

令和4年県民健康・栄養調査結果報告書

令和6年2月

山形県健康福祉部

目次

調査の概要

1	調査の目的	1
2	調査の経緯	1
3	調査の対象及び客体	1
4	調査客体の概要	1
5	調査項目	6
6	調査実施時期と方法	6
7	調査体制	6
8	調査に関する秘密の保持	7
9	本書利用上の留意点	7

結果の概要

1	栄養摂取状況調査	
(1)	栄養素等の摂取状況	9
(2)	エネルギーの栄養素別摂取構成	10
(3)	食塩摂取量	12
(4)	カルシウム摂取量	18
(5)	鉄摂取量	20
(6)	食品群別摂取量	22
(7)	野菜摂取量	23
(8)	果物摂取量	25
(9)	牛乳・乳製品摂取量	27
2	健康と生活習慣に関するアンケート調査	
(1)	肥満及びやせの状況	29
(2)	習慣的な朝食欠食	32
(3)	食生活の状況	33
(4)	運動習慣の状況	35
(5)	ストレスの状況	36
(6)	睡眠の状況	37
(7)	喫煙の状況	38
(8)	各場所における受動喫煙の有無とCOPDの認知度について	41

(9) 飲酒の状況	42
(10) 歯に関する状況	44
(11) 歯科検診及びかかりつけ歯科医の有無	46
(12) 新型コロナウイルス感染拡大前との比較	47
(13) 高齢者（65歳以上）の健康	51

第1部 栄養素等摂取状況調査の結果

【栄養素等摂取量】

第1表の1	栄養素等摂取量	平均値（全体・年齢階級別）	53
第1表の2	栄養素等摂取量	平均値（男・年齢階級別）	55
第1表の3	栄養素等摂取量	平均値（女・年齢階級別）	57
第2表	栄養素等摂取量	平均値（地域別）	59
第3表	栄養素等摂取量	平均値（人口規模別）	60

【食品群別摂取量】

第4表の1	食品群別摂取量	平均値（全体・年齢階級別）	61
第4表の2	食品群別摂取量	平均値（男・年齢階級別）	62
第4表の3	食品群別摂取量	平均値（女・年齢階級別）	63
第5表	食品群別摂取量	平均値（地域別）	64
第6表	食品群別摂取量	平均値（人口規模別）	64

【食品群別栄養素等摂取量】

第7表の1	食品群別栄養素等摂取量	（全体）	65
第7表の2	食品群別栄養素等摂取量	（男）	71
第7表の3	食品群別栄養素等摂取量	（女）	77

【栄養素等摂取量の分布】

第8表の1	エネルギー摂取量の分布	（性・年齢階級別）	83
第8表の2	たんぱく質摂取量の分布	（性・年齢階級別）	83
第8表の3	動物性たんぱく質摂取量の分布	（性・年齢階級別）	84
第8表の4	脂質摂取量の分布	（性・年齢階級別）	84
第8表の5	動物性脂質摂取量の分布	（性・年齢階級別）	85
第8表の6	脂肪エネルギー比率の分布	（性・年齢階級別）	85
第8表の7	炭水化物摂取量の分布	（性・年齢階級別）	86
第8表の8	食塩摂取量の分布	（性・年齢階級別）	86
第8表の9	カリウム摂取量の分布	（性・年齢階級別）	87
第8表の10	カルシウム摂取量の分布	（性・年齢階級別）	87
第8表の11	マグネシウム摂取量の分布	（性・年齢階級別）	88

第8表の12	リン摂取量の分布	(性・年齢階級別)	88
第8表の13	鉄摂取量の分布	(性・年齢階級別)	89
第8表の14	亜鉛摂取量の分布	(性・年齢階級別)	89
第8表の15	銅摂取量の分布	(性・年齢階級別)	90
第8表の16	ビタミンA摂取量の分布	(性・年齢階級別)	90
第8表の17	ビタミンD摂取量の分布	(性・年齢階級別)	91
第8表の18	ビタミンE摂取量の分布	(性・年齢階級別)	91
第8表の19	ビタミンK摂取量の分布	(性・年齢階級別)	92
第8表の20	ビタミンB1摂取量の分布	(性・年齢階級別)	92
第8表の21	ビタミンB2摂取量の分布	(性・年齢階級別)	93
第8表の22	ナイアシン摂取量の分布	(性・年齢階級別)	93
第8表の23	ビタミンB6摂取量の分布	(性・年齢階級別)	94
第8表の24	ビタミンB12摂取量の分布	(性・年齢階級別)	94
第8表の25	葉酸摂取量の分布	(性・年齢階級別)	95
第8表の26	パントテン酸摂取量の分布	(性・年齢階級別)	95
第8表の27	ビタミンC摂取量の分布	(性・年齢階級別)	96
第8表の28	コレステロール摂取量の分布	(性・年齢階級別)	96
第8表の29	食物繊維(総量)摂取量の分布	(性・年齢階級別)	97
第8表の30	水溶性食物繊維摂取量の分布	(性・年齢階級別)	97
第8表の31	不溶性食物繊維摂取量の分布	(性・年齢階級別)	98
【脂肪エネルギー比率、食品摂取量の分布】			
第9表の1-1	脂肪エネルギー比率の分布	(性・年齢階級別)	99
第9表の1-2	脂肪エネルギー比率の分布	(20歳以上)	99
第9表の2	食塩摂取量の分布	(性・年齢階級別)	100
第9表の3	野菜摂取量の分布	(性・年齢階級別)	101
第9表の4	緑黄色野菜摂取量の分布	(性・年齢階級別)	102
第9表の5	果物摂取量の分布	(性・年齢階級別)	103
第9表の6	牛乳・乳製品摂取量の分布	(性・年齢階級別)	104
第9表の7	穀物摂取量の分布	(性・年齢階級別)	105
第9表の8	米類摂取量の分布	(性・年齢階級別)	106

第2部 朝・昼・夕別の食事状況調査の結果

第1表の1	朝昼夕別にみた1日の食事構成	(全体・年齢階級別)	107
第1表の2	朝昼夕別にみた1日の食事構成	(男・年齢階級別)	108
第1表の3	朝昼夕別にみた1日の食事構成	(女・年齢階級別)	109

第2表の1	朝昼夕間食別栄養摂取量	(全体)・・・・・・・・・・	110
第2表の2	朝昼夕間食別栄養摂取量	(男・年齢階級別)・・・・・・・・	111
第2表の3	朝昼夕間食別栄養摂取量	(女・年齢階級別)・・・・・・・・	112

第3部 身体状況調査の結果

1 県全体集計の結果

第1表	身長・体重の平均値及び標準偏差	(性・年齢階級別)・・・・・・・・	113
第2表	BMIの状況	(性・年齢階級別)・・・・・・・・	114
第3表	BMIの平均値及び標準偏差	(性・年齢階級別)・・・・・・・・	115
2	地域別集計の結果〔第4表～第5表〕	・・・・・・・・・・	116

第4部 健康と生活習慣に関するアンケート調査の結果

1 県全体集計の結果

【健康、生活に関すること】

第1表	ふだん健康だと思うか	(性・年齢階級別)・・・・	123
-----	------------	---------------	-----

【食習慣に関すること】

第2表	栄養バランスを考えて食事をとっているか	(性・年齢階級別)・・・・	124
第3表	ふだん朝食をとっているか	(性・年齢階級別)・・・・	125
第4表	朝食を欠食する理由	(性・年齢階級別)・・・・	126
第5表	朝食を欠食するようになった時期	(性・年齢階級別)・・・・	127
第6表	食品を購入、外食するときに栄養成分の表示を 参考にしているか	(性・年齢階級別)・・・・	128

【運動習慣に関すること】

第7表	普段運動をしているか	(性・年齢階級別)・・・・	129
第8表	地域活動に参加しているか	(性・年齢階級別)・・・・	130

【睡眠・ストレスに関すること】

第9表	ここ1か月間、睡眠で休養が十分にとれているか	(性・年齢階級別)・・	131
第10表	ここ1か月間に悩み、ストレス等があったか	(性・年齢階級別)・・・・	132

【喫煙に関すること】

第11表	現在の喫煙状況	(性・年齢階級別)・・・・	133
第12表	禁煙の意志	(性・年齢階級別)・・・・	134
第13表	1か月間、各場所において受動喫煙があったか	(性・年齢階級別)・・	135
第14表	COPDという病気を知っているか	(性・年齢階級別)・・・・	136

【飲酒に関すること】

第15表	飲酒の頻度	(性・年齢階級別)	137
第16表	飲酒日1日あたりの飲酒量	(性・年齢階級別)	138
第17表	飲酒習慣の状況	(性・年齢階級別)	139
第18表	多量に飲酒する人の割合	(性・年齢階級別)	140

【歯の健康に関すること】

第19表	歯と歯の間を清掃するための専用器具を使っているか	(性・年齢階級別)	141
第20表	歯が原因で食べにくくなったと感ずることがあるか	(性・年齢階級別)	142
第21表	現在残っている歯の平均本数及び標準偏差	(性・年齢階級別)	143
第22表	歯が20本以上残っている人の割合	(性・年齢階級別)	144
第23表	歯が24本以上残っている人の割合	(性・年齢階級別)	145
第24表	この1年間に歯科検(健)診を受けたか	(性・年齢階級別)	146
第25表	かかりつけ歯科医があるか	(性・年齢階級別)	147

【新型コロナウイルス感染症の拡大に関すること】

第26表	新型コロナウイルス感染拡大前との比較	(性・年齢階級別)	148
------	--------------------	---------------------	-----

【中学生・高校生の調査結果】

第27表の1	ふだん朝食をとっているか	(中学生・高校生)	149
第27表の2	朝食を欠食する理由	(中学生・高校生)	149
第28表	現在の喫煙状況	(中学生・高校生)	150
第29表	飲酒の状況	(中学生・高校生)	150

2	地域別集計の結果〔第30表～第55表〕	151
---	-------------------------------	-----

参考資料

1	栄養摂取状況調査票	165
2	健康と生活習慣に関するアンケート調査票	169
3	国民健康・栄養調査食品群別表	171
4	国民健康・栄養調査職業分類表	177