

図9 野菜摂取量(女性,年齢階級別)

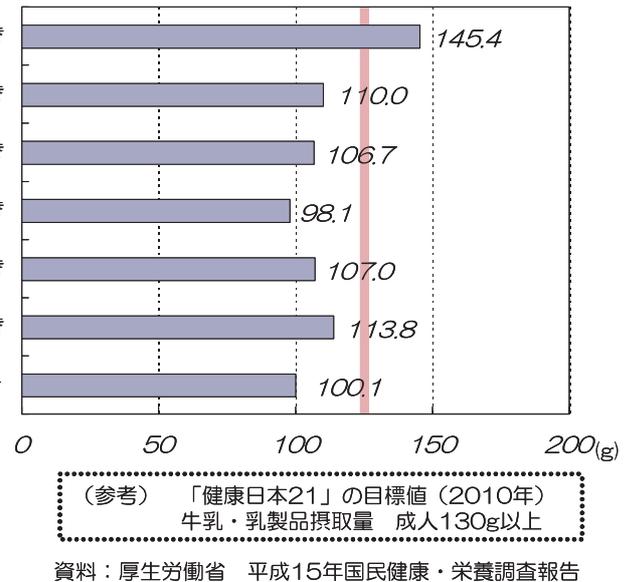


図10 牛乳・乳製品摂取量(女性,年齢階級別)

(2) 若い女性の体格をめぐる現状

① 体格の現状

20歳代及び30歳代女性における体格区分の分布が近年大きく変化して、低体重(やせ)の者(BMI<18.5)の割合が増加している¹⁾(図11)。

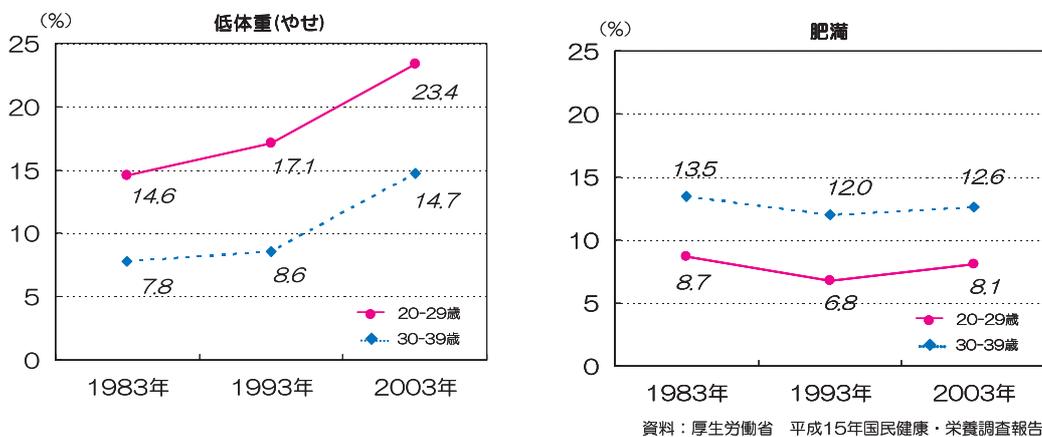


図11 低体重(やせ)(BMI<18.5)及び肥満(BMI≥25.0)の年次推移(女性)

② ダイエットの現状

若い女性では、「現在、体重を減らそうとしている」者が5割を超えている⁶⁾(図12)。また、現在の体型が「ふつう」であっても5割以上の者が体重を減らそうとしているだけでなく、特に20歳代及び30歳代において、現在の体型が「低体重」であっても、体重を減らそうとしている者が1割以上、見受けられた⁶⁾(図13)。