

平成 20 年国民健康・栄養調査結果から見た現状と今後の取組の方向性

(平成 21 年 11 月 9 日公表)

調査の概要

目的: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、栄養摂取量及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得ること

調査客体:平成 20 年国民生活基礎調査により設定された単位区から無作為抽出した 300 単位区内の世帯及び当該世帯の1歳以上の世帯員

調査時期:平成 20 年 11 月

調査項目:[身体状況調査]

身長、体重、腹囲、血圧、血液検査、歩数、問診(服薬状況、運動)

[栄養摂取状況調査]

食品摂取量、栄養素等摂取量、食事状況(欠食、外食等)

[生活習慣調査]

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

※平成 20 年の重点項目 「体型」、「身体活動・運動」、「たばこ」

(結果の概要については、第1部を「重点項目」、第2部を「基本項目」として整理)

調査結果のポイント

(1) 体型について

—平成 12 年以降、男性では、肥満者の割合の増加傾向が鈍化、女性では、肥満者の割合が減少。一方、若い女性のやせの者の割合は横ばい—

・肥満者の割合は、平成 12 年以降の年次推移をみると、男性の 20～60 歳代では肥満者の割合の増加傾向がそれ以前の 5 年間に比べ鈍化している。また、女性の 40～60 歳代では、肥満者の割合が減少している。一方、やせの者の割合は、20 歳代の女性では、横ばいの状況にある。

・性・年齢階級別にみると、20～30 歳代女性では、実測による BMI も理想とする BMI も他の年齢階級より低い。

・肥満者の男性では 29.8%が体重を減らそうとしていない。一方で、やせの女性では 12.6%が体重を減らそうとしている。