

平成19年度 茨城県総合がん対策推進モニタリング調査結果概要

～栄養・生活習慣・がん検診の状況～

- ◆ 調査の目的
県民の皆様の生活習慣等の実態を把握し、健康づくりやがん対策などの基礎資料とするために、平成15年度に続き、平成19年度に2回目の調査を行いました。
- ◆ 調査対象
県全体 36地区 433世帯 1351名
- ◆ 主な調査内容と実施期間
【調査内容】 身体状況調査(自記入)
栄養摂取状況調査(1日の食事状況等)
生活習慣調査(運動、喫煙、飲酒、休養等生活習慣に関するアンケート)
がんに関する意識・行動調査(がんに関する意識・行動等のアンケート)
【実施期間】 平成19年11月

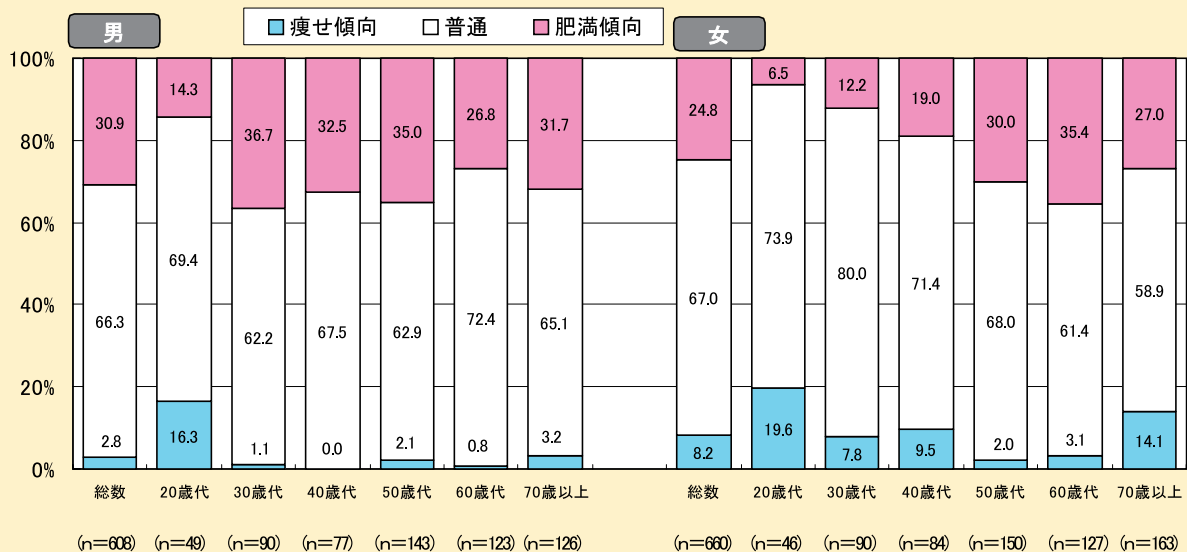
今回の調査からわかったこと

- 成人では男性の約30%、女性の約25%が肥満傾向(BMI25以上)です。
- 20～40歳代の脂肪摂取比率が男女とも目標(25%以下)よりも高くなっています。
- すべての年代で野菜摂取量が目標値(350g)よりも不足しています。
- 成人の食塩摂取量は、目標値(10g未満)に対し摂り過ぎです。
- 喫煙習慣のある人は、男性が約4割、女性が約1割で、男女とも30歳代で高くなっています。
- 運動習慣のある人は、男女とも約3割で、男性の60・70歳代、女性の60歳代では4割以上と高くなっています。
- がん検診受診率(胃・肺・大腸・子宮・乳)は、最も高い胃がんでも40%台と、目標(50%以上)に達していません。

身体状況 成人男性の30.9%、女性の24.8%が肥満傾向です

肥満の割合は、男性は30～50歳代、70歳以上で3割を超え、女性は20歳代から60歳代まで年齢の上昇とともに高くなりました。一方、痩せの割合は、20歳代の男女が約2割と高くなっています。

BMIの状況(性・年齢階級別)



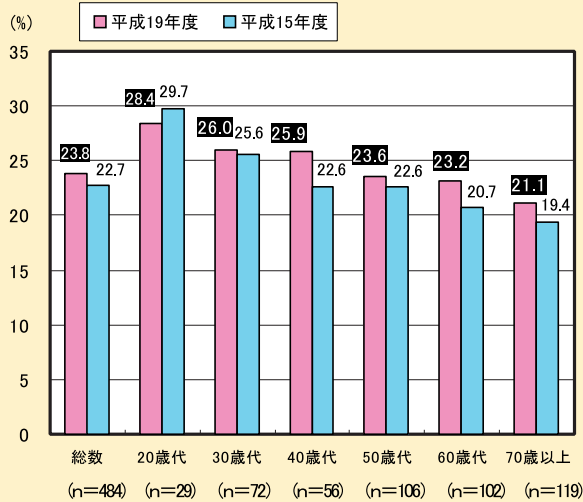
(注) BMI < 18.5 痩せ傾向 18.5 ≤ BMI < 25 普通 BMI ≥ 25 肥満傾向

栄養素摂取の状況

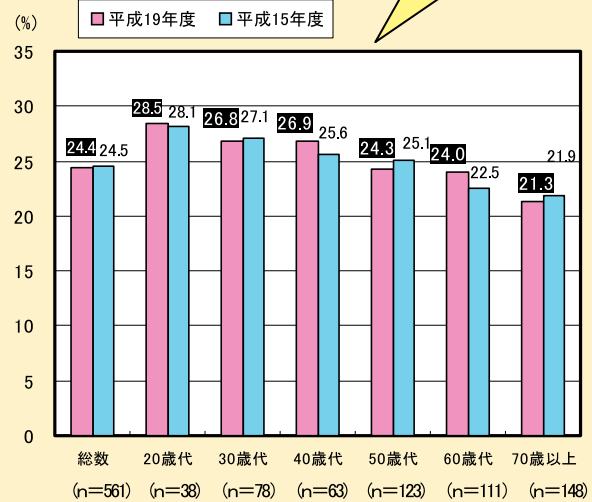
20～40歳代では男女とも脂肪エネルギー比率が25%を超えています

平成15年度と比較すると、男性では30歳代以上のすべての年代で、女性は20、40、60歳代で、脂肪エネルギー比率が増加しました。

脂肪エネルギー比率
(男性、H15調査との比較)



脂肪エネルギー比率
(女性、H15調査との比較)



茨城県の目標値
20歳代、30歳代
25.0%以下

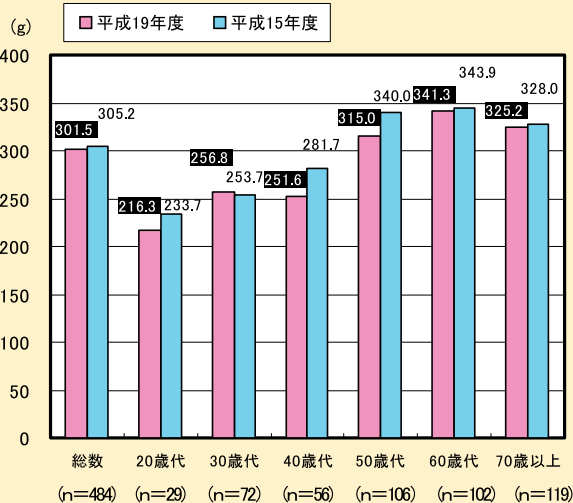
(注) 以下nは、平成19年度の調査人数を表します。

食品群別摂取の状況

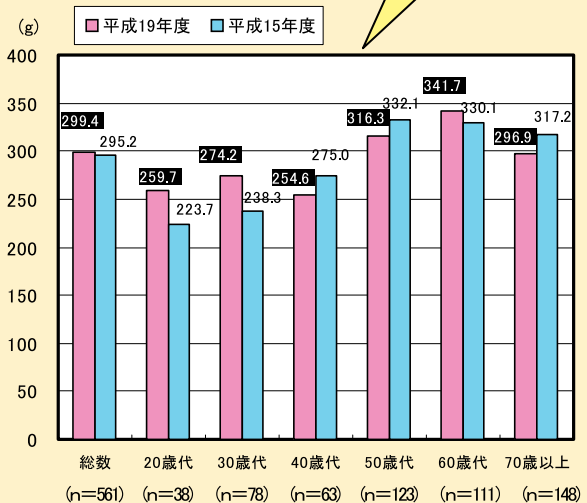
野菜類の摂取量は男女ともすべての年代で、目標値の350gに比べ不足しています

野菜の摂取量は、平成15年度と比較すると、男性では、20歳、40歳以上で減少し、女性は、20・30歳代、60歳代で増加しました。

野菜の摂取量
(男性、H15調査との比較)



野菜の摂取量
(女性、H15調査との比較)



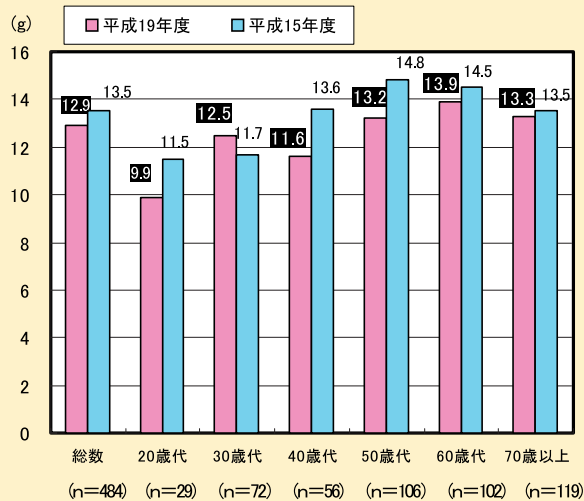
茨城県の目標値
350g以上

食品群別摂取の状況

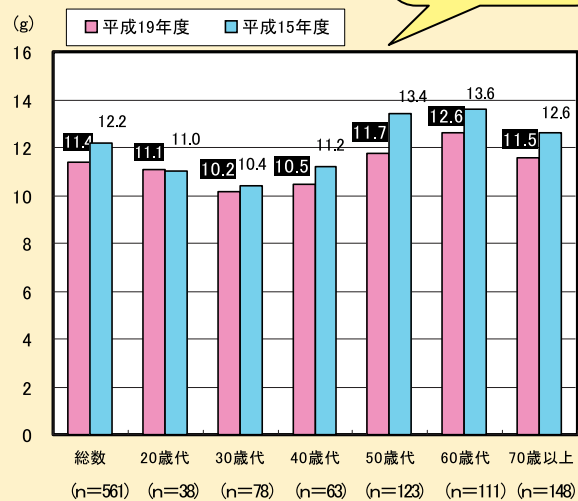
成人の食塩摂取量は、ほとんどの年代で目標の10g未滿を超え、摂り過ぎです

成人の食塩の摂取量は、男性は30歳以上、女性はすべての年代で10gを超えています。また、男女とも60歳代が最も高くなっています。平成15年度と比較すると、男性は30歳代、女性は20歳代をのぞくすべての年代で、減少しました。

食塩の摂取量
(男性、H15調査との比較)



食塩の摂取量
(女性、H15調査との比較)



茨城県の目標値
男女とも10.0g未滿

(注) 日本人の食事摂取基準(2005年度版)では、男性10g未滿、女性8g未滿です。

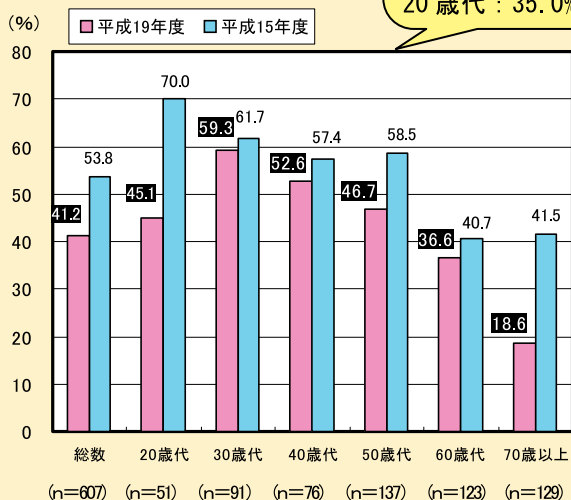
生活習慣に関する状況

喫煙習慣のある人は、男性はすべての年代で減少、女性は30・40歳代で増加しています

喫煙習慣のある人の割合は、男性では30歳~40歳で半数以上、女性では30歳代で約3割、20、40歳代で1割強でした。男女とも30歳代の喫煙率が最も高くなっています。

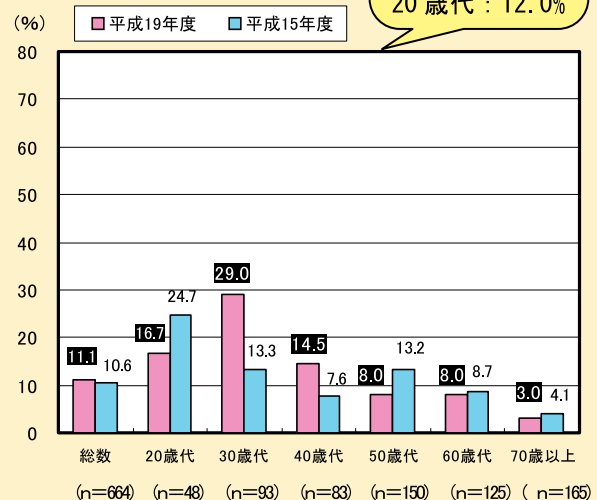
平成15年度と比較すると、男性は全年齢階級で減少し、女性は30・40歳代で増加しています。

喫煙習慣者のある人の割合
(男性、H15調査との比較)



茨城県の目標値
男性：20.0%
20歳代：35.0%

喫煙習慣者のある人の割合
(女性、H15調査との比較)



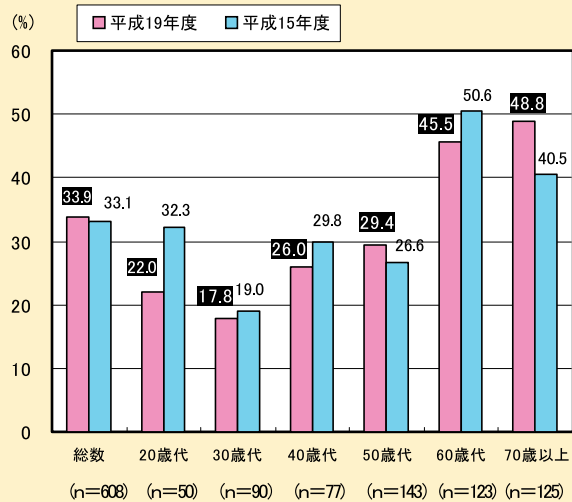
茨城県の目標値
女性：3.0%
20歳代：12.0%

生活習慣に関する状況

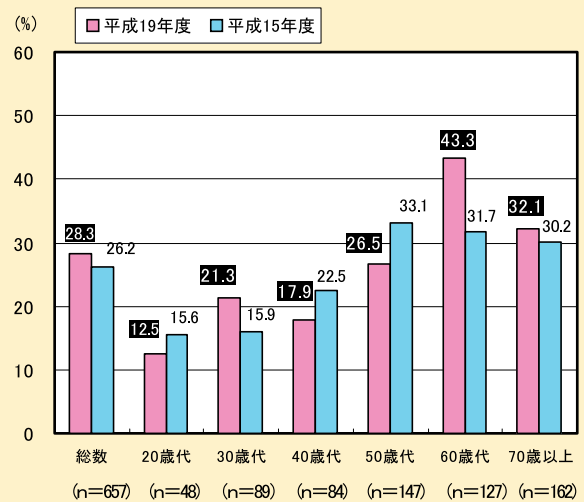
運動習慣のある人は、男性は33.9%、女性は28.3%でした

運動習慣のある人（運動を週2回以上、1回30分以上、1年以上継続している者）の割合は、男性では30歳で最も低く17.8%、女性では20歳代で最も低く12.5%でした。平成15年度と比較すると、男性は50歳代、70歳以上で増加、女性は30歳代、60歳以上で増加しました。

運動習慣者のある人の割合
(男性、H15調査との比較)



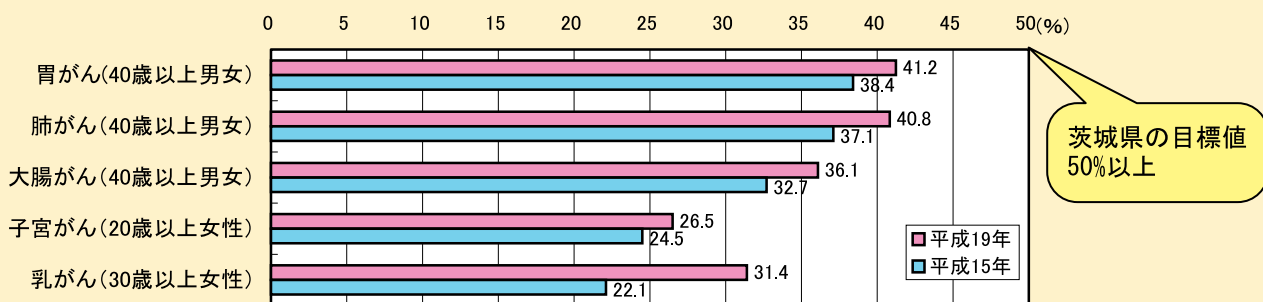
運動習慣者のある人の割合
(女性、H15調査との比較)



がん検診の状況

がん検診受診率は、胃・肺で40%台、大腸・乳房で30%台、子宮20%台で、目標の50%に達していません

がん検診受診率は、胃・肺・大腸・子宮・乳がんのすべての項目で、増加しました。



(注) 過去1年以内(乳がんは過去2年以内)にがん検診を受けた人の割合

—調査に対するお問い合わせ先—



茨城県保健福祉部保健予防課

TEL029-301-3224(直)

<http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/yobo/yobo.htm>