

# Vegetable consumption between China and Japan

OHIROSHI FUNABASHI

# Personal profile

- Went to Shanghai after I graduate from junior high school.
- After graduation, I entered the Shanghai Jiaotong University School of Medicine.
- I returned to Japan after graduation and took a job, but it didn't fit with my ideals, so I resigned.
- Now studying at the Osaka Uni. Publick Health Graduate School Of Medicine

# 野菜不足の人は「中国」へ！日本人の2倍以上モ リモリ野菜を食べてるらしい

## People with shortage of vegetables should go to China



石川威弘

2016年5月30日



世界一野菜を食べている国は、おとなり「中国」です。炒める調理法が特徴の中国では、炒めた野菜をたくさん食べているようです。

### Chinese people often eat cooked vegetables.

また青梗菜や空芯菜、ザーサイなど中国野菜は日本でも有名。たくさんの種類があり、野菜の種類が豊富であることも野菜摂取量に影響があるのかもしれません。

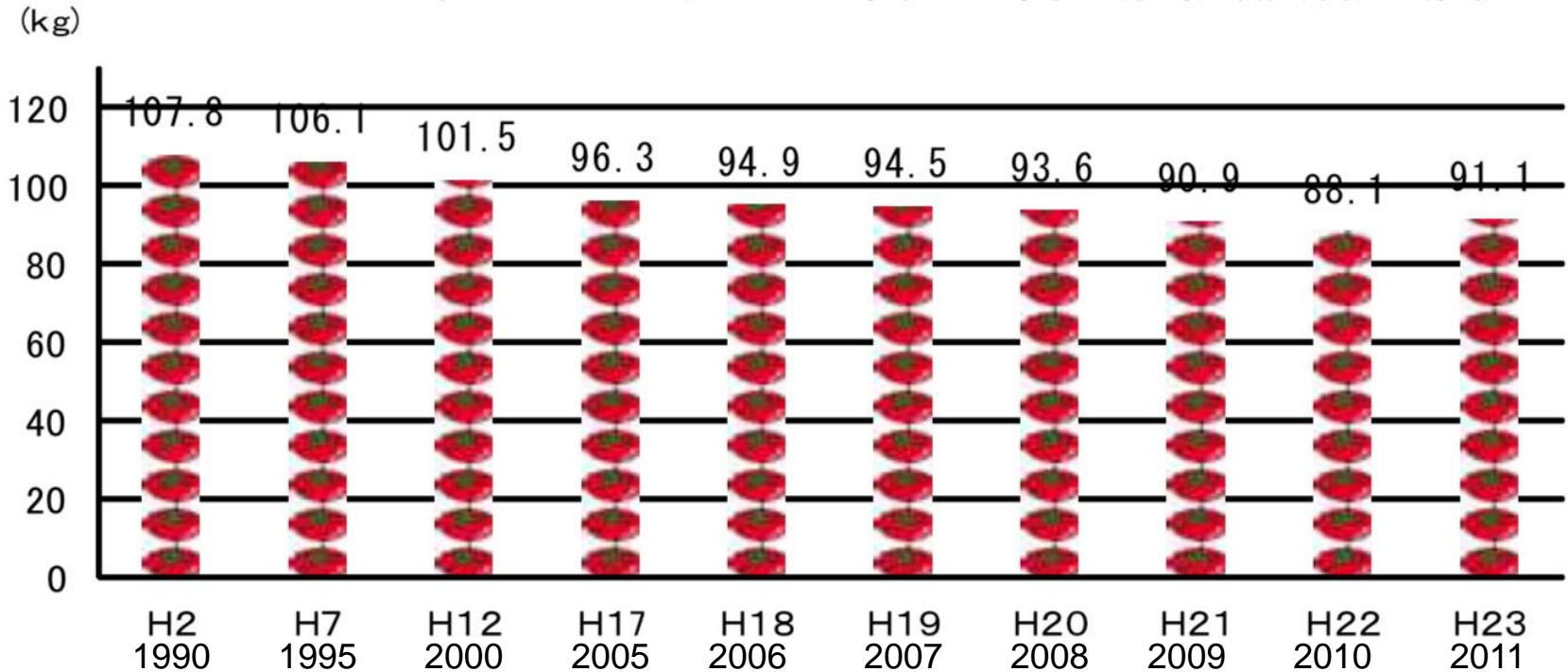
中国人がどれくらい野菜を食べているかというと、中国の成人が一日に摂取する野菜の量は「約700~750g」ほどです。

### Chinese people eat 700-750g vegetables every single day.

驚きですね。日常的に野菜料理をたくさん食べる食習慣が数字から見て取れます。私達日本人の摂取量と比べてみましょう。

# Japanese Annual Consumption of Vegetables

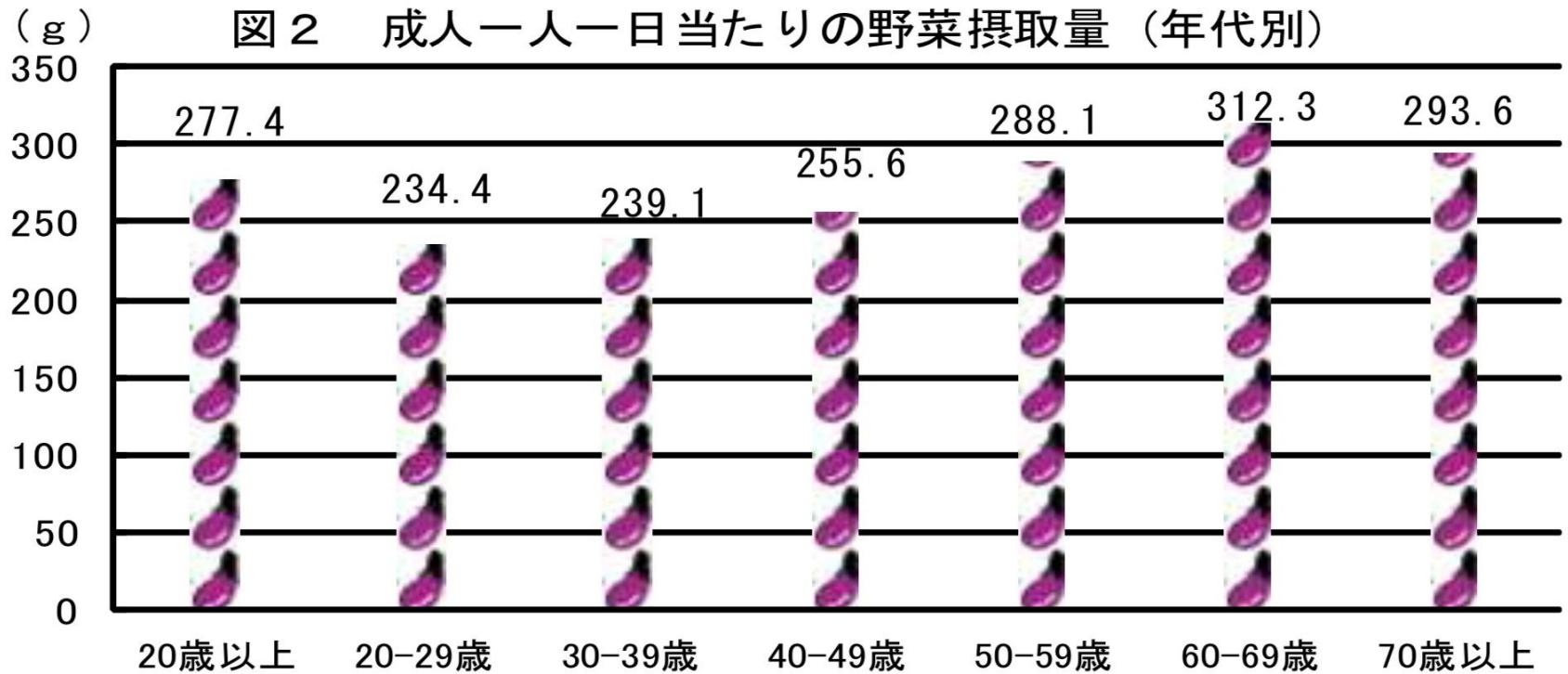
図1 国民一人1年当たり野菜の消費量(供給順食料)の推移



資料：農林水産省「食糧需給表」

Ministry of Health, Labor and Welfare

# Japanese Daily Consumption of Vegetables

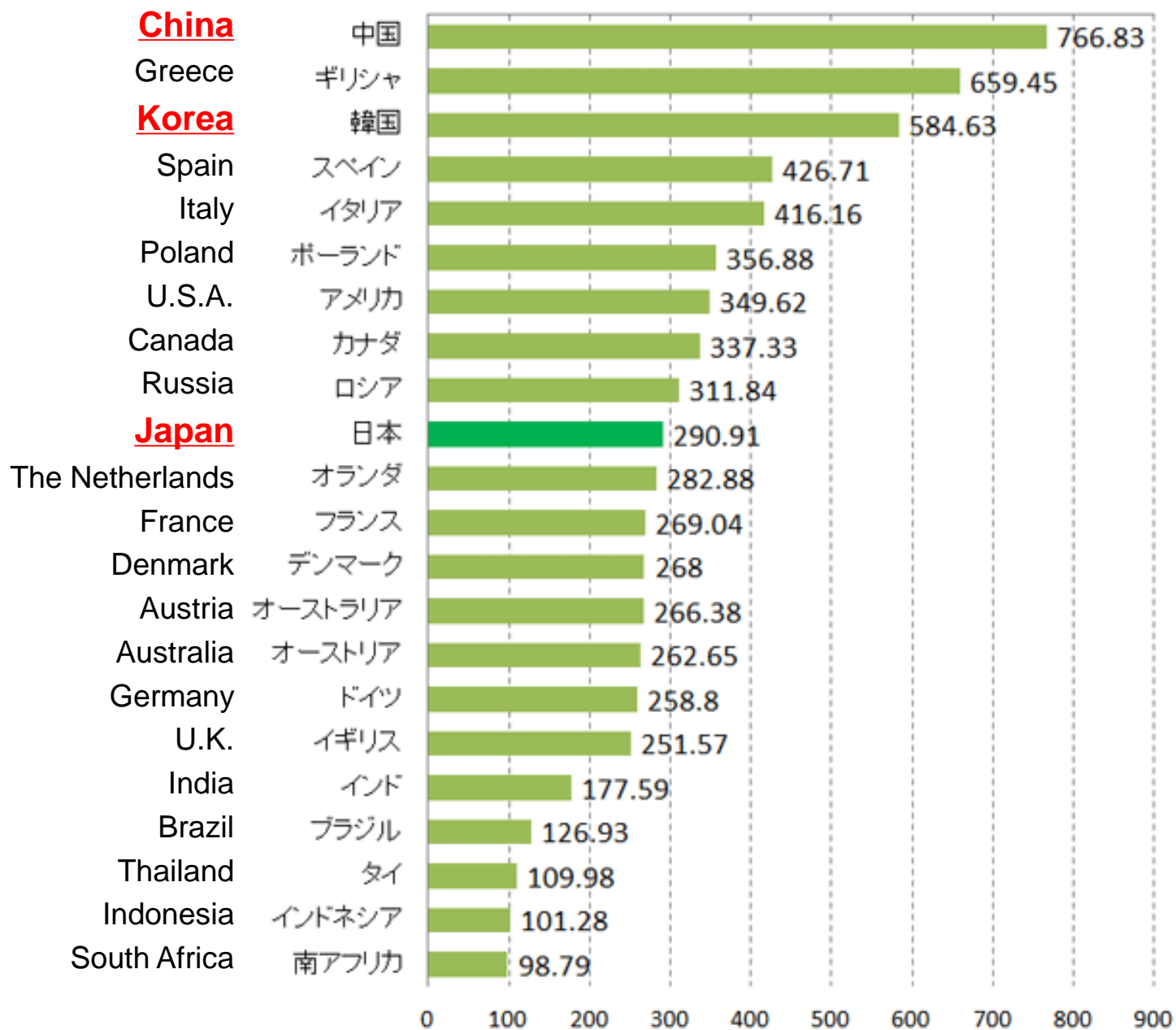


資料：平成23年厚生労働省「国民健康・栄養調査」

Ministry of Health, Labor and Welfare 2011



2007年



**HOW?**







Breakfast

Lunch



Dinner





昵图网 www.nipic.com

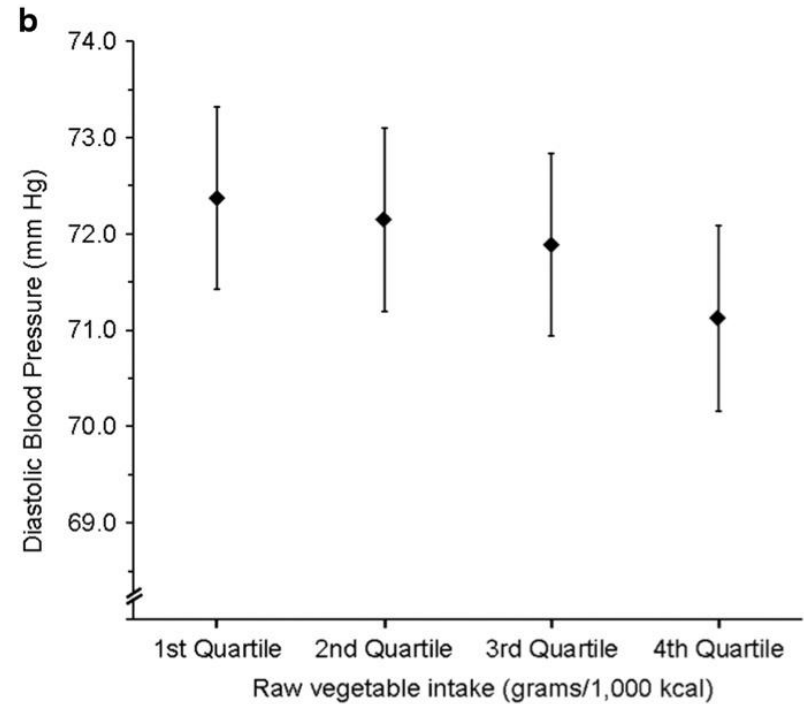
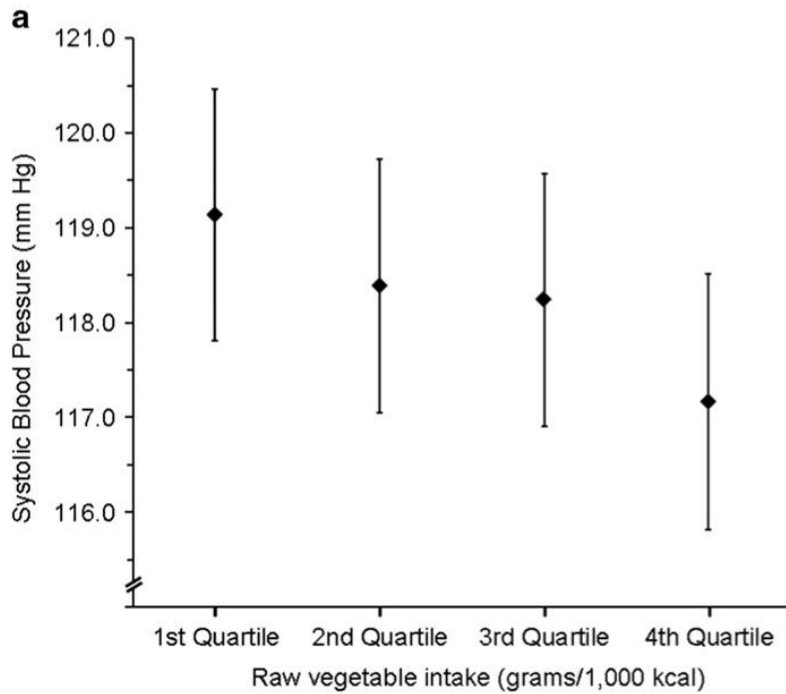


Dinner

## ORIGINAL ARTICLE

# Relation of raw and cooked vegetable consumption to blood pressure: the INTERMAP Study

Q Chan<sup>1</sup>, J Stamler<sup>2</sup>, IJ Brown<sup>1</sup>, ML Daviglus<sup>2</sup>, L Van Horn<sup>2</sup>, AR Dyer<sup>2</sup>, LM Oude Griep<sup>1</sup>, K Miura<sup>3</sup>, H Ueshima<sup>3</sup>, L Zhao<sup>4</sup>, JK Nicholson<sup>5</sup>, E Holmes<sup>5</sup> and P Elliott<sup>1</sup> for the INTERMAP Research Group



# What I wish to do in the future

1. Learn and analyze Chinese data.
2. Compare Chinese and Japanese consumption of vegetables.
3. The way how people having vegetables. (Boil, Cook, Fried, Steam, etc...)
4. Effect from age and environmental factor.

**THE END**

**Thank you for listening**