

表 5 朝食の欠食状況 (性, 年齢階級別)

(%)

		15~19歳		20~29歳		30~39歳		40~49歳		50~59歳		60歳以上		
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	
総	数	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	
	3日間の 欠食回数	なし	83.9	84.6	70.7	79.1	84.0	91.2	89.5	90.6	92.3	93.9	94.4	93.9
		あり	16.1	15.4	29.3	20.9	16.0	8.8	10.5	9.4	7.7	6.1	5.6	6.1
		1回	5.3	6.9	10.0	8.9	6.8	3.4	5.1	4.1	3.0	2.4	2.9	3.2
		2回	3.8	2.8	7.1	4.6	3.6	1.4	1.9	1.8	1.9	1.8	1.0	0.9
3回	7.0	5.7	12.3	7.5	5.5	4.1	3.6	3.6	2.9	1.9	1.7	2.0		

## 6. 外食の状況

(1) 3日間の調査期間中における外食の状況は表6とおおりである。男女とも昼の外食が多く、3日間とも昼食を外食した者は男38.7%、女22.1%となっている。

(2) 昼食の外食内容について性別、年齢階級別にみると表7のとおりである。

表 6 外食状況 (年次別)

(%)

		男					女				
		昭和50年	51年	52年	53年	54年	昭和50年	51年	52年	53年	54年
朝	総	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	3日間の 外食回数	なし	94.4	94.5	93.8	93.9	94.4	97.7	97.1	97.3	97.1
		あり	5.6	5.5	6.2	6.1	5.6	2.3	2.9	2.7	2.9
		1回	3.3	3.4	3.6	3.5	3.2	1.5	2.1	1.7	1.8
		2回	1.2	1.0	1.2	1.3	1.1	0.4	0.4	0.4	0.5
3回	1.1	1.1	1.4	1.2	1.3	0.4	0.4	0.6	0.6		
昼	総	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	3日間の 外食回数	なし	42.8	43.6	41.1	40.9	39.7	57.1	56.7	56.3	54.2
		あり	57.2	56.4	58.9	59.1	60.3	42.9	43.3	43.7	45.8
		1回	11.5	12.1	11.2	11.1	11.3	14.0	14.5	14.8	15.5
		2回	9.8	12.9	9.8	9.9	10.3	7.9	10.4	8.3	8.8
3回	35.9	31.4	37.8	38.0	38.7	21.0	18.4	20.5	21.4		
夕	総	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
	3日間の 外食回数	なし	82.2	82.1	80.5	80.3	80.7	89.1	88.5	87.8	87.4
		あり	17.8	17.9	19.5	19.7	19.3	10.9	11.5	12.2	12.6
		1回	11.7	12.1	12.8	13.4	12.6	8.3	8.8	9.3	10.0
		2回	3.5	3.2	3.7	3.7	3.9	1.6	1.7	1.8	1.7
3回	2.6	2.6	3.0	2.6	2.9	1.0	1.0	1.1	0.9		

表 7 昼食の外食内容(性, 年齢階級別)

(%)

		総 数	そば, うどん類	パン 類	和 食	洋 食
男	15~19歳	100.0	6.8	31.8	61.4	-
	20~29	100.0	8.5	48.5	42.4	0.6
	30~39	100.0	14.4	39.9	44.7	1.0
	40~49	100.0	7.9	23.6	64.2	4.3
	50~59	100.0	8.6	19.4	68.8	3.2
	60歳以上	100.0	2.9	28.6	65.7	2.8
女	15~19歳	100.0	-	45.9	54.1	-
	20~29	100.0	6.7	65.3	28.0	-
	30~39	100.0	8.8	58.8	32.4	-
	40~49	100.0	11.3	35.9	52.8	-
	50~59	100.0	8.0	34.0	56.0	2.0
	60歳以上	100.0	6.1	20.4	73.5	-

## 7. 肥 満

皮下脂肪厚(上腕背部+肩甲骨下部)の測定結果による肥満者(男40mm以上, 女50mm以上)の状況は表8のとおりである。

前年(53年)は, 52年に比べて, 各年代とも減少がみられたところであるが, 本年は15~19歳は男女とも前年にひきつづきわずかながら減少を示したが, 前年比較の大幅な減少を示した男の30~39歳は若干増え, 女はほぼ横ばいである。

また, 40~49歳, 50~59歳については, 男はほとんど変わらず, 女は若干増えている。

表 8 肥満者の年次推移(皮下脂肪厚: 男40mm以上, 女50mm以上)

(%)

		15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳
男	昭和50年	10.8	12.7	17.8	18.5	16.3
	51年	10.1	13.6	16.6	16.2	16.0
	52年	10.6	12.2	17.2	17.5	17.6
	53年	8.9	13.5	12.6	15.0	14.6
	54年	8.3	11.4	14.9	15.0	15.2
女	昭和50年	10.7	12.4	20.7	27.0	25.8
	51年	12.1	13.0	21.8	28.0	30.5
	52年	14.3	14.6	19.3	27.4	27.7
	53年	10.4	9.9	17.6	22.4	22.9
	54年	8.6	10.3	17.9	24.7	23.8

また, 昭和54年調査において, 肥満に関するアンケート調査を行ったところ, まず, 食事の量との関連については図10のとおりふだんの食事量について, 自分は多食の方であると回答した者は少食であると回答した者に比べて, 皮下脂肪厚は厚いという結果が示されている。

次に運動との関連については, 図11のとおりふだん運動不足であると回答している者は運動不足でないという回答している者に比べて皮下脂肪厚は厚いという結果が示されている。