

2. エネルギー摂取量及び脂肪エネルギー比率

エネルギー摂取量の平均値の年次推移は、男女ともに減少傾向。脂肪エネルギー比率が30%以上の者の割合は、20歳以上の男性で約2割、女性で約3割。

図22 エネルギー摂取量の平均値の年次推移(20歳以上)

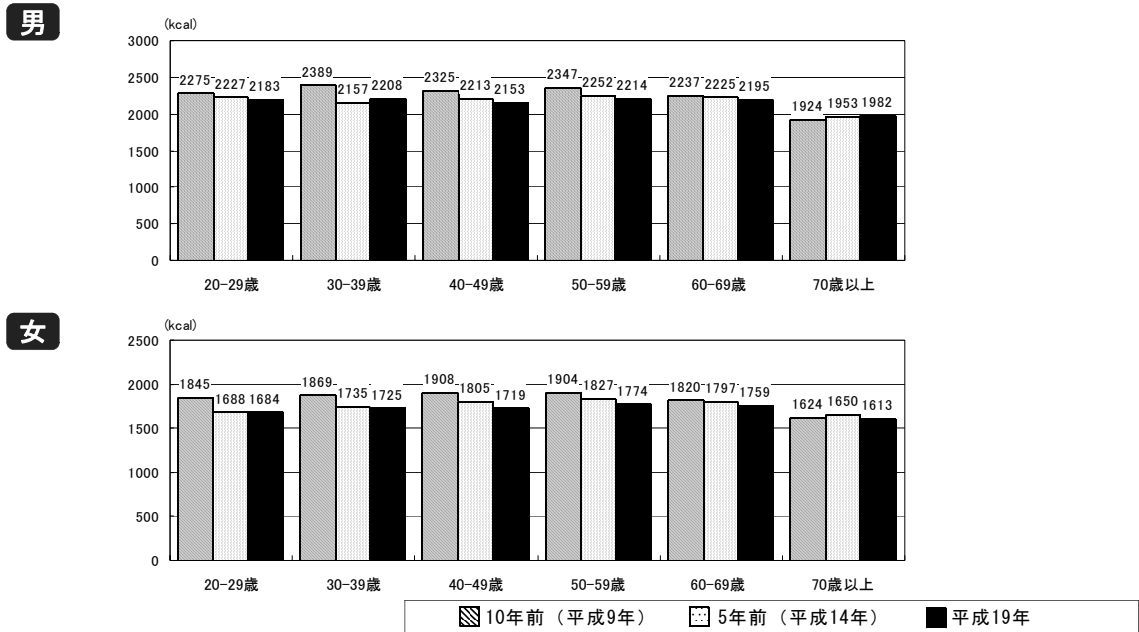


図23-1 脂肪エネルギー比率の分布割合 (20歳以上)

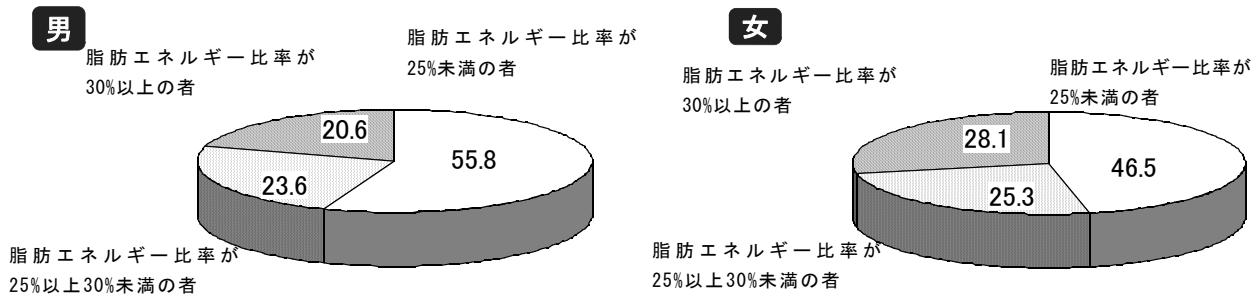
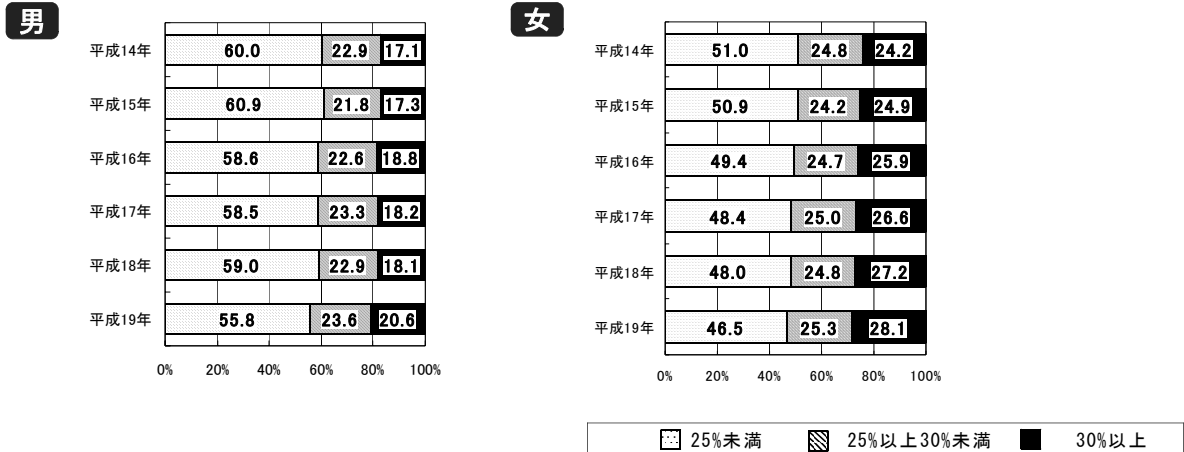


図23-2 脂肪エネルギー比率の分布割合の年次推移(20歳以上)



脂肪エネルギー比率：脂肪からのエネルギー摂取割合

(参考) 日本人の食事摂取基準 (2005年版)：脂肪エネルギー比率の目標量

18～29歳：20%以上30%未満，30～69歳：20%以上25%未満，70歳以上：15%以上25%未満