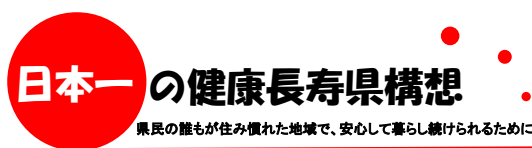


令和4年高知県県民健康・栄養調査報告書

高知県

令和5年3月



目 次

調査の概要

	ページ
1. 調査の目的	1
2. 調査地区の抽出方法、調査の対象者	1
3. 調査実施者の概要	1
4. 調査項目	4
5. 調査時期	4
6. 調査方法	4
7. 個別結果票について	5
8. 調査の集計及び利用方法	5

結果の概要

第1章 栄養摂取の状況	9
1. 全国との比較	9
2. 高知県の状況	13
第2章 身体状況	43
第3章 生活習慣に関する状況	51

栄養摂取状況調査の結果

第1表 栄養素等摂取量（性・年齢階級別）	75
第2表 栄養素等摂取量（経済地帯別）	76
第3表 栄養素等摂取量（地区別）	76
第4表 食品群別摂取量（性・年齢階級別）	77
第5表 食品群別摂取量（経済地帯別）	78
第6表 食品群別摂取量（地区別）	78
第7表 食品群別栄養素等摂取量	79
第8表 朝昼夕別にみた1日の食事構成比（年齢階級別）	81
第9表 朝昼夕別にみた1日の食事構成比（経済地帯別）	82
第10表 朝昼夕別にみた1日の食事構成比（職業別）	83
第11表 野菜類摂取量の分布（20歳以上、性・年齢階級別）	85
第12表 食塩摂取量の分布（20歳以上、地区別）	86
第13表 脂肪エネルギー比率の分布（20歳以上、性・年齢階級別）	87

身体状況調査の結果

第14表 身長・体重の平均値及び標準偏差（性・年齢階級別）	88
第15表 BMIの平均値及び標準偏差（15歳以上、性・年齢階級別）	89
第16表 BMIの分布（15歳以上、性・年齢階級別）	89
第17表 BMIの状況（15歳以上、性・年齢階級別）	90
第18表 学校保健統計調査方式による肥満区分（6-14歳、性・年齢階級別）	91
第19表 腹囲の分布（20歳以上、性・年齢階級別）	92
第20表 腹囲の区分（20歳以上、性・年齢階級別）	93
第21表 BMI・腹囲の区分（20歳以上、性・年齢階級別）	93

第 22 表	薬の服用状況（性・年齢階級別）	94
第 23 表	血圧の状況（性・年齢階級別）	95
第 24 表	ヘモグロビン A1c の状況（性・年齢階級別）	96
第 25 表	総コレステロール値の分布（性・年齢階級別）	97
第 26 表	HDL-コレステロール値の分布（性・年齢階級別）	98
第 27 表	LDL-コレステロール値の分布（性・年齢階級別）	98
第 28 表	腹囲区分別、血中脂質、血圧、血糖のいずれかのリスクを有する割合（性・年齢階級別）	99
第 29 表	腹囲区分別、血中脂質、血圧、血糖のリスク保有状況【すべての組み合わせ①血中脂質②血圧③血糖】（性・年齢階級別）	100
第 30 表	メタボリックシンドロームの状況 割合（性・年齢階級別）	101
第 31 表	糖尿病該当者・予備群の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）	102
第 32 表	高血圧該当者・予備群の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）	103
第 33 表	脂質異常症該当者・予備群の割合（20 歳以上、性・年齢階級別）	104
第 34 表	運動習慣の状況（性・年齢階級別）	105
第 35 表	運動習慣の状況（経済地帯別）	105
第 36 表	運動習慣の状況別、歩行数の分布（20 歳以上、性・年齢階級別）	106
第 37 表	歩行数の平均値及び標準偏差（性・年齢階級別）	109
第 38 表	歩行数の分布（性・年齢階級別）	110
第 39 表	歩行数の状況（経済地帯別）	111
第 40 表	歩行数の状況（運動習慣別）	111
第 41 表	歩行数区分別 HDL-コレステロール値	111

生活習慣調査の結果

第 42 表	問 1. あなたはたばこを吸いますか。	112
第 43 表	問 1-1. 現在、吸っているたばこ製品について	112
第 44 表	問 1-2. 1 日に何本紙巻きたばこを吸いますか。	113
第 45 表	問 1-3. たばこをやめたいと思いますか。	114
第 46 表	問 2-ア. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。家庭	114
第 47 表	問 2-イ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。職場	114
第 48 表	問 2-ウ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。学校	115
第 49 表	問 2-エ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。飲食店	115
第 50 表	問 2-オ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など）	115
第 51 表	問 2-カ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。行政機関（市役所、町村役場、公民館など）	115
第 52 表	問 2-キ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。医療機関	116
第 53 表	問 2-ク. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。公共交通機関	116
第 54 表	問 2-ケ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。路上	116
第 55 表	問 2-コ. あなたはこの 1 か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。子供が利用する屋外の空間（公園、通学路など）	116

第 56 表 問 3. あなたは週に何日位お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲みますか。 ……	117
第 57 表 問 3-1. お酒を飲む日は 1 日あたり、どのくらいの量を飲みますか。 ……	117
第 58 表 問 3-1 (2). 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合（20 歳以上、 性・年齢階級別） ……	117
第 59 表 問 4. あなたはふだん、朝食を食べますか。 ……	117
第 60 表 問 5. 成人が 1 日に必要な野菜の摂取量は 350g です。あなたはこのことを知っていま したか。 ……	118
第 61 表 問 6. あなたは「食育」について、どう思いますか。 ……	118
第 62 表 問 7. あなたは主食、主菜、副菜の 3 つを組み合わせることを心がけていますか。 ……	118
第 63 表 問 8. あなたはふだんから適正体重の維持や減塩などに気を付けた食生活を実践していま すか。 ……	119
第 64 表 問 9. 自分の歯は何本ありますか。 ……	119
第 65 表 問 10. あなたはこの 1 年間に、歯科検診を受けましたか。 ……	119
第 66 表 問 11. あなたは次の器具（歯間部清掃用器具など）を使用していますか。 ……	119
第 67 表 問 12-ア. あなたのふだんの食べる時の状況についておたずねします。何でもかんで 食べることができる ……	119
第 68 表 問 12-イ. あなたのふだんの食べる時の状況についておたずねします。よくかんで食べて いる ……	120
第 69 表 問 12-ウ. あなたのふだんの食べる時の状況についておたずねします。おいしく味わって 食べている ……	120
第 70 表 問 13. 歯周病と糖尿病等の全身疾患（心臓病・脳卒中等）は密接に関連しています。 あなたはこのことを知っていましたか。 ……	120
第 71 表 問 14. 歯をみがくと血が出ますか。 ……	120
第 72 表 問 15. あなたは現在、健康づくりのための身体活動や運動を実践していますか。 ……	120
第 73 表 問 16. ここ 1 ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。 ……	120
第 74 表 問 17. ここ 1 ヶ月間、あなたの 1 日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。 ……	121
第 75 表 問 18. あなたの現在の健康状態はいかがですか。 ……	121
第 76 表 問 19. あなたは災害時に備えて非常用の食料を用意していますか。 ……	121
第 77 表 問 19-1. 非常用としてどんなものを用意していますか。 ……	121
第 78 表 問 20. あなたは現在、何人でお住まいですか（乳幼児を含む）。あなたを含めてお答え ください。 ……	122
第 79 表 問 21. あなたの世帯の過去 1 年間の年間収入（税込み）はだいたいどれくらいになりま すか。 ……	122

参考資料

栄養摂取状況調査票 ……	123
身体状況調査票 ……	138
生活習慣調査票 ……	140
食事調査による結果のお知らせ ……	148
身体状況調査・血液検査の結果（男性） ……	150
身体状況調査・血液検査の結果（女性） ……	151
職業分類表 ……	152
国民健康・栄養調査食品群別表 ……	153