

# 第6部

# 年次別結果

Analysis of Annual Survey Results



◆第143表◆ 栄養素等摂取量の年次推移 (全国, 1人1日当たり)  
Trends in Nutrient Intake, 1975 to 2004 (Per capita per day, National Average)

	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004	
エネルギー	2,188	2,084	2,088	2,026	2,042	2,007	1,967	1,948	1,954	1,930	1,920	1,902	
たんぱく質 Protein	総量 Total	81.0	78.7	79.0	78.7	81.5	78.9	77.7	73.4	72.2	71.5	70.8	
		動物性 Meat, poultry, fish, eggs and dairy products	38.9	39.2	40.1	41.4	44.4	42.3	41.7	39.9	39.0	38.3	38.0
脂質 Fat	総量 Total	52.0	55.6	56.9	56.9	59.9	57.9	57.4	55.3	54.4	54.0	54.1	
		動物性 Meat, poultry, fish, eggs and dairy products	25.6	26.9	27.6	27.5	29.8	29.0	28.8	27.2	27.2	27.1	26.8
炭水化物 Carbohydrate	335	309	298	287	280	273	269	266	274	271	270	266	
カルシウム Calcium	552	539	553	531	585	579	575	547	550	546	536	532	
鉄 Iron	10.8	10.4	10.8	11.1	11.8	11.6	11.5	11.3	8.2	8.1	8.1	7.8	
食塩 Salt	(ナトリウム×2.54/1,000) Sodium	13.5	12.9	12.1	12.5	13.2	12.9	12.6	12.3	11.5	11.4	11.2	10.7
		A	1,889	1,986	2,188	2,567	2,840	2,832	2,803	2,654	—	—	—
		B <sub>1</sub>	—	—	—	—	—	—	—	981	939	922	879
		B <sub>2</sub>	1.39	1.37	1.34	1.23	1.22	1.19	1.18	1.17	0.89	0.87	0.86
ビタミン Vitamin	C	1.23	1.21	1.25	1.33	1.47	1.43	1.43	1.40	1.22	1.21	1.18	1.17
		138	123	128	120	135	135	129	128	106	101	100	99
		穀類エネルギー比率*2	Percentage of energy from grains	%	49.2	48.3	47.2	45.5	40.7	41.4	42.1	42.5	42.0
動物性たんぱく質比率*2	Percentage of protein from meat, poultry, fish, eggs and dairy products	%	48.0	49.8	50.8	52.6	54.5	53.6	54.3	52.3	51.9	52.0	

(注) \*1RE: レチノール当量

\*2これらの比率は個々人の計算値を平均したものである。

平成15年より強化食品、補助食品からの栄養素摂取量の調査を始めたため、平成15, 16年のカルシウム、鉄、ビタミンB<sub>1</sub>・B<sub>2</sub>・Cの値は、「通常の食品」の数値を引用している。

◆第144表◆ 食品群別摂取量の年次推移（全国、1人1日当たり）  
Trends in Food Intake by Food Group, 1975 to 2004（Per capita per day, National Average）

(g)

	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
総量	1,411.6	1,351.9	1,345.6	1,331.4	1,449.2	1,426.3	1,400.6	1,379.6	2,041.5	2,042.0	2,070.6	2,068.2
穀類 Grains	総量	340.0	319.1	285.2	264.0	259.7	254.4	256.8	464.1	460.5	462.0	449.5
	米	248.3	225.8	216.1	197.9	167.9	162.4	160.4	356.3	353.6	356.0	343.0
	小麦	90.2	91.8	91.3	84.8	93.7	89.8	94.3	99.6	98.0	96.6	98.4
	その他の穀類・加工品	1.5	1.5	1.5	2.6	2.5	2.1	2.1	2.1	8.1	9.3	8.1
いも Potatoes	総量	60.9	63.4	65.3	65.3	68.9	67.7	64.7	63.0	62.5	59.7	60.5
	さつまいも・加工品	11.0	10.4	10.7	10.3	10.8	10.4	9.3	7.1	7.7	7.1	7.1
	じゃがいも・加工品	22.1	23.2	25.6	28.2	30.3	30.5	30.5	30.5	30.2	28.5	29.3
	その他のいも・加工品	27.8	29.8	26.9	26.7	27.8	27.6	26.7	24.9	24.5	24.0	24.1
砂糖・甘味料類	14.6	12.0	11.2	10.6	9.9	9.7	9.5	9.3	7.2	7.2	7.2	7.1
豆類 Legumes	総量	70.0	65.4	66.6	68.5	70.0	70.4	70.2	57.2	58.9	58.1	61.5
	大豆	67.2	63.2	64.3	66.2	68.0	68.4	68.4	68.4	55.3	57.3	59.8
	大豆・加工品	2.8	2.2	2.3	2.3	2.0	2.0	2.0	1.9	2.0	1.6	1.7
	その他の豆・加工品	1.5	1.3	1.4	1.4	2.1	2.0	2.2	1.9	2.2	2.3	2.1
野菜類 Vegetables	緑黄色野菜	48.2	51.0	73.9	77.2	94.0	94.2	95.9	93.6	88.9	94.2	84.0
	緑黄色野菜	189.9	192.3	178.1	162.8	184.4	182.3	180.1	185.9	180.8	183.4	169.8
	その他の野菜	193.5	155.2	140.6	124.8	133.0	119.4	117.4	132.0	124.3	115.1	119.2
	その他の野菜	8.6	8.1	9.7	10.3	11.8	13.3	13.8	14.1	14.9	14.9	15.0
きのこ類 Mushrooms	きのこ類	4.9	5.1	5.6	6.1	5.3	5.5	5.5	5.5	14.6	13.2	12.9
	海藻類	303.3	313.3	318.7	340.0	366.8	351.2	338.7	378.5	371.9	327.7	331.4
	魚介類	94.0	92.5	90.0	95.3	96.9	94.3	92.0	94.0	88.2	86.7	82.6
	肉類	64.2	67.9	71.7	71.2	82.3	80.3	78.4	78.2	76.3	77.5	77.9
動物性食品 Food of Animal Origin	卵類	41.5	37.7	40.3	42.3	42.1	40.4	39.7	36.8	36.5	36.6	34.4
	乳類	103.6	115.2	116.7	130.1	144.5	137.0	127.6	170.0	168.5	126.4	135.4
	油脂類	15.8	16.9	17.7	17.6	17.3	16.5	16.5	16.4	11.3	10.9	10.5
	菓子類	29.0	25.0	22.8	20.3	26.8	23.1	22.2	26.7	26.7	26.5	25.6
調味嗜好飲料 Seasonings and Beverages	嗜好飲料	119.7	109.4	113.4	137.4	190.2	185.9	182.3	509.3	531.6	592.8	616.4
	調味料	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	香辛料類	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	香辛料類	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
補助栄養素・特定保健用食品 Dietary Supplements and Food for Specified Health Uses	補助栄養素	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	特定保健用食品	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	調味料	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	香辛料類	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
その他	その他	11.7	14.0	13.7	14.3	17.6	19.4	19.4	—	—	—	—
	その他	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

注1) 平成13年より分類が変更された。特に「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」に分類された。「動物性食品」の「総量」には「バター」「動物性油脂」が含まれるため、内訳合計とは一致しない。また、平成13年より調理を加熱した数量となり、「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、「野菜類」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」などで算出している。「その他のいも・加工品」には、「でんぷん・加工品」が含まれ、「その他の野菜」には、「野菜ジュース」「漬けもの」が含まれる。

注2) 平成15年より補助栄養素（顆粒、錠剤、カプセル、ドリンク状の製品（薬剤も含む））及び特定保健用食品からの摂取量の調査が追加された。

◆第145表◆ 食品群別摂取エネルギー比率の年次推移 (全国)  
Trends in Proportion of Energy Intake by Food Group, 1975 to 2004 (National Average)

	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
総量 Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
穀類 Grains	総量 Total	49.2	48.3	45.5	40.7	40.6	40.7	41.4	42.2	42.1	42.5	42.0
	米・加工品 Rice	39.2	37.6	34.5	28.9	28.9	29.0	29.0	30.6	30.7	31.2	30.3
	小麦・加工品 Wheat	9.7	10.4	10.7	11.5	11.5	11.5	12.1	11.0	10.7	10.7	11.2
	その他の穀類・加工品 Others	0.3	0.3	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.6	0.6	0.7	0.6
いも Potatoes	総量 Total	2.2	2.4	2.5	2.7	2.7	2.7	2.6	2.2	2.3	2.1	2.2
	さつまいも・加工品 Sweet-	0.6	0.6	0.6	0.7	0.6	0.7	0.6	0.5	0.5	0.5	0.5
	じゃがいも・加工品 White-	0.8	0.8	1.1	1.2	1.2	1.2	1.2	1.2	1.1	1.1	1.1
	その他のいも・加工品 Others	0.8	1.0	0.8	0.9	0.9	0.8	0.8	0.6	0.6	0.6	0.6
砂糖・甘味料類 Sugar and Preserves	2.5	2.1	2.0	1.9	1.8	1.8	1.8	1.7	1.4	1.4	1.4	1.4
豆類 Legumes	総量 Total	4.7	4.5	4.9	4.6	4.6	4.9	4.8	3.6	3.6	3.7	3.8
	大豆・加工品 Soybeans and Soybean Products	4.4	4.2	4.7	4.4	4.4	4.7	4.6	3.4	3.5	3.5	3.6
	その他の豆・加工品 Others	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	種実類 Seeds and Nuts	0.3	0.3	0.3	0.3	0.5	0.5	0.6	0.5	0.6	0.6	0.6
野菜類 Vegetables	緑黄色野菜 Green, Yellow-	0.6	0.6	1.1	1.3	1.3	1.4	1.4	1.3	1.4	1.4	1.3
	その他の野菜 Others	2.0	2.1	2.1	2.3	2.3	2.4	2.4	2.2	2.2	2.2	2.2
	果実類 Fruits	4.4	3.7	3.4	3.2	3.5	3.4	3.4	3.3	3.7	3.4	3.6
きのこ類 Mushrooms		—	—	—	—	—	0.0	0.0	0.2	0.2	0.2	0.2
	藻類 Seaweeds	—	—	—	—	—	0.0	0.0	0.2	0.2	0.2	0.2
動物性食品 Food of Animal Origin	総量 Total	19.3	20.8	21.8	23.2	25.0	25.2	25.0	23.7	23.8	23.4	23.5
	魚介類 Fish and Shellfish	6.6	6.7	6.8	7.0	6.7	7.3	7.2	7.1	7.1	6.8	6.5
	肉類 Meat and Poultry	6.8	7.5	8.0	8.1	9.2	9.3	9.2	9.4	8.0	8.3	8.5
	卵類 Eggs	3.0	2.9	3.1	3.4	3.3	3.3	3.3	3.3	2.9	2.9	2.7
	乳類 Milk and Dairy Products	2.9	3.7	3.9	4.4	4.9	4.9	5.0	4.7	5.2	5.3	5.3
油脂類 Fats and Oils	5.8	6.5	6.9	7.1	6.8	6.8	6.8	6.8	5.1	5.0	4.8	4.9
菓子類 Sweets		4.5	4.0	3.3	4.4	4.0	3.8	3.7	4.5	4.6	4.5	4.5
	嗜好飲料類 Beverages	3.2	3.3	3.4	4.5	5.9	5.9	5.9	4.0	4.2	4.2	4.2
調味嗜好飲料 Seasonings and Beverages	調味料・香辛料類 Seasoning and Spices	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	補助栄養素・特定保健用食品 Dietary Supplements and Food for Specified Health Uses	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0.5	0.5
その他の Others	1.3	1.4	1.3	0.9	1.0	1.0	1.0	1.0	—	—	—	—

◆第146表◆ 食品群別摂取たんぱく質比率の年次推移（全国）  
Trends in Proportion of Protein Intake by Food Group, 1975 to 2004 (National Average)

	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
総量 Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
穀類 Grains	総量 Total	28.4	27.6	26.5	24.9	22.1	22.0	22.7	21.7	21.6	21.9	21.9
	米・加工品 Rice	20.6	19.3	18.4	17.0	13.8	13.8	13.9	12.2	12.3	12.5	12.1
	小麦・加工品 Wheat	7.7	8.0	7.9	7.7	8.0	8.0	8.6	9.0	8.7	8.8	9.2
	その他の穀類・加工品 Others	0.1	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.5	0.6	0.6
いも Potatoes	総量 Total	1.2	1.4	1.4	1.3	1.4	1.4	1.4	1.0	1.1	1.0	1.0
	さつまいも・加工品 Sweet-	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	じゃがいも・加工品 White-	0.5	0.6	0.6	0.7	0.7	0.8	0.8	0.6	0.6	0.6	0.6
	その他のいも・加工品 Others	0.6	0.8	0.6	0.5	0.5	0.4	0.5	0.5	0.3	0.3	0.3
砂糖・甘味料類 Sugar and Preserves	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
豆類 Legumes	総量 Total	8.8	8.3	8.3	8.9	8.2	8.7	8.7	7.1	7.3	7.3	7.5
	大豆・加工品 Soybeans and Soybean Products	8.4	8.0	8.0	8.6	8.0	8.3	8.5	6.8	7.1	7.1	7.2
	その他の豆・加工品 Others	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1
	種実類 Seeds and Nuts	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5	0.4	0.5	0.5	0.6
野菜類 Vegetables	緑黄色野菜 Green, Yellow-	1.4	1.4	2.0	2.0	2.4	2.4	2.4	1.8	1.7	1.9	1.7
	その他の野菜 Others	3.1	3.2	3.0	2.8	3.0	3.0	3.0	2.3	2.3	2.3	2.4
	果実類 Fruits	1.5	1.0	0.9	0.8	0.8	0.8	0.8	0.8	0.9	0.9	0.8
きのこ類 Mushrooms	きのこ類 Mushrooms	0.2	0.2	0.3	0.4	0.4	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.6
	藻類 Seaweeds	0.6	0.6	0.7	0.6	0.5	0.5	0.5	0.5	0.6	0.5	0.6
	動物性食品 Food of Animal Origin	48.2	49.7	50.8	52.1	54.0	53.6	53.1	54.3	54.0	53.2	53.4
油脂類 Fats and Oils	魚介類 Fish and Shellfish	23.6	24.0	23.6	23.7	23.2	23.3	23.0	24.6	23.5	23.3	22.6
	肉類 Meat and Poultry	14.1	15.2	16.1	16.4	18.3	17.9	18.0	16.6	17.1	16.9	17.5
	卵類 Eggs	6.3	5.8	6.3	6.6	6.3	6.3	6.3	6.3	6.4	6.6	6.2
	乳類 Milk and Dairy Products	4.2	4.7	4.8	5.4	6.1	5.9	5.7	6.7	6.7	6.4	6.9
	油脂類 Fats and Oils	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	—	—	—
菓子類 Sweets	菓子類 Sweets	2.1	1.9	1.7	1.4	1.8	1.6	1.6	2.2	2.3	2.2	2.3
	嗜好飲料類 Beverages	3.7	3.3	3.2	3.5	3.9	3.9	3.8	1.3	1.4	1.4	1.4
	調味料・香料類 Seasonings and Spices	—	—	—	—	—	—	—	5.7	5.8	6.0	5.9
補助栄養素・特定保健用食品 Dietary Supplements and Food for Specified Health Uses	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0.3	0.3
その他 Others	0.7	1.2	1.1	1.3	1.4	1.6	1.1	1.4	—	—	—	—

◆第147表◆ 食品群別摂取脂質比率の年次推移 (全国)

Trends in Proportion of Fat Intake by Food Group, 1975 to 2004 (National Average)

(%)

	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
総量 Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
穀類 Grains	総量 Total	10.7	10.1	9.6	9.1	8.7	8.7	8.9	8.3	8.0	8.1	8.3
	米・加工品 Rice	5.8	5.2	4.9	4.5	3.6	3.6	3.6	2.0	2.0	2.0	2.0
	小麦・加工品 Wheat	4.9	4.9	4.6	4.5	5.0	5.0	5.2	6.2	5.8	5.9	6.3
	その他の穀類・加工品 Others	—	—	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
いも Potatoes	総量 Total	1.1	1.1	1.0	0.6	0.7	0.6	0.7	0.1	0.1	0.1	0.2
	さつまいも・加工品 Sweet-	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0.0
	じゃがいも・加工品 White-	—	—	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
	その他のいも・加工品 Others	1.1	1.1	0.9	0.4	0.7	0.5	0.6	—	—	—	0.0
砂糖・甘味料類 Sugar and Preserves	総量 Total	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	大豆・加工品 Soybeans and Soybean Products	9.1	8.3	8.1	9.0	8.1	8.5	8.6	7.6	7.8	7.9	7.9
豆類 Legumes	大豆・加工品 Soybean Products	9.1	8.3	8.1	9.0	8.1	8.5	8.5	7.6	7.7	7.8	7.8
	その他の豆・加工品 Others	—	—	0.1	—	0.1	0.1	0.1	—	—	—	—
種実類 Seeds and Nuts	総量 Total	0.9	0.7	0.8	0.9	1.3	1.5	1.3	1.7	1.7	1.6	1.7
	緑黄色野菜 Green, Yellow-	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.4	0.3	0.4	0.4
野菜類 Vegetables	その他の野菜 Others	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.4
	果実類 Fruits	0.4	0.4	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4
きのこ類 Mushrooms	総量 Total	—	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
	海藻類 Seaweeds	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
動物性食品 Food of Animal Origin	総量 Total	45.5	45.7	46.4	46.6	48.0	48.4	48.5	49.2	50.0	49.6	49.0
	魚介類 Fish and Shellfish	10.9	10.1	9.8	10.1	9.6	10.3	10.2	10.2	10.7	10.4	10.5
	肉類 Meat and Poultry	19.4	20.3	20.9	20.0	21.9	22.1	22.1	22.6	20.2	21.3	21.4
	卵類 Eggs	8.3	7.6	7.9	8.3	7.8	7.7	7.8	7.7	6.9	6.9	6.5
	乳類 Milk and Dairy Products	6.9	7.7	7.8	8.2	8.8	8.3	8.4	8.0	9.3	9.5	9.6
油脂類 Fats and Oils	総量 Total	25.2	26.8	27.4	27.2	25.2	24.9	24.8	19.6	19.2	18.4	18.5
	菓子類 Sweets	4.5	4.0	3.6	3.4	4.6	4.2	4.0	3.8	5.2	5.3	5.4
調味嗜好飲料 Seasonings and Beverages	嗜好飲料 Beverages	2.0	0.2	0.1	0.3	0.5	0.4	0.4	0.5	0.2	0.2	0.2
	調味料・香辛料類 Seasoning and Spices	—	—	—	—	—	—	—	8.8	8.4	8.8	8.9
補助栄養素・特定保健用食品 Dietary Supplements and Food for Specified Health Uses	総量 Total	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0.3	0.4
	その他 Others	1.6	1.9	2.1	1.8	1.7	1.8	1.8	1.8	—	—	—

◆第148表◆ 朝食欠食率の年次推移（性・年齢階級別）  
Trends in Ratio of the Persons who Skipped Breakfast, 1975 to 2004

（%）

		昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
全 国		6.3	6.7	7.7	7.9	8.0	8.3	7.2	8.1	8.9	9.7	10.1	10.5
男	総 数	6.7	7.6	8.7	9.8	10.1	11.1	9.5	10.7	11.1	11.6	11.8	12.6
	15～19歳	10.7	12.7	10.3	14.1	13.4	13.2	12.3	13.3	12.3	14.4	14.0	14.2
	20～29	15.5	19.5	23.5	25.5	30.8	32.9	26.3	30.5	27.9	26.5	29.5	34.3
	30～39	8.5	11.6	13.8	17.8	16.6	20.5	17.4	20.1	23.6	24.7	23.0	25.9
	40～49	4.9	6.6	8.7	11.1	11.6	11.4	12.0	10.5	14.4	14.3	15.9	19.0
	50～59	4.6	4.6	6.1	6.5	5.1	6.2	6.3	9.2	9.1	10.8	10.0	10.6
	60歳以上	3.4	2.8	3.5	2.0	1.7	2.0	2.2	2.9	2.5	3.4	3.7	3.6
女	総 数	5.9	5.9	5.9	6.1	6.1	5.9	5.1	5.8	6.9	7.9	8.5	8.7
	15～19歳	14.1	8.3	13.1	10.1	8.9	7.4	7.5	9.2	8.2	11.4	17.2	10.2
	20～29	11.7	12.9	14.7	14.3	18.2	15.9	14.0	16.3	16.9	20.6	23.6	22.0
	30～39	5.3	8.1	6.4	6.5	5.6	8.8	7.2	7.5	11.8	12.1	12.7	15.0
	40～49	5.8	5.7	6.7	7.5	6.1	6.7	5.0	6.6	7.9	9.0	7.6	7.8
	50～59	4.5	4.3	5.3	5.1	4.0	4.5	4.4	5.3	6.8	6.3	6.7	9.1
	60歳以上	4.1	3.1	3.4	2.8	2.5	1.7	2.4	2.1	2.3	3.7	4.1	4.0

注) 総数は1歳以上での平均。

◆ 第149表の1 ◆ 身長の平均値の年次推移 (男, 年齢階級別)

Trends in Mean Height of Japanese Males, 1975 to 2004

(cm)

年齢(歳) Age(yrs.)	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成元年 1989	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1	79.7	79.9	80.4	80.5	80.0	80.5	80.3	81.3	80.8	79.6	80.2	80.2	80.4
2	88.9	89.2	89.7	88.7	89.7	89.3	87.8	89.3	90.1	90.1	88.6	88.6	90.7
3	95.3	96.7	96.7	97.3	96.5	97.0	95.8	95.7	96.3	96.8	96.6	96.4	97.2
4	102.3	102.4	103.2	103.7	104.0	103.8	102.7	102.8	103.4	103.9	103.4	104.2	104.1
5	108.3	110.1	109.4	110.6	110.3	110.8	109.3	109.2	110.9	109.6	110.9	110.8	110.1
6	114.3	115.3	115.7	116.2	115.9	116.6	115.4	115.5	117.6	116.6	115.4	115.5	115.3
7	120.7	120.6	120.8	121.8	122.5	121.8	121.9	121.7	121.8	120.9	122.2	123.1	120.8
8	129.3	126.8	126.1	128.0	127.7	127.7	127.8	127.9	128.5	128.0	127.2	126.8	127.9
9	131.6	131.5	131.0	131.6	132.3	133.3	133.6	132.2	132.5	133.3	133.3	132.9	132.9
10	135.4	136.8	137.2	137.4	138.6	139.2	137.5	138.1	138.7	138.4	139.0	139.8	137.1
11	140.9	142.8	143.2	143.8	144.2	144.4	144.2	144.7	143.6	143.8	143.1	143.7	141.9
12	147.9	149.4	148.8	152.0	152.1	152.4	152.0	151.1	150.0	153.5	153.6	151.3	151.3
13	154.6	156.7	156.4	158.2	157.5	158.7	157.6	158.9	159.7	159.1	159.8	159.3	159.9
14	161.8	162.7	163.5	163.7	163.1	164.9	163.7	164.8	165.1	164.5	164.5	162.1	163.8
15	165.3	166.9	166.3	167.0	167.7	168.2	168.0	168.4	166.7	168.7	167.8	167.7	167.8
16	166.4	167.3	168.8	168.8	168.0	169.4	169.3	170.5	169.4	170.5	170.0	170.3	170.2
17	167.4	169.7	169.4	169.7	170.9	171.8	170.7	171.5	170.9	170.3	171.3	170.9	171.0
18	168.6	169.3	169.6	171.4	170.5	171.8	172.1	171.0	170.9	168.8	169.6	171.1	170.5
19	169.9	169.5	172.0	170.3	170.2	171.9	170.2	174.1	171.6	171.0	171.4	172.0	171.2
20	166.9	170.4	171.1	171.8	171.3	171.3	170.7	171.2	170.4	170.8	171.7	169.2	172.2
21	167.1	169.5	170.4	171.5	170.9	171.5	171.5	170.8	173.1	172.0	170.5	169.8	173.4
22	167.1	170.0	169.5	171.6	170.9	171.1	171.1	170.1	170.4	173.0	171.0	172.3	172.4
23	168.4	169.2	169.4	172.3	170.4	171.5	171.9	170.6	171.2	171.4	170.1	170.7	172.2
24	166.3	167.1	170.4	171.6	171.6	171.4	171.6	170.3	171.0	169.9	171.2	171.2	170.1
25	167.1	167.6	169.8	170.2	170.8	171.3	172.1	171.3	170.7	171.8	170.8	172.5	171.0
26~29	166.2	167.2	169.2	170.1	170.4	171.3	170.9	170.9	171.0	171.5	171.5	171.2	171.6
30~39	163.8	166.1	167.7	169.0	168.7	170.2	170.4	171.0	170.6	171.1	170.9	170.8	172.0
40~49	161.9	163.2	164.8	166.4	166.4	167.9	168.2	169.3	168.8	169.0	169.3	170.2	170.4
50~59	161.0	161.1	162.2	163.3	162.8	164.4	165.1	165.7	165.5	166.2	166.2	166.2	167.5
60~69	158.1	159.0	160.2	161.3	161.0	161.3	162.5	162.7	163.0	163.1	163.1	163.5	164.2
70~	155.2	156.9	157.2	157.9	158.3	159.1	159.4	160.0	159.5	159.5	160.1	159.7	160.9
平均	—	—	—	156.0	155.9	158.3	159.6	159.5	159.6	159.2	159.6	159.5	160.1
20歳以上	—	—	—	165.1	164.8	166.1	166.2	166.4	166.2	166.4	166.2	166.2	167.1
20~29歳	—	—	—	170.9	170.7	171.3	171.2	170.8	171.0	171.5	171.1	171.0	171.8



◆第149表の2◆ 身長の平均値の年次推移（女、年齢階級別）  
Trends in Mean Height of Japanese Females, 1975 to 2004

年齢(歳) Age(yrs.)	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成元年 1989	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1	79.0	79.5	78.5	79.1	78.3	78.4	77.4	78.5	78.9	79.0	78.8	78.6	80.6
2	88.1	88.2	88.2	88.3	89.0	88.8	87.9	86.8	88.3	87.6	88.1	88.8	88.7
3	95.4	95.2	95.6	95.5	95.2	95.8	94.9	94.8	96.7	95.2	96.6	95.3	95.6
4	101.7	102.2	102.1	103.1	102.9	103.1	102.7	101.7	102.8	103.1	101.3	102.9	103.0
5	108.1	108.2	109.0	110.0	108.5	109.8	109.1	108.4	109.1	109.5	108.4	110.8	108.6
6	113.4	114.5	114.4	115.8	115.4	115.8	114.4	114.4	115.0	114.0	115.3	116.4	116.0
7	119.1	120.2	121.6	120.7	121.3	121.1	121.6	120.8	121.2	121.3	121.5	120.9	123.1
8	125.1	125.4	126.9	126.4	126.8	127.8	126.5	127.0	126.1	127.9	126.4	126.2	127.4
9	129.7	131.4	132.1	132.9	131.5	133.7	131.9	132.7	133.6	133.7	133.3	133.4	132.3
10	136.6	137.8	137.3	138.6	139.7	138.7	138.7	139.9	138.9	141.5	139.2	139.0	141.8
11	141.9	144.5	143.7	146.7	145.2	147.1	146.1	145.7	146.0	145.6	146.0	144.3	145.4
12	149.6	149.3	150.7	150.9	152.2	152.2	151.0	150.8	153.0	152.6	150.4	152.0	151.4
13	152.3	154.0	154.3	154.1	154.5	155.4	154.1	153.6	153.9	153.6	154.2	155.2	156.2
14	154.8	154.8	155.8	156.1	156.8	155.9	155.9	155.8	156.9	156.5	157.7	156.9	156.5
15	154.4	156.5	157.0	157.4	157.4	157.6	157.6	157.8	157.1	156.9	157.2	157.1	157.0
16	155.7	156.7	156.7	156.8	157.1	158.1	157.4	158.3	158.8	158.4	157.6	158.0	159.1
17	156.5	156.6	157.3	157.3	157.8	158.5	158.4	157.6	157.4	157.2	158.0	157.7	159.0
18	155.7	155.7	157.1	158.2	157.5	158.8	157.1	159.0	157.7	158.0	156.5	157.5	158.7
19	155.9	157.1	156.5	158.9	157.9	157.8	157.7	158.1	157.7	157.3	158.2	157.7	158.7
20	156.1	155.5	157.1	158.9	157.1	157.9	159.0	157.1	158.2	156.4	159.3	157.2	158.8
21	154.2	155.9	157.2	157.3	157.9	158.0	158.2	158.4	156.8	158.9	156.1	158.1	158.9
22	153.9	155.9	157.1	157.6	156.8	158.0	158.2	158.6	158.0	157.1	159.8	159.8	157.7
23	154.3	154.8	156.7	157.9	157.5	158.4	158.9	158.4	157.9	158.0	158.6	157.2	158.0
24	154.4	155.4	157.0	157.1	158.4	157.8	157.5	158.0	157.8	157.5	157.6	159.5	158.0
25	154.4	155.2	157.0	157.1	157.8	157.7	157.7	157.4	157.5	158.4	158.7	157.8	157.8
26~29	153.4	154.3	156.2	156.6	157.2	158.1	158.1	157.9	158.1	157.5	158.7	158.1	158.6
30~39	152.7	153.4	154.6	155.7	155.7	156.6	157.0	157.6	157.6	157.5	157.9	157.7	158.0
40~49	150.8	151.8	152.8	153.4	153.4	154.9	155.3	155.7	155.8	156.2	156.3	156.2	156.9
50~59	148.9	149.5	150.2	151.1	151.4	152.1	152.9	153.0	153.2	153.4	153.2	153.7	154.5
60~69	146.1	147.3	147.8	148.3	148.6	149.4	149.6	150.5	150.6	150.7	150.8	150.5	151.4
70~	142.2	142.6	143.6	144.4	144.3	145.3	145.6	146.4	146.1	146.2	146.3	146.2	147.2
平均	—	—	—	147.3	147.5	148.4	149.3	149.3	149.3	148.9	149.3	149.4	150.1
20歳以上	—	—	—	152.0	152.0	153.0	153.0	153.2	153.2	153.3	153.1	153.0	153.7
20~29歳	—	—	—	157.2	157.4	158.0	158.2	157.9	157.9	157.6	158.5	158.2	158.3

◆第150表の1◆ 体重の平均値の年次推移 (男, 年齢階級別)

Trends in Mean Body Weight of Japanese Males, 1975 to 2004

(kg)

年齢(歳) Age(yrs.)	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成元年 1989	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1	11.5	10.8	11.0	11.1	10.9	10.8	10.8	10.8	11.2	11.0	10.9	10.9	10.8
2	12.8	12.9	12.9	12.8	13.1	12.9	12.7	13.2	13.0	13.3	12.6	12.9	13.2
3	14.5	14.9	14.8	15.2	14.8	15.0	14.3	14.5	14.9	14.9	15.0	14.8	14.9
4	16.2	16.4	16.6	16.7	16.5	17.1	16.7	16.4	16.1	16.5	16.6	16.8	16.6
5	18.1	18.8	18.5	18.8	19.2	19.5	18.4	18.2	19.4	18.7	19.1	19.5	19.4
6	20.6	21.1	20.9	21.1	21.2	21.3	21.3	21.3	22.4	21.9	20.6	20.8	20.7
7	23.3	23.3	23.1	23.6	24.3	24.7	24.4	23.7	24.2	24.2	25.1	25.5	23.8
8	25.8	26.6	26.0	27.1	26.8	27.3	27.8	27.3	28.0	27.8	26.0	26.8	27.8
9	28.7	28.8	29.2	29.1	29.4	30.6	30.7	30.7	30.6	31.4	30.5	29.9	30.8
10	30.8	32.4	32.9	33.3	33.8	34.7	34.0	34.7	33.5	34.6	35.4	34.9	32.7
11	35.1	36.7	37.0	38.1	38.3	39.4	38.1	37.5	37.8	38.7	37.5	37.9	35.8
12	40.3	40.9	40.4	43.9	43.3	43.9	42.8	42.7	42.6	45.2	45.4	45.8	42.2
13	44.1	46.5	46.0	47.6	48.3	48.7	47.1	49.0	49.3	50.6	50.0	50.9	49.6
14	50.8	52.2	52.3	52.0	52.3	53.8	52.4	52.7	56.2	53.7	54.8	52.9	52.3
15	55.1	57.3	58.1	57.4	58.5	57.1	58.6	58.1	56.0	57.6	58.8	58.4	59.4
16	57.0	58.0	60.2	59.0	59.5	60.2	59.7	60.6	59.9	61.4	61.1	59.2	62.1
17	58.2	61.6	60.5	61.4	62.2	63.7	61.0	61.8	59.1	62.1	62.2	65.2	64.3
18	58.2	59.2	61.1	62.3	62.7	63.4	62.2	61.5	62.4	62.2	59.8	61.9	66.5
19	59.5	60.6	62.7	63.2	61.9	64.5	61.8	64.9	61.1	62.7	62.8	65.6	59.9
20	58.6	61.0	62.4	64.7	63.7	64.0	62.7	61.5	65.1	62.7	63.2	61.7	65.5
21	58.3	60.1	60.5	62.6	63.8	61.8	62.3	63.5	65.3	63.1	62.3	62.2	63.7
22	58.8	60.8	62.5	62.2	64.4	64.2	62.5	62.7	61.9	63.5	64.9	63.3	67.3
23	60.1	61.0	61.6	63.6	62.3	65.0	64.1	64.4	64.9	65.0	64.4	64.4	64.7
24	59.9	59.0	63.2	64.4	63.8	64.7	65.6	64.7	63.0	66.2	64.1	63.4	63.0
25	59.1	60.6	63.5	65.2	64.3	65.0	67.2	67.4	67.0	68.3	66.4	68.9	65.8
26~29	60.2	61.2	64.0	64.5	66.0	67.2	67.4	67.2	66.8	67.0	68.1	65.8	68.3
30~39	61.1	62.4	63.9	65.0	65.3	67.2	67.5	69.0	68.2	69.6	69.4	69.4	69.3
40~49	60.1	61.5	62.8	64.0	64.7	66.5	66.6	68.2	67.2	68.0	68.5	69.4	69.9
50~59	57.7	58.7	60.1	62.1	61.7	63.3	63.6	64.6	64.6	65.7	65.8	65.9	66.5
60~69	54.9	55.8	57.9	59.6	58.7	60.3	61.3	61.3	62.5	62.9	62.9	63.3	64.2
70~	52.5	52.6	53.3	54.5	55.2	55.8	56.7	58.2	57.5	57.6	59.0	57.6	59.3
平均	—	—	—	53.9	54.1	56.5	57.5	58.1	58.0	58.2	58.8	58.6	59.0
20歳以上	—	—	—	62.1	62.1	63.6	63.6	64.5	64.2	64.9	65.0	64.7	65.6
20~29歳	—	—	—	64.0	64.6	65.3	65.3	65.5	65.5	65.8	65.8	64.7	66.5

## ◆第150表の2◆ 体重の平均値の年次推移（女，年齢階級別）

Trends in Mean Body Weight of Japanese Females, 1975 to 2004

(kg)

年齢(歳) Age (yrs.)	昭和50年 1975	55年 1980	60年 1985	平成元年 1989	平成2年 1990	7年 1995	9年 1997	11年 1999	12年 2000	13年 2001	14年 2002	15年 2003	16年 2004
0	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
1	10.9	10.5	10.4	10.3	10.1	10.2	9.8	10.0	10.1	10.1	10.1	10.4	10.6
2	12.6	12.5	12.6	12.3	12.5	13.5	12.5	11.9	12.4	12.3	12.0	12.5	12.6
3	14.3	14.2	14.3	14.3	14.2	14.5	14.3	14.4	14.3	14.1	14.6	14.3	14.3
4	16.6	16.4	16.2	16.4	16.6	16.5	16.0	16.1	16.4	16.8	16.1	16.5	16.7
5	18.9	17.8	18.5	18.8	18.2	18.7	18.8	18.4	18.5	18.7	18.4	19.5	17.6
6	19.9	20.3	20.1	20.9	20.9	20.8	20.8	20.4	20.8	20.4	20.5	21.4	20.7
7	21.9	22.6	23.2	22.8	23.8	23.3	24.0	23.3	23.2	23.6	23.1	23.0	23.9
8	25.1	25.3	25.9	26.2	26.6	27.5	27.0	25.8	26.1	27.2	25.9	25.2	26.5
9	27.4	28.3	29.1	28.9	28.5	31.2	29.0	30.9	30.9	30.1	30.0	30.1	29.5
10	31.9	32.7	31.8	33.8	34.1	32.4	33.6	35.3	34.3	35.8	34.3	33.4	34.3
11	35.5	36.6	36.8	39.6	37.6	39.6	40.0	38.3	38.5	38.5	38.9	36.5	37.8
12	40.6	41.0	41.6	41.8	43.9	43.4	43.5	43.6	45.3	45.9	42.0	43.3	42.3
13	44.1	46.1	46.6	46.6	45.9	48.4	45.3	46.1	46.3	45.9	45.5	46.3	46.6
14	48.4	48.8	48.5	48.9	48.7	48.2	47.5	48.0	49.0	47.8	49.6	51.1	50.2
15	49.0	51.0	51.1	50.0	50.0	50.2	50.6	51.1	50.2	51.8	53.9	50.4	51.4
16	50.3	52.0	50.6	50.5	52.2	51.4	51.2	53.0	52.2	51.0	51.7	51.6	52.6
17	51.7	51.5	52.6	51.0	52.3	51.8	52.3	50.9	50.8	49.9	50.2	51.9	50.9
18	50.6	50.9	51.7	51.7	52.0	52.6	52.5	51.8	50.7	51.9	50.1	53.7	54.6
19	50.4	51.7	51.3	51.9	50.6	51.9	51.4	51.4	49.2	51.0	54.4	51.9	51.9
20	49.7	50.7	51.4	50.9	51.7	50.3	52.3	52.2	52.5	51.3	49.8	49.6	50.6
21	49.3	51.8	49.9	51.2	51.3	52.5	51.3	49.6	48.7	51.4	49.4	51.3	51.5
22	49.4	50.8	51.4	50.0	51.4	50.3	50.7	51.0	51.1	49.0	50.7	53.1	49.2
23	49.9	51.5	49.9	52.5	50.8	50.2	51.0	50.8	50.8	49.7	52.6	50.3	50.7
24	49.9	50.8	50.2	51.1	50.4	51.1	50.4	50.2	50.6	50.1	49.8	52.2	50.7
25	49.6	52.6	50.2	51.8	52.3	50.0	50.4	50.4	49.1	51.5	49.6	51.2	51.2
26~29	50.2	51.0	51.5	51.5	51.9	51.0	51.3	51.8	51.8	51.4	52.1	52.5	51.3
30~39	51.6	51.9	52.4	52.4	52.7	52.8	53.3	53.5	53.3	53.3	52.8	53.4	52.3
40~49	52.6	53.5	54.0	53.4	53.6	54.6	54.9	54.5	55.0	54.7	54.9	55.2	55.7
50~59	51.8	52.0	53.0	53.1	53.7	53.9	54.6	54.6	54.0	54.6	54.3	54.3	54.8
60~69	48.9	49.8	51.3	51.5	51.9	52.7	52.8	53.5	53.6	53.3	53.9	53.3	53.6
70~	44.8	45.8	46.3	47.7	47.3	48.4	48.7	49.0	49.3	49.7	50.1	49.6	49.5
平均	—	—	—	47.4	47.7	48.2	49.2	49.3	49.2	49.0	49.5	49.5	49.6
20歳以上	—	—	—	51.9	52.1	52.5	52.7	52.8	52.8	52.8	52.9	52.8	52.9
20~29歳	—	—	—	51.4	51.6	50.8	51.1	51.3	51.1	50.9	51.2	51.8	50.9

注) 妊婦除外

◆第151表の1◆ 肥満者 (BMI≥25) の割合の年次推移 (性・年齢階級別)

Trends in Prevalence of Overweight and Obesity (BMI ≥ 25), 1980 to 2004

(%)

		20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	昭和55年 1980	10.6	19.3	23.3	20.0	14.7	11.4
	56年 1981	12.0	18.6	24.3	20.3	19.9	13.1
	57年 1982	9.8	19.1	22.0	22.0	21.0	14.9
	58年 1983	13.8	20.5	26.7	23.1	17.4	12.3
	59年 1984	9.4	18.0	25.3	22.2	19.7	14.0
	60年 1985	13.6	18.3	21.4	19.8	19.5	12.8
	61年 1986	13.1	19.3	24.4	24.2	16.6	12.5
	62年 1987	12.9	21.6	23.7	25.0	19.0	14.8
	63年 1988	10.2	20.7	21.6	27.3	23.9	16.1
	平成元年 1989	14.2	21.3	23.9	28.0	21.7	15.5
	2年 1990	16.4	23.1	27.5	25.8	18.8	17.1
	3年 1991	16.5	23.4	26.2	29.0	23.7	16.2
	4年 1992	17.1	26.6	26.8	28.4	21.5	16.8
	5年 1993	16.9	28.2	24.5	27.9	23.8	18.1
	6年 1994	16.9	22.8	26.4	24.6	23.8	15.2
	7年 1995	17.7	24.4	28.5	27.6	24.1	16.4
	8年 1996	13.5	24.0	27.2	28.1	25.1	17.7
9年 1997	16.6	24.2	28.0	24.1	26.9	17.2	
10年 1998	19.0	30.6	29.0	29.0	29.8	20.1	
11年 1999	19.2	30.0	31.4	29.6	24.2	21.3	
12年 2000	18.6	27.3	28.9	29.9	30.7	21.7	
13年 2001	18.1	29.0	31.8	31.6	31.3	21.0	
14年 2002	17.5	31.2	31.6	32.4	30.1	26.3	
15年 2003	14.8	32.7	34.4	30.9	30.7	20.9	
16年 2004	19.9	28.9	32.7	30.8	29.7	25.5	
女	昭和55年 1980	11.1	14.7	24.6	29.2	24.3	21.4
	56年 1981	9.2	17.9	25.7	29.6	28.1	26.0
	57年 1982	7.2	14.9	25.8	31.2	30.0	24.1
	58年 1983	8.7	13.5	22.8	28.5	30.6	22.5
	59年 1984	7.7	13.2	20.4	28.4	29.7	24.6
	60年 1985	8.2	13.1	22.8	30.4	32.1	22.5
	61年 1986	8.2	12.7	23.5	29.3	30.4	24.1
	62年 1987	6.3	13.7	22.0	30.0	30.7	24.6
	63年 1988	6.4	12.7	20.5	28.3	28.6	23.0
	平成元年 1989	6.1	11.5	19.3	26.7	30.0	26.2
	2年 1990	8.3	13.5	20.9	28.7	31.9	25.4
	3年 1991	7.2	13.3	21.7	28.9	28.9	28.4
	4年 1992	6.1	14.1	22.5	28.3	31.5	25.7
	5年 1993	6.8	12.0	22.2	26.6	35.3	26.4
	6年 1994	7.3	13.0	22.4	25.7	30.1	24.5
	7年 1995	6.6	11.7	21.3	27.1	31.0	27.6
	8年 1996	7.2	11.6	20.5	24.4	31.2	28.3
9年 1997	6.9	12.5	20.4	26.0	30.0	27.5	
10年 1998	7.0	13.9	19.5	26.3	31.3	27.1	
11年 1999	7.3	13.3	18.8	27.5	30.4	25.7	
12年 2000	6.9	12.9	20.2	23.6	31.0	27.3	
13年 2001	7.3	14.1	17.2	24.9	30.5	28.8	
14年 2002	7.0	11.0	19.0	25.6	33.3	30.8	
15年 2003	8.1	12.6	19.8	23.8	30.3	28.3	
16年 2004	5.4	8.3	17.9	24.1	29.9	26.7	

注) 妊婦除外

## ◆第151表の2◆ 低体重（やせ）の者（BMI&lt;18.5）の割合の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Prevalence of Underweight (BMI&lt;18.5), 1980 to 2004

（%）

		20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	昭和55年 1980	9.3	5.0	4.3	5.1	10.1	16.4
	56年 1981	7.9	3.8	3.8	4.7	6.4	15.8
	57年 1982	6.1	6.0	3.5	5.3	8.9	13.2
	58年 1983	6.9	4.4	3.6	4.5	6.7	12.9
	59年 1984	6.7	5.6	2.3	5.6	8.3	16.3
	60年 1985	7.5	4.2	3.0	4.7	7.0	5.3
	61年 1986	9.4	4.4	2.6	4.2	7.8	17.0
	62年 1987	7.8	5.2	3.0	4.3	7.4	15.8
	63年 1988	8.2	4.9	2.3	3.7	6.6	13.0
	平成元年 1989	10.5	5.5	3.5	4.5	7.0	12.5
	2年 1990	8.6	4.5	2.8	4.0	8.1	13.6
	3年 1991	7.0	5.1	3.7	3.4	8.6	10.2
	4年 1992	6.4	5.5	3.7	2.4	7.8	11.7
	5年 1993	7.9	4.2	4.5	3.2	6.5	12.4
	6年 1994	10.3	4.7	3.1	3.2	7.5	13.5
	7年 1995	7.5	4.4	2.7	2.6	4.9	14.4
	8年 1996	9.9	3.4	3.9	4.3	4.3	11.5
9年 1997	8.0	3.7	3.4	3.5	4.2	10.8	
10年 1998	8.3	3.8	3.6	2.8	4.0	11.6	
11年 1999	9.8	3.6	3.8	3.8	4.0	7.2	
12年 2000	6.3	4.1	2.7	3.9	3.2	9.6	
13年 2001	7.7	2.6	3.8	2.9	4.0	9.7	
14年 2002	8.1	2.6	2.5	2.6	3.6	8.2	
15年 2003	8.0	5.1	1.6	2.8	3.2	11.2	
16年 2004	8.4	3.8	2.1	2.0	3.0	9.9	
女	昭和55年 1980	12.4	7.8	4.9	6.8	9.5	12.2
	56年 1981	14.0	6.9	3.5	6.2	9.4	12.6
	57年 1982	11.4	8.1	3.5	5.8	7.0	13.3
	58年 1983	14.6	7.8	3.8	4.8	9.3	11.7
	59年 1984	14.8	9.1	4.1	5.9	7.7	12.9
	60年 1985	16.8	7.8	3.8	4.5	6.8	12.6
	61年 1986	18.2	8.4	3.9	5.4	8.5	14.0
	62年 1987	17.7	9.4	4.1	4.6	7.5	12.6
	63年 1988	21.2	9.7	5.8	4.0	5.8	14.1
	平成元年 1989	18.0	11.5	5.6	4.1	5.3	11.0
	2年 1990	17.7	9.9	5.2	3.9	6.8	11.0
	3年 1991	19.3	9.6	5.0	3.8	6.5	10.2
	4年 1992	25.2	9.9	5.6	3.2	6.2	12.4
	5年 1993	17.1	8.6	6.1	5.8	6.5	8.4
	6年 1994	19.0	11.2	4.9	3.6	7.3	13.6
	7年 1995	24.5	12.0	6.1	4.7	4.7	12.8
	8年 1996	21.4	13.6	5.2	4.8	5.6	11.3
9年 1997	23.3	11.9	6.0	5.2	5.0	9.2	
10年 1998	20.3	12.8	4.5	4.3	3.7	10.6	
11年 1999	23.1	13.5	6.7	2.9	4.3	10.7	
12年 2000	24.2	17.5	5.5	5.4	5.8	9.2	
13年 2001	20.0	16.0	6.3	5.2	6.8	10.1	
14年 2002	26.0	15.1	7.0	6.0	4.1	9.9	
15年 2003	23.4	14.7	7.2	6.6	6.4	8.9	
16年 2004	21.4	15.6	6.6	5.4	6.3	9.7	

注) 妊婦除外

◆第 152 表◆ 運動習慣者の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Ratio of the Persons who Engaged in Regular Exercise, 1991 to 2004

(Definition of Regular Exercise :  $\geq 30$  minutes at one occasion,  
2 times a week or over, and continuation for 1 year over)

(% )

		総 数	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上	
全 国	平成3年 1991	21.3	19.4	18.2	18.2	19.6	26.3	30.0	
	4年 1992	22.0	23.3	18.8	18.8	20.4	24.9	30.2	
	5年 1993	22.3	23.1	16.6	19.2	21.9	26.6	29.3	
	6年 1994	27.3	24.7	20.5	23.5	27.0	33.6	35.8	
	7年 1995	24.1	18.5	19.2	20.9	25.8	29.5	31.0	
	8年 1996	24.9	17.3	20.4	19.6	25.3	33.1	31.4	
	9年 1997	26.3	20.9	19.9	24.4	26.7	33.7	29.5	
	10年 1998	24.9	17.2	17.0	21.8	27.6	31.6	29.8	
	11年 1999	28.6	25.0	16.3	24.9	29.7	36.2	35.0	
	12年 2000	29.3	21.3	21.1	22.6	29.6	38.9	36.2	
	13年 2001	28.2	20.9	17.7	20.0	30.6	38.7	33.3	
	14年 2002	29.7	17.0	19.1	22.4	29.9	40.8	35.4	
	15年 2003	26.3	18.2	16.4	18.1	25.8	37.0	31.4	
	16年 2004	27.9	18.8	13.6	18.7	26.3	38.5	36.5	
	男	平成3年 1991	24.5	26.8	22.2	19.5	20.5	28.3	36.9
		4年 1992	24.6	31.2	22.3	20.4	19.8	26.3	36.3
5年 1993		24.3	30.5	18.8	19.1	22.3	25.6	36.0	
6年 1994		29.3	32.3	21.7	23.8	26.7	35.1	40.3	
7年 1995		26.6	23.5	24.5	21.6	25.5	30.2	36.3	
8年 1996		26.4	23.9	22.0	21.1	23.2	31.6	36.7	
9年 1997		28.6	26.9	20.6	24.5	25.8	36.3	36.2	
10年 1998		25.5	19.8	20.0	20.5	24.3	31.9	33.2	
11年 1999		30.2	31.6	20.8	23.7	28.0	35.8	38.7	
12年 2000		31.9	28.9	23.2	22.6	29.0	39.5	42.9	
13年 2001		29.7	30.4	21.4	17.8	28.9	39.5	35.1	
14年 2002		31.6	21.5	21.3	23.0	27.8	42.8	39.1	
15年 2003		29.3	22.1	21.6	20.2	23.1	39.6	37.2	
16年 2004		30.9	19.4	13.8	19.1	23.2	43.4	43.5	
女		平成3年 1991	18.9	13.8	15.3	17.2	18.9	24.7	25.1
		4年 1992	20.0	16.8	16.3	17.6	20.8	23.7	26.4
	5年 1993	20.9	17.4	15.1	19.3	21.6	27.3	25.0	
	6年 1994	25.7	19.1	19.5	23.3	27.2	32.4	32.7	
	7年 1995	22.3	14.9	15.1	20.4	26.1	28.9	27.4	
	8年 1996	23.7	12.6	19.1	18.6	26.8	34.3	27.5	
	9年 1997	24.6	19.4	24.3	27.3	31.6	24.9	24.6	
	10年 1998	24.4	15.2	14.9	22.8	29.7	31.2	27.3	
	11年 1999	27.5	21.1	13.4	25.7	30.8	36.5	32.4	
	12年 2000	27.4	15.0	19.7	22.6	30.1	38.3	31.3	
	13年 2001	27.1	15.1	15.5	21.5	31.7	38.1	31.9	
	14年 2002	28.3	13.8	17.6	22.1	31.2	39.1	32.6	
	15年 2003	24.1	15.3	13.1	16.7	27.5	34.9	27.1	
	16年 2004	25.8	18.5	13.5	18.4	28.3	34.7	30.9	

◆第153表◆ 歩行数平均値の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in the Average Number of Steps per Day (measured by pedometer), 1995 to 2004

(歩)

		総数	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
全 国	平成7年 1995	7,378	8,487	7,745	8,019	7,933	7,897	6,644	4,416
	8年 1996	7,532	8,819	7,940	8,284	8,190	8,015	6,920	4,535
	9年 1997	7,696	8,945	7,927	8,182	8,310	8,457	7,253	4,935
	10年 1998	7,701	8,926	8,150	8,214	8,654	8,364	7,117	4,808
	11年 1999	7,644	8,970	8,252	8,208	8,358	8,240	7,194	4,813
	12年 2000	7,655	8,564	8,338	8,128	8,509	8,324	7,271	4,798
	13年 2001	7,456	8,957	8,135	7,982	8,291	7,845	7,335	4,539
	14年 2002	7,421	8,459	8,225	8,162	8,242	7,928	7,547	4,517
	15年 2003	7,168	8,260	8,007	7,925	7,961	7,909	7,016	4,474
	16年 2004	6,943	8,104	7,535	7,526	7,684	7,492	6,884	4,569
男	平成7年 1995	7,933	8,797	8,490	8,820	8,248	8,370	6,890	5,012
	8年 1996	8,067	9,169	8,852	8,900	8,596	8,309	7,327	5,040
	9年 1997	8,202	9,127	8,785	8,866	8,443	8,851	7,683	5,436
	10年 1998	8,071	8,975	8,879	8,687	8,914	8,450	7,352	5,308
	11年 1999	8,042	9,137	9,122	8,987	8,469	8,352	7,253	5,363
	12年 2000	8,116	8,935	9,062	9,015	8,835	8,496	7,528	5,243
	13年 2001	7,797	8,986	8,775	8,551	8,353	8,078	7,529	4,916
	14年 2002	7,753	8,911	8,850	8,802	8,405	7,765	7,806	4,787
	15年 2003	7,575	8,718	8,925	8,543	8,044	8,028	7,201	4,915
	16年 2004	7,532	8,347	8,302	8,257	7,934	7,979	7,434	5,386
女	平成7年 1995	6,909	8,144	7,134	7,294	7,663	7,520	6,433	4,011
	8年 1996	7,085	8,450	7,286	7,708	7,843	7,769	6,576	4,167
	9年 1997	7,282	8,755	7,270	7,629	8,198	8,121	6,876	4,604
	10年 1998	7,392	8,880	7,514	7,822	8,430	8,295	6,907	4,450
	11年 1999	7,319	8,813	7,601	7,549	8,262	8,145	7,145	4,415
	12年 2000	7,268	8,233	7,684	7,407	8,239	8,183	7,032	4,473
	13年 2001	7,168	8,927	7,626	7,528	8,235	7,640	7,168	4,260
	14年 2002	7,140	8,046	7,697	7,600	8,098	8,070	7,313	4,328
	15年 2003	6,821	7,837	7,185	7,381	7,888	7,807	6,857	4,142
	16年 2004	6,446	7,817	6,948	6,914	7,479	7,070	6,421	3,917

◆第 154 表の 1◆ 収縮期（最高）血圧平均値の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Average Levels of Systolic Blood Pressure, 1997 to 2004

(mmHg)

		総 数	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	平成9年 1997	132.9	116.1	124.3	126.6	130.6	136.7	141.0	145.6
	10年 1998	132.7	117.4	123.7	125.4	131.0	136.8	141.2	143.7
	11年 1999	133.2	118.0	122.5	125.8	132.2	135.8	141.3	143.6
	12年 2000	131.6	114.3	120.7	123.1	129.3	134.9	139.7	143.0
	13年 2001	132.4	114.8	120.2	123.8	130.8	135.1	140.7	143.1
	14年 2002	132.6	113.9	122.2	124.6	128.8	135.1	140.6	143.9
	15年 2003	130.5	113.2	120.2	122.4	127.5	134.3	137.3	138.5
	16年 2004	131.5	112.3	118.7	121.1	128.8	134.5	140.0	140.5
女	平成9年 1997	127.0	109.8	111.9	116.6	126.1	133.2	138.4	143.8
	10年 1998	126.2	107.8	111.3	116.2	126.0	132.7	137.9	141.1
	11年 1999	126.7	107.5	111.9	116.3	123.3	132.7	138.7	141.9
	12年 2000	124.8	105.5	108.7	113.3	122.3	129.9	136.9	140.5
	13年 2001	124.8	107.2	108.9	113.1	122.6	130.9	135.0	141.5
	14年 2002	125.6	106.9	110.0	112.4	122.5	130.5	135.4	142.4
	15年 2003	124.7	106.3	108.8	112.1	121.4	128.9	135.5	139.0
	16年 2004	125.0	106.2	107.2	113.4	122.6	129.1	134.3	140.5

注) 血圧降下薬服用者、妊婦除外。2回の測定値の平均値。

◆第 154 表の 2◆ 拡張期（最低）血圧平均値の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Average Levels of Diastolic Blood Pressure, 1997 to 2004

(mmHg)

		総 数	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	平成9年 1997	80.3	67.3	74.9	79.2	82.0	84.3	84.0	80.5
	10年 1998	81.1	68.4	75.2	79.8	83.3	84.8	84.7	81.3
	11年 1999	81.0	67.2	73.7	79.1	84.4	85.0	84.2	81.7
	12年 2000	80.2	64.9	74.5	78.0	83.5	83.9	83.3	79.5
	13年 2001	81.1	65.3	72.8	80.1	84.3	85.1	84.6	80.7
	14年 2002	81.0	66.9	74.1	79.4	83.5	84.7	84.2	80.6
	15年 2003	79.8	65.9	73.9	78.1	82.8	84.5	82.2	77.7
	16年 2004	81.5	65.9	72.4	78.2	84.7	85.7	84.6	81.0
女	平成9年 1997	76.1	64.4	68.3	72.2	77.8	81.0	80.9	77.8
	10年 1998	76.7	64.3	68.8	73.0	78.3	81.4	81.7	79.0
	11年 1999	76.4	64.0	68.3	72.7	76.9	81.3	81.4	78.1
	12年 2000	75.5	63.6	66.3	71.1	76.4	80.0	80.5	77.5
	13年 2001	75.8	64.3	66.4	71.8	76.5	80.3	80.1	79.3
	14年 2002	76.1	64.8	67.6	70.7	77.2	80.6	79.8	78.3
	15年 2003	75.5	63.3	67.0	70.5	75.9	79.4	80.1	77.7
	16年 2004	76.8	66.1	66.0	71.5	78.0	81.0	80.4	77.1

注) 血圧降下薬服用者、妊婦除外。2回の測定値の平均値。



## ◆第155表の1◆ 総コレステロール平均値の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Average Levels of Serum Total Cholesterol, 1997 to 2004

(mmHg)

		総数	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	平成9年 1997	198.6	183.0	197.4	206.6	204.2	199.1	192.8
	10年 1998	201.5	184.7	206.5	208.8	208.8	202.8	190.5
	11年 1999	198.8	182.2	199.1	207.5	207.6	197.1	192.4
	12年 2000	198.0	182.3	199.4	206.9	204.0	198.5	190.1
	13年 2001	199.5	182.1	201.6	208.7	204.3	201.9	189.5
	14年 2002	199.6	182.7	202.9	205.7	206.6	200.9	191.7
	15年 2003	198.0	178.8	201.4	204.8	207.8	200.5	188.3
	16年 2004	199.1	179.1	200.6	211.8	207.0	200.8	191.6
女	平成9年 1997	205.1	182.1	187.5	201.0	219.1	218.1	210.7
	10年 1998	207.9	185.0	190.4	203.9	220.4	221.1	213.0
	11年 1999	205.3	182.7	185.4	200.7	221.3	217.0	209.1
	12年 2000	205.0	177.4	184.7	198.2	220.0	215.5	211.6
	13年 2001	205.4	182.1	186.2	200.7	220.8	215.8	208.5
	14年 2002	208.4	183.7	187.9	202.9	224.3	218.4	209.0
	15年 2003	206.3	180.6	187.9	199.7	219.5	218.2	207.8
	16年 2004	207.1	179.4	185.2	201.1	223.0	218.8	209.1

## ◆第155表の2◆ 総コレステロール値 240 mg/dl 以上の者の年次推移（性・年齢階級別）

Trends in Ratio of the Adults with High Serum Total Cholesterol ( $\geq 240$  mg/dl), 1997 to 2004

(%)

		総数	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上
男	平成9年 1997	10.5	4.0	8.8	15.0	12.8	12.3	5.5
	10年 1998	14.0	7.2	16.3	17.4	19.7	13.8	7.0
	11年 1999	12.0	6.3	12.4	17.7	17.1	9.1	8.0
	12年 2000	11.5	5.7	13.1	17.5	13.0	11.2	7.0
	13年 2001	12.0	6.3	13.2	18.3	12.8	13.6	5.6
	14年 2002	11.4	4.1	16.2	12.9	16.1	10.7	6.8
	15年 2003	11.5	2.5	13.7	16.3	17.5	11.7	5.8
	16年 2004	12.1	8.5	15.3	18.8	13.4	9.6	10.7
女	平成9年 1997	17.4	5.0	6.4	13.8	24.9	28.5	19.3
	10年 1998	18.1	6.5	7.6	13.3	27.2	28.4	17.9
	11年 1999	16.5	6.9	6.3	11.5	27.8	23.3	15.5
	12年 2000	16.2	3.2	5.6	10.3	25.6	23.2	17.8
	13年 2001	15.6	4.5	5.0	10.5	28.4	21.1	14.4
	14年 2002	18.1	6.8	5.3	12.8	30.1	24.6	15.7
	15年 2003	16.9	3.3	6.3	10.9	29.0	24.8	13.1
	16年 2004	17.8	3.7	4.6	12.3	30.5	25.5	15.7

平成 16 年国民健康・栄養調査企画解析検討会構成員名簿  
(平成 16 年 6 月～平成 18 年 9 月)

石井みどり	社団法人日本歯科医師会常務理事 (平成 18 年 4 月まで)
磯 博康	大阪大学教授
内山 真	日本大学教授
尾崎 米厚	鳥取大学助教授
押野 榮司	社団法人日本栄養士会理事 (平成 18 年 2 月以降)
伊達ちぐさ	社団法人日本栄養士会理事 (平成 18 年 1 月まで)
河原 和夫	東京医科歯科大学教授
北窓 隆子	青森県健康福祉部長 (平成 17 年 3 月まで)
下光 輝一	東京医科大学教授
白倉 克之	久里浜アルコール症センター名誉院長
田嶋 尚子	東京慈恵会医科大学教授
○田中 平三	聖徳大学教授
津下 一代	あいち健康の森健康科学総合センター健康開発監
辻 一郎	東北大学教授
土屋 隆	社団法人日本医師会常任理事 (平成 18 年 3 月まで)
松澤 佑次	財団法人住友病院院長
宮武 光吉	財団法人歯科医療研修振興財団理事
山口 直人	東京女子医科大学教授
吉池 信男	独立行政法人国立健康・栄養研究所研究企画評価主幹
○座長	

平成 18 年 9 月

# 平成 16 年国民健康・栄養調査報告

The National Health and Nutrition Survey in Japan, 2004

厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室

Office for Life-Style Related Diseases Control

General Affairs Division

Health Service Bureau

Ministry of Health, Labour and Welfare, Japan