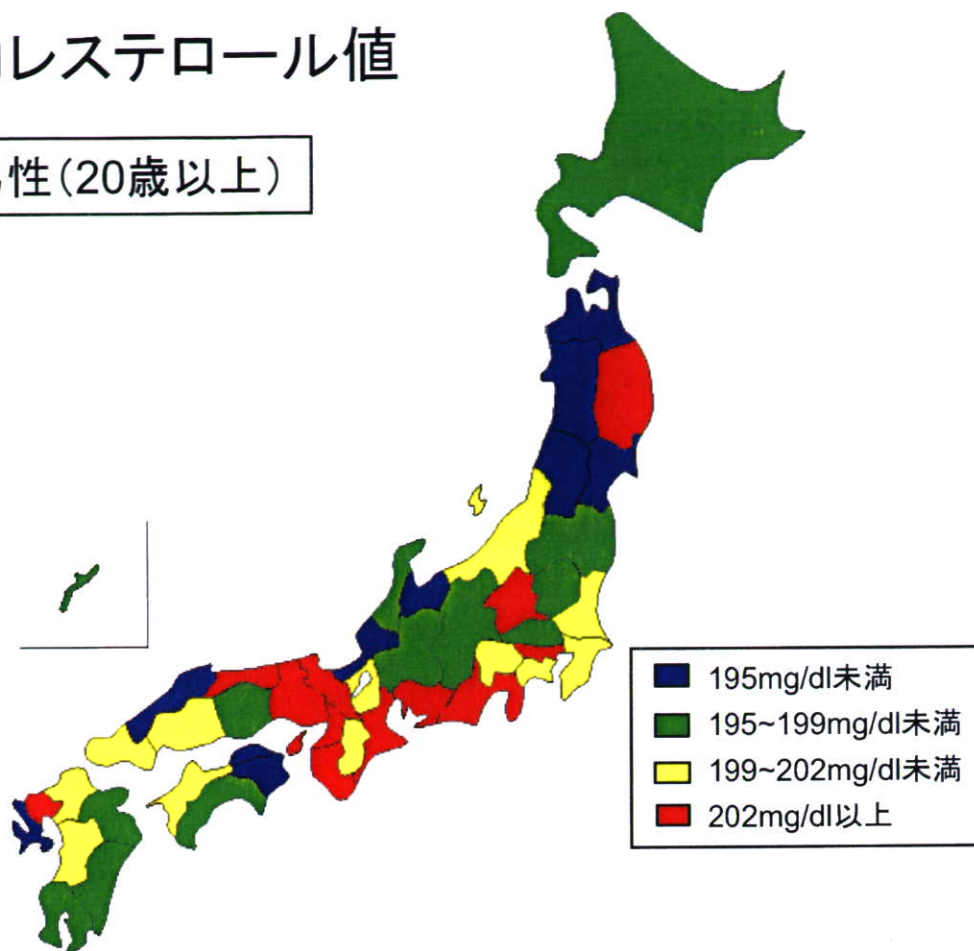
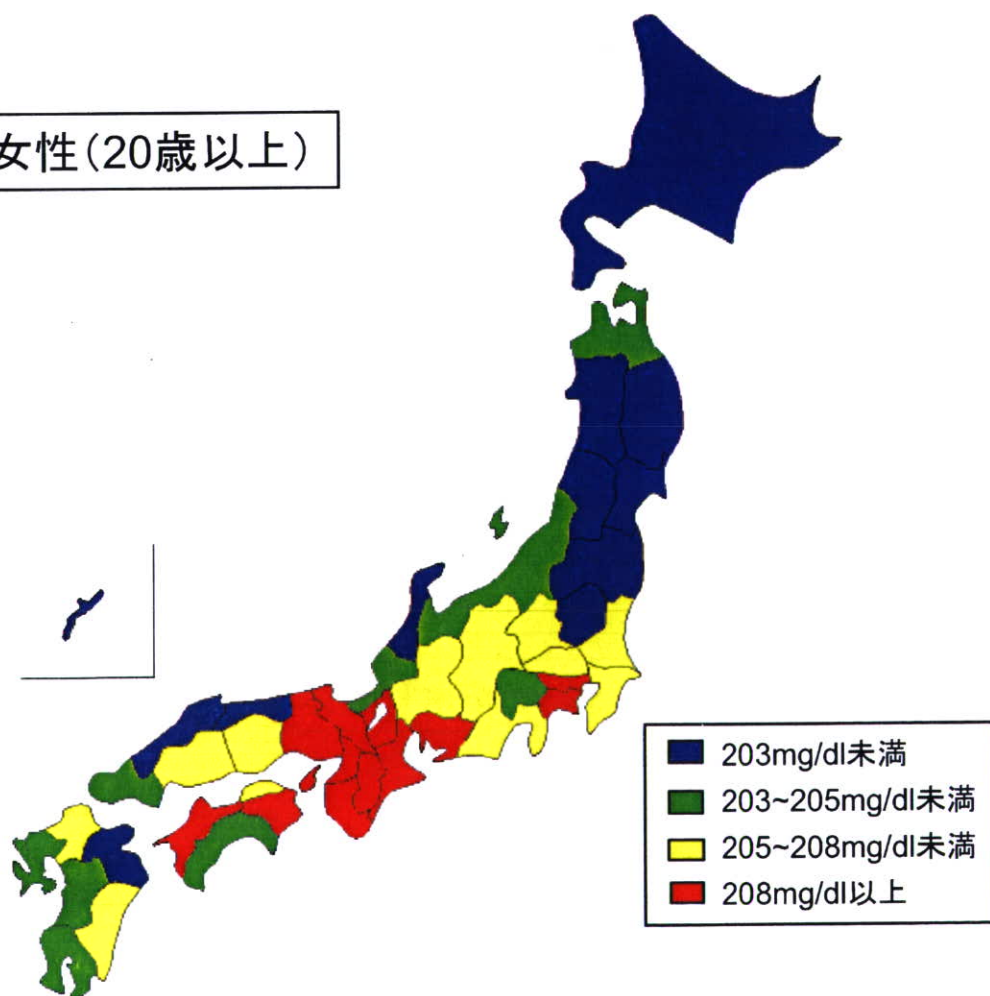


## 6. 血清総コレステロール値

男性(20歳以上)

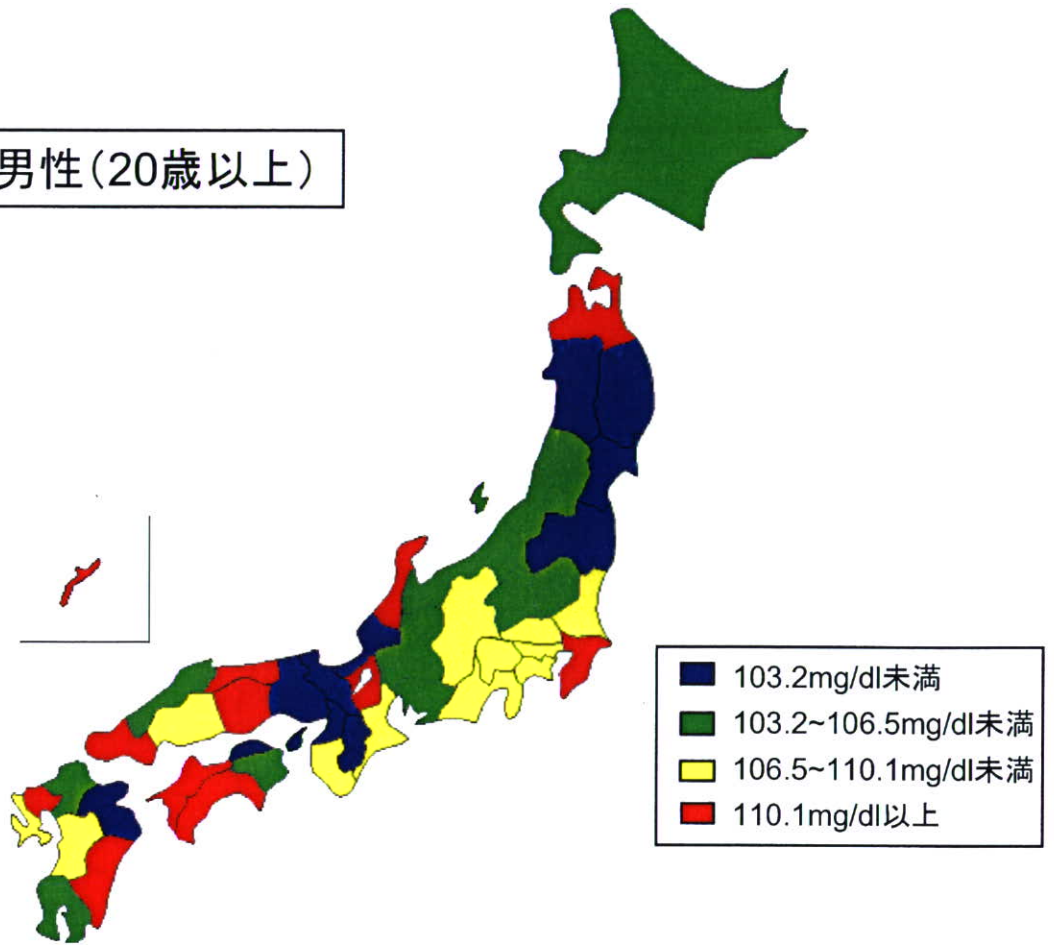


女性(20歳以上)

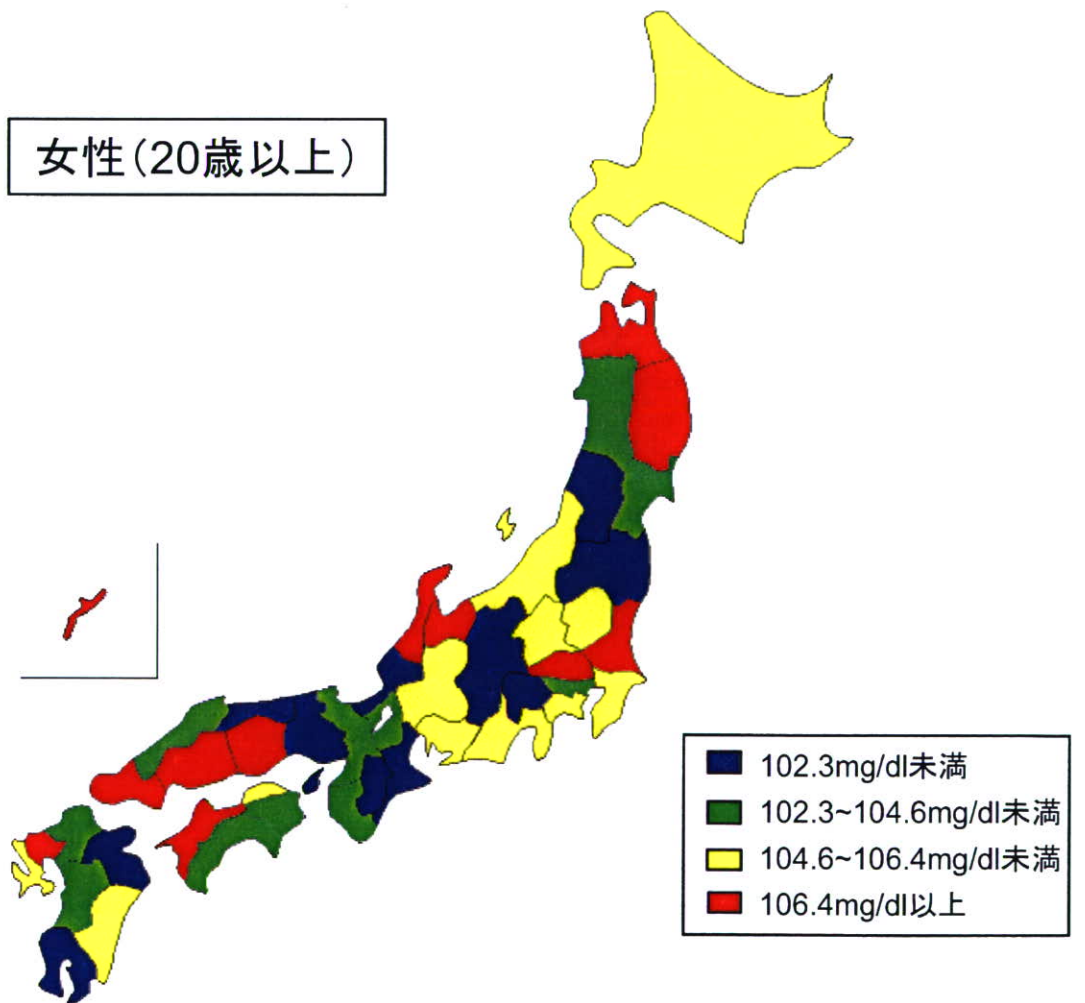


## 7. 血糖値

男性(20歳以上)

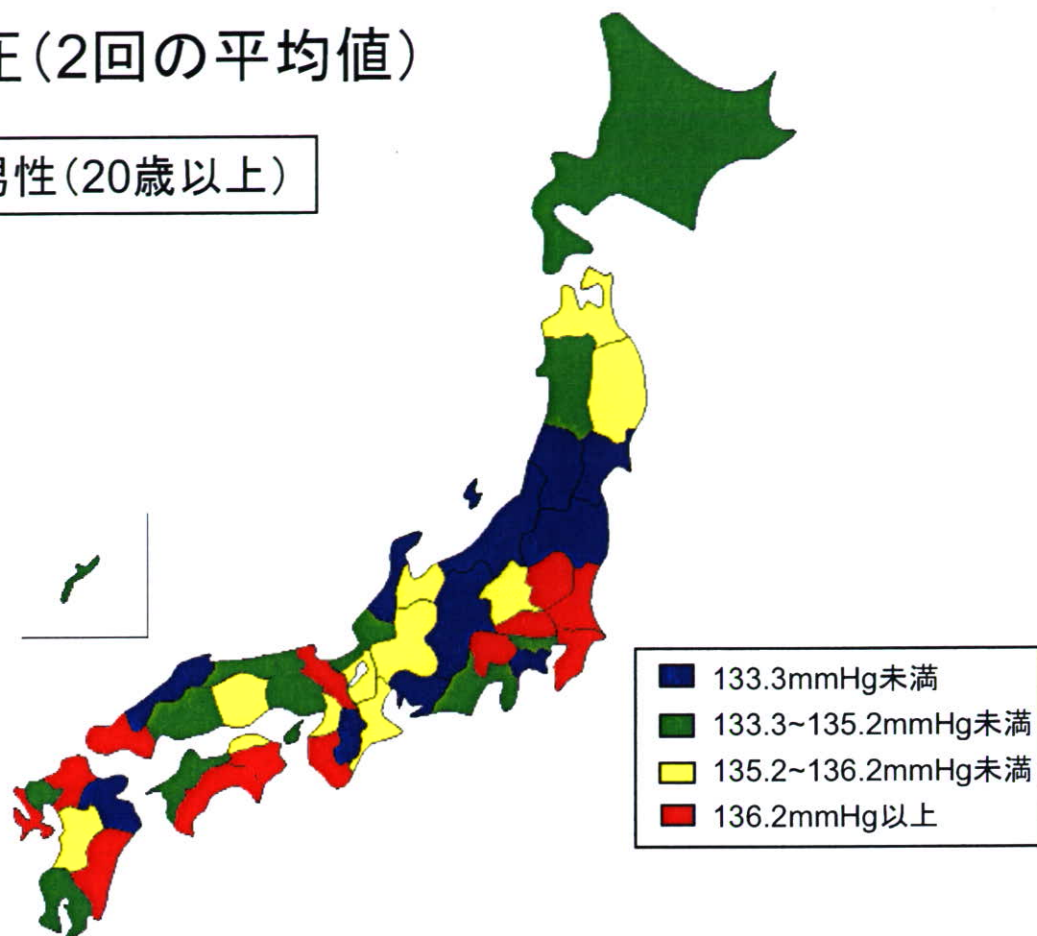


女性(20歳以上)

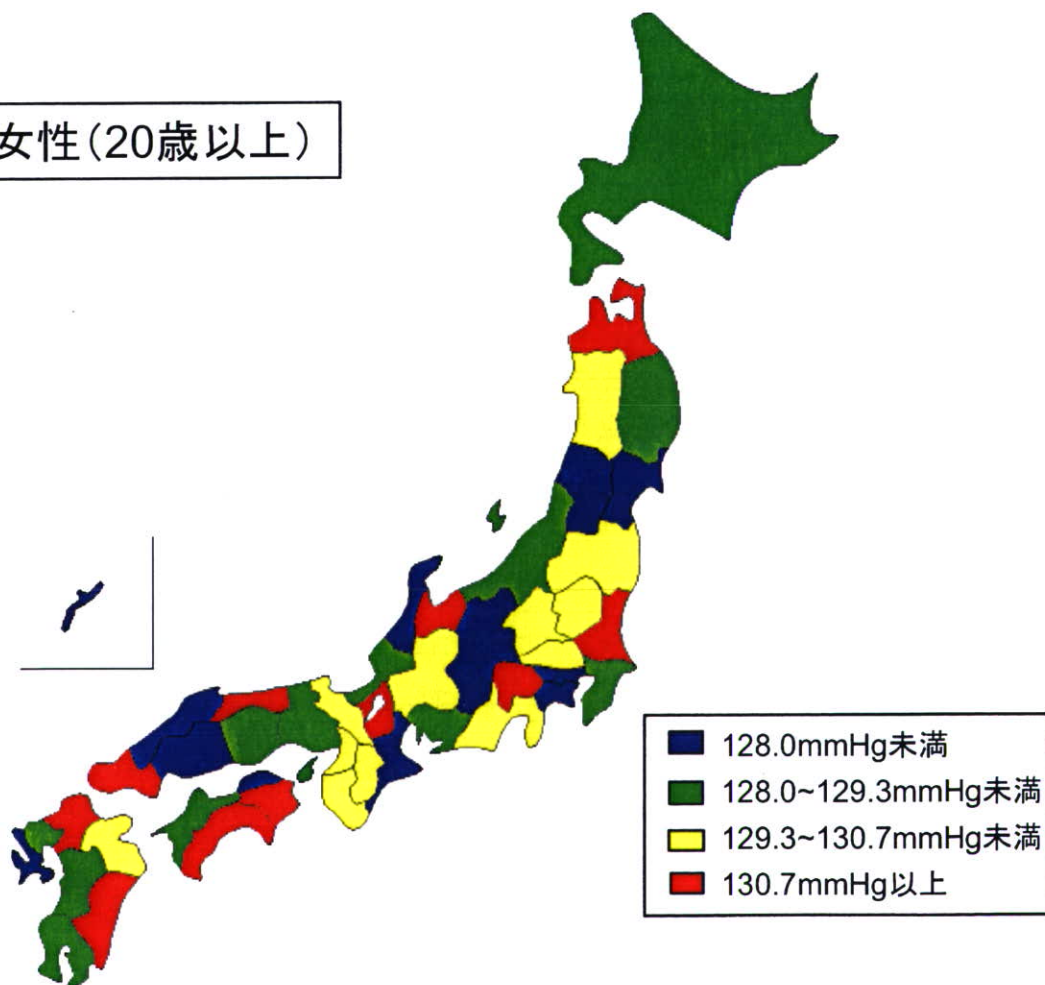


## 8. 最高血圧(2回の平均値)

男性(20歳以上)

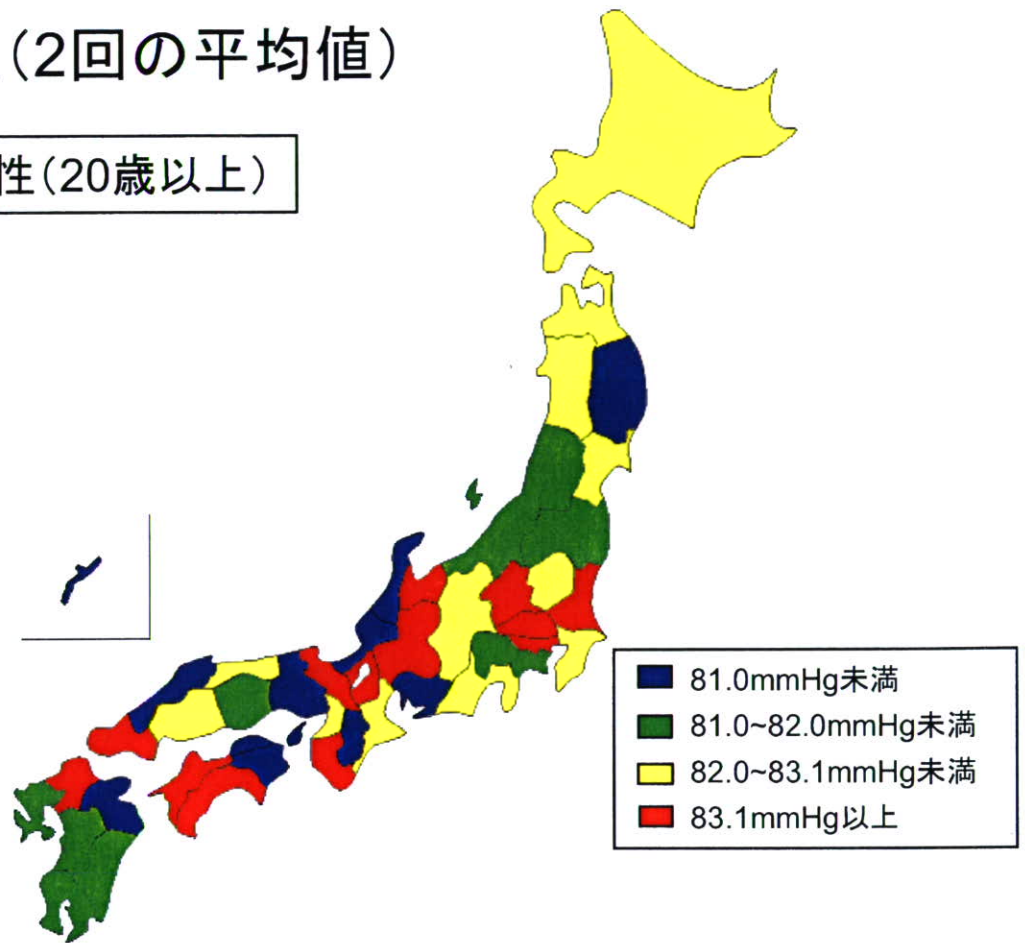


女性(20歳以上)

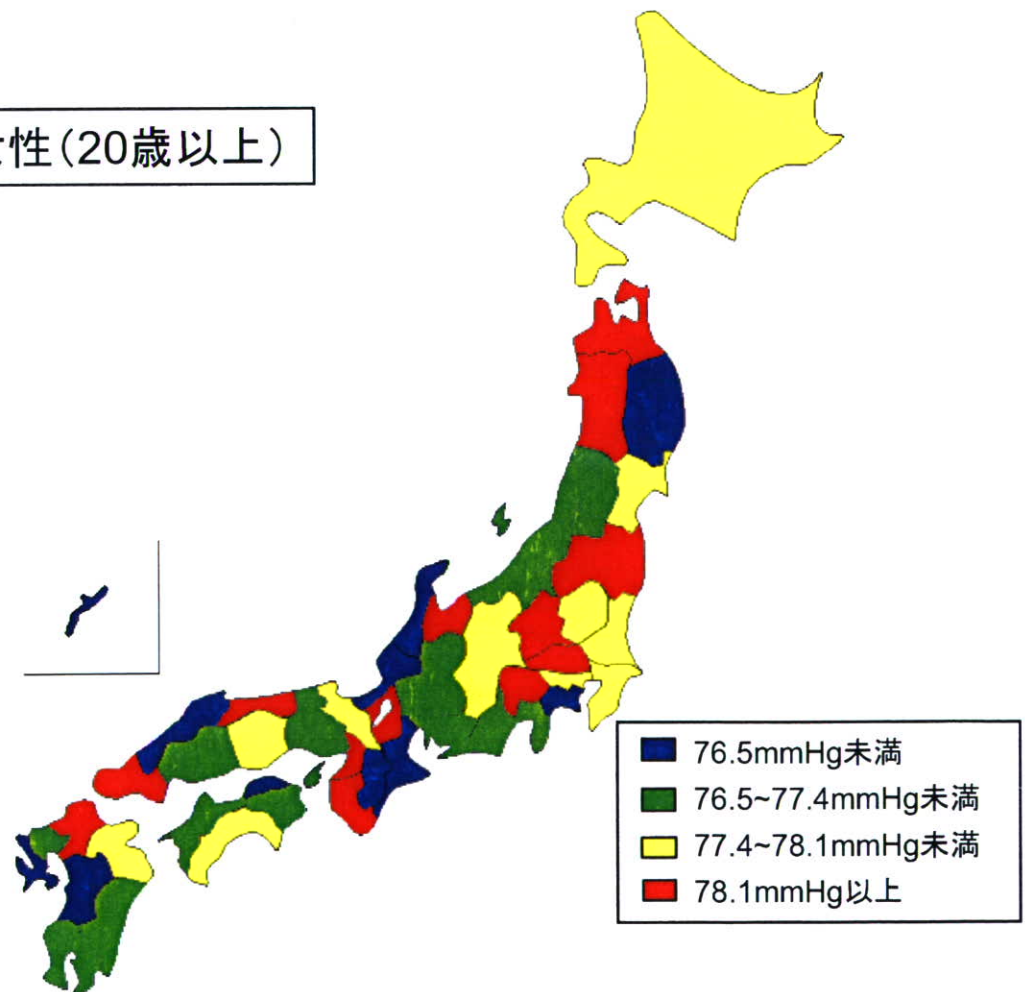


## 9. 最低血圧(2回の平均値)

男性(20歳以上)

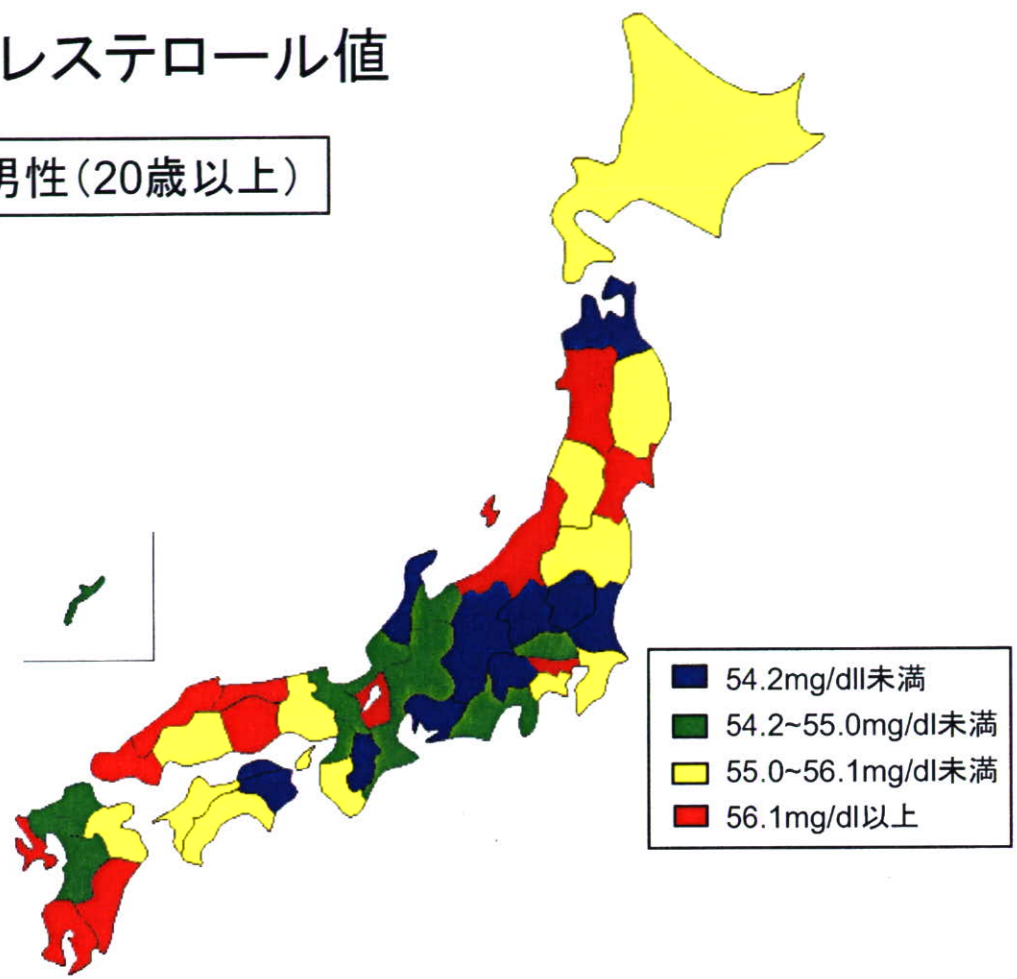


女性(20歳以上)

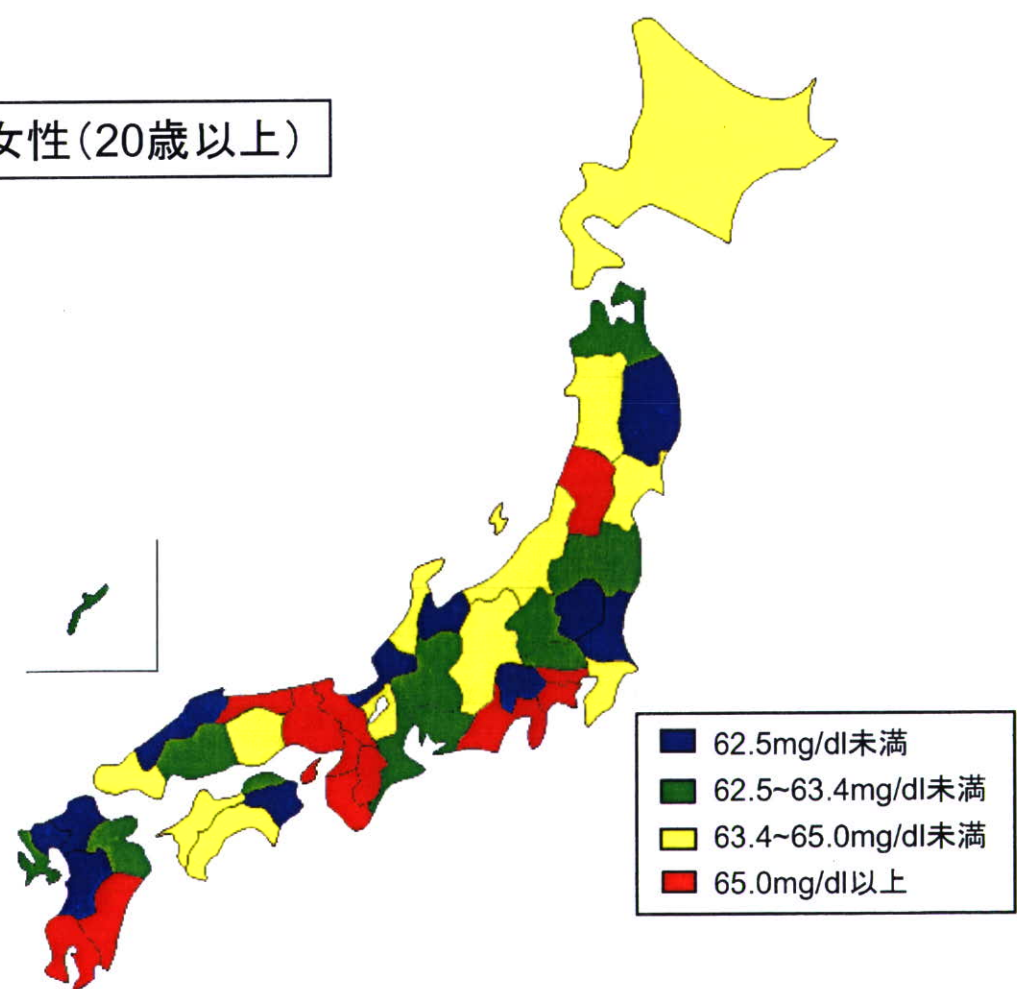


# 10. HDLコレステロール値

男性(20歳以上)

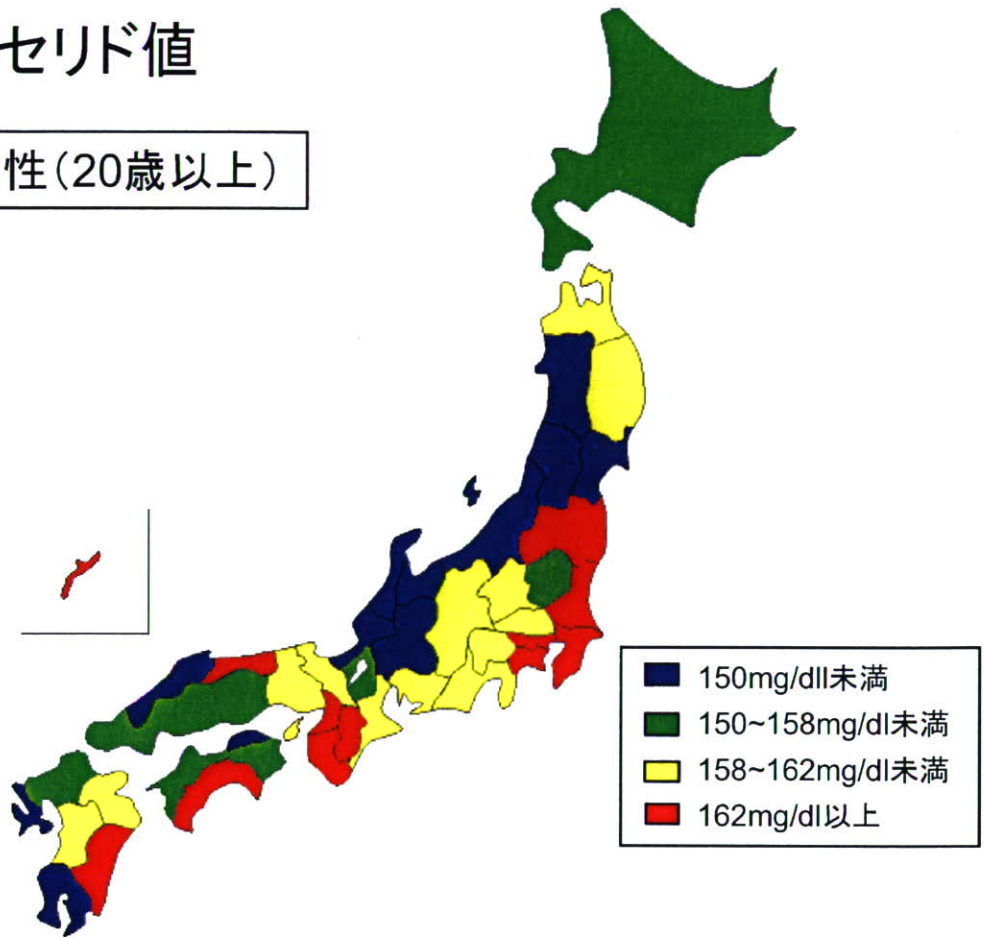


女性(20歳以上)

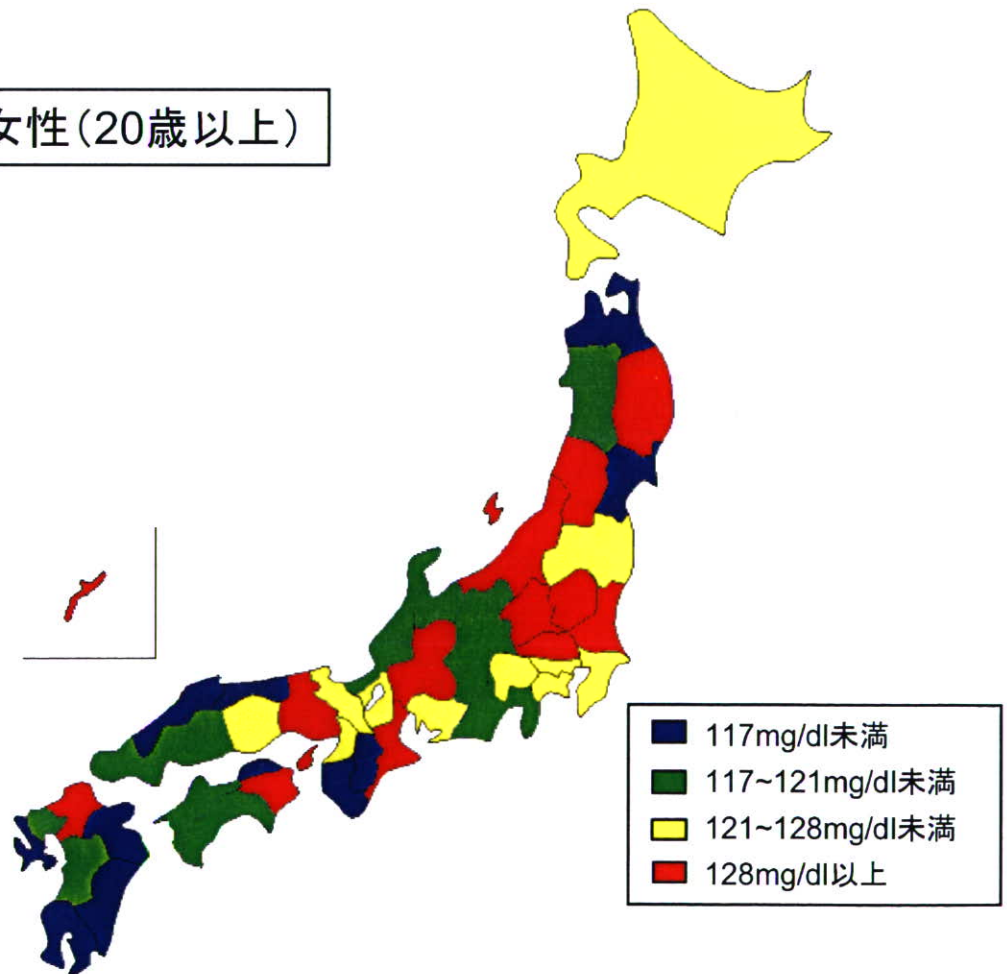


# 11. トリグリセリド値

男性(20歳以上)

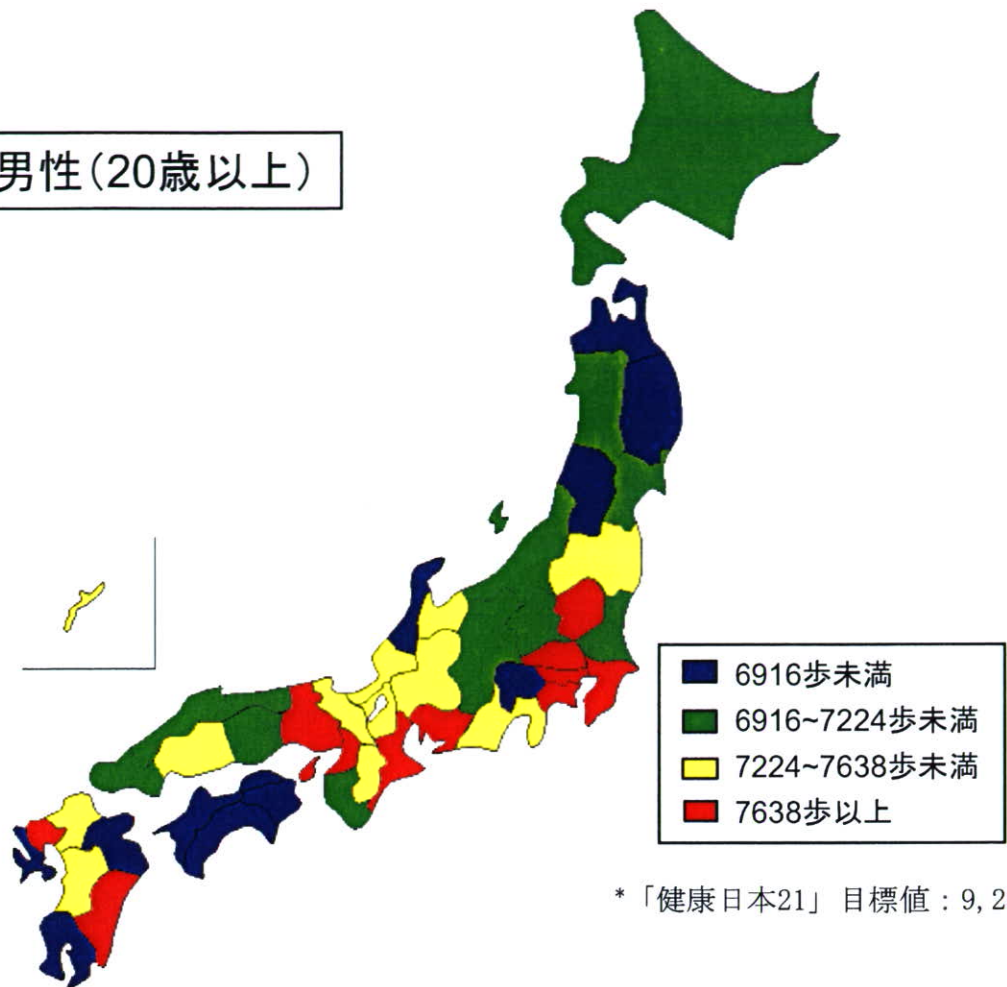


女性(20歳以上)

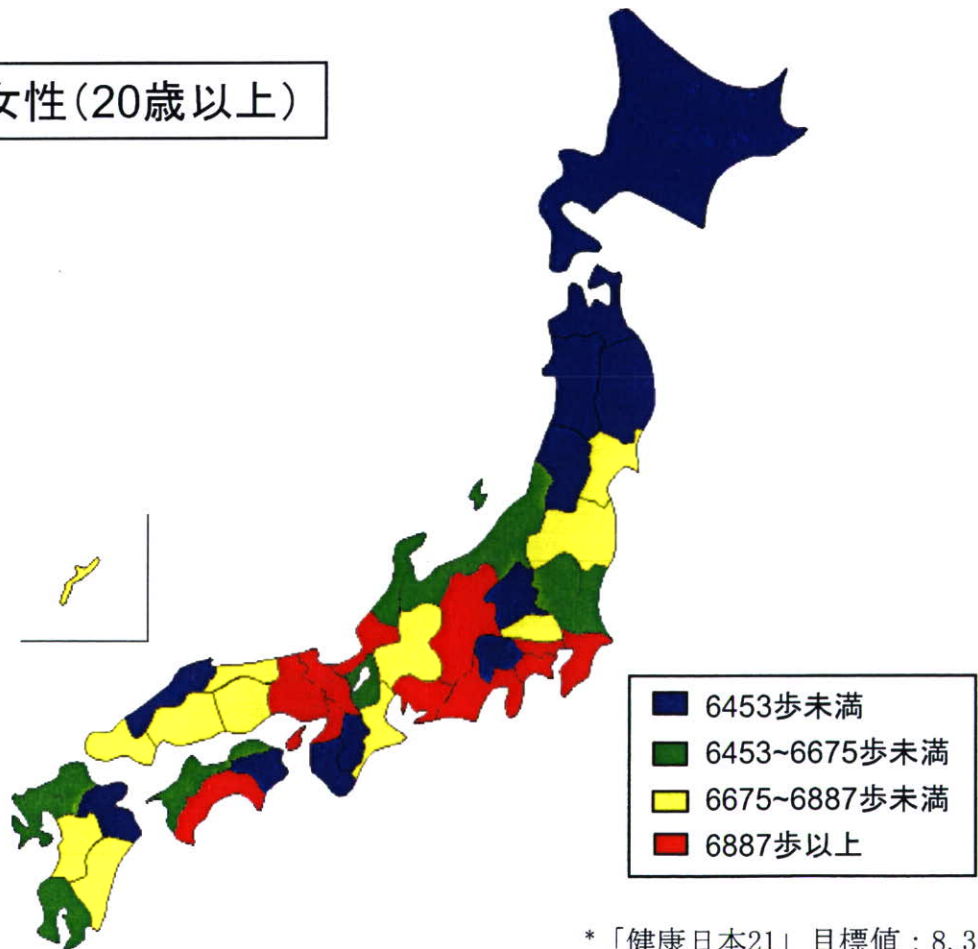


## 12. 歩数

男性(20歳以上)

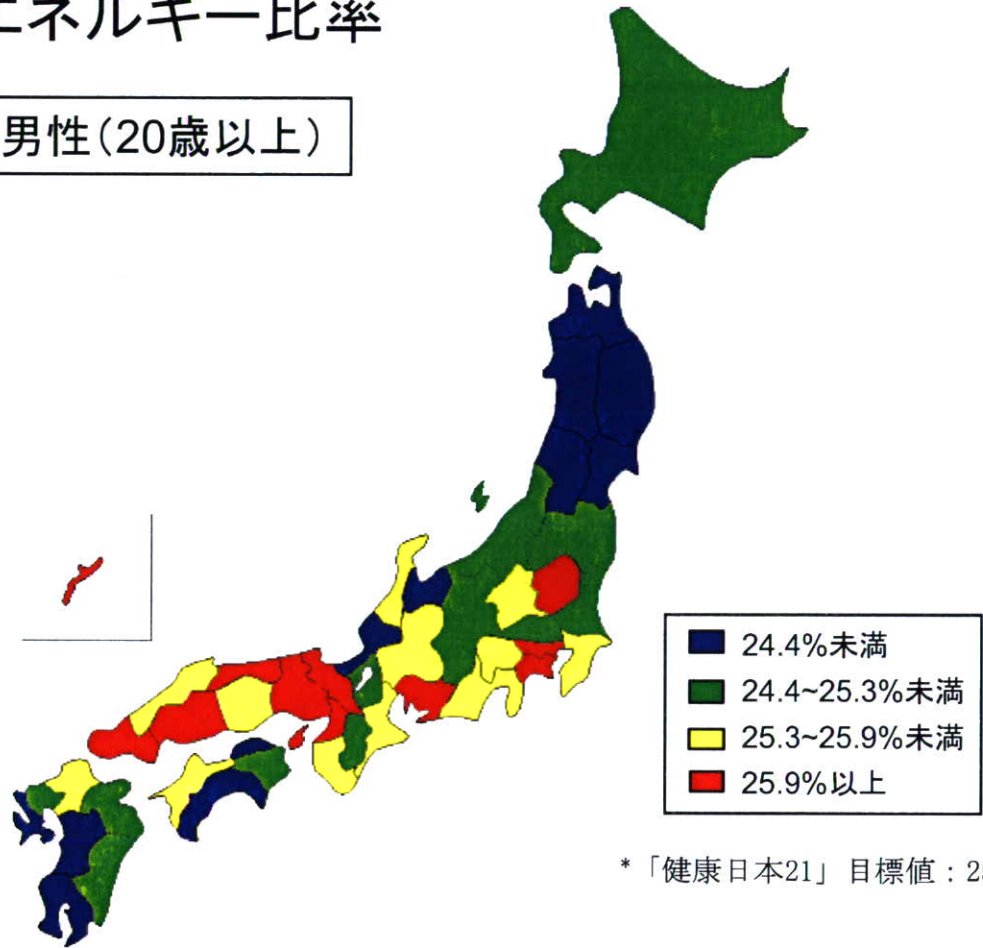


女性(20歳以上)



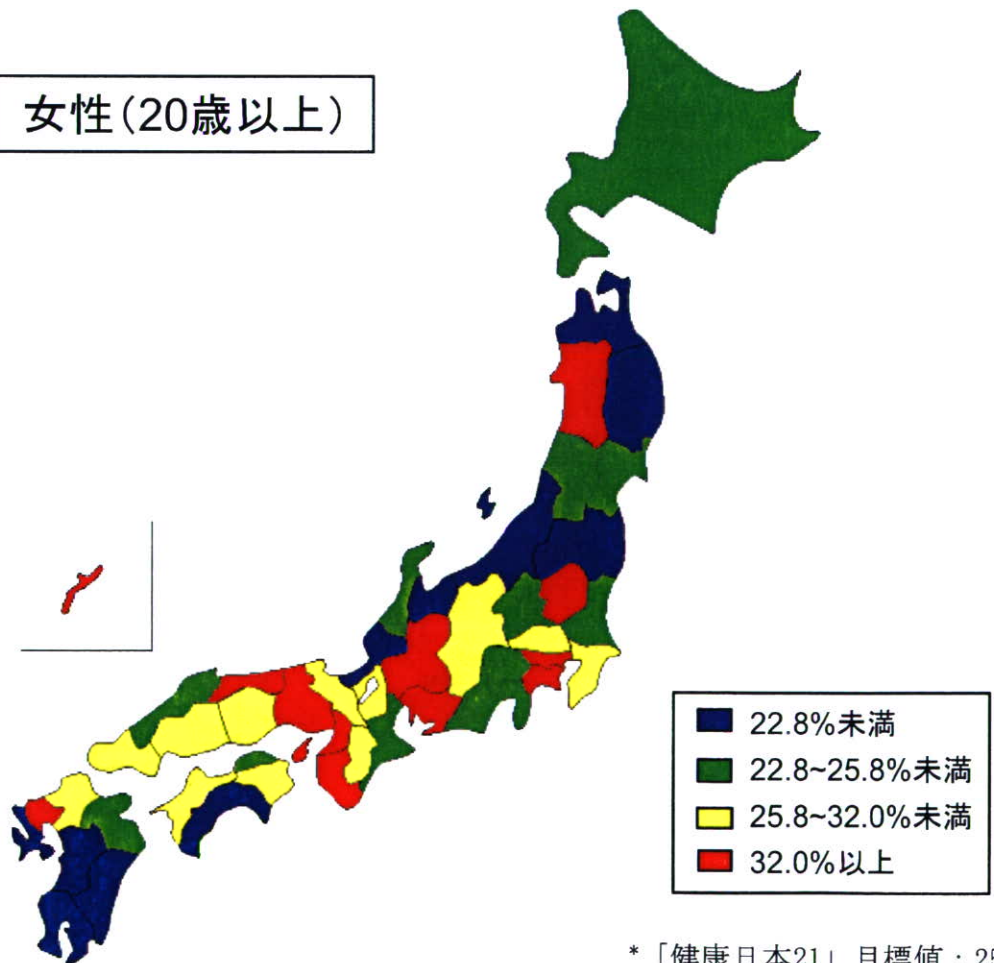
# 13. 脂肪エネルギー比率

男性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：25%以下

女性(20歳以上)

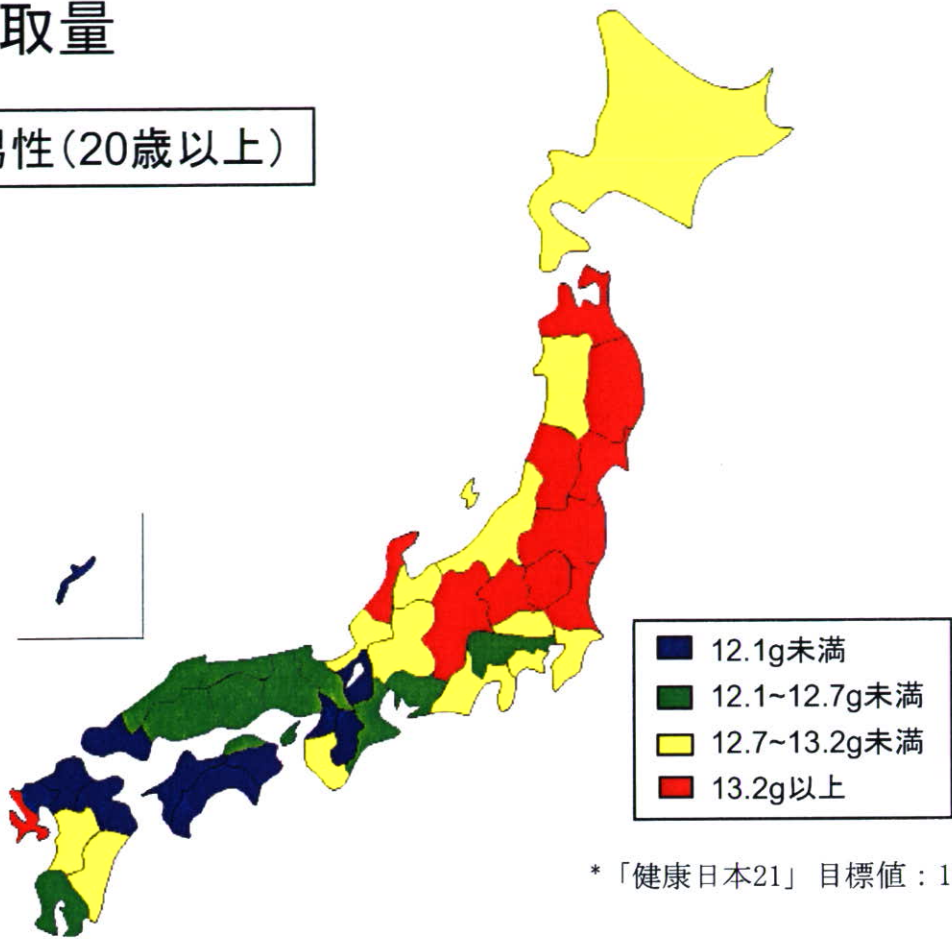


\*「健康日本21」目標値：25%以下



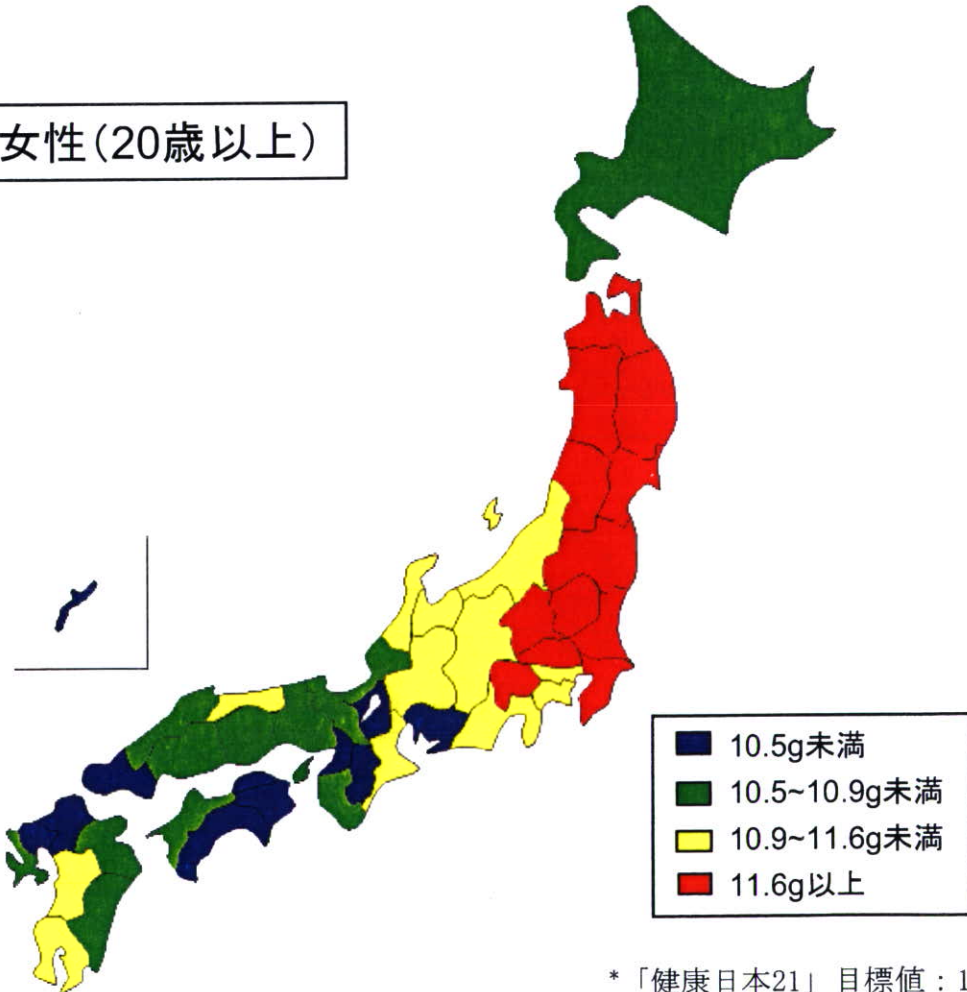
# 14. 食塩摂取量

男性(20歳以上)



\* 「健康日本21」 目標値：10g未満

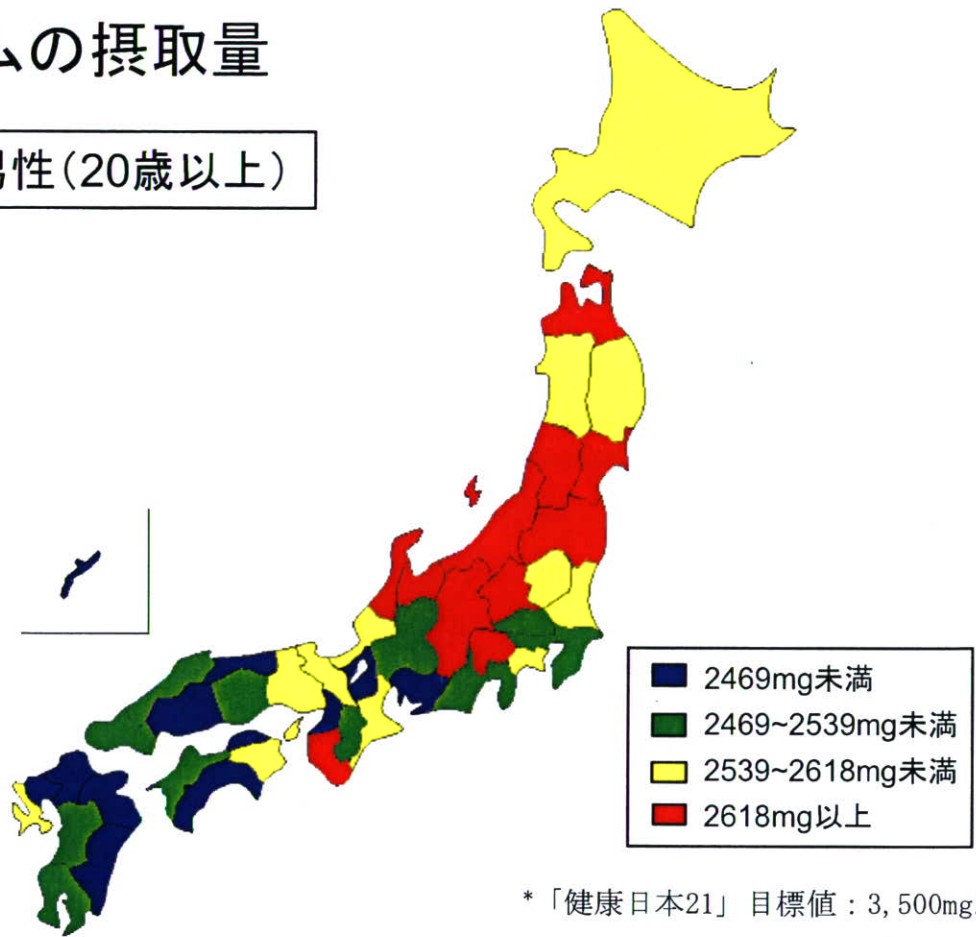
女性(20歳以上)



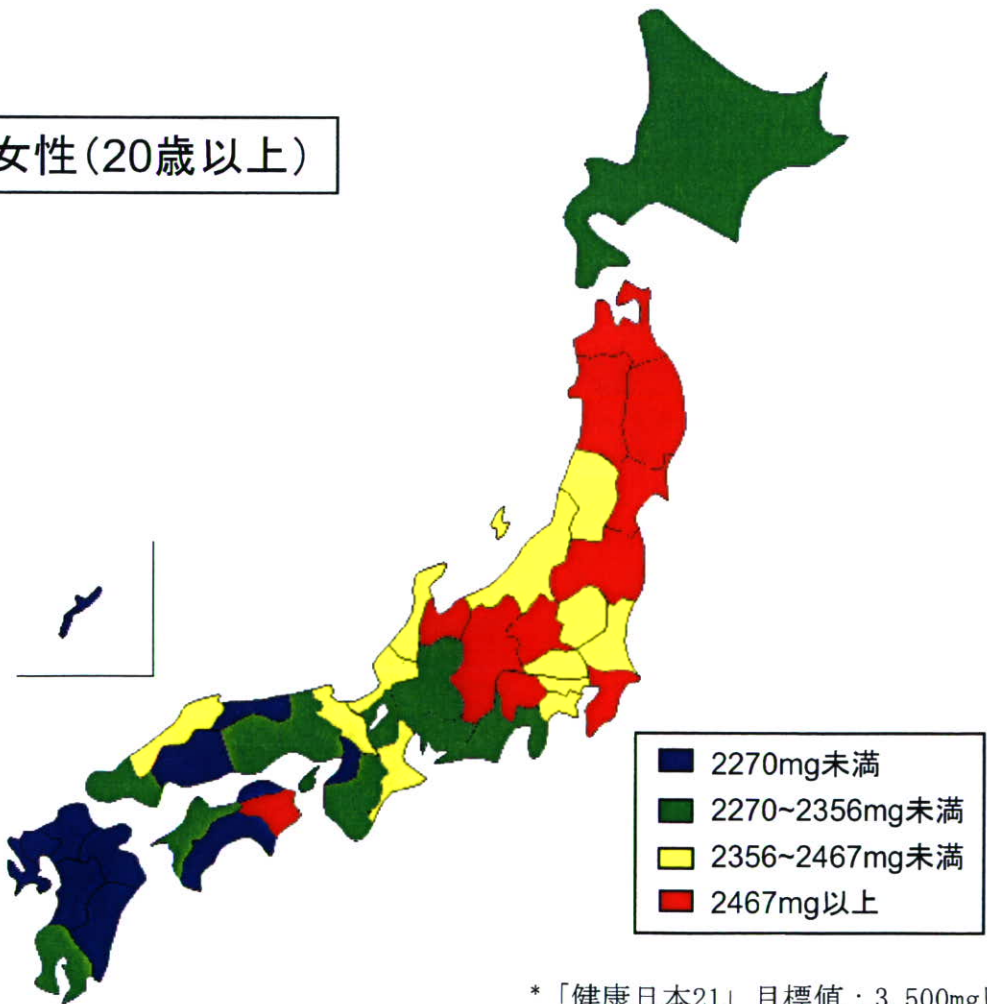
\* 「健康日本21」 目標値：10g未満

# 15. カリウムの摂取量

男性(20歳以上)

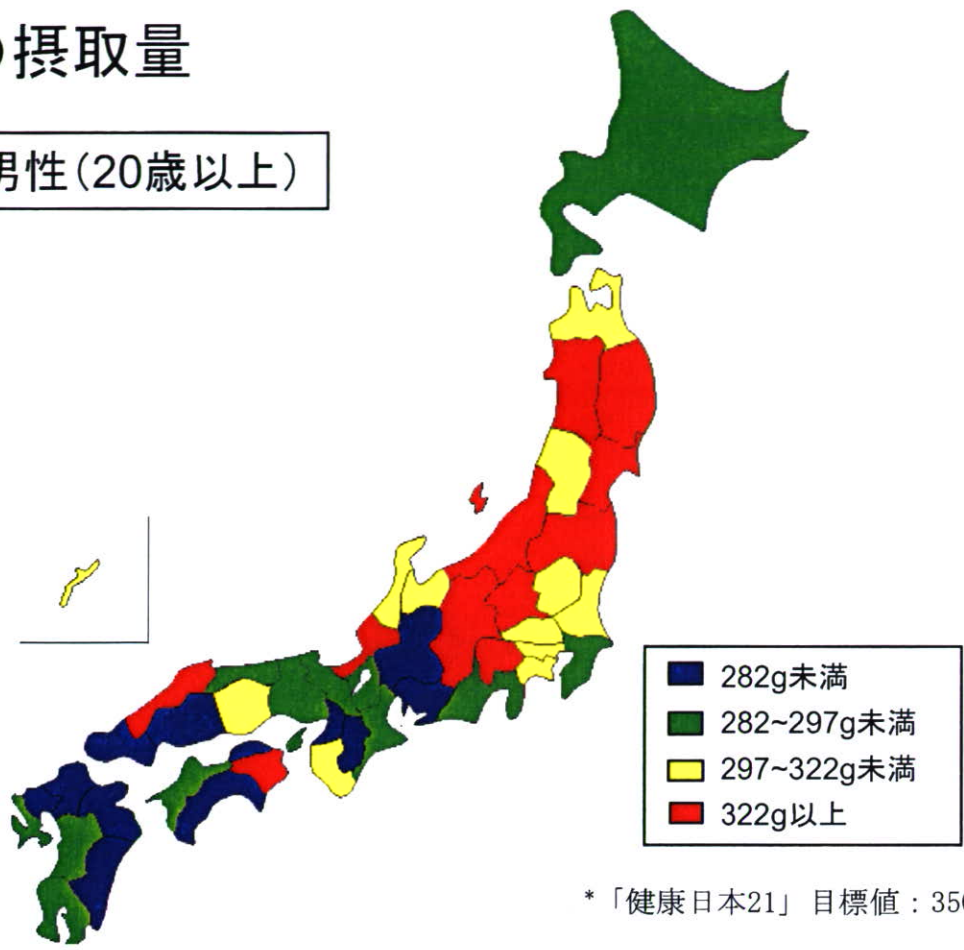


女性(20歳以上)



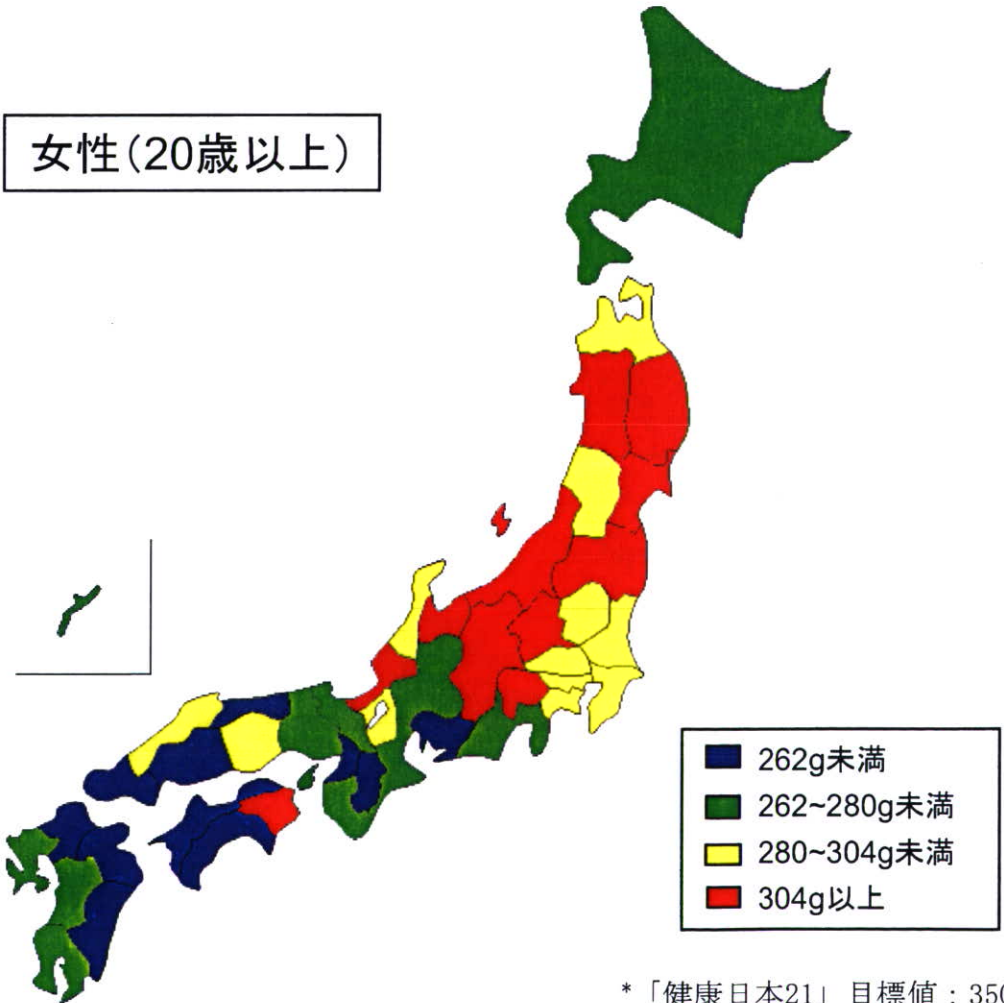
# 16. 野菜の摂取量

男性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：350g以上

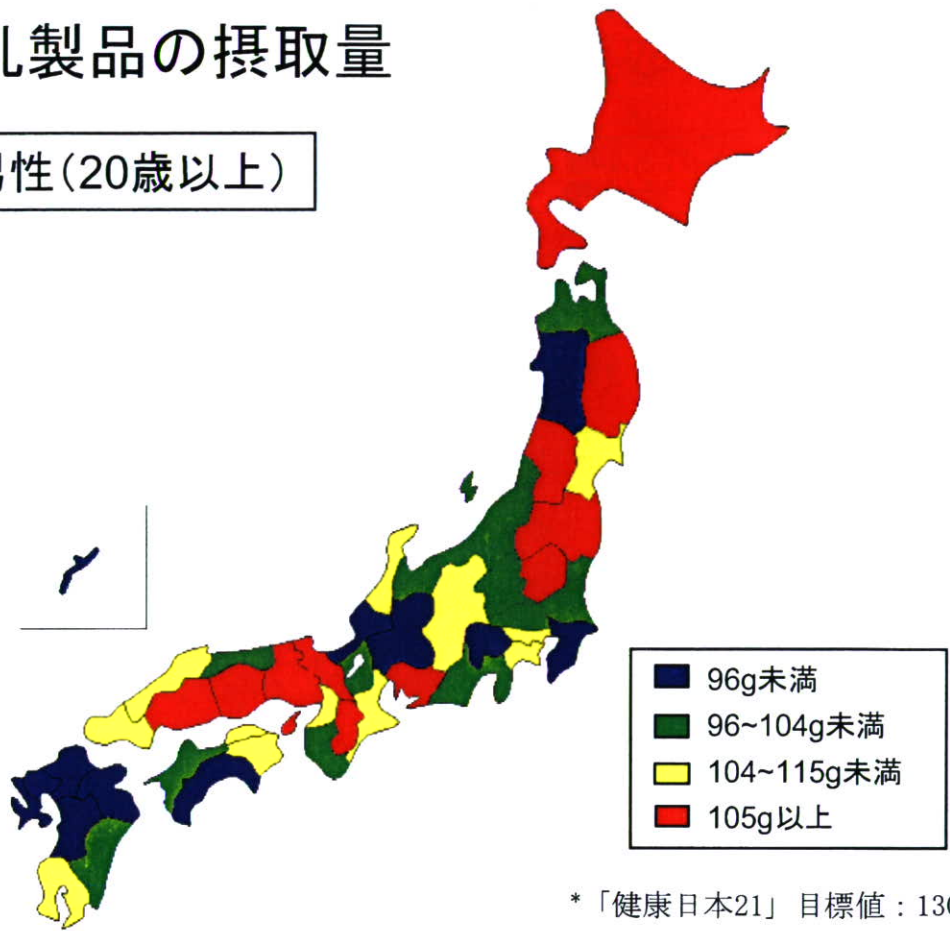
女性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：350g以上

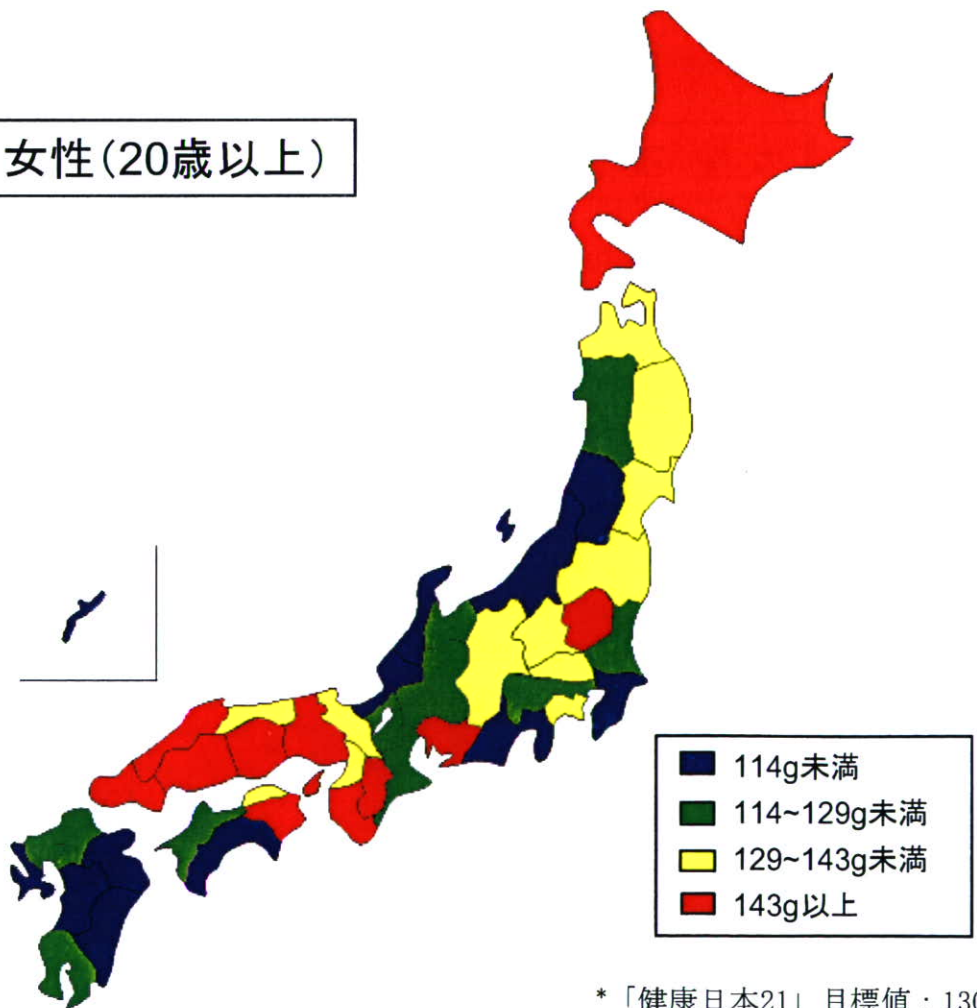
# 17. 牛乳・乳製品の摂取量

男性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：130g以上

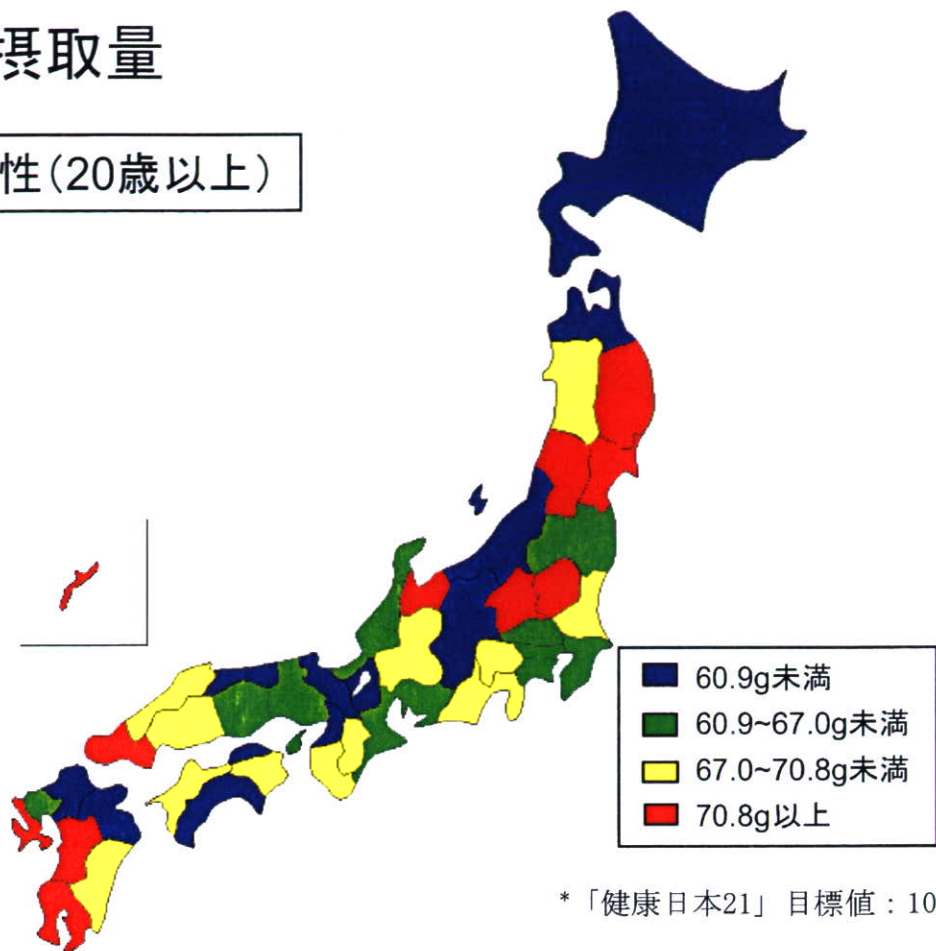
女性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：130g以上

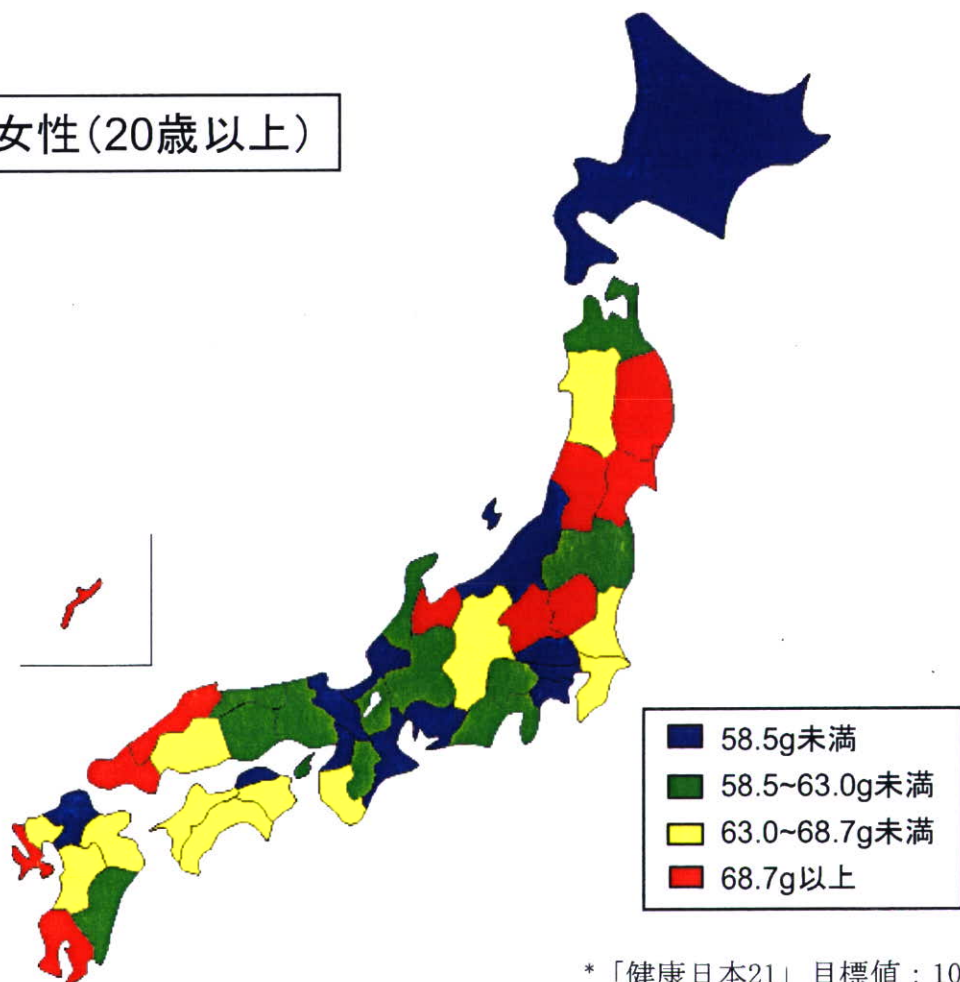
# 18. 豆類の摂取量

男性(20歳以上)



\*「健康日本21」目標値：100g以上

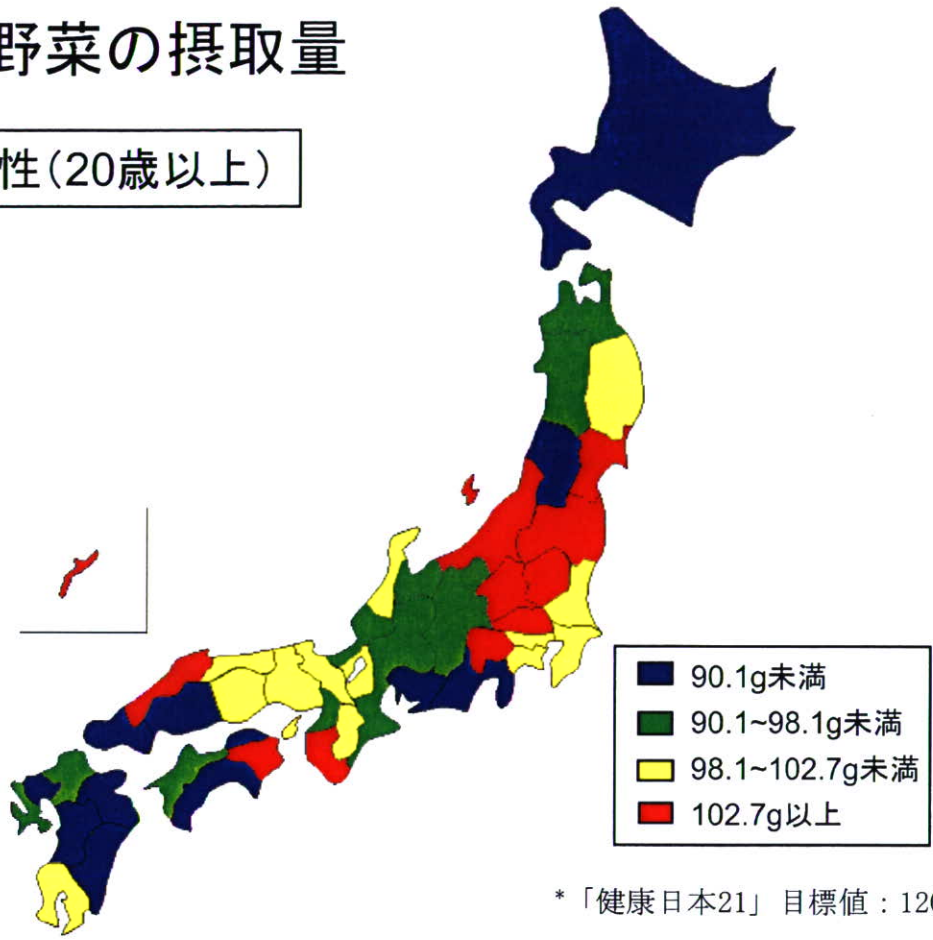
女性(20歳以上)



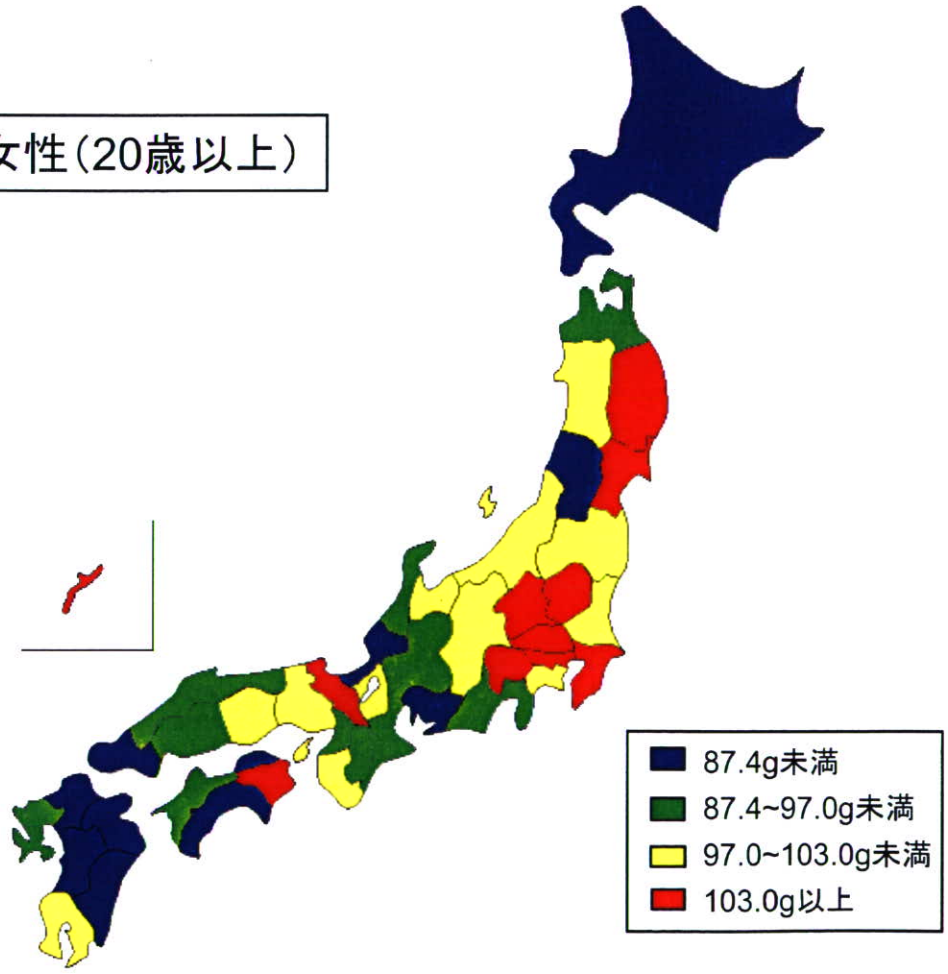
\*「健康日本21」目標値：100g以上

# 19. 緑黄色野菜の摂取量

男性(20歳以上)

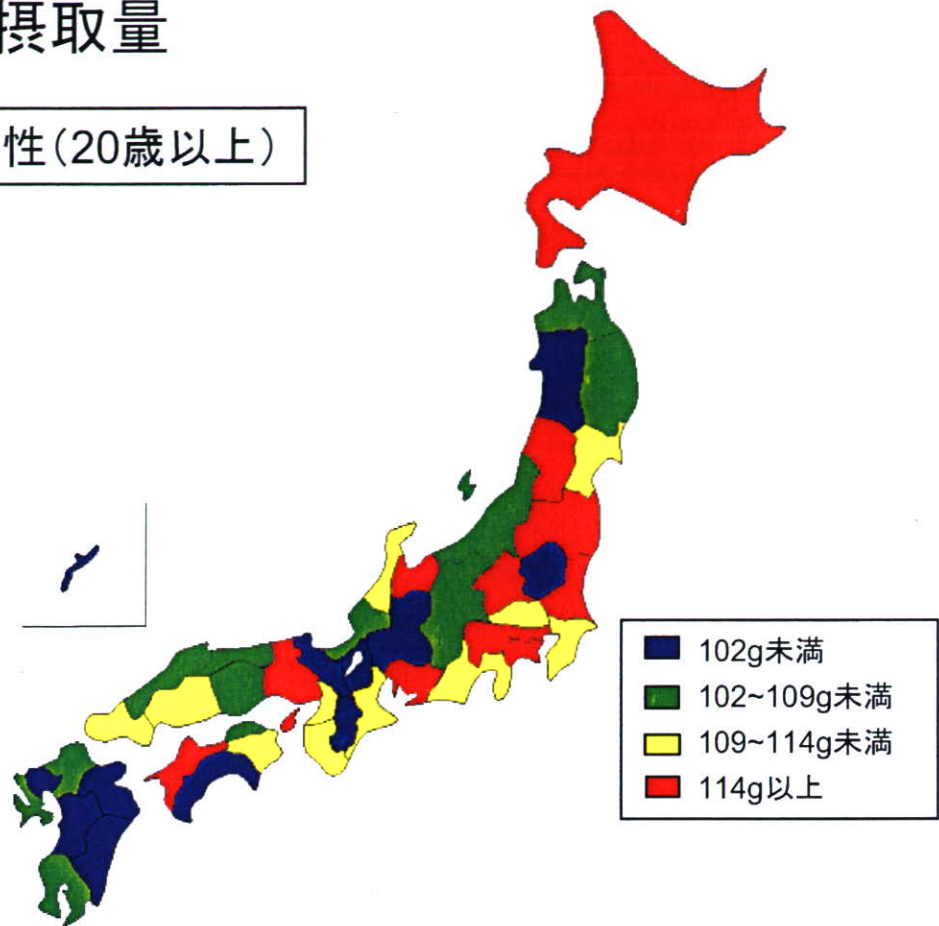


女性(20歳以上)

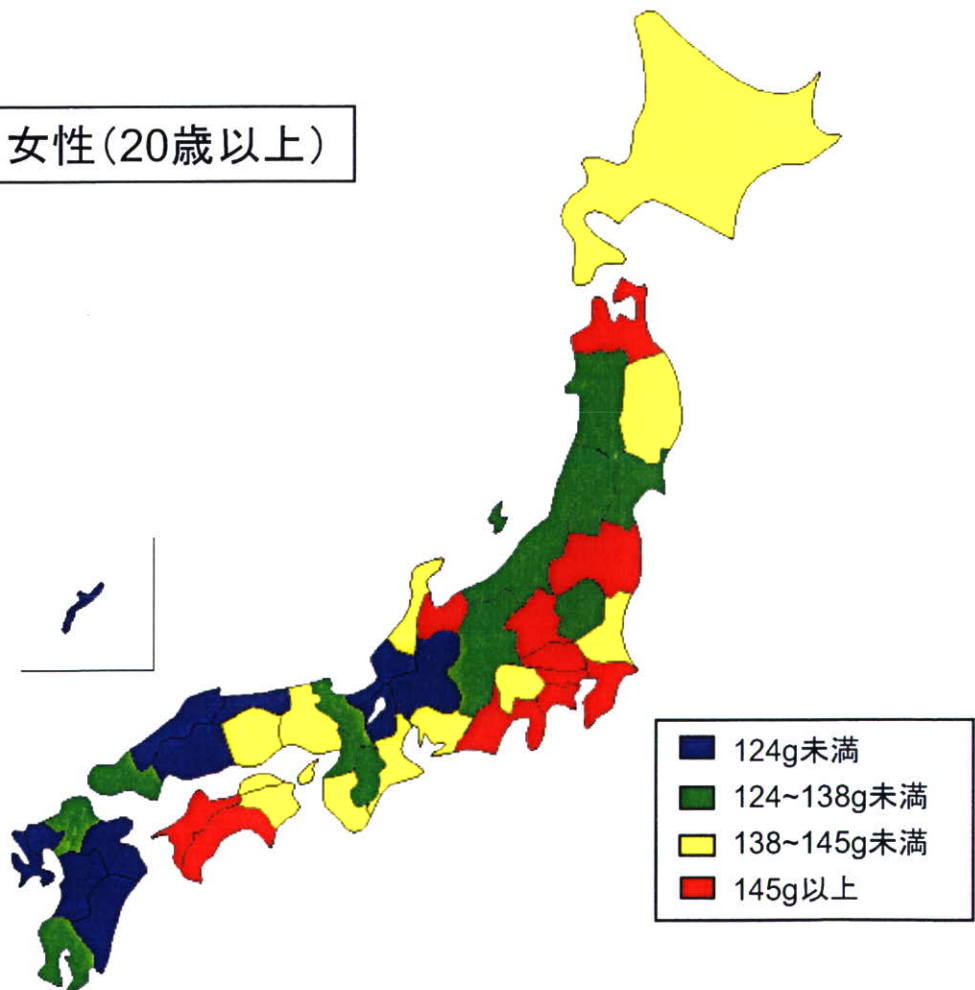


## 20. 果物の摂取量

男性(20歳以上)

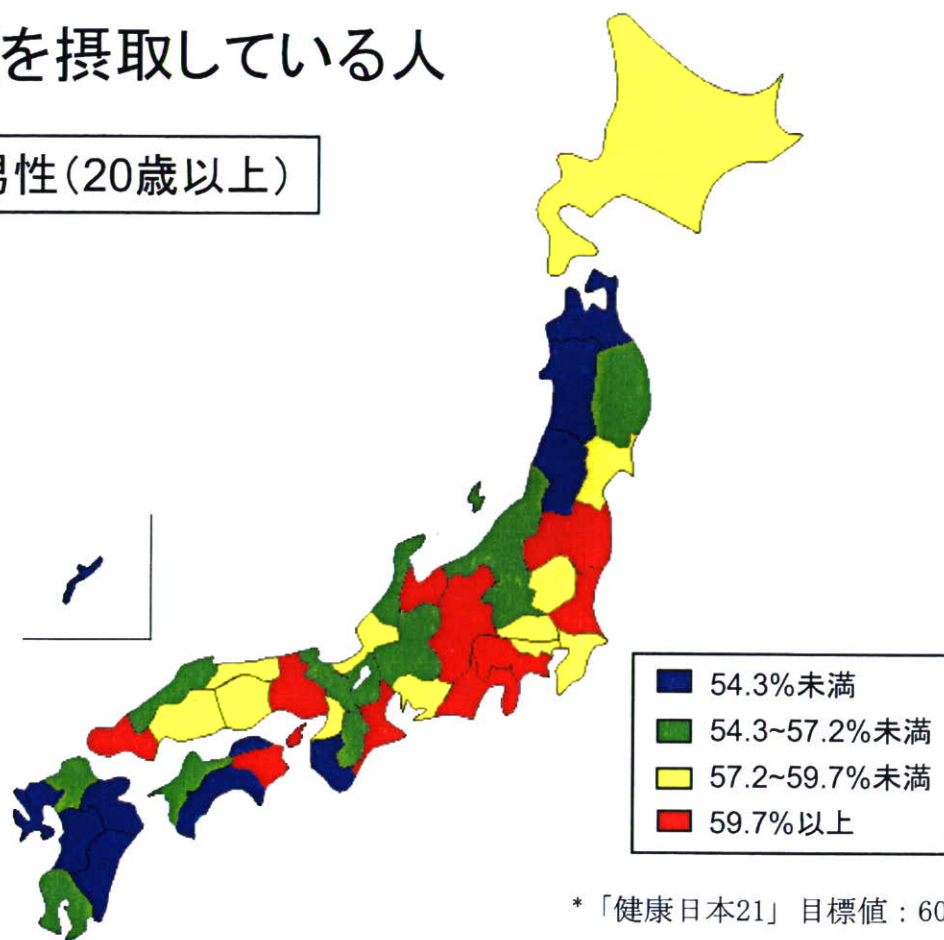


女性(20歳以上)

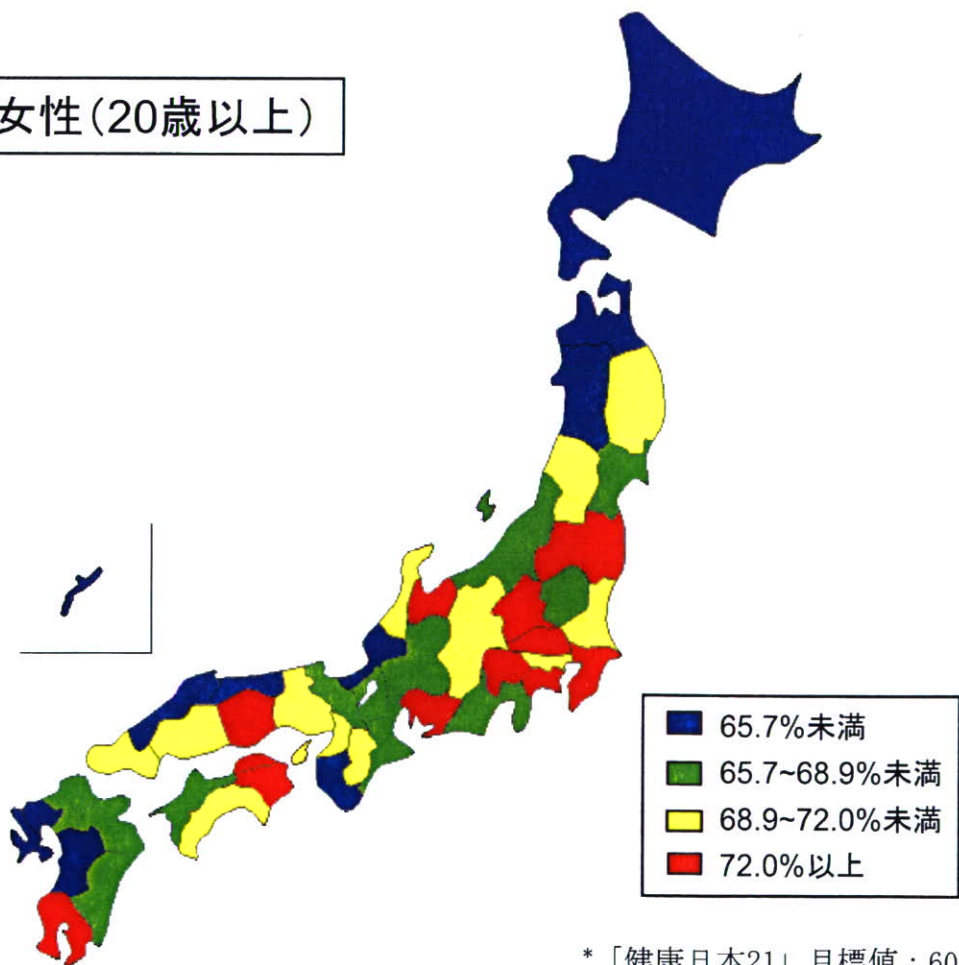


## 21. 果物類を摂取している人

男性(20歳以上)



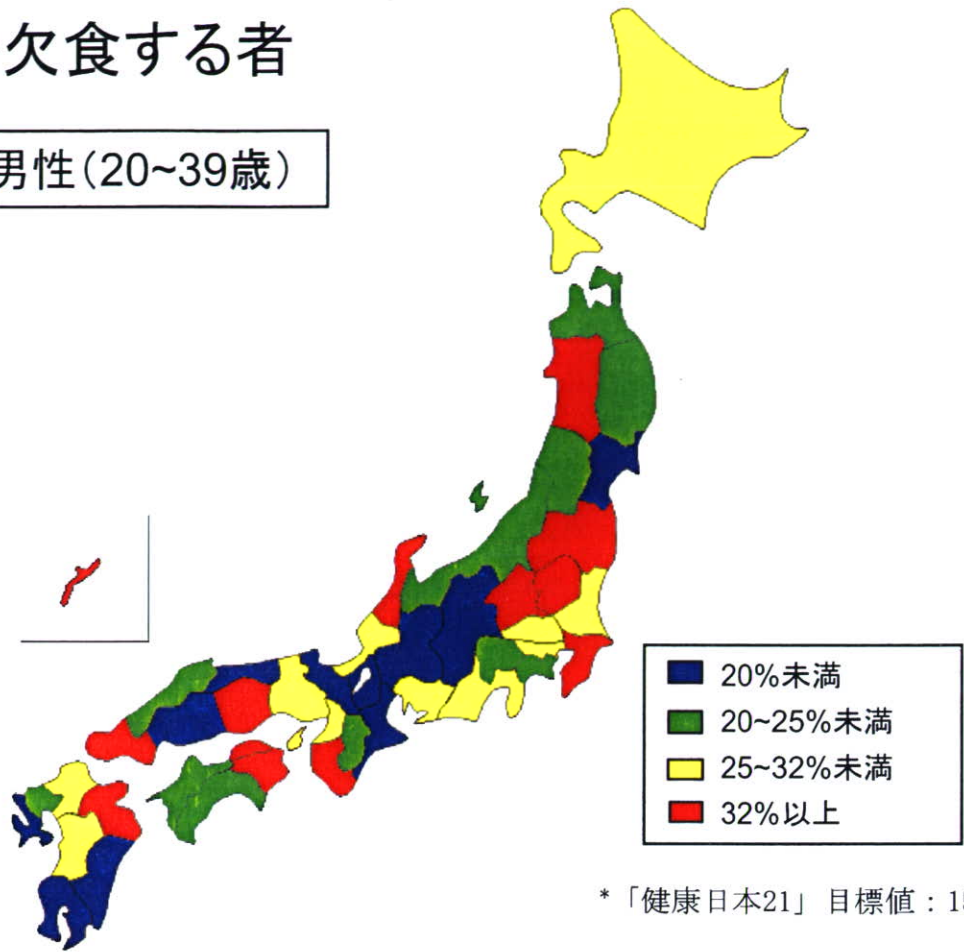
女性(20歳以上)





## 22. 朝食を欠食する者

男性(20~39歳)



\* 「健康日本21」 目標値：15%以下

女性(20~39歳)



\* 「健康日本21」 目標値：-

## (1) 北海道

男性(20~64歳)	単位	人数	平均値	信頼区間	パーセンタイル値							
					5	10	25	50(中央値)	75	90	95	
<b>身体状況</b>												
年齢	歳	617	44.5	43.5	45.5	22.0	26.0	34.0	46.0	55.0	61.0	63.0
身長	cm	426	168.2	167.4	168.9	158.7	160.0	164.0	168.4	172.6	175.9	178.0
体重	kg	426	68.6	67.4	69.8	53.6	55.2	60.0	66.4	75.8	85.0	89.0
BMI	kg/m <sup>2</sup>	426	24.3	23.9	24.6	18.8	19.8	21.3	23.7	26.7	29.4	31.2
最高血圧	mmHg	267	133.0	129.3	136.7	105.0	110.0	119.0	131.0	143.0	158.0	171.0
最低血圧	mmHg	267	83.4	80.9	85.8	65.0	67.0	74.0	84.0	91.0	99.0	105.0
総コレステロール値	mg/dl	263	201.0	197.2	204.7	147.0	157.0	178.0	200.0	223.0	247.0	261.0
HDLコレステロール値	mg/dl	263	55.3	53.2	57.3	33.0	37.0	44.0	54.0	65.0	78.0	85.0
トリグリセリド値	mg/dl	263	163.8	147.1	180.5	54.0	65.0	92.0	125.0	200.0	303.0	365.0
HbA1c(2003-05年のみ)	%	130	5.1	5.1	5.2	4.5	4.6	4.8	5.1	5.3	5.6	5.9
血糖	mg/dl	263	105.0	100.0	110.0	78.0	82.0	89.0	97.0	110.0	136.0	163.0
歩数	歩	569	7596.4	7171.7	8021.0	1578.0	2503.0	4465.0	6871.0	9983.0	13460.0	16111.0
<b>栄養素摂取状況</b>												
エネルギー	kcal	594	2213.1	2150.8	2275.5	1247.6	1462.4	1781.4	2140.3	2594.6	3061.1	3378.2
たんぱく質	g	594	85.0	81.9	88.0	42.4	49.7	63.6	79.1	101.1	123.5	142.7
動物性たんぱく質	g	594	49.2	46.5	51.9	15.2	19.8	30.5	44.5	60.9	83.6	97.4
脂質	g	594	59.7	57.4	62.0	22.2	27.6	40.7	56.8	73.7	95.0	108.4
炭水化物	g	594	301.8	292.4	311.1	165.6	192.0	240.0	289.9	354.5	413.9	460.8
カリウム	mg	594	2508.1	2388.4	2627.7	1043.3	1329.9	1793.7	2376.7	3112.5	3743.6	4243.3
カルシウム	mg	594	523.2	494.7	551.7	160.0	206.7	324.4	461.7	661.2	885.1	1062.5
鉄	mg	594	8.5	8.1	8.9	3.6	4.4	6.0	8.1	10.4	13.5	15.0
ビタミンA	μgRE	594	1281.5	976.1	1587.0	117.2	191.7	395.5	757.7	1288.6	2536.1	5143.9
ビタミンE	mgα-TE	594	9.4	8.6	10.2	2.9	3.8	5.6	8.0	11.2	14.9	17.3
ビタミンB1	mg	594	1.4	1.0	1.7	0.4	0.5	0.7	0.9	1.2	1.7	2.2
ビタミンB2	mg	594	1.5	1.3	1.7	0.5	0.6	0.9	1.2	1.6	2.1	2.8
ビタミンB6	mg	594	1.7	1.4	2.0	0.5	0.7	0.9	1.2	1.7	2.1	2.8
葉酸	μg	594	298.6	284.4	312.8	98.4	140.5	197.8	279.8	376.7	486.8	549.8
ビタミンC	mg	594	99.6	88.6	110.5	11.1	19.8	41.0	74.5	125.8	200.3	266.5
コレステロール	mg	594	393.8	377.1	410.5	78.9	116.2	204.8	361.2	532.3	705.1	862.6
食物繊維	g	594	14.7	13.9	15.4	5.4	7.2	10.1	13.5	18.4	22.7	26.8
食塩(ナトリウム×2.54/1000)	g	594	13.0	12.4	13.5	5.4	6.8	9.1	12.2	15.9	20.2	23.5
脂質エネルギー比(%)	%	594	24.0	23.2	24.7	11.9	14.9	18.8	23.8	29.1	32.7	34.8
炭水化物エネルギー比(%)	%	594	55.0	54.2	55.9	39.7	42.9	48.9	55.1	60.8	66.1	69.9
動物性たんぱく質比(%)	%	594	55.2	53.8	56.5	29.5	35.9	46.4	56.7	65.7	72.1	75.8
<b>食品群別摂取状況</b>												
穀類	g	594	560.4	538.8	582.0	260.0	320.0	420.0	540.0	670.0	829.3	943.2
いも類	g	594	59.6	49.6	69.5	0.0	0.0	0.0	30.0	90.0	162.2	210.2
豆類	g	594	45.9	41.0	50.8	0.0	0.0	0.0	23.4	70.0	120.0	171.8
野菜類	g	594	281.4	264.2	298.6	40.0	76.6	162.5	256.1	382.3	495.0	591.4
うち緑黄色野菜	g	594	83.3	76.1	90.6	0.0	0.0	20.7	67.0	119.4	185.6	233.4
果実類	g	594	90.2	77.4	103.0	0.0	0.0	0.0	4.7	160.0	272.0	372.0
魚介類	g	594	128.1	117.4	138.7	0.0	0.0	42.0	100.6	178.0	283.3	346.8
肉類	g	594	94.6	86.2	103.1	0.0	0.0	30.0	78.2	126.0	200.0	261.3
卵類	g	594	39.7	36.6	42.8	0.0	0.0	1.0	33.5	60.0	93.1	118.7
乳類	g	594	117.6	98.6	136.7	0.0	0.0	0.0	20.0	206.0	350.0	415.6
うち牛乳・乳製品	g	594	117.6	98.6	136.7	0.0	0.0	0.0	20.0	206.0	350.0	415.6
嗜好飲料類	g	594	635.1	579.8	690.5	0.0	0.0	190.0	533.4	950.0	1365.4	1731.0
うちアルコール飲料	g	594	198.7	168.7	228.7	0.0	0.0	0.0	2.3	350.0	708.0	1010.0

## (1) 北海道

女性(20~64歳)	単位	人数	平均値	信頼区間		パーセンタイル値						
						5	10	25	50(中央値)	75	90	95
<b>身体状況</b>												
年齢	歳	703	45.3	44.3	46.3	24.0	27.0	35.0	47.0	55.0	61.0	62.0
身長	cm	527	155.0	154.5	155.5	146.0	148.0	150.8	154.6	159.0	162.5	165.1
体重	kg	527	54.0	53.2	54.8	41.5	44.0	47.7	53.0	58.2	66.1	70.0
BMI	kg/m <sup>2</sup>	527	22.5	22.1	22.8	17.7	18.7	20.1	21.8	24.3	27.5	28.7
最高血圧	mmHg	389	125.0	122.1	127.9	99.0	104.0	110.0	120.0	136.0	154.0	170.0
最低血圧	mmHg	389	77.2	75.4	78.9	59.0	63.0	69.0	76.0	84.0	94.0	100.0
総コレステロール値	mg/dl	382	202.1	198.9	205.4	152.0	161.0	179.0	200.0	223.0	249.0	260.0
HDLコレステロール値	mg/dl	382	66.2	64.6	67.9	41.0	48.0	55.0	64.0	76.0	88.0	95.0
トリグリセリド値	mg/dl	382	117.2	107.6	126.8	46.0	52.0	67.0	96.0	141.0	215.0	256.0
HbA1c(2003-05年のみ)	%	189	5.1	5.0	5.2	4.5	4.6	4.8	5.0	5.3	5.6	5.9
血糖	mg/dl	382	101.4	98.3	104.4	78.0	82.0	88.0	96.0	107.0	124.0	136.0
歩数	歩	638	7042.0	6699.3	7384.7	1824.0	2958.0	4250.0	6597.0	8935.0	11528.0	14405.0
<b>栄養素摂取状況</b>												
エネルギー	kcal	661	1706.2	1659.5	1752.9	952.8	1139.4	1398.0	1659.9	1976.3	2346.8	2596.1
たんぱく質	g	661	68.0	65.3	70.6	33.4	40.7	51.3	65.4	80.5	98.1	116.4
動物性たんぱく質	g	661	37.6	35.5	39.6	9.7	14.1	23.4	35.1	48.5	63.4	75.2
脂質	g	661	49.4	47.5	51.3	18.7	23.6	34.3	46.9	62.7	76.1	86.2
炭水化物	g	661	237.3	230.6	244.1	128.3	149.5	188.8	231.1	282.0	329.4	363.4
カリウム	mg	661	2287.1	2182.8	2391.5	962.5	1157.0	1572.5	2175.6	2893.9	3497.4	4053.9
カルシウム	mg	661	510.3	483.7	536.8	150.6	205.1	301.8	476.4	680.3	856.8	982.3
鉄	mg	661	7.4	7.1	7.8	3.4	3.9	5.2	6.8	9.1	11.8	13.5
ビタミンA	μgRE	661	1305.6	996.3	1614.8	103.5	197.9	383.2	754.9	1365.2	2974.0	5082.3
ビタミンE	mgα-TE	661	11.4	8.7	14.0	2.4	3.3	5.0	7.4	10.2	14.2	17.6
ビタミンB1	mg	661	1.1	0.9	1.3	0.3	0.4	0.5	0.8	1.0	1.4	1.8
ビタミンB2	mg	661	1.4	1.2	1.6	0.4	0.5	0.8	1.1	1.5	1.9	2.3
ビタミンB6	mg	661	1.4	1.1	1.7	0.4	0.5	0.7	1.0	1.4	1.8	2.2
葉酸	μg	661	281.0	267.7	294.3	107.4	125.6	176.6	253.3	359.0	468.8	547.9
ビタミンC	mg	661	125.9	107.2	144.7	13.8	22.9	43.9	82.3	142.4	225.6	296.2
コレステロール	mg	661	319.0	301.6	336.3	59.9	91.3	161.0	290.8	432.5	566.0	727.8
食物繊維	g	661	14.0	13.3	14.6	5.4	6.5	9.2	12.7	17.6	21.8	25.3
食塩(ナトリウム×2.54/1000)	g	661	10.7	10.1	11.3	4.4	5.5	7.3	10.0	13.2	17.3	19.8
脂質エネルギー比(%)	%	661	25.7	24.9	26.4	13.1	16.2	20.6	25.5	30.6	35.2	38.9
炭水化物エネルギー比(%)	%	661	56.0	55.1	56.9	42.0	44.5	49.9	56.3	62.0	67.3	70.3
動物性たんぱく質比(%)	%	661	52.6	51.3	53.9	23.8	31.2	43.4	54.6	63.7	70.4	73.9
<b>食品群別摂取状況</b>												
穀類	g	661	387.9	372.9	403.0	148.0	201.0	282.0	376.1	475.0	573.6	650.0
いも類	g	661	54.3	48.0	60.7	0.0	0.0	0.0	25.0	84.0	146.0	199.3
豆類	g	661	50.0	43.6	56.4	0.0	0.0	0.0	30.0	71.3	131.0	182.9
野菜類	g	661	257.1	241.1	273.1	57.0	79.0	129.2	225.0	351.3	483.8	564.6
うち緑黄色野菜	g	661	80.9	73.5	88.3	0.0	0.0	22.1	60.0	121.6	185.1	225.6
果実類	g	661	121.5	109.9	133.2	0.0	0.0	0.0	88.0	185.0	313.0	412.0
魚介類	g	661	96.9	87.8	106.1	0.0	0.0	23.0	80.3	143.5	215.2	273.6
肉類	g	661	62.9	56.6	69.2	0.0	0.0	12.5	50.0	92.0	149.5	193.8
卵類	g	661	33.0	30.2	35.8	0.0	0.0	0.0	27.5	55.0	75.0	93.6
乳類	g	661	154.0	138.8	169.2	0.0	0.0	0.0	103.0	230.0	403.0	500.0
うち牛乳・乳製品	g	661	154.0	138.8	169.2	0.0	0.0	0.0	103.0	230.0	403.0	500.0
嗜好飲料類	g	661	520.4	476.1	564.8	0.0	1.8	200.0	425.0	750.0	1110.0	1403.0
うちアルコール飲料	g	661	64.3	45.1	83.5	0.0	0.0	0.0	0.0	7.5	240.0	369.0

## (2) 青森

男性(20~64歳)	単位	人数	平均値	信頼区間		パーセンタイル値						
						5	10	25	50(中央値)	75	90	95
<b>身体状況</b>												
年齢	歳	150	44.0	42.2	45.8	24.0	26.5	35.0	43.5	54.0	59.0	63.0
身長	cm	107	168.4	165.9	170.9	155.9	160.0	165.0	169.5	172.2	176.3	178.0
体重	kg	107	67.1	64.2	70.0	53.8	55.0	58.0	66.0	72.9	78.0	84.2
BMI	kg/m <sup>2</sup>	107	23.6	23.1	24.2	19.4	20.1	21.3	23.2	25.8	27.7	29.4
最高血圧	mmHg	62	131.1	127.2	134.9	107.0	115.0	121.0	130.0	140.0	149.0	151.0
最低血圧	mmHg	62	82.8	80.3	85.2	67.0	70.0	77.0	82.0	89.0	96.0	99.0
総コレステロール値	mg/dl	56	197.6	183.3	211.8	148.0	156.0	167.5	195.0	223.0	236.0	243.0
HDLコレステロール値	mg/dl	56	53.3	50.4	56.2	34.0	36.0	43.5	50.5	61.0	73.0	86.0
トリグリセリド値	mg/dl	56	169.3	122.9	215.7	61.0	71.0	99.5	134.0	193.5	323.0	444.0
HbA1c(2003-05年のみ)	%	28	5.5	4.7	6.2	4.5	4.7	4.9	5.1	5.4	6.9	9.7
血糖	mg/dl	56	107.3	98.9	115.7	81.0	85.0	92.0	100.5	111.5	126.0	142.0
歩数	歩	130	6677.9	5616.6	7739.3	2003.0	2524.0	3942.0	5705.5	9457.0	12168.5	13515.0
<b>栄養素摂取状況</b>												
エネルギー	kcal	140	2155.2	1988.5	2321.9	1257.9	1532.7	1717.8	2073.3	2538.3	2988.8	3208.1
たんぱく質	g	140	81.9	77.1	86.8	42.6	50.0	60.3	76.3	99.0	123.0	138.0
動物性たんぱく質	g	140	45.9	41.8	50.1	18.1	21.0	29.0	41.1	58.5	80.8	89.5
脂質	g	140	52.6	46.8	58.4	20.8	25.1	34.8	49.8	64.8	89.1	99.9
炭水化物	g	140	297.9	272.5	323.4	165.1	197.9	234.9	284.5	354.7	412.2	470.9
カリウム	mg	140	2562.0	2398.2	2725.8	1203.2	1357.2	1650.1	2374.6	2999.7	4042.9	4715.4
カルシウム	mg	140	506.1	460.1	552.1	201.2	215.5	307.8	439.9	652.0	885.1	1065.0
鉄	mg	140	9.1	8.1	10.2	4.1	4.8	6.1	7.9	10.7	14.1	17.8
ビタミンA	μgRE	140	1585.4	920.0	2250.8	142.3	197.5	419.0	868.2	1610.2	3615.8	5741.5
ビタミンE	mgα-TE	140	8.8	8.2	9.4	2.9	4.0	5.6	8.1	11.3	14.2	16.5
ビタミンB1	mg	140	1.0	0.9	1.1	0.4	0.5	0.6	0.8	1.1	1.6	1.9
ビタミンB2	mg	140	1.3	1.2	1.5	0.5	0.6	0.8	1.1	1.5	2.2	2.6
ビタミンB6	mg	140	1.4	1.3	1.5	0.6	0.7	0.9	1.2	1.6	2.0	2.9
葉酸	μg	140	323.6	298.9	348.3	107.7	148.7	199.9	297.1	415.6	536.0	583.8
ビタミンC	mg	140	85.2	73.2	97.2	15.7	22.7	38.1	62.7	109.3	184.1	230.8
コレステロール	mg	140	393.7	347.7	439.8	95.7	128.1	214.0	342.3	524.8	659.5	825.3
食物繊維	g	140	14.7	13.4	16.0	5.3	7.0	9.5	13.6	17.8	23.8	26.2
食塩(ナトリウム×2.54/1000)	g	140	13.9	12.4	15.4	6.3	7.3	9.3	13.5	17.3	21.3	23.5
脂質エネルギー比(%)	%	140	21.8	20.2	23.3	10.0	11.6	16.5	21.1	27.3	31.5	34.3
炭水化物エネルギー比(%)	%	140	55.6	53.6	57.6	39.0	43.7	48.9	55.6	62.2	68.5	72.4
動物性たんぱく質比(%)	%	140	54.0	51.9	56.1	33.9	36.0	45.4	54.3	64.5	70.3	73.3
<b>食品群別摂取状況</b>												
穀類	g	140	557.9	514.1	601.8	315.0	351.2	423.8	530.0	639.6	815.1	954.5
いも類	g	140	59.8	48.3	71.3	0.0	0.0	0.0	33.3	110.4	156.3	183.4
豆類	g	140	58.2	48.8	67.6	0.0	0.0	5.0	40.0	89.5	134.8	181.7
野菜類	g	140	299.6	247.3	351.8	49.7	76.1	165.1	260.6	401.0	557.8	658.2
うち緑黄色野菜	g	140	86.3	76.7	96.0	0.0	2.2	26.9	70.4	112.5	197.1	271.9
果実類	g	140	88.8	56.9	120.6	0.0	0.0	0.0	0.0	139.8	291.2	415.0
魚介類	g	140	133.3	109.3	157.3	0.0	11.8	60.0	110.9	174.7	289.6	344.4
肉類	g	140	81.6	66.7	96.4	0.0	0.0	15.0	66.2	125.0	179.4	231.4
卵類	g	140	34.8	27.9	41.8	0.0	0.0	0.1	25.6	56.8	83.8	113.6
乳類	g	140	88.8	46.3	131.2	0.0	0.0	0.0	5.0	175.0	257.9	411.5
うち牛乳・乳製品	g	140	88.8	46.3	131.2	0.0	0.0	0.0	5.0	175.0	257.9	411.5
嗜好飲料類	g	140	686.9	593.7	780.1	0.0	1.9	204.0	600.5	957.5	1521.5	2096.0
うちアルコール飲料	g	140	299.9	207.9	391.9	0.0	0.0	0.0	9.0	505.0	825.8	1245.0