

むかわ町食生活実態調査 報告書

酪農学園大学 農食環境学群 食と健康学類

小林 道

1 調査の目的

むかわ町では、メタボリックシンドローム該当者が増加傾向であり、生活習慣に起因する疾患が多いことから、生活習慣病予防のために食習慣の改善を必要とする可能性がある。本調査では、町民の食品群別摂取量及び栄養素等摂取量の状況を把握・分析するとともに、健康むかわ21（第二次計画）の最終評価と次期計画の基礎資料とする。また、沿岸部である鶴川地区と内陸部である穂別地区の地域差を明らかにし、町民の健康増進を図るための基礎資料とする。

2 調査内容

1) 食習慣調査

簡易型自記式食事歴法質問票（Brief-type self-administered Diet History Questionnaire: 以下BDHQという）を用いた。質問項目は、性別、生年月日、身長、体重、妊娠授乳の有無と過去1か月間における56品目の食品・飲料の摂取頻度、肉や魚料理の摂取頻度、平均的な1日のご飯と味噌汁の摂取量等である。

2) 生活習慣と健康に関する調査票

質問項目は、世帯構成、配偶者の有無、既往歴等の健康に関する項目、学歴、職業、生活習慣（運動、喫煙、朝食・外食等の食習慣）、睡眠、心の健康、健康情報の利用等とした。

3 調査方法

1) 調査期間

2022年6月～9月

2) 調査対象と抽出方法

本調査の対象者は、健康診断の受診者及び層化無作為抽出によって選定された。

3) 質問紙と配付・回収

郵送による配付を行い、健診受診者には回答された質問紙を健診時に持参してもらい回収した。健診受診者以外の対象者は郵送による回収を実施した。

4) 解析方法

食品群別摂取量・栄養素等摂取量は、総エネルギー摂取量が600kcal未満または

4,000kcal 以上の対象者を過小・過大申告として除外し、性・年齢階級・地域別に算出を行った。摂取量の群間比較は、性別及び地域間の比較は対応のない t 検定、年齢別の比較は一元配置分散分析を実施した。朝食、中食、外食、遅い夕食、夜食の摂取頻度の群間比較は χ^2 検定を用いた。また、BDHQ で得られた身長と体重の数値によって体格指数 (Body Mass Index 以下、BMI という) を算出した。統計解析における有意水準は全て 5% とし、有意差が認められた項目については図表に記号を記載し、脚注にて説明した。

4 調査回収結果

質問紙票は、623 名から回収し、そのうち BDHQ 及び生活習慣票への未回答者数は 7 名であった。未回答者を除く 616 名のうち、総エネルギー摂取量 600kcal 未満の過小申告があった者は 3 名であり、食品・栄養素摂取量のデータが利用可能な解析対象者数は 613 名であった。解析対象者の性別の内訳は男性 261 名、女性 352 名、地域別の内訳は鷗川地区 449 名 (男性 190 名、女性 259 名)、穂別地区 164 名 (男性 71 名、女性 93 名) であった。

年齢 (歳)	男性		女性	
	鷗川	穂別	鷗川	穂別
20-29	11	6	12	5
30-39	10	3	17	3
40-49	21	7	29	8
50-59	23	8	26	10
60-69	37	17	60	24
70 以上	88	30	115	43
合計	190	71	259	93

5 報告書について

本調査で用いた食事調査は、研究参加者の自己申告による質問紙調査であり、実際の摂取量の絶対値を示すものでないこと、得られた値については、過小・過大申告による誤差が存在することに留意する必要がある。更に、本報告書では、一部の食品群や栄養素等摂取量において、国民健康・栄養調査の値との比較を実施しているが、調査方法が異なるため、値の比較は参考とされたい。

本調査における標本は、町民全体の10%に満たないものの、健診受診者のみならず年代別に層化無作為抽出を行うことにより可能な限りデータの偏りを少なくしているため、一定の信頼性はあると考えられ、相対的な値として集団内の比較等に用いることにより、町の健康施策を検討するための資料として使用することが可能と考える。

6 集計結果

1)-1. 性・年齢階級別の BMI の分布

男性の BMI の分布は、いずれの年代も国民の平均と比較して肥満の割合が高く、女性では、50-64 歳及び 75 歳以上で肥満の割合が高かった。男性・女性のいずれも年齢階級間の BMI の分布に有意差は認められなかった。

BMI (kg/m ²)	男性			
	20-49 歳	50-64 歳	65-74 歳	75 歳以上
	n = 57	n = 43	n = 65	n = 96
やせ (18.5 未満)	5.3	2.3	4.6	5.2
適正 (18.5~25 未満)	54.4	46.5	52.3	59.4
肥満 (25 以上)	40.4	51.2	43.1	35.4
BMI (kg/m ²)	女性			
	20-49 歳	50-64 歳	65-74 歳	75 歳以上
	n = 65	n = 56	n = 108	n = 116
やせ (18.5 未満)	7.7	5.4	8.3	8.6
適正 (18.5~25 未満)	69.2	53.6	62.0	59.5
肥満 (25 以上)	23.1	41.1	29.6	31.9

BMI (Body Mass Index) : 体重 (kg) を身長 (m) の二乗で除した体格指数
 数値は%、年齢区分は日本人の食事摂取基準 2020 年版を参照した。

1)-2. 性別・地区別の BMI の分布

男性・女性ともに地区間の BMI の分布に有意差は認められなかったが、穂別地区の女性で肥満の割合が高い傾向であった。

BMI (kg/m ²)	男性			女性		
	全数	鷗川	穂別	全数	鷗川	穂別
	n = 261	n = 190	n = 71	n = 345	n = 258	n = 87
やせ (18.5 未満)	4.6	3.7	7.0	7.8	8.1	6.9
適正 (18.5~25 未満)	54.4	56.3	49.3	61.2	63.2	55.2
肥満 (25 以上)	41.0	40.0	43.7	31.0	28.7	37.9

BMI (Body Mass Index) : 体重 (kg) を身長 (m) の二乗で除した体格指数

数値は%

2)-1. 性別・地区別の食品群別摂取量

男性・女性ともに、地区間の食品群別摂取量に有意差は認められなかった。

食品群 (g)	男性			女性		
	全数	鷗川	穂別	全数	鷗川	穂別
	n = 261	n = 190	n = 71	n = 352	n = 259	n = 93
穀類	429	419	456	327	328	324
いも類	41	39	45	36	36	39
豆類	62	62	62	67	69	61
緑黄色野菜類	90	87	98	99	97	106
その他の野菜類	144	143	148	147	150	138
総野菜類摂取量	234	230	246	246	247	244
果実類	87	89	82	84	83	86
魚介類	84	85	81	83	85	78
肉類	68	70	64	61	60	64
卵類	42	42	41	37	38	34
乳類	149	147	154	145	148	136
菓子類	36	37	32	37	38	34

数値は平均値

総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

2)-2. 男性の食品群別摂取量

食品群別摂取量は、年齢階級間でそれぞれ異なる分布を示したが、穀類・肉類以外では、70歳代以上が最も摂取量が高かった。豆類・緑黄色野菜類・その他の野菜類は20歳代で最も摂取量が低かった。

食品群 (g)	年齢 (歳)					
	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70 以上
	n = 17	n = 13	n = 28	n = 31	n = 54	n = 118
穀類	440	403	471	418	418	428
いも類 [†]	29	27	30	24	33	54
豆類 [†]	26	33	54	62	48	79
緑黄色野菜類 [†]	56	70	58	80	81	112
その他の野菜類 [†]	78	116	79	132	129	182
総野菜類摂取量 [†]	134	187	137	212	210	294
果実類 [†]	66	62	62	71	73	109
魚介類 [†]	51	53	49	88	79	102
肉類 [†]	70	70	81	87	63	62
卵類	34	29	36	45	38	47
乳類 [†]	127	120	104	145	136	172
菓子類 [†]	29	30	32	30	27	43

数値は平均値 赤字：項目ごとの最小値 青字：項目ごとの最大値

総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

[†]有意差あり

2)-3. 女性の食品群別摂取量

食品群別摂取量は、年齢階級間でそれぞれ異なる分布を示したが、穀類・肉類以外では、おおむね年齢が高いほど摂取量が高く、穀類・豆類・緑黄色野菜類・その他の野菜類・魚介類は、20歳代で最も摂取量が低かった。

食品群 (g)	年齢 (歳)					
	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70 以上
	n = 17	n = 20	n = 37	n = 36	n = 84	n = 158
穀類	278	384	349	330	341	311
いも類	29	29	35	21	35	43
豆類 [†]	38	50	61	54	74	73
緑黄色野菜類 [†]	64	111	100	81	92	109
その他の野菜類 [†]	83	131	156	97	147	165
総野菜類摂取量	147	242	256	178	240	274
果実類 [†]	65	65	49	73	87	97
魚介類 [†]	35	63	72	51	89	98
肉類	69	68	72	64	62	56
卵類	40	36	32	30	39	38
乳類 [†]	116	171	103	88	140	170
菓子類	36	28	34	33	35	41

数値は平均値 赤字：項目ごとの最小値 青字：項目ごとの最大値

総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

[†]有意差あり

3)-1. 性別・地区別の栄養素等摂取量

男性・女性ともに、地区間の栄養素等摂取量に有意差は認められなかった。

栄養素等	男性			女性		
	全数	鷗川	穂別	全数	鷗川	穂別
	n = 261	n = 190	n = 71	n = 352	n = 259	n = 93
エネルギー (kcal)	1,908	1,903	1,920	1,539	1,552	1,501
たんぱく質 (g)	71.0	71.4	69.9	65.4	66.3	62.9
脂質 (g)	51.9	52.0	51.4	47.0	47.5	45.6
カリウム (mg)	2,421	2,418	2,429	2,324	2,348	2,257
カルシウム (mg)	532	534	529	533	546	497
食物繊維 (g)	11.5	11.3	11.8	10.9	10.9	10.6
食塩相当量 (g)	11.5	11.5	11.3	9.9	10.0	9.8

数値は平均値

3)-2. 栄養素等摂取量（男性）

60歳代を除くと、年齢が高くなるほど、エネルギー摂取量及び栄養素等摂取量が高くなる傾向が認められた。

栄養素等	年齢（歳）					
	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70以上
	n = 17	n = 13	n = 28	n = 31	n = 54	n = 118
エネルギー（kcal） [†]	1,688	1,616	1,885	1,905	1,825	2,015
たんぱく質（g） [†]	56.6	55.9	61.5	74.2	65.5	78.6
脂質（g）	49.9	47.1	47.0	55.9	47.5	54.8
カリウム（mg） [†]	1,680	1,829	1,932	2,335	2,212	2,827
カルシウム（mg） [†]	378	371	383	522	484	632
食物繊維（g） [†]	8.2	8.9	8.5	10.9	10.4	13.6
食塩相当量（g） [†]	9.6	9.7	9.6	11.6	10.7	12.7

数値は平均値

[†]有意差あり

3)-3. 栄養素等摂取量（女性）

50歳代を除くと、年齢が高くなるほど、エネルギー摂取量及び栄養素等摂取量が高くなる傾向が認められた。

栄養素等	年齢（歳）					
	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70以上
	n = 17	n = 20	n = 37	n = 36	n = 84	n = 158
エネルギー（kcal）	1,311	1,579	1,557	1,406	1,592	1,556
たんぱく質（g） [†]	48.1	61.9	61.8	52.5	68.0	70.0
脂質（g）	45.6	45.2	46.3	42.2	48.1	48.1
カリウム（mg） [†]	1,510	2,206	2,199	1,790	2,371	2,553
カルシウム（mg） [†]	335	530	439	360	543	610
食物繊維（g） [†]	7.2	10.2	10.7	8.3	11.0	11.8
食塩相当量（g） [†]	7.8	9.7	9.0	8.1	10.4	10.6

数値は平均値

[†]有意差あり

4)-1. BMI 区分による食品群別摂取量

男性では、BMI 区分間で食品群別摂取量に有意差は認められなかった。女性では、BMI25 以上で、緑黄色野菜類及び総野菜類摂取量が有意に低かった。

食品群 (g)	男性			女性		
	BMI (kg/m ²)					
	18.5 未満	18.5~25 未満	25 以上	18.5 未満	18.5~25 未満	25 以上
	n = 12	n = 142	n = 107	n = 30	n = 211	n = 107
穀類 [†]	406	431	429	276	320	347
いも類	45	42	39	48	38	31
豆類	60	65	59	72	71	59
緑黄色野菜類 [†]	70	96	85	117	104	86
その他の野菜類	129	146	143	166	153	133
総野菜類摂取量 [†]	199	242	229	282	257	219
果実類	78	90	83	90	82	88
魚介類	79	77	95	90	81	85
肉類	59	65	74	56	61	62
卵類	33	42	43	35	39	35
乳類	102	148	155	170	147	139
菓子類	30	38	33	39	37	36

数値は平均値 (g) 総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

BMI (Body Mass Index) : 体重 (kg) を身長 (m) の二乗で除した体格指数

[†]女性のみ有意差あり

4)-2. BMI 区分による栄養素等摂取量

男女ともに、BMI 区分間で栄養素等摂取量に有意差は認められなかった。

栄養素等	男性			女性		
	BMI (kg/m ²)					
	18.5 未満	18.5~25 未満	25 以上	18.5 未満	18.5~25 未満	25 以上
	n = 12	n = 142	n = 107	n = 27	n = 211	n = 107
エネルギー (kcal)	1,721	1,900	1,938	1,497	1,532	1,556
たんぱく質 (g)	62.8	69.4	74.0	66.6	65.4	65.0
脂質 (g)	46.9	49.9	55.1	44.6	47.2	47.3
カリウム (mg)	2,133	2,430	2,441	2,542	2,378	2,193
カルシウム (mg)	431	529	548	595	542	509
食物繊維 (g)	10.4	11.8	11.2	11.7	11.2	10.1
食塩相当量 (g)	10.7	11.3	11.8	10.0	9.9	10.0

数値は平均値

BMI (Body Mass Index) : 体重 (kg) を身長 (m) の二乗で除した体格指数

5)-1. 高血圧・糖尿病・脂質異常症の既往歴による食品群別摂取量（男性）

高血圧の既往歴有り群と比較して無し群で豆類・緑黄色野菜類・その他の野菜類・魚介類・卵類の摂取量が有意に低かった。糖尿病の既往歴有り群と比較して無し群でその他の野菜類摂取量が有意に低く、脂質異常症の既往歴有り群と比較して無し群で緑黄色野菜類の摂取量が低かった。

食品群（g）	高血圧		糖尿病		脂質異常症	
	有り	無し	有り	無し	有り	無し
	n = 102	n = 159	n = 42	n = 219	n = 35	n = 226
穀類	442	421	411	432	409	432
いも類	46	38	42	41	42	40
豆類	75 [†]	54 [†]	60	63	52	64
緑黄色野菜類	105 [†]	81 [†]	110	87	128 [†]	85 [†]
その他の野菜類	168 [†]	129 [†]	174 [†]	138 [†]	163	141
総野菜類摂取量	272 [†]	210 [†]	285 [†]	225 [†]	291 [†]	226 [†]
果実類	96	81	77	89	91	86
魚介類	105 [†]	71 [†]	88	84	91	83
肉類	68	68	70	68	73	68
卵類	49 [†]	38 [†]	42	42	37	43
乳類	147	149	161	146	160	147
菓子類	40	32	42	34	35	36

数値は平均値 総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

[†] 既往歴の有無間で有意差あり

5)-2. 高血圧・糖尿病・脂質異常症の既往歴による食品群別摂取量（女性）

高血圧の既往歴有り群と比較して無し群で肉類の摂取量が有意に高く、乳類の摂取量が有意に低かった。

食品群（g）	高血圧		糖尿病		脂質異常症	
	有り	無し	有り	無し	有り	無し
	n = 123	n = 229	n = 40	n = 312	n = 69	n = 283
穀類	318	331	330	326	320	329
いも類	36	37	41	36	39	36
豆類	65	68	77	66	65	68
緑黄色野菜類	93	102	110	98	107	97
その他の野菜類	144	149	159	145	154	145
総野菜類摂取量	237	250	269	243	261	242
果実類	82	85	88	84	95	81
魚介類	83	83	98	81	91	81
肉類	55 [†]	64 [†]	52	62	65	60
卵類	36	37	37	37	35	37
乳類	160 [†]	136 [†]	149	144	151	143
菓子類	39	36	33	38	44	35

数値は平均値

総野菜類摂取量：緑黄色野菜類とその他の野菜類の合計値

5)-3. 高血圧・糖尿病・脂質異常症の既往歴による栄養素等摂取量（男性）

高血圧の既往歴有り群と比較して無し群でエネルギー摂取量及び栄養素等摂取量が有意に低かった。

栄養素等	既往歴					
	高血圧		糖尿病		脂質異常症	
	有り	無し	有り	無し	有り	無し
	n = 102	n = 159	n = 42	n = 219	n = 35	n = 226
エネルギー (kcal)	2,073 [†]	1,802 [†]	1,929	1,904	1,883	1,911
たんぱく質 (g)	78.9 [†]	65.9 [†]	72.9	70.6	72.1	70.8
脂質 (g)	55.9 [†]	49.3 [†]	54.8	51.3	52.7	51.7
カリウム (mg)	2,701 [†]	2,242 [†]	2,574	2,392	2,587	2,395
カルシウム (mg)	592 [†]	494 [†]	571	525	566	527
食物繊維 (g)	12.8 [†]	10.6 [†]	12.4	11.3	12.2	11.4
食塩相当量 (g)	12.4 [†]	10.9 [†]	11.7	11.4	11.7	11.4

数値は平均値

[†]既往歴の有無で有意差あり

5)-4. 高血圧・糖尿病・脂質異常症の既往歴による栄養素等摂取量（女性）

それぞれの既往歴の有無でエネルギー摂取量・栄養素等摂取量に有意差は認められなかった。

栄養素等	既往歴					
	高血圧		糖尿病		脂質異常症	
	有り	無し	有り	無し	有り	無し
	n = 123	n = 229	n = 40	n = 312	n = 69	n = 283
エネルギー (kcal)	1,517	1,551	1,542	1,538	1,567	1,532
たんぱく質 (g)	64.8	65.7	68.8	64.9	68.2	64.7
脂質 (g)	46.3	47.4	46.0	47.2	49.0	46.6
カリウム (mg)	2,295	2,340	2,449	2,308	2,426	2,299
カルシウム (mg)	549	524	587	526	556	527
食物繊維 (g)	10.8	10.9	11.5	10.8	11.1	10.8
食塩相当量 (g)	10.0	9.9	10.7	9.8	10.2	9.9

数値は平均値

6)-1. 食習慣（男性）

年齢が低いほど朝食の欠食頻度と外食の頻度が高かった。中食の利用頻度、就寝直前の夕食の頻度は40歳代で最も高かった。

食習慣		年齢					
		20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70以上
		n = 17	n = 13	n = 28	n = 31	n = 54	n = 118
朝食 [†]	ほぼ毎日食べる	64.7	53.9	60.7	74.2	90.7	94.1
	週2~5日	17.7	7.7	17.9	6.5	1.9	2.5
	ほとんど食べない	17.7	38.5	21.4	19.4	7.4	3.4
外食 [†]	ほぼ毎日食べる	0.0	7.7	0.0	0.0	0.0	1.0
	週1~4日	35.3	38.5	25.0	6.5	11.1	7.6
	ほとんど食べない	64.7	53.9	75.0	93.6	88.9	92.4
中食 [†]	ほぼ毎日食べる	11.8	7.7	3.6	9.7	7.4	0.9
	週1~4日	17.7	30.8	46.4	16.1	20.4	14.5
	ほとんど食べない	70.6	61.5	50.0	74.2	72.2	84.6
就寝直前の 夕食 [†]	ほぼ毎日	5.9	7.7	14.3	3.2	11.1	18.6
	週1~4日	35.3	53.9	46.4	32.3	27.8	13.6
	ほぼ食べない	58.8	38.5	39.3	64.5	61.1	67.8
夕食後の 間食・夜食	ほぼ毎日	5.9	7.7	3.6	12.9	7.4	6.8
	週1~4日	35.3	30.8	42.9	38.7	33.3	25.6
	ほぼ食べない	58.8	61.5	53.6	48.4	59.3	67.5

数値は%

[†]有意差あり

6)-2. 食習慣（女性）

20歳代で朝食の欠食頻度と外食・中食の利用頻度が夕食後の間食・夜食の頻度が高かった。就寝直前の夕食の頻度は40歳代で最も高かった。

食習慣		年齢					
		20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70以上
		n = 17	n = 20	n = 37	n = 36	n = 84	n = 158
朝食 [†]	ほぼ毎日食べる	41.2	70.0	62.2	77.8	94.1	96.8
	週2～5日	29.4	20.0	21.6	13.9	3.6	1.9
	ほとんど食べない	29.4	10.0	16.2	8.3	2.4	1.3
外食 [†]	ほぼ毎日食べる	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6
	週1～4日	52.9	15.0	10.8	13.9	4.9	6.3
	ほとんど食べない	47.1	85.0	89.2	86.1	95.1	93.0
中食 [†]	ほぼ毎日食べる	5.9	5.0	2.7	0.0	0.0	1.3
	週1～4日	52.9	45.0	35.1	33.3	29.6	11.5
	ほとんど食べない	41.2	50.0	62.2	66.7	70.4	87.3
就寝直前の 夕食 [†]	ほぼ毎日	5.9	5.0	5.4	0.0	1.2	5.8
	週1～4日	29.4	20.0	27.0	25.0	19.5	8.3
	ほぼ食べない	64.7	75.0	67.6	75.0	79.3	85.9
夕食後の 間食・夜食 [†]	ほぼ毎日	5.9	5.0	2.7	16.7	6.0	5.1
	週1～4日	64.7	45.0	48.7	41.7	31.0	24.1
	ほぼ食べない	29.4	50.0	48.7	41.7	63.1	70.9

数値は%

[†]有意差あり

7 まとめ

1) BMI について

BMI25 以上の肥満の割合は、男女ともに令和元年国民健康・栄養調査の国民平均（男性 33.0%、女性 22.3%）よりも高かった。一方でやせの割合は、国民平均と同程度であった。本調査では、健診受診者が多く平均年齢が高かったことをかんがみても、肥満者の割合が高い傾向が認められた。よって、町民への肥満対策は重要と捉えることができる。鶴川地区と穂別地区の地域間比較では、穂別地区で男女ともに肥満とやせの割合が高い傾向が認められた。穂別地区のサンプル数は鶴川地区の半数以下で、誤差の可能性もあるため、保健指導等を通じてそれぞれの町民の体格の特徴を把握する必要があると考えられる。

2) 食品群別摂取量・栄養素摂取量について

鶴川地区・穂別地区の地域間比較では、いずれの摂取量にも有意差が認められなかった。性・年齢階級別の比較では、いくつかの摂取量に有意差が認められた。特に生活習慣病の予防にも関わる野菜類摂取量は、男女ともに 70 歳代が最も高かったものの、それより下の年代では、最も近い 60 歳代でも男性では約 100g、女性では約 30g 下回っていた。加えて、野菜摂取量は男女ともに 20 歳代が最も低く、次いで男性では 40 歳代、女性では 50 歳代で低かった。これはカリウム摂取量に顕著に表れており、男性でおおむね必要量とされる 2,500mg に届いた年代は 70 歳代のみであり、女性の 20 歳代と 50 歳代では、女性のおおむね必要量である 2,000mg に届いていない。一方で、生活習慣病予防のためのカリウムの目標量は、男性で 3,000mg 以上、女性で 2,600mg 以上であり、むかわ町ではいずれの性別・年代においても届いていない。これは同じく生活習慣病予防に効果がある食物繊維の摂取量も同様である。加えて、むかわ町における健康日本 21（第二次）の野菜類摂取量目標値：350g 以上の割合は、男性 20.3%、女性 19.6%であり、令和元年度国民健康・栄養調査結果の男性 30.1%、女性 26.5%よりも下回っている。よって、野菜類摂取量の増加は、生活習慣病予防を目指した栄養・食生活の改善において重要な課題であると考えられる。

3) 生活習慣病の既往歴について

生活習慣病の既往歴の比較では、男性では高血圧と糖尿病の既往有り及び女性では高血圧の既往有り、野菜類摂取量等が有意に高かった。この結果から、これらの病気の既往により、野菜摂取量を多くすることを心がけている可能性がある。この結果から、生活習慣病の既往が無い町民にも目を向け、生活習慣病の一次予防を目指した食生活の改善を促す必要がある。

以上の結果から、本調査において町民の食習慣は、地域間で大きく異なることは無かった。しかしながら、町全体としては、肥満者が多いこと及び生活習慣病の予防にも関わる野菜類摂取量が少ないことが課題であり、今後の対策が求められる。

また、鶴川地区と穂別地区では、食品群によって入手方法（入手のしやすさ）や価格などが異なる可能性もあることから、地域の背景・生活環境等の特徴を捉えた食生活改善の介入方法を検討する必要がある。年代別では食品群別摂取量に差が表れているため、食習慣の特徴をかんがみながら、外食産業及び食料品店等とも連携した取り組みを推進することが町民の健康増進に役立つ可能性がある。