

る。一方、利用しないと回答したのは20.8%となっている。

次に、仕事の有無別に利用状況をみると仕事をもっていない者は仕事をもっている者に比べて利用頻度は低い傾向がみられる。

(4) 食生活状況と栄養摂取の関連

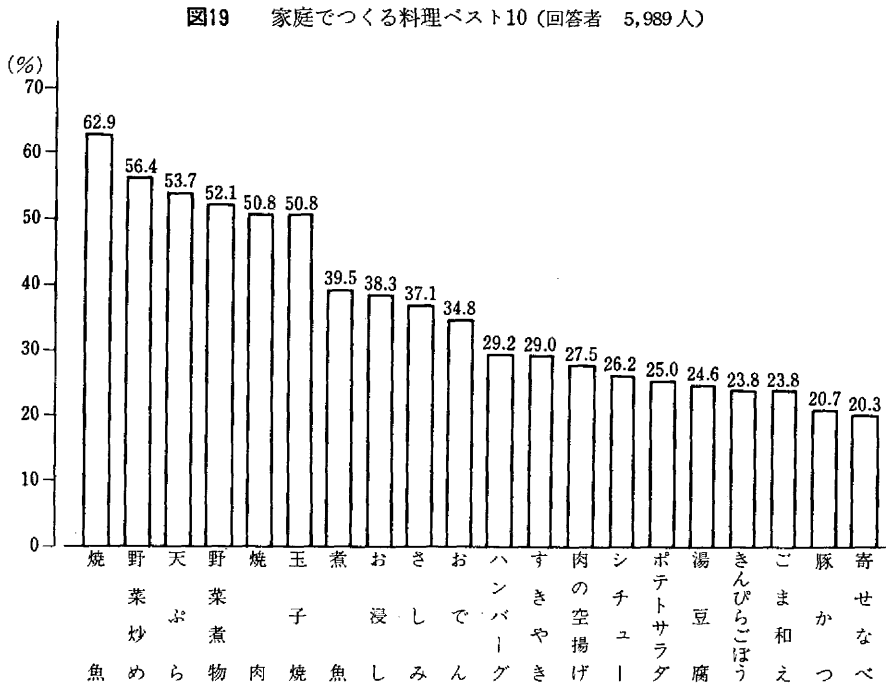
食事づくりを担当する者を対象に行った食生活状況調査の回答グループ別に、それぞれ1人1日当たりの栄養素等摂取量との相関をみたところ、図15、16のとおり、「調理に多くの時間をかける」「調理が好き」といった家庭ほど栄養素等摂取量が多いという傾向がみられる。一方、「調理にあまり時間をかけない」「調理が嫌い」あるいは「調理済み食品の利用頻度が高い」といった家庭では、栄養のバランスが劣っているといった傾向がみられる。

次に、調理済み食品及びそうざいの利用頻度と栄養素等摂取量との相関についてみたところ図17、18のとおり、利用頻度が高い家庭ほど栄養のバランスは劣っているという傾向がみられる。

(5) 家庭でつくる料理ベスト10

家庭でふだんよくつくる料理を10品選んでもらったところ図19のとおりであった。

もっとも上位を占めたのは焼魚で62.9%の者がベスト10のなかにあげており、次いで野菜炒め56.4%、天ぷら53.7%、野菜煮52.1%、焼肉50.8%、玉子焼50.8%、煮魚39.5%、お浸し38.3%、さしみ37.1%、おでん34.8%、ハンバーグ29.2%、すきやき29.0%、肉の空揚げ27.5%、シチュー26.2%、ポテトサラダ25.0%、湯豆腐24.6%、きんぴらごぼう23.8%、ごま和え23.8%、豚かつ20.7%、寄せなべ20.3%といった順となっている。



6. 身体状況

(1) 体 位

昭和56年調査では48年調査以来実施していなかった座高と胸囲についても調査を実施したが、成人について身長、体重、座高、胸囲の10年前(46年調査)との比較をしたものが表4である。

身長伸びに比べて座高の伸びのほうが少ない、全般的に足が長くなっていることが示されている。

表 4 10 年 前 と の 体 格 の 比 較

		身 長 cm		体 重 kg		座 高 cm		胸 囲 cm		身長－座高	
		男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
20 歳	昭 和 46 年	165.9	154.5	57.6	51.5	90.3	84.7	85.9	81.4	75.6	69.8
	56 年	169.7	157.3	64.0	51.8	91.9	84.5	89.2	81.3	77.8	72.8
	差	3.8	2.8	6.4	0.3	1.6	△0.2	3.3	△0.1	2.2	3.0
30 ～ 39歳	昭 和 46 年	163.2	151.4	59.8	51.9	89.3	84.1	88.3	83.8	73.9	67.3
	56 年	166.1	153.3	62.3	52.3	90.8	84.6	89.7	83.1	75.3	68.7
	差	2.9	1.9	2.5	0.4	1.5	0.5	1.4	△0.7	1.4	1.4
40 ～ 49歳	昭 和 46 年	161.7	150.0	58.9	52.1	88.8	83.6	88.0	84.0	72.9	66.4
	56 年	163.3	152.0	61.8	53.7	89.0	84.0	89.9	85.1	74.3	68.0
	差	1.6	2.0	2.9	1.6	0.2	0.4	1.9	1.1	1.4	1.6
50 ～ 59歳	昭 和 46 年	160.1	148.1	56.6	50.6	87.3	82.0	87.2	83.7	72.8	66.1
	56 年	161.5	149.7	59.3	52.4	87.7	82.6	88.6	85.4	73.8	67.1
	差	1.4	1.6	2.7	1.8	0.4	0.6	1.4	1.7	1.0	1.0

注) △印はマイナス

(2) 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5のとおりである。

前年に比べて、男は30～39歳を除くその他の年齢階級については増加を示し、女についても15～19歳、20～29歳は若干減少したものの、30歳代以上の年齢階級については増加がみられる。

表 5 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
	55年	9.4	11.1	14.4	15.8	13.3
	56年	12.1	12.2	13.1	18.0	16.6
女	昭和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
	55年	10.3	12.4	19.1	24.1	24.8
	56年	8.2	11.5	19.3	27.5	27.4

(3) 血圧の状況

血圧の測定結果を年齢階級別にみたのが表6である。

高血圧者は加齢につれて増加し、40歳代では男17%、女11%、50歳代では男23%、女23%、60歳代では男35%、女33%となっている。

なお、ここでいう高血圧、低血圧などの基準は次のとおりである。

- ① 高血圧とは最高血圧 160mmHg 以上または最低血圧 95mmHg 以上の者。
- ② 境界域とは最高血圧 140～160mmHg 未満の者及び最低血圧 90～95mmHg 未満の者で高血圧に含まれない者。
- ③ 正常とは最高血圧 90～140mmHg 未満でかつ最低血圧が 90mmHg 未満の者。
- ④ 低血圧とは最高血圧 90mmHg 未満の者。

表 6 血 圧 の 状 況 (性, 年齢階級別)

(%)

年 齢		総 数(実数,人)	低 血 圧	正 常	境 界 域	高 血 圧
男	15 ～ 19歳	100.0 (420)	—	90.7	8.3	1.0
	20 ～ 24	100.0 (248)	—	83.1	15.7	1.2
	25 ～ 29	100.0 (319)	—	80.6	15.0	4.4
	30 ～ 39	100.0 (894)	—	74.3	18.2	7.5
	40 ～ 49	100.0 (848)	0.1	58.5	24.3	17.1
	50 ～ 59	100.0 (810)	—	47.5	29.3	23.2
	60 ～ 69	100.0 (487)	—	35.9	29.6	34.5
	70 歳 以 上	100.0 (368)	—	27.7	35.6	36.7
女	15 ～ 19歳	100.0 (429)	0.2	97.5	2.3	—
	20 ～ 24	100.0 (341)	0.3	96.7	2.5	0.5
	25 ～ 29	100.0 (452)	—	96.5	2.9	0.6
	30 ～ 39	100.0 (1,433)	0.4	87.6	8.4	3.6
	40 ～ 49	100.0 (1,311)	0.1	70.3	18.5	11.1
	50 ～ 59	100.0 (1,117)	0.2	48.7	28.0	23.1
	60 ～ 69	100.0 (705)	—	34.8	32.6	32.6
	70 歳 以 上	100.0 (512)	—	23.2	32.8	44.0