

%となっている。47年度と比較すると、いずれも増加傾向がうかがえる（図5）。

- (8) 外食の内容をみると全国平均でも、都市町村別にみても和食の占める割合が多い。そば、うどん類、パン類を主とした外食も約40%もみられる（表5）。

表5 都市町村別にみた外食（昼）内容構成比

(%)

|              | 総 数 | そば、うどん類 | パ ン 類 | 和 食  | 洋 食  |
|--------------|-----|---------|-------|------|------|
| 全 国 平 均      | 100 | 30.1    | 9.7   | 41.6 | 18.7 |
| 10 大 都 市     | 100 | 31.1    | 9.3   | 36.1 | 23.6 |
| 15 万 以 上 の 市 | 100 | 30.9    | 9.0   | 41.0 | 19.2 |
| 5 ～ 15 万 の 市 | 100 | 31.2    | 10.1  | 40.8 | 18.0 |
| 5 万 未 満 の 市  | 100 | 33.1    | 13.0  | 41.3 | 12.6 |
| 町 村          | 100 | 25.6    | 10.0  | 51.3 | 13.2 |

## 5. 欠 食 の 状 況

- (1) 3日間調査のうち1回でも欠食した者は、朝食では14.4%、昼食8.9%、夕食で6.6%で朝の欠食が最も多い。又3日間毎朝欠食した者は7.1%に及んでいる。47年度と比較すると、朝、昼、夕とも欠食者の増加が著しい。例えば3日間毎朝欠食した者は47年度の3.1%に対し48年度は7.1%にも及んでいる（表6）。

表6 朝昼夕別にみた欠食状況

|   | 47 年 11 月 |     |     |      | 48 年 11 月 |     |     |      |
|---|-----------|-----|-----|------|-----------|-----|-----|------|
| 朝 | 10.2%     | 1 回 | 欠 食 | 5.2% | 14.3%     | 1 回 | 欠 食 | 5.1% |
|   |           | 2 回 | 欠 食 | 1.9% |           | 2 回 | 欠 食 | 2.2% |
|   |           | 3 回 | 欠 食 | 3.1% |           | 3 回 | 欠 食 | 7.1% |
| 昼 | 5.6%      | 1 回 | 欠 食 | 3.4% | 8.9%      | 1 回 | 欠 食 | 3.3% |
|   |           | 2 回 | 欠 食 | 0.9% |           | 2 回 | 欠 食 | 1.0% |
|   |           | 3 回 | 欠 食 | 1.3% |           | 3 回 | 欠 食 | 4.6% |
| 夕 | 3.1%      | 1 回 | 欠 食 | 1.9% | 6.6%      | 1 回 | 欠 食 | 2.1% |
|   |           | 2 回 | 欠 食 | 0.4% |           | 2 回 | 欠 食 | 0.4% |
|   |           | 3 回 | 欠 食 | 0.7% |           | 3 回 | 欠 食 | 4.1% |

- (2) 都市町村別にみると大都市ほど欠食率は高い傾向がみられる。48年度でみると3日間毎朝欠食した者は10大都市で8.3%、15万以上の市で7.7%、5～15万の市7.3%、5万未満の市4.6%、町村で6.5%で、5万未満の市の欠食率が低い傾向がみられる。昭和47年度に比べると欠食率は全般に増加している（図6）。

## 6. 皮下脂肪厚でみた肥満傾向

- (1) 成人層の肥満傾向を調査するため皮下脂肪厚（上腕背部＋肩胛骨下部）の測定を行った。男子の場合肥満（皮下脂肪厚40mm以上）のものは、20歳代13.1%、30歳代14.1%、40歳代14.7%、50歳代13.6%であり、著しい肥満（皮下脂肪厚50mm以上）のものは、各年齢層について4～6%程度で年代による差は比較的少ない（図7）。

- (2) 女子においては肥満（皮下脂肪厚50mm以上）のものは、18～19歳で12.6%，20歳代で11.7%，30歳代18.3%，40歳代26.7%，50歳代24.9%であり、ことに著しい肥満（皮下脂肪厚60mm以上）のものは、18～19歳3.6%，20歳代5.4%，30歳代7.3%，40歳代11.5%，50歳代11.5%と年代が進むにつれて増加している（図7）。

## 7. 血 圧 の 状 況

- (1) 血圧測定の結果、最高血圧160mmHg以上か、最低血圧が95mmHg以上の者を高血圧者とする、高血圧者は、20歳代では男4.3%，女1.0%であるのに対し、年代とともに増加し40～44歳では男17.0%，女10.6%，60歳以上では男46.5%，女45.5%と約半数の人が高血圧者となっている。年齢が進むと男女の差が少なくなってくる（図8）。
- (2) 皮下脂肪厚別に高血圧者の割合をみると30歳代以上では、男女とも各年齢層において皮下脂肪厚が大になるほど、すなわち肥満者ほど高血圧者の割合は増加している。特に40～49歳、50～59歳の女では、この傾向が著しい（図9）。

図6 都市町村別朝の欠食状況

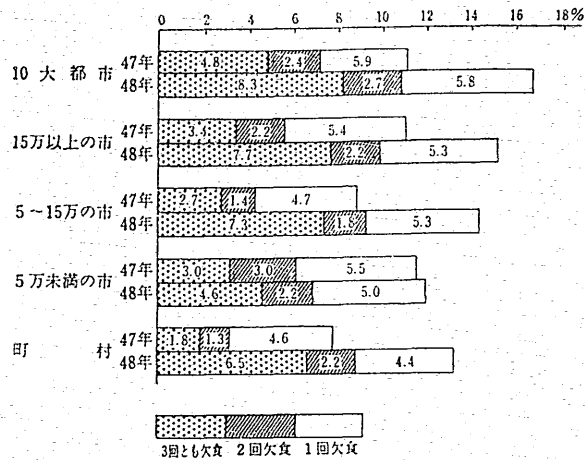


図7 皮下脂肪厚でみた性別肥満傾向  
（上腕背部+肩胛骨下部）

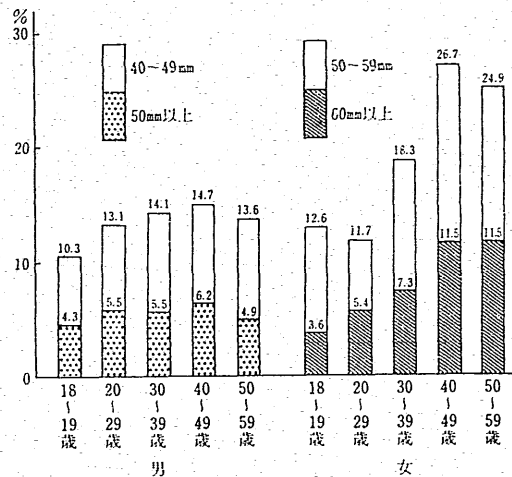


図8 性・年齢別にみた高血圧発現率

