

資料 3

「健康日本21」暫定直近実績値に係るデータ分析（概要）

## 「健康日本21」目標値と暫定直近実績値

目標		策定時の現状値		目標値	暫定直近実績値
1. 栄養・食生活					
1.1	適正体重を維持している人の増加	児童・生徒の肥満児	10.7%	7%以下	10.6%
		20歳代女性のやせ	23.3%	15%以下	26.9%
		20～60歳代男性肥満	24.3%	15%以下	29.4%
		40～60歳代女性肥満	25.2%	20%以下	26.4%
1.2	脂肪エネルギー比率の減少	20～40歳代	27.1%	25%以下	25.0%
1.3	食塩摂取量の減少	成人	13.5g/日	10g未満	12.0g/日
1.4	野菜摂取量の増加	成人	292g/日	350g以上	285g/日
1.5	カルシウムに富む食品の摂取量の増加(成人)	牛乳・乳製品	107g/日	130g以上	146g/日
		豆類	76g/日	100g以上	63g/日
		緑黄色野菜	98g/日	120g以上	94g/日
1.7	朝食を欠食する人の減少	中学・高校生	6.0%	0%	4.4%
		男性(20歳代)	32.9%	15%以下	26.5%
		男性(30歳代)	20.5%	15%以下	24.7%
2. 身体活動・運動					
2.2	日常生活における歩数の増加	男性(成人)	8,202歩	9,200歩以上	7,753歩
		女性(成人)	7,282歩	8,300歩以上	7,140歩
2.3	運動習慣者の増加	男性	28.6%	39%以上	31.6%
		女性	24.6%	35%以上	28.3%
2.6	日常生活における歩数の増加	男性(70歳以上)	5,436歩	6,700歩以上	4,787歩
		女性(70歳以上)	4,604歩	5,900歩以上	4,328歩
3. 休養・こころの健康					
3.4	自殺者の減少	全国数	31,755人	22,000人以下	29,949人
6. 歯の健康					
6.1	う歯のない幼児の増加(3歳)	全国平均	59.5%	80%以上	67.5%
6.4	一人平均う歯数の減少(12歳)	全国平均	2.9歯	1歯以下	2.1歯

## 「健康日本21」暫定直近実績値に係るデータ分析(概要)

分野: 栄養・食生活		
目標項目: 1.1 適正体重を維持している人の増加		
目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
児童・生徒の肥満児 (6～14歳男女: 日比式標準体重を基準として20%以上) 7%以下	10.7%	10.6%
20歳代女性のやせの者(BMI<18.5) 15%以下	23.3%	26.9%
20～60歳代男性の肥満者(BMI≥25.0) 15%以下	24.3%	29.4%
40～60歳代女性の肥満者(BMI≥25.0) 20%以下	25.2%	26.4%
データ分析		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○データの比較は可能である。</li> <li>○児童・生徒の肥満児の割合は、ベースライン値からはほぼ横ばいである。</li> <li>○20から60歳代男性の肥満者の割合は、増加傾向にある。</li> <li>○40から60歳代女性の肥満者の割合は、横ばいである。</li> </ul>	
留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>○20歳代女性のやせの割合は、年々のデータの変動があり、データ分析に注意が必要である。</li> <li>○40から60歳代女性の肥満者は、平成14年のデータでは、60歳代で増加が見られるが、ランダムな変動の影響もあり、次年のデータを合わせて考える必要がある。</li> </ul>	
課題等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○40から60歳代男性における肥満者の割合は、特に50歳代での増加が顕著であり、地域差(郡部での増加がより顕著)も認められることが観察されている。中高年男性の肥満者の増加傾向は、疾病リスクの上昇を考え合わせると重要な問題であり、この年齢層に対して特に重点的な働きかけが必要である。</li> </ul>	

### 目標項目: 1.2 脂肪エネルギー比率減少

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
20～40歳代 25%以下	27.1%	25.0%
<b>データ分析</b>		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ベースライン値と暫定直近実績値の直接的な比較はできない。(下記「留意点」参照)</li> <li>○食品成分表の切り替わりによる影響を考慮すると、脂肪エネルギー比率は、横ばいないしは若干の減少と考えられる。</li> <li>○全体としては、横ばいないしは若干の減少であるが、男性20歳代では増加傾向にある。</li> </ul>	
留意点	○ベースライン値と暫定直近実績値の比較にあたっては、平成13年の食品成分表の切り替わりによる影響(総脂肪摂取量として5%程度と推定される)を考慮する必要がある。	
課題等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○全体としては、横ばいないしは若干の減少であるが、20歳代男性では増加傾向にあり、今後対策が必要であると考えられる。</li> <li>○循環器疾患リスクという観点からは、飽和脂肪酸に関しても考慮することが望ましいと考えられる。</li> </ul>	

### 目標項目: 1.3 食塩摂取量減少

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
成人 10g未満	13.5g/日	12.0g/日
<b>データ分析</b>		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ベースライン値と暫定直近実績値の直接的な比較はできない。(下記「留意点」参照)</li> <li>○食品成分表の切り替わり及び過去からの経年的な推移を考慮すれば、0.5g程度の摂取量の減少は観察されている。</li> <li>○すべての性・年齢階層において減少傾向が認められる。</li> </ul>	
留意点	○ベースライン値と暫定直近実績値の比較にあたっては、平成13年の食品成分表の切り替わりによる影響(国民平均で1g程度と推定される)を考慮する必要がある。	
課題等	○個人・集団における食塩摂取量の評価及び効果的な指導・介入のためには、食品成分表に記載されていない加工食品等を含めた成分値のデータベースの整備が必要と考えられる。	

目標項目: 1.4 野菜摂取量の増加		
目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
成人 350g以上	292g/日	285g/日
データ分析		
結果	○データの比較は可能である。 ○平成9年以降は、成人全体としては横ばいであり、平成9年と比較して平成14年の値は若干減少しているが、意味のある程度のものではない。	
留意点	○国民栄養調査が11月の一時点で行われていることを考慮すると、その時期の野菜の供給量(価格も含む)が摂取量に影響を与えている可能性を考える必要があり、単年のデータだけの判断は望ましくないと思われる。	
課題等	○年齢階級別に比較すると、相対的に若年層(~30歳代)において摂取量が低く、特にその年齢階層において摂取量を増加させることが望まれる。 ○若年層と高齢層の摂取量平均のギャップを埋めるためには、「小鉢(皿)」1つ分の野菜料理(約70g)の摂取量を増やすことが一つの目安となると考えられる。	

目標項目: 1.5 カルシウムに富む食品の摂取量の増加(成人)		
目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
牛乳・乳製品 130g以上	107g/日	146g/日
豆類 100g以上	76g/日	63g/日
緑黄色野菜 120g以上	98g/日	94g/日
データ分析		
結果	○牛乳・乳製品については、直接的には比較が不可能である。(下記「留意点」参照) ○豆類については、平成13年から食品分類方法が切り替わったが、みそ類の再分類等によりデータの比較は可能である。 ○みその摂取量約13gを足し合わせると豆類の摂取量はほぼ横ばいである。 ○緑黄色野菜については、データの比較は可能である。 ○経年的な変化をみると若干の減少である。	
留意点	○牛乳・乳製品については、平成13年の食品分類の変更等があるので、平成15年調査結果の詳細な解析を踏まえて解釈する必要がある。	
課題等	○カルシウムに富む食品の摂取量は、現時点で実質的にほぼ横ばいであり、より実効性が高い取組が望まれる。 ○牛乳・乳製品、豆類、緑黄色野菜の摂取量については、全般的に20歳代での摂取量が少なく、世代間の差に着目した対策が必要であると考えられる。	

目標項目:1.7 朝食を欠食する人の減少

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9年国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14年国民栄養調査)
中学・高校生 0%	6.0%	4.4%
男性(20歳代) 15%以下	32.9%	26.5%
男性(30歳代) 15%以下	20.5%	24.7%
データ分析		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○データの比較には注意を要する。(下記「留意点」参照)</li> <li>○中学・高校生では、減少している。</li> <li>○20歳代男性では、減少している。</li> <li>○30歳代男性では、増加している。</li> </ul>	
留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平成13年国民栄養調査からは食事状況の分類項目が細かくなったことから、その影響を考慮する必要がある。</li> <li>○今回増加傾向が認められた30歳代男性では、「菓子や果物のみ」の者の割合が高いことに留意する必要がある。</li> </ul>	
課題等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○30歳代男性においては、朝食の内容と食事の質との関連等について、今後解析及び検討が必要であると考えられる。</li> </ul>	

分野: 身体活動・運動

目標項目: 2. 2、2. 6 日常生活における歩数の増加

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14国民栄養調査)
男性(成人) 9,200歩以上	8,202歩	7,753歩
女性(成人) 8,300歩以上	7,282歩	7,140歩
男性(70歳以上) 6,700歩以上	5,436歩	4,787歩
女性(70歳以上) 5,900歩以上	4,604歩	4,328歩
<b>データ分析</b>		
結果	<p>○データの比較は可能である。                      ○70歳以上における一日の歩数は、男性で減少しており、女性で横ばいである。                      ○年齢階層別では、50歳代男性において減少傾向にあり、20歳代及び60歳代女性では増加傾向にある。</p>	
留意点	<p>○成人の歩数は、15歳以上のデータを基に目標値も含めて算出されているので、留意する必要がある。</p>	
課題等	<p>○50歳代男性では、歩数の減少(約1100歩)が認められ、地域・職域での対策が今後必要であると考えられる。                      ○70歳以上については、男性において歩数が減少し、女性においても横ばいであり、生活機能低下の防止の観点からも、地域における高齢者に対する対策が今後必要であると考えられる。</p>	

目標項目: 2. 3 運動習慣者の増加

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H9国民栄養調査)	暫定直近実績値 (H14国民栄養調査)
男性 39%以上	28.6%	31.6%
女性 35%以上	24.6%	28.3%
<b>データ分析</b>		
結果	<p>○データの比較は可能である。                      ○平成9年からの経年的な推移では運動習慣者の割合は男女ともに増加傾向にある。                      ○高齢者(60歳代男性、60、70歳代女性)の運動習慣者の割合は増加しているが、男女ともに20から50歳代での運動習慣者の割合は横ばいである。                      ○20歳代女性では、他の年齢階層と比べて10%程度運動習慣者の割合が低い。</p>	
留意点	<p>○国民栄養調査における「運動」の定義が明確でなく、年代において「運動」の捉え方が異なっている可能性がある。</p>	
課題等	<p>○高齢層における運動習慣者の割合は増加しているが、若年から中年層では増加傾向がなく、地域・職域での対策が今後必要であると考えられる。                      ○20歳代女性の運動習慣者の割合は横ばいであるが、他の年齢階層と比較して低く、運動習慣者の割合を増加させる対策が今後必要であると考えられる。</p>	

分野: 休養・こころの健康づくり

目標項目: 3.4 自殺者の減少

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H10年人口動態統計)	暫定直近実績値 (H14年人口動態統計)
全国数 22,000人以下	31,755人	29,949人

データ分析

結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○データの比較は可能である。</li> <li>○平成10年から平成13年までに自殺者は約2,000人減少したが、平成14年には再び増加に転じている。</li> <li>○性別では男性の自殺者が多く、年齢階層別では男女ともに50歳代にピークがあり、中年層における自殺者が多い。</li> </ul>
留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>○平成10年から3年間は減少傾向にあり、平成14年は増加していたが、減少トレンドの変換点であるのか、一時的なデータのばらつきであるのかは、今後の変化を慎重に見極めた判断が必要である。</li> </ul>
課題等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○男性中年層の自殺者が多いという特徴を踏まえた対策が必要と考えられる。</li> <li>○自殺の原因や背景因子についてもさらに解析する必要があると考えられる。</li> </ul>



分野: 歯の健康

目標項目: 6. 1 う歯のない幼児の増加(幼児期のう蝕予防)

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H10年度3歳児歯科健康診査結果)	暫定直近実績値 (H14年度3歳児歯科健康診査結果)
全国平均(3歳) 80%以上	59.5%	67.5%
データ分析		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○データの比較は可能である。</li> <li>○う歯のない幼児(3歳児)の割合は経年的に増加傾向を示している。</li> <li>○全体としては改善傾向にあるが、地域別では差が見られる。</li> </ul>	
留意点	○特になし。	
課題等	○地域差が認められることから、地域の特性に応じた、幼児期のう蝕予防対策を推進していくことが必要である。	

目標項目: 6. 4 一人平均う歯数の減少(学童期のう蝕予防)

目標値	策定時のベースライン値(現状値) (H11年学校保健統計調査)	暫定直近実績値 (H15年学校保健統計調査)
全国平均(12歳) 1歯以下	2.9歯	2.1歯
データ分析		
結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>○データの比較は可能である。</li> <li>○学童期(12歳児)における一人平均う歯数が経年的に減少傾向を示している。</li> <li>○全体としては改善傾向にあるが、地域別では差が見られる。</li> </ul>	
留意点	○特になし。	
課題等	○地域差が認められることから、地域の特性に応じた、学童期におけるう蝕予防対策を推進していくことが必要である。	