

調査の概要

調査の概要

1. 調査の目的

この調査は、健康増進法（平成14年法律第103号）に基づき、国民の身体の状態、栄養素等摂取量及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ることを目的とする。

2. 調査の対象及び客体

調査の対象は、平成22年国民生活基礎調査（11,000単位区内の約29万世帯及び世帯員約75万人）において設定された単位区内の世帯の世帯員で、平成22年11月1日現在で満1歳以上の者とした。

調査の客体は、平成22年国民生活基礎調査を実施した地区から層化無作為抽出した300単位区内5,411世帯のうち、転出等で対象から外れた54世帯を除く5,357世帯である。調査実施世帯は3,684世帯であり、集計客体数は次頁のとおりである。

3. 調査客体の分類方法

地域ブロック別分類

全国を次の表のように12地域に分類した。

| ブロック | 都道府県名 |
|------|-------------------------|
| 北海道 | 北海道 |
| 東北 | 青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県 |
| 関東Ⅰ | 埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県 |
| 関東Ⅱ | 茨城県、栃木県、群馬県、山梨県、長野県 |
| 北陸 | 新潟県、富山県、石川県、福井県 |
| 東海 | 岐阜県、愛知県、三重県、静岡県 |
| 近畿Ⅰ | 京都府、大阪府、兵庫県 |
| 近畿Ⅱ | 奈良県、和歌山県、滋賀県 |
| 中国 | 鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県 |
| 四国 | 徳島県、香川県、愛媛県、高知県 |
| 九州北 | 福岡県、佐賀県、長崎県、大分県 |
| 九州南 | 熊本県、宮崎県、鹿児島県、沖縄県 |

4. 調査客体の概要

1. 調査世帯数

無作為抽出された300単位区のうち調査の協力が得られた世帯数は、3,684世帯である。

2. 年齢階級別状況（対象者数）

(人)

| 総数 | 総数 | 1-6歳 | 7-14歳 | 15-19歳 | 20-29歳 | 30-39歳 | 40-49歳 | 50-59歳 | 60-69歳 | 70歳以上 |
|----------|-------|------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 身体状況調査 | 7,182 | 80 | 580 | 296 | 491 | 883 | 895 | 1,033 | 1,428 | 1,496 |
| 血液検査 | 3,873 | — | — | — | 180 | 485 | 483 | 651 | 1,028 | 1,046 |
| 栄養摂取状況調査 | 8,815 | 461 | 739 | 386 | 649 | 1,083 | 1,077 | 1,168 | 1,558 | 1,694 |
| 生活習慣調査 | 7,881 | — | — | — | 731 | 1,181 | 1,183 | 1,287 | 1,700 | 1,799 |

| 男性 | 総数 | 1-6歳 | 7-14歳 | 15-19歳 | 20-29歳 | 30-39歳 | 40-49歳 | 50-59歳 | 60-69歳 | 70歳以上 |
|----------|-------|------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 身体状況調査 | 3,278 | 42 | 304 | 148 | 225 | 393 | 404 | 460 | 657 | 645 |
| 血液検査 | 1,598 | — | — | — | 75 | 162 | 175 | 259 | 462 | 465 |
| 栄養摂取状況調査 | 4,153 | 236 | 390 | 193 | 310 | 507 | 517 | 541 | 726 | 733 |
| 生活習慣調査 | 3,672 | — | — | — | 355 | 561 | 565 | 603 | 803 | 785 |

| 女性 | 総数 | 1-6歳 | 7-14歳 | 15-19歳 | 20-29歳 | 30-39歳 | 40-49歳 | 50-59歳 | 60-69歳 | 70歳以上 |
|----------|-------|------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 身体状況調査 | 3,904 | 38 | 276 | 148 | 266 | 490 | 491 | 573 | 771 | 851 |
| 血液検査 | 2,275 | — | — | — | 105 | 323 | 308 | 392 | 566 | 581 |
| 栄養摂取状況調査 | 4,662 | 225 | 349 | 193 | 339 | 576 | 560 | 627 | 832 | 961 |
| 生活習慣調査 | 4,209 | — | — | — | 376 | 620 | 618 | 684 | 897 | 1,014 |

3. 地域ブロック別状況（栄養摂取状況調査対象者数）

(人)

| 総数 | 北海道 | 東北 | 関東Ⅰ | 関東Ⅱ | 北陸 | 東海 | 近畿Ⅰ | 近畿Ⅱ | 中国 | 四国 | 北九州 | 南九州 |
|-------|-----|-----|-------|-----|-----|-------|-------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 8,815 | 408 | 796 | 1,865 | 785 | 467 | 1,100 | 1,189 | 182 | 605 | 262 | 677 | 479 |

4. 職業別状況（栄養摂取状況調査対象者数）

(人)

| | 総数 | 専門的・技術的職業従事者 | 管理的職業従事者 | 事務従事者 | 販売従事者 | サービス職業従事者 | 保安職業従事者 | 農業作業員 |
|----|-------|--------------|----------|-------|-------|-----------|---------|-------|
| 総数 | 8,815 | 800 | 297 | 740 | 428 | 657 | 69 | 266 |
| 男性 | 4,153 | 441 | 268 | 282 | 208 | 219 | 66 | 180 |
| 女性 | 4,662 | 359 | 29 | 458 | 220 | 438 | 3 | 86 |

| | 林業作業員 | 漁業作業員 | 運輸・通信従事者 | 生産工程・労務作業員 | 家事従事者 | その他（無職） | 保育園児 | 幼稚園児 |
|----|-------|-------|----------|------------|-------|---------|------|------|
| 総数 | 8 | 19 | 162 | 758 | 1,657 | 1,299 | 148 | 130 |
| 男性 | 7 | 17 | 155 | 574 | 60 | 815 | 69 | 71 |
| 女性 | 1 | 2 | 7 | 184 | 1,597 | 484 | 79 | 59 |

| | その他の幼児 | 小学校低学年 | 小学校中学年 | 小学校高学年 | 中学生 | その他の学生 | 不明 |
|----|--------|--------|--------|--------|-----|--------|----|
| 総数 | 144 | 179 | 202 | 204 | 243 | 398 | 7 |
| 男性 | 77 | 93 | 107 | 107 | 128 | 205 | 4 |
| 女性 | 67 | 86 | 95 | 97 | 115 | 193 | 3 |

5. 調査項目及び実施時期

1. 調査項目

本調査は、身体状況調査票、栄養摂取状況調査票及び生活習慣調査票からなり、調査項目は下記のとおりである。

ア. 身体状況調査票

- (ア) 身長 (満 6 歳以上)
- (イ) 体重 (満 6 歳以上)
- (ウ) 腹囲 (満 6 歳以上)
- (エ) 血圧：収縮期 (最高) 血圧, 拡張期 (最低) 血圧 (満 15 歳以上) [2 回測定]
- (オ) 血液検査 (満 20 歳以上)
- (カ) 1 日の運動量 (歩行数) (満 15 歳以上)
- (キ) 問診：①血圧を下げる薬 (満 20 歳以上)
②脈の乱れを治す薬 (満 20 歳以上)
③インスリン注射または血糖を下げる薬 (満 20 歳以上)
④コレステロールを下げる薬 (満 20 歳以上)
⑤中性脂肪 (トリグリセライド) を下げる薬 (満 20 歳以上)
⑥貧血治療のための薬 (鉄剤) (満 20 歳以上)
⑦運動習慣の有無と 1 週間の運動日数, 運動を行う日の平均運動時間, 運動の強さ (満 20 歳以上)

イ. 栄養摂取状況調査票 (満 1 歳以上)

(ア) 世帯の状況：氏名, 性別, 生年月日, 妊産婦 (週数)・授乳婦別, 仕事の種類, 身体活動レベル

(イ) 食事状況：外食・調理済み食・給食・家庭食・その他の区分

(ウ) 食物摂取状況：料理名, 食品名, 使用量, 廃棄量, 世帯ごとの案分比率

ウ. 生活習慣調査票 (満 20 歳以上) [アンケート調査]

食生活, 身体活動・運動, 休養 (睡眠), 飲酒, 喫煙, 歯の健康等に関する生活習慣全般を把握する。また, 平成 22 年度の重点項目として, 「循環器疾患」に関する状況について把握する。

2. 調査時期

ア. 身体状況調査：平成 22 年 11 月中の 1 日

イ. 栄養摂取状況調査：平成 22 年 11 月中の 1 日 (日曜日及び祝日は除く)

ウ. 生活習慣調査：栄養摂取状況調査日と同日

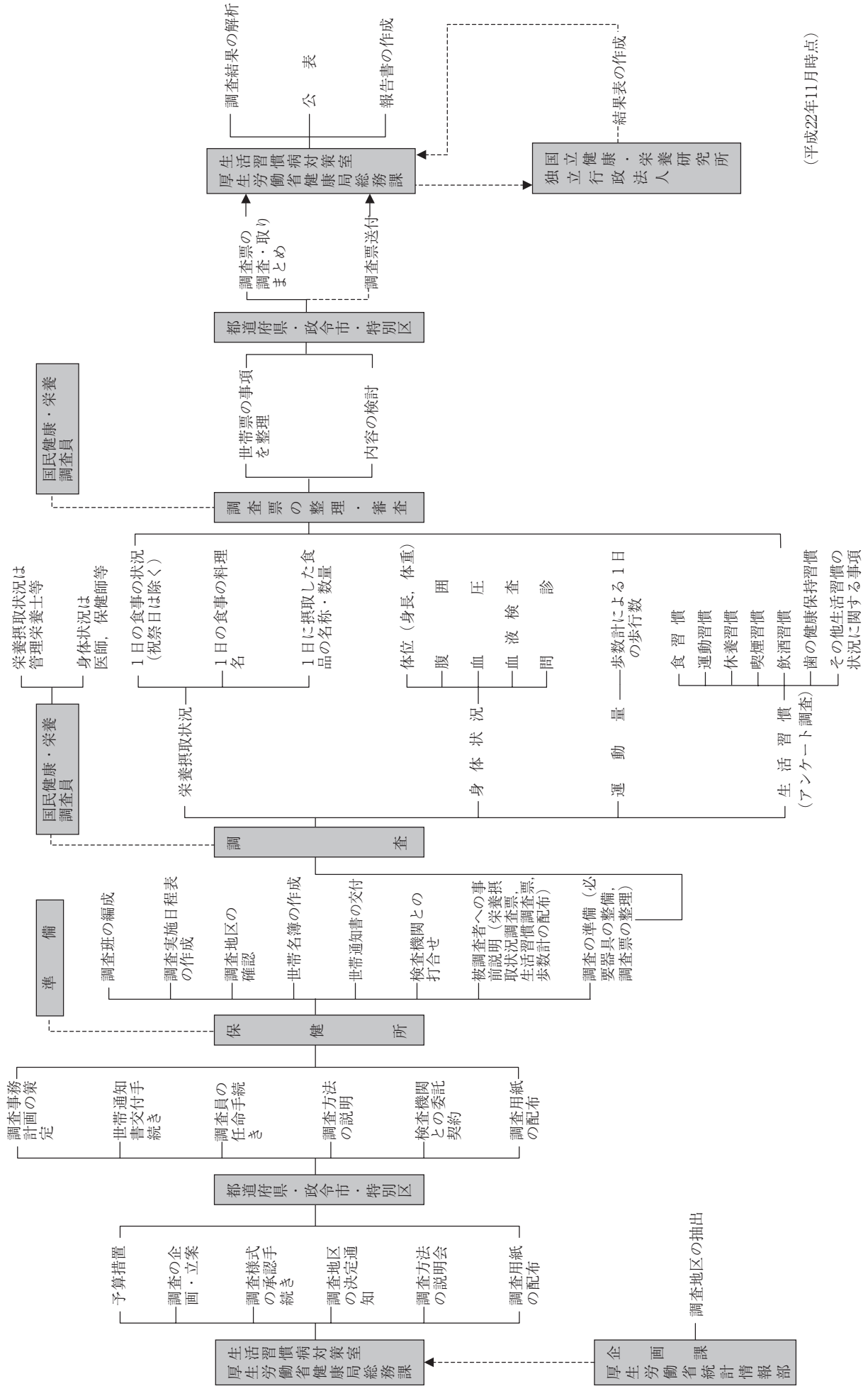
6. 調査要領

1. 調査員の構成

調査員は、医師、管理栄養士、保健師、臨床 (衛生) 検査技師及び事務担当者等をもって構成した。栄養摂取状況調査については、主として管理栄養士、栄養士がこれにあたり、身体状況調査については医師、保健師、臨床 (衛生) 検査技師等が担当した。

2. 調査体制

調査体制は次頁のとおりである。



(平成22年11月時点)

3. 調査票の様式

- (ア) 身体状況調査票・・・20頁参照
- (イ) 栄養摂取状況調査票・・・21頁参照
- (ウ) 生活習慣調査票・・・23頁参照

4. 調査方法

ア. 身体状況調査

身体状況調査は、調査対象世帯の世帯員を対象とし、被調査者の集合に便利な場所に集めて実施した。検査方法は次のとおりである。

- (ア) 身長：身長の測定は、靴下をぬがせ、両かかとを密接させ、背、臀部及びかかとを身長計の尺柱に接して直立させて、両上肢を体側にたれ、頭部を正位に保たせて測定した。ただし、3歳未満の幼児については、乳幼児用身長計を用い、仰臥位において頭部を助手に固定させて、できるだけ足の脚を伸展させた位置において、頭部と足蹠間の最短距離を測定した。
- (イ) 体重：体重の測定は、被調査者を裸体に近い状態にして、体重計の秤台の真中に特に静かに乗らせて測定した。なお、体重は裸体で測定するのが望ましいが、衣服を着たまま測定した場合は、あらかじめ衣服の重さを家庭において計らせ、測定数値から差し引いた。
- (ウ) 腹囲：腹囲は、立位でへその高さで計測した。その際、被調査者には、両足をそろえ、両腕はからだの横に自然に下げてもらい、腹壁に力が入らないようにした。なお、できるだけ飲食直後の測定を避けるようにした。
測定者は、被調査者の正面に立ち、巻き尺（合成樹脂製 JIS 規格のもので、伸縮による目盛りの狂いの少ないもの）を腹部に直接あてた。巻き尺が水平面できちんと巻かれているかを確認し、普通の呼吸での呼気の終わりに、0.5 cm までの単位で目盛りを読みとった。
正確な計測を行うため、下着などは着用しないことが望ましいとしたが、被調査者の負担とならないように配慮した。
- (エ) 血圧：測定機器…リバロッチ水銀血圧計を使用した。マンシユットは JIS 規格のものを使用した。

血圧測定手順…血圧は、下記の手順で測定した。

① 血圧測定の前条件

- ア) 測定前の運動、食事、たばこ、寒冷曝露など、血圧測定値に影響があると考えられる条件を避けるようにした。
- イ) あらかじめ排尿させ、測定前5分以上の心身の安静をとった後に測定した。
- ウ) 体位は、椅子（背もたれのあるものが望ましい）の座位とした。
- エ) 測定部位は右腕の上腕とした。右腕での測定が不可能なものについては、左腕で測定した。
- オ) 上腕を緊縛する衣服を着ている場合は、脱衣の上、マンシユットを巻いた。

② 血圧測定（1回目）の手順

- ア) 水銀血圧計を垂直に置く。
- イ) マンシユットの中の空気を完全に抜き、上腕部の上腕動脈を覆うようにマンシユットのゴム囊を当て、巻きつけた。肘窩に膜側の聴診器を置いた

とき、マンシエツトが触れないように、ゴム囊の位置に注意して巻いた。巻き方は、巻いた後に指が1~2本入る余裕を持たせ、マンシエツトの下縁が肘窩の2~3 cm上になるように巻いた。

- ウ) 測定の際には、肘関節を軽度伸展させ、マンシエツトの中心位置が被調査者の心臓と同じ高さにした。
- エ) 触診法で収縮期血圧を推測し、いったんマンシエツト圧をゼロに落とした。さらに、触診法による推定血圧より30 mmHg上(=加圧目標値)にあげてから、聴診法で収縮期血圧及び拡張期血圧を測定した。
- オ) 加圧目標値で既にコロトコフ音が聞こえてくる場合は、直ぐさま減圧し、③の手順に従った。
- カ) 水銀を落とす速度は、1秒間に1目盛り(2 mmHg)とした。
- キ) コロトコフ音の初めて聞こえる点を収縮期血圧値とし、消失する点を拡張期血圧値とした。拡張期血圧値が目盛りと目盛りのちょうど中間と判断される場合は、最後に聞こえた後の次の目盛りの値とする。
- ク) 目の高さは、目盛りと同じ高さにした。
- ケ) 測定値の末尾の数値の読みは、目盛りに最も近い偶数値で読んだ。
- ③ 血圧測定(2回目)の手順
 - ア) 1回目の測定後、いったん被調査者のマンシエツトを外し、完全に空気を抜いた。
 - イ) 1~2分経ったら再びマンシエツトを巻き付け、②のイ)~ケ)の手順に沿って2回目を測定した。
 - ウ) 2回目の測定の際には、以下の2点に特に注意した。
 - ① 触診法は行わないこと
 - ② 1回目と2回目の測定の間、被調査者に深呼吸をさせないこと
- (オ) 血液検査：なるべく食後4時間以上経過後、駆血帯を使用して、座位で静脈から採血した。なお、各血液検査項目とその検査方法は8頁参照。
- (カ) 1日の運動量：歩数計を用いて測定した。使用機器はアルネス200S、AS-200とした。装置は、朝起きたらすぐにベルトなどにクリップをしっかりと装着し、就寝まで測定した。
- (キ) 問診：
 - ① 薬の服用の有無…現在、医師の指示の有無にかかわらず、血圧を下げる薬、脈の乱れを治す薬、インスリン注射または血糖を下げる薬、コレステロールを下げる薬、中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬、貧血治療のための薬(鉄剤)を服用している者を「服用している」とした。
 - ② 運動習慣…「運動習慣有り」とは、継続的に次の3項目全部が該当する者とした。
 - ア) 運動の実施頻度として、週2回以上
 - イ) 運動の持続時間として、30分以上
 - ウ) 運動の継続期間として、1年以上

血液検査方法

| 測定項目 | 測定方法 | 測定機器 | 試薬 | 標準物質 |
|-------------------------------|-------------------------|----------|--|------------------------------|
| 総たんぱく質 | ビュレット法 | BM8060 | クリニメイト TP 試薬 | セロノムル ヒューマン |
| 総コレステロール | コレステロール脱水素酵素 (UV) 法 | BM8060 | T-CHO- 試薬・KL 「コクサイ」 | 脂質キャリブレーター (KL) |
| 中性脂肪 (トリグリセリド) | 酵素法 (GK-GPO・遊離グリセロール消去) | BM8060 | ピュアオート S TG-N | コレステスト N キャリブレーター |
| HDL- コレステロール | 直接法 | BM8060 | コレステスト N HDL | コレステスト N キャリブレーター |
| LDL- コレステロール | 直接法 | BM8060 | コレステスト LDL | コレステスト N キャリブレーター |
| 血糖値 | ヘキソクナーゼ UV 法 | BM 9030 | クイックオート ネオ GLU-HK | グルコース標準血清 |
| 赤血球数 | シースフローDC 方式 (自動化法) | XE-2100 | セルパックII SE シース (II) | — |
| 白血球数 | 半導体レーザーFCM 方式 (自動化法) | XE-2100 | ストマライザーFB (II) ストマライザー4DS ストマライザー4DL | — |
| 血小板数 | シースフローDC 方式 (自動化法) | XE-2100 | セルパックII SE シース (II) ストマライザー-SNR レットサーチ (II) RED | — |
| 血色素量 (Hb) | SLS-Hb 法 (自動化法) | XE-2100 | セルパックII スルホライザー | — |
| ヘマトクリット | シースフローDC 方式 (自動化法) | XE-2100 | セルパックII SE シース (II) | — |
| ヘモグロビンA1c | LA 法 (ラテックス凝集法) | BM -9030 | ラピディアオート HbA1c-L | ラピディアオート HbA1c 対照用 HbA1c セット |
| 血清鉄 | ニトロソ-PSAP 法 | BM8060 | クイックオート ネオ FE | |
| 総鉄結合能 (TIBC) | ニトロソ-PSAP 法 (計算法) | BM8060 | クイックオート ネオ FE クイックオート ネオ UIBC | |
| AST (GOT) | JSCC 標準化対応法 | BM8060 | シカリキッド AST | |
| ALT (GPT) | JSCC 標準化対応法 | BM8060 | シカリキッド ALT | |
| γ -GT (γ -GTP) | JSCC 標準化対応法 | BM8060 | シカリキッド γ -GT | |
| アルブミン | BCG 法 | BM8060 | クリニメイト ALB 試薬 | セロノムル ヒューマン |
| クレアチニン | 酵素法 | BM8060 | ピュアオート S CRE-L | アナセラム CRE 標準液 |
| 尿酸 | 酵素法 (ウリカーゼ・P OD法) | BM8060 | ピュアオートS UA | |

イ. 栄養摂取状況調査

調査日は、祝祭日、冠婚葬祭その他特別に食物摂取に変化のある日を避け、被調査世帯においてなるべく普通の摂取状態にある日に実施し、被調査者の積極的協力を得るため、調査開始前に被調査地区民に対し調査の趣旨を十分説明した。調査員が栄養摂取状況調査票を各世帯に配付し記入要領を十分説明したうえ、秤を用いて秤量記入させたが、使用量が少なく秤量困難なもの等については目安量をもって記入させた。

また、調査員である管理栄養士等は、被調査世帯を直接訪問し、記入状況を点検するとともに不備な点の是正や記入の説明にあたった。

ウ. 生活習慣調査

栄養摂取状況調査と同時に実施した。留め置き法による質問紙調査とし、被調査世帯の世帯員満 20 歳以上の全員を対象に生活習慣調査票を配付し記入させた。

5. 調査に関する秘密の保持

この調査は、世帯や個人の私的なことに及ぶ場合もあるため、その個人情報の保護と管理に万全を期し、被調査者に危惧の念をいだかせないように留意した。

7. 調査の機関と組織

1. 厚生労働省は、平成 22 年国民健康・栄養調査企画解析検討会を設置し、本調査の調査設計及びその解析について専門的な立場から意見を聞いた。
2. 厚生労働省が企画立案を行い、都道府県、保健所設置市及び特別区衛生主管部（局）統括の下、調査は調査地区を管轄する保健所が行った。
3. 保健所では、保健所長を班長とする国民健康・栄養調査班を編成し、医師、管理栄養士、保健師、臨床検査技師及び事務担当者等の調査員が調査の実施にあたった。
4. 独立行政法人国立健康・栄養研究所は、厚生労働省に提出された調査票について、入力・集計・作表を行った。

8. 本書利用上の留意点

1. 栄養素等摂取量の算出

栄養素等摂取量の算出には、「五訂増補日本食品標準成分表（科学技術庁資源調査会、現文部科学省資源室）」（以下、「五訂増補成分表」という。）を使用した。

栄養素等摂取量は、調理後（ゆで、油いため等）の成分値が五訂増補成分表に収載されている食品は、これを用いた。また、その他の食品については、五訂増補成分表に収載されている調理による「重量変化率」を加味して算出した。

2. 食品群分類

食品群分類は、国民健康・栄養調査食品群別表（表 1, 10～15 頁）のとおりである。なお、「バター（小分類 76）」と「動物性油脂（小分類 79）」は、動物性食品として取り扱っているのに注意されたい。また、平成 13 年国民栄養調査より、以下の点について変更されている

①分類

「ジャム」は「砂糖類」から「果実類」に、「味噌」は「豆類」から「調味料・香辛料類」に、「マヨネーズ」は「油脂類」から「調味料・香辛料類」に分類。

②重量

食品の重量は、調理を加味した数量となり、「米・加工品」の米は「めし」・「かゆ」など、「その他の穀類・加工品」の「干しそば」は「ゆでそば」など、「藻類」の「乾燥わかめ」は「水戻しわかめ」など、「嗜好飲料類」の「茶葉」は「茶浸出液」などで算出。

表1 国民健康・栄養調査食品群別表

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食品名 |
|------------|-------|------------|--|---|--|--|
| 穀類 | 1 | 米・加工品 | 1 | 米 | 1 | 玄米、半つき米、七分つき米、精白米、はいが精米、玄米めし、半つき米めし、七分つき米めし、精白米めし、はいが精米めし、玄米全かゆ、半つき米全かゆ、七分つき米全かゆ、精白米全かゆ(20%がゆ)、玄米五分かゆ、半つき米五分かゆ、七分つき米五分かゆ、精白米五分かゆ、玄米おもゆ、半つき米おもゆ、七分つき米おもゆ、精白米おもゆ、陸稲玄米、陸稲半つき米、陸稲七分つき米、陸稲精白米、陸稲玄米めし、陸稲半つき米めし、陸稲七分つき米めし、陸稲精白米めし |
| | | | | 米加工品 | 2 | アルファ化米、おにぎり、焼きおにぎり、きりたんぼ、上新粉、ビーフン、米こうじ、もち、赤飯、あくまき、白玉粉、道明寺粉 |
| | | 小麦・加工品 | 2 | 小麦粉類 | 3 | 薄力粉、中力粉、強力粉、全粒粉強力粉、ホットケーキミックス粉、天ぷら粉 |
| | | | | パン類(菓子パンを除く) | 4 | 食パン、コッペパン、乾パン、フランスパン、ライ麦パン、ぶどうパン、ロールパン、クロワッサン、イングリッシュマフィン、ナン |
| | | | | 菓子パン類 | 5 | あんパン、クリームパン、ジャムパン、チョココロネ |
| | | | | うどん、中華めん類 | 6 | 生うどん、ゆでうどん、干しうどん、ゆで干しうどん、乾そうめん・ひやむぎ、ゆでそうめん・ひやむぎ、乾手延そうめん・手延ひやむぎ、ゆで手延そうめん・手延ひやむぎ、生中華めん、ゆで中華めん、蒸し中華めん、干し中華めん、ゆで干し中華めん、生沖繩そば、ゆで沖繩そば、干し沖繩そば、ゆで干し沖繩そば |
| | | | | 即席中華めん | 7 | インスタントラーメン(油揚げ味付け)、インスタントラーメン(油揚げ)、インスタントラーメン(非油揚げ)、中華カップめん(油揚げ)、焼そばカップめん(油揚げ)、中華カップめん(非油揚げ)、和風カップめん(油揚げ) |
| | | | | パスタ類 | 8 | マカロニ・スパゲッティ、ゆでマカロニ・ゆでスパゲッティ |
| | | | | その他の小麦加工品 | 9 | 生麩、観世ふ、小町ふ、板ふ、車ふ、竹輪ふ、小麦胚芽、ぎょうざの皮、しゅうまいの皮、ピザクラスト、生パン粉、半生パン粉、乾燥パン粉 |
| | | その他の穀類・加工品 | 3 | そば・加工品 | 10 | そば粉(全粒粉、ひきぐるみ)、内層粉そば粉、中層粉そば粉、表層粉そば粉、そば米、生そば、ゆでそば、干しそば、ゆで干しそば |
| | | | | とうもろこし・加工品 | 11 | とうもろこし(玄穀)、フライ味付けジャイアントコーン、ポップコーン、コーンフレーク |
| | | | | その他の穀類 | 12 | アマランサス、あわ、あわもち、オートミール、七分つき押麦、押麦、米粒麦、乾大麦めん、ゆで大麦めん、麦こがし、きび・もちきび、はとむぎ、ひえ、もろこし(精白粒)、全粒粉ライ麦粉、ライ麦粉 |
| | | いも類 | 2 | いも・加工品 | 4 | さつまいも・加工品 |
| じゃがいも・加工品 | 14 | | | | | じゃがいも、じゃがいも(蒸し・ふかし)、じゃがいも(水煮)、乾燥マッシュポテト |
| その他のいも・加工品 | 15 | | | | | きくいも、こんにやく精粉、板こんにやく、生いもこんにやく、しらたき、さといも、さといも(水煮)、さといも(冷凍)、みずいも、みずいも(水煮)、やつがしら、やつがしら(水煮)、いちよういも、ながいも、ながいも(水煮)、やまといも、じねんじよ、だいじよ |
| でんぷん・加工品 | 5 | | | 16 | タピオカ粉、くず粉、米でん粉、小麦でん粉、さつまいもでん粉、かたくり粉、コーンスターチ、くずきり(乾)、くずきり(ゆで)、タピオカパール、緑豆はるさめ、はるさめ | |
| 砂糖・甘味料類 | 3 | | | 砂糖・甘味料類 | 6 | 17 |
| 豆類 | 4 | 大豆・加工品 | 7 | 大豆(全粒)・加工品 | 18 | 乾燥国産大豆、ゆで大豆、乾燥大豆(米国産)、乾燥大豆(中国産)、乾燥大豆(ブラジル産)、大豆(水煮缶)、きな粉(全粒)、きな粉(脱皮)、ぶどう豆(煮豆) |
| | | | | 豆腐 | 19 | 木綿豆腐、絹ごし豆腐、ソフト豆腐、充てん豆腐、沖繩豆腐、ゆし豆腐、焼き豆腐、凍り豆腐、豆腐よう、蒸し豆腐竹輪、焼き豆腐竹輪 |
| | | | | 油揚げ類 | 20 | 生揚げ、油揚げ、がんもどき |
| | | | | 納豆 | 21 | 糸引き納豆、挽きわり納豆、五斗納豆、寺納豆(塩辛納豆、浜納豆) |
| | | その他の大豆加工品 | 22 | おから(旧来製法)、おから(新製法)、豆乳、調製豆乳、豆乳飲料・麦芽コーヒー、生湯葉、干し湯葉、金山寺みそ、ひしおみそ | | |
| その他の豆・加工品 | 8 | 23 | 乾燥あずき、ゆであずき、ゆで小豆缶詰、こしあん、さらしあん、つぶしあん、乾燥いんげんまめ、ゆでいんげんまめ、うずら豆(煮豆)、いんげんまめこしあん、豆きんとん、乾燥えんどう、ゆでえんどう、グリーンピース(揚げ豆)、塩豆、うぐいす豆、乾燥ささげ、ゆでささげ、乾燥そらまめ、フライビーンズ(揚げそら豆)、おたふく豆、ふき豆、乾燥たけあずき、乾燥ひよこまめ、ゆでひよこまめ、フライ味付けひよこまめ、乾燥べにばないんげん、ゆでべにばないんげん、乾燥らいまめ、乾燥りよくとう、ゆでりよくとう、乾燥レンズまめ | | | |
| 種実類 | 5 | 種実類 | 9 | 種実類 | 24 | アーモンド、アーモンド(フライ味付け)、あさ、えごま、カシューナッツ(フライ味付け)、かぼちゃの種(いり味付け)、かやの実(いり)、ぎんなん、ぎんなん(ゆで)、くり、くり(ゆで)、くり(甘露煮)、甘ぐり(焼ぐり)、くるみ(いり)、けしの実、ココナッツパウダー、ごま(乾)、ごま(いり)、ごま(むき)、しいの実、すいかの種(いり味付け)、とちの実(蒸し)、はすの実(生)、はすの実(乾)、ひしの実、ピスタチオ(いり味付け)、ひまわりの種(フライ味付け)、ブラジルナッツ(フライ味付け)、ヘーゼルナッツ(フライ味付け)、ペカン(フライ味付け)、マカダミアナッツ(いり味付け)、まつの実、まつの実(いり)、らっかせい(乾)、らっかせい(いり)、バターピーナッツ、ピーナッツバター、らっかせい、らっかせい(ゆで) |

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食 品 名 |
|-----|--------|-------|--------------|--|--|--|
| 野菜類 | 6 | 緑黄色野菜 | 10 | トマト | 25 | トマト, ミニトマト, ホールトマト缶詰 |
| | | | | にんじん | 26 | 葉にんじん, にんじん, にんじん (ゆで), にんじん・皮むき, にんじん・皮むき (ゆで), にんじん (冷凍), きんとき (京にんじん), きんとき (ゆで), きんとき・皮むき, きんとき・皮むき (ゆで), ミニキャロット |
| | | | | ほうれん草 | 27 | ほうれん草, ほうれん草 (ゆで), ほうれん草 (冷凍) |
| | | | | ピーマン | 28 | 青ピーマン, 青ピーマン (油炒め), 赤ピーマン, 赤ピーマン (油炒め), 黄ピーマン, 黄ピーマン (油炒め), トマピー |
| | | | | その他の緑黄色野菜 | 29 | あさつき, あさつき (ゆで), あしたば, あしたば (ゆで), アスパラガス, アスパラガス (ゆで), さやいんげん, さやいんげん (ゆで), エンダイブ, トウモロコシ, さやえんどう, さやえんどう (ゆで), おおさかしらな, おおさかしらな (ゆで), おかひじき, おかひじき (ゆで), オクラ, オクラ (ゆで), かぶ葉, かぶ葉 (ゆで), 日本かぼちゃ, 日本かぼちゃ (ゆで), 西洋かぼちゃ, 西洋かぼちゃ (ゆで), 西洋かぼちゃ (冷凍), そうめんかぼちゃ, からしな, ぎょうじゃんにんにく, きょうな, きょうな (ゆで), キンサイ, キンサイ (ゆで), クレソン, ケール, ことみ, こまつな, こまつな (ゆで), さんとうさい, さんとうさい (ゆで), ししとうがらし, しそ葉, しその実, じゅうろくささげ, じゅうろくささげ (ゆで), しゆんぎく, しゆんぎく (ゆで), じゆんさい水煮びん詰, すぐきな, せり, せり (ゆで), タアサイ, タアサイ (ゆで), かいわれだいこん, 葉だいこん, だいこん葉, だいこん葉 (ゆで), つまみな, たいさい, たかな, たらめ, たらめ (ゆで), チンゲンサイ, チンゲンサイ (ゆで), つくし, つくし (ゆで), つるな, つるむらさき, つるむらさき (ゆで), 葉とうがらし, 葉とうがらし (油炒め), 生とうがらし, 乾燥とうがらし, ゆでとんぶり, 長崎はくさい, 長崎はくさい (ゆで), なずな, なばな/花らい・莖, なばな/花らい・莖 (ゆで), なばな/莖・葉, なばな/莖・葉 (ゆで), いら, いら (ゆで), 花いら, 黄いら, 莖いら, 莖いらにんにく (ゆで), 葉ねぎ, こねぎ, 野沢菜, のびる, パクチョイ, バジル, パセリ, ひのな, 広島菜, ふだんそう, ふだんそう (ゆで), ブロッコリー, ブロッコリー (ゆで), みずかけな, 切りみつば, 切りみつば (ゆで), 根みつば, 根みつば (ゆで), 糸みつば, 糸みつば (ゆで), 芽キャベツ, 芽キャベツ (ゆで), 芽たで, モロヘイヤ, モロヘイヤ (ゆで), ようさい, ようさい (ゆで), よめな, よもぎ, よもぎ (ゆで), リーキ, リーキ (ゆで), サラダ菜, リーフレタス, サニーレタス, ロケットサラダ, わけぎ, わけぎ (ゆで) |
| | | | | キャベツ | 30 | キャベツ, キャベツ (ゆで), グリーンボール, レッドキャベツ |
| | | | | きゅうり | 31 | きゅうり |
| | | | | 大根 | 32 | 大根, 大根 (ゆで), 大根・皮むき, 大根・皮むき (ゆで), 切干し大根 |
| | | | | たまねぎ | 33 | たまねぎ, たまねぎ (水さらし), たまねぎ (ゆで), 赤たまねぎ |
| | | | | はくさい | 34 | はくさい, はくさい (ゆで) |
| | その他の野菜 | 11 | 35 | アーティチョーク, アーティチョーク (ゆで), アスパラガス水煮缶詰・ホワイトアスパラガス, うど, 山うど, 枝豆, 枝豆 (ゆで), 枝豆 (冷凍), スナップえんどう, グリンピース, グリンピース (ゆで), グリンピース (冷凍), グリンピース水煮缶詰, かぶ, かぶ (ゆで), かぶ・皮むき, かぶ・皮むき (ゆで), カリフラワー, カリフラワー (ゆで), かんぴょう, かんぴょう (ゆで), 菊, 菊 (ゆで), 菊のり, くわい, くわい (ゆで), コールラビ, コールラビ (ゆで), ごぼう, ごぼう (ゆで), しかくまめ, 葉しょうが, しょうが, しろうり, ずいき, ずいき (ゆで), 干しずいき, 干しずいき (ゆで), すぐきな根, ズッキーニ, セロリー, ぜんまい, ぜんまい (ゆで), 干しぜんまい, 干しぜんまい (ゆで), そらまめ, そらまめ (ゆで), たけのこ (ゆで), たけのこ (水煮缶詰), チコリー, つわぶき, つわぶき (ゆで), とうがん, とうがん (ゆで), スイートコーン, スイートコーン (ゆで), スイートコーン (冷凍ホール), スイートコーン (冷凍カーネル・全粒), クリームコーン缶詰, ホールカーネルコーン缶詰, ヤングコーン, トレビス, なす, なす (ゆで), べいなす, べいなす (油揚げ), にがうり, にがうり (油炒め), にんにく, 根深ねぎ, はつか大根, はやとうり, ビート, ビート (ゆで), ふき, ふき (ゆで), ふきのとう, ふきのとう (ゆで), ふじまめ, へちま, へちま (ゆで), ホースラディッシュ, まこも, みょうが, みょうがたけ, むかご, アルファルファもやし, 大豆もやし, 大豆もやし (ゆで), ブラックマッペもやし, ブラックマッペもやし (ゆで), 緑豆もやし, 緑豆もやし (ゆで), ゆり根, ゆり根 (ゆで), エシャロット, ルパープ, ルパープ (ゆで), レタス, コスレタス, れんこん, れんこん (ゆで), 生わさび, 生わらび, わらび (ゆで), 干しわらび | | |
| | 野菜ジュース | 12 | 野菜ジュース | 36 | トマトジュース缶詰, トマトミックスジュース缶詰, にんじんジュース缶詰 | |
| | 漬け物 | 13 | 葉類漬け物 | 37 | おおさかしらな・塩漬, かぶ葉・塩漬, かぶ葉・ぬかみそ漬, からしな・塩漬, きょうな・塩漬, さんとうさい・塩漬, たいさい・塩漬, たかな漬, 野沢菜・塩漬, 野沢菜・調味漬, はくさい・塩漬, キムチ, ひのな・甘酢漬, 広島菜・塩漬, みずかけな漬 | |
| | | | たくあん・その他の漬け物 | 38 | かぶ・塩漬, 皮むきかぶ・塩漬, かぶ・ぬかみそ漬, 皮むきかぶ・ぬかみそ漬, きゅうり・塩漬, きゅうり・しょうゆ漬, きゅうり・ぬかみそ漬, スイート型ピクルス, サワー型ピクルス, ザーサイ, しょうが・酢漬, しょうが・甘酢漬, しろうり・塩漬, しろうり・奈良漬, すぐきな, だいこん・ぬかみそ漬, 塩押しだいこん・たくあん漬, 干しだいこん, たくあん漬, 守口漬, だいこん・べつたら漬, だいこん・みそ漬, 福神漬, しなちく・塩抜き塩蔵, なす・塩漬, なす・ぬかみそ漬, なす・こうじ漬, なす・からし漬, なす・しば漬, はやとうり・塩漬, やまごぼう・みそ漬, 生らっきょう, らっきょう甘酢漬, わさび漬, 梅漬 (塩漬), 梅漬 (調味漬), 梅干し, 梅干し (調味漬), 梅びしお, オリーブピクルスグリーン, オリーブピクルススライブ, オリーブピクルススタッフド | |

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食品名 | | |
|-----|-------|---------|-------|----------|-------|--|----|--|
| 果実類 | 7 | 生果 | 14 | いちご | 39 | いちご | | |
| | | | | 柑橘類 | 40 | いよかん（いよ）、早生みかん、みかん（うんしゅう）、早生みかん（内皮なし）、みかん（うんしゅう）（内皮なし）、みかん缶詰（果肉）、ネーブル、パレンシアオレンジ、スイーティー、きんかん、グレープフルーツ、グレープフルーツ缶詰、さんほうかん、すだち（皮）、タンゴール、タンゼロ、なつみかん、なつみかん缶詰、はっさく、ひゅうがなつ、ひゅうがなつ（内皮なし）、ぶんたん、ぶんたん（ごぼん漬）、ぼんかん、ゆず（皮）、レモン全果 | | |
| | | | | バナナ | 41 | バナナ、乾燥バナナ | | |
| | | | | りんご | 42 | りんご、りんご缶詰 | | |
| | | | | その他の生果 | 43 | あけび果肉、あけび果皮、アセロラ、アテモヤ、アボカド、あんず、干しあんず、あんず缶詰、いちじく、干しいちじく、いちじく缶詰、うめ、柿（甘柿）、渋抜き柿、干し柿、かりん、キウイフルーツ、キワノ、グアバ、グズベリー、ぐみ、ココナッツミルク、ココナッツウォーター、スターフルーツ、さくらんぼ、アメリカンチェリー、さくらんぼ缶詰、ざくろ、すいか、すもも、生ブルー、ドライブルー、チェリモヤ、ドリアン、なし、なし缶詰、中国なし、西洋なし、西洋なし缶詰、干しなつめ、干しなつめやし、パインアップル、パインアップル缶詰、パインアップル砂糖漬、ハスカップ、パパイヤ、未熟パパイヤ、ピタヤ、びわ、びわ缶詰、ぶどう、干しぶどう、ぶどう缶詰、ブルーベリー、ホワイトサボテ、まくわうり、マルメロ、マンゴー、マンゴスチン、温室メロン、露地メロン、もも、もも缶詰果肉、ネクタリン、やまもも、ライチー、ラズベリー、乾燥りゅうがん | | |
| | | ジャム | 15 | ジャム | 44 | あんずジャム（高糖度）、あんずジャム（低糖度）、イチゴジャム（高糖度）、イチゴジャム（低糖度）、マーマレード（高糖度）、マーマレード（低糖度）、ぶどうジャム、ブルーベリージャム、りんごジャム | | |
| | | 果汁・果汁飲料 | 16 | 果汁・果汁飲料 | 45 | アセロラ10%果汁入り飲料、梅20%果汁入り飲料、ストレートみかんジュース（天然果汁）、濃縮還元みかんジュース、果粒入りみかんジュース、みかん50%果汁入り飲料、みかん20%果汁入り飲料、みかん缶詰（液汁）、ストレートオレンジジュース（天然果汁）、濃縮還元オレンジジュース、オレンジ50%果汁入り飲料、オレンジ30%果汁入り飲料、かぼす果汁、グアバ20%果汁入り飲料（ネクター）、グアバ10%果汁入り飲料、グレープフルーツストレートジュース（天然果汁）、グレープフルーツ濃縮還元ジュース、グレープフルーツ50%果汁入り飲料、グレープフルーツ20%果汁入り飲料、シイクワシャー果汁、シイクワシャー10%果汁入り飲料、すだち果汁、だいだい果汁、パインアップルストレートジュース（天然果汁）、パインアップル濃縮還元ジュース、パインアップル50%果汁入り飲料、パインアップル10%果汁入り飲料、パッションフルーツ果汁、ぶどうストレートジュース（天然果汁）、ぶどう濃縮還元ジュース、ぶどう70%果汁入り飲料、ぶどう10%果汁入り飲料、もも30%果汁入り飲料（ネクター）、もも缶詰液汁、ゆず果汁、ライム果汁、りんごストレートジュース（天然果汁）、りんご濃縮還元ジュース、りんご50%果汁入り飲料、りんご30%果汁入り飲料、レモン果汁 | | |
| | | きのこ類 | 8 | きのこ類 | 17 | きのこ類 | 46 | えのきたけ、えのきたけ（ゆで）、えのきたけ味付け缶詰、乾燥黒きくらげ（灰褐色）、乾燥黒きくらげ（灰褐色）（ゆで）、乾燥黒きくらげ、乾燥黒きくらげ（ゆで）、乾燥白きくらげ、乾燥白きくらげ（ゆで）、黒あわびたけ、生しいたけ、生しいたけ（ゆで）、乾しいたけ、乾しいたけ（ゆで）、はたけしめじ、おなしめじ、おなしめじ（ゆで）、本しめじ、たもぎたけ、なめこ、なめこ（ゆで）、なめこ水煮缶詰、ぬめりすぎたけ、うすひらたけ、エリンギ、ひらたけ、ひらたけ（ゆで）、まいたけ、まいたけ（ゆで）、乾燥まいたけ、マッシュルーム、マッシュルーム（ゆで）、マッシュルーム水煮缶詰、まつたけ（松茸）、松茸水煮缶詰、やなぎまつたけ |
| | | 藻類 | 9 | 藻類 | 18 | 藻類 | 47 | 干しあおさ、青のり、のり（干しあまのり）、焼きのり/詳細不明の「のり」、味付けのり、蒸し干しあらめ、すき干し岩のり、干しえごのり、おきうと、おごのり（塩蔵塩抜き）、干しかわのり、うみぶどう、らうすこんぶ、干しがごめ昆布、長こんぶ、松前こんぶ、まこんぶ干し/詳細不明の「こんぶ（乾燥）」、日高こんぶ、利尻こんぶ、刻み昆布、削り昆布、塩昆布、昆布つくだ煮、すいぜんじのり（干し水戻し）、干してんぐさ、ところてん、干し寒天、寒天（ゼリー状）、赤とさか（塩蔵塩抜き）、青とさか（塩蔵塩抜き）、干しひじき、干しひとえぐさ、のりつくだ煮、ふのり、干しまつも、むかでのり（塩蔵塩抜き）、沖縄もずく（塩蔵塩抜き）、もずく（塩蔵塩抜き）、生わかめ（原藻）、わかめ（乾燥）、わかめ（乾燥水戻し）、板わかめ、わかめ（灰干し乾燥水戻し）、カットわかめ、生わかめ、茎わかめ（塩蔵塩抜き）、生めかぶわかめ |
| | | 魚介類 | 10 | 生魚介類 | 19 | あじ、いわし類 | 48 | まあじ〈あじ〉、まあじ（水煮）、まあじ〈あじ〉（焼き）、大西洋あじ、大西洋あじ（水煮）、大西洋あじ（焼き）、むろあじ、むろあじ（焼き）、うるめいわし、かたくちいわし、まいわし、まいわし（水煮）、まいわし（焼き）、めざし、めざし（焼き）、まさば、まさば（水煮）、まさば（焼き）、大西洋さば、大西洋さば（水煮）、大西洋さば（焼き）、さば〈しめさば〉、さんま、さんま（焼き）、しまあじ養殖、にしん、かずのこ |
| | | | | さけ、ます | 49 | からふとます、からふとます（焼き）、ぎんざけ養殖、ぎんざけ養殖（焼き）、さくらます〈マス〉、さくらます（焼き）、しろさけ、しろさけ（水煮）、しろさけ（焼き）、大西洋さけ養殖、大西洋さけ養殖（焼き）、にじます海面養殖、にじます海面養殖（焼き）、にじます淡水養殖、べにざけ、べにざけ（焼き）、ますのすけ、ますのすけ（焼き） | | |
| | | | | たい、かいらい類 | 50 | あこうだい、あまだい、あまだい（水煮）、あまだい（焼き）、いしだい、いとよりだい、いとよりだい（すり身）、いぼだい、おひょう、まがれい、まがれい（水煮）、まがれい（焼き）、まごがれい、子持ちがれい、子持ちがれい（水煮）、ぎんだら、きんめだい、きだい、くろだい、ちだい、まだい天然、まだい養殖、まだい養殖（水煮）、まだい養殖（焼き）、すけとうだら、すけとうだら・すり身、たら〈すきみだら〉、まだら、まだら（焼き）、しらこ、ひらめ天然、ひらめ養殖、みなみだら | | |

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食品名 | |
|-----|-------|-------|---------------|----------|--|--|--|
| 魚介類 | 10 | 生魚介類 | 19 | まぐろ、かじき類 | 51 | くろかじき、まかじき、めかじき、春かつお、秋かつお、そうだかつお、かつお（なまり節：蒸しかつお）、きはだまぐろ、くろまぐろ・赤身、くろまぐろ・脂身、びんなが、みなみまぐろ・赤身、みなみまぐろ・脂身、めじまぐろ、めばちまぐろ | |
| | | | | その他の生魚 | 52 | あいなめ、あなご、あなご（蒸し）、あまご養殖、あゆ天然、あゆ天然（焼き）、あゆ内臓、あゆ内臓（焼き）、あゆ養殖、あゆ養殖（焼き）、あゆ養殖 内臓、あゆ養殖 内臓（焼き）、アラスカめぬけ、あんこう、あんこう（きも・肝：内臓）、いかなご、いささき、いわな養殖、うぐい、うなぎ養殖、うなぎ（きも・肝：内臓）、うなぎ（白焼き）、うなぎ（かば焼）、うまづらはぎ、えい、えそ、おいかわ、おおさが・おこぜ、かさご、かじか、かじか（水煮）、かます、かます（焼き）、かわはぎ、かんぱち、きす、きちじ、きびなご、キングクリップ、ぐち（いしもち）、ぐち（いしもち）（焼き）、こい養殖、こい養殖（水煮）、こい養殖 内臓、こち、めごち、このしろ、あぶらつのだめ、よしきりざめ、ふかひれ、さより、さわら、さわら（焼き）、しいら、したびらめ、しらうお、シルバー、すずき、たかさご、たかべ、たちうお、ちか、テラピア、どじょう、どじょう（水煮）、とびうお、なまず、にぎす、はぜ、はたはた、はまふえふき、はも、バラクタータ、ひらまさ、とらふぐ養殖、まふぐ、ふな、ふな（水煮）、ぶり、ぶり（焼き）、はまち養殖、ほうほう、ホキ、ほっけ、ほら、ほんもろこ、マジェランあいなめ、まながつお、むつ、むつ（水煮）、めじな、めばる、メルルーサ、やつめうなぎ、やまめ養殖、わかさぎ | |
| | | | | 貝類 | 53 | あかがい、あげまき、あさり、あわび、いがい・ムール貝、いたやがい養殖、かき養殖、かき養殖（水煮）、さざえ、さざえ（焼き）、しじみ、貝柱たいらがい、たにし、つぶ、とこぶし、とりがい斧足、ばいがい、ばかがい、はまぐり、はまぐり（水煮）、はまぐり（焼き）、ちょうせんはまぐり、ほたてがいがい、ほたてがいがい（水煮）、ほたて貝柱、ほっきがいがい、みるがいがい水管、うに | |
| | | | | いか、たこ類 | 54 | あかいが、けんさきいか、こういか、するめいか、するめいか（水煮）、するめいか（焼き）、ほたるいか、ほたるいか（ゆで）、やりいか、いいたこ、まだこ、まだこ（ゆで）、なまこ、ほや | |
| | | | | えび、かに類 | 55 | あまえび、いせえび、くるまえび養殖、くるまえび養殖（ゆで）、くるまえび養殖（焼き）、素干しさくらえび（ゆで）、大正えび、しばえび、ブラックタイガー養殖、がざみ、毛がに、毛がに（ゆで）、ずわいがに、ずわいがに（ゆで）、たらばがに、たらばがに（ゆで）、おきあみ、おきあみ（ゆで）、ゆでしゃこ | |
| | 20 | 魚介加工品 | 魚介（塩蔵、生干し、乾物） | 56 | まあじ〈あじ〉（開き干し）、まあじ〈あじ〉（開き干し、焼き）、むろあじ（開き干し）、むろあじ（くさや）、うるか、いかなご（煮干し）、うるめいわし（丸干し）、かたくちいわし（煮干し）、まいわし（塩いわし）、まいわし（生干し）、まいわし（丸干し）、しらす干し、しらす干し（ちりめん）、たたみいわし、かたくちいわし（みりん干し）、まいわし（みりん干し）、うまづらはぎ（味付け開き干し）、かつお（なまり節）、かつお節、かつお削り節、かつお（削り節つくだ煮）、かつお（塩辛・内臓、酒盗）、干しかれい、きびなご（調味干し）、キャビア、このしろ（甘酢漬）、塩ます、新巻きさけ、新巻きさけ（焼き）、塩ざけ、イクラ、すじこ、めふん、べにざけ（くん製）、さば節、塩さば、さば（開き干し）、さんま（開き干し）、さんま（みりん干し）、ししゃも（生干し）、ししゃも（生干し、焼き）、からふとししゃも（生干し）、からふとししゃも（生干し、焼き）、たらこ、たらこ（焼き）、辛子めんたいこ、塩だら、たら（干しだら）、たら（でんぶ）、身欠きにしん、にしん（開き干し）、にしん（くん製）、かずのこ（乾）、かずのこ（塩蔵水戻し）、はたはた（生干し）、ほっけ（塩ほっけ）、ほっけ（開き干し）、からすみ、やつめうなぎ（干し）、あわび（干し）、あわび（塩辛）、ほたて貝柱（干し貝柱）、さくらえび（素干し）、さくらえび（煮干し）、えび（干しえび）、かに（がん漬）、ほたるいか（くん製）、するめ、いか（さきいか）、いか（くん製）、いか塩辛（赤作り）、あみ（塩辛）、うに（粒うに）、うに（練りうに）、塩蔵塩抜きくらげ、なまこ（このわた）、ほや（塩辛） | | |
| | | | 魚介（缶詰） | 57 | いわし水煮缶詰、いわし味付け缶詰、いわしトマト漬缶詰、いわし油漬缶詰、いわしかば焼缶詰、かつお味付け缶詰、かつお油漬缶詰、からふとます水煮缶詰、しろさけ水煮缶詰、さば水煮缶詰、さばみそ煮缶詰、さば味付け缶詰、さんま味付け缶詰、さんまかば焼缶詰、まぐろ水煮缶詰（ライト）、まぐろ水煮缶詰（ホワイト）、まぐろ味付け缶詰、まぐろ油漬缶詰（ライト）、まぐろ油漬缶詰（ホワイト）、あさり水煮缶詰、あさり味付け缶詰、あわび水煮缶詰、エスカルゴ水煮缶詰、かきくん製油漬缶詰、トップシエル味付け缶詰、ほたて貝柱水煮缶詰、もが味付け缶詰、ずわいがに水煮缶詰、たらばがに水煮缶詰、いか味付け缶詰 | | |
| | | | 魚介（佃煮） | 58 | いかなご（つくだ煮）、いかなご（あめ煮）、かたくちいわし（田作り）、かじか（つくだ煮）、かつお（角煮）、はぜ（つくだ煮）、はぜ（甘露煮）、ふな（甘露煮）、わかさぎ（つくだ煮）、わかさぎ（あめ煮）、あさり（つくだ煮）、はまぐり（つくだ煮）、えび（つくだ煮）、ほたるいか（つくだ煮）、いか（切りいかあめ煮）、いか（いかあられ）、あみつくだ煮 | | |
| | | | 魚介（練り製品） | 59 | かに風味かまぼこ、昆布巻きかまぼこ、す巻きかまぼこ、蒸しかまぼこ、焼き抜きかまぼこ、焼き竹輪、だて巻、つみれ、なると、はんぺん、さつま揚げ | | |
| | | | 魚肉ハム、ソーセージ | 60 | 魚肉ハム、魚肉ソーセージ | | |
| | 肉類 | 11 | 畜肉 | 21 | 牛肉 | 61 | 牛かた（和牛）、牛かた皮下脂肪なし（和牛）、牛かた赤肉（和牛）、牛かた脂身（和牛）、牛かたロース（和牛）、牛かたロース皮下脂肪なし（和牛）、牛かたロース赤肉（和牛）、牛リブロース（和牛）、牛リブロース皮下脂肪なし（和牛）、牛リブロース赤肉（和牛）、牛リブロース脂身（和牛）、牛サーロイン（和牛）、牛サーロイン皮下脂肪なし（和牛）、牛サーロイン赤肉（和牛）、牛ばら（和牛）、牛もも（和牛）、牛もも皮下脂肪なし（和牛）、牛もも赤肉（和牛）、牛もも脂身（和牛）、牛そともも（和牛）、牛そともも皮下脂肪なし（和牛）、牛そともも赤肉（和牛）、牛ランプ（和牛）、牛ランプ皮下脂肪なし（和牛）、牛ランプ赤肉（和牛）、牛ヒレ（和牛）、牛かた/部位不明の牛肉、牛 |

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食品名 | | |
|-----------|-------|--------|-------|--|-------|--|----|--|
| 肉類 | 11 | 畜肉 | 21 | 牛肉 | 61 | かた皮下脂肪なし/部位不明の牛肉赤肉, 牛かた赤肉, 牛かた脂身, 牛かたロース, 牛かたロース皮下脂肪なし, 牛かたロース赤肉, 牛リブロース, 牛リブロース(焼き), 牛リブロース(ゆで), 牛リブロース皮下脂肪なし, 牛リブロース赤肉, 牛リブロース脂身, 牛サーロイン, 牛サーロイン皮下脂肪なし, 牛サーロイン(赤肉), 牛ばら, 牛もも, 牛もも皮下脂肪なし, 牛もも皮下脂肪なし(焼き), 牛もも皮下脂肪なし(ゆで), 牛もも赤肉, 牛もも脂身, 牛そともも, 牛そともも皮下脂肪なし, 牛そともも赤肉, 牛ランプ, 牛ランプ皮下脂肪なし, 牛ランプ赤肉(和牛), 牛ヒレ, 牛かた(輸入牛), 牛かた皮下脂肪なし(輸入牛), 牛かた赤肉(輸入牛), 牛かた脂身(輸入牛), 牛かたロース(輸入牛), 牛かたロース皮下脂肪なし(輸入牛), 牛かたロース赤肉(輸入牛), 牛リブロース(輸入牛), 牛リブロース皮下脂肪なし(輸入牛), 牛リブロース赤肉(輸入牛), 牛リブロース脂身(輸入牛), 牛サーロイン(輸入牛), 牛サーロイン皮下脂肪なし(輸入牛), 牛サーロイン赤肉(輸入牛), 牛ばら(輸入牛), 牛もも(輸入牛), 牛もも皮下脂肪なし(輸入牛), 牛もも赤肉(輸入牛), 牛もも脂身(輸入牛), 牛そともも(輸入牛), 牛そともも皮下脂肪なし(輸入牛), 牛そともも赤肉(輸入牛), 牛ランプ(輸入牛), 牛ランプ皮下脂肪なし(輸入牛), 牛ランプ赤肉(輸入牛), 牛ヒレ(輸入牛), 子牛肉リブロース, 子牛肉ばら, 子牛肉もも, 牛ひき肉, 牛舌, 牛腱, 牛尾, ローストビーフ, コンビーフ缶詰, 牛味付け缶詰, ビーフジャーキー, スモークタン | | |
| | | | | 豚肉 | 62 | 豚かた, 豚かた皮下脂肪なし, 豚かた赤肉, 豚かた脂身, 豚かたロース, 豚かたロース皮下脂肪なし, 豚かたロース赤肉, 豚かたロース脂身, 豚ロース, 豚ロース皮下脂肪なし(焼き), 豚ロース(ゆで), 豚ロース皮下脂肪なし, 豚ロース赤肉, 豚ロース脂身, 豚ばら, 豚もも, 豚もも皮下脂肪なし, 豚もも皮下脂肪なし(焼き), 豚もも皮下脂肪なし(ゆで), 豚もも赤肉, 豚もも脂身, 豚そともも, 豚そともも皮下脂肪なし, 豚そともも赤肉, 豚そともも脂身, 豚ヒレ赤肉, 豚中型かた(黒ぶた), 豚中型かた皮下脂肪なし(黒ぶた), 豚中型かた赤肉(黒ぶた), 豚中型かた脂身(黒ぶた), 豚中型かたロース(黒ぶた), 豚中型かたロース皮下脂肪なし(黒ぶた), 豚中型かたロース赤肉(黒ぶた), 豚中型かたロース脂身(黒ぶた), 豚中型ロース(黒ぶた), 豚中型ロース皮下脂肪なし(黒ぶた), 豚中型ロース赤肉(黒ぶた), 豚中型ロース脂身(黒ぶた), 豚中型ばら(黒ぶた), 豚中型もも(黒ぶた), 豚中型もも皮下脂肪なし(黒ぶた), 豚中型もも赤肉(黒ぶた), 豚中型もも脂身(黒ぶた), 豚中型そともも(黒ぶた), 豚中型そともも皮下脂肪なし(黒ぶた), 豚中型そともも赤肉(黒ぶた), 豚中型そともも脂身(黒ぶた), 豚中型ヒレ赤肉(黒ぶた), 豚ひき肉, 豚舌, 豚足ゆで, 豚軟骨ゆで | | |
| | | | | ハム, ソーセージ類 | 63 | 骨付ハム, ボンレスハム, ロースハム, ショルダーハム, プレスハム, 混合プレスハム, チョップドハム, 促成生ハム, 長期熟成生ハム, ベーコン, ロースベーコン, ショルダーベーコン, ウィンナーソーセージ, セミドライソーセージ, ドライソーセージ, フランクフルトソーセージ, ポロニアソーセージ, リオナソーセージ, レバーソーセージ, 混合ソーセージ, 生ソーセージ, 焼き豚 | | |
| | | | | その他の畜肉 | 64 | いのしし, いのぶた, うさぎ赤肉, 馬肉, しか肉, マトンロース, マトンもも, ラムかた(子羊), ラムロース(子羊), ラムもも(子羊), やぎ赤肉 | | |
| | | | | 鶏肉 | 65 | 成鶏手羽, 成鶏むね, 成鶏むね(皮なし), 成鶏もも, 成鶏もも(皮なし), 成鶏ささ身, 鶏手羽, 鶏むね, 鶏むね(皮なし), 鶏もも, 鶏もも(焼き), 鶏もも(ゆで), 鶏もも(皮なし), 鶏もも・皮なし(焼き), 鶏もも・皮なし(ゆで), 鶏ささ身, 鶏ささ身(焼き), 鶏ささ身(ゆで), 鶏ひき肉, 鶏皮(むね), 鶏皮(もも), 鶏軟骨, 焼き鳥缶詰 | | |
| | | その他の鳥肉 | 66 | あいがも, あひる, うずら, かも皮なし, きじ皮なし, しちめんちょう皮なし, すずめ, はと皮なし, ほろほろちょう皮なし | | | | |
| | | 肉類(内臓) | 23 | 肉類(内臓) | 67 | 牛心臓, 牛肝臓, 牛じん臓, 牛第一胃/部位不明の牛モツ, 牛第二胃, 牛第三胃, 牛第四胃, 牛小腸, 牛大腸, 牛直腸, 牛子宮, 豚心臓, 豚肝臓, 豚じん臓, 豚胃(ゆで), 豚小腸(ゆで), 豚大腸(ゆで), 豚子宮, レバーペースト, スモークレバー, 鶏心臓, 鶏肝臓, 鶏筋胃, フォアグラ(ゆで) | | |
| | | その他の肉類 | 24 | 鯨肉 | 68 | くじら肉, くじらうねす, くじら本皮, くじらさらしくじら | | |
| | | | | その他の肉・加工品 | 69 | いなごつくで煮, かえる, すっぽん, はちの子缶詰 | | |
| | | 卵類 | 12 | 卵類 | 25 | 卵類 | 70 | うこっけい卵, うずら卵, うずら卵水煮缶詰, 鶏卵, ゆで卵, ポーチドエッグ, 鶏卵水煮缶詰, 加糖全卵, 乾燥全卵, 卵黄, ゆで卵黄, 加糖卵黄, 乾燥卵黄, 卵白, ゆで卵白, 乾燥卵白, たまご豆腐, 厚焼きたまご(砂糖入り), だし巻きたまご, ビータン |
| | | 乳類 | 13 | 牛乳・乳製品 | 26 | 牛乳 | 71 | ジャージー種生乳, ホルスタイン種生乳, 普通牛乳, 濃厚加工乳, 低脂肪加工乳, 脱脂乳液状乳 |
| | | | | | | チーズ | 72 | エダムチーズ, エメンタルチーズ, カテージチーズ, カマンベールチーズ, クリームチーズ, ゴーダチーズ, チェダーチーズ, 粉チーズ, ブルーチーズ, プロセスチーズ, チーズスプレッド(ぬるチーズ) |
| 発酵乳・乳酸菌飲料 | 73 | | | | | プレーンヨーグルト(全脂無糖ヨーグルト), 加糖ヨーグルト(脱脂加糖ヨーグルト), ヨーグルトドリンク, 乳酸菌飲料・乳製品, 乳酸菌飲料・殺菌乳製品一希釈タイプ, 非乳製品乳酸菌飲料 | | |
| その他の乳製品 | 74 | | | コーヒー乳飲料, フルーツ乳飲料, 全粉乳, 脱脂粉乳, 調製粉乳, 無糖練乳, 加糖練乳, クリーム(乳脂肪), クリーム(乳脂肪・植物性脂肪), クリーム(植物性脂肪), ホイップクリーム(乳脂肪), ホイップクリーム(乳脂肪・植物性脂肪), ホイップクリーム(植物性脂肪), コーヒーホワイトナー・液状(乳脂肪), コーヒーホワイトナー・液状(乳脂肪・植物性脂肪), コーヒーホワイトナー・粉末状(乳脂肪), コーヒーホワイトナー・粉末状(植物性脂肪), アイスクリューム・高脂肪, アイスクリューム・普通脂肪, アイスミルク, ラクトアイス・普通脂肪, ラクトアイス・低脂肪, ソフトクリーム, シャーベット, チーズホエーパウダー | | | | |
| その他の乳類 | 27 | その他の乳類 | 75 | 母乳, やぎ乳 | | | | |

| 大分類 | 大分類番号 | 中分類 | 中分類番号 | 小分類 | 小分類番号 | 食品名 |
|----------|-------|--|-------|---|-------|---|
| 油脂類 | 14 | 油脂類 | 28 | バター | 76 | 有塩バター、無塩バター、発酵バター |
| | | | | マーガリン | 77 | ソフトタイプマーガリン、ファットスプレッドマーガリン |
| | | | | 植物性油脂 | 78 | オリーブ油、ごま油、米ぬか油、サフラワー油、大豆油、調合油、とうもろこし油、なたね油、ひまわり油、綿実油、落花生油 |
| | | | | 動物性油脂 | 79 | 牛脂（ヘット）、ラード（豚脂） |
| | | | | その他の油脂 | 80 | パーム油、パーム核油、やし油、ショートニング |
| 菓子類 | 15 | 菓子類 | 29 | 和菓子類 | 81 | 甘納豆（あずき）、甘納豆（いんげんまめ）、甘納豆（えんどう）、あん入り生八つ橋、今川焼、ういろう、うぐいすもち、かしわもち、カステラ、かのこ、かるかん、きび団子、ぎゅうひ、きりざんしょ、きんぎょく糖、きんつば、草もち、くし団子（あん）、くし団子（しょうゆ）、げっぺい、桜もち（関東風）、桜もち（関西風）、大福もち、タルト、ちまき、ちやつう、どら焼、ねりきり、カステラまんじゅう、くずざくら、くりまんじゅう、とうまんじゅう、蒸しまんじゅう、あんまん、肉まん、もなか、ゆべし、練りようかん、水ようかん、蒸しようかん、あめ玉、芋かりんとう、おこし、おのろけ豆、黒かりんとう、白かりんとう、ごかぼう、炭酸せんべい、かわらせんべい、巻きせんべい、ごま入り南部せんべい、しおがま、中華風クッキー、ひなあられ（関東風）、ひなあられ（関西風）、揚げせんべい、甘辛せんべい、あられ、塩せんべい、衛生ボーロ、そばボーロ、松風、三島豆、八つ橋、らくがん、麦らくがん、もろこしらくがん、小麦粉あられ |
| | | | | ケーキ・パストリー類 | 82 | シュークリーム（エクレア）、スポンジケーキ、ショートケーキ、デニッシュペストリー、イーストドーナツ、ケーキドーナツ、パイ皮、アップルパイ、ミートパイ、バターケーキ、ホットケーキ、カスタードクリーム入りワッフル、ジャム入りワッフル |
| | | | | ビスケット類 | 83 | ウエハース、オイルスプレクラッカー、ソーダクラッカー、サブレ、パフパイ、ハードビスケット、ソフトビスケット、プレッツェル、ロシアケーキ |
| | | | | キャンデー類 | 84 | キャラメル、錠菓・果汁系、ゼリーキャンデー、ゼリービーンズ、チャイナマール、ドロップ、バタースコッチ、ブリットル・いり落花生入り、マシュマロ |
| | | | | その他の菓子類 | 85 | プリン・カスタードプディング、オレンジゼリー、コーヒーゼリー、ミルクゼリー、ワインゼリー、ババロア、コーンスナック、ポテトチップス、成形ポテトチップス、カバーリングチョコレート、ホワイトチョコレート、ミルクチョコレート、マロングラッセ、板ガム、糖衣ガム、風船ガム |
| 嗜好飲料類 | 16 | アルコール飲料 | 30 | 日本酒 | 86 | 清酒、純米酒、本醸造酒、吟醸酒、純米吟醸酒、白酒 |
| | | | | ビール | 87 | 淡色ビール、黒ビール、スタウトビール、発泡酒 |
| | | その他の嗜好飲料 | 31 | 洋酒・その他 | 88 | 白ワイン、赤ワイン、ロゼ（ワイン）、紹興酒、35度しょうちゅう（甲類）、25度しょうちゅう（乙類）、ウイスキー、ブランデー、ウォッカ、ジン、ラム、マオタイ酒、梅酒、合成清酒、薬味酒、キュラソー、スイートワイン、ペパーミント、ベルモット甘口タイプ、ベルモット辛口タイプ |
| | | | | 茶 | 89 | 玉露茶葉、玉露（浸出液）、抹茶（粉末）、せん茶茶葉、せん茶（浸出液）、かまいり茶（浸出液）、番茶（浸出液）、ほうじ茶（浸出液）、玄米茶（浸出液）、ウーロン茶（浸出液）、紅茶茶葉、紅茶（浸出液） |
| | | | | コーヒーココア | 90 | コーヒー（ドリップ式、浸出液）、インスタントコーヒー（粉末）、コーヒー飲料、ピュアココア（粉末）、ミルクココア（粉末） |
| その他の嗜好飲料 | 91 | 甘酒、昆布茶（粉末）、炭酸飲料果実色（無果汁）、コーラ、サイダー、麦茶（浸出液） | | | | |
| 調味料・香辛料類 | 17 | 調味料 | 32 | ソース | 92 | ウスターソース、中濃ソース、濃厚（トンカツ）ソース |
| | | | | しょうゆ | 93 | 濃口しょうゆ、うす口しょうゆ、たまりしょうゆ、さいしこみしょうゆ、しろしょうゆ |
| | | | | 塩 | 94 | 食塩、並塩、精製塩 |
| | | | | マヨネーズ | 95 | マヨネーズ（全卵型）、卵黄型マヨネーズ |
| | | | | 味噌 | 96 | 甘みそ、淡色辛みそ、赤色辛みそ、麦みそ、豆みそ、粉末淡色辛みそ、ペーストタイプ即席みそ |
| | | その他の調味料 | 97 | 本みりん、本直しみりん、トウバンジャン、チリペッパーソース、ラー油、穀物酢、米酢、ワインピネガー、りんご果実酢、かつおだし、昆布だし、かつお昆布だし、しいたけだし、煮干しだし、鳥がらだし、中華だし、洋風だし、固形コンソメ、顆粒風味調味料、ストレートめんつゆ、三倍濃厚めんつゆ、オイスターソース（かき油）、マーボー豆腐の素、ミートソース、トマトピューレー、トマトペースト、トマトケチャップ、トマトソース、チリソース、ノンオイル和風ドレッシング、フレンチドレッシング、サウザンアイランドドレッシング、カレールウ、ハヤシルウ、酒かす、みりん風調味料 | | |
| | | 香辛料・その他 | 33 | 香辛料・その他 | 98 | ゼラチン、オールスパイス、オニオンパウダー、粉からし、練りからし、マスタード（練り・フレンチマスタード）、マスタード（粒入り・荒挽きマスタード）、カレー粉、クローブ、黒こしょう、白こしょう、混合こしょう、さんしょう、シナモン、粉しょうが、おろししょうが、セージ、タイム、チリパウダー、とうがらし、ナツメグ、ガーリックパウダー、おろしにんにく、粉末バジル、乾燥パセリ、パプリカ、からし粉入り粉わさび、練りわさび、圧搾パン酵母、乾燥パン酵母、ベーキングパウダー |

3. 食事内容

次の区分により集計した。

ア. 外食

飲食店での食事，及び家庭以外の場所で出前をとったり市販のお弁当を買って食べるなど家庭で調理せずに，食べる場所も家庭ではない場合。

| | |
|---------|-------------------------|
| そば，うどん類 | 各種そば，うどん，ラーメン，焼きそば等 |
| すし類 | にぎりずし，ちらしずし，のりまき，いなりずし等 |
| 丼もの | かつ丼，天井，中華丼，親子丼，卵丼，鰻重等 |
| カレーライス類 | カレーライス，オムライス，チャーハン等 |
| パスタ類 | グラタン，ラザニア，スパゲティー，マカロニ等 |
| パン類 | トースト，サンドイッチ，ハンバーガー等 |
| その他の和食 | 和定食，幕の内弁当，おにぎり等 |
| その他の洋食 | 洋定食，洋風弁当等 |
| その他の中華 | 中華定食，中華弁当等 |

イ. 調理済み食

すでに調理されたものを買ってきたり，出前をとって家庭で食べた場合（食事内容は「ア. 外食」と同じ）。

ウ. 給食

- ・ 保育所・幼稚園給食（教職員は，職場給食）
- ・ 学校給食（教職員は，職場給食）
- ・ 職場給食

エ. 家庭食

- ・ 家庭で作った食事や弁当を食べた場合

オ. その他

- ・ 菓子，果物，乳製品，嗜好飲料などの食品のみを食べた場合
- ・ 錠剤などによる栄養素の補給，栄養ドリンク剤のみの場合
- ・ 食事をしなかった場合（欠食）

4. 血圧の分類

| | 収縮期血圧（最高血圧）（mmHg） | | 拡張期血圧（最低血圧）（mmHg） | |
|----------|-------------------|-----|-------------------|--|
| 至適血圧 | <120 | かつ | <80 | |
| 正常血圧 | <130 | かつ | <85 | |
| 正常高値血圧 | 130～139 | または | 85～89 | |
| I 度高血圧 | 140～159 | または | 90～99 | |
| II 度高血圧 | 160～179 | または | 100～109 | |
| III 度高血圧 | ≥180 | または | ≥110 | |
| 収縮期高血圧 | ≥140 | かつ | <90 | |

結果図表中の数値は，2回の測定値の平均値。

（「日本高血圧学会（2009年）による血圧の分類」より）

5. 肥満の判定

BMI (Body Mass Index, 次式) を用いて判定した。

$$\text{BMI} = \text{体重 kg} / (\text{身長 m})^2$$

男女とも 20 歳以上 BMI = 22 を標準とし、肥満の判定基準は下記のとおりである。

| 判定 | 低体重 (やせ) | 普通 | 肥満 |
|-----|----------|-----------------|---------|
| BMI | 18.5 未満 | 18.5 以上 25.0 未満 | 25.0 以上 |

(「日本肥満学会 (2000 年) による肥満の判定基準」より)

学校保健統計調査方式による肥満度判定

6～14 歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から判定した。

| 判定 | やせ傾向 | | 普通 | 肥満傾向 | | |
|-----|---------|-------------------|--------------------|------------------|------------------|--------|
| | -20% 以下 | | | 20% 以上 | | |
| | 高度やせ | 軽度やせ | | 軽度肥満 | 中等度肥満 | 高度肥満 |
| 肥満度 | -30% 以下 | -30% 超 -20% 以下 | -20% 超～ +20% 未満 | 20% 以上 30% 未満 | 30% 以上 50% 未満 | 50% 以上 |

肥満度 (過体重度) = (実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)) / 身長別標準体重 (kg) × 100 (%)

身長別標準体重 (kg) = a × 実測身長 (cm) - b

| 年齢 | 係数 | | | |
|----|-------|--------|-------|--------|
| | 男子 | | 女子 | |
| | a | b | a | b |
| 6 | 0.461 | 32.382 | 0.458 | 32.079 |
| 7 | 0.513 | 38.878 | 0.508 | 38.367 |
| 8 | 0.592 | 48.804 | 0.561 | 45.006 |
| 9 | 0.687 | 61.390 | 0.652 | 56.992 |
| 10 | 0.752 | 70.461 | 0.730 | 68.091 |
| 11 | 0.782 | 75.106 | 0.803 | 78.846 |
| 12 | 0.783 | 75.642 | 0.796 | 76.934 |
| 13 | 0.815 | 81.348 | 0.655 | 54.234 |
| 14 | 0.832 | 83.695 | 0.594 | 43.264 |

(参考) ①財団法人日本学校保健会「児童生徒の健康診断マニュアル (改定版)」(2006), ②村田光範, 伊藤けい子:平成 14 年度厚生労働省厚生科学研究費補助金健康科学総合研究事業 小児の栄養・運動・休養からみた健康度指標と QOL に関する研究 身体活動からみた健康度指標と QOL に関する研究 (2003)

6. “メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の疑い”の判定

国民健康・栄養調査の血液検査では、空腹時採血が困難であるため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の診断基準項目である空腹時血糖値及び中性脂肪値により判定はしない。したがって、本報告における判定は以下のとおりとした。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）が強く疑われる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち2つ以上の項目に該当する者。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予備群と考えられる者

腹囲が男性 85cm、女性 90cm 以上で、3つの項目（血中脂質、血圧、血糖）のうち1つに該当する者。

※“該当する”とは、下記の「基準」を満たしている場合、かつ/または「服薬」がある場合とする。

| 腹囲 | 腹囲（ウエスト周囲径） 男性：85cm 以上 女性：90cm 以上 | | |
|----|---|---|----------------------------|
| 項目 | 血中脂質 | 血圧 | 血糖 |
| 基準 | ・ HDL コレステロール値 40mg/dl 未満 | ・ 収縮期血圧値 130mmHg 以上 ・ 拡張期血圧値 85mmHg 以上 | ・ ヘモグロビン A1c 値 5.5% 以上 |
| 服薬 | ・ コレステロールを下げる薬服用 ・ 中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬服用 | ・ 血圧を下げる薬服用 | ・ 血糖を下げる薬服用 ・ インスリン注射使用 |

（参考）厚生労働科学研究 健康科学総合研究事業「地域保健における健康診査の効率的なプロトコールに関する研究 ～健康対策指標検討研究班中間報告～」平成 17 年 8 月

※旧老人保健事業の健康診査では、ヘモグロビン A1c 値 5.5% 以上を「要指導」としているため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の疑いに関する判定項目である血糖を“ヘモグロビン A1c 値 5.5%”とした。

7. “糖尿病が強く疑われる人”、“糖尿病の可能性を否定できない人”の判定

糖尿病が強く疑われる人

ヘモグロビン A1c 値が 6.1% 以上、または、質問票で「現在糖尿病の治療を受けている」と答えた人

糖尿病の可能性を否定できない人

ヘモグロビン A1c 値が 5.6% 以上、6.1% 未満で、“糖尿病が強く疑われる人”以外の人

※糖尿病実態調査（H9、H14）と同様の基準

表2 職業分類表

| 番号 | 職業分類項目 | 仕事の種類 |
|---|--------------|---|
| 所得（賃金・給料，営業利益など）を伴う仕事についている方（内職，アルバイト，パートを含む） | | |
| 01 | 専門的・技術的職業従事者 | 研究者，技術者，医師，歯科医師，獣医師，薬剤師，保健師，助産師，看護師，臨床・衛生検査技師，歯科衛生士，栄養士，あんまマッサージ指圧師，はり師，きゅう師，柔道整復師，社会福祉専門職業従事者（保育士など），法務従事者（裁判官，検察官，弁護士など），公認会計士，税理士，教員，宗教家，文芸家，記者，編集者，美術家，写真家，デザイナー，イラストレーター，漫画家，音楽家，舞台芸術家，その他の専門的・技術的職業従事者（個人教師，職業スポーツ従事者など） |
| 02 | 管理的職業従事者 | 管理的公務員（議会議員，知事，市長など），会社・団体等役員，会社・団体等管理職員（工場長，支店長，駅長，会社課長など），その他の管理的職業従事者 |
| 03 | 事務従事者 | 一般事務従事者（総務事務員，受付・案内事務員，秘書など），会社事務従事者，外勤事務従事者（集金人など），運輸・通信事務従事者，その他の事務従事者（速記者，タイピスト，キーパンチャー，電子計算機オペレーターなど） |
| 04 | 販売従事者 | 商品販売従事者（小売店主，飲食店主，販売店員，商品仕入・販売外交員，商品仲介人など），販売類似職業従事者（不動産仲介人，保険外交員，質屋店主・店員など） |
| 05 | サービス職業従事者 | 家庭生活支援サービス職業従事者〔家政婦（夫），家事手伝い，訪問介護員（ホームヘルパー）など〕，生活衛生サービス職業従事者（理容師，美容師，クリーニング職など），飲食物調理従事者，接客・給仕職業従事者，居住施設・ビル等管理人，その他のサービス職業従事者（旅行・観光案内人，物品一時預かり人など） |
| 06 | 保安職業従事者 | 自衛官，警察官，看守，消防員，警備員など |
| 07 | 農業作業 | 農耕，養蚕，養鶏，養蜂，養畜，植木職，造園師など |
| 08 | 林業作業 | 育林，伐木・造材，集材・運材，製炭・製薪など |
| 09 | 漁業作業 | 漁労作業，海草・貝採取，漁労船の船長・航海士・機関長・機関士・水産養殖など |
| 10 | 運輸・通信従事者 | 自動車運転者，鉄道・船舶・航空機運転従事者，その他の運輸従事者（車掌，鉄道輸送関連業務従事者，甲板員，船舶機関員，検車係など），通信従事者（無線通信技術従事者，有線通信員，電話交換手，郵便・電報外務員など） |
| 11 | 生産工程・労務作業 | 製造作業〔金属材料，化学製品，窯業製品，土石製品，食料品，飲料・たばこ，衣服・繊維製品，木・竹・草・つる製品，パルプ・紙・紙製品，ゴム・プラスチック製品，革・革製品，その他〕，組立・修理作業〔一般機械器具，電気機械器具，輸送機械，計量計測機器・光学機械器具〕，金属加工作業者，金属溶接・溶断作業，紡績作業，印刷・製本作業，ボイラー工，建設機械運転作業，電気作業，採掘作業，とび職，鉄筋工，建設作業，土木作業従事者，運搬労務作業，その他の労務作業（清掃員など） |
| 上記（01～11）の仕事をしていない方 | | |
| 12 | 家事従事者 | 一般家庭の主婦等日常家事に従事することを常態としている人 |
| 13 | その他 | 無職（高齢・病気・障害などの理由による場合も含む） |
| 14 | 保育園児 | 保育所へ通うことを常態としている幼児 |
| 15 | 幼稚園児 | 幼稚園へ通うことを常態としている幼児 |
| 16 | その他の幼児 | 保育所や幼稚園に通っていない幼児 |
| 17 | 小学校低学年 | 小学1，2年生 |
| 18 | 小学校中学年 | 小学3，4年生 |
| 19 | 小学校高学年 | 小学5，6年生 |
| 20 | 中学生 | 中学1～3年生 |
| 21 | その他の学生 | 高校生，大学生，大学院生，各種専門学校生など |

身体状況調査票

地区番号 - 市郡番号 世帯番号 世帯員番号 性別 1 男 2 女年齢 (平成22年11月1日現在)都道
府県

保健所

【身体計測】

(1) 身長 (6歳以上) . c m(2) 体重 (6歳以上) . k g(3) 腹囲 (6歳以上) . c m
(へその高さ)

- 1 調査員が測定
-
- 2 家庭で測定 (自己申告)
-

(4) 血圧 (15歳以上)

1回目 収縮期(最高) 拡張期(最低)

 mmHg mmHg

2回目 収縮期(最高) 拡張期(最低)

 mmHg mmHg

(5) 血液検査実施の有無 (20歳以上)

(検査項目は裏面に記載)

- 1 有
-
- 2 無
-

【問診】(20歳以上)

(6) 現在、a からfの薬の使用の有無

- 1 有 2 無

- (a) 血圧を下げる薬
-
-
- (b) 脈の乱れを治す薬
-
-
- (c) インスリン注射または
-
- 血糖を下げる薬
-
-
- (d) コレステロールを下げる薬
-
-
- (e) 中性脂肪(トリグリセリド)
-
- を下げる薬
-
-
- (f) 貧血治療のための薬(鉄剤)
-

(7) 運動

- 1 健康上の理由で運動が出来ない
-
-
- 2 上記以外の理由で運動が出来ない
-
-
- 3 運動の習慣有り*
-

3に回答した方

(a) 1週間の運動日数 日(b) 運動を行う日の平均運動時間
 時間 分

(c) 運動の強さ

- 1 高強度(かなり息の乱れる運動)
-
-
- 2 中強度(少し息の乱れる運動)
-
-
- 3 低強度(あまり息の乱れない運動)
-

注)1日の運動量(歩行数) (15歳以上)
(栄養摂取状況調査票の記入事項確認)※「運動の習慣有り」とは、現在、継続的に
次の3項目全てに該当する者をいう。
運動の実施頻度として、週2日以上
運動の持続時間として、30分以上
運動の継続期間として、1年以上

厚生労働省

血液検査項目

| | |
|----|-----------------------|
| 1 | 血色素量 |
| 2 | ヘマトクリット値 |
| 3 | 赤血球数 |
| 4 | 白血球数 |
| 5 | 血小板数 |
| 6 | 血糖値 |
| 7 | ヘモグロビンA _{1c} |
| 8 | 総コレステロール |
| 9 | HDL-コレステロール |
| 10 | LDL-コレステロール |
| 11 | 中性脂肪(トリグリセリド) |
| 12 | 総たんぱく質 |
| 13 | アルブミン |
| 14 | クレアチニン |
| 15 | 血清鉄 |
| 16 | TIBC(総鉄結合能) |
| 17 | AST(GOT) |
| 18 | ALT(GPT) |
| 19 | γ-GTP |
| 20 | 尿酸 |

統計法に基づく一般統計調査

平成22年国民健康・栄養調査

栄養摂取状況調査票

地区番号 -

市郡番号

世帯番号

都道府県 保健所

調査員氏名

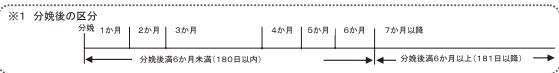
確認者氏名

厚生労働省

I 世帯状況・II 食事状況

「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って記入してください。

| I 世帯状況 | | | | II 食事状況 | | | 身体状況調査項目 | | *調査員記入欄 <small>(ここには、記入しないで下さい)</small> | |
|----------|-------|--|------------|--|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|--|--|
| 1. 世帯員番号 | 2. 氏名 | 3. 生年月日 | 4. 性別 | 5. 妊娠・授乳 ※1 分娩後の区分 参照 | 6. 仕事の種類 | 朝 | 昼 | 夕 | | 一日の運動量(歩行数) (15歳以上) |
| 01 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 02 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 03 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 04 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 05 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 06 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 07 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 08 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |
| 09 | | 1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日 | 1 男 2 女 | 1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <small>(いずれかに、レ印をつけて下さい)</small> |



統計法に基づく一般統計調査

平成22年国民健康・栄養調査

生活習慣調査票

地区番号 -

市郡番号

世帯番号

世帯員番号

性別 1 男 2 女

年齢 (平成22年11月1日現在)

都道府県 _____ 保健所 _____

厚生労働省

問1 あなたはふだん朝食を食べますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週2～3日食べない
- 3 週4～5日食べない
- 4 ほとんど食べない

問2 あなたはふだんの食事で1日あたり「あと1皿程度、野菜を増やすこと」についてどう考えますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 生野菜サラダを1皿程度なら増やせると思う
- 2 お浸しや煮物を1皿程度なら増やせると思う
- 3 野菜が好きではないから増やせないと思う
- 4 値段が高いから増やせないと思う
- 5 自分で食事の準備をしないから増やせないと思う
- 6 外食が多いから増やせないと思う
- 7 現在、野菜を十分に食べているから増やせないと思う
- 8 あてはまるものがない

問3 あなたはふだんの生活において、歩行、そうじ、階段のぼりおり、子ども遊ぶなど身体を動かしていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 いつもしている
- 2 ときどきしている
- 3 あまりしていない
- 4 ほとんどしていない

問4 あなたはふだんの生活で1日あたり歩数を「あと1,000歩増やすこと」についてどう考えますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 意識的に歩くように心がければ増やせると思う
- 2 家でよく身体を動かすようにすれば増やせると思う
- 3 歩くことが好きではないから増やせないと思う
- 4 時間がないから増やせないと思う
- 5 歩く場所がないから増やせないと思う
- 6 面倒だから増やせないと思う
- 7 病気など健康上の理由から増やせないと思う
- 8 現在、十分に歩いているから増やせないと思う
- 9 あてはまるものがない

-1-

問5 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。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 5時間未満
- 2 5時間以上6時間未満
- 3 6時間以上7時間未満
- 4 7時間以上8時間未満
- 5 8時間以上9時間未満
- 6 9時間以上

問6 ここ1ヶ月間、あなたは寝床に入っても、寝付きが悪い、途中で目が覚める、朝早く目覚める、熟睡できないなど、眠れないことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 頻繁にある
- 2 ときどきある
- 3 めったにない
- 4 まったくない

問7 あなたは歯の健康づくりのために、次の器具を使用していますか。
あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 歯ブラシ
- 2 歯間ブラシ
- 3 舌ブラシ
- 4 デンタルフロス・糸(付)ようじ
- 5 使用していない(ゆすぐのみなど)

問8 自分の歯は何本ありますか。
(親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。)

自分の歯は 本ある

問9 あなたは食べ物や飲み物が飲み込みにくく感じたり、食事中にむせたりすることがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 頻繁にある
- 2 ときどきある
- 3 めったにない
- 4 まったくない

問10 あなたはこの1ヶ月間に自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。次のアからカの質問について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

| | 1. ほぼ毎日 | 2. 週に数回 | 3. 週に1回 | 4. 月に1回 | 5. 全くなかった | 6. 行かなかった |
|-------------------------------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|
| | 程度 | 程度 | 程度 | 程度 | | |
| ア 家庭 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| イ 職場 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ウ 学校 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| エ 飲食店 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| オ 遊技場 (ゲームセンター、パチンコ、競馬場など) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| カ その他 (市役所、病院、公共交通機関など) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

問11 あなたはこれまでにタバコを吸ったことがありますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている(吸っていた)
- 2 吸っている(吸ったことはある)が合計100本未満で6ヶ月未満である → 問12へ
- 3 まったく吸ったことがない → 問13へ

(問11-1) あなたは、通常、1日に何本タバコを吸いますか(吸っていましたか)。
(「ときどき吸う方」は吸うときの1日の本数をお答え下さい。)

本

(問11-2) 何歳の時から習慣的にタバコを吸うようになりましたか。
() 歳

-2-

-3-

問 12 現在(この1ヶ月間)、あなたはたばこを吸っていますか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 毎日吸う
- 2 ときどき吸っている
- 3 今は(この1ヶ月間)吸っていない

(問 12-1) たばこをやめたいと思いますか。

あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 やめたい
- 2 本数を減らしたい
- 3 やめたくない
- 4 わからない

問 12-2 は、問 12 で「3 今は(この1ヶ月間)吸っていない」と答えた方のみお答え下さい。

(問 12-2) あなたがたばこを最後に吸ったのは、何歳の時でしたか。
() 歳

問 13 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。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 毎日
- 2 週5～6日
- 3 週3～4日
- 4 週1～2日
- 5 月に1～3日
- 6 やめた(1年以上やめている) → 問 14 へ
- 7 ほとんど飲まない(飲めない) → 問 16 へ

(問 13 で 1、2、3、4、5 と答えた方にお聞きします。)

(問 13-1) お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。

清酒に換算し、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 1合(180ml)未満
- 2 1合以上2合(360ml)未満
- 3 2合以上3合(540ml)未満
- 4 3合以上4合(720ml)未満
- 5 4合以上5合(900ml)未満
- 6 5合(900ml)以上

清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。
ビール・発泡酒中瓶1本(約500ml)、焼酎2.0度(135ml)、
焼酎2.5度(110ml)、焼酎3.5度(80ml)、
チューハイ7度(350ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、
ワイン2杯(240ml)

-4-

問 14 あなたはこれまでに飲酒が原因で肝機能障害を指摘されたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 わからない

(問 14-1) 肝機能障害の治療を受けたことはありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 過去から現在にかけて継続的に受けている
- 2 過去に中断したことがあるが、現在は受けている
- 3 過去に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 4 これまでに治療を受けたことがない

問 15 あなたの飲酒が原因で、これまでにあなた自身か他の誰かがケガをしたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

- 1 ある
- 2 ない

問 16 あなたはこの1年間に家庭で体重を測定したことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 わからない

(問 16-1) どのくらいの頻度で測っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ほぼ毎日(週に6日以上)
- 2 週に3～5日
- 3 週に1～2日
- 4 月2～3日
- 5 月に1回以下

問 17 あなたはこれまでに医療機関や健診で内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

- 1 あり
- 2 なし

-5-

問 18 あなたはこの1年間に家庭で血圧を測定したことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 わからない

(問 18-1) どのくらいの頻度で測っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 ほぼ毎日(週に6日以上)
- 2 週に3～5日
- 3 週に1～2日
- 4 月2～3日
- 5 月に1回以下

問 19 あなたはこれまでに医療機関や健診で高血圧(血圧が高い)といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

- 1 あり
- 2 なし → 問 20 へ

(問 19-1) 何歳の時に初めて高血圧といわれましたか。

- 1 () 歳
- 2 わからない

(問 19-2) 高血圧の治療(通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)を受けたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 過去から現在にかけて継続的に受けている
- 2 過去に中断したことがあるが、現在は受けている
- 3 過去に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 4 これまでに治療を受けたことがない

-6-

問 20 あなたはこれまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。
(「境界型である」、「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」などのようにいわれた方も含みます。)

- 1 あり
- 2 なし → 問 21 へ

(問 20-1) 何歳の時に初めて糖尿病といわれましたか。

- 1 () 歳
- 2 わからない

(問 20-2) 糖尿病の治療(通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)を受けたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 過去から現在にかけて継続的に受けている
- 2 過去に中断したことがあるが、現在は受けている
- 3 過去に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 4 これまでに治療を受けたことがない

問 21 あなたはこれまでに医療機関や健診で血中コレステロール(総コレステロールまたはLDLコレステロール)が高いといわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

- 1 あり
- 2 なし → 問 22 へ

(問 21-1) 何歳の時に初めて血中コレステロールが高いといわれましたか。

- 1 () 歳
- 2 わからない

(問 21-2) 血中コレステロールの治療(通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)を受けたことがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 過去から現在にかけて継続的に受けている
- 2 過去に中断したことがあるが、現在は受けている
- 3 過去に受けたことがあるが、現在は受けていない
- 4 これまでに治療を受けたことがない

-7-

問 22 あなたは医師から脳卒中(脳梗塞、脳血栓、脳塞栓、脳出血、くも膜下出血)といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

1 あり 2 なし → 問 23 へ

(問 22-1) 最初に発症したのは何歳の時ですか。

1 ()歳 2 わからない

問 23 あなたは医師から心筋梗塞といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

1 あり 2 なし → 問 24 へ

(問 23-1) 最初に発症したのは何歳の時ですか。

1 ()歳 2 わからない

問 24 あなたは医師から狭心症といわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

1 あり 2 なし → 問 25 へ

(問 24-1) 最初に発症したのは何歳の時ですか。

1 ()歳 2 わからない

問 25 あなたはこれまでに医師から腎臓病または腎機能が低下しているといわれたことがありますか。どちらかの番号を選んで○印をつけて下さい。

1 あり 2 なし → 問 26 へ

(問 25-1) その原因は何といわれましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 糖尿病性腎症 2 慢性糸球体腎炎
3 その他の腎臓病 4 わからない

問 26 あなたは現在高血圧や糖尿病、高コレステロール、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)等の予防・改善を目的とした生活習慣の改善に取り組んでいますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

1 はい 2 いいえ

問 27 へ

(問 26-1) 取り組んでいない理由として、あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 自分の健康に自信がある
2 病気の自覚症状がない
3 病気になってから治療をすればよい
4 生活習慣を改善することがストレスになる
5 生活習慣を改善する時間的ゆとりがない
6 生活習慣を改善する経済的ゆとりがない
7 社会的な環境(運動施設、栄養成分表示がないなど)が整っていない
8 面倒だから取り組まない
9 あてはまるものがない

問 27 あなたは高血圧や糖尿病、高コレステロール、内臓脂肪症候群(メタボリックシンドローム)の予防・改善のために普段の生活で心がけていることがありますか。あてはまる番号すべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 食べ過ぎないようにしている(カロリー制限している)
2 塩分を取りすぎないようにしている(減塩している)
3 脂肪(あぶら分)を取りすぎないようにしている
4 甘いもの(糖分)を取りすぎないようにしている
5 野菜をたくさん食べるようにしている
6 肉に偏らず魚を取るようにしている
7 お酒(アルコール)を飲み過ぎないようにしている
8 運動をするようにしている
9 睡眠で休養を充分にとるようにしている
10 気分転換・ストレス解消をするようにしている
11 あてはまるものがない

問 28 健康寿命とは、「日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる生存期間」のことです。あなたはこの「健康寿命」という言葉を知っていましたか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 言葉も意味も知っていた
2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
3 言葉も意味も知らなかった(今回の調査で初めて聞いた場合を含む)

【世帯主 または 世帯を代表する方 は、引きつづきの 問 29 にもお答え下さい。】

問 29 あなたの世帯の過去1年間の年間収入はだいたいどれくらいになりましたか。近い番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 200万円未満
2 200万円以上～600万円未満
3 600万円以上
4 わからない

ご協力ありがとうございました。

