

卵類摂取量

更新日：2007.3.30

<代表値>

男性：44.7g/日

女性：38.1g/日

<代表値のもととなる資料>

国民栄養調査は、厚生労働省が国民の栄養状態や栄養素などの摂取量を把握するために毎年実施している全国規模の調査である。国民栄養調査は、1945（昭和20）年から開始され、1995（平成7）年からは、世帯構成員の間で料理がどのように分けられたのかという料理ごとの個人の食事量の割合を調査する「比例案分法」が用いられ、個人の1日摂取量を把握することが可能になった。これ以前の調査では、世帯単位の摂取量を記録する「3日間秤量記録法」が用いられていた。2001（平成13）年の調査からは、食品群分類において、食品の重量は調理を加味した数量となっているため、代表値には、2000（平成12）年の調査の値を用いた。

代表値の根拠とした2000（平成12）年の調査では、平成12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した全国の300単位区の世帯（約5,000世帯）及び世帯員（約15,000人）を調査客体とした。実際の調査対象となった世帯数は4,482世帯、栄養摂取状況調査の対象者数は12,271人である。

卵類は、鶏卵、うずら卵、あひる卵、ピータンを含み、平均卵類摂取量は、全体で39.7±36.1g/日（男性：43.1±37.9g/日、女性：36.6±34.0g/日）である。男女ともに平均卵類摂取量の最も多い年齢階級は、15-19歳である。卵の種類別摂取量の情報は提供されていない。

年齢階級別卵類摂取量(g/日)

		全体	1-6歳	7-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
全体	平均値	39.7	30.6	40.4	52.4	41.3	43.2	42.8	40.0	37.1	31.7
	標準偏差	36.1	26.7	34.1	42.4	36.9	36.3	37.6	36.7	35.2	32.6
男	平均値	43.1	30.8	42.9	54.3	43.1	48.2	47.9	44.5	41.0	34.1
	標準偏差	37.9	28.3	36.8	42.3	38.8	37.8	39.9	38.8	37.0	33.7
女	平均値	36.6	30.4	37.7	50.6	39.6	38.8	38.4	36.1	33.3	30.0
	標準偏差	34.0	24.9	30.8	42.4	35.0	34.3	34.9	34.3	32.9	31.7

出典：健康・栄養情報研究会（2002）

代表値は、各年齢階級（15歳以上）の平均果実類摂取量の値を平均したものである。15歳以上における平均卵類摂取量は、全体で41.2g/日（男性：44.7g/日、女性：38.1g/日）である。

<追加的情報>

農林水産省（2006）から毎年公表される「食料需給表」には、食料の国内生産量、輸出入量、国内消費仕向量などの項目があり、これらをもとに国民1人1日当たりの供給量を推計している。各食料における国内消費仕向量のうち食用消費に向けられる部分を粗食料と呼び、さらにそれに（歩留り付着卵白および殻をのぞいた割合）を乗じたものが純食料である。また、その純食料を、対象年の総人口（国勢調査結果又は総務省の人口推計）と年度中の日数で除したものが「1人1日あたりの供給量」である。2004（平成16）年度における、鶏卵の1人1日あたりの供給量は、45.3gである。

卵類摂取量

更新日：2007.3.30

総務省統計局（2006）から毎年公表される「家計調査」は、主に世帯単位の収入や支出を把握するものだが、家庭用品や食料品などの購入数量も同時に調査されている。調査対象世帯の選定方法は、直近の国勢調査の結果に基づいて、全国の市町村を地理的位置や人口の大きさなどにより同じ性質のグループになるように分け、その中から調査対象地区を選び、さらにその調査対象地区から対象世帯を選ぶ層化3段階抽出法を用いており、2005（平成17）年の場合、調査世帯数として全国約8,000世帯が選ばれている。家計調査では、1世帯あたり年間の食料品購入数量が示されている。2005（平成17）年における、1世帯あたりの年間卵購入量は31,015gである。卵購入量には、鳥類の卵、加工品、缶詰、瓶詰などの購入量が含まれている。ここでは、卵の1世帯あたりの年間購入数量を平均世帯人員数（2005年：3.17人）で除し、さらに1日あたりの購入量になおしたものを「1人1日あたりの購入量」として示した。2005（平成17）年における、卵類の1人1日あたりの購入量は、26.8gである。

<数値の代表性>

◇ 代表値の信頼性：高

一般的な判断基準に基づくと、信頼性は高い。

◇ 代表性に関する情報

代表値のもととなる資料

国民栄養調査は全国規模の調査であり、国民生活基礎調査で設定された単位区から無作為に抽出した300単位区からサンプリングされた約15,000人を対象としている。調査方法としては、栄養士が調査世帯を訪問し事前に説明がなされ、回収時にも調査員がチェックを行っている。調査は11月のある1日に行われている。

追加的情報

農林水産省（2006）の食料需給表における1人1日あたり供給量は、生産量、輸出入量、国内消費仕向量などの情報をもとに、国民1人あたりの供給量を推計したものである。

総務省統計局（2006）の家計調査の調査対象世帯は、国勢調査の結果に基づいて全国から選ばれている。食料品購入数量は、世帯単位で調べられている。それを世帯あたりの平均人数を用いて、1人あたりに換算した。

◇ 入手できた資料の数

上記の3資料のみであった。

<引用文献>

代表値

健康・栄養情報研究会（2002）、国民栄養の現状（平成12年厚生労働省国民栄養調査結果）、第一出版。

追加的情報

農林水産省（2006）、平成16年度食料需給表（確定値）、

<http://www.kanbou.maff.go.jp/www/fbs/dat-fy17/fbs-fy16d.pdf>（アクセス日：2006.9.4）。

卵類摂取量

更新日：2007.3.30

総務省統計局（2006），家計調査年報 平成 17 年，家計調査(二人以上の世帯) 平成 17 年年報統計表，
<http://www.stat.go.jp/data/kakei/2005np/02f.htm>（アクセス日：2006.9.4）.

<更新履歴>

2007.3.30 / 代表値，追加的情報のデータを更新しました

米国 EPA 暴露係数ハンドブックでの推奨値

卵類摂取量の推奨値は，それぞれ 0.317g/kg-day（平均値），1.422g/kg-day（95 パーセンタイル値）となっている。この数値は，米国.EPA が米国農務省 (USDA) の 1989-91 Continuing Survey of Food Intakes by Individuals(CSFII)のデータを独自に解析して得たものである。米国農務省は，約 10 年ごとに各世帯の 3 日間の食物摂取量の調査を行っており，対象者は，米国の地理，人口統計や社会経済のグループを反映するように抽出されている。