

(2) 食品群別摂取量をみると人口規模の大きい市ほど米類、その他の野菜・茸類は少なく、小麦類は多くなる傾向がみられる(表8)。

6. 欠食の状況

- (1) 3日間の調査で1回以上欠食したものは男で朝食10.9% (女9.3%), 昼食4.3% (女4.7%), 夕食2.5% (女1.6%)で朝食の欠食が多く、3日間とも朝食を欠食した者は、3.4%(女3.3%)である(表9)。
- (2) 欠食の多い朝食については、男女とも20歳代が最も多く、3回とも欠食したものはそれぞれ9.0%, 7.1%である(表10)。

7. 外食の状況

- (1) 3日間の調査で1回以上外食したものは男で朝5.6% (女2.3%), 昼57.2% (女42.9%), 夕17.8% (女10.9%)で昼食の外食が多く、3日間とも昼食を外食したものは、35.9% (女21.0%)である。外食状況については男女間に差がみられる。(表11)

図4 平均栄養所要量と栄養素等摂取量の比較
(平均栄養所要量=100)

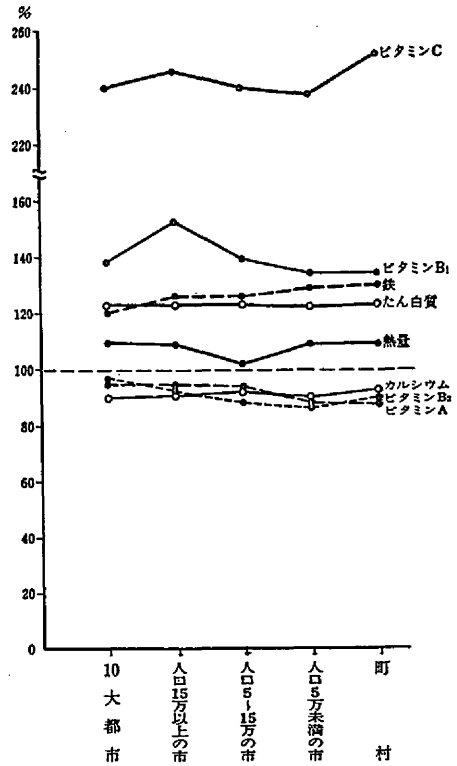


表9 欠食状況(全国、農家・非農家別)

| | | 全 国 | | 農 家 世 帯 | | 非 農 家 世 帯 | |
|----|----------|-------|-------|---------|-------|-----------|-------|
| | | 男 | 女 | 男 | 女 | 男 | 女 |
| 朝 | 総 数 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | 3日間の欠食回数 | 89.1 | 90.7 | 93.1 | 93.9 | 88.2 | 90.0 |
| | 0回 | 5.0 | 4.1 | 3.5 | 3.0 | 5.3 | 4.3 |
| | 1回 | 2.5 | 1.9 | 1.3 | 1.3 | 2.7 | 2.0 |
| | 2回 | 3.4 | 3.3 | 2.1 | 1.7 | 3.7 | 3.7 |
| 3回 | 10.9 | 9.3 | 6.9 | 6.0 | 11.7 | 10.0 | |
| 昼 | 総 数 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | 3日間の欠食回数 | 95.7 | 95.3 | 95.8 | 96.4 | 95.7 | 95.1 |
| | 0回 | 2.9 | 3.3 | 2.9 | 2.6 | 2.9 | 3.4 |
| | 1回 | 0.7 | 0.8 | 0.8 | 0.6 | 0.7 | 0.9 |
| | 2回 | 0.7 | 0.6 | 0.5 | 0.4 | 0.7 | 0.6 |
| 3回 | 4.3 | 4.7 | 4.2 | 3.6 | 4.3 | 4.9 | |
| 夕 | 総 数 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |
| | 3日間の欠食回数 | 97.5 | 98.4 | 97.0 | 97.9 | 97.6 | 98.5 |
| | 0回 | 1.9 | 1.3 | 2.2 | 1.4 | 1.9 | 1.2 |
| | 1回 | 0.4 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 0.4 | 0.2 |
| | 2回 | 0.2 | 0.1 | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.1 |
| 3回 | 2.5 | 1.6 | 3.0 | 2.1 | 2.5 | 1.5 | |

単位: %