

## 第4部 栄養素等摂取、食品群別摂取の状況

### 1. エネルギー摂取量及び脂肪エネルギー比率

エネルギー摂取量の平均値は、男女共に漸減傾向。  
脂肪からのエネルギー摂取が30%以上の者の割合は、  
成人の男性で約2割、女性で約3割

エネルギー摂取量の平均値は、男女共に漸減傾向（図27）。脂肪からのエネルギー摂取が30%以上の者は、成人の男性で18.1%、女性で26.6%であり（図28）、年次推移でみると、男女共に25%未満の者の比率が漸減し、30%以上の者の比率が漸増していた（図29）。

図27 エネルギー摂取量の平均値の年次推移（20歳以上）

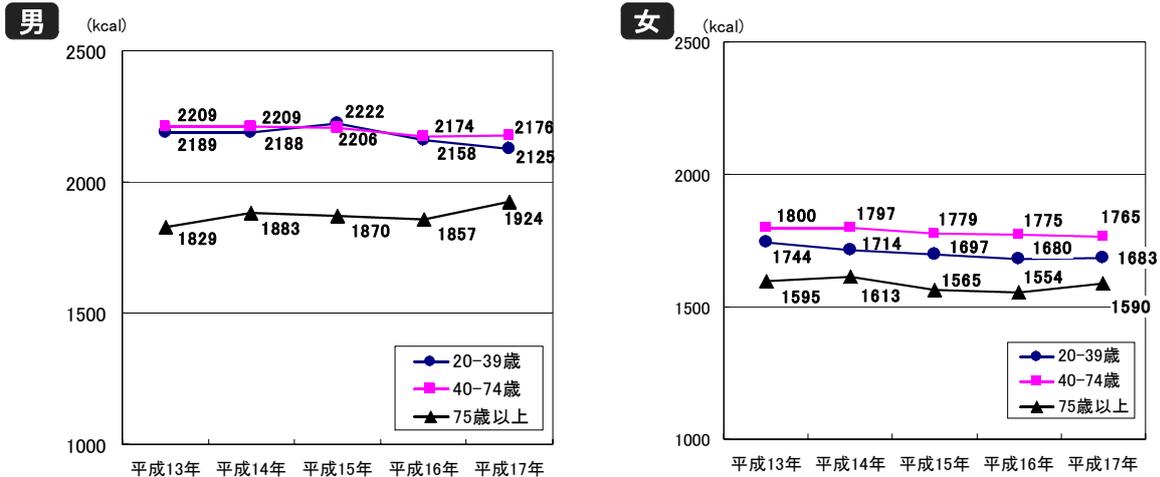


図28 脂肪エネルギー比率の分布（20歳以上）

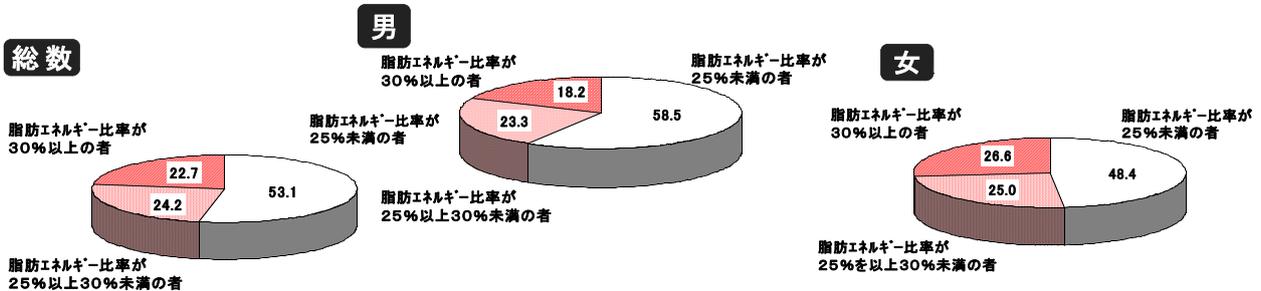
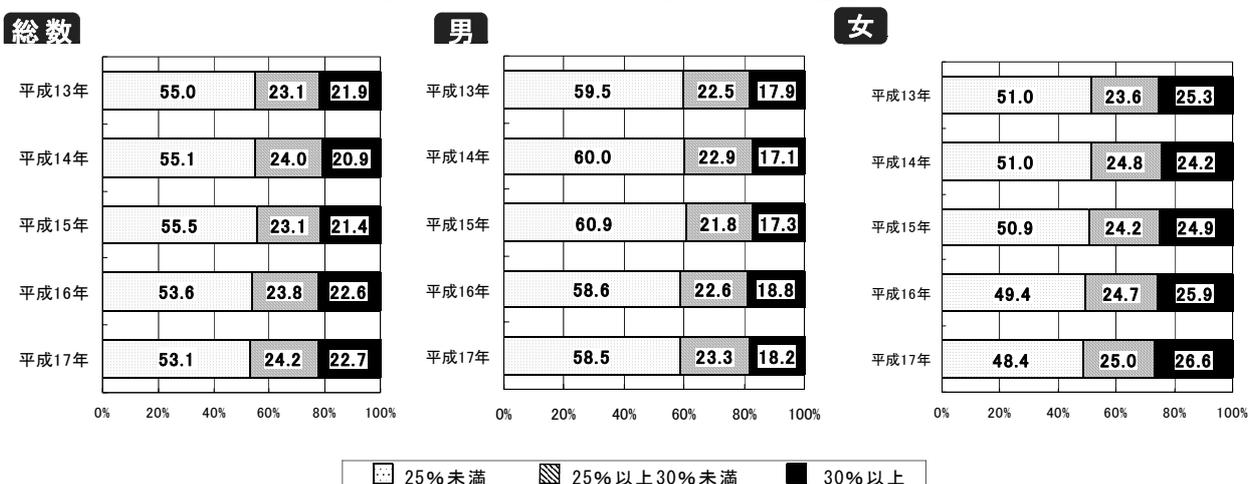


図29 脂肪エネルギー比率の分布の年次推移（20歳以上）



脂肪エネルギー比率：  
脂肪からのエネルギー摂取割合