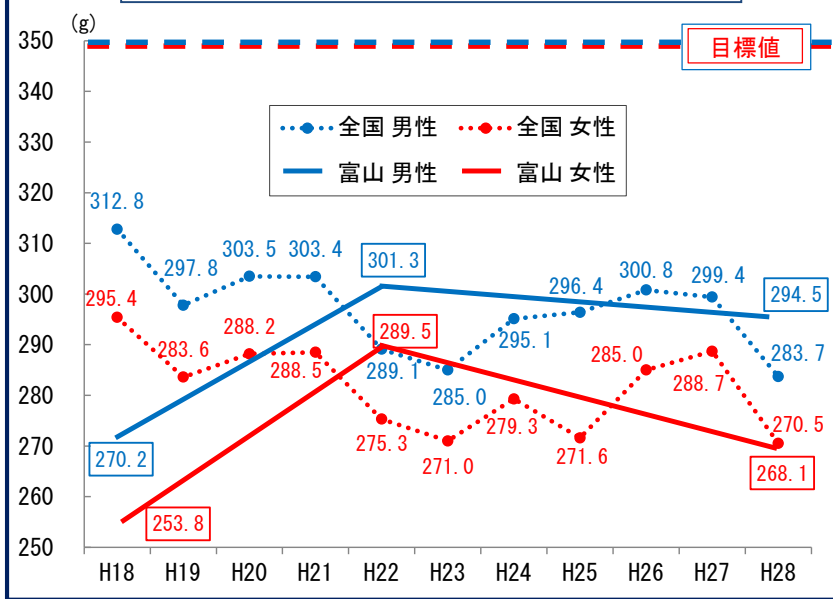
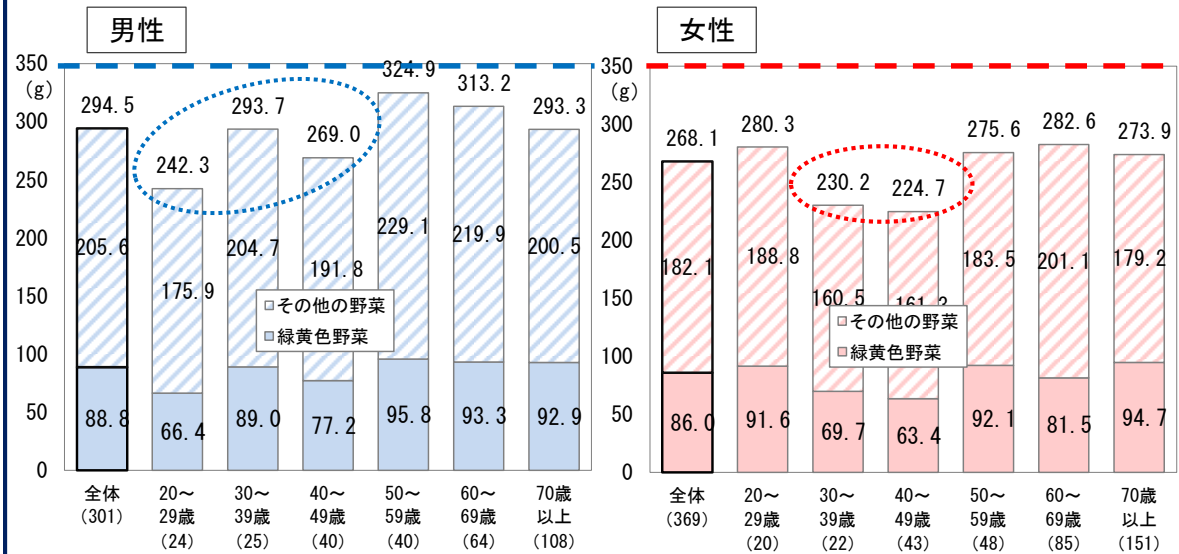


①生活習慣に関する主要指標の状況について（野菜摂取量）

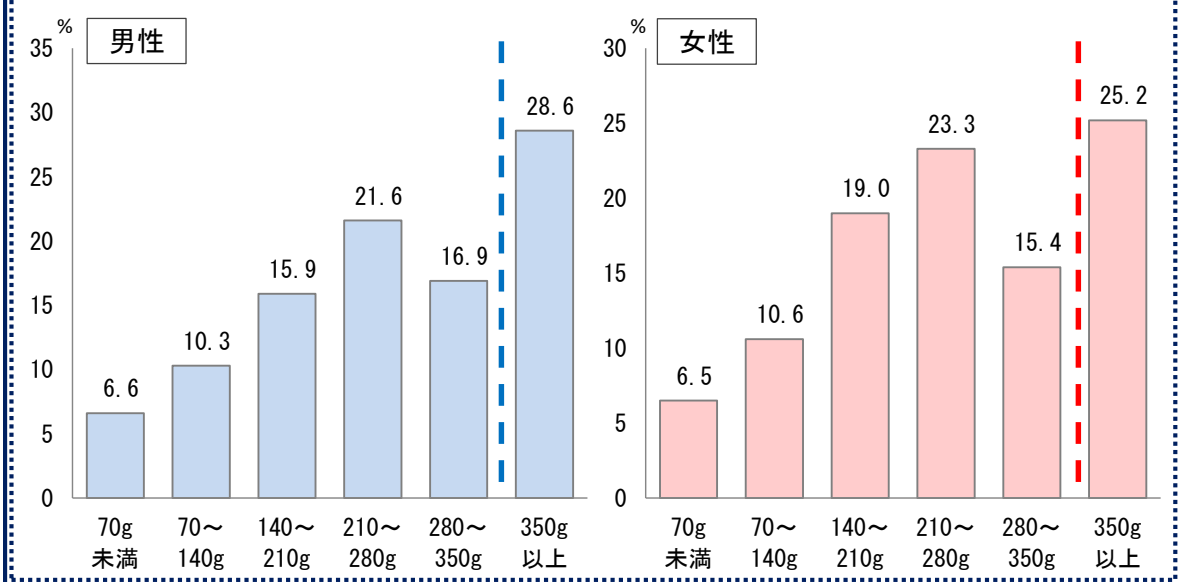
○野菜摂取量の年次推移（過去10年間）



○男女別、年齢階層別の状況



○男女別、野菜摂取量別の分布状況



○項目

1日あたりの野菜摂取量の平均値 (g、20歳以上)

○出典

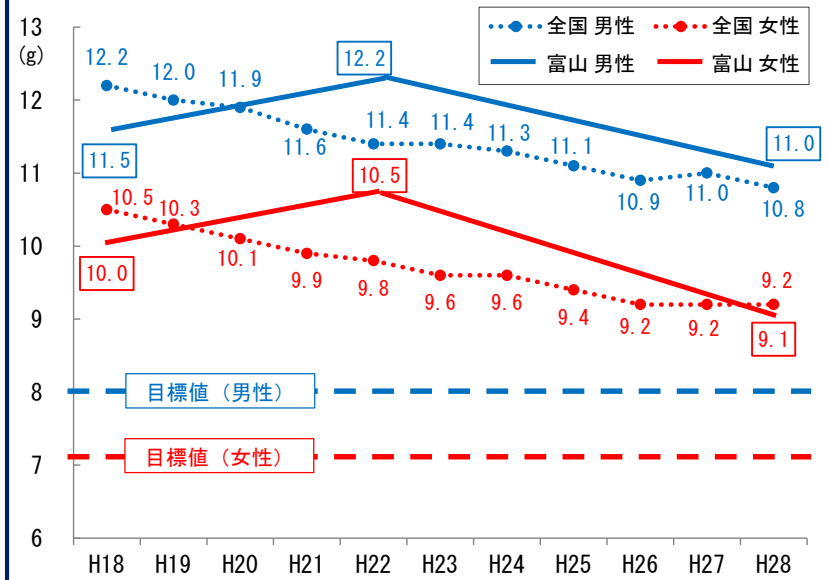
全国：国民健康・栄養調査
富山：県民健康栄養調査

○概要

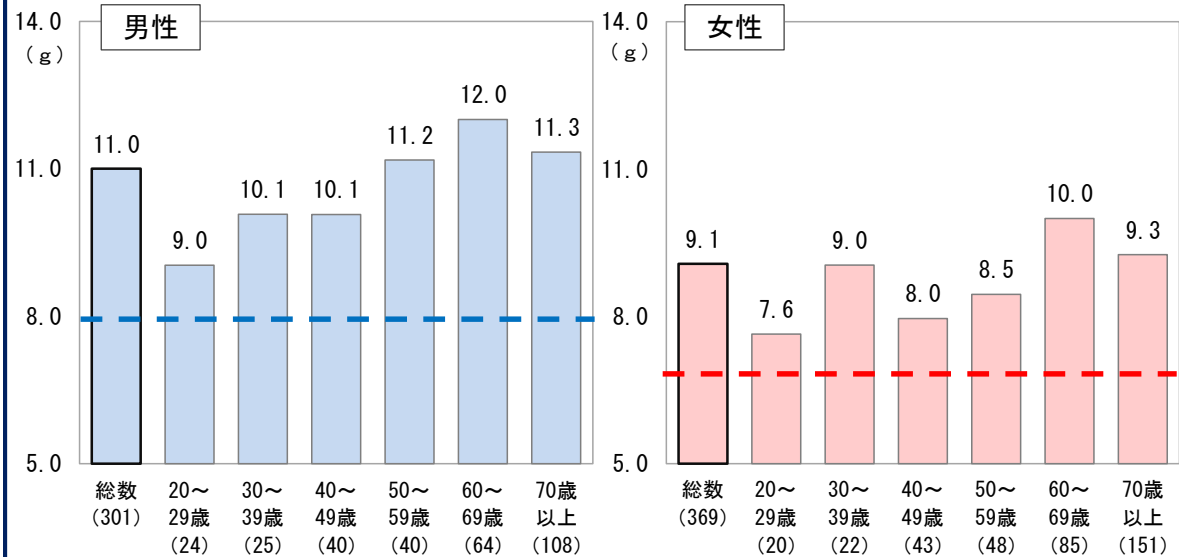
- ・男女ともすべての年代で目標値に不足、特に20歳から40歳代が不足
- ・男性より女性の摂取量が不足

②生活習慣に関する主要指標の状況について（食塩摂取量）

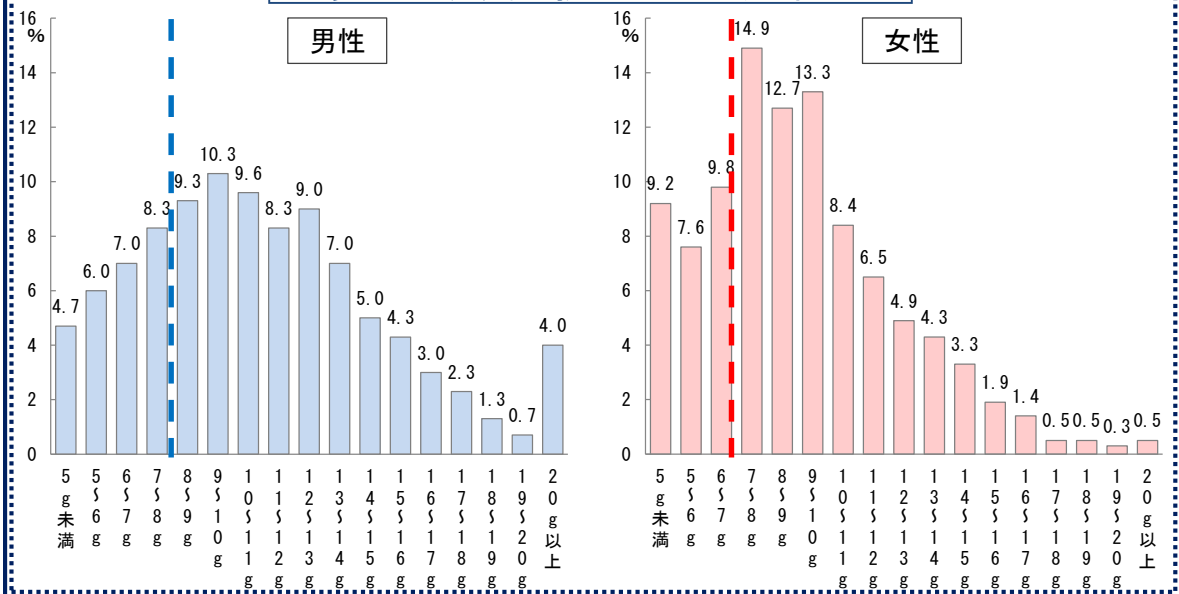
○食塩摂取量の年次推移（過去10年間）



○男女別、年齢階層別の状況



○男女別、食塩摂取量別の分布状況



○項目

1日あたりの食塩摂取量の平均値 (g、20歳以上)

○出典

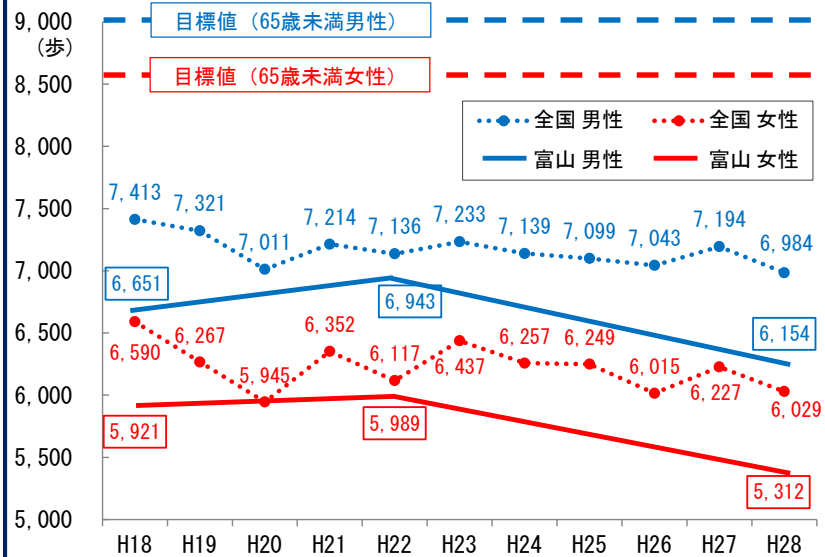
全国：国民健康・栄養調査
富山：県民健康栄養調査

○概要

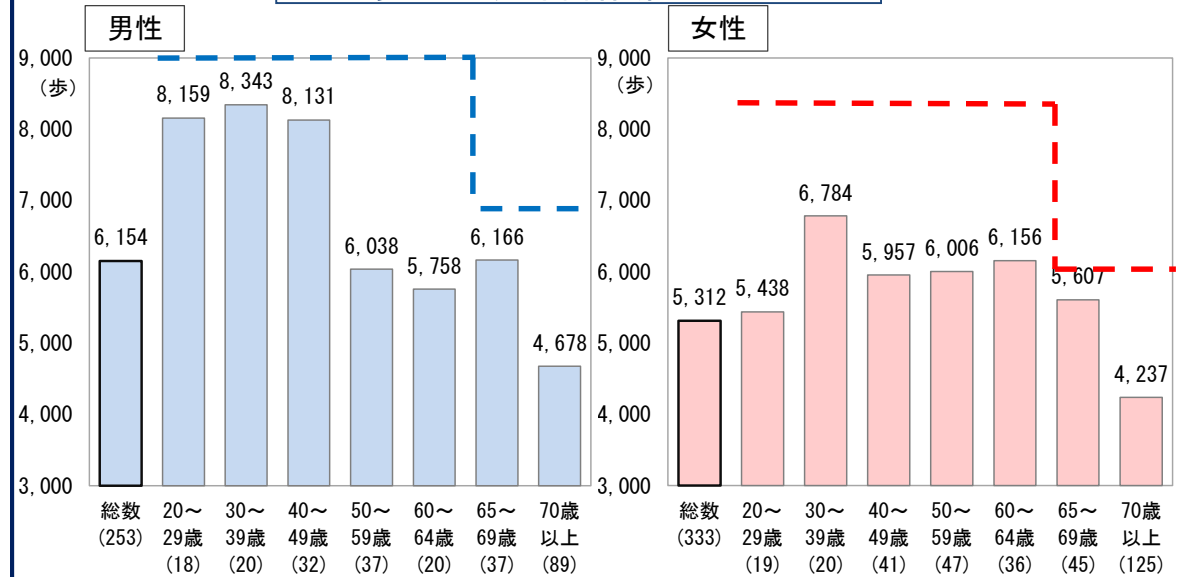
- ・男女ともすべての年代で目標値より多く摂取
- ・男女とも高齢層の塩分摂取量が多い傾向

③生活習慣に関する主要指標の状況について（歩数）

○歩数（1日あたり）の年次推移（過去10年間）



○男女別、年齢階層別の状況



○項目

1日あたりの歩数の平均値（歩、20歳以上）

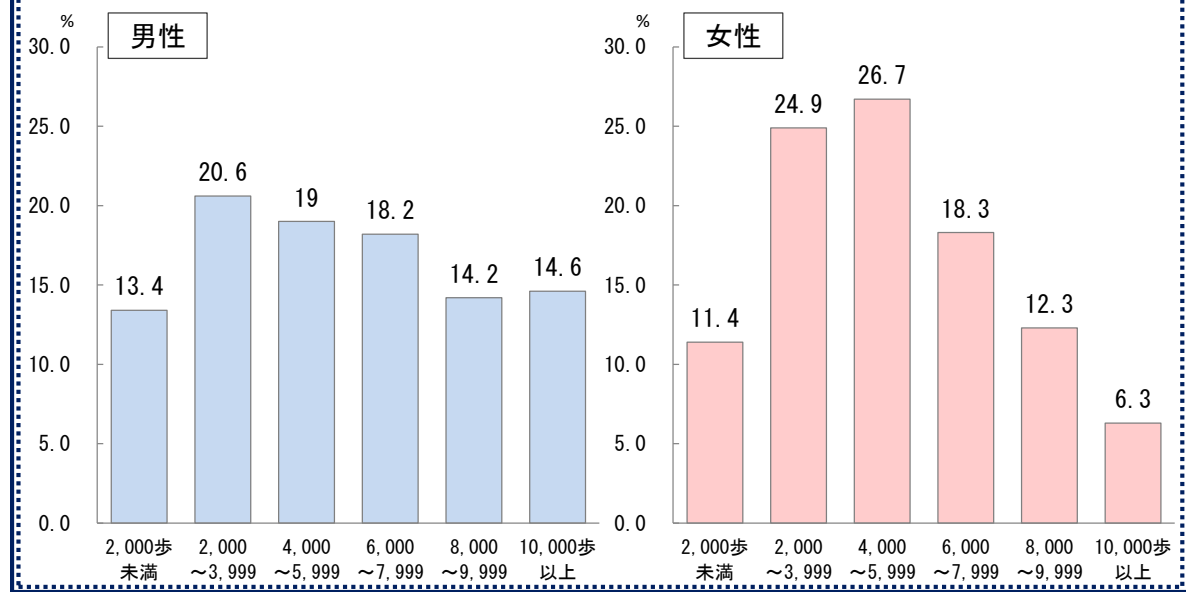
○出典

全国：国民健康・栄養調査
富山：県民健康栄養調査

○概要

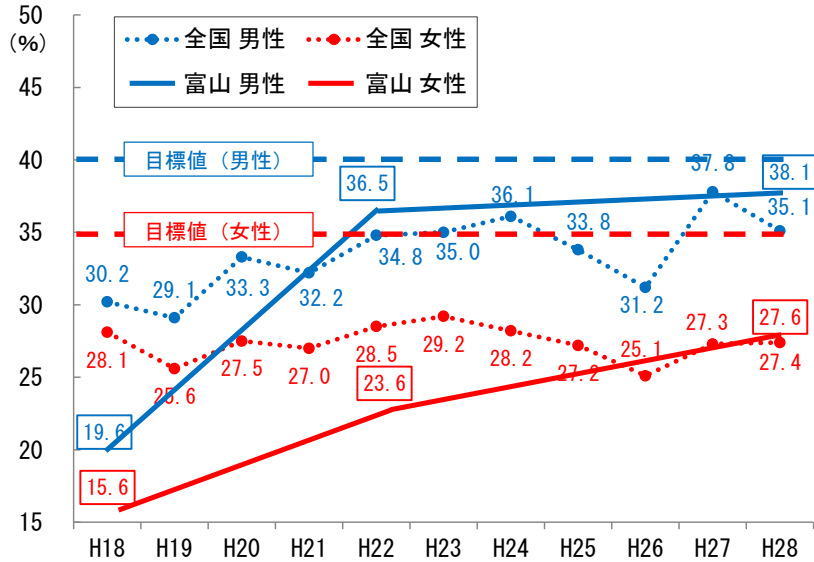
- ・男女ともすべての年代で目標値に不足
- ・特に男性においては、二極化している傾向

○男女別、歩数別の分布状況

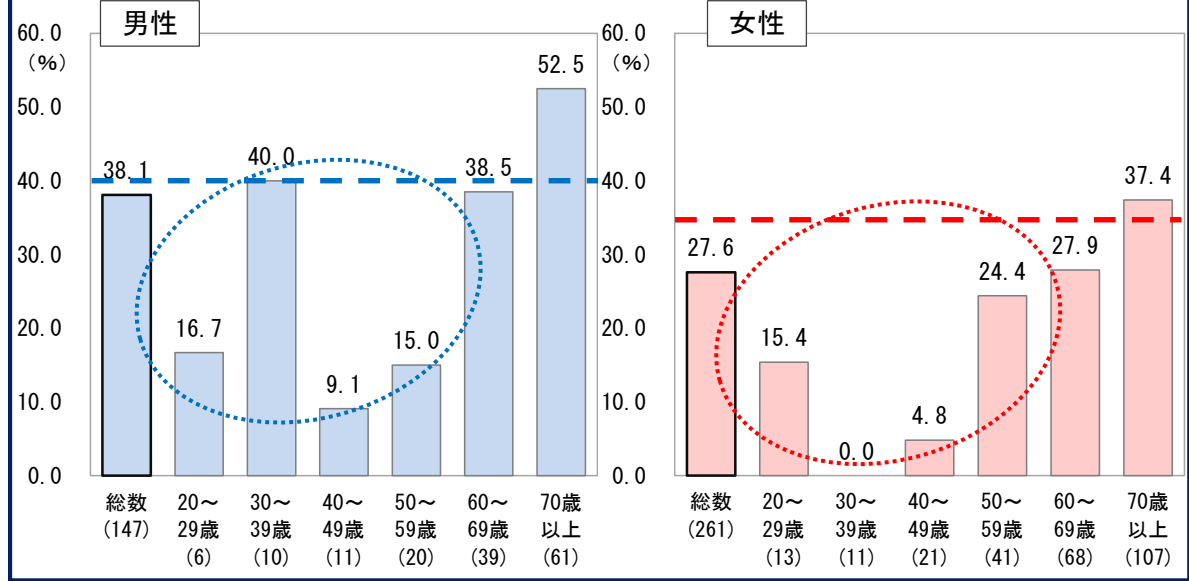


④生活習慣に関する主要指標の状況について（運動習慣）

○運動習慣者の割合の年次推移（過去10年間）



○男女別、年齢階層別の状況



○項目

1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者の割合（%、20歳以上）

○出典

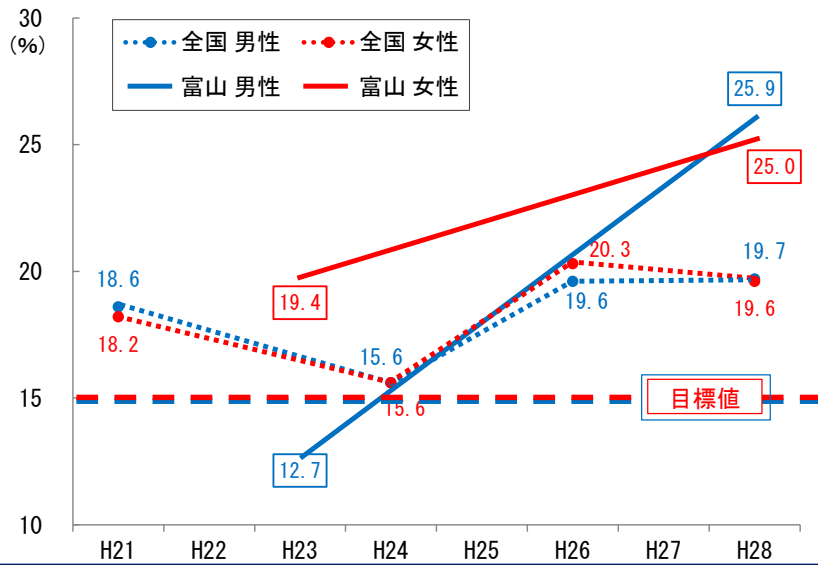
全国：国民健康・栄養調査
富山：県民健康栄養調査

○概要

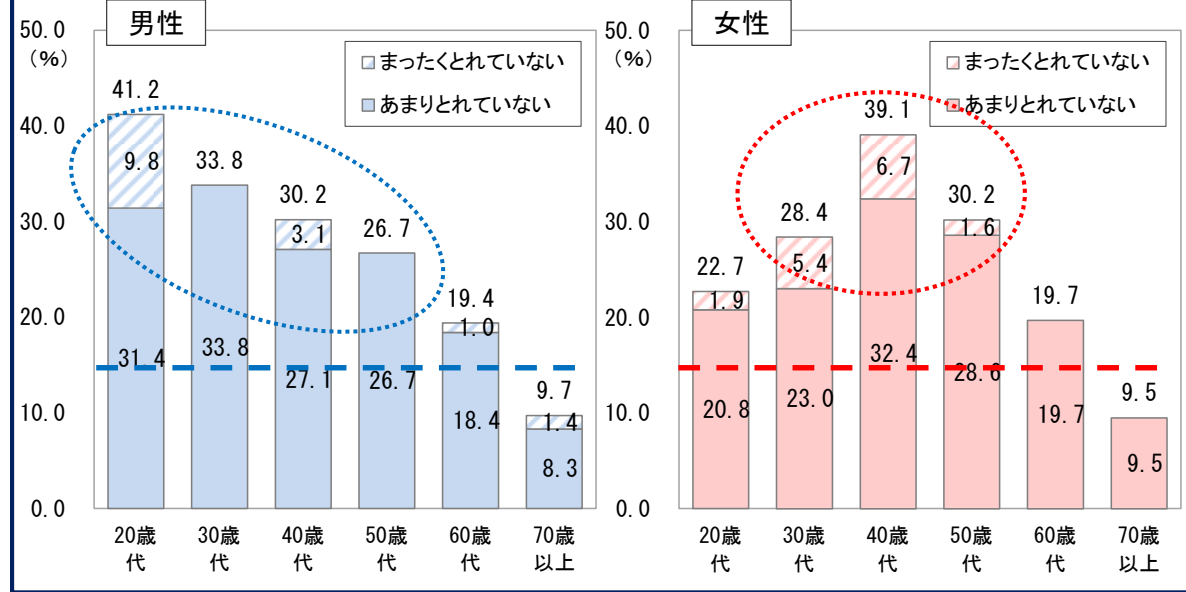
- ・男女とも70歳未満で目標値に不足
- ・男女とも特に20歳から40歳代が不足

⑤生活習慣に関する主要指標の状況について（睡眠による休養）

○睡眠で休養が不十分な者の割合の年次推移



○男女別、年齢階層別の状況



○項目

睡眠で休養が「あまりとれていない」又は「まったくとれていない」と回答した者の割合（%、20歳以上）

○出典

全国：国民健康・栄養調査

富山：健康づくり県民意識調査(H28)

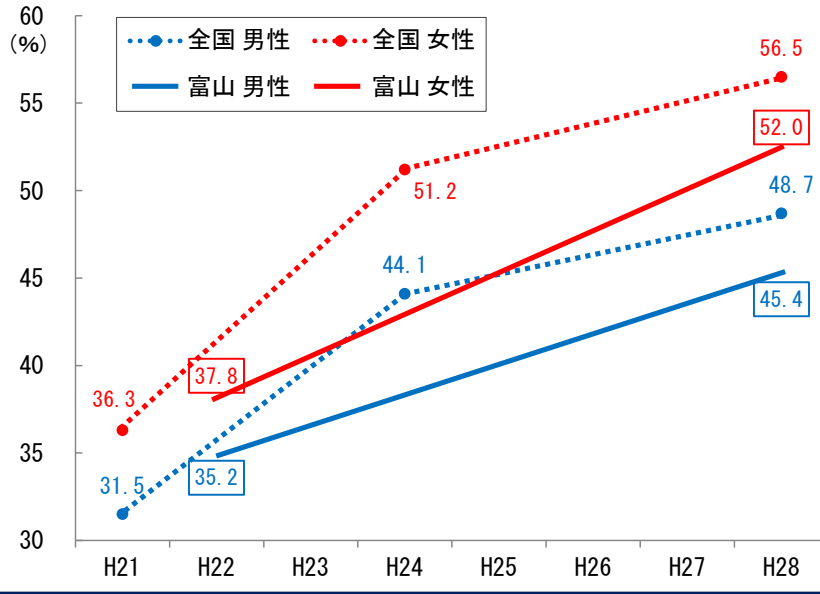
こころの健康に関する県民意識調査(H23)

○概要

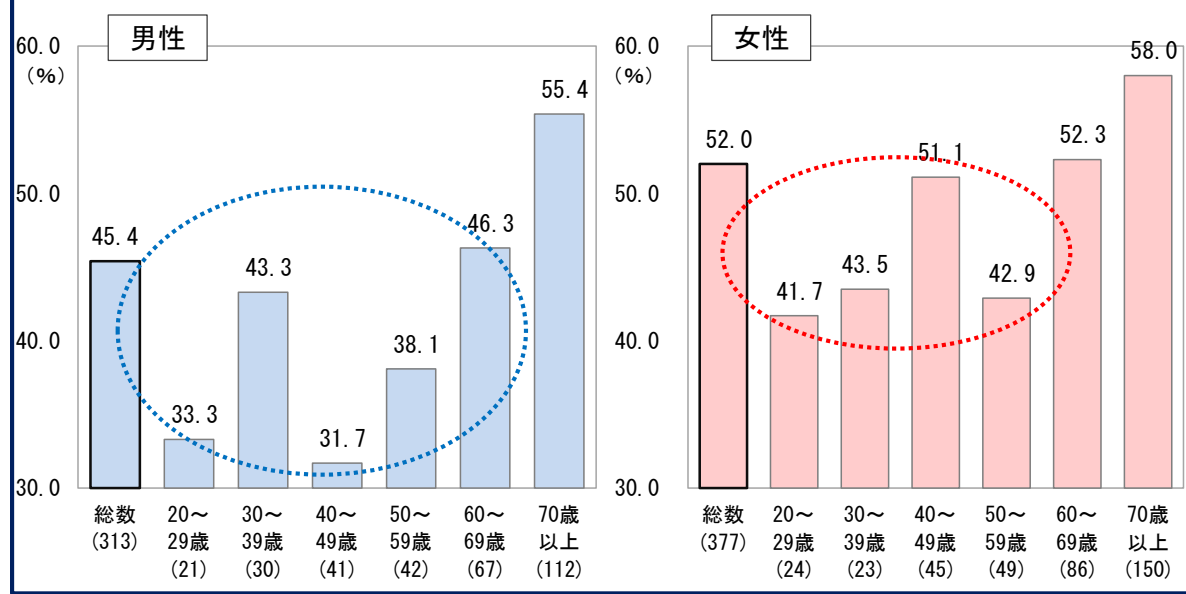
- ・男女とも30歳から40歳代の睡眠が不十分
- ・男性においては、特に20歳代が多い

⑥生活習慣に関する主要指標の状況について（歯・口腔の健康）

○歯科検診を受けた者の割合の年次推移



○男女別、年齢階層別の状況



○項目

過去1年間に歯科検診を受けた者の割合（%、20歳以上）

○出典

全国：国民健康・栄養調査
富山：県民健康栄養調査

○概要

- ・男性では、特に20歳代、40歳代、50歳代が低い
- ・女性では、特に20歳代、30歳代、50歳代が低い

（参考）年齢階層別の「進行した歯周炎を有する者」の割合（富山県）

