

**令和4年度
県民健康・栄養調査報告**

長野県健康福祉部

はじめに

県民健康・栄養調査は、県民の皆様の健康状態や栄養状態、健康に関する意識について、実態と動向を把握するために、昭和42年から概ね3年毎に実施している調査であり、健康増進施策の展開と、「信州保健医療総合計画」及び「長野県食育推進計画」等各種計画の評価・策定の基礎資料としています。令和4年度も、これらの計画評価・策定の資料とするため、新型コロナウイルス感染症が拡大する中でしたが、調査項目を一部変更・中止し、実施しました。

その結果、若い世代では、野菜摂取量が少ないこと、脂質を摂り過ぎている人が多いこと、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をしている人の割合が低い一方で、65歳以上女性では低栄養傾向の者が増加していることなど、ライフステージごとに特有の課題が認められました。また、全世代に共通する課題として、20歳以上の男女とも約9割が食塩を摂り過ぎていることも明らかになりました。

長野県では、こうした課題に対応すべく、令和5年度から「長野県食育推進計画（第4次）」をスタートさせ、誰一人取り残さない地域で支える食育活動を展開する中で、若い世代への食生活改善を強化する取組として、関係機関と連携し、高校生に対する食生活の出前講座を実施しています。

また、平成26年度から健康づくりの県民運動「信州 ACE(エース)プロジェクト」を展開し、生活習慣病予防のために重要な「Action 体を動かす」、「Check 健診を受ける」、「Eat 健康に食べる」の3項目の取組を重点的に推進しているところです。本調査の結果を踏まえ、特に「Eat」の分野では、減塩や野菜摂取量などの健康に配慮したメニューを県民が自然に選択できるような食環境整備の推進を強化しています。

このように、令和6年度からは、本調査の結果から明らかになったそれぞれの課題解決に対する取組を深化させ、健康長寿の維持・発展を県民の皆様とともに目指してまいります。

終わりに、この調査に多大なる御協力をいただきました県民の皆様及び関係の皆様方に深く感謝申し上げます。

令和6年（2024年）3月

長野県健康福祉部長 福田 雄一

目 次

第1章 特集

1 食塩摂取の状況	1
2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事	4
3 新型コロナウイルス感染症の感染拡大の体重および生活習慣への影響	6

第2章 調査の概要

1 調査の目的	1
2 調査の対象	1
3 集計客体	1
4 調査の時期	2
5 調査項目	2
6 調査員の構成	2
7 調査票の様式	2
8 調査方法	2
9 本書利用上の留意点	3
10 集計分析方法	4

第3章 結果の概要

第1部 肥満及びやせの状況	1
第2部 身体活動及び運動の状況	3
第3部 生活習慣病に関連する主な栄養素等の摂取状況	4
第4部 健康・食生活に関する意識調査（アンケート調査）	18

第4章 栄養摂取状況調査の結果（1日間調査）

エネルギー及び栄養素の摂取量（20歳以上性年齢階級別）	1
食品群別摂取量（20歳以上性年齢階級別）	43
（参考）エネルギー及び栄養素摂取量（1歳以上DRIs区分）	71
（参考）食品群別摂取量（1歳以上DRIs区分）	90
栄養素摂取量の食品群別内訳（性年齢階級別）	103
食塩摂取量の食品群別内訳（20歳以上）	133
食塩摂取量の食品群別内訳（摂取量区分別（中央値で2群に区分）の比較）	134
カリウム摂取量の食品群別内訳（20歳以上）	135
カリウム摂取量の食品群別内訳（摂取量区分別（中央値で2群に区分）の比較）	136
食物繊維摂取量の食品群別内訳（20歳以上）	137
食物繊維摂取量の食品群別内訳（摂取量区分別（中央値で2群に区分）の比較）	138
飽和脂肪酸摂取量の食品群別内訳（20歳以上）	139
飽和脂肪酸摂取量の食品群別内訳（摂取量区分別（中央値で2群に区分）の比較）	140

食事状況 朝食を欠食した人の割合	141
食事状況 外食または調理済み食を利用した人の割合	142
食事状況 内訳の詳細	143
1日総エネルギー摂取量に占める朝食・昼食・夕食の摂取エネルギー量の割合	144
朝食・昼食・夕食における野菜摂取量	146
野菜摂取量と栄養素等摂取量の関連	148
外食・調理済み食の利用と野菜摂取量の関連	148

第5章 栄養摂取状況調査の結果（習慣的摂取量の分布）

エネルギー及び栄養素の習慣的摂取量の分布	1
各栄養素摂取量の分布(18歳以上全体)を正規分布に近似させるために用いた「べき数」と「個人内個人間分散比」	17
食品群（野菜類・果実類・乳類）の習慣的摂取量の分布	18

第6章 歩数調査の結果

歩数の平均値（1日間調査）	1
習慣的歩数の分布	2

第7章 身長及び体重の状況の結果

肥満とやせの状況（20歳以上）	1
身長・体重の平均値（15歳以上）	3
BMIの平均値（20歳以上）	4

第8章 健康・食生活意識調査の結果（アンケート調査）

食育への関心	1
食事をする時に気をつけていること	2
外食の利用状況	3
中食の利用状況	4
フードデリバリーサービスの利用状況	5
家族や友人など2人以上で食事をする回数	6
郷土料理を作ることのできる人の割合	9
健康食品の利用状況	10
外食時や食品購入時における、栄養成分表示の活用状況	11
主食・主菜・副菜がそろった食事を1日2回以上とっている人の割合	12
普段から健康のために意識的に体を動かすようにしているか	13
ここ1か月間の睡眠による休養の状況	14
ストレスの状況	15
ストレスを解消する対処法の有無	16

日頃よく噛むことを意識しているかどうか	17
かんで食べる時の状態	17
家族構成	18
体重及び生活習慣の新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響による変化	19
自分の血圧値に対する認識	30
自分の血圧値を知っていると回答した人の自分の血圧の状態に対する認識	31
自分の血圧値を知っていると回答した人の普段の血圧値の認識（ア 収縮期）	32
自分の血圧値を知っていると回答した人の普段の血圧値の認識（イ 拡張期）	34
飲酒習慣の状況（飲酒の頻度）	35
飲酒習慣の状況（飲酒日1日あたりの飲酒量）	36
飲酒習慣の状況（飲酒習慣がある人の割合）	37
多量飲酒をする者の割合	38
喫煙の状況	39
現在吸っているたばこ製品	40
現在喫煙している人の禁煙の意思	41
受動喫煙の状況	42
フレイルの認知度	43
食べ方や食事の様子	44

第9章 経年変化

エネルギー及び栄養素摂取量の推移	1
食品群別摂取量の推移	5
生活習慣病等の状況の推移	7
運動習慣・歩数の推移	12
健康・食生活に関する意識の推移	13

第1章 特集

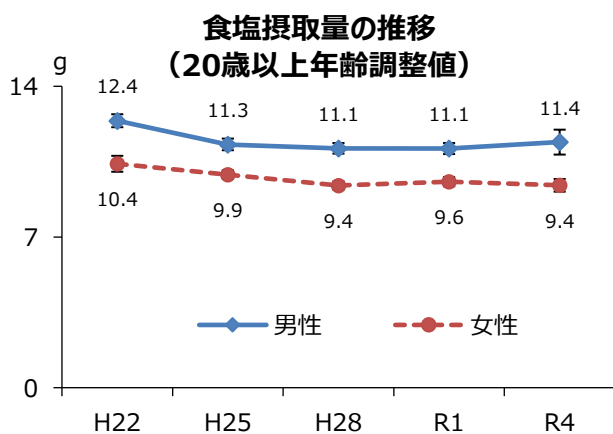
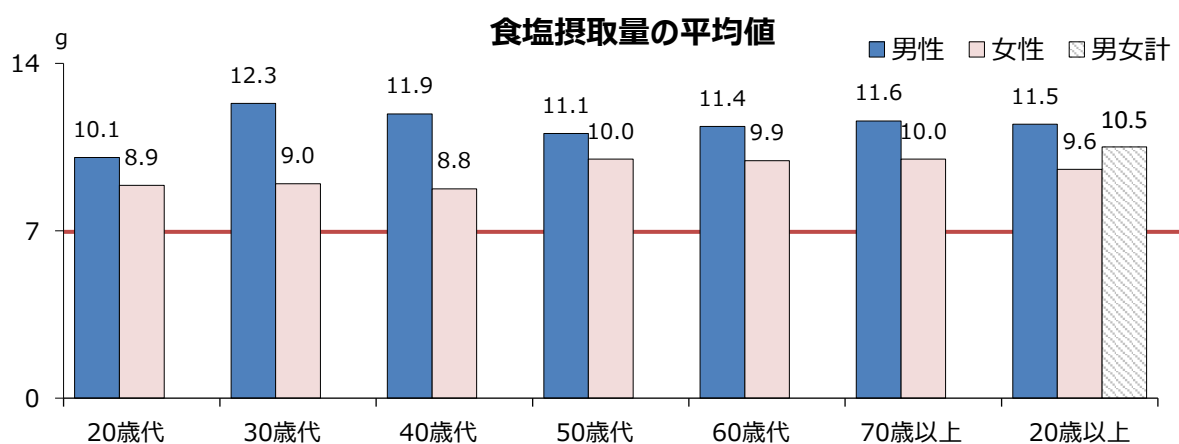
- 特集1 食塩摂取の状況
- 特集2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事
- 特集3 新型コロナウイルス感染症の感染拡大の体重および生活習慣への影響

- ・ 図表中の「年齢調整値」は平成17年国勢調査男女計人口を基準に年齢調整した値である
- ・ コメントのうち、経年変化や全国との比較において、「高い（低い、増加した、減少した）」等については、統計学的な検定（両側有意水準5%とした）に基づき記述した

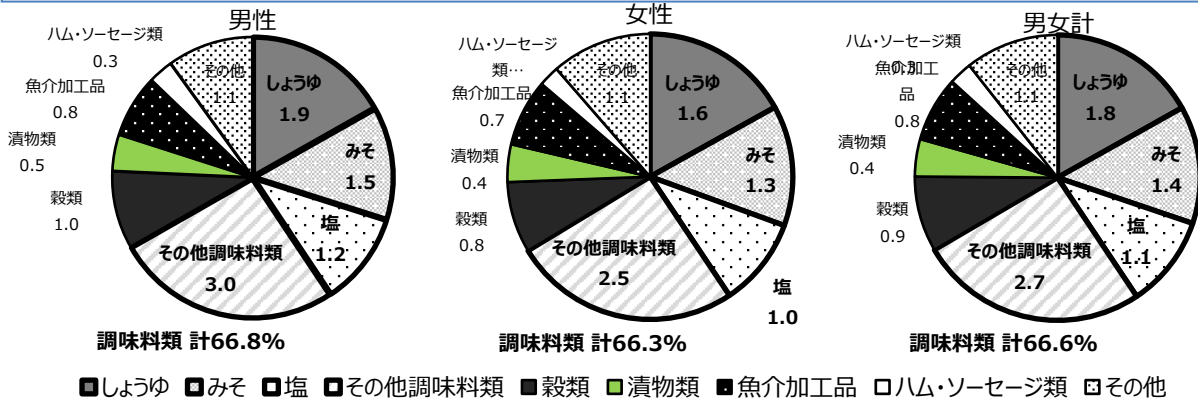
特集1 食塩摂取の状況

日本人の食事摂取基準（2020年版）における食塩摂取量の目標量は、習慣的な摂取量を考慮して、20歳以上男性7.5g未満、女性6.5g未満とされています。健康日本21（第三次）では、20歳以上の食塩摂取量の目標値を、健康日本21（第二次）の目標値から1g下げて、7g未満としています。なお、世界保健機関（WHO）では、1日当たり5g未満という目標量が掲げられています。

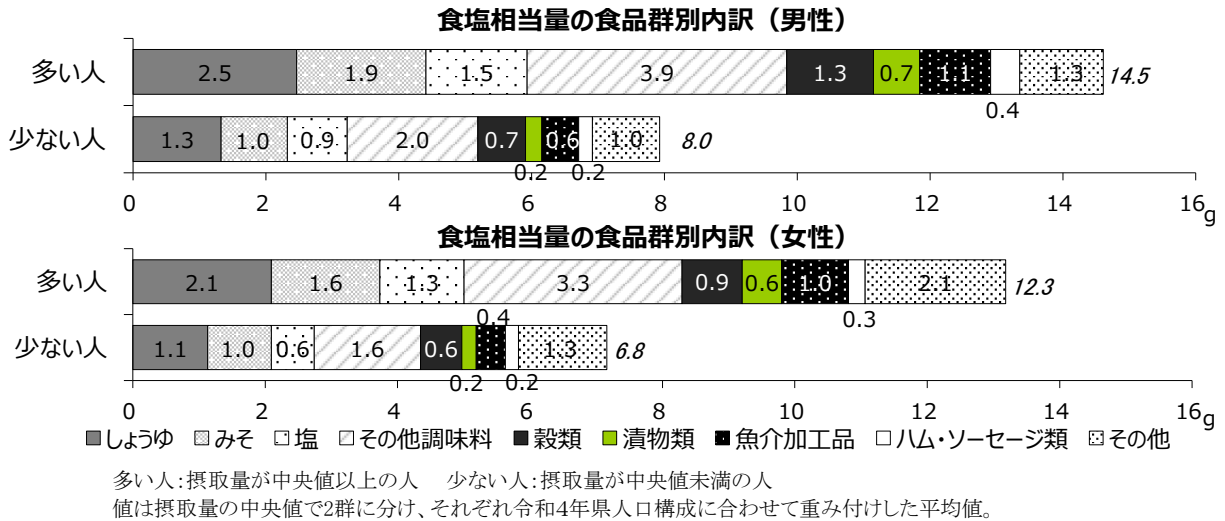
1人1日当たりの食塩摂取量の平均値は、20歳以上全体では、男性11.5g、女性9.6g、男女計10.5gであり、健康日本21（第三次）で指標とされている食塩摂取量の目標値7gを男女計で3.5g上回っている。平成22年からの推移を見ると、男女ともに減少しているが、近年は横ばいの状況である。



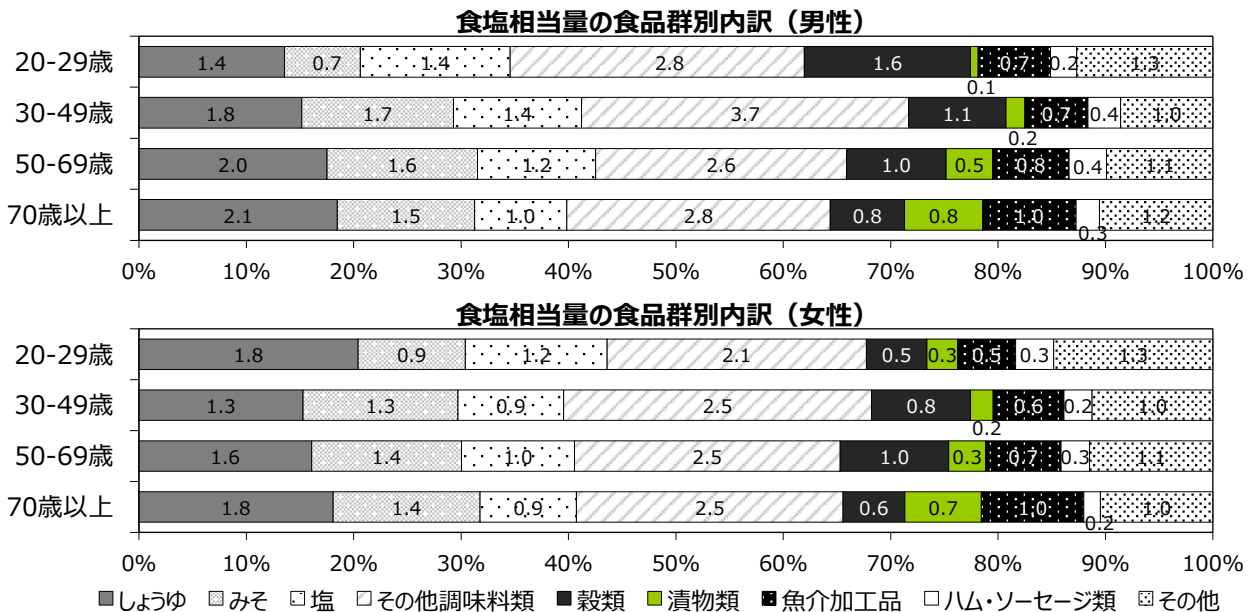
食塩は、調味料（「しょうゆ」、「みそ」、「塩」、「その他調味料類」）からの摂取が全体の6割を超える。



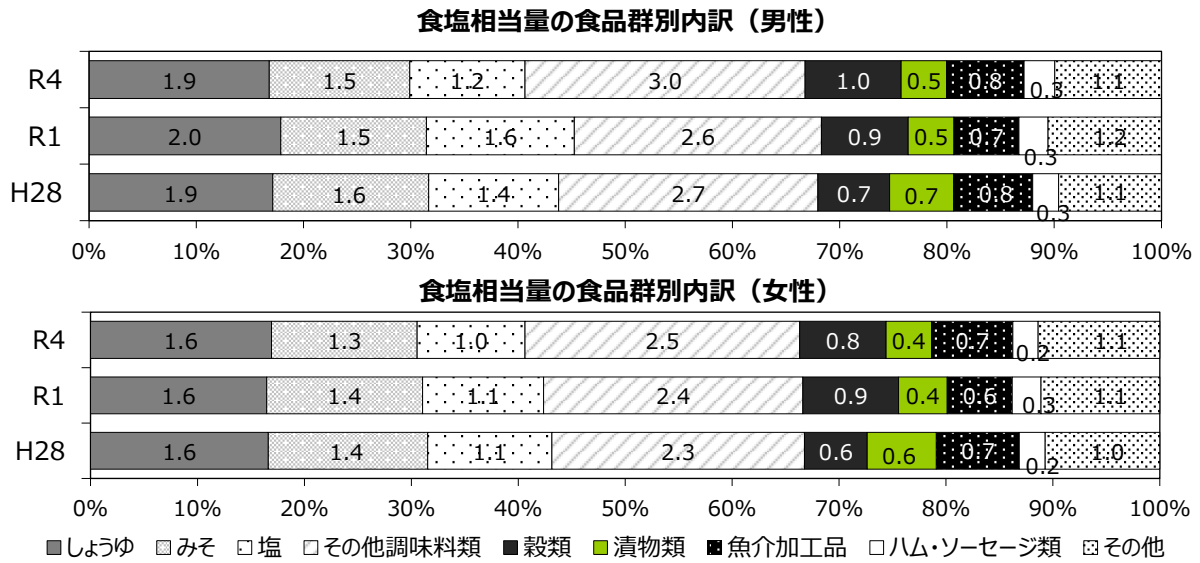
食塩摂取量が多い人と少ない人では、調味料から摂取する量の差が大きい。



年代別にみると、低い年代は「調味料」から摂取する食塩摂取量の割合が高く、高い年代ほど「漬物」や「魚介加工品」から摂取する割合が高い。

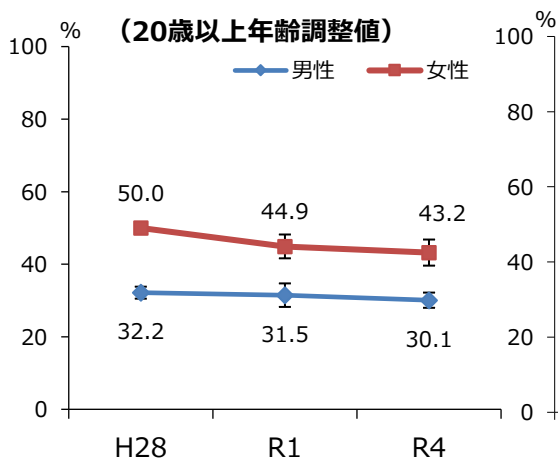


平成28年から食塩相当量の食品群別内訳はほぼ変わらないが、「その他の調味料類」からの摂取割合が高くなっている。

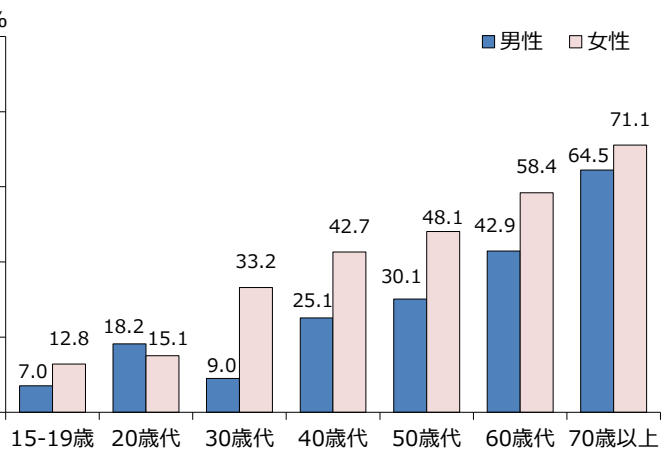


「塩分を控えること」を気をつけている人の割合は、平成28年以降横ばいで推移しており、若い人ほど低い状況となっている。

食事をするときに「塩分を控えること」を気をつけている人の割合の年次推移

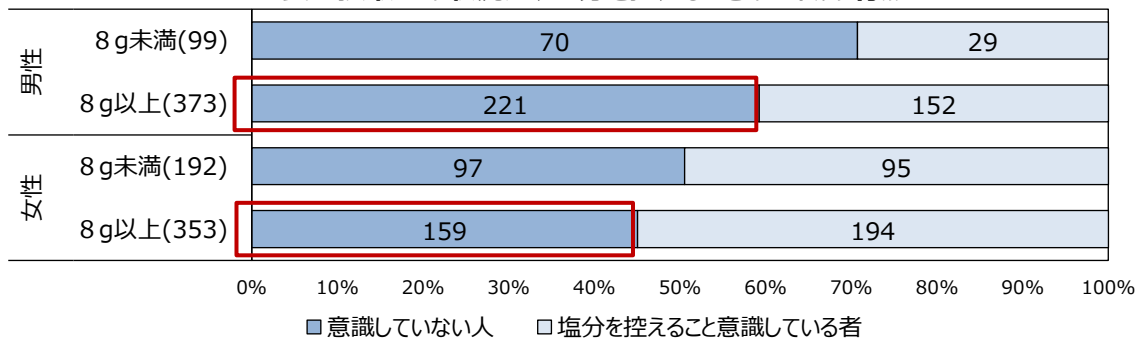


「塩分を控えること」を気をつけている人の割合



健康日本21(第二次)の目標である8gで群分けしてみると、1日の食塩摂取量が8g以上の群において「塩分を控えること」を意識していない人の割合は、男性で約6割、女性で約4割を占める。

食塩摂取量の状況別、塩分を控えること意識の有無



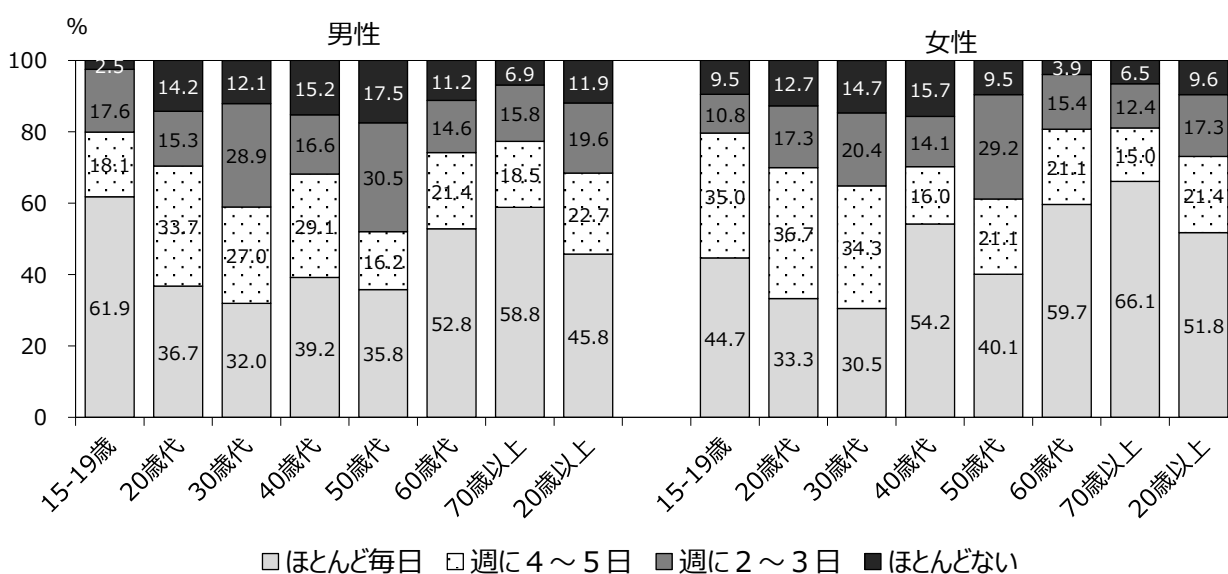
特集2 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事

主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのよい食事をとることは、良好な栄養素摂取量や栄養状態につながる事が示唆されており、健康日本21（第三次）の目標の一つ、また、長野県食育推進計画（第4次）の第2節「世界一の健康長寿を目指す食育」における県民の取組の指標の一つとなっています。

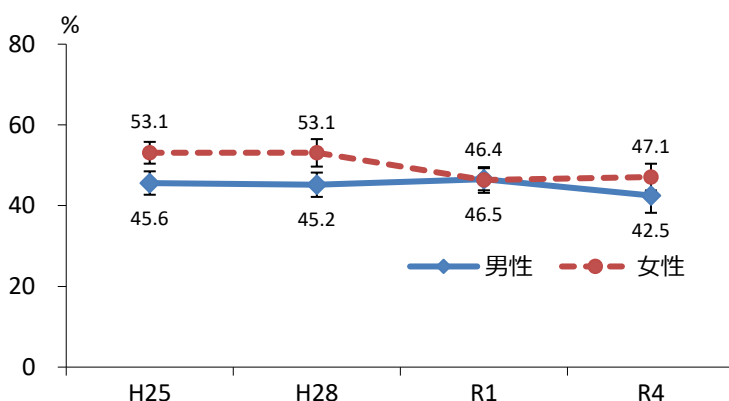
「主食・主菜・副菜がそろった食事が1週間のうちで1日2回以上の日」が、「ほとんど毎日」の人の割合は、20歳以上の男性45.8%、女性51.8%であり、年齢階級別にみると、男性の20歳～50歳代、女性の20歳～30歳代及び50歳代ではその割合が低い。

また、年次推移を見ると、男女ともに平成25年から横ばいで推移している。

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日

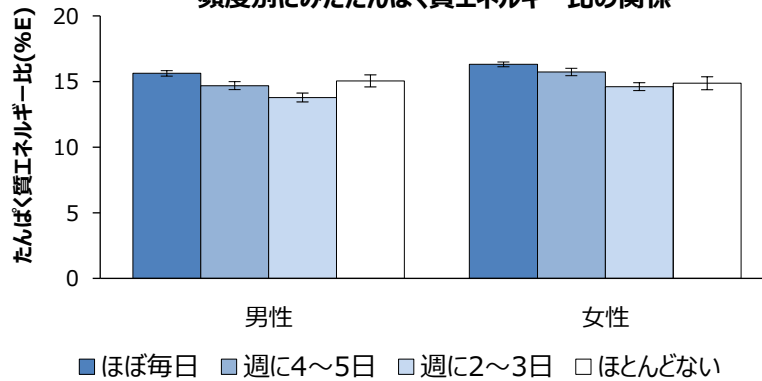


□ほとんど毎日 □週に4～5日 ■週に2～3日 ■ほとんどない



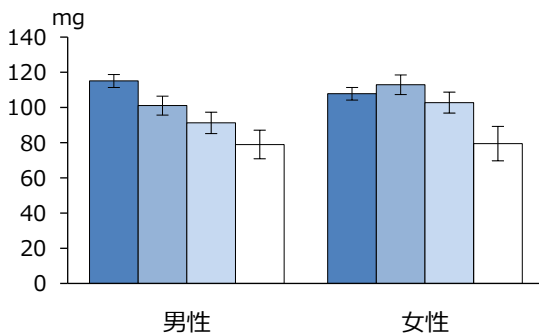
「主食・主菜・副菜がそろった食事が1週間のうちで1日2回以上の日」の頻度が多いほど、たんぱく質エネルギー比が高い傾向である。

主食・主菜・副菜がそろった食事が1日2回以上の日の頻度別にみたたんぱく質エネルギー比の関係

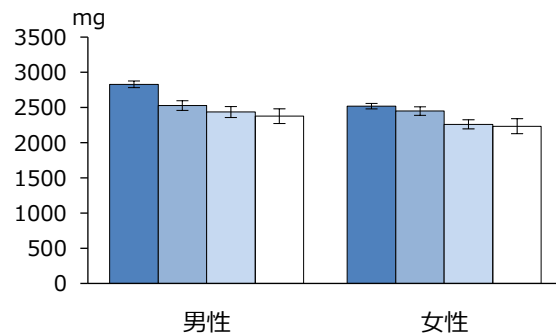


「主食・主菜・副菜がそろった食事が1週間のうちで1日2回以上の日」の頻度が多い人ほど、男女ともに「ビタミンC」「カリウム」の摂取量が多い傾向であった。
 ナトリウム摂取量については、男女ともに、主食・主菜・副菜をそろえた食事の頻度との関連は見られなかった。
 また、「主食・主菜・副菜がそろった食事が1週間のうちで1日2回以上の日」の頻度が多いほど、男女ともに、「野菜類」の摂取量が多い傾向が見られた。

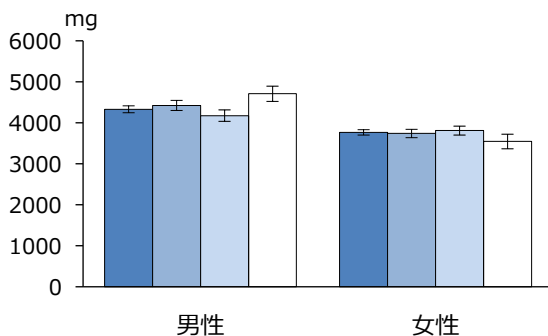
主食・主菜・副菜がそろった食事が1日2回以上の日の頻度別にみたビタミンC摂取量の関係



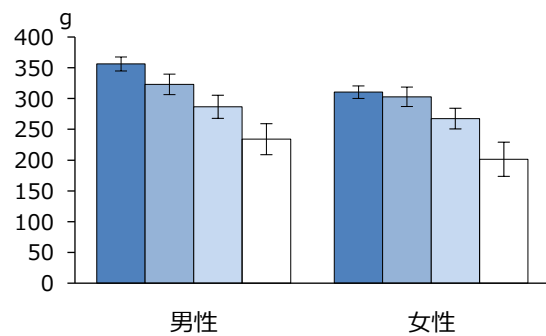
主食・主菜・副菜がそろった食事が1日2回以上の日の頻度別にみたカリウム摂取量の関係



主食・主菜・副菜がそろった食事が1日2回以上の日の頻度別にみたナトリウム摂取量の関係



主食・主菜・副菜がそろった食事が1日2回以上の日の頻度別にみた野菜類摂取量の関係



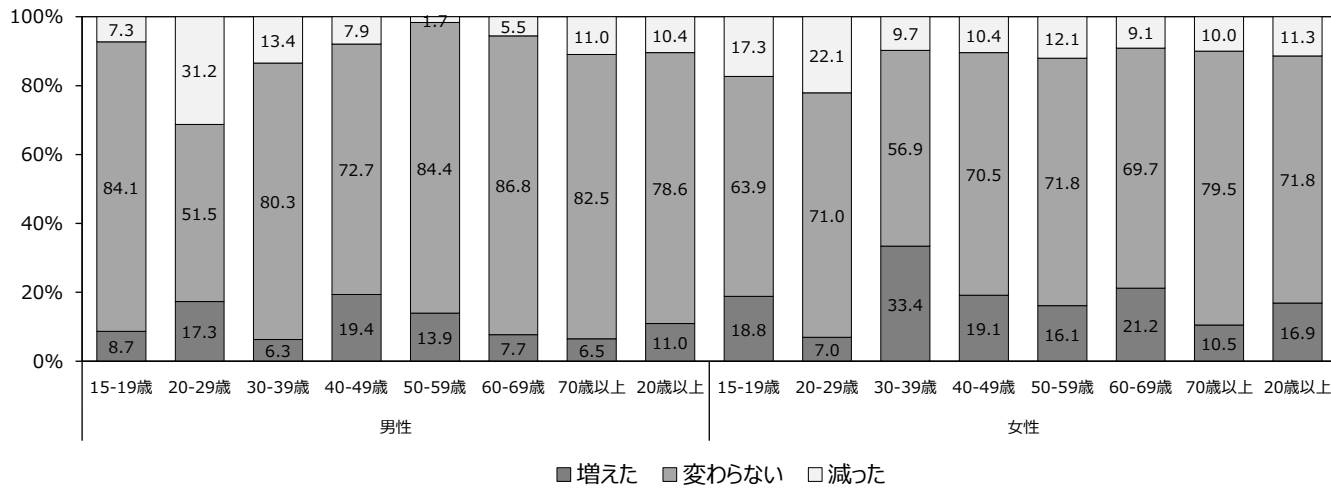
特集3 新型コロナウイルス感染症の感染拡大の体重および生活習慣への影響

あなたのこの1ヶ月間における体重および生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により変化がありましたか。(選択肢：増えた、変わらない、減った、もともとない)

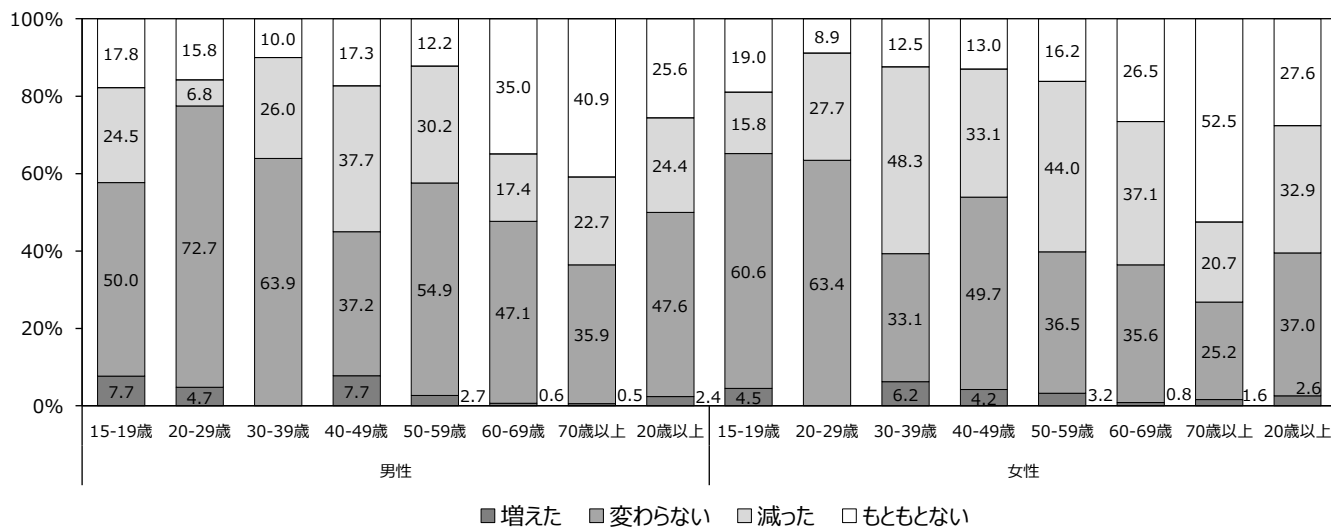
※もともとその習慣がない場合は、「もともとない」を選択してください。(「もともとない」の選択肢は、体重および睡眠時間の項目にはない。)

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものを言う。

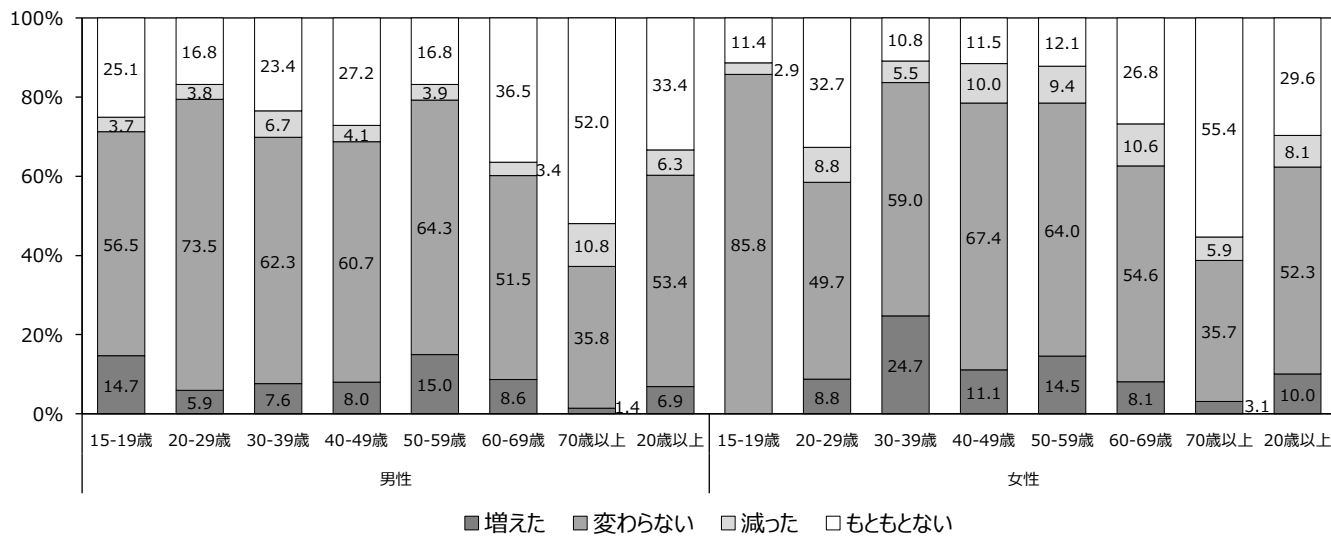
ア 体重



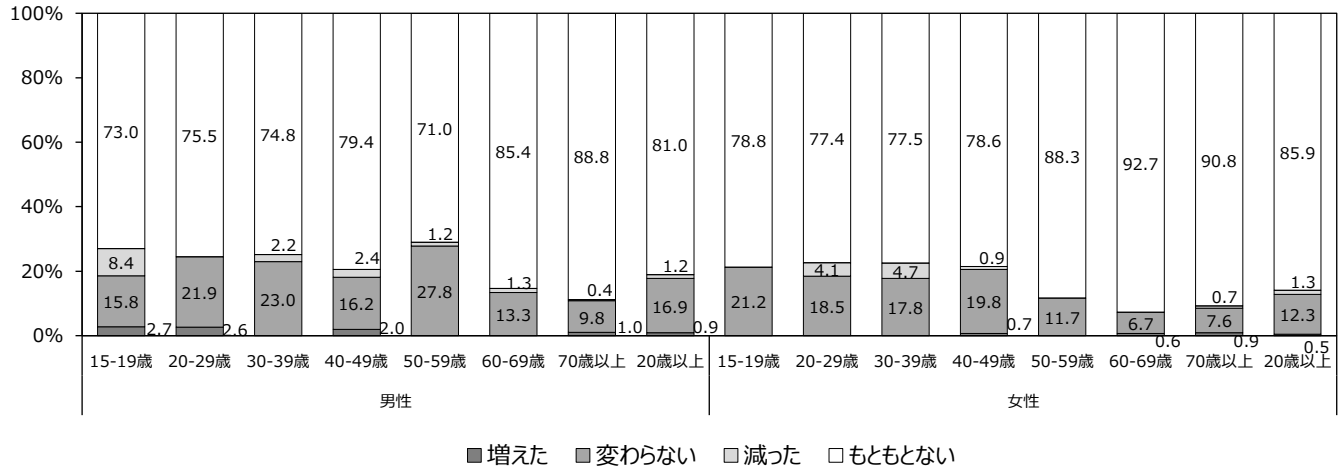
イ 外食（飲食店での食事）の利用



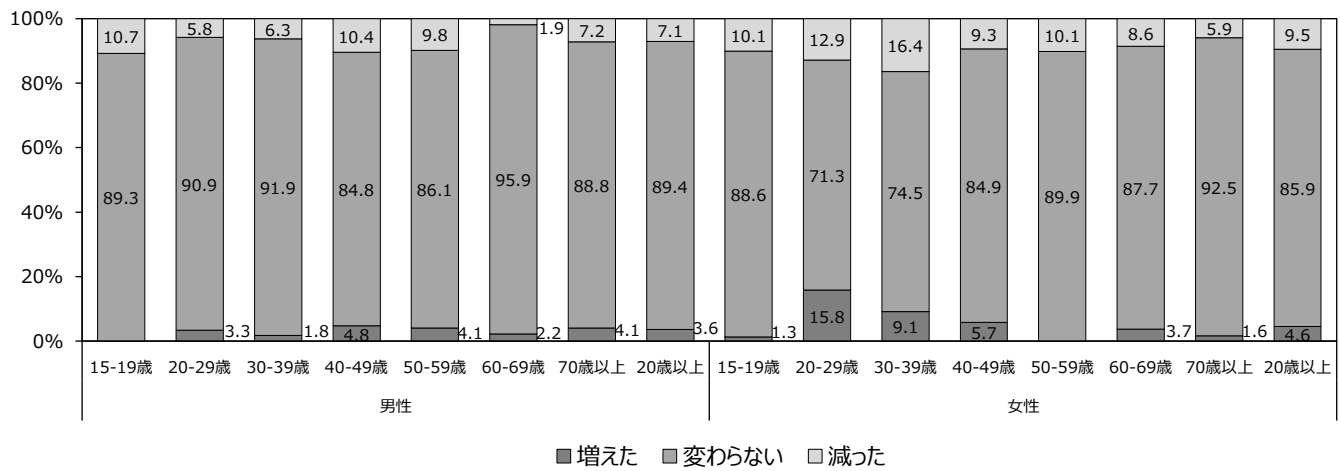
ウ 持ち帰りの弁当や惣菜の利用



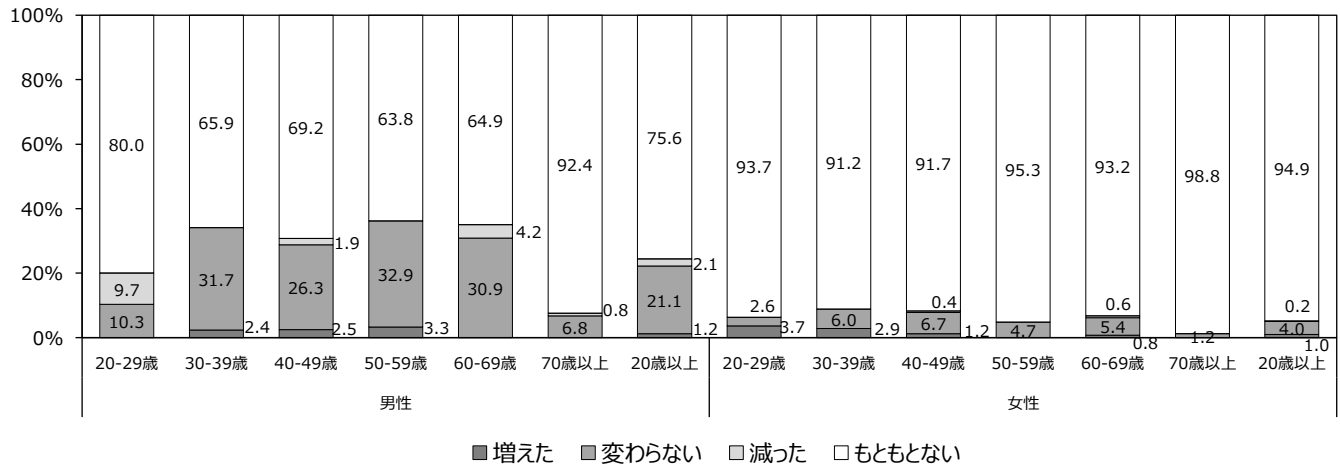
エ フードデリバリーサービスの利用



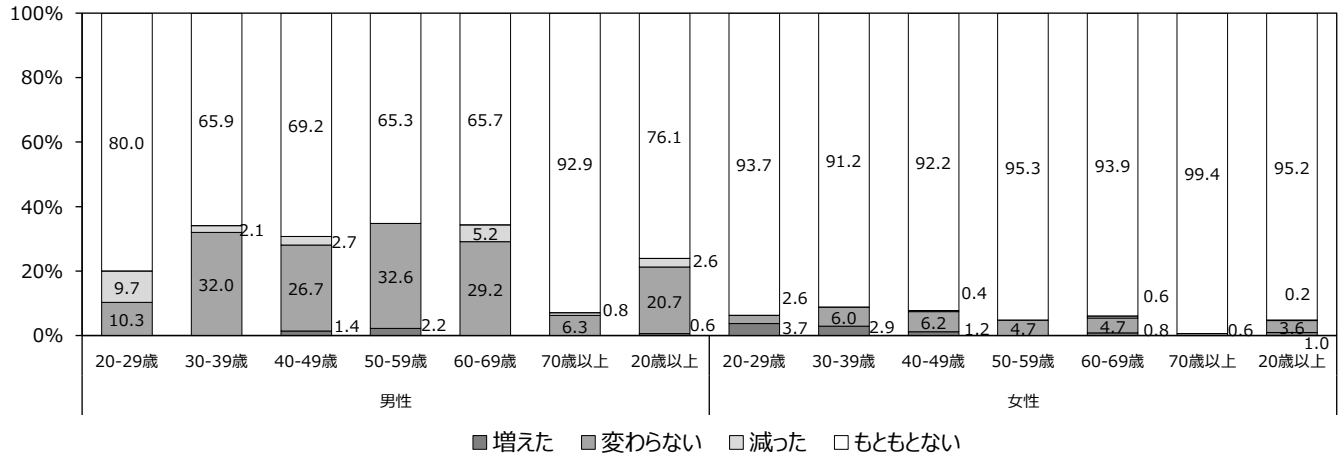
オ 1日当たりの睡眠時間



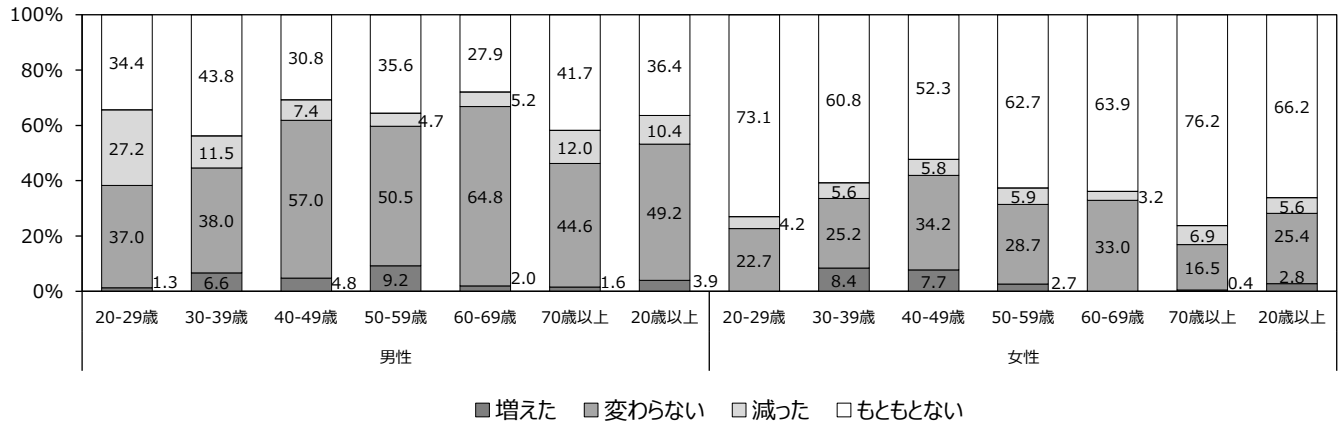
カ 1週間当たりの喫煙の頻度



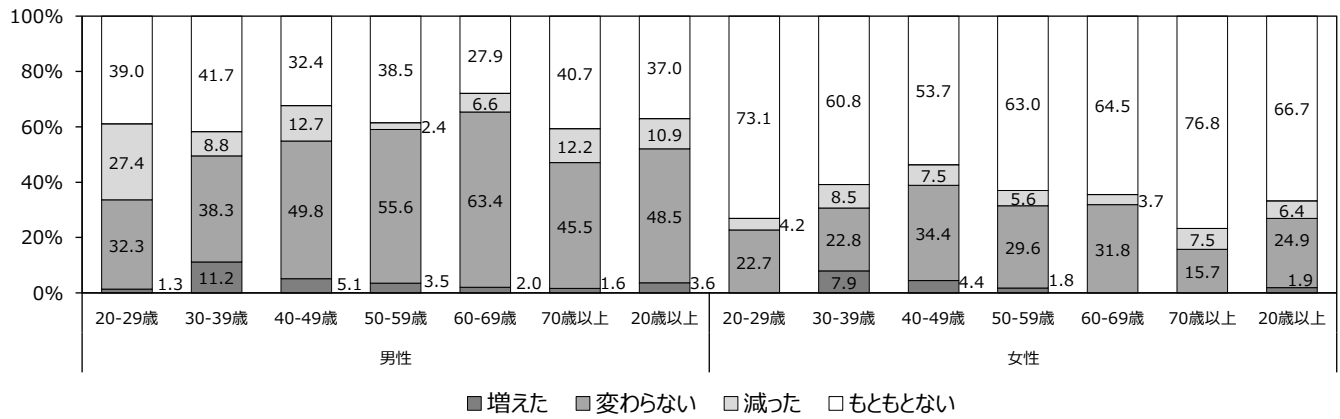
キ 1日に吸うたばこの本数



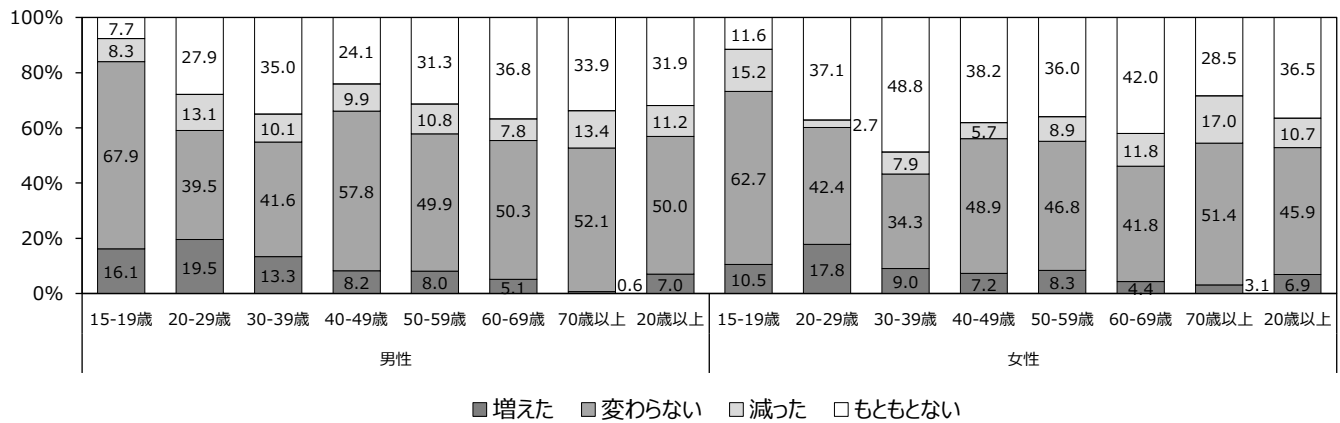
ク 1週間当たりの飲酒の日数



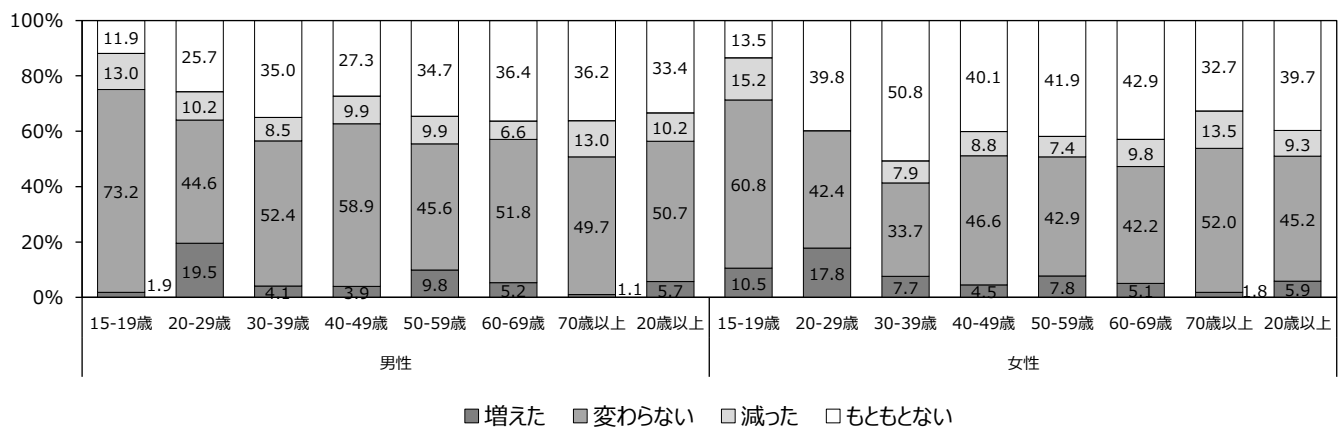
ケ 1日当たりの飲酒の量



コ 1週間当たりの運動※日数



サ 運動※を行う日の平均運動時間



第 2 章 調査の概要

調査の概要

1 調査の目的

県民の健康状態、栄養摂取状況、生活習慣の状況及び健康に関する意識を明らかにすることにより信州保健医療総合計画や長野県食育推進計画をはじめとする健康づくり施策の展開及び目標・指標の進捗管理、評価を行うための基礎資料とし、もって県民の健康増進と生活習慣病予防の推進を図るものとする。

2 調査の対象

調査の対象は県内の世帯及び世帯員とし、令和4年10月1日現在で満1歳以上の者とした。

調査客体は、令和4年国民生活基礎調査において県内で設定された単位区から、保健所管区を層とした層化無作為抽出（クラスター抽出）した38単位区と、令和4年国民健康・栄養調査の対象として抽出された4単位区を合わせた42単位区を対象とした。

保健所管区	実施単位区数	該当市町村
佐久	5	小諸市、佐久市、軽井沢町
上田	4	上田市、東御市
諏訪	4	諏訪市、下諏訪町、原村
伊那	4	駒ヶ根市、辰野町、南箕輪村
飯田	3	飯田市
木曾	1	木曾町
松本	5	塩尻市、安曇野市
大町	2	白馬村
長野	4	須坂市、千曲市、小布施町
北信	2	飯山市、山ノ内町
長野市	5	長野市
松本市	3	松本市

3 集計客体

無作為抽出した38単位区と令和4年国民健康・栄養調査対象地区4地区を併せた42地区内の939世帯のうち、調査の協力が得られた世帯数は、599世帯、世帯員は1,427人である。

調査項目	調査実施者数
食物摂取状況	1,235人（うち2日間調査実施者数188人）
健康・食生活意識調査	1,263人
BMI	1,085人
歩数	1,011人（うち2日間調査実施者数160人）

調査客体の性年齢階級別の状況は集計客体数（第2章6頁）のとおり。

※1つ以上の調査項目に協力が得られた世帯数、世帯員数

4 調査の時期

調査の時期は、令和4年10月1日から12月28日の間の2日間を地区ごとに設定した。
なお、栄養摂取状況調査については、日曜日及び祝日を除き平日の2日間を設定した。

5 調査項目

新型コロナウイルス感染症拡大の影響から、身体状況調査は中止した。

(1) 世帯状況調査票及び栄養摂取状況調査（満1歳以上）

ア 1日間調査

世帯の状況：氏名，性別，生年月日，妊産婦(週数)・授乳婦別，仕事の種類

食事状況：家庭食・調理済み食・外食・給食・その他の区分

食物摂取状況：料理名，食品名，使用量，廃棄量，世帯ごとの案分比率

イ 2日間調査

栄養素等摂取量の習慣的摂取量の分布推定を行うため、上記の食物摂取状況について、各単位区2世帯を対象として2日間の調査を実施した。2日目の調査は、1日目の調査から1日または2日を空けた日（平日）に設定した。

(2) 健康・食生活意識調査（満15歳以上）

自記式調査により食生活，身体活動・運動，休養（睡眠），飲酒，喫煙等に関する生活習慣全般を把握した。

(3) 身長及び体重の状況（満15歳以上）

(2) 健康・食生活意識調査の調査票に身長及び体重の項目を組み込み把握した。

(4) 運動量調査（満20歳以上）

ア 1日間調査

調査期間中の日曜日及び祝日を除く1日の歩数

イ 2日間調査

習慣的な歩数の分布推定を行うため、各単位区2世帯を対象として2日間の歩数を調査。

2日目の調査は、1日目の調査から1日または2日を空けた日（平日）に設定した。

6 調査員の構成

調査員は、医師、管理栄養士、保健師及び事務担当者等をもって構成した。

7 調査票の様式

(1) 世帯状況調査票及び栄養摂取状況調査票（第2章8頁）

(2) 健康・食生活意識調査票（第2章9頁から12頁）

8 調査方法

身長及び体重を除く調査項目のうち国民健康・栄養調査と同じ項目については、国民健康・栄養調査の手技に統一して下記のとおり実施した。

(1) 栄養摂取状況調査

調査日は、祝祭日、冠婚葬祭その他特別に食物摂取に変化のある日を避け、調査対象世帯においてなるべく通常の摂取状態にある日に設定し、調査開始前には被調査者に対して調査の趣旨を十分に説明した。

調査員が対象者に栄養摂取状況調査票を各世帯に配付して記入要領を十分に説明し、秤を用いて秤量と記入を依頼した。使用量が少なく秤量困難な物等については目安量の記入を依頼した。

また、調査員である管理栄養士等は、調査対象世帯を直接訪問して記入状況を点検するとともに不備な点の是正や記入の説明にあたった。

なお、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の状況を踏まえ、感染対策を講じて調査説明や聞き取り調査を実施した。感染状況に応じて、被調査者との対面時間を15分程度とする、郵送回収を行う、電話等を用いた対面しない方法での聞き取りを行う、などの対策を取った。

(2) 健康・食生活意識調査（アンケート調査）

留め置き法による質問紙調査とし、調査対象世帯の世帯員で満15歳以上の者を対象に健康・食生活意識調査票を配付し記入を依頼した。

(3) 身長及び体重の状況

(2) 健康・食生活意識調査の調査票に項目を組み込み、記入を依頼した。

(4) 運動量調査

歩数計を用いて1日の歩数を測定した。使用機器はアルネス200S, AS-200とした。歩数計は、朝起きたらすぐにベルトなどにクリップをしっかりと装着し就寝前まで測定した。

9 本書利用上の留意点

(1) 栄養素等摂取量の算出

- ・文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会「日本食品標準成分表2015年版（七訂）」、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）追補2016年」、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）追補2017年」、「日本食品標準成分表2015年版（七訂）追補2018年」（以下、「成分表2015」という。）を使用した。食物繊維の摂取量について、追補2018年の「炭水化物成分表 別表1」に記載されている食品は、AOAC2011.25法による値を用いて算出し、水溶性は高分子量水溶性の値のみを適用している。
- ・栄養素等摂取量は、調理後（ゆで、油いため等）の成分値が成分表2015に記載されている食品はこれを用い、その他の食品については、成分表2015に記載されている調理による「重量変化率」を加味して算出した。
- ・栄養素強化食品及び補助食品からの摂取については集計値に含まない。

(2) 食品群分類

食品群分類は、国民健康・栄養調査食品群別表（第2章13頁から18頁）と統一した。（平成19年度調査から食品群分類を国民健康・栄養調査と統一の分類に変更している）

分類上の留意点は下記のとおり。

- ・「ジャム」は『果実類』に分類。
- ・「味噌」は『調味料・香辛料類』に分類。
- ・「マヨネーズ」は『調味料・香辛料類』に分類。
- ・食品の重量は、調理を加味した数量で算出。

重量に関する留意点は以下のとおり。

- ・食品の重量は調理を加味した数量となり、『米・加工品』の「米」は「めし」・「かゆ」など、『その他の穀類・加工品』の「干しそば」は「ゆでそば」など、『藻類』の「乾燥わかめ」は「乾燥わかめ・水戻し」など、『嗜好飲料類』の「茶葉」は「茶浸出液」などで算出。『野菜類』の「漬物」はそのままの重量を用いた。
- ・成分表2015の導入に伴い、令和元年度調査（国民健康・栄養調査では平成30年調査）より「だいこん」及び「しょうが」の「おろし・おろし汁」などはそのままの重量を用いている。
- ・調理に用いた水分（液状だしを含む）は重量に含めなかった。

（3）食事状況について

食事状況については、国民健康・栄養調査と統一して下記により集計した。

- ア 家庭食：家庭で作った食事や弁当を食べた場合
- イ 調理済み食：すでに調理された惣菜などを買ってきたり、出前をとって家庭で食べた場合
- ウ 外食：飲食店での食事及び家庭以外の場所で出前をとったり、市販のお弁当を買って食べるなど家庭で調理せずに、食べる場所も家庭ではない場合。（食事内容は「イ.調理済み食」と同じ）
- エ 保育所・幼稚園給食・学校給食（教職員は職場給食）
- オ 職場給食（社員食堂を含む）
- カ 菓子，果物，乳製品，嗜好飲料などの食品のみを食べた場合
- キ 錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンク剤のみの場合
- ク 何も口にしなかった場合（水のみ飲んだ場合も含む）
- ケ 調査不能

（4）職業の分類

国民健康・栄養調査の分類方法と統一して分類した。（第2章7頁参照）

10 集計分析方法

（1）栄養素等摂取量の算出

栄養素等摂取量の算出には、国民健康・栄養調査方式業務支援システム「食事しらべ2022」（独立行政法人医薬基盤・健康・栄養研究所提供）を使用した。

（2）記述統計

平均値、標準偏差、標準誤差、パーセントイルの算出は、保健所別に抽出率の逆数で重み付け（保健所圏域ごとの標本数の偏りを調整するため）をして算出した。また、県全体の推定値を得るためには、上記に加えて令和4年長野県の人口構成に合わせるための重み付けをして算出した。これらの計算には、「地域健康・栄養調査集計用ソフトver. 1.52」※1を使用した。

〈県全体の推定値の計算方法〉

県全体の推定値を得るためには、保健所別に抽出率の逆数で重み付けし、さらに令和4年の県の人口構成に調整した。すなわち、保健所、年齢階級の重みを、

$$W_{h,a} = \frac{1}{P_h} \times \frac{N_a}{\sum_{i=1}^{12} \left(\frac{1}{P_i} \times n_{i,a} \right)} \quad \text{として集計をおこなった。}$$

ここで、 P_h は保健所 h での抽出率、すなわち、 $P_h = \frac{\text{保健所}h\text{の全標本数}}{\text{保健所}h\text{の全人口}}$ であり、

N_a は年齢階級 a の県人口、 $n_{i,a}$ は保健所 i での年齢階級 a の標本数である。

(3) 栄養素等の習慣的摂取量の分布推定

2日間調査の結果を用いた栄養素等の習慣的摂取量の分布推定には、「食事調査による習慣的摂取量の分布推定プログラム ver. 1.2」^{※2}を使用した。この際、年齢階級別の計算には18歳以上をプールしたデータで計算した「べき数」と「個人内個人間分散比」を使用した。

※1 開発：国立保健医療科学院 横山徹爾

https://www.niph.go.jp/soshiki/07shougai/datakatsuyou/data/download/eiyocalc/index_j.html

※2 開発：国立保健医療科学院 横山徹爾

https://www.niph.go.jp/soshiki/07shougai/datakatsuyou/data/download/habitdist/index_j.html

(4) 評価方法

結果の概要におけるコメントのうち、経年変化や全国との比較において「高い（低い、増加した、減少した）」などについては、統計学的な検定（両側有意水準5%とした）に基づき記述した。

令和4年度県民健康・栄養調査 集計客体数

年齢階級	栄養摂取状況						歩数					
				2日間調査						2日間調査		
	総数	男性	女性	総数	男性	女性	総数	男性	女性	総数	男性	女性
1-6歳	50	26	24	5	3	2	—	—	—	—	—	—
7-14歳	97	45	52	11	6	5	—	—	—	—	—	—
15-19歳	62	28	34	6	3	3	—	—	—	—	—	—
20-29歳	52	27	25	8	5	3	55	30	25	7	4	3
30-39歳	83	35	48	10	7	3	87	38	49	10	7	3
40-49歳	169	77	92	24	12	12	170	77	93	25	12	13
50-59歳	155	76	79	19	11	8	155	76	79	19	11	8
60-69歳	225	104	121	51	22	29	228	107	121	48	20	28
70歳以上	342	159	183	54	29	25	316	148	168	51	28	23
総数	1235	577	658	188	98	90	1011	476	535	160	82	78
(再掲)20歳以上	1026	478	548	166	86	80	1011	476	535	160	82	78

年齢階級	食生活・健康意識調査			身長・体重・BMI		
	総数	男性	女性	総数	男性	女性
1-6歳	—	—	—	—	—	—
7-14歳	—	—	—	—	—	—
15-19歳	63	27	36	44	19	25
20-29歳	62	36	26	44	26	18
30-39歳	101	45	56	79	35	44
40-49歳	199	92	107	171	80	91
50-59歳	175	87	88	146	73	73
60-69歳	263	129	134	249	121	128
70歳以上	400	181	219	348	162	186
総数	1263	597	666	1081	516	565
(再掲)20歳以上	1200	570	630	1037	497	540

【身長・体重・BMIについて】
 ※国民健康・栄養調査対象者は、身体状況調査で得られた値を使用した（ただし15歳未満は集計対象外）。
 ※妊婦は除く
 ※身長・体重どちらかの回答がなかった者、わからないと回答した者は、集計対象外とした。

職業分類表

番号	職業分類項目	仕事の種類
所得(賃金・給料、営業利益など)を伴う仕事についている方(内職、アルバイト、パートを含む)		
01	専門的・技術的職業従事者	研究者、技術者、医師、歯科医師、獣医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、臨床・衛生検査技師、歯科衛生士、栄養士、あんまマッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師、社会福祉専門職業従事者(保育士など)、法務従事者(裁判官、検察官、弁護士など)、公認会計士、税理士、教員、宗教家、著述者、記者、編集者、美術家、写真家、デザイナー、画家、映像撮影者、音楽家、舞台芸術家、その他の専門的・技術的職業従事者(個人教師、職業スポーツ従事者など)
02	管理的職業従事者	管理的公務員(議会議員、知事、市長など)、会社・団体等役員、会社・団体等管理職員(工場長、支店長、駅長、会社課長など)、その他の管理的職業従事者
03	事務従事者	一般事務従事者(総務事務員、受付・案内事務員、秘書など)、会社事務従事者、外勤事務従事者(集金人など)、運輸・通信事務従事者、その他の事務従事者(速記者、タイピスト、キーパンチャー、電子計算機オペレーターなど)
04	販売従事者	商品販売従事者(小売店主、飲食店主、販売店員、商品仕入・商品仕入外交員、商品仲介人など)、販売類似職業従事者(不動産仲介人、保険外交員、質屋店主・店員など)
05	サービス職業従事者	家庭生活支援サービス職業従事者(家政婦(夫)、家事手伝い、訪問介護員(ホームヘルパー)など)、生活衛生サービス職業従事者(理容師、美容師、クリーニング職など)、飲食物調理従事者、接客・給仕職業従事者、居住施設・ビル等管理人、その他のサービス職業従事者(旅行・観光案内人、物品一時預り人など)
06	保安職業従事者	自衛官、警察官、看守、消防員、警備員など
07	農業作業	農耕、養畜、植木職、造園師など
08	林業作業	育林、伐木・造材・集材、その他林業従事者
09	漁業作業	漁労作業、海藻・貝採取、漁労船の船長・航海士・機関長・機関士、水産養殖など
10	運輸・機械運転従事者	自動車運転者、鉄道・船舶・航空機運転従事者、その他の運輸従事者(車掌、鉄道輸送関連業務従事者、甲板員、船舶機関員、検車係など)
11	生産工程従事者	製造作業[金属材料、化学製品、窯業製品、土石製品、食料品、飲料・たばこ、衣服・繊維製品、木・竹・草・つる製品、パルプ・紙・紙製品、ゴム・プラスチック製品、革・革製品、その他]、組立・修理作業[一般機械器具、電気機械器具、輸送機械、計量計測機器・光学器械器具]、金属加工作業者、金属溶接・溶断作業、紡績作業、印刷・製本作業、ボイラー工、建設機械運転作業、電気作業、採掘作業、とび職、鉄筋工、建設作業、土木作業従事者、運搬労務作業、その他の労務作業(清掃員など)
上記(01～11)の仕事をしていない方		
12	家事従事者	一般家庭の主婦等日常家事に従事することを常態としている人
13	その他	無職(高齢・病気・障害などの理由による場合も含む)
14	保育園児	保育所へ通うことを常態としている幼児
15	幼稚園児	幼稚園へ通うことを常態としている幼児
16	その他の幼児	保育所や幼稚園に通っていない幼児
17	小学校低学年	小学1、2年生
18	小学校中学年	小学3、4年生
19	小学校高学年	小学5、6年生
20	中学生	中学1～3年生
21	その他の学生	高校生、大学生、大学院生、各種専門学校生など

県庁所在地番号
14044

地区番号	市郡番号	世帯番号

世帯調査票

保健所： _____

<調査票1>

◎職業番号は「世帯調査票・栄養摂取状況調査票の書き方」裏面の別表から選択してください。

世帯員番号	フリガナ 氏名	性別	生年月日				年齢 令和4年 11月1日現在	現在の妊娠・授乳の有無	◎職業番号	食事状況 ※参照			歩行数 (20歳以上)	歩数計の誤差状況 朝起きてから就寝までずっと着けていましたか(入浴・水泳等は除きます)	身体活動レベル 調査員記入 (I,II,III)
			年号	年	月	日				朝	昼	夕			
01	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
02	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
03	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
04	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
05	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
06	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
07	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	
08	1男 2女	男 女	明治 昭和 令和	大正 平成										はい いいえ	

※「食事状況」は、下記の番号から選んでください。
 1 家庭 2 調理済食 3 外食 4 保育所・幼稚園給食・学校給食
 5 職場給食(社員食堂を含む)
 6 菓子・果物・乳製品・嗜好飲料などの食品のみ食べた場合
 7 錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラル・栄養ドリンク剤のみの場合
 8 何も口にできなかった場合(水のみ飲んだ場合も含む)
 9 調査不能(ご家族にどうしても聞くことができないなど、分からない場合)

月 日 [朝食] 栄養摂取状況調査

料理名	食品名	使用量 (重量または目安量とその単位)	廃棄量	その料理は、誰がどの割合で食べました? (残した分があれば「残食分」に書いて下さい)								
				氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	残

料理・調理番号	料理名	食品番号	摂取量(左記の使用量-廃棄量を記入) 外食の場合は「人前」を記入	調査員記入欄 (ここには記入しないでください)								
				案 分 比 率								
				1	2	3	4	5	6	7	8	残

地区番号	世帯番号	世帯員番号	性別	年齢
1	2	3	4	5
			1 男 2 女	6 7 8 9 10

食生活・健康についてのアンケート (15歳以上)

調査員記入欄
(こちらには記入しないでください)

問1 あなたは食育に関心がありますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) 関心がある (2) 関心がない (3) どちらともいえない

11

問2 あなたは食事をする時に気をつけていることがありますか。あてはまるものをすべて選んでO印をつけてください。

- (1) バランス良く食べる (2) 野菜を多く食べる (3) 塩分を控える
(4) 油、油脂を控える (5) 特に気をつけていない
(6) その他 ()

回答番号の欄に○

(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12	13	14	15	16	17

問3 あなたは、外食(飲食店での食事)をどのくらい利用していますか。1つだけ選んでO印をつけてください。

- (1) 毎日2回以上 (2) 毎日1回 (3) 週4～6回 (4) 週2～3回
(5) 週1回 (6) 週1回未満 (7) 全く利用しない

18

問4 あなたは、中食(持ち帰りの弁当や惣菜)をどのくらい利用していますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) 毎日2回以上 (2) 毎日1回 (3) 週4～6回 (4) 週2～3回
(5) 週1回 (6) 週1回未満 (7) 全く利用しない

19

問5 あなたは、フードデリバリーサービス(料理を注文し、配達を受けるサービス)をどのくらい利用していますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) 毎日2回以上 (2) 毎日1回 (3) 週4～6回 (4) 週2～3回
(5) 週1回 (6) 週1回未満 (7) 全く利用しない

20

問6 あなたが家族や友人など、2人以上で食事をする回数は最近の1週間でどのくらいありましたか。食事ごとに1つだけ選んでO印をつけて下さい。

ア 朝食	→ (1) ほとんど毎日	(2) 5～4回	(3) 3～1回	(4) ほとんどない
イ 昼食	→ (1) ほとんど毎日	(2) 5～4回	(3) 3～1回	(4) ほとんどない
ウ 夕食	→ (1) ほとんど毎日	(2) 5～4回	(3) 3～1回	(4) ほとんどない

問7 あなたは、お住まいの地域の郷土料理を作ることができますか。

- (1) 1種類以上作ることができる (2) 作ることはできない

24

問8 あなたはサプリメントのような健康食品(健康の維持・増進に役立つといわれる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品)を食べたり、飲んだりしていますか。

- (1) はい (2) いいえ

25

問9 あなたはふだん外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分(エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩等)の表示を参考にしていますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) いつも参考にしている
(2) 時々参考にしている
(3) あまり参考にしていない
(4) ほとんど参考にしていない

26

問10 次の特内の文章をよく読んでから質問にお答え下さい。

「主食」とは、米、パン、めん類などの穀類で、主として精製エネルギーの供給源となるものです。「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) ほとんど毎日 (2) 週に4～5日 (3) 週に2～3日 (4) ほとんどない

27

問11 身体活動についてお聞きします。あなたはふだん、健康のために意識的に体を動かすようにしていますか。

- (1) 動かすようにしている (2) 特に何もしていない

28

問 12 休養についてお聞きします。ここ1ヶ月あなたは睡眠で休養が充分にとれていますか。

1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 充分とれている (2) まあまあとれている
 (3) あまりとれていない (4) まったくとれていない

29

問 13 あなたはストレスがどのくらいあると感じていますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 非常にストレスを感じる (2) 多少ストレスを感じる
 (3) あまりストレスを感じていない (4) ストレスをほとんど感じない

30

問 14 あなたはストレスを解消する対処法がありますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) ある (2) ない (3) どちらともいえない

31

問 15 歯や口の状態についてお聞きします。あなたは、日頃よく噛むことを意識していますか。

- (1) はい (2) いいえ

32

問 16 あなたがかんで食べるときの状態について、1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 何でもかんで食べることができる (2) 一部かめない食べ物がある
 (3) かめない食べ物が多い (4) かんで食べることはできない

33

問 17 あなたの身長、体重をお答えください。わからない場合は「わからない」に○印をつけて下さい。

ア 身長	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	cm	・わからない
イ 体重	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	kg	・わからない

問 18 あなたの家族構成についてお聞きします。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 3世代以上 (2) 核家族 (3) 夫婦のみ (4) ひとり暮らし

34

次のページへ続きます

問 19 あなたのこの1ヶ月間における体重及び生活習慣は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により変化がありましたか。

次のアからサについて、それぞれあてはまる番号を1つ選んで下さい。

※1 もともとその習慣がない場合は、「4. もともとない」を選択して下さい。
 ※2 運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うものを言います。

	1. 増えた	2. 変わらない	3. 減った	4. もともとない	
ア 体重	1	2	3	4	34
イ 外食(飲食店での食事)の利用	1	2	3	4	35
ウ 持ち帰りの弁当や惣菜の利用	1	2	3	4	36
エ フードデリバリーサービスの利用	1	2	3	4	37
オ 1日当たりの睡眠時間	1	2	3	4	38
カ 1週間当たりの喫煙の頻度	1	2	3	4	39
キ 1日に吸うたばこの本数	1	2	3	4	40
ク 1週間当たりの飲酒の日数	1	2	3	4	41
ケ 1日当たりの飲酒の量	1	2	3	4	42
コ 1週間当たりの運動*1日数	1	2	3	4	43
サ 運動*2を行う日の平均運動時間	1	2	3	4	44

ここからは20歳以上の方にお聞きします

問 20 血圧についてお聞きします。あなたは自分の血圧がどのくらいか知っていますか。

- (1) 知っている (2) 知らない → 問 21へ

45

→ 問 20で(1)と答えた方にお聞きします。あなたは自分の血圧はどのような状態だと思われていますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。(問 20-1)

- (1) 正常範囲 (2) 高血圧 (3) 低血圧 (4) わからない

46

問20で(1)と答えた方にお聞きします。あなたの普段の血圧はどのくらいですか。それぞれあてはまるものを1つずつ選んでO印をつけて下さい。(問20-2)

ア 収縮期(上)

- (1) 120 mm Hg 未満 (2) 120~129 mm Hg (3) 130~139 mm Hg
 (4) 140~149 mm Hg (5) 150~159 mm Hg (6) 160~169 mm Hg
 (7) 170~179 mm Hg (8) 180 mm Hg 以上

イ 拡張期(下)

- (1) 80 mm Hg 未満 (2) 80~89 mm Hg (3) 90~99 mm Hg
 (4) 100~109 mm Hg (5) 110 mm Hg 以上

問21 お酒についてお聞きします。あなたは週に何日くらいお酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲みますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) 毎日 (2) 週5~6日 (3) 週3~4日 (4) 週1~2日
 (5) 月に1~3日
 (6) ほとんど飲まない (7) やめた (8) 飲まない(飲めない)

問21で(1)~(5)のどれかにO印をつけた方にお聞きします。

お酒を飲む日は1日あたり、どのくらいの量を飲みますか。下の表を参考に日本酒に換算し、1つだけ選んでO印をつけて下さい。(問21-1)

※日本酒(清酒)1合(アルコール度数15度・180ml)は、次の量にほぼ相当します。
 ビール中瓶1本(アルコール度数5度・500ml)、焼酎0.6合(アルコール度数25度・約110ml)、
 ワイン1/4本(アルコール度数14度・約180ml)、缶チューハイ1.5缶(アルコール度数5度・約520ml)、ウイスキーダブル1杯(アルコール度数43度・60ml)

- (1) 1合(180ml) 未満
 (2) 1合以上2合(360ml) 未満
 (3) 2合以上3合(540ml) 未満
 (4) 3合以上4合(720ml) 未満
 (5) 4合以上5合(900ml) 未満
 (6) 5合(900ml) 以上

問22 あなたはたばこを吸いますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。

- (1) 毎日吸っている
 (2) 時々吸う日がある
 (3) 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない
 (4) 吸わない

問22で(1)、(2)と答えた方にお聞きします。現在、あなたが吸っているたばこ製品についてあてはまるものをすべて選んでO印をつけて下さい。(問22-1)

※加熱式たばこは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーターで加熱などして吸う、新しいタイプのたばこです。たばこ葉の入った専用スティック等を専用の装置にセットして使用します。

- (1) 紙巻きたばこ
 (2) 加熱式たばこ
 (3) その他()

問22で(1)、(2)と答えた方にお聞きします。たばこをやめたいと思いますか。1つだけ選んでO印をつけて下さい。(問22-2)

- (1) やめたい (2) 本数を減らしたい (3) やめたくない (4) わからない

問23 あなたは、この1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。次のアからウの場所について、それぞれあてはまるものを1つだけ選んでO印をつけて下さい。

※飲食店に勤務していて、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入して下さい。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 飲食店	1	2	3	4	5	6

次のページへ続きます

問24 あなたは、「フレイル」という言葉やその意味を知っていますか。

1つだけ選んで○印をつけて下さい。

※フレイルとは、年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり）が低下した状態のことをいい、その状態に気づき適切に対応することで活力の維持・向上が可能です。

- (1) 言葉も意味もよく知っている
- (2) 言葉も知っているし、意味も大体知っている
- (3) 言葉は知っているが、意味はあまり知らない
- (4) 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らない
- (5) 言葉も意味も知らない

60

問25 あなたの食べ方や食事中の様子についておたずねします。

次のア～オの質問についてあてはまるものを1つずつ選んで○印をつけて下さい。

- ア ゆっくりよりかんで食事をする (1) はい (2) いいえ
- イ 半年前に比べて固いものが食べにくくなった (1) はい (2) いいえ
- ウ お茶や汁物等でむせることがある (1) はい (2) いいえ
- エ 口の渇きが気になる (1) はい (2) いいえ
- オ 左右両方の奥歯でしっかりと噛みめられる (1) はい (2) いいえ

ア

60

イ

61

ウ

62

エ

63

オ

64

ご協力ありがとうございました

国民健康・栄養調査食品群別表

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名
穀類	1	米・加工品	1	米	1	玄米, 半つき米, 七分つき米, 精白米, 胚芽精米, 玄米めし, 半つき米めし, 七分つき米めし, めし, 胚芽精米めし, 玄米全かゆ, 半つき米全かゆ, 七分つき米全かゆ, 全かゆ, 玄米五分かゆ, 半つき米五分かゆ, 七分つき米五分かゆ, 精白米五分かゆ, 玄米おもゆ, 半つき米おもゆ, 七分つき米おもゆ, おもゆ, もち米, インディカ米, 発芽玄米, もち米めし, 発芽玄米めし, 精白米インディカ米めし
				米加工品	2	アルファ化米, おにぎり, 焼きおにぎり, きりたんぼ, 上新粉, ビーフン, 米こうじ, もち, 赤飯, あくまき, 白玉粉, 道明寺粉, 玄米粉, 米粉, 米粉パン, 米粉めん, 米ぬか, ライスベーパー
		小麦・加工品	2	小麦粉類	3	薄力粉, 中力粉, 強力粉, 全粒粉強力粉, ホットケーキミックス粉, 天ぷら粉, お好み焼き粉, から揚げ粉
				パン類 (菓子パンを除く)	4	食パン, コッペパン, 乾パン, フランスパン, ライ麦パン, ぶどうパン, ロールパン, クロワッサン, イングリッシュマフィン, ナン, ベーグル
				菓子パン類	5	あんパン, クリームパン, ジャムパン, チョココロネ, 揚げパン, あんパン(薄皮タイプ), カレーパン, クリームパン(薄皮タイプ), チョコパン(薄皮タイプ), メロンパン
				うどん, 中華めん類	6	生うどん, ゆでうどん, 干しうどん, 干しうどん・ゆで, 乾そうめん・ひやむぎ, ゆでそうめん・ひやむぎ, 乾手延そうめん・手延ひやむぎ, ゆで手延そうめん・ひやむぎ, 生中華めん, ゆで中華めん, 蒸し中華めん, 干し中華めん, 干し中華めん・ゆで, 生沖繩そば, ゆで沖繩そば, 干し沖繩そば, 干し沖繩そば・ゆで, 生冷めん
				即席中華めん	7	インスタントラーメン(油揚げ味付け麺), インスタントラーメン(油揚げ麺), インスタントラーメン(非油揚げ麺), 中華カップめん(油揚げ麺), 焼きそばカップめん, 中華カップめん(非油揚げ麺), 和風カップめん(油揚げ麺), インスタントラーメン(油揚げ味付け麺)(汁・残), インスタントラーメン(油揚げ麺)(汁・残), インスタントラーメン(非油揚げ麺)(汁・残), 中華カップめん(油揚げ麺)(汁・残), 中華カップめん(非油揚げ麺)(汁・残), 和風カップめん(油揚げ麺)(汁・残)
				パスタ類	8	マカロニ・スパゲッティ, マカロニ・スパゲッティ・ゆで, 生パスタ,
		その他の小麦加工品	9	生麩, 観世ふ, 小町ふ, 板ふ, 車ふ, 竹輪ふ, 小麦胚芽, ぎょうざの皮, しゅうまいの皮, ピザクラスト, 生パン粉, 半生パン粉, 乾燥パン粉		
		その他の穀類・加工品	3	そば・加工品	10	そば粉, 内層粉そば粉, 中層粉そば粉, 表層粉そば粉, そば米, 生そば, ゆでそば, 干しそば, 干しそば・ゆで
				とうもろこし・加工品	11	とうもろこし(玄穀・黄色種), コーンミール, コーングリッツ, コーンフラワー, ジャイアントコーン(フライ味付け), ポップコーン, コーンフレーク, とうもろこし(玄穀・白色種)
				その他の穀類	12	アマランサス, あわ, あわもち, オートミール, 七分つき押麦, 押麦, 米粒麦, 乾大麦めん, ゆで大麦めん, 麦こがし, きび・もちぎ, はとむぎ, ひえ, もろこし(玄穀), もろこし(精白粒), 全粒粉ライ麦粉, ライ麦粉, 雑穀(五穀), キヌア玄穀, 押麦めし, 雑穀(十穀)
		いも類	2	いも・加工品	4	さつまいも・加工品
じゃがいも・加工品	14					じゃがいも, じゃがいも・蒸し, じゃがいも・水煮, フライドポテト, 乾燥マッシュポテト
その他のいも・加工品	15					きくいも, こんにやく精粉, 板こんにやく, 生いもこんにやく, しらたき, りいも, りいも・水煮, りいも(冷凍), ・水いも, 水いも・水煮, 八つ頭, 八つ頭・水煮, いちよういも, 長いも, 長いも・水煮, 大和いも, じねんじよ, だいじよ, きくいも・水煮, 赤こんにやく, 凍みこんにやく, 凍みこんにやく・ゆで, セレベス, セレベス・水煮, たけのこいも, たけのこいも・水煮, ヤーコン, ヤーコン・水煮
でんぷん・加工品	5			16	タピオカ粉, ぐず粉, 米でん粉, 小麦でん粉, サゴでん粉, さつまいもでん粉, かたくり粉, コーンスターチ, くずきり(乾), くずきり・ゆで, タピオカパール, 緑豆はるさめ, はるさめ, ごま豆腐, タピオカパール・ゆで, 生でん粉めん, 乾燥でん粉めん, 乾燥でんぷんめん・ゆで, 緑豆はるさめ・ゆで, はるさめ・ゆで	
砂糖・甘味料類	3			砂糖・甘味料類	6	17
豆類	4	大豆・加工品	7	大豆(全粒)・加工品	18	乾燥国産大豆, 国産大豆・ゆで, 乾燥大豆(米国産), 乾燥大豆(中国産), 乾燥大豆(ブラジル産), 大豆水煮缶, きな粉(全粒), きな粉(脱皮), ぶどう豆, 乾燥国産大豆(黒大豆), 炒り黄大豆, 炒り黒大豆, 炒り青大豆, 蒸し大豆, きな粉(全粒・青大豆), 大豆はいが
				豆腐	19	木綿豆腐, 絹ごし豆腐, ソフト豆腐, 充てん豆腐, 沖繩豆腐, ゆし豆腐, 焼き豆腐, 凍り豆腐, 豆腐よう, 蒸し豆腐竹輪, 焼き豆腐竹輪, 凍り豆腐・水煮, ろくじょう豆腐
				油揚げ類	20	生揚げ, 油揚げ, がんもどき, 油揚げ(油抜き), 油揚げ(油抜き)・焼き, 油揚げ(油抜き)・ゆで, 油揚げ甘煮
				納豆	21	糸ひき納豆, 挽きわり納豆, 五斗納豆, 寺納豆
				その他の大豆加工品	22	おから, 豆乳, 調製豆乳, 豆乳飲料・麦芽コーヒー, 生湯葉, 干し湯葉, 金山寺みそ, ひしおみそ, テンペ, 乾燥おから, 干し湯葉・湯戻し
		その他の豆・加工品	8	23	乾燥あずき, あずき・ゆで, ゆであずき缶, こしあん, さらしあん, つぶしあん, 乾燥いんげん豆, いんげん豆・ゆで, うずら豆, いんげんまめこしあん, 豆きんとん, 乾燥えんどう, えんどう・ゆで, グリンピース(揚げ豆), 塩豆, うぐいす豆, 乾燥ささげ, ささげ・ゆで, 乾燥そら豆, フライビーンズ, おたふく豆, ふき豆, 乾燥たけあずき, 乾燥ひよこ豆, ひよこ豆・ゆで, ひよこ豆(フライ味付け), 乾燥べにばないんげん, べにばないんげん・ゆで, 乾燥らい豆, 乾燥緑豆, 緑豆・ゆで, 乾燥レンズ豆, 乾燥赤えんどう, 赤えんどう・ゆで, しょうゆ豆, たけあずき・ゆで, らい豆・ゆで, レンズ豆・ゆで	

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名
種実類	5	種実類	9	種実類	24	アーモンド, アーモンド (フライ味付け), 麻の実, えごま, カシューナッツ (フライ味付け), かぼちゃの種 (炒り味付け), かやの実 (炒り), ぎんなん, ぎんなん・ゆで, 栗, 栗・ゆで, 栗 (甘露煮), 甘栗, くるみ (炒り), けしの実, ココナッツパウダー, ごま (洗い), ごま (炒り), ごま (むぎ), しいの実, すいかの種 (炒り味付け), とちの実・蒸し, はすの実 (生), はすの実 (乾), ひしの実, ビスタチオ (炒り味付け), ひまわりの種 (フライ味付け), ブラジルナッツ (フライ味付け), ヘーゼルナッツ (フライ味付け), ペカン (フライ味付け), マカダミアナッツ (炒り味付け), まつの実, まつの実 (炒り), 落花生 (乾), 落花生 (炒り), バターピーナッツ, ピーナッツバター, アーモンド (炒り・無塩), あまに (炒り), ねりごま, はすの実・ゆで
野菜類	6	緑黄色野菜	10	トマト	25	トマト, ミニトマト, ホールトマト缶, ドライトマト
				にんじん	26	葉にんじん, にんじん, にんじん・ゆで, にんじん (皮むき), にんじん (皮むき)・ゆで, にんじん (冷凍), きんとき, きんとき・ゆで, きんとき (皮むき), きんとき (皮むき) ゆで, ミニキャロット, にんじん皮
				ほうれん草	27	ほうれんそう, ほうれんそう・ゆで, ほうれんそう (冷凍), ほうれんそう (冷凍)・ゆで
				ピーマン	28	青ピーマン, 赤ピーマン, 黄ピーマン, トマピー
		その他の緑黄色野菜	29	あさつき, あさつき・ゆで, あしたば, あしたば・ゆで, アスパラガス, アスパラガス・ゆで, さやいんげん, さやいんげん・ゆで, エンダイブ, トウモロコシ, さやえんどう, さやえんどう・ゆで, おおさかしらな, おおさかしらな・ゆで, おかひじき, おかひじき・ゆで, オクラ, オクラ・ゆで, かぶ葉, かぶ葉・ゆで, 日本かぼちゃ, 日本かぼちゃ・ゆで, 西洋かぼちゃ, 西洋かぼちゃ・ゆで, 西洋かぼちゃ (冷凍), からしな, ぎょうじゃんにんにく, みずな, みずな・ゆで, キンサイ, キンサイ・ゆで, クレソン, ケール, こごみ, こまつな, こまつな・ゆで, さんとうさい, さんとうさい・ゆで, ししとうがらし, しそ葉, しそ葉・ゆで, チンゲンサイ, チンゲンサイ・ゆで, つくし, つくし・ゆで, つるな, つるむらさき, つるむらさき・ゆで, 葉とうがらし, 生とうがらし, 乾燥とうがらし, とんぶり・ゆで, 長崎白菜, 長崎白菜・ゆで, なすな, 菜花 (花らい・茎) 《和種なばな》, 菜花 (花らい・茎) 《和種なばな》・ゆで, 菜花 (茎・葉) 《洋種なばな》, 菜花 (茎・葉) 《洋種なばな》・ゆで, にら, にら・ゆで, 花にら, 茎にんにく, 茎にんにく・ゆで, 葉ねぎ, こねぎ, 野沢菜, のびる, バクチョイ, バジル, パセリ, ひのな, 広島菜, ふだんそう, ふだんそう・ゆで, ブロッコリー, ブロッコリー・ゆで, みずかけな, 切りみつば, 切りみつば・ゆで, 根みつば, 根みつば・ゆで, 糸みつば, 糸みつば・ゆで, 芽キャベツ, 芽キャベツ・ゆで, 芽たで, モロヘイヤ, モロヘイヤ・ゆで, ようさい, ようさい・ゆで, 嫁菜, よもぎ, よもぎ・ゆで, サラダ菜, リーフレタス, サニーレタス, ロケットサラダ, わけぎ, わけぎ・ゆで, トウモロコシ (芽ばえ), トウモロコシ (芽ばえ)・ゆで, 西洋かぼちゃ・焼き, 葉たまねぎ, ブロッコリー芽ばえ, みぶな, レタス (水耕栽培), サンチュ, うるい, ミックスベジタブル (グリーンピース・にんじん・とうもろこし)		
		キャベツ	30	キャベツ, キャベツ・ゆで, グリーンボール, レッドキャベツ		
		きゅうり	31	きゅうり		
		大根	32	大根, 大根・ゆで, 大根・皮むき, 大根・皮むき・ゆで, 切干し大根, 切干し大根・ゆで, 大根・皮むき・おろし, 大根・皮むき・おろし汁		
		たまねぎ	33	たまねぎ, たまねぎ・ゆで, 赤たまねぎ		
		はくさい	34	はくさい, はくさい・ゆで		
		その他の野菜	11	その他の淡色野菜	35	アーティチョーク, アーティチョーク・ゆで, アスパラガス水煮缶, うど, 山うど, 枝豆, 枝豆・ゆで, 枝豆 (冷凍), スナックエンドウ, グリンピース, グリンピース・ゆで, グリンピース (冷凍), グリンピース水煮缶, かぶ (皮付き), かぶ (皮付き)・ゆで, かぶ (皮むき), かぶ (皮むき)・ゆで, そうめんかぼちゃ, カリフラワー, カリフラワー・ゆで, かんぴょう, かんぴょう・ゆで, 菊, 菊・ゆで, 菊のり, くわい, くわい・ゆで, コールラビ, コールラビ・ゆで, ごぼう, ごぼう・ゆで, しかくまめ, 菜しょうが, しょうが, しろうり, ずいき, ずいき・ゆで, 干しずいき, 干しずいき・ゆで, すぐき根, ズッキーニ, セロリー, ぜんまい, ぜんまい・ゆで, 干しぜんまい, 干しぜんまい・ゆで, そらまめ, そらまめ・ゆで, たけのこ, たけのこ・ゆで, たけのこ水煮缶, チコリ, つわぶき, つわぶき・ゆで, とうがん, とうがん・ゆで, スイートコーン, スイートコーン・ゆで, スイートコーン (冷凍ホール), スイートコーン (冷凍カーネル・全粒), クリームコーン缶, ホールカーネルコーン缶, ヤングコーン, トレビス, なす, なす・ゆで, べいなす, にがうり, 黄にら, にんにく, 根深ねぎ, はつか大根, はやと瓜 (白色種), ピーツ, ピーツ・ゆで, ふき, ふき・ゆで, ふきのとう, ふきのとう・ゆで, ふじまめ, へちま, へちま・ゆで, ホースラディッシュ, まこも, みょうが, みょうがたけ, むかご, アルファルファもやし, 大豆もやし, 大豆もやし・ゆで, ブラックマツペもやし, ブラックマツペもやし・ゆで, 緑豆もやし, 緑豆もやし・ゆで, ユリ根, ユリ根・ゆで, らっかせい (未熟豆), らっかせい (未熟豆)・ゆで, エシヤレット, リーキ, リーキ・ゆで, ルバーブ, ルバーブ・ゆで, レタス, コスレタス, れんこん, れんこん・ゆで, 生わさび, 生ワラビ, 生ワラビ・ゆで, 干ワラビ, アロエ, 根深ねぎ・ゆで, はやと瓜 (緑色種), かんぴょう甘煮, しょうが・おろし, しょうが・おろし汁,
		野菜ジュース	12	野菜ジュース	36	トマトジュース缶 (食塩添加), トマトミックスジュース缶 (食塩添加), 人参ジュース缶, トマトジュース (無塩), トマトミックスジュース缶 (無塩), 野菜ジュース (果汁入り)
		漬物	13	葉類漬物	37	おおさかしらな (塩漬), かぶ葉 (塩漬), かぶ葉 (ぬかみそ漬), からしな (塩漬), みずな (塩漬), さんとうさい (塩漬), たいさい (塩漬), たかな漬, 野沢菜 (塩漬), 野沢菜 (調味漬), 白菜 (塩漬), キムチ, ひのな (甘酢漬), 広島菜 (塩漬), みずかけな (塩漬)
				たくあん・その他の漬物	38	かぶ (塩漬), かぶ (塩漬・皮むき), かぶ (ぬかみそ漬), かぶ (ぬかみそ漬・皮むき), きゅうり (塩漬), きゅうり (しょうゆ漬), きゅうり (ぬかみそ漬), きゅうり (スイート型ピクルス), きゅうり (サワー型ピクルス), ザーサイ (酢漬), しょうが (甘酢漬), しろうり (塩漬), しろうり (奈良漬), すぐき漬, 大根 (ぬかみそ漬), 塩押し大根 (たくあん漬), 干し大根 (たくあん漬), 大根 (守口漬), 大根 (べつたら漬), 大根 (みそ漬), 福神漬, しなちく, なす (塩漬), なす (ぬかみそ漬), なす (こうじ漬), なす (からし漬), なす (しば漬), はやと瓜 (塩漬), やまごぼう (みそ漬), 生らっきょう, らっきょう甘酢漬, わさび漬, れんこん甘酢, 梅漬 (塩漬), 梅漬 (調味漬), 梅干し, 梅干し (調味漬), 梅びしお, グリーンオリーブ (塩漬), ブラックオリーブ (塩漬), スタッフドオリーブ (塩漬), にんにく漬 (醤油味)

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名		
果実類	7	生果	14	いちご	39	いちご, 干しいちご		
				柑橘類	40	いよかん, 早生うんしゅうみかん, うんしゅうみかん, 早生うんしゅうみかん (内皮なし), うんしゅうみかん (内皮なし), みかん缶詰 (果肉), ネーブル, パレンシアオレンジ, スウィーティー, きんかん, グレープフルーツ (白肉種), グレープフルーツ缶詰, さんぼうかん, すだち (皮), タンゼロ, 夏みかん, なつみかん缶詰, はつきく, ひゅうがなつ, ひゅうがなつ (内皮なし), ぶんたん, ざぼん漬, ぼんかん, ゆず (皮), レモン全果, 清見オレンジ, グレープフルーツ (紅肉種), しらぬひ, せとか, はるみ		
				バナナ	41	バナナ, 乾燥バナナ		
				りんご	42	りんご (皮むき), りんご缶詰, りんご (皮つき), りんご (皮つき)・焼き		
				その他の生果	43	あけび果肉, あけび果皮, アセロラ (酸味種), アテモヤ, アボカド, あんず, 干しあんず, あんず缶詰, いちじく, 干しいちじく, いちじく缶詰, 梅, 柿, 渋抜き柿, 干し柿, かりん, キウイフルーツ (緑肉種), キワノ, グアバ (赤肉種), グズベリー, ぐみ, スターフルーツ, さくらんぼ, アメリカンチェリー, さくらんぼ缶詰, さくろ, すいか (赤肉種), すもも, 生ブルー, ドライブルーン, チェリモヤ, ドリアン, なし, なし缶詰, 中国なし, 洋なし, 洋なし缶詰, 干しなつめ, 干しなつめやし, パインアップル, パインアップル缶詰, パインアップル砂糖漬, ハスカップ, パパイア (完熟), 未熟パパイア, ドラゴンフルーツ, びわ, びわ缶詰, ぶどう, 干しぶどう, ぶどう缶詰, ブルーベリー, ホホワイトサボテ, まくわうり (黄肉種), マルメロ, マンゴー, マンゴスチン, 温室メロン, 露地メロン (緑肉種), もも, もも缶詰果肉 (白肉種), ネクターン, 山もも, ライチ, ラズベリー, 乾燥りゅうがん, ココナッツウオーター, ココナッツミルク, アセロラ (甘味種), キウイフルーツ (黄肉種), グアバ (白肉種), ナタデココ, すいか (黄肉種), 乾燥ブルーベリー, まくわうり (白肉種), 露地メロン (赤肉種), もも缶詰果肉 (黄肉種), パインアップル・焼き, ぶどう皮つき, ドライマンゴー		
		ジャム	15	ジャム	44	あんずジャム (高糖度), あんずジャム (低糖度), いちごジャム (高糖度), いちごジャム (低糖度), マーメレード (高糖度), マーメレード (低糖度), ぶどうジャム, ブルーベリージャム, りんごジャム, 低エネルギーいちごジャム		
		果汁・果汁飲料	16	果汁・果汁飲料	45	アセロラ10%果汁入り飲料, 梅20%果汁入り飲料, うんしゅうみかんストレートジュース, うんしゅうみかん濃縮還元ジュース, うんしゅうみかん果粒入りジュース, うんしゅうみかん50%果汁入り飲料, うんしゅうみかん20%果汁入り飲料, みかん缶詰 (液汁), オレンジストレートジュース, オレンジ濃縮還元ジュース, オレンジ50%果汁入り飲料, オレンジ30%果汁入り飲料, かぼす果汁, グアバ20%果汁入り飲料, グアバ10%果汁入り飲料, グレープフルーツストレートジュース, グレープフルーツ濃縮還元ジュース, グレープフルーツ50%果汁入り飲料, グレープフルーツ20%果汁入り飲料, シークワーサー果汁, シークワーサー10%果汁入り飲料, すだち果汁, だいたい果汁, パインアップルストレートジュース, パインアップル濃縮還元ジュース, パインアップル50%果汁入り飲料, パインアップル10%果汁入り飲料, パッションフルーツ果汁, ぶどうストレートジュース, ぶどう濃縮還元ジュース, ぶどう70%果汁入り飲料, ぶどう10%果汁入り飲料, もも30%果汁入り飲料 (ネクター), もも缶詰液汁, ゆず果汁, ライム果汁, りんごストレートジュース, りんご濃縮還元ジュース, りんご50%果汁入り飲料, りんご30%果汁入り飲料, レモン果汁		
		きのこ類	8	きのこ類	17	きのこ類	46	えのきたけ, えのきたけ・ゆで, えのきたけ味付け瓶詰, 乾燥あらげきくらげ, 乾燥あらげきくらげ・ゆで, 乾燥きくらげ, 乾燥きくらげ・ゆで, 乾燥しろきくらげ, 乾燥しろきくらげ・ゆで, 黒あわびたけ, 干しいたけ, 干しいたけ・ゆで, はたけしめじ, ぶなしめじ, ぶなしめじ・ゆで, 本しめじ, たもぎたけ, なめこ, なめこ・ゆで, なめこ水煮缶詰, ぬめりすぎたけ, うすひらたけ, エリンギ, ひらたけ, ひらたけ・ゆで, まいたけ, まいたけ・ゆで, 乾燥まいたけ, マッシュルーム, マッシュルーム・ゆで, マッシュルーム水煮缶詰, まつたけ, やなぎまつたけ, 生しいたけ, 生しいたけ・ゆで, はたけしめじ・ゆで, 本しめじ・ゆで, エリンギ・ゆで, エリンギ・焼き, 干しいたけ甘煮, あらげきくらげ生
		藻類	9	藻類	18	藻類	47	干しあおさ, 青のり, 干しのり, 焼きのり, 味付けのり, 干しあらめ, 干し岩のり, おきうと, おごのり (塩蔵塩抜き), 干しかわのり, うみぶどう, 干し羅白こんぶ, 干しがごめ昆布, 干し長こんぶ, 干しほそめこんぶ, 干し真こんぶ, 干し日高こんぶ, 干し尻尻こんぶ, 刻み昆布, 削り昆布, 塩昆布, 昆布佃煮, 干しすいぜんじのり (水戻し), ところてん, 干し寒天, 寒天 (ゼリー状), 赤とさか (塩蔵塩抜き), 青とさか (塩蔵塩抜き), 干しひとえぐさ, のり佃煮, 干しふのり, 干しまつも, むかでのり (塩蔵塩抜き), 沖縄もずく (塩蔵塩抜き), もずく (塩蔵塩抜き), 乾燥わかめ, 乾燥わかめ・水戻し, 板わかめ, カットわかめ, わかめ (塩蔵塩抜き), 茎わかめ (塩蔵塩抜き), 生わかめ (塩蔵塩抜き), 生めかぶわかめ, 粉寒天, 干しひじき, 干しひじき・ゆで

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名
魚介類	10	生魚介類	19	あじ、いわし類	48	まあじ、まあじ・水煮、まあじ・焼き、大西洋あじ、大西洋あじ・水煮、大西洋あじ・焼き、むろあじ、むろあじ・焼き、うるめいわし、かたくちいわし、まいわし、まいわし・水煮、まいわし・焼き、めざし、めざし・焼き、まさば、まさば・水煮、まさば・焼き、大西洋さば、大西洋さば・水煮、大西洋さば・焼き、しめさば、さんま、さんま・焼き、しまあじ、にしん、かずのこ(生)、まあじ・刺身、まあじ小型骨付き、まるあじ、まるあじ・焼き、生しらす、ごまさば、ごまさば・水煮、ごまさば・焼き、さんま・刺身
				さけ、ます	49	からふとます、からふとます・焼き、ぎんざけ、ぎんざけ・焼き、さくらます、さくらます・焼き、しろさけ、しろさけ・水煮、しろさけ・焼き、たいせいようさけ、たいせいようさけ・焼き、にじます、にじます・焼き、べにざけ、べにざけ・焼き、ますのすけ、ますのすけ・焼き、にじます・刺身
				たい、かいらい類	50	あこうだい、あまだい、あまだい・水煮、あまだい・焼き、いしだい、いとよくだい、いとよくだい・すり身、いぼだい、おひょう、まがれい、まがれい・水煮、まがれい・焼き、まこがれい、子持ちがれい、子持ちがれい・水煮、きんめだい、きだい、くろだい、ちだい、まだい、まだい・水煮、まだい・焼き、すけとうだら、すけとうだらすり身、すきみだら、まだら、まだら・焼き、しらこ(まだら)、ひらめ、みなみだら、まこがれい・焼き、まだい・刺身、ひらめ・刺身
				まぐろ、かじき類	51	くろかじき、まかじき、めかじき、春かつお、秋かつお、そうだかつお、蒸しかつお、きはだまぐろ、くろまぐろ赤身、くろまぐろ脂身、びんなが、みなみまぐろ赤身、みなみまぐろ脂身、めじまぐろ、めかじき・焼き、めばち赤身、めばち脂身
				その他の生魚	52	あいなめ、あなご、あなご・蒸し、あまご、あゆ、あゆ・焼き、あゆ内臓、あゆ内臓・焼き、アラスカめぬけ、あんこう、あんこうきも、いかなご、いさき、いわな、うぐい、うなぎ、うなぎ・きも、うなぎ白焼き、うなぎかば焼、うまづらはぎ、えい、えそ、おいかわ、おおさが、おこぜ、かさご、かじか、かじか・水煮、かます、かます・焼き、かわはぎ、かんばち、きす、きちじ、きびなご、キングクリップ、ぎんだら、ぐち、ぐち・焼き、こい、こい・水煮、こい内臓、こち、めごち、このしろ、あぶらつごめ、よしきりごめ、ふかひれ、さより、さわら、さわら・焼き、しいら、したびらめ、しらうお、シルバー、すすき、たかさご、たかべ、たちうお、ちか、テラピア、どじょう、どじょう・水煮、とびうお、なまず、にぎす、はぜ、はたはた、はまふえふき、はも、バラクーダ、ひらまさ、とらふぐ、まふぐ、ふな、ふな・水煮、ぶり、ぶり・焼き、はまち、ほうぼう、ホキ、ほっけ、ぼろ、ほんもろこ、マジランあいなめ、まながつお、むつ、むつ・水煮、めじな、めばる、メルルーサ、やつめうなぎ、やまめ、わかさぎ、ぎんだら・水煮、はまち・刺身、かんばち背側
				貝類	53	あかがい、あげまき、あさり、いがい、いたやがい、かき、かき・水煮、さざえ、さざえ・焼き、しじみ、たいらが貝柱、たにし、つぶ、とこぶし、とりがい・斧足、ばいがい、ばかがい、はまぐり、はまぐり・水煮、はまぐり・焼き、ちょうせんはまぐり、ほたてがい、ほたてがい・水煮、ほたてがい貝柱、ほっきがい、みるがい・水管、うに、しじみ・水煮、ほたてがい貝柱・焼き、くろあわび、まだかあわび、めがいがわび
				いか、たこ類	54	あかいか、けんさきいか、こういか、するめいか・水煮、するめいか・焼き、ほたるいか、ほたるいか・ゆで、やりいか、いいだこ、まだこ、まだこ・ゆで、なまこ、ほや、するめいか(胴)、するめいか(胴)・刺身、するめいか(耳・足)、みずだこ生
		えび、かに類	55	あまえび、いせえび、くるまえび、くるまえび・ゆで、くるまえび・焼き、さくらえび・ゆで、大正えび、芝えび、ブラックタイガー、がざみ、毛がに、毛がに・ゆで、ずわいがに、ずわいがに・ゆで、たらばがに、たらばがに・ゆで、おきあみ、おきあみ・ゆで、しゃこ・ゆで、パナメイえび、さくらえび生		
		魚介加工品	20	魚介(塩蔵、生干し、乾物)	56	まあじ開き干し、まあじ開き干し・焼き、むろあじ開き干し、むろあじ・くさや、うるか、いかなご煮干し、うるめいわし丸干し、かたくちいわし煮干し、塩いわし、まいわし生干し、まいわし丸干し、しらす干し(微乾燥品)、しらす干し(半乾燥品)、たたみいわし、かたくちいわし・みりん干し、まいわし・みりん干し、うまづらはぎ味付け開き干し、なまり節、かつお節、かつお削り節、かつお削り節佃煮、かつお塩辛、干しかれい、きびなご調味干し、キャビア、このしろ甘酢漬、塩ます、新巻きさけ、新巻きさけ・焼き、塩ざけ、イクラ、すじこ、めふん、べにざけ燻製、さば節、塩さば、さば開き干し、さんま開き干し、さんまみりん干し、子持ちししゃも生干し、子持ちししゃも生干し・焼き、子持ちからふとししゃも生干し、子持ちからふとししゃも生干し・焼き、たらこ、たらこ・焼き、辛子めんたいこ、塩だら、干しだら、でんぶ(たら)、身欠きにしん、にしん開き干し、にしん燻製、かずのこ(塩蔵水戻し)、はたはた生干し、塩ほっけ、ほっけ開き干し、からすみ、干しあわび、あわび塩辛、干しほたてがい貝柱、さくらえび素干し、さくらえび煮干し、干しえび、がん漬、ほたるいか燻製、するめ、さきいか、いか燻製、いか塩辛、あみ塩辛、粒うに、くらげ(塩蔵塩抜き)、このわた、ほや塩辛、ほっけ開き干し・焼き、とびうお煮干し、とびうお焼き干し、松前漬け・しょうゆ漬け
				魚介(缶詰)	57	いわし水煮缶詰、いわし味付け缶詰、いわしトマト漬缶詰、いわし油漬缶詰、いわしかば焼缶詰、かつお味付け缶詰、かつお油漬缶詰、からふとます水煮缶詰、しろさけ水煮缶詰、さば水煮缶詰、さばみそ煮缶詰、さば味付け缶詰、さんま味付け缶詰、さんまかば焼缶詰、まぐろ水煮缶詰ライト、まぐろ水煮缶詰ホワイト、まぐろ味付け缶詰、まぐろ油漬缶詰ライト、まぐろ油漬缶詰ホワイト、あさり水煮缶詰、あさり味付け缶詰、あわび水煮缶詰、エスカルゴ水煮缶詰、かき燻製油漬缶詰、ほたてがい貝柱・水煮缶詰、もが味付け缶詰、ずわいがに水煮缶詰、たらばがに水煮缶詰、いか味付け缶詰、アンチョビ缶詰
				魚介(佃煮)	58	いかなご佃煮、いかなご飴煮、田作り、かじか佃煮、かつお角煮、はぜ佃煮、はぜ甘露煮、ふな甘露煮、わかさぎ佃煮、わかさぎ飴煮、あさり佃煮、はまぐり佃煮、えび佃煮、ほたるいか佃煮、切りいか飴煮、いかあられ、あみ佃煮
				魚介(練り製品)	59	かに風味かまぼこ、昆布巻きかまぼこ、す巻きかまぼこ、蒸しかまぼこ、焼き抜きかまぼこ、焼き竹輪、だて巻、つみれ、なると、はんべん、さつま揚げ、黒はんべん、ごぼう巻き
				魚肉ハム、ソーセージ	60	魚肉ハム、魚肉ソーセージ

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名
肉類	11	畜肉	21	牛肉	61	和牛かた, 和牛かた(皮下脂肪なし), 和牛かた(赤肉), 和牛かた(脂身), 和牛かたロース, 和牛かたロース(皮下脂肪なし), 和牛かたロース(赤肉), 和牛リブロース, 和牛リブロース(皮下脂肪なし), 和牛リブロース(赤肉), 和牛リブロース(脂身), 和牛サーロイン, 和牛サーロイン(皮下脂肪なし), 和牛サーロイン(赤肉), 和牛ばら, 和牛もも, 和牛もも(皮下脂肪なし), 和牛もも(赤肉), 和牛もも(脂身), 和牛そともも, 和牛そともも(皮下脂肪なし), 和牛そともも(赤肉), 和牛ランプ, 和牛ランプ(皮下脂肪なし), 和牛ランプ(赤肉), 和牛ヒレ(赤肉), 牛かた, 牛かた(皮下脂肪なし), 牛かた(赤肉), 牛かた(脂身), 牛かたロース, 牛かたロース(皮下脂肪なし), 牛かたロース(赤肉), 牛リブロース, 牛リブロース・焼き, 牛リブロース・ゆで, 牛リブロース(皮下脂肪なし), 牛リブロース(赤肉), 牛リブロース(脂身), 牛サーロイン, 牛サーロイン(皮下脂肪なし), 牛サーロイン(赤肉), 牛ばら, 牛もも(皮下脂肪なし), 牛もも(赤肉), 牛もも(脂身), 牛そともも, 牛そともも(皮下脂肪なし), 牛そともも(赤肉), 牛ランプ, 牛ランプ(皮下脂肪なし), 牛ランプ(赤肉), 牛ヒレ(赤肉), 輸入牛かた, 輸入牛かた(皮下脂肪なし), 輸入牛かた(赤肉), 輸入牛かた(脂身), 輸入牛かたロース, 輸入牛かたロース(皮下脂肪なし), 輸入牛かたロース(赤肉), 輸入牛リブロース, 輸入牛リブロース(皮下脂肪なし), 輸入牛リブロース(赤肉), 輸入牛リブロース(脂身), 輸入牛サーロイン, 輸入牛サーロイン(皮下脂肪なし), 輸入牛サーロイン(赤肉), 輸入牛ばら, 輸入牛もも, 輸入牛もも(皮下脂肪なし), 輸入牛もも(赤肉), 輸入牛もも(脂身), 輸入牛そともも, 輸入牛そともも(皮下脂肪なし), 輸入牛そともも(赤肉), 輸入牛ランプ, 輸入牛ランプ(皮下脂肪なし), 輸入牛ランプ(赤肉), 輸入牛ヒレ(赤肉), 子牛肉リブロース(皮下脂肪なし), 子牛肉ばら(皮下脂肪なし), 子牛肉もも(皮下脂肪なし), 牛ひき肉, 牛舌, 牛腱・ゆで, 牛尾, ローストビーフ, コンビーフ缶詰, 牛味付け缶詰, ビーフジャーキー, スモークタン, 和牛リブロース・焼き, 和牛リブロース・ゆで, 和牛もも(皮下脂肪なし)・焼き, 和牛もも(皮下脂肪なし)・ゆで, 牛ばら・焼き, 牛ヒレ(赤肉)・焼き, 輸入牛リブロース・焼き, 輸入牛リブロース・ゆで, 輸入牛もも(皮下脂肪なし)・焼き, 輸入牛もも(皮下脂肪なし)・ゆで, 牛ひき肉・焼き, 牛舌・焼き
				豚肉	62	豚かた, 豚かた(皮下脂肪なし), 豚かた(赤肉), 豚かた(脂身), 豚かたロース, 豚かたロース(皮下脂肪なし), 豚かたロース(赤肉), 豚かたロース(脂身), 豚ロース, 豚ロース・焼き, 豚ロース・ゆで, 豚ロース(皮下脂肪なし), 豚ロース(赤肉), 豚ロース(脂身), 豚ばら, 豚もも, 豚もも(皮下脂肪なし), 豚もも(皮下脂肪なし)・焼き, 豚もも(皮下脂肪なし)・ゆで, 豚もも(赤肉), 豚もも(脂身), 豚そともも, 豚そともも(皮下脂肪なし), 豚そともも(赤肉), 豚そともも(脂身), 豚ヒレ(赤肉), 豚ひき肉, 豚舌, 豚足・ゆで, 豚軟骨・ゆで, 豚ばら・焼き, 豚ヒレ(赤肉)・焼き, 豚ひき肉・焼き
				ハム, ソーセージ類	63	骨付ハム, ボンレスハム, ロースハム, ショルダーハム, プレスハム, 混合プレスハム, チョップドハム, 促成生ハム, 長期熟成生ハム, ベーコン, ロースベーコン, ショルダーベーコン, ウィンナーソーセージ, セミドライソーセージ, ドライソーセージ, フランクフルトソーセージ, ボロニアソーセージ, リオナソーセージ, レパーソーセージ, 混合ソーセージ, 生ソーセージ, 焼き豚
				その他の畜肉	64	いのしし, いのぶた, うさぎ赤肉, 馬肉, しか肉, マトンロース, マトンもも, ラムかた, ラムロース, ラムもも, やぎ赤肉, にほんじか肉, マトンロース・焼き, ラムロース・焼き, ラムもも・焼き, にほんじかえぞしか赤肉, にほんじかほんしゅうじか・きゅうしゅうじか赤肉
		鳥肉	22	鶏肉	65	鶏手羽, 鶏むね, 鶏むね(皮なし), 鶏もも, 鶏もも・焼き, 鶏もも・ゆで, 鶏もも(皮なし), 鶏もも(皮なし)・焼き, 鶏もも(皮なし)・ゆで, 鶏ささ身, 鶏ささ身・焼き, 鶏ささ身・ゆで, 鶏ひき肉, 鶏皮(むね), 鶏皮(もも), 鶏軟骨, 焼き鳥缶詰, 鶏手羽先, 鶏手羽元, 鶏むね・焼き, 鶏むね(皮なし)・焼き, 鶏ひき肉・焼き, チキンナゲット, つくね
				その他の鳥肉	66	あいがも, あひる, うずら, かも(皮なし), きじ(皮なし), しちめんちょう(皮なし), すずめ(骨あり), はと(皮なし), ほろほろちょう(皮なし), あひる皮なし, あひる皮
		肉類(内臓)	23	肉類(内臓)	67	牛心臓, 牛肝臓, 牛じん臓, 牛第一胃・ゆで, 牛第二胃・ゆで, 牛第三胃, 牛第四胃・ゆで, 牛小腸, 牛大腸, 牛直腸, 牛子宮・ゆで, 豚心臓, 豚肝臓, 豚じん臓, 豚胃・ゆで, 豚小腸・ゆで, 豚大腸・ゆで, 豚子宮, レパーペースト, スモークレパー, 鶏心臓, 鶏肝臓, 鶏筋胃, フォアグラ・ゆで, 牛横隔膜
				その他の肉類	68	くじら肉, くじらうねず, くじら本皮, さらしくじら
		その他の肉類	24	鯨肉	69	いなご佃煮, かえる, すっぽん, はちの子缶詰
				その他の肉・加工品	69	
卵類	12	卵類	25	卵類	70	うこっけい卵, うずら卵, うずら卵水煮缶詰, 鶏卵, 鶏卵・ゆで, 鶏卵・ボーチドエッグ, 鶏卵水煮缶詰, 卵黄, 卵黄・ゆで, 卵白, 卵白・ゆで, たまご豆腐, 厚焼きたまご, だし巻きたまご, ビータン
乳類	13	牛乳・乳製品	26	牛乳	71	ジャージー種生乳, ホルスタイン種生乳, 普通牛乳, 濃厚加工乳, 低脂肪加工乳, 脱脂乳液状乳
				チーズ	72	エダムチーズ, エメンタルチーズ, カテージチーズ, カマンベールチーズ, クリームチーズ, ゴーダチーズ, チェダーチーズ, 粉チーズ, ブルーチーズ, プロセスチーズ, チーズスプレッド, マスカルポーネチーズ, モッツァレラチーズ, リコッタチーズ
				発酵乳・乳酸菌飲料	73	プレーンヨーグルト, 普通ヨーグルト, ヨーグルトドリンク, 乳酸菌飲料(乳製品), 乳酸菌飲料(殺菌乳製品), 非乳製品乳酸菌飲料, 低脂肪無糖ヨーグルト, 無脂肪無糖ヨーグルト
				その他の乳製品	74	コーヒー乳飲料, フルーツ乳飲料, 全粉乳, 脱脂粉乳, 調製粉乳, 無糖練乳, 加糖練乳, クリーム(乳脂肪), クリーム(乳脂肪・植物性脂肪), クリーム(植物性脂肪), ホイップクリーム(乳脂肪), ホイップクリーム(乳脂肪・植物性脂肪), ホイップクリーム(植物性脂肪), コーヒーホワイトナー・液状(乳脂肪), コーヒーホワイトナー・液状(乳脂肪・植物性脂肪), コーヒーホワイトナー・液状(植物性脂肪), コーヒーホワイトナー・粉末状(乳脂肪), コーヒーホワイトナー・粉末状(植物性脂肪), アイスクリーム(高脂肪), アイスクリーム(普通脂肪), アイスミルク, ラクトアイス(普通脂肪), ラクトアイス(低脂肪), ソフトクリーム, シャーベット
		その他の乳類	27	その他の乳類	75	人乳, やぎ乳, やぎチーズ

大分類	大分類番号	中分類	中分類番号	小分類	小分類番号	食品名
油脂類	14	油脂類	28	バター	76	有塩バター、無塩バター、発酵バター
				マーガリン	77	ソフトタイプマーガリン、ファットスブレッドマーガリン
				植物性油脂	78	オリブ油、ごま油、米ぬか油、サフラワー油、大豆油、調合油、とうもろこし油、なたね油、パーム油、パーム核油、ひまわり油、綿実油、やし油、落花生油、あまに油、えごま油、ぶどう油
				動物性油脂	79	牛脂、ラード
				その他の油脂	80	ショートニング
菓子類	15	菓子類	29	和菓子類	81	甘納豆(あずき)、甘納豆(いんげんまめ)、甘納豆(えんどう)、あん入り生八つ橋、今川焼、ういろう、うぐいすもち、かしわもち、カステラ、かのか、かるかん、きび団子、ぎゅうひ、きりざんしょ、きんぎょく糖、きんつば、草もち、くし団子(あん)、くし団子(みたらし)、げつべい、桜もち(関東風)、桜もち(関西風)、大福もち、タルト(和菓子)、ちまき、ちやつう、どら焼、ねりきり、カステラまんじゅう、くずまんじゅう、くりまんじゅう、とうまんじゅう、蒸しまんじゅう、あんまん、肉まん、もなか、ゆべし、練りようかん、水ようかん、蒸しようかん、あめ玉、芋かりんとう、おこし、おのろけ豆、黒かりんとう、白かりんとう、ごかぼう、磯部せんべい、かわらせんべい、巻きせんべい、ごま入り南部せんべい、落花生入り南部せんべい、しおがま、ひなあられ(関東風)、ひなあられ(関西風)、揚げせんべい、甘辛せんべい、あられ、醤油せんべい、ボーロ(小粒)、そばボーロ、松風、みしま豆、八つ橋、らくがん、麦らくがん、もちろしがん、小麦粉あられ、くずもち(関西風)、くずもち(関東風)、五平もち、笹だんご、しるこ(こしあん)、しるこ(つぶしあん)、ピーナッツ入りあられ
				ケーキ・ペストリー類	82	シュークリーム、スポンジケーキ、ショートケーキ(果実なし)、デニッシュペストリー、イーストドーナッツ、ケーキドーナッツ、パイ皮、アップルパイ、ミートパイ、バターケーキ、ホットケーキ、カスタードクリーム入りワッフル、ジャム入りワッフル、タルト(洋菓子)、ペイクドチーズケーキ、レアチーズケーキ
				ビスケット類	83	中華風クッキー、ウエハース、オイルスプレックラッカー、ソーダクラッカー、サブレ、リーフパイ、ハードビスケット、ソフトビスケット、プレッツェル、ロシアケーキ、クリーム入りウエハース
				キャンデー類	84	キャラメル、ラムネ、ゼリーキャンデー、ゼリーピーンズ、チャイナマーブル、ドロップ、パタースコッチ、ブリットル、マシュマロ
				その他の菓子類	85	プリン、オレンジゼリー、コーヒゼリー、ミルクゼリー、ワインゼリー、パパロア、コーンスナック、ポテトチップス、成形ポテトチップス、カバーリングチョコレート、ホワイトチョコレート、ミルクチョコレート、マロングラッセ、板ガム、糖衣ガム、風船ガム、牛乳寒天、アーモンドチョコレート、カスタードクリーム、こんにゃくゼリー
嗜好飲料類	16	アルコール飲料	30	日本酒	86	清酒、純米酒、本醸造酒、吟醸酒、純米吟醸酒、白酒
				ビール	87	淡色ビール、黒ビール、スタウトビール、発泡酒
				洋酒・その他	88	白ワイン、赤ワイン、ロゼ(ワイン)、紹興酒、しょうちゅう・35度、しょうちゅう・25度、ウイスキー、ブランデー、ウオッカ、ジン、ラム、マオタイ酒、梅酒、合成清酒、薬味酒、キュラソー、スイートワイン、ペパーミント酒、ベルモット甘口タイプ(イタリア型)、ベルモット辛口タイプ(フランス型)、缶チューハイ
		その他の嗜好飲料	31	茶	89	玉露(茶葉)、玉露(浸出液)、抹茶(粉末)、せん茶(茶葉)、せん茶(浸出液)、かまいり茶(浸出液)、番茶(浸出液)、ほうじ茶(浸出液)、玄米茶(浸出液)、ウーロン茶(浸出液)、紅茶(茶葉)、紅茶(浸出液)
				コーヒー、ココア	90	コーヒー(浸出液)、インスタントコーヒー、コーヒー飲料、ピュアココア、ミルクココア、ココア飲料
その他の嗜好飲料	91	甘酒、昆布茶(粉末)、炭酸飲料果実色、コーラ、サイダー、麦茶(浸出液)、青汁・ケール(粉末)、スポーツドリンク、ノンアルコールビール、アミノ酸飲料、ノンカロリーコーラ、ハーフカロリーコーラ				
調味料・香辛料類	17	調味料	32	ソース	92	ウスターソース、中濃ソース、濃厚ソース、お好み焼きソース
				しょうゆ	93	濃口しょうゆ、うす口しょうゆ、たまりしょうゆ、さいしこみしょうゆ、しろしょうゆ、減塩しょうゆ濃口、だししょうゆ、照りしょうゆ
				塩	94	食塩、並塩、精製塩
				マヨネーズ	95	マヨネーズ(全卵型)、マヨネーズ(卵黄型)、マヨネーズ(低カロリータイプ)
				味噌	96	甘みそ(米みそ)、淡色辛みそ(米みそ)、赤色辛みそ(米みそ)、麦みそ、豆みそ、即席みそ(粉末タイプ)、即席みそ(ペーストタイプ)、減塩みそ、だし入りみそ
		香辛料・その他	33	香辛料・その他	98	ゼラチン、オールスパイス、オニオンパウダー、からし粉、練りからし、マスタード(練り)、マスタード(粒入り)、カレールウ、クローブ、黒こしょう、白こしょう、こしょう(混合)、粉さんしょう、シナモン、粉しょうが、おろししょうが、セージ、タイム、チリパウダー、とうがらし粉、ナツメグ、ガーリックパウダー(食塩無添加)、おろしんにんにく、粉末バジル、乾燥パセリ、パプリカ、わさび粉(からし入り)、練りわさび、圧搾パン酵母、乾燥パン酵母、ベーキングパウダー、ガーリックパウダー(食塩添加)