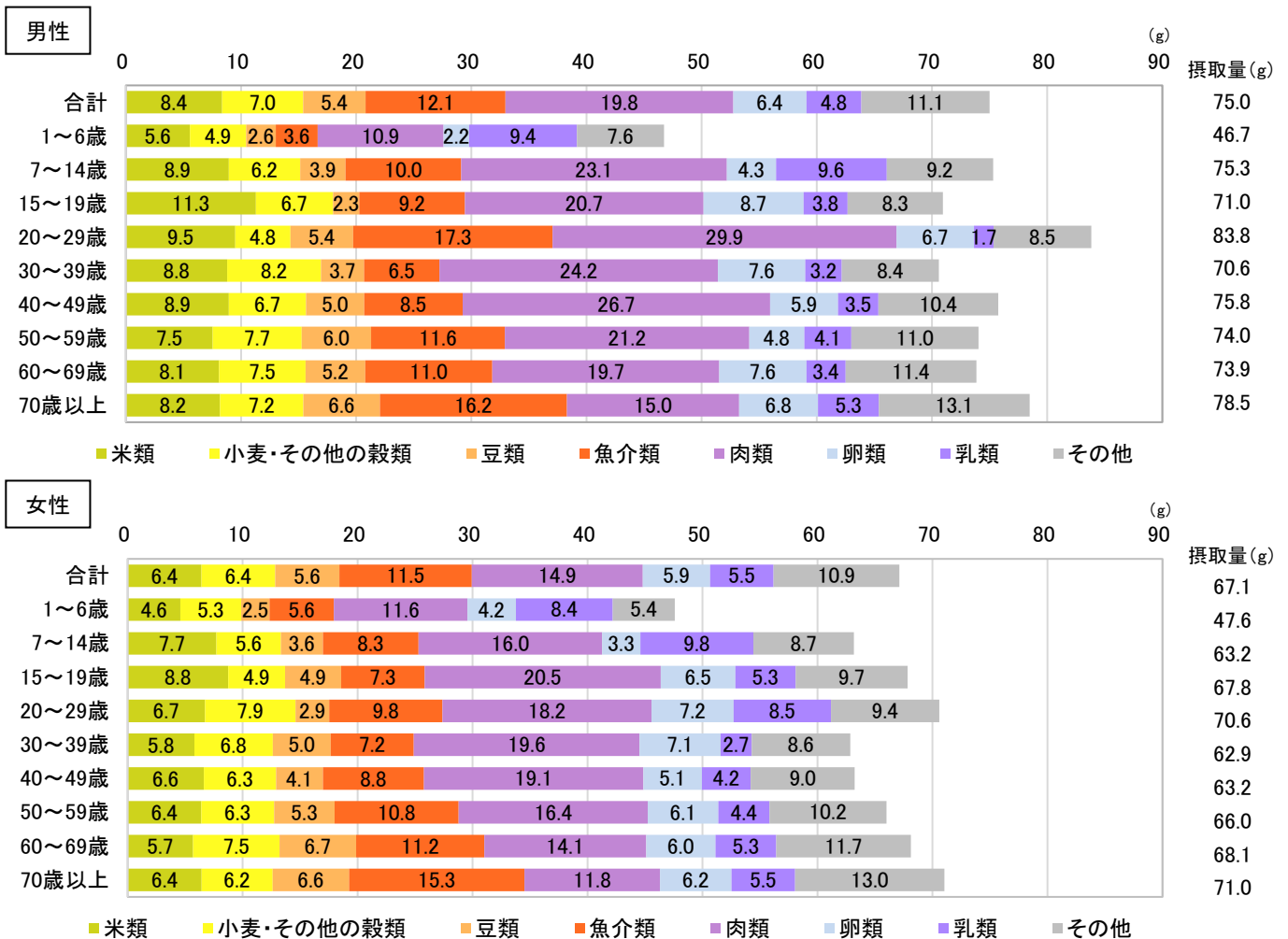


図 2-1-6 たんぱく質の食品群別摂取量（性別・年齢階級別）



(3) 脂 質

脂質の摂取構成は 図 2-1-7 のとおりであり、前々回までの調査 (H15, H22, H28) との比較では、動物性油脂からの摂取量が増加しているが、前回調査 (R4) との比較では、減少している。

食品群別摂取構成比は 図 2-1-8 のとおりであり、前々回までの調査 (H22, H28) との比較では、魚介類からの摂取量の割合が減少し、肉類からの摂取量の割合は増加しているが、前回調査 (R4) との比較では、魚介類からの摂取量の割合が増加し、肉類からの摂取量の割合は減少している。

性別・年齢階級別でみると 図 2-1-9 のとおりであった。

図 2-1-7 脂質の摂取構成<年次・全国比較>

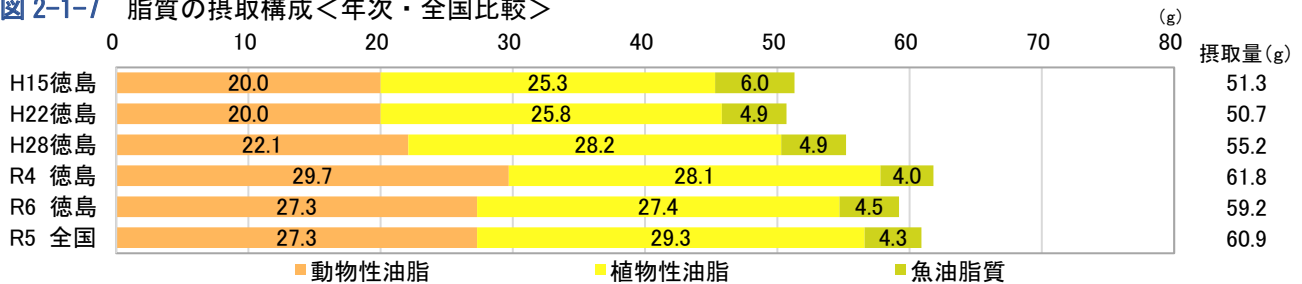


図 2-1-8 脂質の食品群別摂取構成比<年次・全国比較>

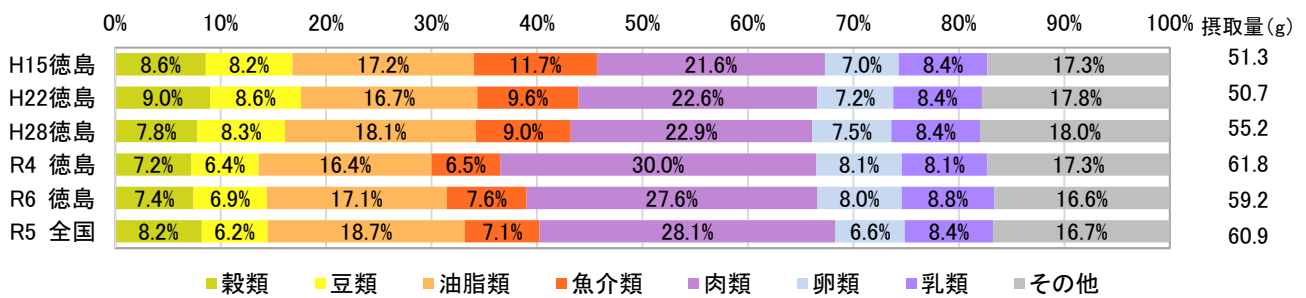
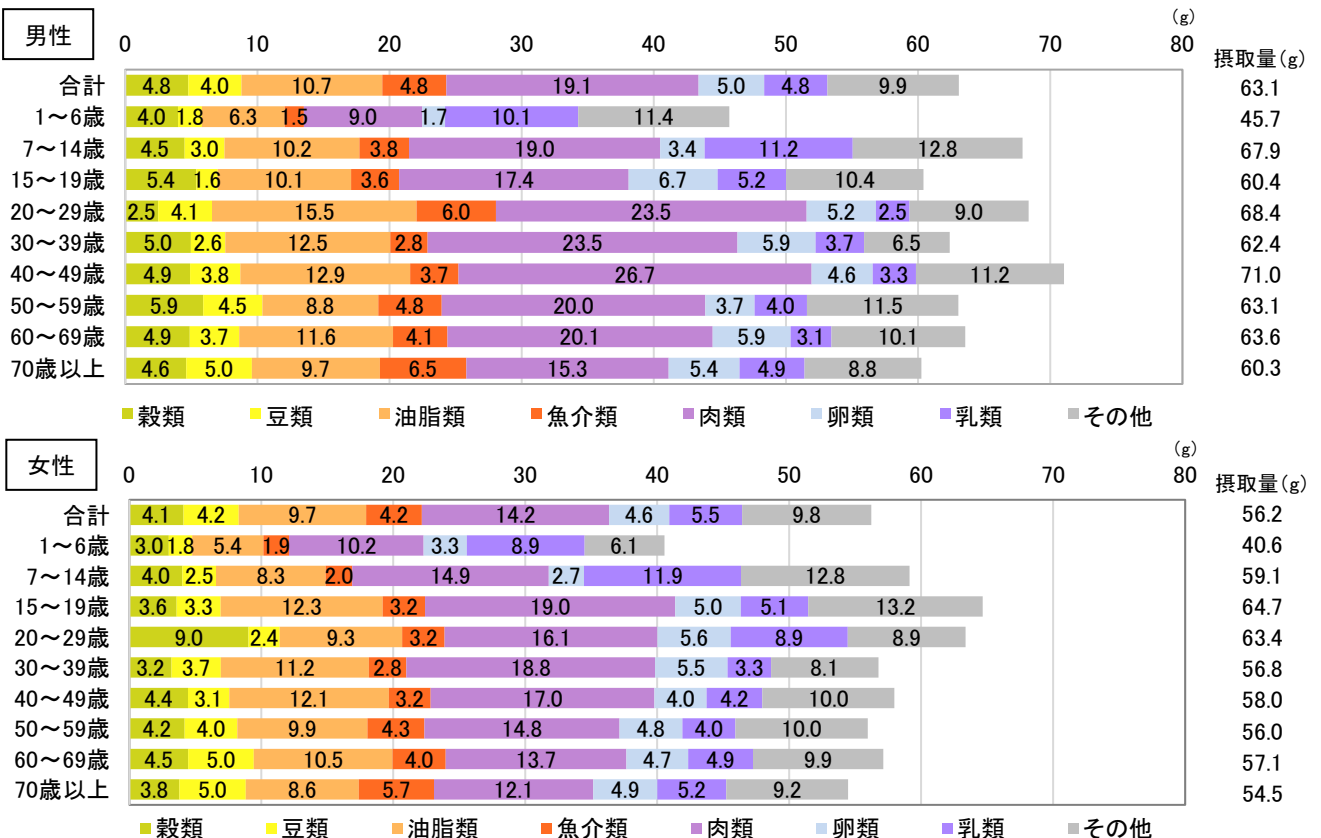


図 2-1-9 脂質の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(4) 食塩相当量

食塩相当量の食品群別構成は 図 2-1-10 のとおりであった。

性別・年齢階級別でみると、男性では60代以上で摂取量が多く、女性では、15～29歳及び60代以上で摂取量が多くなっていた。(図 2-1-11)

図 2-1-10 食塩相当量の食品群別摂取量<年次・全国比較>

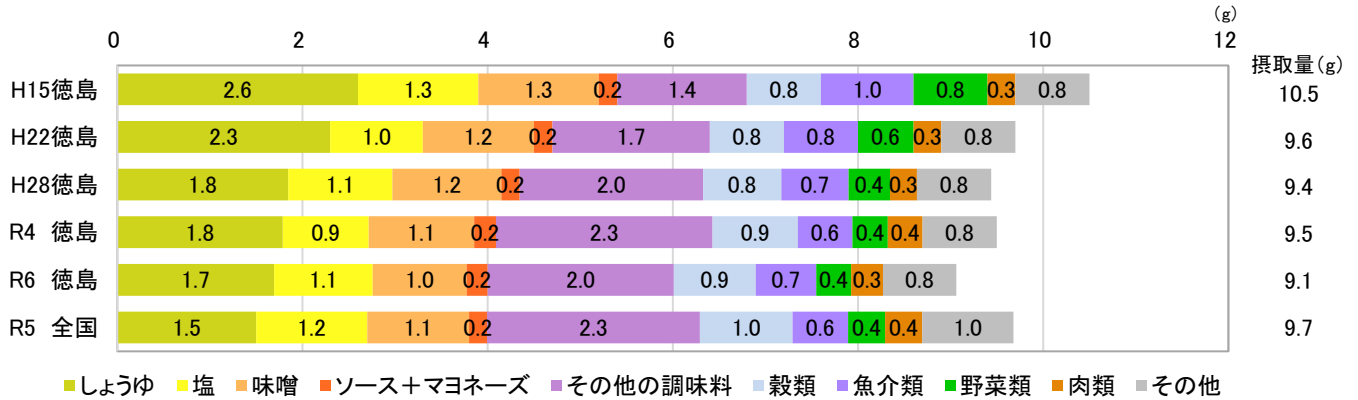
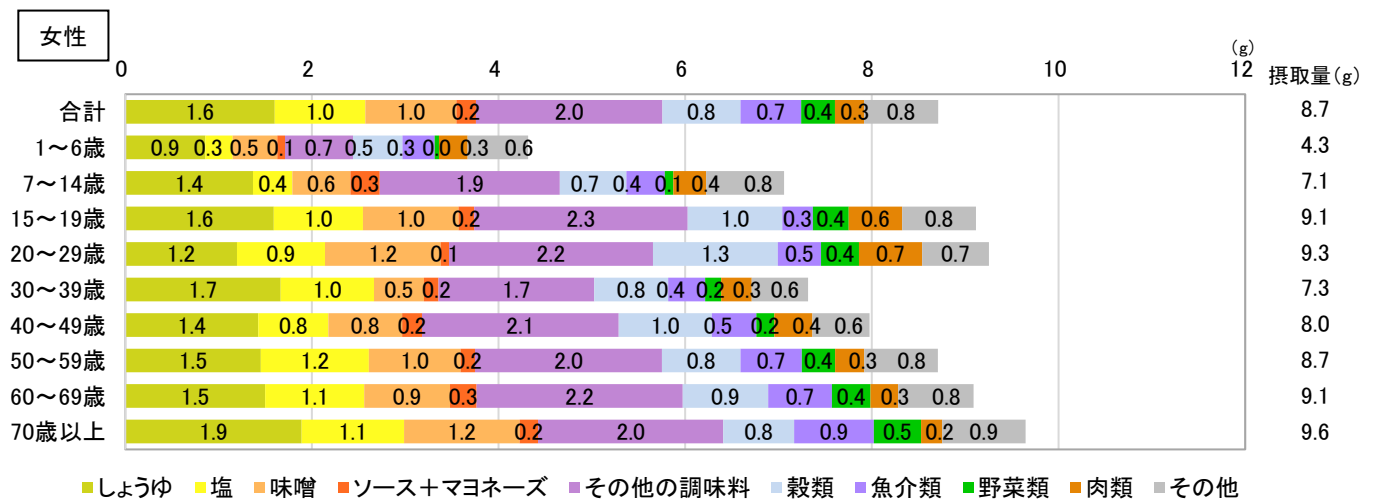
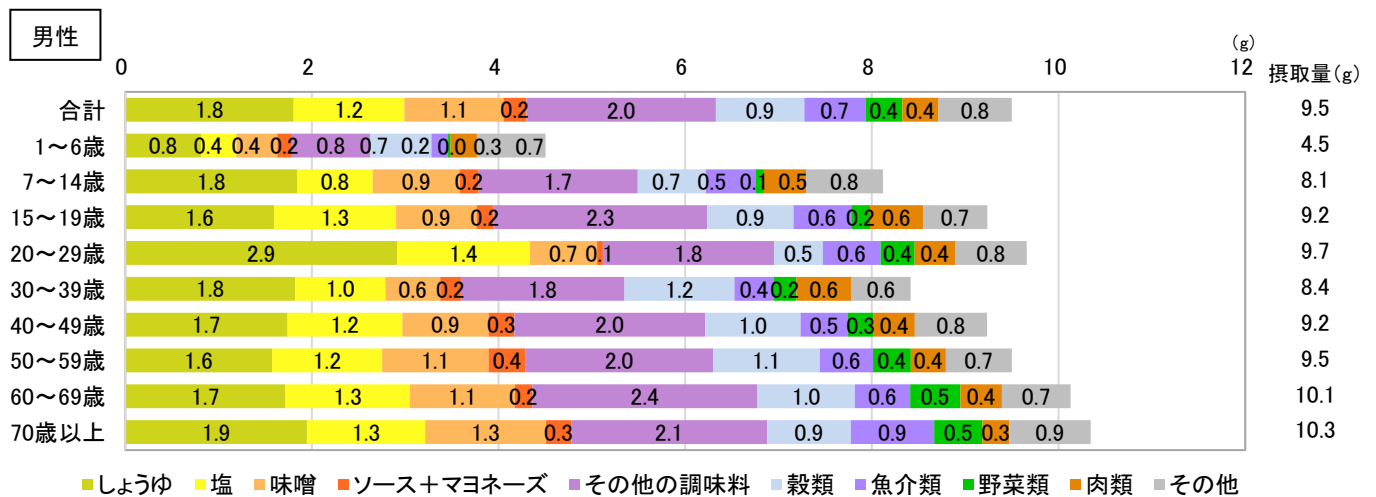


図 2-1-11 食塩相当量の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(5) カリウム

カリウムの食品群別摂取構成は 図 2-1-12 のとおりであり、前回までの調査（H15, H22, H28, R4）との比較では、野菜類及びいも類、穀類からの摂取量が減少していた。前々回までの調査（H15, H22, H28）との比較では、肉類からの摂取量が増加し、前回調査（R4）との比較では、肉類からの摂取量が減少していた。

性別・年齢階級別でみると、男性では70歳以上で、女性では60歳以上で摂取量が多くなっていた。（図 2-1-13）

図 2-1-12 カリウムの食品群別摂取構成＜年次・全国比較＞

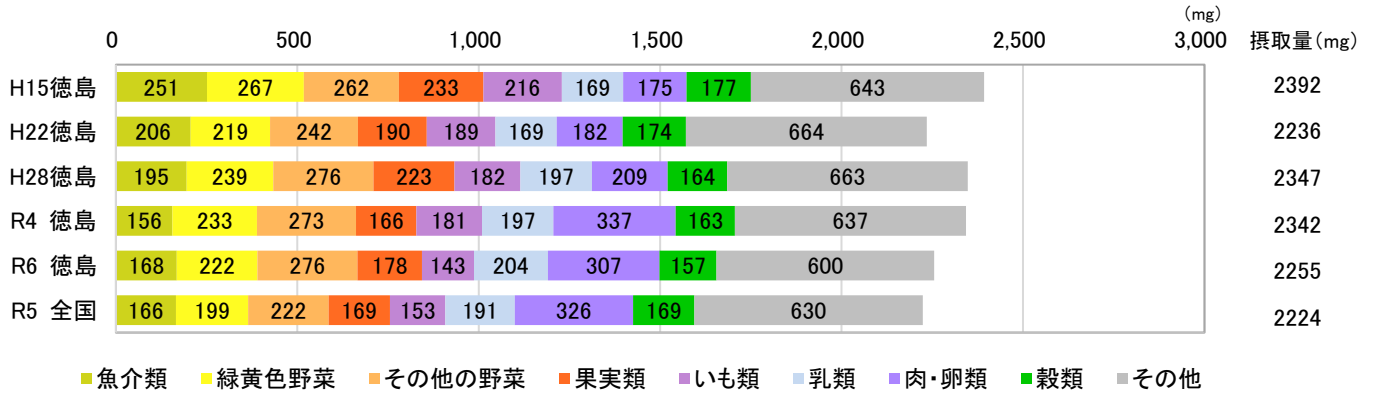
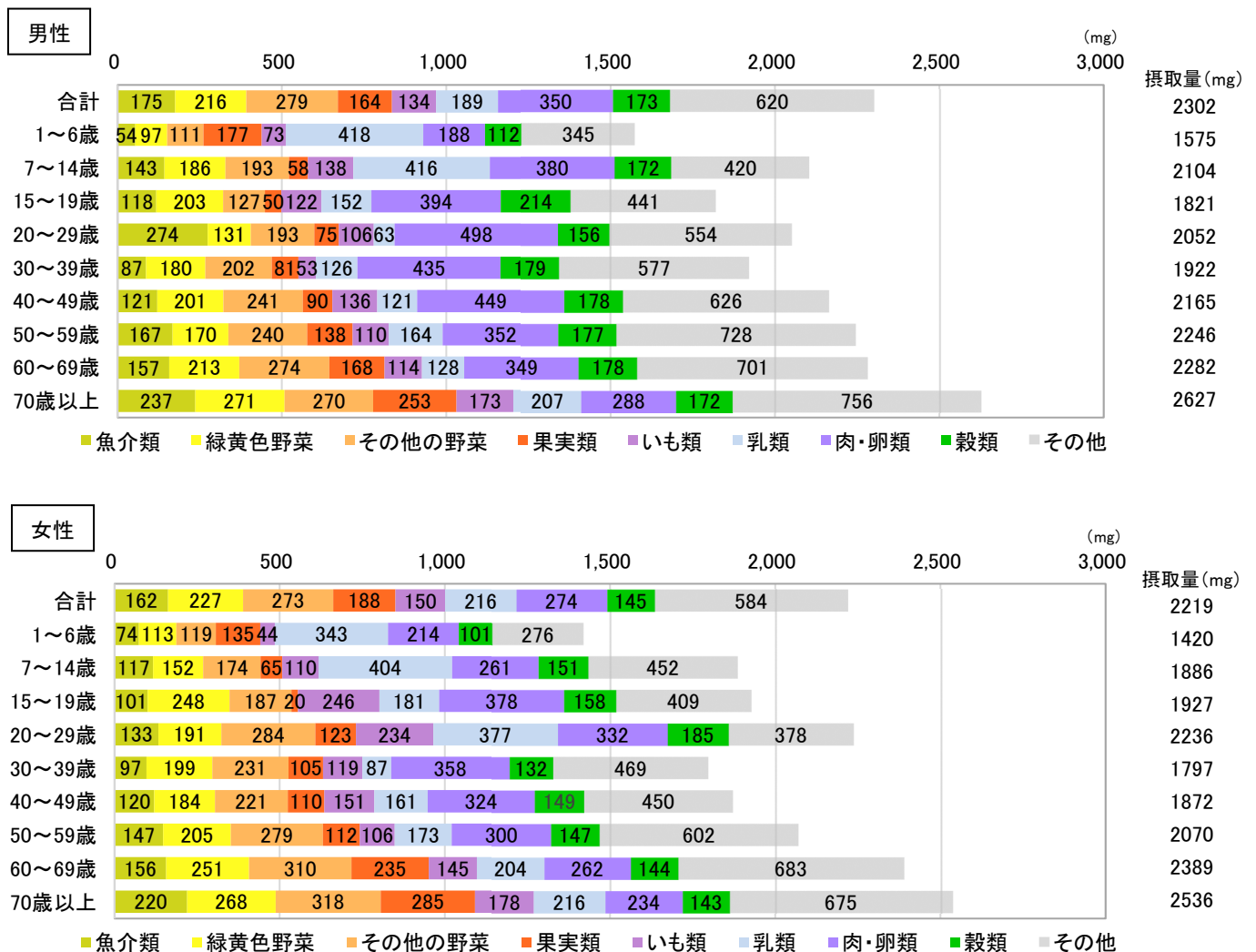


図 2-1-13 カリウムの食品群別摂取構成（性別・年齢階級別）

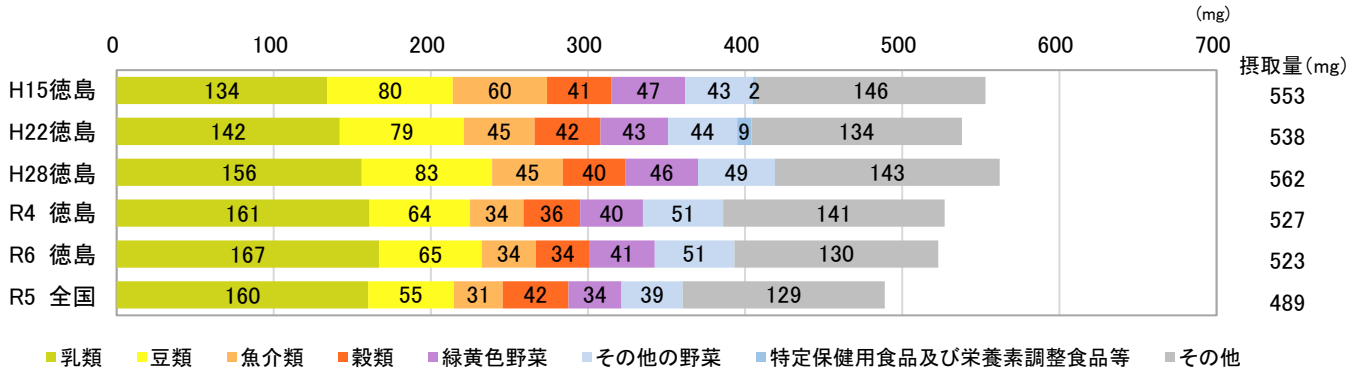


(6) カルシウム

カルシウムの食品群別摂取構成は 図 2-1-14 のとおりであり、前回までの調査 (H15, H22, H28, R4) との比較では、乳類からの摂取量が増加していた。

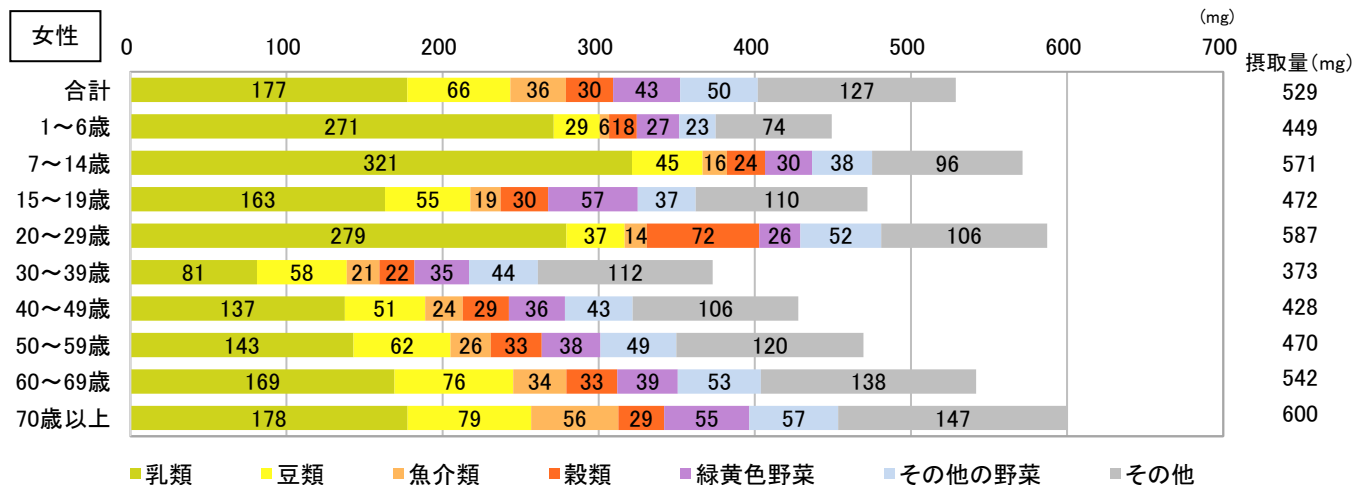
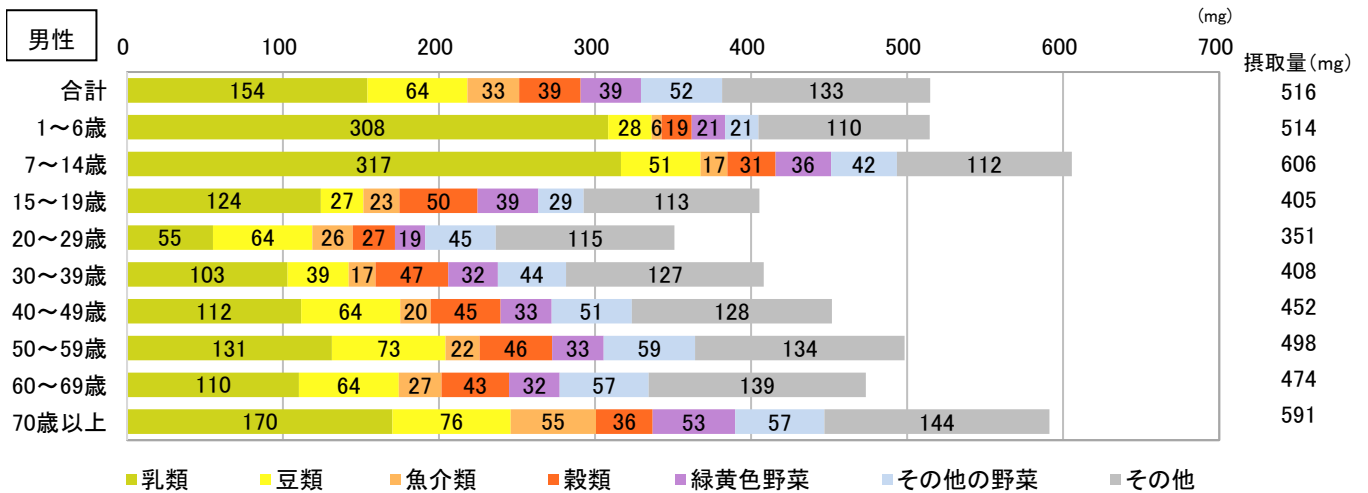
性別・年齢階級別でみると、男女ともに学校給食が終わった 15～19 歳の摂取量が大きく低下し、70 歳以上では魚介類、緑黄色野菜からの摂取量が多くなっていた。(図 2-1-15)

図 2-1-14 カルシウムの食品群別摂取構成<年次・全国比較>



※H28 徳島、R4 徳島、R6 徳島、R5 全国は、強化食品及び補助食品からの摂取については把握なし

図 2-1-15 カルシウムの食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)

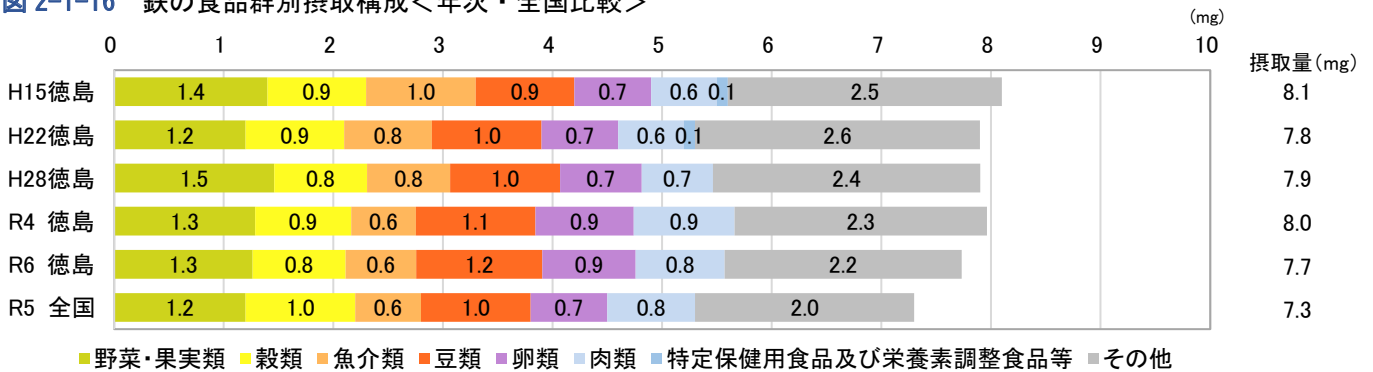


(7) 鉄

鉄の食品群別摂取構成は 図 2-1-16 のとおりであり、全国調査 (R5) と比較して摂取量が多くなっていた。

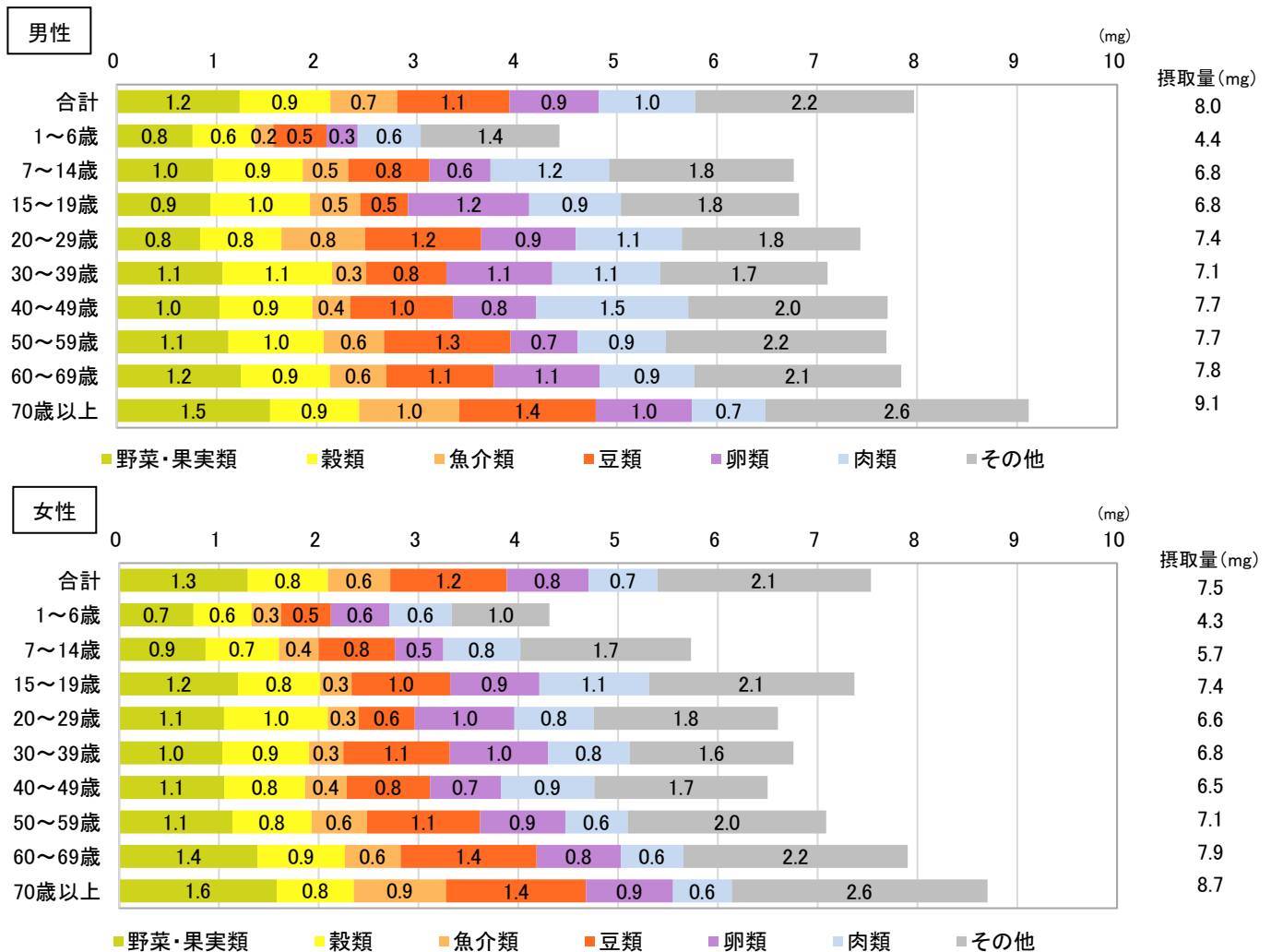
性別・年齢階級別でみると、年齢階級が上がるにつれて、摂取量が多くなる傾向があり、野菜・果実類や魚介類からの摂取量が増加していた。(図 2-1-17)

図 2-1-16 鉄の食品群別摂取構成<年次・全国比較>



※H28 徳島、R4 徳島、R6 徳島、R5 全国は、強化食品及び補助食品からの摂取については把握なし

図 2-1-17 鉄の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(8) ビタミンA

ビタミンAの食品群別摂取構成は 図 2-1-18 のとおりであり、前回までの調査（H15, H22, H28, R4）との比較では、緑黄色野菜及び果実類からの摂取量が減少し、乳類からの摂取量が増加していた。

性別・年齢階級別の摂取構成は 図 2-1-19 のとおりであった。

図 2-1-18 ビタミンAの食品群別摂取構成<年次・全国比較>

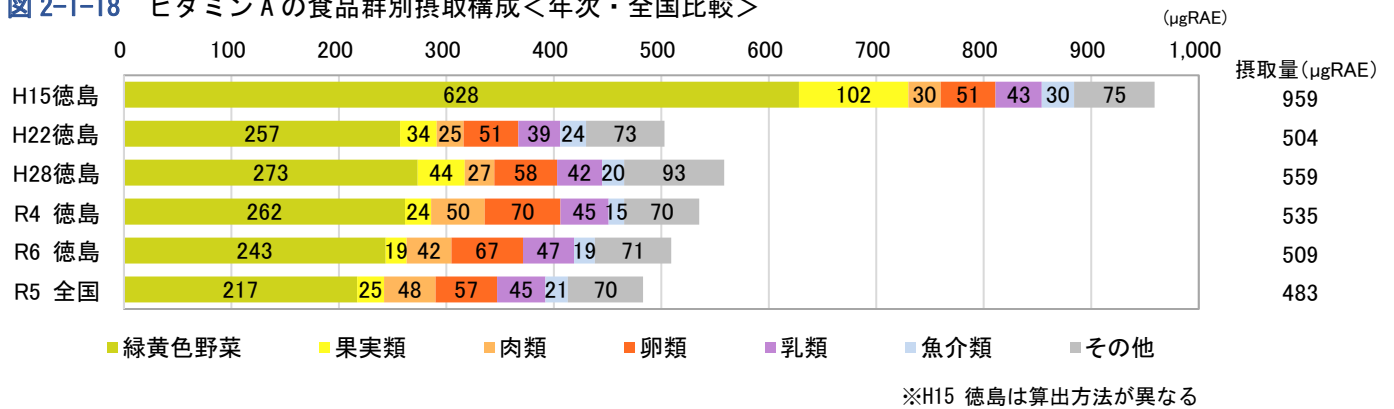
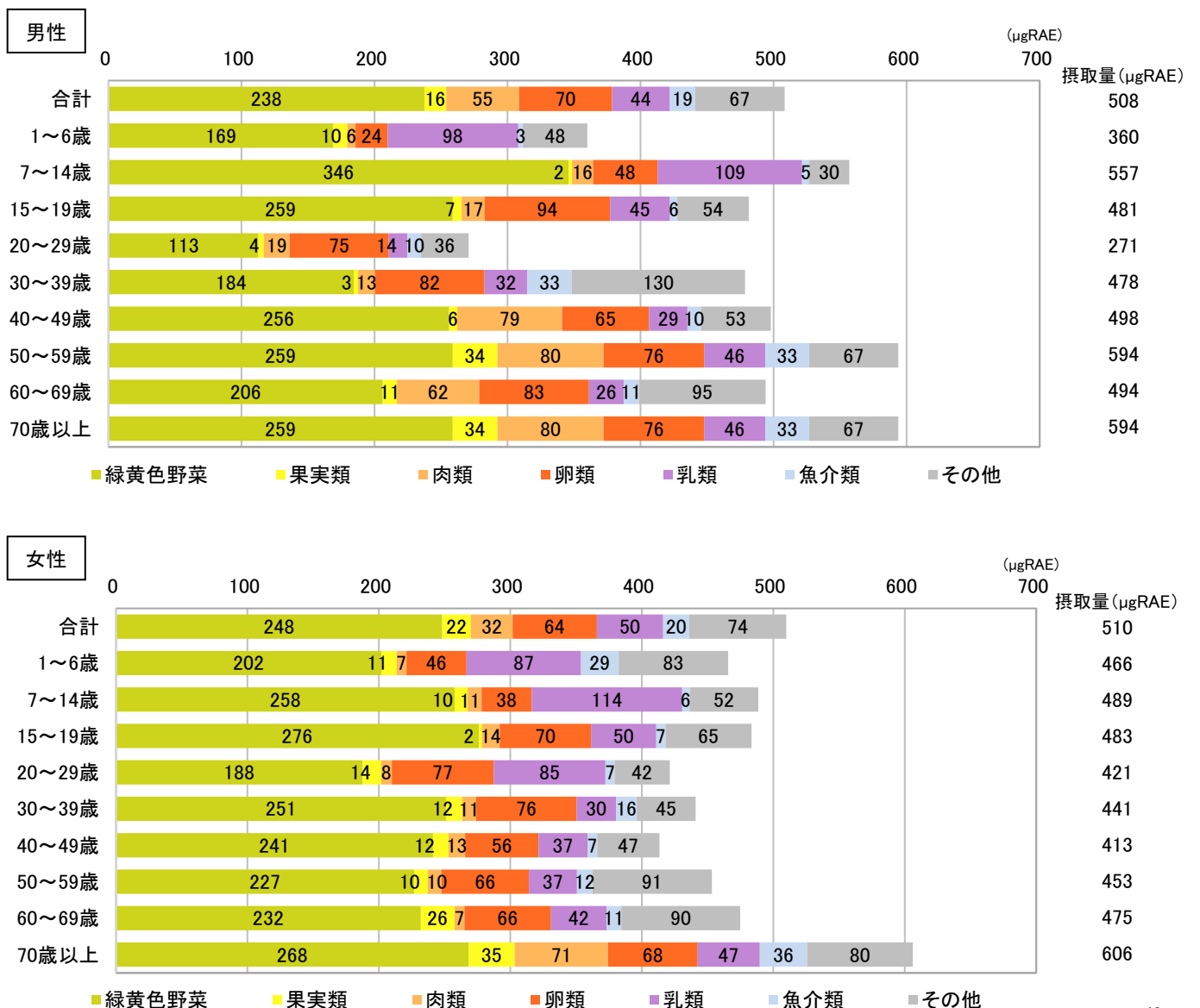


図 2-1-19 ビタミンAの食品群別摂取構成（性別・年齢階級別）

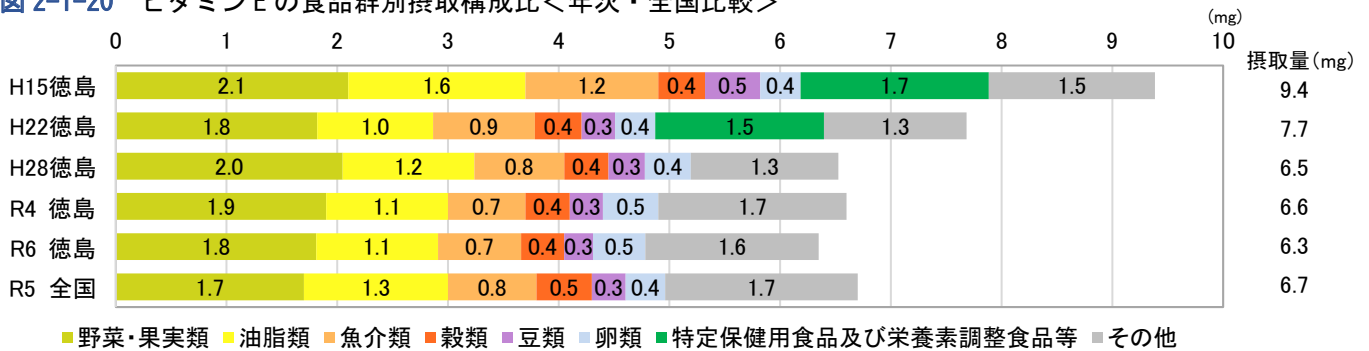


(9) ビタミンE

ビタミンEの食品群別摂取構成は 図 2-1-20 のとおりであり、野菜・果実類及び油脂類からの摂取が多くみられた。

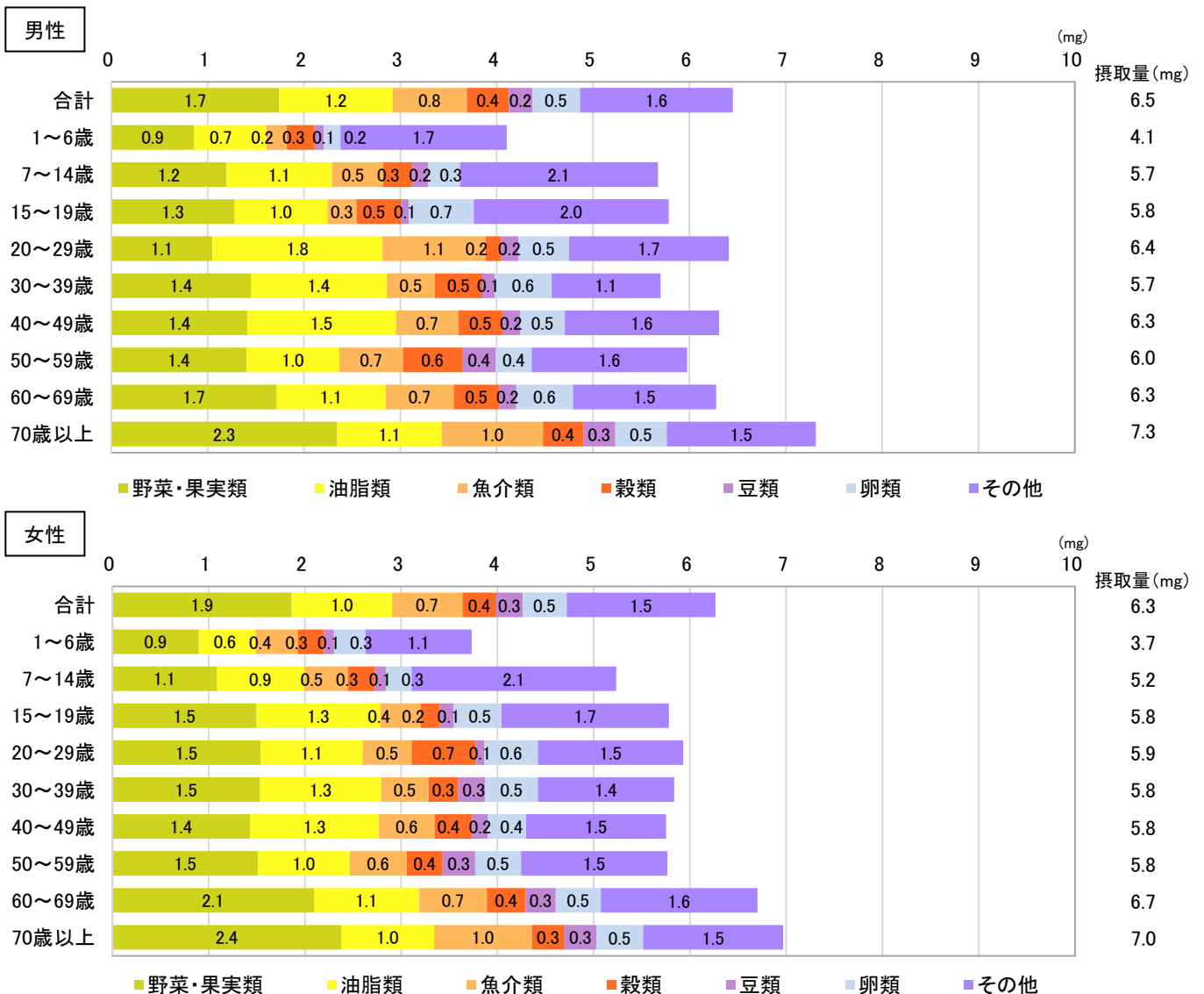
性別・年齢階級別でみると、男女とも70歳以上で摂取が多くなっていた。(図 2-1-21)

図 2-1-20 ビタミンEの食品群別摂取構成比<年次・全国比較>



※H28 徳島、R4 徳島、R6 徳島、R5 全国は、強化食品及び補助食品からの摂取については把握なし
 ※H15 徳島は算出方法が異なる

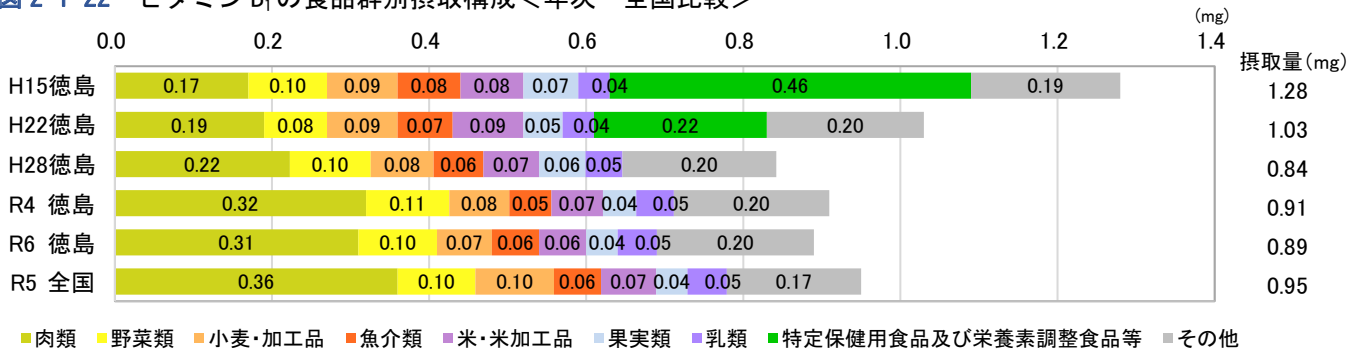
図 2-1-21 ビタミンEの食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(10) ビタミンB₁

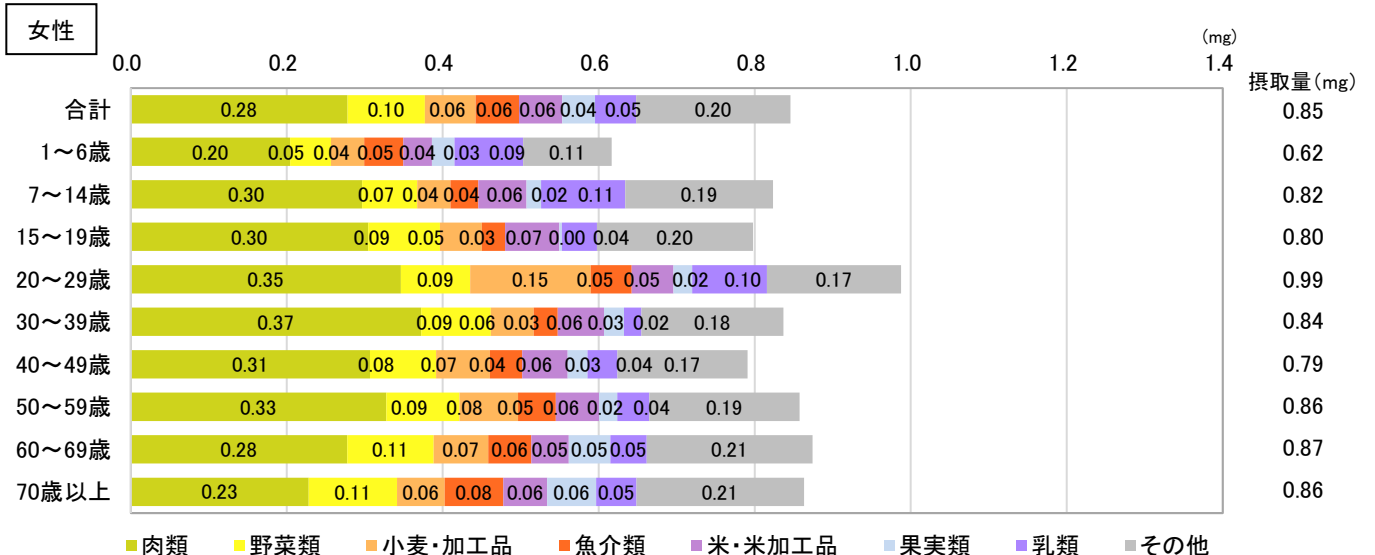
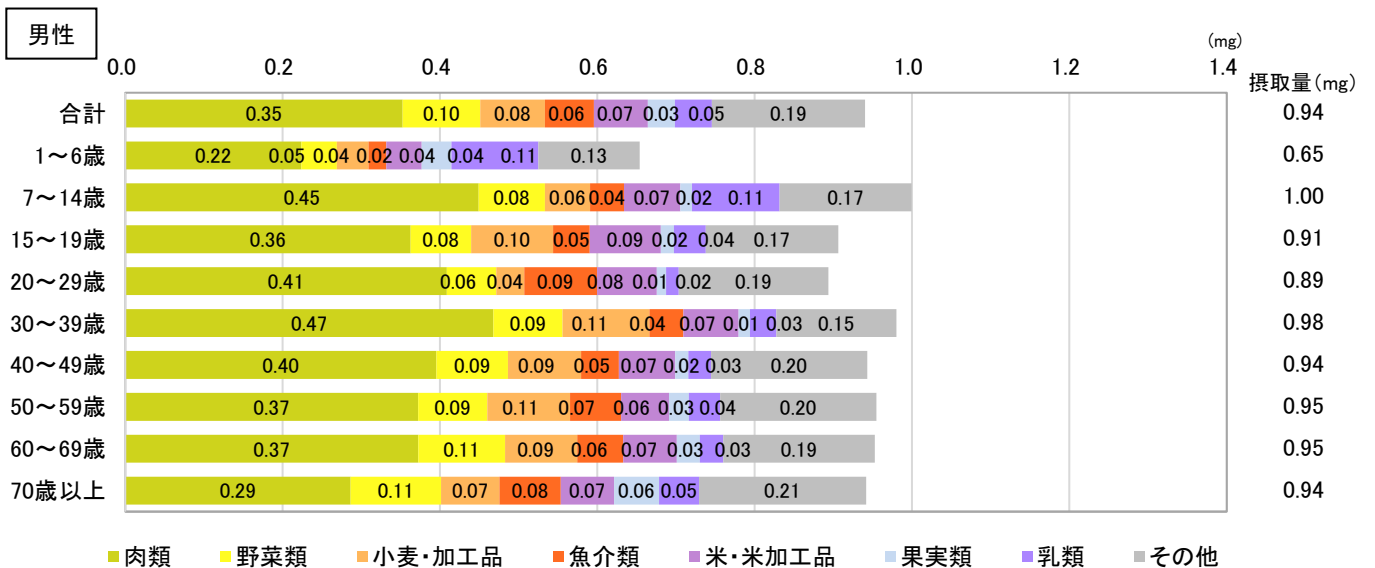
ビタミンB₁の食品群別摂取構成は 図 2-1-22 のとおりであった。
性別・年齢階級別でみると、男女とも年齢階級が上がるにつれて、肉類からの摂取が減少し、野菜類からの摂取が増加していた。(図 2-1-23)

図 2-1-22 ビタミンB₁の食品群別摂取構成<年次・全国比較>



※H28 徳島、R4 徳島、R6 徳島、R5 全国は、強化食品及び補助食品からの摂取については把握なし

図 2-1-23 ビタミンB₁の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(11) ビタミンB₂

ビタミンB₂の食品群別摂取構成は 図 2-1-24 のとおりであった。
性別・年齢階級別でみると、男女とも 70 歳以上で摂取量が多く、年齢階級が上がるにつれて、乳類及び魚介類からの摂取量が増加する傾向がみられた。(図 2-1-25)

図 2-1-24 ビタミン B₂の食品群別摂取構成<年次・全国比較>

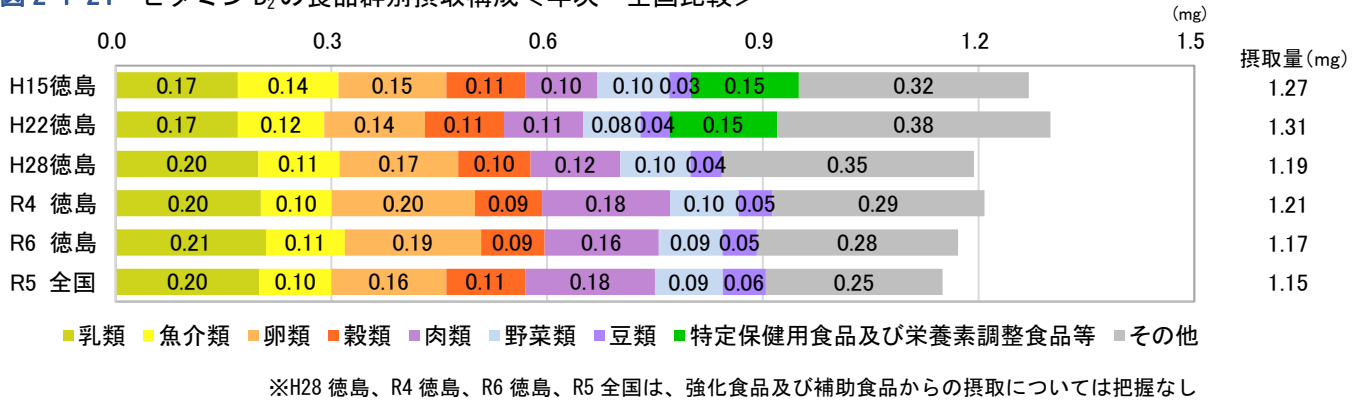
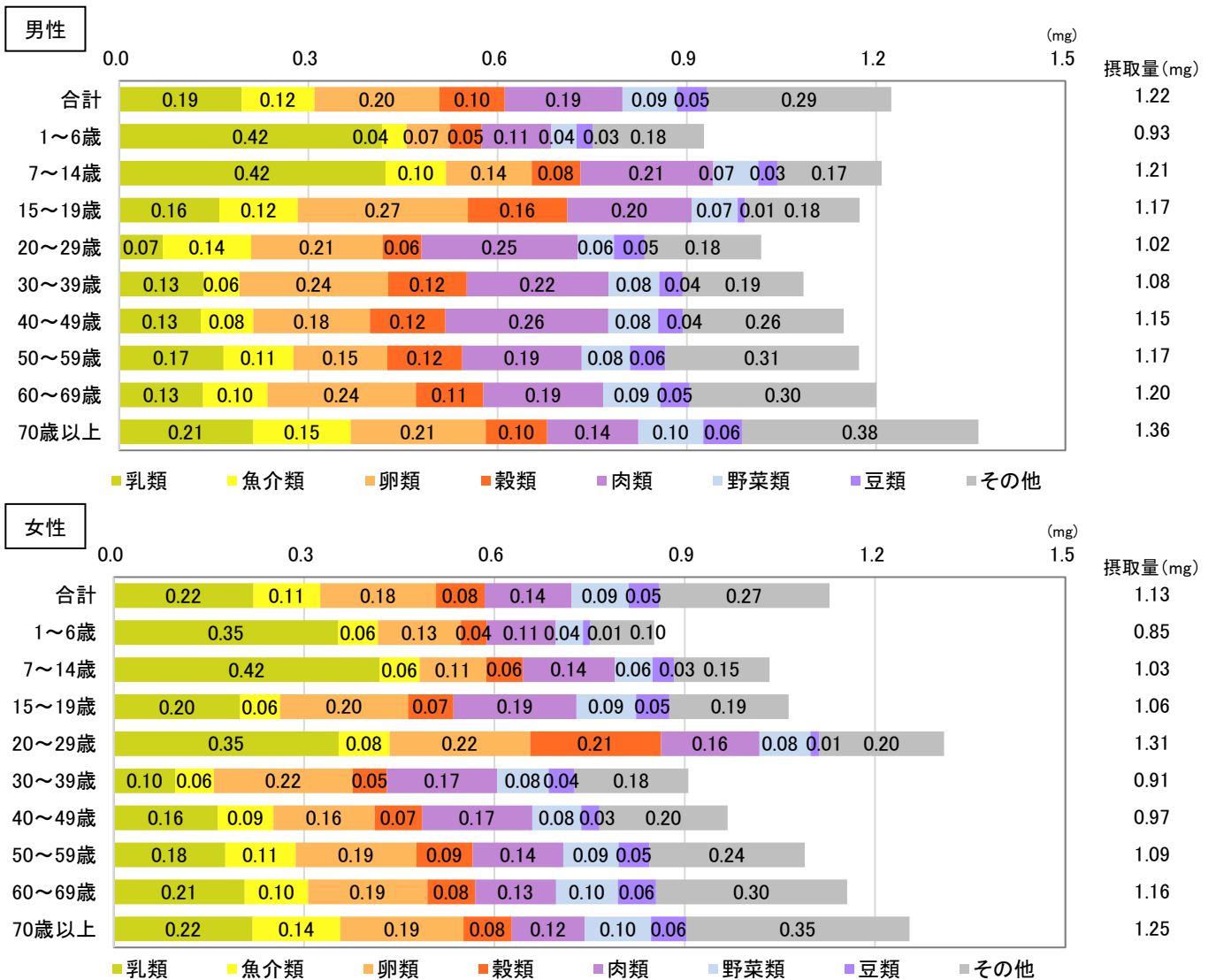


図 2-1-25 ビタミン B₂の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



(12) 葉酸

葉酸の食品群別摂取構成は 図 2-1-26 のとおりであった。

性別・年齢階級別でみると、年齢階級が上がるにつれて、摂取量が増加し、緑黄色野菜及び動物性食品からの摂取が多くなる傾向がみられた。(図 2-1-27)

図 2-1-26 葉酸の食品群別摂取構成比<年次・全国比較>

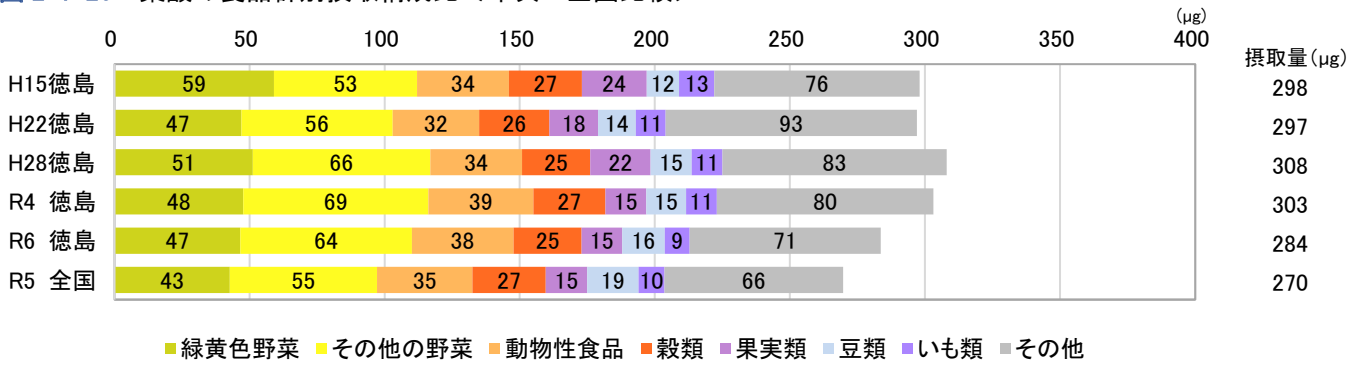
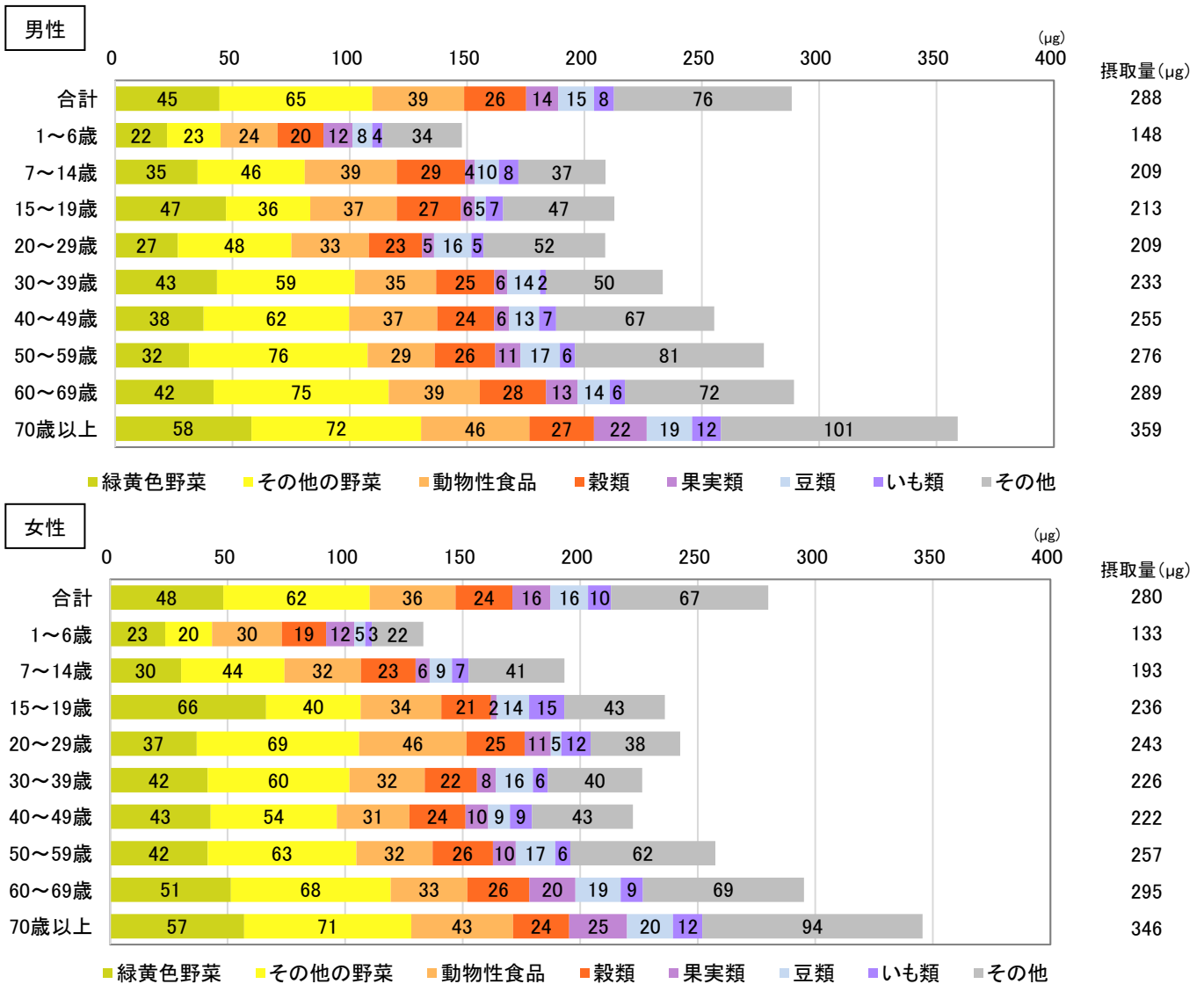


図 2-1-27 葉酸の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



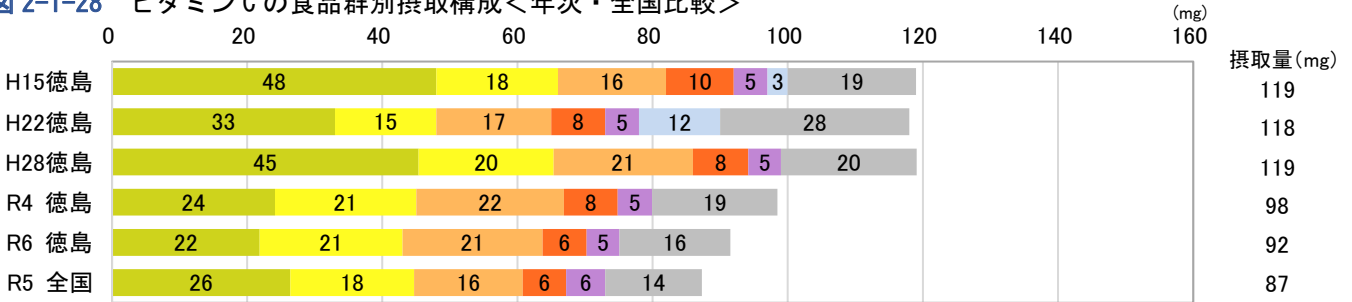
(13) ビタミンC

ビタミンCの食品群別摂取構成は 図 2-1-28 のとおりであり、前回までの調査（H15, H22, H28, R4）との比較では、果実類からの摂取量が減少し、全体の摂取量も減少していた。

性別・年齢階級別でみると、男性では70歳以上で、女性では60歳以上で、下の年齢階級との摂取量に大きく差があり、特に果実類及び緑黄色野菜からの摂取量が多くなっていた。

(図 2-1-29)

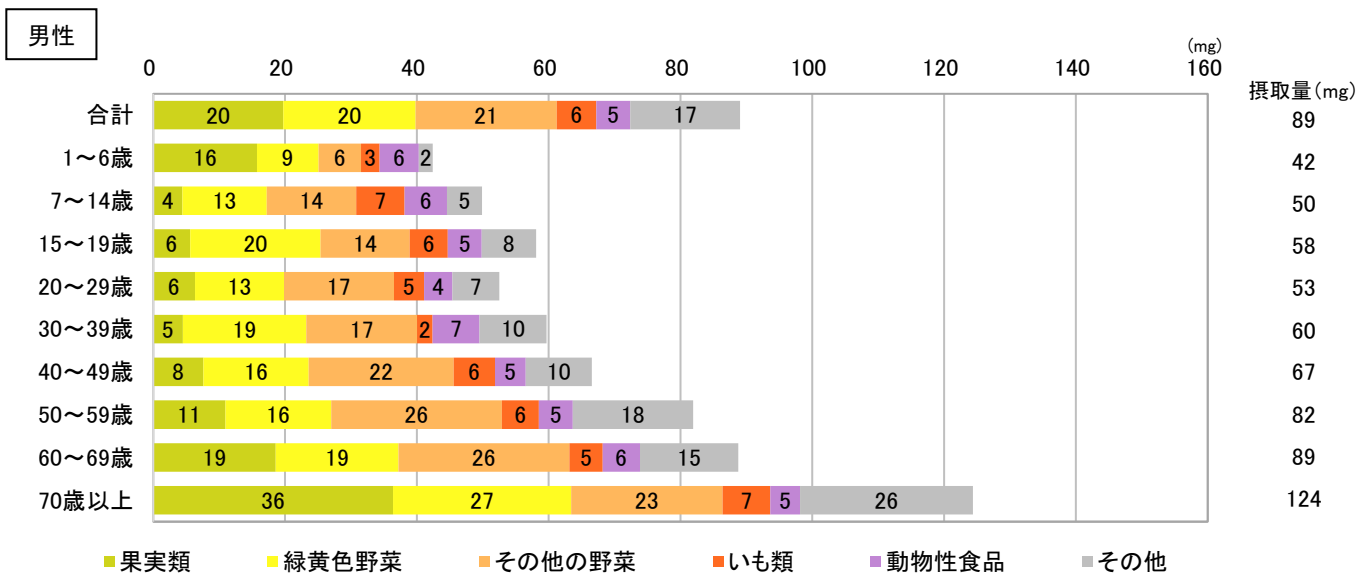
図 2-1-28 ビタミンCの食品群別摂取構成<年次・全国比較>



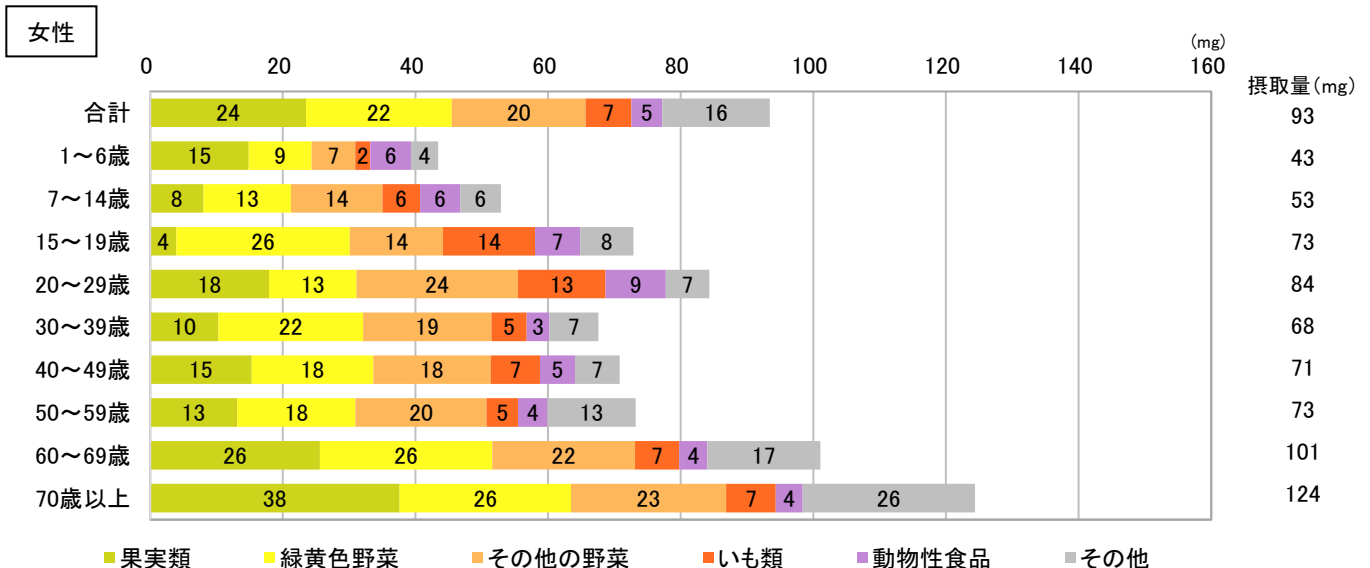
■果実類 ■緑黄色野菜 ■その他の野菜 ■いも類 ■動物性食品 ■特定保健用食品及び栄養素調整食品等 ■その他

※H28徳島、R4徳島、R6徳島、R5全国は、強化食品及び補助食品からの摂取については把握なし

図 2-1-29 ビタミンCの食品群別摂取構成（性別・年齢階級別）



■果実類 ■緑黄色野菜 ■その他の野菜 ■いも類 ■動物性食品 ■その他



■果実類 ■緑黄色野菜 ■その他の野菜 ■いも類 ■動物性食品 ■その他

(14) 食物繊維

食物繊維の食品群別摂取構成は 図 2-1-30 のとおりであり、前回調査 (R4) との比較では、摂取量が減少していた。

性別・年齢階級別の摂取構成は 図 2-1-31 のとおりであった。

図 2-1-30 食物繊維の食品群別摂取構成<年次・全国比較>

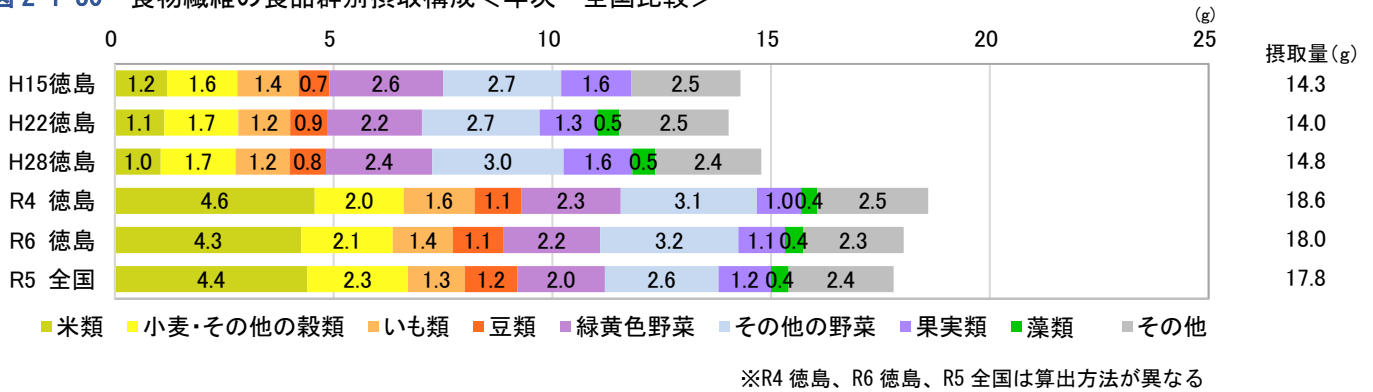
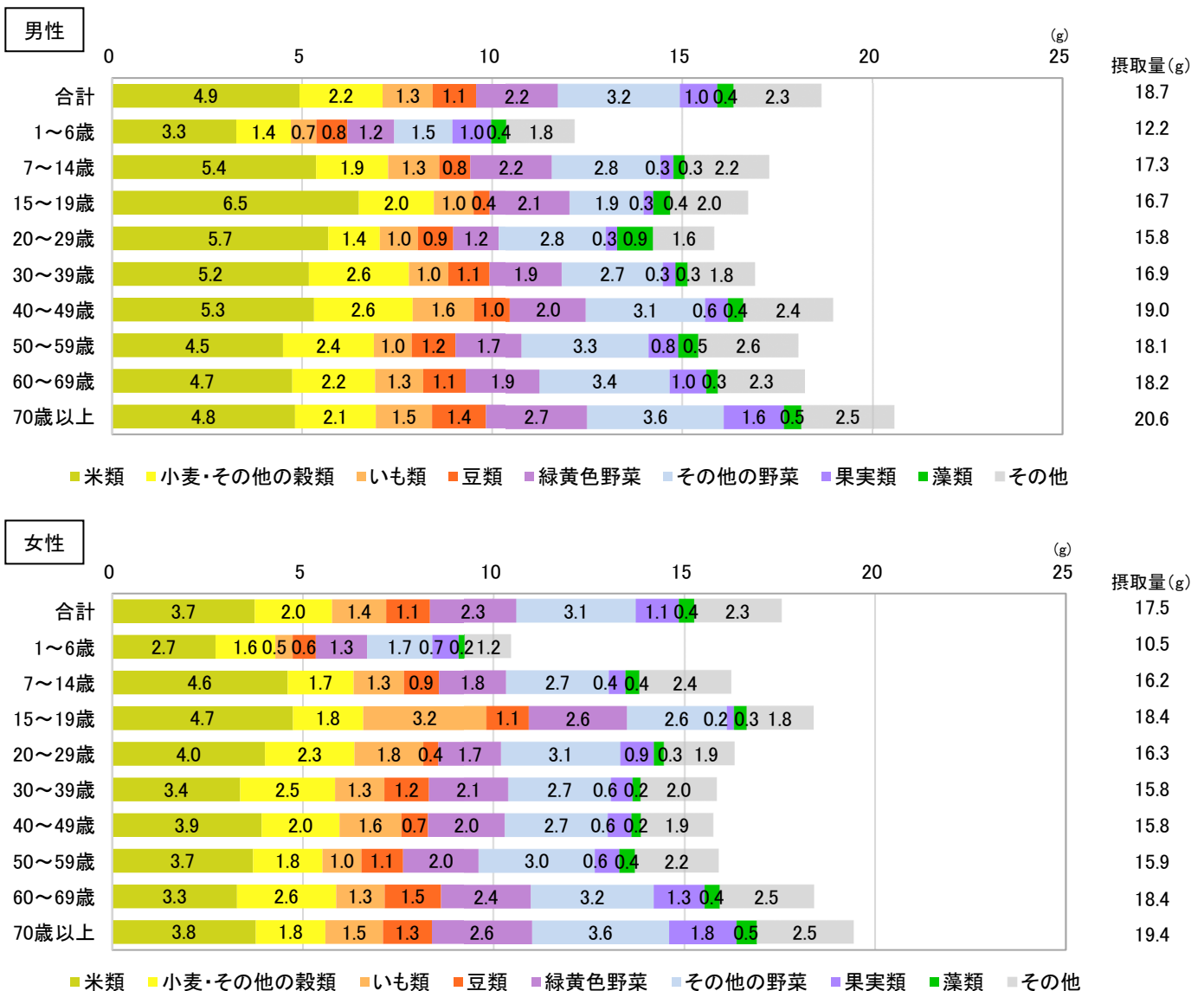


図 2-1-31 食物繊維の食品群別摂取構成 (性別・年齢階級別)



II 食品の摂取状況

県民1人1日当たりの平均の食品群別摂取量は表2-2-1のとおりであった。
 前回調査(R4)との比較では、穀類及び野菜類、肉類の摂取量が減少し、嗜好飲料類が増加していた。

全国調査(R5)との比較では、豆類及び野菜類、きのこ類の摂取量が多くなっていた。

表2-2-1 食品群別摂取量<年次・全国比較>

(g)

	徳島県					全国
	平成15年	平成22年	平成28年	令和4年	令和6年	令和5年
穀類	472.6	456.6	430.7	416.7	395.8	411.2
いも類	71.2	60.6	60.6	56.6	47.3	47.9
砂糖・甘味料類	7.6	7.7	7.3	7.0	7.3	6.5
豆類	63.7	67.4	70.8	63.1	65.0	55.4
種実類	1.9	1.7	2.1	2.6	3.2	2.4
野菜類	285.2	270.6	306.9	296.4	276.0	247.0
緑黄色野菜	99.2	84.6	97.5	89.8	90.1	77.6
その他の野菜	186.0	166.8	186.5	189.9	169.4	151.7
果実類	138.2	106.6	123.5	82.6	87.9	88.4
きのこ類	13.3	18.4	17.6	16.1	19.7	13.6
藻類	12.9	10.8	12.5	9.5	9.7	9.8
魚介類	93.7	75.6	71.7	54.9	61.9	58.4
肉類	74.6	79.4	88.8	111.2	99.4	107.1
卵類	36.3	36.2	41.2	49.8	47.4	40.2
乳類	110.3	113.3	131.4	132.1	136.9	127.4
油脂類	9.2	8.9	10.4	10.6	10.5	11.9
菓子類	22.7	25.9	24.2	23.9	27.4	25.0
嗜好飲料類	487.1	687.4	705.3	646.7	669.1	598.6
調味料・香辛料類	88.7	69.9	93.8	65.5	58.3	62.6

※H15「その他の野菜」には「野菜ジュース」・「漬物」が含まれる。

全国調査（R5）と被調査者の性・年齢構成の違いを調整するために、「標準化比」を算出したところ、表2-2-2のとおりであり、全国と比較してきのこ類以外はすべて少ない結果となった。特に果実類と藻類が少なかった。

表2-2-2 食品群別摂取量<全国比較>

(g)

	徳島県		全国
	標準化比	令和6年	令和5年
穀類	73.3	395.8	411.2
いも類	71.3	47.3	47.9
砂糖・甘味料類	77.1	7.3	6.5
豆類	80.8	65.0	55.4
種実類	93.7	3.2	2.4
野菜類	78.7	276.0	247.0
緑黄色野菜	78.6	90.1	77.6
その他の野菜	81.3	169.4	151.7
果実類	58.2	87.9	88.4
きのこ類	105.3	19.7	13.6
藻類	66.3	9.7	9.8
魚介類	70.3	61.9	58.4
肉類	78.2	99.4	107.1
卵類	85.7	47.4	40.2
乳類	76.8	136.9	127.4
油脂類	68.4	10.5	11.9
菓子類	78.8	27.4	25.0
嗜好飲料類	81.9	669.1	598.6
調味料・香辛料類	69.1	58.3	62.6

※標準化比 = $MN / \sum miNi \times 100$

- M : 徳島県の平均値
- N : 徳島県の全対象者数
- mi : 全国の性・年齢階級別平均値
- Ni : 徳島県の性・年齢階級別対象者数

年齢階級別でみると、豆類や野菜類、果実類は年齢階級が上がるにつれて摂取量が多く、嗜好飲料の摂取量は40代以上で多くなっていた。主要なたんぱく質源である肉類と魚介類の摂取量は70歳未満では肉類の摂取量が魚介類を上回っていたが、70歳以上では逆に魚介類の摂取量が肉類を上回っていた。

性別でみると、野菜類や果実類、乳類の摂取量は男性で少なくなっており、特に野菜類は15歳～29歳で200gを下回り、果実類は7～19歳、30～49歳で50gを下回っていた。また、乳類では男性で15～49歳、60～69歳が、女性で30～39歳が100gを下回っていた。(表2-2-3、表2-2-4、表2-2-5)

表2-2-3 食品群別摂取量（全体・年齢階級別）

(g)

	合計	1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
調査人数	1,138	35	89	36	34	74	139	136	189	406
穀類	395.8	273.6	415.6	482.3	435.7	408.6	418.1	375.0	384.7	393.2
いも類	47.3	23.2	46.8	57.8	59.8	37.8	48.2	37.2	46.8	52.5
砂糖・甘味料類	7.3	5.2	7.9	5.3	7.7	6.8	6.4	6.5	6.6	8.6
豆類	65.0	29.7	43.8	48.5	53.8	47.1	54.0	73.1	70.3	76.9
種実類	3.2	2.4	2.0	1.0	0.7	1.9	2.8	3.0	4.2	3.9
野菜類	276.0	137.9	221.9	224.9	218.7	247.0	251.8	267.7	302.3	313.3
緑黄色野菜	90.1	47.3	72.9	96.3	59.0	50.6	77.8	77.2	94.2	108.2
その他の野菜	169.4	84.8	144.1	121.6	153.4	22.0	165.3	168.8	182.8	186.4
果実類	87.9	75.9	43.9	18.7	75.3	50.6	45.3	54.2	93.0	135.9
きのこ類	19.7	11.4	17.2	12.6	16.8	38.6	19.7	21.3	22.6	19.4
藻類	9.7	6.4	8.3	5.3	13.3	126.4	8.1	9.9	10.0	11.9
魚介類	61.9	25.4	50.6	45.0	68.2	56.9	46.8	56.3	57.8	81.6
肉類	99.4	64.9	109.0	125.0	139.8	62.8	136.1	105.8	95.2	77.0
卵類	47.4	24.8	28.8	57.6	54.3	11.9	43.2	44.0	51.8	50.7
乳類	136.9	253.8	279.3	102.3	154.1	13.3	92.6	110.3	114.9	144.9
油脂類	10.5	6.0	9.3	11.8	12.8	577.6	12.9	9.9	11.5	9.3
菓子類	27.4	33.2	35.9	21.7	18.1	55.6	19.7	22.1	24.0	34.8
嗜好飲料類	669.1	222.9	318.8	428.5	549.3	658.0	727.2	713.2	765.2	752.9
調味料・香辛料類	58.3	22.1	49.7	56.8	53.5	66.2	54.6	59.5	64.0	62.6

表2-2-4 食品群別摂取量(男性・年齢階級別)

	合計	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上
調査人数	498	18	36	15	18	31	72	52	78	178
穀類	448.1	288.5	445.1	559.1	474.3	497.5	477.2	422.3	440.1	443.6
いも類	46.2	26.6	51.2	42.4	42.0	32.8	49.8	37.0	44.0	52.4
砂糖・甘味料類	7.1	3.8	6.9	4.9	8.7	4.3	5.8	6.1	6.4	9.2
豆類	63.2	28.6	42.4	31.2	69.6	37.0	57.3	77.9	63.4	75.5
種実類	3.0	3.3	2.6	1.4		1.0	3.4	2.8	2.7	3.9
野菜類	276.8	128.3	241.6	196.2	187.1	250.2	262.8	265.4	304.6	316.3
緑黄色野菜	87.8	44.3	81.0	85.1	49.7	73.6	77.3	71.2	86.2	109.8
その他の野菜	172.8	84.0	155.5	107.3	131.0	146.3	178.2	181.1	185.7	189.5
果実類	80.8	90.7	42.9	25.1	72.8	47.7	38.3	55.2	70.5	127.9
きのこ類	20.7	10.0	17.0	18.2	19.6	21.3	21.5	27.0	23.1	19.6
藻類	10.0	9.3	7.6	7.4	18.4	4.5	10.4	12.8	8.0	10.8
魚介類	64.5	19.1	58.0	55.3	84.7	36.4	47.5	56.7	55.3	87.2
肉類	116.0	62.8	129.9	125.9	172.2	143.4	159.5	125.4	114.7	87.5
卵類	49.6	17.3	33.2	67.4	52.8	59.2	46.2	37.5	58.9	53.5
乳類	127.9	282.2	282.5	97.2	72.0	75.8	78.7	104.8	87.9	142.7
油脂類	11.0	6.5	10.4	10.5	15.7	12.7	13.1	9.1	12.1	10.0
菓子類	25.1	45.0	29.3	15.0	19.1	8.0	20.8	17.8	21.0	32.2
嗜好飲料類	776.3	210.8	401.5	282.6	667.0	733.9	869.8	899.6	886.0	847.4
調味料・香辛料類	61.1	23.4	49.4	61.6	58.1	59.2	58.0	63.4	67.4	65.7

表2-2-5 食品群別摂取量(女性・年齢階級別)

	合計	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上
調査人数	640	17	53	21	16	43	67	84	111	228
穀類	355.1	257.9	395.5	427.4	392.3	344.6	354.5	345.7	345.7	353.8
いも類	48.1	19.6	43.8	68.8	79.8	41.3	46.5	37.4	48.8	52.6
砂糖・甘味料類	7.5	6.7	8.6	5.5	6.6	8.5	7.0	6.7	6.8	8.1
豆類	66.3	30.8	44.8	61.0	35.9	54.3	50.4	70.1	75.1	77.9
種実類	3.4	1.4	1.6	0.7	1.4	2.4	2.2	3.1	5.3	4.0
野菜類	275.4	148.1	208.5	245.5	254.2	244.7	239.9	269.2	300.6	310.9
緑黄色野菜	91.9	50.5	67.4	104.3	69.4	84.2	78.3	80.9	99.8	106.9
その他の野菜	166.8	85.7	136.4	131.8	178.5	157.2	151.4	161.1	180.8	183.9
果実類	93.3	60.1	44.6	14.1	78.1	52.7	53.0	53.6	108.8	142.2
きのこ類	18.8	13.0	17.3	8.6	13.6	22.5	17.7	17.8	22.3	19.3
藻類	9.5	3.3	8.7	3.8	7.6	3.9	5.6	8.2	11.4	12.7
魚介類	59.8	32.1	45.5	37.7	49.6	40.2	46.0	56.1	59.6	77.2
肉類	86.5	67.1	94.8	124.3	103.3	114.1	111.0	93.7	81.5	68.8
卵類	45.6	32.7	25.8	50.7	55.8	55.2	39.9	48.0	46.9	48.5
乳類	143.8	223.7	277.2	105.9	246.4	53.4	107.5	113.8	133.9	146.7
油脂類	10.1	5.5	8.5	12.7	9.6	11.4	12.7	10.4	11.1	8.8
菓子類	29.2	20.8	40.4	26.6	17.0	17.1	18.4	24.7	26.2	36.8
嗜好飲料類	585.6	235.7	262.7	532.8	417.0	464.9	574.0	597.7	680.3	679.1
調味料・香辛料類	56.2	20.6	49.8	53.4	48.3	53.1	50.9	57.2	61.6	60.3

Ⅲ 食事（欠食・外食）状況

朝食を欠食している（「菓子・果物・錠剤などのみ」「欠食」）人の割合は、男性では20代の45.0%と前回までの調査（H28、R4）と比べて最も高くなっていった。女性では30代の24.4%が最も高くなっていった。男女とも年齢が上がるにつれて、欠食率は下がっていった。

全国では、男性で20～49歳、女性で20代の欠食率が高い傾向にあった。全国と比較して、徳島県は欠食率がやや低かった。

前回調査（R4）との比較では、男性では、15～29歳で悪化がみられ、女性では、各年代で改善傾向がみられた。（図2-3-1、図2-3-2）

図2-3-1 朝食欠食率（性別・年齢階級別）〈年次・全国比較〉

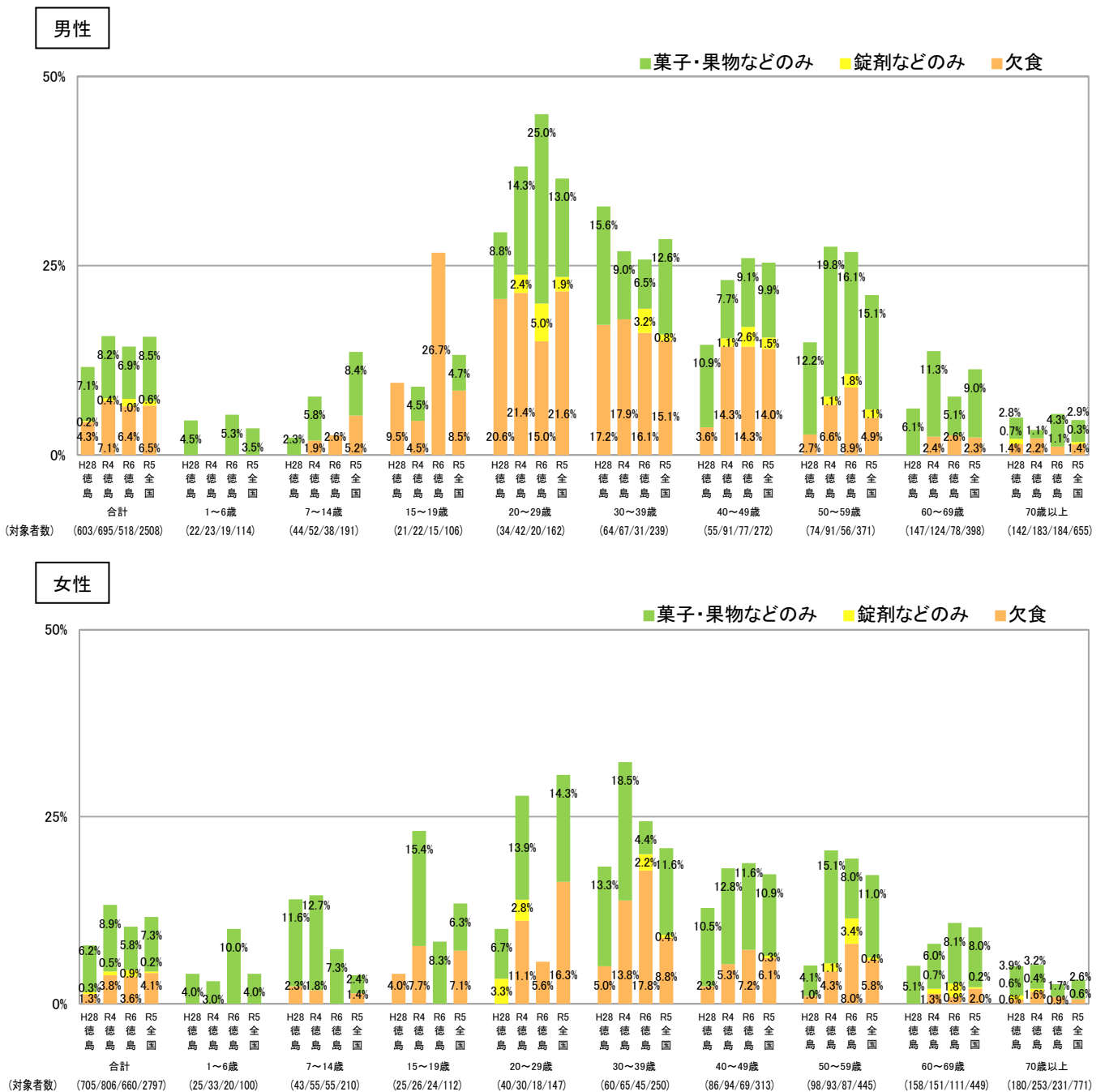
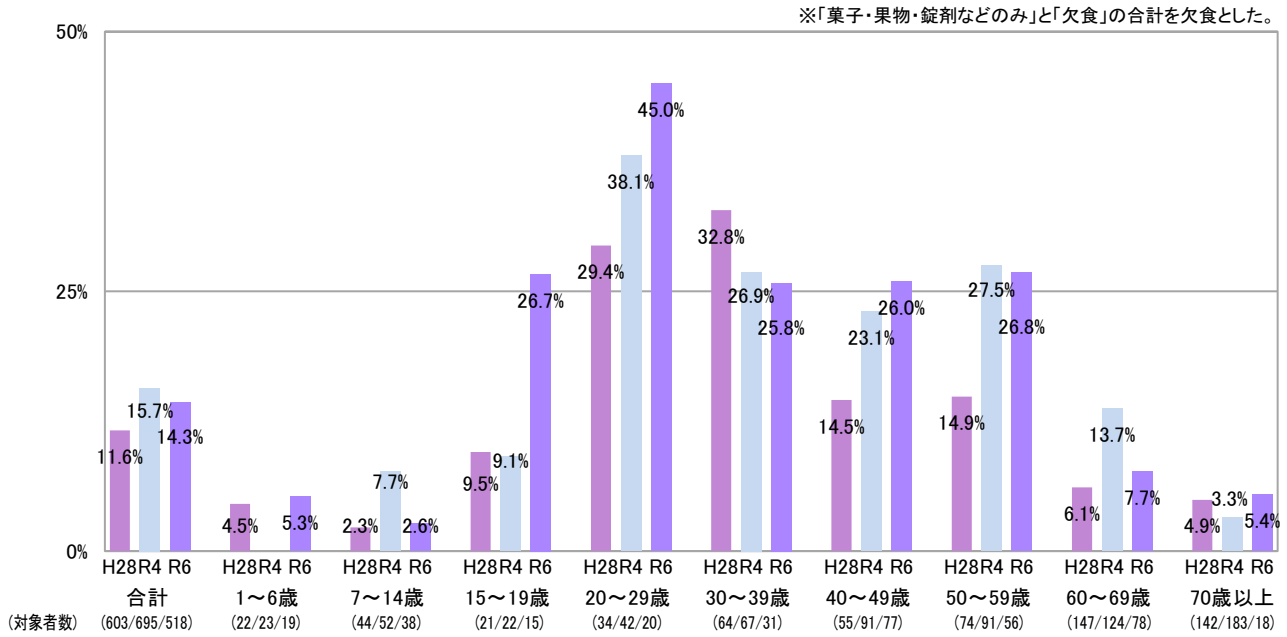
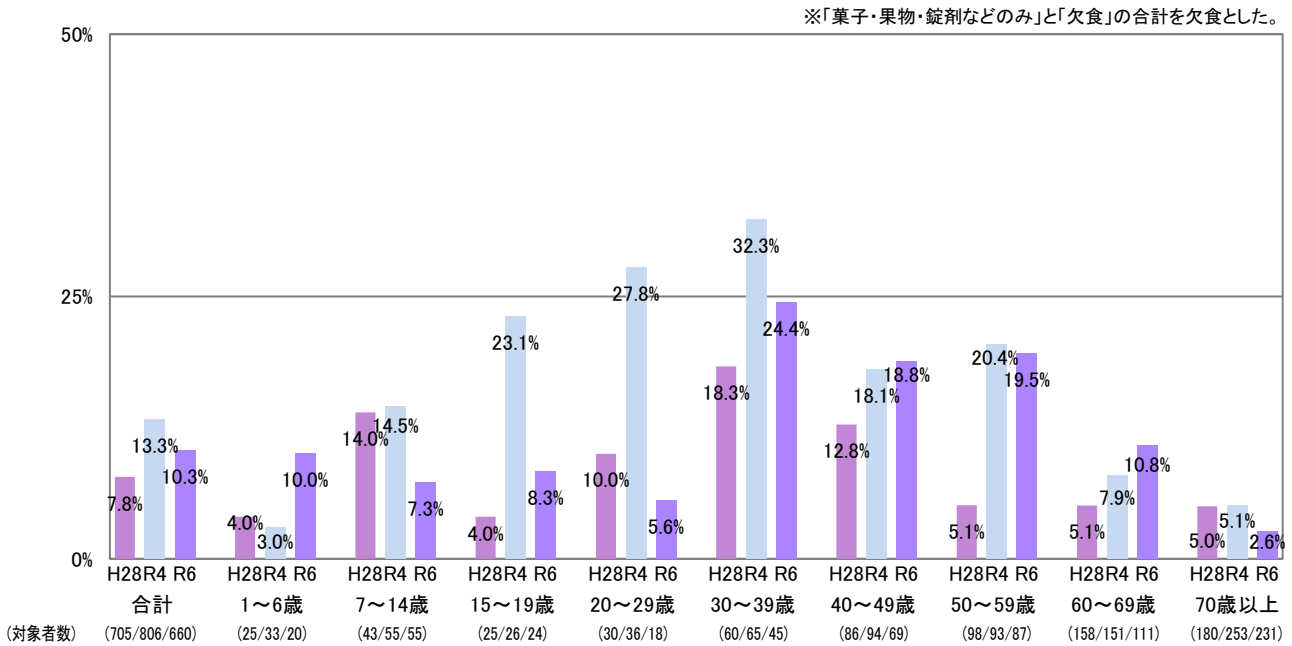


図2-3-2 朝食欠食率（性別・年齢階級別）〈年次比較〉

男性



女性



昼食外食率について、学校給食の対象年齢を過ぎた 15 歳以上でみると、女性より男性の方がやや高い傾向がみられた。(図 2-3-3)

外食・給食の内訳では、15 歳以上でみると、男性の方で外食率が高くみられた。(図 2-3-4)

図 2-3-3 昼食外食率（性別・年齢階級別）＜年次・全国比較＞

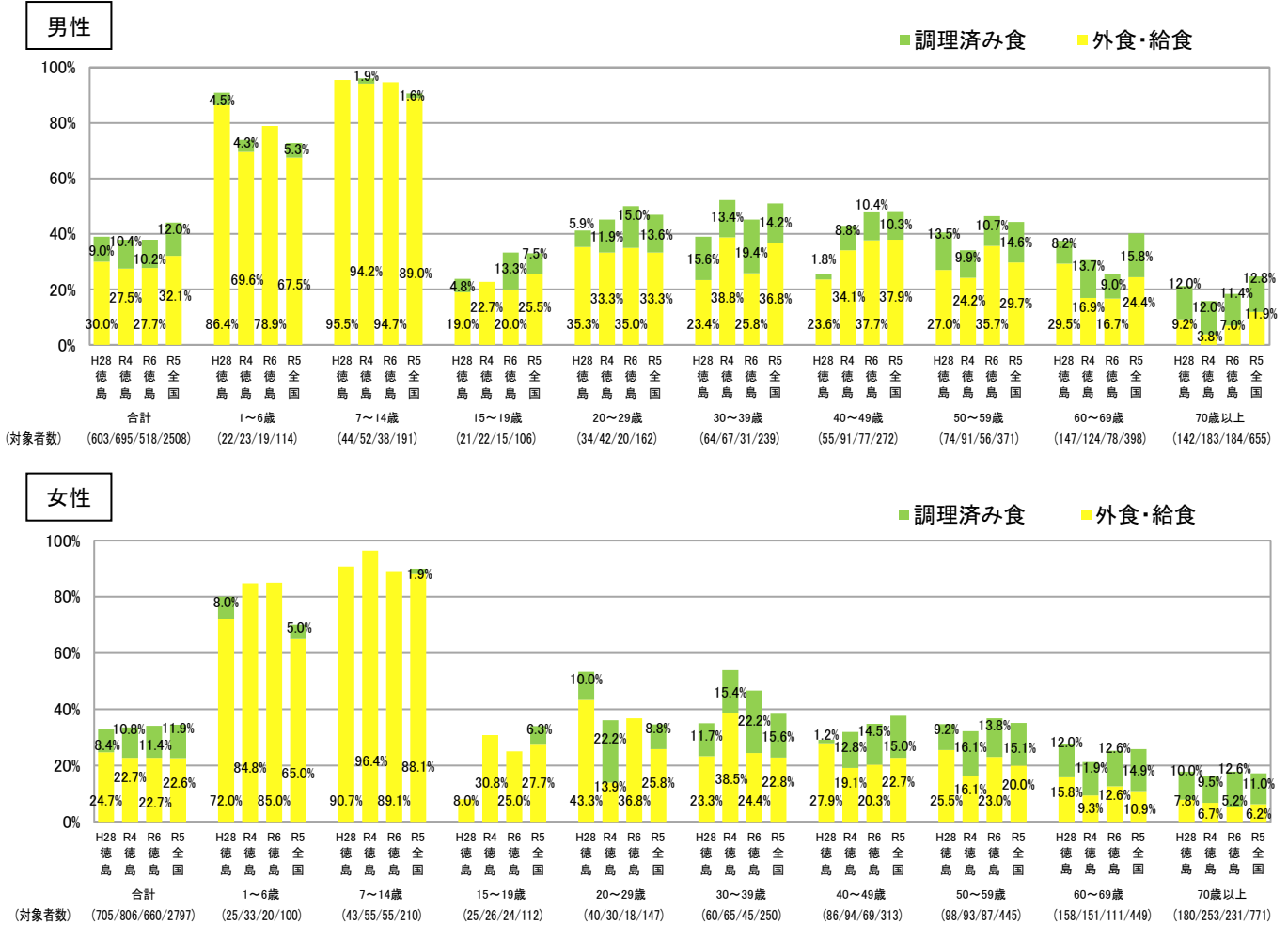
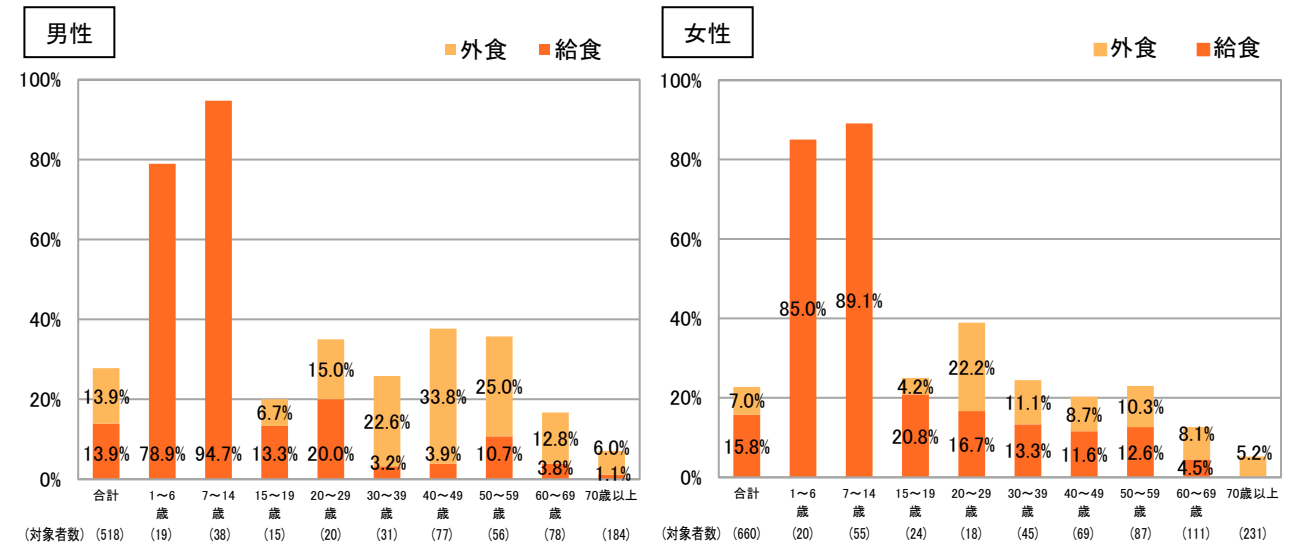


図 2-3-4 外食の状況（性別・年齢階級別）



IV 身体状況

1. 肥満

BMI及び肥満の状況について、男性では20代から3割を超えており、特に50代で半数以上となる53.8%が肥満状態であり、30代、40代で肥満度が高くなっていた。女性では、50代を除くすべての年齢階級でやせが1割を超えており、特に20代で23.5%がやせ状態であった。

(図2-4-1、図2-4-2)

図2-4-1 BMIの状況（性別・年齢階級別）

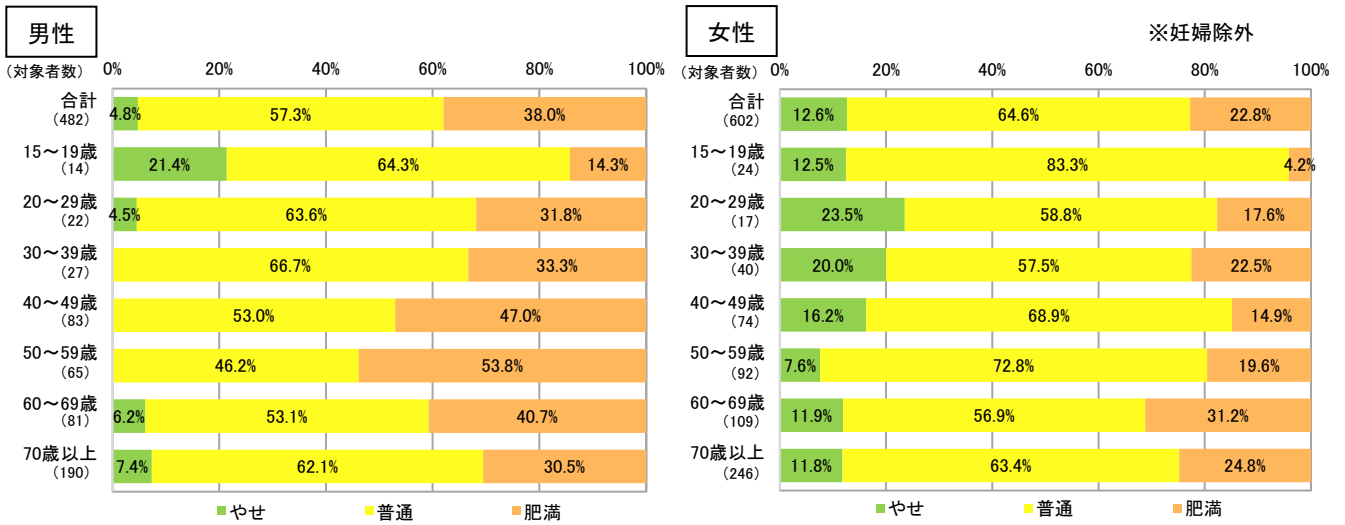


図2-4-2 BMIの状況（性別・年齢階級別）＜年次比較＞
※R4は自記式にて調査

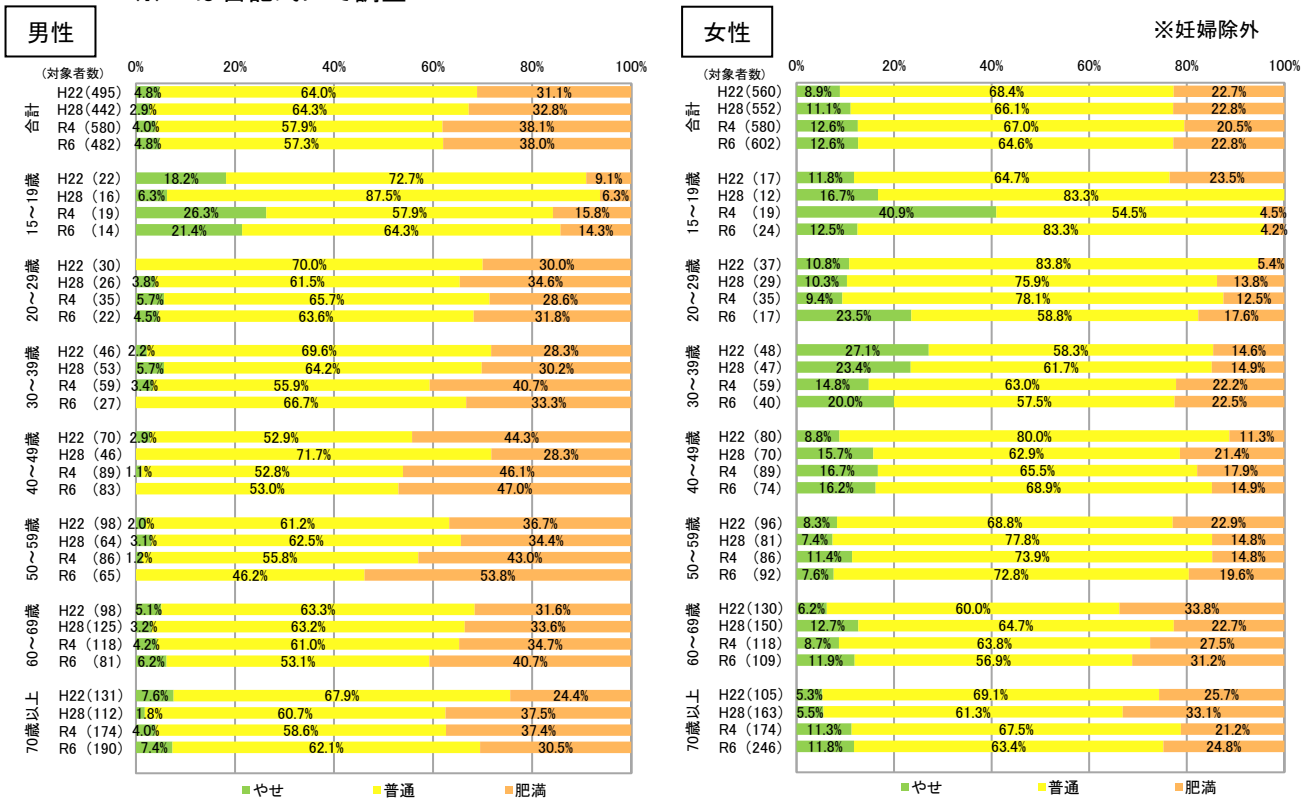


図 2-4-3 肥満の状況（性別・年齢階級別）

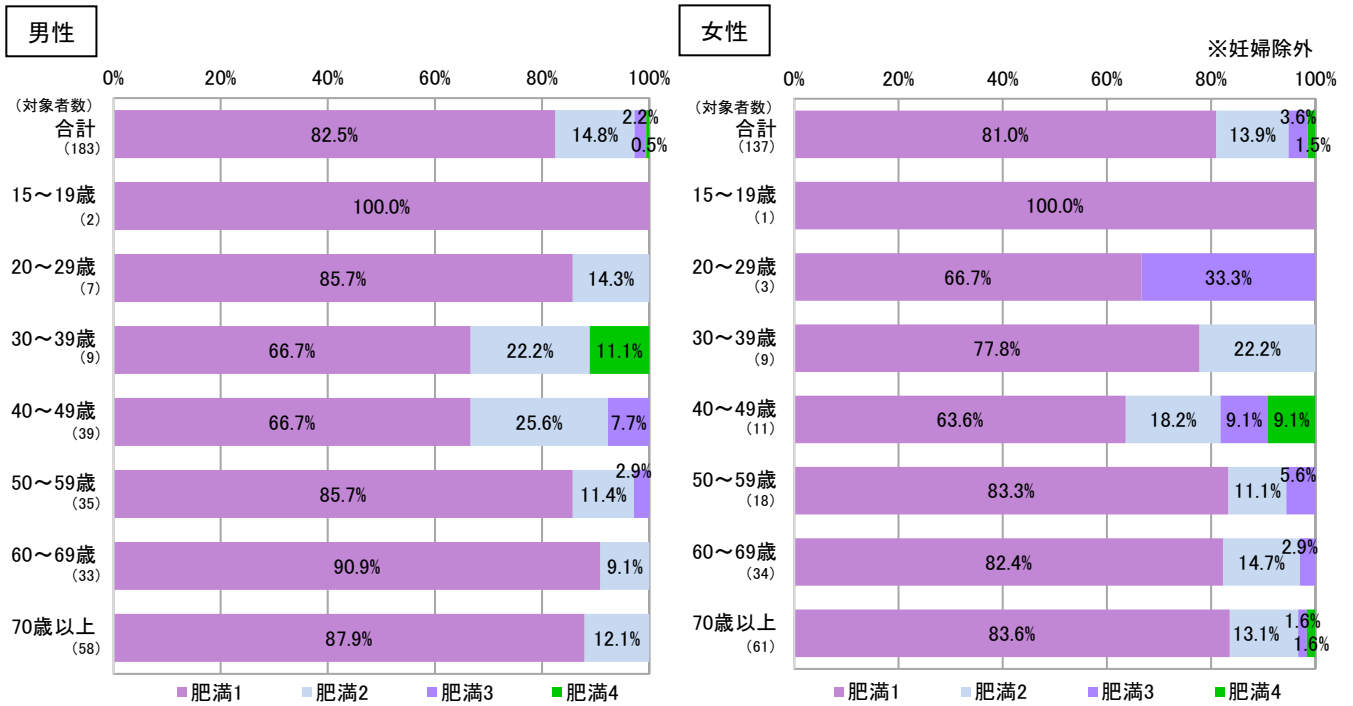
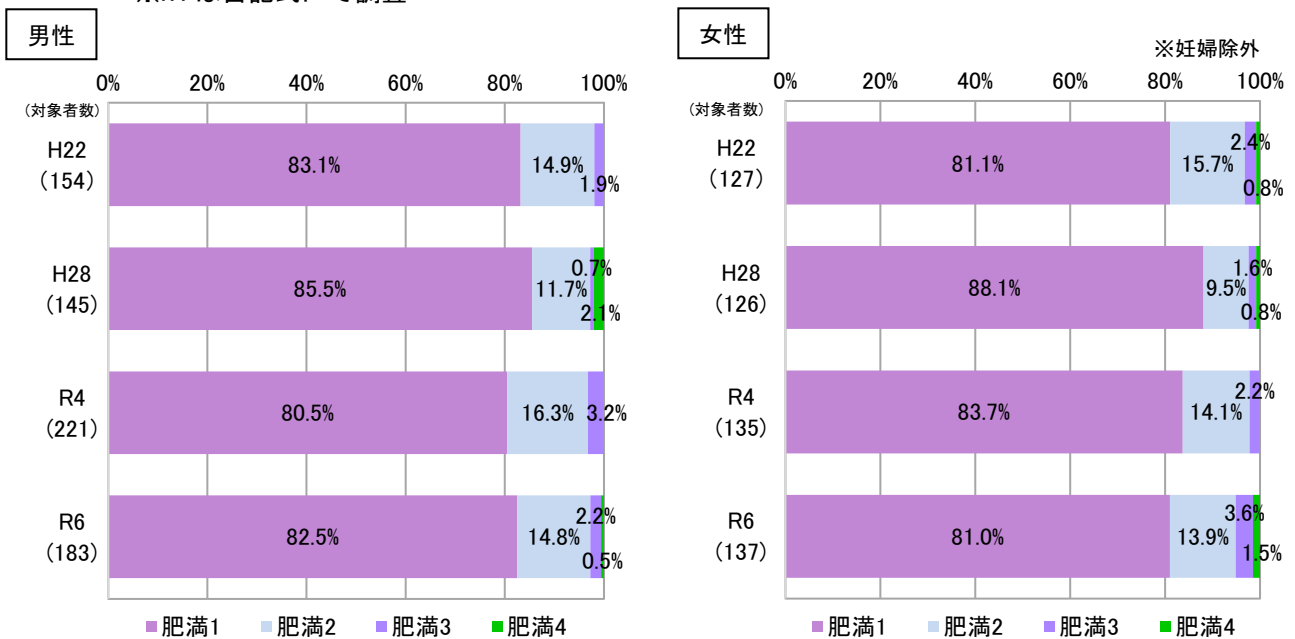


図 2-4-4 肥満の状況（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

※R4 は自記式にて調査



BMI・腹囲区分による肥満の状況については 図 2-4-5 のとおりであり、男性は女性に比べて「上半身肥満の疑い」「腹囲のみ超」の割合が高く、女性は男性に比べて「BMIのみ超」の割合が高かった。男性では「腹囲・BMIともに範囲内」以外の割合が 15～29 歳を除くすべての年齢階級で 60%以上であった。

図 2-4-5 BMIと腹囲区分による肥満の状況（性別・年齢階級別）

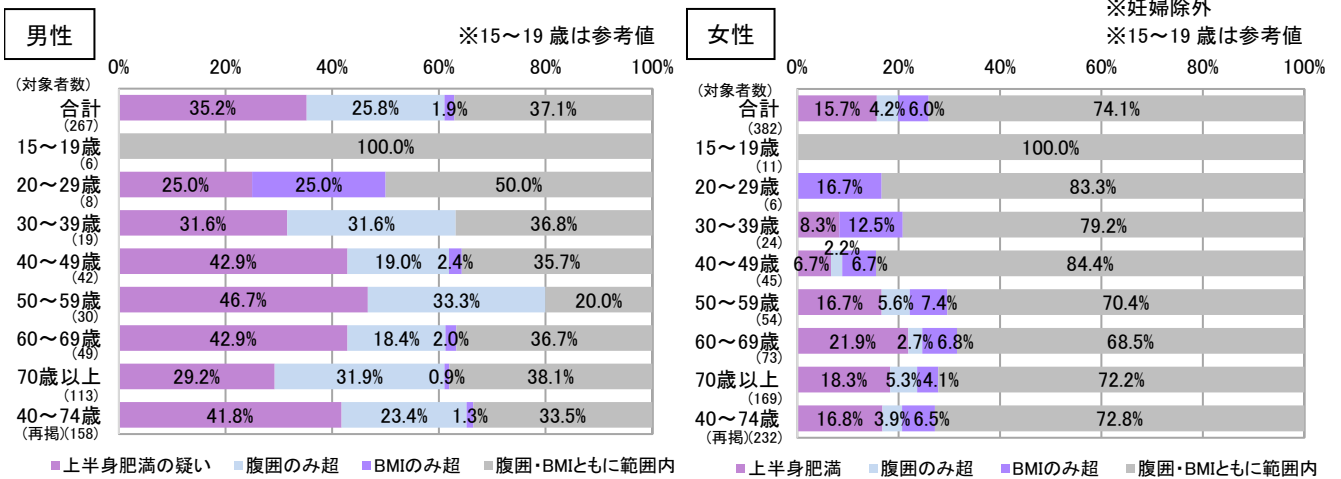
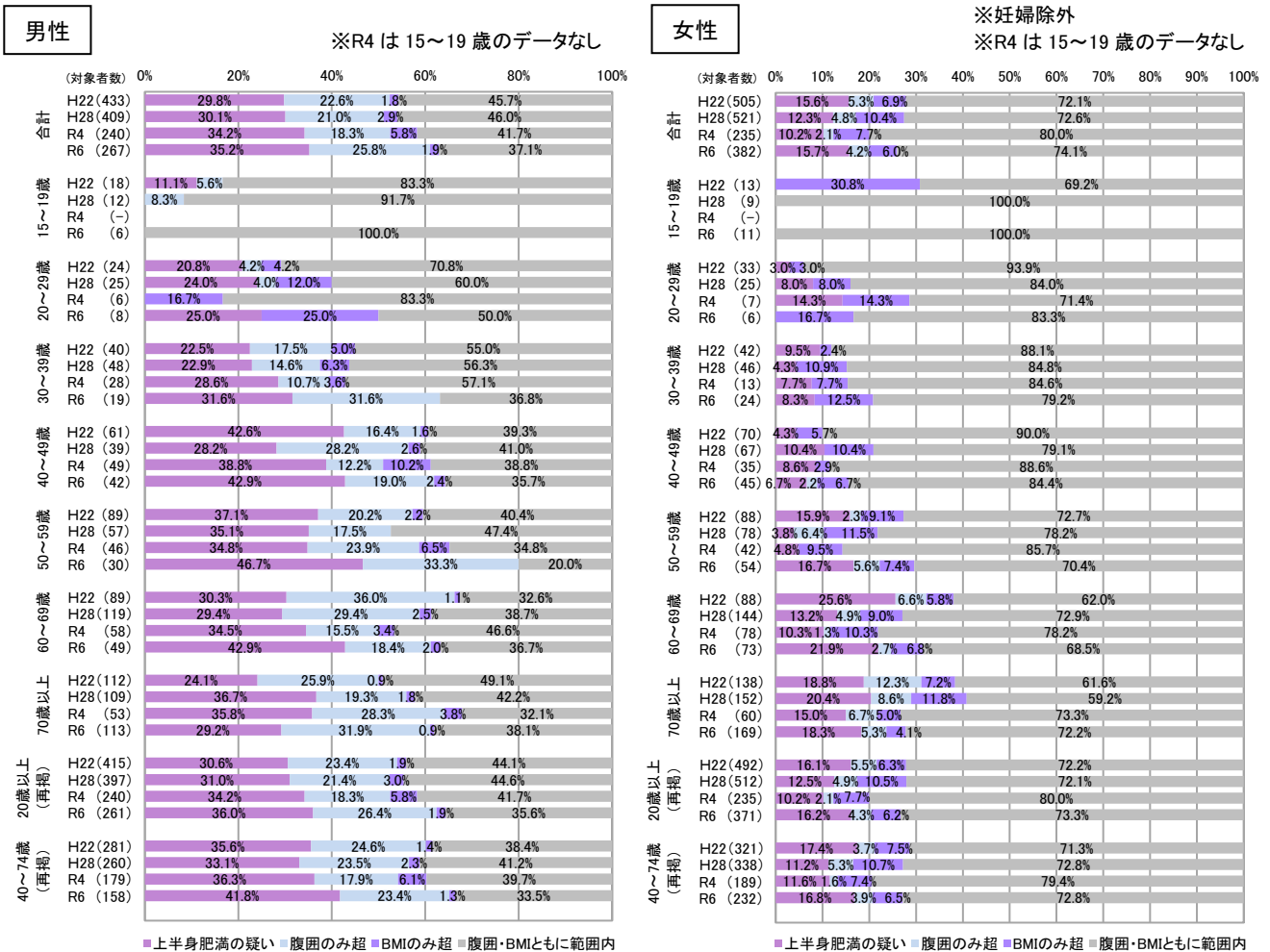


図 2-4-6 BMI・腹囲区分による肥満の状況（性別・年齢階級別）〈年次比較〉

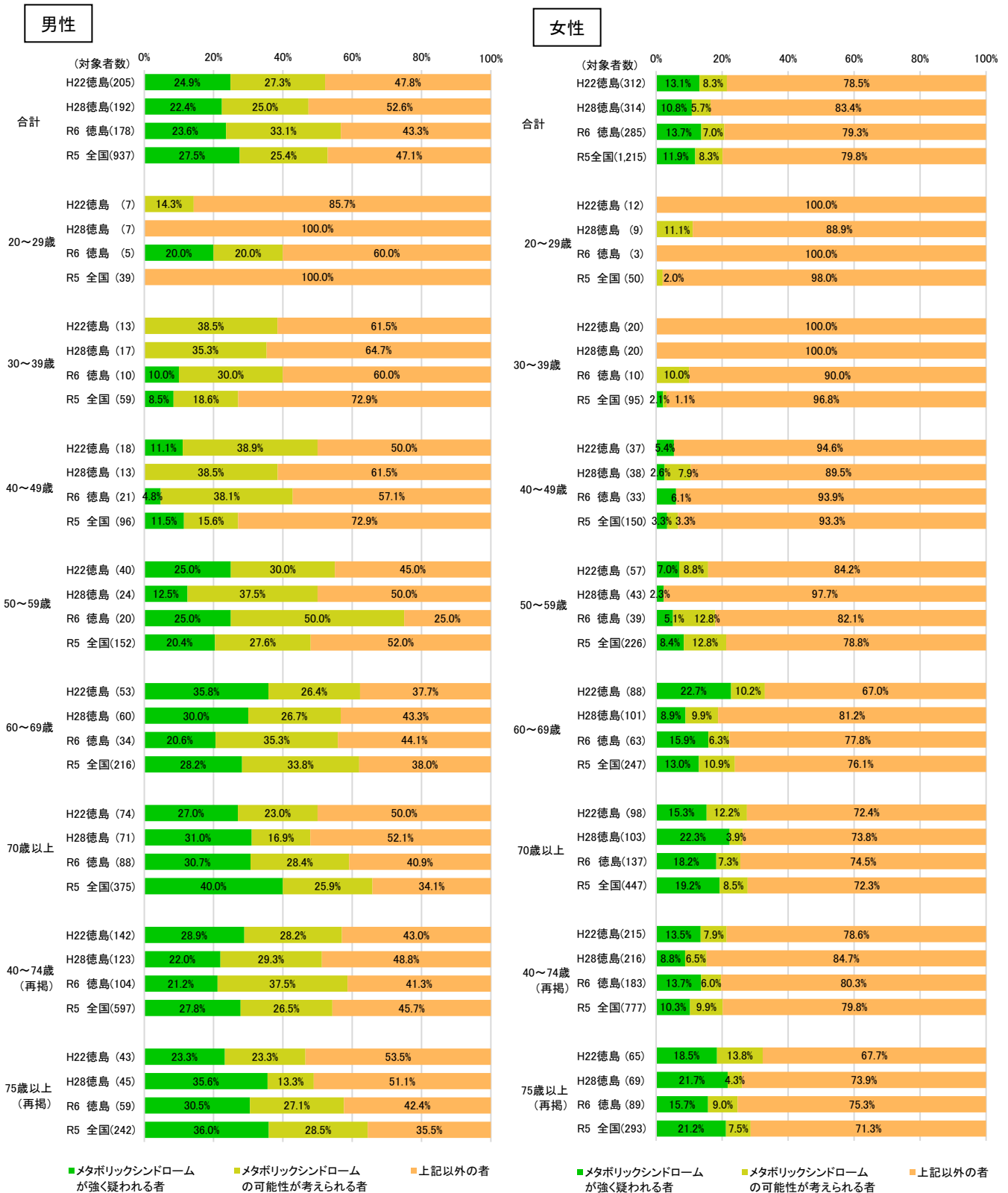
※R4 は自記式にて調査



腹囲とBMIを基準に判定したメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況については、**図 2-4-7** のとおりであった。

「メタボリックシンドロームが強く疑われる者」の割合が、前回調査と比較すると、男性では 20～29 歳、30～39 歳で、女性では 40～49 歳で若干増加していた。

図 2-4-7 メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状況（性別・年齢階級別）＜全国比較＞



2. 血圧

「高血圧」に区分される人の割合は 図 2-4-8 のとおりであり、男女ともに年齢が高くなるほど血圧も高くなっており、男女ともに60代以上から「Ⅱ度高血圧」「Ⅲ度高血圧」に区分される人の割合が増加していた。また、男性の方が「高血圧」の割合が高くなっていった。

図 2-4-8 血圧の状況（性別・年齢階級別）

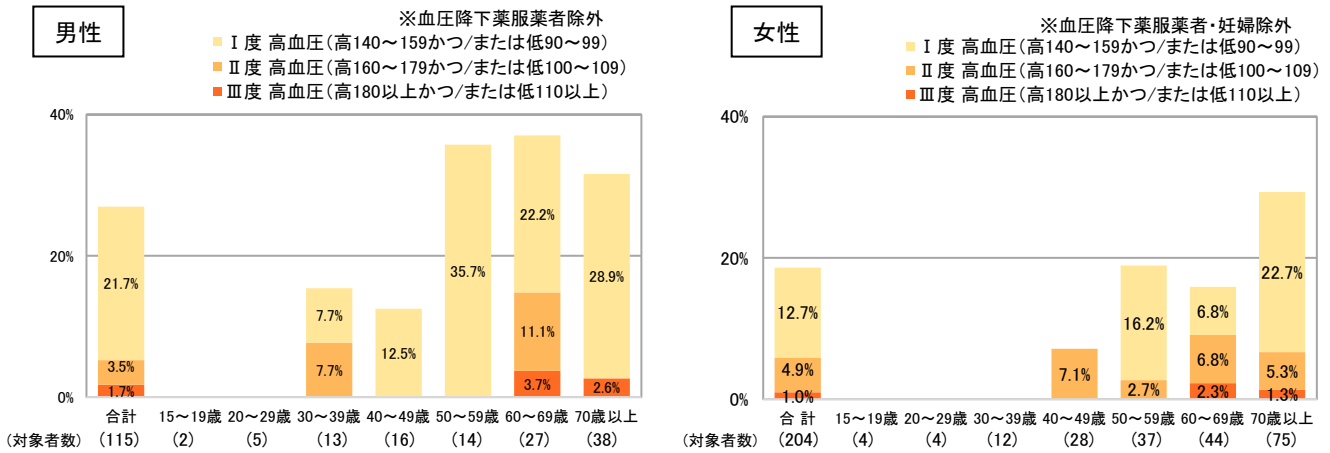
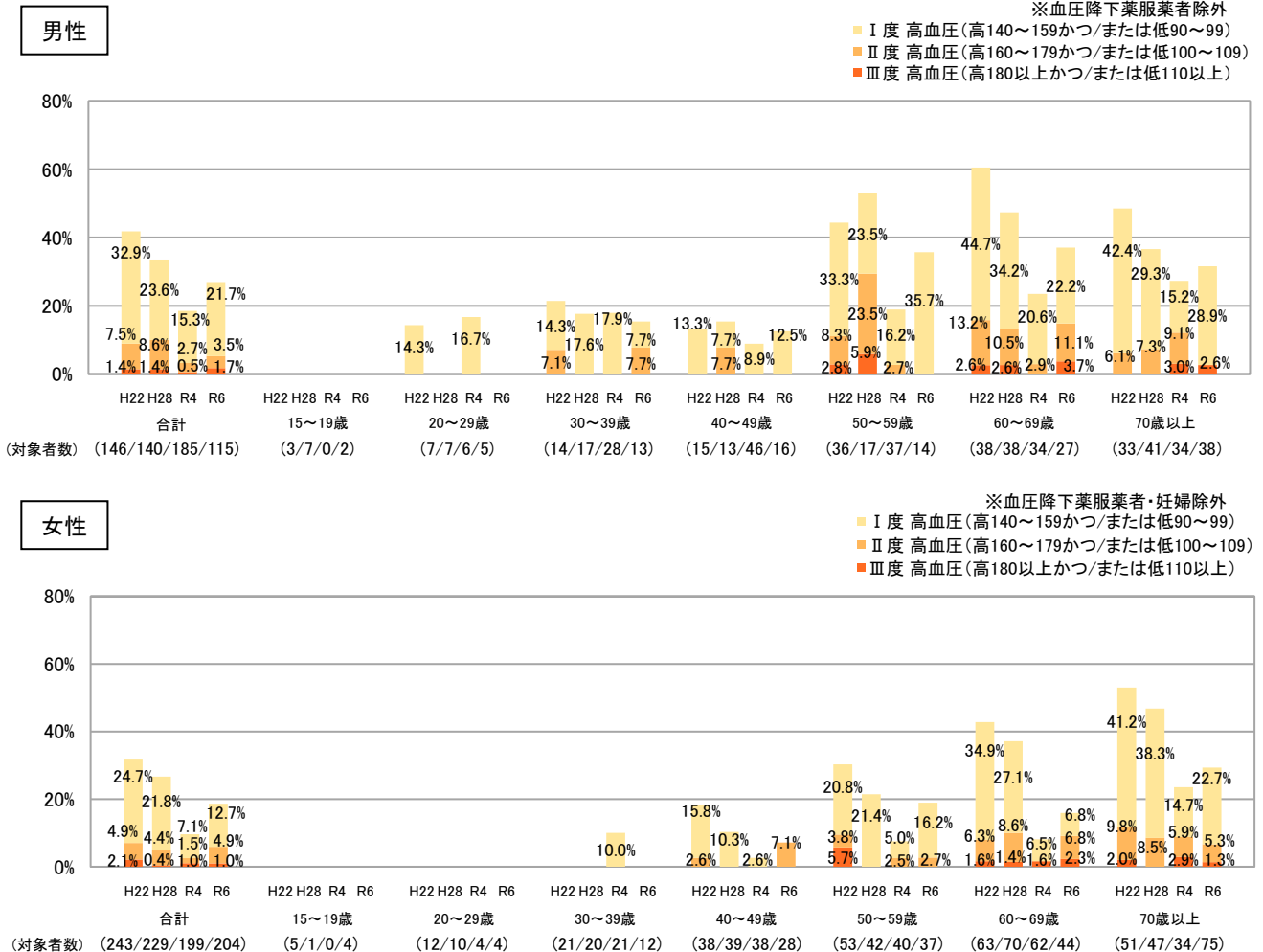


図 2-4-9 血圧の状況（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

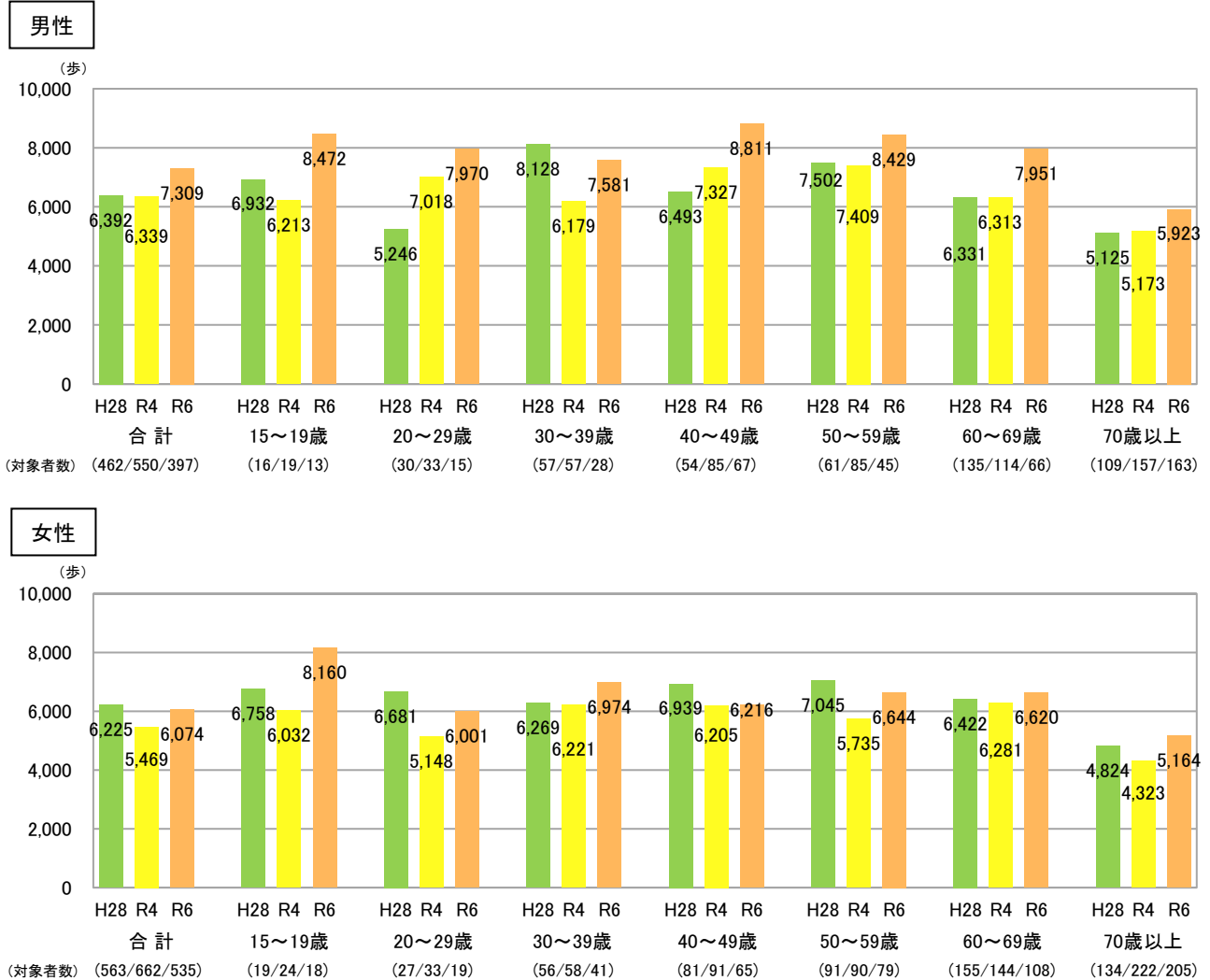
※R4 は自記式にて調査



3. 運動

1日の歩行数は 図 2-4-10 のとおりであり、男性では 7,309 歩、女性では 6,074 歩であり、前回調査（R4）との比較では、男女ともにどの年齢階級も歩数が増加していた。

図 2-4-10 1日の歩行数の比較（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

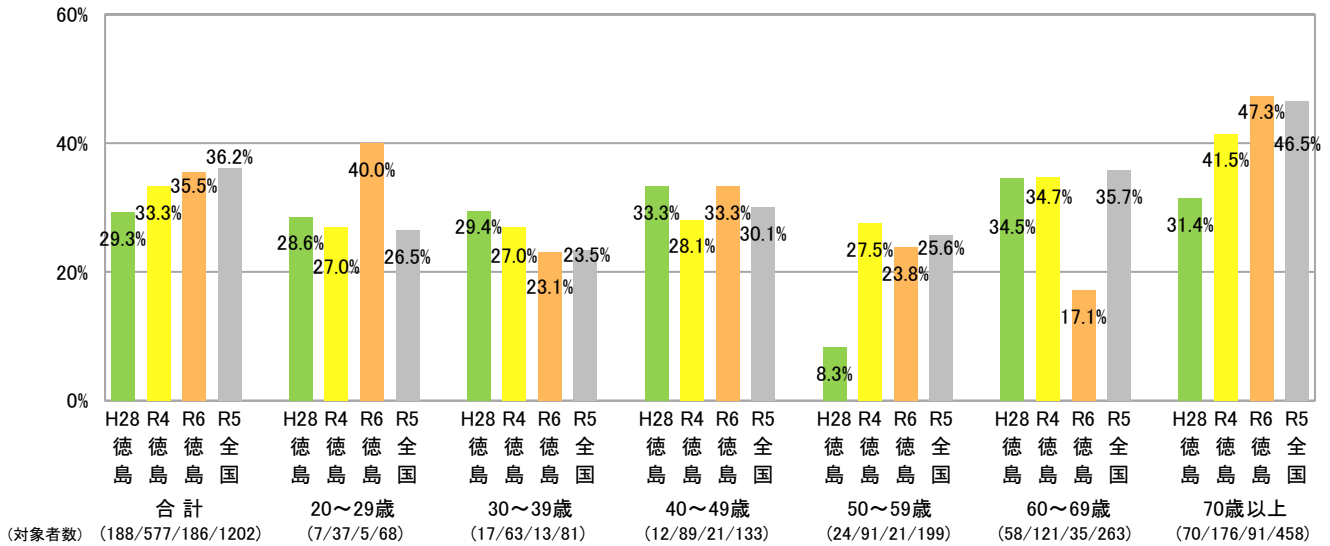


運動習慣がある人の割合は、男性では35.5%、女性では32.9%であり、前回調査（R4）との比較では、男女とも増加していた。

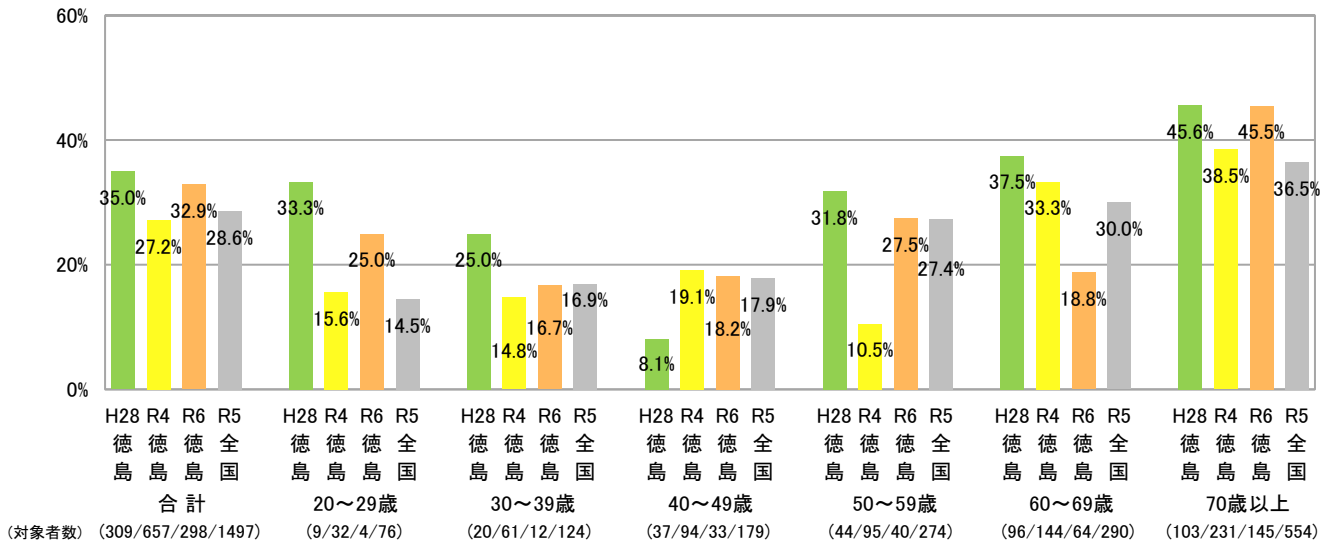
年齢階級でみると、男性は30代、50～60代で、女性は40代、60代で前回調査（R4）より低下していた。特に男女とも60代で大きく低下していた。

図2-4-11 運動習慣がある人の割合（性別・年齢階級別）＜年次・全国比較＞

男性



女性



V 血液検査

1. 血色素量

血色素量については 図 2-5-1 のとおりであった。

性別・年齢階級別に全国調査（R5）及び前回調査（H28）と比較すると 図2-5-2 のとおりとなり、血色素量が低値（男性 14.0g/dl未満、女性 12.0g/dl未満）を示す人の割合は、男性42.1%、女性 27.5%であり、男性の 60 歳以上、女性の 20～49 歳、70 歳以上で高くなっていった。

図 2-5-1 血色素量の比較（性別）＜年次・全国比較＞

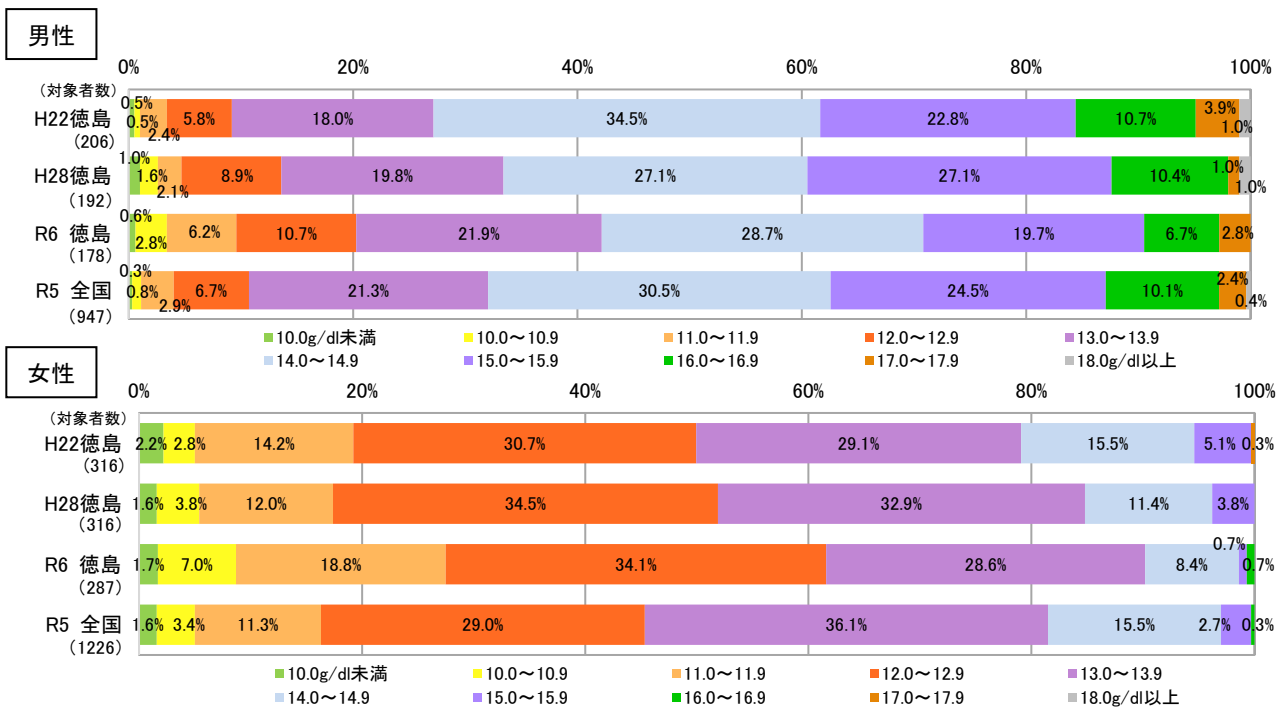
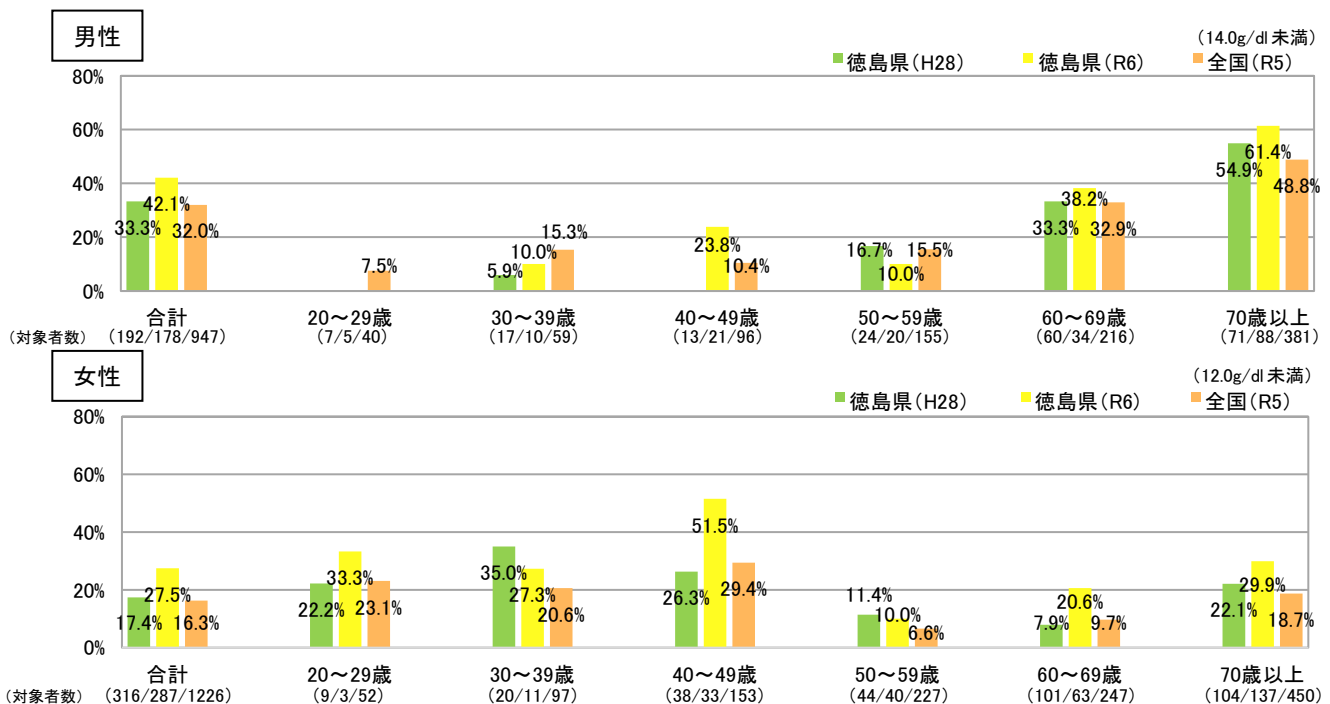


図 2-5-2 血色素量低値者の割合（性別・年齢階級別）＜年次・全国比較＞



2. コレステロール値

総コレステロール値については 図 2-5-3 のとおりであった。

総コレステロール値が高値（220～239mg/dl、240mg/dl以上）を示す人の割合を性別・年齢階級別に全国調査（R5）及び前回調査（H28）と比較すると 図 2-5-4 のとおりであった。

図 2-5-3 総コレステロール値の比較（性別）＜年次・全国比較＞

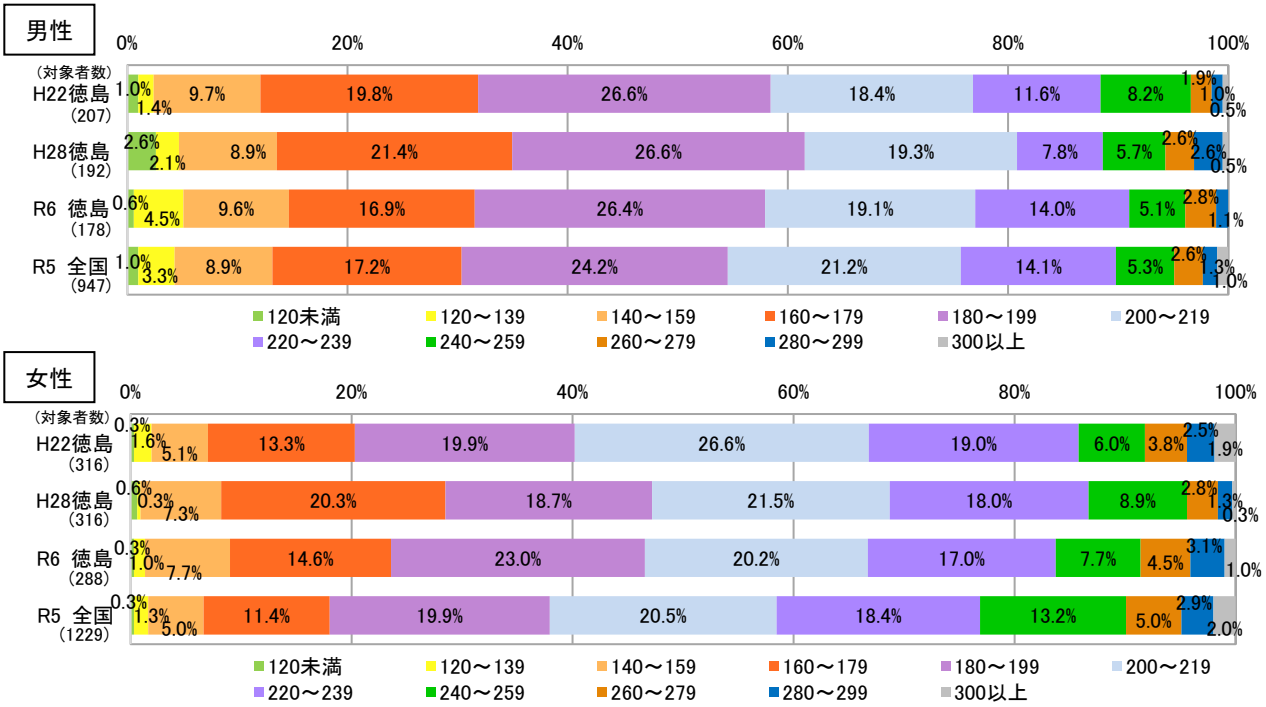
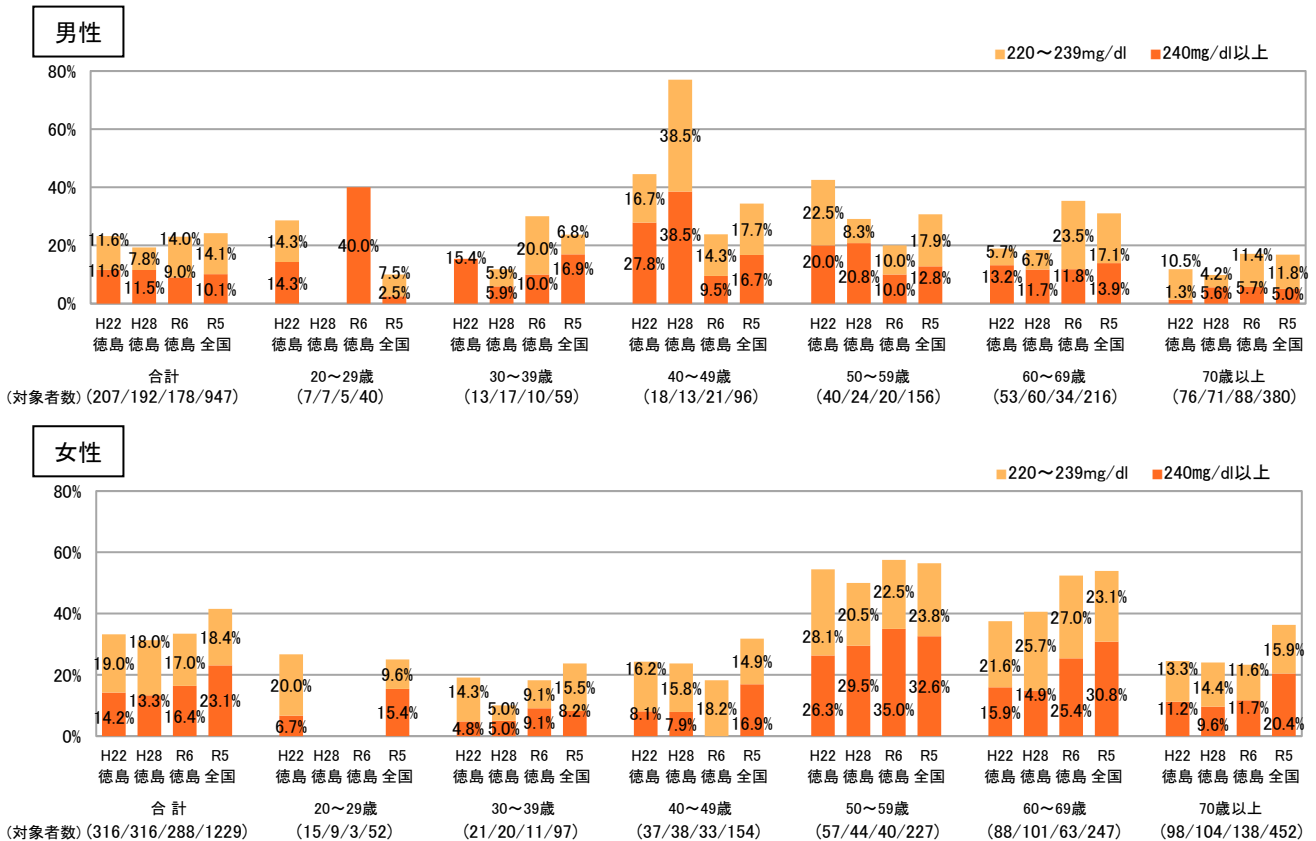


図 2-5-4 総コレステロール値高値者の割合（性別・年齢階級別）＜年次・全国比較＞



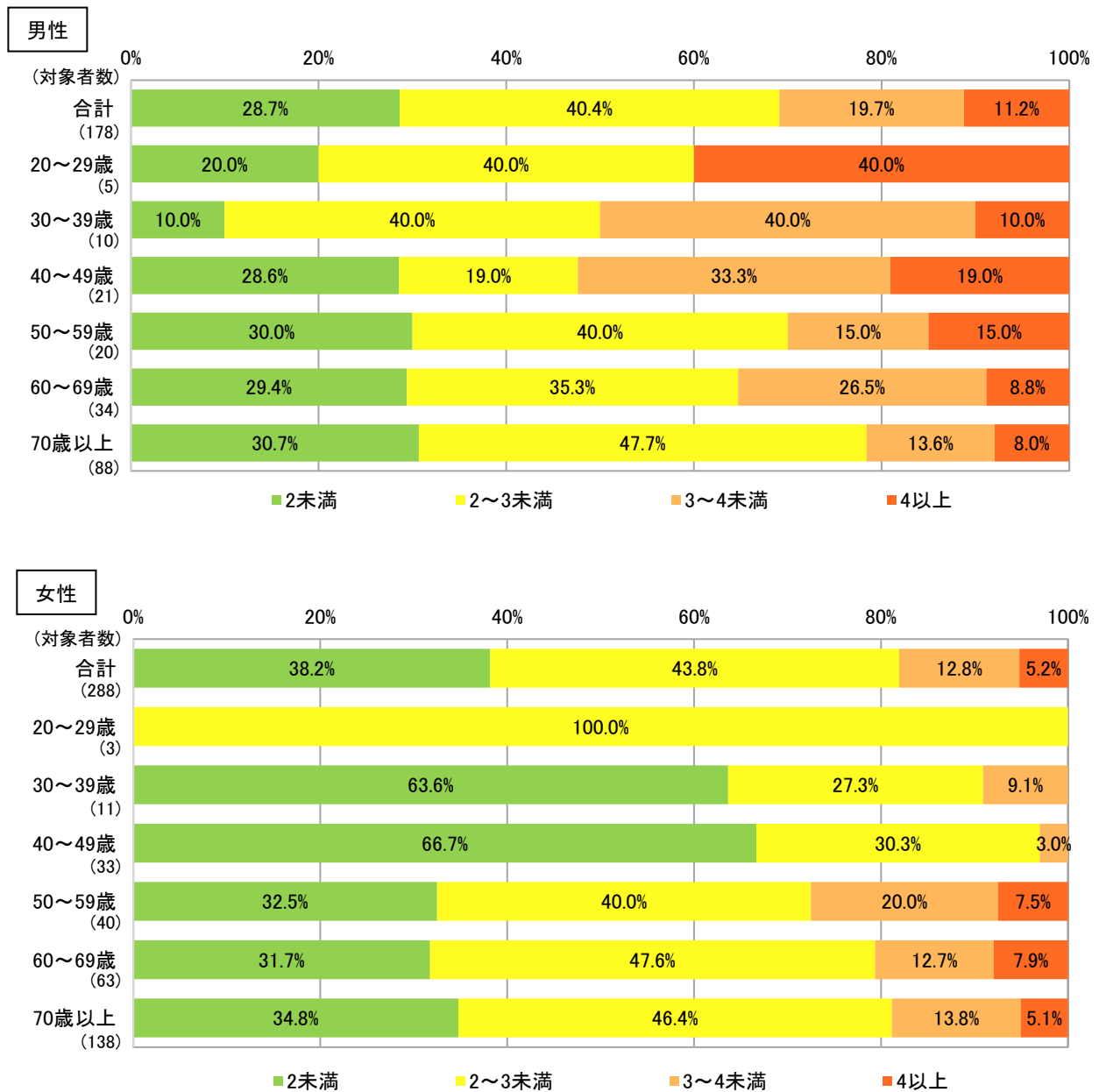
3. 動脈硬化指数

年齢階級別に動脈硬化指数を算出してみると、男性で4以上の人の割合が11.2%、女性が5.2%と男性のほうが高くなっていた。(図 2-5-5)

$$\text{動脈硬化指数} = \frac{\text{総コレステロール} - \text{HDLコレステロール}}{\text{HDLコレステロール}}$$

※4以上で、動脈硬化性疾患の発症が多くなる。

図 2-5-5 動脈硬化指数（性別・年齢階級別）

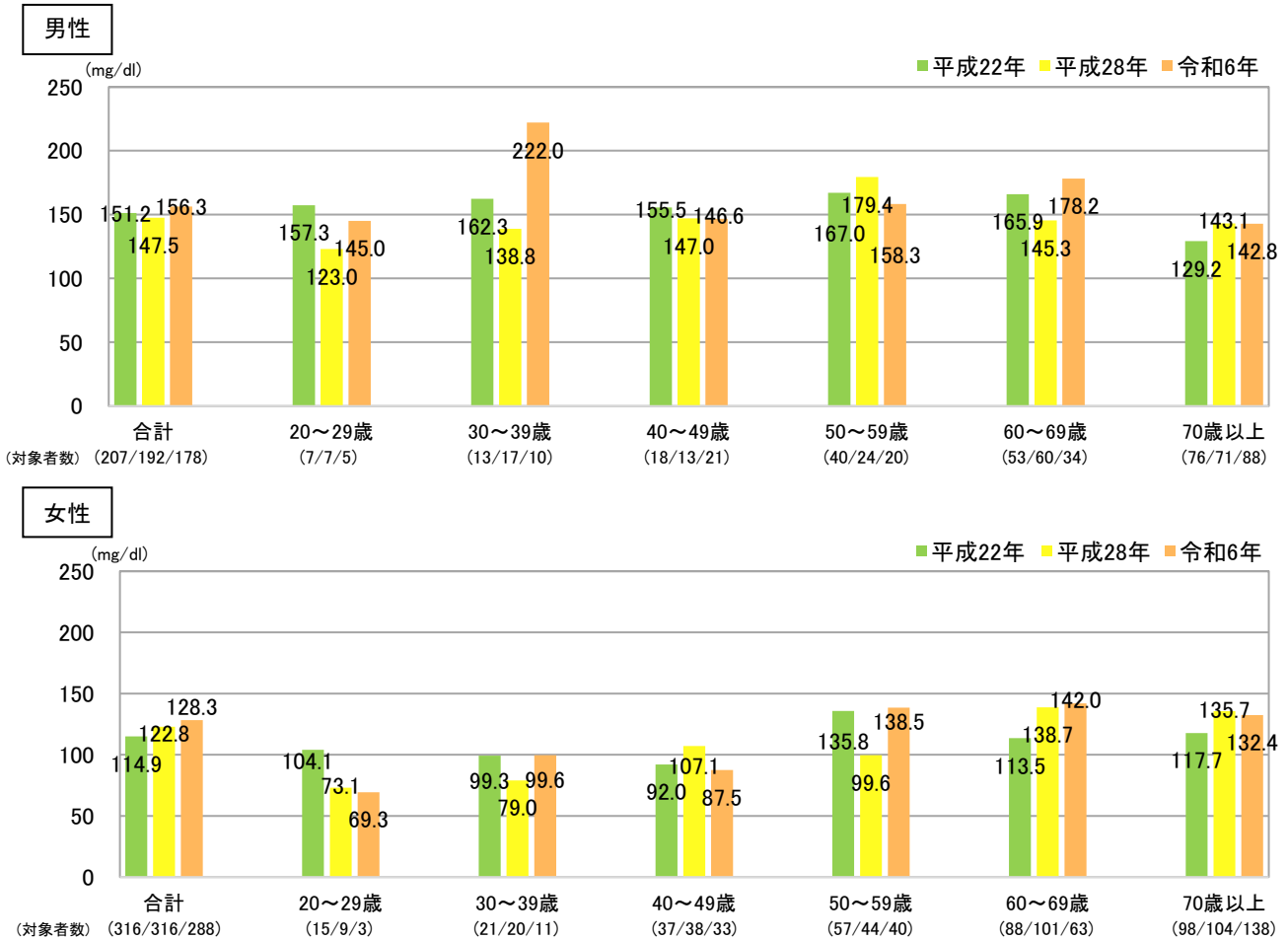


4. トリグリセリド

年齢階級別のトリグリセリド値の平均値は 図 2-5-6 のとおりであった。

前回調査 (H28) と比較すると、男性の 20～39 歳、60～69 歳、女性の 30～39 歳、50～69 歳で高くなっていた。

図 2-5-6 トリグリセリド値 (性別・年齢階級別) <年次比較>



VI 生活習慣の状況

1. 欠食習慣

欠食習慣のある（「毎日1食以上欠食する」「週4食以上7食未満欠食する」「週2食以上4食未満欠食する」）人の割合は、男性では20代、女性では40代が最も高く、前回調査（R4）との比較では、男女ともに「欠食しない、または週2食未満欠食する」人の割合が増加していた。（図2-6-1）

欠食習慣のある人について、よく欠食する食事をみると、男性では73.1%、女性では61.5%と、ともに朝食の欠食率が高くなっていったが、70代以上の男女及び50代女性では、朝食以外の食事を欠食する人の割合も高くなっていった。（図2-6-2）

図2-6-1 欠食習慣の有無（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

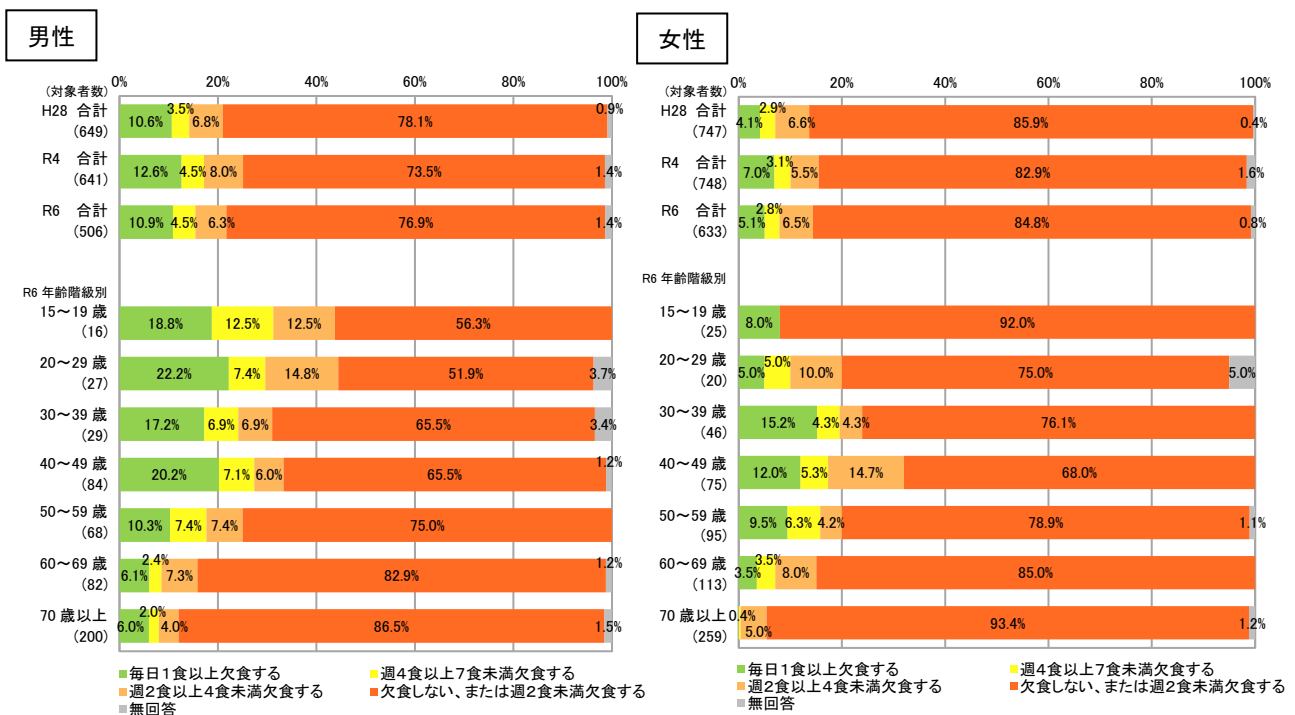
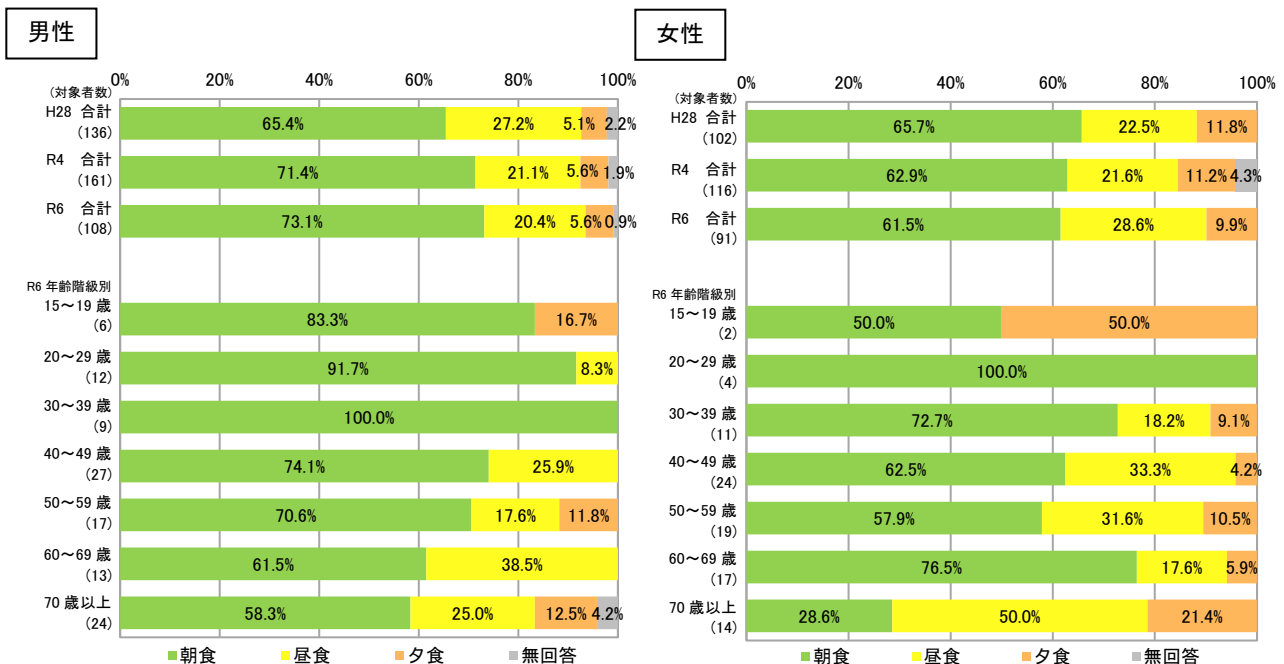


図2-6-2 欠食習慣のある食事（性別・年齢階級別）＜年次比較＞



2. 間食

間食習慣のある（「毎日2回以上間食する」「毎日1回以上2回未満間食する」「週2回以上7回未満間食する」）人の割合は、20～30代を除くすべての年齢階級で女性の方が高くなっていった。

（図2-6-3）

間食とBMIの関係を見ると 図2-6-4 のとおりであった。

図2-6-3 間食の状況（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

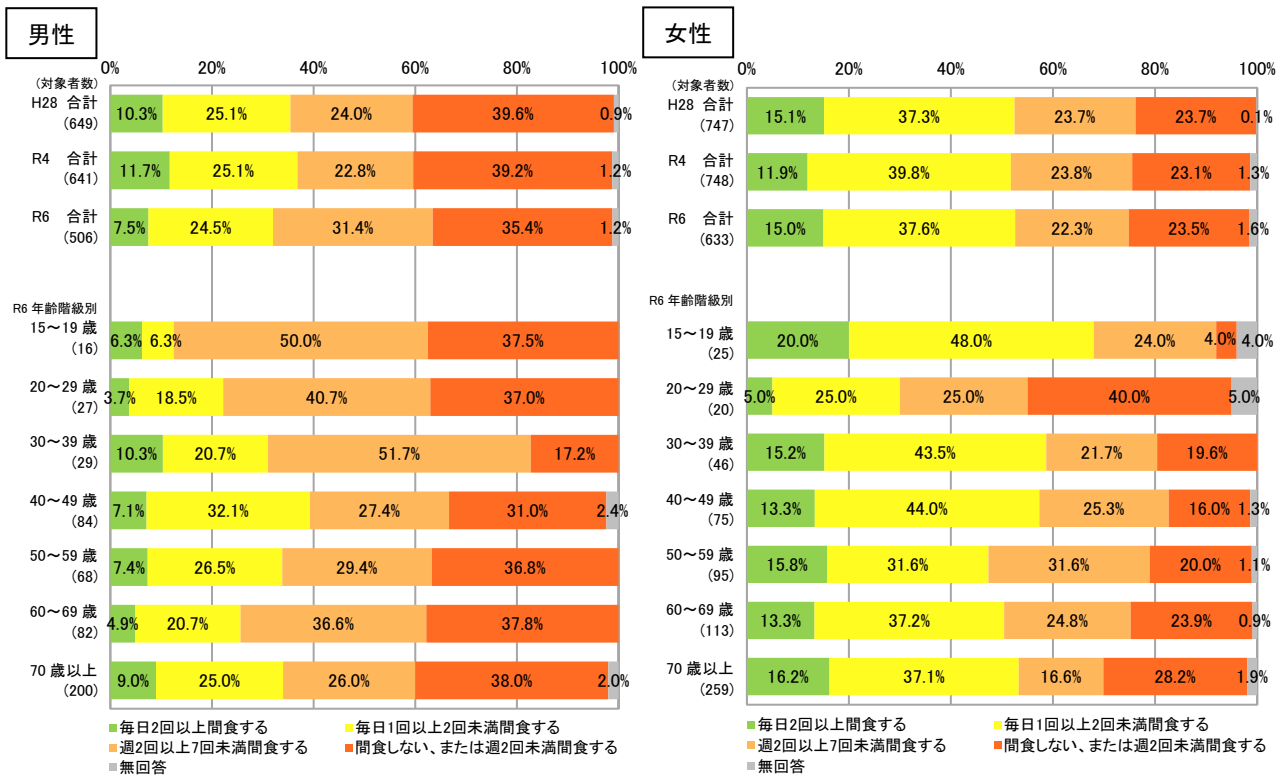
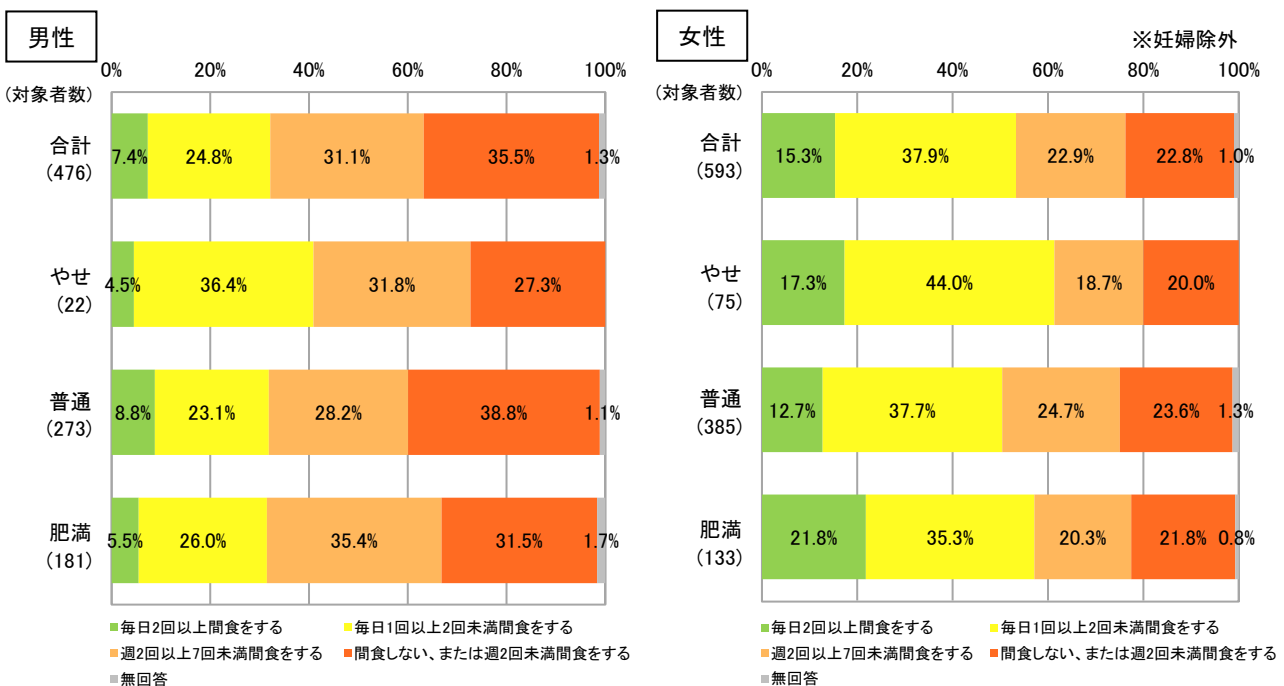


図2-6-4 間食とBMIの関係（性別）



「来客にお菓子を強く勧める雰囲気がある」と答えた人の割合は、吉野川保健所管内から県西部が高くなっていったが、「お菓子の買い置きがある」と答えた人の割合には、地域差が見られなかった。(図 2-6-5、図 2-6-6)

お菓子の買い置きと来客にお菓子を強く勧める雰囲気の関係を見ると、吉野川保健所管内から県西部では、「お菓子の買い置きがある」人で「お菓子を勧める雰囲気がある」と答えた人の割合が高くなっていった。(図 2-6-7)

図 2-6-5 「お菓子を勧める雰囲気がある」と答えた人の割合（保健所別）

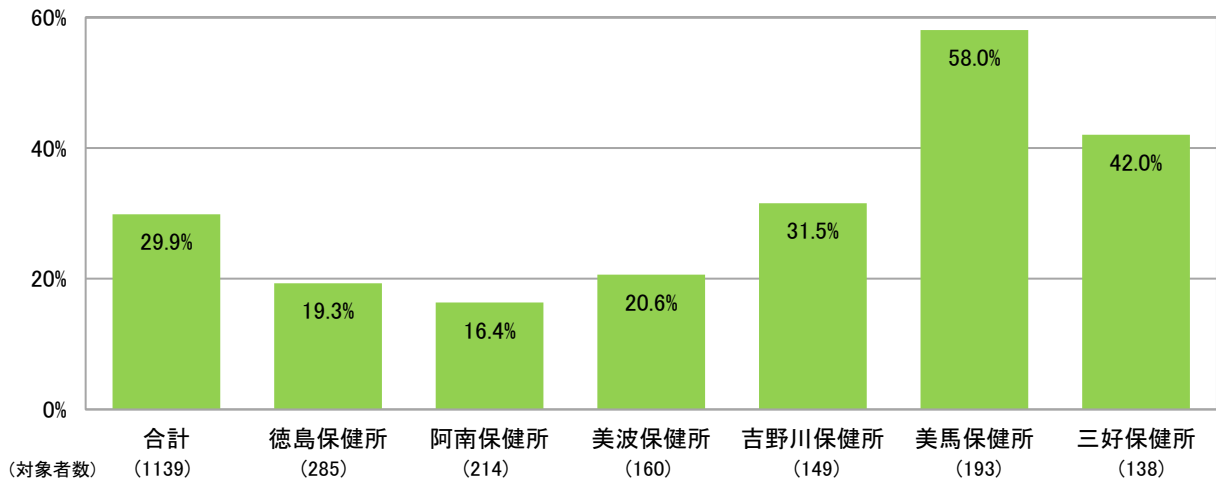


図 2-6-6 「お菓子の買い置きがある」と答えた人の割合（保健所別）

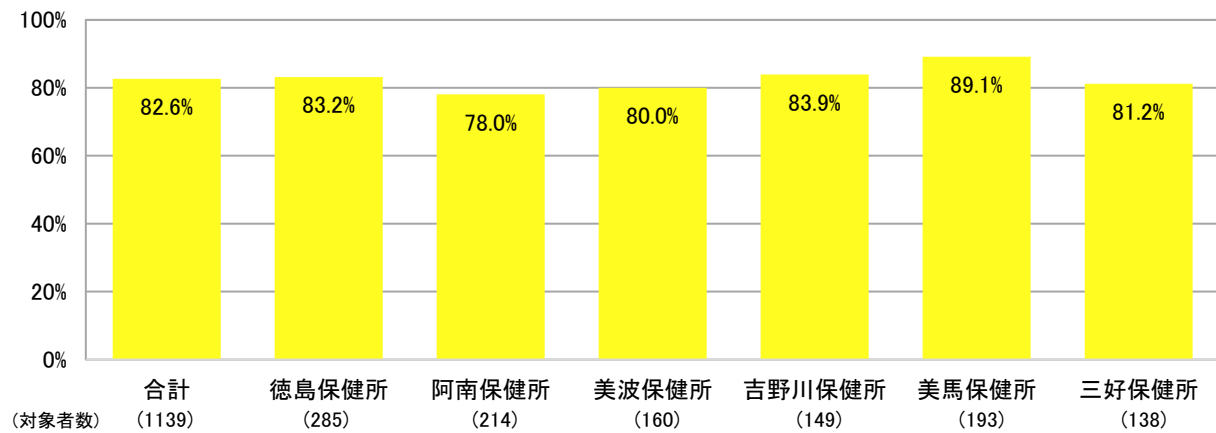
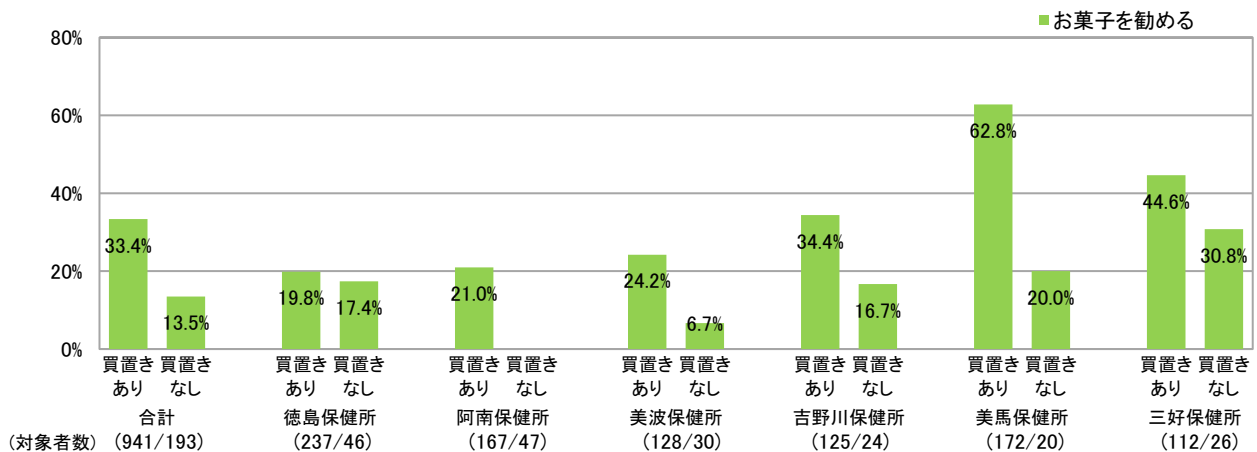


図 2-6-7 お菓子の買い置きとお菓子を勧める雰囲気の関係（保健所別）



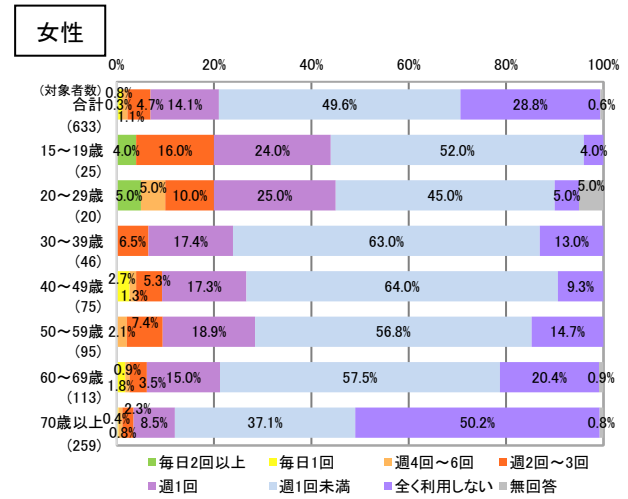
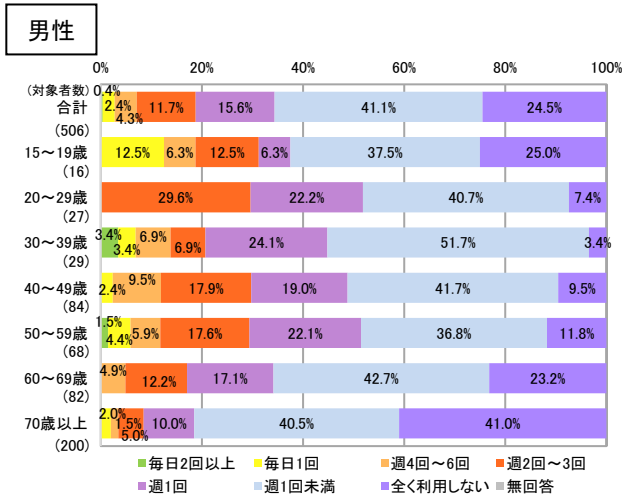
3. 外食

外食の状況については 図 2-6-8 のとおりであった。

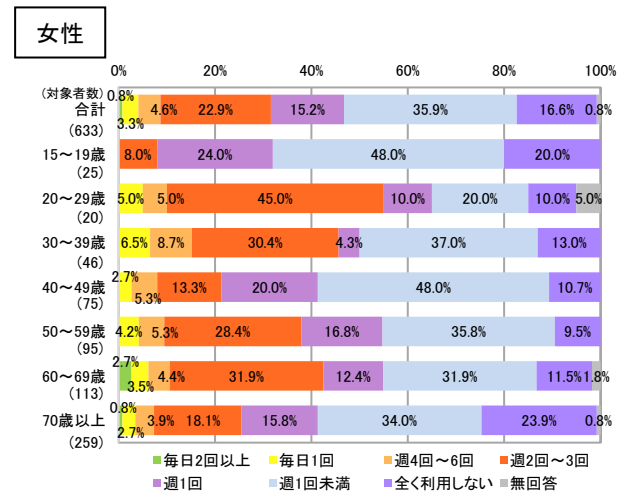
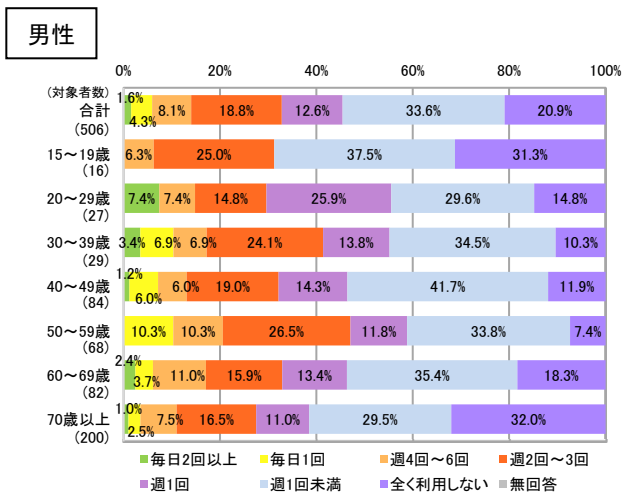
年齢階級別でみると、「飲食店での食事」の利用率は男性が30代、女性が20代で最も高く、年齢階級が上がるにつれて利用率が低下していた。「持ち帰りの弁当や惣菜」の利用率は、男女ともに20代～60代で高くなっていた。

図 2-6-8 外食の状況（性別・年齢階級別）

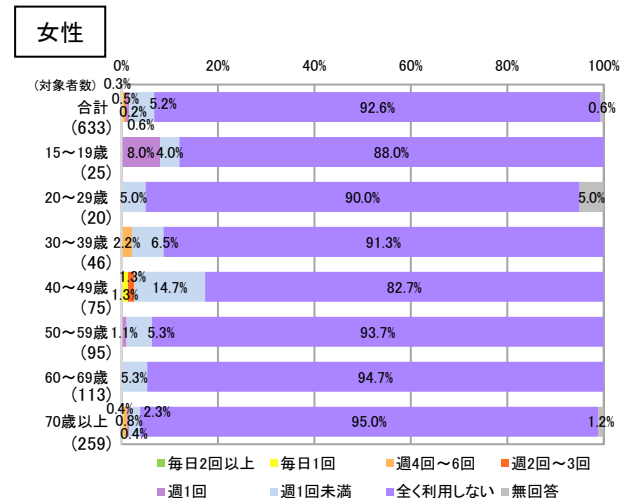
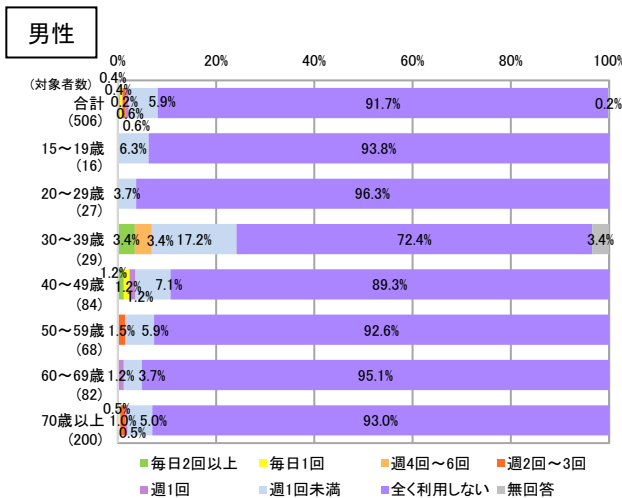
ア. 外食（飲食店での食事）



イ. 持ち帰りの弁当や惣菜



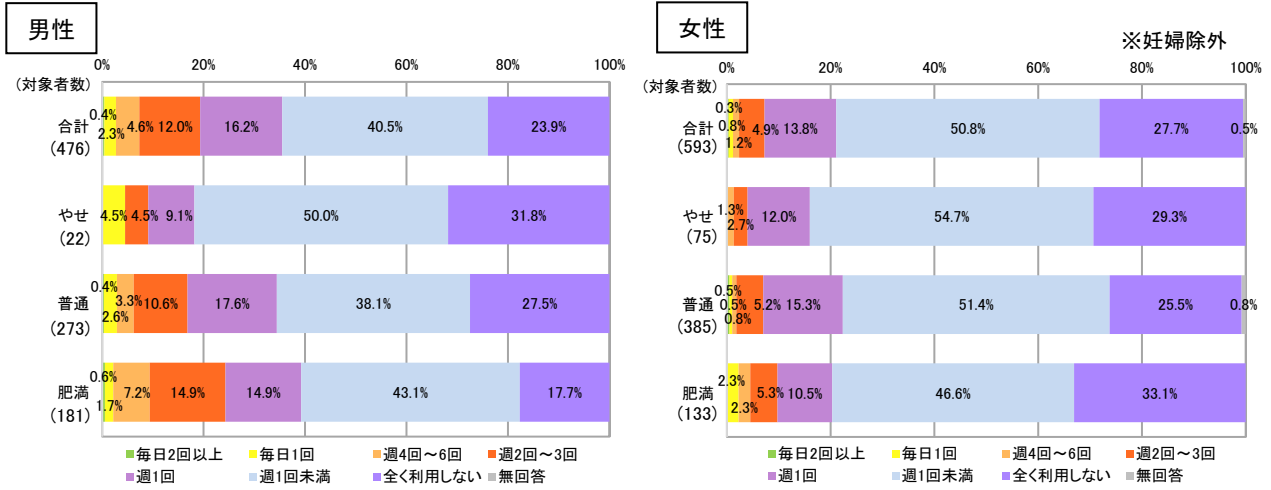
ウ. フードデリバリーサービス



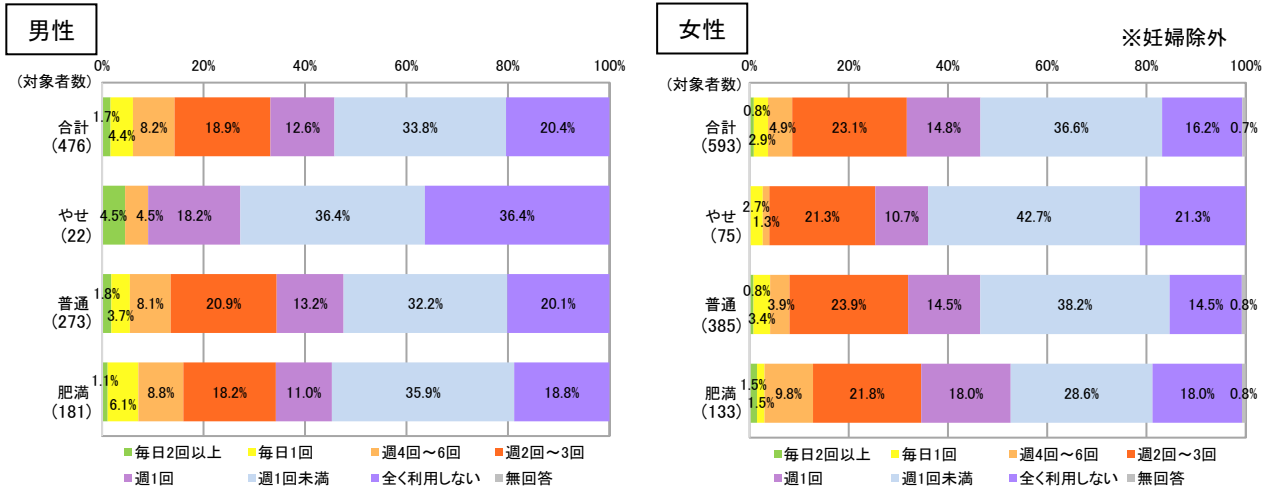
外食とBMIの関係は 図 2-6-9 のとおりであった。

図 2-6-9 外食とBMIの関係（性別）

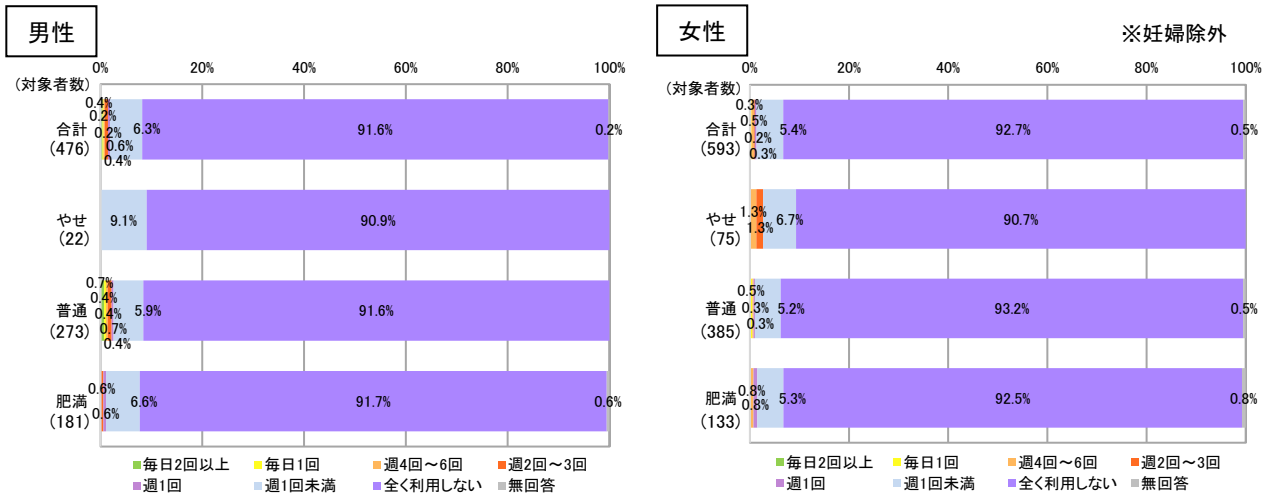
ア. 外食（飲食店での食事）



イ. 持ち帰り弁当や惣菜の状況



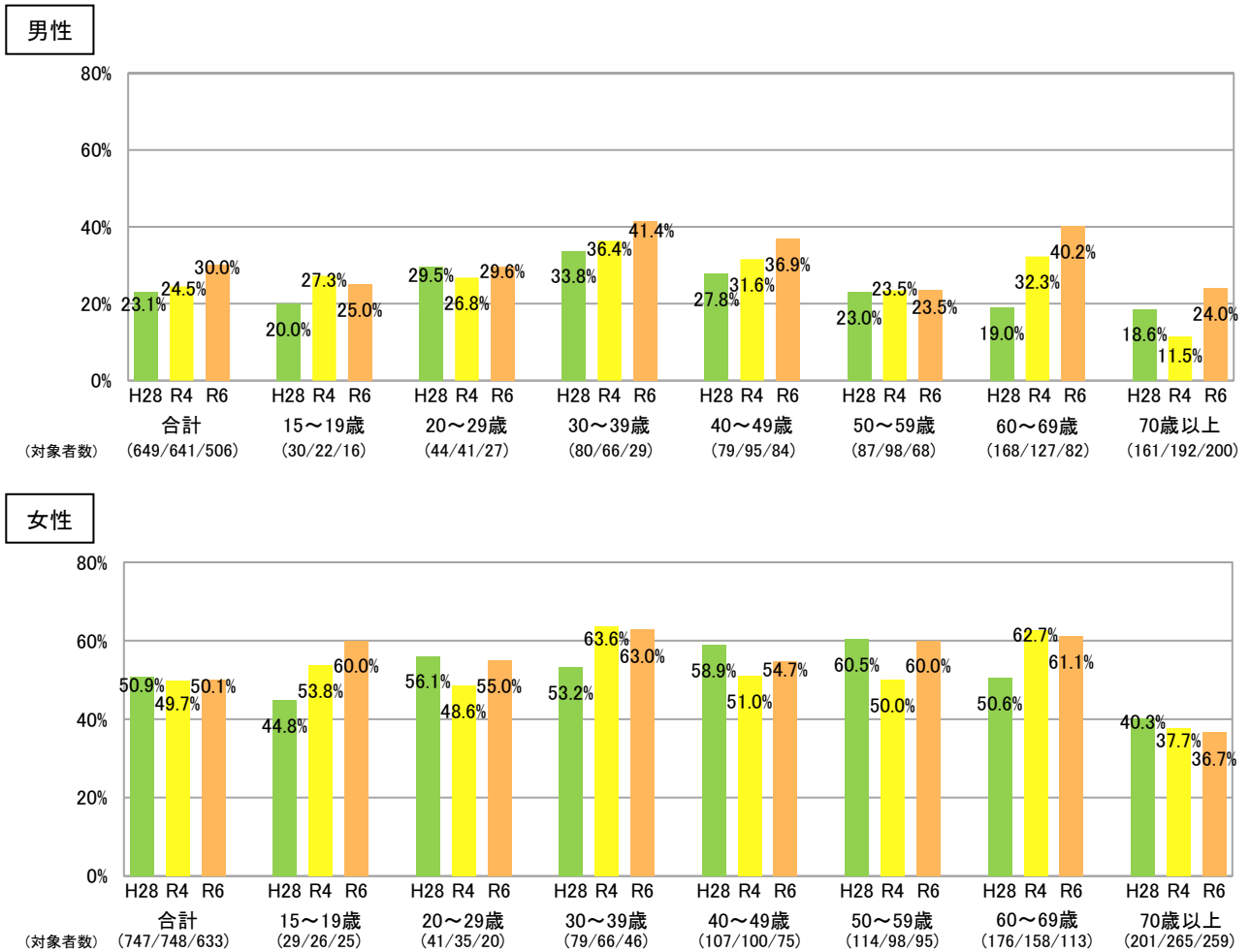
ウ. フードデリバリーサービス



4. 栄養成分表示

栄養成分表示を見ている人の割合は 図 2-6-10 のとおりであり、男性では 30.0%、女性では 50.1%と、女性の方が見ている人の割合が高くなっていた。

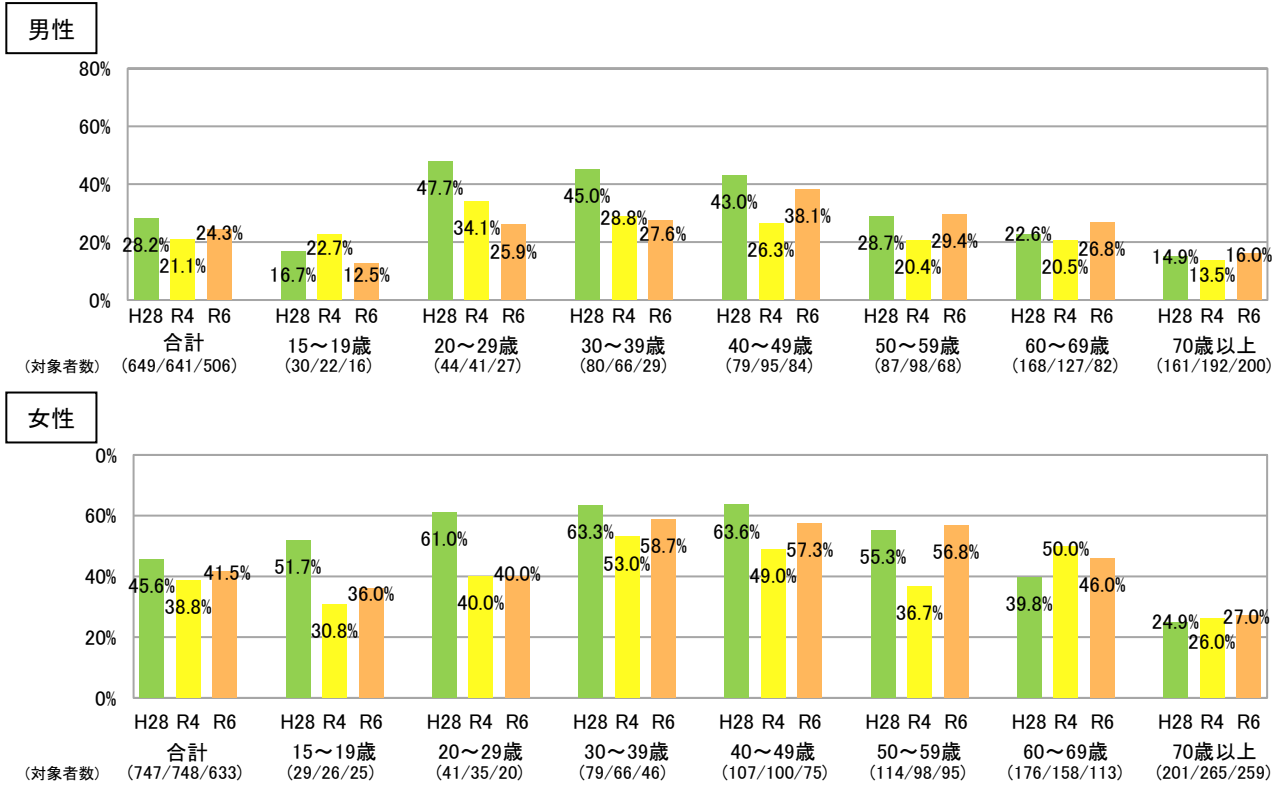
図 2-6-10 栄養成分表示をみている人の割合 (性別・年齢階級別) <年次比較>



外食等で、栄養成分表示を見たことがある人の割合は、男性では24.3%、女性では41.5%であり、すべての年齢階級で女性の方が見たことがある人の割合が高くなっていった。

前回調査（R4）との比較では、見たことがある人の割合が男女ともに多くの年齢階級で増加していた。（図2-6-11）

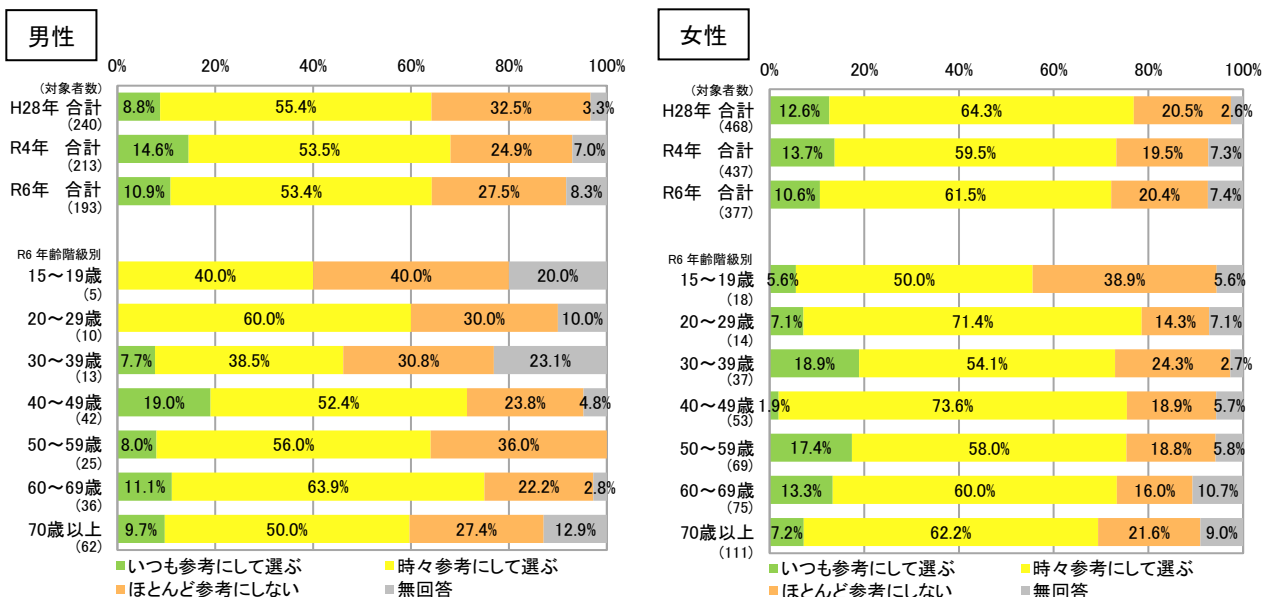
図2-6-11 外食等で、栄養成分表示を見たことがある人の割合（性別・年齢階級別）＜年次比較＞



食品を選ぶ際に、栄養成分表示を参考にしてメニューを選ぶ（「いつも参考にして選ぶ」「時々参考にして選ぶ」）人の割合は、男性では63.4%、女性では72.1%と女性の方が高くなっていったが、前回までの調査（H28, R4）との比較では、男女ともに減少傾向であった。

年齢階級別でみると、男性は60～69歳で、女性は20～29歳で「ほとんど参考にならない」人の割合が最も低くなっていった。（図2-6-12）

図2-6-12 栄養成分表示を参考にしてメニューを選ぶか（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

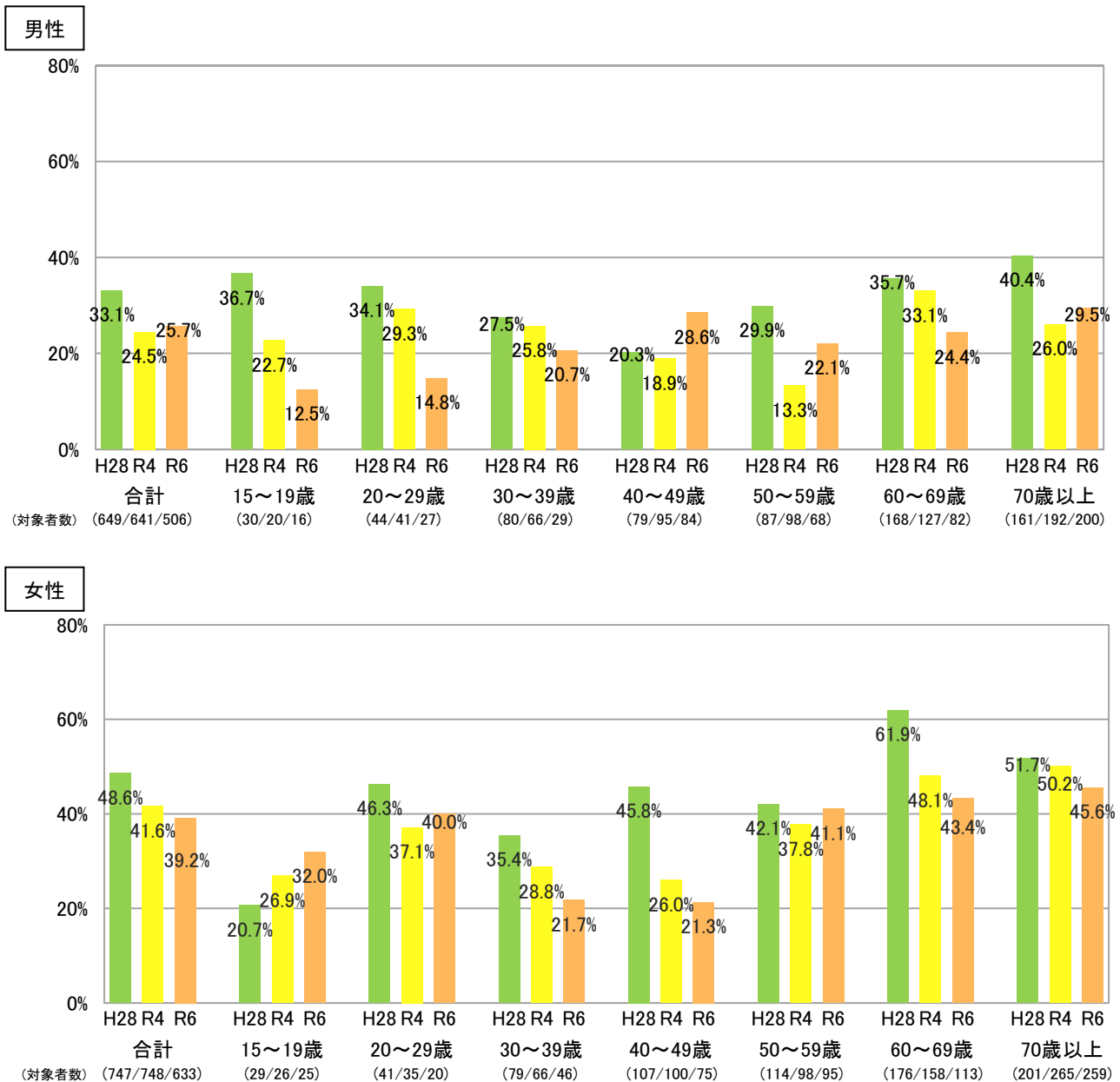


5. 食塩摂取量

食塩の適正摂取量（1日男性7.5g未満、女性6.5g未満）を知っている人の割合は、男性では25.7%、女性では39.2%であり、女性の方が知っている人の割合が高くなっていった。

前回調査（R4）との比較では、男性は「食塩の適正量を知っている人」の割合は増加傾向、女性は減少傾向であった。（図2-6-13）

図2-6-13 食塩の適正摂取量を知っている人の割合（性別・年齢階級別）＜年次比較＞



6. 栄養バランス

健康のために栄養バランスを考えて食品を選んでいる（「考えながら選んでいる」「時々考えて選んでいる」）人の割合は、男性では 54.1%、女性では 78.6%と女性の方が高くなっていった。

年齢階級別にみると、特に 20 代以上の女性で、栄養のバランスを考えて食品を選んでいる人の割合が高くなっていった。（図 2-6-14）

健康のために栄養バランスを考えて食品を選んでいるかどうかとBMIの関係を見ると、男性ではBMIが「やせ」の人が、女性では「普通」の人が、健康のために栄養バランスを考えて食品を選んでいる（「考えながら選んでいる」「時々考えて選んでいる」）と答えた人の割合が高くなっていった。（図 2-6-15）

図 2-6-14 栄養のバランスを考えて食品を選んでいるか（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

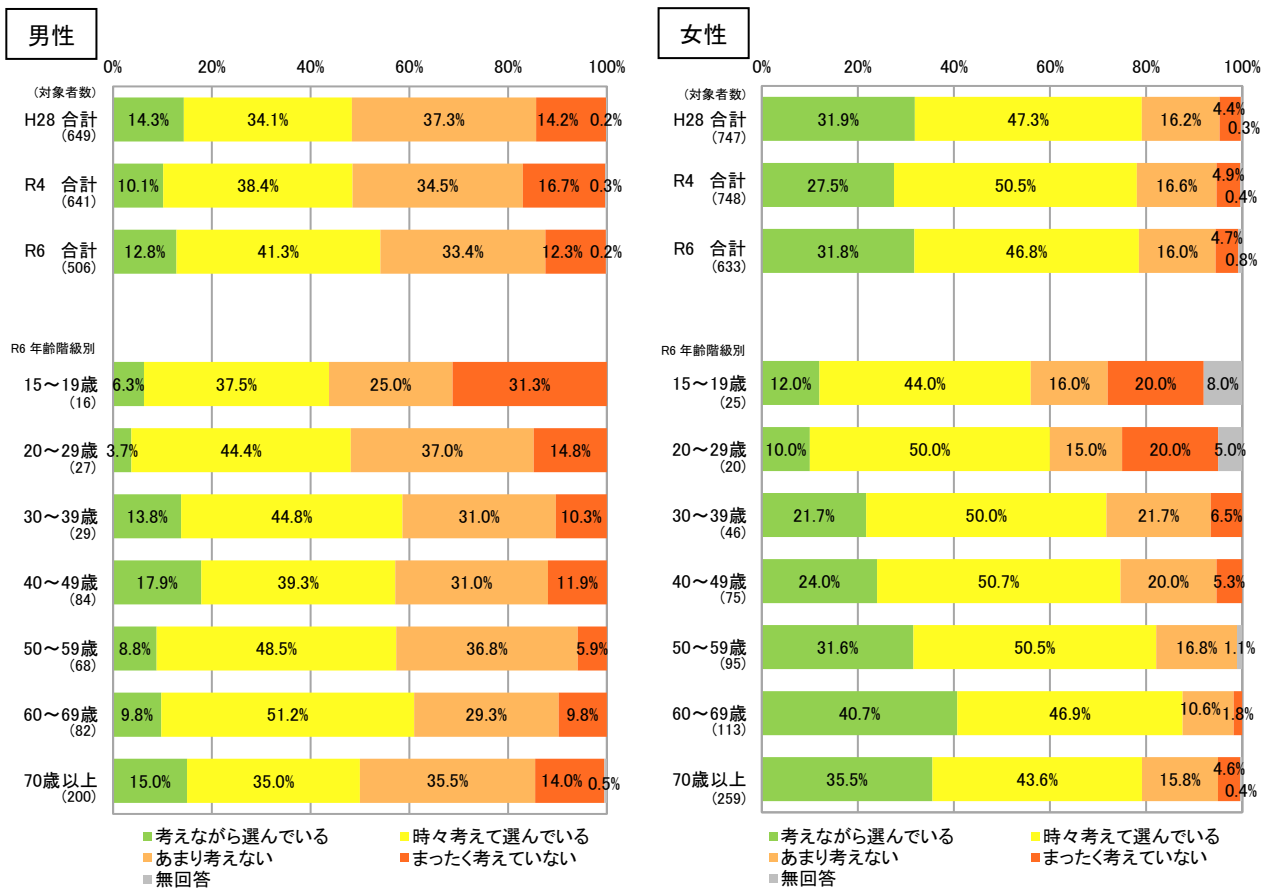
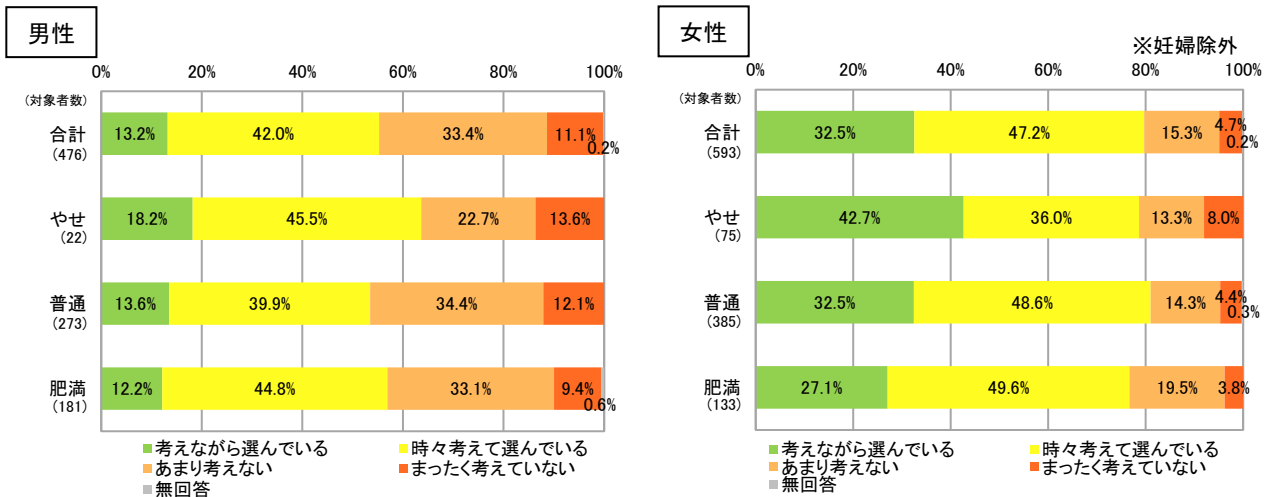
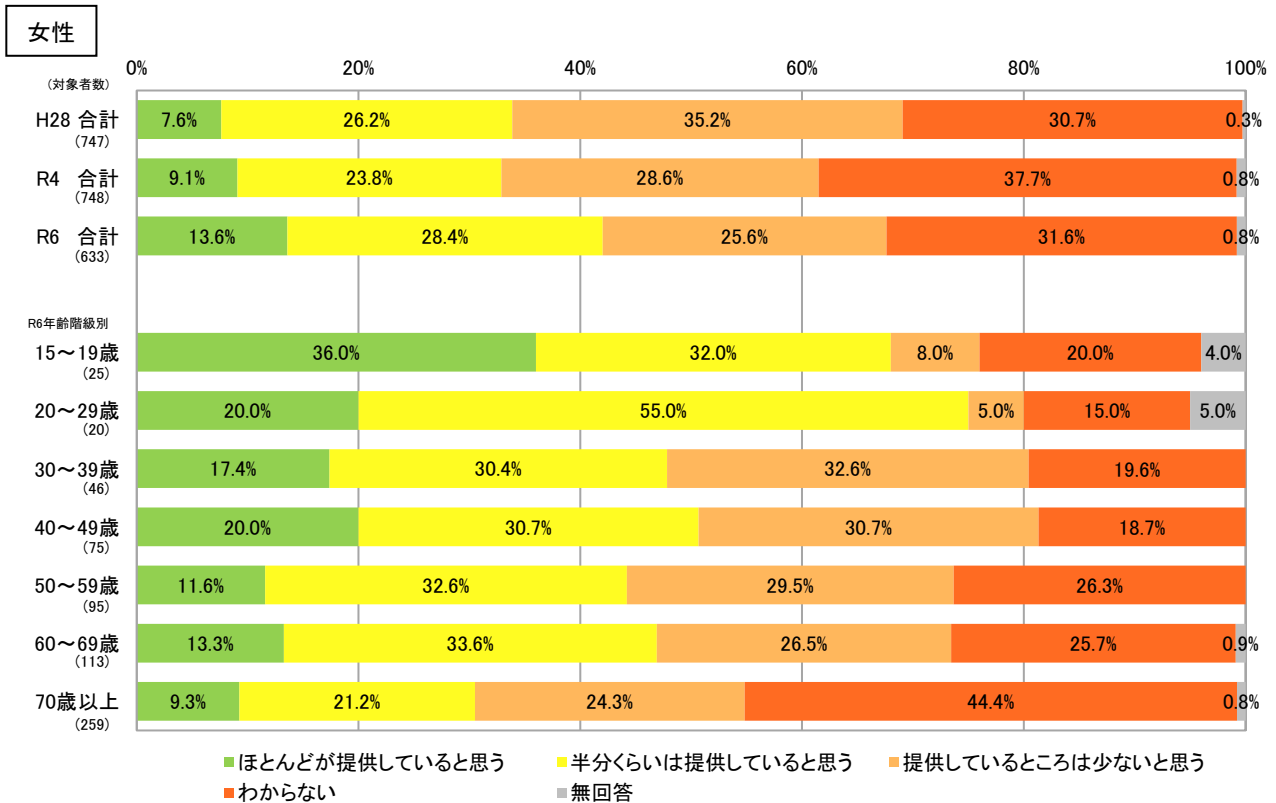
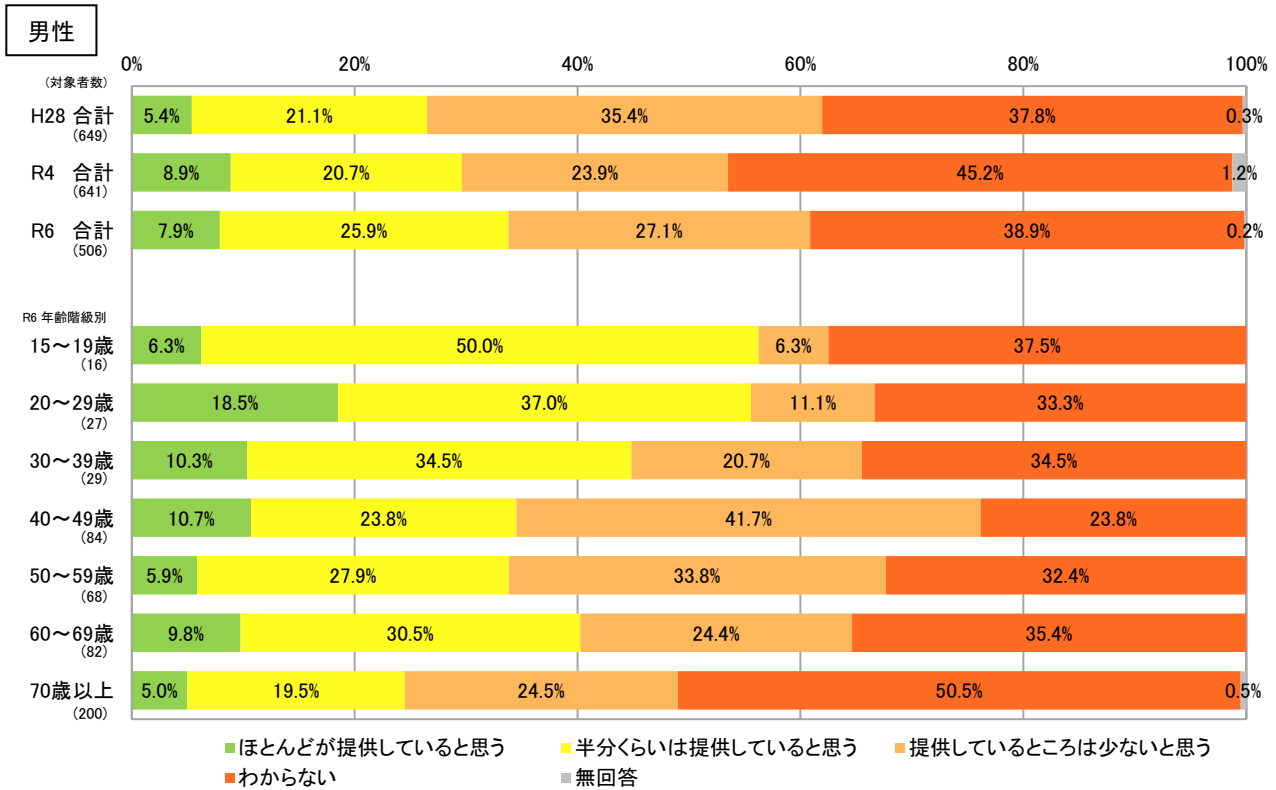


図 2-6-15 栄養のバランスを考えて食品を選んでいるかどうかとBMIの関係（性別）



飲食店等が栄養バランスのとれたメニューを提供しているかどうかについては 図 2-6-16 のとおりであった。

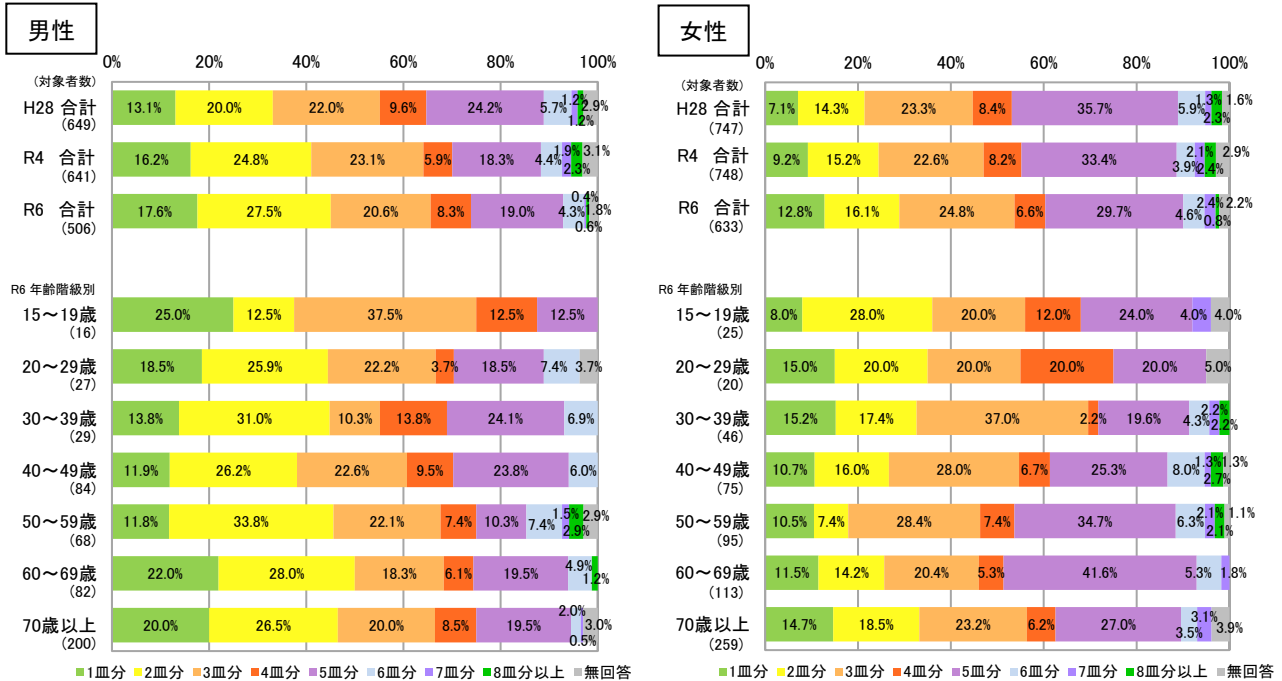
図 2-6-16 飲食店等が栄養のバランスのとれたメニューを提供しているか(性別・年齢階級別)＜年次比較＞



7. 副菜

1日に食べる副菜の適量について、女性は50代以上で「5皿分」と答えた人の割合が最も高くなっていたが、男性は20歳以上で「2皿分」と答えた人の割合が高くなっていた。(図2-6-17)

図2-6-17 1日に食べる副菜の適量はどのくらいだと思うか(性別・年齢階級別) <年次比較>



1日あたり「あと一皿程度、野菜を増やすこと」について、「増やせると思う」と答えた人の割合は、男性では37.7%、女性では46.8%であった。(図2-6-18)

増やせないと思う理由で最も多かった回答は、男性では「自分で食事の準備をしないから」で、女性では「値段が高いから」であった。(図2-6-19)

図2-6-18 「あと一皿程度、野菜を増やすこと」について(性別・年齢階級別)

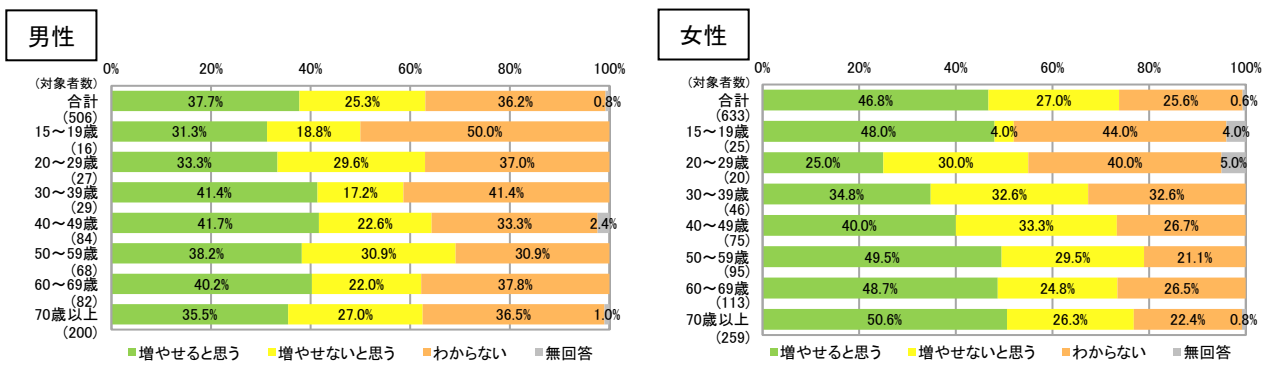
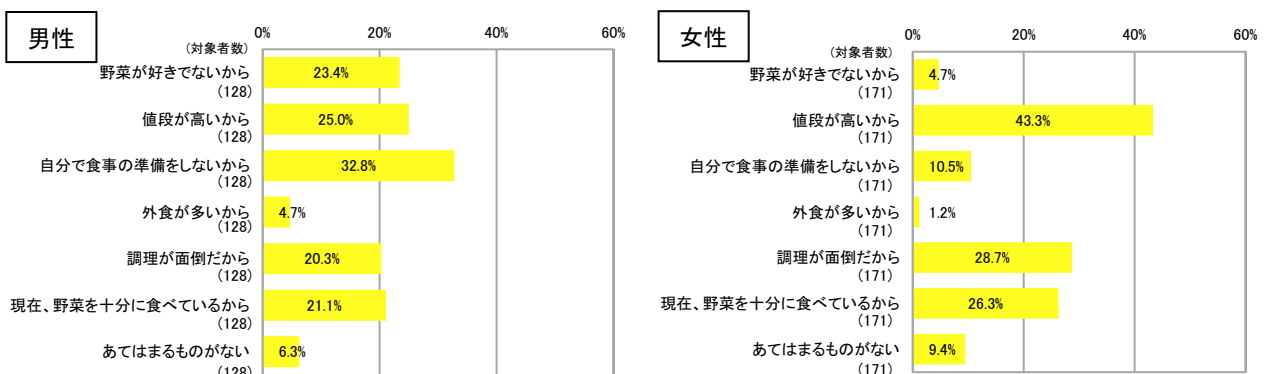
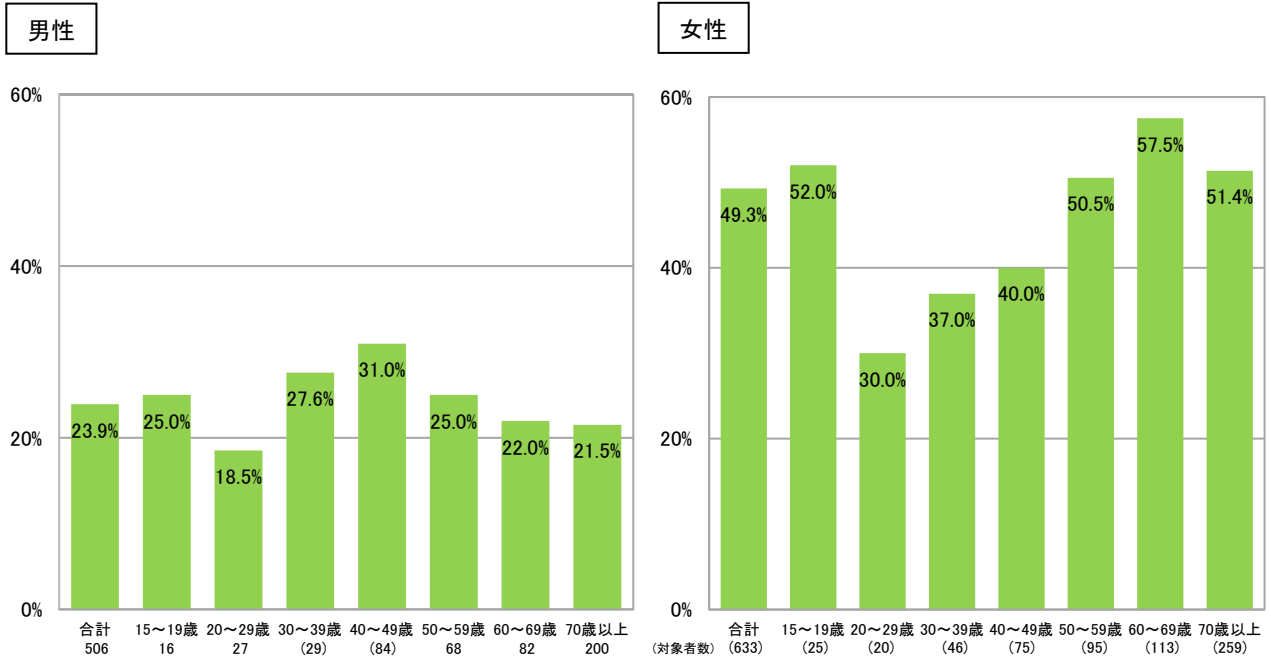


図2-6-19 あと一皿程度、野菜を増やせないと思う理由(性別)



1日に摂取する野菜の目標量(350g)を知っている人の割合は、男性では23.9%、女性では49.3%であり、女性の方が知っている人の割合が高くなっていった。年齢階級別でみると、男性では30代～40代が高く、女性では15～19歳及び60代以上で認知度が高くなっていった。(図 2-6-20)

図 2-6-20 野菜の目標量を知っている人の割合(性別・年齢階級別)



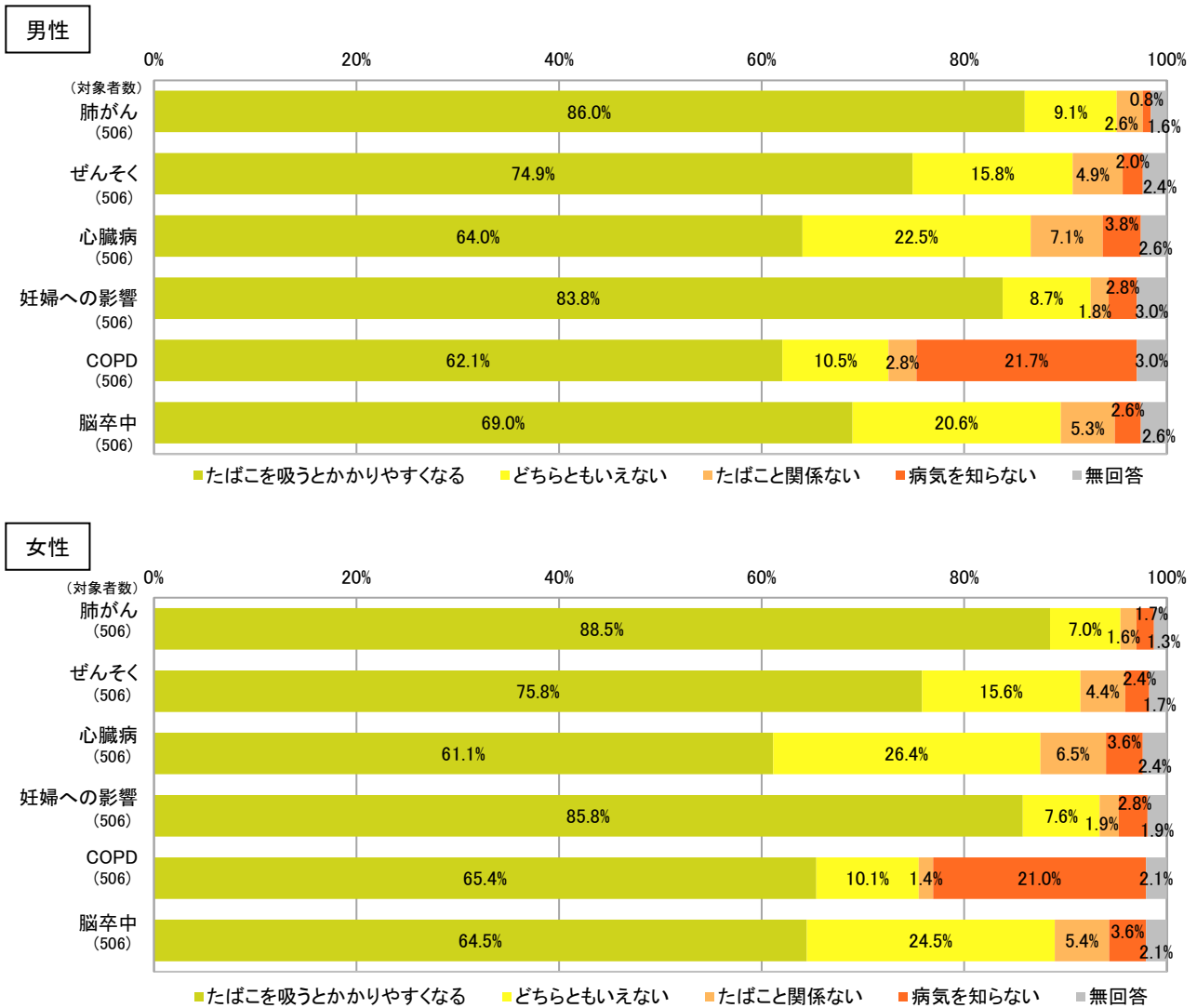
VII たばこ・アルコール

1. たばこに関する知識

受動喫煙が健康に与える影響について、男女ともに「肺がん」や「妊婦への影響」の認知度が高くなっていたが、「COPD」や「心臓病」、「脳卒中」の認知度は低くなっていた。

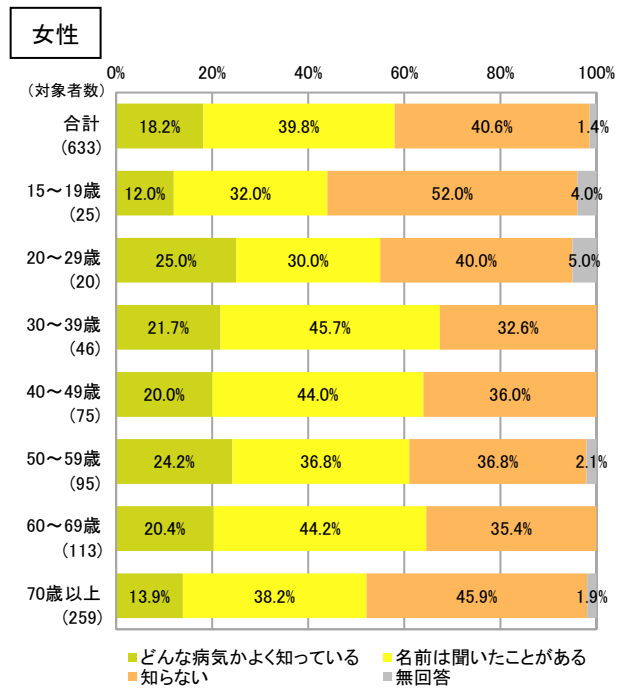
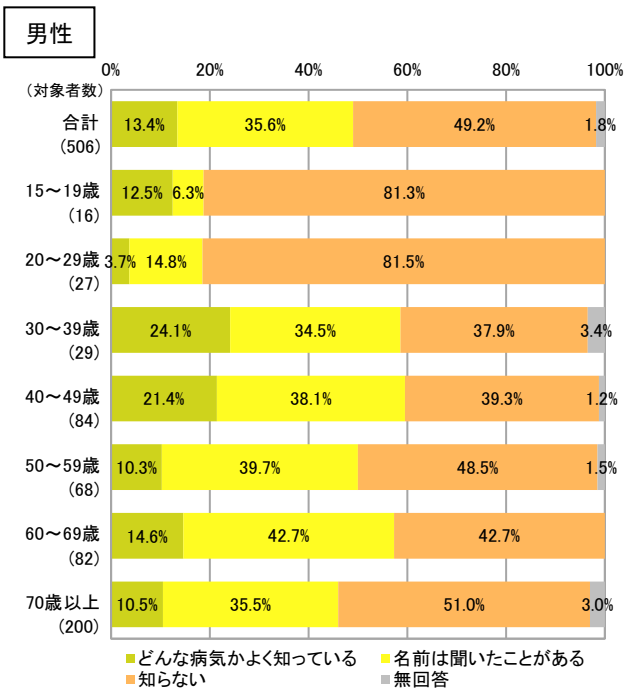
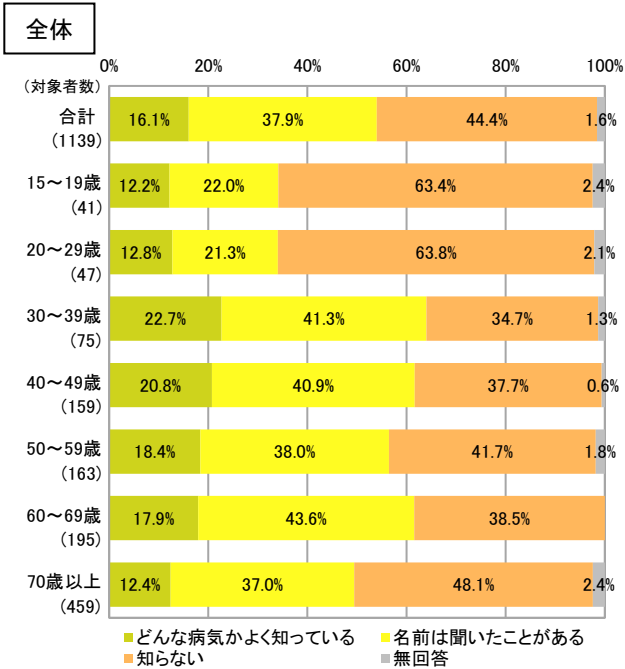
(図 2-7-1)

図 2-7-1 受動喫煙が健康に与える影響について (性別)



「COPD」について、「どんな病気かよく知っている」人の割合は 16.1%、「名前は聞いたことがある」人の割合は 37.9%であった。年齢階級別でみると、男性では 15～19 歳及び 20 代で、女性では 15～19 歳で認知度が低くなっていた。(図 2-7-2)

図 2-7-2 「COPD」の認知状況（性別・年齢階級別）



2. 喫煙の状況

現在習慣的に喫煙している（「毎日吸う」「時々吸う」）人の割合は、男性では23.6%、女性では4.5%であり、年齢階級別でみると、男性では30代、40代、60代で、女性では30代～40代で高くなっていた。（図2-7-3）

前回調査（R4）との比較では、女性は、ほとんどの年齢階級で喫煙率が低くなっていた。（図2-7-4）

図2-7-3 喫煙者の状況（性別・年齢階級別）

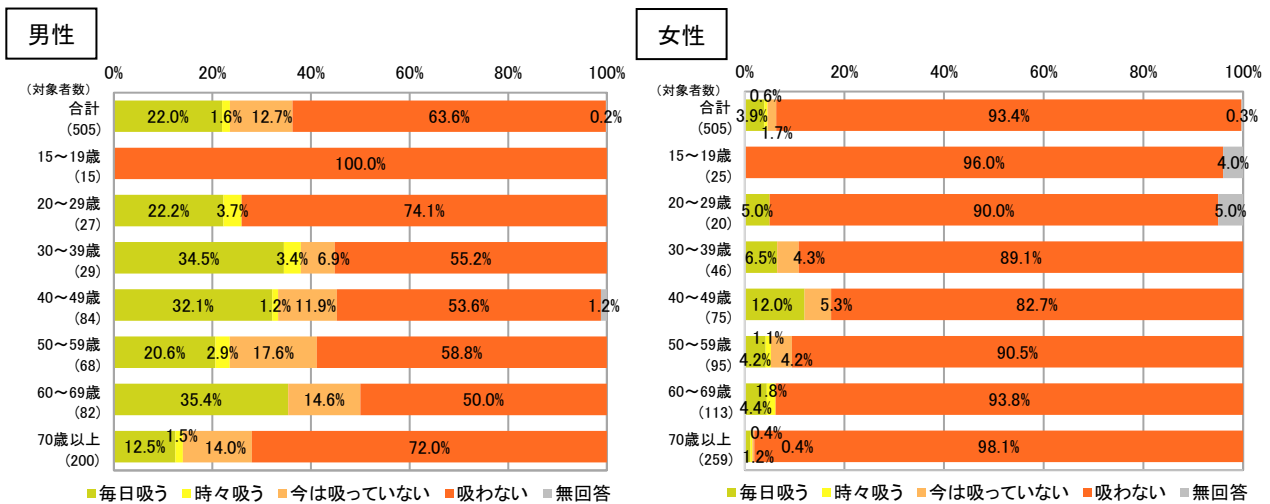
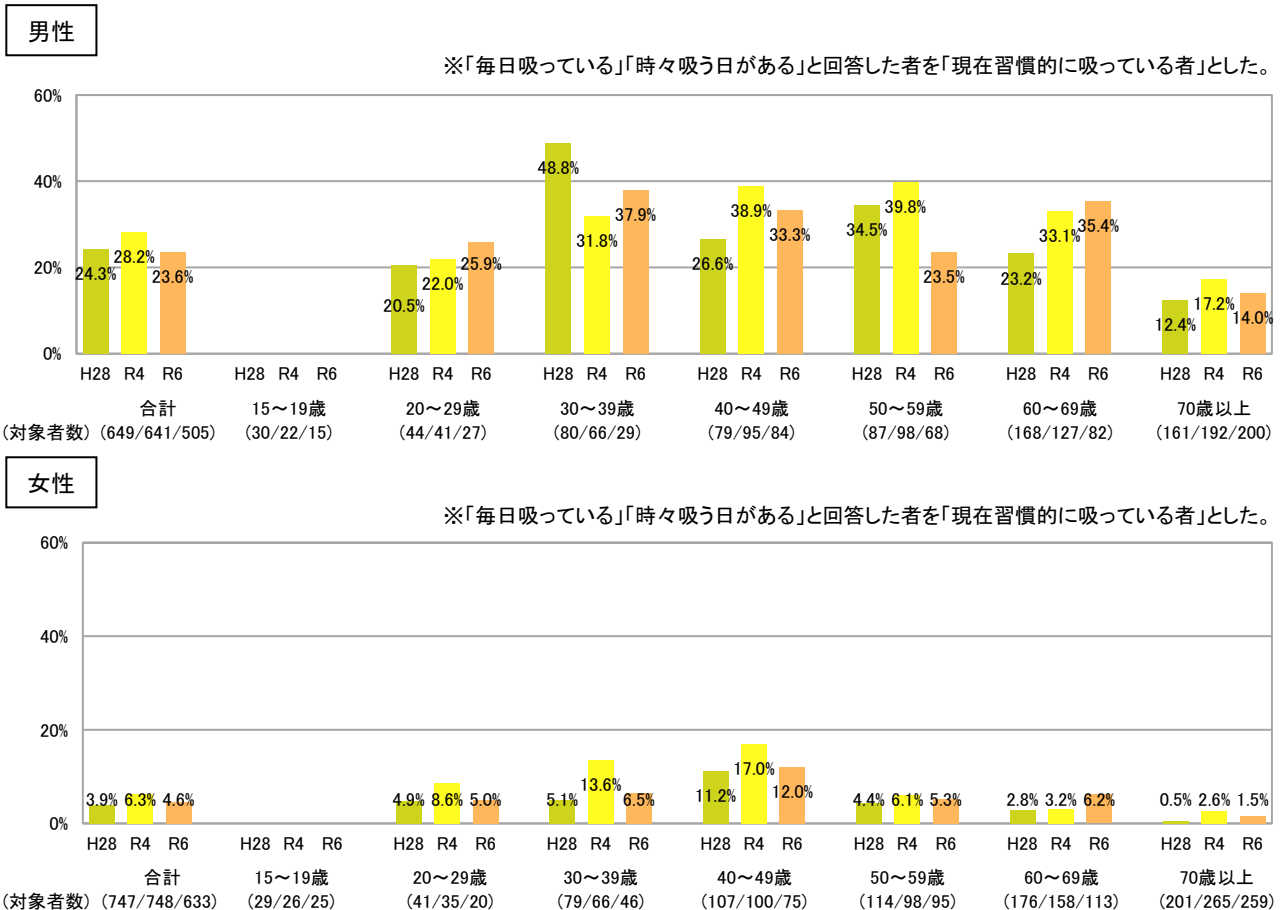


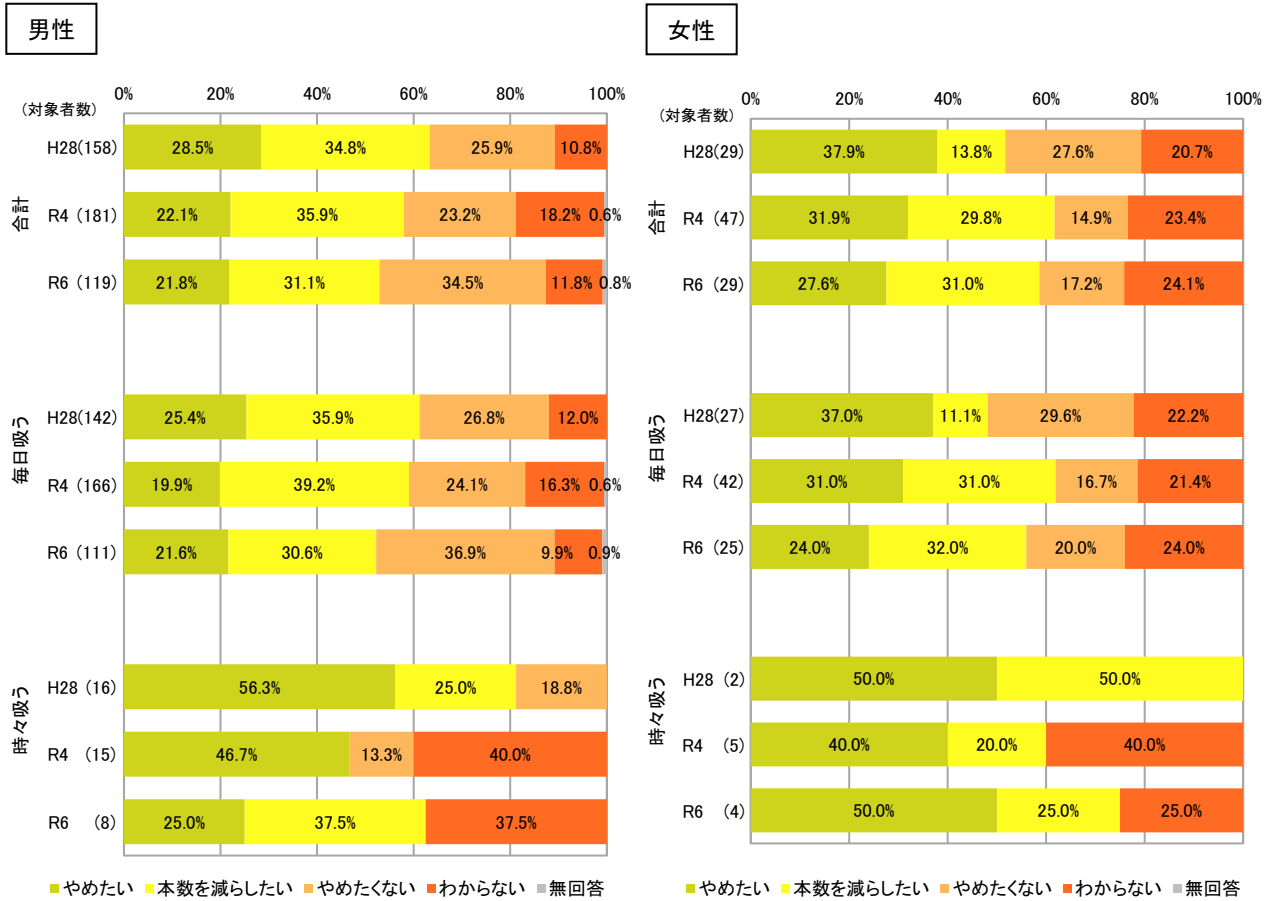
図2-7-4 喫煙者の割合（性別・年齢階級別）＜年次比較＞



禁煙の意思について、「やめたい」と答えた人の割合は、男性では21.8%、女性では27.6%であり、女性の方が高くなっていた。(図2-7-5)

喫煙状況別にみると、「時々吸っている」人の方が「やめたい」と答えた人の割合が高くなっていた。

図2-7-5 禁煙の意思の状況(性別)



3. アルコール

飲酒習慣のある人の割合は、男性では29.6%、女性では6.8%と男性の方が高くなっており、年齢階級別でみると、男女ともに30代～60代で高くなっていた。(図 2-7-6)

前回調査 (R4) との比較では、男女ともにほとんどの年齢階級で飲酒習慣のある人の割合が減少していた。(図 2-7-7)

図 2-7-6 飲酒習慣のある人の割合 (性別・年齢階級別)

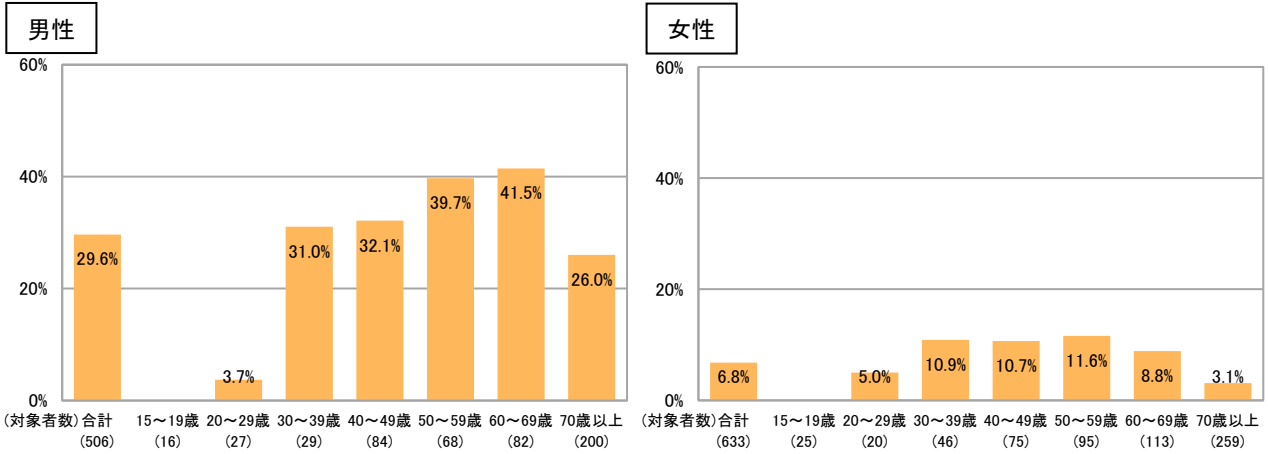
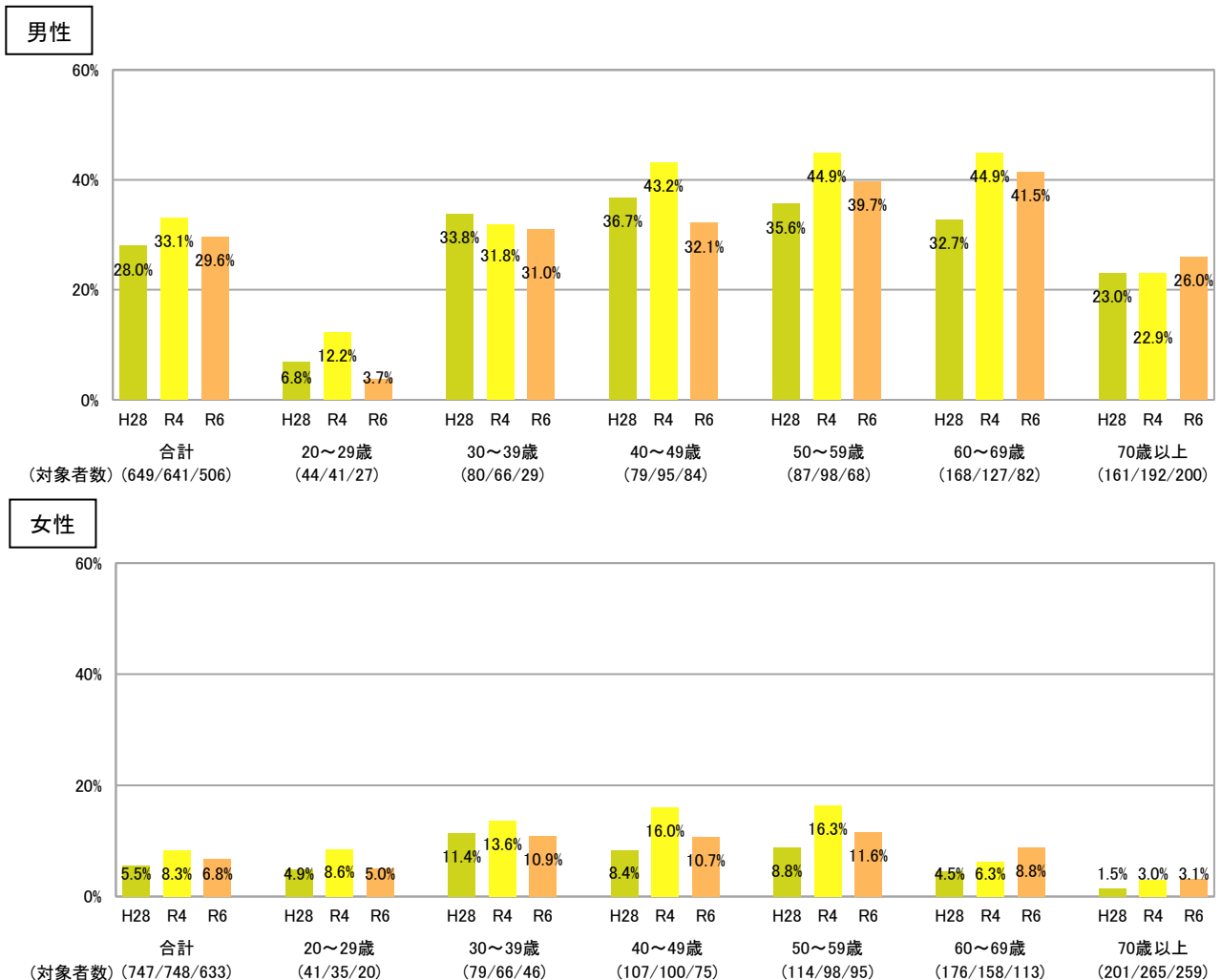


図 2-7-7 飲酒習慣のある人の割合 (性別・年齢階級別) <年次比較>



飲酒習慣のある人の1日あたりの飲酒量について、前回調査（R4）との比較では、男性では「2～3合未満」、「3合以上」の割合が、女性では「1～2合未満」の割合が増加していた。年齢階級別でみると、「3合以上」の割合は男性では40代、女性では30代で最も高くなっていった。（図2-7-8）

全国調査（R5）との比較では、30代以上で「2～3合未満」、「3合以上」の割合が全国を上回っていた。（図2-7-9）

図2-7-8 飲酒習慣のある人の飲酒量（性別・年齢階級別）＜年次比較＞

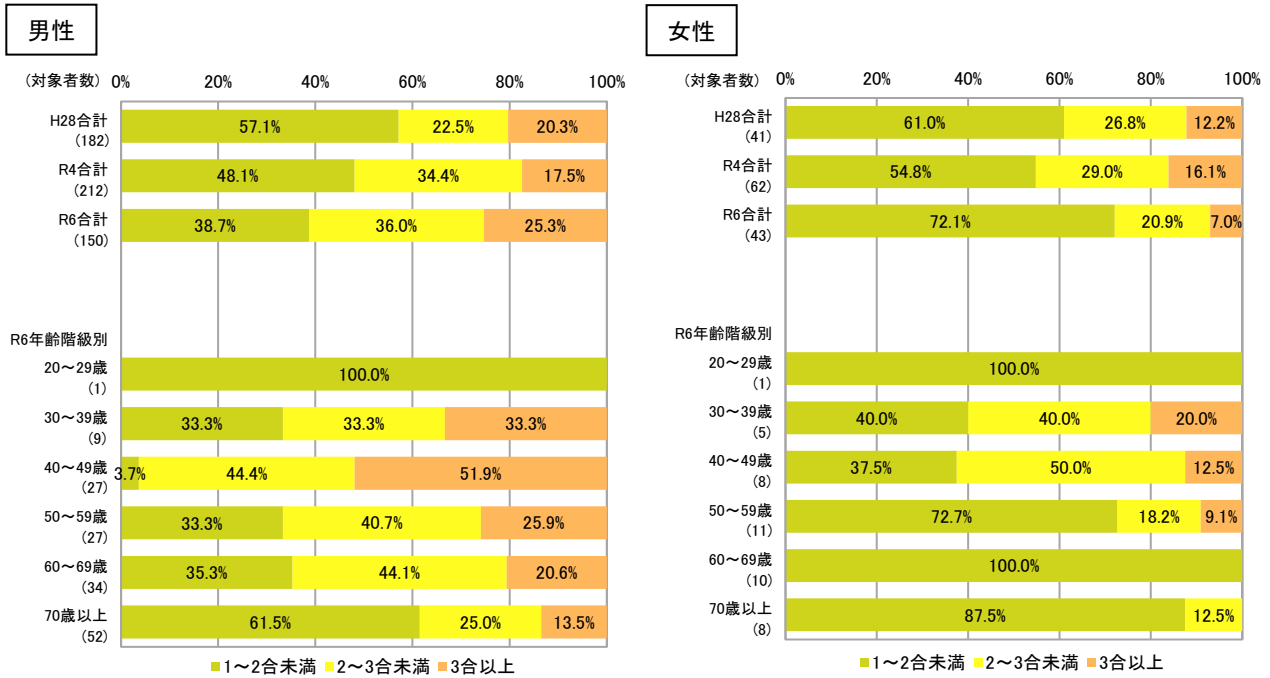
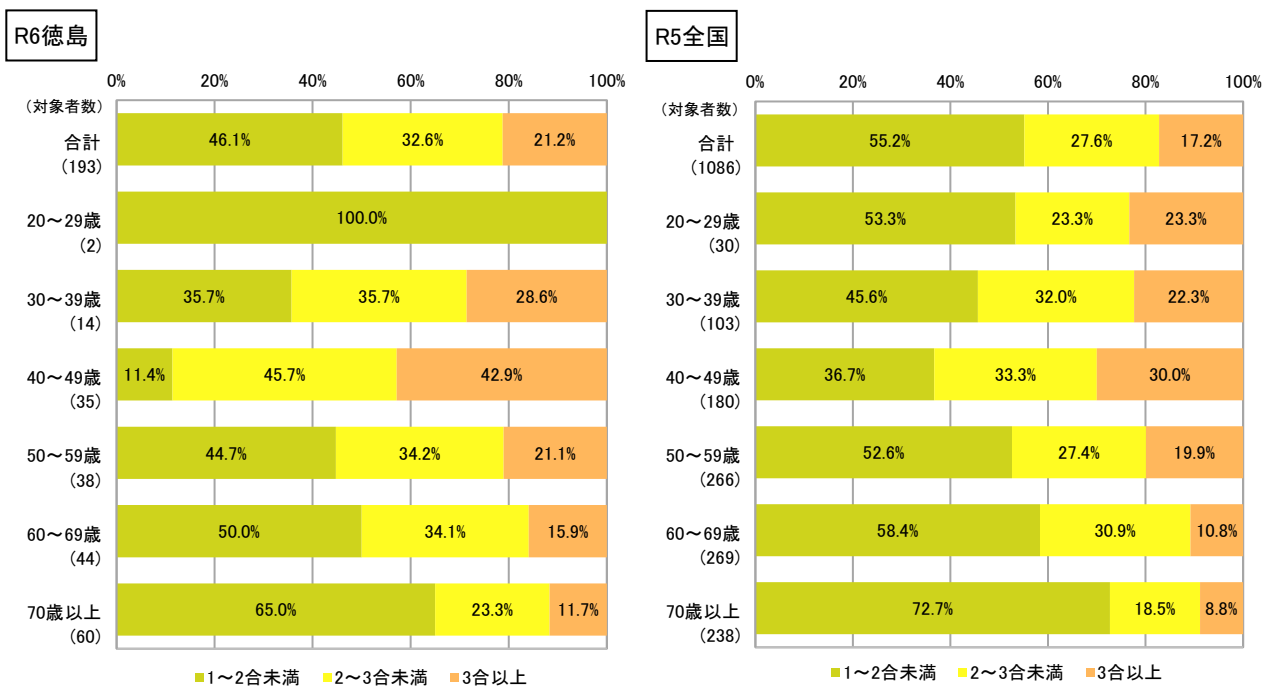


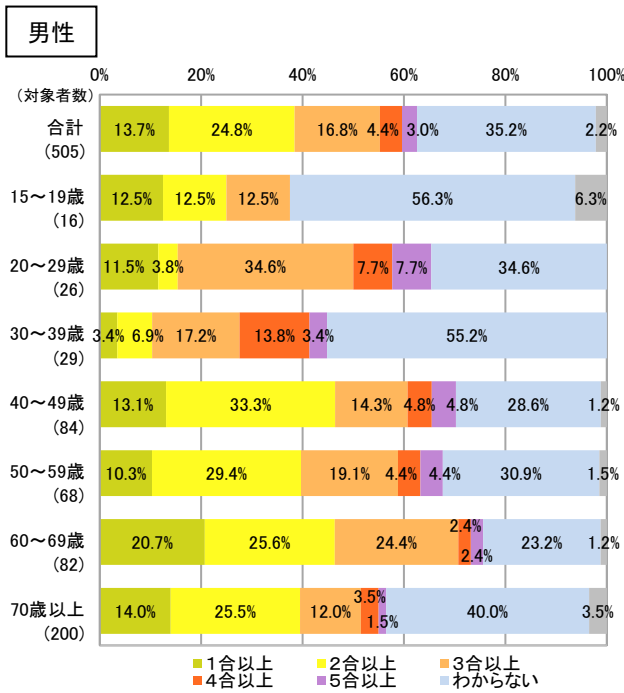
図2-7-9 飲酒習慣のある人の飲酒量（年齢階級別）＜全国比較＞



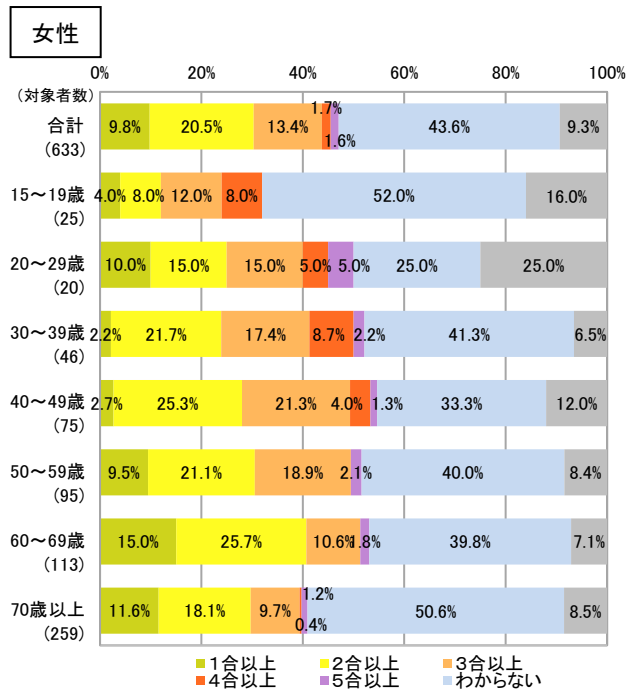
生活習慣病のリスクを高める飲酒量について、男女ともに「わからない」と答えた人の割合が最も高く、男性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量では35.2%、女性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量では43.6%、男性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量では41.0%、女性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量では48.7%であった。(図2-7-10)

図2-7-10 生活習慣病のリスクを高める飲酒量の認識（性別・年齢階級別）

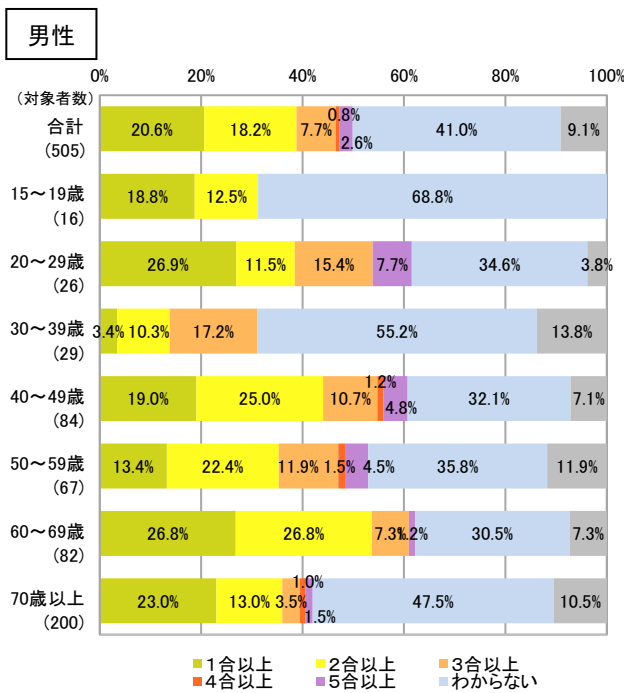
ア 男性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量



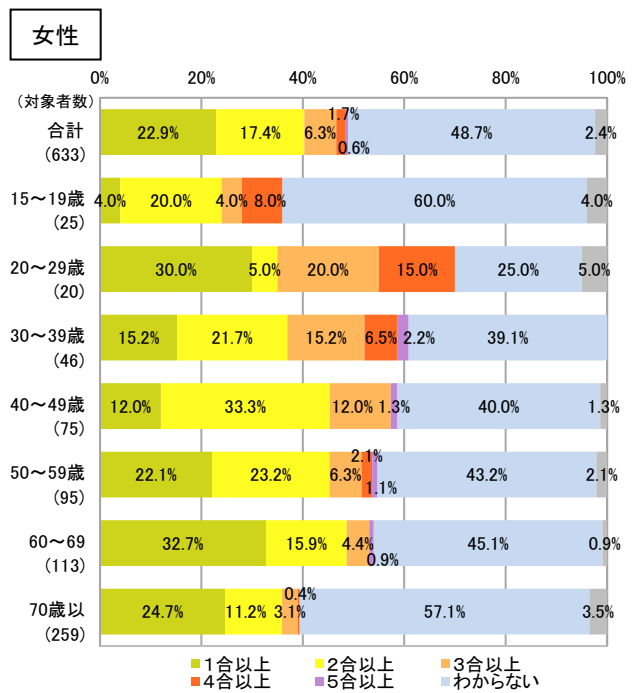
イ 女性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量



ウ 男性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量



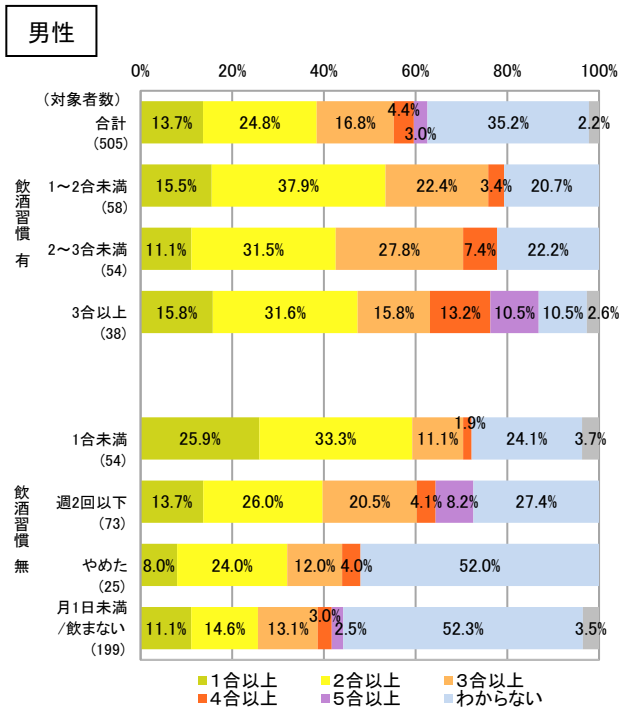
エ 女性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量



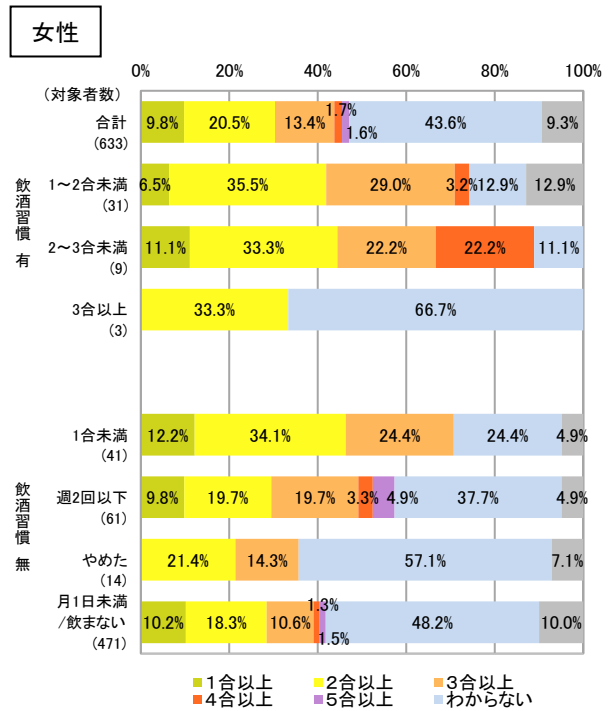
飲酒習慣別にみると、飲酒習慣がある人の方が、ない人より「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」について多めに認識している傾向がみられた。(図 2-7-11)

図 2-7-11 生活習慣病のリスクを高める飲酒量の認識 (性別・飲酒習慣別)

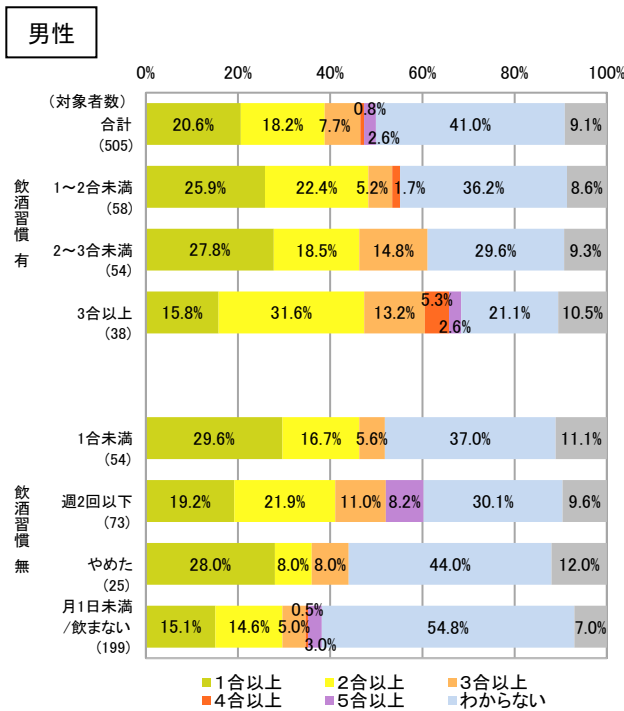
ア 男性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量



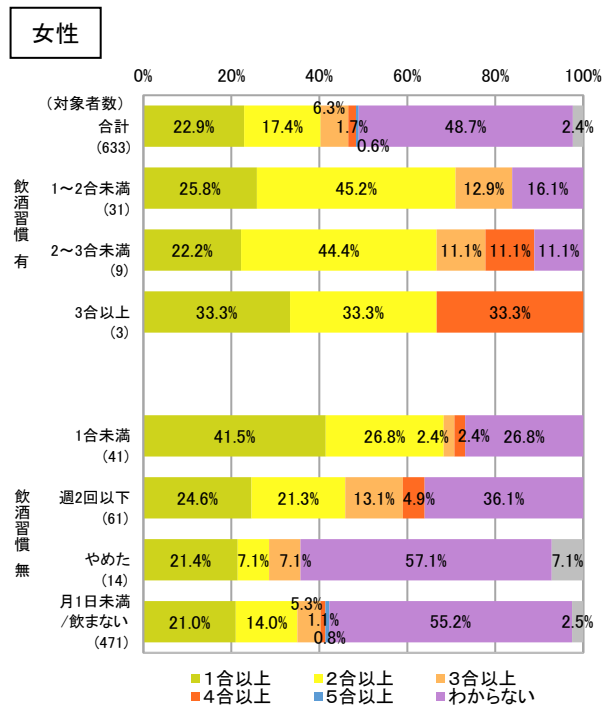
イ 女性が認識する《男性》のリスクを高める飲酒量



ウ 男性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量



エ 女性が認識する《女性》のリスクを高める飲酒量



VIII ストレス・睡眠・休養の状況

1. 睡眠

睡眠による休養が「充分とれている」、「まあまあとれている」と感じている人の割合は、男性ではそれぞれ19.4%、55.3%、女性ではそれぞれ15.5%、54.3%であった。(図2-8-1)

前回調査(R4)との比較では、男女ともに「まったくとれていない」と感じている人の割合が増加していた。(図2-8-2)

図2-8-1 睡眠による休養の充足状況(性別・年齢階級別)

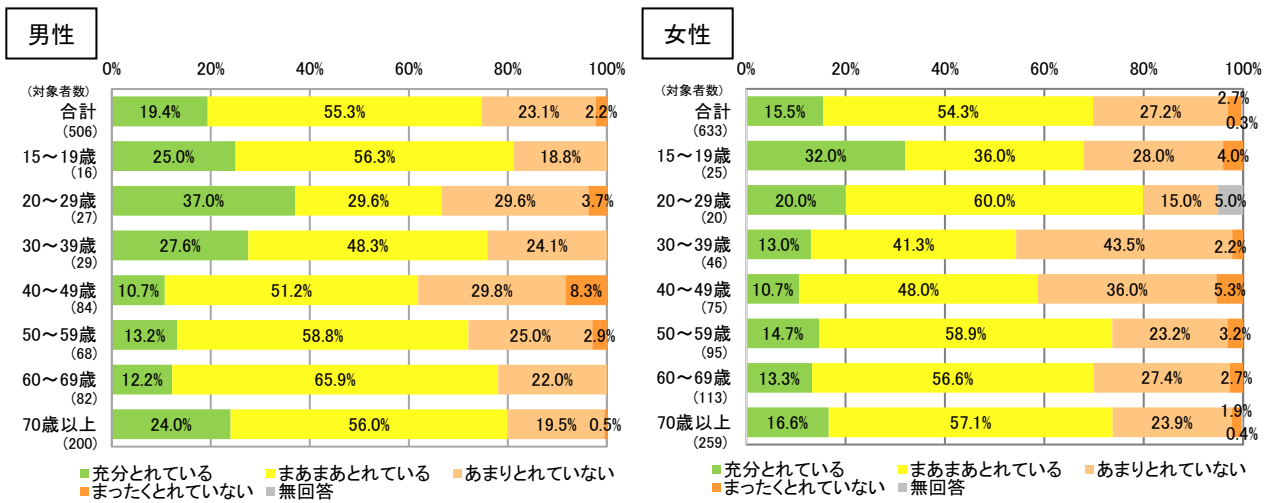
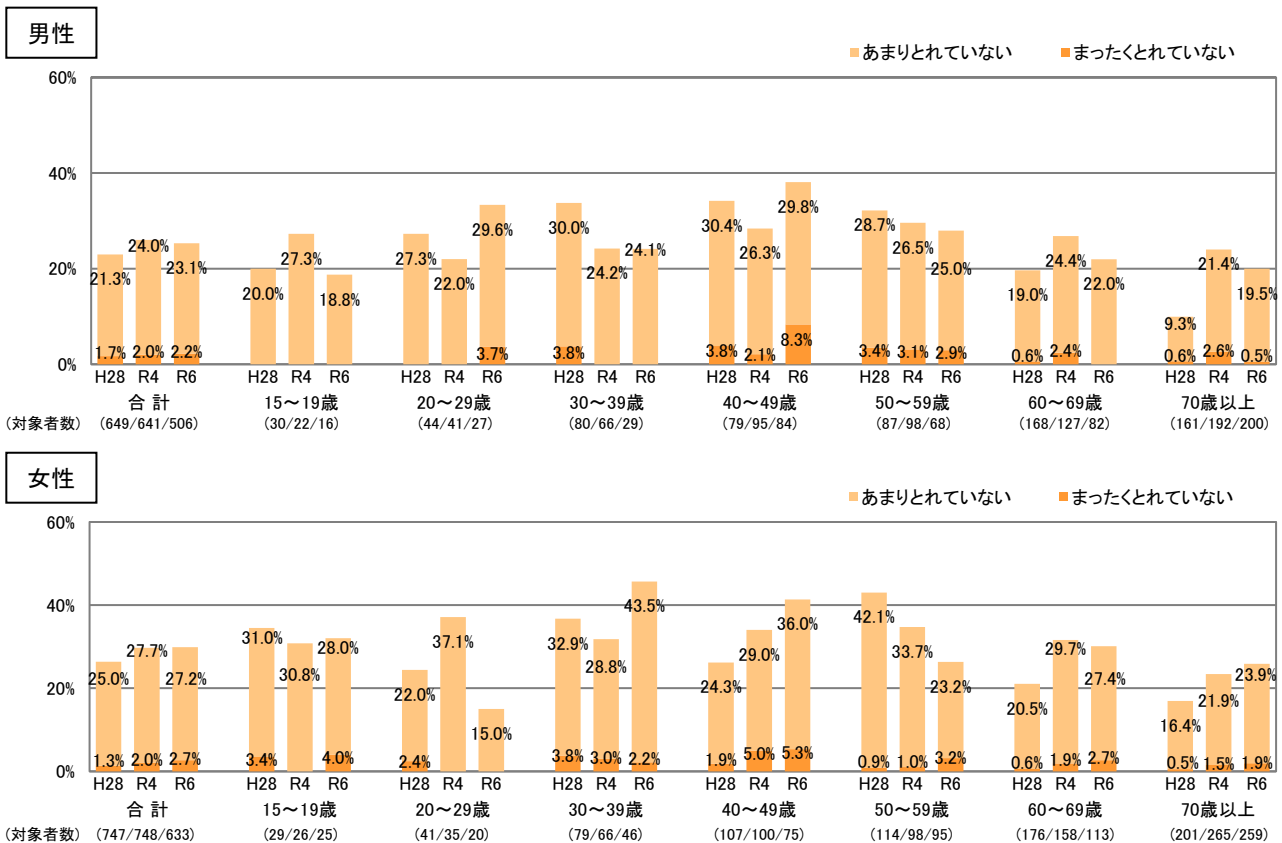


図2-8-2 睡眠による休養をとれていない人の割合(性別・年齢階級別) <年次比較>



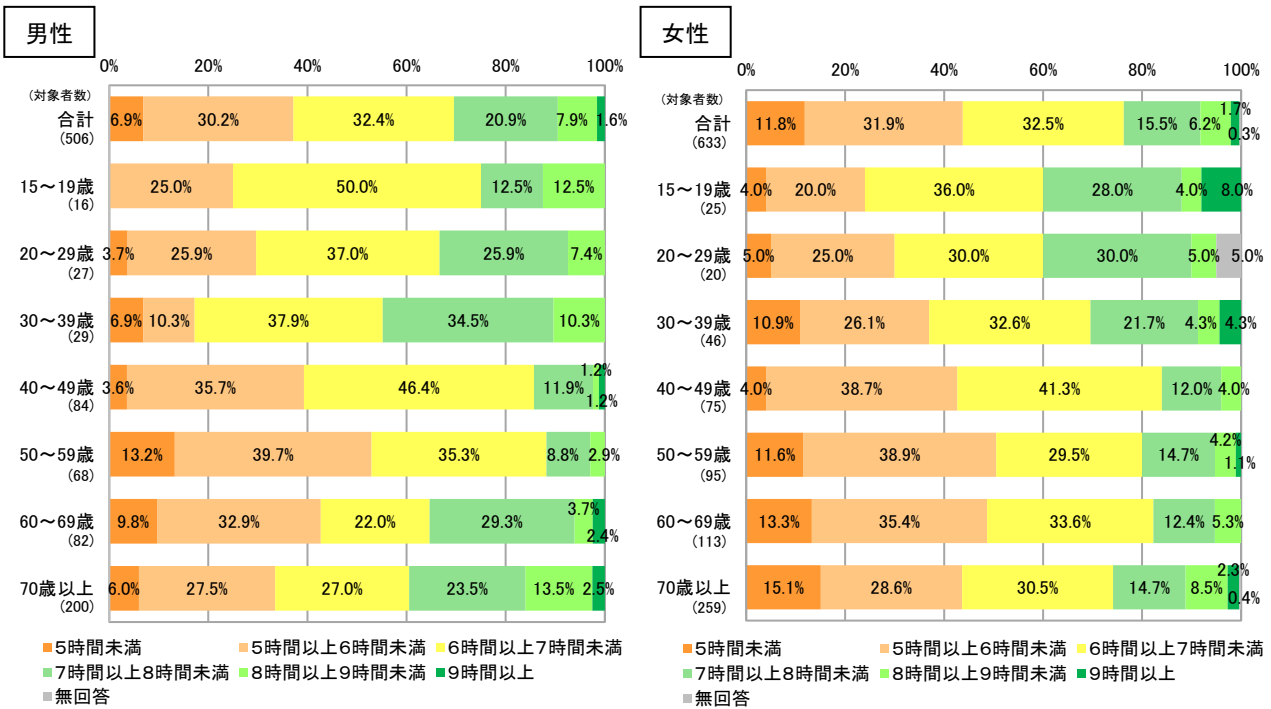
1日の平均睡眠時間は、「6時間以上7時間未満」が男性では32.4%、女性では32.5%と最も多くなっていた。

「5時間未満」、「5時間以上6時間未満」は、男性ではそれぞれ6.9%、30.2%、女性では11.8%、31.9%であり女性の方が睡眠時間が短い人の割合が高かった。

年齢階級別でみると、男性では「5時間未満」の人の割合は50代及び60代で高く、「5時間以上6時間未満」の人を合わせると、50代で5割を超えていた。女性では「5時間未満」の人の割合は、50代以上で高く、「5時間以上6時間未満」の人を合わせると、50代で5割を超えていた。

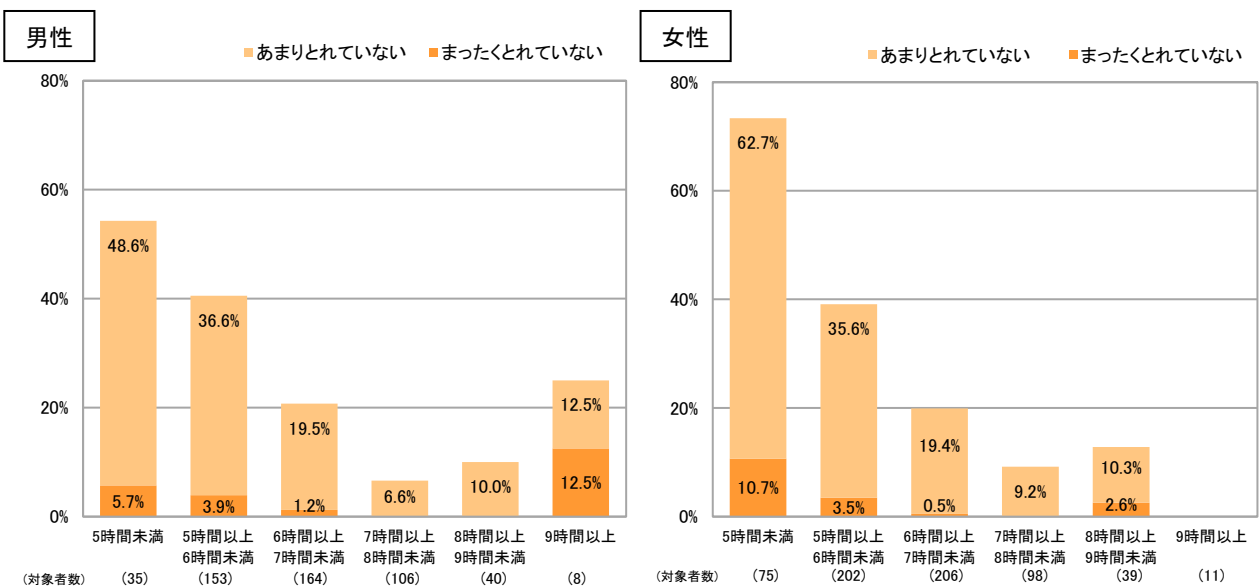
(図 2-8-3)

図 2-8-3 1日の平均睡眠時間（性別・年齢階級別）



睡眠時間と休養の充足度の関係を見ると、男女ともに睡眠時間が短いほど、休養がとれていないと感じている人の割合が高くなる傾向が見られた。特に「5時間未満」では、男性で約5割、女性で約7割の人が休養がとれていないと感じていた。(図 2-8-4)

図 2-8-4 1日の平均睡眠時間と休養の充足度の関係（性別）



2. ストレス

ストレスが「大いにある」、「多少ある」と答えた人の割合は、男性ではそれぞれ 15.2%、42.1%、女性では 19.0%、49.1%であり、女性の方が高くなっていた。(図 2-8-5)

前回調査 (R4) との比較は 図 2-8-6 のとおりであった。

図 2-8-5 ストレスの状況 (性別・年齢階級別)

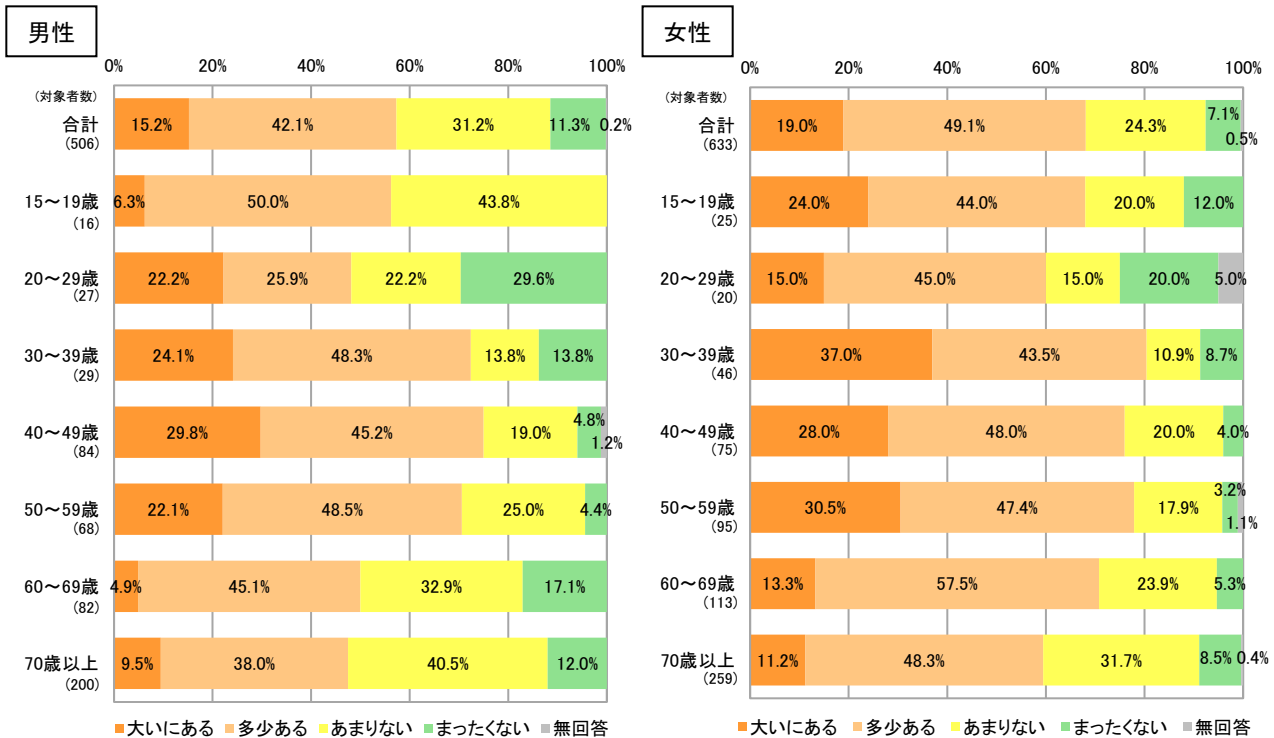
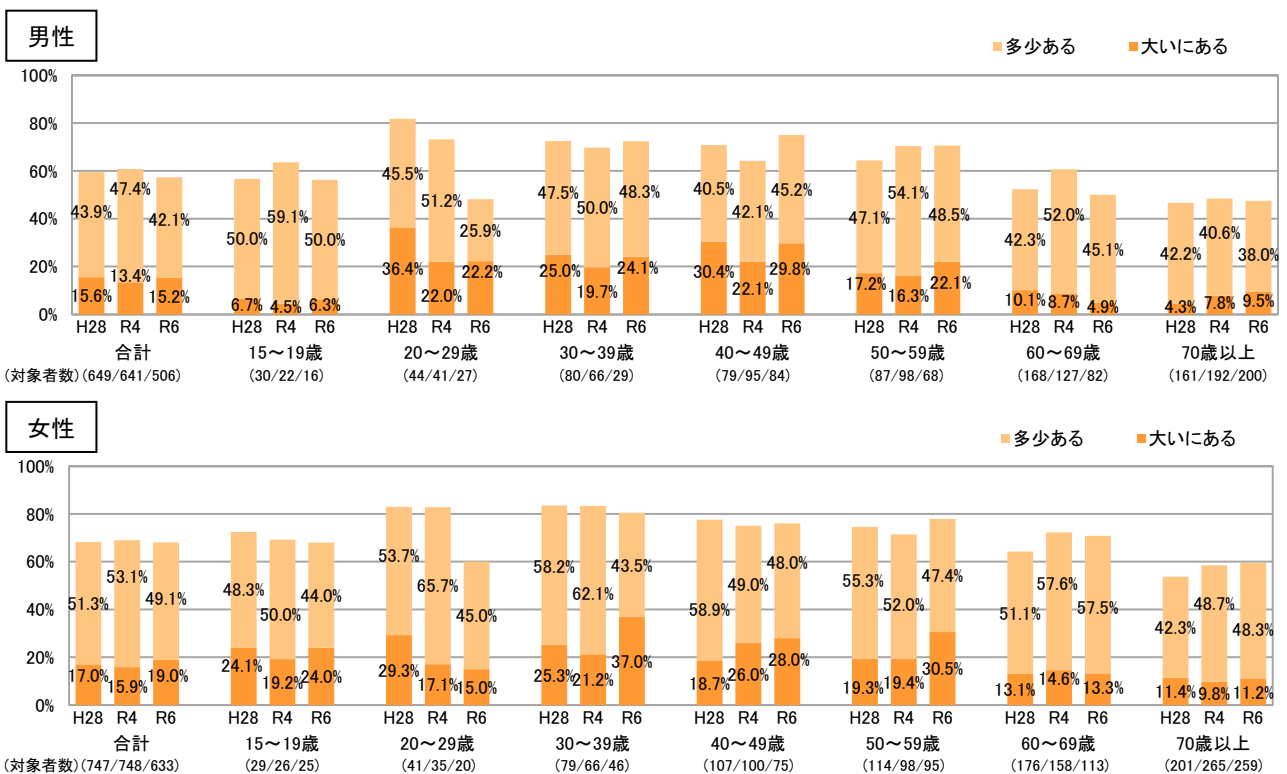
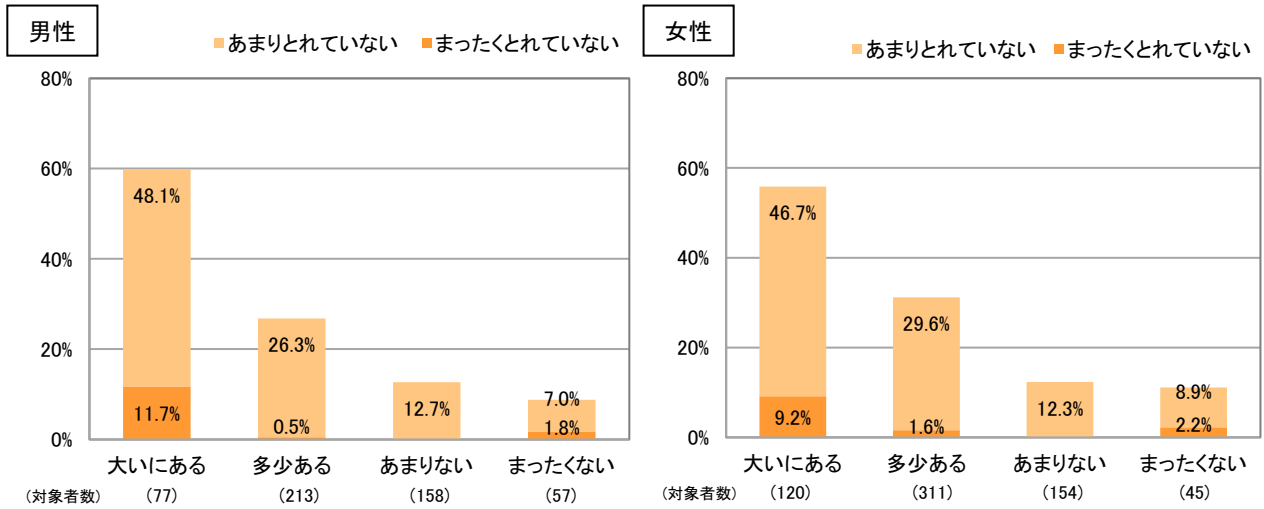


図 2-8-6 ストレスがある人の割合 (性別・年齢階級別) (年次比較)



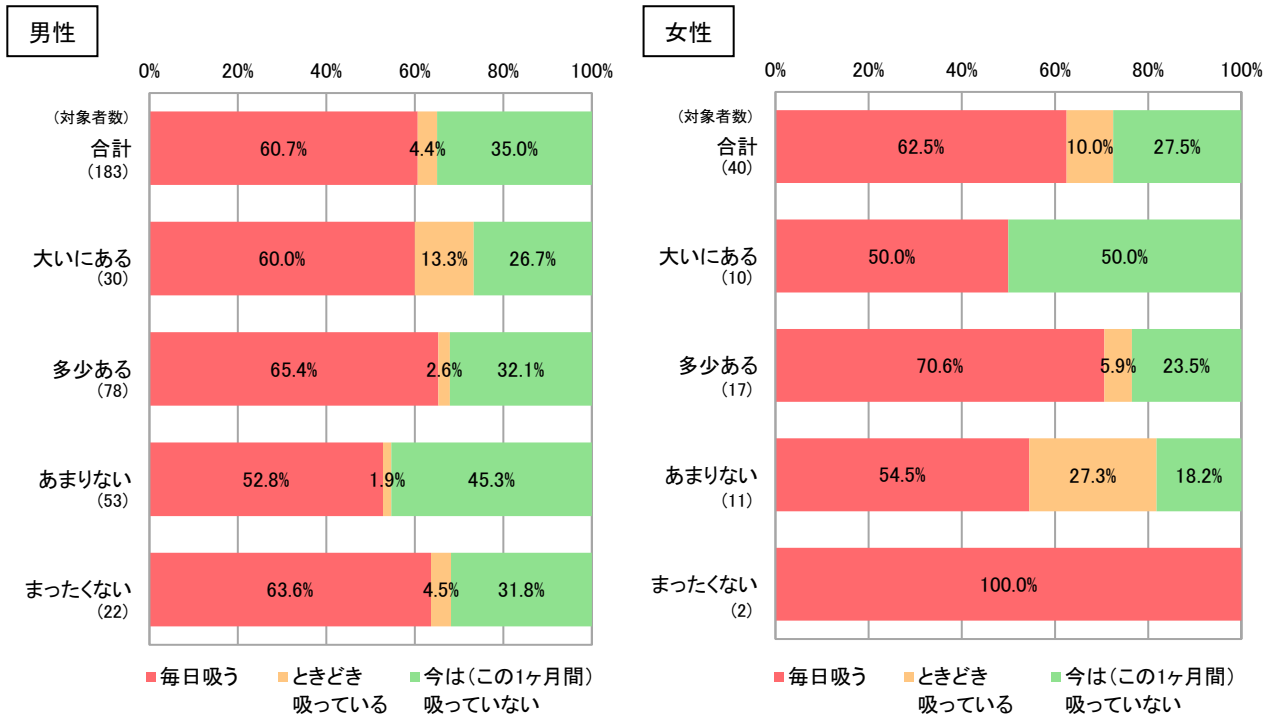
ストレスと休養の充足度の関係を見ると、男女ともにストレスが多いほど、睡眠による休養をとれていないと感じている人の割合が高くなる傾向がみられた。(図 2-8-7)

図 2-8-7 ストレスと休養の充足度の関係 (性別)



ストレスと喫煙の関係では、ストレスの有無による喫煙状況に大きな差はみられなかった。(図 2-8-8)

図 2-8-8 ストレスと喫煙の関係 (性別)



3. 疲労感

「疲れが残る」、「いつも疲れている」と答えた人の割合は、男性ではそれぞれ 50.8%、11.1%、女性では 53.6%、14.4%であった。(図 2-8-9)

前回調査 (R4) との比較では、男女ともに特に 20 代で、疲労感がある人の割合が減少していた。(図 2-8-10)

図 2-8-9 疲労感の状況 (性別・年齢階級別)

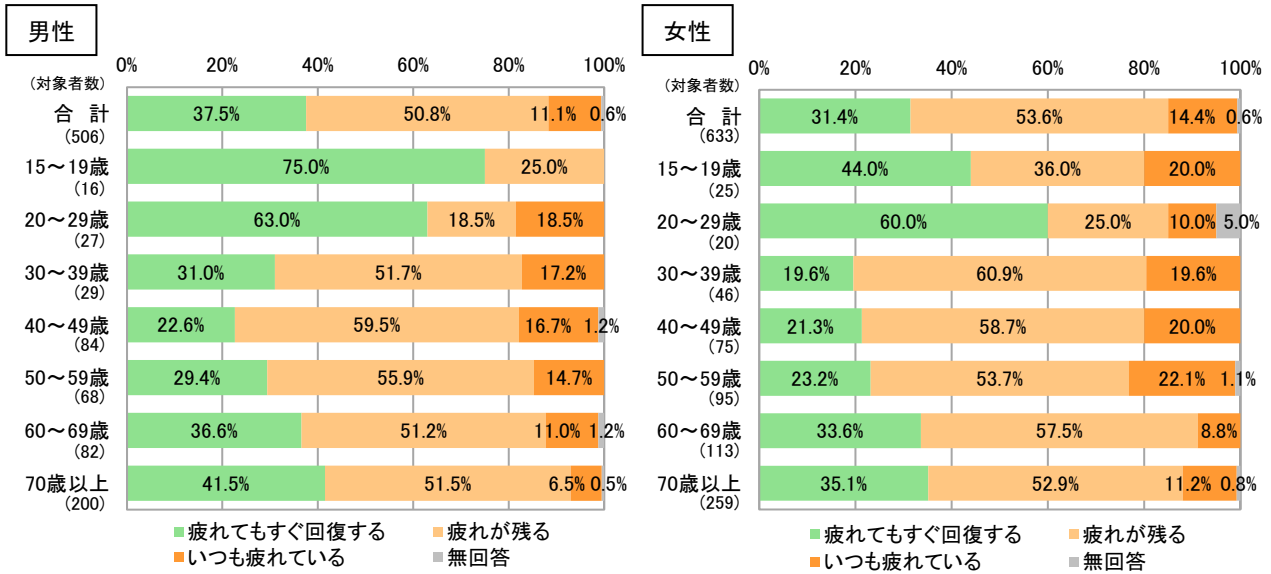
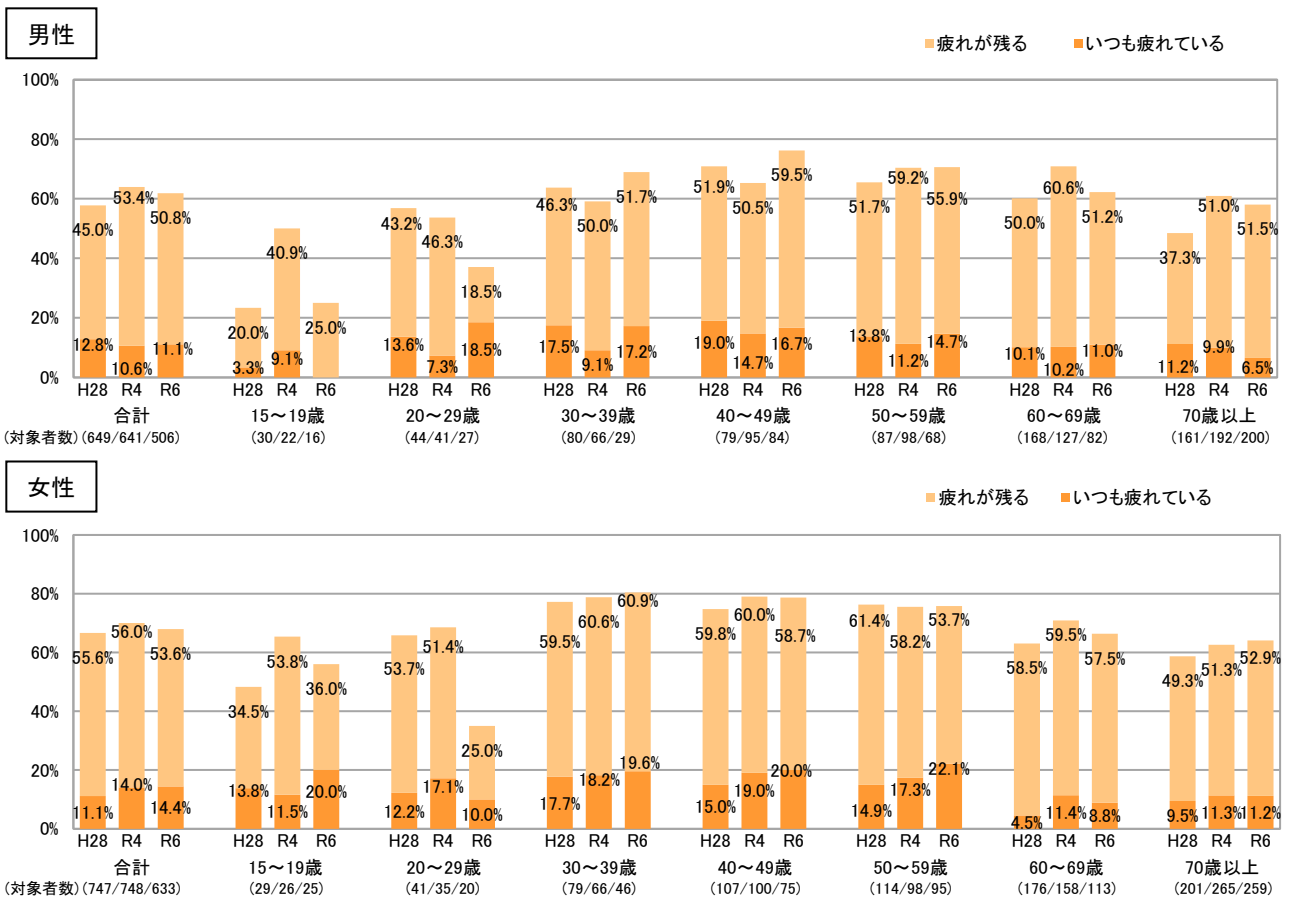
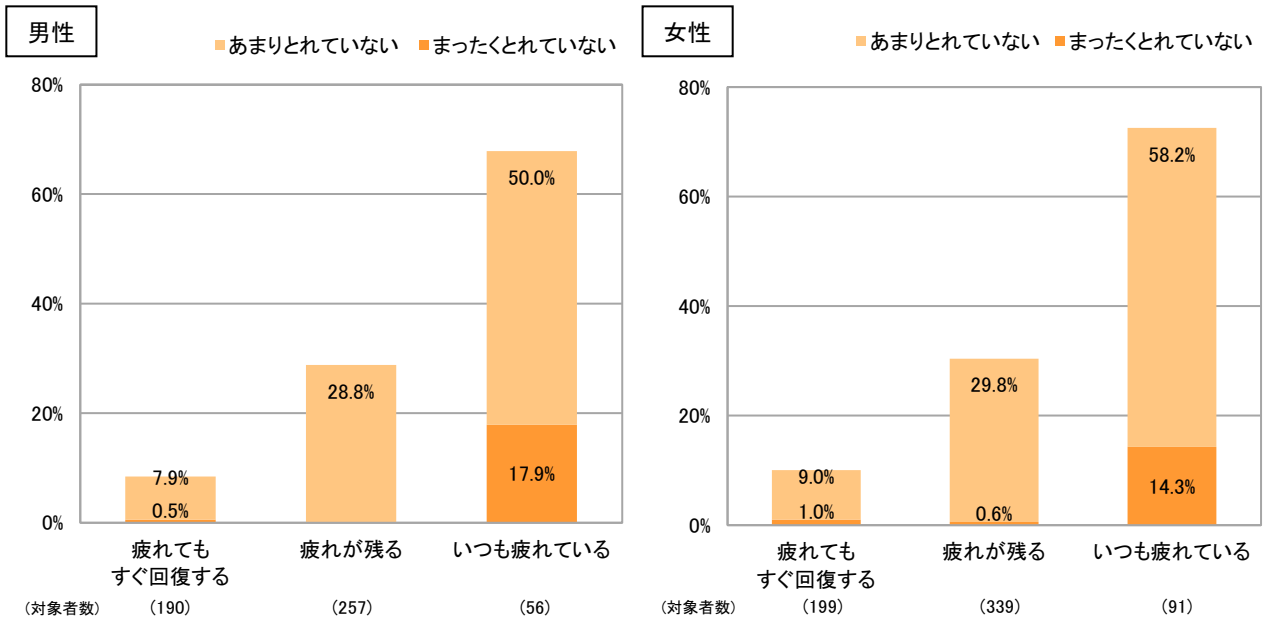


図 2-8-10 疲労感がある人の割合 (性別・年齢階級別) <年次比較>



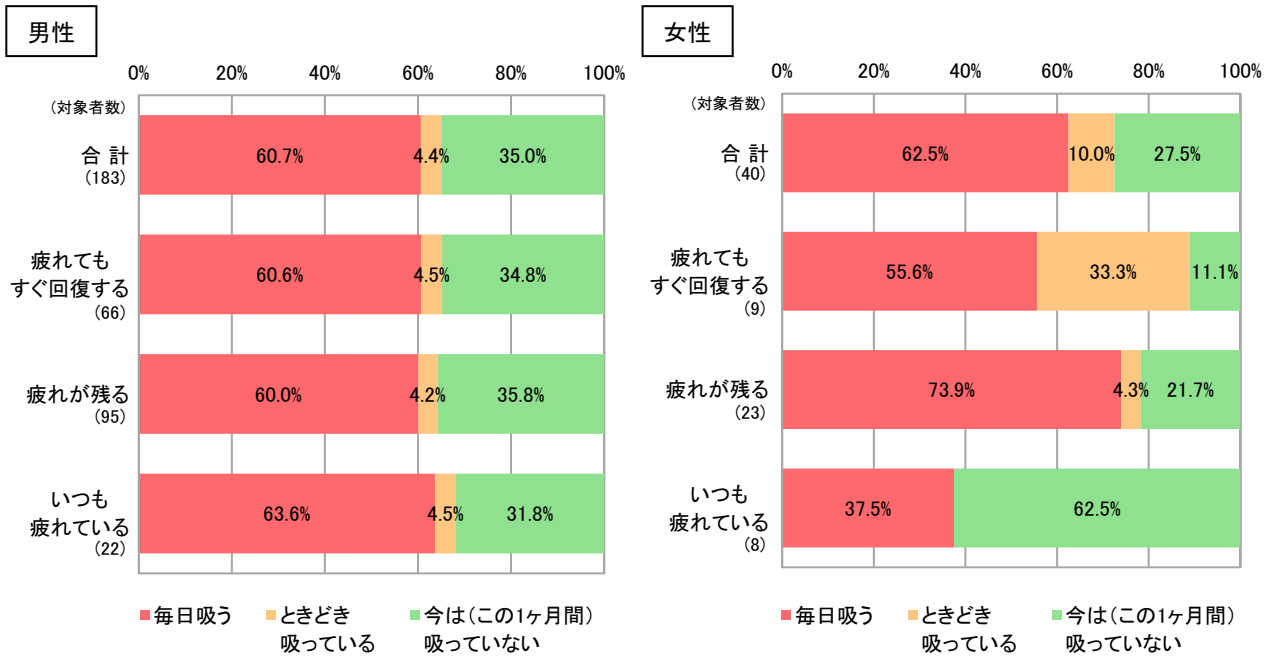
疲労感と休養の充足度の関係を見ると、男女ともに疲労感が増すほど、休養がとれていないと感じている人の割合が高くなっていった。(図 2-8-11)

図 2-8-11 疲労感と休養の充足度の関係 (性別)



疲労感と喫煙の関係は 図 2-8-12 のとおりであった。

図 2-8-12 疲労感と喫煙の関係 (性別)



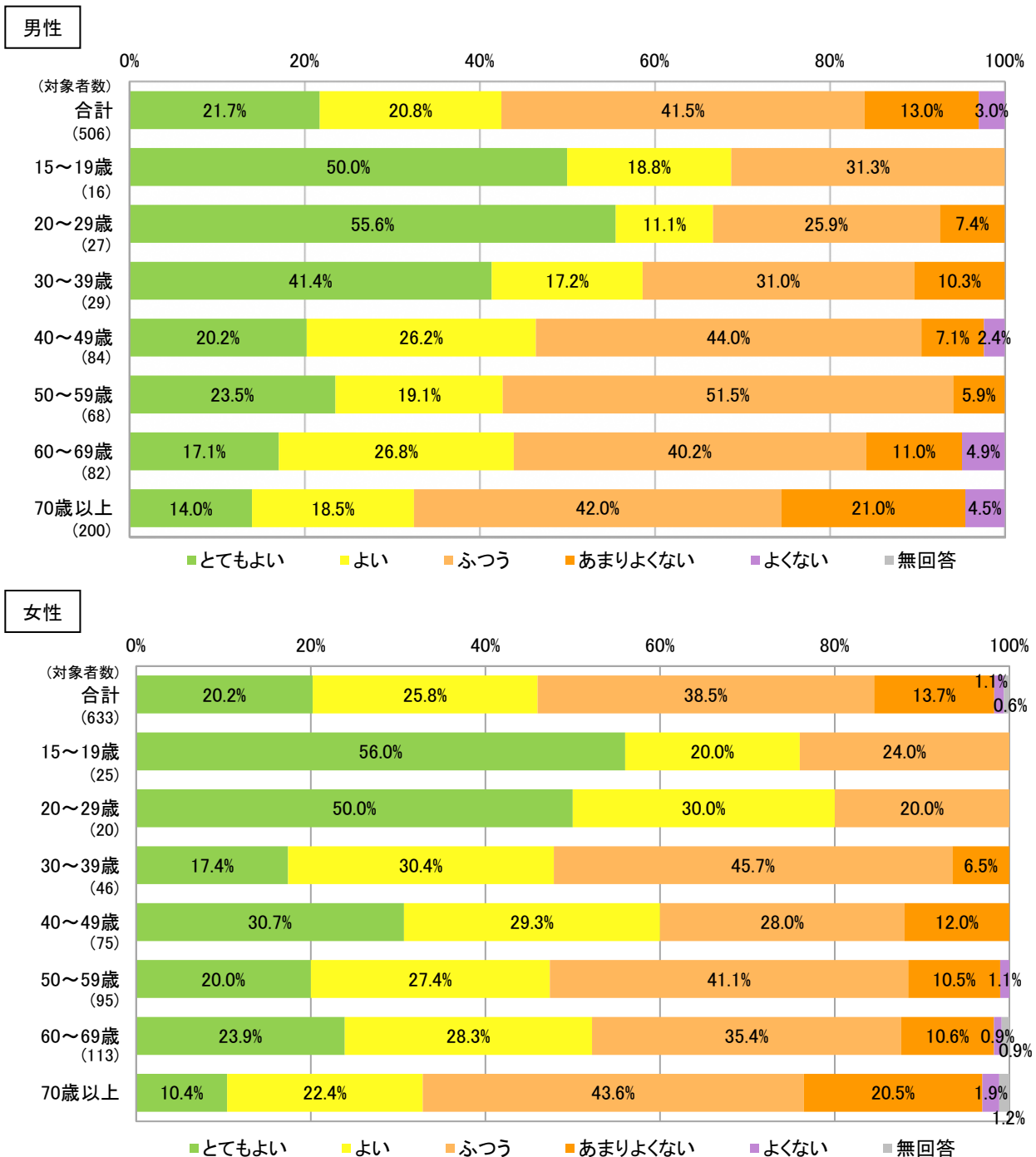
IX 健康管理に関すること

1. 健康状態

現在の健康状態について、「とてもよい」と感じている人の割合は、男性では21.7%、女性では20.2%、「よい」と感じている人の割合は、男性では20.8%、女性では25.8%であり、男女とも若い世代で高かった。

「よくない」と感じている人の割合は、男女とも70歳以上で増加していた。(図2-9-1)

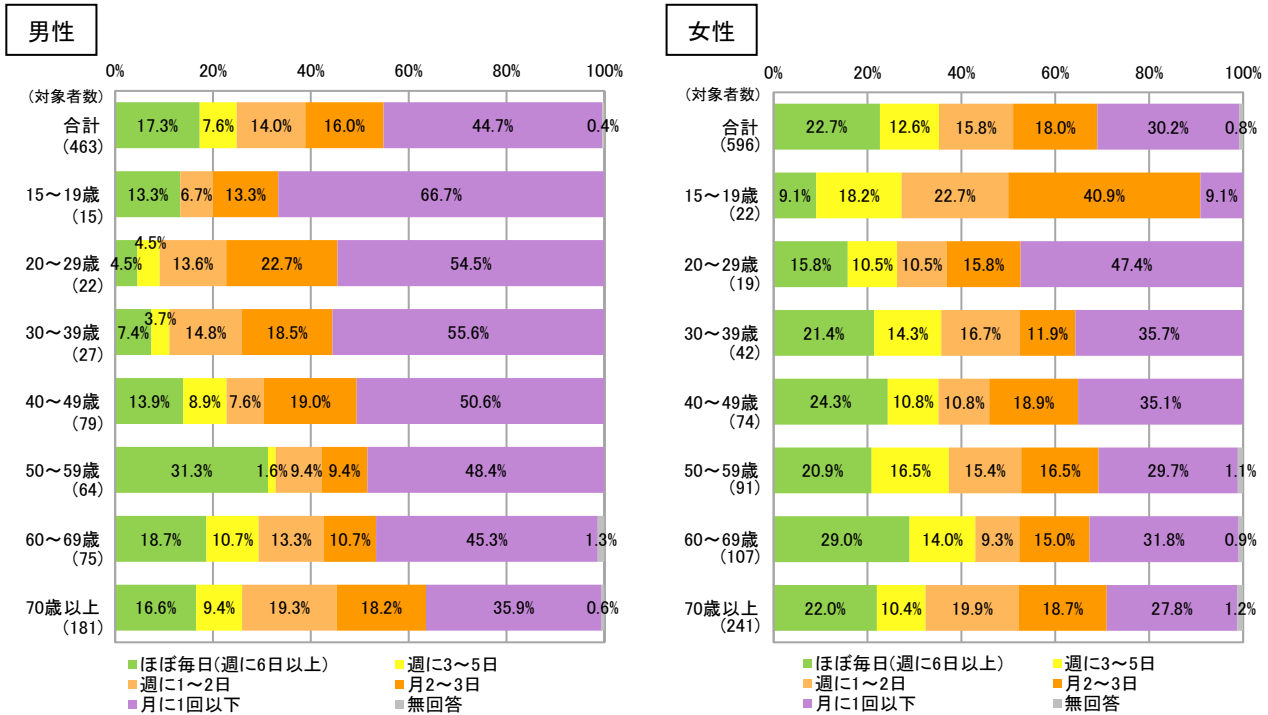
図2-9-1 現在の健康状態について（性別・年齢階級別）



2. 健康管理

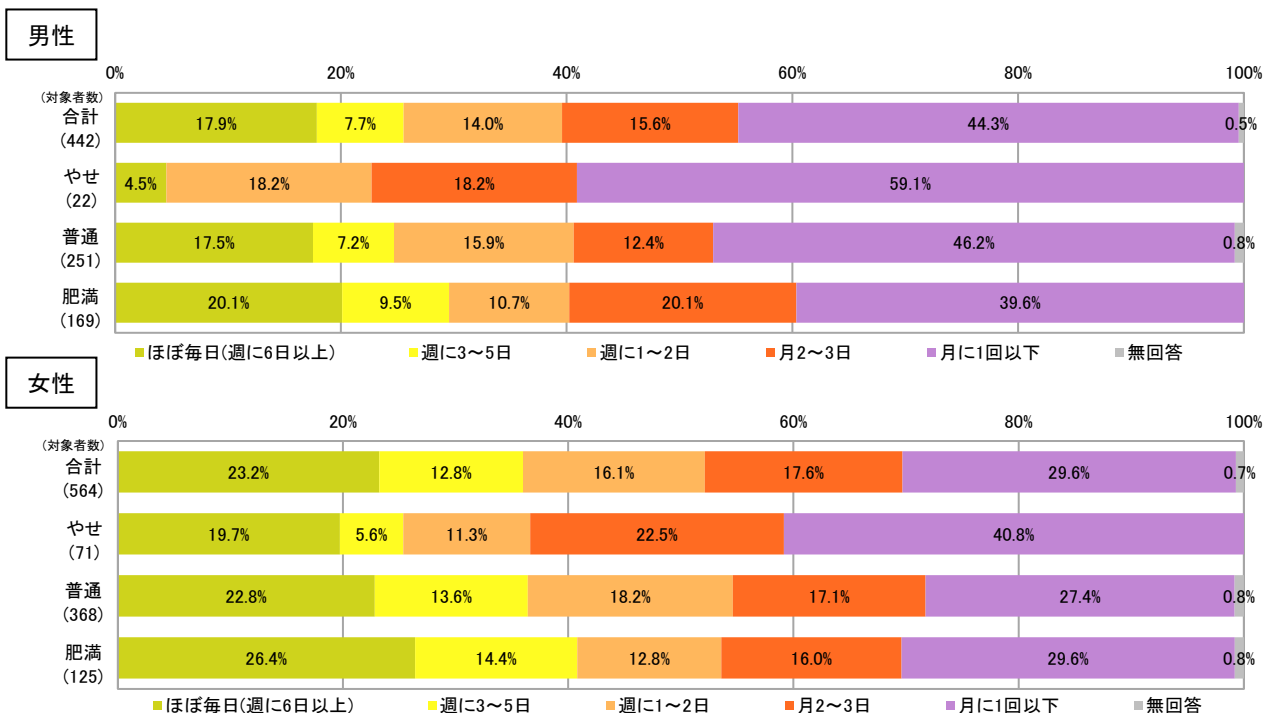
体重測定 の 頻度 を みると、「月1回以下」の割合は、男性では44.7%、女性では30.2%で、女性の方が体重に関心がある傾向がみられた。年齢階級が上がるにつれて、月1回以上体重を測る人の割合が増加していた。(図2-9-2)

図2-9-2 体重測定 の 頻度 (性別・年齢階級別)



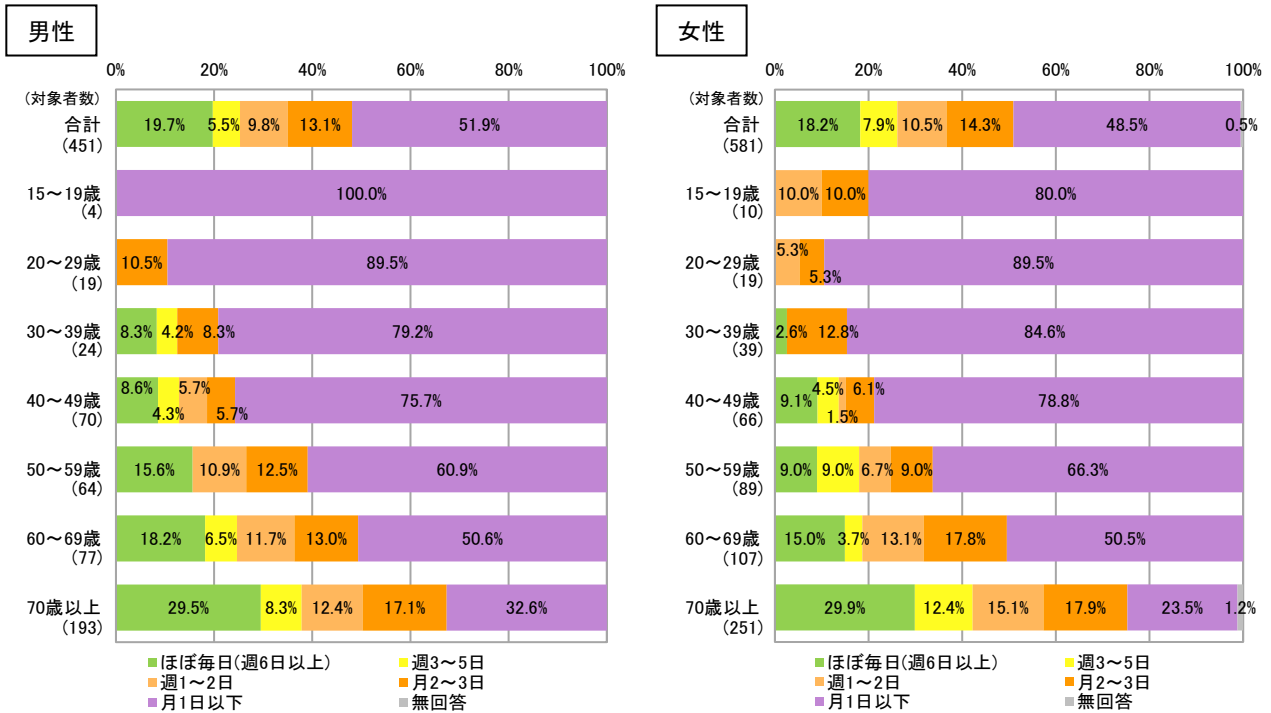
BMIと体重測定の有無の関係をみると、男女ともに「月に1回以下」の人でやせの割合が高くなっていた。(図2-9-3)

図2-9-3 BMIと体重測定頻度の関係 (性別)



過去1年間の血圧測定の頻度について、男女とも年齢階級が上がるにつれて、「ほぼ毎日測っている」人の割合が多くなる傾向がみられた。(図 2-9-4)

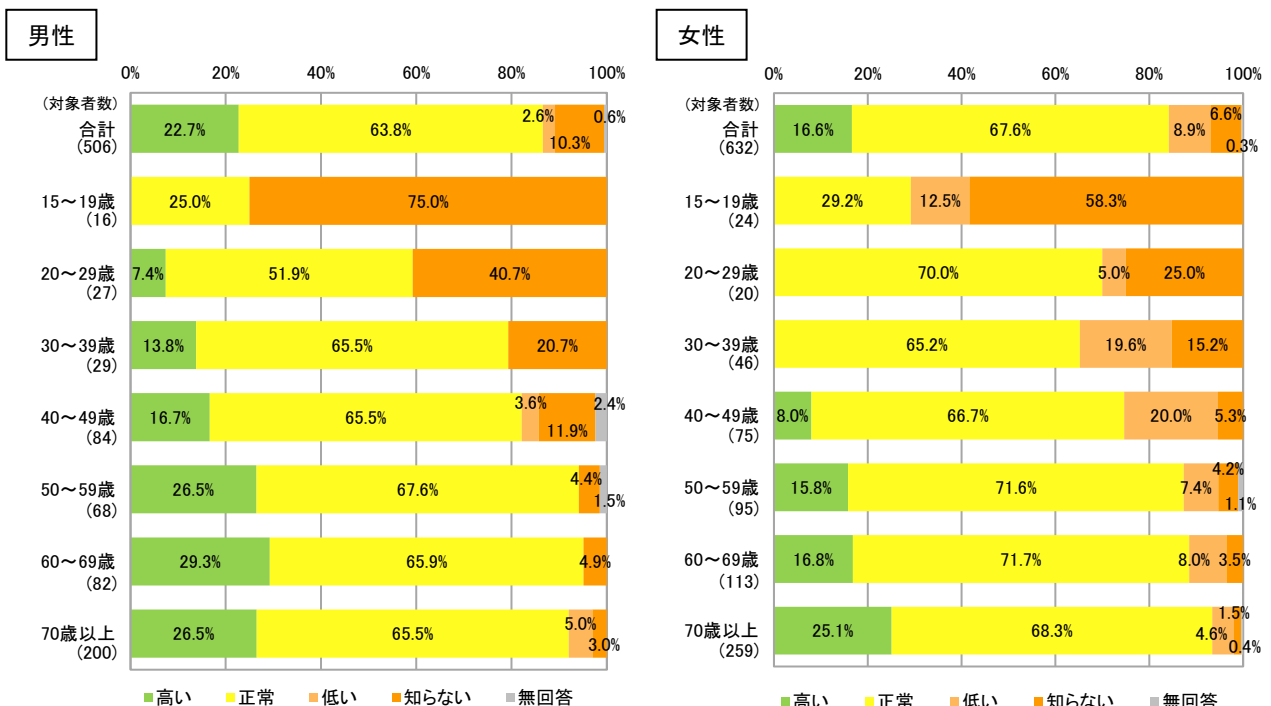
図 2-9-4 血圧測定頻度 (性別・年齢階級別)



自分の血圧状態の把握状況について、「知らない」と答えた人の割合は男性では10.3%、女性では6.6%であり、男性の方が高くなっていた。

年齢階級で見ると、男女ともに年齢階級が上がるにつれて、自分の血圧の状態を把握している人の割合が高くなっていた。(図 2-9-5)

図 2-9-5 血圧状態の把握状況 (性別・年齢階級別)



歩数を1日1,000歩増やすことについては、男女ともに「増やせると思う」と回答した人は約40%であり、「増やせないと思う」と回答した人は約30%であった。(図2-9-6)

増やせない理由については、男女とも「時間がないから」が最も多く、ついで、「病気など健康上の理由から」の割合が多くなっていた。(図2-9-7)

図2-9-6 1日あたり歩数を「あと1,000歩増やす」ことについての考え(性別・年齢階級別)

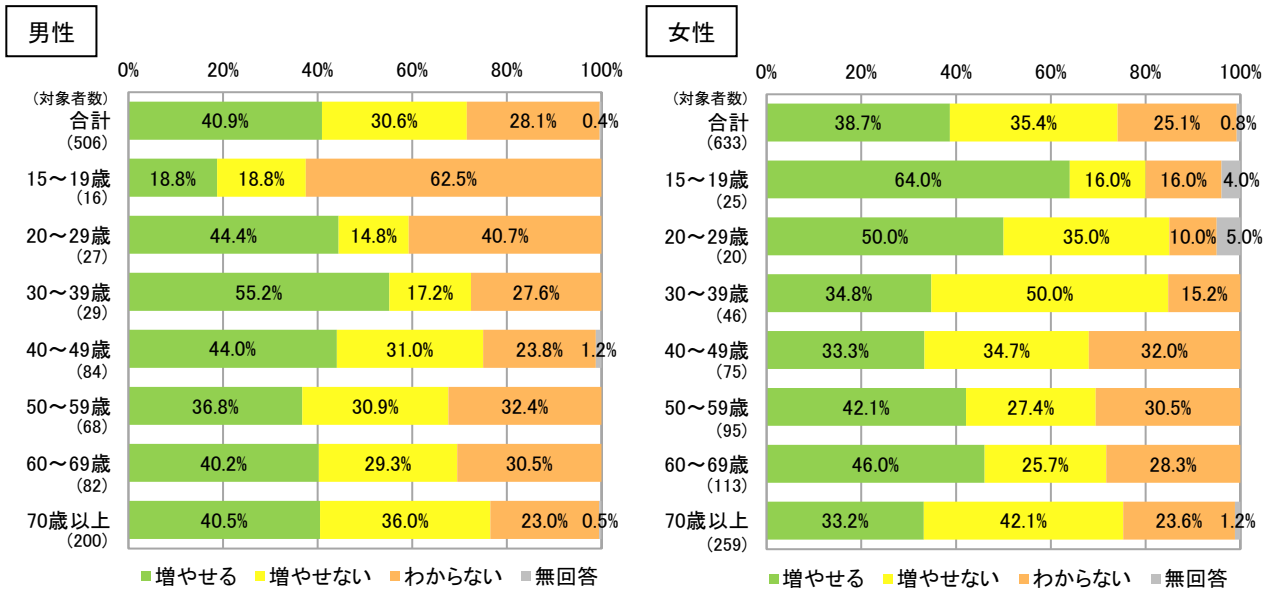
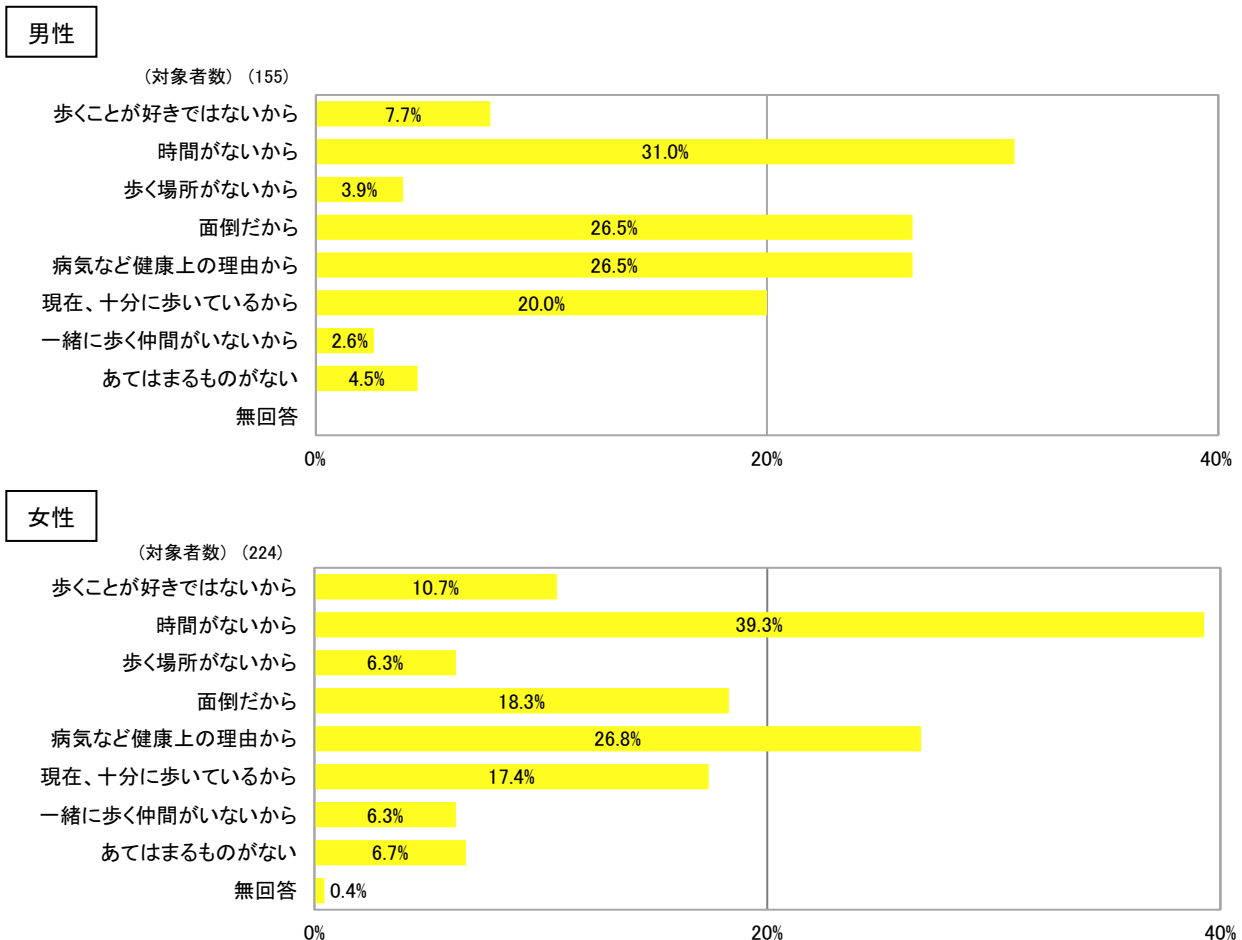


図2-9-7 1日あたり歩数を「あと1,000歩増やせない」と思う理由(性別)



3. 健康に関する意識

健康に関する教室等への参加経験がある（「週に1回程度」、「月に1～2回程度」、「年に数回程度」）人の割合は19.8%であり、前回調査（R4）との比較では増えていた。（図2-9-8）

性別でみると、女性の方が、参加経験がある人や、「参加したことはないが参加したいと思う」人の割合が高くなっていた。（図2-9-9）

図2-9-8 健康に関する教室等への参加状況＜年次比較＞

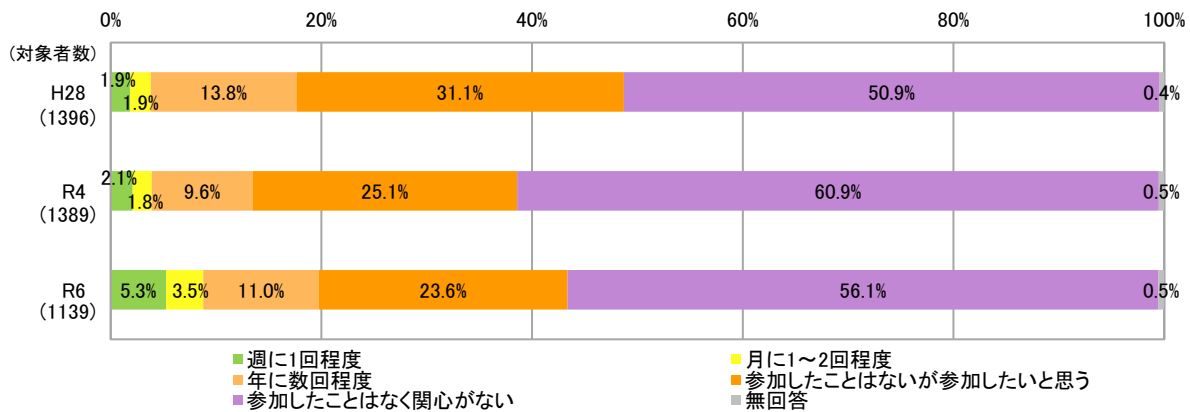
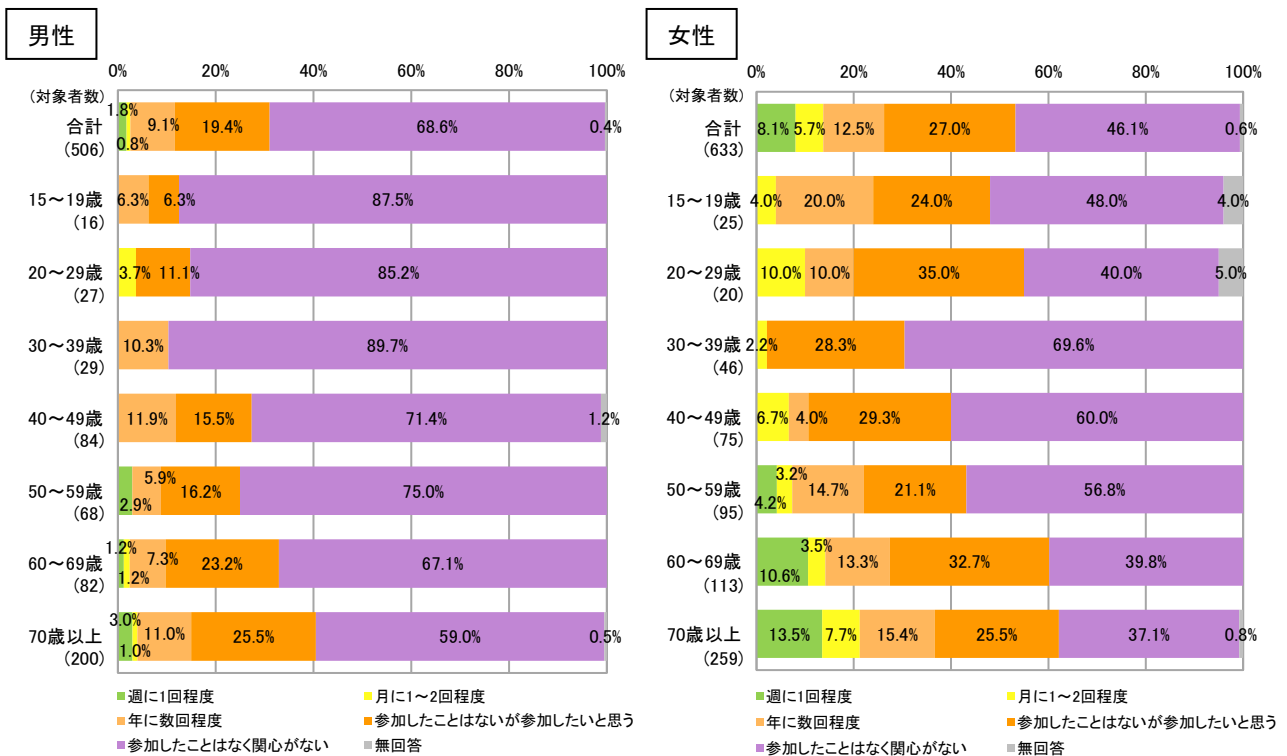
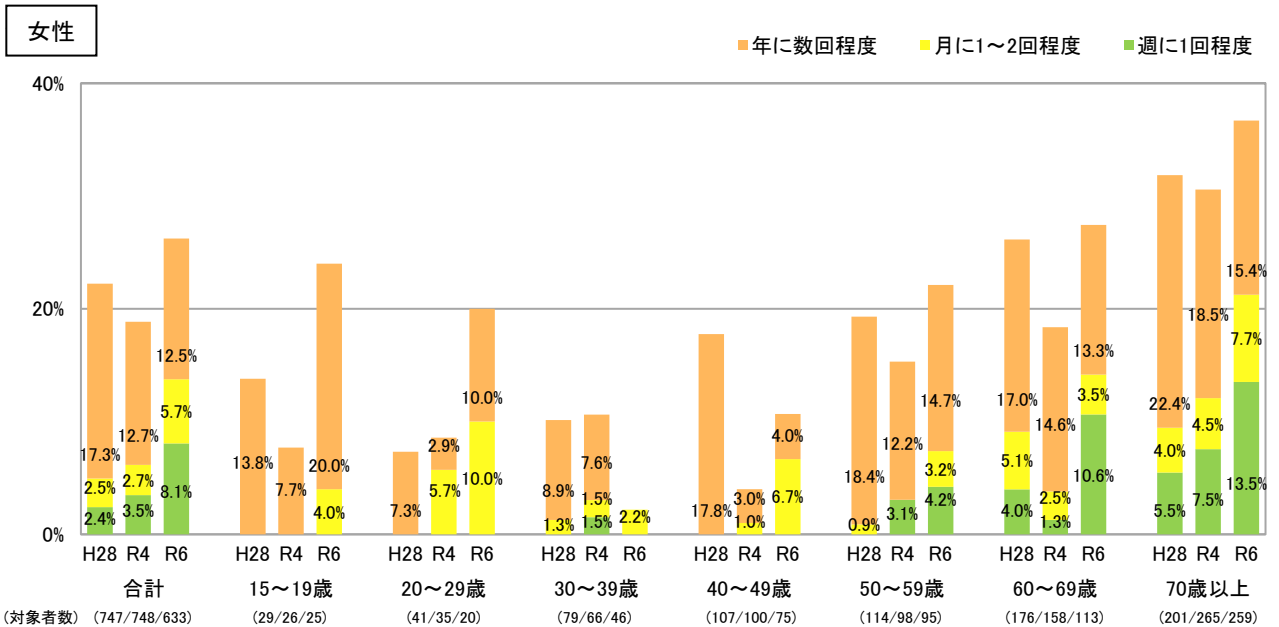
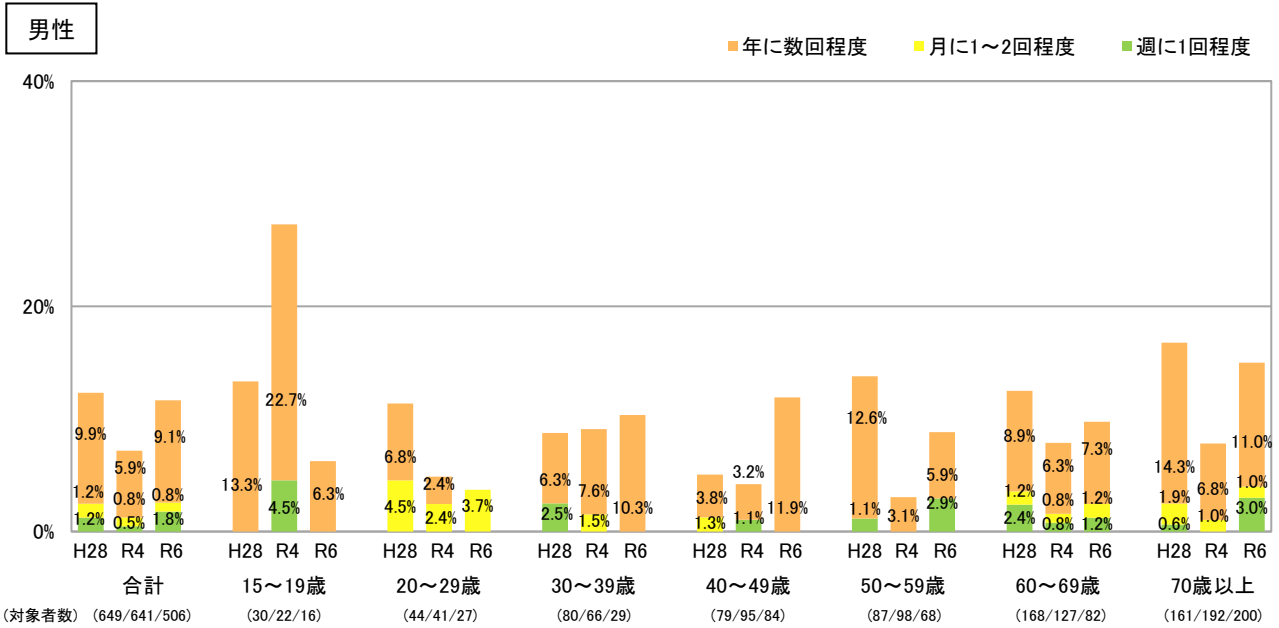


図2-9-9 健康に関する教室等への参加状況（性別・年齢階級別）



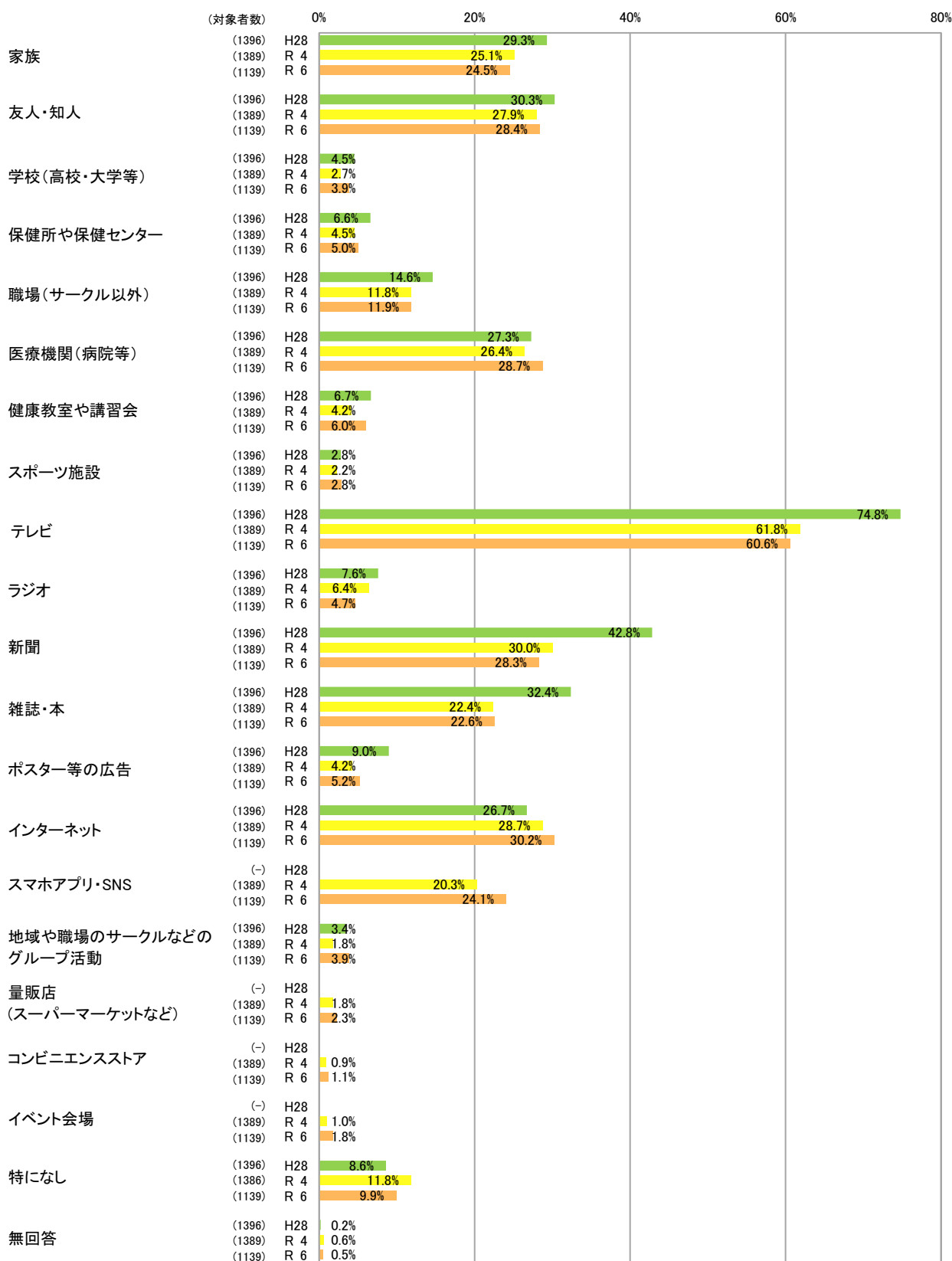
参加経験がある人の割合について、前回調査（R4）との比較では、男性で30～70歳以上で、女性で、30～39歳を除くすべての年齢階級で増加していた。（図2-9-10）

図2-9-10 健康に関する教室等への参加経験がある人の割合（性別・年齢階級別）＜年次比較＞



健康に関する情報等の入手方法については、「テレビ」が60.6%と最も高くなっていた。前回調査（R4）との比較では、「インターネット」が28.7%から30.2%に増加していた。（図2-9-11）

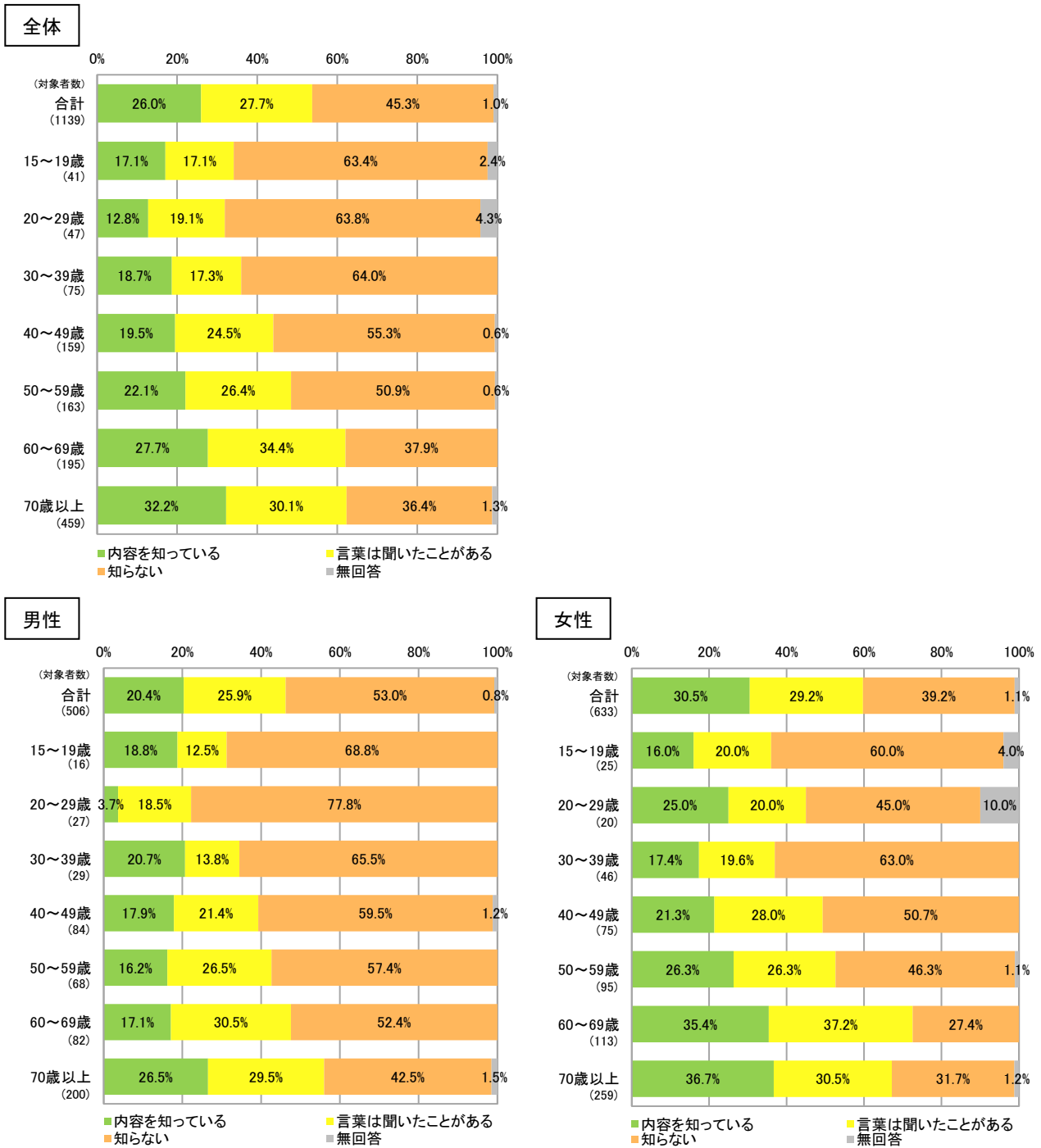
図2-9-11 健康に関する情報等の入手方法＜年次比較＞



「運動機能症候群（ロコモティブシンドローム）」について、「内容を知っている」人の割合は26.0%、「言葉は聞いたことがある」人の割合は27.7%であった。

性別でみると、男性では「内容を知っている」人の割合は20.4%、「言葉は聞いたことがある」人の割合は25.9%、女性では「内容を知っている」人の割合は30.5%、「言葉は聞いたことがある」人の割合は29.2%であり、女性の方が、認知度が高くなっていた。（図2-9-12）

図2-9-12 「運動機能症候群（ロコモティブシンドローム）」の認知状況（性別・年齢階級別）



X 健診・保健指導に関すること

1. 健診受診率

過去1年間に健診や人間ドックを受けたことがある人の割合は、男性では67.8%、女性では64.3%であり、男女とも50代で最も高くなっていた。(図 2-10-1)

職業別にみると、前回調査(R4)と比較して、事務を除くすべての職業で健診受診率が上昇していた。(図 2-10-2)

図 2-10-1 健診受診率(性別・年齢階級別)

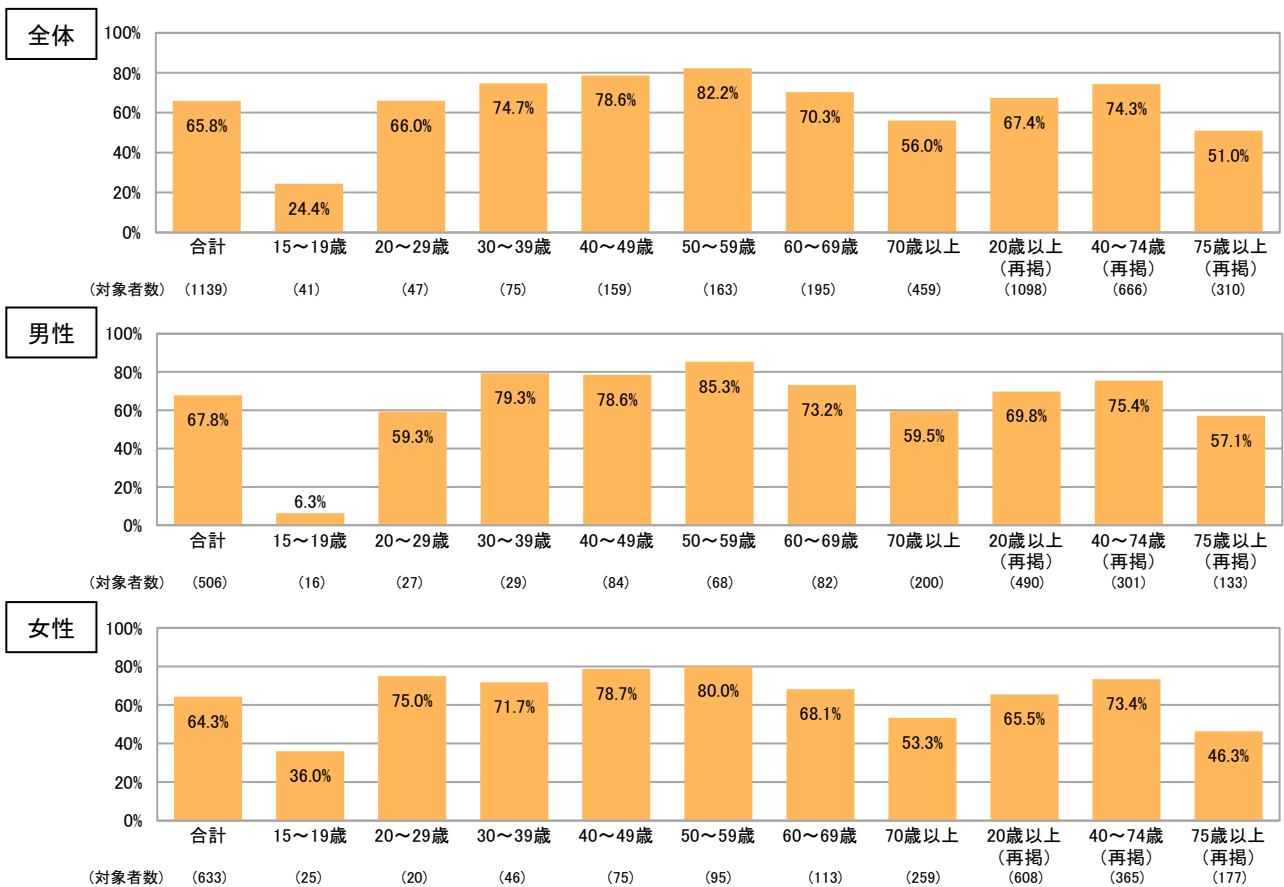
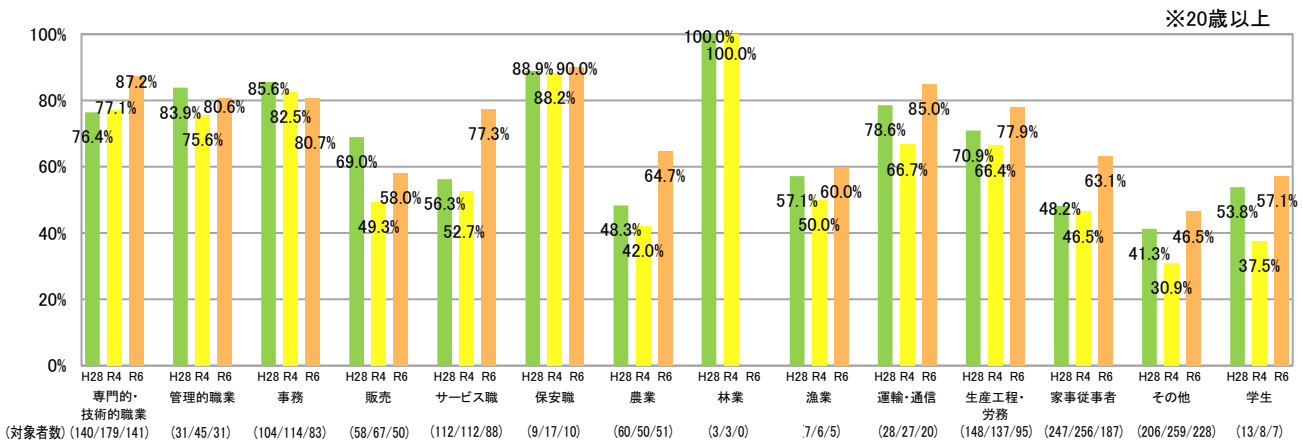


図 2-10-2 職業分類別健診受診率<年次比較>



2. 肥満、高血圧症、糖尿病、血中脂質異常に関する指摘の状況

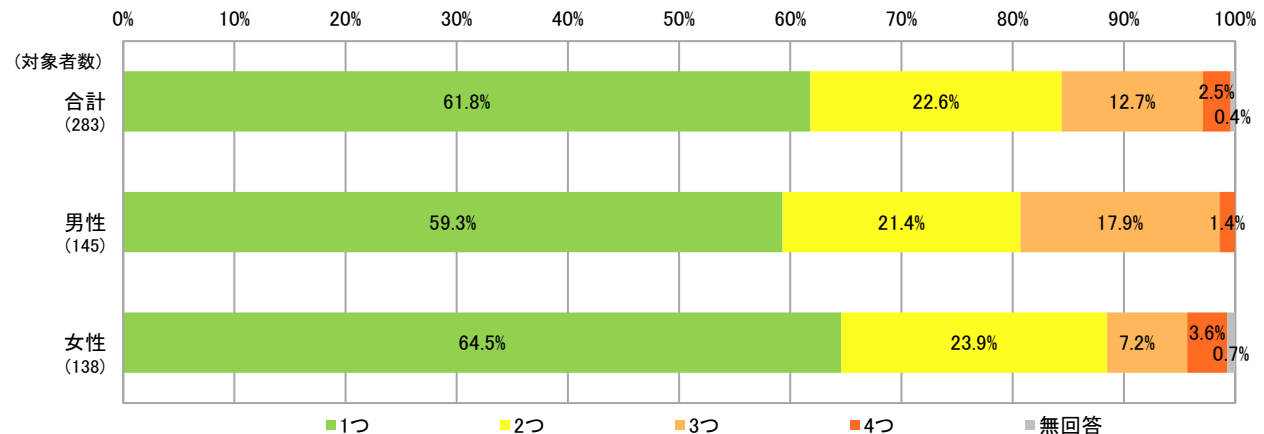
健診受診者のうち55.2%が指摘を受けており、男性では30代以上で50%以上の方が指摘を受けていた。(図2-10-3)

40～74歳において、2つ以上の指摘を受けた人は、男性では40.7%、女性では34.7%であった。(図2-10-4)

図2-10-3 肥満、高血圧症、糖尿病、血中の脂質異常に関する指摘を受けた人の割合（性別・年齢階級別）

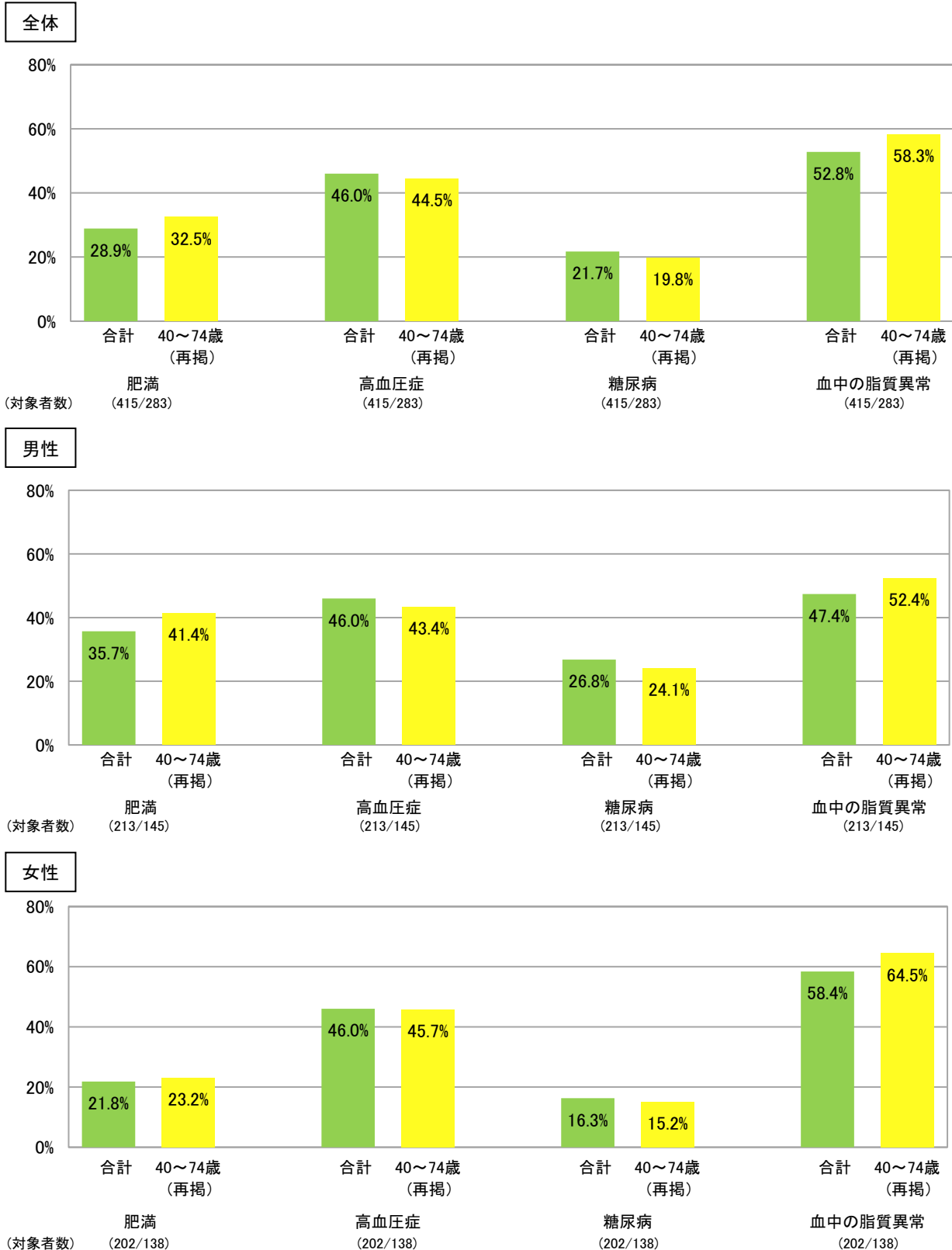


図2-10-4 指摘を受けた項目数（性別）＜40～74歳＞



指摘内容について、血中の脂質異常についての指摘を受けた人の割合が最も高くなっていった。
性別で見ると、男性は女性より肥満の指摘を受けた人の割合が高く、女性は男性より血中の脂質異常の指摘を受けた人の割合が高くなっていった。(図 2-10-5)

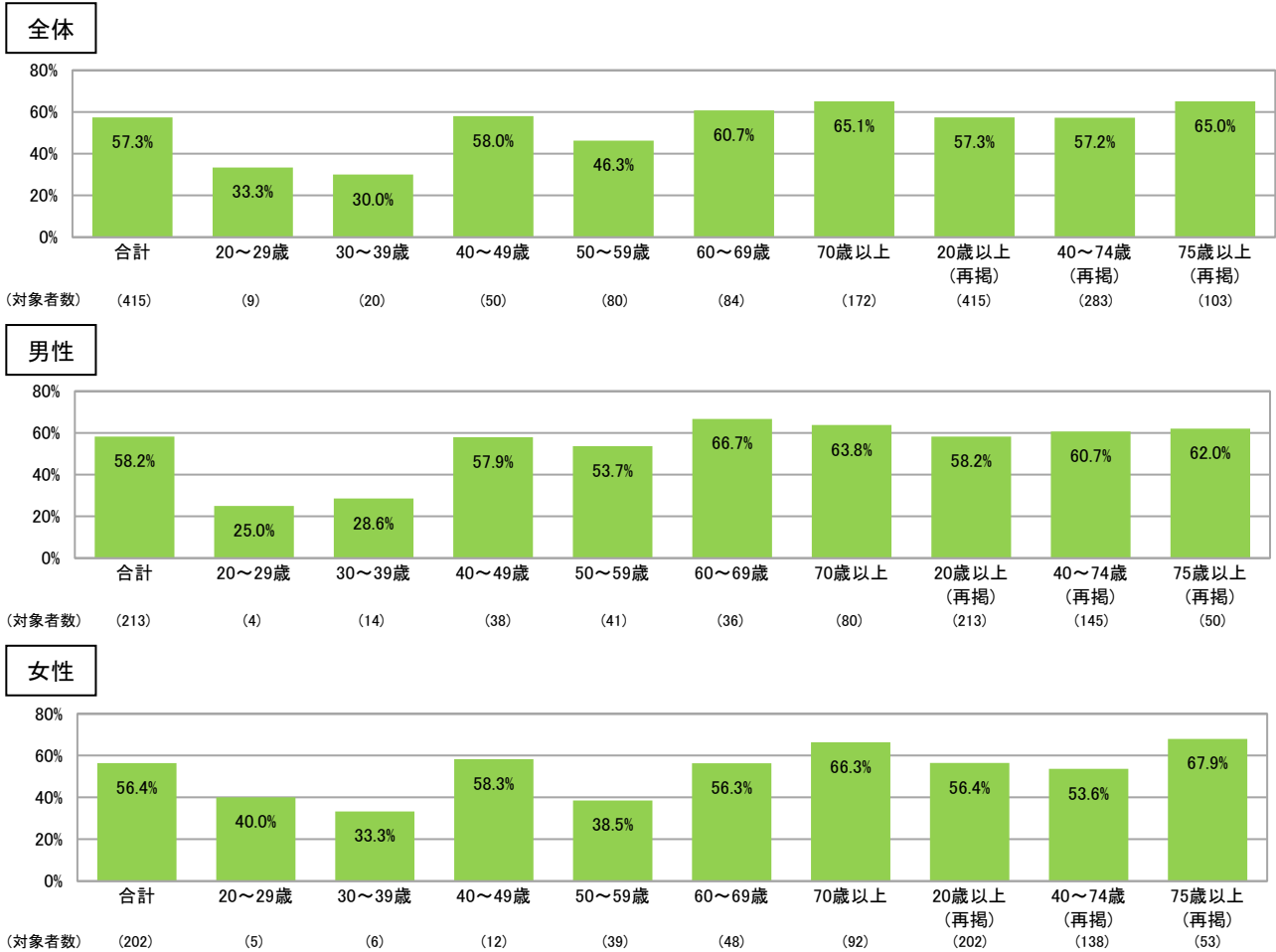
図 2-10-5 指摘の内容（性別）



3. 保健指導利用率

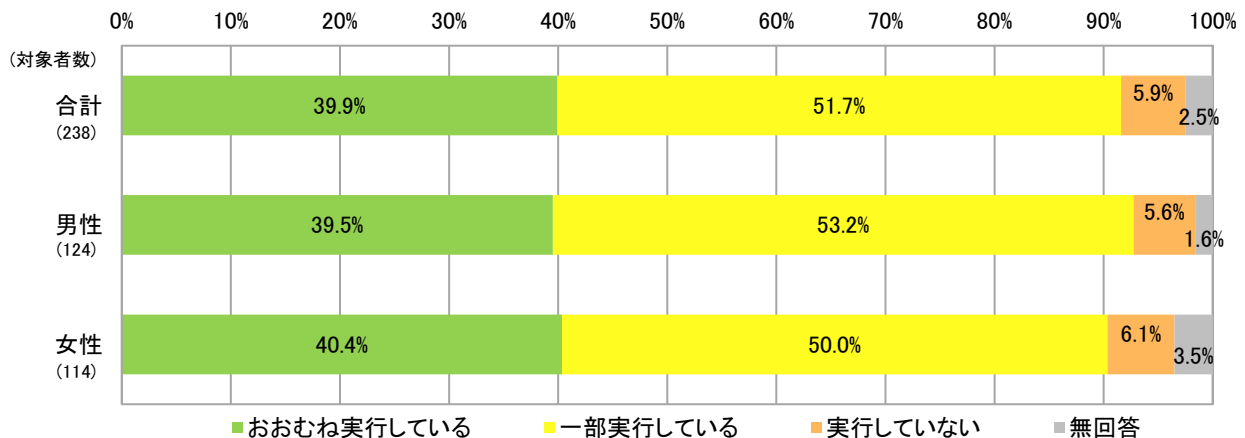
指摘を受けた内容について保健指導を受けた人の割合は、男性では58.2%、女性では56.4%であり、男女とも40代、60代以上で高くなっていた。(図2-10-6)

図2-10-6 保健指導利用率（性別・年齢階級別）



指導内容を「おおむね実行している」人の割合は、男女とも約40%、「一部実行している」人の割合は約50%であった。(図2-10-7)

図2-10-7 指導内容の実行状況（性別）



4. 医療機関受診率

指摘を受けた人のうち、医療機関の受診を勧められた人の割合は、約 55%であった。(図 2-10-8)

医療機関の受診を勧められた人のうち、医療機関を受診した人の割合は、男性では 86.6%、女性では 89.1%であり、女性の方が高くなっていた。(図 2-10-9)

図 2-10-8 医療機関を受診するよう勧められたか（性別）

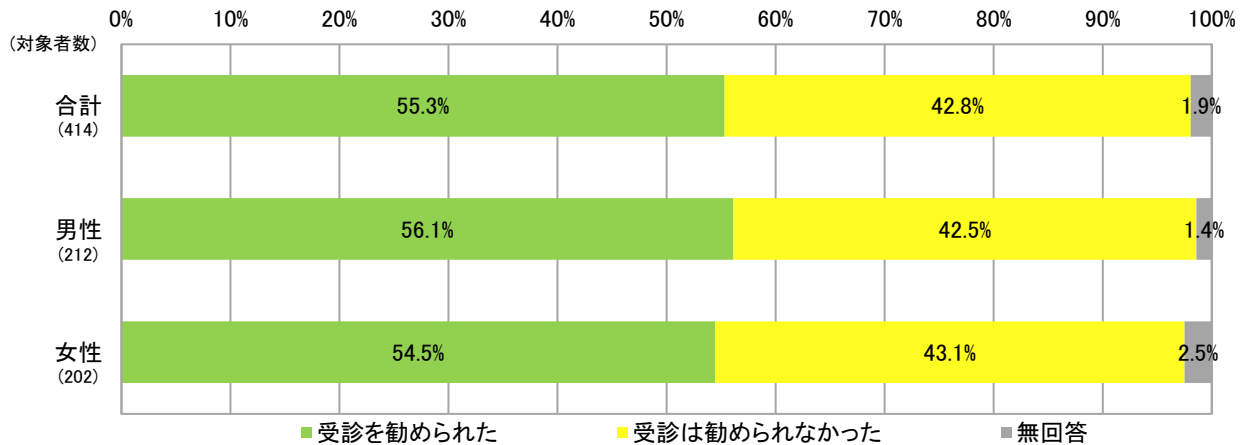
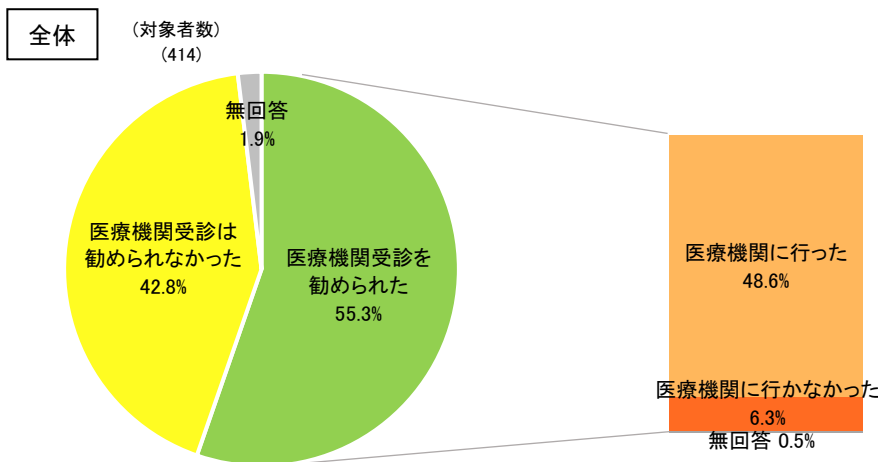
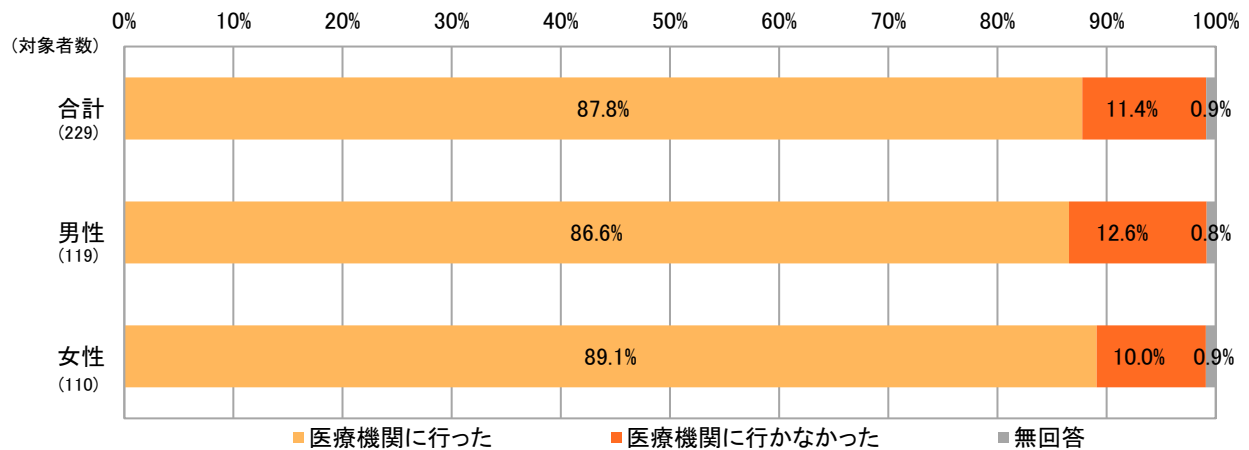


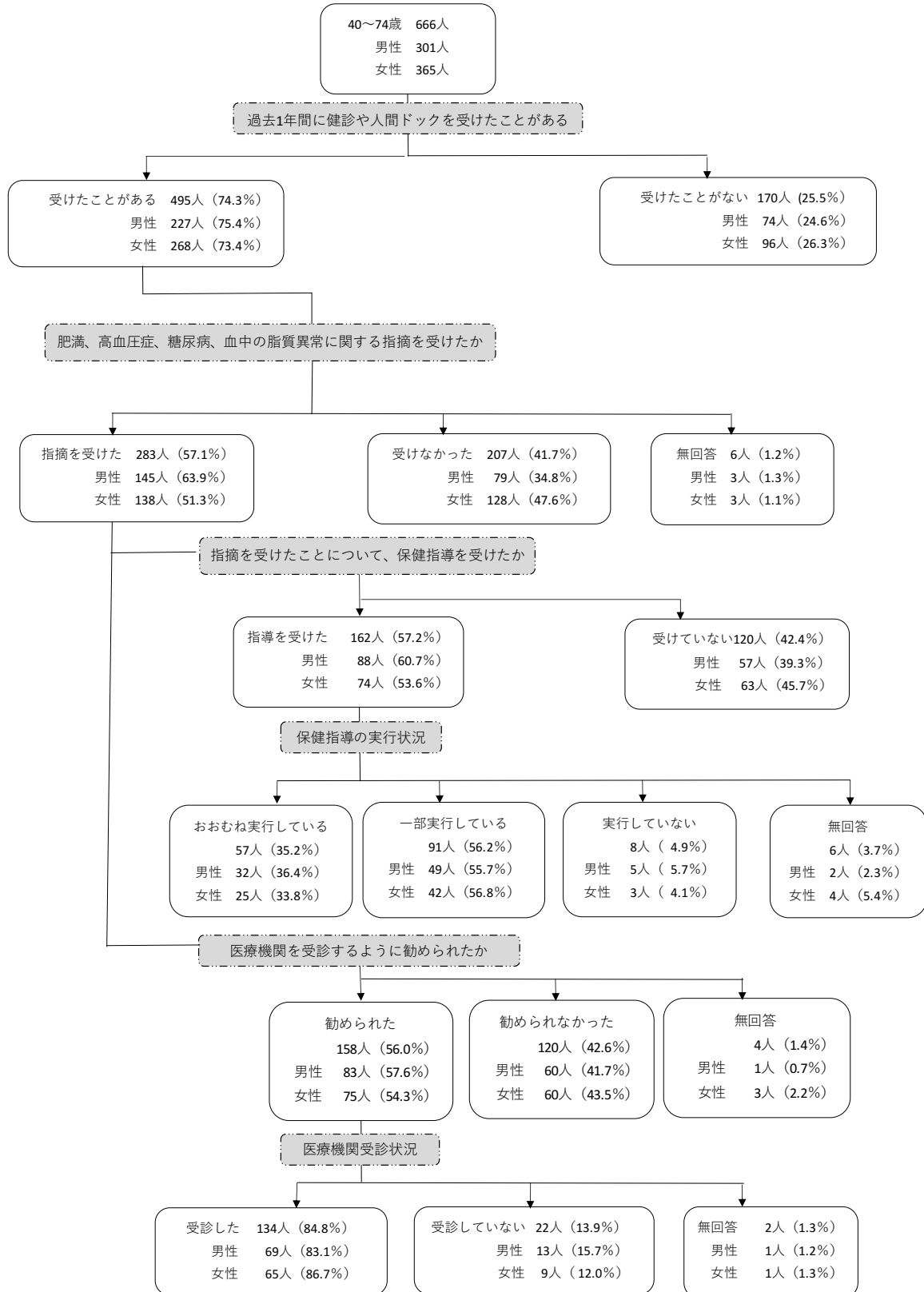
図 2-10-9 医療機関受診率（性別）



5. 健診・保健指導・医療機関受診の状況

特定健診・特定保健指導の対象者である40～74歳666人の、健診の受診状況から医療機関の受診状況までを 図2-10-10 にまとめた。

図2-10-10 40～74歳の健診・保健指導・医療機関受診状況



XI 糖尿病に関すること

1. 糖尿病の実態

(1) 糖尿病有病者の状況

今回の調査で、「糖尿病が強く疑われる人」、「糖尿病の可能性を否定できない人」を合わせた割合は表2-11-1のとおり男性21.9%、女性17.1%であった。そのうち、「糖尿病が強く疑われる人」の割合は、男性16.3%、女性10.1%と男性の割合が高かった。

前回までの調査(H28, H22, H15, H9)結果は表2-11-2、表2-11-3、表2-11-4、表2-11-5のとおりであった。

表2-11-1 糖尿病に関する状況（令和6年・性別・年齢階級別）

		令和6年																	
		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		計		40~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
合計	糖尿病が強く疑われる人			1	4.8%	3	5.6%	4	6.7%	11	11.3%	39	17.3%	58	12.5%	31	10.8%	26	17.6%
	糖尿病の可能性を否定できない人					1	1.9%	4	6.7%	8	8.2%	17	7.6%	30	6.5%	20	6.9%	10	6.8%
	今回の調査で正常範囲の人	8	100.0%	20	95.2%	50	92.6%	52	86.7%	78	80.4%	169	75.1%	377	81.1%	237	82.3%	112	75.7%
	計	8	100.0%	21	100.0%	54	100.0%	60	100.0%	97	100.0%	225	100.0%	465	100.0%	288	100.0%	148	100.0%
男性	糖尿病が強く疑われる人			1	10.0%	1	4.8%	3	15.0%	7	20.6%	17	19.3%	29	16.3%	15	14.4%	13	22.0%
	糖尿病の可能性を否定できない人							1	5.0%	1	2.9%	8	9.1%	10	5.6%	7	6.7%	3	5.1%
	今回の調査で正常範囲の人	5	100.0%	9	90.0%	20	95.2%	16	80.0%	26	76.5%	63	71.6%	139	78.1%	82	78.8%	43	72.9%
	計	5	100.0%	10	100.0%	21	100.0%	20	100.0%	34	100.0%	88	100.0%	178	100.0%	104	100.0%	59	100.0%
女性	糖尿病が強く疑われる人					2	6.1%	1	2.5%	4	6.3%	22	16.1%	29	10.1%	16	8.7%	13	14.6%
	糖尿病の可能性を否定できない人					1	3.0%	3	7.5%	7	11.1%	9	6.6%	20	7.0%	13	7.1%	7	7.9%
	今回の調査で正常範囲の人	3	100.0%	11	100.0%	30	90.9%	36	90.0%	52	82.5%	106	77.4%	238	82.9%	155	84.2%	69	77.5%
	計	3	100.0%	11	100.0%	33	100.0%	40	100.0%	63	100.0%	137	100.0%	287	100.0%	184	100.0%	89	100.0%

表2-11-2 糖尿病に関する状況（平成28年・性別・年齢階級別）

		平成28年																	
		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		計		40~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
合計	糖尿病が強く疑われる人							4	5.9%	23	14.3%	27	15.4%	54	10.6%	37	10.9%	17	14.8%
	糖尿病の可能性を否定できない人			1	2.7%	1	2.0%	8	11.8%	28	17.4%	44	25.1%	82	16.1%	50	14.7%	31	27.0%
	今回の調査で正常範囲の人	16	100.0%	36	97.3%	50	98.0%	56	82.4%	110	68.3%	104	59.4%	372	73.2%	253	74.4%	67	58.3%
	計	16	100.0%	37	100.0%	51	100.0%	68	100.0%	161	100.0%	175	100.0%	508	100.0%	340	100.0%	115	100.0%
男性	糖尿病が強く疑われる人							1	4.2%	11	18.3%	11	15.5%	23	12.0%	16	13.0%	7	15.6%
	糖尿病の可能性を否定できない人							3	12.5%	11	18.3%	18	25.4%	32	16.7%	19	15.4%	13	28.9%
	今回の調査で正常範囲の人	7	100.0%	17	100.0%	13	100.0%	20	83.3%	38	63.3%	42	59.2%	137	71.4%	88	71.5%	25	55.6%
	計	7	100.0%	17	100.0%	13	100.0%	24	100.0%	60	100.0%	71	100.0%	192	100.0%	123	100.0%	45	100.0%
女性	糖尿病が強く疑われる人							3	6.8%	12	11.9%	16	15.4%	31	9.8%	21	9.7%	10	14.3%
	糖尿病の可能性を否定できない人			1	5.0%	1	2.6%	5	11.4%	17	16.8%	26	25.0%	50	15.8%	31	14.3%	18	25.7%
	今回の調査で正常範囲の人	9	100.0%	19	95.0%	37	97.4%	36	81.8%	72	71.3%	62	59.6%	235	74.4%	165	76.0%	42	60.0%
	計	9	100.0%	20	100.0%	38	100.0%	44	100.0%	101	100.0%	104	100.0%	316	100.0%	217	100.0%	70	100.0%

表2-11-3 糖尿病に関する状況（平成22年・性別・年齢階級別）

		平成22年																	
		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60~69歳		70歳以上		計		40~74歳(再掲)		75歳以上(再掲)	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
合計	糖尿病が強く疑われる人			1	2.9%	1	1.8%	8	8.2%	24	17.0%	24	13.9%	58	11.1%	44	12.3%	13	12.0%
	糖尿病の可能性を否定できない人					5	9.1%	12	12.4%	18	12.8%	20	11.6%	55	10.5%	41	11.5%	14	13.0%
	今回の調査で正常範囲の人	22	100.0%	33	97.1%	49	89.1%	77	79.4%	99	70.2%	129	74.6%	409	78.4%	273	76.3%	81	75.0%
	計	22	100.0%	34	100.0%	55	100.0%	97	100.0%	141	100.0%	173	100.0%	522	100.0%	358	100.0%	108	100.0%
男性	糖尿病が強く疑われる人							3	7.5%	10	18.9%	11	14.7%	24	11.7%	20	14.0%	4	9.3%
	糖尿病の可能性を否定できない人					2	11.1%	7	17.5%	3	5.7%	10	13.3%	22	10.7%	17	11.9%	5	11.6%
	今回の調査で正常範囲の人	7	100.0%	13	100.0%	16	88.9%	30	75.0%	40	75.5%	54	72.0%	160	77.7%	106	74.1%	34	79.1%
	計	7	100.0%	13	100.0%	18	100.0%	40	100.0%	53	100.0%	75	100.0%	206	100.0%	143	100.0%	43	100.0%
女性	糖尿病が強く疑われる人			1	4.8%	1	2.7%	5	8.8%	14	15.9%	13	13.3%	34	10.8%	24	11.2%	9	13.8%
	糖尿病の可能性を否定できない人					3	8.1%	5	8.8%	15	17.0%	10	10.2%	33	10.4%	24	11.2%	9	13.8%
	今回の調査で正常範囲の人	15	100.0%	20	95.2%	33	89.2%	47	82.5%	59	67.0%	75	76.5%	249	78.8%	167	77.7%	47	72.3%
	計	15	100.0%	21	100.0%	37	100.0%	57	100.0%	88	100.0%	98	100.0%	316	100.0%	215	100.0%	65	100.0%

表 2-11-4 糖尿病に関する状況（平成 15 年・性別・年齢階級別）

		平成 15 年													
		20～29 歳		30～39 歳		40～49 歳		50～59 歳		60～69 歳		70 歳以上		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
合計	糖尿病が強く疑われる人			3	6.0%	2	2.9%	4	3.7%	17	13.8%	25	19.8%	51	10.1%
	糖尿病の可能性を否定できない人	1	3.2%			6	8.7%	13	12.0%	20	16.3%	23	18.3%	63	12.4%
	今回の調査で正常範囲の人	30	96.8%	47	94.0%	61	88.4%	91	84.3%	86	69.9%	78	61.9%	393	77.5%
	計	31	100.0%	50	100.0%	69	100.0%	108	100.0%	123	100.0%	126	100.0%	507	100.0%
男性	糖尿病が強く疑われる人			3	15.0%			2	4.8%	10	21.3%	12	25.5%	27	14.1%
	糖尿病の可能性を否定できない人					3	11.5%	4	9.5%	5	10.6%	7	14.9%	19	9.9%
	今回の調査で正常範囲の人	10	100.0%	17	85.0%	23	88.5%	36	85.7%	32	68.1%	28	59.6%	146	76.0%
	計	10	100.0%	20	100.0%	26	100.0%	42	100.0%	47	100.0%	47	100.0%	192	100.0%
女性	糖尿病が強く疑われる人					2	4.7%	2	3.0%	7	9.2%	13	16.5%	24	7.6%
	糖尿病の可能性を否定できない人	1	4.8%			3	7.0%	9	13.6%	15	19.7%	16	20.3%	44	14.0%
	今回の調査で正常範囲の人	20	95.2%	30	100.0%	38	88.4%	55	83.3%	54	71.1%	50	63.3%	247	78.4%
	計	21	100.0%	30	100.0%	43	100.0%	66	100.0%	76	100.0%	79	100.0%	315	100.0%

表 2-11-5 糖尿病に関する状況（平成 9 年・性別・年齢階級別）

		平成 9 年													
		20～29 歳		30～39 歳		40～49 歳		50～59 歳		60～69 歳		70 歳以上		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
合計	糖尿病が強く疑われる人					3	3.0%	7	7.8%	16	10.3%	13	17.8%	39	7.6%
	糖尿病の可能性を否定できない人			3	5.0%	9	9.0%	10	11.1%	17	10.9%	7	9.6%	46	8.9%
	今回の調査で正常範囲の人	35	100.0%	57	95.0%	88	88.0%	73	81.1%	123	78.8%	53	72.6%	429	83.5%
	計	35	100.0%	60	100.0%	100	100.0%	90	100.0%	156	100.0%	73	100.0%	514	100.0%
男性	糖尿病が強く疑われる人					1	2.9%	2	6.9%	3	4.5%	6	23.1%	12	6.5%
	糖尿病の可能性を否定できない人			3	14.3%	2	5.9%	3	10.3%	10	14.9%	3	11.5%	21	11.4%
	今回の調査で正常範囲の人	7	100.0%	18	85.7%	31	91.2%	24	82.8%	54	80.6%	17	65.4%	151	82.1%
	計	7	100.0%	21	100.0%	34	100.0%	29	100.0%	67	100.0%	26	100.0%	184	100.0%
女性	糖尿病が強く疑われる人					2	3.0%	5	8.2%	13	14.6%	7	14.9%	27	8.2%
	糖尿病の可能性を否定できない人					7	10.6%	7	11.5%	7	7.9%	4	8.5%	25	7.6%
	今回の調査で正常範囲の人	28	100.0%	39	100.0%	57	86.4%	49	80.3%	69	77.5%	36	76.6%	278	84.2%
	計	28	100.0%	39	100.0%	66	100.0%	61	100.0%	89	100.0%	47	100.0%	330	100.0%

※「糖尿病が強く疑われる人」の区分について

平成 9 年 … ヘモグロビン A1c（JDS）値が 6.1 以上の者

平成 15, 22 年 … ヘモグロビン A1c（JDS）値が 6.1 以上の者、または、糖尿病の治療や投薬を受けている者

平成 28, 令和 6 年 … ヘモグロビン A1c（NGSP）値が 6.5 以上の者、または、糖尿病の治療や投薬を受けている者
分類については、P. 4 参照

年齢階級別に「糖尿病が強く疑われる人」と「糖尿病の可能性を否定できない人」を合わせた割合をみると、男女とも70歳以上で最も高くなっていました。

また、前回調査(H28)と比較すると、男女とも、特に70歳以上の「糖尿病が強く疑われる人」の割合が高くなっていました。(図2-11-1)

図2-11-1 糖尿病有病者の状況（性別・年齢階級別）



(2) 糖尿病有病者の推計

表 2-11-6 糖尿病有病者の推計 (R6. 10. 1 徳島県 40 歳以上人口で推計)

40 歳以上	県推計人口	糖尿病が強く疑われる人		糖尿病の可能性を否定できない人		計	
		(人)	(万人)	(人)	(万人)	(人)	(万人)
男性	206,416	32,562	3.3	10,607	1.1	43,169	4.4
女性	243,631	24,176	2.4	17,137	1.7	41,312	4.1
計	450,047	56,738	5.7	27,744	2.8	84,481	8.4
(割合)		12.6%		6.2%		18.8%	

(3) 糖尿病有病者の背景

① 「糖尿病が強く疑われる人」における治療の状況

「糖尿病を強く疑われる人」の 1.8%が治療を中断しており、9.1%の人は治療を受けていなかった。「現在治療を受けている」と答えた人は、男性で 75.9%、女性で 96.2%であった。(図2-11-2、図2-11-3)

前回調査 (H28) と比較すると、現在治療を受けている人の割合が増加し、治療を中断した人、治療を受けたことがない人の割合は減少していた。

図 2-11-2 糖尿病に関する状況別の治療状況<年次比較>

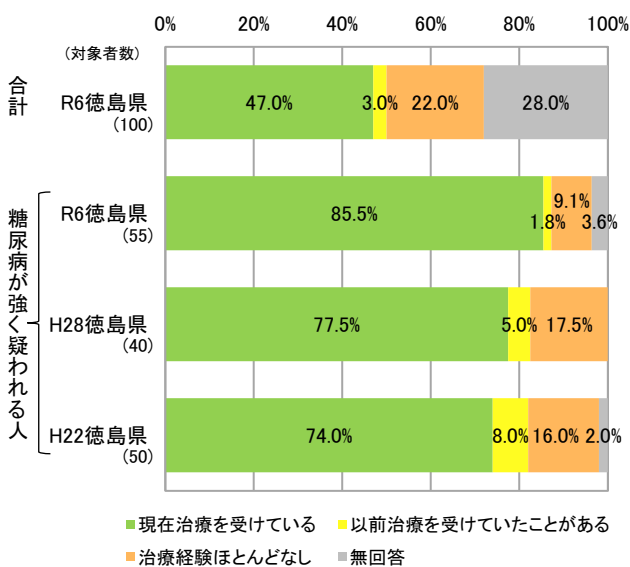
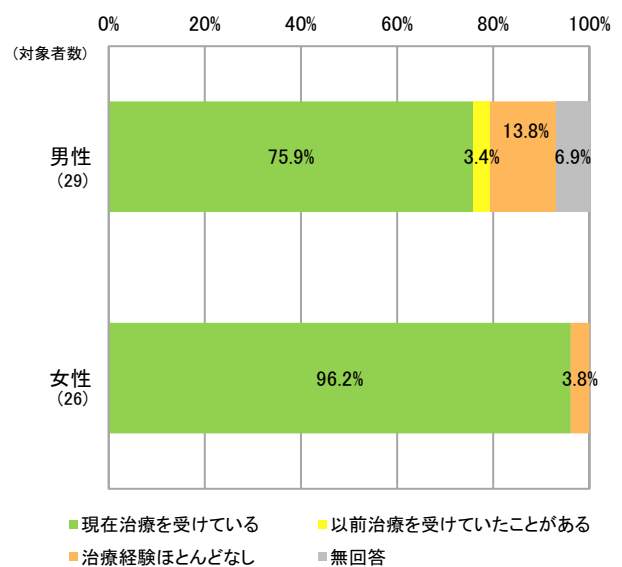


図 2-11-3 「糖尿病が強く疑われる人」における治療状況 (令和 6 年・性別)



②「糖尿病が強く疑われる人」における合併症の状況

今回の調査結果に基づいた糖尿病分類にみた合併症の状況は 図2-11-4 のとおりであり、「糖尿病が強く疑われる人」では、腎症があると回答した人が7.3%と高く、次いで、網膜症と神経障害が5.5%であった。

「糖尿病が強く疑われる人」の合併症の状況を年齢階級別でみると 図2-11-5 のとおりであった。

図 2-11-4 今回の調査結果に基づく糖尿病の分類別にみた合併症の状況

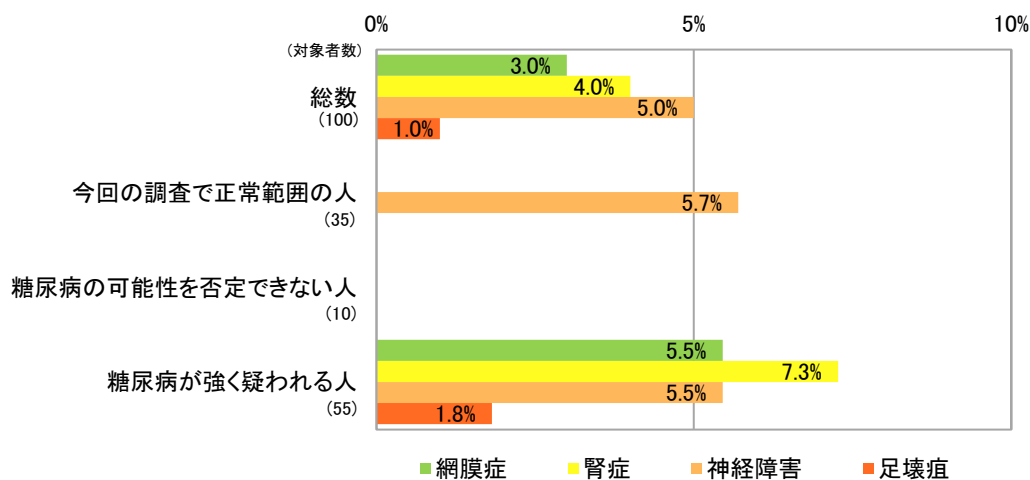
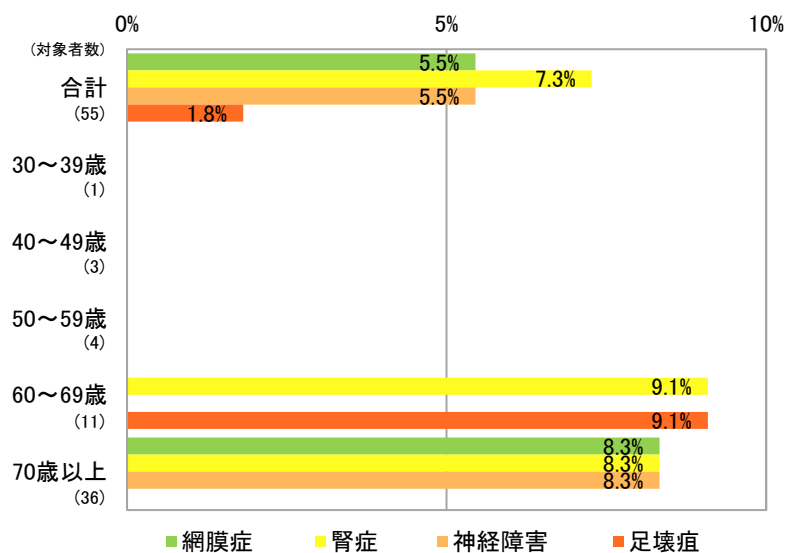


図 2-11-5 「糖尿病が強く疑われる人」における合併症の状況（年齢階級別）

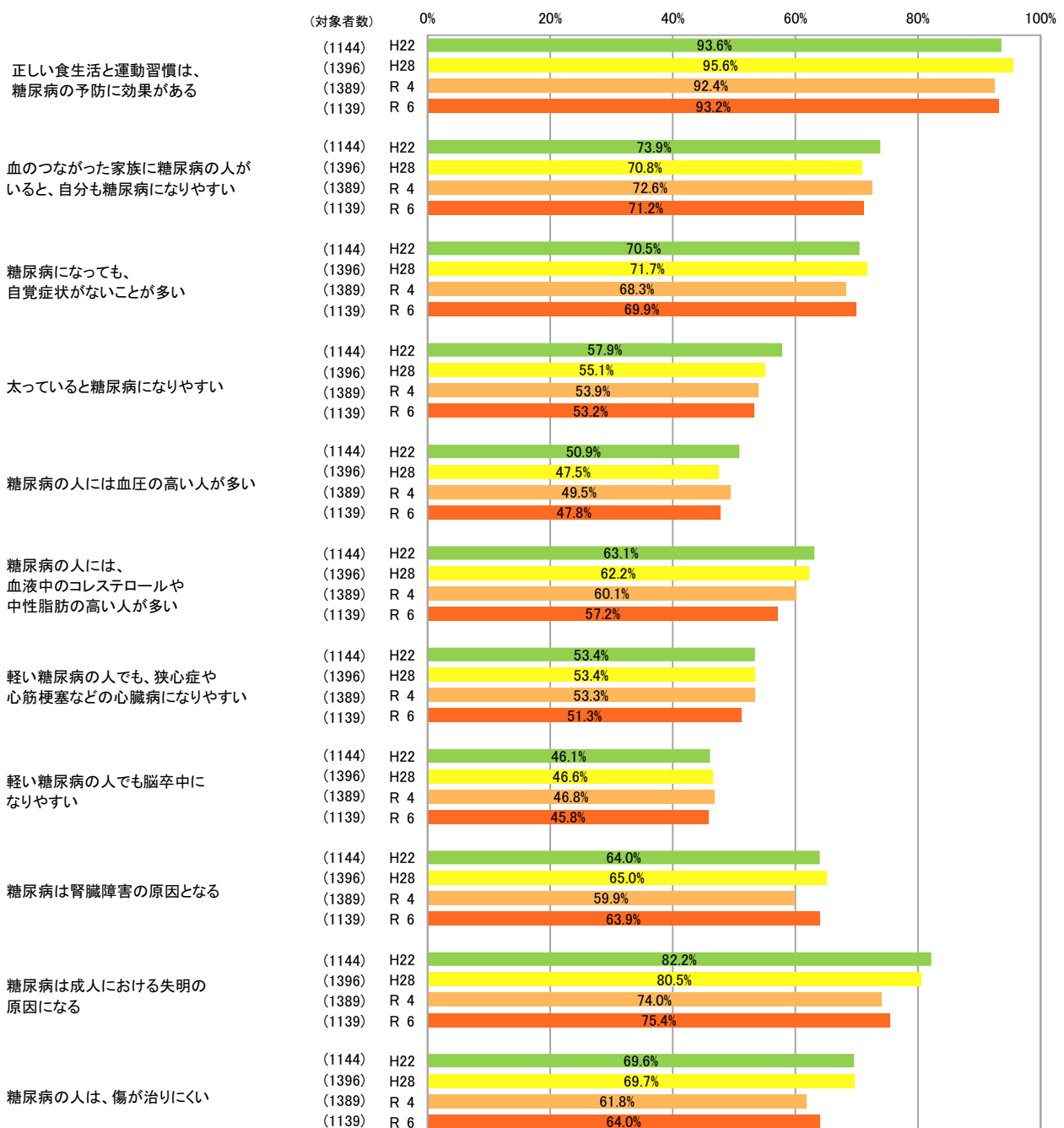


2. 糖尿病に関する知識

糖尿病に関する11項目の質問に対する正答状況は図2-11-6のとおりであった。「正しい食生活と運動習慣は、糖尿病の予防に効果がある」が93.2%と最も正答率が高く、以下高い順に、「糖尿病は成人における失明の原因になる」75.4%、「血のつながった家族に糖尿病の人がいると、自分も糖尿病になりやすい」71.2%、「糖尿病になっても、自覚症状がないことが多い」69.9%、「糖尿病の人は、傷が治りにくい」64.0%となっていた。

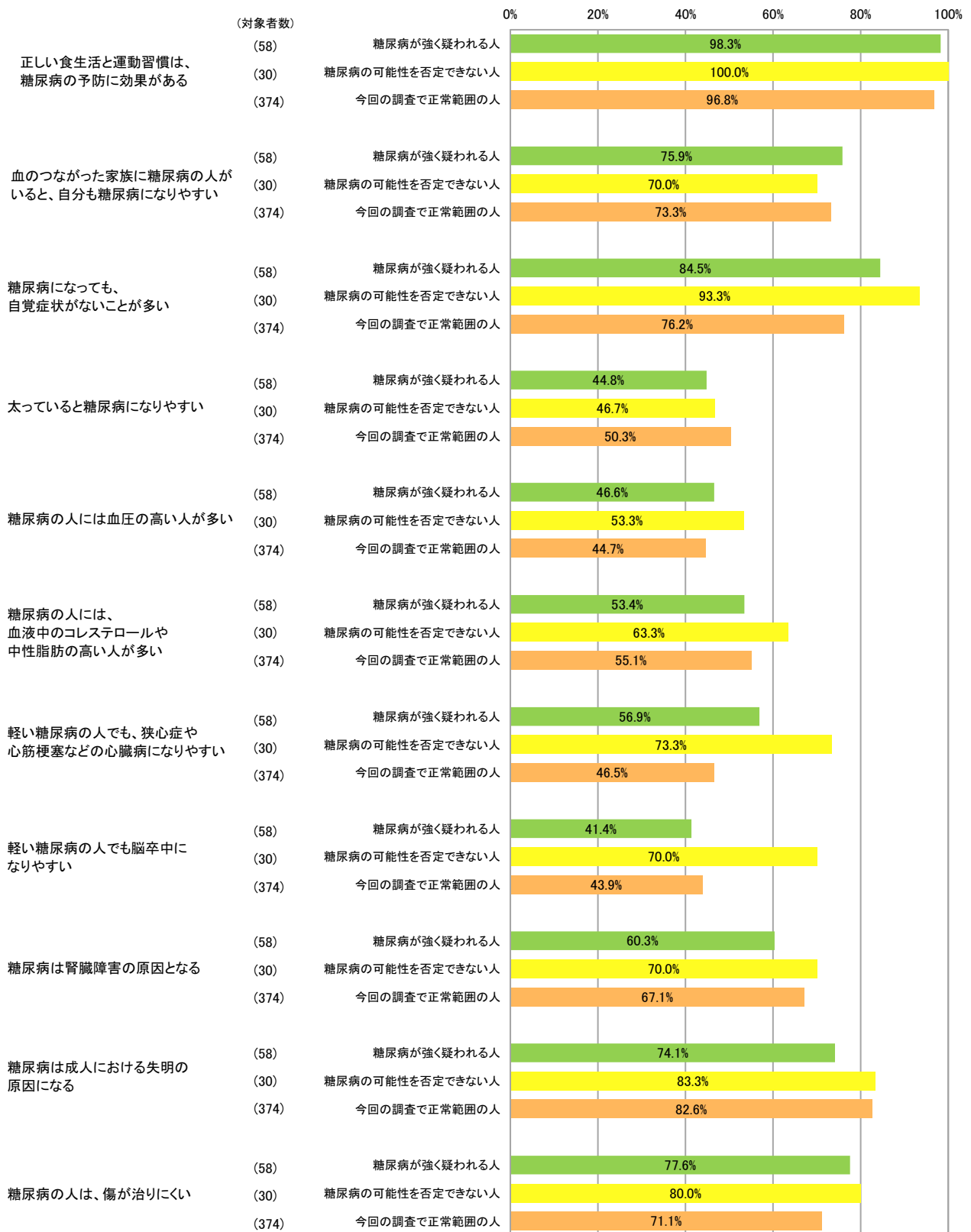
正答率が低かったのは、「軽い糖尿病の人でも脳卒中になりやすい」45.8%、次いで、「糖尿病の人には血圧の高い人が多い」47.8%、「軽い糖尿病の人でも、狭心症や心筋梗塞などの心臓病になりやすい」51.3%であった。

図2-11-6 糖尿病に関する知識の正答率＜年次比較＞



糖尿病分類別で正答率をみると、「糖尿病の可能性を否定できない人」は 図 2-11-7 のとおり、それ以外の人よりも正答率が高い傾向にみられた。

図 2-11-7 糖尿病に関する知識の正答率（今回の調査結果に基づく糖尿病分類別）



3. 糖尿病指摘・治療状況

(1) 糖尿病指摘の有無

これまでに医療機関や健診で糖尿病と言われたことがある人の割合は、男性では23.1%、女性では13.3%であり、男性の方が割合が高くなっていた。(図2-11-8)

前回調査(R4)と比べ、男女ともに糖尿病と指摘を受けた人の割合が増えていた。(図2-11-9)

図2-11-8 糖尿病と指摘を受けた人の割合(性別・年齢階級別)

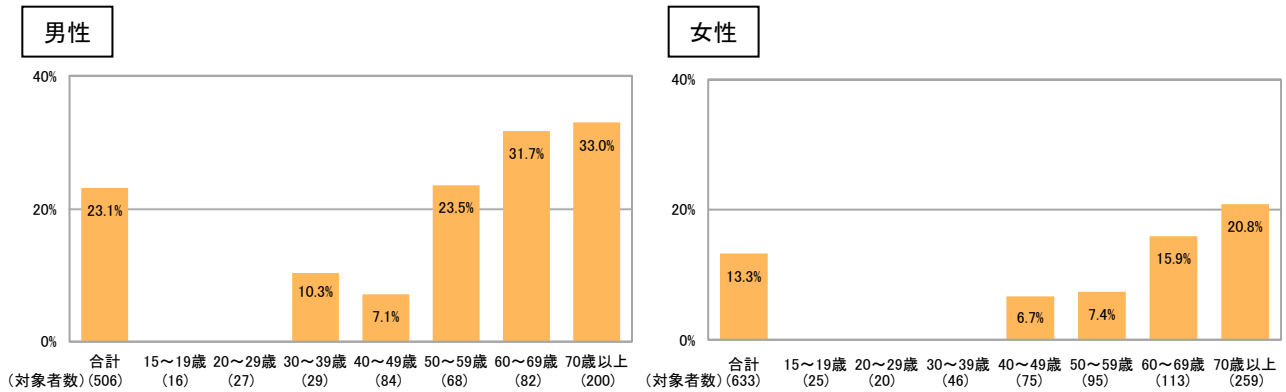
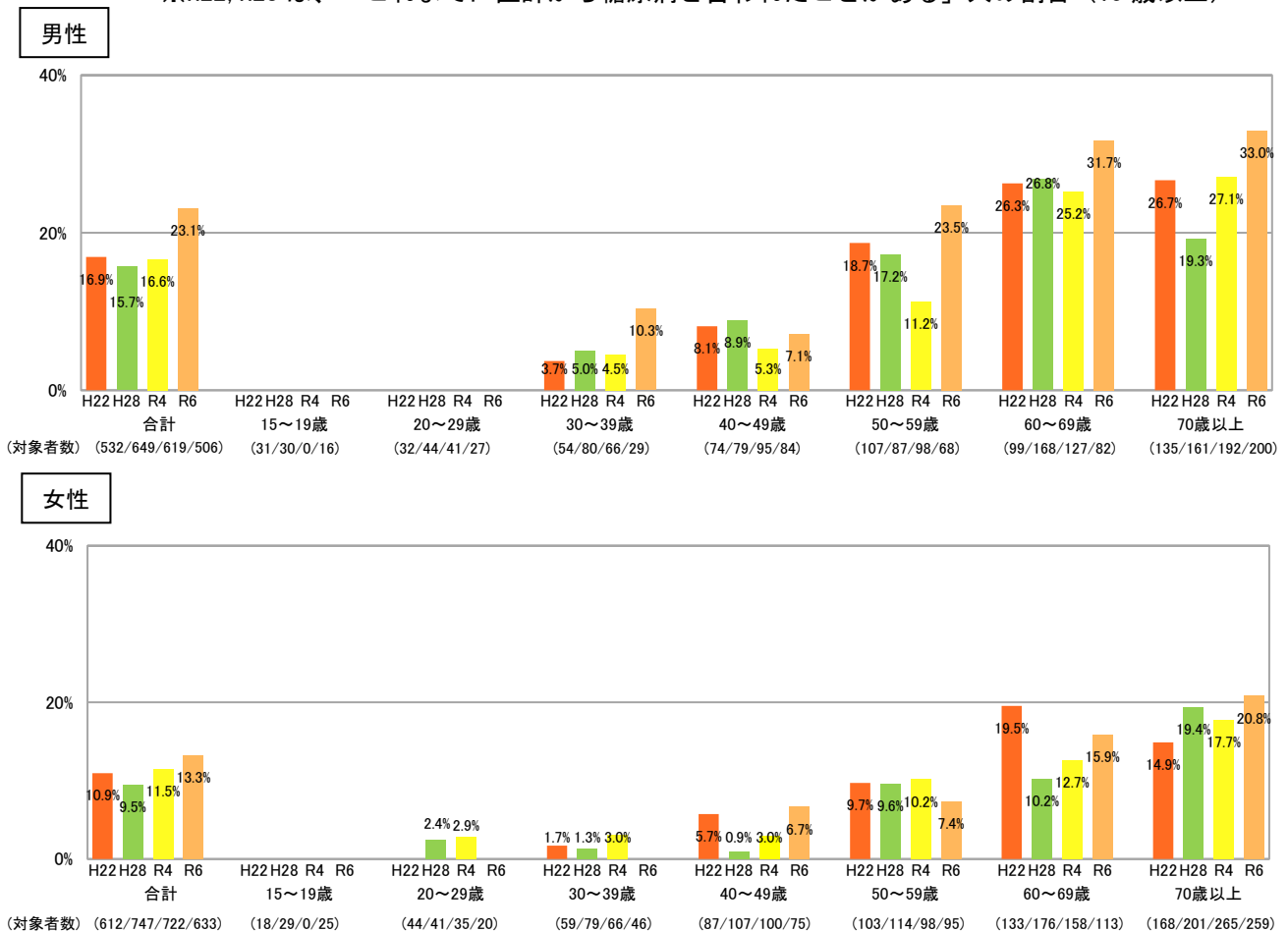


図2-11-9 糖尿病と指摘を受けた人の割合(性別・年齢階級別)〈年次比較〉

※H22, H28 は、「これまでに医師から糖尿病と言われたことがある」人の割合(15歳以上)



(2) 糖尿病治療状況

糖尿病と指摘を受けた人の治療状況についてみると、男女ともに約2割の人が現在は治療を受けていない（「以前治療を受けていたことがある」）または未治療（「治療経験ほとんどなし」）であった。（図 2-11-10）

図 2-11-10 糖尿病指摘者の治療状況（性別・年齢階級別）

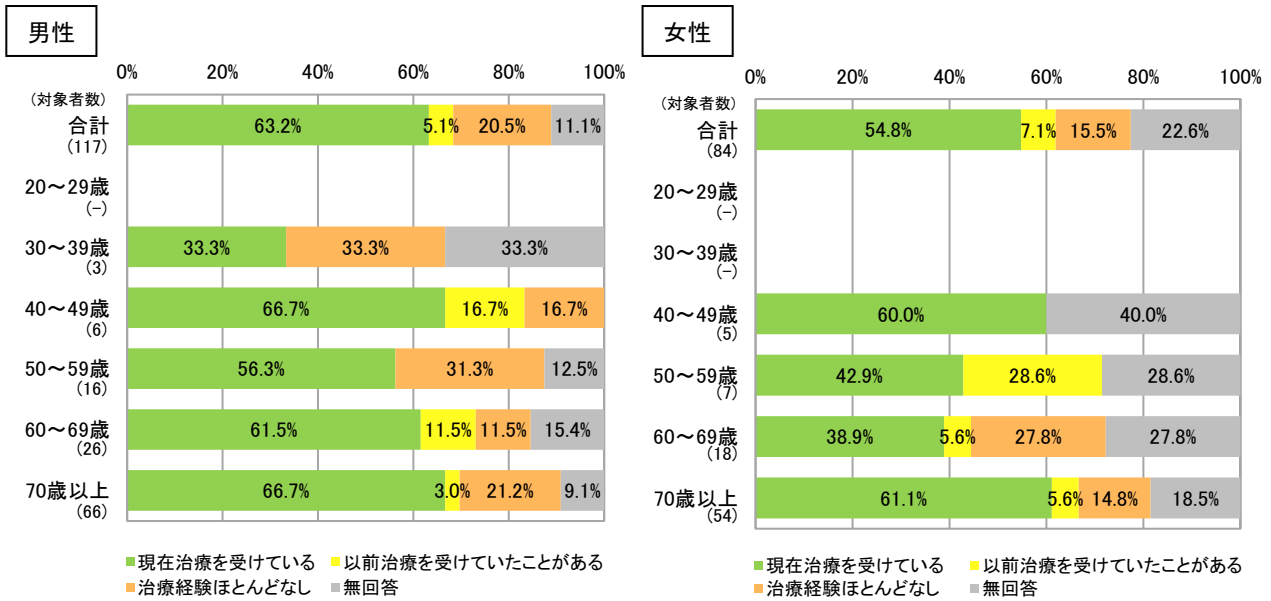
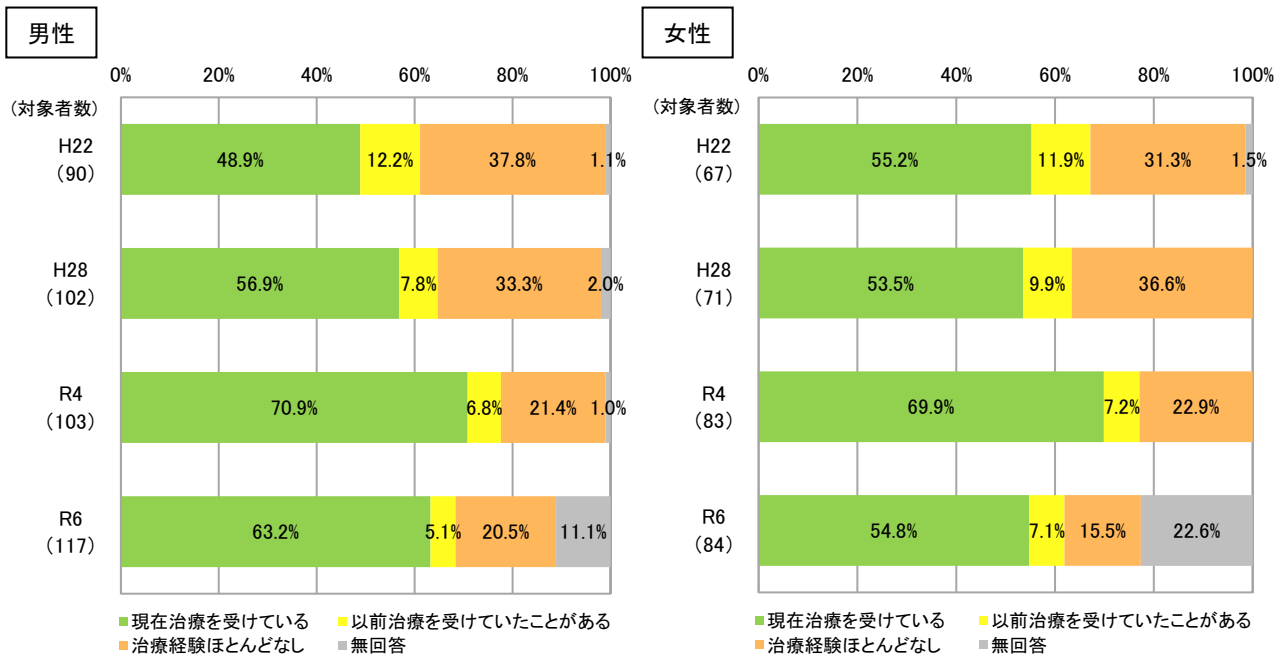


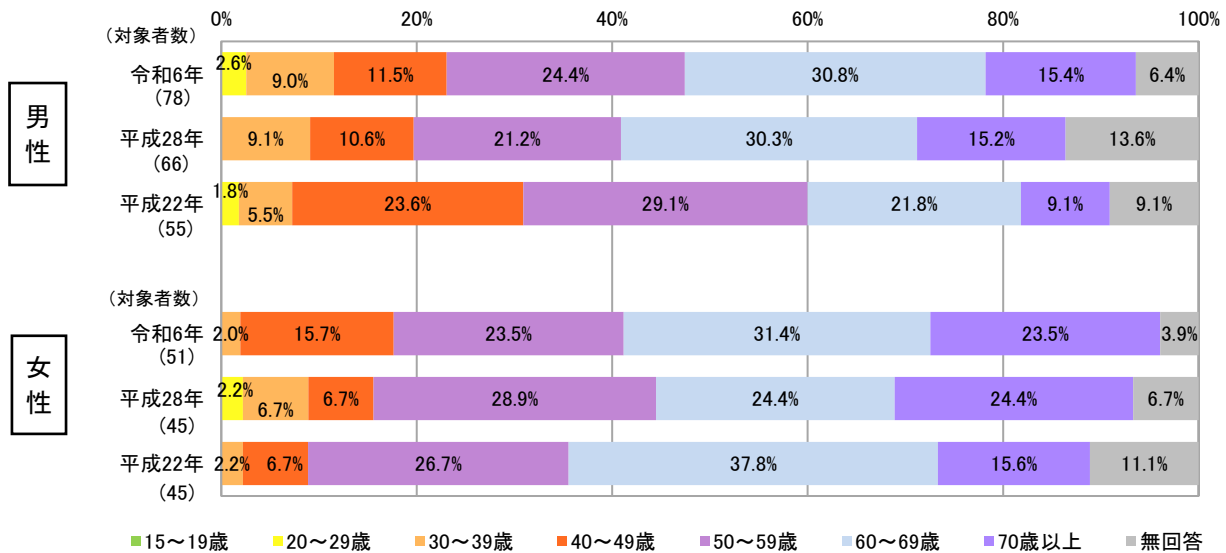
図 2-11-11 糖尿病指摘者の治療状況（性別）＜年次比較＞



(3) 糖尿病治療開始年齢

「これまでに医師から糖尿病と言われたことがある」人で、「現在治療を受けている」または「以前治療を受けていたことがある」と答えた人の治療開始年齢は 図 2-11-12 のとおりであった。また、前回調査 (H28) と比べ、男性では 20 歳代、女性では 40 歳代で治療を開始した人が増えていた。

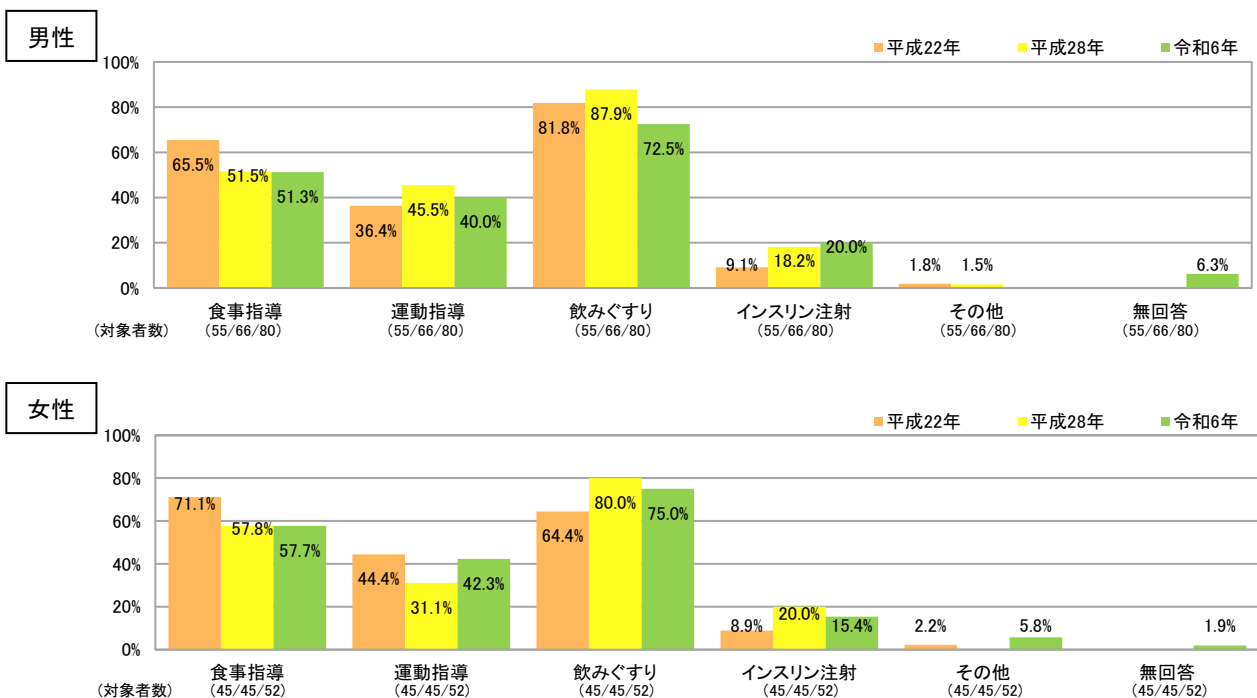
図 2-11-12 糖尿病指摘者の治療開始年齢 (性別) <年次比較>



(4) 糖尿病治療内容

「これまでに医師から糖尿病と言われたことがある」人で、「現在治療を受けている」または「以前治療を受けていたことがある」と答えた人の治療内容は 図 2-11-13 のとおりであった。前回調査 (H28) と比べ、男性では「インスリン注射」、女性では「運動指導」と回答した割合が高くなっており、男女とも「飲みぐすり」と回答した割合が低くなっていった。

図 2-11-13 糖尿病指摘者の治療内容 (性別) <年次比較>



(5) 眼底検査受診率

糖尿病と指摘を受けた人の眼底検査受診率は、男性では 59.0%、女性では 47.6%であった。

(図 2-11-14)

前回調査 (R4) に比べると、眼底検査受診率は男性で増え、女性で減っていた。(図 2-11-15)

図 2-11-14 眼底検査受診率 (性別・年齢階級別)

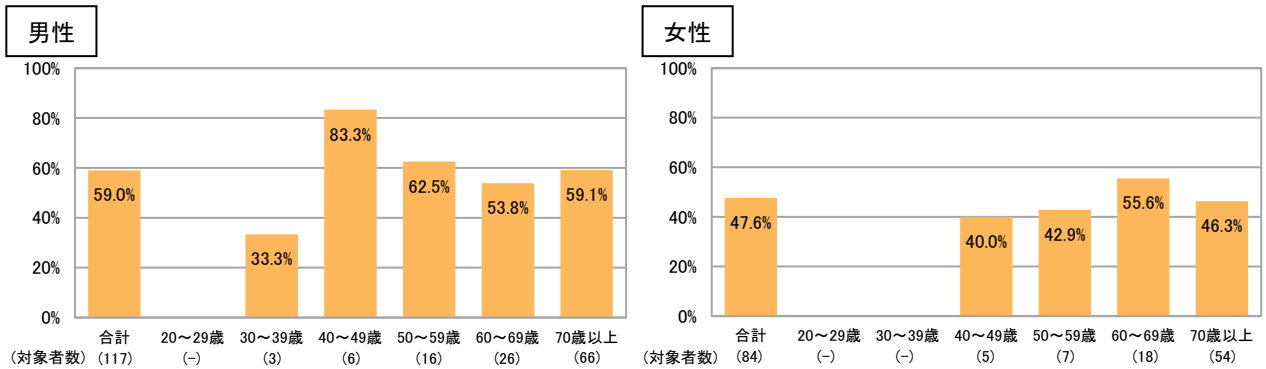
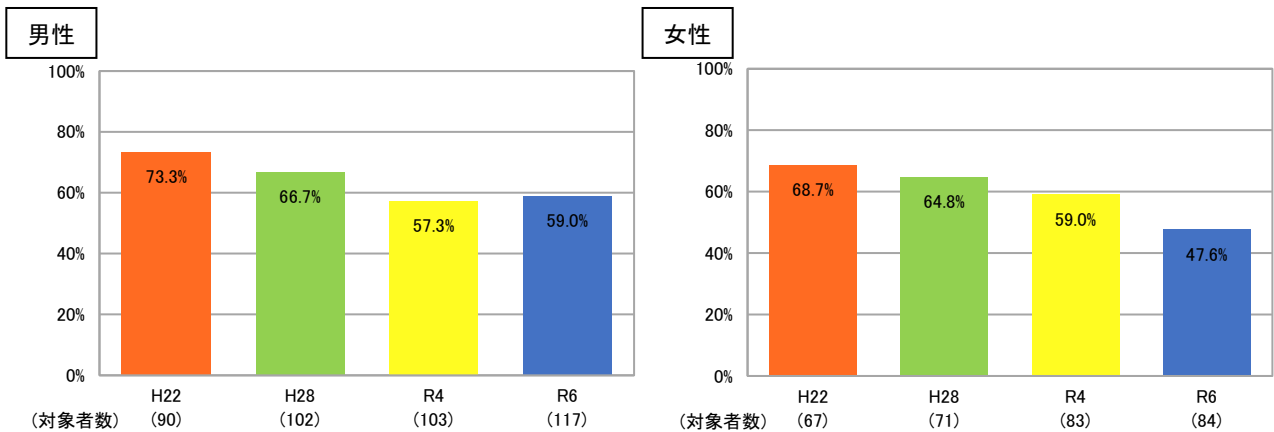
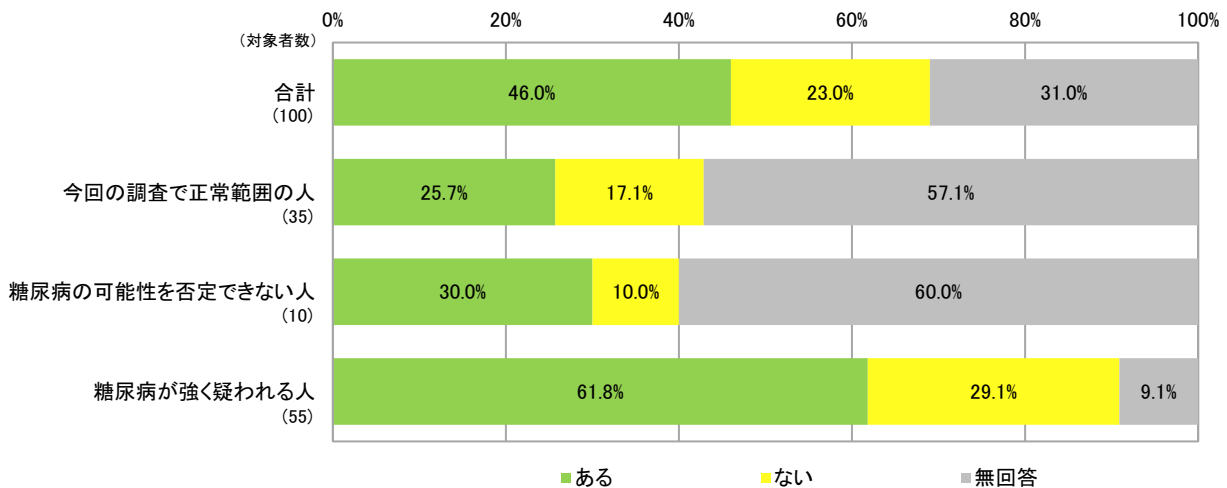


図 2-11-15 眼底検査受診率の割合 (性別) <年次比較>



今回の調査結果に基づいた糖尿病分類別にみると 図 2-11-16 のとおりであった。「糖尿病が強く疑われる人」の受診の割合が 61.8%で最も高かった。

図 2-11-16 糖尿病指摘者の眼底検査受診者の割合 (今回の調査結果に基づく糖尿病分類別)



(6) 合併症の有無

糖尿病と指摘を受けた人の合併症の状況は 図 2-11-17 のとおりで、腎症が最も高くなっていた。

前回調査 (R4) に比べて、網膜症、腎症、神経障害が減少していた。(図 2-11-18)

図 2-11-17 合併症の有無

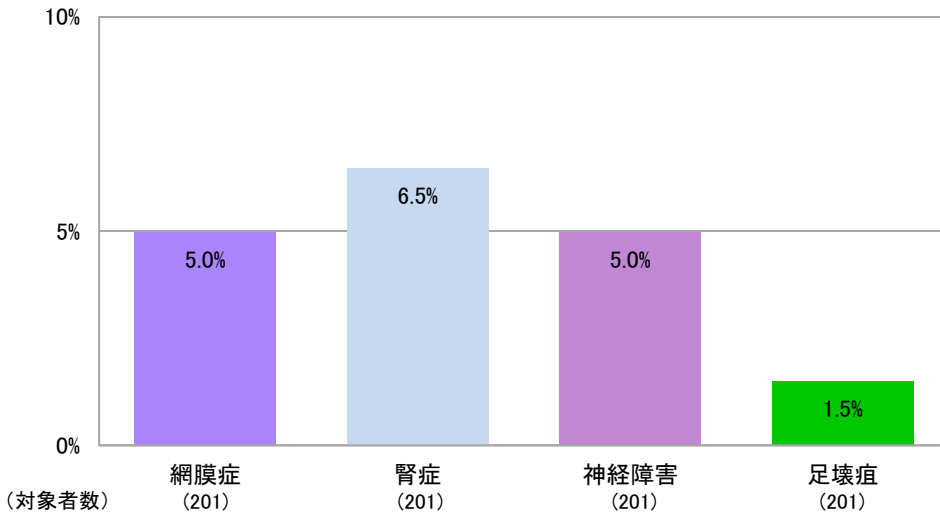
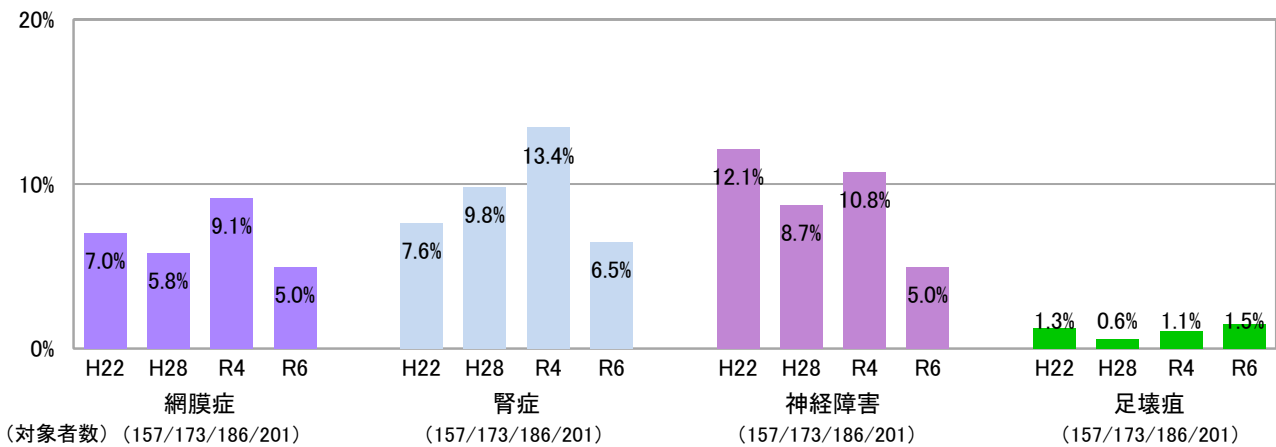


図 2-11-18 合併症の有無<年次比較>



(7) 糖尿病に関連する危険因子等

今回の調査に基づいた糖尿病分類別にBMI判定による肥満度をみると、全体では、「糖尿病の可能性を否定できない人」のうち50.0%、「糖尿病が強く疑われる人」のうち41.4%の人が肥満であった。(図2-11-19)

内臓脂肪型肥満の人の割合については、男性では「糖尿病の可能性を否定できない人」の60%、女性では「糖尿病が強く疑われる人」の44.8%の人が内臓脂肪型肥満に分類された。(図2-11-20)

図2-11-19 今回の調査結果に基づく糖尿病分類別にみたBMIの状況(性別)

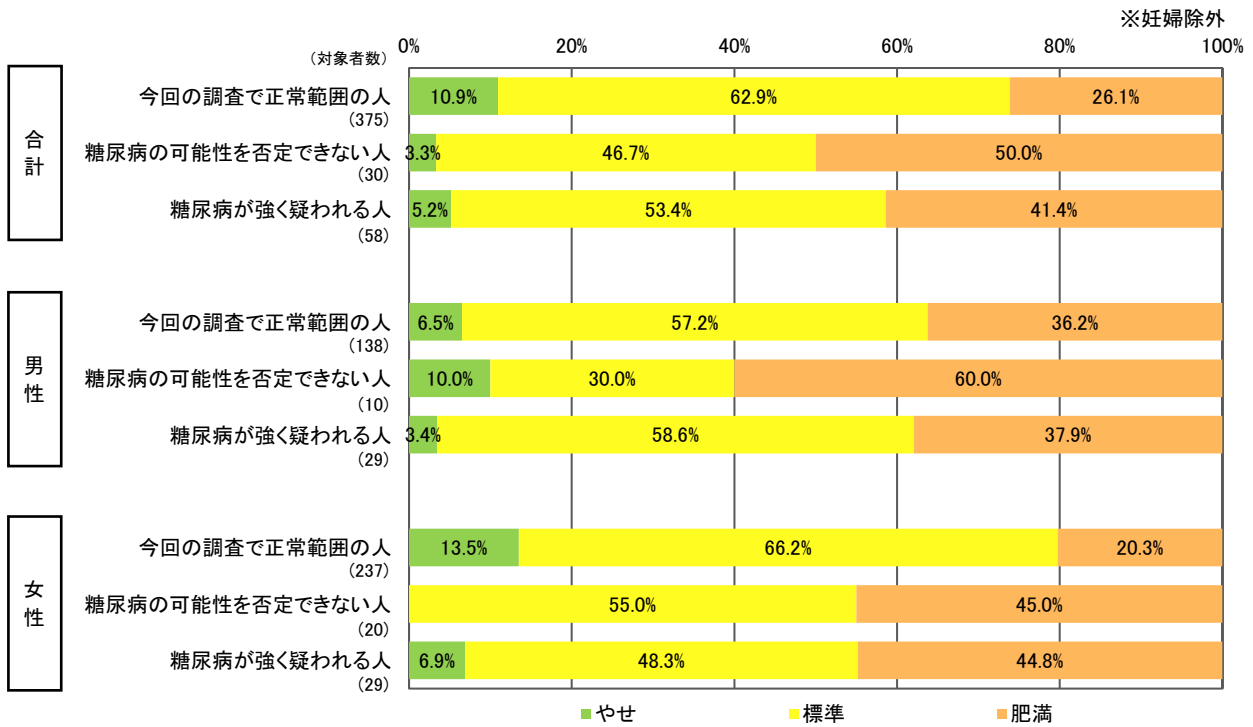
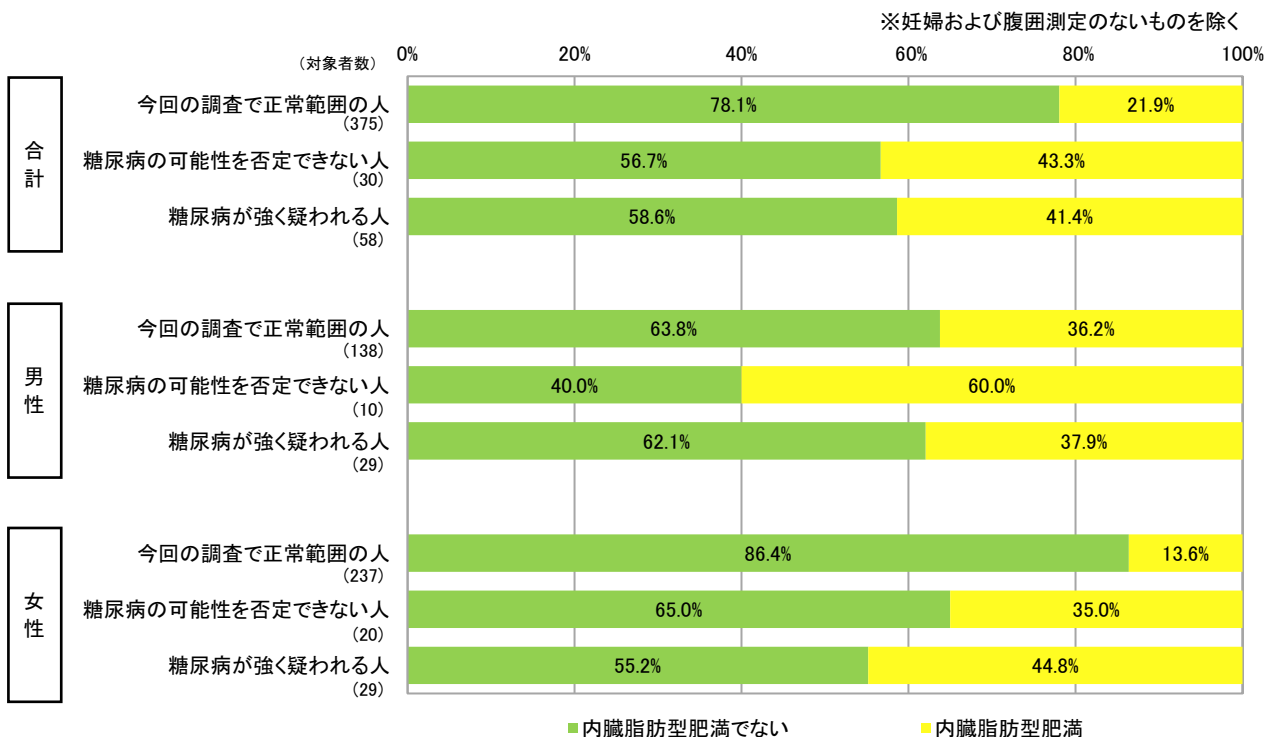


図2-11-20 今回の調査結果に基づく糖尿病分類別にみた内臓脂肪型肥満の分類(性別)



前回調査（H28）と比較して、「糖尿病が強く疑われる人」「糖尿病の可能性を否定できない人」を合わせた人（以下、「糖尿病の疑いのある人」という）は、本来摂取を控えた方が望ましい食品である「いも類」、「砂糖甘味料」、「果実類」、「菓子類」などの糖質性食品の摂取量が減少していた。今回の調査では、「食塩」の摂取量において、「正常範囲の人」よりも「糖尿病の疑いのある人」の方が1g以上多い結果となった。（表2-11-7）

表2-11-7 今回の調査結果に基づく糖尿病分類別にみた糖尿病関連因子<年次・全国比較>

※腹囲・BMI値は妊婦除外

身体		腹囲 (cm)	BMI値	歩行数 (歩)	
令和 6年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	90.0	24.9	5,774
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	87	88	85
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	83.3	23.0	7,200
		標本数	373	375	339
平成 28年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	85.5	23.8	5,874
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	135	136	128
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	82.3	23.0	5,976
		標本数	371	371	360
平成 22年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	88.7	25.0	6,580
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	112	113	107
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	82.7	23.1	6,431
		標本数	408	408	393
令和5年 (全国・20歳以上)		平均値	男:23.7/女:22.5		6,112
		標本数	男:1,877/女:2,135		4,249

栄養素		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (g)	食塩 (g)	
令和 6年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	1,853	70.6	57.2	247.5	19.8	10.6
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	88	88	88	88	88	88
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	1,934	72.9	61.1	255.4	18.9	9.4
		標本数	377	377	377	377	377	377
平成 28年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	1,966	74.5	51.1	287.1	16.8	10.4
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	132	132	132	132	132	132
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	1,910	70.7	54.1	267.9	15.9	9.8
		標本数	360	360	360	360	360	360
平成 22年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	1,715	65.1	43.4	252.2	16.2	9.9
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	113	113	113	113	113	113
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	1,901	69.5	49.9	276.6	15.2	10.0
		標本数	404	404	404	404	404	404
令和5年 (全国・20歳以上)		平均値	1,893	71.3	61.0	246.0	18.2	9.8
		標本数	4,472	4,472	4,472	4,472	4,472	4,472

食品群		いも類 (g)	砂糖甘味料 (g)	野菜類 (g)	果実類 (g)	油脂類 (g)	菓子類 (g)	嗜好飲料類 (g)	(うちアルコール)	
令和 6年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	44.4	7.0	336.3	116.2	9.1	21.7	735.7	96.7
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	88	88	88	88	88	88	88	88
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	47.4	8.5	292.3	116.0	11.6	34.9	819.1	108.7
		標本数	377	377	377	377	377	377	377	377
平成 28年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	73.1	8.5	334.2	188.3	10.0	27.0	810.0	83.2
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	82	82	82	82	82	82	82	82
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	63.5	8.3	323.5	148.7	9.6	27.0	808.4	108.4
		標本数	410	410	410	410	410	410	410	410
平成 22年	糖尿病が強く疑われる人	平均値	64.4	7.5	293.9	137.0	7.4	16.5	835.3	78.8
	糖尿病の可能性を否定できない人	標本数	113	113	113	113	113	113	113	113
	今回の調査で正常範囲の人	平均値	67.3	8.5	285.5	128.6	9.1	31.9	803.9	86.8
		標本数	404	404	404	404	404	404	404	404
令和5年 (全国・20歳以上)		平均値	47.9	6.5	256.0	92.9	12.2	24.1	653.2	112.1
		標本数	5,305	5,305	4,472	4,472	4,472	4,472	4,472	4,472

XII 歯の健康に関すること

咀嚼の状況については 図 2-12-1 のとおりであり、年齢階級が上がるにつれて、「何でもかんで食べることができる」と感じる人の割合が少なくなっていた。

図 2-12-1 咀嚼の状況（年齢階級別）

