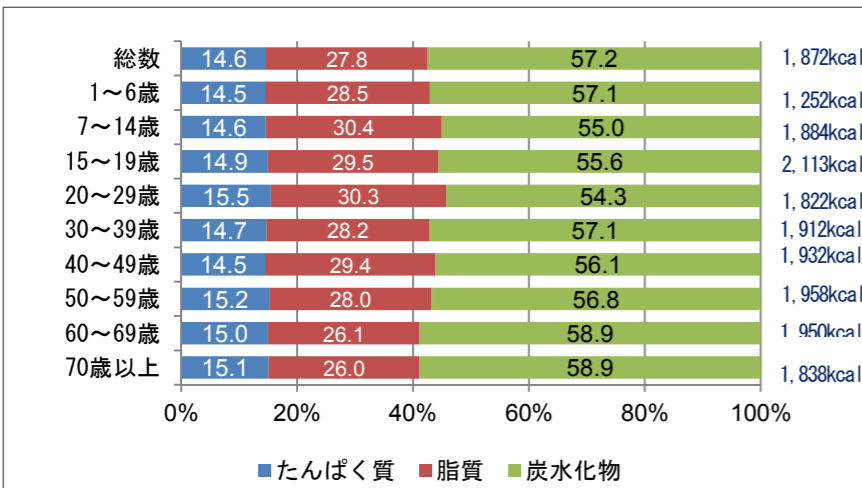


平成28年度ひょうご食生活実態調査結果

○調査時期 平成28年10～11月（前回調査 平成20年9月）
 ○集計客体 無作為抽出22地区、H28国民健康・栄養調査対象地区10単位区
 ・栄養摂取状況調査 総数2,419人（男性1,132人、女性1,287人）
 ・アンケート調査 総数2,728人（男性1,281人、女性1,447人）

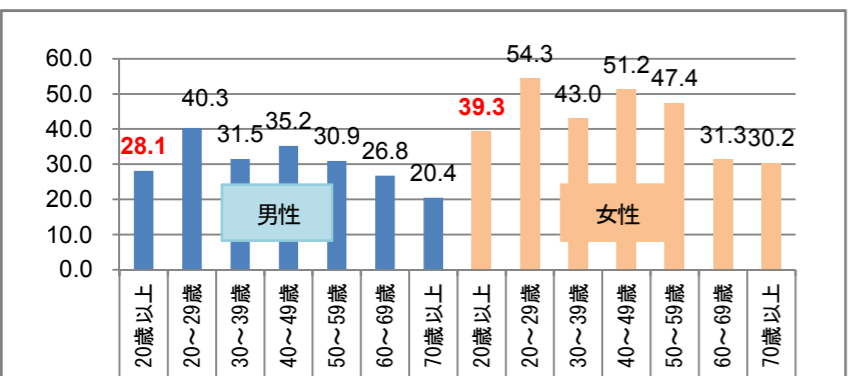
1 エネルギーの栄養素別摂取構成比

前回値とほぼ同様



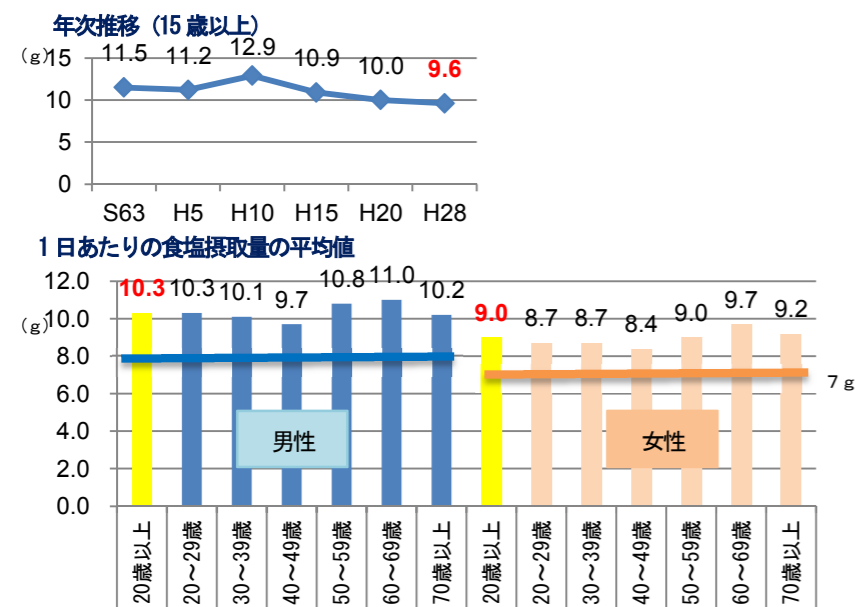
2 脂質エネルギー比率の状況

30%超過は男性28.1%、女性39.3%



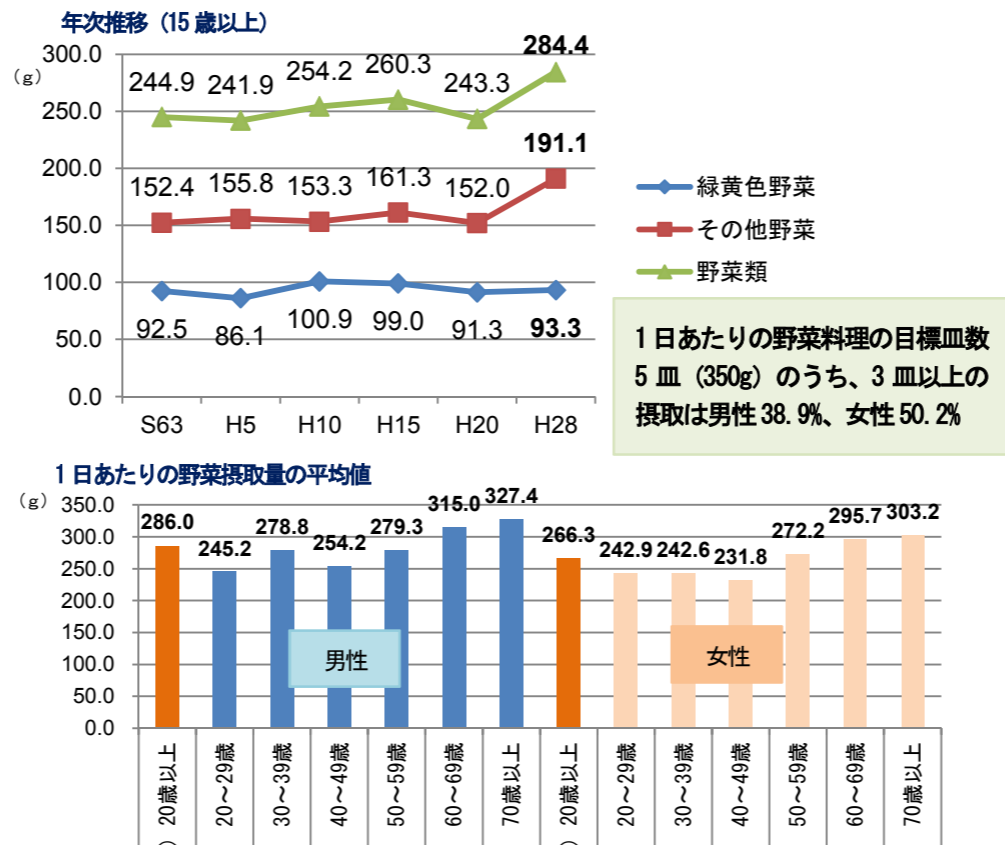
3 食塩摂取量の状況

減少、男女とも60歳代で最も多い



4 野菜摂取量の状況

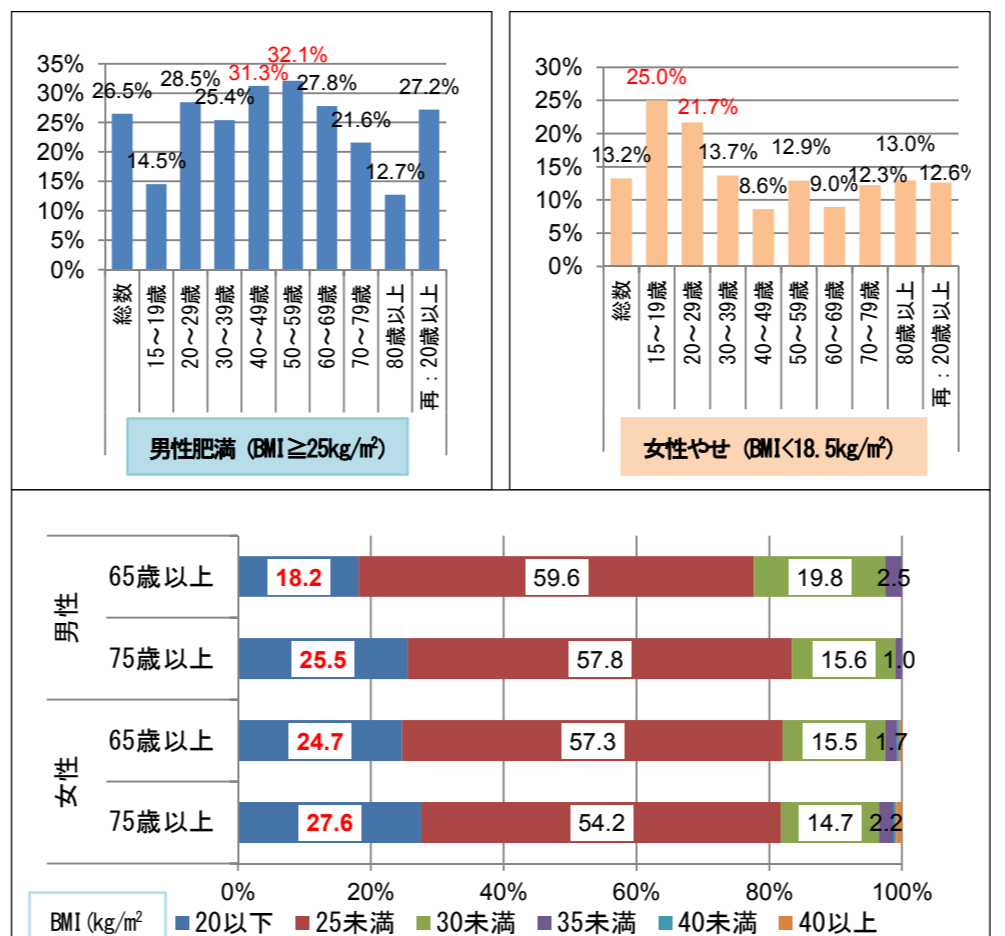
前回値より40g増加、目標値350gまであと一皿



1日あたりの野菜料理の目標皿数5皿(350g)のうち、3皿以上の摂取は男性38.9%、女性50.2%

5 肥満とやせの状況

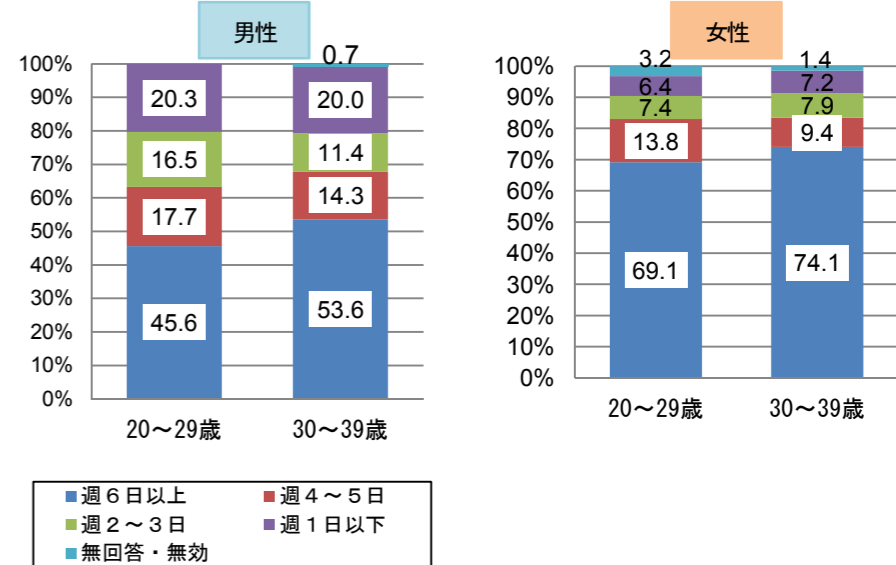
40～50歳代男性の30%以上が肥満
 15～20歳代女性の20%以上がやせ
 65歳以上男性の18.2%、女性の24.7%が低栄養傾向



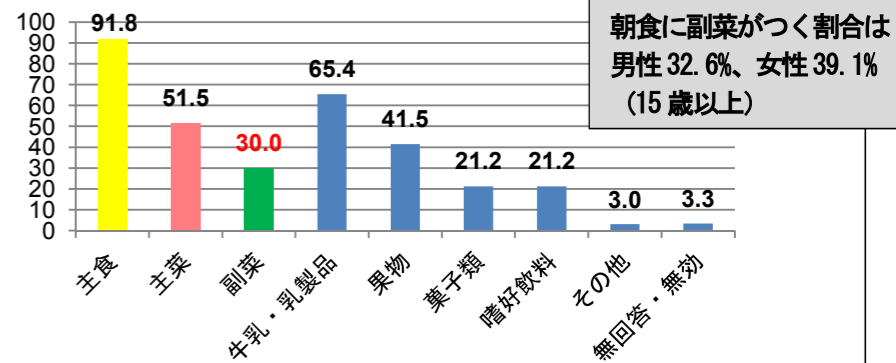
資料2

6 朝食摂取に関する状況

男性の20歳代、30歳代の摂取率の悪化



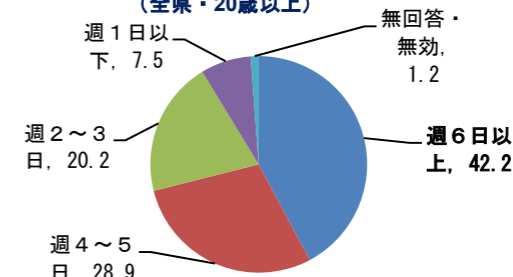
朝食の内容・複数回答 (全県・1～14歳)



7 栄養バランスのとれた食事摂取状況

副菜が最も食べられていない

1日に2回以上、主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる日数 (全県・20歳以上)



主食、主菜、副菜のうち、組み合わせる食べていないもの・複数回答 (全県・20歳以上)

