

令和 8 年国民健康・栄養調査

調 査 必 携

厚 生 労 働 省

令和 8 年国民健康・栄養調査必携

目 次

第 1 章 調査の概要.....	1
第 1 令和 8 年調査の概要.....	1
1 調査の目的.....	1
2 調査地区の抽出方法、調査客体.....	1
3 調査の対象.....	2
4 調査時期及び調査日数.....	3
5 調査項目.....	3
6 調査方法.....	4
7 調査の機関と組織.....	4
8 調査に関する秘密の保持.....	4
9 結果の集計及び公表.....	4
10 調査票等の提出期限.....	4
11 国民健康・栄養調査の流れ.....	5
第 2 章 全調査地区に関する業務.....	6
第 1 事前準備.....	6
1 都道府県・保健所設置市・特別区の調査担当者の役割.....	6
2 実施通知、調査区名簿の受領と配布等.....	6
3 調査関係書類の受領と配布.....	6
4 調査員の任命.....	7
5 調査に必要な諸手続き等.....	7
第 2 調査票の整理及び審査.....	9
1 整理・照合.....	9
2 審査.....	9
第 3 調査票等の提出.....	10
1 調査関係書類.....	10
2 調査関係書類の提出方法.....	10
3 梱包上の注意.....	10
4 提出期限.....	11
5 提出先.....	11
第 3 章 各調査地区に関する業務.....	12
第 1 事前準備.....	12
1 調査班の編成.....	12
2 調査の実施日程表の作成.....	12
3 調査地区の確認.....	12
4 市区町村及び地域区長との打合せ.....	12
5 調査対象世帯の指定及び趣旨の徹底.....	13
6 調査関係書類の受領、調査に必要な諸材料等の確認、事前準備.....	14
7 調査票等の準備.....	17
第 2 本調査.....	25
1 身体状況調査.....	25
2 栄養摂取状況調査.....	37
3 生活習慣調査.....	47
第 3 調査票の整理及び審査.....	49
1 整理・照合.....	49
2 審査.....	49
3 調査票の主な審査.....	50
第 4 調査票等の提出.....	57

1	調査関係書類.....	57
2	調査票等について.....	57
3	その他.....	57
参考資料		58
第1	調査票等の様式.....	58
1	身体状況調査票.....	58
2	栄養摂取状況調査票.....	59
3	生活習慣調査票.....	61
4	栄養摂取状況調査票の書き方.....	63
5	国民健康・栄養調査の実施についてお願い（様式第1号）	65
6	調査世帯名簿（様式第2号）	66
7	被調査者名簿（様式第3号）	67
8	送付票（様式第4号）	68
9	地区情報及び照会先記入用紙（様式第5号）	69
第2	別 表.....	70
	（別表1）	70
	（別表2）	71

本文中の★は、前回調査からの変更・更新のある箇所

第1章 調査の概要

第1 令和8年調査の概要

1 調査の目的

健康増進法（平成14年法律第103号）に基づき実施するものであり、国民の身体の状態、栄養摂取量及び生活習慣の状態を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得るために実施する。

2 調査地区の抽出方法、調査客体

令和8年国民生活基礎調査により設定された単位区から無作為抽出した300単位区内の世帯（約6,000世帯）及び当該世帯の1歳以上の世帯員（約15,000人）を調査客体とする。

令和8年国民健康・栄養調査の体系

令和8年国民健康・栄養調査は、令和8年国民生活基礎調査で設定された単位区から無作為抽出された300単位区で実施

令和2年国勢調査による全地区（日本全国を分割する：後置番号1～9）
約106万地区（1地区約50世帯）

後置番号「1」と「8」のみ抽出

国民生活基礎調査の調査地区を抽出するための全地区
約100万地区（1地区50世帯）

（層化無作為抽出）

厚生労働統計観標本設定（1,106地区）
※単位区の設定等

（6月実施）

令和8年国民生活基礎調査 世帯票 1,106地区（約2,000単位区）

（層化無作為抽出）

（11月実施）

令和8年国民健康・栄養調査（300単位区）

3 調査の対象

(1) 世帯

令和8年国民生活基礎調査で調査された世帯

※住居と生計を共にしている人々の集まりを一つの世帯とする。
住居が別であっても、食生活を共にしている場合は、一つの世帯とみなしても構わない。

1) 災害に伴い、調査地区内の仮設住宅に住んでいる世帯（員）は対象とする。

2) 下記の世帯は調査対象としない。

○ 世帯主が外国人である世帯

※世帯主が日本人で世帯員が外国人の場合は、調査対象世帯に含む。

○ 3食とも集団的な給食を受けている世帯

○ 賄い付きの寮・寄宿舎等に居住する単独世帯

○ 国民生活基礎調査への協力が得られなかった世帯

※郵送回収に切替えた世帯は、回収の有無によらず調査対象世帯に含む。

(2) 世帯員

原則として、国民生活基礎調査で調査された世帯の世帯員であり、国民健康・栄養調査日現在、調査対象世帯に在住している者

1) 国民生活基礎調査で調査されている世帯の世帯員ではなくても、下記の者は調査対象者となる。

○ 国民生活基礎調査日以後、他から転入し、調査対象世帯に在住している者

○ 国民生活基礎調査で別世帯として調査されていても、調査実施日に調査対象世帯に在住している者（下宿人、住み込み店員等）

○ 世帯主が外国人である世帯は調査対象から除くが、世帯主が日本人で世帯員が外国人の場合は、調査対象とすること。

2) 国民生活基礎調査の世帯の世帯員であっても、下記の者は調査対象者としてしない。

○ 1歳未満

○ 在宅患者で疾病等の理由により、流動状の食品や薬剤のみを摂取又は投与されている場合など通常の食事をしない者

○ 調査期間を通じて調査対象世帯に在住していない者

例)	・ 旅行や出張などで自宅を離れている者	・ 単身赴任している者
	・ 病院、介護老人保健施設、介護医療院に入 院・入所中の者	・ 出稼ぎに行っている者
	・ 社会福祉施設に入所している者	・ 遊学中の者
	・ 刑務所、拘置所に収監されている者	・ 預けた里子
		・ その他の別居中の者

4 調査時期及び調査日数

調査時期は、11月中とする。

- 1) 身体状況調査：調査地区の実状を考慮して、最も高い受診率をあげ得る日時を選定して行う（同一地区内で複数日設定しても構わない。）。
- 2) 栄養摂取状況調査：日曜日及び祝日を除く任意の1日に行う。
- 3) 生活習慣調査：11月中に行う。

5 調査項目

本調査は、身体状況調査、栄養摂取状況調査、生活習慣調査から成り、各調査票における調査項目及び調査対象は次のとおりである。

(1) 身体状況調査票（調査票様式 58 頁参照）

調査項目	調査対象
ア. 身長・体重	1歳以上の全員
イ. 腹囲	20歳以上の全員
ウ. 血圧	
エ. 血液検査	
オ. 問診（服薬状況、糖尿病診断及び治療の有無、運動状況）	

(2) 栄養摂取状況調査票（調査票様式 59～60 頁参照）

調査項目	調査対象
ア. 世帯状況	1歳以上の全員
イ. 食事状況（1日）	
ウ. 食物摂取状況（1日）	
エ. 1日の身体活動量（歩数）	20歳以上の全員

(3) 生活習慣調査票（調査票様式 61～62 頁参照）

調査項目	調査対象
栄養・食生活の状況、歯の健康の状況、休養（睡眠）の状況、飲酒の状況、喫煙の状況等	20歳以上の全員



6 調査方法

- ・身体状況調査は、被調査者を会場に集めて医師等が調査項目の計測及び問診を行う。調査は原則として会場で行うが、被調査者がどうしても都合がとれない場合、身長、体重、腹囲については調査員が家庭を訪問して測定したもの及び家族等の協力を得て測定したものを用いてもよい。なお、腹囲を被調査者が家庭で測定する場合は、必ず調査員が腹囲測定方法を説明して、測定方法を徹底すること。
- ・栄養摂取状況調査は、調査員である管理栄養士等が世帯を訪問する等して、世帯の代表者あるいは食事づくり担当者に面接や動画を活用して、記入方法を指導する。
- ・生活習慣調査票は、被調査者本人が回答する。高齢などの理由で回答が困難な場合、家族が代理回答しても構わない。また、オンライン調査も積極的に活用すること。
- ・調査票の配布・回収は、調査員が世帯を訪問する等して行うことを原則とする。ただし、栄養摂取状況調査票と生活習慣調査票については、複数回訪問しても面接ができなかった場合や対象者が郵送での回収を希望された場合は、調査票等を郵便受けに投函するなどして配布し、郵送で回収する郵送回収を認める。最初から郵送回収を行うのではなく、調査員調査での回収に努めていただき、複数回訪問しても面接ができなかった世帯や郵送回収の要望があった世帯に限り、郵送回収に切替えること。
- ・郵送回収の回収先は各自治体とし、調査票の記入事項を審査した上で提出すること。

7 調査の機関と組織

- ・厚生労働省は、国民健康・栄養調査企画解析検討会を設置し、本調査の調査設計及びその解析について専門的な立場から意見を聞く。
- ・厚生労働省が企画立案を行い、都道府県、保健所設置市及び特別区に実施を委託する。
- ・都道府県、保健所設置市及び特別区では衛生主管部（局）が管内を統括し、実際の調査は調査地区を管轄する保健所が行う。
- ・保健所では、保健所長等を班長とする国民健康・栄養調査班を編成し、医師、管理栄養士、保健師、臨床検査技師及び事務担当者等の調査員が調査の実施にあたる。

8 調査に関する秘密の保持

この調査は、心身の状態や周囲の環境、生活習慣等について具体的な情報を取り扱うとともに、多数の関係者が携わるという特色を有することから、被調査者に係る情報を適切に取り扱い、その個人情報を保護するものとする。

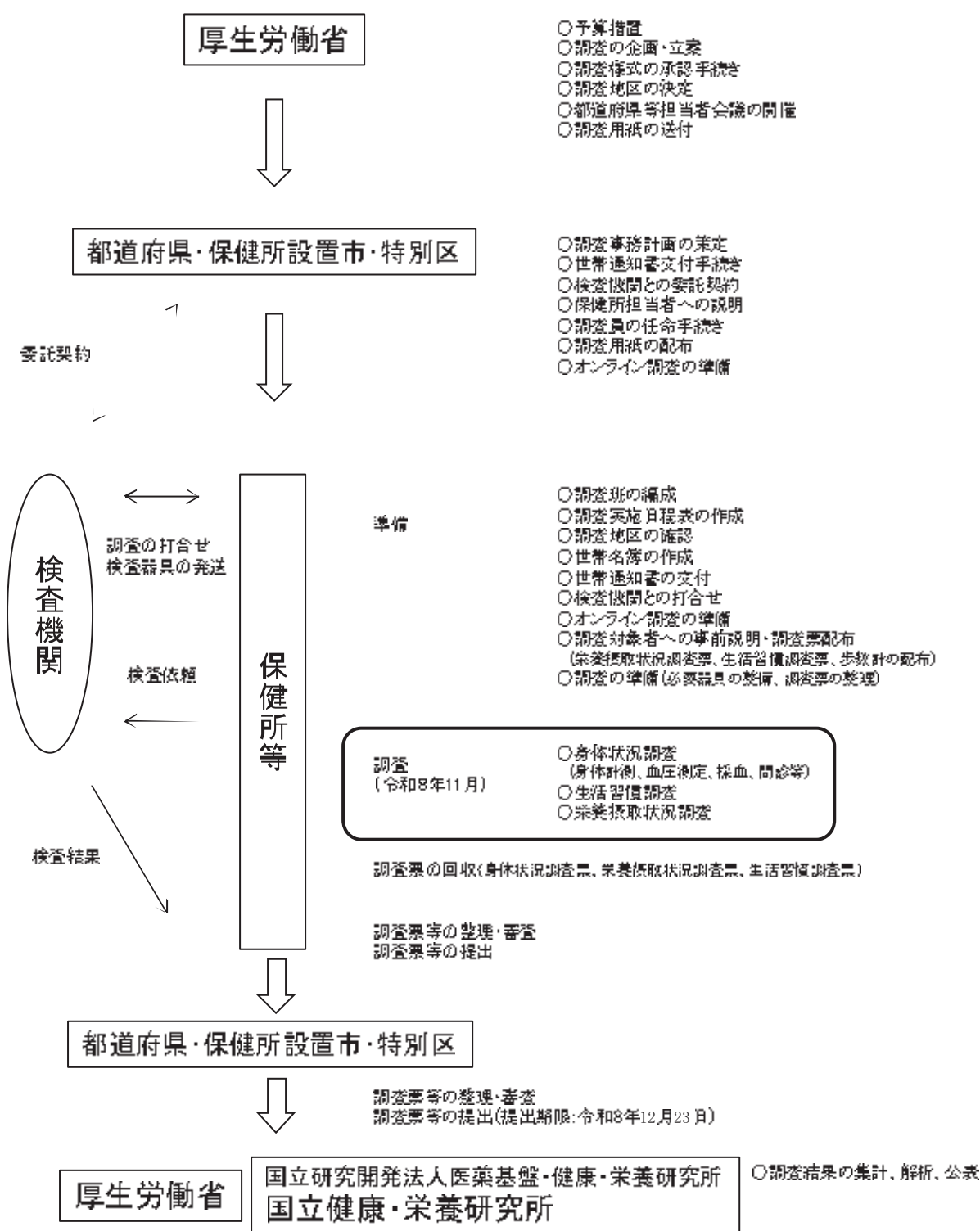
9 結果の集計及び公表

- ・集計は、国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所が行う。
- ・解析は、国民健康・栄養調査企画解析検討会が行う。
- ・結果の公表は、集計完了後速やかに行う。

10 調査票等の提出期限

令和8年12月23日（水）（**必着**）までに国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所 栄養疫学・政策研究センター 国民健康・栄養調査研究室に提出する。（提出先は11頁参照）

11 国民健康・栄養調査の流れ



第2章 全調査地区に関する業務

(都道府県・保健所設置市・特別区の業務)

第1 事前準備

1 都道府県・保健所設置市・特別区の調査担当者の役割

- ・都道府県・保健所設置市・特別区の調査担当者は、全調査地区における事前準備から調査票等の提出まで、調査全体について責任をもって管理すること。
- ・また、調査員のトレーニングを担当する者を、各都道府県・保健所設置市・特別区に1名以上選任し（調査担当者と同じでも可）、原則として医薬基盤・健康・栄養研究所が実施する技術研修セミナーに参加して必要な講習を受け、標準的な調査方法や留意点について理解し、調査地区を受け持つ保健所担当者及び調査員へ伝達すること。

2 実施通知、調査区名簿の受領と配布等

- ・厚生労働省から送付された「令和8年国民健康・栄養調査の実施について」を受領し、調査の概要を把握する。また、保健所にその内容を連絡する。
- ・厚生労働省から送付された「令和8年国民健康・栄養調査 調査対象地区名簿」により、地区数、地区番号、市区町村名などを承知する。また、必要部分の写しを保健所に配布する。
- ・抽出された調査地区が対象となるかどうか、保健所からの確認結果を受けて厚生労働省に報告する。

3 調査関係書類の受領と配布

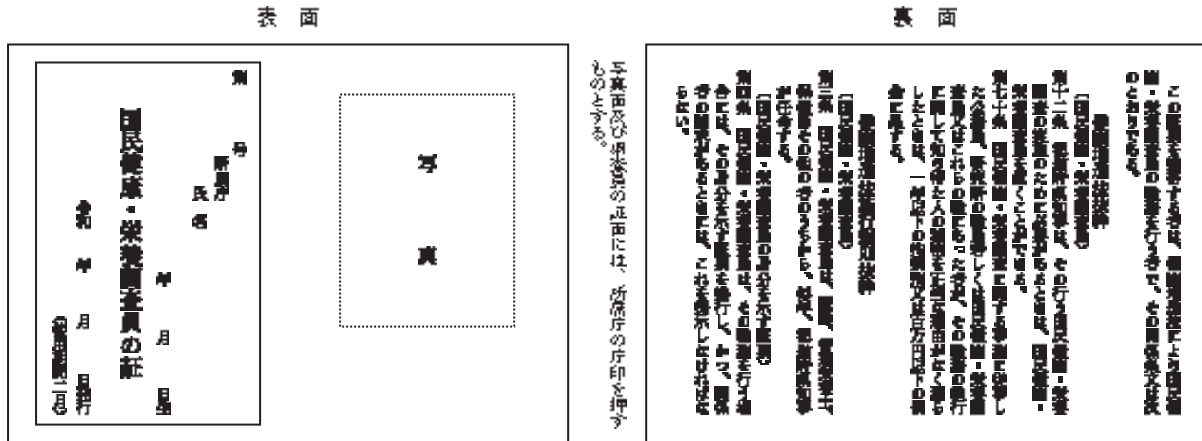
厚生労働省から送付された次の関係書類を受領し、適宜、保健所に配布する。

1	調査必携
2	栄養摂取状況調査マニュアル
3	食品番号表
4	* オンライン調査 経路機関利用ガイド
5	調査員証〔国民健康・栄養調査員の証〕
6	* 調査世帯名簿（様式第2号）
7	* 被調査者名簿（様式第3号）
8	* 国民健康・栄養調査の実施についてのお願い（様式第1号）
9	国民健康・栄養調査の協力依頼文（チラシ）
10	調査票〔身体状況調査票、栄養摂取状況調査票、生活習慣調査票〕
11	栄養摂取状況調査票の書き方
12	生活習慣調査票の書き方
13	* 国民健康・栄養調査インターネット回答利用ガイド
14	* 地区情報及び照会先記入用紙（様式第5号）
15	* 送付票（様式第4号）
16	* 血液検査のファイルレイアウト

*印は、電子媒体で提供するもの

4 調査員の任命

- ・国民健康・栄養調査員は、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する。
- ・国民健康・栄養調査員は、都道府県知事、保健所設置市長、特別区長が任命し、健康増進法施行規則（平成15年厚生労働省令第86号。以下「省令」という。）第4条第2項に規定する調査員の身分を証する証票を交付する。



5 調査に必要な諸手続き等

(1) 血液検査機関との委託契約

以下の条件を満たし、血液検査作業手順（32～34 頁参照）にある手法で検査可能な血液検査機関と委託契約を締結すること。

- ・内部精度管理が定期的に行われ、検査値の精度が保証されていること。
- ・全国規模で実施される外部精度管理調査を複数定期的に受けている検査機関であること。

契約にあたっては、外部機関による精度管理調査の評価実績を確認し、評価報告書（写し）を厚生労働省に報告すること。なお、報告は、評価報告書（写し）を医薬基盤・健康・栄養研究所へ送付することにより行う。

〈契約に当たっての留意事項〉

国民健康・栄養調査としての経年的評価に資するため、国民健康・栄養調査の全ての項目で精度管理調査により一定範囲内で精度管理ができていた旨の評価を得ていること^{*1}及び血清脂質の項目についてはさらに国際的な標準化プログラム^{*2}による検査基準を満たしている旨の認証を受けていることが望ましい。

^{*1} 想定される評価指標の例としては、日本医師会の臨床検査精度管理調査評価基準におけるA又はB評価がある。

^{*2} WHO の協力センターとしての承認を受けている米国疾病予防管理センターによる脂質標準化プログラム。

(2) 保険の加入

血液検査を実施するにあたっては、採血に伴い予期しない事故が生じる場合を想定し、自治体の実情に合わせて保険加入を検討すること。

(3) 歩数計について

歩数計を取扱業者より被調査者数分（20歳以上の調査協力者）購入すること。

なお、歩数計は、以下の1）～4）をすべて満たすものを使用すること。

- 1) 機器の種類：ポケット型の三次元加速度センサー式歩数計
- 2) 機能性：誤測定防止機能及び数日間程度のメモリ機能を有すること
- 3) 比較性：選定しようとする機器のセンサーについて、学術論文等のデータを基に、従来機器（アルネス 2005）との比較性が確認できること
- 4) 測定精度：振動試験機による試験で歩数表示の誤差が+3%以内であることが示されていること

(4) オンライン調査に係る手続（課室管理者IDの申請・取得）

生活習慣調査票の電子調査票を用いたオンライン調査実施に必要な手続を行い、オンライン調査を実施できる環境設定を行うこと（47頁参照）。

第2 調査票の整理及び審査

1 整理・照合

- ・保健所から提出された調査票は、それぞれ地区番号、世帯番号及び世帯員番号順に整理する。
- ・「被調査者名簿」の各調査項目の実施状況と調査票が一致しているかを確認する。

2 審査

- ・保健所ごとに提出された調査票等を取りまとめて、記入事項に誤りがないか再度確認する。その際、「調査票の主な審査(50～56頁)」を参照し、項目ごとに審査すること。
- ・調査票の回答欄に全く記載のない調査票は取り除き、被調査者名簿の該当する調査項目の実施状況記入欄に「×」を入力すること。
- ・調査世帯名簿、被調査者名簿、各調査票（身体状況調査票、栄養摂取状況調査票、生活習慣調査票）及び血液検査依頼書の「地区番号7桁」「市郡番号1桁」「世帯番号2桁」「世帯員番号2桁」について、被調査者に対し、正しい番号が記載されているかを確認すること。
- ・審査後、修正がある場合には、必ず黒鉛筆で修正すること。
（提出された調査票を研究所において審査する際、赤鉛筆を用いるため。）
- ・「地区情報及び照会先記入用紙（69頁）」には、体重測定における風袋重量を記入する。

第3 調査票等の提出

1 調査関係書類

・都道府県等から国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所に提出する調査関係書類は、以下のとおり。紙の書類はこの順に重ねて提出すること。

- 送付票 (68 頁参照)
- 調査世帯名簿 (66 頁参照)
- 被調査者名簿 (67 頁参照)
- 身体状況調査票 (58 頁参照)
- 栄養摂取状況調査票 (59～60 頁参照)
- 生活習慣調査票 (61～62 頁参照)
- 地区情報及び照会先記入用紙 (69 頁参照)
- 血液検査依頼書の控え (原本)
- 外部精度管理調査結果 (7 頁参照)

- 以下のファイルを格納した電子媒体 (CD-ROM 等 (USB は不可))

※ファイル名は半角小文字で入力すること

- ① 調査世帯名簿
※1地区1ファイル1シートとし、ファイル名は「地区番号-市郡番号-s」とすること。
- ② 被調査者名簿
※1地区1ファイル1シートとし、ファイル名は「地区番号-市郡番号-h」とすること。
- ③ 血液検査結果のデータファイル (CSV 形式)
※1地区1ファイル1シートとし、ファイル名は「地区番号-市郡番号-k」とすること。

2 調査関係書類の提出方法

- ・調査票は、送付票に示された種類ごとに、地区ごとにひも綴じ又はダブルクリップ等で取りまとめ、地区番号順に重ねること。
- ・調査世帯名簿及び被調査世帯名簿によって、それぞれの調査票ごとに枚数を照合し不足がないことを確認すること。
- ・電子媒体には、別途、9月下旬から10月上旬に、国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所国立健康・栄養研究所が指定するパスワードを設定すること。指定するパスワードの設定ができない場合については、別のパスワードを設定することとして問題ないが、必ず下記のメールアドレス宛にパスワードを連絡すること。
パスワードの送り先メールアドレス: kokuchou@nibn.go.jp
- ・送付票を必ずその他の書類の一番上に添付して提出すること。

3 梱包上の注意

- ・梱包は、郵送の途中で破損、散逸の恐れがないよう十分留意すること。
- ・梱包の表書きには「国民健康・栄養調査」と明記し、梱包2個以上にわたる場合は「何個のうち何個」と付記すること。なお、梱包の内容についても明記すること。

4 提出期限

令和8年12月23日(水)(必着)までに提出すること。

5 提出先



〒566-0002

大阪府摂津市千里丘新町3-17

J.NODE Lab 健都

国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所

国立健康・栄養研究所

栄養疫学・政策研究センター 国民健康・栄養調査研究室

(電話 06-6384-1124)

配達記録が残る方法(簡易書留郵便、宅配便等)で送付すること。

第3章 各調査地区に関する業務

(保健所等の業務)

第1 事前準備

1 調査班の編成

- ・調査地区ごとに保健所長等を班長とする調査班を編成する。
- ・調査項目に応じて、適宜各調査員の業務分担を行うとともに調査実施について打合せを行う。

2 調査の実施日程表の作成

調査班長は、以下の事項及び本調査、調査票の回収、調査票類の整理・審査等の時期に留意して調査の実施日程表を作成する。

なお、身体状況調査の実施日（血液検査の実施日）は、被調査者からの協力が最も得られる日に設定すること。ただし、地域によっては、実施（採血）日の指定が必要な場合があるので事前に検査日の設定について検査機関と打合せを行うこと。

3 調査地区の確認

調査地区は「令和8年国民健康・栄養調査調査対象地区名簿」に示した地区である。令和8年国民生活基礎調査の地区要図（単位区要図）に記載された調査範囲を地図上で確認するとともに、必ず、調査実施前に現地確認をすること。

＜国民生活基礎調査の単位区要図及び単位区別世帯名簿の利用に当たっての遵守事項＞

- 1 単位区要図及び単位区別世帯名簿は、国民健康・栄養調査の目的以外に使用しないこと。
- 2 単位区要図及び単位区別世帯名簿により知り得た事項が、国民健康・栄養調査関係者以外に漏れないようにすること。
- 3 単位区要図及び単位区別世帯名簿は、閲覧の場所から持ち出さないこと。
- 4 単位区別世帯名簿中の「調査員氏名」は転記又は複写しないこと。
- 5 単位区要図及び単位区別世帯名簿の取扱いは丁寧にし、これを汚損（書き込み等を含む。）しないこと。
- 6 転記書類等は、譲渡、貸与その他の方法により第三者に提供しないこと。
- 7 転記書類等は、使用後直ちに裁断、溶解又は廃却を行うこと。

4 市区町村及び地域区長との打合せ

- ・調査の趣旨を事前に説明し、調査の協力が得られるよう依頼する。
- ・会場等の確保について打合せを行う。

5 調査対象世帯の指定及び趣旨の徹底

- ・調査対象世帯に対しては、省令第2条第2項により、都道府県知事、保健所設置市長、特別区長から指定の通知を行い、調査票の配布の前に「国民健康・栄養調査の実施についてお願い」（様式第1号）を配布すること。
- ・調査実施前に調査対象世帯主又は記入者との打合せ会の開催や調査参加者向けの調査内容の説明動画*を活用して趣旨の徹底及び調査内容や調査票記入要領等の説明を行うこと。

※ 動画は厚生労働省のウェブサイトに掲載している。

ホーム＞統計情報・白書＞各種統計調査＞統計調査実施のお知らせ

https://www.nhlw.go.jp/stf/newpage_32214.html

【参考】調査協力率・精度向上のための取組例

厚生労働科学研究費補助金の研究成果や、厚生労働省がいくつかの自治体にヒアリングを行った結果を基に、参考となる取組例をご紹介します。

分類	具体的内容
調査員の技術の確保	・経験者と未経験者をペアにして未経験者の技術を向上させる ・調査に関する手引きを作成して、調査の手法を県内で統一する（自治会への挨拶、住民票の閲覧方法、必要物品等を詳細に記載）
調査の実施体制	・地元の自治会長、栄養士会の協力を得る ・対象となる地域に調査に長けているヘルスメイト（食生活改善推進員）がいるか事務局に相談する 等
対象世帯への調査の依頼方法	・メリットを伝える ・2回以上、対象世帯を訪問する ・事前に周知する ・マンションの管理人や調査地区の地域ボランティア等へ協力してもらうよう依頼を行う ・負担感がないような説明をする（食事の内容を細かく書かなくていいように、調査対象者に食品の容器包装をいれるためのジップロックの袋を渡す） 等
調査中の対応	・相手のニーズに合わせて柔軟に対応する
喜ばれる謝礼品	・地域の商品券・商品、計量スプーン・スケール、書籍等
調査結果のフィードバック	・結果に関するコメント・リーフレット等を作成する

6 調査関係書類の受領、調査に必要な諸材料等の確認、事前準備

(1) 調査票等

都道府県・保健所設置市・特別区から配布された関係書類を受領する。

1	調査必携
2	栄養摂取状況調査マニュアル
3	食品番号表
4 *	オンライン調査 経由機関用利用ガイド
5	調査員証〔国民健康・栄養調査員の証〕
6 *	調査世帯名簿（様式第2号）
7 *	被調査者名簿（様式第3号）
8 *	国民健康・栄養調査の実施についてのお願い（様式第1号）
9	国民健康・栄養調査の協力依頼文（チラシ）
10	調査票〔身体状況調査票、栄養摂取状況調査票、生活習慣調査票〕
11	栄養摂取状況調査票の書き方
12	生活習慣調査票の書き方
13 *	国民健康・栄養調査インターネット回答利用ガイド
14 *	地区情報及び照会先記入用紙（様式第5号）
15 *	送付票（様式第4号）
16 *	血液検査のファイルレイアウト

*印は、電子媒体で提供するもの

(2) 機械器具等

原則として以下の器具等を準備すること。

- ① 身長計
尺柱などが正しく直角であり、横規がなめらかにすべるようなものを使用すること。
- ② 体重計
必ず事前に検査し、目盛のくるいを調整しておくこと。
- ③ 巻き尺
ガラス繊維入りの合成樹脂製のもので、JIS規格のものを使用すること。
- ④ 血圧計
水銀を使用していない血圧計（ハイブリッド血圧計）で、以下の1）～4）について、すべてを満たすものを使用すること。なお、既存のハイブリッド血圧計を調査に使用する場合は、調査前に点検を行うこと。
 - 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

[参考]

過去のアンケート調査から、ハイブリッド血圧計は
 ・不慣れだと減圧コントロールが難しい
 ・古い血圧計に慣れていると読み取りが遅れてしまう
 といった可能性が指摘されています。

使用に当たっては、必ず測定方法の動画を視聴の上、事前に十分な測定の練習をしてください。

動画 URL：<https://www.sandd.co.jp/products/medical/equipment/ae-sphygmomanometer/mt02/>

⑤ 血液検査器具

検査機関と連絡調整し、事前に準備すること。

準備する器具

- ・真空採血管（生化学用、血糖用（NaF 抗凝固剤入り）、血算用（EDTA 抗凝固剤入りの3種類）
- ・依頼書（氏名、性別、年齢、地区番号、市郡番号、世帯番号、世帯員番号が確認できること）
- ・検体BOX（検体ラック、保冷剤）
- ・ID-NO ラベル
- ・血清、血漿ラベル
- ・ポリスピッツ（2本/人）
- ・分注用ポリチューブ
- ・マルチプル針（21G）
- ・ディスポシリンジ（22G）
- ・ベノJECTホルダー
- ・ホルダー付き翼状針
- ・ブラッドパン（絆創膏）
- ・カット綿、カット綿容器
- ・エタノール
- ・採血用枕
- ・駆血帯
- ・遠心分離機（遠心分離を行う場合）
- ・使用済み針入容器 等

注意事項：

- ・採血に使用する器具は、検査機関との事前打合せにおいて確認すること。
- ・器材は、必要数の申し込み後、届くまでの期間を考慮し計画的に準備し、予定人数を超えて注文しないこと。
- ・注射針・残検体等の廃棄物は、環境省ガイドラインによる指定業者に処理を依頼すること。

⑥ 歩数計について

都道府県・保健所設置市・特別区より歩数計を受領し、被調査者（20歳以上の調査協力者）に配布すること。

なお、歩数計の使用方法や取扱いについて、事前に説明書をよく確認すること。

⑦ パソコン

「食事しらべ」を利用するため、以下の環境を満たすパソコンを用意する。

動作環境：

①OS	Windows11 以降
②CPU	インテル Core i5 と同程度以上が望ましい。
③ウェブブラウザ	Chrome 最新版, Microsoft Edge 最新版

- ・利用方法は、医薬基盤・健康・栄養研究所の指示に従うこと。
- ・「食事しらべ」の使用方法については、別刷「栄養摂取状況調査マニュアル」や、医薬基盤・健康・栄養研究所ウェブサイトを参照すること。

<https://www.nibn.go.jp/activities/eiken/kenkoeiyo.html>

(3) その他の物品

筆記用具、消しゴム、クリップ等記入に必要な消耗品、洗濯ばさみ（腹囲計測時、洋服をとめておくために使用）、アルコール消毒液等

(4) 栄養摂取状況調査実施にあたり、備えておくことが望ましい物品

フードモデル、食器類、秤、関連書籍等

memo

7 調査票等の準備

《1》各調査票等の共通事項（調査票様式 58～62 頁、名簿様式 66～67 頁参照）

各調査票等（調査世帯名簿、被調査者名簿、身体状況調査票、栄養摂取状況調査票、生活習慣調査票及び血液検査時に使用する依頼書）における共通事項は、次の 1）～6）である。

1）地区番号＋単位区番号の 7 桁（**国民生活基礎調査地区番号と同一番号の 7 桁**）

2）市郡番号（令和 8 年 11 月 1 日現在の人口から、該当する市郡番号を記入する。）

人口規模等	市郡番号
政令指定都市 （札幌市、仙台市、さいたま市、千葉市、横浜市、川崎市、相模原市、新潟市、静岡市、浜松市、名古屋市、京都市、大阪市、堺市、神戸市、岡山市、広島市、北九州市、福岡市、熊本市） 23 特別区	1
人口 15 万人以上の市	2
人口 5～15 万人の市	3
人口 5 万人未満の市	4
町村（人口規模に関係なく）	5

3）都道府県名・保健所名（被調査地区を管轄する都道府県名及び保健所名）

4）世帯番号（**国民生活基礎調査の世帯番号と同一番号の 2 桁**）

5）世帯員番号（2 桁。世帯主を「01」とし、世帯主の配偶者、子等の順で記載する。）

6）性別・年齢（年齢は令和 8 年 11 月 1 日現在で記入する）

共通事項の記入にあたっては、調査世帯名簿及び被調査者名簿を作成した後、身体状況調査票、栄養摂取状況調査票及び生活習慣調査票に記入する。

（例）

地区番号

1200702

→

地区番号

1	2	0	0	7
---	---	---	---	---

0	2
---	---

市郡番号

2

→

市郡番号

2

都道府県名・保健所名

千葉県〇〇保健所

世帯番号

03

→

世帯番号

0	3
---	---

世帯員番号

01

→

世帯員番号

0	1
---	---

【身体状況調査票・生活習慣調査票のみ】

性別

男

→

①

男

2

女

年齢

50 歳

→

年齢

0

5

0

歳

(令和 8 年 11 月 1 日現在の年齢)

(2) 調査世帯名簿（様式第2号）の作成【電子媒体】

[記入例1]

令和8年 国民健康・栄養調査世帯名簿

地区番号								市郡番号				都道府県名				保健所名							
1	2	0	0	7		0	1	2				千葉県				〇〇保健所							
世帯番号		世帯主氏名						備考		郵送切替		世帯番号		世帯主氏名						備考		郵送切替	
①	01	氏名 不詳										21	丸山 〇美										
	02	森 〇夫						基礎調査なし				22	石川 幸〇										
	03	山本 〇之						基礎調査なし				23	〇橋 努										
⑥	04	氏名 不詳 (父)						調査拒否/不能				24	〇田 健一										
	05	メゾン△△ 202号室										25	〇山 陽子										
	06	伊藤 〇助										26	鈴木 〇一										
	07	近藤 〇介										27	〇田 哲人										
	08	中野 〇子								●		28	市〇 かおり						別世帯から分離		7	⑤	
③	09	マイ〇・ジャクソン						調査対象外				29											
⑥	10	木村 〇郎						調査拒否/不能		○		30											
④	11	品田 〇一						別世帯と統合		8		31											
	12	田中 〇郎										32											
⑥	13	〇〇アパート 101号室						調査拒否/不能				33											
	14	鈴木 〇太								●		34											
	15	小〇 真								●		35											
	16	石〇 剛										36											
	17	〇島 良子								●		37											
	18	大谷 〇美								●		38											
	19	〇寺 光一										39											
	20	中〇 二郎										40											

別掲

⑧ 国民健康・栄養調査対象世帯数 (国民生活基礎調査実施世帯数)	23 世帯 (25 世帯)
⑧ 実施世帯数	21 世帯
⑨ 郵送回収世帯数 (配布・未回収世帯数)	5 世帯 (1 世帯)

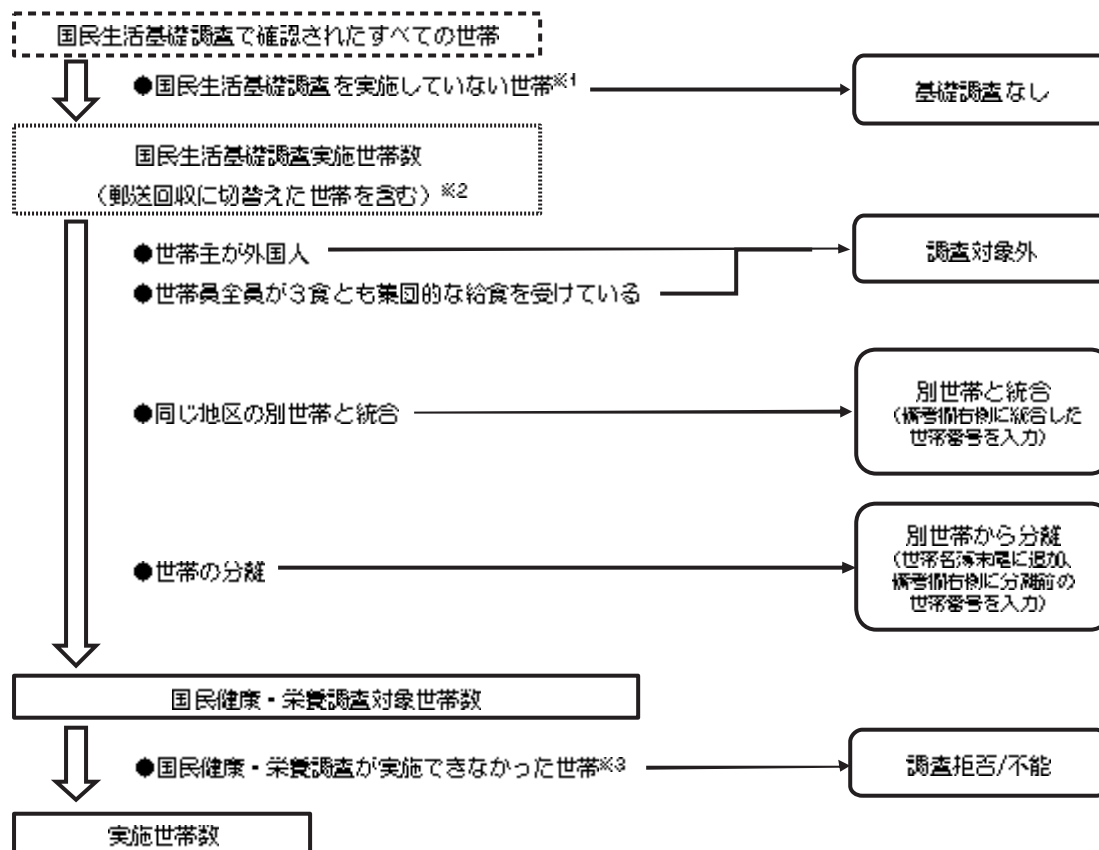
基礎調査：国民生活基礎調査

- 1) 世帯名簿は、調査地区ごとに作成すること（シートは追加しないこと）。
世帯名簿には対象世帯数を算出する数式が組まれているため、行や列の加除やシート名の変更は行わないこと。
- 2) 最初に、国民生活基礎調査で調査対象とされた世帯の世帯番号、世帯主氏名を、「令和8年国民生活基礎調査単位区別世帯名簿」のとおりに入力すること。
 - ・明らかに世帯主氏名が誤っている事が判った場合や、国民生活基礎調査の際に不詳だった氏名が判明した場合は、正しい氏名を記入すること。
 - ・氏名不詳のまま本調査に協力を得られた場合、世帯名簿の氏名の欄には、「氏名不詳⑦」「氏名不詳⑧」や、「氏名不詳（父）」というように、便宜上、記号等をつけ、被調査者名簿と調査票の氏名欄も同様に記載すること。（氏名が不詳でも、調査票間で同一人物と確認できるように、調査票類の氏名の欄には名簿と同じ記号等を記入すること。） [記入例 1-①]
 - ・国民生活基礎調査で郵送回収に切替えられた世帯について、回収の有無によらず調査対象とする。
- 3) 次に該当する世帯は、調査対象から除かれるため、備考欄にある除外理由のうち当てはまるものを選択する。調査対象から除かれる世帯は以下のとおり。
 - ・国民生活基礎調査で調査不能であった世帯 ⇒ 「基礎調査なし」を選択 [記入例 1-②]
※郵送調査で回答が得られた世帯は調査対象となる。
 - ・世帯主が外国人である世帯 ⇒ 「調査対象外」を選択 [記入例 1-③]
※世帯主が日本人であれば世帯員に外国人がいても調査対象である。
 - ・世帯員全員が3食とも集団的な給食を受けている世帯 ⇒ 「調査対象外」を選択
- 4) 国民生活基礎調査では別々の世帯とされていたが、食生活を共にしており、国民健康・栄養調査では同一世帯とみなす場合は、生計の主となっている世帯を残し、もう一方の世帯の備考欄で「別世帯と統合」を選択し、隣の空欄に同一世帯に含めた世帯の世帯番号を記入する。 [記入例 1-④]
- ★ 5) 国民生活基礎調査では同一の世帯とされていたが、食生活を共にしていない等、国民健康・栄養調査では別世帯とみなす場合は、分離した世帯について世帯名簿の末尾に新たな世帯を追加し、備考欄で「別世帯から分離」を選択した上で、元世帯の世帯番号を記入する。 [記入例 1-⑤]
- 6) 次の理由で、すべての世帯員で国民健康・栄養調査を実施できなかった世帯は、備考欄の「調査拒否/不能」を選択する。 [記入例 1-⑥]
 - ・調査を依頼したが、すべての世帯員から協力を拒否された世帯
 - ・複数回訪問しても世帯員に全く面会できず、提出期日までに調査票が提出されない等、調査が実施不能であった世帯
 - ・調査日までにすべての世帯員が転出（介護施設への入居も含む）、旅行中、入院、死亡等で調査不能な世帯
- 7) 郵送切替欄は、返送用封筒を配布した場合に「○」印を記入する。その上で、実際に回収された場合は「○」印を「●」印に変更すること。
 - ・調査票回収に当たっては、最初から郵送回収を行うのではなく、調査員調査での回収に努め、複数回訪問しても面接ができなかった世帯や郵送回収の要望があった世帯に限り、郵送回収に切替える。 [記入例 1-⑦]
 - ・「○」印は、郵送提出用封筒を配布し、郵送による提出を待っている世帯の管理のため、「●」印は、集計の際に、実際に郵送で回収が行われた世帯を特定し、郵送に切替えた際の回収率や郵送回収が調査精度に影響しているかを確認するために使用する。
 - ・郵送回収をする場合は、記載内容に不備があった場合等に調査票の内容の聞き取りができるよう、連絡先を控えておくこと。

- 8) 上記の入力を行うと国民健康・栄養調査対象世帯数、国民生活基礎調査実施世帯数、国民健康・栄養調査実施世帯数が計算される。 [記入例 1-⑧]

- 9) 上記の入力を行うと郵送回収世帯数（「●」印の数）、配布・未回収世帯数（「○」印の数）が計算される。 [記入例 1-⑨]

【調査対象世帯・実施世帯の確定フロー図】



※1 調査拒否、調査不能などの理由の区別なく、国民生活基礎調査を実施していない世帯が該当します。（郵送回収に切替えた世帯を除く。）

※2 郵送回収に切替えた世帯は、回収の有無によらず調査対象世帯に含まれます。

※3 世帯員全員が死亡（介護施設入居を含む）、世帯員全員が調査期間中不在（入院含む）の場合もここに該当します。

memo

(3) 被調査者名簿(様式第3号)の作成【電子媒体】

[記入例2]

令和8年 国民健康・栄養調査被調査者名簿(1/4 頁目) ⑫

地区番号								市郡番号		都道府県名		保健所名	
1	2	0	0	7	-	0	1	2		千葉県		〇〇保健所	
世帯番号	世帯番号	氏名		性別	年齢	栄養摂取状況(調査票)			身体状況 (身体状況調査票)	血液検査 (20歳以上)	生活習慣状況(20歳以上)		備考
						1. 世帯状況	2. 食事状況(20歳以上)	3. 食物摂取状況(20歳以上)			4. 喫煙状況	5. 飲酒状況	
①	01	01	氏名 不詳⑦	男	30	○	○	○	○	○	×	○	
①	01	02	氏名 不詳⑦	女	28	○	×	○	○	○	×	○	
④	04	01	氏名 不詳 父										転居
④	04	02	氏名 不詳 子										転居
	05	01	メゾン△△ 202号室	女	22	○	○	○	○	○	○	×	
	06	01	伊藤 ○助	男	72	○	○	○	○	○	○	×	
⑤	06	02	伊藤 ○美	女									住居が別
	07	01	近藤 ○介	男	25	×	×	×	×	×	×	○	
	08	01	中野 ○子	女	55	×	×	×	×	×	○	×	
⑨	08	02	中野 ○男	男	32	○	×	×	×	×	×	×	調査拒否/不能
⑦	08	03	中野 ○太	男	7	○		○	○				
②	08	04	品田 ○一	男	36	○	×	×	○	×	×	○	世帯主から移動
⑧	10	01	木村 ○郎	男	55	×	×	×	×	×	×	×	調査拒否/不能
	12	01	田中 ○郎	男	42	○	○	○	○	○	○	×	
	12	02	田中 ○江	女	40	○	○	○	○	○	○	×	
	12	03	田中 ○美	女	18	○		○	○				
⑥	13	01	〇〇アパート 101号室	男	28								調査拒否/不能
⑥	13	02	〇〇アパート 101号室(母)	女	54								調査拒否/不能
	14	01	鈴木 ○太	男	41	○	○	○	○	○	×	○	
	14	02	鈴木 ○子	女	40	○	○	○	○	○	×	○	
⑩	小計		調査実施者数			11	?	10	11	8	5	6	
⑪	総合計		調査実施者数			11	?	10	11	8	5	6	



③	28	01	市〇 かおり	女	24	○	○	○	×	×	×	○	世帯主から移動

(2) で作成した調査世帯名簿で本調査の対象とされた世帯について、世帯調査等を行い、被調査者名簿を作成する。**世帯名簿と同様、被調査者名簿にも数式が組まれているため、行や列の加除やシート名の変更は行わないこと。**

1) 被調査者のリストアップ

- ・国民健康・栄養調査日現在、調査対象世帯に居住している世帯員を調査対象者として、被調査者名簿に記載する。世帯番号は調査世帯名簿と同一とする。
- ・世帯主を世帯員番号「01」とし、世帯主の配偶者、子等の順で記載する。
- ・氏名不詳のまま本調査に協力を得られた場合、被調査者名簿の氏名の欄には、「氏名不詳⑦」「氏名不詳⑧」や、「氏名不詳(父)」「氏名不詳(長女)」というように、調査票間で同一人物と確認できるような記号等をつける。 [記入例 2-①]
- ・年齢は、令和8年11月1日現在のものを記入する。
- ・(2) の調査世帯名簿を作成した際に、**複数の世帯を統合した場合**は、主となる世帯の世帯員を先に記載し、追加した世帯員の備考欄に「世帯〇〇から移動」と記載する(〇〇はもとの世帯番号)。 [記入例 2-②]
- ・(2) の調査世帯名簿を作成した際に、**世帯を分離した場合**は、国民生活基礎調査で世帯主としていた世帯主はそのまま残し、残った世帯員で世帯主、世帯主の配偶者、子の順に記載する。分離した世帯員は新たな世帯番号で同様の順に記載し、世帯主の備考欄に「世帯〇〇から分離」と記載する(〇〇は分離前の世帯番号)。 [記入例 2-③]

※名簿作成後、世帯番号及び世帯員番号は基本的に変更しないこと。

(なお、名簿作成前に、可能な限り対象世帯及び世帯員を把握に努めること。)

※調査世帯名簿で「調査拒否/不能」と記載した場合であっても、調査協力率の算出に必要なため、可能な限り被調査者名簿に世帯員情報を記載すること。

2) 調査対象外となる世帯員

- ・下記にあてはまる世帯員は調査の対象外となる。備考欄のあてはまる除外理由を選択すると、その世帯員の欄が自動で灰色に変わる。
 - 転居、死亡した世帯員⇒それぞれ「転居」、「死亡」を選択 [記入例 2-④]
 - 1歳未満⇒「1歳未満」を選択
 - 疾病等の理由により流動状の食品や薬剤のみを摂取又は投与されている場合など
通常の食事をしていない者⇒「通常食でない」を選択
 - 調査期間中に出張、旅行、入院、その他の理由で住居を共にしていない者
⇒「住居が別」を選択 [記入例 2-⑤]

- | | | |
|----|-----------------------------------|-------------|
| 例) | ・旅行や出張などで自宅を離れている者 | ・単身赴任している者 |
| | ・病院、介護老人保健施設、指定介護療養型医療施設に入院・入所中の者 | ・出稼ぎに行っている者 |
| | ・社会福祉施設に入所している者 | ・遊学中の者 |
| | ・刑務所、拘置所に収監されている者 | ・預けた里子 |
| | | ・その他の別居中の者 |

3) 調査が実施できなかった場合

- ・調査を再三依頼したが拒否された場合、調査の実施が不能であった場合、世帯員番号、被調査者氏名はそのままにし、備考欄の「調査拒否/不能」を選択。回収率を確認するため、調査が実施できなかった場合も可能な限り被調査者名簿に世帯員情報を記載する。(世帯名簿で「調査拒否/不能」とされた世帯が被調査者名簿に記載されないと、調査対象者数が過少に見積もられ、調査協力率は実態よりも高く算出される) [記入例 2-⑥]

4) 調査実施状況の入力

- ・調査終了後、それぞれの被調査者について実施できた調査に○印、実施できなかった調査に×印をつける。

- ・年齢によって調査の対象とならない場合は、「 」とする。(自動入力) [記入例 2-⑦]
- ・栄養摂取状況調査で1食でも調査不能だった場合、その対象者の食物摂取状況調査の欄は×印をつける。
- ・栄養摂取状況調査票において、歩数計の装着状況に「いいえ」と回答している場合は、被調査者名簿の歩数計調査の欄は「×」とする。
- ・生活習慣調査票は、紙の調査票と電子の調査票があるため、被調査者が用いた回答方法に○印、他方には×印をつける。両方回答した場合は、電子の調査票の結果を採用する。この場合、紙の調査票は自治体において適切に処理する。
- ・すべての調査項目に×印のついた世帯員は、調査拒否・不能の者としてその世帯員の欄が自動で灰色に変わる。備考欄の「調査拒否/不能」を選択する。 [記入例 2-⑧]
- ・世帯状況のみ回答があった場合も調査拒否/不能の者としてその世帯員の欄が自動で灰色に変わる。備考欄の「調査拒否/不能」を選択する。 [記入例 2-⑨]

5) その他

- ・ここまで入力した内容をもとに、「調査実施者数」欄に、ページ毎の小計、総合計が自動で計算されるので、間違いなく入力されていることを確認する。 [記入例 2-⑩]
- ・提出時に、総合計が正しく記載されていることを確認する。 [記入例 2-⑪]
- ・名簿が複数枚にわたる場合、各ページの右肩部分に（○／○頁目）と記入する。
(例) 1 / 4 頁目 [記入例 2-⑫]

(4) 調査票の準備

調査票の配布を行う前に、被調査者の地区番号、市郡番号、世帯番号、世帯員番号、性別、年齢（令和8年11月1日現在）と調査を実施する保健所の都道府県名、保健所名をすべての調査票の記入欄に記入しておくこと。

第2 本調査

1 身体状況調査

(1) 調査の実施要領

1) 11 月中に、調査地区の実状を考慮して、最も高い受診率を上げ得る日時を選定して行う。
(同一地区内で複数日設定しても構わない。)

2) 調査員が調査世帯ごとに調査票を配布し、世帯の代表者等に面接や動画を活用し、記入方法を説明する。

[動画掲載場所]

厚生労働省ホームページ>統計情報・白書>各種統計調査>統計調査実施のお知らせ

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_32214.html

3) 対象者は「被調査者名簿」に記載されている者で、次の年齢区分の者について調査すること。

ア 身長・体重	1 歳以上全員
イ 腹 囲	20 歳以上全員
ウ 血 圧	20 歳以上全員
エ 血液検査	20 歳以上全員
オ 問 診	20 歳以上全員

4) 調査期間中に適当な会場を設けて行うこと。被調査者の都合を考慮し昼間のみでなく、夜間も実施するなど、対象者の脱落を未然に防ぐよう配慮すること。

調査は原則として会場で測定するが、被調査者がどうしても都合がとれない場合、身長、体重、腹囲については調査員が家庭を訪問して測定したもの及び家族等の協力を得て測定したものを使用してもよい。なお、腹囲を被調査者が家庭で測定する場合は、必ず調査員が腹囲測定方法を説明して、測定方法を徹底すること。

5) 身体状況調査票は受診会場受付において「被調査者名簿」と照合のうえ、本人に渡し、検査の都度、調査者が記録し、最後の検査を終了したところで回収整理する。

6) 検査当日、身体状況調査会場には以下のものを準備する。

机、椅子、ついたて、洗面器、身長計、体重計、巻き尺、血圧計、筆記用具、消しゴム、ティッシュ、クリップ、洗濯ばさみ、血液検査器具等

※ 必要に応じて、アルコール消毒液等も用意すること

1) 全体について

- ・数値の桁数が当該欄の桁数よりも小さい場合は、数値を右側に寄せて余白の欄は「0」と正確に記入すること。 [記入例3-①]
- ・測定できなかった項目、測定対象外の項目、問診できなかった項目、あるいは記入する必要がない項目については斜線等で消すこと。 [記入例3-②]
- ・測定値が通常の値と著しく異なる場合は、再度計測し、誤りがなければ調査票の見やすいところに「確認済」等必ず注記すること。

2) 身長・体重・腹囲

- ・測定単位は、身長・腹囲が「cm」、体重が「kg」であり、小数点以下第1位までを正確に記入すること。腹囲は0.5cmまでの単位で記入すること。
- ・計測方法欄は、調査員が測定した場合（調査員が被調査者の家庭で測定した場合を含む）は、「1 調査員が測定」を、被調査者本人が家族等の協力を得て測定した場合は、「2 被調査者が測定（自己申告）」を記入する。 [記入例3-③]
- ・被調査者が事前に記入（自己申告）していた場合であっても、身体状況調査会場に来場した者は調査員が測定して数値を記入すること。

3) 血 圧

- ・血圧は必ず受診会場で測定した値を記入すること。自己申告値は認められない。
- ・測定部位は右腕の上腕とする。右腕での測定が不可能な場合は左腕で測定し、欄外に左腕測定と書き記すこと。
- ・測定単位は「mmHg」とし、最も近い整数値（偶数）で記入すること。
- ・2回測定し、1回目と2回目の測定値を記入すること。
- ・収縮期（最高）血圧値と拡張期（最低）血圧値に矛盾がないかチェックすること。

4) 血液検査の実施

- ・血液検査の対象者（20歳以上）で、採血を実施した者については「1 有」、実施しなかった者については「2 無」を○印で囲み、調査対象外の者（19歳以下）については当該欄を斜線で消すこと。なお、採血を実施した者については、ラベルを貼付することや検体番号を記載すること等で、識別誤りを防ぐこと。 [記入例3-④]
- ・「血液検査実施の有無（20歳以上）」を「1 有」と囲まれた者について、「食後時間」には、直前に飲食した時刻（食事を開始した時刻）から採血までの経過時間について、該当番号を記入すること。直前の飲食とは、糖分を含む飲食物を摂取した場合である。 [記入例3-⑤]

- | | |
|--------|-----------|
| ① 約30分 | ⑥ 約5～6時間 |
| ② 約1時間 | ⑦ 約7～8時間 |
| ③ 約2時間 | ⑧ 約9～10時間 |
| ④ 約3時間 | ⑨ 10時間以上 |
| ⑤ 約4時間 | |

5) 問 診

◆服薬状況

- ・使用中の薬が「有」とは、現在、医師の指示の有無にかかわらず（a）から（e）に該当する薬を飲んでいる者をいう。ただし、サプリメントや特定保健用食品は含まない。

- ・(a) から (e) のそれぞれの薬について、使用している場合は「1 有」、使用していない場合は「2 無」を○印で囲むこと。

◆糖尿病診断の有無

- ・これまでに医療機関または健診で糖尿病といわれたことがある場合は「1 有」、ない場合は「2 無」を○印で囲むこと。
- ・「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がある場合も「1 有」に含む。

◆糖尿病治療の有無

- ・糖尿病診断の有無で「1 有」と回答した者のうち、通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含め、現在、糖尿病治療をしている場合は「1 有」、治療していない場合は「2 無」を○印で囲むこと。
- ・糖尿病診断の有無で「2 無」と回答した者は、当該設問には回答不要のため、斜線を引く。

◆現在の投薬の有無

- ・糖尿病治療の有無で「1 有」と回答した者のうち、インスリン注射または血糖を下げる薬を使用している場合は「1 有」、使用していない場合は「2 無」を○印で囲むこと。
- ・糖尿病診断の有無及び糖尿病治療の有無で「2 無」と回答した者は、当該設問には回答不要のため、斜線を引く。

◆生活習慣改善の取組の有無

- ・糖尿病診断の有無で「1 有」と回答した者のうち、現在、生活習慣の改善に取り組んでいる場合は「1 有」、取り組んでいない場合は「2 無」を○印で囲むこと。

※「糖尿病治療の有無」及び「現在の投薬の有無」で「2 無」と回答した場合も、本設問に回答が必要である。

◆医師等からの運動禁止の有無

- ・現在、医師等から運動禁止の指示がある場合は「1 有」、ない場合は「2 無」を○印で囲むこと。

◆運動習慣

- ・「(8) 現在、医師等からの運動禁止の有無」に「1 有」と回答したものは、「(9) 運動習慣」には回答不要のため、斜線を引く。

[(a) 1週間の運動日数]

1週間のうちに運動を行った日数を記載すること。

運動を行わなかった場合には「0」を記入すること。日数は整数値で記載すること。

[(b) 運動を行う日の平均運動時間]

日によって運動時間が異なる場合には平均する。

1日のうちに運動を複数回行う場合にはそれを加算して、その日の運動時間とすること。1時間未満の場合、時間の欄は「0」を記入すること。 [記入例3-⑥]

(a) で「0」と回答した場合（全く運動していない場合）には、回答不要のため、斜線を引く。

〔(c) 運動の継続年数〕

運動を継続している年数によって、該当する方を○印で囲むこと。

(a) で「0」と回答した場合（全く運動していない場合）には、回答不要のため、斜線を引く。

(参考)

以下の3項目すべてに該当する者を「運動習慣有」として集計する。

- ア 運動の実施頻度として、週2日以上
- イ 運動を行う日の平均運動時間として、30分以上
- ウ 運動の継続期間として、1年以上

〔3〕測定方法・手順（測定時の留意点）

1) 身長・体重計測

- ・体重は衣服を着たまま測定した場合は、衣服の重さを測定数値から差し引いた値を記入する。
- ・差し引いた衣服の重さ（風袋重量）は、計測時に控えておき、「地区情報及び照会先記入用紙」（69頁参照）に記入して提出する。
- ・性、年齢に比してその数値が異常に大きいもの、または、小さいものがないかどうかチェックし、誤りが無いことを確認した場合は、調査票の見やすいところに「確認済」等必ず注記すること。

2) 腹囲計測

- ・腹囲は、立位でへその高さで計測する。（下図参照）
その際、被調査者には、両足をそろえ、両腕はからだの横に自然に下げてもらい、腹壁に力が入らないようにする。
- ・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）を腹部に直接あてる。
- ・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 きざみでもっとも近い目盛りを読みとること。なお、できるだけ飲食直後の測定を避けるようにする。

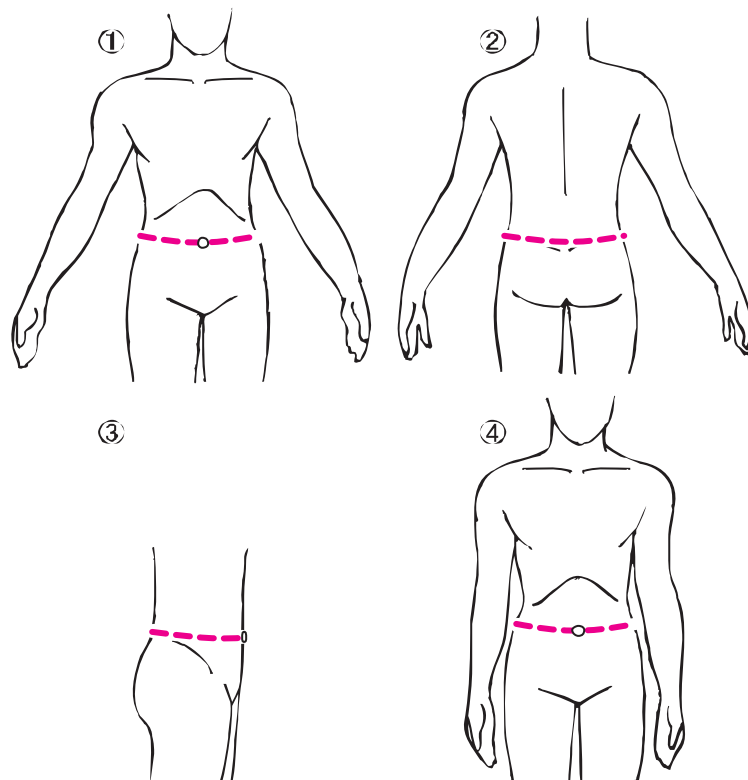
※正確な計測を行うため、衣服や肌着などは着用しないことが望ましいが、被調査者の負担とならないようにすること。なお、計測の際は他の人から見えないような配慮をすること。

※妊婦は計測しない。

※腹囲を被調査者が家庭で測定する場合は、必ず調査員が腹囲計測方法を説明して、測定方法を徹底すること。

〈腹囲の計測位置〉

- ① 被調査者に軽く両腕をあげてもらい、へその高さに巻き尺をあてる。
- ②③ 背中や腰に巻き尺が水平に巻かれているか確認する。
- ④ 測定する時は、両腕をからだの横に自然に下げてもらい、普通の呼吸で呼気の終わりに目盛りを読みとる。



3) 血圧測定

血圧の測定は、次の【血圧測定手順】に従って行うこと。

なお、**精度管理の観点から、ハイブリッド血圧計の使用に際しては、事前に必ず測定方法の動画を確認するとともに、測定練習を十分に行うこと。**

動画 URL : https://www.sandd.co.jp/products/medical/equipment/me_sphygmomanometer/unl02/

【血圧測定手順】

◆血圧測定の前条件

- ア) 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さけるようにする。
- イ) あらかじめ排尿させ、測定前5分以上の心身の安静をとった後に測定する。
- ウ) 体位は、椅子（背もたれのあるものが望ましい）の座位とする。
- エ) 測定部位は、右腕の上腕とする。右腕での測定が不可能なものについては、左腕で測定し、記載欄の欄外に左腕測定と書き記すこと。
- オ) 測定単位は「mmHg」とし、もっとも近い整数値（偶数）で記入すること。
- カ) 上腕を緊縛する衣服を着ている場合は、脱衣のうえ、マンシェットを巻く。

◆血圧測定(1回目)の手順

- ア) 血圧計を垂直に置く。
- イ) 手のひらを上に向け、マンシェットの下縁が肘窩の2～3cm上になるように巻く。巻いた後に指が1～2本入る余裕を持たせる。
- ウ) 測定の際には、肘関節を軽度伸展させ、マンシェットの中心位置が被調査者の心臓と同じ高さにする。
- エ) 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する。
- オ) 加圧目標値で既にコロトコフ音が聞こえてくる場合は、すぐさま減圧し、2回目の手順に従う。
- カ) 2回目の測定は、イ) から繰り返す。

◆血圧測定(2回目)の手順

- ア) 1回目の測定後、いったん被調査者のマンシェットを外し、完全に空気を抜く。
- イ) 2回目の測定の際は、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。

※血圧を1回しか計測できなかった場合、その理由を記載する。

4) 血液検査

血液検査の大まかな流れは以下のとおり。次の【血液検査作業手順】に従って行うこと。



【血液検査作業手順】

◆検査項目及び測定方法・単位・小数点以下桁数

	検 査 項 目	測 定 方 法	単 位	小数点 以下桁数
1	血色素量	SLS Hb 法（自動化法）	g/dL	1
2	ヘマトクリット値	シーフローDC 方式（自動化法）	%	1
3	赤血球数	シーフローDC 方式（自動化法）	$10^6/\mu\text{L}$	0
4	白血球数	半導体レーザーFCM 方式（自動化法）	$/\mu\text{L}$	0
5	血小板数	シーフローDC 方式（自動化法）	$10^4/\mu\text{L}$	1
6	血糖値	ヘキソキナーゼ UV 法	mg/dL	0
7	ヘモグロビン A1c	酵素法	%	1
8	総コレステロール	コレステロール酸化酵素法（COD POD 法）	mg/dL	0
9	HDL コレステロール	直接法	mg/dL	0
10	LDL コレステロール	直接法	mg/dL	0
11	中性脂肪（トリグリセリド）	酵素法（GK GPO・遊離グリセロール消去）	mg/dL	0
12	総たんぱく質	Biuret 法	g/dL	1
13	アルブミン	BCP 改良法	g/dL	1
14	クレアチニン	酵素法	mg/dL	2
15	血清鉄（Fe）	ニトロソーPSAP 法	$\mu\text{g}/\text{dL}$	0
16	TIBC（総鉄結合能）	ニトロソーPSAP 法（計算法）	$\mu\text{g}/\text{dL}$	0
17	AST（GOT）	JSCC 標準化対応法	U/L	0
18	ALT（GPT）	JSCC 標準化対応法	U/L	0
19	γ GT（ γ GTP）	JSCC 標準化対応法	U/L	0
20	尿酸	酵素法（ウリカーゼ POD 法）	mg/dL	1

◆採血受付

①被調査者が来たら、地区、氏名を確認し、依頼書と個人用資材を用意する。

②依頼書記入

- ・依頼書には、氏名、地区番号、市郡番号、世帯番号、世帯員番号、年齢、性別が分かるように記入する。年齢が2桁の場合は、右詰で、頭に「0(ゼロ)」を付けて記入する。
- ・必ず、被調査者名簿、身体状況調査票と依頼書の氏名、世帯番号、世帯員番号等を一致させること。
- ・「食後時間」には、直前に飲食した時刻（食事を開始した時刻）から採血までの経過時間について、該当番号を記入する。
①約30分 ②約1時間 ③約2時間 ④約3時間 ⑤約4時間 ⑥約5～6時間
⑦約7～8時間 ⑧約9～10時間 ⑨10時間以上
- ・直前の飲食とは、糖分を含む飲食物を摂取した場合である。

◆採血

ア) 採血の時刻

- ・採血に当たっては、なるべく食後4時間以上経過していること（被調査者にはあらかじめその旨伝えておくこと）。

イ) 使用容器

- ・生化学用、血糖用（NaF 抗凝固剤入り）、血算用（EDTA 抗凝固剤入り）の真空採血管3本を使用する。

ウ) 採血の実施

- ・駆血帯を使用し、座位で静脈から採血すること（駆血帯を使用の際、絞め過ぎてうっ血させないように注意すること）。
- ・全体で5ml以上どうしても採血できない場合、(i)生化学用採血管を最優先として採血すれば、13項目（31頁の8総コレステロールから20尿酸までの13項目）のデータを検査することができる。この場合、残りの空の採血管を検査機関に提出すること。
- ・ディスポシリンジで採血した場合、3本の採血管への分注時、キャップを外さないで差し込むこと。中が真空となっており、自然と吸い込まれるので無理に押し込まないようにすること。無理に押し込むと、血球が破壊されてしまうので注意すること。
- ・採血担当者は、有資格者（医師、臨床検査技師、保健師等）に限ること。

◆採血後

ア) 採血後の処理

- ・生化学用採血管に関しては、採血後、室温にて30分以上検体ラック上に放置後、遠心分離を実施する。
- ・血糖用（NaF 抗凝固剤入り）採血管に関しては、採血後、10回程度転倒混和し遠心分離を実施する。
- ・血算用（EDTA 抗凝固剤入り）採血管に関しては、採血後、10回程度転倒混和し、そのまま冷蔵保存しておく。
（注意）血算用採血管は遠心分離を行わない。

イ) 遠心分離

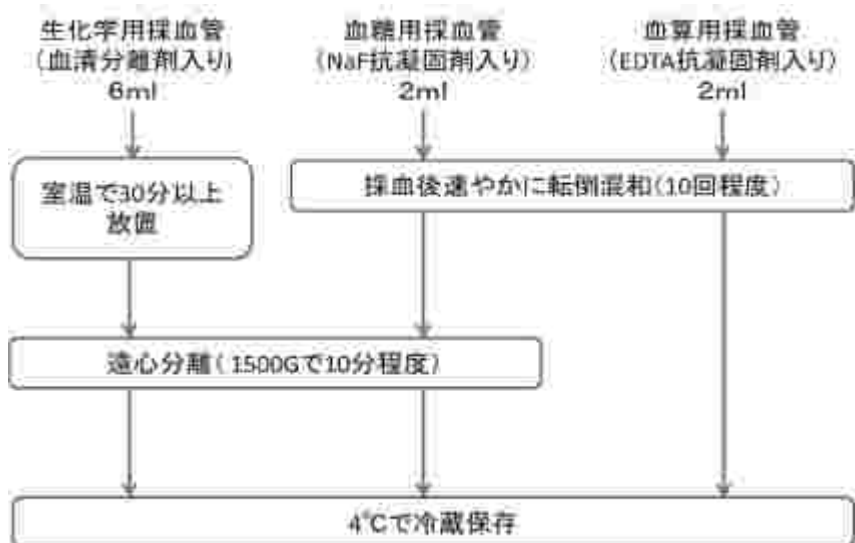
- ・遠心分離は可能な限り当日中に行う。分離を採血後24時間以降に実施した場合、一部の検査値に正確性を欠くことになる。
- ・生化学用採血管と血糖用採血管（NaF 抗凝固剤入り）は、1,500G（遠心分離機の回転半径によって異なるが、約2,000～3,000rpm）室温で10分間程度回転させ、遠心分離する。
（注意）血算用採血管（EDTA 抗凝固剤入り）は遠心分離を行わないこと。
遠心分離を行うと溶血を引き起こし、検査値の正確性が失われる。

- ・採血当日に検査機関が検体を取りに来る場合は、検査機関で遠心分離を行ってもよい。ただし、この場合は検査機関の状況等を事前に確認の上、十分な調整を図ることとし、必要に応じて遠心分離のできる機関と調整を図ること。

ウ) 保存

- ・採血管を3本1組にし、ラベルの番号順に検体ラックに並べ、事前に4℃に冷蔵した保冷剤入りの検体ボックスに保存すること。
- ・検査機関が取りにくるまで、検体は保健所に検体ボックスに入れたまま保管しておくこと。
- ・依頼書の控え（依頼元控え）は保健所で控えること。

◆検体の取扱い図



エ) 廃棄物の処理

- ・注射針、残検体等の廃棄物は、環境省のガイドラインによる指定業者に処理を依頼すること。
- ・一般業者では、これらの廃棄物を扱うことはできないので注意すること。

◆検査結果の報告

血液検査結果データは、調査票送付時にデータファイルを医薬基盤・健康・栄養研究所へ提出すること。データファイルは指定のフォーマット（**csv形式**）通りとし、項目の加除等の変更を行わないこと。なお、データファイルの提出を検査機関への委託業務に含めても構わないが、データファイルの送付に当たっては、調査票の送付方法に準じて行うこと。

◆血液検査に関する重要確認事項

1. 依頼書記入について
 - ・血液検査を完了した者の依頼書の情報（氏名、性別、年齢、地区番号、市郡番号、世帯番号、世帯員番号）に未記入がないこと、さらにそれらが被調査者名簿の情報と一致していることを確認すること。
2. 検体の整理・保管・受け渡しについて
 - ・必ず、検体と依頼書におけるIDラベルの照合を行うこと。
 - ・検体は事前に4℃に冷蔵した保冷剤入りの検体ボックスに保存すること（遠心分離をした検体を保管する）。
 - ・検査機関への受け渡しを行う検体ボックスには、採血を実施した被調査者の採血管と依頼書のみ入れること。
3. 検体の受け渡し後に依頼書の記入事項の誤りがわかった場合
 - ・被調査者名簿、身体状況調査票、血液検査依頼書の内容に不一致がないかを確認し、記入事項の誤りがわかった場合、検査機関へ訂正の連絡をすること。分析結果が到着後、誤りがわかった場合には、厚生労働省に連絡し、指示を仰ぐこと。
4. 調査票送付時に依頼書控えの原本を同封すること
 - ・調査票を医薬基盤・健康・栄養研究所に送付する際、血液検査依頼書（依頼元控え）を同封し、コピーを保健所で保管すること。
5. 検査結果データについて
 - ・検査結果データは次ページに示すレイアウトを厳守し、ファイルは、CSVファイル形式で提出すること。その際、都道府県欄は都道府県コードを記入し、性別は男性を1、女性を2とすること。
 - ・結果値を測定できなかった場合は、「0」や「※」とはせず、半角で「.」と入力すること。
 - ・食後時間は、次ページの表に示すカテゴリー（1～9）で記入すること。



◆血液結果のファイルレイアウト（CSV ファイル形式で提出）

	地区番号 上2桁 文字列 (01～47)	地区番号 下3桁 文字列 (000～999)	単位区番号 2桁文字列 (01～99)	市郡番号 1桁数値 (1～5)	世帯番号 2桁文字列 (01～99)	世帯員番号 2桁文字列 (01～99)	性別 1桁文字列 (1: 男, 2: 女)	年齢 1桁数値 (1～9)	検査時間 1桁文字列 (1: 約30分, 2: 約1時間, 3: 約2時間, 4: 約3時間, 5: 約4時間, 6: 約5～6時間, 7: 約7～8時間, 8: 約9～10時間, 9: 10時間以上)	血糖値 1桁数値 (1～9)	ヘマトクリット値 1桁数値 (1～9)	赤血球数 1桁数値 (1～9)	白血球数 1桁数値 (1～9)	血小板数 1桁数値 (1～9)	ヘモグロビンA1c 1桁数値 (1～9)	コレステロール 1桁数値 (1～9)	LDL 1桁数値 (1～9)	LDL 1桁数値 (1～9)
1	都道府県 番号	地区番号	単位区 番号	市郡 番号	世帯 番号	世帯 番号	性別	年齢	検査時間	血糖値1	ヘマトクリット値2	赤血球数3	白血球数4	血小板数5	ヘモグロビンA1c6	コレステロール7	LDLコレステロール8	LDLコレステロール9

※対象者の氏名はCSV ファイルに出力しないこと。

※各項目の数値の表示形式は以下のとおりとする。

	項目	数値の桁数と表示形式
1	都道府県番号	2桁文字列（01～47）
2	地区番号	3桁文字列（000～999）
3	単位区番号	2桁文字列（01～99）
4	市郡番号	1桁数値（1～5）
5	世帯番号	2桁文字列（01～99）
6	世帯員番号	2桁文字列（01～99）
7	性別、年齢	数値
8	食後時間	1桁数値（1～9）； 「1：約30分」 「2：約1時間」 「3：約2時間」 「4：約3時間」 「5：約4時間」 「6：約5～6時間」 「7：約7～8時間」 「8：約9～10時間」 「9：10時間以上」
9	結果値	数値*

*測定できなかった場合は、半角で「.」と入力すること。

2 栄養摂取状況調査

(1) 調査の実施要領

- 1) 11月中の日曜日及び祝日を除く任意の1日に実施する。
(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選び、被調査世帯においてなるべく通常の食事を摂る日に実施する。)

- 2) 調査員が調査世帯ごとに調査票を配布し、世帯の代表者あるいは食事づくり担当者に対しての面接もしくは動画を活用し、記入方法を説明する。

[動画掲載場所]

厚生労働省ホームページ>統計情報・白書>各種統計調査>統計調査実施のお知らせ

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_32214.html

- 3) 被調査者が、当該世帯内の1歳以上のすべての人について、下記の事項を記入する。

○ 1歳以上

- ・世帯及び世帯員の状況(氏名、生年月日、性別、妊娠・授乳、仕事の種類)
- ・食事の状況(家庭食・調理済み食・外食・給食・欠食・その他)
- ・食事の料理名並びに食品の名称及びその摂取量

○ 20歳以上

- ・1日の身体状況(歩数、歩数計の装着状況)

(2) 調査票の記入方法

- 1) 「I 世帯状況」欄の記入方法

[記入例4]

I 世帯状況					
1. 世帯員番号	2. 氏名	3. 生年月日	4. 性別	5. 妊娠・授乳	6. 仕事の種類
01	○田 穂一	1 明治 2 文正 3 昭和 ④平成 5 令和 01年 07月 07日	① 男 2 女	1 妊娠している [] 週 2 分娩予定が1か月未満で妊娠継続している 3 分娩予定が1か月未満で分娩放棄していない 4 分娩後1か月以上で母乳育児している	03
02	○田 泰子	1 明治 2 大正 3 昭和 ④平成 5 令和 05年 09月 20日	1 男 ② 女	① 妊娠している [1] [2] 週 2 分娩予定が1か月未満で妊娠継続している 3 分娩予定が1か月未満で分娩放棄していない 4 分娩後1か月以上で母乳育児している	01

☆被調査者が記入した事項については、必ず調査員が確認すること。

1. 世帯員番号
 2. 氏名
 3. 生年月日
 4. 性別
 5. 妊娠・授乳
 6. 仕事の種類
- ・世帯主を世帯員番号「01」として以下の世帯員番号には、配偶者、子等の順に氏名を記入する。
なお、1歳未満の者については記入する必要はない。
 - ・「1 明治」「2 大正」「3 昭和」「4 平成」「5 令和」のうちで、あてはまる番号を○で囲み、生年月日を記入する。
なお、生年月日が1桁の場合には、数値を右寄せに書き、余白の十の位の記入欄には「0」を記入する。
 - ・「1 男」「2 女」のいずれか、あてはまる番号を○で囲む。
 - ・現在、妊娠又は授乳している場合は、下図を参考にあてはまる番号を○で囲み、妊娠している場合は週数も記入する。
- 分娩

1 か月	2 か月	3 か月	4 か月	5 か月	6 か月	7 か月以上
← 分娩後満6か月未満（180日以内） →						← 分娩後満6か月以上（181日以上） →
- ・「職業分類表」（別表1（70頁）参照）から、あてはまる番号を選んで記入する。
令和8年11月中に、所得を伴う仕事（内職、アルバイト、パートを含む）をした場合は、「01」～「11」から、それ以外の場合は、「12」～「21」から選ぶ。
 - ・無職の場合は、その他（13）を選択する。
 - ・不明の場合は、空欄とする。

☆被調査者が番号を選択できない場合には、余白に職業名をメモしておくよう説明し、回収時に確認し、調査員が番号を記入する。

2) 「Ⅱ 食事状況」欄の記入方法

Ⅱ 食事状況		
朝	昼	夕

栄養摂取状況調査を行った日の各食事について、下記の番号「1」～「9」から選んで記入する。

- ・主菜（下記「料理区分について」参照）の内容に応じ、番号「1」～「3」から選択
- ・主菜を食べていない場合は、主食（ごはん、パン、めんなど）の内容で番号「1」～「3」から選択
- ・「給食」又は社員食堂で食べた場合は番号「4」又は「5」を選択
- ・主食、主菜、副菜ともに食べなかった場合は、番号「6」～「8」から選択（主食、主菜、副菜の区別については、下記「料理区分について」参照）
- ・被調査者が食事の内容を思い出せないなど、調査不能の場合は、番号「9」を選択
- ※1食でも「9」を選択した場合は、その被調査者は集計対象にならないため、「食事しらべ」へ入力せず、被調査者名簿の食物摂取状況調査の欄は「×」を記入する。
- ・1日2食の場合は、1回欠食とし、番号「8」を記入する。
- ・1日4食以上になった場合は、朝食・昼食・夕食の3食について記入し、残りについては間食扱いとする。

1	家庭食 家庭で作った食事や弁当を食べた場合
2	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りした場合
3	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たりするなど、家庭で調理をせず、食べる場所も家庭ではない場合（デイサービス、高等学校の学食等を含む。）
4	保育所・幼稚園給食、学校給食 （教職員は職場給食「5」を記入）
5	職場給食 （社員食堂を含む。）
6	菓子・果物・乳製品・嗜好飲料などの食品のみ食べた場合 （お茶のみ飲んだ場合も含む。）
7	錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラル、栄養ドリンク剤のみの場合
8	何も口にできなかった場合 （水のみ飲んだ場合も含む。）
9	調査不能

◆ 料理区分について

- ・主食には、炭水化物等の供給源であるごはん、パン、めん・パスタなどを主材料とする料理が含まれる。
- ・主菜には、たんぱく質等の供給源である肉、魚、卵、大豆及び大豆製品などを主材料とする料理が含まれる。
- ・副菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維等の供給源である野菜、いも、豆類（大豆製品を除く。）、きのこ、海藻などを主材料とする料理が含まれる。

3) 「身体状況」欄の記入方法

身体状況	
1日の身体活動量（歩数） （20歳以上）	歩数計の装着状況 朝起きてから寝るまで、ほぼずっと着けていましたか (入浴、水泳中などを除く)
	☐ はい ☐ いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)

1日の歩数を測定して記録する。歩数計を用いた1日の身体活動量（歩数）の測定は、歩数計を対象者に事前に配付して【歩数測定方法】について動画等を活用して説明し、これに従って行うこと。測定後、被調査者が1日の身体活動量（歩数）と歩数計の装着状況を必ず記載すること。1万歩に満たない場合は、「09000」などのように、数値を右側に寄せて余白に0を記入する。

※歩数の測定を行わなかった場合は歩数及び歩数計の装着状況欄は斜線を引くこと。
※装着状況に「いいえ」と回答している場合は、被調査者名簿の歩数計調査の欄は「×」とすること。

※歩数の確認については、歩数計の使用法や取扱いについて、事前に説明書をよく確認することとし、歩数計のメモリ機能を用いて、可能な限り計測値の確認を行うこと。

【歩数測定方法】

◆時期

11月中の日曜日及び祝日を除く任意の1日

※栄養摂取状況調査日と同一である必要はない。

◆測定方法

ア) 取扱い上の注意

- ・ケース内は、精密部品でできているので、落としたり、叩いたり等強い衝撃を与えないこと。
- ・湿気の多い所や水がかかる所での使用や保存は避けること。

イ) 装着上の注意

- ・装着は、朝起きてすぐに装着し、入浴時を除いて夜寝るまで装着すること。
- ・精度管理の観点から**ズボン等の前ポケットに入れて**計測することとし、胸やズボン等の後ろのポケットに入れたり、首からぶら下げたり、バッグ等に入れた状態での計測は行わない。

ウ) 測定時の留意点

- ・必ず、測定日1日分の記録を調査票に記載し、複数日に渡って測定しないよう注意する。

4) 「食物摂取状況調査」欄の記入方法

食物摂取状況調査は、朝食・昼食・夕食・間食・予備ページ別に、それぞれ被調査者が記入し、管理栄養士等の調査員が記入漏れや誤記入がないか確認して補完する。

【調査対象者記入欄】

食物摂取状況では、調査期間（任意の1日）に食べたり、飲んだりした全ての料理や食品について、家族全体及び1人ひとりが食べた重量や目安量を、被調査者に記入してもらう。

錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルの把握を行う。

なお、特定保健用食品や特定の栄養素が強化されている食品等は、従前の通り「通常の食品」として記入する。

(1) 記入ページについて

- ・調査票上部に書かれている【朝食】【昼食①】【夕食】【間食】別に使用する。
- ・各食事を該当ページに書ききれなかった場合、【昼食②】【予備】ページを使用する。【予備】ページを使用した場合は、【予備】ページの「食事の種類」欄に、必ず該当する食事の種類を記入すること。記入用のページが不足した場合、【予備】ページのコピーで対応する。

(2) 氏名

- ・「1世帯状況」の世帯員番号順に「氏名」欄に世帯員の氏名を記入する。調査拒否や調査不能の世帯員がいる場合は、その世帯員の記入欄は詰めずに空欄とすること。

(3) 料理名

- ・料理名はできるだけ具体的な料理名を記入する。
- ・外食、給食、惣菜等を食べた場合は、それと分かるように記入する。
- ・料理ごとに区切り線を引く。

(4) 食品名

- ・食品名欄は、記入した食品の重量とどの状態で計測したか（「生」、「ゆで」、「水戻し」等）がわかるように注意して記入する。
- ・ジュースはその材料の種類と割合が分かるように、「グループフルーツジュースストレート」、「オレンジ果汁20%」、「りんご果汁100%（濃縮還元）」などのように具体的に記入する。
- ・希釈して飲む飲料は、「原液」や「粉末」であるということを記入し、希釈に用いた水、お湯などについても記入する。
- ・アルコール飲料については、アルコール度数（%）をパッケージで確認して記入する。希釈して飲んだ場合には、希釈した水、お湯の量も記入する。
- ・次のような食品を食べた場合は、具体的な商品名を記入する。

市販の加工食品類

「減塩しょうゆ」、「低エネルギー甘味料」などの栄養素等調整調味料

スポーツ飲料、栄養ドリンク、スティックコーヒー

- ・全部記入した後に食品の記入忘れに気づいた場合は、料理名と記入し忘れた食品名、使用量及び食べた割合などを、空いている「行」に追加記入する。

(5) 使用量（重量又は目安量とその単位）

- ・食品の使用量は、できるだけ重量を量る。
重量計測できない場合は目安量（中1個、大1枚、小さじ1等）で記入する。

- ・食べた人ごとに使用量を記入する。
- ・同じ料理を家族で分けた場合など、1人ずつ食べた量を量るのが難しい場合は、各材料の合計重量を使用量欄に記入する。
- ・調味料、揚げ油について
 - ①使用した調味料（砂糖、塩、しょうゆ、みそ、風味調味料等）は、計量カップやスプーンなどで量る。
 - ②香辛料（こしょう、七味等）や使用量が1g未満で食塩を含まない調味料については、記入する必要はない。
 - ③揚げ物（天ぷら、フライ等）の揚げ油については、記入しない。
- ※「食品名」欄に使用した油の種類（サラダ油、ごま油等）を記入する。
（炒め物、焼き物等に使用した油については、使用量を記入する。）

☆揚げ油の使用量は、調査員が吸油率を考慮して調査票に追記する。

- ・外食の場合
 - ①どれくらい食べたのか、目安量（大きさや個数等）で記入する。
 - ②定食など目安量で記入できない場合は、「〇人前」で記入する。
 - ③飲食をした店名などが分かる場合は記入する。
- ・惣菜、レトルト食品、冷凍食品などの場合
 - ①食品別に重さを量れないものは、料理ごとに重さを量って使用量の欄に記入するか、外食と同じように目安量を記入する。
 - ②具体的な商品名やメーカー名が分かる場合は記入する。

(6) 廃棄量

- ・「使用量」に記入した重量の中に、通常食べない廃棄部分（芋の皮、魚の頭や骨、貝の殻、果物の皮や芯、種等）を含んだ重量である場合は、それらの重さを量って、「廃棄量」欄に記入する。
- ・廃棄量が不明の場合は、廃棄量の欄に「頭と骨」、「種」など名称を記入する。名称も不明の場合は「あり」とだけ記入する。
- ※廃棄部分を除いた重さを量った場合は、廃棄量は記入しない。

(7) 食べた量（割合）、残食

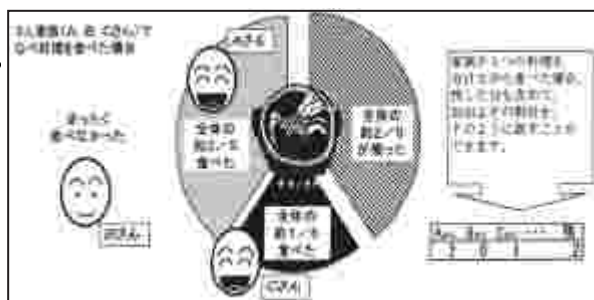
- ・1人で食べた量を使用量欄に記入した場合は、食べた人の欄に「1」を、それ以外の人の欄に「0」を記入する。
- ・同じ料理を家族で分けた場合など、1人ずつ食べた量を量るのが難しい場合は、1人ひとりが何をどれくらい食べたかを、下図の例を参考にしながらおおよその割合を記入し、食べなかった人には「0」を記入する。

- ・食べた割合の記入方法は、下記ア)～エ)のどの方法でもよい。

- ア) 整数で記入する。
- イ) 分数で記入する。
- ウ) 百分率(%)を使って記入する(5%又は10%ごと程度)。
- エ) 小数を使って記入する。

※分数、百分率、小数で記入する場合は、食べた割合と残食の合計が1又は100%となるように記入してもらうこと。

- ・食品や料理を残した場合は、食べ残した分の割合を「残食分」欄に記入する。



【調査員(管理栄養士等)記入欄】

管理栄養士等が、被調査者の記入した内容について、下記の事項に注意して整理すること。詳細な手順については、「栄養摂取状況調査マニュアル」を参照すること。

- ◆この作業は、食物摂取状況調査の右側ページ(調査員記入欄)を活用しても、調査員記入欄の記入を省略し、「食事しらべ」で直接入力してもよい(入力結果を印刷した紙の貼付は不要)。ただし、食品の置き換え、分解等をして調査票左ページに記載された内容と「食事しらべ」に入力した内容が一致しない場合は、食品を選択した経緯や根拠が分かるように、調査票の余白に必ず記録を残すこと。

(1) 料理・整理番号

- ・料理ごとに、「料理・整理番号」をつける。
☆朝食、昼食、夕食、間食別にそれぞれ1番から料理・整理番号をつけること。
- ・料理ごとに区切りの線を引くこと。

(2) 食品番号

- ・食品を選択する際には、「食事しらべ」又は「食品番号表」を参照すること。
- ・被調査者が記入した食品の状態(「生」、「ゆで」等)に合わせて、対応する食品番号を選択する。
☆「ごはん」については、「めし」で記載されている場合は、米に換算せずに「めし」の食品番号(01088)を、炊く前の米の重量で記載されている場合は、該当する米の食品番号を選択すること。
- ・被調査者が記入した料理に通常使用される食品(調味料や炒め油等)が抜けている場合は、調査員が被調査者に確認し、適宜追加すること。
- ・食品名の詳細が不明で、食品番号をつける際、類似の食品間で判断に迷う場合
ア)「食品番号表」から大きな文字で示した食品を優先して選択する。
イ)同じ大きさの文字で示した食品間で判断に迷う場合は、「*」が多い食品を優先して選択する。
- ・紅茶、緑茶、ドリップコーヒーなどは浸出液の食品番号を選択する(茶葉、豆の食品番号は使用しない。)
- ・希釈して飲む飲料やインスタントコーヒー等の粉末飲料については、原液の重量や粉末の重量とそれらに対応した希釈水又はお湯の食品番号(90011~90016, 90001)及び重量を記入する。

食品番号	希釈の用途
90011	水(希釈用:発酵乳・乳酸菌飲料)
90012	水(希釈用:その他の牛乳・乳製品)
90013	水(希釈用:洋酒類その他)
90014	水(希釈用:茶類)
90015	水(希釈用:インスタントコーヒー・ココア類)
90016	水(希釈用:その他の嗜好飲料)
90001	水(希釈用:90011~90016 以外の場合)

- ・被調査者が外食や惣菜を利用し、その詳細がわからない場合は外食番号、惣菜番号を使用してもよい。ただし、外食番号、惣菜番号は便宜的に作っているものなので、食品番号表に記載されている食品構成を確認し、被調査者が食べた料理がそれらの内容にあてはまらない場合は、個々の食品番号を選択すること。

◆給食を食べた場合

- ・給食の場合は、原則として通常の食事と同様に、各材料の食品番号を選択する。
- ・調査員は食物摂取状況調査当日の献立表（献立名だけでなく、使用食品名等も記載されているもの）を当該施設より入手する。被調査者が記入している給食の「料理名」と「献立表」をつきあわせ、「食品名」、「食品番号」、「調理コード」、「摂取量」、「案分比率」を記入する（ページに記入しきれない場合は予備ページを使用）。「料理・整理番号」は給食で1つのみ番号をつけるのではなく、料理ごとにそれぞれ番号をつける。
- ・学校給食の米については、強化米や七分つき米の使用など、米の種類が異なっていることがあるので、留意すること。

※なお、献立表の入手が難しい場合に限り、給食番号を使用しても差し支えないが、食品構成を確認して選択すること。（延長保育などで「補食」が記録されている場合は、給食番号は使用せず、食品番号を用いること。）

〈3〉調理コード

- ・食品の重量が「生」の状態で計量され、その後加熱調理されている場合、又は食品の重量が加熱調理された後の状態で計量されているが食品番号表に調理後の食品番号がない場合は、「生」に対応する食品番号及び重量を記入し、その食品が使われている料理名を参考にして、以下の2種類の調理コードのうち1つを選択して記入する。

なお、加熱調理後の重量が計量されている食品で調理後の食品番号があるもの、加工済み食品で食品番号があるものは、その番号を使用し、調理コードはつけなくてよい。

調理コード	加熱調理の種類
B	「ゆで物」、「煮物」等
R	「焼き物」

- ・調理コードは、個々の「食品」に対して記入する。

ただし、下記の食品群、加工食品、給食・外食・惣菜番号を使用する場合や水には、調理コードはつけなくてよい。

3. 砂糖及び甘味類	7. 果実類*	13. 乳類	14. 油脂類
15. 菓子類	16. し好飲料類	17. 調味料及び香辛料類	

※ 7. 果実類はりんご、パイナップルを除く。

☆1つの食品に対してBとRの両方の調理を行った場合は、調理の順番に関係なくBを使用する。

☆該当する調理コードがない場合でも、何らかの加熱調理を行った場合は、食品の中身の状態を考慮して、BもしくはRを選択する。

- ・1つの料理に含まれる食品で、同じ調理コードが続く場合には、該当部分まで矢印(↓)を引いて記入してもよい。ただし、同じ料理内に「生」で食べている食品がある場合は、「生」の食品の行に矢印がかからないように注意すること。

(4) 摂取量

- ・摂取量は、被調査者が報告した量をそのまま記入する(栄養成分を調整するために摂取量を増減させない。)。
- ・摂取量は、被調査者記入欄の使用量(g)から廃棄量(g)を差し引いた重量(g)を記入する。
- ・重量はg(グラム)で記入する。

※牛乳、アルコール類、調味料等の液状の食品や調味料等の目安量で記入された食品は、「食品番号表」の目安単位・重量表を用いて重量に換算すること(ただし、目安量はいくまでも参考のため、個別の商品を必ず確認すること。)

- ・摂取量は、小数点以下の部分は記入する必要はない(小数第一位切り捨て値とする。)。ただし、乾燥食品、食塩を含む調味料については、小数第二位を切り捨て、小数第一位まで記入すること。

(例) しょうゆ 0.09g → 記入不要、0.29g → 0.2g

- ・サプリメント、栄養補助食品等摂取重量を量れない場合は、○錠、○カプセル、○袋等と記入してもよい。

- ・錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラルを摂取した場合は、食品番号「99999」を用いる。

- ・外食番号(30000～)を使用する場合は、「人前」で記入するため、「重量(g)」での記入と区別するために空欄に斜線を記入すること。外食であっても、食品番号として外食番号以外の食品番号を使用する場合は、必ず重量を記入すること。

- ・惣菜番号(40000～)を使用する場合は、惣菜の全体重量(g)を記入すること。

- ・嗜好飲料及びそれらの希釈に用いられる水(湯)の取扱いについて

ア)紅茶、せん茶などは、浸出液の重量を記入する。

イ)希釈して飲む飲料やインスタントコーヒー等の粉末飲料については、原液の重量や粉末の重量とそれらに対応した希釈水又はお湯の食品番号及び重量を記入する。

〈5〉案分比率

案分比率とは、それぞれの世帯員が各料理又は食品をどれくらいずつ分けて食べたかの割合を示すものである。

- 案分比率欄の番号は、必ず被調査者の世帯員番号、氏名と一致させること。
- 調査がまったく実施できなかった世帯員についても、世帯員番号をつめたりせずに、案分比率欄に「0」を記入する。なお、1食でも調査が実施できなかった世帯員はまったく実施できなかった世帯員と同様に案分比率欄に「0」を記入し、調査ができた食事において、その世帯員が食べた分は残食分に記入する。
- 調査員記入欄の案分比率は、1桁又は2桁の整数とすること。

☆調査員記入欄の案分比率欄は、分数、小数の使用は不可。

(「食事しらべ」で分数、小数の入力はできないため、被調査者が分数で記入していても、必ず整数に直すこと。)

- ・案分比率は、料理ごとに区切った線のすぐ下に記入すること。
- ・外食番号の案分比率は、世帯員の1人のみが食べている場合には、「使用量」欄に食べた全体量（〇人前）を記入し、食べた世帯員の案分比率欄を「1」と記入する。

(6) 「食事しらべ」への入力

〈1〉～〈5〉を「食事しらべ」に入力する。

〈7〉被調査者への結果返却

「食事しらべ」に入力して得られた結果等を活用し、栄養摂取状況調査の結果を、対象者に返却する。（下図参照）

[illegible][illegible]

3 生活習慣調査

① 調査の実施要領

- 1) 11 月中に行う。
※栄養摂取状況調査日と同一である必要はない。
- 2) 20 歳以上の方に、生活習慣調査票、国民健康・栄養調査インターネット利用ガイド（ログイン用の ID とパスワード）を配付する。

② 調査票の記入方法

- 1) 「生活習慣調査票」の表紙の事項については、「調査票等の準備」（17～24 頁参照）の要領に従い、事前に調査員が記入しておくこと。
- 2) 設問には原則として被調査者本人が記入する。
- 3) 高齢などの理由で記入が困難な場合、家族等が代理記入しても構わない。



③ オンライン調査による生活習慣調査票の回答

国民健康・栄養調査では、生活習慣調査票についてオンライン調査を導入している。協力率の向上、審査の簡素化等が見込まれるため、オンラインでの回答を推奨する。

オンライン調査は、独立行政法人統計センターが運用する政府統計共同利用システムを利用しており、システムの操作方法等については、以下を参照すること。

- ・【新】オンライン調査システムマニュアル（独立行政法人統計センター提供）
<https://lg.e-stat.nstac.hq.admix.go.jp/gportal/news/1703>
- ・政府統計共同利用システム（オンライン調査システム）電子調査票ガイドライン_経由機関用
※厚生労働省より後日提供する。

【オンライン調査の流れ】

- 1) 課室管理者 ID の登録
国民健康・栄養調査で使用する ID を厚生労働省に報告する。厚生労働省は、各自治体から報告された ID に対して、国民健康・栄養調査の権限を付与する。
※オンライン調査の ID は 12 桁で構成されており、課室管理者 ID は必ず下 3 桁が「000」となる。報告時に誤りがないか、よく確認すること。

（参考）利用期間の ID 体系



2) 一般ユーザ ID の発行・アクセス権限付与

1) で登録した課室管理者 ID から、一般ユーザ ID を発行紙、国民健康・栄養調査の利用権限を付与する。

※実査準備や回答内容の審査は、ここで発行する「一般ユーザ ID」で行う。厚生労働省に報告した「課室管理者 ID」は、一般ユーザの発行・アクセス権限付与のみ行うことができる ID であり、審査等は行うことができないため、注意すること。

3) 実査準備

- ・オンライン調査システム上で行うこと

提出期限を確認する。基本となる提出期限等はあらかじめ厚生労働省で設定するため、内容を確認する。

- ・オンライン調査システム外で行うこと

プレプリント情報の登録を行う。厚生労働省（オンライン調査委託先事業者）において、1 地区あたり 200 人分の調査対象者 ID、仮パスワードを発行し、一覧表にして各自治体に配付する。各自治体は、それぞれの ID に対して、プレプリント情報（地区番号、市群番号、世帯番号、世帯員番号、都道府県名、保健所名）を付与し、事前に情報を登録する。

※本作業は、紙の調査票における「事前に調査員が表紙を記入する作業」に相当する。

4) 回答受付

調査票は 11 月 1 日から公開される。調査対象者からの問合せ対応を行う。

※11 月 1 日以前は回答できない。10 月中に調査対象者へ案内をする場合は、回答開始日についても案内する。

※システムの操作、パスワードの初期化に関する問合せについては、専用の照会対応窓口を案内する。

5) 審査

調査期間終了後、受付内容の審査を行う。審査は厚生労働省から提供する「回答データ簡易解析シート」を用いて行う。

6) 上位経由期間への報告

保健所等において審査を行った場合は、上位経由機関（都道府県、保健所設置市、特別区）の担当者へ、審査完了の報告を行う。

都道府県、保健所設置市、特別区は、審査完了の報告後、他調査票や名簿と照合し、「地区情報及び照会先記入用紙（様式第 5 号）」（69 頁参照）の提出をもって、厚生労働省への報告とする。

（4）生活習慣調査実施の注意事項

55 頁に記載されている【注意事項】を参考に回答が正確に行われていることを確認すること。なお、回答数（○印をつける数）は質問によって、1 つだけのもの、複数でもよいものがあるので確認すること。また、回答を得られなかった項目については、「確認済」等、必ず注記すること。

第3 調査票の整理及び審査

1 整理・照合

- ・調査票は、それぞれ地区番号、世帯番号及び世帯員番号順に整理する。
- ・「被調査者名簿」に調査実施状況を入力する。（22～24頁参照）
- ・「被調査者名簿」の各調査項目と調査票が一致しているかを確認する。

2 審査

- ・調査員から提出された調査票等を取りまとめて、**記入事項に誤りがないか再度確認**する。その際、**「調査票の主な審査(50～56頁)」**を参照し、項目ごとに審査すること。
- ・調査票の回答欄に全く記載のない調査票は取り除き、被調査者名簿の該当する調査項目の実施状況記入欄に「×」を入力すること。
- ・調査世帯名簿、被調査者名簿、各調査票（身体状況調査票、栄養摂取状況調査票、生活習慣調査票）及び血液検査依頼書の「地区番号7桁」「市郡番号1桁」「世帯番号2桁」「世帯員番号2桁」について、被調査者に対し、正しい番号が記載されているかを確認すること。
- ・審査後、修正がある場合には、**必ず黒鉛筆で修正**すること。
（提出された調査票を研究所において審査する際、赤鉛筆を用いるため。）

3 調査票の主な審査

身体状況調査票

項目		注意事項
①	地区番号、市郡番号、世帯番号、世帯員番号、性別、年齢	・「被調査者名簿」の地区番号7桁、市郡番号1桁、世帯番号2桁、世帯員番号2桁、性別、年齢と一致しているか。
②	身長、体重、腹囲	・性、年齢に比してその数値が異常に大きい、または小さいものがないか。間違いがなければ、空欄に「確認済」と注記する。 ・計測方法の記入漏れがないか。
③	血圧（20歳以上）	・収縮期（最高）血圧と拡張期（最低）血圧に矛盾がないか。 ・自己申告値ではないか。血圧は必ず受診会場で測定した値のみを記入すること。
④	血液検査（20歳以上）	・血液検査実施の有無のいずれかに○印がついているか。 ・「有」の場合、食後時間の記入漏れがないか。食後時間は血液検査の控えと同じ値を示す番号（※調査票裏面参照）が記載されているか。
⑤	糖尿病の治療（20歳以上）	・（7）糖尿病の診断の有無のいずれかに○印が付いているか。 →「有」と回答した場合、 （7-1）（7-3）のそれぞれに○印がついているか。 ※（7-1）（7-2）で「無」と回答した場合も、（7-3）に回答する必要がある。 →「無」と回答した場合、 （7-1）（7-2）（7-3）を斜線で消しているか。 ・（7-1）治療の有無のいずれかに○印が付いているか。 →「有」と回答した場合、（7-2）に○印がついているか。 →「無」と回答した場合、（7-2）を斜線で消しているか。
⑥	運動習慣	・（8）運動禁止の有無のいずれかに○印が付いているか。 →「有」と回答した場合、（9）を斜線で消しているか。 →「無」と回答した場合、（9）に回答しているか。 ・（9）運動習慣 →（a）1週間の運動日数が「0」の場合、（b）・（c）を斜線で消しているか。

身体状況調査票

① 「被調査者名簿」と一致しているか

② 性、年齢に比してその数値が異常に大きい、または小さいものがないか

② 計測方法の記入漏れはないか

③ 収縮期(最高)血圧と拡張期(最低)血圧に矛盾がないか

④ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

④ (5)で1と回答した場合、回答があるか

⑤ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

⑤ (7)で1と回答した場合、1,2のいずれかに0印がついているか

⑤ (7-1)で1と回答した場合、0印がついているか

⑤ (7)で1と回答した場合、0印がついているか

⑥ (8)で2と回答した場合、(9)に回答しているか

⑥ (a) 1週間の運動日数が「0」の場合、(b)・(c)を斜線で消しているか

① 性別 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

② 性 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

③ 収縮期(最高)血圧と拡張期(最低)血圧に矛盾がないか

④ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

④ (5)で1と回答した場合、回答があるか

⑤ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

⑤ (7)で1と回答した場合、1,2のいずれかに0印がついているか

⑤ (7-1)で1と回答した場合、0印がついているか

⑤ (7)で1と回答した場合、0印がついているか

⑥ (8)で2と回答した場合、(9)に回答しているか

⑥ (a) 1週間の運動日数が「0」の場合、(b)・(c)を斜線で消しているか

① 性別 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

② 性 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

③ 収縮期(最高)血圧と拡張期(最低)血圧に矛盾がないか

④ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

④ (5)で1と回答した場合、回答があるか

⑤ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

⑤ (7)で1と回答した場合、1,2のいずれかに0印がついているか

⑤ (7-1)で1と回答した場合、0印がついているか

⑤ (7)で1と回答した場合、0印がついているか

⑥ (8)で2と回答した場合、(9)に回答しているか

⑥ (a) 1週間の運動日数が「0」の場合、(b)・(c)を斜線で消しているか

① 性別 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

② 性 年齢 身長 体重 血圧 心拍数 呼吸数 体温 尿量 便量 汗量 睡眠時間 運動時間 食事量 水分摂取量 喫煙状況 飲酒状況 家族歴 既往歴 現在病状 現在服薬 現在治療 現在手術 現在入院 現在退院 現在死亡 現在生存 現在不明 現在その他

③ 収縮期(最高)血圧と拡張期(最低)血圧に矛盾がないか

④ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

④ (5)で1と回答した場合、回答があるか

⑤ 1,2のいずれかに0印がついているか(20歳以上)

⑤ (7)で1と回答した場合、1,2のいずれかに0印がついているか

⑤ (7-1)で1と回答した場合、0印がついているか

⑤ (7)で1と回答した場合、0印がついているか

⑥ (8)で2と回答した場合、(9)に回答しているか

⑥ (a) 1週間の運動日数が「0」の場合、(b)・(c)を斜線で消しているか

栄養摂取状況調査票

項目		注意事項
①	地区番号、市郡番号、世帯番号	・「被調査者名簿」の地区番号7桁、市郡番号1桁、世帯番号2桁と一致しているか。 ・世帯番号の重複がないか。
②	調査日	・調査日は、日曜日及び祝日を除くなど、通常の食事摂取状態にある日に実施されているか。
③	調査員、確認者	・調査員と確認者は別の者となっているか。
④	世帯状況	・食物摂取状況調査に協力していない世帯員の情報も記入されているか。
⑤	世帯員番号、氏名、性別	・「被調査者名簿」の世帯員番号、氏名、性別と一致しているか。
⑥	生年月日	・いずれかの元号に○がついているか。 ・昭和、平成などの元号を書き間違えていないか。 ・「被調査者名簿」の年齢と矛盾がないか。
⑦	妊娠・授乳の別及び週数	・女性について該当者の記入漏れがないか。 ※現在、妊娠・授乳している者について、○印がついているか。 ※妊娠している者について、○印と妊娠週数が記入されているか。
⑧	仕事の種類	・「01」～「21」のいずれかが記入されているか。
⑨	食事状況	・「被調査者名簿」の食物摂取状況調査と合致しているか。 ・「1」～「9」のいずれかが記入されているか。
⑩	身体状況	・歩数が記入されているか。 ・歩数が100歩未満や3万歩以上など、日常生活から考えて、少ないまたは多いものがないか。このような場合は、複数日測定していないかなど確認し、それでも正しい値であれば空欄に「確認済」と注記する。 ・歩数計の装着状況が記入されているか。 ・歩数計の装着状況が「いいえ」の場合、名簿の歩数が「×」となっているか。 ・歩数の測定が実施されていない場合は、歩数及び歩数の装着状況欄は斜線が引かれているか。
⑪	料理名・食品名	・料理名・食品名の記入内容が適切か。 ・料理毎に線が引いてあるか。
⑫	氏名欄	・「被調査者名簿」、「世帯状況」欄の世帯員番号順に氏名が記載されているか。
⑬	案分比率	・世帯員と残食分の案分の数値に矛盾がないか。

栄養摂取状況調査票 表紙



統計局
政府統計

統計法に基づく国の統計調査です。
調査関係者の権利の保護に努めます。

令和8年度国民健康・栄養調査

栄養摂取状況調査票

① 「被調査者名簿」と一致しているかを確かめる

地区番号
 市郡番号
 世帯番号
 調査月 令和8年 月 日

② 日曜日及び祝日を除き、通常の摂取状態にある日に実施されていること

郵送係員 _____ 保健所 _____

調査員氏名 _____

確認者氏名 _____

③ 調査員と確認者は別の者であるか

厚生労働省

栄養摂取状況調査票 I 世帯状況

④

・食物摂取状況調査に協力していない世帯員の情報も記入されているか

Ⅰ 世帯状況・Ⅱ 食事状況

「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って、記入してください。

世帯員番号	氏名	生年	性別	妊娠・授乳
01		明治 大正 昭和 平成 令和	男 女	妊娠している 授乳している 妊娠・授乳していない 妊娠・授乳していないが、 分娩後、母乳を分泌している 分娩後、母乳を分泌していない 分娩後、母乳を分泌していないが、 母乳を分泌している
02		明治 大正 昭和 平成 令和	男 女	妊娠している 授乳している 妊娠・授乳していない 妊娠・授乳していないが、 分娩後、母乳を分泌している 分娩後、母乳を分泌していない 分娩後、母乳を分泌していないが、 母乳を分泌している
03		明治 大正 昭和 平成 令和	男 女	妊娠している 授乳している 妊娠・授乳していない 妊娠・授乳していないが、 分娩後、母乳を分泌している 分娩後、母乳を分泌していない 分娩後、母乳を分泌していないが、 母乳を分泌している
04		明治 大正 昭和 平成 令和	男 女	妊娠している 授乳している 妊娠・授乳していない 妊娠・授乳していないが、 分娩後、母乳を分泌している 分娩後、母乳を分泌していない 分娩後、母乳を分泌していないが、 母乳を分泌している

⑥

「被調査者名簿」と一致しているか

⑥

・〇がついているか
・元号をとりちがえていないか
・「被調査者名簿」の年齢と矛盾がないか

⑦

現在、妊娠・授乳している者について、〇印がついているか

栄養摂取状況調査票 II 食事状況、身体状況

⑧

「01」～「21」が記入されているか

⑨

・「1」～「9」が記入されているか
・被調査者名簿の食物摂取状況調査と合致しているか
1食でも「9」の場合、被調査者名簿の「食物摂取状況調査」は「×」になっているかも確認する。

⑩

歩数の測定を行わなかった場合、歩数及び歩数計の装着状況欄を斜線で消しているか

⑩

100歩未満や3万歩以上など、極端に少ない・多い場合は確認を行ったか

⑩

歩数計の装着状況が記入されているか

食事状況	身体状況
1. 食事の回数	2. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）
3. 食事の量	4. 歩数計の装着状況、確認された結果 （1）装着している（2）装着していない （3）装着しているが、確認された結果は （4）装着しているが、確認された結果は
5. 食事の回数	6. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）
7. 食事の量	8. 歩数計の装着状況、確認された結果 （1）装着している（2）装着していない （3）装着しているが、確認された結果は （4）装着しているが、確認された結果は
9. 食事の回数	10. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）
11. 食事の量	12. 歩数計の装着状況、確認された結果 （1）装着している（2）装着していない （3）装着しているが、確認された結果は （4）装着しているが、確認された結果は
13. 食事の回数	14. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）
15. 食事の量	16. 歩数計の装着状況、確認された結果 （1）装着している（2）装着していない （3）装着しているが、確認された結果は （4）装着しているが、確認された結果は
17. 食事の回数	18. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）
19. 食事の量	20. 歩数計の装着状況、確認された結果 （1）装着している（2）装着していない （3）装着しているが、確認された結果は （4）装着しているが、確認された結果は
21. 食事の回数	22. 歩数の測定結果（歩数） （100歩以上）

栄養摂取状況調査票 食物摂取状況調査（被調査者記入欄）

朝食		昼食①		昼食②		夕食		間食					
食物摂取状況調査													
家族が食べたもの、飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい					その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）								
料理名	食品名	使用量 （重量または 目安量と その単位）	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分			
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

⑪ 料理名、食品名の記入内容が適切であるか
料理名毎に線を引いてあるか

⑫ 「被調査者名簿」、「世帯状況」欄の世帯員番号順に氏名が記載されているか

⑬ 世帯員と残の案分の数値に矛盾がないか。

食物摂取状況調査（被調査者記入欄） 予備

朝食		昼食①		昼食②		夕食		間食		予備				
食物摂取状況調査														
食事の種類	家族が食べたもの、飲んだもの（水以外）は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ （残した分があれば「残食分」に書いて下さい）									
	料理名	食品名	使用量 （重量または 目安量と その単位）	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分	
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

(予備の場合のみ)
「食事の種類」に朝食・昼食・夕食・間食のうち、当てはまるものが記入されているか

⑬ 世帯員と残の案分の数値に矛盾がないか。

生活習慣調査票

問	注意事項
問 1	ア～ウのそれぞれについて、表頭の「1」～「7」のあてはまるもの1つを回答する。
問 2	複数回答可 「1」～「10」のあてはまるものすべてを回答する。「9」に回答した場合は、「1」～「8」は回答しない。
問 3	複数回答可 「1」～「9」のあてはまるものすべてを回答する。「8」に回答した場合は、「1」～「7」は回答しない。
問 4	複数回答可 「1」～「12」のあてはまるものすべてを回答する。「11」に回答した場合は、「1」～「10」は回答しない。
問 5 ～ 問 7	1つだけ回答する。
問 8	1つだけ回答する。「1」～「5」を選択した者は問 8-1、8-2 へ。
(問 8-1)	1つだけ回答する。 換算例に示していないものは、以下によりアルコール量を算出する。 「飲酒量 (ml) × アルコール度数 × 比重 (0.8)」 例：缶酎ハイ（アルコール度数 7%）を 500 ml 飲んだ場合 $500 \text{ ml} \times 0.07 \times 0.8 = 28 \text{ g}$ ※清酒 1 合は純アルコール量 22 g
(問 8-2)	複数回答可 「1」～「9」のあてはまるものすべてを回答する。「9」に回答した場合は、「1」～「8」は回答しない。
問 9	男性の場合と女性の場合のそれぞれについて、1つずつ回答する。
問 10	1つだけ回答する。 「1」、「2」を選択した者は問 10-1、10-2 へ 「3」、「4」を選択した者は問 11 へ
(問 10-1)	複数回答可 「1 紙巻たばこ」は、従来型のたばこを指す。 「2 加熱式たばこ」は、たばこ葉やたばこ葉を用いた加工品に火を点けずに、電気的に加熱して吸う、新しいタイプのたばこを指す。たばこ葉を使用せず、カートリッジの液体を霧状にして吸引するものは電子たばこと呼ばれるが、わが国で販売されている電子たばこは、たばこ製品ではない。 「3 その他」は、葉巻、パイプたばこ、手巻たばこ、かぎたばこ、かみたばこ、水タイプたばこ等を指す。 ※わが国で販売されている電子たばこは、たばこ製品ではないため、「1」～「3」のいずれにも含まれない。
(問 10-2)	1つだけ回答する。
問 11	アについては、表頭の「1」～「5」のいずれか1つを回答する。 イ～コのそれぞれについては、表頭の「1」～「6」のいずれか1つを回答する。

第4 調査票等の提出

1 調査関係書類

- ・保健所等から都道府県等に提出する調査関係書類は、以下のとおり。
 - 調査世帯名簿 (66 頁参照)
 - 被調査者名簿 (67 頁参照)
 - 身体状況調査票 (58 頁参照)
 - 栄養摂取状況調査票 (59～60 頁参照)
 - 生活習慣調査票 (61～62 頁参照)
 - 地区情報及び照会先記入用紙 (69 頁参照)
 - 血液検査依頼書の控え (原本)
 - 以下のファイルを格納した電子媒体 (CD-ROM 等 (USB は不可))
 - ※ ファイル名は、半角小文字で入力すること
 - ① 調査世帯名簿 (電子媒体)
 - ※ 1 地区 1 ファイル 1 シートとし、ファイル名は「地区番号-市郡番号-s」とすること。
 - ② 被調査者名簿 (電子媒体)
 - ※ 1 地区 1 ファイル 1 シートとし、ファイル名は「地区番号-市郡番号-h」とすること。
- 参考：都道府県等の状況に応じて提出するもの

 - 送付票 (68 頁参照)
 - 外部精度管理調査結果 (7 頁参照)
 - 血液検査結果のデータファイル (CSV 形式)
 - ※ 1 地区 1 ファイル 1 シートとし、ファイル名は半角小文字で「地区番号-市郡番号-k」とすること。

2 調査票等について

- ・調査票の欄外にメモをした、氏名や電話番号等の個人情報は必ず消去すること。
- ・調査票は、送付票に示された種類ごとに、地区ごとにひも綴じ又はダブルクリップ等に取りまとめ、地区番号順に重ねること。
- ・調査世帯名簿及び被調査者名簿によって、それぞれの調査票ごとに枚数を照合し不足がないことを確認すること。
- ・白紙の調査票については、自治体で適切に処理すること。
- ・電子媒体には、別途、9月下旬から10月上旬に、国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所より指定するパスワードを設定すること。指定するパスワードの設定ができない場合については、別のパスワードを設定することとして問題ないが、必ず下記のメールアドレス宛にパスワードを連絡すること。
パスワードの送り先メールアドレス：kokuchou@nibn.go.jp
- ・送付票を上部に添付して提出すること。

3 その他

- ・梱包は、郵送の途中で破損、散逸の恐れがないよう十分留意すること。
- ・各調査関係書類は、所定の期日までに都道府県・保健所設置市・特別区に提出すること。
- ・簡易書留など、記録が残る方法で送付すること。

参考資料

第1 調査票等の様式

1 身体状況調査票

血液検査項目	
1	血色素値
2	ヘマトクリット値
3	赤血球数
4	白血球数
5	血小板数
6	血球値
7	ヘモグロビンA1c
8	総コレステロール
9	HDL-コレステロール
10	LDL-コレステロール
11	中性脂肪(トリグリセリド)
12	総たんぱく質
13	アルブミン
14	クレアチニン
15	血尿酸
16	TIBC(総鉄結合能)
17	AST(GOT)
18	ALT(GPT)
19	γ-GT(γ-GTP)
20	尿酸

「検査項目」には、医師に検査を依頼した項目(検査を依頼した項目)の検査結果の検査結果について、
検査結果を記入する。医師の検査結果は、検査結果を記入する。検査結果を記入する。

① 約30分 ② 約40分
③ 約50分 ④ 約60分
⑤ 約70分 ⑥ 約80分
⑦ 約90分 ⑧ 約100分
⑨ 約110分 ⑩ 約120分
⑪ 約130分 ⑫ 約140分
⑬ 約150分 ⑭ 約160分
⑮ 約170分 ⑯ 約180分
⑰ 約190分 ⑱ 約200分
⑲ 約210分 ⑳ 約220分
㉑ 約230分 ㉒ 約240分
㉓ 約250分 ㉔ 約260分
㉕ 約270分 ㉖ 約280分
㉗ 約290分 ㉘ 約300分
㉙ 約310分 ㉚ 約320分
㉛ 約330分 ㉜ 約340分
㉝ 約350分 ㉞ 約360分
㉟ 約370分 ㊱ 約380分
㊲ 約390分 ㊳ 約400分
㊴ 約410分 ㊵ 約420分
㊶ 約430分 ㊷ 約440分
㊸ 約450分 ㊹ 約460分
㊺ 約470分 ㊻ 約480分
㊼ 約490分 ㊽ 約500分
㊾ 約510分 ㊿ 約520分
㋀ 約530分 ㋁ 約540分
㋂ 約550分 ㋃ 約560分
㋄ 約570分 ㋅ 約580分
㋆ 約590分 ㋇ 約600分
㋈ 約610分 ㋉ 約620分
㋊ 約630分 ㋋ 約640分
㋌ 約650分 ㋍ 約660分
㋎ 約670分 ㋏ 約680分
㋐ 約690分 ㋑ 約700分
㋒ 約710分 ㋓ 約720分
㋔ 約730分 ㋕ 約740分
㋖ 約750分 ㋗ 約760分
㋘ 約770分 ㋙ 約780分
㋚ 約790分 ㋛ 約800分
㋜ 約810分 ㋝ 約820分
㋞ 約830分 ㋟ 約840分
㋠ 約850分 ㋡ 約860分
㋢ 約870分 ㋣ 約880分
㋤ 約890分 ㋥ 約900分
㋦ 約910分 ㋧ 約920分
㋨ 約930分 ㋩ 約940分
㋪ 約950分 ㋫ 約960分
㋬ 約970分 ㋭ 約980分
㋮ 約990分 ㋯ 約1000分
㋰ 約1010分 ㋱ 約1020分
㋲ 約1030分 ㋳ 約1040分
㋴ 約1050分 ㋵ 約1060分
㋶ 約1070分 ㋷ 約1080分
㋸ 約1090分 ㋹ 約1100分
㋺ 約1110分 ㋻ 約1120分
㋼ 約1130分 ㋽ 約1140分
㋾ 約1150分 ㋿ 約1160分
㊀ 約1170分 ㊁ 約1180分
㊂ 約1190分 ㊃ 約1200分
㊄ 約1210分 ㊅ 約1220分
㊆ 約1230分 ㊇ 約1240分
㊈ 約1250分 ㊉ 約1260分
㊊ 約1270分 ㊋ 約1280分
㊌ 約1290分 ㊍ 約1300分
㊎ 約1310分 ㊏ 約1320分
㊐ 約1330分 ㊑ 約1340分
㊒ 約1350分 ㊓ 約1360分
㊔ 約1370分 ㊕ 約1380分
㊖ 約1390分 ㊗ 約1400分
㊘ 約1410分 ㊙ 約1420分
㊚ 約1430分 ㊛ 約1440分
㊜ 約1450分 ㊝ 約1460分
㊞ 約1470分 ㊟ 約1480分
㊠ 約1490分 ㊡ 約1500分
㊢ 約1510分 ㊣ 約1520分
㊤ 約1530分 ㊥ 約1540分
㊦ 約1550分 ㊧ 約1560分
㊨ 約1570分 ㊩ 約1580分
㊪ 約1590分 ㊫ 約1600分
㊬ 約1610分 ㊭ 約1620分
㊮ 約1630分 ㊯ 約1640分
㊰ 約1650分 ㊱ 約1660分
㊲ 約1670分 ㊳ 約1680分
㊴ 約1690分 ㊵ 約1700分
㊶ 約1710分 ㊷ 約1720分
㊸ 約1730分 ㊹ 約1740分
㊺ 約1750分 ㊻ 約1760分
㊼ 約1770分 ㊽ 約1780分
㊾ 約1790分 ㊿ 約1800分
㋀ 約1810分 ㋁ 約1820分
㋂ 約1830分 ㋃ 約1840分
㋄ 約1850分 ㋅ 約1860分
㋆ 約1870分 ㋇ 約1880分
㋈ 約1890分 ㋉ 約1900分
㋊ 約1910分 ㋋ 約1920分
㋌ 約1930分 ㋍ 約1940分
㋎ 約1950分 ㋏ 約1960分
㋐ 約1970分 ㋑ 約1980分
㋒ 約1990分 ㋓ 約2000分
㋔ 約2010分 ㋕ 約2020分
㋖ 約2030分 ㋗ 約2040分
㋘ 約2050分 ㋙ 約2060分
㋚ 約2070分 ㋛ 約2080分
㋜ 約2090分 ㋝ 約2100分
㋞ 約2110分 ㋟ 約2120分
㋠ 約2130分 ㋡ 約2140分
㋢ 約2150分 ㋣ 約2160分
㋤ 約2170分 ㋥ 約2180分
㋦ 約2190分 ㋧ 約2200分
㋨ 約2210分 ㋩ 約2220分
㋪ 約2230分 ㋫ 約2240分
㋬ 約2250分 ㋭ 約2260分
㋮ 約2270分 ㋯ 約2280分
㋰ 約2290分 ㋱ 約2300分
㋲ 約2310分 ㋳ 約2320分
㋴ 約2330分 ㋵ 約2340分
㋶ 約2350分 ㋷ 約2360分
㋸ 約2370分 ㋹ 約2380分
㋺ 約2390分 ㋻ 約2400分
㋼ 約2410分 ㋽ 約2420分
㋾ 約2430分 ㋿ 約2440分
㊀ 約2450分 ㊁ 約2460分
㊂ 約2470分 ㊃ 約2480分
㊄ 約2490分 ㊅ 約2500分
㊆ 約2510分 ㊇ 約2520分
㊈ 約2530分 ㊉ 約2540分
㊊ 約2550分 ㊋ 約2560分
㊌ 約2570分 ㊍ 約2580分
㊎ 約2590分 ㊏ 約2600分
㊐ 約2610分 ㊑ 約2620分
㊒ 約2630分 ㊓ 約2640分
㊔ 約2650分 ㊕ 約2660分
㊖ 約2670分 ㊗ 約2680分
㊘ 約2690分 ㊙ 約2700分
㊚ 約2710分 ㊛ 約2720分
㊜ 約2730分 ㊝ 約2740分
㊞ 約2750分 ㊟ 約2760分
㊠ 約2770分 ㊡ 約2780分
㊢ 約2790分 ㊣ 約2800分
㊤ 約2810分 ㊥ 約2820分
㊦ 約2830分 ㊧ 約2840分
㊨ 約2850分 ㊩ 約2860分
㊪ 約2870分 ㊫ 約2880分
㊬ 約2890分 ㊭ 約2900分
㊮ 約2910分 ㊯ 約2920分
㊰ 約2930分 ㊱ 約2940分
㊲ 約2950分 ㊳ 約2960分
㊴ 約2970分 ㊵ 約2980分
㊶ 約2990分 ㊷ 約3000分
㊸ 約3010分 ㊹ 約3020分
㊺ 約3030分 ㊻ 約3040分
㊼ 約3050分 ㊽ 約3060分
㊾ 約3070分 ㊿ 約3080分
㋀ 約3090分 ㋁ 約3100分
㋂ 約3110分 ㋃ 約3120分
㋄ 約3130分 ㋅ 約3140分
㋆ 約3150分 ㋇ 約3160分
㋈ 約3170分 ㋉ 約3180分
㋊ 約3190分 ㋋ 約3200分
㋌ 約3210分 ㋍ 約3220分
㋎ 約3230分 ㋏ 約3240分
㋐ 約3250分 ㋑ 約3260分
㋒ 約3270分 ㋓ 約3280分
㋔ 約3290分 ㋕ 約3300分
㋖ 約3310分 ㋗ 約3320分
㋘ 約3330分 ㋙ 約3340分
㋚ 約3350分 ㋛ 約3360分
㋜ 約3370分 ㋝ 約3380分
㋞ 約3390分 ㋟ 約3400分
㋠ 約3410分 ㋡ 約3420分
㋢ 約3430分 ㋣ 約3440分
㋤ 約3450分 ㋥ 約3460分
㋦ 約3470分 ㋧ 約3480分
㋨ 約3490分 ㋩ 約3500分
㋪ 約3510分 ㋫ 約3520分
㋬ 約3530分 ㋭ 約3540分
㋮ 約3550分 ㋯ 約3560分
㋰ 約3570分 ㋱ 約3580分
㋲ 約3590分 ㋳ 約3600分
㋴ 約3610分 ㋵ 約3620分
㋶ 約3630分 ㋷ 約3640分
㋸ 約3650分 ㋹ 約3660分
㋺ 約3670分 ㋻ 約3680分
㋼ 約3690分 ㋽ 約3700分
㋾ 約3710分 ㋿ 約3720分
㊀ 約3730分 ㊁ 約3740分
㊂ 約3750分 ㊃ 約3760分
㊄ 約3770分 ㊅ 約3780分
㊆ 約3790分 ㊇ 約3800分
㊈ 約3810分 ㊉ 約3820分
㊊ 約3830分 ㊋ 約3840分
㊌ 約3850分 ㊍ 約3860分
㊎ 約3870分 ㊏ 約3880分
㊐ 約3890分 ㊑ 約3900分
㊒ 約3910分 ㊓ 約3920分
㊔ 約3930分 ㊕ 約3940分
㊖ 約3950分 ㊗ 約3960分
㊘ 約3970分 ㊙ 約3980分
㊚ 約3990分 ㊛ 約4000分
㊜ 約4010分 ㊝ 約4020分
㊞ 約4030分 ㊟ 約4040分
㊠ 約4050分 ㊡ 約4060分
㊢ 約4070分 ㊣ 約4080分
㊤ 約4090分 ㊥ 約4100分
㊦ 約4110分 ㊧ 約4120分
㊨ 約4130分 ㊩ 約4140分
㊪ 約4150分 ㊫ 約4160分
㊬ 約4170分 ㊭ 約4180分
㊮ 約4190分 ㊯ 約4200分
㊰ 約4210分 ㊱ 約4220分
㊲ 約4230分 ㊳ 約4240分
㊴ 約4250分 ㊵ 約4260分
㊶ 約4270分 ㊷ 約4280分
㊸ 約4290分 ㊹ 約4300分
㊺ 約4310分 ㊻ 約4320分
㊼ 約4330分 ㊽ 約4340分
㊾ 約4350分 ㊿ 約4360分
㋀ 約4370分 ㋁ 約4380分
㋂ 約4390分 ㋃ 約4400分
㋄ 約4410分 ㋅ 約4420分
㋆ 約4430分 ㋇ 約4440分
㋈ 約4450分 ㋉ 約4460分
㋊ 約4470分 ㋋ 約4480分
㋌ 約4490分 ㋍ 約4500分
㋎ 約4510分 ㋏ 約4520分
㋐ 約4530分 ㋑ 約4540分
㋒ 約4550分 ㋓ 約4560分
㋔ 約4570分 ㋕ 約4580分
㋖ 約4590分 ㋗ 約4600分
㋘ 約4610分 ㋙ 約4620分
㋚ 約4630分 ㋛ 約4640分
㋜ 約4650分 ㋝ 約4660分
㋞ 約4670分 ㋟ 約4680分
㋠ 約4690分 ㋡ 約4700分
㋢ 約4710分 ㋣ 約4720分
㋤ 約4730分 ㋥ 約4740分
㋦ 約4750分 ㋧ 約4760分
㋨ 約4770分 ㋩ 約4780分
㋪ 約4790分 ㋫ 約4800分
㋬ 約4810分 ㋭ 約4820分
㋮ 約4830分 ㋯ 約4840分
㋰ 約4850分 ㋱ 約4860分
㋲ 約4870分 ㋳ 約4880分
㋴ 約4890分 ㋵ 約4900分
㋶ 約4910分 ㋷ 約4920分
㋸ 約4930分 ㋹ 約4940分
㋺ 約4950分 ㋻ 約4960分
㋼ 約4970分 ㋽ 約4980分
㋾ 約4990分 ㋿ 約5000分
㊀ 約5010分 ㊁ 約5020分
㊂ 約5030分 ㊃ 約5040分
㊄ 約5050分 ㊅ 約5060分
㊆ 約5070分 ㊇ 約5080分
㊈ 約5090分 ㊉ 約5100分
㊊ 約5110分 ㊋ 約5120分
㊌ 約5130分 ㊍ 約5140分
㊎ 約5150分 ㊏ 約5160分
㊐ 約5170分 ㊑ 約5180分
㊒ 約5190分 ㊓ 約5200分
㊔ 約5210分 ㊕ 約5220分
㊖ 約5230分 ㊗ 約5240分
㊘ 約5250分 ㊙ 約5260分
㊚ 約5270分 ㊛ 約5280分
㊜ 約5290分 ㊝ 約5300分
㊞ 約5310分 ㊟ 約5320分
㊠ 約5330分 ㊡ 約5340分
㊢ 約5350分 ㊣ 約5360分
㊤ 約5370分 ㊥ 約5380分
㊦ 約5390分 ㊧ 約5400分
㊨ 約5410分 ㊩ 約5420分
㊪ 約5430分 ㊫ 約5440分
㊬ 約5450分 ㊭ 約5460分
㊮ 約5470分 ㊯ 約5480分
㊰ 約5490分 ㊱ 約5500分
㊲ 約5510分 ㊳ 約5520分
㊴ 約5530分 ㊵ 約5540分
㊶ 約5550分 ㊷ 約5560分
㊸ 約5570分 ㊹ 約5580分
㊺ 約5590分 ㊻ 約5600分
㊼ 約5610分 ㊽ 約5620分
㊾ 約5630分 ㊿ 約5640分
㋀ 約5650分 ㋁ 約5660分
㋂ 約5670分 ㋃ 約5680分
㋄ 約5690分 ㋅ 約5700分
㋆ 約5710分 ㋇ 約5720分
㋈ 約5730分 ㋉ 約5740分
㋊ 約5750分 ㋋ 約5760分
㋌ 約5770分 ㋍ 約5780分
㋎ 約5790分 ㋏ 約5800分
㋐ 約5810分 ㋑ 約5820分
㋒ 約5830分 ㋓ 約5840分
㋔ 約5850分 ㋕ 約5860分
㋖ 約5870分 ㋗ 約5880分
㋘ 約5890分 ㋙ 約5900分
㋚ 約5910分 ㋛ 約5920分
㋜ 約5930分 ㋝ 約5940分
㋞ 約5950分 ㋟ 約5960分
㋠ 約5970分 ㋡ 約5980分
㋢ 約5990分 ㋣ 約6000分
㋤ 約6010分 ㋥ 約6020分
㋦ 約6030分 ㋧ 約6040分
㋨ 約6050分 ㋩ 約6060分
㋪ 約6070分 ㋫ 約6080分
㋬ 約6090分 ㋭ 約6100分
㋮ 約6110分 ㋯ 約6120分
㋰ 約6130分 ㋱ 約6140分
㋲ 約6150分 ㋳ 約6160分
㋴ 約6170分 ㋵ 約6180分
㋶ 約6190分 ㋷ 約6200分
㋸ 約6210分 ㋹ 約6220分
㋺ 約6230分 ㋻ 約6240分
㋼ 約6250分 ㋽ 約6260分
㋾ 約6270分 ㋿ 約6280分
㊀ 約6290分 ㊁ 約6300分
㊂ 約6310分 ㊃ 約6320分
㊄ 約6330分 ㊅ 約6340分
㊆ 約6350分 ㊇ 約6360分
㊈ 約6370分 ㊉ 約6380分
㊊ 約6390分 ㊋ 約6400分
㊌ 約6410分 ㊍ 約6420分
㊎ 約6430分 ㊏ 約6440分
㊐ 約6450分 ㊑ 約6460分
㊒ 約6470分 ㊓ 約6480分
㊔ 約6490分 ㊕ 約6500分
㊖ 約6510分 ㊗ 約6520分
㊘ 約6530分 ㊙ 約6540分
㊚ 約6550分 ㊛ 約6560分
㊜ 約6570分 ㊝ 約6580分
㊞ 約6590分 ㊟ 約6600分
㊠ 約6610分 ㊡ 約6620分
㊢ 約6630分 ㊣ 約6640分
㊤ 約6650分 ㊥ 約6660分
㊦ 約6670分 ㊧ 約6680分
㊨ 約6690分 ㊩ 約6700分
㊪ 約6710分 ㊫ 約6720分
㊬ 約6730分 ㊭ 約6740分
㊮ 約6750分 ㊯ 約6760分
㊰ 約6770分 ㊱ 約6780分
㊲ 約6790分 ㊳ 約6800分
㊴ 約6810分 ㊵ 約6820分
㊶ 約6830分 ㊷ 約6840分
㊸ 約6850分 ㊹ 約6860分
㊺ 約6870分 ㊻ 約6880分
㊼ 約6890分 ㊽ 約6900分
㊾ 約6910分 ㊿ 約6920分
㋀ 約6930分 ㋁ 約6940分
㋂ 約6950分 ㋃ 約6960分
㋄ 約6970分 ㋅ 約6980分
㋆ 約6990分 ㋇ 約7000分
㋈ 約7010分 ㋉ 約7020分
㋊ 約7030分 ㋋ 約7040分
㋌ 約7050分 ㋍ 約7060分
㋎ 約7070分 ㋏ 約7080分
㋐ 約7090分 ㋑ 約7100分
㋒ 約7110分 ㋓ 約7120分
㋔ 約7130分 ㋕ 約7140分
㋖ 約7150分 ㋗ 約7160分
㋘ 約7170分 ㋙ 約7180分
㋚ 約7190分 ㋛ 約7200分
㋜ 約7210分 ㋝ 約7220分
㋞ 約7230分 ㋟ 約7240分
㋠ 約7250分 ㋡ 約7260分
㋢ 約7270分 ㋣ 約7280分
㋤ 約7290分 ㋥ 約7300分
㋦ 約7310分 ㋧ 約7320分
㋨ 約7330分 ㋩ 約7340分
㋪ 約7350分 ㋫ 約7360分
㋬ 約7370分 ㋭ 約7380分
㋮ 約7390分 ㋯ 約7400分
㋰ 約7410分 ㋱ 約7420分
㋲ 約7430分 ㋳ 約7440分
㋴ 約7450分 ㋵ 約7460分
㋶ 約7470分 ㋷ 約7480分
㋸ 約7490分 ㋹ 約7500分
㋺ 約7510分 ㋻ 約7520分
㋼ 約7530分 ㋽ 約7540分
㋾ 約7550分 ㋿ 約7560分
㊀ 約7570分 ㊁ 約7580分
㊂ 約7590分 ㊃ 約7600分
㊄ 約7610分 ㊅ 約7620分
㊆ 約7630分 ㊇ 約7640分
㊈ 約7650分 ㊉ 約7660分
㊊ 約7670分 ㊋ 約7680分
㊌ 約7690分 ㊍ 約7700分
㊎ 約7710分 ㊏ 約7720分
㊐ 約7730分 ㊑ 約7740分
㊒ 約7750分 ㊓ 約7760分
㊔ 約7770分 ㊕ 約7780分
㊖ 約7790分 ㊗ 約7800分
㊘ 約7810分 ㊙ 約7820分
㊚ 約7830分 ㊛ 約7840分
㊜ 約7850分 ㊝ 約7860分
㊞ 約7870分 ㊟ 約7880分
㊠ 約7890分 ㊡ 約7900分
㊢ 約7910分 ㊣ 約7920分
㊤ 約7930分 ㊥ 約7940分
㊦ 約7950分 ㊧ 約7960分
㊨ 約7970分 ㊩ 約7980分
㊪ 約7990分 ㊫ 約8000分
㊬ 約8010分 ㊭ 約8020分
㊮ 約8030分 ㊯ 約8040分
㊰ 約8050分 ㊱ 約8060分
㊲ 約8070分 ㊳ 約8080分
㊴ 約8090分 ㊵ 約8100分
㊶ 約8110分 ㊷ 約8120分
㊸ 約8130分 ㊹ 約8140分
㊺ 約8150分 ㊻ 約8160分
㊼ 約8170分 ㊽ 約8180分
㊾ 約8190分 ㊿ 約8200分
㋀ 約8210分 ㋁ 約8220分
㋂ 約8230分 ㋃ 約8240分
㋄ 約8250分 ㋅ 約8260分
㋆ 約8270分 ㋇ 約8280分
㋈ 約8290分 ㋉ 約8300分
㋊ 約8310分 ㋋ 約8320分
㋌ 約8330分 ㋍ 約8340分
㋎ 約8350分 ㋏ 約8360分
㋐ 約8370分 ㋑ 約8380分
㋒ 約8390分 ㋓ 約8400分
㋔ 約8410分 ㋕ 約8420分
㋖ 約8430分 ㋗ 約8440分
㋘ 約8450分 ㋙ 約8460分
㋚ 約8470分 ㋛ 約8480分
㋜ 約8490分 ㋝ 約8500分
㋞ 約8510分 ㋟ 約8520分
㋠ 約8530分 ㋡ 約8540分
㋢ 約8550分 ㋣ 約8560分
㋤ 約8570分 ㋥ 約8580分
㋦ 約8590分 ㋧ 約8600分
㋨ 約8610分 ㋩ 約8620分
㋪ 約8630分 ㋫ 約8640分
㋬ 約8650分 ㋭ 約8660分
㋮ 約8670分 ㋯ 約8680分
㋰ 約8690分 ㋱ 約8700分
㋲ 約8710分 ㋳ 約8720分
㋴ 約8730分 ㋵ 約8740分
㋶ 約8750分 ㋷ 約8760分
㋸ 約8770分 ㋹ 約8780分
㋺ 約8790分 ㋻ 約8800分
㋼ 約8810分 ㋽ 約8820分
㋾ 約8830分 ㋿ 約8840分
㊀ 約8850分 ㊁ 約8860分
㊂ 約8870分 ㊃ 約8880分
㊄ 約8890分 ㊅ 約8900分
㊆ 約8910分 ㊇ 約8920分
㊈ 約8930分 ㊉ 約8940分
㊊ 約8950分 ㊋ 約8960分
㊌ 約8970分 ㊍ 約8980分
㊎ 約8990分 ㊏ 約9000分
㊐ 約9010分 ㊑ 約9020分
㊒ 約9030分 ㊓ 約9040分
㊔ 約9050分 ㊕ 約9060分
㊖ 約9070分 ㊗ 約9080分
㊘ 約9090分 ㊙ 約9100分
㊚ 約9110分 ㊛ 約9120分
㊜ 約9130分 ㊝ 約9140分
㊞ 約9150分 ㊟ 約9160分
㊠ 約9170分 ㊡ 約9180分
㊢ 約9190分 ㊣ 約9200分
㊤ 約9210分 ㊥ 約9220分
㊦ 約9230分 ㊧ 約9240分
㊨ 約9250分 ㊩ 約9260分
㊪ 約9270分 ㊫ 約9280分
㊬ 約9290分 ㊭ 約9300分
㊮ 約9310分 ㊯ 約9320分
㊰ 約9330分 ㊱ 約9340分
㊲ 約9350分 ㊳ 約9360分
㊴ 約9370分 ㊵ 約9380分
㊶ 約9390分 ㊷ 約9400分
㊸ 約9410分 ㊹ 約9420分
㊺ 約9430分 ㊻ 約9440分
㊼ 約9450分 ㊽ 約9460分
㊾ 約9470分 ㊿ 約9480分
㋀ 約9490分 ㋁ 約9500分
㋂ 約9510分 ㋃ 約9520分
㋄ 約9530分 ㋅ 約9540分
㋆ 約9550分 ㋇ 約9560分
㋈ 約9570分 ㋉ 約9580分
㋊ 約9590分 ㋋ 約9600分
㋌ 約9610分 ㋍ 約9620分
㋎ 約9630分 ㋏ 約9640分
㋐ 約9650分 ㋑ 約9660分
㋒ 約9670分 ㋓ 約9680分
㋔ 約9690分 ㋕ 約9700分
㋖ 約9710分 ㋗ 約9720分
㋘ 約9730分 ㋙ 約9740分
㋚ 約9750分 ㋛ 約9760分
㋜ 約9770分 ㋝ 約9780分
㋞ 約9790分 ㋟ 約9800分
㋠ 約9810分 ㋡ 約9820分
㋢ 約9830分 ㋣ 約9840分
㋤ 約9850分 ㋥ 約9860分
㋦ 約9870分 ㋧ 約9880分
㋨ 約9890分 ㋩ 約9900分
㋪ 約9910分 ㋫ 約9920分
㋬ 約9930分 ㋭ 約9940分
㋮ 約9950分 ㋯ 約9960分
㋰ 約9970分 ㋱ 約9980分
㋲ 約9990分 ㋳ 約10000分

2 栄養摂取状況調査票

 国民健康・栄養調査 調査票 令和5年度国民健康・栄養調査 栄養摂取状況調査票 地区番号 - 市町番号 区市番号 調査日 令和5年 月 日 調査所長 係長 調査員氏名 調査所氏名 厚生労働省	I 世帯状況・II 食事状況 ※世帯員数と調査票の番号が一致しない場合は、記入してください。 <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 10%;">I 世帯状況</th> <th style="width: 10%;">II 食事状況</th> <th style="width: 10%;">III 世帯員数</th> <th style="width: 10%;">IV 食事状況</th> <th style="width: 10%;">V 世帯員数</th> <th style="width: 10%;">VI 食事状況</th> <th style="width: 10%;">VII 世帯員数</th> <th style="width: 10%;">VIII 食事状況</th> <th style="width: 10%;">IX 世帯員数</th> <th style="width: 10%;">X 食事状況</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> </tr> </tbody> </table>	I 世帯状況	II 食事状況	III 世帯員数	IV 食事状況	V 世帯員数	VI 食事状況	VII 世帯員数	VIII 食事状況	IX 世帯員数	X 食事状況	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I 世帯状況	II 食事状況	III 世帯員数	IV 食事状況	V 世帯員数	VI 食事状況	VII 世帯員数	VIII 食事状況	IX 世帯員数	X 食事状況																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																																																																																																						

[illegible]

3 生活習慣調査票



令和8年度 生活習慣調査票

生活習慣調査票

地区番号

市町番号

地区番号

地区員番号

性別 1 男 2 女

年齢 (昭和8年1月1日現在)

調査年度 調査所

厚生労働省

問1 あなたは、現在の食習慣について、改善したいと思っていますか。
アからウについて、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

	1. 改善することはない	2. ほとんど改善するつもりはない	3. 改善するつもりがあるが、今の食生活でいい	4. 思いやりに応じて改善するつもりがある	5. ほぼ改善している(改善中)	6. ほとんど改善している(改善済み)	7. 完全に改善している(改善済み)
ア 肉類を十分に食べよう	1	2	3	4	5	6	7
イ 野菜をたくさん食べよう	1	2	3	4	5	6	7
ウ 食生活の改善を促される	1	2	3	4	5	6	7

問2 あなたは、日々の生活の中で、どのような社会の取組や環境があれば、今よりも野菜摂取量を増やすことができそうだと思いますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、野菜が多く含まれることや量が分かる表示がある
- 2 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、野菜を多く取り入れたメニューや商品が充実している
- 3 野菜や果物を使用した商品が、手頃な価格で購入できる
- 4 自宅にいつも、すぐに食べられる野菜がある
- 5 野菜を使った簡便な調理法について、分かりやすい情報が得られる
- 6 日常生活の中で、自分の野菜摂取量を知る機会がある
- 7 テレビやインターネットワークサービス(SNS)などで、上手な野菜の取り入れ方に関する情報を容易に得ることができる
- 8 野菜や果物を多く含む商品の購入や野菜メニューの利用に対して、ポイントがもらえるなどの特典がある
- 9 1～8にあてはまるものがない
- 10 野菜摂取量を増やすための取組の必要性を感じていない

1

問3 あなたは、日々の生活の中で、どのような社会の取組や環境があれば、今よりも果物摂取量を増やすことができそうだと思いますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、果物が多く含まれていることや量が分かる表示がある
- 2 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、果物を多く取り入れたメニューや商品が充実している
- 3 果物や果物を使用した商品が、手頃な価格で購入できる
- 4 自宅にいつも、すぐに食べられる果物がある
- 5 日常生活の中で、自分の果物摂取量を知る機会がある
- 6 テレビやSNSなどで、上手な果物の取り入れ方に関する情報を容易に得ることができる
- 7 果物や果物を多く含む商品の購入や果物メニューの利用に対して、ポイントがもらえるなどの特典がある
- 8 1～7にあてはまるものがない
- 9 果物摂取量を増やすための取組の必要性を感じていない

2

問4 あなたは、日々の生活の中で、どのような社会の取組や環境があれば、今よりも食塩を控えた食生活(減塩)ができそうだと思いますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、減塩されていることや含まれている食塩の量が分かる表示がある
- 2 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどで、減塩されたメニューや商品が充実している
- 3 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどのメニューや商品が工夫されていて、食塩が少ないものに簡単に減塩できるようになっている
- 4 飲食店・量販店やスーパー・コンビニエンスストアなどのメニューや商品がおいしく減塩されている
- 5 減塩ダイオウの商品が、手頃な価格で購入できる
- 6 自宅にいつも、減塩ダイオウの加工食品(味噌汁を含む)がある
- 7 全国や都府県の食塩の摂取状況について、分かりやすい情報が得られる
- 8 日常生活の中で、自分の食塩摂取量を知る機会がある
- 9 テレビやSNSなどで、上手な減塩の仕方や工夫に関する情報を容易に得ることができる
- 10 減塩ダイオウの商品の購入や減塩メニューの選択に対して、ポイントがもらえるなどの特典がある
- 11 1～10にあてはまるものがない
- 12 減塩するための取組の必要性を感じていない

問5 あなたのかんで食べるときの咀嚼について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 何でもかんで食べることができる
- 2 初めはかんで食べられる
- 3 かんで食べられることが多い
- 4 かんで食べることができない

3

問6. ここ1ヵ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。
あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 5 時迄未着
- 5 時迄以上 6 時迄未着
- 6 時迄以上 7 時迄未着
- 7 時迄以上 8 時迄未着
- 8 時迄以上 9 時迄未着
- 9 時迄以上

問7 ここ1か月間、あなたは睡眠で休養が十分とれていますか。
あてはまる言葉を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 十分とれている
- 2 まあまあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 ほとんどとれていない

問8 あなたはお酒(啤酒、酎酒、ビール、洋酒など)を飲みますか。
 飲たはまる酒量を1〜5まで印をつけてください。

- | | | |
|----------|--------------|-------|
| 1 毎日 | 6 月に1日未満 | } 隔日～ |
| 2 週5～6日 | 7 やめた | |
| 3 週3～4日 | 8 状態ない(状態ない) | |
| 4 週1～2日 | | |
| 5 月に1～3日 | | |

+

(問) 8 次 1, 2, 3, 4, 5 と答えた方にお聞きします。)

(問 3-1) お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。
 適量に抑え、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | | |
|---|----------------|----|
| 1 | 1合 (180ml) | 未済 |
| 2 | 1合以上2合 (360ml) | 未済 |
| 3 | 2合以上3合 (540ml) | 未済 |
| 4 | 3合以上4合 (720ml) | 未済 |
| 5 | 4合以上5合 (900ml) | 未済 |
| 6 | 5合 (900ml) | 以上 |

※処方合（アルコール度数15度・180ml 純アルコール20g）は、次の量（1回服用量）を示す。

- ・ビール中瓶1本(アルコール度数5度、500ml)
- ・ビール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80ml)
- ・ウイスキーダブル1杯(アルコール度数43度、60ml)
- ・缶チューハイ1.5缶(アルコール度数5度、約620ml)
- ・缶チューハイ1缶(アルコール度数7度、約450ml)

(問 8-2) あなたはお話を読む場合に、気をつけていることはありますか。
 あるいはまるきり覚えていないので、自分の気をつけてくたさい。

- 1 1回の飲酒量を減らすようにしている
- 2 飲酒する日数を減らすようにしている (休肝日を増やすようにしている)
- 3 アルコール度数が低いものを飲むようにしている (氷・炭酸水などで薄めて飲むようにしている)
- 4 ノンアルコールドリンクに置き換えるようにしている
- 5 食前などのついでに飲む飲んでいるが、アルコール量 (アルコール度数) を減らすようにしている
- 6 飲酒の割合に氷・炭酸水などを飲むようにしている
- 7 少しずつゆっくり飲むようにしている
- 8 飲酒しないようにしている
- 9 禁酒はしていない

5

問2 「生活習慣病のリスクを高める飲酒量（純アルコール量）」は、1日あたりどれくらいだと思いますか。アとイについて、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んで印をつけてください。

発酵混合（アルコール度数15度、180ml 純アルコール20g）は、次のように調製した。

- ・ビール中瓶1本(アルコール度数5度、500ml)
- ・ワイン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)
- ・ウィスキーダブル1杯(アルコール度数43度、60ml)
- ・缶チューハイ15缶(アルコール度数5度、約520ml)
- ・缶チューハイ1缶(アルコール度数7度、約85ml)

7 異性の場合

- 1 1g 以上
- 2 10g (酢酒 0.5 合) 以上
- 3 20g (酢酒 1 合) 以上
- 4 30g (酢酒 1.5 合) 以上
- 5 40g (酢酒 2 合) 以上
- 6 50g (酢酒 2.5 合) 以上
- 7 60g (酢酒 3 合) 以上
- 8 おおぐさなし

イ 支弁の場合

- 1 1g 以上
- 2 10g (新酒0.5合) 以上
- 3 20g (新酒1合) 以上
- 4 30g (新酒1.5合) 以上
- 5 40g (新酒2合) 以上
- 6 50g (新酒2.5合) 以上
- 7 60g (新酒3合) 以上
- 8 わからぬ

問10 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 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
- 図11へ

(問10-1) 現在、あなたが受けているたばこ製品について、あてはまる番号をすべて真心中の印をつけてください。(複数回答可)

※ 加味地味は、月ほ、薬材月ほ、薬を侮れ加江部へ火を掛けず、金銀にターで加味地として解く。納入タイプめ月ほ、月ほ、薬の入った袋のステイック等。はるかにサトウ・ヤマト・708等。

- 1 結核に比べ 2 加熱50に比べ 3 60の熱

E

〔問10-2〕 たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 やめたい 3 やめたくない
2 本数を減らしたい 4 おかしくない

問11 あなたはこの1冊の冊に、禁まずに自分以外の人が使っていたたばこ（00式たばこを含む）の煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。
次のアからコのすべての場所について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで、次の①から⑥まで記入してください。

※ 944. 金沢市 近江町地区にあり、その名称で登録されていた場合は、
「イ 近江町」(23) 366 参照。

	1 独立型	2 従属型	3 準独立型	4 従属型	5 混合型	6 従属型
A 型	1	2	3	4	5	
B 型	1	2	3	4	5	6
C 型	1	2	3	4	5	6
D 型	1	2	3	4	5	6
E 型	1	2	3	4	5	6
F 型	1	2	3	4	5	6
G 型	1	2	3	4	5	6
H 型	1	2	3	4	5	6
I 型	1	2	3	4	5	6
J 型	1	2	3	4	5	6
K 型	1	2	3	4	5	6
L 型	1	2	3	4	5	6
M 型	1	2	3	4	5	6
N 型	1	2	3	4	5	6
O 型	1	2	3	4	5	6
P 型	1	2	3	4	5	6
Q 型	1	2	3	4	5	6
R 型	1	2	3	4	5	6
S 型	1	2	3	4	5	6
T 型	1	2	3	4	5	6
U 型	1	2	3	4	5	6
V 型	1	2	3	4	5	6
W 型	1	2	3	4	5	6
X 型	1	2	3	4	5	6
Y 型	1	2	3	4	5	6
Z 型	1	2	3	4	5	6

ご協力ありがとうございました。

T

4 栄養摂取状況調査票の書き方

厚生労働省
国民生活センター
健康調査センター

令和3年度国民生活・健康調査
栄養摂取状況調査票の書き方

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

【1】調査票の記入方法

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

【2】調査票の記入方法

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

【3】調査票の記入方法

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

【別表】調査票の記入方法

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

【別表】調査票の記入方法

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

※本調査票は、健康調査センターから郵送で送付いたします。

5 国民健康・栄養調査の実施についてのお願い(様式第1号)



令和8年 月

本調査の対象となられた世帯主の方へ

厚生労働省

国民健康・栄養調査の実施についてのお願い

厚生労働省では健康増進法（平成14年法律第103号）に基づき国民健康・栄養調査を実施することになりました。この調査は、皆さま方がどのような生活を送っているか、健康状態はどうかなどを調べて、国民の健康のめやすとしたり、健康づくりの対策を進めるための基礎資料としたりして役立てられているものです。

今年6月に行われた国民生活基礎調査の対象地区の中から、あなたのお住まいの地区が選ばれました。

この調査は、あらかじめ配付される調査票に、日頃の生活習慣やある一日に食べたものの種類と量をお書きいただくものと身体状況に関する計測等を行うものです。

世帯の皆さまには、身体状況に関する計測を下記の日時及び場所において実施いたしますので、ご多忙のところ恐縮でございますが会場までお越しいただきますようお願いいたします。20歳以上でご了解の得られた方々につきましては、あわせて血液検査を実施いたします。血液検査項目は血色素量、ヘマトクリット値、赤血球数、白血球数、血小板数、血糖値、ヘモグロビンA1c、総コレステロール、HDL コレステロール、LDL-コレステロール、中性脂肪（トリグリセライド）、総たんぱく質、アルブミン、クレアチニン、血清鉄、TIBC（総鉄結合能）、AST（GOT）、ALT（GPT）、γ-GT（γ-GPT）、尿酸の20項目です。

検査結果は後日お知らせいたしますので、皆さま方の健康管理にお役立てください。

調査の結果は、本調査の目的以外に使うことはありませんし、法律により秘密は十分に守られます。

ご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

記

日 時 令和8年 月 日
場 所

調査についての問合せ先

6 調査世帯名簿(様式第2号)

令和8年 国民健康・栄養調査世帯名簿

地区番号							市町番号			都道府県名			保健所名				
					—												
世帯番号	世帯主氏名						備考	郵送切替	世帯番号	世帯主氏名						備考	郵送切替
01									21								
02									22								
03									23								
04									24								
05									25								
06									26								
07									27								
08									28								
09									29								
10									30								
11									31								
12									32								
13									33								
14									34								
15									35								
16									36								
17									37								
18									38								
19									39								
20									40								

別掲

国民健康・栄養調査対象世帯数 (国民生活基礎調査実施世帯数)	0 世帯 (0 世帯)
実施世帯数	0 世帯
郵送回収世帯数(配布、未回収世帯数)	0 世帯 (0 世帯)

配布数、国民生活基礎調査数

8 送付票(様式第4号)

令和8年 国民健康・栄養調査送付票

都道府県
保健所設置市
特別区

地区番号	市郡番号	調査世帯名簿	被調査者名簿	栄養摂取状況調査票	身体状況調査票	生活習慣調査票	
						紙	電子
計		地区分 総数	地区分 総数				

9 地区情報及び照会先記入用紙(様式第5号)

令和8年国民健康・栄養調査 地区情報及び照会先記入用紙

○調査実施地区名・地区番号

地区名	地区番号	身体状況調査 実施日※	体重測定における風袋 (該当する項目に○印を つけて下さい。)								
	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> - <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table>										1. 一律に設定(____g) 2. 対象者別に設定 3. 設定していない
	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> - <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table>										1. 一律に設定(____g) 2. 対象者別に設定 3. 設定していない
	<table border="1"><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> - <table border="1"><tr><td></td><td></td></tr></table>										1. 一律に設定(____g) 2. 対象者別に設定 3. 設定していない

※同一地区内で身体状況調査を複数の日程で実施した場合、全ての日付を記入して下さい。

○照会担当者所属・氏名・連絡先

都道府県 _____ 保健所 _____

担当部署 _____

担当者氏名 (ふりがな) _____

電話番号 _____ 内線 _____

Fax 番号 _____

E-mail アドレス _____

第2 別 表

(別表1)

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、著述家、記者、編集者、美術家、デザイナー、写真家、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、物品一時預かり人など)
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	農業従事者	農耕、養畜、植木職、造園師など
08	林業従事者	育林、伐木・造材・集材、その他の林業従事者
09	漁業従事者	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・修理事業[一般機械器具、電気機械器具、運送機械、計量計測機器・光学機械器具]、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

(別表2)

年 齢 早 見 表

11月1日を基礎として記入しましたので、11月2日以降に誕生した人は対応する年号の年齢より1つ引いた年齢を記入してください。

満年齢	年号	西暦	満年齢	年号	西暦	満年齢	年号	西暦
104	大正11年	1922	69	昭和32年	1957	34	平成4年	1992
103	12	1923	68	33	1958	33	5	1993
102	13	1924	67	34	1959	32	6	1994
101	14	1925	66	35	1960	31	7	1995
100	15	1926	65	36	1961	30	8	1996
	(昭和元年	1926)	64	37	1962	29	9	1997
99	2	1927	63	38	1963	28	10	1998
98	3	1928	62	39	1964	27	11	1999
97	4	1929	61	40	1965	26	12	2000
96	5	1930	60	41	1966	25	13	2001
95	6	1931	59	42	1967	24	14	2002
94	7	1932	58	43	1968	23	15	2003
93	8	1933	57	44	1969	22	16	2004
92	9	1934	56	45	1970	21	17	2005
91	10	1935	55	46	1971	20	18	2006
90	11	1936	54	47	1972	19	19	2007
89	12	1937	53	48	1973	18	20	2008
88	13	1938	52	49	1974	17	21	2009
87	14	1939	51	50	1975	16	22	2010
86	15	1940	50	51	1976	15	23	2011
85	16	1941	49	52	1977	14	24	2012
84	17	1942	48	53	1978	13	25	2013
83	18	1943	47	54	1979	12	26	2014
82	19	1944	46	55	1980	11	27	2015
81	20	1945	45	56	1981	10	28	2016
80	21	1946	44	57	1982	9	29	2017
79	22	1947	43	58	1983	8	30	2018
78	23	1948	42	59	1984	7	31	2019
77	24	1949	41	60	1985		(令和元年	2019)
76	25	1950	40	61	1986	6	2	2020
75	26	1951	39	62	1987	5	3	2021
74	27	1952	38	63	1988	4	4	2022
73	28	1953	37	64	1989	3	5	2023
72	29	1954		(平成元年	1989)	2	6	2024
71	30	1955	36	2	1990	1	7	2025
70	31	1956	35	3	1991	0	8	2026

令和8年国民健康・栄養調査必携

作成：厚生労働省健康・生活衛生局健康課栄養指導室
令和8年8月

協力：国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所
国立健康・栄養研究所 栄養疫学・政策研究センター
国民健康・栄養調査研究室
許諾を得ない無断転載を禁じます。