

表1-99. 性・年齢階級別、K6得点別の強化食品由来の摂取量 (ビタミンB6/mg)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	0.002	0.143	0.006	0.000
40～64歳	0.006	0.000	0.009	0.000
65歳以上	0.000	0.000	0.018	0.000

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-100. 性・年齢階級別、K6得点別の強化食品由来の摂取量 (ビタミンC/mg)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	1.89	85.00	11.08	0.00
40～64歳	4.71	0.00	8.42	1.82
65歳以上	0.50	0.00	2.63	15.00

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-101. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量 (穀類/g)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	579.4	512.0	385.5	355.6
40～64歳	544.8	519.9	386.3	366.9
65歳以上	490.6	520.1	383.7	387.4

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-102. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量 (いも類/g)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	60.5	39.5	46.5	25.0
40～64歳	60.3	38.3	55.2	67.4
65歳以上	61.2	77.4	66.8	43.9

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-103. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量 (砂糖・甘味料類/g)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	7.1	12.3	6.5	4.5
40～64歳	7.5	7.1	7.2	7.5
65歳以上	7.9	7.3	8.1	6.5

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-104. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量 (豆類/g)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	53.9	26.0	51.4	38.8
40～64歳	69.0	69.2	66.7	59.1
65歳以上	75.6	68.4	70.6	90.0

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-105. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量 (種実類/g)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	1.42	0.88	2.00	1.88
40～64歳	2.50	0.99	3.01	3.21
65歳以上	3.13	1.27	2.71	3.85

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-106. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（野菜類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	287.9	220.2	230.7	281.1
40～64歳	308.6	236.5	300.3	270.8
65歳以上	334.9	299.8	334.5	305.3

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-107. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（果実類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	56.7	66.9	68.4	80.2
40～64歳	91.5	77.1	134.5	117.0
65歳以上	152.4	98.8	158.8	174.5

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-108. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（きのこ類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	17.9	14.3	16.9	15.8
40～64歳	20.8	13.6	20.7	14.1
65歳以上	20.1	11.9	20.0	17.5

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-109. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（海藻類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	9.4	15.3	10.6	12.1
40～64歳	13.8	9.1	11.0	10.6
65歳以上	14.0	9.6	15.1	7.9

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-110. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（魚介類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	66.5	44.5	50.9	62.6
40～64歳	96.4	78.7	81.9	83.3
65歳以上	105.3	86.0	81.2	56.4

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-111. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（肉類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	134.3	123.3	89.3	80.2
40～64歳	90.9	109.3	73.9	72.2
65歳以上	61.1	76.9	54.3	63.6

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-112. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（卵類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	40.7	37.1	32.7	32.3
40～64歳	40.5	35.7	34.6	34.7
65歳以上	37.0	33.3	33.3	29.9

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-113. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（乳類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	91.2	59.2	105.6	94.7
40～64歳	84.3	69.4	115.4	119.0
65歳以上	108.7	127.6	111.7	124.9

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-114. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（油脂類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	12.6	13.0	10.1	8.1
40～64歳	11.7	9.7	10.3	10.8
65歳以上	8.7	9.5	7.6	6.6

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-115. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（菓子類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	25.8	43.5	32.0	24.1
40～64歳	23.4	10.7	33.0	33.6
65歳以上	20.9	19.4	25.8	21.8

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-116. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（嗜好飲料類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	761.6	587.1	612.4	503.0
40～64歳	908.3	757.9	699.9	668.7
65歳以上	775.9	698.3	645.4	621.3

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-117. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（調味料・香辛料類/g）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	118.7	102.1	84.9	80.4
40～64歳	108.4	96.0	82.9	67.9
65歳以上	93.6	96.9	87.2	76.3

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表1-118. 性・年齢階級別、K6得点別の1日の食品群別摂取量（補助栄養素・特定保健用食品類）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳	14.8	0.4	13.5	21.9
40～64歳	14.3	8.4	16.0	27.6
65歳以上	15.6	32.5	21.5	13.4

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-1. 性・年齢階級別、K6得点別の血圧を下げる薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	0	1	0	0
(%)	0.0	100.0	0.0	0.0
服薬なし (名)	153	13	276	34
(%)	92.2	7.8	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	107	10	96	11
(%)	91.5	8.6	89.7	10.3
服薬なし (名)	359	29	500	66
(%)	92.5	7.5	88.3	11.7
65歳以上				
服薬あり (名)	263	11	279	21
(%)	96.0	4.0	93.0	7.0
服薬なし (名)	274	15	351	21
(%)	94.8	5.2	94.4	5.7

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-2 性・年齢階級別、K6得点別の脈を下げる薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	0	0	1	0
(%)	0.0	0.0	100.0	0.0
服薬なし (名)	153	14	275	34
(%)	91.6	8.4	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	7	1	6	2
(%)	87.5	12.5	75.0	25.0
服薬なし (名)	459	38	590	75
(%)	92.4	7.7	88.7	11.3
65歳以上				
服薬あり (名)	48	4	39	1
(%)	92.3	7.7	97.5	2.5
服薬なし (名)	489	22	590	41
(%)	95.7	4.3	93.5	6.5

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-3. 性・年齢階級別、K6得点別、インスリン注射または血糖を下げる薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	1	0	0	0
(%)	100.0	0.0	0.0	0.0
服薬なし (名)	152	14	276	34
(%)	91.6	8.4	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	33	2	14	3
(%)	94.3	5.7	82.4	17.7
服薬なし (名)	433	37	582	74
(%)	92.1	7.9	88.7	11.3
65歳以上				
服薬あり (名)	67	5	61	8
(%)	93.1	6.9	88.4	11.6
服薬なし (名)	470	21	569	34
(%)	95.7	4.3	94.4	5.6

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-4. 性・年齢階級別、K6得点別、コレステロールを下げる薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群*	K6得点高値群*	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	0	1	1	0
(%)	0.0	100.0	100.0	0.0
服薬なし (名)	153	13	275	34
(%)	92.2	7.8	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	46	6	48	10
(%)	88.5	11.5	82.8	17.2
服薬なし (名)	420	33	548	67
(%)	92.7	7.3	89.1	10.9
65歳以上				
服薬あり (名)	94	1	182	13
(%)	99.0	1.1	93.3	6.7
服薬なし (名)	443	25	448	29
(%)	94.7	5.3	93.9	6.1

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-5. 性・年齢階級別、K6得点別、中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群*	K6得点高値群*	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
服薬なし (名)	153	14	276	34
(%)	91.6	8.4	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	23	4	5	1
(%)	85.2	14.8	83.3	16.7
服薬なし (名)	443	35	591	76
(%)	92.7	7.3	88.6	11.4
65歳以上				
服薬あり (名)	36	1	30	0
(%)	97.3	2.7	100.0	0.0
服薬なし (名)	501	25	599	42
(%)	95.3	4.8	93.5	6.6

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-6. 性・年齢階級別、K6得点別、貧血治療のための薬の服用の有無

	男性		女性	
	K6得点低値群*	K6得点高値群*	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
服薬あり (名)	0	0	2	0
(%)	0.0	0.0	100.0	0.0
服薬なし (名)	153	14	274	34
(%)	91.6	8.4	89.0	11.0
40～64歳				
服薬あり (名)	1	0	5	2
(%)	100.0	0.0	71.4	23.6
服薬なし (名)	465	39	591	75
(%)	92.3	7.7	88.7	11.3
65歳以上				
服薬あり (名)	9	1	17	0
(%)	90.0	10.0	100.0	0.0
服薬なし (名)	528	25	613	42
(%)	95.5	4.5	93.6	6.4

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-7. 年齢階級別、K6得点別、妊婦・授乳婦

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
妊娠していない女性、男性 (名)	153	14	243	34
(%)	91.62	8.38	87.73	12.27
妊娠している(名)	0	0	8	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳中 (名)	0	0	7	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳し ていない(名)	0	0	3	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
分娩後6か月以上で現在授乳し ている(名)	0	0	15	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
40～64歳				
妊娠していない女性、男性 (名)	467	39	594	77
(%)	92.29	7.71	88.52	11.48
妊娠している(名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳中 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳し ていない(名)	0	0	1	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
分娩後6か月以上で現在授乳し ている(名)	0	0	1	0
(%)	0.0	0.0	100	0.0
65歳以上				
妊娠していない女性、男性 (名)	537	26	630	42
(%)	95.38	4.62	93.75	6.25
妊娠している(名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳中 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
分娩後6か月未満で現在授乳し ていない(名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
分娩後6か月以上で現在授乳し ている(名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-8. 性・年齢階級別、K6得点別、仕事の種類

	男性		女性	
	K6得点低値群※	K6得点高値群※	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
専門的・技術的職業従事者 (名)	40	5	49	5
(%)	88.9	11.1	90.7	9.3
管理的職業従事者 (名)	6	0	1	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
事務従事者 (名)	15	1	48	4
(%)	93.8	6.3	92.3	7.7
販売従事者 (名)	15	1	17	2
(%)	93.8	6.3	89.5	10.5
サービス職業従事者 (名)	19	2	37	8
(%)	90.5	9.5	82.2	17.8
保安職業従事者 (名)	4	0	1	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
農業従事者 (名)	4	0	.	.
(%)	100.0	0.0	.	.
林業従事者 (名)
(%)
漁業従事者 (名)
(%)
運輸・機械運転従事者 (名)	6	0	2	1
(%)	100.0	0.0	66.7	33.3
生産工程従事者 (名)	34	3	10	0
(%)	91.9	8.1	100.0	0.0
家事従事者 (名)	.	.	97	9
(%)	.	.	91.5	8.5
その他 (名)	6	1	8	3
(%)	85.7	14.3	72.7	27.3
学生 (名)	3	1	6	2
(%)	75.0	25.0	75.0	25.0
不明 (名)	1	0	.	.
(%)	100.0	0.0	.	.
40～64歳				
専門的・技術的職業従事者 (名)	76	2	67	15
(%)	97.4	2.6	81.7	18.3
管理的職業従事者 (名)	46	3	2	0
(%)	93.9	6.1	100.0	0.0
事務従事者 (名)	53	3	79	10
(%)	94.6	5.4	88.8	11.2
販売従事者 (名)	30	3	44	5
(%)	90.9	9.1	89.8	10.2
サービス職業従事者 (名)	36	4	85	12
(%)	90.0	10.0	87.6	12.4
保安職業従事者 (名)	7	3	.	.
(%)	70.0	30.0	.	.
農業従事者 (名)	33	1	18	2
(%)	97.1	2.9	90.0	10.0
林業従事者 (名)	2	0	.	.
(%)	100.0	0.0	.	.
漁業従事者 (名)	5	0	1	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
運輸・機械運転従事者 (名)	31	4	1	1
(%)	88.6	11.4	50.0	50.0
生産工程従事者 (名)	75	5	32	7
(%)	93.8	6.3	82.1	18.0
家事従事者 (名)	7	0	245	23
(%)	100.0	0.0	91.4	8.6

表2-8. 続き

その他(名)	60	11	18	2
(%)	84.5	15.5	90.0	10.0
学生(名)	.	.	1	0
(%)	.	.	100.0	0.0
不明(名)	6	0	3	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
65歳以上				
専門的・技術的職業従事者(名)	17	3	9	1
(%)	85.0	15.0	90.0	10.0
管理的職業従事者(名)	18	1	7	0
(%)	94.7	5.3	100.0	0.0
事務従事者(名)	7	0	10	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
販売従事者(名)	16	1	16	2
(%)	94.1	5.9	88.9	11.1
サービス職業従事者(名)	26	2	25	4
(%)	92.9	7.1	86.2	13.8
保安職業従事者(名)	3	0		
(%)	100.0	0.0		
農業従事者(名)	60	1	31	1
(%)	98.4	1.6	96.9	3.1
林業従事者(名)
(%)
漁業従事者(名)	2	0	.	.
(%)	100.0	0.0	.	.
運輸・機械運転従事者(名)	7	0	.	.
(%)	100.0	0.0	.	.
生産工程従事者(名)	27	3	10	1
(%)	90.0	10.0	90.9	9.1
家事従事者(名)	28	1	393	25
(%)	96.6	3.5	94.0	6.0
その他(名)	318	14	125	8
(%)	95.8	4.2	94.0	6.0
学生(名)
(%)
不明(名)	8	0	4	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-9. 性・年齢階級別、K6得点別、食事状況（朝・食事種類）

	男性		女性	
	K6得点低値群※	K6得点高値群※	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
外食（名）	2	0	2	0
（%）	100.0	0.0	100.0	0.0
調理済み食（名）	11	1	18	4
（%）	91.7	8.3	81.8	18.2
給食（名）	2	0	1	0
（%）	100.0	0.0	100.0	0.0
家庭食（名）	102	7	212	21
（%）	93.6	6.4	91.0	9.0
その他（名）	34	6	41	8
（%）	85.0	15.0	83.7	16.3
40～64歳				
外食（名）	15	0	8	0
（%）	100.0	0.0	100.0	0.0
調理済み食（名）	21	6	29	9
（%）	77.8	22.2	76.3	23.7
給食（名）	2	0	1	0
（%）	100.0	0.0	100.0	0.0
家庭食（名）	361	27	500	63
（%）	93.0	7.0	88.8	11.2
その他（名）	57	6	52	5
（%）	90.5	9.5	91.2	8.8
65歳以上				
外食（名）	4	1	5	0
（%）	80.0	20.0	100.0	0.0
調理済み食（名）	24	1	29	1
（%）	96.0	4.0	96.7	3.3
給食（名）	.	.	1	0
（%）	.	.	100.0	0.0
家庭食（名）	468	23	552	39
（%）	95.3	4.7	93.4	6.6
その他（名）	25	1	30	2
（%）	96.2	3.9	93.8	6.3

※K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-10. 性・年齢階級別、K6得点別、食事状況(昼・食事種類)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
外食(名)	46	4	49	5
(%)	92.0	8.0	90.7	9.3
調理済み食(名)	12	0	17	3
(%)	100.0	0.0	85.0	15.0
給食(名)	18	3	24	1
(%)	85.7	14.3	96.0	4.0
家庭食(名)	69	4	173	20
(%)	94.5	5.5	89.6	10.4
その他(名)	6	3	11	4
(%)	66.7	33.3	73.3	26.7
40～64歳				
外食(名)	124	9	85	7
(%)	93.2	6.8	92.4	7.6
調理済み食(名)	33	1	53	10.0
(%)	97.1	2.9	84.1	15.9
給食(名)	24	2	23	3
(%)	92.3	7.7	88.5	11.5
家庭食(名)	254	26	410	52
(%)	90.7	9.3	88.7	11.3
その他(名)	21	1	19	5
(%)	95.5	4.6	79.2	20.8
65歳以上				
外食(名)	54	4	44	3
(%)	93.1	6.9	93.6	6.4
調理済み食(名)	43	2	48	1
(%)	95.6	4.4	98.0	2.0
給食(名)	5	0	3	1
(%)	100.0	0.0	75.0	25.0
家庭食(名)	409	20	501	36
(%)	95.3	4.7	93.3	6.7
その他(名)	10	0	21	1
(%)	100.0	0	95.5	4.6

^{*}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-11. 性・年齢階級別、K6得点別、食事状況（夜・食事種類）

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
外食（名）	9	4	14	3
（％）	69.2	30.8	82.4	17.7
調理済み食（名）	4	1	8	3
（％）	80.0	20.0	72.7	27.3
給食（名）	1	0	1	0
（％）	100.0	0.0	100.0	0.0
家庭食（名）	135	9	247	27
（％）	93.8	6.3	90.2	9.9
その他（名）	2	0	4	0
（％）	100.0	0.0	100.0	0.0
40～64歳				
外食（名）	27	2	16	4
（％）	93.1	6.9	80.0	20.0
調理済み食（名）	15	3	19	1
（％）	83.3	16.7	95.0	5.0
給食（名）	1	0	2	1
（％）	100.0	0.0	66.7	33.3
家庭食（名）	408	34	547	71
（％）	92.3	7.7	88.5	11.5
その他（名）	5	0	6	0
（％）	100.0	0.0	100.0	0.0
65歳以上				
外食（名）	16	1	9	1
（％）	94.1	5.9	90.0	10.0
調理済み食（名）	14	0	22	3
（％）	100.0	0.0	88.0	12.0
給食（名）	・	・	・	・
（％）	・	・	・	・
家庭食（名）	488	25	582	38
（％）	95.1	4.9	93.9	6.1
その他（名）	3	0	4	0
（％）	100.0	0.0	100.0	0.0

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-12. 性・年齢階級別、K6得点別、地域ブロック

	男性		女性	
	K6得点低値群※	K6得点高値群※	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
北海道 (名)	3	0	7	3
(%)	100.0	0.0	70.0	30.0
東北 (名)	17	0	19	3
(%)	100.0	0.0	86.4	13.6
関東Ⅰ (名)	29	6	55	10
(%)	82.9	17.1	84.6	15.4
関東Ⅱ (名)	18	1	24	4
(%)	94.7	5.3	85.7	14.3
北陸 (名)	7	0	14	2
(%)	100.0	0.0	87.5	12.5
東海 (名)	17	1	44	3
(%)	94.4	5.6	93.6	6.4
近畿Ⅰ (名)	18	3	45	4
(%)	85.7	14.3	91.8	8.2
近畿Ⅱ (名)	1	0	3	1
(%)	100.0	0.0	75.0	25.0
中国 (名)	18	1	22	2
(%)	94.7	5.3	91.7	8.3
四国 (名)	3	0	6	1
(%)	100.0	0.0	85.7	14.3
北九州 (名)	9	0	19	1
(%)	100.0	0.0	95.0	5.0
南九州 (名)	13	2	18	0
(%)	86.7	13.3	100.0	0.0
40～64歳				
北海道 (名)	22	0	27	6
(%)	100.0	0.0	81.8	18.2
東北 (名)	47	7	63	9
(%)	87.0	13.0	87.5	12.5
関東Ⅰ (名)	82	8	103	17
(%)	91.1	8.9	85.8	14.2
関東Ⅱ (名)	57	3	53	3
(%)	95.0	5.0	94.6	5.4
北陸 (名)	19	1	27	2
(%)	95.0	5.0	93.1	6.9
東海 (名)	48	6	61	10
(%)	88.9	11.1	85.9	14.1
近畿Ⅰ (名)	67	8	88	8
(%)	89.3	10.7	91.7	8.3
近畿Ⅱ (名)	9	0	11	2
(%)	100.0	0.0	84.6	15.4
中国 (名)	30	1	44	6
(%)	96.8	3.2	88.0	12.0
四国 (名)	14	2	22	2
(%)	87.5	12.5	91.7	8.3
北九州 (名)	32	0	48	6
(%)	100.0	0.0	88.9	11.1
南九州 (名)	40	3	49	6
(%)	93.0	7.0	89.1	10.9

表2-12. 続き

65歳以上				
北海道 (名)	34	1	28	1
(%)	97.1	2.9	96.6	3.5
東北 (名)	62	6	69	3
(%)	91.2	8.8	95.8	4.2
関東Ⅰ (名)	107	4	103	6
(%)	96.4	3.6	94.5	5.5
関東Ⅱ (名)	50	2	38	3
(%)	96.2	3.9	92.7	7.3
北陸 (名)	28	3	48	2
(%)	90.3	9.7	96.0	4.0
東海 (名)	56	1	77	2
(%)	98.3	1.8	97.5	2.5
近畿Ⅰ (名)	66	1	72	9
(%)	98.5	1.5	88.9	11.1
近畿Ⅱ (名)	9	2	17	0
(%)	81.8	18.2	100.0	0.0
中国 (名)	34	1	48	7
(%)	97.1	2.9	87.3	12.7
四国 (名)	11	1	20	1
(%)	91.7	8.3	95.2	4.8
北九州 (名)	46	3	59	4
(%)	93.9	6.1	93.7	6.4
南九州 (名)	34	1	51	4
(%)	97.1	2.9	92.7	7.3

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-13. 性・年齢階級別、K6得点別、運動習慣

	男性		女性	
	K6得点低値群*	K6得点高値群*	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
健康上の理由で運動ができない (名)	1	0	6	1
(%)	100.0	0.0	85.7	14.3
上記以外の理由で運動ができない (名)	114	10	220	27
(%)	91.9	8.1	89.1	10.9
運動の習慣有り (名)	38	4	49	6
(%)	90.5	9.5	89.1	10.9
40～64歳				
健康上の理由で運動ができない (名)	9	4	19	2
(%)	69.2	30.8	90.5	9.5
上記以外の理由で運動ができない (名)	320	26	403	58
(%)	92.5	7.5	87.4	12.6
運動の習慣有り (名)	136	9	173	17
(%)	93.8	6.2	91.1	9.0
65歳以上				
健康上の理由で運動ができない (名)	27	2	74	7
(%)	93.1	6.9	91.4	8.6
上記以外の理由で運動ができない (名)	236	15	295	23
(%)	94.0	6.0	92.8	7.2
運動の習慣有り (名)	272	9	259	11
(%)	96.8	3.2	95.9	4.1

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表 2-14. 性・年齢階級別、K6得点別、運動強度

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
高強度 (名)	16	0	5	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
中強度 (名)	15	2	24	2
(%)	88.2	11.8	92.3	7.7
低強度 (名)	7	2	20	4
(%)	77.8	22.2	83.3	16.7
40～64歳				
高強度 (名)	19	1	13	0
(%)	95.0	5.0	100.0	0.0
中強度 (名)	56	5	67	4
(%)	91.8	8.2	94.4	5.6
低強度 (名)	61	3	93	13
(%)	95.3	4.7	87.7	12.3
65歳以上				
高強度 (名)	9	0	4	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
中強度 (名)	77	2	60	5
(%)	97.5	2.5	92.3	7.7
低強度 (名)	186	7	195	6
(%)	96.4	3.6	97.0	3.0

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表 2-15. 性・年齢階級別、K6得点別、歩数計の装着状況

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
はい (名)	138	11	254	28
(%)	92.6	7.4	90.1	9.9
いいえ (名)	13	2	17	4
(%)	86.7	13.3	81.0	19.1
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
40～64歳				
はい (名)	422	35	555	71
(%)	92.3	7.7	88.7	11.3
いいえ (名)	28	3	29	4
(%)	90.3	9.7	87.9	12.1
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
65歳以上				
はい (名)	473	24	566	38
(%)	95.2	4.8	93.7	6.3
いいえ (名)	29	0	32	2
(%)	100.0	0.0	94.1	5.9
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0

*K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-16. 性・年齢階級別、K6得点別、腹囲測定状況

	男性		女性	
	K6得点低値群※	K6得点高値群※	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
調査員が測定 (名)	148	13	272	34
(%)	91.9	8.1	88.9	11.1
家庭で測定 (自己申告) (名)	5	1	4	0
(%)	83.3	16.7	100.0	0.0
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
40～64歳				
調査員が測定 (名)	460	38	578	75
(%)	92.4	7.6	88.5	11.5
家庭で測定 (自己申告) (名)	7	1	18	2
(%)	87.5	12.5	90.0	10.0
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0
65歳以上				
調査員が測定 (名)	526	24	609	38
(%)	95.6	4.4	94.1	5.9
家庭で測定 (自己申告) (名)	11	2	20	4
(%)	84.6	15.4	83.3	16.7
不明 (名)	0	0	0	0
(%)	0.0	0.0	0.0	0.0

※K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-17. 性・年齢階級別、K6得点別、朝食摂取頻度

	男性		女性	
	K6得点低値群※	K6得点高値群※	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ほとんど毎日食べる (名)	106	10	222	21
(%)	91.4	8.6	91.4	8.6
週2～3日食べない (名)	24	0	22	7
(%)	100.0	0.0	75.9	24.1
週4～5日食べない (名)	4	0	8	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
ほとんど食べない (名)	19	4	24	6
(%)	82.6	17.4	80.0	20.0
40～64歳				
ほとんど毎日食べる (名)	399	29	552	64
(%)	93.2	6.8	89.6	10.4
週2～3日食べない (名)	26	2	25	7
(%)	92.9	7.1	78.1	21.9
週4～5日食べない (名)	13	2	6	2
(%)	86.7	13.3	75.0	25.0
ほとんど食べない (名)	28	6	11	4
(%)	82.4	17.7	73.3	26.7
65歳以上				
ほとんど毎日食べる (名)	510	22	604	40
(%)	95.9	4.1	93.8	6.2
週2～3日食べない (名)	14	2	17	1
(%)	87.5	12.5	94.4	5.6
週4～5日食べない (名)	3	0	2	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
ほとんど食べない (名)	8	1	7	1
(%)	88.9	11.1	87.5	12.5

※K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-18. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(生野菜サラダを1皿程度)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	84	9	167	22
(%)	90.3	9.7	88.4	11.6
ない(名)	69	5	109	12
(%)	93.2	6.8	90.1	9.9
40～64歳				
ある(名)	224	19	321	42
(%)	92.2	7.8	88.4	11.6
ない(名)	242	20	273	35
(%)	92.4	7.6	88.6	11.4
65歳以上				
ある(名)	225	11	272	15
(%)	95.3	4.7	94.8	5.2
ない(名)	310	14	358	27
(%)	95.7	4.3	93.0	7.0

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-19. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(お浸しや煮物を1皿程度)

	男性		女性	
	K6得点低値群 ^{**}	K6得点高値群 ^{**}	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	39	6	121	17
(%)	86.7	13.3	87.7	12.3
ない(名)	114	8	155	17
(%)	93.4	6.6	90.1	9.9
40～64歳				
ある(名)	150	11	275	31
(%)	93.2	6.8	89.9	10.1
ない(名)	316	28	319	46
(%)	91.9	8.1	87.4	12.6
65歳以上				
ある(名)	172	8	283	20
(%)	95.6	4.4	93.4	6.6
ない(名)	363	17	347	22
(%)	95.5	4.5	94.0	6.0

^{**}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-20. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(野菜が好きでないから増やせない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	7	0	3	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
ない(名)	146	14	273	34
(%)	91.3	8.8	88.9	11.1
40～64歳				
ある(名)	18	1	8	3
(%)	94.7	5.3	72.7	27.3
ない(名)	448	38	586	74
(%)	92.2	7.8	88.8	11.2
65歳以上				
ある(名)	17	2	8	0
(%)	89.5	10.5	100.0	0.0
ない(名)	518	23	622	42
(%)	95.8	4.3	93.7	6.3

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-21. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(値段が高いから増やせない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	11	1	27	5
(%)	91.7	8.3	84.4	15.6
ない(名)	142	13	249	29
(%)	91.6	8.4	89.6	10.4
40～64歳				
ある(名)	20	5	34	8
(%)	80.0	20.0	81.0	19.1
ない(名)	446	34	560	69
(%)	92.9	7.1	89.0	11.0
65歳以上				
ある(名)	14	2	14	2
(%)	87.5	12.5	87.5	12.5
ない(名)	521	23	616	40
(%)	95.8	4.2	93.9	6.1

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-22. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(自分で食事の準備をしないから増やせない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	35	2	15	2
(%)	94.6	5.4	88.2	11.8
ない(名)	118	12	261	32
(%)	90.8	9.2	89.1	10.9
40～64歳				
ある(名)	60	4	5	1
(%)	93.8	6.3	83.3	16.7
ない(名)	406	35	589	76
(%)	92.1	7.9	88.6	11.4
65歳以上				
ある(名)	59	4	12	2
(%)	93.7	6.4	85.7	14.3
ない(名)	476	21	618	40
(%)	95.8	4.2	93.9	6.1

^{*}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-23. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(外食が多いから増やせない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	4	2	3	0
(%)	66.7	33.3	100.0	0.0
ない(名)	149	12	273	34
(%)	92.6	7.5	88.9	11.1
40～64歳				
ある(名)	17	0	3	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
ない(名)	449	39	591	77
(%)	92.0	8.0	88.5	11.5
65歳以上				
ある(名)	3	0	1	0
(%)	100.0	0.0	100.0	0.0
ない(名)	532	25	629	42
(%)	95.5	4.5	93.7	6.3

^{*}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-24. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(現在、野菜を十分に食べているから増やせない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	14	0	29	4
(%)	100.0	0.0	87.9	12.1
ない(名)	139	14	247	30
(%)	90.9	9.2	89.2	10.8
40～64歳				
ある(名)	77	3	101	12
(%)	96.3	3.8	89.4	10.6
ない(名)	389	36	493	65
(%)	91.5	8.5	88.4	11.7
65歳以上				
ある(名)	133	4	171	9
(%)	97.1	2.9	95.0	5.0
ない(名)	402	21	459	33
(%)	95.0	5.0	93.3	6.7

^{*}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-25. 性・年齢階級別、K6得点別、野菜摂取量を増やすことの意識
(あてはまるものがない)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [*]	K6得点高値群 [*]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある(名)	4	1	11	2
(%)	80.0	20.0	84.6	15.4
ない(名)	149	13	265	32
(%)	92.0	8.0	89.2	10.8
40～64歳				
ある(名)	19	4	20	4
(%)	82.6	17.4	83.3	16.7
ない(名)	447	35	574	73
(%)	92.7	7.3	88.7	11.3
65歳以上				
ある(名)	22	1	27	1
(%)	95.7	4.4	96.4	3.6
ない(名)	513	24	603	41
(%)	95.5	4.5	93.6	6.4

^{*}K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-26. 性・年齢階級別、K6得点別、身体活動の状況

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
いつもしている (名)	96	8	185	23
(%)	92.3	7.7	88.9	11.1
時々している (名)	38	6	60	6
(%)	86.4	13.6	90.9	9.1
あまりしていない (名)	15	0	25	2
(%)	100.0	0.0	92.6	7.4
ほとんどしていない (名)	4	0	6	3
(%)	100.0	0.0	66.7	33.3
40～64歳				
いつもしている (名)	274	18	432	45
(%)	93.8	6.2	90.6	9.4
時々している (名)	105	13	107	17
(%)	89.0	11.0	86.3	13.7
あまりしていない (名)	59	4	47	13
(%)	93.7	6.4	78.3	21.7
ほとんどしていない (名)	28	4	8	2
(%)	87.5	12.5	80.0	20.0
65歳以上				
いつもしている (名)	366	17	483	26
(%)	95.6	4.4	94.9	5.1
時々している (名)	103	4	98	8
(%)	96.3	3.7	92.5	7.6
あまりしていない (名)	36	2	33	5
(%)	94.7	5.3	86.8	13.2
ほとんどしていない (名)	30	2	15	3
(%)	93.8	6.3	83.3	16.7

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上

表2-27. 性・年齢階級別、K6得点別、1日当たり歩数をあと1,000歩増やすことについての意識
(意識的に歩く)

	男性		女性	
	K6得点低値群 [※]	K6得点高値群 [※]	K6得点低値群	K6得点高値群
20～39歳				
ある (名)	11	2	203	19
(%)	84.6	15.4	91.4	8.6
ない (名)	265	32	73	15
(%)	89.2	10.8	83.0	17.1
40～64歳				
ある (名)	20	4	453	46
(%)	83.3	16.7	90.8	9.2
ない (名)	574	73	141	31
(%)	88.7	11.3	82.0	18.0
65歳以上				
ある (名)	27	1	409	22
(%)	96.4	3.6	94.9	5.1
ない (名)	603	41	221	20
(%)	93.6	6.4	91.7	8.3

[※]K6得点低値群：9点未満、K6得点高値群：9点以上