

「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

図 14-2 年齢調整した、野菜摂取量の年次推移

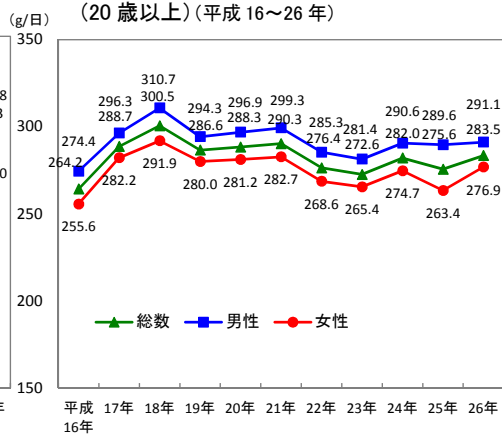
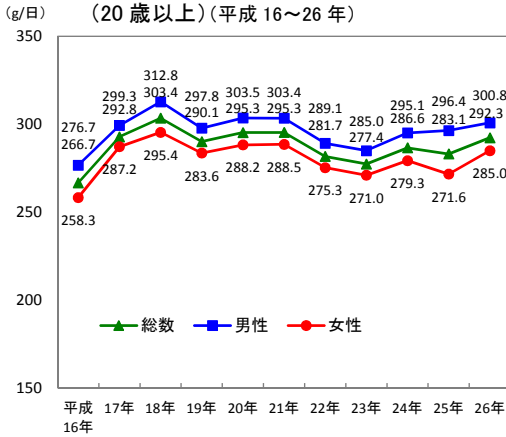
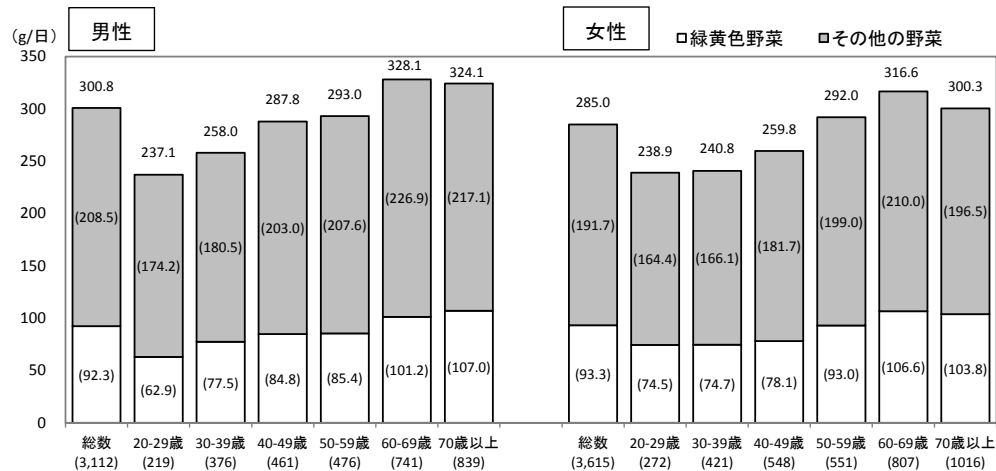


図 15 野菜摂取量の平均値(20歳以上、性・年齢階級別)



(参考)「健康日本21(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

図 14-2 年齢調整した、野菜摂取量の年次推移

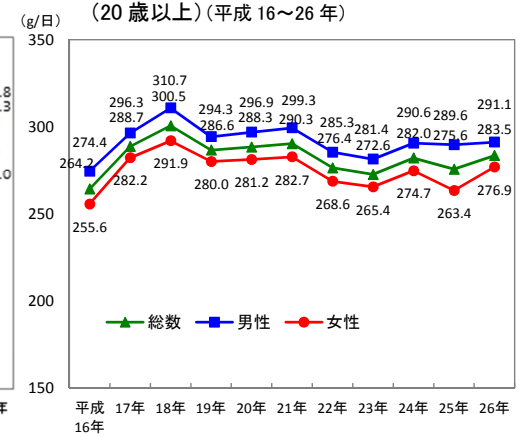
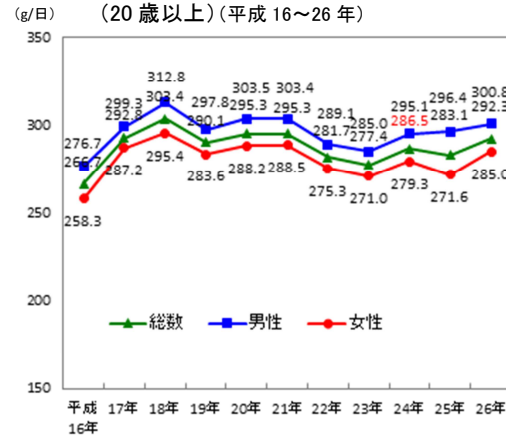
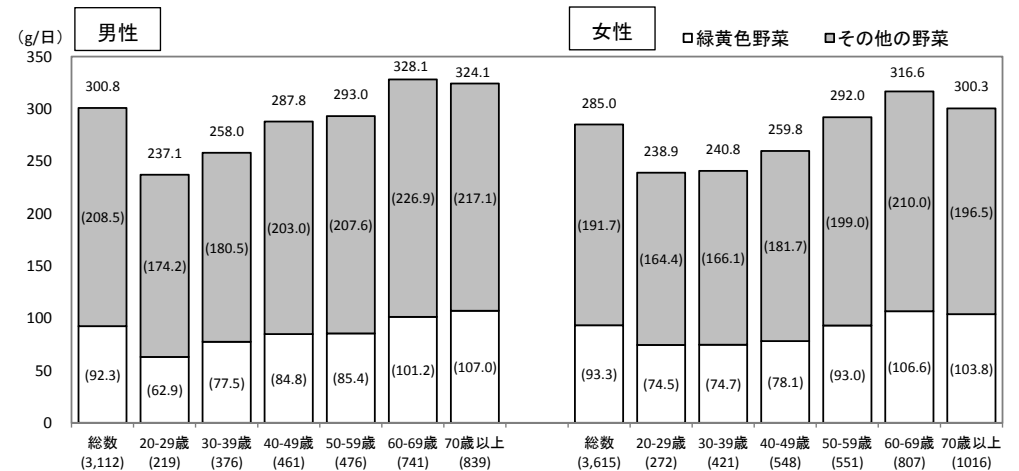


図 15 野菜摂取量の平均値(20歳以上、性・年齢階級別)



(参考)「健康日本21(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

野菜の摂取量の平均値が350g以上の者の割合(%)	33.2	19.6	22.3	30.2	33.2	39.1	38.1	29.9	19.5	19.2	23.2	31.6	38.0	33.5
---------------------------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

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	29.9	19.5	19.2	23.2	31.6	38.0	33.5
-----------------------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

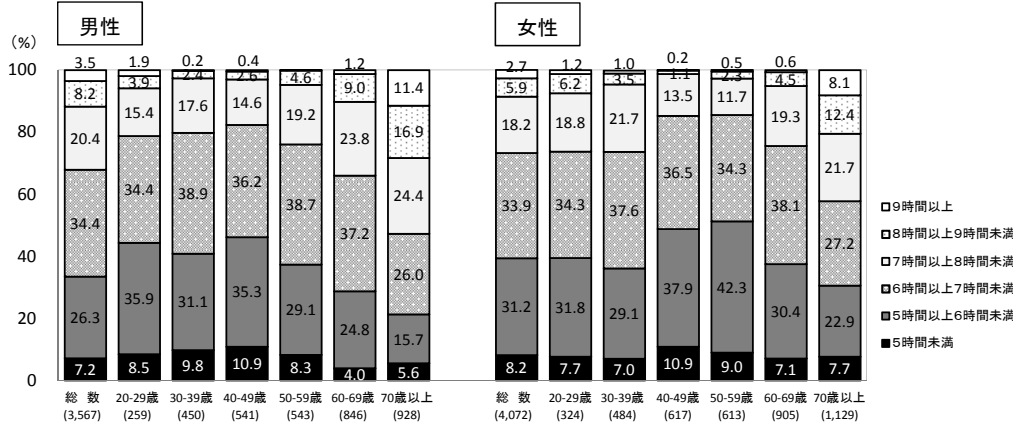
(誤)

### 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。

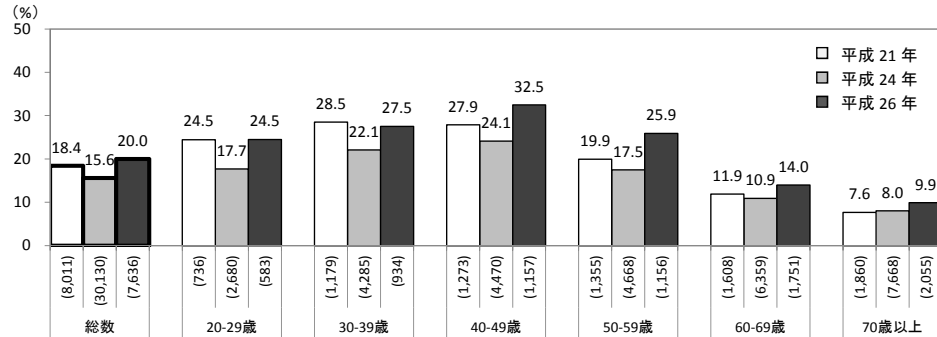


### 4. 睡眠の状況

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 年の推移で見ると、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にとれていますか。



※「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 年の推移で見ると、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にとれていない者の割合の減少  
目標値： 15%

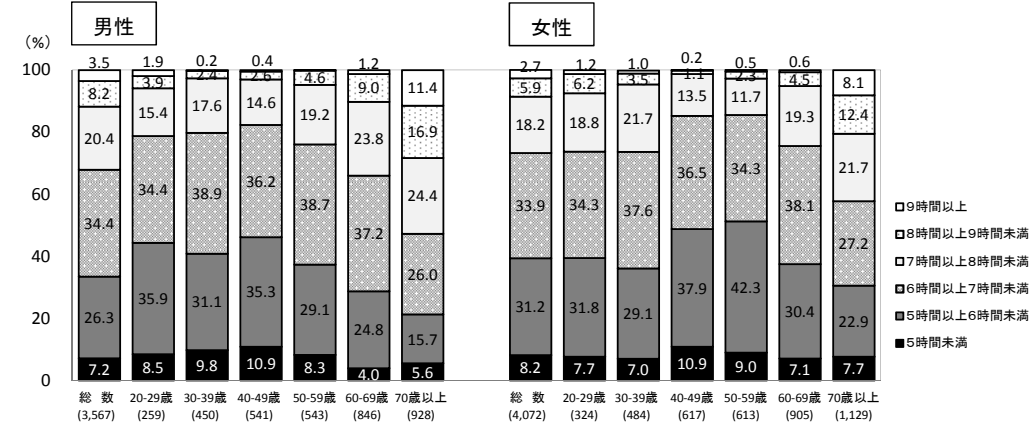
(正)

### 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。

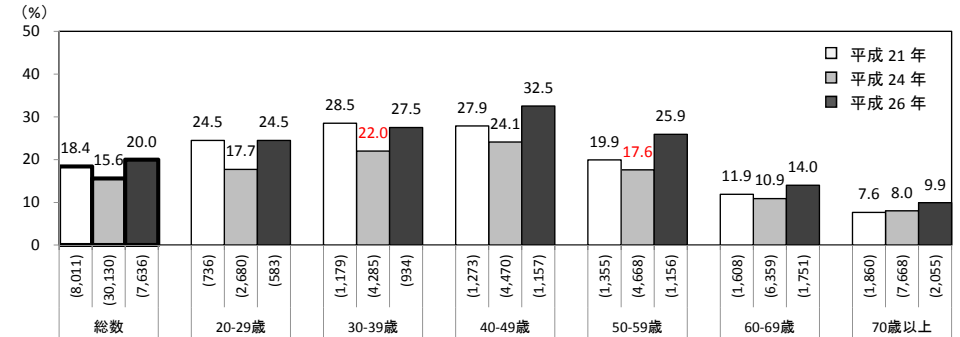


### 4. 睡眠の状況

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 年の推移で見ると、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にとれていますか。



※「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 年の推移で見ると、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にとれていない者の割合の減少  
目標値： 15%