

Ⅱ 栄養摂取状況調査（生活習慣実態調査）

1 調査の目的

本調査は、県民の栄養摂取状況の把握及び市町村ごとの地域差を明らかにし、食習慣と生活習慣の相互関係の要因分析を行うとともに、県民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ることを目的とする。

2 調査内容

(1) 簡易型自記式食事歴法質問票

(BDHQ : brief-type self- administered diet history questionnaire 以下 BDHQ という)

- ・性別、生年月日、身長、体重、妊娠授乳の有無
- ・過去1か月の乳類、肉類、野菜、果物、菓子類、麺類、飲み物等の食物摂取頻度、平均的な1日のご飯と味噌汁の摂取量等

(2) 生活習慣実態調査

「Ⅰ 生活習慣実態調査」の調査内容と同じ

3 調査設計

(1) 調査対象及び抽出方法

1市町村あたり270人（ただし、人口規模の小さい姫島村については、251人）を対象とし、県が選定する5小学校区について、下記セットに従い対象者を層化無作為に抽出した。

なお、働き盛り世代の健康づくり施策の推進のため、対象年齢は20歳～64歳とし、上記対象者には、生活習慣病実態調査を併せて実施した。

（県が選定する5小学校区については、市町村ごとに、可能な限り小学校区別人口に比例させ抽出した。）

調査セット(1市町村あたり5セット抽出)

年 代 別	男 (人)	女 (人)	計 (人)
20歳～24歳	3	3	6
25歳～29歳	3	3	6
30歳～34歳	3	3	6
34歳～39歳	3	3	6
40歳～44歳	3	3	6
45歳～49歳	3	3	6
50歳～54歳	3	3	6
55歳～59歳	3	3	6
60歳～64歳	3	3	6
1セット計	27	27	54
5セット計	135	135	270

※対象者は抽出された全ての県民とした。ただし、以下の者は調査対象者から除外した。

- ・出張などで自宅を離れている期間が長期におよぶ人
- ・病院、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、社会福祉施設に入院・入所し住民登録の場所を移している人
- ・国籍が外国である人

(2) 調査方法

郵送による配布・回収を行い、回答のなかった者に対しては、後日、調査員が訪問し回収した。

(3) 分析方法

分析は、別府大学食物栄養科学部食物栄養学科の協力を得て実施した。

栄養摂取状況調査の集計の際には、BDHQ 結果が 600kcal 未満と 4,000kcal 以上の者を除外した。食物の摂取および主な栄養素の集計に関しては、性・年齢階級別に（平均値および標準誤差にて）算出を行った。

また、栄養摂取状況調査を実施した者を対象として生活習慣実態調査とのクロス集計を実施した。分析は群間比較について、年齢調整を行い分析したものについては、割合に関する項目は Cochran-Mantel-Haenszel 検定、平均値に関する項目は共分散分析を行った。また栄養摂取状況調査集計の際に使用した BMI の数値は BDHQ のデータを用いた。

さらに、食物の摂取および主な栄養素に関しては、市町村別に集計を実施した。市町村間の比較では各項目ごとに、平均摂取量順に 6 グループに分け多群間比較(Steel-Dwass 検定)を実施した。

全て有意水準 5%未満で有意差ありとし、表に★印を記載した。

(4) 調査期間

平成 28 年 6 月～7 月（2 か月間）

4 調査回収結果

①BDHQ 80.9% ②生活習慣実態調査票 83.3%

図表 129 市町村別の回収状況

市町村名	対象人数 (人) ※	回収数 (枚)		回収率 (%)	
		栄養	生活	栄養	生活
大分市	254	212	216	83.5	85.0
別府市	253	187	181	73.9	71.5
中津市	258	185	193	71.7	74.8
日田市	253	195	200	77.1	79.1
佐伯市	247	200	206	81.0	83.4
臼杵市	258	195	201	75.6	77.9
津久見市	261	223	232	85.4	88.9
竹田市	259	215	218	83.0	84.2
豊後高田市	261	194	217	74.3	83.1
杵築市	252	214	221	84.9	87.7
宇佐市	248	197	204	79.4	82.3
豊後大野市	262	227	230	86.6	87.8
由布市	262	210	219	80.2	83.6
国東市	248	219	217	88.3	87.5
姫島村	244	233	236	95.5	96.7
日出町	247	176	185	71.3	74.9
九重町	246	206	215	83.7	87.4
玖珠町	246	199	205	80.9	83.3
市町村不明	-	-	2	-	-
大分県	4,559	3,687	3,798	80.9	83.3

※対象人数は、抽出した対象者から対象外を除いた人数

図表 130 分析対象者の状況(性・年齢階級別)

年代	男性(人)		女性(人)		合計(人)	
	栄養	生活	栄養	生活	栄養	生活
20～29歳	305	304	341	339	646	643
30～39歳	351	348	441	438	792	786
40～49歳	404	398	449	439	853	837
50～59歳	405	396	460	455	865	851
60～64歳	223	219	254	252	477	471
総数	1,688	1,665	1,945	1,923	3,633	3,588

5 報告書の見方（利用上の注意点）

本調査における栄養摂取状況調査結果は、食事歴法による結果であり、摂取量の絶対値を示すものではないことを留意する必要がある。また各栄養素および食品群別摂取量は申告誤差等を加味しエネルギー調整を行った値である。

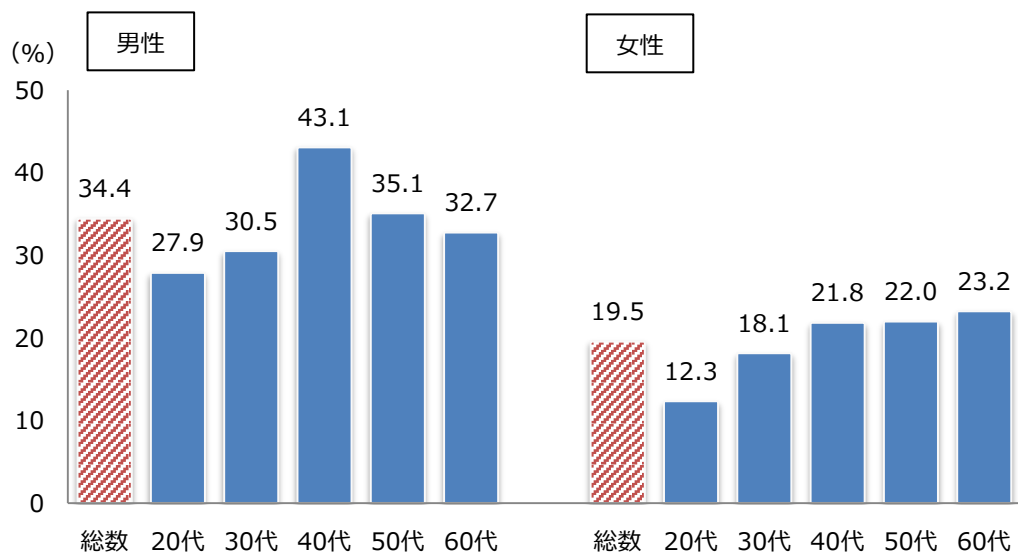
さらには調査設計自体が性別・年齢を考慮した形で実施されており、かつ同一条件での調査を実施している点から各市町村における地域課題を抽出できていると考えられる。そのため各市町村間および集団内でのランク付けという点においては非常に貴重なデータであることを理解して値を使用していただきたい。

なお、「栄養・食生活に関する状況」で示す6項目については、「日本人の食事摂取基準（2015年版）」及び健康日本 21（第2次）で生活習慣病の予防を目的として目標量が示されている項目を参考に選定した。

6 集計結果

(1) 身長・体重及びBMI（性・年齢階級別集計）

図表 131 肥満者(BMI \geq 25kg/m²)の割合



図表 132 身長・体重・BMI(性・年齢階級別)

性別	年代	身長(cm)		体重(kg)		BMI(kg/m ²)		BMI25.0以上	
		平均値	標準誤差	平均値	標準誤差	平均値	標準誤差	人数(人)	割合(%)
男性	20~29歳	171.4	0.3	68.7	0.7	23.3	0.2	85	27.9
	30~39歳	170.6	0.3	70.0	0.8	24.0	0.2	107	30.5
	40~49歳	170.5	0.3	72.2	0.6	24.8	0.2	174	43.1
	50~59歳	169.2	0.3	68.9	0.5	24.0	0.2	142	35.1
	60~64歳	168.0	0.4	67.3	0.7	23.8	0.2	73	32.7
	総数	170.1	0.1	69.7	0.3	24.1	0.1	581	34.4
女性	20~29歳	157.1	0.3	53.1	0.5	21.5	0.2	42	12.3
	30~39歳	157.8	0.3	55.0	0.5	22.1	0.2	80	18.1
	40~49歳	157.5	0.3	55.5	0.5	22.4	0.2	98	21.8
	50~59歳	156.5	0.3	56.0	0.5	22.9	0.2	101	22.0
	60~64歳	154.0	0.3	54.0	0.5	22.8	0.2	59	23.2
	総数	156.8	0.1	54.9	0.2	22.3	0.1	380	19.5

(2) 栄養・食生活に関する状況

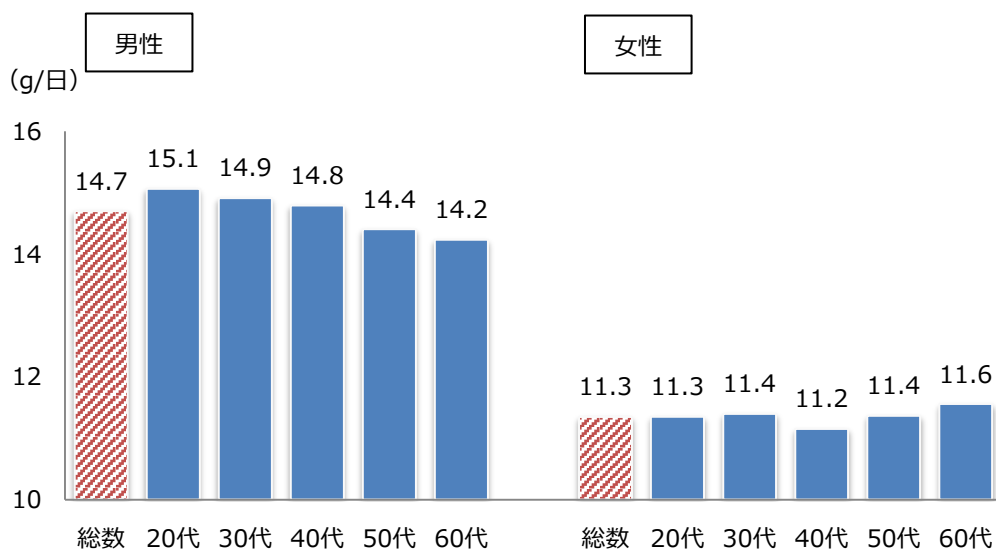
①食塩

【県の状況】

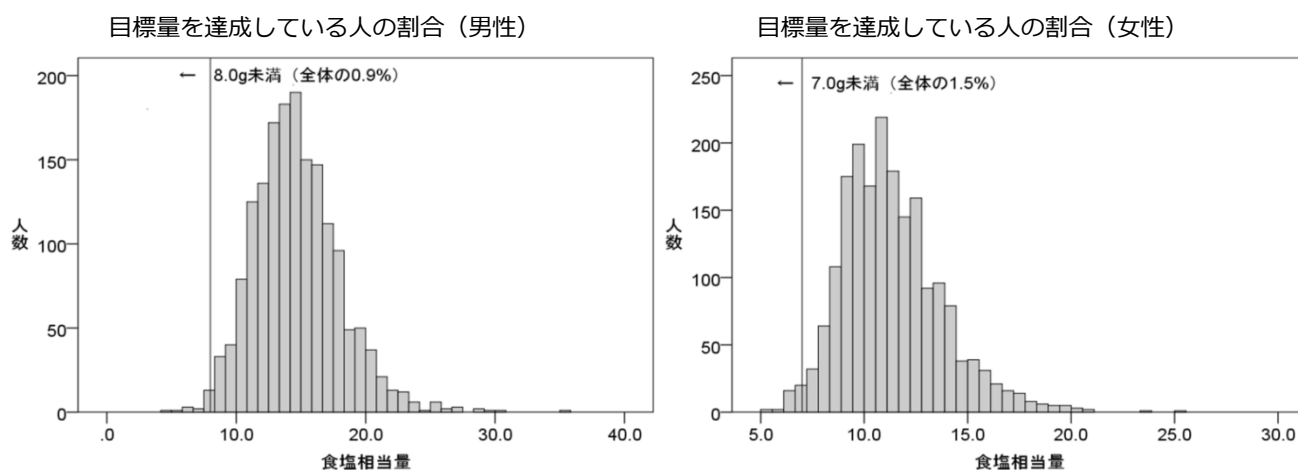
成人 1 人 1 日あたりの食塩摂取量は、男性 14.7g、女性 11.3g。年代別では、男性が、若い年代ほど高いのに対し、女性は、おおむね横ばいとなっている。

また、食塩摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性 0.9%、女性 1.5%。

図表 133 食塩摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 134 食塩の習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：「日本人の食事摂取基準（2015年版）」

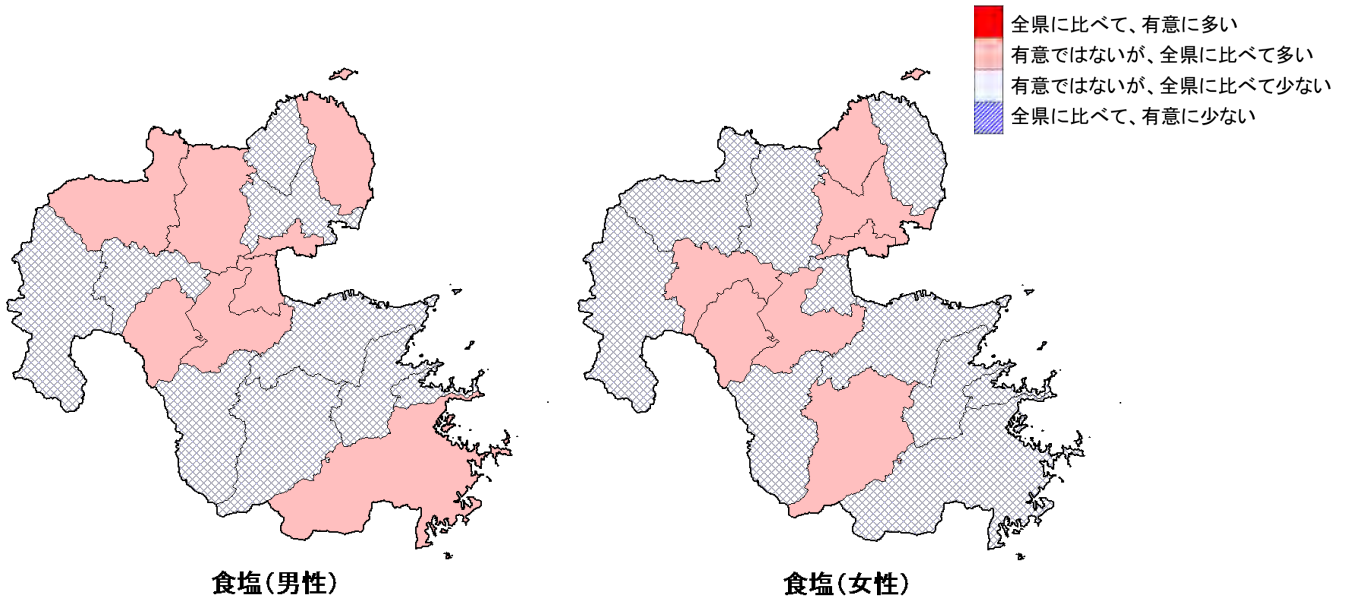
WHOのガイドライン（2013）の目標値と国民健康・栄養調査結果（2010、2011）から設定されている。高血圧の発症予防並びに治療において目標量に近づけることが望ましい。

【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、女性は、AグループとE・Fグループ及びBグループとE・Fグループの間に有意な差が見られた。

図表 135 食塩摂取量(g)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
日出町	15.4	104.8	A		九重町	11.9	104.8	A	E,F
宇佐市	15.1	102.5			豊後大野市	11.7	103.3		
九重町	15.1	102.4			豊後高田市	11.7	103.0		
佐伯市	15.0	102.1	B		姫島村	11.6	102.6	B	E,F
姫島村	15.0	102.1			日出町	11.6	102.1		
別府市	15.0	102.0			杵築市	11.6	102.1		
中津市	14.8	100.5	C		由布市	11.5	101.6	C	
国東市	14.7	100.3			玖珠町	11.4	100.9		
由布市	14.7	100.0			宇佐市	11.3	99.7		
豊後高田市	14.7	99.7	D		別府市	11.3	99.5	D	
臼杵市	14.6	99.3			中津市	11.2	99.0		
豊後大野市	14.6	99.2			佐伯市	11.2	98.9		
竹田市	14.5	98.9	E		臼杵市	11.1	98.3	E	
大分市	14.4	98.2			津久見市	11.1	98.2		
津久見市	14.4	98.1			大分市	11.1	97.6		
玖珠町	14.3	97.0	F		国東市	11.1	97.5	F	
日田市	14.2	96.5			日田市	11.0	96.6		
杵築市	14.2	96.4			竹田市	10.8	94.8		
大分県	14.7	100.0			大分県	11.3	100.0		

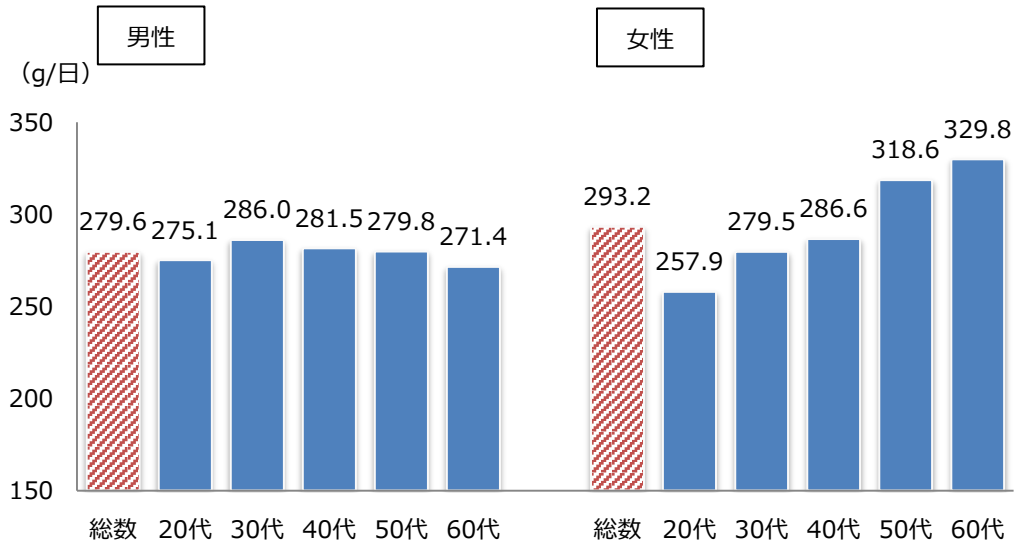


②野菜

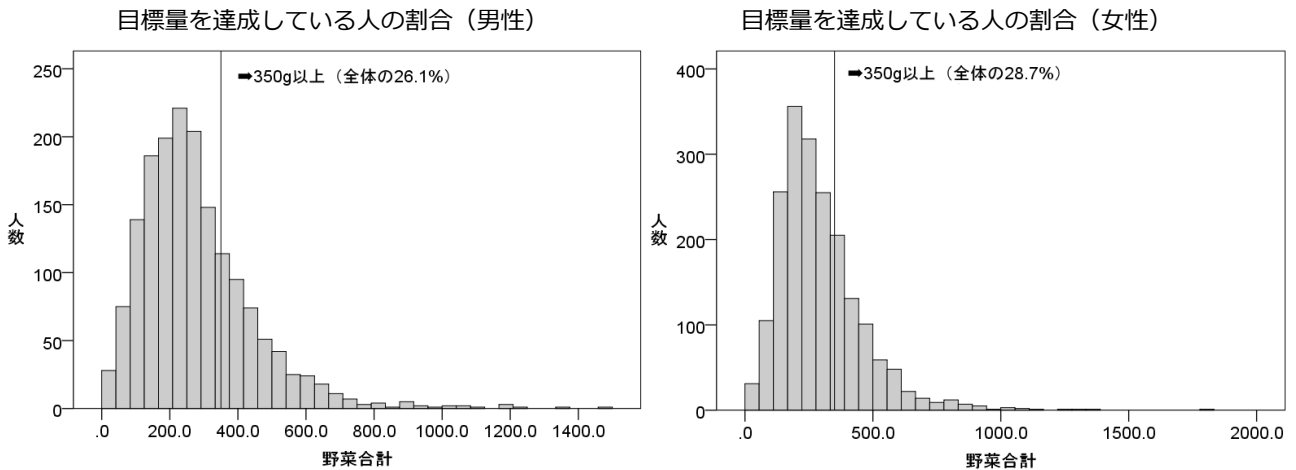
【県の状況】

成人 1 人 1 日あたりの野菜摂取量は、男性 279.6g、女性 293.2g。年代別では、男性が、ほぼ横ばいであるのに対し、女性は、年代が上がるごとに摂取量が増加している。また、野菜摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性 26.1%、女性 28.7%。

図表 136 野菜摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 137 野菜の習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：健康日本21（第2次）

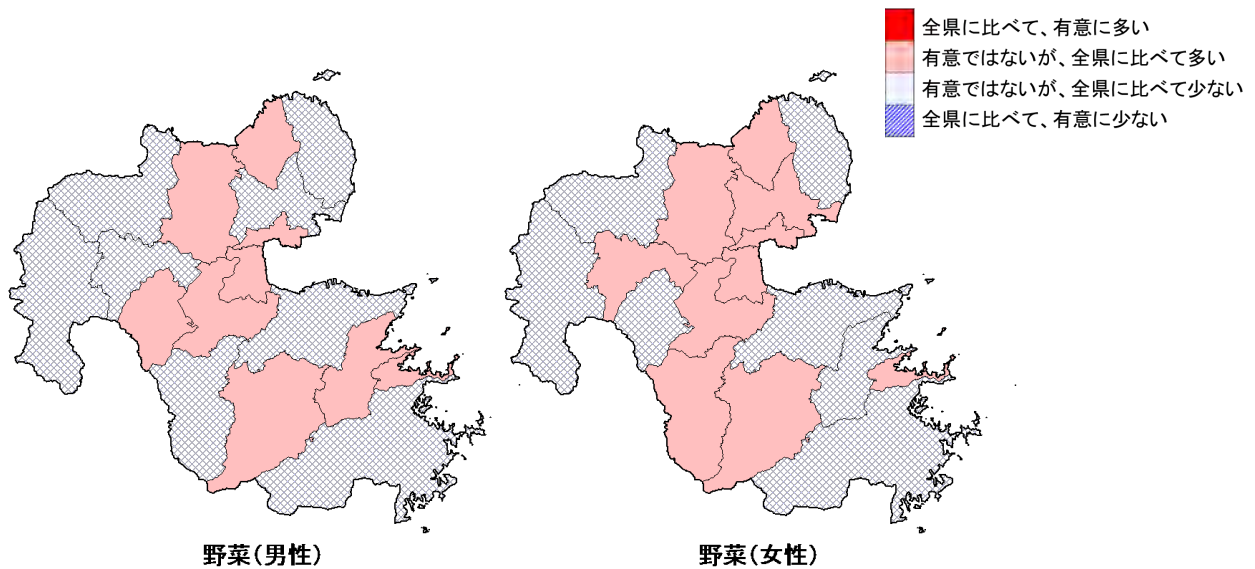
カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取が期待されている量として設定されている。

【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、男性は、AグループとE・Fグループの間に有意な差が見られた。また、女性では、AグループとFグループの間に有意な差が見られた。

図表 138 野菜摂取量(g)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
別府市	324.2	116.0	A	E,F	竹田市	318.7	108.7	A	F
宇佐市	309.1	110.6			宇佐市	316.6	108.0		
津久見市	307.9	110.1			玖珠町	314.7	107.3		
九重町	296.0	105.9	B		豊後大野市	303.8	103.6	B	
臼杵市	289.6	103.6			杵築市	302.6	103.2		
日出町	286.8	102.6			津久見市	302.3	103.1		
豊後高田市	286.3	102.4	C		別府市	301.0	102.7	C	
由布市	285.1	102.0			豊後高田市	300.2	102.4		
豊後大野市	281.9	100.8			由布市	298.5	101.8		
大分市	279.1	99.8	D		日出町	294.8	100.6	D	
中津市	270.7	96.8			九重町	291.2	99.3		
日田市	269.9	96.5			大分市	289.2	98.7		
佐伯市	269.5	96.4	E		臼杵市	287.7	98.1	E	
竹田市	269.0	96.2			佐伯市	285.1	97.2		
杵築市	267.8	95.8			国東市	281.7	96.1		
姫島村	254.4	91.0	F		中津市	277.2	94.6	F	
国東市	247.7	88.6			姫島村	263.0	89.7		
玖珠町	247.1	88.4			日田市	249.8	85.2		
大分県	279.6	100.0			大分県	293.2	100.0		

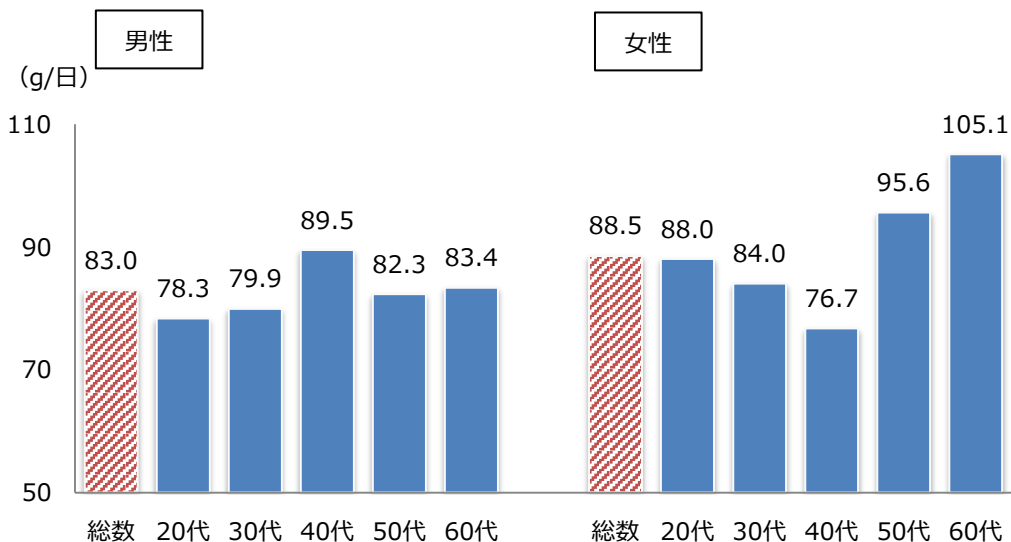


③果物

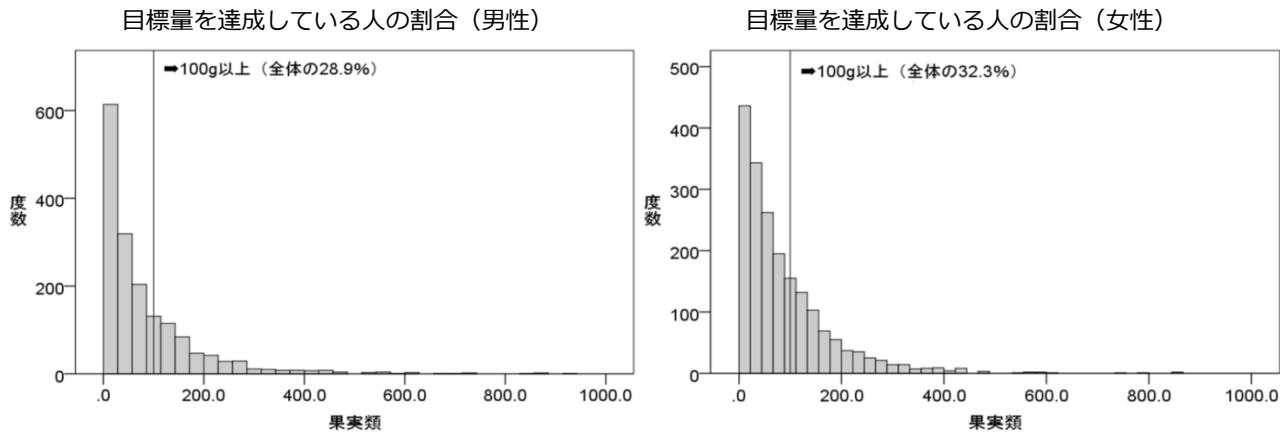
【県の状況】

成人1人1日あたりの果物摂取量は、男性83.0g、女性88.5g。年代別では、男性は、40歳代が高いのに対し、女性は、40歳代が低く、50歳代から平均を超えて増加している。また、果物摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性28.9%、女性32.3%。

図表 139 果物摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 140 果物の習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：健康日本2 1（第2次）

摂取量が少ない場合、がんのリスクが上がるとされているが、摂取量が多いほどリスクが低下するものでもないため、摂取量の平均値の増加を目標とせず、100g未満の割合を減少させることを目標としている。

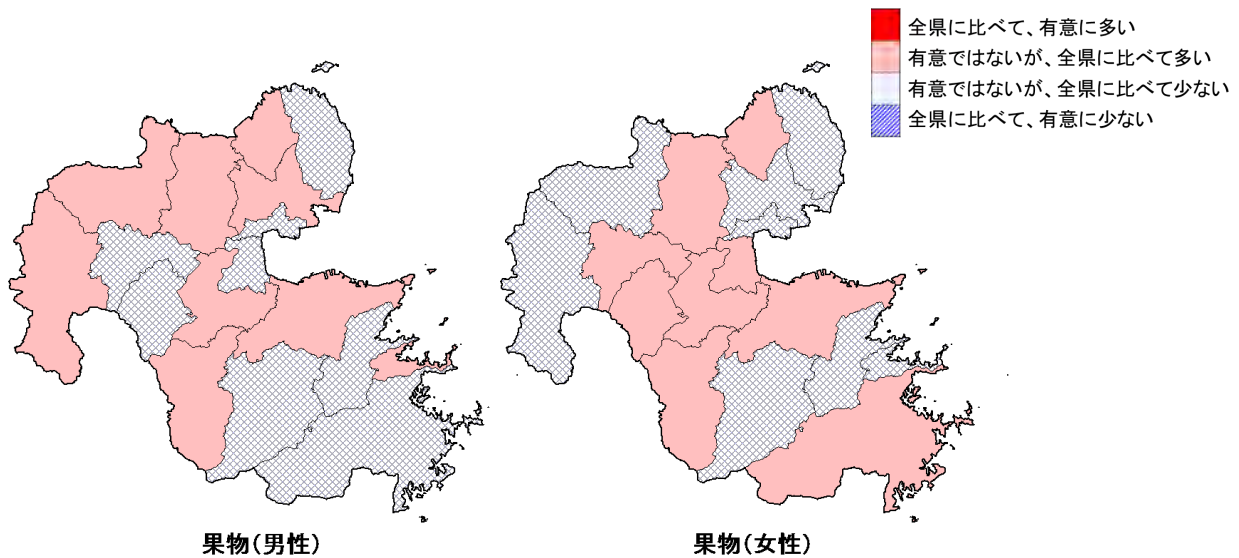
【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、男性は、AグループとE・Fグループに有意な差が見られた。

また、女性では、AグループとE・Fグループ、BグループとFグループ及びCグループとFグループの間に有意な差が見られた。

図表 141 果物摂取量(g)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
杵築市	101.8	122.7	A	E,F	竹田市	117.8	133.1	A	E,F
日田市	97.1	117.0			宇佐市	102.2	115.5		
由布市	95.4	115.1			豊後高田市	96.9	109.5		
宇佐市	93.9	113.2	B		由布市	94.4	106.7	B	F
中津市	92.8	111.9			国東市	94.4	106.6		
大分市	91.3	110.1			佐伯市	94.1	106.3		
豊後高田市	88.1	106.2	C		大分市	93.8	105.9	C	F
津久見市	85.4	103.0			玖珠町	91.0	102.8		
竹田市	85.1	102.6			九重町	89.8	101.5		
日出町	81.5	98.3	D		中津市	87.6	98.9	D	
九重町	80.5	97.1			別府市	87.4	98.7		
国東市	79.7	96.1			杵築市	86.5	97.8		
佐伯市	79.4	95.7	E		豊後大野市	85.0	96.0	E	
別府市	77.1	92.9			日出町	82.4	93.1		
豊後大野市	74.6	89.9			津久見市	79.3	89.6		
臼杵市	73.9	89.0	F		日田市	74.6	84.3	F	
姫島村	62.2	75.0			臼杵市	74.6	84.2		
玖珠町	56.5	68.1			姫島村	61.7	69.7		
大分県	83.0	100.0			大分県	88.5	100.0		

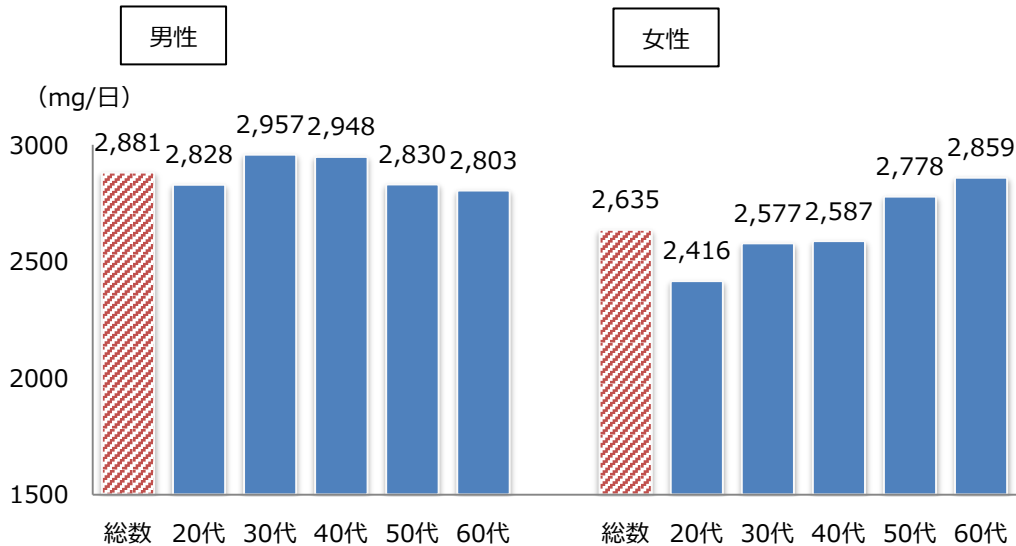


④カリウム

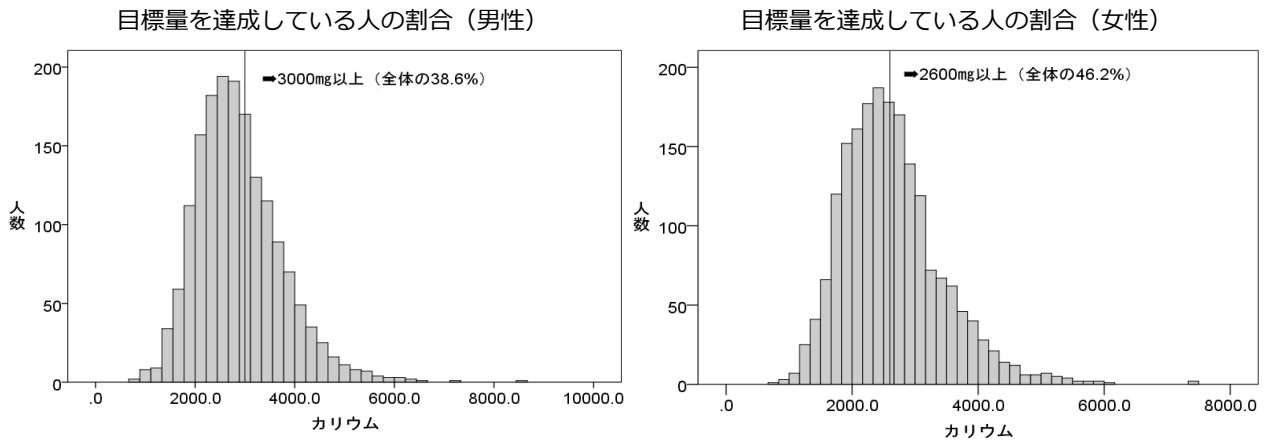
【県の状況】

成人 1 人 1 日あたりのカリウム摂取量は、男性 2,881mg、女性 2,635mg。年代別では、男性が、ほぼ横ばいであるのに対し、女性では、年齢が上がるごとに高くなっている。また、カリウム摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性 38.6%、女性 46.2%。

図表 142 カリウム摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 143 カリウムの習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：「日本人の食事摂取基準（2015年版）」

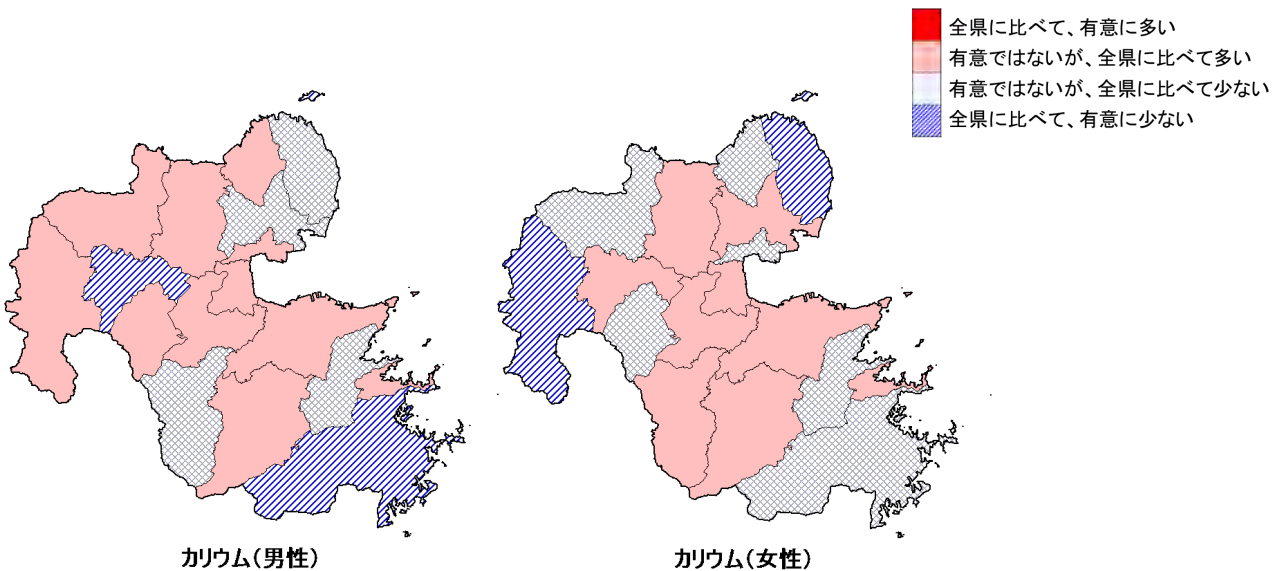
WHOのガイドライン（2012）における高血圧予防のための望ましい摂取量を根拠に設定されている。

【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、男女とも、AグループとFグループ、BグループとFグループ及びFグループと県平均の間に有意な差が見られた。なお、男性のみCグループとFグループの間に有意な差が見られた。

図表 144 カリウム摂取量(mg)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
別府市	3,124.4	108.5	A	F	竹田市	2,782.6	105.6	A	F
日出町	3,062.7	106.3			玖珠町	2,761.5	104.8		
津久見市	2,963.1	102.9			宇佐市	2,740.5	104.0		
宇佐市	2,961.6	102.8	B	F	由布市	2,708.8	102.8	B	F
豊後高田市	2,960.1	102.7			津久見市	2,683.6	101.8		
九重町	2,937.4	102.0			杵築市	2,675.1	101.5		
由布市	2,928.7	101.7	C	F	別府市	2,650.3	100.6	C	
日田市	2,925.7	101.6			大分市	2,646.4	100.4		
大分市	2,911.3	101.1			豊後大野市	2,645.0	100.4		
豊後大野市	2,908.3	100.9	D		佐伯市	2,633.6	99.9	D	
中津市	2,903.1	100.8			豊後高田市	2,631.9	99.9		
臼杵市	2,830.6	98.3			九重町	2,622.6	99.5		
杵築市	2,829.1	98.2	E		日出町	2,614.0	99.2	E	
竹田市	2,820.0	97.9			臼杵市	2,594.4	98.5		
国東市	2,772.4	96.2			中津市	2,585.3	98.1		
佐伯市	2,766.7	96.0	F	県	国東市	2,552.4	96.9	F	県
玖珠町	2,701.8	93.8			姫島村	2,482.9	94.2		
姫島村	2,657.3	92.2			日田市	2,422.9	91.9		
大分県	2,880.9	100.0			大分県	2,635.2	100.0		

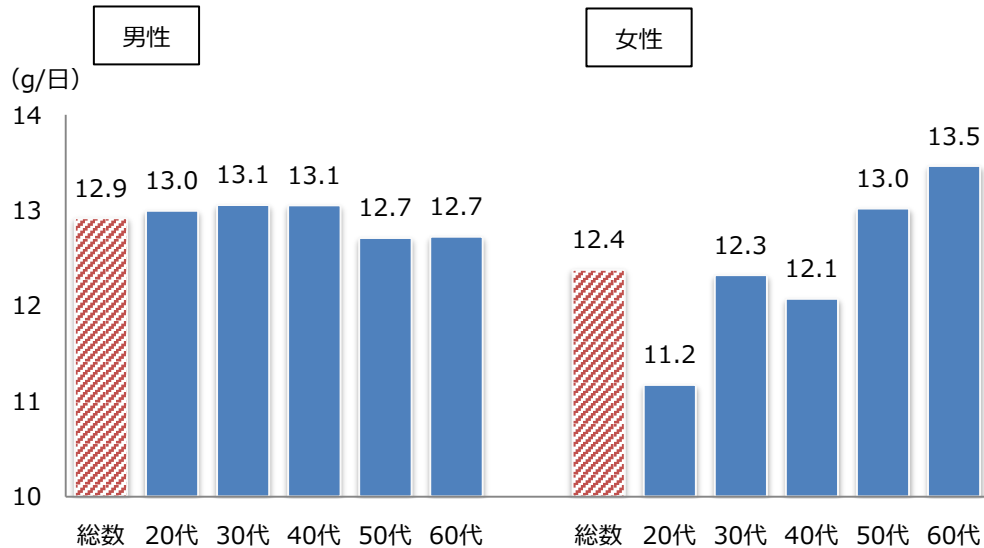


⑤食物繊維

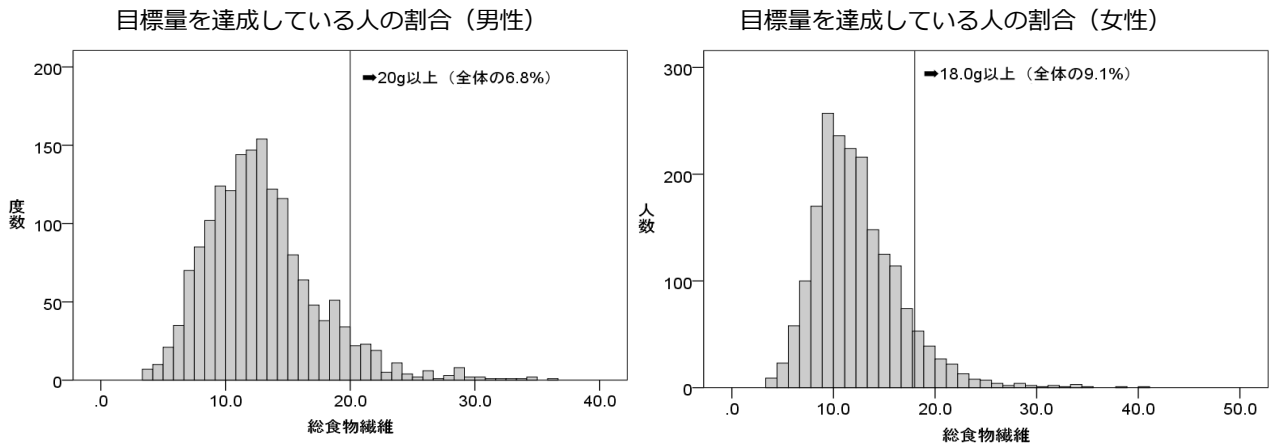
【県の状況】

成人 1 人 1 日あたりの食物繊維摂取量は、男性 12.9g、女性 12.4g。年代別では、男性が、ほぼ横ばいであるのに対し、女性では、年齢が上がるごとに摂取量がおおむね増加している。また、食物繊維摂取量が目標量を達成している人の割合は、男性 6.8%、女性 9.1%。

図表 145 食物繊維摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 146 食物繊維の習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：「日本人の食事摂取基準（2015年版）」

食物繊維摂取量と生活習慣病（心筋梗塞や脳卒中、循環器疾患、糖尿病等）の発症予防において関連が見られる。なお、目標量は、心筋梗塞の死亡率低下における望ましい摂取量と国民健康・栄養調査結果（2010、2011）から設定されている。

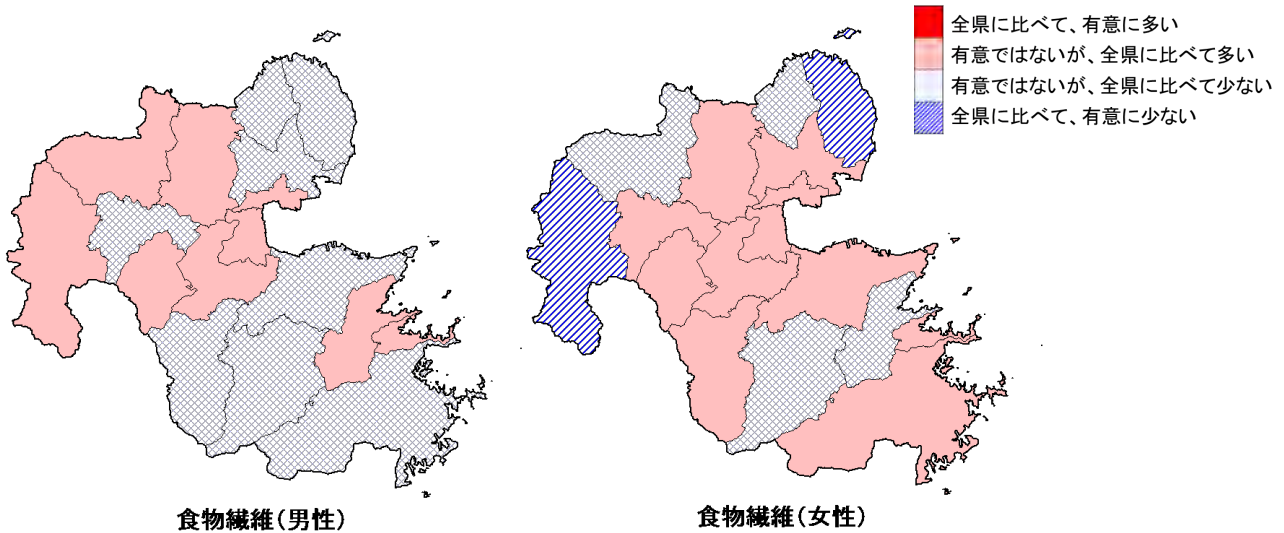
【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、男性は、AグループとE・Fグループに有意な差が見られた。

また、女性では、AグループとFグループ、BグループとFグループ、CグループとFグループ及びFグループと県平均の間に有意な差が見られた。

図表 147 総食物繊維摂取量(g)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
別府市	14.1	109.4	A	E,F	竹田市	13.1	105.7	A	F
宇佐市	14.0	108.1			玖珠町	13.0	104.8		
日出町	13.6	105.1			津久見市	12.8	103.4		
津久見市	13.5	104.5	B		由布市	12.7	102.5	B	F
中津市	13.1	101.7			宇佐市	12.7	102.3		
日田市	13.1	101.6			九重町	12.6	101.5		
由布市	13.1	101.3	C		杵築市	12.5	101.2	C	F
九重町	13.0	100.9			日出町	12.5	101.1		
臼杵市	13.0	100.5			佐伯市	12.4	100.4		
佐伯市	12.9	99.9	D		別府市	12.4	100.3	D	
竹田市	12.9	99.5			大分市	12.4	100.3		
豊後高田市	12.6	97.9			豊後大野市	12.3	99.7		
大分市	12.6	97.7	E		豊後高田市	12.3	99.5	E	
豊後大野市	12.6	97.6			臼杵市	12.2	98.7		
杵築市	12.6	97.5			中津市	12.2	98.6		
国東市	12.3	94.9	F		国東市	11.8	95.7	F	県
姫島村	12.0	93.2			日田市	11.5	92.6		
玖珠町	11.9	92.1			姫島村	11.4	91.8		
大分県	12.9	100.0			大分県	12.4	100.0		

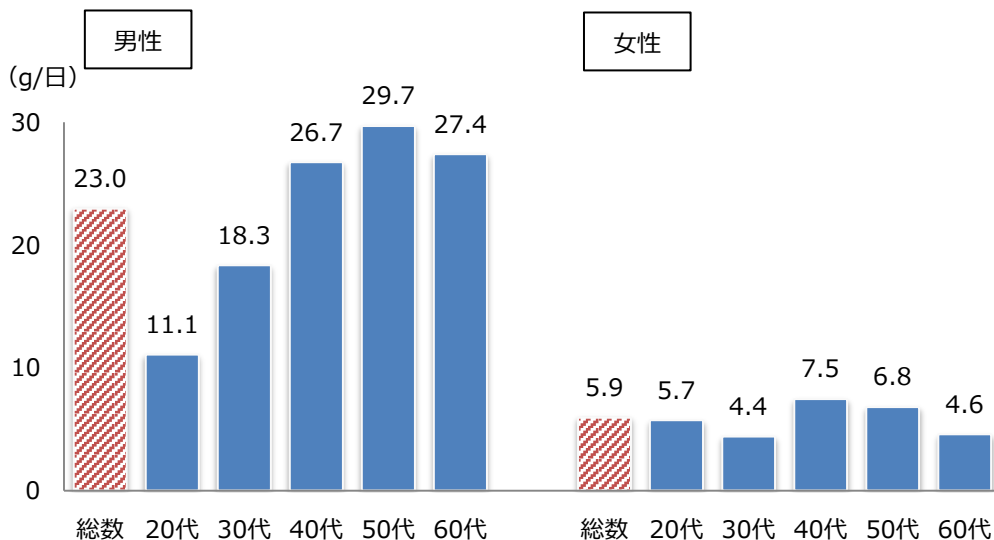


⑥アルコール

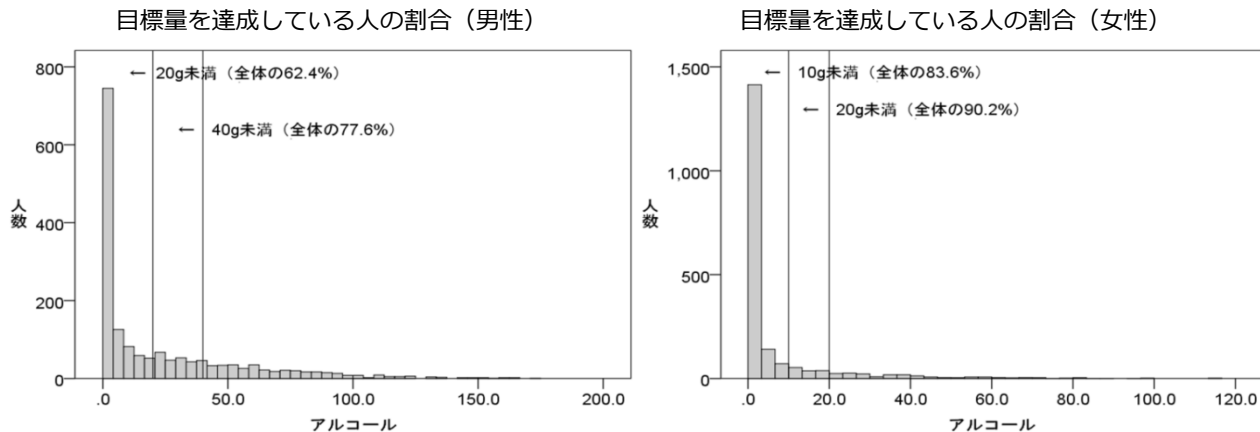
【県の状況】

成人1人1日あたりの純アルコール摂取量は、男性23.0g、女性5.9g。年代別では、男性は、50歳代、女性は40歳代で摂取量が高くなっている。また、純アルコール摂取量が目標量（男性20g、女性10g）を達成している人の割合は、男性62.4%、女性83.6%。

図表 148 純アルコール摂取量の平均値(性・年齢階級別)



図表 149 純アルコールの習慣的摂取量の分布



※目標量の根拠：特定健診・保健指導及び健康日本2 1

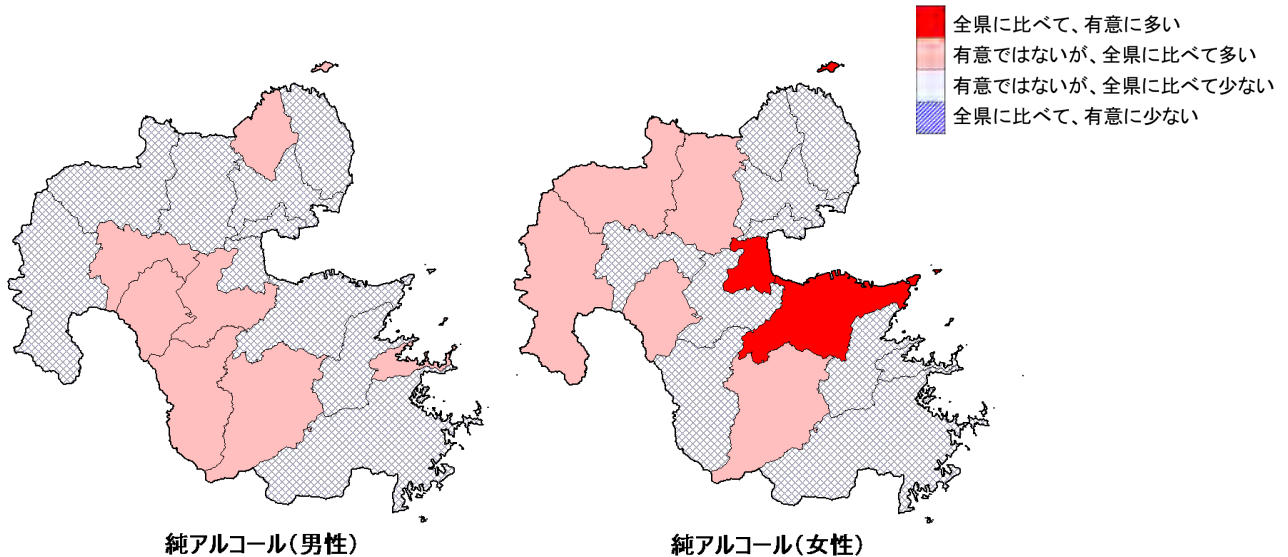
「節度ある適度な飲酒」として1日平均純アルコールとして20g程度が適当であるとしており、女性の方が短期間で肝障害を発症することから、健康日本2 1でも「女性は男性よりも少ない量が適当である」と記載されている。

【市町村の状況】

高い方から低い方に6区分に分けた多群間比較において、男性は、AグループとE・Fグループの間に有意な差が見られた。また、女性では、AグループとB・C・D・E・Fグループ及び県平均の間に有意な差が見られた。

図表 150 純アルコール摂取量(g)の地域間比較

男性					女性				
地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ	地域名	平均値	県平均を100とした時の値	グループ	有意差がみられたグループ
姫島村	28.4	123.6	A	E,F	別府市	11.6	196.5	A	B,C,D,E,F,県
由布市	28.1	122.3			姫島村	8.9	150.2		
玖珠町	27.5	119.9			大分市	7.9	134.0		
豊後高田市	25.8	112.3	B		九重町	7.9	133.0	B	
豊後大野市	25.6	111.5			日田市	6.5	110.4		
九重町	25.4	110.5			宇佐市	6.2	105.4		
竹田市	25.3	110.1	C		中津市	6.1	103.2	C	
津久見市	23.5	102.4			豊後大野市	6.0	101.8		
杵築市	22.5	98.2			日出町	5.1	86.4		
佐伯市	22.2	96.9	D		国東市	5.1	85.7	D	
中津市	20.6	89.9			佐伯市	5.0	84.5		
大分市	20.6	89.9			竹田市	5.0	83.9		
宇佐市	20.3	88.4	E		玖珠町	4.8	80.6	E	
臼杵市	20.3	88.3			臼杵市	4.6	78.4		
別府市	19.7	86.1			杵築市	4.6	77.6		
日田市	18.6	80.9	F		津久見市	4.2	71.3	F	
国東市	18.1	79.1			由布市	3.9	65.6		
日出町	17.8	77.6			豊後高田市	3.5	59.6		
大分県	23.0	100.0			大分県	5.9	100.0		



(3) 食習慣と生活習慣のクロス集計結果

①生活習慣病（肥満）

体格指数（BMI25.0未満、BMI25.0以上）に生活習慣等（就寝2時間前の食事、食べる速さ、食習慣の変化、健康状態、栄養表示を参考にしているか、外食・中食の利用頻度）の状況を比較した結果は以下のとおり。

- ・食べる速さが「速い」人は、男女とも肥満者の割合が有意に高い。
- ・健康状態が「よくない」女性は、肥満者の割合が有意に高い。
- ・栄養成分の表示を「参考にする」男性は、肥満者の割合が有意に高い。
- ・外食・中食の利用頻度が「週3日以上」の男性は、肥満者の割合が有意に高い。

図表 151 体格指数と生活習慣等に関する状況

			BMI25.0未満		BMI25.0以上	
			人数	割合	人数	割合
就寝2時間前の食事	男性	とる	384	65.9%	199	34.1%
		とらない	706	65.9%	365	34.1%
	女性	とる	295	77.6%	85	22.4%
		とらない	1239	81.1%	288	18.9%
食事を食べる速さ	男性★	速い	472	58.9%	330	41.1%
		普通以下	619	72.6%	234	27.4%
	女性★	速い	462	73.1%	170	26.9%
		普通以下	1077	84.1%	203	15.9%
ここ数年で食生活を変えましたか	男性	1年以上前から	165	68.2%	77	31.8%
		1年未満および変えていない	926	65.5%	487	34.5%
	女性	1年以上前から	224	78.9%	60	21.1%
		1年未満および変えていない	1314	80.8%	313	19.2%
健康状態	男性	よい	457	67.8%	217	32.2%
		よくはない	633	64.8%	344	35.2%
	女性★	よい	653	84.0%	124	16.0%
		よくはない	884	78.2%	247	21.8%
表示を参考にしているか	男性★	している	263	61.2%	167	38.8%
		していない	827	67.6%	396	32.4%
	女性	している	798	79.2%	210	20.8%
		していない	736	82.1%	161	17.9%
外食・中食の利用頻度	男性★	週3日以上	225	60.0%	150	40.0%
		週2日以下	865	67.3%	420	32.7%
	女性	週3日以上	150	76.9%	45	23.1%
		週2日以下	1395	80.9%	329	19.1%

②栄養・食生活

食習慣と食品摂取状況を比較した結果は以下のとおり。

- ・就寝前2時間以内に夕食を「とる」女性は「とらない」女性に比べ野菜摂取量が有意に少ない。
- ・外食・中食の利用頻度が「週3日以上」と「週2日以下」では、男女とも利用頻度が多いほど野菜の摂取量が有意に少なく、果物の摂取量は有意に多い。
- ・朝食の摂取頻度が「週4日以上」と「週3日以下」では、男女とも摂取頻度が高いほど食塩摂取量が有意に少なく、野菜摂取量は有意に多い。

図表 152 夕食時間と食品等に関する状況

		夕食時間（就寝前2時間以内の食事）					
		とる			とらない		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
食塩	男性	583	14.6	0.1	1,071	14.7	0.1
	女性	380	11.3	0.1	1,572	11.4	0.1
野菜	男性	583	269.0	7.0	1,071	285.1	5.2
	女性★	380	268.4	8.3	1,572	300.0	4.2
果物	男性	583	85.8	4.4	1,071	81.7	3.3
	女性	380	86	4.8	1,572	89.3	2.4

図表 153 外食・中食との利用頻度と食品等に関する状況

		外食・中食の利用頻度					
		週3日以上			週2日以下		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
食塩	男性	375	14.7	0.2	1,285	14.7	0.1
	女性	195	11.0	0.2	1,724	11.4	0.1
野菜	男性★	375	244.8	8.7	1,285	289.8	4.7
	女性★	195	251.6	11.7	1,724	298.5	3.9
果物	男性★	375	99.1	5.5	1,285	78.6	3.0
	女性★	195	106.7	6.7	1,724	86.6	2.2

図表 154 朝食摂取と食品等に関する状況

		朝食の摂取頻度					
		週4日以上			週3日以下		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
食塩	男性★	1,057	14.6	0.1	605	14.9	0.1
	女性★	1,448	11.2	0.1	475	11.8	0.1
野菜	男性★	1,057	294.6	5.2	605	253.2	6.9
	女性★	1,148	301.3	4.3	475	270.4	7.5
果物	男性	1,057	84.0	3.3	605	82.0	4.4
	女性	1,148	89.2	2.4	475	87.1	4.3

③身体活動・運動

運動習慣と体格指数及び食品摂取状況を比較した結果は以下のとおり。

- ・定期的な運動をしている女性はしていない女性に比べBMIが有意に低い。
- ・定期的な運動をしている女性はしていない女性に比べ野菜摂取量が有意に多い。
- ・定期的な運動をしている男性はしていない男性に比べ食塩摂取量が有意に少ない。
- ・スポーツ・趣味・娯楽活動への参加をしている女性はしていない女性に比べBMIが有意に低い。
- ・スポーツ・趣味・娯楽活動への参加をしている女性はしていない女性に比べ野菜摂取量が有意に多い。
- ・スポーツ・趣味・娯楽活動への参加をしている男性はしていない男性に比べ食塩摂取量が有意に少ない。
- ・歩行速度が同じ年齢・同性と比べて速い人は、男女ともBMIが有意に低い。

図表 155 定期的な運動と体格及び食品等に関する状況

		定期的な運動					
		している			していない		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
BMI	男性	533	23.8	0.2	1,121	24.2	0.1
	女性★	451	22.0	0.2	1,459	22.4	0.1
野菜	男性	533	310.8	7.3	1,121	264.6	5.0
	女性★	451	330.4	7.7	1,459	282.9	4.3
食塩	男性★	533	14.5	0.1	1,121	14.8	0.1
	女性	451	11.4	0.1	1,459	11.3	0.1

図表 156 スポーツ等への参加と体格指数及び食品等に関する状況

		スポーツ・趣味・娯楽活動への参加					
		している			していない		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
BMI	男性	603	24.1	0.2	1,047	24.1	0.1
	女性★	553	21.9	0.2	1,339	22.5	0.1
野菜	男性	603	297	6.9	1,047	269.9	5.2
	女性★	553	322.3	6.9	1,339	282.1	4.4
食塩	男性★	603	14.6	0.1	1,047	14.8	0.1
	女性	553	11.2	0.1	1,339	11.4	0.1

図表 157 歩行速度と体格指数に関する状況

		同じ年齢・同性と比べて歩行スピードが速いか					
		はい			いいえ		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
BMI	男性★	883	23.7	0.1	776	24.4	0.1
	女性★	879	21.9	0.1	1,033	22.7	0.1

④休養・こころの健康

地域活動への参加と食品摂取状況を比較した結果は以下のとおり。

- ・平均的な睡眠時間が6時間以上の女性は、6時間未満の女性に比べ、朝食摂取頻度の割合が有意に高い。
- ・睡眠によって休養が充分にとれている人は、男女とも朝食摂取頻度の割合が有意に高い。
- ・地縁的な活動及びボランティア活動等へ参加している女性は、有意に野菜摂取量が多い。
- ・地縁的な活動へ参加している男性は、有意に食塩摂取量が少ない。

図表 158 睡眠時間と朝食に関する状況

			平均的な睡眠時間			
			6時間未満		6時間以上	
			人数	割合	人数	割合
朝食	男性	週4日以上	400	37.9%	655	62.1%
		週3日以下	263	43.7%	339	56.3%
	女性★	週4日以上	579	40.2%	860	59.8%
		週3日以下	231	49.1%	239	50.9%

図表 159 休養と朝食に関する状況

			睡眠によって休養が充分にとれているか			
			とれている		とれていない	
			人数	割合	人数	割合
朝食	男性★	週4日以上	824	78.1%	231	21.9%
		週3日以下	433	71.9%	169	28.1%
	女性★	週4日以上	1,092	75.9%	346	24.1%
		週3日以下	322	68.5%	148	31.5%

図表 160 各活動への参加と食品等に関する状況

		地縁的な活動への参加						ボランティア活動等への参加					
		はい			いいえ			はい			いいえ		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
野菜	男性	576	291.1	7.1	1,075	273.6	5.2	324	303.9	9.5	1,327	274.3	4.6
	女性★	594	305.7	6.8	1,303	288.8	4.5	★251	342.4	10.3	1,642	286.7	4.0
食塩	男性	★576	14.6	0.1	1,075	14.7	0.1	324	14.7	0.2	1,327	14.7	0.1
	女性	594	11.2	0.1	1,303	11.4	0.1	251	11.8	0.2	1,642	11.3	0.1

⑤ 飲酒

純アルコール摂取量と食品及び栄養摂取状況等を比較した結果は以下のとおり。

- ・純アルコール摂取量が20g未満の男性は、20g以上の男性と比べ、野菜及び果物摂取量が有意に多い。
- ・純アルコール摂取量が10g未満の女性は、10g以上の女性と比べ、果物摂取量が有意に多い。
- ・純アルコール摂取量が20g未満の男性は、20g以上の男性と比べ、たんぱく質、炭水化物、カルシウム及び鉄の摂取量が有意に多い。
- ・純アルコール摂取量が10g未満の女性は、10g以上の女性と比べ、カルシウム及び鉄の摂取量が有意に多い。

図表 161 純アルコール摂取量と食品等に関する状況

		純アルコール摂取量					
		男性 20g 女性 10g 未満			男性 20g 女性 10g 以上		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
野菜	男性★	1,039	298.8	5.3	626	248.0	6.8
	女性	1,608	298.9	4.1	315	266.8	9.2
果物	男性★	1,039	94.6	3.3	626	64.2	4.3
	女性★	1,608	92.9	2.3	315	67.5	5.2

図表 162 純アルコール摂取量と栄養素等に関する状況

		純アルコール摂取量					
		男性 20g 女性 10g 未満			男性 20g 女性 10g 以上		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
たんぱく質	男性★	1,039	92.7	0.6	626	83.5	0.8
	女性	1,608	75.1	0.4	315	69.3	0.8
炭水化物	男性★	1,039	364.8	1.7	626	307.7	2.3
	女性	1,608	271.0	1.0	315	234.6	2.1
カルシウム	男性★	1,039	667.8	7.5	626	536.3	9.7
	女性★	1,608	580.4	5.1	315	507.5	11.6
鉄	男性★	1,039	9.7	0.1	626	8.5	0.1
	女性★	1,608	8.4	0.1	315	7.6	0.1

⑥歯・口腔の健康

歯と口腔の状態と食品摂取状況及び体格指数、食べる速さを比較した結果は以下のとおり。

- ・よく噛んで食べることができると答えた人は、男女ともBMIが有意に低い。
- ・よく噛んで食べることができないと答えた人は、男女とも食事を食べる速さが速い人が有意に多い。
- ・歯の本数が24本以上の男性は、24本未満の男性と比べ、野菜摂取量が有意に多い。
- ・歯の本数が24本以上の女性は、24本未満の女性と比べ、野菜及び肉類の摂取量が有意に多い。
- ・歯の本数が24本未満の人は、24本以上の人に比べ、男女とも清涼飲料水及び砂糖・甘味料類の摂取量が有意に多い。

図表 163 摂食状況と体格指数に関する状況

		よく噛んで食べることができる					
		はい			いいえ		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
BMI	男性★	1,175	23.9	0.1	469	24.4	0.2
	女性★	1,529	22.2	0.1	367	22.7	0.2

図表 164 摂食状況と食べる速さに関する状況

		よく噛んで食べることができる				
		はい		いいえ		
		人数	割合	人数	割合	
食事を食べる速さ	男性★	速い	521	64.7%	284	35.3%
		普通以下	660	77.8%	188	22.2%
	女性★	速い	442	70.4%	186	29.6%
		普通以下	1,096	85.8%	182	14.2%

図表 165 歯の本数と食品等に関する状況

		歯の本数					
		24本未満			24本以上		
		人数	平均値	標準誤差	人数	平均値	標準誤差
野菜	男性★	276	253.4	10.3	700	289.5	6.3
	女性★	245	278.1	11.9	873	319.8	6.1
肉類	男性★	276	95.9	3.0	700	95.8	1.9
	女性★	245	74.3	2.9	873	81.8	1.3
魚介類	男性★	276	91.2	3.5	700	94.3	2.2
	女性★	245	69.2	2.9	873	72.5	1.5
清涼飲料水	男性★	276	148.5	11.6	700	105.3	7.1
	女性★	245	74.2	7.3	873	50.2	3.7
100%ジュース	男性★	276	46.0	7.3	700	57.4	4.5
	女性★	245	44.7	5.5	873	41.0	2.8
砂糖・甘味料類	男性★	276	10.1	0.5	700	8.4	0.3
	女性★	245	7.8	0.4	873	6.4	0.2

※40～64歳に絞り分析

(4) 各疾病と食品・栄養素等の関連について

【レーダーチャートの見方について】

※100%を超えるほど県平均よりも摂取量が多いことを意味している。

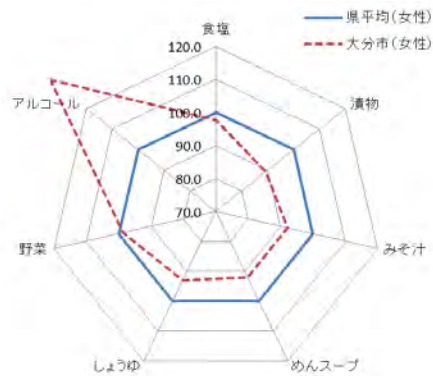
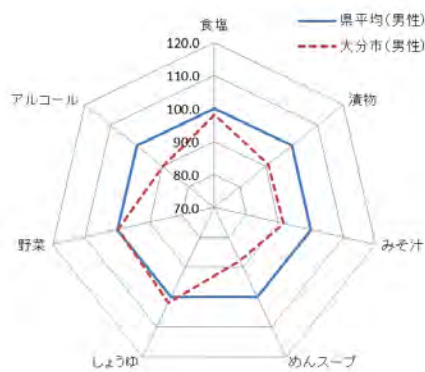
(ただし、県平均が目標値という訳ではない。)

多く摂った方がよい項目は野菜、総食物繊維、きのこ及び海藻類である。

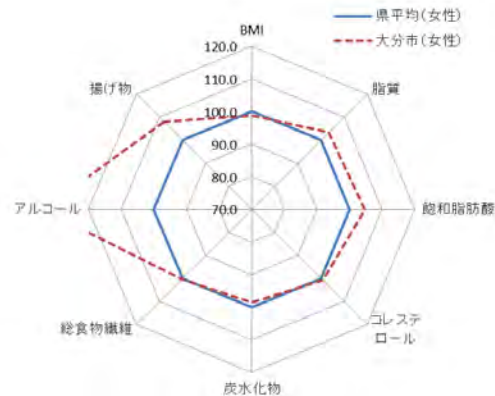
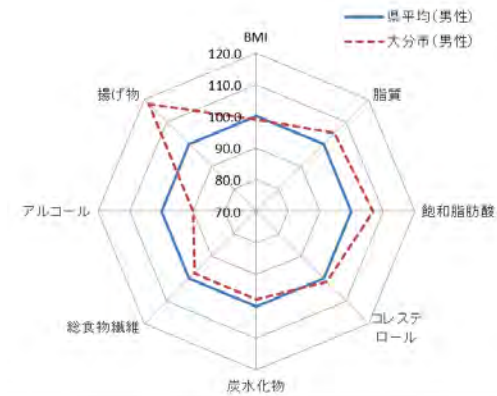
摂りすぎに注意が必要な項目は上記の4項目以外の項目である。

①大分市

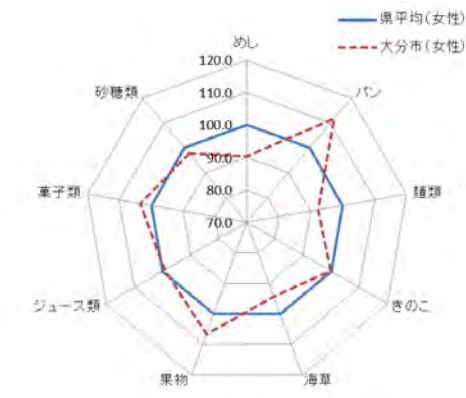
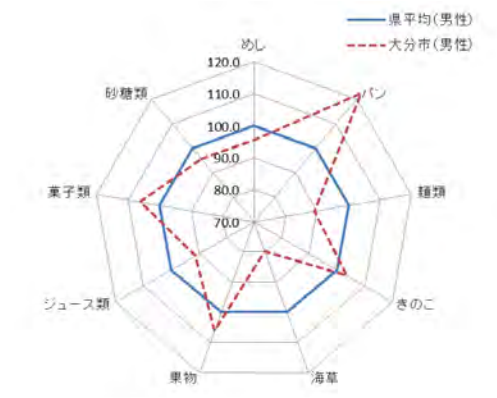
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

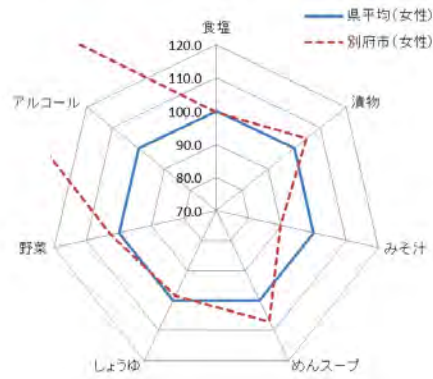
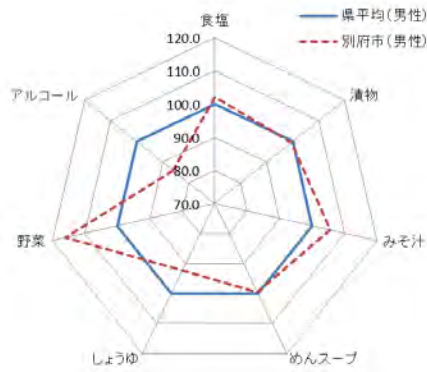


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

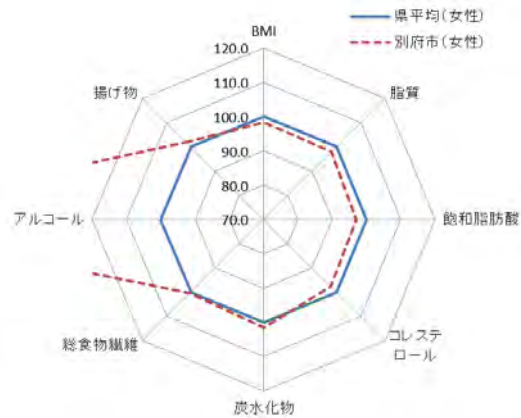
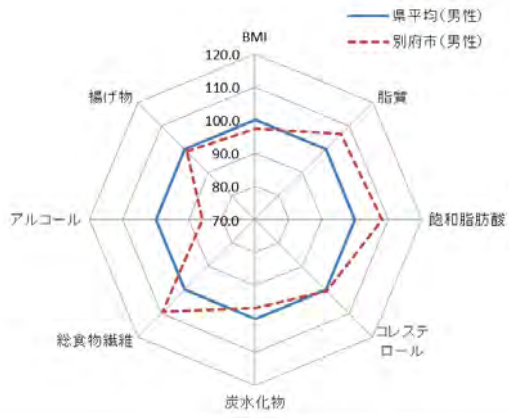


②別府市

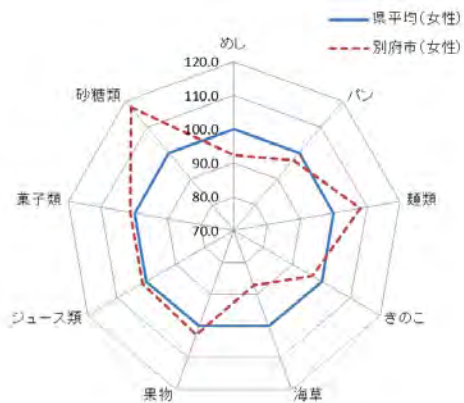
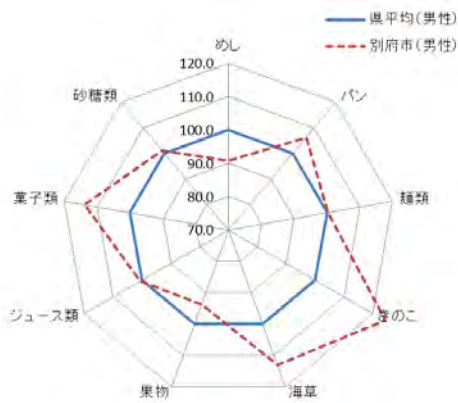
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

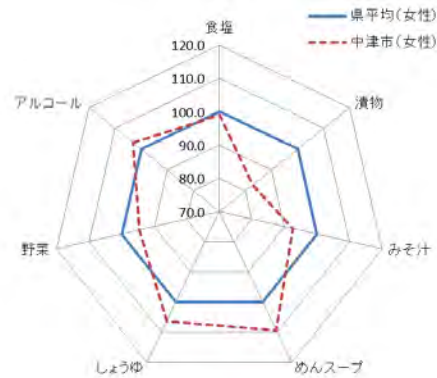
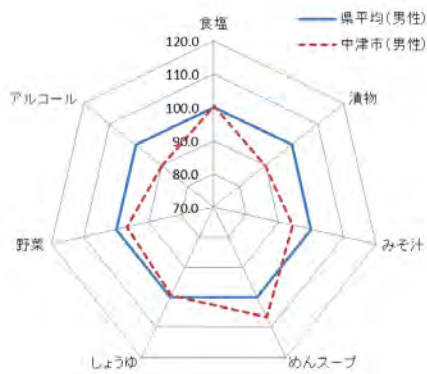


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

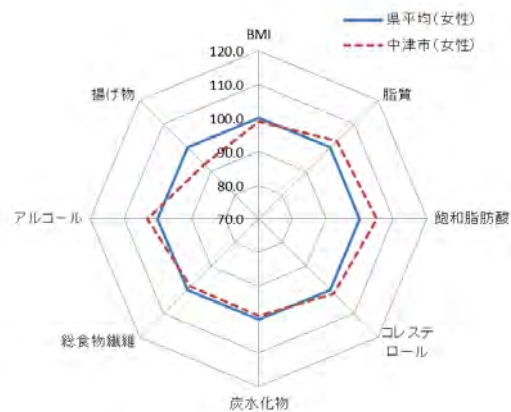
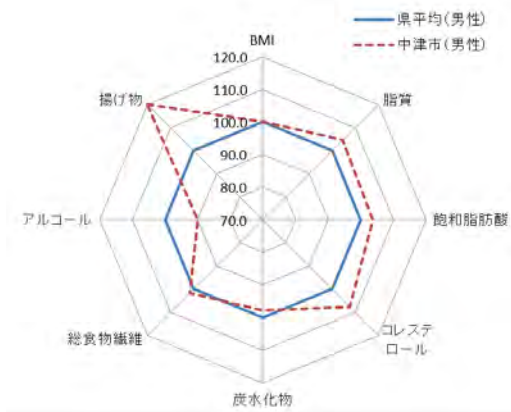


③中津市

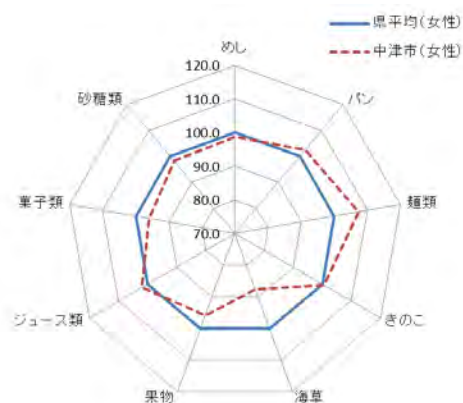
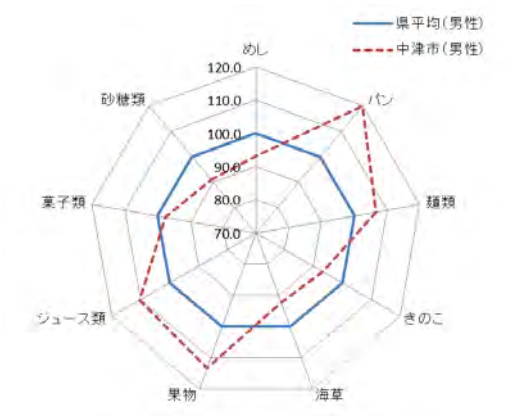
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

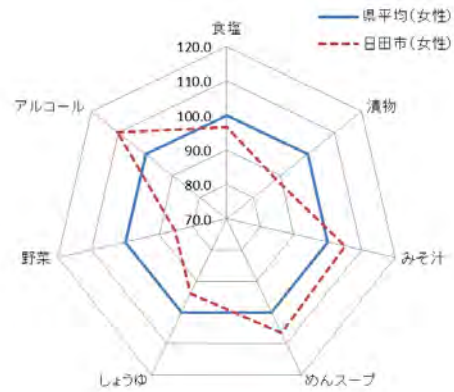
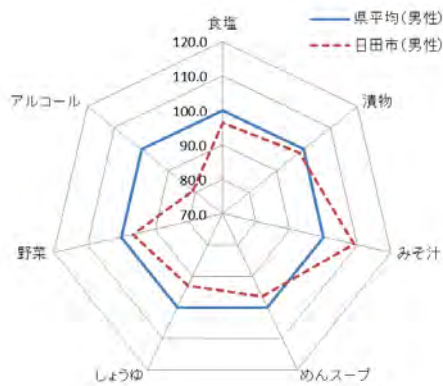


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

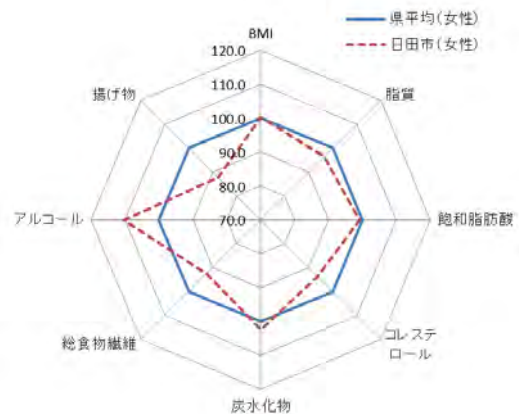
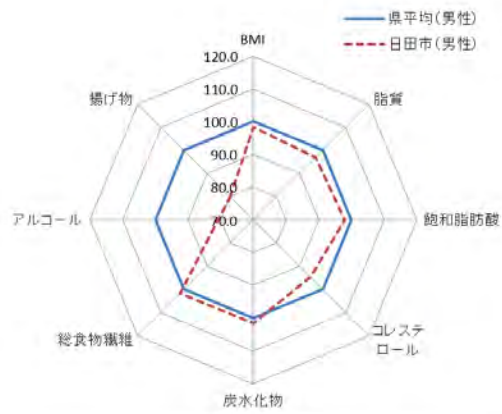


④日田市

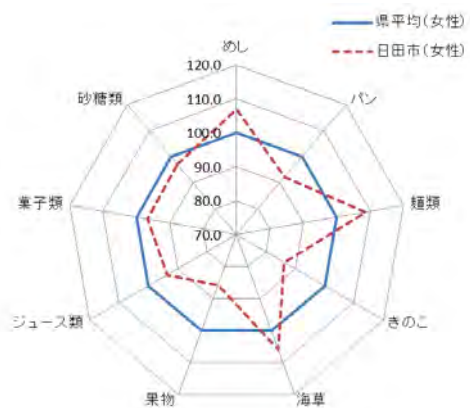
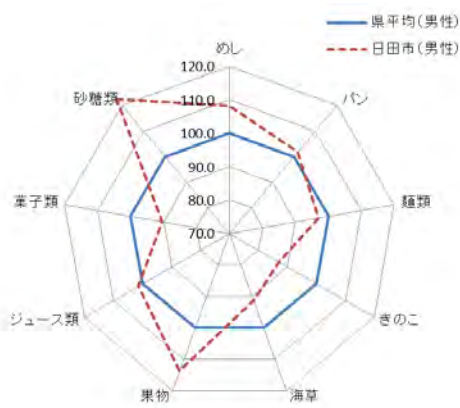
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

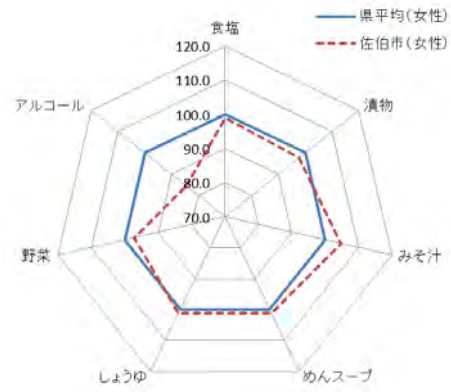
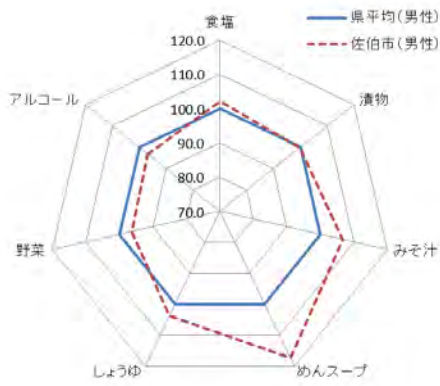


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

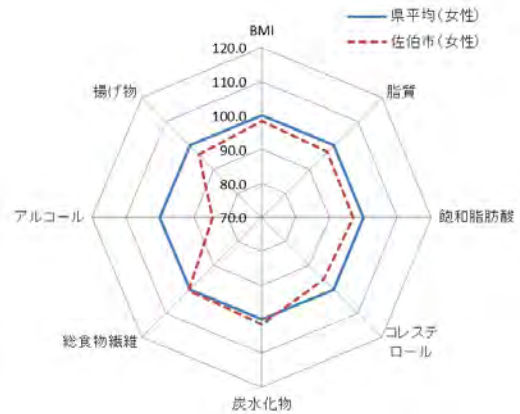
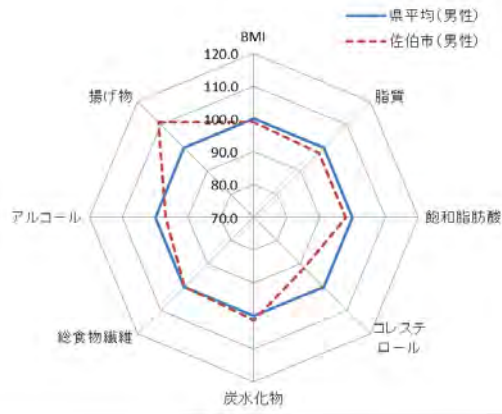


⑤佐伯市

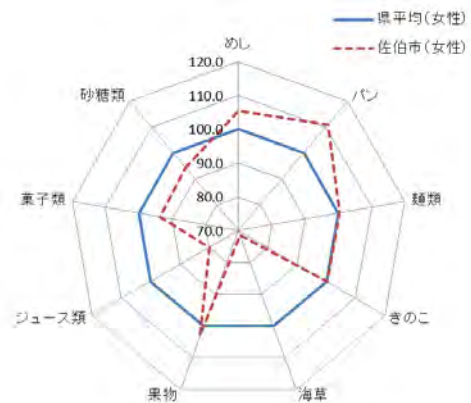
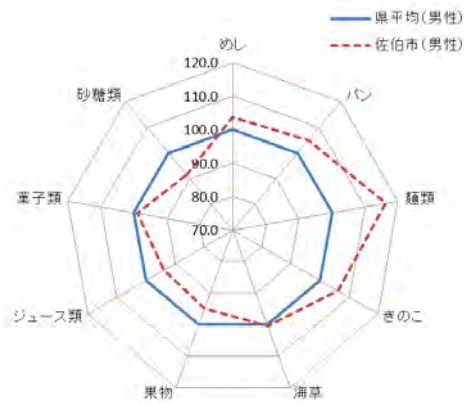
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

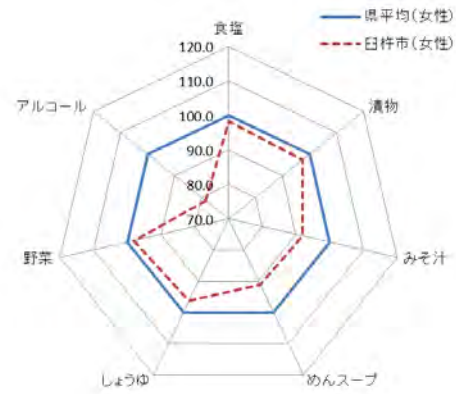
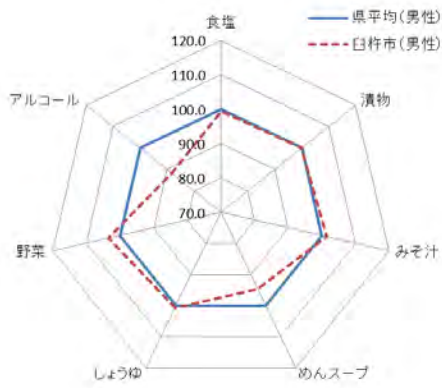


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

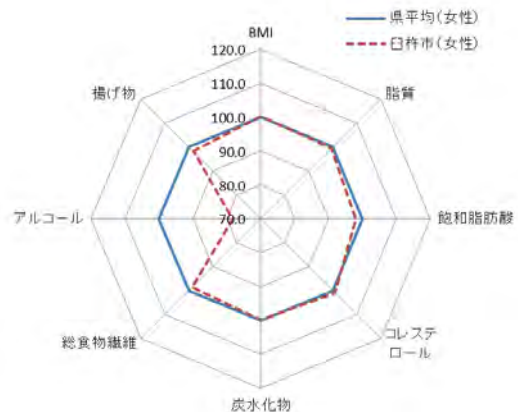
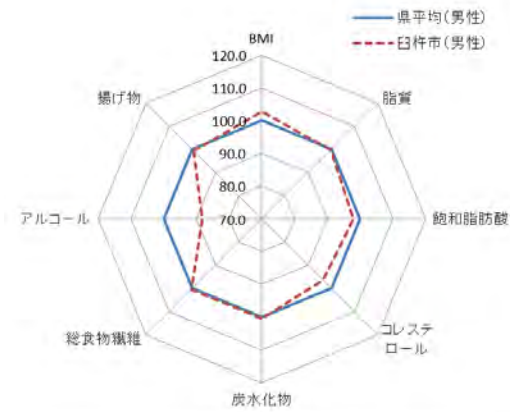


⑥臼杵市

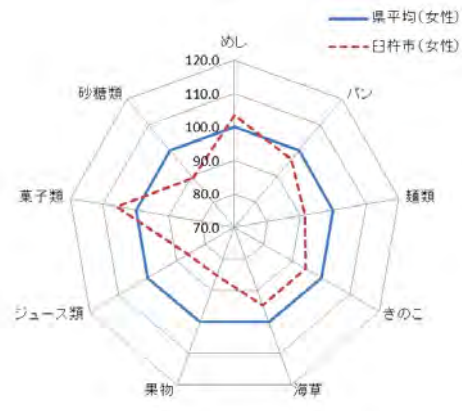
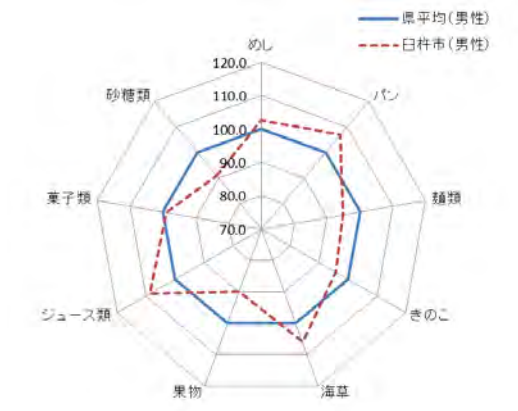
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

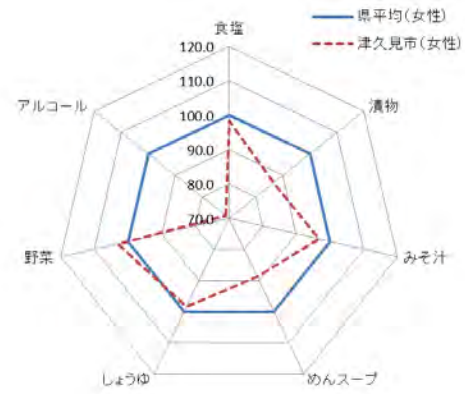
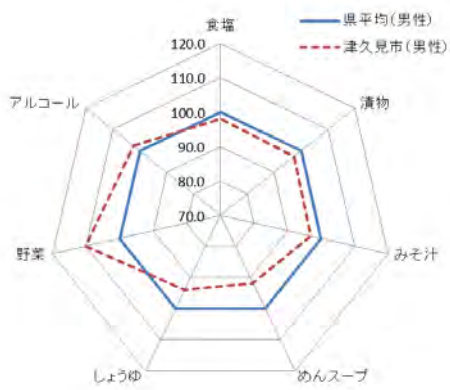


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

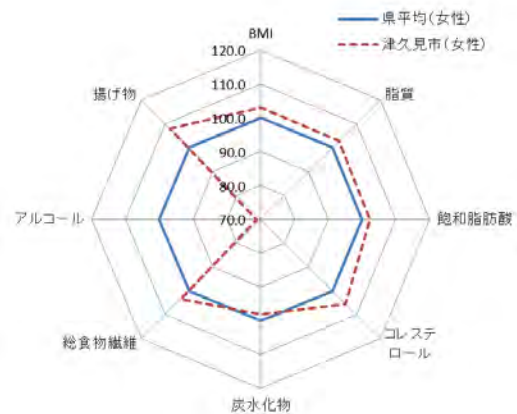
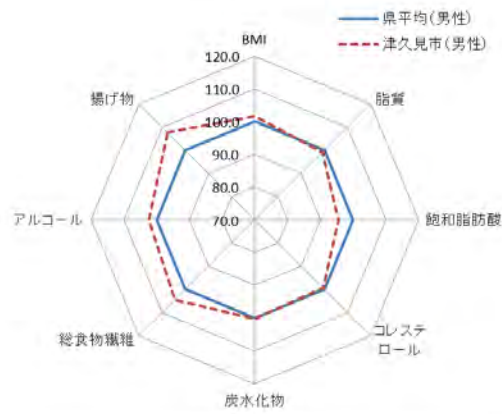


⑦津久見市

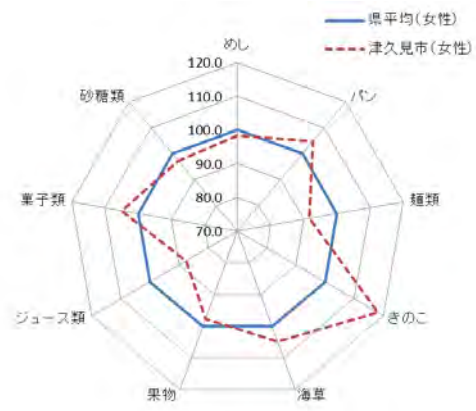
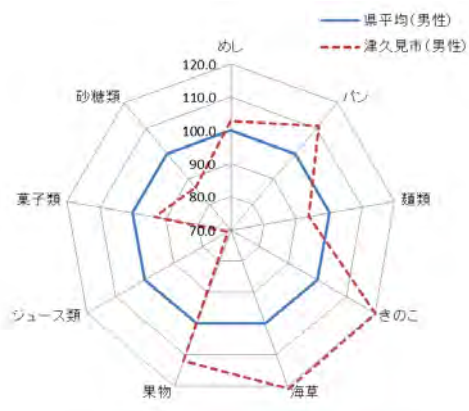
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

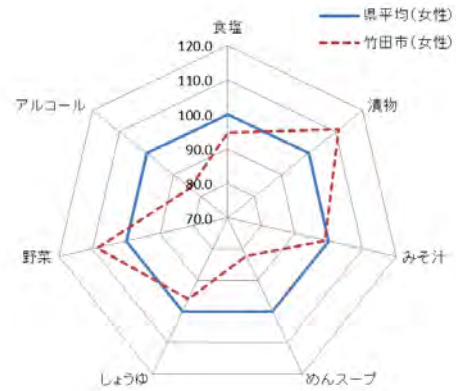
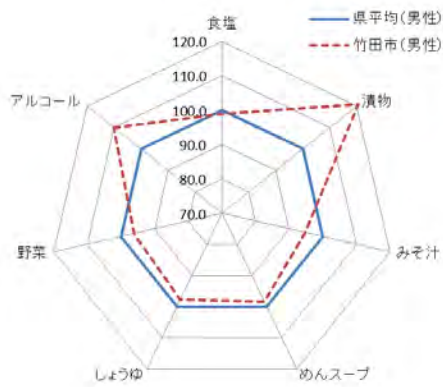


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

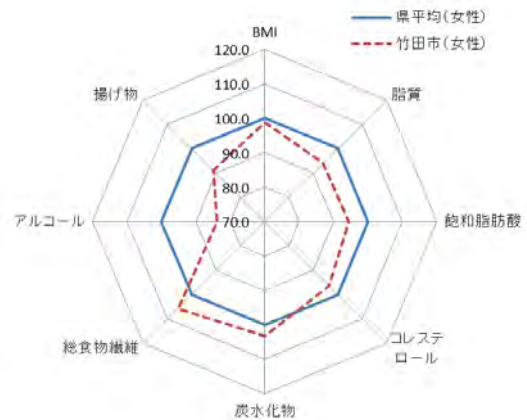
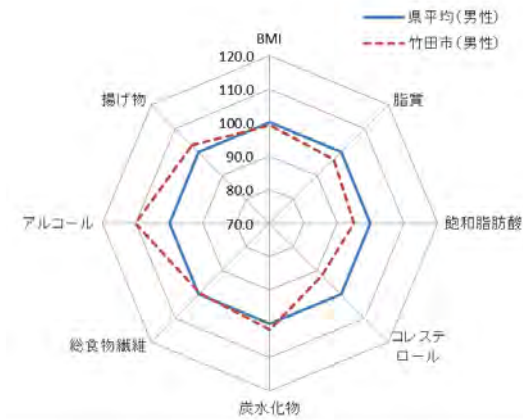


⑧竹田市

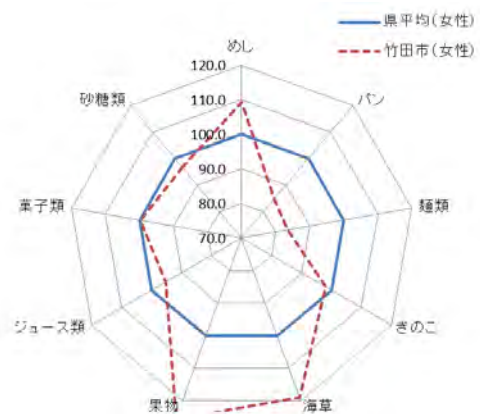
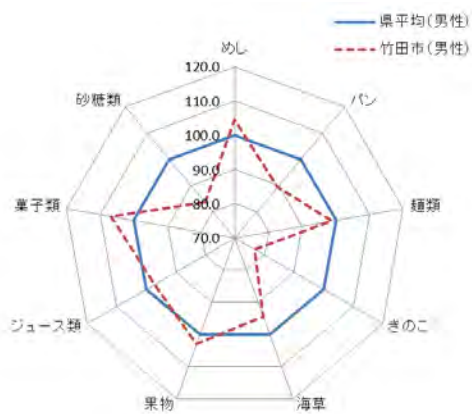
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

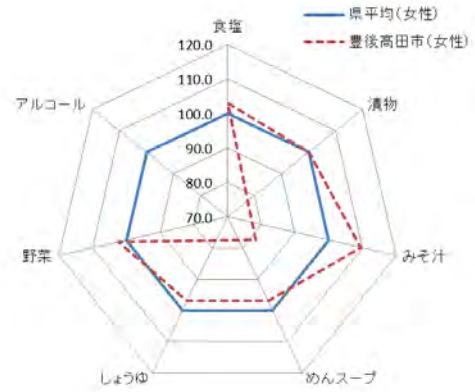
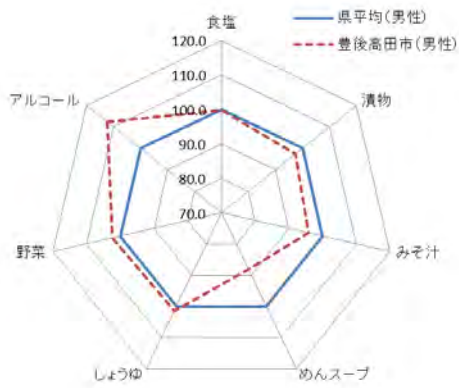


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

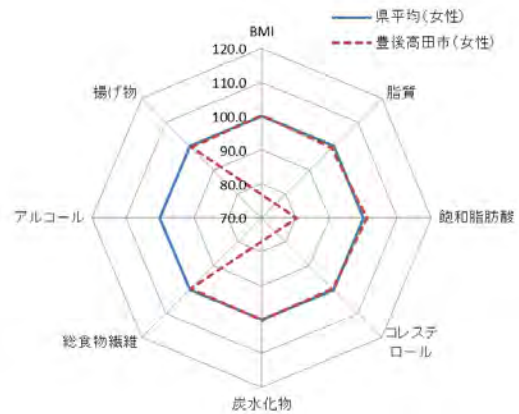
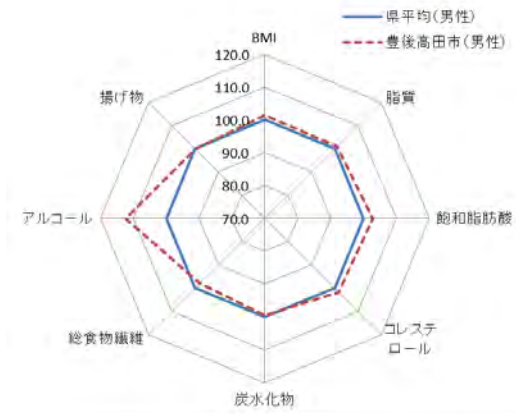


⑨豊後高田市

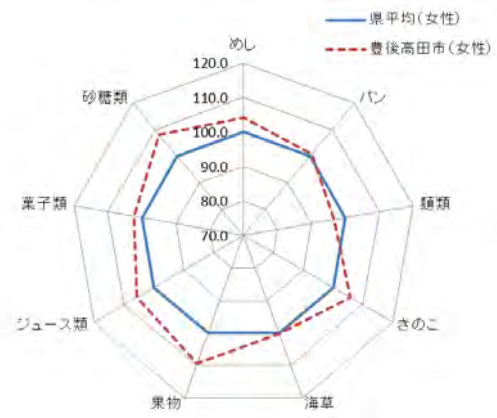
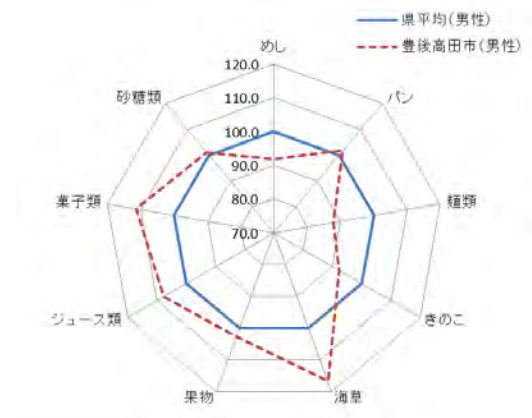
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

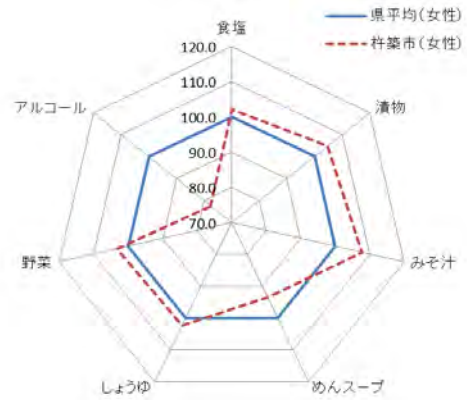
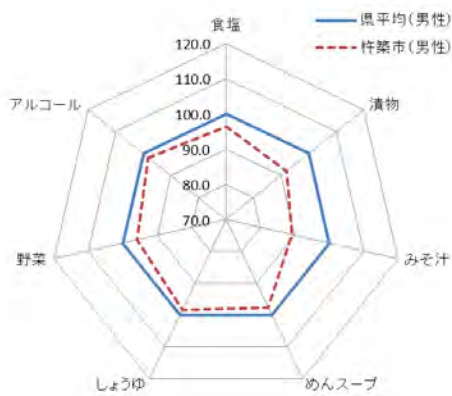


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

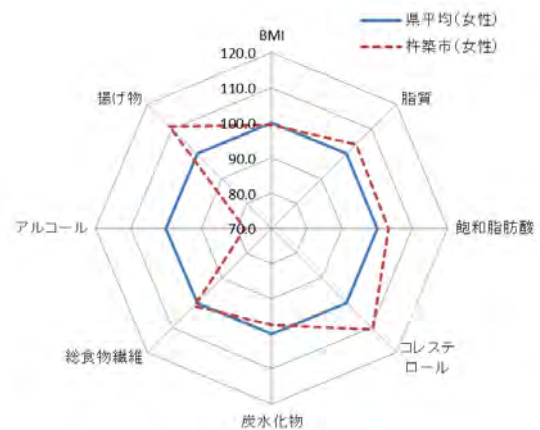
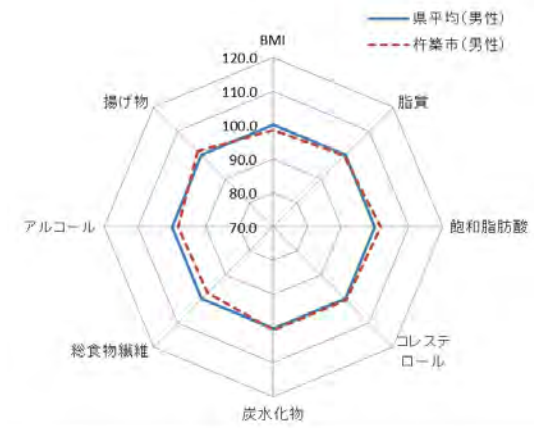


⑩杵築市

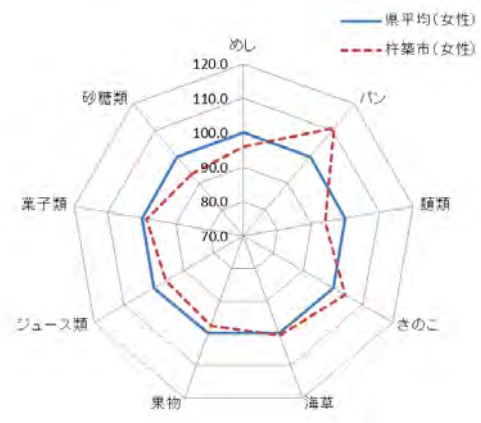
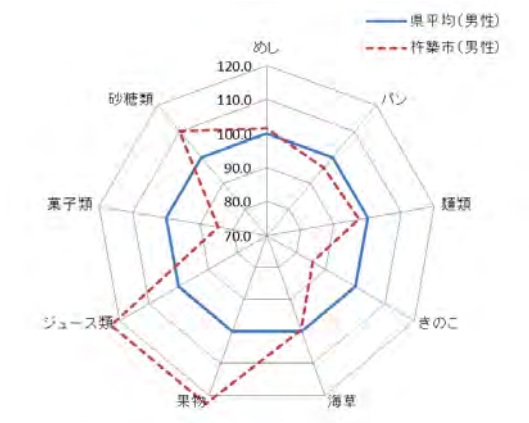
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

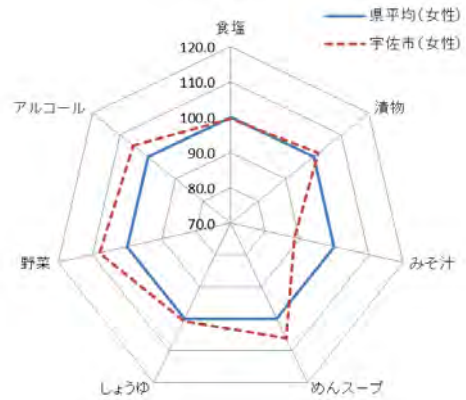
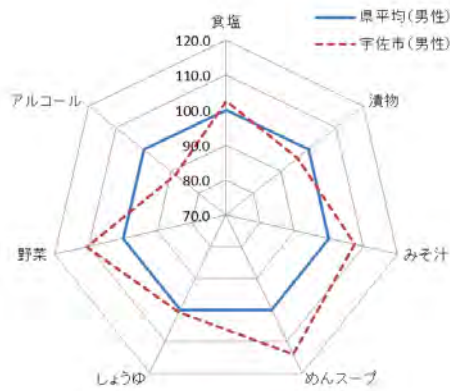


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

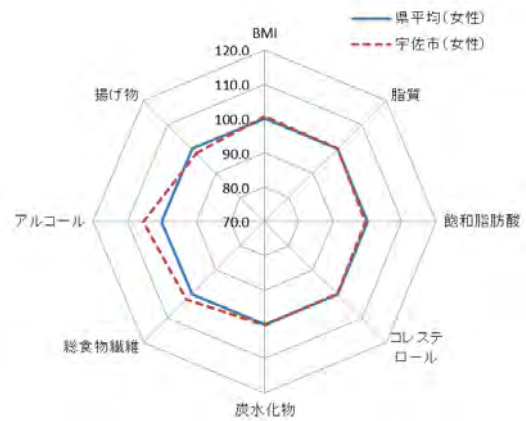
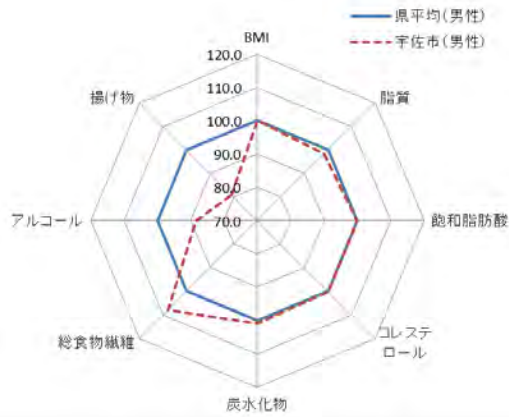


⑪宇佐市

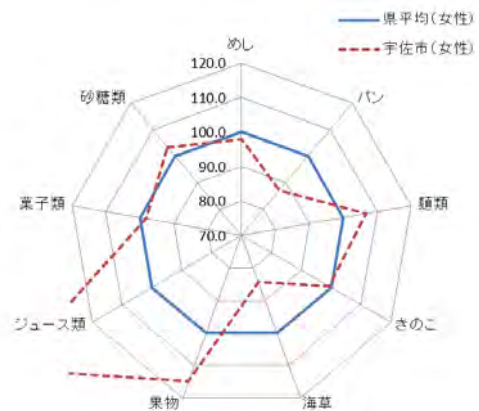
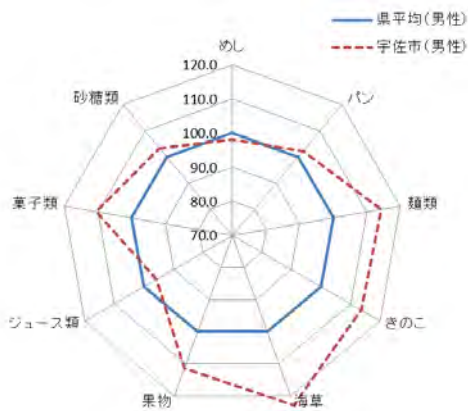
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

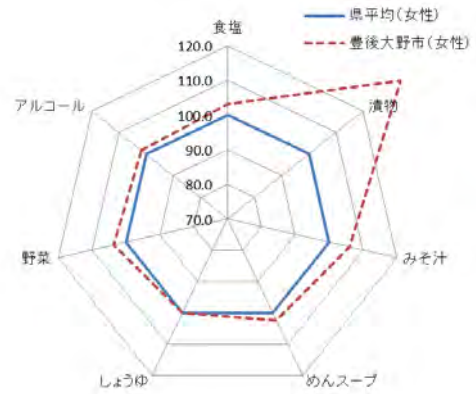
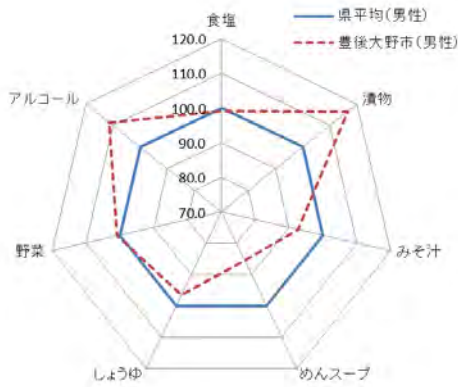


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

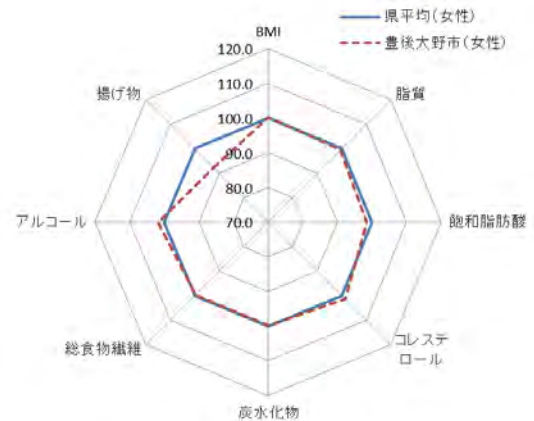
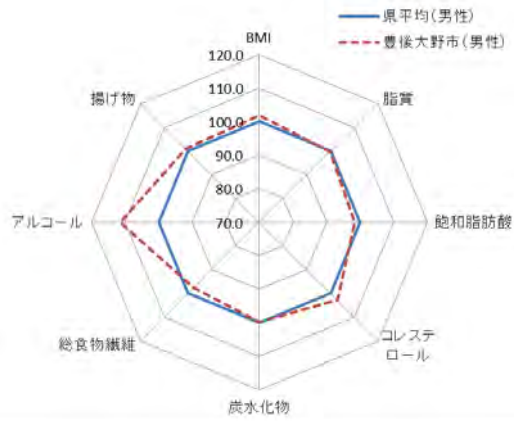


⑫豊後大野市

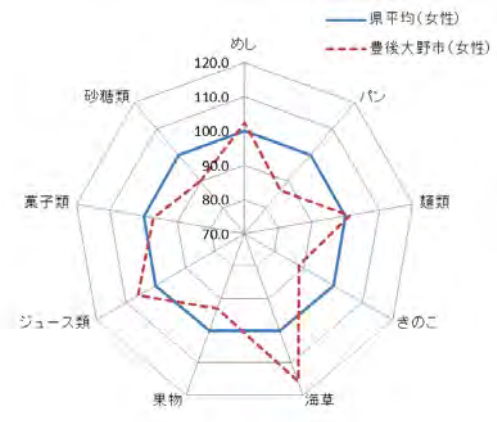
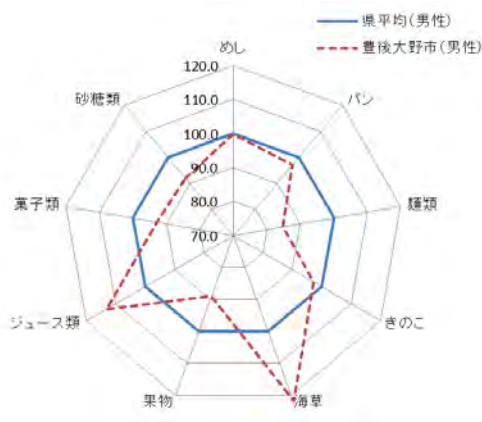
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

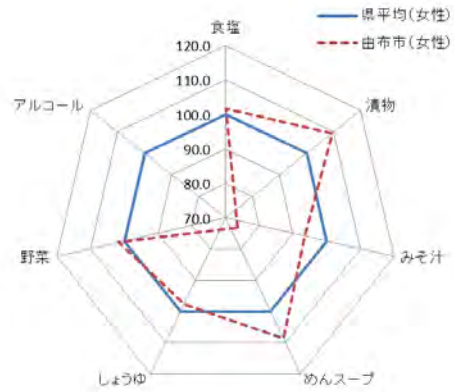
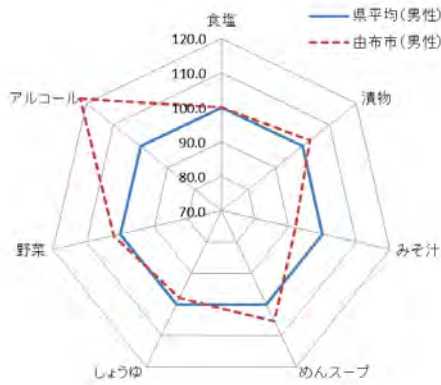


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

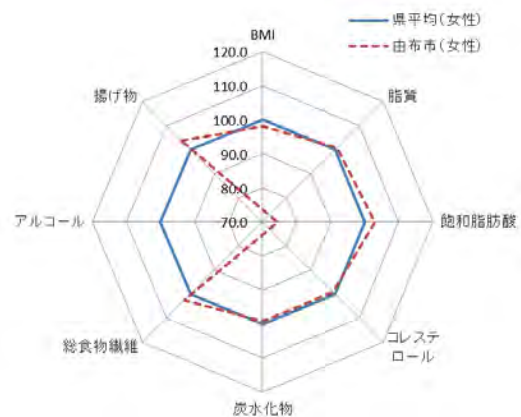
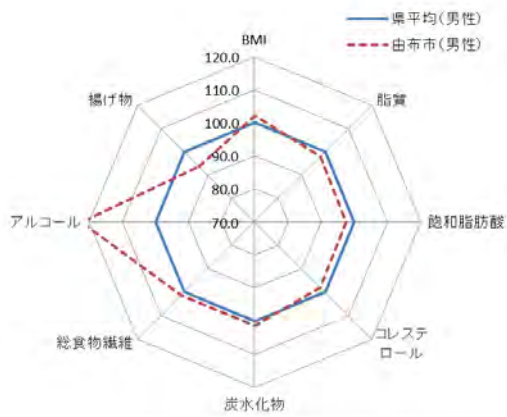


⑬由布市

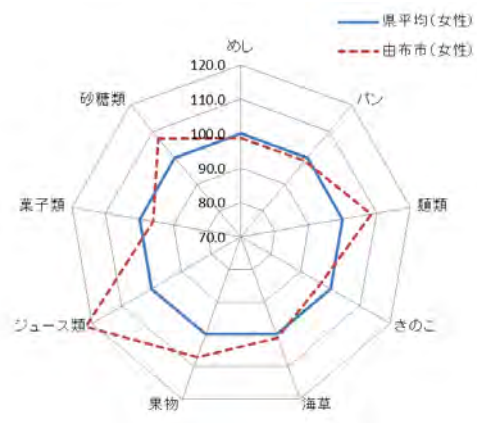
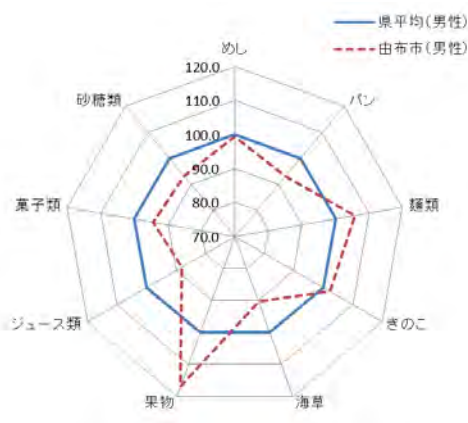
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

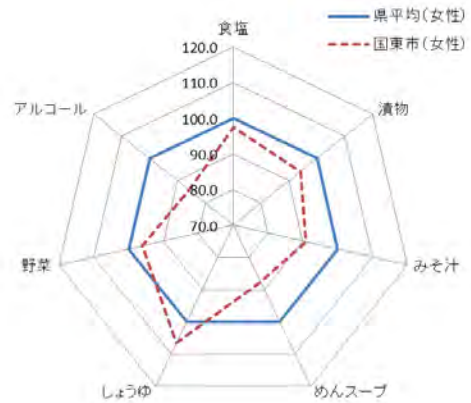
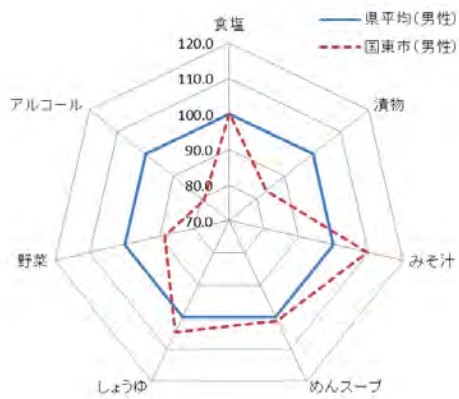


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

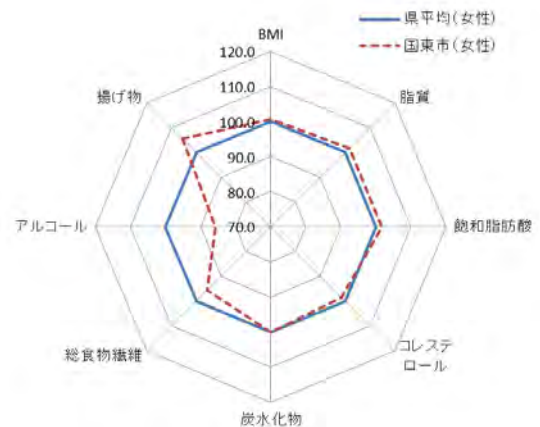
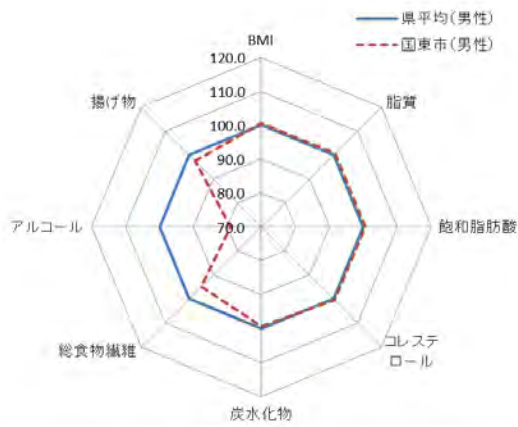


⑭国東市

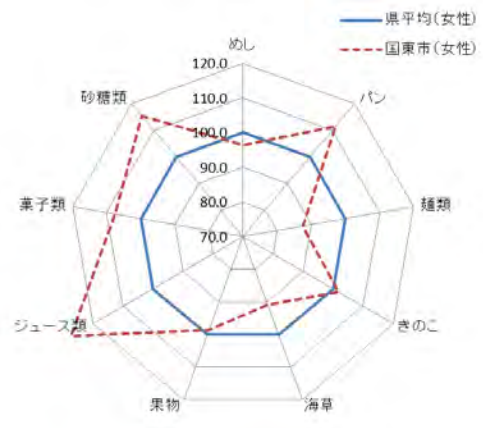
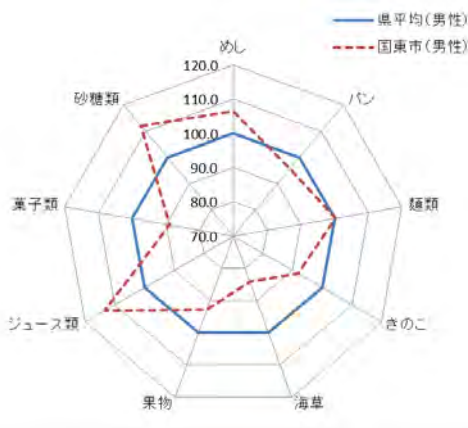
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

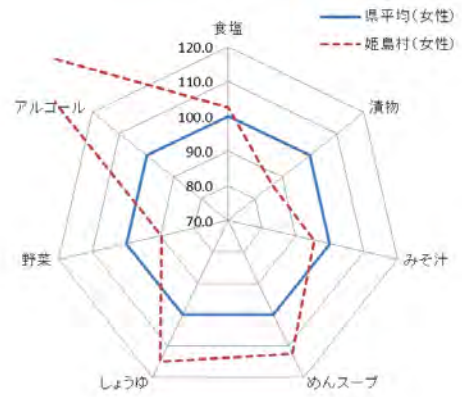
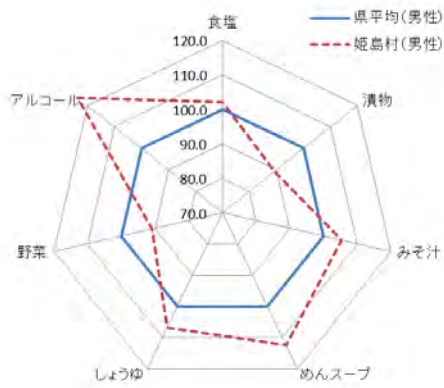


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

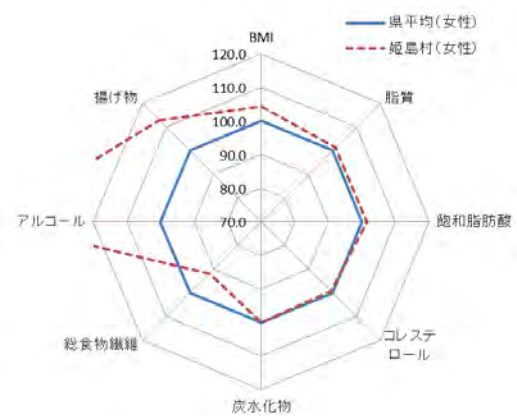
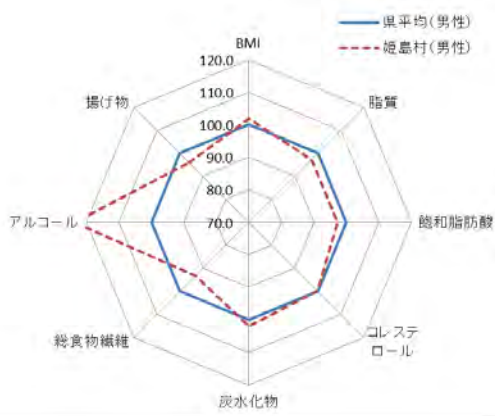


⑮ 姫島村

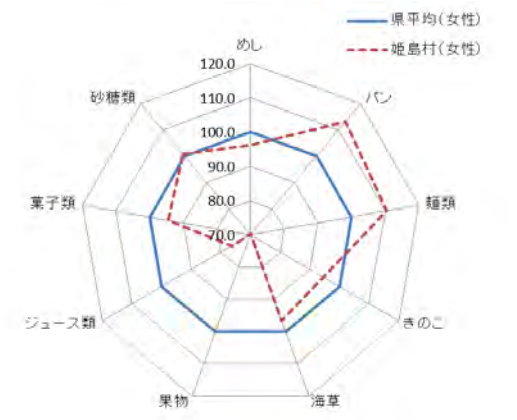
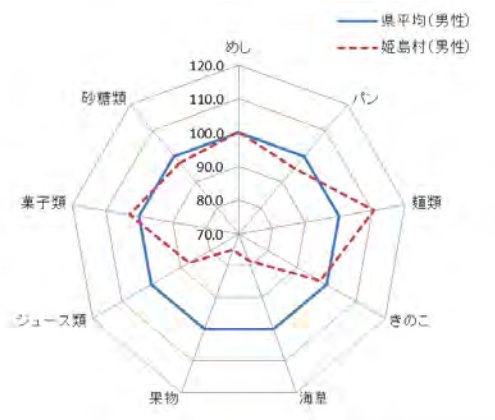
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

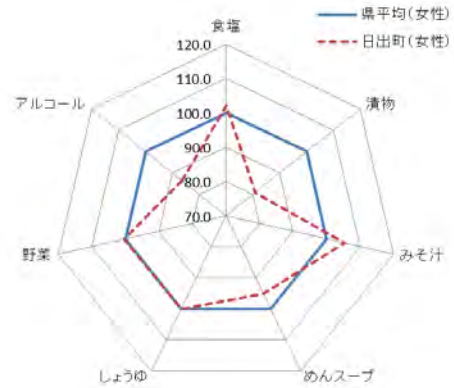
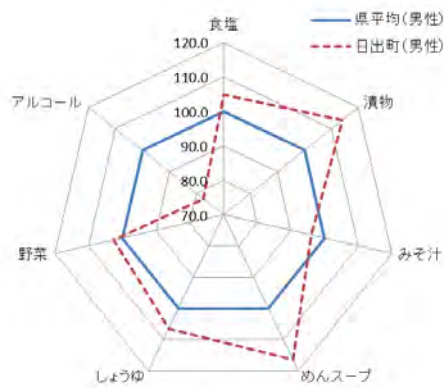


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

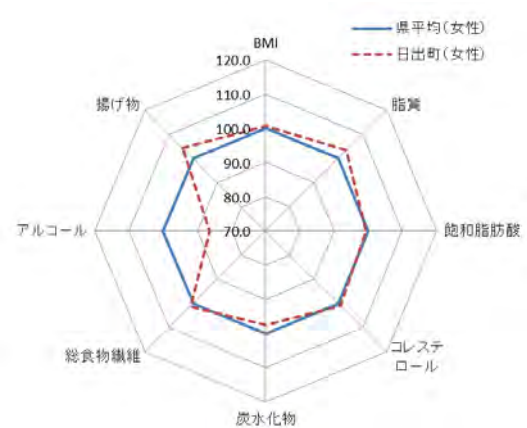
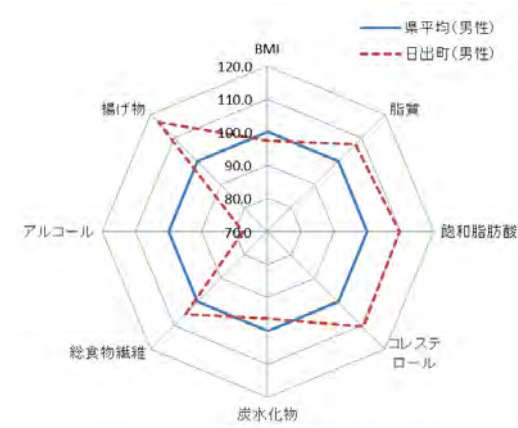


⑩ 日出町

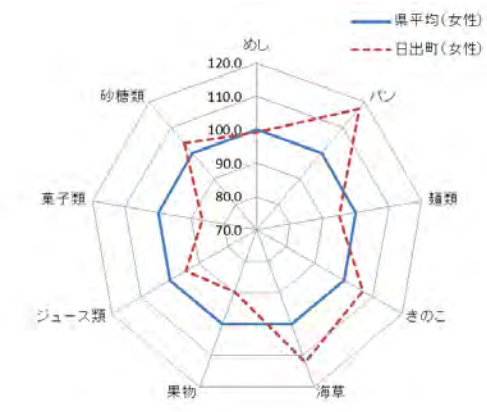
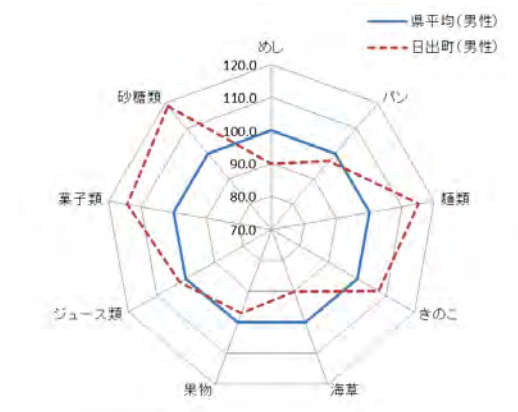
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

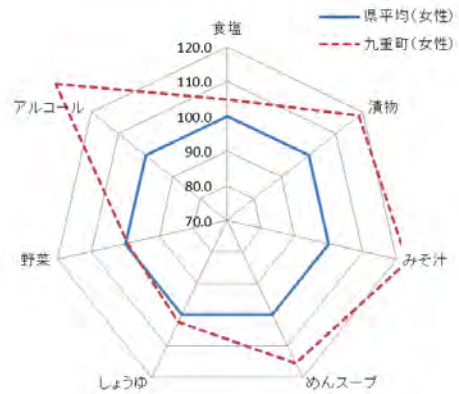
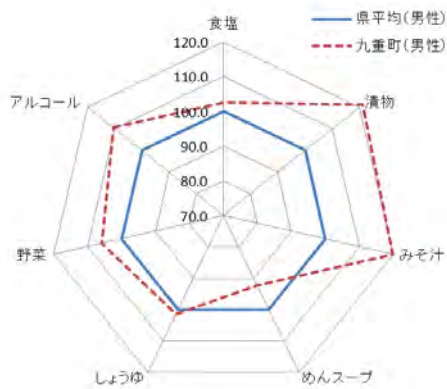


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

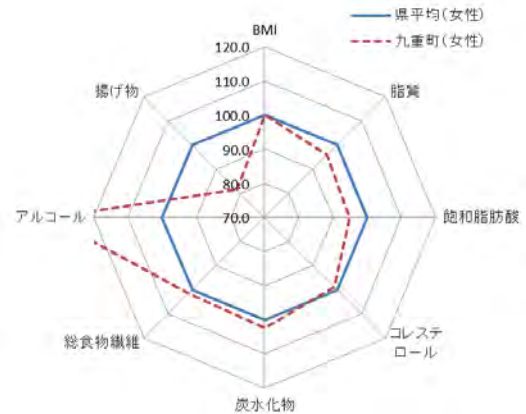
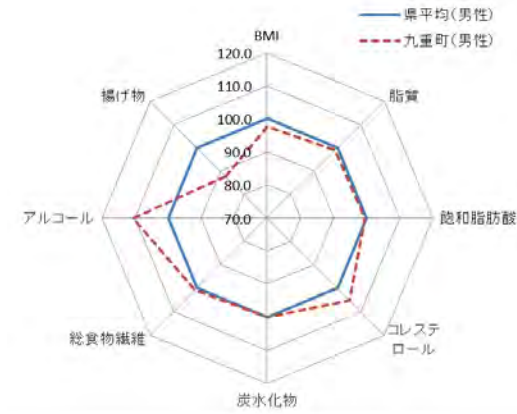


⑰九重町

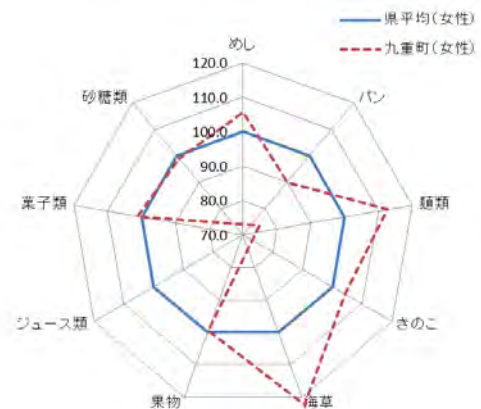
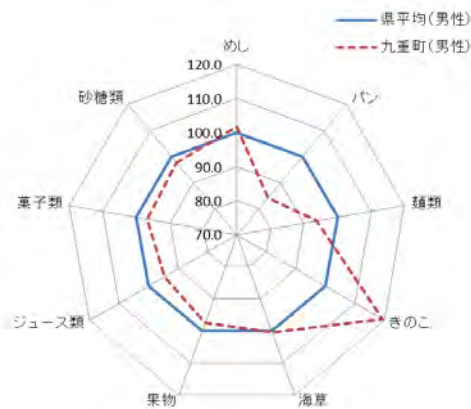
【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】

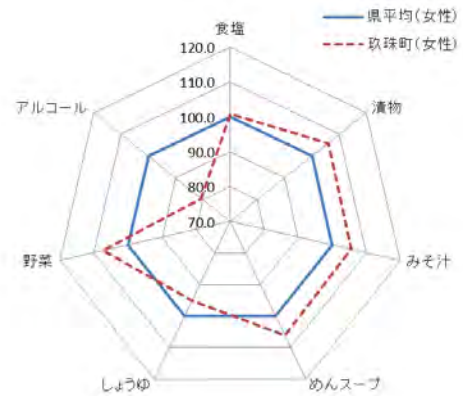
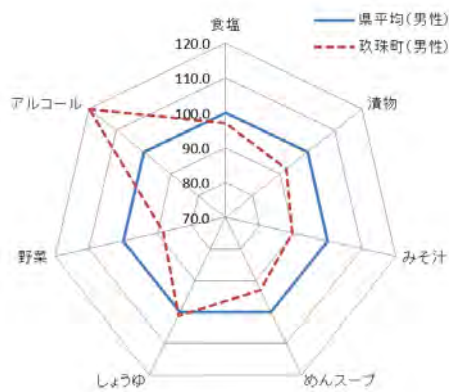


【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

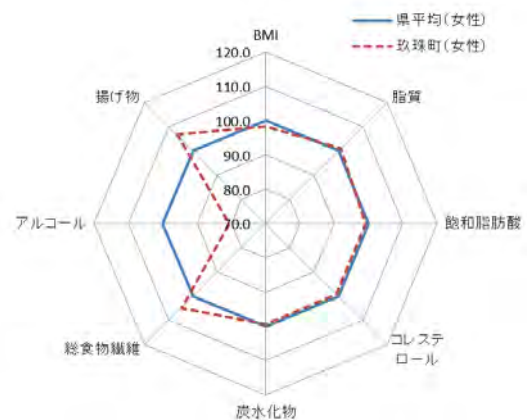
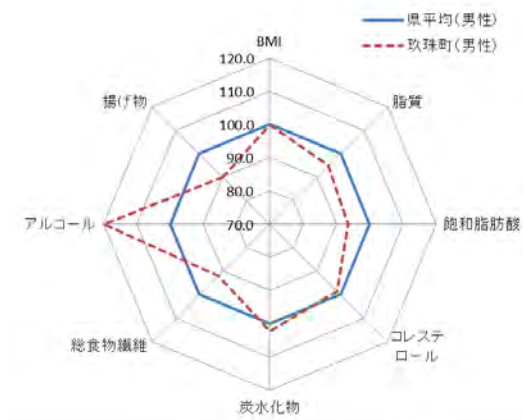


⑱ 玖珠町

【高血圧と関連が深いと考えられる項目】



【脂質異常症と関連が深いと考えられる項目】



【糖尿病と関連が深いと考えられる項目】

