

# 献血希望者の貧血と食生活

藤森 弘子\* 長谷川仁志\*\* 小川 美樹\*\*\*

## Correlation between Anemia and Eating Habits among Prospective Blood Donors

Hiroko FUJIMORI, Hitoshi HASEGAWA, Miki OGAWA

**Key words:** 献血 blood donors, 血液比重 specific gravity in blood  
年齢 age, 食生活 eating habits, 肥満度 rate of obesity

### 1. はじめに

わが国の献血事業についてみると、献血率は世界有数で、全血製剤や血液成分製剤は国内自給を達成しているが、血漿分画製剤の90%は輸入に依存しているのが現状<sup>1)</sup>である。

外国からの血液の購入は、倫理的にも問題が多く、血友病患者のH I V感染にみられるように、未知ウイルスによる汚染の危険性<sup>2)</sup>もある。国際流通の状況などを含め、血液製剤が安心して使用できるためには、医療に必要な血液製剤のすべてを、国内献血によって賄わなければならない。

したがって、国民の多くが献血に参加し、また、献血希望者の血液すべてが献血可能なものであることが望ましい。しかし、現実には貧血のため献血ができない者も多い。

そこで、献血希望者のうち、一般に貧血の割合が多い女性を対象として、貧血と貧血のうち最も割合が多い鉄欠乏性貧血の主因と考えられる食生活との関係を把握するため、アンケート調査を行った。

### 2. 調査方法

#### 1) 調査期間

1991年6月1日から10月1日の間に、広島市中・南・西保健所の協力のもとに行われた移動採血車によ

る献血事業に同行して調べた。献血場所は、中保健所管内6カ所、南保健所管内7カ所、西保健所管内9カ所、計22カ所であった。

#### 2) 調査対象

調査期間内の女性の献血希望者は、1774名であった。このうち、アンケート調査に応じたのは1392名で、表1に示す献血基準に体重、血圧などで適合しなかった19名を除き、血液比重のみによって献血可または不可であった計1373名を調査対象とした。なお、ほとんどが200ml献血であった。

#### 3) 調査方法

調査項目は、表2に示すとおりで、調査対象者の属性、過去の献血参加、食生活を中心とする生活状況、食品の摂取状況などについて、面接によって調べた。なお、標準体重はブローカー指数の桂変法<sup>3)</sup>により算出した。

### 3. 結 果

#### 1) 調査対象者

献血の可不可別の調査対象者の属性を表3に示した。献血可は1159人で全体の84.4%、献血不可は214人で全体の15.6%であった。

献血可の者は年齢、体重、肥満度の平均値が5%以下の危険率で（以下同様）献血不可の者より有意に高く、献血不可の者は身長、妊娠時の貧血、月経あり、過去の献血時の低比重による献血不可の割合が有意に高かった。なお、10歳代はほとんどが未婚の学生で、20歳代は未婚者の割合が69.9%と他の年代より有意に高く、職業をもつ者の割合も67.6%と有意

\* 呉女子短期大学生活学科

\*\* 広島女子大学

\*\*\* 広島県立福山保健所

に高かった。

このことから、献血不可の者は年齢と肥満度が低く、過去に貧血であった者が多いことが分かる。

そこで、年齢階級別に献血可不可の割合をみると表4に示すとおりで、年齢階級が増すにつれて献血可の割合が増し、29歳以下は29歳以下を除く全体より有意に低く、50歳以上は有意に高かった。

また、年齢階級・献血の可不可別の血液比重の平均値も表5に示すとおりで、献血可不可全体、献血可とも年齢階級が増すにつれて平均値が増し、29歳以下は有意に低く、50歳以上は有意に高かった。

肥満度区分別に献血可不可の割合をみると表6に示すとおりで、肥満度区分が増すにつれて献血可の割合が増し、肥満度121%以上は有意に高かった。

肥満度区分・献血可不可別の血液比重の平均値も表7に示すとおり、全体、献血可とも肥満度区分が増すにつれて平均値が増し、110%以下は有意に低く、121%以上は有意に高かった。

また、妊娠時の貧血の有無別の血液比重の平均値は表14に示すとおり、貧血なしが貧血ありより有意に高かった。

さらに、過去の献血時の貧血の有無別の血液比重の平均値は表16に示すとおり、正常が低比重より有意に高かった。

## 2) 生活状況

生活状況に関するそれぞれの項目について、3点の割合を検討した。ただし、「運動」については、「よくする」の割合が低かったので、これと「たまにする」をあわせて「する」とした。

さらに、すべての項目の得点を合わせた平均値を算出して検討した。

献血の可不可別の生活状況は表8に示した。

献血可の者の3点の割合は、15項目のうち9項目について献血不可の者より高かったが、有意であったのは「休養」のみであった。

年齢階級別にみると表9に示すとおりで、8項目までが年齢階級が増すにつれて増え、29歳以下はこれに加えて2項目が最低の割合で、いずれも29歳以下を除く全体より有意に低く、「運動」と「料理」のみが有意に高かった。一方、50歳以上は11項目までが最も高く、10項目が有意に高く、40～49歳がこれに次いで高い項目が多かった。

これを、平均値でみると表10に示すとおりで、献血可不可とも年齢階級が増すにつれて増え、献血可不可

とも29歳以下は有意に低く、50歳以上は有意に高く、40～49歳は全体、献血可とも有意に高かった。

肥満度区分別の生活状況は表11に示すとおりで、肥満度89%以下は最も低い項目が9項目で、このうち6項目が有意に低く、「食事の量」のみが有意に高かった。一方、111～120%および121%以上はそれぞれ最も高い項目が8項目と5項目で、このうち111～120%は5項目、121%以上は3項目が有意に高く、121%以上は「食欲」についても有意に高かったが、「運動」と「食事の量」は有意に低かった。

肥満度区分別の平均値は表12に示すとおりで、89%以下は献血可不可とも有意に低く、111～120%は全体、献血可とも有意に高かった。

妊娠時の貧血の有無別に生活状況をみると表13のとおりで、貧血なしは「食事の量」を除くすべての項目で貧血ありよりも高く、10項目までが有意であった。

妊娠時の貧血の有無別の平均値も表14に示すとおりで、貧血なしが有意に高かった。

過去の献血時の血液比重別の生活状況は表15に示すとおりで、正常は10項目までが低比重より高く、「健康状態」と「休養」は有意であった。

過去の献血時の血液比重別の平均値も表16に示すとおりで、正常が低比重より有意に高かった。

## 3) 食品群摂取状況

食品群摂取状況の実態に応じて、「穀類」「牛乳・乳製品」と「緑黄色野菜」は5点、「小魚類」は3点以上、その他の食品群は4点以上の摂取割合を検討した。

さらに、すべての項目を合わせた平均値も算出して検討した。

献血の可不可別の食品群摂取状況は表17に示した。

献血可の者は13項目のうち8項目について献血不可の者より高かったが、有意であったのは「大豆」のみで、「肉類」「油類」については献血不可が有意に高かった。

なお、食品群摂取状況得点の平均値は献血可・不可別で有意の差がなかった。

年齢階級別の食品群摂取状況については表18に示した。

13食品群中「卵」「肉類」「牛乳・乳製品」「油類」「淡色野菜」を除いた8食品群の摂取割合が年齢階級が増すにつれて増え、29歳以下は、これらに「淡色野菜」を加えた9食品群が30歳以上より有意に低かった。反対に、50歳以上は、これらのうち「緑黄色野菜」を除いた7項目に「牛乳・乳製品」「油類」を加えた9

項目が有意に高く、40～49歳も8項目が有意に高かった。

これを献血の可不可別に食品群摂取状況得点の平均値でみると表19のとおりで、献血可不可とも、29歳以下は有意に低く、40歳以上は有意に高かった。

肥満度区分別の食品群摂取状況については表20に示した。

肥満度111～120%は7項目について最も割合が高く、うち2項目は有意であった。

これを食品群摂取状況得点の平均値でみると表21に示すとおりで、全体、献血可とも89%以下は有意に低く、110～120%は有意に高かった。

妊娠時の貧血の有無別に食品群摂取状況をみると表22のとおりで、貧血なしは「油類」「淡色野菜」を除くすべての項目で貧血ありよりも高く、「大豆」「牛乳・乳製品」「海藻類」が有意であった。

妊娠時の貧血の有無別の平均値も表14に示すとおりで、貧血なしが有意に高かった。

過去の献血時の血液比重別の食品群摂取状況の割合は正常・低比重間で大きな相違はなく、血液比重別の平均値も表16に示すとおりほとんど差がなかった。

#### 4) 年齢階級・肥満度区分別の状況

献血可不可と年齢階級・肥満度の間には表23に示すとおり互いに関連があり、献血可不可とも年齢が増すにつれて肥満度が増し、29歳以下は30歳以上より有意に低かった。反対に、40歳以上はその年齢階級を除く全体より有意に高かった。

そこで、年齢階級ごとに肥満度区分を分けて生活状況の割合、食品群摂取状況の割合を検討し、さらに、生活状況得点の平均値、食品群摂取状況得点の平均値についても検討した。

その結果は、同じ年齢階級・肥満度区分間では献血可と不可の間でほとんど相違がなく、全体的に、年齢階級別あるいは肥満度区分別にみた結果とほとんど相違がなかった。

これは、表24に示すように、29歳以下は肥満度110%以下の者に献血可の割合が高く、40歳以上は肥満度111%以上の者に献血可の者の割合が高いことによるものと考えられる。

#### 4. 考 察

献血不可は全体の15.6%で、1990度の広島県の献血実績<sup>4)</sup>とほぼ一致した。年代別では29歳以下が19.0%と有意に高かった。

全体でみると、献血不可は献血可に比べて、肥満度が有意に低かったが、食生活を中心とする生活状況や食品群摂取状況には大きな相違はなかった。

しかし、これを年齢階級別にみると、29歳以下は、肥満度が有意に低く、生活状況や食品群摂取状況が劣悪であった。

また、29歳以下に多い肥満度90%未満の者も、生活状況や食品群摂取状況が不良であった。

そこで、29歳以下を中心に考察を進めていく。

10歳代はほとんどが未婚の学生で、20歳代も未婚者の割合が69.9%と高く、職業をもつ者も67.6%と高かった。

生活状況では、15項目中、「運動」「料理」の割合は有意に高かったが、10項目で有意に低く、生活状況得点の平均値も有意に低かった。しかし、年齢階級別に肥満度区分を分けて比較すると、献血可と不可の間で大きな相違はなかった。

このような状況は、若い世代が、仕事や学業などの多忙を理由に、料理にかける手間を省き外食に依存する傾向があることを示している。グルメブームもこの傾向に拍車をかけているのであろう。

これらは、料理や食事の組み合わせを考えることの楽しさをなくし、食事内容を単調化し、食事の楽しささえ奪い、生活のゆとりをなくし、生活を不規則にして、自己の健康管理を不十分なものにすると考えられ、貧血に結びつく可能性が大きいと考えられる。

食品群摂取状況についても、13項目中「卵」「肉類」「牛乳・乳製品」「油類」を除く9項目で有意に低く食品群摂取状況得点の平均値も有意に低かった。しかし、年齢階級別に肥満度区分を分けて比較すると、献血可と不可の間で大きな相違はなかった。

若い女性は、やせていることがスタイルがよいことだと錯覚し、自分が実際の体型より太っていると評価する傾向があり、自分の体型がふつうだと認識しながらもやせたいと思い、必要以上にやせたいと考えている者も多い<sup>9)~10)</sup>。ダイエットとは食べないことではなく、カロリーをおさえてバランスよく食べることだということが十分認識されおらず、これらが貧血と結びつく可能性が大きいものと考えられる。

ほとんどの貧血、とくに鉄欠乏性貧血は、バランスのよい食事を摂り、適度な運動と十分な休養を行って、ストレスを解消し、心にゆとりをもつことで改善できる部分が多い<sup>11)</sup>ものである。

とくに、魚類、大豆、小魚類、海藻類などは貧血を

防ぐために大切な食品群であり、バランスよく摂取されるべきである。

若い世代での貧血は、妊娠時の貧血にもつながり、貧血は妊娠時に悪化する場合が多く、胎児に影響をおよぼす場合もあることから、とくに重要な問題として認識する必要<sup>12),13)</sup>があろう。

さらに、妊娠したことがある者のうち、現在献血不可の者の57.0%が過去の妊娠時にも献血不可で、過去に献血に参加した者のうち、現在献血不可の者の67.4%は過去の献血時にも低比重であり、いずれも献血可の者より有意に高かった。

これらは、貧血であっても、日常生活に支障をきたすほどのものでなかったため、治療せず放置されたままであったものと考えられる。自己の健康管理に対する認識の不足を示唆するものであろう。

今後、ますます増加するであろう女性の社会進出、飽食の時代を迎え、今、自分にながが一番必要であるかを、正しく見きわめ、栄養に対する正しい認識をもち、健康を保持・増進する食生活を実践していくことが重要である。

そのことが、国内献血を充実させることにつながるであろう。

## 5. ま と め

献血希望の女性を対象として、貧血と食生活との関係を把握するため、1991年6月1日から10月1日の間に、広島市で行われた移動採血車による献血事業に同行して、アンケート調査した。

献血不可は全体の15.6%で、29歳以下が19.0%と有意に高かった。

29歳以下は、肥満度が他の年代より有意に低かった。また、生活状況の15項目中10項目までが他の年代より有意に低く、生活状況得点の平均値も有意に低かった。さらに、食品群摂取状況も13項目中9項目で他の年代より有意に低く、食品群摂取状況得点の平均値も有意に低かった。

さらに、妊娠したことがある者のうち、献血不可の者は、過去の妊娠時にも献血不可であった者が有意に多く、過去に献血に参加した者のうち、現在献血不可の者は、過去の献血時にも低比重であった者が有意に多かった。

ほとんどの貧血、とくに鉄欠乏性貧血は、多くの食品群をバランスよく摂り、適度な運動と十分な休養を行って、ストレスを解消することで改善できる部分が

多いものである。

また、日常生活に支障をきたさないほどの貧血であっても放置せず、十分治療することが重要である。

今後、ますます増加するであろう女性の社会進出、飽食の時代を迎え、栄養に対する認識を深め、健康を保持・増進する食生活を実践していくことが重要である。

そのことが、国内献血を充実させることにつながるであろう。

## 謝 辞

本調査の実施にあたり、御協力くださいました日本赤十字社血液事業部広島県支部、ならびに、広島市中保健所・南保健所・西保健所の皆様に厚く御礼申し上げます。

さらに、アンケートに御協力くださいました献血希望者の皆様に深く感謝致します。

## 引用文献

- 1) 喜多村悦史, 清水勝, 関口定美編. ホップ・ステップ・ジャンプ 変わる血液事業. 厚生省.
- 2) 徳永栄一. 輸血とAIDS. 日本臨床, 1986, 44; 98-102.
- 3) 鈴木慎次郎, 野村茂. 生活と肥満. 医歯薬出版, 1985; 55.
- 4) 広島県赤十字血液センター. ひろしま献血のあゆみ 平成3年度. 1992.
- 5) 池田順子, 浅野弘明, 永田久紀. 女子学生の食生活の実態 (第1報). 栄養学雑誌, 1983, 41; 103-116.
- 6) 染谷理絵, 根岸由紀子, 水野清子, 武藤静子. 女子学生の食行動の実態とその背景. 栄養学雑誌, 1989, 47; 283-291.
- 7) 鈴木継美, 山口蒼生子, 鈴木久乃. 女子学生の身体の諸形質と栄養摂取. 栄養と食料, 1978, 31; 475-480.
- 8) 中尾郁子. 女子学生の栄養素等摂取状況とこれに関係する知識・意識について. 広大医誌, 1990, 38; 35-47.
- 9) 石垣志津子. 女子学生の食生活実態調査. 栄養学雑誌, 1979, 37; 139-146.
- 10) 石垣志津子, 鈴木順子. 女子学生の栄養摂取量と消費熱量. 栄養学雑誌, 1975, 33; 79-83.
- 11) 池田順子, 宮田英子, 永田久紀. 女子学生の貧血と食生活——質問紙法による食生活調査結果

- について——. 日本公衛誌, 1989, 36 ; 465~470.      13) 寺尾俊彦. 妊娠と貧血——妊娠時貧血の得異性.  
 12) 古谷 博. 妊娠と貧血. 臨床成人病, 1985, 15      産婦人科治療, 1989, 59 ; 165~169.  
 ; 871~876.

### Summary

In order to learn about correlation between anemia and eating habits, this writer accompanied the blood donation campaign in Hiroshima city on a donation bus between June 1 and October 1, 1991 and asked female prospective donors to answer a questionnaire.

Of all the females that answered the questionnaire, 15.6% turned out to be inappropriate in blood tests. With the age group under 29, the rate was meaningfully high 19.0%.

The same age group showed a meaningfully low rate of obesity. It also showed a meaningfully lower point than the other age groups in 10 out of 15 question items asking about their life-style. The average points they got in the same category of questions was meaningfully low. Furthermore, in the questions asking about the various food groups, they got meaningfully lower points than the other age groups in 9 out of 13 items, resulting in a meaningfully low average point.

As for those with pregnancy experiences, a meaningfully large number of those who turned out to be inappropriate as donors had had the same result in blood tests during their pregnancy. Of those who took blood tests for donation before, a meaningfully large number of those who turned out to be inappropriate this time had showed low specific gravity in blood tests at their previous donation.

Most anemia cases, especially iron-short anemia can be ameliorated by well-balanced meals, proper exercise, sufficient rest and stress management.

It is also of importance that anemia slight enough to allow a normal life should not be ignored but be treated properly.

Women are becoming busier and busier with various activities and people seem to be careless of what they eat nowadays.

It is important for us to enhance our knowledge about nutrition and to be careful of our eating habits to keep and promote health.

This writer believes it will lead to an increase of domestic blood donation both in quality and in quantity.

表1 献血基準

献血区分	年齢	体重	血液比重	12か月間にできる献血回数	献血間隔
200ml献血	16~64歳	40kg以上	1.052以上	4回以内	4週間以上
400ml献血	18~64歳	50kg以上	1.053以上	2回以内	16週間以上

注：1. 次の者からは献血しない

- 1) 妊娠していると認められる者、または過去6ヵ月以内に妊娠していたと認められる者
  - 2) 献血により悪化するおそれのある循環系疾患、血液疾患その他の疾患にかかっていると認められる者
  - 3) 有熱者その他健康状態が不良であると認められる者
  - 4) その他、授乳中の者、ピアスの穴を6ヵ月以内にあげた者など
2. 最高血圧は、90mmHg以上とする

表2 調査票

献血月日： 月 日 献血：可 不可

年齢	歳		血液比重	1.0	
職業	無・有		血液型	A B O AB	
家族数	本人を含めて 人		身長	cm	標準体重 kg
結婚	未・既	妊娠	有・無	体重	kg
既往症	無・有 ( )		睡眠時間	時間	
献血回数	新・再 (通算 回目)		過去の献血不可	無・有 (低比重・その他)	
生理	順調・不順 (今日は 生理中・否)		閉経・その他		

生活状況		3点	2点	1点
1	健康状態	快調	ふつう	不調
2	睡眠の深さ	深い	ふつう	不十分
3	休養	十分	ふつう	不十分
4	生活	規則的	時々不規則	不規則
5	運動	よくする	たまにする	ほとんどしない
6	食事を抜く	ほとんどない	週2~3回	ほとんど毎日1回
7	外食	ほとんどない	週2~3回	ほとんど毎日1回
8	好き嫌い	ほとんどない	少しある	たくさんある
9	食欲	いつもある	ふつう	あまりない
10	間食	ほとんど食べない	時々食べる	よく食べる
11	食事の量	いつも腹八分目	時々満腹	いつも満腹
12	インスタント食品	ほとんど食べない	時々食べる	よく食べる

13	食事の組み合わせ	いつも考える	時々考える	あまり考えない
14	料理すること	好	き	ふつう
15	食事の楽しさ	楽	し	い
			ふつう	楽しくない

食品群摂取状況		1点	2点	3点	4点	5点
1	穀類 (ごはん・パン めん類等)	ほとんど 食べない	毎食 たっぷり	毎日 1回程度	毎日 2回程度	毎食
2	卵	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
3	魚類 (貝・ちくわ・か まぼこ等含む)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
4	肉類 (ハム・ソーセ ージ等含む)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
5	大豆 (豆腐・納豆等 含む)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
6	牛乳 (チーズ・ヨー グルト等)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
7	小魚類 (めざし・しら すばし等)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
8	海藻類 (こんぶ・わか め等)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
9	果物	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
10	いも類 (さつま芋・山い も・じゃがいも等)	ほとんど 食べない	週1回程度	週2～3回	週4～5回	毎日
11	油類 (マーガリン・マ ヨネーズ等)	ほとんど 食べない	週4～5回	毎日1回	毎日2回	毎食
12	淡色 (きゅうり・キ ャベツ等)	ほとんど 食べない	週4～5回	毎日1回	毎日2回	毎食
13	緑黄色 (ほうれん草・ にんじん等)	ほとんど 食べない	週2回	週4～5回	毎日1回	毎日2回

表3 献血の可不可別調査対象者の属性

属性	献 血	可	不 可	計
調 査 数 (人)		1159 (100.0)	214 (100.0)	1373 (100.0)
血 液 比 重 (SpGr)		1.0531±0.0011**	1.0495±0.0009	1.0525±0.0017
年 齢 (歳)		37.0±11.9**	34.6±11.1	36.6±11.8
身 長 (cm)		155.4±5.0	156.5±5.2**	155.6±5.1
体 重 (kg)		53.4±7.0*	52.1±5.6	53.2±6.8
肥 満 度 (%)		107.7±14.9**	103.0±11.2	107.0±14.5
既 婚 者 (人)		860 (74.2)	152 (71.0)	1012 (73.7)
妊 娠 あり (人)		812 (94.4)	142 (93.4)	954 (94.3)
既婚者に対する割合				
妊 娠 時 の 貧 血 (人)		254 (31.3)	81** (57.0)	335 (35.1)
妊娠ありに対する割合				
月 経 あり (人)		964 (83.2)	197** (92.1)	1161 (84.6)
月 経 の 不 順 あり (人)		169 (17.5)	41 (20.8)	210 (18.1)
月経ありに対する割合				
既 往 症 あり (人)		90 (7.8)	12 (5.6)	102 (7.4)
職 業 あり (人)		588 (50.7)	105 (49.1)	693 (50.5)
家 族 数 (人)		3.8±1.4	3.9±1.3	3.8±1.4
過 去 の 献 血 参 加 者 (人)		904 (78.0)	172 (80.4)	1076 (78.4)
過 去 の 献 血 参 加 者 の 過 去 の 献 血 回 数 (回)		5.1±4.4	4.7±4.0	5.0±4.3
過 去 の 献 血 時 の 低 比 重 (人)		237 (26.2)	116** (67.4)	353 (32.8)
過去の献血参加者に対する割合				
睡 眠 時 間 (時間)		6.7±1.0	6.7±0.9	6.7±1.0
生 活 状 況 得 点 (点)		35.9±3.4	35.5±3.2	35.8±3.4
食 品 群 摂 取 状 況 得 点 (点)		46.4±7.3	46.1±8.4	46.4±7.5

注：血液比重，年齢，身長，体重，肥満度，家族数，過去の献血回数，睡眠時間，生活状況得点，食品群摂取状況得点は平均値±標準偏差

( )内は%

\* は5%以下の危険率で他より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で他より有意に高い

表4 年齢階級・献血の可不可別の調査数

年齢階級 \ 献 血	可	不 可	計
調 査 数 (人)	1159 (84.4)	214 (15.6)	1373 (100.0)
16 ~ 29歳 (人)	337 ( 81.0)	79 ( 19.0)	416 (100.0)
30 ~ 39歳 (人)	336 ( 83.4)	67 ( 16.6)	403 (100.0)
40 ~ 49歳 (人)	288 (86.5)	45 ( 13.5)	333 (100.0)
50 ~ 64歳 (人)	198* ( 89.6)	23 ( 10.4)	221 (100.0)

注：( )内は%

\* は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

- は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い

表5 年齢階級・献血可不可別の血液比重

年齢階級 \ 献 血	可	不 可	計
計	調 査 数 (人) 1159 平均値±標準偏差 1.0531±0.0011	214 1.0495±0.0009	1373 1.0525±0.0017
16~29歳	調 査 数 (人) 337 平均値±標準偏差 1.0530±0.0011 <sup>×</sup>	79 1.0495±0.0008	416 1.0523±0.0017 <sup>--</sup>
30~39歳	調 査 数 (人) 336 平均値±標準偏差 1.0530±0.0010	67 1.0494±0.0009	403 1.0524±0.0017
40~49歳	調 査 数 (人) 288 平均値±標準偏差 1.0531±0.0011	45 1.0494±0.0009	333 1.0526±0.0017
50~64歳	調 査 数 (人) 198 平均値±標準偏差 1.0533±0.0012 <sup>○○</sup>	23 1.0495±0.0009	221 1.0529±0.0017 <sup>**</sup>

注：\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

-- は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い

○○ は1%以下の危険率でその年齢階級を除く献血可全体より有意に高い

× は5%以下の危険率でその年齢階級を除く献血可全体より有意に低い

表6 肥満度区分・献血の可不可別の調査数

肥満度区分	献 血		計
	可	不 可	
調 査 数 (人)	1159 (84.4)	214 (15.6)	1373 (100.0)
～ 89% (人)	79 (78.2)	22 (21.8)	101 (100.0)
90 ～ 110% (人)	652 (83.2)	132 (16.8)	784 (100.0)
111 ～ 120% (人)	229 (83.9)	44 (16.1)	273 (100.0)
121% ～ (人)	199** (92.6)	16 ( 7.4)	215 (100.0)

注：( )内は%

\*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

表7 肥満度区分・献血の可不可別の血液比重

肥満度区分	献 血		計	
	可	不可		
計	調 査 数 (人)	1159	214	1373
	平均値±標準偏差	1.0531±0.0011	1.0495±0.0009	1.0525±0.0017
～ 89%	調 査 数 (人)	79	22	101
	平均値±標準偏差	1.0528±0.0010 <sup>×</sup>	1.0495±0.0009	1.0521±0.0017 <sup>--</sup>
90～110%	調 査 数 (人)	652	132	784
	平均値±標準偏差	1.0530±0.0011 <sup>×</sup>	1.0494±0.0009	1.0524±0.0017 <sup>--</sup>
111～120%	調 査 数 (人)	229	44	273
	平均値±標準偏差	1.0531±0.0010	1.0495±0.0009	1.0525±0.0017
121%～	調 査 数 (人)	199	16	215
	平均値±標準偏差	1.0534±0.0012 <sup>○○</sup>	1.0493±0.0010	1.0531±0.0016 <sup>**</sup>

注：\*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

-- は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い

○○ は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く献血可全体より有意に高い

× は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く献血可全体より有意に低い

表8 献血の可不可別の生活状況

献血 生活状況	可	不可	計
調査数(人)	1159 (100.0)	214 (100.0)	1373 (100.0)
健康状態 快調(人)	417 (36.0)	69 (32.2)	486 (35.4)
睡眠 深い(人)	406 (35.0)	61 (28.5)	467 (34.0)
休養 十分(人)	387* (33.4)	54 (25.2)	441 (32.1)
生活 規則的(人)	622 (53.7)	116 (54.2)	738 (53.8)
運動 する(人)	670 (57.8)	120 (56.1)	790 (57.5)
食事を抜く ほとんどない(人)	961 (82.9)	178 (83.2)	1139 (83.0)
外食 ほとんどない(人)	933 (80.5)	174 (81.3)	1107 (80.6)
好き嫌い ほとんどない(人)	878 (75.8)	154 (72.0)	1032 (75.2)
食欲 いつもある(人)	603 (52.0)	105 (49.1)	708 (51.6)
間食 ほとんど食べない(人)	244 (21.1)	37 (17.3)	281 (20.5)
食事の量 いつも腹八分目(人)	357 (30.8)	74 (34.6)	431 (31.4)
インスタント食品 ほとんど食べない(人)	444 (38.3)	86 (40.2)	530 (38.6)
食事の組合せ いつも考える(人)	630 (54.4)	111 (51.9)	741 (54.0)
料理 好き(人)	464 (40.0)	93 (43.5)	557 (40.6)
食事の楽しさ 楽しい(人)	725 (62.6)	130 (60.7)	855 (62.3)

注：( )内は%

\* は5%以下の危険率で献血不可より有意に高い

表9 年齢階級別の生活状況

生活状況 \ 年齢階級	16～29歳	30～39歳	40～49歳	50～64歳	計
調査数 (人)	416 (100.0)	403 (100.0)	333 (100.0)	221 (100.0)	1373 (100.0)
健康状態 (人)	131 <sup>-</sup> (31.5)	130 (32.3)	125 (37.5)	100 <sup>**</sup> (45.2)	486 (35.4)
睡眠 (人)	121 <sup>-</sup> (29.1)	127 (31.5)	141 <sup>**</sup> (42.3)	78 (35.3)	467 (34.0)
休養 (人)	87 <sup>--</sup> (20.9)	124 (30.8)	122 <sup>*</sup> (36.6)	108 <sup>**</sup> (48.9)	441 (32.1)
生活規則 (人)	156 <sup>--</sup> (37.5)	229 (56.8)	199 <sup>*</sup> (59.8)	154 <sup>*</sup> (69.7)	738 (53.8)
運動 (人)	257 <sup>*</sup> (61.8)	241 (59.8)	167 <sup>--</sup> (50.2)	125 (56.6)	790 (57.5)
食事を抜く (人)	288 <sup>--</sup> (69.2)	346 (85.9)	302 <sup>**</sup> (90.7)	203 <sup>**</sup> (91.9)	1139 (83.0)
外食 (人)	275 <sup>--</sup> (66.1)	352 <sup>**</sup> (87.3)	288 <sup>*</sup> (86.5)	192 <sup>**</sup> (86.9)	1107 (80.6)
好き嫌い (人)	259 <sup>--</sup> (62.3)	310 (76.9)	275 <sup>**</sup> (82.6)	188 <sup>**</sup> (85.1)	1032 (75.2)
食欲 (人)	174 <sup>--</sup> (41.8)	206 (51.1)	194 <sup>**</sup> (58.3)	134 <sup>**</sup> (60.6)	708 (51.6)
間食 (人)	73 (17.5)	64 <sup>--</sup> (15.9)	70 (21.0)	74 <sup>**</sup> (33.5)	281 (20.5)
食事の量 (人)	115 <sup>-</sup> (27.6)	118 (29.3)	113 (33.9)	85 <sup>*</sup> (38.5)	431 (31.4)
インスタント食品 (人)	128 (30.8)	116 (28.8)	143 (42.9)	143 (64.7)	530 (38.6)
食事の組合せ (人)	114 <sup>--</sup> (27.4)	253 <sup>**</sup> (62.8)	222 <sup>**</sup> (66.7)	152 <sup>**</sup> (68.8)	741 (54.0)
料理 (人)	189 <sup>*</sup> (45.4)	134 <sup>**</sup> (33.3)	140 (42.0)	94 (42.5)	557 (40.6)
食事の楽しさ (人)	262 (63.0)	246 (61.0)	198 (59.5)	149 (67.4)	855 (62.3)

注：( )内は%

\* は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

- は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い

-- は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い

表10 年齢階級・献血可不可別の生活状況得点

年齢階級		献血		
		可	不可	計
計	調査数(人)	1159	214	1373
	平均値±標準偏差	35.9±3.4	35.5±3.2	35.8±3.2
16～29歳	調査数(人)	337	79	416
	平均値±標準偏差	34.3±3.4 <sup>××</sup>	34.1±3.4 <sup>××</sup>	34.2±3.4 <sup>-</sup>
30～39歳	調査数(人)	336	67	403
	平均値±標準偏差	36.0±3.1	35.9±2.9	36.0±3.1
40～49歳	調査数(人)	288	45	333
	平均値±標準偏差	36.6±3.1 <sup>○○</sup>	36.3±2.5	36.5±3.0 <sup>**</sup>
50～64歳	調査数(人)	198	23	221
	平均値±標準偏差	37.3±3.3 <sup>○○</sup>	37.9±2.8 <sup>○○</sup>	37.3±3.2 <sup>**</sup>

注：\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い  
 - は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い  
 ○○ は1%以下の危険率で献血可不可についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に高い  
 ×× は1%以下の危険率で献血可不可についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に低い

表11 肥満度区別の生活状況

生活状況	肥満度区分				計
	～89%	90～110%	111～120%	121%以上	
調査数(人)	101 (100.0)	784 (100.0)	273 (100.0)	215 (100.0)	1373 (100.0)
健康状態(人)	35 (34.7)	271 (34.6)	115* (42.1)	65 (30.2)	486 (35.4)
睡眠深い(人)	32 (31.7)	247 <sup>-</sup> (31.5)	112 <sup>**</sup> (41.0)	76 (35.3)	467 (34.0)
休養十分(人)	26 (25.7)	231 <sup>-</sup> (29.5)	103* (37.7)	81 (37.7)	441 (32.1)
生活規則的(人)	48 (47.5)	428 (54.6)	151 (55.3)	111 (51.6)	738 (53.8)
運動する(人)	57 (56.4)	465 (59.3)	159 (58.2)	109 <sup>-</sup> (50.7)	790 (57.5)
食事を抜く(人)	69 <sup>--</sup> (68.3)	640 (81.6)	236 (86.4)	194 <sup>**</sup> (90.2)	1139 (83.0)
外食(人)	70 <sup>--</sup> (69.3)	620 (79.1)	228 (83.5)	189 <sup>**</sup> (87.9)	1107 (80.6)
好き嫌い(人)	62 <sup>--</sup> (61.4)	578 (73.7)	223 <sup>**</sup> (81.7)	169 (78.6)	1032 (75.2)
食欲(人)	35 <sup>--</sup> (34.7)	379 <sup>--</sup> (48.3)	168 <sup>**</sup> (61.5)	126* (58.6)	708 (51.6)

間食 (人)	25	160	56	40	281
ほとんど食べない	(24.8)	(20.4)	(20.5)	(18.6)	(20.5)
食事の量 (人)	50**	248	83	50--	431
いつも腹八分目	(49.5)	(31.6)	(30.4)	(23.3)	(31.4)
インスタント食品 (人)	37	292	115	86	530
ほとんど食べない	(36.6)	(37.2)	(42.1)	(40.0)	(38.6)
食事の組合せ (人)	45-	407	159	130*	741
いつも考える	(44.6)	(51.9)	(58.2)	(60.5)	(54.0)
料理 (人)	44	302	117	94	557
好き	(43.6)	(38.5)	(42.9)	(43.7)	(40.6)
食事の楽しさ (人)	48--	492	179	136	855
楽しい	(47.5)	(62.8)	(65.6)	(63.3)	(62.3)

注：( )内は%

- \* は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い
- \*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い
- は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い
- は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い

表12 肥満度区分・献血の可不可別の生活状況得点

肥満度区分		献血		
		可	不可	計
計	調査数 (人)	1159	214	1173
	平均値±標準偏差	35.9±3.4	35.5±3.2	35.8±3.4
~89%	調査数 (人)	79	22	101
	平均値±標準偏差	34.8±3.8 <sup>××</sup>	34.7±3.5 <sup>×</sup>	34.8±3.7 <sup>--</sup>
90~110%	調査数 (人)	652	132	784
	平均値±標準偏差	35.7±3.4	35.2±3.2	35.6±3.4 <sup>-</sup>
111~120%	調査数 (人)	229	44	273
	平均値±標準偏差	36.5±3.4 <sup>○○</sup>	36.3±3.2	36.4±3.4 <sup>**</sup>
121%~	調査数 (人)	199	16	215
	平均値±標準偏差	36.0±3.1	37.6±2.2 <sup>○○</sup>	36.1±3.0

- 注：\*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い
- は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い
  - は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い
  - は1%以下の危険率で献血可不可についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に高い
  - × は5%以下の危険率でその年齢階級を除く献血不可全体より有意に低い
  - ×× は1%以下の危険率でその年齢階級を除く献血可全体より有意に低い

表13 妊娠時の貧血の有無別の生活状況

生活状況 \ 貧血	なし	あり	計
調 査 数 (人)	619 (100.0)	335 (100.0)	954 (100.0)
健 康 状 態 (人) 快 調	270** (43.6)	90 (26.9)	360 (37.7)
睡 眠 (人) 深 い	243** (39.3)	95 (28.4)	338 (35.4)
休 養 (人) 十 分	258** (41.7)	87 (26.0)	345 (36.2)
生 活 (人) 規 則 的	399** (64.5)	178 (53.1)	577 (60.5)
運 動 (人) す る	355 (57.4)	175 (52.2)	530 (55.6)
食 事 を 抜 く (人) ほ と ん ど な い	561** (90.6)	285 (85.1)	846 (88.7)
外 食 (人) ほ と ん ど な い	548 (88.5)	288 (86.0)	836 (87.6)
好 き 嫌 い (人) ほ と ん ど な い	520** (84.0)	249 (74.3)	769 (80.6)
食 欲 (人) い つ も あ る	363** (58.6)	161 (48.1)	524 (54.9)
間 食 (人) ほ と ん ど 食 べ な い	146* (23.6)	58 (17.3)	204 (21.4)
食 事 の 量 (人) い つ も 腹 八 分 目	202 (32.6)	113 (33.7)	315 (33.0)
イ ン ス タ ン ト 食 品 (人) ほ と ん ど 食 べ な い	271* (43.8)	122 (36.4)	393 (41.2)
食 事 の 組 合 せ (人) い つ も 考 え る	426 (68.8)	214 (63.9)	640 (67.1)
料 理 (人) 好 き	262* (42.3)	117 (34.9)	379 (39.7)
食 事 の 楽 し さ (人) 楽 し い	401 (64.8)	196 (58.5)	597 (62.6)

注：( ) 内は%

\* は5%以下の危険率で貧血ありより有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で貧血ありより有意に高い

表14 妊娠時の貧血の有無別の属性 平均値±標準偏差

属性	貧血		
	なし	あり	計
調査数 (人)	619	335	954
血液比重 (SpGr)	1.0528±0.0015**	1.0520±0.0019	1.0526±0.0017
生活状況得点 (点)	37.0±3.1**	35.7±2.9	36.5±3.1
食品群摂取状況得点 (点)	48.2±6.7*	47.2±7.0	47.9±6.8

注：\* は5%以下の危険率で貧血ありより有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で貧血ありより有意に高い

表15 過去の献血時の血液比重別の生活状況

生活状況	血液比重		
	正常	低比重	計
調査数 (人)	723 (100.0)	353 (100.0)	1076 (100.0)
健康状態 (人)	286** (39.6)	108 (30.6)	394 (36.6)
睡眠 (人)	273 (37.8)	115 (32.6)	388 (36.1)
休息 (人)	259* (35.8)	103 (29.2)	362 (33.6)
生活規則 (人)	400 (55.3)	195 (55.2)	595 (55.3)
運動 (人)	421 (58.2)	206 (58.4)	627 (58.3)
食事を抜く (人)	605 (83.7)	292 (82.7)	897 (83.4)
外食 (人)	601 (83.1)	279 (79.0)	880 (81.8)
好き嫌い (人)	567 (78.4)	262 (74.2)	829 (77.0)
食欲 (人)	395 (54.6)	179 (50.7)	574 (53.3)
間食 (人)	147 (20.3)	77 (21.8)	224 (20.8)
食事の量 (人)	214 (29.6)	121 (34.3)	335 (31.1)
インスタント食品 (人)	287 (39.7)	147 (41.6)	434 (40.3)
食事の組合せ (人)	396 (54.8)	198 (56.1)	594 (55.2)
料理 (人)	307 (42.5)	136 (38.5)	443 (41.2)
食事の楽しさ (人)	474 (65.6)	222 (62.9)	696 (64.7)

注：( ) 内は%

\* は5%以下の危険率で低比重より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で低比重より有意に高い

表16 過去の献血時の血液比重別の属性 平均値±標準偏差

属性 \ 血液比重	正 常	低 比 重	計
調 査 数 (人)	723	353	1076
血 液 比 重 (SpGr)	1.0529±0.0015**	1.0517±0.0019	1.0525±0.0017
生 活 状 況 得 点 (点)	36.2±3.4*	35.7±3.3	36.4±3.4
食 品 群 摂 取 状 況 得 点 (点)	46.6±7.4	46.5±7.5	46.6±7.5

注：\* は5%以下の危険率で低比重より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で低比重より有意に高い

表17 献血の可不可別の食品群摂取状況

食品群 \ 献血	可	不可	計
調 査 数 (人)	1159 (100.0)	214 (100.0)	1373 (100.0)
穀 類 (人)	887 (76.5)	155 (72.4)	1042 (75.9)
卵 (人)	635 (54.8)	126 (58.9)	761 (55.4)
週 4 回 以 上			
魚 類 (人)	496 (42.8)	85 (39.7)	581 (42.3)
週 4 回 以 上			
肉 類 (人)	492 (42.5)	108* (50.5)	600 (43.7)
週 4 回 以 上			
大 豆 (人)	521* (45.0)	79 (36.9)	600 (43.7)
週 4 回 以 上			
牛 乳 ・ 乳 製 品 (人)	626 (54.0)	112 (52.3)	738 (53.8)
毎 日			
小 魚 類 (人)	772 (66.6)	134 (62.6)	906 (66.0)
週 2 回 以 上			
海 草 類 (人)	439 (37.9)	80 (37.4)	519 (37.8)
週 4 回 以 上			
果 物 (人)	667 (57.5)	118 (55.1)	785 (57.2)
週 4 回 以 上			
い も 類 (人)	358 (30.9)	63 (29.4)	421 (30.7)
週 4 回 以 上			
油 類 (人)	454 (39.2)	103* (48.1)	557 (40.6)
毎 日 2 回 以 上			
淡 色 野 菜 (人)	616 (53.1)	121 (56.5)	737 (53.7)
毎 日 2 回 以 上			
緑 黄 色 野 菜 (人)	618 (53.3)	118 (55.1)	736 (53.6)
毎 日 2 回 以 上			

注：( )内は%

\* は5%以下の危険率で他より有意に高い

表18 年齢階級別の食品群摂取状況

食品群		年齢階級				計
		16～29歳	30～39歳	40～49歳	50～64歳	
調査数	(人)	416 (100.0)	403 (100.0)	333 (100.0)	221 (100.0)	1373 (100.0)
穀類	(人)	281 <sup>--</sup> (67.5)	306 (75.9)	269* (80.8)	186** (84.2)	1042 (75.9)
毎食						
卵	(人)	238 (57.2)	221 (54.8)	184 (55.3)	118 (53.4)	761 (55.4)
週4回以上						
魚類	(人)	122 <sup>--</sup> (29.3)	161 (40.0)	171** (51.4)	127** (57.5)	581 (42.3)
週4回以上						
肉類	(人)	180 (43.3)	178 (44.2)	156 (46.8)	86 (38.9)	600 (43.7)
週4回以上						
大豆	(人)	120 <sup>--</sup> (28.8)	172 (42.7)	167** (50.2)	141** (63.8)	600 (43.7)
週4回以上						
牛乳・乳製品	(人)	212 (51.0)	203 (50.4)	182 (54.7)	141** (63.8)	738 (53.8)
毎日						
小魚類	(人)	194 <sup>--</sup> (46.6)	264 (65.5)	265** (79.6)	183** (82.8)	906 (66.0)
週2回以上						
海藻類	(人)	99 <sup>--</sup> (23.8)	154 (38.2)	142* (42.6)	124** (56.1)	519 (37.8)
週4回以上						
果物	(人)	185 <sup>--</sup> (44.5)	237 (58.8)	210* (63.1)	153** (69.2)	785 (57.2)
週4回以上						
いも類	(人)	97 <sup>--</sup> (23.3)	123 (30.5)	120* (36.0)	81* (36.7)	421 (30.7)
週4回以上						
油類	(人)	163 (39.2)	174 (43.2)	144 (43.2)	76* (34.4)	557 (40.6)
毎日2回以上						
淡色野菜	(人)	191 <sup>--</sup> (45.9)	224 (55.6)	212** (63.7)	110 (49.8)	737 (53.7)
毎日2回以上						
緑黄色野菜	(人)	189 <sup>--</sup> (45.4)	227 (56.3)	191 (57.4)	129 (58.4)	736 (53.6)
毎日2回以上						

注：( )内は%

\* は5%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

-- は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

表19 年齢階級・献血の可不可別の食品群摂取状況得点

献血		年齢階級		
		可	不可	計
計	調査数(人)	1159	214	1373
	平均値±標準偏差	46.4±7.3	46.1±8.4	46.4±7.5
16～29歳	調査数(人)	337	79	416
	平均値±標準偏差	43.3±7.6 <sup>××</sup>	42.6±8.7 <sup>××</sup>	43.2±7.8 <sup>--</sup>
30～39歳	調査数(人)	336	67	403
	平均値±標準偏差	46.5±6.8	47.5±8.3	46.7±7.1
40～49歳	調査数(人)	288	45	333
	平均値±標準偏差	48.3±6.4 <sup>○○</sup>	48.4±6.3 <sup>○</sup>	48.3±6.3 <sup>**</sup>
50～64歳	調査数(人)	198	23	221
	平均値±標準偏差	48.8±7.1 <sup>○○</sup>	49.6±7.0 <sup>○○</sup>	48.9±7.1 <sup>**</sup>

注：\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い

-- は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い

○ は5%以下の危険率で献血不可についてその年齢階級を除く全体より有意に高い

○○ は1%以下の危険率で献血不可についてその年齢階級を除く全体より有意に高い

×× は1%以下の危険率で献血不可についてその年齢階級を除く全体より有意に低い

表20 肥満度区別の食品群摂取状況

肥満度区分	食品群	~89%	90~110%	111~120%	121%以上	計
	調査数 (人)		101 (100.0)	784 (100.0)	273 (100.0)	215 (100.0)
穀類 毎食	(人)	33 <sup>-</sup> (67.3)	595 (75.9)	205 (75.1)	174 (80.9)	1042 (75.9)
卵 週4回以上	(人)	58 (57.4)	443 (56.5)	156 (57.1)	104 <sup>-</sup> (48.4)	761 (55.4)
魚類 週4回以上	(人)	35 (34.7)	318 (40.6)	129 (47.3)	99 (46.0)	581 (42.3)
肉類 週4回以上	(人)	45 (44.6)	354 (45.2)	119 (43.6)	82 (38.1)	600 (43.7)
大豆 週4回以上	(人)	36 (35.6)	330 (42.1)	134* (49.1)	100 (46.5)	600 (43.7)
牛乳・乳製品 毎日	(人)	49 (48.5)	420 (53.6)	158 (57.9)	111 (51.6)	738 (53.8)
小魚類 週2回以上	(人)	56 <sup>-</sup> (55.4)	264 <sup>-</sup> (63.1)	204** (74.7)	151 (70.2)	906 (66.0)
海藻類 週4回以上	(人)	39 (38.6)	275 <sup>-</sup> (35.1)	112 (41.0)	93 (43.3)	519 (37.8)
果物 週4回以上	(人)	43 <sup>-</sup> (42.6)	447 (57.0)	168 (61.5)	127 (59.1)	785 (57.2)
いも類 週4回以上	(人)	32 (31.7)	240 (30.6)	81 (29.7)	68 (31.6)	421 (30.7)
油類 毎日2回以上	(人)	44 (43.6)	334 (42.6)	108 (39.6)	71 <sup>-</sup> (33.0)	557 (40.6)
淡色野菜 毎日2回以上	(人)	54 (53.5)	425 (54.2)	153 (56.0)	105 (48.8)	737 (53.7)
緑黄色野菜 毎日2回以上	(人)	44 <sup>-</sup> (43.6)	428 (54.6)	156 (57.1)	108 (50.2)	736 (53.6)

注：( ) 内は%

\* は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

- は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

-- は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

表21 肥満度区分・献血の可不可別の食品群摂取状況得点

献血	肥満度区分	可	不可	計
		調査数 (人)	1159	214
計	平均値±標準偏差	46.4±7.3	46.1±8.4	46.4±7.5
~89%	調査数 (人)	79	22	101
	平均値±標準偏差	44.8±8.2 <sup>x</sup>	43.0±10.9	44.4±8.8 <sup>-</sup>
90~110%	調査数 (人)	652	132	784
	平均値±標準偏差	46.3±7.5	45.4±8.1	46.1±7.6
110~120%	調査数 (人)	229	44	273
	平均値±標準偏差	47.4±6.6 <sup>o</sup>	48.1±7.6	47.3±6.8**
121%~	調査数 (人)	199	16	215
	平均値±標準偏差	46.1±7.0	50.5±6.8 <sup>o</sup>	46.4±7.1

注：\*\* は1%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に高い

- は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く全体より有意に低い

o は5%以下の危険率で献血不可についてそれぞれその肥満度区分を除いた全体より有意に高い

x は5%以下の危険率でその肥満度区分を除く献血不可全体より有意に低い

表22 妊娠時の貧血の有無別の食品群摂取状況

貧血	食品群	なし	あり	計
調 査 数 (人)		619 (100.0)	335 (100.0)	954 (100.0)
穀 類 (人)	毎 食	495 (80.0)	266 (79.4)	761 (79.8)
卵 (人)	週 4 回 以 上	349 (56.4)	186 (55.5)	535 (56.1)
魚 類 (人)	週 4 回 以 上	303 (48.9)	143 (42.7)	446 (46.8)
肉 類 (人)	週 4 回 以 上	284 (45.9)	145 (43.2)	429 (45.0)
大 豆 (人)	週 4 回 以 上	321* (51.9)	150 (44.8)	471 (49.4)
牛 乳 ・ 乳 製 品 (人)	毎 日	363* (58.6)	173 (51.6)	536 (56.2)
小 魚 類 (人)	週 2 回 以 上	469 (75.8)	238 (71.0)	707 (74.1)
海 草 類 (人)	週 4 回 以 上	290* (46.8)	130 (38.8)	420 (44.0)
果 物 (人)	週 4 回 以 上	390 (63.0)	207 (61.8)	597 (62.6)
い も 類 (人)	週 4 回 以 上	222 (35.9)	103 (30.7)	325 (34.1)
油 類 (人)	毎 日 2 回 以 上	236 (38.1)	163** (48.7)	399 (41.8)
淡 色 野 菜 (人)	毎 日 2 回 以 上	354 (57.2)	196 (58.5)	550 (57.7)
緑 黄 色 野 菜 (人)	毎 日 2 回 以 上	374 (60.4)	183 (54.6)	557 (58.4)

注：( ) 内は%

\* は5%以下の危険率で他より有意に高い

\*\* は1%以下の危険率で他より有意に高い

表23 年齢階級・献血可不可別の肥満度

献血		年齢階級		
		可	不可	計
計	調査数(人)	1159	214	1373
	平均値±標準偏差	107.7±14.9	103.0±11.2	107.0±14.5
16~29歳	調査数(人)	337	79	416
	平均値±標準偏差	101.1±12.5 <sup>××</sup>	97.4±9.5 <sup>××</sup>	100.4±12.0 <sup>--</sup>
30~39歳	調査数(人)	336	67	403
	平均値±標準偏差	105.6±14.6 <sup>××</sup>	102.6±9.9	105.1±14.0 <sup>--</sup>
40~49歳	調査数(人)	288	45	333
	平均値±標準偏差	112.0±14.2 <sup>○○</sup>	107.5±9.2 <sup>○○</sup>	111.4±13.7 <sup>**</sup>
50~64歳	調査数(人)	198	23	221
	平均値±標準偏差	116.1±14.3 <sup>○○</sup>	114.7±11.6 <sup>○○</sup>	115.9±14.1 <sup>**</sup>

注：\*\* は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に高い  
 -- は1%以下の危険率でその年齢階級を除く全体より有意に低い  
 ○○ は1%以下の危険率で献血可不可についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に高い  
 ×× は1%以下の危険率で献血可不可についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に低い

表24 年齢階級・肥満度区分別の献血可の頻度

年齢階級	肥満度区分				計
	16~29歳	30~39歳	40~49歳	50~64歳	
調査数(人)	416 (100.0)	403 (100.0)	333 (100.0)	221 (100.0)	1373 (100.0)
~ 89% (人)	42 <sup>**</sup> (10.1)	28 (6.9)	5 <sup>--</sup> (1.5)	4 <sup>--</sup> (1.8)	79 (5.8)
90~ 110% (人)	242 <sup>**</sup> (58.2)	202 (50.1)	135 <sup>--</sup> (40.5)	73 <sup>--</sup> (33.0)	652 (47.5)
111~ 120% (人)	32 <sup>--</sup> (7.7)	62 (15.4)	78 <sup>**</sup> (23.4)	57 <sup>**</sup> (25.8)	229 (16.7)
121%~ (人)	21 <sup>--</sup> (5.0)	44 <sup>--</sup> (10.9)	70 <sup>**</sup> (21.0)	64 <sup>**</sup> (29.0)	199 (14.5)
計 (人)	337 (81.0)	336 (83.4)	288 (86.5)	198 (89.6)	1159 (84.4)

注：( ) 内は%  
 \*\* は1%以下の危険率で肥満度区分についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に高い  
 -- は1%以下の危険率で肥満度区分についてそれぞれその年齢階級を除く全体より有意に低い