

「令和 4 年県民健康・栄養調査結果報告書(速報版)」の概要について

1 調査の目的

県民の栄養摂取量及び生活習慣の状況を明らかにし、県民の健康づくりの推進を図るための基礎資料を得る

2 調査の概要

(1) 栄養摂取状況調査

- ・実施時期：令和 4 年 10～11 月(任意の 1 日)
- ・調査対象：R 2 国勢調査の調査区から抽出した県内の世帯及び世帯員(満 1 歳以上)
- ・調査対象世帯(者)数・回答世帯(者)数・回答割合は下表のとおり

	今回 (R 4)	前回 (H28)
回答／調査対象 世帯数 (回答割合)	354／759 世帯 (46.6%)	373／783 世帯 (47.6%)
回答／調査対象 者数 (回答割合)	934／1,936 人 (48.2%)	1,016／2,022 人 (50.2%)

(2) 健康と生活習慣に関するアンケート調査

- ・実施時期：令和 4 年 5～6 月
- ・調査対象：各市町村選挙人名簿により無作為抽出した世帯員(中学生以上)
- ・調査対象者数・回答者数・回答割合は下表のとおり

	今回 (R 4)	前回 (H28)
回答／調査対象 者数 (回答割合)	6,420／15,000 人 (42.8%)	5,912／10,833 人 (54.5%)

3 調査結果の概要

(1) 栄養摂取状況調査

主な項目	R4	H28	H22	H16	H11
食塩摂取量 (20 歳以上)	10.5g	10.3g	12.2g	13.1g	14.4g
野菜摂取量 (20 歳以上)	291.9g	285.3g	320.2g	296.1g	308.9g
果物摂取量 (20 歳以上) 「100g 未満の者の割合」	58.3%	54.3%	54.1%		
牛乳・乳製品摂取量 (20 歳以上) 「200g 未満の者の割合」	75.8%	78.2%	78.3%		

(2) 健康と生活習慣に関するアンケート調査

主な項目		R4	H28	H22	H16	H11
40歳代男性の肥満者の割合		36.4%	38.8%	31.0%	29.3%	28.2%
20歳代女性のやせの者の割合		22.2%	17.4%	25.5%	23.4%	16.4%
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日が、ほぼ毎日の割合(20歳以上)		75.9%	73.9%	69.2%	67.5%	—
運動習慣者の割合 (20～64歳)	男性	40.2%	34.8%	29.4%	35.2%	21.8%
	女性	29.0%	25.7%	21.8%	29.6%	16.8%
睡眠による休養を十分に取れていない者の割合(20歳以上)		21.8%	26.7%	24.8%	26.5%	—
喫煙率(20歳以上)		17.2%	20.2%	20.5%	28.6%	28.8%
受動喫煙の機会の減少(中学生以上)※	行政機関	3.0%	3.6%	3.6%	—	—
	医療機関	1.0%	1.9%	2.4%	—	—
	職場	14.9%	32.2%	31.9%	—	—
	家庭	14.2%	12.0%	17.0%	—	—
	飲食店	10.8%	34.7%	39.3%	—	—
生活習慣病のリスクを高める飲酒習慣者(20歳以上)	男性	17.7%	18.2%	17.6%	—	—
	女性	10.8%	8.0%	7.3%	—	—
8020達成者の割合		57.2%	48.5%	37.0%	29.2%	31.7% (H13)

※1「運動習慣者の割合(20～64歳)」:H11及びH16データは、「運動習慣者の割合(20歳以上)」

※2「受動喫煙の機会の減少」:R4データ以外は、「県政アンケート」結果でH22分はH24実施分

(3) 新型コロナウイルス感染症拡大前後※の生活習慣の変化

- ・「体重が増加した」とする者が4人に1人の割合(男性22.5%、女性25.6%)
- ・「間食の頻度が増えた」とする女性が6人に1人の割合(女性15.4%)
- ・「1日の運動量が減少した」とする者が6人に1人の割合(男性14.6%、女性15.8%)

※R元年11月頃とR4年5～6月との比較

4 今後の対応

調査結果については、今後、市町村はじめ県医師会や県栄養士会、米沢栄養大学など関係機関の意見も踏まえ、評価分析の上、ライフステージに応じたバランスの良い食生活や生活習慣の定着に向け、今後の施策の在り方を検討し、今年度策定予定の次期「健康やまがた安心プラン〔期間令和6年～17年〕」にも盛り込んでいく。

以上