

「平成 26 年国民健康・栄養調査」について、訂正いたしました。

(誤)

2. 野菜摂取量の状況

1日の野菜類摂取量の平均値は 292.3g であり、性別にみると男性 300.8g、女性 285.0g である。この 10 年間でみると、総数、男女ともに有意な変化はみられなかった。
年齢階級別にみると、男女ともに 20 歳代で最も少ない。

図 14-1 野菜摂取量の平均値の年次推移
(20 歳以上) (平成 16~26 年)

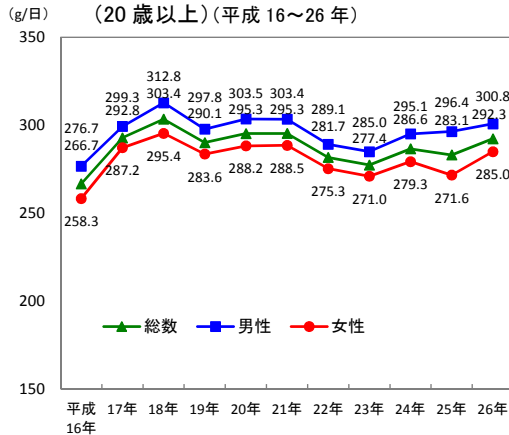


図 14-2 年齢調整した、野菜摂取量の年次推移
(20 歳以上) (平成 16~26 年)

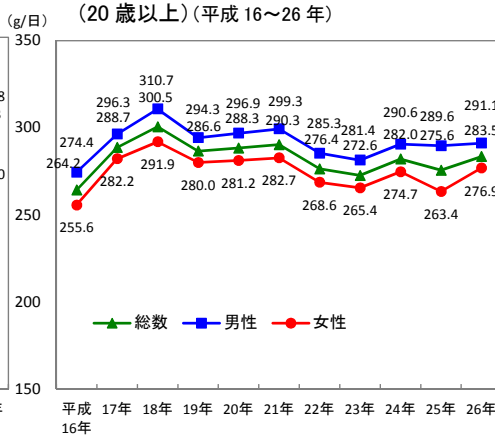
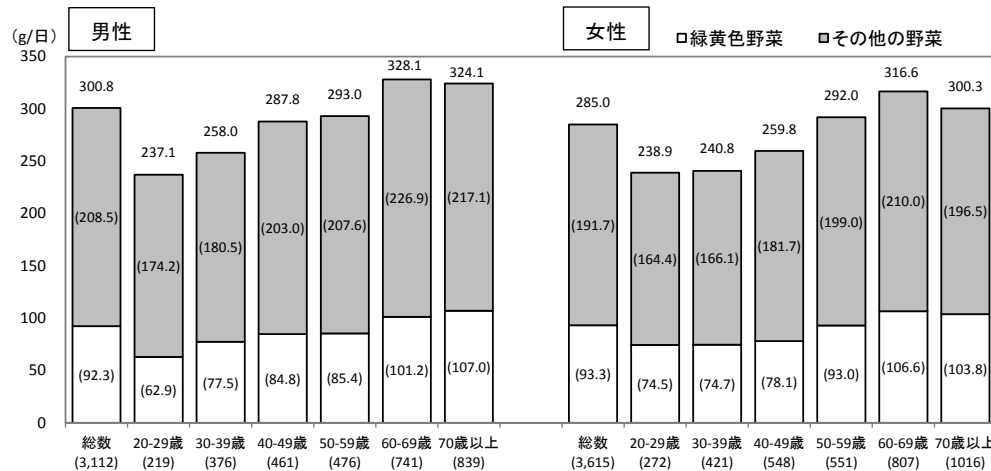


図 15 野菜摂取量の平均値(20 歳以上、性・年齢階級別)



野菜の摂取量が 350g以上の者の 割合(%)	33.2	19.6	22.3	30.2	33.2	39.1	38.1
-------------------------------	------	------	------	------	------	------	------

(参考)「健康日本 2 1 (第 2 次)」の目標
野菜の摂取量の増加
目標値： 野菜摂取量の平均値 350g

「平成 26 年国民健康・栄養調査」について、訂正いたしました。

(正)

2. 野菜摂取量の状況

1日の野菜類摂取量の平均値は 292.3g であり、性別にみると男性 300.8g、女性 285.0g である。この 10 年間でみると、総数、男女ともに有意な変化はみられなかった。
年齢階級別にみると、男女ともに 20 歳代で最も少ない。

図 14-1 野菜摂取量の平均値の年次推移
(20 歳以上) (平成 16~26 年)

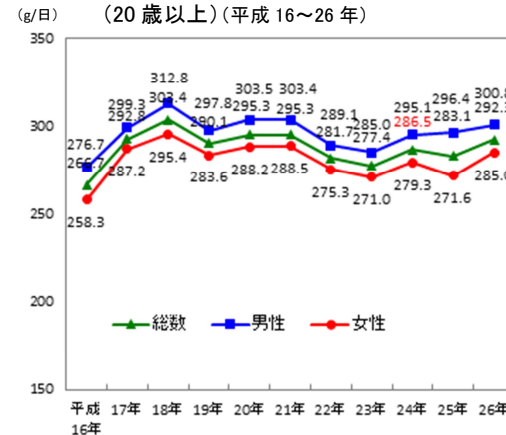


図 14-2 年齢調整した、野菜摂取量の年次推移
(20 歳以上) (平成 16~26 年)

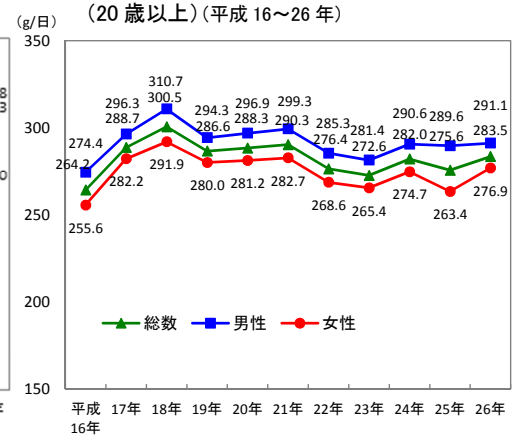
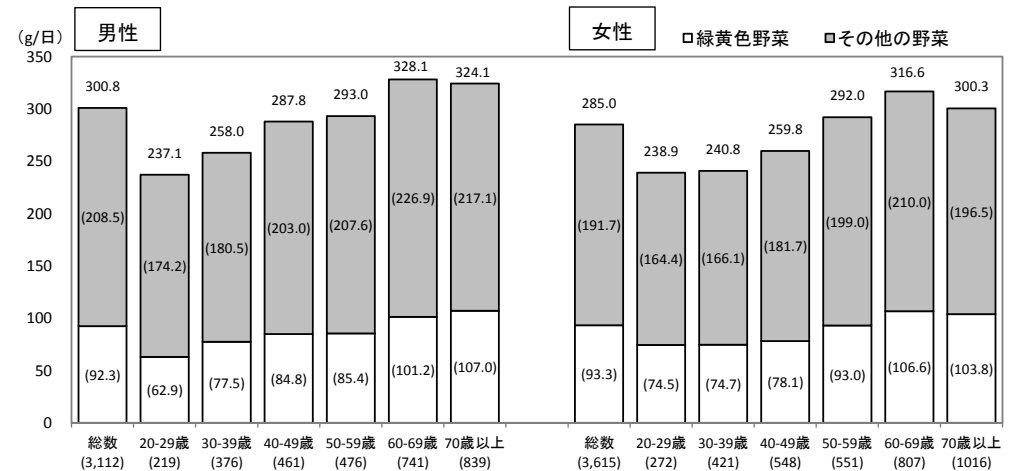


図 15 野菜摂取量の平均値(20 歳以上、性・年齢階級別)



野菜の摂取量が 350g以上の者の 割合(%)	33.2	19.6	22.3	30.2	33.2	39.1	38.1
-------------------------------	------	------	------	------	------	------	------

(参考)「健康日本 2 1 (第 2 次)」の目標
野菜の摂取量の増加
目標値： 野菜摂取量の平均値 350g

「平成 26 年国民健康・栄養調査」について、訂正いたしました。

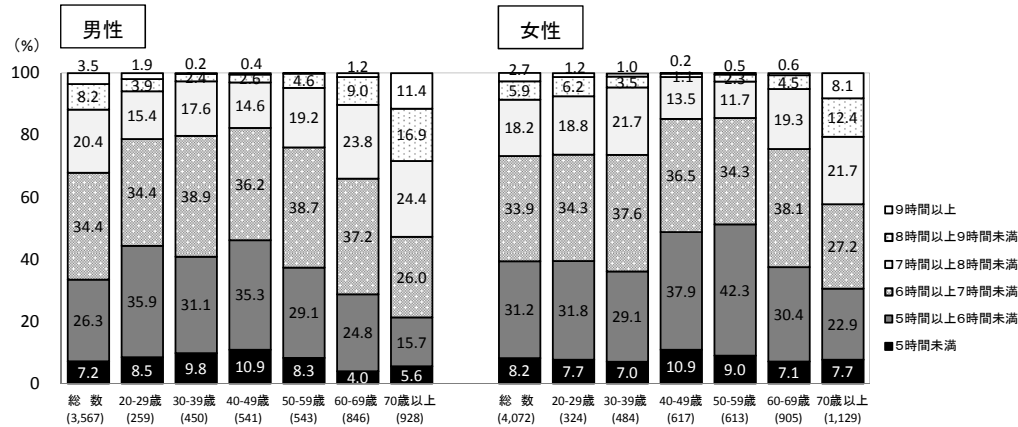
(誤)

3. 睡眠時間の状況

1日の平均睡眠時間は、男女とも「6時間以上7時間未満」と回答した者の割合が最も高く、男性 34.4%、女性 33.9%である。

図 23 1日の平均睡眠時間(20 歳以上、性・年齢階級別)

問：ここ 1 ヶ月間、あなたの 1 日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。

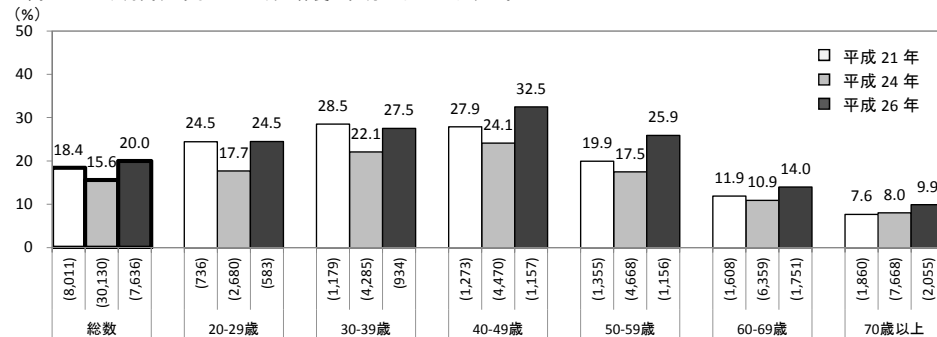


4. 睡眠の状況

ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分にとれていない者の割合は 20.0%である。平成 21 年、24 年、26 年の推移でみると、有意に増加している。
年齢階級別にみると、40 歳代で最も高い。

図 24 睡眠で休養が十分にとれていない者の割合の年次比較(20 歳以上、男女計・年齢階級別)

問：ここ 1 ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。



※「睡眠で休養が充分にとれていない者」とは、睡眠で休養が「あまりとれていない」又は「まったくとれていない」と回答した者。
※年齢調整した、睡眠で休養が十分にとれていない者の割合(総数)は、平成 21 年で 19.4%、平成 24 年で 16.3%、平成 26 年で 21.7%であり、平成 21 年、24 年、26 年の推移でみると、有意に増加している。

(参考)「健康日本 21 (第 2 次)」の目標
睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少
目標値： 15%

「平成 26 年国民健康・栄養調査」について、訂正いたしました。

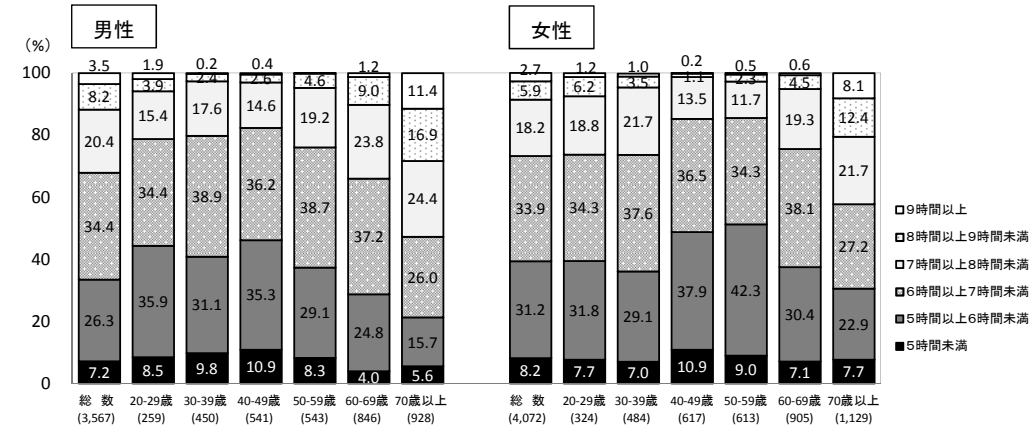
(正)

3. 睡眠時間の状況

1日の平均睡眠時間は、男女とも「6時間以上7時間未満」と回答した者の割合が最も高く、男性 34.4%、女性 33.9%である。

図 23 1日の平均睡眠時間(20 歳以上、性・年齢階級別)

問：ここ 1 ヶ月間、あなたの 1 日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。

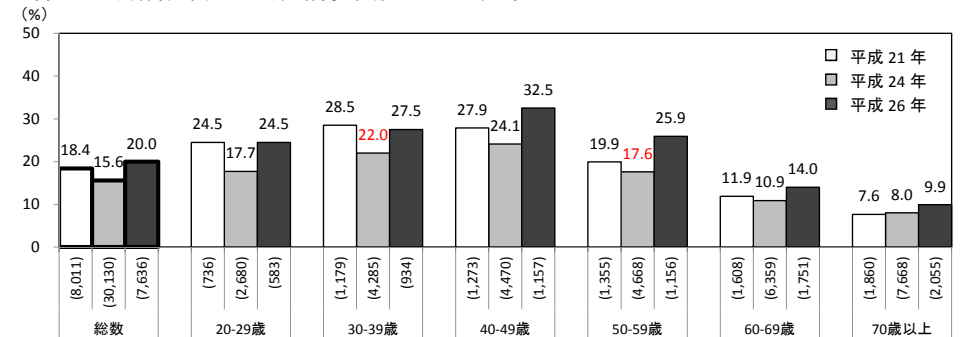


4. 睡眠の状況

ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分にとれていない者の割合は 20.0%である。平成 21 年、24 年、26 年の推移でみると、有意に増加している。
年齢階級別にみると、40 歳代で最も高い。

図 24 睡眠で休養が十分にとれていない者の割合の年次比較(20 歳以上、男女計・年齢階級別)

問：ここ 1 ヶ月間、あなたは睡眠で休養が充分とれていますか。



※「睡眠で休養が充分にとれていない者」とは、睡眠で休養が「あまりとれていない」又は「まったくとれていない」と回答した者。
※年齢調整した、睡眠で休養が十分にとれていない者の割合(総数)は、平成 21 年で 19.4%、平成 24 年で 16.3%、平成 26 年で 21.7%であり、平成 21 年、24 年、26 年の推移でみると、有意に増加している。

(参考)「健康日本 21 (第 2 次)」の目標
睡眠による休養を十分とれていない者の割合の減少
目標値： 15%