

表5の1 栄養素等摂取量(鳥しよ、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
1974	1790	117	1840	523	788	546									
エネルギー kcal	1868	609	1790	1902	653	1814	1840	582	1730	1845	608	1778	1921	623	1849
たんぱく質 g	71.7	29.3	66.6	65.1	23.5	61.6	65.4	23.8	61.9	70.5	29.0	65.3	81.1	33.0	75.7
動物性たんぱく質 g	43.1	23.3	38.3	36.9	17.5	34.2	37.7	18.3	34.7	42.3	23.1	37.5	50.7	26.7	45.4
植物性たんぱく質 g	28.6	9.8	27.3	28.1	10.2	26.8	27.6	9.2	26.5	28.1	9.7	26.8	30.4	10.3	29.4
脂質 g	55.5	22.8	52.0	55.7	22.2	53.4	54.2	20.5	51.5	54.5	23.4	50.4	58.2	23.9	54.7
動物性脂質 g	27.9	13.9	25.6	26.9	12.0	25.7	26.6	12.4	24.7	27.4	14.3	24.5	30.0	14.9	27.5
植物性脂質 g	27.6	11.4	26.2	28.8	12.2	27.4	27.6	10.2	26.3	27.1	11.5	25.5	28.2	12.2	26.6
炭水化物 g	237.8	85.6	225.3	248.0	97.0	245.4	233.3	84.4	222.1	232.0	84.3	219.8	248.5	85.1	232.4
ナトリウム mg	4480	1578	4249	4018	1475	3783	4048	1307	3918	4464	1539	4230	5016	1736	4782
カリウム mg	2567	1107	2385	2206	881	2107	2271	899	2145	2554	1107	2360	2946	1212	2803
カルシウム mg	576	286	532	467	210	434	479	223	449	574	277	537	696	320	648
マグネシウム mg	261	102	244	227	85	218	236	85	222	260	100	243	292	113	282
リン mg	1098	451	1019	969	361	915	986	362	933	1083	440	1008	1253	514	1155
鉄 mg	8.1	3.4	7.5	7.1	2.8	6.8	7.1	2.8	6.8	8.0	3.4	7.5	9.3	3.7	9.0
亜鉛 mg	8.1	3.0	7.6	7.9	2.7	7.7	7.7	2.7	7.3	7.9	3.0	7.3	8.7	3.1	8.3
銅 mg	1.13	0.41	1.08	1.07	0.37	1.05	1.05	0.37	1.00	1.11	0.40	1.05	1.25	0.43	1.24
マンガン mg	3.12	1.19	3.02	2.94	1.28	2.82	2.77	1.09	2.59	3.09	1.16	3.02	3.55	1.18	3.51
レチノール当量(ビタミンA) μg	691	557	586	632	435	536	617	478	513	674	472	568	798	722	680
ビタミンD μg	16.7	13.5	12.9	10.3	8.6	8.1	11.7	8.7	9.3	16.5	12.4	13.3	23.2	16.6	19.7
αトコフェロール(ビタミンE) μg	7.6	3.4	7.1	7.0	2.9	6.8	6.9	2.8	6.5	7.5	3.4	6.9	8.5	3.7	8.1
ビタミンK μg	322	197	279	275	162	247	290	171	257	322	203	279	362	212	318
ビタミンB1 mg	0.77	0.32	0.71	0.72	0.26	0.70	0.71	0.27	0.67	0.75	0.33	0.69	0.85	0.34	0.82
ビタミンB2 mg	1.36	0.56	1.27	1.22	0.50	1.14	1.21	0.48	1.16	1.36	0.55	1.25	1.55	0.60	1.48
ナイアシン mg	18.1	8.2	16.7	15.8	6.9	14.8	17.0	7.1	15.9	18.1	8.1	16.7	19.8	9.3	18.2
ビタミンB6 mg	1.33	0.58	1.22	1.17	0.46	1.13	1.20	0.49	1.13	1.32	0.58	1.21	1.51	0.64	1.42
ビタミンB12 μg	11.2	8.1	9.0	7.6	5.2	6.6	8.4	5.6	6.9	11.2	7.8	9.3	14.6	9.7	12.7
葉酸 μg	341	166	314	289	145	252	293	135	272	341	165	314	399	178	377
パントテン酸 μg	6.57	2.54	6.12	6.14	2.17	5.93	6.12	2.22	5.84	6.43	2.52	5.93	7.30	2.78	6.96
ビタミンC mg	110	65	98	88	50	77	86	48	77	108	63	98	140	72	128
コレステロール mg	391	196	362	362	171	339	359	167	338	381	198	345	444	215	422
総食物繊維 g	12.0	5.4	11.0	10.3	4.3	9.6	10.6	4.4	9.9	11.8	5.5	10.7	13.8	5.8	13.2
水溶性食物繊維 g	3.0	1.4	2.8	2.7	1.2	2.4	2.7	1.2	2.5	3.0	1.5	2.7	3.5	1.6	3.3
不溶性食物繊維 g	8.5	3.7	7.8	7.4	3.1	7.0	7.5	3.1	7.2	8.4	3.8	7.7	9.8	4.0	9.4
食塩相当量 g	11.3	4.0	10.7	10.1	3.7	9.5	10.2	3.3	9.9	11.3	3.9	10.7	12.7	4.4	12.1
飽和脂肪酸 g	15.3	6.9	14.3	15.5	6.5	14.8	14.9	6.3	14.4	15.0	7.1	13.6	16.1	7.1	15.3
一価不飽和脂肪酸 g	19.6	8.4	18.3	20.1	8.4	19.4	19.4	7.6	18.5	19.2	8.6	17.7	20.1	8.6	19.0
多価不飽和脂肪酸 g	13.4	5.4	12.7	13.3	5.4	13.1	13.2	4.9	12.4	13.2	5.5	12.5	13.9	5.8	13.1
n-3系脂肪酸 g	2.9	1.5	2.6	2.5	1.1	2.4	2.5	1.2	2.3	2.8	1.5	2.6	3.3	1.7	3.1
n-6系脂肪酸 g	10.5	4.2	9.9	10.8	4.3	10.8	10.6	3.9	10.0	10.3	4.2	9.6	10.5	4.4	10.0
シヨ糖 g	11.1	9.3	8.8	10.5	8.6	8.8	9.7	7.6	7.9	10.4	8.7	8.2	13.6	11.1	10.9
アルコール g	15.2	25.0	1.4	17.0	23.8	5.3	18.7	27.1	5.1	17.4	26.4	2.5	8.4	19.1	0.0
たんぱく質エネルギー比率 % ^{※1}	15.4	3.4	15.1	13.9	2.8	13.7	14.3	2.9	14.1	15.3	3.5	15.0	16.8	3.5	16.5
脂質エネルギー比率 % ^{※1}	26.7	6.4	26.8	26.5	6.5	26.1	26.7	6.3	26.9	26.6	6.9	26.6	27.0	5.9	27.1
炭水化物エネルギー比率 % ^{※1,2}	57.9	8.9	57.9	59.6	8.6	60.0	59.0	8.5	58.9	58.1	9.5	58.2	56.3	8.4	56.0
動物性たんぱく質比率 %	57.9	11.2	58.7	55.7	10.3	56.6	56.1	11.0	57.3	57.8	11.3	58.4	60.2	11.0	61.2
動物性脂質比率 %	49.3	10.4	49.6	48.3	8.4	48.1	48.2	9.5	48.9	49.3	10.7	49.2	50.7	11.0	51.5
飽和脂肪酸E比 %	7.4	2.2	7.3	7.4	2.1	7.4	7.4	2.2	7.3	7.3	2.3	7.2	7.4	2.0	7.4
アルコールエネルギー比率 %	5.5	8.7	0.6	6.1	7.9	2.3	6.8	9.4	2.2	6.4	9.1	1.1	3.0	6.6	0.0

表5の2 栄養素等摂取量(大島町、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
469	158														
エネルギー kcal	1952	610	1862	1871	590	1714	1974	666	1815	1922	635	1816	1984	546	1948
たんぱく質 g	75.4	28.3	70.5	60.4	18.8	58.7	69.6	27.2	65.8	74.4	29.0	68.1	82.4	27.8	77.2
動物性たんぱく質 g	45.4	22.0	41.8	32.7	13.5	31.8	41.1	20.5	37.4	44.9	22.1	41.8	50.6	22.4	46.4
植物性たんぱく質 g	30.0	10.1	28.6	27.7	8.8	27.2	28.5	10.6	26.6	29.6	10.1	27.7	31.8	9.7	31.7
脂質 g	58.6	23.0	54.3	51.6	21.3	49.3	57.8	23.3	54.0	58.3	24.2	53.6	60.6	21.6	57.5
動物性脂質 g	29.6	13.7	26.9	24.2	10.7	22.4	28.6	13.5	25.3	29.8	14.3	27.1	31.0	13.3	28.0
植物性脂質 g	29.0	12.0	26.9	27.4	12.4	24.6	29.2	11.5	26.6	28.6	12.3	26.9	29.6	11.8	27.6
炭水化物 g	248.8	89.5	239.0	249.0	85.3	244.2	250.2	98.9	236.6	239.3	90.0	223.0	259.0	82.8	247.8
ナトリウム mg	4654	1512	4478	3737	1109	3544	4269	1366	4134	4630	1498	4463	5066	1550	4832
カリウム mg	2691	1082	2515	2085	828	1848	2387	1052	2225	2701	1104	2458	2964	1029	2918
カルシウム mg	608	272	567	429	177	392	506	250	470	608	264	553	698	273	673
マグネシウム mg	273	100	262	215	65	211	246	100	229	274	104	261	296	93	290
リン mg	1155	437	1068	903	294	888	1050	420	967	1145	441	1061	1270	431	1198
鉄 mg	8.6	3.4	8.0	6.8	2.1	6.8	7.4	3.1	6.9	8.6	3.5	8.0	9.6	3.3	9.6
亜鉛 mg	8.5	3.0	7.9	7.5	2.3	7.3	8.2	3.0	7.5	8.4	3.1	7.7	9.0	2.7	8.7
銅 mg	1.19	0.41	1.15	1.05	0.33	1.03	1.09	0.42	1.01	1.17	0.43	1.11	1.30	0.38	1.30
マンガン mg	3.34	1.21	3.29	2.99	1.05	2.70	2.91	1.13	2.62	3.28	1.24	3.19	3.73	1.12	3.78
レチノール当量(ビタミンA) μg	778	689	664	669	358	574	693	587	532	754	415	679	878	979	693
ビタミンD μg	17.8	12.6	14.1	9.1	4.2	8.7	12.8	10.2	9.4	17.5	12.1	14.8	22.7	13.3	20.1
αトコフェロール(ビタミンE) μg	8.0	3.4	7.5	6.7	2.7	6.5	7.2	3.1	6.7	8.0	3.5	7.3	8.7	3.3	8.4
ビタミンK μg	341	200	296	266	127	270	282	176	247	356	223	308	371	186	347
ビタミンB1 mg	0.80	0.31	0.75	0.68	0.23	0.68	0.75	0.31	0.68	0.80	0.33	0.75	0.86	0.29	0.82
ビタミンB2 mg	1.45	0.55	1.38	1.15	0.40	1.10	1.29	0.53	1.28	1.44	0.54	1.31	1.61	0.55	1.56
ナイアシン mg	18.8	7.9	17.5	14.4	5.1	14.4	1								

表5の3 栄養素等摂取量(利島村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
	74			8			35			25			6		
エネルギー kcal	1835	566	1760	2087	710	2044	1700	490	1651	1923	629	1819	1915	417	1790
たんぱく質 g	64.6	23.5	61.8	69.6	22.8	74.9	58.0	17.8	56.8	67.8	27.0	60.5	83.4	29.4	79.5
動物性たんぱく質 g	36.7	18.0	35.3	39.2	14.5	42.6	30.9	13.1	31.9	40.5	20.4	35.7	52.0	26.0	42.0
植物性たんぱく質 g	27.9	9.3	27.8	30.4	12.7	27.6	27.1	8.8	25.0	27.3	9.3	28.2	31.4	7.5	29.9
脂質 g	52.1	20.0	50.0	60.0	25.1	65.1	47.4	13.5	49.0	55.6	24.3	53.9	53.9	24.1	51.9
動物性脂質 g	25.8	11.3	24.6	28.3	11.6	31.6	23.0	9.6	23.8	28.8	12.8	25.9	26.0	12.2	20.1
植物性脂質 g	26.3	11.4	24.6	31.7	15.4	30.2	24.4	7.6	23.8	26.8	13.7	26.9	27.9	13.6	24.9
炭水化物 mg	235.1	74.2	222.5	276.9	111.0	269.0	229.1	71.4	217.9	224.7	68.1	217.4	257.0	45.5	267.2
ナトリウム mg	4231	1490	4211	4076	1391	4054	3789	1201	3694	4537	1674	4763	5738	1363	5858
カリウム mg	2198	839	2035	2298	997	2255	2059	792	1928	2203	782	2074	2853	1006	2805
カルシウム mg	478	196	450	475	187	492	416	151	395	530	219	523	632	238	521
マグネシウム mg	233	81	219	242	93	228	214	70	199	241	80	248	297	101	311
リン mg	979	347	924	1033	354	1095	872	264	848	1049	382	1019	1249	460	1166
鉄 mg	7.1	2.8	6.6	7.4	2.6	8.0	6.5	2.4	5.8	7.2	3.2	6.8	9.5	3.3	9.2
亜鉛 mg	7.5	2.5	7.2	8.8	3.1	8.8	7.0	2.0	7.1	7.4	2.7	6.8	8.8	2.6	8.5
銅 mg	1.05	0.36	1.00	1.18	0.44	1.17	1.01	0.33	0.95	1.00	0.35	0.99	1.29	0.35	1.33
マンガン mg	2.78	1.10	2.54	3.14	1.33	3.44	2.65	1.03	2.23	2.65	1.10	2.50	3.53	1.02	3.49
レチノール当量(ビタミンA) μg	559	303	480	590	295	689	511	279	428	571	333	440	749	307	648
ビタミンD μg	12.6	10.1	9.6	10.1	4.7	12.2	8.3	5.7	6.8	16.3	11.9	11.7	24.9	12.7	22.3
αトコフェロール(ビタミンE) mg	6.8	3.0	6.6	7.4	3.2	7.0	6.1	2.3	5.9	6.9	3.3	6.8	9.2	3.7	9.6
ビタミンK μg	272	141	245	269	161	263	279	151	229	259	135	251	290	114	266
ビタミンB ₁ mg	0.68	0.26	0.67	0.79	0.30	0.80	0.63	0.22	0.65	0.68	0.28	0.64	0.85	0.30	0.80
ビタミンB ₂ mg	1.19	0.41	1.15	1.25	0.49	1.37	1.08	0.35	1.07	1.28	0.44	1.22	1.36	0.49	1.20
ナイアシン mg	16.0	6.8	15.3	17.1	6.6	16.2	14.0	5.5	13.8	17.2	7.3	17.3	21.1	8.6	22.2
ビタミンB ₆ mg	1.15	0.47	1.10	1.25	0.45	1.19	1.03	0.39	0.99	1.20	0.51	1.15	1.48	0.57	1.44
ビタミンB ₁₂ μg	8.7	6.5	6.8	8.0	3.4	8.5	6.1	4.2	5.2	10.3	7.1	7.8	18.0	8.3	16.9
葉酸 μg	278	119	253	277	115	301	259	114	219	283	121	283	369	138	365
パントテン酸 mg	5.96	1.89	5.79	6.51	2.37	6.90	5.66	1.70	5.55	6.08	1.97	5.94	6.47	2.11	5.84
ビタミンC mg	85	47	73	84	44	74	80	47	67	82	43	80	128	57	142
ニコチン mg	373	169	337	370	164	356	333	117	318	414	208	338	442	234	376
総食物繊維 g	10.5	4.4	9.9	10.5	4.0	10.4	10.1	4.2	9.5	10.1	4.7	9.4	14.3	3.6	15.0
水溶性食物繊維 g	2.7	1.2	2.5	2.6	1.1	2.5	2.6	1.2	2.4	2.5	1.3	2.5	3.4	1.1	3.6
不溶性食物繊維 g	7.5	3.0	7.0	7.5	2.8	7.2	7.2	2.9	6.5	7.2	3.3	7.0	10.2	2.3	10.9
食塩相当量 g	10.7	3.8	10.6	10.3	3.5	10.2	9.5	3.0	9.3	11.5	4.2	12.0	14.5	3.4	14.9
飽和脂肪酸 g	14.2	5.9	14.0	16.2	7.1	16.9	13.0	4.6	14.0	15.6	7.1	14.3	12.8	5.5	11.9
一価不飽和脂肪酸 g	18.4	7.5	17.9	21.9	9.2	24.6	16.7	4.9	17.4	19.6	9.2	18.8	19.1	9.6	17.4
多価不飽和脂肪酸 g	12.8	4.9	12.7	14.6	6.3	14.3	11.8	3.4	11.3	13.2	5.7	14.0	14.0	6.1	13.4
n-3系脂肪酸 g	2.5	1.2	2.3	2.7	1.1	2.5	2.1	0.8	1.9	2.8	1.5	2.6	3.6	1.4	3.5
n-6系脂肪酸 g	10.2	3.8	10.1	11.9	5.2	11.8	9.6	2.8	9.8	10.4	4.4	10.6	10.4	4.7	9.8
シヨ糖 g	10.9	10.3	7.7	12.8	16.6	8.4	8.9	7.0	6.7	11.2	11.3	7.0	18.7	9.7	18.4
アルコール g	19.9	27.2	5.2	17.9	24.1	6.3	14.2	24.8	3.5	31.7	30.7	31.7	6.4	10.1	0.0
たんぱく質エネルギー比率 % ^{※1}	14.1	2.7	13.9	13.4	2.2	13.8	13.7	2.5	13.6	14.0	2.6	13.5	17.1	3.3	15.6
脂質エネルギー比率 % ^{※1}	25.6	6.0	26.3	25.3	5.0	27.4	25.6	5.3	26.4	26.0	7.2	26.2	24.6	6.3	23.4
炭水化物エネルギー比率 % ^{※1,2}	60.3	7.9	59.3	61.2	6.9	58.7	60.7	7.3	59.8	59.9	9.1	58.8	58.2	9.3	61.5
動物性たんぱく質比率 %	55.0	11.4	55.2	55.9	11.9	56.3	51.9	11.3	53.1	57.8	11.0	57.1	60.3	9.3	55.9
動物性脂質比率 %	49.3	11.2	48.9	47.4	7.9	48.8	47.3	11.4	48.2	52.7	12.1	49.7	48.7	8.8	49.5
飽和脂肪酸E比 %	7.1	2.2	6.9	6.8	1.3	7.4	7.0	2.1	6.9	7.4	2.7	6.8	5.9	1.6	5.5
アルコールエネルギー比率 %	7.1	8.9	2.7	6.6	8.3	3.3	5.3	8.5	1.4	10.8	9.7	11.9	2.6	4.0	0.0

表5の4 栄養素等摂取量(新島村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
	318			17			74			119			108		
エネルギー kcal	1871	604	1791	1847	505	1753	1898	514	1846	1809	550	1788	1926	723	1827
たんぱく質 g	74.0	31.6	67.3	69.7	25.7	67.8	70.8	25.9	65.4	70.0	29.1	66.2	81.4	37.2	71.2
動物性たんぱく質 g	45.4	26.6	39.0	45.1	24.9	41.2	42.4	22.2	35.1	42.0	24.6	36.4	51.3	30.7	45.7
植物性たんぱく質 g	28.6	9.4	27.3	24.6	5.8	24.8	28.4	8.3	28.8	27.9	8.5	25.9	30.1	11.2	29.1
脂質 g	57.7	23.5	53.2	59.2	20.9	54.9	60.5	23.4	53.4	55.2	21.5	51.4	58.3	26.1	55.3
動物性脂質 g	29.0	15.6	26.2	29.7	13.8	26.8	30.1	15.6	26.9	27.2	14.9	24.8	30.0	16.8	27.4
植物性脂質 g	28.7	11.0	26.6	29.4	8.9	29.3	30.5	10.1	29.6	28.0	10.3	27.4	28.3	12.6	28.6
炭水化物 mg	238.3	81.1	225.0	217.3	71.4	207.3	236.0	70.9	221.7	230.7	71.8	225.1	251.7	96.3	230.3
ナトリウム mg	4559	1637	4216	4276	1294	3956	4207	1182	4063	4368	1461	4142	5055	1998	4580
カリウム mg	2677	1106	2505	2352	704	2299	2497	950	2302	2627	1120	2496	2906	1206	2750
カルシウム mg	614	310	566	512	211	467	522	248	479	604	278	593	704	366	649
マグネシウム mg	267	104	246	237	68	221	252	85	234	260	101	245	290	120	281
リン mg	1133	482	1030	1054	405	992	1059	381	949	1080	432	1027	1255	578	1135
鉄 mg	8.3	3.5	7.7	7.4	2.2	7.1	7.8	3.0	7.2	8.0	3.4	7.6	9.1	3.8	8.7
亜鉛 mg	8.3	3.0	7.7	8.0	2.5	7.7	8.3	2.7	7.7	7.9	2.9	7.5	8.8	3.4	8.0
銅 mg	1.15	0.40	1.10	1.03	0.26	1.00	1.11	0.35	1.06	1.10	0.37	1.09	1.26	0.47	1.26
マンガン mg	3.23	1.18	3.14	2.69	1.12	2.48	2.94	1.10	2.90	3.19	1.10	3.13	3.57	1.25	3.36
レチノール当量(ビタミンA) μg	685	387	633	680	375	668	692	380	635	640	384	544	730	397	680
ビタミンD μg	17.8	16.6	13.0	15.1	15.6	10.2	13.5	9.8	10.1	15.7	14.2	11.7	23.6	20.9	18.5
αトコフェロール(ビタミンE) mg	8.0	3.4	7.6	7.7	2.7	7.5	7.8	3.0	7.1	7.7	3.5	7.5	8.5	3.8	8.2
ビタミンK μg	329	202	282	279	112	247	330	195	284	323	201	279	343	218	303
ビタミンB ₁ mg	0.79	0.31	0.75	0.77	0.23	0.75	0.77	0.29	0.68	0.77	0.30	0.73	0.84	0.33	0.80
ビタミンB ₂ mg	1.41	0.58	1.32	1.26	0.43	1.22	1.31	0.55	1.18	1.39	0.54	1.34	1.53	0.64	1.44
ナイアシン mg	18.6	9.1	16.8												

表5の5 栄養素等摂取量(神津島村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
	170			9			42			80			39			
エネルギー	kcal	1880	586	1847	2200	595	1926	1913	575	1923	1864	622	1766	1819	509	1849
たんぱく質	g	73.2	27.7	69.9	70.9	17.5	74.4	70.8	22.9	70.4	71.9	29.9	66.9	80.0	29.8	79.5
動物性たんぱく質	g	45.5	22.6	40.4	41.2	10.4	40.1	43.1	16.9	43.0	44.5	25.0	38.1	52.0	24.5	49.6
植物性たんぱく質	g	27.6	8.5	26.2	29.7	8.6	28.0	27.6	8.8	26.1	27.5	8.7	25.8	28.0	7.9	27.7
脂質	g	57.2	20.9	54.1	66.2	17.0	61.4	58.5	19.2	55.2	55.3	22.8	52.4	58.0	19.5	53.2
動物性脂質	g	30.1	13.6	28.2	33.1	8.1	33.1	31.1	12.0	29.9	28.8	15.2	25.6	31.5	12.7	29.9
植物性脂質	g	27.1	10.2	26.1	33.1	11.4	28.1	27.4	9.1	26.3	26.6	10.5	25.3	26.5	10.4	25.5
炭水化物	g	237.3	80.0	231.2	286.2	95.9	258.6	240.5	78.4	236.0	237.9	85.3	224.2	224.5	65.4	215.9
ナトリウム	mg	4664	1584	4423	4431	1503	4036	4377	1383	4350	4696	1673	4205	5010	1609	4883
カリウム	mg	2448	894	2335	2170	919	1953	2347	826	2218	2407	889	2279	2764	948	2620
カルシウム	mg	595	251	564	511	220	462	522	185	479	586	261	534	735	261	709
マグネシウム	mg	253	87	244	231	84	205	240	76	237	252	89	242	281	95	271
リン	mg	1118	418	1050	1057	267	963	1065	333	1050	1098	447	1021	1256	457	1194
鉄	mg	7.8	2.9	7.4	6.8	2.7	7.1	7.5	2.6	7.2	7.7	3.0	7.3	9.0	3.2	8.6
亜鉛	mg	8.1	2.7	7.7	8.7	2.3	7.9	8.4	2.7	8.7	7.9	2.8	7.3	8.2	2.5	8.2
銅	mg	1.09	0.35	1.04	1.05	0.34	1.09	1.08	0.34	1.05	1.07	0.36	0.99	1.15	0.35	1.12
マンガン	mg	2.87	1.04	2.71	2.87	1.34	3.36	2.69	0.98	2.59	2.89	1.05	2.67	3.14	0.99	3.00
レチノール当量(ビタミンA)	μg	649	405	580	610	309	536	704	589	581	602	343	563	710	285	650
ビタミンD	μg	18.8	15.0	15.2	10.4	7.2	8.0	13.7	7.9	12.1	19.2	15.0	15.3	26.3	19.2	21.6
αトコフェロール(ビタミンE)	mg	7.5	2.8	7.0	7.4	2.1	7.5	7.3	2.7	6.9	7.2	3.0	7.0	8.1	2.9	8.0
ビタミンK	μg	278	161	239	226	183	160	277	143	247	263	157	239	329	179	266
ビタミンB ₁	mg	0.75	0.27	0.71	0.75	0.21	0.70	0.77	0.27	0.75	0.73	0.28	0.69	0.78	0.25	0.73
ビタミンB ₂	mg	1.36	0.48	1.33	1.32	0.37	1.16	1.30	0.45	1.29	1.32	0.51	1.24	1.53	0.48	1.55
ナイアシン	mg	18.2	8.1	16.9	17.4	5.6	17.8	17.6	6.8	17.0	18.3	8.6	16.0	18.9	8.9	17.6
ビタミンB ₆	mg	1.31	0.53	1.27	1.18	0.44	1.23	1.27	0.47	1.28	1.29	0.55	1.18	1.46	0.58	1.39
ビタミンB ₁₂	μg	12.9	9.2	9.8	8.0	4.3	7.2	10.0	5.3	8.8	13.3	9.8	10.0	16.8	11.0	14.0
葉酸	μg	317	129	302	261	150	231	306	123	285	305	119	306	376	141	377
パントテン酸	mg	6.43	2.20	6.14	6.54	1.72	5.84	6.44	2.03	6.54	6.23	2.29	5.83	6.95	2.31	6.70
ビタミンC	mg	99	48	92	66	53	51	89	41	79	96	46	90	125	51	116
コレステロール	mg	412	188	397	402	92	399	405	152	421	385	202	350	477	198	486
総食物繊維	g	11.2	4.4	10.9	9.5	4.4	7.0	11.0	4.3	10.3	10.9	4.3	10.5	13.0	4.6	12.3
水溶性食物繊維	g	2.8	1.2	2.7	2.4	1.2	1.8	2.8	1.2	2.6	2.7	1.1	2.6	3.2	1.2	3.1
不溶性食物繊維	g	8.0	3.1	7.6	6.9	3.1	5.3	7.9	3.0	7.6	7.8	3.0	7.6	9.2	3.2	8.8
食塩相当量	g	11.8	4.0	11.2	11.2	3.8	10.2	11.0	3.5	11.0	11.9	4.2	10.7	12.7	4.1	12.2
飽和脂肪酸	g	16.3	6.8	15.3	19.1	5.3	19.4	16.7	6.0	15.5	15.7	7.4	14.2	16.8	6.6	16.7
一価不飽和脂肪酸	g	20.1	7.7	18.5	24.2	7.4	22.2	20.9	7.1	20.1	19.4	8.3	18.0	19.6	7.0	18.0
多価不飽和脂肪酸	g	13.3	4.8	12.9	15.0	4.5	14.0	13.6	4.6	13.6	12.9	5.2	12.5	13.4	4.4	12.8
n-3系脂肪酸	g	3.0	1.4	2.6	2.8	0.9	2.8	2.7	1.1	2.6	3.0	1.6	2.5	3.3	1.6	3.1
n-6系脂肪酸	g	10.3	3.7	9.7	12.1	3.8	10.8	10.9	3.6	11.1	9.9	3.9	9.3	10.0	3.3	9.3
ショ糖	g	11.5	8.3	9.3	12.3	6.3	11.3	9.9	6.8	8.5	11.3	8.3	9.2	13.7	9.7	10.3
アルコール	g	13.8	21.3	2.5	19.2	29.5	6.9	15.9	20.5	6.6	14.3	21.4	2.5	8.6	20.1	0.0
たんぱく質エネルギー比率	% ^{※1}	15.5	3.3	15.1	13.1	2.2	13.1	14.9	2.7	14.2	15.3	3.1	15.2	17.4	3.6	17.4
脂質エネルギー比率	% ^{※1}	27.5	6.0	27.7	27.5	4.0	27.7	27.7	5.1	26.4	26.8	6.8	27.3	28.7	5.6	28.3
炭水化物エネルギー比率	% ^{※1,2}	57.0	8.4	56.6	59.4	4.5	58.5	57.4	7.4	59.6	57.9	9.3	57.2	53.9	7.7	54.1
動物性たんぱく質比率	%	60.3	9.6	60.7	58.3	5.3	59.7	60.1	7.7	60.5	59.3	11.0	60.4	62.5	9.0	63.4
動物性脂質比	%	51.7	9.8	51.6	50.6	6.6	52.4	52.5	8.1	53.3	50.5	10.7	49.4	53.7	10.2	53.5
飽和脂肪酸E比	%	7.8	2.3	7.6	8.1	2.0	8.2	7.9	2.0	7.4	7.5	2.4	7.4	8.3	2.5	7.8
アルコールエネルギー比率	%	4.9	7.3	1.1	5.6	8.0	2.3	5.5	6.7	2.7	5.2	7.4	1.1	3.0	7.5	0.0

表5の6 栄養素等摂取量(三宅村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上			
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	
	157			15			39			59			44			
エネルギー	kcal	1759	623	1686	1846	829	1767	1747	527	1672	1663	584	1552	1846	672	1828
たんぱく質	g	67.1	31.0	59.0	61.7	28.4	54.6	62.4	21.5	60.0	62.4	29.0	57.2	77.8	38.3	77.9
動物性たんぱく質	g	40.8	25.8	34.2	34.5	19.5	28.0	35.5	16.8	32.6	39.0	25.4	33.2	49.1	32.1	47.8
植物性たんぱく質	g	26.2	9.3	25.0	27.2	11.7	28.1	26.8	8.8	25.2	23.4	7.4	21.9	28.7	10.5	26.7
脂質	g	50.4	22.2	47.0	47.9	25.8	52.0	49.1	15.7	46.1	48.2	20.3	45.0	54.7	27.6	51.6
動物性脂質	g	25.4	13.8	23.3	23.4	12.9	24.3	23.6	8.9	22.8	24.8	13.2	22.7	28.5	17.7	27.3
植物性脂質	g	24.9	10.7	23.5	24.5	13.2	25.2	25.5	9.9	23.6	23.4	9.1	22.9	26.2	12.5	24.9
炭水化物	g	218.8	84.8	204.2	244.7	100.4	247.2	209.7	78.2	205.7	199.5	74.7	187.7	242.9	91.7	227.7
ナトリウム	mg	4366	1646	4175	4217	2036	4294	3954	1262	3819	4112	1455	4049	5067	1837	5251
カリウム	mg	2359	1143	2104	2046	853	2107	2127	789	2054	2187	1059	1924	2856	1421	2738
カルシウム	mg	509	292	434	430	219	372	455	235	419	473	286	399	630	335	550
マグネシウム	mg	240	103	218	215	97	209	230	79	217	223	97	198	274	122	271
リン	mg	1009	476	892	913	422	766	940	351	889	942	451	850	1175	576	1106
鉄	mg	7.5	3.4	6.7	6.5	2.9	6.7	7.0	2.5	6.6	6.9	3.1	6.4	9.0	4.2	8.7
亜鉛	mg	7.5	3.2	6.9	7.0	2.9	6.8	7.2	2.5	6.9	7.0	3.0	6.3	8.3	3.8	7.8
銅	mg	1.04	0.41	0.99	0.99	0.41	1.08	1.00	0.33	0.96	0.95	0.36	0.88	1.21	0.48	1.14
マンガン	mg	2.94	1.16	2.84	2.93	1.46	2.82	2.95	1.06	2.93	2.58	0.98	2.45	3.47	1.20	3.28
レチノール当量(ビタミンA)	μg	655	704	528	522	320	434	569	315	501	569	296	527	918	1216	624
ビタミンD	μg	15.6	13.6	10.4	11.0	9.3	8.7	11.1	10.5	8.9	14.8	12.7	10.2	21.3	16.0	17.7
αトコフェロール(ビタミンE)	mg	6.9	3.2	6.2	5.9	3.0	5.7	6.3	2.5	6.2	6.4	2.8	6.0	8.2	4.0	8.2
ビタミンK	μg	292	185	253	217	111	160	289	144	274	276	179	218	332	233	326
ビタミンB ₁																

表5の7 栄養素等摂取量(御蔵島村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
76				2			31			31			12		
エネルギー kcal	1675	633	1577	2129	298	2129	1644	585	1546	1592	629	1451	1897	775	1734
たんぱく質 g	58.5	26.8	52.3	55.7	4.8	55.7	54.2	17.1	50.2	55.9	27.2	50.0	76.9	40.3	71.9
動物性たんぱく質 g	32.5	21.8	27.7	20.1	10.3	20.1	29.3	14.1	27.8	30.9	20.9	25.5	47.1	34.4	42.5
植物性たんぱく質 g	26.0	8.3	25.8	35.7	15.1	35.7	24.9	7.1	22.6	25.0	8.5	24.5	29.8	8.7	28.3
脂質 g	44.5	22.5	43.1	51.5	2.4	51.5	43.6	14.0	45.1	41.2	26.2	34.1	54.1	30.2	51.7
動物性脂質 g	20.9	12.9	18.7	14.5	10.3	14.5	20.8	9.3	22.7	18.7	12.7	15.3	28.0	19.4	27.7
植物性脂質 g	23.6	11.9	21.4	37.0	12.6	37.0	22.8	6.5	23.3	22.5	14.6	19.5	26.1	14.4	24.9
炭水化物 mg	216.2	82.4	189.7	291.5	156.4	291.5	212.6	84.0	188.3	205.7	80.9	188.1	240.1	70.7	228.9
ナトリウム mg	3850	1420	3808	4425	779	4425	3316	989	3303	3929	1406	3754	4928	1867	4514
カリウム mg	2083	929	1918	2458	691	2458	1860	653	1791	2056	906	1903	2670	1379	2764
カルシウム mg	431	223	414	439	130	439	365	135	350	419	197	407	635	353	604
マグネシウム mg	222	87	219	251	48	251	201	63	199	220	83	227	277	131	285
リン mg	893	390	818	864	25	864	816	250	777	863	391	828	1173	585	1154
鉄 mg	6.6	3.0	6.3	8.0	2.3	8.0	6.0	2.1	5.9	6.4	3.0	5.9	8.5	4.2	9.6
亜鉛 mg	6.5	2.6	6.2	6.0	1.3	6.0	6.5	2.0	6.3	6.1	2.4	5.7	8.0	3.8	8.1
銅 mg	0.96	0.34	0.97	0.97	0.21	0.97	0.92	0.28	0.95	0.94	0.36	0.85	1.12	0.44	1.28
マンガン mg	2.59	1.00	2.51	3.62	0.50	3.62	2.32	0.90	2.15	2.58	1.07	2.35	3.14	0.87	3.10
レチノール当量(ビタミンA) μg	484	296	409	830	46	830	444	221	399	440	302	390	644	393	539
ビタミンD μg	12.5	11.7	8.3	5.7	0.2	5.7	9.0	6.5	7.8	12.8	11.5	8.8	21.9	17.8	19.2
α-トコフェロール(ビタミンE) μg	6.1	3.3	5.7	8.8	2.7	8.8	5.6	1.9	5.7	5.9	3.8	5.6	7.5	4.4	7.3
ビタミンK μg	258	156	244	345	355	345	245	147	191	248	128	264	300	216	282
ビタミンB ₁ mg	0.61	0.27	0.60	0.56	0.02	0.56	0.58	0.21	0.59	0.58	0.27	0.51	0.78	0.40	0.83
ビタミンB ₂ mg	1.08	0.47	1.01	1.20	0.38	1.20	0.98	0.35	0.92	1.05	0.47	1.02	1.38	0.66	1.40
ナイアシン mg	15.7	8.1	15.3	17.9	6.2	17.9	14.0	5.8	12.2	15.6	7.9	15.7	19.9	12.2	18.0
ビタミンB ₆ mg	1.12	0.54	1.09	1.06	0.57	1.06	1.03	0.39	1.00	1.11	0.51	1.15	1.39	0.85	1.53
ビタミンB ₁₂ μg	8.4	7.3	5.7	3.9	0.3	3.9	6.7	4.7	5.5	8.4	6.8	6.4	13.6	11.8	11.3
葉酸 μg	271	124	248	384	243	384	242	100	220	267	108	266	339	174	326
パントテン酸 mg	5.34	2.15	5.18	5.00	0.39	5.50	5.08	1.64	4.92	5.14	2.17	4.94	6.51	3.09	6.69
ビタミンC mg	84	50	77	117	42	117	67	37	60	87	52	83	112	62	96
コレステロール mg	324	188	316	303	129	303	327	132	344	292	215	287	402	235	447
総食物繊維 g	9.8	3.9	9.6	11.5	0.4	11.5	9.0	3.2	8.6	9.6	4.0	9.5	12.1	5.2	12.6
水溶性食物繊維 g	2.6	1.1	2.4	3.1	0.3	3.1	2.3	0.9	2.1	2.5	1.2	2.4	3.0	1.4	3.0
不溶性食物繊維 g	7.0	2.7	6.7	8.3	0.7	8.3	6.4	2.2	6.3	6.8	2.7	6.4	8.7	3.7	9.1
食塩相当量 g	9.7	3.6	9.7	11.1	2.1	11.1	8.4	2.5	8.4	9.9	3.6	9.4	12.5	4.7	11.4
飽和脂肪酸 g	12.0	6.5	11.9	13.4	3.5	13.4	11.9	4.6	12.3	10.6	6.8	8.8	15.8	8.8	17.2
一価不飽和脂肪酸 g	15.6	8.3	14.7	17.8	4.6	17.8	15.5	5.3	15.4	14.3	9.5	11.7	18.7	11.3	16.8
多価不飽和脂肪酸 g	11.0	5.5	10.1	13.5	4.2	13.5	10.6	2.9	11.1	10.8	6.7	9.2	12.0	7.3	10.8
n-3系脂肪酸 g	2.2	1.5	1.9	2.0	0.6	2.0	2.0	0.8	1.8	2.2	1.5	1.8	3.0	2.4	2.4
n-6系脂肪酸 g	8.7	4.2	8.1	11.5	3.5	11.5	8.5	2.4	8.2	8.6	5.4	7.2	8.9	5.1	8.3
ショ糖 g	10.4	11.6	7.8	27.7	32.2	27.7	8.4	5.3	8.0	8.7	10.9	4.8	17.3	17.0	10.8
アルコール g	21.8	34.1	4.9	37.0	51.5	37.0	22.5	30.1	6.9	22.0	37.4	5.8	17.1	36.6	0.0
たんぱく質エネルギー比率 % ^{※1}	14.1	3.5	14.3	10.5	0.6	10.5	13.6	2.7	13.8	14.3	4.0	14.5	15.5	4.0	15.3
脂質エネルギー比率 % ^{※1}	24.0	7.2	24.5	21.9	2.1	21.9	24.9	7.6	26.2	23.4	7.4	22.8	23.9	6.6	25.5
炭水化物エネルギー比率 % ^{※1,2}	61.9	9.9	61.0	67.6	2.6	67.6	61.6	9.7	58.9	62.3	10.7	61.5	60.6	9.5	57.3
動物性たんぱく質比率 %	51.8	13.8	54.2	36.9	21.7	36.9	51.9	13.3	56.8	52.2	12.2	53.9	53.3	18.0	59.5
動物性脂質比率 %	45.2	12.6	46.5	28.7	21.2	28.7	46.0	10.2	46.9	50.0	11.2	46.0	46.8	18.8	48.6
飽和脂肪酸E比 %	6.5	2.3	6.7	5.6	0.7	5.6	6.8	2.5	7.5	6.0	2.0	6.1	7.0	2.5	7.4
アルコールエネルギー比率 %	8.0	10.7	1.9	13.7	19.1	13.7	8.0	9.3	2.8	8.9	12.2	2.2	4.9	9.2	0.0

表5の8 栄養素等摂取量(八丈町、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
488				2			101			210			157		
エネルギー kcal	1883	600	1805	1945	647	1982	1829	517	1779	1877	610	1807	1917	631	1805
たんぱく質 g	74.3	30.1	68.8	64.3	18.9	64.5	66.6	23.3	62.2	72.6	28.9	68.8	82.7	34.4	75.8
動物性たんぱく質 g	44.7	23.2	40.3	35.2	11.8	36.7	38.7	17.2	35.2	43.1	22.2	40.0	51.9	26.9	45.5
植物性たんぱく質 g	29.6	10.4	27.9	29.1	9.4	28.7	27.9	9.2	26.6	29.5	10.6	27.8	30.8	10.9	29.6
脂質 g	56.3	22.7	53.4	57.7	21.5	55.4	56.0	19.6	55.5	54.9	22.9	51.7	58.3	24.4	53.9
動物性脂質 g	28.3	13.6	25.9	27.7	12.0	24.4	27.5	11.3	26.8	27.3	13.8	25.0	30.1	14.9	26.3
植物性脂質 g	28.1	11.5	26.9	30.1	12.0	25.7	28.5	10.3	27.9	27.6	11.5	26.9	28.3	12.3	26.1
炭水化物 mg	242.1	85.6	227.4	270.2	107.2	258.1	229.5	76.7	216.1	242.3	89.0	231.2	246.3	82.7	227.5
ナトリウム mg	4568	1625	4346	3785	1100	3776	4105	1402	3826	4559	1578	4324	4977	1766	4715
カリウム mg	2751	1219	2505	2296	819	2203	2411	888	2298	2687	1184	2478	3112	1391	2970
カルシウム mg	617	303	577	483	229	406	520	236	502	590	284	552	734	336	665
マグネシウム mg	275	109	255	225	71	221	245	86	236	272	103	255	303	127	284
リン mg	1145	471	1058	954	302	951	1015	360	990	1116	442	1058	1292	546	1175
鉄 mg	8.5	3.6	7.9	7.2	2.5	6.6	7.4	2.9	7.0	8.3	3.4	7.9	9.6	4.1	9.2
亜鉛 mg	8.3	3.1	7.9	8.3	2.7	8.1	7.7	2.5	7.6	8.2	3.1	7.6	8.9	3.3	8.5
銅 mg	1.18	0.43	1.12	1.12	0.37	1.12	1.06	0.38	0.99	1.17	0.41	1.09	1.28	0.48	1.24
マンガン mg	3.29	1.21	3.25	3.19	1.24	3.04	2.85	1.18	2.68	3.28	1.14	3.28	3.61	1.24	3.58
レチノール当量(ビタミンA) μg	721	511	605	593	385	438	641	631	504	706	436	595	808	522	701
ビタミンD μg	17.7	13.1	14.2	7.7	4.9	7.2	11.9	8.4	9.3	17.0	11.1	14.7	23.9	15.8	20.7
α-トコフェロール(ビタミンE) μg	7.8	3.5	7.3	6.9	2.6	6.1	7.1	2.7	7.1	7.7	3.4	7.2	8.6	4.1	7.8
ビタミンK μg	353	213	313	285	170	249	311	179	285	345	207	311	397	238	331
ビタミンB ₁ mg	0.81	0.34	0.75	0.78	0.27	0.73	0.74	0.25	0.73	0.79	0.35	0.72	0.89	0.38	0.83
ビタミンB ₂ mg	1.43	0.58	1.34	1.25	0.51	1.17	1.28	0.49	1.24	1.39	0.55	1.34	1.60	0.63	1.46
ナイアシン mg	18.7	8.5	17.2	14.5	4.4	14.2	17.2	6.8	16.5	18.6	7.9	17.6	20.3	10.1	18.1
ビタミンB ₆ mg	1.39	0.62	1.24	1.15	0.35	1.11	1.23	0.46	1.18	1.36	0.59	1.25	1.56	0.71	1.42
ビタミンB ₁₂ μg	11.3	7.6	9.4	6.2	3.2	5.9	8.3	5.5	6.8	11.1	6.5	9.9	14.2	9.3	13.0
葉酸 μg	366	182	333	285	132	240	309	146	282	358	174	334	423	202	379
パントテン酸 mg	6.89	2.71	6.43	6.32	1.92	6.11	6.36	2.23	5.95	6.69	2.68	6.14	7.59	2.98	7.12
ビタミンC mg	123</														

表5の9 栄養素等摂取量(青ヶ島村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
エネルギー kcal	1604	591	1474	1251	419	1109	1495	578	1309	1781	588	1662	1788	649	1529
たんぱく質 g	52.7	22.3	49.3	44.6	13.6	38.5	44.9	16.0	41.1	59.3	22.4	52.9	67.1	36.2	56.1
動物性たんぱく質 g	30.2	18.1	26.2	24.0	7.7	24.1	23.8	13.1	21.3	34.8	17.6	28.7	44.5	31.0	40.0
植物性たんぱく質 g	22.5	9.0	19.8	20.5	9.6	18.1	21.2	8.7	18.9	24.5	9.8	21.2	22.6	6.8	20.2
脂質 g	39.2	16.6	35.8	36.7	10.7	35.8	35.4	16.6	33.5	41.5	16.4	38.9	47.4	21.8	35.7
動物性脂質 g	19.7	10.4	18.0	18.4	6.9	18.8	17.7	11.5	15.3	20.6	9.5	18.6	24.9	12.2	19.9
植物性脂質 g	19.5	7.7	18.5	18.3	5.9	17.8	17.7	6.5	17.0	20.8	8.2	19.8	22.4	10.7	19.1
炭水化物 mg	209.2	86.8	195.8	177.5	78.2	153.0	200.3	96.4	182.3	224.6	79.5	209.7	223.9	88.1	221.2
ナトリウム mg	3592	1350	3378	3237	1221	2973	3173	1090	2862	3993	1330	3848	4117	1997	4123
カリウム mg	1759	845	1521	1391	623	1193	1404	529	1239	2121	916	1972	2206	1120	1953
カルシウム mg	341	201	300	291	137	247	276	149	240	404	215	352	414	307	282
マグネシウム mg	192	81	167	148	67	126	164	55	150	227	85	218	224	109	209
リン mg	790	340	718	638	215	561	677	251	646	900	333	820	985	556	820
鉄 mg	5.6	2.6	4.7	5.1	2.7	4.0	4.5	1.5	4.3	6.5	2.8	5.8	7.0	3.7	6.5
亜鉛 mg	6.1	2.3	5.9	5.4	1.9	4.6	5.4	1.9	5.3	6.7	2.4	6.6	6.9	3.2	6.5
銅 mg	0.86	0.35	0.77	0.76	0.37	0.59	0.75	0.28	0.69	0.99	0.37	0.89	0.95	0.40	0.88
マンガン mg	2.48	1.21	2.31	1.91	1.33	1.48	2.06	0.93	1.75	3.01	1.17	2.69	2.82	1.46	2.36
レチノール当量(ビタミンA) μg	418	314	314	336	252	237	337	195	288	484	377	380	572	427	486
ビタミンD μg	11.3	11.3	7.6	6.7	3.3	7.0	7.9	5.4	5.2	14.0	11.0	8.6	19.8	23.6	10.1
αトコフェロール(ビタミンE) μg	5.3	2.5	4.5	4.8	2.2	4.2	4.5	2.4	3.9	5.8	2.2	5.2	6.9	3.5	6.6
ビタミンK μg	198	164	166	207	206	131	143	80	142	248	209	197	210	133	196
ビタミンB ₁ mg	0.54	0.21	0.49	0.49	0.13	0.44	0.46	0.16	0.42	0.60	0.24	0.55	0.63	0.29	0.63
ビタミンB ₂ mg	0.91	0.41	0.78	0.77	0.40	0.63	0.72	0.27	0.68	1.09	0.43	0.93	1.12	0.48	0.86
ナイアシン mg	14.8	6.9	13.1	9.9	2.9	9.6	12.5	4.8	12.5	17.4	6.6	17.5	19.8	11.1	16.9
ビタミンB ₆ mg	0.99	0.46	0.90	0.72	0.27	0.61	0.80	0.25	0.76	1.19	0.47	1.15	1.33	0.70	1.10
ビタミンB ₁₂ μg	7.6	6.4	5.7	4.4	1.6	4.0	5.2	2.9	4.7	9.6	6.4	6.3	13.0	12.2	9.8
葉酸 μg	224	137	189	180	136	138	169	71	160	279	163	244	283	148	261
パントテン酸 mg	4.70	1.86	4.29	4.15	1.72	3.30	3.98	1.35	3.73	5.38	1.97	4.94	5.63	2.31	5.05
ビタミンC mg	68	51	54	57	42	41	45	24	44	88	61	73	93	57	78
コレステロール mg	272	148	248	244	86	251	223	118	219	291	137	258	417	237	298
総食物繊維 g	8.1	4.7	7.2	7.8	4.7	6.2	6.8	2.5	6.4	9.4	6.2	7.7	9.0	4.5	8.2
水溶性食物繊維 g	2.1	1.2	1.8	2.2	1.2	1.9	1.8	0.7	1.5	2.3	1.7	1.8	2.3	1.0	2.0
不溶性食物繊維 g	5.8	3.2	5.2	5.4	3.3	4.2	4.9	1.9	4.8	6.6	4.1	5.5	6.4	3.2	6.0
食塩相当量 g	9.1	3.4	8.4	8.2	3.1	7.5	8.0	2.8	7.2	10.1	3.4	9.6	10.4	5.0	10.4
飽和脂肪酸 g	10.5	5.0	9.5	10.4	3.1	10.1	9.9	5.7	8.3	10.8	5.0	10.0	11.7	4.7	9.4
一価不飽和脂肪酸 g	13.9	6.1	13.3	12.8	3.5	13.3	12.5	5.9	12.6	14.7	6.1	14.0	17.2	8.2	12.9
多価不飽和脂肪酸 g	9.8	3.9	9.2	8.9	3.6	8.7	8.8	3.6	8.6	10.6	3.8	10.0	11.7	5.3	8.8
n-3系脂肪酸 g	2.0	1.2	1.7	1.6	0.8	1.5	1.6	0.6	1.5	2.3	1.1	2.0	2.9	2.3	1.7
n-6系脂肪酸 g	7.7	2.9	7.5	7.3	2.8	7.1	7.2	3.0	6.6	8.2	2.7	7.9	8.7	3.0	7.1
ショ糖 g	8.6	8.4	6.1	7.1	5.6	5.3	6.6	4.7	6.1	8.5	9.8	5.5	17.9	11.2	16.8
アルコール g	25.3	34.1	5.6	1.7	2.5	0.0	23.9	29.0	15.1	34.9	39.4	20.4	24.7	42.1	0.0
たんぱく質エネルギー比率 % ^{※1}	13.4	3.0	13.0	14.5	2.1	13.9	12.5	3.1	12.0	13.6	3.1	13.2	14.7	3.0	13.2
脂質エネルギー比率 % ^{※1}	22.9	7.4	22.5	27.5	8.1	26.8	22.4	8.4	23.1	21.7	6.2	21.1	23.9	5.4	22.6
炭水化物エネルギー比率 % ^{※1,2}	63.7	9.6	64.6	58.0	9.9	58.8	65.1	10.7	65.0	64.7	8.5	64.6	61.4	7.5	64.7
動物性たんぱく質比率 %	55.3	13.3	55.7	54.6	12.9	52.7	51.5	14.5	51.1	57.4	12.1	56.2	62.6	11.0	59.0
動物性脂質比 %	48.9	10.0	49.1	49.7	9.6	49.6	47.1	11.2	46.9	49.2	9.3	49.3	52.8	8.0	55.7
飽和脂肪酸E比 %	6.3	2.7	5.7	8.0	3.0	7.5	6.3	3.0	5.7	5.8	2.5	5.1	6.0	1.5	5.8
アルコールエネルギー比率 %	9.7	11.9	2.4	0.9	1.2	0.0	10.2	11.2	8.0	12.3	12.6	9.8	9.1	15.2	0.0

表5の10 栄養素等摂取量(小笠原村、総数)

調査人数	総数			20-29歳			30-49歳			50-69歳			70歳以上		
	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値	平均値	標準偏差	中央値
エネルギー kcal	1877	614	1797	2067	736	1827	1885	618	1891	1837	577	1825	1802	630	1631
たんぱく質 g	69.0	24.6	65.0	78.9	30.6	69.0	65.9	20.9	66.2	70.6	28.0	63.2	69.3	22.7	63.4
動物性たんぱく質 g	39.9	19.3	36.2	45.1	21.0	38.3	36.9	15.0	36.3	42.7	23.7	33.8	41.1	18.7	36.2
植物性たんぱく質 g	29.0	9.5	27.3	33.7	13.1	31.4	29.1	9.2	28.5	27.9	9.2	25.8	28.2	8.2	26.1
脂質 g	55.9	22.0	53.0	66.6	23.3	68.2	54.5	17.8	52.7	56.7	26.3	46.4	50.7	22.8	50.4
動物性脂質 g	27.0	12.7	25.7	32.9	11.5	31.3	25.4	10.0	25.3	28.4	15.9	25.6	25.1	12.4	21.4
植物性脂質 g	28.9	11.4	27.4	33.7	13.3	35.9	29.1	9.9	28.0	28.3	11.9	26.7	25.6	13.9	22.8
炭水化物 mg	234.3	89.4	220.6	248.8	117.9	255.5	242.4	89.3	236.6	217.2	80.6	201.0	240.4	90.8	201.0
ナトリウム mg	4226	1405	4168	4395	2152	4072	4101	1222	3998	4245	1452	4222	4637	1311	4546
カリウム mg	2476	978	2410	2677	1132	2490	2292	744	2315	2635	1216	2273	2658	858	2790
カルシウム mg	536	251	497	564	238	542	476	173	471	606	318	559	574	276	515
マグネシウム mg	256	90	250	282	117	257	244	77	249	266	100	242	260	83	260
リン mg	1055	386	1003	1172	448	1041	995	314	990	1103	450	961	1074	406	995
鉄 mg	7.8	3.2	7.3	9.1	4.3	7.8	7.3	2.6	7.1	8.3	3.7	7.6	7.8	2.1	8.6
亜鉛 mg	8.0	2.9	7.7	9.2	2.9	8.3	7.9	2.5	8.1	8.1	3.5	7.0	7.6	2.1	7.2
銅 mg	1.11	0.38	1.06	1.27	0.47	1.14	1.09	0.37	1.09	1.10	0.41	0.98	1.08	0.29	1.05
マンガン mg	2.88	1.15	2.73	3.26	1.56	2.89	2.71	1.04	2.60	2.93	1.23	2.84	3.20	0.91	3.10
レチノール当量(ビタミンA) μg	706	694	553	859	826	650	603	308	541	845	1042	557	593	238	606
ビタミンD μg	13.0	9.1	11.3	12.3	9.2	7.8	11.2	7.2	10.6	14.4	9.4	12.6	18.1	13.9	14.9
αトコフェロール(ビタミンE) μg	7.3	3.1	6.9	8.4	3.4	7.9	6.9	2.2	6.4	7.6	4.1	6.6	7.3	2.6	7.3
ビタミンK μg	337	188	289	399	206	351	312	168	267	359	219	319	329	134	313
ビタミンB ₁ mg	0.75	0.29	0.73	0.86	0.31	0.81	0.71	0.22	0.73	0.79	0.38	0.66	0.76	0.24	0.79
ビタミンB ₂ mg	1.31	0.53	1.21	1.52	0.70	1.22	1.19	0.41	1.18	1.44	0.62	1.28	1.28	0.40	1.28
ナイアシン mg	17.8	7.1	16.5	19.2	10.2	17.7	17.4	6.8	16.2	17.9	7.2	16.7	18.0	5.9	16.6
ビタミンB ₆ mg	1.28	0.50	1.21	1.38	0.63	1.33	1.23	0.45	1.20	1.32	0.56	1.12	1.31	0.4	