

国民平均、幼小児、妊婦、高齢者別の農産物・畜水産物摂取量
(平成10～12年の国民栄養調査の結果より)

参考資料 1

| | 1日当たりの農産物摂取量(g) | | | |
|--------------------|-----------------|----------------|-------|--------------|
| | 国民平均 | 高齢者 (65歳以上) | 妊婦 | 小児 (1～6歳) |
| 米 ※米加工品 | 185.1 | 188.8 | 139.7 | 97.7 |
| 小麦 | 116.8 | 83.4 | 123.4 | 82.3 |
| 大麦 | 5.9 | 3.6 | 0.3 | 0.1 |
| ライ麦 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| トウモロコシ | 2.5 | 0.8 | 2.7 | 4.3 |
| ソバ | 3.7 | 4.8 | 1.4 | 0.8 |
| その他の穀類 | 0.3 | 0.3 | 0.5 | 0.2 |
| 大豆 ※加工品 | 56.1 | 58.8 | 45.5 | 33.7 |
| 小豆類(含インゲン、ササゲ、レンズ) | 1.4 | 2.7 | 0.1 | 0.5 |
| エンドウ | 0.3 | 0.4 | 0.3 | 0.1 |
| ソラマメ | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.1 |
| ラッカセイ | 0.5 | 0.6 | 0.2 | 0.3 |
| その他の豆類 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ばれいしょ | 36.6 | 27.0 | 39.8 | 21.3 |
| さといも類(含やつがしら) | 11.6 | 17.3 | 7.9 | 5.7 |
| かんしょ | 15.7 | 16.8 | 13.8 | 17.7 |
| やまいも(長いも) | 2.6 | 4.3 | 1.6 | 0.5 |
| こんにやくいも | 12.9 | 13.4 | 11.0 | 5.7 |
| その他のいも類 ※いも類加工品 | 0.4 | 0.4 | 0.8 | 0.3 |
| てんさい | 4.5 | 4.0 | 3.4 | 3.7 |
| さとうきび ※輸入砂糖 | 13.4 | 12.1 | 10.3 | 11.3 |
| だいこん類(含ラディッシュ)(根) | 45.0 | 58.5 | 28.7 | 18.7 |
| だいこん類(含ラディッシュ)(葉) | 2.2 | 3.4 | 0.9 | 0.5 |
| かぶ類(根) | 2.6 | 4.2 | 0.7 | 0.7 |
| かぶ類(葉) | 0.5 | 1.1 | 0.3 | 0.1 |
| 西洋ワサビ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| クレソン | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| はくさい | 29.4 | 31.7 | 21.9 | 10.3 |
| キャベツ(含芽キャベツ) | 22.8 | 19.9 | 22.9 | 9.8 |
| ケール | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| こまつな | 4.3 | 5.9 | 1.6 | 2.0 |
| きょうな | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| チンゲンサイ | 1.4 | 1.9 | 1.0 | 0.3 |
| はなやさい(カリフラワー) | 0.4 | 0.4 | 0.1 | 0.1 |
| はなやさい(ブロッコリー) | 4.5 | 4.1 | 4.7 | 2.8 |
| その他のアブラナ科野菜 | 2.1 | 3.1 | 0.2 | 0.3 |
| ゴボウ | 4.5 | 5.2 | 2.4 | 1.6 |
| サルシフィー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| アーティチョーク | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| チコリ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| エンダイブ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| しゅんぎく | 2.5 | 3.7 | 1.9 | 0.6 |
| レタス(含チシャ、サラダナ) | 6.1 | 4.2 | 6.4 | 2.5 |
| その他のきく科野菜 | 0.4 | 0.7 | 0.5 | 0.1 |
| たまねぎ | 30.3 | 22.6 | 33.1 | 18.5 |
| ねぎ(含リーキ) | 11.3 | 13.5 | 8.2 | 4.5 |
| ニンニク | 0.3 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| にら | 1.6 | 1.6 | 0.7 | 0.7 |
| アスパラガス | 0.9 | 0.7 | 0.4 | 0.3 |
| ワケギ | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| その他のゆり科野菜 | 0.9 | 1.8 | 0.1 | 0.1 |

| | 1日当たりの農産物摂取量(g) | | | |
|-----------------|-----------------|----------------|------|--------------|
| | 国民平均 | 高齢者 (65歳以上) | 妊婦 | 小児 (1~6歳) |
| にんじん | 24.6 | 22.3 | 25.1 | 16.3 |
| パースニップ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| パセリ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| セロリ | 0.4 | 0.4 | 0.3 | 0.1 |
| みつば | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| その他のせり科野菜 | 0.1 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| トマト | 24.3 | 18.9 | 24.5 | 16.9 |
| ピーマン | 4.4 | 3.7 | 1.9 | 2.0 |
| ナス | 4.0 | 5.7 | 3.3 | 0.9 |
| その他のなす科野菜 | 0.2 | 0.3 | 0.1 | 0.1 |
| きゅうり(含ガーキン) | 16.3 | 16.6 | 10.1 | 8.2 |
| かぼちゃ(含スカッシュ) | 9.4 | 11.5 | 6.9 | 5.8 |
| しろり(野菜) | 0.3 | 0.8 | 0.1 | 0.1 |
| スイカ(果実) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| メロン類(果実) | 0.4 | 0.3 | 0.1 | 0.3 |
| まくわり(果実) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のうり科野菜 | 0.5 | 0.7 | 2.3 | 0.1 |
| ほうれん草 | 18.7 | 21.7 | 17.4 | 10.1 |
| たけのこ | 2.0 | 1.7 | 2.6 | 0.7 |
| おくら | 0.3 | 0.3 | 0.2 | 0.2 |
| しょうが | 0.6 | 0.7 | 0.7 | 0.2 |
| 未成熟えんどう | 0.6 | 0.6 | 0.7 | 0.2 |
| 未成熟インゲン | 1.9 | 1.8 | 1.8 | 1.2 |
| えだまめ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| マッシュルーム | 0.3 | 0.1 | 0.6 | 0.2 |
| しいたけ | 4.7 | 4.9 | 3.8 | 1.8 |
| その他のきのこ類 | 9.8 | 9.9 | 7.7 | 4.0 |
| その他の野菜 | 12.6 | 12.2 | 9.6 | 9.7 |
| みかん | 41.6 | 42.6 | 45.8 | 35.4 |
| なつみかん | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| なつみかんの皮 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| なつみかんの果実全体 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| レモン | 0.3 | 0.3 | 0.3 | 0.2 |
| オレンジ(含ネーブルオレンジ) | 0.4 | 0.2 | 0.8 | 0.6 |
| グレープフルーツ | 1.2 | 0.8 | 2.1 | 0.4 |
| ライム | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のかんきつ | 0.4 | 0.6 | 0.1 | 0.1 |
| りんご | 35.3 | 35.6 | 30.0 | 36.2 |
| 日本なし | 5.1 | 5.1 | 5.3 | 4.4 |
| 西洋なし | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| マルメロ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| びわ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| もも | 0.5 | 0.1 | 4.0 | 0.7 |
| ネクタリン | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| アンズ(含アプリコット) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| スモモ(含ブルーン) | 0.2 | 0.2 | 1.4 | 0.1 |
| ウメ | 1.1 | 1.6 | 1.4 | 0.3 |
| おうとう(チェリー) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |

| | 1日当たりの農産物摂取量(g) | | | |
|------------|-----------------|----------------|------|--------------|
| | 国民平均 | 高齢者 (65歳以上) | 妊婦 | 小児 (1～6歳) |
| イチゴ | 0.3 | 0.1 | 0.1 | 0.4 |
| ラズベリー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ブラックベリー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ブルーベリー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| クランベリー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ハックルベリー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のベリー類 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ブドウ | 5.8 | 3.8 | 1.6 | 4.4 |
| かき | 31.4 | 49.6 | 21.5 | 8.0 |
| バナナ | 12.6 | 17.7 | 8.7 | 11.3 |
| キウイ | 1.8 | 2.0 | 1.1 | 1.3 |
| パパイヤ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| アボカド | 0.2 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| パイナップル | 0.8 | 0.5 | 0.1 | 1.0 |
| グアバ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| マンゴー | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| パッションフルーツ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ナツメヤシ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他の果実 | 3.9 | 1.7 | 1.4 | 5.9 |
| ひまわり(種子) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ゴマ(種子) | 1.0 | 1.4 | 0.4 | 0.6 |
| べにばな(種子) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| 綿実(種子) | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| なたね | 8.4 | 5.3 | 8.2 | 5.0 |
| その他のオイルシード | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| ぎんなん | 0.1 | 0.2 | 0.1 | 0.1 |
| くり | 0.7 | 0.8 | 0.1 | 1.3 |
| ペカン | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| アーモンド | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| クルミ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のナッツ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| 茶 | 3.0 | 4.3 | 3.5 | 1.4 |
| コーヒー豆 | 2.6 | 1.4 | 1.5 | 0.1 |
| カカオ豆 | 0.3 | 0.2 | 0.4 | 0.3 |
| ホップ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| みかんの皮 | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のスパイス | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |
| その他のハーブ | 0.1 | 0.1 | 0.1 | 0.1 |

| | 1日当たりの畜水産物摂取量(g) | | | |
|----------------------------|------------------|----------------|-------|--------------|
| | 国民平均 | 高齢者 (65歳以上) | 妊婦 | 小児 (1～6歳) |
| 牛・豚・羊・馬・山羊の筋肉及び脂肪 | 56.2 | - | 59.7 | 32.4 |
| 牛・豚・羊・馬・山羊の食用部分(筋肉及び脂肪を除く) | 1.3 | - | 0.8 | 0.5 |
| 乳 | 142.7 | - | 183.1 | 197.0 |
| 家さんの肉類 | 20.2 | - | 16.2 | 18.5 |
| 家さんの卵類 | 40.2 | - | - | 29.3 |
| 魚介類 | 94.1 | - | - | 42.8 |
| はちみつ | 0.4 | 0.6 | 0.6 | 0.2 |

| | 国民平均 | 高齢者 (65歳以上) | 妊婦 | 小児 (1～6歳) |
|----------|------|----------------|------|--------------|
| 平均体重(kg) | 53.3 | 54.2 | 55.6 | 15.8 |

