

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況を明らかにし、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。平成25年は重点項目として、基準策定に関わる現状を把握した。

2. 調査の対象

調査の対象は、平成25年国民生活基礎調査において設定された約11,000単位区より層化無作為抽出された300単位区内の世帯（約5,700世帯）及び当該世帯の満1歳以上の世帯員（約15,000人）である。

国民生活基礎調査については、平成22年国勢調査による全地区のうち後置番号「1」（一般調査区）及び「8」（おおむね50人以上の単身者が居住している寄宿舍・寮などのある区域）より層化無作為抽出した5,530地区（約11,000単位区内の世帯約30万世帯及び世帯員約74万人）が調査客体であり、国民健康・栄養調査は、国民生活基礎調査の後続調査として実施された。

以下の世帯及び世帯員は調査の対象から除外した。

<世帯>

- ・世帯主が外国人である世帯
- ・3食とも集団的な給食を受けている世帯
- ・住み込み、賄い付きの寮・寄宿舍等に居住する単身世帯

<世帯員>

- ・1歳未満（乳児）
- ・在宅患者で疾病等の理由により、流動状の食品や薬剤のみを摂取している又は投与されている場合など通常の食事をしない者
- ・食生活を共にしていない者
- ・次に掲げる、世帯に不在の者
単身赴任者、出稼ぎ者、長期出張者（おおむね3ヶ月以上）、遊学中の者、社会福祉施設（介護保険施設含む）の入所者、長期入院者、預けた里子、収監中の者、その他別居中の者

3. 調査項目及び実施時期

(1) 調査項目及び対象年齢

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、調査項目及び対象年齢は下記のとおりとした。

ア. 身体状況調査票

- (ア) 身長（満1歳以上）
- (イ) 体重（満1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20歳以上）
[2回測定]
- (オ) 血液検査（満20歳以上）
- (カ) 問診（満20歳以上）

- ①血圧を下げる薬
- ②脈の乱れを治す薬
- ③インスリン注射または血糖を下げる薬
- ④コレステロールを下げる薬
- ⑤中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬
- ⑥貧血治療のための薬（鉄剤）
- ⑦糖尿病治療の有無
- ⑧医師等からの運動禁止の有無
- ⑨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，運動の継続年数

イ. 栄養摂取状況調査票（満1歳以上）

- (ア) 世帯状況：世帯状況：世帯員番号，氏名，生年月日，性別，
世帯主との続柄，妊婦（週数）・授乳婦別，仕事の種類
- (イ) 食事状況：朝・昼・夕食別家庭食・外食・欠食の区別
- (ウ) 食物摂取状況：料理名，食品名，使用量，廃棄量，世帯員ごとの案分比率
（朝・昼・夕・間食別）
- (エ) 1日の身体活動量＜歩数＞（満20歳以上）

ウ. 生活習慣調査票（満20歳以上）[アンケート調査]

食習慣，歯の健康，身体活動，休養（睡眠），喫煙，飲酒の状況等生活習慣全般を把握した。

(2) 調査時期

- ア. 身体状況調査：調査地区の実状を考慮して，もっとも高い参加率をあげる日時（複数日設定しても構わない）
- イ. 栄養摂取状況調査：11月中の日曜日及び祝祭日を除く任意の1日
- ウ. 生活習慣調査：11月中

4. 調査要項

(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8頁のとおりである。

(3) 調査票の様式

- ア. 身体状況調査票……………24 頁参照
- イ. 栄養摂取状況調査票………26 ～ 29 頁参照
- ウ. 生活習慣調査票……………30 ～ 31 頁参照

(4) 調査方法

ア. 身体状況調査

被調査者の集合に便利な場所を会場に設定し、以下の方法で測定した。

- (ア) 身長：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。
- (イ) 体重：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：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、普通の呼吸での呼吸の終わりに、0.5cm 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。マンシエットは JIS 規格のものを使用した。

【血圧測定の場合】

- ①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。
- ②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。
- ③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。
- ④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。

- ⑤上腕を緊縛する衣服を着ている場合は、脱衣の上、マンシエツトを巻いた。

【血圧測定（1回目）の手順】

- ①水銀血圧計を垂直に置く。
- ②マンシエツ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エツトのゴム囊を当て、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。
- ③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。
- ④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。
- ⑤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、**【血圧測定（2回目）の手順】**に従った。

- ⑥水銀を落とす速度は、1秒間に1目盛り（2 mmHg）とした。
- ⑦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。
- ⑧目の高さは、目盛りと同じ高さにした。
- ⑨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。

【血圧測定（2回目）の手順】

- ①1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。
 - ②1～2分経ったら再びマンシエツトを巻き付け、1回目の②～⑨の手順に沿って2回目を測定した。
 - ③2回目の測定の際には、以下の2点に特に注意した。
 - i 触診法は行わないこと
 - ii 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：食事直後（30分以内）はなるべく控え、駆血帯を使用して、座位で静脈から採血した。各血液検査項目とその検査方法は次頁に示す。

検査項目	測定方法	測定機器	試薬
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	シーフロー DC 方式 (自動化法)	XE-2100	セルパックII SE シース (II)
赤血球数	シーフロー 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
血糖値	ヘキソキナーゼ UV 法	BM 9030	クイックオート - ネオ GLU-HK
ヘモグロビンA1c	LA 法 (ラテックス凝集法)	BM-9030	ラビディアオート HbA1c-L
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」
HDL- コレステロール	直接法	BM8060	コレステスト N HDL
LDL- コレステロール	直接法	BM8060	コレステスト LDL
中性脂肪 (トリグリセライド)	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
総たんぱく質	ビュウレット法	BM8060	クリニメイト TP 試薬
アルブミン	BCP 改良法	BM8060	ピュアオート S ALB
クレアチニン	酵素法	BM8060	ピュアオート S CRE-L
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
尿酸	酵素法 (ウリカーゼ・POD法)	BM8060	ピュアオートS UA

(カ) 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「有」とした。
- ②糖尿病治療の有無…通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含め，現在，糖尿病治療をしている場合は「有」，治療をしていない場合は「無」とした
- ③医師等からの運動禁止の有無…現在，医師等から運動禁止の指示がある場合は「有」，ない場合は「無」とした。
- ④運動習慣…「現在，医師等からの運動禁止の有無」に「有」と回答した者は「運動習慣」の回答は不要
「運動の習慣有り」とは，次の3項目全部に該当する者とした。
 - ・運動の実施頻度として，週2日以上
 - ・運動の実施時間として，30分以上
 - ・運動の実施期間として，1年以上

イ. 栄養摂取状況調査

調査日は，日曜，祝祭日以外で，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た。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。

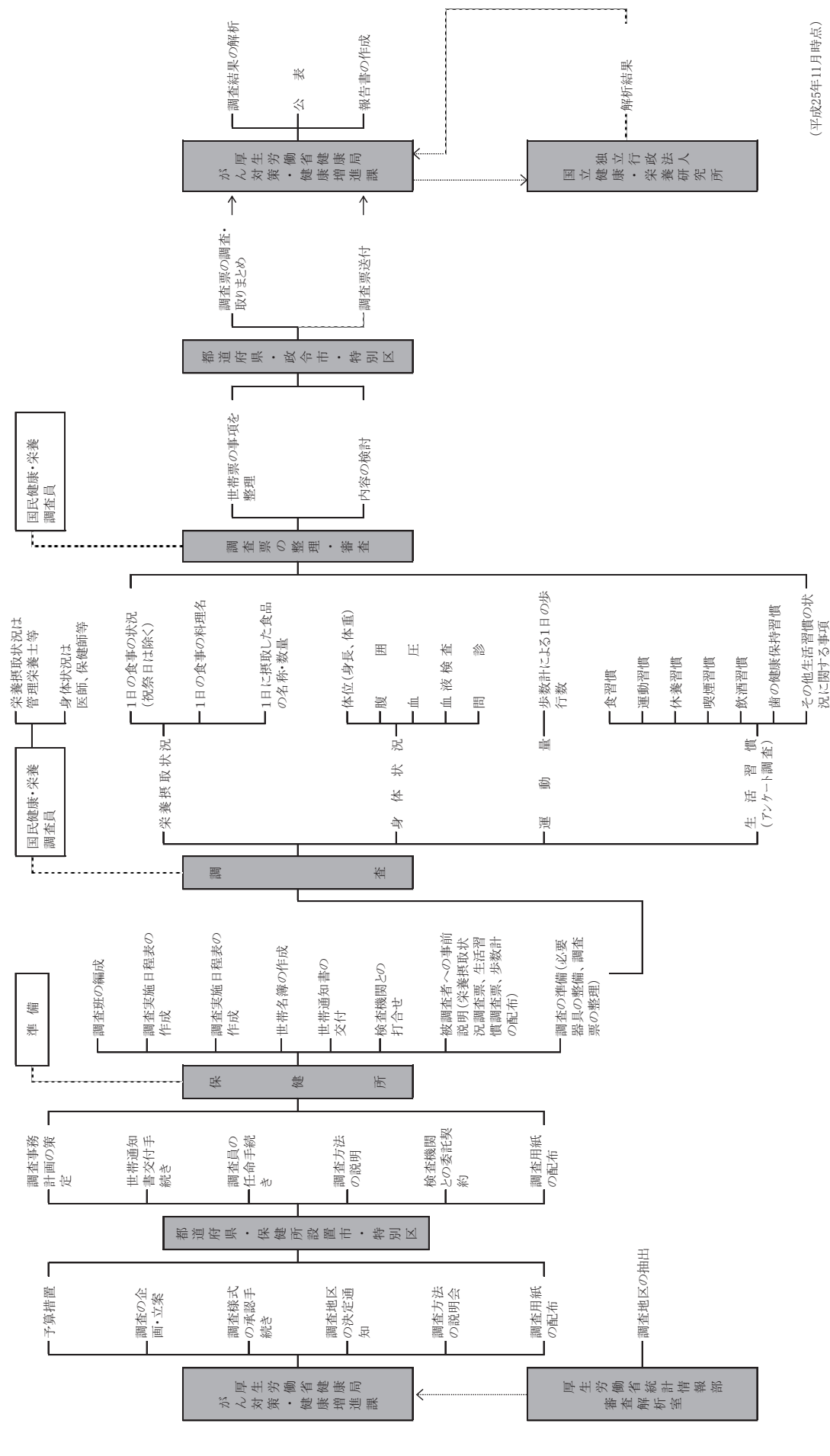
ウ. 生活習慣調査

留め置き法による質問紙調査とし，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，被調査者が危惧の念をいだかないように留意した。

調査体制



(平成25年11月時点)

5. 調査の機関と組織

- ・厚生労働省は、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。
- ・厚生労働省が企画立案し、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。
- ・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、調査員が調査の実施にあたった。
- ・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。

6. 結果の集計及び集計客体

結果の集計は、独立行政法人国立健康・栄養研究所において行った。
調査対象世帯数は、次のとおりであった。

調査対象世帯数	調査実施世帯数
5,204 世帯	3,493 世帯

地域ブロック別の値については、全国を次のとおり 12 地区に分類し、集計した。

地域ブロック	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
北九州	福岡県、佐賀県、長崎県、大分県
南九州	熊本県、宮崎県、鹿児島県、沖縄県

調査客体数は、次のとおりであった。

ア. 年齢階級別集計客体数

男女計	身体状況調査		血液検査		栄養摂取状況調査		歩数測定		生活習慣調査	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	7,148	100.0	3,301	100.0	7,801	100.0	6,108	100.0	7,136	100.0
1 - 6 歳	341	4.8	-	-	374	4.8	-	-	-	-
7 - 14 歳	531	7.4	-	-	609	7.8	-	-	-	-
15 - 19 歳	246	3.4	-	-	337	4.3	-	-	-	-
20 - 29 歳	514	7.2	197	6.0	557	7.1	532	8.7	618	8.7
30 - 39 歳	734	10.3	327	9.9	788	10.1	753	12.3	877	12.3
40 - 49 歳	912	12.8	425	12.9	989	12.7	912	14.9	1,108	15.5
50 - 59 歳	867	12.1	452	13.7	961	12.3	931	15.2	1,058	14.8
60 - 69 歳	1,337	18.7	855	25.9	1,408	18.0	1,370	22.4	1,533	21.5
70 歳以上	1,666	23.3	1,045	31.7	1,778	22.8	1,610	26.4	1,942	27.2

男性	身体状況調査		血液検査		栄養摂取状況調査		歩数測定		生活習慣調査	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	3,344	100.0	1,382	100.0	3,684	100.0	2,822	100.0	3,319	100.0
1 - 6 歳	179	5.4	-	-	197	5.3	-	-	-	-
7 - 14 歳	275	8.2	-	-	314	8.5	-	-	-	-
15 - 19 歳	123	3.7	-	-	175	4.8	-	-	-	-
20 - 29 歳	262	7.8	91	6.6	273	7.4	262	9.3	301	9.1
30 - 39 歳	329	9.8	109	7.9	368	10.0	348	12.3	418	12.6
40 - 49 歳	406	12.1	141	10.2	456	12.4	417	14.8	517	15.6
50 - 59 歳	404	12.1	180	13.0	455	12.4	436	15.5	499	15.0
60 - 69 歳	603	18.0	365	26.4	638	17.3	614	21.8	702	21.2
70 歳以上	763	22.8	496	35.9	808	21.9	745	26.4	882	26.6

女性	身体状況調査		血液検査		栄養摂取状況調査		歩数測定		生活習慣調査	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	3,804	100.0	1,919	100.0	4,117	100.0	3,286	100.0	3,817	100.0
1 - 6 歳	162	4.3	-	-	177	4.3	-	-	-	-
7 - 14 歳	256	6.7	-	-	295	7.2	-	-	-	-
15 - 19 歳	123	3.2	-	-	162	3.9	-	-	-	-
20 - 29 歳	252	6.6	106	5.5	284	6.9	270	8.2	317	8.3
30 - 39 歳	405	10.6	218	11.4	420	10.2	405	12.3	459	12.0
40 - 49 歳	506	13.3	284	14.8	533	12.9	495	15.1	591	15.5
50 - 59 歳	463	12.2	272	14.2	506	12.3	495	15.1	559	14.6
60 - 69 歳	734	19.3	490	25.5	770	18.7	756	23.0	831	21.8
70 歳以上	903	23.7	549	28.6	970	23.6	865	26.3	1,060	27.8

注) 身体状況調査及び生活習慣調査は、設問に1つ以上回答した人数である。

イ. 地域ブロック別客体数（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
7,801	329	584	1,750	658	393	1,088	1,033	209	562	263	533	399

ウ. 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	農業作業者
総数	7,801	686	298	652	378	592	44	185
男性	3,684	357	263	239	185	203	44	120
女性	4,117	329	35	413	193	389	0	65

	林業作業者	漁業作業者	運輸・通信従事者	生産工程・労務作業者	家事従事者	その他(無職)	保育園児	幼稚園児
総数	5	11	97	640	1,502	1,296	134	97
男性	4	9	94	479	74	871	64	49
女性	1	2	3	161	1,428	425	70	48

	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	106	155	145	160	221	388	9
男性	65	82	74	78	117	209	4
女性	41	73	71	82	104	179	5

7. 年次推移を検証する際の年齢調整の手法

国民健康・栄養調査の年次別結果を比較する際には、調査結果の変化が単なる時代の変化によるものか、対象集団の年齢構成の変化によるものかを区別する必要がある。そこで、平成25年調査では、調査年次による対象集団の年齢構成の変化の影響を除外するために、平成15～25年の各年の調査結果に対し、基準人口の年齢構成をあてはめる方法（直接法）を用いて年齢調整を行った。

人口動態統計における年齢調整死亡率の算出で用いられている基準人口は、平成2年以降は「昭和60年人口モデル」が採用されている。しかし、このモデルをあてはめるのは、現在の国民健康・栄養調査における対象者の年齢構成とかい離がみられることから、より近い「平成22年国勢調査による基準人口（20歳以上）」を用いて次式で求めた。

＜年齢調整値の算出方法＞

【(各年齢階級別の割合または平均値) × (基準人口の当該年齢階級別の人数)】の各年齢階級の総和／基準人口の総数

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、「日本食品標準成分表 2010 (科学技術庁資源調査会, 現文部科学省資源室)」(以下,「成分表 2010」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)の成分値が成分表 2010 に記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,成分表 2010 に記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(17～22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で注意されたい。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。

ア. 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。

イ. 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。

(3) 食品群／栄養素等摂取量の分布

国民健康・栄養調査の結果からは,中央値(または平均値)を情報として活用することはできるが,1日分の食事内容の調査であるため,習慣的な摂取量の分布曲線を得ることはできない。1日調査で得られる摂取量の分布曲線は,その幅がかなり広くなり,推定平均必要量未満の人の割合を過大に評価するおそれがあるため,注意が必要である。

(参考)「日本人の食事摂取基準(2015年版)」策定検討会報告書

(4) 食事内容

次の区分により集計した。

ア. 家庭食

家庭で作った食事や弁当を食べた場合

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。

ウ. 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（食事内容は「イ. 調理済み食」と同じ）。

エ. 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

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

(5) 世帯構造の分類

次の区分により集計した。

ア. 単独世帯

世帯員が一人だけの世帯をいう。

そのうち 65 歳以上の者は「うち高齢者世帯（65 歳以上）」に分類した。

イ. 夫婦のみの世帯

世帯主とその配偶者のみで構成する世帯をいう。

そのうち一人又は二人が 65 歳以上の世帯は「うち 65 歳以上の者がいる世帯」に分類した。

ウ. 親と未婚の子のみの世帯

夫婦と未婚の子のみで構成する世帯，父親又は母親と未婚の子のみで構成する世帯をいう。

そのうち 15 歳未満の子どもがいる世帯は「うち 15 歳未満の子どものいる世帯」に分類した。

エ. 三世代世帯

世帯主を中心とした直系三世代以上の世帯をいう。

オ. その他の世帯

上記ア～エ以外の世帯をいう。

※続柄の回答を得られなかった等，世帯構造を判断できない世帯は集計から除外しているため，栄養摂取状況調査の人数と一致しない。

また，本調査の対象外（p.2 参照）の世帯員は考慮せずに世帯構造を分類しているため，実態と異なる場合がある。

(6) 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 15 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)

6～14 歳における肥満度は、学校保健統計調査方式による肥満度判定を用いて、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

$$\text{肥満度 (過体重度)} = (\text{実測体重 (kg)} - \text{身長別標準体重 (kg)}) / \text{身長別標準体重 (kg)} \times 100 (\%)$$

$$\text{身長別標準体重 (kg)} = a \times \text{実測身長 (cm)} - b$$

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 (改訂版)」(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)

(7) 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）

(8) “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”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 (NGSP) 値 6.0% 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

厚生労働省健康局がん対策・健康増進課 / 厚生労働省保険局総務課「平成 25 年度以降に実施される特定健康診査・特定保健指導における特定保健指導レベル判定値，受診勧奨判定値及びメタボリックシンドローム判定値等の取扱いについて」平成 24 年 11 月 13 日

(9) “糖尿病が強く疑われる者”，“糖尿病の可能性を否定できない者”の判定

糖尿病が強く疑われる者

ヘモグロビン A1c の測定値があり，身体状況調査（6）（c）及び（7）に回答した者のうち，ヘモグロビン A1c（NGSP）値が 6.5% 以上，又は，身体状況調査（7）現在，糖尿病治療の有無に「1 有」と回答した者

糖尿病の可能性を否定できない者

ヘモグロビン A1c の測定値がある者のうち，ヘモグロビン A1c（NGSP）値が 6.0% 以上，6.5% 未満で，“糖尿病が強く疑われる者”以外の者

(10) その他

本調査結果に掲載している数値は四捨五入のため，内訳合計が総数と合わないことがある。

結果の概要及び年次別結果における平成 24 年調査は，通常調査より客体数を拡大して実施したため，通常調査年との結果の比較性を重視し，全国補正值として算出した結果を標記した。なお，全国補正值は，各都道府県の通常調査年と平成 24 年調査の実施世帯数の違いを補正できるよう重み付けを行い算出した。

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、ぎょうぎの皮、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	13	さつまいも、さつまいも(蒸し・ふかし)、さつまいも(焼きいも)、干しいも	
			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		
			15	きくいも、こんにゃく精粉、板こんにゃく、生いもこんにゃく、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、だいいよ		
		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	黒砂糖、和三盆糖、上白糖、三温糖、グラニュー糖、白ざら(上ざら)糖、中ざら(黄ざら)糖、角砂糖、氷砂糖、コーヒースユガー、パウダースユガー、水あめ、はちみつ、メープルシロップ	
			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)、おとう豆(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	
豆類	4	大豆・加工品	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)、あざ、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), きんととき (京にんじん), きんととき (ゆで), きんととき・皮むき, きんととき・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, こごみ, 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), しゅんぎく, しゅんぎく (ゆで), じゅんさい水煮びん詰, 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, 莖いらにんにく, 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, パジル, 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, ブッキーニ, 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, 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), ブラックマツペもやし, ブラックマツペもやし (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, ルバーブ, ルバーブ (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, すぐき漬, 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, オリーブピクルスライプ, 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、バレンシアオレンジ、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（ざぼん漬）、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、パパイア、未熟パパイア、ビタヤ、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、シクワシャー果汁、シクワシャー10%果汁入り飲料、すだち果汁、だいたい果汁、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
		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、干しひとえごさ、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、かれい類	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、いとよだい、いとよだい（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）、まこがれい、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、みなまぐろ・赤身、みなまぐろ・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、かざご、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、めぐち、このしろ、あぶらつものざめ、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、セラピア、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、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、ほうぼう、ホキ、ほっけ、ほら、ほんもろこ、マジエランあいなめ、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、あざり、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、とりがいの斧足、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、はたてがい、はたてがい（水煮）、はたて貝柱、ほっきがい、みるがい水管、うに		
				いか、たこ類	54	あかいか、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）、やういか、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、がぞみ、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		
		魚介類	20	魚介加工品	20	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）、はたて貝柱（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）、あざり水煮缶詰、あざり味付け缶詰、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、はたて貝柱水煮缶詰、もがい味付け缶詰、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）、あざり（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		
		鳥肉	22	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, ほろほろちよう皮なし		
		肉類(内臓)	24	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		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			
		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, ビーター
						牛乳	71	ジャーキー種生乳, 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, ゴータチーズ, チェダーチーズ, 粉チーズ, ブルーチーズ, プロセスチーズ, チーズブレッド(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・液状(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、イーストドーナッツ、ケーキドーナッツ、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、チャイナマーブル、ドロップ、パタースコッチ、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、キユラソー、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）、かまいたち茶（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、チリベツパーソース、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、烏がらだし、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、カレールー、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、压榨パン酵母、乾燥パン酵母、ベーキングパウダー

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、運送機械、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）の仕事をされていない方		
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

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（トリグリセライド）
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-GT（γ-GTP）
20	尿酸



平成25年国民健康・栄養調査

生活習慣調査票

地区番号 -

市群番号

世帯番号

世帯員番号

性別 1 男 2 女

年齢 (平成25年11月1日現在)

都道府県 保健所

厚生労働省

問5 日常生活で体を動かす*こと（生活活動）についてお伺いします。「健康維持・増進のためには、日常生活で、毎日60分間くらい体を動かすような生活をする」ことが推奨されています。あなたは、これを実行していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※「体を動かす」とは、歩く、犬の散歩をする、そうじをする、自転車に乗る、速歩をする、こどもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。

- 1 実行していないし、実行しようとも考えていない
- 2 実行していないが、実行しようと考えている
- 3 実行しようと努力しているが、十分に実行できていない
- 4 実行しているが、まだ習慣化していない
- 5 実行していて、十分に習慣化している

問6 あなたは、座ったり寝転がったりして過ごす時間*が、1日平均してどのくらいありますか。□に数字を入れて下さい。（記入例：5時間ー05時間00分 なしー00時間00分）

※「座ったり寝転がったりして過ごす時間」には、机やコンピューターに向かう時間（仕事、勉強や読書などを含む）、テレビを見ている時間、座って会話をしている時間、車を運転する（または車に乗っている）時間、電車で座っている時間等を含みます。ただし、睡眠時間は含みません。

平日 約 時間 分 休日 約 時間 分

問7 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

- 1 毎日吸っている
- 2 時々吸う日がある
- 3 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない
- 4 吸わない

（問7ー1） たばこをやめたいと思いませんか。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

- 2 -

問1 あなたは、この1か月間に、次のアからケの食べ物をどのくらいの頻度で食べましたか。それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

	1. 毎日2回以上	2. 毎日1回	3. 週4～6回	4. 週2～3回	5. 週1回	6. 週1回未満	7. 食べなかった
ア ごはん	1	2	3	4	5	6	7
イ パン	1	2	3	4	5	6	7
ウ 種類	1	2	3	4	5	6	7
エ 肉	1	2	3	4	5	6	7
オ 魚	1	2	3	4	5	6	7
カ 卵	1	2	3	4	5	6	7
キ 大豆・大豆製品	1	2	3	4	5	6	7
ク 緑黄色野菜	1	2	3	4	5	6	7
ケ その他野菜	1	2	3	4	5	6	7

問2 自分の歯*は何本ありますか。

※「自分の歯」には、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。親知らずを除くと全部で28本が正常ですが、28本より多かったり少なかったりすることもあります。

自分の歯は 本ある。

問3 かねて食べる時の状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 何でもかねて食べることができる
- 2 一部かめない食べ物があ
- 3 かめない食べ物が多い
- 4 かねて食べることはできない

問4 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 とときある
- 3 めったにない
- 4 まったくない

- 1 -

問8 あなたは、この1か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。次のアからコの場合について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入して下さい。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	6
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 行政機関 (市役所、町村役場、 公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子供が利用する 屋外の空間 (公園、通学路など)	1	2	3	4	5	6

問9 あなたが、受動喫煙の防止対策が今よりも推進されることを望む場所がありますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- | | |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 家庭 | 6 行政機関
(市役所、町村役場、公民館など) |
| 2 職場 | 7 医療機関 |
| 3 学校 | 8 公共交通機関 |
| 4 飲食店 | 9 路上 |
| 5 遊技場
(ゲームセンター、パチンコ、競馬場など) | 10 子供が利用する屋外の空間
(公園、通学路など) |
| | 11 特にな |

- 3 -

問10 飲酒の知識についておたずねします。「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」とは、男女それぞれ1日平均でどのくらいだと思いますか。清酒に換算[※]し、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んで○印をつけて下さい。

※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20度(135ml)、
 焼酎25度(110ml)、焼酎35度(80ml)、チューハイ7度(350ml)、
 ウィスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)

ア 男性の場合

- 1 1合(180ml)以上
- 2 2合(360ml)以上
- 3 3合(540ml)以上
- 4 4合(720ml)以上
- 5 5合(900ml)以上
- 6 わからない

イ 女性の場合

- 1 1合(180ml)以上
- 2 2合(360ml)以上
- 3 3合(540ml)以上
- 4 4合(720ml)以上
- 5 5合(900ml)以上
- 6 わからない

問11 睡眠の質についておたずねします。あなたはこの1か月間に、次のようなことが週3回以上ありましたか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 寝つき(布団に入ってから眠るまでに要する時間)に、いつもより時間がかかった
- 2 夜間、睡眠途中で目が覚めて困った
- 3 起きようとする時刻よりも早く目が覚め、それ以上眠れなかった
- 4 睡眠時間が足りなかった
- 5 睡眠全体の質に満足できなかった
- 6 日中、眠気を感じた
- 7 上記1～6のようなことはなかった

ご協力ありがとうございました。