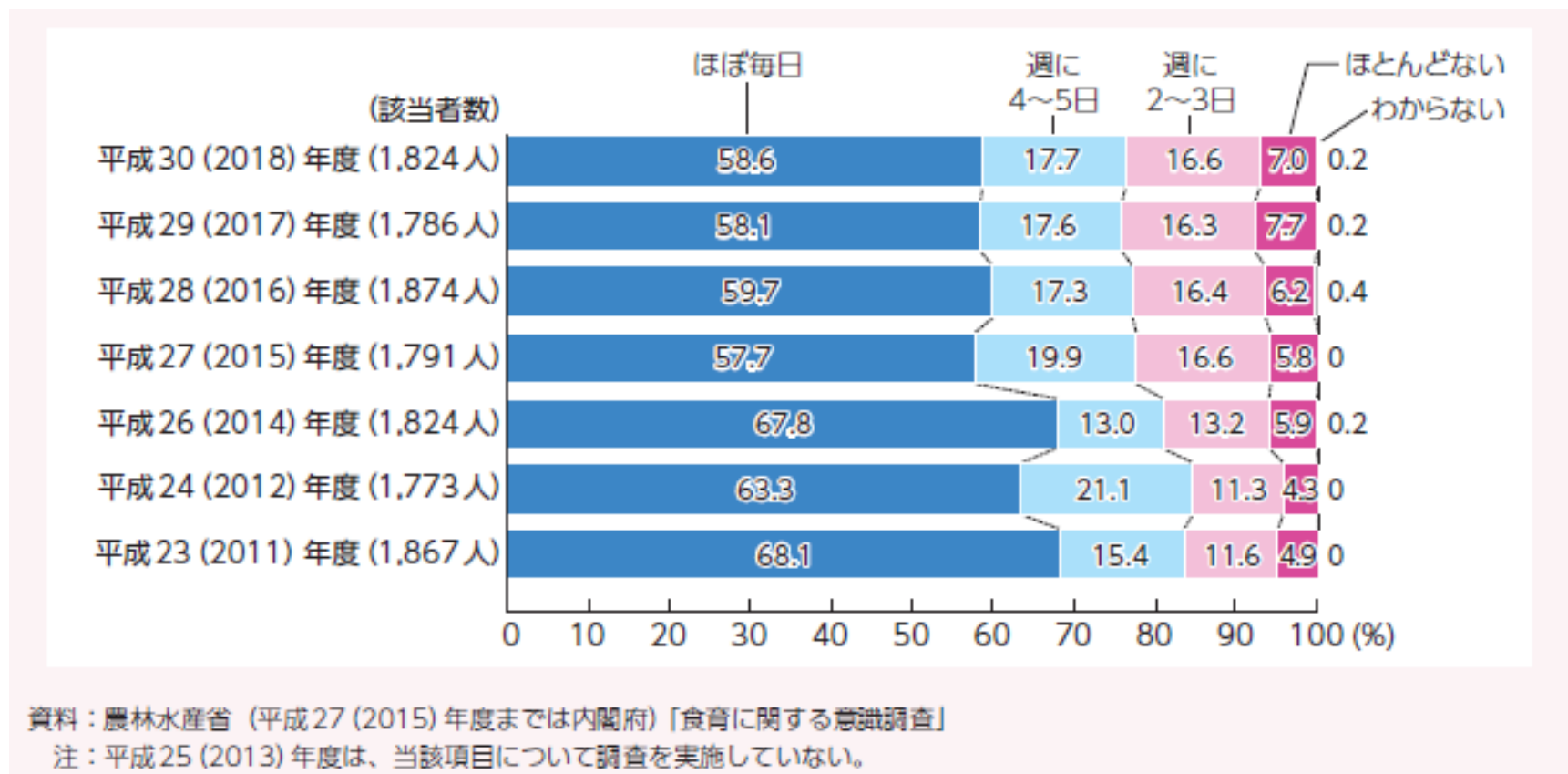


3. 栄養・食生活に関する状況

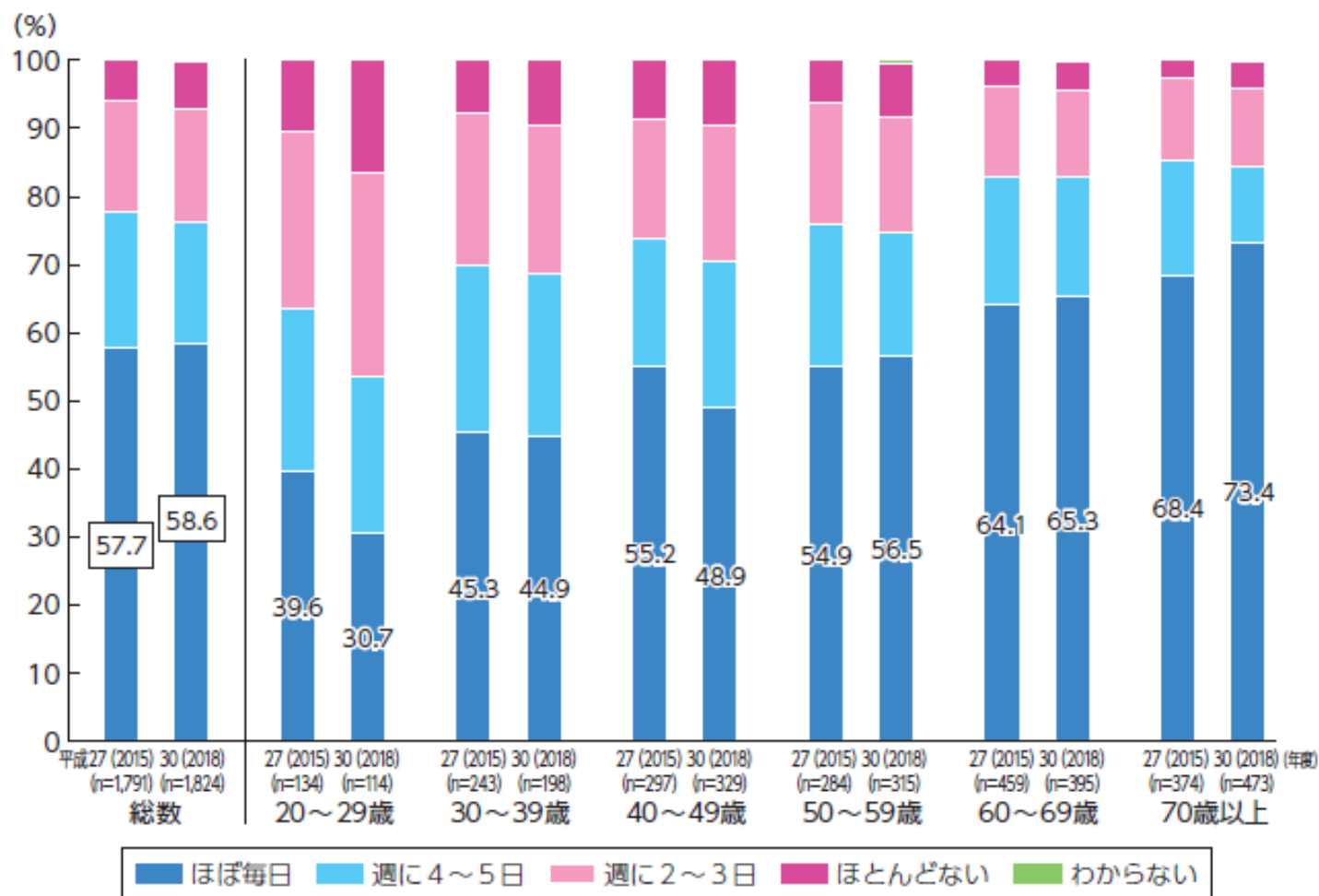
主食・主菜・副菜の摂取状況

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上ほぼ毎日食べている国民の割合の推移



出典：農林水産省 「平成30年度 食育白書」
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30_wpaper-5.pdf

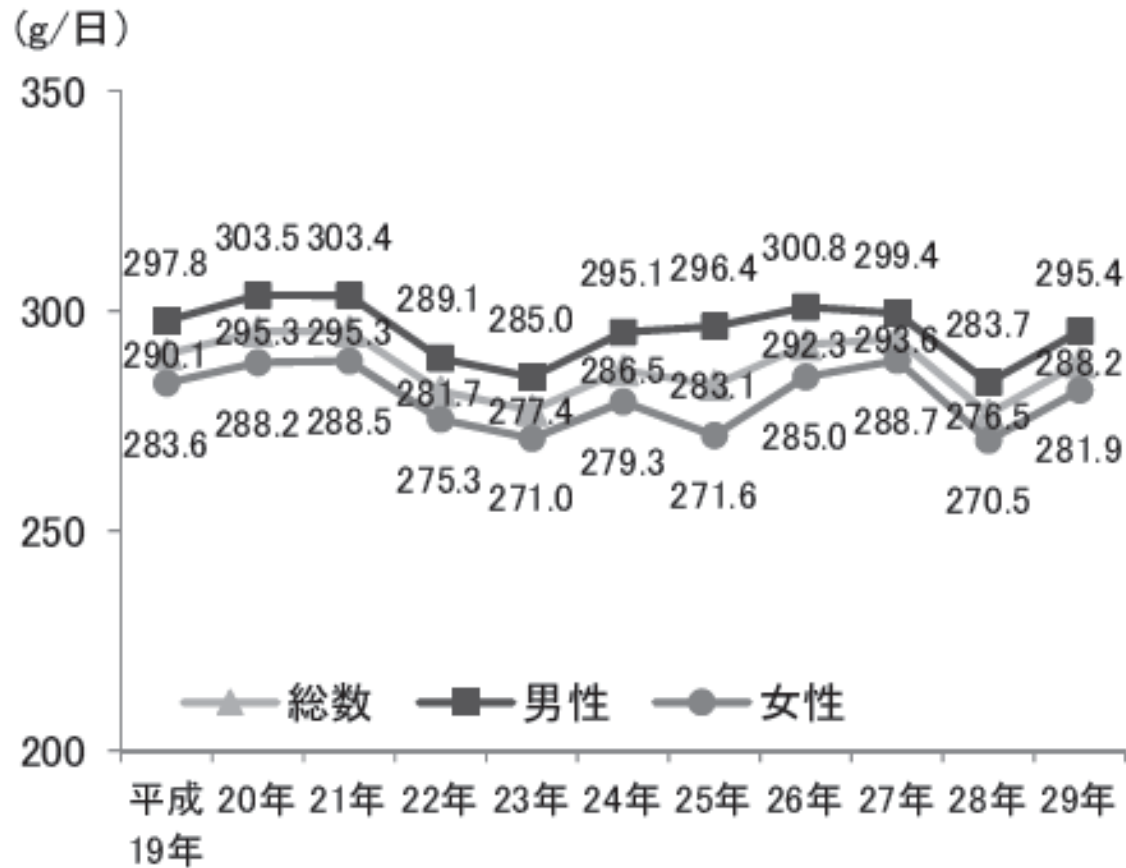
主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている国民の割合（年齢階級別）



出典：農林水産省 「平成30年度 食育白書」
http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30_wpaper-5.pdf

3. 栄養・食生活に関する状況 食品の摂取状況

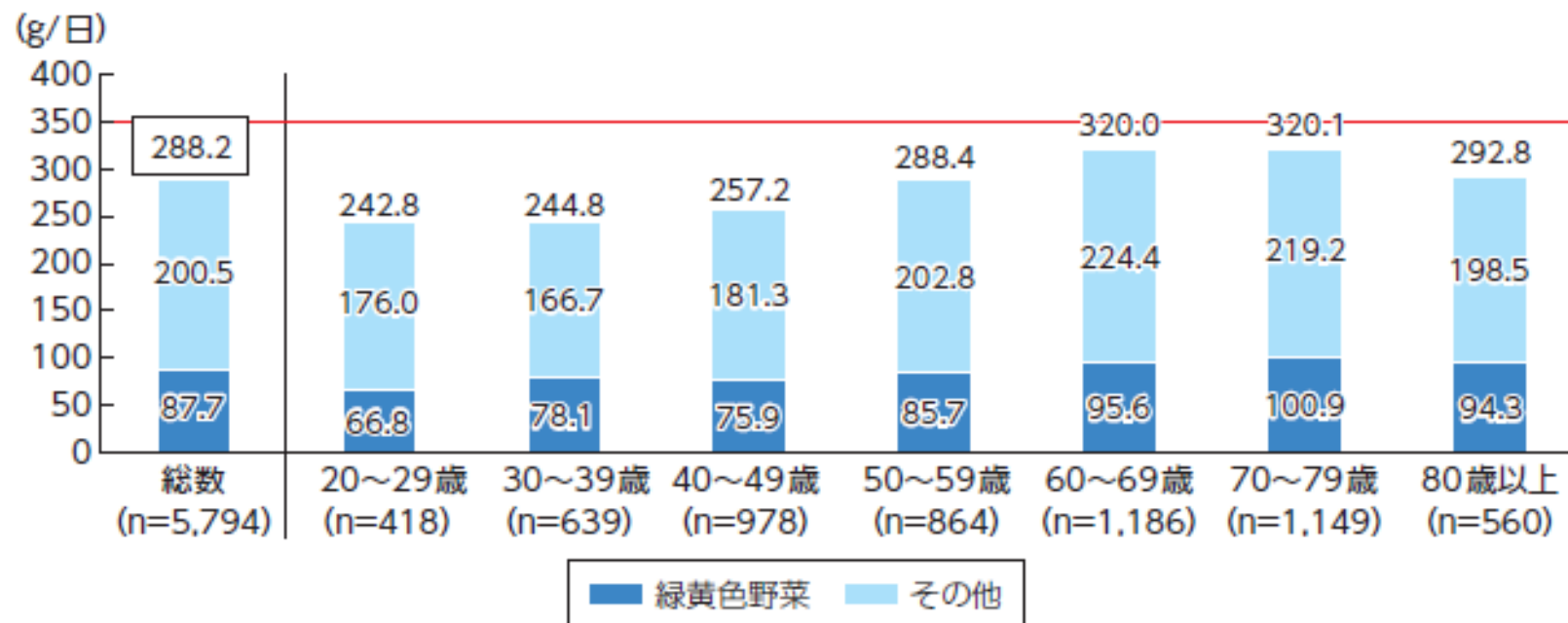
野菜摂取量の平均値の年次推移（20歳以上）（平成19～29年）



出典：厚生労働省 「平成29年 国民健康・栄養調査」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000451758.pdf>

野菜類摂取量の平均値（年齢階級別、20歳以上）



資料：厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査¹」

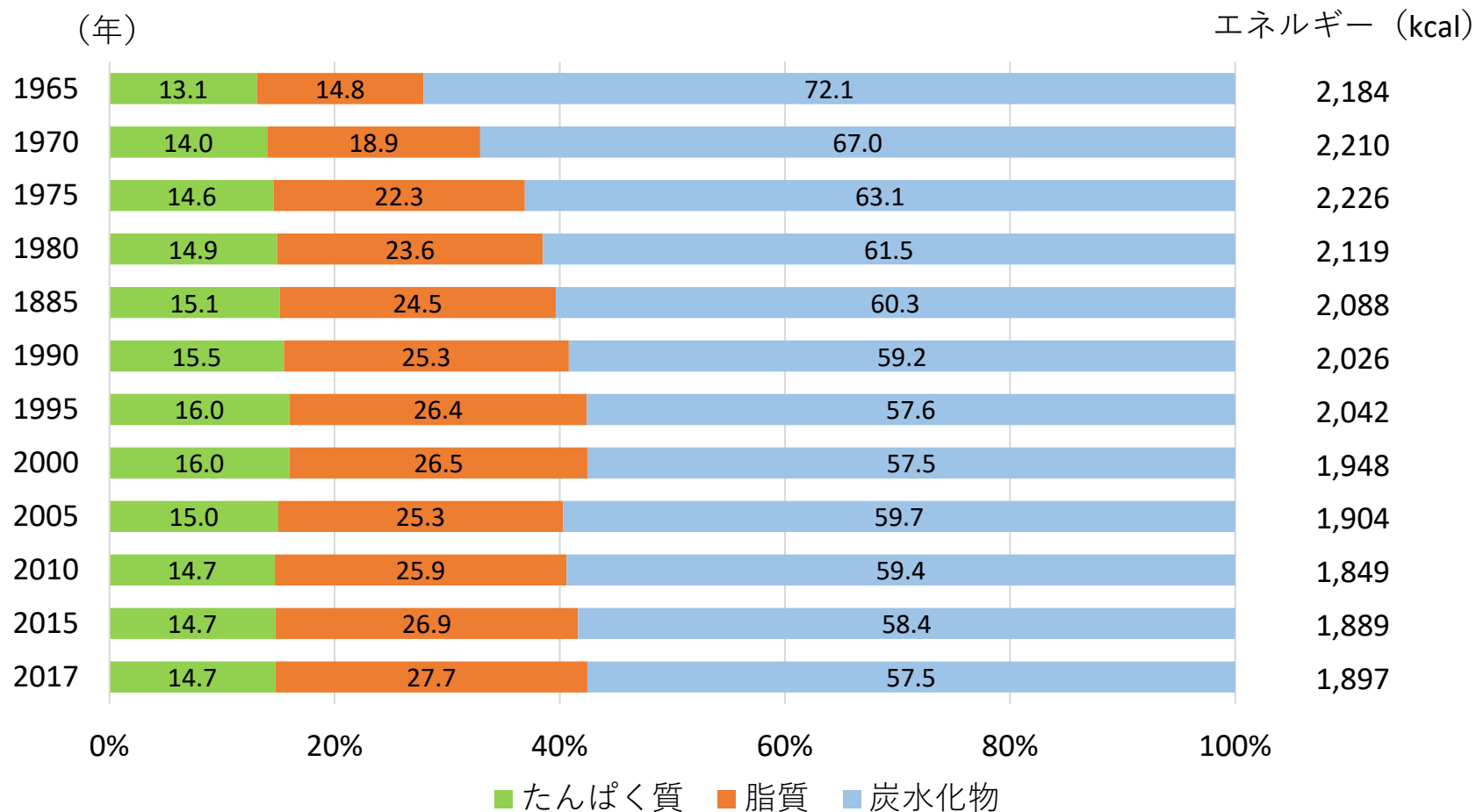
注：野菜類とは、緑黄色野菜、その他の野菜、野菜ジュース、漬け物

出典：農林水産省 「平成30年度 食育白書」

http://www.maff.go.jp/j/syokuiku/wpaper/attach/pdf/h30_wpaper-5.pdf

3. 栄養・食生活に関する状況 栄養素等摂取状況

エネルギー摂取量、エネルギー産生栄養素の構成割合の推移



2005年以降の数値について

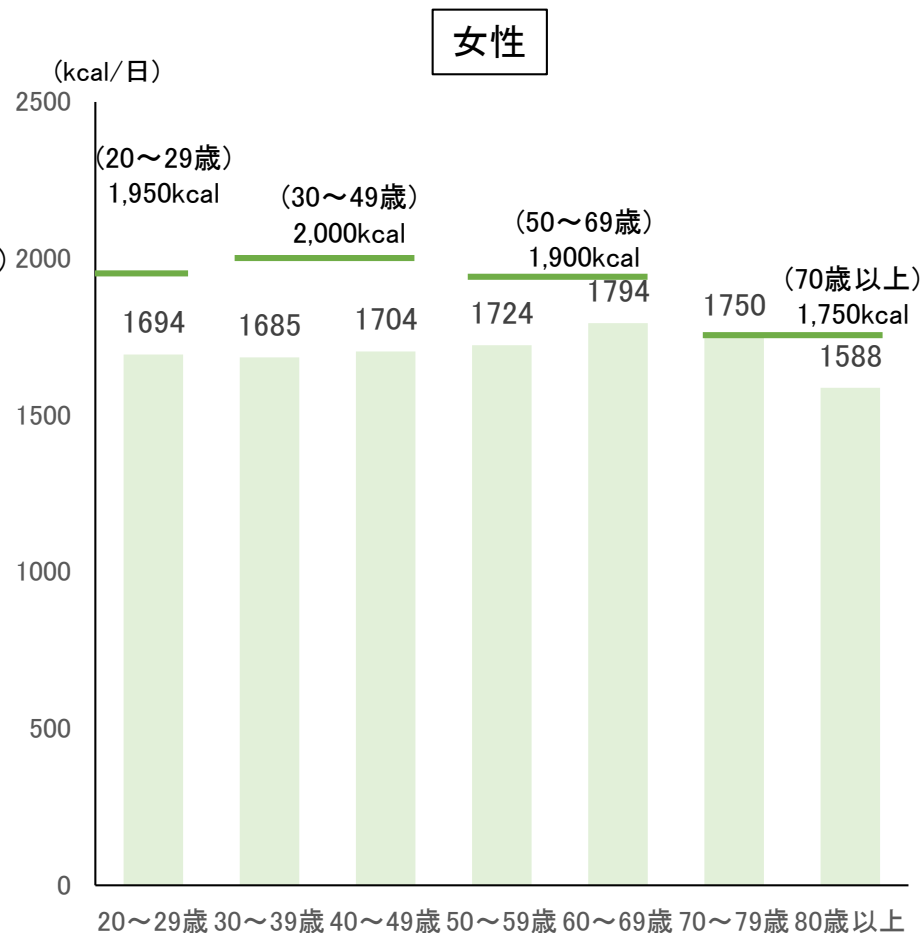
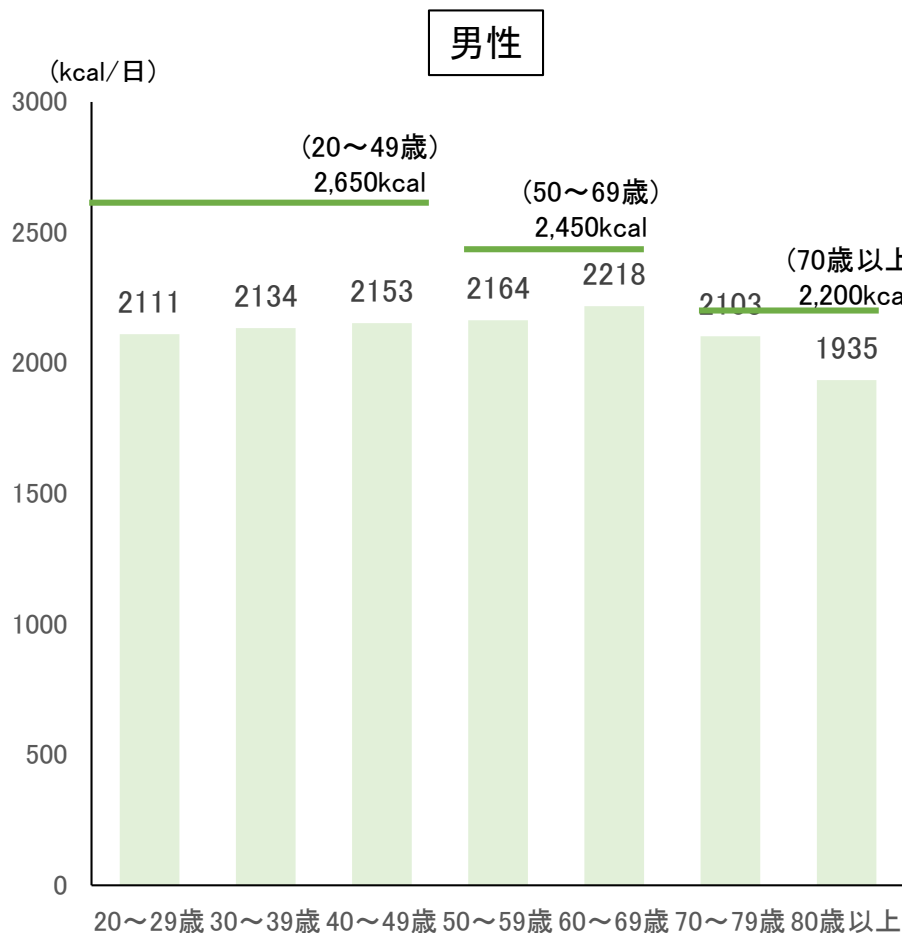
比率は個々人の計算値を平均したものである。

炭水化物エネルギー比率 = $100 - \text{たんぱく質エネルギー比率} - \text{脂肪エネルギー比率}$ で算出。

資料：厚生労働省「国民栄養調査」・「国民健康・栄養調査」

https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kenkou_eiyou_chousa.html

エネルギー摂取量の状況(20歳以上、性・年齢階級別)



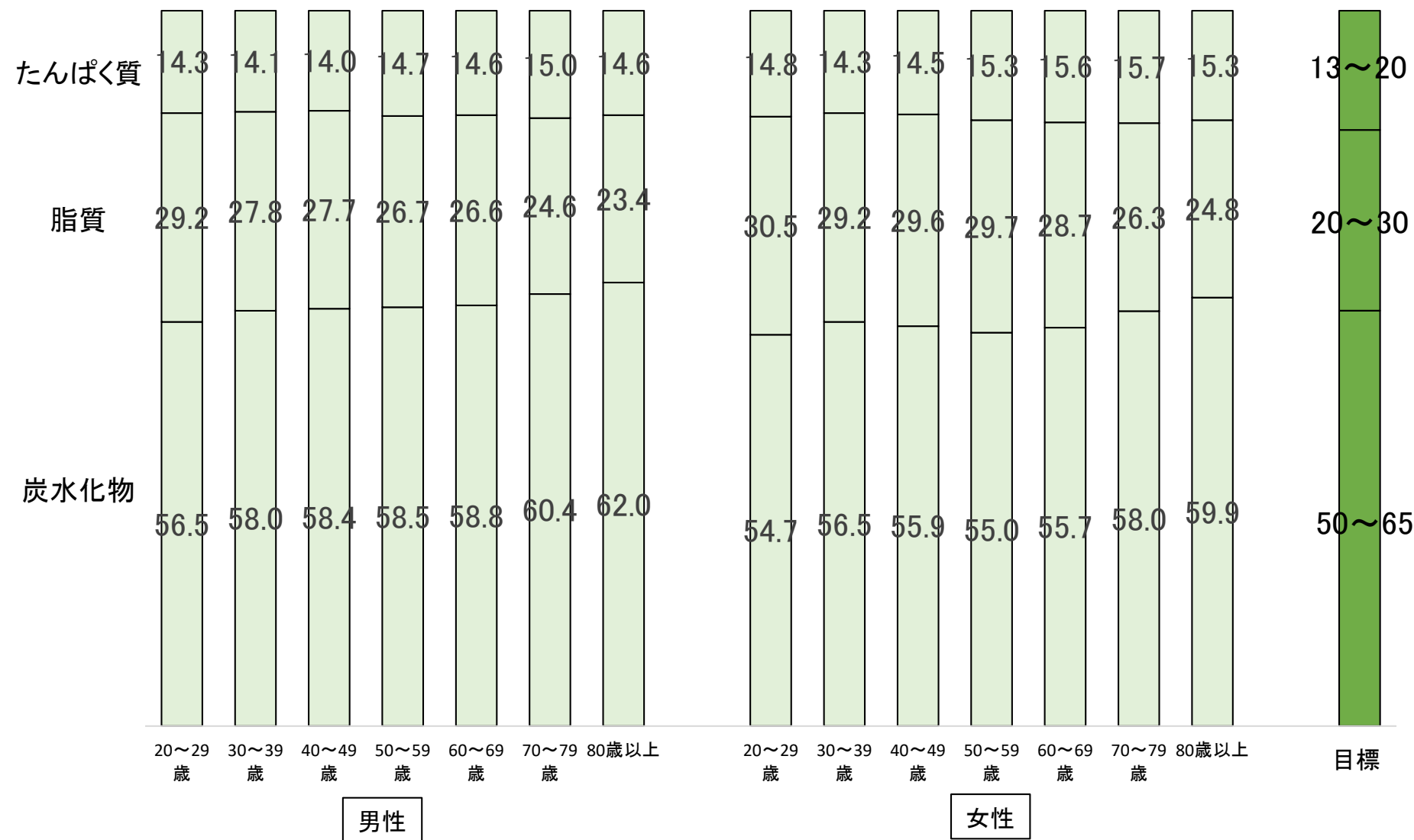
数値は平均値

— 推定エネルギー必要量(身体活動レベルⅡ)

資料: 厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」
厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年)」

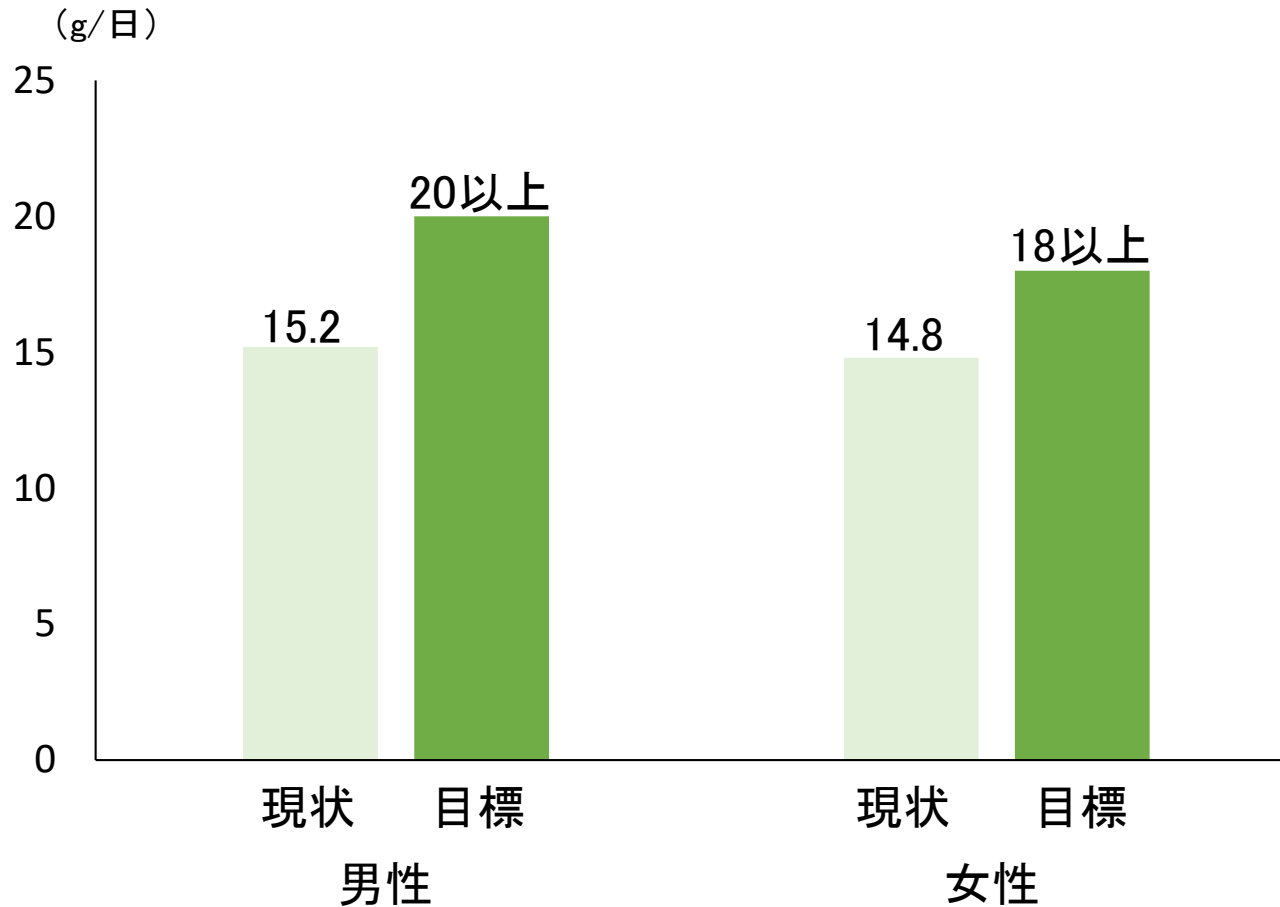
エネルギー産生栄養素バランスの状況(20歳以上、性・年齢階級別)

(構成比の単位: %エネルギー)



資料: (現状)厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」
(目標)厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年)」

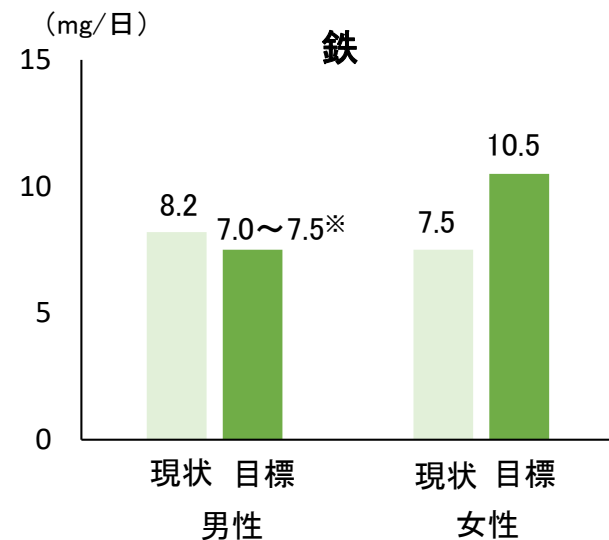
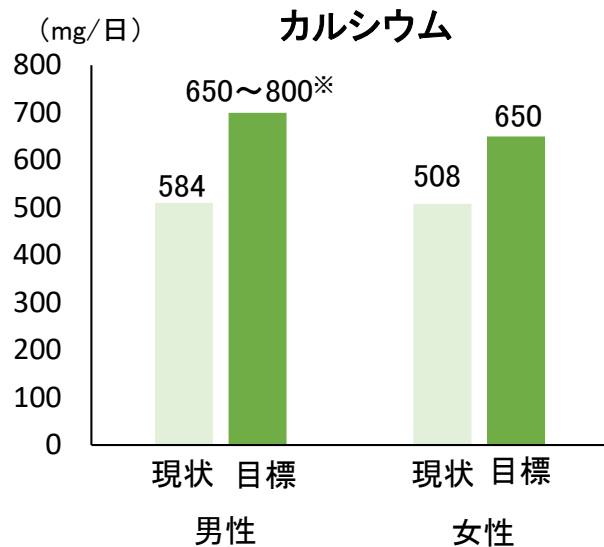
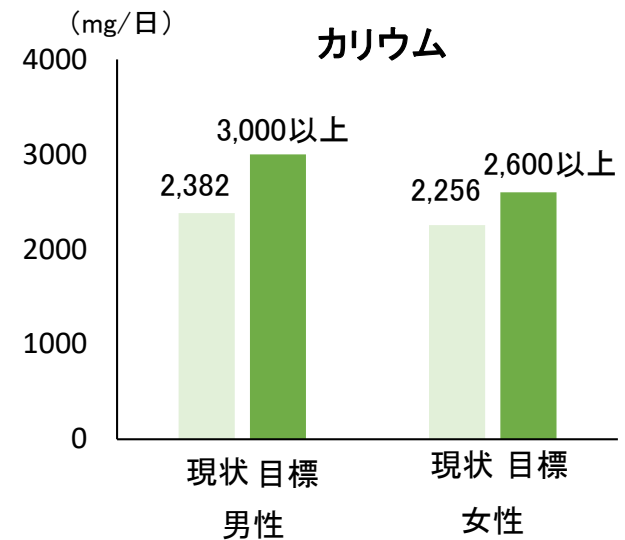
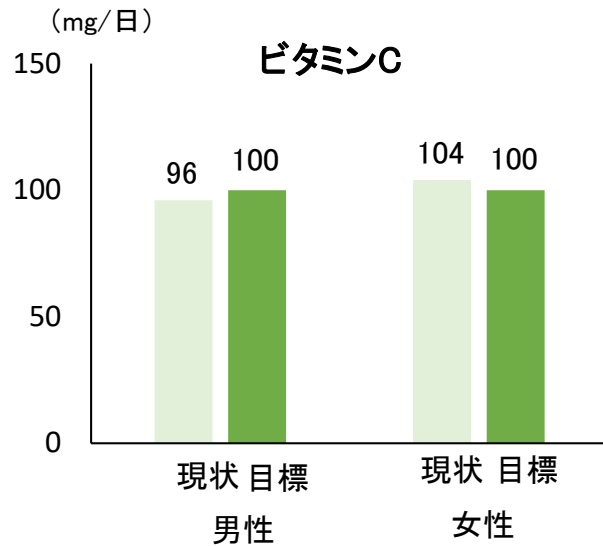
食物繊維摂取量の状況(20歳以上)



※目標は、20～60歳代の値
70歳以上は、男性19g以上、女性17g以上

資料: (現状) 厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」
(目標) 厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年)」

主なビタミン、ミネラル(ビタミンC、カリウム、カルシウム、鉄)の摂取量の状況(20歳以上)

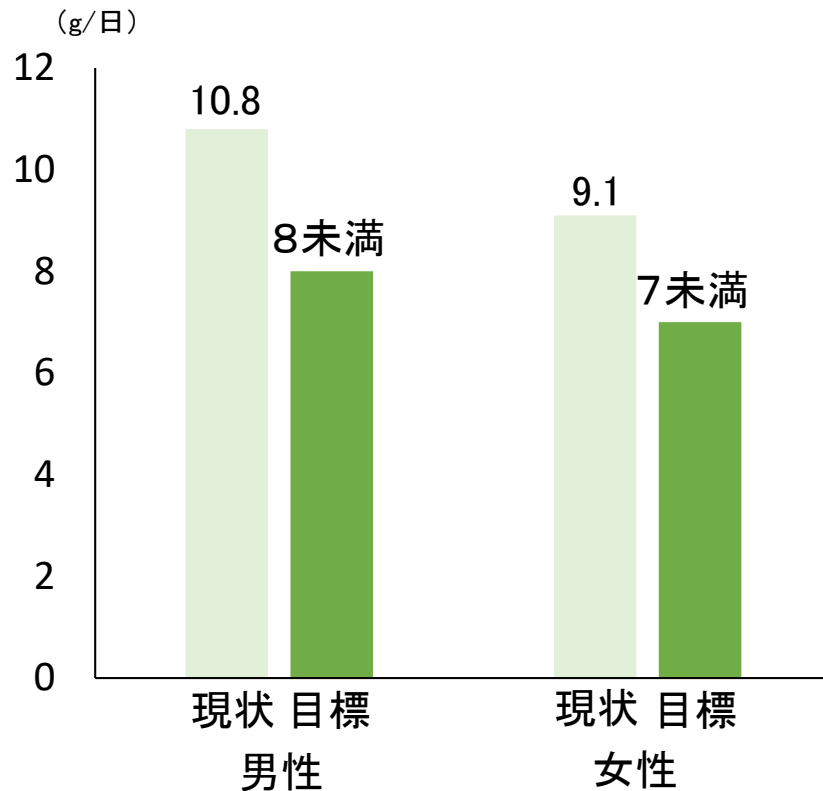


※20～29歳800mg、30～49歳650mg、50歳以上700mg

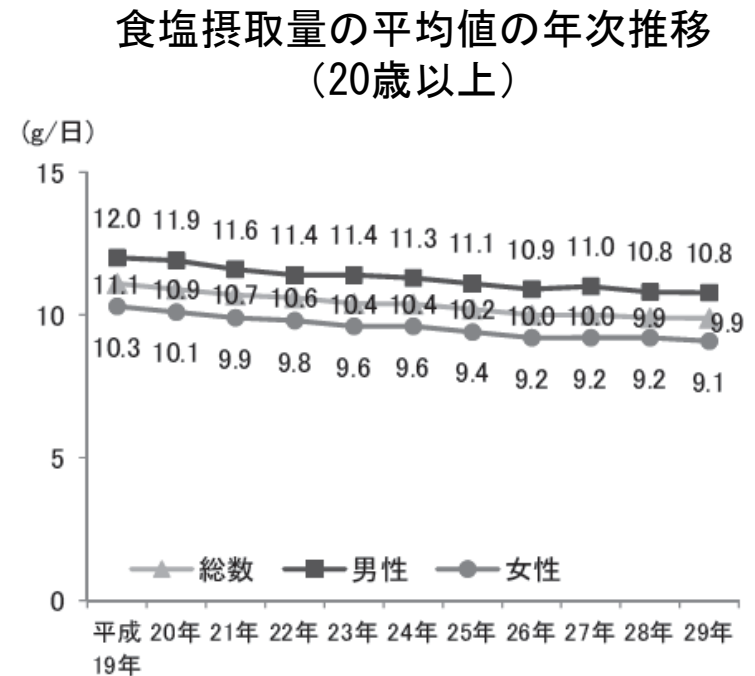
※20～29歳及び70歳以上7.0mg、30～69歳7.5mg

資料: (現状)厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」
(目標)厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年)」

食塩摂取量の状況(20歳以上)



資料: (現状)厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」
(目標)厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年)」

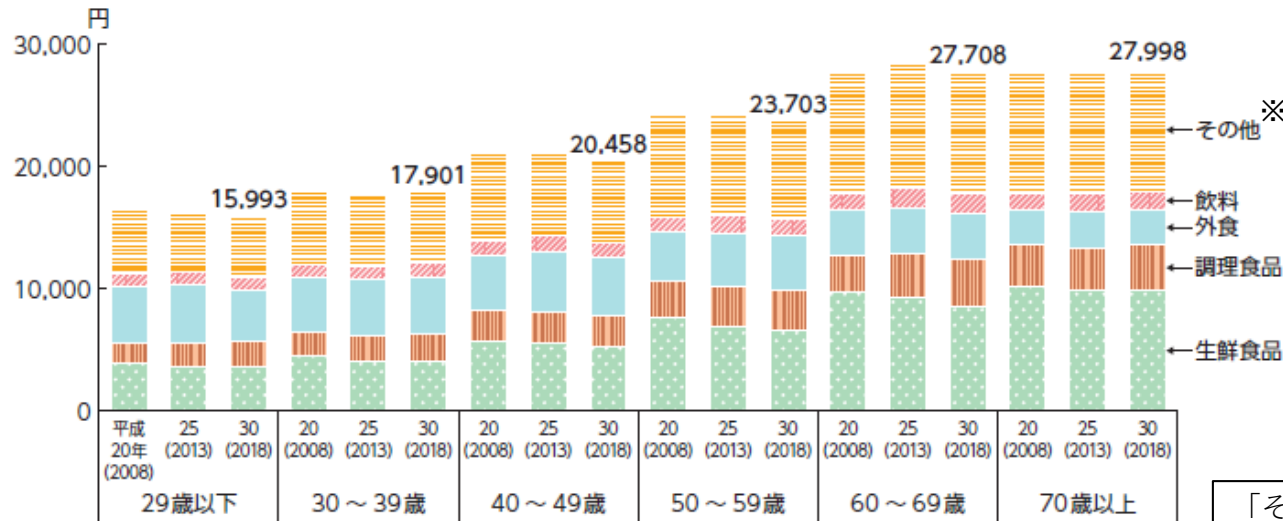


出典: 厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査」

3. 栄養・食生活に関する状況 消費の状況

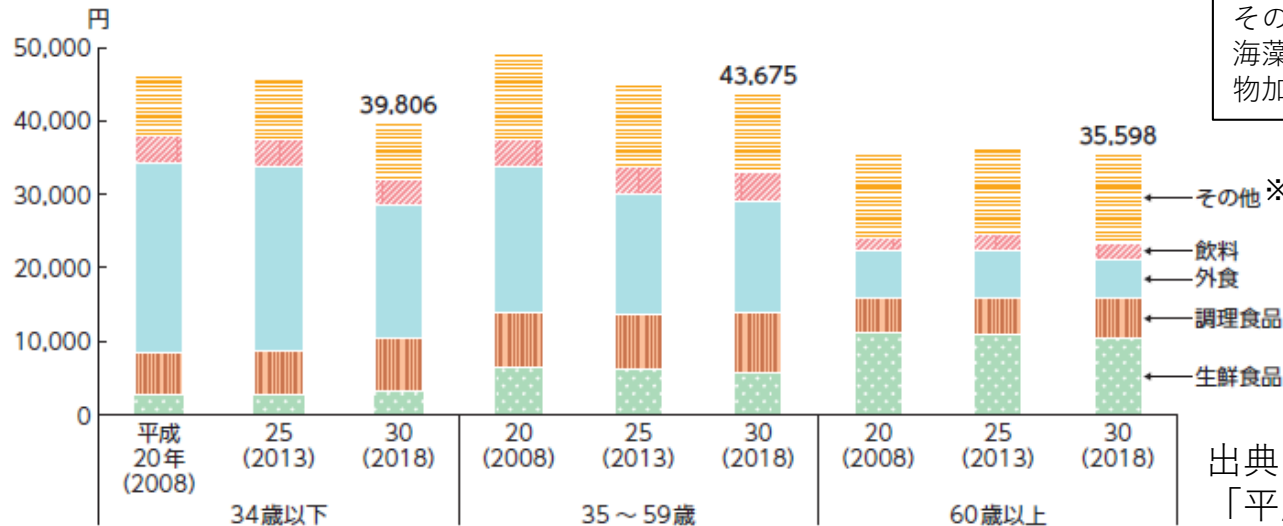
世帯主の年齢別に見た品目別食料消費支出（1人当たり1か月間）

（二人以上の世帯）



「その他※」に含まれる食品は以下のとおり
 （平成30年度 食料・農業・農村白書）
 パン、麺類、他の穀類、塩干魚介、魚肉練製品、
 その他の魚介加工品、加工肉、乳製品、乾物・
 海藻、大豆加工品、他の野菜・海藻加工品、果
 物加工品、油脂・調味料、菓子類、酒類

（単身世帯）



出典：農林水産省

「平成30年度 食料・農業・農村白書」
http://www.maff.go.jp/j/wpaper/w_maff/h30/attach/pdf/zenbun-16.pdf

資料：総務省「家計調査」（全国・用途分類）

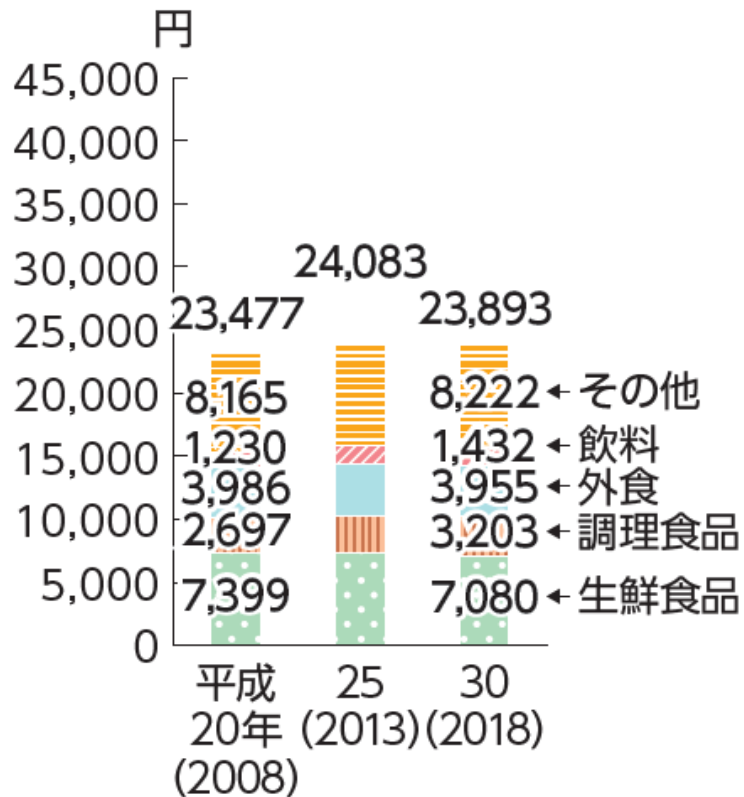
注：1）生鮮食品は、米、生鮮魚介、生鮮肉、牛乳、卵、生鮮野菜、生鮮果物の合計

2）消費者物価指数（食料：平成27（2015）年基準）を用いて物価の上昇・下落の影響を取り除いた数値

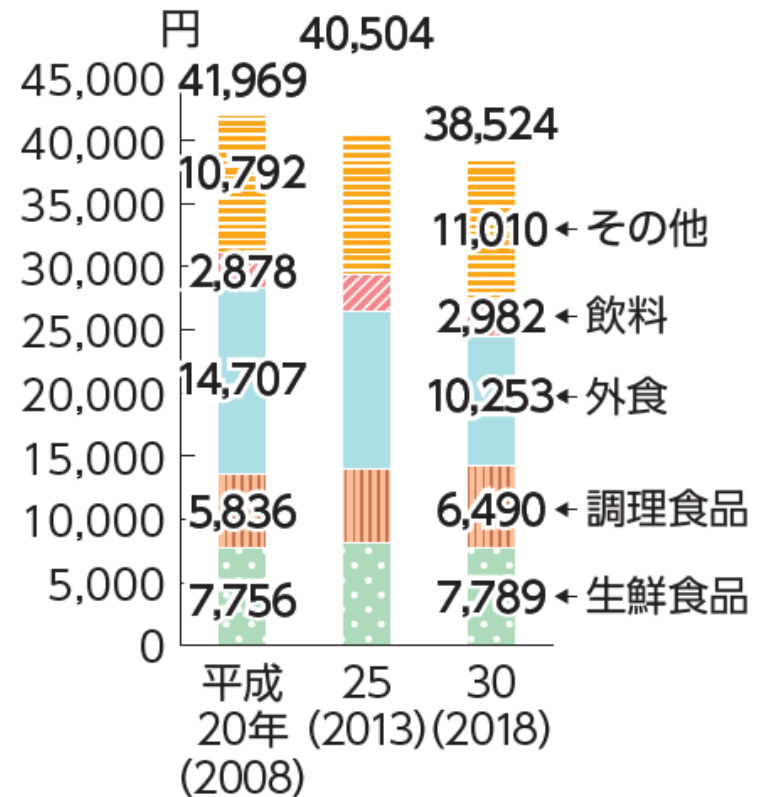
3）世帯員数で除した1人当たりの数値

品目別食料消費支出（1人当たり1か月間）

（二人以上の世帯）



（単身世帯）



資料：総務省「家計調査」（全国・用途分類）

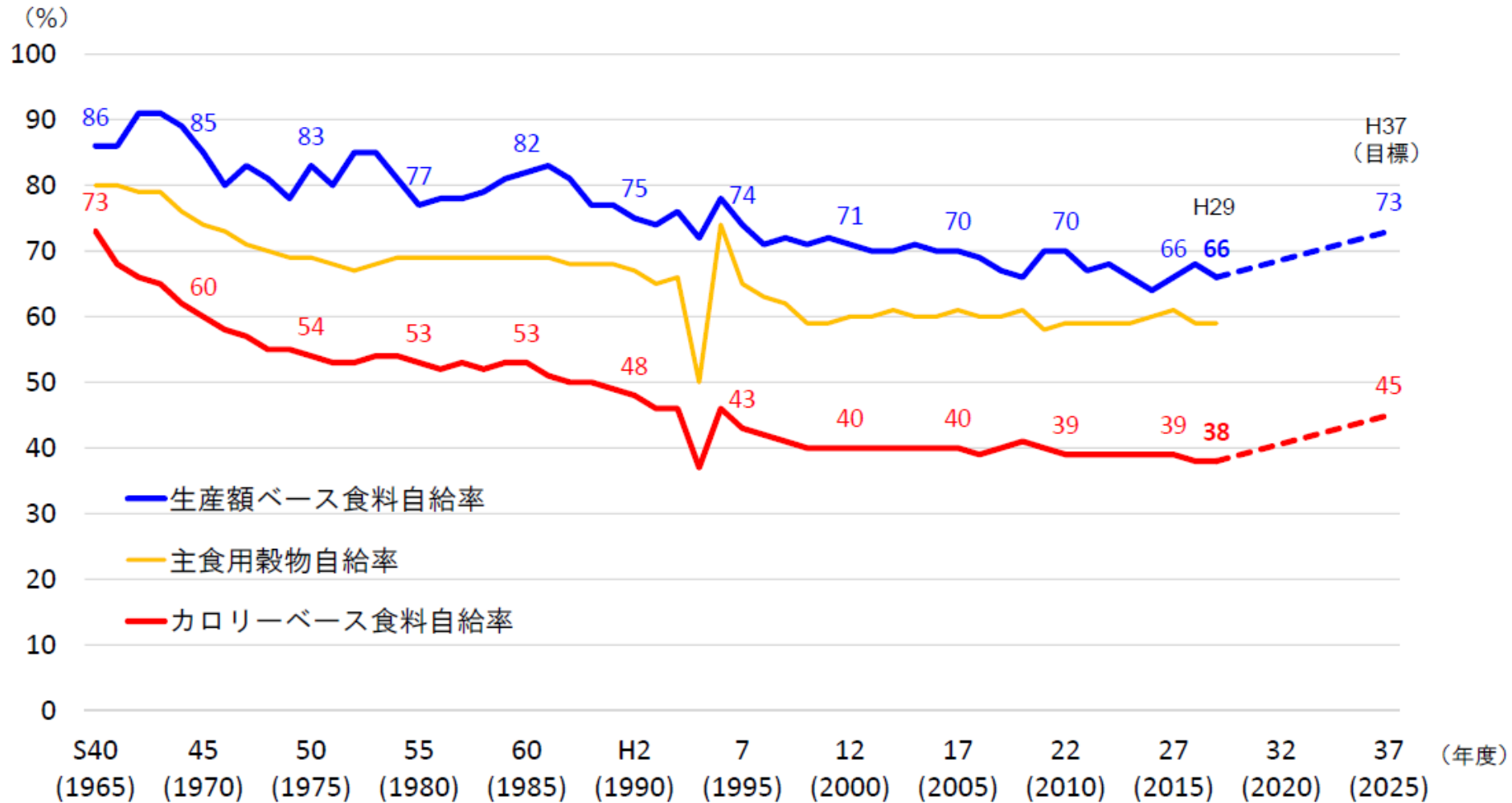
注：1) 生鮮食品は、米、生鮮魚介、生鮮肉、牛乳、卵、生鮮野菜、生鮮果物の合計

2) 消費者物価指数（食料：平成27（2015）年基準）を用いて物価の上昇・下落の影響を取り除いた数値

3) 二人以上の世帯は、世帯員数で除した1人当たりの数値

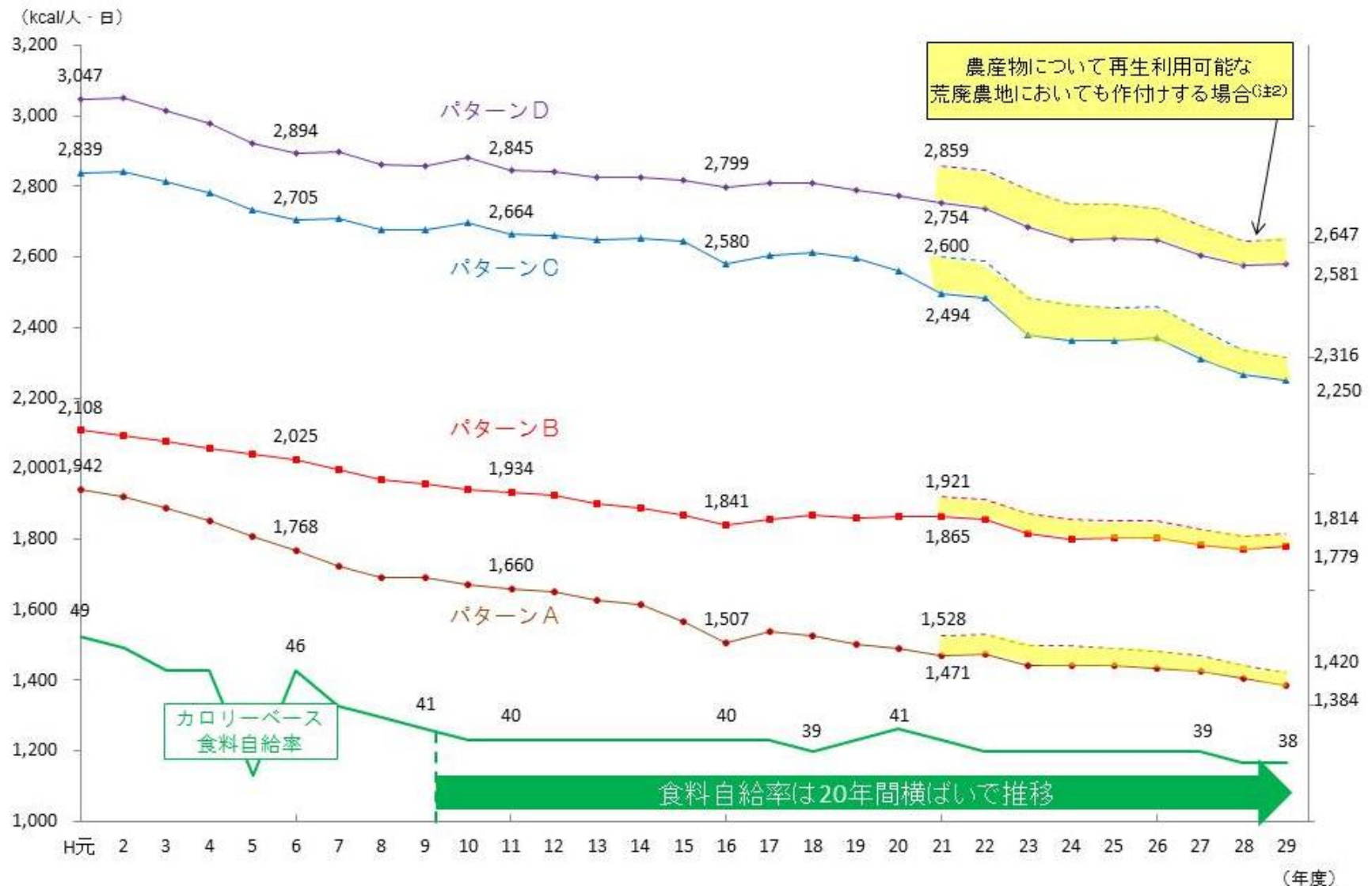
4. 食料資源の状況

日本の食料自給率の推移

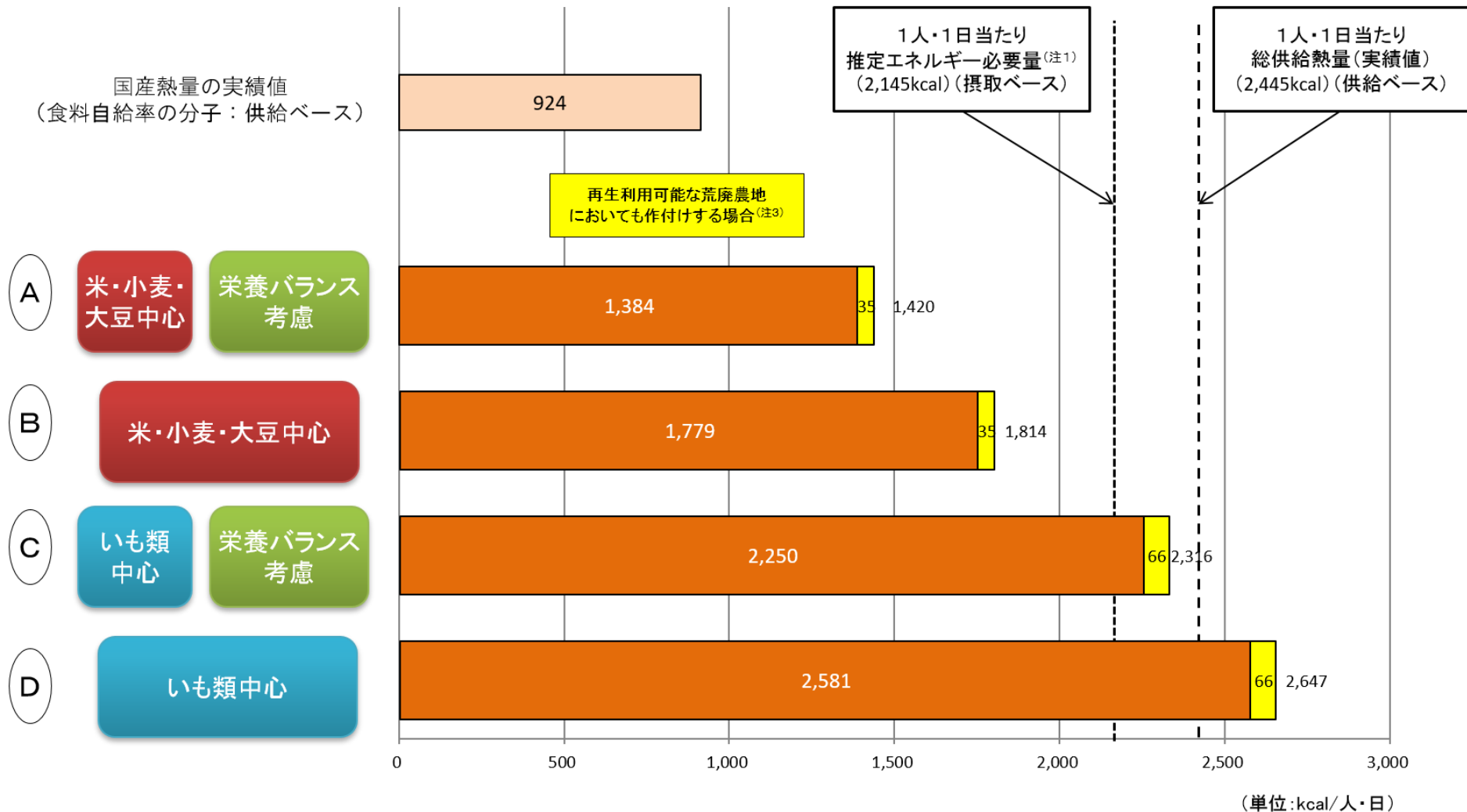


出典：農林水産省ホームページ
http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/012_1.html

日本の食料自給力の推移



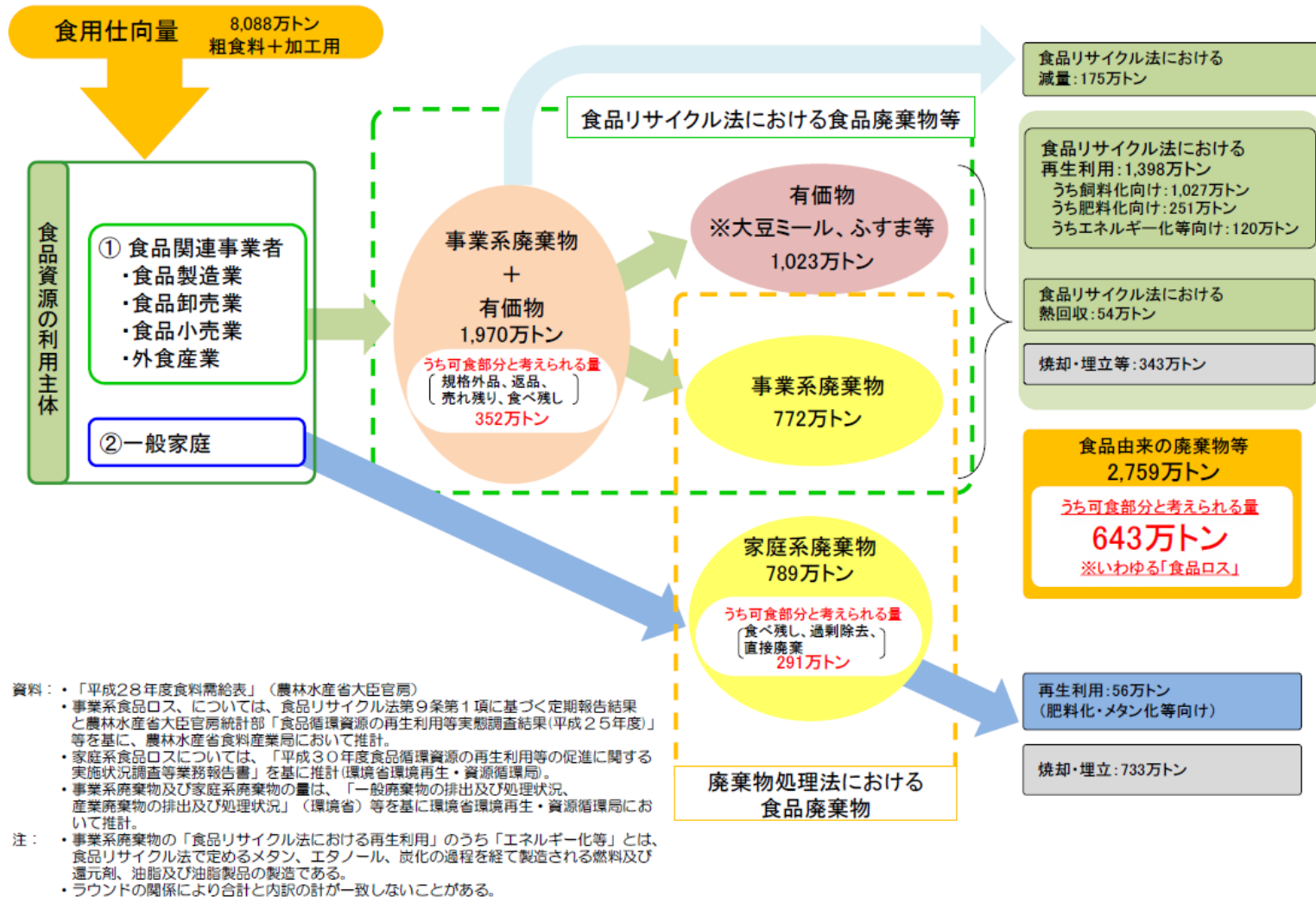
食料自給力指標（平成29年度）



出典：農林水産省ホームページ
http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/012_1.html

食品ロスの現状

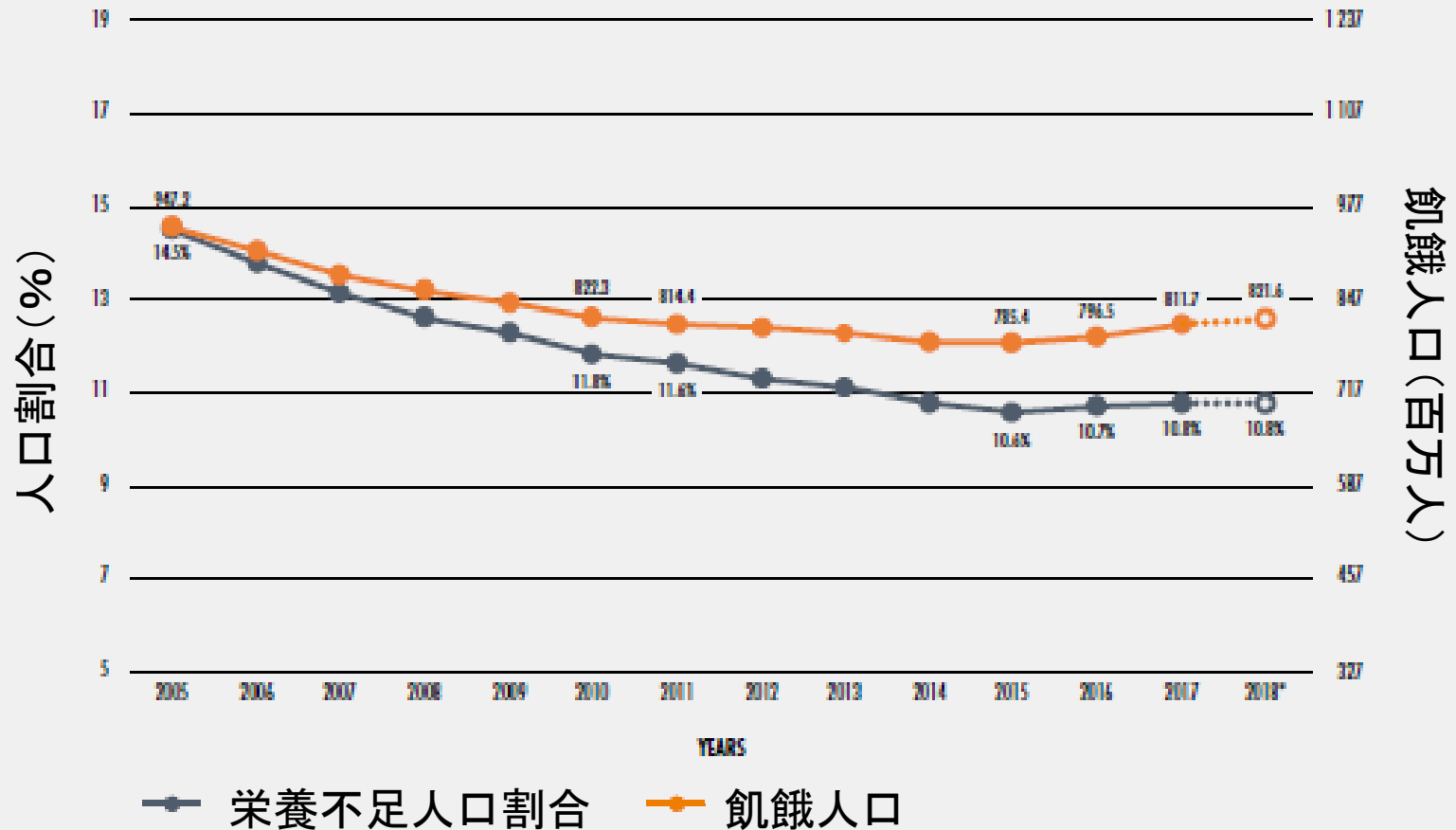
食品廃棄物等の利用状況等(平成28年度推計)＜概念図＞



出典：環境省「食品廃棄物等の利用状況等（190401公表：平成28年度推計）」

http://www.env.go.jp/recycle/H28_flow.pdf

飢餓人口の推移



NOTES: * Values for 2018 are projections as illustrated by dotted lines and empty circles. The entire series was carefully revised to reflect new information made available since the publication of the last edition of the report; it replaces all series published previously. See Box 2.
SOURCE: FAO.

出典：FAO

<http://www.fao.org/3/ca5162en/ca5162en.pdf#page=30>