

7. 血液検査

血液検査は18歳以上の男女を対象として、血色素量、赤血球数、総コレステロール、トリグリセライド、HDL-コレステロール、総たん白質、血糖値の7項目について測定した。主な項目の測定方法及び結果の概要は、次のとおりである。なお、調査対象については表4のとおりであるが、血糖値については「食後3時間以上のもの」のみを集計の対象としたため、別途、表13に示した。

(1) 血色素量

血色素量の平均値及び標準偏差は、表5に示すとおりである。

すべての年齢で男性の方が女性より高値であるが、特に若年層において差異が大きくなっている。この分布は図43に示すとおりである。

表4 性・年齢階級別血液検査対象者数 (人)

年 齢	男	女
総 数	3,501	4,950
18～19歳	115	121
20～29	394	608
30～39	561	859
40～49	731	1,091
50～59	716	976
60～69	617	780
70歳以上	367	515

注) 血糖値を除く各項目。

表5 性・年齢階級別にみた血色素量の平均値、標準偏差

年 齢	男		女	
	平 均 値 (g/dl)	標準偏差 (g/dl)	平 均 値 (g/dl)	標準偏差 (g/dl)
総 数	15.2	1.32	13.0	1.26
18～19歳	15.6	0.84	13.3	1.04
20～29	15.7	1.11	13.1	1.10
30～39	15.6	0.99	12.9	1.19
40～49	15.4	1.16	12.9	1.52
50～59	15.2	1.19	13.3	1.17
60～69	14.7	1.33	13.2	1.07
70歳以上	14.0	1.61	12.8	1.35

図43 血色素量の分布 (性別)

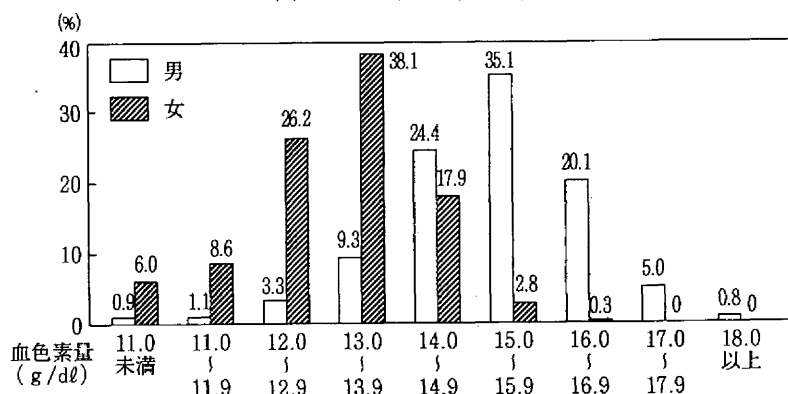


表6 性・年齢階級別にみた血色素低値者の割合 (%)

年 齢	男	女
	14.0 g/dl未満	12.0 g/dl未満
総 数	14.5	14.6
18～19歳	1.7	5.0
20～29	3.6	13.7
30～39	4.6	15.0
40～49	7.8	18.6
50～59	11.0	9.9
60～69	25.9	10.6
70歳以上	46.3	23.3

表7 性・年齢階級別にみた総コレステロールの平均値、標準偏差 (mg/dl)

年 齢	男		女	
	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
総 数	189.7	35.97	196.7	38.23
18～19歳	160.4	29.43	175.4	33.51
20～29	176.2	33.60	176.0	32.47
30～39	191.0	34.07	181.6	33.63
40～49	197.9	35.48	194.3	36.15
50～59	194.7	36.41	211.2	38.17
60～69	190.6	36.15	212.6	36.59
70歳以上	184.0	33.32	204.5	35.25

表8 性・年齢階級別にみた総コレステロール高値者の割合 (%)

年 齢	男		女	
	220～259 mg/dl	260mg/dl以上	220～259 mg/dl	260mg/dl以上
総 数	15.5	3.5	19.2	5.9
18～19歳	3.4	0.9	5.8	1.7
20～29	7.6	1.8	9.2	1.3
30～39	17.1	2.9	9.3	3.0
40～49	19.2	5.5	15.0	4.1
50～59	16.6	4.3	27.6	10.5
60～69	17.4	3.4	30.7	10.3
70歳以上	12.5	1.9	26.6	6.0

男性で14.0 g/dl未満及び女性で12.0 g/dl未満の人の割合は表6のとおりで、それぞれ14.5%及び14.6%となっており、男性では加齢とともに顕著な増加を示すが、女性は明確な傾向はみられない。

(2) 総コレステロール、HDL-コレステロール

総コレステロール、HDL-コレステロールの平均値及び標準偏差は、表7及び9のとおりである。

総コレステロールは、全体としては男性より女性が高値であるが、それは高齢層においてより顕著であり、30～40歳代では男性の方が女性より高値を示している。

HDL-コレステロールは、全年齢層において男性より女性が高いが、男性は各年齢層で一定しているのに比べ、女性は高齢層では徐々に低値となっており、その差は小さくなっている。それぞれの分布を図44及び45に示す。

総コレステロールが220～259mg/dl及び260mg/dl以上を示す人の割合は表8のとおりで、それぞれ男性15.5%及び3.5%、女性19.2%及び5.9%である。男性は40歳代、女性は50～60歳代をピークに若年層及び高齢層では減少の傾向になっている。

図44 総コレステロール分布（性別）

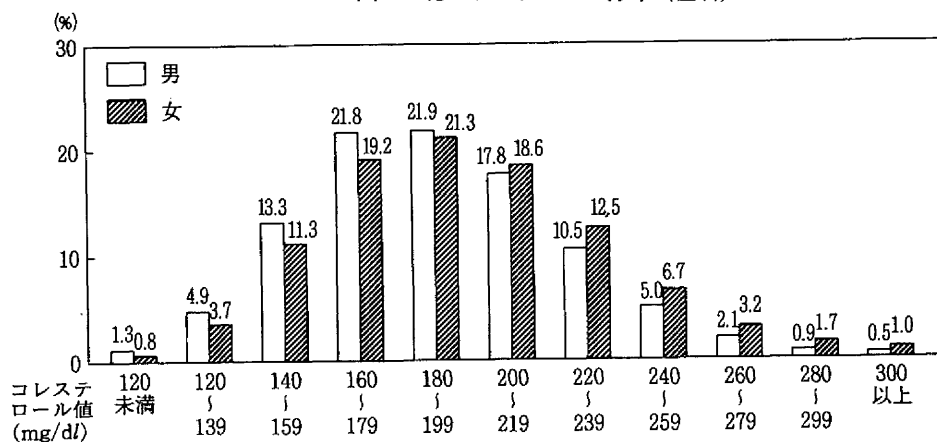
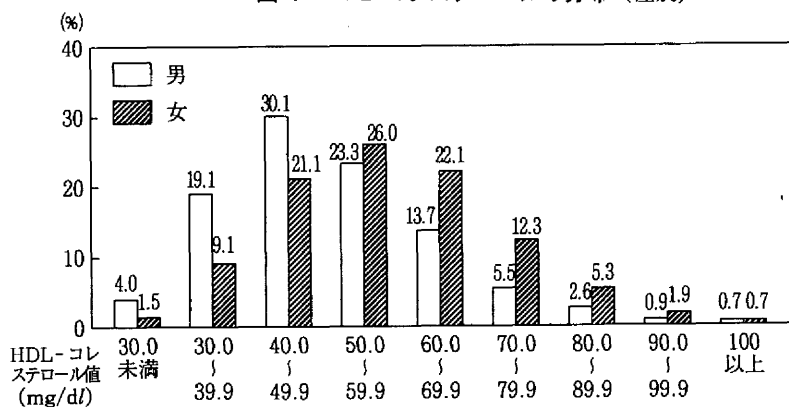


図45 HDL-コレステロールの分布（性別）



HDL-コレステロールにおいては表10のとおり、低値者の割合は男女とも加齢に伴い高くなる傾向がみられる。全年齢を通じて女性が男性より低率となっているが、高齢者においてはその差は小さくなっている。

(3) 総たん白質

総たん白質の平均値及び標準偏差は、表11のとおりである。

総たん白質の平均値については男女間であまり差異はなく、その分布は図46に示すとおりである。総たん白質が6.5 g/d未満の人の割合は表12のとおり、男性2.5%、女性2.0%で、男性は加齢に伴い増加の傾向がみられるが、女性は明確な傾向はみられない。

表9 性・年齢階級別にみたHDL-コレステロールの平均値, 標準偏差 (mg/dl)

年 齢	男		女	
	平 均 値	標準偏差	平 均 値	標準偏差
総 数	50.9	14.72	58.0	15.06
18～19歳	50.6	11.08	62.8	13.61
20～29	51.3	11.98	61.7	14.07
30～39	50.7	14.09	61.0	14.72
40～49	50.9	14.49	59.9	15.22
50～59	50.4	15.51	56.4	14.85
60～69	50.6	15.68	53.9	14.23
70歳以上	52.2	16.33	52.9	14.97

表10 性・年齢階級別にみたHDL-コレステロール低値者の割合 (%)

年 齢	男	女
	40mg/dl 未 満	40mg/dl 未 満
総 数	23.1	10.5
18～19歳	13.9	3.3
20～29	15.7	5.1
30～39	22.3	6.1
40～49	23.4	7.1
50～59	26.1	13.3
60～69	27.1	16.0
70歳以上	22.1	19.8

表11 性・年齢階級別にみた総たん白質平均値, 標準偏差 (mg/dl)

年 齢	男		女	
	平 均 値	標準偏差	平 均 値	標準偏差
総 数	7.3	0.45	7.4	0.44
18～19歳	7.5	0.39	7.5	0.38
20～29	7.4	0.40	7.4	0.46
30～39	7.4	0.42	7.4	0.44
40～49	7.3	0.40	7.4	0.43
50～59	7.3	0.46	7.4	0.44
60～69	7.2	0.48	7.3	0.43
70歳以上	7.1	0.48	7.2	0.46

表12 性・年齢階級別にみた総たん白質低値者の割合 (%)

年 齢	男	女
	6.5mg/dl 未 満	6.5mg/dl 未 満
総 数	2.5	2.0
18～19歳	—	—
20～29	0.5	2.3
30～39	0.9	2.6
40～49	1.4	0.8
50～59	2.8	0.9
60～69	3.4	2.2
70歳以上	7.9	5.2

表13 性・年齢階級別にみた血糖値 (食後3時間以上) の平均値, 標準偏差

年 齢	男			女		
	対 象 者 (人)	平 均 値 (mg/dl)	標準偏差 (mg/dl)	対 象 者 (人)	平 均 値 (mg/dl)	標準偏差 (mg/dl)
総 数	2,773	95.9	33.84	3,840	94.7	25.45
18～19歳	86	88.0	15.71	94	85.2	10.94
20～29	294	86.7	15.90	466	86.6	11.89
30～39	447	90.2	17.07	674	87.9	14.09
40～49	588	96.5	40.69	855	91.8	19.16
50～59	579	98.2	38.07	761	98.4	32.73
60～69	478	100.2	35.05	609	102.0	30.57
70歳以上	301	103.2	39.79	381	106.7	32.57

(4) 血 糖 値

血糖値の平均値及び標準偏差は、表13に示すとおりである。

平均値においては男女間にそう大きな差異はみられない。分布については図47に示すとおりである。また、血糖値110mg/dl以上の人の割合においても表14にみられるとおり、全体としては男性が女性よりやや多いが、高齢者では女性の方が男性より多くなっている。

図46 総たん白質の分布（性別）

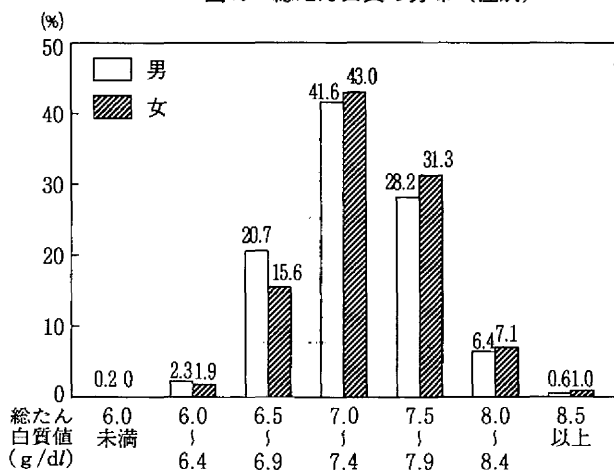
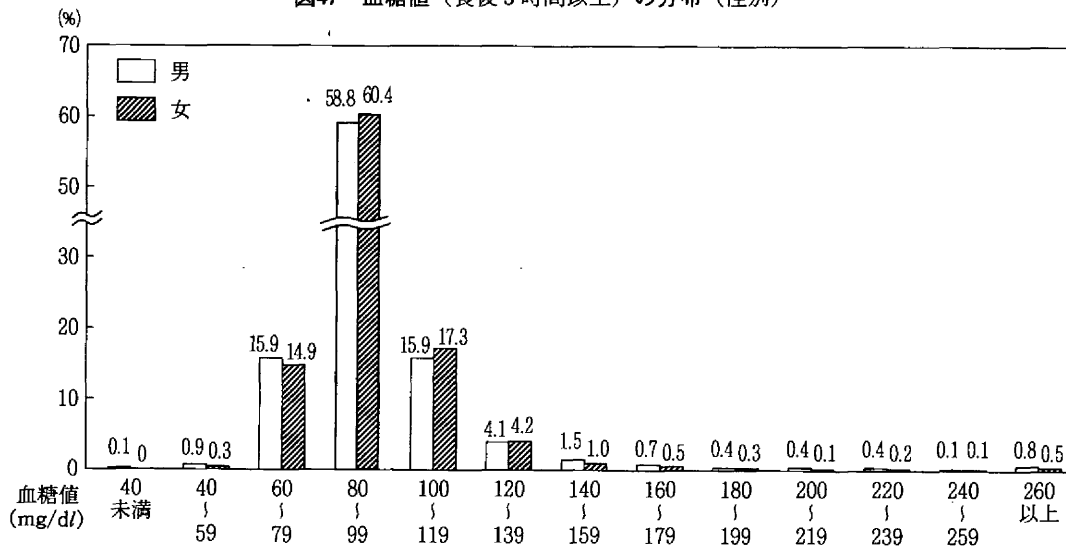


表14 性・年齢階級別にみた血糖値高値者の割合（食後3時間以上）（%）

年 齢	男	女
	110mg/dl以上	110mg/dl以上
総 数	13.3	12.3
18～19歳	9.3	3.2
20～29	4.1	4.3
30～39	5.8	4.5
40～49	11.6	7.5
50～59	15.0	14.7
60～69	19.9	21.5
70歳以上	23.9	29.1

図47 血糖値（食後3時間以上）の分布（性別）



8. 歩行数の状況

平成3年における歩行数調査は、被調査者のうち18～59歳の男女を対象として、3日間の歩行数を測定した。男性4,328人、女性4,872人、計9,200人における結果の概要は、次のとおりである。

－ 1日1万歩以上歩く人は、男性28.4%、女性17.0%－

(i) 1日の歩数について

1日の歩数について、性・年代別の平均歩数は表15のとおりであり、男性は女性より10%程度多く、また、男女とも加齢に伴い歩数の減少がみられる。次に、歩数区分別分布をみると、表16のとおりで、1万歩以上歩く人は男性28.4%、女性17.0%となっている。また、2,000歩に満たない人は2%前後いる。