

# 県民の栄養と健康

平成17年県民健康栄養調査結果

鳥 取 県

平成19年3月



# 目 次

## I 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の客体	1
3 調査客体の分類方法	2
4 調査項目	2
5 調査時期	2
6 調査要領	2
7 集計及び解析方法に関する留意点	4

## II 調査結果

### 第1部 食生活の状況

1 調査対象の性別・年齢階級別の状況	6
2 栄養素等の摂取状況	6
3 食事の摂取状況	28
4 食習慣調査	30

### 第2部 身体の状況

1 調査対象の性別・年齢階級別の状況	31
2 体格の状況	31
3 運動習慣の状況	32
4 歩数の状況	32

### 第3部 健康・食生活に関する意識

1 健康づくり意識調査	33
2 子どもの食生活状況調査	43

## III 統計資料

1 栄養素等及び食品群別摂取量	47
2 栄養素等摂取の分布状況	55
3 食塩の摂取状況	61
4 食事構成の状況	62
5 食習慣調査	63
6 現在の歯数と栄養素等摂取状況	69
7 身体状況	72
8 健康づくり意識調査	77
9 子どもの食生活状況調査	114

## IV 参考資料

1 調査票様式	133
2 職業分類表	147



# I 調査の概要



## 1 調査の目的

本県では、がん、心臓病、脳卒中等の三大死因による死亡率が全国平均より高くなっている。本調査は、これらの生活習慣病を予防するために、県民の食生活、運動、喫煙、アルコール、歯科保健等の生活スタイルや健康状態を把握し、それを活用した普及啓発、施策の展開や生活習慣病にならない生活スタイルへの見直しを進めるための基礎資料とすることを目的とし、実施する。また、同時に、平成13年度に策定した「健康とっとり計画」の中間評価に活用することとする。

## 2 調査の客体

全県の世帯及びその構成員を対象とし、平成12年国勢調査の単位区を基本として抽出した11地区の世帯(282世帯)及び世帯員(902人)を調査の客体として選定した。(表1)そのうち、それぞれの調査に協力が得られ、調査を完了した対象者数は、表2のとおりであった。

表1 選定した調査対象客体

所轄保健所名	地名	対象世帯	
		世帯数	世帯員数
鳥取保健所	鳥取市馬場町の一部	20	45
	鳥取市馬場町の一部	18	47
	用瀬町鷹狩の一部	30	140
	用瀬町鷹狩の一部	32	86
倉吉保健所	東伯郡泊村(現湯梨浜町)泊の一部	22	64
	東伯郡泊村(現湯梨浜町)泊の一部	21	66
米子保健所	米子市米原9丁目の一部	41	115
	米子市米原9丁目の一部	18	69
	米子市米原9丁目の一部	15	50
	西伯郡中山町(現大山町) 潮音寺	30	110
日野保健所	日野郡江府町下安井	35	110
計		282	902

表2 調査対象者数 (単位：人)

調査名	総数	男	女
栄養摂取状況調査	687	319	368
食習慣調査	596	275	321
身体状況調査	422	189	233
健康づくり意識調査	633	295	338
子どもの食生活状況調査	90	40	50

### 3 調査客体の分類方法

客体は、性別、年齢階級別のほか、職業によって分類した。なお、職業は職業分類表（別表 142頁参照）によって分類した。

### 4 調査項目

#### (1) 栄養摂取状況調査

- ①世帯の状況：世帯員番号、氏名、生年月、妊産婦（週数）・授乳婦別、仕事の種類、日常生活活動強度（満1歳以上の全員）
- ②食事状況（1日）：朝・昼・夕食別、家庭食・外食・欠食の区別（満1歳以上の全員）
- ③食物摂取状況調査（1日）：料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯員ごとの案分比率（朝・昼・夕・間食別）（満1歳以上の全員）
- ④食習慣調査：食品の摂取頻度（満20歳以上の全員）

#### (2) 身体状況調査

- ①身長・体重 満1歳以上の全員
- ②腹囲 満15歳以上の全員
- ③血圧 満15歳以上の全員
- ④一日間の運動量（歩数） 満15歳以上の全員

#### 【問診】

- ⑤運動習慣の有無 満20歳以上の全員

#### (3) 健康づくり意識調査

健康に関する意識調査と食生活に関するアンケート（満15歳以上）

#### (4) 子どもの食生活状況調査

子どもの食生活に関するアンケート（3歳以上から15歳以下）

### 5 調査時期

平成17年12月～平成18年1月

### 6 調査要領

#### (1) 調査員の構成

調査員は、医師、管理栄養士、保健師等により構成した。

栄養摂取状況調査は、主として管理栄養士、栄養士が当たり、身体状況調査は医師、保健師等が担当した。



## (2) 調査票の様式

- ①栄養摂取状況調査票 (様式 134頁参照)
- ②食習慣調査票 (様式 135頁参照)
- ③身体状況調査票 (様式 136頁参照)
- ④健康づくり意識調査票 (様式 137～139頁参照)
- ⑤子どもの食生活状況調査票 (様式 140～141頁参照)

## (3) 調査方法

### ①栄養摂取状況調査

調査日は日曜及び祝祭日を除く平日の1日とし、任意に定めて行った。

あらかじめ栄養摂取状況調査票を各世帯に配布し、記入要領を十分説明した上、秤を用いて秤量記入し、消費量が少なく秤量が困難なものについては目安量とした。

また、管理栄養士、栄養士が調査日に被調査世帯を訪問し、記入状況を点検するとともに不備な点の是正や記入要領の指導を行った。

### ②食習慣調査票

栄養摂取状況調査票と併せ留置法で行い、回収時に点検した。

過去1か月間の習慣的な栄養素摂取量など食習慣については、妥当性が検討されている簡易型自記式食事歴法質問票 (brief-type self-administered diet history questionnaire: BDHQ) を用いた。

BDHQとは、18歳以上の成人を対象として、通常の商品(サプリメント等を除く)から習慣的に摂取している栄養素量を比較、簡便に個人を単位として調べ、個人ごとの栄養素摂取量、食品摂取量、その他、若干の定性的な食行動指標の情報を得るために設計された質問票である。BDHQは、すでに数多くの妥当性研究が存在している自記式食事歴法質問票 (self-administered diet history questionnaire: DHQ) (参考文献: J Epidemiol 1998; 8: 203-15、Jpn Circ J 1998; 62: 431-5、J Nutr Sci Vitaminol 2000; 46: 285-96、など。)の簡易型として開発された。

このシステムの出力結果は、1. 個人結果表、2. 結果データベースファイル (EXCELファイル) の2種類から成る。

参考文献: 佐々木敏、生体指標ならびに食事歴法質問票を用いた個人に対する食事評価法の開発・検証 (分担研究総合報告書)、厚生科学研究費補助金 がん予防等健康科学総合研究事業: 「健康日本21」における栄養・食生活プログラムの評価手法に関する研究 (総合研究報告書: 平成13～15年度: 主任研究者: 田中平三) . 2004: 10-44

### ③身体状況調査

身体状況調査は被調査世帯員の集合に便利な公民館などで実施した。

測定及び検査の方法は、次のとおりである。

(a) 身長、体重、腹囲、血圧

平成17年国民健康・栄養調査必携（厚生労働省）の測定方法に準じた。

(b) 運動習慣

調査の時点でそれぞれの習慣を聴取した。

(c) 歩数

栄養摂取状況調査日と同じ日に、歩数計により1日間測定した。

④健康づくり意識調査

栄養摂取状況調査と併せ留置法で行い、回収時に点検した。

⑤子どもの食生活状況調査

栄養摂取状況調査と併せ留置法で行い、回収時に点検した。

## 7 集計及び解析方法に関する留意点

### (1) 食品の栄養素等摂取量及び食品群分類

栄養素等摂取量の算出には5訂増補日本食品標準成分表を使用した。栄養素等摂取量は、調理後（ゆで、油いため等）と生の両方の成分値を用いた。食品群分類は、平成16年国民健康・栄養調査で用いている国民・健康栄養調査食品群別表に準じて分類した。また、平成13年国民栄養調査より、以下の点について変更されているため同様な分類および重量とした。

① 分類

「ジャム」は「砂糖類」から「果実類」に、「味噌」は「豆類」から「調味料・香辛料類」に、「マヨネーズ」は「油脂類」から「調味料・香辛料類」に分類した。

② 重量

食品の重量は、調理を加味した数量となり、「米・加工品」の米は「めし」「かゆ」などで算出した。

### (2) 個人別栄養素等摂取量の算出

記載された世帯全体の食品名と摂取量から個人別の摂取比で個人の摂取量を算出したあと、栄養素と食品群別摂取量を算出する国民・健康栄養調査と同じ案分法を用いた。この算出方法で1人1日当たりの個人別の摂取量を算出した。

外食の料理名のみ記載されている場合は、標準の献立を「新版 調理と理論カジュアル版」同文書院2003年、「カラー版一品料理500選治療食への展開第2版」医歯薬出版2004年、「新外食テイクアウトのカロリーガイドブック」女子栄養大出版部2002年を参考にして算出した。その他「調理のためのベーシックデータ増補版」女子栄養大出版部2001年も参考にした。

また、旅行等により不在のものについては本調査から除外した。

(3) 給食

給食は、鳥取県内の公立学校の献立5日分の平均値を算出に利用した。

(4) 肥満の判定基準

BMI (Body Mass Index、次式) を用いて判定した。

$$\text{BMI} = \text{体重kg} / (\text{身長m} \times \text{身長m})$$

男女とも20歳以上、BMI=22を標準とした。肥満の判定基準は下記のとおりです。

判定	低体重 (やせ)	普通	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上 25.0未満	25.0以上

(5) 腹囲の判定基準

性別	男性	女性
腹囲	85cm以上	90cm以上

(6) 血圧の分類

	最高血圧 (mmHg)		最低血圧 (mmHg)
至適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	<130	かつ	<85
正常高値血圧	130~139	または	85~89
軽症高血圧	140~159	または	90~99
中等症候血圧	160~179	または	100~109
重症高血圧	≥180	または	≥110

これらの統計処理はSPSS Ver 12.0JおよびExcel 2003を用い、鳥取短期大学 野津あきこが行った。

なお、調査結果に示している「全国」の数値は、平成16年国民健康・栄養調査の結果を用いている。

