

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、令和元年9月1日現在で満1歳以上の者とした。

調査客体は、令和元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37単位区と、令和元年国民健康・栄養調査の対象として抽出された5単位区を合わせた42単位区のうち、令和元年東日本台風の影響により4単位区を除いた38単位区内の世帯を対象とした。

保健所管区	実施単位区数(予定単位区数)	該当市町村
佐久	4	小諸市 佐久市 軽井沢町
上田	4	上田市
諏訪	3	岡谷市 茅野市
伊那	4	伊那市 南箕輪村
飯田	3	飯田市 大鹿村
木曾	1	木曾町
松本	8	松本市 塩尻市 安曇野市
大町	2	松川村
長野	3 (4)	千曲市
北信	2	中野市 飯山市
長野市	3 (6)	長野市

3 集計客体

38単位区内の898世帯（42単位区1,000世帯）のうち、調査の協力が得られた世帯数は511世帯※、世帯員は1,123人※である。

調査項目	調査実施者数
食物摂取状況	895人（うち2日間調査実施者181人）
健康・食生活意識調査	1,018人
身体状況調査	639人
内) 血圧測定	411人
内) 血液検査	393人
歩数	671人（うち2日間調査実施者134人）

調査客体の性年齢階級別の状況は22頁表1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、令和元年9月1日から11月29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

(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) 身体状況調査

身体計測：身長・体重（満1歳以上），腹囲（満20歳以上）
血圧：収縮期（最高）血圧，拡張期（最低）血圧（満20歳以上）〔2回測定〕
血液検査（満20歳以上）
問診（満20歳以上）：①血圧を下げる薬、②脈の乱れを治す薬、③インスリン注射または血糖を下げる薬、④コレステロールを下げる薬、⑤中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬、⑥貧血治療のための薬（鉄剤）⑦運動習慣の有無と1週間の運動日数，運動を行う日の平均運動時間，運動の強さ

(4) 運動量調査（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、臨床検査技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・・・24頁参照
- (2) 身体状況調査票・・・25頁参照
- (3) 食生活・生活習慣意識調査票・・・26頁参照

8 調査方法

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、すべて国民健康・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。

(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) 身体状況調査

地区公民館等、被調査者の集合に便利な場所に会場を設置して実施した。検査方法は国民健康・栄養調査と統一して下記のとおりとした。

ア 身長

素足で両かかとを密接させ、背、臀部及びかかとを身長計の尺柱に接して直立させて両上肢を体側に下げ、頭部を正位に保たせて測定した。ただし、3歳未満の幼児については、乳幼児用身長計を用い、仰臥位において頭部を助手に固定させてできるだけ児の脚を伸展させた位置において、頭部と足蹠間の最短距離を測定した。

イ 体重

できる限り衣服を除いた状態で、体重計の秤台の真中に静かに乗って測定し、測定数値から衣服分を差し引いた。

ウ 腹囲

立位でへその高さで計測した。その際、被調査者には、できるだけ飲食直後の測定を避けるようあらかじめ依頼した。測定時は、両足を揃え、両腕を身体の横に自然に下げてもらい、腹壁に力が入らないようにした。なお、測定者は被調査者の正面に立ち、巻き尺（合成樹脂製JIS規格のもので伸縮による目盛りの狂いの少ないもの）を腹部に直接あてた。巻き尺が水平面できちんと巻かれているかを確認し、普通の呼吸での呼気の終わりに0.5cm までの単位で目盛りを読みとった。

正確な計測を行うため、下着などは着用しないことが望ましいとしたが、被調査者の負担とならないように配慮した。

エ 血圧

① 測定機器

ハイブリッド血圧計を使用した。機種選定の際は、以下の1)～4)について、すべてを満たすものとした。

1) 測定方式：聴診法

2) 加圧方式：送気球による手動加圧

3) 表示方式：バー表示

4) 医療機器分類：管理医療機器又は特定保守管理医療機器

② 血圧測定 の条件

- ・測定前の運動、食事、たばこ、寒冷曝露など血圧測定値に影響があると考えられる条件を避けるようあらかじめ被調査者に依頼した。
- ・排尿後、測定前5分以上の心身の安静をとった後に、座位（椅子）で測定した。
- ・測定部位は右腕の上腕とし、右腕での測定が不可能なものについては左腕で測定した。
- ・上腕を緊縛する衣服を着ている場合は脱衣の上、マンシエットを巻いた。

③ 血圧測定（1回目）の手順

- ・血圧計を垂直に置いた。
- ・手のひらを上に向け、マンシエットの下縁が肘窩の2～3cm上になるように巻いた。巻いた後に指が1～2本入る余裕を持たせた。
- ・測定の際には、肘関節を軽度伸展させ、マンシエットの中心位置が被調査者の心臓と同じ高さにした。
- ・聴診法で収縮期血圧を推測し、推定血圧より30mmHg上（＝加圧目標値）にあげてから、徐々に減圧し、収縮期血圧及び拡張期血圧を測定した。
- ・加圧目標値で既にコロトコフ音が聞こえてくる場合は直ぐさま減圧し、④の手順に従った。

④ 血圧測定（2回目）の手順

- ・1回目の測定後、いったん被調査者のマンシエットを外し、完全に空気を抜いた。
- ・2回目の測定の際には、「1回目と2回目の測定の間、被調査者に深呼吸をさせないこと」に注意した。

オ 血液検査

なるべく食後4時間以上経過後、駆血帯を使用して座位で静脈から採血した。なお血液検査は国民健康・栄養調査と同じ検査機関で行った。（各血液検査項目とその検査方法は17頁参照）

キ 問診

・薬の服用の有無

現在、医師の指示の有無にかかわらず、血圧を下げる薬、脈の乱れを治す薬、インスリン注射または血糖を下げる薬、コレステロールを下げる薬、中性脂肪（トリグリセライド）を下げる薬、貧血治療のための薬（鉄剤）を服用している者を「服用している」とした。

・糖尿病の治療の有無

・医師からの運動禁止の有無

・運動習慣

「運動習慣有り」とは、継続的に次の3項目全部が該当する者とした。

- ① 運動実施頻度が週2回以上
- ② 運動持続時間が30分以上
- ③ 運動継続期間が1年以上

カ 1日の運動量

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。

血液検査方法（国民健康・栄養調査方式）

測定項目	測定方法
血色素量（Hb）	SLS-Hb 法（自動化法）
ヘマトクリット値	シーフローDC 方式（自動化法）
赤血球数	シーフローDC 方式（自動化法）
白血球数	半導体レーザーFCM方式（自動化法）
血小板数	シーフローDC 方式（自動化法）
血糖値	ヘキシキナーゼUV 法
ヘモグロビンA1c	LA 法（ラテックス凝集法）
総コレステロール	コレステロール 酸化酵素法（COD-POD法）
HDL-コレステロール	直接法
LDL-コレステロール	直接法
中性脂肪	酵素法（GK-GPO・遊離グリセロール消去）
総たんぱく質	ビュウレット法
アルブミン	BCP 改良法
クレアチニン	酵素法
血清鉄	ニトロソ-PSAP 法
総鉄結合能（TIBC）	ニトロソ-PSAP 法（計算法）
AST（GOT）	JSCC 標準化対応法
ALT（GPT）	JSCC 標準化対応法
γ-GT（γ-GTP）	JSCC 標準化対応法
尿酸	酵素法（ウリカーゼPOD法）

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（30頁参照）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、今回調査（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）身体状況調査における「高血圧」の判定について

「高血圧治療ガイドライン2019」による血圧の分類を用いた。

	収縮期血圧（最高血圧）（mmHg）		拡張期血圧（最低血圧）（mmHg）
正常血圧	<120	かつ	<80
正常高値血圧	120～129	かつ	<80
高値血圧	130～139	かつ/または	80～89
I度高血圧	140～159	かつ/または	90～99
II度高血圧	160～179	かつ/または	100～109
III度高血圧	≥180	かつ/または	≥110
収縮期高血圧	≥140	かつ	<90

結果図表中の数値は2回の測定値の平均値

高血圧症有病者

収縮期血圧140mmHg以上、または拡張期血圧90mmHg以上、もしくは血圧を下げる薬の服用者。

血圧高めの者（正常高値・高値血圧者）

収縮期血圧120～139mmHg、または拡張期血圧80～89mmHgに該当する者。

なお、令和元年国民健康・栄養調査では「高血圧治療ガイドライン2014」による血圧の分類を用いているため、国調査結果との比較には、高血圧治療ガイドライン2014による血圧の分類を用いた。

(参考) 高血圧治療ガイドライン2014による血圧の分類

	収縮期血圧 (最高血圧) (mmHg)		拡張期血圧 (最低血圧) (mmHg)
至適血圧	<120	かつ	<80
正常血圧	<130	かつ	<85
正常高値血圧	130~139	かつ/または	85~89
I 度高血圧	140~159	かつ/または	90~99
II 度高血圧	160~179	かつ/または	100~109
III 度高血圧	≥180	または	≥110
収縮期高血圧	≥140	かつ	<90

結果図表中の数値は2回の測定値の平均値

高血圧症有病者

収縮期血圧140mmHg以上、または拡張期血圧90mmHg以上、もしくは血圧を下げる薬の服用者。

血圧高めの者 (正常高値血圧者)

収縮期血圧130~139mmHg、または拡張期血圧85~89mmHgに該当する者。

(5) 肥満の判定

肥満の判定は、国民健康・栄養調査と統一して下記のとおり判定した。

15歳以上はBMI (Body Mass Index, 次式) を用いて判定した。

$$BMI = \text{体重kg} / (\text{身長m})^2$$

肥満の判定基準は下記のとおりとした。

判定	低体重 (やせ)	普通	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上25.0未満	25.0以上

(「日本肥満学会 (2011年) による肥満の判定基準」より)

6~14歳における肥満度は、年齢別、身長別標準体重から学校保健統計調査方式により判定した。

	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	-20%以下			20%以上		
判定	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-20%以下 -30%未満	-20%~ +20%	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50%以上

肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重*(kg)) / 身長別標準体重*(kg) × 100 (%)

※身長別標準体重 (kg) = a × 実測身長 (cm) - b

年齢 \ 係数	男子		女子	
	a	b	a	B
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846

12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264

(6) メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の疑いの判定

国民健康・栄養調査の血液検査では、空腹時採血が困難であることから、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の診断基準項目である空腹時血糖値及び中性脂肪値により判定はしていない。本調査においても、令和元年国民健康・栄養調査と同様の判定方法とし、以下に該当する者とした。

メタボリックシンドロームが強く疑われる者

腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上で下記の3項目のうち2項目以上に該当する者とした。

- ①HDLコレステロール40mg/dl未満またはコレステロールを下げる薬または中性脂肪を下げる薬を服用
- ②収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上または血圧を下げる薬を服用
- ③HbA1c(NGSP)値6.0%以上または血糖を下げる薬を服用またはインスリン注射を使用

予備群と考えられる人

腹囲が男性85cm以上、女性90cm以上で上記①～③の3項目のうち1項目以上に該当する者。

(7) 「糖尿病が強く疑われる者」、「糖尿病の可能性を否定できない者」の判定

令和元年国民健康・栄養調査と同様の判定方法とし、下記に該当する者とした。

糖尿病が強く疑われる者

HbA1cの測定値があり、身体状況調査の糖尿病診断の有無に回答した者のうち、HbA1c(NGSP)値が6.5%以上、または、身体状況調査の「現在、糖尿病治療の有無」に「有」と回答した者

予備群と考えられる者

HbA1c(NGSP)値が6.0%以上、6.5%未満で、“糖尿病が強く疑われる者”以外の者

(8) 「脂質異常症が疑われる者」の判定

令和元年国民健康・栄養調査と同様の判定方法とし、下記に該当する者とした。

脂質異常症が疑われる者

HDLコレステロールが40mg/dl未満または薬（コレステロールを下げる薬または中性脂肪を下げる薬）を服用している者。

(9) 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。(23頁表2参照)

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2019」（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、上記に加えて令和元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、さらに平成28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、

$$W_{h,a} = \frac{1}{P_h} \times \frac{N_a}{\sum_{i=1}^{11} \left(\frac{1}{P_i} \times n_{i,a} \right)} \quad \text{として集計をおこなった。}$$

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。

表1 集計客体数

年齢階級	栄養摂取状況			2日間調査			歩数			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	42	26	16	8	5	3	-	-	-	-	-	-
7-14歳	51	33	18	6	5	1	-	-	-	-	-	-
15-19歳	51	23	28	11	2	9	-	-	-	-	-	-
20-29歳	63	33	30	11	6	5	50	24	26	10	5	5
30-39歳	78	33	45	12	6	6	69	30	39	12	6	6
40-49歳	106	42	64	18	9	9	108	45	63	14	7	7
50-59歳	130	64	66	29	12	17	112	57	55	24	9	15
60-69歳	131	67	64	36	19	17	125	64	61	30	16	14
70歳以上	243	101	142	50	20	30	207	88	119	44	19	25
総数	895	422	473	181	84	97	671	308	363	134	62	72
(再掲)20歳以上	751	340	411	156	72	84	671	308	363	134	62	72

年齢階級	身体状況調査			血液検査			食生活・健康意識調査		
	総数	男性	女性	総数	男性	女性	総数	男性	女性
1-6歳	30	19	11	-	-	-	-	-	-
7-14歳	37	23	14	-	-	-	-	-	-
15-19歳	31	15	16	-	-	-	63	30	33
20-29歳	36	18	18	31	14	17	83	40	43
30-39歳	52	21	31	38	15	23	104	46	58
40-49歳	90	34	56	58	20	38	156	65	91
50-59歳	86	35	51	61	26	35	164	82	82
60-69歳	99	47	52	81	41	40	167	84	83
70歳以上	178	77	101	124	56	68	281	116	165
総数	639	289	350	393	172	221	1018	463	555
(再掲)20歳以上	541	232	309	393	172	221	955	433	522

表2 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

令和元年度県民健康・栄養調査
身体状況調査票

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

保健所

【身体計測】

- (1) 身長 (1歳以上) cm
- (2) 体重 (1歳以上) kg
- (3) 腹囲 (20歳以上) cm

計測方法

- 1 調査員が測定
2 被調査者が測定(自己申告)

- (4) 血圧 (20歳以上)
- 1回目
収縮期(最高) mmHg 拡張期(最低) mmHg
- 2回目
収縮期(最高) mmHg 拡張期(最低) mmHg

(5) 血液検査実施の有無 (20歳以上)

- 1 有 2 無 38

【問診】(20歳以上)

(6) 現在の下記の薬の使用有無

- (a) 血圧を下げる薬 1 有 2 無 39
- (b) 脈の乱れを治す薬 1 有 2 無 40
- (c) コレステロールを下げる薬 1 有 2 無 41
- (d) 中性脂肪(トリグリセライド)を下げる薬 1 有 2 無 42
- (e) 貧血治療のための薬(鉄剤) 1 有 2 無 43

(7) これまでに医療機関や健診で糖尿病といわれたことの有無(「境界型である」、「糖尿病の気がある」、「糖尿病になりかけている」、「血糖値が高い」などのようにいわれたことも含む)

- 1 有 2 無 → (8)へ 44

(7-1) 現在、糖尿病治療の有無(通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む)

- 1 有 2 無 → (8)へ 45

(7-2) 現在、どのような状況ですか【複数回答可】

- 1 インスリン注射または血糖を下げる薬を使っている
- 2 通院による定期的な血糖の検査や生活習慣の改善指導を受けている 46

(8) 現在、医師等からの運動※禁止の有無

- 1 有 2 無 47

(9) 運動※習慣

(医師等から運動を禁止されている((8)で「1有」と回答した)者は記載不要)

(a) 1週間の運動日数 日 48

(b) 運動を行う日の平均運動時間 時間 分 49 50 51 52

(c) 運動の継続年数

- 1 1年未満 2 1年以上 53

※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。

診察・聴打診

長野県登録番号
10044

<調査票第4> R-1県民健康・栄養調査

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

食生活・健康についてのアンケート（15歳以上）

問1 あなたの家族構成についてお聞きします。1つ選んで○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

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○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 ()

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○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

問4 外食（飲食店での食事）をする時に、味付けが濃いと思うことはありますか。

1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) よく思う (2) 時々思う (3) あまり思わない

問5 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○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

問6 外食や中食（持ち帰りの弁当や惣菜）を利用する時に、「塩分控えめ」や「野菜たっぷり」などの健康に配慮したメニューを提供するお店があれば利用したいと思いませんか。

1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 利用したい (2) 利用したいとは思わない (3) どちらともいえない

問7 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○印をつけて下さい。

- 朝食 → (1) ほとんど毎日 (2) 5～4回 (3) 3～1回 (4) ほとんどない
 昼食 → (1) ほとんど毎日 (2) 5～4回 (3) 3～1回 (4) ほとんどない
 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8 家族や友人と食べる食事は楽しいですか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 楽しい (2) どちらかといえば楽しい
(3) どちらかといえば楽しくない (4) 楽しくない

問9 あなたは食育に関心がありますか。1つだけ選んで○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

問10 あなたは、お住まいの地域の郷土料理を何種類作ることができますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 7種類以上 (2) 5～6種類 (3) 3～4種類 (4) 1～2種類
(5) 作ることはできない

問11 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つだけ選んで○印をつけて下さい。
(1) はい (2) いいえ

問12 あなたはばっく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○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

調査員記入欄
(こちらには記入しないください)

11

回答番号	欄
(1)	12
(2)	13
(3)	14
(4)	15
(5)	16
(6)	17

18

19

20

21

22
23
24

25

26

27

28

29

問 13 次の枠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、主として糖質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○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

30

問 14 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

31

問 15 あなたは、運動器症候群（ロコモティブシンドローム）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。

- (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

32

問 16 体養についてお聞きします。ここ1ヶ月あなたは睡眠で体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

33

問 17 あなたは寝れがとれにくいと感じますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 寝れがとれにくい (2) 寝れはあまり残り残らない (3) どちらともいえない

34

問 18 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

35

問 19 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

36

問 20 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

37

問 21 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

38

問 22 あなたは、毎年定期的に歯科検診を受けていますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 歯科医院で定期的に受けている
(2) 市町村や職場で実施している歯科検診を定期的に受けている
(3) 定期的には受けていない
(4) 20歳を過ぎてから歯科検診を受けていない

39

ここからは20歳以上の方にお聞きします

問 23 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つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 知っている (2) 知らない → 問 24へ

40

問 23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っていますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。(問 23-2)

- (1) 正常範囲 (2) 高血圧 (3) 低血圧 (4) わからない

41

問24 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○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)

42

問24で(1)～(5)のどれかに○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○印をつけて下さい。(問24-2)

※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

43

問25 あなたはたばこを吸いますか。1つだけ選んで○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

44

問25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○印をつけて下さい。(問25-2)

※加熱たばこは、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気ヒーター等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()

回答番号の欄に○

45
46
47

問25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○印をつけて下さい。(問25-3)

- (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

48

問26 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。次のアからコすべての場所について、それぞれあてはまるものを1つだけ選んで○印をつけて下さい。

※学校、飲食店、遊技場などに勤務していて、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. 全休かつ	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	6
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子供が利用する 屋外の空間 (公園・通学路など)	1	2	3	4	5	6

問27 あなたはCOPD(シー・オー・ピー・ディー)(慢性閉塞性肺疾患)という病気を知っていますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) どんな病気かよく知っている (2) 名前は聞いたことがある (3) 知らない

59

問28 あなたのお住まいの地域についておたずねします。お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか。1つだけ選んで○印をつけて下さい。

- (1) 強くそう思う (2) どちらかといえばそう思う (3) どちらともいえない
 (4) どちらかといえばそう思わない (5) 全くそう思わない

60

問 29 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

61

問 30 あなたは、ここ6か月間で、意図しない2～3kg以上の体重減少がありましたか。

- (1) はい
- (2) いいえ

62

問 31 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～オの質問について当てはまるものを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 お茶や汗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

イ

ウ

エ

オ

63

64

65

66

67

問 32 あなたは、民間や公的機関による定期的な配食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○印をつけてください。

※配食サービスとは、主に自宅での摂取用として、主食、主菜及び副菜の組合せを基本（主食なしのものを含む）とします。1食分を単位とした調理済みの非当形式の食事（冷凍食品、チルド食品等を含む）の配食サービスをさします。

- (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) まったく利用しない

68

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、ペーグル
				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)、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、牛パスタ
		その他の小麦加工品	9	生麩、親生ふ、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(フライ束付け)、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・もちきび、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	13	さつまいも、さつまいも・蒸し、さつまいも・焼き、干しいも、さつまいも(皮つき)、さつまいも(皮つき)・蒸し、むらさきいも(皮むき)、むらさきいも(皮むき)・蒸し
				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、里いも、里いも・水煮、里いも(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	でんぷん・加工品	16	タピオカ粉、くず粉、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	砂糖・甘味料類	17	黒砂糖、和三盆糖、上白糖、三温糖、グラニュー糖、白ざら糖、中ざら糖、角砂糖、氷砂糖、コーヒージュガー、パウダーシュガー、粉あめ、はちみつ、メープルシロップ、水あめ、果糖ぶどう糖液糖、黒蜜、低エネルギー甘味料(還元麦芽糖タイプ)(粉末)、低エネルギー甘味料(還元麦芽糖タイプ)(液状)
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	その他の豆・加工品	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、グリーンピース(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(フライ束付け)、乾燥へにばないんげん、へにばないんげん・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）、ごま（炒り）、ごま（むき）、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、ピスタチオ（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、ぎょうじやんにん、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、しそ葉の葉、じゅうろくささげ、じゅうろくささげ・ゆで、しゅんぎく、しゅんぎく・ゆで、じゅんさい水煮びん詰、すぐきな、せり、せり・ゆで、タアサイ、タアサイ・ゆで、貝割れ大根、葉だいこん、だいこん葉、だいこん葉・ゆで、つまみな、たいさい、たかな、たらすの芽、たらすの芽・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、なずな、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、らら、らら・ゆで、花いら、茎いら、茎いら・ゆで、菜にんにく・ゆで、葉ねぎ、こねぎ、野沢菜、のびる、パクチョイ、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、芽たて、モロヘイヤ、モロヘイヤ・ゆで、ようさい、ようさい・ゆで、線菜、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）、スナップエンドウ、グリーンピース、グリーンピース・ゆで、グリーンピース（冷凍）、グリーンピース水煮缶、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、葉しょうが、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、すぐきな根、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、とうがら、とうがら・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、エシャレット、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）
								漬け物	13	葉類漬け物	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・その他の漬け物	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、しょうが（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（しほ漬）、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、れんこん甘酢漬、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）、スタッフォードオリーブ（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, バレンシアオレンジ, 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, はっさく, 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), アデモヤ, 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, グァバ (赤肉種), グーズベリー, 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, 生ブルーベリー, ドライブルーベリー, 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), ネクタリン, 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), グァバ (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), マーメイド (高糖度), マーメイド (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, グァバ20%果汁入り飲料, グァバ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, えのきたけ味付け缶詰, 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, 乾しいたけ甘煮, 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, 干し羅臼こんぶ, 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, 干し利尻こんぶ, 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), とごろん, 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、かれない類	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、いとよりだい、いとよりだい・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、アラスカメムケ、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、すずき、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、なます、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、ほうばう、ホキ、ほつじ、ぼら、ほんもろこ、マジェランあいなめ、まながつお、むつ、むつ・水煮、めじな、めぼる、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、とりが貝、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、ほたてが貝、ほたてが貝・水煮、ほたてが貝柱、ほっきがい、みるがい、みるがい・水管、うに、しじみ・水煮、ほたてが貝柱・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、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、やうりか、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、バナメイえび、さくらえび生
				魚介加工品	20	魚介(塩蔵、生干し、乾物)
		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、いかなご佃煮、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、わかさぎ佃煮、あさり佃煮、はまぐり佃煮、えび佃煮、ほたるいか佃煮、切りいか佃煮、いかにあられ、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、はんぺん、さつま揚げ、黒はんぺん、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)、和牛かたローズ、和牛かたローズ(皮下脂肪なし)、和牛かたローズ(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)、牛かたローズ、牛かたローズ(皮下脂肪なし)、牛かたローズ(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、牛もも(皮下脂肪なし)、牛もも(皮下脂肪なし)・焼き、牛もも(皮下脂肪なし)・ゆで、牛もも(赤肉)、牛もも(脂身)、牛もも(脂身)、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)、輸入牛かたローズ、輸入牛かたローズ(皮下脂肪なし)、輸入牛かたローズ(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)、豚かたローズ、豚かたローズ(皮下脂肪なし)、豚かたローズ(赤肉)、豚かたローズ(脂身)、豚ローズ、豚ローズ・焼き、豚ローズ・ゆで、豚ローズ(皮下脂肪なし)、豚ローズ(赤肉)、豚ローズ(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)、豚ヒレ(赤肉)、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、シヨルダーハム、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、シヨルダーベーコン、ウインナーソーセージ、ヒミドアインソーセージ、ドアインソーセージ、フランクフルトソーセージ、ポロニアソーセージ、リオナソーセージ、レバーソーセージ、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)、しちめんちよう(皮なし)、すずめ(骨あり)、はと(皮なし)、ほろほろちよう(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、レバーペースト、スモークレバー、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、くじらうねす、くじら本皮、さらしくじら		
		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、ビーターン
						その他の肉・加工品	69	いなご佃煮、かえる、すっぽん、はちの子缶詰
		乳類	13	牛乳・乳製品	26	牛乳	71	ジャージー種牛乳、ホルスタイン種牛乳、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・粉末状(植物性脂肪)、アイススクリーム(高脂肪)、アイススクリーム(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	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、ファットスプレッドマーガリン
				植物性油脂	78	オリーブ油、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、かのこ、かるかん、きび団子、ぎゅうひ、きりざんじょ、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）、げっぺい、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、わりきり、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、蒸ししょうかん、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、ポーロ（小粒）、そばポーロ、松風、みしま豆、八つ橋、らくがん、麦らくがん、もろこしらくがん、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、オイルスブレックラッカー、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、ゼリービーンズ、チャイナマール、ドロップ、バタースコッチ、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、コーヒーゼリー、ミルクゼリー、ワインゼリー、パバロア、コーンスナック、ポテトチップス、成形ポテトチップス、カパ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、こんにやくゼリー
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、ウォッカ、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
		その他の調味料	97	本みりん、本直しみりん、トウバンジャン、チリペッパーソース、ラー油、穀物酢、米酢、ワインピネガー、りんご果実酢、固形ブイヨン、顆粒和風だし、ストレートめんつゆ、三倍濃厚めんつゆ、オイスターソース、マーボー豆腐の素、ミートソース、トマトピューレー、トマトペースト、トマトケチャップ、トマトソース、チリソース、ノンオイル和風ドレッシング、フレンチドレッシング、サウザンアイランドドレッシング、カレールウ、ハヤシルウ、酒かす、みりん風調味料、黒酢、バルサミコ酢、顆粒おでん用調味料、顆粒中華だし、甘酢、エビチリの素、黄身酢、ごま酢、ごまだれ、三杯酢、二杯酢、すし酢、中華風合わせ酢、デミグラスソース、テンメンジャン、ナンパラー、冷やし中華のたれ、ホワイトソース、ぼん酢しょうゆ、マリネ液、焼き鳥のたれ、焼き肉のたれ、みたらしのたれ、ゆずこしょう、和風ドレッシング、ごまドレッシング、辛子酢みそ、ごまみそ、酢みそ、練りみそ、さけ茶漬の素、即席すまし汁、たまごふりかけ、魚醤油いかなごしょうゆ、魚醤油いしる、魚醤油しよつる、キムチの素、ぼん酢しょうゆ（市販）、料理酒、コンクリームスープ・粉末タイプ、コンクリームスープ・レットパウチ、クリームシチュールー（固形）、チャーハンの素（液状）、中華そば（スープ・とんこつ）、焼きそば粉末ソース、かつお風味ふりかけ、しそふりかけ、インスタントラーメン（油揚げ味付けのスープ）、インスタントラーメン（油揚げ麺のスープ）、インスタントラーメン（非油揚げ麺のスープ）、中華カップめん（油揚げ麺のスープ）、中華カップめん（非油揚げ麺のスープ）、和風カップめん（油揚げ麺の汁）、わかめスープ（粉末）		
		香辛料・その他	33	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）、カレー粉、クローブ、黒こしょう、白こしょう、こしょう（混合）、粉ざんしょう、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）		