

表7 昼食の外食内容(性、年齢階級別)

(%)

		総 数	そば、うどん類	パン類	和 食	洋 食
男	15~19歳	100.0	6.8	31.8	61.4	—
	20~29	100.0	8.5	48.5	42.4	0.6
	30~39	100.0	14.4	39.9	44.7	1.0
	40~49	100.0	7.9	23.6	64.2	4.3
	50~59	100.0	8.6	19.4	68.8	3.2
	60歳以上	100.0	2.9	28.6	65.7	2.8
女	15~19歳	100.0	—	45.9	54.1	—
	20~29	100.0	6.7	65.3	28.0	—
	30~39	100.0	8.8	58.8	32.4	—
	40~49	100.0	11.3	35.9	52.8	—
	50~59	100.0	8.0	34.0	56.0	2.0
	60歳以上	100.0	6.1	20.4	73.5	—

## 7. 肥 満

皮下脂肪厚(上腕背部+肩甲骨下部)の測定結果による肥満者(男40mm以上、女50mm以上)の状況は表8のとおりである。

前年(53年)は、52年に比べて、各年代とも減少がみられたところであるが、本年は15~19歳は男女とも前年にひきつづきわずかながら減少を示したが、前年比較的大幅な減少を示した男の30~39歳は若干増え、女はほぼ横ばいである。

また、40~49歳、50~59歳については、男はほとんど変わらず、女は若干増えている。

表8 肥満者の年次推移(皮下脂肪厚:男40mm以上、女50mm以上)

(%)

		15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳
男	昭和50年	10.8	12.7	17.8	18.5	16.3
	51年	10.1	13.6	16.6	16.2	16.0
	52年	10.6	12.2	17.2	17.5	17.6
	53年	8.9	13.5	12.6	15.0	14.6
	54年	8.3	11.4	14.9	15.0	15.2
女	昭和50年	10.7	12.4	20.7	27.0	25.8
	51年	12.1	13.0	21.8	28.0	30.5
	52年	14.3	14.6	19.3	27.4	27.7
	53年	10.4	9.9	17.6	22.4	22.9
	54年	8.6	10.3	17.9	24.7	23.8

また、昭和54年調査において、肥満に関するアンケート調査を行ったところ、まず、食事の量との関連については図10のとおりふだんの食事量について、自分は多食の方であると回答した者は少食であると回答した者に比べて、皮下脂肪厚は厚いという結果が示されている。

次に運動との関連については、図11のとおりふだん運動不足であると回答している者は運動不足でないと回答している者に比べて皮下脂肪厚は厚いという結果が示されている。

図10 食事量(意識)と皮下脂肪厚

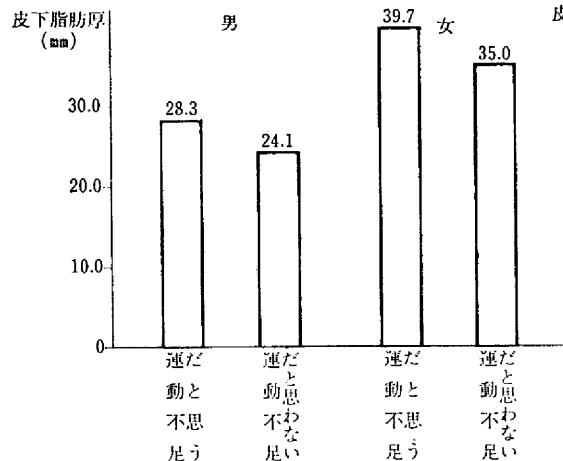
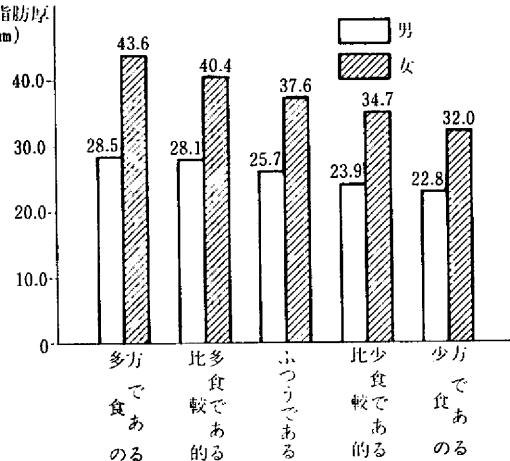


図11 運動(意識)と皮下脂肪厚



なお、欠食をしがちなものは、そのかわりに

1回に食べる量が多いので肥満になりやすいといわれているところであるが、今回の調査で3日間の調査期間中における欠食の有無と皮下脂肪厚の関連についてみると図12のとおり、男女ともに「欠食ありの者」は「欠食なしの者」に比べて皮下脂肪厚の数値は大きいという結果が示されている。

## 8. 血圧の状況

血圧の測定結果についてみると表9のとおりである。なお、ここでいう低血圧、正常血圧などの基準は次のとおりである。①低血圧は最高血圧90mmHg未満の者、②正常は最高血圧90~140mmHg未満かつ最低血圧が90mmHg未満の者、③境界域は最高血圧140~160mmHg未満の者及び最低血圧が90~95mmHg未満で高血圧に含まれない者、④高血圧は最高血圧160mmHg以上または最低血圧95mmHg以上の者。

図12 欠食の有無と皮下脂肪厚

