

第1部 食物摂取状況調査

表1-1-1 栄養素等摂取量(男女合計) 平均値

年齢区分		総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数		1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
エネルギー	kcal	1963	1267	1962	2073	1912	2009	1972	2072	2095	1874	1996	1974	2058	2093	1763
たんぱく質	g	72.0	44.6	71.5	72.7	68.1	71.6	69.6	78.1	78.6	69.5	73.5	70.1	76.4	78.1	64.9
うち動物性	g	38.7	25.0	42.2	43.1	36.1	39.3	37.0	43.0	40.7	35.2	38.8	37.7	40.4	39.4	33.0
脂質	g	55.1	39.4	62.7	63.3	57.0	59.1	55.2	58.9	55.0	47.8	54.6	57.1	56.1	53.9	44.3
うち動物性	g	28.4	20.0	35.2	34.8	27.1	29.3	28.2	30.5	28.9	24.0	27.8	28.4	29.0	27.9	21.9
うち魚介類除く	g	21.7	16.2	31.1	30.6	22.0	24.4	22.3	22.0	20.4	16.1	20.5	23.1	21.2	19.5	14.1
炭水化物	g	278.1	180.9	272.2	294.7	268.6	277.7	276.0	281.5	302.6	277.4	283.2	275.2	290.7	307.8	262.9
カリウム	mg	2583	1632	2376	2125	2155	2331	2278	2718	3202	2714	2681	2273	2860	3159	2445
カルシウム	mg	573	446	684	553	475	485	510	576	652	586	569	493	604	659	526
うち補助食品	mg	8	0	0	4	0	0	15	2	14	14	9	6	12	17	8
うち強化食品	mg	2	0	3	7	1	2	0	1	2	4	2	1	1	3	3
マグネシウム	mg	269	158	231	222	239	255	250	291	324	277	281	250	297	319	254
リン	mg	1077	710	1105	1063	974	1026	1006	1148	1207	1063	1094	1007	1147	1199	980
鉄	mg	8.5	4.7	7.6	7.1	8.9	7.8	7.9	9.0	10.0	8.8	8.9	8.1	9.2	10.0	8.2
うち補助食品	mg	0.2	0.0	0.1	0.1	1.4	0.1	0.2	0.0	0.1	0.1	0.2	0.4	0.1	0.1	0.0
うち強化食品	mg	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
亜鉛	mg	8.4	5.3	8.6	8.9	8.3	8.5	8.2	8.9	8.8	8.0	8.5	8.3	8.8	9.1	7.4
銅	mg	1.3	0.7	1.1	1.2	1.2	1.2	1.2	1.3	1.5	1.3	1.3	1.20	1.37	1.52	1.24
ビタミンA	μgRE	594	467	645	659	643	484	539	669	627	571	592	540	622	637	536
ビタミンD	μg	10.2	5.6	7.7	8.2	8.7	7.6	9.2	12.2	12.1	11.8	10.9	8.5	11.4	11.6	12.0
ビタミンE	mg-TE	9.3	5.0	7.1	7.5	7.4	9.4	8.2	10.2	12.9	8.6	9.9	8.5	10.9	9.9	7.1
うち補助食品	mg-TE	1.8	0.0	0.5	0.8	0.0	2.5	1.1	2.1	4.2	0.9	2.1	1.4	2.7	1.2	0.1
うち強化食品	mg-TE	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
ビタミンK	μg	229	116	186	187	234	205	223	243	266	251	242	218	257	284	217
ビタミンB1	mg	1.77	0.57	1.13	4.69	1.10	1.98	1.14	1.08	2.49	2.05	1.77	1.45	1.76	3.05	1.90
うち補助食品	mg	0.69	0.00	0.03	3.73	0.00	0.94	0.05	0.03	1.26	0.93	0.65	0.38	0.62	1.77	0.81
うち強化食品	mg	0.19	0.00	0.16	0.05	0.25	0.12	0.23	0.13	0.23	0.27	0.21	0.19	0.19	0.30	0.31
ビタミンB2	mg	1.81	0.79	1.42	4.86	1.29	1.95	1.38	1.44	2.38	1.68	1.76	1.58	1.82	2.61	1.58
うち補助食品	mg	0.43	0.00	0.03	3.61	0.00	0.74	0.10	0.03	0.85	0.16	0.34	0.32	0.35	0.97	0.14
うち強化食品	mg	0.12	0.00	0.09	0.08	0.20	0.09	0.12	0.10	0.11	0.21	0.14	0.12	0.11	0.19	0.24
ナイアシン	mgNE	16.2	8.0	13.3	13.8	14.5	16.4	15.7	18.5	18.9	16.3	17.1	15.7	18.1	18.9	15.1
ビタミンB6	mg	1.71	0.73	1.24	1.56	1.28	1.95	1.34	1.49	2.57	1.73	1.82	1.56	1.90	2.83	1.61
うち補助食品	mg	0.33	0.00	0.03	0.31	0.00	0.71	0.07	0.04	0.98	0.21	0.38	0.30	0.41	1.14	0.16
うち強化食品	mg	0.14	0.00	0.08	0.20	0.21	0.10	0.13	0.11	0.12	0.23	0.15	0.13	0.13	0.21	0.27
ビタミンB12	mg	7.9	4.7	7.1	5.4	6.8	7.0	6.9	9.7	9.4	8.2	8.3	6.89	8.91	9.27	7.69
葉酸	μg	331	176	257	245	272	274	285	354	425	383	353	278	380	450	334
パントテン酸	mg	5.91	3.91	6.39	5.94	5.40	5.49	5.57	6.09	6.53	5.93	5.96	5.50	6.24	6.67	5.41
ビタミンC	mg	119	53	112	101	75	97	113	116	151	140	125	99	137	151	116
うち補助食品	mg	17	0	11	22	0	17	19	11	24	24	19	14	22	20	14
うち強化食品	mg	5	0	25	14	2	0	12	0	0	2	2	5	3	2	0
コレステロール	mg	318	194	311	389	323	324	330	351	325	292	322	326	337	337	260
食物繊維	g	15.4	9.4	13.6	11.9	13.8	13.3	13.6	16.1	19.3	16.6	16.1	13.5	17.2	19.6	14.7
うち水溶性	g	3.6	2.3	3.5	2.7	3.1	3.3	3.1	3.7	4.5	3.8	3.7	3.2	4.0	4.5	3.3
うち不溶性	g	11.8	7.1	10.1	9.2	10.6	10.0	10.5	12.4	14.8	12.8	12.4	10.3	13.2	15.1	11.4
食塩相当量	g	11.2	6.0	9.4	10.0	10.4	10.9	10.8	12.5	12.9	11.6	11.8	10.8	12.4	13.0	10.7

表1-1-2 栄養素等摂取量(男女合計) 標準偏差

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
エネルギー kcal	583	253	480	665	628	623	650	560	553	514	579	635	575	515	468
たんぱく質 g	23.4	11.7	18.9	23.7	26.0	24.7	22.5	24.4	21.9	22.0	23.5	24.1	23.2	22.4	19.9
うち動物性 g	18.0	11.1	15.3	20.2	20.1	20.2	16.6	19.8	16.8	16.1	18.1	18.7	17.8	16.2	15.7
脂質 g	21.9	14.0	18.4	24.3	25.8	24.7	21.4	21.3	20.3	20.2	22.0	23.6	20.8	19.5	19.5
うち動物性 g	15.1	9.5	13.6	17.6	16.8	17.2	13.9	16.1	14.2	13.1	15.0	15.8	14.6	13.2	12.8
うち魚介類除く g	13.8	8.2	13.2	18.2	15.6	15.9	12.7	13.7	12.3	10.9	13.3	14.6	12.6	11.4	10.6
炭水化物 g	88.7	37.5	75.4	106.1	99.1	100.0	102.5	76.7	86.6	77.5	88.1	100.6	87.9	83.2	68.6
カリウム mg	1081	523	587	742	886	1276	876	921	1246	1058	1127	1047	1142	1168	824
カルシウム mg	276	146	220	373	285	242	261	248	289	287	278	259	276	277	281
うち補助食品 mg	77	0	3	18	0	0	133	16	114	82	84	86	98	79	72
うち強化食品 mg	18	0	19	42	5	17	0	11	15	24	16	11	15	24	22
マグネシウム mg	105	40	57	68	96	120	89	93	119	101	108	103	108	110	89
リン mg	356	175	278	382	390	362	316	361	346	352	359	349	356	359	311
鉄 mg	4.7	1.6	3.6	2.4	12.9	3.4	3.4	3.3	4.5	3.5	4.9	6.5	3.9	4.2	3.2
うち補助食品 mg	2.9	0.0	0.5	0.7	12.0	0.6	1.9	0.5	0.6	0.6	3.2	5.6	1.0	0.8	0.0
うち強化食品 mg	0.2	0.0	0.6	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.1	0.3	0.2	0.2	0.1	0.1	0.3
亜鉛 mg	2.8	1.4	2.2	3.1	3.2	3.0	2.7	3.0	2.8	2.5	2.8	2.9	2.8	3.0	2.0
銅 mg	0.4	0.2	0.3	0.4	0.4	0.5	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.43	0.43	0.44	0.36
ビタミンA μgRE	684	563	606	781	771	595	647	789	430	838	693	656	608	459	991
ビタミンD μg	10.0	5.7	7.3	8.5	9.8	9.1	9.9	11.4	10.0	10.4	10.4	9.6	10.4	8.7	11.1
ビタミンE mg-TE	19.1	2.3	4.1	5.8	3.9	26.7	8.7	16.9	32.4	13.0	20.9	17.5	23.0	14.5	4.2
うち補助食品 mg-TE	18.6	0.0	3.4	5.0	0.0	26.6	5.6	16.3	32.2	12.5	20.5	16.8	22.5	14.1	0.9
うち強化食品 mg-TE	0.4	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.2	0.0	0.0	0.9	0.4	0.1	0.3	0.6	0.9
ビタミンK μg	152	70	96	139	154	138	143	150	160	173	157	143	161	178	152
ビタミンB1 mg	9.12	0.20	0.89	26.55	2.07	10.63	1.54	0.89	11.32	9.53	8.17	6.68	7.36	12.95	10.47
うち補助食品 mg	9.03	0.00	0.21	26.53	0.00	10.57	0.40	0.16	11.22	9.48	8.06	6.51	7.24	12.86	10.41
うち強化食品 mg	1.10	0.01	0.70	0.17	2.03	0.73	1.42	0.79	1.27	1.11	1.19	1.37	1.14	1.33	1.18
ビタミンB2 mg	6.87	0.30	0.78	25.74	1.65	7.97	1.14	0.82	8.28	1.91	4.99	5.01	4.99	8.85	2.09
うち補助食品 mg	6.81	0.00	0.22	25.69	0.00	7.93	0.56	0.16	8.29	1.64	4.92	4.90	4.94	8.86	1.80
うち強化食品 mg	0.76	0.00	0.53	0.56	1.56	0.56	0.87	0.60	0.69	0.85	0.81	0.96	0.71	0.88	0.91
ナイアシン mgNE	8.5	2.7	6.1	6.5	10.4	8.1	7.5	9.1	8.9	8.2	8.7	8.4	8.8	9.6	7.2
ビタミンB6 mg	4.67	0.26	0.74	2.57	1.76	7.94	1.22	0.83	8.48	2.25	5.11	5.02	5.15	9.10	2.31
うち補助食品 mg	4.57	0.00	0.26	2.10	0.00	7.92	0.57	0.24	8.48	1.99	5.02	4.89	5.08	9.10	2.01
うち強化食品 mg	0.87	0.00	0.58	1.40	1.72	0.62	0.93	0.66	0.76	0.94	0.89	1.05	0.78	0.97	1.00
ビタミンB12 mg	7.7	5.6	6.9	3.8	7.5	8.3	6.7	9.4	7.8	7.4	8.0	7.45	8.11	7.69	7.34
葉酸 μg	197	86	93	109	134	133	130	159	229	260	206	132	229	315	148
パントテン酸 mg	1.97	1.12	1.72	2.29	1.96	2.00	1.88	1.80	1.89	2.00	1.95	1.94	1.93	1.92	1.79
ビタミンC mg	185	36	201	166	50	183	170	113	221	231	189	159	196	196	195
うち補助食品 mg	158	0	93	148	0	176	121	100	196	218	169	134	172	184	182
うち強化食品 mg	66	0	181	60	13	0	96	0	0	12	36	62	45	13	5
コレステロール mg	182	127	161	229	237	209	174	197	156	160	182	201	174	161	148
食物繊維 g	6.9	3.9	4.7	4.8	6.6	6.3	6.6	6.5	7.1	6.9	7.1	6.5	7.3	7.2	5.7
うち水溶性 g	1.7	0.9	1.2	1.2	1.6	1.8	1.6	1.7	1.8	1.7	1.8	1.7	1.8	1.7	1.5
うち不溶性 g	5.3	3.1	3.7	3.7	5.4	4.7	5.1	5.0	5.5	5.3	5.5	5.0	5.7	5.6	4.3
食塩相当量 g	4.6	1.9	3.3	4.2	4.5	4.4	4.6	4.4	4.6	4.6	4.6	4.5	4.7	5.1	3.8

表1-1-3 栄養素等摂取量(男女合計) 標準誤差

性年齢	男女総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上	
人数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164	
エネルギー	kcal	24	43	60	114	80	58	67	36	36	38	22	37	25	45	34
たんぱく質	g	1.0	1.9	2.3	3.6	3.3	2.5	2.4	1.9	1.6	1.5	1.0	1.4	1.2	2.1	1.4
うち動物性	g	0.7	1.9	1.8	2.9	2.5	2.1	1.8	1.5	1.3	1.3	0.7	1.1	0.9	1.6	1.4
脂質	g	0.9	2.5	2.2	4.1	3.2	2.3	2.8	1.3	1.7	1.3	0.9	1.6	1.1	1.9	1.2
うち動物性	g	0.6	1.6	1.4	3.1	2.2	1.5	1.6	1.0	1.3	0.9	0.6	0.9	0.7	1.5	0.9
うち魚介類除く	g	0.8	2.3	1.5	2.9	2.1	1.4	1.7	1.5	1.4	0.8	0.9	0.7	1.5	1.6	
炭水化物	g	4.4	6.1	10.0	17.9	11.4	8.8	10.2	4.4	6.9	6.5	4.2	5.8	4.5	8.3	6.2
カリウム	mg	57	77	87	108	92	121	99	75	96	91	62	64	71	106	76
カルシウム	mg	13.9	23.0	28.5	54.2	34.3	25.7	25.8	23.5	18.4	26.8	14.9	15.6	15.5	20.7	26.7
マグネシウム	mg	5.5	6.9	8.2	10.6	11.0	11.5	9.4	6.7	9.1	9.1	5.8	6.0	6.3	10.0	8.6
リン	mg	16.6	25.5	39.3	57.3	46.7	35.9	33.1	27.9	27.8	28.3	17.0	18.4	19.9	33.5	26.2
鉄	mg	0.2	0.2	0.9	0.4	1.6	0.3	0.4	0.3	0.4	0.3	0.2	0.4	0.2	0.3	0.3
亜鉛	mg	0.1	0.2	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.3	0.2
銅	mg	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビタミンA	μgRE	31.1	79.1	67.6	136.6	90.4	46.8	58.9	74.1	31.7	48.4	32.5	41.3	38.6	38.2	69.1
ビタミンD	μg	0.4	1.1	0.8	1.0	1.1	0.9	0.9	1.0	0.6	0.8	0.4	0.6	0.5	0.7	0.9
ビタミンE	mg-TE	0.7	0.4	0.6	0.8	0.4	2.4	0.9	1.6	2.5	0.9	0.8	1.0	1.1	1.2	0.4
ビタミンK	μg	8.4	12.6	11.5	21.3	18.2	11.9	15.9	12.6	10.7	15.4	8.6	9.6	9.2	14.7	15.4
ビタミンB ₁	mg	0.33	0.03	0.09	3.81	0.26	0.90	0.15	0.07	1.03	0.74	0.38	0.35	0.37	1.17	0.84
ビタミンB ₂	mg	0.25	0.04	0.08	3.70	0.20	0.67	0.12	0.06	0.75	0.16	0.25	0.27	0.25	0.82	0.17
ナイアシン	mgNE	0.3	0.4	0.6	0.8	1.1	0.8	0.8	0.6	0.7	0.6	0.4	0.5	0.4	0.9	0.5
ビタミンB ₆	mg	0.20	0.03	0.08	0.37	0.21	0.66	0.12	0.06	0.77	0.17	0.25	0.26	0.26	0.83	0.18
ビタミンB ₁₂	mg	0.4	1.0	1.6	0.5	0.8	0.9	0.6	0.6	0.7	0.5	0.4	0.6	0.4	0.8	0.5
葉酸	μg	11.3	13.7	10.1	15.9	16.2	11.4	13.8	15.0	18.2	21.1	12.6	8.0	15.4	28.6	12.2
パントテン酸	mg	0.1	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
ビタミンC	mg	6.0	5.6	24.0	24.1	4.8	16.6	15.1	8.1	14.8	20.0	7.5	9.5	8.1	13.1	17.0
コレステロール	mg	7.3	21.0	17.4	32.7	29.5	18.0	17.5	15.9	12.5	11.8	7.8	10.7	8.6	14.8	10.8
食物繊維	g	0.4	0.7	0.7	0.5	0.7	0.5	0.8	0.5	0.6	0.7	0.4	0.4	0.4	0.7	0.5
うち水溶性	g	0.1	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
うち不溶性	g	0.3	0.5	0.5	0.4	0.6	0.4	0.6	0.4	0.5	0.5	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4
食塩相当量	g	0.2	0.3	0.3	0.8	0.7	0.4	0.4	0.4	0.4	0.3	0.2	0.3	0.2	0.4	0.3

表1-1-4 栄養素等摂取量(男女合計) 平均値

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
脂肪エネルギー比率 %	25.2	27.5	28.8	27.2	26.5	26.3	25.5	25.6	23.7	22.6	24.6	26.0	24.6	23.2	22.2
動物性脂質比率 %	50.8	49.6	56.3	55.3	45.9	48.7	50.5	50.8	51.6	49.2	50.0	48.9	51.0	51.0	48.3
動物性脂質比率(魚介類除く) %	38.1	39.6	49.8	47.6	37.2	40.2	39.5	36.6	35.7	32.1	36.2	39.3	36.8	35.1	29.8
炭水化物エネルギー比率 %	60.0	58.4	56.5	58.3	59.2	59.2	60.1	59.3	61.1	62.5	60.6	59.6	60.4	61.8	63.1
穀類エネルギー比率 %	41.3	38.5	39.7	45.3	45.8	44.6	44.0	39.1	38.9	41.3	41.4	44.6	40.1	39.8	42.2
動物性たんぱく質比率 %	52.2	54.1	58.2	57.2	49.6	53.4	51.9	53.2	50.5	49.0	14.9	52.0	51.4	49.3	48.9

注)

これらの比率はすべて個々人の計算値を平均したものの

動物性たんぱく質比率:動物性たんぱく質(g)/たんぱく質(g)

動物性脂質比率:動物性脂質(g)/脂質(g)

表1-1-5 栄養素等摂取量(男女合計) 標準偏差

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
脂肪エネルギー比率 %	6.8	6.5	4.9	6.2	7.0	7.2	7.5	5.9	6.5	6.8	6.9	7.3	6.5	6.1	7.2
動物性脂質比率 %	16.3	16.8	14.2	16.3	16.5	15.4	15.6	15.9	15.1	18.3	16.3	15.8	15.3	14.8	20.1
動物性脂質比率(魚介類除く) %	16.9	14.8	15.0	19.1	15.5	16.0	15.6	16.7	15.4	17.3	16.5	15.7	15.7	15.6	18.4
炭水化物エネルギー比率 %	7.9	7.3	6.0	7.8	8.5	8.2	8.8	7.1	7.4	8.2	8.0	8.5	7.6	7.4	8.7
穀類エネルギー比率 %	11.7	9.8	8.1	11.3	13.3	12.5	11.4	11.2	11.2	12.5	12.1	12.2	11.3	10.7	13.5
動物性たんぱく質比率 %	12.7	12.7	9.7	13.1	15.5	13.3	11.2	12.3	11.6	13.5	2.9	13.0	11.7	11.2	14.7

表1-1-6 栄養素等摂取量(男女合計) 標準誤差

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
脂肪エネルギー比率 %	0.3	1.1	0.7	0.8	0.7	0.5	1.0	0.3	0.7	0.5	0.4	0.5	0.4	0.7	0.6
動物性脂質比率 %	0.8	2.9	1.7	2.3	2.6	1.6	1.2	1.4	1.5	1.4	0.8	1.0	0.9	1.5	1.9
動物性脂質比率(魚介類除く) %	0.8	2.3	1.5	2.9	2.1	1.4	1.7	1.5	1.5	1.4	0.8	1.0	0.8	1.5	1.6
炭水化物エネルギー比率 %	0.4	1.3	0.9	1.0	1.0	0.7	1.1	0.4	0.7	0.6	0.4	0.5	0.5	0.8	0.7
穀類エネルギー比率 %	0.6	1.6	1.2	1.8	1.3	1.3	1.4	0.9	1.0	1.1	0.6	0.8	0.7	0.9	1.2
動物性たんぱく質比率 %	0.6	2.3	1.2	1.8	2.0	1.4	1.0	1.0	0.9	1.3	0.6	0.8	0.6	1.3	1.5

表1-2-1 栄養素等摂取量(男性) 平均値

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
エネルギー kcal	2226	1271	2116	2540	2195	2353	2291	2334	2435	2090	2281	2291	2354	2378	1923
たんぱく質 g	79.7	44.6	76.4	84.1	76.6	81.9	79.2	86.7	88.0	76.4	82.0	79.6	85.5	87.3	69.1
うち動物性 g	43.5	25.3	45.6	50.3	40.6	45.1	42.3	49.2	47.1	38.6	44.0	42.9	46.2	45.1	35.0
脂質 g	60.4	39.0	66.3	76.3	63.8	68.4	59.1	63.6	61.5	51.6	60.3	63.7	61.3	59.3	46.0
うち動物性 g	32.1	20.5	38.3	42.3	31.8	34.2	30.5	34.5	33.7	26.2	31.6	32.2	32.8	32.3	23.0
うち魚介類除く g	24.5	17.4	33.7	38.4	26.1	28.1	24.1	24.4	23.3	18.0	23.2	26.1	23.7	22.8	14.6
炭水化物 g	312.8	182.9	296.4	367.1	312.9	325.6	322.5	310.5	343.7	306.0	319.9	321.4	327.2	344.5	285.0
カリウム mg	2714	1681	2497	2421	2348	2690	2374	2747	3269	2953	2817	2487	2961	3397	2540
カルシウム mg	595	461	717	675	525	516	522	572	668	615	585	520	620	702	520
うち補助食品 mg	6	0	0	7	0	0	0	1	21	12	7	0	9	12	11
うち強化食品 mg	2	0	5	0	1	3	0	2	1	2	2	1	1	2	1
マグネシウム mg	288	163	240	256	262	293	270	306	343	302	303	277	318	349	266
リン mg	1175	724	1163	1253	1080	1165	1107	1243	1321	1167	1200	1122	1256	1330	1038
鉄 mg	8.9	4.7	7.8	7.7	8.1	8.8	8.2	9.3	10.4	9.6	9.3	8.4	9.8	11.1	8.3
うち補助食品 mg	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0
うち強化食品 mg	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
亜鉛 mg	9.4	5.4	9.2	10.9	9.7	10.0	9.5	9.8	9.8	8.9	9.6	9.7	9.8	10.4	7.9
銅 mg	1.38	0.70	1.16	1.43	1.33	1.41	1.35	1.42	1.58	1.47	1.4	1.37	1.50	1.67	1.31
ビタミンA μgRE	623	400	769	604	672	576	498	658	619	659	620	569	629	694	589
ビタミンD μg	11.3	4.8	9.0	7.8	9.8	8.7	10.1	14.0	14.5	12.3	12.2	9.5	13.0	12.5	12.8
ビタミンE mg-TE	9.4	5.0	7.4	7.7	7.9	12.7	8.3	9.5	12.8	8.4	10.1	9.9	10.5	9.6	7.0
うち補助食品 mg-TE	1.7	0.0	0.5	0.2	0.0	4.9	1.0	1.6	4.0	0.2	2.0	2.2	2.0	0.4	0.2
うち強化食品 mg-TE	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビタミンK μg	234	105	195	205	232	223	222	246	246	281	247	225	260	315	219
ビタミンB1 mg	2.04	0.61	1.28	1.08	1.35	3.06	1.31	1.22	3.14	2.82	2.3	1.98	2.02	3.44	3.21
うち補助食品 mg	0.83	0.00	0.04	0.02	0.00	1.97	0.02	0.02	1.75	1.63	1.0	0.75	0.75	2.02	1.99
うち強化食品 mg	0.22	0.00	0.26	0.00	0.45	0.09	0.30	0.19	0.29	0.24	0.2	0.26	0.23	0.35	0.34
ビタミンB2 mg	1.89	0.78	1.61	1.40	1.56	2.84	1.44	1.56	2.67	1.87	2.0	2.00	1.94	2.78	1.86
うち補助食品 mg	0.40	0.00	0.03	0.02	0.00	1.54	0.08	0.02	1.05	0.25	0.5	0.61	0.38	1.01	0.34
うち強化食品 mg	0.15	0.00	0.17	0.00	0.35	0.06	0.14	0.15	0.14	0.18	0.2	0.16	0.13	0.19	0.26
ナイアシン mgNE	18.06	8.30	14.25	14.02	16.48	18.59	17.23	20.93	21.93	18.13	19.3	17.6	20.4	21.3	16.5
ビタミンB6 mg	1.98	0.76	1.41	1.22	1.52	2.82	1.46	1.64	3.13	2.01	2.2	1.99	2.14	3.23	1.98
うち補助食品 mg	0.46	0.00	0.04	0.03	0.00	1.48	0.03	0.03	1.33	0.37	0.6	0.57	0.50	1.41	0.38
うち強化食品 mg	0.16	0.00	0.17	0.00	0.37	0.07	0.15	0.16	0.16	0.20	0.2	0.17	0.15	0.21	0.29
ビタミンB12 mg	8.8	4.2	7.2	5.3	7.6	8.3	7.3	11.1	11.2	9.0	9.5	7.74	10.24	10.79	8.07
葉酸 μg	343	170	270	251	290	301	297	351	414	435	366	297	391	490	355
パントテン酸 mg	6.45	3.95	6.89	7.04	5.97	6.21	6.00	6.49	7.06	6.53	6.5	6.07	6.75	7.39	5.74
ビタミンC mg	127	58	147	89	79	124	114	96	169	160	131	109	137	155	141
うち補助食品 mg	22	0	20	2	0	33	19	1	46	35	24.9	19	24	18	35
うち強化食品 mg	7	0	53	14	3	0	9	0	0	1	1.6	4	2	1	0
コレステロール mg	348	178	336	463	367	365	345	393	358	313	354	358	372	369	257
食物繊維 g	15.9	9.7	14.3	13.0	14.3	14.4	14.5	15.7	19.6	18.1	16.6	14.4	17.7	20.9	15.3
うち水溶性 g	3.7	2.5	3.6	3.0	3.4	3.5	3.3	3.5	4.5	4.1	3.8	3.4	4.0	4.8	3.4
うち不溶性 g	12.2	7.3	10.7	10.1	10.9	11.0	11.2	12.1	15.0	14.0	12.8	11.1	13.6	16.1	11.8
食塩相当量 g	12.2	5.9	10.0	11.8	11.3	12.5	11.9	13.3	14.0	12.6	12.8	12.0	13.5	14.4	11.0

表1-2-2 栄養素等摂取量(男性) 標準偏差

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上	
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67	
エネルギー	kcal	619	200	480	551	584	570	774	582	567	523	602	657	609	485	479
たんぱく質	g	25.1	11.5	17.9	24.9	24.9	25.0	26.7	25.6	22.7	23.3	24.8	25.6	24.8	23.1	19.7
うち動物性	g	19.8	11.3	13.4	22.6	20.0	23.3	19.8	21.6	18.5	17.1	20.1	21.2	19.7	17.0	16.2
脂質	g	23.4	14.9	16.9	22.2	27.1	25.1	22.9	23.5	22.1	21.2	23.7	25.0	22.4	20.4	20.5
うち動物性	g	16.6	10.2	13.7	18.6	19.2	19.1	15.2	18.1	14.9	14.1	16.7	17.7	15.9	14.4	13.5
うち魚介類除く	g	15.4	9.1	13.3	20.3	18.3	18.5	13.7	15.0	13.0	11.9	14.8	16.7	13.5	12.6	11.3
炭水化物	g	96.2	28.1	78.4	95.1	97.0	101.2	122.3	82.1	93.2	81.0	94.4	108.3	96.6	86.1	66.2
カリウム	mg	1126	511	643	739	854	1615	1031	918	1042	1233	1176	1254	1152	1279	809
カルシウム	mg	287	155	225	464	289	268	251	250	307	295	283	265	282	276	277
うち補助食品	mg	77	0	4	26	0	0	3	6	167	78	85	2	98	64	86
うち強化食品	mg	15	0	25	0	7	25	0	16	9	14	14	16	13	16	10
マグネシウム	mg	110	42	59	65	95	137	107	97	112	112	113	117	111	122	91
リン	mg	379	169	278	403	370	358	373	392	363	378	380	366	386	366	317
鉄	mg	3.8	1.2	3.7	2.4	3.3	3.4	3.5	3.2	4.7	3.7	3.8	3.4	4.0	4.9	3.2
うち補助食品	mg	0.6	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	0.5	0.6	0.8	0.7	0.6	0.3	0.7	0.7	0.0
うち強化食品	mg	0.2	0.0	0.1	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.3	0.1	0.2	0.0
亜鉛	mg	3.0	1.4	2.1	2.8	3.2	2.9	3.1	2.9	3.3	2.7	3.0	3.1	3.0	3.4	2.1
銅	mg	0.46	0.16	0.35	0.36	0.42	0.49	0.45	0.41	0.44	0.44	0.4	0.46	0.45	0.44	0.35
ビタミンA	μgRE	784	220	781	637	759	752	537	839	426	1141	810	679	627	494	1433
ビタミンD	μg	11.2	4.9	8.5	9.5	10.3	9.5	11.2	12.9	12.0	11.1	11.6	10.4	12.0	9.4	11.9
ビタミンE	mg-TE	18.4	2.4	4.4	2.9	3.7	38.5	9.3	15.8	27.0	4.3	20.2	24.4	18.3	5.6	4.0
うち補助食品	mg-TE	17.8	0.0	3.6	1.0	0.0	38.6	5.4	15.5	26.4	1.4	19.7	23.9	17.4	3.5	1.5
うち強化食品	mg-TE	0.1	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
ビタミンK	μg	154	57	109	163	149	146	142	150	145	187	158	145	161	185	158
ビタミンB1	mg	9.39	0.22	1.20	0.33	2.71	15.42	2.04	1.06	12.63	13.35	10.4	9.62	7.90	13.71	16.30
うち補助食品	mg	9.27	0.00	0.24	0.10	0.00	15.36	0.19	0.16	12.47	13.32	10.3	9.43	7.72	13.54	16.29
うち強化食品	mg	1.32	0.00	0.99	0.00	2.71	0.62	1.93	0.95	1.48	1.04	1.4	1.82	1.34	1.57	1.24
ビタミンB2	mg	5.44	0.22	1.01	0.66	2.13	11.54	1.33	0.93	9.10	2.38	6.0	7.20	5.22	9.19	3.04
うち補助食品	mg	5.35	0.00	0.23	0.11	0.00	11.53	0.43	0.15	9.09	2.17	5.9	7.08	5.14	9.19	2.81
うち強化食品	mg	0.91	0.00	0.76	0.00	2.08	0.48	1.11	0.73	0.85	0.80	1.0	1.26	0.83	0.93	0.95
ナイアシン	mgNE	9.60	2.82	6.62	5.25	12.57	8.27	9.06	10.37	10.05	8.67	9.8	9.7	10.0	10.5	7.3
ビタミンB6	mg	5.61	0.26	0.96	0.43	2.29	11.50	1.42	0.96	9.47	2.98	6.2	7.19	5.51	9.69	3.38
うち補助食品	mg	5.52	0.00	0.26	0.15	0.00	11.52	0.25	0.21	9.46	2.81	6.1	7.07	5.43	9.69	3.14
うち強化食品	mg	0.99	0.00	0.84	0.00	2.29	0.52	1.15	0.81	0.93	0.88	1.1	1.36	0.89	1.03	1.05
ビタミンB12	mg	8.5	5.9	7.5	4.1	8.1	8.7	7.3	10.4	9.1	7.7	8.8	8.01	9.19	8.61	6.98
葉酸	μg	213	81	110	104	143	142	159	158	153	349	224	148	250	364	172
パントテン酸	mg	2.07	0.97	1.74	2.47	1.86	1.98	2.18	1.85	1.94	2.18	2.0	2.02	2.05	2.01	1.86
ビタミンC	mg	225	43	284	73	51	259	172	56	311	274	229	193	218	178	299
うち補助食品	mg	193	0	134	10	0	256	128	8	281	263	209	176	193	169	285
うち強化食品	mg	86	0	261	47	18	0	69	0	0	10	25.8	44	31	11	0
コレステロール	mg	200	114	150	265	268	248	185	214	165	160	200	230	185	156	135
食物繊維	g	7.1	4.6	5.5	5.5	6.3	6.4	8.1	6.2	6.8	7.7	7.3	7.1	7.6	7.2	6.2
うち水溶性	g	1.8	1.0	1.3	1.4	1.5	1.9	1.9	1.6	1.8	1.9	1.8	1.8	1.9	1.8	1.7
うち不溶性	g	5.5	3.6	4.4	4.3	4.9	4.7	6.3	4.8	5.2	5.9	5.6	5.4	5.8	5.6	4.6
食塩相当量	g	5.0	1.8	3.7	4.9	4.6	4.7	5.5	4.7	4.6	5.3	5.0	5.0	5.1	5.2	4.0

表1-2-3 栄養素等摂取量(男性) 標準誤差

性年齢	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上	
人数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67	
エネルギー	kcal	33	41	73	110	92	76	99	46	61	61	33	52	35	52	50
たんぱく質	g	1.4	2.3	2.9	4.8	4.7	2.7	4.0	2.5	2.2	2.4	1.4	2.2	1.7	2.4	1.5
うち動物性	g	1.0	2.3	2.0	4.4	3.6	2.7	3.3	2.1	1.7	1.8	1.0	1.8	1.4	1.8	1.8
脂質	g	1.1	3.1	2.2	4.5	4.2	2.6	3.6	1.8	2.4	2.0	1.1	1.8	1.3	2.5	1.6
うち動物性	g	0.7	2.0	1.7	3.8	3.2	1.8	2.2	1.6	1.6	1.4	0.8	1.2	1.0	1.8	1.2
うち魚介類除く	g	0.9	2.5	1.9	4.4	2.5	1.9	2.2	1.6	1.8	1.9	0.8	1.1	0.9	1.7	1.9
炭水化物	g	5.8	5.8	13.3	20.5	14.5	13.1	13.2	5.9	11.4	9.3	5.8	8.2	6.2	10.8	8.8
カリウム	mg	66	107	127	132	149	208	130	89	116	142	74	107	82	115	82
カルシウム	mg	16.4	33.8	37.6	95.6	45.8	33.5	31.7	31.3	32.3	36.2	17.8	17.9	21.8	30.3	28.8
マグネシウム	mg	6.4	10.8	11.4	13.2	16.0	16.9	13.3	9.7	11.4	13.7	7.0	9.3	7.5	11.1	10.2
リン	mg	20.7	36.3	50.0	78.2	69.1	37.3	48.2	39.0	38.8	43.8	23.0	25.3	28.2	39.6	26.0
鉄	mg	0.2	0.3	0.9	0.5	0.6	0.4	0.5	0.3	0.4	0.5	0.2	0.3	0.2	0.4	0.4
亜鉛	mg	0.1	0.3	0.4	0.5	0.7	0.3	0.4	0.3	0.3	0.3	0.1	0.2	0.2	0.4	0.2
銅	mg	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビタミンA	μgRE	35.2	41.9	136.5	127.9	128.5	87.4	60.1	86.7	37.8	81.0	38.4	48.5	42.8	46.6	134.9
ビタミンD	μg	0.5	1.0	1.4	1.9	1.7	1.0	1.5	1.5	1.0	0.9	0.5	0.8	0.8	1.1	1.1
ビタミンE	mg-TE	0.8	0.5	0.7	0.7	0.4	5.0	1.2	1.6	3.1	0.5	1.0	2.0	1.1	0.5	0.5
ビタミンK	μg	8.6	11.5	16.7	37.9	26.1	16.4	17.4	13.8	13.9	22.0	8.7	12.5	8.5	14.8	16.1
ビタミンB ₁	mg	0.47	0.05	0.17	0.06	0.43	1.99	0.32	0.10	1.28	1.25	0.58	0.76	0.47	1.49	2.07
ビタミンB ₂	mg	0.30	0.05	0.15	0.13	0.33	1.49	0.19	0.09	0.92	0.23	0.37	0.56	0.29	0.92	0.39
ナイアシン	mgNE	0.4	0.6	0.8	1.0	1.7	1.2	1.6	1.0	0.9	0.8	0.5	1.0	0.6	0.9	0.7
ビタミンB ₆	mg	0.31	0.06	0.14	0.07	0.35	1.48	0.23	0.09	0.98	0.28	0.39	0.56	0.32	1.01	0.43
ビタミンB ₁₂	mg	0.4	1.1	1.6	0.8	1.3	0.9	0.9	0.9	1.0	0.7	0.4	0.6	0.6	1.0	0.8
葉酸	μg	12.7	18.8	16.9	20.7	24.6	16.9	20.7	16.2	17.3	36.8	14.4	12.1	18.2	34.6	17.4
パントテン酸	mg	0.1	0.2	0.3	0.5	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
ビタミンC	mg	8.8	9.5	49.9	14.5	7.0	33.8	19.9	5.6	32.0	25.7	10.6	15.5	11.9	17.7	38.0
コレステロール	mg	10.1	20.3	21.6	56.9	43.3	25.1	25.1	22.0	17.4	16.4	11.2	16.5	12.7	16.7	10.4
食物繊維	g	0.4	1.1	1.1	1.2	1.1	0.7	1.0	0.6	0.7	1.0	0.5	0.5	0.5	0.8	0.8
うち水溶性	g	0.1	0.2	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	0.3	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
うち不溶性	g	0.3	0.9	0.8	0.9	0.8	0.6	0.8	0.5	0.5	0.8	0.4	0.4	0.4	0.6	0.6
食塩相当量	g	0.3	0.3	0.5	1.0	0.8	0.5	0.6	0.5	0.5	0.5	0.3	0.4	0.3	0.5	0.5

表1-2-4 栄養素等摂取量(男性) 平均値

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
脂肪エネルギー比率 %	24.4	27.1	28.4	27.0	25.8	26.3	23.6	24.4	22.7	21.8	23.7	25.1	23.5	22.4	20.9
動物性脂質比率 %	52.2	50.5	57.9	56.0	47.9	49.2	50.9	53.0	54.9	50.1	51.5	49.5	53.0	53.9	48.9
動物性脂質比率(魚介類除く) %	39.2	42.4	51.3	50.0	38.8	39.4	39.9	37.5	37.2	33.0	37.0	39.5	37.9	37.2	29.6
炭水化物エネルギー比率 %	61.1	59.0	57.0	59.7	60.2	59.6	62.3	60.7	62.7	63.5	61.8	60.8	61.9	62.8	64.7
穀類エネルギー比率 %	43.1	38.2	40.9	47.0	48.3	44.7	48.1	41.5	40.8	42.6	43.4	46.9	42.5	41.8	44.0
動物性たんぱく質比率 %	53.0	54.5	59.3	57.7	50.5	52.8	52.0	54.9	52.5	48.9	51.9	52.0	52.7	50.6	48.4

注)

これらの比率はすべて個々人の計算値を平均したものの

動物性たんぱく質比率:動物性たんぱく質(g)/たんぱく質(g)

動物性脂質比率:動物性脂質(g)/脂質(g)

表1-2-5 栄養素等摂取量(男性) 標準偏差

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
脂肪エネルギー比率 %	6.9	7.6	4.4	4.8	7.4	7.7	7.1	6.3	6.1	6.8	6.9	7.4	6.4	6.3	7.1
動物性脂質比率 %	15.6	15.6	14.0	17.8	15.6	16.3	14.9	14.1	13.4	17.8	15.5	15.6	14.1	13.7	20.0
動物性脂質比率(魚介類除く) %	17.2	14.3	16.0	21.4	15.5	17.4	16.1	16.1	15.3	17.5	16.5	16.4	15.6	15.6	18.8
炭水化物エネルギー比率 %	8.1	8.5	5.3	6.6	9.0	9.2	8.5	7.6	7.2	8.4	8.2	8.9	7.7	7.7	8.8
穀類エネルギー比率 %	11.3	7.8	6.8	9.1	12.6	12.2	10.6	11.8	10.7	12.0	11.9	11.8	11.3	10.6	12.9
動物性たんぱく質比率 %	12.7	13.9	8.3	14.3	13.6	14.7	11.3	12.1	11.6	13.1	12.8	13.2	11.5	10.2	15.3

表1-2-6 栄養素等摂取量(男性) 標準誤差

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
脂肪エネルギー比率 %	0.4	1.6	0.8	1.1	1.0	0.7	1.1	0.5	0.8	0.6	0.4	0.5	0.5	0.8	0.6
動物性脂質比率 %	0.8	2.9	2.2	3.8	3.0	2.0	1.4	1.4	1.5	1.5	0.8	1.3	0.9	1.5	2.2
動物性脂質比率(魚介類除く) %	0.9	2.5	1.9	4.4	2.5	1.9	2.2	1.6	1.8	1.9	0.8	1.1	0.9	1.7	1.9
炭水化物エネルギー比率 %	0.5	1.8	0.9	1.5	1.3	1.0	1.2	0.7	0.9	0.8	0.5	0.6	0.5	1.0	0.8
穀類エネルギー比率 %	0.6	1.5	1.2	1.8	1.8	1.8	1.7	1.1	1.3	1.2	0.7	1.1	0.7	1.1	1.1
動物性たんぱく質比率 %	0.7	3.0	1.3	2.9	2.6	1.8	1.7	1.3	1.1	1.5	0.8	1.2	0.8	1.3	2.1

表1-3-1 栄養素等摂取量(女性) 平均値

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
エネルギー kcal	1735	1264	1822	1658	1543	1701	1724	1816	1849	1697	1752	1685	1805	1847	1652
たんぱく質 g	65.2	44.5	67.1	62.6	57.2	62.4	62.2	69.8	71.9	63.8	66.1	61.4	68.7	70.0	62.0
うち動物性 g	34.4	24.7	39.0	36.7	30.3	34.1	32.9	37.0	36.0	32.4	34.3	32.9	35.3	34.5	31.7
脂質 g	50.4	39.8	59.5	51.7	48.2	50.7	52.3	54.3	50.3	44.7	49.8	51.0	51.6	49.2	43.1
うち動物性 g	25.3	19.6	32.4	28.2	20.9	24.9	26.3	26.5	25.4	22.1	24.6	24.9	25.7	24.0	21.2
うち魚介類除く g	19.3	14.9	28.7	23.8	16.8	21.1	20.9	19.6	18.2	14.6	18.2	20.3	19.0	16.7	13.7
炭水化物 g	247.9	178.8	250.4	230.3	210.9	234.7	240.0	253.2	272.9	253.9	251.8	233.1	259.5	276.1	247.7
カリウム mg	2470	1579	2267	1861	1904	2009	2203	2690	3154	2518	2565	2078	2773	2954	2380
カルシウム mg	554	429	654	445	410	456	500	579	640	562	554	468	591	622	531
うち補助食品 mg	9	0	0	1	0	0	27	3	9	16	10	12	14	21	6
うち強化食品 mg	2	0	1	13	0	0	0	0	2	5	2	0	1	4	5
マグネシウム mg	252	153	222	193	209	221	234	276	311	256	263	225	280	293	246
リン mg	991	696	1052	894	836	902	928	1054	1124	978	1003	902	1053	1086	940
鉄 mg	8.2	4.7	7.4	6.5	9.8	7.0	7.6	8.7	9.6	8.2	8.5	7.7	8.8	9.1	8.0
うち補助食品 mg	0.2	0.0	0.1	0.2	3.3	0.1	0.4	0.0	0.1	0.1	0.3	0.8	0.1	0.2	0.0
うち強化食品 mg	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
亜鉛 mg	7.5	5.2	8.0	7.1	6.4	7.2	7.2	8.1	8.0	7.3	7.6	7.1	7.8	8.0	7.1
銅 mg	1.16	0.73	1.01	0.97	0.98	1.01	1.10	1.23	1.37	1.25	1.21	1.05	1.27	1.39	1.19
ビタミンA μgRE	570	540	532	707	607	402	571	678	633	499	569	512	615	587	499
ビタミンD μg	9.3	6.4	6.4	8.5	7.3	6.5	8.5	10.4	10.4	11.4	9.7	7.5	10.1	10.9	11.4
ビタミンE mg-TE	9.1	5.0	6.8	7.4	6.8	6.4	8.1	10.8	12.9	8.9	9.7	7.3	11.2	10.2	7.2
うち補助食品 mg-TE	1.9	0.0	0.4	1.3	0.0	0.4	1.1	2.6	4.4	1.4	2.1	0.7	3.2	1.9	0.0
うち強化食品 mg-TE	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
ビタミンK μg	225	127	177	171	237	188	224	240	281	227	238	212	254	257	215
ビタミンB1 mg	1.53	0.52	0.98	7.89	0.78	1.01	1.01	0.94	2.03	1.41	1.34	0.97	1.54	2.71	0.99
うち補助食品 mg	0.56	0.00	0.02	7.02	0.00	0.02	0.08	0.03	0.91	0.35	0.33	0.04	0.50	1.55	0.00
うち強化食品 mg	0.16	0.00	0.07	0.09	0.00	0.15	0.18	0.06	0.18	0.30	0.18	0.14	0.17	0.27	0.29
ビタミンB2 mg	1.74	0.80	1.25	7.94	0.95	1.16	1.34	1.33	2.16	1.52	1.54	1.20	1.71	2.47	1.38
うち補助食品 mg	0.46	0.00	0.03	6.80	0.00	0.03	0.12	0.03	0.70	0.09	0.22	0.06	0.33	0.94	0.00
うち強化食品 mg	0.10	0.00	0.02	0.15	0.00	0.11	0.11	0.04	0.08	0.23	0.12	0.09	0.10	0.20	0.23
ナイアシン mgNE	14.64	7.70	12.35	13.54	12.01	14.49	14.44	16.10	16.77	14.83	15.29	14.1	16.0	16.8	14.0
ビタミンB6 mg	1.47	0.70	1.09	1.87	0.97	1.17	1.25	1.34	2.17	1.50	1.53	1.17	1.69	2.48	1.36
うち補助食品 mg	0.21	0.00	0.03	0.56	0.00	0.03	0.11	0.06	0.72	0.07	0.22	0.06	0.34	0.92	0.00
うち強化食品 mg	0.12	0.00	0.00	0.37	0.00	0.12	0.12	0.05	0.09	0.26	0.13	0.10	0.11	0.22	0.25
ビタミンB12 mg	7.19	5.28	7.13	5.52	5.76	5.79	6.51	8.33	8.13	7.52	7.37	6.11	7.78	7.96	7.42
葉酸 μg	322	181	245	240	248	249	275	357	433	341	341	261	371	415	320
パントテン酸 mg	5.47	3.86	5.95	4.97	4.65	4.84	5.23	5.70	6.16	5.44	5.52	4.99	5.81	6.05	5.18
ビタミンC mg	112	48	81	112	71	73	112	135	138	124	119	90	137	148	99
うち補助食品 mg	13	0	2	39	0	2	19	22	9	15	13	9	20	21	0
うち強化食品 mg	3	0	0	14	0	0	14	0	0	2	3	6	4	2	1
コレステロール mg	292	211	288	324	266	286	318	310	301	274	295	297	307	309	262
食物繊維 g	14.9	9.1	13.0	10.9	13.0	12.3	12.9	16.5	19.0	15.3	15.6	12.7	16.8	18.5	14.3
うち水溶性 g	3.5	2.2	3.4	2.5	2.8	3.1	3.0	3.8	4.5	3.5	3.6	3.0	3.9	4.3	3.2
うち不溶性 g	11.4	6.9	9.6	8.4	10.2	9.2	9.9	12.7	14.6	11.8	12.0	9.7	12.9	14.3	11.1
食塩相当量 g	10.4	6.1	8.9	8.4	9.1	9.6	10.0	11.6	12.1	10.7	10.9	9.7	11.4	11.7	10.6

表1-3-2 栄養素等摂取量(女性) 標準偏差

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
エネルギー kcal	436	305	440	447	479	497	385	396	390	434	427	449	398	401	429
たんぱく質 g	19.6	12.1	18.8	17.5	23.5	20.6	15.0	19.9	18.6	19.1	19.5	18.8	18.4	18.5	19.6
うち動物性 g	15.0	11.1	16.4	15.6	19.1	15.3	12.1	15.8	13.9	14.8	14.8	14.7	14.1	13.8	15.3
脂質 g	19.3	13.3	19.2	20.2	21.3	21.3	19.7	17.7	17.6	18.9	19.1	20.5	18.3	17.4	18.8
うち動物性 g	12.8	9.0	13.1	13.9	10.7	14.2	12.7	12.7	12.6	11.9	12.6	13.0	12.4	10.9	12.3
うち魚介類除く g	11.9	7.1	12.8	12.9	9.0	12.4	11.7	11.8	11.3	9.8	11.4	11.6	11.3	9.3	10.2
炭水化物 g	68.7	45.9	65.8	67.0	68.1	77.2	64.9	59.0	67.6	66.0	68.2	70.7	65.3	66.0	66.3
カリウム mg	1029	541	512	651	877	742	733	927	1377	843	1071	767	1128	1025	832
カルシウム mg	264	136	212	227	272	215	271	247	277	280	272	252	269	274	286
うち補助食品 mg	76	0	1	3	0	0	176	21	49	86	84	119	99	89	61
うち強化食品 mg	20	0	11	58	0	1	0	0	18	30	17	1	16	29	27
マグネシウム mg	97	38	53	57	89	90	68	87	122	87	100	81	102	91	87
リン mg	311	183	270	273	378	319	239	300	309	305	314	297	299	312	302
鉄 mg	5.4	1.9	3.5	2.3	19.4	3.2	3.2	3.3	4.3	3.2	5.7	8.4	3.7	3.1	3.2
うち補助食品 mg	4.0	0.0	0.5	0.8	18.3	0.9	2.4	0.2	0.4	0.5	4.3	7.7	1.2	0.8	0.0
うち強化食品 mg	0.3	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.4	0.2	0.0	0.1	0.1	0.4
亜鉛 mg	2.3	1.4	2.1	2.0	2.2	2.4	1.9	2.8	2.0	2.0	2.3	2.2	2.3	2.1	1.9
銅 mg	0.39	0.21	0.26	0.30	0.35	0.37	0.30	0.39	0.39	0.37	0.39	0.34	0.39	0.39	0.36
ビタミンA μgRE	583	780	355	899	798	395	723	739	434	450	574	636	593	422	503
ビタミンD μg	8.7	6.3	5.8	7.8	9.0	8.6	8.7	9.4	7.9	9.8	9.1	8.7	8.6	8.0	10.5
ビタミンE mg-TE	19.7	2.2	3.8	7.6	4.2	4.0	8.3	17.9	35.9	17.1	21.5	6.4	26.4	19.1	4.4
うち補助食品 mg-TE	19.3	0.0	3.4	6.8	0.0	3.2	5.7	17.1	35.9	16.8	21.1	4.3	26.1	19.0	0.0
うち強化食品 mg-TE	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	1.2	0.6	0.2	0.4	0.8	1.2
ビタミンK μg	150	82	83	114	161	129	145	150	169	158	157	142	161	169	149
ビタミンB1 mg	8.88	0.16	0.41	36.51	0.43	0.95	1.00	0.66	10.30	4.35	5.58	0.91	6.87	12.31	1.17
うち補助食品 mg	8.83	0.00	0.19	36.47	0.00	0.18	0.51	0.16	10.25	4.20	5.50	0.36	6.81	12.30	0.00
うち強化食品 mg	0.86	0.02	0.22	0.22	0.00	0.82	0.86	0.58	1.10	1.16	0.94	0.77	0.95	1.10	1.14
ビタミンB2 mg	7.91	0.37	0.45	35.39	0.47	0.80	0.98	0.67	7.67	1.41	3.91	0.85	4.80	8.59	0.98
うち補助食品 mg	7.87	0.00	0.21	35.31	0.00	0.21	0.64	0.17	7.70	1.01	3.85	0.45	4.77	8.61	0.00
うち強化食品 mg	0.61	0.00	0.07	0.77	0.00	0.63	0.65	0.44	0.54	0.89	0.65	0.58	0.61	0.84	0.88
ナイアシン mgNE	7.08	2.67	5.56	7.61	5.80	7.58	5.91	6.95	7.20	7.51	7.12	6.6	7.0	8.2	7.0
ビタミンB6 mg	3.65	0.26	0.42	3.51	0.45	0.89	1.04	0.66	7.71	1.37	3.93	0.91	4.82	8.60	1.04
うち補助食品 mg	3.55	0.00	0.25	2.89	0.00	0.24	0.73	0.28	7.71	0.84	3.85	0.51	4.77	8.59	0.00
うち強化食品 mg	0.76	0.00	0.01	1.92	0.00	0.70	0.71	0.49	0.60	0.98	0.72	0.64	0.67	0.93	0.97
ビタミンB12 mg	6.89	5.32	6.40	3.64	6.73	7.70	6.13	8.11	6.52	7.07	7.11	6.84	6.86	6.56	7.60
葉酸 μg	181	93	72	116	120	120	103	161	272	138	189	113	208	263	129
パントテン酸 mg	1.76	1.27	1.58	1.61	1.87	1.80	1.54	1.68	1.76	1.69	1.76	1.71	1.69	1.60	1.71
ビタミンC mg	141	27	50	220	49	48	169	147	119	187	146	120	174	211	53
うち補助食品 mg	120	0	19	203	0	18	117	140	94	174	124	79	153	196	0
うち強化食品 mg	42	0	1	70	0	0	113	0	0	13	43	76	54	14	6
コレステロール mg	161	139	168	171	177	159	164	169	145	159	160	165	158	162	157
食物繊維 g	6.6	3.1	3.8	3.8	7.1	6.0	5.0	6.8	7.4	6.0	6.8	5.8	7.0	7.0	5.4
うち水溶性 g	1.6	0.8	1.1	1.0	1.5	1.7	1.2	1.7	1.8	1.5	1.7	1.5	1.7	1.7	1.4
うち不溶性 g	5.2	2.4	2.9	2.9	6.1	4.6	3.9	5.2	5.8	4.6	5.3	4.6	5.5	5.5	4.1
食塩相当量 g	4.0	1.9	2.9	2.8	4.1	3.6	3.5	3.8	4.5	3.7	4.0	3.6	4.1	4.7	3.7

表1-3-3 栄養素等摂取量(女性) 標準誤差

性年齢	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上	
人数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97	
エネルギー	kcal	22	75	60	97	84	59	47	37	29	33	20	38	19	36	39
たんぱく質	g	1.0	2.5	2.4	3.0	3.6	2.8	1.7	1.9	1.5	1.4	1.0	1.7	0.9	1.8	2.1
うち動物性	g	0.7	2.1	2.1	2.4	2.6	2.0	1.3	1.5	1.3	1.2	0.6	1.2	0.7	1.6	1.6
脂質	g	0.9	3.3	3.0	3.7	3.7	2.4	2.6	1.6	1.5	1.2	0.8	1.8	1.0	1.5	1.6
うち動物性	g	0.6	2.0	1.8	2.9	1.8	1.7	1.5	0.9	1.4	0.9	0.6	1.0	0.7	1.2	1.1
うち魚介類除く	g	0.9	3.7	1.8	3.2	3.0	1.8	1.7	1.7	1.7	1.3	0.9	0.9	0.7	1.6	1.7
炭水化物	g	4.0	11.1	9.3	15.7	12.8	9.1	8.3	5.1	5.8	6.2	3.8	6.1	3.7	6.6	7.0
カリウム	mg	55	101	65	147	119	87	89	92	114	71	57	55	66	101	97
カルシウム	mg	14.5	29.1	34.2	43.1	46.9	29.1	29.9	23.9	17.8	25.2	15.7	21.7	13.3	21.7	31.2
マグネシウム	mg	5.4	7.3	7.6	13.2	13.5	11.1	8.2	7.4	10.2	7.8	5.5	5.9	5.8	9.4	10.3
リン	mg	17.0	38.2	40.2	51.2	55.7	41.6	28.7	29.4	26.3	24.8	16.9	24.2	16.3	29.4	34.4
鉄	mg	0.3	0.4	1.0	0.5	3.6	0.4	0.4	0.3	0.4	0.3	0.3	0.8	0.2	0.3	0.4
亜鉛	mg	0.1	0.3	0.3	0.5	0.3	0.3	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2	0.2
銅	mg	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ビタミンA	μgRE	33.4	152.0	45.1	233.0	141.7	45.8	87.3	78.5	36.0	34.8	31.4	44.6	38.5	42.2	46.4
ビタミンD	μg	0.4	1.4	0.7	1.2	1.5	1.1	1.0	1.0	0.6	0.9	0.4	0.8	0.4	0.7	1.1
ビタミンE	mg-TE	0.7	0.5	0.5	1.5	0.6	0.5	0.9	1.7	3.1	1.4	0.9	0.5	1.4	1.8	0.4
ビタミンK	μg	9.0	16.6	11.7	20.9	20.8	15.8	18.5	15.9	13.0	13.9	9.4	9.8	10.8	16.6	18.8
ビタミンB ₁	mg	0.32	0.03	0.06	7.14	0.07	0.11	0.10	0.07	0.88	0.37	0.22	0.07	0.34	1.09	0.12
ビタミンB ₂	mg	0.30	0.07	0.07	6.94	0.07	0.10	0.10	0.07	0.64	0.12	0.16	0.06	0.23	0.75	0.09
ナイアシン	mgNE	0.4	0.6	0.7	1.1	0.7	1.1	0.6	0.7	0.7	0.6	0.4	0.5	0.4	1.0	0.6
ビタミンB ₆	mg	0.13	0.05	0.06	0.70	0.06	0.12	0.11	0.07	0.65	0.12	0.15	0.07	0.24	0.75	0.10
ビタミンB ₁₂	mg	0.4	1.1	1.7	0.7	0.8	0.9	0.7	0.6	0.6	0.5	0.4	0.7	0.4	0.8	0.6
葉酸	μg	10.8	17.7	8.9	25.8	16.7	14.3	12.4	17.6	23.4	12.3	11.6	7.8	13.7	25.1	16.1
パントテン酸	mg	0.1	0.3	0.2	0.4	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
ビタミンC	mg	6.0	5.1	7.2	44.7	6.3	6.1	16.5	14.7	10.5	17.2	6.4	8.4	9.0	20.1	6.5
コレステロール	mg	6.8	29.6	18.5	27.7	27.6	20.3	15.0	15.9	13.4	12.7	6.9	11.2	8.1	16.8	16.6
食物繊維	g	0.3	0.6	0.5	0.9	1.2	0.7	0.7	0.7	0.7	0.5	0.4	0.4	0.4	0.8	0.6
うち水溶性	g	0.1	0.2	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
うち不溶性	g	0.3	0.5	0.4	0.7	1.1	0.5	0.5	0.5	0.6	0.4	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4
食塩相当量	g	0.2	0.4	0.3	0.6	0.9	0.5	0.4	0.4	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.4	0.4

表1-3-4 栄養素等摂取量(女性) 平均値

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
脂肪エネルギー比率	%	25.9	28.0	29.2	27.4	26.3	27.1	26.7	24.4	23.2	25.3	26.8	25.6	23.8	23.0
動物性脂質比率	%	49.5	48.7	54.9	54.7	43.3	48.3	50.2	48.8	49.3	48.7	48.3	49.4	48.5	47.8
動物性脂質比率(魚介類除く)	%	37.1	36.5	48.4	45.4	35.0	40.9	35.7	34.6	31.3	35.4	39.2	35.9	33.3	29.9
炭水化物エネルギー比率	%	59.0	57.8	55.9	57.0	57.8	58.4	57.9	60.0	61.6	59.5	58.5	59.2	61.0	61.9
穀類エネルギー比率	%	39.7	38.8	38.5	43.8	42.5	44.6	40.8	36.8	37.5	39.7	42.5	38.2	38.0	41.0
動物性たんぱく質比率	%	51.4	53.5	57.2	56.8	48.5	53.9	51.5	49.0	49.0	50.4	52.0	50.3	48.2	49.2

注)

これらの比率はすべて個々人の計算値を平均したものの

動物性たんぱく質比率:動物性たんぱく質(g)/たんぱく質(g)

動物性脂質比率:動物性脂質(g)/脂質(g)

表1-3-5 栄養素等摂取量(女性) 標準偏差

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
脂肪エネルギー比率	%	6.7	5.2	5.4	7.4	6.3	6.8	7.5	5.3	6.7	6.7	7.0	6.5	6.0	7.2
動物性脂質比率	%	16.7	18.3	14.3	15.1	17.5	14.7	16.2	15.8	18.8	16.9	16.0	16.2	15.3	20.3
動物性脂質比率(魚介類除く)	%	16.6	15.0	14.0	16.8	15.5	14.7	15.3	17.4	17.1	16.4	15.2	15.8	15.4	18.3
炭水化物エネルギー比率	%	7.6	5.7	6.6	8.7	7.8	7.3	8.6	6.3	7.5	7.7	7.9	7.4	7.0	8.6
穀類エネルギー比率	%	11.8	11.6	9.0	12.9	13.8	12.9	11.0	10.1	11.4	12.0	12.3	10.9	10.5	13.8
動物性たんぱく質比率	%	12.7	11.6	10.8	12.1	17.9	12.0	11.2	12.3	11.5	12.7	12.9	11.8	11.9	14.3

表1-3-6 栄養素等摂取量(女性) 標準誤差

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
脂肪エネルギー比率	%	0.4	1.1	1.0	1.0	1.2	0.6	1.1	0.4	0.7	0.4	0.6	0.5	0.7	0.7
動物性脂質比率	%	1.0	4.3	2.1	2.3	3.5	1.8	1.7	1.8	1.9	1.0	1.4	1.0	1.7	2.2
動物性脂質比率(魚介類除く)	%	0.9	3.7	1.8	3.2	3.0	1.8	1.7	1.7	1.3	0.9	1.2	0.9	1.6	1.7
炭水化物エネルギー比率	%	0.4	1.2	1.2	1.3	1.3	0.8	1.3	0.5	0.7	0.4	0.7	0.5	0.8	1.0
穀類エネルギー比率	%	0.6	2.5	1.5	2.4	1.7	1.4	1.5	1.0	1.1	0.7	0.8	0.8	1.0	1.5
動物性たんぱく質比率	%	0.6	2.2	1.6	2.1	2.7	1.5	1.2	1.3	1.1	0.6	1.0	0.6	1.5	1.5

表2 エネルギー摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	1318	216	61	978	978	978	978	1127	1340	1506	1620	1620	1620	1620
	3-5歳	15	1205	195	59	771	771	771	859	1087	1225	1352	1470	1504	1504	1504
	6-7歳	8	1419	189	63	1148	1148	1148	1148	1252	1390	1607	1673	1673	1673	1673
	8-9歳	20	1813	290	44	1380	1380	1383	1447	1597	1772	2013	2249	2460	2471	2471
	10-11歳	9	2192	376	146	1632	1632	1632	1632	1794	2318	2422	2764	2764	2764	2764
	12-14歳	25	2408	445	86	1339	1339	1423	1764	2050	2523	2699	2986	3028	3044	3044
	15-17歳	18	2507	461	101	1580	1580	1580	1875	2230	2536	2763	3304	3304	3304	3304
	18-29歳	45	2255	626	91	1008	1008	1225	1415	1781	2227	2695	3121	3192	3936	3936
	30-49歳	123	2322	679	64	929	979	1315	1555	1923	2248	2653	3123	3528	5377	5887
	50-69歳	199	2384	575	37	776	1229	1574	1737	1966	2336	2730	3237	3437	4148	4267
	70歳以上	117	2090	523	61	529	625	1337	1521	1716	2010	2404	2786	3016	3500	3508
	男性全体	588	2226	619	33	529	973	1283	1469	1804	2187	2594	3016	3304	3782	5887
女性	1-2歳	7	1028	280	94	556	556	556	556	781	1075	1239	1387	1387	1387	1387
	3-5歳	14	1341	312	83	711	711	711	890	1096	1343	1562	1837	1905	1905	1905
	6-7歳	16	1386	274	83	1026	1026	1026	1077	1216	1298	1554	1822	2093	2093	2093
	8-9歳	10	1697	459	146	1189	1189	1189	1196	1346	1556	1998	2515	2529	2529	2529
	10-11歳	23	1786	235	52	1270	1270	1311	1506	1679	1746	1885	2123	2295	2338	2338
	12-14歳	20	2137	456	112	1381	1381	1396	1680	1813	2051	2418	2725	3387	3421	3421
	15-17歳	22	1664	493	113	638	638	656	785	1257	1786	2063	2191	2298	2314	2314
	18-29歳	29	1535	435	77	504	504	615	1086	1293	1515	1761	2271	2418	2533	2533
	30-49歳	145	1700	415	34	660	684	974	1199	1430	1657	1957	2244	2370	2801	2865
	50-69歳	239	1835	392	22	691	1055	1228	1331	1569	1796	2089	2378	2514	2820	2985
	70歳以上	142	1697	434	33	679	723	1128	1225	1359	1641	1963	2339	2649	2800	2801
	妊婦	4	1659	685	301	932	932	932	932	1035	1590	2352	2524	2524	2524	2524
	授乳婦	5	2086	836	277	1249	1249	1249	1249	1434	1655	2952	3262	3262	3262	3262
	妊婦・授乳婦	9	1896	759	215	932	932	932	932	1297	1655	2583	3262	3262	3262	3262
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	1733	430	21	504	704	1090	1229	1434	1699	2012	2285	2504	2780	3421
女性全体	676	1735	436	22	504	706	1086	1229	1433	1699	2015	2313	2525	2800	3421	
男女合計	1264	1963	583	24	504	774	1143	1285	1567	1897	2296	2735	3000	3564	5887	

表3 たんぱく質摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	43.5	15.0	4.5	26.9	26.9	26.9	26.9	31.5	38.1	53.8	72.2	72.2	72.2	72.2
	3-5歳	15	43.5	9.9	3.1	25.9	25.9	25.9	26.8	37.8	44.3	52.4	57.1	58.8	58.8	58.8
	6-7歳	8	51.2	8.4	2.8	43.9	43.9	43.9	43.9	44.4	48.3	59.2	66.5	66.5	66.5	66.5
	8-9歳	20	67.3	10.0	2.1	50.3	50.3	50.4	52.7	58.4	68.5	76.7	80.2	82.3	82.4	82.4
	10-11歳	9	78.7	10.9	3.9	66.5	66.5	66.5	66.5	70.4	77.9	82.5	103.2	103.2	103.2	103.2
	12-14歳	25	85.9	19.6	4.1	33.0	33.0	39.6	57.9	74.2	88.3	96.3	111.6	118.2	120.5	120.5
	15-17歳	18	84.5	24.4	5.3	47.5	47.5	47.5	52.7	62.4	82.2	110.3	115.7	121.9	121.9	121.9
	18-29歳	45	77.5	25.2	4.3	28.1	28.1	31.9	41.3	60.0	80.3	89.8	119.9	127.3	133.7	133.7
	30-49歳	123	80.6	25.8	2.5	33.8	34.2	40.8	52.6	64.2	76.7	97.3	110.1	125.2	192.2	202.8
	50-69歳	199	87.4	24.2	1.8	32.3	38.0	53.5	57.3	70.9	85.1	102.7	119.9	129.8	154.8	187.8
	70歳以上	117	76.4	23.3	2.4	9.0	12.8	42.2	51.5	60.5	76.6	88.6	101.9	110.7	180.5	185.9
	男性全体	588	79.7	25.1	1.4	9.0	30.1	40.4	50.6	62.7	78.7	93.1	111.2	123.2	154.9	202.8
女性	1-2歳	7	34.6	10.4	3.5	20.0	20.0	20.0	20.0	26.2	35.2	38.1	53.2	53.2	53.2	53.2
	3-5歳	14	47.1	11.6	3.0	27.7	27.7	27.7	32.7	40.1	45.6	51.5	68.1	76.0	76.0	76.0
	6-7歳	16	50.5	9.4	2.9	38.3	38.3	38.3	38.8	42.2	49.3	57.4	65.7	69.3	69.3	69.3
	8-9歳	10	58.8	14.0	4.3	31.0	31.0	31.0	32.3	51.2	59.3	68.4	77.1	77.2	77.2	77.2
	10-11歳	23	67.6	10.9	2.4	48.1	48.1	48.5	53.0	60.8	67.1	71.8	78.9	96.7	101.1	101.1
	12-14歳	20	79.1	23.4	4.8	55.6	55.6	55.7	57.7	58.8	71.7	96.4	111.6	139.3	140.7	140.7
	15-17歳	22	61.4	18.9	3.4	28.9	28.9	29.6	34.7	46.3	59.0	80.7	88.1	92.0	92.6	92.6
	18-29歳	29	60.2	21.1	3.1	20.8	20.8	21.5	23.5	48.5	59.7	73.3	96.8	102.6	103.9	103.9
	30-49歳	145	62.0	17.2	1.6	21.5	24.3	34.8	40.5	50.3	61.1	73.3	84.4	91.4	116.9	126.1
	50-69歳	239	71.0	19.1	1.1	25.0	27.5	42.1	48.3	57.4	69.9	83.2	97.3	104.7	122.6	142.5
	70歳以上	142	63.9	19.1	1.4	18.2	22.3	34.5	41.5	50.7	61.7	74.4	88.3	104.5	112.2	112.5
	妊婦	4	52.7	35.5	15.6	22.4	22.4	22.4	22.4	26.7	42.3	89.2	103.9	103.9	103.9	103.9
	授乳婦	5	67.2	30.6	9.7	38.0	38.0	38.0	38.0	39.7	58.4	99.2	106.3	106.3	106.3	106.3
	妊婦・授乳婦	9	60.8	31.6	9.1	22.4	22.4	22.4	22.4	38.8	45.0	98.0	106.3	106.3	106.3	106.3
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	65.3	19.4	1.0	18.2	24.5	36.3	42.0	52.0	63.9	76.7	90.3	101.3	113.0	142.5
	女性全体	676	65.2	19.6	1.0	18.2	23.2	36.0	41.3	51.7	63.9	76.8	92.3	102.0	112.8	142.5
男女合計	1264	72.0	23.4	1.0	9.0	26.9	38.0	44.4	55.7	70.0	85.6	103.2	112.1	135.5	202.8	

表4 動物性たんぱく質摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	24.5	15.8	4.9	4.0	4.0	4.0	4.0	12.2	18.6	34.7	54.9	54.9	54.9	54.9
	3-5歳	15	25.8	9.2	2.7	14.1	14.1	14.1	14.5	14.9	26.2	32.4	39.9	40.4	40.4	40.4
	6-7歳	8	27.2	8.5	2.8	17.0	17.0	17.0	17.0	19.9	26.0	34.2	41.5	41.5	41.5	41.5
	8-9歳	20	42.3	9.8	2.4	23.8	23.8	24.1	30.7	34.4	40.6	52.8	56.9	58.0	58.0	58.0
	10-11歳	9	45.8	12.0	3.9	33.7	33.7	33.7	33.7	37.6	42.1	52.2	71.7	71.7	71.7	71.7
	12-14歳	25	50.1	15.2	3.2	19.0	19.0	19.4	26.9	42.5	50.3	61.9	72.6	75.8	77.1	77.1
	15-17歳	18	51.8	23.5	4.9	13.2	13.2	13.2	13.8	37.5	47.5	70.3	89.8	100.1	100.1	100.1
	18-29歳	45	41.3	19.9	3.3	6.4	6.4	8.5	19.1	26.9	37.8	59.0	69.3	76.7	92.4	92.4
	30-49歳	123	43.7	21.6	2.2	7.0	8.2	14.7	20.9	28.0	38.5	59.5	69.5	87.0	117.9	120.0
	50-69歳	199	48.2	20.1	1.5	2.4	8.1	21.6	25.1	34.2	45.1	60.3	71.8	85.8	106.7	124.4
	70歳以上	117	38.6	17.1	1.8	0.5	0.9	9.2	18.4	27.9	36.5	50.4	58.8	66.5	110.2	118.9
	男性全体	588	43.5	19.8	1.0	0.5	6.5	14.9	21.5	29.3	40.9	55.4	69.3	76.7	106.5	124.4
女性	1-2歳	7	18.7	11.3	4.0	8.6	8.6	8.6	8.6	12.0	14.6	21.1	42.6	42.6	42.6	42.6
	3-5歳	14	25.7	11.7	2.9	12.3	12.3	12.3	13.0	18.0	23.3	32.7	46.8	57.1	57.1	57.1
	6-7歳	16	28.4	5.5	1.4	20.2	20.2	20.2	21.0	23.8	28.1	32.8	37.0	39.0	39.0	39.0
	8-9歳	10	34.2	11.5	3.6	17.8	17.8	17.8	17.9	20.9	36.1	43.9	48.9	49.0	49.0	49.0
	10-11歳	23	38.6	12.0	3.0	19.9	19.9	20.2	22.0	32.5	39.3	44.0	53.4	68.7	72.3	72.3
	12-14歳	20	47.9	21.6	4.5	23.6	23.6	23.7	26.5	31.9	42.6	57.9	82.3	109.6	111.0	111.0
	15-17歳	22	36.2	16.5	2.7	11.5	11.5	12.2	16.6	20.5	34.6	52.6	61.6	65.4	65.9	65.9
	18-29歳	29	33.3	17.9	2.5	2.2	2.2	4.6	8.2	21.4	30.5	44.5	61.1	71.1	74.9	74.9
	30-49歳	145	33.5	13.6	1.2	6.4	6.7	15.1	19.2	23.8	31.7	43.2	51.5	57.0	82.0	90.3
	50-69歳	239	36.5	14.7	0.8	4.3	5.7	15.7	19.0	25.7	35.4	45.7	56.6	64.7	72.5	90.0
	70歳以上	142	32.4	14.8	1.2	0.8	1.0	11.1	16.3	21.5	30.4	42.3	51.2	57.3	76.4	77.9
	妊婦	4	24.9	23.4	10.3	5.4	5.4	5.4	5.4	7.4	17.8	49.4	58.5	58.5	58.5	58.5
	授乳婦	5	29.8	17.9	6.3	8.5	8.5	8.5	8.5	11.9	32.4	46.3	51.9	51.9	51.9	51.9
	妊婦・授乳婦	9	27.6	19.3	5.8	5.4	5.4	5.4	5.4	11.0	22.0	46.3	58.5	58.5	58.5	58.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	34.6	15.0	0.7	0.8	5.2	13.3	17.8	24.0	33.1	43.7	53.8	61.8	75.1	111.0
女性全体	676	34.4	15.0	0.7	0.8	5.2	12.9	17.5	23.8	33.0	43.7	53.8	61.8	75.0	111.0	
男女合計	1264	38.7	18.0	0.7	0.5	5.9	14.1	18.9	26.1	36.3	49.0	62.9	69.9	98.3	124.4	

表5 脂質摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	40.0	20.2	6.6	15.6	15.6	15.6	15.6	21.1	35.4	56.8	74.2	74.2	74.2	74.2
	3-5歳	15	36.8	12.5	3.6	21.1	21.1	21.1	21.5	27.1	32.9	48.2	55.7	62.7	62.7	62.7
	6-7歳	8	46.3	10.1	3.4	32.8	32.8	32.8	32.8	37.9	44.4	54.2	62.7	62.7	62.7	62.7
	8-9歳	20	58.3	12.2	2.8	38.2	38.2	38.8	49.3	50.5	53.0	64.3	80.3	81.2	81.2	81.2
	10-11歳	9	71.4	19.0	6.7	48.5	48.5	48.5	48.5	54.5	67.6	90.4	99.6	99.6	99.6	99.6
	12-14歳	25	72.8	16.7	3.1	33.7	33.7	38.2	49.2	62.9	74.8	82.5	92.9	107.4	112.2	112.2
	15-17歳	18	78.0	19.7	4.3	41.7	41.7	41.7	52.3	64.9	74.5	92.0	108.7	113.5	113.5	113.5
	18-29歳	45	64.9	27.3	3.8	19.5	19.5	24.2	30.3	49.1	57.9	82.4	107.2	116.0	139.6	139.6
	30-49歳	123	63.7	24.4	2.3	12.9	14.7	27.1	35.7	47.4	60.2	79.8	95.0	111.6	130.3	131.3
	50-69歳	199	62.6	22.8	1.3	18.8	21.1	28.0	35.0	45.7	59.8	77.1	93.0	102.6	134.8	147.9
	70歳以上	117	51.6	21.2	2.0	1.2	3.3	16.0	25.5	37.2	48.8	66.7	80.3	89.6	105.7	106.4
	男性全体	588	60.4	23.4	1.1	1.2	15.4	25.5	31.8	45.1	57.4	75.0	93.0	102.6	127.2	147.9
女性	1-2歳	7	33.9	12.2	4.7	15.4	15.4	15.4	15.4	24.1	38.5	42.2	50.4	50.4	50.4	50.4
	3-5歳	14	42.7	14.9	4.2	15.1	15.1	15.1	19.6	29.9	45.0	53.2	63.8	69.3	69.3	69.3
	6-7歳	16	41.6	11.4	3.4	27.7	27.7	27.7	29.0	31.5	39.4	50.4	60.3	67.0	67.0	67.0
	8-9歳	10	54.3	13.4	4.1	27.9	27.9	27.9	28.8	48.5	54.4	64.9	71.4	71.7	71.7	71.7
	10-11歳	23	56.7	13.4	2.9	36.8	36.8	37.0	38.4	46.2	55.4	65.6	74.6	89.6	92.6	92.6
	12-14歳	20	74.1	20.8	5.1	40.7	40.7	41.2	50.2	56.6	69.7	91.7	102.6	114.2	114.8	114.8
	15-17歳	22	52.5	21.2	4.3	7.3	7.3	8.3	16.5	39.9	54.4	69.1	79.1	85.9	87.0	87.0
	18-29歳	29	46.8	19.7	3.3	9.5	9.5	13.2	25.4	31.1	43.4	66.4	71.7	85.4	87.6	87.6
	30-49歳	145	51.5	20.4	2.0	5.8	8.7	21.3	26.7	38.1	49.6	64.3	77.7	91.1	112.4	114.6
	50-69歳	239	52.0	17.7	1.0	8.6	16.5	26.4	31.1	39.9	49.3	63.3	78.0	85.4	97.8	100.2
	70歳以上	142	44.8	18.9	1.2	4.7	7.2	15.7	21.2	32.6	43.5	55.9	66.6	82.8	99.3	101.7
	妊婦	4	57.2	31.7	13.9	28.4	28.4	28.4	28.4	33.1	49.0	89.6	102.4	102.4	102.4	102.4
	授乳婦	5	55.3	15.3	4.7	34.0	34.0	34.0	34.0	42.3	52.8	69.6	74.4	74.4	74.4	74.4
	妊婦・授乳婦	9	56.1	22.2	6.7	28.4	28.4	28.4	28.4	40.5	51.0	69.6	102.4	102.4	102.4	102.4
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	50.4	19.3	0.9	4.7	11.6	21.7	27.6	37.4	47.9	62.4	76.6	85.5	102.3	114.8
女性全体	676	50.4	19.3	0.9	4.7	11.7	22.1	27.7	37.4	48.1	62.5	76.6	85.5	102.5	114.8	
男女合計	1264	55.1	21.9	0.9	1.2	13.0	22.8	29.5	40.1	52.6	67.9	84.2	95.1	114.7	147.9	

表6 動物性脂質摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	19.9	13.1	4.0	1.8	1.8	1.8	1.8	5.3	24.7	30.0	37.1	37.1	37.1	37.1
	3-5歳	15	20.4	9.2	2.5	6.0	6.0	6.0	8.9	14.0	19.1	26.8	36.4	37.5	37.5	37.5
	6-7歳	8	24.5	9.4	3.2	13.7	13.7	13.7	13.7	16.2	23.3	33.0	39.0	39.0	39.0	39.0
	8-9歳	20	35.3	9.4	2.6	18.3	18.3	18.5	22.9	28.7	34.7	38.5	51.8	58.1	58.4	58.4
	10-11歳	9	35.0	12.4	4.0	22.0	22.0	22.0	22.0	27.2	32.4	39.5	63.6	63.6	63.6	63.6
	12-14歳	25	43.0	16.2	3.0	13.7	13.7	14.7	21.5	29.8	40.3	57.2	67.9	71.7	72.7	72.7
	15-17歳	18	45.3	19.8	4.6	13.2	13.2	13.2	21.5	33.6	40.0	57.8	74.9	93.3	93.3	93.3
	18-29歳	45	32.1	18.3	2.8	2.7	2.7	5.2	11.5	17.5	29.1	44.2	61.8	67.1	78.7	78.7
	30-49歳	123	32.4	17.3	1.4	5.3	5.7	8.5	10.9	19.0	30.3	42.6	56.1	63.6	89.5	90.3
	50-69歳	199	34.2	16.6	1.1	5.0	5.3	11.0	15.0	23.7	32.2	43.4	53.0	59.6	97.0	134.6
	70歳以上	117	26.3	14.1	1.4	0.1	0.1	4.7	9.3	17.4	23.9	35.7	45.8	49.9	68.6	69.3
	男性全体	588	32.1	16.6	0.7	0.1	4.4	8.6	12.7	20.3	30.1	41.7	54.0	60.6	81.4	134.6
女性	1-2歳	7	16.1	10.5	3.7	2.7	2.7	2.7	2.7	7.4	16.0	23.0	34.5	34.5	34.5	34.5
	3-5歳	14	20.0	8.7	2.3	2.0	2.0	2.0	6.3	14.4	20.7	24.3	32.7	38.9	38.9	38.9
	6-7歳	16	21.6	6.1	1.5	9.3	9.3	9.3	13.9	18.3	19.7	26.3	31.1	35.6	35.6	35.6
	8-9歳	10	32.0	10.8	3.2	13.4	13.4	13.4	13.6	24.7	34.8	40.6	42.8	42.9	42.9	42.9
	10-11歳	23	32.1	11.2	2.9	9.6	9.6	10.6	15.1	27.2	31.6	38.2	44.7	58.2	61.6	61.6
	12-14歳	20	39.1	15.0	3.3	13.1	13.1	13.6	23.5	30.1	34.5	49.1	59.1	76.0	76.9	76.9
	15-17歳	22	28.2	14.6	3.4	3.9	3.9	4.4	9.3	15.0	27.3	38.4	51.5	55.5	56.1	56.1
	18-29歳	29	22.9	10.7	1.6	0.5	0.5	3.2	6.4	16.5	23.6	32.0	37.2	39.7	41.3	41.3
	30-49歳	145	25.7	13.4	1.2	1.3	2.1	6.1	9.9	17.0	24.6	33.0	41.9	49.4	70.5	73.1
	50-69歳	239	25.9	12.6	0.8	0.2	1.5	7.9	11.0	16.4	23.5	34.3	43.5	49.5	59.7	60.0
	70歳以上	142	22.1	11.9	0.9	0.1	0.1	3.6	8.6	12.5	21.7	30.2	38.2	43.6	54.5	58.6
	妊婦	4	19.6	14.4	6.3	5.8	5.8	5.8	5.8	7.1	17.3	34.5	38.2	38.2	38.2	38.2
	授乳婦	5	21.3	11.6	3.8	7.9	7.9	7.9	7.9	12.1	21.1	30.6	39.6	39.6	39.6	39.6
	妊婦・授乳婦	9	20.5	12.1	3.6	5.8	5.8	5.8	5.8	9.5	21.1	30.9	39.6	39.6	39.6	39.6
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	25.4	12.8	0.6	0.1	1.1	6.9	10.2	16.1	23.9	33.9	41.9	48.7	60.3	76.9
女性全体	676	25.3	12.8	0.6	0.1	1.2	6.8	10.2	16.1	23.8	33.9	41.8	48.7	60.2	76.9	
男女合計	1264	28.4	15.1	0.6	0.1	1.9	7.5	11.0	18.0	26.7	37.1	48.7	56.8	72.8	134.6	

表7 脂肪エネルギー比率の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	26.2	10.2	3.4	12.6	12.6	12.6	12.6	17.8	23.3	36.5	41.5	41.5	41.5	41.5
	3-5歳	15	27.2	6.9	1.8	15.8	15.8	15.8	18.0	23.5	25.4	31.6	37.8	43.9	43.9	43.9
	6-7歳	8	29.2	3.9	1.3	24.1	24.1	24.1	24.1	25.5	29.3	31.7	36.2	36.2	36.2	36.2
	8-9歳	20	29.2	5.2	1.1	18.1	18.1	18.3	21.8	25.7	29.0	32.7	36.5	38.8	38.9	38.9
	10-11歳	9	29.2	4.8	1.8	20.7	20.7	20.7	20.7	26.0	30.4	32.4	36.5	36.5	36.5	36.5
	12-14歳	25	27.3	3.7	0.8	20.3	20.3	20.8	22.4	24.3	27.1	30.2	32.7	33.7	33.9	33.9
	15-17歳	18	27.9	3.5	0.8	19.6	19.6	19.6	21.7	26.3	28.5	29.9	31.7	34.2	34.2	34.2
	18-29歳	45	25.7	7.3	0.9	9.6	9.6	15.4	17.3	19.9	25.3	30.7	37.4	40.9	42.1	42.1
	30-49歳	123	25.0	7.5	0.6	8.4	8.8	11.7	15.8	19.3	25.1	29.9	34.7	37.2	45.3	46.4
	50-69歳	199	23.6	6.3	0.4	8.2	8.2	12.8	15.8	19.3	24.1	27.7	31.8	34.1	38.8	41.4
	70歳以上	117	21.9	6.8	0.6	2.0	2.9	9.8	13.2	17.9	21.9	26.5	30.5	31.9	44.4	46.0
	男性全体	588	24.4	6.9	0.4	2.0	8.4	12.9	15.8	19.9	24.7	29.1	32.9	36.1	41.6	46.4
女性	1-2歳	7	29.3	4.9	1.9	21.0	21.0	21.0	21.0	24.9	30.7	33.8	34.0	34.0	34.0	34.0
	3-5歳	14	28.0	5.8	1.6	19.1	19.1	19.1	19.7	23.3	29.0	31.1	37.8	40.2	40.2	40.2
	6-7歳	16	26.9	3.8	1.0	20.1	20.1	20.1	21.8	23.5	26.1	30.9	32.2	32.8	32.8	32.8
	8-9歳	10	29.4	6.1	2.0	18.3	18.3	18.3	18.9	25.6	29.0	33.9	39.0	39.2	39.2	39.2
	10-11歳	23	28.5	4.6	1.0	21.0	21.0	21.0	21.3	24.4	28.2	32.2	34.6	35.5	35.7	35.7
	12-14歳	20	31.3	6.1	1.6	20.7	20.7	20.9	23.9	26.4	30.4	37.4	38.8	43.3	43.5	43.5
	15-17歳	22	27.6	7.3	1.2	10.3	10.3	11.0	15.4	24.4	29.4	31.4	37.1	38.4	38.6	38.6
	18-29歳	29	26.8	6.8	1.2	16.8	16.8	16.9	17.4	21.4	26.4	32.7	36.4	38.9	39.1	39.1
	30-49歳	145	26.9	7.2	0.8	7.3	8.1	15.4	17.9	21.3	26.8	32.0	35.4	38.6	45.8	47.7
	50-69歳	239	25.4	6.2	0.4	9.1	10.9	14.7	17.0	21.5	25.6	29.6	32.8	36.6	38.3	40.9
	70歳以上	142	23.3	6.7	0.5	5.5	6.3	11.5	14.9	18.7	22.9	28.5	32.1	34.0	39.2	40.8
	妊婦	4	30.3	6.1	2.7	23.1	23.1	23.1	23.1	24.2	30.8	35.9	36.5	36.5	36.5	36.5
	授乳婦	5	24.6	3.6	1.5	20.5	20.5	20.5	20.5	21.3	24.5	28.1	29.4	29.4	29.4	29.4
	妊婦・授乳婦	9	27.1	5.4	1.8	20.5	20.5	20.5	20.5	22.6	26.7	31.8	36.5	36.5	36.5	36.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	25.9	6.7	0.4	5.5	9.2	14.8	17.5	21.3	25.9	30.7	34.5	37.1	41.1	47.7
	女性全体	676	25.9	6.7	0.4	5.5	9.3	14.9	17.6	21.3	26.0	30.7	34.5	37.0	41.0	47.7
男女合計	1264	25.2	6.8	0.3	2.0	9.1	14.0	16.6	20.7	25.2	30.0	33.9	36.6	41.5	47.7	

表8 炭水化物摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	194.7	18.4	5.0	167.2	167.2	167.2	167.2	180.7	188.6	211.6	224.1	224.1	224.1	224.1
	3-5歳	15	172.2	33.1	8.2	115.3	115.3	115.3	116.7	142.1	177.4	200.9	210.7	218.9	218.9	218.9
	6-7歳	8	196.6	27.1	9.1	147.9	147.9	147.9	147.9	180.3	200.2	213.0	239.8	239.8	239.8	239.8
	8-9歳	20	248.9	61.0	9.9	162.3	162.3	162.8	171.7	214.7	242.6	275.4	360.9	413.1	415.4	415.4
	10-11歳	9	300.5	59.6	25.0	225.9	225.9	225.9	225.9	242.5	288.9	356.6	395.5	395.5	395.5	395.5
	12-14歳	25	344.4	67.9	14.4	220.6	220.6	224.8	249.7	285.8	352.8	387.1	439.2	467.1	476.6	476.6
	15-17歳	18	356.4	64.7	14.4	209.3	209.3	209.3	269.8	318.1	349.1	410.5	443.2	470.5	470.5	470.5
	18-29歳	45	324.5	109.2	15.4	153.1	153.1	175.1	197.7	259.6	292.7	377.0	461.2	543.9	709.8	709.8
	30-49歳	123	324.1	111.9	9.6	90.6	100.9	179.4	203.0	261.7	307.0	379.9	468.7	527.0	832.9	887.3
	50-69歳	199	327.1	89.1	6.3	103.9	160.6	190.6	218.4	268.1	325.8	371.6	452.7	480.6	604.6	640.9
	70歳以上	117	306.0	81.0	9.3	115.9	121.5	200.1	216.3	244.1	290.4	360.5	412.9	453.9	527.1	531.2
	男性全体	588	312.8	96.2	5.8	90.6	131.0	178.0	201.7	243.6	304.3	369.5	436.1	476.9	599.8	887.3
女性	1-2歳	7	143.6	43.6	13.6	81.2	81.2	81.2	81.2	111.4	140.7	188.2	195.0	195.0	195.0	195.0
	3-5歳	14	189.2	46.6	12.2	113.7	113.7	113.7	137.2	165.3	180.4	195.6	282.0	317.3	317.3	317.3
	6-7歳	16	200.3	41.3	11.6	141.2	141.2	141.2	153.3	166.5	194.8	219.1	272.9	301.2	301.2	301.2
	8-9歳	10	240.5	84.5	27.6	137.6	137.6	137.6	139.7	174.9	225.9	294.1	396.3	400.5	400.5	400.5
	10-11歳	23	248.3	36.3	8.4	188.1	188.1	189.2	193.7	228.6	240.4	265.0	311.8	316.9	317.4	317.4
	12-14歳	20	281.6	76.1	19.1	152.5	152.5	152.9	166.2	232.8	292.7	310.1	343.7	503.1	511.4	511.4
	15-17歳	22	231.6	72.4	18.0	79.0	79.0	83.8	117.0	176.7	246.7	287.2	302.1	355.3	364.7	364.7
	18-29歳	29	208.0	63.8	10.9	81.5	81.5	95.8	116.8	164.9	204.1	252.6	304.1	335.1	339.3	339.3
	30-49歳	145	234.7	65.2	5.9	46.8	67.7	137.1	155.5	194.1	230.3	275.9	315.0	361.9	432.7	447.1
	50-69歳	239	264.5	64.7	3.8	126.1	132.5	170.5	185.1	225.8	254.8	304.1	353.0	395.5	446.5	455.9
	70歳以上	142	254.0	66.0	6.2	80.9	106.8	156.7	174.2	209.9	244.1	294.7	339.1	375.8	446.1	449.2
	妊婦	4	231.1	87.9	38.6	141.0	141.0	141.0	141.0	148.5	233.7	311.1	316.1	316.1	316.1	316.1
	授乳婦	5	327.4	141.2	47.7	191.4	191.4	191.4	191.4	217.8	254.4	473.5	529.6	529.6	529.6	529.6
	妊婦・授乳婦	9	284.6	124.3	35.4	141.0	141.0	141.0	141.0	181.3	254.4	366.8	529.6	529.6	529.6	529.6
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	247.5	67.6	3.9	46.8	104.4	147.7	165.9	199.8	240.8	288.6	337.3	370.5	441.9	511.4
女性全体	676	248.0	68.7	4.0	46.8	106.0	147.0	165.9	199.8	241.0	289.8	337.5	372.7	443.2	529.6	
男女合計	1264	278.1	88.7	4.4	46.8	113.8	158.2	177.7	217.0	264.7	329.2	394.6	437.2	534.9	887.3	

表9 食塩摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	6.2	2.1	0.7	3.9	3.9	3.9	3.9	4.8	5.7	7.5	10.4	10.4	10.4	10.4
	3-5歳	15	5.4	1.3	0.3	3.6	3.6	3.6	3.7	4.3	5.5	6.2	7.5	8.6	8.6	8.6
	6-7歳	8	7.2	1.9	0.6	5.1	5.1	5.1	5.1	5.6	6.7	8.6	10.7	10.7	10.7	10.7
	8-9歳	20	7.8	2.3	0.4	4.1	4.1	4.1	4.6	5.8	7.8	9.8	11.2	11.9	11.9	11.9
	10-11歳	9	10.9	3.5	1.2	7.7	7.7	7.7	7.7	8.2	9.7	14.2	16.8	16.8	16.8	16.8
	12-14歳	25	11.8	3.7	0.6	4.9	4.9	5.6	7.4	9.2	10.6	14.7	17.8	19.0	19.2	19.2
	15-17歳	18	12.3	5.2	1.3	4.5	4.5	4.5	6.9	8.4	11.2	15.6	22.5	23.2	23.2	23.2
	18-29歳	45	11.2	4.5	0.7	4.0	4.0	5.4	5.8	7.3	11.4	14.2	17.6	20.9	22.2	22.2
	30-49歳	123	12.2	5.1	0.4	2.7	2.9	5.9	7.1	9.3	11.5	14.8	16.6	20.4	41.3	45.2
	50-69歳	199	13.7	4.7	0.3	1.4	3.4	7.4	8.3	10.7	12.8	16.8	19.5	23.1	27.5	32.4
	70歳以上	117	12.7	5.3	0.5	1.2	1.8	6.9	7.3	9.2	12.2	15.2	21.0	22.0	37.2	39.8
	男性全体	588	12.2	5.0	0.3	1.2	3.6	5.4	6.6	8.7	11.6	15.0	18.3	21.3	27.1	45.2
女性	1-2歳	7	4.4	0.7	0.1	3.3	3.3	3.3	3.3	3.8	4.4	4.9	5.4	5.4	5.4	5.4
	3-5歳	14	6.8	2.0	0.5	4.0	4.0	4.0	4.3	5.1	6.9	8.3	10.0	11.1	11.1	11.1
	6-7歳	16	6.4	1.3	0.4	4.4	4.4	4.4	4.5	5.2	6.3	7.6	8.5	8.8	8.8	8.8
	8-9歳	10	7.9	2.5	0.7	2.2	2.2	2.2	2.7	7.0	8.4	9.1	11.7	11.9	11.9	11.9
	10-11歳	23	9.4	3.2	0.6	4.1	4.1	4.3	5.7	7.7	9.0	10.9	13.4	18.8	20.0	20.0
	12-14歳	20	10.2	2.6	0.6	6.1	6.1	6.1	6.3	8.7	10.0	11.8	13.5	16.6	16.8	16.8
	15-17歳	22	8.2	3.0	0.7	4.2	4.2	4.3	5.0	6.1	7.8	10.3	11.0	16.9	17.9	17.9
	18-29歳	29	9.6	3.8	0.8	3.4	3.4	3.5	4.5	7.0	8.8	12.0	15.3	17.1	18.2	18.2
	30-49歳	145	9.8	3.5	0.3	2.7	3.0	4.4	5.7	7.5	9.7	11.5	14.1	16.3	21.2	21.6
	50-69歳	239	11.9	4.2	0.3	3.4	4.2	5.9	7.0	9.0	11.6	14.4	16.9	19.7	26.6	29.8
	70歳以上	142	10.7	3.7	0.3	3.2	3.4	5.0	6.4	8.0	10.7	13.1	16.0	17.0	22.0	23.0
	妊婦	4	7.4	4.4	1.9	4.0	4.0	4.0	4.0	4.2	6.0	12.1	13.7	13.7	13.7	13.7
	授乳婦	5	11.7	5.0	1.7	6.4	6.4	6.4	6.4	7.5	9.3	17.1	17.5	17.5	17.5	17.5
	妊婦・授乳婦	9	9.8	5.0	1.6	4.0	4.0	4.0	4.0	5.5	8.5	15.2	17.5	17.5	17.5	17.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	10.5	4.0	0.2	2.2	3.4	4.7	6.0	7.7	10.0	12.7	15.6	17.5	22.2	29.8
女性全体	676	10.4	4.0	0.2	2.2	3.4	4.7	5.9	7.7	10.0	12.8	15.7	17.5	22.1	29.8	
男女合計	1264	11.2	4.6	0.2	1.2	3.6	4.9	6.1	8.1	10.7	13.8	17.1	19.5	24.7	45.2	

表10 カリウム摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	1910	682	235	949	949	949	949	1356	1848	2519	2984	2984	2984	2984
	3-5歳	15	1451	325	97	895	895	895	1002	1252	1417	1620	2007	2236	2236	2236
	6-7歳	8	1825	320	108	1465	1465	1465	1465	1599	1681	2100	2408	2408	2408	2408
	8-9歳	20	2193	422	86	1390	1390	1401	1622	1892	2189	2451	2806	3101	3115	3115
	10-11歳	9	2576	445	179	1791	1791	1791	1791	2345	2568	2902	3350	3350	3350	3350
	12-14歳	25	2818	685	158	1059	1059	1268	1962	2349	2822	3409	3762	3979	4049	4049
	15-17歳	18	2534	704	148	1408	1408	1408	1428	1908	2616	2980	3717	3783	3783	3783
	18-29歳	45	2313	843	128	814	814	883	1253	1625	2216	2921	3424	3811	4268	4268
	30-49歳	123	2531	1357	122	755	830	1197	1380	1757	2244	3009	3608	4470	11409	12658
	50-69歳	199	3007	1013	83	556	865	1561	1794	2303	2923	3604	4412	4885	5591	6656
	70歳以上	117	2953	1233	142	217	333	1603	1721	2232	2762	3380	4413	5000	9903	10615
	男性全体	588	2714	1126	66	217	856	1316	1556	1986	2597	3210	4059	4609	6270	12658
女性	1-2歳	7	1360	820	258	507	507	507	507	767	1097	1643	2984	2984	2984	2984
	3-5歳	14	1616	432	100	801	801	801	988	1292	1637	1956	2261	2536	2536	2536
	6-7歳	16	1819	406	103	1237	1237	1237	1260	1495	1806	1907	2587	2682	2682	2682
	8-9歳	10	2064	591	180	1286	1286	1286	1298	1481	2091	2295	3238	3337	3337	3337
	10-11歳	23	2332	456	98	1761	1761	1771	1848	2078	2272	2426	2726	3805	4066	4066
	12-14歳	20	2499	430	103	1949	1949	1951	1987	2161	2353	2809	3207	3259	3261	3261
	15-17歳	22	1785	637	150	780	780	792	869	1270	1718	2217	2645	3120	3199	3199
	18-29歳	29	1899	759	111	496	496	595	808	1340	1768	2545	2976	3135	3147	3147
	30-49歳	145	2107	732	55	676	754	1013	1172	1597	2013	2625	3171	3359	4390	4486
	50-69歳	239	2956	1225	81	657	957	1487	1658	2217	2754	3524	4326	4848	7523	12587
	70歳以上	142	2518	843	71	604	626	1242	1563	1967	2403	3046	3613	4049	5118	5158
	妊婦	4	2368	1576	693	562	562	562	562	805	2568	3731	3775	3775	3775	3775
	授乳婦	5	2183	964	232	1006	1006	1006	1006	1318	1931	3172	3204	3204	3204	3204
	妊婦・授乳婦	9	2265	1186	336	562	562	562	562	1270	1931	3403	3775	3775	3775	3775
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	2473	1027	54	496	688	1141	1381	1806	2333	2971	3679	4159	5498	12587
女性全体	676	2470	1029	55	496	671	1129	1372	1803	2331	2975	3680	4156	5477	12587	
男女合計	1264	2583	1081	57	217	775	1187	1452	1891	2440	3114	3825	4411	5631	12658	

表11 カルシウム摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	424.3	187.2	60.4	205.1	205.1	205.1	205.1	243.7	408.1	595.5	707.9	707.9	707.9	707.9
	3-5歳	15	461.0	149.5	37.2	289.8	289.8	289.8	290.1	351.0	448.1	471.2	737.8	773.6	773.6	773.6
	6-7歳	8	551.6	93.0	31.2	435.9	435.9	435.9	435.9	463.1	551.1	644.2	686.5	686.5	686.5	686.5
	8-9歳	20	636.2	177.4	39.8	427.3	427.3	427.8	439.3	479.5	592.8	756.9	969.1	1068.1	1072.2	1072.2
	10-11歳	9	691.4	263.5	91.2	427.8	427.8	427.8	427.8	500.6	562.9	833.4	1264.6	1264.6	1264.6	1264.6
	12-14歳	25	805.7	232.9	48.3	84.9	84.9	192.9	532.4	684.0	796.7	980.4	1108.6	1150.1	1152.8	1152.8
	15-17歳	18	760.4	498.4	117.2	166.4	166.4	166.4	242.0	428.4	635.0	992.5	1738.9	1968.8	1968.8	1968.8
	18-29歳	45	511.0	279.4	40.6	90.4	90.4	115.1	222.4	305.7	455.4	711.5	908.5	1013.3	1374.7	1374.7
	30-49歳	123	519.0	258.4	20.8	89.7	102.3	184.3	224.9	330.4	477.9	664.6	867.3	1051.2	1364.7	1371.9
	50-69歳	199	620.2	283.3	23.1	87.8	103.2	277.3	309.7	421.3	592.7	750.6	981.7	1102.4	1654.8	2229.4
	70歳以上	117	615.3	295.3	36.2	26.9	44.8	187.1	245.1	409.1	591.8	807.9	1009.4	1148.9	1528.1	1553.1
	男性全体	588	595.5	287.1	16.4	26.9	101.8	213.0	278.4	385.8	560.6	758.0	967.7	1109.0	1538.7	2229.4
女性	1-2歳	7	326.8	146.4	52.7	157.0	157.0	157.0	157.0	162.5	327.5	513.7	514.2	514.2	514.2	514.2
	3-5歳	14	440.5	129.3	29.2	176.0	176.0	176.0	233.6	343.4	449.4	557.9	616.4	645.3	645.3	645.3
	6-7歳	16	521.9	86.7	23.4	324.7	324.7	324.7	421.2	476.2	507.2	575.3	650.7	723.1	723.1	723.1
	8-9歳	10	653.6	180.5	55.2	430.1	430.1	430.1	432.5	477.6	638.2	880.5	897.0	897.3	897.3	897.3
	10-11歳	23	673.3	176.7	44.3	322.5	322.5	339.9	426.4	562.4	656.1	777.5	918.3	1083.7	1114.0	1114.0
	12-14歳	20	698.9	278.2	69.5	375.5	375.5	379.4	454.1	484.5	630.0	755.9	1155.2	1429.8	1444.1	1444.1
	15-17歳	22	420.2	216.9	46.1	82.6	82.6	86.2	113.4	214.4	452.8	561.3	719.2	818.9	834.7	834.7
	18-29歳	29	428.0	284.2	48.2	60.9	60.9	65.7	100.4	236.7	406.5	533.9	853.8	1142.2	1318.5	1318.5
	30-49歳	145	476.7	246.4	20.1	67.5	70.0	144.5	209.5	297.1	449.7	621.4	740.0	884.3	1558.8	1988.4
	50-69歳	239	614.1	265.7	15.3	147.4	182.5	263.8	298.0	409.7	577.3	759.5	934.2	1120.6	1522.3	1679.8
	70歳以上	142	562.0	279.6	25.2	98.5	101.5	185.9	249.6	345.9	505.1	723.7	925.2	1085.3	1503.8	1607.5
	妊婦	4	408.1	253.6	111.4	115.2	115.2	115.2	115.2	184.2	391.4	648.8	734.5	734.5	734.5	734.5
	授乳婦	5	587.8	212.8	56.2	375.2	375.2	375.2	375.2	401.0	569.9	783.5	912.2	912.2	912.2	912.2
	妊婦・授乳婦	9	507.9	236.0	69.5	115.2	115.2	115.2	115.2	383.2	426.8	694.6	912.2	912.2	912.2	912.2
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	555.0	264.9	14.3	60.9	99.8	193.8	250.0	375.5	516.7	697.6	884.6	1045.4	1364.8	1988.4
女性全体	676	554.3	264.4	14.5	60.9	100.0	192.2	249.9	375.5	516.2	697.3	884.6	1035.2	1364.6	1988.4	
男女合計	1264	573.4	275.9	13.9	26.9	102.2	201.0	262.3	380.5	531.6	723.0	913.2	1076.6	1388.5	2229.4	

表12 マグネシウム摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル								最大値	
							1	5	10	25	中央値	75	90	95		99
男性	1-2歳	9	168.1	52.3	18.0	92.5	92.5	92.5	92.5	124.6	170.7	209.9	255.0	255.0	255.0	255.0
	3-5歳	15	151.7	38.8	12.0	90.1	90.1	90.1	96.7	133.4	142.6	182.5	222.7	231.7	231.7	231.7
	6-7歳	8	180.0	22.8	7.6	144.4	144.4	144.4	144.4	161.9	183.4	195.1	215.7	215.7	215.7	215.7
	8-9歳	20	205.4	41.1	7.5	134.0	134.0	134.4	142.9	171.0	214.8	236.8	258.0	277.2	278.1	278.1
	10-11歳	9	249.4	32.9	13.3	188.5	188.5	188.5	188.5	224.8	257.3	278.1	288.7	288.7	288.7	288.7
	12-14歳	25	274.4	59.7	13.5	88.1	88.1	124.0	216.5	237.0	284.2	304.4	338.6	392.3	405.3	405.3
	15-17歳	18	265.3	62.3	15.4	125.1	125.1	125.1	174.1	218.6	265.2	319.8	339.8	357.0	357.0	357.0
	18-29歳	45	257.2	92.5	13.8	90.9	90.9	94.9	134.1	195.6	272.2	311.8	372.6	450.8	501.2	501.2
	30-49歳	123	281.4	122.9	10.7	82.0	90.8	145.5	168.0	208.1	267.0	330.0	396.3	466.4	1022.8	1121.3
	50-69歳	199	324.2	106.0	8.2	63.2	110.7	189.0	205.7	256.8	305.4	372.6	469.0	514.6	709.8	786.5
	70歳以上	117	302.0	112.0	13.7	30.0	43.2	168.2	189.5	223.4	293.0	348.6	411.8	505.9	821.4	859.4
	男性全体	588	287.9	110.2	6.4	30.0	90.8	141.8	170.7	215.2	278.6	338.3	409.3	480.7	706.1	1121.3
女性	1-2歳	7	126.9	40.9	13.7	72.0	72.0	72.0	72.0	83.1	135.5	149.2	193.0	193.0	193.0	193.0
	3-5歳	14	160.0	35.4	8.4	107.1	107.1	107.1	118.5	133.1	150.8	185.5	223.7	229.3	229.3	229.3
	6-7歳	16	178.6	41.5	10.9	121.7	121.7	121.7	132.8	148.8	172.7	202.9	241.1	291.0	291.0	291.0
	8-9歳	10	186.7	48.5	14.5	107.1	107.1	107.1	111.5	156.8	179.5	222.4	261.9	262.1	262.1	262.1
	10-11歳	23	226.3	40.8	8.0	161.7	161.7	163.9	178.3	197.5	220.9	247.5	274.0	333.0	347.2	347.2
	12-14歳	20	252.5	51.2	12.1	177.3	177.3	177.5	182.4	216.7	243.4	278.2	332.8	356.9	358.2	358.2
	15-17歳	22	181.3	55.0	12.7	78.2	78.2	80.6	94.5	138.8	197.3	229.8	243.2	244.2	244.4	244.4
	18-29歳	29	212.1	79.2	12.9	76.9	76.9	78.5	95.4	155.5	214.6	264.0	303.0	389.4	429.1	429.1
	30-49歳	145	226.9	76.5	5.9	81.5	85.3	121.0	138.5	171.8	215.1	283.7	321.9	365.9	458.6	502.2
	50-69歳	239	296.2	109.8	6.8	71.7	102.4	164.3	181.3	226.2	282.5	347.0	423.8	480.6	690.0	1113.1
	70歳以上	142	255.7	86.6	7.8	72.5	84.1	141.0	159.6	193.3	244.5	301.8	367.0	406.5	598.3	648.3
	妊婦	4	230.1	144.0	63.3	80.1	80.1	80.1	80.1	101.6	211.7	377.0	416.9	416.9	416.9	416.9
	授乳婦	5	259.5	127.7	26.3	106.9	106.9	106.9	106.9	148.1	222.0	389.8	418.2	418.2	418.2	418.2
	妊婦・授乳婦	9	246.4	127.2	32.2	80.1	80.1	80.1	80.1	136.6	222.0	389.2	418.2	418.2	418.2	418.2
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	252.2	96.9	5.4	71.7	81.0	130.2	149.0	187.9	239.2	298.5	369.7	414.4	549.1	1113.1
	女性全体	676	252.2	97.3	5.4	71.7	80.1	129.2	148.4	187.8	239.2	299.2	370.2	417.1	547.0	1113.1
男女合計	1264	268.8	105.0	5.5	30.0	86.4	133.6	156.3	198.8	259.2	319.9	389.7	448.3	610.3	1121.3	

表13 リン摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	703	214	66	364	364	364	364	499	727	919	966	966	966	966
	3-5歳	15	697	140	47	428	428	428	447	624	700	798	875	917	917	917
	6-7歳	8	841	128	43	664	664	664	664	729	830	958	1041	1041	1041	1041
	8-9歳	20	1027	170	35	797	797	797	806	890	1003	1142	1219	1469	1482	1482
	10-11歳	9	1166	178	61	979	979	979	979	1040	1107	1302	1533	1533	1533	1533
	12-14歳	25	1310	306	70	378	378	521	891	1178	1356	1496	1664	1746	1767	1767
	15-17歳	18	1289	427	96	668	668	668	792	934	1224	1584	2056	2102	2102	2102
	18-29歳	45	1089	363	61	377	377	416	560	850	1123	1308	1532	1829	2037	2037
	30-49歳	123	1136	365	29	388	407	603	724	889	1101	1338	1612	1788	2545	2683
	50-69歳	199	1282	379	31	388	478	757	862	1009	1215	1501	1749	1962	2332	3067
	70歳以上	117	1167	378	44	134	187	635	698	922	1185	1350	1564	1886	2715	2774
	男性全体	588	1175	379	21	134	388	622	731	916	1144	1386	1659	1870	2296	3067
女性	1-2歳	7	537	196	64	257	257	257	257	388	483	727	777	777	777	777
	3-5歳	14	730	154	39	383	383	383	475	659	725	848	955	1001	1001	1001
	6-7歳	16	813	145	41	578	578	578	634	702	784	933	1051	1057	1057	1057
	8-9歳	10	947	207	62	623	623	623	630	785	966	1068	1292	1306	1306	1306
	10-11歳	23	1084	204	51	746	746	758	827	957	1077	1217	1297	1625	1706	1706
	12-14歳	20	1186	320	65	824	824	826	872	899	1064	1506	1704	1863	1871	1871
	15-17歳	22	867	284	56	334	334	340	400	692	896	1096	1274	1305	1310	1310
	18-29歳	29	876	351	57	250	250	262	277	696	851	1064	1558	1596	1615	1615
	30-49歳	145	913	273	24	298	300	464	607	727	883	1131	1307	1393	1608	1638
	50-69歳	239	1094	307	18	353	459	651	703	878	1072	1273	1504	1640	1932	2272
	70歳以上	142	978	305	25	277	319	566	627	763	943	1142	1416	1569	1854	1884
	妊婦	4	824	553	243	292	292	292	292	382	703	1387	1597	1597	1597	1597
	授乳婦	5	935	418	114	452	452	452	452	562	813	1370	1410	1410	1410	1410
	妊婦・授乳婦	9	886	453	126	292	292	292	292	551	755	1370	1597	1597	1597	1597
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	993	309	17	250	301	515	650	772	965	1175	1399	1559	1829	2272
女性全体	676	991	311	17	250	296	511	646	771	964	1175	1400	1560	1825	2272	
男女合計	1264	1077	356	17	134	362	567	674	829	1042	1293	1532	1706	2070	3067	

表14 鉄摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	4.8	1.6	0.5	2.6	2.6	2.6	2.6	3.6	4.7	6.1	7.7	7.7	7.7	7.7
	3-5歳	15	4.5	1.1	0.3	3.0	3.0	3.0	3.1	3.9	4.2	5.1	6.3	6.8	6.8	6.8
	6-7歳	8	5.4	1.3	0.4	3.4	3.4	3.4	3.4	4.6	5.3	6.8	7.4	7.4	7.4	7.4
	8-9歳	20	6.2	2.4	0.6	3.2	3.2	3.2	3.5	5.0	5.8	7.4	9.6	13.5	13.7	13.7
	10-11歳	9	7.7	2.0	0.6	5.7	5.7	5.7	5.7	6.3	7.0	9.0	11.8	11.8	11.8	11.8
	12-14歳	25	9.6	4.4	1.3	2.6	2.6	3.1	5.2	7.0	8.7	10.6	17.8	20.8	21.8	21.8
	15-17歳	18	8.2	2.3	0.6	5.0	5.0	5.0	5.5	6.6	7.6	10.1	11.1	14.5	14.5	14.5
	18-29歳	45	7.9	3.2	0.5	2.5	2.5	3.2	4.5	5.6	7.4	9.9	11.5	16.3	17.3	17.3
	30-49歳	123	8.6	3.5	0.3	2.5	2.7	4.1	4.9	6.4	8.0	10.3	12.9	15.3	23.5	24.7
	50-69歳	199	9.9	4.0	0.3	3.0	3.1	5.5	6.1	7.5	9.3	11.4	14.1	15.8	20.7	45.7
	70歳以上	117	9.6	3.7	0.5	0.6	1.2	4.8	5.6	6.9	9.3	11.6	14.5	16.3	23.4	23.7
	男性全体	588	8.9	3.8	0.2	0.6	3.0	4.1	5.0	6.4	8.3	10.6	13.5	15.5	20.8	45.7
女性	1-2歳	7	3.7	1.0	0.4	2.1	2.1	2.1	2.1	2.7	3.7	4.7	4.8	4.8	4.8	4.8
	3-5歳	14	4.9	1.6	0.4	2.7	2.7	2.7	2.8	3.6	4.8	5.8	7.7	8.1	8.1	8.1
	6-7歳	16	5.1	1.8	0.5	2.7	2.7	2.7	3.4	4.1	5.0	5.4	7.8	10.9	10.9	10.9
	8-9歳	10	5.4	1.4	0.4	2.8	2.8	2.8	2.9	4.5	5.5	6.4	7.3	7.4	7.4	7.4
	10-11歳	23	8.7	3.8	1.4	3.5	3.5	3.8	5.0	5.9	7.0	11.8	15.1	15.8	16.0	16.0
	12-14歳	20	8.5	3.7	1.1	4.9	4.9	4.9	5.5	6.3	7.3	9.7	16.5	19.3	19.4	19.4
	15-17歳	22	6.3	2.5	0.6	1.8	1.8	2.0	3.2	5.0	6.0	7.9	8.7	12.8	13.5	13.5
	18-29歳	29	6.6	2.7	0.4	1.9	1.9	2.3	3.1	4.5	7.0	8.3	10.2	12.3	13.1	13.1
	30-49歳	145	7.3	3.1	0.3	1.9	2.2	3.3	4.2	5.2	6.9	8.6	10.8	11.8	22.2	28.1
	50-69歳	239	9.3	3.9	0.3	2.8	3.1	4.6	5.2	6.9	8.8	11.3	13.2	15.3	21.3	44.7
	70歳以上	142	8.3	3.2	0.3	2.4	2.7	4.2	4.7	6.2	7.6	9.9	12.4	14.7	18.7	19.0
	妊婦	4	31.1	53.5	23.5	2.2	2.2	2.2	2.2	2.7	5.4	85.1	111.3	111.3	111.3	111.3
	授乳婦	5	10.7	6.4	1.5	5.1	5.1	5.1	5.1	5.2	9.5	16.8	20.4	20.4	20.4	20.4
	妊婦・授乳婦	9	19.7	34.8	11.1	2.2	2.2	2.2	2.2	4.7	6.5	16.8	111.3	111.3	111.3	111.3
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	8.1	3.6	0.2	1.8	2.6	3.6	4.4	5.6	7.5	9.9	12.3	13.9	18.7	44.7
女性全体	676	8.2	5.4	0.3	1.8	2.6	3.6	4.4	5.6	7.5	9.9	12.3	14.1	19.2	111.3	
男女合計	1264	8.5	4.7	0.2	0.6	2.6	3.9	4.6	6.0	7.9	10.3	12.7	14.9	19.6	111.3	

表15 亜鉛摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	5.2	1.5	0.4	2.3	2.3	2.3	2.3	3.9	5.6	6.4	7.0	7.0	7.0	7.0
	3-5歳	15	5.2	1.1	0.3	2.4	2.4	2.4	3.6	4.6	4.9	6.2	6.6	6.7	6.7	6.7
	6-7歳	8	6.5	1.2	0.4	5.2	5.2	5.2	5.2	5.4	6.6	7.1	8.7	8.7	8.7	8.7
	8-9歳	20	8.3	1.3	0.3	6.4	6.4	6.4	6.7	7.4	8.3	8.9	10.7	10.8	10.8	10.8
	10-11歳	9	8.8	1.1	0.5	7.3	7.3	7.3	7.3	7.6	8.8	9.9	10.1	10.1	10.1	10.1
	12-14歳	25	10.5	2.3	0.5	4.9	4.9	5.3	6.9	9.0	11.1	11.9	13.2	14.0	14.1	14.1
	15-17歳	18	11.1	2.7	0.6	6.9	6.9	6.9	7.1	8.9	11.3	13.7	15.3	15.3	15.3	15.3
	18-29歳	45	9.9	3.2	0.6	4.6	4.6	4.8	5.3	7.3	10.3	11.8	14.9	15.7	16.5	16.5
	30-49歳	123	9.8	3.0	0.3	4.0	4.1	5.6	6.4	7.9	9.2	11.5	14.1	15.7	21.3	22.3
	50-69歳	199	9.9	3.1	0.2	3.6	3.9	6.1	6.8	7.9	9.6	11.3	13.4	14.7	22.0	32.4
	70歳以上	117	9.0	2.7	0.3	2.1	2.5	5.4	5.9	7.2	8.6	10.5	12.8	14.0	18.3	18.8
	男性全体	588	9.4	3.0	0.1	2.1	3.9	5.3	6.0	7.4	9.1	11.0	13.1	14.8	18.2	32.4
女性	1-2歳	7	4.2	1.3	0.4	2.0	2.0	2.0	2.0	3.1	4.5	5.4	5.4	5.4	5.4	5.4
	3-5歳	14	5.6	1.1	0.3	3.0	3.0	3.0	3.5	5.1	5.8	6.2	7.2	7.4	7.4	7.4
	6-7歳	16	6.0	1.4	0.4	4.6	4.6	4.6	4.7	4.8	5.8	7.3	8.3	8.6	8.6	8.6
	8-9歳	10	6.9	1.8	0.6	4.1	4.1	4.1	4.2	5.8	6.6	8.1	9.8	9.8	9.8	9.8
	10-11歳	23	8.1	1.5	0.3	5.9	5.9	5.9	6.2	7.2	7.7	8.8	10.3	11.6	11.9	11.9
	12-14歳	20	9.4	2.1	0.5	5.8	5.8	5.9	6.9	8.1	9.1	10.8	12.5	14.1	14.2	14.2
	15-17歳	22	7.0	2.2	0.5	1.8	1.8	2.1	3.7	5.3	7.6	8.5	9.0	10.6	10.9	10.9
	18-29歳	29	6.8	2.2	0.4	2.7	2.7	2.9	3.7	5.3	6.4	8.0	10.5	10.9	11.0	11.0
	30-49歳	145	7.2	2.1	0.2	2.1	2.4	4.1	4.5	5.8	7.0	8.6	9.8	11.0	13.5	13.5
	50-69歳	239	8.1	2.4	0.1	3.3	3.4	5.0	5.5	6.6	7.8	9.6	10.7	12.1	15.7	23.5
	70歳以上	142	7.4	2.0	0.2	2.6	2.9	4.2	5.0	6.0	7.2	8.4	10.0	11.4	13.9	14.2
	妊婦	4	6.1	2.4	1.1	3.2	3.2	3.2	3.2	3.8	6.1	8.4	9.0	9.0	9.0	9.0
	授乳婦	5	8.2	3.3	1.0	4.5	4.5	4.5	4.5	5.6	6.9	11.6	12.6	12.6	12.6	12.6
	妊婦・授乳婦	9	7.3	3.0	0.8	3.2	3.2	3.2	3.2	5.0	6.7	9.8	12.6	12.6	12.6	12.6
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	7.5	2.2	0.1	1.8	2.9	4.2	4.9	6.0	7.3	8.8	10.3	11.4	13.6	23.5
女性全体	676	7.5	2.3	0.1	1.8	3.0	4.2	4.9	6.0	7.3	8.8	10.4	11.4	13.6	23.5	
男女合計	1264	8.4	2.8	0.1	1.8	3.2	4.6	5.3	6.6	8.1	10.0	11.8	13.4	16.5	32.4	

表16 銅摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	0.75	0.21	0.06	0.39	0.39	0.39	0.39	0.54	0.81	0.91	0.95	0.95	0.95	0.95
	3-5歳	15	0.65	0.13	0.04	0.29	0.29	0.29	0.48	0.61	0.63	0.70	0.85	0.86	0.86	0.86
	6-7歳	8	0.74	0.12	0.04	0.61	0.61	0.61	0.61	0.64	0.73	0.86	0.91	0.91	0.91	0.91
	8-9歳	20	0.95	0.19	0.03	0.62	0.62	0.62	0.67	0.78	0.91	1.12	1.21	1.22	1.22	1.22
	10-11歳	9	1.24	0.22	0.08	0.98	0.98	0.98	0.98	1.00	1.34	1.41	1.55	1.55	1.55	1.55
	12-14歳	25	1.36	0.36	0.07	0.62	0.62	0.67	0.87	1.16	1.36	1.54	1.70	2.28	2.49	2.49
	15-17歳	18	1.40	0.32	0.09	0.88	0.88	0.88	0.91	1.20	1.39	1.61	1.91	2.06	2.06	2.06
	18-29歳	45	1.36	0.43	0.07	0.65	0.65	0.75	0.78	1.05	1.34	1.68	1.98	2.11	2.19	2.19
	30-49歳	123	1.38	0.47	0.04	0.39	0.43	0.70	0.82	1.07	1.30	1.66	1.97	2.13	2.99	3.04
	50-69歳	199	1.50	0.43	0.03	0.45	0.54	0.93	1.02	1.19	1.43	1.74	2.09	2.33	2.71	3.02
	70歳以上	116	1.47	0.44	0.05	0.34	0.41	0.87	0.95	1.12	1.46	1.69	2.03	2.23	2.89	2.91
	男性全体	587	1.38	0.46	0.03	0.29	0.45	0.67	0.82	1.07	1.35	1.64	1.99	2.16	2.81	3.04
女性	1-2歳	7	0.58	0.20	0.06	0.31	0.31	0.31	0.31	0.46	0.59	0.68	0.95	0.95	0.95	0.95
	3-5歳	14	0.76	0.15	0.04	0.48	0.48	0.48	0.53	0.63	0.79	0.92	0.97	1.00	1.00	1.00
	6-7歳	16	0.81	0.22	0.06	0.52	0.52	0.52	0.56	0.65	0.78	0.93	1.23	1.34	1.34	1.34
	8-9歳	10	0.84	0.23	0.07	0.51	0.51	0.51	0.52	0.71	0.77	0.96	1.25	1.25	1.25	1.25
	10-11歳	23	1.04	0.15	0.02	0.79	0.79	0.80	0.85	0.92	0.99	1.13	1.31	1.36	1.36	1.36
	12-14歳	20	1.16	0.28	0.07	0.70	0.70	0.71	0.85	0.97	1.12	1.30	1.55	1.91	1.93	1.93
	15-17歳	22	0.92	0.30	0.07	0.30	0.30	0.31	0.42	0.74	0.94	1.16	1.27	1.39	1.41	1.41
	18-29歳	29	1.01	0.34	0.06	0.43	0.43	0.47	0.55	0.76	1.00	1.26	1.44	1.70	1.93	1.93
	30-49歳	145	1.05	0.32	0.03	0.36	0.41	0.57	0.66	0.82	1.04	1.26	1.51	1.69	1.82	1.85
	50-69歳	239	1.31	0.40	0.03	0.45	0.46	0.72	0.80	1.01	1.28	1.57	1.80	1.99	2.40	2.55
	70歳以上	142	1.25	0.37	0.03	0.44	0.47	0.71	0.84	0.99	1.22	1.43	1.71	1.94	2.62	2.81
	妊婦	4	1.07	0.44	0.19	0.57	0.57	0.57	0.57	0.65	1.06	1.49	1.58	1.58	1.58	1.58
	授乳婦	5	1.28	0.62	0.18	0.70	0.70	0.70	0.70	0.77	0.95	1.95	2.00	2.00	2.00	2.00
	妊婦・授乳婦	9	1.19	0.53	0.14	0.57	0.57	0.57	0.57	0.77	0.95	1.75	2.00	2.00	2.00	2.00
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	1.16	0.39	0.02	0.30	0.44	0.61	0.71	0.88	1.12	1.40	1.69	1.86	2.29	2.81
	女性全体	676	1.16	0.39	0.02	0.30	0.44	0.60	0.71	0.88	1.12	1.40	1.70	1.88	2.29	2.81
男女合計	1263	1.26	0.44	0.02	0.29	0.45	0.64	0.76	0.94	1.22	1.52	1.86	2.03	2.52	3.04	

表17 ビタミンA摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	562	336	119	164	164	164	164	329	459	789	1220	1220	1220	1220
	3-5歳	15	319	82	20	205	205	205	214	269	300	403	443	465	465	465
	6-7歳	8	356	47	16	301	301	301	301	310	345	410	418	418	418	418
	8-9歳	20	746	962	215	284	284	284	287	365	475	708	1047	4551	4734	4734
	10-11歳	9	666	211	73	392	392	392	392	481	653	838	1021	1021	1021	1021
	12-14歳	25	874	800	163	242	242	259	342	485	590	1017	1851	3470	4141	4141
	15-17歳	18	526	344	81	117	117	117	173	232	495	747	1146	1407	1407	1407
	18-29歳	45	694	811	128	37	37	123	177	294	454	821	1372	2682	4727	4727
	30-49歳	123	537	651	54	21	27	102	131	223	344	593	1052	1365	4832	5422
	50-69歳	199	639	665	52	64	65	151	193	296	468	701	1181	1624	4587	4611
	70歳以上	117	659	1141	81	56	58	101	148	271	477	667	1094	1673	10293	11807
	男性全体	588	623	784	35	21	65	129	170	282	460	669	1118	1536	4590	11807
女性	1-2歳	7	240	139	51	102	102	102	102	161	200	253	534	534	534	534
	3-5歳	14	483	269	71	147	147	147	192	292	426	622	988	1168	1168	1168
	6-7歳	16	657	971	241	271	271	271	286	326	387	515	1774	4272	4272	4272
	8-9歳	10	462	219	66	227	227	227	231	284	434	546	936	968	968	968
	10-11歳	23	545	192	39	285	285	287	314	414	495	712	760	1061	1132	1132
	12-14歳	20	599	569	129	238	238	239	262	339	506	627	793	2811	2917	2917
	15-17歳	22	713	933	241	56	56	61	98	242	367	700	2520	3570	3736	3736
	18-29歳	29	619	836	143	14	14	20	48	195	357	715	1566	3132	4125	4125
	30-49歳	145	497	604	50	5	14	66	120	215	333	541	858	1519	4229	4612
	50-69歳	239	652	583	45	72	83	151	209	327	500	750	1247	1669	3450	5528
	70歳以上	142	499	450	35	5	9	82	127	234	409	656	867	1173	3044	3219
	妊婦	4	581	731	321	33	33	33	33	92	317	1334	1656	1656	1656	1656
	授乳婦	5	453	283	143	98	98	98	98	150	593	685	733	733	733	733
	妊婦・授乳婦	9	510	495	168	33	33	33	33	150	367	685	1656	1656	1656	1656
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	570	584	34	5	25	110	161	267	435	654	1057	1586	3750	5528
女性全体	676	570	583	33	5	25	108	161	266	434	654	1057	1600	3746	5528	
男女合計	1264	594	684	31	5	37	117	164	275	444	665	1078	1562	3989	11807	

表18 ビタミンD摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	4.1	4.1	1.4	0.1	0.1	0.1	0.1	1.2	2.9	6.7	13.0	13.0	13.0	13.0
	3-5歳	15	5.7	5.9	1.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1.3	3.8	7.2	17.4	20.7	20.7	20.7
	6-7歳	8	3.9	2.6	0.9	1.1	1.1	1.1	1.1	1.6	3.4	6.0	8.2	8.2	8.2	8.2
	8-9歳	20	6.7	7.8	1.4	1.5	1.5	1.5	1.8	2.3	2.9	8.6	24.5	26.1	26.2	26.2
	10-11歳	9	13.1	10.0	3.0	3.0	3.0	3.0	3.0	4.1	13.1	21.2	30.7	30.7	30.7	30.7
	12-14歳	25	10.0	8.6	1.8	1.1	1.1	1.2	1.8	2.6	6.3	17.1	24.2	28.5	29.2	29.2
	15-17歳	18	7.2	8.7	1.9	0.6	0.6	0.6	1.6	2.4	4.6	7.7	29.2	31.4	31.4	31.4
	18-29歳	45	9.9	10.4	1.6	0.2	0.2	0.2	1.0	2.3	5.3	16.3	24.2	31.0	47.4	47.4
	30-49歳	123	9.5	10.4	0.9	0.1	0.1	0.5	1.0	1.7	5.4	14.0	25.8	33.3	45.4	46.4
	50-69歳	199	14.3	12.5	0.9	0.1	0.4	1.4	2.0	4.4	11.7	20.1	30.2	40.1	66.9	75.0
	70歳以上	117	12.4	11.1	0.9	0.4	0.4	0.9	1.9	3.5	9.8	17.3	26.1	32.4	60.3	60.6
	男性全体	588	11.4	11.2	0.5	0.1	0.2	0.9	1.4	2.8	7.4	16.2	26.5	33.0	47.8	75.0
女性	1-2歳	7	4.1	6.0	2.2	0.8	0.8	0.8	0.8	0.9	1.1	4.4	17.3	17.3	17.3	17.3
	3-5歳	14	5.9	5.3	1.5	1.4	1.4	1.4	1.4	1.7	4.6	7.7	16.6	19.3	19.3	19.3
	6-7歳	16	7.0	5.9	1.5	0.9	0.9	0.9	1.5	2.9	4.8	9.1	18.2	24.2	24.2	24.2
	8-9歳	10	5.1	3.9	0.9	1.2	1.2	1.2	1.3	2.2	4.8	6.0	14.0	14.8	14.8	14.8
	10-11歳	23	6.1	5.6	1.0	1.3	1.3	1.4	1.9	2.2	3.2	10.4	12.2	22.4	24.9	24.9
	12-14歳	20	8.5	7.4	1.6	1.6	1.6	1.6	1.9	2.3	5.4	15.6	20.1	25.4	25.7	25.7
	15-17歳	22	8.4	8.0	1.5	0.5	0.5	0.5	0.8	1.5	5.2	14.8	22.6	25.6	26.0	26.0
	18-29歳	29	7.3	8.3	1.3	0.2	0.2	0.3	0.4	1.8	4.3	13.1	18.3	29.0	30.1	30.1
	30-49歳	145	7.6	8.7	0.9	0.1	0.1	0.5	1.1	1.9	4.1	10.2	19.3	24.6	45.6	49.2
	50-69歳	239	10.5	8.6	0.5	0.1	0.3	1.4	1.9	3.4	8.8	14.8	20.3	26.3	39.2	54.0
	70歳以上	142	11.4	9.8	0.9	0.1	0.1	0.9	1.3	3.7	9.6	16.3	24.0	30.6	49.3	51.7
	妊婦	4	9.1	12.5	5.5	0.2	0.2	0.2	0.2	0.9	4.4	22.2	27.6	27.6	27.6	27.6
	授乳婦	5	9.0	7.9	2.7	1.1	1.1	1.1	1.1	2.7	4.6	17.6	18.3	18.3	18.3	18.3
	妊婦・授乳婦	9	9.1	9.5	2.9	0.2	0.2	0.2	0.2	2.0	4.6	17.6	27.6	27.6	27.6	27.6
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	9.3	8.7	0.4	0.1	0.2	0.9	1.4	2.4	6.8	13.7	20.3	25.9	39.9	54.0
	女性全体	676	9.3	8.7	0.4	0.1	0.2	0.9	1.4	2.4	6.8	13.8	20.3	26.0	39.9	54.0
男女合計	1264	10.2	10.0	0.4	0.1	0.2	0.9	1.4	2.6	7.0	14.8	23.6	29.6	46.2	75.0	

表19 ビタミンE摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	6.1	3.4	1.2	2.6	2.6	2.6	2.6	3.8	5.1	8.8	12.3	12.3	12.3	12.3
	3-5歳	15	4.1	1.2	0.3	2.8	2.8	2.8	3.0	3.6	3.6	4.6	6.7	7.0	7.0	7.0
	6-7歳	8	5.4	2.1	0.7	2.8	2.8	2.8	2.8	4.0	5.1	6.5	9.4	9.4	9.4	9.4
	8-9歳	20	6.0	2.8	0.6	3.5	3.5	3.5	3.8	4.1	5.1	6.6	10.3	15.2	15.4	15.4
	10-11歳	9	8.0	2.4	0.8	5.1	5.1	5.1	5.1	6.2	7.9	9.4	12.7	12.7	12.7	12.7
	12-14歳	25	8.7	5.8	1.3	3.0	3.0	3.5	4.9	5.5	6.6	10.1	13.6	27.9	32.4	32.4
	15-17歳	18	7.8	2.9	0.7	3.4	3.4	3.4	4.2	5.2	7.7	9.3	11.3	15.3	15.3	15.3
	18-29歳	45	7.9	3.7	0.4	1.8	1.8	2.8	3.8	5.5	6.7	10.6	12.7	14.8	18.2	18.2
	30-49歳	123	10.6	27.9	2.6	1.4	1.4	2.4	3.3	4.9	7.1	9.7	13.6	16.2	250.9	307.2
	50-69歳	199	11.2	22.1	1.7	1.4	1.7	3.7	4.7	6.2	7.9	10.3	14.1	16.7	162.6	233.4
	70歳以上	117	8.4	4.3	0.5	0.5	0.7	2.6	3.3	5.3	7.4	11.5	14.6	16.4	21.0	21.1
	男性全体	588	9.4	18.4	0.8	0.5	1.7	2.9	3.8	5.2	7.3	10.0	13.3	16.2	53.5	307.2
女性	1-2歳	7	4.1	1.9	0.6	2.2	2.2	2.2	2.2	2.6	3.2	5.6	7.2	7.2	7.2	7.2
	3-5歳	14	5.4	2.5	0.6	2.7	2.7	2.7	2.8	3.4	4.8	6.4	10.4	11.8	11.8	11.8
	6-7歳	16	5.3	2.0	0.5	2.5	2.5	2.5	2.6	4.1	5.4	6.2	7.9	10.6	10.6	10.6
	8-9歳	10	5.7	1.8	0.5	3.7	3.7	3.7	3.7	4.1	5.3	7.2	8.8	9.0	9.0	9.0
	10-11歳	23	7.5	5.6	1.2	3.8	3.8	3.9	4.1	4.8	6.3	8.0	9.7	27.3	31.7	31.7
	12-14歳	20	7.5	2.2	0.5	4.8	4.8	4.8	5.0	5.6	7.0	9.2	10.3	12.9	13.0	13.0
	15-17歳	22	7.9	8.3	1.8	1.5	1.5	1.6	2.4	4.4	6.2	7.4	11.8	38.3	42.9	42.9
	18-29歳	29	6.0	3.0	0.5	1.2	1.2	1.7	2.2	3.3	5.6	8.5	10.6	11.2	11.2	11.2
	30-49歳	145	7.4	6.8	0.6	1.0	1.2	2.1	3.0	4.4	6.2	8.5	10.9	15.4	55.0	62.6
	50-69歳	239	12.0	29.5	1.9	2.3	2.8	3.6	4.2	5.6	7.9	10.4	14.1	17.3	240.2	318.1
	70歳以上	142	8.9	17.1	1.4	0.7	1.0	2.6	3.6	4.9	6.6	9.5	12.3	15.6	129.5	205.1
	妊婦	4	10.2	7.9	3.5	2.9	2.9	2.9	2.9	3.4	8.8	18.4	20.3	20.3	20.3	20.3
	授乳婦	5	8.3	4.0	2.0	3.7	3.7	3.7	3.7	4.1	9.9	11.7	12.9	12.9	12.9	12.9
	妊婦・授乳婦	9	9.1	5.7	2.0	2.9	2.9	2.9	2.9	4.1	9.9	12.8	20.3	20.3	20.3	20.3
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	9.2	19.8	0.7	0.7	1.6	2.7	3.6	4.9	6.7	9.2	12.3	15.8	64.3	318.1
女性全体	676	9.1	19.7	0.7	0.7	1.7	2.8	3.6	4.9	6.7	9.2	12.4	16.0	63.8	318.1	
男女合計	1264	9.3	19.1	0.7	0.5	1.7	2.8	3.6	5.1	6.9	9.6	12.8	16.1	55.2	318.1	

表20 ビタミンK摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	131.6	90.5	31.0	54.7	54.7	54.7	54.7	60.2	107.4	176.2	336.6	336.6	336.6	336.6
	3-5歳	15	93.4	29.4	5.2	57.1	57.1	57.1	60.0	72.5	84.4	120.7	143.0	148.1	148.1	148.1
	6-7歳	8	100.7	25.1	8.4	63.9	63.9	63.9	63.9	77.8	108.0	117.1	137.3	137.3	137.3	137.3
	8-9歳	20	165.1	76.3	15.2	46.8	46.8	49.5	100.6	114.9	147.3	197.1	319.2	352.2	353.6	353.6
	10-11歳	9	200.2	81.7	29.5	114.2	114.2	114.2	114.2	130.0	161.2	295.0	316.4	316.4	316.4	316.4
	12-14歳	25	228.4	134.3	27.3	52.6	52.6	56.5	67.3	122.5	210.1	311.4	455.3	533.7	543.8	543.8
	15-17歳	18	198.5	166.5	42.2	57.2	57.2	57.2	72.4	91.3	118.1	256.6	517.7	649.0	649.0	649.0
	18-29歳	45	230.5	149.5	24.4	23.5	23.5	31.5	51.9	108.8	213.4	326.2	444.4	513.7	636.2	636.2
	30-49歳	123	222.3	143.7	12.2	23.3	26.9	58.0	78.3	117.2	185.7	304.6	441.2	485.7	709.2	715.3
	50-69歳	199	246.0	147.0	9.4	18.8	20.7	75.6	96.8	139.1	208.9	309.7	461.8	548.1	734.5	739.5
	70歳以上	117	281.0	186.9	22.0	5.9	8.2	41.8	69.3	133.5	234.8	399.3	574.9	669.4	810.1	825.9
	男性全体	588	233.6	154.2	8.6	5.9	23.5	56.7	76.6	120.2	191.1	314.4	459.0	546.2	708.3	825.9
女性	1-2歳	7	67.4	39.9	14.3	26.7	26.7	26.7	26.7	49.8	58.0	69.7	152.8	152.8	152.8	152.8
	3-5歳	14	147.7	89.8	23.4	48.0	48.0	48.0	49.2	75.6	124.0	193.9	326.8	332.2	332.2	332.2
	6-7歳	16	145.0	61.6	16.5	50.3	50.3	50.3	65.0	92.8	142.8	193.1	235.4	249.7	249.7	249.7
	8-9歳	10	165.7	83.8	24.1	85.9	85.9	85.9	86.6	111.7	134.9	218.4	350.1	363.1	363.1	363.1
	10-11歳	23	153.2	58.9	12.3	81.6	81.6	84.1	95.7	110.2	132.9	199.6	248.8	298.2	309.3	309.3
	12-14歳	20	228.3	95.6	20.7	120.8	120.8	120.9	122.4	141.7	204.2	280.8	414.8	423.9	424.0	424.0
	15-17歳	22	166.7	107.8	22.2	28.3	28.3	30.3	48.0	92.9	150.7	208.5	351.6	448.6	463.8	463.8
	18-29歳	29	225.5	171.0	23.1	31.9	31.9	42.7	56.5	92.3	166.5	331.2	507.7	616.3	668.6	668.6
	30-49歳	145	209.5	138.9	11.3	13.3	15.7	53.2	64.2	104.9	171.7	280.0	423.9	505.3	627.9	638.5
	50-69歳	239	263.6	162.4	12.6	36.9	39.1	71.4	87.9	137.7	222.7	352.0	506.0	597.5	702.8	746.8
	70歳以上	142	227.2	158.1	13.9	18.5	18.6	45.4	76.2	124.0	179.7	290.8	477.7	552.6	769.5	777.1
	妊婦	4	237.3	103.9	45.6	101.3	101.3	101.3	101.3	133.9	248.2	330.0	351.7	351.7	351.7	351.7
	授乳婦	5	183.6	103.3	50.8	61.6	61.6	61.6	61.6	81.6	184.5	285.2	299.5	299.5	299.5	299.5
	妊婦・授乳婦	9	207.5	100.9	37.8	61.6	61.6	61.6	61.6	101.4	231.5	285.2	351.7	351.7	351.7	351.7
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	225.6	150.6	9.0	13.3	24.6	54.7	74.2	120.6	181.3	294.1	451.3	548.7	686.3	777.1
女性全体	676	225.3	150.0	9.0	13.3	24.7	54.8	74.2	120.6	181.8	294.0	450.1	547.7	685.9	777.1	
男女合計	1264	229.2	152.0	8.4	5.9	24.6	55.9	75.3	120.5	185.5	305.8	451.5	546.5	692.4	825.9	

表21 ビタミンB₁摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	0.59	0.20	0.05	0.31	0.31	0.31	0.31	0.43	0.54	0.76	0.94	0.94	0.94	0.94
	3-5歳	15	0.56	0.23	0.07	0.27	0.27	0.27	0.29	0.35	0.52	0.74	0.91	1.14	1.14	1.14
	6-7歳	8	0.74	0.18	0.06	0.48	0.48	0.48	0.48	0.56	0.75	0.91	0.93	0.93	0.93	0.93
	8-9歳	20	0.88	0.24	0.06	0.59	0.59	0.59	0.60	0.68	0.85	1.01	1.30	1.39	1.39	1.39
	10-11歳	9	0.94	0.30	0.09	0.57	0.57	0.57	0.57	0.77	0.83	1.13	1.57	1.57	1.57	1.57
	12-14歳	25	1.80	1.66	0.34	0.50	0.50	0.54	0.75	1.04	1.36	1.59	4.39	7.21	7.47	7.47
	15-17歳	18	1.12	0.31	0.06	0.74	0.74	0.74	0.76	0.93	0.98	1.36	1.56	1.95	1.95	1.95
	18-29歳	45	1.30	2.53	0.37	0.24	0.24	0.39	0.49	0.60	0.94	1.20	1.51	1.71	17.70	17.70
	30-49歳	123	2.18	10.94	0.99	0.31	0.33	0.47	0.52	0.69	0.93	1.28	1.72	2.34	95.94	121.33
	50-69歳	199	2.17	8.97	0.62	0.14	0.40	0.55	0.61	0.80	1.05	1.29	1.91	5.62	28.73	120.77
	70歳以上	116	2.84	13.40	1.26	0.09	0.11	0.42	0.49	0.72	0.92	1.21	2.06	5.80	121.10	134.18
	男性全体	587	2.04	9.40	0.47	0.09	0.30	0.48	0.53	0.72	0.95	1.24	1.68	2.53	28.14	134.18
女性	1-2歳	7	0.45	0.14	0.04	0.35	0.35	0.35	0.35	0.36	0.37	0.58	0.70	0.70	0.70	0.70
	3-5歳	14	0.54	0.16	0.04	0.22	0.22	0.22	0.29	0.42	0.58	0.62	0.77	0.80	0.80	0.80
	6-7歳	16	0.68	0.24	0.06	0.35	0.35	0.35	0.37	0.48	0.63	0.83	1.12	1.20	1.20	1.20
	8-9歳	10	0.92	0.49	0.16	0.39	0.39	0.39	0.40	0.58	0.81	1.11	2.01	2.09	2.09	2.09
	10-11歳	23	1.06	0.49	0.10	0.49	0.49	0.52	0.65	0.75	0.99	1.10	1.95	2.56	2.62	2.62
	12-14歳	20	1.04	0.28	0.06	0.67	0.67	0.68	0.77	0.81	0.97	1.14	1.47	1.73	1.74	1.74
	15-17歳	22	9.44	40.46	8.70	0.22	0.22	0.24	0.35	0.53	0.79	1.01	2.05	162.32	190.57	190.57
	18-29歳	29	0.78	0.37	0.07	0.28	0.28	0.29	0.39	0.54	0.70	0.99	1.18	1.74	1.96	1.96
	30-49歳	145	1.01	0.98	0.08	0.23	0.24	0.38	0.44	0.56	0.74	1.08	1.60	2.21	6.14	6.18
	50-69歳	239	1.56	7.82	0.50	0.24	0.35	0.47	0.53	0.70	0.87	1.14	1.42	1.95	9.45	120.88
	70歳以上	142	1.41	4.35	0.37	0.13	0.17	0.42	0.47	0.59	0.75	0.96	1.35	5.72	31.74	50.71
	妊婦	4	0.77	0.45	0.20	0.34	0.34	0.34	0.34	0.41	0.66	1.22	1.39	1.39	1.39	1.39
	授乳婦	5	1.23	0.70	0.27	0.56	0.56	0.56	0.56	0.67	1.07	1.88	2.35	2.35	2.35	2.35
	妊婦・授乳婦	9	1.02	0.62	0.19	0.34	0.34	0.34	0.34	0.58	0.78	1.40	2.35	2.35	2.35	2.35
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	1.54	8.94	0.32	0.13	0.24	0.39	0.48	0.61	0.81	1.06	1.40	2.02	6.35	190.57
女性全体	676	1.53	8.88	0.32	0.13	0.24	0.38	0.48	0.61	0.81	1.06	1.40	2.03	6.32	190.57	
男女合計	1263	1.77	9.12	0.33	0.09	0.26	0.41	0.50	0.65	0.87	1.14	1.58	2.29	10.97	190.57	

表22 ビタミンB₂摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	0.79	0.30	0.09	0.43	0.43	0.43	0.43	0.52	0.88	1.04	1.26	1.26	1.26	1.26
	3-5歳	15	0.73	0.20	0.06	0.46	0.46	0.46	0.50	0.57	0.70	0.89	1.07	1.19	1.19	1.19
	6-7歳	8	0.91	0.11	0.04	0.69	0.69	0.69	0.69	0.84	0.93	0.97	1.08	1.08	1.08	1.08
	8-9歳	20	1.35	0.40	0.09	0.82	0.82	0.83	0.86	1.07	1.22	1.65	1.92	2.39	2.41	2.41
	10-11歳	9	1.36	0.33	0.12	0.91	0.91	0.91	0.91	1.13	1.26	1.69	1.90	1.90	1.90	1.90
	12-14歳	25	2.02	1.38	0.28	0.34	0.34	0.55	1.06	1.26	1.63	2.03	4.28	6.18	6.19	6.19
	15-17歳	18	1.46	0.69	0.16	0.74	0.74	0.74	0.77	0.85	1.31	1.84	2.66	3.13	3.13	3.13
	18-29歳	45	1.49	2.00	0.28	0.30	0.30	0.39	0.52	0.90	1.12	1.57	2.20	2.66	14.04	14.04
	30-49歳	123	2.13	8.17	0.74	0.31	0.35	0.57	0.69	0.86	1.16	1.64	2.07	4.03	71.69	91.18
	50-69歳	199	2.11	6.46	0.45	0.44	0.49	0.73	0.92	1.11	1.37	1.81	2.30	4.91	11.42	91.12
	70歳以上	117	1.86	2.38	0.23	0.05	0.12	0.61	0.80	1.10	1.37	1.93	2.67	4.86	21.40	24.88
	男性全体	588	1.89	5.44	0.30	0.05	0.41	0.57	0.73	0.98	1.27	1.76	2.39	3.10	10.14	91.18
女性	1-2歳	7	0.63	0.25	0.08	0.35	0.35	0.35	0.35	0.44	0.49	0.88	1.04	1.04	1.04	1.04
	3-5歳	14	0.83	0.31	0.08	0.30	0.30	0.30	0.42	0.68	0.80	0.97	1.35	1.67	1.67	1.67
	6-7歳	16	0.95	0.41	0.10	0.56	0.56	0.56	0.66	0.73	0.86	0.91	1.75	2.28	2.28	2.28
	8-9歳	10	1.12	0.30	0.09	0.74	0.74	0.74	0.75	0.91	1.06	1.34	1.64	1.66	1.66	1.66
	10-11歳	23	1.34	0.46	0.11	0.85	0.85	0.86	0.94	1.06	1.27	1.40	2.08	2.81	2.94	2.94
	12-14歳	20	1.35	0.51	0.12	0.54	0.54	0.55	0.81	0.99	1.22	1.66	2.20	2.26	2.27	2.27
	15-17歳	22	9.51	39.20	8.44	0.24	0.24	0.26	0.42	0.66	0.97	1.35	4.28	158.03	184.97	184.97
	18-29歳	29	0.99	0.49	0.06	0.26	0.26	0.29	0.34	0.56	0.89	1.45	1.64	1.86	1.94	1.94
	30-49歳	145	1.25	0.91	0.07	0.18	0.23	0.38	0.58	0.76	1.07	1.38	1.98	2.44	5.55	5.76
	50-69歳	239	1.80	5.83	0.36	0.49	0.52	0.65	0.74	0.98	1.31	1.68	2.08	2.44	5.52	90.75
	70歳以上	142	1.54	1.41	0.12	0.14	0.19	0.55	0.71	0.97	1.25	1.61	2.04	4.76	10.03	13.36
	妊婦	4	0.88	0.54	0.24	0.30	0.30	0.30	0.30	0.42	0.80	1.41	1.60	1.60	1.60	1.60
	授乳婦	5	1.53	0.50	0.22	0.73	0.73	0.73	0.73	1.09	1.66	1.92	2.07	2.07	2.07	2.07
	妊婦・授乳婦	9	1.24	0.59	0.21	0.30	0.30	0.30	0.30	0.76	1.44	1.71	2.07	2.07	2.07	2.07
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	1.75	7.96	0.31	0.14	0.30	0.53	0.63	0.86	1.16	1.53	1.99	2.44	5.59	184.97
女性全体	676	1.74	7.91	0.30	0.14	0.30	0.53	0.63	0.86	1.16	1.54	1.99	2.43	5.59	184.97	
男女合計	1264	1.81	6.87	0.25	0.05	0.32	0.55	0.68	0.91	1.22	1.64	2.12	2.74	6.07	184.97	

表23 ナイアシン摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	8.3	3.2	1.0	3.2	3.2	3.2	3.2	5.6	9.0	10.7	12.9	12.9	12.9	12.9
	3-5歳	15	8.0	2.4	0.7	4.0	4.0	4.0	4.1	6.3	8.3	9.7	11.2	12.2	12.2	12.2
	6-7歳	8	9.1	2.7	0.9	5.3	5.3	5.3	5.3	7.0	8.7	11.4	13.5	13.5	13.5	13.5
	8-9歳	20	11.6	3.0	0.6	7.6	7.6	7.6	8.3	9.4	11.2	13.1	14.9	20.3	20.6	20.6
	10-11歳	9	15.1	2.5	0.7	10.7	10.7	10.7	10.7	13.8	15.1	16.1	20.0	20.0	20.0	20.0
	12-14歳	25	16.9	8.7	1.7	7.4	7.4	7.7	9.4	11.7	14.6	18.3	33.6	40.8	42.4	42.4
	15-17歳	18	14.2	5.4	1.2	6.0	6.0	6.0	8.5	10.4	11.8	18.1	22.5	26.8	26.8	26.8
	18-29歳	45	16.1	11.8	1.5	4.0	4.0	5.6	7.0	10.1	14.2	20.0	23.1	23.6	85.1	85.1
	30-49歳	123	18.0	8.7	1.0	5.2	5.4	7.5	8.8	12.2	16.0	21.4	29.2	38.2	52.8	55.3
	50-69歳	199	21.5	10.2	0.8	4.2	6.3	7.5	9.9	14.4	19.0	26.3	37.3	42.4	51.1	58.1
	70歳以上	117	18.2	8.7	0.8	1.1	2.0	8.2	9.3	12.2	16.5	22.6	29.0	37.1	57.2	60.3
	男性全体	588	18.1	9.6	0.4	1.1	4.2	7.1	8.6	11.6	16.0	22.0	30.4	38.4	49.1	85.1
女性	1-2歳	7	6.3	3.2	1.2	2.9	2.9	2.9	2.9	3.7	6.1	8.7	12.2	12.2	12.2	12.2
	3-5歳	14	7.9	2.2	0.6	3.7	3.7	3.7	4.6	6.7	7.7	9.8	11.3	11.7	11.7	11.7
	6-7歳	16	9.4	2.7	0.7	5.2	5.2	5.2	6.0	7.0	9.4	11.6	13.4	14.4	14.4	14.4
	8-9歳	10	9.8	3.4	1.0	4.8	4.8	4.8	4.9	7.4	9.8	12.9	15.6	15.8	15.8	15.8
	10-11歳	23	12.4	4.4	0.9	6.5	6.5	7.0	9.2	10.1	11.3	13.0	18.8	26.3	27.6	27.6
	12-14歳	20	15.1	7.4	1.1	8.3	8.3	8.3	9.0	10.0	12.1	18.8	24.4	37.9	38.6	38.6
	15-17歳	22	13.5	8.3	1.4	3.7	3.7	4.0	6.2	7.5	11.8	15.8	30.7	36.4	36.5	36.5
	18-29歳	29	12.8	5.5	0.8	4.0	4.0	4.1	4.4	8.2	12.8	17.0	21.1	22.9	23.7	23.7
	30-49歳	145	14.5	6.7	0.6	3.3	3.9	6.6	8.2	10.0	13.3	17.3	22.7	26.9	40.3	41.8
	50-69歳	239	16.5	7.1	0.4	1.9	4.9	7.7	9.0	12.0	15.2	19.6	25.2	30.1	41.6	45.3
	70歳以上	142	14.9	7.5	0.6	2.2	3.2	7.2	7.9	9.6	13.0	17.4	24.7	34.9	42.2	43.9
	妊婦	4	10.6	6.6	2.9	3.5	3.5	3.5	3.5	4.8	9.9	17.3	19.3	19.3	19.3	19.3
	授乳婦	5	13.1	6.2	2.1	6.6	6.6	6.6	6.6	7.4	11.7	19.5	21.0	21.0	21.0	21.0
	妊婦・授乳婦	9	12.0	6.1	1.8	3.5	3.5	3.5	3.5	7.4	11.1	18.7	21.0	21.0	21.0	21.0
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	14.7	7.1	0.4	1.9	3.7	6.1	7.7	10.0	13.3	17.8	23.3	27.7	40.1	45.3
女性全体	676	14.6	7.1	0.4	1.9	3.7	6.1	7.6	9.9	13.3	17.8	23.2	27.6	40.1	45.3	
男女合計	1264	16.2	8.5	0.3	1.1	4.0	6.6	8.0	10.4	14.5	19.6	26.0	35.0	45.7	85.1	

表24 ビタミンB₆摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	0.85	0.29	0.10	0.43	0.43	0.43	0.43	0.58	0.88	1.10	1.23	1.23	1.23	1.23
	3-5歳	15	0.69	0.25	0.07	0.44	0.44	0.44	0.45	0.49	0.65	0.86	1.10	1.41	1.41	1.41
	6-7歳	8	0.76	0.19	0.06	0.46	0.46	0.46	0.46	0.67	0.73	0.92	1.07	1.07	1.07	1.07
	8-9歳	20	1.01	0.27	0.06	0.56	0.56	0.57	0.67	0.76	1.00	1.24	1.43	1.50	1.50	1.50
	10-11歳	9	1.36	0.36	0.09	0.81	0.81	0.81	0.81	1.05	1.45	1.66	1.86	1.86	1.86	1.86
	12-14歳	25	1.84	1.29	0.26	0.65	0.65	0.70	0.93	1.11	1.51	1.82	4.16	5.82	5.96	5.96
	15-17歳	18	1.25	0.41	0.08	0.72	0.72	0.72	0.74	0.91	1.20	1.51	1.91	2.09	2.09	2.09
	18-29歳	45	1.47	2.14	0.30	0.40	0.40	0.45	0.57	0.84	1.17	1.49	1.91	2.05	15.19	15.19
	30-49歳	123	2.14	8.16	0.74	0.42	0.42	0.56	0.67	0.91	1.21	1.52	2.08	2.89	71.77	90.94
	50-69歳	199	2.38	6.73	0.47	0.40	0.46	0.74	0.92	1.21	1.51	1.89	2.72	5.02	29.20	91.08
	70歳以上	117	2.01	2.98	0.28	0.11	0.17	0.69	0.83	1.08	1.48	1.88	2.61	5.59	25.76	27.58
	男性全体	588	1.98	5.61	0.31	0.11	0.43	0.60	0.73	0.99	1.32	1.72	2.39	3.17	15.44	91.08
女性	1-2歳	7	0.60	0.34	0.09	0.22	0.22	0.22	0.22	0.37	0.51	0.83	1.23	1.23	1.23	1.23
	3-5歳	14	0.70	0.20	0.04	0.28	0.28	0.28	0.36	0.59	0.71	0.89	0.96	0.98	0.98	0.98
	6-7歳	16	0.84	0.30	0.08	0.43	0.43	0.43	0.47	0.72	0.81	0.94	1.30	1.72	1.72	1.72
	8-9歳	10	0.90	0.34	0.10	0.48	0.48	0.48	0.49	0.62	0.87	1.07	1.62	1.67	1.67	1.67
	10-11歳	23	1.14	0.47	0.10	0.74	0.74	0.75	0.77	0.87	1.02	1.20	1.54	2.77	3.05	3.05
	12-14歳	20	1.25	0.35	0.07	0.92	0.92	0.92	0.94	0.98	1.14	1.39	1.73	2.25	2.28	2.28
	15-17歳	22	2.06	3.87	0.85	0.28	0.28	0.31	0.45	0.62	0.89	1.23	8.67	15.33	15.99	15.99
	18-29歳	29	0.94	0.38	0.05	0.23	0.23	0.26	0.42	0.71	0.97	1.23	1.58	1.64	1.67	1.67
	30-49歳	145	1.21	0.98	0.08	0.23	0.30	0.43	0.59	0.77	0.99	1.30	1.81	2.60	6.63	7.28
	50-69歳	239	1.81	5.86	0.37	0.20	0.36	0.67	0.79	1.02	1.31	1.66	1.99	2.43	7.27	91.01
	70歳以上	142	1.50	1.37	0.12	0.22	0.31	0.66	0.71	0.87	1.15	1.56	2.10	5.30	9.26	11.58
	妊婦	4	1.09	0.61	0.27	0.36	0.36	0.36	0.36	0.47	1.20	1.59	1.59	1.59	1.59	1.59
	授乳婦	5	1.19	0.55	0.18	0.53	0.53	0.53	0.53	0.61	1.47	1.64	1.77	1.77	1.77	1.77
	妊婦・授乳婦	9	1.15	0.54	0.16	0.36	0.36	0.36	0.36	0.61	1.47	1.59	1.77	1.77	1.77	1.77
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	1.47	3.67	0.13	0.20	0.28	0.48	0.65	0.84	1.11	1.49	1.90	2.43	6.53	91.01
女性全体	676	1.47	3.65	0.13	0.20	0.28	0.48	0.65	0.84	1.11	1.50	1.89	2.43	6.43	91.01	
男女合計	1264	1.71	4.67	0.20	0.11	0.38	0.52	0.68	0.90	1.20	1.59	2.08	2.80	9.66	91.08	

表25 ビタミンB₁₂摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	3.7	4.8	1.5	0.3	0.3	0.3	0.3	1.1	1.9	5.2	15.0	15.0	15.0	15.0
	3-5歳	15	5.1	7.3	1.9	0.8	0.8	0.8	1.1	1.9	3.3	4.1	18.4	29.9	29.9	29.9
	6-7歳	8	3.4	2.9	1.0	1.3	1.3	1.3	1.3	1.7	2.0	5.3	9.7	9.7	9.7	9.7
	8-9歳	20	5.0	4.8	1.1	1.7	1.7	1.7	1.9	2.3	2.8	5.9	12.5	20.5	20.9	20.9
	10-11歳	9	9.0	6.6	2.3	2.8	2.8	2.8	2.8	3.2	6.9	15.9	20.2	20.2	20.2	20.2
	12-14歳	25	8.7	9.5	2.8	0.4	0.4	0.6	1.7	2.8	5.1	12.0	23.9	37.6	42.5	42.5
	15-17歳	18	5.3	4.4	1.0	0.9	0.9	0.9	1.4	2.5	4.2	6.8	10.5	20.2	20.2	20.2
	18-29歳	45	7.4	7.6	1.1	0.3	0.3	0.5	1.2	2.8	4.5	9.4	19.3	23.6	39.1	39.1
	30-49歳	123	7.8	8.0	0.6	0.7	0.7	1.3	1.6	2.7	4.9	9.4	19.0	23.2	44.5	47.3
	50-69歳	199	11.2	9.7	0.7	0.2	0.9	1.7	2.1	4.5	8.0	15.1	25.4	31.6	47.5	57.4
	70歳以上	117	9.1	7.7	0.7	0.1	0.2	1.3	2.0	3.4	7.4	11.3	21.0	26.8	39.6	40.3
	男性全体	588	8.8	8.5	0.4	0.1	0.4	1.3	1.8	3.0	5.9	11.5	20.9	26.7	40.3	57.4
女性	1-2歳	7	4.1	7.3	2.7	0.7	0.7	0.7	0.7	0.8	1.4	2.5	20.5	20.5	20.5	20.5
	3-5歳	14	5.0	4.0	1.1	1.6	1.6	1.6	1.7	2.4	3.6	7.3	12.9	16.1	16.1	16.1
	6-7歳	16	5.7	4.2	1.0	1.5	1.5	1.5	1.6	2.7	5.1	6.9	13.2	18.6	18.6	18.6
	8-9歳	10	5.0	5.0	1.6	1.0	1.0	1.0	1.1	1.9	3.5	5.7	17.2	18.4	18.4	18.4
	10-11歳	23	8.4	7.2	2.8	1.1	1.1	1.2	1.4	1.9	5.7	13.7	20.8	22.3	22.6	22.6
	12-14歳	20	8.1	7.0	1.6	1.8	1.8	1.8	2.0	3.2	6.1	10.3	22.3	24.7	24.8	24.8
	15-17歳	22	5.5	3.8	0.8	1.2	1.2	1.3	2.0	2.8	4.5	6.8	12.2	16.4	17.0	17.0
	18-29歳	29	6.4	6.7	0.8	0.2	0.2	0.3	0.4	1.7	3.2	9.8	18.1	22.6	25.5	25.5
	30-49歳	145	6.2	6.9	0.7	0.3	0.3	1.1	1.4	2.3	3.9	7.4	14.7	20.9	43.3	54.8
	50-69歳	239	8.3	7.2	0.4	0.4	0.4	1.1	1.6	3.4	6.1	10.9	17.9	22.5	37.6	51.7
	70歳以上	142	7.6	7.1	0.5	0.2	0.2	1.0	1.7	3.1	5.0	10.2	17.0	19.5	42.2	52.5
	妊婦	4	2.6	2.9	1.3	0.3	0.3	0.3	0.3	0.6	1.6	5.6	6.9	6.9	6.9	6.9
	授乳婦	5	7.3	7.0	1.5	1.3	1.3	1.3	1.3	2.2	5.0	13.6	18.9	18.9	18.9	18.9
	妊婦・授乳婦	9	5.2	5.8	1.4	0.3	0.3	0.3	0.3	1.5	3.0	7.6	18.9	18.9	18.9	18.9
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	7.3	6.9	0.4	0.2	0.4	1.1	1.5	2.8	5.1	9.3	17.0	21.2	30.1	54.8
女性全体	676	7.2	6.9	0.4	0.2	0.4	1.1	1.5	2.7	5.0	9.3	17.0	21.0	30.0	54.8	
男女合計	1264	7.9	7.7	0.4	0.1	0.4	1.2	1.6	2.8	5.3	10.3	18.4	23.4	39.3	57.4	

表26 葉酸摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル								最大値	
							1	5	10	25	中央値	75	90	95		99
男性	1-2歳	9	205.8	103.4	36.9	78.7	78.7	78.7	78.7	117.1	233.5	281.1	384.1	384.1	384.1	384.1
	3-5歳	15	136.3	59.1	15.6	70.1	70.1	70.1	79.2	97.1	135.8	146.9	231.4	324.0	324.0	324.0
	6-7歳	8	190.3	52.1	17.5	119.9	119.9	119.9	119.9	148.1	185.4	232.1	278.3	278.3	278.3	278.3
	8-9歳	20	226.9	90.7	20.7	155.6	155.6	156.1	165.7	181.8	207.1	242.1	290.9	566.8	581.2	581.2
	10-11歳	9	287.3	73.1	25.1	187.3	187.3	187.3	187.3	221.4	279.2	343.0	412.6	412.6	412.6	412.6
	12-14歳	25	312.7	122.7	23.9	105.0	105.0	119.6	170.7	241.5	303.7	356.5	503.6	635.0	651.1	651.1
	15-17歳	18	254.7	100.2	23.4	110.1	110.1	110.1	149.1	172.4	221.2	320.2	467.6	468.0	468.0	468.0
	18-29歳	45	283.8	140.6	21.8	59.0	59.0	92.0	115.1	169.2	284.0	389.2	501.8	555.8	641.5	641.5
	30-49歳	123	299.2	149.9	12.5	59.1	60.2	107.7	146.8	215.2	267.2	363.7	482.1	576.7	1001.5	1086.4
	50-69歳	199	382.3	158.3	13.1	76.4	111.2	186.5	214.5	262.2	365.4	457.3	612.0	662.4	920.6	1173.0
	70歳以上	117	434.7	348.7	36.8	22.6	45.7	189.5	230.0	276.4	372.1	468.4	652.4	854.5	3034.2	3273.8
	男性全体	588	342.6	213.3	12.7	22.6	70.0	123.7	162.1	221.9	304.4	420.4	545.1	651.0	938.8	3273.8
女性	1-2歳	7	133.7	57.6	13.9	80.1	80.1	80.1	80.1	81.5	132.8	180.2	233.5	233.5	233.5	233.5
	3-5歳	14	186.4	63.5	15.1	102.3	102.3	102.3	109.4	129.1	193.6	217.5	298.1	300.9	300.9	300.9
	6-7歳	16	204.6	99.6	24.7	99.5	99.5	99.5	115.7	147.1	177.4	230.1	345.7	529.2	529.2	529.2
	8-9歳	10	222.4	66.4	20.1	121.0	121.0	121.0	125.6	179.2	217.4	251.9	346.9	351.5	351.5	351.5
	10-11歳	23	253.1	62.4	11.7	167.5	167.5	168.0	172.3	202.0	245.2	286.9	363.0	385.6	388.2	388.2
	12-14歳	20	273.4	79.7	19.9	166.3	166.3	166.7	173.8	211.0	256.2	355.8	397.0	410.5	411.0	411.0
	15-17歳	22	238.3	122.4	29.5	52.6	52.6	58.0	91.2	154.1	224.0	325.3	413.4	549.6	569.8	569.8
	18-29歳	29	238.0	115.6	15.6	93.0	93.0	98.7	107.0	139.7	209.3	331.4	366.4	509.4	513.7	513.7
	30-49歳	145	260.9	109.9	8.6	60.4	63.7	105.4	137.1	184.1	242.0	320.6	415.8	469.2	611.4	618.5
	50-69歳	239	400.9	233.8	18.4	57.8	93.6	177.4	213.4	272.2	363.8	467.7	610.1	705.7	1439.0	2670.4
	70歳以上	142	340.6	138.4	12.3	62.4	76.9	145.9	189.1	256.7	318.7	412.7	502.5	583.0	836.4	859.7
	妊婦	4	268.2	119.7	52.6	120.0	120.0	120.0	120.0	145.5	293.6	365.5	365.5	365.5	365.5	365.5
	授乳婦	5	374.7	106.1	35.3	233.8	233.8	233.8	233.8	270.2	400.7	466.3	505.5	505.5	505.5	505.5
	妊婦・授乳婦	9	327.4	119.0	34.7	120.0	120.0	120.0	120.0	227.8	365.3	413.9	505.5	505.5	505.5	505.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	321.6	181.8	10.8	52.6	78.1	123.2	156.2	213.1	289.7	395.8	512.6	599.7	858.1	2670.4
女性全体	676	321.6	181.1	10.8	52.6	78.7	123.1	155.9	213.5	291.0	396.0	512.0	599.2	857.9	2670.4	
男女合計	1264	331.4	196.9	11.3	22.6	74.3	123.3	160.5	218.8	298.0	409.1	525.2	620.8	881.6	3273.8	

表27 パントテン酸摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	4.2	1.4	0.5	1.7	1.7	1.7	1.7	3.2	4.0	5.5	5.8	5.8	5.8	5.8
	3-5歳	15	3.7	0.7	0.2	2.6	2.6	2.6	2.8	3.2	3.6	4.2	4.8	5.1	5.1	5.1
	6-7歳	8	4.5	0.6	0.2	3.5	3.5	3.5	3.5	3.9	4.7	5.1	5.2	5.2	5.2	5.2
	8-9歳	20	6.3	1.1	0.2	4.2	4.2	4.2	4.8	5.4	6.3	7.4	7.8	7.9	7.9	7.9
	10-11歳	9	6.8	0.8	0.3	5.7	5.7	5.7	5.7	6.2	6.7	7.6	8.2	8.2	8.2	8.2
	12-14歳	25	7.8	2.0	0.4	2.8	2.8	3.3	4.7	6.6	8.1	8.8	10.1	11.5	12.0	12.0
	15-17歳	18	7.3	2.4	0.5	4.0	4.0	4.0	4.4	5.2	7.0	9.0	11.1	12.2	12.2	12.2
	18-29歳	45	6.1	2.0	0.3	2.4	2.4	2.6	3.3	4.5	6.2	7.3	9.0	9.6	10.4	10.4
	30-49歳	123	6.2	2.1	0.2	2.0	2.2	3.2	3.6	5.0	5.9	7.3	8.8	9.4	15.4	16.5
	50-69歳	199	6.8	1.9	0.2	2.3	2.5	3.9	4.7	5.5	6.6	8.0	9.4	10.4	12.0	13.2
	70歳以上	117	6.6	2.2	0.2	0.9	1.2	3.7	3.9	5.1	6.6	7.8	9.1	10.3	14.1	14.2
	男性全体	588	6.5	2.1	0.1	0.9	2.4	3.4	3.9	5.0	6.3	7.7	9.1	10.1	12.3	16.5
女性	1-2歳	7	3.1	1.4	0.4	1.2	1.2	1.2	1.2	2.1	3.1	4.2	5.2	5.2	5.2	5.2
	3-5歳	14	4.1	1.1	0.3	1.6	1.6	1.6	2.2	3.3	4.2	5.2	5.4	5.4	5.4	5.4
	6-7歳	16	4.6	1.2	0.3	2.8	2.8	2.8	3.2	3.9	4.3	5.3	7.0	7.0	7.0	7.0
	8-9歳	10	5.5	1.4	0.4	3.5	3.5	3.5	3.5	4.6	5.5	6.1	8.4	8.6	8.6	8.6
	10-11歳	23	6.2	1.2	0.3	4.3	4.3	4.4	4.8	5.5	6.1	6.6	7.4	9.8	10.3	10.3
	12-14歳	20	6.7	1.8	0.4	4.3	4.3	4.3	4.9	5.4	6.3	7.6	10.3	10.9	10.9	10.9
	15-17歳	22	4.9	1.5	0.4	1.7	1.7	1.8	2.6	3.7	5.4	6.0	6.8	7.4	7.5	7.5
	18-29歳	29	4.8	1.8	0.3	1.7	1.7	1.8	2.3	3.5	4.3	6.2	7.9	8.2	8.2	8.2
	30-49歳	145	5.1	1.7	0.1	1.5	1.7	2.3	3.1	3.9	5.0	6.1	7.4	8.3	9.5	9.5
	50-69歳	239	6.0	1.7	0.1	1.7	2.3	3.4	4.0	4.7	6.0	7.2	8.3	9.0	10.9	11.2
	70歳以上	142	5.5	1.7	0.1	1.5	1.6	2.8	3.5	4.3	5.3	6.6	7.6	8.8	10.2	10.4
	妊婦	4	5.2	2.9	1.3	1.8	1.8	1.8	1.8	2.5	5.1	8.1	8.9	8.9	8.9	8.9
	授乳婦	5	5.0	1.9	0.6	2.7	2.7	2.7	2.7	3.5	4.6	6.9	7.7	7.7	7.7	7.7
	妊婦・授乳婦	9	5.1	2.2	0.7	1.8	1.8	1.8	1.8	3.5	4.6	6.9	8.9	8.9	8.9	8.9
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	5.5	1.8	0.1	1.2	1.7	2.8	3.4	4.3	5.4	6.6	7.8	8.5	10.4	11.2
女性全体	676	5.5	1.8	0.1	1.2	1.7	2.8	3.4	4.3	5.4	6.6	7.8	8.5	10.4	11.2	
男女合計	1264	5.9	2.0	0.1	0.9	1.9	3.0	3.6	4.6	5.9	7.1	8.5	9.4	11.2	16.5	

表28 ビタミンC摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	74.5	53.1	18.0	25.9	25.9	25.9	25.9	37.2	44.7	114.8	184.6	184.6	184.6	184.6
	3-5歳	15	49.3	39.3	10.7	14.8	14.8	14.8	16.2	26.6	39.9	57.1	110.6	177.9	177.9	177.9
	6-7歳	8	47.2	28.1	9.4	17.3	17.3	17.3	17.3	24.9	40.2	61.1	104.2	104.2	104.2	104.2
	8-9歳	20	130.2	309.9	66.7	19.9	19.9	20.7	36.1	51.0	60.9	72.8	114.0	1377.8	1444.1	1444.1
	10-11歳	9	86.9	29.3	10.0	56.7	56.7	56.7	56.7	64.4	78.3	112.1	138.5	138.5	138.5	138.5
	12-14歳	25	194.7	326.4	69.1	46.2	46.2	47.1	53.5	65.1	85.8	149.2	588.3	1323.0	1432.9	1432.9
	15-17歳	18	98.4	80.4	18.5	24.9	24.9	24.9	25.8	39.3	67.6	137.6	253.9	295.7	295.7	295.7
	18-29歳	45	76.6	48.8	6.2	12.7	12.7	16.7	23.8	36.4	62.2	114.9	151.8	157.2	204.8	204.8
	30-49歳	123	118.9	218.7	19.7	0.9	2.6	19.1	27.1	41.4	70.0	123.7	176.5	325.8	1814.2	2038.2
	50-69歳	199	132.1	225.2	15.5	4.3	8.6	31.6	41.9	64.2	103.6	143.6	191.2	217.3	1310.5	2784.4
	70歳以上	117	160.4	274.5	25.7	6.3	9.0	35.8	54.8	79.2	110.7	156.7	221.0	277.9	2378.8	2523.9
	男性全体	588	127.4	225.4	8.8	0.9	9.0	25.4	33.4	54.3	88.1	137.7	186.4	239.0	1434.1	2784.4
女性	1-2歳	7	36.9	23.6	7.8	6.9	6.9	6.9	6.9	24.1	30.3	68.8	69.9	69.9	69.9	69.9
	3-5歳	14	47.3	24.6	5.6	12.9	12.9	12.9	19.3	27.7	49.3	57.7	88.6	113.7	113.7	113.7
	6-7歳	16	62.8	38.6	9.5	15.9	15.9	15.9	20.6	42.6	56.8	70.8	129.7	178.2	178.2	178.2
	8-9歳	10	66.3	24.6	7.6	26.2	26.2	26.2	27.3	49.5	66.6	79.3	109.0	110.8	110.8	110.8
	10-11歳	23	98.8	69.6	14.8	39.6	39.6	40.2	43.7	51.9	90.7	97.5	194.3	328.3	359.1	359.1
	12-14歳	20	78.2	24.1	6.5	33.9	33.9	34.2	42.1	60.6	76.4	93.0	119.7	126.2	126.5	126.5
	15-17歳	22	124.3	242.5	54.0	5.7	5.7	6.3	15.1	33.3	51.4	84.7	396.3	1020.9	1115.7	1115.7
	18-29歳	29	64.8	36.6	5.4	13.9	13.9	14.4	16.4	35.9	55.3	92.7	122.6	138.6	150.8	150.8
	30-49歳	145	93.5	130.9	10.1	5.5	6.2	17.8	26.1	42.8	70.5	103.1	156.6	224.0	1099.7	1115.3
	50-69歳	239	137.1	131.7	8.9	2.7	19.5	40.3	51.6	74.2	110.7	161.9	216.6	266.8	1042.8	1292.2
	70歳以上	142	123.7	187.2	17.2	5.5	8.4	28.9	47.3	65.1	103.3	141.8	188.9	224.0	1402.3	2232.5
	妊婦	4	98.2	106.2	46.6	20.8	20.8	20.8	20.8	29.4	58.5	206.9	255.2	255.2	255.2	255.2
	授乳婦	5	112.0	52.7	19.1	67.9	67.9	67.9	67.9	70.2	89.7	165.0	192.5	192.5	192.5	192.5
	妊婦・授乳婦	9	105.9	75.3	23.4	20.8	20.8	20.8	20.8	58.5	72.5	165.0	255.2	255.2	255.2	255.2
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	112.3	142.0	6.0	2.7	9.0	23.6	34.2	55.9	87.2	129.3	192.0	233.0	1039.5	2232.5
女性全体	676	112.2	141.3	6.0	2.7	9.3	23.5	34.2	56.0	87.1	130.7	192.2	235.0	1038.4	2232.5	
男女合計	1264	119.3	185.3	6.0	0.9	9.6	23.7	34.0	54.7	87.3	134.9	191.2	236.5	1089.6	2784.4	

表29 コレステロール摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	208.5	175.8	53.4	17.7	17.7	17.7	17.7	79.2	202.0	298.1	593.7	593.7	593.7	593.7
	3-5歳	15	176.0	80.1	19.5	86.3	86.3	86.3	96.0	115.6	164.4	215.2	299.5	414.9	414.9	414.9
	6-7歳	8	148.0	63.2	21.2	60.9	60.9	60.9	60.9	110.6	138.7	173.5	277.4	277.4	277.4	277.4
	8-9歳	20	322.0	146.4	31.6	139.5	139.5	140.4	157.5	187.9	332.3	401.4	485.2	710.2	722.0	722.0
	10-11歳	9	330.6	114.8	32.7	213.9	213.9	213.9	213.9	231.4	286.2	446.0	530.4	530.4	530.4	530.4
	12-14歳	25	368.5	161.3	34.0	102.7	102.7	103.5	149.2	218.2	356.8	495.8	559.8	715.8	778.3	778.3
	15-17歳	18	475.7	273.0	60.6	67.0	67.0	67.0	105.0	318.3	401.9	691.3	775.0	1200.4	1200.4	1200.4
	18-29歳	45	374.8	264.4	37.1	33.9	33.9	66.1	101.8	153.6	307.7	529.0	791.4	972.0	1050.2	1050.2
	30-49歳	123	355.0	218.2	16.5	63.0	63.0	89.9	107.4	196.9	298.1	487.7	665.0	749.8	1186.2	1276.9
	50-69歳	199	376.0	191.3	14.2	12.2	51.5	93.6	138.9	230.4	362.8	478.6	667.5	742.1	918.5	990.3
	70歳以上	117	313.0	160.0	16.4	4.9	7.6	81.2	112.5	181.2	297.0	421.7	545.0	596.7	717.9	726.1
	男性全体	588	348.4	199.9	10.1	4.9	32.9	87.4	114.1	199.2	320.7	460.7	633.6	727.0	926.4	1276.9
女性	1-2歳	7	169.0	106.2	32.4	39.8	39.8	39.8	39.8	80.8	155.1	301.8	312.1	312.1	312.1	312.1
	3-5歳	14	222.1	162.1	43.1	40.8	40.8	40.8	56.8	120.4	162.1	323.1	546.6	604.9	604.9	604.9
	6-7歳	16	181.3	86.9	21.6	69.8	69.8	69.8	71.9	137.8	170.2	185.5	319.7	440.7	440.7	440.7
	8-9歳	10	228.0	121.6	32.6	95.8	95.8	95.8	96.2	151.1	184.8	310.2	467.9	477.7	477.7	477.7
	10-11歳	23	313.1	122.1	28.6	80.0	80.0	82.4	96.0	262.2	310.6	369.8	458.2	545.1	564.5	564.5
	12-14歳	20	359.5	222.6	46.9	130.1	130.1	131.3	158.4	212.8	300.7	448.3	598.7	1079.4	1104.7	1104.7
	15-17歳	22	319.7	159.6	31.0	52.5	52.5	66.0	143.2	183.2	273.7	450.3	566.1	613.2	615.2	615.2
	18-29歳	29	300.7	189.4	27.7	5.8	5.8	18.2	32.9	155.6	276.2	411.0	519.5	728.6	744.4	744.4
	30-49歳	145	305.4	162.2	12.1	24.8	29.9	90.2	115.6	178.1	285.1	406.2	492.4	567.9	982.2	1069.4
	50-69歳	239	304.7	155.6	8.7	5.6	28.0	83.6	104.2	186.5	293.3	409.6	514.0	571.6	685.4	945.6
	70歳以上	142	274.1	158.9	12.7	1.9	10.5	62.7	72.9	148.7	263.0	360.1	513.7	614.1	709.0	714.4
	妊婦	4	155.5	121.7	53.5	30.1	30.1	30.1	30.1	55.8	134.7	275.9	322.3	322.3	322.3	322.3
	授乳婦	5	202.9	130.8	57.6	95.2	95.2	95.2	95.2	102.3	138.5	335.8	401.5	401.5	401.5	401.5
	妊婦・授乳婦	9	181.8	121.4	39.7	30.1	30.1	30.1	30.1	102.3	136.7	296.2	401.5	401.5	401.5	401.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	293.3	160.8	6.7	1.9	24.8	70.0	100.2	171.6	277.8	397.6	501.1	572.0	713.3	1104.7
女性全体	676	291.8	160.8	6.8	1.9	24.8	69.4	99.8	170.5	276.8	397.5	500.2	571.9	713.2	1104.7	
男女合計	1264	318.1	182.2	7.3	1.9	25.0	79.4	106.4	179.7	293.7	416.8	555.0	661.2	880.2	1276.9	

表30 食物繊維摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	12.4	5.5	2.0	5.8	5.8	5.8	5.8	7.4	13.2	17.0	21.0	21.0	21.0	21.0
	3-5歳	15	7.7	3.7	1.0	3.5	3.5	3.5	3.9	5.9	6.9	8.4	14.8	18.8	18.8	18.8
	6-7歳	8	10.3	2.3	0.8	7.8	7.8	7.8	7.8	8.3	9.5	12.6	14.1	14.1	14.1	14.1
	8-9歳	20	11.7	3.0	0.5	7.6	7.6	7.6	8.3	9.4	11.0	14.4	15.2	19.6	19.8	19.8
	10-11歳	9	15.4	5.6	2.2	9.2	9.2	9.2	9.2	11.0	13.8	19.4	27.1	27.1	27.1	27.1
	12-14歳	25	16.7	6.0	1.4	7.4	7.4	8.3	11.0	12.5	14.7	19.8	26.1	32.1	33.7	33.7
	15-17歳	18	13.2	5.1	1.4	3.0	3.0	3.0	6.6	10.2	12.1	16.3	21.1	24.5	24.5	24.5
	18-29歳	45	14.1	6.3	0.9	3.4	3.4	5.0	7.1	9.1	13.1	18.3	23.7	26.0	31.5	31.5
	30-49歳	123	14.5	7.3	0.6	3.7	3.7	6.0	7.3	10.3	13.2	17.2	22.2	24.3	49.1	49.8
	50-69歳	199	17.7	6.8	0.5	2.0	2.9	7.3	9.9	13.1	16.7	21.4	27.5	31.0	37.6	41.6
	70歳以上	117	18.1	7.7	1.0	1.9	2.5	7.4	9.2	12.9	17.6	21.7	27.9	33.0	46.8	48.2
	男性全体	588	16.0	7.1	0.4	1.9	3.5	6.4	8.1	11.0	14.8	19.7	24.9	29.3	39.9	49.8
女性	1-2歳	7	7.5	3.8	1.2	3.8	3.8	3.8	3.8	4.9	6.3	9.4	15.1	15.1	15.1	15.1
	3-5歳	14	9.9	2.9	0.8	7.1	7.1	7.1	7.3	7.9	8.8	11.2	15.6	16.7	16.7	16.7
	6-7歳	16	10.3	3.2	0.8	5.7	5.7	5.7	5.8	7.7	10.3	11.9	15.1	18.7	18.7	18.7
	8-9歳	10	11.7	4.7	1.4	7.1	7.1	7.1	7.2	8.1	10.5	14.4	21.9	22.7	22.7	22.7
	10-11歳	23	14.0	3.5	0.7	8.7	8.7	8.8	9.6	11.0	13.7	16.9	19.6	20.3	20.4	20.4
	12-14歳	20	13.9	3.6	0.8	7.9	7.9	8.0	9.4	11.0	13.6	15.9	20.4	21.3	21.3	21.3
	15-17歳	22	10.1	3.7	0.9	4.3	4.3	4.4	5.4	7.9	9.1	12.9	16.2	16.3	16.3	16.3
	18-29歳	29	12.6	6.0	1.0	3.8	3.8	4.7	7.0	8.6	11.4	15.4	22.1	27.8	33.4	33.4
	30-49歳	145	12.6	5.4	0.4	3.2	3.4	5.5	6.7	8.9	11.8	15.6	19.5	22.1	35.5	39.3
	50-69歳	239	18.0	7.2	0.5	2.6	6.4	8.0	10.1	12.7	16.7	22.1	28.1	31.3	42.2	45.9
	70歳以上	142	15.4	6.0	0.5	2.6	2.7	7.2	8.8	11.5	14.3	18.3	22.9	27.7	35.4	36.9
	妊婦	4	16.9	10.9	4.8	5.5	5.5	5.5	5.5	6.5	17.6	26.6	26.9	26.9	26.9	26.9
	授乳婦	5	16.3	6.7	0.9	6.1	6.1	6.1	6.1	10.3	17.2	21.8	24.0	24.0	24.0	24.0
	妊婦・授乳婦	9	16.5	8.2	2.2	5.5	5.5	5.5	5.5	7.9	17.2	24.8	26.9	26.9	26.9	26.9
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	15.0	6.6	0.3	2.6	3.8	6.5	7.7	10.3	13.8	18.6	23.4	27.9	36.2	45.9
女性全体	676	15.0	6.6	0.3	2.6	3.8	6.4	7.7	10.3	13.8	18.7	23.6	27.8	36.1	45.9	
男女合計	1264	15.4	6.9	0.4	1.9	3.8	6.4	7.8	10.5	14.3	19.2	24.2	28.6	37.7	49.8	

表31 水溶性食物繊維摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	3.1	1.1	0.4	1.7	1.7	1.7	1.7	2.1	3.0	4.2	4.5	4.5	4.5	4.5
	3-5歳	15	2.0	0.9	0.3	0.9	0.9	0.9	1.0	1.2	1.9	2.2	3.8	4.3	4.3	4.3
	6-7歳	8	2.6	0.6	0.2	1.9	1.9	1.9	1.9	2.1	2.4	3.3	3.5	3.5	3.5	3.5
	8-9歳	20	3.0	0.8	0.2	1.4	1.4	1.4	2.0	2.5	2.9	3.4	4.0	5.2	5.3	5.3
	10-11歳	9	4.0	1.4	0.6	2.4	2.4	2.4	2.4	2.8	3.7	5.2	6.6	6.6	6.6	6.6
	12-14歳	25	4.2	1.3	0.3	1.8	1.8	1.9	2.6	3.3	3.9	5.2	6.3	6.9	7.0	7.0
	15-17歳	18	3.1	1.3	0.3	0.5	0.5	0.5	1.2	2.2	3.1	3.9	4.7	6.4	6.4	6.4
	18-29歳	45	3.3	1.6	0.2	0.6	0.6	1.2	1.7	2.1	3.0	4.7	5.3	5.7	7.9	7.9
	30-49歳	123	3.4	1.9	0.1	0.5	0.6	1.4	1.6	2.2	3.1	4.0	5.2	6.8	12.5	12.5
	50-69歳	199	4.1	1.8	0.2	0.2	0.8	1.6	2.0	2.9	3.9	5.1	6.4	7.0	10.7	11.2
	70歳以上	117	4.2	1.9	0.3	0.3	0.4	1.5	2.0	2.9	3.8	5.1	6.7	7.9	11.0	11.1
	男性全体	588	3.7	1.8	0.1	0.2	0.8	1.4	1.8	2.5	3.6	4.6	6.0	6.8	10.6	12.5
女性	1-2歳	7	2.0	1.2	0.3	1.2	1.2	1.2	1.2	1.4	1.5	2.3	4.5	4.5	4.5	4.5
	3-5歳	14	2.4	0.7	0.2	1.3	1.3	1.3	1.5	1.9	2.2	2.9	3.5	3.8	3.8	3.8
	6-7歳	16	2.6	0.8	0.2	1.3	1.3	1.3	1.4	2.2	2.5	2.8	3.9	4.7	4.7	4.7
	8-9歳	10	3.3	1.3	0.4	1.8	1.8	1.8	1.8	2.2	3.1	4.4	5.4	5.4	5.4	5.4
	10-11歳	23	3.7	1.2	0.3	1.8	1.8	1.8	2.0	2.9	3.8	4.9	5.5	5.8	5.8	5.8
	12-14歳	20	3.6	1.1	0.3	1.9	1.9	1.9	2.3	2.6	3.4	4.6	5.2	5.3	5.3	5.3
	15-17歳	22	2.5	1.1	0.3	1.0	1.0	1.0	1.2	1.7	2.2	3.2	4.0	4.9	5.1	5.1
	18-29歳	29	2.7	1.2	0.2	1.0	1.0	1.1	1.5	2.0	2.6	3.2	4.0	6.0	6.3	6.3
	30-49歳	145	3.1	1.5	0.1	0.9	0.9	1.2	1.5	2.1	3.0	3.9	4.8	5.5	10.2	10.9
	50-69歳	239	4.2	1.8	0.1	0.5	1.2	1.9	2.2	2.9	4.0	5.3	6.5	7.3	10.2	12.6
	70歳以上	142	3.5	1.5	0.1	0.4	0.5	1.5	1.8	2.5	3.3	4.4	5.5	6.3	8.6	9.0
	妊婦	4	4.3	2.7	1.2	1.7	1.7	1.7	1.7	1.8	4.3	6.7	6.8	6.8	6.8	6.8
	授乳婦	5	3.0	0.9	0.3	1.8	1.8	1.8	1.8	2.1	3.4	3.9	3.9	3.9	3.9	3.9
	妊婦・授乳婦	9	3.6	1.9	0.6	1.7	1.7	1.7	1.7	2.0	3.4	5.2	6.8	6.8	6.8	6.8
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	3.6	1.6	0.1	0.4	0.9	1.4	1.7	2.4	3.3	4.5	5.7	6.5	9.0	12.6
女性全体	676	3.6	1.6	0.1	0.4	0.9	1.5	1.7	2.4	3.3	4.5	5.7	6.5	9.0	12.6	
男女合計	1264	3.7	1.7	0.1	0.2	0.8	1.4	1.8	2.4	3.4	4.5	5.9	6.7	9.5	12.6	

表32 不溶性食物繊維摂取量の分布

	性年齢	人数	平均	標準偏差	標準誤差	最小値	パーセンタイル									最大値
							1	5	10	25	中央値	75	90	95	99	
男性	1-2歳	9	9.4	4.5	1.6	3.6	3.6	3.6	3.6	5.5	10.3	13.2	16.7	16.7	16.7	16.7
	3-5歳	15	5.7	2.8	0.8	2.5	2.5	2.5	2.9	4.2	5.0	6.0	11.0	14.5	14.5	14.5
	6-7歳	8	7.7	1.8	0.6	5.8	5.8	5.8	5.8	6.4	7.1	9.6	10.6	10.6	10.6	10.6
	8-9歳	20	8.7	2.4	0.4	5.1	5.1	5.2	6.6	7.0	8.1	10.7	11.9	14.5	14.6	14.6
	10-11歳	9	11.5	4.3	1.6	6.3	6.3	6.3	6.3	8.6	10.1	14.2	20.5	20.5	20.5	20.5
	12-14歳	25	12.5	5.0	1.1	5.6	5.6	6.2	7.8	9.3	11.3	14.1	19.5	26.2	28.2	28.2
	15-17歳	18	10.2	4.0	1.1	2.5	2.5	2.5	5.4	7.0	9.7	12.6	16.5	18.2	18.2	18.2
	18-29歳	45	10.9	4.9	0.7	2.8	2.8	3.8	4.8	7.4	10.0	13.7	18.8	20.7	23.7	23.7
	30-49歳	123	11.1	5.5	0.5	3.0	3.0	4.5	6.0	8.0	10.1	13.1	16.9	18.8	37.3	37.4
	50-69歳	199	13.6	5.2	0.4	1.8	2.2	6.2	7.9	10.2	12.9	16.4	21.7	24.2	27.4	30.5
	70歳以上	117	14.0	5.9	0.8	1.6	2.1	6.1	7.6	9.9	13.7	16.6	21.1	25.4	36.4	37.1
	男性全体	588	12.3	5.5	0.3	1.6	2.8	4.8	6.2	8.5	11.5	15.1	18.9	23.0	28.8	37.4
女性	1-2歳	7	5.5	2.7	0.9	2.6	2.6	2.6	2.6	3.5	4.8	7.1	10.7	10.7	10.7	10.7
	3-5歳	14	7.6	2.3	0.6	5.6	5.6	5.6	5.7	6.1	6.7	8.8	12.2	13.0	13.0	13.0
	6-7歳	16	7.8	2.4	0.6	4.4	4.4	4.4	4.5	6.2	7.8	8.8	11.2	14.1	14.1	14.1
	8-9歳	10	8.5	3.6	1.1	5.2	5.2	5.2	5.2	6.1	7.5	9.6	16.7	17.4	17.4	17.4
	10-11歳	23	10.3	2.5	0.4	6.7	6.7	6.8	7.4	8.5	10.0	11.4	14.9	15.0	15.0	15.0
	12-14歳	20	10.3	2.6	0.6	6.1	6.1	6.1	6.8	8.3	10.4	11.7	15.2	16.5	16.5	16.5
	15-17歳	22	7.7	2.7	0.7	3.3	3.3	3.4	4.1	5.8	7.2	10.2	12.0	12.4	12.4	12.4
	18-29歳	29	9.9	5.4	1.0	2.9	2.9	3.7	4.9	6.4	9.0	11.8	15.8	24.0	31.6	31.6
	30-49歳	145	9.5	4.2	0.3	2.4	2.5	4.3	5.2	6.7	8.9	11.6	15.0	16.9	27.2	30.0
	50-69歳	239	13.8	5.6	0.4	2.1	5.0	6.3	7.7	9.6	12.7	17.1	21.3	24.2	33.4	34.1
	70歳以上	142	11.9	4.6	0.4	2.1	2.2	5.4	7.2	8.9	11.1	14.0	17.3	22.6	26.8	27.9
	妊婦	4	12.7	8.2	3.6	3.9	3.9	3.9	3.9	4.8	13.2	20.1	20.5	20.5	20.5	20.5
	授乳婦	5	13.3	6.1	1.0	4.4	4.4	4.4	4.4	7.6	13.9	18.8	20.3	20.3	20.3	20.3
	妊婦・授乳婦	9	13.0	6.7	1.7	3.9	3.9	3.9	3.9	6.0	13.9	19.6	20.5	20.5	20.5	20.5
	女性(妊婦授乳婦除く)	667	11.4	5.1	0.3	2.1	2.8	5.0	5.8	7.9	10.5	14.2	18.1	21.7	28.3	34.1
女性全体	676	11.5	5.2	0.3	2.1	2.9	5.0	5.8	7.9	10.5	14.2	18.1	21.7	28.2	34.1	
男女合計	1264	11.8	5.3	0.3	1.6	2.9	5.0	6.1	8.1	10.8	14.8	18.6	22.7	28.3	37.4	

表33 食品群別栄養素摂取量

食品群別	食品群番号	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく 質 g	脂質 g	炭水化 物 g	食塩 g	カリウム mg	カルシウム mg			鉄 mg			ビタミンA μgRE	ビタミンB ₁ mg			ビタミンB ₂ mg		
									総量	一般	補助・強化	鉄	一般	補助・強化		総量	一般	補助・強化	ビタミンB ₂	一般	補助・強化
総量	1~99	2295.7	1963.4	72.0	55.1	278.1	11.2	2583.4	573.6	564.4	9.3	8.5	8.3	0.2	594.4	1.77	0.90	0.87	1.81	1.26	0.55
動物性食品	48~76,79	347.5	471.9	38.5	28.2	12.3	1.7	630.3	254.9	253.5	1.3	2.3	2.3	0.0	215.0	0.40	0.40	0.01	0.64	0.64	0.00
植物性食品	1~47,77,78,80~99	1948.2	1491.7	33.5	25.5	264.8	9.5	1953.9	318.8	310.9	8.0	6.2	6.0	0.2	379.8	1.37	0.50	0.87	1.16	0.61	0.55
穀類	1~12	459.4	805.0	14.9	3.6	171.0	0.6	166.7	33.3	33.2	0.1	0.9	0.9	0.0	1.2	0.15	0.15	0.01	0.09	0.09	0.00
米・米加工品	1,2	371.2	624.0	9.3	1.2	137.7	0.0	111.6	11.8	11.7	0.1	0.4	0.4	0.0	0.0	0.09	0.08	0.01	0.04	0.04	0.00
米	1	369.0	618.4	9.2	1.1	136.5	0.0	109.5	11.3	11.2	0.1	0.4	0.4	0.0	0.0	0.09	0.08	0.01	0.04	0.04	0.00
米加工品	2	2.4	5.6	0.1	0.0	1.2	0.0	2.1	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
小麦・小麦加工品	3~9	78.7	168.2	5.1	2.3	30.8	0.6	51.9	20.6	20.6	0.0	0.4	0.4	0.0	1.2	0.06	0.06	0.00	0.04	0.04	0.00
小麦粉類	3	5.4	19.6	0.5	0.1	4.0	0.0	6.3	1.4	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00
パン類(菓子パン除く)	4	24.5	67.0	2.3	1.2	11.7	0.3	25.2	7.7	7.7	0.0	0.2	0.2	0.0	0.1	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.00
菓子パン類	5	3.3	10.4	0.3	0.3	1.7	0.0	3.4	1.2	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
うどん・中華麺類	6	29.0	37.5	1.1	0.2	7.5	0.1	8.4	3.0	3.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
即席中華麺	7	2.4	10.1	0.2	0.4	1.4	0.1	5.1	5.8	5.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.02	0.02	0.00	0.02	0.02	0.00
パスタ類	8	8.3	12.4	0.4	0.1	2.4	0.0	1.0	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他の小麦加工品	9	5.8	11.2	0.4	0.1	2.0	0.0	2.6	0.9	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他の穀類・加工品	10~12	9.2	12.8	0.4	0.1	2.5	0.0	3.2	0.9	0.9	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00
そば・加工品	10	8.0	10.3	0.4	0.1	2.0	0.0	2.5	0.8	0.8	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00
とうもろこし・加工品	11	0.3	1.1	0.0	0.0	0.2	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他の穀類	12	0.9	1.4	0.0	0.0	0.3	0.0	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
いも類	13~16	56.8	39.1	0.7	0.1	9.2	0.0	175.1	7.9	7.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.1	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00
いも・加工品	13~15	55.4	35.8	0.7	0.1	8.4	0.0	174.8	7.6	7.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.1	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00
さつまいも・加工品	13	4.5	5.7	0.1	0.0	1.4	0.0	19.0	1.9	1.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
じゃがいも・加工品	14	36.3	26.1	0.5	0.0	6.0	0.0	121.0	0.7	0.7	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.00
その他のいも・加工品	15	14.6	4.1	0.1	0.0	1.0	0.0	34.8	5.0	5.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
でんぷん・加工品	16	1.4	3.3	0.0	0.0	0.8	0.0	0.3	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
砂糖・甘味料類	17	7.1	26.9	0.0	0.0	7.0	0.0	1.8	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
豆類	18~23	58.5	67.5	5.0	4.0	2.8	0.0	123.7	65.8	65.7	0.0	0.9	0.9	0.0	0.0	0.05	0.05	0.00	0.05	0.05	0.00
大豆・加工品	18~22	56.7	63.8	4.9	3.9	2.1	0.0	119.3	65.1	65.1	0.0	0.9	0.9	0.0	0.0	0.04	0.04	0.00	0.05	0.05	0.00
大豆(全粒)・加工品	18	1.5	3.4	0.3	0.2	0.3	0.0	10.4	1.4	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
豆腐	19	39.4	27.9	2.5	1.6	0.7	0.0	53.9	41.0	41.0	0.0	0.4	0.4	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.01	0.01	0.00
油揚げ類	20	5.5	16.7	0.9	1.4	0.1	0.0	4.2	15.5	15.5	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
納豆	21	6.6	13.3	1.1	0.7	0.8	0.0	43.9	6.0	6.0	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.04	0.04	0.00
その他の大豆加工品	22	3.6	2.5	0.1	0.1	0.2	0.0	6.9	1.2	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他豆・加工品	23	1.8	3.8	0.1	0.0	0.7	0.0	4.4	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
種実類	24	3.4	11.6	0.4	0.8	1.0	0.0	16.4	9.2	9.2	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.01	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00
野菜類	25~38	381.8	106.1	4.3	0.7	23.8	1.0	784.0	104.9	104.9	0.0	1.4	1.4	0.0	339.2	0.16	0.16	0.00	0.13	0.13	0.00
緑黄色野菜	25~29	128.0	42.6	1.5	0.2	9.7	0.0	325.0	40.6	40.6	0.0	0.6	0.6	0.0	273.1	0.06	0.06	0.00	0.07	0.07	0.00
トマト	25	45.5	9.3	0.3	0.0	2.3	0.0	100.1	3.5	3.5	0.0	0.1	0.1	0.0	22.6	0.02	0.02	0.00	0.01	0.01	0.00
人参	26	20.6	7.0	0.1	0.0	1.7	0.0	45.0	5.5	5.5	0.0	0.0	0.0	0.0	131.8	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00
ほうれん草	27	3.6	0.6	0.1	0.0	0.1	0.0	12.3	1.8	1.8	0.0	0.0	0.0	0.0	11.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
ピーマン	28	8.1	1.7	0.1	0.0	0.4	0.0	14.1	0.9	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	2.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他緑黄色	29	50.2	23.9	1.0	0.1	5.2	0.0	153.6	28.9	28.9	0.0	0.4	0.4	0.0	104.3	0.03	0.03	0.00	0.04	0.04	0.00

食品群別	食品群番号	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく 質 g	脂質 g	炭水化 物 g	食塩 g	カリウム mg	カルシウム mg			鉄 mg			ビタミンA μgRE	ビタミンB ₁ mg			ビタミンB ₂ mg		
									総量	一般	補助・強化	鉄	一般	補助・強化		総量	一般	補助・強化	ビタミンB ₂	一般	補助・強化
鳥肉	65,66	16.5	24.1	2.7	1.4	0.0	0.0	26.9	1.2	1.2	0.0	0.1	0.1	0.0	4.5	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00
鶏肉	65	16.5	24.1	2.7	1.4	0.0	0.0	26.9	1.2	1.2	0.0	0.1	0.1	0.0	4.5	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00
その他の鳥肉	66	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
肉類内臓	67	1.6	2.3	0.3	0.1	0.0	0.0	1.9	0.2	0.2	0.0	0.1	0.1	0.0	66.1	0.00	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00
その他の肉類	68,69	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
鯨肉	68	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他肉・加工品	69	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
卵類	70	37.1	55.7	4.7	3.7	0.1	0.1	47.7	18.8	18.8	0.0	0.7	0.7	0.0	52.4	0.02	0.02	0.00	0.15	0.15	0.00
乳類	71~75	152.0	117.9	5.6	6.1	9.9	0.2	225.3	181.4	180.2	1.2	0.0	0.0	0.0	54.6	0.06	0.06	0.00	0.23	0.23	0.00
牛乳・乳製品	71~74	152.1	117.9	5.6	6.1	9.9	0.2	225.3	181.4	180.2	1.2	0.0	0.0	0.0	54.6	0.06	0.06	0.00	0.23	0.23	0.00
牛乳	71	114.5	75.5	3.8	4.2	5.5	0.1	174.4	128.5	127.3	1.2	0.0	0.0	0.0	42.0	0.05	0.05	0.00	0.17	0.17	0.00
チーズ類	72	2.6	8.8	0.6	0.7	0.0	0.1	1.7	16.7	16.7	0.0	0.0	0.0	0.0	6.6	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
発酵乳・乳酸菌飲料	73	23.5	15.1	0.8	0.3	2.3	0.0	31.9	24.2	24.2	0.0	0.0	0.0	0.0	3.1	0.01	0.01	0.00	0.03	0.03	0.00
その他乳製品	74	11.5	18.4	0.4	1.0	2.0	0.0	17.3	12.0	12.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.9	0.00	0.00	0.00	0.02	0.02	0.00
その他乳類	75	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
油脂類	76~80	11.2	99.9	0.0	10.8	0.0	0.0	0.4	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	4.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
バター	76	0.7	5.3	0.0	0.6	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	3.7	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
マーガリン	77	0.9	5.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
植物性油脂	78	9.5	87.3	0.0	9.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
動物性油脂	79	0.2	1.5	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他油脂	80	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
菓子類	81~85	24.7	73.5	1.3	2.0	12.7	0.1	32.4	10.0	9.7	0.2	0.2	0.2	0.0	9.9	0.01	0.01	0.00	0.02	0.02	0.00
和菓子類	81	12.2	37.8	0.7	0.3	8.1	0.1	11.9	2.1	2.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.9	0.01	0.01	0.00	0.01	0.01	0.00
ケーキ・ビスケット類	82	3.4	12.5	0.2	0.6	1.5	0.0	3.3	1.3	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0	5.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
ビスケット類	83	1.5	7.2	0.1	0.3	1.0	0.0	1.7	1.5	1.3	0.2	0.0	0.0	0.0	1.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
キャンデー類	84	0.1	0.5	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他の菓子	85	7.4	15.5	0.3	0.7	1.9	0.0	15.4	5.0	5.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
嗜好飲料類	86~91	713.6	84.1	1.1	0.0	8.1	0.1	190.7	20.5	20.4	0.1	0.6	0.6	0.0	0.4	0.03	0.00	0.02	0.18	0.18	0.00
アルコール飲料	86~88	102.2	58.2	0.2	0.0	2.9	0.0	21.5	2.8	2.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
日本酒	86	10.0	10.9	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
ビール	87	70.7	29.1	0.2	0.0	2.3	0.0	19.6	2.3	2.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
洋酒その他	88	21.6	18.2	0.0	0.0	0.1	0.0	1.4	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
その他の嗜好飲料	89~91	611.4	25.9	0.9	0.0	5.2	0.1	169.2	17.7	17.6	0.1	0.6	0.6	0.0	0.4	0.03	0.00	0.02	0.17	0.17	0.00
茶	89	351.8	5.8	0.6	0.0	0.6	0.0	97.5	9.8	9.8	0.0	0.6	0.6	0.0	0.3	0.00	0.00	0.00	0.15	0.15	0.00
コーヒー・ココア	90	110.8	9.3	0.3	0.0	1.9	0.0	61.3	5.2	5.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
その他の嗜好飲料	91	149.2	10.8	0.0	0.0	2.7	0.0	10.4	2.8	2.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.02	0.00	0.02	0.00	0.00	0.00
調味料・香辛料類	92~98	81.7	108.1	4.3	5.0	10.9	7.4	178.6	29.6	29.6	0.0	1.1	1.1	0.0	5.5	0.03	0.03	0.00	0.06	0.06	0.00
調味料	92~97	81.4	107.3	4.2	4.9	10.8	7.4	176.9	29.0	29.0	0.0	1.1	1.1	0.0	5.5	0.03	0.03	0.00	0.06	0.06	0.00
ソース	92	1.7	2.2	0.0	0.0	0.5	0.1	3.5	1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
しょうゆ	93	16.1	11.2	1.2	0.0	1.6	2.3	61.7	4.6	4.6	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.03	0.03	0.00
塩	94	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	1.4	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
マヨネーズ	95	2.9	19.2	0.1	2.1	0.1	0.1	0.7	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	1.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
味噌	96	14.4	27.6	1.8	0.8	3.2	1.7	55.2	14.4	14.4	0.0	0.6	0.6	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.01	0.00
その他の調味料	97	44.9	47.0	1.1	2.0	5.4	1.8	54.4	8.1	8.1	0.0	0.2	0.2	0.0	4.0	0.02	0.02	0.00	0.02	0.02	0.00
香辛料・その他	98	0.3	0.8	0.0	0.0	0.1	0.0	1.7	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
補助栄養素・特定保健用食品	99	14.0	13.3	0.3	0.4	2.1	0.0	6.6	15.0	7.5	7.5	0.2	0.0	0.2	1.0	0.84	0.00	0.83	0.55	0.01	0.55

表33 食品群別

食品群別	ナイアシン mgNE	ビタミンC			総食物繊維			コレステロール mg	マグネシウム mg	リン mg	銅 mg	亜鉛 mg	ビタミンD μg	ビタミンE			ビタミンK μg	ビタミンB ₆			ビタミンB ₁₂ μg	葉酸 μg	パントテン酸 mg			
		mg			g									mg				mg						μg		
		一般	補助・強化	総量	水溶性	不溶性	総量							一般	補助・強化	総量		一般	補助・強化	総量				一般	補助・強化	総量
総量	16.2	119.2	97.9	21.3	15.4	3.6	11.8	318.1	268.8	1077.0	1.26	8.35	10.2	9.3	7.5	1.8	229.2	1.70	1.24	0.47	7.94	331.4	5.91			
動物性食品	8.1	6.8	6.7	0.1	0.0	0.0	0.0	300.6	58.7	520.2	0.19	3.26	9.6	1.8	1.8	0.0	14.1	0.46	0.45	0.00	7.55	37.3	2.36			
植物性食品	8.1	111.9	90.8	21.1	15.4	3.6	11.8	17.5	210.1	556.8	1.07	5.02	0.7	7.5	5.7	1.8	215.1	1.24	0.77	0.47	0.40	294.1	3.55			
穀類	1.4	0.0	0.0	0.0	2.7	0.5	2.2	1.3	42.2	183.4	0.45	2.65	0.0	0.3	0.3	0.0	0.2	0.10	0.10	0.00	0.00	24.7	1.25			
米・米加工品	0.9	0.0	0.0	0.0	1.2	0.0	1.2	0.0	27.9	130.8	0.37	2.25	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.08	0.08	0.00	0.00	11.6	0.95			
米	0.8	0.0	0.0	0.0	1.1	0.0	1.1	0.0	27.4	129.1	0.37	2.22	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.08	0.08	0.00	0.00	11.4	0.94			
米加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1.8	0.00	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.3	0.01			
小麦・小麦加工品	0.5	0.0	0.0	0.0	1.4	0.5	0.9	1.3	11.5	45.3	0.07	0.37	0.0	0.3	0.3	0.0	0.2	0.02	0.02	0.00	0.00	12.3	0.28			
小麦粉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.0	0.8	4.1	0.01	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.5	0.03			
パン類(菓子パン除く)	0.3	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	0.4	0.0	5.2	20.4	0.03	0.19	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	8.6	0.13			
菓子パン類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	1.0	0.6	3.0	0.00	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	1.0	0.02			
うどん・中華麺類	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.2	0.0	1.8	8.3	0.01	0.04	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.7	0.06			
即席中華麺	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.3	0.7	2.9	0.00	0.01	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.4	0.01			
パスタ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	1.5	3.8	0.01	0.05	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.3	0.02			
その他の小麦加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.9	2.9	0.01	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.9	0.02			
その他の穀類・加工品	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1	0.0	2.8	7.2	0.01	0.04	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.7	0.03			
そば・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	2.6	6.6	0.01	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.6	0.02			
とうもろこし・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
その他の穀類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.5	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
いも類	0.4	8.7	8.7	0.0	1.0	0.3	0.8	0.0	8.7	14.2	0.05	0.11	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.08	0.08	0.00	0.00	9.9	0.20			
いも・加工品	0.4	8.7	8.7	0.0	1.0	0.3	0.8	0.0	8.6	13.8	0.04	0.11	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.08	0.08	0.00	0.00	9.9	0.20			
さつまいも・加工品	0.0	0.9	0.9	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	1.0	1.8	0.01	0.01	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	1.9	0.04			
じゃがいも・加工品	0.3	7.4	7.4	0.0	0.6	0.2	0.4	0.0	6.4	8.9	0.03	0.07	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.06	0.06	0.00	0.00	6.4	0.13			
その他のいも・加工品	0.0	0.3	0.3	0.0	0.3	0.1	0.3	0.0	1.2	3.1	0.01	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	1.5	0.03			
でんぷん・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.4	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
豆類	0.2	0.0	0.0	0.0	1.0	0.3	0.7	0.0	29.2	73.2	0.13	0.53	0.0	0.3	0.3	0.0	48.5	0.05	0.05	0.00	0.00	16.0	0.28			
大豆・加工品	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0.2	0.6	0.0	28.6	71.4	0.12	0.52	0.0	0.3	0.2	0.0	48.4	0.05	0.05	0.00	0.00	15.5	0.28			
大豆(全粒)・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	1.7	3.5	0.01	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.00	0.00	0.00	0.00	1.0	0.01			
豆腐	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	13.5	41.8	0.06	0.24	0.0	0.1	0.1	0.0	4.9	0.02	0.02	0.00	0.00	4.5	0.02			
油揚げ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	5.9	11.4	0.01	0.11	0.0	0.1	0.1	0.0	2.9	0.00	0.00	0.00	0.00	1.1	0.01			
納豆	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0.2	0.3	0.0	6.6	12.7	0.04	0.13	0.0	0.0	0.0	0.0	40.1	0.02	0.02	0.00	0.00	8.0	0.24			
その他の大豆加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.8	2.0	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.9	0.01			
その他豆・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.6	1.9	0.00	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.5	0.00			
種実類	0.1	0.5	0.5	0.0	0.3	0.0	0.2	0.0	4.6	7.8	0.02	0.07	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.01	0.01	0.00	0.00	3.1	0.03			
野菜類	1.7	52.4	52.4	0.0	7.4	2.0	5.4	0.2	53.4	119.0	0.21	0.79	0.0	2.4	2.4	0.0	128.2	0.31	0.31	0.00	0.01	138.7	0.95			
緑黄色野菜	0.9	24.8	24.8	0.0	3.0	0.8	2.2	0.0	18.8	41.8	0.07	0.27	0.0	2.0	2.0	0.0	67.3	0.14	0.14	0.00	0.00	52.2	0.38			
トマト	0.3	7.7	7.7	0.0	0.5	0.1	0.3	0.0	4.3	12.0	0.02	0.05	0.0	0.4	0.4	0.0	2.0	0.04	0.04	0.00	0.00	10.7	0.08			
人参	0.1	0.4	0.4	0.0	0.5	0.2	0.4	0.0	1.7	4.6	0.01	0.04	0.0	0.1	0.1	0.0	0.5	0.02	0.02	0.00	0.00	3.7	0.06			
ほうれん草	0.0	0.5	0.5	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	1.0	1.1	0.00	0.02	0.0	0.1	0.1	0.0	8.2	0.00	0.00	0.00	0.00	2.8	0.00			
ピーマン	0.0	4.5	4.5	0.0	0.2	0.1	0.1	0.0	0.8	1.7	0.00	0.01	0.0	0.1	0.1	0.0	1.3	0.01	0.01	0.00	0.00	2.1	0.02			
その他緑黄色	0.4	11.8	11.8	0.0	1.7	0.4	1.3	0.0	11.0	22.5	0.04	0.15	0.0	1.3	1.3	0.0	55.3	0.06	0.06	0.00	0.00	33.0	0.22			

食品群別	ナイアシン mgNE	ビタミンC mg			総食物繊維 g			コレステ ロール mg	マグネシ ウム mg	リン mg	銅 mg	亜鉛 mg	ビタミンD μg	ビタミンE mg			ビタミンK μg	ビタミンB ₆ mg			ビタミンB ₁₂ μg	葉酸 μg	パントテン酸 mg			
		ビタミンC	一般	補助・強化	総量	水溶性	不溶性							総量	一般	補助・強化		総量	一般	補助・強化				総量	一般	補助・強化
その他の野菜	0.6	24.3	24.3	0.0	3.8	1.0	2.7	0.2	27.8	64.0	0.12	0.46	0.0	0.4	0.4	0.0	51.0	0.14	0.14	0.00	0.00	78.8	0.47			
キャベツ	0.1	9.8	9.8	0.0	0.6	0.1	0.5	0.0	3.8	7.8	0.01	0.05	0.0	0.0	0.0	0.0	24.1	0.03	0.03	0.00	0.00	20.4	0.06			
キュウリ	0.1	4.8	4.8	0.0	0.4	0.1	0.3	0.0	5.3	12.7	0.04	0.07	0.0	0.1	0.1	0.0	11.9	0.02	0.02	0.00	0.00	8.7	0.12			
大根	0.1	2.0	2.0	0.0	0.4	0.1	0.2	0.0	2.4	3.7	0.00	0.03	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	7.2	0.02			
たまねぎ	0.0	1.8	1.8	0.0	0.6	0.2	0.4	0.0	2.5	9.1	0.02	0.04	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.04	0.04	0.00	0.00	4.1	0.05			
はくさい	0.0	0.6	0.6	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.5	1.9	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	5.0	0.00	0.00	0.00	0.00	2.6	0.01			
その他淡色	0.4	5.1	5.1	0.0	1.7	0.4	1.3	0.1	13.3	28.8	0.05	0.26	0.0	0.2	0.2	0.0	10.1	0.04	0.04	0.00	0.00	35.9	0.21			
野菜ジュース	0.1	0.5	0.5	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	1.8	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.00	0.00	0.00	0.01	1.1	0.02			
漬け物	0.1	2.9	2.9	0.0	0.5	0.1	0.4	0.0	5.9	11.4	0.02	0.05	0.0	0.1	0.1	0.0	9.5	0.02	0.02	0.00	0.00	6.6	0.09			
葉類漬け物	0.0	0.6	0.6	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	1.0	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0.00	0.00	0.00	0.00	1.5	0.01			
たくあん・その他の漬け物	0.1	2.3	2.3	0.0	0.5	0.1	0.4	0.0	5.4	10.4	0.02	0.05	0.0	0.1	0.1	0.0	7.4	0.02	0.02	0.00	0.00	5.1	0.09			
果実類	0.3	10.9	10.0	0.9	1.0	0.3	0.7	0.0	8.6	14.1	0.05	0.09	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	0.07	0.07	0.00	0.00	10.2	0.17			
生果	0.2	8.6	8.6	0.0	1.0	0.3	0.7	0.0	8.0	13.1	0.05	0.09	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	0.06	0.06	0.00	0.00	9.2	0.16			
イチゴ	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
柑橘類	0.0	1.7	1.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.7	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	1.1	0.01			
バナナ	0.1	1.4	1.4	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	2.7	2.3	0.01	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.00	2.2	0.04			
りんご	0.0	0.7	0.7	0.0	0.3	0.1	0.2	0.0	0.6	1.8	0.01	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.9	0.02			
その他生果	0.2	4.8	4.8	0.0	0.6	0.2	0.4	0.0	4.2	8.2	0.03	0.07	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.02	0.02	0.00	0.00	5.0	0.09			
ジャム	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1	0.00			
果汁・果汁飲料	0.0	2.2	1.3	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.9	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.9	0.01			
きのこ	0.6	0.0	0.0	0.0	0.7	0.1	0.7	0.0	1.8	13.8	0.01	0.08	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	5.4	0.18			
海藻類	0.1	0.7	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	11.0	7.0	0.00	0.04	0.0	0.0	0.0	0.0	13.0	0.00	0.00	0.00	0.17	7.3	0.01			
魚介類	4.9	1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	75.2	26.4	193.0	0.10	0.75	8.4	1.0	1.0	0.0	0.6	0.22	0.22	0.00	6.16	10.1	0.55			
生魚介類	2.9	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	41.2	13.9	97.4	0.06	0.42	4.0	0.6	0.6	0.0	0.1	0.13	0.13	0.00	3.81	5.5	0.32			
あじ・いわし類	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.7	3.9	30.5	0.02	0.13	1.9	0.1	0.1	0.0	0.1	0.05	0.05	0.00	2.27	2.3	0.13			
さけ・ます	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.3	1.4	11.9	0.00	0.03	1.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.02	0.02	0.00	0.23	0.8	0.07			
たい・かれい類	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.4	1.4	10.2	0.00	0.03	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.12	0.3	0.03			
まぐろ・かじき類	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.9	1.9	15.4	0.00	0.03	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.22	0.2	0.02			
その他の生魚	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	1.0	8.7	0.00	0.05	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.13	0.4	0.04			
貝類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	1.1	2.9	0.00	0.06	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.59	0.8	0.01			
いか・たこ類	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	2.0	8.9	0.02	0.06	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.20	0.2	0.02			
えび・かに類	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.1	1.3	8.9	0.02	0.05	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.05	0.6	0.02			
魚介加工品	2.1	0.7	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	33.9	12.5	95.6	0.04	0.33	4.4	0.4	0.4	0.0	0.5	0.09	0.09	0.00	2.35	4.6	0.23			
魚介(塩蔵・生干し・乾物)	1.7	0.7	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	28.1	9.7	75.5	0.03	0.24	4.1	0.3	0.3	0.0	0.0	0.08	0.08	0.00	1.89	3.7	0.21			
魚介(缶詰)	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	1.0	6.8	0.01	0.04	0.1	0.1	0.1	0.0	0.5	0.01	0.01	0.00	0.34	0.2	0.01			
魚介(佃煮)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0.3	2.6	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.03	0.2	0.00			
魚介(練り製品)	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	1.5	8.6	0.00	0.03	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.08	0.4	0.00			
魚肉ハム・ソーセージ	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	2.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00			
肉類	3.0	4.5	4.5	0.0	0.0	0.0	0.0	49.3	11.3	104.5	0.05	1.38	0.2	0.2	0.2	0.0	6.4	0.16	0.16	0.00	0.56	6.5	0.54			
畜肉	2.2	4.2	4.2	0.0	0.0	0.0	0.0	31.9	8.3	84.0	0.03	1.12	0.2	0.2	0.2	0.0	1.8	0.12	0.12	0.00	0.34	1.0	0.35			
牛肉	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	3.9	0.9	7.8	0.00	0.25	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.02	0.02	0.00	0.11	0.3	0.04			
豚肉	1.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	21.0	5.1	41.9	0.02	0.68	0.1	0.1	0.1	0.0	1.1	0.08	0.08	0.00	0.12	0.5	0.21			
ハムソーセ	0.7	3.8	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	2.2	34.0	0.01	0.19	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0.02	0.02	0.00	0.11	0.2	0.09			
その他畜肉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.3	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.01	0.0	0.00			

食品群別	ナイアシン mgNE	ビタミンC			総食物繊維			コレステ ロール mg	マグネシ ウム mg	リン mg	銅 mg	亜鉛 mg	ビタミンD μg	ビタミンE			ビタミンK μg	ビタミンB ₆			ビタミンB ₁₂ μg	葉酸 μg	パントテン酸 mg
		mg	mg	mg	g	g	g							mg				mg					
														一般	補助・強化	総量		水溶性	不溶性	総量			
鳥肉	0.7	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	13.4	2.8	17.9	0.01	0.18	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	0.04	0.04	0.00	0.03	0.9	0.15
鶏肉	0.7	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	13.4	2.8	17.9	0.01	0.18	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	0.04	0.04	0.00	0.03	0.9	0.15
その他の鳥肉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
肉類内臓	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	3.9	0.2	2.5	0.01	0.06	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.19	4.5	0.04
その他の肉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.2	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
鯨肉	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
その他肉・加工品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.2	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	155.0	4.1	66.3	0.03	0.48	0.7	0.4	0.4	0.0	4.5	0.03	0.03	0.00	0.34	13.2	0.50
乳類	0.2	1.3	1.2	0.1	0.0	0.0	0.0	19.4	16.9	156.3	0.02	0.66	0.3	0.2	0.2	0.0	2.5	0.04	0.04	0.00	0.49	7.4	0.77
牛乳・乳製品	0.2	1.3	1.2	0.1	0.0	0.0	0.0	19.4	16.9	156.3	0.02	0.66	0.3	0.2	0.2	0.0	2.5	0.04	0.04	0.00	0.49	7.4	0.77
牛乳	0.1	1.1	1.1	0.0	0.0	0.0	0.0	13.4	11.7	106.4	0.01	0.46	0.3	0.1	0.1	0.0	2.2	0.04	0.04	0.00	0.35	5.4	0.63
チーズ類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0.5	18.4	0.00	0.09	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.08	0.7	0.00
発酵乳・乳酸菌飲料	0.0	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	1.5	3.3	19.8	0.00	0.08	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.01	0.01	0.00	0.04	1.3	0.09
その他乳製品	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	1.3	11.5	0.00	0.04	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.00	0.00	0.00	0.02	0.1	0.05
その他乳類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.2	0.00	0.00	0.0	1.3	1.3	0.0	15.4	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
バター	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
マーガリン	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.0	0.1	0.1	0.0	0.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
植物性油脂	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	1.2	1.2	0.0	14.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
動物性油脂	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
その他油脂	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
菓子類	0.1	0.4	0.3	0.2	0.3	0.1	0.2	10.5	4.2	19.5	0.03	0.16	0.0	0.2	0.2	0.0	0.9	0.01	0.01	0.00	0.02	3.0	0.11
和菓子類	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	2.6	2.1	8.9	0.02	0.10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.01	0.01	0.00	0.01	1.2	0.04
ケーキ・ビス	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	0.3	3.3	0.00	0.02	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.00	0.00	0.00	0.01	0.6	0.02
ビスケット類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.2	1.2	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1	0.01
キャンデー類	0.0	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
その他の菓子	0.0	0.2	0.2	0.0	0.1	0.0	0.1	2.8	1.6	6.1	0.01	0.03	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.00	0.00	0.00	0.01	1.0	0.04
嗜好飲料類	1.8	20.0	17.1	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	17.7	27.8	0.04	0.14	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.07	0.07	0.00	0.05	57.0	0.19
アルコール飲料	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.5	10.0	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.05	4.3	0.06
日本酒	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.7	0.00	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.01	0.01	0.00	0.00	0.0	0.00
ビール	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3	9.1	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.05	4.3	0.06
洋酒その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.2	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
その他の嗜好飲料	1.3	20.0	17.1	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	13.2	17.8	0.04	0.13	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.04	0.03	0.00	0.00	52.7	0.13
茶	0.6	17.1	17.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.6	7.7	0.03	0.01	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.03	0.03	0.00	0.00	52.7	0.12
コーヒー・ココア	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.3	8.4	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.1	0.02
その他の嗜好飲料	0.0	2.9	0.0	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	1.6	0.00	0.11	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
調味料・香辛料類	0.9	0.5	0.5	0.0	0.9	0.2	0.8	5.1	28.3	73.2	0.08	0.40	0.0	0.6	0.6	0.0	7.0	0.07	0.07	0.00	0.13	18.4	0.16
調味料	0.8	0.4	0.4	0.0	0.9	0.2	0.7	5.1	28.0	72.4	0.08	0.40	0.0	0.6	0.6	0.0	6.9	0.07	0.07	0.00	0.13	18.1	0.16
ソース	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0.3	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
しょうゆ	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.2	25.5	0.00	0.14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.03	0.03	0.00	0.02	5.2	0.08
塩	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.0	0.00
マヨネーズ	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.8	0.5	2.0	0.00	0.01	0.0	0.3	0.3	0.0	3.7	0.00	0.00	0.00	0.01	0.1	0.01
味噌	0.2	0.0	0.0	0.0	0.7	0.1	0.6	0.0	10.5	24.4	0.05	0.16	0.0	0.1	0.1	0.0	1.6	0.02	0.02	0.00	0.01	9.2	0.00
その他の調味料	0.4	0.4	0.4	0.0	0.2	0.1	0.1	1.4	6.0	20.2	0.02	0.08	0.0	0.2	0.2	0.0	1.6	0.02	0.02	0.00	0.10	3.6	0.07
香辛料・その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.8	0.00	0.00	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.2	0.00
補助栄養素・特定保健用食品	0.7	18.2	1.1	17.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.4	3.6	0.00	0.01	0.1	1.9	0.1	1.8	0.2	0.46	0.00	0.46	0.00	0.4	0.01

表34-1-1 食品群別摂取量(男女合計) 平均値

単位:g

年齢区分	男女総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
動物性食品	347.5	309.9	523.4	431.5	295.8	313.5	316.4	342.3	351.4	306.0	325.1	311.1	341.3	341.9	279.6
植物性食品	1948.2	953.9	1407.7	1587.1	1668.7	1957.2	1929.3	2186.4	2342.9	2015.4	2081.1	1887.0	2204.7	2320.8	1843.5
穀類	459.4	250.5	423.9	540.7	488.0	503.6	493.3	463.2	470.9	443.1	470.7	496.1	473.0	479.6	428.2
(うち米・米加工品)	371.2	190.4	329.1	444.6	404.8	391.6	401.8	374.4	367.8	380.3	382.3	398.5	380.5	396.5	373.0
(うち小麦・小麦加工品)	78.7	56.1	89.1	87.7	79.6	96.9	82.2	81.8	85.8	56.8	78.2	87.2	81.9	75.5	47.8
いも類	56.8	51.3	70.6	49.8	47.1	59.0	51.9	50.0	63.4	56.4	55.8	53.6	56.6	68.4	53.7
砂糖・甘味料	7.1	5.9	5.5	7.0	5.4	5.3	5.1	7.9	9.7	7.7	7.4	5.3	8.2	9.6	6.7
豆類	58.5	27.6	35.5	43.2	58.3	43.4	56.8	64.5	73.1	69.6	63.6	52.0	67.5	75.9	65.8
種実類	3.4	1.2	4.1	1.4	1.3	2.3	3.2	3.2	4.5	4.4	3.5	2.5	3.8	4.7	4.4
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	381.8	229.0	306.6	290.1	324.9	301.9	315.8	403.6	509.3	425.6	403.2	312.3	439.5	515.5	366.7
野菜類(緑黄色+その他野菜)	348.0	219.0	296.9	248.6	291.8	280.5	286.0	365.4	463.6	382.7	365.7	285.1	399.4	470.8	325.5
(うち緑黄色野菜)	128.0	75.1	90.4	73.1	107.0	96.5	89.8	123.2	189.4	157.7	137.9	95.8	152.2	195.9	124.7
(うちその他野菜)	219.9	144.4	206.4	175.5	184.6	184.4	196.2	242.2	274.2	224.7	227.8	189.4	247.0	274.5	200.8
果実類	103.5	99.5	102.7	68.9	67.2	59.6	62.3	105.4	148.1	123.7	105.5	62.3	117.4	147.3	108.9
(うち生果)	92.8	80.1	89.1	46.4	49.6	40.1	57.2	92.7	141.8	119.3	96.2	49.2	110.0	141.8	103.5
(うちジャム)	1.2	1.0	1.2	0.6	0.7	1.2	0.8	1.1	1.8	1.4	1.3	0.9	1.4	1.9	0.9
(うち果汁)	9.4	18.4	12.3	21.9	16.9	18.3	4.3	11.6	4.5	3.0	8.0	12.1	6.0	3.7	4.6
きのこ	17.3	6.7	18.5	18.5	17.8	13.6	14.0	20.7	17.4	19.4	17.6	14.6	18.8	21.3	15.8
藻類	16.0	7.6	10.6	10.4	18.8	16.7	12.0	18.1	26.0	11.7	17.4	15.2	18.7	18.8	11.9
魚介類	83.5	45.8	53.7	66.2	67.4	72.3	73.8	103.1	105.5	88.8	89.9	71.9	96.4	99.5	86.2
肉類	73.9	42.8	98.5	104.8	83.5	103.4	81.4	79.6	60.6	49.4	71.2	90.1	69.9	57.9	45.9
卵類	37.1	22.6	33.1	50.4	39.4	34.9	42.0	38.7	37.8	35.4	37.7	38.8	39.8	40.7	30.6
乳類	152.0	198.0	335.6	209.0	103.8	102.1	118.1	119.6	146.4	132.1	125.4	109.2	134.2	143.1	116.6
油脂類	11.2	8.1	12.1	12.4	14.1	13.6	12.1	12.7	10.7	8.2	11.2	13.1	11.4	9.8	7.5
菓子類	24.7	18.9	27.5	17.6	20.2	21.2	16.5	21.9	31.8	28.9	25.0	19.0	25.1	34.2	29.4
嗜好飲料類	713.6	181.3	321.0	449.1	509.8	822.0	795.2	905.4	873.3	723.1	800.8	747.4	862.9	840.8	650.7
(うちアルコール飲料類)	102.2	1.4	1.5	0.9	64.7	141.1	125.3	192.6	131.7	71.1	124.3	119.0	144.3	99.0	53.8
(うちその他嗜好飲料)	611.4	179.9	319.5	448.2	445.1	680.9	670.0	712.8	741.6	652.0	676.5	628.5	718.7	741.8	597.0
調味料・香辛料類	81.7	54.1	59.9	73.2	84.3	86.2	83.4	93.5	92.7	76.3	86.1	84.6	88.8	81.5	75.8
補助栄養素・特定保健用食品	14.0	14.0	11.8	6.2	14.5	11.4	10.1	18.8	13.3	16.6	14.6	11.5	14.4	12.8	17.8

注)食品重量は国民健康・栄養調査方式により下記のとおり換算している

- ・米、めん類:米は「めし」重量に換算。麺類は「ゆで」重量に換算
- ・いも類:すべて調理前重量に換算(ただしはるさめは「ゆで」重量)
- ・豆類:すべて調理前重量に換算(ただし凍り豆腐は水戻し後重量)
- ・野菜類:すべて調理前重量に換算(ただし切り干し大根は水戻し後重量)
- ・魚介類、肉類はすべて調理前重量に換算
- ・海藻類乾物はすべて水戻し後重量に換算

表34-1-2 食品群別摂取量(男女合計) 標準偏差

単位:g

年齢区分	男女総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
動物性食品	187.4	143.2	185.1	315.6	184.5	182.7	165.0	166.7	169.6	156.6	168.8	175.5	164.3	157.7	159.2
植物性食品	792.8	301.6	416.5	564.0	695.6	828.2	806.2	801.6	744.5	706.0	784.1	799.2	801.0	773.3	556.4
穀類	193.0	71.7	160.4	245.1	201.9	219.8	207.9	177.1	194.8	163.5	190.5	210.8	190.4	181.6	151.8
(うち米・米加工品)	200.0	84.9	166.1	247.8	221.3	227.2	228.1	182.5	202.2	171.5	199.7	225.8	201.3	196.1	157.1
(うち小麦・小麦加工品)	99.4	45.6	78.6	93.8	100.5	120.3	106.6	113.8	101.1	83.7	103.7	110.8	105.5	93.7	73.7
いも類	65.1	52.6	61.8	54.7	63.6	64.4	57.5	62.9	71.4	70.3	66.4	61.4	66.5	77.6	69.0
砂糖・甘味料	8.7	7.1	6.9	13.1	7.8	7.9	7.0	8.4	9.9	8.4	8.6	7.5	9.0	9.3	7.6
豆類	69.7	34.6	37.7	55.1	84.9	62.8	75.1	72.2	81.0	66.3	73.5	73.0	75.3	76.3	66.4
種実類	13.6	3.7	27.4	6.6	4.7	9.0	10.9	10.2	14.0	12.8	11.6	9.2	11.8	13.8	14.1
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	226.8	144.8	127.7	198.1	185.3	212.4	205.9	210.5	244.0	236.2	234.5	204.0	242.6	250.5	197.3
野菜類(緑黄色+その他野菜)	214.0	139.5	127.0	163.4	186.6	192.2	193.6	204.4	239.5	221.2	222.8	191.1	233.6	242.0	178.7
(うち緑黄色野菜)	121.6	55.8	67.4	72.5	104.3	89.0	110.0	109.7	144.4	138.4	128.5	101.2	135.0	129.3	126.7
(うちその他野菜)	143.2	107.5	94.2	132.9	132.4	131.8	120.1	148.3	160.1	150.6	148.4	126.9	153.9	174.1	128.4
果実類	126.3	102.9	128.7	98.0	112.4	112.9	99.9	116.0	144.9	130.1	128.3	107.3	133.6	150.8	112.4
(うち生果)	116.5	74.3	108.3	59.1	86.9	75.5	94.8	107.4	139.9	129.1	120.8	86.4	129.1	148.2	109.7
(うちジャム)	4.9	2.5	4.0	2.6	3.6	5.6	3.7	5.0	6.2	5.2	5.2	4.5	5.5	6.3	4.0
(うち果汁)	49.3	59.7	58.7	84.3	80.6	76.0	28.0	50.1	26.3	19.6	44.9	62.1	34.2	24.9	24.4
きのこ	28.8	9.0	21.1	27.5	27.8	29.1	21.8	33.1	27.7	34.8	30.3	26.0	32.2	39.0	23.0
藻類	34.1	11.1	20.3	15.0	42.5	39.6	18.7	27.8	56.0	19.1	36.6	33.3	38.2	40.1	21.8
魚介類	69.7	48.2	41.9	54.9	60.8	77.0	61.1	80.8	75.4	62.5	72.2	67.4	73.7	68.6	61.6
肉類	63.0	39.6	62.2	71.5	62.6	75.6	65.6	62.4	54.9	48.9	62.4	69.6	59.8	50.2	48.0
卵類	34.9	28.3	29.4	44.9	43.8	39.3	32.7	36.8	31.4	33.0	35.0	37.7	33.9	32.6	31.0
乳類	161.4	127.2	157.0	283.2	146.0	132.7	148.4	131.3	145.9	131.7	138.9	141.9	140.3	132.5	132.1
油脂類	9.1	6.1	7.7	9.5	10.5	9.9	10.6	9.0	8.9	7.9	9.4	10.3	9.3	8.4	7.5
菓子類	46.0	35.7	56.5	37.7	43.2	56.6	33.8	40.4	49.4	44.8	45.6	45.4	43.9	53.8	43.3
嗜好飲料類	578.7	184.8	308.8	437.8	496.8	632.3	573.8	667.8	563.9	500.9	584.9	593.3	603.5	543.0	419.9
(うちアルコール飲料類)	266.5	1.5	1.8	2.8	210.5	302.7	259.2	363.7	327.3	186.2	289.6	268.7	316.2	224.8	144.1
(うちその他嗜好飲料)	504.5	184.5	309.1	437.9	444.6	587.8	496.1	584.9	453.0	472.8	512.6	530.2	523.7	515.0	381.7
調味料・香辛料類	70.1	49.3	32.0	79.2	78.2	77.9	91.5	71.9	72.3	56.5	73.0	83.7	74.2	59.6	60.4
補助栄養素・特定保健用食品	45.2	36.1	43.6	31.0	53.5	53.7	34.6	51.3	45.1	43.4	46.4	46.5	44.0	35.4	47.2

表34-1-3 食品群別摂取量(男女合計) 標準誤差

単位:g

年齢区分	男女総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
動物性食品	8.9	23.0	21.0	45.7	22.5	18.7	18.7	11.1	14.7	13.8	8.4	10.6	9.2	15.6	14.4
植物性食品	40.7	46.3	46.0	90.2	90.1	88.1	75.7	68.5	69.3	64.8	42.6	45.7	42.6	69.4	53.9
穀類	10.6	11.1	23.2	42.2	22.0	18.9	20.6	14.0	16.0	13.8	10.1	11.8	12.0	17.6	15.0
(うち米・米加工品)	12.2	12.6	28.5	41.9	26.7	18.7	25.9	15.1	18.5	15.9	12.6	15.3	14.3	18.0	16.8
(うち小麦・小麦加工品)	4.7	7.7	11.4	14.9	9.4	9.8	11.7	10.2	7.1	7.8	5.4	7.1	6.2	8.0	7.9
いも類	3.4	7.7	11.0	6.1	9.7	6.1	6.2	6.2	5.6	5.8	3.4	3.5	3.8	7.4	5.8
砂糖・甘味料	0.4	1.0	0.8	1.7	0.8	0.7	0.8	0.8	0.7	0.6	0.4	0.5	0.5	0.7	0.7
豆類	2.8	5.4	5.0	10.7	9.4	5.9	7.5	5.3	6.3	4.7	2.9	3.8	3.4	5.1	7.0
種実類	0.6	0.7	2.9	0.8	0.5	0.8	1.2	0.8	1.0	0.9	0.5	0.6	0.6	1.0	1.2
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	13.0	25.0	19.7	25.4	19.0	18.9	22.5	19.1	26.8	21.7	14.6	13.6	16.5	24.3	21.0
野菜類(緑黄色+その他野菜)	12.3	23.5	20.0	20.7	19.0	18.3	22.3	18.0	25.1	20.3	13.5	13.2	14.8	22.8	19.6
(うち緑黄色野菜)	5.9	8.5	8.2	10.2	11.9	10.0	13.4	9.8	14.5	8.9	6.7	6.9	7.5	10.3	9.9
(うちその他野菜)	8.1	18.2	14.9	17.2	16.8	12.4	12.1	13.2	16.2	14.0	8.7	8.8	9.8	16.3	13.6
果実類	5.9	14.0	15.4	15.4	13.7	10.9	10.2	11.4	10.7	10.7	6.1	6.5	6.9	11.1	11.4
(うち生果)	5.5	10.9	14.2	9.7	10.1	7.3	9.2	10.6	10.6	10.7	5.7	5.4	6.6	10.9	11.4
(うちジャム)	0.2	0.3	0.5	0.4	0.6	0.5	0.3	0.4	0.4	0.4	0.2	0.3	0.3	0.5	0.3
(うち果汁)	1.5	7.7	4.5	11.7	8.8	8.2	2.2	4.1	2.1	1.3	1.8	3.6	1.7	2.1	2.1
きのこ	1.6	1.2	3.4	4.6	3.1	3.2	2.1	2.8	1.9	2.9	1.7	1.8	1.8	3.7	2.0
藻類	1.3	2.4	2.4	2.2	5.3	3.3	2.2	1.9	4.9	1.3	1.4	1.9	1.9	2.9	2.0
魚介類	3.4	9.0	5.3	8.6	6.9	7.6	6.4	6.2	5.7	5.0	3.3	4.3	4.1	6.7	5.0
肉類	2.8	6.8	6.0	10.9	7.6	7.9	5.9	5.6	4.6	4.2	2.8	3.7	3.2	5.2	4.2
卵類	1.5	4.8	3.0	6.0	5.3	3.9	3.3	3.3	2.7	2.7	1.7	2.3	1.7	2.6	2.7
乳類	7.6	21.0	15.8	41.2	16.3	13.2	14.9	9.8	11.3	10.2	7.2	8.1	7.8	10.4	11.5
油脂類	0.4	0.9	0.8	1.5	1.0	0.9	1.3	0.6	0.8	0.6	0.5	0.7	0.5	0.7	0.7
菓子類	1.7	4.9	8.5	4.3	5.5	4.7	2.1	2.8	3.1	3.0	1.5	2.4	1.7	4.1	3.5
嗜好飲料類	25.5	27.8	36.3	61.7	59.8	64.5	46.3	50.7	35.7	36.7	27.7	34.3	29.9	40.5	39.3
(うちアルコール飲料類)	6.9	0.2	0.3	0.5	29.7	25.5	21.8	19.3	22.3	13.6	8.0	16.2	9.8	14.2	9.7
(うちその他嗜好飲料)	25.5	27.8	36.3	61.7	59.8	64.5	46.3	50.7	35.7	36.7	27.7	34.3	26.9	40.5	39.3
調味料・香辛料類	3.2	11.4	3.3	11.2	7.5	6.8	10.9	5.6	5.7	4.0	3.3	5.3	3.8	5.3	5.0
補助栄養素・特定保健用食品	1.8	6.0	4.2	4.3	7.1	4.1	3.0	4.3	3.6	3.0	2.0	2.9	2.2	2.3	3.9

表34-2-1 食品群別摂取量(男性) 平均値

単位:g

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
動物性食品	380.9	322.7	557.9	537.9	334.3	350.8	338.1	363.1	398.8	331.0	355.5	342.0	372.9	390.6	291.0
植物性食品	2120.4	930.7	1499.6	1866.0	1843.3	2268.7	2174.1	2329.3	2557.6	2208.1	2279.4	2130.1	2400.3	2514.7	1981.8
穀類	544.5	243.3	473.0	696.6	585.9	608.0	615.4	550.7	571.8	509.7	563.6	605.5	568.9	572.3	485.6
(うち米・米加工品)	449.3	172.8	378.1	598.5	507.9	495.4	513.3	460.7	451.0	433.4	467.1	505.3	467.5	481.4	416.1
(うち小麦・小麦加工品)	85.0	63.9	92.0	97.5	77.3	97.5	91.6	80.9	100.1	67.7	84.9	90.4	88.8	83.2	59.7
いも類	60.7	59.7	78.8	67.1	57.0	72.2	55.9	48.5	61.5	58.2	58.3	62.3	57.2	68.4	51.2
砂糖・甘味料	7.1	5.6	5.2	7.1	5.7	4.8	4.2	7.7	10.7	8.2	7.4	4.8	8.2	9.8	7.4
豆類	59.1	27.3	39.2	31.2	61.6	54.4	60.9	69.8	67.4	66.9	64.8	58.7	67.0	69.5	65.8
種実類	3.3	1.1	5.9	2.8	1.1	2.9	2.4	2.1	4.0	4.5	3.2	2.3	3.0	3.1	5.2
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	391.1	230.5	322.7	300.6	338.7	324.6	323.3	387.7	523.5	461.6	413.5	327.5	449.1	563.7	373.1
野菜類(緑黄色+その他野菜)	356.6	220.4	307.2	264.4	305.8	300.6	301.4	350.2	477.9	411.6	375.4	302.2	409.3	512.7	326.7
(うち緑黄色野菜)	127.0	71.6	92.6	65.1	111.5	114.0	94.9	102.5	181.3	173.9	137.5	106.1	147.8	204.5	126.2
(うちその他野菜)	229.6	149.4	214.5	199.3	194.2	186.9	206.5	247.4	296.6	237.4	237.8	196.2	261.3	307.8	200.4
果実類	93.6	103.2	90.9	54.8	57.0	56.9	57.3	87.3	136.9	120.0	95.3	57.1	103.5	127.0	114.9
(うち生果)	83.8	79.9	80.8	47.0	46.9	31.1	51.1	75.4	132.9	116.4	86.2	42.6	96.9	123.3	109.8
(うちジャム)	1.2	0.9	1.1	1.0	0.7	1.7	1.1	1.1	1.3	1.4	1.3	1.2	1.2	1.6	1.3
(うち果汁)	8.6	22.4	8.9	6.9	9.4	24.1	5.1	10.7	2.7	2.2	7.8	13.3	5.3	2.2	3.8
きのこ	18.2	6.6	19.8	16.2	18.2	18.7	14.1	19.7	16.7	22.4	18.8	16.8	19.1	23.0	17.5
藻類	16.6	7.5	7.3	9.2	15.7	21.5	13.5	19.8	27.3	12.5	18.6	17.0	19.9	24.1	11.8
魚介類	93.7	40.7	57.5	67.9	73.1	86.9	84.4	120.3	125.7	95.5	102.6	82.6	112.2	114.9	89.1
肉類	88.2	50.0	108.9	123.2	100.4	124.6	101.3	94.5	73.2	57.8	86.3	109.9	84.3	70.4	52.8
卵類	39.6	18.1	36.0	63.3	42.6	36.2	42.3	42.6	41.9	36.8	40.2	40.1	43.1	43.7	28.6
乳類	158.1	213.5	352.1	282.8	115.9	102.4	108.9	104.3	156.7	140.8	125.4	108.2	132.2	160.9	120.3
油脂類	12.6	9.5	12.5	15.2	15.0	15.4	14.7	13.6	12.2	9.1	12.7	15.0	12.8	10.6	8.1
菓子類	20.0	12.9	17.4	19.0	24.0	19.5	9.2	13.3	26.5	28.1	20.8	16.6	19.4	29.1	26.4
嗜好飲料類	788.3	155.8	351.3	550.9	550.1	960.7	901.0	990.2	969.8	810.4	890.7	839.0	956.2	905.4	721.2
(うちアルコール飲料類)	175.7	1.3	1.6	0.9	63.4	202.4	206.6	324.9	273.9	136.0	215.8	170.5	260.3	174.5	110.1
(うちその他嗜好飲料)	167.6	154.5	349.6	550.0	486.7	758.3	694.4	665.3	695.9	674.4	674.9	668.5	696.0	730.8	611.0
調味料・香辛料類	51.6	52.6	59.4	91.7	97.7	100.2	96.9	101.4	112.2	81.5	97.7	98.3	101.5	95.5	77.9
補助栄養素・特定保健用食品	14.6	17.0	18.6	4.3	20.5	12.1	3.7	19.6	16.9	13.0	14.5	10.9	13.9	10.0	15.6

表34-2-2 食品群別摂取量(男性) 標準偏差

単位:g

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
動物性食品	204.6	147.2	192.8	386.4	199.1	199.6	179.3	172.7	187.2	164.0	181.2	190.9	174.9	163.9	169.5
植物性食品	876.6	279.9	464.6	577.2	743.2	861.8	1014.1	844.3	813.2	789.1	859.6	908.1	894.0	843.1	567.5
穀類	207.1	52.0	149.7	230.4	196.3	236.9	225.1	177.3	201.6	168.4	199.4	222.1	197.6	185.0	150.1
うち米・米加工品	221.2	73.2	156.8	242.2	216.2	259.8	254.0	188.9	227.7	182.7	217.9	246.4	219.1	210.9	158.6
うち小麦・小麦加工品	109.4	53.9	78.3	112.9	89.1	141.8	124.6	121.5	113.0	94.9	114.8	123.7	116.6	98.9	87.5
いも類	66.5	52.4	67.4	60.0	70.9	74.0	59.3	68.0	61.8	70.4	67.3	67.9	67.1	75.7	59.4
砂糖・甘味料	9.0	7.3	6.7	15.0	8.7	6.6	6.5	8.0	11.2	9.0	9.0	7.1	9.3	9.8	9.2
豆類	70.9	37.4	38.8	43.3	68.0	77.7	93.7	83.6	72.4	59.2	75.2	81.7	78.3	69.2	61.4
種実類	15.5	3.5	37.6	9.5	4.1	12.1	8.2	8.6	12.1	14.0	11.1	9.2	9.8	9.6	16.9
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	240.5	161.6	139.4	178.0	193.7	244.6	248.0	214.2	245.8	262.4	250.6	233.5	259.9	255.6	206.1
野菜類(緑黄色+その他野菜)	230.0	153.3	139.0	179.0	198.7	213.7	242.5	210.3	247.8	248.6	240.2	220.5	252.4	247.9	193.8
(うち緑黄色野菜)	129.5	58.1	68.5	68.5	99.6	107.2	130.2	100.8	162.7	153.6	138.0	114.6	146.6	136.7	137.2
(うちその他野菜)	152.6	119.3	96.2	142.2	138.6	131.9	142.6	162.5	164.9	163.6	158.9	137.1	165.2	181.0	140.8
果実類	121.6	117.9	119.1	63.5	99.3	110.1	103.9	111.2	139.1	131.2	124.2	104.6	127.6	130.0	124.5
(うち生果)	113.2	83.2	104.9	58.4	87.7	76.4	95.0	98.9	137.4	128.7	117.5	86.6	122.9	129.3	119.8
(うちジャム)	5.0	2.3	3.8	3.4	3.5	7.3	4.6	6.1	4.4	5.0	5.3	5.6	5.1	5.1	5.0
(うち果汁)	48.3	67.6	54.4	33.7	56.0	88.3	28.2	55.0	21.6	18.7	46.8	63.4	35.9	21.4	24.7
きのこ	31.5	9.2	20.1	24.4	26.9	39.6	23.7	32.5	27.9	41.5	33.6	31.2	34.8	44.0	25.7
藻類	34.0	12.5	13.2	16.2	23.7	52.0	19.6	28.0	55.5	20.2	36.8	36.0	37.0	54.6	23.3
魚介類	79.0	49.1	47.5	62.4	60.1	90.2	71.4	91.3	85.6	67.6	81.5	76.4	84.1	75.5	62.5
肉類	69.1	44.4	53.9	74.8	71.8	88.4	76.4	66.9	58.3	53.6	70.3	80.4	65.8	56.4	52.0
卵類	37.7	24.7	29.1	51.2	50.0	45.5	35.1	38.9	33.7	32.2	37.7	42.9	35.8	32.8	27.7
乳類	182.0	132.0	175.8	366.4	176.0	146.0	156.4	133.8	166.5	142.4	151.9	156.7	151.9	145.1	142.9
油脂類	9.9	5.8	8.4	10.4	10.2	10.8	12.1	9.4	9.7	8.9	10.2	11.1	10.1	8.8	8.4
菓子類	43.5	25.3	32.9	43.6	54.8	65.7	21.9	37.0	44.2	44.8	45.5	50.4	40.0	50.4	41.5
嗜好飲料類	657.0	172.8	365.0	454.7	498.4	705.3	690.4	729.5	668.2	583.2	665.8	672.2	693.9	624.4	473.6
(うちアルコール飲料類)	346.3	1.6	1.7	1.9	161.3	334.5	338.4	450.9	460.7	253.7	372.8	308.0	415.6	297.6	204.2
(うちその他嗜好飲料)	314.5	172.7	365.3	455.0	479.6	668.0	569.0	602.6	439.4	544.1	553.9	595.5	560.3	575.6	413.6
調味料・香辛料類	76.6	46.9	26.7	106.1	78.1	90.8	113.2	82.9	92.7	61.8	86.0	96.8	89.2	71.6	67.9
補助栄養素・特定保健用食品	48.8	37.9	57.1	20.4	68.9	60.0	16.0	53.3	52.9	39.9	49.4	51.0	45.2	33.2	45.1

表34-2-3 食品群別摂取量(男性) 標準誤差

単位:g

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
動物性食品	11.5	33.3	28.0	75.5	36.0	22.5	27.4	13.0	21.7	19.7	11.5	14.8	12.3	18.5	19.9
植物性食品	47.8	57.2	67.8	118.7	111.5	125.0	115.4	91.8	93.6	91.4	54.1	73.5	55.4	88.2	75.0
穀類	13.2	9.0	28.1	46.5	32.6	32.4	28.0	16.0	27.7	16.0	12.9	19.1	15.5	23.0	17.4
(うち米・米加工品)	15.6	11.4	31.3	50.4	33.5	37.6	35.2	20.4	31.4	18.8	16.1	23.7	18.9	24.6	22.1
(うち小麦・小麦加工品)	5.7	11.1	11.9	26.6	11.7	15.7	17.7	14.0	11.6	9.7	6.9	9.1	8.6	8.6	11.4
いも類	3.9	8.0	16.4	12.1	13.9	9.0	8.2	7.6	4.6	8.2	3.7	5.0	3.9	7.7	6.3
砂糖・甘味料	0.5	1.4	0.9	3.0	1.1	0.8	0.8	0.8	1.0	0.9	0.4	0.5	0.6	1.0	1.2
豆類	3.0	6.8	6.5	8.5	8.4	8.9	12.1	7.5	8.0	5.5	3.2	6.1	4.2	7.2	7.7
種実類	0.7	0.7	4.8	1.8	0.7	1.4	0.9	0.8	1.2	1.2	0.5	0.6	0.5	1.0	2.0
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	15.9	36.9	29.1	32.2	31.7	32.4	33.2	22.0	32.9	29.7	17.9	20.0	20.0	28.1	23.0
野菜類(緑黄色+その他野菜)	15.3	35.3	29.3	33.5	32.7	28.4	33.2	20.3	33.7	29.7	17.4	19.5	18.8	28.3	26.7
(うち緑黄色野菜)	7.1	10.9	10.7	13.1	15.2	15.6	17.2	9.9	19.7	13.6	8.5	9.4	9.7	13.6	13.1
(うちその他野菜)	9.8	28.9	21.4	25.9	24.3	17.1	18.6	16.6	21.6	19.2	10.9	12.0	12.0	21.1	20.1
果実類	5.8	21.4	16.7	11.0	24.3	12.5	13.4	13.2	13.2	10.4	6.5	8.7	7.4	13.5	14.5
(うち生果)	4.9	15.1	14.8	9.9	17.0	9.9	11.9	11.7	13.1	10.1	5.7	7.1	6.6	13.1	13.5
(うちジャム)	0.2	0.4	0.5	0.7	0.6	1.0	0.6	0.6	0.5	0.4	0.3	0.5	0.3	0.6	0.6
(うち果汁)	2.1	11.2	7.1	6.9	7.9	11.1	3.4	5.3	2.2	1.8	2.3	4.6	2.0	2.2	3.1
きのこ	1.9	1.7	3.4	4.0	3.9	6.2	2.7	3.3	2.4	4.3	2.2	2.8	2.2	4.8	3.9
藻類	1.3	3.0	1.8	3.3	3.2	6.4	2.9	2.3	6.1	1.7	1.5	2.7	2.3	6.2	2.9
魚介類	4.2	9.9	6.9	14.3	9.9	10.3	9.8	7.9	8.7	6.4	4.4	5.9	5.8	9.0	6.7
肉類	3.6	8.9	7.5	12.2	12.1	11.3	10.7	7.1	6.4	5.9	3.7	6.4	4.5	7.4	6.4
卵類	2.2	4.3	4.1	11.1	7.7	5.7	4.4	3.9	4.0	3.1	2.5	3.4	2.5	3.8	3.0
乳類	10.4	30.0	24.0	75.8	28.3	17.5	22.2	11.9	20.3	15.2	9.9	11.6	11.1	16.2	16.8
油脂類	0.5	1.2	1.2	2.4	1.2	1.3	1.8	0.6	1.3	0.9	0.5	0.8	0.6	0.9	0.9
菓子類	2.1	4.4	4.9	8.7	8.8	8.5	2.5	3.7	4.0	3.5	2.4	4.4	2.4	4.8	3.9
嗜好飲料類	34.3	36.1	60.0	95.5	77.8	106.5	78.8	77.6	69.8	60.1	39.5	56.1	43.0	71.0	53.8
(うちアルコール飲料類)	12.1	0.3	0.3	0.4	35.3	38.7	44.0	37.3	45.9	24.6	14.7	26.7	18.7	26.1	19.8
(うちその他嗜好飲料)	27.6	36.1	60.0	95.5	78.0	92.6	64.9	65.5	41.9	48.5	31.9	46.2	32.3	57.6	50.3
調味料・香辛料類	4.1	10.6	4.1	21.2	12.4	11.3	15.6	9.0	8.6	5.4	4.4	7.3	5.5	8.1	7.3
補助栄養素・特定保健用食品	2.1	8.3	7.0	4.2	11.1	7.0	1.8	6.4	6.2	3.5	2.1	3.6	2.6	2.5	6.0

表34-3-1 食品群別摂取量(女性) 平均値

単位:g

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	29	57	24	39	61	62	100	99	117	559	178	364	111	97
動物性食品	318.5	296.0	492.3	336.9	245.7	280.1	299.5	322.0	317.2	285.4	299.1	283.0	314.3	299.8	271.8
植物性食品	1796.8	978.9	1324.6	1339.1	1441.6	1677.9	1739.6	2046.4	2187.8	1856.6	1911.6	1665.8	2037.6	2153.0	1748.0
穀類	385.3	258.3	379.5	402.2	360.8	410.0	398.6	377.5	397.9	388.2	391.3	396.6	391.1	399.5	388.5
(うち米・米加工品)	303.3	209.3	284.7	307.8	270.7	298.5	315.3	289.8	307.6	336.5	309.7	301.4	306.1	323.0	343.2
(うち小麦・小麦加工品)	73.1	47.8	86.6	79.1	82.5	96.3	74.9	82.6	75.4	47.8	72.6	84.3	76.1	68.8	39.7
いも類	53.4	42.3	63.1	34.5	34.1	47.2	48.8	51.4	64.8	54.9	53.7	45.7	56.1	68.5	55.5
砂糖・甘味料	7.1	6.3	5.7	7.0	5.0	5.8	5.9	8.1	9.0	7.3	7.3	5.7	8.1	9.4	6.2
豆類	58.1	27.9	32.1	53.8	53.9	33.5	53.5	59.3	77.2	71.9	62.6	46.0	67.9	81.4	65.8
種実類	3.5	1.4	2.5	0.2	1.7	1.8	3.8	4.3	4.8	4.3	3.9	2.7	4.4	6.0	3.9
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	373.7	227.4	292.0	280.8	306.9	281.5	310.0	419.2	499.1	395.9	394.5	298.6	431.3	473.9	362.4
野菜類(緑黄色+その他野菜)	340.5	217.5	287.5	234.6	273.6	262.5	274.1	380.3	453.3	358.8	357.5	269.6	390.9	434.6	324.7
(うち緑黄色野菜)	128.9	78.9	88.4	80.2	101.0	80.7	85.8	143.5	195.3	144.4	138.3	86.4	156.0	188.5	123.6
(うちその他野菜)	211.5	139.0	199.1	154.4	172.0	182.0	188.2	237.0	257.9	214.2	219.2	183.1	234.8	245.7	201.1
果実類	112.1	95.5	113.4	81.4	80.4	62.0	66.1	123.1	156.1	126.7	114.2	67.0	129.3	164.9	104.8
(うち生果)	100.7	80.4	96.7	46.0	53.1	48.2	62.0	109.7	148.2	121.7	104.8	55.2	121.2	157.8	99.1
(うちジャム)	1.2	1.1	1.4	0.3	0.7	0.8	0.6	1.0	2.2	1.4	1.3	0.7	1.6	2.2	0.6
(うち果汁)	10.1	14.1	15.4	35.2	26.6	13.1	3.6	12.4	5.7	3.7	8.1	11.1	6.5	4.9	5.1
きのこ	16.5	6.7	17.3	20.5	17.4	8.9	14.0	21.6	18.0	16.8	16.6	12.6	18.5	19.8	14.7
藻類	15.5	7.7	13.6	11.4	22.9	12.4	10.8	16.5	25.1	11.0	16.2	13.4	17.6	14.2	11.9
魚介類	74.6	51.3	50.2	64.7	60.0	59.2	65.7	86.3	90.9	83.3	79.0	62.2	82.9	86.2	84.2
肉類	61.4	35.1	89.1	88.5	61.5	84.3	65.9	64.9	51.4	42.5	58.2	72.2	57.6	47.2	41.2
卵類	34.9	27.5	30.4	39.0	35.2	33.7	41.8	35.0	34.8	34.2	35.6	37.6	36.9	38.0	32.1
乳類	146.6	181.3	320.7	143.4	88.0	101.9	125.3	134.6	139.0	125.0	125.4	110.0	135.9	127.8	114.0
油脂類	10.0	6.6	11.8	10.0	13.1	12.0	10.0	11.7	9.7	7.4	10.0	11.3	10.1	9.1	7.2
菓子類	28.7	25.2	36.7	16.4	15.2	22.8	22.2	30.4	35.7	29.7	28.6	21.2	30.0	38.7	31.5
嗜好飲料類	648.6	208.7	293.7	358.7	457.3	697.5	713.3	822.3	803.5	651.2	723.9	664.1	783.2	784.9	602.1
(うちアルコール飲料類)	38.3	1.5	1.4	1.0	66.3	86.1	62.3	63.0	28.9	17.7	46.0	72.1	45.2	33.6	14.8
(うちその他嗜好飲料)	133.2	207.2	292.3	357.6	391.0	611.4	651.0	759.3	774.7	633.5	677.8	592.1	738.0	751.3	587.3
調味料・香辛料類	39.0	55.7	60.4	56.8	66.8	73.6	73.0	85.6	78.6	72.0	76.2	72.2	77.9	69.3	74.3
補助栄養素・特定保健用食品	13.4	10.8	5.6	7.8	6.6	10.8	15.0	18.1	10.7	19.5	14.7	12.0	14.8	15.2	19.4

表34-3-2 食品群別摂取量(女性) 標準偏差

単位:g

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	29	57	24	39	61	62	100	99	117	559	178	364	111	97
動物性食品	165.9	140.3	173.4	199.3	152.5	160.3	151.9	158.9	147.2	147.7	152.8	155.6	149.8	139.8	152.0
植物性食品	677.5	326.9	350.9	425.9	562.7	691.2	531.7	734.9	650.8	586.1	668.7	608.2	669.2	666.9	530.7
穀類	143.4	88.6	157.9	162.0	124.4	152.6	131.5	128.7	153.2	137.4	140.3	139.1	139.1	135.0	140.6
(うち米・米加工品)	149.5	93.6	163.0	157.7	143.7	139.7	160.4	129.2	156.8	148.6	148.4	150.0	149.0	147.8	149.8
(うち小麦・小麦加工品)	89.5	33.4	79.3	74.0	115.2	98.4	90.3	106.3	90.6	72.3	92.9	97.8	94.8	88.9	61.7
いも類	63.7	52.3	55.7	45.3	50.8	52.2	56.3	57.9	77.8	70.5	65.6	53.8	66.1	79.5	75.2
砂糖・甘味料	8.3	7.0	7.2	11.5	6.6	9.0	7.4	8.8	8.8	7.8	8.3	7.9	8.7	8.9	6.4
豆類	68.8	32.0	36.5	62.6	103.9	43.7	57.0	58.7	86.7	71.7	72.1	63.6	72.7	81.9	70.0
種実類	11.6	4.0	12.7	0.8	5.5	4.9	12.7	11.5	15.2	11.9	12.0	9.3	13.3	16.6	11.7
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	213.9	127.5	115.3	217.4	175.4	178.1	167.5	206.6	243.1	208.4	219.7	172.5	226.9	239.3	192.0
野菜類(緑黄色+その他野菜)	198.9	125.8	115.5	150.2	171.2	170.2	145.4	198.3	233.6	193.5	206.6	158.9	216.2	231.8	168.6
(うち緑黄色野菜)	114.3	54.1	66.8	76.4	111.7	65.5	92.1	114.7	130.0	123.3	120.0	86.6	124.3	122.6	119.6
(うちその他野菜)	133.9	95.1	92.6	122.7	125.2	132.6	99.5	133.5	155.0	138.7	138.3	116.9	142.6	163.4	119.9
果実類	129.8	86.0	136.9	120.7	128.0	116.2	97.1	118.5	148.9	129.7	131.2	109.8	137.7	165.3	103.8
(うち生果)	118.8	65.1	111.5	60.9	87.2	74.2	94.9	113.1	141.9	129.7	123.1	86.0	133.3	161.6	102.6
(うちジャム)	4.8	2.8	4.2	1.3	3.8	3.3	2.7	3.7	7.2	5.4	5.1	3.1	5.8	7.1	3.1
(うち果汁)	50.1	50.8	62.7	110.8	104.6	63.2	28.0	45.0	29.3	20.3	43.3	61.0	32.7	27.5	24.3
きのこ	26.3	8.9	22.1	30.4	29.5	13.2	20.4	33.8	27.6	28.1	27.0	20.1	29.8	34.2	20.9
藻類	34.2	9.7	24.7	14.1	58.9	23.2	18.0	27.6	56.6	18.2	36.5	30.6	39.2	19.6	20.8
魚介類	59.0	47.5	36.0	48.4	61.9	60.6	50.6	65.2	63.6	57.5	61.1	56.3	60.4	59.2	61.1
肉類	54.3	32.9	67.8	65.5	39.4	56.1	51.3	54.0	50.6	43.6	51.4	52.1	51.1	41.5	44.7
卵類	32.2	31.6	29.6	35.5	34.7	33.0	31.0	34.4	29.5	33.7	32.4	32.4	31.9	32.3	33.1
乳類	140.9	122.1	137.6	161.3	94.4	120.6	142.4	127.7	129.1	122.3	126.8	127.4	129.8	119.2	124.7
油脂類	8.3	6.1	7.0	8.2	11.0	8.8	8.8	8.6	8.1	6.9	8.5	9.3	8.3	8.0	6.8
菓子類	47.8	43.9	70.5	32.3	19.7	47.4	39.9	42.0	52.7	45.0	45.3	40.4	46.5	56.5	44.5
嗜好飲料類	492.2	196.4	247.1	409.4	498.1	533.9	451.8	593.1	464.8	409.4	493.3	498.4	501.2	456.9	373.3
(うちアルコール飲料類)	140.7	1.5	1.9	3.5	264.2	261.4	149.1	172.1	82.0	64.1	153.6	217.6	129.4	94.2	53.3
(うちその他嗜好飲料)	241.2	195.9	247.4	409.4	395.9	500.2	434.1	566.2	461.3	405.9	474.8	461.6	490.1	458.7	359.8
調味料・香辛料類	52.6	52.6	36.4	38.7	76.1	62.2	69.4	58.7	48.7	51.6	57.9	67.6	56.3	43.5	54.8
補助栄養素・特定保健用食品	41.9	34.6	25.2	38.4	19.5	47.7	43.4	49.6	38.5	46.0	43.8	42.1	43.0	37.2	48.8

表34-3-3 食品群別摂取量(女性) 標準誤差

単位:g

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	29	57	24	39	61	62	100	99	117	559	178	364	111	97
動物性食品	8.7	29.1	23.8	34.3	20.2	19.5	19.4	15.4	15.2	12.5	8.1	12.1	9.6	15.7	13.7
植物性食品	38.9	71.2	46.9	76.1	99.7	93.4	62.7	71.8	58.3	54.0	37.7	45.6	38.2	67.7	61.1
穀類	9.9	20.5	25.2	36.1	22.0	17.8	18.5	12.5	13.5	15.4	9.8	12.2	10.7	14.2	17.4
(うち米・米加工品)	10.4	22.1	31.4	31.2	23.7	15.5	21.7	11.8	15.3	15.8	11.0	13.6	11.7	15.9	18.6
(うち小麦・小麦加工品)	4.7	7.3	15.7	15.3	18.6	11.8	9.7	10.2	7.7	8.2	5.1	7.9	5.3	10.8	7.2
いも類	3.3	9.6	7.4	9.6	9.3	5.3	6.7	6.7	7.9	6.4	3.5	3.9	4.2	8.7	8.3
砂糖・甘味料	0.5	1.2	1.1	1.7	1.2	1.1	1.0	1.1	0.8	0.6	0.5	0.7	0.5	0.9	0.7
豆類	3.5	6.7	5.5	14.3	19.5	5.1	6.1	5.7	6.2	6.5	3.7	3.9	3.6	6.1	9.3
種実類	0.6	0.8	1.4	0.1	0.9	0.6	1.5	1.0	1.2	0.9	0.6	0.7	0.9	1.4	1.0
野菜類(野菜ジュースと漬け物含む)	11.8	25.0	16.3	44.4	21.6	20.1	19.1	22.6	24.3	19.4	12.9	12.3	14.9	23.7	24.3
野菜類(緑黄色+その他野菜)	10.8	23.0	16.6	29.5	22.1	21.0	18.4	19.9	21.1	17.0	11.4	12.2	12.5	21.7	19.9
(うち緑黄色野菜)	5.5	10.5	9.1	15.9	16.6	9.0	12.1	11.1	11.9	8.7	5.9	6.7	6.5	11.0	11.0
(うちその他野菜)	7.2	16.5	12.2	21.1	22.0	16.2	11.7	13.8	13.7	12.3	7.8	9.2	8.9	15.0	13.1
果実類	6.8	17.0	21.1	25.7	21.1	13.2	10.8	12.7	11.4	12.6	6.5	8.2	7.5	13.3	13.1
(うち生果)	6.5	14.8	18.6	13.7	14.8	8.3	10.1	12.8	11.3	12.8	6.4	6.3	7.6	13.3	13.3
(うちジャム)	0.2	0.5	0.7	0.3	0.7	0.4	0.3	0.4	0.6	0.5	0.3	0.3	0.4	0.7	0.3
(うち果汁)	1.6	9.6	6.3	22.4	18.7	7.6	3.1	4.5	2.3	1.9	1.8	4.5	1.7	2.5	2.8
きのこ	1.6	1.7	4.1	7.6	4.7	1.7	1.9	3.3	2.1	2.2	1.5	1.4	1.8	3.7	1.9
藻類	1.5	1.9	3.9	2.9	10.9	2.3	2.2	2.7	4.8	1.5	1.5	2.4	1.8	1.4	2.2
魚介類	3.3	9.8	5.8	9.7	9.1	8.0	6.2	6.5	5.6	5.2	3.1	4.7	2.9	6.4	5.9
肉類	2.5	7.1	6.4	13.8	6.6	6.5	6.3	5.1	4.1	3.3	2.5	4.2	2.8	4.8	4.1
卵類	1.5	7.0	3.3	5.1	5.7	4.3	3.2	3.4	2.4	3.2	1.5	2.6	1.5	2.8	3.7
乳類	7.1	27.9	20.4	27.7	13.7	14.7	18.3	12.8	11.5	10.3	7.0	9.8	8.5	12.6	11.3
油脂類	0.4	1.5	0.9	1.2	1.8	1.0	1.0	0.9	0.7	0.6	0.5	0.7	0.5	0.7	0.8
菓子類	2.3	8.7	13.1	4.8	3.7	5.7	3.8	3.6	4.4	3.6	1.6	2.7	2.0	5.8	4.4
嗜好飲料類	27.5	39.4	31.7	76.9	87.0	77.0	53.3	61.1	39.7	38.5	28.5	40.6	29.3	44.4	48.8
(うちアルコール飲料類)	7.4	0.3	0.3	0.8	49.9	28.7	21.3	15.1	8.5	4.8	8.7	21.7	9.0	8.9	5.1
(うちその他嗜好飲料)	26.8	39.3	31.8	77.2	67.5	73.5	51.4	59.2	39.9	37.7	27.5	39.7	29.5	42.6	47.0
調味料・香辛料類	55.7	52.6	36.4	38.7	76.1	62.2	69.4	58.7	48.7	51.6	57.9	67.6	3.3	43.5	54.8
補助栄養素・特定保健用食品	2.1	6.2	3.3	7.5	3.6	5.6	5.1	4.2	2.5	4.3	2.5	3.4	2.6	3.6	5.0

食品群別摂取量（詳細分類）

表35-1-1 食品群別摂取量(男女合計) 平均値

単位:g

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
パン類(菓子パン含む)	27.8	31.3	51.0	31.5	24.2	26.9	23.7	27.9	29.9	17.4	24.8	25.0	27.4	27.4	12.9
大豆・大豆製品	56.7	25.9	34.3	42.3	57.9	40.6	55.8	63.7	69.2	68.2	61.7	50.4	65.3	72.3	65.2
漬け物	22.0	0.3	3.0	4.8	10.5	12.2	16.7	25.7	31.9	38.0	26.3	13.8	28.3	38.6	35.4
牛乳	114.5	155.0	280.5	146.9	75.2	71.0	79.9	82.1	107.4	105.5	91.6	75.6	97.1	112.6	91.7
乳製品	37.5	42.9	56.1	62.0	28.7	31.2	38.3	37.5	39.1	26.6	33.9	33.7	37.1	30.5	24.9
味噌	14.4	7.3	10.5	11.7	13.0	11.2	13.7	16.7	16.5	16.8	15.3	12.6	16.4	17.9	15.0

表35-1-2 食品群別摂取量(男女合計) 標準偏差

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
パン類(菓子パン含む)	42.5	34.3	50.5	50.5	41.1	38.9	38.2	47.5	41.3	35.4	40.7	39.0	42.7	40.7	30.2
大豆・大豆製品	69.2	33.8	36.3	55.5	84.5	61.0	75.2	71.7	80.4	66.0	73.0	72.5	74.7	75.5	67.0
漬け物	43.6	2.0	9.7	11.0	19.3	28.4	33.1	36.2	46.8	65.7	46.9	29.0	44.1	57.2	69.0
牛乳	140.6	109.8	147.6	232.7	119.2	116.4	113.7	117.5	129.9	116.8	120.3	115.6	122.3	122.1	114.1
乳製品	73.9	58.6	87.0	174.5	66.7	62.0	85.1	59.3	63.1	52.3	63.6	73.3	66.0	54.7	51.7
味噌	12.6	6.6	8.6	9.7	14.4	11.5	9.1	13.0	15.2	12.8	13.1	11.3	13.7	14.2	10.2

表35-1-3 食品群別摂取量(男女合計) 標準誤差

年齢区分	総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	1264	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1037	340	675	207	164
パン類(菓子パン含む)	2.0	5.5	9.2	6.2	5.0	4.0	2.6	4.2	3.2	2.8	2.0	2.0	2.3	3.7	3.3
大豆・大豆製品	2.8	6.4	5.9	8.4	8.3	8.5	12.4	7.6	7.7	5.2	3.0	3.7	3.2	6.8	8.0
漬け物	2.8	0.0	1.5	1.9	2.9	3.4	3.3	2.9	5.2	6.8	3.3	2.0	2.8	7.4	10.6
牛乳	6.1	16.7	15.1	37.9	12.9	11.5	10.8	9.2	8.9	8.2	5.5	6.6	6.0	7.5	9.3
乳製品	3.1	9.0	9.3	24.2	7.5	4.8	8.0	4.1	5.8	4.3	2.7	4.2	3.6	5.2	4.8
味噌	0.7	1.1	1.4	1.6	2.2	1.3	0.7	0.9	1.3	1.2	0.7	0.9	0.8	1.6	1.0

食品群別摂取量（詳細分類）

表35-2-1 食品群別摂取量(男性) 平均値

単位:g

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
パン類(菓子パン含む)	26.5	34.4	42.8	15.5	25.8	25.7	23.2	24.5	31.7	18.7	24.7	24.7	26.3	26.5	15.5
大豆・大豆製品	57.0	25.9	36.9	29.3	61.0	51.9	59.7	69.0	62.9	64.8	62.7	57.0	64.7	64.7	64.0
漬物	22.9	0.0	3.1	4.3	11.0	12.3	15.2	27.2	32.7	43.7	27.6	13.1	30.2	42.5	39.3
牛乳	119.4	168.5	293.9	206.3	80.0	74.5	70.1	73.6	115.8	109.2	91.2	74.1	96.5	128.6	88.5
乳製品	38.9	44.8	60.3	76.3	36.0	28.0	39.0	30.7	40.9	31.5	34.2	34.1	35.6	32.2	31.8
味噌	15.5	7.0	10.9	11.9	15.5	12.1	13.7	17.4	19.2	18.4	16.7	13.5	17.9	20.1	16.1

表35-2-2 食品群別摂取量(男性) 標準偏差

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
パン類(菓子パン含む)	44.1	39.1	47.2	28.8	43.0	40.3	42.3	50.6	46.7	39.7	44.3	41.5	46.7	43.7	35.6
大豆・大豆製品	70.1	35.6	36.1	43.8	67.3	76.4	94.0	83.1	70.8	58.7	74.5	81.3	77.6	67.3	61.5
漬物	48.3	0.0	10.0	9.7	17.0	23.8	29.2	37.4	51.8	79.7	52.3	24.6	48.8	67.5	85.6
牛乳	156.0	124.5	159.3	304.7	134.7	133.6	102.9	118.7	149.1	123.3	128.9	122.3	130.0	132.1	116.4
乳製品	82.9	49.4	86.2	228.7	83.0	58.2	103.3	56.6	65.5	59.3	69.0	83.4	71.0	61.0	60.6
味噌	13.9	6.9	8.2	10.5	16.7	12.0	9.7	13.6	18.3	13.9	14.6	12.5	15.3	14.5	11.2

表35-2-3 食品群別摂取量(男性) 標準誤差

年齢区分	男性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	588	29	57	24	39	61	62	100	99	117	478	162	311	96	67
パン類(菓子パン含む)	2.5	8.7	8.1	6.3	6.0	4.5	4.5	5.8	5.1	3.9	2.8	2.7	3.2	4.2	5.4
大豆・大豆製品	2.8	6.4	5.9	8.4	8.3	8.5	12.4	7.6	7.7	5.2	3.0	5.7	4.0	6.8	8.0
漬物	2.8	0.0	1.5	1.9	2.9	3.4	3.3	2.9	5.2	6.8	3.3	2.0	3.4	7.4	10.6
牛乳	9.1	26.7	21.0	70.0	21.6	17.2	13.5	11.7	17.8	12.5	8.0	9.7	8.7	12.1	13.0
乳製品	3.6	9.4	13.0	43.4	13.3	7.6	13.8	3.7	6.9	6.6	3.2	6.3	4.4	8.7	8.2
味噌	0.8	1.4	1.5	2.2	3.0	1.9	1.1	1.3	1.9	1.3	0.9	1.2	1.0	1.8	1.2

食品群別摂取量（詳細分類）

表35-3-1 食品群別摂取量(女性) 平均値

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
パン類(菓子パン含む)	29.0	28.1	58.4	45.6	22.1	27.9	24.1	31.3	28.6	16.4	24.9	25.2	28.3	28.2	11.1
大豆・大豆製品	56.5	25.9	31.9	53.8	53.9	30.4	52.8	58.4	73.7	71.1	60.9	44.4	65.8	78.8	66.1
漬け物	21.3	0.6	2.8	5.3	9.9	12.2	17.9	24.3	31.3	33.3	25.1	14.4	26.8	35.2	32.7
牛乳	110.3	140.6	268.4	94.2	68.9	67.9	87.5	90.5	101.3	102.4	91.8	76.9	97.6	98.7	93.9
乳製品	36.3	40.9	52.3	49.4	19.2	34.1	37.8	44.1	37.7	22.6	33.6	33.3	38.3	29.1	20.2
味噌	13.4	7.5	10.1	11.5	9.7	10.3	13.6	16.0	14.6	15.4	14.1	11.7	15.2	16.1	14.2

表35-3-2 食品群別摂取量(女性) 標準偏差

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
パン類(菓子パン含む)	41.1	28.5	52.5	61.1	39.2	37.8	35.0	44.3	37.1	31.6	37.4	36.6	39.0	38.1	25.8
大豆・大豆製品	68.5	32.3	36.7	62.6	103.9	40.8	57.1	58.3	86.6	71.6	71.8	63.1	72.3	81.6	70.8
漬け物	39.0	2.9	9.4	12.2	22.2	32.0	36.0	35.1	43.0	51.3	41.7	32.5	39.7	46.6	54.9
牛乳	125.6	91.5	136.4	125.8	97.3	99.3	121.5	116.3	114.1	111.5	112.6	109.4	115.6	111.5	113.0
乳製品	65.1	68.1	88.2	109.1	35.4	65.6	68.5	61.3	61.5	45.6	58.7	63.0	61.6	48.9	44.3
味噌	11.2	6.5	8.9	9.0	10.1	11.1	8.8	12.4	12.1	11.6	11.5	10.0	12.0	13.7	9.4

表35-3-3 食品群別摂取量(女性) 標準誤差

年齢区分	女性総数	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	(再掲)20歳以上	(再掲)20-49歳	(再掲)40-74歳	(再掲)65-74歳	(再掲)75歳以上
調査数	676	27	63	27	30	68	80	102	137	142	559	178	364	111	97
パン類(菓子パン含む)	2.0	6.0	10.6	9.1	6.4	4.6	3.0	4.2	3.2	2.9	1.8	2.7	2.1	4.5	2.6
大豆・大豆製品	3.4	6.7	5.6	14.3	19.5	4.9	6.1	5.5	6.2	6.6	3.6	4.0	3.5	6.1	9.4
漬け物	2.2	0.5	1.2	2.4	3.9	4.0	3.7	3.3	4.6	5.5	2.6	2.7	2.7	4.7	7.3
牛乳	6.0	19.8	20.3	19.5	15.8	10.6	14.8	12.0	9.0	9.7	5.9	7.8	7.2	11.8	10.3
乳製品	3.2	16.2	10.2	22.4	6.7	7.2	8.2	7.7	6.4	4.2	3.2	4.9	4.3	5.3	4.7
味噌	0.7	1.4	1.6	2.0	1.8	1.2	0.9	1.0	1.2	1.1	0.6	0.8	0.7	1.6	1.2

図36-1 朝・昼・夕の食事区分別野菜の摂取量（性・年代別 平均値）

(g)

	年齢区分	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	合計	(再掲)20-40歳代	(再掲)50歳以上
合計	人数	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1264	340	697
	朝	40.2	43.4	42.3	33.3	46.7	65.2	91.4	137.1	110.2	84.3	47.9	101.2
	昼	75.0	113.8	46.5	76.5	66.2	67.3	71.6	114.7	103.6	88.6	67.1	97.1
	夕	98.3	139.2	159.5	182.0	164.0	153.3	198.4	205.7	158.9	170.6	159.4	182.5
男性	人数	29	57	24	39	61	62	100	99	117	588	162	316
	朝	43.8	45.1	43.3	25.3	44.6	79.4	80.1	135.1	118.4	82.9	53.3	111.5
	昼	80.0	116.5	37.8	79.1	73.8	58.7	66.8	115.5	108.8	88.3	69.3	97.6
	夕	93.4	145.1	182.7	201.4	178.3	163.4	198.8	223.5	174.4	181.4	178.1	197.5
女性	人数	27	63	27	30	68	80	102	137	142	676	178	381
	朝	36.3	42.0	41.5	43.6	48.7	54.2	102.4	138.5	103.4	85.5	50.3	115.8
	昼	69.6	111.2	54.2	73.2	59.4	74.0	76.4	114.1	99.3	88.8	68.3	98.5
	夕	103.6	133.8	138.9	156.8	151.1	145.4	198.0	192.9	146.1	161.2	149.5	176.8

図36-2 朝・昼・夕の食事区分別野菜の摂取量（性・年代別 標準偏差）

	年齢区分	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上	合計	(再掲)20-40歳代	(再掲)50歳以上
合計	人数	56	120	51	69	129	142	202	236	259	1264	340	697
	朝	49.8	44.8	43.3	48.7	73.6	104.2	97.9	93.8	82.4	88.1	84.6	91.9
	昼	43.9	41.0	41.7	71.8	69.0	63.7	67.6	99.1	99.1	81.0	67.4	92.7
	夕	95.7	88.4	147.8	142.2	130.5	107.8	130.6	132.8	104.1	122.7	124.2	123.9
男性	人数	29	57	24	39	61	62	100	99	117	588	162	316
	朝	52.6	46.2	45.0	52.1	77.5	107.9	100.7	111.2	94.8	97.6	88.4	103.8
	昼	44.4	41.2	41.4	72.5	68.2	63.0	68.5	98.9	98.3	80.8	66.9	92.4
	夕	96.8	89.3	148.5	145.3	131.4	111.4	131.9	133.5	106.4	124.3	126.6	125.3
女性	人数	27	63	27	30	68	80	102	137	142	676	178	381
	朝	39.2	35.4	48.6	47.7	89.9	58.5	98.7	110.6	83.9	91.2	70.5	99.4
	昼	41.7	37.8	48.8	79.3	65.2	65.8	73.3	100.0	86.8	79.3	68.0	89.6
	夕	97.6	88.0	118.3	116.3	102.8	104.6	121.0	114.8	96.4	109.7	105.4	112.3

表37-1 朝・昼・夕の食事区分別野菜の摂取量（性・年代別 平均値） 欠食者を除く

(g)

性別	区分	1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		合計		(再掲)20-40歳代		(再掲)50歳以上	
		人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値	人数	平均値
合計	朝	51	39.4	116	44.9	47	45.2	55	41.8	110	54.0	129	71.4	186	98.0	227	140.8	250	112.3	1171	89.7	294	59.4	663	118.1
	昼	52	75.4	120	113.8	49	48.0	64	82.3	123	68.4	136	68.6	192	75.1	226	117.0	251	105.4	1213	90.9	323	71.2	669	100.6
	夕	52	87.3	120	139.2	50	157.9	67	187.4	127	165.6	139	154.2	197	200.6	232	205.9	251	159.9	1235	171.3	333	165.2	680	187.4
男性	朝	26	44.4	54	47.6	22	45.6	31	31.9	51	51.7	55	89.5	89	89.5	94	138.8	114	120.2	536	89.5	137	62.4	297	116.9
	昼	27	81.0	57	116.5	22	40.3	37	83.4	59	76.0	61	59.7	94	70.9	93	118.2	114	110.7	564	90.8	157	71.4	301	100.6
	夕	27	82.0	57	145.1	23	180.1	38	206.7	60	179.2	62	163.4	96	204.3	96	223.5	114	176.0	573	182.4	160	179.6	306	199.8
女性	朝	25	34.2	62	42.7	25	44.8	24	54.5	59	56.1	74	58.0	97	105.8	133	142.3	136	105.7	635	89.9	157	56.8	366	119.0
	昼	25	69.2	63	111.2	27	54.2	27	80.8	64	61.5	75	75.8	98	79.3	133	116.1	137	101.0	649	91.0	166	71.1	368	100.7
	夕	25	93.1	63	133.8	27	138.9	29	162.2	67	153.4	77	146.9	101	197.2	136	193.4	137	146.5	662	161.8	173	152.0	374	177.3

表37-2 朝・昼・夕の食事区分別野菜の摂取量（性・年代別 標準偏差） 欠食者を除く

性別	区分	1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		合計		(再掲)20-40歳代		(再掲)50歳以上	
		人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差	人数	標準偏差
合計	朝	51	53.5	116	46.3	47	45.6	55	55.3	110	81.4	129	111.3	186	101.5	227	110.7	250	95.5	1171	98.7	294	92.6	663	103.9
	昼	52	46.1	120	41.2	49	41.5	64	72.2	123	68.6	136	63.5	192	68.4	226	99.0	251	99.1	1213	81.0	323	67.2	669	92.8
	夕	52	76.6	120	89.3	50	149.5	67	143.9	127	131.6	139	111.0	197	131.3	232	134.3	251	107.0	1235	124.2	333	126.3	680	125.6
男性	朝	26	65.0	54	56.6	22	42.4	31	59.6	51	64.1	55	155.2	89	104.3	94	112.1	114	106.9	536	106.3	137	111.4	297	109.2
	昼	27	48.6	57	44.8	22	29.6	37	67.0	59	71.3	61	58.7	94	63.1	93	98.4	114	111.6	564	82.7	157	65.9	301	96.5
	夕	27	77.5	57	91.0	23	179.7	38	161.7	60	158.2	62	119.7	96	141.6	96	156.5	114	116.1	573	138.8	160	145.4	306	138.8
女性	朝	25	38.7	62	35.3	25	49.1	24	47.4	59	94.4	74	59.1	97	98.7	133	110.0	136	84.5	635	91.9	157	72.7	366	99.4
	昼	25	43.4	63	37.8	27	48.8	27	80.1	64	65.7	75	66.6	98	73.3	133	99.8	137	87.6	649	79.6	166	68.6	368	89.8
	夕	25	76.8	63	88.0	27	118.3	29	114.4	67	101.8	77	103.7	101	121.3	136	115.0	137	97.2	662	109.3	173	104.4	374	112.8

表38 荷重平均栄養成分値

	食品群番号	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	マグネシウム mg	リン mg	鉄 mg	亜鉛 mg	銅 mg	ビタミンA μgRE	ビタミンD μg	ビタミンE mg	ビタミンK μg	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ナイアシン mgNE	ビタミンB ₆ mg	ビタミンB ₁₂ μg	葉酸 μg	パントテン酸 mg	ビタミンC mg	総食物繊維 g	コレステロール mg	食塩 g
米・米加工品	1, 2	168	2.5	0.3	37.1	30.1	3.2	7.5	35.2	0.1	0.6	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	3.1	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0
小麦・小麦加工品	3~9	214	6.5	3.0	39.1	66.0	26.2	14.6	57.6	0.5	0.5	0.1	1.5	0.0	0.3	0.3	0.1	0.1	0.6	0.0	0.0	15.7	0.3	0.0	1.7	1.6	0.8
その他の穀類・加工品	10~12	139	4.8	1.0	27.4	34.2	10.0	30.0	78.4	0.8	0.5	0.1	0.3	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	0.6	0.0	0.0	7.2	0.3	0.0	2.0	0.0	0.1
いも類	13~16	69	1.2	0.1	16.2	308.3	13.8	15.3	25.0	0.4	0.2	0.1	0.1	0.0	0.2	0.0	0.1	0.0	0.6	0.1	0.0	17.4	0.3	15.2	1.8	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	17	378	0.1	0.0	98.1	24.8	6.1	0.9	0.9	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
大豆・加工品	18~22	112	8.6	7.0	3.7	210.2	114.8	50.5	125.8	1.5	0.9	0.2	0.0	0.0	0.4	85.3	0.1	0.1	0.3	0.1	0.0	27.3	0.5	0.0	1.5	0.0	0.0
その他の豆・加工品	23	212	7.8	1.5	41.6	247.0	35.5	33.6	104.9	2.4	0.9	0.2	1.0	0.0	0.2	6.0	0.1	0.0	0.4	0.1	0.0	26.1	0.2	0.0	7.0	0.0	0.2
種実類	24	342	10.5	22.4	28.6	481.3	269.4	135.7	229.1	2.9	2.1	0.7	2.5	0.0	1.5	3.2	0.2	0.1	3.8	0.4	0.0	91.0	1.0	14.7	7.7	0.0	0.1
緑黄色野菜	25~29	33	1.2	0.2	7.6	253.9	31.7	14.7	32.7	0.5	0.2	0.1	213.3	0.0	1.5	52.6	0.1	0.1	0.7	0.1	0.0	40.8	0.3	19.4	2.4	0.0	0.0
その他の野菜	30~35	23	1.0	0.2	5.1	169.1	24.8	12.6	29.1	0.3	0.2	0.1	8.3	0.0	0.2	23.2	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	35.8	0.2	11.0	1.7	0.1	0.0
漬け物	37~38	37	1.6	0.2	8.6	294.6	36.5	26.7	51.9	0.6	0.2	0.1	17.0	0.0	0.3	43.3	0.1	0.0	0.6	0.1	0.0	29.8	0.4	13.0	2.4	0.0	4.1
果実類	39~45	55	0.5	0.1	14.3	155.6	5.5	8.3	13.6	0.1	0.1	0.1	10.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	0.1	0.0	9.9	0.2	10.5	1.0	0.0	0.0
きのこ	46	20	2.5	0.2	6.8	243.6	2.6	10.2	79.6	0.5	0.5	0.1	0.0	2.7	0.0	0.0	0.1	0.1	3.7	0.1	0.0	31.4	1.0	0.0	4.2	0.0	0.0
海藻類	47	22	2.1	0.4	7.5	466.7	100.3	68.8	43.9	2.0	0.3	0.0	74.5	0.0	0.2	81.5	0.0	0.1	0.4	0.0	1.1	45.8	0.1	4.3	0.0	0.8	1.5
魚介類	48~60	166	19.6	8.0	2.3	267.9	60.5	31.7	231.2	1.2	0.9	0.1	37.8	10.0	1.2	0.7	0.1	0.2	5.9	0.3	7.4	12.1	0.7	1.2	0.0	90.1	1.2
肉類	61~69	206	15.9	14.8	0.6	180.7	5.5	15.3	141.5	0.8	1.9	0.1	98.3	0.3	0.2	8.7	0.3	0.2	4.0	0.2	0.8	8.8	0.7	6.1	0.0	66.8	0.5
卵類	70	150	12.7	10.0	0.3	128.5	50.6	10.9	178.5	1.8	1.3	0.1	141.2	1.8	1.0	12.1	0.1	0.4	0.1	0.1	0.9	35.5	1.3	0.0	0.0	417.4	0.3
乳類	71~75	78	3.7	4.0	6.5	148.2	119.3	11.1	102.8	0.0	0.4	0.0	35.9	0.2	0.1	1.7	0.0	0.2	0.1	0.0	0.3	4.9	0.5	0.9	0.0	12.7	0.2
油脂類	76~80	890	0.1	96.5	0.1	3.2	1.7	0.3	1.9	0.0	0.0	0.0	36.2	0.0	11.9	136.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	16.6	0.2
菓子類	81~85	298	5.4	7.9	51.3	131.2	40.4	16.9	78.9	0.8	0.6	0.1	40.2	0.2	0.7	3.7	0.1	0.1	0.5	0.0	0.1	12.0	0.4	1.8	1.3	42.7	0.5
アルコール飲料	86~88	57	0.2	0.0	2.8	21.0	2.7	4.4	9.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.0	4.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
その他の嗜好飲料	89~91	4	0.1	0.0	0.9	27.7	2.9	2.2	2.9	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.3	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	8.6	0.0	3.3	0.0	0.0	0.0
調味料類	92~97	132	5.2	6.1	13.3	217.4	35.6	34.4	89.0	1.4	0.5	0.1	6.7	0.0	0.8	8.5	0.0	0.1	1.0	0.1	0.2	22.3	0.2	0.5	1.1	6.3	9.1
味噌	96	192	12.4	5.9	22.3	384.3	99.9	73.4	170.1	4.0	1.1	0.4	0.0	0.0	0.6	10.8	0.0	0.1	1.5	0.1	0.1	64.1	0.0	0.0	4.9	0.0	12.2
補助栄養素・特定保健用食品	99	95	2.2	3.2	15.3	46.8	107.4	2.5	25.7	1.4	0.1	0.0	6.9	0.5	13.5	1.4	6.0	4.0	4.8	3.3	0.0	3.0	0.1	130.3	0.4	0.6	0.1

表39 食塩摂取状況

性別	年齢区分	人数		しょうゆ	みそ	塩	その他調味	漬け物	魚介加工品	小麦加工品	その他	食塩相当量
合計	1-6歳	56	平均値 標準偏差	1.3 0.9	0.9 0.8	0.8 0.6	1.1 1	0 0.1	0.4 0.6	0.5 0.5	1 0.6	6 1.9
	7-14歳	120	平均値 標準偏差	1.7 1.1	1.3 1.1	1.3 1.1	2.1 2.2	0.1 0.4	0.4 0.5	0.8 0.9	1.7 0.7	9.4 3.3
	15-19歳	51	平均値 標準偏差	1.9 1.7	1.4 1.2	1.3 1.2	2.1 2.1	0.3 0.7	0.6 0.7	0.7 1	1.7 0.9	10 4.2
	20-29歳	69	平均値 標準偏差	2.2 2.1	1.6 1.7	1.5 1.5	2 1.8	0.5 0.9	0.6 0.9	0.6 1.1	1.4 1.1	10.4 4.5
	30-39歳	129	平均値 標準偏差	2.1 1.9	1.4 1.4	1.3 1.4	2.3 2.7	0.6 1.4	0.8 1.3	0.8 1.3	1.7 1.6	10.9 4.4
	40-49歳	142	平均値 標準偏差	2.1 2.1	1.7 1.1	1.5 1.5	2 1.8	0.7 1.4	0.7 0.9	0.7 1.1	1.4 0.9	10.8 4.6
	50-59歳	202	平均値 標準偏差	2.8 2.3	2 1.5	1.6 1.5	2.1 1.9	1 1.7	0.9 1.2	0.6 1.1	1.5 1	12.5 4.4
	60-69歳	236	平均値 標準偏差	2.6 1.9	2 1.9	1.6 1.8	2 1.8	1.3 1.8	1.1 1.3	0.6 0.7	1.8 1.4	12.9 4.6
	70歳以上	259	平均値 標準偏差	2.5 2.3	2 1.6	1.3 1.5	1.6 1.5	1.5 2.3	0.9 1	0.4 0.9	1.3 0.9	11.6 4.6
	総数	1264	平均値 標準偏差	2.3 2	1.7 1.5	1.4 1.5	2 1.9	0.9 1.7	0.8 1.1	0.6 1	1.5 1.1	11.2 4.6
	(再掲)20歳以上	1037	平均値 標準偏差	2.5 2.1	1.9 1.6	1.4 1.6	2 1.9	1.1 1.8	0.9 1.1	0.6 1	1.5 1.2	11.8 4.6
	男性	1-6歳	29	平均値 標準偏差	1.2 0.9	0.9 0.9	0.8 0.6	1.2 1.2	0 0	0.4 0.6	0.5 0.6	0.9 0.6
7-14歳		57	平均値 標準偏差	1.8 1.1	1.4 1	1.5 1.3	2.3 2.4	0.1 0.4	0.4 0.6	0.8 1	1.7 0.8	10 3.6
15-19歳		24	平均値 標準偏差	2.2 2	1.5 1.3	1.4 1.4	2.8 2.4	0.5 0.9	0.8 0.9	0.7 1.3	1.9 1	11.8 4.9
20-29歳		39	平均値 標準偏差	2.4 2.2	1.9 2	1.5 1.3	2.3 2.1	0.5 1	0.6 0.9	0.8 1.4	1.4 1.1	11.3 4.6
30-39歳		61	平均値 標準偏差	2.4 2	1.5 1.5	1.4 1.7	2.8 3.4	0.6 1.5	1 1.6	0.8 1.5	2.1 2.1	12.5 4.7
40-49歳		62	平均値 標準偏差	2.5 2.5	1.7 1.2	1.8 1.7	2.2 2.2	0.5 0.8	0.9 1.1	0.8 1.4	1.5 1	11.9 5.5
50-59歳		100	平均値 標準偏差	3 2.4	2.1 1.6	1.8 1.6	2.1 2.1	1.1 1.7	1 1.3	0.7 1.4	1.6 1.1	13.3 4.7
60-69歳		99	平均値 標準偏差	2.7 1.9	2.4 2.3	1.9 2	2.2 2	1.2 1.8	1.2 1.5	0.6 0.7	1.9 1.3	14 4.6
70歳以上		117	平均値 標準偏差	2.7 2.5	2.2 1.7	1.4 1.7	1.7 1.6	1.7 2.8	1 1.1	0.5 1.2	1.3 1	12.6 5.3
総数		588	平均値 標準偏差	2.5 2.2	1.9 1.7	1.6 1.7	2.1 2.2	0.9 1.8	0.9 1.2	0.7 1.2	1.6 1.2	12.2 5
(再掲)20歳以上		478	平均値 標準偏差	2.7 2.3	2 1.8	1.6 1.7	2.1 2.2	1.1 2	1 1.3	0.7 1.2	1.6 1.3	12.8 5
女性		1-6歳	27	平均値 標準偏差	1.3 1	0.9 0.8	0.8 0.7	1.1 0.9	0 0.1	0.4 0.6	0.5 0.4	1 0.6
	7-14歳	63	平均値 標準偏差	1.6 1.1	1.3 1.1	1.2 0.9	1.9 2	0.1 0.4	0.4 0.5	0.8 0.8	1.7 0.6	8.9 2.9
	15-19歳	27	平均値 標準偏差	1.5 1.2	1.3 1	1.3 0.9	1.4 1.6	0.2 0.4	0.5 0.5	0.6 0.7	1.5 0.8	8.4 2.8
	20-29歳	30	平均値 標準偏差	2.1 2	1.2 1.2	1.4 1.7	1.7 1.5	0.4 0.9	0.5 0.9	0.4 0.6	1.3 1	9.1 4.1
	30-39歳	68	平均値 標準偏差	1.8 1.8	1.3 1.4	1.2 1.2	1.9 1.8	0.5 1.3	0.6 0.9	0.8 1	1.4 0.8	9.6 3.6
	40-49歳	80	平均値 標準偏差	1.9 1.6	1.7 1	1.3 1.4	1.9 1.5	0.8 1.7	0.6 0.7	0.6 0.9	1.3 0.8	10 3.5
	50-59歳	102	平均値 標準偏差	2.6 2.1	1.9 1.5	1.4 1.3	2 1.7	1 1.8	0.8 1	0.5 0.6	1.4 0.9	11.6 3.8
	60-69歳	137	平均値 標準偏差	2.6 2	1.8 1.4	1.3 1.7	1.9 1.6	1.3 1.9	1 1.1	0.5 0.7	1.6 1.5	12.1 4.5
	70歳以上	142	平均値 標準偏差	2.4 2.1	1.9 1.4	1.2 1.4	1.6 1.5	1.3 1.7	0.8 1	0.3 0.5	1.2 0.8	10.7 3.7
	総数	676	平均値 標準偏差	2.2 1.9	1.6 1.4	1.3 1.4	1.8 1.6	0.9 1.6	0.7 1.6	0.5 0.9	1.4 1	10.4 4
	(再掲)20歳以上	559	平均値 標準偏差	2.3 2	1.7 1.4	1.3 1.4	1.8 1.6	1.1 1.7	0.8 1	0.5 0.7	1.4 1	10.9 4

表40 朝食の状況

欠食区分再掲の%は、全体に占める割合

性別	区分	総数		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男性	外食	6	1.0	6	1.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	5.1	2	3.3	0	0.0	0	0.0	1	1.0	1	0.9
	給食	1	0.2	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	29	4.9	21	4.4	4	13.8	4	7.0	0	0.0	3	7.7	6	9.8	1	1.6	5	5.0	6	6.1	0	0.0
	家庭食	510	86.7	413	86.4	24	82.8	50	87.7	23	95.8	25	64.1	44	72.1	54	87.1	85	85.0	90	90.9	115	98.3
	欠食	42	7.1	37	7.7	1	3.4	3	5.3	1	4.2	8	20.5	9	14.8	7	11.3	10	10.0	2	2.0	1	0.9
	(再掲)食事をしなかった	25	4.3	23	4.8	0	0.0	1	1.8	1	4.2	5	12.8	6	9.8	5	8.1	4	4.0	2	2.0	1	0.9
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	16	2.7	13	2.7	1	3.4	2	3.5	0	0.0	3	7.7	2	3.3	2	3.2	6	6.0	0	0.0	0	0.0
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	1	0.2	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
総数	588	100.0	478	100.0	29	100.0	57	100.0	24	100.0	39	100.0	61	100.0	62	100.0	100	100.0	99	100.0	117	100.0	
女性	外食	3	0.4	3	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	1	1.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0
	給食	1	0.1	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	38	5.6	27	4.8	4	14.8	6	9.5	1	3.7	1	3.3	9	13.2	4	5.0	5	4.9	6	4.4	2	1.4
	家庭食	604	89.3	501	89.6	23	85.2	56	88.9	24	88.9	23	76.7	49	72.1	71	88.8	92	90.2	128	93.4	138	97.2
	欠食	30	4.4	27	4.8	0	0.0	1	1.6	2	7.4	5	16.7	9	13.2	4	5.0	4	3.9	3	2.2	2	1.4
	(再掲)食事をしなかった	13	1.9	12	2.1	0	0.0	0	0.0	1	3.7	4	13.3	4	5.9	2	2.5	1	1.0	0	0.0	1	0.7
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	15	2.2	13	2.3	0	0.0	1	1.6	1	3.7	1	3.3	4	5.9	2	2.5	3	2.9	2	1.5	1	0.7
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	2	0.3	2	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	0	0.0	0	0.0	1	0.7	0	0.0
総数	676	100.0	559	100.0	27	100.0	63	100.0	27	100.0	30	100.0	68	100.0	80	100.0	102	100.0	137	100.0	142	100.0	

性別	区分	(再掲)12-14歳		(再掲)15-17歳	
		人数	%	人数	%
男性	外食	0	0.0	0	0.0
	給食	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	2	8.0	0	0.0
	家庭食	21	84.0	18	100.0
	欠食	2	8.0	0	0.0
	(再掲)食事をしなかった	1	4.0	0	0.0
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	1	4.0	0	0.0
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	0	0.0	0	0.0
総数	25	100.0	18	100.0	
女性	外食	0	0.0	0	0.0
	給食	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	2	10.0	1	4.5
	家庭食	18	90.0	19	86.4
	欠食	0	0.0	2	9.1
	(再掲)食事をしなかった	0	0.0	1	4.5
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	0	0.0	1	4.5
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	0	0.0	0	0.0
総数	20	100.0	22	100.0	

表41 昼食の状況

欠食区分再掲の%は、全体に占める割合

性別	区分	総数		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男性	外食	93	15.8	92	15.6	0	0.0	1	1.8	0	0.0	11	20.4	18	21.2	16	20.3	23	17.8	14	12.3	10	7.9
	給食	93	15.8	18	3.8	23	79.3	52	91.2	0	0.0	4	10.3	6	9.8	1	1.6	6	6.0	1	1.0	0	0.0
	調理済み食	23	3.9	23	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	8.6	3	5.8	1	1.6	6	6.4	5	5.1	5	4.3
	家庭食	365	62.1	332	69.5	6	20.7	4	7.0	23	95.8	19	54.3	33	63.5	43	70.5	60	63.8	76	77.6	101	87.8
	欠食	14	2.4	13	2.7	0	0.0	0	0.0	1	4.2	2	5.7	1	1.9	1	1.6	5	5.3	3	3.1	1	0.9
	(再掲)食事をしなかった	9	1.5	8	1.7	0	0.0	0	0.0	1	4.2	2	5.7	1	1.9	0	0.0	4	4.3	1	1.0	0	0.0
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	5	0.9	5	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	1	1.1	2	2.0	1	0.9
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	総数	588	100.0	478	96.4	29	100.0	57	100.0	24	100.0	39	100.0	61	100.0	62	100.0	100	100.0	99	100.0	117	100.0
女性	外食	53	7.8	51	9.1	2	7.4	0	0.0	0	0.0	6	20.0	12	17.6	8	10.0	16	15.7	4	2.9	5	3.5
	給食	98	14.5	20	3.6	19	70.4	58	92.1	1	3.7	2	6.7	3	4.4	5	6.3	6	5.9	3	2.2	1	0.7
	調理済み食	40	5.9	36	6.4	1	3.7	0	0.0	3	11.1	2	6.7	4	5.9	5	6.3	7	6.9	8	5.8	10	7.0
	家庭食	469	69.4	436	78.0	5	18.5	5	7.9	23	85.2	18	60.0	45	66.2	59	73.8	70	68.6	119	86.9	125	88.0
	欠食	16	2.4	16	2.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	6.7	4	5.9	3	3.8	3	2.9	3	2.2	1	0.7
	(再掲)食事をしなかった	5	0.7	5	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	4.4	1	1.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	10	1.5	10	1.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	6.7	1	1.5	2	2.5	1	1.0	3	2.2	1	0.7
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	1	0.1	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0
	総数	676	100.0	559	100.0	27	100.0	63	100.0	27	100.0	30	100.0	68	100.0	80	100.0	102	100.0	137	100.0	142	100.0

表42 夕食の状況

性別	区分	総数		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男性	外食	23	3.9	23	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	5.1	5	8.2	3	4.8	5	5.0	5	5.1	3	2.6
	給食	1	0.2	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	12	2.0	12	2.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	5.1	1	1.6	0	0.0	3	3.0	4	4.0	2	1.7
	家庭食	547	93.0	437	91.4	29	100.0	57	100.0	24	100.0	34	87.2	54	88.5	59	95.2	89	89.0	90	90.9	111	94.9
	欠食	5	0.9	5	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	3	3.0	0	0.0	1	0.9
	(再掲)食事をしなかった	3	0.5	3	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.6	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	1	0.9
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	2	0.3	2	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.0	0	0.0	0	0.0
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	総数	588	100.0	478	100.0	29	100.0	57	100.0	24	100.0	39	100.0	61	100.0	62	100.0	100	100.0	99	100.0	117	100.0
女性	外食	13	1.9	10	1.8	0	0.0	0	0.0	3	11.1	2	6.7	4	5.9	1	1.3	1	1.0	1	0.7	1	0.7
	給食	4	0.6	3	0.5	0	0.0	0	0.0	1	3.7	0	0.0	1	1.5	1	1.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食	12	1.8	12	2.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	2.0	6	4.4	4	2.8
	家庭食	643	95.1	530	94.8	27	100.0	63	100.0	23	85.2	27	90.0	62	91.2	77	96.3	98	96.1	130	94.9	136	95.8
	欠食	4	0.6	4	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.3	1	1.5	1	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.7
	(再掲)食事をしなかった	1	0.1	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	(再掲)菓子・果物・乳製品・嗜好飲料のみ	3	0.4	3	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	3.3	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.7
	(再掲)サプリメント、栄養ドリンク剤のみ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	総数	676	100.0	559	100.0	27	100.0	63	100.0	27	100.0	30	100.0	68	100.0	80	100.0	102	100.0	137	100.0	142	100.0

表43-1 朝食の内容 (外食)

性別	内訳	合計		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	1	14.3	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	3	42.9	3	42.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	66.7	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	2	28.6	2	28.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	1	100.0
	給食	1	14.3	1	14.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	外食・給食合計	7	100.0	7	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	100.0	2	100.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	1	100.0
女性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	0	0	0	0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	1	25.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	2	50.0	2	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0
	給食	1	25.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	外食・給食合計	4	100.0	4	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	1	100.0	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0

表43-2 朝食の内容 (調理済み食)

性別	内訳	合計		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	1	3.4	1	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	ずし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	1	3.4	1	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	0	0.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	1	3.4	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	25	86.2	18	85.7	4	100.0	3	75.0	0	0.0	2	66.7	6	100.0	1	100.0	4	80.0	5	83.3	0	0.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	1	3.4	1	4.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食合計	29	100.0	21	100.0	4	100.0	4	100.0	0	0.0	3	100.0	6	100.0	1	100.0	5	100.0	6	100.0	0	0.0
女性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	ずし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	1	2.6	1	3.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	3	7.9	2	7.4	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	11.1	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	33	86.8	24	88.9	3	75.0	6	100.0	0	0.0	1	100.0	8	88.9	4	100.0	4	80.0	6	100.0	1	50.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	1	2.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食合計	38	100.0	27	100.0	4	100.0	6	100.0	1	100.0	1	100.0	9	100.0	4	100.0	5	100.0	6	100.0	2	100.0

表44-1 昼食の内容 (外食)

性別		合計		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	23	12.4	23	20.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	4	16.7	4	23.5	5	17.2	5	33.3	4	40.0
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	2	1.1	2	1.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	10.0
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	11	5.9	11	10.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	13.3	0	0.0	3	17.6	2	6.9	2	13.3	2	20.0
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	6	3.2	6	5.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	2	8.3	1	5.9	1	3.4	1	6.7	0	0.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	3	1.6	3	2.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	1	4.2	0	0.0	1	3.4	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	6	3.2	5	4.5	0	0.0	1	1.9	0	0.0	0	0.0	3	12.5	0	0.0	1	3.4	0	0.0	1	10.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	33	17.7	33	30.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	33.3	4	16.7	5	29.4	11	37.9	6	40.0	2	20.0
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	8	4.3	8	7.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	3	12.5	2	11.8	2	6.9	0	0.0	0	0.0
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	1	0.5	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	5.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	給食	93	50	18	16.4	23	100.0	52	98.1	0	0.0	4	26.7	6	25.0	1	5.9	6	20.7	1	6.7	0	0.0
	外食・給食合計	186	100	110	100	23	100	53	100	0	0.0	15	100	24	100	17	100	29	100	15	100	10	100
女性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	15	9.9	14	19.7	1	4.8	0	0.0	0	0.0	1	12.5	5	33.3	3	23.1	3	13.6	2	28.6	0	0.0
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	1	0.7	1	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	2	1.3	2	2.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	12.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	1	0.7	1	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	4.5	0	0.0	0	0.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	2	1.3	2	2.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	13.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	12	7.9	12	16.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	37.5	1	6.7	2	15.4	5	22.7	0	0.0	1	16.7
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	17	11.3	16	22.5	1	4.8	0	0.0	0	0.0	1	12.5	2	13.3	3	23.1	6	27.3	1	14.3	3	50.0
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	3	2.0	3	4.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	6.7	0	0.0	1	4.5	1	14.3	0	0.0
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	給食	98	64.9	20	28.2	19	90.5	58	100.0	1	100.0	2	25.0	3	20.0	5	38.5	6	27.3	3	42.9	1	16.7
	外食・給食合計	151	100	71	100	21	100	58	100	1	100	8	100	15	100	13	100	22	100	7	100	6	100

表44-2 昼食の内容 (調理済み食)

性別		合計		20歳以上		1-6歳		7 - 14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	
男性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	4	17.4	4	17.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	0	0.0	3	50.0	0	0.0	0	0.0	
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	2	8.7	2	8.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	1	20.0	
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	2	8.7	2	8.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	1	16.7	0	0.0	0	0.0	
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	4	17.4	4	17.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	0	0.0	1	16.7	2	40.0	0	0.0	
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	11	47.8	11	47.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	2	66.7	1	100.0	1	16.7	2	40.0	4	80.0	
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	調理済み食合計	23	100.0	23	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	100.0	3	100.0	1	100.0	6	100.0	5	100.0	5
女性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	5	12.5	5	13.9	0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	1	14.3	1	12.5	2	20.0	
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	5	12.5	5	13.9	0	0.0	0	0	0	0.0	1	50.0	1	25.0	0	0.0	1	14.3	1	12.5	1	10.0	
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	2	5.0	2	5.6	0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	14.3	0	0.0	1	10.0	
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	15	37.5	11	30.6	1	0.0	0	0	3	100.0	0	0.0	2	50.0	2	40.0	2	28.6	4	50.0	1	10.0	
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	11	27.5	11	30.6	0	0.0	0	0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	3	60.0	2	28.6	1	12.5	4	40.0	
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	1	2.5	1	2.8	0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	10.0	
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	1	2.5	1	2.8	0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	12.5	0	0.0	
	調理済み食合計	40	100.0	36	100.0	0	0.0	0	0	3	100.0	2	100.0	4	100.0	5	100.0	7	100.0	8	100.0	10	100.0	

表45-1 夕食の内容 (外食)

性別	内訳	合計		20歳以上		1-6歳		7-14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上		
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	
男性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	3	12.5	3	12.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	1	33.3	1	20.0	0	0.0	0	0.0	
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	3	12.5	3	12.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	1	16.7	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	1	4.2	1	4.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	2	8.3	2	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	1	33.3	
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	2	8.3	2	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	66.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	12	50.0	12	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	2	33.3	0	0.0	2	40.0	5	100.0	2	66.7	
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	給食	1	4.2	1	4.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	外食・給食合計	24	100.0	24	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	6	100.0	3	100.0	5	100.0	5	100.0	3
女性	そば、うどん類(各種そば、うどん、ラーメン、焼きそば等)	4	23.5	2	15.4	0	0.0	0	0.0	2	50.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	
	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	2	11.8	2	15.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	0	0.0	
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	1	5.9	1	7.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	100.0	
	カレーライス類(カレーライス、オムライス、チャーハン等)	1	5.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	2	11.8	2	15.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	1	5.9	1	7.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	2	11.8	2	15.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	1	20.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
	給食	4	23.5	3	23.1	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0	1	20.0	1	50.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	
	外食・給食合計	17	100.0	13	100.0	0	0.0	0	0.0	4	100.0	2	100.0	5	100.0	2	100.0	2	100.0	1	100.0	1	100.0	

表45-2 夕食の内容 (調理済み食)

性別	内訳	合計		20歳以上		1-6歳		7 - 14歳		15-19歳		20-29歳		30-39歳		40-49歳		50-59歳		60-69歳		70歳以上	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男性	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	1	8.3	1	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	0	0.0
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	2	16.7	2	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	66.7	0	0.0	0	0.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	2	16.7	2	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	2	16.7	2	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	50.0	0	0.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	3	25.0	3	25.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	25.0	2	100.0
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	2	16.7	2	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	0	0.0	0	0.0	1	33.3	0	0.0	0	0.0
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	調理済み食合計	12	100.0	12	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	1	100.0	0	0.0	3	100.0	4	100.0	2	100.0
女性	すし類(にぎりずし、ちらしずし、のり巻き、いなりずし等)	5	41.7	5	41.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	2	33.3	2	50.0
	丼もの(カツ丼、天丼、中華丼、親子丼、玉子丼、鰻重等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パスタ類(グラタン、ラザニア、スパゲッティ、マカロニ等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	パン類(トースト、サンドイッチ、ハンバーガー等)	2	16.7	2	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	1	25.0
	その他の和食(和定食、幕の内弁当、おにぎり等)	4	33.3	4	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	50.0	2	33.3	1	25.0
	その他の洋食(洋定食、洋風弁当等)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	その他の中華(中華定食、中華弁当等)	1	8.3	1	8.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	16.7	0	0.0
	調理済み食合計	12	100.0	12	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	100.0	6	100.0	4	100.0

表46 「外食・調理済み食の利用があった人」と「3食とも家庭食の人」の1人1日当たり栄養素等摂取量（20～50歳代1人1日当たり）

		男女合計						男性						女性					
		「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食			「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食			「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食		
		185			275			102			120			83			155		
		平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
エネルギー	kcal	2020	548	37	2065	627	44	2226	558	57	2442	653	59	1767	416	32	1773	417	39
たんぱく質	g	71.7	21.5	1.4	76.0	26.0	2.1	76.7	21.3	2.2	89.2	27.6	3.0	65.4	20.3	1.7	65.8	19.2	2.0
(うち動物性たんぱく質)	g	38.1	18.0	1.1	41.6	20.2	1.5	41.4	19.1	2.0	49.4	23.0	2.5	34.0	15.8	1.4	35.7	15.4	1.3
脂質	g	59.9	22.3	1.6	57.7	22.9	1.9	64.4	23.5	2.4	64.4	25.1	2.5	54.5	19.5	1.6	52.6	19.6	1.8
(うち動物性脂質)	g	29.0	15.6	1.2	30.5	16.3	1.3	32.4	16.9	2.0	34.6	19.0	1.9	24.8	12.7	1.2	27.4	12.9	1.1
炭水化物	g	273.0	78.9	5.8	289.3	97.1	5.9	298.8	81.3	7.6	341.8	105.6	7.9	241.4	63.3	6.5	248.7	65.9	5.7
カリウム	mg	2319	1152	86	2579	940	75	2447	1364	138	2759	964	104	2161	802	82	2440	899	77
カルシウム	mg	503	244	18	543	266	24	538	266	28	563	258	26	461	209	20	528	271	28
マグネシウム	mg	255.7	106.6	7.5	277.2	98.2	7.8	271.8	118.5	12.0	309.6	103.7	10.8	235.9	86.5	8.1	252.2	86.0	7.9
リン	mg	1029	325	23	1108	378	29	1090	327	35	1265	404	43	955	307	29	986	308	31
鉄	mg	8.2	8.1	0.6	8.6	3.6	0.3	8.0	2.8	0.2	9.4	3.6	0.4	8.3	11.7	1.2	7.9	3.4	0.3
亜鉛	mg	8.3	2.7	0.2	8.9	3.0	0.2	9.2	2.7	0.3	10.4	2.9	0.3	7.1	2.2	0.2	7.8	2.6	0.2
銅	mg	1.2	0.4	0.0	1.3	0.4	0.0	1.2	0.4	0.0	1.5	0.4	0.0	1.1	0.4	0.0	1.2	0.3	0.0
ビタミンA	μgRE	566.2	736.4	67.1	596.0	646.5	50.5	635.9	897.7	97.7	580.6	582.6	57.9	480.5	459.2	48.2	607.9	693.6	57.4
ビタミンD	μg	8.6	9.7	0.7	11.2	11.4	0.9	8.8	10.0	0.9	14.1	13.0	1.4	8.3	9.4	1.0	9.0	9.4	0.8
ビタミンE	mg-TE	10.5	25.7	1.9	8.8	11.7	0.7	12.0	33.5	3.4	8.6	6.8	0.8	8.6	9.9	1.2	9.0	14.3	1.0
ビタミンK	μg	182.3	124.5	10.3	252.1	150.0	13.7	172.3	104.4	11.3	271.7	154.7	15.9	194.7	145.2	16.7	236.9	144.9	14.6
ビタミンB ₁	mg	1.28	1.89	0.13	1.44	7.30	0.43	1.44	2.38	0.22	2.14	11.01	0.99	1.08	1.01	0.11	0.90	0.67	0.06
ビタミンB ₂	mg	1.44	1.45	0.10	1.68	5.47	0.32	1.59	1.80	0.16	2.22	8.23	0.73	1.26	0.84	0.09	1.27	0.76	0.07
ナイアシン	mgNE	17.2	10.1	0.7	17.1	8.1	0.6	18.6	11.5	1.1	19.9	9.4	1.0	15.6	7.8	0.9	15.0	6.2	0.6
ビタミンB ₆	mg	1.45	1.56	0.11	1.68	5.46	0.32	1.58	1.91	0.17	2.26	8.20	0.73	1.28	0.96	0.10	1.22	0.75	0.07
ビタミンB ₁₂	mg	7.3	7.8	0.6	8.6	9.2	0.8	8.5	9.0	0.9	10.1	10.0	1.1	5.9	5.8	0.6	7.5	8.3	0.7
葉酸	μg	270.7	115.2	10.5	331.4	159.9	13.2	265.4	109.4	12.2	358.5	170.6	17.6	277.2	122.3	13.5	310.4	148.3	13.5
パントテン酸	mg	5.4	1.7	0.1	6.1	1.9	0.1	5.7	1.8	0.2	6.8	2.0	0.2	5.1	1.7	0.1	5.5	1.7	0.2
ビタミンC	mg	100.6	182.3	14.1	114.1	132.6	10.0	97.6	201.3	20.6	113.5	132.3	13.5	104.2	156.9	19.5	114.5	133.2	9.9
コレステロール	mg	321.2	182.1	15.0	364.8	206.1	13.7	330.1	208.8	22.3	423.4	232.3	22.9	310.1	143.3	14.3	319.5	170.7	12.9
食物繊維	g	13.0	5.4	0.4	15.7	7.2	0.6	13.1	5.4	0.5	16.8	7.4	0.8	13.0	5.5	0.6	14.9	7.0	0.6
(うち水溶性食物繊維)	g	3.1	1.4	0.1	3.6	1.8	0.1	3.1	1.5	0.1	3.8	1.9	0.2	3.1	1.3	0.1	3.4	1.7	0.2
(うち不溶性食物繊維)	g	10.0	4.2	0.3	12.1	5.6	0.4	10.0	4.1	0.4	13.0	5.7	0.6	9.9	4.3	0.5	11.4	5.5	0.4
食塩相当量	g	11.3	4.1	0.3	12.0	4.9	0.3	12.0	4.3	0.5	13.6	5.6	0.5	10.4	3.7	0.4	10.7	3.8	0.3
動物性たんぱく質比率	%	51.2	13.5	0.9	53.0	11.9	0.8	51.9	13.6	1.3	53.4	12.0	1.2	50.3	13.5	1.4	52.7	11.9	0.8
脂肪エネルギー比率	%	26.6	6.6	0.5	25.3	6.7	0.5	25.9	6.9	0.7	23.8	6.9	0.7	27.4	6.2	0.6	26.4	6.3	0.6
炭水化物エネルギー比率	%	59.1	7.9	0.5	59.9	8.0	0.7	60.2	8.3	0.8	61.5	8.5	0.9	57.8	7.2	0.7	58.6	7.4	0.6

表47 「外食・調理済み食の利用があった人」と「3食とも家庭食の人」の1人1日当たり食品群別摂取量（20～50歳代1人1日当たり）

	男女合計						男性						女性					
	「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食			「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食			「外食・調理済み食」利用有り			3食とも家庭食		
	185			275			102			120			83			155		
	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差	平均値	標準偏差	標準誤差
米	344.2	179.1	14.3	425.7	219.6	17.1	411.5	183.3	19.3	551.0	238.5	23.6	261.4	134.2	14.3	328.7	141.8	14.0
その他穀類	133.5	125.5	10.8	79.7	118.9	9.1	127.4	127.5	12.5	89.6	138.6	11.9	141.0	123.4	13.6	72.0	101.0	9.0
いも類	44.1	48.7	4.1	60.5	70.7	5.4	45.6	49.4	5.3	68.5	80.9	8.0	42.1	48.1	5.7	54.2	61.3	4.9
砂糖・甘味料	5.9	7.3	0.5	6.6	7.9	0.6	5.9	7.9	0.7	6.6	8.0	0.8	6.0	6.6	0.7	6.5	7.9	0.8
豆類	54.3	84.1	5.8	59.7	65.2	5.6	57.6	89.0	8.7	69.8	75.1	8.5	50.2	78.0	7.4	51.8	55.4	5.4
種実類	2.1	8.3	0.8	3.2	10.2	0.6	1.6	7.0	0.8	2.7	9.0	0.7	2.7	9.7	0.9	3.5	11.0	0.7
野菜類(緑黄色とその他野菜と野菜ジュース)	281.3	189.5	17.4	359.5	213.7	17.2	279.2	203.9	25.1	370.9	232.9	27.4	283.8	171.4	21.0	350.8	198.0	15.7
野菜類(緑黄色とその他野菜)	267.3	180.0	16.2	347.9	213.3	17.5	268.5	188.6	21.3	360.5	236.7	28.5	265.8	169.9	20.2	338.2	193.5	15.6
緑黄色野菜	100.8	112.4	10.4	133.8	119.0	10.2	100.1	114.4	13.7	128.2	123.0	13.9	101.6	110.5	14.7	138.2	116.1	10.2
その他野菜	180.5	121.7	9.7	225.7	147.2	12.3	179.1	122.8	13.1	242.7	164.0	19.6	182.2	121.1	12.9	212.6	131.8	10.7
果実類	77.2	116.3	9.5	80.0	111.1	9.3	72.4	114.0	11.9	67.8	102.5	10.5	83.1	119.4	13.9	89.4	116.8	10.4
(うち生果)	61.1	95.6	6.8	72.5	101.6	8.7	57.4	100.7	10.9	59.9	91.2	9.3	65.6	89.2	8.5	82.2	108.2	10.0
きのこ類	12.3	23.4	2.0	20.1	31.6	2.6	12.7	27.9	2.8	22.4	32.0	3.0	11.9	16.4	1.8	18.3	31.2	2.9
海藻類	17.7	40.3	2.7	16.0	25.8	1.6	19.5	41.3	3.8	18.7	27.9	2.3	15.5	39.2	4.2	13.9	24.0	1.6
魚介類	76.3	71.6	5.7	90.5	77.5	6.0	79.9	76.4	6.8	114.6	89.7	9.1	71.8	65.6	8.5	71.9	60.6	5.9
肉類	86.3	63.0	6.6	87.1	64.9	4.5	102.9	67.8	9.3	103.5	74.0	7.2	65.8	49.8	5.8	74.4	53.8	4.1
卵類	34.1	33.3	2.8	45.2	39.7	2.7	31.0	35.2	4.1	51.5	45.0	4.5	37.8	30.5	3.3	40.3	34.4	2.4
乳類	121.4	156.4	13.0	111.0	125.2	8.4	131.6	175.6	18.1	93.3	125.3	11.1	109.0	129.1	12.3	124.6	123.8	10.0
油脂類	14.1	9.8	0.8	12.2	9.8	0.8	15.0	9.7	1.0	13.7	10.9	1.1	13.0	9.9	1.2	11.0	8.7	0.8
菓子類	25.5	51.2	4.5	17.6	34.7	1.9	19.6	48.9	5.4	12.0	34.6	3.3	32.7	53.2	7.6	21.8	34.2	2.7
アルコール飲料類	164.6	368.2	25.2	139.4	274.9	18.8	233.6	419.8	35.3	229.7	349.4	32.6	79.7	271.9	40.5	69.4	169.8	15.4
その他嗜好飲料類	599.6	527.0	38.1	734.3	566.6	44.1	586.8	583.5	62.4	789.4	604.8	51.0	615.2	451.1	42.4	691.6	533.4	47.8
調味料類	103.8	92.7	6.0	79.6	73.9	5.2	116.5	104.1	9.3	91.9	89.1	8.3	88.0	73.9	10.7	70.1	58.2	4.7
補助栄養素・特定保健用食品	16.0	56.5	4.6	13.3	45.7	3.0	18.7	66.4	5.8	12.0	42.6	4.3	12.6	41.3	4.9	14.3	48.2	3.9

表48 「家庭で作った食事」に使用された市販食品(惣菜、レトルト、冷凍食品等)数

	年齢区分	人数	平均値	標準偏差
男女合計	合計	1256	0.67	1.00
	1-6歳	56	0.39	0.71
	7-14歳	116	0.37	0.61
	15-19歳	51	0.90	1.08
	20-29歳	69	0.61	0.91
	30-39歳	129	0.64	0.88
	40-49歳	140	0.79	1.08
	50-59歳	202	0.75	0.99
	60-69歳	234	0.71	1.22
	70歳以上	259	0.69	0.97
男性	合計	585	0.70	1.02
	1-6歳	29	0.28	0.45
	7-14歳	56	0.39	0.62
	15-19歳	24	0.96	1.30
	20-29歳	39	0.59	0.91
	30-39歳	61	0.72	0.92
	40-49歳	61	0.80	1.01
	50-59歳	100	0.84	1.11
	60-69歳	98	0.86	1.33
	70歳以上	117	0.61	0.88
女性	合計	671	0.64	0.98
	1-6歳	27	0.52	0.89
	7-14歳	60	0.35	0.61
	15-19歳	27	0.85	0.86
	20-29歳	30	0.63	0.93
	30-39歳	68	0.56	0.85
	40-49歳	79	0.78	1.14
	50-59歳	102	0.66	0.85
	60-69歳	136	0.60	1.13
	70歳以上	142	0.75	1.04

表49 「家庭で作った食事」に使用されたインスタント食品(カップ麺、カップスープ等)数

	年齢区分	人数	平均値	標準偏差
男女合計	合計	1256	0.17	0.55
	1-6歳	56	0.05	0.23
	7-14歳	116	0.16	0.42
	15-19歳	51	0.86	1.28
	20-29歳	69	0.12	0.32
	30-39歳	129	0.12	0.41
	40-49歳	140	0.44	0.95
	50-59歳	202	0.13	0.49
	60-69歳	234	0.07	0.28
	70歳以上	259	0.07	0.28
男性	合計	585	0.20	0.63
	1-6歳	29	0.03	0.19
	7-14歳	56	0.13	0.38
	15-19歳	24	1.13	1.26
	20-29歳	39	0.15	0.37
	30-39歳	61	0.13	0.39
	40-49歳	61	0.64	1.18
	50-59歳	100	0.18	0.61
	60-69歳	98	0.07	0.26
	70歳以上	117	0.05	0.22
女性	合計	671	0.14	0.48
	1-6歳	27	0.07	0.27
	7-14歳	60	0.20	0.44
	15-19歳	27	0.63	1.28
	20-29歳	30	0.07	0.25
	30-39歳	68	0.12	0.44
	40-49歳	79	0.28	0.68
	50-59歳	102	0.09	0.32
	60-69歳	136	0.07	0.30
	70歳以上	142	0.08	0.32

表50 家族との食事の状況

区分	性別	年齢区分	1人で食事をした		家族全員が家庭食を食べた		その他		合計	
			人	%	人	%	人	%	人	%
朝食	男性	1-6歳	0	0.0	17	58.7	12	41.4	29	100.1
		7-14歳	5	8.8	34	59.7	18	31.6	57	100.1
		15-19歳	7	29.2	8	33.4	9	37.5	24	100.1
		20-29歳	12	30.8	16	41.1	11	28.3	39	100.2
		30-39歳	13	21.4	35	57.4	13	21.4	61	100.2
		40-49歳	8	13.0	34	54.9	20	32.3	62	100.2
		50-59歳	19	19.0	53	53.0	28	28.0	100	100.0
		60-69歳	18	18.2	60	60.7	21	21.3	99	100.2
	70歳以上	14	12.0	82	70.1	21	18.0	117	100.1	
	合計	96	16.4	339	57.7	153	26.1	588	100.2	
	女性	1-6歳	1	3.8	17	63.0	9	33.4	27	100.2
		7-14歳	1	1.6	28	44.5	34	54.0	63	100.1
		15-19歳	3	11.2	14	51.9	10	37.1	27	100.2
		20-29歳	6	20.0	13	43.4	11	36.7	30	100.1
		30-39歳	4	5.9	39	57.4	25	36.8	68	100.1
		40-49歳	11	13.8	42	52.5	27	33.8	80	100.1
50-59歳		16	15.7	57	55.9	29	28.5	102	100.1	
60-69歳		35	25.6	81	59.2	21	15.4	137	100.2	
70歳以上	32	22.6	76	53.6	34	24.0	142	100.2		
合計	109	16.2	367	54.3	200	29.6	676	100.1		
昼食	男性	1-6歳	18	66.7	1	3.8	8	29.7	27	100.2
		7-14歳	42	66.7	1	1.6	20	31.8	63	100.1
		15-19歳	16	59.3	0	0.0	11	40.8	27	100.1
		20-29歳	23	76.7	4	13.4	3	10.0	30	100.1
		30-39歳	45	66.2	8	11.8	15	22.1	68	100.1
		40-49歳	40	50.0	5	6.3	35	43.8	80	100.1
		50-59歳	62	60.8	14	13.8	26	25.5	102	100.1
		60-69歳	45	32.9	35	25.6	57	41.7	137	100.2
	70歳以上	26	18.4	51	36.0	65	45.8	142	100.2	
	合計	317	46.9	119	17.7	240	35.6	676	100.2	
	女性	1-6歳	17	70.9	0	0.0	7	29.2	24	100.1
		7-14歳	42	71.2	0	0.0	17	28.9	59	100.1
		15-19歳	18	72.0	1	4.0	6	24.0	25	100.0
		20-29歳	13	50.0	3	11.6	10	38.5	26	100.1
		30-39歳	37	61.7	7	11.7	16	26.7	60	100.1
		40-49歳	47	61.1	8	10.4	22	28.6	77	100.1
50-59歳		54	54.6	17	17.2	28	28.3	99	100.1	
60-69歳		59	43.4	48	35.3	29	21.4	136	100.1	
70歳以上	43	30.8	41	29.3	56	40.0	140	100.1		
合計	330	51.1	125	19.4	191	29.6	646	100.1		
夕食	男性	1-6歳	0	0.0	16	55.2	13	44.9	29	100.1
		7-14歳	0	0.0	41	72.0	16	28.1	57	100.1
		15-19歳	5	20.9	13	54.2	6	25.0	24	100.1
		20-29歳	6	15.4	27	69.3	6	15.4	39	100.1
		30-39歳	9	14.8	48	78.7	4	6.6	61	100.1
		40-49歳	11	17.8	41	66.2	10	16.2	62	100.2
		50-59歳	12	12.0	72	72.0	16	16.0	100	100.0
		60-69歳	12	12.2	72	72.8	15	15.2	99	100.2
	70歳以上	9	7.7	84	71.8	24	20.6	117	100.1	
	合計	64	10.9	414	70.5	110	18.8	588	100.2	
	女性	1-6歳	1	3.8	19	70.4	7	26.0	27	100.2
		7-14歳	0	0.0	45	71.5	18	28.6	63	100.1
		15-19歳	1	3.8	21	77.8	5	18.6	27	100.2
		20-29歳	5	16.7	19	63.4	6	20.0	30	100.1
		30-39歳	3	4.5	51	75.0	14	20.6	68	100.1
		40-49歳	7	8.8	51	63.8	22	27.5	80	100.1
50-59歳		9	8.9	75	73.6	18	17.7	102	100.2	
60-69歳		26	19.0	89	65.0	22	16.1	137	100.1	
70歳以上	33	23.3	84	59.2	25	17.7	142	100.2		
合計	85	12.6	454	67.2	137	20.3	676	100.1		

表51 「主食・主菜・副菜の揃った食事」の状況(バランスガイドによる料理数のカウント)

区分	性別	年齢区分	すべて揃っている		主食のみ		主食+主菜(副菜なし)		その他		欠食		合計	
			人	%	人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
朝食	男性	7-14歳	16	28.1	7	12.3	23	40.4	8	14.0	3	5.3	57	100.0
		15-19歳	5	20.8	3	12.5	11	45.8	4	16.7	1	4.2	24	100.0
		20-29歳	5	12.8	9	23.1	12	30.8	5	12.8	8	20.5	39	100.0
		30-39歳	16	26.2	10	16.4	24	39.3	2	3.3	9	14.8	61	100.0
		40-49歳	22	35.5	8	12.9	16	25.8	9	14.5	7	11.3	62	100.0
		50-59歳	37	37.0	12	12.0	26	26.0	15	15.0	10	10.0	100	100.0
		60-69歳	64	64.6	6	6.1	11	11.1	16	16.2	2	2.0	99	100.0
		70歳以上	66	56.4	12	10.3	21	17.9	17	14.5	1	0.9	117	100.0
		(再掲)20-40歳代	43	26.5	27	16.7	52	32.1	16	9.9	24	14.8	162	100.0
	(再掲)50歳代以上	167	52.8	30	9.5	58	18.4	48	15.2	13	4.1	316	100.0	
	女性	7-14歳	8	12.7	16	25.4	28	44.4	10	15.9	1	1.6	63	100.0
		15-19歳	7	25.9	6	22.2	10	37.0	2	7.4	2	7.4	27	100.0
		20-29歳	9	30.0	4	13.3	7	23.3	5	16.7	5	16.7	30	100.0
		30-39歳	12	17.6	15	22.1	25	36.8	7	10.3	9	13.2	68	100.0
		40-49歳	22	27.5	14	17.5	28	35.0	12	15.0	4	5.0	80	100.0
50-59歳		47	46.1	12	11.8	14	13.7	25	24.5	4	3.9	102	100.0	
60-69歳		85	62.0	10	7.3	14	10.2	25	18.2	3	2.2	137	100.0	
70歳以上		66	46.5	9	6.3	34	23.9	31	21.8	2	1.4	142	100.0	
(再掲)20-40歳代		43	24.2	33	18.5	60	33.7	24	13.5	18	10.1	178	100.0	
(再掲)50歳代以上	198	52.0	31	8.1	62	16.3	81	21.3	9	2.4	381	100.0		
昼食	男性	7-14歳	53	93.0	0	0.0	2	3.5	2	3.5	0	0.0	57	100.0
		15-19歳	8	33.3	1	4.2	13	54.2	1	4.2	1	4.2	24	100.0
		20-29歳	15	38.5	6	15.4	12	30.8	4	10.3	2	5.1	39	100.0
		30-39歳	35	57.4	6	9.8	14	23.0	5	8.2	1	1.6	61	100.0
		40-49歳	25	40.3	14	22.6	18	29.0	4	6.5	1	1.6	62	100.0
		50-59歳	50	50.0	21	21.0	21	21.0	3	3.0	5	5.0	100	100.0
		60-69歳	58	58.6	10	10.1	15	15.2	13	13.1	3	3.0	99	100.0
		70歳以上	55	47.0	18	15.4	16	13.7	27	23.1	1	0.9	117	100.0
		(再掲)20-40歳代	75	46.3	26	16.0	44	27.2	13	8.0	4	2.5	162	100.0
	(再掲)50歳代以上	163	51.6	49	15.5	52	16.5	43	13.6	9	2.8	316	100.0	
	女性	7-14歳	55	87.3	2	3.2	1	1.6	5	7.9	0	0.0	63	100.0
		15-19歳	12	44.4	6	22.2	7	25.9	2	7.4	0	0.0	27	100.0
		20-29歳	9	30.0	10	33.3	4	13.3	5	16.7	2	6.7	30	100.0
		30-39歳	27	39.7	16	23.5	12	17.6	9	13.2	4	5.9	68	100.0
		40-49歳	35	43.8	19	23.8	14	17.5	9	11.3	3	3.8	80	100.0
50-59歳		44	43.1	23	22.5	19	18.6	13	12.7	3	2.9	102	100.0	
60-69歳		70	51.1	20	14.6	16	11.7	28	20.4	3	2.2	137	100.0	
70歳以上		57	40.1	23	16.2	18	12.7	43	30.3	1	0.7	142	100.0	
(再掲)20-40歳代		71	39.9	45	25.3	30	16.9	23	12.9	9	5.1	178	100.0	
(再掲)50歳代以上	171	44.9	66	17.3	53	13.9	84	22.0	7	1.8	381	100.0		
夕食	男性	7-14歳	33	57.9	1	1.8	6	10.5	17	29.8	0	0.0	57	100.0
		15-19歳	15	62.5	2	8.3	4	16.7	3	12.5	0	0.0	24	100.0
		20-29歳	25	64.1	0	0.0	5	12.8	8	20.5	1	2.6	39	100.0
		30-39歳	35	57.4	1	1.6	13	21.3	12	19.7	0	0.0	61	100.0
		40-49歳	40	64.5	2	3.2	3	4.8	17	27.4	0	0.0	62	100.0
		50-59歳	65	65.0	1	1.0	8	8.0	23	23.0	3	3.0	100	100.0
		60-69歳	70	70.7	0	0.0	7	7.1	22	22.2	0	0.0	99	100.0
		70歳以上	84	71.8	5	4.3	6	5.1	21	17.9	1	0.9	117	100.0
		(再掲)20-40歳代	100	61.7	3	1.9	21	13.0	37	22.8	1	0.6	162	100.0
	(再掲)50歳代以上	219	69.3	6	1.9	21	6.6	66	20.9	4	1.3	316	100.0	
	女性	7-14歳	37	58.7	0	0.0	7	11.1	19	30.2	0	0.0	63	100.0
		15-19歳	16	59.3	0	0.0	5	18.5	6	22.2	0	0.0	27	100.0
		20-29歳	19	63.3	2	6.7	4	13.3	4	13.3	1	3.3	30	100.0
		30-39歳	44	64.7	0	0.0	7	10.3	16	23.5	1	1.5	68	100.0
		40-49歳	47	58.8	1	1.3	9	11.3	22	27.5	1	1.3	80	100.0
50-59歳		67	65.7	3	2.9	6	5.9	26	25.5	0	0.0	102	100.0	
60-69歳		95	69.3	2	1.5	7	5.1	33	24.1	0	0.0	137	100.0	
70歳以上		88	62.0	1	0.7	17	12.0	35	24.6	1	0.7	142	100.0	
(再掲)20-40歳代		110	61.8	3	1.7	20	11.2	42	23.6	3	1.7	178	100.0	
(再掲)50歳代以上	250	65.6	6	1.6	30	7.9	94	24.7	1	0.3	381	100.0		

表52 バランスガイドによる「副菜」のカウント

性別	年齢区分	人数	副菜(SV)		野菜摂取量		SV×70gと野菜摂取量の差	
			平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
合計	7-14歳	116	4.2	1.9	302.8	125.7	8.9	125.7
	15-19歳	51	3.5	2.2	285.3	127.4	41.0	127.4
	20-29歳	69	3.7	2.6	314.3	148.2	53.6	148.2
	30-39歳	129	3.7	2.5	290.0	180.1	29.6	180.1
	40-49歳	140	3.6	2.2	296.1	149.5	44.6	149.5
	50-59歳	202	4.5	2.6	377.8	161.1	64.6	161.1
	60-69歳	234	5.2	2.7	479.4	178.7	118.3	178.7
	70歳以上	259	4.7	2.6	387.8	170.5	57.0	170.5
	(再掲)20-40歳代	338	3.7	2.4	297.5	199.4	40.7	161.4
	(再掲)50歳代以上	695	4.8	2.6	415.7	228.5	79.8	172.6
男性	7-14歳	56	4.3	1.9	318.6	136.4	18.6	136.4
	15-19歳	24	3.5	2.5	296.3	110.4	48.4	110.4
	20-29歳	39	3.8	2.4	328.1	165.0	60.7	165.0
	30-39歳	61	4.0	2.8	312.8	188.6	32.8	188.6
	40-49歳	61	3.7	2.4	305.5	176.9	45.0	176.9
	50-59歳	100	4.5	2.5	360.4	160.7	46.8	160.7
	60-69歳	98	5.4	2.9	493.5	178.9	114.2	178.9
	70歳以上	117	5.0	2.7	418.0	196.6	67.4	196.6
	(再掲)20-40歳代	161	3.9	2.5	313.7	229.5	44.2	177.9
	(再掲)50歳代以上	315	5.0	2.7	423.2	241.4	75.4	181.8
女性	7-14歳	60	4.1	1.9	288.0	115.2	-0.1	115.2
	15-19歳	27	3.4	1.9	275.4	142.5	34.3	142.5
	20-29歳	30	3.6	2.9	296.4	125.1	44.4	125.1
	30-39歳	68	3.5	2.2	269.6	173.5	26.6	173.5
	40-49歳	79	3.5	2.0	288.9	125.4	44.3	125.4
	50-59歳	102	4.5	2.7	394.9	160.4	82.0	160.4
	60-69歳	136	5.0	2.5	469.2	179.2	121.3	179.2
	70歳以上	142	4.5	2.5	363.0	145.6	48.5	145.6
	(再掲)20-40歳代	177	3.5	2.3	282.7	166.7	37.5	145.2
	(再掲)50歳代以上	380	4.7	2.5	409.6	217.3	83.5	164.8