

栄養摂取状況調査の結果 (習慣的摂取量の分布)

2日間の栄養摂取状況調査の結果を用いて推定した分布

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル									
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	
男性	18-29歳	42	2180	423	966	1511	1662	1944	2136	2485	2761	2858	3175	
	30-49歳	75	2047	408	1205	1390	1489	1769	2032	2300	2638	2785	3171	
	50-64歳	91	2104	405	934	1435	1544	1858	2094	2357	2642	2718	3375	
	65-74歳	81	2294	402	1443	1734	1824	1994	2275	2572	2756	3078	3732	
	75歳以上	60	2016	406	1222	1453	1484	1728	1969	2304	2648	2788	2942	
	総数	349	2131	413	1233	1477	1621	1861	2100	2427	2682	2787	3224	
	(再掲)20歳以上	340	2129	413	1231	1477	1621	1860	2100	2413	2667	2790	3228	
女性	18-29歳	47	1671	410	985	1144	1190	1340	1652	1925	2311	2570	2728	
	30-49歳	109	1691	393	509	989	1172	1475	1729	1892	2230	2386	2596	
	50-64歳	93	1671	276	921	1227	1302	1463	1687	1849	2037	2142	2329	
	65-74歳	93	1718	354	950	1065	1246	1468	1722	1904	2189	2398	2553	
	75歳以上	86	1675	355	872	1084	1236	1450	1671	1881	2099	2414	2763	
	総数	428	1687	355	822	1130	1250	1463	1693	1883	2130	2326	2661	
	(再掲)20歳以上	411	1684	352	827	1134	1248	1460	1689	1881	2109	2329	2601	

たんぱく質(g)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR*未満 の割合	EAR※ (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	79.5	18.8	49.6	52.6	57.6	63.9	77.9	91.6	105.4	112.8	143.4	2.4%		
	30-49歳	75	73.8	17.3	36.0	47.0	55.0	62.2	72.5	83.0	96.5	104.2	139.9	5.3%		
	50-64歳	91	79.9	21.5	34.5	47.5	53.3	65.6	77.9	94.4	104.1	117.7	153.4	5.5%		
	65-74歳	81	88.7	20.1	47.3	62.5	65.8	75.3	86.2	99.5	113.5	124.0	157.5	1.2%	50	
	75歳以上	60	78.1	19.8	42.2	50.8	53.5	63.5	75.5	89.5	106.2	119.7	135.1	3.3%		
	総数	349	80.3	20.1	39.6	51.5	56.9	66.4	78.5	91.9	106.5	114.3	147.2	3.7%		
	(再掲)20歳以上	340	80.3	20.2	39.0	51.4	56.9	66.4	78.5	91.2	106.7	115.0	147.7	3.8%		
女性	18-29歳	47	62.9	19.3	29.6	36.3	43.1	50.3	59.5	70.1	89.5	99.4	140.4	6.4%		
	30-49歳	109	62.8	16.9	16.7	34.4	40.8	52.1	61.7	72.2	86.3	95.2	111.4	9.2%		
	50-64歳	93	64.4	12.9	27.9	43.5	49.3	55.9	62.9	73.4	82.0	85.9	103.0	3.2%		
	65-74歳	93	68.5	15.0	38.2	44.8	47.9	57.3	69.5	75.4	89.8	97.4	115.5	2.2%	40	
	75歳以上	86	67.5	16.8	35.5	39.9	46.5	55.6	65.5	77.4	88.4	97.0	121.8	4.7%		
	総数	428	65.4	16.0	30.0	39.5	46.8	55.2	63.5	74.1	85.9	93.7	112.7	5.4%		
	(再掲)20歳以上	411	65.5	16.0	30.1	39.6	46.8	55.2	63.7	74.1	86.0	92.8	113.0	5.1%		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重から算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

たんぱく質エネルギー比率(%)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										DC [*] 未満の割合	DC [*] を超える割合	(参考) DG [*]
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%				
男性	18-29歳	42	14.8	1.7	10.5	12.3	12.9	14.0	14.8	15.5	16.7	18.7	19.7	9.5%	0.0%	13~20	
	30-49歳	75	14.6	1.2	11.5	12.0	13.1	14.0	14.7	15.4	16.1	16.4	17.5	8.0%	0.0%	13~20	
	50-64歳	91	15.0	1.3	11.6	12.8	13.3	14.2	15.0	15.9	16.8	17.0	19.6	20.9%	0.0%	14~20	
	65-74歳	81	15.5	1.3	12.5	13.5	13.8	14.7	15.4	16.3	17.4	17.7	18.7	34.6%	0.0%	15~20	
	75歳以上	60	15.6	1.6	12.4	12.7	13.8	14.7	15.6	16.7	17.5	17.9	20.9	35.0%	1.7%	15~20	
	総数	349	15.1	1.4	11.9	12.9	13.5	14.3	15.1	15.9	16.9	17.4	19.3	-	-	-	
(再掲) 20歳以上		340	15.2	1.4	11.8	12.8	13.4	14.3	15.1	16.0	16.9	17.4	19.5	-	-	-	
女性	18-29歳	47	15.0	2.2	10.9	11.4	12.0	13.5	15.0	15.6	17.9	19.5	21.7	14.9%	2.1%	13~20	
	30-49歳	109	14.9	2.3	9.5	11.6	12.5	13.4	14.6	16.3	17.5	18.7	24.2	19.3%	1.8%	13~20	
	50-64歳	93	15.5	2.4	10.0	12.1	12.5	14.2	15.4	16.8	18.9	19.7	24.8	22.6%	3.2%	14~20	
	65-74歳	93	16.1	2.0	11.1	13.2	13.8	14.7	15.9	17.6	18.9	19.7	20.8	34.4%	4.3%	15~20	
	75歳以上	86	16.1	2.1	11.7	12.5	13.3	14.7	16.1	17.3	18.7	19.8	22.0	30.2%	3.5%	15~20	
	総数	428	15.6	2.2	10.4	12.1	12.9	14.2	15.4	16.9	18.5	19.4	22.4	-	-	-	
(再掲) 20歳以上		411	15.6	2.3	10.3	12.1	12.9	14.2	15.5	17.0	18.7	19.6	22.8	-	-	-	

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

脂質(g)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル									
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	
男性	18-29歳	42	74.4	16.0	45.1	51.8	57.6	64.0	72.2	82.3	99.0	109.2	125.3	
	30-49歳	75	62.9	13.1	36.8	40.5	44.5	54.1	62.5	71.1	81.0	84.2	99.0	
	50-64歳	91	64.1	16.1	29.5	40.3	42.5	54.4	63.7	73.8	84.1	89.7	135.6	
	65-74歳	81	69.7	15.8	34.4	46.3	51.0	59.3	70.0	78.8	86.7	102.7	122.9	
	75歳以上	60	55.5	13.0	34.0	37.8	40.9	44.3	52.7	67.4	73.8	81.1	85.3	
	総数	349	64.9	15.2	34.6	42.2	45.5	54.5	64.0	73.9	83.0	89.3	118.6	
(再掲) 20歳以上		340	64.5	14.8	34.8	42.5	45.6	54.4	63.8	73.2	82.1	86.9	117.8	
女性	18-29歳	47	55.8	18.5	30.3	32.8	36.1	45.5	49.1	64.2	90.1	102.2	103.1	
	30-49歳	109	56.0	15.5	16.7	31.1	34.6	46.9	56.2	64.6	77.0	85.4	102.4	
	50-64歳	93	59.6	13.6	20.1	39.8	42.4	51.6	58.7	67.9	76.4	82.3	101.7	
	65-74歳	93	55.1	14.2	24.3	30.9	37.5	44.3	55.2	64.7	74.9	79.8	92.4	
	75歳以上	86	50.7	15.3	20.4	28.4	32.7	40.5	47.6	60.2	70.6	78.9	107.3	
	総数	428	55.5	15.2	24.6	32.4	37.6	45.4	55.3	64.5	75.0	82.2	102.1	
(再掲) 20歳以上		411	55.2	15.4	23.8	31.6	37.0	44.9	55.3	64.7	74.6	82.4	101.3	

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

脂肪エネルギー比率(%)		パーセンタイル										DG**未満の割合	DG**を超える割合	(参考) DG**	
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%		
男性	18-29歳	42	30.8	3.9	24.3	25.0	25.4	27.2	31.3	33.5	36.6	37.8	38.2	0.0%	57.1%
	30-49歳	75	27.5	3.2	18.4	22.4	23.4	25.4	27.7	30.1	31.1	33.2	35.6	2.7%	25.3%
	50-64歳	91	26.9	4.1	17.7	19.7	21.8	23.9	26.8	29.9	32.6	33.6	38.7	4.4%	23.1%
	65-74歳	81	27.1	3.8	16.4	19.8	21.9	24.2	27.4	29.5	31.9	32.5	36.2	6.2%	21.0%
	75歳以上	60	24.6	3.5	16.7	19.1	20.3	21.8	24.8	27.7	28.9	30.5	32.0	8.3%	6.7%
総数	349	27.1	3.8	18.0	20.6	22.4	24.3	27.2	29.9	31.7	33.4	36.3	36.3	3.7%	23.5%
	(再掲)20歳以上	340	27.0	3.7	18.4	20.7	22.4	24.2	27.0	29.6	31.6	33.0	36.4	3.2%	20.3%
女性	18-29歳	47	29.2	4.8	18.8	21.3	23.9	25.8	28.9	33.6	35.8	37.0	40.2	2.1%	44.7%
	30-49歳	109	29.8	5.9	17.0	19.8	21.9	26.2	28.9	33.5	37.0	41.0	46.1	4.6%	42.2%
	50-64歳	93	32.2	6.6	15.9	21.3	23.6	27.8	32.1	35.7	40.3	43.9	51.2	2.2%	66.7%
	65-74歳	93	28.6	5.0	17.6	20.6	21.5	25.0	28.7	32.7	34.5	36.4	42.3	2.2%	38.7%
	75歳以上	86	26.7	5.1	15.4	18.7	20.2	23.0	27.2	30.2	33.1	36.4	41.2	8.1%	25.6%
総数	428	29.4	5.7	16.6	20.6	21.8	25.4	29.2	33.2	36.1	39.4	46.1	3.5%	54.9%	
	(再掲)20歳以上	411	29.3	6.0	16.1	20.1	21.3	25.2	29.2	33.3	36.4	39.9	46.9	4.6%	45.0%

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

飽和脂肪酸(g)

飽和脂肪酸(g)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	21.3	4.0	13.8	14.7	15.8	19.0	20.9	24.2	27.8	28.7	29.5
	30-49歳	75	17.8	3.5	10.8	11.4	12.5	15.3	18.1	20.2	22.4	23.7	25.6
	50-64歳	91	17.5	4.4	9.1	11.5	12.3	14.3	17.2	19.6	23.4	24.7	39.4
	65-74歳	81	19.3	4.4	9.7	12.8	13.8	16.2	19.8	22.0	23.9	26.3	32.5
	75歳以上	60	15.4	3.8	9.2	10.0	10.2	12.2	15.3	18.3	21.2	22.1	23.0
総数	349	18.1	4.2	9.9	11.7	12.7	15.1	18.1	20.6	23.5	24.8	30.8	
	(再掲)20歳以上	340	18.0	4.1	9.9	11.7	12.7	15.1	18.0	20.4	23.1	24.4	30.6
女性	18-29歳	47	16.9	6.4	6.6	8.8	10.0	12.7	16.4	20.2	25.6	33.4	33.6
	30-49歳	109	16.5	5.2	5.7	8.3	10.0	12.8	15.9	19.5	23.1	25.6	35.3
	50-64歳	93	17.3	5.2	6.3	9.4	11.1	14.3	16.9	20.6	23.5	24.8	38.6
	65-74歳	93	15.3	4.8	5.7	7.2	9.0	12.0	15.1	18.8	21.7	24.1	27.5
	75歳以上	86	14.6	5.5	5.2	6.8	8.0	11.0	13.8	18.0	21.8	26.2	32.4
総数	428	16.1	5.3	6.0	8.0	9.6	12.5	15.6	19.2	22.4	25.5	33.0	
	(再掲)20歳以上	411	16.0	5.4	5.7	7.7	9.3	12.2	15.6	19.2	22.5	25.3	33.5

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

飽和脂肪酸エネルギー比率(%)																
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										DG※を超える割合	DG※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	8.9	1.2	6.4	6.9	7.3	8.0	9.0	9.9	10.3	11.0	11.7	95.2%	7.0以下	
	30-49歳	75	7.8	1.0	5.5	5.8	6.5	6.9	7.9	8.6	9.3	9.5	9.6	74.7%		
	50-64歳	91	7.3	1.3	4.7	5.3	5.9	6.5	7.2	8.3	8.9	9.4	11.5	52.8%		
	65-74歳	81	7.5	1.3	4.4	5.5	5.9	6.6	7.5	8.3	9.4	9.6	10.8	64.2%		
	75歳以上	60	6.8	1.3	4.5	4.8	5.1	5.7	6.8	7.8	8.4	9.2	9.3	41.7%		
総数	349	7.6	1.2	4.8	5.5	6.0	6.7	7.6	8.5	9.2	9.6	10.8	65.3%	7.0以下		
(再掲)20歳以上	340	7.5	1.2	4.8	5.5	5.9	6.7	7.5	8.4	9.1	9.6	10.8	64.7%			
女性	18-29歳	47	8.8	2.0	5.0	5.5	6.2	7.4	8.5	10.2	12.0	12.5	13.3		80.9%	
30-49歳	109	8.9	2.3	4.2	5.2	5.8	7.3	8.7	10.3	11.8	13.2	16.1	78.9%			
50-64歳	93	9.3	2.4	4.2	5.4	6.5	7.4	9.4	10.7	12.0	13.1	19.3	83.9%			
65-74歳	93	8.0	2.1	4.4	4.8	5.4	6.4	7.8	9.5	11.1	11.7	12.8	64.5%			
75歳以上	86	7.6	2.2	3.1	4.4	4.9	6.0	7.3	9.2	10.3	11.3	15.6	58.1%			
総数	428	8.5	2.3	4.1	5.0	5.6	6.9	8.4	9.9	11.5	12.5	14.8	72.7%			
(再掲)20歳以上	411	8.5	2.3	3.9	4.9	5.5	6.8	8.4	9.9	11.5	12.5	15.3	71.0%			

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

n-6系脂肪酸(g)														
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル									
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	
男性	18-29歳	42	13.86	4.20	6.61	8.95	9.50	11.26	13.05	15.65	18.86	20.07	31.48	7.0以下
	30-49歳	75	11.61	2.94	6.14	7.20	7.90	9.70	11.23	13.42	15.91	17.73	19.64	
	50-64歳	91	12.12	3.17	4.01	7.18	8.32	10.08	11.83	14.47	16.44	18.09	19.75	
	65-74歳	81	13.34	3.90	6.13	7.69	9.40	10.67	13.26	15.45	17.51	19.33	33.59	
	75歳以上	60	10.31	2.55	6.54	6.82	7.02	8.13	10.07	11.64	14.31	15.21	17.46	
総数	349	12.19	3.38	6.00	7.40	8.42	9.94	11.64	14.23	16.44	18.12	19.93	7.0以下	
(再掲)20歳以上	340	12.09	3.31	5.99	7.40	8.42	9.87	11.55	14.11	16.19	17.90	19.83		
女性	18-29歳	47	9.95	3.42	4.73	5.43	6.00	7.33	9.41	10.94	15.13	15.62		23.21
30-49歳	109	10.24	2.93	2.80	5.57	6.55	8.43	9.95	12.25	14.01	14.98	20.08		
50-64歳	93	10.99	2.70	4.72	6.64	7.52	9.23	10.96	12.70	14.32	16.23	17.40		
65-74歳	93	10.32	2.75	5.63	6.55	7.11	8.47	10.07	11.61	13.76	15.22	20.43		
75歳以上	86	9.33	2.61	4.30	5.90	6.48	7.53	8.92	10.96	12.82	14.02	18.10		
総数	428	10.21	2.85	4.81	6.10	6.73	8.26	9.92	12.00	13.74	15.21	18.35		
(再掲)20歳以上	411	10.21	2.83	4.99	6.19	6.74	8.29	9.92	12.01	13.73	14.94	18.49		

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

n-3系脂肪酸(g)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	2.66	0.74	1.53	1.62	1.77	2.16	2.56	3.02	3.47	4.23	5.29
	30-49歳	75	2.48	0.69	1.20	1.43	1.69	1.93	2.34	2.87	3.64	3.89	4.04
	50-64歳	91	2.78	0.75	1.44	1.64	1.86	2.28	2.68	3.22	3.79	4.04	5.69
	65-74歳	81	3.21	0.87	1.57	1.88	2.02	2.60	3.29	3.60	4.29	4.57	6.08
	75歳以上	60	2.97	0.83	1.39	1.69	1.89	2.34	2.89	3.50	4.06	4.53	5.65
	総数 (再掲)20歳以上	349	2.84	0.78	1.35	1.72	1.87	2.27	2.78	3.31	3.87	4.22	5.51
女性	18-29歳	47	1.68	0.55	0.58	0.83	1.05	1.27	1.64	1.94	2.43	2.67	3.45
	30-49歳	109	2.01	0.71	0.48	0.96	1.11	1.49	1.93	2.61	2.92	3.21	3.97
	50-64歳	93	2.25	0.67	0.81	1.30	1.38	1.73	2.13	2.74	3.11	3.33	4.42
	65-74歳	93	2.67	0.84	1.18	1.49	1.62	2.10	2.62	3.07	3.66	4.43	5.53
	75歳以上	86	2.40	0.81	1.16	1.33	1.48	1.79	2.23	2.96	3.56	4.20	4.63
	総数 (再掲)20歳以上	428	2.25	0.76	0.89	1.17	1.36	1.71	2.15	2.73	3.21	3.69	4.51
		411	2.28	0.74	0.94	1.20	1.40	1.74	2.18	2.74	3.21	3.69	4.47

コレステロール(mg)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	391	147	134	182	201	256	388	495	613	689	697
	30-49歳	75	321	126	94	142	192	242	302	389	468	579	858
	50-64歳	91	377	162	77	114	163	264	388	476	579	602	946
	65-74歳	81	397	145	141	162	220	305	386	473	567	738	835
	75歳以上	60	345	157	73	115	160	231	333	428	512	635	1010
	総数 (再掲)20歳以上	349	366	149	93	141	190	262	358	449	552	615	885
女性	18-29歳	47	326	123	128	137	161	237	330	407	534	553	641
	30-49歳	109	289	99	98	128	164	222	292	338	404	481	694
	50-64歳	93	317	111	102	152	172	227	325	377	449	510	650
	65-74歳	93	310	92	117	139	173	259	323	354	420	475	578
	75歳以上	86	307	104	105	156	171	220	307	380	437	488	590
	総数 (再掲)20歳以上	428	307	104	116	145	170	233	310	367	428	498	625
		411	304	109	103	137	161	227	307	364	431	500	636

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

炭水化物(g)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	277.8	59.7	96.5	176.5	195.0	245.1	290.8	311.0	357.7	375.8	419.0
	30-49歳	75	267.3	54.5	164.5	167.7	193.8	223.2	266.7	302.1	346.1	368.1	380.5
	50-64歳	91	277.9	57.4	136.5	195.2	214.6	235.1	272.9	319.0	351.0	372.8	462.7
	65-74歳	81	291.9	56.6	165.8	195.6	221.7	252.9	290.2	328.1	376.3	393.5	425.5
	75歳以上	60	281.4	61.3	169.3	196.5	201.6	234.4	271.2	325.6	377.0	402.5	436.1
総数	349	279.5	57.6	159.6	193.0	207.4	237.5	277.5	315.9	354.1	377.7	422.9	
	(再掲)20歳以上	340	279.6	57.9	159.2	193.0	207.4	236.6	277.6	316.6	354.0	378.1	423.3
女性	18-29歳	47	220.7	50.0	128.6	144.5	152.4	187.9	213.3	251.7	295.6	318.7	336.8
	30-49歳	109	222.8	61.5	59.1	103.1	150.5	190.7	221.5	262.4	299.0	324.3	385.2
	50-64歳	93	210.2	53.2	107.0	125.7	134.8	171.3	209.3	242.6	287.9	308.0	352.7
	65-74歳	93	231.0	54.8	117.3	140.1	159.5	193.2	235.1	266.3	299.0	322.7	407.7
	75歳以上	86	233.7	51.0	132.5	153.8	165.8	200.6	231.8	262.8	294.5	340.0	398.1
総数	428	223.8	55.3	100.5	132.9	154.0	188.4	223.4	256.9	293.3	318.8	382.4	
	(再掲)20歳以上	411	223.5	56.5	98.0	131.4	152.8	187.1	223.3	257.2	294.5	319.9	386.1

炭水化物エネルギー比率(%)		パーセンタイル										DG**未滿の割合		DG**超える割合		DG** (参考)	
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	DG**未滿の割合	DG**超える割合	DG**	DG**
男性	18-29歳	42	54.3	5.1	41.6	46.5	47.9	50.9	54.1	58.4	61.8	63.5	63.7	19.1%	0.0%		
	30-49歳	75	57.9	4.1	48.4	51.2	52.8	55.4	57.7	60.8	63.4	64.7	69.8	4.0%	4.0%		
	50-64歳	91	58.0	5.6	41.1	49.2	50.6	53.8	58.1	62.3	64.7	66.3	70.5	6.6%	6.6%		
	65-74歳	81	57.4	5.2	44.7	48.5	50.7	53.9	56.6	61.1	63.2	66.7	71.0	7.4%	6.2%		50~65
	75歳以上	60	59.9	4.9	48.4	51.3	53.6	56.1	60.1	63.8	65.9	66.8	71.7	1.7%	20.0%		
総数	349	57.7	5.1	45.3	49.0	51.2	54.2	57.4	61.5	64.4	65.6	70.1	6.3%	6.3%			
	(再掲)20歳以上	340	57.8	5.0	45.4	49.4	51.9	54.5	57.6	61.5	64.4	65.7	70.0	5.9%	6.5%		
女性	18-29歳	47	55.8	6.3	40.2	44.9	47.7	50.5	56.0	60.0	64.5	65.8	69.8	21.3%	6.4%		
	30-49歳	109	55.4	6.9	31.9	42.2	47.8	51.0	54.6	59.2	63.9	68.7	71.5	15.6%	7.3%		
	50-64歳	93	52.2	8.1	31.9	38.7	41.6	47.7	52.4	57.7	63.6	64.6	73.5	40.9%	3.2%		
	65-74歳	93	55.3	5.9	40.8	44.6	47.9	50.9	55.3	58.9	64.0	66.1	67.6	19.4%	5.4%		50~65
	75歳以上	86	57.2	6.3	42.8	45.5	49.3	53.1	57.0	61.7	65.3	68.4	73.2	12.8%	10.5%		
総数	428	55.1	6.9	38.1	42.8	46.8	50.6	54.9	59.2	64.3	66.0	71.3	22.4%	6.8%			
	(再掲)20歳以上	411	55.0	7.2	37.4	42.1	46.5	50.5	54.8	59.3	64.3	66.5	72.1	22.6%	7.8%		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										DG※未満の割合	DG※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	18.9	3.4	9.3	12.6	13.5	17.1	19.4	21.1	22.9	24.1	26.2	71.4%	21	
	30-49歳	75	18.7	3.8	11.4	12.4	13.9	16.0	18.4	20.9	24.5	25.7	28.4	76.0%	21	
	50-64歳	91	20.7	4.6	10.3	13.3	14.9	17.6	20.2	23.3	28.0	29.5	32.7	55.0%	21	
	65-74歳	81	24.5	5.4	12.3	15.5	17.9	20.9	23.8	27.3	32.0	34.3	39.6	17.3%	20	
	75歳以上	60	23.2	4.8	15.3	16.3	17.2	19.6	22.8	26.2	30.7	32.5	35.6	28.3%	20	
総数	(再掲)20歳以上	349	21.4	4.8	12.0	14.2	15.9	18.0	21.1	24.1	28.0	30.3	35.4	-	-	
		340	21.5	4.9	11.9	14.1	15.9	18.0	21.2	24.2	28.5	30.4	35.6	-	-	
女性	18-29歳	47	17.0	6.7	10.2	11.0	11.4	13.2	15.8	18.2	24.9	28.3	51.4	72.3%	18	
	30-49歳	109	17.0	5.0	4.4	8.0	11.3	13.7	16.9	19.9	22.2	26.9	32.0	60.6%	18	
	50-64歳	93	18.1	4.3	8.8	11.4	12.3	15.5	17.9	20.3	24.4	28.1	30.9	51.6%	18	
	65-74歳	93	20.3	4.6	10.1	14.0	15.1	16.7	19.7	23.1	26.6	28.6	39.8	25.8%	17	
	75歳以上	86	20.8	4.5	10.4	13.3	16.4	17.9	20.3	22.9	27.1	29.7	33.9	17.4%	17	
総数	(再掲)20歳以上	428	18.7	5.1	7.8	11.7	13.0	15.7	18.4	21.1	25.1	28.2	32.7	-	-	
		411	18.8	5.1	7.8	11.7	13.2	15.9	18.4	21.1	25.1	28.3	32.8	-	-	

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR※未満の割合	EAR※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	443	193	125	154	169	314	458	543	693	776	1065	85.7%	600	
	30-49歳	75	447	213	86	163	192	304	426	546	711	877	1234	86.7%	650	
	50-64歳	91	502	391	30	161	217	342	445	587	675	980	3571	87.9%	650	
	65-74歳	81	727	854	122	185	282	401	547	789	1019	1267	6155	59.3%	600	
	75歳以上	60	651	883	62	152	232	376	463	618	852	2003	6671	60.0%	550	
総数	(再掲)20歳以上	349	558	575	98	171	220	355	463	609	822	1029	4046	-	-	
		340	559	584	97	170	220	355	464	610	808	1007	4135	-	-	
女性	18-29歳	47	506	295	156	169	254	323	407	596	874	1144	1735	57.5%	450	
	30-49歳	109	455	218	99	162	209	309	416	564	704	841	1270	65.1%	500	
	50-64歳	93	500	243	150	240	280	377	461	567	781	955	1953	61.3%	500	
	65-74歳	93	607	517	76	214	309	387	511	675	863	1128	3783	47.3%	500	
	75歳以上	86	537	276	78	202	254	367	492	655	836	942	2072	41.9%	450	
総数	(再掲)20歳以上	428	520	323	115	209	254	353	466	602	801	987	1927	-	-	
		411	523	343	105	197	246	349	467	605	818	1004	2060	-	-	

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重から算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

ヒタシD(μg)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	5.5	1.8	2.6	2.7	3.2	4.4	5.0	6.5	8.4	9.1	10.1
	30-49歳	75	6.2	2.3	2.7	3.6	3.9	4.4	5.6	7.8	10.2	11.1	12.3
	50-64歳	91	8.6	2.7	3.2	5.1	5.6	6.5	8.1	10.3	12.3	13.5	18.8
	65-74歳	81	9.6	2.9	4.5	5.6	6.0	7.6	9.1	11.5	14.0	15.2	18.0
	75歳以上	60	11.2	3.4	5.0	5.9	6.2	8.5	11.0	14.0	15.7	16.9	17.7
	総数 (再掲)20歳以上	349 340	8.4 8.5	2.8 2.7	3.6 4.1	4.7 4.9	5.2 5.3	6.2 6.3	8.0 8.2	10.3 10.4	12.4 12.4	13.4 13.4	14.8 14.8
女性	18-29歳	47	3.1	1.6	1.1	1.2	1.5	2.1	2.7	3.5	6.1	7.3	7.9
	30-49歳	109	4.6	2.4	1.3	1.9	2.3	3.1	3.8	5.1	8.4	9.6	12.4
	50-64歳	93	5.8	2.8	1.3	2.5	3.1	3.8	5.3	8.0	9.7	11.8	13.9
	65-74歳	93	8.3	3.1	2.8	3.9	4.4	5.8	8.1	10.8	12.6	13.5	16.2
	75歳以上	86	9.2	3.9	3.0	4.3	4.8	6.0	8.8	10.9	15.1	16.3	21.9
	総数 (再掲)20歳以上	428 411	6.4 6.6	3.1 3.3	1.8 1.9	2.7 2.7	3.3 3.2	4.0 4.0	5.7 5.8	8.5 8.9	10.9 11.4	12.4 12.9	14.8 15.5

ヒタシE(mg)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	7.5	2.7	2.4	3.5	4.8	5.7	6.9	9.2	10.8	13.0	16.3
	30-49歳	75	6.4	1.8	3.3	3.5	3.8	5.3	6.4	7.7	8.7	9.3	11.8
	50-64歳	91	7.1	2.3	1.7	4.0	4.5	5.6	7.0	7.9	10.0	11.6	17.6
	65-74歳	81	8.0	2.4	3.3	4.6	5.1	6.3	7.6	9.7	11.4	12.9	14.3
	75歳以上	60	7.2	2.6	3.2	3.7	4.0	5.3	6.5	9.0	11.3	11.8	15.7
	総数 (再掲)20歳以上	349 340	7.2 7.2	2.4 2.3	3.2 3.2	3.9 3.9	4.5 4.5	5.6 5.6	6.9 6.9	8.5 8.5	10.2 10.1	11.7 11.6	14.8 14.9
女性	18-29歳	47	5.5	2.2	1.5	2.7	3.4	4.0	5.3	6.6	8.2	9.9	14.3
	30-49歳	109	6.2	2.4	1.4	2.6	4.0	5.0	5.8	7.2	9.3	10.4	18.6
	50-64歳	93	7.1	2.6	2.2	4.1	4.6	5.6	6.7	8.0	10.2	11.5	21.4
	65-74歳	93	7.3	2.6	2.7	3.4	4.4	5.6	7.2	8.5	10.5	12.0	18.4
	75歳以上	86	7.0	2.8	2.6	3.4	4.0	4.8	6.8	8.4	10.3	11.7	17.2
	総数 (再掲)20歳以上	428 411	6.7 6.8	2.6 2.6	1.9 2.2	3.3 3.3	4.1 4.1	5.1 5.1	6.2 6.3	8.0 8.0	9.8 10.0	10.9 11.0	16.9 17.2

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

ビタミンK(μg)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	206	69	91	110	123	148	195	247	317	338	378
	30-49歳	75	246	107	103	114	129	169	224	290	395	519	557
	50-64歳	91	240	96	53	107	140	172	225	289	404	434	533
	65-74歳	81	337	127	90	149	174	240	320	405	526	576	691
	75歳以上	60	305	116	89	110	142	234	301	384	422	525	678
	総数	349	272	110	85	125	144	191	255	343	415	488	583
	(再掲)20歳以上	340	272	111	84	124	144	190	256	344	416	497	585
女性	18-29歳	47	170	81	67	73	81	103	145	245	286	299	420
	30-49歳	109	230	113	44	88	116	146	210	277	377	491	616
	50-64歳	93	255	112	65	115	137	171	229	318	409	497	647
	65-74歳	93	283	136	76	119	132	192	244	356	457	516	888
	75歳以上	86	305	141	70	99	125	184	299	408	488	539	731
	総数	428	256	123	67	103	120	163	230	327	415	486	645
	(再掲)20歳以上	411	260	123	69	110	129	168	237	329	417	489	649

ビタミンB ₁ (mg)		パーセンタイル										EAR※未満の割合		EAR※(参考)	
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	EAR※未満の割合	EAR※(参考)
男性	18-29歳	42	1.16	0.28	0.68	0.83	0.87	0.97	1.10	1.25	1.60	1.70	2.00	61.9%	1.2
	30-49歳	75	1.06	0.29	0.59	0.64	0.70	0.87	1.01	1.26	1.50	1.62	1.74	69.3%	1.2
	50-64歳	91	1.00	0.26	0.32	0.63	0.75	0.83	0.96	1.14	1.40	1.45	1.80	73.6%	1.1
	65-74歳	81	1.23	0.35	0.66	0.80	0.87	0.97	1.16	1.41	1.69	1.98	2.33	43.2%	1.1
	75歳以上	60	0.98	0.22	0.56	0.65	0.68	0.80	1.01	1.17	1.26	1.41	1.46	48.3%	1.0
	総数	349	1.09	0.29	0.59	0.69	0.77	0.88	1.03	1.24	1.48	1.62	2.00	-	-
	(再掲)20歳以上	340	1.08	0.28	0.59	0.69	0.78	0.88	1.03	1.24	1.47	1.60	1.99	-	-
女性	18-29歳	47	0.87	0.31	0.31	0.49	0.54	0.62	0.79	1.06	1.35	1.57	1.69	59.6%	0.9
	30-49歳	109	0.92	0.37	0.25	0.41	0.53	0.70	0.86	1.06	1.30	1.71	2.41	61.5%	0.9
	50-64歳	93	0.88	0.28	0.34	0.51	0.58	0.71	0.82	1.02	1.22	1.45	1.89	59.1%	0.9
	65-74歳	93	0.94	0.30	0.43	0.54	0.64	0.74	0.91	1.07	1.25	1.57	2.09	48.4%	0.9
	75歳以上	86	0.90	0.26	0.38	0.51	0.54	0.66	0.91	1.09	1.22	1.32	1.62	36.1%	0.8
	総数	428	0.91	0.31	0.34	0.51	0.58	0.70	0.86	1.06	1.25	1.51	1.91	-	-
	(再掲)20歳以上	411	0.91	0.32	0.33	0.50	0.57	0.69	0.86	1.06	1.26	1.52	1.96	-	-

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)身体活動レベルIIの推定エネルギー必要量を用いて算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR※ (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
ビタミンB ₂ (mg)																
男性	18-29歳	42	1.22	0.26	0.62	0.73	0.89	1.06	1.21	1.42	1.59	1.67	1.79	66.7%	1.3	
	30-49歳	75	1.13	0.33	0.58	0.68	0.75	0.89	1.06	1.33	1.53	1.82	2.26	72.0%	1.3	
	50-64歳	91	1.27	0.38	0.31	0.59	0.88	1.05	1.23	1.56	1.71	1.84	2.43	45.1%	1.2	
	65-74歳	81	1.51	0.48	0.72	0.88	1.02	1.21	1.42	1.72	2.03	2.21	3.97	22.2%	1.2	
	75歳以上	60	1.37	0.41	0.47	0.63	0.86	1.14	1.35	1.53	1.92	2.16	2.73	20.0%	1.1	
	総数	349	1.31	0.40	0.50	0.72	0.89	1.07	1.28	1.51	1.76	1.96	2.60	-	-	
	(再掲)20歳以上	340	1.30	0.40	0.49	0.72	0.86	1.07	1.27	1.51	1.76	1.97	2.62	-	-	
女性	18-29歳	47	0.94	0.33	0.26	0.49	0.56	0.73	0.86	1.07	1.48	1.62	1.74	70.2%	1.0	
	30-49歳	109	1.06	0.31	0.37	0.63	0.72	0.85	1.02	1.23	1.49	1.65	1.92	46.8%	1.0	
	50-64歳	93	1.15	0.31	0.44	0.61	0.82	0.93	1.10	1.34	1.54	1.68	2.00	30.1%	1.0	
	65-74歳	93	1.28	0.45	0.42	0.64	0.77	0.96	1.22	1.53	1.86	2.03	2.84	28.0%	1.0	
	75歳以上	86	1.32	0.40	0.50	0.64	0.78	1.03	1.32	1.62	1.84	1.96	2.36	18.6%	0.9	
	総数	428	1.17	0.38	0.45	0.61	0.75	0.90	1.12	1.39	1.66	1.85	2.09	-	-	
	(再掲)20歳以上	411	1.18	0.38	0.46	0.61	0.75	0.90	1.13	1.40	1.70	1.87	2.10	-	-	

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)身体活動レベルIIの推定エネルギー必要量を用いて算出された推定平均必要量

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR※ (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
ナイジン当量(mgNE)																
男性	18-29歳	42	33.1	8.9	22.8	23.0	23.9	27.4	32.4	35.7	44.8	52.1	69.9	0.0%	13	
	30-49歳	75	33.2	7.0	15.7	21.9	23.5	29.4	33.4	37.3	41.7	45.5	55.8	0.0%	13	
	50-64歳	91	35.8	9.6	16.2	22.2	24.8	30.2	35.1	41.7	47.2	50.3	71.7	0.0%	12	
	65-74歳	81	39.4	9.2	21.4	26.2	29.1	32.2	39.5	44.1	51.2	55.5	70.4	0.0%	12	
	75歳以上	60	34.3	9.1	19.1	20.0	23.3	27.1	33.7	39.0	47.0	52.5	57.4	0.0%	11	
	総数	349	35.6	8.9	17.8	23.0	24.9	29.6	34.8	40.5	47.2	50.3	66.6	-	-	
	(再掲)20歳以上	340	35.7	9.1	17.5	22.9	24.9	29.7	34.9	40.6	47.4	50.6	67.2	-	-	
女性	18-29歳	47	25.9	6.3	15.0	16.2	18.3	21.1	25.8	29.5	33.1	38.2	46.2	0.0%	9	
	30-49歳	109	27.5	7.4	7.8	16.7	19.4	22.9	26.4	31.4	36.9	41.4	53.7	0.9%	10	
	50-64歳	93	27.8	5.8	13.3	18.5	21.0	23.8	28.2	30.7	34.8	39.1	46.0	0.0%	9	
	65-74歳	93	30.1	7.3	17.2	19.7	20.8	25.1	29.6	34.1	40.1	45.2	51.5	0.0%	9	
	75歳以上	86	28.8	7.6	14.6	16.4	19.3	23.8	28.6	32.5	39.1	42.4	52.9	0.0%	9	
	総数	428	28.2	7.0	13.7	17.8	19.6	23.7	27.9	31.9	37.4	41.4	50.3	-	-	
	(再掲)20歳以上	411	28.36	7.11	13.5	18.0	19.7	23.8	28.0	32.0	37.6	41.7	51.0	-	-	

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)身体活動レベルIIの推定エネルギー必要量を用いて算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
ビタミンB ₆ (mg)																
男性	18-29歳	42	1.20	0.36	0.73	0.78	0.86	0.99	1.10	1.30	1.70	2.06	2.60	50.0%		
	30-49歳	75	1.21	0.33	0.57	0.68	0.76	1.00	1.20	1.40	1.72	1.81	1.98	37.3%		
	50-64歳	91	1.36	0.43	0.64	0.70	0.87	1.06	1.27	1.63	1.92	2.29	2.70	29.7%		
	65-74歳	81	1.60	0.42	0.88	0.98	1.09	1.24	1.52	1.89	2.20	2.35	2.93	11.1%	1.1	
	75歳以上	60	1.41	0.41	0.66	0.88	0.97	1.11	1.31	1.74	2.07	2.15	2.48	23.3%		
	総数	349	1.37	0.41	0.65	0.81	0.91	1.09	1.29	1.62	1.93	2.14	2.64	26.4%		
	(再掲) 20歳以上	340	1.38	0.41	0.65	0.80	0.92	1.09	1.30	1.62	1.95	2.15	2.66	26.2%		
女性	18-29歳	47	0.96	0.27	0.42	0.57	0.67	0.77	0.91	1.09	1.33	1.43	1.81	55.3%		
	30-49歳	109	1.03	0.35	0.23	0.61	0.67	0.83	0.97	1.17	1.46	1.66	2.42	54.1%		
	50-64歳	93	1.12	0.28	0.43	0.66	0.80	0.93	1.10	1.32	1.54	1.65	1.83	33.3%		
	65-74歳	93	1.27	0.33	0.62	0.74	0.87	1.03	1.25	1.47	1.74	1.87	2.14	22.6%	1.0	
	75歳以上	86	1.24	0.36	0.57	0.68	0.79	1.01	1.22	1.47	1.77	1.90	2.36	23.3%		
	総数	428	1.14	0.34	0.47	0.65	0.76	0.91	1.10	1.35	1.59	1.75	2.18	36.7%		
	(再掲) 20歳以上	411	1.15	0.34	0.46	0.66	0.78	0.92	1.11	1.35	1.62	1.76	2.20	35.0%		

※日本人の食事摂取基準(2020年版) 参照体重及びたんぱく質の推奨量を用いて算出された推定平均必要量

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
葉酸(μg)																
男性	18-29歳	42	261	64	132	155	173	223	256	306	364	381	384	16.7%		
	30-49歳	75	266	72	77	169	181	210	265	312	386	398	417	18.7%		
	50-64歳	91	311	89	72	186	199	255	301	370	457	469	522	9.9%		
	65-74歳	81	404	126	195	229	270	324	382	457	569	674	864	2.5%	200	
	75歳以上	60	377	153	137	173	241	299	366	420	495	667	1210	5.0%		
	総数	349	329	112	119	189	208	259	312	384	453	514	721	7.7%		
	(再掲) 20歳以上	340	330	114	119	190	208	259	313	386	456	518	727	7.7%		
女性	18-29歳	47	229	104	105	113	143	169	214	248	337	459	708	46.8%		
	30-49歳	109	260	80	99	143	165	208	250	294	370	424	547	20.2%		
	50-64歳	93	306	90	140	171	201	245	292	354	425	480	654	8.6%		
	65-74歳	93	354	117	123	195	223	272	335	423	511	588	703	4.3%	200	
	75歳以上	86	369	117	124	179	223	293	366	422	502	553	794	7.0%		
	総数	428	309	108	119	165	190	237	292	366	452	501	683	12.6%		
	(再掲) 20歳以上	411	314	106	123	172	198	244	295	369	456	504	683	10.5%		

※日本人の食事摂取基準(2020年版)の推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

パントテン酸(mg)		パーセンタイル											
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%
男性	18-29歳	42	5.94	1.26	3.00	3.69	4.28	5.10	5.86	6.75	7.27	8.51	9.10
	30-49歳	75	5.57	1.36	2.69	3.69	3.93	4.65	5.31	6.50	7.27	8.08	9.60
	50-64歳	91	6.10	1.47	1.93	3.40	4.52	5.19	6.18	6.79	7.89	9.22	9.51
	65-74歳	81	7.09	1.79	4.10	4.63	5.17	5.88	6.87	7.96	9.30	10.63	13.75
	75歳以上	60	6.51	1.77	2.60	4.18	4.54	5.55	6.10	7.56	8.62	9.15	13.56
	総数	349	6.28	1.60	2.77	3.96	4.41	5.20	6.17	7.11	8.29	9.15	11.57
	(再掲)20歳以上	340	6.28	1.61	2.74	3.91	4.40	5.20	6.17	7.11	8.35	9.19	11.68
女性	18-29歳	47	4.82	1.37	1.89	2.68	3.41	3.80	4.70	5.44	6.72	7.96	8.53
	30-49歳	109	4.93	1.40	1.38	2.77	3.23	3.95	4.80	5.85	6.64	7.53	8.66
	50-64歳	93	5.30	1.16	2.72	3.36	3.77	4.47	5.37	6.01	6.63	6.90	9.52
	65-74歳	93	5.67	1.53	2.15	3.25	3.88	4.71	5.41	6.47	8.11	8.71	10.22
	75歳以上	86	5.78	1.62	2.67	3.09	3.66	4.54	5.72	6.66	7.87	8.63	10.23
	総数	428	5.33	1.45	2.14	3.14	3.60	4.41	5.25	6.20	7.25	7.99	9.40
	(再掲)20歳以上	411	5.36	1.47	2.17	3.15	3.58	4.42	5.26	6.23	7.33	8.05	9.57

ビタミンC(mg)		パーセンタイル										EAR*未満の割合		EAR※(参考)	
性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	EAR*未満の割合	EAR※
男性	18-29歳	42	73	30	23	32	35	51	66	97	120	132	137	66.7%	85
	30-49歳	75	74	34	10	23	31	52	70	93	128	137	191	69.3%	85
	50-64歳	91	89	51	7	30	42	57	83	109	145	176	380	51.7%	85
	65-74歳	81	115	49	33	47	62	86	104	133	187	203	316	21.0%	80
	75歳以上	60	119	55	21	29	45	80	115	139	192	244	294	25.0%	80
	総数	349	95	48	20	32	43	61	90	119	147	185	265	-	-
	(再掲)20歳以上	340	95	49	20	32	43	61	90	119	149	185	269	-	-
女性	18-29歳	47	62	28	21	23	32	38	53	86	104	124	137	74.5%	85
	30-49歳	109	75	37	4	21	31	51	73	90	122	154	196	66.1%	85
	50-64歳	93	98	50	25	38	49	67	86	118	166	190	346	47.3%	85
	65-74歳	93	119	55	20	50	66	88	111	140	176	254	359	18.3%	80
	75歳以上	86	127	52	13	47	71	88	119	164	193	238	273	16.3%	80
	総数	428	99	50	19	38	45	66	91	120	166	187	264	-	-
	(再掲)20歳以上	411	101	50	19	38	46	67	93	121	167	189	266	-	-

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										DG※以上の割合	DG※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	10.6	3.0	3.7	5.7	6.8	8.9	10.1	12.0	14.7	17.3	18.0	85.7%		
	30-49歳	75	10.7	2.5	6.5	7.4	8.7	10.4	12.1	14.2	15.7	17.2	94.7%			
	50-64歳	91	11.5	2.7	5.2	6.9	8.3	9.8	11.4	13.2	15.5	16.0	20.3	93.4%		
	65-74歳	81	13.0	3.3	6.5	7.4	10.4	13.1	14.6	17.6	18.8	23.2	95.1%	7.5		
	75歳以上	60	11.1	3.0	5.9	6.4	8.8	10.7	12.7	15.9	16.7	18.9	90.0%			
総数		349	11.5	3.0	5.7	7.0	8.0	9.5	11.3	13.3	15.9	16.9	19.8	93.1%		
	(再掲)20歳以上	340	11.5	2.9	5.7	7.0	8.0	9.5	11.3	13.3	15.9	16.9	19.9	93.2%		
女性	18-29歳	47	8.5	2.5	4.8	5.6	6.1	6.9	8.0	9.0	11.8	14.9	17.2	78.7%		
	30-49歳	109	9.0	2.5	2.2	5.4	6.3	7.4	8.7	10.5	11.9	13.9	18.1	86.2%		
	50-64歳	93	9.9	2.6	4.4	6.1	6.6	8.0	9.5	11.4	13.6	14.4	16.7	91.4%		
	65-74歳	93	10.3	2.6	6.6	7.1	7.4	8.5	9.5	12.4	14.2	15.2	19.2	100.0%	6.5	
	75歳以上	86	10.0	2.3	4.9	6.5	7.0	8.4	9.9	11.6	12.9	14.2	16.8	95.3%		
総数		428	9.6	2.5	4.9	6.3	6.7	7.9	9.1	11.1	13.1	14.2	16.7	92.3%		
	(再掲)20歳以上	411	9.7	2.5	4.8	6.3	6.7	7.9	9.2	11.3	13.1	14.3	16.8	92.0%		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										DG※未達の割合	DG※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	2196	488	1245	1367	1497	1936	2130	2556	2924	3121	3351	92.9%		
	30-49歳	75	2241	479	1196	1542	1670	1875	2135	2546	2896	3128	3398	92.0%		
	50-64歳	91	2509	609	956	1513	1789	2150	2450	2937	3294	3672	3983	76.9%		
	65-74歳	81	3039	727	1745	1854	2121	2483	2940	3509	4110	4309	5123	51.9%	3000	
	75歳以上	60	2709	656	1310	1427	1974	2315	2606	3106	3660	3950	4195	66.7%		
総数		349	2576	644	1277	1614	1802	2141	2513	2981	3467	3750	4304	75.6%		
	(再掲)20歳以上	340	2585	650	1274	1587	1803	2156	2530	2994	3475	3770	4331	75.3%		
女性	18-29歳	47	1996	873	1068	1124	1239	1561	1822	2160	3154	3418	6339	87.2%		
	30-49歳	109	2110	617	691	1199	1373	1722	2105	2429	2835	3295	4186	85.3%		
	50-64歳	93	2367	530	976	1487	1707	2109	2274	2695	3150	3310	3810	67.7%		
	65-74歳	93	2610	700	1172	1477	1768	2148	2577	2960	3469	3973	4544	50.5%	2600	
	75歳以上	86	2638	712	1072	1492	1707	2190	2650	3049	3702	3912	4699	47.7%		
総数		428	2370	697	999	1338	1533	1925	2277	2731	3232	3629	4442	67.1%		
	(再掲)20歳以上	411	2390	719	947	1354	1568	1962	2308	2758	3264	3726	4555	65.7%		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)の目標量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	496	159	182	215	251	416	508	638	698	751	848	81.0%	650	
	30-49歳	75	464	157	217	244	341	441	555	698	757	883	81.3%	600		
	50-64歳	91	519	191	163	258	393	499	633	753	796	1427	67.0%	600		
	65-74歳	81	626	188	249	350	510	610	700	888	979	1186	49.4%	600		
	75歳以上	60	558	177	208	296	416	545	663	822	945	975	61.7%	600		
総数	(再掲)20歳以上	349	537	182	197	264	414	520	655	775	854	1058	-	-		
		340	535	184	194	262	412	514	654	778	857	1062	-	-		
女性	18-29歳	47	361	181	116	137	236	305	478	650	700	968	83.0%	550		
	30-49歳	109	465	185	165	210	321	440	563	705	853	956	72.5%	550		
	50-64歳	93	530	176	174	264	407	513	648	743	849	1110	55.9%	550		
	65-74歳	93	560	201	177	247	424	557	681	806	991	1154	47.3%	550		
	75歳以上	86	604	245	175	256	423	588	742	920	1083	1397	37.2%	500		
総数	(再掲)20歳以上	428	517	208	168	223	357	495	647	786	906	1132	-	-		
		411	524	205	177	229	369	504	648	795	905	1130	-	-		

※日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重を基に算出された推定平均必要量

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	236	56	132	140	160	193	232	277	295	351	365	81.0%	280	
	30-49歳	75	245	58	157	164	171	203	235	283	324	359	433	86.7%	310	
	50-64歳	91	279	68	123	178	206	233	278	315	351	379	641	72.5%	310	
	65-74歳	81	330	84	165	199	226	279	324	375	445	481	618	32.1%	290	
	75歳以上	60	288	67	151	177	204	236	289	339	378	406	485	43.3%	270	
総数	(再掲)20歳以上	349	280	72	149	174	198	230	274	322	370	400	507	-	-	
		340	281	73	149	173	198	231	274	322	371	405	509	-	-	
女性	18-29歳	47	196	83	104	116	137	150	177	212	275	309	655	80.9%	230	
	30-49歳	109	225	64	53	136	154	186	222	255	313	350	398	68.8%	240	
	50-64歳	93	243	51	132	161	182	208	239	274	318	338	381	50.5%	240	
	65-74歳	93	270	66	151	162	200	227	259	303	374	401	490	29.0%	230	
	75歳以上	86	272	74	134	143	175	222	267	316	365	416	497	23.3%	220	
総数	(再掲)20歳以上	428	245	69	111	148	163	202	239	282	335	370	442	-	-	
		411	248	70	111	148	165	203	239	283	340	375	449	-	-	

※日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重を基に算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル									
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	
男性	18-29歳	42	1065	249	597	617	721	905	1095	1188	1431	1596	1671	
	30-49歳	75	1012	237	461	674	729	829	1009	1158	1329	1387	1810	
	50-64歳	91	1121	299	455	640	761	951	1100	1247	1455	1650	2408	
	65-74歳	81	1276	299	728	847	917	1069	1242	1456	1656	1892	2370	
	75歳以上	60	1120	294	532	721	767	935	1072	1321	1583	1669	2032	
総数	(再掲)20歳以上	340	1128	289	542	718	780	943	1113	1279	1480	1634	2027	
女性	18-29歳	47	874	348	378	477	566	691	773	970	1287	1560	2515	
	30-49歳	109	899	255	219	521	603	731	915	1037	1258	1408	1568	
	50-64歳	93	955	200	395	617	707	841	945	1080	1201	1289	1570	
	65-74歳	93	1017	248	526	627	717	839	1010	1175	1291	1563	1695	
	75歳以上	86	1018	276	469	567	644	823	982	1206	1444	1516	1672	
総数	(再掲)20歳以上	428	958	262	391	574	642	784	944	1087	1284	1440	1657	
	(再掲)20歳以上	411	963	263	401	574	642	786	948	1090	1288	1444	1666	

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR※未満の割合		EAR※(参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%	EAR※未満の割合	EAR※		
男性	18-29歳	42	7.5	1.6	4.6	4.8	5.2	6.1	7.6	8.4	9.7	10.2	11.6	31.0%	6.5		
	30-49歳	75	7.3	1.6	4.8	5.1	5.6	6.2	7.0	7.8	9.9	10.9	11.6	36.0%	6.5		
	50-64歳	91	8.5	2.2	3.9	4.8	5.8	7.2	8.5	9.6	11.0	11.7	17.2	14.3%	6.5		
	65-74歳	81	10.5	2.5	6.0	6.4	7.2	8.9	10.3	12.2	13.8	14.2	18.6	1.2%	6.0		
	75歳以上	60	9.4	2.8	4.6	6.4	6.8	7.7	8.8	10.6	12.9	14.8	22.9	1.7%	6.0		
総数	(再掲)20歳以上	349	8.8	2.3	4.6	5.6	6.2	7.3	8.4	10.1	11.6	12.7	17.0	-	-		
女性	18-29歳	47	6.3	2.4	2.9	3.5	4.3	5.1	6.0	7.0	8.3	9.2	18.9	-	-		
	30-49歳	109	6.8	1.7	1.7	4.2	4.9	5.6	6.6	7.8	9.2	10.1	11.0	-	-		
	50-64歳	93	7.4	1.6	3.3	4.9	5.5	6.2	7.3	8.6	9.4	10.0	13.1	-	-		
	65-74歳	93	8.5	2.1	5.3	5.5	6.2	7.1	7.9	9.9	11.8	12.9	14.5	-	-		
	75歳以上	86	8.7	2.4	3.8	5.0	6.0	7.0	8.5	10.0	11.4	13.5	17.1	-	-		
総数	(再掲)20歳以上	428	7.6	2.1	3.6	4.8	5.3	6.3	7.3	8.9	10.2	11.3	14.1	-	-		
	(再掲)20歳以上	411	7.7	2.1	3.6	4.8	5.4	6.4	7.4	9.0	10.3	11.4	14.2	-	-		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重を基に算出された推定平均必要量

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	9.1	1.6	5.6	5.9	7.0	8.4	9.1	9.8	11.1	12.3	13.2	47.6%		
	30-49歳	75	8.5	2.0	4.8	5.5	6.1	7.2	8.3	9.9	11.4	12.0	13.9	65.3%		
	50-64歳	91	9.2	2.3	3.2	6.0	6.3	7.8	9.0	10.4	11.9	13.3	16.7	49.5%		
	65-74歳	81	10.0	2.3	6.2	7.0	7.7	8.4	9.5	11.2	13.3	15.4	16.6	42.0%	9	
	75歳以上	60	8.8	2.0	5.4	6.1	6.4	7.1	8.6	10.3	11.6	13.3	14.0	63.3%		
総数	349	9.2	2.1	5.1	6.1	6.6	7.8	8.9	10.4	12.0	13.2	15.3	52.7%			
	(再掲)20歳以上	340	9.2	2.1	5.1	6.1	6.6	7.8	8.9	10.4	12.1	13.3	15.4	53.2%		
女性	18-29歳	47	7.5	2.2	3.9	4.4	5.1	5.8	7.1	8.8	10.5	11.6	15.3	42.6%	7	
	30-49歳	109	7.2	2.0	1.8	3.4	4.9	6.2	7.0	8.5	9.7	10.7	12.4	47.7%	7	
	50-64歳	93	7.3	1.5	3.5	4.7	5.3	6.5	7.2	8.1	9.3	9.8	12.6	38.7%	7	
	65-74歳	93	7.6	1.9	4.2	4.7	5.3	6.1	7.5	8.3	10.4	11.3	13.2	39.8%	7	
	75歳以上	86	7.6	1.8	4.3	4.6	5.4	6.4	7.3	8.6	9.9	11.4	13.3	16.3%	6	
総数	428	7.4	1.8	3.2	4.7	5.2	6.3	7.3	8.4	9.8	10.8	12.6	-	-		
	(再掲)20歳以上	411	7.4	1.8	3.1	4.7	5.2	6.3	7.3	8.4	9.7	10.8	12.6	-	-	

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重を基に算出された推定平均必要量

銅

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差	パーセンタイル										EAR**未満 の割合	EAR** (参考)
					1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%			
男性	18-29歳	42	1.16	0.23	0.54	0.75	0.85	1.00	1.20	1.33	1.51	1.54	1.57	2.4%		
	30-49歳	75	1.13	0.27	0.64	0.72	0.82	0.92	1.11	1.24	1.55	1.67	1.74	4.0%		
	50-64歳	91	1.22	0.27	0.57	0.82	0.90	1.03	1.20	1.38	1.60	1.74	2.12	1.1%		
	65-74歳	81	1.46	0.34	0.74	0.98	1.01	1.23	1.42	1.70	1.87	2.08	2.61	0.0%	0.7	
	75歳以上	60	1.38	0.33	0.85	0.92	0.98	1.13	1.32	1.59	1.79	1.94	2.58	0.0%		
総数	349	1.28	0.31	0.68	0.85	0.91	1.06	1.24	1.47	1.72	1.79	2.13	1.1%			
	(再掲)20歳以上	340	1.28	0.31	0.68	0.85	0.91	1.06	1.24	1.48	1.72	1.79	2.13	1.2%		
女性	18-29歳	47	1.00	0.40	0.53	0.65	0.72	0.80	0.95	1.07	1.29	1.34	3.39	2.1%		
	30-49歳	109	1.00	0.27	0.32	0.49	0.70	0.81	1.01	1.17	1.36	1.47	1.88	6.4%		
	50-64歳	93	1.03	0.20	0.54	0.72	0.77	0.89	1.01	1.16	1.32	1.38	1.47	2.2%		
	65-74歳	93	1.16	0.27	0.67	0.75	0.79	0.96	1.13	1.33	1.52	1.67	1.99	0.0%	0.6	
	75歳以上	86	1.21	0.28	0.66	0.73	0.84	1.00	1.21	1.39	1.56	1.68	1.94	0.0%		
総数	428	1.08	0.28	0.42	0.71	0.77	0.90	1.07	1.24	1.41	1.53	1.90	2.3%			
	(再掲)20歳以上	411	1.09	0.29	0.42	0.71	0.77	0.91	1.07	1.25	1.42	1.54	1.91	2.2%		

※ 日本人の食事摂取基準(2020年版)参照体重を基に算出された推定平均必要量

各栄養素摂取量の分布(18歳以上全体)を正規分布に近似させるために用いた「べき数」と「個人内個人間分散比」
(性年齢階級別の計算に使用した「べき数」と「個人内個人間分散比」)

栄養素等	べき数		個人内分散		個人間分散		個人内/個人間分散比	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性
エネルギー	0.666667	0.666667	309.33360	188.81227	450.239516	405.011392	0.687042	0.466190
たんぱく質	0.181818	0.666667	0.00591	4.81368	0.009531	7.038381	0.619563	0.683918
たんぱく質エネルギー比率	0.285714	0.100000	0.01042	0.00047	0.003227	0.000347	3.229226	1.341863
総脂質	0.222222	0.500000	0.03194	1.02661	0.017058	1.060418	1.872648	0.968115
脂防エネルギー比率	0.666667	0.400000	1.83733	0.08566	0.726412	0.091294	2.529323	0.938292
飽和脂肪酸	0.333333	0.500000	0.11737	0.40492	0.041340	0.441971	2.839167	0.916160
飽和脂肪酸エネルギー比率	0.500000	0.400000	0.18654	0.05541	0.053170	0.062578	3.508387	0.885462
n-6系脂肪酸	0.111111	0.400000	0.00293	0.12480	0.001558	0.081343	1.878542	1.534281
n-3系脂肪酸	0.166667	0.285714	0.01153	0.03325	0.003036	0.015485	3.797692	2.147509
コレステロール	0.400000	0.666667	3.09000	178.37684	3.099099	110.131109	0.997064	1.619677
炭水化物	0.666667	1.000000	25.35673	1368.71629	34.729137	3071.726556	0.730128	0.445585
炭水化物エネルギー比率	1.000000	2.000000	40.21832	455069.93415	25.774046	538334.620906	1.560419	0.845329
食物繊維	0.285714	0.400000	0.03360	0.11950	0.023699	0.118164	1.417687	1.011279
ビタミンA	0(log変換)	0(log変換)	0.30842	0.30779	0.349403	0.234630	0.882714	1.311796
ビタミンD	0.153846	0.100000	0.04063	0.01476	0.005387	0.003386	7.543155	4.358860
ビタミンE	0.285714	0.250000	0.02947	0.01558	0.026346	0.022056	1.118404	0.706405
ビタミンK	0.250000	0.166667	0.29640	0.04885	0.177620	0.041253	1.668756	1.184076
ビタミンB ₁	0.117647	0.100000	0.00210	0.00100	0.000960	0.001075	2.190268	0.933609
ビタミンB ₂	0.100000	0.250000	0.00101	0.00534	0.000987	0.007320	1.022404	0.729664
ナイアシン	0(log変換)	0.333333	0.06991	0.07182	0.059517	0.064913	1.174563	1.106417
ビタミンB ₆	0.100000	0.400000	0.00079	0.01199	0.000911	0.015581	0.864848	0.769247
葉酸	0(log変換)	0.100000	0.12062	0.00304	0.109329	0.003741	1.103249	0.812052
パントテン酸	0.181818	0.500000	0.00389	0.06872	0.004188	0.100999	0.929702	0.680351
ビタミンC	0.333333	0.400000	0.32155	0.94836	0.589993	1.546057	0.545013	0.613402
食塩相当量	0.333333	0.500000	0.03431	0.16290	0.037506	0.161790	0.914829	1.006870
カルウム	0.333333	0.333333	1.37832	1.18782	1.359940	1.686846	1.013514	0.704168
カルシウム	0.400000	0.400000	2.46825	1.72632	2.921398	1.726315	0.844885	0.445018
マグネシウム	0.100000	0.285714	0.00189	0.11631	0.001966	0.145929	0.959832	0.797024
リン	0.222222	0.500000	0.04766	9.21983	0.070264	17.619074	0.678280	0.523287
鉄	0(log変換)	0.285714	0.09530	0.02298	0.065146	0.019057	1.462897	1.205724
亜鉛	0.181818	0.666667	0.00423	0.31650	0.003848	0.401510	1.098738	0.401510
銅	0.125000	0.285714	0.00086	0.00418	0.000947	0.005566	0.905363	0.750322

食品群(野菜類・果実類・乳類)の習慣的摂取量の分布(18歳以上)

野菜類(緑黄色野菜とその他野菜の合計)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差					パーセンタイル					350g未満%
				1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%		
男性	18-29歳	42	242.6	95.0	103.8	127.4	177.0	227.1	303.0	380.2	448.9	472.0	88.1%	
	30-49歳	75	267.7	105.7	97.8	147.6	180.0	251.1	357.6	428.5	461.7	480.3	74.7%	
	50-64歳	91	292.3	118.9	37.9	116.8	147.3	217.0	274.4	353.2	470.3	539.7	73.6%	
	65-74歳	81	348.7	138.0	44.9	129.2	189.7	248.3	335.8	436.7	523.5	614.7	54.3%	
	75歳以上	60	334.6	147.7	44.8	133.3	175.8	255.6	312.4	409.7	504.3	608.8	61.7%	
総数		349	302.0	125.4	49.1	120.6	158.9	215.1	288.2	372.6	474.8	506.1	68.2%	
(再掲)20-49歳		108	261.9	102.6	78.6	138.1	185.5	247.2	334.5	419.0	460.9	480.5	78.7%	
(再掲)20歳以上		340	304.0	126.3	47.4	120.9	159.2	216.8	290.8	373.7	477.6	509.3	67.9%	
女性	18-29歳	47	229.6	104.8	81.2	111.5	152.0	209.5	265.2	412.8	486.6	531.2	87.2%	
	30-49歳	109	262.0	121.4	42.8	82.3	134.4	186.9	239.9	329.4	425.7	537.5	78.0%	
	50-64歳	93	312.6	130.6	45.7	140.3	184.3	223.6	277.1	384.1	520.3	715.2	71.0%	
	65-74歳	93	316.9	128.8	36.9	138.2	167.4	234.4	308.8	391.4	454.7	570.2	63.4%	
	75歳以上	86	307.1	130.5	46.8	115.5	157.4	211.2	291.9	372.4	484.0	549.6	69.8%	
総数		428	290.5	130.2	22.3	118.6	146.1	206.6	270.0	361.0	464.3	539.0	72.9%	
(再掲)20-49歳		139	256.4	120.5	21.0	80.1	128.8	179.9	237.1	318.2	427.7	517.6	79.9%	
(再掲)20歳以上		411	293.8	127.1	45.3	123.6	153.9	210.7	271.0	360.9	465.4	535.4	72.5%	

男性: べき数0.5 個人内分散14.916851 個人間分散14.309938 個人内/個人間分散比1.042412

女性: べき数0.666667 個人内分散115.800092 個人間分散164.607192 個人内/個人間分散比0.703494

果実類(ジャム除く)

性別	年齢区分	人数	平均	標準偏差					パーセンタイル					100g未満%
				1%	5%	10%	25%	50%	75%	90%	95%	99%		
男性	18-29歳	42	32.4	44.4	9.2	9.2	9.5	9.5	9.5	36.7	99.3	155.0	194.8	90.5%
	30-49歳	75	39.8	47.7	10.2	10.2	10.6	10.6	10.6	54.2	116.9	158.9	201.6	88.0%
	50-64歳	91	72.0	76.5	14.9	14.9	15.9	15.9	15.9	111.5	169.3	187.1	519.2	70.3%
	65-74歳	81	128.9	90.4	17.1	19.7	19.7	37.1	128.3	196.7	236.0	298.7	384.7	42.0%
	75歳以上	60	139.3	102.3	15.7	18.7	18.7	64.7	128.1	197.0	276.6	386.7	434.5	43.3%
(再掲)20歳以上		340	86.7	83.0	16.6	16.6	17.9	17.9	57.0	138.9	196.6	226.0	366.0	64.1%
女性	18-29歳	47	57.1	56.3	26.4	26.4	22.2	22.2	22.2	79.8	155.9	193.4	229.3	80.9%
	30-49歳	109	77.6	75.0	28.6	25.7	25.5	25.5	25.5	96.6	171.3	210.4	524.5	76.1%
	50-64歳	93	97.1	76.7	27.9	26.3	26.3	26.3	26.3	140.6	218.8	265.8	306.6	60.2%
	65-74歳	93	147.3	97.5	26.7	28.6	31.2	76.8	127.9	204.1	285.8	348.2	480.2	37.6%
	75歳以上	86	140.5	93.4	26.4	28.2	28.2	68.2	127.0	198.9	263.6	356.1	416.9	37.2%
(再掲)20歳以上		411	109.9	87.2	29.0	27.9	27.9	27.9	90.1	157.0	219.1	275.3	405.3	55.0%

男性: べき数0.5 個人内分散26.351894 個人間分散14.309938 個人内/個人間分散比0.603298

女性: べき数0.666667 個人内分散105.402091 個人間分散164.323814 個人内/個人間分散比 0.641429