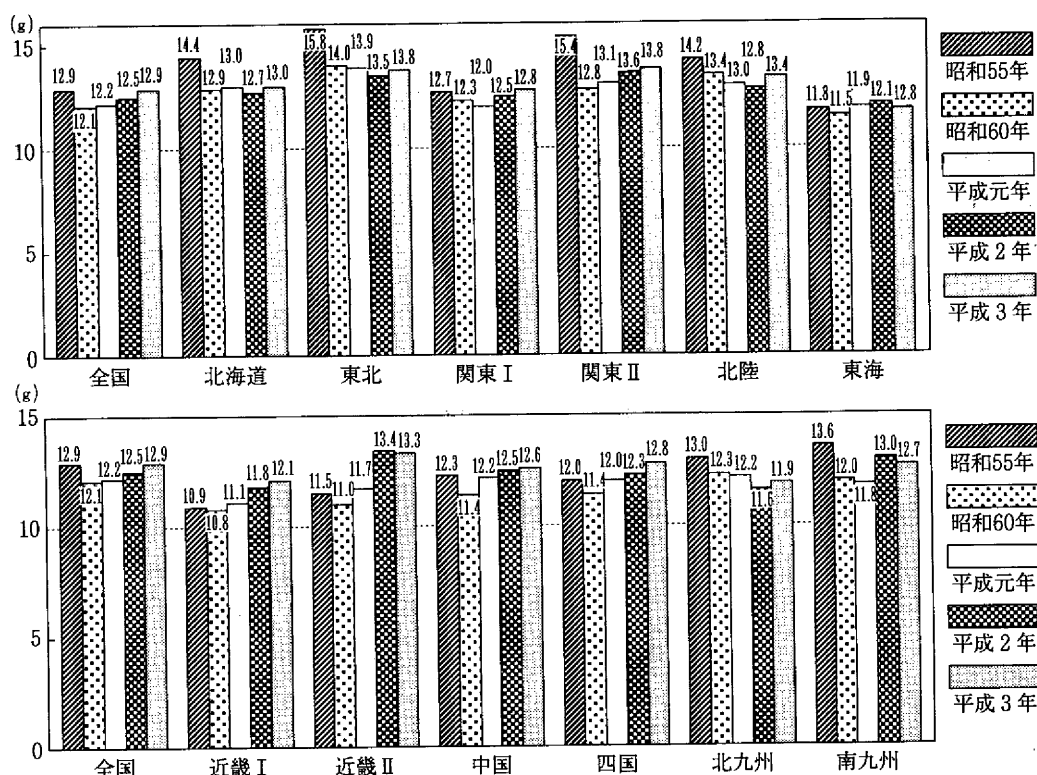


図21 地域ブロック別食塩摂取量の推移



さらに、食塩摂取量の多いブロックの食品群別摂取量をみると図22のとおり、しょうゆ、味噌、魚介加工品の摂取に大きな差があることがわかる。

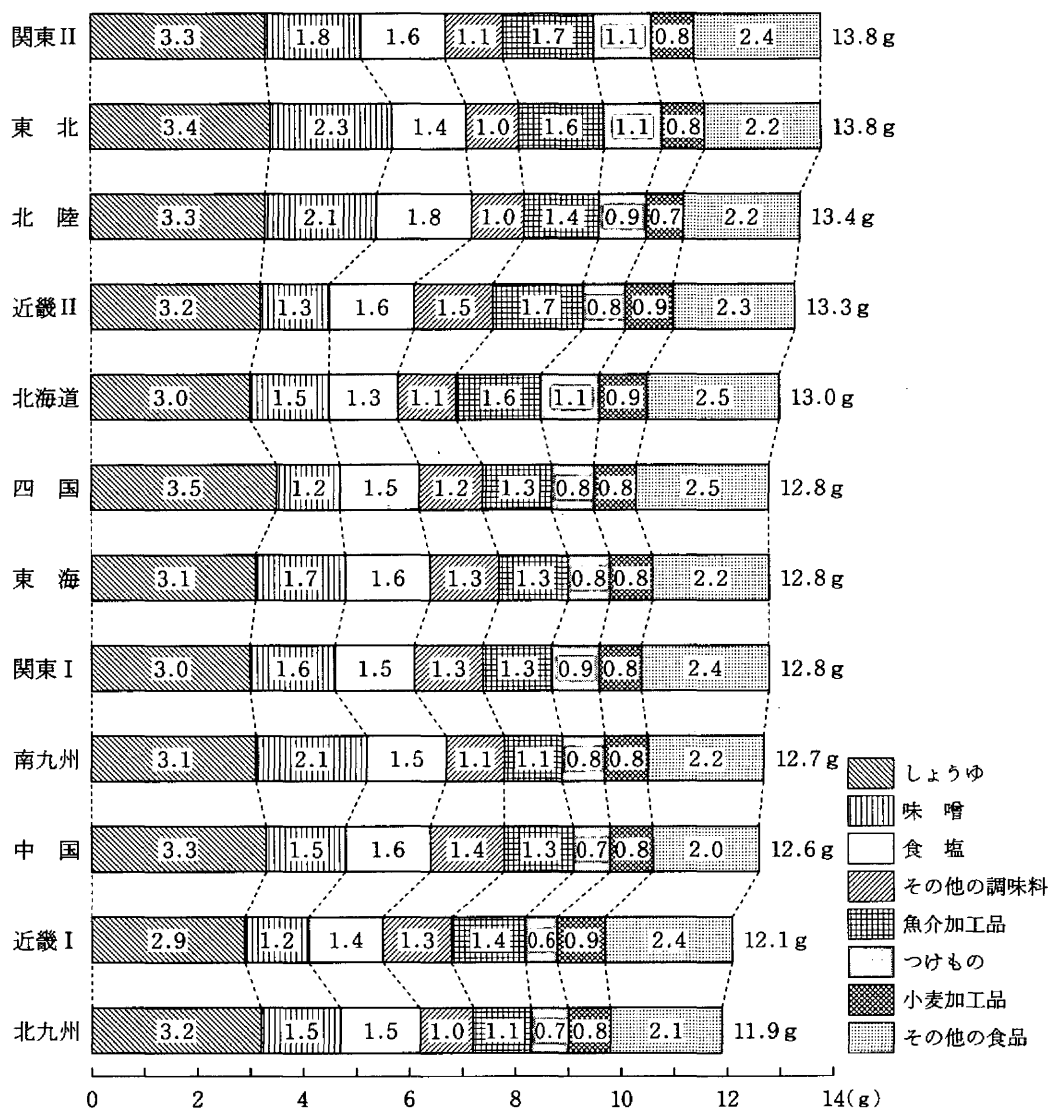
4. 身体の状態

—肥満者は男性で7人に1人、女性で5人に1人—

皮下脂肪厚（上腕背部＋肩甲骨下部）からみた肥満者（男40mm以上、女50mm以上）とるいそう者（男10mm未満、女20mm未満）の割合を年齢階級別にみると図23、24のとおり、20歳代の若い女性の肥満者は8.9%と少ないが、30歳代以後はかなり肥満者が増え、40歳代、50歳代においては22%以上で、かなり年代間に差があることがわかる。その点、男性においては、女性ほど年代間で肥満者の割合に差がなく、るいそう者も同様に年代間にあまり差がみられない。

肥満者の割合の年次推移をみると図25のとおり、男女とも明確な増減の傾向は認められず、ほぼ横ばいである。

図22 食塩の食品群別摂取量 (地域ブロック別)



次に、各出生年代別の体重変動を10年ごとに追跡したものを図26、27に示す。男性は20歳代から30歳代、40歳代にかけて体重は増加し、特に後続世代ほど体重の増加が著しい傾向にある。また、50歳代から60歳代、70歳代にかけて体重は減少していることが多い。一方、女性は大正11～昭和6年生まれにおいて、20歳代から30歳代にかけて体重の減少がみられるが、そのほかは男性と同様、20歳代から30歳代、40歳代にかけて体重は増加している。また、50歳代以降から60歳代、70歳代にかけては体重は減少している。

図23 年齢階級別肥満とるいそうの割合(男)
(平成3年)

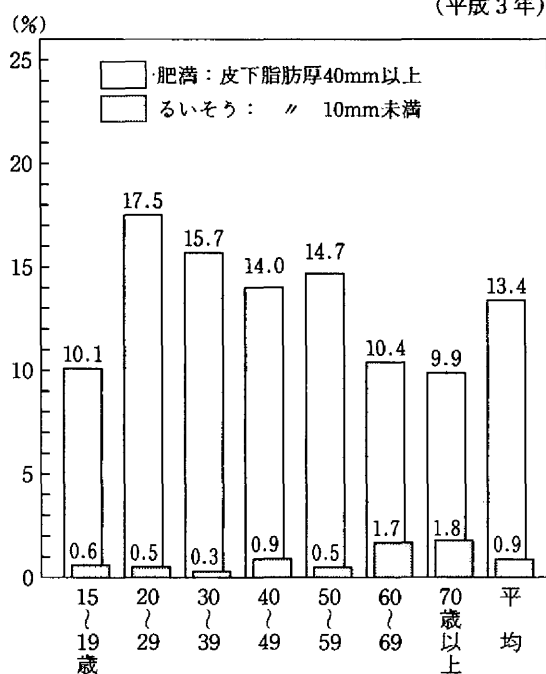


図24 年齢階級別肥満とるいそうの割合(女)
(平成3年)

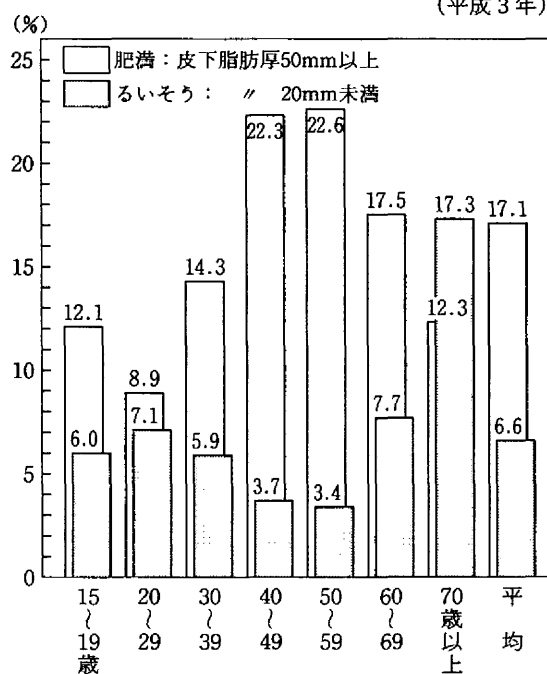
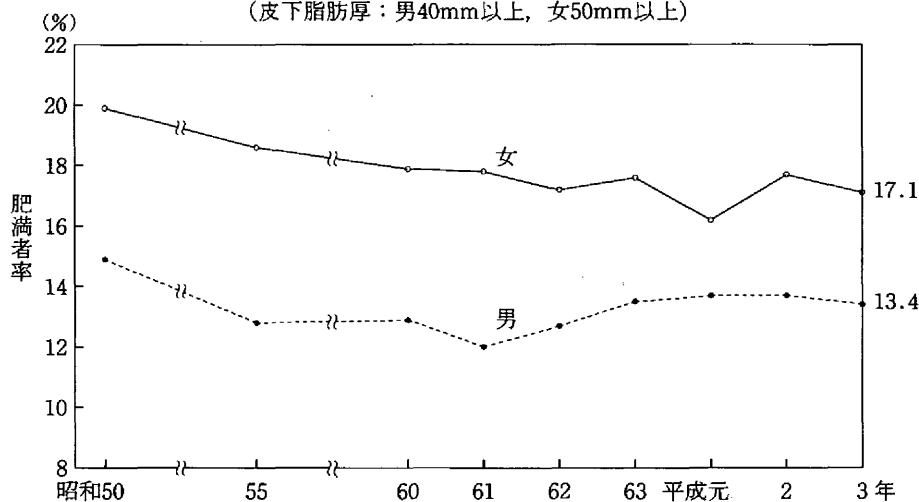


図25 肥満者の年次推移

(皮下脂肪厚: 男40mm以上, 女50mm以上)



5. 外食の状況

外食について年次推移をみたのが図28であるが、昭和40年には11.3%であったものが増減を繰り返しながらも徐々に増加し、平成3年には18.7%までになっており、男女別にみても同様に増加の傾向がみられる。

また、年齢階級別に推移をみると図29、30のとおり、男女ともに各年代において増加の傾向を示し、特に20～40歳代の伸びが大きい。