

表1 男女別年齢階級別食品群別摂取量(g/日:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	90.2	145.5	216.4	213.5	211.9	211.1	223.4	216.4	193.7
	その他の穀類	72.4	116.9	127.3	105.2	110.6	102.3	90.1	88.4	81.2
	種実類	2.5	1.2	1.3	1.4	1.5	1.8	3.1	2.8	2.6
	いも類	52.5	87.5	76.5	59.2	63.9	67.0	71.8	74.0	74.5
	砂糖類	6.5	9.1	9.0	8.6	10.3	11.1	11.3	10.9	10.5
	菓子類	37.8	36.1	33.6	16.6	14.0	14.5	12.2	19.0	25.2
	油脂類	12.4	17.9	22.5	21.5	22.6	19.8	17.4	14.0	11.5
	豆類	41.2	65.8	60.1	61.8	73.5	77.9	91.7	96.7	88.3
	果実類	120.3	121.5	119.8	79.6	77.2	98.7	124.2	146.1	148.6
	緑黄色野菜	55.8	76.2	93.6	90.6	96.4	97.2	115.8	117.1	106.1
	その他の野菜	91.1	161.7	178.6	182.6	195.0	208.8	226.3	227.7	202.5
	きのこ類	5.4	8.6	12.4	12.8	12.6	14.1	17.0	15.4	12.1
	海藻類	2.4	4.0	4.4	4.7	5.4	5.9	7.1	6.9	6.8
	調味嗜好飲料	77.3	101.2	176.0	315.1	393.6	372.7	375.5	259.8	171.7
	魚介類	46.5	71.5	86.9	89.1	106.0	124.5	144.3	134.2	112.4
肉類	53.6	94.2	142.5	126.0	106.9	97.2	85.4	66.8	52.4	
卵類	31.7	43.6	56.5	46.3	48.9	49.4	46.3	40.8	38.9	
乳類	204.5	337.4	199.2	100.5	88.8	84.0	91.3	109.5	109.0	
その他の食品	4.7	6.9	8.2	8.9	7.5	6.4	4.6	3.6	4.5	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	82.0	114.3	133.7	134.5	139.5	146.6	154.4	160.7	156.7
	その他の穀類	68.6	111.5	103.0	103.0	109.0	101.4	87.4	78.0	65.3
	種実類	2.3	1.2	1.7	1.6	1.7	2.0	3.2	3.0	2.5
	いも類	49.0	83.5	70.9	59.9	61.2	66.1	69.0	73.6	67.1
	砂糖類	6.7	8.5	8.9	8.8	9.7	10.7	10.9	10.3	10.0
	菓子類	37.8	37.8	34.5	27.9	29.0	30.8	28.1	25.2	22.2
	油脂類	12.0	17.6	19.1	19.4	19.2	18.5	15.0	13.1	10.7
	豆類	39.1	61.2	51.8	54.1	60.1	69.1	82.4	86.7	76.5
	果実類	112.2	131.0	123.9	90.4	101.4	140.6	181.7	176.8	150.1
	緑黄色野菜	51.2	77.3	89.7	87.7	88.4	102.2	116.0	116.8	100.7
	その他の野菜	86.5	156.4	161.2	162.9	171.8	201.8	210.8	206.0	186.4
	きのこ類	5.2	8.7	10.5	12.0	11.2	14.0	14.9	13.0	10.5
	海藻類	2.4	3.9	4.1	4.3	4.6	5.6	6.9	6.8	6.5
	調味嗜好飲料	74.9	84.9	103.8	141.8	125.4	126.5	117.6	91.7	72.9
	魚介類	44.9	68.5	78.3	78.4	83.4	97.7	110.8	102.4	94.8
肉類	49.8	81.0	97.6	84.9	74.2	77.1	63.7	52.8	41.7	
卵類	31.4	41.7	50.4	41.6	41.4	42.0	37.8	35.6	33.2	
乳類	186.8	305.3	138.7	109.4	118.1	111.3	124.3	122.1	105.2	
その他の食品	3.9	6.6	5.9	7.3	6.8	5.1	4.2	4.1	3.1	

表2 男女別年齢階級別栄養素等摂取量(1995~1996年)

栄養素等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	エネルギー(kcal/日)	1492	2139	2540	2314	2371	2342	2379	2238	1987
	総たんぱく質(g/日)	55.4	82.7	98.8	90.5	91.5	93.4	97.5	91.2	80.1
	動物性たんぱく質(g/日)	31.3	47.1	56.7	50.2	49.2	51.4	52.9	47.6	40.6
	植物性たんぱく質(g/日)	24.1	35.6	42.1	40.3	42.3	42.1	44.5	43.5	39.5
	総脂肪(g/日)	48.6	71.4	82.0	70.3	68.9	65.1	62.3	55.3	48.4
	動物性脂肪(g/日)	24.2	36.9	43.2	36.0	34.3	32.7	31.7	27.6	23.9
	植物性脂肪(g/日)	24.4	34.5	38.8	34.3	34.6	32.4	30.6	27.7	24.5
	総炭水化物(g/日)	207	287	344	311	314	309	317	312	288
	カルシウム(mg/日)	551	720	635	527	546	555	620	636	592
	リン(mg/日)	913	1298	1435	1295	1330	1350	1429	1369	1216
	鉄(mg/日)	7.7	11.1	13.1	12.3	12.9	13.1	14.2	13.6	12.4
	食塩相当量(g/日)	7.7	11.9	13.8	13.7	14.5	15.1	16.1	15.4	14.0
	カリウム(mg/日)	2149	3051	3248	2941	3031	3129	3422	3383	3087
	ビタミンA(IU/日)	1851	2806	3102	2939	3208	2975	3211	3279	2893
	ビタミンB1(mg/日)	0.84	1.33	1.54	1.36	1.35	1.41	1.35	1.29	1.17
	ビタミンB2(mg/日)	1.23	1.71	1.75	1.53	1.57	1.54	1.62	1.55	1.39
	ナイアシン(mg/日)	10.8	17.0	20.9	20.3	20.7	21.1	22.2	20.0	17.1
	ビタミンC(mg/日)	94	137	156	126	115	126	145	153	143
	ビタミンE(mg/日)	6.6	9.6	11.0	10.0	10.5	10.4	10.8	10.1	8.9
	飽和脂肪酸(g/日)	16.7	24.7	26.8	21.5	20.3	18.8	17.7	15.9	14.1
不飽和脂肪酸(g/日)	11.0	16.1	18.6	16.8	17.5	16.6	16.4	14.9	13.0	
一価脂肪酸(g/日)	15.9	23.8	28.9	24.6	23.7	22.1	20.9	18.1	15.7	
食物繊維(g/日)	10.4	14.0	15.6	14.1	15.1	15.7	18.1	18.7	17.4	
マグネシウム(mg/日)	182	273	306	291	305	314	343	328	298	
栄養素等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	エネルギー(kcal/日)	1393	1927	1924	1836	1869	1923	1912	1824	1629
	総たんぱく質(g/日)	51.8	75.4	76.8	72.8	73.0	78.4	80.3	76.0	67.7
	動物性たんぱく質(g/日)	29.3	43.1	44.1	39.9	38.7	42.3	42.5	38.7	34.3
	植物性たんぱく質(g/日)	22.5	32.3	32.8	33.0	34.3	36.1	37.8	37.3	33.5
	総脂肪(g/日)	45.9	65.4	64.1	59.6	59.3	58.6	54.0	48.8	41.7
	動物性脂肪(g/日)	22.8	33.3	32.1	28.8	28.1	28.0	26.3	23.3	20.1
	植物性脂肪(g/日)	23.1	32.1	32.0	30.8	31.2	30.6	27.7	25.5	21.7
	総炭水化物(g/日)	192	256	257	245	253	264	271	267	243
	カルシウム(mg/日)	510	669	529	495	510	549	618	613	540
	リン(mg/日)	845	1178	1119	1060	1075	1149	1206	1167	1045
	鉄(mg/日)	7.2	10.3	10.9	10.5	10.6	11.7	12.5	12.3	11.0
	食塩相当量(g/日)	7.3	11.1	11.6	11.8	12.3	13.3	13.8	13.6	12.6
	カリウム(mg/日)	2013	2865	2726	2562	2594	2927	3185	3112	2764
	ビタミンA(IU/日)	1783	2625	2679	2545	2587	2901	3052	3002	2559
	ビタミンB1(mg/日)	0.78	1.20	1.20	1.11	1.11	1.18	1.19	1.15	1.07
	ビタミンB2(mg/日)	1.14	1.56	1.41	1.29	1.29	1.39	1.45	1.40	1.20
	ナイアシン(mg/日)	9.9	15.2	16.1	15.5	15.2	16.7	17.2	16.0	14.1
	ビタミンC(mg/日)	86	129	129	112	112	141	162	157	136
	ビタミンE(mg/日)	6.3	9.0	9.4	8.8	9.0	9.6	9.7	9.1	8.0
	飽和脂肪酸(g/日)	15.7	22.3	20.1	18.5	18.1	17.5	15.9	14.2	12.0
不飽和脂肪酸(g/日)	10.5	14.9	15.3	14.6	14.8	14.9	14.2	13.2	11.4	
一価脂肪酸(g/日)	15.1	21.8	22.0	20.3	19.9	19.8	17.8	15.9	13.5	
食物繊維(g/日)	9.6	13.5	13.7	13.2	13.8	15.9	18.0	18.0	16.0	
マグネシウム(mg/日)	169	251	245	245	253	278	296	288	257	

表3 男女別年齢階級別にみた食品群別エネルギー摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	21.9	23.9	30.6	33.0	32.0	32.3	33.7	34.1	34.3
	その他の穀類	12.7	15.0	13.7	12.4	11.8	10.8	9.2	9.5	9.4
	種実類	0.5	0.3	0.2	0.3	0.3	0.4	0.6	0.6	0.6
	いも類	3.6	4.3	3.1	1.9	1.9	1.9	1.9	2.2	2.7
	砂糖類	1.6	1.6	1.3	1.4	1.7	1.7	1.8	1.8	1.9
	菓子類	9.4	5.8	3.9	2.2	1.9	1.9	1.5	2.5	3.8
	油脂類	6.5	6.7	7.2	7.6	7.7	6.9	5.9	5.0	4.5
	豆类	4.1	3.8	3.1	3.6	4.4	4.6	5.4	6.0	6.3
	果実類	5.1	3.0	2.4	1.8	1.7	2.2	2.7	3.5	4.0
	緑黄色野菜	1.1	1.0	1.1	1.1	1.1	1.2	1.4	1.5	1.5
	その他の野菜	1.6	1.8	1.9	2.1	2.2	2.3	2.5	2.6	2.6
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味嗜好飲料	3.5	3.0	3.7	7.0	9.0	9.5	10.0	8.2	6.4
	魚介類	4.8	5.0	5.1	5.6	6.6	7.7	8.8	9.0	8.6
	肉類	8.1	9.9	12.8	12.4	10.4	9.6	8.1	6.4	5.7
卵類	3.5	3.3	3.6	3.3	3.3	3.5	3.2	3.0	3.2	
乳類	10.8	10.5	5.3	3.2	2.9	2.6	2.7	3.4	3.8	
その他の食品	1.2	1.2	1.1	1.3	1.1	0.9	0.7	0.5	0.7	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	21.3	21.3	25.3	26.4	26.6	27.3	28.9	31.6	34.0
	その他の穀類	12.6	15.4	14.1	14.7	14.8	13.0	11.4	10.1	9.3
	種実類	0.5	0.3	0.4	0.4	0.4	0.5	0.8	0.8	0.7
	いも類	3.5	4.3	3.1	2.6	2.5	2.5	2.5	2.9	3.0
	砂糖類	1.7	1.7	1.7	1.7	1.9	2.0	2.0	2.0	2.2
	菓子類	9.7	6.4	5.7	4.8	4.9	4.8	4.3	4.0	3.8
	油脂類	6.6	7.3	7.9	8.3	8.0	7.4	6.1	5.5	5.1
	豆类	4.1	3.9	3.6	4.0	4.4	4.9	5.9	6.6	6.6
	果実類	5.2	3.5	3.4	2.6	3.0	3.8	5.0	5.1	4.8
	緑黄色野菜	1.1	1.1	1.4	1.4	1.4	1.5	1.7	1.8	1.8
	その他の野菜	1.7	1.9	2.2	2.3	2.4	2.7	2.9	3.0	3.0
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	調味嗜好飲料	3.8	2.8	3.4	4.6	4.1	4.1	3.8	3.5	3.1
	魚介類	4.9	5.4	6.0	6.1	6.5	7.5	8.7	8.6	8.8
	肉類	8.1	9.5	11.5	10.7	9.4	9.1	7.4	6.2	5.5
卵類	3.7	3.5	4.3	3.7	3.6	3.6	3.2	3.2	3.3	
乳類	10.6	10.5	5.2	4.5	4.8	4.3	4.5	4.5	4.3	
その他の食品	1.0	1.3	1.0	1.3	1.3	0.9	0.7	0.8	0.7	

表4 男女別年齢階級別にみた食品群別たんぱく質摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	11.7	12.1	15.5	16.8	16.4	16.1	16.4	16.6	17.0
その他の穀類	9.8	11.5	10.2	9.2	9.0	8.0	6.6	6.9	6.9
種実類	0.5	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.5	0.5	0.5
いも類	1.6	2.0	1.5	1.1	1.2	1.2	1.2	1.4	1.6
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	3.9	2.5	2.0	1.1	0.9	0.9	0.7	1.1	1.7
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	7.6	6.8	5.5	6.5	7.9	8.2	9.4	10.4	10.7
果実類	1.3	0.7	0.5	0.4	0.4	0.5	0.6	0.8	0.9
緑黄色野菜	1.9	1.8	1.9	1.9	2.1	2.1	2.5	2.7	2.9
その他の野菜	2.5	2.4	2.5	2.8	3.0	3.1	3.2	3.3	3.3
きのこ類	0.3	0.3	0.4	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5	0.4
海草類	0.5	0.3	0.4	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6
調味嗜好飲料	3.1	2.9	3.3	4.6	4.9	4.6	4.7	4.3	4.1
魚介類	14.8	15.8	16.2	18.1	21.4	24.6	27.5	27.6	26.3
肉類	16.9	20.0	25.1	24.4	20.4	18.5	15.5	12.9	11.7
卵類	7.0	6.5	7.0	6.4	6.6	6.7	5.9	5.6	6.0
乳類	15.5	13.1	6.6	4.0	3.6	3.2	3.2	4.1	4.6
その他の食品	1.1	0.9	1.1	1.3	1.0	0.9	0.8	0.5	0.6
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	11.2	10.7	12.6	13.1	13.5	13.2	13.7	15.1	16.4
その他の穀類	9.8	11.8	10.5	11.1	11.3	9.5	8.1	7.3	6.7
種実類	0.4	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.6	0.6	0.6
いも類	1.6	2.0	1.6	1.4	1.4	1.4	1.4	1.6	1.8
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	4.1	2.7	2.5	2.3	2.4	2.2	1.9	1.8	1.7
油脂類	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	7.7	6.9	6.2	6.9	7.7	8.4	9.8	11.0	11.0
果実類	1.4	0.9	0.7	0.6	0.8	0.9	1.2	1.2	1.1
緑黄色野菜	1.9	2.1	2.5	2.4	2.5	2.8	3.0	3.3	3.2
その他の野菜	2.5	2.5	2.8	3.0	3.2	3.5	3.6	3.6	3.6
きのこ類	0.3	0.3	0.4	0.5	0.4	0.5	0.5	0.5	0.4
海草類	0.5	0.4	0.4	0.5	0.5	0.5	0.6	0.6	0.7
調味嗜好飲料	3.5	2.8	3.6	4.1	3.8	3.8	3.7	3.9	3.9
魚介類	15.0	16.6	18.4	19.5	20.2	22.7	25.6	25.3	26.0
肉類	16.6	19.1	22.0	20.2	17.8	17.5	14.1	12.2	10.9
卵類	7.5	6.8	8.2	7.1	7.0	6.7	5.9	5.8	6.1
乳類	14.9	12.9	6.1	5.5	5.8	4.9	5.2	5.3	5.1
その他の食品	1.1	1.0	1.0	1.2	1.1	0.9	0.7	0.6	0.6

表5 男女別年齢階級別にみた食品群別脂肪摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	2.8	2.9	3.9	4.5	4.6	4.9	5.5	6.1	6.3
	その他の穀類	5.4	6.7	6.4	5.6	4.7	4.7	4.0	4.5	4.8
	種実類	1.0	0.7	0.5	0.7	0.9	1.0	1.8	1.9	1.8
	いも類	1.4	1.9	1.9	0.5	0.3	0.3	0.2	0.3	0.4
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	10.6	6.4	4.3	2.4	2.0	1.9	1.4	1.9	2.8
	油脂類	21.7	21.5	23.8	26.8	27.8	25.9	23.4	20.8	18.9
	豆類	7.5	6.3	5.5	6.8	8.4	9.4	11.4	13.2	14.1
	果実類	0.4	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.4	0.4
	緑黄色野菜	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.4	0.4
	その他の野菜	0.5	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5	0.6	0.6	0.6
	きのこ類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	海草類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
	調味嗜好飲料	0.4	0.5	0.5	0.7	0.7	0.5	0.4	0.3	0.3
	魚介類	6.9	6.6	6.4	7.9	9.7	11.5	14.4	15.9	15.3
	肉類	16.5	20.1	27.4	27.7	24.2	23.1	20.6	16.7	15.1
	卵類	7.5	7.0	7.9	7.6	8.2	8.9	8.7	8.7	9.3
乳類	15.1	16.8	8.6	5.6	5.4	5.1	5.4	7.1	7.9	
その他の食品	1.8	1.8	1.9	2.1	1.9	1.6	1.2	1.0	1.4	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	2.8	2.5	3.2	3.5	3.6	3.8	4.4	5.3	6.1
	その他の穀類	5.1	6.5	6.0	6.1	6.2	5.8	5.3	4.7	4.6
	種実類	1.1	0.7	0.8	1.0	1.0	1.3	2.1	2.3	2.0
	いも類	1.2	1.5	0.9	0.7	0.5	0.4	0.3	0.4	0.4
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	11.1	6.9	6.5	5.5	5.1	4.6	3.5	3.2	2.8
	油脂類	21.7	22.9	25.4	27.1	26.4	25.5	22.6	20.9	20.0
	豆類	7.2	6.4	6.1	6.9	7.9	9.0	11.7	13.5	14.1
	果実類	0.4	0.3	0.2	0.2	0.3	0.3	0.5	0.5	0.4
	緑黄色野菜	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5
	その他の野菜	0.5	0.3	0.4	0.4	0.5	0.5	0.6	0.7	0.7
	きのこ類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	海草類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
	調味嗜好飲料	0.5	0.4	0.5	0.6	0.5	0.4	0.3	0.4	0.3
	魚介類	6.9	7.0	7.5	7.8	8.9	10.4	13.3	13.8	14.8
	肉類	16.9	18.9	23.8	22.7	20.4	20.3	17.1	15.1	13.8
	卵類	8.0	7.3	9.1	8.2	8.1	8.3	8.2	8.5	9.2
乳類	14.8	16.3	7.9	6.9	8.0	7.2	8.1	8.6	8.6	
その他の食品	1.5	1.7	1.3	1.9	2.2	1.5	1.2	1.4	1.2	

表6 男女別年齢階級別にみた食品群別炭水化物摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	33.7	38.1	48.2	52.2	51.3	51.9	53.4	51.8	50.2
その他の穀類	17.4	21.0	18.7	17.2	17.1	15.8	13.3	13.2	12.6
種実類	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
いも類	5.4	6.4	4.3	3.1	3.2	3.4	3.3	3.6	4.1
砂糖類	3.0	3.1	2.5	2.7	3.3	3.5	3.5	3.3	3.5
菓子類	10.4	6.4	4.4	2.5	2.2	2.3	1.9	3.3	4.9
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
豆類	1.5	1.5	1.2	1.5	1.8	1.9	2.2	2.6	2.6
果実類	9.3	5.7	4.5	3.3	3.3	4.2	5.2	6.4	7.1
緑黄色野菜	1.5	1.4	1.5	1.5	1.6	1.7	1.9	2.1	1.9
その他の野菜	2.2	2.7	2.9	3.2	3.4	3.6	3.7	3.8	3.7
きのこ類	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3
海藻類	0.3	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.4	0.5
調味嗜好飲料	5.3	4.4	5.7	8.0	8.1	7.3	6.9	5.2	4.4
魚介類	0.6	0.6	0.7	0.6	0.7	0.9	0.9	0.9	0.9
肉類	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
卵類	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
乳類	7.5	6.7	3.4	2.0	1.8	1.6	1.7	2.1	2.2
その他の食品	1.0	1.0	0.9	1.1	1.0	0.8	0.6	0.4	0.6
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	32.8	34.3	40.4	42.1	41.7	42.6	43.5	46.0	48.6
その他の穀類	17.4	21.9	19.8	20.7	20.8	18.1	15.5	13.3	12.1
種実類	0.3	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2
いも類	5.3	6.8	5.1	4.2	4.0	4.2	4.0	4.5	4.5
砂糖類	3.3	3.3	3.4	3.4	3.7	3.8	3.8	3.7	3.9
菓子類	10.7	7.3	6.4	5.3	5.7	5.8	5.4	5.0	4.9
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
豆類	1.6	1.6	1.5	1.6	1.8	2.0	2.4	2.8	2.8
果実類	9.4	6.7	6.5	5.0	5.6	7.1	9.0	8.9	8.3
緑黄色野菜	1.4	1.6	2.0	1.9	1.9	2.1	2.3	2.4	2.3
その他の野菜	2.3	2.9	3.4	3.5	3.6	4.0	4.1	4.1	4.0
きのこ類	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3
海藻類	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5
調味嗜好飲料	5.8	4.2	5.0	5.9	4.9	4.4	4.0	3.5	3.2
魚介類	0.6	0.6	0.8	0.8	0.9	0.9	0.9	0.9	1.0
肉類	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
卵類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
乳類	7.4	6.7	3.6	3.0	3.0	2.9	3.0	2.8	2.6
その他の食品	0.9	1.1	0.9	1.2	1.2	0.8	0.6	0.6	0.5

表7 男女別年齢階級別にみた食品群別カルシウム摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	1.3	1.4	2.7	3.0	2.9	2.8	2.7	2.5	2.4
	その他の穀類	4.1	5.4	6.5	5.7	5.2	4.5	3.6	3.4	3.4
	種実類	1.3	0.8	1.1	1.3	1.3	1.5	2.0	2.1	1.9
	いも類	2.2	2.3	2.4	2.1	2.2	2.5	2.7	2.8	2.9
	砂糖類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	菓子類	3.4	2.2	2.2	1.4	1.0	0.9	0.7	1.0	1.6
	油脂類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
	豆類	9.2	9.8	10.6	13.4	16.0	16.5	17.4	17.4	17.3
	果実類	2.6	1.8	1.9	1.4	1.3	1.8	2.0	2.3	2.7
	緑黄色野菜	4.9	5.3	7.8	8.3	8.5	8.9	10.2	10.0	10.2
	その他の野菜	5.5	7.4	10.4	12.7	13.0	14.0	13.8	14.0	13.6
	きのこ類	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	海藻類	1.7	1.5	2.4	3.0	3.4	3.3	3.6	3.4	3.7
	調味嗜好飲料	3.9	3.3	5.6	8.8	8.0	6.2	5.3	3.8	3.4
	魚介類	6.3	5.3	8.4	10.8	11.3	13.5	14.8	14.7	13.6
	肉類	0.9	1.0	1.9	1.9	1.6	1.4	1.1	0.8	0.7
卵類	3.8	3.7	5.8	5.6	5.6	5.6	4.8	4.1	4.2	
乳類	47.6	47.4	28.1	18.0	16.2	14.6	13.8	16.6	17.4	
その他の食品	1.1	1.0	1.7	2.2	1.8	1.5	1.1	0.7	0.8	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	1.3	1.2	2.0	2.2	2.0	2.0	1.9	2.0	2.2
	その他の穀類	4.0	5.4	6.3	6.3	6.2	5.1	4.1	3.4	3.2
	種実類	1.4	0.8	1.5	1.6	1.6	1.7	2.4	2.6	2.2
	いも類	2.2	2.4	2.8	2.4	2.5	2.6	2.5	2.8	3.0
	砂糖類	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	菓子類	3.7	2.4	2.8	2.7	2.3	2.2	1.6	1.5	1.5
	油脂類	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1
	豆類	9.7	9.9	11.4	12.4	13.5	14.4	15.1	16.1	16.6
	果実類	2.9	2.2	2.4	2.0	2.3	2.8	3.3	3.2	2.9
	緑黄色野菜	5.0	5.6	8.7	8.7	8.7	9.7	10.2	10.3	10.4
	その他の野菜	5.8	7.7	11.2	11.8	12.2	13.8	13.5	13.4	13.8
	きのこ類	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	海藻類	2.0	1.6	2.6	2.7	2.8	3.3	3.5	3.6	4.0
	調味嗜好飲料	4.7	2.9	4.8	5.8	4.4	3.9	3.2	2.9	2.8
	魚介類	5.9	5.6	9.3	10.0	9.9	11.4	12.8	13.2	13.5
	肉類	1.0	0.9	1.6	1.4	1.2	1.1	0.9	0.7	0.7
卵類	4.2	3.8	6.1	5.5	5.3	4.9	4.0	3.8	4.0	
乳類	44.9	46.0	24.8	22.2	23.1	19.4	19.8	19.5	18.1	
その他の食品	1.0	1.2	1.4	1.8	1.6	1.2	0.9	0.7	0.8	

表8 男女別年齢階級別にみた食品群別リン摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	14.5	15.8	21.6	23.6	22.8	22.4	22.5	22.3	22.5
その他の穀類	5.7	6.6	6.6	6.0	5.7	5.0	4.2	4.2	4.2
種実類	0.6	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5	0.8	0.7	0.7
いも類	2.7	3.4	2.5	2.0	2.0	2.0	2.0	2.1	2.5
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	3.7	2.3	1.9	1.1	0.9	0.8	0.6	1.0	1.4
油脂類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
豆類	6.1	5.6	4.9	5.9	7.1	7.4	8.3	9.1	9.3
果実類	2.1	1.2	1.0	0.7	0.8	1.0	1.2	1.5	1.7
緑黄色野菜	2.5	2.5	2.9	2.9	3.1	3.1	3.6	3.8	3.9
その他の野菜	3.5	4.1	4.2	4.8	5.0	5.4	5.5	5.7	5.6
きのこ類	0.5	0.5	0.6	0.7	0.6	0.7	0.8	0.7	0.7
海草類	0.5	0.4	0.5	0.7	0.8	0.8	0.8	0.7	0.7
調味嗜好飲料	3.6	3.6	4.3	6.6	7.3	6.6	6.5	5.4	4.9
魚介類	10.1	10.6	12.3	13.9	16.1	18.9	20.8	20.9	19.7
肉類	8.9	10.8	14.8	14.6	12.1	10.9	9.1	7.5	6.5
卵類	7.0	6.7	7.7	7.1	7.2	7.4	6.5	6.1	6.4
乳類	26.9	24.7	12.9	7.9	7.1	6.3	6.2	7.9	8.7
その他の食品	0.7	0.7	0.7	0.9	0.7	0.6	0.5	0.3	0.4
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	14.0	13.9	17.5	18.2	18.6	18.2	18.5	19.9	21.3
その他の穀類	5.8	6.9	6.9	7.2	7.1	6.0	5.0	4.4	4.1
種実類	0.6	0.4	0.5	0.5	0.5	0.6	0.9	0.9	0.8
いも類	2.6	3.4	2.8	2.5	2.5	2.4	2.3	2.6	2.7
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	4.0	2.6	2.5	2.3	2.2	2.1	1.7	1.6	1.4
油脂類	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1
豆類	6.3	5.7	5.6	6.2	6.9	7.4	8.5	9.4	9.4
果実類	2.3	1.5	1.4	1.2	1.4	1.7	2.2	2.1	2.0
緑黄色野菜	2.6	2.9	3.6	3.6	3.6	4.0	4.3	4.4	4.4
その他の野菜	3.5	4.4	4.8	5.1	5.5	6.0	6.1	6.1	6.1
きのこ類	0.5	0.5	0.7	0.8	0.7	0.9	0.9	0.8	0.7
海草類	0.5	0.4	0.6	0.6	0.6	0.7	0.8	0.8	0.9
調味嗜好飲料	4.2	3.3	4.4	5.3	4.8	4.7	4.5	4.5	4.4
魚介類	10.2	11.3	13.8	14.8	15.1	17.2	19.3	19.0	19.5
肉類	8.9	10.4	13.0	12.0	10.4	10.3	8.2	6.8	6.0
卵類	7.5	7.1	9.0	7.8	7.7	7.3	6.4	6.2	6.4
乳類	25.7	24.2	11.9	10.6	11.2	9.6	10.0	10.0	9.4
その他の食品	0.6	0.8	0.7	0.9	0.8	0.5	0.5	0.4	0.4



表9 男女別年齢階級別にみた食品群別鉄摂取比率(%: 1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	6.5	6.8	8.9	9.4	8.9	8.7	8.6	8.5	8.3
	その他の穀類	8.6	10.1	8.9	7.6	7.1	6.3	5.0	5.2	5.3
	種実類	0.9	0.4	0.5	0.5	0.5	0.6	0.9	0.9	0.9
	いも類	4.0	4.7	3.7	2.6	2.7	2.8	2.8	3.1	3.4
	砂糖類	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	菓子類	4.5	3.0	2.2	1.2	0.9	0.9	0.7	1.2	1.9
	油脂類	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1
	豆類	13.9	12.3	9.8	11.3	13.4	13.9	15.4	16.8	16.9
	果実類	4.1	1.8	1.5	1.0	1.0	1.2	1.4	1.8	2.0
	緑黄色野菜	9.2	10.6	9.7	9.7	10.0	10.5	12.2	12.7	13.2
	その他の野菜	5.4	6.5	6.8	7.6	8.0	8.3	8.1	8.4	8.0
	きのこ類	0.7	0.7	0.8	0.9	0.9	1.0	1.1	1.0	0.9
	海藻類	3.3	1.9	2.4	2.5	2.9	2.8	3.3	3.0	3.3
	調味嗜好飲料	6.3	7.7	7.4	8.7	8.7	7.9	7.6	7.0	6.8
	魚介類	9.5	8.6	9.1	10.1	11.5	13.4	14.7	14.7	13.9
肉類	10.0	12.4	16.6	16.1	13.3	11.8	9.8	7.9	6.9	
卵類	7.7	7.2	7.8	7.0	7.0	7.2	6.2	5.7	5.9	
乳類	3.6	3.4	1.7	1.0	0.9	0.8	0.8	1.0	1.1	
その他の食品	1.6	1.4	1.7	2.1	1.7	1.5	1.1	0.7	0.9	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	6.2	5.9	6.8	7.0	7.1	6.7	6.8	7.2	7.8
	その他の穀類	8.3	10.3	8.8	9.1	8.8	7.2	6.1	5.3	4.9
	種実類	1.0	0.5	0.7	0.7	0.7	0.8	1.2	1.2	1.1
	いも類	3.9	4.8	3.9	3.3	3.3	3.2	3.0	3.5	3.6
	砂糖類	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3
	菓子類	4.5	3.2	2.8	2.4	2.4	2.2	1.9	1.8	1.8
	油脂類	0.2	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2
	豆類	14.0	12.2	10.6	11.4	12.7	13.5	15.3	16.7	16.8
	果実類	4.0	2.1	2.0	1.5	1.7	2.0	2.5	2.4	2.3
	緑黄色野菜	9.0	11.4	11.4	11.0	11.1	12.4	13.4	14.1	13.9
	その他の野菜	5.5	6.7	7.3	7.6	8.1	8.4	8.5	8.5	8.5
	きのこ類	0.7	0.7	0.8	1.0	0.9	1.0	1.0	0.9	0.8
	海藻類	3.4	2.0	2.4	2.7	2.7	3.0	3.3	3.5	3.9
	調味嗜好飲料	7.0	7.4	7.1	7.9	7.5	7.4	6.9	6.8	6.6
	魚介類	9.4	8.9	9.7	10.6	11.1	12.0	13.4	13.3	13.8
肉類	9.9	11.5	13.7	12.7	10.8	10.5	8.2	6.9	6.1	
卵類	8.0	7.4	8.7	7.4	7.3	6.7	5.8	5.5	5.8	
乳類	3.5	3.3	1.5	1.3	1.4	1.2	1.2	1.2	1.2	
その他の食品	1.3	1.3	1.2	1.7	1.7	1.1	1.0	0.8	0.8	

表10 男女別年齢階級別にみた食品群別食塩摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
小麦加工品類	8.8	11.5	10.0	7.8	6.1	5.8	4.4	5.3	5.8
その他の穀類	0.7	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
種実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.4	0.5	0.5	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	3.0	1.7	1.2	0.6	0.5	0.4	0.3	0.4	0.6
油脂類	1.8	1.7	1.6	1.5	1.6	1.3	1.0	0.9	0.9
味噌	15.8	11.4	9.6	11.3	12.2	12.5	13.2	14.5	14.7
豆類	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3
果実類	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
野菜類	0.8	0.7	1.0	1.1	1.2	1.1	0.9	1.0	0.9
漬け物	1.6	2.4	4.1	4.7	5.8	7.0	8.2	8.8	8.8
きのこ・海草類	1.3	1.1	1.4	1.3	1.5	1.5	1.8	1.9	2.1
しょうゆ	17.7	20.3	21.4	23.8	25.1	26.1	28.6	28.7	27.8
ソース	2.5	4.0	3.4	3.6	3.1	2.5	1.8	1.3	1.1
塩	8.5	14.6	10.6	10.2	10.4	9.9	9.0	7.6	7.6
その他の調味料	7.3	5.8	7.1	7.2	7.3	6.7	6.7	6.5	6.8
アルコール飲料	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
その他嗜好飲料	0.4	0.2	0.4	0.7	0.5	0.3	0.2	0.1	0.1
魚介類	2.0	1.8	2.2	2.2	2.5	2.8	3.0	2.7	2.5
魚介加工品	7.5	6.6	8.9	9.1	9.0	10.7	11.8	12.6	11.9
肉類	1.1	1.1	1.6	1.7	1.4	1.2	1.0	0.8	0.7
肉類加工品	3.3	2.6	3.6	2.6	2.4	2.1	1.5	1.1	1.0
卵類	1.5	1.3	1.5	1.3	1.3	1.3	1.1	1.0	1.1
乳類	6.1	4.6	2.7	1.7	1.5	1.2	1.1	1.4	1.6
その他の食品	7.8	5.6	6.9	7.0	6.0	5.0	3.7	2.6	3.2
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
小麦加工品類	8.0	11.1	8.3	8.4	8.6	7.5	6.3	5.7	5.2
その他の穀類	0.6	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
種実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.4	0.4	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	3.2	1.7	1.6	1.2	1.1	0.9	0.8	0.8	0.6
油脂類	1.9	1.8	1.8	2.0	2.0	1.8	1.3	1.1	0.9
味噌	15.0	11.5	10.6	10.4	11.3	12.5	13.4	14.4	15.3
豆類	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3	0.2
果実類	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
野菜類	0.7	0.7	1.0	1.0	0.9	0.9	1.0	0.9	0.7
漬け物	1.8	2.7	4.0	4.6	5.3	6.8	7.8	9.2	9.8
きのこ・海草類	1.3	1.1	1.5	1.3	1.5	1.7	1.9	2.1	2.4
しょうゆ	19.9	20.4	22.8	22.5	22.7	24.9	26.3	27.6	27.9
ソース	3.1	4.1	3.0	3.5	3.0	2.5	1.7	1.2	1.0
塩	8.4	14.9	10.8	11.0	10.0	9.1	8.9	7.7	7.7
その他の調味料	7.4	5.2	6.9	7.1	7.4	7.4	6.4	6.7	6.3
アルコール飲料	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他嗜好飲料	0.4	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
魚介類	2.2	1.8	2.1	2.7	2.1	2.5	2.7	2.5	2.3
魚介加工品	7.0	6.7	9.7	9.0	9.3	10.5	12.0	11.7	12.2
肉類	0.9	1.0	1.3	1.1	1.0	1.0	0.9	0.7	0.6
肉類加工品	3.4	2.5	3.9	2.9	2.6	2.2	1.4	1.1	1.0
卵類	1.7	1.4	1.6	1.3	1.3	1.2	1.0	1.0	1.0
乳類	6.0	4.5	2.5	2.2	2.1	1.8	1.7	1.7	1.6
その他の食品	6.4	5.8	5.7	6.8	6.9	4.3	3.5	2.9	2.9

表11 男女別年齢階級別にみた食品群別カリウム摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	5.0	5.5	8.1	8.8	8.4	8.1	7.9	7.7	7.6
その他の穀類	3.9	4.1	5.0	5.0	4.7	3.9	3.0	2.7	2.6
種実類	0.6	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.5	0.4	0.4
いも類	10.5	12.7	9.7	7.2	7.5	7.6	7.5	7.9	9.1
砂糖類	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1
菓子類	3.5	2.2	1.7	1.0	0.6	0.5	0.4	0.5	0.9
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
豆類	5.5	4.5	3.9	4.5	5.4	5.4	6.2	7.2	7.2
果実類	9.9	6.0	5.1	3.7	3.9	4.8	5.6	7.2	8.0
緑黄色野菜	10.2	10.9	11.7	12.2	12.7	12.9	14.2	14.5	14.5
その他の野菜	9.1	11.5	12.4	13.9	14.5	15.3	15.3	15.6	15.4
きのこ類	0.9	0.9	1.2	1.3	1.2	1.4	1.5	1.3	1.2
海藻類	2.0	1.8	2.1	2.5	2.8	2.7	3.0	3.1	3.3
調味嗜好飲料	5.1	4.9	6.7	9.9	9.8	8.6	7.9	6.3	5.5
魚介類	6.3	7.1	8.4	9.7	11.1	12.7	13.7	13.0	12.0
肉類	6.6	8.4	12.0	11.9	9.7	8.7	6.9	5.5	4.7
卵類	1.9	1.8	2.3	2.1	2.1	2.1	1.8	1.6	1.7
乳類	18.4	16.9	8.8	5.1	4.4	4.1	4.0	5.0	5.5
その他の食品	0.5	0.5	0.7	0.9	0.7	0.6	0.5	0.3	0.4
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	4.9	4.7	6.2	6.4	6.5	6.1	5.9	6.4	7.0
その他の穀類	3.8	4.2	4.5	5.0	4.8	3.8	3.2	2.6	2.3
種実類	0.5	0.2	0.3	0.3	0.3	0.4	0.5	0.4	0.4
いも類	10.0	12.7	10.2	8.7	9.0	8.5	7.9	9.0	9.3
砂糖類	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
菓子類	3.4	2.3	2.2	1.7	1.5	1.2	0.9	0.8	0.8
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
豆類	5.7	4.3	4.2	4.6	5.2	5.4	6.3	7.2	7.0
果実類	10.0	6.7	6.7	5.4	6.3	7.5	9.3	9.3	8.9
緑黄色野菜	10.1	11.7	13.4	13.6	13.7	14.5	15.0	15.6	15.4
その他の野菜	9.3	11.9	13.4	14.2	14.8	15.8	15.6	15.6	15.8
きのこ類	0.9	0.9	1.2	1.5	1.3	1.4	1.4	1.3	1.1
海藻類	2.1	1.8	2.2	2.3	2.5	2.9	3.3	3.2	3.5
調味嗜好飲料	5.8	4.7	6.6	7.8	6.6	6.1	5.5	5.1	5.0
魚介類	6.4	7.5	8.6	9.6	9.7	10.5	11.2	10.8	11.2
肉類	6.5	7.7	9.8	9.2	7.8	7.5	5.7	4.7	4.2
卵類	2.1	1.8	2.5	2.2	2.1	1.9	1.6	1.5	1.6
乳類	17.8	16.3	7.6	6.4	6.9	5.8	6.1	6.0	6.0
その他の食品	0.5	0.4	0.5	0.7	0.7	0.4	0.4	0.3	0.3

表12 男女別年齢階級別にみた食品群別ビタミンA摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	0.6	0.6	0.8	0.6	0.4	0.2	0.2	0.1	0.1
種実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	2.1	1.4	1.5	0.9	0.6	0.6	0.4	0.7	1.0
油脂類	5.3	7.8	5.3	4.3	5.0	4.5	3.5	3.2	3.4
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	2.1	1.5	1.6	1.1	0.9	1.6	1.8	2.6	2.8
緑黄色野菜	48.2	49.6	49.0	52.7	54.7	54.7	57.8	56.7	56.2
その他の野菜	1.5	1.5	2.0	2.6	2.5	3.1	3.0	3.3	3.3
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
海草類	3.7	2.7	4.0	5.3	6.0	5.6	5.2	5.0	4.4
調味嗜好飲料	1.4	1.2	1.4	1.3	1.2	0.9	0.5	0.4	0.5
魚介類	2.7	2.7	3.0	4.2	4.1	4.8	5.6	5.4	6.2
肉類	2.2	2.4	4.6	5.0	4.3	3.4	3.2	3.2	2.6
卵類	13.8	11.9	16.6	15.3	14.9	15.7	14.0	13.2	13.1
乳類	15.9	16.5	9.8	6.3	5.1	4.8	4.4	5.9	6.2
その他の食品	0.5	0.3	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	0.5	0.5	0.7	0.7	0.5	0.2	0.2	0.1	0.2
種実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	2.2	1.4	1.7	1.8	1.5	1.7	1.1	1.2	1.0
油脂類	6.0	8.1	6.5	6.3	7.0	5.8	4.3	3.6	2.9
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	2.4	1.9	1.9	1.6	1.8	2.5	3.2	3.3	3.3
緑黄色野菜	46.9	50.3	50.8	53.0	52.9	55.3	57.4	58.1	58.2
その他の野菜	1.4	1.6	2.2	2.5	2.7	3.2	2.9	3.4	3.3
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
海草類	3.9	3.1	3.8	3.9	4.1	4.0	4.6	4.5	4.3
調味嗜好飲料	1.8	1.0	1.3	1.4	1.1	0.8	0.6	0.7	0.5
魚介類	2.8	2.4	2.6	3.2	3.5	3.7	4.6	4.5	4.6
肉類	2.6	2.2	3.4	3.3	2.7	3.1	2.7	2.6	2.6
卵類	14.0	11.9	16.5	14.6	14.3	13.4	11.8	11.6	12.3
乳類	15.2	15.4	8.2	7.2	7.7	6.0	6.4	6.2	6.6
その他の食品	0.3	0.3	0.5	0.4	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2

表13 男女別年齢階級別にみた食品群別ビタミンB<sub>1</sub>摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	14.4	14.4	18.8	21.3	21.3	21.3	21.8	21.8	21.8
	その他の穀類	7.2	7.3	7.0	6.5	6.3	5.6	4.9	5.1	5.2
	種実類	1.2	0.4	0.4	0.4	0.5	0.5	0.9	0.9	0.9
	いも類	6.3	7.3	4.9	3.8	4.0	4.1	4.2	4.5	5.3
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	2.9	1.9	1.5	0.9	0.6	0.6	0.4	0.7	1.0
	油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	豆類	3.9	4.2	3.2	3.5	4.3	4.6	5.3	6.2	6.5
	果実類	6.2	4.5	3.3	2.3	2.3	3.1	3.7	4.5	5.1
	緑黄色野菜	5.5	5.2	5.3	5.7	6.1	6.4	7.5	8.1	8.1
	その他の野菜	5.5	5.6	5.6	6.5	6.9	7.4	7.8	8.2	8.1
	きのこ類	1.3	1.2	1.5	1.6	1.6	1.8	2.1	2.0	1.8
	海藻類	0.7	0.6	0.7	1.1	1.2	1.2	1.2	1.1	1.0
	調味嗜好飲料	3.5	3.1	3.1	3.0	3.1	2.6	2.5	2.5	2.8
	魚介類	5.9	6.5	6.5	7.3	9.1	10.2	12.1	11.9	11.7
肉類	18.4	23.5	28.7	28.2	25.1	23.5	19.2	15.9	13.3	
卵類	3.4	2.9	3.2	3.0	3.2	3.3	3.0	2.8	2.9	
乳類	11.0	8.9	4.4	2.7	2.4	2.2	2.2	3.0	3.3	
その他の食品	2.6	2.4	1.7	1.8	1.8	1.5	1.1	0.9	1.2	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	13.8	12.7	15.5	16.3	16.9	16.5	17.2	18.9	20.8
	その他の穀類	7.2	7.6	7.3	7.9	7.7	6.4	5.7	5.3	4.9
	種実類	1.2	0.4	0.6	0.6	0.7	0.8	1.1	1.2	1.1
	いも類	6.0	7.3	5.5	4.9	5.0	4.7	4.7	5.4	5.6
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	2.9	2.1	1.8	1.6	1.6	1.4	1.2	1.1	1.0
	油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	豆類	4.1	4.3	3.5	3.8	4.4	4.8	5.7	6.3	6.3
	果実類	6.6	5.3	4.1	3.6	4.1	5.2	6.5	6.4	6.2
	緑黄色野菜	5.4	5.8	6.7	6.9	6.9	7.7	8.5	9.0	9.1
	その他の野菜	5.5	5.9	6.3	7.0	7.4	8.1	8.5	8.5	8.8
	きのこ類	1.3	1.4	1.6	2.0	1.7	2.1	2.1	1.9	1.7
	海藻類	0.8	0.7	0.8	0.9	0.9	0.9	1.2	1.1	1.1
	調味嗜好飲料	3.8	2.7	2.7	3.1	2.9	2.5	2.4	2.7	2.5
	魚介類	6.1	6.8	7.2	7.9	8.3	9.1	10.6	10.1	10.9
肉類	18.6	21.9	26.2	23.9	21.9	21.5	16.8	14.3	12.2	
卵類	3.5	3.0	3.8	3.3	3.3	3.1	2.8	2.7	2.9	
乳類	10.6	8.7	4.2	3.6	3.8	3.3	3.7	3.7	3.7	
その他の食品	2.2	3.3	2.2	2.6	2.5	1.6	1.3	1.2	1.2	

表14 男女別年齢階級別にみた食品群別ビタミンB<sub>2</sub>摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	2.6	2.8	4.3	4.9	4.7	4.8	4.8	4.8	4.9
その他の穀類	3.6	4.5	4.4	3.7	3.6	3.1	2.6	2.6	2.8
種実類	0.3	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3
いも類	1.8	2.0	1.6	1.2	1.3	1.4	1.5	1.8	2.1
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	2.6	2.1	2.0	1.2	0.9	0.8	0.6	0.8	1.2
油脂類	0.2	0.2	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2
豆類	3.4	3.3	2.8	3.5	4.2	4.4	5.4	6.4	6.1
果実類	2.6	1.8	1.6	1.1	1.1	1.6	1.8	2.3	2.6
緑黄色野菜	4.9	5.4	6.4	6.7	7.0	7.6	8.9	9.6	9.9
その他の野菜	3.0	3.5	4.1	4.9	5.0	5.5	5.6	6.0	5.9
きのこ類	1.7	1.6	2.5	2.7	2.5	2.9	3.3	3.1	2.7
海草類	1.4	1.1	1.7	2.5	2.7	2.6	2.5	2.2	1.9
調味嗜好飲料	5.5	5.6	7.1	10.8	11.7	10.0	9.7	7.9	7.0
魚介類	8.7	8.9	9.1	10.9	13.0	15.0	17.0	17.5	17.2
肉類	9.4	12.1	18.7	19.1	16.3	14.6	12.5	10.5	9.0
卵類	12.8	12.4	15.7	14.9	15.3	15.9	14.1	12.8	13.5
乳類	34.1	31.1	16.5	10.1	9.1	8.4	8.5	10.7	11.8
その他の食品	1.2	1.3	1.1	1.2	1.1	1.0	0.7	0.5	0.7
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	2.4	2.5	3.4	3.7	3.7	3.6	3.7	4.1	4.7
その他の穀類	3.6	4.7	4.6	4.7	4.7	3.9	3.2	2.8	2.7
種実類	0.4	0.2	0.2	0.2	0.3	0.3	0.4	0.4	0.4
いも類	1.7	2.0	1.8	1.6	1.7	1.7	1.7	2.1	2.3
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	3.0	2.2	2.2	2.3	2.2	2.1	1.4	1.4	1.2
油脂類	0.2	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2
豆類	3.6	3.1	3.1	3.7	4.1	4.5	5.6	6.5	6.2
果実類	2.9	2.2	2.1	1.8	2.0	2.6	3.2	3.2	3.1
緑黄色野菜	4.9	6.1	7.8	7.8	7.9	9.1	9.9	10.6	10.8
その他の野菜	3.0	3.6	4.6	5.1	5.3	5.9	6.0	6.1	6.3
きのこ類	1.7	1.8	2.4	3.0	2.7	3.2	3.2	3.0	2.7
海草類	1.5	1.3	1.7	1.9	1.9	2.0	2.2	2.2	2.3
調味嗜好飲料	5.8	4.7	6.0	7.2	6.6	6.3	6.4	6.3	5.9
魚介類	8.9	9.3	10.3	11.0	12.1	13.3	15.4	15.5	16.2
肉類	9.5	11.2	15.5	15.0	13.1	13.0	10.6	9.2	8.2
卵類	13.5	13.0	17.6	15.8	15.6	14.7	12.7	12.4	13.1
乳類	32.3	30.4	14.8	13.3	14.3	12.5	13.3	13.4	12.9
その他の食品	1.1	1.7	1.3	1.6	1.5	1.0	0.8	0.7	0.8

表15 男女別年齢階級別にみた食品群別ナイアシン摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	13.2	12.8	15.6	16.2	15.7	15.7	15.7	16.5	17.3
	その他の穀類	5.9	5.7	5.2	4.7	4.4	3.8	3.0	3.3	3.4
	種実類	0.9	0.6	0.3	0.4	0.5	0.5	0.9	0.8	0.9
	いも類	6.2	7.7	5.1	3.6	3.6	3.6	3.3	3.6	4.4
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	1.8	1.2	0.8	0.5	0.3	0.3	0.2	0.4	0.6
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	2.4	2.1	1.5	1.7	2.0	2.1	2.4	2.9	3.1
	果実類	3.2	1.8	1.3	0.9	1.0	1.3	1.5	2.2	2.6
	緑黄色野菜	3.9	3.4	3.4	3.3	3.5	3.5	3.9	4.4	4.6
	その他の野菜	2.6	3.0	2.6	2.9	3.1	3.5	3.7	4.3	4.5
	きのこ類	3.1	2.8	3.3	3.4	3.2	3.5	4.2	4.0	3.9
	海草類	0.7	0.5	0.6	0.8	0.8	0.8	0.8	0.7	0.7
	調味嗜好飲料	5.7	5.0	6.3	9.3	10.7	9.2	8.7	6.8	5.6
	魚介類	19.3	21.1	18.8	20.0	24.1	27.5	30.9	31.9	31.5
	肉類	27.4	29.4	33.3	31.0	26.0	23.6	19.6	16.9	15.5
卵類	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.2	0.3	
乳類	2.9	2.3	1.1	0.6	0.5	0.5	0.5	0.7	0.8	
その他の食品	0.6	0.4	0.4	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	12.8	11.3	13.0	13.3	14.2	13.4	13.9	15.6	17.1
	その他の穀類	5.9	6.0	5.6	6.1	6.1	4.8	4.0	3.7	3.4
	種実類	0.8	0.5	0.5	0.5	0.6	0.7	1.0	0.9	0.9
	いも類	5.9	7.6	5.4	4.8	4.8	4.4	4.1	4.7	4.8
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	1.8	1.2	1.0	0.8	0.9	0.7	0.7	0.6	0.6
	油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	豆類	2.5	2.0	1.8	1.9	2.2	2.4	2.8	3.3	3.4
	果実類	3.5	2.2	1.9	1.5	1.9	2.4	3.0	3.2	3.1
	緑黄色野菜	3.9	3.8	4.3	4.3	4.5	4.7	5.0	5.4	5.4
	その他の野菜	2.7	3.1	3.2	3.4	3.8	4.2	4.5	4.9	5.1
	きのこ類	3.3	3.2	3.6	4.3	3.9	4.5	4.8	4.4	3.9
	海草類	0.7	0.5	0.6	0.7	0.7	0.7	0.8	0.9	0.9
	調味嗜好飲料	6.0	4.4	5.5	6.8	6.0	5.5	5.2	5.0	4.3
	魚介類	19.4	22.2	21.4	22.4	24.0	26.5	29.9	29.7	30.8
	肉類	26.9	28.8	30.3	27.3	24.5	23.6	18.8	16.3	14.8
卵類	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3	
乳類	3.0	2.3	1.0	0.9	1.0	0.8	0.9	0.9	0.9	
その他の食品	0.6	0.4	0.5	0.6	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	

表16 男女別年齢階級別にみた食品群別ビタミンC摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	0.3	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
種実類	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
いも類	15.9	17.2	11.0	8.9	9.7	8.8	7.6	7.2	8.2
砂糖類	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2
菓子類	0.2	0.3	0.4	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	23.8	20.3	16.5	12.1	12.3	16.2	19.2	22.4	24.4
緑黄色野菜	24.7	24.8	27.9	29.4	30.2	29.6	31.5	31.2	29.6
その他の野菜	21.8	26.3	28.4	34.5	35.2	35.2	33.4	32.2	31.5
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
海草類	1.0	0.7	1.0	1.7	1.8	1.4	1.3	1.1	0.9
調味嗜好飲料	4.9	5.0	6.0	4.0	2.2	1.4	1.4	1.3	1.3
魚介類	1.0	0.7	0.9	1.1	1.4	1.4	1.5	1.3	1.1
肉類	5.0	4.3	7.4	7.4	6.7	5.5	3.8	3.0	2.4
卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類	0.8	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
その他の食品	0.0	0.0	0.1	0.2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の穀類	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
種実類	0.4	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1
いも類	14.8	16.2	11.5	10.4	10.6	8.4	7.0	8.1	8.4
砂糖類	0.3	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2
菓子類	0.1	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	25.2	22.9	20.3	16.6	19.2	23.3	28.3	26.9	25.8
緑黄色野菜	24.6	26.0	29.1	29.6	28.9	29.5	29.0	30.0	30.4
その他の野菜	22.1	25.4	27.3	31.7	31.9	31.1	29.0	29.0	30.1
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
海草類	1.1	0.7	1.1	1.1	1.0	0.9	1.0	1.0	0.9
調味嗜好飲料	4.3	3.4	2.9	2.3	1.2	1.2	1.5	1.3	0.8
魚介類	0.8	0.7	0.7	1.1	1.1	0.9	0.9	0.9	0.9
肉類	5.0	4.1	6.2	6.4	5.3	4.3	2.9	2.4	2.2
卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類	0.9	0.0	0.1	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.1
その他の食品	0.1	0.0	0.1	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1



表17 男女別年齢階級別にみた食品群別ビタミンE摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	6.4	6.6	9.0	9.8	9.2	9.3	9.6	10.0	10.2
	その他の穀類	7.4	8.1	7.7	6.0	5.1	4.7	3.7	4.1	4.6
	種実類	0.8	0.6	0.2	0.4	0.5	0.7	1.1	0.9	0.8
	いも類	5.8	6.0	4.1	1.7	1.6	1.8	1.9	2.5	3.2
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	8.0	4.4	2.8	1.3	1.2	1.0	0.8	1.1	1.6
	油脂類	22.6	26.2	27.0	28.5	28.0	25.4	21.3	18.0	16.2
	豆類	5.3	4.3	3.7	4.4	5.2	5.5	6.3	7.0	7.4
	果実類	5.6	3.7	2.6	1.9	2.0	2.5	3.0	4.0	4.5
	緑黄色野菜	10.2	10.8	11.0	11.3	11.4	12.2	14.8	16.5	16.6
	その他の野菜	2.8	2.8	4.4	5.3	5.6	6.0	5.8	5.7	5.3
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.3	0.2	0.3	0.5	0.5	0.5	0.5	0.4	0.4
	調味嗜好飲料	1.5	1.9	2.6	4.1	3.7	2.6	1.8	1.1	0.9
	魚介類	10.5	11.8	12.2	13.6	15.6	17.6	20.3	20.0	19.2
	肉類	2.4	2.7	3.8	3.6	2.9	2.7	2.3	1.9	1.9
卵類	5.6	5.2	5.9	5.4	5.4	5.6	5.2	4.8	5.2	
乳類	3.9	4.0	2.2	1.5	1.5	1.3	1.2	1.5	1.6	
その他の食品	0.8	0.7	0.7	0.8	0.7	0.6	0.4	0.3	0.4	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	6.1	5.7	6.8	7.1	7.2	7.1	7.6	8.6	9.5
	その他の穀類	7.1	7.7	7.0	7.1	6.8	6.0	4.9	4.5	4.3
	種実類	0.7	0.6	0.5	0.5	0.6	0.7	1.0	0.9	0.9
	いも類	5.3	5.7	3.4	2.4	2.4	2.4	2.5	3.2	3.6
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	8.3	4.4	3.9	2.8	2.6	2.3	1.7	1.6	1.5
	油脂類	22.8	27.3	27.3	27.9	27.2	24.6	19.9	18.0	16.6
	豆類	5.2	4.3	4.0	4.4	4.9	5.2	6.2	7.0	7.3
	果実類	5.8	4.1	3.3	2.8	3.4	4.1	5.4	5.3	5.2
	緑黄色野菜	10.2	11.7	12.9	12.6	12.8	14.8	16.9	18.4	18.3
	その他の野菜	2.8	2.8	4.1	4.4	4.5	5.1	5.5	5.6	5.6
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5
	調味嗜好飲料	1.7	1.9	1.9	2.7	2.4	1.9	1.2	0.9	0.7
	魚介類	11.2	11.6	12.8	13.9	14.1	15.5	17.5	17.1	17.4
	肉類	2.2	2.4	3.0	2.9	2.4	2.4	2.0	1.7	1.6
卵類	5.8	5.2	6.4	5.5	5.4	5.2	4.7	4.7	5.0	
乳類	3.7	3.8	1.8	1.7	2.1	1.8	1.8	1.7	1.6	
その他の食品	0.7	0.7	0.5	0.9	0.9	0.5	0.5	0.4	0.4	

表18 男女別年齢階級別にみた食品群別飽和脂肪酸摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
米類	2.8	2.7	4.1	5.0	5.3	5.7	6.5	7.2	7.4
その他の穀類	5.8	6.2	7.4	6.5	5.2	5.0	4.4	4.8	5.3
種実類	0.5	0.3	0.2	0.4	0.5	0.6	1.1	1.1	1.0
いも類	1.2	1.7	1.9	0.5	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	10.3	6.3	4.5	2.6	2.4	2.1	1.7	2.2	3.2
油脂類	18.2	14.6	18.2	21.6	23.0	21.6	19.9	17.5	15.9
豆類	4.1	3.4	3.3	4.3	5.5	6.3	7.7	8.7	9.4
果実類	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.2	0.2
緑黄色野菜	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
その他の野菜	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
調味嗜好飲料	0.5	0.5	0.5	0.8	0.7	0.5	0.3	0.3	0.2
魚介類	4.9	4.5	4.8	6.2	8.0	9.5	12.2	13.5	13.0
肉類	17.1	20.9	30.3	32.1	28.6	27.7	24.8	20.1	17.9
卵類	6.5	5.9	7.3	7.3	8.2	9.0	9.0	8.8	9.5
乳類	26.4	31.5	15.9	10.6	10.4	10.1	10.7	14.1	15.3
その他の食品	1.2	1.2	1.4	1.7	1.6	1.3	1.0	0.8	1.1
食品群等	1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
米類	2.8	2.4	3.4	3.9	4.0	4.4	5.2	6.3	7.3
その他の穀類	5.3	5.9	6.9	6.9	6.8	6.5	5.8	5.0	5.0
種実類	0.5	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	1.2	1.3	1.2
いも類	1.0	1.3	0.8	0.6	0.4	0.3	0.1	0.2	0.2
砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	11.0	6.8	7.1	6.5	5.9	5.5	4.0	3.7	3.2
油脂類	17.6	15.7	19.5	21.7	20.9	20.2	18.7	17.1	16.9
豆類	4.1	3.5	3.8	4.4	5.0	5.8	7.7	9.0	9.5
果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.3	0.2	0.2
緑黄色野菜	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
その他の野菜	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
調味嗜好飲料	0.6	0.4	0.5	0.6	0.5	0.4	0.4	0.3	0.3
魚介類	5.0	5.0	5.8	6.3	7.3	8.4	11.1	11.6	12.5
肉類	17.7	19.9	27.0	25.8	23.5	23.9	20.3	17.9	16.3
卵類	7.0	6.2	8.6	8.0	7.9	8.3	8.2	8.6	9.4
乳類	25.9	31.1	14.9	13.1	15.1	13.8	15.7	17.2	16.5
その他の食品	1.1	1.1	1.0	1.4	1.7	1.2	0.9	1.1	1.0

表19 男女別年齢階級別にみた食品群別不飽和脂肪酸摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	4.4	4.5	6.1	6.6	6.3	6.7	7.3	7.9	8.1
	その他の穀類	8.6	10.8	9.2	7.7	6.8	6.5	5.6	6.0	6.3
	種実類	1.6	1.1	0.8	1.1	1.3	1.4	2.4	2.7	2.4
	いも類	1.5	2.0	2.1	0.6	0.3	0.3	0.2	0.3	0.3
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	9.5	6.0	3.5	1.7	1.5	1.3	1.0	1.3	2.1
	油脂類	30.4	33.8	36.0	38.2	37.9	35.4	31.1	26.7	24.2
	豆類	16.6	14.6	12.2	14.3	16.7	18.6	21.9	24.9	26.2
	果実類	0.3	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3
	緑黄色野菜	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5
	その他の野菜	0.9	0.3	0.4	0.4	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4
	きのこ類	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	海藻類	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	調味嗜好飲料	0.2	0.2	0.5	1.0	0.8	0.6	0.4	0.3	0.2
	魚介類	7.5	7.7	7.5	8.0	9.4	11.0	13.5	14.9	14.5
	肉類	8.2	8.9	12.3	11.3	9.5	8.9	7.9	6.3	6.0
	卵類	4.9	4.6	5.1	4.7	4.7	5.2	4.9	4.8	5.2
乳類	2.6	2.7	1.5	1.1	1.3	1.2	1.2	1.4	1.4	
その他の食品	2.3	2.1	2.4	2.6	2.3	1.8	1.3	1.1	1.5	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	4.3	3.9	4.6	4.9	5.0	5.3	5.9	6.9	7.8
	その他の穀類	8.8	10.5	9.6	9.3	8.6	8.0	7.4	6.5	6.3
	種実類	1.7	1.1	1.2	1.5	1.5	1.9	2.9	3.3	2.9
	いも類	1.3	1.6	1.0	0.7	0.5	0.4	0.3	0.3	0.3
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	9.8	5.8	5.4	3.9	3.4	2.9	2.2	2.0	1.9
	油脂類	30.6	35.7	37.0	37.5	36.4	34.7	29.5	26.9	25.2
	豆類	16.2	14.7	13.0	14.2	15.8	18.0	22.3	25.3	26.0
	果実類	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.4	0.4	0.3
	緑黄色野菜	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5	0.5
	その他の野菜	0.8	0.3	0.3	0.4	0.4	0.5	0.5	0.4	0.5
	きのこ類	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	海藻類	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	調味嗜好飲料	0.2	0.2	0.2	0.4	0.4	0.4	0.3	0.2	0.1
	魚介類	7.9	8.0	8.3	8.3	9.5	10.6	12.9	13.3	14.1
	肉類	8.1	8.2	10.3	9.6	8.5	8.2	6.9	5.9	5.6
	卵類	5.3	4.7	5.7	4.9	4.8	4.9	4.7	4.8	5.2
乳類	2.5	2.6	1.3	1.3	1.8	1.9	1.9	1.6	1.5	
その他の食品	1.8	2.0	1.5	2.2	2.6	1.6	1.4	1.5	1.3	

表20 男女別年齢階級別にみた食品群別一価不飽和脂肪酸摂取比率(%:1995~1996年)

食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
男性	調査人数	938	1493	973	1592	1734	2086	1817	1641	1157
	米類	2.1	2.0	2.7	3.1	3.3	3.5	4.1	4.7	4.9
	その他の穀類	5.6	6.8	6.5	5.3	4.2	4.0	3.5	4.1	4.8
	種実類	1.3	0.8	0.5	0.8	1.1	1.2	2.1	2.2	2.1
	いも類	1.3	1.8	1.8	0.4	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	9.2	4.5	3.3	1.5	1.6	1.5	1.2	1.7	2.5
	油脂類	22.8	22.8	24.0	27.4	29.0	27.1	24.9	22.5	20.6
	豆類	4.9	4.1	3.5	4.3	5.5	6.3	7.7	9.1	9.8
	果実類	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.2	0.2
	緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1
	その他の野菜	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
	調味嗜好飲料	0.3	0.3	0.3	0.4	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1
	魚介類	7.2	6.4	6.0	7.3	9.1	10.8	13.8	15.9	15.4
	肉類	21.4	26.1	33.9	34.4	30.2	29.1	26.2	21.4	19.7
	卵類	9.0	8.3	8.9	8.7	9.6	10.4	10.5	10.6	11.5
	乳類	13.2	14.6	7.1	4.6	4.5	4.3	4.6	6.4	7.1
その他の食品	1.4	1.3	1.4	1.6	1.5	1.2	0.9	0.8	1.0	
食品群等		1~6歳	7~14歳	15~19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上
女性	調査人数	938	1407	877	1747	1731	2255	2072	1855	1652
	米類	2.1	1.9	2.2	2.5	2.6	2.8	3.3	4.1	4.8
	その他の穀類	5.1	6.6	6.0	5.9	5.8	5.5	5.2	4.5	4.6
	種実類	1.3	0.8	1.0	1.0	1.2	1.5	2.5	2.7	2.4
	いも類	1.1	1.4	0.7	0.6	0.4	0.2	0.1	0.1	0.0
	砂糖類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	菓子類	9.9	5.2	4.7	4.1	3.9	3.6	2.8	2.9	2.5
	油脂類	22.8	24.4	26.3	28.3	28.1	27.2	24.3	22.9	21.9
	豆類	4.7	4.2	4.0	4.5	5.2	6.0	8.0	9.5	10.0
	果実類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.4	0.3	0.3
	緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
	その他の野菜	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	きのこ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	海藻類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
	調味嗜好飲料	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
	魚介類	7.1	6.7	7.0	7.4	8.5	10.0	13.1	13.9	15.0
	肉類	21.6	24.4	29.8	28.6	25.8	25.7	22.1	19.6	17.9
	卵類	9.5	8.6	10.4	9.5	9.6	9.8	9.9	10.4	11.3
	乳類	13.0	14.2	6.5	5.7	6.8	6.1	7.1	7.7	7.8
その他の食品	1.2	1.2	1.0	1.3	1.6	1.1	0.9	1.1	0.9	