

# 平成22年県民健康・栄養調査結果の概要

栄養摂取状況調査  
健康と生活習慣に関するアンケート

平成24年2月  
山形県健康福祉部

# 目 次

	頁
調査の概要	1
結果の概要	
1 栄養摂取状況調査	
(1) 栄養素等の摂取状況	3
(2) エネルギーの栄養素別摂取構成	4
(3) 食塩摂取量	6
(4) カルシウム摂取量	10
(5) 鉄摂取量	12
(6) 食品群別摂取量	14
(7) 野菜摂取量	15
(8) 果物摂取量	17
(9) 牛乳・乳製品摂取量	19
(10) 穀類摂取量	21
2 健康と生活習慣に関するアンケート調査	
(1) 体型の状況	23
(2) 肥満及びやせの状況	24
(3) 朝食の欠食	26
(4) 夕食の状況	28
(5) エネルギーの摂取量について	29
(6) 栄養補助食品の利用状況	30
(7) 食生活の状況	31
(8) 運動習慣の状況	34
(9) ストレスの状況	35
(10) 睡眠	36
(11) 睡眠確保のための睡眠補助剤とアルコールの使用状況	37
(12) 喫煙の状況	38
(13) 喫煙及び受動喫煙の健康への影響等について	41
(14) 飲酒の状況	43
(15) 歯に関する状況	44
(16) 内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）に関する認知状況について	45

# 調査の概要

## 1 調査の目的

この調査は、県民の生活習慣、食品摂取量、栄養素等摂取量の実態を把握し、健康づくり対策等に必要の基礎資料を得ることを目的とするものである。調査結果は、健康づくりの行動計画である「山形県健康増進計画」における各目標値の達成状況の把握に用いるとともに、次期計画（平成25年度～）策定の資料として用いる。

（この調査は、昭和53年から「県民栄養調査」として3年毎に実施しているもので、今回で10回目の調査となる。前回調査（平成16年県民健康・栄養調査）から、生活習慣に関する調査項目を追加、拡充し、「県民健康・栄養調査」として原則5年毎に実施している。）

## 2 調査の対象及び客体

### (1) 栄養摂取状況調査

平成17年国勢調査において設定された調査地区の中から、無作為抽出した16地区の世帯及びその世帯員（満1歳以上）を調査対象とした。

※「健康と生活習慣に関するアンケート調査」の対象となった世帯の中から抽出。

調査対象世帯数 486世帯 対象者数 1,699人  
調査実施世帯数（調査協力世帯数） 346世帯 有効回答者数 1,192人

有効回答者の年齢階級別状況

	総数	1～6歳	7～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上
総数	1,192	44	103	48	84	114	151	179	193	155	121
男性	557	22	47	21	46	54	74	83	95	74	41
女性	635	22	56	27	38	60	77	96	98	81	80

### (2) 健康と生活習慣に関するアンケート調査

平成17年国勢調査において設定された調査地区の中から、無作為抽出した104地区の世帯及びその世帯員（中学生以上）を調査対象とした。

調査対象世帯数 3,273世帯 対象者数 11,665人  
調査実施世帯数（調査協力世帯数） 2,592世帯 有効回答者数 7,081人

有効回答者の年齢階級別状況

	総数	12～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳以上
総数	7,081	203	382	593	823	950	1,300	1,216	941	673
男性	3,334	101	186	298	404	430	630	603	423	259
女性	3,747	102	196	295	419	520	670	613	518	414

### 3 調査項目

- (1) 栄養摂取状況調査（満1歳以上）  
世帯員各々の食品摂取量、栄養素等摂取量、食事状況〈欠食・外食等〉
- (2) 健康と生活習慣に関するアンケート調査（中学生以上）  
健康状態、食習慣、運動習慣、睡眠・ストレス、喫煙、飲酒、歯の健康、検診等

### 4 調査実施時期

- (1) 栄養摂取状況調査  
平成22年11月中の1日（日曜、祝祭日を除く任意に定めた1日）
- (2) 健康と生活習慣に関するアンケート調査  
平成22年10月16日から11月30日

### 5 調査方法等

- (1) 調査員の構成  
調査員は、保健所の医師（調査総括）、管理栄養士、保健師、事務担当者及び各市町村から推薦を受けた調査員（食生活改善推進員等）が担当した。
- (2) 調査体制
  - ① 県庁保健業務課：調査の企画・立案、集計・解析、報告書の作成
  - ② 各保健所：調査班の編成、説明会の開催、市町村との連絡調整、調査の実施、調査票の取りまとめ、栄養摂取状況調査のデータ入力
  - ③ 各市町村：アンケート調査員の推薦、調査への協力
- (3) 調査方法
  - ① 栄養摂取状況調査  
調査日は、祝祭日、冠婚葬祭他、食物摂取に変化のある日を避け、被調査世帯においてなるべく普通の摂取状態にある日に実施した。調査開始前に被調査世帯に対し、調査の主旨を十分説明した。調査当日は、調査員（管理栄養士等）が被調査世帯を直接訪問し、調査票の記入もれや記載ミスがないか確認の上、調査票の回収を行った。
  - ② 健康と生活習慣に関するアンケート調査  
自記式質問紙調査。被調査世帯に対し、調査員（食生活改善推進員等）が調査票を配布し、回収した。

### 6 その他

- ① 本調査結果に掲載している数値は、四捨五入により、内訳合計が総数と合わないことがある。
- ② 国民健康・栄養調査における平成22年のデータについては、「平成22年国民健康・栄養調査の概要」から引用した。
- ③ 調査結果の詳細については、「平成22年県民健康・栄養調査結果報告」として別途発行する。