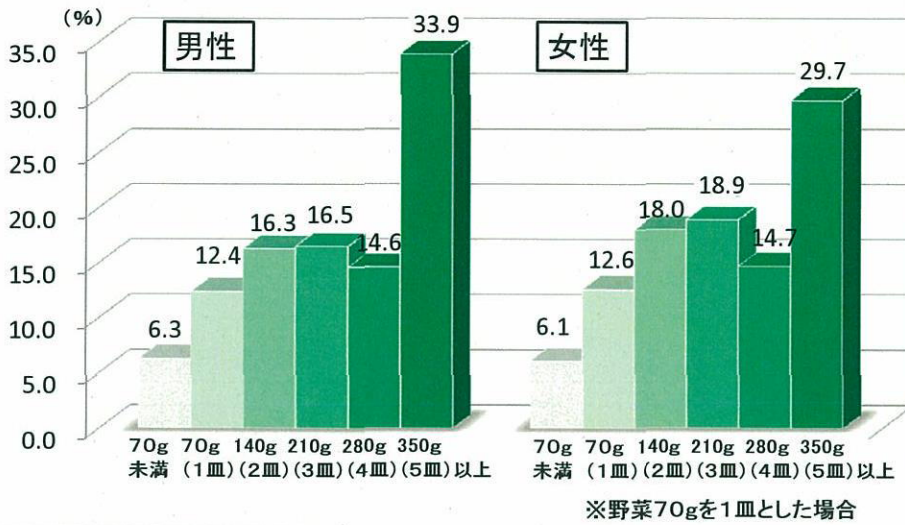


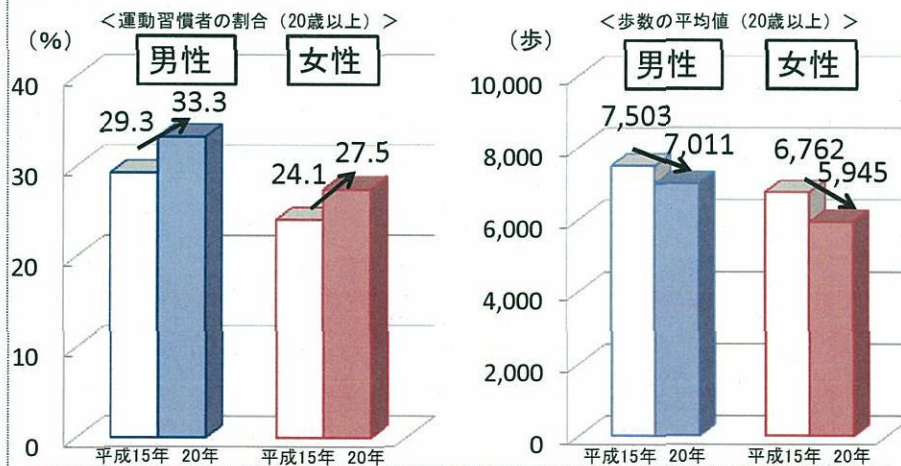
野菜を350g(5皿)以上摂取している者の割合は、男性で33.9%、女性で29.7%。



身体活動・運動

身体活動・運動習慣の状況

運動習慣のある者の割合は、男女とも増加。一方、歩数の平均値は、男女とも減少。



(参考) 「健康日本21」の目標

運動習慣者の増加 目標値：男性39% 女性35%

日常生活における歩数の増加 目標値：成人男性 9,200歩以上 成人女性 8,300歩以上