

# 福井県の健康・食生活の現状

## 平均寿命 (令和2年)

男性 81.98 歳 全国 7 位

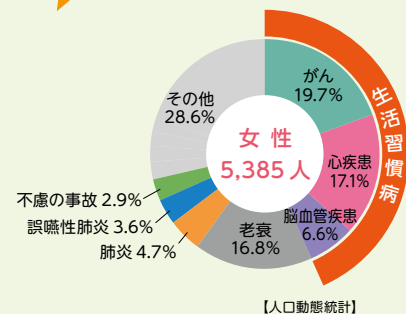
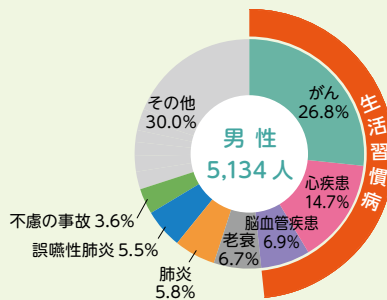
女性 87.84 歳 全国 19 位

【都道府県別生命表】



## 主な死因 (令和4年)

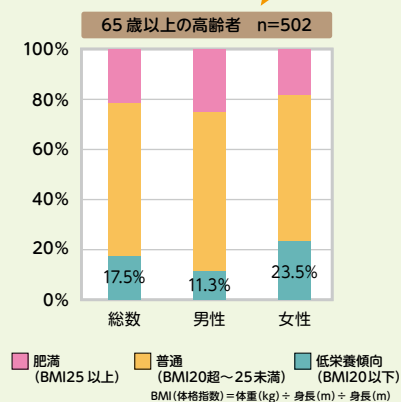
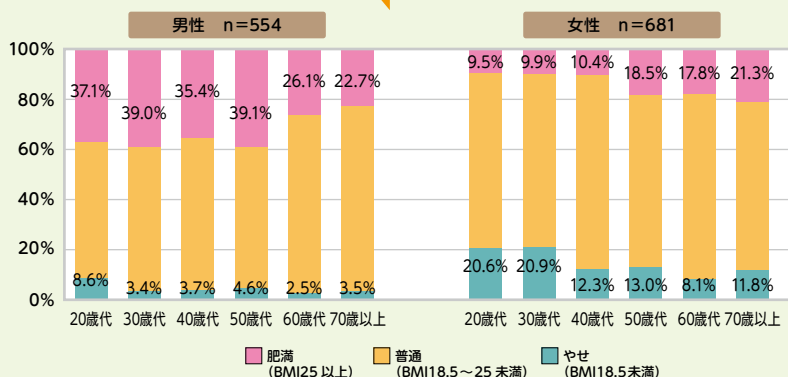
死因の約半数は生活習慣病です。これらの発症を予防するためには毎日の食生活と適正体重の維持が重要です！



## めざせ！適正体重 (令和4年)

成人男性の3人に1人は肥満、20～30歳代女性の5人に1人はやせです。

高齢の女性では、およそ5人に1人が低栄養傾向です。



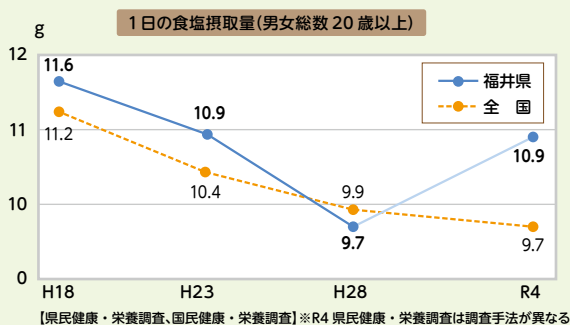
## 1日の食塩摂取量 (令和4年)

男性 11.9g (全国 10.5g)

女性 9.9g (全国 9.0g)

目標

男性 8.0g 未満  
女性 7.0g 未満



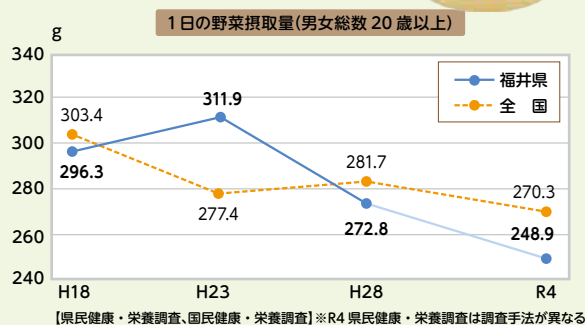
## 1日の野菜摂取量 (令和4年)

男性 243g (全国 278g)

女性 254g (全国 264g)

目標

350g/日以上



## 年間支出額 (令和3年～令和5年平均)

主食以外の調理食品 98,824 円 全国 3 位

【令和5年度家計調査(福井市の2人以上世帯の1世帯当たり)】

共働きが多く、忙しい福井県民は調理食品(惣菜)をよく利用しています。特に、揚げ物類が多いようです！

## 品目別年間支出金額 (令和3年～令和5年平均)

全国 1 位 ●油揚げ・がんもどき ●こんぶつくだ煮

●コロッケ ●カツレツ ●天ぷら・フライ

全国 2 位 ●さしみ盛り合わせ ●ふりかけ ●やきとり

全国 3 位 ●大豆加工品

【令和5年度家計調査(福井市の2人以上世帯の1世帯当たり)】



「ふくい100彩ごはん」は健康に配慮した定食や弁当、惣菜で、福井県独自の認証メニューです。

発行・お問合せ 福井県健康福祉部健康医療局健康政策課 〒910-8580 福井市大手3丁目17-1 TEL 0776-20-0352

ふくい100彩ごはん



ふくい100彩ごはん