

# 平成 1 7 年

## 国民健康・栄養調査結果の概要

(平成 1 8 年国民健康・栄養調査「速報」を含む)

健康局総務課生活習慣病対策室

電話 0 3 - 5 2 5 3 - 1 1 1 1

内線 2 3 4 3, 2 3 4 5

# I 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  
の状況、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。

## 2. 調査対象及び客体

調査の対象は、平成17年国民生活基礎調査において設定された調査地区内  
の世帯の世帯員で、平成17年11月1日現在で満1歳以上の者とした。

調査の客体は、平成17年国民生活基礎調査において設定された調査地区か  
ら、層化無作為抽出した300単位区内の世帯及び世帯員とした。

調査実施世帯数は、3,608世帯であり、集計客体数は下記のとおりである。

総数	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	6-14歳(再掲)
身体状況調査	7,278	382	619	295	585	831	865	1,116	1,243	1,342	678
血液検査	3,874	-	-	-	273	449	506	711	934	1,001	-
栄養摂取状況調査	8,895	463	741	429	803	1,053	1,090	1,346	1,426	1,544	811
生活習慣調査	9,137	338	812	446	812	1,132	1,149	1,410	1,460	1,578	888

男性	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	6-14歳(再掲)
身体状況調査	3,303	187	309	141	284	376	373	492	551	590	330
血液検査	1,558	-	-	-	118	158	176	258	397	451	-
栄養摂取状況調査	4,163	229	365	218	399	508	500	623	648	673	394
生活習慣調査	4,257	159	405	227	399	541	523	659	664	680	437

女性	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	6-14歳(再掲)
身体状況調査	3,975	195	310	154	301	455	492	624	692	752	348
血液検査	2,316	-	-	-	155	291	330	453	537	550	-
栄養摂取状況調査	4,732	234	376	211	404	545	590	723	778	871	417
生活習慣調査	4,880	179	407	219	413	591	626	751	796	898	451

### 3. 調査項目

#### 1) 身体状況調査票

- ア. 身長、体重（満1歳以上）
- イ. 腹囲（満15歳以上）
- ウ. 血圧（満15歳以上）
- エ. 血液検査（満20歳以上）
- オ. 1日の運動量〈歩行数〉（満15歳以上）
- カ. 問診〈服薬状況、運動〉（満20歳以上）

#### 2) 栄養摂取状況調査票（満1歳以上）

世帯員各々の食品摂取量、栄養素等摂取量、食事状況〈欠食・外食等〉

#### 3) 生活習慣調査票（満3歳以上）

食生活、身体活動・運動、休養（睡眠）、飲酒、喫煙、歯の健康等に関する生活習慣全般を把握した。特に平成17年調査では、「食生活」及び「アルコール（飲酒）」を重点項目とした。なお、3～14歳は、「食生活」に関する項目のみとした。

### 4. 調査時期

- 1) 身体状況調査：平成17年11月
- 2) 栄養摂取状況調査：平成17年11月の特定の1日（日曜日及び祝日は除く）
- 3) 生活習慣調査：栄養摂取状況調査日と同日

### 5. 調査方法

- 1) 身体状況調査：調査対象者を会場に集めて、調査員である医師、管理栄養士、保健師等が調査項目の計測及び問診を実施した。
- 2) 栄養摂取状況調査：世帯毎に調査対象者が摂取した食品を秤量記録することにより実施し、調査員である管理栄養士等が調査票の説明、回収及び確認を行った。
- 3) 生活習慣調査：留め置き法による自記式質問紙調査を実施した。

### 6. 調査系統

調査系統は次のとおりである。

厚生労働省－都道府県・政令市・特別区－保健所－国民健康・栄養調査員

この調査結果に掲載している数値は、四捨五入のため、内訳合計が総数に合わないことがある。

## Ⅱ 結果の概要

### 第1部 子どもの体型及び生活習慣の状況

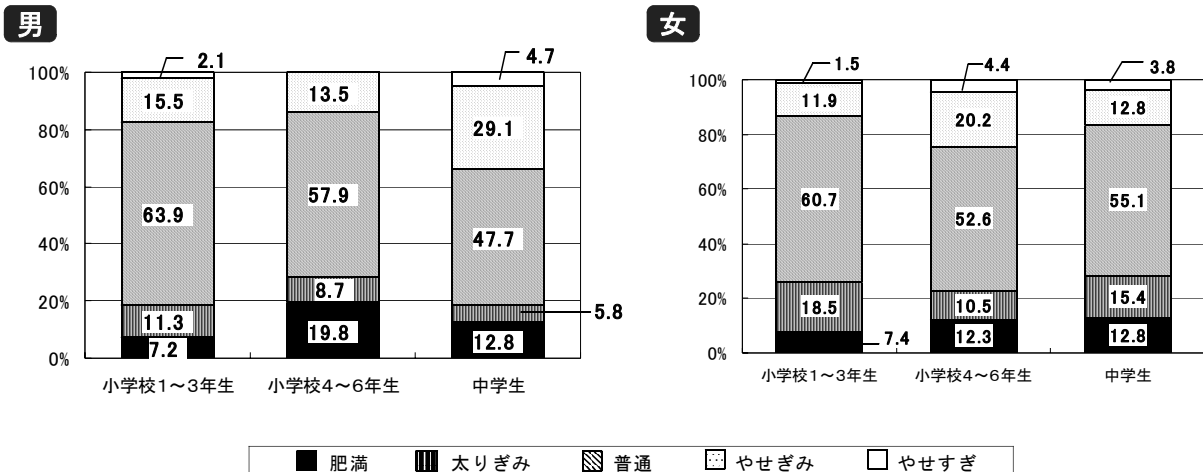
#### 1. 体型の状況

男女共に「肥満」「太りぎみ」或いは「やせすぎ」「やせぎみ」の子どもがそれぞれ約2～3割

男子の小学校4～6年生では、「肥満」「太りぎみ」の者が28.5%であった。中学生では「肥満」「太りぎみ」の者が18.6%、「やせぎみ」「やせすぎ」の者が33.8%であった。

女子の中学生では、「肥満」「太りぎみ」の者が28.2%、「やせぎみ」「やせすぎ」の者が16.6%であった。

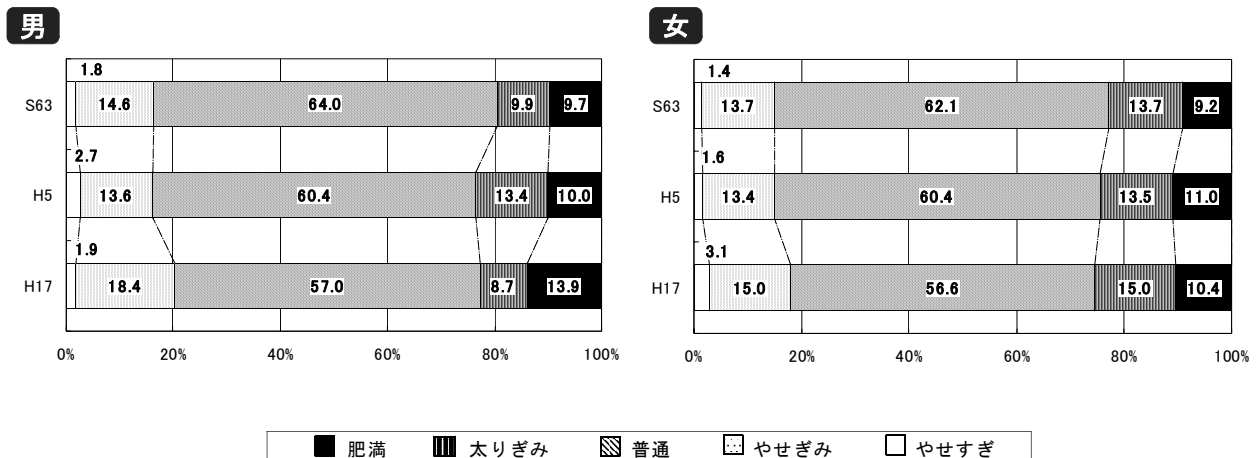
図1 体型の状況



体型の状況を年次推移で見ると、男女共に「普通」の者の割合が減少傾向

体型の状況を年次推移で見ると、「普通」の者の比率が男子は昭和63年の64.0%から平成17年の57.0%と7ポイント減少し、女子は昭和63年の62.1%から平成17年の56.6%と5.5ポイント減少していた。

図2 体型の年次推移



日比式による肥満度判定

6～14歳における肥満度は、実測体重と日比式から求められる標準体重とを比較して判定した。

判定 やせすぎ-20%未満 やせぎみ-20%以上-10%未満 普通-10%以上10%未満 太りぎみ10%以上20%未満 肥満20%以上

肥満度(%) = (実測体重(kg) - 標準体重(kg)) ÷ 標準体重(kg) × 100

標準体重(kg) = 係数1 × 身長(cm)<sup>3</sup> + 係数2 × 身長(cm)<sup>2</sup> + 係数3 × 身長(cm) + 係数4

男子 係数1(0.0000641424) 係数2(-0.0182083) 係数3(2.01339) 係数4(-67.9488)

女子 係数1(0.0000312278) 係数2(-0.00517476) 係数3(0.34215) 係数4(1.66406)

(参考) ①日比逸郎: 肥満症. 現代小児科学大系 第4巻 栄養障害と代謝障害, pp. 330-343(1968) 中山書店, 東京

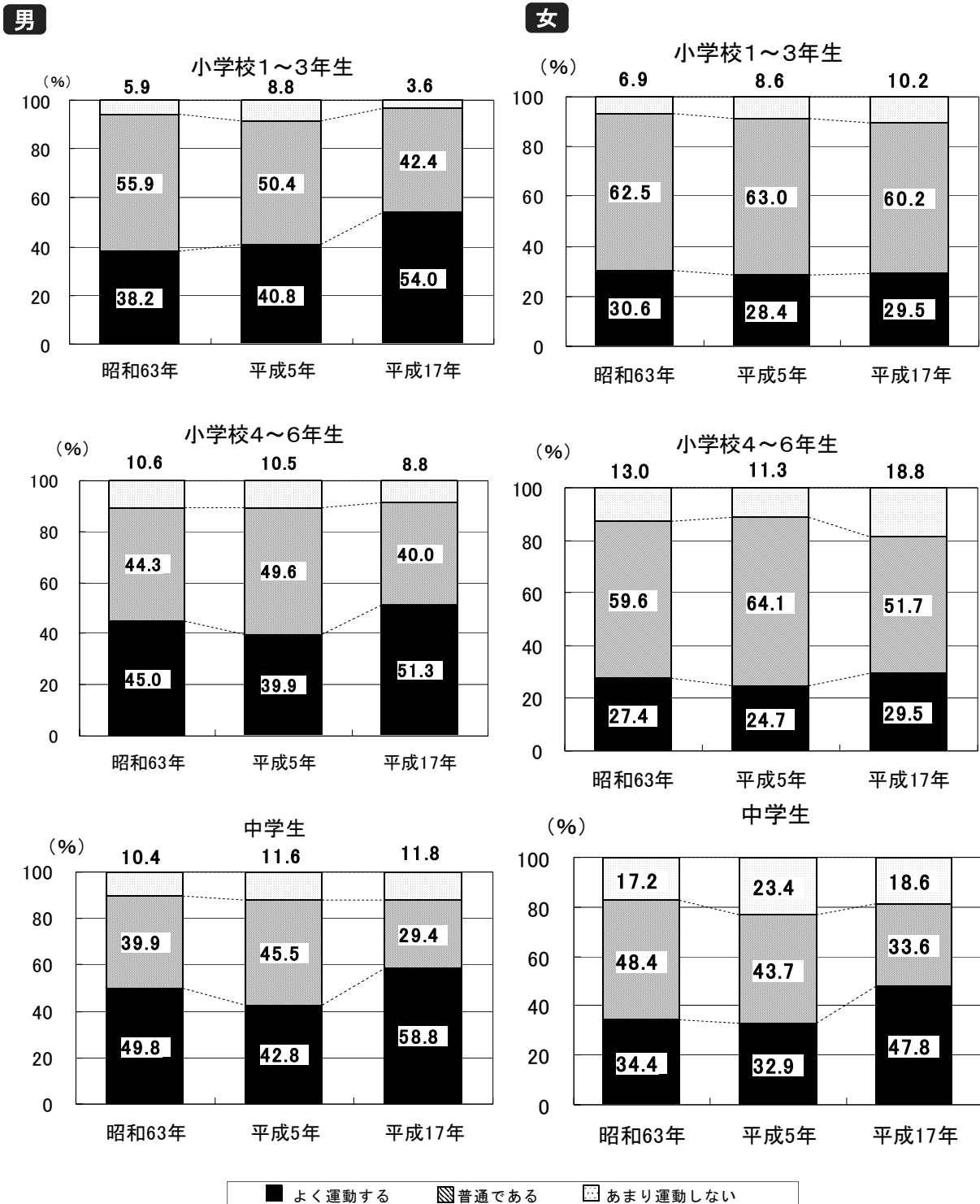
②吉池信男: 学童、生徒における肥満者頻度の経年変化-健康日本21の数値目標と各種指標. 栄養学雑誌: 58(4):177-180(2000)

## 2. 運動及びスポーツ活動の状況

小中学生男子において「よく運動する」と回答した者の割合は5割以上

子どものふだんの運動の状況について、「よく運動する」と回答した者の比率は、平成17年では、男子はいずれの年代も50%以上であり、女子は小学生で約30%、中学生で約50%であった。

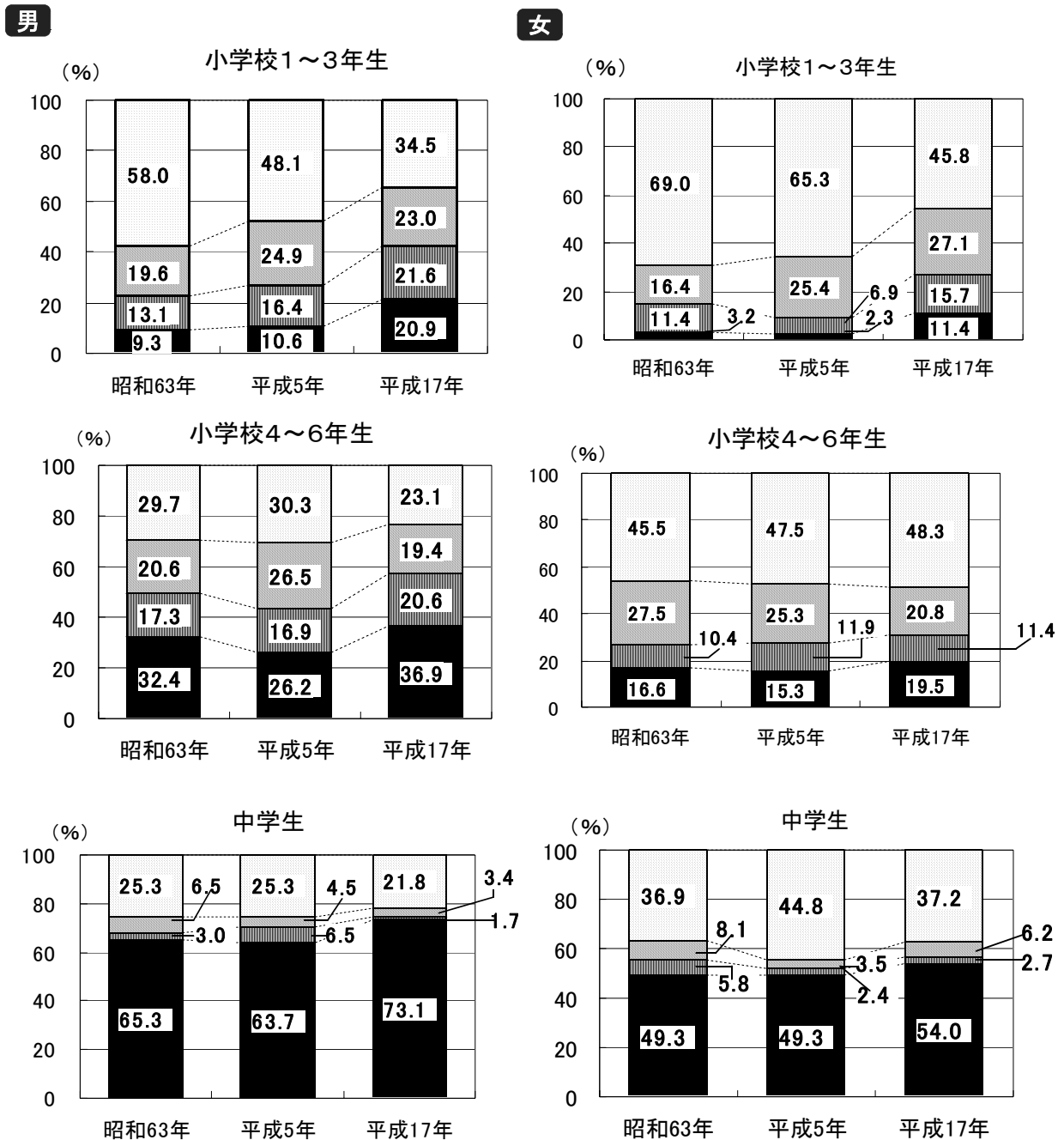
図3 運動状況の年次推移



「週3回以上スポーツ活動をしている」と回答した者の割合は、平成5年から男女共にいずれの学年においても増加傾向

子どもの学校、地域、民間のスポーツクラブ等でのスポーツ活動の状況について、「週3回以上活動している」と回答した者の比率は、平成5年と比べて男女共にいずれの学年においても増加傾向であり、平成17年は、中学生男子で73.1%、中学生女子で54.0%であった。

図4 スポーツ活動の年次推移



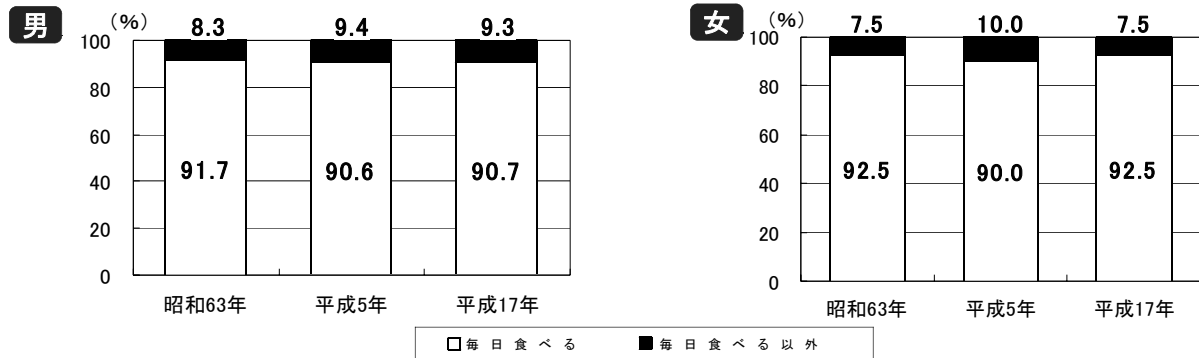
■ 週3回以上活動している    ▨ 週2回以上活動している    ▩ 週1回以上活動している    □ スポーツを行っていない

### 3. 食習慣の状況

朝食を「毎日食べる」と回答した子どもの割合は、男女共に約9割

子どものふだんの朝食の状況について、「毎日食べる」と回答した者の比率は、昭和63年、平成5年、平成17年とほぼ横ばいで、男女共に90%以上であった。

図5 朝食欠食の年次推移（小中学生）



朝食を「子どもだけで食べる」と回答した者の割合は、増加傾向

ふだん、子どもが朝食を誰と一緒に食べるかについて、「子どもだけで食べる」と回答した者の比率は、小中学生共に増加傾向であり、平成17年には小学生においても40%を超えていた（図6）。「子どもだけで食べる」者のうち、「子ども一人で食べる」者の比率は小学校1～3年生で13.5%、中学生で25.7%であった（図7）。

図6 朝食を子どもだけで食べる比率の年次推移

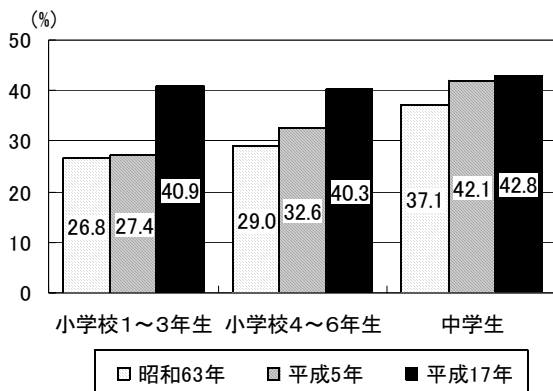
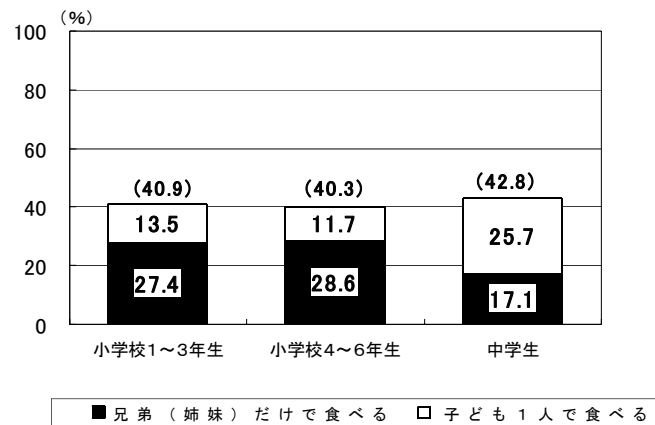


図7 朝食を子ども一人で食べる比率



夕食を19時以降に食べる子どもの割合は、増加傾向  
特に、20時以降に食べる子どもは、平成5年と比べて5.4ポイント増加

図8 夕食時間の年次推移（小中学生）

