７．家庭の食生活状況等アンケートと栄養摂取状況の相関関係

（１）朝食と栄養摂取量との関係

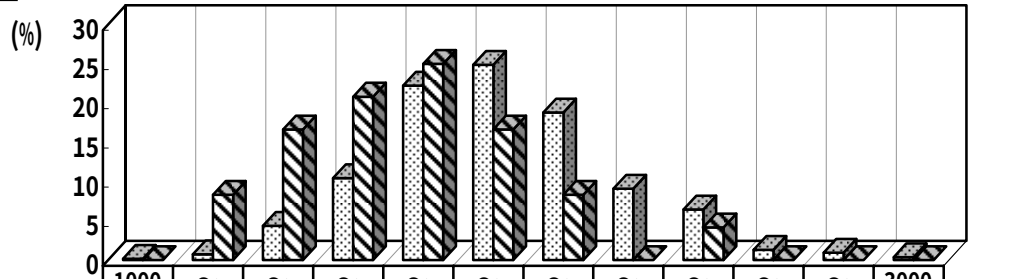
☆朝食を「毎日食べる」「だいたい食べる」と答えた小学生、中学生と、「時々食べる」「食べない」と答えた小学生、中学生との比較

①エネルギー

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	毎日、だいたい食べる	時々食べる 食べない	毎日、だいたい食べる	時々食べる 食べない
合計人数	526	24	358	35
平均(kcal)	1922	1654	2134	1857
標準偏差	340	340	510	496

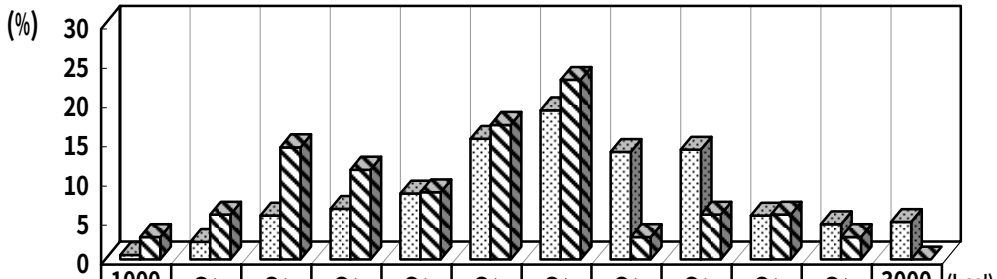
○小学校５年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
▨毎日、だいたい食べる(%)	0.2	0.8	4.4	10.5	22.2	24.9	18.8	9.1	6.5	1.3	1.0	0.4
▧時々食べる、食べない(%)	0.0	8.3	16.7	20.8	25.0	16.7	8.3	0.0	4.2	0.0	0.0	0.0

(kcal)

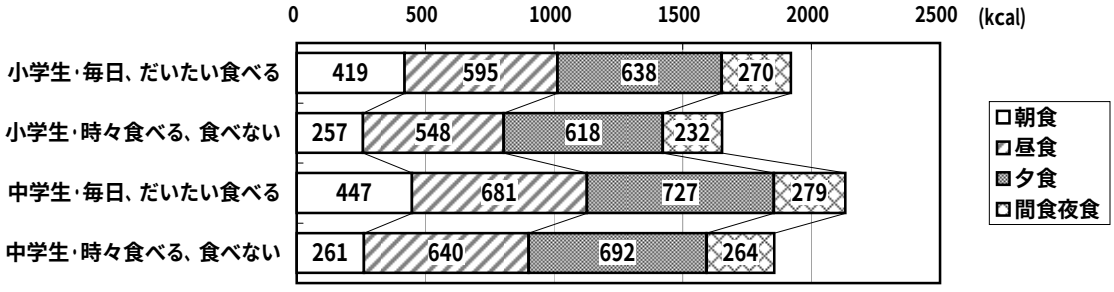
○中学校２年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
▨毎日、だいたい食べる(%)	0.6	2.2	5.6	6.4	8.4	15.4	19.0	13.7	14.0	5.6	4.5	4.7
▧時々食べる、食べない(%)	2.9	5.7	14.3	11.4	8.6	17.1	22.9	2.9	5.7	5.7	2.9	0.0

(kcal)

◎摂取内訳

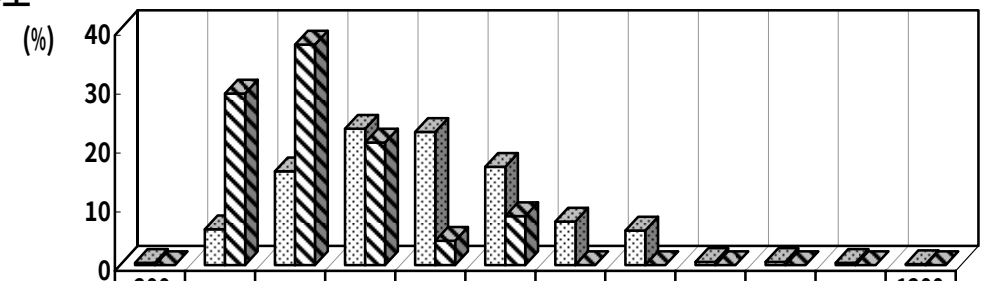


②カルシウム

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	毎日、だいたい食べる	時々食べる食べない	毎日、だいたい食べる	時々食べる食べない
合計人数	526	24	358	35
平均(mg)	**531**	**378**	**518**	**401**
標準偏差	170	114	210	177

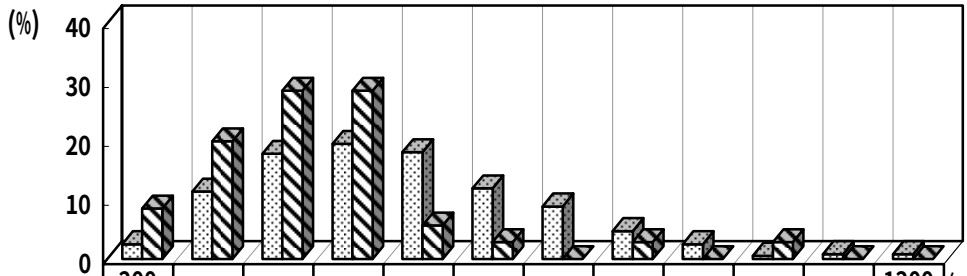
○小学校５年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
毎日、だいたい食べる(%)	0.4	6.1	16.0	23.2	22.6	16.7	7.4	5.9	0.6	0.6	0.4	0.2
時々食べる、食べない(%)	0.0	29.2	37.5	20.8	4.2	8.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

(mg)

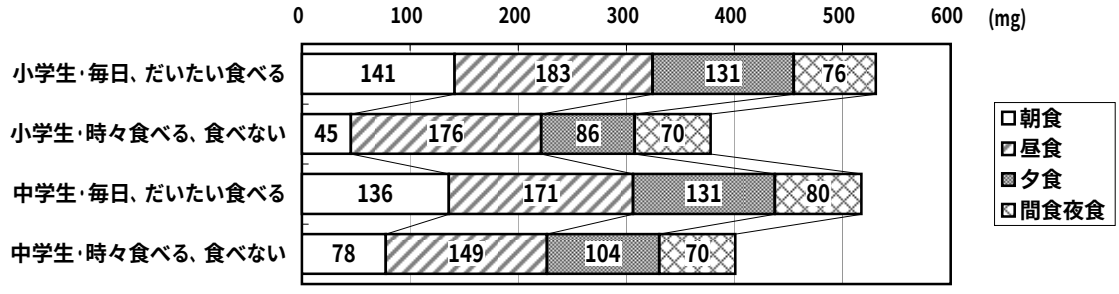
○中学校２年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
毎日、だいたい食べる(%)	2.5	11.5	17.9	19.6	18.2	12.0	8.9	4.7	2.5	0.6	0.8	0.8
時々食べる、食べない(%)	8.6	20.0	28.6	28.6	5.7	2.9	0.0	2.9	0.0	2.9	0.0	0.0

(mg)

◎摂取内訳

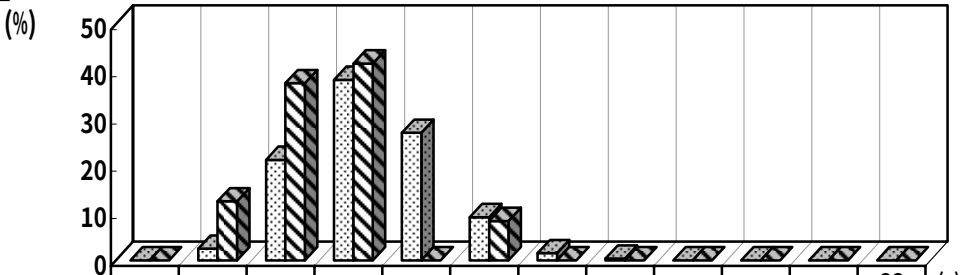


③食物繊維

◎度数分布

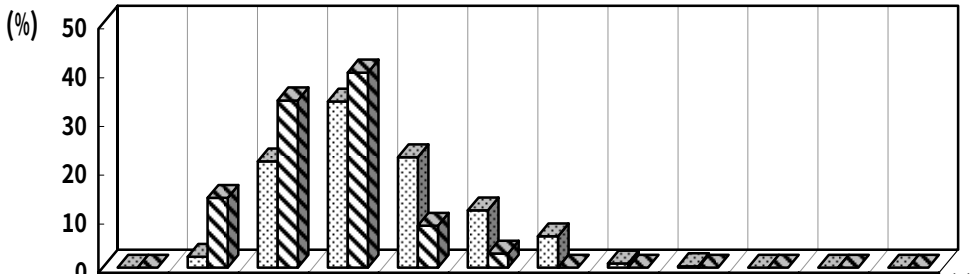
	小学校５年生		中学校２年生	
	毎日、だいたい食べる	時々食べる食べない	毎日、だいたい食べる	時々食べる食べない
合計人数	526	24	358	35
平均(g)	**11.3**	**9.0**	**11.9**	**9.2**
標準偏差	3.0	2.8	3.7	2.8

○小学校５年生



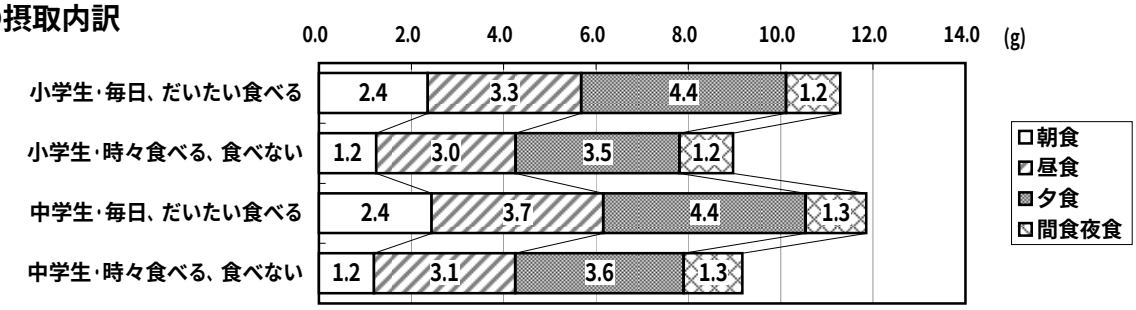
	3以下	～6	～9	～12	～15	～18	～21	～24	～27	～30	～33	33以上
毎日、だいたい食べる(%)	0.0	2.5	21.3	38.2	27.0	9.1	1.5	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0
時々食べる、食べない(%)	0.0	12.5	37.5	41.7	0.0	8.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

○中学校２年生



	3以下	～6	～9	～12	～15	～18	～21	～24	～27	～30	～33	33以上
毎日、だいたい食べる(%)	0.0	2.2	21.8	34.1	22.6	11.7	6.4	0.8	0.3	0.0	0.0	0.0
時々食べる、食べない(%)	0.0	14.3	34.3	40.0	8.6	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

◎摂取内訳



・朝食を「毎日食べる」「だいたい食べる」と答えた子は、「時々食べる」「食べない」と答えた子と比べ、エネルギー、カルシウム、食物繊維とも摂取量が多い。

・小学生、中学生とも朝食を「毎日食べる」「だいたい食べる」と答えた子は、「時々食べる」「食べない」と答えた子と比べ昼食、夕食も摂取量が多い。

（２）食事の時間の楽しみと栄養摂取量との関係

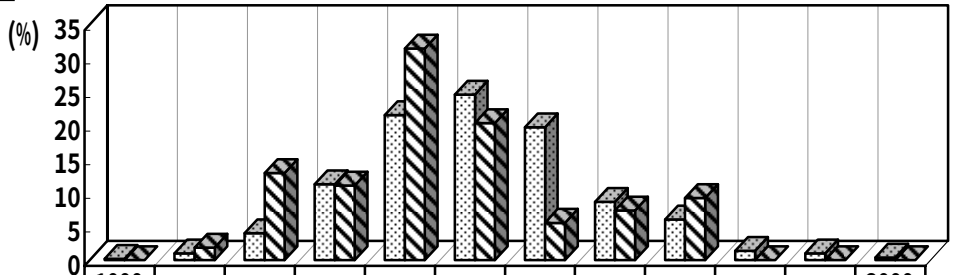
☆食事の時間が「いつも楽しみ」「時々楽しみ」と答えた小学生、中学生と、「あまり楽しみでない」「楽しみでない」と答えた小学生、中学生との比較

①エネルギー

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない
合計人数	496	54	333	59
平均(kcal)	**1918**	**1812**	**2140**	**1920**
標準偏差	343	348	506	542

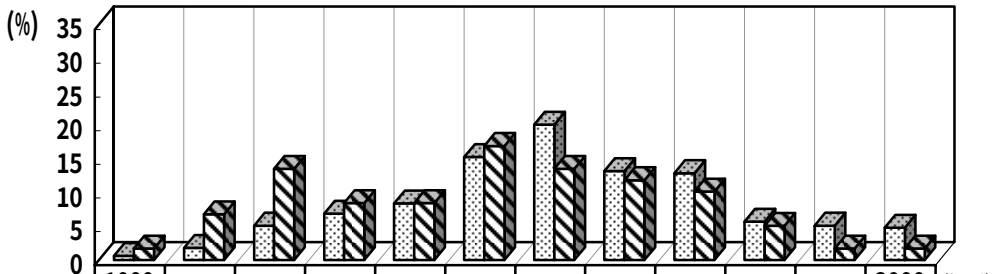
○小学校５年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.2	1.0	4.0	11.3	21.6	24.6	19.8	8.7	6.0	1.4	1.0	0.4
あまり楽しみでない(%)	0.0	1.9	13.0	11.1	31.5	20.4	5.6	7.4	9.3	0.0	0.0	0.0

(kcal)

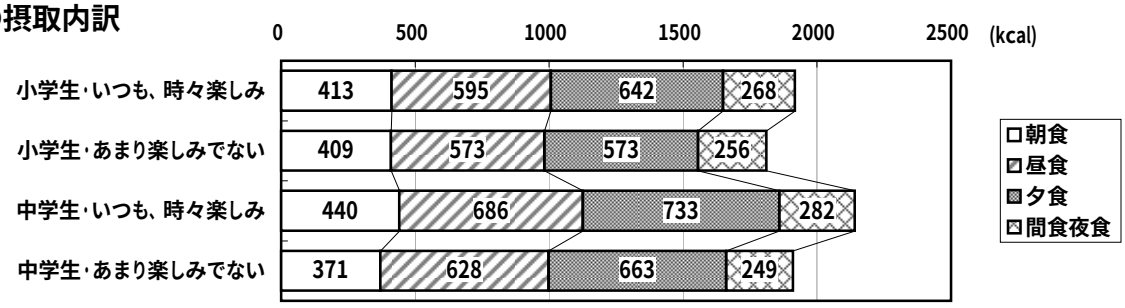
○中学校２年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
いつも、時々楽しみ%)	0.6	1.8	5.1	6.9	8.4	15.3	20.1	13.2	12.9	5.7	5.1	4.8
あまり楽しみでない(%)	1.7	6.8	13.6	8.5	8.5	16.9	13.6	11.9	10.2	5.1	1.7	1.7

(kcal)

◎摂取内訳

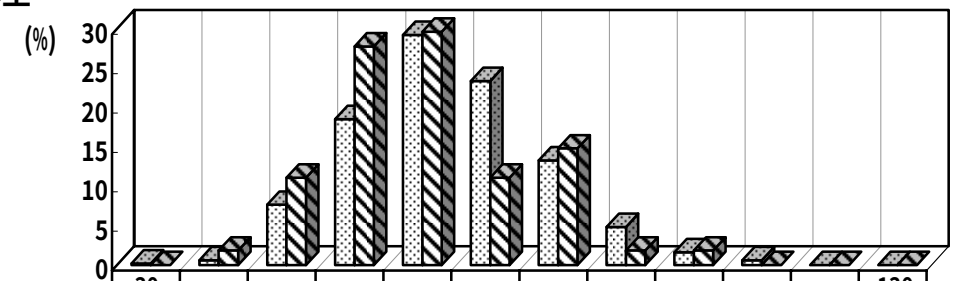


②たんぱく質

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない
合計人数	496	54	333	59
平均(g)	**68.6**	**64.4**	**74.5**	**68.0**
標準偏差	13.9	13.7	19.2	22.1

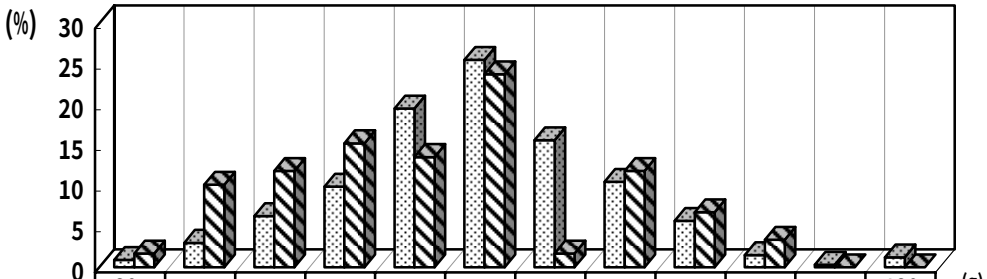
○小学校５年生



	30以下	～40	～50	～60	～70	～80	～90	～100	～110	～120	～130	130以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.2	0.6	7.7	18.5	29.2	23.4	13.3	4.8	1.6	0.6	0.0	0.0
あまり楽しみでない(%)	0.0	1.9	11.1	27.8	29.6	11.1	14.8	1.9	1.9	0.0	0.0	0.0

(g)

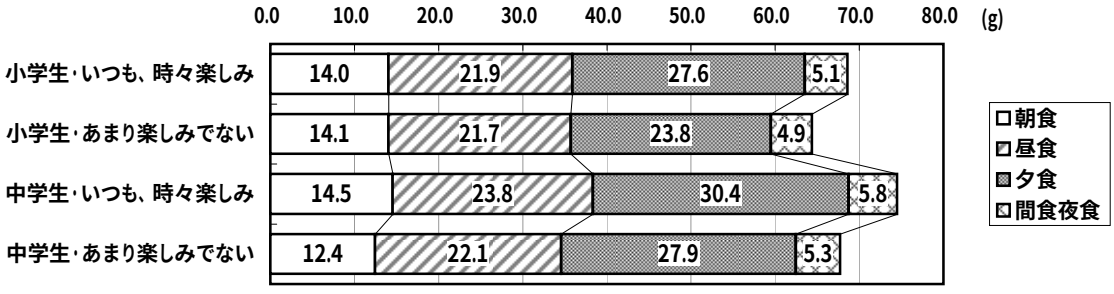
○中学校２年生



	30以下	～40	～50	～60	～70	～80	～90	～100	～110	～120	～130	130以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.9	3.0	6.3	9.9	19.5	25.5	15.6	10.5	5.7	1.5	0.3	1.2
あまり楽しみでない(%)	1.7	10.2	11.9	15.3	13.6	23.7	1.7	11.9	6.8	3.4	0.0	0.0

(g)

◎摂取内訳

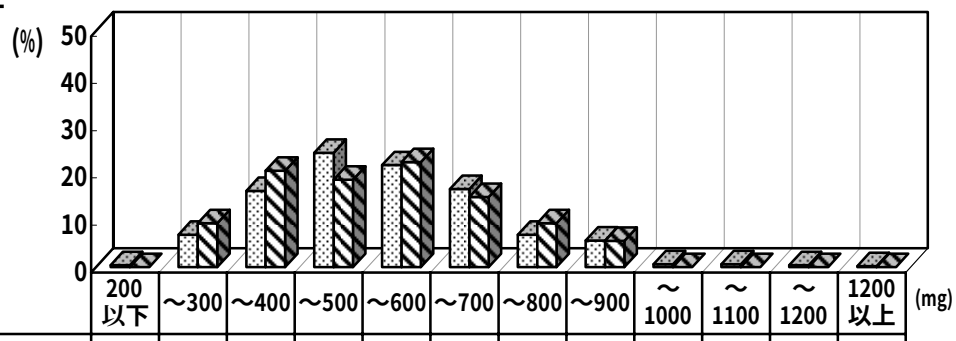


③カルシウム

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない
合計人数	496	54	333	59
平均(mg)	**526**	**512**	**521**	**426**
標準偏差	171	167	212	191

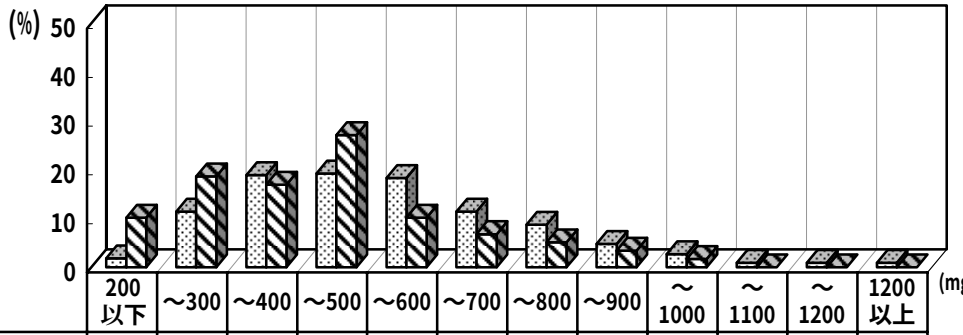
○小学校５年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.4	6.9	16.1	24.2	21.6	16.5	6.9	5.6	0.6	0.6	0.4	0.2
あまり楽しみでない(%)	0.0	9.3	20.4	18.5	22.2	14.8	9.3	5.6	0.0	0.0	0.0	0.0

(mg)

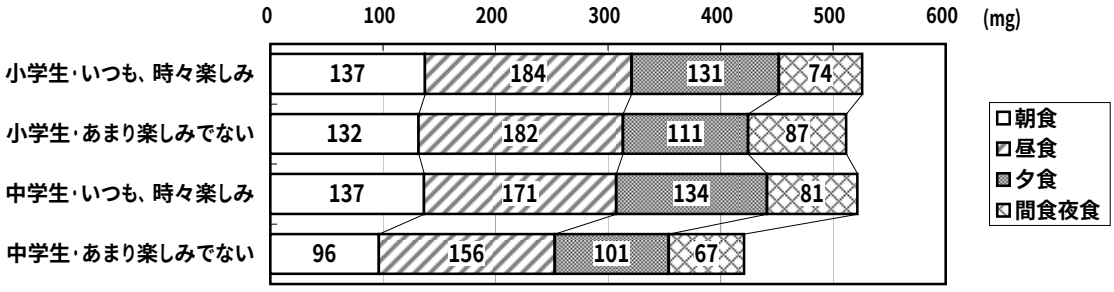
○中学校２年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
いつも、時々楽しみ(%)	1.8	11.4	18.9	19.2	18.3	11.4	8.7	4.8	2.7	0.9	0.9	0.9
あまり楽しみでない(%)	10.2	18.6	16.9	27.1	10.2	6.8	5.1	3.4	1.7	0.0	0.0	0.0

(mg)

◎摂取内訳

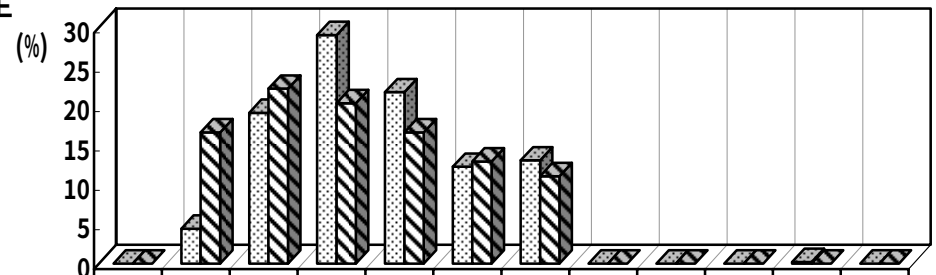


④ビタミンＣ

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない	いつも・時々楽しみ	あまり楽しみでない
合計人数	496	54	333	59
平均(mg)	**76.4**	**66.9**	**76.8**	**71.5**
標準偏差	60.6	32.8	36.5	41.6

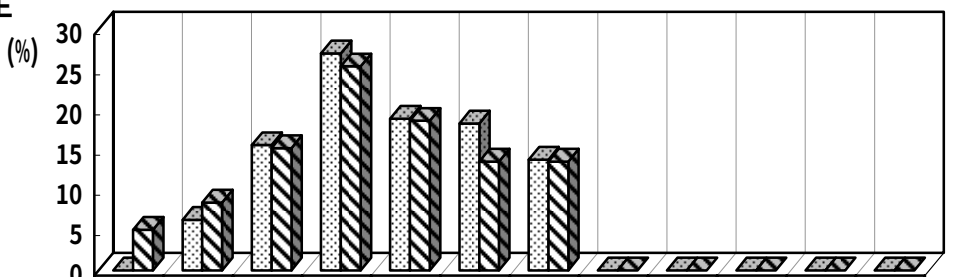
○小学校５年生



	10以下	～30	～50	～70	～90	～110	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.0	4.4	19.2	29.0	21.8	12.3	13.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0
あまり楽しみでない(%)	0.0	16.7	22.2	20.4	16.7	13.0	11.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

(mg)

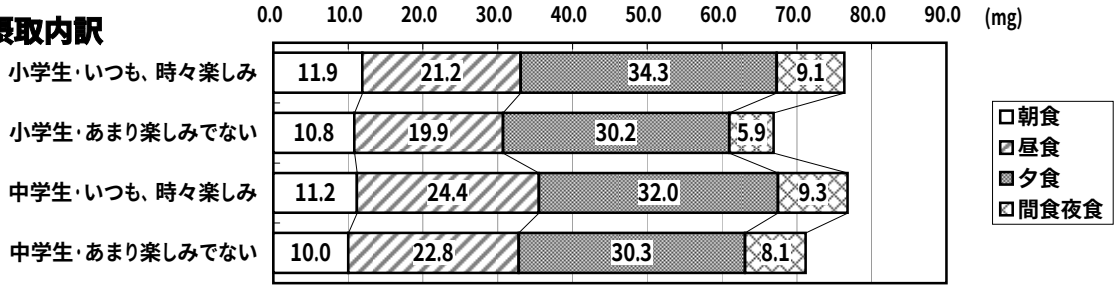
○中学校２年生



	10以下	～30	～50	～70	～90	～110	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
いつも、時々楽しみ(%)	0.0	6.3	15.6	27.0	18.9	18.3	13.8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
あまり楽しみでない(%)	5.1	8.5	15.3	25.4	18.6	13.6	13.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

(mg)

◎摂取内訳



・食事の時間が「いつも楽しみ」「時々楽しみ」と答えた子は、「あまり楽しみでない」「楽しみでない」と答えた子と比べ、エネルギー、たんぱく質、カルシウム、ビタミンＣとも摂取量が多い。

・小学生は食事の時間が「いつも楽しみ」「時々楽しみ」と答えた子は、「あまり楽しみでない」「楽しみでない」と答えた児童と比べ、特に夕食の摂取量が多い。

・中学生は食事の時間が「いつも楽しみ」「時々楽しみ」と答えた子は、「あまり楽しみでない」「楽しみでない」と答えた生徒と比べ、朝食、夕食の摂取量が多い。

（３）体の調子と栄養摂取量との関係

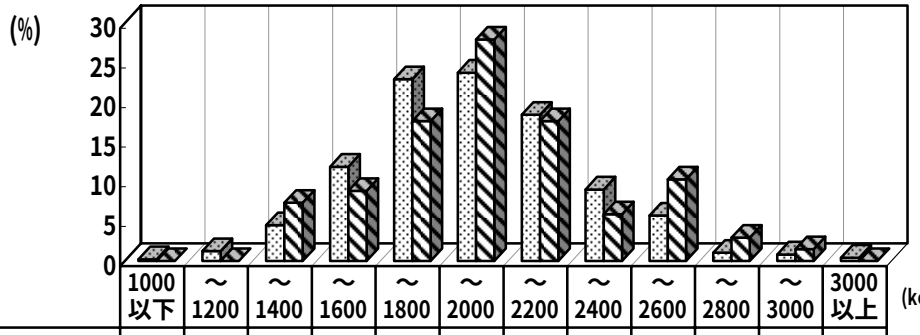
☆「大変健康である」・「まあ健康である」と答えた児童生徒と「時々しんどくなることがある」・「しんどくなることが多い」と答えた児童生徒との比較

①エネルギー

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い
合計人数	488	68	314	81
平均(kcal)	**1901**	**1952**	**2123**	**2057**
標準偏差	343	354	505	548

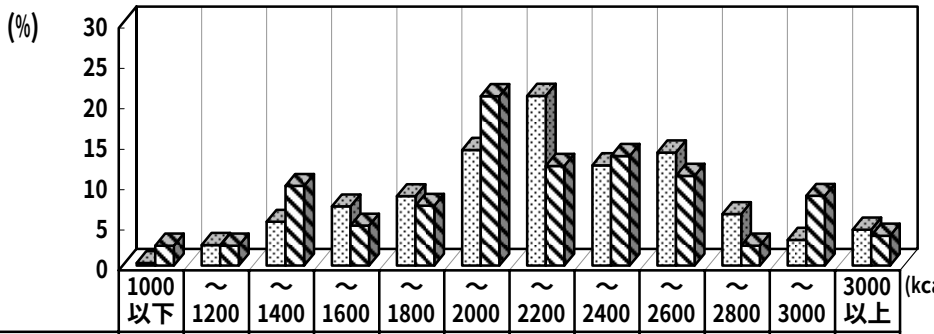
○小学校５年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
大変、まあ健康(%)	0.2	1.2	4.5	11.9	23.0	23.8	18.4	9.0	5.7	1.0	0.8	0.4
時々、しんどくなることが多い(%)	0.0	0.0	7.4	8.8	17.6	27.9	17.6	5.9	10.3	2.9	1.5	0.0

(kcal)

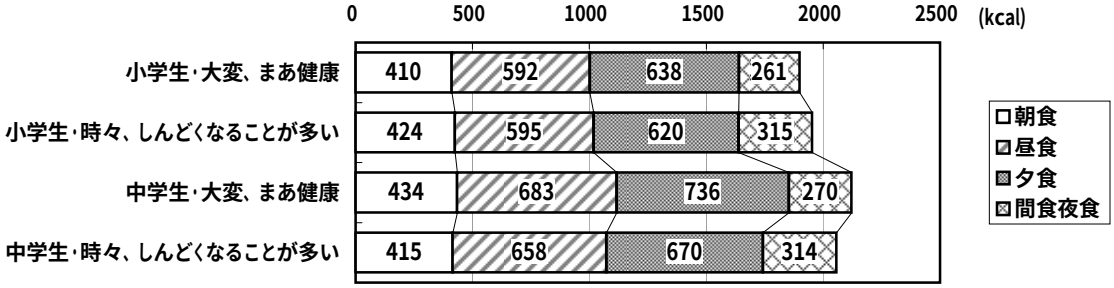
○中学校２年生



	1000以下	～1200	～1400	～1600	～1800	～2000	～2200	～2400	～2600	～2800	～3000	3000以上
大変、まあ健康%)	0.3	2.5	5.4	7.3	8.6	14.3	21.0	12.4	14.0	6.4	3.2	4.5
時々、しんどくなることが多い(%)	2.5	2.5	9.9	4.9	7.4	21.0	12.3	13.6	11.1	2.5	8.6	3.7

(kcal)

◎摂取内訳

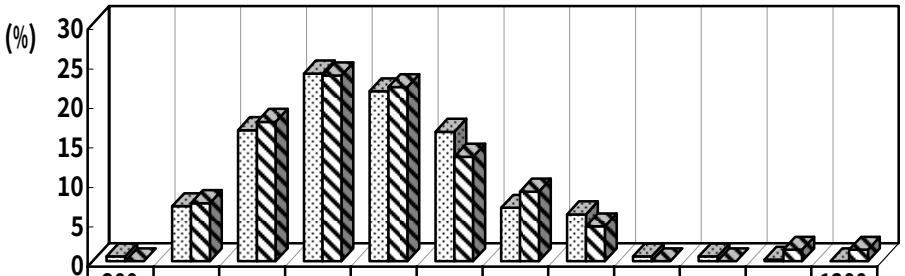


②カルシウム

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い
合計人数	488	68	314	81
平均(mg)	**522**	**529**	**516**	**473**
標準偏差	167	196	213	193

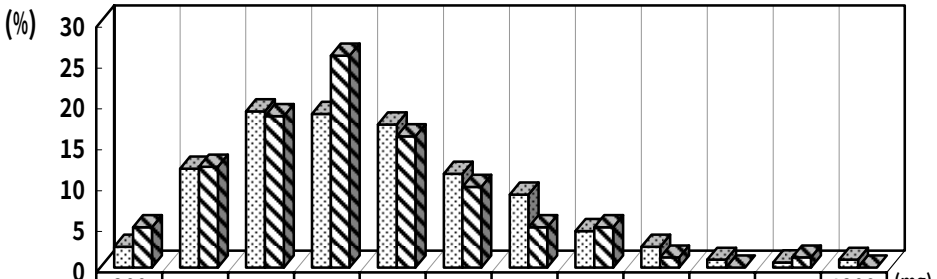
○小学校５年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
大変、まあ健康(%)	0.6	7.0	16.6	23.8	21.5	16.4	6.8	5.9	0.6	0.6	0.2	0.0
時々、しんどくなることが多い(%)	0.0	7.4	17.6	23.5	22.1	13.2	8.8	4.4	0.0	0.0	1.5	1.5

(mg)

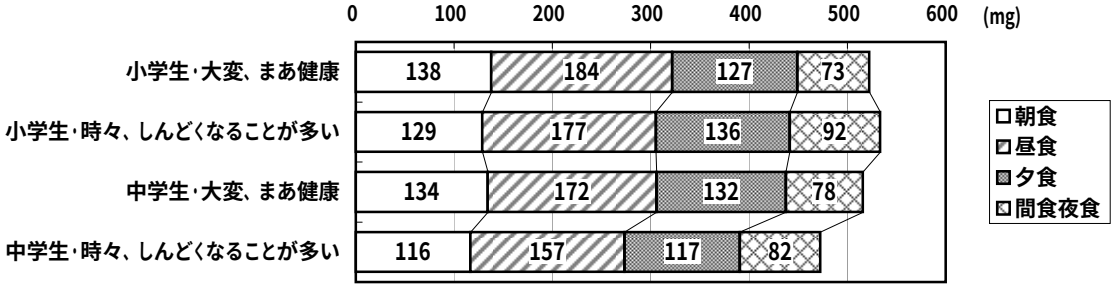
○中学校２年生



	200以下	～300	～400	～500	～600	～700	～800	～900	～1000	～1100	～1200	1200以上
大変、まあ健康(%)	2.5	12.1	19.1	18.8	17.5	11.5	8.9	4.5	2.5	1.0	0.6	1.0
時々、しんどくなることが多い(%)	4.9	12.3	18.5	25.9	16.0	9.9	4.9	4.9	1.2	0.0	1.2	0.0

(mg)

◎摂取内訳

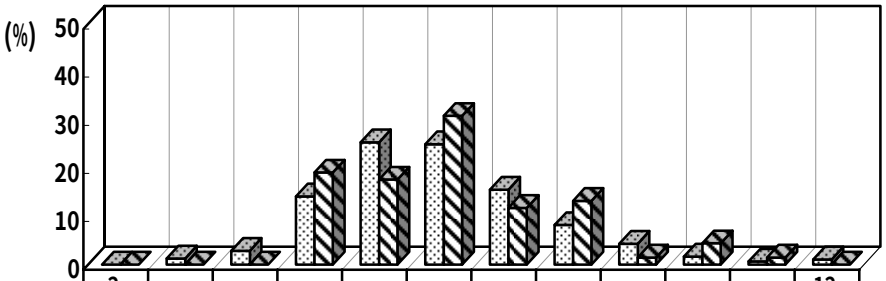


③鉄

◎度数分布

	小学校５年生		中学校２年生	
	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い	大変・まあ健康	時々・しんどくなることが多い
合計人数	488	68	314	81
平均(mg)	6.43	6.59	6.85	6.30
標準偏差	1.77	1.75	1.96	1.87

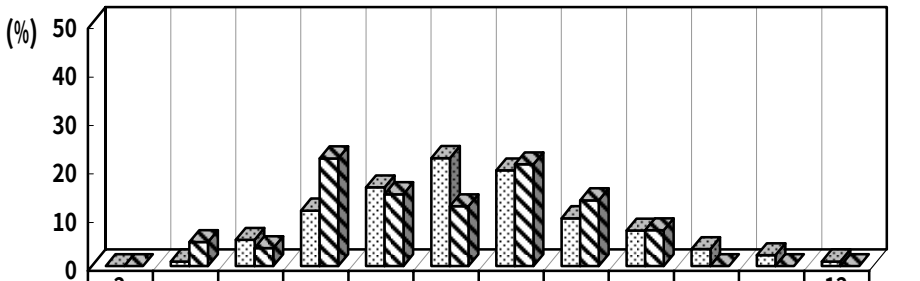
○小学校５年生



	2以下	～3	～4	～5	～6	～7	～8	～9	～10	～11	～12	12以上
大変、まあ健康(%)	0.0	1.2	2.9	14.1	25.4	25.0	15.6	8.2	4.3	1.6	0.6	1.0
時々、しんどくなることが多い(%)	0.0	0.0	0.0	19.1	17.6	30.9	11.8	13.2	1.5	4.4	1.5	0.0

(mg)

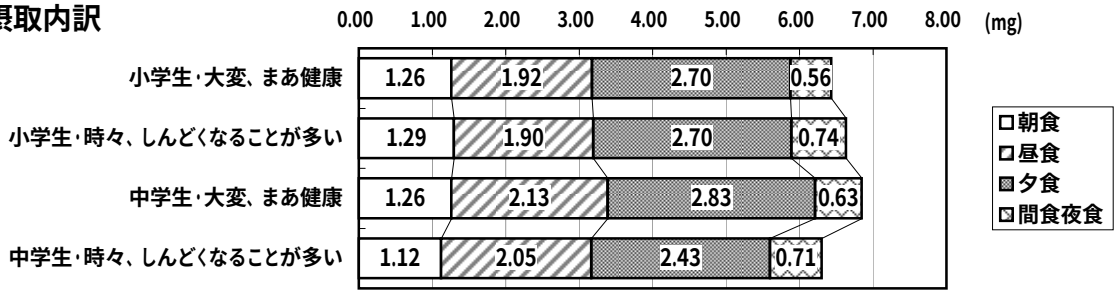
○中学校２年生



	2以下	～3	～4	～5	～6	～7	～8	～9	～10	～11	～12	12以上
大変、まあ健康(%)	0.0	1.0	5.4	11.5	16.2	22.3	19.7	9.9	7.3	3.5	2.2	1.0
時々、しんどくなることが多い(%)	0.0	4.9	3.7	22.2	14.8	12.3	21.0	13.6	7.4	0.0	0.0	0.0

(mg)

◎摂取内訳



- 小学生は「大変健康である」「まあ健康である」と答えた子と「時々しんどくなる」「しんどくなることが多い」と答えた子の差は見られない。
- 中学生は「大変健康である」「まあ健康である」と答えた子は「時々しんどくなる」「しんどくなることが多い」と答えた子と比べ、エネルギー、カルシウム、鉄とも摂取量が多い。
- 「時々しんどくなる」「しんどくなることが多い」と答えた子は間食で摂取している割合が高い。