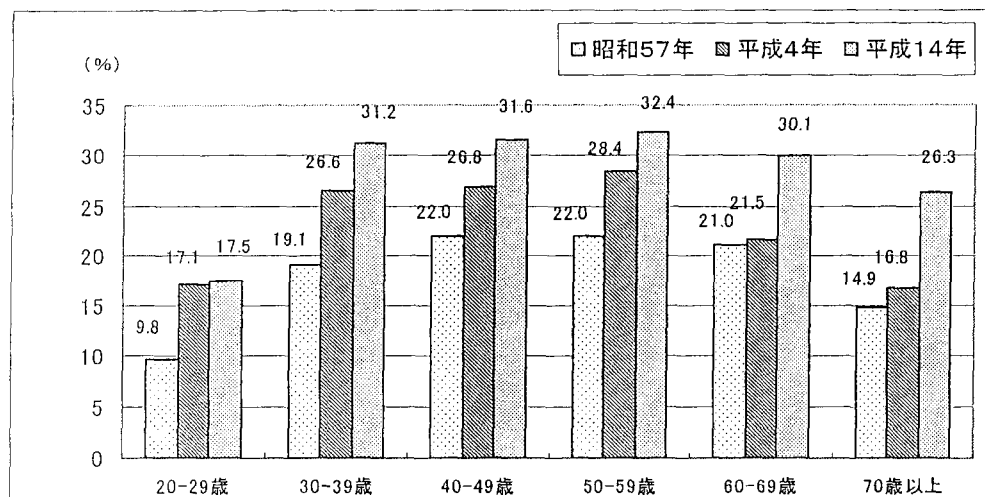


(参考)

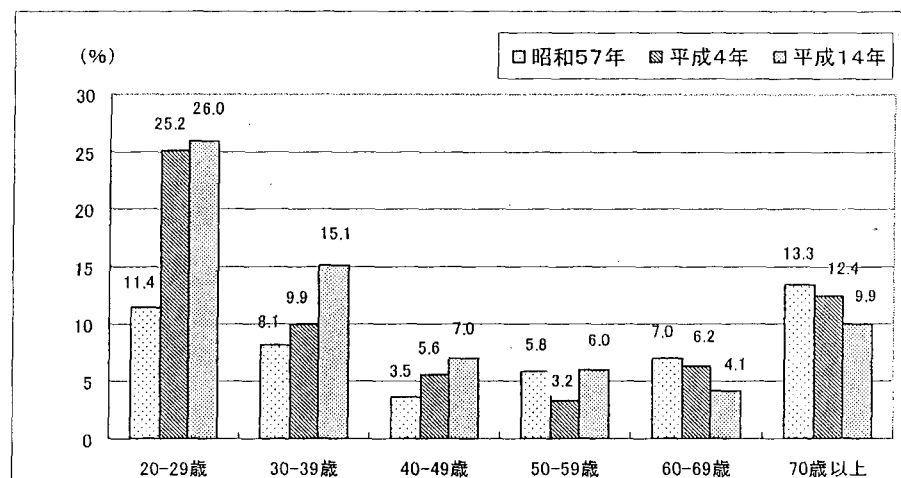
肥満の状況(男性) (BMI25以上)

男性の30~60歳代で約3割が肥満。
いずれの年齢層においても20年前、10年前と比較して増加傾向。



やせ(低体重)の状況(女性) (BMI18.5未満)

女性の20歳代の4人に1人がやせ(低体重)。
若い女性で、20年前と比較してやせ(低体重)の者が増加。



(国民栄養調査)

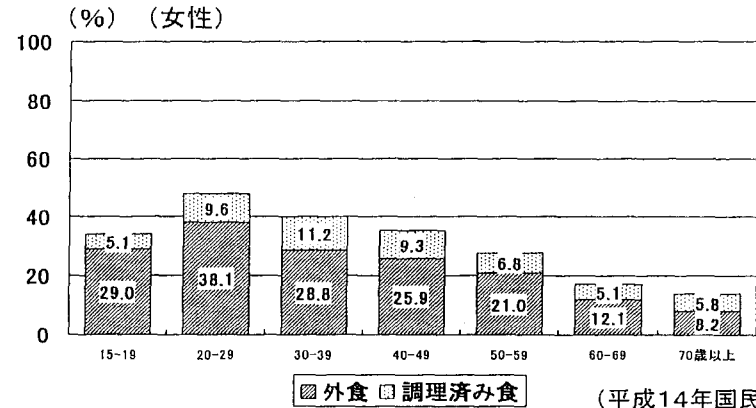
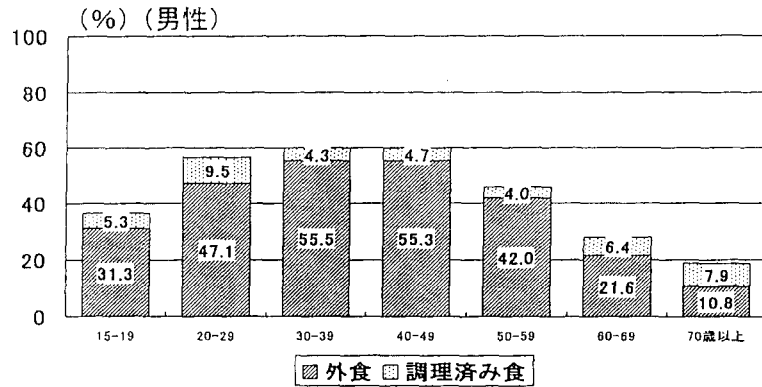
肥満度の判定: BMI(Body Mass Index)を用いて判定

BMIは「体重kg/(身長m)²」により算定

やせ(低体重): BMI < 18.5 正常: 18.5 ≤ BMI < 25 肥満: BMI ≥ 25

昼食における外食の利用状況

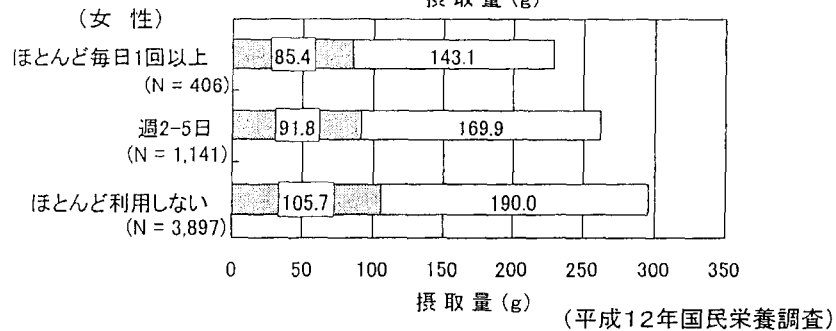
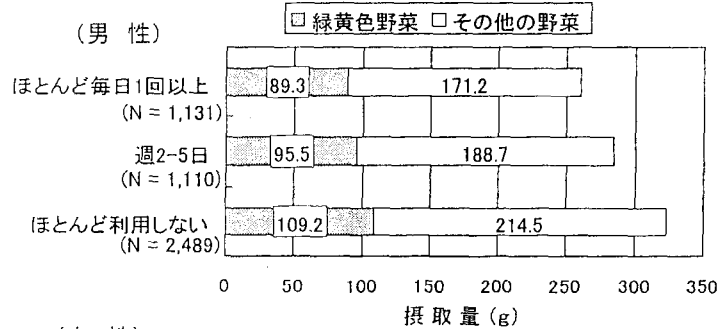
昼食での外食の利用は、20～40歳代男性で最も多く5割以上



(平成14年国民栄養調査)

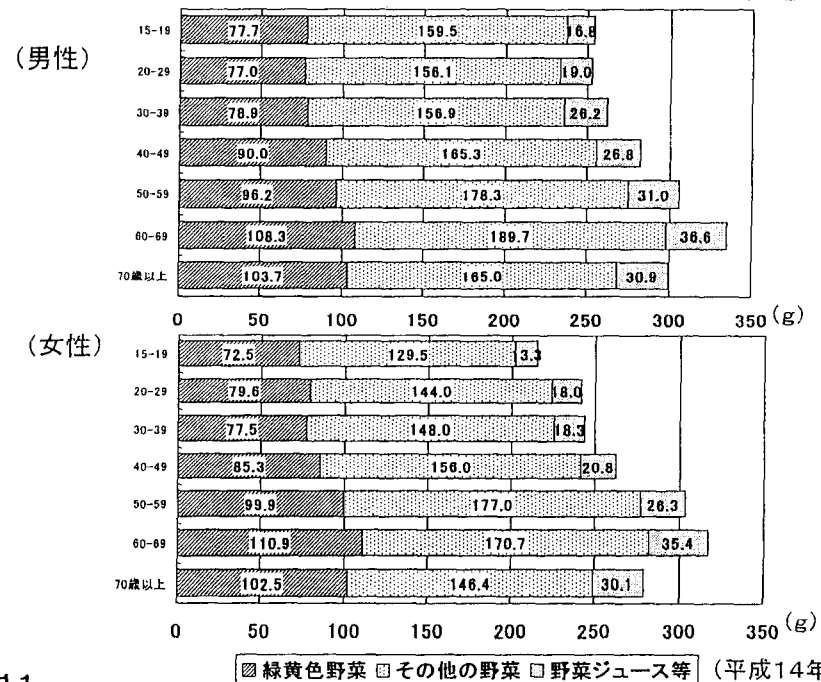
外食の利用頻度別にみた野菜摂取量

外食の利用頻度が多い者ほど野菜摂取量が少ない



野菜摂取量の状況

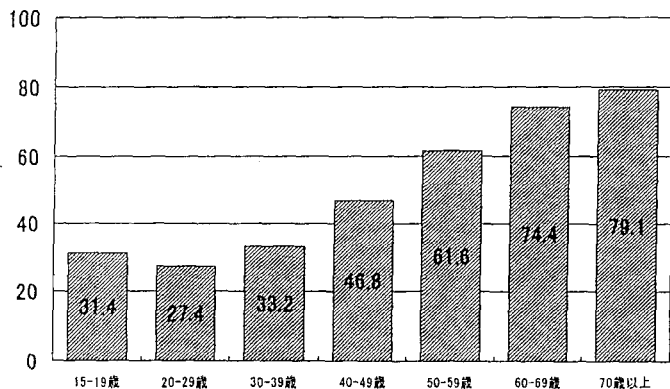
若い世代ほど野菜摂取量が少ない



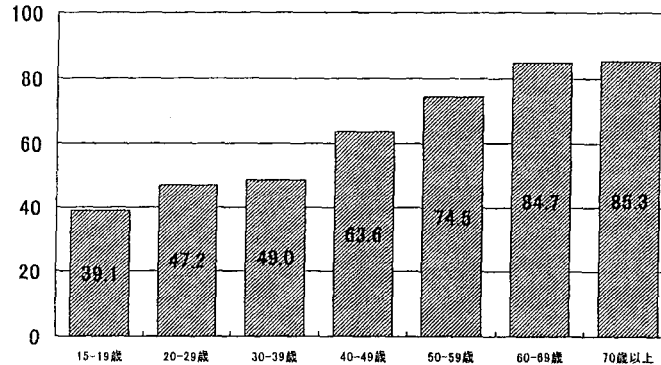
油の多いものを控えている者の割合

若い世代では、油の多いものを控えている者が少ない

(%) (男性)



(%) (女性)

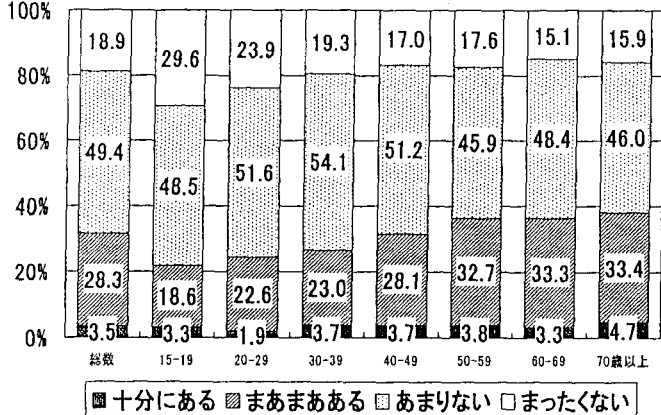


(平成14年国民栄養調査)

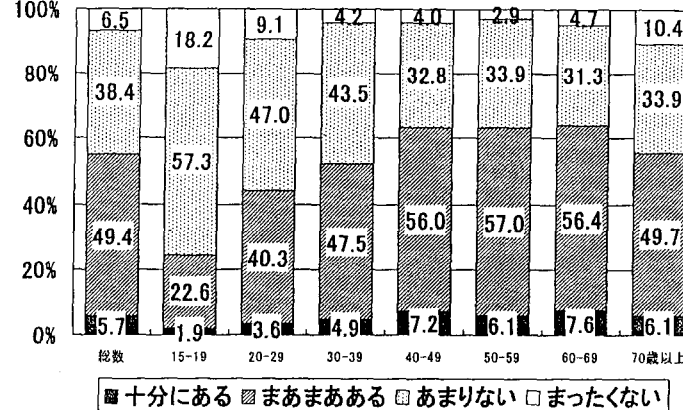
適切な食事摂取のために必要な知識・技術の有無

適切な食品選択や食事準備のために必要な知識・技術を持つ者は、
 男性で約3割、女性で約5割
 「まったくない」とする者は、15~19歳男性で約3割、20歳代男性で2割強
 15~19歳女性で約2割、20歳代女性で約1割

(男性)



(女性)



(平成11年国民栄養調査)