

図18 嗜好性食品摂取量の推移

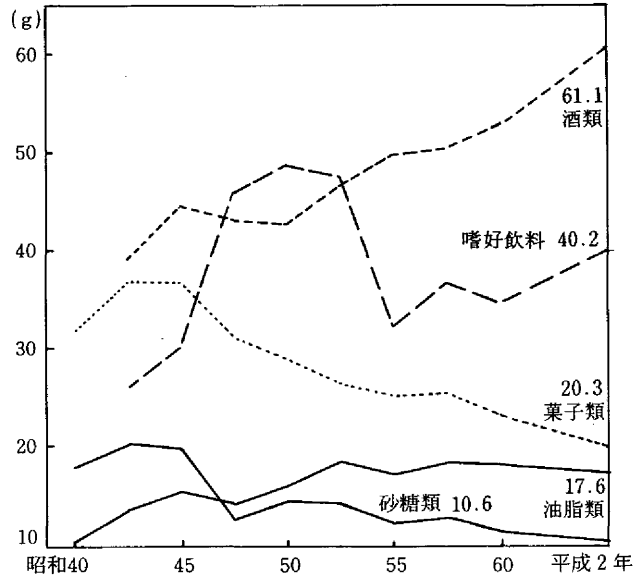
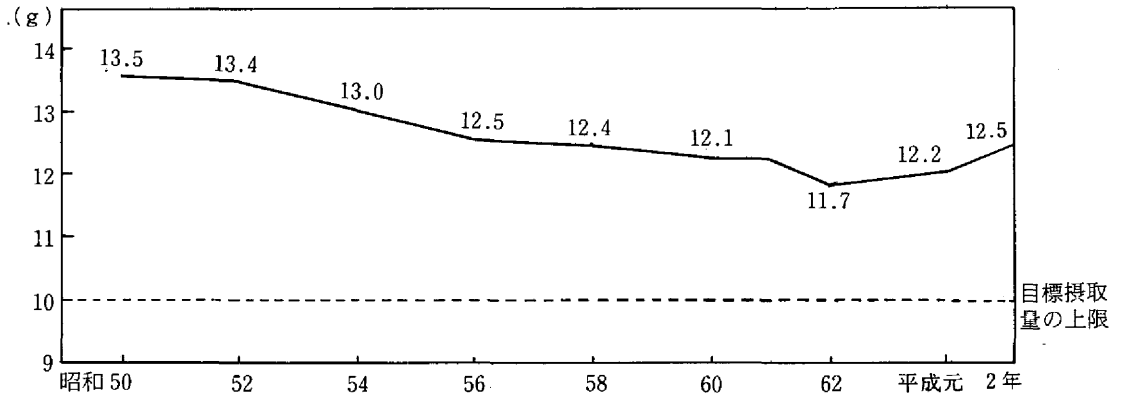


図19 食塩摂取量の年次推移 (国民1人1日当たり)



3. 食塩の摂取状況

— 食塩摂取量は平均1人1日当たり12.5g —

平成2年調査における全国平均1人1日当たり食塩摂取量は、図19、図20のとおり、前年より0.3g増加し12.5gである。これまでの減少傾向は停滞ぎみとなっており、今後かなり努力しないかぎり、今までのような減少は期待できず、目標摂取量1日10g以下を達成するのは困難である。

図20 食塩の食品群別摂取量の年次推移

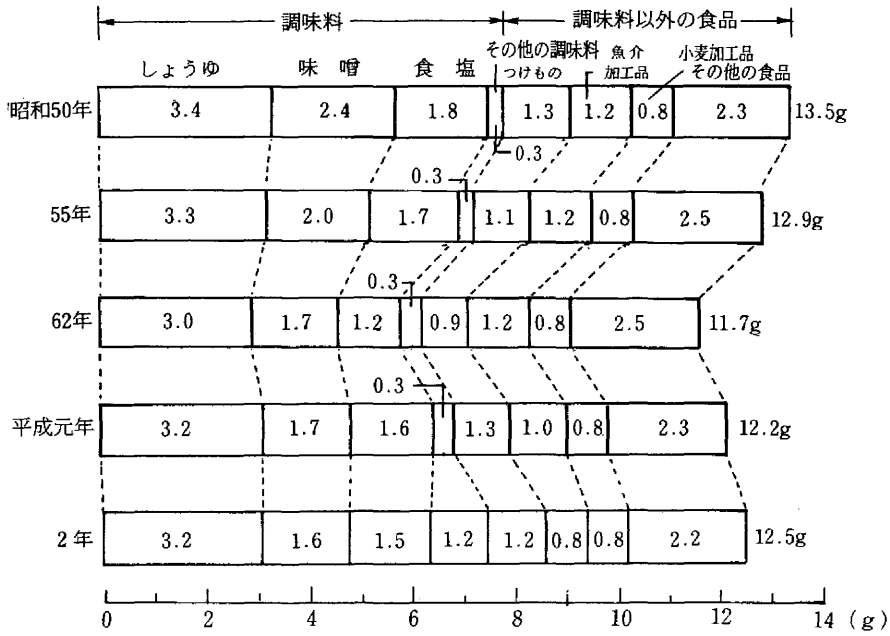


図21 地域ブロック別食塩摂取量の推移

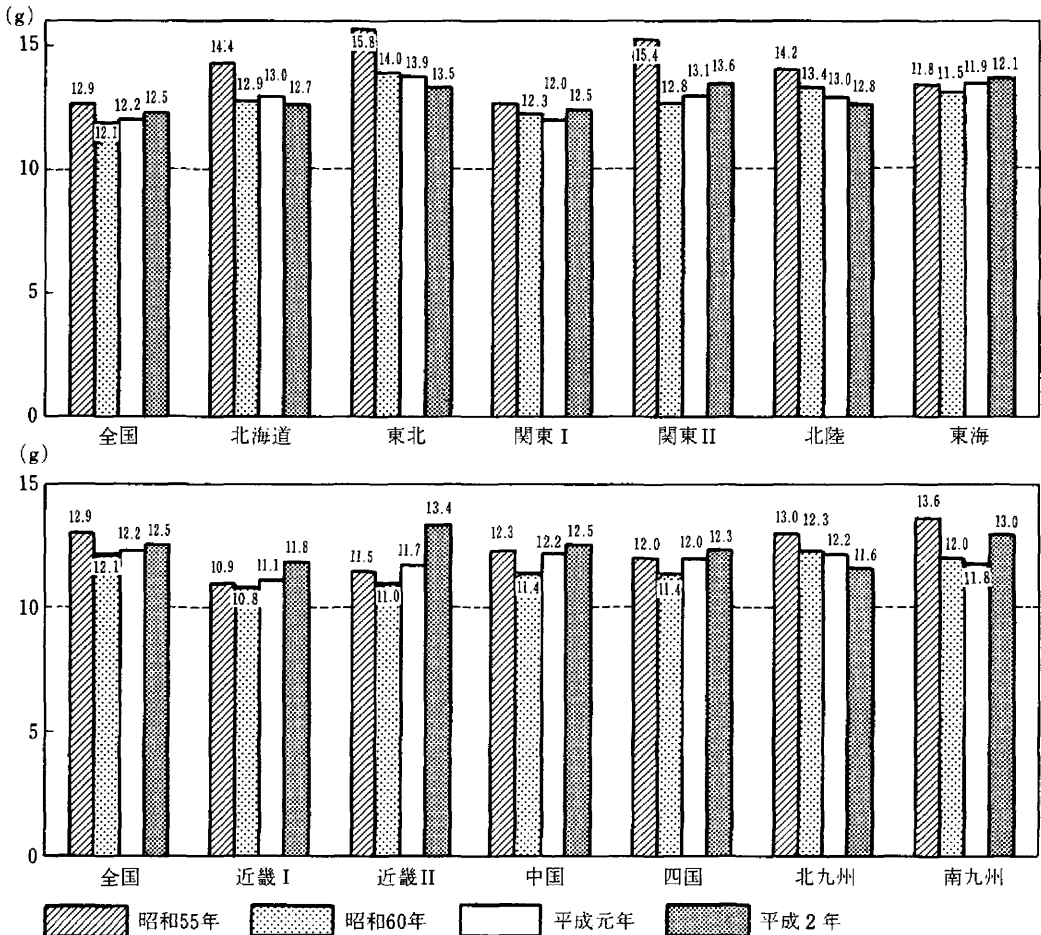
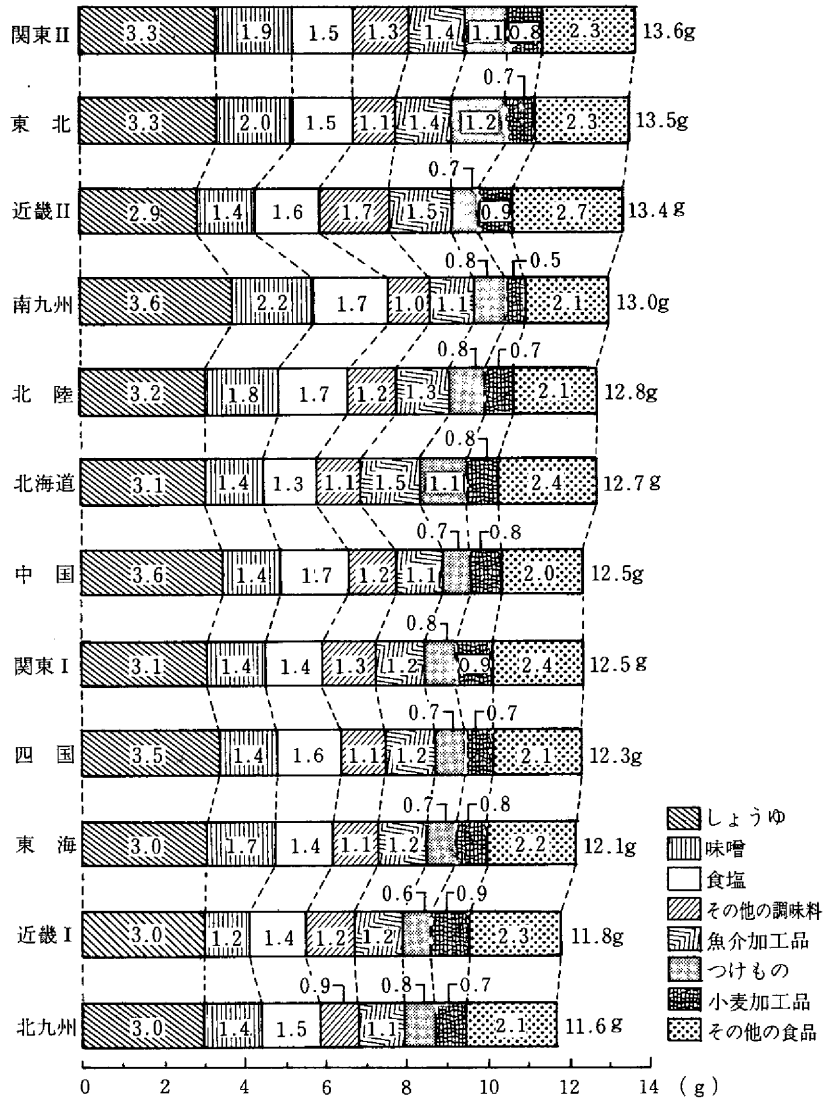


図22 食塩の食品群別摂取量(地域ブロック別)



また、地域ブロック別にみると図21のとおり、総じて東北、関東II及び北陸ブロックが多く、東海、近畿I及び近畿IIブロックは少なくなっているが、経年的には、北海道・東北ブロック等の減少傾向の一方、近畿I・IIブロックは増加を示している。

さらに、食塩摂取量の多いブロックの食品群別摂取量をみると図22のとおり、しょうゆ、味噌、その他の調味料の摂取に大きな差があることがわかる。

図23 年齢階級別肥満とるいそうの割合(男)

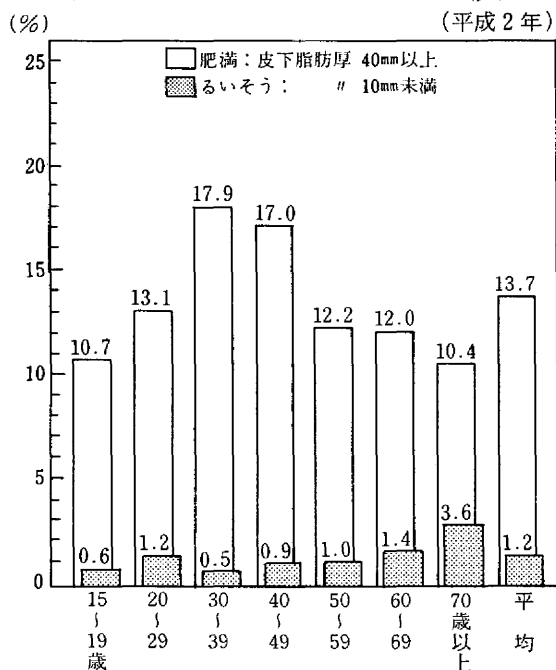


図24 年齢階級別肥満とるいそうの割合(女)

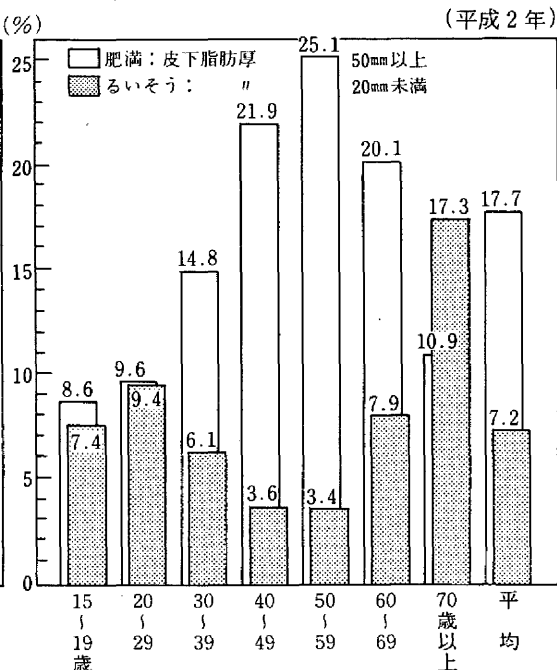
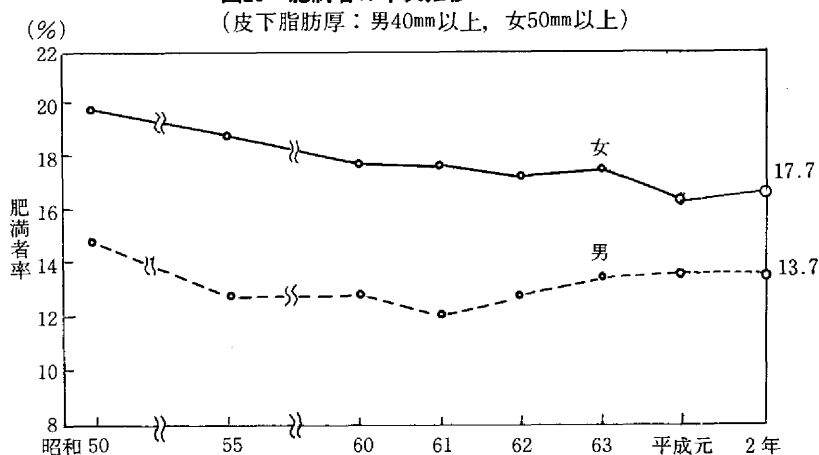


図25 肥満者の年次推移



4. 身体 の 状 況

— 肥満者は男性で7人に1人，女性で5人に1人 —

皮下脂肪厚(上腕背部+肩甲骨下部)からみた肥満者(男40mm以上，女50mm以上)とるいそう者(男10mm未満，女20mm未満)の割合を年齢階級別にみると図23，24のとおり，15～19歳，20歳代の若い女性の肥満者は8～10%と少ないが，30歳代以後はかなり肥満者が増え，50歳代においては25.1%で4人に1人が肥満者と，かなり年代間に差があることがわかる。その点男性においては，女性ほど年代