

## 我が国における魚介類等の摂食量

## 1. 概要

我が国における食品の摂食量については、国民栄養調査によって毎年調査が行われており、魚介類等についても、国民栄養調査結果を用いることが適当であると考えられる。

## 2. 国民栄養調査とは

健康増進法(平成14年法律第103号)に基づき、国民の健康状態、食品摂取量、栄養素等摂取量の実態を把握すると同時に栄養と健康との関係を明らかにし、広く健康増進対策等に必要な基礎資料を得ることを目的とするものであり、毎年11月中の1日に約5,000世帯(約15,000人)を対象に実施されている。

## 3. 魚介類等の摂食量

国民栄養調査は、全ての食品を2,000以上の群に区分して調査が実施されており、今回は各魚介類等について特別に集計したものである。また、集計に当たっては、一定の母数を確保するため、食品群の内容が変更された後の平成13、14年をあわせて集計することとし、摂食者全体、20歳以上の摂食者、20歳以上の女性摂食者について集計を行った。その結果は以下のとおり。

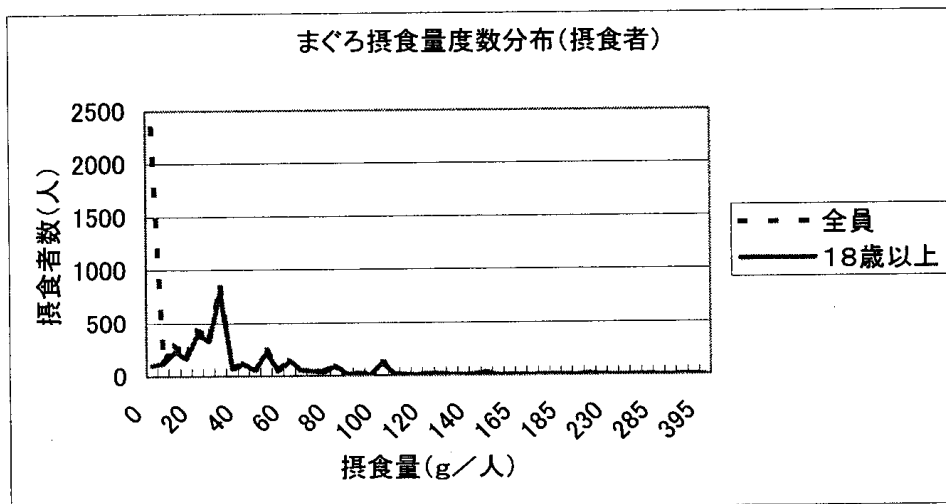
魚介類等	H13,14 国民栄養調査						(参考)H10-12 国民栄養調査	
	摂食者全員		20歳以上の 摂食者		20歳以上の 女性摂食者		摂食者全員(平成 15年6月使用)	
	摂食量 (g/day)	摂食者 数(人)	摂食量 (g/day)	摂食者 数(人)	摂食量 (g/day)	摂食者 数(人)	摂食量 (g/day)	摂食者 数(人)
魚類平均	82.7	18,839	91.9	14,784	83.4	7,874	61.1	31,916
カジキ	69.8	135	73.6	102	73.0	51	65.3	210
キンメダイ	79.2	144	79.1	116	76.5	66	76.8	264
サメ	76.4	6	83.6	5	82.5	2	60.1	18
タイ	56.2	709	56.8	616	58.3	289	14.8	6,890
マグロ	23.3	6,830	39.6	3,425	35.7	1,649	21.2	10,380
ムツ	88.0	38	88.7	36	93.7	17	77.4	136
クジラ	94.1	17	97.7	5	96.4	2	144.0	24
バイガイ	40.0	5	40.0	5	40.0	1	72.8	8
調査対象者	—	23,972	—	19,098	—	10,313	—	38,849

なお、今回の暴露量の試算に当たっては、メチル水銀による健康影響を受けることが懸念される者が妊婦等であることに鑑み、20歳以上の女性摂食者の平均摂食量を用いることが適当であると考えます。

(参考) マグロの摂食量について

- (1) 平成13、14年の摂食者全員のデータは、昨年(平成12)年の注意事項の検討に用いた平成10年から12年のデータと大きな差はないと考えられる。
- (2) 他方、平成13年、14年の摂食者全員と20歳以上、20歳以上の女性を見ると、23.3gと39.6g、35.7gと異なっているものと考えられる。これは、国民栄養調査において学校給食を食べている子どもたちは一律にマグロを1.5~2g摂取しているという値をあてはめていることなどによるものと考えられる。

マグロ摂食者における年齢階層(摂食者総数及び18歳以上)による比較



注) 20歳以上の分布については未集計。

(3) 独立行政法人国立健康・栄養研究所の調査結果(資料5-2)によると、全国11都道府県において刺身、寿司、サラダ等のマグロ料理について調査した結果、マグロ1回分(いわゆる1人前の量)は、次の表のとおりである。

市販食品名	まぐろ1回分 平均重量(g)	調査検体数 (個)
サラダ	20	22
サンドウィッチ	29	20
刺身(まぐろのみ)	59	12
刺身(その他も含む)	51	10
寿司(まぐろのみ)	71	7
寿司(その他も含む)	24	17

鉄火丼	100	12
巻き物(中巻)	21	9
巻き物(細巻)	42	3

なお、今回の暴露量の推計では、マグロの摂食形態に鑑み、1人前の量の多い刺身(まぐろのみ)、寿司(まぐろのみ)、鉄火丼の平均値である約80gについても試算することとする。