

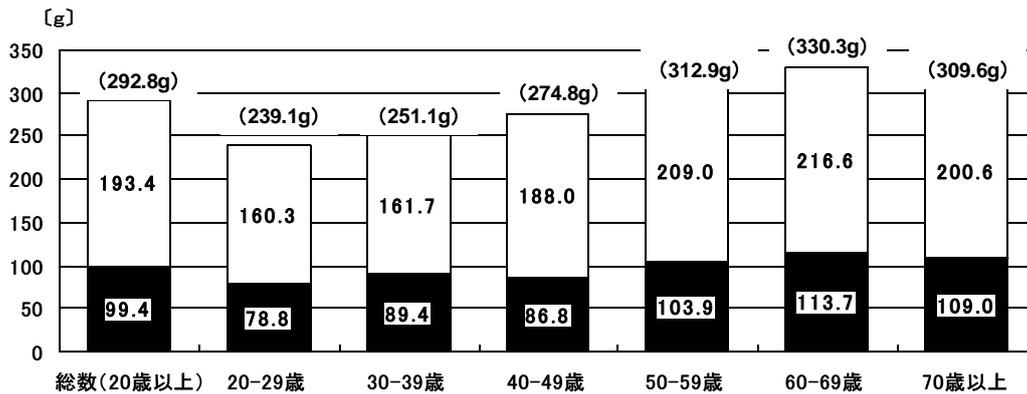
2. 野菜摂取量

野菜摂取量は、年齢と共に増加しているが、最も摂取量の多い60歳代においても、平均で330.3g

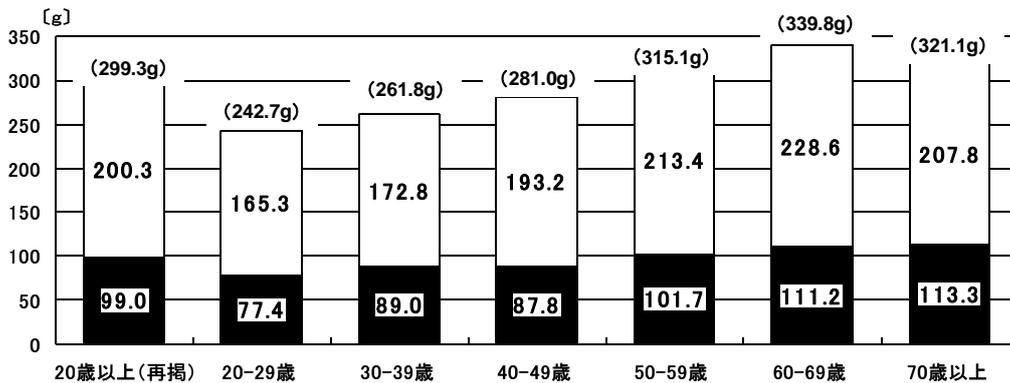
野菜類の摂取量の成人全体における平均では292.8g、最も多い60歳代の平均で 330.3gであった。また、男女とも20～40歳代は平均摂取量が300gに達していなかった。

図30 野菜類摂取量の平均値（20歳以上）

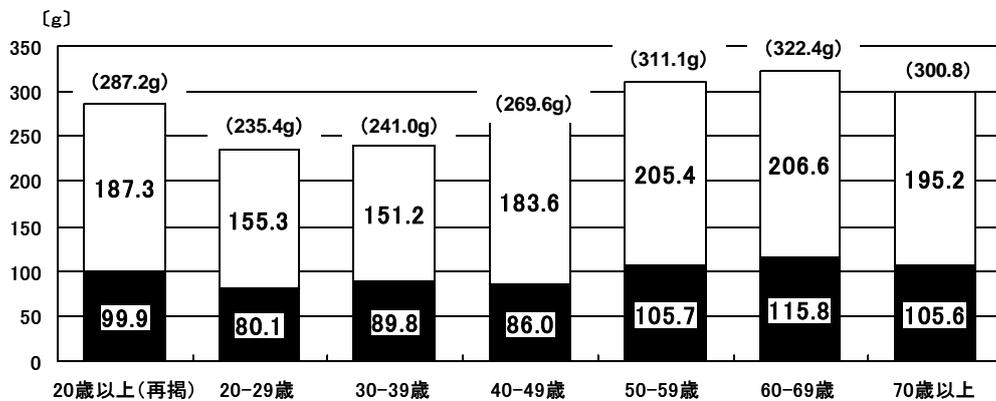
総数



男



女



■ 緑黄色野菜 □ その他の野菜（緑黄色野菜以外）

（ ）内は、「緑黄色野菜」及び「その他の野菜（野菜類のうち緑黄色野菜以外）」摂取量の合計。