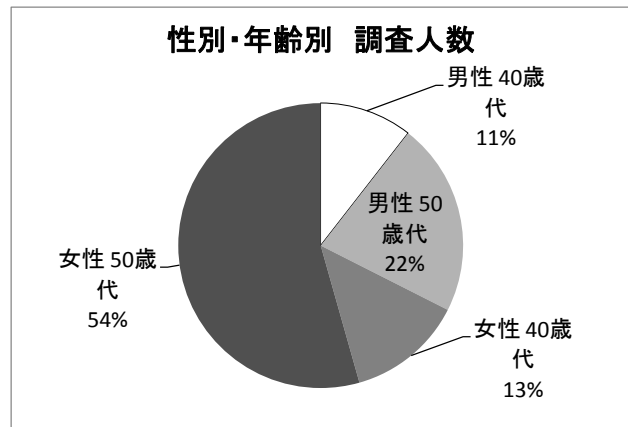


## 3 健康課題保有者(軽度リスク者:H26国保受診者中特定保健指導外) 結果

## 性別・年齢別人数

性別	年齢	集計
男性	40歳代	12
	50歳代	25
男性計		37
女性	40歳代	15
	50歳代	62
女性計		77
総計		114



## ID別調査人数

ID別	人数	説明	人数	参加率
8110	【リスク:重なり(4)有り】	BMI25未満、血圧130以上160未満 (mmHg) HbA1c5.4以上7未満 (%) 空腹時血糖100以上 (mg/dl) 中性脂肪120以上 (mg/dl)	2	10.0%
8120	【リスク:重なり(2)有り】	BMI25未満、血圧130以上160未満 (mmHg) (HbA1c5.4以上 (%) 除く) (空腹時血糖100以上 (mg/dl) 除く) 中性脂肪120以上150未満 (mg/dl)	1	10.0%
8130	【リスク:重なり(2)有り】	BMI25未満、血圧130以上160未満 (mmHg) HbA1c5.4以上5.6未満 (%) (空腹時血糖100以上 (mg/dl) 除く) (中性脂肪120以上 (mg/dl) 除く)	10	25.0%
8140	【リスク:重なり(2)有り】	BMI25未満、(血圧130以上 (mmHg) 除く) HbA1c5.4以上5.6未満 (%) 空腹時血糖100以上 (mg/dl) 中性脂肪120以上150未満 (mg/dl)	5	28.0%
8141			2	
8150	【リスク:血圧正常高値・軽症I度高血圧】	BMI25未満、血圧130以上160未満 (mmHg) (HbA1c5.4以上 (%) 除く) (空腹時血糖100以上 (mg/dl) 除く) (中性脂肪120以上 (mg/dl) 除く)	26	32.5%
8160	【リスク:血糖値正常範囲内やや高め①】	BMI25未満、(血圧130以上 (mmHg) 除く) HbA1c5.4以上5.6未満 (%) (空腹時血糖100以上 (mg/dl) 除く) (中性脂肪120以上 (mg/dl) 除く)	47	34.6%
8170	【リスク:血糖値正常範囲内やや高め②】	BMI25未満、(血圧130以上 (mmHg) 除く) (HbA1c5.4以上 (%) 除く) 空腹時血糖100以上 (mg/dl) (中性脂肪120以上 (mg/dl) 除く)	5	17.2%
8180	【リスク:中性脂肪値正常範囲内やや高め】	BMI25未満、(血圧130以上 (mmHg) 除く) (HbA1c5.4以上 (%) 除く) (空腹時血糖100以上 (mg/dl) 除く) 中性脂肪120以上150未満 (mg/dl)	4	14.3%
8190	リスク重なりなし	BMI25以上、腹囲判定値以上者 (血圧(130未満)、HbA1c(5.4未満)、中性脂肪(120未満))	7	26.9%
8191	空腹時血糖軽度リスク	BMI25以上、腹囲判定値以上者中 HbA1c5.4-5.6未満のみ	2	12.5%
8192	空腹時中性脂肪軽度リスク	BMI25以上、腹囲判定値以上者中 中性脂肪120-150未満のみ	3	25.0%

## カテゴリー別人数

## A: BMI25以上・軽リスク者 群

(リスク: 体格「肥満」に該当。血圧・血糖において特定保健指導及びハイリスク追跡非該当)

8190	リスク重なりなし	BMI25以上(肥満)、腹囲判定値以上者(血圧(130未満)、HbA1c(5.4未満)、中性脂肪(120未満))	7	
8191	空腹時血糖軽度リスク	BMI25以上(肥満)、腹囲判定値以上者中 HbA1c 5.4-5.6未満のみ	2	
8192	空腹時中性脂肪軽度リスク	BMI25以上(肥満)、腹囲判定値以上者中 中性脂肪120-150未満のみ	3	
			12	22.2%

## B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群

(リスク: 中性脂肪やや高値。一部肥満者含む)

8120	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	1	
8140	【リスク: 重なり(2)有り】	(血圧130以上(mmHg)除く) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) 空腹時血糖100以上(mg/dl) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	5	
8141			2	
8180	【リスク: 中性脂肪値正常範囲内やや高め】	(血圧130以上(mmHg)除く) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	4	
8192	空腹時中性脂肪軽度リスク	BMI25以上(肥満)、腹囲判定値以上者中 中性脂肪120-150未満のみ	3	
			15	20.0%

## C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群

(リスク: 血圧高値。BMIによる肥満該当以外) ※血圧治療者除く

8110	【リスク: 重なり(4)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上7未満(%) 空腹時血糖100以上(mg/dl) 中	1	
8120	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	1	
8130	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	8	
8150	【リスク: 血圧正常高値・軽症I度高血圧】	血圧130以上160未満(mmHg) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	22	
		※血圧治療中者除外	32	21.3%

## D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c 5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群

(リスク: 空腹時血糖及びHbA1cやや高値)

8110	【リスク: 重なり(4)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上7未満(%) 空腹時血糖100(mg/dl)以上 中	2	
8130	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	10	
8140	【リスク: 重なり(2)有り】	(血圧130以上(mmHg)除く) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) 空腹時血糖100以上(mg/dl) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	5	
8141			2	
8160	【リスク: 血糖値正常範囲内やや高め①】	(血圧130以上(mmHg)除く) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	47	
8170	【リスク: 血糖値正常範囲内やや高め②】	(血圧130以上(mmHg)除く) (HbA1c 5.4以上(%)除く) 空腹時血糖100以上(mg/dl) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	5	
			71	28.4%

## E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群

(リスク: 血圧・血糖・中性脂肪のいずれかを複数保有)

8110	【リスク: 重なり(4)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上7未満(%) 空腹時血糖100(mg/dl)以上 中	1	
8120	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	1	
8130	【リスク: 重なり(2)有り】	血圧130以上160未満(mmHg) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	8	
8140	【リスク: 重なり(2)有り】	(血圧130以上(mmHg)除く) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) 空腹時血糖100以上(mg/dl) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	5	
8141			2	
8150	【リスク: 血圧正常高値・軽症I度高血圧】	血圧130以上160未満(mmHg) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	22	
8160	【リスク: 血糖値正常範囲内やや高め①】	(血圧130以上(mmHg)除く) HbA1c 5.4以上5.6未満(%) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	45	
8170	【リスク: 血糖値正常範囲内やや高め②】	(血圧130以上(mmHg)除く) (HbA1c 5.4以上(%)除く) 空腹時血糖100以上(mg/dl) (中性脂肪120以上(mg/dl)除く)	4	
8180	【リスク: 中性脂肪値正常範囲内やや高め】	(血圧130以上(mmHg)除く) (HbA1c 5.4以上(%)除く) (空腹時血糖100以上(mg/dl)除く) 中性脂肪120以上150未満(mg/dl)	4	
		※血圧治療中者除外	92	25.0%

	治療中: 高血圧	その他疾病ほか
A: BMI25以上・軽リスク者 群	4	統合失調症、コレステロール
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	0	高脂血症、不整脈、精神科、コレステロール
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	※12	中性脂肪、高脂血症、コレステロール、緑内障、過活動膀胱、甲状腺、歯周病、統合失調症
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	7	中性脂肪、コレステロール、緑内障、高脂血症、不整脈、胃潰瘍、下肢動脈瘤、外科、更年期、甲状腺機能低下症、冷え性
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	※15	高脂血症、コレステロール、緑内障、不整脈、過活動膀胱、甲状腺、歯周病、統合失調症、下肢静脈瘤、外科、更年期、甲状腺機能低下症、冷え性、精神科

### カテゴリ別 栄養指導実施状況

	栄養指導あり	栄養指導なし	未記入	総計	栄養指導あり	栄養指導なし
A: BMI25以上・軽リスク者 群		10	2	12		100.0%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	1	13	1	15	7.1%	92.9%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	1	28	3	32	3.4%	96.6%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	2	63	6	71	3.1%	96.9%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	2	83	7	92	2.4%	97.6%

### カテゴリ別 服薬状況

	服薬あり	服薬なし	未記入	総計	服薬あり	服薬なし
A: BMI25以上・軽リスク者 群	6	5	1	12	54.5%	45.5%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	4	11		15	26.7%	73.3%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	5	25	2	32	16.7%	83.3%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	22	47	2	71	31.9%	68.1%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	19	70	3	92	21.3%	78.7%

※服薬等、集計に影響のある対象者を除く(以下は除外理由詳細)

- ・統計項目に応じて、治療中疾病名により、除外 : 中性脂肪、高脂血症服薬者。腎臓病罹患患者。
- ・欠番及び、関連項目の記載漏れ : 塩項目や誕生日・身長体重(-)

## カテゴリー別 就寝時間(主に寝る時間)\*○は1つ

	1.21時前	2.21時から22時	3.22時から23時	4.23時から24時	5.24時以降	未記入	総計	1.21時前	2.21時から22時	3.22時から23時	4.23時から24時	5.24時以降
A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	1	7	1		12	8.3%	16.7%	8.3%	58.3%	8.3%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	1	3	3	4	4		15	6.7%	20.0%	20.0%	26.7%	26.7%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	1	7	13	6	5		32	3.1%	21.9%	40.6%	18.8%	15.6%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	1	9	20	23	17	1	71	1.4%	12.9%	28.6%	32.9%	24.3%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	2	16	28	24	22		92	2.2%	17.4%	30.4%	26.1%	23.9%

## 就寝前の2時間以内に食べたり「カロリーのある飲みもの」を飲んだりするか\*○は1つ

	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下	未記入	総計	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下
A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	4	5		12	8.3%	16.7%	33.3%	41.7%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	2		4	9		15	13.3%		26.7%	60.0%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	4	1	8	19		32	12.5%	3.1%	25.0%	59.4%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	12	1	23	33	2	71	17.4%	1.4%	33.3%	47.8%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	17	1	26	47	1	92	18.7%	1.1%	28.6%	51.6%

## お通じ(排便)の頻度 \*○は1つ

	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下	未記入	総計	1.毎日	2.1日おき	3.1週間に2~3回	4.1週間に1回以下
A: BMI25以上・軽リスク者 群	9	2	1			12	75.0%	16.7%	8.3%	
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	7	7	1			15	46.7%	46.7%	6.7%	
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	26	4	1	1		39	66.7%	10.3%	2.6%	2.6%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	46	16	8		1	71	64.8%	22.5%	11.3%	
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	65	17	8	1	1	102	63.7%	16.7%	7.8%	1.0%

## 健康を意識しているか \*○は1つ

	1.意識している	2.意識していない	未記入	総計	1.意識している	2.意識していない
A: BMI25以上・軽リスク者 群	7	5		12	58.3%	41.7%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	13	2		15	86.7%	13.3%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	27	5		32	84.4%	15.6%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	52	18	1	71	73.2%	25.4%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	70	21	1	92	76.1%	22.8%

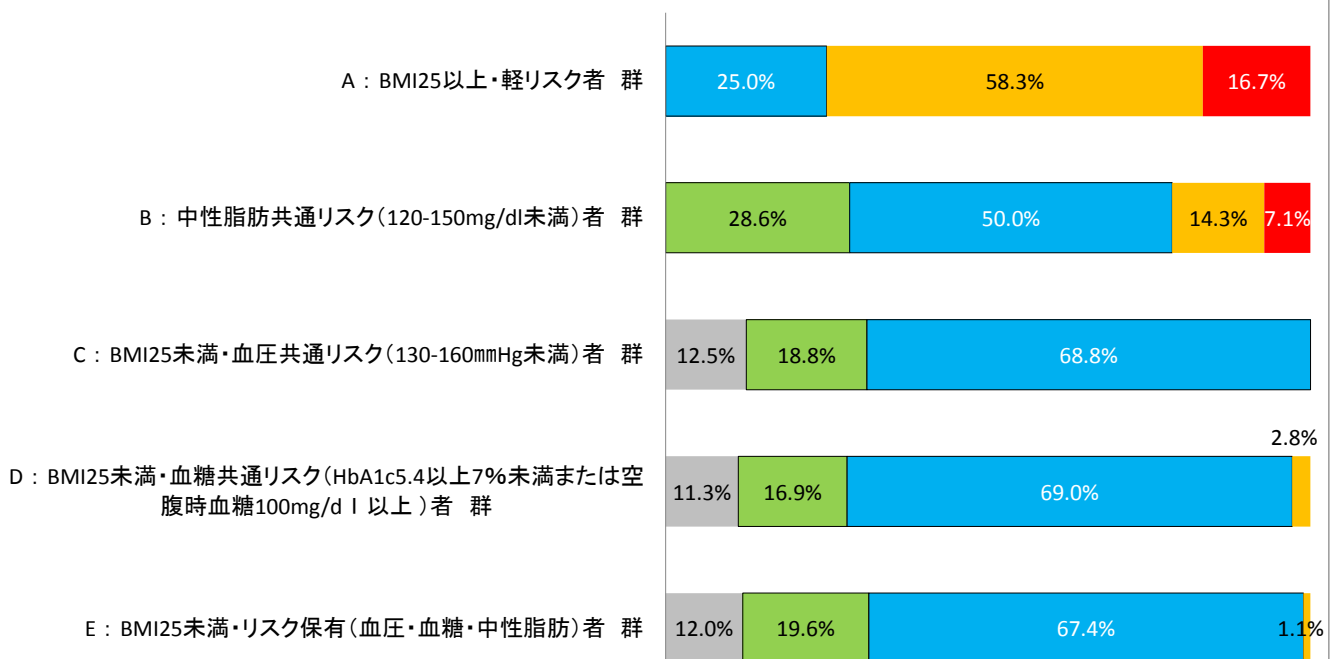
## カテゴリ別 体格

	BMI18.5未満	BMI18.5-20未満	BMI20-25未満	BMI25-30未満	BMI30以上	未記入	総計	BMI18.5未満	BMI18.5-20未満	BMI20-25未満	BMI25-30未満	BMI30以上
A: BMI25以上・軽リスク者 群			3	7	2		12			25.0%	58.3%	16.7%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群		4	7	2	1	1	15		28.6%	50.0%	14.3%	7.1%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	4	6	22				32	12.5%	18.8%	68.8%		
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	8	12	49	2			71	11.3%	16.9%	69.0%	2.8%	
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	11	18	62	1			92	12.0%	19.6%	67.4%	1.1%	

体格指数(BMI: kg/m<sup>2</sup>): 目標とする範囲 18~49歳 18.5~24.9、 50~69歳 20~24.9、 70歳以上 21.5~24.9

## カテゴリ別 体格

■ BMI18.5未満 ■ BMI18.5-20未満 ■ BMI20-25未満 ■ BMI25-30未満 ■ BMI30以上



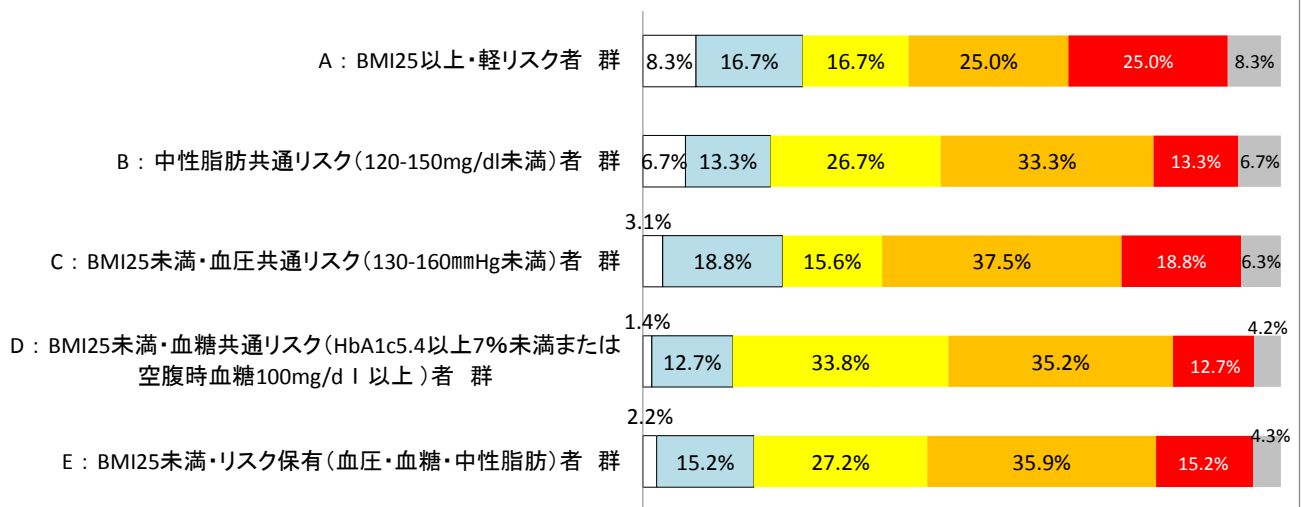
## カテゴリー別 1日当たり栄養素摂取量推計:食塩(g)

	6-7g未満	7-9g未満	9-12g未満	12-15g未満	15-20g未満	20g以上	総計	6-7g未満	7-9g未満	9-12g未満	12-15g未満	15-20g未満	20g以上
A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	2	3	3	1	12	8.3%	16.7%	16.7%	25.0%	25.0%	8.3%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	1	2	4	5	2	1	15	6.7%	13.3%	26.7%	33.3%	13.3%	6.7%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	1	6	5	12	6	2	32	3.1%	18.8%	15.6%	37.5%	18.8%	6.3%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	1	9	24	25	9	3	71	1.4%	12.7%	33.8%	35.2%	12.7%	4.2%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	2	14	25	33	14	4	92	2.2%	15.2%	27.2%	35.9%	15.2%	4.3%

食塩相当量(g/日): 目標量 18以上 男性 8.0g未満、 女性 7.0g未満 (疾病による指示・指導がない場合)

## カテゴリー別 栄養素摂取量推計 割合(食塩)

□ 6-7g未満 □ 7-9g未満 ■ 9-12g未満 ■ 12-15g未満 ■ 15-20g未満 ■ 20g以上

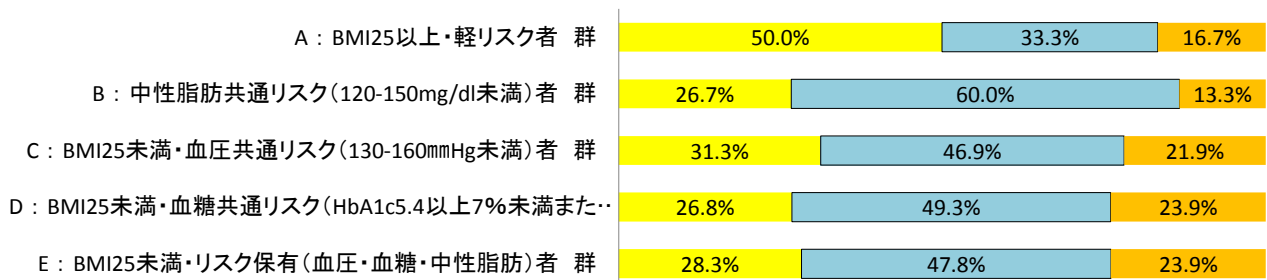


**カテゴリ別 栄養素摂取量推計(炭水化物%エネルギー) :50-60%が目安**

	50%未 満	50-60% 未 満	60-80% 未 満	不明	総計	50%未 満	50-60% 未 満	60-80% 未 満
A: BMI25以上・軽リスク者 群	6	4	2		12	50.0%	33.3%	16.7%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	4	9	2		15	26.7%	60.0%	13.3%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	10	15	7		32	31.3%	46.9%	21.9%
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	19	35	17		71	26.8%	49.3%	23.9%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	26	44	22		92	28.3%	47.8%	23.9%

**カテゴリ別 栄養素摂取量推計(炭水化物%エネルギー)**

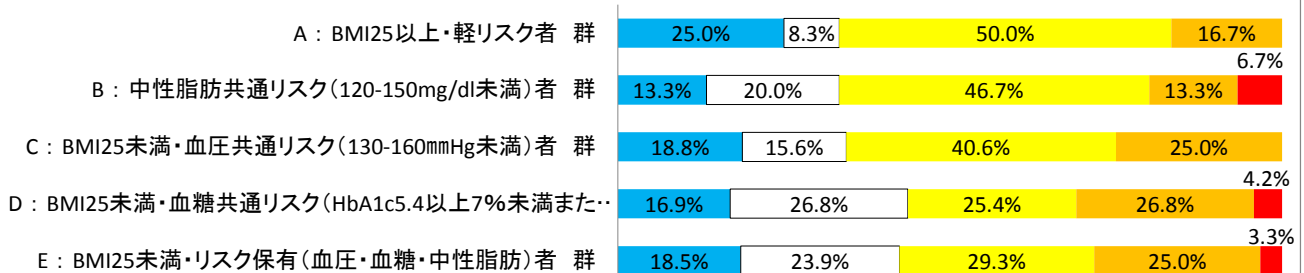
■ 50%未満 ■ 50-60%未満 ■ 60-80%未満


**カテゴリ別 栄養素摂取量推計(脂質%エネルギー) :20-25%が目安**

	20%未 満	20-25% 未 満	25-30% 未 満	30-40% 未 満	40%以 上	不明	総計	20%未 満	20-25% 未 満	25-30% 未 満	30-40% 未 満	40%以 上
A: BMI25以上・軽リスク者 群	3	1	6	2			12	25.0%	8.3%	50.0%	16.7%	
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	2	3	7	2	1		15	13.3%	20.0%	46.7%	13.3%	6.7%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	6	5	13	8			32	18.8%	15.6%	40.6%	25.0%	
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	12	19	18	19	3		71	16.9%	26.8%	25.4%	26.8%	4.2%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	17	22	27	23	3		92	18.5%	23.9%	29.3%	25.0%	3.3%

**カテゴリ別 栄養素摂取量推計(脂質%エネルギー)**

■ 20%未満 □ 20-25%未満 ■ 25-30%未満 ■ 30-40%未満 ■ 40%以上

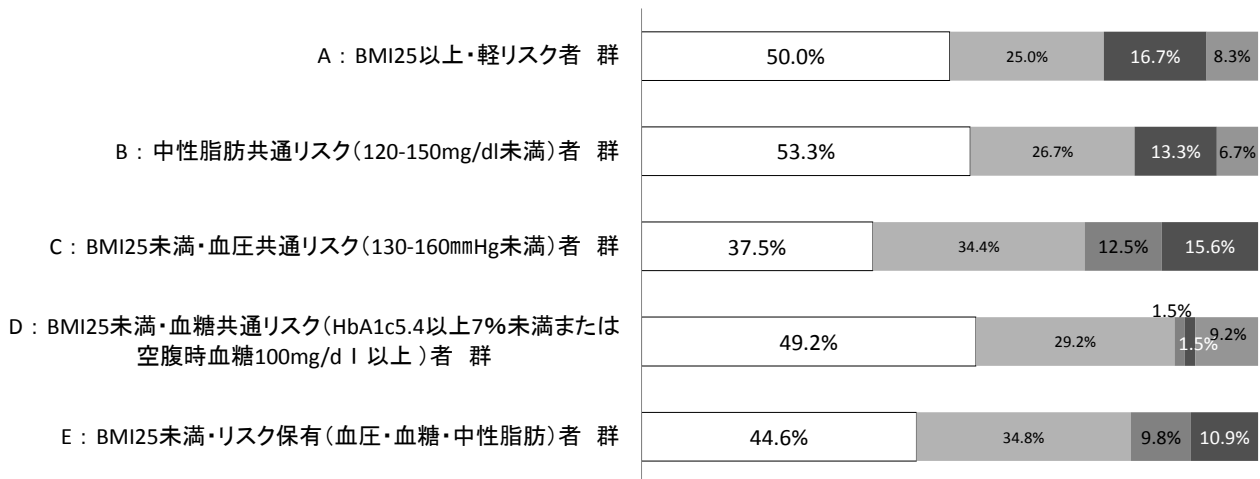


## カテゴリー別 1日当たり栄養素摂取量推計(アルコール:日本酒換算)

	0合	1合未満	1-2合未満	2-4合未満	4合以上	不明	総計	0合	1合未満	1-2合未満	2-4合未満	4合以上
A: BMI25以上・軽リスク者 群	6	3		2	1		12	50.0%	25.0%		16.7%	8.3%
B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	8	4		2	1		15	53.3%	26.7%		13.3%	6.7%
C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	12	11	4	5			32	37.5%	34.4%	12.5%	15.6%	
D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	32	19	1	1	6	6	65	49.2%	29.2%	1.5%	1.5%	9.2%
E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	41	32	9	10			92	44.6%	34.8%	9.8%	10.9%	

## カテゴリー別 栄養素摂取量推計(アルコール:日本酒換算)

□0合 ■1合未満 ■1-2合未満 ■2-4合未満 ■4合以上





## 信号の色(摂取基準充足率)別人数割合

基準: 摂取不足の回避を目的とする「推定平均必要量」(EAR)

半数以上が必要量を満たす量「推奨量」(RDA)

カテゴリー	1	2	3	4	5	判定不可	総計	1	2	3
	赤信号 EARの1 倍未満	黄信号 EARの1倍 以上& RDAの0.95 倍未満	青信号 RDAの0.95 倍以上					赤信号 EARの1 倍未満	黄信号 EARの1倍 以上& RDAの0.95 倍未満	青信号 RDAの0.95 倍以上
カルシウム	A: BMI25以上・軽リスク者 群	6	1	5			12	50.0%	8.3%	41.7%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	5	2	8			15	33.3%	13.3%	53.3%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	14	2	16			32	43.8%	6.3%	50.0%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	29	9	33			71	40.8%	12.7%	46.5%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	37	11	44			92	<b>40.2%</b>	<b>12.0%</b>	<b>47.8%</b>
鉄	A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	9			12	8.3%	16.7%	75.0%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	1	2	12			15	6.7%	13.3%	80.0%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	6	2	24			32	18.8%	6.3%	75.0%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	9	7	55			71	12.7%	9.9%	77.5%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	14	8	70			92	<b>15.2%</b>	<b>8.7%</b>	<b>76.1%</b>
ビタミンC	A: BMI25以上・軽リスク者 群	6		6			12	50.0%	0.0%	50.0%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	3		12			15	20.0%	0.0%	80.0%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	8	2	22			32	25.0%	6.3%	68.8%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	15	4	52			71	21.1%	5.6%	73.2%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	18	5	69			92	<b>19.6%</b>	<b>5.4%</b>	<b>75.0%</b>
葉酸	A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	9			12	8.3%	16.7%	75.0%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	2		13			15	13.3%	0.0%	86.7%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	1	1	30			32	3.1%	3.1%	93.8%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	5	5	61			71	7.0%	7.0%	85.9%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	6	5	81			92	<b>6.5%</b>	<b>5.4%</b>	<b>88.0%</b>

## 基準:「生活習慣病の予防のために現在の日本人が当面の目標とすべき摂取量」(DG)

カテゴリー		1 赤信号 EARの1 倍未満	2 黄信号 EARの1倍 以上 & RDAの0.95 倍未満	3 青信号 RDAの0.95 倍以上	4 黄信号 II DG上限の1 倍以上 & DG上限の 0.95倍未満	5 赤信号 II DG上限の 1.3倍以上	判定不可	総計	1 赤信号	2 黄信号	3 青信号	4 黄信号 II	5 赤信号 II
食物繊維	A: BMI25以上・軽リスク者 群	6	4	2				12	50.0%	33.3%	16.7%		
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	5	7	3				15	33.3%	46.7%	20.0%		
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	12	15	5				32	37.5%	46.9%	15.6%		
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	20	35	16				71	28.2%	49.3%	22.5%		
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	29	44	19				92	31.5%	47.8%	20.7%		
カリウム	A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	6	5				12	8.3%	50.0%	41.7%		
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群	2	4	9				15	13.3%	26.7%	60.0%		
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群		17	15				32	0.0%	53.1%	46.9%		
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	9	22	40				71	12.7%	31.0%	56.3%		
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	9	35	48				92	9.8%	38.0%	52.2%		
食塩(ナトリウム)	A: BMI25以上・軽リスク者 群			1	2	9		12			8.3%	16.7%	75.0%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群			1	3	11		15			6.7%	20.0%	73.3%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群			3	7	22		32			9.4%	21.9%	68.8%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群			2	12	57		71			2.8%	16.9%	80.3%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群			4	19	69		92			4.3%	20.7%	75.0%
総脂質	A: BMI25以上・軽リスク者 群	1	2	1	7	1		12	8.3%	16.7%	8.3%	58.3%	8.3%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群		3	2	8	2		15		20.0%	13.3%	53.3%	13.3%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群	1	6	7	16	2		32	3.1%	18.8%	21.9%	50.0%	6.3%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	2	12	18	31	8		71	2.8%	16.9%	25.4%	43.7%	11.3%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	3	17	23	39	10		92	3.3%	18.5%	25.0%	42.4%	10.9%
飽和脂肪酸	A: BMI25以上・軽リスク者 群	1		4	5	2		12	8.3%		33.3%	41.7%	16.7%
	B: 中性脂肪共通リスク(120-150mg/dl未満)者 群		1	5	6	3		15		6.7%	33.3%	40.0%	20.0%
	C: BMI25未満・血圧共通リスク(130-160mmHg未満)者 群		4	15	7	6		32		12.5%	46.9%	21.9%	18.8%
	D: BMI25未満・血糖共通リスク(HbA1c5.4以上7%未満または空腹時血糖100mg/dl以上)者 群	1	8	26	20	16		71	1.4%	11.3%	36.6%	28.2%	22.5%
	E: BMI25未満・リスク保有(血圧・血糖・中性脂肪)者 群	1	11	36	25	19		92	1.1%	12.0%	39.1%	27.2%	20.7%