

平成27年
大阪版健康・栄養調査報告書

大阪府健康医療部

平成29年3月

目 次

調査の概要

1	調査の目的	1
2	調査の対象	1
3	調査項目及び実施時期	1
4	調査方法	2
5	調査実施率	2
6	結果の集計及び集計客体	2
7	本書利用上の留意点	3
	調査票の様式	6

結果の概要

I	成人調査の結果	1 6
1	1 体格と健康感について	1 7
2	2 健康や食育への意識と健康づくり行動実践状況	2 4
3	3 朝食摂取状況	3 1
4	4 野菜摂取状況	3 4
5	5 外食・中食の摂取状況	3 7
6	6 栄養成分表示の活用状況	4 3
7	7 主食の重ね食べの状況	4 5
8	8 共食の状況	4 8
9	9 咀嚼と食べる速さの状況	5 0
10	10 高齢者のたんぱく質摂取状況について	5 3
II	高校生調査の結果	5 5
1	1 体格について	5 5
2	2 ダイエットについて	5 6
3	3 朝食について	5 6
4	4 外食・コンビニ等の利用について	5 6
5	5 飲み物について	5 8
6	6 3大栄養素の知識について	5 8
7	7 野菜の量の知識について	5 9
8	8 栄養や食事についての会話	5 9
9	9 家族との料理機会	5 9
10	10 調理の実践	6 0
11	11 主食の重ね食べに対する意識	6 2
12	12 菓子パンについて	6 3
III	考察	6 4
IV	世代別特徴のまとめ	7 0

結果集計表（成人調査）

第1表	体格（BMI）別人数割合	7 5
第2表	BMI 平均値・標準偏差・中央値（世代別、地域別）	7 5
第3表	健康感	7 5
第4表	健康感（体格別）	7 6

第5表	健康への関心	7 6
第6表	健康への関心（体格別）	7 7
第7表	体格の自己認識	7 7
第8表	体格の自己認識（体格別）	7 8
第9表	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために半年以上続けていること（複数回答）	7 9
第10表	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために半年以上続けていること（複数回答）（体格別）	8 0
第11表	体重測定頻度	8 0
第12表	体重測定頻度（体格別）	8 1
第13表	1回30分以上の運動頻度	8 1
第14表	朝食摂取状況	8 2
第15表	朝食摂取状況（体格別）	8 2
第16表	朝食を食べていない理由（問7で2、3と回答した者の複数回答）	8 3
第17表	朝食での野菜摂取状況	8 4
第18表	「野菜1日350g以上摂取」の意識	8 4
第19表	「野菜1日350g以上摂取」の知識	8 5
第20表	野菜料理（野菜）に対する意識（複数回答）	8 5
第21表	主食、主菜、副菜が3つそろった食事を1日に2回以上食べる頻度	8 6
第22表	主食の重ね食べ頻度	8 7
第23表	主食の重ね食べ頻度（体格別）	8 8
第24表	主食の重ね食べに対する意識（複数回答）	8 8
第25表	よく噛んで食べることの意識	8 9
第26表	菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取頻度	9 0
第27表	菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取頻度（体格別）	9 1
第28表	外食利用頻度	9 2
第29表	外食利用頻度（体格別）	9 3
第30表	中食利用頻度	9 3
第31表	中食利用頻度（体格別）	9 4
第32表	外食、中食を選ぶ理由（複数回答）	9 5
第33表	平日の朝食の支度にかかる時間	9 7
第34表	平日の夕食の支度にかかる時間	9 7
第35表	食育への関心	9 8
第36表	栄養成分表示の活用状況	9 9
第37表	「うちのお店も健康づくり応援団の店」認知度	9 9
第38表	栄養に関する知識の有無	
ア	食事バランスガイド	1 0 0
イ	食生活指針	1 0 0
ウ	日本人の食事摂取基準	1 0 1
エ	6つの基礎食品	1 0 1
オ	3色分類	1 0 2
第39表	栄養に関する指針を参考にしている者（複数回答）	1 0 3
第40表	健康情報の入手先（複数回答）	1 0 4
第41表	独居世帯の割合	1 0 5
第42表	同居者との朝食共食頻度（問28で2と回答した者）	1 0 6
第43表	同居者との夕食共食頻度（問28で2と回答した者）	1 0 7
第44表	医療保険の状況	1 0 7
第45表	対象特性の状況	1 0 8
第46表	同居者の人数（本人含む）	1 0 9
第47表	栄養素等摂取量	1 1 0
第48表	食品群別摂取量	1 1 2
第49表	野菜摂取状況	1 1 4

結果集計表（高校生調査）

第50表	最近1ヶ月間の1日平均睡眠時間	114
第51表	授業日の起床後登校までの時間	114
第52表	通学時間（片道）	114
第53表	体育（運動すること）への興味関心	115
第54表	学内スポーツ系クラブへの加入状況	115
第55表	学外スポーツ系クラブへの加入状況	115
第56表	朝食摂取状況	115
第57表	朝食を食べない理由（問5で2、3、4と答えた者）	115
第58表	昼食の状況	116
第59表	外食やコンビニ等での食事頻度	116
第60表	外食やコンビニ等で購入する際に優先すること（問7で1～7と回答した者）	
ア	量	116
イ	カロリー	116
ウ	好み	116
エ	栄養のバランス	117
第61表	外食やコンビニ等で購入する際に一番優先する項目（問7-2で回答した者）	117
第62表	夕食時間	117
第63表	夕食の共食状況	117
第64表	飲み物の1日平均摂取量（mL）	117
第65表	食べる速さ	118
第66表	好き嫌いの有無	118
第67表	ダイエット経験	118
第68表	3大栄養素の理解度	
ア	赤（肉、魚、卵、大豆・大豆製品等）	118
イ	黄（ごはん、パン、めん類、イモ類）	118
ウ	緑（野菜・果物等）	118
第69表	健康のために必要な1日の野菜量（記述式）	119
第70表	栄養や食事に関する家族との会話	119
第71表	家族と一緒に料理を作る機会	119
第72表	調理の実践	
ご飯		119
みそ汁		120
弁当		120
第73表	主食の重ね食べに対する意識（複数回答）	120
第74表	食事での菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取状況	120
第75表	体格の自己認識	121
第76表	一番最近の身長・体重（自己申告）	121

調査の概要

1 調査の目的

大阪府民の栄養摂取状況および生活習慣等の実態を把握し、課題を明らかにするとともに、健康寿命の延伸に有効な健康・栄養施策の展開につなげることを目的とした。

2 調査の対象

【成人調査】

成人調査の対象者は、平成 27 年国民生活基礎調査で設定された府内 85 地区から無作為抽出した 50 地区（88 単位区）の内、該当世帯の 18 歳以上（平成 27 年 11 月 1 日現在の年齢）の世帯員とした。

以下の世帯及び世帯員は調査の対象から除外した。

<世帯>

- ・世帯主が外国人である世帯
- ・国民生活基礎調査への協力が得られなかった世帯

<世帯員>

- ・在宅患者で疾病などの理由により流動状の食品や薬剤のみを摂取している場合など通常の食事をしていない人
- ・調査期間を通じて調査対象世帯に在住していない人
例）・旅行や出張などで自宅を離れている人 ・単身赴任している人
・遊学している人 ・病院等に入院している人
・介護老人保健施設、指定介護療養型医療施設、社会福祉施設等に入所している人

【高校生調査】

高校生調査の対象者は、府域 4 ブロックから府立高等学校各 1 校、計 4 校に在学中の生徒とした。

3 調査項目及び実施時期

(1)調査項目

【成人調査】

- ①「平成 27 年度 大阪版健康・栄養調査アンケート」による調査
朝食摂取状況、健康的な生活習慣の実践、共食の状況、食べ方への関心 等
- ②簡易型自記式食事歴法質問票（brief-type self-administered diet history questionnaire: BDHQ）による調査
調査日前およそ 1 ヶ月間の食生活の栄養素等摂取量、食品群別摂取量等

【高校生調査】

- ・「平成 27 年度 大阪版健康・栄養調査（高校生）アンケート」による調査
朝食摂取状況、健康的な生活習慣の実践、共食の状況、食べ方への関心 等

(2)調査時期

【成人調査】 平成 27 年 11 月 1 日から 12 月 11 日

【高校生調査】 平成 28 年 2 月

4 調査方法

【成人調査】

- ・調査員が被調査世帯を訪問し、調査票を配布。後日再度訪問し、記入後の調査票を回収した。

【高校生調査】

- ・調査票を、被調査校へ郵送または手渡しし、後日郵送または手渡しにて回収した。

5 調査実施率

【成人調査】

対象世帯数 1,564 世帯

回答世帯数 958 世帯（回収率 61.3%）

回答者数 1,858 人（食生活・生活習慣に関するアンケート）
1,851 人（BDHQ）

調査票の回収数及び実施率

	対象世帯数	実施世帯数	実施率(%)	BDHQ 回収数	アンケート 回収数
政令市・中核市を除く大阪府	679	473	69.7	960	962
大阪市	394	163	41.4	273	275
堺市	149	94	63.1	183	184
豊中市	59	36	61.0	67	67
高槻市	88	73	83.0	155	155
枚方市	80	55	68.8	93	96
東大阪市	115	64	55.7	120	119
総数	1,564	958	61.3	1,851	1,858

【高校生調査】

対象 府立高等学校 4 校

回答者数 4 校 555 人

6 結果の集計及び集計客体

結果の集計は、大阪府立大学及び府健康づくり課で行った。集計客体数は、成人調査はアンケート、BDHQ のいずれも協力が得られ、BDHQ から算出したエネルギー摂取量中央値の $\pm 2.5SD$ 内の 1,810 人とした。高校生調査は集計不能な回答を除く 524 人とした。

性・年齢階級別 集計客体数（成人調査）

年齢階級	男性	女性	総数
10 歳代	9	19	28
20 歳代	67	74	141
30 歳代	101	106	207
40 歳代	141	154	295
50 歳代	102	132	234
60 歳代	177	231	408
70 歳代	165	185	350
80 歳以上	59	88	147
総数	821	989	1,810

性・学年別 集計客体数（高校生調査）

学年	男性	女性	総数
1 年	56	125	181
2 年	111	230	341
3 年	1	1	2
総数	168	356	524

7 本書利用上の留意点

(1) アンケート調査の結果について

- ・各設問の回答人数は、無回答を除いて集計した。
- ・掲載している数値は四捨五入のため、内訳合計が総数と合わないことがある。
- ・体格とのクロス集計では、BMI35.0以上の高度肥満4名を除いて集計した。

(2) 栄養素等摂取量及び食品群別摂取量について

- ・栄養素等摂取量及び食品群別摂取量の算出は、BDHQの結果を用いた。BDHQは大規模な栄養疫学研究や栄養が従である（他の要因が主である）研究に用いることを目的として開発され、大学・病院・診療所・自治体などが使用している。最近1ヶ月の食事を75項目回答し、栄養素等摂取量及び食品群別摂取量を算出するものである。専用の栄養価計算プログラムにより約30種類の栄養素と約50種類の食品の摂取量を算出できる。春夏秋冬の季節ごとに約3ヶ月おきに、非連続の4日間（平日3日、休日1日）の半秤量式食事記録法の結果との比較で、食品群別摂取量、栄養素摂取量いずれも成人については妥当性が確認されており、食事記録に相当する結果を得られる。
- ・調査結果を分析するにあたり、個人の算出結果の一部をアンケートによる調査とのクロス集計に活用した。
- ・算出結果は平均値及び標準偏差、中央値で示した。エネルギー摂取量の分布曲線が正規分布ではなく、少ない方向にやや偏った傾向がみられたことから、栄養素等摂取量及び食品群別

摂取量の代表値は中央値を用いた。

- ・食品群の分類は、BDHQ の食品分類により算出した。なお、BDHQ の食品分類は平成 24 年国民健康・栄養調査食品群別表に準じている。

<食品分類表>

食品群	BDHQ回答項目
穀類	めし
	パン
	そば
	うどん
	ラーメン
	パスタ類
いも類	いも
砂糖・甘味料類	砂糖
豆類	とうふ・油揚げ
	納豆
緑黄色野菜	漬物(緑葉色野菜)
	緑葉野菜
	にんじん・かぼちゃ
	トマト
	100%ジュース(摂取重量×0.225＝緑黄色野菜)
その他の野菜	漬物(その他の野菜)
	レタス・キャベツなどの生野菜
	キャベツ
	だいこん・かぶ
	根菜
果実類	柑橘類
	かき・いちご
	その他の果物
	100%ジュース(摂取重量×0.775＝果実類)
きのこ類	きのこ
藻類	海草
魚介類	いか・たこ・えび・貝
	骨ごと魚
	ツナ缶
	干物
	脂がのった魚
	脂が少ない魚
肉類	鶏肉
	豚肉・牛肉
	ハム
	レバー

食品群	BDHQ回答項目
卵類	たまご
乳類	低脂肪乳
	普通乳
	アイスクリーム
油脂類	油
菓子類	洋菓子
	和菓子
	せんべい
飲料類	緑茶
	紅茶・ウーロン茶
	コーヒー
	コーラ
嗜好飲料類	日本酒
	ビール
	焼酎
	ウイスキー
	ワイン
調味料・香辛料類	しょうゆ・ソース(食塩換算量)
	食塩
	マヨネーズ
	みそ汁×7.7/150
	めんスープ×1.5/100※
栄養価計算に含まない※	魚(いか・たこ・えび・貝を含む)を使った料理 さしみ・すし
	魚(いか・たこ・えび・貝を含む)を使った料理 焼き魚
	魚(いか・たこ・えび・貝を含む)を使った料理 煮魚・鍋物・汁物・みそ汁
	魚(いか・たこ・えび・貝を含む)を使った料理 天ぷら・揚げ魚
	肉(ハム・ソーセージ含む)を使った料理 焼肉・ステーキ・グリル
	肉(ハム・ソーセージ含む)を使った料理 ハンバーグ・カレー・ミートソースなどの洋風料理
	肉(ハム・ソーセージ含む)を使った料理 揚げ物・天ぷら
	肉(ハム・ソーセージ含む)を使った料理 炒め物
	肉(ハム・ソーセージ含む)を使った料理 和風の煮物・鍋物・どんぶり物・汁物・みそ汁
	柑橘類(季節)
	かき(季節)
	いちご(季節)

※ 食事歴法の考え方をういて、調理食塩・調理油・調理砂糖の摂取量を推定するために用いている。

調 査 員 記 入 欄		
地区番号	世帯番号	世帯員番号

平成 27 年度 大阪版健康・栄養調査 「アンケート」

【ご記入方法】

○調査票に直接、HBのシャープペンシルまたは黒の鉛筆でご記入ください。

○質問に「あてはまる番号を 1 つ選んで」「あてはまる番号をすべて選んで」などと書かれている場合は、その指示に従ってください。

○回答の中で「その他」を選ばれた場合は、できるだけ（ ）内に具体的な内容をご記入ください。

○書き間違えた場合は、消しゴムできれいに消してください。

○調査票を提出する前に、記入もれや誤りがないか、もう一度ご確認ください。

【回収方法】

○後日、調査員が訪問しますので、身分を「大阪版健康・栄養調査」調査員証でご確認の上、記入した調査票をお渡しください。

○記入もれなどがあった場合は、調査員がお尋ねすることがあります。

○わからない点や質問などがございましたら、お気軽に調査員にお尋ねください。

問1 あなたはふだん健康だと感じていますか。あてはまるものを1 つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 非常に健康だと思う
- 2 健康な方だと思う
- 3 あまり健康ではない
- 4 健康ではない

問2 あなたは健康に関心がありますか。あてはまるものを1 つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない

問3 あなたは太っていると思いますか、やせていると思いますか。あてはまるものを1 つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 太っている
- 2 少し太っている
- 3 ちょうどよい（ふつう）
- 4 少しやせている
- 5 やせている

問4 あなたはメタボ（メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群））の予防や改善のために行っていることで、半年以上続けていることはありますか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 体重の測定
- 2 定期的な運動
- 3 適切な食事
- 4 その他（ ）
- 5 半年以上続けて行っていることはない

問5 あなたはどのくらいの頻度で体重を測っていますか。あてはまるものを1 つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 毎日
- 2 週に1回以上
- 3 月に1回以上
- 4 1年に1回以上
- 5 1年以上測っていない

問6 あなたはどのくらいの頻度で1回30分以上の運動（趣味としてのウォーキング、散歩などを含みます）を行っていますか。あてはまるものを1 つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 週2日以上
- 2 週1日程度
- 3 ほとんど行っていない

問7 あなたはふだん朝食を食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ほとんど毎日食べる → 問8へ
- 2 週2～5日食べる → 問7-2へ
- 3 ほとんど食べない → 問7-2へ

問7-2 問7で2、3と回答した方にお尋ねします。朝食を食べていない理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 朝食を用意する手間がかかる
- 2 朝食にかかる時間がない
- 3 朝は食欲がない
- 4 がまんしている（ダイエットなど）
- 5 朝食費を節約したい
- 6 朝食を食べる習慣がない
- 7 朝食を食べなくても問題がない
- 8 その他（ ）
- 9 特に理由はない

問8 あなたは朝食で野菜を食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週2～5日食べる
- 3 ほとんど食べない

問9 あなたは、ふだん野菜を1日350g以上食べていると思いますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 食べていると思う
- 2 食べていないと思う
- 3 わからない

問10 あなたは、健康のために「野菜を1日350g以上食べたほうがよい」ことを知っていましたか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

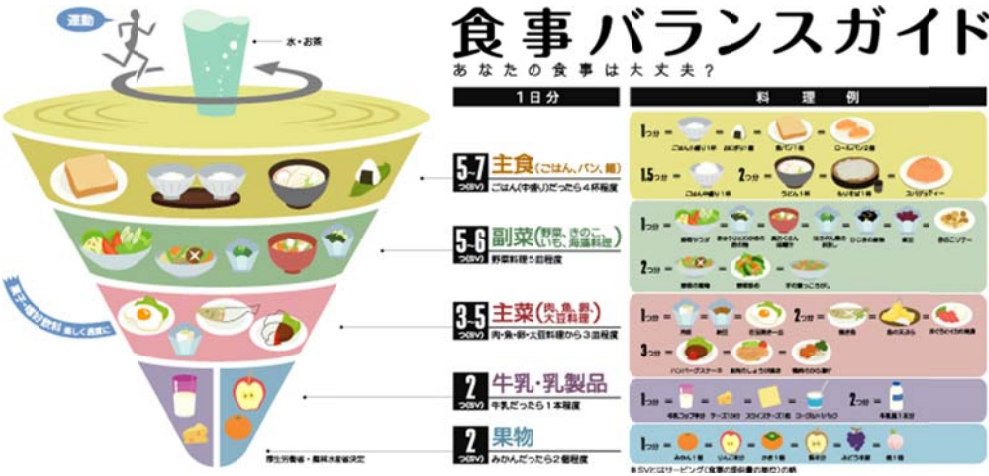
- 1 知っていた
- 2 知らなかった

問11 あなたは野菜料理（野菜）についてどう思っていますか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 嫌い（苦手）な野菜がある
- 2 野菜料理（野菜）は用意するのが面倒
- 3 野菜料理（野菜）は値段が高い
- 4 外食では野菜が少ない
- 5 食べる必要性を感じない
- 6 特に何も思わない
- 7 その他（ ）

問12 あなたは次の食事バランスガイドにあるように、主食（ごはん、パン、麺など）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品などを使った料理）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻などを使った料理）が3つそろった食事を1日に2回以上食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週2～5日食べる
- 3 ほとんど食べない



問13 あなたは米・パンと麺類や粉もん（お好み焼き、たこ焼きなど）と一緒にどのくらい食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|----------|----------|
| 1 1日3食以上 | 2 1日2食 |
| 3 1日1食 | 4 週4～6食 |
| 5 週2～3食 | 6 週1食 |
| 7 週1食未満 | 8 全く食べない |

問14 あなたは米・パンと麺類や粉もん（お好み焼き、たこ焼きなど）と一緒に食べることにについてどう思いますか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|---------------|----------------|
| 1 お得だと思う | 2 お腹いっぱいになると思う |
| 3 おいしいと思う | 4 大阪らしいと思う |
| 5 栄養がとれていると思う | 6 健康に良くないと思う |
| 7 太りそうだと思う | 8 特に何も思わない |
| 9 その他（ | ） |

問15 あなたはよく噛んで食べることに気をつけていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 気をつけている
- 2 どちらかといえば気をつけている
- 3 どちらかといえば気をつけていない
- 4 気をつけていない

問16 あなたは菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含みません）を食事やおやつでどのくらい食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|----------|----------|
| 1 1日3回以上 | 2 1日2回 |
| 3 1日1回 | 4 週4～6回 |
| 5 週2～3回 | 6 週1回 |
| 7 週1回未満 | 8 全く食べない |

問17 あなたは外食をどのくらい利用していますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 1日3食以上 | 2 1日2食 |
| 3 1日1食 | 4 週4～6食 |
| 5 週2～3食 | 6 週1食 |
| 7 週1食未満 | 8 全く利用しない |

問18 あなたは中食（弁当や惣菜などの調理済み食品を購入して自宅で食べること）・出前をどのくらい利用していますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|----------|-----------|
| 1 1日3食以上 | 2 1日2食 |
| 3 1日1食 | 4 週4～6食 |
| 5 週2～3食 | 6 週1食 |
| 7 週1食未満 | 8 全く利用しない |
| 9 わからない | |

問19 あなたが外食、中食・出前を選ぶ理由は何ですか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 料理（お弁当などを含む）を用意する手間がかからない
- 2 料理（お弁当などを含む）を用意する時間がかからない
- 3 好きなものを選べる
- 4 いろいろなメニューを選べる
- 5 バランスよく栄養を取ることができる
- 6 おいしい料理が食べられる
- 7 つきあい
- 8 食費を抑えることができる
- 9 その他（

10 特に理由はない

11 外食・中食は選ばない

問20 あなたが平日の朝食の支度にかかる時間はどのくらいですか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 調理しない | 2 20分未満 |
| 3 20分以上40分未満 | 4 40分以上1時間未満 |
| 5 1時間以上 | |

問21 あなたが平日の夕食の支度にかかる時間はどのくらいですか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|--------------|--------------|
| 1 調理しない | 2 20分未満 |
| 3 20分以上40分未満 | 4 40分以上1時間未満 |
| 5 1時間以上 | |

問22 あなたは「食育」に関心がありますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない
- 5 「食育」という言葉を知らない

「食育」は、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどを身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを育てることです。

問23 あなたは栄養成分表示を参考にしてメニューを選びますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|--------------|---------------|
| 1 いつも参考にして選ぶ | 2 ときどき参考にして選ぶ |
| 3 ほとんど参考にしない | 4 見たことがない |
| 5 わからない | |

問24 あなたは次のページにある「うちのお店も健康づくり応援団」というマークがついたお店を見ることがありますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 知らない

問25 あなたは次のページにある指針を知っていますか。アからオの指針についてそれぞれあてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

	1 内容を知っている	2 内容までは知らない	3 聞いたことがない
ア 食事バランスガイド	1	2	3
イ 食生活指針	1	2	3
ウ 日本人の食事摂取基準	1	2	3
エ 6つの基礎食品	1	2	3
オ 3色分類	1	2	3

問26 あなたは日頃の食生活で次のページにある指針を参考にしていますか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|----------------|------------|
| 1 食事バランスガイド | 2 食生活指針 |
| 3 日本人の食事摂取基準 | 4 6つの基礎食品 |
| 5 3色分類 | 6 その他の指針など |
| 7 特に参考にしたことがない | () |

うちのお店も健康づくり応援団

外食メニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供をして、生活習慣の改善を応援する取組みをしている飲食店。



【栄養に関する指針】

食事バランスガイド

「何を」「どれだけ」食べたらよいかをわかりやすくコマで示したもの（図は4ページ参照）

食生活指針

望ましい食生活を実践するための指針として国が策定したもの

日本人の食事摂取基準

1日に必要なエネルギーや栄養素の摂取量の目安を示したもの

6つの基礎食品

栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの

3つの食品群	赤群		緑群		黄群	
6つの食品群	1群	2群	3群	4群	5群	6群
栄養素	たんぱく質	ミネラル	カロテン(ビタミンA)	主としてビタミンC	炭水化物	脂質
食品の種別	肉類・魚介類 卵類 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 海藻類・小魚	緑黄色野菜	その他の野菜 くだもの	穀類 いも類 砂糖	油脂類・種実類
食品例	・魚 ・牛肉・豚肉・鶏肉 ・卵 ・豆腐・油揚げ・厚揚げ・納豆・大豆 ・かまぼこ ・ウインナー など	・牛乳 ・ヨーグルト ・チーズ ・海苔 ・小魚 など	・ニンジン ・ホウレンソウ ・ピーマン ・カボチャ ・ブロッコリー ・コマツナ など	その他の野菜 ・キャベツ ・ダイコン ・タマネギ ・キュウリ など くだもの ・りんご ・バナナ ・かき ・パナナ など	・米(ごはん) ・パン ・いも類(じゃがいも・さつまいも・さといも) ・めん類 ・砂糖 など	・植物油 ・バター ・ごま油 ・栗 ・アーモンド など
はたらき	からだをつくるものになる		体の調子を整えるものになる		エネルギーのものになる	

3色分類

食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの



問27 あなたはどこから健康情報を得ていますか。あてはまるものをすべて選んで番号を○印で囲んでください。

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1 テレビ | 2 ラジオ |
| 3 新聞・雑誌 | 4 本 |
| 5 パンフレット・チラシ | 6 インターネット（ブログなど含む） |
| 7 講演会や健康講座 | 8 保健所・保健センター |
| 9 医療機関 | 10 薬局 |
| 11 家族 | 12 友人・知人 |
| 13 その他
() | 14 特にな
() |

問28 あなたは一人暮らしですか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 はい → 問29へ
2 いいえ → 問28-2へ

問28-2 問28で2と回答した方にお尋ねします。あなたは同居している方とどのくらいの頻度で朝食を一緒に食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ほとんど毎日
2 週4～5日
3 週2～3日
4 週1日程度
5 ほとんどない

問28-3 問28で2と回答した方にお尋ねします。あなたは同居している方とどのくらいの頻度で夕食を一緒に食べていますか。あてはまるものを1つ選んで番号を○印で囲んでください。

- 1 ほとんど毎日
2 週4～5日
3 週2～3日
4 週1日程度
5 ほとんどない

問29 あなたのことについてお尋ねします。

年齢 (平成 27 年 11 月 1 日現在)	_____ 歳
性 別 番号を○印で囲んでください。	1 男性 2 女性
医療保険（健康保険証）の種類 番号を○印で囲んでください。	1 国保（国民健康保険・後期高齢者医療） 2 協会けんぽ 3 組合健保・共済組合 4 その他
右の項目であてはまるすべての 番号を○印で囲んでください。	1 幼児や児童・生徒の保護者 2 高校・大学・専門学校など学生 3 食育、健康関連ボランティア 4 農林漁業、食品関連事業者 5 教育・保育・保健など関係者 6 1～5以外
同居している方の人数（本人含む）	_____ 人

ご協力ありがとうございました。

大阪府健康医療部 保健医療室 健康づくり課

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をごくくらの頻度で食べて
いましたか？もっともあてはまる回答をひとつ選んで、Vを記入してください。

肉を使った料理(ハム・ソーセージなどの肉加工品も含む)				
焼肉・ステーキ・ グリル	ハンバーグ・カレー・ ミートソースなど 洋風の料理	揚げ物・てんぷら 〔定食一人前 程度の量〕	炒め物	和風の煮物・鍋物・ どんぶり物・ 汁物・みそ汁
☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上
☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回
☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回
☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回
☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回
☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満
☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった

もっともあてはまる
回答をひとつ選んで、
Vを記入してください。

お肉(牛肉や豚肉)の
脂身は

☐ 好んで食べていた

☐ やや好んで食べていた

☐ 好きでも嫌いでもない

☐ あまり食べなかった

☐ ほとんど食べなかった

魚を使った料理(いか・たこ・えび・貝も含む)			
さしみ・すし 〔定食一人前 程度の量〕	焼き魚	煮魚・鍋物・ 汁物・みそ汁	てんぷら・揚げ魚 〔定食一人前 程度の量〕
☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上
☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回
☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回
☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回
☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回
☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満
☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった

麺類のスープ・汁を 飲む量は	家庭での味付けは 外食と比べて
☐ ほとんど全部	☐ 薄口
☐ 8割くらい	☐ 少し薄口
☐ 4～6割	☐ 同じくらい
☐ 2割くらい	☐ 少し濃い口
☐ ほとんど飲まなかった	☐ 濃い口

食事のときに使うしょうゆ・ソース		外食の定食1人前と、自分が普段食べている量を比べると		食べる速さは
頻度は	量は	おかずの量は	ごはんの量は	
☐ 必ず使う	☐ かなり多め	☐ 家のほうがかなり多い	☐ 家のほうがかなり多い	☐ かなり速い
☐ よく使う	☐ やや多め	☐ 家のほうが少し多い	☐ 家のほうが少し多い	☐ やや速い
☐ ときどき使う	☐ ふつう	☐ ほぼ同じくらい	☐ ほぼ同じくらい	☐ ふつう
☐ ほとんど使わない	☐ やや少なめ	☐ 外食のほうが少し多い	☐ 外食のほうが少し多い	☐ やや遅い
☐ まったく使わない	☐ かなり少なめ	☐ 外食のほうがかなり多い	☐ 外食のほうがかなり多い	☐ かなり遅い

季節によって食べ方が大きくちがう食べ物		
この1年間でもっともよく食べた季節を思い出して、 その頃の食べ方についてお答えください。		
みかんなどの 柑橘(かんきつ)類	かき(柿)	いちご
☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上	☐ 毎日2回以上
☐ 毎日1回	☐ 毎日1回	☐ 毎日1回
☐ 週4～6回	☐ 週4～6回	☐ 週4～6回
☐ 週2～3回	☐ 週2～3回	☐ 週2～3回
☐ 週1回	☐ 週1回	☐ 週1回
☐ 週1回未満	☐ 週1回未満	☐ 週1回未満
☐ 食べなかった	☐ 食べなかった	☐ 食べなかった

最後にお答えください。
もっともあてはまる回答をひとつ選んで、Vを記入してください。

この1か月に 栄養補助食品を 使いましたか	最近、 食事習慣を 意識的に 変えましたか	現在、 医師、栄養士、 その他専門家の 指導のもとで、 食事のコントロールを していますか	この質問票に おもに 答えたひとは
☐ 毎日2回以上	☐ はい	☐ はい	☐ 本人
☐ 毎日1回			
☐ 週4～6回			
☐ 週2～3回			
☐ 週1回			
☐ 週1回未満	☐ 3年以上前	☐ いいえ	☐ 妻
☐ 週1回未満	☐ 1～2年前		☐ 娘
☐ 週1回未満	☐ 1年前以内		☐ その他
☐ 使わなかった	☐ いいえ		

あなたの食習慣についておたずねします
最近1か月の食習慣について、お答え下さい

たくさん質問がありますが、あまり考え込まずに、
第一印象でお答えください。

- 質問の内容が難しい場合には、
あなたの家庭で食事の準備をおもにしているひと
いっしょに考えながら、答えてください。
- すべての質問にお答えいただいた場合には、
あなたご自身の健康維持・増進に役立てていただけるように、
簡単な結果【あなたの食事・栄養の特徴】を後日お返しいたします。



お答えいただいた内容は、食べ物と健康との関連を明らかにし、
だれもが健康な生活を送れるようにするための貴重な資料として活用させていただきます。
その場合、結果はたくさんのひとたちの平均値などの数値として公表されます。
あなた個人がわかるような形で公表されることは絶対にありません。

- 【記入の仕方】
- ・太い黒の鉛筆でご記入ください。
 - ・この用紙は機械で読み取ります。
文字は枠線にかからないように
丁寧に記入ください。

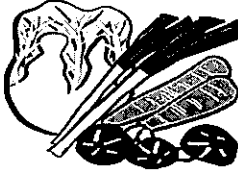
数字の記入例

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Vの記入例

- ・枠線の中にある3点を結んでください。
- ・まわりの枠線に線がふれないように
ご記入ください。

良い例 ☒ 悪い例 ☒ ☐



備考欄

- 担当者記入欄
- ・ID1は必ず数字でご記入ください。
(記号・アルファベットは不可)
 - ・IDは、「左詰めでも右詰めでも可」

ID1							
ID2							
ID3							

<女性の方のみ>

妊娠中・授乳中の方は下記該当に記載(もしくはチェック)下さい。

妊娠 週目 授乳中 ☐

必ずご記入ください。

性別(Vを記入)		生年月日(年号はVを記入)			
男性 ☐	女性 ☐	大正 ☐	昭和 ☐	平成 ☐	
		年	月	日	
今日(この質問に答える日)の日付			身長	体重	
平成 年 月 日			cm	Kg	

これで終わります。お疲れさまでした。

あなたは、この1か月のあいだ、以下の食べ物をどのくらいの頻度で食べていましたか？
もっともあてはまる回答をひとつ選んで、✓を記入してください。

枠線の中にある
3点を結んで
ください。

良い例
✓

悪い例
✗ ○

	コップ1杯くらいの牛乳・ヨーグルト1人前		鶏肉 (挽き肉を含む)	豚肉・牛肉・羊肉 (挽き肉を含む)	ハム・ソーセージ・ ベーコンなどの加工肉	レバー
	低脂肪	普通・高脂肪				
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
飲まなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

飲まなかったり、食べなかった場合は、ここに✓を記入してください

いか・たこ・ えび・貝	骨ごと食べる魚	ツナ缶 (まぐろの油漬け)	魚の干物・塩蔵魚・ 魚介練り製品 (塩さば・塩鯉・ あじの干物・ ちくわ・ かまぼこなど)	脂が乗った魚 (いわし・さば・ さんま・ぶり・ にしん・うなぎ・ まぐろトロなど)	脂が少なめの魚 (さけ・ます・ 白身の魚・淡水魚・ かつおなど)	たまご (鶏の卵1個程度)
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
食べなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

とうふ・厚揚げ・ 豆乳	納豆	いも (すべての種類)	漬け物		生(サラダ) レタス・ キャベツ千切りなど (トマトは除く)	トマト・ トマトケチャップ・ トマト煮込み・ トマトシチュー
			緑の濃い 葉野菜	その他すべて (梅干は除く)		
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
食べなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

料理に使った野菜(漬け物・サラダ以外)					きのこ (すべての種類)	海藻 (すべての種類) (だし用は除く)
緑の濃い葉野菜 (ブロッコリー・ ゴーヤーを含む)	キャベツ・白菜	にんじん・ かぼちゃ	だいこん・かぶ	その他の根菜すべて (たまねぎ・ごぼう・ れんこんなど)		
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
食べなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

洋菓子・クッキー・ ビスケット	和菓子	せんべい・ スナック菓子・もち・ お好み焼きなど	アイスクリーム	みかんなどの 柑橘(かんきつ)類	かき・いちご・ キウイ	その他の すべての果物 (りんご・バナナなど)
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
食べなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

マヨネーズ・ ドレッシング	パン (おかずパン・ 菓子パンも含む)	麺類				飲み物 緑茶
		そば	うどん・ひやむぎ・ そうめん	らーめん・ インスタントらーめん	スパゲッティ・ マカロニなど	
毎日2回以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1回未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
食べなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐

米、パン、麺、コーンフレーク等 1日に食べた合計

飲み物				「主食のある朝食」 を食べた頻度	「平均的な1日」に食べた “ごはん”と“みそ汁”	
紅茶・ ウーロン茶(中国茶)	コーヒー	コーラ・ジュース (スポーツドリンクも 含む)	100%果物ジュース 100%野菜ジュース		ごはん	みそ汁
毎日4杯以上	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日2～3杯	☐	☐	☐	☐	☐	☐
毎日1杯	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週4～6杯	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週2～3杯	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1杯	☐	☐	☐	☐	☐	☐
週1杯未満	☐	☐	☐	☐	☐	☐
飲まなかった	☐	☐	☐	☐	☐	☐
コーヒー・紅茶には 砂糖を入れますか ☐ いつも ☐ ときどき ☐ いいえ ☐				☐	☐	☐

お酒(薬用酒は含めません)						玄米・胚芽米を 食べたり、ごはん に麦や雑穀を混ぜて 食べることは ありますか？
頻度	1日に飲んだ典型的なお酒の種類の組み合わせとその量					
毎日	日本酒	ビール (大瓶で)	焼酎・酎ハイ・泡盛 (焼酎・泡盛水割りで)	ウイスキー類 (ダブルで)	ワイン (ワイングラスで)	☐ いつも ☐ ときどき ☐ まれに ☐ いいえ
週に6回						
週に5回						
週に4回						
週に3回						
週に2回						
週に1回						
週に1回未満						
飲まなかった	☐	☐	☐	☐	☐	次のページ にもお答え ください。

「飲まなかった」場合には、お酒の種類別の質問に答える必要はありません。



平成 2 7 年度 大阪版健康・栄養調査（高校生）

大阪府健康医療部

【大阪府内の高校生のみなさんへ】

この調査は、高校生のみなさんの生活習慣と食生活状況をおたずねし、今後の健康づくりに役立てるために大阪府が行うものです。

この結果は調査目的以外に使用することはありません。大切な調査ですのでみなさんのご協力をよろしくお願いします。

【記入方法】

○質問に「あてはまる番号を 1 つ選んで」「あてはまる番号をすべて選んで」などと書かれている場合は、その指示に従って右端の回答欄 ☐ に記入してください。

○回答の中で「その他」を選ばれた場合は、（ ）内に具体的な内容を記入してください。

○調査票を提出する前に、記入もれや誤りがなければ、もう一度確認してください。

14

問 1	ここ 1 ヶ月間、あなたの 1 日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。 あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	回答欄
	1 5 時間未満 2 5 時間以上 6 時間未満 3 6 時間以上 7 時間未満 4 7 時間以上 8 時間未満 5 8 時間以上 9 時間未満 6 9 時間以上	☐
問 2	あなたは授業のある日、朝起きてから家を出る前までは何分くらいですか。 あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 1 5 分未満 2 1 5 分以上 3 0 分未満 3 3 0 分以上 4 5 分未満 4 4 5 分以上 6 0 分未満 5 6 0 分以上	☐
問 3	あなたは通学に片道何分ぐらいかかりますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 3 0 分未満 2 3 0 分以上 4 5 分未満 3 4 5 分以上 6 0 分未満 4 6 0 分以上 7 5 分未満 5 7 5 分以上 9 0 分未満 6 9 0 分以上	☐
問 4	あなたは体育（運動すること）が好きですか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 好き 2 嫌い	☐
問 4-2	体育系の部活に入っていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 入っている 2 入っていない	☐
問 4-3	学外スポーツ系クラブに入っていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 入っている 2 入っていない	☐

問 5	あなたはふだん朝食を食べていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 ほとんど毎日食べる 2 週 4 ～ 5 日食べる 3 週 2 ～ 3 日食べる 4 ほとんど食べない	☐
問 5-2	問 5 で 2、3、4 と答えた方におたずねします。朝食を食べない一番の理由は何ですか。 あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 食欲がない 2 太りたくない 3 食べる時間がない 4 朝食が用意されていない 5 食べることが面倒 6 食べる習慣がない 7 休日は昼まで寝ている 8 その他（ ）	☐
問 6	あなたはふだん昼食をどのようにしていますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 家から弁当を持っていく 2 学校の食堂を利用する 3 コンビニや売店等で弁当・パン等を買う 4 その他（ ）	☐
問 7	あなたは食事を外食やコンビニ等で購入した食品ですませることがどのくらいありますか。 あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 1 日 3 食以上 2 1 日 2 食 3 1 日 1 食 4 週 4 ～ 6 食 5 週 2 ～ 3 食 6 週 1 食 7 週 1 食未満 8 全く利用しない 9 その他（ ）	☐
問 7-2	問 7 で 1 ～ 7 と回答した方におたずねします。 食事を外食やコンビニ等で購入するとき、あなたは何を優先して選びますか。 ア～エについてあてはまる番号をそれぞれ 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	ア 量 1 多いもの 2 少ないもの 3 こだわらない ア ☐	
	イ カロリー 1 高いもの 2 低いもの 3 こだわらない イ ☐	
	ウ 好み 1 好きなもの 2 こだわらない ウ ☐	
	エ 栄養のバランス 1 よいもの 2 こだわらない エ ☐	
問 7-3	問 7-2 で回答した方におたずねします。一番優先する項目は何ですか。 あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 量 2 カロリー 3 好み 4 栄養のバランス 5 優先する項目は特にない	☐
問 8	あなたはふだん夕食を何時ごろ食べますか。あてはまる番号を 1 つ選んで ☐ に記入してください。	
	1 1 9 時より前 2 1 9 時台 3 2 0 時台 4 2 1 時以降	☐

問8-2 あなたはふだん夕食を誰と食べますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 家族そろって食べる 2 家族の誰かと一緒に食べる 3 ひとりで食べる

問9 あなたは1～3の飲み物を1日平均して何ml飲みますか。□にそれぞれ数字で記入してください。(参考: コップ1杯は200mlとします。)

- 1 水・お茶・ブラックコーヒー・ストレート紅茶 ・ ・ ・ ・ ・ 1日平均 ml
- 2 スポーツ飲料 ・ ・ ・ ・ ・ 1日平均 ml
- 3 炭酸飲料・ジュース類・コーヒー・紅茶・ココア(砂糖入り) ・ ・ 1日平均 ml

問10 あなたの食べる速さは友達と比べて、速いと思いますか、遅いと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 かなり速い 2 やや速い 3 ふつう
- 4 やや遅い 5 かなり遅い

問11 あなたは好き嫌いがありますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 ある 2 ない

問12 あなたはダイエットをしたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 したことがある 2 したことがない

問13 3大栄養素は、体に大切な栄養素です。赤・黄・緑の食品の主な栄養素を知っていますか。右の1～3の中からそれぞれ1つ選んで番号を□に記入してください。

- ア 赤(肉、魚、卵、大豆・大豆製品等)
- イ 黄(ごはん、パン、めん類、イモ類)
- ウ 緑(野菜・果物等)

- 1 炭水化物
- 2 たんぱく質
- 3 ビタミン・ミネラル

問14 あなたは、健康のために必要な1日の野菜の量を知っていますか。

□に数字で記入してください。

1日に必要な野菜量は g

問15 あなたは栄養や食事について家族で話すことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 よくある 2 ときにはある 3 ない

問16 あなたは家族と一緒に料理を作ることがありますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 よくある 2 ときにはある 3 ない

問16-2 次のア～ウの料理をひとりで作ることができますか。それぞれの料理についてあてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- ア ごはん 1 炊ける 2 炊いたことがないができると思う 3 炊けない ア
- イ みそ汁 1 作れる 2 作ったことがないができると思う 3 作れない イ
- ウ お弁当 1 作れる 2 作ったことがないができると思う 3 作れない ウ

問17 あなたは麺類や粉もん(お好み焼き、たこ焼きなど)に、ごはん・パンがついてくることについてどう思いますか。あてはまる番号をすべて選んで□に記入してください。

- 1 あたりまえのことだと思う 2 お得だと思う
- 3 お腹いっぱいになってよいと思う 4 栄養がとれてよいと思う
- 5 栄養のバランスが悪く健康によくないと思う 6 太りそうだと思う
- 7 特に何とも思わない

問18 あなたは食事を菓子パン(サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含みません)で済ませることがありますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 1日3食以上 2 1日2食 3 1日1食
- 4 週4～6食 5 週2～3食 6 週1食
- 7 週1回未満 8 全く食べない

問19 あなたは太っていると思いますか。やせていると思いますか。あてはまる番号を1つ選んで□に記入してください。

- 1 太っている 2 少し太っている
- 3 ちょうどよい(ふつう) 4 少しやせている
- 5 やせている

■最後にうかがいます。

一番最近の身長・体重を記入してください。 身長 cm ・ 体重 kg

性別を○で囲んでください。 男 ・ 女

学年を○で囲んでください。 1年生 ・ 2年生 ・ 3年生

お答えいただいた内容の結果は、目的以外に使用することはありません。

ご協力ありがとうございました。

大阪府健康医療部 健康づくり課 (平成28年2月)

結果の概要

大阪版健康・栄養調査では、大阪府民の食生活の特徴、その背景にある健康意識や知識及び行動に着目し、18歳以上を対象にした成人調査と高校生を対象とした調査を行った。調査設計並びに結果の分析は、外部委員を含む「大阪版健康・栄養調査プロジェクトチーム」を設置し行った。

分析は、第2次大阪府食育推進計画の評価並びに第3次大阪府食育推進計画（仮称）及び第3次大阪府健康増進計画など関連計画策定の基礎資料とすることを目的に、国の第3次食育推進基本計画の基本的事項並びに厚生労働省通知^{※1}で示された計画見直しの方向性を踏まえて行った。

概要は以下のとおりである。

※1 厚生労働省通知：第3次食育推進基本計画の決定（平成28年3月）に伴う都道府県食育推進計画の見直しについて、厚生労働省は、健康日本21（第二次）や都道府県健康増進計画の内容及び動向も踏まえ、地域の特性に応じた計画の見直しをすること、また、健康寿命の延伸につながる食育、若い世代を中心とした食育、多様な暮らしに対応した食育、などの内容を盛り込むことと示した（平成28年4月1日厚生労働省健康局健康課長通知）

I 成人調査の結果

大阪府民の健康寿命は全国と比較して低い状況（男性第43位、女性第47位）にあることから、死因の上位を占める生活習慣病の予防及び重症化予防は、増大する医療費や介護給付費を抑制するための取り組みとして重要である。そこで生活習慣病発症の要因の一つである肥満の状況と、健康意識や行動、食生活の状況等との関連を分析した結果から、健康寿命を延伸するために改善すべき課題を明確にすることとした。

分析は改善を働きかけるターゲット層を明確にするため、世代別に分類して行った。分類方法は、ライフスタイルの変化、社会保障・医療・介護などの生活背景、特定健診・特定保健指導の対象であるか、また、結果を反映した施策展開の場（地域、職場、学校等）などを考慮し、18～29歳を「若年者」、30～39歳を「働く世代前期」、40～64歳を「働く世代後期」、65歳以上を「高齢者」と区分した。

世代別 集計客体数（成人調査）

	男性	女性	総数
若年者（18～29歳）	76	93	169
働く世代前期（30～39歳）	101	106	207
働く世代後期（40～64歳）	310	375	685
高齢者（65歳～）	334	415	749
総数	821	989	1,810

また、地域別の結果は医療圏域により4つのエリアに分類し、結果集計表に記載した。

地域別 集計客体数（成人調査）

	男性		女性		総数	
	人	平均年齢	人	平均年齢	人	平均年齢
北部（豊能、三島、北河内医療圏）	170	59.5	201	58.0	371	58.7
大阪市（大阪市医療圏）	122	55.8	146	56.2	268	56.0
中部（中河内、南河内医療圏）	177	54.2	229	56.8	406	55.6
南部（堺市、泉州医療圏）	352	54.7	413	55.8	765	55.3
総数	821	55.7	989	56.6	1810	56.2

1 体格と健康感について

(1) 体格の判定方法

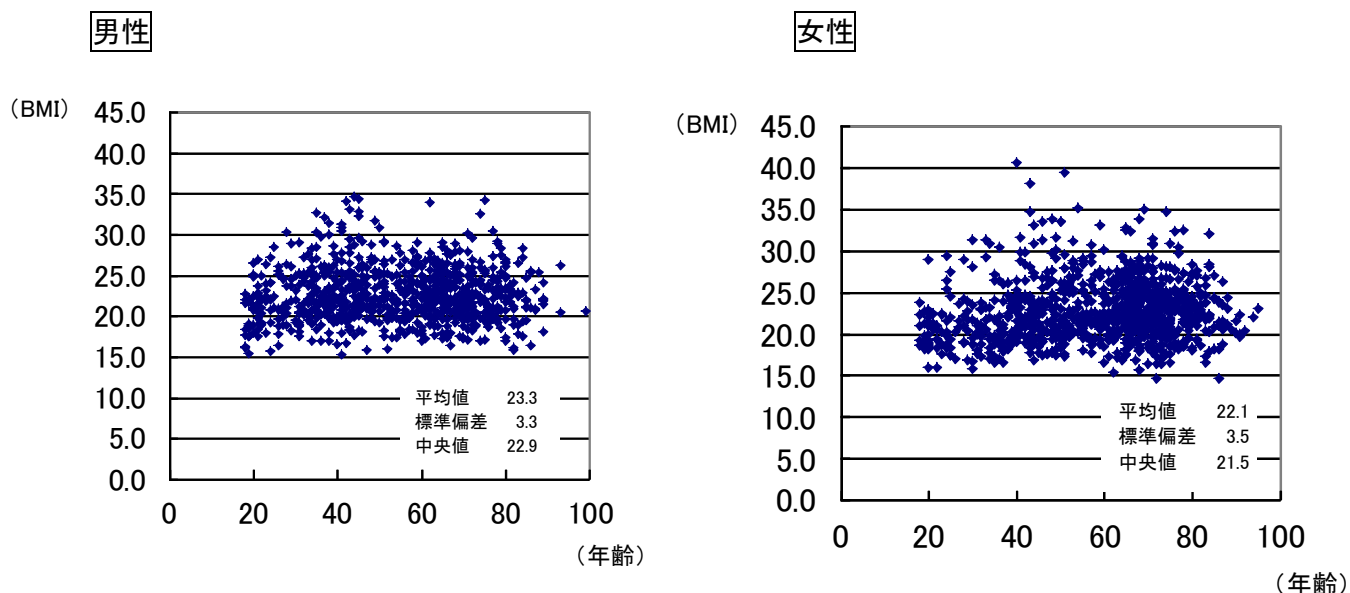
体格の判定は、身長・体重の申告値から BMI（Body Mass Index 算出式：体重(kg)／(身長(m))²）を算出し、日本肥満学会による肥満の判定基準（2011 年）に基づき行った。結果を図 1 に示す。

BMI による判定

低体重（やせ）	普通	肥満
18.5 未満	18.5 以上 25.0 未満	25.0 以上

日本肥満学会による肥満の判定基準（2011 年）より

図1 年齢と BMI の散布図(18 歳以上、男女)

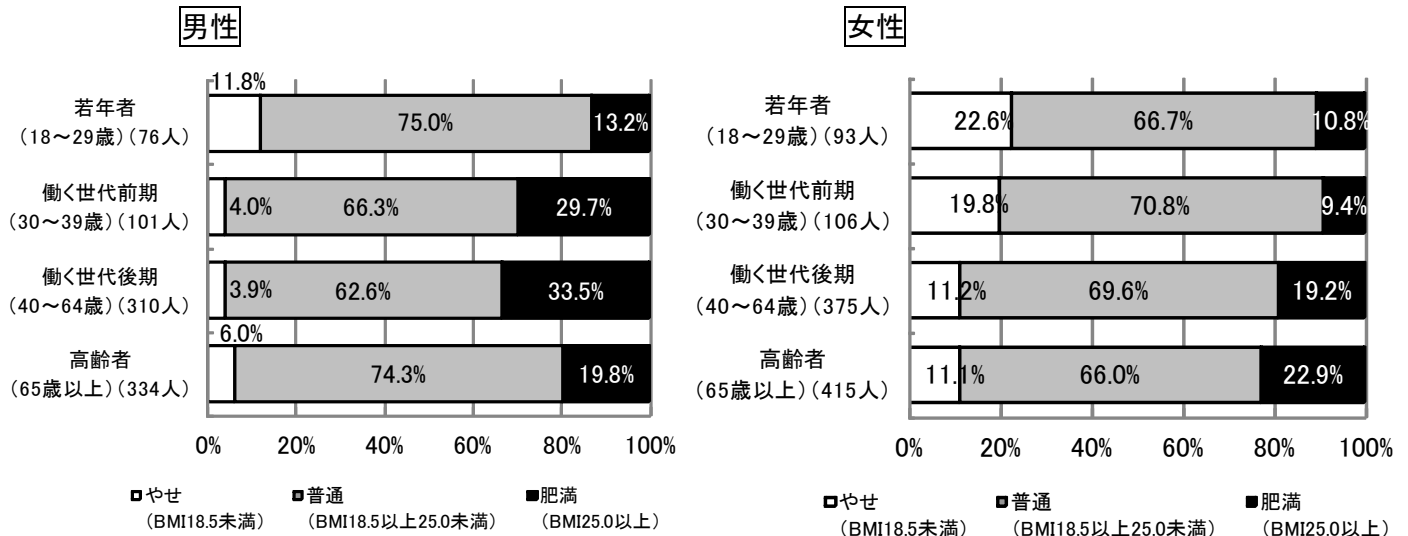


判定結果の人数割合は、やせの者 9.7%、普通の者 68.4%、肥満の者 21.9%で、男女別では、肥満の者が男性 25.6%女性 18.9%と、男性で肥満の者が多かった（P75 第1表）。

(2) 世代別の体格

体格の判定結果をやせ、普通、肥満に分類して人数割合をみた。世代別の結果を図2に示す。

図2 世代別の体格(世代別、男女)



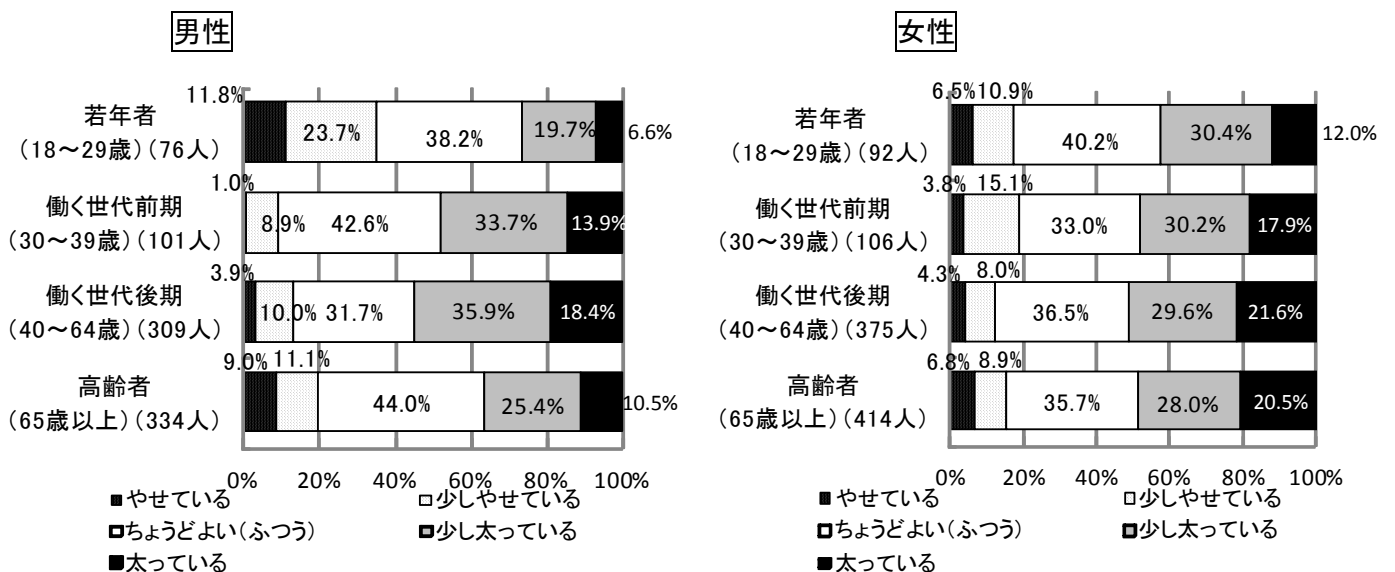
結果は、男性の働く世代前期及び働く世代後期の肥満者の割合が 29.7%、33.5%、女性の若年者及び働く世代前期でやせの者の割合が 22.6%、19.8%と高い傾向だった (P75 第1表)。

高齢者 (65歳以上 以下略) で BMI20 以下の低栄養傾向の者の割合は、男性 14.4%、女性 21.4%だった。

(3) 体格の自己認識

自分の体格をどう思っているかについて、「太っている」「少し太っている」「ちょうどよい (ふつう)」「少しやせている」「やせている」の5項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図3に示す。

図3 体格の自己認識(世代別、男女)



結果は、男性では「太っている」が働く世代前期で 13.9%、働く世代後期で 18.4%、「少し太っている」が同順 33.7%、35.9%と他の世代よりも割合が高い傾向だった。また、女性はこの世代も約半分の者が「太っている」「少し太っている」と思っており、(2) 世代別の体格で示した実際の体格との乖離が男性より顕著だった (P77 第 7 表)。

(4) 体格別の体格の自己認識

体格の判定結果をやせ、普通、肥満に分類し、それぞれ自分の体格をどう思っているかの回答結果とクロス集計して、体格の自己認識と実際の体格との乖離状況をみた。世代別の結果を表 1 に示す。

表 1 体格の判定結果別 体格の自己認識(世代別、男女)

性別	世代区分	体格区分	やせている		少しやせている		ちょうどよい(ふつう)		少し太っている		太っている	
			人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	若年者	やせ(9人)	4	44.4	5	55.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0
		普通(57人)	4	7.0	13	22.8	29	50.9	9	15.8	2	<u>3.5</u>
		肥満(10人)	1	10.0	0	0.0	0	0.0	6	<u>60.0</u>	3	<u>30.0</u>
	働く世代前期	やせ(4人)	1	25.0	0	0.0	2	<u>50.0</u>	1	25.0	0	0.0
		普通(67人)	0	0.0	9	13.4	40	59.7	18	26.9	0	0.0
		肥満(30人)	0	0.0	0	0.0	1	3.3	15	<u>50.0</u>	14	<u>46.7</u>
	働く世代後期	やせ(12人)	6	50.0	4	33.3	2	<u>16.7</u>	0	0.0	0	0.0
		普通(193人)	6	3.1	27	14.0	93	48.2	62	32.1	5	<u>2.6</u>
		肥満(104人)	0	0.0	0	0.0	3	2.9	49	<u>47.1</u>	50	<u>49.0</u>
	高齢者	やせ(20人)	13	65.0	6	30.0	1	<u>5.0</u>	0	0.0	0	0.0
		普通(248人)	17	6.9	30	12.1	138	55.6	55	22.2	8	<u>3.2</u>
		肥満(66人)	0	0.0	1	1.5	8	12.1	30	<u>45.5</u>	27	<u>40.9</u>
女性	若年者	やせ(9人)	6	28.6	6	28.6	9	<u>42.9</u>	0	0.0	0	0.0
		普通(57人)	0	0.0	4	6.5	28	45.2	25	40.3	5	<u>8.1</u>
		肥満(10人)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	<u>33.3</u>	6	<u>66.7</u>
	働く世代前期	やせ(4人)	4	19.0	12	57.1	4	<u>19.0</u>	1	4.8	0	0.0
		普通(67人)	0	0.0	4	5.3	31	41.3	30	40.0	10	<u>13.3</u>
		肥満(30人)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	<u>10.0</u>	9	<u>90.0</u>
	働く世代後期	やせ(12人)	15	35.7	15	35.7	11	<u>26.2</u>	1	2.4	0	0.0
		普通(193人)	1	0.4	15	5.7	124	47.5	94	36.0	27	<u>10.3</u>
		肥満(104人)	0	0.0	0	0.0	2	2.9	16	<u>22.9</u>	52	<u>74.3</u>
	高齢者	やせ(20人)	23	50.0	14	30.4	9	<u>19.6</u>	0	0.0	0	0.0
		普通(248人)	5	1.8	22	8.1	136	49.8	89	32.6	21	<u>7.7</u>
		肥満(66人)	0	0.0	1	1.1	3	3.2	27	<u>28.4</u>	64	<u>67.4</u>

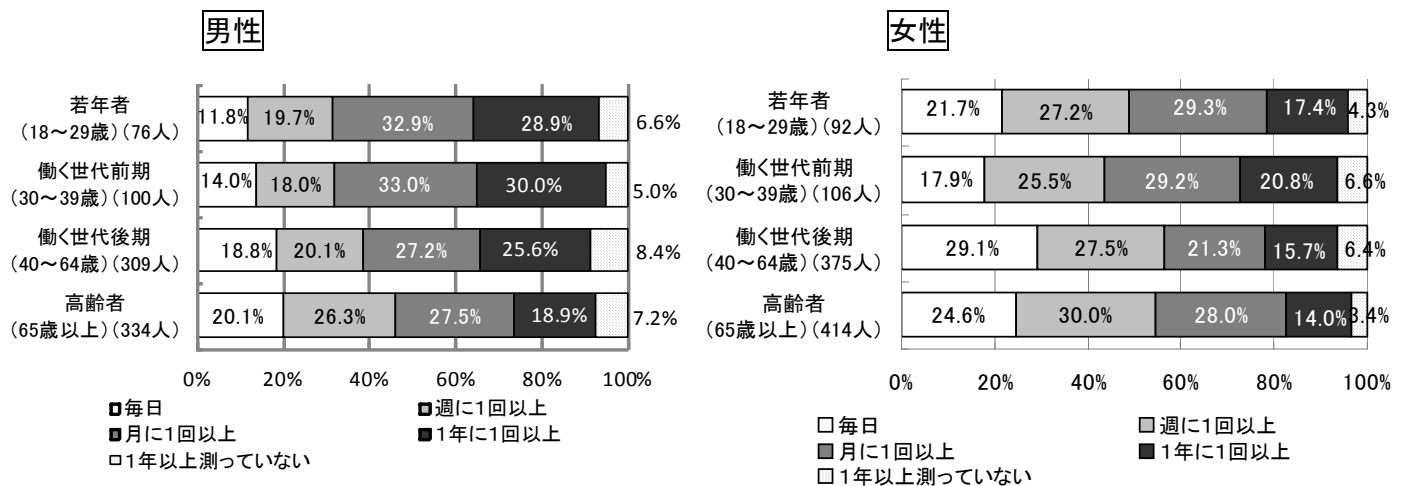
結果は、やせの者で「ちょうどよい」と思っている者の割合が、男性の若年者 0%、働く世代前期 50.0%、働く世代後期 16.7%、高齢者 5.0%、女性の同順 42.9%、19.0%、26.2%、19.6%だった。また、普通の者で「太っている」と思っている者の割合が同順 3.5%、0%、2.6%、3.2%、女性の同順 8.1%、13.3%、10.3%、7.7%と、やせているのにちょうどよい、普通の体格なのに太っている、と思う者が、男女どの世代にもおり、男性よりも女性で多く、女性の中では若年者で多い傾向だった。

一方肥満者は、男女いずれの世代も、ほとんどが「太っている」「少し太っている」と思っていた。

(5) 体重測定頻度

体重測定頻度を「毎日」「週に 1 回以上」「月に 1 回以上」「1 年に 1 回以上」「1 年以上測っていない」の 5 項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図 4 に示す。

図4 体重測定頻度(世代別、男女)



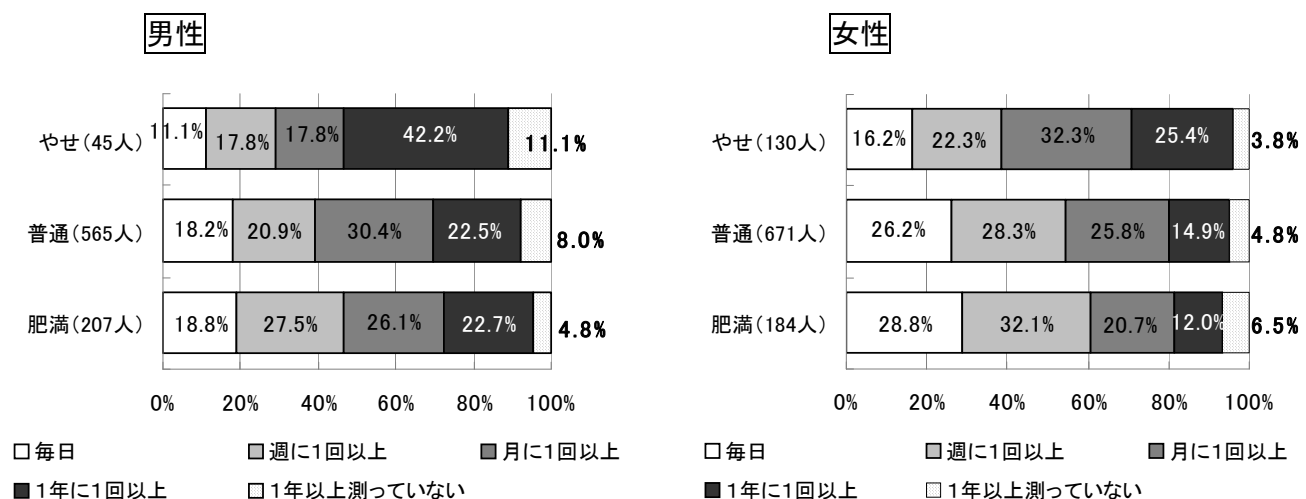
結果は、「1年以上測っていない」が男性の若年者 6.6%、働く世代前期 5.0%、働く世代後期 8.4%、「1年に1回以上」が同順 28.9%、30.0%、25.6%と、若者から働き盛りまで、女性より男性で測定頻度が少ない者の割合が高い傾向だった。

一方、女性はその世代も「毎日」が男性よりも多い傾向で、頻度が少ないのは働く世代前期で「1年以上測っていない」6.6%、「1年に1回以上」が 20.8%と、他の世代よりも割合が高い傾向だった (P80 第 11 表)。

(6) 体格別の体重測定頻度

体格の判定結果をやせ、普通、肥満に分類し、それぞれ体重測定頻度の回答結果とクロス集計して、肥満者が体重確認を定期的に行っているかをみた。結果を図5に示す。

図5 体格別の体重測定頻度(18歳以上、男女)

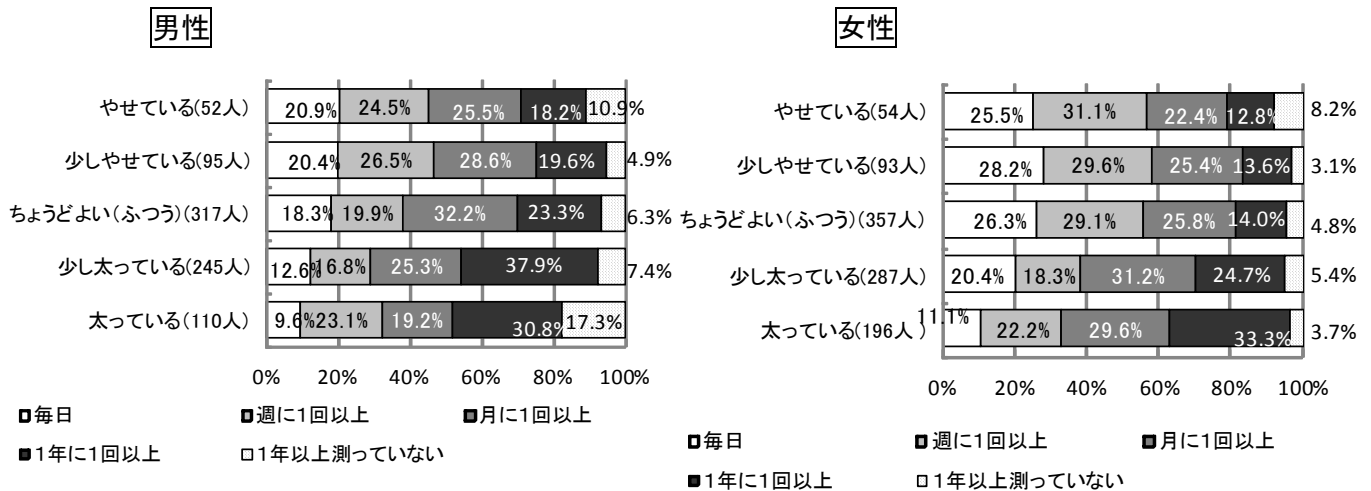


結果は、どの体格においても男性は女性よりも測定頻度の少ない者が多く、また男女ともやせの者ほど測定頻度が少ない者が多い傾向だった。肥満者の測定頻度は「1年以上測っていない」男性 4.8%、女性 6.5%、「1年に1回以上」同順 22.7%、12.0%と、4~5人に1人が月1回程度の定期的な体重確認ができていなかった (P81 第 12 表)。

(7) 体格の自己認識別の体重測定頻度

太っていると思っている人が体重を測定できているかをみるため、自分の体格をどう思っているかの回答結果と、体重測定頻度の回答結果をクロス集計した。結果を図6に示す。

図6 体格の自己認識と体重測定の頻度(18歳以上、男女)

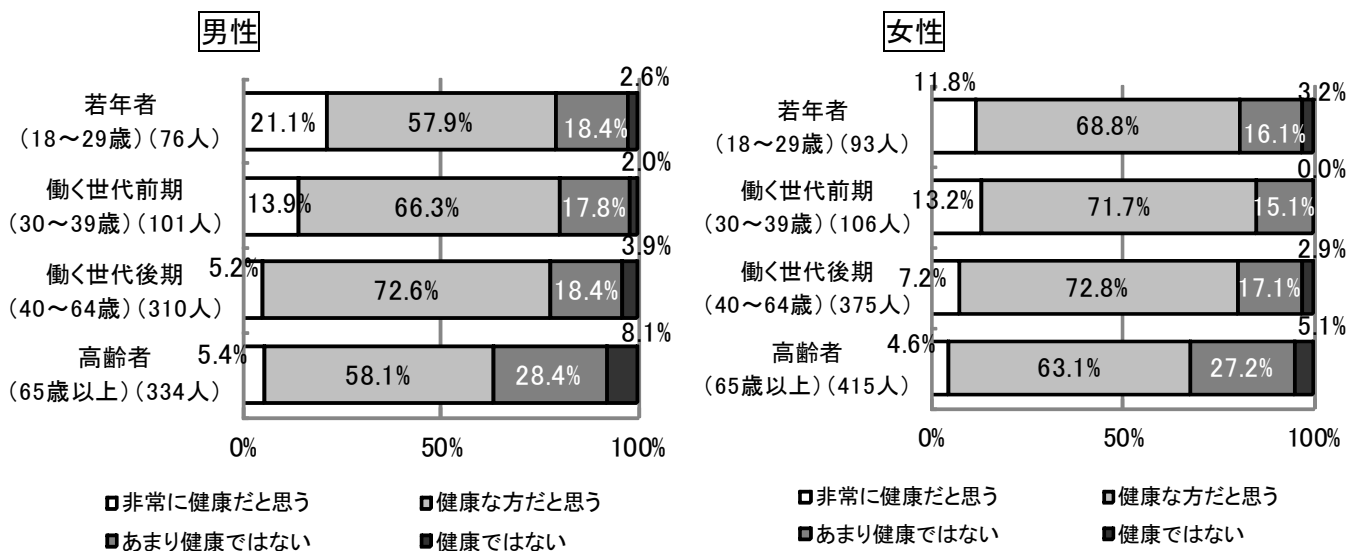


結果は、「太っている」と思っている者のうち、「1年以上測っていない」が男性 17.3%、女性 3.7%、「1年に1回以上」が同順 30.8%、33.3%だった。

(8) 健康感

自分が健康だと思っているかどうかを「非常に健康だと思う」「健康な方だと思う」「あまり健康ではない」「健康ではない」の4項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図7に示す。

図7 健康感(世代別、男女)



結果は、若年者で「あまり健康ではない」が男性 18.4%、女性 16.1%、「健康ではない」が同順 2.6%、3.2%と、健康感が低い者の割合が働く世代とほぼ同じくらいだった (P75 第3表)。

(9) 若年者の意識・行動と健康感

若年者で健康感が低い者の割合が働く世代とほぼ同じである要因を探るため、若年者で特徴的な意識・行動である「朝食摂取」「運動習慣の有無」「外食の利用頻度」「体格の自己認識」の4項目について、「非常に健康だと思う」「健康な方だと思う」を健康感の高い群、「あまり健康ではない」「健康ではない」を健康感が低い群としてクロス集計した。世代別の結果を表2に示す。

表2 若年者で特徴的な意識・行動と健康感（世代別、男女）

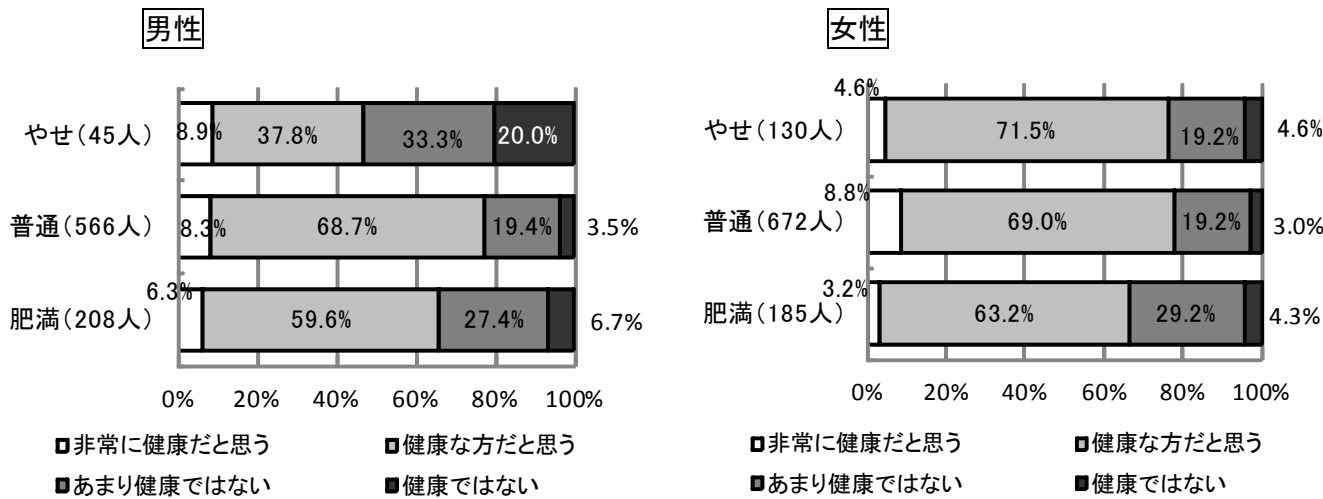
項目			健康感高		健康感低	
			人	%	人	%
問7の回答 3: 朝食をほとんど食べない	男性	若年者(17人)	10	<u>58.8</u>	7	<u>41.2</u>
		働く世代前期(24人)	20	83.3	4	16.7
		働く世代後期(59人)	42	71.2	17	28.8
		高齢者(18人)	7	38.9	11	61.1
	女性	若年者(21人)	20	<u>95.2</u>	1	<u>4.8</u>
		働く世代前期(14人)	11	78.6	3	21.4
		働く世代後期(42人)	34	81.0	8	19.0
		高齢者(3人)	6	66.7	3	33.3
問6の回答 3: 1回30分以上の運動をほとんど行っていない	男性	若年者(35人)	24	68.6	11	<u>31.4</u>
		働く世代前期(55人)	43	78.2	12	21.8
		働く世代後期(154人)	110	71.4	44	28.6
		高齢者(105人)	52	49.5	53	50.5
	女性	若年者(51人)	39	76.5	12	<u>23.5</u>
		働く世代前期(74人)	59	79.7	15	20.3
		働く世代後期(205人)	160	78.0	45	22.0
		高齢者(143人)	82	57.3	61	42.7
問17の回答 1: 1日3食以上 2: 1日2食 3: 1日1食 4: 週4～6食 5: 週2～3食 6: 週1食	男性	若年者(54人)	42	77.8	12	<u>22.2</u>
		働く世代前期(66人)	54	81.8	12	18.2
		働く世代後期(176人)	137	77.8	39	22.2
		高齢者(106人)	69	65.1	37	53.6
	女性	若年者(59人)	47	79.7	12	<u>25.5</u>
		働く世代前期(63人)	54	85.7	9	14.3
		働く世代後期(129人)	96	74.4	33	25.6
		高齢者(81人)	53	65.4	28	34.6
問3の回答 1: 太っていると思う 2: 少し太っていると思う	男性	若年者(20人)	13	65.0	7	<u>35.0</u>
		働く世代前期(48人)	38	79.2	10	20.8
		働く世代後期(168人)	122	72.6	46	27.4
		高齢者(120人)	69	57.5	51	42.5
	女性	若年者(39人)	28	71.8	11	<u>28.2</u>
		働く世代前期(51人)	43	84.3	8	15.7
		働く世代後期(192人)	145	75.5	47	24.5
		高齢者(201人)	131	65.2	70	34.8
問3の回答 4: 少しやせていると思う 5: やせていると思う	男性	若年者(27人)	22	<u>81.5</u>	5	<u>18.5</u>
		働く世代前期(10人)	5	50.0	5	50.0
		働く世代後期(43人)	32	74.4	11	25.6
		高齢者(67人)	30	44.8	37	55.2
	女性	若年者(16人)	14	<u>87.5</u>	2	<u>12.5</u>
		働く世代前期(20人)	12	60	8	40.0
		働く世代後期(46人)	38	82.6	8	17.4
		高齢者(65人)	37	56.9	28	43.1

結果は、健康感の低い者の割合が働く世代より若年者で高い傾向だったのは、男女とも「1回30分以上の運動をほとんど行っていない」「太っている、少し太っていると思っている」、男性で「朝食をほとんど食べていない」だった。一方、若年者の女性で「朝食をほとんど食べない」、若年者男女で「少しやせていると思う」「やせていると思う」は健康感が高い者が多かった。

(10) 体格別の健康感

体格の判定結果をやせ、普通、肥満に分類し、それぞれ健康感の回答結果とクロス集計して、やせや肥満の人の健康感が低いかをみた。結果を図8に示す。

図8 体格別の健康感(18歳以上、男女)



結果は、やせの者で「健康ではない」が男性 20.0%、女性 4.6%、「あまり健康ではない」が同順 33.3%、19.2%と、女性よりも男性で健康感の低い者が多い傾向だった。一方、肥満者で「健康ではない」が男性 6.7%、女性 4.3%、「あまり健康ではない」が同順 27.4%、29.2%と男女で大きな違いはなかった（P76 第4表）。

(11) 体格の自己認識と健康感

体格の自己認識と健康感の回答結果をクロス集計し、自分の体格を「太っている」「やせている」と思っている人の健康感が低いかをみた。結果を表3に示す。

表3 体格の自己認識と健康感（18歳以上、男女）

		健康感高		健康感低	
		人	%	人	%
男性	太っている(111人)	57	51.4	54	<u>48.6</u>
	少し太っている(245人)	185	75.5	60	24.5
	ちょうどよい(ふつう)(317人)	262	82.6	55	17.4
	少しやせている(95人)	68	71.6	27	28.4
	やせている(52人)	21	40.4	31	<u>59.6</u>
	計	593	72.3	227	27.7
女性	太っている(196人)	125	63.8	71	<u>36.2</u>
	少し太っている(287人)	222	77.4	65	22.6
	ちょうどよい(ふつう)(357人)	296	82.9	61	17.1
	少しやせている(93人)	67	72.0	26	28.0
	やせている(54人)	34	63.0	20	<u>37.0</u>
	計	744	75.4	243	24.6

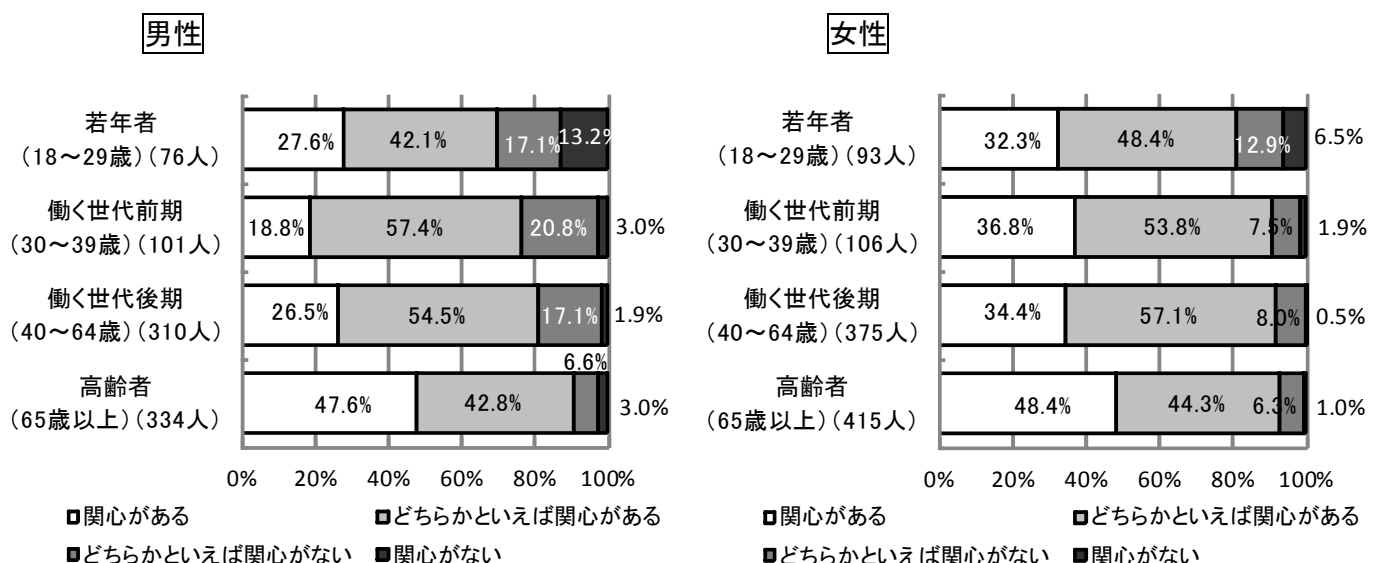
結果は、「太っている」と思っている者で「健康感が低い」者の割合は、男性 48.6%、女性 36.2%、「やせている」と思っている者で「健康感が低い」者の割合は、同順 59.6%、37.0%と、男性で健康感が低い傾向だった。

2 健康や食育への意識と健康づくり行動実践状況

(1)健康への関心度

健康について「関心がある」「どちらかといえば関心がある」「どちらかといえば関心がない」「関心がない」の4項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図9に示す。

図9 健康への関心度(世代別、男女)



結果は、若年者で「関心がない」が男性 13.2%、女性 6.5%、「どちらかといえば関心がない」が同順 17.1%、12.9%と、他の世代よりも関心が低い者の割合が高い傾向だった。また、働く世代前期で「関心がない」男性 3.0%、女性 1.9%、「どちらかといえば関心がない」同順 20.8%、7.5%と、男女の差が大きくなっていた（P76 第 5 表）。

(2) 食育への関心度

食育について「関心がある」「どちらかといえば関心がある」「どちらかといえば関心がない」「関心がない」「食育という言葉を知らない」の 5 項目のいずれにあたるか回答を求め、「関心がある」「どちらかといえば関心がある」を「関心層」、「どちらかといえば関心がない」「関心がない」を「無関心層」として、世代別に関心層と無関心層の割合をみた。世代別の結果を表 4 に示す（P98 第 35 表）。

表 4 食育への関心度（世代別、男女）

		若年者		働く世代前期		働く世代後期		高齢者		総計	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	関心層	26	38.2	41	46.1	128	46.7	145	53.5	340	48.4
	無関心層	42	61.8	48	53.9	146	53.3	126	46.5	362	51.6
	計	68	100.0	89	100.0	274	100.0	271	100.0	702	100.0
女性	関心層	53	62.4	79	78.2	273	75.4	280	75.1	685	74.4
	無関心層	32	37.6	22	21.8	89	24.6	93	24.9	236	25.6
	計	85	100.0	101	100.0	362	100.0	373	100.0	921	100.0
総数	関心層	79	51.6	120	63.2	401	63.1	425	66.0	1,025	63.2
	無関心層	74	48.4	70	36.8	235	36.9	219	34.0	598	36.8
	計	153	100.0	190	100.0	636	100.0	644	100.0	1,623	100.0

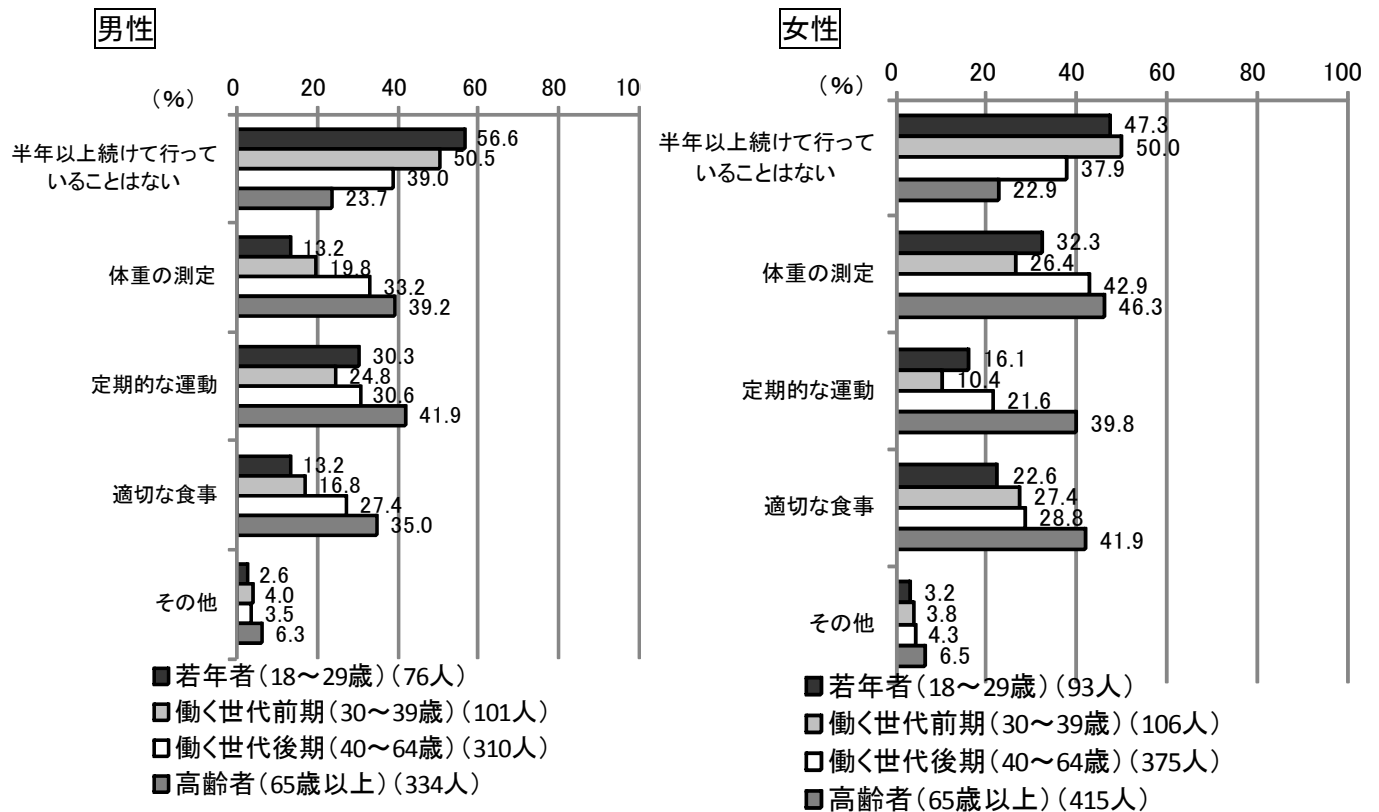
※「5 食育という言葉を知らない」を除いて集計

結果は、無関心層が男性の若年者 61.8%、働く世代前期 53.9%、働く世代後期 53.3%、高齢者 46.5%、女性の同順 37.6%、21.8%、24.6%、24.9%と、若年者で無関心層が多かった。

(3) メタボ予防・改善のための実践

メタボ予防・改善のために行っていることで、半年以上続けていることを「体重の測定」「定期的な運動」「適切な食事」「その他」「半年以上続けて行っていない」の 5 項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図 10 に示す。

図10 メタボ予防・改善のための実践(世代別、男女)



結果は、「体重の測定」「定期的な運動」「適切な食事」のいずれも世代が低いほど実践している割合が低かった。特に働く世代前期で、定期的な運動が男性 24.8%、女性 10.4%と他の世代より割合が低く、女性は体重測定も他の世代より割合が低い傾向だった。一方、「半年以上続けて行っていることはない」は世代が低いほどその割合が高く、若い世代でメタボ予防や改善のための実践行動をしていない者が多い傾向だった (P79 第9表)。

(4)健康への関心度とメタボ予防・改善のための実践状況

健康への関心度が高い者ほど、メタボ予防・改善のための実践ができているかをみるため、健康に「関心がある」「どちらかといえば関心がある」「どちらかといえば関心がない、関心がない」の3群に分類し、男女別に「体重の測定」「定期的な運動」「適切な食事」「その他」「半年以上続けて行っていることはない」とクロス集計した。その他を除く結果を表5に示す。

表5 健康への関心度とメタボ予防・改善のための実践状況（18歳以上、男女）

		体重の測定		定期的な運動		適切な食事		半年以上続けて行っていることはない	
		人	%	人	%	人	%	人	%
男性	関心がある(281人)	112	<u>39.9</u>	130	46.3	106	<u>37.7</u>	65	<u>23.1</u>
	どちらかといえば関心がある(402人)	129	32.1	133	33.1	111	27.6	143	35.6
	どちらかといえば関心がない・関心がない(138人)	23	16.7	20	14.5	12	8.7	86	62.3
	計(821人)	264	32.2	283	34.5	229	27.9	294	35.8
女性	関心がある(399人)	209	52.4	141	<u>35.3</u>	183	45.9	86	<u>21.6</u>
	どちらかといえば関心がある(500人)	181	36.2	125	25.0	138	27.6	193	38.6
	どちらかといえば関心がない・関心がない(90人)	21	23.3	6	6.7	11	12.2	55	61.1
	計(989人)	411	41.6	272	27.5	332	33.6	334	33.8
総数	関心がある(680人)	321	47.2	271	39.9	289	42.5	151	22.2
	どちらかといえば関心がある(902人)	310	34.4	258	28.6	249	27.6	336	37.3
	どちらかといえば関心がない・関心がない(228人)	44	19.3	26	11.4	23	10.1	141	61.8
	計(1,810人)	675	37.3	555	30.7	561	31.0	628	34.7

結果は、健康への関心が高いほど実践状況がよかった。しかし、関心があっても、男性で「体重測定」39.9%、「適切な食事」37.7%、女性で「定期的な運動」35.3%は、実践割合がやや低い傾向だった。

(5) 食育への関心度とメタボ予防・改善のための実践状況

食育に関心がある人は、メタボ予防・改善のための実践ができているかをみるため、(2) 食育への関心度別に、「体重の測定」「定期的な運動」「適切な食事」「その他」「半年以上続けて行っていることはない」とクロス集計した。その他を除く結果を表6に示す。

表6 食育への関心度とメタボ予防・改善のための実践状況（18歳以上、男女）

		体重の測定		定期的な運動		適切な食事		半年以上続けて行っていることはない	
		人	%	人	%	人	%	人	%
男性	関心層(340人)	129	37.9	150	<u>44.1</u>	134	<u>39.4</u>	80	23.5
	無関心層(362人)	95	26.2	108	29.8	66	18.2	163	<u>45.0</u>
	計(702人)	224	31.9	258	36.8	200	28.5	243	34.6
女性	関心層(685人)	303	<u>44.2</u>	204	29.8	278	<u>40.6</u>	193	28.2
	無関心層(236人)	86	36.4	50	21.2	41	17.4	107	<u>45.3</u>
	計(921人)	389	42.2	254	27.6	319	34.6	300	32.6
総数	関心層(1,025人)	432	42.1	354	34.5	412	40.2	273	26.6
	無関心層(598人)	181	30.3	158	26.4	107	17.9	270	45.2
	計(1,623人)	613	37.8	512	31.5	519	32.0	543	33.5

※「5 食育という言葉を知らない」を除いて集計

結果は、関心層の男性で適切な食事を実践している者は、健康に関心がある者の状況から、さらに実践状況がよかった。

(6)健康感とメタボ予防・改善のための実践状況

健康感とメタボ予防・改善のための実践の関連をみるため、「非常に健康だと思う」「健康な方だと思う」を健康感の高い群、「あまり健康ではない」「健康ではない」を健康感が低い群として「体重の測定」「定期的な運動」「適切な食事」「半年以上続けて行っていることはない」とクロス集計した。結果を表7に示す。

表7 健康感とメタボ予防・改善のための実践状況（18歳以上、男女）

		体重の測定		定期的な運動		適切な食事		半年以上続けて行っていることはない	
		人	%	人	%	人	%	人	%
男性	健康感高(594人)	190	32.0	232	39.1	182	30.6	196	33.0
	健康感低(227人)	74	32.6	51	22.5	47	20.7	98	43.2
	計(821人)	264	32.2	283	34.5	229	27.9	294	35.8
女性	健康感高(746人)	318	42.6	223	29.9	268	35.9	235	31.5
	健康感低(243人)	93	38.3	49	20.2	64	26.3	99	40.7
	計(989人)	411	41.6	272	27.5	332	33.6	334	33.8
総数	健康感高(1,340人)	508	37.9	455	34.0	450	33.6	431	32.2
	健康感低(470人)	167	35.5	100	21.3	111	23.6	197	41.9
	計(1,810人)	675	37.3	555	30.7	561	31.0	628	34.7

結果は、男性の体重測定を除き、健康感の高い群よりも低い群で実践している者の割合が低かった。

(7)適切な食事の実践の有無と1日の栄養摂取状況

メタボ予防・改善のために適切な食事を実践している者の栄養バランスがよいかをみるため、BDHQの回答結果から算出した「エネルギー産生栄養素バランス※2」の「たんぱく質%エネルギー」「脂質%エネルギー」がどちらも適正範囲内の者（＝バランスの良い食事ができている）、脂質%エネルギーが30%以上の者（＝脂質の摂取が多い）、「たんぱく質%エネルギー」「脂質%エネルギー」がどちらも適正範囲の下限値以下の者（＝炭水化物に偏っている）の割合を算出し、実践状況とクロス集計した。結果を表8に示す。

表8 メタボ予防や改善のために適切な食事を実践している人の栄養摂取状況（18歳以上、男女）

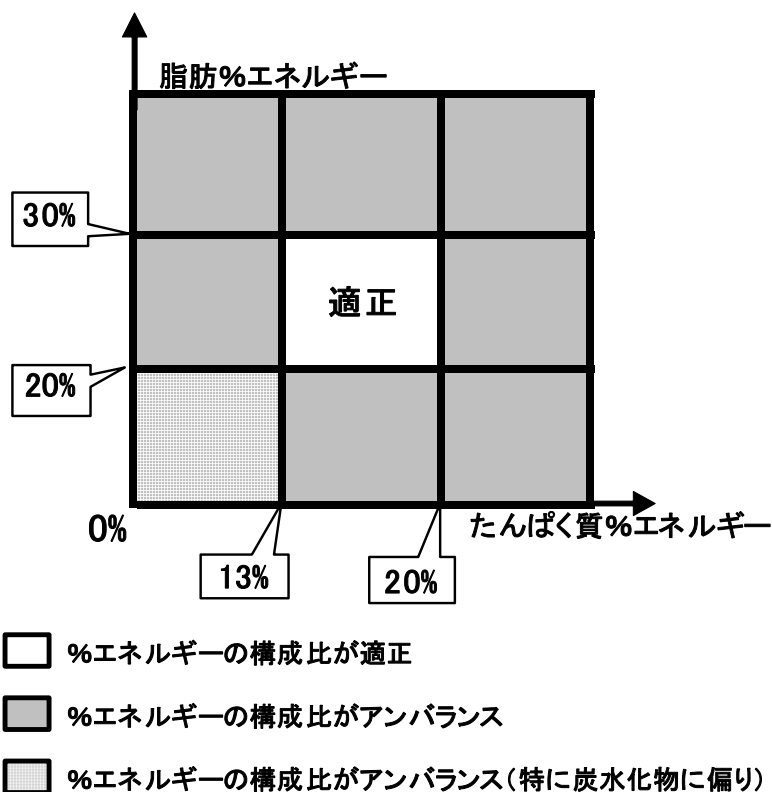
メタボ予防・改善のため「適切な食事」の実践状況	男性			女性		
	炭水化物、たんぱく質、脂質の%エネルギー構成比が適正	脂質%エネルギーが30%以上（脂質の摂り過ぎ）	たんぱく質%エネルギー、脂質%エネルギーがどちらも適正範囲の下限値以下（炭水化物に偏り）	炭水化物、たんぱく質、脂質の%エネルギー構成比が適正	脂質%エネルギーが30%以上（脂質の摂り過ぎ）	たんぱく質%エネルギー、脂質%エネルギーがどちらも適正範囲の下限値以下（炭水化物に偏り）
実践している	46.7%	24.5%	9.6%	45.8%	34.6%	3.6%
実践していない	45.6%	18.1%	16.2%	43.7%	32.0%	4.7%

結果は、男性で実践していない者は、実践している者よりも炭水化物に偏っている者が多く、脂肪エネルギー比率が30%以上の者が少なかった。

一方女性は、実践の有無に関わらず、栄養摂取状況に大きな違いはなかった。

※2 エネルギー産生栄養素バランス

エネルギーを産生する主要栄養素（たんぱく質、脂質、炭水化物）の構成成分の割合。「脂肪%エネルギー」「たんぱく質%エネルギー」「炭水化物%エネルギー」で合計100%となる。日本人の食事摂取基準2015では、たんぱく質%エネルギー13～20%、脂肪%エネルギー20～30%が目標設定されている。

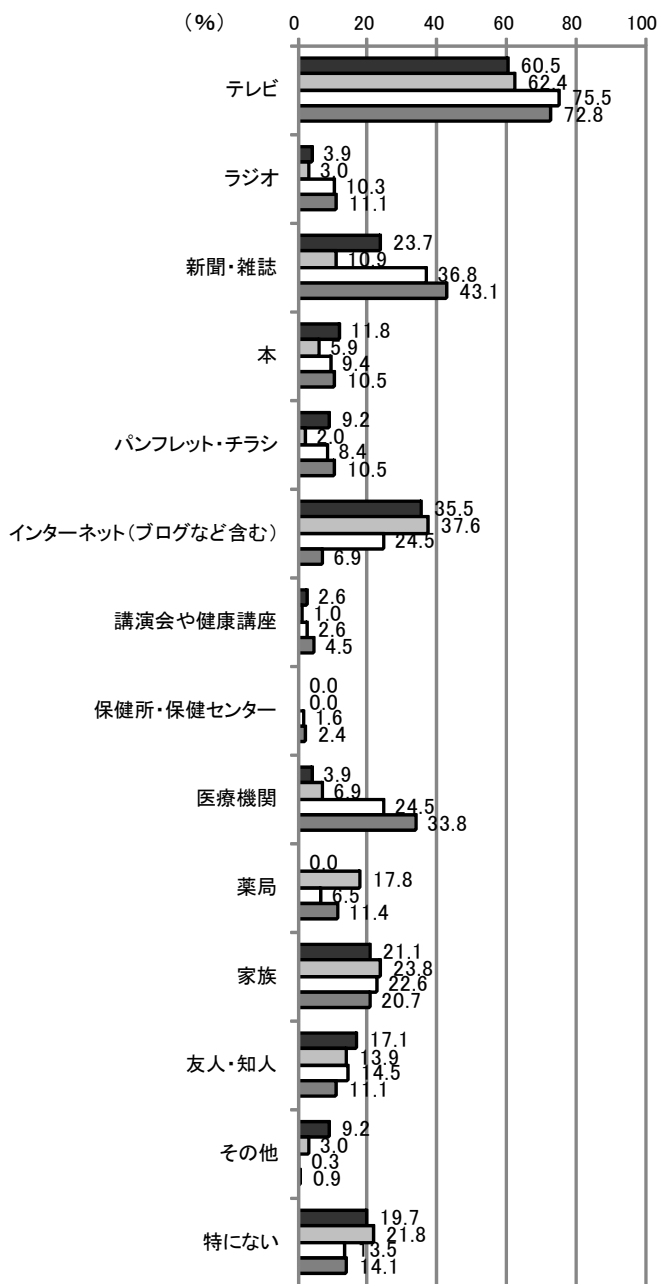


(8)健康情報の入手

どこから健康情報を得ているかを、テレビ、ラジオ、新聞・雑誌、本、パンフレット・チラシ、インターネット、講演会や健康講座、保健所・保健センター、医療機関、薬局、家族、友人・知人、その他、特になし、の14項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図11に示す。

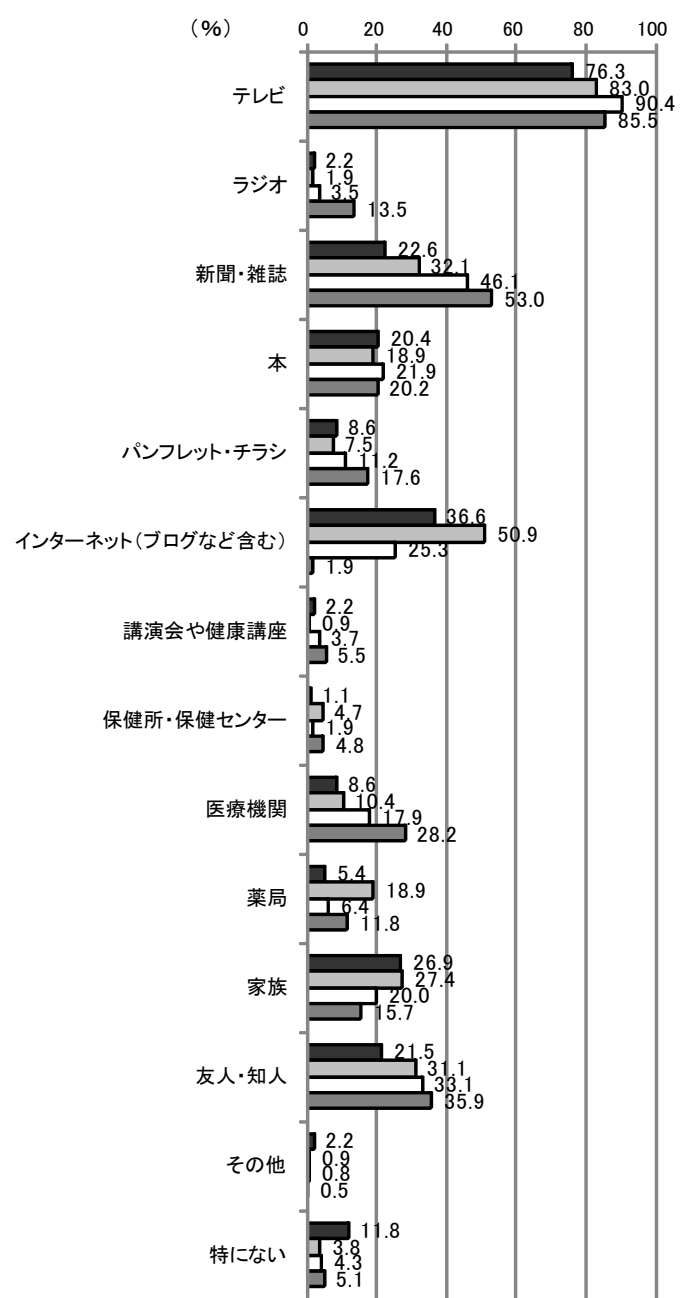
図11 健康情報の入手先(世代別、男女)

男性



■若年者(18~29歳) (76人)
 ■働く世代前期(30~39歳) (101人)
 ■働く世代後期(40~64歳) (310人)
 ■高齢者(65歳以上) (334人)

女性



■若年者(18~29歳) (93人)
 ■働く世代前期(30~39歳) (106人)
 ■働く世代後期(40~64歳) (375人)
 ■高齢者(65歳以上) (415人)

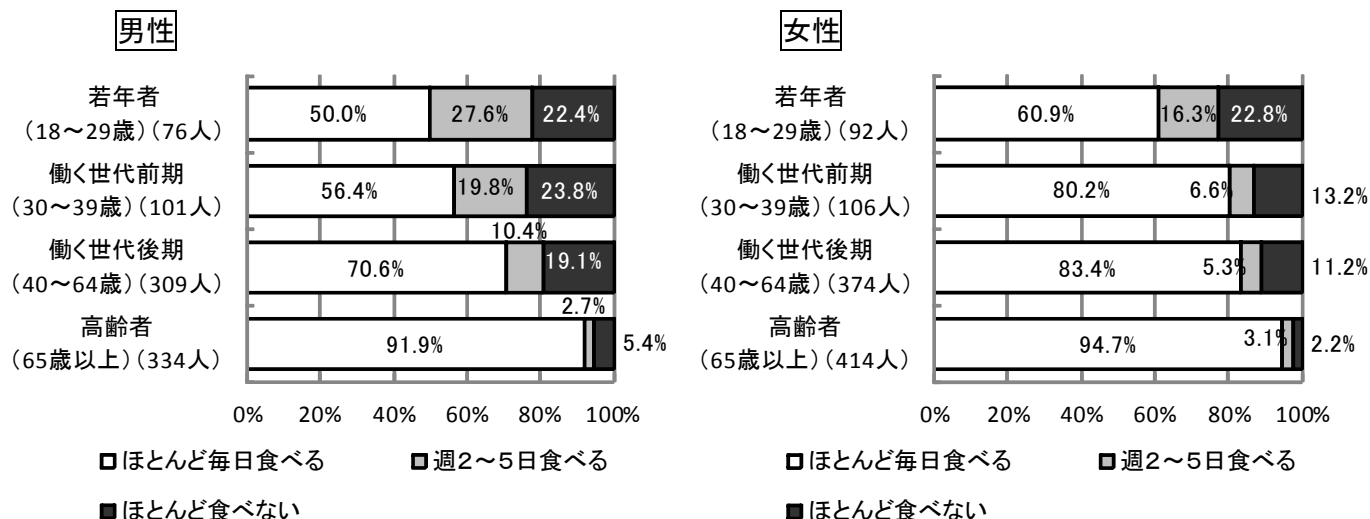
結果は、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌・本・パンフレット・チラシ・インターネットなどのマスコミからの入手が多く、テレビがどの世代も最も多い。新聞・雑誌は世代が高いほど多く、インターネットは若い世代が多い。家族や友人・知人などの口コミは女性に多く、特に友人知人は世代が高いほど割合が高い傾向だった。また専門機関からの入手は少なく、医療機関は世代が高いほど多い傾向だった (P104 第40表)。

3 朝食摂取状況

(1) 朝食摂取状況

ふだん朝食を食べているかを「ほとんど毎日食べる」「週2～5日食べる」「ほとんど食べない」の3項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図12に示す。

図12 朝食摂取状況(世代別、男女)

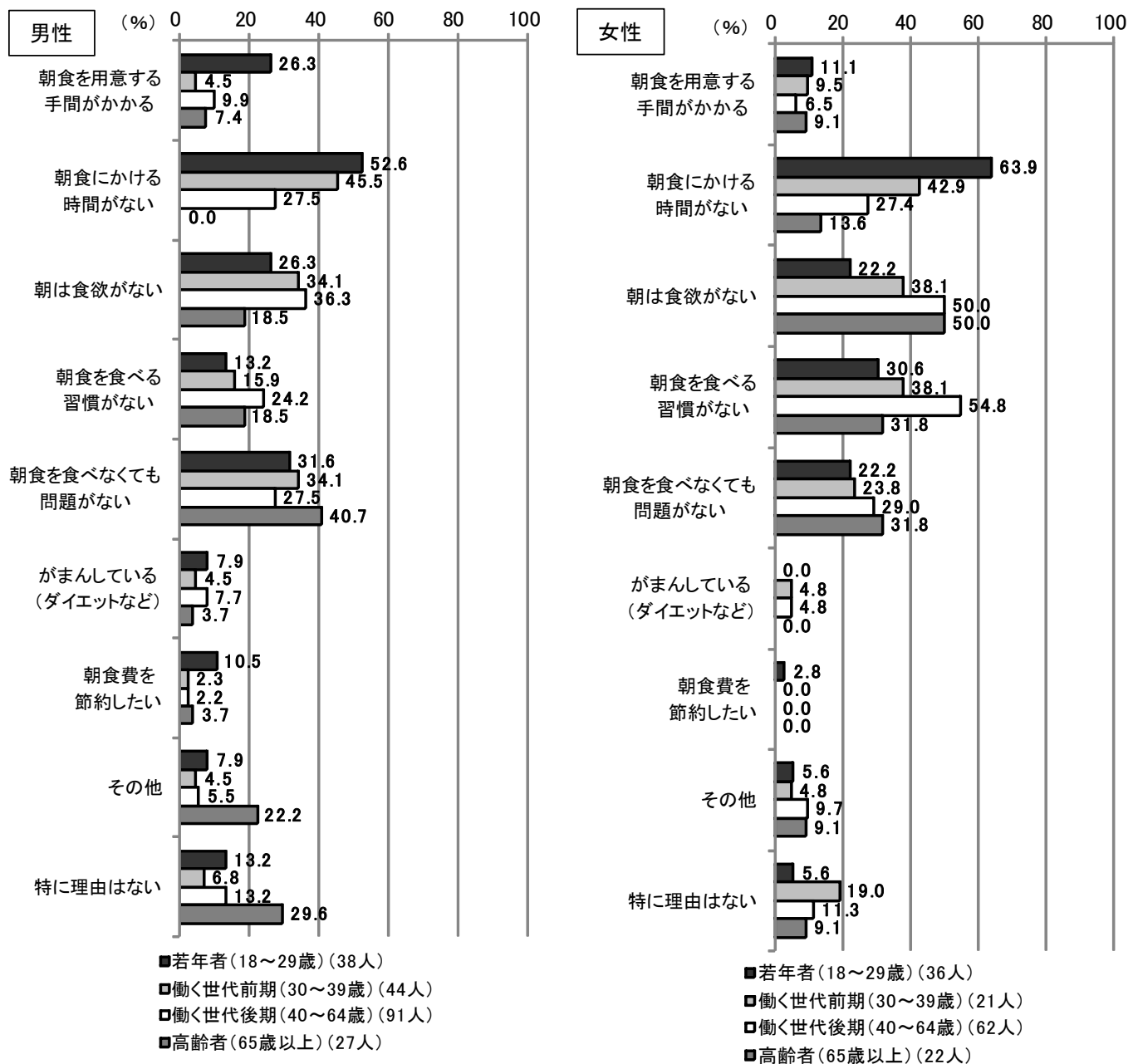


結果は、若年者で「ほとんど食べない」が男性22.4%、女性22.8%、「週2～5日食べる」が同順27.6%、16.3%と、若年者で朝食を食べない者が多かった。また、働く世代前期の男性も同順23.8%、19.8%と朝食を食べない者が多かった (P82 第14表)。

(2) 朝食を食べない理由

朝食を「週2～5日食べる」「ほとんど食べない」と回答した者に、朝食を食べない理由を、「用意する手間がかかる」「時間がない」「食欲がない」「がまんしている(ダイエットなど)」「朝食費を節約」「食べる習慣がない」「食べなくても問題がない」「その他」「特に理由はない」の9項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図13に示す。

図13 朝食を食べない理由(世代別、男女)

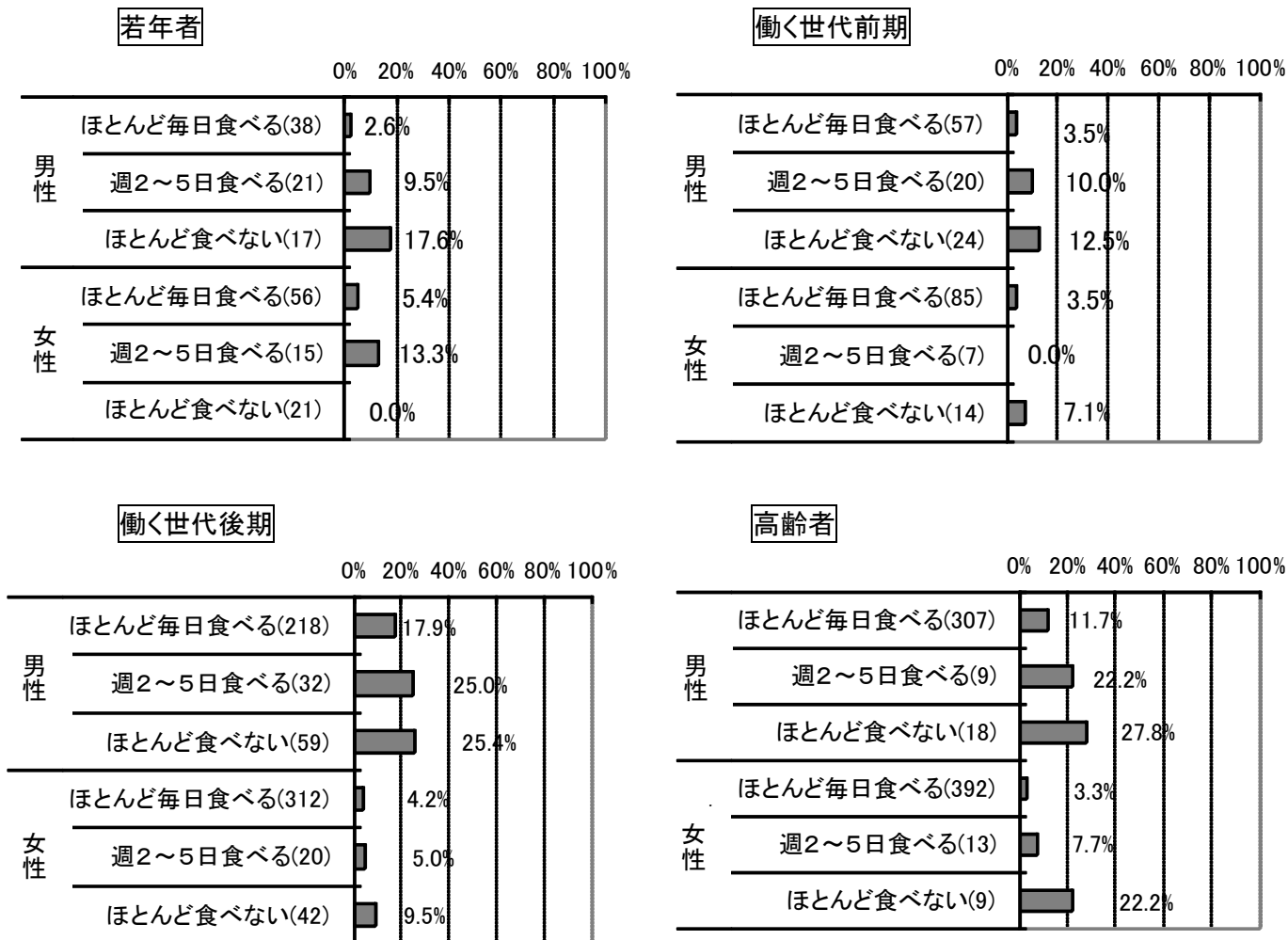


結果は、「朝食にかける時間がない」が若い世代ほど多かった。一方、「朝は食欲がない」「朝食を食べる習慣がない」「朝食を食べなくても問題ない」は世代が高いほど多い傾向だった (P83 第 16 表)。

(3) 摂取頻度別栄養バランス

朝食を食べないことにより 1 日の摂取栄養量のバランスが崩れていないかをみるため、「たんぱく質%エネルギー」「脂質%エネルギー」がどちらも低い者 (= 栄養バランスが炭水化物に偏っている者) の割合を算出し、朝食摂取頻度とクロス集計した。世代別の結果を図 14 に示す。

図 14 摂取頻度別栄養バランスが炭水化物に偏っている者の割合（世代別、男女）



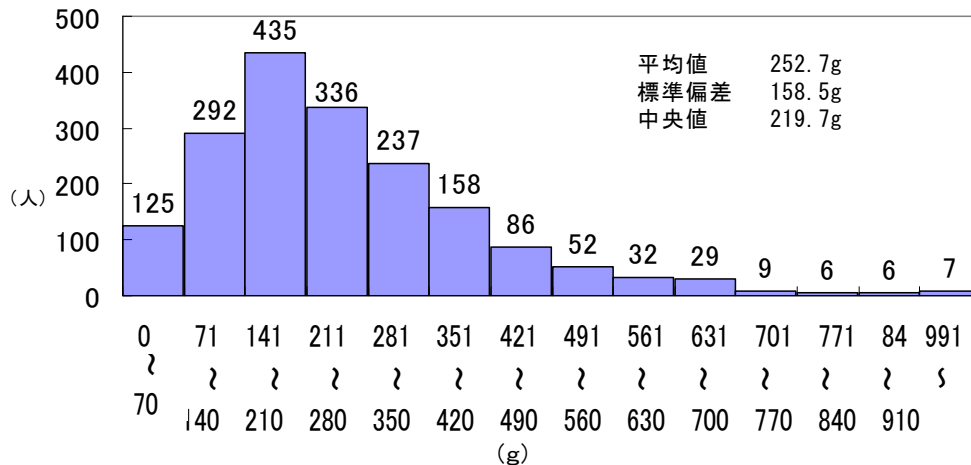
結果は、男性で朝食を「ほとんど食べない者」の、若年者 17.6%、働く世代前期 12.5%、働く世代後期 25.4%、高齢者 27.8%が、1日の摂取栄養バランスが炭水化物に偏っていた。

4 野菜摂取状況

(1) 野菜摂取量

BDHQ の回答結果から算出した 1 日野菜摂取量の分布を図 15 に示す。

図 15 1 日の野菜摂取量の分布（18 歳以上、男女）

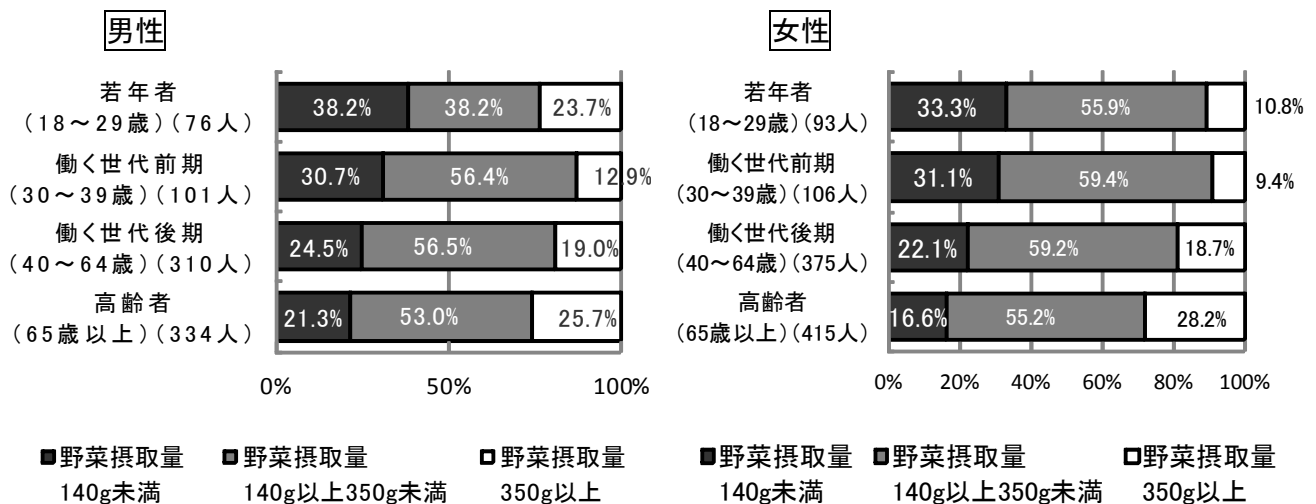


結果は、141～210 g が最も多く、この量は食事バランスガイドの副菜およそ 2～3 SV^{※3}にあたり、野菜料理（野菜）2～3 品に相当する。中央値は 219.7g だった（P112 第 48 表）。

野菜摂取量で最も分布が多かった 141g～210g よりも少ない群を「野菜摂取量 140g 未満」、厚生労働省が健康日本 21（第二次）で目標設定している 1 日 350g よりも多い群を「野菜摂取量 350g 以上」、これらの間の「野菜摂取量 140g 以上 350g 未満」の 3 群で人数割合を世代別に算出した。結果を図 16 に示す。

※3 SV とは食事バランスガイド独自の数え方で、料理を「1 つ」「2 つ」…と「つ（SV＝サービング）」という単位で数える。食事バランスガイドでは野菜、きのこ、いも、海藻料理を「副菜」とし、1 日 5～6 SV（野菜料理 5 皿程度）を目安としている。

図 16 野菜摂取状況（世代別、男女）



結果は、男性で「140g 未満」が若年者 38.2%、働く世代前期 30.7%、働く世代後期 24.5%、高齢者 21.3%と世代が若いほど摂取量が少なく、特に若年者で少なかった。女性も同順 33.3%、31.1%、22.1%、16.6%で、男性と同様に世代が若いほど摂取量が少なかった（P114 第 49 表）。

(2)野菜摂取の知識・意識と摂取量

健康のために「野菜を 1 日 350g 以上食べたほうがよい」ことについて「知っていた」「知らなかった」の 2 項目で回答を求め、「知っていた」は男性 48.8%、女性 65.2%だった（P85 第 19 表）。知識があることが、野菜を目標量摂取することにつながっているかをみるため、野菜摂取量が 350g 以上の者の割合を、野菜を 1 日 350g 以上食べたほうがよいことを「知っていた」「知らなかった」の 2 群で算出した。結果を表 9 に示す。

表9 野菜摂取の知識別野菜摂取量 350g 以上者の割合(18 歳以上、男女)

「野菜を1日350g以上 食べたほうがよい」という知識	野菜摂取量350g以上の 者の割合	
	男性	女性
知っていた (男性400人、女性644人)	23.8%	23.3%
知らなかった (男性419人、女性343人)	19.1%	16.3%

結果は、知識がある者のうち目標量を摂取できていたのは、男性 23.8%、女性 23.3%だった。

一方、野菜摂取の意識について、1 日 350g 食べていると思うかを「食べていると思う」「食べていないと思う」「わからない」の 3 項目で回答を求めた。結果は、「食べていると思う」は男性 16.2%、女性 24.7%、「食べていないと思う」は同順 59.8%、55.2%だった（P84 第 18 表）。そこで、食べていると思っている人が、実際に食べることができているかをみるため、野菜摂取量が 350g 以上の者の割合を、野菜を 1 日 350g 以上「食べていると思う」「食べていないと思う」の 2 群で算出した。結果を表 10 に示す。

表 10 野菜摂取の意識別野菜摂取量 350g 以上者の割合(18 歳以上、男女)

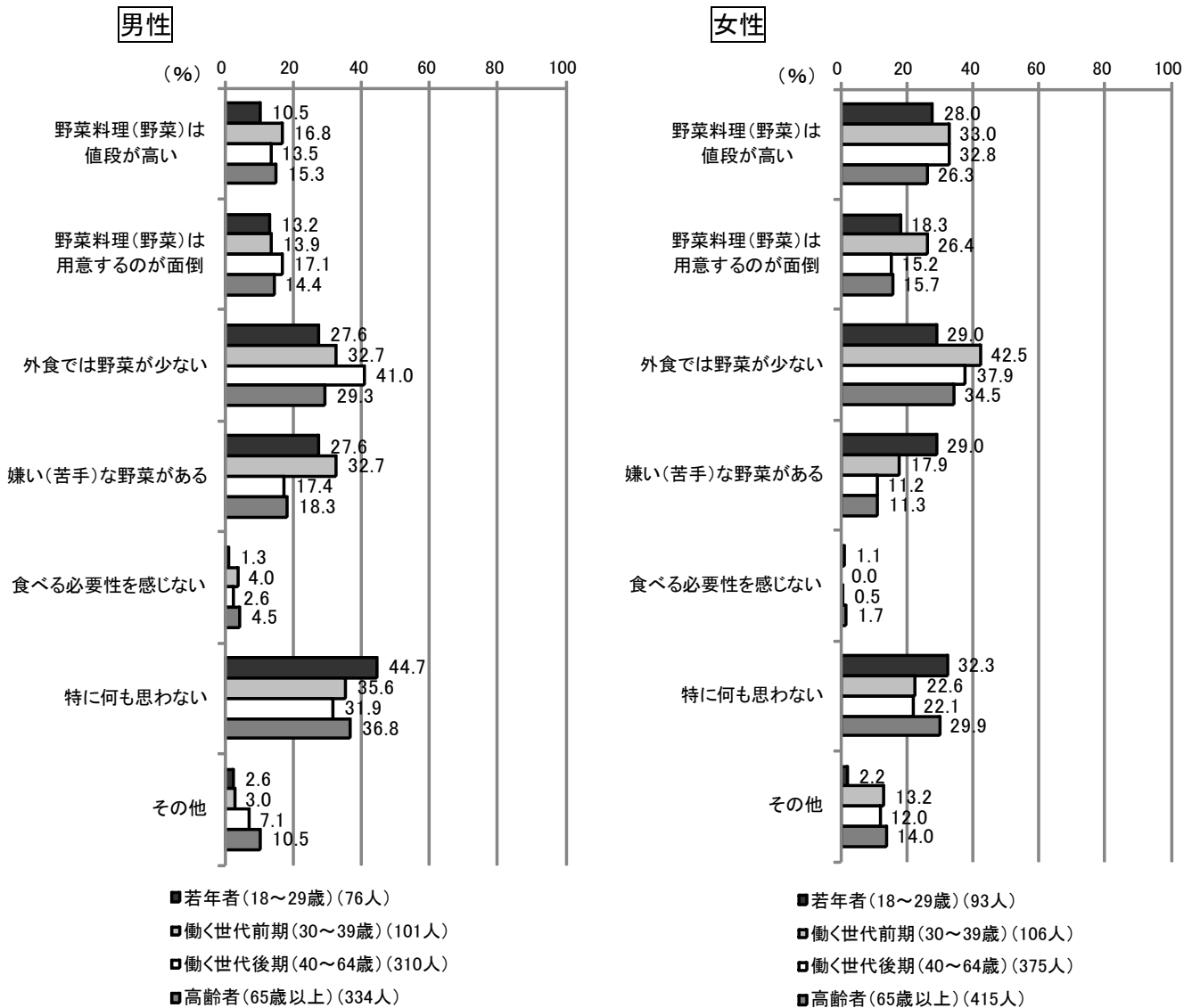
「野菜を1日350g以上 食べていると思う」という意識	野菜摂取量350g以上の 者の割合	
	男性	女性
食べていると思う (男性133人、女性244人)	42.1%	35.2%
食べていないと思う (男性490人、女性545人)	15.5%	15.2%

結果は、1 日 350g 食べているという意識のある者のうち、目標量 350g 以上を摂取できていたのは、男性 42.1%、女性 35.2%だった。

(3) 野菜(野菜料理)に対する意識

野菜料理や野菜についてどう思うかを、「嫌い(苦手)な野菜がある」「用意するのが面倒」「値段が高い」「外食では野菜が少ない」「食べる必要性を感じない」「特に何も思わない」「その他」の7項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図17に示す。

図17 野菜摂取量別状況(世代別、男女)

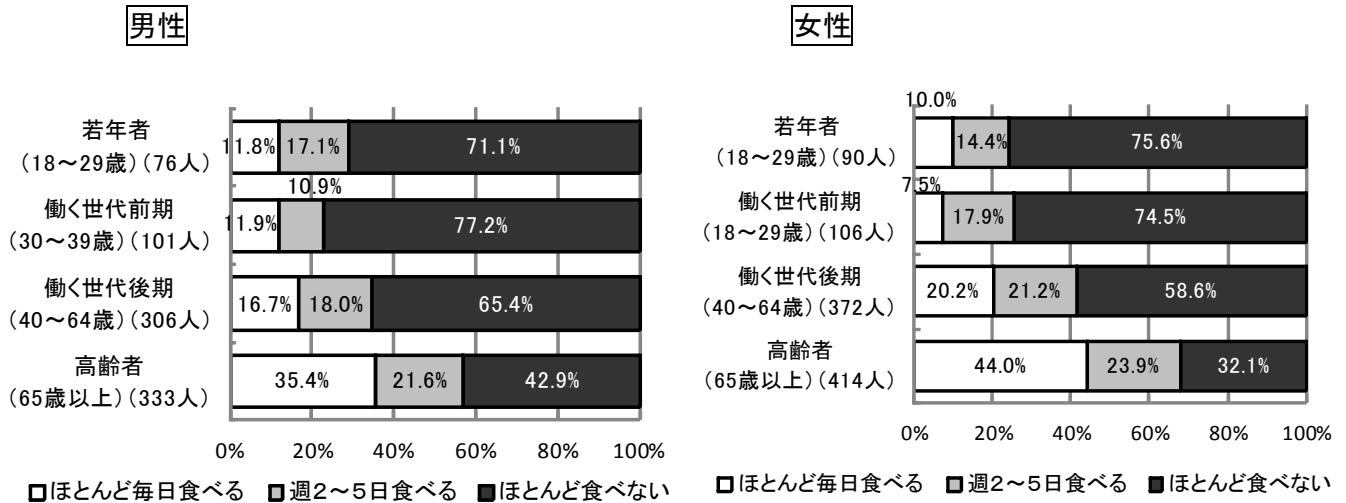


結果は、男女とも「外食で野菜が少ない」と感じており、働く世代で特に多い。女性では、「値段が高い」「用意するのが面倒」が働く世代で多かった(P85 第20表)。

(4) 朝食での野菜摂取頻度

朝食で野菜を食べているかを「ほとんど毎日食べる」「週2～5日食べる」「ほとんど食べない」の3項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図18に示す。

図 18 朝食での野菜摂取頻度(世代別、男女)



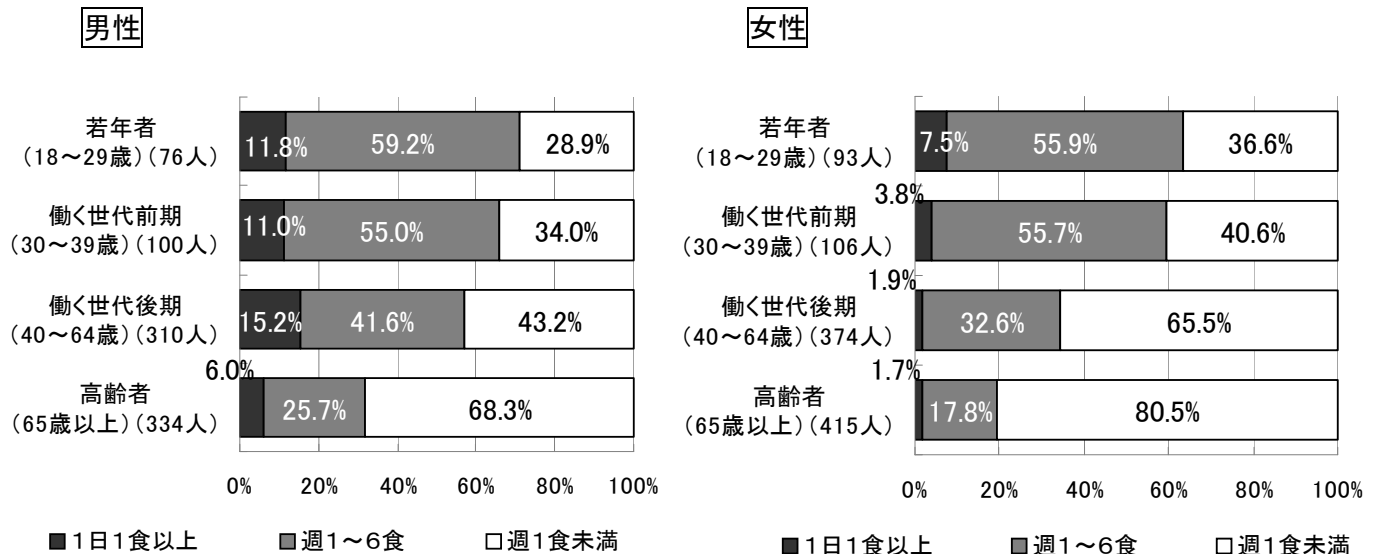
結果は、男性で「ほとんど食べない」が若年者 71.1%、働く世代前期 77.2%、女性で「ほとんど食べない」が同順 75.6%、74.5%と、男女とも若い世代が朝食で野菜を食べていない者が多かった。

5 外食・中食の摂取状況

(1) 外食摂取状況

外食をどのくらい利用するかを「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」「週4～6食」「週2～3食」「週1食」「週1食未満」「全く利用しない」の8項目のいずれにあたるか回答を求めた。回答結果の「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」を「1日1食以上」群、「週4～6食」「週2～3食」「週1食」を「週1～6食」群、「週1食未満」「全く食べない」を「週1食未満」群と分類し世代別の人数割合を算出した。世代別の結果を図 19 に示す。

図 19 外食摂取状況(世代別、男女)

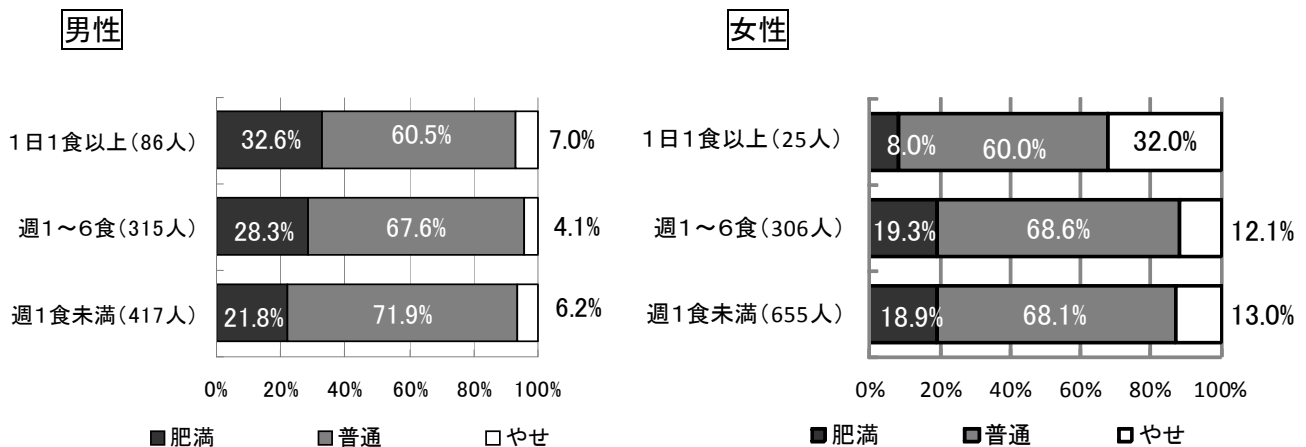


結果は、男性で「1日1食以上」が若年者 11.8%、働く世代前期 11.0%、働く世代後期 15.2%、「週1～6食」が同順 59.2%、55.0%、41.6%と、「1日1食以上」「週1～6食」を合わせると、高齢者以外の男性のおよそ6～7割が週1食以上外食をしていた。女性は、「1日1食以上」が若年者 7.5%、働く世代前期 3.8%、「週1～6食」が同順 55.9%、55.7%と、「1日1食以上」「週1～6食」を合わせると、若い世代の女性のおよそ6割が、週1食以上外食をしていた。

(2) 外食摂取頻度と体格

外食が肥満につながっていないかをみるため、「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群と、体格の判定結果の「やせ」「普通」「肥満」をクロス集計した。結果を図20に示す。

図20 外食摂取状況別・体格(18歳以上、男女)



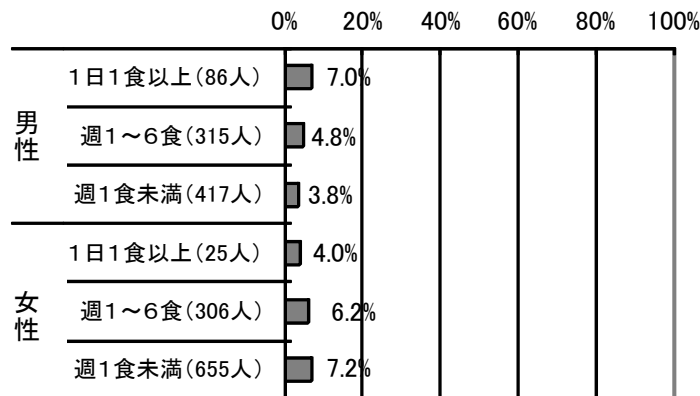
※ 高度肥満 (BMI35 以上) の4名を除外して集計

結果は、男性で肥満者の割合が「外食が1日1食以上」32.6%、「週1～6食」28.3%、「週1食未満」21.8%と外食の頻度が多いほど高い傾向だった。女性は、頻度と肥満に特に関連はみられなかった。

(3) 外食摂取頻度別栄養バランス

外食が多いほど、たんぱく質や脂質の摂り過ぎにつながっていないかをみるため、摂取栄養量のたんぱく質%エネルギーと脂質%エネルギーのいずれも適正範囲の上限値以上の者 (=栄養バランスがたんぱく質と脂質に偏っている者) の割合を、外食を「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群に分類して算出した。結果を図21に示す。

図 21 外食摂取頻度別栄養バランスがたんぱく質と脂質に偏っている者の割合(18 歳以上、男女)

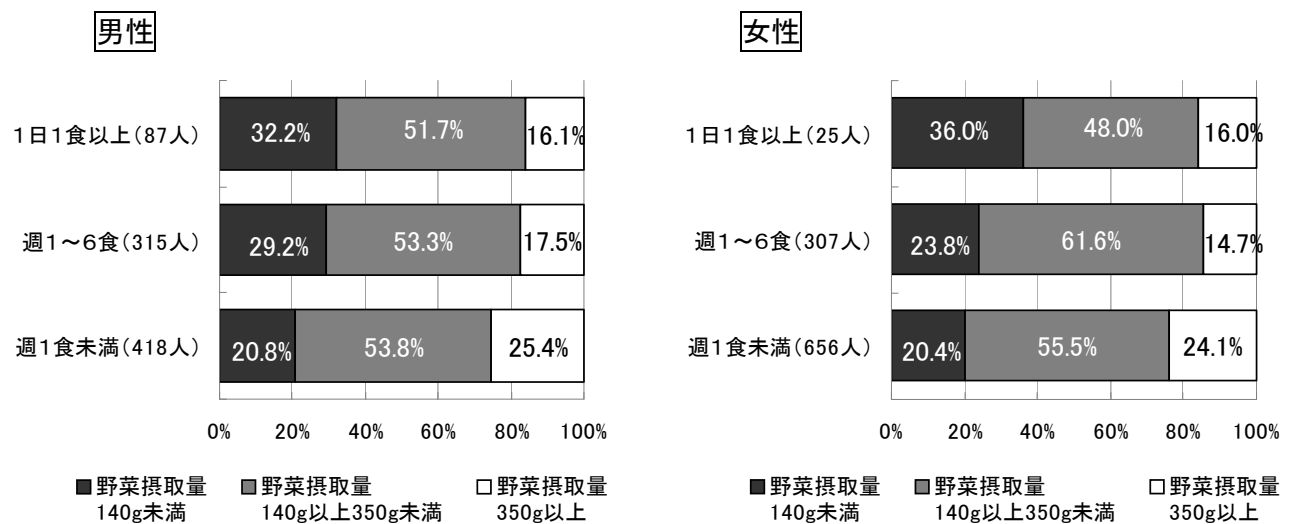


結果は、男性で外食が「1日1食以上」の7.0%、「週1～6食」の4.8%、「週1食未満」の3.8%と、外食の頻度が多いほど、たんぱく質や脂質の摂り過ぎの者が多い傾向だった。しかし、女性は頻度が少ないほどたんぱく質や脂質の摂り過ぎの者が多く、男性とは逆の傾向がみられた。

(4)外食摂取頻度別野菜摂取量

外食が多いほど野菜摂取不足につながっていないかを見るため、「野菜摂取量 140g 未満」「同 140g 以上 350g 未満」「同 350g 以上」の者の割合を、外食の頻度が「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群に分類して算出した。結果を図 22 に示す。

図 22 外食摂取頻度別野菜摂取量(18 歳以上、男女)

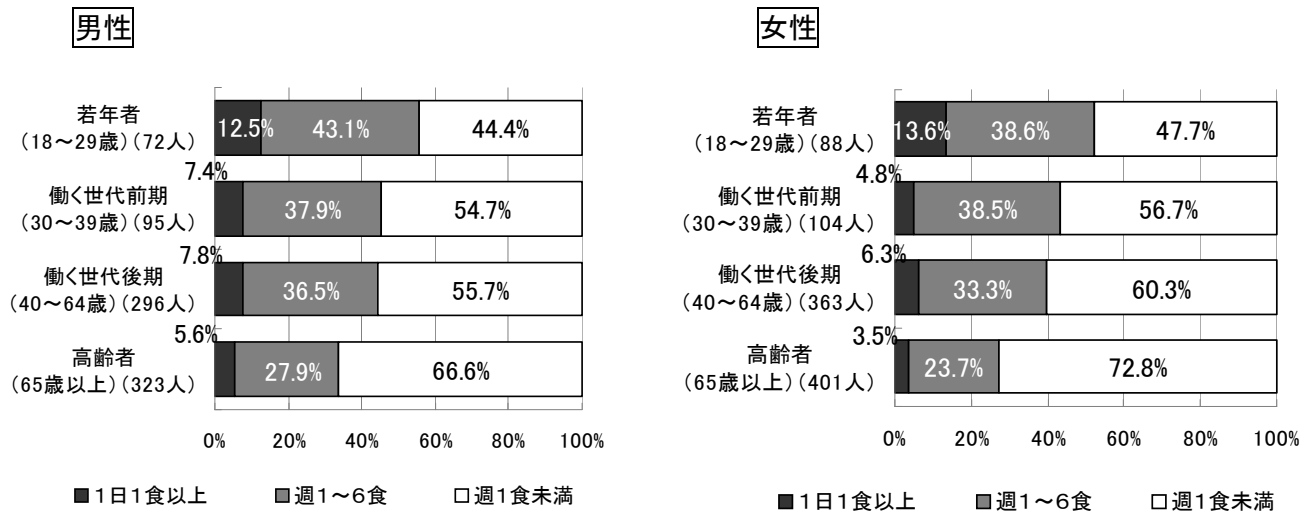


結果は、男性で外食が「1日1食以上」の32.2%、「週1～6食」の29.2%、「週1食未満」の20.8%と、外食の頻度が多いほど、「野菜摂取量 140g 未満」の者が多かった。女性も、同順 36.0%、23.8%、20.4%で、同じ結果だった。

(5) 中食摂取頻度

中食をどのくらい利用するかを「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」「週4～6食」「週2～3食」「週1食」「週1食未満」「全く利用しない」「わからない」の9項目のいずれにあたるか回答を求めた。回答結果の「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」を「1日1食以上」群、「週4～6食」「週2～3食」「週1食」を「週1～6食」群、「週1食未満」「全く食べない」を「週1食未満」群と分類し世代別の人数割合を算出した。世代別の結果を図23に示す。

図23 中食の摂取状況(世代別、男女)

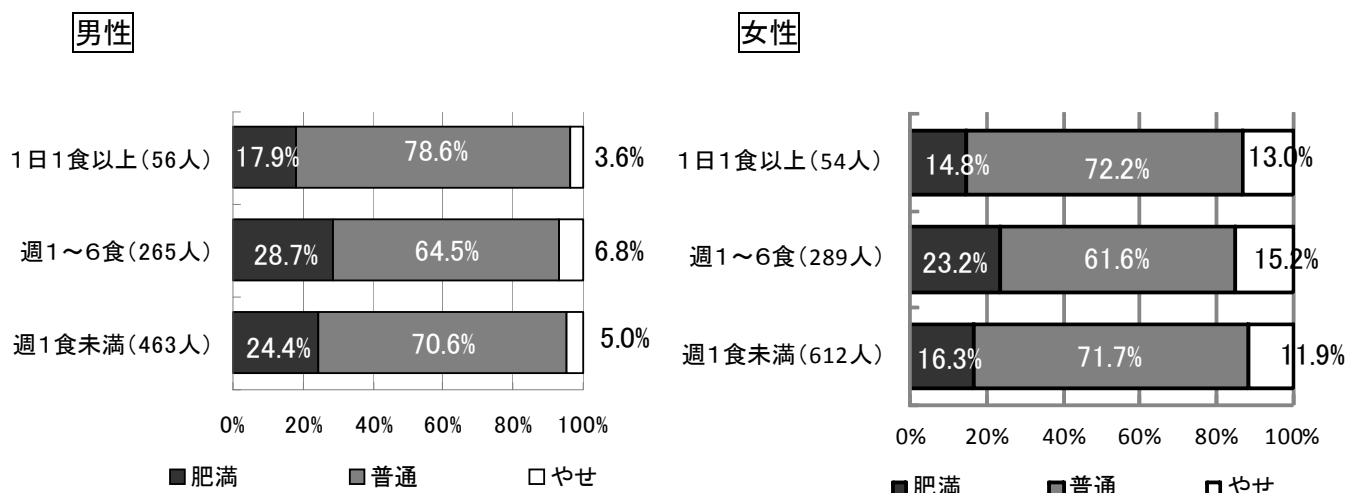


結果は、男性で「1日1食以上」が若年者12.5%、働く世代前期7.4%、働く世代後期7.8%、「週1～6食」が同順43.1%、37.9%、36.5%と、「1日1食以上」「週1～6食」を合わせると、高齢者以外の男性のおよそ半数が週1食以上中食をしており、特に若年者で多い傾向だった。女性は、「1日1食以上」が若年者13.6%、働く世代前期4.8%、「週1～6食」が同順38.6%、38.5%と、「1日1食以上」「週1～6食」を合わせると、若い世代の女性のおよそ半数が、週1食以上中食をしており、男性と同様に若年者で多い傾向だった。

(6) 中食摂取頻度と体格

中食が肥満につながっていないかをみるため、「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群と、体格の判定結果の「やせ」「普通」「肥満」をクロス集計した。結果を図24に示す。

図 24 中食の摂取状況・体格別(18 歳以上、男女)



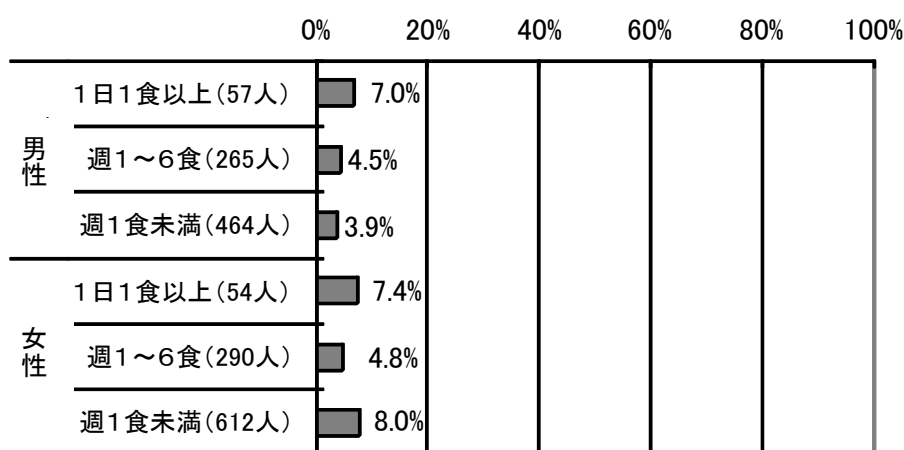
※ 高度肥満(BMI35 以上)の4名を除外して集計

結果は、男性で肥満者の割合が「1日1食以上」17.9%、「週1～6食」28.7%、「週1食未満」24.4%と、「週1～6食」で肥満者が多い傾向だった。女性も同順14.8%、23.2%、16.3%と、男性と同様に「週1～6食」で肥満者が多かった。

(7)中食摂取頻度別栄養バランス

中食が多いほど、たんぱく質や脂質の摂り過ぎにつながっていないかをみるため、摂取栄養量のたんぱく質%エネルギーと脂質%エネルギーのいずれも適正範囲の上限値以上の者(=栄養バランスがたんぱく質と脂質に偏っている者)の割合を、中食を「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群に分類して算出した。結果を図25に示す。

図25 中食摂取頻度別栄養バランスがたんぱく質と脂質に偏っている者の割合(18 歳以上、男女)

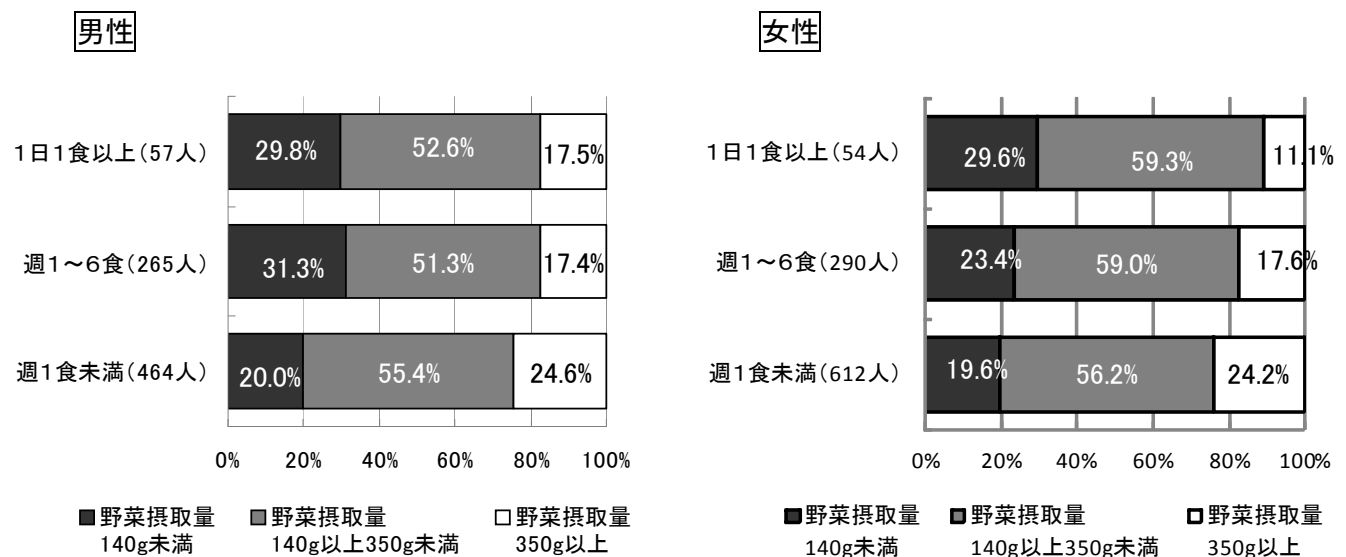


結果は、男性で中食が「1日1食以上」で7.0%、「週1～6食」で4.5%、「週1食未満」で3.9%と、中食の頻度が多いほど、たんぱく質や脂質の摂り過ぎの者が多い傾向だった。女性は「週1食未満」で8.0%、「1日1食以上」で7.4%が、たんぱく質や脂質の摂り過ぎの者が多い傾向だった。

(8)中食摂取頻度別野菜摂取量

中食が多いほど野菜摂取不足につながっていないかをみるため、「野菜摂取量 140g 未満」「同 140g 以上 350g 未満」「同 350g 以上」の者の割合を、中食の頻度が「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群に分類して算出した。結果を図26に示す。

図26 中食摂取頻度別野菜摂取量(18歳以上、男女)

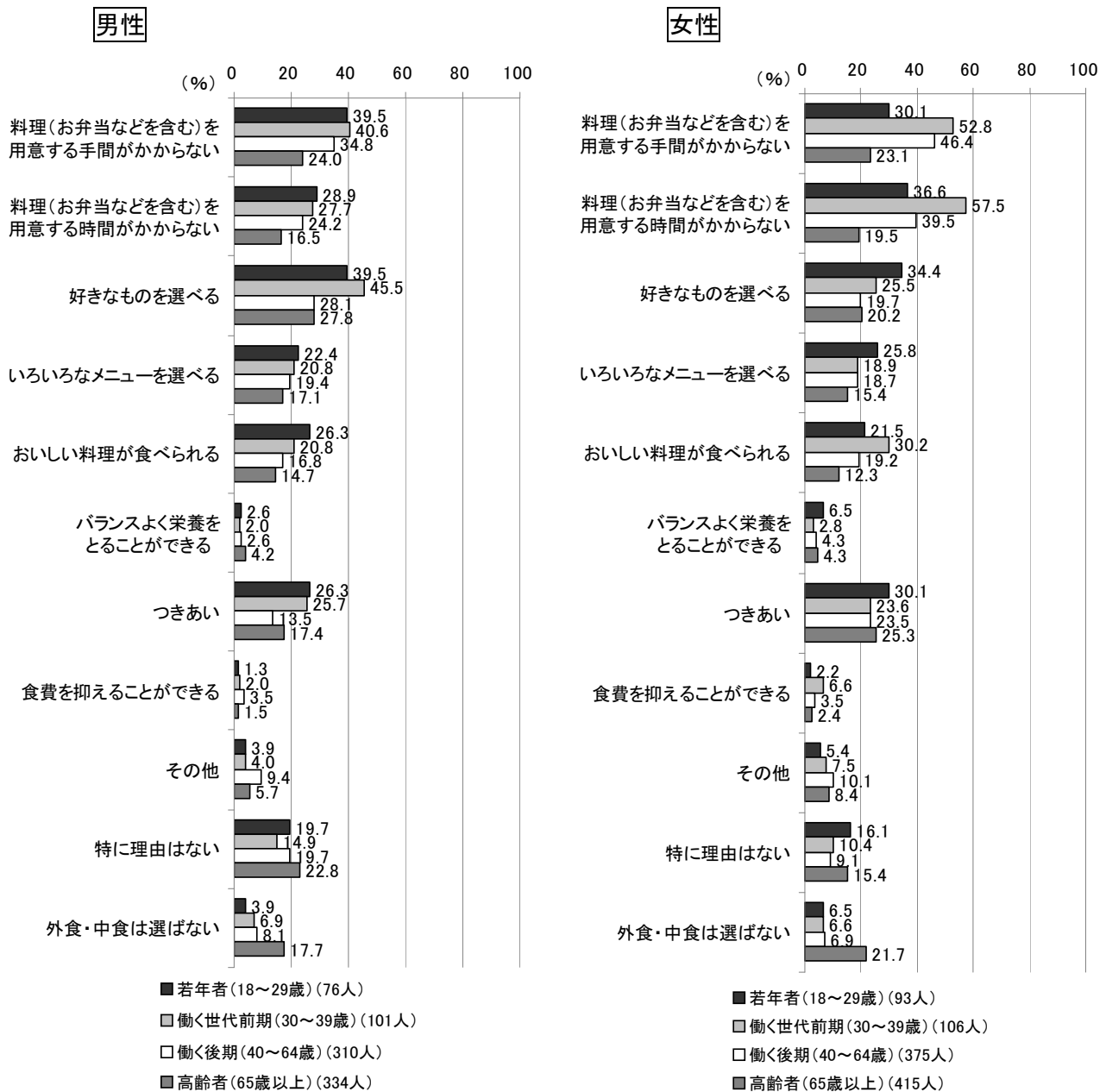


結果は、男性で中食が「1日1食以上」の29.8%、「週1～6食」の31.3%、「週1食未満」の20.0%と、「週1～6食」で「野菜摂取量 140g 未満」の者が多かった。女性は、同順29.6%、23.4%、19.6%で、中食の頻度が多いほど「野菜摂取量 140g 未満」の者が多かった。

(9)外食・中食を選ぶ理由

外食や中食を選ぶ理由を、「用意する手間がかからない」「用意する時間がかからない」「好きなものを選べる」「いろいろなメニューが選べる」「バランスよく栄養を取ることができる」「おいしい料理が食べられる」「つきあい」「食費を抑えることができる」「その他」「外食・中食は選ばない」の11項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図27に示す。

図 27 外食・中食を選ぶ理由(世代別、男女)



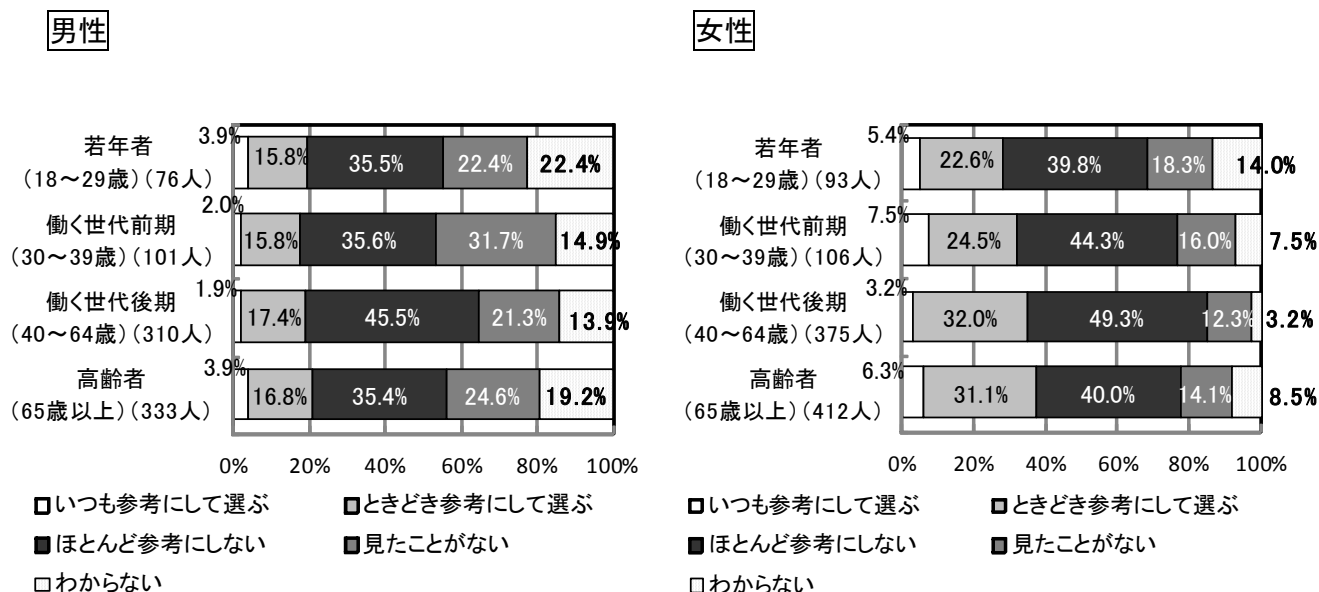
結果は、男性は世代が若いほど「手間がかからない」「好きなものを選べる」が多く、女性は働く世代で「手間がかからない」「時間がかからない」が多い傾向だった。「バランスよく栄養を取ることができる」と思っている者はどの世代も少なかった (P95 第 32 表)。

6 栄養成分表示の活用状況

(1) 栄養成分表示の活用状況

栄養成分表示を参考にしてメニューを選ぶかを「いつも参考にして選ぶ」「ときどき参考にして選ぶ」「ほとんど参考にししない」「みたことがない」「わからない」の 5 項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図 28 に示す。

図 28 栄養成分表示の活用状況(世代別、男女)

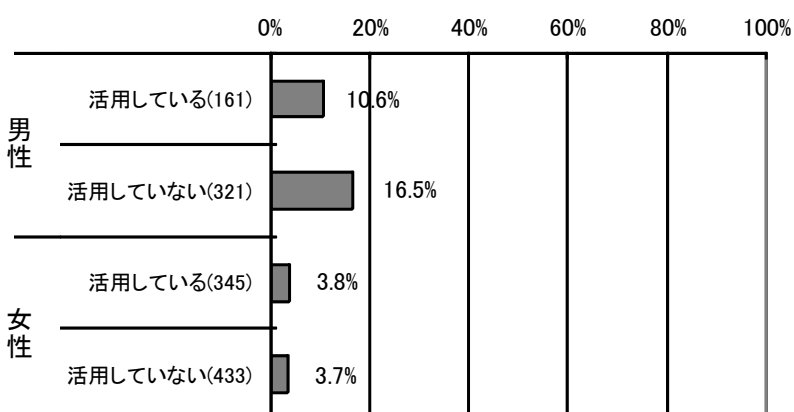


結果は、「ほとんど参考にしない」「見たことがない」を合わせると、男性は、若年者 57.9%、働く世代前期 67.3%、働く世代後期 66.8%、高齢者 60.0%、女性は同順 58.1%、60.3%、61.6%、54.1%と、どの世代も、男女いずれも、半数以上が表示を見ない又は活用していなかった。(P99 第 36 表)。

(2) 表示の活用有無別栄養バランス

栄養成分表示を参考にしてメニューを選ぶこと(＝表示の活用)が、栄養バランスをよくすることにつながっているかをみるため、摂取栄養量のたんぱく質%エネルギーと脂質%エネルギーのいずれも適正範囲の下限値以下の者(＝栄養バランスが炭水化物に偏っている者)の割合を、「いつも参考に行っている」「ときどき参考に行っている」を「活用している」群、「ほとんど参考にしない」を「活用していない」群として2群に分類して算出した。結果を図 29 に示す。

図 29 表示の活用状況別栄養バランスが炭水化物に偏っている者の割合(18 歳以上、男女)



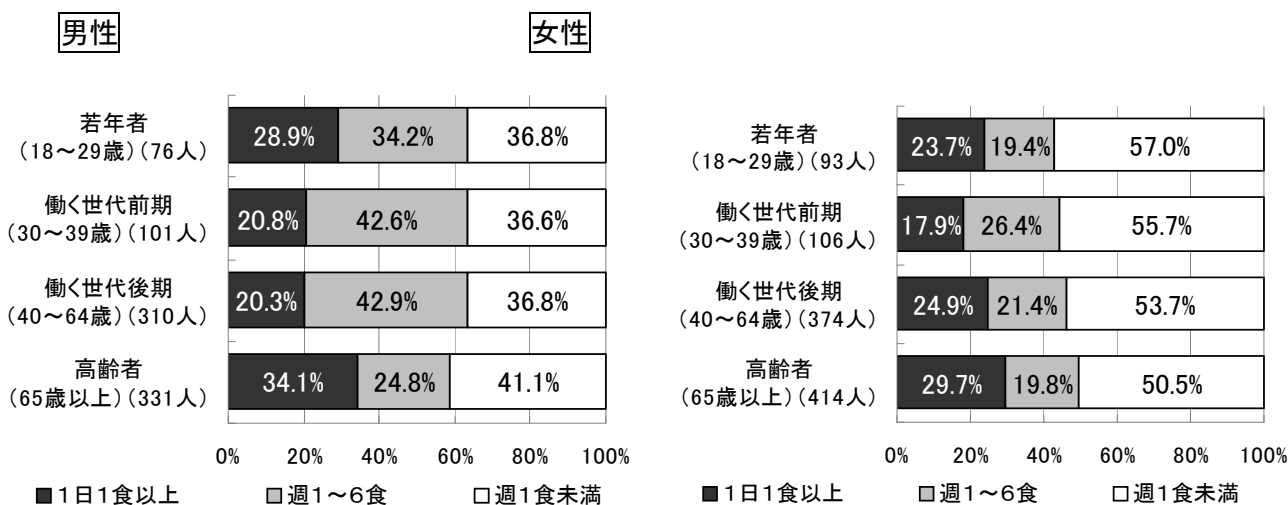
結果は、男性で「活用していない」者は、「活用している」者よりも炭水化物に偏って栄養バランスが崩れている者が多かった。

7 主食の重ね食べの状況

(1) 主食の重ね食べの状況

米・パンと麺類や粉もん（お好み焼き、たこ焼きなど）を一緒にどのくらい食べているかを「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」「週4～6食」「週2～3食」「週1食」「週1食未満」「全く食べない」の8項目のいずれにあたるか回答を求めた。回答結果の「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」を「1日1食以上」群、「週4～6食」「週2～3食」「週1食」を「週1～6食」群、「週1食未満」「全く食べない」を「週1食未満」群と分類し世代別の人数割合を算出した。世代別の結果を図30に示す。

図30 主食の重ね食べの状況(世代別、男女)

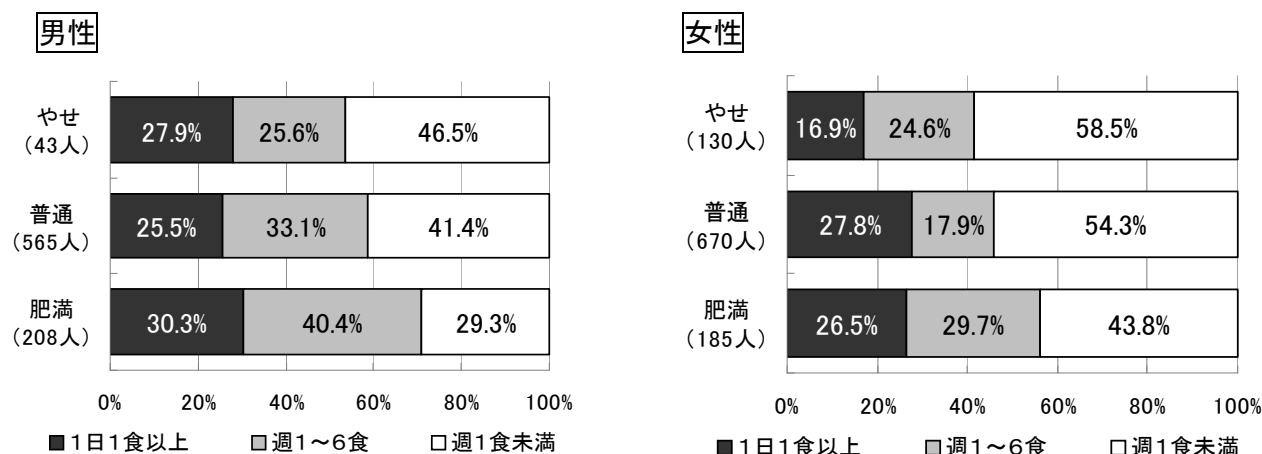


結果は、男性で「1日1食以上」が若年者28.9%、高齢者34.1%と他の世代より多かった。女性は「1日1食以上」が高齢者で29.7%と他の世代より多かった。「1日1食以上」「週1～6食」を合わせてみると、どの世代も女性より男性で重ね食べる頻度が多い傾向だった。

(2) 重ね食べ頻度と体格

重ね食べが肥満につながっていないかをみるため、「1日1食以上」「週1～6食」「週1食未満」の3群と、体格の判定結果の「やせ」「普通」「肥満」をクロス集計した。結果を図31に示す。

図 31 主食の重ね食への状況・体格別(18 歳以上、男女)



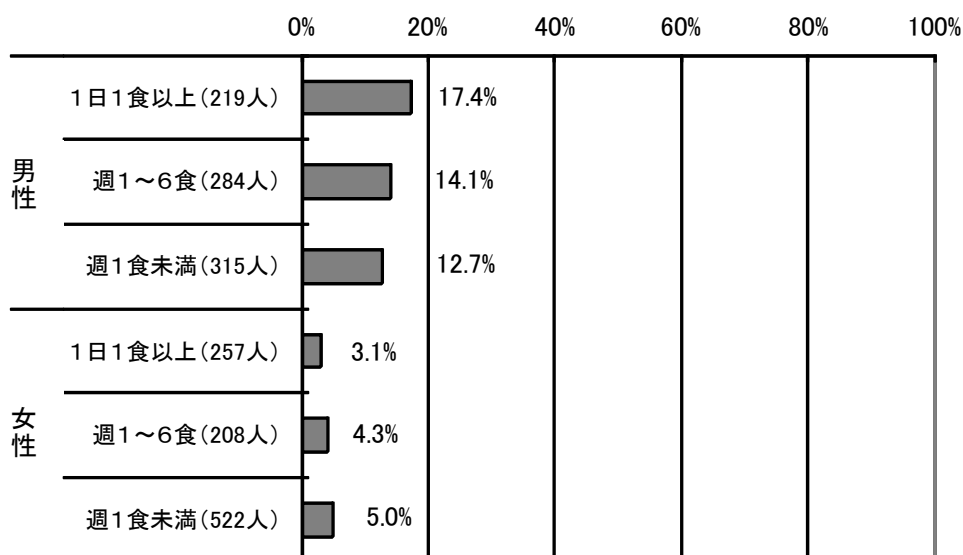
※ 高度肥満 (BMI35 以上) の 4 名を除外して集計

結果は、肥満者で「1 日 1 食以上」が男性 30.3%、女性 26.5%、「週 1 ～ 6 食」が男性 40.4%、女性 29.7%と、「普通」「やせ」の者よりも週 1 食以上重ね食をする者が多かった。

(3) 重ね食頻度と栄養バランス

重ね食が多いほど、炭水化物の過剰摂取につながっていないかをみるため、摂取栄養量のたんぱく質%エネルギーと脂質%エネルギーのいずれも適正範囲の下限値以下の者（栄養バランスが炭水化物に偏っている者）の割合を、重ね食を「1 日 1 食以上」「週 1 ～ 6 食」「週 1 食未満」の 3 群に分類して算出した。結果を図 32 に示す。

図 32 主食の重ね食頻度別栄養バランスが炭水化物に偏っている者の割合(18 歳以上、男女)

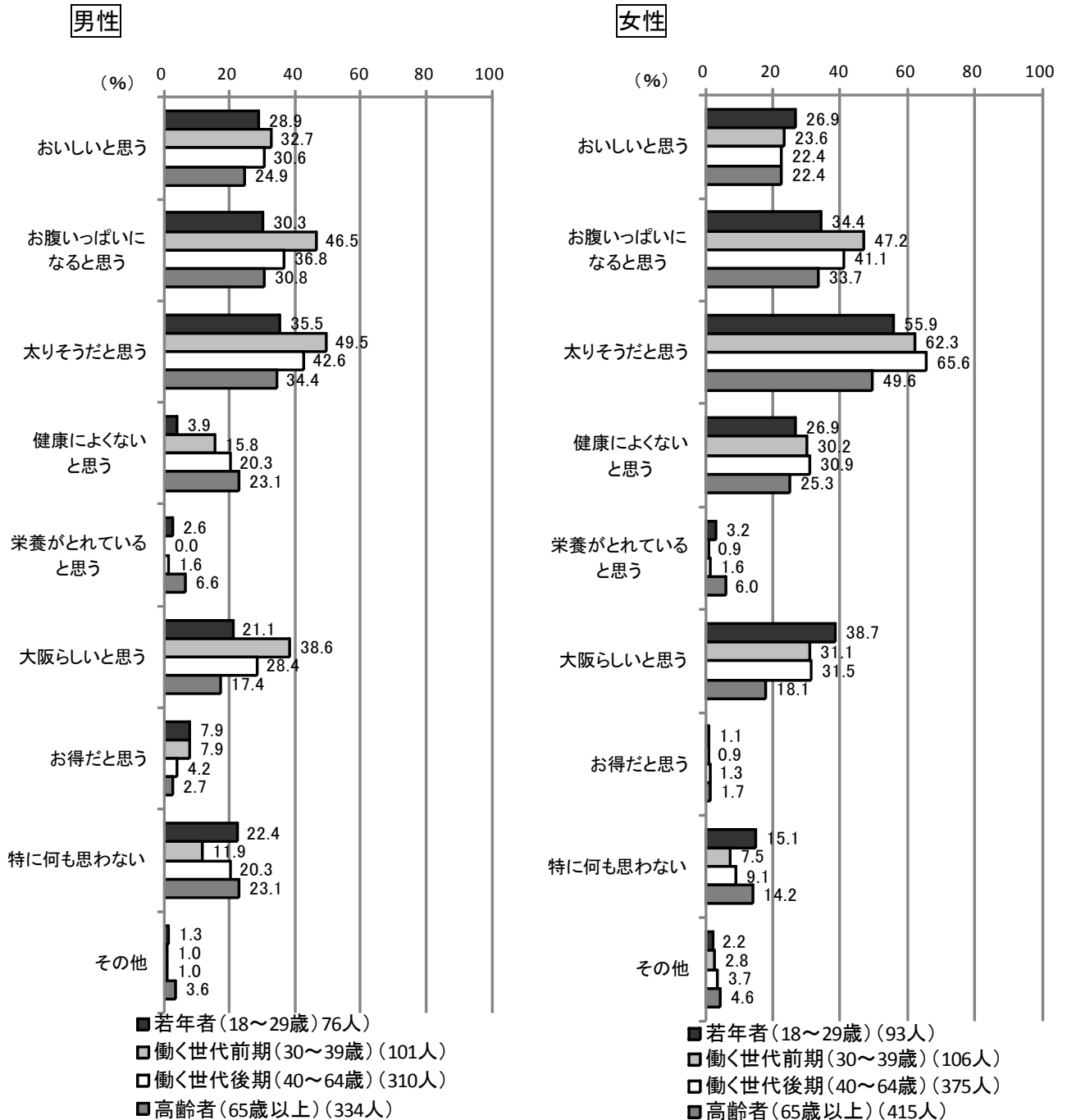


結果は、男性で重ね食の頻度が多いほど、1 日の摂取栄養バランスが炭水化物に偏った者が多かった。

(4)重ね食べに対する意識

重ね食べについてどう思うかを、「お得」「お腹いっぱいになる」「おいしい」「大阪らしい」「栄養がとれている」「健康に良くない」「太りそう」「特に何も思わない」「その他」の9項目で複数回答により求めた。世代別の結果を図33に示す。

図33 重ね食べに対する意識(世代別、男女)



結果は、「おなかいっぱいになると思う」「太りそうだと思う」が男女ともどの世代も回答が多かった。「健康に良くないと思う」は女性でどの世代もほぼ同じ割合だが男性は若年者で低かった。一方、「大阪らしい」と思う者は働く世代や女性の若年者に多い傾向だった (P88 第24表)。

8 共食の状況

(1) 共食の状況

一人暮らし以外の回答者に、同居している人と一緒に朝食、夕食を食べる日数を「ほとんど毎日」「週4～5日」「週2～3日」「週1日程度」「ほとんどない」の5項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図34、35に示す。

図34 共食の状況・朝食(世代別、男女)

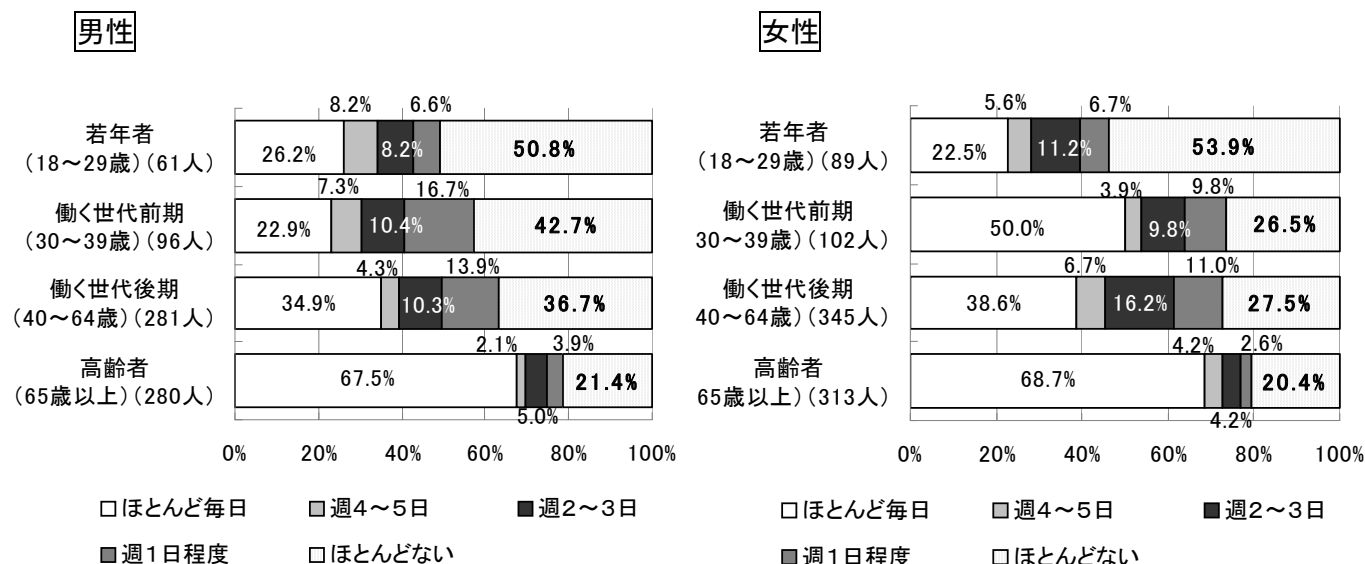
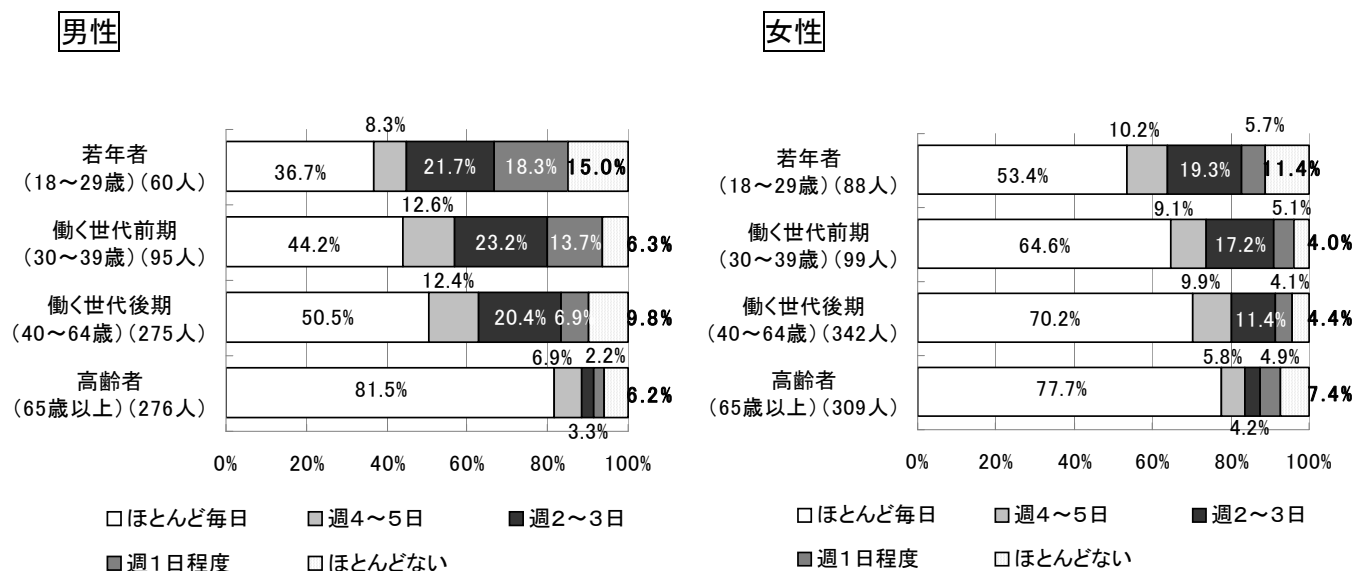


図35 共食の状況・夕食(世代別、男女)



朝食での結果は、男性で「ほとんどない」が若年者 50.8%、働く世代前期 42.7%、働く世代後期 36.7%、高齢者 21.4%、女性で「ほとんどない」も同順 53.9%、26.5%、27.5%、20.4%と、男女とも世代が若いほど朝食を同居者と一緒に食べていなかった（P106 第42表）。

夕食での結果は、男性の若年者で「ほとんどない」15.0%、「週1日程度」18.3%、「週2～3日」21.7%、働く世代前期で同順6.3%、13.7%、23.2%と、同居者と一緒に夕食を食べるのが週の半分以下という者が、若い男性のおよそ半数だった（P107 第43表）。

(2) 共食頻度別エネルギー摂取量、野菜摂取量

共食することが摂取栄養量や野菜摂取量と関連しているかをみるため、共食の日数が「ほとんど毎日」「週4～5日」を「共食日数が多い（週4日以上）」群、「週2～3日」「週1日程度」「ほとんどない」を「共食日数が少ない（週3日以下）」群と朝夕それぞれ分類し、エネルギー摂取量、野菜摂取量を算出した。結果を表11に示す。

表11 朝夕の共食頻度別エネルギー摂取量、野菜摂取量（18歳以上、男女）

朝食の共食日数	男性			女性		
	エネルギー (kcal)	野菜摂取量 (g)	1,000kcalあたり野菜摂取量(g)	エネルギー (kcal)	野菜摂取量 (g)	1,000kcalあたり野菜摂取量(g)
日数が多い(週4日以上)	1,987	245	123	1,627	238	150
日数が少ない(週3日以下)	1,889	205	109	1,441	199	140

夕食の共食日数	男性			女性		
	エネルギー (kcal)	野菜摂取量 (g)	1,000kcalあたり野菜摂取量(g)	エネルギー (kcal)	野菜摂取量 (g)	1,000kcalあたり野菜摂取量(g)
日数が多い(週4日以上)	1,948	230	122	1,570	231	147
日数が少ない(週3日以下)	1,949	199	103	1,435	189	135

1,000kcalあたり野菜摂取量：摂取エネルギー量（食事量）の多少による影響を取り除き、食事に占める野菜量がどのくらいかを表す。数値は中央値。

結果は、男女とも、朝食、夕食で共食日数の多い群が、少ない群よりエネルギー摂取量が多い傾向だった。また野菜摂取量は、男性で共食日数の多い群は、少ない群より食事に占める野菜量が多く、特に夕食で顕著だった。女性は、男性ほど顕著ではないが、朝夕とも共食日数の多い群で野菜量が多い傾向だった。

(3) 共食日数別栄養バランス

共食することが栄養バランスをよくすることにつながるかをみるため、エネルギー産生栄養素バランスが「適正」の者の割合を、「共食日数が多い（週4日以上）」群、「共食日数が少ない（週3日以下）」群の2群に朝夕それぞれ分類し、共食率が高い高齢者を除いて算出した。結果を図36、37に示す。

図 36 朝食の共食日数別栄養バランスが適正な者の割合(18～64 歳、男女)

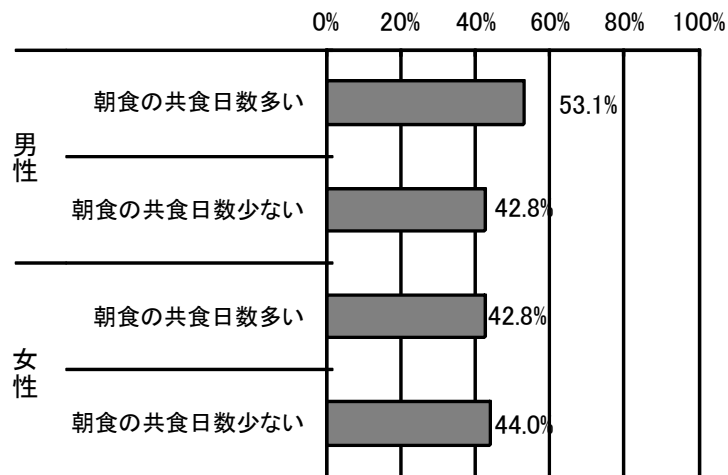
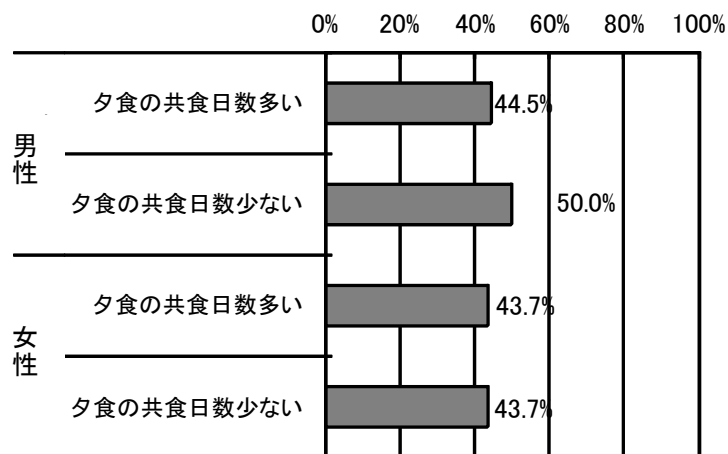


図 37 夕食の共食日数別栄養バランスが適正な者の割合(18～64 歳、男女)



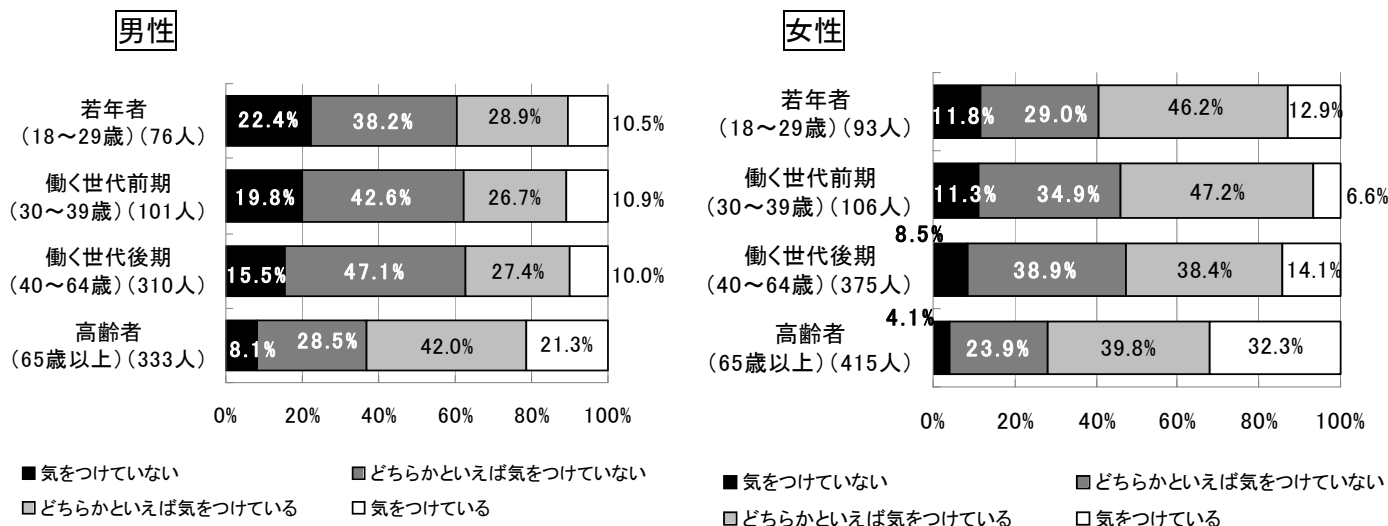
朝食での結果は、男性で共食日数の多い群で1日の栄養バランスが「適正」の者が多い傾向だった。
夕食での結果は、男性で共食日数の少ない群で1日の栄養バランスが「適正」の者が多い傾向だった。

9 咀嚼と食べる速さの状況

(1) 咀嚼への意識

よく噛んで食べることに気をつけているかを「気をつけている」「どちらかといえば気をつけている」「どちらかといえば気をつけていない」「気をつけていない」の4項目のいずれにあたるか回答を求めた。世代別の結果を図 38 に示す。

図 38 よく噛んで食べることに気をつけているか(世代別、男女)

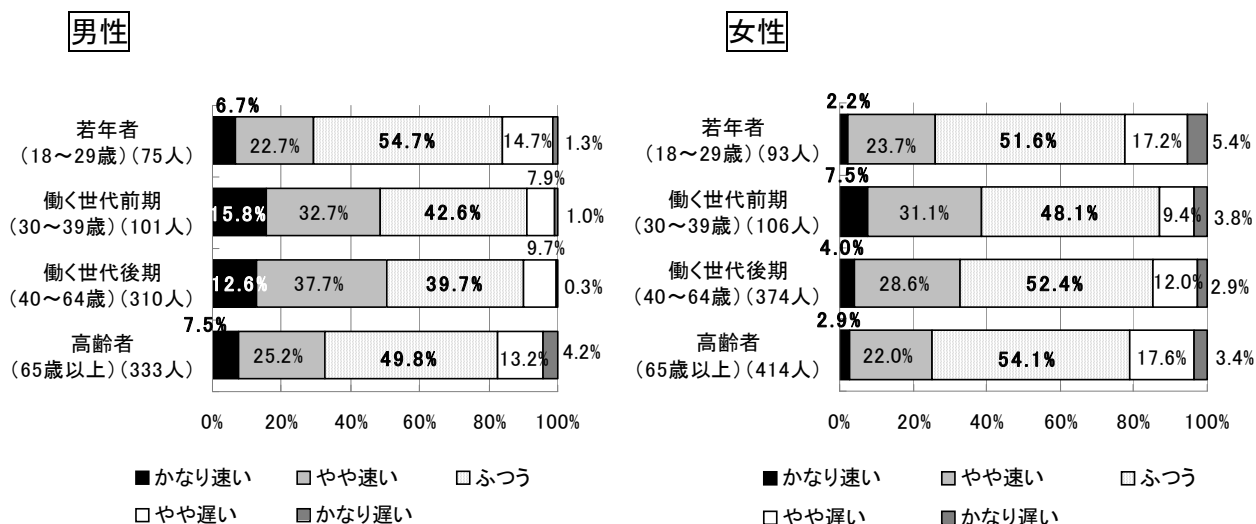


結果は、男性で「気をつけていない」が若年者 22.4%、働く世代前期 19.8%、働く世代後期 15.5%、女性で「気をつけていない」が同順 11.8%、11.3%、8.5%と、男女とも世代が若いほどよく噛んで食べることに気をつけておらず、特に男性でその傾向が強かった (P89 第 25 表)。

(2) 食べる速さ

食べる速さを「かなり速い」「やや速い」「ふつう」「やや遅い」「かなり遅い」の 5 項目のいずれにあたるかを BDHQ の回答項目から算出した。世代別の結果を図 39 に示す。

図 39 食べる速さ(世代別、男女)

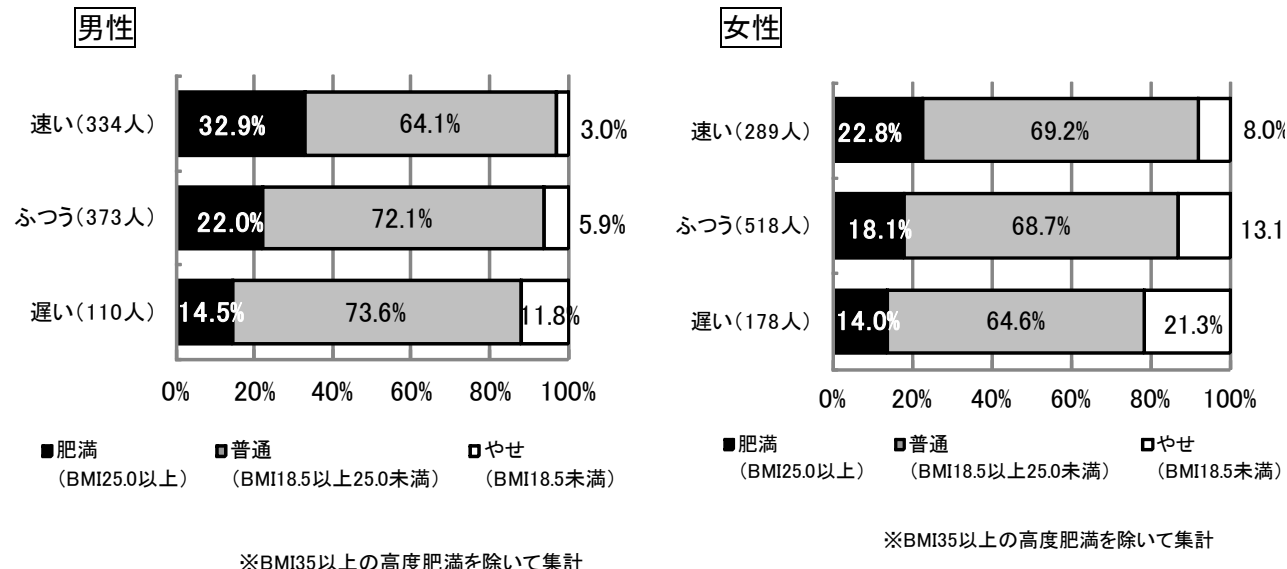


結果は、男性で「かなり速い」が働く世代前期 15.8%、働く世代後期 12.6%と、他の世代より多く、また女性で「かなり速い」は働く世代前期 7.5%が他の世代より多かった。

(3) 食べる速さと体格

「早食いは太る」という報告は既にあるが、本調査の対象者における状況をみるため、「かなり速い」「やや速い」を「速い」群、「やや遅い」「かなり遅い」を「遅い」群として、「ふつう」と合わせて3群に分類し、体格の判定結果の「やせ」「普通」「肥満」とクロス集計した。結果を図40に示す。

図40 食べる速さと体格(18歳以上、男女)

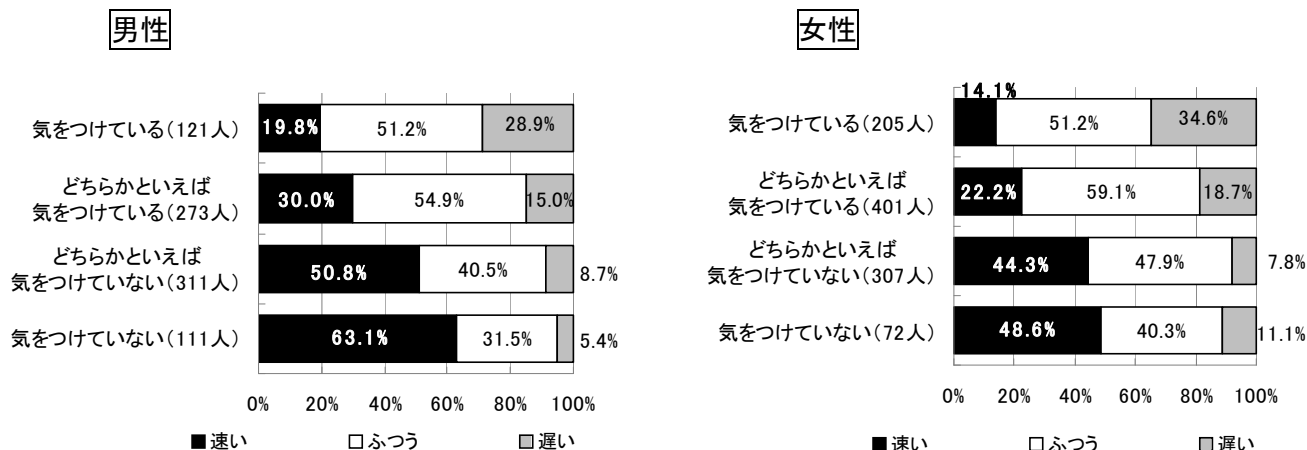


結果は、男性で肥満者の割合が、食べるのが「速い」群 32.9%、「ふつう」群 22.0%、「遅い」群 14.5%と食べるのが速いほど肥満者の割合が有意に高かった。また女性も、肥満者の割合が、食べるのが「速い」群 22.8%、「ふつう」群 18.1%、「遅い」群 14.0%と、男性と同様に食べるのが速いほど肥満者の割合が高かった。

(4) 咀嚼への意識と食べる速さ

よく噛んで食べることに「気をつけている」「どちらかといえば気をつけている」「どちらかといえば気をつけていない」「気をつけていない」の4項目と、食べるのが「速い」群、「ふつう」群、「遅い」群をクロス集計し、咀嚼への意識と食べる速さの関連をみた。結果を図41に示す。

図41 咀嚼への意識と食べる速さ(18歳以上、男女)



結果は、男性で食べるのが「速い」者の割合は、「気をつけていない」63.1%、「どちらかといえば気をつけていない」50.8%、「どちらかといえば気をつけている」30.0%、「気をつけている」19.8%だった。女性も、食べるのが「速い」者は同順48.6%、44.3%、22.2%、14.1%と、男女とも噛むことを意識していない者ほど食べるのが速い傾向だった。

10 高齢者のたんぱく質摂取状況について

(1) 高齢者の体格とたんぱく質摂取状況

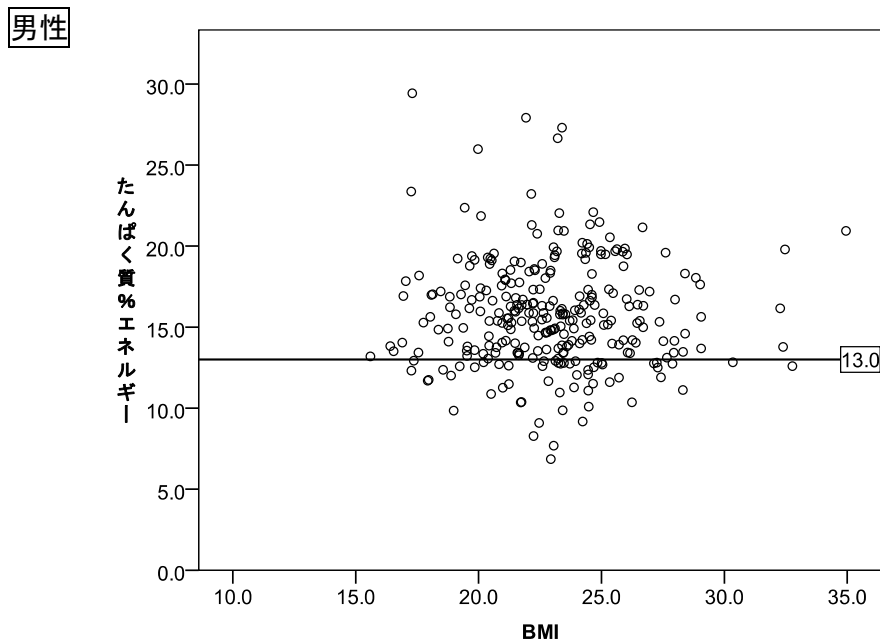
高齢者が要介護状態になることなく自立した生活を送るには、身体機能の低下すなわち筋力低下や筋肉量減少を予防することが重要であり、栄養素としてたんぱく質摂取量と関連がある※⁴。

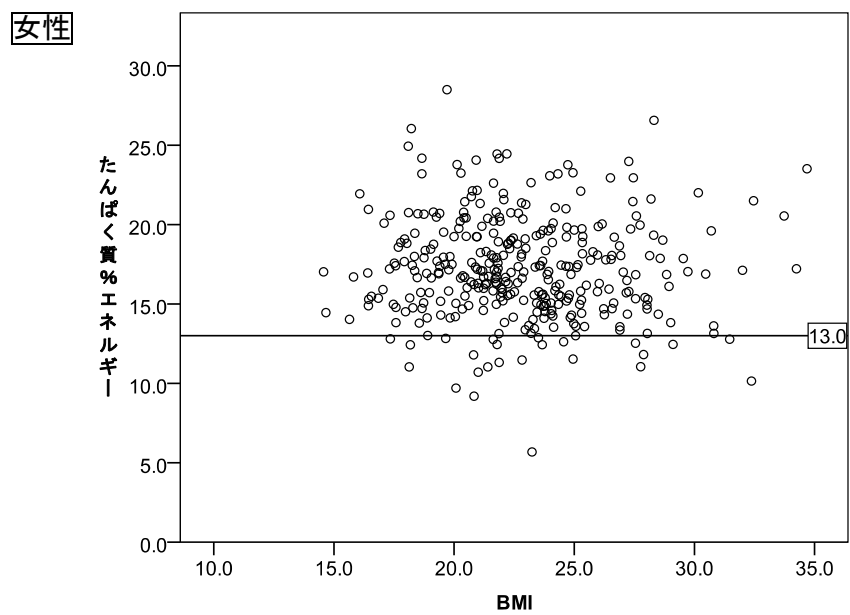
一方、筋肉量が減少していても体脂肪が多ければ外見上わかりにくく、肥満であっても筋肉量が少ないことも想定される。そこで高齢者のたんぱく質摂取状況と体格との関連をみた。結果を図42に示す。

※4

老化に伴う種々の機能低下（予備能力の低下）を基盤とし、様々な健康障害に対する脆弱性が増加している状態、すなわち健康障害に陥りやすい状態をフレイルティという。Friedらは①体重減少、②主観的疲労感、③日常生活活動量の減少、④身体能力（歩行速度）の減弱、⑤筋力（握力）の低下、のうち3項目が当てはまればフレイルティとしている。筋力低下や筋肉量減少は、栄養素としてはたんぱく質摂取量と強い関連がある。（参照：日本人の食事摂取基準2015 P376～378）

図42 肥満度(BMI)とたんぱく質%エネルギーの散布図(65歳以上、男女)





結果は、「日本人の食事摂取基準 2015」で摂取目標として示されているたんぱく質%エネルギー13～20%の下限值 13%に届いていない者が、やせの者だけではなく肥満の者にもいた。

Ⅱ 高校生調査の結果

1 体格について

(1) 体格の判定

体格の判定は、身長・体重の申告値から BMI (Body Mass Index 算出式：体重(kg)／(身長(m))²) を算出し、日本肥満学会による肥満の判定基準（2011 年）に基づき行った結果、やせの者（BMI18.5 未満 以下略）の割合は 19.1%、普通の者（BMI18.5 以上 25.0 未満 以下略）の割合は 51.9%、肥満の者（BMI25.0 以上 以下略）の割合は 4.2%、回答がなく算出できなかった者の割合は 24.8%だった。男女別では、やせの者の割合が男性 20.2%、女性 18.5%、肥満の者の割合が同順 7.1%、2.8%と男性の方が多かったが、回答は自己申告であったため回答無しの割合が同順 6.0%、33.7%と女性で多かった（P121 第 76 表）。

(2) 体格の自己認識

自分の体格をどう思っているかについて、「太っている」「少し太っている」「ちょうどよい（ふつう）」「少しやせている」「やせている」の 5 項目のいずれにあたるか回答を求めた結果、「太っている」31.3%、「少し太っている」29.7%、「ちょうどよい（ふつう）」27.1%、「少しやせている」6.8%、「やせている」5.1%と、成人総数と比較すると「太っている」が 2 倍近くあり「ちょうどよい（ふつう）」は少なかった。男女別では「太っている」男性 15.5%女性 39.0%、「少し太っている」男性 17.9%女性 35.5%と女性が男性より「太っている」と認識する者の割合が高かった。一方「やせている」男性 14.3%女性 0.6%、「少しやせている」男性 16.1%女性 2.3%と女性で「やせている」と認識する者の割合は低かった（P121 第 75 表）。

(3) 体格別の自分の体格認識

体格の判定結果をやせ、普通、肥満に分類し、それぞれ自分の体格をどう思っているかの回答結果とクロス集計して、体格の自己認識と実際の体格との乖離状況をみた。結果を表 1 に示す。

表1 体格の判定結果別 体格の自己認識(男女)

性別	体格区分	やせている		少しやせている		ちょうどよい（ふつう）		少し太っている		太っている	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	やせ(34人)	17	50.0	12	35.3	3	<u>8.8</u>	2	<u>5.9</u>	0	0.0
	普通(112人)	7	6.3	14	12.5	57	50.9	19	17.0	15	<u>13.4</u>
	肥満(12人)	0	0.0	1	8.3	0	0.0	2	16.7	9	75.0
	算出不可(10人)	0	0.0	0	0.0	1	10.0	7	70.0	2	20.0
女性	やせ(66人)	2	3.0	6	9.1	29	<u>43.9</u>	18	<u>27.3</u>	11	<u>16.7</u>
	普通(159人)	0	0.0	2	1.3	30	18.9	57	35.8	70	<u>44.0</u>
	肥満(10人)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	10.0	9	90.0
	算出不可(109人)	0	0.0	0	0.0	19	17.4	46	42.2	44	40.4

結果は、やせの者で、「ちょうどよい」と思っている者の割合が男性 8.8%、女性 43.9%、「少し太っている」同順 5.9%、27.3%、「太っている」同順 0%、16.7%だった。また、普通の者で「太っている」と思

っている者の割合が、男性 13.4%、女性 44.0%と、やせているのにちょうどよい、太っている、普通の体格なのに太っている、と思っており、特に女性で多かった。

2 ダイエットについて

ダイエット経験を「したことがある」「したことがない」の2項目でいずれにあたるか回答を求めた。結果は、「したことがある」39.9%、「したことがない」60.1%だった。男女別では「したことがある」男性 14.3%、女性 52.0%と女性のダイエット経験者の割合が高かった（P118 第 67 表）。

3 朝食について

(1) 摂取頻度

ふだん朝食を食べているかを「ほとんど毎日食べる」「週4～5日食べる」「週2～3日食べる」「ほとんど食べない」の4項目のいずれにあたるか回答を求めた。結果は、「ほとんど毎日食べる」72.5%、「週4～5日食べる」8.8%、「週2～3日食べる」4.6%、「ほとんど食べない」14.1%だった。男女別では、「ほとんど毎日食べる」が男性 69.0%女性 74.2%と女性の方が高かった（P115 第 56 表）。

(2) 朝食を食べない理由

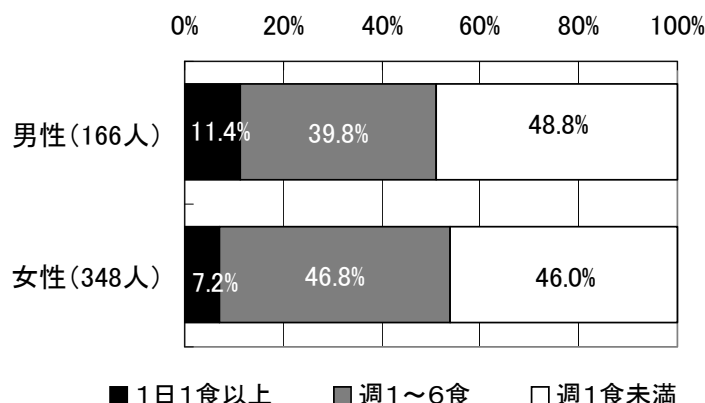
朝食を食べない理由を、「食欲がない」「太りたくない」「食べる時間がない」「朝食が用意されていない」「食べることが面倒」「食べる習慣がない」「休日は昼まで寝ている」「その他」の8項目のいずれにあたるか回答を求めた。結果は、朝食を食べない一番の理由として、回答対象の144名の1位は「食べる時間がない」47.9%、2位が「食欲がない」17.4%、3位が「食べることが面倒」9.7%であった。男女別では、男性のトップ3は「食べる時間がない」40.4%「食欲がない」25.0%「食べることが面倒」11.5%、女性のトップ3は「食べる時間がない」52.2%「食欲がない」13.0%「休日は昼まで寝ている」9.8%だった（P115 第 57 表）。

4 外食・コンビニ等の利用について

(1) 利用頻度

食事を外食やコンビニ等で購入した食品ですませる回数を「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」「週4～6食」「週2～3食」「週1食」「週1食未満」「全く利用しない」「その他」の9項目のいずれにあたるか回答を求めた。回答結果の「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」を「1日1食以上」群、「週4～6食」「週2～3食」「週1食」を「週1～6食」群、「週1食未満」「全く利用しない」を「週1食未満」群と分類し人数割合を算出した。結果を図1に示す。

図1 外食・コンビニの利用頻度(男女)

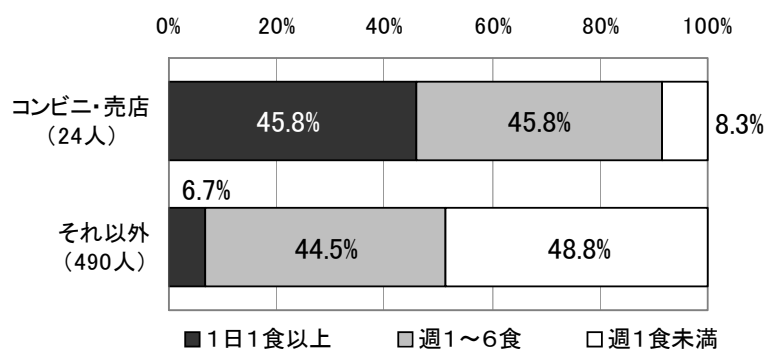


結果は、週1食以上の者とそれ未満のものが約半数ずつだった。1日1食以上外食・コンビニを利用する者は男性11.4%女性7.2%と男性がやや多かった。

(2) 昼食での利用頻度

ふだんの昼食を「家から弁当を持っていく」「学校の食堂を利用する」「コンビニや売店等で弁当・パン等を買う」「その他」の4項目のいずれにあたるか回答を求め、結果は同順87.0%、5.7%、4.6%、2.7%だった。(P116 第58表) この結果を「コンビニや売店等で弁当・パン等を買う」4.6%とそれ以外の2群に分類して(1)の利用頻度とクロス集計し、昼食での外食・コンビニの利用頻度を算出した。結果を図2に示す。

図2 外食・コンビニの昼食での利用頻度(総数)



結果は、昼食を「コンビニや売店等で弁当・パン等を買う」と答えた群は「1日1食以上外食・コンビニを利用する」者が半数近くと多かった。

(3) 購入時の優先項目

外食やコンビニ等で購入するとき一番優先する項目を、「量」「カロリー」「好み」「栄養のバランス」「優先する項目は特にない」の5項目のいずれにあたるか回答を求めた。結果は、男性で最も多い順に「好み」60.1%、「優先する項目は特にない」19.6%、「量」15.4%、女性で「好み」72.9%、「優先する項目は特にない」13.9%、「カロリー」6.6%だった(P117 第61表)。

5 飲み物について

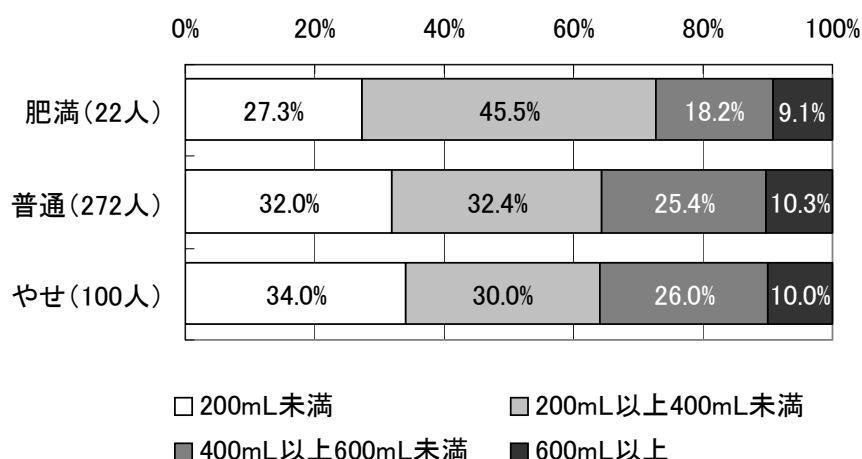
(1) 摂取量

飲み物を1日平均何 mL 摂取するかを記述式で回答を求めた。摂取量の平均は「水・お茶・ブラックコーヒー・ストレート紅茶」718mL、「スポーツ飲料」52mL、「炭酸飲料・ジュース類・コーヒー・紅茶・ココア（砂糖入り）」268mL だった。「炭酸飲料・ジュース類・コーヒー・紅茶・ココア（砂糖入り）」（以下、甘い飲み物と略す）を男女別にみると、男性 360mL 女性 225mL と男性で多い傾向だった（P117 第 64 表）。

(2) 体格別甘い飲み物の摂取量

甘い飲み物の摂取量と肥満の関連をみるため、摂取量を「200mL 未満」「200mL 以上 400mL 未満」「400mL 以上 600mL 未満」「600mL 以上」の 4 群に分類して体格別にクロス集計した。結果を図 3 に示す。

図3 体格別甘い飲み物の摂取量(総数)



結果は、肥満の群はその他に比べ「200mL 以上 400mL 未満」の者が多かった。

6 3大栄養素の知識について

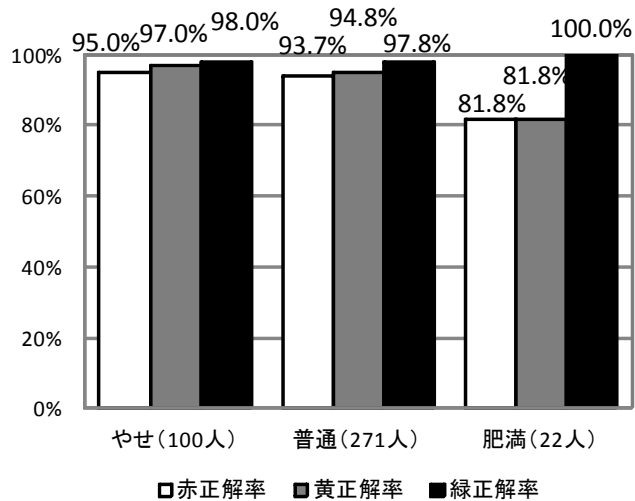
(1) 知識の有無

赤・黄・緑の食品の主な栄養素の知識について、正解率は「赤：たんぱく質」92.4%、「黄：炭水化物」93.9%、「緑：ビタミン・ミネラル」97.7%で、男女で大きな差はなかった（P118 第 68 表）。

(2) 体格別知識の有無

体格による知識の違いをみるため、(1) を体格別にクロス集計した。結果を図 4 に示す。

図4 体格別知識の有無(3大栄養素)(総数)



結果は、肥満（BMI25.0以上）の群はその他に比べ「赤：たんぱく質」、「黄：炭水化物」の正解率がやや少ない傾向だった。

7 野菜の量の知識について

健康のために必要な1日の野菜量を記述式で回答を求めた。結果は、正解の「350g」と答えた者は全体の15.8%だった（P119第69表）。

8 栄養や食事についての会話

栄養や食事について家族と話すことがあるかを「よくある」「ときにはある」「ない」の3項目のいずれにあたるか回答を求めた。結果は、「よくある」7.9%、「ときにはある」36.6%、「ない」55.6%と、「ない」と答えた者が多かった（P119第70表）。

9 家族との料理機会

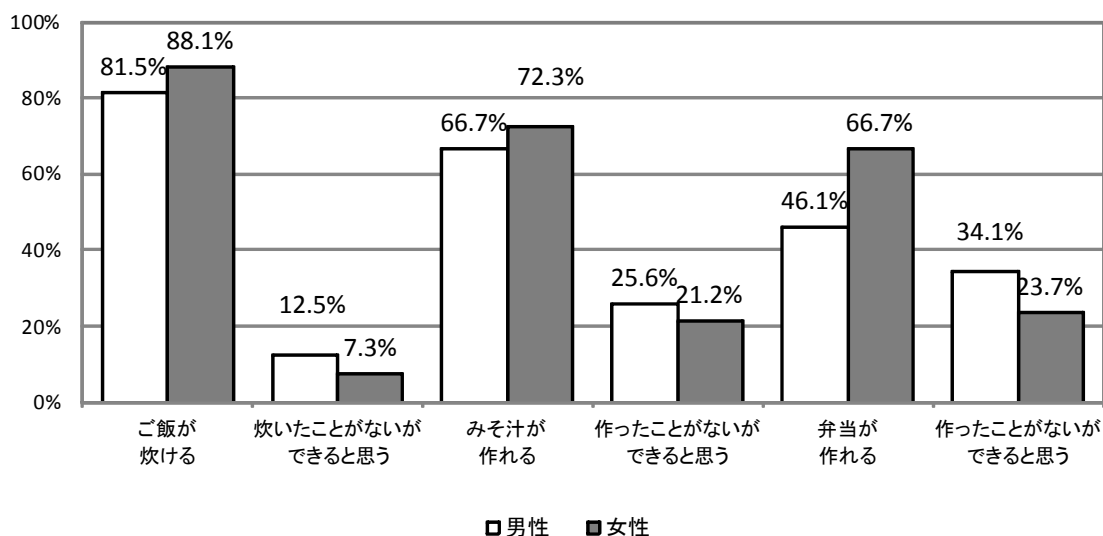
家族と一緒に料理をすることがあるかを「よくある」「ときにはある」「ない」の3項目のいずれにあたるか回答を求めた。結果は、「よくある」10.9%、「ときにはある」48.1%、「ない」41.0%だった。男女別では、「よくある」男性7.1%、女性12.6%、「ときにはある」同順37.5%、53.1%、「ない」同順55.4%、34.3%と女性で「よくある」「ときにはある」の割合が高い傾向だった（P119第71表）。

10 調理の実践

(1) ひとりで料理が作れる者の割合

ひとりで料理を作れるかについて、「ごはん」「みそ汁」「お弁当」をそれぞれ「炊ける（作れる）」「炊いた（作った）ことがないができると思う」「炊けない（作れない）」の3項目のいずれにあたるか回答を求めた。「炊ける（作れる）」「炊いた（作った）ことがないができると思う」の2項目の結果を図5に示す。

図5 調理の実践(総数)



結果は、「ごはんが炊ける」男性 81.5%、女性 88.1%、「みそ汁が作れる」同順 66.7%、72.3%、「弁当が作れる」同順 46.1%、66.7%と、いずれの項目も男性より女性の割合が高い傾向だった（P119 第 72 表）。

(2) 家族との料理機会との関連

家族との料理機会が、調理の実践とどう関連しているかをみるため、(1)の結果と「家族との料理機会」をクロス集計した。結果を図6～8に示す。

図6 家族との料理機会と炊飯(男女)

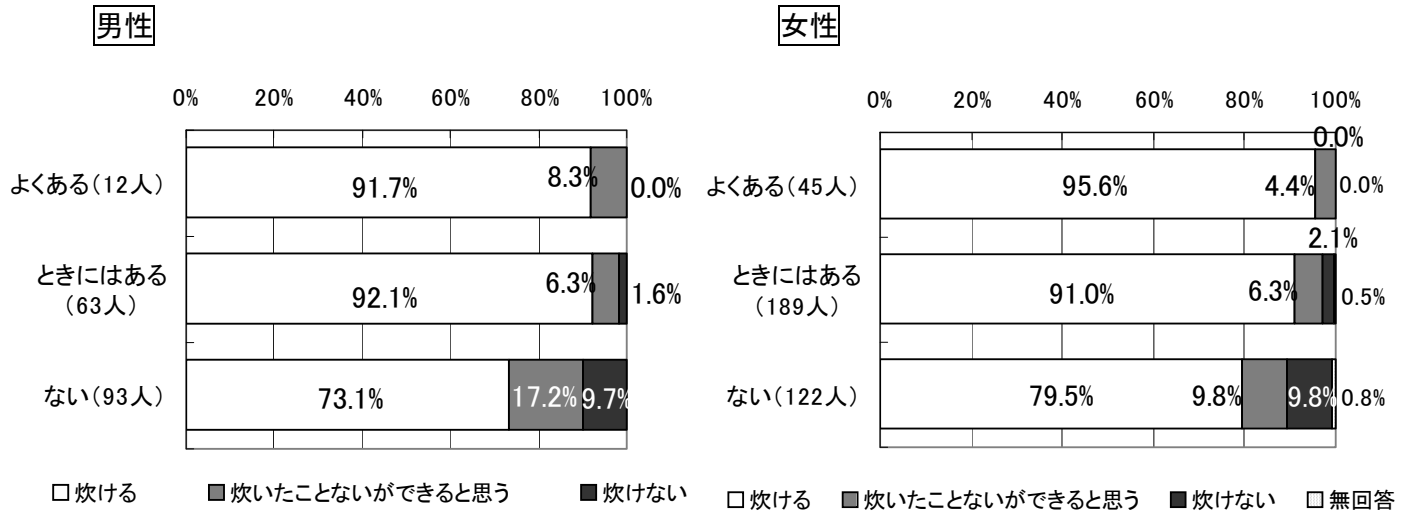


図7 家族との料理機会とみそ汁調理(男女)

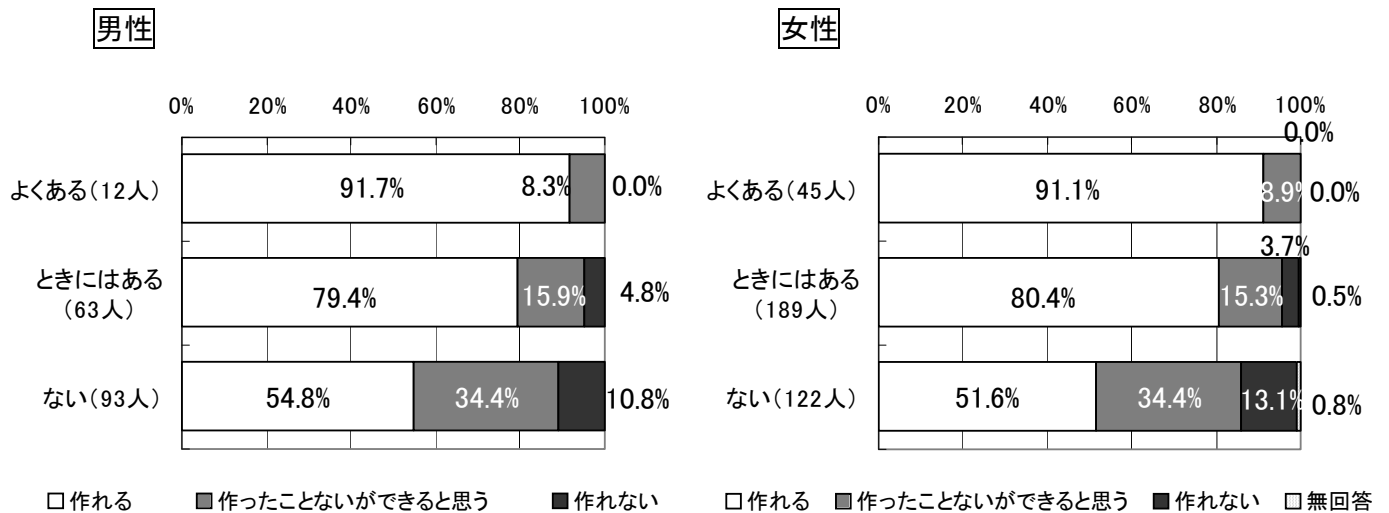
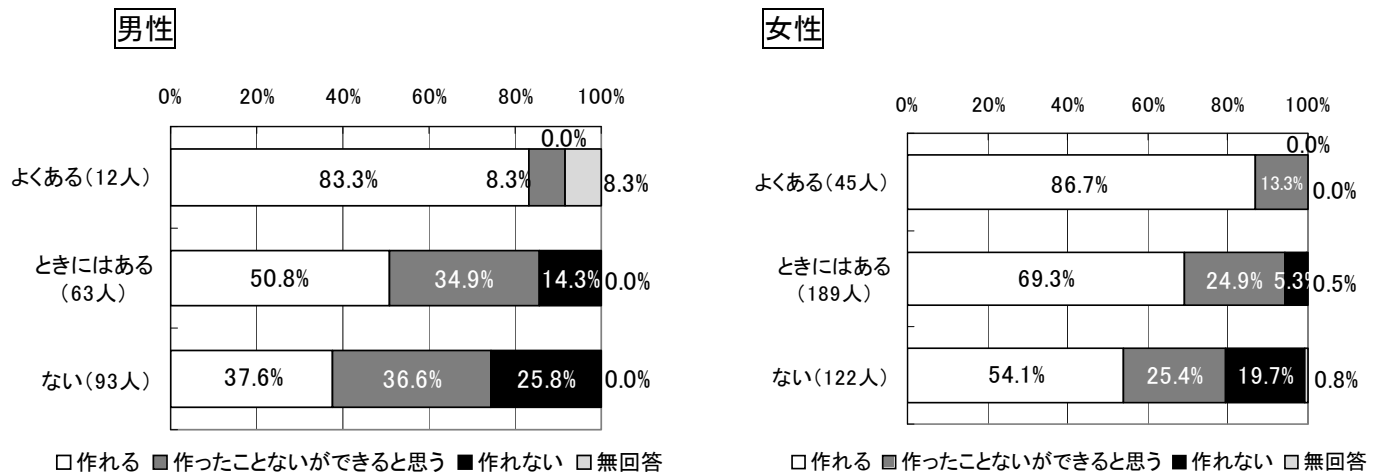


図8 家族との料理機会と弁当作り(男女)

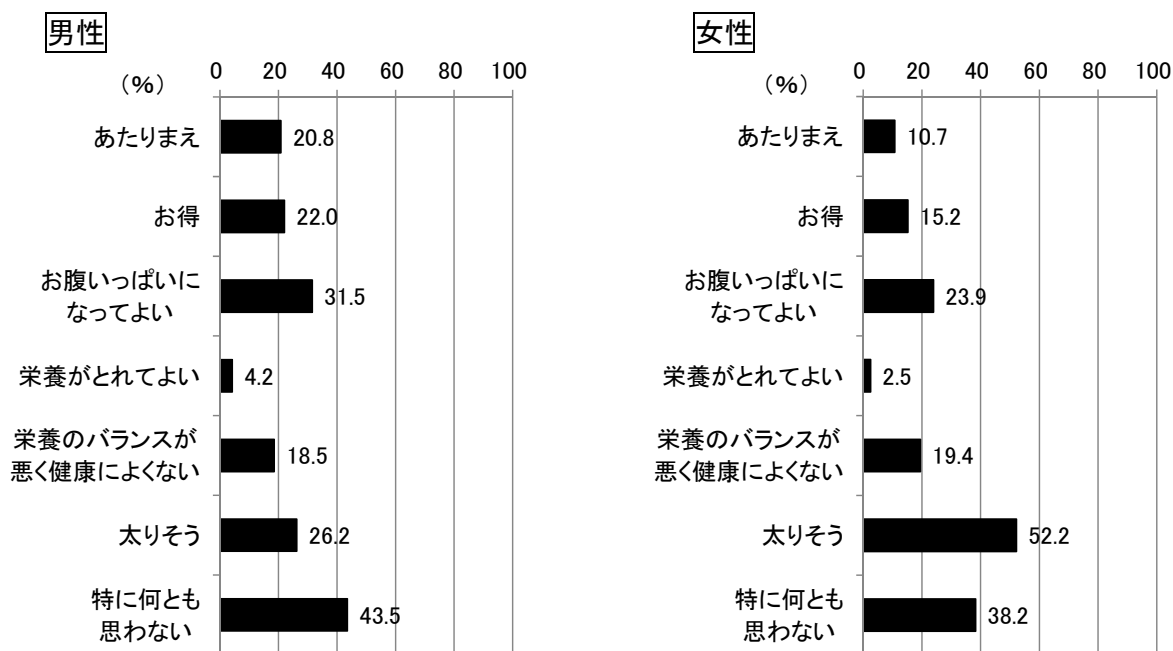


結果は、みそ汁、弁当で「家族との料理機会がよくある」と回答した群で調理ができると回答した割合が高かった。

1 1 主食の重ね食べに対する意識

主食の重ね食べについてどう思うかを「あたりまえのことだと思う」「お得だと思う」「お腹いっぱいになってよいと思う」「栄養がとれてよいと思う」「栄養のバランスが悪く健康によくないと思う」「太りそうだと思う」「特に何とも思わない」の7項目で複数回答により求めた。結果を図9に示す。

図9 主食の重ね食べに対する意識(複数回答)(男女)



結果は、主食の重ね食べに対する意識については、最も多い順に、男性で「特に何とも思わない」43.5%、「お腹いっぱいになってよい」31.5%、「太りそう」26.2%、女性で「太りそう」52.2%、「特に何とも思わない」38.2%、「お腹いっぱいになってよい」23.9%であった（P120 第73表）。

1 2 菓子パンについて

(1) 摂取頻度

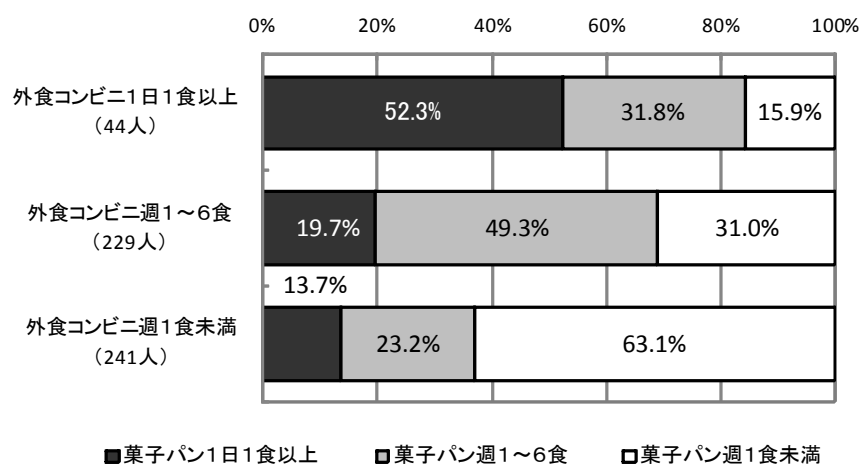
食事を菓子パン（サンドイッチやホットドック、総菜パンは含まない）ですませる回数を「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」「週4～6食」「週2～3食」「週1食」「週1回未満」「全く食べない」の8項目のいずれにあたるか回答を求めた。回答結果の「1日3食以上」「1日2食」「1日1食」を「1日1食以上」群、「週4～6食」「週2～3食」「週1食」を「週1～6食」群、「週1食未満」「全く食べない」を「週1食未満」群と分類し人数割合を算出した。

結果は、「1日1食以上」19.3%、「週1～6食」35.7%、「週1食未満」45.0%であった。男女別では、「1日1食以上」男性20.2%、女性18.8%、「週1～6食」同順31.5%、37.6%、「週1食未満」同順48.2%、43.5%だった。(P120 第74表)。

(2) 外食やコンビニの利用頻度との関連

外食やコンビニの利用頻度が多い者で菓子パンの摂取が多いかをみるため、(1)の摂取頻度と「4 外食やコンビニ等の利用について(1)利用頻度」をクロス集計した。結果を図10に示す。

図10 外食やコンビニの利用頻度と菓子パン摂取頻度(総数)



結果は、菓子パンを1日1食以上食べる者の割合が、外食やコンビニの利用頻度が1日1食以上の群で52.3%、週1～6食の群で19.7%、週1食未満の群で13.7%と、利用頻度が高いほど、菓子パンの摂取頻度が高い者が多かった。

Ⅲ 考察

1 体型と健康感

BMI から判定した結果はこれまでの調査でも示されているとおり、働き盛りの男性で肥満者が多く、若い女性でやせの者が多い傾向があった。高校生については、成人よりもやせ・肥満者の割合は少なかった。また、高校女子では無回答が3割にのぼり、体重を知られたくない、体重に対しての意識が強い、と捉えられる。

体格の自己認識の結果からは、やせの者で「ちょうどよい」と思っている者や、普通の者で「太っている」と思っている者が、どの世代にもいた。また、肥満の者は、ほとんどが「太っている」「少し太っている」と思っていた。これらの結果から、いずれの世代においても、「普通の体型」のイメージが標準より「痩せ型」の方にずれており、こうした「ボディイメージのずれ」が浸透していると考えられる。

健康感については、若年者と働く世代では健康感の低い者の割合はほぼ同じだった。若年者の健康感の低い者では、「運動習慣がない」「肥満だと思っている」、のほかに、男性で「朝食の欠食」の割合が高かったが、女性では、むしろ「朝食の欠食」は健康感の高い者で多かった。また、女性では、やせの者で健康感が高い者の割合が高く、また「太っている」「やせている」と思っていながら健康感が高い者も、男性より女性で割合が高い傾向だった。これらを総合すると、特に女性では生活習慣と健康感が結びついていない者が多いと考えられる。これらの結果からは、痩せていることが美しく望ましい体型で、自分は太りすぎている、という「ボディイメージのずれ」が浮かび上がる。体型は健康よりはむしろ「外見」としてのみ捉えられているのかもしれない。健康であること、健康であり続けるために望ましい体型がどのようなものであるか、痩せすぎることがどのように健康に悪影響を及ぼすか、望ましい生活習慣と健康はどのように関係するか、といった知識を子どものころから身に付けられるよう、対策を立てる必要がある。

単に、BMI の算出方法や望ましい数値を示しても、本人が「望む」理想体型を変えなければ、実際の行動にはつながらない。学校教育等での工夫だけでなく、ネットや雑誌、テレビなどマスメディアにおけるアイドルに求める理想体型を修正する必要があるのではないか。

2 健康や食育への意識と健康づくり行動の実践について

健康や食育への関心は若年者で低く、世代が高いほど関心を持つ者の割合が高い傾向だった。

メタボ予防や生活習慣改善のための行動については、若年者や働く世代前期で実践していない者が多く、特に働く世代前期の女性で「定期的な運動」の実践者が少なかった。当然のことながら、若い世代では疾患に罹患することは少なく、高齢になると慢性疾患を発症するなど、健康に関するイベントに遭遇する機会が増えるため、関心は高くなる。さらに、若い世代は仕事や子育てなどが多忙な時期でもあり、生活の中で自分の時間が少なく、「自分自身の健康」に気持ちが向きにくい。しかしながら、現代の疾病構造は、若い時代からの生活習慣の結果が慢性疾患をもたらしていることを、若い世代こそ認識する必要がある。

また、健康への関心と健康づくりを実践している自覚は関連付けられるが、その内容をみると、男性では「体重測定」「適切な食事」「定期的な運動」が挙げたが、女性では「定期的な運動」は高くなく、さらに、健康的と自覚する一方で、次項に述べるとおり、朝食は欠食している者も多く、健康づくりの実践がとくに若い世代では十分には理解されていないと考えられた。

今後の対策として、特に若い世代に対し、現在健康であっても将来的に慢性疾患をひきおこす原因は現在からつくっていること、慢性疾患の発症年齢が下がっていることから、決して遠い将来のことではないことを、示していく必要がある。そのためには、実際に患者を治療している臨床医や、慢性疾患を発症して闘病している患者からの体験談など、現実の見える啓発が必要である。

また、関心はあってもなかなか実践できない健康づくりについては、取り組むきっかけを提供し、その面白さ楽しさを体感させる取り組みが必要である。

3 朝食について

男女の若年者、男性の働く世代前期で朝食を食べない者が多く、理由として「時間がない」が多かった。また、食べない理由として「食べなくても問題がない」は年齢が高いほど多かった。また、前項でも述べたとおり、健康的と自覚する一方で、朝食は欠食している者も多く、朝食摂食の意義は十分に理解されていない。今回の調査でも、朝食を「ほとんど食べない」者の1日を通した摂取栄養バランスは、炭水化物に偏る傾向があり、朝食を毎日食べることが1日の摂取栄養バランスを良くすることにつながることをもっと示していく必要があると考えられた。

朝食欠食が習慣となってしまうように、食生活が自立する若年者の時期やその手前である高校生の頃から、朝食摂取の啓発をすることが必要であり、その際、朝食を食べることの意義を理解させることが必要である。

4 野菜摂取について

野菜摂取量の中央値は219.7gで、141～210gの範囲で摂取している者が最も多かった。

また、野菜の摂取目標量350gを知っていた者のなかで、実際に350g以上摂っていたのは約2割、自分では目標量の350g以上を摂っていると思っていても、実際の摂取量が350gを超えていたのは3割にとどまっており、意識や知識があっても、必ずしも実際の摂取には結びついていないと考えられる。

野菜摂取に関する今後の取組としては、具体的に野菜が摂取する方法として、従来から取組んできた「野菜1日5皿食べよう！」を継続することが現実的であると考えられる。また、特に野菜摂取量が少ない若年者や働く世代については、後述のように外食・中食の機会が多いことから、選択の際の情報とするほか、野菜摂取を意識させるための啓発のためにも外食や中食料理に野菜の量の表示を進めていくなど、現実的な手法を検討する必要がある。

5 外食・中食の摂り方について

外食・中食の利用頻度が多いほど、栄養バランスの崩れや野菜摂取量が少ない傾向がみられた。また、肥満者の割合も多かった。一方、外食・中食では、バランスよく栄養をとることができない、と思う者が多かった。

現実的には外食・中食の利用を控えることは困難であるため、むしろ、外食・中食を活用してバランスよい食べ方が実践できるよう、商品開発や情報発信を業界とともに進めるべきである。

大阪府では、平成8年に官民一体の「大阪ヘルシー外食推進協議会」が設立され、「うちのお店も健康づくり応援団の店」表示によって、府民への利用促進を推進してきた。さらに、平成28年からは、野菜たっぷり、適油、適塩の「V.O.S.」マークを作成して、コンビニ等と連携した商品を共同開発するなど、府民が選択しやすい環境整備に取り組み始めた。今後も、関係機関や事業者と連携し、特に外食・中食の利用頻度が多い若年者や働く世代をターゲットに、取り組みを継続・強化することが必要である。

6 栄養成分表示等の活用について

栄養成分表示を「ほとんど参考にしない」、「見たことがない」者を合わせると、男女問わず、いずれの世代も約5～7割に達した。特に、働く世代において、男性で「見たことがない」者が多く、また、女性は「ほとんど参考にしない」者が多い傾向だった。また、男性で「栄養成分表示を活用していない」者は、「活用している」者よりも炭水化物に偏ったアンバランスな食事をしている者の割合が高い傾向だった。

栄養成分表示を見ることの必要性や具体的な活用方法について、どのような情報発信が有効か、検討する必要がある。たとえば、働く世代での活用を促進するためには、職場等を通じた啓発が有効と考えられるため、職場における健康づくりを進める中で、効果的な推進を図ることが望まれる。

7 主食の重ね食べについて

肥満者で主食の重ね食べが多く、また、重ね食べの回数が多い者ほど摂取栄養バランスに課題があった。一方、「健康によくない」と思いつつ「大阪らしい」と肯定的な考えを持つ者も多く、体型や年代にかかわらず、一定割合の府民が「主食の重ね食べ」を行っていた。

平成28年8月に速報版を公表した際、「主食の重ね食べ」が全国的にも大きくクローズアップされ、「重ね食べ」に関する注意喚起効果が得られた。

栄養バランスをとることについて、単に教科書的な知識を提供するのではなく、「重ね食べ」のように、注目される表現で日々の食事の栄養バランスについて意識するよう、啓発していくことが重要である。

8 共食について

男女とも若い世代ほど共食日数が少ない傾向だった。また男性は、共食日数が多いと野菜摂取量が多くなり、特に夕食でその傾向が強かった。健康づくりのための食生活を実践する取り組みとして、夕食での共食の推進は効果的と考えられる。しかし、家族の共食は働き方や住居環境など生活全体に関係する

ものであり、個人の努力だけでは現実には困難である。国の第3次食育推進基本計画でも、第2次計画までの「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる共食」に加え、「地域等で共食したいと思う人が共食する」ことを推進しているが、本調査では独り暮らしの方には回答を求めておらず、また、地域における共食の取組み状況も把握できていない。このため、今後は、関係部局と連携して、地域や職場なども含めた共食のあり方や推進方策について検討していく必要がある。

9 咀嚼と食べる速さについて

よく噛んで味わって食べることについては、若い世代では意識が低く、また、働く世代では食べるスピードが速い傾向だった。

食べるスピードについては、速いほど肥満者の割合が高く、噛むことを意識していない者ほど食べるスピードが速い者が多かった。

今後の対策として、よく噛んで味わうことを、肥満を予防する食べ方として啓発することが有効ではないかと考えられる。

10 高齢者のたんぱく質摂取状況について

高齢者では、たんぱく質%エネルギーが低い者が、やせだけではなく肥満の者にもいた。日本人の高齢者女性（65歳以上）2,108人を対象とした研究で、たんぱく質%エネルギーが16.1%以上の群で虚弱のリスクが有意に低かったという報告^{※5}があり、高齢者のたんぱく質摂取量には注意をはらう必要がある。（※5 食事摂取基準2015 P154 参照）

今後の対策としては、高齢者のフレイルティを予防するため、肉・魚・大豆・卵・牛乳・乳製品など、たんぱく質を多く含む食品を食べるよう、高齢者が集まる場を活用して積極的に啓発を行うことが必要である。

<高校生調査の考察>

11 高校生の外食・コンビニ等の利用について

今回対象とした高校生においては、食事を外食やコンビニ等で購入した食品ですませる頻度は、男女とも週1食未満が約半数だった。本調査では食事に絞った利用を設問としたが、間食等での利用を合わせると、頻度はさらに高くなると考えられる。購入する際に優先する項目については、「好み」が最優先となっており、栄養バランスを考え選択する者は男女とも少数であった。また、「好み」に次いで「優先する項目は特になし」と回答した者が多く、食への興味や関心の低さを表す結果となった。なお、菓子パンを1日1食以上食べる者は約2割、外食・コンビニを1日1食以上利用する者は1割弱であったが、外食・コンビニを特によく利用する者で菓子パンの摂取頻度が高かったこと等から、外食・コンビニ等での商品選択に情報をつけるなどの現実的な工夫を検討すべきである。

基本的には、教育の現場において、家庭科や保健の授業やクラブ活動など、食生活や健康づくりについて学習する機会を活用し、栄養バランスの重要性、外食やコンビニでの食事や間食の選び方などを自

分のこととして理解できるように啓発することが必要である。その際、出前授業など、生徒の印象に残る情報提供も検討すべきである。

1 2 高校生の甘い飲み物の摂取状況について

世界保健機関（WHO）では、肥満や虫歯を予防し、より健康に過ごすために、1日に摂取する糖類は25g未満に抑えるべきであると発表し、加糖飲料への課税を各国によびかけている。

本調査では、スポーツ飲料や炭酸飲料など、糖分の多い飲料の摂取量は平均して1日300mL程度であったが、炭酸飲料300mLの糖分を砂糖に換算すると約30gとなっており、これだけでWHOの基準を超えていた。また、大阪府保健所の食育事業に参加している高校生の中には、ダイエット志向がある一方で、水分補給として甘い飲料を飲む等の行動が見られた。清涼飲料水の糖分に関する知識、認識が不足しているといえる。平成27年4月食品表示法の施行に伴い、加工食品の栄養成分表示が義務化されたが、今回成人の調査結果においても栄養成分表示の活用は3割程度にとどまっていた。栄養バランスをとり、糖分を摂りすぎないようにするためには、栄養成分表示の活用を進める必要がある。

今後の対策として、栄養バランスの重要性、外食やコンビニでの食事や間食の選び方などの啓発とあわせ、栄養成分表示を活用した飲み物の選択ができるよう、ホームページやSNS等若い世代に受け入れやすい媒体を通じて情報発信することが必要である。

1 3 高校生の栄養に関する知識と行動

主な食品に含まれる栄養素とその働きについては男女とも9割を超える正解率となっており、栄養に関する基礎的な知識は備わっていた。しかし、甘い飲み物の大量摂取や菓子パンの摂取頻度が1日2食以上摂取するなど、知識はあっても、その知識を活かして健康的な食生活を実践できない者もいた。体格別にみると、肥満（BMI25.0以上）の群では正解率がやや低い項目があった。

第2次大阪府食育推進計画では、取組方針のひとつに「子どもから若年期に重点をおいた取組」を掲げ、学校と保健所が連携して高校生を対象にした食育を行ってきた。

しかし、高校生の食生活の実態として、野菜の摂取量が少ないこと、朝食の内容が主食に偏っていること、主食・主菜・副菜を揃えて食べる頻度が低いことが明らかとなった。さらに、高校生女子ではダイエット経験者が過半数にのぼり、実際の体格と自己認識とのずれが示唆される結果となった。健康上適正なボディイメージを持たせるためにどのような取り組みが有効か、急ぎ検討する必要がある。

生涯にわたって健康的な食生活を送るためには、栄養に関する基礎的な知識に加え、自分自身に必要な栄養量はどれだけなのか、どのような食品をどのように組み合わせて食べる必要があるのかといった知識が必要となる。食生活の改善につながる実践的な食育が高校等で展開できるよう、関係機関と連携して積極的に支援することが必要である。

1 4 高校生の家族との料理機会と調理の実践について

「大学生の食に関する実態・意識調査報告書」（平成21年9月内閣府食育推進室）によると、大学生の料理する頻度と栄養バランスへの意識は関連があるとされている。高校卒業後は、進学・就職等で一人

暮らしをする者が増えることから、生活が自立したときに食事も自立できるよう、高校生の頃から準備しておくことが大切である。

調査結果から、「弁当をひとりで作ることができる」の割合は男女とも、家族との料理機会がある者ほど高い傾向だった。高等学校の家庭科では、男女が協力して主体的に家庭や地域の生活を創造する能力と実践的な態度を育てることを目標に、調理実習を伴う授業が行われている。あわせて本調査では、より身近な存在である家族との調理機会の確保がその後の食生活の自立につながることを示唆された。幼少期から家族で調理に関わる機会を増やすよう働きかけることはもとより、親子が揃って参加できる体験活動等が行えるよう関係機関・団体と連携して推進する必要がある。

Ⅳ 世代別特徴のまとめ

(1) 高校生

体格	「肥満」男性 7.1% 女性 2.8%、「やせ」男性 20.2% 女性 18.5%
体格の自己認識	「太っている」男性 15.5% 女性 39.0% 「少し太っている」男性 17.9% 女性 35.5%
ダイエット	「ダイエットしたことがある」男性 14.3% 女性 52.0%
朝食	「ほとんど毎日食べる」男性 69.0% 女性 74.2% 食べない理由「食べる時間がない」男性 40.4% 女性 52.8%
外食・コンビニ利用	「1日1食以上」男性 11.4% 女性 7.2% 「週1～6食」男性 39.8% 女性 46.8%
昼食	家から弁当持参 87.0%
甘い飲み物	1日平均摂取量 男性 360mL 女性 225mL
3大栄養素の知識 正解率	「赤（たんぱく質）」92.4%、「黄（炭水化物）」93.9%、 「緑（ビタミン・ミネラル）」97.7%
野菜1日 350g の知識 正解率	男性 16.1% 女性 15.7%
家族との料理機会	「よくある」男性 7.1% 女性 12.6%
調理能力	ひとりでごはんが炊ける 男性 81.5% 女性 88.1% ひとりでもそ汁が作れる 男性 66.7% 女性 72.3% ひとりでも弁当が作れる 男性 46.1% 女性 66.7%
主食の重ね食べに対する意識	「特に何とも思わない」43.5%（男性1位） 「太りそうだと思う」52.2%（女性1位）
食事での菓子パン摂取状況	「1日1食以上」男性 20.2% 女性 18.8%

(2) 若年者(18～29 歳)

体格	「肥満」男性 13.2% 女性 10.8% 「やせ」男性 11.8% 女性 22.6%
体重測定	「1 年以上測っていない」男性 6.6% 女性 4.3%
健康感	「健康ではない」男性 2.6% 女性 3.2%
健康への関心度	「関心がない」男性 13.2% 女性 6.5% 「関心がある」男性 27.6% 女性 32.3%
メタボ予防・改善のための実践	「半年以上続けて行っていることはない」男性 56.6% 女性 47.3%
朝食	「ほとんど食べない」男性 22.4% 女性 22.8% 食べない理由「朝食にかける時間がない」男性 52.6% 女性 63.9%
野菜	「1 日 140g 未満」男性 38.2% 女性 33.3% 「朝食で野菜をほとんど食べない」男性 71.1% 女性 75.6%
外食・中食	「外食 1 日 1 食以上」男性 11.8% 女性 7.5% 「中食 1 日 1 食以上」男性 12.5% 女性 13.6% 選ぶ理由「手間がかからない」「好きなものを選べる」男性 39.5% 「手間がかからない」女性 36.6% 「好きなものを選べる」女性 34.4%
表示の活用	「ほとんど参考にしない」男性 35.5% 女性 39.8% 「見たことがない」男性 22.4% 女性 18.3%
主食の重ね食べ	「1 日 1 食以上」男性 28.9%、女性 23.7% 重ね食べに対する意識 「太りそうだと思う」男性 35.5% 女性 55.9% 「健康によくないと思う」男性 3.9% 女性 26.9% 「大阪らしいと思う」男性 21.1% 女性 38.7%
共食	朝食の共食「ほとんどない」男性 50.8%、女性 53.9% 夕食の共食「ほとんどない」男性 15.0%、女性 11.4%
よく噛んで食べることへの意識	「気をつけていない」男性 11.8% 女性 22.4%
食べる速さ	「かなり速い」男性 6.7% 女性 2.2% 「やや速い」男性 22.7% 女性 23.7%

(3)働く世代前期(30～39 歳)

体格	「肥満」男性 29.7% 女性 9.4% 「やせ」男性 4.0% 女性 9.4%
体重測定	「1年以上測っていない」男性 5.0% 女性 6.6%
健康感	「健康ではない」男性 2.6% 女性 3.2%
健康への関心度	「関心がない」男性 3.0% 女性 6.5% 「関心がある」男性 18.8% 女性 36.8%
メタボ予防・改善のための実践	「半年以上続けて行っていることはない」男性 50.5% 女性 50.0% 「定期的な運動」男性 24.8% 女性 10.4%
朝食	「ほとんど食べない」男性 23.8% 女性 13.2% 食べない理由「朝食にかける時間がない」男性 45.5% 女性 42.9%
野菜	「1日140g未満」男性 30.7% 女性 31.1% 野菜料理（野菜）に対する意識 「外食では野菜が少ない」男性 32.7% 女性 42.5% 「嫌い（苦手）な野菜がある」男性 32.7% 「値段が高い」女性 33.3%
外食・中食	「外食1日1食以上」男性 11.0% 女性 3.8% 「中食1日1食以上」男性 7.4% 女性 4.8% 選ぶ理由「好きなものを選べる」男性 45.5% 「時間がかからない」女性 57.7% 「手間がかからない」女性 52.8%
表示の活用	「ほとんど参考にしない」男性 35.6% 女性 44.3% 「見たことがない」男性 31.7% 女性 16.0%
主食重ね食べ	「1日1食以上」男性 20.8%、女性 17.9% 重ね食べに対する意識 「太りそうだと思う」男性 49.5% 女性 62.3% 「健康によくないと思う」男性 15.8% 女性 30.2% 「お腹いっぱいになると思う」男性 46.5% 女性 47.2% 「大阪らしいと思う」男性 38.6% 女性 31.1%
共食	朝食の共食「ほとんどない」男性 42.7%、女性 26.5% 夕食の共食「ほとんどない」男性 6.3%、女性 4.0%
よく噛んで食べることへの意識	「気をつけていない」男性 19.8% 女性 11.3%
食べる速さ	「かなり速い」男性 15.8% 女性 7.5% 「やや速い」男性 32.7% 女性 31.1%

(4)働く世代後期(40～64 歳)

体格	「肥満」男性 33.5% 女性 19.2% 「やせ」男性 3.9% 女性 11.2%
体重測定	「1年以上測っていない」男性 8.4% 女性 6.4%
健康感	「健康ではない」男性 3.9% 女性 2.9%
健康への関心度	「関心がない」男性 1.9% 女性 0.5% 「関心がある」男性 26.5% 女性 34.4%
メタボ予防・改善のための実践	「半年以上続けて行っていることはない」男性 39.0% 女性 37.9% 「定期的な運動」男性 30.6% 女性 21.6%
朝食	「ほとんど食べない」男性 19.1% 女性 11.2% 食べない理由「朝は食欲がない」男性 36.3% 女性 50.0% 「朝食を食べる習慣がない」男性 24.2% 女性 54.8%
野菜	「1日140g未満」男性 24.5% 女性 22.1% 野菜料理（野菜）に対する意識 「外食では野菜が少ない」男性 41.0% 女性 37.9% 「値段が高い」女性 32.8%
外食・中食	「外食1日1食以上」男性 15.2% 女性 1.9% 「中食1日1食以上」男性 7.8% 女性 6.3% 選ぶ理由「手間がかからない」男性 34.8% 女性 46.4% 「時間がかからない」男性 24.2% 女性 39.5% 「好きなものを選べる」男性 28.1%
表示の活用	「ほとんど参考にしない」男性 45.5% 女性 49.3% 「見たことがない」男性 21.3% 女性 12.3%
主食重ね食べ	「1日1食以上」男性 20.3%、女性 24.9% 重ね食べに対する意識 「太りそうだと思う」男性 42.6% 女性 65.6% 「健康によくないと思う」男性 20.3% 女性 30.9% 「お腹いっぱいになると思う」男性 36.8% 女性 41.1% 「大阪らしいと思う」男性 28.4% 女性 31.5%
共食	朝食の共食「ほとんどない」男性 36.7%、女性 27.5% 夕食の共食「ほとんどない」男性 9.8%、女性 4.4%
よく噛んで食べることへの意識	「気をつけていない」男性 15.5% 女性 8.5%
食べる速さ	「かなり速い」男性 12.6% 女性 4.0% 「やや速い」男性 37.7% 女性 28.6%

(5) 高齢者(65 歳～)

体格	「肥満」男性 19.8% 女性 22.9% 「やせ」男性 6.0% 女性 11.1%
体重測定	「1 年以上測っていない」男性 7.2% 女性 3.4%
健康感	「健康ではない」男性 8.1% 女性 5.1%
健康への関心度	「関心がない」男性 3.0% 女性 1.0% 「関心がある」男性 47.6% 女性 48.4%
メタボ予防・改善のための実践	「半年以上続けて行っていることはない」男性 23.7% 女性 22.9% 「定期的な運動」男性 41.9% 女性 39.8%
朝食	「ほとんど食べない」男性 5.4% 女性 2.2% 食べない理由 「朝は食欲がない」男性 18.5% 女性 50.0% 「朝食を食べなくても問題がない」男性 40.7% 女性 31.8%
野菜	「1 日 140g 未満」男性 21.3% 女性 16.6% 野菜料理（野菜）に対する意識 「外食では野菜が少ない」男性 29.3% 女性 34.5%
外食・中食	「外食 1 日 1 食以上」男性 6.0% 女性 1.7% 「中食 1 日 1 食以上」男性 5.6% 女性 3.5% 選ぶ理由「好きなものを選べる」男性 27.8% 女性 20.2% 「外食・中食は選ばない」男性 17.7% 女性 21.7%
表示の活用	「ほとんど参考にしない」男性 35.4% 女性 40.0% 「見たことがない」男性 19.2% 女性 8.5%
主食重ね食べ	「1 日 1 食以上」男性 34.1%、女性 29.7% 重ね食べに対する意識 「太りそうだと思う」男性 34.4% 女性 49.6% 「お腹いっぱいになると思う」男性 30.8% 女性 33.7% 「健康によくないと思う」男性 23.1% 女性 25.3%
共食	朝食の共食「ほとんどない」男性 21.4%、女性 20.4% 夕食の共食「ほとんどない」男性 6.2%、女性 7.4%
よく噛んで食べることへの意識	「気をつけていない」男性 8.1% 女性 4.1%
食べる速さ	「かなり速い」男性 7.5% 女性 2.9% 「やや速い」男性 25.2% 女性 22.0%

結果集計表（成人調査）

◆第1表◆ 体格（BMI）別人数割合

BMI		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	やせ(BMI18.5未満)	45	5.5	9	11.8	4	4.0	12	3.9	20	6.0	4	2.4	10	8.2	13	7.3	18	5.1
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	566	68.9	57	75.0	67	66.3	194	62.6	248	74.3	38	22.4	28	23.0	38	21.5	106	30.1
	肥満(BMI25.0以上)	210	25.6	10	13.2	30	29.7	104	33.5	66	19.8	128	75.3	84	68.9	126	71.2	228	64.8
	総計	821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	やせ(BMI18.5未満)	130	13.1	21	22.6	21	19.8	42	11.2	46	11.1	26	12.9	21	14.4	25	10.9	58	14.0
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	672	67.9	62	66.7	75	70.8	261	69.6	274	66.0	33	16.4	26	17.8	45	19.7	83	20.1
	肥満(BMI25.0以上)	187	18.9	10	10.8	10	9.4	72	19.2	95	22.9	142	70.6	99	67.8	159	69.4	272	65.9
	総計	989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	やせ(BMI18.5未満)	175	9.7	30	17.8	25	12.1	54	7.9	66	8.8	30	8.1	31	11.6	38	9.4	76	9.9
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	1238	68.4	119	70.4	142	68.6	455	66.4	522	69.7	71	19.1	54	20.1	83	20.4	189	24.7
	肥満(BMI25.0以上)	397	21.9	20	11.8	40	19.3	176	25.7	161	21.5	270	72.8	183	68.3	285	70.2	500	65.4
	総計	1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	406	100.0	765	100.0

BMI		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	やせ(BMI18.5未満)	3	33.3	6	9.0	4	4.0	5	3.5	4	3.9	11	6.2	7	4.2	5	8.5
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	6	66.7	51	76.1	67	66.3	86	61.0	57	55.9	125	70.6	131	79.4	43	72.9
	肥満(BMI25.0以上)	0	0.0	10	14.9	30	29.7	50	35.5	41	40.2	41	23.2	27	16.4	11	18.6
	総計	9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	やせ(BMI18.5未満)	6	31.6	15	20.3	21	19.8	18	11.7	15	11.4	23	10.0	21	11.4	11	12.5
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	13	68.4	49	66.2	75	70.8	113	73.4	88	66.7	148	64.1	124	67.0	62	70.5
	肥満(BMI25.0以上)	0	0.0	10	13.5	10	9.4	23	14.9	29	22.0	60	26.0	40	21.6	15	17.0
	総計	19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	やせ(BMI18.5未満)	9	32.1	21	14.9	25	12.1	23	7.8	19	8.1	34	8.3	28	8.0	16	10.9
	普通(BMI18.5以上25.0未満)	19	67.9	100	70.9	142	68.6	199	67.5	145	62.0	273	66.9	255	72.9	105	71.4
	肥満(BMI25.0以上)	0	0.0	20	14.2	40	19.3	73	24.7	70	29.9	101	24.8	67	19.1	26	17.7
	総計	28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第2表◆ BMI 平均値・標準偏差・中央値（世代別、地域別）

BMI	総計			18～29歳			30～39歳			40～64歳			65歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	23.3	3.3	22.9	21.7	2.8	21.8	23.5	3.4	23.1	24.0	3.6	23.5	22.9	2.9	22.9
女性	22.1	3.5	21.5	20.7	3.1	20.0	20.9	3.1	20.5	22.2	3.6	21.3	22.7	3.4	22.3
総数	22.7	3.5	22.2	21.2	3.0	20.8	22.2	3.5	21.6	23.0	3.7	22.3	22.8	3.2	22.6

BMI	北部			大阪市			中部			南部		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	23.3	3.1	23.1	22.8	3.2	22.6	23.0	2.9	22.8	23.6	3.6	23.1
女性	22.0	3.5	21.6	22.0	3.4	21.3	22.2	3.3	21.6	22.2	3.6	21.5
総数	22.6	3.4	22.2	22.4	3.4	21.9	22.5	3.2	22.2	22.8	3.7	22.4

◆第3表◆ 健康感

問1		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 非常に健康だと思う	64	7.8	16	21.1	14	13.9	16	5.2	18	5.4	20	11.8	5	4.1	15	8.5	24	6.8
	2 健康な方だと思う	530	64.6	44	57.9	67	66.3	225	72.6	194	58.1	104	61.2	81	66.4	118	66.7	227	64.5
	3 あまり健康ではない	184	22.4	14	18.4	18	17.8	57	18.4	95	28.4	37	21.8	28	23.0	39	22.0	80	22.7
	4 健康ではない	43	5.2	2	2.6	2	2.0	12	3.9	27	8.1	9	5.3	8	6.6	5	2.8	21	6.0
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 非常に健康だと思う	71	7.2	11	11.8	14	13.2	27	7.2	19	4.6	12	6.0	17	11.6	17	7.4	25	6.1
	2 健康な方だと思う	675	68.3	64	68.8	76	71.7	273	72.8	262	63.1	143	71.1	93	63.7	156	68.1	283	68.5
	3 あまり健康ではない	208	21.0	15	16.1	16	15.1	64	17.1	113	27.2	41	20.4	30	20.5	47	20.5	90	21.8
	4 健康ではない	35	3.5	3	3.2	0	0.0	11	2.9	21	5.1	5	2.5	6	4.1	9	3.9	15	3.6
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 非常に健康だと思う	135	7.5	27	16.0	28	13.5	43	6.3	37	4.9	32	8.6	22	8.2	32	7.9	49	6.4
	2 健康な方だと思う	1205	66.6	108	63.9	143	69.1	498	72.7	456	60.9	247	66.6	174	64.9	274	67.5	510	66.7
	3 あまり健康ではない	392	21.7	29	17.2	34	16.4	121	17.7	208	27.8	78	21.0	58	21.6	86	21.2	170	22.2
	4 健康ではない	78	4.3	5	3.0	2	1.0	23	3.4	48	6.4	14	3.8	14	5.2	14	3.4	36	4.7
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	406	100.0	765	100.0

問1		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 非常に健康だと思う	2	22.2	14	20.9	14	13.9	7	5.0	7	6.9	7	4.0	4	2.4	9	15.3
	2 健康な方だと思う	5	55.6	39	58.2	67	66.3	105	74.5	69	67.6	117	66.1	101	61.2	27	45.8
	3 あまり健康ではない	2	22.2	12	17.9	18	17.8	26	18.4	22	21.6	42	23.7	46	27.9	16	27.1
	4 健康ではない	0	0.0	2	3.0	2	2.0	3	2.1	4	3.9	11	6.2	14	8.5	7	11.9
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 非常に健康だと思う	5	26.3	6	8.1	14	13.2	11	7.1	10	7.6	7	3.0	12	6.5	6	6.8
	2 健康な方だと思う	13	68.4	51	68.9	76	71.7	111	72.1	96	72.7	164	71.0	117	63.2	47	53.4
	3 あまり健康ではない	1	5.3	14	18.9	16	15.1	28	18.2	22	16.7	51	22.1	47	25.4	29	33.0
	4 健康ではない	0	0.0	3	4.1	0	0.0	4	2.6	4	3.0	9	3.9	9	4.9	6	6.8
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 非常に健康だと思う	7	25.0	20	14.2	28	13.5	18	6.1	17	7.3	14	3.4	16	4.6	15	10.2
	2 健康な方だと思う	18	64.3	90	63.8	143	69.1	216	73.2	165	70.5	281	68.9	218	62.3	74	50.3
	3 あまり健康ではない	3	10.7	26	18.4	34	16.4	54	18.3	44	18.8	93	22.8	93	26.6	45	30.6
	4 健康ではない	0	0.0	5	3.5	2	1.0	7	2.4	8	3.4	20	4.9	23	6.6	13	8.8
総計		28	100.0	141	100	207	100.0	295	100	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第4表◆ 健康感（体格別）

問1		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 非常に健康だと思う	4	8.9	47	8.3	13	6.3
	2 健康な方だと思う	17	37.8	389	68.7	124	59.6
	3 あまり健康ではない	15	33.3	110	19.4	57	27.4
	4 健康ではない	9	20.0	20	3.5	14	6.7
総計		45	100.0	566	100.0	208	100.0
女性	1 非常に健康だと思う	6	4.6	59	8.8	6	3.2
	2 健康な方だと思う	93	71.5	464	69.0	117	63.2
	3 あまり健康ではない	25	19.2	129	19.2	54	29.2
	4 健康ではない	6	4.6	20	3.0	8	4.3
総計		130	100.0	672	100.0	185	100.0
総数	1 非常に健康だと思う	10	5.7	106	8.6	19	4.8
	2 健康な方だと思う	110	62.9	853	68.9	241	61.3
	3 あまり健康ではない	40	22.9	239	19.3	111	28.2
	4 健康ではない	15	8.6	40	3.2	22	5.6
総計		175	100.0	1238	100.0	393	100.0

◆第5表◆ 健康への関心

問2		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 関心がある	281	34.2	21	27.6	19	18.8	82	26.5	159	47.6	65	38.2	39	32.0	61	34.5	116	33.0
	2 どちらかといえば関心がある	402	49.0	32	42.1	58	57.4	169	54.5	143	42.8	78	45.9	66	54.1	88	49.7	170	48.3
	3 どちらかといえば関心がない	109	13.3	13	17.1	21	20.8	53	17.1	22	6.6	22	12.9	14	11.5	23	13.0	50	14.2
	4 関心がない	29	3.5	10	13.2	3	3.0	6	1.9	10	3.0	5	2.9	3	2.5	5	2.8	16	4.5
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 関心がある	399	40.3	30	32.3	39	36.8	129	34.4	201	48.4	88	43.8	60	41.1	99	43.2	152	36.8
	2 どちらかといえば関心がある	500	50.6	45	48.4	57	53.8	214	57.1	184	44.3	96	47.8	75	51.4	106	46.3	223	54.0
	3 どちらかといえば関心がない	76	7.7	12	12.9	8	7.5	30	8.0	26	6.3	15	7.5	11	7.5	22	9.6	28	6.8
	4 関心がない	14	1.4	6	6.5	2	1.9	2	0.5	4	1.0	2	1.0	0	0.0	2	0.9	10	2.4
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 関心がある	680	37.6	51	30.2	58	28.0	211	30.8	360	48.1	153	41.2	99	36.9	160	39.4	268	35.0
	2 どちらかといえば関心がある	902	49.8	77	45.6	115	55.6	383	55.9	327	43.7	174	46.9	141	52.6	194	47.8	393	51.4
	3 どちらかといえば関心がない	185	10.2	25	14.8	29	14.0	83	12.1	48	6.4	37	10.0	25	9.3	45	11.1	78	10.2
	4 関心がない	43	2.4	16	9.5	5	2.4	8	1.2	14	1.9	7	1.9	3	1.1	7	1.7	26	3.4
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	406	100.0	765	100.0

問2		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 関心がある	3	33.3	18	26.9	19	18.8	34	24.1	28	27.5	61	34.5	84	50.9	34	57.6
	2 どちらかといえば関心がある	4	44.4	28	41.8	58	57.4	77	54.6	55	53.9	90	50.8	69	41.8	21	35.6
	3 どちらかといえば関心がない	1	11.1	12	17.9	21	20.8	25	17.7	19	18.6	22	12.4	6	3.6	3	5.1
	4 関心がない	1	11.1	9	13.4	3	3.0	5	3.5	0	0.0	4	2.3	6	3.6	1	1.7
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 関心がある	6	31.6	24	32.4	39	36.8	42	27.3	46	34.8	100	43.3	93	50.3	49	55.7
	2 どちらかといえば関心がある	9	47.4	36	48.6	57	53.8	95	61.7	76	57.6	120	51.9	80	43.2	27	30.7
	3 どちらかといえば関心がない	3	15.8	9	12.2	8	7.5	16	10.4	10	7.6	9	3.9	10	5.4	11	12.5
	4 関心がない	1	5.3	5	6.8	2	1.9	1	0.6	0	0.0	2	0.9	2	1.1	1	1.1
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 関心がある	9	32.1	42	29.8	58	28.0	76	25.8	74	31.6	161	39.5	177	50.6	83	56.5
	2 どちらかといえば関心がある	13	46.4	64	45.4	115	55.6	172	58.3	131	56.0	210	51.5	149	42.6	48	32.7
	3 どちらかといえば関心がない	4	14.3	21	14.9	29	14.0	41	13.9	29	12.4	31	7.6	16	4.6	14	9.5
	4 関心がない	2	7.1	14	9.9	5	2.4	6	2.0	0	0.0	6	1.5	8	2.3	2	1.4
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第6表◆ 健康への関心（体格別）

問2		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 関心がある	17	37.8	193	34.1	71	34.1
	2 どちらかといえば関心がある	18	40.0	280	49.5	103	49.5
	3 どちらかといえば関心がない	8	17.8	70	14.4	30	14.4
	4 関心がない	2	4.4	23	1.9	4	1.9
総計		45	100.0	566	100.0	208	100.0
女性	1 関心がある	47	36.2	282	42.0	69	37.3
	2 どちらかといえば関心がある	75	57.7	328	48.8	96	51.9
	3 どちらかといえば関心がない	8	6.2	51	7.6	17	9.2
	4 関心がない	0	0.0	11	1.6	3	1.6
総計		130	100.0	672	100.0	185	100.0
総数	1 関心がある	64	36.6	475	38.4	140	35.6
	2 どちらかといえば関心がある	93	53.1	608	49.1	199	50.6
	3 どちらかといえば関心がない	16	9.1	121	9.8	47	12.0
	4 関心がない	2	1.1	34	2.7	7	1.8
総計		175	100.0	1238	100.0	393	100.0

◆第7表◆ 体格の自己認識

問3		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 太っている	111	13.5	5	6.6	14	13.9	57	18.4	35	10.5	19	11.2	14	11.6	14	7.9	64	18.2
	2 少し太っている	245	29.9	15	19.7	34	33.7	111	35.9	85	25.4	55	32.4	32	26.4	66	37.3	92	26.1
	3 ちょうどよい(ふつう)	317	38.7	29	38.2	43	42.6	98	31.7	147	44.0	73	42.9	52	43.0	66	37.3	126	35.8
	4 少しやせている	95	11.6	18	23.7	9	8.9	31	10.0	37	11.1	18	10.6	16	13.2	18	10.2	43	12.2
	5 やせている	52	6.3	9	11.8	1	1.0	12	3.9	30	9.0	5	2.9	7	5.8	13	7.3	27	7.7
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 太っている	196	19.9	11	12.0	19	17.9	81	21.6	85	20.5	38	18.9	30	20.8	37	16.2	91	22.0
	2 少し太っている	287	29.1	28	30.4	32	30.2	111	29.6	116	28.0	63	31.3	35	24.3	69	30.1	120	29.1
	3 ちょうどよい(ふつう)	357	36.2	37	40.2	35	33.0	137	36.5	148	35.7	66	32.8	59	41.0	91	39.7	141	34.1
	4 少しやせている	93	9.4	10	10.9	16	15.1	30	8.0	37	8.9	25	12.4	12	12.4	20	12.4	36	8.7
	5 やせている	54	5.5	6	6.5	4	3.8	16	4.3	28	6.8	9	4.5	8	5.6	12	5.2	25	6.1
総計		987	100.0	92	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	144	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 太っている	307	17.0	16	9.5	33	15.9	138	20.2	120	16.0	57	15.4	44	16.6	51	12.6	155	20.3
	2 少し太っている	532	29.4	43	25.6	66	31.9	222	32.5	201	26.9	118	31.8	67	25.3	135	33.3	212	27.7
	3 ちょうどよい(ふつう)	674	37.3	66	39.3	78	37.7	235	34.4	295	39.4	139	37.5	111	41.9	157	38.7	267	34.9
	4 少しやせている	188	10.4	28	16.7	25	12.1	61	8.9	74	9.9	43	11.6	28	10.6	38	9.4	79	10.3
	5 やせている	106	5.9	15	8.9	5	2.4	28	4.1	58	7.8	14	3.8	15	5.7	25	6.2	52	6.8
総計		1807	100.0	168	100.0	207	100.0	684	100.0	748	100.0	371	100.0	265	100.0	406	100.0	765	100.0

問3		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 太っている	0	0.0	5	7.5	14	13.9	27	19.1	23	22.8	20	11.3	17	10.3	5	8.5
	2 少し太っている	1	11.1	14	20.9	34	33.7	52	36.9	32	31.7	56	31.6	42	25.5	14	23.7
	3 ちょうどよい(ふつう)	2	22.2	27	40.3	43	42.6	43	30.5	33	32.7	71	40.1	71	43.0	27	45.8
	4 少しやせている	4	44.4	14	20.9	9	8.9	13	9.2	9	8.9	18	10.2	20	12.1	8	13.6
	5 やせている	2	22.2	7	10.4	1	1.0	6	4.3	4	4.0	12	6.8	15	9.1	5	8.5
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 太っている	0	0.0	11	15.1	19	17.9	33	21.4	32	24.2	55	23.9	39	21.1	7	8.0
	2 少し太っている	7	36.8	21	28.8	32	30.2	47	30.5	34	25.8	77	33.5	47	25.4	22	25.0
	3 ちょうどよい(ふつう)	8	42.1	29	39.7	35	33.0	60	39.0	47	35.6	72	31.3	74	40.0	32	36.4
	4 少しやせている	3	15.8	7	9.6	16	15.1	10	6.5	12	9.1	13	5.7	16	8.6	16	18.2
	5 やせている	1	5.3	5	6.8	4	3.8	4	2.6	7	5.3	13	5.7	9	4.9	11	12.5
総計		19	100.0	73	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 太っている	0	0.0	16	11.4	33	15.9	60	20.3	55	23.6	75	18.4	56	16.0	12	8.2
	2 少し太っている	8	28.6	35	25.0	66	31.9	99	33.6	66	28.3	133	32.7	89	25.4	36	24.5
	3 ちょうどよい(ふつう)	10	35.7	56	40.0	78	37.7	103	34.9	80	34.3	143	35.1	145	41.4	59	40.1
	4 少しやせている	7	25.0	21	15.0	25	12.1	23	7.8	21	9.0	31	7.6	36	10.3	24	16.3
	5 やせている	3	10.7	12	8.6	5	2.4	10	3.4	11	4.7	25	6.1	24	6.9	16	10.9
総計		28	100.0	140	100.0	207	100.0	295	100.0	233	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第8表◆ 体格の自己認識（体格別）

問3		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 太っている	0	0.0	15	2.7	94	45.2
	2 少し太っている	1	2.2	144	25.5	100	48.1
	3 ちょうどよい(ふつう)	5	11.1	300	53.1	12	5.8
	4 少しやせている	15	33.3	79	14.0	1	0.5
	5 やせている	24	53.3	27	4.8	1	0.5
総計		45	100.0	565	100.0	208	100.0
女性	1 太っている	0	0.0	63	9.4	131	71.2
	2 少し太っている	2	1.5	238	35.5	47	25.5
	3 ちょうどよい(ふつう)	33	25.4	319	47.5	5	2.7
	4 少しやせている	47	36.2	45	6.7	1	0.5
	5 やせている	48	36.9	6	0.9	0	0.0
総計		130	100.0	671	100.0	184	100.0
総数	1 太っている	0	0.0	78	6.3	225	57.4
	2 少し太っている	3	1.7	382	30.9	147	37.5
	3 ちょうどよい(ふつう)	38	21.7	619	50.1	17	4.3
	4 少しやせている	62	35.4	124	10.0	2	0.5
	5 やせている	72	41.1	33	2.7	1	0.3
総計		175	100.0	1,236	100.0	392	100.0

◆第9表◆ メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために半年以上続けていること（複数回答）

問4		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 体重の測定	264	32.2	10	13.2	20	19.8	103	33.2	131	39.2	57	24.3	33	20.6	61	24.0	113	24.6
	2 定期的な運動	283	34.5	23	30.3	25	24.8	95	30.6	140	41.9	64	27.2	43	26.9	73	28.7	103	22.4
	3 適切な食事	229	27.9	10	13.2	17	16.8	85	27.4	117	35.0	53	22.6	32	20.0	53	20.9	91	19.8
	4 その他	38	4.6	2	2.6	4	4.0	11	3.5	21	6.3	9	3.8	6	3.8	8	3.1	15	3.3
	5 半年以上続けて行っていることはない	294	35.8	43	56.6	51	50.5	121	39.0	79	23.7	52	22.1	46	28.8	59	23.2	137	29.8
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	235	100.0	160	100.0	254	100.0	459	100.0
女性	1 体重の測定	411	41.6	30	32.3	28	26.4	161	42.9	192	46.3	74	26.8	71	32.4	61	20.3	168	29.7
	2 定期的な運動	272	27.5	15	16.1	11	10.4	81	21.6	165	39.8	51	18.5	48	21.9	67	22.3	106	18.7
	3 適切な食事	332	33.6	21	22.6	29	27.4	108	28.8	174	41.9	74	26.8	50	22.8	86	28.6	122	21.6
	4 その他	50	5.1	3	3.2	4	3.8	16	4.3	27	6.5	8	2.9	7	3.2	12	4.0	23	4.1
	5 半年以上続けて行っていることはない	334	33.8	44	47.3	53	50.0	142	37.9	95	22.9	69	25.0	43	19.6	75	24.9	147	26.0
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	276	100.0	219	100.0	301	100.0	566	100.0
総数	1 体重の測定	675	37.3	40	23.7	48	23.2	264	38.5	323	43.1	131	25.6	104	27.4	159	26.9	281	27.4
	2 定期的な運動	555	30.7	38	22.5	36	17.4	176	25.7	305	40.7	115	22.5	91	24.0	140	23.6	209	20.4
	3 適切な食事	561	31.0	31	18.3	46	22.2	193	28.2	291	38.9	127	24.9	82	21.6	139	23.5	213	20.8
	4 その他	88	4.9	5	3.0	8	3.9	27	3.9	48	6.4	17	3.3	13	3.4	20	3.4	38	3.7
	5 半年以上続けて行っていることはない	628	34.7	87	51.5	104	50.2	263	38.4	174	23.2	121	23.7	89	23.5	134	22.6	284	27.7
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	511	100.0	379	100.0	592	100.0	1025	100.0

問4		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 体重の測定	0	0.0	10	14.9	20	19.8	45	31.9	39	38.2	69	39.0	61	37.0	20	33.9
	2 定期的な運動	3	33.3	20	29.9	25	24.8	41	29.1	31	30.4	62	35.0	79	47.9	22	37.3
	3 適切な食事	2	22.2	8	11.9	17	16.8	37	26.2	27	26.5	59	33.3	58	35.2	21	35.6
	4 その他	0	0.0	2	3.0	4	4.0	1	0.7	7	6.9	8	4.5	11	6.7	5	8.5
	5 半年以上続けて行っていることはない	4	44.4	39	58.2	51	50.5	59	41.8	34	33.3	60	33.9	32	19.4	15	25.4
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 体重の測定	8	42.1	22	29.7	28	26.4	56	36.4	64	48.5	120	51.9	78	42.2	35	39.8
	2 定期的な運動	2	10.5	13	17.6	11	10.4	23	14.9	36	27.3	82	35.5	76	41.1	29	33.0
	3 適切な食事	2	10.5	19	25.7	29	27.4	37	24.0	37	28.0	90	39.0	84	45.4	34	38.6
	4 その他	0	0.0	3	4.1	4	3.8	5	3.2	4	3.0	13	5.6	16	8.6	5	5.7
	5 半年以上続けて行っていることはない	10	52.6	34	45.9	53	50.0	69	44.8	45	34.1	65	28.1	37	20.0	21	23.9
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 体重の測定	8	28.6	32	22.7	48	23.2	101	34.2	103	44.0	189	46.3	139	39.7	55	37.4
	2 定期的な運動	5	17.9	33	23.4	36	17.4	64	21.7	67	28.6	144	35.3	155	44.3	51	34.7
	3 適切な食事	4	14.3	27	19.1	46	22.2	74	25.1	64	27.4	149	36.5	142	40.6	55	37.4
	4 その他	0	0.0	5	3.5	8	3.9	6	2.0	11	4.7	21	5.1	27	7.7	10	6.8
	5 半年以上続けて行っていることはない	14	50.0	73	51.8	104	50.2	128	43.4	79	33.8	125	30.6	69	19.7	36	24.5
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第10表◆ メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防や改善のために半年以上続けていること（複数回答）（体格別）

問4		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 体重の測定	5	11.1	181	32.0	77	37.0
	2 定期的な運動	5	11.1	213	37.6	64	30.8
	3 適切な食事	8	17.8	174	30.7	47	22.6
	4 その他	1	2.2	25	4.4	12	5.8
	5 半年以上続けて行っていることはない	29	64.4	188	33.2	77	37.0
総計		45	100.0	566	100.0	208	100.0
女性	1 体重の測定	33	25.4	293	43.6	83	44.9
	2 定期的な運動	25	19.2	193	28.7	54	29.2
	3 適切な食事	33	25.4	254	37.8	45	24.3
	4 その他	12	9.2	28	4.2	10	5.4
	5 半年以上続けて行っていることはない	58	44.6	205	30.5	70	37.8
総計		130	100.0	672	100.0	185	100.0
総数	1 体重の測定	38	21.7	474	38.3	160	40.7
	2 定期的な運動	30	17.1	406	32.8	118	30.0
	3 適切な食事	41	23.4	428	34.6	92	23.4
	4 その他	13	7.4	53	4.3	22	5.6
	5 半年以上続けて行っていることはない	87	49.7	393	31.7	147	37.4
総計		175	100.0	1,238	100.0	393	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第11表◆ 体重測定頻度

問5		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 毎日	148	18.1	9	11.8	14	14.0	58	18.8	67	20.1	31	18.2	15	12.5	33	18.6	69	19.6
	2 週に1回以上	183	22.3	15	19.7	18	18.0	62	20.1	88	26.3	36	21.2	29	24.2	46	26.0	72	20.5
	3 月に1回以上	234	28.6	25	32.9	33	33.0	84	27.2	92	27.5	50	29.4	40	33.3	55	31.1	89	25.3
	4 1年に1回以上	194	23.7	22	28.9	30	30.0	79	25.6	63	18.9	41	24.1	28	23.3	32	18.1	93	26.4
	5 1年以上測っていない	60	7.3	5	6.6	5	5.0	26	8.4	24	7.2	12	7.1	8	6.7	11	6.2	29	8.2
総計		819	100.0	76	100.0	100	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	120	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 毎日	250	25.3	20	21.7	19	17.9	109	29.1	102	24.6	49	24.4	39	27.1	62	27.1	100	24.2
	2 週に1回以上	279	28.3	25	27.2	27	25.5	103	27.5	124	30.0	55	27.4	42	29.2	70	30.6	112	27.1
	3 月に1回以上	254	25.7	27	29.3	31	29.2	80	21.3	116	28.0	46	22.9	36	25.0	56	24.5	116	28.1
	4 1年に1回以上	155	15.7	16	17.4	22	20.8	59	15.7	58	14.0	40	19.9	20	13.9	31	13.5	64	15.5
	5 1年以上測っていない	49	5.0	4	4.3	7	6.6	24	6.4	14	3.4	11	5.5	7	4.9	10	4.4	21	5.1
総計		987	100.0	92	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	144	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 毎日	398	22.0	29	17.3	33	16.0	167	24.4	169	22.6	80	21.6	54	20.5	95	23.4	169	22.1
	2 週に1回以上	462	25.6	40	23.8	45	21.8	165	24.1	212	28.3	91	24.5	71	26.9	116	28.6	184	24.1
	3 月に1回以上	488	27.0	52	31.0	64	31.1	164	24.0	208	27.8	96	25.9	76	28.8	111	27.3	205	26.8
	4 1年に1回以上	349	19.3	38	22.6	52	25.2	138	20.2	121	16.2	81	21.8	48	18.2	63	15.5	157	20.5
	5 1年以上測っていない	109	6.0	9	5.4	12	5.8	50	7.3	38	5.1	23	6.2	15	5.7	21	5.2	50	6.5
総計		1806	100.0	168	100.0	206	100.0	684	100.0	748	100.0	371	100.0	264	100.0	406	100.0	765	100.0

問5		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 毎日	0	0.0	9	13.4	14	14.0	23	16.3	24	23.8	36	20.3	34	20.6	8	13.6
	2 週に1回以上	2	22.2	13	19.4	18	18.0	30	21.3	19	18.8	45	25.4	45	27.3	11	18.6
	3 月に1回以上	1	11.1	24	35.8	33	33.0	31	22.0	29	28.7	50	28.2	48	29.1	18	30.5
	4 1年に1回以上	6	66.7	16	23.9	30	30.0	48	34.0	23	22.8	23	13.0	32	19.4	16	27.1
	5 1年以上測っていない	0	0.0	5	7.5	5	5.0	9	6.4	6	5.9	23	13.0	6	3.6	6	10.2
総計		9	100.0	67	100.0	100	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 毎日	4	21.1	16	21.9	19	17.9	34	22.1	46	34.8	69	30.0	45	24.3	17	19.3
	2 週に1回以上	5	26.3	20	27.4	27	25.5	46	29.9	34	25.8	70	30.4	58	31.4	19	21.6
	3 月に1回以上	6	31.6	21	28.8	31	29.2	37	24.0	24	18.2	53	23.0	49	26.5	33	37.5
	4 1年に1回以上	3	15.8	13	17.8	22	20.8	28	18.2	21	15.9	26	11.3	25	13.5	17	19.3
	5 1年以上測っていない	1	5.3	3	4.1	7	6.6	9	5.8	7	5.3	12	5.2	8	4.3	2	2.3
総計		19	100.0	73	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 毎日	4	14.3	25	17.9	33	16.0	57	19.3	70	30.0	105	25.8	79	22.6	25	17.0
	2 週に1回以上	7	25.0	33	23.6	45	21.8	76	25.8	53	22.7	115	28.3	103	29.4	30	20.4
	3 月に1回以上	7	25.0	45	32.1	64	31.1	68	23.1	53	22.7	103	25.3	97	27.7	51	34.7
	4 1年に1回以上	9	32.1	29	20.7	52	25.2	76	25.8	44	18.9	49	12.0	57	16.3	33	22.4
	5 1年以上測っていない	1	3.6	8	5.7	12	5.8	18	6.1	13	5.6	35	8.6	14	4.0	8	5.4
総計		28	100.0	140	100.0	206	100.0	295	100.0	233	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第12表◆ 体重測定頻度（体格別）

問5		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 毎日	5	11.1	103	18.2	39	18.8
	2 週に1回以上	8	17.8	118	20.9	57	27.5
	3 月に1回以上	8	17.8	172	30.4	54	26.1
	4 1年に1回以上	19	42.2	127	22.5	47	22.7
	5 1年以上測っていない	5	11.1	45	8.0	10	4.8
総計		45	100.0	565	100.0	207	100.0
女性	1 毎日	21	16.2	176	26.2	53	28.8
	2 週に1回以上	29	22.3	190	28.3	59	32.1
	3 月に1回以上	42	32.3	173	25.8	38	20.7
	4 1年に1回以上	33	25.4	100	14.9	22	12.0
	5 1年以上測っていない	5	3.8	32	4.8	12	6.5
総計		130	100.0	671	100.0	184	100.0
総数	1 毎日	26	14.9	279	22.6	92	23.5
	2 週に1回以上	37	21.1	308	24.9	116	29.7
	3 月に1回以上	50	28.6	345	27.9	92	23.5
	4 1年に1回以上	52	29.7	227	18.4	69	17.6
	5 1年以上測っていない	10	5.7	77	6.2	22	5.6
総計		175	100.0	1,236	100.0	391	100.0

◆第13表◆ 1回30分以上の運動頻度

問6		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 週2日以上	334	40.7	29	38.2	24	23.8	99	32.0	182	54.5	80	47.1	41	33.9	79	44.6	134	38.1
	2 週1回程度	137	16.7	12	15.8	22	21.8	56	18.1	47	14.1	22	12.9	30	24.8	33	18.6	52	14.8
	3 ほとんど行っていない	349	42.6	35	46.1	55	54.5	154	49.8	105	31.4	68	40.0	50	41.3	65	36.7	166	47.2
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 週2日以上	357	36.2	21	22.8	19	17.9	109	29.1	208	50.2	72	35.8	49	34.0	93	40.6	143	34.6
	2 週1回程度	157	15.9	20	21.7	13	12.3	61	16.3	63	15.2	31	15.4	18	12.5	36	15.7	72	17.4
	3 ほとんど行っていない	473	47.9	51	55.4	74	69.8	205	54.7	143	34.5	98	48.8	77	53.5	100	43.7	198	47.9
総計		987	100.0	92	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	144	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 週2日以上	691	38.2	50	29.8	43	20.8	208	30.4	390	52.1	152	41.0	90	34.0	172	42.4	277	36.2
	2 週1回程度	294	16.3	32	19.0	35	16.9	117	17.1	110	14.7	53	14.3	48	18.1	69	17.0	124	16.2
	3 ほとんど行っていない	822	45.5	86	51.2	129	62.3	359	52.5	248	33.2	166	44.7	127	47.9	165	40.6	364	47.6
総計		1807	100.0	168	100.0	207	100.0	684	100.0	748	100.0	371	100.0	265	100.0	406	100.0	765	100.0

問6		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 週2日以上	5	55.6	24	35.8	24	23.8	43	30.5	27	26.7	82	46.3	98	59.4	31	52.5
	2 週1回程度	1	11.1	11	16.4	22	21.8	24	17.0	24	23.8	25	14.1	18	10.9	12	20.3
	3 ほとんど行っていない	3	33.3	32	47.8	55	54.5	74	52.5	50	49.5	70	39.5	49	29.7	16	27.1
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 週2日以上	6	31.6	15	20.5	19	17.9	30	19.5	41	31.1	112	48.7	93	50.3	41	46.6
	2 週1回程度	2	10.5	18	24.7	13	12.3	27	17.5	26	19.7	32	13.9	28	15.1	11	12.5
	3 ほとんど行っていない	11	57.9	40	54.8	74	69.8	97	63.0	65	49.2	86	37.4	64	34.6	36	40.9
総計		19	100.0	73	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 週2日以上	11	39.3	39	27.9	43	20.8	73	24.7	68	29.2	194	47.7	191	54.6	72	49.0
	2 週1回程度	3	10.7	29	20.7	35	16.9	51	17.3	50	21.5	57	14.0	46	13.1	23	15.6
	3 ほとんど行っていない	14	50.0	72	51.4	129	62.3	171	58.0	115	49.4	156	38.3	113	32.3	52	35.4
総計		28	100.0	140	100.0	207	100.0	295	100.0	233	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第14表◆ 朝食摂取状況

問7		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	620	75.6	38	50.0	57	56.4	218	70.6	307	91.9	136	80.0	79	65.3	137	77.4	268	76.1
	2 週2～5日食べる	82	10.0	21	27.6	20	19.8	32	10.4	9	2.7	9	5.3	20	16.5	16	9.0	37	10.5
	3 ほとんど食べない	118	14.4	17	22.4	24	23.8	59	19.1	18	5.4	25	14.7	22	18.2	24	13.6	47	13.4
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	845	85.7	56	60.9	85	80.2	312	83.4	392	94.7	171	85.1	120	83.3	204	89.1	350	85.0
	2 週2～5日食べる	55	5.6	15	16.3	7	6.6	20	5.3	13	3.1	13	6.5	8	5.6	10	4.4	24	5.8
	3 ほとんど食べない	86	8.7	21	22.8	14	13.2	42	11.2	9	2.2	17	8.5	16	11.1	15	11.1	38	9.2
総計		986	100.0	92	100.0	106	100.0	374	100.0	414	100.0	201	100.0	144	100.0	229	100.0	412	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	1465	81.1	94	56	142	68.6	530	77.6	699	93.4	307	82.7	199	75.1	199	84.0	618	80.9
	2 週2～5日食べる	137	7.6	36	21.4	27	13	52	7.6	22	2.9	22	5.9	28	10.6	28	6.4	61	8.0
	3 ほとんど食べない	204	11.3	38	22.6	38	18.4	101	14.8	27	3.6	42	11.3	38	14.3	38	9.6	85	11.1
総計		1806	100.0	168	100	207	100	683	100	748	100	371	100.0	265	100.0	265	100.0	764	100.0

問7		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	5	55.6	33	49.3	57	56.4	87	61.7	76	75.2	155	87.6	150	90.9	57	96.6
	2 週2～5日食べる	4	44.4	17	25.4	20	19.8	21	14.9	5	5.0	9	5.1	6	3.6	0	0.0
	3 ほとんど食べない	0	0.0	17	25.4	24	23.8	33	23.4	20	19.8	13	7.3	9	5.5	2	3.4
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	10	52.6	46	63.0	85	80.2	117	76.0	113	85.6	213	93.0	177	95.7	84	95.5
	2 週2～5日食べる	3	15.8	12	16.4	7	6.6	14	9.1	5	3.8	9	3.9	4	2.2	1	1.1
	3 ほとんど食べない	6	31.6	15	20.5	14	13.2	23	14.9	14	10.6	7	3.1	4	2.2	3	3.4
総計		19	100.0	73	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	229	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	15	53.6	79	56.4	142	68.6	204	69.2	189	81.1	368	90.6	327	93.4	141	95.9
	2 週2～5日食べる	7	25.0	29	20.7	27	13.0	35	11.9	10	4.3	18	4.4	10	2.9	1	0.7
	3 ほとんど食べない	6	21.4	32	22.9	38	18.4	56	19.0	34	14.6	20	4.9	13	3.7	5	3.4
総計		28	100.0	140	100.0	207	100.0	295	100.0	233	100.0	406	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第15表◆ 朝食摂取状況（体格別）

問7		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	28	62.2	439	77.7	151	72.6
	2 週2～5日食べる	7	15.6	46	8.1	29	13.9
	3 ほとんど食べない	10	22.2	80	14.2	28	13.5
総計		45	100.0	565	100.0	208	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	101	77.7	581	86.7	161	87.5
	2 週2～5日食べる	10	7.7	36	5.4	9	4.9
	3 ほとんど食べない	19	14.6	53	7.9	14	7.6
総計		130	100.0	670	100.0	184	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	129	73.7	1020	82.6	312	79.6
	2 週2～5日食べる	17	9.7	82	6.6	38	9.7
	3 ほとんど食べない	29	16.6	133	10.8	42	10.7
総計		175	100.0	1,235	100.0	392	100.0

◆第16表◆ 朝食を食べていない理由（問7で2、3と回答した者の複数回答）

問7-2		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 朝食を用意する手間がかかる	23	11.5	10	26.3	2	4.5	9	9.9	2	7.4	7	10.0	5	7.4	3	4.8	8	6.4
	2 朝食にかける時間がない	65	32.5	20	52.6	20	45.5	25	27.5	0	0.0	13	18.6	9	13.2	14	22.2	29	23.2
	3 朝は食欲がない	63	31.5	10	26.3	15	34.1	33	36.3	5	18.5	12	17.1	13	19.1	12	19.0	26	20.8
	4 がまんしている(ダイエットなど)	13	6.5	3	7.9	2	4.5	7	7.7	1	3.7	2	2.9	4	5.9	3	4.8	4	3.2
	5 朝食費を節約したい	8	4.0	4	10.5	1	2.3	2	2.2	1	3.7	8	11.4	1	1.5	2	3.2	5	4.0
	6 朝食を食べる習慣がない	39	19.5	5	13.2	7	15.9	22	24.2	5	18.5	8	11.4	8	11.8	9	14.3	14	11.2
	7 朝食を食べなくても問題がない	63	31.5	12	31.6	15	34.1	25	27.5	11	40.7	13	18.6	17	25.0	12	19.0	21	16.8
	8 その他	16	8.0	3	7.9	2	4.5	5	5.5	6	22.2	3	4.3	2	2.9	6	9.5	5	4.0
	9 特に理由はない	28	14.0	5	13.2	3	6.8	12	13.2	8	29.6	4	5.7	9	13.2	2	3.2	13	10.4
総計		200	100.0	38	100.0	44	100.0	91	100.0	27	100.0	70	100.0	68	100.0	63	100.0	125	100.0
女性	1 朝食を用意する手間がかかる	12	8.5	4	11.1	2	9.5	4	6.5	2	9.1	4	8.9	1	2.9	2	4.8	5	5.4
	2 朝食にかける時間がない	52	36.9	23	63.9	9	42.9	17	27.4	3	13.6	13	28.9	6	17.6	13	31.0	20	21.7
	3 朝は食欲がない	58	41.1	8	22.2	8	38.1	31	50.0	11	50.0	11	24.4	10	29.4	10	23.8	27	29.3
	4 がまんしている(ダイエットなど)	4	2.8	0	0.0	1	4.8	3	4.8	0	0.0	0	0.0	1	2.9	1	2.4	2	2.2
	5 朝食費を節約したい	1	0.7	1	2.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.2	0	0.0	1	2.4	0	0.0
	6 朝食を食べる習慣がない	21	14.9	11	30.6	8	38.1	34	54.8	7	31.8	4	8.9	5	14.7	4	9.5	8	8.7
	7 朝食を食べなくても問題がない	38	27.0	8	22.2	5	23.8	18	29.0	7	31.8	6	13.3	8	23.5	9	21.4	15	16.3
	8 その他	11	7.8	2	5.6	1	4.8	6	9.7	2	9.1	3	6.7	3	8.8	1	2.4	4	4.3
	9 特に理由はない	15	10.6	2	5.6	4	19.0	7	11.3	2	9.1	3	6.7	0	0.0	1	2.4	11	12.0
総計		141	100.0	36	100.0	21	100.0	62	100.0	22	100.0	45	100.0	34	100.0	42	100.0	92	100.0
総数	1 朝食を用意する手間がかかる	35	10.3	14	18.9	4	6.2	13	8.5	4	8.2	11	9.6	6	5.9	5	4.8	13	6.0
	2 朝食にかける時間がない	117	34.3	43	58.1	29	44.6	42	27.5	3	6.1	26	22.6	15	14.7	27	25.7	49	22.6
	3 朝は食欲がない	121	35.5	18	24.3	23	35.4	64	41.8	16	32.7	23	20.0	23	22.5	22	21.0	53	24.4
	4 がまんしている(ダイエットなど)	17	5.0	3	4.1	3	4.6	10	6.5	1	2.0	2	1.7	5	4.9	4	3.8	6	2.8
	5 朝食費を節約したい	9	2.6	5	6.8	1	1.5	2	1.3	1	2.0	9	7.8	1	1.0	3	2.9	5	2.3
	6 朝食を食べる習慣がない	60	17.6	16	21.6	15	23.1	56	36.6	12	24.5	12	10.4	13	12.7	13	12.4	22	10.1
	7 朝食を食べなくても問題がない	101	29.6	20	27.0	20	30.8	43	28.1	18	36.7	19	16.5	25	24.5	21	20.0	36	16.6
	8 その他	27	7.9	5	6.8	3	4.6	11	7.2	8	16.3	6	5.2	5	4.9	7	6.7	9	4.1
	9 特に理由はない	43	12.6	7	9.5	7	10.8	19	12.4	10	20.4	7	6.1	9	8.8	3	2.9	24	11.1
総計		341	100.0	74	100.0	65	100.0	153	100.0	49	100.0	115	100.0	102	100.0	105	100.0	217	100.0

問7-2		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 朝食を用意する手間がかかる	0	0.0	10	29.4	2	4.5	6	11.1	2	8.0	1	4.5	2	13.3	0	0.0
	2 朝食にかける時間がない	3	75.0	17	50.0	20	45.5	21	38.9	3	12.0	1	4.5	0	0.0	0	0.0
	3 朝は食欲がない	1	25.0	9	26.5	15	34.1	15	27.8	12	48.0	6	27.3	4	26.7	1	50.0
	4 がまんしている(ダイエットなど)	0	0.0	3	8.8	2	4.5	5	9.3	2	8.0	0	0.0	1	6.7	0	0.0
	5 朝食費を節約したい	1	25.0	3	8.8	1	2.3	2	3.7	0	0.0	1	4.5	0	0.0	0	0.0
	6 朝食を食べる習慣がない	0	0.0	5	14.7	7	15.9	13	24.1	7	28.0	5	22.7	2	13.3	0	0.0
	7 朝食を食べなくても問題がない	0	0.0	12	35.3	15	34.1	13	24.1	9	36.0	7	31.8	6	40.0	1	50.0
	8 その他	1	25.0	2	5.9	2	4.5	4	7.4	0	0.0	3	13.6	4	26.7	0	0.0
	9 特に理由はない	0	0.0	5	14.7	3	6.8	5	9.3	3	12.0	7	31.8	4	26.7	1	50.0
総計		4	100.0	34	100.0	44	100.0	54	100.0	25	100.0	22	100.0	15	100.0	2	100.0
女性	1 朝食を用意する手間がかかる	0	0.0	4	14.8	2	9.5	3	8.1	1	5.3	1	6.3	1	12.5	0	0.0
	2 朝食にかける時間がない	3	33.3	20	74.1	9	42.9	13	35.1	2	10.5	4	25.0	0	0.0	1	25.0
	3 朝は食欲がない	4	44.4	4	14.8	8	38.1	15	40.5	12	63.2	9	56.3	4	50.0	2	50.0
	4 がまんしている(ダイエットなど)	0	0.0	0	0.0	1	4.8	3	8.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 朝食費を節約したい	0	0.0	1	3.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 朝食を食べる習慣がない	1	11.1	5	18.5	1	4.8	6	16.2	4	21.1	4	25.0	0	0.0	0	0.0
	7 朝食を食べなくても問題がない	1	11.1	7	25.9	5	23.8	11	29.7	5	26.3	4	25.0	3	37.5	2	50.0
	8 その他	1	11.1	1	3.7	1	4.8	0	0.0	6	31.6	1	6.3	0	0.0	1	25.0
	9 特に理由はない	1	11.1	1	3.7	4	19.0	2	5.4	3	15.8	2	12.5	2	25.0	0	0.0
総計		9	100.0	27	100.0	21	100.0	37	100.0	19	100.0	16	100.0	8	100.0	4	100.0
総数	1 朝食を用意する手間がかかる	0	0.0	14	23.0	4	6.2	9	9.9	3	6.8	2	5.3	3	13.0	0	0.0
	2 朝食にかける時間がない	6	46.2	37	60.7	29	44.6	34	37.4	5	11.4	5	13.2	0	0.0	1	16.7
	3 朝は食欲がない	5	38.5	13	21.3	23	35.4	30	33.0	24	54.5	15	39.5	8	34.8	3	50.0
	4 がまんしている(ダイエットなど)	0	0.0	3	4.9	3	4.6	8	8.8	2	4.5	0	0.0	1	4.3	0	0.0
	5 朝食費を節約したい	1	7.7	4	6.6	1	1.5	2	2.2	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0
	6 朝食を食べる習慣がない	1	7.7	10	16.4	8	12.3	19	20.9	11	25.0	9	23.7	2	8.7	0	0.0
	7 朝食を食べなくても問題がない	1	7.7	19	31.1	20	30.8	24	26.4	14	31.8	11	28.9	9	39.1	3	50.0
	8 その他	2	15.4	3	4.9	3	4.6	4	4.4	6	13.6	4	10.5	4	17.4	1	16.7
	9 特に理由はない	1	7.7	6	9.8	7	10.8	7	7.7	6	13.6	9	23.7	6	26.1	1	16.7
総計		13	100.0	61	100.0	65	100.0	91	100.0	44	100.0	38	100.0	23	100.0	6	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第17表◆ 朝食での野菜摂取状況

問8		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	190	23.3	9	11.8	12	11.9	51	16.7	118	35.4	56	33.1	21	17.5	44	24.9	69	19.7
	2 週2～5日食べる	151	18.5	13	17.1	11	10.9	55	18.0	72	21.6	22	13.0	19	15.8	34	19.2	76	21.7
	3 ほとんど食べない	475	58.2	54	71.1	78	77.2	200	65.4	143	42.9	91	53.8	80	66.7	99	55.9	205	58.6
	総計	816	100.0	76	100.0	101	100.0	306	100.0	333	100.0	169	100.0	120	100.0	177	100.0	350	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	274	27.9	9	10.0	8	7.5	75	20.2	182	44.0	67	33.8	38	26.4	75	32.8	94	22.9
	2 週2～5日食べる	210	21.4	13	14.4	19	17.9	79	21.2	99	23.9	43	21.7	30	20.8	46	20.1	91	22.1
	3 ほとんど食べない	498	50.7	68	75.6	79	74.5	218	58.6	133	32.1	88	44.4	76	52.8	108	47.2	226	55.0
	総計	982	100.0	90	100.0	106	100.0	372	100.0	414	100.0	198	100.0	144	100.0	229	100.0	411	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	464	25.8	18	10.8	20	9.7	126	18.6	300	40.2	123	33.5	59	22.3	119	29.3	163	21.4
	2 週2～5日食べる	361	20.1	26	15.7	30	14.5	134	19.8	171	22.9	65	17.7	49	18.6	80	19.7	167	21.9
	3 ほとんど食べない	973	54.1	122	73.5	157	75.8	418	61.7	276	36.9	179	48.8	156	59.1	207	51.0	431	56.6
	総計	1798	100.0	166	100.0	207	100.0	678	100.0	747	100.0	367	100.0	264	100.0	406	100.0	761	100.0

問8		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	0	0.0	9	13.4	12	11.9	16	11.5	18	17.8	47	26.7	61	37.0	27	46.6
	2 週2～5日食べる	4	44.4	9	13.4	11	10.9	24	17.3	17	16.8	40	22.7	36	21.8	10	17.2
	3 ほとんど食べない	5	55.6	49	73.1	78	77.2	99	71.2	66	65.3	89	50.6	68	41.2	21	36.2
	総計	9	100.0	67	100.0	101	100.0	139	100.0	101	100.0	176	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	1	5.3	8	11.3	8	7.5	22	14.5	29	22.1	71	30.9	88	47.6	47	53.4
	2 週2～5日食べる	3	15.8	10	14.1	19	17.9	30	19.7	27	20.6	57	24.8	49	26.5	15	17.0
	3 ほとんど食べない	15	78.9	53	74.6	79	74.5	100	65.8	75	57.3	102	44.3	48	25.9	26	29.5
	総計	19	100.0	71	100.0	106	100.0	152	100.0	131	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	1	3.6	17	12.3	20	9.7	38	13.1	47	20.3	118	29.1	149	42.6	74	50.7
	2 週2～5日食べる	7	25.0	19	13.8	30	14.5	54	18.6	44	19.0	97	23.9	85	24.3	25	17.1
	3 ほとんど食べない	20	71.4	102	73.9	157	75.8	199	68.4	141	60.8	191	47.0	116	33.1	47	32.2
	総計	28	100.0	138	100.0	207	100.0	291	100.0	232	100.0	406	100.0	350	100.0	146	100.0

◆第18表◆ 「野菜1日350g以上摂取」の意識

問9		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 食べていると思う	133	16.2	13	17.1	8	7.9	49	15.9	63	18.9	31	18.2	17	14.0	36	20.3	49	13.9
	2 食べていないと思う	490	59.8	41	53.9	61	60.4	183	59.2	205	61.4	94	55.3	83	68.6	97	54.8	216	61.4
	3 わからない	197	24.0	22	28.9	32	31.7	77	24.9	66	19.8	45	26.5	21	17.4	44	24.9	87	24.7
	総計	820	100.0	76	100.0	101	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 食べていると思う	244	24.7	18	19.6	19	17.9	105	28.0	102	24.6	57	28.4	41	28.5	56	24.5	90	21.8
	2 食べていないと思う	545	55.2	52	56.5	60	56.6	197	52.5	236	57.0	108	53.7	78	54.2	124	54.1	235	56.9
	3 わからない	198	20.1	22	23.9	27	25.5	73	19.5	76	18.4	36	17.9	25	17.4	49	21.4	88	21.3
	総計	987	100.0	92	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	144	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 食べていると思う	377	20.9	31	18.5	27	13.0	154	22.5	165	22.1	88	23.7	58	21.9	92	22.7	139	18.2
	2 食べていないと思う	1035	57.3	93	55.4	121	58.5	380	55.6	441	59.0	202	54.4	161	60.8	221	54.4	451	59.0
	3 わからない	395	21.9	44	26.2	59	28.5	150	21.9	142	19.0	81	21.8	46	17.4	93	22.9	175	22.9
	総計	1807	100.0	168	100.0	207	100.0	684	100.0	748	100.0	371	100.0	265	100.0	406	100.0	765	100.0

問9		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 食べていると思う	1	11.1	12	17.9	8	7.9	24	17.0	11	10.9	34	19.2	30	18.2	13	22.0
	2 食べていないと思う	7	77.8	34	50.7	61	60.4	82	58.2	62	61.4	106	59.9	106	64.2	32	54.2
	3 わからない	1	11.1	21	31.3	32	31.7	35	24.8	28	27.7	37	20.9	29	17.6	14	23.7
	総計	9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 食べていると思う	4	21.1	14	19.2	19	17.9	42	27.3	39	29.5	55	23.9	47	25.4	24	27.3
	2 食べていないと思う	11	57.9	41	56.2	60	56.6	81	52.6	72	54.5	135	58.7	100	54.1	45	51.1
	3 わからない	4	21.1	18	24.7	27	25.5	31	20.1	21	15.9	40	17.4	38	20.5	19	21.6
	総計	19	100.0	73	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 食べていると思う	5	17.9	26	18.6	27	13.0	66	22.4	50	21.5	89	21.9	77	22.0	37	25.2
	2 食べていないと思う	18	64.3	75	53.6	121	58.5	163	55.3	134	57.5	241	59.2	206	58.9	77	52.4
	3 わからない	5	17.9	39	27.9	59	28.5	66	22.4	49	21.0	77	18.9	67	19.1	33	22.4
	総計	28	100.0	140	100.0	207	100.0	295	100.0	233	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第19表◆ 「野菜1日350g以上摂取」の知識

問10		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 知っていた	400	48.8	27	35.5	40	40.0	140	45.2	193	58.0	76	44.7	64	52.5	87	49.7	173	49.1
	2 知らなかった	419	51.2	49	64.5	60	60.0	170	54.8	140	42.0	94	55.3	58	47.5	88	50.3	179	50.9
総計		819	100.0	76	100.0	100	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	175	100.0	352	100.0
女性	1 知っていた	644	65.2	49	52.7	59	55.7	231	61.8	305	73.7	137	68.2	97	66.4	138	60.5	272	66.0
	2 知らなかった	343	34.8	44	47.3	47	44.3	143	38.2	109	26.3	64	31.8	49	33.6	90	39.5	140	34.0
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	374	100.0	414	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	412	100.0
総数	1 知っていた	1044	57.8	76	45.0	99	48.1	371	54.2	498	66.7	213	57.4	161	60.1	225	55.8	445	58.2
	2 知らなかった	762	42.2	93	55.0	107	51.9	313	45.8	249	33.3	158	42.6	107	39.9	178	44.2	319	41.8
総計		1806	100.0	169	100.0	206	100.0	684	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	403	100.0	764	100.0

問10		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 知っていた	3	33.3	24	35.8	40	40.0	64	45.4	40	39.2	93	52.8	99	60.0	37	62.7
	2 知らなかった	6	66.7	43	64.2	60	60.0	77	54.6	62	60.8	83	47.2	66	40.0	22	37.3
総計		9	100.0	67	100.0	100	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 知っていた	9	47.4	40	54.1	59	55.7	85	55.6	77	58.3	177	77.0	144	77.8	53	60.2
	2 知らなかった	10	52.6	34	45.9	47	44.3	68	44.4	55	41.7	53	23.0	41	22.2	35	39.8
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	153	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 知っていた	12	42.9	64	45.4	99	48.1	149	50.7	117	50.0	270	66.5	243	69.4	90	61.2
	2 知らなかった	16	57.1	77	54.6	107	51.9	145	49.3	117	50.0	136	33.5	107	30.6	57	38.8
総計		28	100.0	141	100.0	206	100.0	294	100.0	234	100.0	406	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第20表◆ 野菜料理（野菜）に対する意識（複数回答）

問11		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 嫌い(苦手)な野菜がある	169	20.6	21	27.6	33	32.7	54	17.4	61	18.3	33	14.9	21	13.2	37	15.9	78	16.9
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	125	15.2	10	13.2	14	13.9	53	17.1	48	14.4	26	11.8	26	16.4	22	9.5	51	11.1
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	118	14.4	8	10.5	17	16.8	42	13.5	51	15.3	21	9.5	20	12.6	21	9.1	56	12.1
	4 外食では野菜が少ない	279	34.0	21	27.6	33	32.7	127	41.0	98	29.3	56	25.3	41	25.8	63	27.2	119	25.8
	5 食べる必要性を感じない	28	3.4	1	1.3	4	4.0	8	2.6	15	4.5	4	1.8	1	0.6	8	3.4	15	3.3
	6 特に何も思わない	292	35.6	34	44.7	36	35.6	99	31.9	123	36.8	66	29.9	45	28.3	63	27.2	118	25.6
	7 その他	62	7.6	2	2.6	3	3.0	22	7.1	35	10.5	15	6.8	5	3.1	18	7.8	24	5.2
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	221	100.0	159	100.0	232	100.0	461	100.0
女性	1 嫌い(苦手)な野菜がある	135	13.7	27	29.0	19	17.9	42	11.2	47	11.3	26	9.6	17	8.5	34	11.0	58	10.3
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	167	16.9	17	18.3	28	26.4	57	15.2	65	15.7	27	9.9	27	13.5	35	11.3	78	13.9
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	293	29.6	26	28.0	35	33.0	123	32.8	109	26.3	72	26.5	45	22.5	58	18.8	118	21.0
	4 外食では野菜が少ない	357	36.1	27	29.0	45	42.5	142	37.9	143	34.5	78	28.7	49	24.5	92	29.8	138	24.6
	5 食べる必要性を感じない	10	1.0	1	1.1	0	0.0	2	0.5	7	1.7	3	1.1	0	0.0	2	0.6	5	0.9
	6 特に何も思わない	261	26.4	30	32.3	24	22.6	83	22.1	124	29.9	49	18.0	47	23.5	58	18.8	107	19.1
	7 その他	119	12.0	2	2.2	14	13.2	45	12.0	58	14.0	17	6.3	15	7.5	30	9.7	57	10.2
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	272	100.0	200	100.0	309	100.0	561	100.0
総数	1 嫌い(苦手)な野菜がある	304	16.8	48	28.4	52	25.1	96	14.0	108	14.4	59	12.0	38	10.6	71	13.1	136	13.3
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	292	16.1	27	16.0	42	20.3	110	16.1	113	15.1	53	10.8	53	14.8	57	10.5	129	12.6
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	411	22.7	34	20.1	52	25.1	165	24.1	160	21.4	93	18.9	65	18.1	79	14.6	174	17.0
	4 外食では野菜が少ない	636	35.1	48	28.4	78	37.7	269	39.3	241	32.2	134	27.2	90	25.1	155	28.7	257	25.1
	5 食べる必要性を感じない	38	2.1	2	1.2	4	1.9	10	1.5	22	2.9	7	1.4	1	0.3	10	1.8	20	2.0
	6 特に何も思わない	553	30.6	64	37.9	60	29.0	182	26.6	247	33.0	115	23.3	92	25.6	121	22.4	225	22.0
	7 その他	181	10.0	4	2.4	17	8.2	67	9.8	93	12.4	32	6.5	20	5.6	48	8.9	81	7.9
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	493	100.0	359	100.0	541	100.0	1022	100.0

問11		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 嫌い(苦手)な野菜がある	2	22.2	19	28.4	33	32.7	26	18.4	15	14.7	38	21.5	31	18.8	5	8.5
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	0	0.0	10	14.9	14	13.9	16	11.3	22	21.6	30	16.9	23	13.9	10	16.9
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	2	22.2	6	9.0	17	16.8	18	12.8	15	14.7	22	12.4	30	18.2	8	13.6
	4 外食では野菜が少ない	3	33.3	18	26.9	33	32.7	55	39.0	49	48.0	59	33.3	50	30.3	12	20.3
	5 食べる必要性を感じない	0	0.0	1	1.5	4	4.0	4	2.8	3	2.9	8	4.5	5	3.0	3	5.1
	6 特に何も思わない	4	44.4	30	44.8	36	35.6	53	37.6	26	25.5	63	35.6	60	36.4	20	33.9
	7 その他	0	0.0	2	3.0	3	3.0	7	5.0	6	5.9	18	10.2	18	10.9	8	13.6
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 嫌い(苦手)な野菜がある	4	21.1	23	31.1	19	17.9	18	11.7	11	8.3	30	13.0	18	9.7	12	13.6
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	2	10.5	15	20.3	28	26.4	22	14.3	24	18.2	40	17.3	21	11.4	15	17.0
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	3	15.8	23	31.1	35	33.0	62	40.3	35	26.5	64	27.7	60	32.4	11	12.5
	4 外食では野菜が少ない	4	21.1	23	31.1	45	42.5	59	38.3	45	34.1	97	42.0	60	32.4	24	27.3
	5 食べる必要性を感じない	0	0.0	1	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	1.7	4	2.2	1	1.1
	6 特に何も思わない	9	47.4	21	28.4	24	22.6	41	26.6	29	22.0	48	20.8	52	28.1	37	42.0
	7 その他	1	5.3	1	1.4	14	13.2	10	6.5	24	18.2	31	13.4	28	15.1	10	11.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 嫌い(苦手)な野菜がある	6	21.4	42	29.8	52	25.1	44	14.9	26	11.1	68	16.7	49	14.0	17	11.6
	2 野菜料理(野菜)は用意するのが面倒	2	7.1	25	17.7	42	20.3	38	12.9	46	19.7	70	17.2	44	12.6	25	17.0
	3 野菜料理(野菜)は値段が高い	5	17.9	29	20.6	52	25.1	80	27.1	50	21.4	86	21.1	90	25.7	19	12.9
	4 外食では野菜が少ない	7	25.0	41	29.1	78	37.7	114	38.6	94	40.2	156	38.2	110	31.4	36	24.5
	5 食べる必要性を感じない	0	0.0	2	1.4	4	1.9	4	1.4	3	1.3	12	2.9	9	2.6	4	2.7
	6 特に何も思わない	13	46.4	51	36.2	60	29.0	94	31.9	55	23.5	111	27.2	112	32.0	57	38.8
	7 その他	1	3.6	3	2.1	17	8.2	17	5.8	30	12.8	49	12.0	46	13.1	18	12.2
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第21表◆ 主食、主菜、副菜が3つそろった食事を1日に2回以上食べる頻度

問12		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	300	36.6	19	25.0	26	25.7	104	33.5	151	45.3	73	42.9	40	32.8	65	36.9	122	34.7
	2 週2～5日食べる	376	45.9	31	40.8	57	56.4	143	46.1	145	43.5	70	41.2	59	48.4	79	44.9	168	47.7
	3 ほとんど食べない	144	17.6	26	34.2	18	17.8	63	20.3	37	11.1	27	15.9	23	18.9	32	18.2	62	17.6
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	396	40.0	20	21.5	25	23.6	136	36.3	215	51.8	85	42.3	65	44.5	87	38.0	159	38.5
	2 週2～5日食べる	438	44.3	43	46.2	56	52.8	174	46.4	165	39.8	89	44.3	54	37.0	101	44.1	194	47.0
	3 ほとんど食べない	155	15.7	30	32.3	25	23.6	65	17.3	35	8.4	27	13.4	27	18.5	41	17.9	60	14.5
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	696	38.5	39	23.1	51	24.6	240	35.0	366	48.9	158	42.6	105	39.2	152	37.5	281	36.7
	2 週2～5日食べる	814	45.0	74	43.8	113	54.6	317	46.3	310	41.4	159	42.9	113	42.2	180	44.4	362	47.3
	3 ほとんど食べない	299	16.5	56	33.1	43	20.8	128	18.7	72	9.6	54	14.6	50	18.7	73	18.0	122	15.9
総計		1809	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	748	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問12		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日食べる	5	55.6	14	20.9	26	25.7	44	31.2	33	32.4	66	37.5	77	46.7	35	59.3
	2 週2～5日食べる	3	33.3	28	41.8	57	56.4	66	46.8	46	45.1	87	49.4	70	42.4	19	32.2
	3 ほとんど食べない	1	11.1	25	37.3	18	17.8	31	22.0	23	22.5	23	13.1	18	10.9	5	8.5
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 ほとんど毎日食べる	5	26.3	15	20.3	25	23.6	43	27.9	58	43.9	101	43.7	98	53.0	51	58.0
	2 週2～5日食べる	8	42.1	35	47.3	56	52.8	79	51.3	52	39.4	108	46.8	68	36.8	32	36.4
	3 ほとんど食べない	6	31.6	24	32.4	25	23.6	32	20.8	22	16.7	22	9.5	19	10.3	5	5.7
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 ほとんど毎日食べる	10	35.7	29	20.6	51	24.6	87	29.5	91	38.9	167	41.0	175	50.0	86	58.5
	2 週2～5日食べる	11	39.3	63	44.7	113	54.6	145	49.2	98	41.9	195	47.9	138	39.4	51	34.7
	3 ほとんど食べない	7	25.0	49	34.8	43	20.8	63	21.4	45	19.2	45	11.1	37	10.6	10	6.8
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第22表◆ 主食の重ね食べ頻度

問13		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	66	8.1	4	5.3	4	4.0	18	5.8	40	12.1	18	10.6	9	7.4	14	8.0	25	7.1
	2 1日2食	79	9.7	11	14.5	8	7.9	24	7.7	36	10.9	18	10.6	8	6.6	20	11.4	33	9.4
	3 1日1食	74	9.0	7	9.2	9	8.9	21	6.8	37	11.2	10	5.9	12	9.8	16	9.1	36	10.3
	4 週4～6食	22	2.7	2	2.6	10	9.9	7	2.3	3	0.9	5	2.9	4	3.3	6	3.4	7	2.0
	5 週2～3食	142	17.4	14	18.4	18	17.8	60	19.4	50	15.1	30	17.6	21	17.2	28	15.9	63	18.0
	6 週1食	120	14.7	10	13.2	15	14.9	66	21.3	29	8.8	20	11.8	18	14.8	25	14.2	57	16.3
	7 週1食未満	194	23.7	18	23.7	24	23.8	78	25.2	74	22.4	40	23.5	26	21.3	37	21.0	91	26.0
	8 全く食べない	121	14.8	10	13.2	13	12.9	36	11.6	62	18.7	29	17.1	24	19.7	30	17.0	38	10.9
総計		818	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	331	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	350	100.0
女性	1 1日3食以上	97	9.8	4	4.3	11	10.4	29	7.8	53	12.8	23	11.4	11	7.6	20	8.7	43	10.4
	2 1日2食	83	8.4	9	9.7	3	2.8	32	8.6	39	9.4	18	9.0	8	5.5	20	8.7	37	9.0
	3 1日1食	77	7.8	9	9.7	5	4.7	32	8.6	31	7.5	19	9.5	10	6.9	15	6.6	33	8.0
	4 週4～6食	15	1.5	1	1.1	2	1.9	9	2.4	3	0.7	0	0.0	5	3.4	4	1.7	6	1.5
	5 週2～3食	92	9.3	8	8.6	15	14.2	29	7.8	40	9.7	19	9.5	13	9.0	17	7.4	43	10.4
	6 週1食	101	10.2	9	9.7	11	10.4	42	11.2	39	9.4	14	7.0	15	10.3	20	8.7	52	12.6
	7 週1食未満	250	25.3	19	20.4	31	29.2	108	28.9	92	22.2	57	28.4	34	23.4	54	23.6	105	25.5
	8 全く食べない	272	27.6	34	36.6	28	26.4	93	24.9	117	28.3	51	25.4	49	33.8	79	34.5	93	22.6
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	374	100.0	414	100.0	201	100.0	145	100.0	229	100.0	412	100.0
総数	1 1日3食以上	163	9.0	8	4.7	15	7.2	47	6.9	93	12.5	41	11.1	20	7.5	34	8.4	68	8.9
	2 1日2食	162	9.0	20	11.8	11	5.3	56	8.2	75	10.1	36	9.7	16	6.0	40	9.9	70	9.2
	3 1日1食	151	8.4	16	9.5	14	6.8	53	7.7	68	9.1	29	7.8	22	8.2	31	7.7	69	9.1
	4 週4～6食	37	2.0	3	1.8	12	5.8	16	2.3	6	0.8	5	1.3	9	3.4	10	2.5	13	1.7
	5 週2～3食	234	13.0	22	13.0	33	15.9	89	13.0	90	12.1	49	13.2	34	12.7	45	11.1	106	13.9
	6 週1食	221	12.2	19	11.2	26	12.6	108	15.8	68	9.1	34	9.2	33	12.4	45	11.1	109	14.3
	7 週1食未満	444	24.6	37	21.9	55	26.6	186	27.2	166	22.3	97	26.1	60	22.5	91	22.5	196	25.7
	8 全く食べない	393	21.8	44	26.0	41	19.8	129	18.9	179	24.0	80	21.6	73	27.3	109	26.9	131	17.2
総計		1805	100.0	169	100.0	207	100.0	684	100.0	745	100.0	371	100.0	267	100.0	405	100.0	762	100.0

問13		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	1	11.1	3	4.5	4	4.0	8	5.7	4	3.9	12	6.8	19	11.6	15	25.9
	2 1日2食	1	11.1	10	14.9	8	7.9	11	7.8	7	6.9	18	10.2	19	11.6	5	8.6
	3 1日1食	2	22.2	5	7.5	9	8.9	9	6.4	9	8.8	16	9.1	17	10.4	7	12.1
	4 週4～6食	1	11.1	1	1.5	10	9.9	2	1.4	3	2.9	4	2.3	1	0.6	0	0.0
	5 週2～3食	0	0.0	14	20.9	18	17.8	34	24.1	20	19.6	24	13.6	28	17.1	4	6.9
	6 週1食	0	0.0	10	14.9	15	14.9	28	19.9	23	22.5	26	14.8	15	9.1	3	5.2
	7 週1食未満	2	22.2	16	23.9	24	23.8	34	24.1	23	22.5	48	27.3	37	22.6	10	17.2
	8 全く食べない	2	22.2	8	11.9	13	12.9	15	10.6	13	12.7	28	15.9	28	17.1	14	24.1
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	164	100.0	58	100.0
女性	1 1日3食以上	0	0.0	4	5.4	11	10.4	9	5.9	13	9.8	18	7.8	27	14.7	15	17.0
	2 1日2食	3	15.8	6	8.1	3	2.8	10	6.5	14	10.6	22	9.5	21	11.4	4	4.5
	3 1日1食	3	15.8	6	8.1	5	4.7	15	9.8	7	5.3	20	8.7	16	8.7	5	5.7
	4 週4～6食	0	0.0	1	1.4	2	1.9	4	2.6	2	1.5	4	1.7	2	1.1	0	0.0
	5 週2～3食	2	10.5	6	8.1	15	14.2	15	9.8	7	5.3	22	9.5	17	9.2	8	9.1
	6 週1食	2	10.5	7	9.5	11	10.4	14	9.2	16	12.1	25	10.8	12	6.5	14	15.9
	7 週1食未満	3	15.8	16	21.6	31	29.2	54	35.3	39	29.5	62	26.8	33	17.9	12	13.6
	8 全く食べない	6	31.6	28	37.8	28	26.4	32	20.9	34	25.8	58	25.1	56	30.4	30	34.1
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	153	100.0	132	100.0	231	100.0	184	100.0	88	100.0
総数	1 1日3食以上	1	3.6	7	5.0	15	7.2	17	5.8	17	7.3	30	7.4	46	13.2	30	20.5
	2 1日2食	4	14.3	16	11.3	11	5.3	21	7.1	21	9.0	40	9.8	40	11.5	9	6.2
	3 1日1食	5	17.9	11	7.8	14	6.8	24	8.2	16	6.8	36	8.8	33	9.5	12	8.2
	4 週4～6食	1	3.6	2	1.4	12	5.8	6	2.0	5	2.1	8	2.0	3	0.9	0	0.0
	5 週2～3食	2	7.1	20	14.2	33	15.9	49	16.7	27	11.5	46	11.3	45	12.9	12	8.2
	6 週1食	2	7.1	17	12.1	26	12.6	42	14.3	39	16.7	51	12.5	27	7.8	17	11.6
	7 週1食未満	5	17.9	32	22.7	55	26.6	88	29.9	62	26.5	110	27.0	70	20.1	22	15.1
	8 全く食べない	8	28.6	36	25.5	41	19.8	47	16.0	47	20.1	86	21.1	84	24.1	44	30.1
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	294	100.0	234	100.0	407	100.0	348	100.0	146	100.0

◆第23表◆ 主食の重ね食べ頻度（体格別）

問13		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	1	2.3	53	9.4	12	5.8
	2 1日2食	6	14.0	45	8.0	28	13.5
	3 1日1食	5	11.6	46	8.1	23	11.1
	4 週4～6食	1	2.3	14	2.5	7	3.4
	5 週2～3食	4	9.3	93	16.5	44	21.2
	6 週1食	6	14.0	80	14.2	33	15.9
	7 週1食未満	10	23.3	146	25.8	38	18.3
	8 全く食べない	10	23.3	88	15.6	23	11.1
総計		43	100.0	565	100.0	208	100.0
女性	1 1日3食以上	9	6.9	71	10.6	17	9.2
	2 1日2食	8	6.2	58	8.7	17	9.2
	3 1日1食	5	3.8	57	8.5	15	8.1
	4 週4～6食	1	0.8	12	1.8	1	0.5
	5 週2～3食	16	12.3	46	6.9	30	16.2
	6 週1食	15	11.5	62	9.3	24	13.0
	7 週1食未満	33	25.4	174	26.0	42	22.7
	8 全く食べない	43	33.1	190	28.4	39	21.1
総計		130	100.0	670	100.0	185	100.0
総数	1 1日3食以上	10	5.8	124	10.0	29	7.4
	2 1日2食	14	8.1	103	8.3	45	11.5
	3 1日1食	10	5.8	103	8.3	38	9.7
	4 週4～6食	2	1.2	26	2.1	8	2.0
	5 週2～3食	20	11.6	139	11.3	74	18.8
	6 週1食	21	12.1	142	11.5	57	14.5
	7 週1食未満	43	24.9	320	25.9	80	20.4
	8 全く食べない	53	30.6	278	22.5	62	15.8
総計		173	100.0	1,235	100.0	393	100.0

◆第24表◆ 主食の重ね食べに対する意識（複数回答）

問14		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 お得だと思う	36	4.4	6	7.9	8	7.9	13	4.2	9	2.7	9	5.3	7	5.7	7	4.0	13	3.7
	2 お腹いっぱいになると思う	287	35.0	23	30.3	47	46.5	114	36.8	103	30.8	65	38.2	43	35.2	65	36.9	114	32.4
	3 おいしいと思う	233	28.4	22	28.9	33	32.7	95	30.6	83	24.9	46	27.1	27	22.1	52	29.5	108	30.7
	4 大阪らしいと思う	201	24.5	16	21.1	39	38.6	88	28.4	58	17.4	41	24.1	37	30.3	46	26.1	77	21.9
	5 栄養がとれていると思う	29	3.5	2	2.6	0	0.0	5	1.6	22	6.6	7	4.1	2	1.6	7	4.0	13	3.7
	6 健康によくないと思う	159	19.4	3	3.9	16	15.8	63	20.3	77	23.1	36	21.2	20	16.4	33	18.8	70	19.9
	7 太りそうだと思う	324	39.5	27	35.5	50	49.5	132	42.6	115	34.4	70	41.2	42	34.4	65	36.9	147	41.8
	8 特に何も思わない	169	20.6	17	22.4	12	11.9	63	20.3	77	23.1	32	18.8	30	24.6	36	20.5	71	20.2
	9 その他	17	2.1	1	1.3	1	1.0	3	1.0	12	3.6	4	2.4	3	2.5	3	1.7	7	2.0
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 お得だと思う	14	1.4	1	1.1	1	0.9	5	1.3	7	1.7	3	1.5		0.0	6	2.6	5	1.2
	2 お腹いっぱいになると思う	376	38.0	32	34.4	50	47.2	154	41.1	140	33.7	79	39.3	46	31.5	95	41.5	156	37.8
	3 おいしいと思う	227	23.0	25	26.9	25	23.6	84	22.4	93	22.4	49	24.4	31	21.2	46	20.1	101	24.5
	4 大阪らしいと思う	262	26.5	36	38.7	33	31.1	118	31.5	75	18.1	53	26.4	43	29.5	68	29.7	98	23.7
	5 栄養がとれていると思う	35	3.5	3	3.2	1	0.9	6	1.6	25	6.0	8	4.0	4	2.7	12	5.2	11	2.7
	6 健康によくないと思う	278	28.1	25	26.9	32	30.2	116	30.9	105	25.3	51	25.4	38	26.0	76	33.2	113	27.4
	7 太りそうだと思う	570	57.6	52	55.9	66	62.3	246	65.6	206	49.6	111	55.2	81	55.5	127	55.5	251	60.8
	8 特に何も思わない	115	11.6	14	15.1	8	7.5	34	9.1	59	14.2	18	9.0	19	13.0	27	11.8	51	12.3
	9 その他	38	3.8	2	2.2	3	2.8	14	3.7	19	4.6	8	4.0	6	4.1	7	3.1	17	4.1
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 お得だと思う	50	2.8	7	4.1	9	4.3	18	2.6	16	2.1	12	3.2	7	2.6	13	3.2	18	2.4
	2 お腹いっぱいになると思う	663	36.6	55	32.5	97	46.9	268	39.1	243	32.4	144	38.8	89	33.2	160	39.5	270	35.3
	3 おいしいと思う	460	25.4	47	27.8	58	28.0	179	26.1	176	23.5	95	25.6	58	21.6	98	24.2	209	27.3
	4 大阪らしいと思う	463	25.6	52	30.8	72	34.8	206	30.1	133	17.8	94	25.3	80	29.9	114	28.1	175	22.9
	5 栄養がとれていると思う	64	3.5	5	3.0	1	0.5	11	1.6	47	6.3	15	4.0	6	2.2	19	4.7	24	3.1
	6 健康によくないと思う	437	24.1	28	16.6	48	23.2	179	26.1	182	24.3	87	23.5	58	21.6	109	26.9	183	23.9
	7 太りそうだと思う	894	49.4	79	46.7	116	56.0	378	55.2	321	42.9	181	48.8	123	45.9	192	47.4	398	52.0
	8 特に何も思わない	284	15.7	31	18.3	20	9.7	97	14.2	136	18.2	50	13.5	49	18.3	63	15.6	122	15.9
	9 その他	55	3.0	3	1.8	4	1.9	17	2.5	31	4.1	12	3.2	9	3.4	10	2.5	24	3.1
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問14		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 お得だと思う	1	11.1	5	7.5	8	7.9	6	4.3	6	5.9	2	1.1	5	3.0	3	5.1
	2 お腹いっぱいになると思う	0	0.0	23	34.3	47	46.5	54	38.3	43	42.2	50	28.2	61	37.0	9	15.3
	3 おいしいと思う	3	33.3	19	28.4	33	32.7	49	34.8	25	24.5	40	22.6	42	25.5	22	37.3
	4 大阪らしいと思う	1	11.1	15	22.4	39	38.6	45	31.9	30	29.4	33	18.6	27	16.4	11	18.6
	5 栄養がとれていると思う	0	0.0	2	3.0	0	0.0	4	2.8	0	0.0	2	1.1	16	9.7	5	8.5
	6 健康によくないと思う	0	0.0	3	4.5	16	15.8	26	18.4	25	24.5	43	24.3	37	22.4	9	15.3
	7 太りそうだと思う	0	0.0	27	40.3	50	49.5	67	47.5	42	41.2	67	37.9	55	33.3	16	27.1
	8 特に何も思わない	3	33.3	14	20.9	12	11.9	30	21.3	14	13.7	44	24.9	39	23.6	13	22.0
	9 その他	1	11.1	0	0.0	1	1.0	2	1.4	1	1.0	5	2.8	5	3.0	2	3.4
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 お得だと思う	0	0.0	1	1.4	1	0.9	4	2.6	0	0.0	3	1.3	4	2.2	1	1.1
	2 お腹いっぱいになると思う	5	26.3	27	36.5	50	47.2	72	46.8	54	40.9	85	36.8	67	36.2	16	18.2
	3 おいしいと思う	4	21.1	21	28.4	25	23.6	39	25.3	28	21.2	51	22.1	39	21.1	20	22.7
	4 大阪らしいと思う	6	31.6	30	40.5	33	31.1	59	38.3	36	27.3	54	23.4	38	20.5	6	6.8
	5 栄養がとれていると思う	2	10.5	1	1.4	1	0.9	0	0.0	3	2.3	9	3.9	13	7.0	6	6.8
	6 健康によくないと思う	4	21.1	21	28.4	32	30.2	44	28.6	41	31.1	81	35.1	44	23.8	11	12.5
	7 太りそうだと思う	12	63.2	40	54.1	66	62.3	104	67.5	83	62.9	149	64.5	84	45.4	32	36.4
	8 特に何も思わない	4	21.1	10	13.5	8	7.5	13	8.4	12	9.1	22	9.5	22	11.9	24	27.3
	9 その他	0	0.0	2	2.7	3	2.8	6	3.9	4	3.0	14	6.1	7	3.8	2	2.3
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 お得だと思う	1	3.6	6	4.3	9	4.3	10	3.4	6	2.6	5	1.2	9	2.6	4	2.7
	2 お腹いっぱいになると思う	5	17.9	50	35.5	97	46.9	126	42.7	97	41.5	135	33.1	128	36.6	25	17.0
	3 おいしいと思う	7	25.0	40	28.4	58	28.0	88	29.8	53	22.6	91	22.3	81	23.1	42	28.6
	4 大阪らしいと思う	7	25.0	45	31.9	72	34.8	104	35.3	66	28.2	87	21.3	65	18.6	17	11.6
	5 栄養がとれていると思う	2	7.1	3	2.1	1	0.5	4	1.4	3	1.3	11	2.7	29	8.3	11	7.5
	6 健康によくないと思う	4	14.3	24	17.0	48	23.2	70	23.7	66	28.2	124	30.4	81	23.1	20	13.6
	7 太りそうだと思う	12	42.9	67	47.5	116	56.0	171	58.0	125	53.4	216	52.9	139	39.7	48	32.7
	8 特に何も思わない	7	25.0	24	17.0	20	9.7	43	14.6	26	11.1	66	16.2	61	17.4	37	25.2
	9 その他	1	3.6	2	1.4	4	1.9	8	2.7	5	2.1	19	4.7	12	3.4	4	2.7
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第25表◆ よく噛んで食べることの意識

問15		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 気をつけている	121	14.8	8	10.5	11	10.9	31	10.0	71	21.3	23	13.5	16	13.1	26	14.8	56	15.9
	2 どちらかといえば気をつけている	274	33.4	22	28.9	27	26.7	85	27.4	140	42.0	65	38.2	45	36.9	57	32.4	107	30.4
	3 どちらかといえば気をつけていない	313	38.2	29	38.2	43	42.6	146	47.1	95	28.5	61	35.9	40	32.8	66	37.5	146	41.5
	4 気をつけていない	112	13.7	17	22.4	20	19.8	48	15.5	27	8.1	21	12.4	21	17.2	27	15.3	43	12.2
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 気をつけている	206	20.8	12	12.9	7	6.6	53	14.1	134	32.3	47	23.4	30	20.5	52	22.7	77	18.6
	2 どちらかといえば気をつけている	402	40.6	43	46.2	50	47.2	144	38.4	165	39.8	90	44.8	53	36.3	96	41.9	163	39.5
	3 どちらかといえば気をつけていない	309	31.2	27	29.0	37	34.9	146	38.9	99	23.9	50	24.9	48	32.9	64	27.9	147	35.6
	4 気をつけていない	72	7.3	11	11.8	12	11.3	32	8.5	17	4.1	14	7.0	15	10.3	17	7.4	26	6.3
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 気をつけている	327	18.1	20	11.8	18	8.7	84	12.3	205	27.4	70	18.9	46	17.2	78	19.3	133	17.4
	2 どちらかといえば気をつけている	676	37.4	65	38.5	77	37.2	229	33.4	305	40.8	155	41.8	98	36.6	153	37.8	270	35.3
	3 どちらかといえば気をつけていない	622	34.4	56	33.1	80	38.6	292	42.6	194	25.9	111	29.9	88	32.8	130	32.1	293	38.3
	4 気をつけていない	184	10.2	28	16.6	32	15.5	80	11.7	44	5.9	35	9.4	36	13.4	44	10.9	69	9.0
総計		1809	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	748	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問15		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 気をつけている	1	11.1	7	10.4	11	10.9	16	11.3	6	5.9	28	15.9	30	18.2	22	37.3
	2 どちらかといえば気をつけている	3	33.3	19	28.4	27	26.7	37	26.2	24	23.5	68	38.6	69	41.8	27	45.8
	3 どちらかといえば気をつけていない	4	44.4	25	37.3	43	42.6	68	48.2	53	52.0	60	34.1	52	31.5	8	13.6
	4 気をつけていない	1	11.1	16	23.9	20	19.8	20	14.2	19	18.6	20	11.4	14	8.5	2	3.4
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 気をつけている	1	5.3	11	14.9	7	6.6	19	12.3	17	12.9	44	19.0	59	31.9	48	54.5
	2 どちらかといえば気をつけている	7	36.8	36	48.6	50	47.2	63	40.9	46	34.8	98	42.4	74	40.0	28	31.8
	3 どちらかといえば気をつけていない	8	42.1	19	25.7	37	34.9	56	36.4	56	42.4	81	35.1	43	23.2	9	10.2
	4 気をつけていない	3	15.8	8	10.8	12	11.3	16	10.4	13	9.8	8	3.5	9	4.9	3	3.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 気をつけている	2	7.1	18	12.8	18	8.7	35	11.9	23	9.8	72	17.7	89	25.4	70	47.6
	2 どちらかといえば気をつけている	10	35.7	55	39.0	77	37.2	100	33.9	70	29.9	166	40.8	143	40.9	55	37.4
	3 どちらかといえば気をつけていない	12	42.9	44	31.2	80	38.6	124	42.0	109	46.6	141	34.6	95	27.1	17	11.6
	4 気をつけていない	4	14.3	24	17.0	32	15.5	36	12.2	32	13.7	28	6.9	23	6.6	5	3.4
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第26表◆ 菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取頻度

問16		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3回以上	10	1.2	5	6.6	1	1.0	1	0.3	3	0.9	2	1.2	1	0.8	0	0.0	7	2.0
	2 1日2回	14	1.7	3	3.9	3	3.0	6	1.9	2	0.6	2	1.2	0	0.0	5	2.8	7	2.0
	3 1日1回	95	11.6	10	13.2	9	8.9	34	11.0	42	12.6	18	10.6	13	10.7	20	11.4	44	12.5
	4 週4～6回	50	6.1	7	9.2	9	8.9	18	5.8	16	4.8	12	7.1	6	4.9	11	6.3	21	6.0
	5 週2～3回	169	20.6	17	22.4	24	23.8	59	19.0	69	20.7	36	21.2	24	19.7	32	18.2	77	21.9
	6 週1回	145	17.7	16	21.1	13	12.9	61	19.7	55	16.5	22	12.9	31	25.4	34	19.3	58	16.5
	7 週1回未満	196	23.9	10	13.2	20	19.8	88	28.4	78	23.4	41	24.1	21	17.2	41	23.3	93	26.4
	8 全く食べない	141	17.2	8	10.5	22	21.8	43	13.9	68	20.4	37	21.8	26	21.3	33	18.8	45	12.8
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 1日3回以上	5	0.5	1	1.1	0	0.0	4	1.1	0	0.0	2	1.0	0	0.0	0	0.0	3	0.7
	2 1日2回	21	2.1	4	4.3	4	3.8	6	1.6	7	1.7	5	2.5	1	0.7	1	0.4	14	3.4
	3 1日1回	130	13.2	5	5.4	16	15.1	43	11.5	66	15.9	28	14.0	10	6.8	27	11.8	65	15.7
	4 週4～6回	53	5.4	5	5.4	9	8.5	29	7.7	10	2.4	7	3.5	8	5.5	16	7.0	22	5.3
	5 週2～3回	208	21.1	28	30.1	16	15.1	81	21.6	83	20.0	47	23.5	30	20.5	48	21.0	83	20.1
	6 週1回	185	18.7	17	18.3	21	19.8	80	21.3	67	16.2	40	20.0	33	22.6	38	16.6	74	17.9
	7 週1回未満	242	24.5	19	20.4	30	28.3	92	24.5	101	24.4	51	25.5	31	21.2	60	26.2	100	24.2
	8 全く食べない	144	14.6	14	15.1	10	9.4	40	10.7	80	19.3	20	10.0	33	22.6	39	17.0	52	12.6
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	200	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 1日3回以上	15	0.8	6	3.6	1	0.5	5	0.7	3	0.4	4	1.1	1	0.4	0	0.0	10	1.3
	2 1日2回	35	1.9	7	4.1	7	3.4	12	1.8	9	1.2	7	1.9	1	0.4	6	1.5	21	2.7
	3 1日1回	225	12.4	15	8.9	25	12.1	77	11.2	108	14.5	46	12.4	23	8.6	47	11.6	109	14.2
	4 週4～6回	103	5.7	12	7.1	18	8.7	47	6.9	26	3.5	19	5.1	14	5.2	27	6.7	43	5.6
	5 週2～3回	377	20.9	45	26.6	40	19.3	140	20.4	152	20.3	83	22.4	54	20.1	80	19.8	160	20.9
	6 週1回	330	18.3	33	19.5	34	16.4	141	20.6	122	16.3	62	16.8	64	23.9	72	17.8	132	17.3
	7 週1回未満	438	24.2	29	17.2	50	24.2	180	26.3	179	24.0	92	24.9	52	19.4	101	24.9	193	25.2
	8 全く食べない	285	15.8	22	13.0	32	15.5	83	12.1	148	19.8	57	15.4	59	22.0	72	17.8	97	12.7
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	370	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問16		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3回以上	1	11.1	4	6.0	1	1.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	2	1.2	1	1.7
	2 1日2回	1	11.1	2	3.0	3	3.0	5	3.5	1	1.0	0	0.0	2	1.2	0	0.0
	3 1日1回	2	22.2	8	11.9	9	8.9	17	12.1	9	8.8	15	8.5	22	13.3	13	22.0
	4 週4～6回	1	11.1	6	9.0	9	8.9	5	3.5	5	4.9	19	10.8	3	1.8	2	3.4
	5 週2～3回	2	22.2	15	22.4	24	23.8	28	19.9	21	20.6	35	19.9	38	23.0	6	10.2
	6 週1回	1	11.1	15	22.4	13	12.9	26	18.4	19	18.6	34	19.3	28	17.0	9	15.3
	7 週1回未満	1	11.1	9	13.4	20	19.8	41	29.1	31	30.4	44	25.0	34	20.6	16	27.1
	8 全く食べない	0	0.0	8	11.9	22	21.8	18	12.8	16	15.7	29	16.5	36	21.8	12	20.3
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 1日3回以上	1	5.3	0	0.0	0	0.0	3	1.9	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2回	3	15.8	1	1.4	4	3.8	2	1.3	2	1.5	3	1.3	3	1.6	3	3.4
	3 1日1回	1	5.3	4	5.4	16	15.1	12	7.8	17	12.9	35	15.2	31	16.8	14	15.9
	4 週4～6回	1	5.3	4	5.4	9	8.5	15	9.7	6	4.5	13	5.6	4	2.2	1	1.1
	5 週2～3回	3	15.8	25	33.8	16	15.1	41	26.6	23	17.4	50	21.6	33	17.9	17	19.3
	6 週1回	5	26.3	12	16.2	21	19.8	35	22.7	26	19.7	39	16.9	33	17.9	14	15.9
	7 週1回未満	3	15.8	16	21.6	30	28.3	32	20.8	39	29.5	65	28.1	40	21.7	17	19.3
	8 全く食べない	2	10.5	12	16.2	10	9.4	14	9.1	18	13.6	26	11.3	40	21.7	22	25.0
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	184	100.0	88	100.0
総数	1 1日3回以上	2	7.1	4	2.8	1	0.5	4	1.4	1	0.4	0	0.0	2	0.6	1	0.7
	2 1日2回	4	14.3	3	2.1	7	3.4	7	2.4	3	1.3	3	0.7	5	1.4	3	2.0
	3 1日1回	3	10.7	12	8.5	25	12.1	29	9.8	26	11.1	50	12.3	53	15.2	27	18.4
	4 週4～6回	2	7.1	10	7.1	18	8.7	20	6.8	11	4.7	32	7.9	7	2.0	3	2.0
	5 週2～3回	5	17.9	40	28.4	40	19.3	69	23.4	44	18.8	85	20.9	71	20.3	23	15.6
	6 週1回	6	21.4	27	19.1	34	16.4	61	20.7	45	19.2	73	17.9	61	17.5	23	15.6
	7 週1回未満	4	14.3	25	17.7	50	24.2	73	24.7	70	29.9	109	26.8	74	21.2	33	22.4
	8 全く食べない	2	7.1	20	14.2	32	15.5	32	10.8	34	14.5	55	13.5	76	21.8	34	23.1
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	100.0	349	100.0	147	100.0

◆第27表◆ 菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取頻度（体格別）

問16		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3回以上	1	2.3	53	9.4	12	5.8
	2 1日2回	6	14.0	45	8.0	28	13.5
	3 1日1回	5	11.6	46	8.1	23	11.1
	4 週4～6回	1	2.3	14	2.5	7	3.4
	5 週2～3回	4	9.3	93	16.5	44	21.2
	6 週1回	6	14.0	80	14.2	33	15.9
	7 週1回未満	10	23.3	146	25.8	38	18.3
	8 全く食べない	10	23.3	88	15.6	23	11.1
総計		43	100.0	565	100.0	208	100.0
女性	1 1日3回以上	9	6.9	71	10.6	17	9.2
	2 1日2回	8	6.2	58	8.7	17	9.2
	3 1日1回	5	3.8	57	8.5	15	8.1
	4 週4～6回	1	0.8	12	1.8	1	0.5
	5 週2～3回	16	12.3	46	6.9	30	16.2
	6 週1回	15	11.5	62	9.3	24	13.0
	7 週1回未満	33	25.4	174	26.0	42	22.7
	8 全く食べない	43	33.1	190	28.4	39	21.1
総計		130	100.0	670	100.0	185	100.0
総数	1 1日3回以上	10	5.8	124	10.0	29	7.4
	2 1日2回	14	8.1	103	8.3	45	11.5
	3 1日1回	10	5.8	103	8.3	38	9.7
	4 週4～6回	2	1.2	26	2.1	8	2.0
	5 週2～3回	20	11.6	139	11.3	74	18.8
	6 週1回	21	12.1	142	11.5	57	14.5
	7 週1回未満	43	24.9	320	25.9	80	20.4
	8 全く食べない	53	30.6	278	22.5	62	15.8
総計		173	100.0	1,235	100.0	393	100.0

◆第28表◆ 外食利用頻度

問17		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	5	0.6	1	1.3	0	0.0	4	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.8	2	1.1	2	0.6
	2 1日2食	15	1.8	2	2.6	0	0.0	6	1.9	7	2.1	4	2.4	4	3.3	1	0.6	6	1.7
	3 1日1食	67	8.2	6	7.9	11	11.0	37	11.9	13	3.9	17	10.0	7	5.8	17	9.6	26	7.4
	4 週4～6食	49	6.0	9	11.8	8	8.0	26	8.4	6	1.8	9	5.3	9	7.4	11	6.2	20	5.7
	5 週2～3食	131	16.0	21	27.6	23	23.0	53	17.1	34	10.2	27	15.9	34	28.1	29	16.4	41	11.6
	6 週1食	135	16.5	15	19.7	24	24.0	50	16.1	46	13.8	31	18.2	15	12.4	20	11.3	69	19.6
	7 週1食未満	256	31.2	18	23.7	28	28.0	96	31.0	114	34.1	46	27.1	27	22.3	68	38.4	115	32.7
	8 全く利用しない	162	19.8	4	5.3	6	6.0	38	12.3	114	34.1	36	21.2	24	19.8	29	16.4	73	20.7
総計		820	100.0	76	100.0	100	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 1日3食以上	1	0.1	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	4	0.4	1	1.1	0	0.0	0	0.0	3	0.7	0	0.0	0	0.0	2	0.9	2	0.5
	3 1日1食	20	2.0	5	5.4	4	3.8	7	1.9	4	1.0	6	3.0	4	2.8	1	0.4	9	2.2
	4 週4～6食	28	2.8	7	7.5	6	5.7	11	2.9	4	1.0	6	3.0	4	2.8	7	3.1	11	2.7
	5 週2～3食	105	10.6	23	24.7	20	18.9	40	10.7	22	5.3	22	10.9	20	13.8	21	9.2	42	10.2
	6 週1食	174	17.6	22	23.7	33	31.1	71	19.0	48	11.6	35	17.4	31	21.4	39	17.0	69	16.7
	7 週1食未満	438	44.3	21	22.6	37	34.9	198	52.9	182	43.9	92	45.8	51	35.2	107	46.7	188	45.5
	8 全く利用しない	218	22.1	13	14.0	6	5.7	47	12.6	152	36.6	39	19.4	35	24.1	52	22.7	92	22.3
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	374	100.0	415	100.0	201	100.0	145	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 1日3食以上	6	0.3	2	1.2	0	0.0	4	0.6	0	0.0	1	0.3	1	0.4	2	0.5	2	0.3
	2 1日2食	19	1.1	3	1.8	0	0.0	6	0.9	10	1.3	4	1.1	4	1.5	3	0.7	8	1.0
	3 1日1食	87	4.8	11	6.5	15	7.3	44	6.4	17	2.3	23	6.2	11	4.1	18	4.4	35	4.6
	4 週4～6食	77	4.3	16	9.5	14	6.8	37	5.4	10	1.3	15	4.0	13	4.9	18	4.4	31	4.1
	5 週2～3食	236	13.1	44	26.0	43	20.9	93	13.6	56	7.5	49	13.2	54	20.3	50	12.3	83	10.8
	6 週1食	309	17.1	37	21.9	57	27.7	121	17.7	94	12.6	66	17.8	46	17.3	59	14.5	138	18.0
	7 週1食未満	694	38.4	39	23.1	65	31.6	294	43.0	296	39.5	138	37.2	78	29.3	175	43.1	303	39.6
	8 全く利用しない	380	21.0	17	10.1	12	5.8	85	12.4	266	35.5	75	20.2	59	22.2	81	20.0	165	21.6
総計		1808	100.0	169	100.0	206	100.0	684	100.0	749	100.0	371	100.0	266	100.0	406	100.0	765	100.0

問17		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	1	11.1	0	0.0	0	0.0	2	1.4	2	2.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	0	0.0	2	3.0	0	0.0	1	0.7	4	3.9	6	3.4	2	1.2	0	0.0
	3 1日1食	1	11.1	5	7.5	11	11.0	17	12.1	14	13.7	12	6.8	5	3.0	2	3.4
	4 週4～6食	0	0.0	9	13.4	8	8.0	12	8.5	10	9.8	7	4.0	3	1.8	0	0.0
	5 週2～3食	2	22.2	19	28.4	23	23.0	25	17.7	19	18.6	22	12.4	15	9.1	6	10.2
	6 週1食	1	11.1	14	20.9	24	24.0	24	17.0	15	14.7	20	11.3	29	17.6	8	13.6
	7 週1食未満	4	44.4	14	20.9	28	28.0	44	31.2	26	25.5	67	37.9	56	33.9	17	28.8
	8 全く利用しない	0	0.0	4	6.0	6	6.0	16	11.3	12	11.8	43	24.3	55	33.3	26	44.1
総計		9	100.0	67	100.0	100	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 1日3食以上	1	5.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	1	5.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	2	2.3
	3 1日1食	2	10.5	3	4.1	4	3.8	6	3.9	0	0.0	2	0.9	3	1.6	0	0.0
	4 週4～6食	2	10.5	5	6.8	6	5.7	7	4.6	2	1.5	4	1.7	1	0.5	1	1.1
	5 週2～3食	3	15.8	20	27.0	20	18.9	18	11.8	14	10.6	16	6.9	11	5.9	3	3.4
	6 週1食	4	21.1	18	24.3	33	31.1	24	15.7	31	23.5	31	13.4	23	12.4	10	11.4
	7 週1食未満	4	21.1	17	23.0	37	34.9	85	55.6	69	52.3	121	52.4	75	40.5	30	34.1
	8 全く利用しない	2	10.5	11	14.9	6	5.7	13	8.5	16	12.1	57	24.7	71	38.4	42	47.7
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	153	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 1日3食以上	2	7.1	0	0.0	0	0.0	2	0.7	2	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	1	3.6	2	1.4	0	0.0	1	0.3	4	1.7	6	1.5	3	0.9	2	1.4
	3 1日1食	3	10.7	8	5.7	15	7.3	23	7.8	14	6.0	14	3.4	8	2.3	2	1.4
	4 週4～6食	2	7.1	14	9.9	14	6.8	19	6.5	12	5.1	11	2.7	4	1.1	1	0.7
	5 週2～3食	5	17.9	39	27.7	43	20.9	43	14.6	33	14.1	38	9.3	26	7.4	9	6.1
	6 週1食	5	17.9	32	22.7	57	27.7	48	16.3	46	19.7	51	12.5	52	14.9	18	12.2
	7 週1食未満	8	28.6	31	22.0	65	31.6	129	43.9	95	40.6	188	46.1	131	37.4	47	32.0
	8 全く利用しない	2	7.1	15	10.6	12	5.8	29	9.9	28	12.0	100	24.5	126	36.0	68	46.3
総計		28	100.0	141	100.0	206	100.0	294	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第29表◆ 外食利用頻度（体格別）

問17		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	0	0.0	3	0.5	2	1.0
	2 1日2食	1	2.2	8	1.4	6	2.9
	3 1日1食	5	11.1	41	7.3	20	9.6
	4 週4～6食	2	4.4	32	5.7	15	7.2
	5 週2～3食	7	15.6	85	15.0	39	18.8
	6 週1食	4	8.9	96	17.0	35	16.8
	7 週1食未満	15	33.3	187	33.1	53	25.5
	8 全く利用しない	11	24.4	113	20.0	38	18.3
総計		45	100.0	565	100.0	208	100.0
女性	1 1日3食以上	0	0.0	1	0.1	0	0.0
	2 1日2食	2	1.5	1	0.1	1	0.5
	3 1日1食	6	4.6	13	1.9	1	0.5
	4 週4～6食	4	3.1	17	2.5	7	3.8
	5 週2～3食	14	10.8	72	10.7	19	10.3
	6 週1食	19	14.6	121	18.0	33	17.8
	7 週1食未満	54	41.5	297	44.3	86	46.5
	8 全く利用しない	31	23.8	149	22.2	38	20.5
総計		130	100.0	671	100.0	185	100.0
総数	1 1日3食以上	0	0.0	4	0.3	2	0.5
	2 1日2食	3	1.7	9	0.7	7	1.8
	3 1日1食	11	6.3	54	4.4	21	5.3
	4 週4～6食	6	3.4	49	4.0	22	5.6
	5 週2～3食	21	12.0	157	12.7	58	14.8
	6 週1食	23	13.1	217	17.6	68	17.3
	7 週1食未満	69	39.4	484	39.2	139	35.4
	8 全く利用しない	42	24.0	262	21.2	76	19.3
総計		175	100.0	1,236	100.0	393	100.0

◆第30表◆ 中食利用頻度

問18		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	3	0.4	1	1.3	0	0.0	1	0.3	1	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.6	2	0.6
	2 1日2食	9	1.1	0	0.0	0	0.0	2	0.6	7	2.1	0	0.0	6	5.0	2	1.1	1	0.3
	3 1日1食	45	5.5	8	10.5	7	7.0	20	6.5	10	3.0	10	5.9	4	3.3	9	5.1	22	6.3
	4 週4～6食	52	6.3	8	10.5	5	5.0	31	10.0	8	2.4	11	6.5	9	7.5	9	5.1	23	6.5
	5 週2～3食	127	15.5	18	23.7	20	20.0	44	14.2	45	13.5	22	12.9	22	18.3	27	15.3	56	15.9
	6 週1食	86	10.5	5	6.6	11	11.0	33	10.6	37	11.1	17	10.0	17	14.2	21	11.9	31	8.8
	7 週1食未満	218	26.6	14	18.4	37	37.0	82	26.5	85	25.5	53	31.2	23	19.2	53	29.9	89	25.3
	8 全く利用しない	246	30.0	18	23.7	15	15.0	83	26.8	130	39.0	49	28.8	31	25.8	50	28.2	116	33.0
	9 わからない	33	4.0	4	5.3	5	5.0	14	4.5	10	3.0	8	4.7	8	6.7	5	2.8	12	3.4
総計		819	100.0	76	100.0	100	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	120	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 1日3食以上	1	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	7	0.7	2	2.2	1	0.9	0	0.0	4	1.0	1	0.5	2	1.4	1	0.4	3	0.7
	3 1日1食	46	4.7	10	10.8	4	3.8	23	6.1	9	2.2	10	5.0	8	5.5	3	1.3	25	6.1
	4 週4～6食	36	3.6	7	7.5	4	3.8	19	5.1	6	1.4	7	3.5	6	4.1	10	4.4	13	3.2
	5 週2～3食	118	12.0	13	14.0	19	17.9	45	12.0	41	9.9	27	13.4	13	9.0	31	13.5	47	11.4
	6 週1食	136	13.8	14	15.1	17	16.0	57	15.2	48	11.6	27	13.4	23	15.9	32	14.0	54	13.1
	7 週1食未満	333	33.7	21	22.6	42	39.6	147	39.3	123	29.7	73	36.3	43	29.7	85	37.1	132	32.0
	8 全く利用しない	279	28.3	21	22.6	17	16.0	72	19.3	169	40.8	45	22.4	46	31.7	65	28.4	123	29.9
	9 わからない	31	3.1	5	5.4	2	1.9	11	2.9	13	3.1	10	5.0	4	2.8	2	0.9	15	3.6
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	374	100.0	414	100.0	201	100.0	145	100.0	229	100.0	412	100.0
総数	1 1日3食以上	4	0.2	1	0.6	0	0.0	1	0.1	2	0.3	1	0.3	0	0.0	1	0.2	2	0.3
	2 1日2食	16	0.9	2	1.2	1	0.5	2	0.3	11	1.5	1	0.3	8	3.0	3	0.7	4	0.5
	3 1日1食	91	5.0	18	10.7	11	5.3	43	6.3	19	2.5	20	5.4	12	4.5	12	3.0	47	6.2
	4 週4～6食	88	4.9	15	8.9	9	4.4	50	7.3	14	1.9	18	4.9	15	5.7	19	4.7	36	4.7
	5 週2～3食	245	13.6	31	18.3	39	18.9	89	13.0	86	11.5	49	13.2	35	13.2	58	14.3	103	13.5
	6 週1食	222	12.3	19	11.2	28	13.6	90	13.2	85	11.4	44	11.9	40	15.1	53	13.1	85	11.1
	7 週1食未満	551	30.5	35	20.7	79	38.3	229	33.5	208	27.8	126	34.0	66	24.9	138	34.0	221	28.9
	8 全く利用しない	525	29.1	39	23.1	32	15.5	155	22.7	299	40.0	94	25.3	77	29.1	115	28.3	239	31.3
	9 わからない	64	3.5	9	5.3	7	3.4	25	3.7	23	3.1	18	4.9	12	4.5	7	1.7	27	3.5
総計		1806	100.0	169	100.0	206	100.0	684	100.0	747	100.0	371	100.0	265	100.0	406	100.0	764	100.0

問18		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	1	11.1	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	1	0.6	0	0.0	0	0.0
	2 1日2食	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0	4	2.3	3	1.8	1	1.7
	3 1日1食	1	11.1	7	10.4	7	7.0	9	6.4	8	7.8	8	4.5	3	1.8	2	3.4
	4 週4～6食	1	11.1	7	10.4	5	5.0	13	9.2	13	12.7	7	4.0	5	3.0	1	1.7
	5 週2～3食	2	22.2	16	23.9	20	20.0	18	12.8	18	17.6	23	13.0	24	14.6	6	10.2
	6 週1食	0	0.0	5	7.5	11	11.0	22	15.6	8	7.8	12	6.8	21	12.8	7	11.9
	7 週1食未満	3	33.3	11	16.4	37	37.0	40	28.4	22	21.6	56	31.6	37	22.6	12	20.3
	8 全く利用しない	1	11.1	17	25.4	15	15.0	28	19.9	31	30.4	60	33.9	65	39.6	29	49.2
	9 わからない	0	0.0	4	6.0	5	5.0	9	6.4	2	2.0	6	3.4	6	3.7	1	1.7
総計		9	100.0	67	100.0	100	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	164	100.0	59	100.0
女性	1 1日3食以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1
	2 1日2食	1	5.3	1	1.4	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5	3	3.4
	3 1日1食	5	26.3	5	6.8	4	3.8	13	8.5	7	5.3	5	2.2	6	3.2	1	1.1
	4 週4～6食	3	15.8	4	5.4	4	3.8	10	6.5	7	5.3	4	1.7	3	1.6	1	1.1
	5 週2～3食	1	5.3	12	16.2	19	17.9	20	13.1	16	12.1	27	11.7	15	8.1	8	9.1
	6 週1食	1	5.3	13	17.6	17	16.0	25	16.3	19	14.4	30	13.0	20	10.8	11	12.5
	7 週1食未満	4	21.1	17	23.0	42	39.6	61	39.9	46	34.8	98	42.6	45	24.3	20	22.7
	8 全く利用しない	3	15.8	18	24.3	17	16.0	18	11.8	35	26.5	60	26.1	88	47.6	40	45.5
	9 わからない	1	5.3	4	5.4	2	1.9	6	3.9	2	1.5	6	2.6	7	3.8	3	3.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	153	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 1日3食以上	1	3.6	0	0.0	0	0.0	1	0.3	0	0.0	1	0.2	0	0.0	1	0.7
	2 1日2食	1	3.6	1	0.7	1	0.5	1	0.3	0	0.0	4	1.0	4	1.1	4	2.7
	3 1日1食	6	21.4	12	8.5	11	5.3	22	7.5	15	6.4	13	3.2	9	2.6	3	2.0
	4 週4～6食	4	14.3	11	7.8	9	4.4	23	7.8	20	8.5	11	2.7	8	2.3	2	1.4
	5 週2～3食	3	10.7	28	19.9	39	18.9	38	12.9	34	14.5	50	12.3	39	11.2	14	9.5
	6 週1食	1	3.6	18	12.8	28	13.6	47	16.0	27	11.5	42	10.3	41	11.7	18	12.2
	7 週1食未満	7	25.0	28	19.9	79	38.3	101	34.4	68	29.1	154	37.8	82	23.5	32	21.8
	8 全く利用しない	4	14.3	35	24.8	32	15.5	46	15.6	66	28.2	120	29.5	153	43.8	69	46.9
	9 わからない	1	3.6	8	5.7	7	3.4	15	5.1	4	1.7	12	2.9	13	3.7	4	2.7
総計		28	100.0	141	100.0	206	100.0	294	100.0	234	100.0	407	100.0	349	100.0	147	100.0

◆第3 1表◆ 中食利用頻度（体格別）

問18		やせ (BMI18.5未満)		普通 (BMI18.5以上25.0未満)		肥満 (BMI25.0以上)	
		人	%	人	%	人	%
男性	1 1日3食以上	1	2.2	2	0.4	0	0.0
	2 1日2食	0	0.0	8	1.4	1	0.5
	3 1日1食	1	2.2	34	6.0	9	4.3
	4 週4～6食	3	6.7	29	5.1	20	9.6
	5 週2～3食	9	20.0	81	14.4	37	17.8
	6 週1食	6	13.3	61	10.8	19	9.1
	7 週1食未満	2	4.4	157	27.8	58	27.9
	8 全く利用しない	21	46.7	170	30.1	55	26.4
	9 わからない	2	4.4	22	3.9	9	4.3
総計		45	100.0	564	100.0	208	100.0
女性	1 1日3食以上	0	0.0	1	0.1	0	0.0
	2 1日2食	1	0.8	5	0.7	1	0.5
	3 1日1食	6	4.6	33	4.9	7	3.8
	4 週4～6食	5	3.8	21	3.1	10	5.4
	5 週2～3食	19	14.6	66	9.8	33	17.9
	6 週1食	20	15.4	91	13.6	24	13.0
	7 週1食未満	31	23.8	246	36.7	56	30.4
	8 全く利用しない	42	32.3	193	28.8	44	23.9
	9 わからない	6	4.6	15	2.2	9	4.9
総計		130	100.0	671	100.0	184	100.0
総数	1 1日3食以上	1	0.6	3	0.2	0	0.0
	2 1日2食	1	0.6	13	1.1	2	0.5
	3 1日1食	7	4.0	67	5.4	16	4.1
	4 週4～6食	8	4.6	50	4.0	30	7.7
	5 週2～3食	28	16.0	147	11.9	70	17.9
	6 週1食	26	14.9	152	12.3	43	11.0
	7 週1食未満	33	18.9	403	32.6	114	29.1
	8 全く利用しない	63	36.0	363	29.4	99	25.3
	9 わからない	8	4.6	37	3.0	18	4.6
総計		175	100.0	1,235	100.0	392	100.0

◆第32表◆ 外食、中食を選ぶ理由（複数回答）

問19		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 料理（お弁当などを含む）を用意する手間がかからない	259	31.5	30	39.5	41	40.6	108	34.8	80	24.0	55	32.4	52	42.6	47	26.7	105	29.8
	2 料理（お弁当などを含む）を用意する時間がかからない	180	21.9	22	28.9	28	27.7	75	24.2	55	16.5	36	21.2	32	26.2	35	19.9	77	21.9
	3 好きなものを選べる	256	31.2	30	39.5	46	45.5	87	28.1	93	27.8	51	30.0	42	34.4	48	27.3	115	32.7
	4 いろいろなメニューを選べる	155	18.9	17	22.4	21	20.8	60	19.4	57	17.1	29	17.1	23	18.9	34	19.3	69	19.6
	5 バランスよく栄養をとることができる	26	3.2	2	2.6	2	2.0	8	2.6	14	4.2	6	3.5	3	2.5	6	3.4	11	3.1
	6 おいしい料理が食べられる	142	17.3	20	26.3	21	20.8	52	16.8	49	14.7	31	18.2	21	17.2	29	16.5	61	17.3
	7 つきあい	146	17.8	20	26.3	26	25.7	42	13.5	58	17.4	38	22.4	19	15.6	24	13.6	65	18.5
	8 食費を抑えることができる	19	2.3	1	1.3	2	2.0	11	3.5	5	1.5	5	2.9	5	4.1	3	1.7	6	1.7
	9 その他	55	6.7	3	3.9	4	4.0	29	9.4	19	5.7	10	5.9	10	8.2	16	9.1	19	5.4
	10 特に理由はない	167	20.3	15	19.7	15	14.9	61	19.7	76	22.8	31	18.2	22	18.0	38	21.6	76	21.6
	11 外食・昼食は選ばない	94	11.4	3	3.9	7	6.9	25	8.1	59	17.7	20	11.8	17	13.9	17	9.7	40	11.4
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 料理（お弁当などを含む）を用意する手間がかからない	354	35.8	28	30.1	56	52.8	174	46.4	96	23.1	73	36.3	50	34.2	83	36.2	148	35.8
	2 料理（お弁当などを含む）を用意する時間がかからない	324	32.8	34	36.6	61	57.5	148	39.5	81	19.5	62	30.8	47	32.2	66	28.8	149	36.1
	3 好きなものを選べる	217	21.9	32	34.4	27	25.5	74	19.7	84	20.2	44	21.9	32	21.9	55	24.0	86	20.8
	4 いろいろなメニューを選べる	178	18.0	24	25.8	20	18.9	70	18.7	64	15.4	37	18.4	24	16.4	39	17.0	78	18.9
	5 バランスよく栄養をとることができる	43	4.3	6	6.5	3	2.8	16	4.3	18	4.3	8	4.0	5	3.4	16	7.0	14	3.4
	6 おいしい料理が食べられる	175	17.7	20	21.5	32	30.2	72	19.2	51	12.3	40	19.9	25	17.1	33	14.4	77	18.6
	7 つきあい	246	24.9	28	30.1	25	23.6	88	23.5	105	25.3	57	28.4	19	13.0	64	27.9	106	25.7
	8 食費を抑えることができる	32	3.2	2	2.2	7	6.6	13	3.5	10	2.4	6	3.0	7	4.8	6	2.6	13	3.1
	9 その他	86	8.7	5	5.4	8	7.5	38	10.1	35	8.4	17	8.5	12	8.2	24	10.5	33	8.0
	10 特に理由はない	124	12.5	15	16.1	11	10.4	34	9.1	64	15.4	24	11.9	22	15.1	19	8.3	59	14.3
	11 外食・昼食は選ばない	129	13.0	6	6.5	7	6.6	26	6.9	90	21.7	23	11.4	20	13.7	34	14.8	52	12.6
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 料理（お弁当などを含む）を用意する手間がかからない	613	33.9	58	34.3	97	46.9	282	41.2	176	23.5	128	34.5	102	38.1	130	32.1	253	33.1
	2 料理（お弁当などを含む）を用意する時間がかからない	504	27.8	56	33.1	89	43.0	223	32.6	136	18.2	98	48.8	79	54.1	101	44.1	226	54.7
	3 好きなものを選べる	473	26.1	62	36.7	73	35.3	161	23.5	177	23.6	95	47.3	74	50.7	103	45.0	201	48.7
	4 いろいろなメニューを選べる	333	18.4	41	24.3	41	19.8	130	19.0	121	16.2	66	32.8	47	32.2	73	31.9	147	35.6
	5 バランスよく栄養をとることができる	69	3.8	8	4.7	5	2.4	24	3.5	32	4.3	14	7.0	8	5.5	22	9.6	25	6.1
	6 おいしい料理が食べられる	317	17.5	40	23.7	53	25.6	124	18.1	100	13.4	71	35.3	46	31.5	62	27.1	138	33.4
	7 つきあい	392	21.7	48	28.4	51	24.6	130	19.0	163	21.8	95	47.3	38	26.0	88	38.4	171	41.4
	8 食費を抑えることができる	51	2.8	3	1.8	9	4.3	24	3.5	15	2.0	11	5.5	12	8.2	9	3.9	19	4.6
	9 その他	141	7.8	8	4.7	12	5.8	67	9.8	54	7.2	27	13.4	22	15.1	40	17.5	52	12.6
	10 特に理由はない	291	16.1	30	17.8	26	12.6	95	13.9	140	18.7	55	27.4	44	30.1	57	24.9	135	32.7
	11 外食・昼食は選ばない	223	12.3	9	5.3	14	6.8	51	7.4	149	19.9	43	21.4	37	25.3	51	22.3	92	22.3
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問19		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 料理(お弁当などを含む)を用意する手間がかからない	4	44.4	26	38.8	41	40.6	54	38.3	32	31.4	52	29.4	42	25.5	8	13.6
	2 料理(お弁当などを含む)を用意する時間がかからない	3	33.3	19	28.4	28	27.7	34	24.1	27	26.5	36	20.3	27	16.4	6	10.2
	3 好きなものを選ぶ	3	33.3	27	40.3	46	45.5	42	29.8	27	26.5	43	24.3	53	32.1	15	25.4
	4 いろいろなメニューを選ぶ	3	33.3	14	20.9	21	20.8	31	22.0	15	14.7	32	18.1	33	20.0	6	10.2
	5 バランスよく栄養をとることができる	0	0.0	2	3.0	2	2.0	4	2.8	2	2.0	5	2.8	8	4.8	3	5.1
	6 おいしい料理が食べられる	3	33.3	17	25.4	21	20.8	28	19.9	14	13.7	23	13.0	27	16.4	9	15.3
	7 つきあい	1	11.1	19	28.4	26	25.7	20	14.2	17	16.7	22	12.4	35	21.2	6	10.2
	8 食費を抑えることができる	0	0.0	1	1.5	2	2.0	3	2.1	5	4.9	5	2.8	3	1.8	0	0.0
	9 その他	0	0.0	3	4.5	4	4.0	7	5.0	14	13.7	13	7.3	8	4.8	6	10.2
	10 特に理由はない	2	22.2	13	19.4	15	14.9	30	21.3	21	20.6	37	20.9	35	21.2	14	23.7
	11 外食・昼食は選ばない	0	0.0	3	4.5	7	6.9	8	5.7	8	7.8	29	16.4	26	15.8	13	22.0
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 料理(お弁当などを含む)を用意する手間がかからない	4	21.1	24	32.4	56	52.8	83	53.9	56	42.4	86	37.2	29	15.7	16	18.2
	2 料理(お弁当などを含む)を用意する時間がかからない	6	31.6	28	37.8	61	57.5	66	42.9	50	37.9	76	32.9	27	14.6	10	11.4
	3 好きなものを選ぶ	9	47.4	23	31.1	27	25.5	29	18.8	24	18.2	58	25.1	28	15.1	19	21.6
	4 いろいろなメニューを選ぶ	3	15.8	21	28.4	20	18.9	34	22.1	19	14.4	46	19.9	25	13.5	10	11.4
	5 バランスよく栄養をとることができる	1	5.3	5	6.8	3	2.8	6	3.9	4	3.0	13	5.6	8	4.3	3	3.4
	6 おいしい料理が食べられる	4	21.1	16	21.6	32	30.2	33	21.4	26	19.7	34	14.7	21	11.4	9	10.2
	7 つきあい	5	26.3	23	31.1	25	23.6	36	23.4	30	22.7	53	22.9	52	28.1	22	25.0
	8 食費を抑えることができる	1	5.3	1	1.4	7	6.6	8	5.2	2	1.5	11	4.8	1	0.5	1	1.1
	9 その他	2	10.5	3	4.1	8	7.5	12	7.8	22	16.7	15	6.5	18	9.7	6	6.8
	10 特に理由はない	6	31.6	9	12.2	11	10.4	13	8.4	12	9.1	31	13.4	32	17.3	10	11.4
	11 外食・昼食は選ばない	0	0.0	6	8.1	7	6.6	4	2.6	13	9.8	30	13.0	42	22.7	27	30.7
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 料理(お弁当などを含む)を用意する手間がかからない	8	28.6	50	35.5	97	46.9	137	46.4	88	37.6	138	33.8	71	20.3	24	16.3
	2 料理(お弁当などを含む)を用意する時間がかからない	9	32.1	47	33.3	89	43.0	100	33.9	77	32.9	112	27.5	54	15.4	16	10.9
	3 好きなものを選ぶ	12	42.9	50	35.5	73	35.3	71	24.1	51	21.8	101	24.8	81	23.1	34	23.1
	4 いろいろなメニューを選ぶ	6	21.4	35	24.8	41	19.8	65	22.0	34	14.5	78	19.1	58	16.6	16	10.9
	5 バランスよく栄養をとることができる	1	3.6	7	5.0	5	2.4	10	3.4	6	2.6	18	4.4	16	4.6	6	4.1
	6 おいしい料理が食べられる	7	25.0	33	23.4	53	25.6	61	20.7	40	17.1	57	14.0	48	13.7	18	12.2
	7 つきあい	6	21.4	42	29.8	51	24.6	56	19.0	47	20.1	75	18.4	87	24.9	28	19.0
	8 食費を抑えることができる	1	3.6	2	1.4	9	4.3	11	3.7	7	3.0	16	3.9	4	1.1	1	0.7
	9 その他	2	7.1	6	4.3	12	5.8	19	6.4	36	15.4	28	6.9	26	7.4	12	8.2
	10 特に理由はない	8	28.6	22	15.6	26	12.6	43	14.6	33	14.1	68	16.7	67	19.1	24	16.3
	11 外食・昼食は選ばない	0	0.0	9	6.4	14	6.8	12	4.1	21	9.0	59	14.5	68	19.4	40	27.2
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第33表◆ 平日の朝食の支度にかかる時間

問20		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 調理しない	536	65.4	58	76.3	78	78.0	208	67.3	192	57.5	108	63.5	77	63.6	113	63.8	238	67.8
	2 20分未満	235	28.7	15	19.7	20	20.0	90	29.1	110	32.9	55	32.4	36	29.8	47	26.6	97	27.6
	3 20分以上40分未満	39	4.8	2	2.6	1	1.0	10	3.2	26	7.8	6	3.5	7	5.8	13	7.3	13	3.7
	4 40分以上1時間未満	9	1.1	1	1.3	1	1.0	1	0.3	6	1.8	1	0.6	1	0.8	4	2.3	3	0.9
	5 1時間以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
総計		819	100.0	76	100.0	100	100.0	309	100.0	334	100.0	170	100.0	121	100.0	177	100.0	351	100.0
女性	1 調理しない	275	27.8	62	66.7	40	37.7	102	27.2	71	17.1	44	21.9	42	28.8	61	26.8	128	31.0
	2 20分未満	547	55.4	26	28.0	61	57.5	219	58.4	241	58.2	108	53.7	92	63.0	124	54.4	223	54.0
	3 20分以上40分未満	146	14.8	4	4.3	3	2.8	48	12.8	91	22.0	44	21.9	10	6.8	38	16.7	54	13.1
	4 40分以上1時間未満	18	1.8	1	1.1	2	1.9	6	1.6	9	2.2	5	2.5	2	1.4	4	1.8	7	1.7
	5 1時間以上	2	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.5	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.2
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	413	100.0
総数	1 調理しない	811	44.9	120	71.0	118	57.3	310	45.3	263	35.2	152	41.0	119	44.6	174	43.0	366	47.9
	2 20分未満	782	43.3	41	24.3	81	39.3	309	45.2	351	46.9	163	43.9	128	47.9	171	42.2	320	41.9
	3 20分以上40分未満	185	10.2	6	3.6	4	1.9	58	8.5	117	15.6	50	13.5	17	6.4	51	12.6	67	8.8
	4 40分以上1時間未満	27	1.5	2	1.2	3	1.5	7	1.0	15	2.0	6	1.6	3	1.1	8	2.0	10	1.3
	5 1時間以上	2	0.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.3	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.1
総計		1807	100.0	169	100.0	206	100.0	684	100.0	748	100.0	371	100.0	267	100.0	405	100.0	764	100.0

問20		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 調理しない	5	55.6	53	79.1	78	78.0	104	73.8	66	65.3	107	60.5	94	57.0	29	49.2
	2 20分未満	2	22.2	13	19.4	20	20.0	33	23.4	32	31.7	60	33.9	56	33.9	19	32.2
	3 20分以上40分未満	2	22.2	0	0.0	1	1.0	4	2.8	2	2.0	10	5.6	13	7.9	7	11.9
	4 40分以上1時間未満	0	0.0	1	1.5	1	1.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	2	1.2	4	6.8
	5 1時間以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
総計		9	100.0	67	100.0	100	100.0	141	100.0	101	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 調理しない	15	78.9	47	63.5	40	37.7	44	28.6	40	30.3	43	18.6	20	10.8	26	29.9
	2 20分未満	3	15.8	23	31.1	61	57.5	96	62.3	69	52.3	147	63.6	105	56.8	43	49.4
	3 20分以上40分未満	1	5.3	3	4.1	3	2.8	13	8.4	19	14.4	38	16.5	53	28.6	16	18.4
	4 40分以上1時間未満	0	0.0	1	1.4	2	1.9	1	0.6	4	3.0	2	0.9	6	3.2	2	2.3
	5 1時間以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.5	0	0.0
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	87	100.0
総数	1 調理しない	20	71.4	100	70.9	118	57.3	148	50.2	106	45.5	150	36.8	114	32.6	55	37.7
	2 20分未満	5	17.9	36	25.5	81	39.3	129	43.7	101	43.3	207	50.7	161	46.0	62	42.5
	3 20分以上40分未満	3	10.7	3	2.1	4	1.9	17	5.8	21	9.0	48	11.8	66	18.9	23	15.8
	4 40分以上1時間未満	0	0.0	2	1.4	3	1.5	1	0.3	5	2.1	2	0.5	8	2.3	6	4.1
	5 1時間以上	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.2	1	0.3	0	0.0
総計		28	100.0	141	100.0	206	100.0	295	100.0	233	100.0	408	100.0	350	100.0	146	100.0

◆第34表◆ 平日の夕食の支度にかかる時間

問21		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 調理しない	552	67.2	53	69.7	78	77.2	203	65.5	218	65.3	113	66.5	76	62.3	118	66.7	245	69.6
	2 20分未満	76	9.3	11	14.5	8	7.9	27	8.7	30	9.0	17	10.0	12	9.8	17	9.6	30	8.5
	3 20分以上40分未満	132	16.1	10	13.2	12	11.9	50	16.1	60	18.0	27	15.9	24	19.7	26	14.7	55	15.6
	4 40分以上1時間未満	45	5.5	1	1.3	3	3.0	22	7.1	19	5.7	9	5.3	6	4.9	12	6.8	18	5.1
	5 1時間以上	16	1.9	1	1.3	0	0.0	8	2.6	7	2.1	4	2.4	4	3.3	4	2.3	4	1.1
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	352	100.0
女性	1 調理しない	152	15.4	56	60.2	31	29.2	28	7.5	37	9.0	29	14.4	20	13.7	21	9.2	82	19.9
	2 20分未満	62	6.3	8	8.6	2	1.9	23	6.1	29	7.0	9	4.5	12	8.2	19	8.3	22	5.3
	3 20分以上40分未満	308	31.2	14	15.1	18	17.0	123	32.8	153	37.0	63	31.3	48	32.9	78	34.2	119	28.9
	4 40分以上1時間未満	335	33.9	11	11.8	42	39.6	143	38.1	139	33.7	70	34.8	51	34.9	75	32.9	139	33.7
	5 1時間以上	130	13.2	4	4.3	13	12.3	58	15.5	55	13.3	30	14.9	15	10.3	35	15.4	50	12.1
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	413	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	412	100.0
総数	1 調理しない	704	38.9	109	64.5	109	52.7	231	33.7	255	34.1	142	38.3	96	35.8	139	34.3	327	42.8
	2 20分未満	138	7.6	19	11.2	10	4.8	50	7.3	59	7.9	26	7.0	24	9.0	36	8.9	52	6.8
	3 20分以上40分未満	440	24.3	24	14.2	30	14.5	173	25.3	213	28.5	90	24.3	72	26.9	104	25.7	174	22.8
	4 40分以上1時間未満	380	21.0	12	7.1	45	21.7	165	24.1	158	21.2	79	21.3	57	21.3	87	21.5	157	20.5
	5 1時間以上	146	8.1	5	3.0	13	6.3	66	9.6	62	8.3	34	9.2	19	7.1	39	9.6	54	7.1
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	764	100.0

問21		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 調理しない	5	55.6	48	71.6	78	77.2	99	70.2	67	65.7	109	61.6	109	66.1	37	62.7
	2 20分未満	1	11.1	10	14.9	8	7.9	11	7.8	9	8.8	19	10.7	15	9.1	3	5.1
	3 20分以上40分未満	3	33.3	7	10.4	12	11.9	18	12.8	16	15.7	34	19.2	27	16.4	15	25.4
	4 40分以上1時間未満	0	0.0	1	1.5	3	3.0	10	7.1	6	5.9	12	6.8	11	6.7	2	3.4
	5 1時間以上	0	0.0	1	1.5	0	0.0	3	2.1	4	3.9	3	1.7	3	1.8	2	3.4
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 調理しない	16	84.2	40	54.1	31	29.2	17	11.0	7	5.3	8	3.5	13	7.1	20	22.7
	2 20分未満	1	5.3	7	9.5	2	1.9	8	5.2	9	6.8	13	5.7	11	6.0	11	12.5
	3 20分以上40分未満	1	5.3	13	17.6	18	17.0	49	31.8	40	30.3	88	38.3	62	33.7	37	42.0
	4 40分以上1時間未満	1	5.3	10	13.5	42	39.6	58	37.7	56	42.4	83	36.1	68	37.0	17	19.3
	5 1時間以上	0	0.0	4	5.4	13	12.3	22	14.3	20	15.2	38	16.5	30	16.3	3	3.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	184	100.0	88	100.0
総数	1 調理しない	21	75.0	88	62.4	109	52.7	116	39.3	74	31.6	117	28.7	122	35.0	57	38.8
	2 20分未満	2	7.1	17	12.1	10	4.8	19	6.4	18	7.7	32	7.9	26	7.4	14	9.5
	3 20分以上40分未満	4	14.3	20	14.2	30	14.5	67	22.7	56	23.9	122	30.0	89	25.5	52	35.4
	4 40分以上1時間未満	1	3.6	11	7.8	45	21.7	68	23.1	62	26.5	95	23.3	79	22.6	19	12.9
	5 1時間以上	0	0.0	5	3.5	13	6.3	25	8.5	24	10.3	41	10.1	33	9.5	5	3.4
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	100.0	349	100.0	147	100.0

◆第35表◆ 食育への関心

問22		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 関心がある	108	13.2	11	14.5	7	6.9	35	11.3	55	16.6	15	8.8	16	13.1	27	15.3	50	14.3
	2 どちらかといえば関心がある	232	28.3	15	19.7	34	33.7	93	30.0	90	27.1	51	30.0	36	29.5	53	29.9	92	26.3
	3 どちらかといえば関心がない	187	22.8	16	21.1	26	25.7	84	27.1	61	18.4	34	20.0	24	19.7	46	26.0	83	23.7
	4 関心がない	175	21.4	26	34.2	22	21.8	62	20.0	65	19.6	36	21.2	27	22.1	29	16.4	83	23.7
	5 「食育」という言葉を知らない	117	14.3	8	10.5	12	11.9	36	11.6	61	18.4	34	20.0	19	15.6	22	12.4	42	12.0
総計		819	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	332	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	350	100.0
女性	1 関心がある	242	24.5	27	29.0	30	28.3	84	22.4	101	24.5	64	31.8	32	21.9	55	24.1	91	22.1
	2 どちらかといえば関心がある	443	44.9	26	28.0	49	46.2	189	50.4	179	43.3	83	41.3	77	52.7	105	46.1	178	43.2
	3 どちらかといえば関心がない	165	16.7	18	19.4	12	11.3	72	19.2	63	15.3	33	16.4	17	11.6	42	18.4	73	17.7
	4 関心がない	71	7.2	14	15.1	10	9.4	17	4.5	30	7.3	12	6.0	8	5.5	15	6.6	36	8.7
	5 「食育」という言葉を知らない	66	6.7	8	8.6	5	4.7	13	3.5	40	9.7	9	4.5	12	8.2	11	4.8	34	8.3
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	413	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	412	100.0
総数	1 関心がある	350	19.4	38	22.5	37	17.9	119	17.4	156	20.9	79	21.3	48	17.9	82	20.2	141	18.5
	2 どちらかといえば関心がある	675	37.4	41	24.3	83	40.1	282	41.2	269	36.1	134	36.1	113	42.2	158	39.0	270	35.4
	3 どちらかといえば関心がない	352	19.5	34	20.1	38	18.4	156	22.8	124	16.6	67	18.1	41	15.3	88	21.7	156	20.5
	4 関心がない	246	13.6	40	23.7	32	15.5	79	11.5	95	12.8	48	12.9	35	13.1	44	10.9	119	15.6
	5 「食育」という言葉を知らない	183	10.1	16	9.5	17	8.2	49	7.2	101	13.6	43	11.6	31	11.6	33	8.1	76	10.0
総計		1806	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	745	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	762	100.0

問22		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 関心がある	1	11.1	10	14.9	7	6.9	18	12.8	8	7.8	26	14.9	24	14.5	14	23.7
	2 どちらかといえば関心がある	4	44.4	11	16.4	34	33.7	38	27.0	32	31.4	46	26.3	50	30.3	17	28.8
	3 どちらかといえば関心がない	3	33.3	13	19.4	26	25.7	42	29.8	29	28.4	37	21.1	32	19.4	5	8.5
	4 関心がない	1	11.1	25	37.3	22	21.8	31	22.0	21	20.6	36	20.6	29	17.6	10	16.9
	5 「食育」という言葉を知らない	0	0.0	8	11.9	12	11.9	12	8.5	12	11.8	30	17.1	30	18.2	13	22.0
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	175	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 関心がある	6	31.6	21	28.4	30	28.3	34	22.1	24	18.2	53	22.9	51	27.6	23	26.7
	2 どちらかといえば関心がある	2	10.5	24	32.4	49	46.2	75	48.7	75	56.8	115	49.8	76	41.1	27	31.4
	3 どちらかといえば関心がない	3	15.8	15	20.3	12	11.3	31	20.1	24	18.2	37	16.0	28	15.1	15	17.4
	4 関心がない	5	26.3	9	12.2	10	9.4	10	6.5	5	3.8	13	5.6	14	7.6	5	5.8
	5 「食育」という言葉を知らない	3	15.8	5	6.8	5	4.7	4	2.6	4	3.0	13	5.6	16	8.6	16	18.6
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	86	100.0
総数	1 関心がある	7	25.0	31	22.0	37	17.9	52	17.6	32	13.7	79	19.5	75	21.4	37	25.5
	2 どちらかといえば関心がある	6	21.4	35	24.8	83	40.1	113	38.3	107	45.7	161	39.7	126	36.0	44	30.3
	3 どちらかといえば関心がない	6	21.4	28	19.9	38	18.4	73	24.7	53	22.6	74	18.2	60	17.1	20	13.8
	4 関心がない	6	21.4	34	24.1	32	15.5	41	13.9	26	11.1	49	12.1	43	12.3	15	10.3
	5 「食育」という言葉を知らない	3	10.7	13	9.2	17	8.2	16	5.4	16	6.8	43	10.6	46	13.1	29	20.0
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	406	100.0	350	100.0	145	100.0

◆第36表◆ 栄養成分表示の活用状況

問23		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 いつも参考にして選ぶ	24	2.9	3	3.9	2	2.0	6	1.9	13	3.9	4	2.4	4	3.3	4	2.3	12	3.4
	2 ときどき参考にして選ぶ	138	16.8	12	15.8	16	15.8	54	17.4	56	16.8	22	12.9	21	17.2	41	23.2	54	15.4
	3 ほとんど参考にしない	322	39.3	27	35.5	36	35.6	141	45.5	118	35.4	75	44.1	45	36.9	70	39.5	132	37.6
	4 見たことがない	197	24.0	17	22.4	32	31.7	66	21.3	82	24.6	36	21.2	34	27.9	39	22.0	88	25.1
	5 わからない	139	17.0	17	22.4	15	14.9	43	13.9	64	19.2	33	19.4	18	14.8	23	13.0	65	18.5
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	177	100.0	351	100.0
女性	1 いつも参考にして選ぶ	51	5.2	5	5.4	8	7.5	12	3.2	26	6.3	17	8.5	11	7.5	11	4.8	12	2.9
	2 ときどき参考にして選ぶ	295	29.9	21	22.6	26	24.5	120	32.0	128	31.1	59	29.4	44	30.1	67	29.4	125	30.4
	3 ほとんど参考にしない	434	44.0	37	39.8	47	44.3	185	49.3	165	40.0	84	41.8	62	42.5	103	45.2	185	45.0
	4 見たことがない	138	14.0	17	18.3	17	16.0	46	12.3	58	14.1	36	17.9	18	12.3	31	13.6	53	12.9
	5 わからない	68	6.9	13	14.0	8	7.5	12	3.2	35	8.5	5	2.5	11	7.5	16	7.0	36	8.8
総計		986	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	412	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	411	100.0
総数	1 いつも参考にして選ぶ	75	4.2	8	4.7	10	4.8	18	2.6	39	5.2	21	5.7	15	5.6	15	3.7	24	3.1
	2 ときどき参考にして選ぶ	433	24.0	33	19.5	42	20.3	174	25.4	184	24.7	81	21.8	65	24.3	108	26.7	179	23.5
	3 ほとんど参考にしない	756	41.9	64	37.9	83	40.1	326	47.6	283	38.0	159	42.9	107	39.9	173	42.7	317	41.6
	4 見たことがない	335	18.5	34	20.1	49	23.7	112	16.4	140	18.8	72	19.4	52	19.4	70	17.3	141	18.5
	5 わからない	207	11.5	30	17.8	23	11.1	55	8.0	99	13.3	38	10.2	29	10.8	39	9.6	101	13.3
総計		1806	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	745	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	762	100.0

問23		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 いつも参考にして選ぶ	1	11.1	2	3.0	2	2.0	3	2.1	1	1.0	3	1.7	9	5.5	3	5.1
	2 ときどき参考にして選ぶ	2	22.2	10	14.9	16	15.8	23	16.3	15	14.7	36	20.5	19	11.5	17	28.8
	3 ほとんど参考にしない	1	11.1	26	38.8	36	35.6	63	44.7	55	53.9	61	34.7	64	38.8	16	27.1
	4 見たことがない	2	22.2	15	22.4	32	31.7	33	23.4	18	17.6	49	27.8	36	21.8	12	20.3
	5 わからない	3	33.3	14	20.9	15	14.9	19	13.5	13	12.7	27	15.3	37	22.4	11	18.6
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 いつも参考にして選ぶ	0	0.0	5	6.8	8	7.5	5	3.2	4	3.0	5	2.2	18	9.8	6	6.9
	2 ときどき参考にして選ぶ	3	15.8	18	24.3	26	24.5	49	31.8	42	31.8	85	36.8	49	26.8	23	26.4
	3 ほとんど参考にしない	7	36.8	30	40.5	47	44.3	74	48.1	67	50.8	108	46.8	76	41.5	25	28.7
	4 見たことがない	2	10.5	15	20.3	17	16.0	20	13.0	14	10.6	25	10.8	29	15.8	16	18.4
	5 わからない	7	36.8	6	8.1	8	7.5	6	3.9	5	3.8	8	3.5	11	6.0	17	19.5
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	183	100.0	87	100.0
総数	1 いつも参考にして選ぶ	1	3.6	7	5.0	10	4.8	8	2.7	5	2.1	8	2.0	27	7.8	9	6.2
	2 ときどき参考にして選ぶ	5	17.9	28	19.9	42	20.3	72	24.4	57	24.4	121	29.7	68	19.5	40	27.4
	3 ほとんど参考にしない	8	28.6	56	39.7	83	40.1	137	46.4	122	52.1	169	41.5	140	40.2	41	28.1
	4 見たことがない	4	14.3	30	21.3	49	23.7	53	18.0	32	13.7	74	18.2	65	18.7	28	19.2
	5 わからない	10	35.7	20	14.2	23	11.1	25	8.5	18	7.7	35	8.6	48	13.8	28	19.2
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	100.0	348	100.0	146	100.0

◆第37表◆ 「うちのお店も健康づくり応援団の店」認知度

問24		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ある	41	5.0	8	10.5	8	7.9	18	5.8	7	2.1	2	1.2	11	9.0	12	6.8	16	4.5
	2 ない	237	28.9	13	17.1	25	24.8	95	30.6	104	31.2	50	29.4	42	34.4	48	27.3	97	27.6
	3 知らない	542	66.1	55	72.4	68	67.3	197	63.5	222	66.7	118	69.4	69	56.6	116	65.9	239	67.9
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 ある	63	6.4	14	15.1	6	5.7	26	6.9	17	4.1	15	7.5	11	7.5	10	4.4	27	6.5
	2 ない	336	34.0	22	23.7	31	29.2	136	36.3	147	35.5	69	34.3	51	34.9	83	36.4	133	32.2
	3 知らない	589	59.6	57	61.3	69	65.1	213	56.8	250	60.4	117	58.2	84	57.5	135	59.2	253	61.3
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	146	100.0	228	100.0	413	100.0
総数	1 ある	104	5.8	22	13.0	14	6.8	44	6.4	24	3.2	17	4.6	22	8.2	22	5.4	43	5.6
	2 ない	573	31.7	35	20.7	56	27.1	231	33.7	251	33.6	119	32.1	93	34.7	131	32.4	230	30.1
	3 知らない	1131	62.6	112	66.3	137	66.2	410	59.9	472	63.2	235	63.3	153	57.1	251	62.1	492	64.3
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	404	100.0	765	100.0

問24		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ある	1	11.1	7	10.4	8	7.9	6	4.3	8	7.8	5	2.8	4	2.4	2	3.4
	2 ない	0	0.0	13	19.4	25	24.8	40	28.4	33	32.4	54	30.5	54	32.7	18	31.0
	3 知らない	8	88.9	47	70.1	68	67.3	95	67.4	61	59.8	118	66.7	107	64.8	38	65.5
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 ある	1	5.3	13	17.6	6	5.7	13	8.4	8	6.1	8	3.5	11	5.9	3	3.4
	2 ない	3	15.8	19	25.7	31	29.2	47	30.5	52	39.4	95	41.1	66	35.7	23	26.4
	3 知らない	15	78.9	42	56.8	69	65.1	94	61.0	72	54.5	128	55.4	108	58.4	61	70.1
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	87	100.0
総数	1 ある	2	7.1	20	14.2	14	6.8	19	6.4	16	6.8	13	3.2	15	4.3	5	3.4
	2 ない	3	10.7	32	22.7	56	27.1	87	29.5	85	36.3	149	36.5	120	34.3	41	28.3
	3 知らない	23	82.1	89	63.1	137	66.2	189	64.1	133	56.8	246	60.3	215	61.4	99	68.3
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	145	100.0

◆ 第38表◆ 栄養に関する知識の有無

ア 食事バランスガイド

問25-ア 食事バランスガイド		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	75	9.1	14	18.4	9	8.9	19	6.1	33	9.9	15	8.8	16	13.1	15	8.5	29	8.2
	2 内容までは知らない	329	40.1	28	36.8	27	26.7	143	46.1	131	39.3	66	38.8	47	38.5	72	40.9	144	40.9
	3 聞いたことがない	416	50.7	34	44.7	65	64.4	148	47.7	169	50.8	89	52.4	59	48.4	89	50.6	179	50.9
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 内容を知っている	237	24.0	24	25.8	31	29.2	88	23.5	94	22.7	52	25.9	38	26.0	50	21.8	97	23.5
	2 内容までは知らない	465	47.1	44	47.3	38	35.8	190	50.7	193	46.6	93	46.3	58	39.7	104	45.4	210	51.0
	3 聞いたことがない	286	28.9	25	26.9	37	34.9	97	25.9	127	30.7	56	27.9	50	34.2	75	32.8	105	25.5
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	412	100.0
総数	1 内容を知っている	312	17.3	38	22.5	40	19.3	107	15.6	127	17.0	67	18.1	54	20.1	65	16.0	126	16.5
	2 内容までは知らない	794	43.9	72	42.6	65	31.4	333	48.6	324	43.4	159	42.9	105	39.2	176	43.5	354	46.3
	3 聞いたことがない	702	38.8	59	34.9	102	49.3	245	35.8	296	39.6	145	39.1	109	40.7	164	40.5	284	37.2
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	764	100.0

問25-ア 食事バランスガイド		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	5	55.6	9	13.4	9	8.9	7	5.0	10	9.8	12	6.8	18	10.9	5	8.6
	2 内容までは知らない	3	33.3	25	37.3	27	26.7	74	52.5	37	36.3	70	39.5	70	42.4	23	39.7
	3 聞いたことがない	1	11.1	33	49.3	65	64.4	60	42.6	55	53.9	95	53.7	77	46.7	30	51.7
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 内容を知っている	5	26.3	19	25.7	31	29.2	33	21.4	33	25.0	58	25.1	47	25.5	11	12.5
	2 内容までは知らない	7	36.8	37	50.0	38	35.8	79	51.3	66	50.0	117	50.6	86	46.7	35	39.8
	3 聞いたことがない	7	36.8	18	24.3	37	34.9	42	27.3	33	25.0	56	24.2	51	27.7	42	47.7
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	184	100.0	88	100.0
総数	1 内容を知っている	10	35.7	28	19.9	40	19.3	40	13.6	43	18.4	70	17.2	65	18.6	16	11.0
	2 内容までは知らない	10	35.7	62	44.0	65	31.4	153	51.9	103	44.0	187	45.8	156	44.7	58	39.7
	3 聞いたことがない	8	28.6	51	36.2	102	49.3	102	34.6	88	37.6	151	37.0	128	36.7	72	49.3
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	349	100.0	146	100.0

イ 食生活指針

問25-イ 食生活指針		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	32	3.9	7	9.2	3	3.0	9	2.9	13	3.9	4	2.4	6	4.9	8	4.5	14	4.0
	2 内容までは知らない	281	34.3	25	32.9	24	23.8	123	39.7	109	32.7	51	30.0	46	37.7	58	33.0	126	35.8
	3 聞いたことがない	507	61.8	44	57.9	74	73.3	178	57.4	211	63.4	115	67.6	70	57.4	110	62.5	212	60.2
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 内容を知っている	68	6.9	5	5.4	6	5.7	22	5.9	35	8.5	16	8.0	10	6.8	20	8.7	22	5.3
	2 内容までは知らない	453	45.9	46	49.5	34	32.1	185	49.3	188	45.4	83	41.5	58	39.7	103	45.0	209	50.6
	3 聞いたことがない	467	47.3	42	45.2	66	62.3	168	44.8	191	46.1	101	50.5	78	53.4	106	46.3	182	44.1
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	414	100.0	200	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 内容を知っている	100	5.5	12	7.1	9	4.3	31	4.5	48	6.4	20	5.4	16	6.0	28	6.9	36	4.7
	2 内容までは知らない	734	40.6	71	42.0	58	28.0	308	45.0	297	39.8	134	36.2	104	38.8	161	39.8	335	43.8
	3 聞いたことがない	974	53.9	86	50.9	140	67.6	346	50.5	402	53.8	216	58.4	148	55.2	216	53.3	394	51.5
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	370	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問25-イ 食生活指針		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	3	33.3	4	6.0	3	3.0	4	2.8	4	3.9	5	2.8	7	4.2	2	3.4
	2 内容までは知らない	3	33.3	22	32.8	24	23.8	59	41.8	41	40.2	56	31.6	56	33.9	20	34.5
	3 聞いたことがない	3	33.3	41	61.2	74	73.3	78	55.3	57	55.9	116	65.5	102	61.8	36	62.1
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 内容を知っている	0	0.0	5	6.8	6	5.7	10	6.5	5	3.8	17	7.4	20	10.8	5	5.7
	2 内容までは知らない	7	36.8	39	52.7	34	32.1	69	44.8	70	53.0	117	50.9	88	47.6	29	33.0
	3 聞いたことがない	12	63.2	30	40.5	66	62.3	75	48.7	57	43.2	96	41.7	77	41.6	54	61.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 内容を知っている	3	10.7	9	6.4	9	4.3	14	4.7	9	3.8	22	5.4	27	7.7	7	4.8
	2 内容までは知らない	10	35.7	61	43.3	58	28.0	128	43.4	111	47.4	173	42.4	144	41.3	49	33.6
	3 聞いたことがない	15	53.6	71	50.4	140	67.6	153	51.9	114	48.7	212	52.0	179	51.3	90	61.6
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	99.8	350	100.3	146	100.0

ウ 日本人の食事摂取基準

問25-ウ 日本人の食事摂取基準		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	54	6.6	12	15.8	6	5.9	15	4.8	21	6.3	11	6.5	9	7.4	10	5.7	24	6.8
	2 内容までは知らない	334	40.7	36	47.4	33	32.7	135	43.5	130	39.0	64	37.6	49	40.2	74	42.0	147	41.8
	3 聞いたことがない	432	52.7	28	36.8	62	61.4	160	51.6	182	54.7	95	55.9	64	52.5	92	52.3	181	51.4
総計		820	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	333	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 内容を知っている	133	13.5	8	8.6	11	10.4	54	14.4	60	14.5	27	13.5	16	11.0	37	16.2	53	12.8
	2 内容までは知らない	523	52.9	56	60.2	57	53.8	220	58.8	190	45.8	102	51.0	69	47.3	113	49.3	239	57.9
	3 聞いたことがない	332	33.6	29	31.2	38	35.8	100	26.7	165	39.8	71	35.5	61	41.8	79	34.5	121	29.3
総計		988	100.0	93	100.0	106	100.0	374	100.0	415	100.0	200	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 内容を知っている	187	10.3	20	11.8	17	8.2	69	10.1	81	10.8	38	10.3	25	9.3	47	11.6	77	10.1
	2 内容までは知らない	857	47.4	92	54.4	90	43.5	355	51.8	320	42.8	166	44.9	118	44.0	187	46.2	386	50.5
	3 聞いたことがない	764	42.3	57	33.7	100	48.3	260	38.0	347	46.5	166	44.9	125	46.6	171	42.2	302	39.5
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	684	99.9	748	100.1	370	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問25-ウ 日本人の食事摂取基準		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	5	55.6	7	10.4	6	5.9	5	3.5	9	8.8	8	4.5	12	7.3	2	3.4
	2 内容までは知らない	3	33.3	33	49.3	33	32.7	70	49.6	36	35.3	62	35.0	71	43.0	26	44.8
	3 聞いたことがない	1	11.1	27	40.3	62	61.4	66	46.8	57	55.9	107	60.5	82	49.7	30	51.7
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 内容を知っている	1	5.3	7	9.5	11	10.4	19	12.3	19	14.5	35	15.2	34	18.4	7	8.0
	2 内容までは知らない	11	57.9	45	60.8	57	53.8	94	61.0	80	61.1	124	53.7	83	44.9	29	33.0
	3 聞いたことがない	7	36.8	22	29.7	38	35.8	41	26.6	32	24.4	72	31.2	68	36.8	52	59.1
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	131	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 内容を知っている	6	21.4	14	9.9	17	8.2	24	8.1	28	12.0	43	10.5	46	13.2	9	6.2
	2 内容までは知らない	14	50.0	78	55.3	90	43.5	164	55.6	116	49.6	186	45.6	154	44.1	55	37.7
	3 聞いたことがない	8	28.6	49	34.8	100	48.3	107	36.3	89	38.0	179	43.9	150	43.0	82	56.2
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	233	99.6	408	100.0	350	100.3	146	100.0

エ 6つの基礎食品

問25-エ 6つの基礎食品		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	94	11.5	16	21.1	13	12.9	30	9.7	35	10.5	21	12.4	12	9.8	22	12.5	39	11.1
	2 内容までは知らない	330	40.3	34	44.7	32	31.7	138	44.5	126	38.0	67	39.4	48	39.3	65	36.9	150	42.7
	3 聞いたことがない	395	48.2	26	34.2	56	55.4	142	45.8	171	51.5	82	48.2	62	50.8	89	50.6	162	46.2
総計		819	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	332	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	351	100.0
女性	1 内容を知っている	297	30.0	26	28.0	23	21.7	131	34.9	117	28.2	65	32.3	36	24.7	83	36.2	113	27.4
	2 内容までは知らない	438	44.3	45	48.4	45	42.5	174	46.4	174	41.9	91	45.3	59	40.4	84	36.7	204	49.4
	3 聞いたことがない	254	25.7	22	23.7	38	35.8	70	18.7	124	29.9	45	22.4	51	34.9	62	27.1	96	23.2
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 内容を知っている	391	21.6	42	24.9	36	17.4	161	23.5	152	20.3	86	23.2	48	17.9	105	25.9	152	19.9
	2 内容までは知らない	768	42.5	79	46.7	77	37.2	312	45.5	300	40.2	158	42.6	107	39.9	149	36.8	354	46.3
	3 聞いたことがない	649	35.9	48	28.4	94	45.4	212	30.9	295	39.5	127	34.2	113	42.2	151	37.3	258	33.8
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	764	100.0

問25-エ 6つの基礎食品		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	5	55.6	11	16.4	13	12.9	11	7.8	11	10.8	18	10.2	21	12.7	4	6.9
	2 内容までは知らない	3	33.3	31	46.3	32	31.7	70	49.6	42	41.2	60	34.1	72	43.6	20	34.5
	3 聞いたことがない	1	11.1	25	37.3	56	55.4	60	42.6	49	48.0	98	55.7	72	43.6	34	58.6
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 内容を知っている	5	26.3	21	28.4	23	21.7	44	28.6	53	40.2	82	35.5	57	30.8	12	13.6
	2 内容までは知らない	9	47.4	36	48.6	45	42.5	74	48.1	58	43.9	108	46.8	82	44.3	26	29.5
	3 聞いたことがない	5	26.3	17	23.0	38	35.8	36	23.4	21	15.9	41	17.7	46	24.9	50	56.8
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 内容を知っている	10	35.7	32	22.7	36	17.4	55	18.6	64	27.4	100	24.5	78	22.3	16	11.0
	2 内容までは知らない	12	42.9	67	47.5	77	37.2	144	48.8	100	42.7	168	41.2	154	44.1	46	31.5
	3 聞いたことがない	6	21.4	42	29.8	94	45.4	96	32.5	70	29.9	139	34.1	118	33.8	84	57.5
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	99.8	350	100.3	146	100.0

オ 3色分類

問25-オ 3色分類		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	139	17.0	26	34.2	21	20.8	48	15.5	44	13.3	21	12.4	17	13.9	43	24.4	58	16.5
	2 内容までは知らない	321	39.2	27	35.5	36	35.6	138	44.5	120	36.1	72	42.4	51	41.8	57	32.4	141	40.2
	3 聞いたことがない	359	43.8	23	30.3	44	43.6	124	40.0	168	50.6	77	45.3	54	44.3	76	43.2	152	43.3
総計		819	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	332	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	351	100.0
女性	1 内容を知っている	399	40.3	45	48.4	39	36.8	169	45.1	146	35.2	81	40.3	50	34.2	103	45.0	165	40.0
	2 内容までは知らない	397	40.1	36	38.7	38	35.8	157	41.9	166	40.0	88	43.8	58	39.7	83	36.2	168	40.7
	3 聞いたことがない	193	19.5	12	12.9	29	27.4	49	13.1	103	24.8	32	15.9	38	26.0	43	18.8	80	19.4
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 内容を知っている	538	29.8	71	42.0	60	29.0	217	31.7	190	25.4	102	27.5	67	25.0	146	36.0	223	29.2
	2 内容までは知らない	718	39.7	63	37.3	74	35.7	295	43.1	286	38.3	160	43.1	109	40.7	140	34.6	309	40.4
	3 聞いたことがない	552	30.5	35	20.7	73	35.3	173	25.3	271	36.3	109	29.4	92	34.3	119	29.4	232	30.4
総計		1808	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	747	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	764	100.0

問25-オ 3色分類		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 内容を知っている	6	66.7	20	29.9	21	20.8	18	12.8	18	17.6	29	16.5	23	13.9	4	6.9
	2 内容までは知らない	3	33.3	24	35.8	36	35.6	72	51.1	36	35.3	57	32.4	73	44.2	20	34.5
	3 聞いたことがない	0	0.0	23	34.3	44	43.6	51	36.2	48	47.1	90	51.1	69	41.8	34	58.6
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	176	100.0	165	100.0	58	100.0
女性	1 内容を知っている	8	42.1	37	50.0	39	36.8	67	43.5	65	49.2	95	41.1	69	37.3	19	21.6
	2 内容までは知らない	8	42.1	28	37.8	38	35.8	67	43.5	52	39.4	99	42.9	77	41.6	28	31.8
	3 聞いたことがない	3	15.8	9	12.2	29	27.4	20	13.0	15	11.4	37	16.0	39	21.1	41	46.6
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 内容を知っている	14	50.0	57	40.4	60	29.0	85	28.8	83	35.5	124	30.4	92	26.4	23	15.8
	2 内容までは知らない	11	39.3	52	36.9	74	35.7	139	47.1	88	37.6	156	38.2	150	43.0	48	32.9
	3 聞いたことがない	3	10.7	32	22.7	73	35.3	71	24.1	63	26.9	127	31.1	108	30.9	75	51.4
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	407	99.8	350	100.3	146	100.0

◆第39表◆ 栄養に関する指針を参考にしている者（複数回答）

問26		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 食事バランスガイド	46	5.6	3	3.9	6	5.9	14	4.5	23	6.9	13	7.6	10	8.2	5	2.8	18	5.1
	2 食生活指針	21	2.6	2	2.6	1	1.0	6	1.9	12	3.6	2	1.2	5	4.1	3	1.7	11	3.1
	3 日本人の食事摂取基準	20	2.4	3	3.9	1	1.0	8	2.6	8	2.4	2	1.2	5	4.1	2	1.1	11	3.1
	4 6つの基礎食品	42	5.1	6	7.9	3	3.0	13	4.2	20	6.0	12	7.1	5	4.1	8	4.5	17	4.8
	5 3色分類	80	9.7	13	17.1	12	11.9	27	8.7	28	8.4	9	5.3	12	9.8	19	10.8	40	11.4
	6 その他の指針など	6	0.7	0	0.0	1	1.0	2	0.6	3	0.9	1	0.6	0	0.0	2	1.1	3	0.9
	7 特に参考にしなかったことがない	692	84.3	62	81.6	84	83.2	267	86.1	279	83.5	145	85.3	102	83.6	151	85.8	294	83.5
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 食事バランスガイド	117	11.8	8	8.6	10	9.4	35	9.3	64	15.4	28	13.9	21	14.4	23	10.0	45	10.9
	2 食生活指針	25	2.5	2	2.2	0	0.0	5	1.3	18	4.3	3	1.5	7	4.8	8	3.5	7	1.7
	3 日本人の食事摂取基準	50	5.1	2	2.2	4	3.8	14	3.7	30	7.2	11	5.5	11	7.5	11	4.8	17	4.1
	4 6つの基礎食品	137	13.9	8	8.6	10	9.4	57	15.2	62	14.9	31	15.4	17	11.6	38	16.6	51	12.3
	5 3色分類	263	26.6	26	28.0	24	22.6	111	29.6	102	24.6	60	29.9	28	19.2	72	31.4	103	24.9
	6 その他の指針など	8	0.8	1	1.1	1	0.9	2	0.5	4	1.0	2	1.0	2	1.4	3	1.3	1	0.2
	7 特に参考にしなかったことがない	636	64.3	65	69.9	77	72.6	222	59.2	272	65.5	121	60.2	102	69.9	137	59.8	276	66.8
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 食事バランスガイド	163	9.0	11	6.5	16	7.7	49	7.2	87	11.6	41	11.1	31	11.6	28	6.9	63	8.2
	2 食生活指針	46	2.5	4	2.4	1	0.5	11	1.6	30	4.0	5	1.3	12	4.5	11	2.7	18	2.4
	3 日本人の食事摂取基準	70	3.9	5	3.0	5	2.4	22	3.2	38	5.1	13	3.5	16	6.0	13	3.2	28	3.7
	4 6つの基礎食品	179	9.9	14	8.3	13	6.3	70	10.2	82	10.9	43	11.6	22	8.2	46	11.4	68	8.9
	5 3色分類	343	19.0	39	23.1	36	17.4	138	20.1	130	17.4	69	18.6	40	14.9	91	22.5	143	18.7
	6 その他の指針など	14	0.8	1	0.6	2	1.0	4	0.6	7	0.9	3	0.8	2	0.7	5	1.2	4	0.5
	7 特に参考にしなかったことがない	1328	73.4	127	75.1	161	77.8	489	71.4	551	73.6	266	71.7	204	76.1	288	71.1	570	74.5
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問26		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 食事バランスガイド	0	0.0	3	4.5	6	5.9	7	5.0	5	4.9	8	4.5	10	6.1	7	11.9
	2 食生活指針	0	0.0	2	3.0	1	1.0	3	2.1	2	2.0	6	3.4	4	2.4	3	5.1
	3 日本人の食事摂取基準	1	11.1	2	3.0	1	1.0	5	3.5	2	2.0	3	1.7	5	3.0	1	1.7
	4 6つの基礎食品	2	22.2	4	6.0	3	3.0	6	4.3	5	4.9	6	3.4	13	7.9	3	5.1
	5 3色分類	2	22.2	11	16.4	12	11.9	13	9.2	6	5.9	16	9.0	16	9.7	4	6.8
	6 その他の指針など	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0	2	1.1	3	1.8	0	0.0
	7 特に参考にしなかったことがない	6	66.7	56	83.6	84	83.2	121	85.8	89	87.3	151	85.3	135	81.8	50	84.7
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 食事バランスガイド	0	0.0	8	10.8	10	9.4	14	9.1	10	7.6	37	16.0	31	16.8	7	8.0
	2 食生活指針	0	0.0	2	2.7	0	0.0	2	1.3	1	0.8	7	3.0	10	5.4	3	3.4
	3 日本人の食事摂取基準	0	0.0	2	2.7	4	3.8	3	1.9	5	3.8	15	6.5	17	9.2	4	4.5
	4 6つの基礎食品	0	0.0	8	10.8	10	9.4	19	12.3	19	14.4	46	19.9	29	15.7	6	6.8
	5 3色分類	2	10.5	24	32.4	24	22.6	46	29.9	41	31.1	67	29.0	47	25.4	12	13.6
	6 その他の指針など	0	0.0	1	1.4	1	0.9	1	0.6	1	0.8	2	0.9	1	0.5	1	1.1
	7 特に参考にしなかったことがない	17	89.5	48	64.9	77	72.6	95	61.7	78	59.1	132	57.1	120	64.9	69	78.4
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 食事バランスガイド	0	0.0	11	7.8	16	7.7	21	7.1	15	6.4	45	11.0	41	11.7	14	9.5
	2 食生活指針	0	0.0	4	2.8	1	0.5	5	1.7	3	1.3	13	3.2	14	4.0	6	4.1
	3 日本人の食事摂取基準	1	3.6	4	2.8	5	2.4	8	2.7	7	3.0	18	4.4	22	6.3	5	3.4
	4 6つの基礎食品	2	7.1	12	8.5	13	6.3	25	8.5	24	10.3	52	12.7	42	12.0	9	6.1
	5 3色分類	4	14.3	35	24.8	36	17.4	59	20.0	47	20.1	83	20.3	63	18.0	16	10.9
	6 その他の指針など	0	0.0	1	0.7	2	1.0	1	0.3	1	0.4	4	1.0	4	1.1	1	0.7
	7 特に参考にしなかったことがない	23	82.1	104	73.8	161	77.8	216	73.2	167	71.4	283	69.4	255	72.9	119	81.0
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第40表◆ 健康情報の入手先（複数回答）

問27		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 テレビ	586	71.4	46	60.5	63	62.4	234	75.5	243	72.8	119	70.0	78	63.9	142	80.7	247	70.2
	2 ラジオ	75	9.1	3	3.9	3	3.0	32	10.3	37	11.1	10	5.9	13	10.7	14	8.0	38	10.8
	3 新聞・雑誌	287	35.0	18	23.7	11	10.9	114	36.8	144	43.1	69	40.6	34	27.9	65	36.9	119	33.8
	4 本	79	9.6	9	11.8	6	5.9	29	9.4	35	10.5	14	8.2	8	6.6	22	12.5	35	9.9
	5 パンフレット・チラシ	70	8.5	7	9.2	2	2.0	26	8.4	35	10.5	12	7.1	7	5.7	17	9.7	34	9.7
	6 インターネット(ブログなど含む)	164	20.0	27	35.5	38	37.6	76	24.5	23	6.9	29	17.1	23	18.9	42	23.9	70	19.9
	7 講演会や健康講座	26	3.2	2	2.6	1	1.0	8	2.6	15	4.5	7	4.1	4	3.3	5	2.8	10	2.8
	8 保健所・保健センター	13	1.6	0	0.0	0	0.0	5	1.6	8	2.4	2	1.2	0	0.0	4	2.3	7	2.0
	9 医療機関	199	24.2	3	3.9	7	6.9	76	24.5	113	33.8	39	22.9	26	21.3	51	29.0	83	23.6
	10 薬局	38	4.6	0	0.0	18	17.8	20	6.5	38	11.4	9	5.3	6	4.9	7	4.0	16	4.5
	11 家族	179	21.8	16	21.1	24	23.8	70	22.6	69	20.7	48	28.2	23	18.9	33	18.8	75	21.3
	12 友人・知人	109	13.3	13	17.1	14	13.9	45	14.5	37	11.1	22	12.9	16	13.1	24	13.6	47	13.4
	13 その他	14	1.7	7	9.2	3	3.0	1	0.3	3	0.9	2	1.2	2	1.6	3	1.7	7	2.0
	14 特にない	126	15.3	15	19.7	22	21.8	42	13.5	47	14.1	24	14.1	19	15.6	21	11.9	62	17.6
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 テレビ	853	86.2	71	76.3	88	83.0	339	90.4	355	85.5	172	85.6	122	83.6	196	85.6	363	87.9
	2 ラジオ	73	7.4	2	2.2	2	1.9	13	3.5	56	13.5	14	7.0	5	3.4	16	7.0	38	9.2
	3 新聞・雑誌	448	45.3	21	22.6	34	32.1	173	46.1	220	53.0	96	47.8	64	43.8	99	43.2	189	45.8
	4 本	205	20.7	19	20.4	20	18.9	82	21.9	84	20.2	51	25.4	26	17.8	46	20.1	82	19.9
	5 パンフレット・チラシ	131	13.2	8	8.6	8	7.5	42	11.2	73	17.6	17	8.5	13	8.9	35	15.3	66	16.0
	6 インターネット(ブログなど含む)	191	19.3	34	36.6	54	50.9	95	25.3	8	1.9	39	19.4	26	17.8	48	21.0	78	18.9
	7 講演会や健康講座	40	4.0	2	2.2	1	0.9	14	3.7	23	5.5	10	5.0	5	3.4	11	4.8	14	3.4
	8 保健所・保健センター	33	3.3	1	1.1	5	4.7	7	1.9	20	4.8	7	3.5	7	4.8	10	4.4	9	2.2
	9 医療機関	203	20.5	8	8.6	11	10.4	67	17.9	117	28.2	41	20.4	29	19.9	45	19.7	88	21.3
	10 薬局	49	5.0	5	5.4	20	18.9	24	6.4	49	11.8	10	5.0	4	2.7	15	6.6	20	4.8
	11 家族	194	19.6	25	26.9	29	27.4	75	20.0	65	15.7	42	20.9	26	17.8	38	16.6	88	21.3
	12 友人・知人	326	33.0	20	21.5	33	31.1	124	33.1	149	35.9	73	36.3	48	32.9	79	34.5	126	30.5
	13 その他	8	0.8	2	2.2	1	0.9	3	0.8	2	0.5	2	1.0	0	0.0	1	0.4	5	1.2
	14 特にない	52	5.3	11	11.8	4	3.8	16	4.3	21	5.1	11	5.5	8	5.5	9	3.9	24	5.8
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 テレビ	1439	79.5	117	69.2	151	72.9	573	83.6	598	79.8	291	78.4	200	74.6	338	83.5	610	79.7
	2 ラジオ	148	8.2	5	3.0	5	2.4	45	6.6	93	12.4	24	6.5	18	6.7	30	7.4	76	9.9
	3 新聞・雑誌	735	40.6	39	23.1	45	21.7	287	41.9	364	48.6	165	44.5	98	36.6	164	40.5	308	40.3
	4 本	284	15.7	28	16.6	26	12.6	111	16.2	119	15.9	65	17.5	34	12.7	68	16.8	117	15.3
	5 パンフレット・チラシ	201	11.1	15	8.9	10	4.8	68	9.9	108	14.4	29	7.8	20	7.5	52	12.8	100	13.1
	6 インターネット(ブログなど含む)	355	19.6	61	36.1	92	44.4	171	25.0	31	4.1	68	18.3	49	18.3	90	22.2	148	19.3
	7 講演会や健康講座	66	3.6	4	2.4	2	1.0	22	3.2	38	5.1	17	4.6	9	3.4	16	4.0	24	3.1
	8 保健所・保健センター	46	2.5	1	0.6	5	2.4	12	1.8	28	3.7	9	2.4	7	2.6	14	3.5	16	2.1
	9 医療機関	402	22.2	11	6.5	18	8.7	143	20.9	230	30.7	80	21.6	55	20.5	96	23.7	171	22.4
	10 薬局	87	4.8	5	3.0	38	18.4	44	6.4	87	11.6	19	5.1	10	3.7	22	5.4	36	4.7
	11 家族	373	20.6	41	24.3	53	25.6	145	21.2	134	17.9	90	24.3	49	18.3	71	17.5	163	21.3
	12 友人・知人	435	24.0	33	19.5	47	22.7	169	24.7	186	24.8	95	25.6	64	23.9	103	25.4	173	22.6
	13 その他	22	1.2	9	5.3	4	1.9	4	0.6	5	0.7	4	1.1	2	0.7	4	1.0	12	1.6
	14 特にない	178	9.8	26	15.4	26	12.6	58	8.5	68	9.1	35	9.4	27	10.1	30	7.4	86	11.2
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

問27		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 テレビ	6	66.7	40	59.7	63	62.4	107	75.9	75	73.5	131	74.0	120	72.7	44	74.6
	2 ラジオ	0	0.0	3	4.5	3	3.0	16	11.3	7	6.9	21	11.9	19	11.5	6	10.2
	3 新聞・雑誌	4	44.4	14	20.9	11	10.9	41	29.1	45	44.1	70	39.5	77	46.7	25	42.4
	4 本	3	33.3	6	9.0	6	5.9	11	7.8	11	10.8	19	10.7	15	9.1	8	13.6
	5 パンフレット・チラシ	0	0.0	7	10.4	2	2.0	9	6.4	10	9.8	16	9.0	19	11.5	7	11.9
	6 インターネット(ブログなど含む)	4	44.4	23	34.3	38	37.6	40	28.4	25	24.5	22	12.4	10	6.1	2	3.4
	7 講演会や健康講座	0	0.0	2	3.0	1	1.0	5	3.5	1	1.0	6	3.4	7	4.2	4	6.8
	8 保健所・保健センター	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	2.8	0	0.0	3	1.7	5	3.0	1	1.7
	9 医療機関	0	0.0	3	4.5	7	6.9	28	19.9	29	28.4	59	33.3	58	35.2	15	25.4
	10 薬局	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	5.0	8	7.8	8	4.5	12	7.3	3	5.1
	11 家族	3	33.3	13	19.4	24	23.8	32	22.7	24	23.5	33	18.6	40	24.2	10	16.9
	12 友人・知人	4	44.4	9	13.4	14	13.9	21	14.9	13	12.7	26	14.7	17	10.3	5	8.5
	13 その他	2	22.2	5	7.5	3	3.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	2	1.2	1	1.7
	14 特にない	1	11.1	14	20.9	22	21.8	19	13.5	15	14.7	23	13.0	24	14.5	8	13.6
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 テレビ	12	63.2	59	79.7	88	83.0	138	89.6	122	92.4	202	87.4	163	88.1	69	78.4
	2 ラジオ	0	0.0	2	2.7	2	1.9	3	1.9	6	4.5	26	11.3	27	14.6	7	8.0
	3 新聞・雑誌	4	21.1	17	23.0	34	32.1	51	33.1	69	52.3	136	58.9	100	54.1	37	42.0
	4 本	1	5.3	18	24.3	20	18.9	33	21.4	26	19.7	56	24.2	40	21.6	11	12.5
	5 パンフレット・チラシ	1	5.3	7	9.5	8	7.5	14	9.1	13	9.8	44	19.0	33	17.8	11	12.5
	6 インターネット(ブログなど含む)	4	21.1	30	40.5	54	50.9	58	37.7	29	22.0	12	5.2	4	2.2	0	0.0
	7 講演会や健康講座	0	0.0	2	2.7	1	0.9	2	1.3	7	5.3	14	6.1	12	6.5	2	2.3
	8 保健所・保健センター	0	0.0	1	1.4	5	4.7	2	1.3	1	0.8	13	5.6	10	5.4	1	1.1
	9 医療機関	0	0.0	8	10.8	11	10.4	27	17.5	25	18.9	60	26.0	46	24.9	26	29.5
	10 薬局	0	0.0	0	0.0	5	4.7	6	3.9	7	5.3	18	7.8	8	4.3	5	5.7
	11 家族	3	15.8	22	29.7	29	27.4	28	18.2	26	19.7	35	15.2	32	17.3	19	21.6
	12 友人・知人	1	5.3	19	25.7	33	31.1	46	29.9	40	30.3	98	42.4	73	39.5	16	18.2
	13 その他	1	5.3	1	1.4	1	0.9	1	0.6	1	0.8	2	0.9	1	0.5	0	0.0
	14 特にない	5	26.3	6	8.1	4	3.8	7	4.5	4	3.0	10	4.3	9	4.9	7	8.0
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 テレビ	18	64.3	99	70.2	151	72.9	245	83.1	197	66.8	333	81.6	283	80.9	113	76.9
	2 ラジオ	0	0.0	5	3.5	5	2.4	19	6.4	13	4.4	47	11.5	46	13.1	13	8.8
	3 新聞・雑誌	8	28.6	31	22.0	45	21.7	92	31.2	114	38.6	206	50.5	177	50.6	62	42.2
	4 本	4	14.3	24	17.0	26	12.6	44	14.9	37	12.5	75	18.4	55	15.7	19	12.9
	5 パンフレット・チラシ	1	3.6	14	9.9	10	4.8	23	7.8	23	7.8	60	14.7	52	14.9	18	12.2
	6 インターネット(ブログなど含む)	8	28.6	53	37.6	92	44.4	98	33.2	54	18.3	34	8.3	14	4.0	2	1.4
	7 講演会や健康講座	0	0.0	4	2.8	2	1.0	7	2.4	8	2.7	20	4.9	19	5.4	6	4.1
	8 保健所・保健センター	0	0.0	1	0.7	5	2.4	6	2.0	1	0.3	16	3.9	15	4.3	2	1.4
	9 医療機関	0	0.0	11	7.8	18	8.7	55	18.6	54	18.3	119	29.2	104	29.7	41	27.9
	10 薬局	0	0.0	0	0.0	5	2.4	13	4.4	15	5.1	26	6.4	20	5.7	8	5.4
	11 家族	6	21.4	35	24.8	53	25.6	60	20.3	50	16.9	68	16.7	72	20.6	29	19.7
	12 友人・知人	5	17.9	28	19.9	47	22.7	67	22.7	53	18.0	124	30.4	90	25.7	21	14.3
	13 その他	3	10.7	6	4.3	4	1.9	1	0.3	1	0.3	3	0.7	3	0.9	1	0.7
	14 特にない	6	21.4	20	14.2	26	12.6	26	8.8	19	6.4	33	8.1	33	9.4	15	10.2
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	295	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

各区分男性・女性・総数の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第4 1表◆ 独居世帯の割合

問28		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 はい	104	12.7	15	20.0	5	5.0	29	9.4	55	16.6	17	10.1	28	23.0	24	13.6	35	10.0
	2 いいえ	714	87.3	60	80.0	96	95.0	281	90.6	277	83.4	151	89.9	94	77.0	153	86.4	316	90.0
総計		818	100.0	75	100.0	101	100.0	310	100.0	332	100.0	168	100.0	122	100.0	177	100.0	351	100.0
女性	1 はい	140	14.2	4	4.3	4	3.8	28	7.5	104	25.1	25	12.5	29	19.9	41	18.0	45	10.9
	2 いいえ	847	85.8	89	95.7	102	96.2	345	92.5	311	74.9	175	87.5	117	80.1	187	82.0	368	89.1
総計		987	100.0	93	100.0	106	100.0	373	100.0	415	100.0	200	100.0	146	100.0	228	100.0	413	100.0
総数	1 はい	244	13.5	19	11.3	9	4.3	57	8.3	159	21.3	42	11.4	57	21.3	65	16.0	80	10.5
	2 いいえ	1561	86.5	149	88.7	198	95.7	626	91.7	588	78.7	326	88.6	211	78.7	340	84.0	684	89.5
総計		1805	100.0	168	100.0	207	100.0	683	100.0	747	100.0	368	100.0	268	100.0	405	100.0	764	100.0

問28		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 はい	2	22.2	13	19.7	5	5.0	7	5.0	14	13.7	30	16.9	25	15.3	8	13.6
	2 いいえ	7	77.8	53	80.3	96	95.0	134	95.0	88	86.3	147	83.1	138	84.7	51	86.4
総計		9	100.0	66	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	163	100.0	59	100.0
女性	1 はい	1	5.3	3	4.1	4	3.8	8	5.2	8	6.1	38	16.5	45	24.3	33	37.5
	2 いいえ	18	94.7	71	95.9	102	96.2	146	94.8	123	93.9	192	83.5	140	75.7	55	62.5
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	131	100.0	230	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 はい	3	10.7	16	11.4	9	4.3	15	5.1	22	9.4	68	16.7	70	20.1	41	27.9
	2 いいえ	25	89.3	124	88.6	198	95.7	280	94.9	211	90.6	339	83.3	278	79.9	106	72.1
総計		28	100.0	140	100.0	207	100.0	295	100.0	233	100.0	407	100.0	348	100.0	147	100.0

◆第42表◆ 同居者との朝食共食頻度（問28で2と回答した者）

問28-2		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日	325	45.3	16	26.2	22	22.9	98	34.9	189	67.5	79	51.6	41	43.6	72	47.1	133	41.8
	2 週4～5日	30	4.2	5	8.2	7	7.3	12	4.3	6	2.1	2	1.3	3	3.2	11	7.2	14	4.4
	3 週2～3日	58	8.1	5	8.2	10	10.4	29	10.3	14	5.0	13	8.5	8	8.5	14	9.2	23	7.2
	4 週1日程度	70	9.7	4	6.6	16	16.7	39	13.9	11	3.9	14	9.2	7	7.4	12	7.8	37	11.6
	5 ほとんどない	235	32.7	31	50.8	41	42.7	103	36.7	60	21.4	45	29.4	35	37.2	44	28.8	111	34.9
総計		718	100.0	61	100.0	96	100.0	281	100.0	280	100.0	153	100.0	94	100.0	153	100.0	318	100.0
女性	1 ほとんど毎日	419	49.4	20	22.5	51	50.0	133	38.6	215	68.7	95	54.0	65	55.6	88	47.1	171	46.3
	2 週4～5日	45	5.3	5	5.6	4	3.9	23	6.7	13	4.2	5	2.8	4	3.4	11	5.9	25	6.8
	3 週2～3日	89	10.5	10	11.2	10	9.8	56	16.2	13	4.2	24	13.6	8	6.8	21	11.2	36	9.8
	4 週1日程度	62	7.3	6	6.7	10	9.8	38	11.0	8	2.6	10	5.7	10	8.5	13	7.0	29	7.9
	5 ほとんどない	234	27.6	48	53.9	27	26.5	95	27.5	64	20.4	42	23.9	30	25.6	54	28.9	108	29.3
総計		849	100.0	89	100.0	102	100.0	345	100.0	313	100.0	176	100.0	117	100.0	187	100.0	369	100.0
総数	1 ほとんど毎日	744	47.5	36	24.0	73	36.9	231	36.9	404	68.1	174	52.9	106	50.2	160	47.1	304	44.3
	2 週4～5日	75	4.8	10	6.7	11	5.6	35	5.6	19	3.2	7	2.1	7	3.3	22	6.5	39	5.7
	3 週2～3日	147	9.4	15	10.0	20	10.1	85	13.6	27	4.6	37	11.2	16	7.6	35	10.3	59	8.6
	4 週1日程度	132	8.4	10	6.7	26	13.1	77	12.3	19	3.2	24	7.3	17	8.1	25	7.4	66	9.6
	5 ほとんどない	469	29.9	79	52.7	68	34.3	198	31.6	124	20.9	87	26.4	65	30.8	98	28.8	219	31.9
総計		1567	100.0	150	100.0	198	100.0	626	100.0	593	100.0	329	100.0	211	100.0	340	100.0	687	100.0

問28-2		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日	4	57.1	12	22.2	22	22.9	37	27.6	32	36.4	83	56.5	99	70.2	36	70.6
	2 週4～5日	0	0.0	5	9.3	7	7.3	5	3.7	4	4.5	5	3.4	3	2.1	1	2.0
	3 週2～3日	1	14.3	4	7.4	10	10.4	12	9.0	11	12.5	13	8.8	5	3.5	2	3.9
	4 週1日程度	1	14.3	3	5.6	16	16.7	20	14.9	9	10.2	14	9.5	6	4.3	1	2.0
	5 ほとんどない	1	14.3	30	55.6	41	42.7	60	44.8	32	36.4	32	21.8	28	19.9	11	21.6
総計		7	100.0	54	100.0	96	100.0	134	100.0	88	100.0	147	100.0	141	100.0	51	100.0
女性	1 ほとんど毎日	3	16.7	17	23.9	51	50.0	49	33.6	42	34.1	113	58.9	107	75.4	37	67.3
	2 週4～5日	0	0.0	5	7.0	4	3.9	8	5.5	11	8.9	11	5.7	3	2.1	3	5.5
	3 週2～3日	2	11.1	8	11.3	10	9.8	26	17.8	19	15.4	20	10.4	3	2.1	1	1.8
	4 週1日程度	2	11.1	4	5.6	10	9.8	17	11.6	14	11.4	12	6.3	3	2.1	0	0.0
	5 ほとんどない	11	61.1	37	52.1	27	26.5	46	31.5	37	30.1	36	18.8	26	18.3	14	25.5
総計		18	100.0	71	100.0	102	100.0	146	100.0	123	100.0	192	100.0	142	100.0	55	100.0
総数	1 ほとんど毎日	7	28.0	29	23.2	73	36.9	86	30.7	74	35.1	196	57.8	206	72.8	73	68.9
	2 週4～5日	0	0.0	10	8.0	11	5.6	13	4.6	15	7.1	16	4.7	6	2.1	4	3.8
	3 週2～3日	3	12.0	12	9.6	20	10.1	38	13.6	30	14.2	33	9.7	8	2.8	3	2.8
	4 週1日程度	3	12.0	7	5.6	26	13.1	37	13.2	23	10.9	26	7.7	9	3.2	1	0.9
	5 ほとんどない	12	48.0	67	53.6	68	34.3	106	37.9	69	32.7	68	20.1	54	19.1	25	23.6
総計		25	100.0	125	100.0	198	100.0	280	100.0	211	100.0	339	100.0	283	100.0	106	100.0

◆第43表◆ 同居者との夕食共食頻度（問28で2と回答した者）

問28-3		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日	428	60.6	22	36.7	42	44.2	139	50.5	225	81.5	92	60.5	61	66.3	89	58.6	186	60.0
	2 週4～5日	70	9.9	5	8.3	12	12.6	34	12.4	19	6.9	17	11.2	9	9.8	17	11.2	27	8.7
	3 週2～3日	100	14.2	13	21.7	22	23.2	56	20.4	9	3.3	20	13.2	11	12.0	20	13.2	49	15.8
	4 週1日程度	49	6.9	11	18.3	13	13.7	19	6.9	6	2.2	14	9.2	7	7.6	9	5.9	19	6.1
	5 ほとんどない	59	8.4	9	15.0	6	6.3	27	9.8	17	6.2	9	5.9	4	4.3	17	11.2	29	9.4
総計		706	100.0	60	100.0	95	100.0	275	100.0	276	100.0	152	100.0	92	100.0	152	100.0	310	100.0
女性	1 ほとんど毎日	591	70.5	47	53.4	64	64.6	240	70.2	240	77.7	121	69.1	75	66.4	130	69.5	265	73.0
	2 週4～5日	70	8.4	9	10.2	9	9.1	34	9.9	18	5.8	15	8.6	13	11.5	15	8.0	27	7.4
	3 週2～3日	86	10.3	17	19.3	17	17.2	39	11.4	13	4.2	21	12.0	13	11.5	22	11.8	30	8.3
	4 週1日程度	39	4.7	5	5.7	5	5.1	14	4.1	15	4.9	8	4.6	5	4.4	6	3.2	20	5.5
	5 ほとんどない	52	6.2	10	11.4	4	4.0	15	4.4	23	7.4	10	5.7	7	6.2	14	7.5	21	5.8
総計		838	100.0	88	100.0	99	100.0	342	100.0	309	100.0	175	100.0	113	100.0	187	100.0	363	100.0
総数	1 ほとんど毎日	1019	66.0	69	46.6	106	54.6	379	61.4	465	79.5	213	65.1	136	66.3	219	64.6	451	67.0
	2 週4～5日	140	9.1	14	9.5	21	10.8	68	11.0	37	6.3	32	9.8	22	10.7	32	9.4	54	8.0
	3 週2～3日	186	12.0	30	20.3	39	20.1	95	15.4	22	3.8	41	12.5	24	11.7	42	12.4	79	11.7
	4 週1日程度	88	5.7	16	10.8	18	9.3	33	5.3	21	3.6	22	6.7	12	5.9	15	4.4	39	5.8
	5 ほとんどない	111	7.2	19	12.8	10	5.2	42	6.8	40	6.8	19	5.8	11	5.4	31	9.1	50	7.4
総計		1544	100.0	148	100.0	194	100.0	617	100.0	585	100.0	327	100.0	205	100.0	339	100.0	673	100.0

問28-3		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 ほとんど毎日	5	71.4	17	32.1	42	44.2	63	47.7	39	45.3	109	76.2	112	80.6	41	80.4
	2 週4～5日	1	14.3	4	7.5	12	12.6	16	12.1	11	12.8	15	10.5	9	6.5	2	3.9
	3 週2～3日	1	14.3	12	22.6	22	23.2	28	21.2	22	25.6	7	4.9	5	3.6	3	5.9
	4 週1日程度	0	0.0	11	20.8	13	13.7	12	9.1	5	5.8	3	2.1	3	2.2	2	3.9
	5 ほとんどない	0	0.0	9	17.0	6	6.3	13	9.8	9	10.5	9	6.3	10	7.2	3	5.9
総計		7	100.0	53	100.0	95	100.0	132	100.0	86	100.0	143	100.0	139	100.0	51	100.0
女性	1 ほとんど毎日	7	41.2	40	56.3	64	64.6	99	68.3	84	68.9	144	76.6	114	80.3	39	72.2
	2 週4～5日	1	5.9	8	11.3	9	9.1	15	10.3	10	8.2	16	8.5	10	7.0	1	1.9
	3 週2～3日	3	17.6	14	19.7	17	17.2	20	13.8	14	11.5	12	6.4	5	3.5	1	1.9
	4 週1日程度	2	11.8	3	4.2	5	5.1	4	2.8	8	6.6	6	3.2	7	4.9	4	7.4
	5 ほとんどない	4	23.5	6	8.5	4	4.0	7	4.8	6	4.9	10	5.3	6	4.2	9	16.7
総計		17	100.0	71	100.0	99	100.0	145	100.0	122	100.0	188	100.0	142	100.0	54	100.0
総数	1 ほとんど毎日	12	50.0	57	46.0	106	54.6	162	58.5	123	59.1	253	76.4	226	80.4	80	76.2
	2 週4～5日	2	8.3	12	9.7	21	10.8	31	11.2	21	10.1	31	9.4	19	6.8	3	2.9
	3 週2～3日	4	16.7	26	21.0	39	20.1	48	17.3	36	17.3	19	5.7	10	3.6	4	3.8
	4 週1日程度	2	8.3	14	11.3	18	9.3	16	5.8	13	6.3	9	2.7	10	3.6	6	5.7
	5 ほとんどない	4	16.7	15	12.1	10	5.2	20	7.2	15	7.2	19	5.7	16	5.7	12	11.4
総計		24	100.0	124	100.0	194	100.0	277	100.0	208	100.0	331	100.0	281	100.0	105	100.0

◆第44表◆ 医療保険の状況

医療保険の種類		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	465	56.8	35	46.7	36	36.0	116	37.4	278	83.2	105	62.1	69	56.6	95	54.0	196	55.7
	2 協会けんぽ	89	10.9	11	14.7	20	20.0	42	13.5	16	4.8	11	6.5	11	9.0	23	13.1	44	12.5
	3 組合健保・共済組合	227	27.7	26	34.7	37	37.0	139	44.8	25	7.5	46	27.2	27	22.1	54	30.7	100	28.4
	4 その他	38	4.6	3	4.0	7	7.0	13	4.2	15	4.5	7	4.1	15	12.3	4	2.3	12	3.4
総計		819	100.0	75	100.0	100	100.0	310	100.0	334	100.0	169	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	559	57.0	36	38.7	26	24.8	130	35.3	367	88.6	115	58.4	90	61.6	127	55.9	227	55.4
	2 協会けんぽ	101	10.3	9	9.7	20	19.0	60	16.3	12	2.9	16	8.1	14	9.6	28	12.3	43	10.5
	3 組合健保・共済組合	278	28.4	42	45.2	55	52.4	158	42.9	23	5.6	59	29.9	32	21.9	58	25.6	129	31.5
	4 その他	42	4.3	6	6.5	4	3.8	20	5.4	12	2.9	7	3.6	10	6.8	14	6.2	11	2.7
総計		980	100.0	93	100.0	105	100.0	368	100.0	414	100.0	197	100.0	146	100.0	227	100.0	410	100.0
総数	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	1024	56.9	71	42.3	62	30.2	246	36.3	645	86.2	220	60.1	159	59.3	222	55.1	423	55.5
	2 協会けんぽ	190	10.6	20	11.9	40	19.5	102	15.0	28	3.7	27	7.4	25	9.3	51	12.7	87	11.4
	3 組合健保・共済組合	505	28.1	68	40.5	92	44.9	297	43.8	48	6.4	105	28.7	59	22.0	112	27.8	229	30.1
	4 その他	80	4.4	9	5.4	11	5.4	33	4.9	27	3.6	14	3.8	25	9.3	18	4.5	23	3.0
総計		1799	100.0	168	100.0	205	100.0	678	100.0	748	100.0	366	100.0	268	100.0	403	100.0	762	100.0

医療保険の種類		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	3	33.3	32	48.5	36	36.0	51	36.2	29	28.4	111	62.7	145	87.9	58	98.3
	2 協会けんぽ	2	22.2	9	13.6	20	20.0	18	12.8	16	15.7	19	10.7	5	3.0	0	0.0
	3 組合健保・共済組合	4	44.4	22	33.3	37	37.0	70	49.6	48	47.1	38	21.5	8	4.8	0	0.0
	4 その他	0	0.0	3	4.5	7	7.0	2	1.4	9	8.8	9	5.1	7	4.2	1	1.7
総計		9	100.0	66	100.0	100	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	3	15.8	33	44.6	26	24.8	40	26.7	33	25.4	168	73.0	170	92.4	86	97.7
	2 協会けんぽ	2	10.5	7	9.5	20	19.0	28	18.7	23	17.7	16	7.0	5	2.7	0	0.0
	3 組合健保・共済組合	12	63.2	30	40.5	55	52.4	72	48.0	66	50.8	40	17.4	3	1.6	0	0.0
	4 その他	2	10.5	4	5.4	4	3.8	10	6.7	8	6.2	6	2.6	6	3.3	2	2.3
総計		19	100.0	74	100.0	105	100.0	150	100.0	130	100.0	230	100.0	184	100.0	88	100.0
総数	1 国保(国民健康保険・後期高齢者医療)	6	21.4	65	46.4	62	30.2	91	31.3	62	26.7	279	68.6	315	90.3	144	98.0
	2 協会けんぽ	4	14.3	16	11.4	40	19.5	46	15.8	39	16.8	35	8.6	10	2.9	0	0.0
	3 組合健保・共済組合	16	57.1	52	37.1	92	44.9	142	48.8	114	49.1	78	19.2	11	3.2	0	0.0
	4 その他	2	7.1	7	5.0	11	5.4	12	4.1	17	7.3	15	3.7	13	3.7	3	2.0
総計		28	100.0	140	100.0	205	100.0	291	100.0	232	100.0	407	100.0	349	100.0	147	100.0

◆第45表◆ 対象特性の状況

対象特性		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 幼児や児童・生徒の保護者	130	15.8	3	3.9	42	41.6	85	27.4	0	0.0	19	11.2	21	17.2	36	20.5	54	15.3
	2 高校・大学・専門学校など学生	32	3.9	31	40.8	0	0.0	1	0.3	0	0.0	4	2.4	2	1.6	6	3.4	20	5.7
	3 食育・健康関連ボランティア	2	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.6	1	0.6	0	0.0	1	0.6	0	0.0
	4 農林漁業、食品関連事業者	14	1.7	1	1.3	3	3.0	3	1.0	7	2.1	1	0.6	3	2.5	2	1.1	8	2.3
	5 教育・保育・保健など関係者	14	1.7	0	0.0	4	4.0	8	2.6	2	0.6	1	0.6	4	3.3	2	1.1	7	2.0
	6 1～5以外	633	77.1	40	52.6	56	55.4	222	71.6	315	94.3	140	82.4	96	78.7	130	73.9	267	75.9
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	170	100.0	122	100.0	176	100.0	352	100.0
女性	1 幼児や児童・生徒の保護者	158	16.0	7	7.5	52	49.1	98	26.1	1	0.2	30	14.9	28	19.2	40	17.5	60	14.5
	2 高校・大学・専門学校など学生	29	2.9	29	31.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	7	3.5	2	1.4	5	2.2	15	3.6
	3 食育・健康関連ボランティア	4	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	1.0	0	0.0	1	0.7	1	0.4	2	0.5
	4 農林漁業、食品関連事業者	7	0.7	1	1.1	2	1.9	3	0.8	1	0.2	0	0.0	2	1.4	0	0.0	5	1.2
	5 教育・保育・保健など関係者	34	3.4	8	8.6	5	4.7	18	4.8	3	0.7	10	5.0	4	2.7	6	2.6	14	3.4
	6 1～5以外	757	76.5	49	52.7	49	46.2	260	69.3	399	96.1	149	74.1	110	75.3	176	76.9	322	78.0
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	201	100.0	146	100.0	229	100.0	413	100.0
総数	1 幼児や児童・生徒の保護者	288	15.9	10	5.9	94	45.4	183	26.7	1	0.1	49	13.2	49	18.3	76	18.8	114	14.9
	2 高校・大学・専門学校など学生	61	3.4	60	35.5	0	0.0	1	0.1	0	0.0	11	3.0	4	1.5	11	2.7	35	4.6
	3 食育・健康関連ボランティア	6	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	6	0.8	1	0.3	1	0.4	2	0.5	2	0.3
	4 農林漁業、食品関連事業者	21	1.2	2	1.2	5	2.4	6	0.9	8	1.1	1	0.3	5	1.9	2	0.5	13	1.7
	5 教育・保育・保健など関係者	48	2.7	8	4.7	9	4.3	26	3.8	5	0.7	11	3.0	8	3.0	8	2.0	21	2.7
	6 1～5以外	1390	76.8	89	52.7	105	50.7	482	70.4	714	95.3	289	77.9	206	76.9	306	75.6	589	77.0
総計		1810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	405	100.0	765	100.0

対象特性		10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 幼児や児童・生徒の保護者	0	0.0	3	4.5	42	41.6	62	44.0	21	20.6	2	1.1	0	0.0	0	0.0
	2 高校・大学・専門学校など学生	7	77.8	24	35.8	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 食育・健康関連ボランティア	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.6	1	1.7
	4 農林漁業、食品関連事業者	0	0.0	1	1.5	3	3.0	2	1.4	0	0.0	6	3.4	2	1.2	0	0.0
	5 教育・保育・保健など関係者	0	0.0	0	0.0	4	4.0	3	2.1	3	2.9	3	1.7	1	0.6	0	0.0
	6 1～5以外	2	22.2	38	56.7	56	55.4	79	56.0	81	79.4	163	92.1	159	96.4	55	93.2
総計		9	100.0	67	100.0	101	100.0	141	100.0	102	100.0	177	100.0	165	100.0	59	100.0
女性	1 幼児や児童・生徒の保護者	0	0.0	7	9.5	52	49.1	84	54.5	13	9.8	1	0.4	0	0.0	1	1.1
	2 高校・大学・専門学校など学生	15	78.9	14	18.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 食育・健康関連ボランティア	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	1.6	1	1.1
	4 農林漁業、食品関連事業者	1	5.3	0	0.0	2	1.9	2	1.3	0	0.0	2	0.9	0	0.0	0	0.0
	5 教育・保育・保健など関係者	0	0.0	8	10.8	5	4.7	8	5.2	10	7.6	1	0.4	1	0.5	1	1.1
	6 1～5以外	3	15.8	46	62.2	49	46.2	68	44.2	108	81.8	222	96.1	177	95.7	84	95.5
総計		19	100.0	74	100.0	106	100.0	154	100.0	132	100.0	231	100.0	185	100.0	88	100.0
総数	1 幼児や児童・生徒の保護者	0	0.0	10	7.1	94	45.4	146	49.5	34	14.5	3	0.7	0	0.0	1	0.7
	2 高校・大学・専門学校など学生	22	78.6	38	27.0	0	0.0	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 食育・健康関連ボランティア	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	4	1.1	2	1.4
	4 農林漁業、食品関連事業者	1	3.6	1	0.7	5	2.4	4	1.4	0	0.0	8	2.0	2	0.6	0	0.0
	5 教育・保育・保健など関係者	0	0.0	8	5.7	9	4.3	11	3.7	13	5.6	4	1.0	2	0.6	1	0.7
	6 1～5以外	5	17.9	84	59.6	105	50.7	147	49.8	189	80.8	385	94.4	336	96.0	139	94.6
総計		28	100.0	141	100.0	207	100.0	295	100.0	234	100.0	408	100.0	350	100.0	147	100.0

◆第46表◆ 同居者の人数（本人含む）

同居平均人数	総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
男性	2.9	1.4	3.4	1.5	3.4	1.4	3.2	1.4	2.4	1.1	2.7	0.9	2.5	1.1	2.7	1.1	2.9	1.0
女性	2.9	1.4	3.9	1.5	3.5	1.1	3.2	1.4	2.3	1.2	2.6	1.0	2.6	1.1	2.6	1.1	2.9	1.0
総計	2.9	1.4	3.6	1.5	3.5	1.2	3.2	1.4	2.3	1.1	2.6	1.0	2.6	1.1	2.6	1.1	2.9	1.0

同居平均人数	10歳代		20歳代		30歳代		40歳代		50歳代		60歳代		70歳代		80歳以上	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
男性	3.7	1.3	3.4	1.5	3.4	1.4	3.6	1.4	3.1	1.5	2.5	1.1	2.3	1.0	2.4	1.1
女性	4.2	1.3	3.7	1.5	3.5	1.1	3.7	1.4	3.0	1.1	2.4	1.1	2.3	1.2	2.0	1.2
総計	4.0	1.3	3.6	1.5	3.4	1.2	3.7	1.4	3.1	1.3	2.4	1.1	2.3	1.1	2.1	1.2

◆第47表◆ 栄養素等摂取量

栄養素等摂取量		総計			18～29歳			30～39歳			40～64歳			65歳以上		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	エネルギー(kcal)	1995.1	638.9	1926.6	2005.9	643.8	2004.3	1981.2	641.4	1884.6	1977.8	625.8	1928.9	2012.9	651.3	1922.2
	たんぱく質(g)	74.8	31.4	69.3	75.5	29.2	72.8	70.5	28.4	67.4	70.0	27.9	65.2	80.4	34.9	75.6
	動物性たんぱく質(g)	44.8	24.7	39.7	44.0	21.3	42.8	41.7	21.6	38.7	41.0	21.6	37.6	49.4	28.1	41.9
	脂質(g)	55.6	22.5	52.9	59.6	20.9	57.7	55.9	20.1	52.7	53.8	22.5	51.0	56.2	23.4	53.5
	動物性脂質(g)	26.8	13.2	24.9	28.3	12.0	26.0	27.2	12.5	25.3	25.2	12.9	23.8	27.7	13.9	25.2
	飽和脂肪酸(g)	14.3	6.4	13.4	15.8	6.0	14.8	14.5	5.9	13.9	13.6	6.4	13.0	14.5	6.5	13.3
	炭水化物(g)	257.6	95.1	244.3	273.6	96.9	269.2	262.4	108.2	246.0	252.7	94.1	240.7	257.1	91.3	242.9
	総食物繊維(g)	11.6	5.5	10.6	11.3	5.3	10.2	10.3	4.8	9.0	10.7	4.9	9.8	13.0	5.9	12.1
	レチノール当量(μgRE)	739.3	686.6	600.4	843.1	956.0	552.1	622.6	439.8	500.5	647.2	417.2	554.8	836.5	843.5	698.9
	ビタミンB1(mg)	0.8	0.3	0.7	0.8	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.8	0.4	0.8
	ビタミンB2(mg)	1.3	0.6	1.3	1.3	0.6	1.2	1.2	0.5	1.1	1.2	0.5	1.1	1.4	0.6	1.4
	葉酸(μg)	337.5	168.2	306.0	318.3	174.8	254.5	279.2	130.1	240.1	315.4	145.9	294.4	380.0	185.8	351.9
	ビタミンC(mg)	115.1	72.0	99.4	93.0	58.3	76.8	87.1	54.7	74.7	100.8	60.1	89.6	141.8	80.6	129.6
	ナトリウム(mg)	4706.4	1661.1	4444.0	4607.8	1614.1	4316.4	4448.7	1438.5	4171.6	4497.7	1442.7	4337.0	5000.4	1872.3	4703.0
	カリウム(mg)	2529.5	1121.0	2367.1	2322.7	1058.5	2143.3	2242.1	938.6	2074.5	2380.8	1026.6	2235.5	2801.5	1212.5	2576.1
	カルシウム(mg)	533.5	290.8	477.2	501.9	255.4	485.5	443.2	228.3	398.6	480.9	257.4	438.9	616.8	322.7	568.4
	マグネシウム(mg)	261.1	106.5	244.4	241.2	98.0	221.8	233.7	91.2	227.3	249.9	96.4	235.7	284.2	117.0	269.9
	リン(mg)	1111.4	484.8	1016.7	1073.6	417.9	1027.7	1015.7	413.1	971.2	1039.0	428.5	962.4	1216.1	546.7	1132.1
	鉄(mg)	7.8	3.5	7.2	7.9	3.5	7.3	7.0	3.1	6.4	7.3	3.1	6.8	8.6	3.8	8.1
	食塩相当量(g)	11.9	4.2	11.3	11.7	4.1	10.9	11.2	3.6	10.5	11.4	3.7	11.0	12.6	4.7	11.8
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.1	1.4	6.1	6.0	1.2	6.0	6.0	1.3	6.2	6.0	1.5	5.9	6.3	1.4	6.2
	アルコール(g)	19.2	27.1	5.0	5.4	11.6	0.0	15.7	26.8	3.0	24.3	29.8	14.8	18.7	25.8	7.1
	アルコール1000kcalあたり(g)	8.0	12.2	1.3	2.5	5.9	0.0	7.0	12.3	1.0	10.6	14.3	3.8	7.2	10.4	1.4
女性	エネルギー(kcal)	1591.9	539.5	1532.8	1559.7	671.4	1426.4	1557.8	499.0	1531.9	1577.7	518.4	1517.8	1620.6	535.7	1567.8
	たんぱく質(g)	64.9	27.3	60.1	58.1	28.6	53.9	57.7	20.0	55.0	62.0	24.3	59.4	70.8	29.9	66.6
	動物性たんぱく質(g)	39.3	20.9	35.2	34.4	19.8	29.0	33.3	13.8	31.9	36.8	18.0	34.6	44.2	23.9	39.0
	脂質(g)	48.8	19.9	45.9	50.1	25.4	45.8	49.9	19.1	49.1	48.1	18.6	45.3	48.8	19.9	45.9
	動物性脂質(g)	23.5	11.8	21.4	23.5	13.5	19.5	22.9	10.0	21.0	22.6	11.0	21.3	24.4	12.4	22.4
	飽和脂肪酸(g)	13.1	5.9	12.2	13.6	7.4	12.5	13.9	6.0	12.8	13.0	5.6	12.1	12.9	5.7	12.1
	炭水化物(g)	211.0	75.0	204.9	209.3	88.9	198.1	204.3	69.3	209.3	207.2	75.4	198.1	216.5	72.5	208.9
	総食物繊維(g)	11.2	5.3	10.3	9.2	5.5	8.5	9.6	4.0	9.0	10.6	4.8	10.0	12.7	5.5	12.0
	レチノール当量(μgRE)	676.9	587.5	553.4	537.7	347.1	437.9	540.4	279.7	470.4	616.4	370.4	536.2	797.6	791.3	647.2
	ビタミンB1(mg)	0.7	0.3	0.7	0.7	0.4	0.6	0.6	0.2	0.6	0.7	0.3	0.7	0.8	0.3	0.8
	ビタミンB2(mg)	1.2	0.5	1.1	1.0	0.5	0.9	1.1	0.4	1.0	1.2	0.5	1.1	1.3	0.5	1.3
	葉酸(μg)	324.0	156.5	294.9	254.2	148.0	225.3	261.4	111.7	244.6	304.1	137.7	278.0	373.7	168.5	345.7
	ビタミンC(mg)	125.8	70.7	112.8	91.0	65.4	75.8	91.9	48.9	82.9	111.7	60.9	100.8	155.1	73.7	142.9
	ナトリウム(mg)	3841.8	1386.2	3639.0	3491.3	1392.3	3272.1	3426.4	1010.7	3296.6	3647.7	1202.7	3527.6	4201.9	1534.1	4042.4
	カリウム(mg)	2419.5	1067.5	2276.1	1949.1	1161.2	1712.8	2023.9	787.0	1971.0	2313.4	964.6	2141.9	2721.7	1109.4	2556.4
	カルシウム(mg)	520.7	259.6	472.5	407.2	254.5	339.4	421.3	183.9	416.9	490.5	227.4	445.5	598.8	280.6	567.6
	マグネシウム(mg)	231.4	97.4	213.5	186.6	99.3	167.5	196.0	72.5	188.1	223.5	87.9	208.0	257.6	103.0	241.2
	リン(mg)	982.8	424.6	904.9	838.1	412.1	753.8	851.7	299.7	792.5	936.5	370.7	885.9	1090.6	472.0	1005.4
	鉄(mg)	7.2	3.1	6.6	6.2	3.2	5.6	6.1	2.3	5.9	6.8	2.8	6.4	7.9	3.3	7.4
	食塩相当量(g)	9.7	3.5	9.2	8.8	3.5	8.3	8.7	2.6	8.4	9.2	3.0	8.9	10.6	3.9	10.2
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.2	1.3	6.0	5.9	1.2	5.8	5.7	1.2	5.7	5.9	1.2	5.8	6.6	1.4	6.5
	アルコール(g)	4.7	12.8	0.0	2.5	9.6	0.0	5.8	12.9	0.0	7.2	16.8	0.0	2.7	7.8	0.0
	アルコール1000kcalあたり(g)	4.2	9.5	0.0	1.9	4.8	0.0	3.7	8.6	0.1	6.2	11.9	0.1	3.0	7.4	0.0
総数	エネルギー(kcal)	1774.8	619.9	1689.5	1760.4	693.9	1653.7	1764.4	609.6	1676.4	1758.8	603.0	1690.9	1795.5	621.1	1698.6
	たんぱく質(g)	69.4	29.7	64.1	65.9	30.1	58.8	64.0	25.3	59.7	65.6	26.3	61.9	75.1	32.6	68.5
	動物性たんぱく質(g)	41.8	22.9	37.1	38.7	21.0	34.9	37.4	18.5	33.9	38.7	19.8	35.4	46.5	26.0	40.0
	脂質(g)	51.9	21.4	48.6	54.4	23.9	48.4	52.9	19.8	51.4	50.7	20.6	48.0	52.1	21.8	48.9
	動物性脂質(g)	25.0	12.5	23.0	25.7	13.1	23.5	25.0	11.5	23.0	23.8	11.9	22.4	25.9	13.2	23.7
	飽和脂肪酸(g)	13.6	6.1	12.7	14.6	6.9	13.7	14.2	6.0	13.4	13.3	6.0	12.5	13.6	6.1	12.6
	炭水化物(g)	232.2	87.8	222.9	238.2	97.7	225.1	232.7	94.8	221.3	227.8	87.3	219.1	234.6	83.8	225.5
	総食物繊維(g)	11.4	5.3	10.4	10.1	5.5	8.9	10.0	4.4	9.0	10.6	4.8	9.9	12.8	5.7	12.1
	レチノール当量(μgRE)	705.2	635.0	569.8	675.1	705.1	470.8	580.5	368.0	496.9	630.3	392.3	539.8	815.0	814.6	667.1
	ビタミンB1(mg)	0.8	0.3	0.7	0.7	0.4	0.7	0.7	0.3	0.6	0.7	0.3	0.7	0.8	0.3	0.8
	ビタミンB2(mg)	1.3	0.5	1.2	1.2	0.6	1.1	1.1	0.4	1.0	1.2	0.5	1.1	1.4	0.6	1.3
	葉酸(μg)	330.2	162.0	300.6	283.0	163.3	245.5	270.1	121.0	240.7	309.2	141.5	285.9	376.5	176.3	349.2
	ビタミンC(mg)	120.9	71.5	107.0	91.9	62.1	75.8	89.5	51.7	77.5	106.7	60.7	96.7	149.2	77.1	135.4
	ナトリウム(mg)	4234.0	1576.6	3973.5	3993.4	1592.2	3702.1	3925.2	1337.0	3632.1	4032.4	1382.2	3854.8	4558.0	1738.1	4278.1
	カリウム(mg)	2469.4	1093.2	2296.3	2117.1	1128.4	1832.9	2130.4	869.1	2025.9	2343.9	993.0	2187.9	2757.3	1156.4	2569.3
	カルシウム(mg)	526.5	274.2	475.1	449.8	258.5	393.4	432.0	206.6	411.6	486.2	241.3	441.1	606.8	300.0	568.2
	マグネシウム(mg)	244.8	102.7	226.2	211.2	102.1	189.7	214.4	84.1	202.2	235.4	92.7	219.8	269.5	110.2	251.8
	リン(mg)	1041.1	457.3	954.5	944.0	429.9	869.8	931.7	368.0	861.5	982.9	400.8	930.1	1146.6	510.2	1048.1
	鉄(mg)	7.5	3.3	6.9	7.0	3.5	6.1	6.6	2.7	6.1	7.0	2.9	6.5	8.2	3.5	7.7
	食塩相当量(g)	10.7	4.0	10.1	10.1	4.0	9.4	9.9	3.4	9.2	10.2	3.5	9.7	11.5	4.4	10.8
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.2	1.4	6.0	5.9	1.2	5.9	5.9	1.3	5.9	6.0	1.3	5.9	6.5	1.4	6.4
	アルコール(g)	11.3	21.8	0.2	3.8	10.6	0.0	10.6	21.4	1.1	14.9	25.1	1.1	9.8	19.8	0.0
	アルコール1000kcalあたり(g)	5.9	10.9	0.2	2.1	5.3	0.0	5.3	10.7	0.3	8.2	13.2	0.5	4.9	9.1	0.0

栄養素等摂取量		北部			大阪市			中部			南部		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	エネルギー(kcal)	1973.1	714.2	1852.6	2006.9	552.7	1962.4	1983.2	584.7	1899.8	2007.0	658.6	1944.3
	たんぱく質(g)	74.3	36.8	66.5	72.2	24.3	69.9	74.4	27.7	69.4	76.1	32.8	69.8
	動物性たんぱく質(g)	44.6	29.1	38.0	42.7	18.2	40.6	44.2	21.3	40.7	45.9	26.0	38.7
	脂質(g)	54.9	25.3	51.7	53.9	20.2	51.4	55.6	19.3	54.9	56.5	23.4	52.6
	動物性脂質(g)	26.4	15.1	24.2	25.8	11.1	25.0	27.2	11.3	25.8	27.1	13.9	24.4
	飽和脂肪酸(g)	14.1	7.0	13.2	13.7	5.8	13.0	14.6	5.7	14.0	14.4	6.6	13.2
	炭水化物(g)	253.8	94.6	238.1	253.1	88.4	243.7	262.8	95.4	249.5	258.3	97.6	242.8
	総食物繊維(g)	11.7	5.8	10.6	10.9	5.2	9.8	11.6	4.9	10.5	11.8	5.6	10.8
	レチノール当量(μ gRE)	705.0	471.4	590.6	737.0	522.4	612.4	679.4	467.5	548.3	786.0	882.2	617.3
	ビタミンB1(mg)	0.8	0.4	0.7	0.7	0.3	0.7	0.8	0.3	0.8	0.8	0.3	0.7
	ビタミンB2(mg)	1.3	0.6	1.3	1.3	0.5	1.3	1.3	0.5	1.3	1.3	0.6	1.2
	葉酸(μ g)	342.9	172.6	309.4	331.0	155.5	284.8	320.3	141.9	305.8	346.1	181.9	310.9
	ビタミンC(mg)	120.4	73.2	104.0	104.9	64.8	96.1	112.2	65.5	98.1	117.5	76.6	102.1
	ナトリウム(mg)	4623.3	1699.4	4323.2	4690.2	1503.3	4491.5	4595.3	1523.9	4348.0	4805.7	1759.6	4558.0
	カリウム(mg)	2533.1	1277.4	2353.1	2404.7	956.4	2200.5	2513.0	971.5	2378.1	2578.9	1168.5	2412.3
	カルシウム(mg)	541.2	316.2	494.1	497.7	234.6	454.5	528.7	264.8	489.2	544.6	308.3	469.2
	マグネシウム(mg)	261.2	124.3	237.2	255.5	87.5	237.2	258.8	93.5	246.0	264.0	110.2	249.3
	リン(mg)	1114.5	569.1	1002.3	1074.5	373.1	1027.8	1104.1	420.5	999.5	1126.3	508.4	1036.9
	鉄(mg)	7.8	3.7	7.2	7.6	3.0	7.0	7.6	3.0	7.0	8.0	3.7	7.4
	食塩相当量(g)	11.7	4.3	10.9	11.8	3.8	11.4	11.6	3.9	10.9	12.1	4.5	11.5
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.3	1.6	6.0	6.2	1.5	6.3	5.9	1.2	5.8	6.2	1.3	6.1
女性	エネルギー(kcal)	1599.6	590.1	1536.1	1599.2	517.0	1568.5	1581.5	503.1	1513.8	1591.0	541.5	1535.1
	たんぱく質(g)	65.4	29.5	60.2	65.9	27.1	60.2	63.2	23.8	59.7	65.2	28.1	60.2
	動物性たんぱく質(g)	40.1	22.3	35.8	40.6	21.7	36.4	37.3	18.0	35.1	39.5	21.4	34.9
	脂質(g)	49.3	20.9	45.8	48.9	20.9	46.4	47.8	17.9	45.9	48.9	20.1	45.8
	動物性脂質(g)	23.5	12.1	22.2	24.0	12.4	21.0	22.3	10.6	21.3	23.9	12.0	21.5
	飽和脂肪酸(g)	13.1	5.9	12.3	13.0	6.1	11.9	12.7	5.2	12.0	13.3	6.1	12.3
	炭水化物(g)	207.7	76.8	198.0	208.2	67.6	205.7	213.8	76.1	204.1	212.2	76.1	206.9
	総食物繊維(g)	11.2	5.6	10.3	11.2	4.9	10.4	11.1	4.7	10.4	11.4	5.5	10.2
	レチノール当量(μ gRE)	651.7	446.9	548.1	672.9	468.0	528.1	606.2	302.5	552.3	730.3	775.3	566.1
	ビタミンB1(mg)	0.7	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7
	ビタミンB2(mg)	1.2	0.5	1.2	1.2	0.5	1.1	1.2	0.4	1.1	1.2	0.5	1.1
	葉酸(μ g)	333.1	156.9	299.7	325.2	151.8	299.1	305.7	125.8	288.9	329.0	172.2	296.5
	ビタミンC(mg)	129.7	72.6	111.8	125.2	72.6	114.1	119.6	62.9	109.8	127.5	73.2	116.8
	ナトリウム(mg)	3870.9	1467.0	3530.0	3885.1	1377.2	3680.8	3751.5	1256.2	3573.9	3861.2	1417.6	3684.7
	カリウム(mg)	2453.8	1131.3	2282.8	2477.4	1063.3	2355.6	2322.6	904.8	2251.5	2434.5	1117.4	2190.6
	カルシウム(mg)	529.2	267.7	468.4	529.9	268.8	472.6	490.3	221.7	461.2	529.8	270.7	484.2
	マグネシウム(mg)	233.7	103.7	214.1	237.8	95.3	219.6	223.9	85.4	210.3	232.0	101.0	211.7
	リン(mg)	994.8	454.4	904.3	1003.3	424.7	926.0	944.8	364.1	887.7	990.4	439.6	904.6
	鉄(mg)	7.2	3.2	6.8	7.2	3.0	6.8	6.9	2.6	6.6	7.2	3.3	6.5
	食塩相当量(g)	9.8	3.7	8.9	9.8	3.5	9.3	9.5	3.2	9.0	9.8	3.6	9.3
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.2	1.4	6.1	6.1	1.4	5.9	6.1	1.4	5.9	6.2	1.3	6.1
総数	エネルギー(kcal)	1761.7	672.0	1666.3	1784.8	570.1	1734.2	1760.6	576.1	1689.5	1785.1	633.6	1684.6
	たんぱく質(g)	69.3	33.1	63.1	68.8	26.0	64.5	68.2	26.2	64.5	70.3	30.8	63.9
	動物性たんぱく質(g)	42.0	25.6	37.2	41.5	20.2	38.8	40.4	19.8	37.5	42.5	23.9	36.1
	脂質(g)	51.8	23.0	49.0	51.1	20.7	48.4	51.3	18.9	49.6	52.4	22.0	48.4
	動物性脂質(g)	24.8	13.6	23.1	24.8	11.8	23.2	24.5	11.1	23.3	25.4	13.0	22.8
	飽和脂肪酸(g)	13.5	6.4	12.8	13.3	6.0	12.5	13.5	5.5	13.1	13.8	6.3	12.6
	炭水化物(g)	227.7	87.9	221.1	228.6	80.8	220.5	235.6	88.6	226.0	233.7	89.7	223.9
	総食物繊維(g)	11.4	5.7	10.3	11.1	5.0	10.3	11.3	4.8	10.5	11.6	5.5	10.5
	レチノール当量(μ gRE)	674.8	457.8	563.2	702.1	493.6	573.1	638.8	386.1	552.2	756.3	826.8	583.4
	ビタミンB1(mg)	0.8	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.7	0.3	0.7	0.8	0.3	0.7
	ビタミンB2(mg)	1.3	0.6	1.2	1.3	0.5	1.2	1.2	0.4	1.2	1.3	0.6	1.2
	葉酸(μ g)	337.4	163.8	304.3	327.8	153.2	292.3	312.2	133.2	294.7	337.0	176.9	305.0
	ビタミンC(mg)	125.7	72.9	109.1	116.0	69.8	100.7	116.3	64.1	104.6	122.9	74.9	108.2
	ナトリウム(mg)	4197.4	1613.7	3838.9	4251.6	1488.5	4024.4	4127.7	1442.7	3964.0	4302.0	1654.0	4035.8
	カリウム(mg)	2488.2	1195.9	2283.9	2444.3	1014.8	2258.7	2407.5	938.7	2312.8	2501.9	1143.0	2312.4
	カルシウム(mg)	534.4	289.4	481.1	515.3	253.9	468.8	507.4	242.3	474.2	536.7	288.8	475.1
	マグネシウム(mg)	245.6	113.8	224.3	245.9	92.1	229.7	239.5	90.6	226.7	247.0	106.5	224.9
	リン(mg)	1046.8	510.1	952.7	1035.7	402.9	970.6	1015.8	397.7	966.4	1053.8	477.5	949.3
	鉄(mg)	7.5	3.5	7.0	7.4	3.0	6.9	7.2	2.8	6.8	7.6	3.5	7.0
	食塩相当量(g)	10.6	4.1	9.7	10.7	3.8	10.2	10.4	3.6	10.0	10.9	4.2	10.2
	食塩相当量1000kcalあたり(g)	6.2	1.5	6.1	6.1	1.4	6.2	6.0	1.3	5.9	6.2	1.3	6.1
	アルコール(g)	12.3	22.1	0.5	15.8	24.2	1.4	8.6	18.2	0.0	10.6	22.1	0.2
	アルコール1000kcalあたり(g)	6.3	11.0	0.3	8.4	12.2	0.7	4.6	10.0	0.0	5.6	10.8	0.2

◆ 第 4 8 表 ◆ 食品群別摂取量

食品群別摂取重量 (g)	総計			18～29歳			30～39歳			40～64歳			65歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	穀類	446.2	197.7	415.8	506.2	212.7	506.1	477.9	227.6	431.1	449.0	196.5	419.8	420.4	404.2
	いも類	38.1	37.6	23.1	39.1	40.4	23.1	37.5	32.8	25.4	33.7	33.4	23.1	42.1	25.4
	砂糖・甘味料類	6.9	5.7	5.1	5.1	4.8	3.6	6.1	5.7	4.0	6.8	5.6	5.0	7.6	6.1
	豆類	58.1	48.4	44.4	57.2	47.0	43.8	46.7	37.3	40.3	53.9	44.5	43.8	65.6	47.7
	緑黄色野菜	90.0	71.3	70.9	92.1	73.5	70.4	78.5	62.2	61.0	86.0	66.5	71.2	96.7	77.2
	その他の野菜	160.3	103.5	140.2	139.3	91.2	114.8	139.6	78.2	125.4	154.0	98.7	136.4	177.2	153.2
	野菜摂取量	250.3	161.9	214.5	231.5	154.1	166.2	218.1	129.8	188.9	240.0	152.5	209.1	273.9	234.8
	果実類	120.6	123.9	84.7	77.1	90.0	53.1	77.1	105.8	32.7	93.1	104.7	55.3	169.2	153.0
	きのこ	10.3	10.4	5.7	9.6	10.8	4.7	9.2	7.7	5.7	9.6	9.1	5.2	11.3	5.7
	海草	10.3	11.3	5.7	10.2	11.4	5.7	7.8	8.3	5.7	9.5	10.2	5.7	11.8	6.3
	魚介類	91.7	74.3	71.4	74.6	59.0	57.1	76.2	64.7	66.3	78.0	57.4	65.4	113.0	88.0
	肉類	81.3	48.7	76.1	98.4	55.0	87.4	89.0	46.6	83.5	82.1	49.4	76.1	74.4	66.1
	卵類	44.3	30.8	29.9	43.5	28.5	39.5	45.1	29.0	32.7	43.3	29.3	29.9	45.1	29.9
	乳類	112.4	118.2	71.1	125.8	148.4	69.6	97.3	107.9	55.7	101.2	108.1	62.6	124.3	123.7
	油脂類	12.0	6.2	11.5	13.7	6.4	13.1	13.2	5.7	13.3	12.5	5.7	12.0	10.8	10.0
	菓子類	38.4	40.4	28.0	44.5	34.3	37.1	33.9	34.1	23.6	35.2	36.4	23.6	41.3	28.0
	嗜好飲料類	844.1	505.0	799.3	557.4	408.9	464.0	767.9	471.6	691.4	946.2	565.8	871.4	837.7	816.5
	調味料・香辛料類	269.0	162.6	227.2	302.4	196.1	239.7	291.3	167.3	257.7	265.9	143.7	235.9	257.5	207.3
女性	穀類	319.9	138.4	313.0	335.4	149.5	318.9	321.7	140.7	304.4	316.4	139.9	312.7	319.1	310.9
	いも類	42.4	38.3	40.0	39.2	41.3	24.0	34.9	31.2	20.0	40.1	37.2	22.0	47.2	45.0
	砂糖・甘味料類	6.0	4.6	4.8	4.3	3.3	3.5	5.5	4.3	4.1	6.1	4.7	4.7	6.4	5.2
	豆類	54.6	44.0	41.7	43.6	48.3	31.4	42.5	37.9	34.5	55.7	44.9	41.7	59.1	45.9
	緑黄色野菜	94.0	67.4	78.6	81.4	73.7	64.2	79.3	49.7	69.1	89.4	65.4	76.4	104.7	89.5
	その他の野菜	160.8	100.9	141.7	123.0	88.3	104.4	130.0	75.7	120.3	156.9	94.7	138.1	180.6	159.3
	野菜摂取量	254.7	155.6	222.6	204.3	152.9	171.3	209.3	117.4	190.2	246.3	146.2	219.0	285.3	253.7
	果実類	141.5	122.3	109.3	89.3	106.2	61.3	86.3	79.9	63.8	116.3	102.3	96.4	190.2	160.7
	きのこ	11.4	9.8	10.3	8.8	8.7	8.2	9.8	7.7	9.2	11.6	9.5	10.3	12.2	10.3
	海草	10.4	11.0	5.4	8.7	11.9	4.9	6.8	7.2	4.4	10.0	10.5	4.9	12.2	11.1
	魚介類	78.7	61.8	61.8	54.0	41.8	39.9	50.8	34.2	45.1	69.9	52.9	56.7	99.3	87.7
	肉類	68.2	46.4	61.7	78.5	67.6	65.1	74.4	43.6	72.3	67.6	42.6	63.6	64.9	57.2
	卵類	36.9	25.7	25.9	37.8	26.5	25.9	38.3	22.6	42.4	36.1	25.2	25.9	37.1	25.9
	乳類	127.2	106.7	128.0	110.9	132.2	58.9	118.9	98.4	120.5	124.5	102.6	128.0	135.3	136.6
	油脂類	9.6	5.3	9.0	11.5	7.2	10.4	10.5	4.7	10.0	9.7	4.8	9.4	8.8	7.6
	菓子類	42.2	37.7	31.7	45.5	42.4	31.7	48.5	40.9	45.7	42.8	37.8	32.1	39.3	29.7
	嗜好飲料類	613.4	354.8	579.3	453.2	350.8	396.4	543.9	396.4	462.1	661.2	375.4	602.8	624.0	600.0
	調味料・香辛料類	183.6	116.6	158.5	190.3	123.1	164.2	178.0	99.6	157.1	179.6	111.5	157.0	187.1	158.5
総数	穀類	377.2	179.2	354.9	412.2	199.2	394.8	397.9	203.4	363.0	376.4	180.3	351.0	364.2	339.3
	いも類	40.5	38.0	24.7	39.2	40.8	23.1	36.2	31.9	23.1	37.2	35.6	23.1	44.9	27.7
	砂糖・甘味料類	6.4	5.1	4.9	4.6	4.1	3.5	5.8	5.1	4.1	6.4	5.1	4.9	6.9	5.6
	豆類	56.2	46.1	43.8	49.7	48.0	38.4	44.5	37.6	37.2	54.9	44.7	41.9	62.0	47.2
	緑黄色野菜	92.2	69.2	75.0	86.2	73.6	65.3	78.9	56.0	64.7	87.9	65.9	73.1	101.2	85.3
	その他の野菜	160.5	102.0	141.0	130.3	89.7	106.7	134.7	76.9	123.8	155.6	96.5	137.7	179.0	157.1
	野菜摂取量	252.7	158.5	219.7	216.5	153.6	167.9	213.6	123.4	189.8	243.4	149.0	212.6	280.2	245.3
	果実類	132.0	123.4	102.9	83.8	99.1	55.3	81.8	93.3	44.5	105.8	103.9	77.8	180.8	155.9
	きのこ	10.9	10.1	9.2	9.1	9.7	5.2	9.5	7.7	9.2	10.7	9.3	9.2	11.8	10.3
	海草	10.4	11.1	5.7	9.4	11.6	5.1	7.3	7.8	4.9	9.8	10.3	5.4	12.0	6.3
	魚介類	84.6	68.0	66.5	63.3	51.2	47.9	63.2	52.8	51.1	73.6	55.1	60.8	105.4	87.7
	肉類	74.2	47.9	66.1	87.5	62.9	72.3	81.5	45.6	75.2	74.2	46.3	67.5	69.1	62.2
	卵類	40.3	28.4	29.9	40.4	27.5	29.9	41.6	26.1	42.4	39.4	27.3	29.9	40.7	28.3
	乳類	120.5	112.3	110.4	117.6	139.5	64.3	108.4	103.4	71.6	113.9	105.7	96.4	130.4	135.0
	油脂類	10.7	5.8	9.9	12.5	6.9	11.4	11.8	5.4	11.7	11.0	5.4	10.2	9.7	8.4
	菓子類	40.5	39.0	29.7	45.1	38.9	36.6	41.3	38.4	31.7	39.3	37.3	28.0	40.2	28.9
	嗜好飲料類	718.1	444.4	665.5	500.1	380.4	412.5	653.2	448.0	602.2	790.2	491.8	716.2	719.3	692.9
	調味料・香辛料類	222.3	145.7	185.1	240.7	169.1	203.3	233.3	147.9	193.7	218.6	134.1	187.3	218.5	178.1

食品群別摂取重量(g)		北部			大阪市			中部			南部		
		平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
男性	穀類	434.3	190.8	401.1	447.4	186.0	441.7	459.8	208.7	425.8	444.2	199.2	415.0
	いも類	38.6	38.4	23.1	35.0	36.9	23.1	40.0	38.0	25.4	37.9	37.3	23.1
	砂糖・甘味料類	6.3	5.2	4.8	6.3	5.6	4.4	7.2	5.9	4.9	7.1	5.9	5.4
	豆類	60.1	52.5	43.0	55.0	40.1	44.4	60.0	50.6	44.4	57.2	48.1	44.4
	緑黄色野菜	92.6	73.0	77.1	83.3	68.3	64.3	83.8	60.0	70.4	94.3	76.4	71.8
	その他の野菜	164.8	115.9	143.5	152.0	90.4	134.6	153.6	86.8	137.6	164.4	109.3	142.0
	野菜摂取量	257.5	175.7	223.3	235.2	150.0	202.4	237.4	133.7	212.7	258.7	171.9	217.9
	果実類	127.0	115.6	103.9	101.9	98.8	70.5	123.3	114.8	101.0	122.8	138.7	74.2
	きのこ	10.6	12.1	9.5	9.3	8.7	5.2	10.6	10.3	5.7	10.2	10.3	5.2
	海草	9.5	10.4	5.7	9.6	10.2	5.7	10.8	11.2	6.3	10.7	12.1	5.7
	魚介類	95.0	83.5	71.6	87.6	58.7	72.5	87.3	65.9	73.0	93.8	78.7	70.5
	肉類	76.1	55.5	68.4	77.1	40.6	75.6	82.5	40.8	79.2	84.6	51.5	76.1
	卵類	45.5	31.6	29.9	46.4	32.0	32.7	43.6	27.3	32.7	43.4	31.8	29.9
	乳類	109.2	111.6	71.1	98.9	105.4	59.9	120.4	126.2	71.1	114.3	121.0	74.2
	油脂類	11.5	6.7	10.8	11.8	5.2	11.2	11.8	6.0	11.7	12.4	6.3	11.6
	菓子類	39.7	46.2	28.0	35.5	45.2	20.8	37.7	34.9	28.9	39.2	38.6	28.0
	嗜好飲料類	848.7	512.6	807.7	966.5	510.6	926.6	789.7	477.8	701.2	827.8	508.2	786.5
	調味料・香辛料類	254.7	143.3	221.8	282.5	181.2	223.5	271.7	169.6	233.6	269.4	160.8	229.2
女性	穀類	309.2	138.4	305.4	315.5	137.1	311.9	332.9	145.5	319.5	319.8	134.7	312.3
	いも類	46.0	40.5	45.0	45.1	39.7	45.0	42.2	39.0	40.0	39.8	36.1	22.0
	砂糖・甘味料類	6.0	4.8	4.3	5.4	4.0	4.2	6.0	4.5	4.8	6.1	4.6	5.0
	豆類	53.0	43.4	38.4	54.8	37.6	47.7	55.9	46.7	41.3	54.5	45.1	41.8
	緑黄色野菜	97.0	70.1	80.4	94.0	63.1	83.8	88.0	55.3	78.0	95.7	73.3	75.6
	その他の野菜	164.3	110.2	141.7	162.2	98.7	141.8	151.6	78.3	144.1	163.5	107.6	137.7
	野菜摂取量	261.3	167.0	220.4	256.2	149.1	227.5	239.6	122.2	225.9	259.2	167.8	220.3
	果実類	140.7	130.3	109.1	144.3	123.5	118.9	132.4	106.0	102.9	145.9	126.1	118.6
	きのこ	11.7	9.9	10.3	11.4	10.0	10.3	10.7	8.5	9.2	11.5	10.4	9.2
	海草	10.5	11.2	5.4	11.1	12.2	5.4	9.3	9.9	5.4	10.8	11.1	5.4
	魚介類	81.0	64.5	64.0	80.8	62.4	62.2	74.6	54.8	60.7	79.0	63.9	61.7
	肉類	69.0	51.5	59.3	70.8	48.7	65.1	66.7	38.4	65.1	67.7	47.0	59.3
	卵類	37.8	27.7	25.9	38.4	24.8	28.3	35.1	24.6	25.9	36.9	25.5	25.9
	乳類	123.4	102.4	124.7	133.2	104.4	135.0	116.3	104.4	128.0	132.9	110.7	128.0
	油脂類	9.9	5.3	9.6	9.9	6.2	8.5	9.4	5.1	8.5	9.4	5.2	9.1
	菓子類	41.5	36.7	31.7	38.5	34.8	31.2	44.5	38.9	35.5	42.6	38.4	31.7
	嗜好飲料類	667.5	355.6	614.0	643.3	393.5	611.0	554.8	337.9	525.0	607.2	344.6	578.6
	調味料・香辛料類	165.1	94.4	144.7	190.0	114.2	167.9	189.7	136.4	163.7	187.4	115.4	159.5
総数	穀類	363.5	174.4	339.3	375.6	173.8	355.4	389.4	187.2	367.3	377.9	178.9	354.3
	いも類	42.8	39.7	25.4	40.5	38.7	23.5	41.2	38.5	25.4	38.9	36.6	23.1
	砂糖・甘味料類	6.1	5.0	4.5	5.8	4.8	4.3	6.5	5.2	4.9	6.6	5.3	5.2
	豆類	56.0	47.6	40.3	54.9	38.7	45.7	57.8	48.4	44.1	55.8	46.5	43.8
	緑黄色野菜	95.1	71.3	78.2	89.1	65.6	73.8	86.1	57.4	73.1	95.0	74.7	74.0
	その他の野菜	164.5	112.5	142.1	157.5	95.0	137.9	152.5	82.1	139.8	163.9	108.3	141.4
	野菜摂取量	259.6	170.6	221.6	246.7	149.6	215.2	238.7	127.3	220.4	259.0	169.6	219.7
	果実類	134.8	124.2	106.8	125.0	114.7	94.6	128.4	110.0	102.9	135.1	132.5	102.4
	きのこ	11.3	10.9	10.3	10.4	9.5	9.2	10.7	9.4	9.2	10.9	10.4	9.2
	海草	10.1	10.8	5.7	10.4	11.3	5.7	10.0	10.5	5.7	10.7	11.6	5.7
	魚介類	87.1	73.6	69.0	83.9	60.7	69.2	80.3	60.2	66.4	85.9	71.5	65.0
	肉類	72.1	53.3	62.4	73.7	45.2	68.7	73.7	40.2	69.1	75.6	49.8	65.9
	卵類	41.1	29.7	28.3	42.0	28.5	29.9	38.9	26.1	29.9	39.9	28.8	29.9
	乳類	117.3	106.6	107.1	117.6	106.0	107.1	118.1	114.5	99.0	124.2	115.9	113.6
	油脂類	10.6	6.0	9.8	10.8	5.8	10.2	10.4	5.6	9.7	10.8	5.9	9.9
	菓子類	40.7	41.0	28.9	37.1	39.9	25.9	41.4	37.3	32.2	41.0	38.5	29.7
	嗜好飲料類	746.1	439.5	703.6	790.4	477.7	726.2	659.6	422.2	604.6	710.2	442.4	661.0
	調味料・香辛料類	204.0	126.0	178.1	232.1	155.2	191.5	226.3	157.3	183.8	225.7	144.3	187.6

◆第49表◆ 野菜摂取状況

野菜摂取状況		総計		18～29歳		30～39歳		40～64歳		65歳以上		北部		大阪市		中部		南部	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	1 野菜摂取量140g未満	207	25.2	29	38.2	31	30.7	76	24.5	71	21.3	35	21.7	37	30.3	40	22.1	95	26.6
	2 野菜摂取量140g以上350g未満	438	53.3	29	38.2	57	56.4	175	56.5	177	53.0	89	55.3	63	51.6	107	59.1	179	50.1
	3 野菜摂取量350g以上	176	21.4	18	23.7	13	12.9	59	19.0	86	25.7	37	23.0	22	18.0	34	18.8	83	23.2
総計		821	100.0	76	100.0	101	100.0	310	100.0	334	100.0	161	100.0	122	100.0	181	100.0	357	100.0
女性	1 野菜摂取量140g未満	216	21.8	31	33.3	33	31.1	83	22.1	69	16.6	48	22.9	32	21.9	40	17.8	96	23.5
	2 野菜摂取量140g以上350g未満	566	57.2	52	55.9	63	59.4	222	59.2	229	55.2	114	54.3	83	56.8	150	66.7	219	53.7
	3 野菜摂取量350g以上	207	20.9	10	10.8	10	9.4	70	18.7	117	28.2	48	22.9	31	21.2	35	15.6	93	22.8
総計		989	100.0	93	100.0	106	100.0	375	100.0	415	100.0	210	100.0	146	100.0	225	100.0	408	100.0
総数	1 野菜摂取量140g未満	423	23.4	60	35.5	64	30.9	159	23.2	140	18.7	83	22.4	69	25.7	80	19.7	191	25.0
	2 野菜摂取量140g以上350g未満	1004	55.5	81	47.9	120	58.0	397	58.0	406	54.2	203	54.7	146	54.5	257	63.3	398	52.0
	3 野菜摂取量350g以上	383	21.2	28	16.6	23	11.1	129	18.8	203	27.1	85	22.9	53	19.8	69	17.0	176	23.0
総計		1,810	100.0	169	100.0	207	100.0	685	100.0	749	100.0	371	100.0	268	100.0	406	100.0	765	100.0

結果集計表（高校生調査）

◆第50表◆ 最近1ヶ月間の1日平均睡眠時間

問1	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 5時間未満	57	10.9	16	9.5	41	11.5
2 5時間以上6時間未満	170	32.4	45	26.8	125	35.1
3 6時間以上7時間未満	188	35.9	68	40.5	120	33.7
4 7時間以上8時間未満	93	17.7	28	16.7	65	18.3
5 8時間以上9時間未満	12	2.3	8	4.8	4	1.1
6 9時間以上	4	0.8	3	1.8	1	0.3
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第51表◆ 授業日の起床後登校までの時間

問2	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 15分未満	25	4.8	19	11.4	6	1.7
2 15分以上30分未満	85	16.3	42	25.1	43	12.1
3 30分以上45分未満	135	25.8	43	25.7	92	25.8
4 45分以上60分未満	134	25.6	30	18.0	104	29.2
5 60分以上	144	27.5	33	19.8	111	31.2
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

◆第52表◆ 通学時間（片道）

問3	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 30分未満	255	48.7	93	55.4	162	45.5
2 30分以上45分未満	125	23.9	40	23.8	85	23.9
3 45分以上60分未満	89	17.0	14	8.3	75	21.1
4 60分以上75分未満	39	7.4	13	7.7	26	7.3
5 75分以上90分未満	8	1.5	2	1.2	6	1.7
6 90分以上	8	1.5	6	3.6	2	0.6
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第53表◆ 体育（運動すること）への興味関心

問4	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 好き	330	63.1	122	73.1	208	58.4
2 嫌い	193	36.9	45	26.9	148	41.6
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

◆第54表◆ 学内スポーツ系クラブへの加入状況

問4-2	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 入っている	113	21.6	53	31.7	60	16.9
2 入っていない	410	78.4	114	68.3	296	83.1
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

◆第55表◆ 学外スポーツ系クラブへの加入状況

問4-3	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 入っている	31	5.9	12	7.2	19	5.4
2 入っていない	491	94.1	155	92.8	336	94.6
総計	522	100.0	167	100.0	355	100.0

◆第56表◆ 朝食摂取状況

問5	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 ほとんど毎日食べる	380	72.5	116	69.0	264	74.2
2 週4～5日食べる	46	8.8	13	7.7	33	9.3
3 週2～3日食べる	24	4.6	11	6.5	13	3.7
4 ほとんど食べない	74	14.1	28	16.7	46	12.9
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第57表◆ 朝食を食べない理由（問5で2、3、4と答えた者）

問5-2	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 食欲がない	25	17.4	13	25.0	12	13.0
2 太りたくない	2	1.4	0	0.0	2	2.2
3 食べる時間がない	69	47.9	21	40.4	48	52.2
4 朝食が用意されていない	7	4.9	4	7.7	3	3.3
5 食べることが面倒	14	9.7	6	11.5	8	8.7
6 食べる習慣がない	6	4.2	4	7.7	2	2.2
7 休日は昼まで寝ている	10	6.9	1	1.9	9	9.8
8 その他	6	4.2	3	5.8	3	3.3
総計	144	100.0	52	100.0	92	100.0

その他…食べる気にならない／家はパンしかないが、ごはん派のため／体調が悪くなる／3～5、7があてはまる 等

◆第58表◆ 昼食の状況

問6	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 家から弁当を持っていく	456	87.0	142	84.5	314	88.2
2 学校の食堂を利用する	30	5.7	16	9.5	14	3.9
3 コンビニや売店等で弁当・パン等を買う	24	4.6	8	4.8	16	4.5
4 その他	14	2.7	2	1.2	12	3.4
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第59表◆ 外食やコンビニ等での食事頻度

問7	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 1日3食以上	9	1.7	5	3.0	4	1.1
2 1日2食	15	2.9	9	5.4	6	1.7
3 1日1食	20	3.8	5	3.0	15	4.2
4 週4～6食	35	6.7	8	4.8	27	7.6
5 週2～3食	116	22.1	38	22.6	78	21.9
6 週1食	78	14.9	20	11.9	58	16.3
7 週1食未満	174	33.2	60	35.7	114	32.0
8 全く利用しない	67	12.8	21	12.5	46	12.9
9 その他	10	1.9	2	1.2	8	2.2
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

その他…その時による／たまに／月2～3回 等

◆第60表◆ 外食やコンビニ等で購入する際に優先すること（問7で1～7と回答した者）
ア 量

問7-2 ア 量	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 多いもの	142	31.1	66	44.9	76	24.6
2 少ないもの	17	3.7	2	1.4	15	4.9
3 こだわらない	297	65.1	79	53.7	218	70.6
総計	456	100.0	147	100.0	309	100.0

イ カロリー

問7-2 イ カロリー	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 高いもの	7	1.5	7	4.8	0	0.0
2 低いもの	77	16.9	6	4.1	71	23.1
3 こだわらない	371	81.5	134	91.2	237	76.9
総計	455	100.0	147	100.0	308	100.0

ウ 好み

問7-2 ウ 好み	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 好きなもの	399	89.7	120	84.5	279	92.1
2 こだわらない	46	10.3	22	15.5	24	7.9
総計	445	100.0	142	100.0	303	100.0

エ 栄養のバランス

問7-2 エ 栄養のバランス	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 よいもの	105	23.8	24	17.0	81	27.0
2 こだわらない	336	76.2	117	83.0	219	73.0
総計	441	100.0	141	100.0	300	100.0

◆第6 1表◆ 外食やコンビニ等で購入する際に一番優先する項目（問7-2で回答した者）

問7-3	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 量	32	7.2	22	15.4	10	3.3
2 カロリー	22	4.9	2	1.4	20	6.6
3 好み	307	68.8	86	60.1	221	72.9
4 栄養のバランス	15	3.4	5	3.5	10	3.3
5 優先する項目は特にない	70	15.7	28	19.6	42	13.9
総計	446	100.0	143	100.0	303	100.0

◆第6 2表◆ 夕食時間

問8	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 19時より前	84	16.1	18	10.7	66	18.6
2 19時台	213	40.7	76	45.2	137	38.6
3 20時台	137	26.2	46	27.4	91	25.6
4 21時以降	89	17.0	28	16.7	61	17.2
総計	523	100.0	168	100.0	355	100.0

◆第6 3表◆ 夕食の共食状況

問8-2	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 家族そろって食べる	145	27.7	46	27.4	99	27.8
2 家族の誰かと一緒に食べる	269	51.3	85	50.6	184	51.7
3 ひとりで食べる	110	21.0	37	22.0	73	20.5
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第6 4表◆ 飲み物の1日平均摂取量（mL）

問9	総計			男性			女性		
	平均値	標準偏差	最頻値	平均値	標準偏差	最頻値	平均値	標準偏差	最頻値
1 水・お茶・ブラックコーヒー・ストレート紅茶(mL)	717.5	482.8	1000	809.5	567.2	1000	674.1	431.5	1000
2 スポーツ飲料(mL)	51.8	161.3	0	102.6	234.1	0	27.8	103.7	0
3 炭酸飲料・ジュース類・コーヒー・紅茶・ココア(砂糖入り)(mL)	268.1	299.3	200	359.6	405.2	200	224.9	221.1	200

◆第65表◆ 食べる速さ

問10	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 かなり速い	47	9.0	21	12.5	26	7.3
2 やや速い	147	28.1	53	31.5	94	26.4
3 ふつう	213	40.6	64	38.1	149	41.9
4 やや遅い	90	17.2	23	13.7	67	18.8
5 かなり遅い	27	5.2	7	4.2	20	5.6
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第66表◆ 好き嫌いの有無

問11	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 ある	378	72.1	104	61.9	274	77.0
2 ない	146	27.9	64	38.1	82	23.0
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第67表◆ ダイエット経験

問12	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 したことがある	209	39.9	24	14.3	185	52.0
2 したことがない	315	60.1	144	85.7	171	48.0
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第68表◆ 3大栄養素の理解度

ア 赤（肉、魚、卵、大豆・大豆製品等）

問13 ア 赤	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 炭水化物	33	6.3	11	6.6	22	6.2
2 たんぱく質	483	92.4	154	92.2	329	92.4
3 ビタミン・ミネラル	7	1.3	2	1.2	5	1.4
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

イ 黄（ごはん、パン、めん類、イモ類）

問13 イ 黄	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 炭水化物	491	93.9	157	94.0	334	93.8
2 たんぱく質	31	5.9	9	5.4	22	6.2
3 ビタミン・ミネラル	1	0.2	1	0.6	0	0.0
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

ウ 緑（野菜・果物等）

問13 ウ 緑	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 炭水化物	5	1.0	3	1.8	2	0.6
2 たんぱく質	7	1.3	3	1.8	4	1.1
3 ビタミン・ミネラル	511	97.7	161	96.4	350	98.3
総計	523	100.0	167	100.0	356	100.0

◆第69表◆ 健康のために必要な1日の野菜量（記述式）

総計			男性			女性		
平均値	標準偏差	最頻値	平均値	標準偏差	最頻値	平均値	標準偏差	最頻値
1013.4	5424.9	500	1638.7	9435.9	350	714.2	897.9	500

問14	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
100g未満	20	3.8	7	4.2	13	3.7
100g以上200g未満	19	3.6	9	5.4	10	2.8
200g以上350g未満	84	16.0	31	18.5	53	14.9
350g	83	15.8	27	16.1	56	15.7
350g以上500g未満	27	5.2	13	7.7	14	3.9
500g以上1000g未満	147	28.1	38	22.6	109	30.6
1000g以上2000g未満	66	12.6	18	10.7	48	13.5
2000g以上	39	7.4	14	8.3	25	7.0
未回答	39	7.4	11	6.5	28	7.9
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第70表◆ 栄養や食事に関する家族との会話

問15	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 よくある	41	7.9	15	9.0	26	7.3
2 ときにはある	191	36.6	57	34.1	134	37.7
3 ない	290	55.6	95	56.9	195	54.9
総計	522	100.0	167	100.0	355	100.0

◆第71表◆ 家族と一緒に料理を作る機会

問16	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 よくある	57	10.9	12	7.1	45	12.6
2 ときにはある	252	48.1	63	37.5	189	53.1
3 ない	215	41.0	93	55.4	122	34.3
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第72表◆ 調理の実践
ごはん

問16-2 ご飯	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 炊ける	449	86.0	137	81.5	312	88.1
2 炊いたことがないができると思う	47	9.0	21	12.5	26	7.3
3 炊けない	26	5.0	10	6.0	16	4.5
総計	522	100.0	168	100.0	354	100.0

みそ汁

問16-2 みそ汁	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 作れる	368	70.5	112	66.7	256	72.3
2 作ったことがないができると思う	118	22.6	43	25.6	75	21.2
3 作れない	36	6.9	13	7.7	23	6.5
総計	522	100.0	168	100.0	354	100.0

弁当

問16-2 弁当	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 作れる	313	60.1	77	46.1	236	66.7
2 作ったことがないができると思う	141	27.1	57	34.1	84	23.7
3 作れない	67	12.9	33	19.8	34	9.6
総計	521	100.0	167	100.0	354	100.0

◆第73表◆ 主食の重ね食べに対する意識（複数回答）

問17	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 あたりまえのことだと思う	73	13.9	35	20.8	38	10.7
2 お得だと思う	91	17.4	37	22.0	54	15.2
3 お腹いっぱいになってよいと思う	138	26.3	53	31.5	85	23.9
4 栄養がとれてよいと思う	16	3.1	7	4.2	9	2.5
5 栄養のバランスが悪く健康によくないと思う	100	19.1	31	18.5	69	19.4
6 太りそうだと思う	230	43.9	44	26.2	186	52.2
7 特に何とも思わない	209	39.9	73	43.5	136	38.2
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

男性・女性・総計の回答者数を100%とした割合（各回答の合計は100%にならない）

◆第74表◆ 食事での菓子パン（サンドイッチやホットドッグ、惣菜パンは含まない）摂取状況

問18	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 1日3食以上	13	2.5	9	5.4	4	1.1
2 1日2食	9	1.7	4	2.4	5	1.4
3 1日1食	79	15.1	21	12.5	58	16.3
4 週4～6食	36	6.9	12	7.1	24	6.7
5 週2～3食	88	16.8	24	14.3	64	18.0
6 週1食	63	12.0	17	10.1	46	12.9
7 週1食未満	158	30.2	49	29.2	109	30.6
8 全く食べない	78	14.9	32	19.0	46	12.9
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

◆第75表◆ 体格の自己認識

問19	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 太っている	160	31.3	26	15.5	134	39.0
2 少し太っている	152	29.7	30	17.9	122	35.5
3 ちょうどよい(ふつう)	139	27.1	61	36.3	78	22.7
4 少しやせている	35	6.8	27	16.1	8	2.3
5 やせている	26	5.1	24	14.3	2	0.6
総計	512	100.0	168	100.0	344	100.0

◆第76表◆ 一番最近の身長・体重（自己申告）

	男性		女性	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
身長	169.5	6.0	157.0	4.8
体重	58.6	7.8	49.7	7.9
BMI	20.4	2.4	20.2	3.0

BMI	総計		男性		女性	
	人	%	人	%	人	%
1 やせ(18.5未満)	100	19.1	34	20.2	66	18.5
2 普通(18.5以上25.0未満)	272	51.9	112	66.7	160	44.9
3 肥満(25.0以上)	22	4.2	12	7.1	10	2.8
4 算出不可	130	24.8	10	6.0	120	33.7
総計	524	100.0	168	100.0	356	100.0

大阪版健康・栄養調査報告書

平成29年3月

大阪府健康医療部保健医療室健康づくり課

〒540-8570 大阪市中央区大手前 2-1-22

電話 06-6941-0351（代）