

宮崎県の小児の健康と食生活の現状

令和4年度県民健康・栄養調査の結果

令和6年3月

宮 崎 県 福 祉 保 健 部

はじめに

宮崎県では、県民の栄養摂取の実態と健康状態を把握し、「健康みやざき行動計画 21（第 2 次）」（平成 25 年 3 月策定）の最終評価及び「健康みやざき行動計画 21（第 3 次）」策定の基礎データの収集を目的として、令和 4 年度に県民健康・栄養調査を実施しました。

このたび、小児調査の結果を「宮崎県の小児の健康と食生活の現状」としてまとめましたので、御報告いたします。

調査結果から、第 2 次計画策定時と比較して、野菜が足りない子どもの割合が増加傾向であったほか、朝食や夕食をいつも一人で食べる子どもや、1 週間の総運動量が 60 分未満の子どもの割合の増加などが明らかになりました。小児期からの適切な食習慣・生活習慣の確立をめざし、家庭、学校、関係機関及び行政等が連携した取組をより一層推進することが、小児生活習慣病の予防ひいては成人期以降の生活習慣病の予防において大変重要になると考えます。

今回の調査結果を、今後の本県の健康づくり施策及び関連計画等の基礎データとして活用してまいります。

また、本データが、市町村や関係機関における取組の基礎資料として活用されること等により、本県の子どもの健康づくりが推進されますことを期待いたします。

終わりに、本調査の実施にあたり御協力いただきました調査対象者や保護者の方々に感謝申し上げますとともに、調査関係者及びデータ解析に御尽力、御指導いただきました関係各位に心からお礼申し上げます。

令和 6 年 3 月

福祉保健部長 川北 正文

目 次

第1章 調査の概要	1
1 調査の目的	2
2 調査の対象及び客体	2
3 調査客体の概要	2
4 調査項目	3
5 調査時期	4
6 調査の方法	4
7 調査票の様式	4
8 集計分析方法	4
9 本書利用上の留意点	4
10 調査票様式	11
第2章 結果の概要	21
第1部 身体状況	22
第2部 食事状況	25
食事状況調査結果の概要	50
第3部 生活習慣状況	52
生活習慣調査結果の概要	65
小児調査結果の概要（全体）	66
第3章 身体状況調査結果（統計表）	67
身長	68
体重	68
肥満判定	68
第4章 食事状況調査結果（統計表）	69
エネルギー及び栄養素摂取量	70
食品群別摂取量	85
栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳	91
食事摂取基準による栄養素摂取量判定	101
第5章 生活習慣調査結果（統計表）	107
起床時刻	108
就寝時刻	108
朝食摂取状況	109

朝食を食べる回数	109
朝食を食べない理由	109
孤食の状況（朝食）	110
孤食の状況（夕食）	110
排便習慣	110
体調不良の状況	110
運動状況	111
帰宅後の過ごし方	111
おやつの状況	112
夕食時刻	112
夜食の摂取状況	113
咀嚼の状況	113
睡眠状況	113
母子手帳の肥満度確認	114
新型コロナウイルス感染症の影響	114
第6章 地域別結果	115
県民健康・栄養調査解析・評価検討委員等	131

第1章

調査の概要

1 調査の目的

この調査は、県民の栄養摂取の実態及び健康状態を把握・分析することにより、今後の健康づくり推進の各種施策の方向性を明らかにすることを目的とする。

また、平成 24 年度に策定した「健康みやざき行動計画 21（第 2 次）」の最終評価及び次期計画策定の基礎データとして活用する。

2 調査の対象及び客体

- (1) 市町村における 3 歳児健康診査を受診する幼児
- (2) 市町村の教育委員会で実施する就学時健康診断を受診する幼児
- (3) 小学（小学部）5 年生、中学（中学部）2 年生及び高校 2 年生を対象とし、具体的には次の各号のとおり学校に調査協力をお願いした。
 - ア 公立の小学校・中学校、県立の高等学校は、一般健康・栄養調査の対象 24 地区から選定した。
 - イ 県立の特別支援学校は、各校に協力の可否を確認し、協力の得られた 7 校をお願いした。

3 調査客体の概要

身体・生活習慣調査の対象者 4,720 人のうち、身体状況調査に協力を得られたのは 3,542 人、生活習慣調査に協力を得られたのは 3,755 人であった。

また、食事状況調査の対象者 3,159 人のうち、協力を得られたのは 2,427 人であった。

結果の集計にあたっては、食事状況調査においては、摂取エネルギー量 500kcal 未満、5,000kcal 以上などの集計不能者を除いたものを客体とした。

(1) 対象別状況

	身体・生活習慣調査			食事状況調査		
	対象者数	調査人数			対象者数	調査人数
		身長	体重	生活習慣		
3 歳児健康診査時の幼児の保護者	966	507	507	618	750	497
協力校の就学時健康診断時の幼児の保護者	756	563	563	608	756	613
小学 5 年生の協力校の児童	970	805	805	826	534	434
中学 2 年生の協力校の生徒	1,080	800	800	818	596	421
高校 2 年生の協力校の生徒	948	867	867	885	523	462
計	4,720	3,542	3,542	3,755	3,159	2,427

(2) 性別対象別状況

	身体状況調査					
	身長			体重		
	男子	女子	計	男子	女子	計
3歳児	272	235	507	272	235	507
就学前児	284	279	563	284	279	563
小学5年生	410	395	805	410	395	805
中学2年生	418	382	800	418	382	800
高校2年生	383	484	867	383	484	867
計	1,767	1,775	3,542	1,767	1,775	3,542

	食事状況調査			生活習慣調査			
	男子	女子	計	男子	女子	計	
3歳児	263	234	497	3歳児	332	286	618
就学前児	314	299	613	就学前児	309	299	608
小学5年生	222	212	434	小学5年生	421	405	826
中学2年生	213	208	421	中学2年生	430	388	818
高校2年生	181	281	462	高校2年生	390	495	885
計	1,193	1,234	2,427	計	1,882	1,873	3,755

4 調査項目

(1) 身体状況調査

ア 身長

イ 体重

(2) 生活習慣調査 (事前に配布し、学校または家庭において記入)

食生活を中心とした生活習慣の実施状況に関するアンケート調査

(3) 食事状況調査 (事前に配布し、家庭にて記入)

簡易型自記式食事歴法質問票 (自記式)

(brief-type self-administered diet history questionnaire 以下「BDHQ」という)

過去1ヶ月間の食品摂取頻度状況、栄養素摂取状況

5 調査時期

令和4年10月から12月の間の1日

6 調査の方法

- (1) 3歳児調査は、市町村と連携し、3歳児健康診査を受診する幼児に対し実施した。
- (2) 就学前児調査は、市町村教育委員会と連携し、就学时健康診断を受診する幼児に対し実施した。
- (3) 学校対象調査は、調査協力校と連携し、児童・生徒に対し実施した。
- (4) 身体状況調査（身長・体重）は、3歳児調査、就学前児調査は家族による自記式とした。小学5年生、中学2年生、高校2年生は、児童・生徒による自記式とした。
- (5) 食事状況調査は、3歳児調査、就学前児調査時に、家族が記入し持参した調査票を回収した。
小学5年生、中学2年生、高校2年生調査については、各自で記入し、封筒に入れ、密封したものを回収した。
- (6) 生活習慣調査は、3歳児調査、就学前児調査時に、家族が記入し持参した調査票を回収した。小学5年生、中学2年生、高校2年生は各自で記入し、封筒に入れ、密封したものを回収した。

7 調査票の様式

- (1) 健康と食生活に関するアンケート（11～18頁参照）
- (2) 食事状況調査（19～20頁参照）

8 集計分析方法

- (1) 栄養素等摂取量の算出
BDHQについて、DHQサポートセンターで集計・算出したデータを、令和4年度県民健康・栄養調査解析・評価検討会（以下、検討会という）及び令和4年度県民健康・栄養調査解析・評価検討部会（以下、部会という）で分析等を行った。
食品群の分類は、BDHQで算出される食品分類を用いた。
- (2) 記述統計
平均値、標準偏差、標準誤差、パーセンタイルの算出は、「STATISTICA ver.10」を使用した。

9 本書利用上の留意点

- (1) 年齢の表記
第2章以降は、年齢の表記を下記のとおりとした。

小学5年生「小5」、中学2年生「中2」、高校2年生「高2」

(2) 栄養素等摂取状況、食品群別摂取状況について

今回、食事状況調査で用いた BDHQ は、最近1か月の食事を回答し、専用の栄養価計算プログラムにより約30種類の栄養素と約50種類の食品の摂取量を算出できる。BDHQ により算出された結果は推定量であり、実際に摂取した量を示すものではない。

(3) これまでの調査との比較について

令和4年度県民健康・栄養調査では、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により、調査方法を変更して実施しているため、今回の結果と過去の結果を、単純に比較することはできない。

小児調査	平成28年度	令和4年度
身体状況調査	身長・体重 ○3歳児・就学前児（健診に併せて実施） ※郵送配布、健診時に回収。 ※調査票に健診時健診時の測定値を記載、健診当日受取。 ○小5・中2・高2 ※学校を通じて配布。学校側で回収。 ※測定時期の身長・体重を記入（自記式）	身長・体重 ○3歳児・就学前児（健診に併せて実施） ※郵送配布、健診時に回収。 ※保護者による記述回答。 ○小5・中2・高2 ※学校を通じて配布。学校側で回収。 ※本人による記述回答。
食事状況調査	秤量食事記録法 ○3歳児・就学前児（健診に併せて実施） 記入済みの調査票を対面で聞き取り ※郵送配布、健診時に回収。 ○小5・中2・高2：自記式回答 ※学校を通じて配布。学校側で回収。	簡易型自記式食事歴法質問票（BDHQ） ○3歳児・就学前児：家族が記入 ※郵送配布、健診時に回収。 ○小5・中2・高2：自記式回答 ※学校を通じて配布、学校側で回収。
生活習慣状況調査	○3歳児・就学前児：家族が記入した調査票を聞き取り ※郵送配布、健診時に回収。 ・小5・中2・高2：自記式回答 ※学校を通じて配布。学校側で回収。	○3歳児・就学前児：家族が記入 ※郵送配布、健診時に回収。 ・小5・中2・高2：自記式回答 ※学校を通じて配布、学校側で回収。

(4) 栄養素摂取量の評価について

「日本人の食事摂取基準（2020年版）」を使用した。

ア 推定平均必要量（EAR）

ある母集団における栄養素の平均必要量の推定値。つまり、当該集団に属する50%の人が必要量を満たすと推定される1日の摂取量

イ 目安量（AI）

特定の集団における、ある一定の栄養状態を維持するのに十分な量

ウ 耐容上限量 (UL)

健康障害をもたらすリスクがないとみなされる習慣的な摂取量の上限
を与える量

エ 目標量 (DG)

生活習慣病の一次予防を目的として算定された量

オ エネルギーの食事摂取基準

(kcal)

性別	男性			女性		
	I	II	III	I	II	III
身体活動レベル						
3歳児(3~5歳)	-	1,300	-	-	1,250	-
就学前児(6~7歳)	1,350	1,550	1,750	1,250	1,450	1,650
小学5年生(10~11歳)	1,950	2,250	2,500	1,850	2,100	2,350
中学2年生(12~14歳)	2,300	2,600	2,900	2,150	2,400	2,700
高校2年生(15~17歳)	2,500	2,850	3,150	2,050	2,300	2,550

※身体活動レベルは、一日のエネルギー消費量を一日当たりの基礎代謝量で除した指数であり、低い、普通、高いの三つのレベルとして、それぞれI、II、IIIで示される。レベルIIは自立している者、レベルIは自宅にいてほとんど外出しない者に相当する。

カ エネルギー以外の栄養素の食事摂取基準

		男子				女子			
		推定平均 必要量	目安量	目標量	耐受上限 量	推定平均 必要量	目安量	目標量	耐受上限 量
		(EAR)	(AI)	(DG)	(UL)	(EAR)	(AI)	(DG)	(UL)
たんぱく質 (g)	3~5 (歳)	20				20			
	6~7 (歳)	25				25			
	10~11 (歳)	40				40			
	12~14 (歳)								
	15~17 (歳)	50				45			
食物繊維 (g)	3~5 (歳)			8以上			8以上		
	6~7 (歳)			10以上			10以上		
	10~11 (歳)			13以上			13以上		
	12~14 (歳)			17以上			17以上		
	15~17 (歳)			19以上			18以上		
脂肪エネルギー 比率 (%)	3~5 (歳)								
	6~7 (歳)								
	10~11 (歳)			20~30			20~30		
	12~14 (歳)								
	15~17 (歳)								
ビタミンB ₁ (mg)	3~5 (歳)	0.6				0.6			
	6~7 (歳)	0.7				0.7			
	10~11 (歳)	1.0				0.9			
	12~14 (歳)	1.2				1.1			
	15~17 (歳)	1.3				1.0			
ビタミンB ₂ (mg)	3~5 (歳)	0.7				0.6			
	6~7 (歳)	0.8				0.7			
	10~11 (歳)	1.1				1.0			
	12~14 (歳)	1.3				1.2			
	15~17 (歳)	1.4				1.2			
ビタミンC (mg)	3~5 (歳)	40				40			
	6~7 (歳)	50				50			
	10~11 (歳)	70				70			
	12~14 (歳)								
	15~17 (歳)	85				85			
ビタミンA (μgRE)	3~5 (歳)	350			700	350			850
	6~7 (歳)	300			950	300			1200
	10~11 (歳)	450			1500	400			1900
	12~14 (歳)	550			2100				2500
	15~17 (歳)	650			2500	500			2800
カルシウム (mg)	3~5 (歳)					450			
	6~7 (歳)	500							
	10~11 (歳)	600				600			
	12~14 (歳)	850				700			
	15~17 (歳)	650				550			
鉄 (mg)	3~5 (歳)	4			25	4			25
	6~7 (歳)	5			30	4.5			30
	10~11 (歳)	7			35	10*			35
	12~14 (歳)	8			40	10*			40
	15~17 (歳)	8			50	8.5*			40
食塩相当量 (g)	3~5 (歳)			3.5未満			3.5未満		
	6~7 (歳)			4.5未満			4.5未満		
	10~11 (歳)			6未満			6未満		
	12~14 (歳)			7未満					
	15~17 (歳)			7.5未満			6.5未満		
カリウム (mg)	3~5 (歳)		1000	1400以上			1000	1400以上	
	6~7 (歳)		1300	1800以上			1200	1800以上	
	10~11 (歳)		1800	2200以上			1800	2000以上	
	12~14 (歳)		2300	2400以上			1900	2400以上	
	15~17 (歳)		2700	3000以上			2000	2600以上	

*「月経あり」の数値

キ 食品群別表
 ・ 3歳児、就学前児

食品群1	食品群2**	BDHQ集計項目
穀類	穀類	パン
		そば
		うどん
		ラーメン
		パスタ類
		ふりかけなし白米
		ふりかけあり白米
		その他米
いも類	いも類	フライドポテト
		その他のいも
砂糖・甘味料類	砂糖・甘味料類	調理砂糖
豆類	豆類	とうふ・油揚げ
		納豆
野菜類	緑黄色野菜	漬物(緑葉野菜)
		緑葉野菜
		にんじん・かぼちゃ
		トマト
		100%ジュース(100%ジュース重量×0.225=野菜類)
	その他の野菜	漬物(その他)
		生(レタス・キャベツ)
		キャベツ
		だいこん・かぶ
		根菜
きのこ類		きのこ
藻類		海藻
果実類	果実類	柑橘類
		かき・いちご
		その他の果物
		100%ジュース(100%ジュース重量×0.775=果実類)
		ジャム
魚介類	魚介類	いか・たこ・えび・貝
		骨ごと魚
		ツナ缶
		干物
		脂がのった魚
		脂が少ない魚
		練り製品
肉類	肉類	鶏肉
		豚肉・牛肉
		ハム
		レバー
卵類	卵類	たまご
乳類	乳類	アイスクリーム
		ヨーグルト
		チーズ
		低脂肪乳
		普通乳
		乳酸菌飲料
油脂類	油脂類	バター
		マーガリン
		調理油
菓子類	菓子類	洋菓子
		和菓子
		せんべい
		スナック菓子
		チョコレート
飲料類	嗜好飲料類	コーラ
		お茶
		ココアなど
調味料・香辛料類	調味料・香辛料類	めんスープ(めんスープ重量×1.5/100=調味料・香辛料類)
		しょうゆ量
		マヨネーズ
		ケチャップ
		ソースしょうゆ
		調理食塩
		みそ汁(みそ汁重量×7.7/150=調味料・香辛料類)

**食品群2:栄養素摂取量の食品群別寄与率のみ、この食品分類を用いた。

・小学5年生、中学2年生、高校2年生

食品群1	食品群2*	BDHQ集計項目
穀類	穀類	パン そば うどん ラーメン パスタ類 白米 その他米
いも類	いも類	フライドポテト その他のいも
砂糖・甘味料類	砂糖・甘味料類	調理砂糖
豆類	豆類	とうふ・油揚げ 納豆
野菜類	緑黄色野菜	漬物(緑葉野菜) 緑黄色野菜 にんじん・かぼちゃ トマト 100%ジュース(100%ジュース重量×0.225=野菜類)
	その他の野菜	漬物(その他) 生(レタス・キャベツ) キャベツ だいこん・かぶ 根菜 きのこ 海藻
きのこ類		きのこ
藻類		海藻
果実類	果実類	柑橘類 かき・いちご その他果物 100%ジュース(100%ジュース重量×0.775=果実類) ジャム
魚介類	魚介類	いか・たこ・えび・貝 骨ごと魚 ツナ缶 干物 脂がのった魚 脂が少ない魚 練り製品
肉類	肉類	鶏肉 豚肉・牛肉 ハム レバー
卵類	卵類	たまご
乳類	乳類	アイスクリーム ヨーグルト チーズ 低脂肪乳 普通乳 乳酸菌飲料
油脂類	油脂類	バター マーガリン 調理油
菓子類	菓子類	洋菓子 和菓子 せんべい スナック菓子 チョコレート カロリーメイト
飲料類	嗜好飲料類	緑茶 紅茶・ウーロン茶 コーラ コーヒー(ミルク入り)
調味料・香辛料類	調味料・香辛料類	めんスープ(めんスープ重量×1.5/100=調味料・香辛料類) しょうゆ量 マヨネーズ ケチャップ ソースしょうゆ 調理食塩 みそ汁(みそ汁重量×7.7/150=調味料・香辛料類)

※食品群2: 栄養素摂取量の食品群別寄与率のみ、この食品分類を用いた。

(5) 肥満判定基準

ア 3歳児、就学前児は、幼児身長体重曲線（性別・身長別標準体重）による肥満度判定を用いた。

$$\text{肥満度} = \left[\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)} \right] \div \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$$

区分	判定
+15%以上	肥満
-15%以上+15%未満	ふつう
-15%未満	やせ

平成22年乳幼児身体発育調査の結果に基づく身長別標準体重の算出式

$$\text{男児 標準体重} = 0.002226 \times (\text{身長})^2 - 0.1471 \times \text{身長} + 7.8033$$

$$\text{女児 標準体重} = 0.002091 \times (\text{身長})^2 - 0.1139 \times \text{身長} + 5.7453$$

イ 小学5年生、中学2年生、高校2年生は、学校保健統計調査方式（性別・年齢別・身長別標準体重）による肥満度判定を用いた。

$$\text{肥満度(過体重度)} = \left[\text{実際の体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)} \right] \div \text{身長別標準体重(kg)} \times 100(\%)$$

区分	判定
+20%以上	肥満
-20%以上+20%未満	ふつう
-20%未満	やせ

$$\text{身長別標準体重(kg)} = a \times \text{実測身長(cm)} - b$$

学年 \ 係数	男		女	
	a	b	a	b
小学5年生(10歳)	0.752	70.461	0.730	68.091
中学2年生(13歳)	0.815	81.348	0.655	54.234
高校2年生(16歳)	0.656	51.822	0.578	39.057

健康と食生活に関するアンケート（3歳児及び就学児用）

調査番号

※調査番号は記入しないでください。

性別

男児1、女児2

身長

cm

体重

kg

このアンケートは、お子さまの健康や食事の様子を教えてもらって望ましい食生活を送るための資料づくりに役立たせるためのものです。

お子さまのありのままの様子をお聞かせください。

お子さまのことについてお聞きします。以下の間で該当する番号を□に記入してください。

問1 ふだん朝起きる時間と夜寝る時間は何時頃ですか。

30分単位の4ケタで書いてください。

例 朝：6時→0600 6時30分→0630 7時→0700

夜：20時→2000 20時30分→2030

回答欄：問1

朝

夜

問2 朝食を食べますか。

1 毎日食べる 2 週に（ 日）食べる 3 食べない

※2・3を選んだ方にお聞きします。朝食を食べない時は
どんなときですか。

- 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない
3 習慣的に食べない 4 食事の準備ができていない
5 その他

回答欄：問2

→2を選んだ方

週に 日

※2・3を選んだ方

問3 ひとりで食事をすることがありますか。

朝食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

夕食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

回答欄：問3

朝食

夕食

問4 排便の回数をお聞きします。

1 毎日 2 2日に1回

3 週に1～2回 4 その他

回答欄：問4

問5 運動状態についてお聞きします。外遊びや体を動かす習慣がありますか。（保育園・幼稚園や習い事含む）

1 ある 2 ない

回答欄：問5

【裏へ】

健康と食生活に関するアンケート（小学生）

調査番号

性別

身長

cm

体重

kg

男子1 女子2

※調査番号は記入しないでください。

このアンケートは、みなさんの健康や食事のようすをおしえてもらって、宮崎県の子どもの健康に関する計画のための資料とするものです。

あなたのありのままのようすをお聞かせください。

以下の問であてはまる番号を□に記入してください。

問1 ふだん朝起きる時間と夜寝る時間は何時頃ですか。

30分単位の4ケタで書いてください。

(例：朝6時→0600 6時30分→0630 7時→0700)

夜20時→2000 20時30分→2030

回答欄：問1

朝

夜

問2 朝食を食べますか。

1 毎日食べる 2 週に()日食べる 3 食べない

※2・3を選んだ方にお聞きします。朝食を食べない時は
どんなときですか。

- | | |
|------------|----------------|
| 1 食べる時間がない | 2 お腹がすいていない |
| 3 習慣的に食べない | 4 食事の準備ができていない |
| 5 ダイエット中 | 6 その他 |

回答欄：問2

→2を選んだ方

週に 日

※2・3を選んだ方

問3 ひとりで食事をすることがありますか。

朝食(1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない)

夕食(1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない)

回答欄：問3

朝食

夕食

問4 排便の回数をお聞きします。

1 毎日 2 2日に1回

3 週に1～2回 4 その他

回答欄：問4

問5 月に1回以上体の調子が悪くなることがありますか？

1 はい

2 いいえ

回答欄：問5

【裏へ】

--

問6 次のようなことがよくありますか。(あてはまるものをすべて選んでください)

- 1 たちくらみや、めまいを起こしやすい
- 2 立っていると気持ちが悪くなる、ひどいときは倒れる
- 3 ふろに入った時や、いやなことを見たり聞いたりすると気分が悪くなる
- 4 朝なかなか起きられない
- 5 午前中調子が悪い
- 6 顔色が青白い
- 7 食欲がない
- 8 おなかが痛い
- 9 からだがだるい、あるいは疲れやすい
- 10 頭がいたい
- 11 その他
- 12 特にない

回答欄：問6

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問7 体育以外で、ふだん運動をしていますか。(習い事含む)

- 1 はい
- 2 いいえ

回答欄：問7

問8 家に帰ってから主にどんなことをしていますか。

- 1 外で遊ぶことが多い
- 2 テレビや動画を見たり、ゲーム(オンラインを含む)をすることが多い
- 3 習い事(運動系)
- 4 習い事(運動以外)
- 5 その他

回答欄：問8

問9 夕食は何時ごろから食べ始めますか。

- 1 7時までに
- 2 7時～8時
- 3 8時～9時
- 4 9時よりおそい
- 5 食べない

回答欄：問9

問10 夜食(夕食後から寝るまでの間)を食べますか。

- 1 毎日食べる
- 2 週()回食べる
- 3 食べない

回答欄：問10

 → 2を選んだ方
週に 日

問11 睡眠はとれていますか。

- 1 十分とれている
- 2 ときどき睡眠不足
- 3 毎日睡眠不足

回答欄：問11

 → 2を選んだ方
週に 日

問12 新型コロナウイルスの影響により、生活習慣(食事や睡眠や運動)に変化はありましたか。

- 1 大きく変化した
- 2 少し変化した
- 3 特に変化はな

回答欄：問12

ありがとうございました。

健康と食生活に関するアンケート（中学生）

調査番号

性別

身長

cm

体重

kg

男子1 女子2

※調査番号は記入しないでください。

このアンケートは、みなさんの健康や食事のようすをおしえてもらって、宮崎県の
子どもの健康に関する計画のための資料とするものです。

あなたのありのままの様子をお聞かせください。

以下の問であてはまる番号を□に記入してください。

問1 ふだん朝起きる時間と夜寝る時間は何時頃ですか。

30分単位の4ケタで書いてください。

例 朝6時→0600 6時30分→0630 7時→0700

夜20時→2000 20時30分→2030

回答欄：問1

朝

夜

問2 朝食を食べますか。

1 毎日食べる 2 週に（ 日）食べる 3 食べない

※2・3を選んだ方にお聞きします。朝食を食べない時は
どんなときですか。

- 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない時
3 習慣的に食べない 4 食事の準備ができていない時
5 ダイエット中 6 その他

回答欄：問2

→2を選んだ方

週に 日

※2・3を選んだ方

問3 ひとりで食事をすることがありますか。

朝食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

夕食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

回答欄：問3

朝食

夕食

問4 排便の回数をお聞きします。

- 1 毎日 2 2日に1回
3 週に1～2回 4 その他

回答欄：問4

問5 月に1回以上体の調子が悪くなることがありますか？

- 1 はい 2 いいえ

回答欄：問5

【裏へ】

--

問6 次のようなことがよくありますか。(あてはまるものをすべて選んでください)

- 1 たちくらみや、めまいを起こしやすい
- 2 立っていると気持ちが悪くなる、ひどいときは倒れる
- 3 ふろに入った時や、いやなことを見たり聞いたりすると気分が悪くなる
- 4 朝なかなか起きられない
- 5 午前中調子が悪い
- 6 顔色が青白い
- 7 食欲がない
- 8 おなかが痛い
- 9 からだがだるい、あるいは疲れやすい
- 10 頭がいたい
- 11 その他
- 12 特にない

回答欄：問6

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問7 体育以外でふだん運動をしていますか。(部活や習い事含む)

- 1 はい
- 2 いいえ

回答欄：問7

<input type="checkbox"/>

問8 夕食は何時ごろから食べ始めますか。

- 1 7時までに
- 2 7時～8時
- 3 8時～9時
- 4 9時よりおそい
- 5 食べない

回答欄：問8

<input type="checkbox"/>

問9 夜食(夕食後から寝るまでの間)を食べますか。

- 1 毎日食べる
- 2 週()回食べる
- 3 食べない

回答欄：問9

<input type="checkbox"/>	→2を選んだ方
週に <input type="checkbox"/>	日

問10 睡眠はとれていますか。

- 1 十分とれている
- 2 ときどき睡眠不足
- 3 毎日睡眠不足

回答欄：問10

<input type="checkbox"/>	→2を選んだ方
週に <input type="checkbox"/>	日

問11 新型コロナウイルスの影響により、生活習慣(食事や睡眠や運動)に変化がありましたか。

- 1 大きく変化した
- 2 少し変化した
- 3 特に変化はない

回答欄：問11

<input type="checkbox"/>

ありがとうございました。

健康と食生活に関するアンケート（高校生）

調査番号

性別

身長

cm

体重

kg

男子1、女子2

※調査番号は記入しないでください。

このアンケートは、みなさんの健康や食事のようすをおしえてもらって、宮崎県の
子どもの健康に関する計画のための資料とするものです。

あなたのありのままの様子をお聞かせください。

以下の問であてはまる番号を□に記入してください。

問1 ふだん朝起きる時間は何時頃ですか。

30分単位の4ケタで書いてください。

例 朝 6時→0600 6時30分→0630 7時→0700

夜 20時→2000 20時30分→2030

回答欄：問1

朝

夜

問2 朝食を食べますか。

1 毎日食べる 2 週に（ 日）食べる 3 食べない

※2・3を選んだ方にお聞きします。朝食を食べない時は
どんなときですか。

- 1 食べる時間がない 2 お腹がすいていない時
3 習慣的に食べない 4 食事の準備ができていない時
5 ダイエット中 6 その他

回答欄：問2

→2を選んだ方

週に 日

※2・3を選んだ方

問3 ひとりで食事をすることがありますか。

朝食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

夕食（1 いつも 2 ときどき 3 ほとんどない）

回答欄：問3

朝食

夕食

問4 排便の回数をお聞きします。

- 1 毎日 2 2日に1回
3 週に1～2回 4 その他

回答欄：問4

問5 月に1回以上体の調子が悪くなることがありますか？

- 1 はい 2 いいえ

回答欄：問5

【裏へ】

問6 次のようなことがよくありますか。(あてはまるものをすべて選んでください)

- 1 たちくらみや、めまいを起こしやすい
- 2 立っていると気持ちが悪くなる、ひどいときは倒れる
- 3 ふろに入った時や、いやなことを見たり聞いたりすると気分が悪くなる
- 4 朝なかなか起きられない
- 5 午前中調子が悪い
- 6 顔色が青白い
- 7 食欲がない
- 8 おなかが痛い
- 9 からだがだるい、あるいは疲れやすい
- 10 頭がいたい
- 11 その他
- 12 特にない

回答欄：問6

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

問7 体育以外でふだん運動をしていますか。(部活や習い事含む)

- 1 はい
- 2 いいえ

回答欄：問7

<input type="checkbox"/>

問8 夕食は何時ごろから食べ始めますか。

- 1 7時までに
- 2 7時～8時
- 3 8時～9時
- 4 9時よりおそい
- 5 食べない

回答欄：問8

<input type="checkbox"/>

問9 夜食(夕食後から寝るまでの間)を食べますか。

- 1 毎日食べる
- 2 週()回食べる
- 3 食べない

回答欄：問9

<input type="checkbox"/>	→2を選んだ方	
週	<input type="checkbox"/>	日

問10 睡眠はとれていますか。

- 1 十分とれている
- 2 ときどき睡眠不足
- 3 毎日睡眠不足

回答欄：問10

<input type="checkbox"/>	→2を選んだ方	
週	<input type="checkbox"/>	日

問11 新型コロナウイルスの影響により、生活習慣(食事や睡眠や運動)、生活習慣に変化がありましたか。

- 1 大きく変化した
- 2 少し変化した
- 3 特に変化はない

回答欄：問11

<input type="checkbox"/>

ありがとうございました。

ID1 [] ID3 []
ID2 []

幼児のための食事質問票 (3歳から6歳程度用)

お子様の食事をおしえてください
最近1か月間の食べ方をふりかえって考えてください。

お答えいただくに必要な時間は15分程度です。

【保護者のかたへ】お答えいただいた内容は、食べ物と健康との関連を明らかにし、こどもたちが健康な生活を送れるようにするための貴重な資料として活用させていただきます。その場合、結果はたくさんの方の平均値などの数値として公表されます。お子様個人がわかるような形で公表されること絶対にありません。

【書き方】太い黒のえんぴつを使ってください。まちがえた時は消しゴムで消して書きなおしてください。

選ぶ質問 性別 [] 男の子 [] 女の子 []

年齢 数字を大きく質問 右詰めで、下の記入例のように数字を記入してください。

性別 [] 男の子 [] 女の子 []

年齢 [] 歳 [] 月 [] 日

現在の身長 [] cm 現在の体重 [] kg

このアンケートにおもに答えるひとを教えてください。
「お子様の食事・栄養的特徴」を計算するために必要です。
ご協力をお願いします。

では、スタート!

性別は [] 男の子 [] 女の子

この質問票に答える日は 20 [] 年 [] 月 [] 日

生年月日は 20 [] 年 [] 月 [] 日

現在の身長 [] cm 現在の体重 [] kg

あまり考えこまずに、だいたい答えてください。 [最近、1か月間について考えてください]

アイスクリーム	ヨーグルト・ヨーグルトドリンク	チーズ	とり肉 (20g肉をふんぐ)	ぶた肉・牛肉 (10g肉をふんぐ)	ハム・ソーセージ・ペパーコン	レバー
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

食べなかった、数回なかった場合は、ここに V を記入してください

© Sakai Seiki 2011 無断転載・複製禁止—ご遠慮ください。 21 BQHQ2y 2008.02.18/2014.06.10版OCR_New2018.2022M

あまり考えこまずに、だいたい答えてください。 [最近、1か月間について考えてください]

いかた・えび	魚と食べる魚	ツナ魚	魚の干物・塩漬魚 (塩おび・塩漬・おしの干物など)	魚が骨ついた魚 (さき・ます・おひらき・おちろ・おちろ・おちろなど)	魚が少なめの魚 (さき・ます・おひらき・おちろ・おちろなど)	魚の練り製品 (ちりめん・おちろ・おちろなど)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

たまご (鶏の新鮮程度)	とうもろこし・豆乳など	納豆	フライドポテト・ポテトチップス	その他のじゃがいも・きつねいも・菓子・その他のいも	緑の濃い野菜	その他の野菜	漬物類 (梅干は除く)
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

22

あまり考えこまずに、どんだん答えていってください。 [最近、1か月間について考えてください]

豆類	その他すべての果物 (ジュース・ジャムは除く)	そば	うどん・ひやむぎ・そうめん	らーめん・やきそば・うどん・うどん類	スパゲッティ・マカロニなど
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

パン (食パン・バター・菓子パンを含む)	パワ	マーガリン	ジャム	マヨネーズをかける	ケチャップをかける	ソース・しょうゆをかける
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

23

もう少しです。あまり考えこまずに、最後までお答えください。 [最近、1か月間について考えてください]

お子様は、この1か月のあいだ、以下の料理をどのくらいの頻度で食べていましたか?

肉を使った料理 (ハンバーグ・ソーセージなどの肉加工品を含む)

焼肉・ステーキ・グリル	ハンバーグ・カレー・ステーキなど肉の料理	揚げ物・てんぷら	炒め物	和食の煮物・揚げ物・お好み焼きなど
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

魚を使った料理 (いかた・えびも含む)

さしみ・すし	焼き魚	煮魚・揚げ物・汁物	てんぷら・揚げ魚
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

野菜は [] お腹がすいたときに食べていますか [] と書いてください

お肉 (牛肉や豚肉) の身は	鶏肉の皮は	鶏肉のスープ・汁を飲む量は	家庭での味付けは外食に比べて	野菜は	かき(類)	いちご
毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上	毎日2回以上
毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回	毎日1回
週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回	週4~6回
週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回	週2~3回
週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回	週1回
週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満	週1回未満
食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった	食べなかった

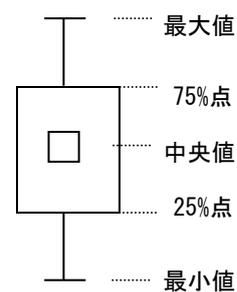
24

第2章

結果の概要

※箱ひげ図について

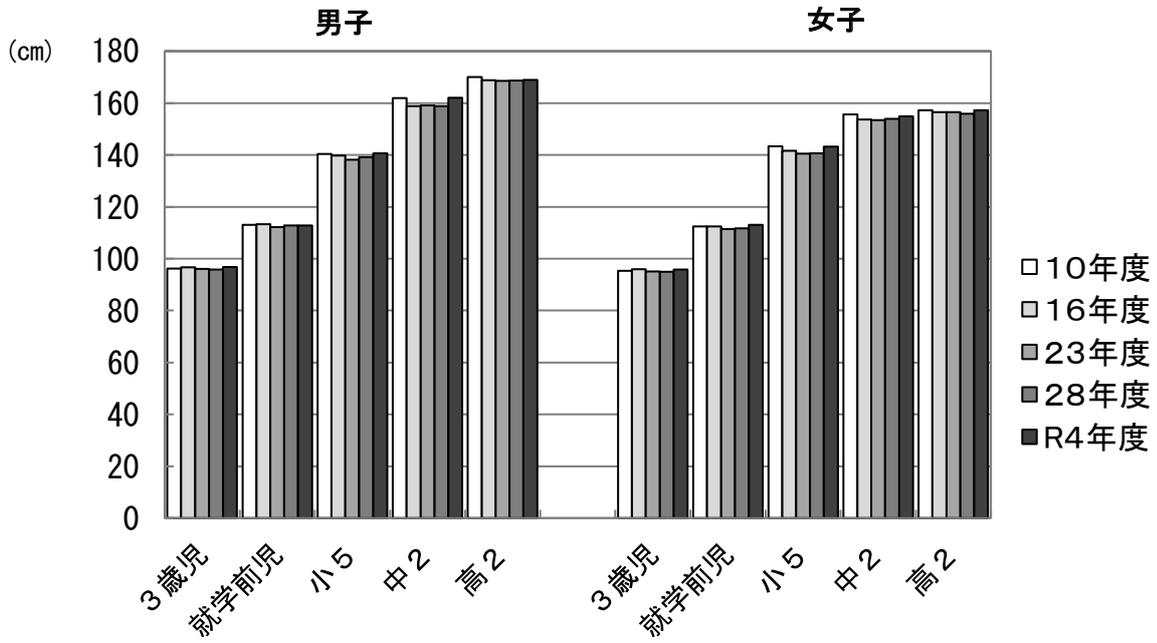
本章のエネルギー及び各栄養素においてグラフとして使用している箱ひげ図は、データのばらつきを示すグラフで、最小値、25%点、中央値、75%点、及び最大値を表しています。各頁の冒頭説明文に記載している値は、このグラフの数値ではなく平均値を記載しており、その値は70頁以降の統計表に記載しています。



第1部 身体状況

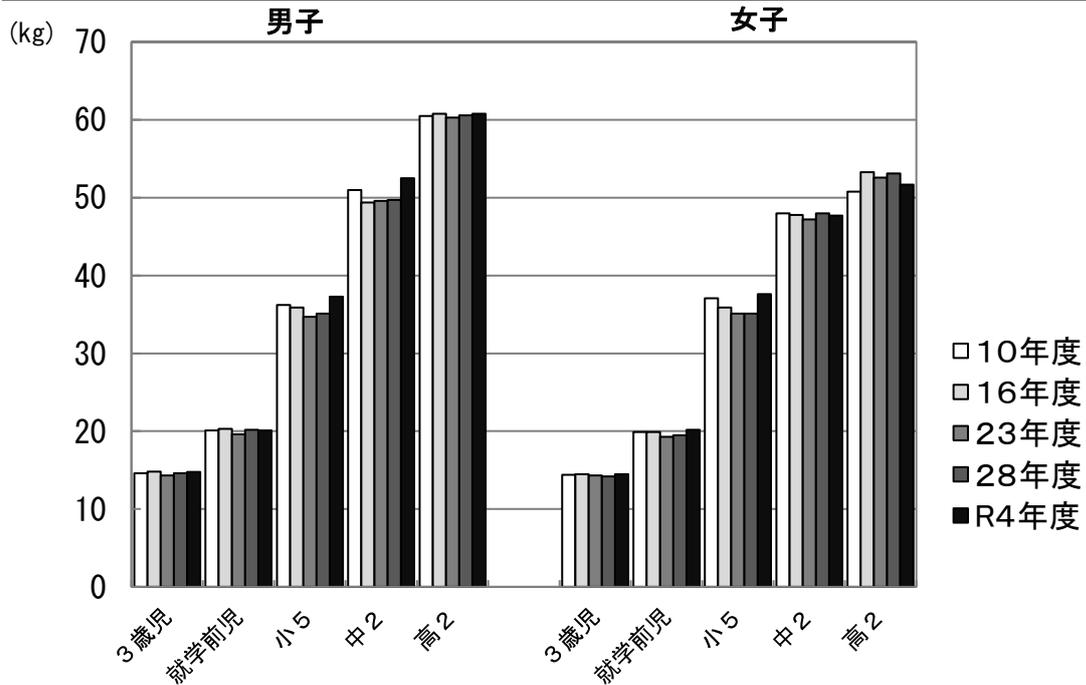
1 身長状況

身長は、男女とも経年変化はみられない。



2 体重状況

体重は、小5の男女、中2男子で平均体重が増加している。



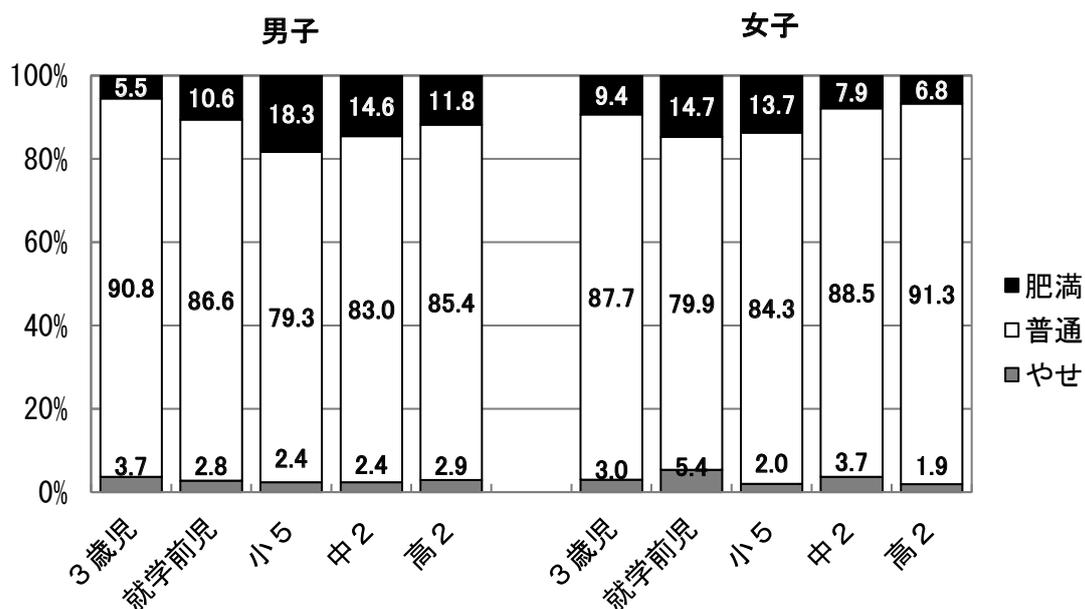
3 肥満度

(1) 肥満度の状況

※3歳児及び就学前児は幼児身長体重曲線による判定

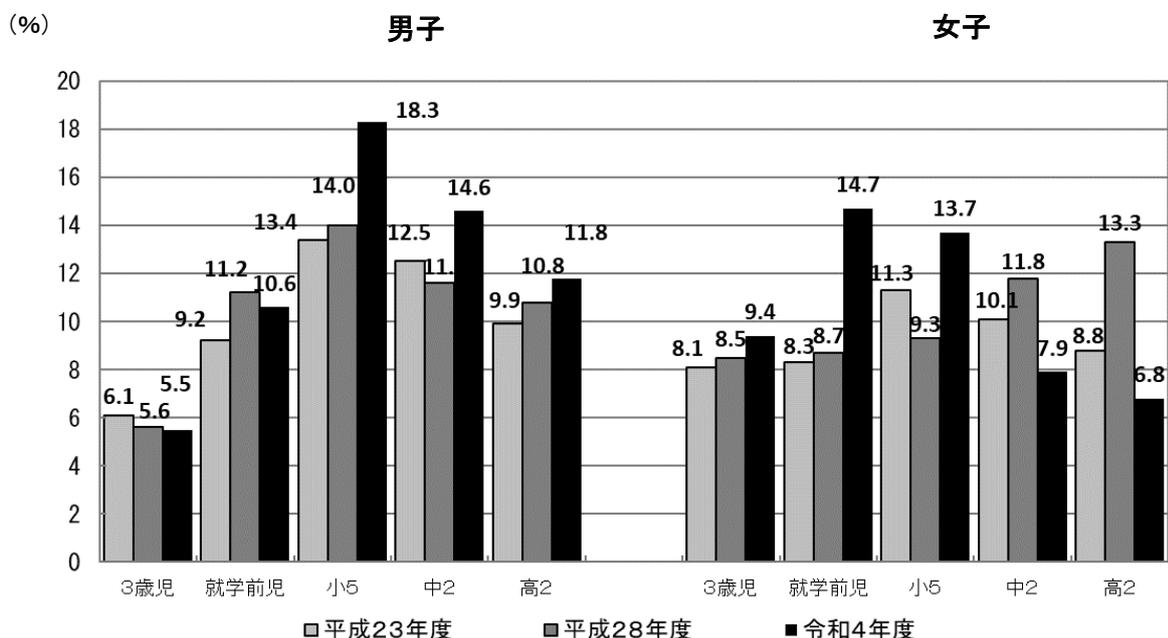
※小5、中2、高2は学校保健統計調査方式による判定

肥満の割合は、男子で小5、女子は就学前児で最も高い。また、やせの割合は、男子は3歳児、女子は就学前児が最も高い。



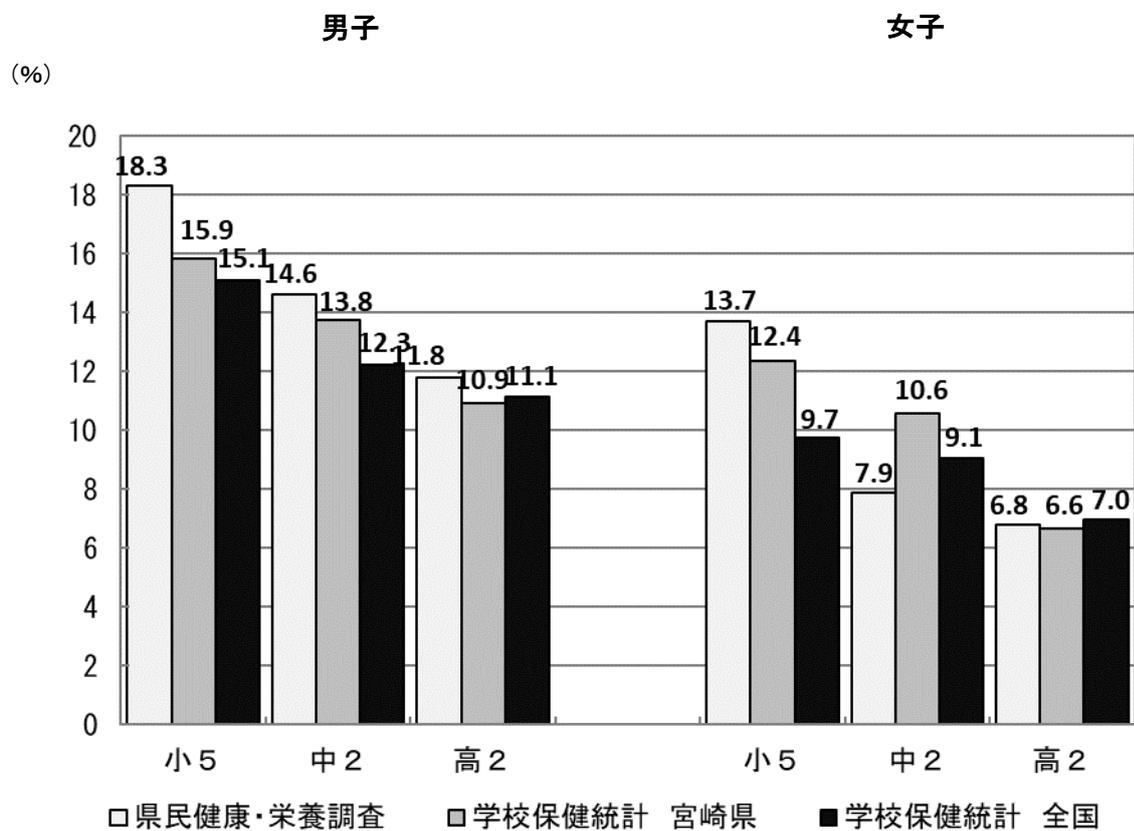
(2) 肥満度の経年比較

男子は小5、中2、高2で増加している。女子は3歳児、就学前児、小5で増加しているものの、中2、高2で減少している。



(3) 令和4年度学校保健統計調査との肥満度比較（小5～高2）

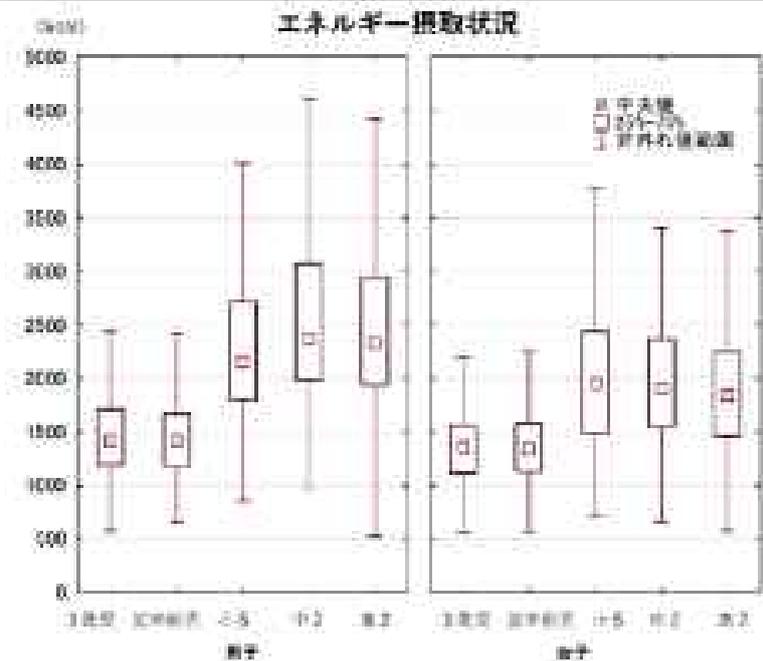
小5は男女ともに全国平均より高い。



第2部 食事の状況

1 エネルギー

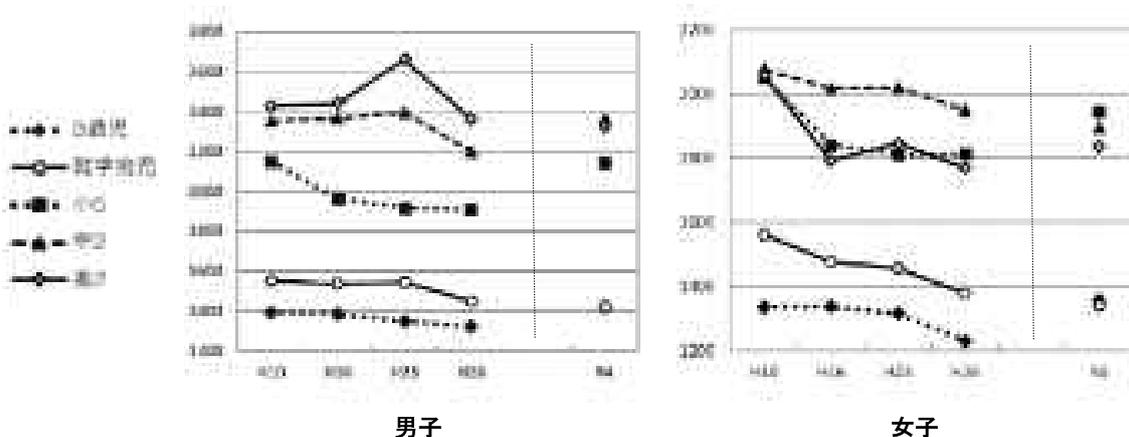
エネルギー摂取量の平均値は、男子は中2、女子は小5がピークとなる（70頁参照）。平均値が、身体活動レベルⅡに相当する推定エネルギー必要量（6頁参照）を満たしているのは、男子の3歳児から小5と、女子の3歳児と就学前児であり、それ以外は身体活動レベルⅠ以下に相当するエネルギー量だった。



エネルギー摂取量の中央値は、平成10年から平成28年にかけて、男女とも減少傾向が見られた。令和4年との比較はできない。

エネルギー摂取量の中央値の年次推移

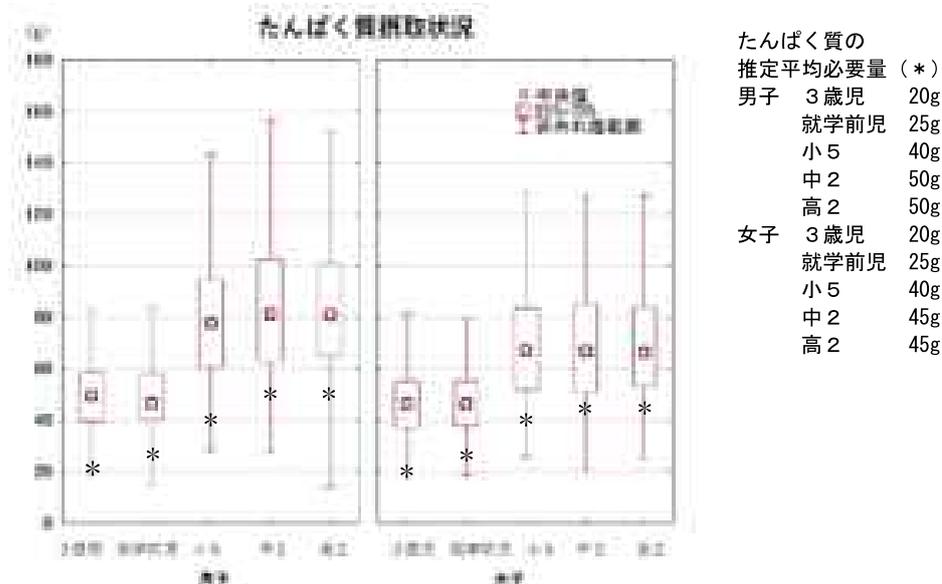
(kcal)



※年次推移については調査方法が異なるため、今回調査は単純に比較できない。

2 たんぱく質

たんぱく質摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（70頁参照）。



たんぱく質の摂取源は、穀類、肉類が主である。高2では、男女とも乳類が低くなっている。

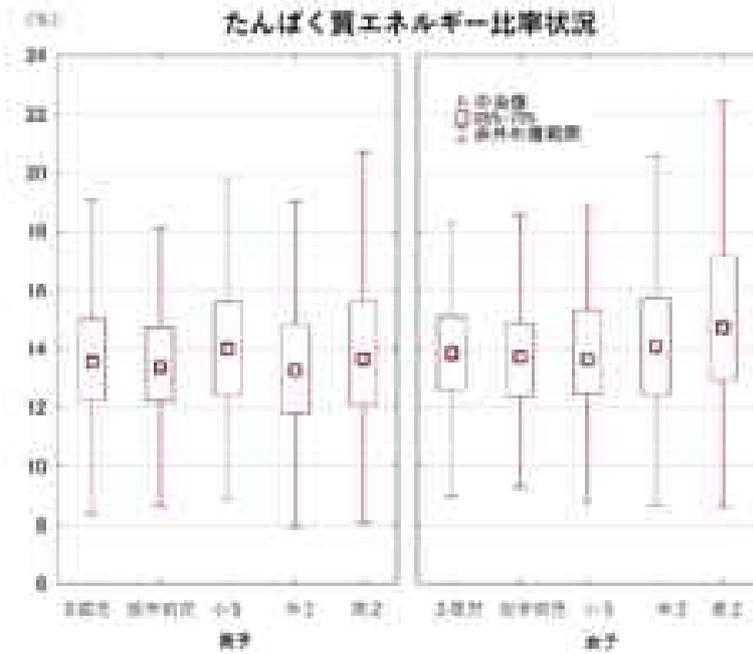
たんぱく質の食品群別寄与率(男子)



たんぱく質の食品群別寄与率(女子)

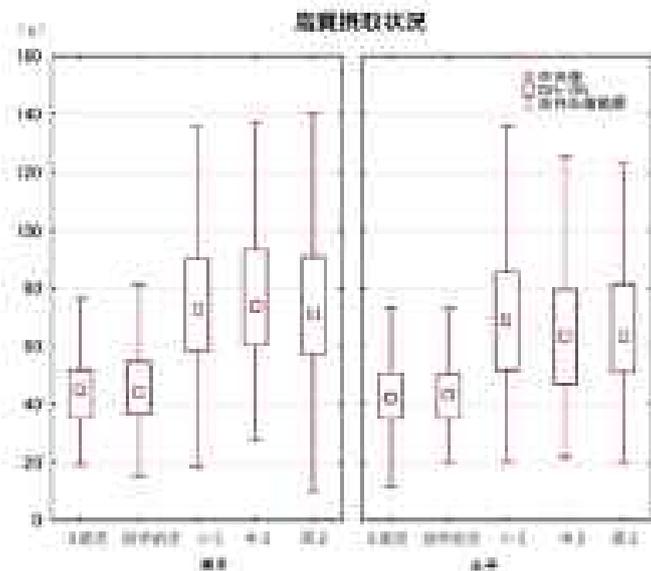


たんぱく質エネルギー比率の平均値は、目標量 13~20%の範囲内である。ただし、25%点の者は、どの年齢においても、男女とも目標量の下限値である 13%以下である（71 頁参照）。



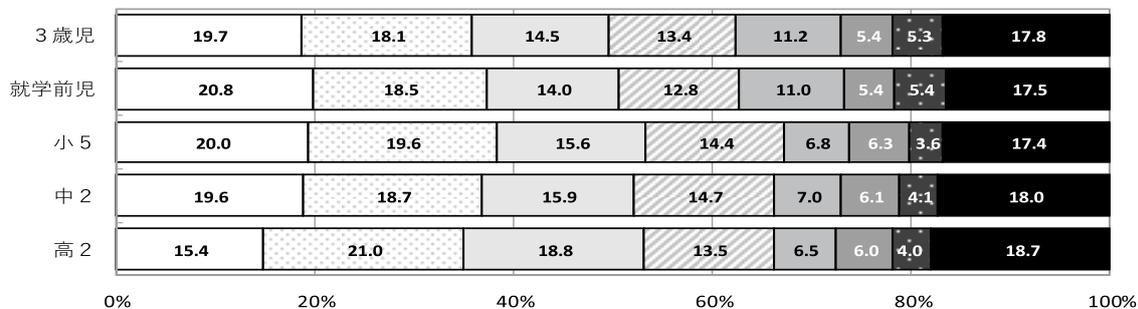
3 脂質

脂質摂取量の平均値は、男子は中2、女子は小5がピークとなる（71 頁参照）。

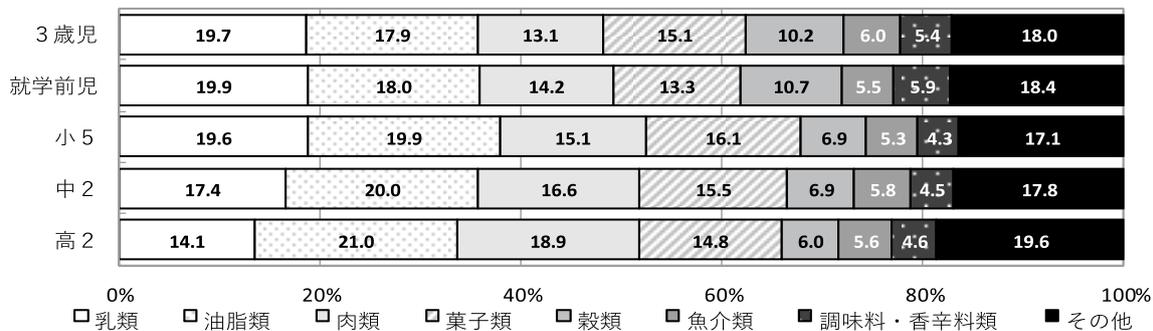


脂質の摂取源は、主に油脂類、乳類、肉類であり、次に菓子類の寄与率が高い。高2では、男女ともに乳類が低くなる。

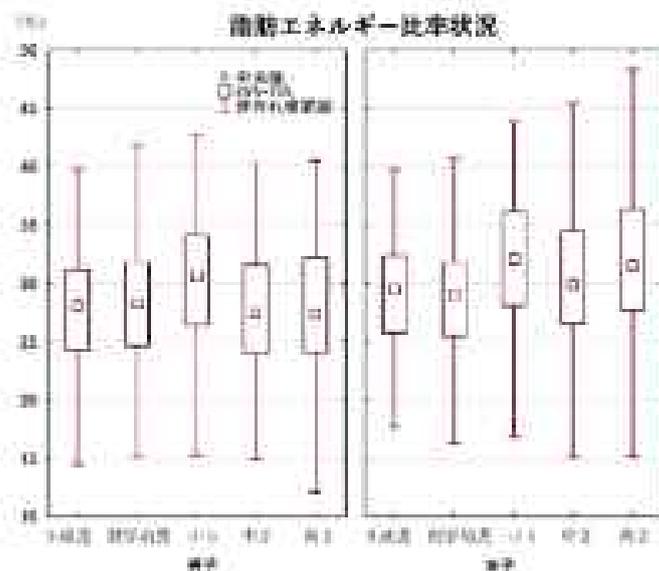
脂質の食品群別寄与率（男子）



脂質の食品群別寄与率（女子）

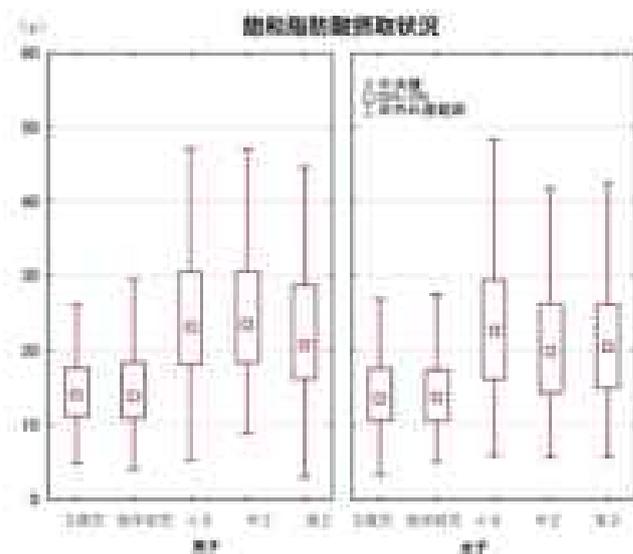


脂肪エネルギー比率の平均値は、男子は小5、女子は小5と高2が目標量
の上限値30%を上回っている（72頁参照）。



4 飽和脂肪酸

飽和脂肪酸摂取量の平均値は、男子は中2、女子は小5がピークとなる(73頁参照)。



飽和脂肪酸の摂取源は、主に乳類、菓子類、肉類であるが、高2では、男女ともに乳類が低く、肉類、油脂類の寄与率が高くなる。

飽和脂肪酸の食品群別寄与率 (男子)

3歳児	37.3	18.4	15.6	7.9	7.7	3.9	9.2
就学前児	39.2	17.5	14.9	8.1	7.5	3.9	8.9
小5	37.9	18.2	16.8	8.4	5.5	4.3	9.0
中2	37.7	17.0	17.2	8.5	5.9	4.6	9.1
高2	30.8	17.5	21.3	9.2	5.6	6.5	9.1

0% 20% 40% 60% 80% 100%

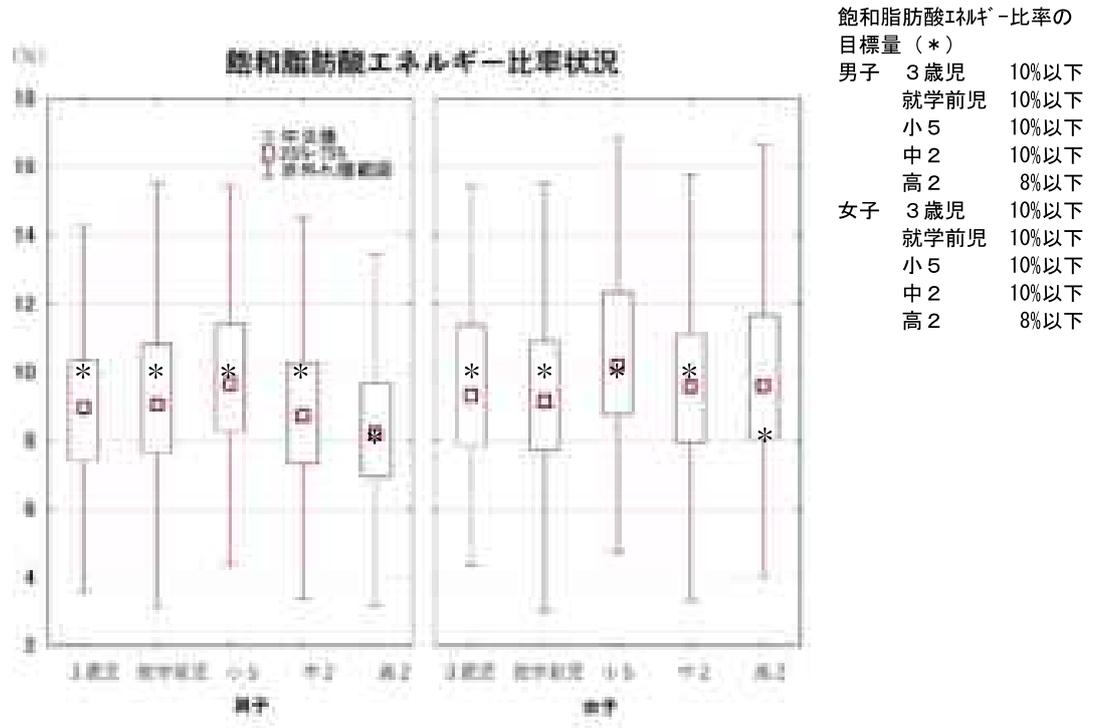
飽和脂肪酸の食品群別寄与率 (女子)

3歳児	37.0	20.8	13.9	8.0	7.0	3.8	9.6
就学前児	37.7	18.4	15.2	7.8	7.4	4.1	9.4
小5	36.6	20.6	16.0	9.1	5.4	4.3	8.0
中2	33.4	20.2	18.1	9.0	5.7	5.0	8.7
高2	28.3	19.7	21.4	9.6	5.2	7.1	8.8

0% 20% 40% 60% 80% 100%

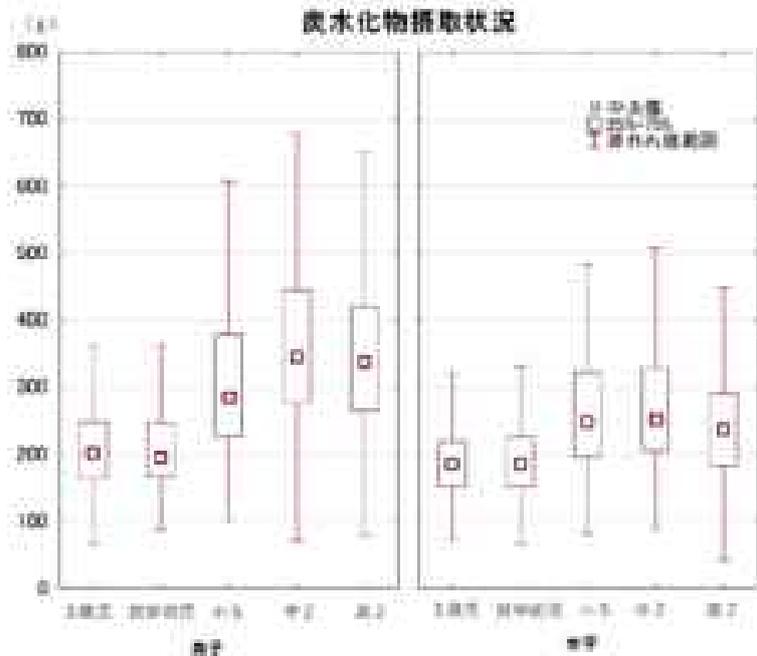
□ 乳類 □ 菓子類 □ 肉類 □ 油脂類 □ 穀類 □ 卵類 ■ その他

飽和脂肪酸エネルギー比率の平均値は、男子は高2で、女子は小5と高2で目標量を上回っている（73頁参照）。



5 炭水化物

炭水化物摂取量の平均値は、男女とも中2がピークとなる（75頁参照）。

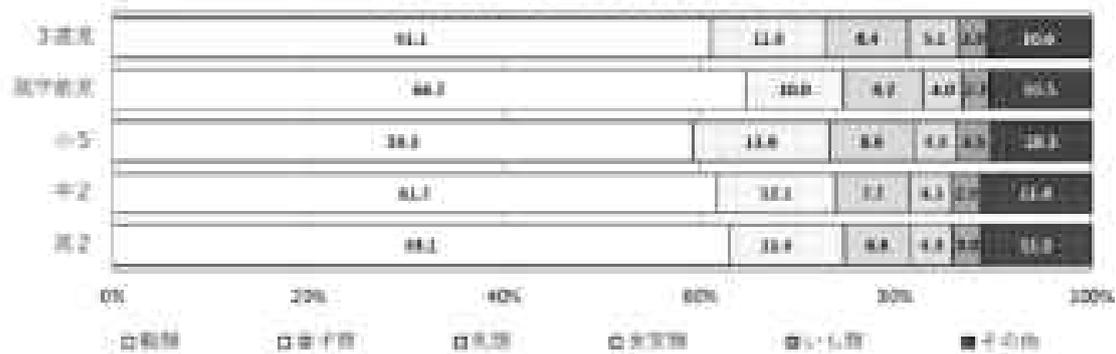


炭水化物の摂取源は、どの年齢においても穀類が主である。次いで菓子類、乳類の順に高い。

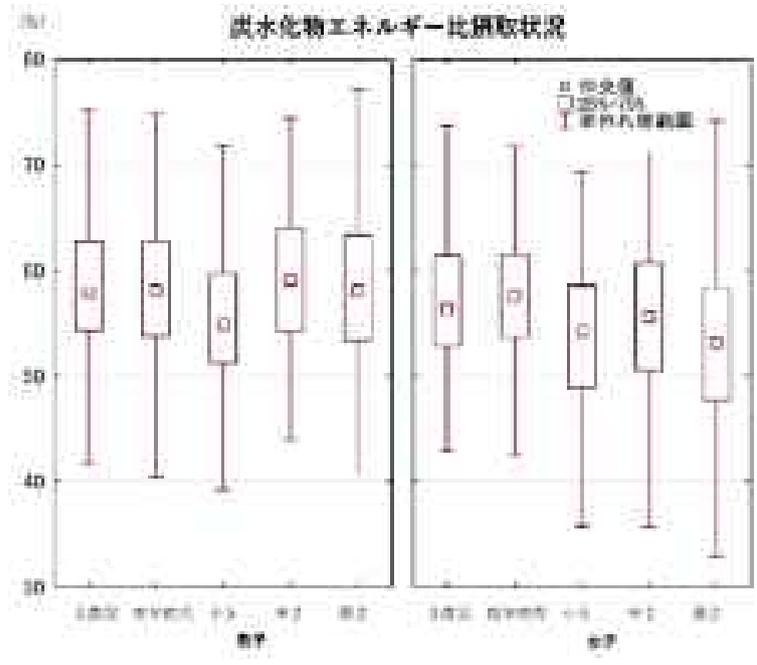
炭水化物の食品群別寄与率（男子）



炭水化物の食品群別寄与率（女子）

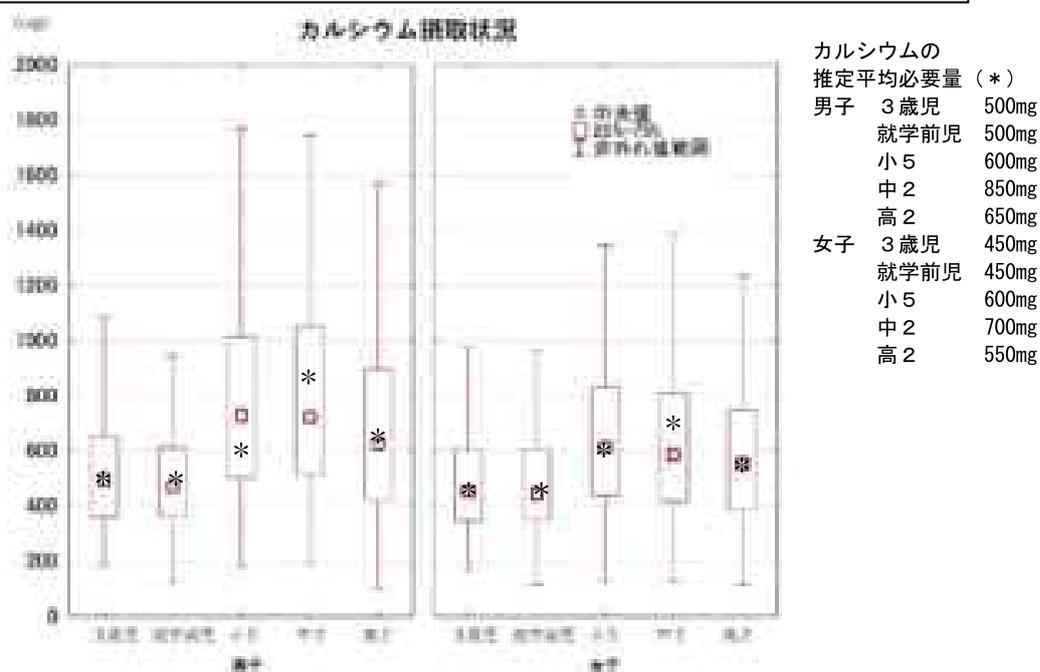


炭水化物エネルギー比率の平均値は、どの年齢においても、男女とも目標量である 50~65%の範囲内である（75 頁参照）。



6 カルシウム

カルシウム摂取量の平均値は、男子は中2、女子は小5がピークとなる。男女とも、中2以外は推定平均必要量を満たしている（78頁参照）。



カルシウムの摂取源は、どの年齢においても乳類が主である。3歳児と就学前児では、乳類の次に穀類が高い。

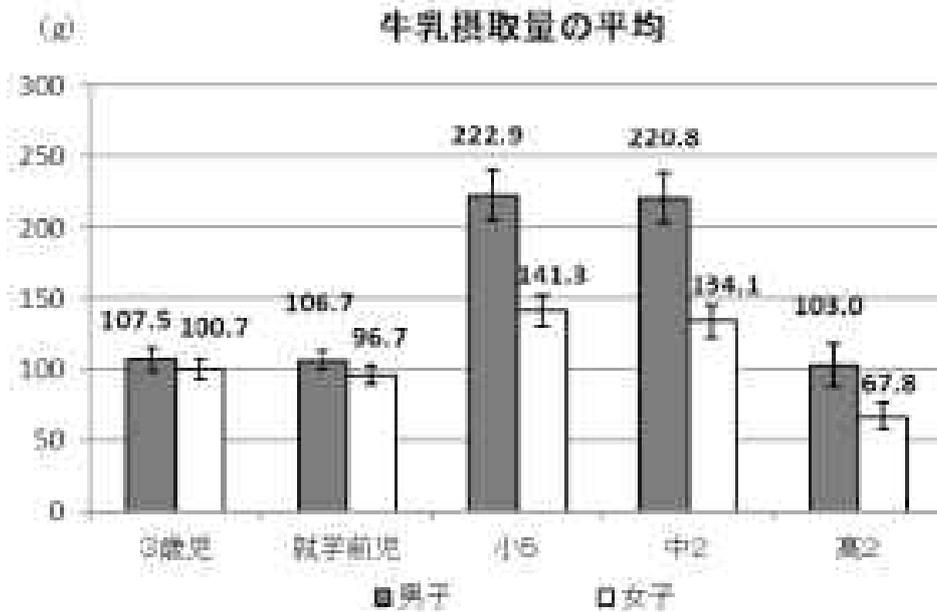
カルシウムの食品群別寄与率（男子）



カルシウムの食品群別寄与率（女子）

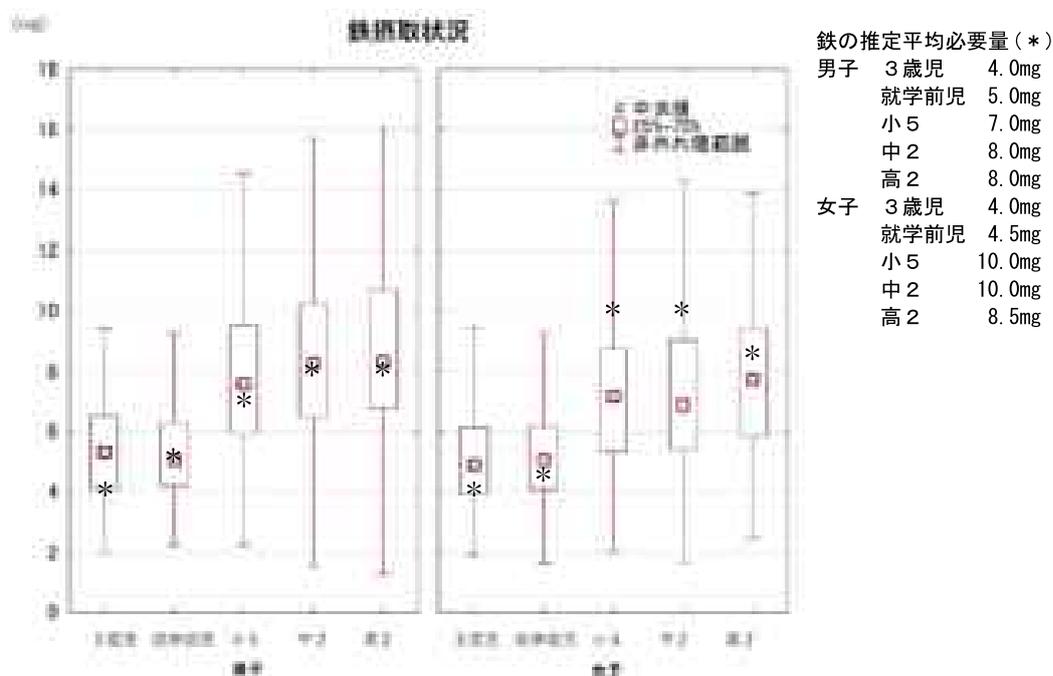


カルシウム寄与率の高い乳類のうち、牛乳摂取量の平均値は男女とも小5がピークである。摂取量が最も低い年代は男女とも高2であり、高2の摂取量は中2の約1/2である。



7 鉄

鉄摂取量の平均値は、女子の小5から高2が推定平均必要量を下回っている（79頁参照）。



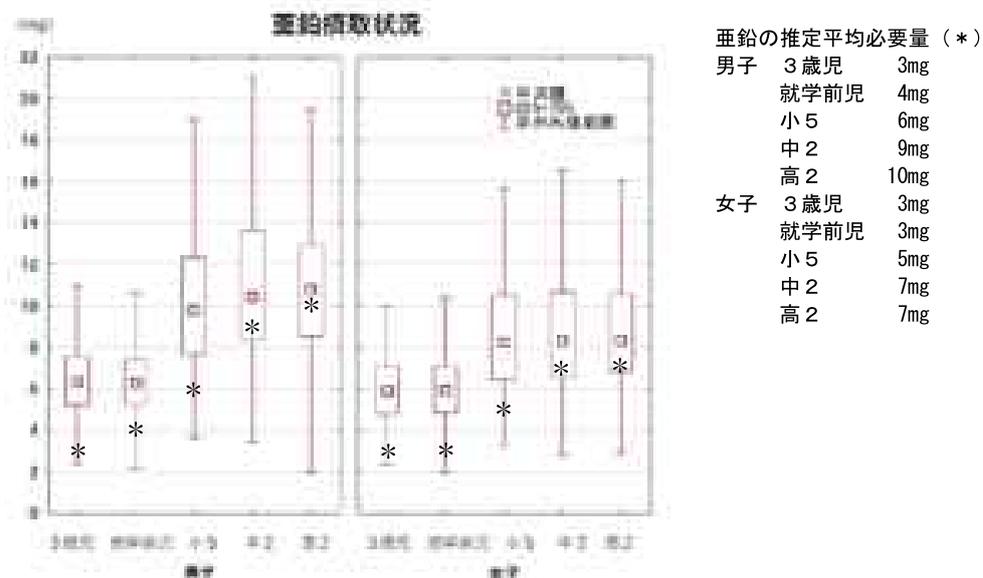
※小5以上の女子は、「月経あり」の推定平均必要量で比較する。

鉄の摂取源は、主に穀類、肉類、豆類、緑黄色野菜である。3歳児と就学前児では穀類が特に高い。



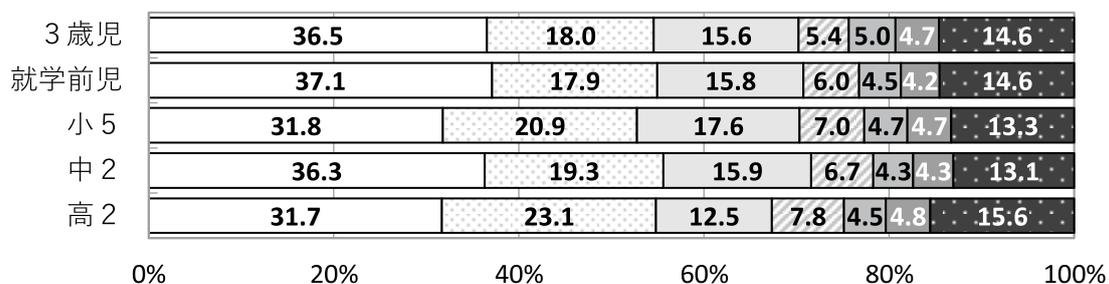
8 亜鉛

亜鉛摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女ともに推定平均必要量を上回っている（79 頁参照）。

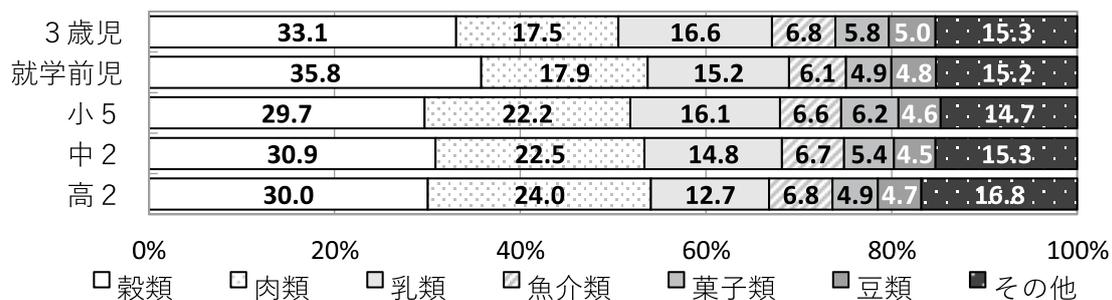


亜鉛の摂取源は、主に、穀類、肉類、乳類である。高2では男女ともに乳類が低い。

亜鉛の食品群別寄与率（男子）

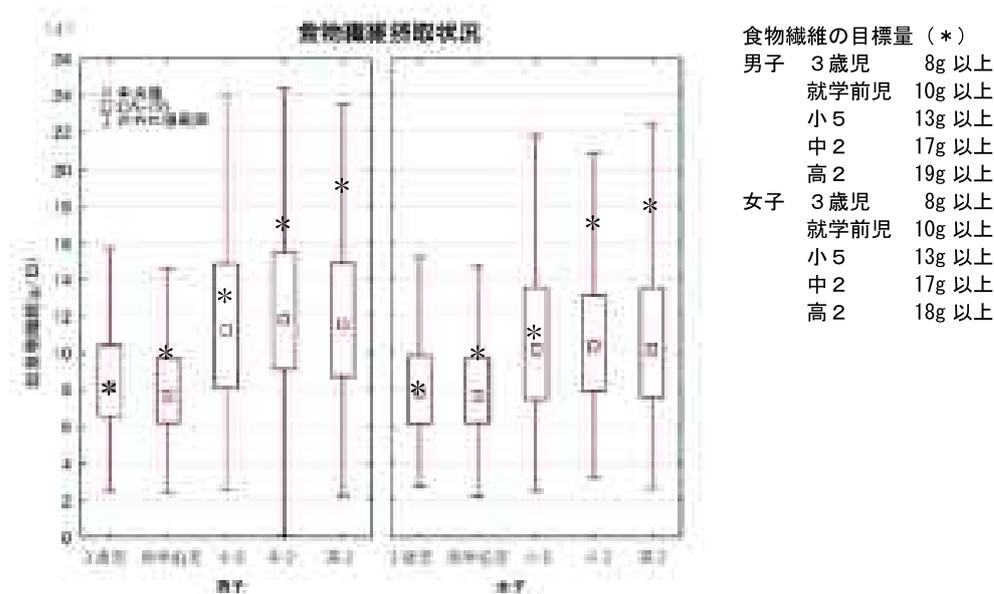


亜鉛の食品群別寄与率（女子）



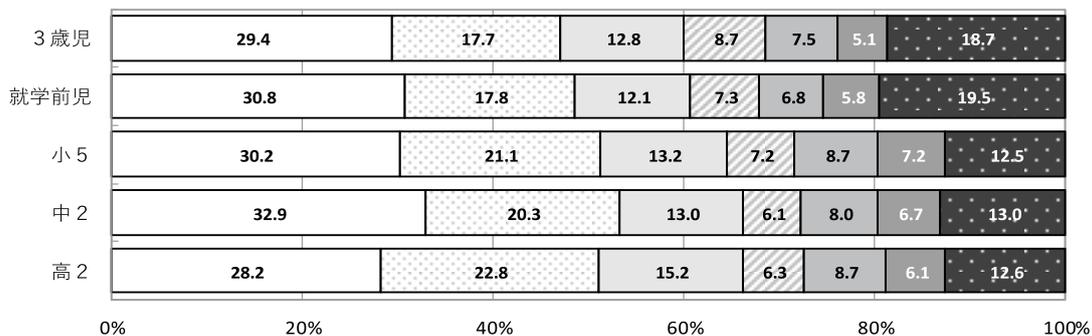
9 食物繊維

食物繊維摂取量の平均値は、就学前児、小5、中2、高2の男女で目標量に満たない。また、小5以上の平均値は差が無い（76頁参照）。

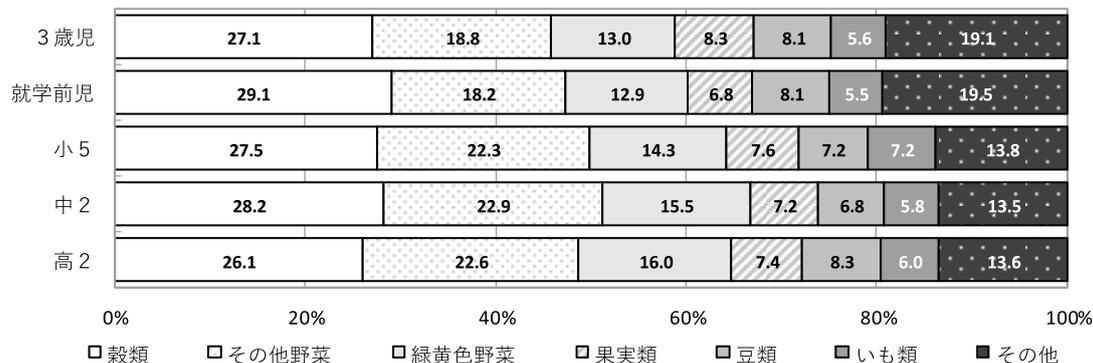


食物繊維の摂取源は野菜類、穀類が主である。

食物繊維の食品群別寄与率（男子）

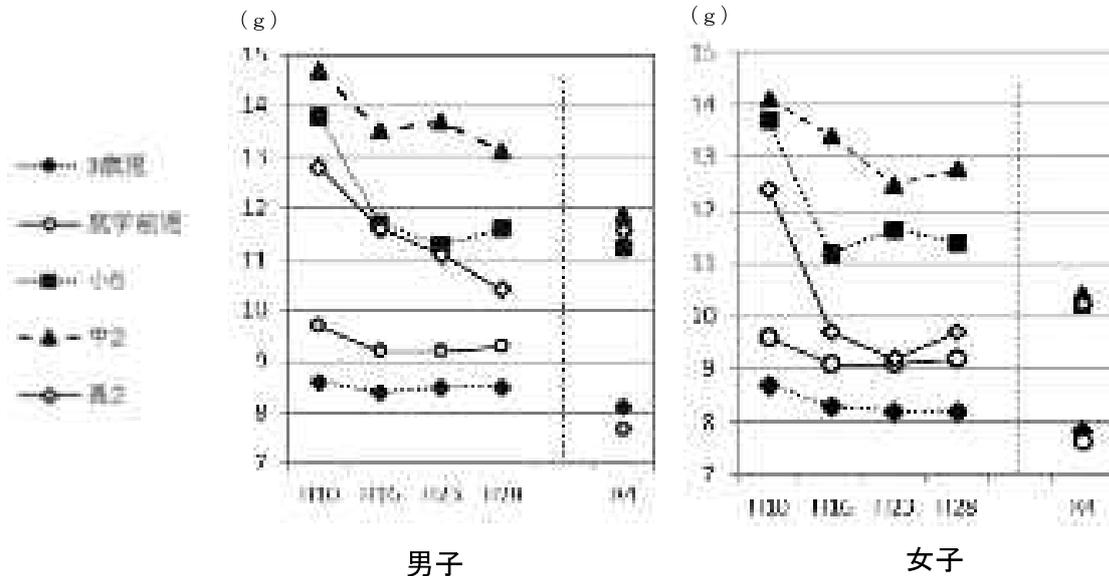


食物繊維の食品群別寄与率（女子）



食物繊維摂取量の中央値は、小5以上は平成10年から平成28年にかけて減少傾向が見られた。令和4年との比較はできない。

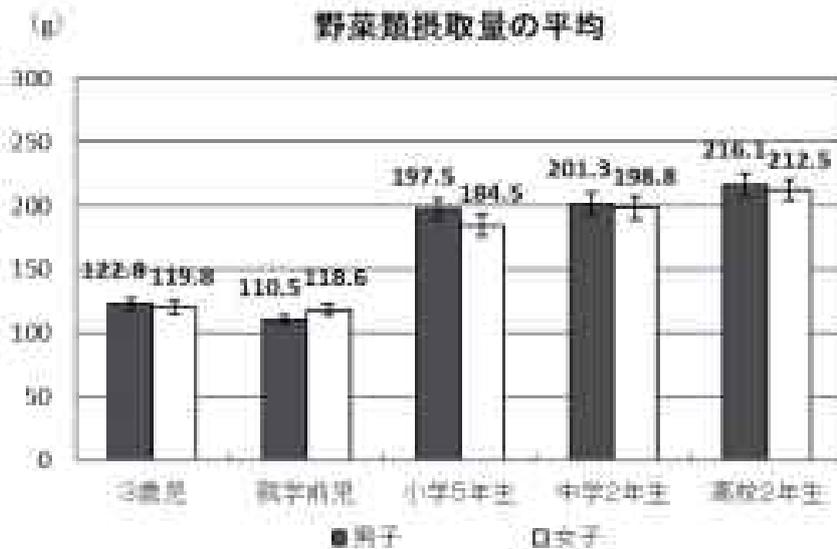
食物繊維摂取量の中央値の年次推移



※年次推移については調査方法が異なるため、今回調査は単純に比較できない。

野菜類摂取量の平均値は、男女差は無い。

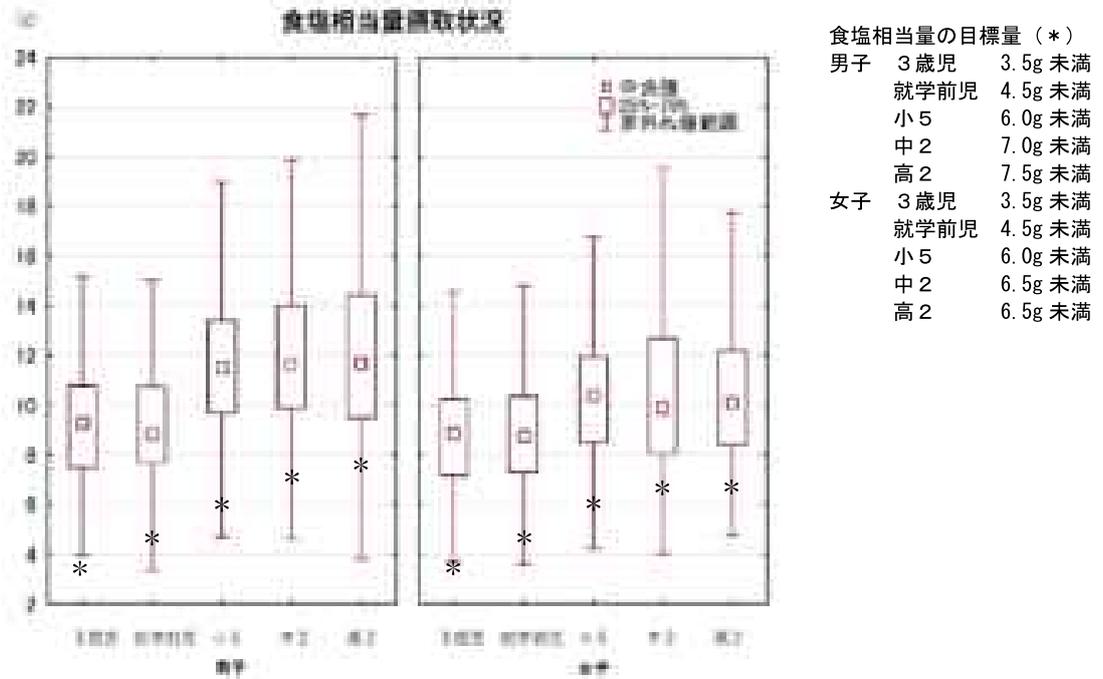
平均摂取量：3歳児 121g 就学前児 114g 小5 191g 中2 200g 高2 214g



※野菜類には、漬け物、100%ジュースが含まれる。

10 食塩相当量

食塩相当量の平均値は、どの年齢においても、男女とも目標量を上回っている（77頁参照）。

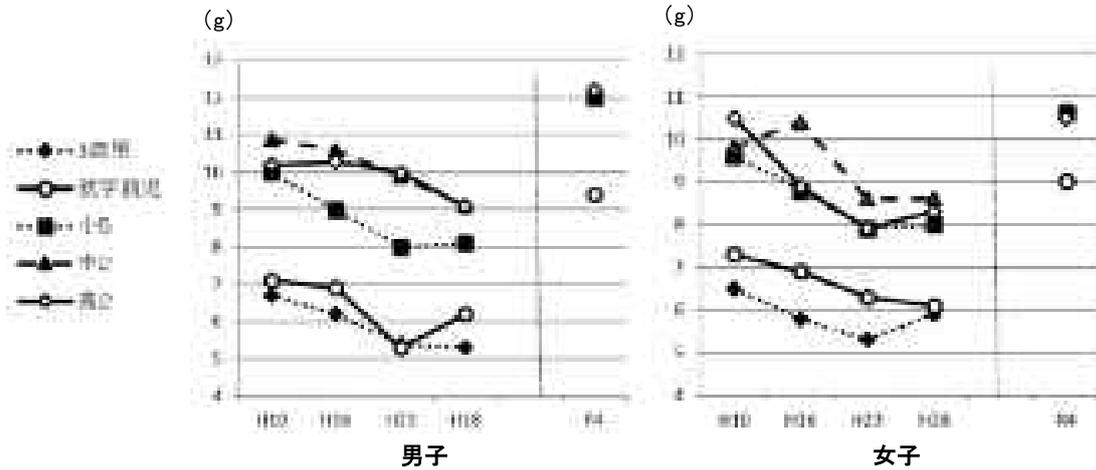


食塩相当量の摂取源は、調味料・香辛料類で約7割を占める。



食塩相当量の平均値は、平成10年から平成23年にかけて減少傾向が見られた。令和4年との比較はできない。

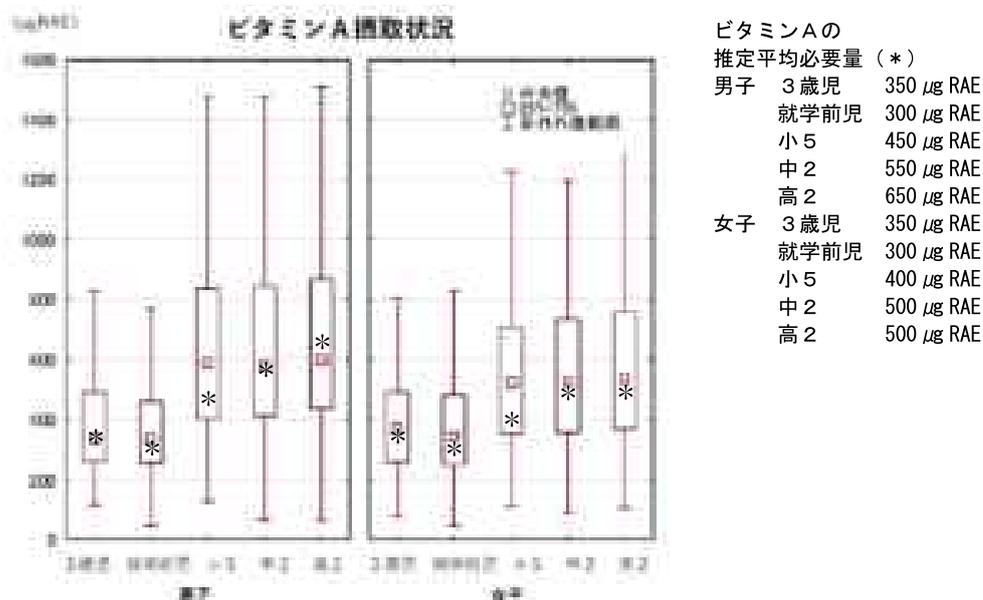
食塩相当量摂取量の平均値の年次推移



※年次推移については調査方法が異なるため、今回調査は単純に比較できない。

1.1 ビタミンA

ビタミンA摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（80頁参照）。



ビタミンAの摂取源は、主に緑黄色野菜、乳類、肉類である。高2では男女とも乳類の寄与率が低い。

ビタミンAの食品群別寄与率（男子）

年齢	緑黄色野菜	乳類	肉類	卵類	魚介類	その他
3歳児	37.3	18.2	14.9	7.4	6.6	15.5
就学前児	35.3	20.5	12.8	8.3	7.6	15.5
小5	29.8	19.0	18.8	8.2	8.8	15.4
中2	28.8	16.9	22.7	8.0	8.1	15.4
高2	32.0	13.0	20.6	11.0	8.1	15.3

0% 20% 40% 60% 80% 100%

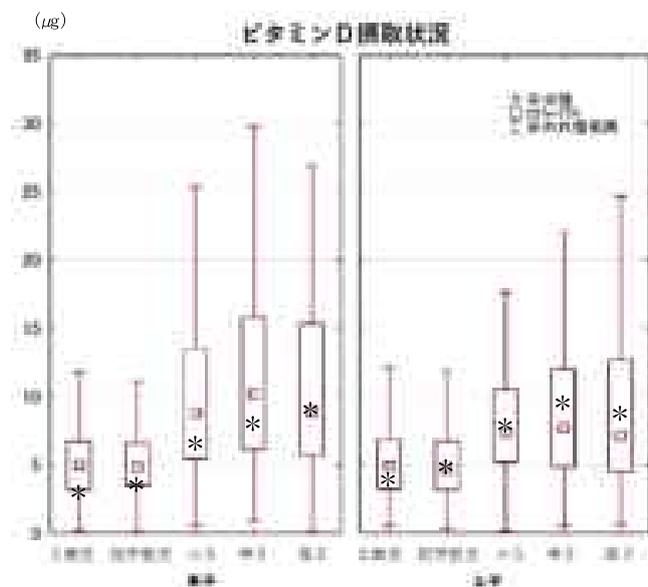
ビタミンAの食品群別寄与率（女子）

年齢	緑黄色野菜	乳類	肉類	卵類	魚介類	その他
3歳児	36.9	18.5	13.8	7.3	7.3	16.0
就学前児	36.5	18.2	15.3	8.0	7.3	14.7
小5	34.4	18.3	12.8	8.9	7.4	18.2
中2	39.2	16.4	9.7	9.6	7.5	17.5
高2	35.1	12.7	16.1	12.4	7.4	16.3

0% 20% 40% 60% 80% 100%
 □ 緑黄色野菜 □ 乳類 □ 肉類 □ 卵類 □ 魚介類 ■ その他

12 ビタミンD

ビタミンD摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも目安量を上回っている（80頁参照）。



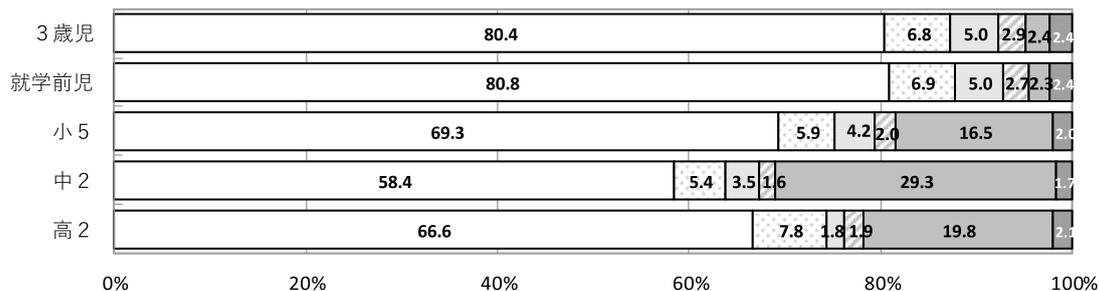
ビタミンDの目安量（*）

男子	3歳児	3.0μg
	就学前児	3.5μg
	小5	6.5μg
	中2	8.0μg
	高2	9.0μg
女子	3歳児	4.0μg
	就学前児	5.0μg
	小5	8.0μg
	中2	9.5μg
	高2	8.5μg

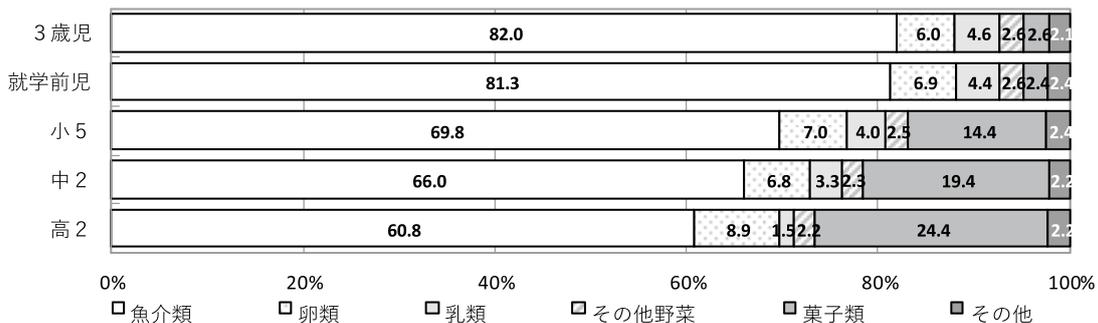
※ビタミンDについて多くの日本人で欠乏又は不足している可能性があるが、摂取量の日間変動が非常に大きく、摂取量の約8割が魚介類に由来し、日照でも産生されるという点で、必要量が示されていない。

ビタミンDの摂取源は、魚介類が主であり、小5以上では菓子類の割合が高くなる。

ビタミンDの食品群別寄与率（男子）

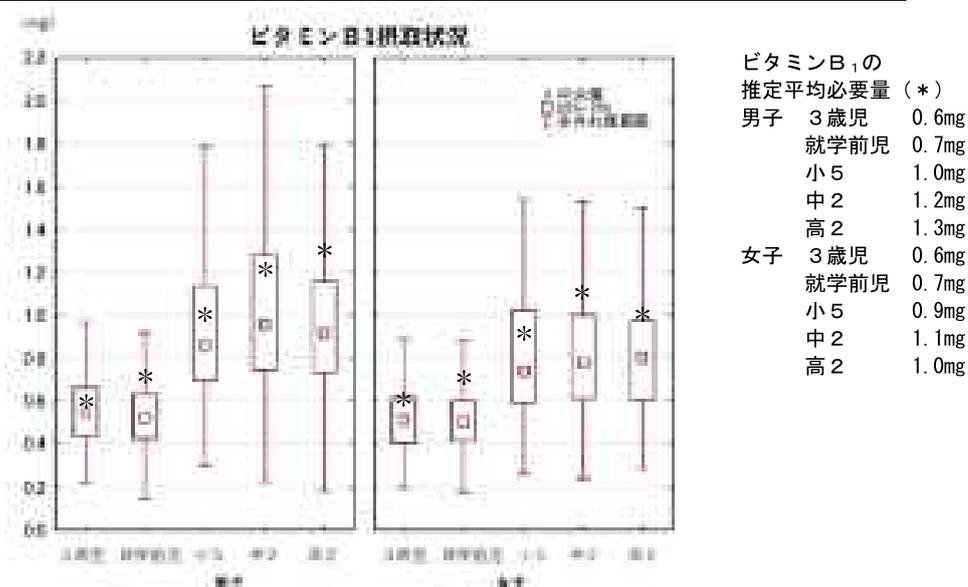


ビタミンDの食品群別寄与率（女子）



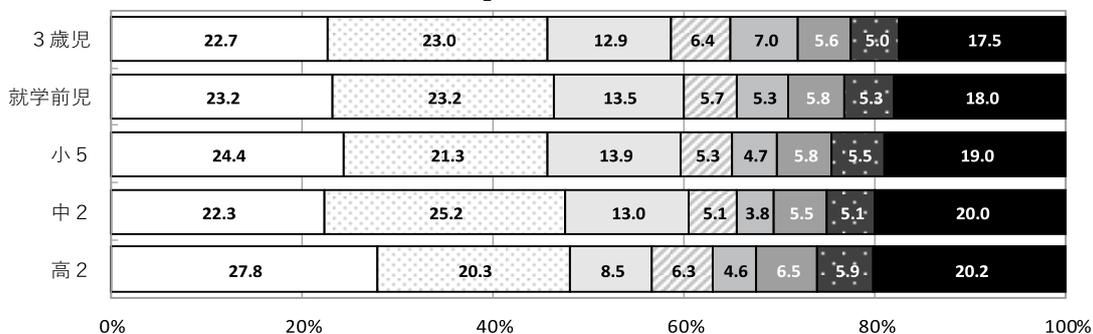
1.3 ビタミンB₁

ビタミンB₁摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を下回っている（81頁参照）。

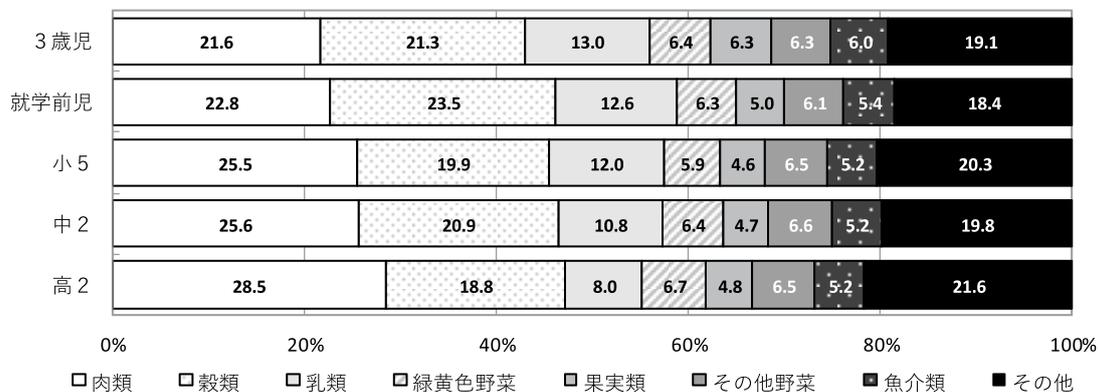


ビタミンB₁の摂取源は、肉類、穀類が主である。

ビタミンB₁の食品群別寄与率（男子）

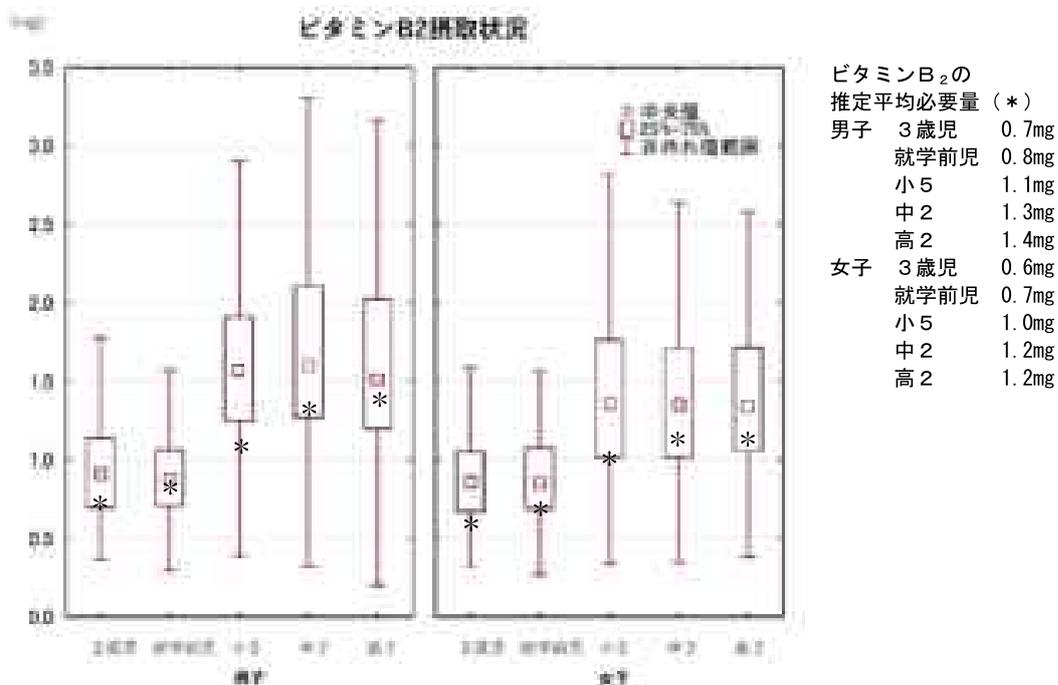


ビタミンB₁の食品群別寄与率（女子）



1.4 ビタミンB₂

ビタミンB₂摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（82頁参照）。



ビタミンB₂の摂取源は主に乳類だが、高2では男女とも乳類が低くなり、肉類、卵類の寄与率が高くなっている。

ビタミンB₂の食品群別寄与率（男子）

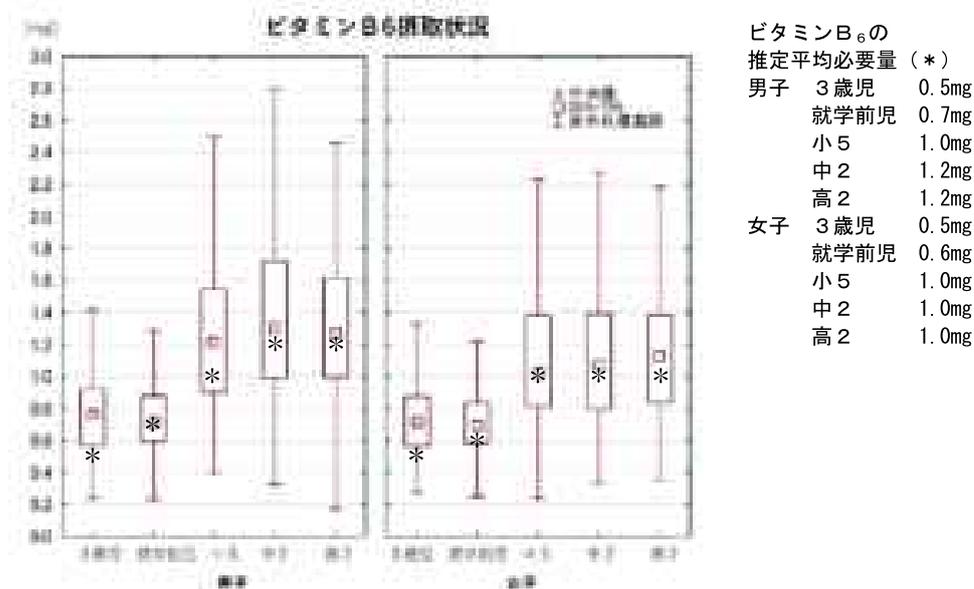


ビタミンB₂の食品群別寄与率（女子）



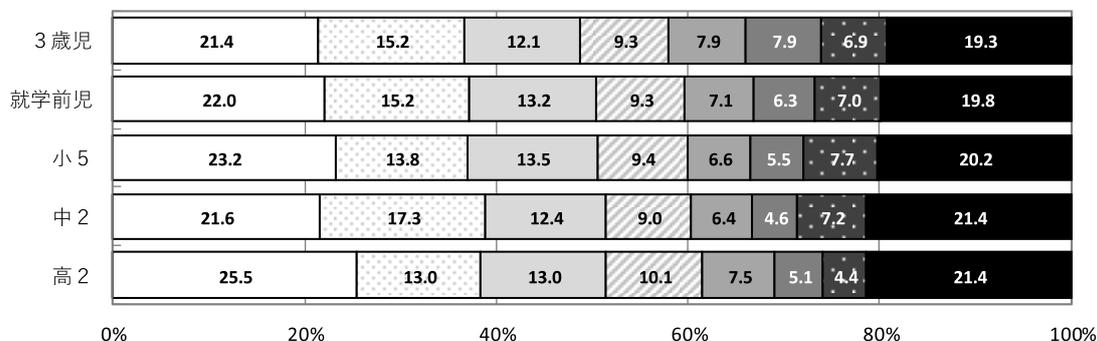
15 ビタミンB₆

ビタミンB₆摂取量の平均値は、男子の就学前児以外は推定平均必要量を上回っている（82頁参照）。

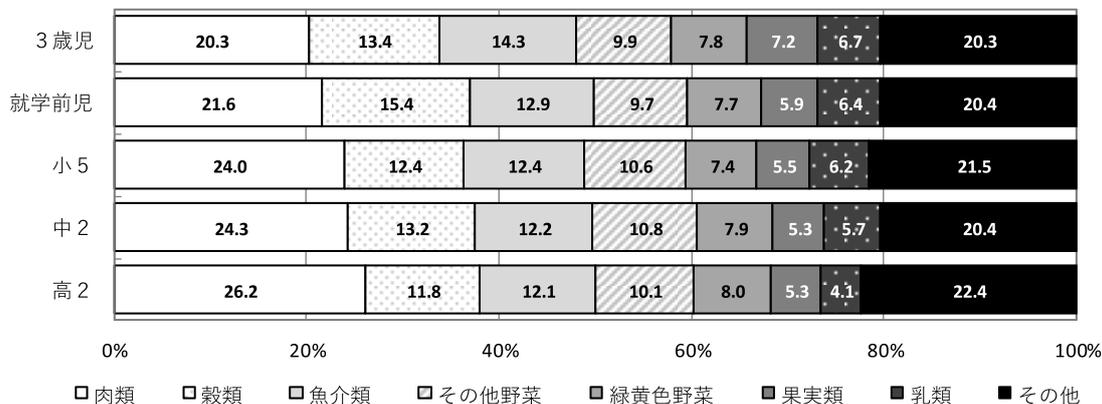


ビタミンB₆の摂取源は、主に肉類、穀類、魚介類である。

ビタミンB₆の食品群別寄与率（男子）

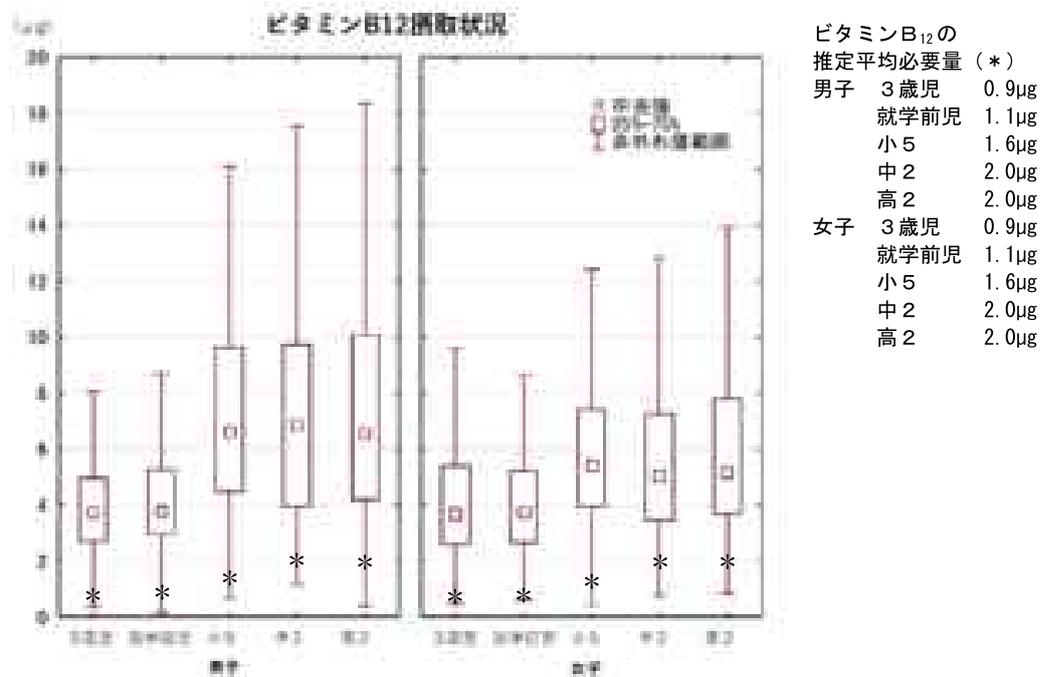


ビタミンB₆の食品群別寄与率（女子）



16 ビタミンB₁₂

ビタミンB₁₂摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（83頁参照）。



ビタミンB₁₂摂取源は、魚介類が主である。

ビタミンB₁₂の食品群別寄与率（男子）

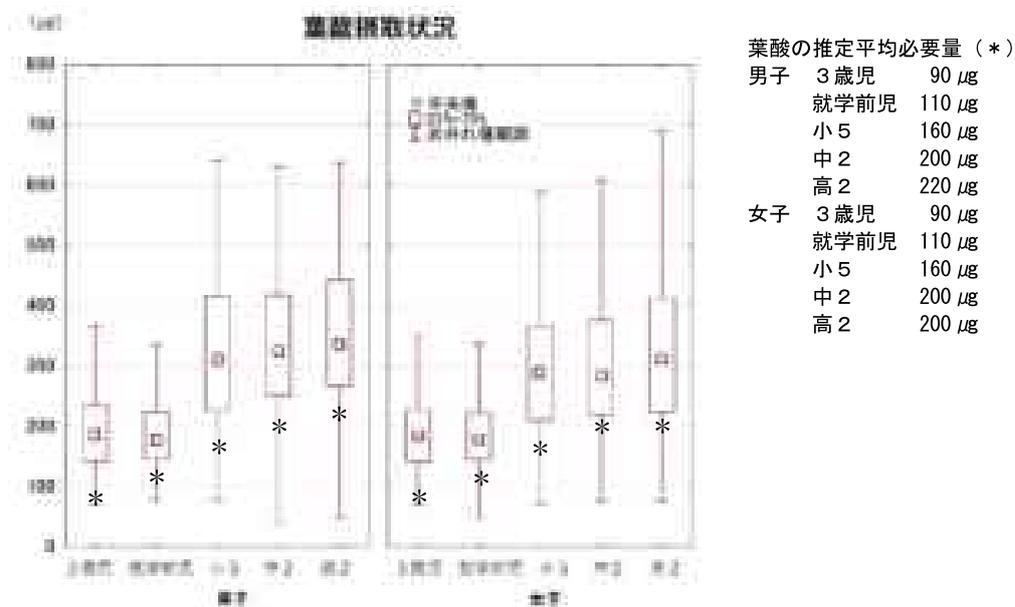


ビタミンB₁₂の食品群別寄与率（女子）



1.7 葉酸

葉酸摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（83頁参照）。

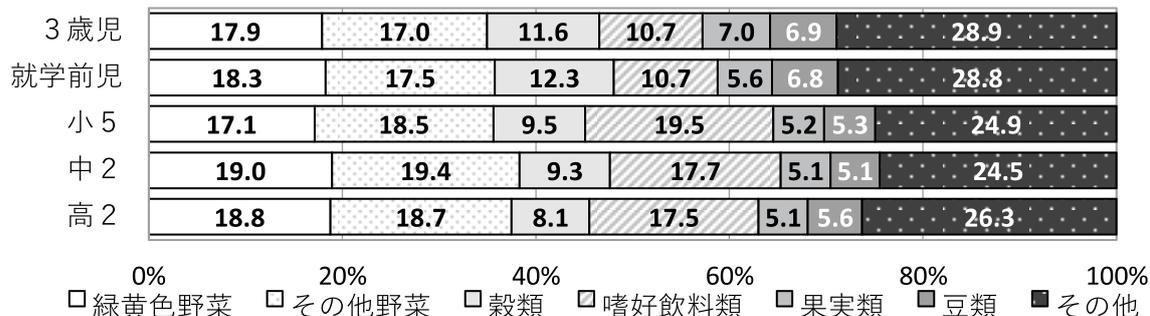


葉酸の摂取源は、野菜類が主である。

葉酸の食品群別寄与率（男子）

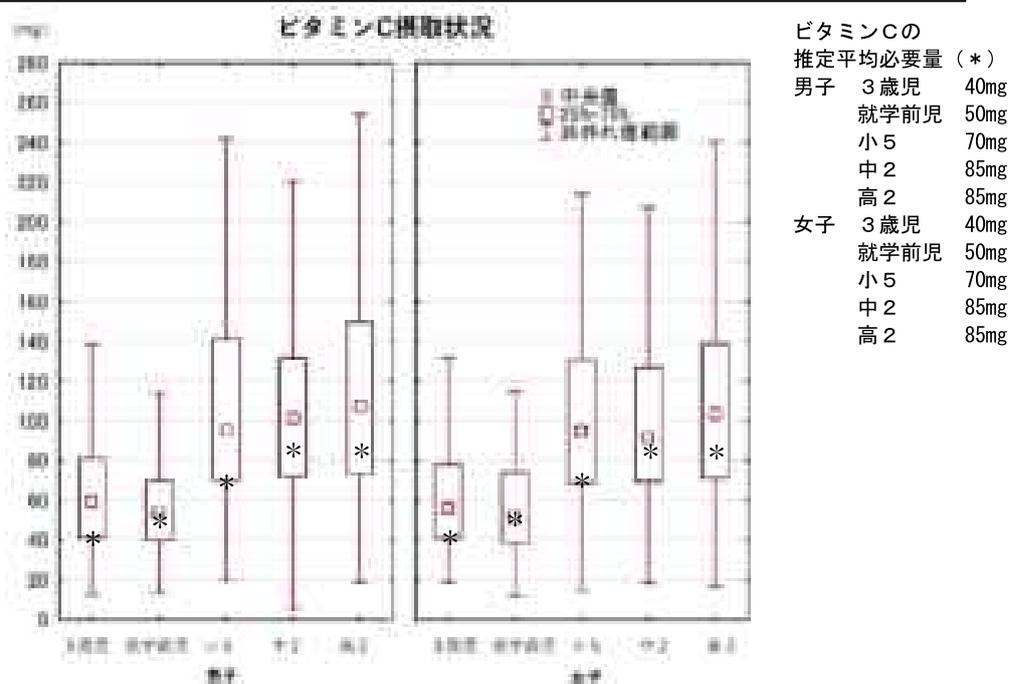


葉酸の食品群別寄与率（女子）



18 ビタミンC

ビタミンC摂取量の平均値は、どの年齢においても、男女とも推定平均必要量を上回っている（84頁参照）。



ビタミンCの摂取源は、主に果実類、緑黄色野菜、嗜好飲料類である。小5以上では、男女とも就学前児以下と比べて、嗜好飲料類が増加する。

ビタミンCの食品群別寄与率（男子）



ビタミンCの食品群別寄与率（女子）



食事状況調査結果の概要

1 エネルギー摂取量

小児期において望ましい身体活動レベルは、「日本人の食事摂取基準（2020年版）」におけるⅠ（低い）、Ⅱ（ふつう）、Ⅲ（高い）の3つのレベルのうち、Ⅱ（ふつう）とされている。

エネルギー摂取量から相応な身体活動レベルを類推すると、身体活動レベルⅡに相当する推定エネルギー必要量（EER）を満たしているのは、男子の3歳児から小5まで、女子の3歳児と就学前児であった。

男子の中2と女子の小5のエネルギー摂取量は、身体活動レベルⅠ（低い）に相当しており、男子の高2と中2と女子の高2のエネルギー摂取量は、身体活動レベルⅠにも満たなかった。

2 エネルギー比率のバランス

推定エネルギー必要量に対し、たんぱく質、脂質、炭水化物のエネルギー比率の目標量（たんぱく質13～20%、脂質20～30%、炭水化物50～65%）が示されている。

今回の調査結果では、総エネルギー摂取量に占める栄養素の割合（以下「%E」という。）は、男子の小5、女子の小5と高2は脂質%Eの上限値を上回っていた。たんぱく質%E、炭水化物%Eは、どの年齢の男女とも概ね適正範囲内であった。目標量の範囲の中で、成長に必要なたんぱく質は低値、生活習慣病につながる脂質は高値を示している。このため、たんぱく質%Eを上げ、脂質%Eを下げるよう、小児期から望ましいエネルギー比率のバランスに近づける必要がある。

3 不足している主な栄養素

(1) カルシウム

小児期のカルシウム必要量は、特に思春期（12～14歳）に骨塩量増加に伴うカルシウム蓄積量が生涯で最も増加するため、カルシウム推定平均必要量（EAR）、推奨量（RDA）ともに他の年代に比べて最も多くなる。

カルシウム摂取量の平均値は、中2男女以外は推定平均必要量を満たしているが、中2男子は約30mg、中2女子は約40mg、推定平均必要量に対して不足している。（食事摂取基準の改定により、中2の推定平均必要量が50mg増加した。）

ただし、2人に1人はカルシウム摂取量が基準値に満たない。

(2) 鉄

特に女子の小5から高2までで不足している。

月経ありの女子では推定平均必要量（EAR）の付加量は3mg/日であるが、小5と中2は8割以上、高2は6割以上の者が基準値に満たない。

(3) 食物繊維

就学前児以上では、どの年齢においても男女とも目標量（DG）に満たない。男女ともに小5から高2まで、ほとんど差がなく、野菜類摂取量の

平均も男女とも小5以上は、あまり差が無い。特に、中2では8割以上、高2では9割以上の者が基準を満たしていないため、食物繊維（野菜など）の摂取を促す必要がある。

野菜平均摂取量：3歳児 121g 就学前児 114g 小5 191g 中2 200g 高2 214g

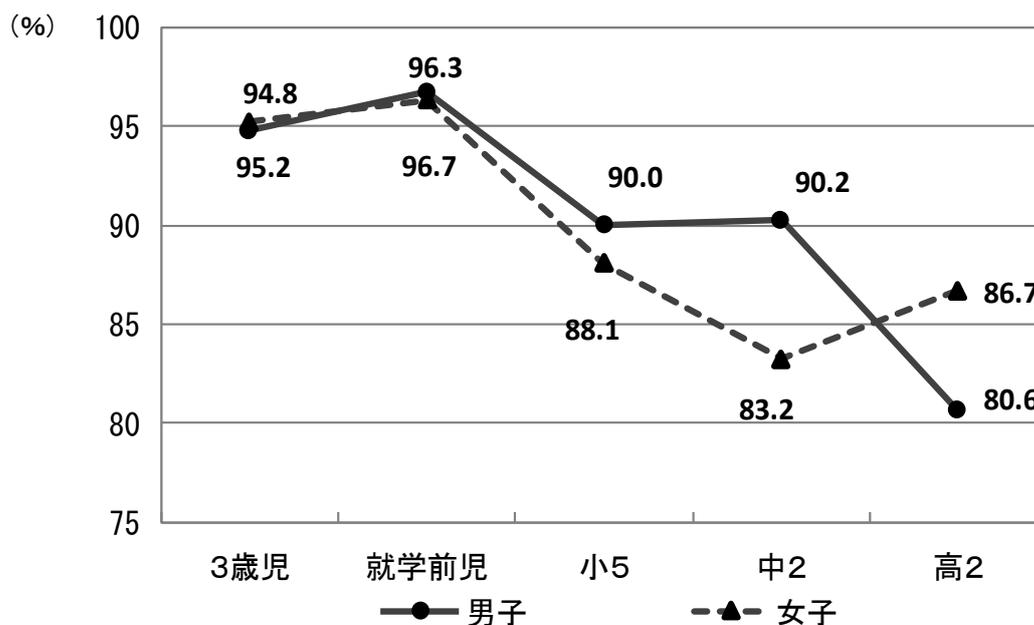
4 過剰な塩分摂取

食塩相当量は、どの年齢も男女とも9割以上が目標量（DG）を上回っている。食品群別寄与率は、調味料が約7割を占めており、幼児期から減塩・薄味の習慣化を図る必要がある。

第3部 生活習慣の状況

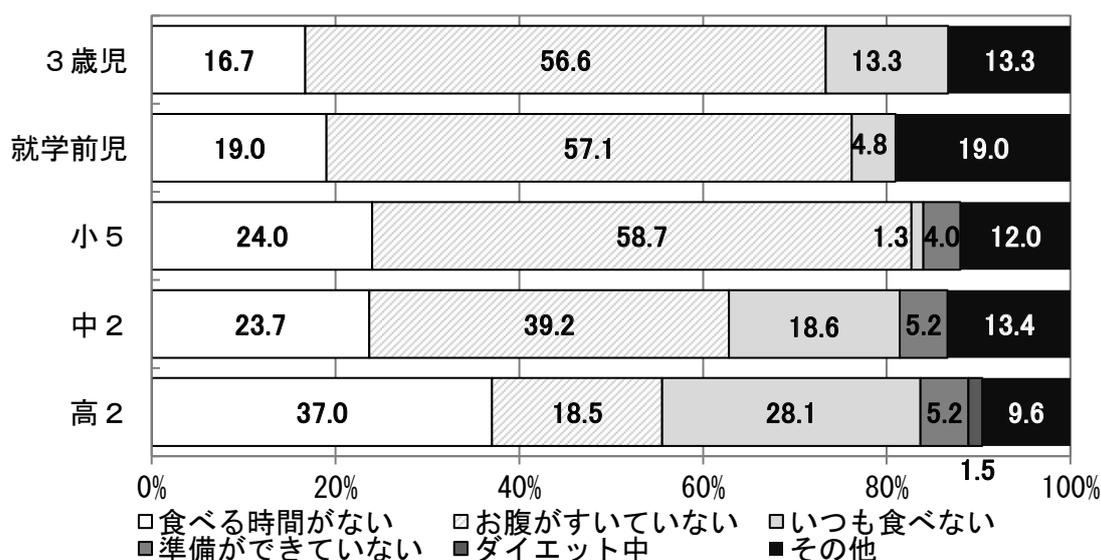
1 朝食摂取の習慣

朝食を毎日食べる割合は、就学前児が最も高い。



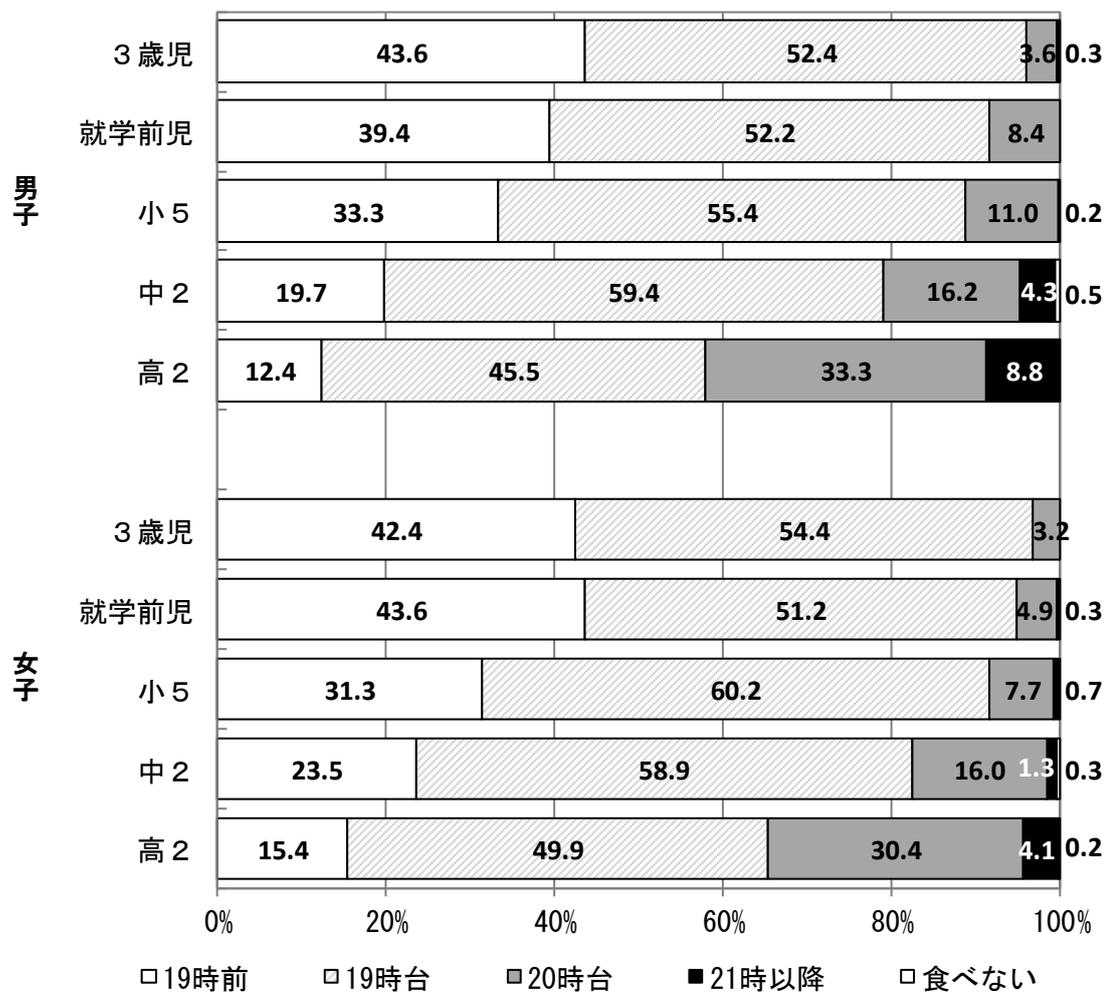
2 朝食欠食の理由

朝食を食べない理由として、年齢とともに「食べる時間がない」が増えていく。3歳児、就学前児、小5は「お腹がすいていない」が半数以上である。



3 夕食時刻

年齢が上がるにつれて夕食の開始時刻は遅くなる。高2の男子の8.8%は21時以降に食べている。



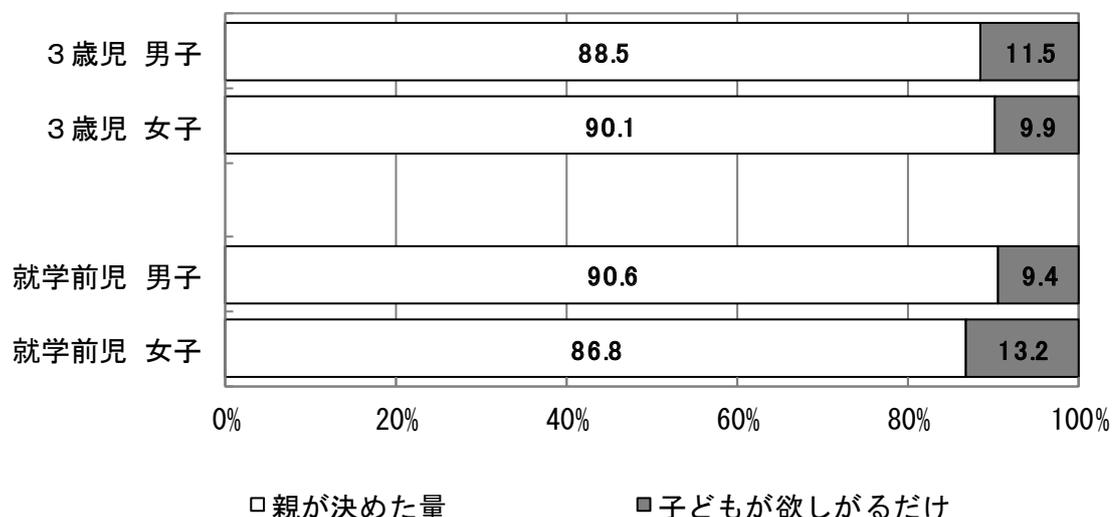
4 おやつ状況

おやつについて、8割以上が親が決めた量をあげているが、約3割が時間を決めず子どもが欲しがる時にあげている。

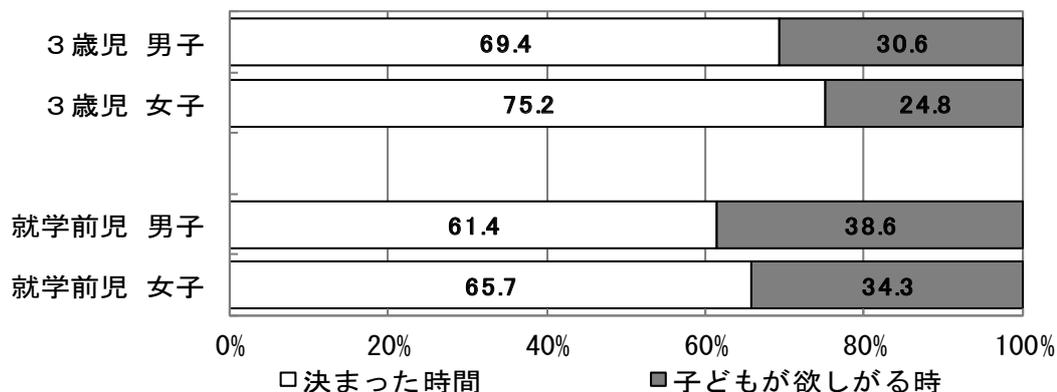
また、6割以上の親がおよつゝの適量を知っている。

しかし、おやつを食べ過ぎて食事が食べられないことがある割合は、3歳児、就学前児ともに約4割あり、その親は適量を知らない割合が高い。

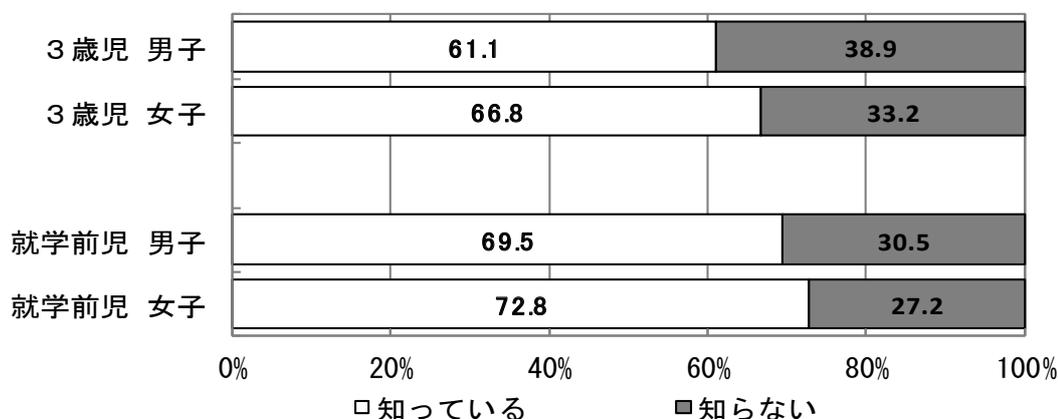
(1) およつゝの量



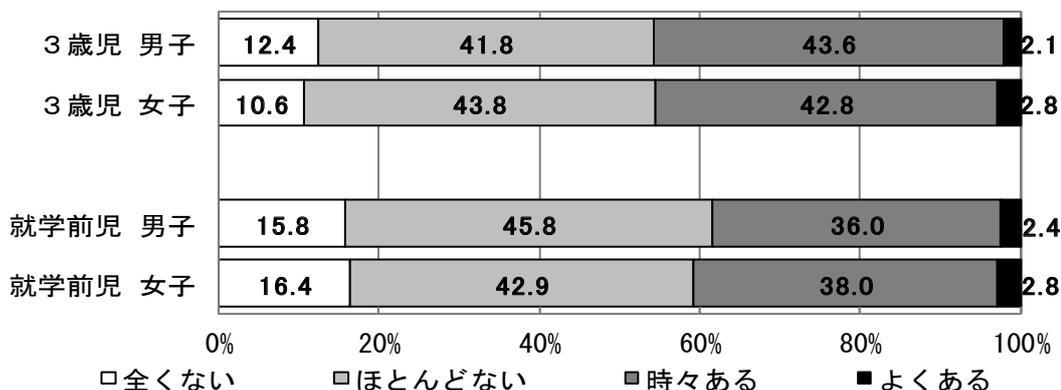
(2) およつゝの時間



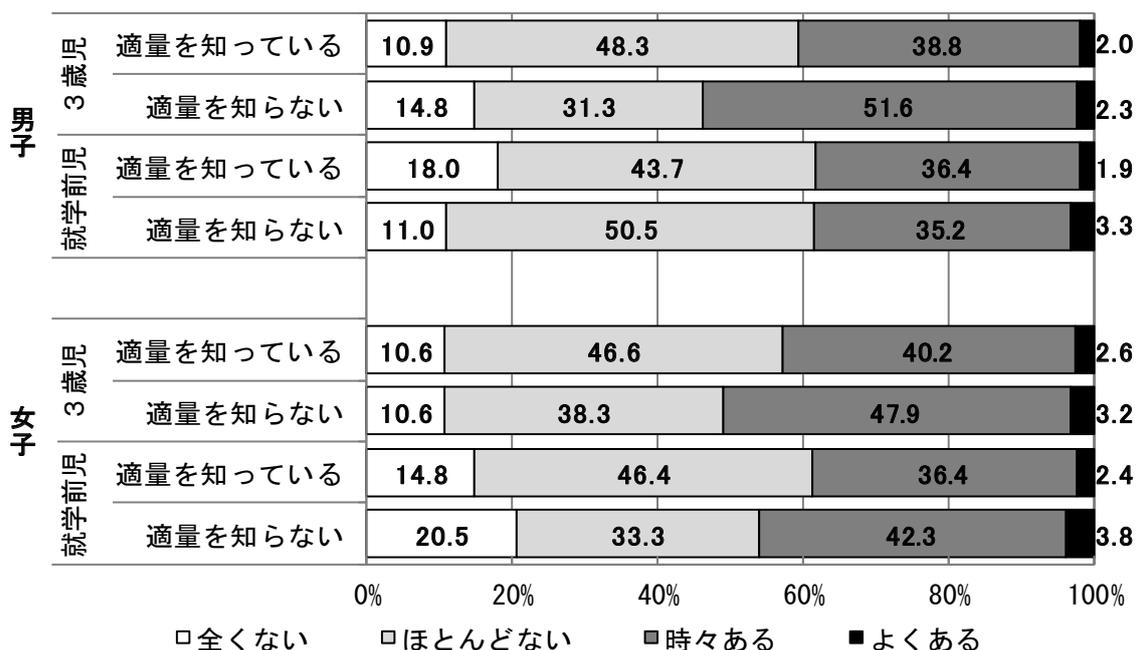
(3) おやつの適量



(4) おやつを食べ過ぎて食事が食べられないことがあるか

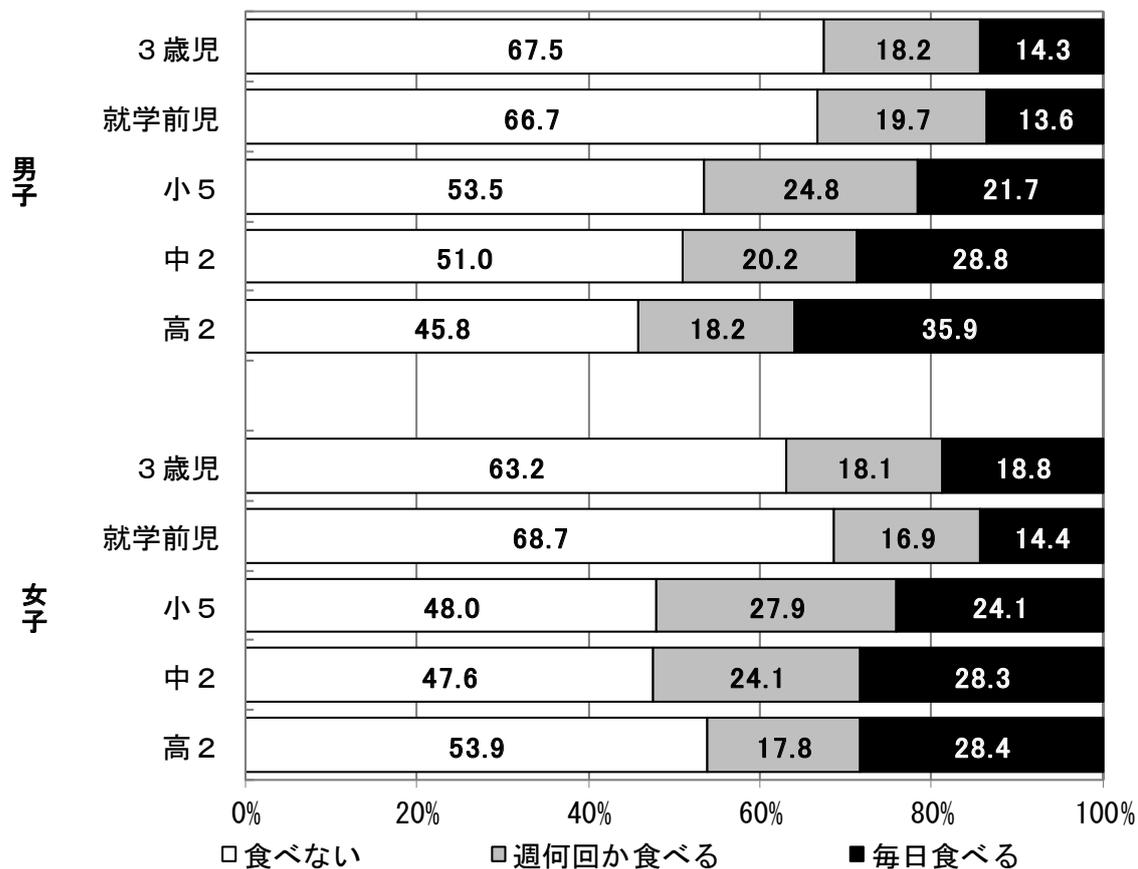


(5) 親のおやつのに係る知識と食事への影響 (おやつを食べ過ぎて食事が食べられないことがあるか)



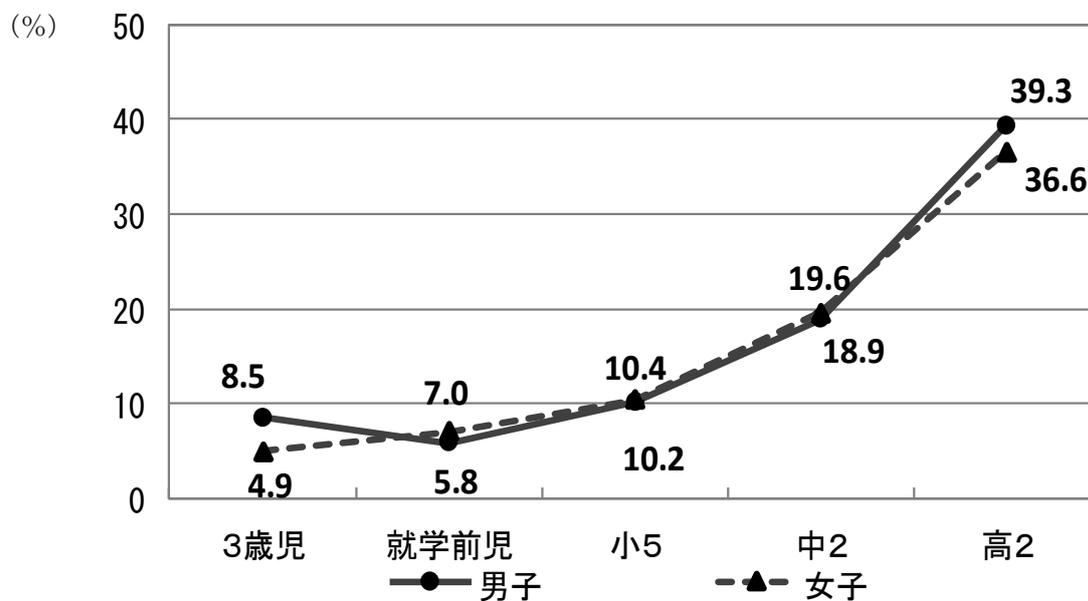
5 夜食の有無

男子は年齢が上がるにつれて夜食を食べる割合が増えている。3歳児、就学前児の男女ともに約3割に夜食の習慣がある。



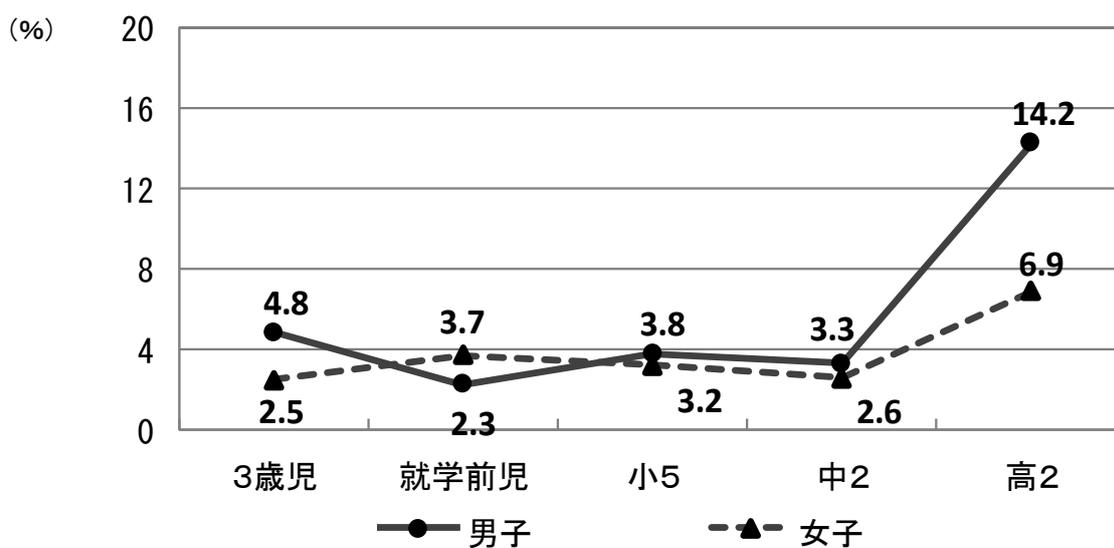
6 朝食の孤食

朝食をいつもひとりで食べる割合は、高2で男女とも3割を超えている。



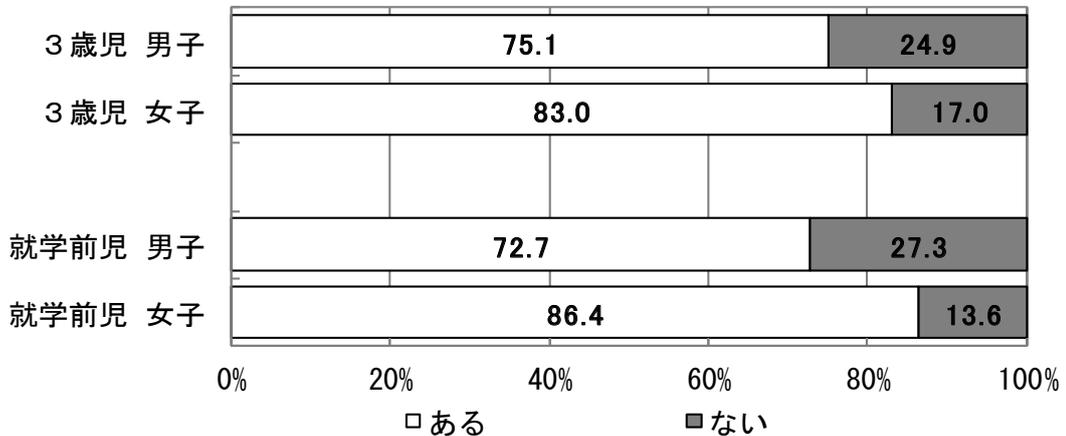
7 夕食の孤食

夕食をいつもひとりで食べる割合は、高2の男子は1割を超えている。



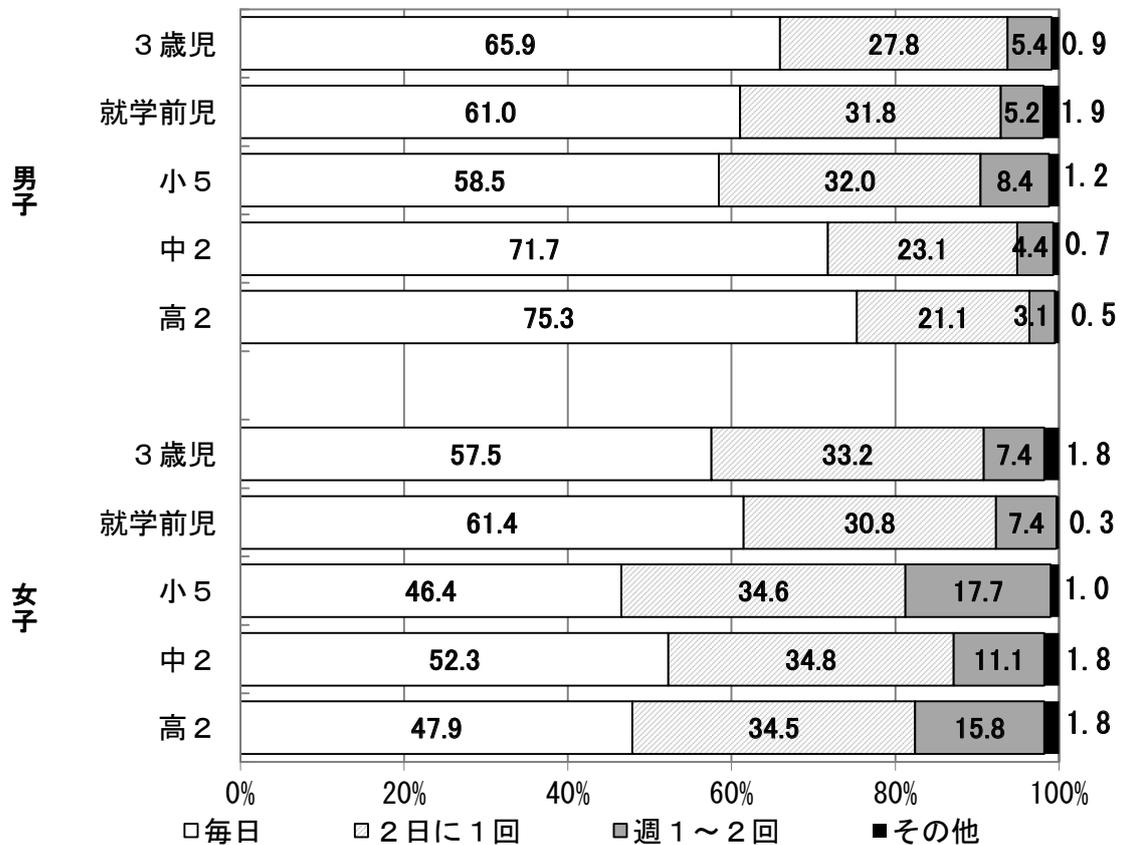
8 噛む習慣

男女ともに7割以上が、よく噛んで食べる習慣がある。



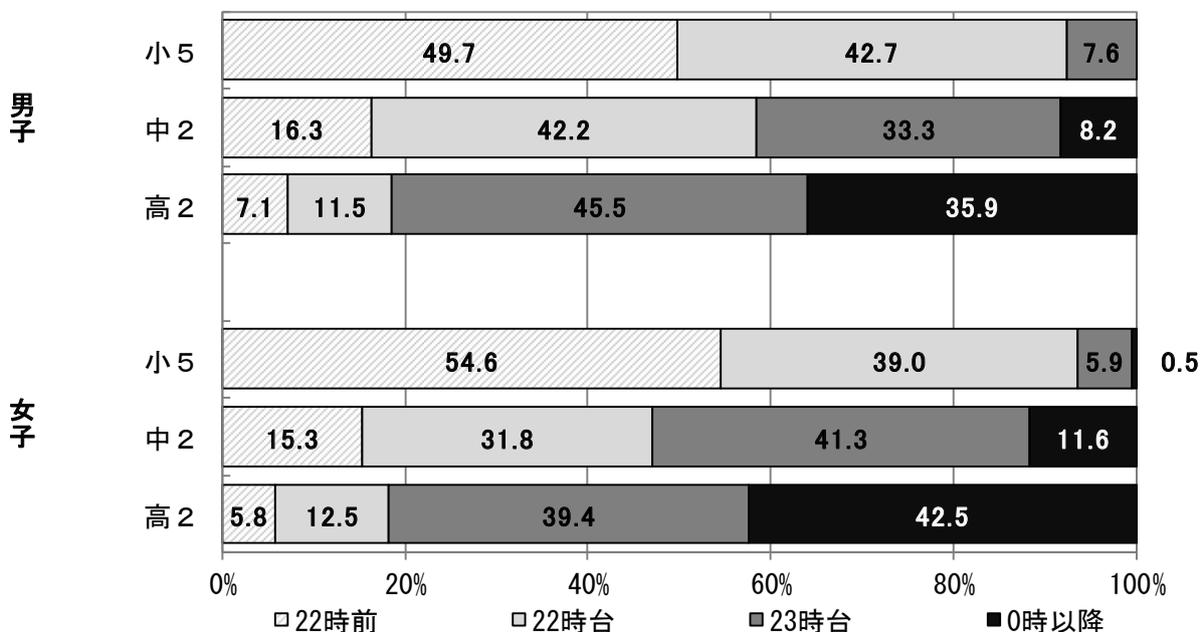
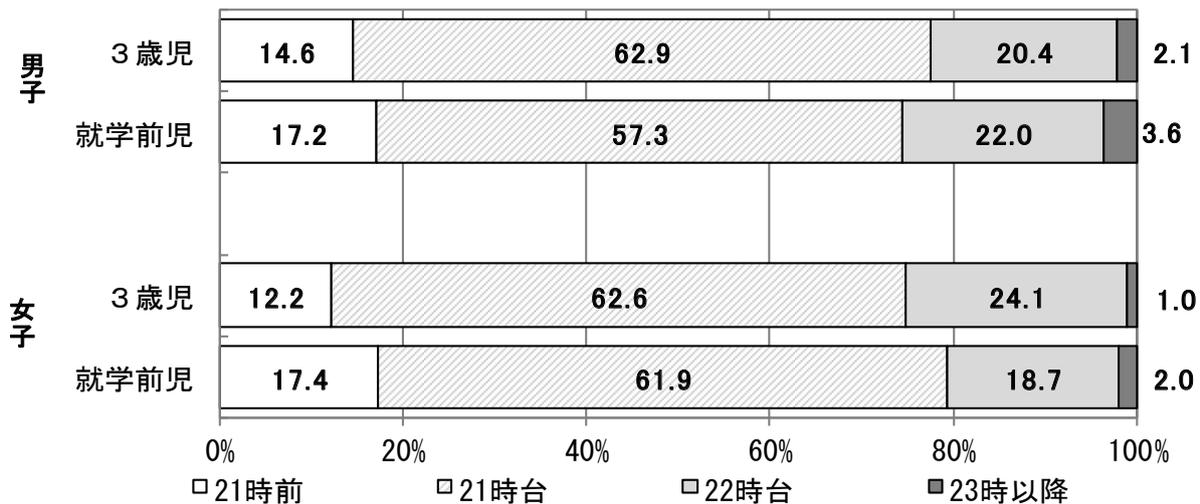
9 排便習慣

毎日排便する割合は、男女とも小5が少い。2日に1回以上排便する割合は、男子は全年齢で9割以上であり、女子は、3歳、就学前児が9割以上である。



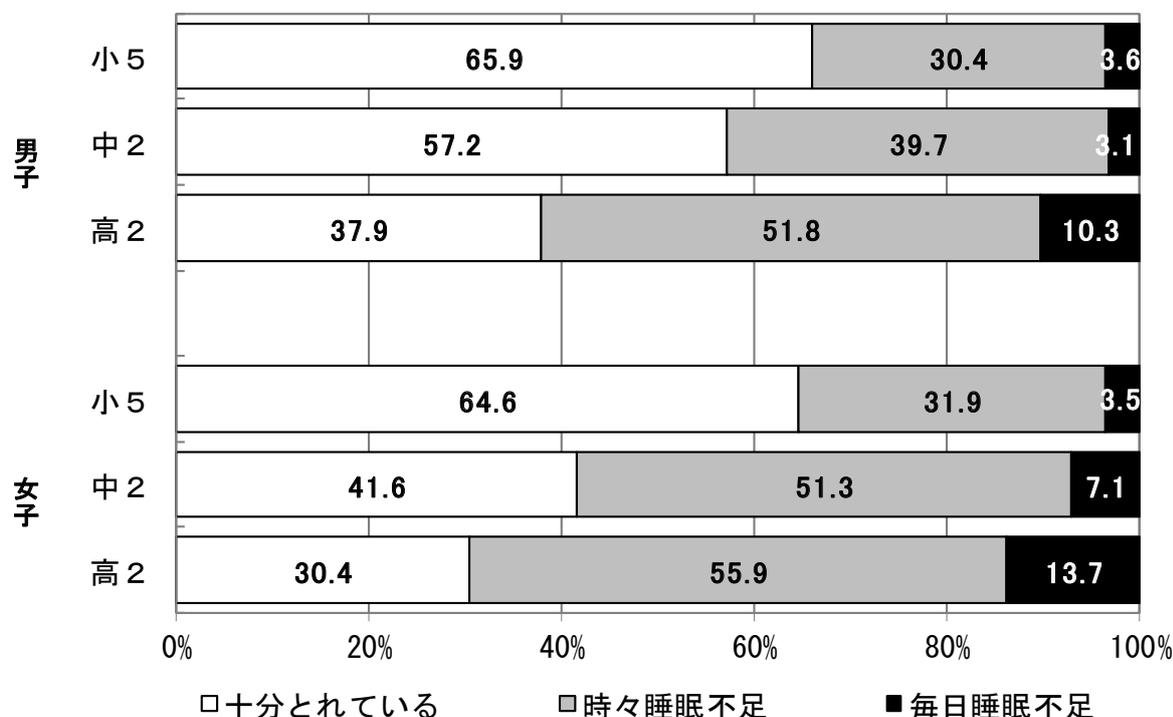
10 就寝時刻

21時台までに就寝する割合は、3歳児、就学前児で7割以上である。また、小5では約5割が22時前に就寝する。23時以降に就寝する割合は、中2で4割以上、高2で8割以上である。



1 1 睡眠

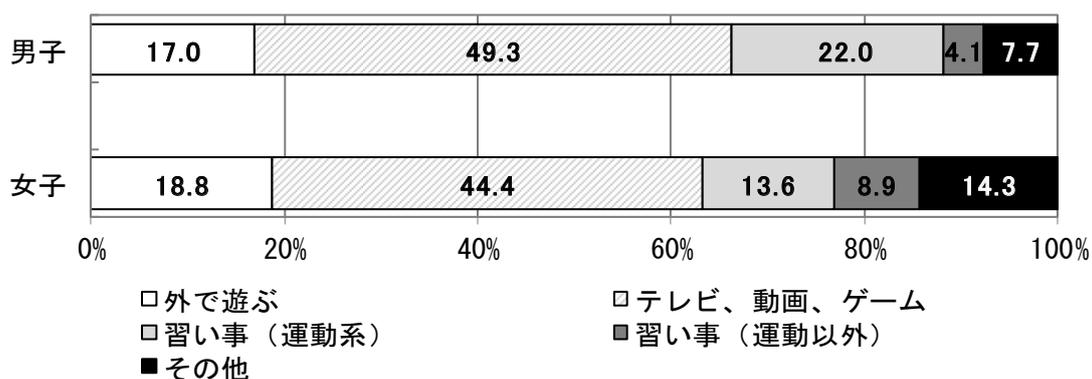
年齢が上がるにつれて十分に睡眠がとれている割合は減っている。
高2の男女とも約1割は、毎日睡眠不足である。



1 2 帰宅後の過ごし方 (小5)

小5の帰宅後の過ごし方は、男子では「テレビ、動画、ゲーム」、「習い事 (運動系)」、「外で遊ぶ」の順に多く、女子では、「テレビ、動画、ゲーム」、「外で遊ぶ」、「その他」の順で多い。

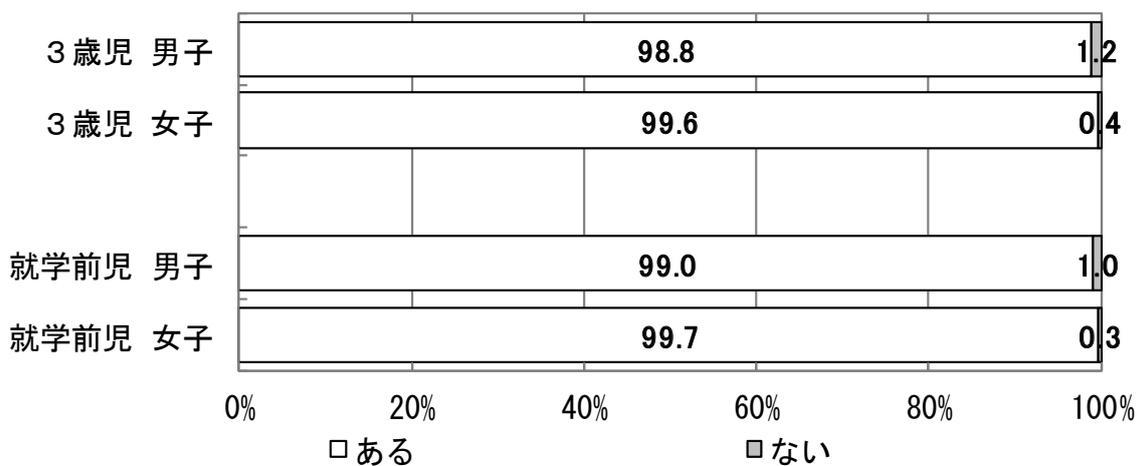
また、「外で遊ぶ」の割合は、男子より女子の方が高いが、「習い事 (運動系)」を合わせると、男子の方が高くなる。



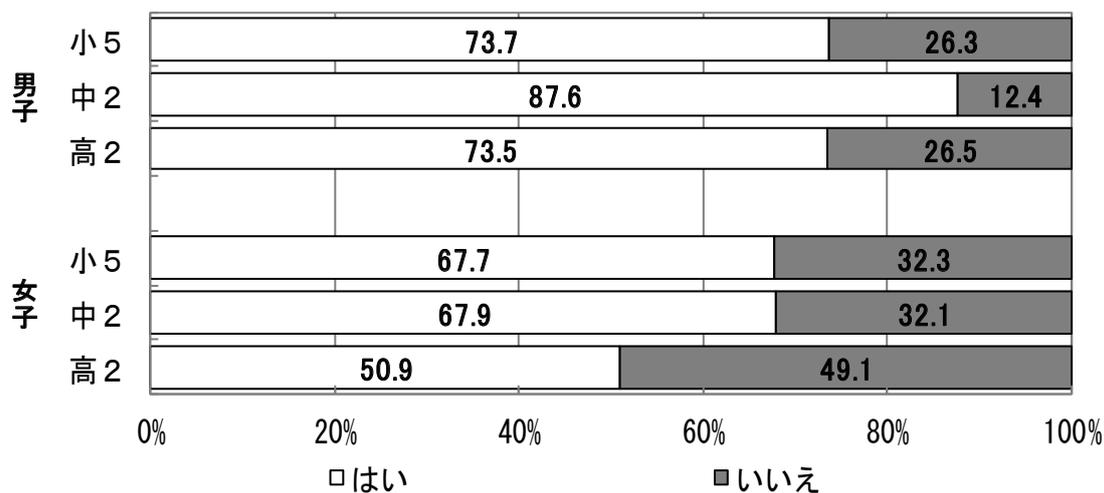
1 3 運動状況

3歳児、就学前児では男女とも外遊びや体を動かす習慣がある。
 小5、中2、高2のふだん運動している割合は、男子は中2が高く、女子は小5、中2が高い。また、各年代とも男子が高い。

(1) 外遊びや体を動かす習慣 ※保育園・幼稚園や習い事を含む



(2) 体育以外で、ふだん運動をしているか ※部活や習い事を含む

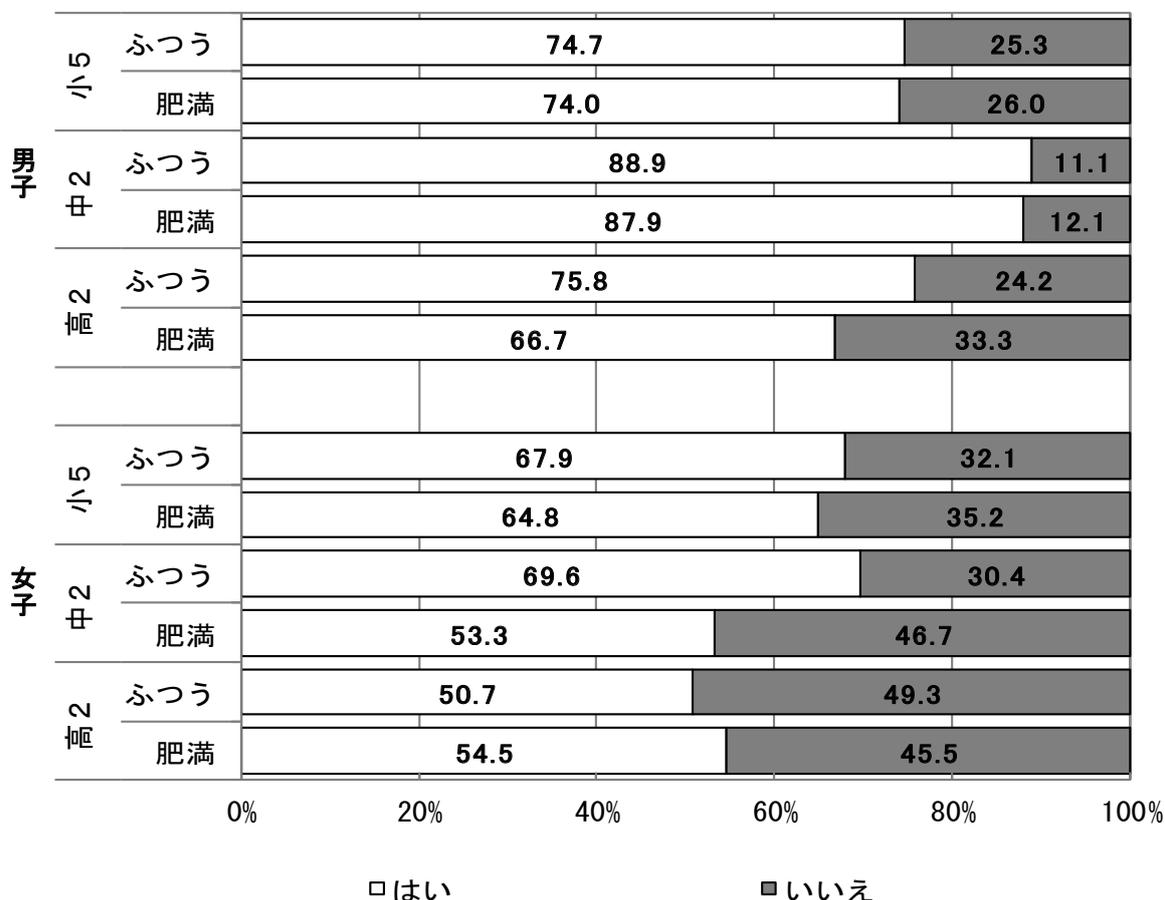


1 4 運動状況と体格

高2女子を除いた全ての年代において、体格区分「肥満」は「ふつう」に比べてふだん運動していない割合が高い傾向にある。

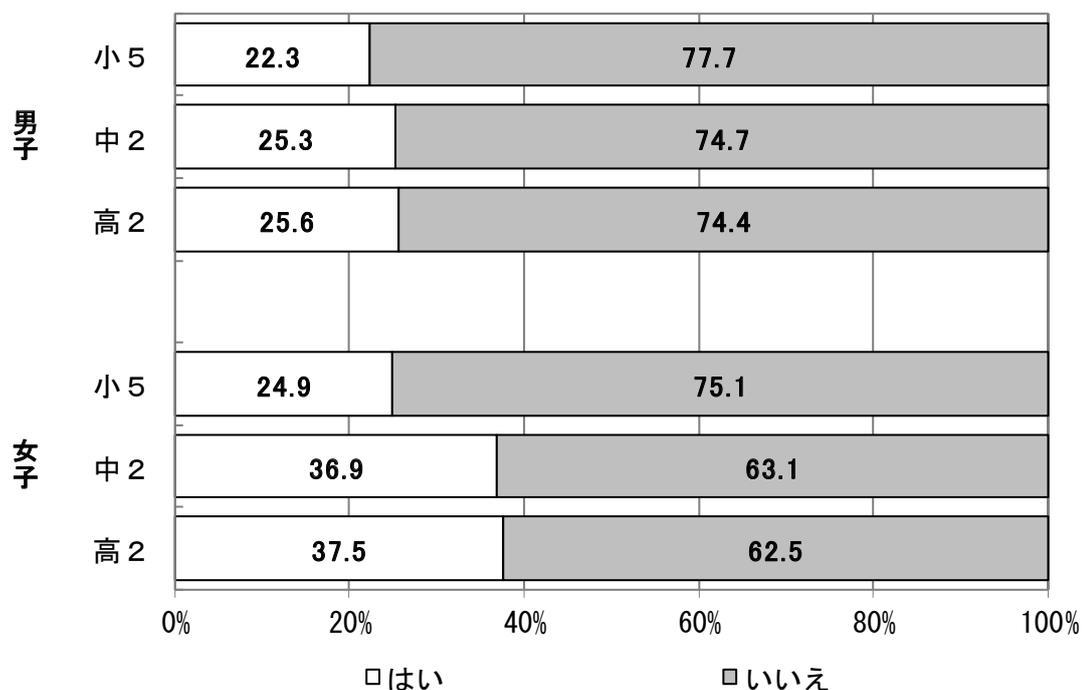
体育以外で、ふだん運動をしているか ※部活や習い事を含む

(人)	男子						女子					
	小5 (n=397)		中2 (n=400)		高2 (n=367)		小5 (n=387)		中2 (n=366)		高2 (n=473)	
	はい	いいえ										
ふつう	242	82	304	38	244	78	226	107	234	102	223	217
肥満	54	19	51	7	30	15	35	19	16	14	18	15



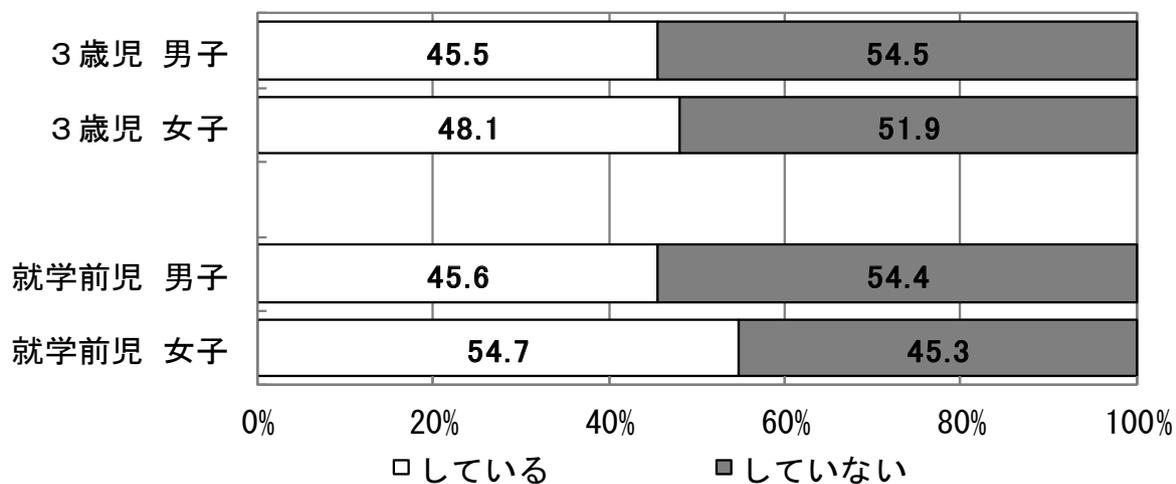
1 5 月に1回以上体の調子が悪くなる者の割合

男子より女子の方が体の調子が悪くなる割合が高い。
 男子は各年齢において大きな差はみられない。女子は年齢が上がるにつれ増加している。



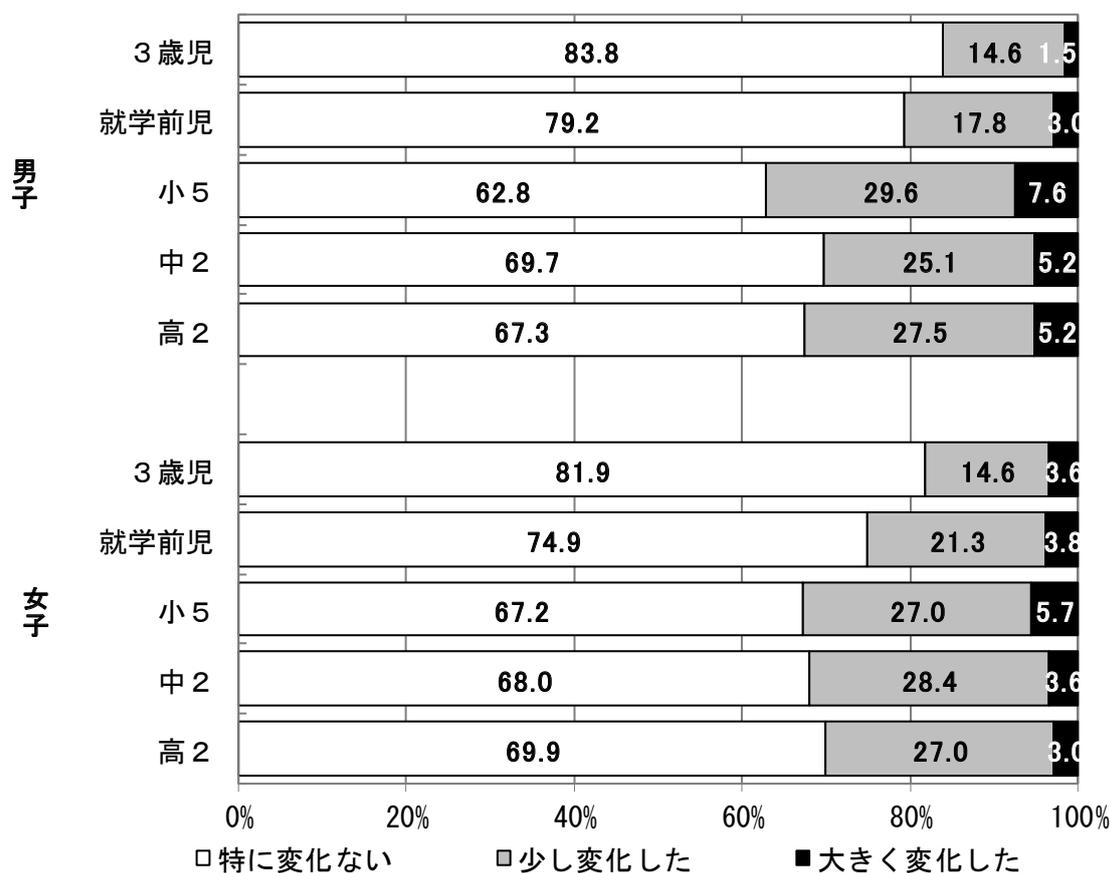
1 6 成長曲線などの活用

子どもの体格（肥満度）について、母子手帳の幼児身長体重曲線などを活用し定期的に確認している割合は、男女ともに約半数である。



1 7 新型コロナウイルス感染症の影響

小5以上の男女の約3割が、新型コロナウイルス感染症の影響により生活習慣（食事や睡眠、運動）に変化があった。



生活習慣調査結果の概要

1 食事の状況

(1) 朝食

朝食を毎日食べない割合は、就学前児までは約 0.3%だが、高校生では 3.8%となる。年齢が上がるとともに、「食べる時間がない」が増えている。朝食を食べない理由として、3歳児、就学前児、小5は「お腹が空いていない」が半数以上である。

(2) おやつ（3歳児・就学前児）

おやつの量は8割以上が「親が決めた量」と回答しているのに対し、「おやつを食べ過ぎて食事が食べられないことがよくある、時々ある」の割合も3歳児、就学前児ともに約4割あり、親が食事に影響を与えないおやつの適量を把握していない方が影響がある割合が高い。

(3) 夜食

すでに3歳児・就学前児の約3割で夜食が習慣化している。男子は年齢が上がるとともに割合が増え、高2男子の約5割で夜食の習慣がある。

(4) 孤食

朝食、夕食ともに全年齢において、前回調査と比較して孤食の割合が増えている。

2 基本的な生活習慣

(1) 排便習慣

毎日排便する割合は、男女とも小5が少ない。

(2) 睡眠状況

就寝時刻は年齢とともに遅くなるが、22時以降就寝する割合は3歳児・就学前児で約2割みられる。23時以降に就寝する割合は、中2で4割以上、高2で8割以上である。年齢が上がるとともに、十分に睡眠がとれている割合は減少する。

(3) 月に1回以上体の調子が悪くなる者

女子の方が体の調子が悪くなる割合が高く、年齢が上がるとともに増加している。

3 新型コロナウイルス感染症の影響

就学前児までの約2割、小5以上の男女の約3割が、新型コロナウイルス感染症の影響により生活習慣（食事や睡眠、運動）に変化があった。

生活習慣（食事や運動、睡眠）に変化があると回答した割合が高かった小5の男女、中2及び高2の男子の体重の平均値、肥満の割合は増加している。

小5の肥満と判定された人は、やせと判定された人よりも「生活に変化があった」と答えた人の割合が高かった。

小児調査結果の概要（全体）

1 小学生の状況

エネルギー摂取量は概ね適正であるが、鉄、ビタミンA等の不足者の割合は高い。また、前回調査時と比較すると、朝食欠食や夜食習慣の増加が見られ、肥満傾向にある子どもは増加している。この時期は、心身を健康に保つための身体づくりの基礎となる重要な時期であるため、保護者は食行動に対する認識をさらに深め、食事内容に気を配る必要がある。また、学校給食においては、家庭で不足しがちな栄養素に留意した給食の提供が望まれる。

2 中学生の状況

肥満度について学校保健統計（文部科学省）の全国値と比較すると、男子の肥満は全国値を上回っており、女子の肥満は全国値と同等の割合である。

食事では、カルシウムは6割以上、食物繊維は8割以上の者が不足している。一方、食塩相当量は9割以上の者が目標量を超えている。

生活習慣では、中学生になり睡眠不足や夜食を食べる割合が増えてきている。

中学生は、生涯における身体づくりの基礎となる時期であることから、家庭・学校・地域が一体となり、望ましい生活習慣と健全な食習慣の確立を目指した取組をより一層推進する必要がある。

3 高校生の状況

高校生においては、生涯の健康を保持する上で重要な栄養素であるカルシウム、鉄、ビタミンA、ビタミンC、食物繊維等の栄養素が不足しており、学校給食がないことによる食の変化が影響していると考えられる。

特に、牛乳の摂取量は全年齢で最も少なく、カルシウムは男女とも約半数の者が不足している。一方、肉類や油脂類はこの時期に摂取割合が増加し、食塩相当量は9割以上の者が目標量を超えている。生活習慣病を予防する観点から、健全な食生活を促す必要がある。

高2の肥満者の割合については、学校保健統計（文部科学省）の全国値と比較すると、男子は全国値を上回っている。本県の成人肥満者の割合は全国と比較して高く、健康課題となっていることから、若い頃からの適正体重の維持に向け、食品選択や食べ方についての食育が必要である。

4 中高生女子の状況

前回調査時と比較すると、エネルギー摂取量は増加したものの、身体活動レベルⅡ相当の推定エネルギー必要量には満たない。また、たんぱく質摂取量は約7割の者が充足しているが、炭水化物%Eの中央値は目標量（中央値）より低く、安易なダイエットや糖質（主食）制限は望ましくない。

さらに、鉄摂取量不足者の割合は中2で約8割、高2で約6割であり、女性の生涯の健康を維持する観点から、鉄を含む動物性食品や豆類を意識して摂取するなど、成長期を考慮した食品摂取を促す必要がある。

第3章

身体状況調査結果（統計表）

身体状況調査結果(性・調査対象別)

身長(cm)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	272	96.8	4.4	0.3	75.0	94.0	96.7	100.0	112.0
	就学前児	284	112.7	5.4	0.3	90.0	110.0	113.0	116.0	128.0
	小学5年生	410	140.6	7.2	0.4	122.3	135.2	140.0	145.0	163.0
	中学2年生	418	162.1	7.3	0.4	140.0	157.3	163.0	167.5	180.0
	高校2年生	383	169.0	6.4	0.3	146.0	165.0	169.0	173.3	185.0
女子	3歳児	235	95.8	3.8	0.2	86.0	93.2	96.0	98.0	110.0
	就学前児	279	113.0	5.6	0.3	95.0	110.0	113.0	117.0	126.0
	小学5年生	395	143.2	7.3	0.4	120.0	138.0	143.7	148.4	162.0
	中学2年生	382	154.9	5.7	0.3	137.0	151.0	155.0	159.4	169.8
	高校2年生	484	157.3	5.5	0.3	135.0	153.5	157.0	161.0	175.0
男女計	3歳児	507	96.3	4.2	0.2	75.0	1.0	96.0	3.0	112.0
	就学前児	563	112.9	5.5	0.2	90.0	110.0	113.0	116.9	128.0
	小学5年生	805	141.9	7.3	0.3	120.0	136.9	142.0	147.0	163.0
	中学2年生	800	158.7	7.5	0.3	137.0	153.2	159.0	164.0	180.0
	高校2年生	867	162.5	8.3	0.3	135.0	156.0	162.0	168.0	185.0

体重(kg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	272	14.8	1.7	0.1	10.0	13.8	14.8	16.0	21.0
	就学前児	284	20.1	3.3	0.2	13.6	18.0	19.9	21.0	43.0
	小学5年生	410	37.3	9.1	0.4	20.0	31.0	35.5	42.0	86.0
	中学2年生	418	52.5	11.5	0.6	30.0	45.0	50.0	57.0	96.5
	高校2年生	383	60.8	11.2	0.6	24.0	53.5	60.0	66.0	115.6
女子	3歳児	235	14.5	1.6	0.1	10.0	13.4	14.4	15.5	20.0
	就学前児	279	20.2	3.7	0.2	14.0	18.0	19.5	22.0	46.8
	小学5年生	395	37.6	9.0	0.5	20.0	31.9	36.2	42.0	96.0
	中学2年生	382	47.7	7.8	0.4	25.7	43.0	46.8	51.0	86.0
	高校2年生	484	51.7	7.2	0.3	37.0	47.0	50.6	56.0	90.0
男女計	3歳児	507	14.7	1.7	0.1	10.0	1.0	14.5	3.0	21.0
	就学前児	563	20.1	3.5	0.1	13.6	18.0	19.6	21.5	46.8
	小学5年生	805	37.5	9.1	0.3	20.0	31.2	35.6	42.0	96.0
	中学2年生	800	50.2	10.2	0.4	25.7	43.9	48.0	54.0	96.5
	高校2年生	867	55.7	10.2	0.3	24.0	49.0	54.0	60.0	115.6

肥満判定

(3歳児・就学前児: 幼児身長体重曲線による肥満度判定、小5・中2・高2: 学校保健統計調査方式による肥満度判定)

	性別	総数	やせ		普通		肥満	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	272	10	3.7	247	90.8	15	5.5
	女子	235	7	3.0	206	87.7	22	9.4
	計	507	37	3.4	453	89.4	37	7.3
就学前児	男子	284	8	2.8	246	86.6	30	10.6
	女子	279	15	5.4	223	79.9	41	14.7
	計	563	23	4.1	469	83.3	71	12.6
小学5年生	男子	410	10	2.4	325	79.3	75	18.3
	女子	395	8	2.0	333	84.3	54	13.7
	計	805	18	2.2	657	81.6	130	16.2
中学2年生	男子	418	10	2.4	347	83.0	61	14.6
	女子	382	14	3.7	338	88.5	30	7.9
	計	800	24	3.0	685	85.6	91	11.4
高校2年生	男子	383	11	2.9	327	85.4	45	11.8
	女子	484	9	1.9	442	91.3	33	6.8
	計	867	20	2.3	769	88.7	78	9.0

第4章

食事状況調査結果（統計表）

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

エネルギー(kcal)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	1494.1	438.0	27.0	578.2	1195.2	1422.6	1714.7	3417.9
	就学前児	314	1492.7	443.8	25.0	654.6	1180.8	1418.2	1673.2	3466.6
	小学5年生	222	2323.3	821.2	55.1	856.5	1803.4	2148.0	2717.9	4904.7
	中学2年生	213	2577.5	824.3	56.5	977.0	1981.4	2366.4	3072.8	4961.6
	高校2年生	181	2492.3	842.9	62.7	527.2	1938.6	2325.9	2942.3	4897.9
女子	3歳児	234	1377.3	400.0	26.2	553.5	1109.7	1358.3	1563.0	3434.4
	就学前児	299	1417.3	435.8	25.2	561.6	1131.3	1342.0	1579.3	3366.9
	小学5年生	212	2020.9	703.8	48.3	706.7	1485.8	1944.9	2441.8	4741.1
	中学2年生	208	2006.7	693.7	48.1	656.2	1548.6	1896.4	2363.5	4842.0
	高校2年生	281	1918.0	639.4	38.1	577.5	1464.0	1836.2	2252.1	4542.3
男女計	3歳児	497	1439.1	424.2	19.0	553.5	1142.8	1376.4	1635.2	3434.4
	就学前児	613	1455.9	441.2	17.8	561.6	1166.0	1378.5	1650.3	3466.6
	小学5年生	434	2175.6	780.0	37.4	706.7	1619.3	2071.8	2554.5	4904.7
	中学2年生	421	2295.5	813.5	39.6	656.2	1723.8	2157.2	2749.1	4961.6
	高校2年生	462	2143.0	777.5	36.2	527.2	1609.8	2034.3	2544.7	4897.9

たんぱく質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	50.4	14.7	0.9	19.3	39.7	49.3	58.4	116.8
	就学前児	314	49.8	13.9	0.8	14.5	40.2	46.6	58.0	100.5
	小学5年生	222	81.4	29.5	2.0	28.2	60.8	77.6	94.8	217.8
	中学2年生	213	85.8	29.0	2.0	27.6	63.1	81.2	102.6	165.3
	高校2年生	181	85.7	30.3	2.3	14.1	65.3	81.0	100.7	180.8
女子	3歳児	234	48.1	16.2	1.1	17.0	37.1	46.4	54.9	126.1
	就学前児	299	48.4	15.4	0.9	18.6	37.7	46.1	55.1	123.7
	小学5年生	212	69.8	26.9	1.8	25.6	51.8	66.9	83.5	210.3
	中学2年生	208	70.9	27.4	1.9	20.5	51.0	66.8	85.3	185.0
	高校2年生	281	71.9	27.2	1.6	25.0	53.4	66.4	83.9	196.9
男女計	3歳児	497	49.3	15.4	0.7	17.0	38.3	48.1	56.9	126.1
	就学前児	613	49.1	14.7	0.6	14.5	38.7	46.4	56.2	123.7
	小学5年生	434	75.8	28.8	1.4	25.6	56.2	72.8	89.1	217.8
	中学2年生	421	78.5	29.1	1.4	20.5	57.2	73.7	94.2	185.0
	高校2年生	462	77.3	29.2	1.4	14.1	57.1	74.1	91.3	196.9

動物性たんぱく質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	27.0	10.4	0.6	5.2	20.0	25.6	32.9	78.8
	就学前児	314	27.1	9.8	0.6	2.9	20.6	25.7	31.8	67.7
	小学5年生	222	48.9	20.9	1.4	12.3	35.4	45.4	58.5	154.1
	中学2年生	213	49.5	20.2	1.4	12.8	33.4	44.9	60.9	112.3
	高校2年生	181	50.4	23.5	1.7	4.7	35.3	46.8	62.3	132.4
女子	3歳児	234	26.5	12.2	0.8	5.3	18.0	24.3	31.8	103.5
	就学前児	299	26.2	11.3	0.7	5.7	18.9	24.2	30.7	91.1
	小学5年生	212	41.1	19.2	1.3	8.6	28.1	37.6	49.8	142.3
	中学2年生	208	41.9	21.3	1.5	9.1	27.0	37.2	53.2	143.1
	高校2年生	281	44.3	21.5	1.3	11.6	30.0	40.1	53.1	161.3
男女計	3歳児	497	26.8	11.3	0.5	5.2	19.0	25.2	32.4	103.5
	就学前児	613	26.6	10.6	0.4	2.9	19.6	25.0	31.3	91.1
	小学5年生	434	45.1	20.4	1.0	8.6	31.1	42.2	54.8	154.1
	中学2年生	421	45.7	21.1	1.0	9.1	30.5	41.4	58.0	143.1
	高校2年生	462	46.7	22.5	1.0	4.7	31.1	41.6	56.4	161.3

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

植物性たんぱく質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	23.4	7.4	0.5	8.1	18.5	22.3	27.3	49.6
	就学前児	314	22.7	7.2	0.4	8.7	17.7	21.5	26.7	48.7
	小学5年生	222	32.5	12.5	0.8	8.5	23.6	30.5	38.4	77.7
	中学2年生	213	36.4	13.3	0.9	0.3	28.1	33.9	44.0	77.6
	高校2年生	181	35.3	12.4	0.9	9.4	27.3	32.7	41.7	73.3
女子	3歳児	234	21.6	6.7	0.4	8.7	17.2	20.6	25.4	55.5
	就学前児	299	22.2	7.6	0.4	6.7	17.0	21.0	25.3	58.6
	小学5年生	212	28.8	10.7	0.7	10.4	21.2	27.2	35.2	77.5
	中学2年生	208	29.0	11.1	0.8	7.5	21.4	27.8	35.1	82.4
	高校2年生	281	27.6	10.7	0.6	5.6	20.4	26.2	33.4	74.2
男女計	3歳児	497	22.6	7.1	0.3	8.1	17.8	21.4	26.1	55.5
	就学前児	613	22.4	7.4	0.3	6.7	17.5	21.3	25.9	58.6
	小学5年生	434	30.7	11.8	0.6	8.5	22.4	28.8	36.7	77.7
	中学2年生	421	32.7	12.8	0.6	0.3	24.2	30.9	38.3	82.4
	高校2年生	462	30.6	12.0	0.6	5.6	22.6	29.0	37.3	74.2

たんぱく質エネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	13.7	2.1	0.1	8.4	12.2	13.6	15.0	21.2
	就学前児	314	13.5	2.1	0.1	8.3	12.2	13.4	14.7	21.1
	小学5年生	222	14.2	2.5	0.2	8.9	12.4	14.0	15.6	25.3
	中学2年生	213	13.4	2.3	0.2	7.9	11.8	13.3	14.8	23.6
	高校2年生	181	13.9	2.6	0.2	8.0	12.1	13.7	15.6	20.7
女子	3歳児	234	13.9	2.0	0.1	9.0	12.6	13.8	15.1	21.0
	就学前児	299	13.8	2.2	0.1	8.4	12.4	13.7	14.9	24.2
	小学5年生	212	13.9	2.2	0.1	7.3	12.5	13.6	15.3	21.9
	中学2年生	208	14.2	2.6	0.2	8.7	12.4	14.1	15.7	22.6
	高校2年生	281	15.1	2.8	0.2	8.6	13.0	14.7	17.1	26.5
男女計	3歳児	497	13.8	2.1	0.1	8.4	12.4	13.8	15.1	21.2
	就学前児	613	13.7	2.1	0.1	8.3	12.3	13.5	14.8	24.2
	小学5年生	434	14.0	2.3	0.1	7.3	12.4	13.8	15.5	25.3
	中学2年生	421	13.8	2.5	0.1	7.9	12.1	13.6	15.3	23.6
	高校2年生	462	14.6	2.8	0.1	8.0	12.6	14.4	16.5	26.5

脂質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	45.1	12.9	0.8	18.9	35.0	44.7	51.6	107.6
	就学前児	314	46.2	14.2	0.8	15.3	36.4	43.9	54.5	98.2
	小学5年生	222	76.4	25.4	1.7	18.4	58.4	72.7	90.1	177.9
	中学2年生	213	78.2	25.1	1.7	27.1	60.1	73.8	93.3	156.1
	高校2年生	181	75.9	29.5	2.2	9.9	57.0	70.8	90.7	174.1
女子	3歳児	234	44.3	13.6	0.9	11.4	34.8	42.1	50.5	97.9
	就学前児	299	44.3	13.3	0.8	19.9	34.9	43.1	50.3	104.3
	小学5年生	212	70.7	26.5	1.8	20.2	51.7	68.7	85.5	185.9
	中学2年生	208	66.7	27.9	1.9	21.7	46.8	63.1	79.4	201.9
	高校2年生	281	67.6	24.6	1.5	19.9	51.0	63.0	81.3	215.5
男女計	3歳児	497	44.7	13.3	0.6	11.4	34.9	43.2	50.9	107.6
	就学前児	613	45.3	13.8	0.6	15.3	35.5	43.3	52.8	104.3
	小学5年生	434	73.6	26.1	1.3	18.4	55.9	71.0	88.1	185.9
	中学2年生	421	72.5	27.1	1.3	21.7	54.0	68.8	86.9	201.9
	高校2年生	462	70.9	26.9	1.3	9.9	52.9	67.6	85.2	215.5

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

動物性脂質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	16.8	7.0	0.4	3.6	11.5	16.2	19.9	50.4
	就学前児	314	17.6	7.2	0.4	1.8	12.6	16.2	21.8	47.4
	小学5年生	222	30.0	13.2	0.9	7.3	20.3	28.0	34.6	89.2
	中学2年生	213	30.9	12.2	0.8	8.1	21.9	28.8	37.4	77.5
	高校2年生	181	33.7	16.2	1.2	2.9	23.1	30.2	42.7	109.5
女子	3歳児	234	16.3	7.6	0.5	2.7	11.1	14.3	19.7	57.3
	就学前児	299	17.0	7.5	0.4	2.8	12.0	15.5	20.2	58.5
	小学5年生	212	28.3	12.7	0.9	6.2	19.2	26.6	34.1	93.1
	中学2年生	208	26.9	13.1	0.9	5.4	17.9	24.6	32.6	80.6
	高校2年生	281	30.1	12.5	0.7	8.3	22.0	28.4	37.0	91.5
男女計	3歳児	497	16.6	7.3	0.3	2.7	11.4	15.2	19.8	57.3
	就学前児	613	17.3	7.4	0.3	1.8	12.4	15.7	21.1	58.5
	小学5年生	434	29.2	13.0	0.6	6.2	19.9	27.5	34.5	93.1
	中学2年生	421	28.9	12.8	0.6	5.4	20.1	27.0	35.1	80.6
	高校2年生	462	31.5	14.1	0.7	2.9	22.5	29.1	38.6	109.5

植物性脂質(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	24.8	7.4	0.5	9.6	19.5	24.0	29.1	60.5
	就学前児	314	25.0	8.2	0.5	8.6	19.3	24.0	29.3	64.3
	小学5年生	222	39.6	14.8	1.0	11.0	29.6	37.5	47.0	106.0
	中学2年生	213	40.9	15.0	1.0	13.0	30.8	37.4	50.3	85.2
	高校2年生	181	39.1	16.9	1.3	5.5	28.6	38.1	46.1	102.6
女子	3歳児	234	24.6	7.2	0.5	8.2	19.4	23.5	29.4	43.1
	就学前児	299	24.2	7.8	0.5	9.7	18.8	23.2	28.6	55.0
	小学5年生	212	37.7	15.7	1.1	7.0	27.0	35.4	46.0	97.9
	中学2年生	208	35.5	16.9	1.2	8.9	24.4	32.9	41.3	143.6
	高校2年生	281	35.5	15.7	0.9	7.9	24.4	33.1	44.8	129.5
男女計	3歳児	497	24.7	7.3	0.3	8.2	19.5	23.7	29.4	60.5
	就学前児	613	24.6	8.0	0.3	8.6	19.1	23.4	29.0	64.3
	小学5年生	434	38.7	15.2	0.7	7.0	28.1	36.8	46.8	106.0
	中学2年生	421	38.2	16.2	0.8	8.9	27.2	35.7	46.5	143.6
	高校2年生	462	36.9	16.3	0.8	5.5	25.7	34.5	45.2	129.5

脂肪エネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	27.7	5.2	0.3	14.4	24.3	28.0	31.2	42.6
	就学前児	314	28.2	5.5	0.3	11.3	24.6	28.3	31.8	41.8
	小学5年生	222	30.4	6.0	0.4	15.2	26.4	30.6	34.1	49.4
	中学2年生	213	27.9	6.0	0.4	14.8	23.9	27.4	31.5	58.9
	高校2年生	181	27.6	6.2	0.5	10.3	24.1	27.4	32.2	49.2
女子	3歳児	234	29.2	5.0	0.3	15.7	25.7	29.4	32.3	45.7
	就学前児	299	28.7	5.2	0.3	10.2	25.5	29.0	31.8	41.5
	小学5年生	212	31.7	5.8	0.4	10.3	28.1	32.0	36.1	43.8
	中学2年生	208	30.0	6.4	0.4	13.4	26.5	29.9	34.4	45.5
	高校2年生	281	32.2	6.6	0.4	15.1	27.7	31.5	36.3	52.3
男女計	3歳児	497	28.4	5.1	0.2	14.4	25.0	28.5	32.0	45.7
	就学前児	613	28.4	5.3	0.2	10.2	25.1	28.7	31.8	41.8
	小学5年生	434	31.0	5.9	0.3	10.3	27.0	31.2	35.3	49.4
	中学2年生	421	28.9	6.3	0.3	13.4	24.6	29.1	32.8	58.9
	高校2年生	462	30.4	6.8	0.3	10.3	26.2	30.0	34.7	52.3

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

飽和脂肪酸(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	14.7	4.9	0.3	4.9	11.2	14.0	17.7	32.5
	就学前児	314	15.2	5.7	0.3	4.0	11.0	13.8	18.4	38.1
	小学5年生	222	25.0	9.6	0.6	5.4	18.1	23.3	30.4	74.4
	中学2年生	213	25.2	9.1	0.6	8.9	18.4	23.5	30.5	54.8
	高校2年生	181	23.1	10.3	0.8	2.8	16.1	20.8	28.7	78.2
女子	3歳児	234	14.6	5.5	0.4	3.3	10.6	13.6	17.6	35.6
	就学前児	299	14.5	5.4	0.3	5.0	10.5	13.6	17.3	35.9
	小学5年生	212	23.4	9.5	0.7	5.9	16.1	22.6	29.4	62.9
	中学2年生	208	21.5	9.6	0.7	5.6	14.3	19.8	26.3	60.7
	高校2年生	281	21.2	8.6	0.5	5.6	15.0	20.5	26.2	68.5
男女計	3歳児	497	14.6	5.2	0.2	3.3	10.9	13.9	17.7	35.6
	就学前児	613	14.9	5.5	0.2	4.0	10.7	13.7	17.8	38.1
	小学5年生	434	24.3	9.6	0.5	5.4	17.5	22.8	30.2	74.4
	中学2年生	421	23.3	9.5	0.5	5.6	16.3	21.9	28.7	60.7
	高校2年生	462	21.9	9.3	0.4	2.8	15.4	20.6	27.1	78.2

飽和脂肪酸エネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	9.0	2.3	0.1	3.6	7.4	9.0	10.3	16.4
	就学前児	314	9.2	2.4	0.1	3.2	7.6	9.1	10.8	15.5
	小学5年生	222	9.9	2.5	0.2	4.4	8.3	9.7	11.4	22.2
	中学2年生	213	9.0	2.6	0.2	3.4	7.3	8.7	10.3	27.7
	高校2年生	181	8.3	2.3	0.2	2.9	6.9	8.2	9.7	15.9
女子	3歳児	234	9.6	2.3	0.2	4.4	7.9	9.3	11.4	15.4
	就学前児	299	9.3	2.4	0.1	2.9	7.7	9.1	10.9	16.6
	小学5年生	212	10.5	2.5	0.2	3.0	8.8	10.2	12.3	16.9
	中学2年生	208	9.6	2.5	0.2	3.3	8.0	9.6	11.1	18.5
	高校2年生	281	10.1	2.8	0.2	4.0	8.1	9.6	11.6	21.0
男女計	3歳児	497	9.3	2.3	0.1	3.6	7.7	9.1	10.8	16.4
	就学前児	613	9.3	2.4	0.1	2.9	7.7	9.1	10.9	16.6
	小学5年生	434	10.2	2.5	0.1	3.0	8.4	10.0	11.9	22.2
	中学2年生	421	9.3	2.6	0.1	3.3	7.7	9.1	10.8	27.7
	高校2年生	462	9.4	2.7	0.1	2.9	7.7	9.1	10.9	21.0

一価不飽和脂肪酸(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	15.3	4.5	0.3	6.2	11.9	15.1	17.9	38.7
	就学前児	314	15.7	4.8	0.3	5.4	12.4	15.0	18.4	32.5
	小学5年生	222	26.1	8.7	0.6	5.9	19.9	24.8	30.7	57.3
	中学2年生	213	26.6	8.4	0.6	9.3	20.8	25.0	31.7	50.7
	高校2年生	181	26.6	10.5	0.8	3.5	19.5	25.1	32.3	62.0
女子	3歳児	234	14.9	4.5	0.3	3.7	12.0	14.0	17.5	33.2
	就学前児	299	15.0	4.7	0.3	6.4	11.8	14.6	17.1	39.1
	小学5年生	212	24.4	9.1	0.6	6.4	18.2	23.6	29.2	61.6
	中学2年生	208	23.0	10.0	0.7	7.0	16.3	21.6	26.9	77.2
	高校2年生	281	23.7	8.9	0.5	6.7	17.8	22.3	28.3	79.1
男女計	3歳児	497	15.1	4.5	0.2	3.7	12.0	14.6	17.6	38.7
	就学前児	613	15.4	4.8	0.2	5.4	12.0	14.9	17.7	39.1
	小学5年生	434	25.3	8.9	0.4	5.9	19.1	24.4	29.9	61.6
	中学2年生	421	24.8	9.4	0.5	7.0	18.6	23.6	29.5	77.2
	高校2年生	462	24.8	9.6	0.4	3.5	18.3	23.6	29.3	79.1

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

多価不飽和脂肪酸(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	10.1	2.9	0.2	4.1	7.8	9.8	11.7	27.1
	就学前児	314	10.2	2.9	0.2	3.8	8.2	9.9	11.7	22.9
	小学5年生	222	16.0	5.3	0.4	4.2	12.4	15.2	18.7	34.5
	中学2年生	213	16.2	5.3	0.4	5.9	12.9	15.1	19.3	33.0
	高校2年生	181	16.3	6.1	0.5	2.2	12.4	15.7	19.4	37.8
女子	3歳児	234	9.7	2.8	0.2	3.2	7.7	9.5	11.3	18.7
	就学前児	299	9.9	2.6	0.2	4.6	8.1	9.5	11.6	20.5
	小学5年生	212	14.4	5.5	0.4	2.6	10.7	13.9	17.2	38.8
	中学2年生	208	13.9	6.0	0.4	4.6	9.8	12.8	16.3	53.7
	高校2年生	281	14.1	5.3	0.3	3.8	10.4	13.4	16.9	43.3
男女計	3歳児	497	9.9	2.9	0.1	3.2	7.8	9.6	11.6	27.1
	就学前児	613	10.0	2.8	0.1	3.8	8.2	9.7	11.7	22.9
	小学5年生	434	15.2	5.5	0.3	2.6	11.4	14.4	17.9	38.8
	中学2年生	421	15.1	5.8	0.3	4.6	11.3	14.2	18.0	53.7
	高校2年生	462	14.9	5.7	0.3	2.2	10.9	14.1	18.2	43.3

コレステロール(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	212.7	89.9	5.5	50.6	144.8	195.8	270.7	624.2
	就学前児	314	215.2	79.2	4.5	24.6	159.6	202.2	267.8	485.7
	小学5年生	222	385.6	167.5	11.2	90.6	258.4	363.2	492.9	1247.7
	中学2年生	213	407.4	160.9	11.0	84.7	296.1	384.4	492.8	964.2
	高校2年生	181	454.9	206.3	15.3	46.3	323.3	430.2	553.8	1053.9
女子	3歳児	234	211.1	95.0	6.2	51.4	147.0	193.9	251.0	686.8
	就学前児	299	212.7	88.0	5.1	66.3	153.8	201.9	255.6	726.0
	小学5年生	212	356.2	175.3	12.0	59.9	227.0	351.0	440.5	1329.9
	中学2年生	208	361.3	165.4	11.5	58.3	230.0	353.6	460.3	968.5
	高校2年生	281	433.0	179.9	10.7	96.0	313.9	406.4	501.2	1186.5
男女計	3歳児	497	212.0	92.3	4.1	50.6	145.4	194.6	263.0	686.8
	就学前児	613	214.0	83.6	3.4	24.6	155.5	201.9	260.4	726.0
	小学5年生	434	371.3	171.8	8.2	59.9	249.9	358.1	465.4	1329.9
	中学2年生	421	384.6	164.5	8.0	58.3	265.0	370.5	479.5	968.5
	高校2年生	462	441.5	190.8	8.9	46.3	314.1	414.3	518.5	1186.5

n-3系脂肪酸(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	1.6	0.5	0.0	0.5	1.2	1.5	1.8	4.2
	就学前児	314	1.6	0.5	0.0	0.4	1.2	1.5	1.8	4.4
	小学5年生	222	2.8	1.2	0.1	0.4	1.9	2.5	3.2	8.0
	中学2年生	213	2.8	1.1	0.1	0.9	2.0	2.5	3.3	6.9
	高校2年生	181	2.8	1.2	0.1	0.3	2.0	2.5	3.4	7.5
女子	3歳児	234	1.6	0.6	0.0	0.5	1.2	1.5	1.8	5.3
	就学前児	299	1.5	0.5	0.0	0.5	1.2	1.4	1.8	5.5
	小学5年生	212	2.4	1.1	0.1	0.2	1.7	2.2	2.9	7.7
	中学2年生	208	2.3	1.2	0.1	0.4	1.5	2.2	2.9	8.9
	高校2年生	281	2.4	1.1	0.1	0.6	1.6	2.2	2.9	8.1
男女計	3歳児	497	1.6	0.6	0.0	0.5	1.2	1.5	1.8	5.3
	就学前児	613	1.6	0.5	0.0	0.4	1.2	1.5	1.8	5.5
	小学5年生	434	2.6	1.2	0.1	0.2	1.8	2.5	3.0	8.0
	中学2年生	421	2.6	1.1	0.1	0.4	1.7	2.4	3.1	8.9
	高校2年生	462	2.5	1.2	0.1	0.3	1.8	2.3	3.1	8.1

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

n-6系脂肪酸(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	8.7	2.5	0.2	3.4	6.8	8.6	10.0	23.9
	就学前児	314	8.8	2.5	0.1	3.3	7.1	8.5	10.1	19.9
	小学5年生	222	13.6	4.6	0.3	3.8	10.4	12.9	16.0	30.7
	中学2年生	213	13.9	4.5	0.3	5.0	10.9	12.9	16.6	29.5
	高校2年生	181	13.8	5.2	0.4	2.0	10.3	13.4	16.4	32.6
女子	3歳児	234	8.4	2.4	0.2	2.7	6.7	8.1	9.9	16.0
	就学前児	299	8.5	2.3	0.1	4.1	7.0	8.2	9.9	17.8
	小学5年生	212	12.4	4.7	0.3	2.5	9.2	11.8	15.0	31.9
	中学2年生	208	11.8	5.2	0.4	3.8	8.5	10.7	14.0	49.2
	高校2年生	281	11.9	4.6	0.3	3.3	8.7	11.4	14.4	39.8
男女計	3歳児	497	8.5	2.5	0.1	2.7	6.7	8.3	9.9	23.9
	就学前児	613	8.6	2.4	0.1	3.3	7.0	8.4	10.0	19.9
	小学5年生	434	13.0	4.7	0.2	2.5	9.7	12.2	15.4	31.9
	中学2年生	421	12.8	5.0	0.2	3.8	9.6	12.1	15.4	49.2
	高校2年生	462	12.6	4.9	0.2	2.0	9.2	12.0	15.1	39.8

炭水化物(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	216.1	77.6	4.8	67.0	164.5	200.5	246.9	628.2
	就学前児	314	213.5	78.1	4.4	88.2	166.0	194.2	246.0	574.9
	小学5年生	222	317.2	137.1	9.2	101.7	225.5	283.7	378.4	827.9
	中学2年生	213	370.0	139.6	9.6	70.5	276.4	345.0	444.1	782.6
	高校2年生	181	353.6	139.0	10.3	80.0	264.8	336.9	420.4	866.5
女子	3歳児	234	191.8	63.7	4.2	71.4	151.7	185.3	219.0	582.0
	就学前児	299	200.8	76.3	4.4	66.7	152.7	186.1	226.3	624.2
	小学5年生	212	268.6	106.9	7.3	82.4	196.3	248.1	322.1	734.4
	中学2年生	208	272.4	104.6	7.3	87.0	204.9	250.5	327.1	706.2
	高校2年生	281	247.3	99.0	5.9	41.4	183.5	237.4	290.2	663.1
男女計	3歳児	497	204.7	72.3	3.2	67.0	160.7	191.9	237.5	628.2
	就学前児	613	207.3	77.4	3.1	66.7	157.8	190.0	237.1	624.2
	小学5年生	434	293.5	125.5	6.0	82.4	204.3	268.3	351.4	827.9
	中学2年生	421	321.8	132.7	6.5	70.5	230.8	297.5	392.4	782.6
	高校2年生	462	289.0	127.3	5.9	41.4	204.0	265.3	350.1	866.5

炭水化物エネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	58.7	6.5	0.4	41.7	54.3	58.0	62.7	76.2
	就学前児	314	58.2	6.8	0.4	40.4	53.8	58.1	62.7	79.5
	小学5年生	222	55.5	7.4	0.5	30.7	51.2	54.9	59.7	73.0
	中学2年生	213	58.6	7.3	0.5	29.9	54.2	59.1	64.0	74.5
	高校2年生	181	58.4	8.0	0.6	31.1	53.3	58.1	63.3	80.8
女子	3歳児	234	56.8	6.1	0.4	35.5	52.8	56.3	61.3	73.6
	就学前児	299	57.6	6.4	0.4	36.9	53.7	57.6	61.5	80.0
	小学5年生	212	54.4	7.1	0.5	35.8	48.9	54.3	58.5	80.6
	中学2年生	208	55.8	8.1	0.6	32.7	50.6	55.6	60.7	76.3
	高校2年生	281	52.7	8.2	0.5	29.4	47.7	53.0	58.4	76.3
男女計	3歳児	497	57.8	6.4	0.3	35.5	53.3	57.3	61.8	76.2
	就学前児	613	57.9	6.6	0.3	36.9	53.7	57.8	62.0	80.0
	小学5年生	434	54.9	7.3	0.3	30.7	50.1	54.7	59.1	80.6
	中学2年生	421	57.2	7.8	0.4	29.9	52.4	57.3	62.6	76.3
	高校2年生	462	55.0	8.6	0.4	29.4	50.0	55.0	60.6	80.8

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

水溶性食物繊維(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	2.0	0.7	0.0	0.5	1.5	1.8	2.3	4.7
	就学前児	314	1.8	0.7	0.0	0.5	1.3	1.7	2.2	4.4
	小学5年生	222	2.9	1.3	0.1	0.7	1.9	2.7	3.7	7.5
	中学2年生	213	3.1	1.4	0.1	0.0	2.1	2.8	3.8	8.6
	高校2年生	181	2.9	1.3	0.1	0.4	1.9	2.8	3.5	7.1
女子	3歳児	234	1.9	0.7	0.0	0.6	1.4	1.8	2.3	5.8
	就学前児	299	1.9	0.8	0.0	0.5	1.4	1.7	2.2	5.3
	小学5年生	212	2.7	1.3	0.1	0.3	1.8	2.5	3.4	10.4
	中学2年生	208	2.7	1.2	0.1	0.7	1.9	2.5	3.3	7.1
	高校2年生	281	2.7	1.3	0.1	0.5	1.8	2.5	3.3	7.6
男女計	3歳児	497	1.9	0.7	0.0	0.5	1.4	1.8	2.3	5.8
	就学前児	613	1.8	0.7	0.0	0.5	1.3	1.7	2.2	5.3
	小学5年生	434	2.8	1.3	0.1	0.3	1.9	2.6	3.6	10.4
	中学2年生	421	2.9	1.3	0.1	0.0	2.0	2.7	3.6	8.6
	高校2年生	462	2.8	1.3	0.1	0.4	1.8	2.6	3.4	7.6

不溶性食物繊維(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	6.5	2.2	0.1	1.9	5.0	6.2	7.8	14.9
	就学前児	314	6.2	2.0	0.1	1.9	4.7	5.8	7.3	12.6
	小学5年生	222	8.7	3.6	0.2	1.9	6.0	8.0	10.6	20.9
	中学2年生	213	9.4	3.9	0.3	0.0	6.8	8.5	11.4	23.5
	高校2年生	181	8.9	3.5	0.3	1.7	6.5	8.5	11.0	22.9
女子	3歳児	234	6.2	2.1	0.1	2.2	4.7	5.8	7.4	16.6
	就学前児	299	6.2	2.4	0.1	1.6	4.7	5.8	7.3	17.8
	小学5年生	212	7.9	3.5	0.2	2.1	5.5	7.3	9.9	28.6
	中学2年生	208	8.1	3.3	0.2	2.6	5.8	7.6	9.4	19.4
	高校2年生	281	8.0	3.5	0.2	2.0	5.6	7.4	9.7	21.2
男女計	3歳児	497	6.4	2.2	0.1	1.9	4.8	6.0	7.6	16.6
	就学前児	613	6.2	2.2	0.1	1.6	4.7	5.8	7.3	17.8
	小学5年生	434	8.3	3.6	0.2	1.9	5.7	7.7	10.3	28.6
	中学2年生	421	8.7	3.6	0.2	0.0	6.3	8.1	10.6	23.5
	高校2年生	462	8.4	3.5	0.2	1.7	6.0	8.0	10.3	22.9

食物繊維(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	8.6	2.9	0.2	2.5	6.5	8.1	10.4	20.0
	就学前児	314	8.1	2.7	0.2	2.4	6.2	7.7	9.7	17.1
	小学5年生	222	12.0	5.1	0.3	2.6	8.1	11.2	14.9	29.2
	中学2年生	213	12.9	5.5	0.4	0.1	9.1	11.9	15.5	32.0
	高校2年生	181	12.2	4.9	0.4	2.3	8.7	11.6	14.9	32.6
女子	3歳児	234	8.3	2.9	0.2	2.8	6.2	7.8	9.8	23.0
	就学前児	299	8.3	3.2	0.2	2.2	6.2	7.6	9.8	23.4
	小学5年生	212	10.9	5.0	0.3	2.5	7.5	10.2	13.6	39.9
	中学2年生	208	11.1	4.7	0.3	3.2	7.9	10.4	13.1	27.3
	高校2年生	281	11.0	4.9	0.3	2.6	7.6	10.2	13.6	28.6
男女計	3歳児	497	8.5	2.9	0.1	2.5	6.4	8.0	10.3	23.0
	就学前児	613	8.2	3.0	0.1	2.2	6.2	7.6	9.7	23.4
	小学5年生	434	11.5	5.1	0.2	2.5	7.8	10.6	14.2	39.9
	中学2年生	421	12.0	5.2	0.3	0.1	8.6	11.0	14.8	32.0
	高校2年生	462	11.5	4.9	0.2	2.3	8.1	10.9	14.2	32.6

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

ナトリウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	3699.7	967.3	59.6	1557.2	2954.6	3685.1	4259.6	7334.5
	就学前児	314	3717.0	964.3	54.4	1311.2	3025.2	3489.9	4241.6	7074.3
	小学5年生	222	4752.3	1392.6	93.5	1506.7	3805.8	4541.3	5324.4	10686.5
	中学2年生	213	4782.7	1341.4	91.9	1821.0	3901.4	4573.8	5540.0	9450.5
	高校2年生	181	4826.9	1542.5	114.7	1499.8	3741.8	4585.9	5696.1	9913.4
女子	3歳児	234	3542.1	1050.6	68.7	1464.7	2838.1	3494.8	4052.4	7383.6
	就学前児	299	3570.8	982.5	56.8	1415.5	2891.2	3459.2	4095.3	7742.7
	小学5年生	212	4186.4	1320.7	90.7	1101.3	3371.5	4079.1	4738.6	12106.5
	中学2年生	208	4231.5	1503.4	104.2	1603.8	3188.2	3880.1	5020.0	13309.7
	高校2年生	281	4161.4	1301.1	77.6	1879.8	3326.9	3977.9	4807.1	9677.1
男女計	3歳児	497	3625.5	1009.4	45.3	1464.7	2893.9	3590.9	4184.5	7383.6
	就学前児	613	3645.7	975.2	39.4	1311.2	2971.7	3482.8	4143.0	7742.7
	小学5年生	434	4475.9	1385.6	66.5	1101.3	3588.8	4293.1	5097.2	12106.5
	中学2年生	421	4510.3	1448.6	70.6	1603.8	3563.4	4238.0	5294.2	13309.7
	高校2年生	462	4422.1	1436.3	66.8	1499.8	3456.3	4178.2	5131.7	9913.4

食塩相当量(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	9.4	2.4	0.2	3.9	7.5	9.3	10.8	18.5
	就学前児	314	9.4	2.4	0.1	3.4	7.7	8.8	10.7	17.8
	小学5年生	222	12.0	3.5	0.2	3.8	9.7	11.5	13.4	27.0
	中学2年生	213	12.1	3.4	0.2	4.6	9.9	11.6	14.0	24.0
	高校2年生	181	12.2	3.9	0.3	3.8	9.5	11.6	14.4	25.2
女子	3歳児	234	9.0	2.7	0.2	3.7	7.2	8.8	10.2	18.7
	就学前児	299	9.0	2.5	0.1	3.6	7.3	8.7	10.3	19.6
	小学5年生	212	10.6	3.3	0.2	2.7	8.5	10.4	11.9	30.7
	中学2年生	208	10.7	3.8	0.3	4.0	8.1	9.9	12.7	33.7
	高校2年生	281	10.5	3.3	0.2	4.8	8.4	10.1	12.2	24.5
男女計	3歳児	497	9.2	2.5	0.1	3.7	7.3	9.1	10.6	18.7
	就学前児	613	9.2	2.5	0.1	3.4	7.5	8.8	10.5	19.6
	小学5年生	434	11.3	3.5	0.2	2.7	9.1	10.9	12.9	30.7
	中学2年生	421	11.4	3.7	0.2	4.0	9.0	10.7	13.4	33.7
	高校2年生	462	11.2	3.6	0.2	3.8	8.7	10.6	13.0	25.2

カリウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	1639.9	544.5	33.6	702.7	1275.1	1579.3	1939.9	4014.2
	就学前児	314	1562.0	483.3	27.3	563.6	1217.4	1495.2	1876.6	3275.2
	小学5年生	222	2627.2	1051.7	70.6	709.3	1872.3	2438.9	3196.0	6598.4
	中学2年生	213	2719.3	1003.4	68.8	571.7	2035.5	2635.4	3189.1	5674.9
	高校2年生	181	2582.3	1031.0	76.6	427.0	1908.0	2359.8	3035.0	6999.3
女子	3歳児	234	1575.7	577.8	37.8	577.6	1146.7	1512.1	1848.7	4690.4
	就学前児	299	1548.1	562.5	32.5	409.5	1174.9	1455.9	1766.7	3918.9
	小学5年生	212	2287.4	996.5	68.4	649.0	1608.8	2188.4	2782.9	7720.4
	中学2年生	208	2294.2	910.8	63.2	630.1	1608.6	2130.6	2803.5	5580.2
	高校2年生	281	2306.5	969.6	57.8	618.2	1632.0	2176.4	2790.3	5719.6
男女計	3歳児	497	1609.7	560.7	25.2	577.6	1217.9	1536.3	1887.2	4690.4
	就学前児	613	1555.2	523.1	21.1	409.5	1196.1	1474.3	1810.9	3918.9
	小学5年生	434	2461.2	1038.0	49.8	649.0	1719.2	2293.4	3023.6	7720.4
	中学2年生	421	2509.3	981.0	47.8	571.7	1815.8	2330.3	3023.8	5674.9
	高校2年生	462	2414.6	1002.1	46.6	427.0	1709.6	2227.8	2887.4	6999.3

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

カルシウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	519.9	206.3	12.7	179.4	359.0	494.2	651.0	1428.9
	就学前児	314	511.8	203.2	11.5	122.3	361.5	471.5	609.1	1410.1
	小学5年生	222	813.5	429.9	28.9	177.0	502.3	723.9	1013.5	2723.5
	中学2年生	213	821.0	398.8	27.3	190.8	515.1	721.2	1050.4	2339.0
	高校2年生	181	693.4	390.3	29.0	99.3	420.2	625.2	895.1	2880.9
女子	3歳児	234	502.1	232.0	15.2	167.3	346.5	453.2	600.8	1783.6
	就学前児	299	492.1	207.3	12.0	113.1	350.2	444.3	604.0	1465.9
	小学5年生	212	669.5	335.0	23.0	120.4	437.2	610.6	827.5	2357.8
	中学2年生	208	659.5	336.0	23.3	126.7	415.0	586.1	808.2	2035.2
	高校2年生	281	624.0	334.6	20.0	114.9	384.7	554.6	746.1	2317.7
男女計	3歳児	497	511.5	218.7	9.8	167.3	349.7	470.5	628.8	1783.6
	就学前児	613	502.2	205.3	8.3	113.1	357.4	457.8	608.0	1465.9
	小学5年生	434	743.1	392.7	18.8	120.4	467.2	663.9	931.4	2723.5
	中学2年生	421	741.2	377.5	18.4	126.7	467.1	645.0	948.1	2339.0
	高校2年生	462	651.2	358.6	16.7	99.3	393.8	575.5	774.4	2880.9

マグネシウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	186.0	56.6	3.5	78.0	143.8	182.4	214.8	378.7
	就学前児	314	179.6	52.6	3.0	69.1	141.3	171.2	208.7	348.0
	小学5年生	434	256.3	107.1	5.1	68.8	181.7	235.6	315.7	762.0
	中学2年生	213	297.5	111.6	7.6	60.4	216.9	279.7	375.5	641.1
	高校2年生	181	278.3	105.0	7.8	42.2	203.5	258.8	334.3	620.0
女子	3歳児	234	176.3	59.8	3.9	82.2	132.6	166.1	210.7	418.9
	就学前児	299	178.2	62.1	3.6	46.3	137.3	168.3	203.1	491.2
	小学5年生	222	275.7	111.2	7.5	68.8	199.3	255.4	333.9	672.2
	中学2年生	208	241.5	92.9	6.4	69.8	177.1	224.2	293.4	542.4
	高校2年生	281	236.8	96.5	5.8	70.4	164.1	227.0	284.4	560.5
男女計	3歳児	497	181.4	58.2	2.6	78.0	138.4	176.4	212.9	418.9
	就学前児	613	178.9	57.4	2.3	46.3	139.6	169.6	205.6	491.2
	小学5年生	212	235.9	99.0	6.8	80.2	168.2	223.5	289.3	762.0
	中学2年生	421	269.8	106.4	5.2	60.4	196.1	245.5	330.6	641.1
	高校2年生	462	253.1	101.8	4.7	42.2	178.6	242.1	301.2	620.0

リン(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	822.6	253.9	15.7	299.5	638.9	797.3	981.4	1760.8
	就学前児	314	808.8	251.5	14.2	215.1	636.6	765.4	931.9	1871.4
	小学5年生	222	1334.2	529.1	35.5	399.4	972.5	1238.1	1588.7	3451.1
	中学2年生	213	1399.6	502.3	34.4	465.8	1021.1	1299.6	1718.3	2861.0
	高校2年生	181	1327.1	511.8	38.0	191.9	986.7	1241.3	1550.3	3145.0
女子	3歳児	234	788.3	290.1	19.0	319.0	586.5	739.8	936.5	2227.8
	就学前児	299	787.4	268.8	15.5	251.2	607.9	746.4	904.5	2035.6
	小学5年生	212	1130.5	458.9	31.5	408.0	810.9	1058.4	1377.6	3674.0
	中学2年生	208	1138.0	457.8	31.7	284.8	801.4	1085.1	1405.5	2760.3
	高校2年生	281	1131.7	458.1	27.3	353.2	822.4	1056.9	1324.1	3376.4
男女計	3歳児	497	806.5	271.8	12.2	299.5	616.9	771.6	956.4	2227.8
	就学前児	613	798.4	260.1	10.5	215.1	626.3	753.9	915.6	2035.6
	小学5年生	434	1234.7	505.8	24.3	399.4	873.6	1171.9	1487.2	3674.0
	中学2年生	421	1270.3	497.8	24.3	284.8	890.7	1180.2	1579.2	2861.0
	高校2年生	462	1208.3	488.7	22.7	191.9	859.9	1129.3	1444.7	3376.4

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

鉄(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	5.5	1.7	0.1	2.0	4.1	5.3	6.5	12.1
	就学前児	314	5.3	1.5	0.1	2.2	4.2	5.1	6.3	11.1
	小学5年生	222	8.1	3.1	0.2	2.2	5.9	7.6	9.5	27.8
	中学2年生	213	8.7	3.2	0.2	1.5	6.5	8.2	10.2	19.7
	高校2年生	181	8.9	3.1	0.2	1.3	6.8	8.3	10.7	19.8
女子	3歳児	234	5.2	1.7	0.1	1.9	3.9	4.9	6.1	12.0
	就学前児	299	5.3	1.7	0.1	1.6	4.1	5.0	6.2	12.9
	小学5年生	212	7.3	2.9	0.2	2.0	5.4	7.2	8.7	22.5
	中学2年生	208	7.5	2.8	0.2	1.7	5.4	6.9	9.0	16.0
	高校2年生	281	7.9	2.9	0.2	2.5	5.9	7.7	9.4	18.3
男女計	3歳児	497	5.3	1.7	0.1	1.9	4.1	5.1	6.3	12.1
	就学前児	613	5.3	1.6	0.1	1.6	4.1	5.0	6.2	12.9
	小学5年生	434	7.7	3.0	0.1	2.0	5.6	7.4	9.3	27.8
	中学2年生	421	8.1	3.1	0.2	1.5	5.9	7.6	9.7	19.7
	高校2年生	462	8.3	3.0	0.1	1.3	6.3	7.9	9.9	19.8

亜鉛(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	6.6	2.0	0.1	2.4	5.2	6.3	7.6	15.0
	就学前児	314	6.6	1.9	0.1	2.2	5.3	6.3	7.4	14.6
	小学5年生	222	10.3	3.8	0.3	3.6	7.7	9.8	12.3	26.1
	中学2年生	213	11.2	3.7	0.3	3.4	8.4	10.4	13.7	21.1
	高校2年生	181	11.1	3.8	0.3	2.0	8.5	10.8	13.0	22.2
女子	3歳児	234	6.1	2.0	0.1	2.3	4.8	5.9	7.1	15.1
	就学前児	299	6.3	2.1	0.1	2.0	4.8	6.0	7.1	16.1
	小学5年生	212	8.7	3.2	0.2	3.2	6.5	8.2	10.5	24.4
	中学2年生	208	8.9	3.2	0.2	2.8	6.6	8.3	10.7	21.6
	高校2年生	281	8.9	3.1	0.2	2.9	6.9	8.3	10.6	21.4
男女計	3歳児	497	6.4	2.0	0.1	2.3	5.0	6.2	7.4	15.1
	就学前児	613	6.4	2.0	0.1	2.0	5.1	6.1	7.3	16.1
	小学5年生	434	9.5	3.6	0.2	3.2	7.0	9.0	11.1	26.1
	中学2年生	421	10.0	3.7	0.2	2.8	7.5	9.3	12.0	21.6
	高校2年生	462	9.7	3.6	0.2	2.0	7.3	9.4	11.7	22.2

銅(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.1
	就学前児	314	0.9	0.3	0.0	0.4	0.7	0.9	1.1	2.1
	小学5年生	222	1.3	0.5	0.0	0.4	0.9	1.2	1.6	3.5
	中学2年生	213	1.4	0.5	0.0	0.1	1.1	1.3	1.7	2.9
	高校2年生	181	1.4	0.5	0.0	0.3	1.1	1.4	1.7	2.8
女子	3歳児	234	0.9	0.3	0.0	0.4	0.7	0.8	1.0	2.3
	就学前児	299	0.9	0.3	0.0	0.2	0.7	0.8	1.0	2.4
	小学5年生	212	1.1	0.4	0.0	0.4	0.8	1.0	1.3	3.3
	中学2年生	208	1.1	0.4	0.0	0.4	0.8	1.1	1.3	2.6
	高校2年生	281	1.1	0.4	0.0	0.3	0.8	1.1	1.3	2.6
男女計	3歳児	497	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.3
	就学前児	613	0.9	0.3	0.0	0.2	0.7	0.9	1.1	2.4
	小学5年生	434	1.2	0.5	0.0	0.4	0.9	1.1	1.4	3.5
	中学2年生	421	1.3	0.5	0.0	0.1	1.0	1.2	1.6	2.9
	高校2年生	462	1.3	0.5	0.0	0.3	0.9	1.2	1.5	2.8

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

マンガン(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	2.5	1.0	0.1	0.8	1.9	2.3	2.9	7.7
	就学前児	314	2.5	0.9	0.1	0.8	1.9	2.4	2.9	7.8
	小学5年生	222	4.0	1.7	0.1	1.0	2.7	3.9	4.8	11.3
	中学2年生	213	4.6	1.9	0.1	0.0	3.3	4.3	5.7	11.7
	高校2年生	181	4.5	1.7	0.1	0.7	3.3	4.4	5.3	12.7
女子	3歳児	234	2.3	0.8	0.1	0.6	1.8	2.2	2.6	6.6
	就学前児	299	2.4	1.0	0.1	0.6	1.8	2.2	2.9	8.7
	小学5年生	212	3.6	1.5	0.1	0.9	2.6	3.4	4.3	11.0
	中学2年生	208	3.6	1.5	0.1	0.7	2.6	3.5	4.4	10.2
	高校2年生	281	3.4	1.5	0.1	0.3	2.4	3.3	4.3	7.8
男女計	3歳児	497	2.4	0.9	0.0	0.6	1.8	2.3	2.8	7.7
	就学前児	613	2.4	1.0	0.0	0.6	1.9	2.3	2.9	8.7
	小学5年生	434	3.8	1.6	0.1	0.9	2.7	3.6	4.6	11.3
	中学2年生	421	4.1	1.8	0.1	0.0	2.9	3.8	5.1	11.7
	高校2年生	462	3.8	1.6	0.1	0.3	2.7	3.7	4.7	12.7

ビタミンA(μgRE)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	410.3	241.4	14.9	115.9	260.5	338.5	492.7	1959.4
	就学前児	314	378.2	179.6	10.1	44.2	254.6	335.1	460.5	997.5
	小学5年生	222	692.2	934.1	62.7	127.4	403.8	586.6	837.8	13832.9
	中学2年生	213	726.3	637.6	43.7	66.9	410.0	578.0	845.7	7462.1
	高校2年生	181	741.0	661.6	49.2	63.8	436.5	597.3	868.0	5809.1
女子	3歳児	234	399.4	197.5	12.9	77.0	258.3	369.3	492.0	1440.1
	就学前児	299	390.0	250.9	14.5	43.3	249.8	344.2	482.1	3132.2
	小学5年生	212	597.8	355.9	24.4	113.8	355.7	524.9	706.0	2006.0
	中学2年生	208	593.7	338.1	23.4	90.6	358.4	526.9	736.1	2999.9
	高校2年生	281	625.6	371.5	22.2	104.6	371.4	539.8	758.6	2735.4
男女計	3歳児	497	405.2	221.6	9.9	77.0	260.5	346.5	492.0	1959.4
	就学前児	613	383.9	217.2	8.8	43.3	251.9	338.5	473.1	3132.2
	小学5年生	434	646.1	713.7	34.3	113.8	384.4	554.4	795.6	13832.9
	中学2年生	421	660.8	515.7	25.1	66.9	381.5	547.2	783.2	7462.1
	高校2年生	462	670.8	507.9	23.6	63.8	389.1	567.2	795.4	5809.1

ビタミンD(μg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	5.4	3.4	0.2	0.2	3.2	4.9	6.7	25.1
	就学前児	314	5.5	3.4	0.2	0.1	3.5	4.8	6.5	30.6
	小学5年生	222	11.4	9.6	0.6	0.6	5.4	8.8	13.5	76.6
	中学2年生	213	12.8	10.2	0.7	0.9	6.2	10.2	15.8	66.9
	高校2年生	181	12.5	10.9	0.8	0.1	5.7	8.9	15.3	64.4
女子	3歳児	234	5.8	4.4	0.3	0.5	3.3	4.9	6.9	43.0
	就学前児	299	5.4	3.5	0.2	0.4	3.2	4.7	6.7	31.4
	小学5年生	212	9.2	7.5	0.5	0.2	5.2	7.4	10.5	53.4
	中学2年生	208	10.1	8.6	0.6	0.5	4.9	7.7	12.0	65.3
	高校2年生	281	10.4	10.2	0.6	0.7	4.5	7.1	12.7	89.8
男女計	3歳児	497	5.6	3.9	0.2	0.2	3.3	4.9	6.8	43.0
	就学前児	613	5.5	3.4	0.1	0.1	3.4	4.7	6.6	31.4
	小学5年生	434	10.3	8.7	0.4	0.2	5.3	8.1	11.9	76.6
	中学2年生	421	11.4	9.5	0.5	0.5	5.4	8.7	14.5	66.9
	高校2年生	462	11.2	10.5	0.5	0.1	4.8	8.1	13.7	89.8

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

ビタミンE(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	4.9	1.6	0.1	1.9	3.7	4.8	5.9	10.6
	就学前児	314	4.8	1.5	0.1	1.7	3.8	4.6	5.6	12.2
	小学5年生	222	8.5	3.0	0.2	2.9	6.3	8.2	10.0	20.2
	中学2年生	213	8.8	3.3	0.2	2.7	6.5	8.1	10.7	20.3
	高校2年生	181	8.7	3.4	0.3	1.0	6.6	8.3	10.1	19.7
女子	3歳児	234	4.9	1.6	0.1	1.7	3.8	4.7	5.8	12.3
	就学前児	299	4.7	1.5	0.1	1.7	3.8	4.4	5.7	10.8
	小学5年生	212	7.9	3.3	0.2	1.3	5.6	7.4	9.5	25.5
	中学2年生	208	7.7	3.1	0.2	2.5	5.6	7.3	9.3	22.0
	高校2年生	281	7.9	3.1	0.2	2.1	5.8	7.4	9.4	23.5
男女計	3歳児	497	4.9	1.6	0.1	1.7	3.8	4.7	5.8	12.3
	就学前児	613	4.8	1.5	0.1	1.7	3.8	4.5	5.6	12.2
	小学5年生	434	8.2	3.2	0.2	1.3	6.1	7.7	9.8	25.5
	中学2年生	421	8.3	3.3	0.2	2.5	6.1	7.7	10.1	22.0
	高校2年生	462	8.2	3.3	0.2	1.0	6.0	7.8	9.6	23.5

ビタミンK(μg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	158.8	94.3	5.8	20.3	93.0	134.2	204.0	594.7
	就学前児	314	149.0	76.0	4.3	24.1	97.4	133.6	183.9	443.0
	小学5年生	222	263.0	148.5	10.0	43.2	145.9	233.9	336.5	805.5
	中学2年生	213	276.4	175.6	12.0	19.5	149.9	231.3	361.0	978.9
	高校2年生	181	285.2	162.6	12.1	27.0	168.8	249.2	363.3	847.4
女子	3歳児	234	161.0	88.0	5.8	37.8	98.8	138.6	216.4	550.0
	就学前児	299	164.8	89.8	5.2	30.3	96.8	149.1	216.3	591.1
	小学5年生	212	234.3	143.2	9.8	6.3	139.1	205.1	294.7	895.8
	中学2年生	208	237.5	145.4	10.1	21.3	132.1	205.2	296.6	822.7
	高校2年生	281	269.5	153.9	9.2	30.3	148.9	241.3	365.3	853.1
男女計	3歳児	497	159.8	91.3	4.1	20.3	97.5	137.1	205.8	594.7
	就学前児	613	156.7	83.3	3.4	24.1	97.4	139.3	197.8	591.1
	小学5年生	434	249.0	146.4	7.0	6.3	143.2	218.0	323.1	895.8
	中学2年生	421	257.1	162.3	7.9	19.5	141.1	219.9	329.0	978.9
	高校2年生	462	275.7	157.3	7.3	27.0	158.4	245.2	365.3	853.1

ビタミンB₁(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	0.6	0.2	0.0	0.2	0.4	0.5	0.7	1.5
	就学前児	314	0.5	0.2	0.0	0.1	0.4	0.5	0.6	1.1
	小学5年生	222	0.9	0.4	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.2
	中学2年生	213	1.0	0.4	0.0	0.2	0.7	1.0	1.3	2.3
	高校2年生	181	1.0	0.4	0.0	0.2	0.7	0.9	1.2	2.5
女子	3歳児	234	0.5	0.2	0.0	0.2	0.4	0.5	0.6	1.3
	就学前児	299	0.5	0.2	0.0	0.2	0.4	0.5	0.6	1.4
	小学5年生	212	0.8	0.3	0.0	0.3	0.6	0.7	1.0	2.3
	中学2年生	208	0.8	0.3	0.0	0.2	0.6	0.8	1.0	2.1
	高校2年生	281	0.8	0.3	0.0	0.3	0.6	0.8	1.0	2.2
男女計	3歳児	497	0.5	0.2	0.0	0.2	0.4	0.5	0.6	1.5
	就学前児	613	0.5	0.2	0.0	0.1	0.4	0.5	0.6	1.4
	小学5年生	434	0.9	0.4	0.0	0.3	0.6	0.8	1.1	2.3
	中学2年生	421	0.9	0.4	0.0	0.2	0.7	0.9	1.1	2.3
	高校2年生	462	0.9	0.4	0.0	0.2	0.6	0.8	1.1	2.5

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

ビタミンB₂(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	0.9	0.3	0.0	0.4	0.7	0.9	1.1	2.2
	就学前児	314	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.1
	小学5年生	222	1.7	0.7	0.0	0.4	1.2	1.6	1.9	5.8
	中学2年生	213	1.7	0.7	0.0	0.3	1.3	1.6	2.1	4.0
	高校2年生	181	1.6	0.7	0.0	0.2	1.2	1.5	2.0	5.0
女子	3歳児	234	0.9	0.4	0.0	0.3	0.7	0.9	1.0	3.0
	就学前児	299	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.3
	小学5年生	212	1.4	0.6	0.0	0.3	1.0	1.4	1.8	3.9
	中学2年生	208	1.4	0.6	0.0	0.3	1.0	1.3	1.7	3.6
	高校2年生	281	1.4	0.6	0.0	0.4	1.1	1.3	1.7	4.2
男女計	3歳児	497	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	3.0
	就学前児	613	0.9	0.3	0.0	0.3	0.7	0.9	1.1	2.3
	小学5年生	434	1.6	0.7	0.0	0.3	1.1	1.5	1.8	5.8
	中学2年生	421	1.6	0.6	0.0	0.3	1.1	1.5	1.9	4.0
	高校2年生	462	1.5	0.6	0.0	0.2	1.1	1.4	1.8	5.0

ナイアシン(mgNE)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	9.5	3.4	0.2	2.9	7.2	9.0	11.1	25.1
	就学前児	314	9.3	2.9	0.2	2.8	7.2	8.8	10.8	20.4
	小学5年生	222	16.5	7.0	0.5	5.2	11.8	15.0	19.6	57.9
	中学2年生	213	17.8	7.6	0.5	4.4	12.1	16.0	22.1	48.0
	高校2年生	181	17.9	7.5	0.6	1.7	12.9	16.5	21.1	42.8
女子	3歳児	234	9.2	3.5	0.2	3.3	6.9	8.7	10.5	26.3
	就学前児	299	9.2	3.5	0.2	2.9	7.0	8.3	10.4	28.9
	小学5年生	212	14.4	6.2	0.4	3.3	10.2	13.0	17.1	43.9
	中学2年生	208	15.0	6.5	0.5	4.6	10.5	13.6	17.8	40.3
	高校2年生	281	15.2	6.9	0.4	4.6	10.5	13.7	18.1	46.6
男女計	3歳児	497	9.3	3.4	0.2	2.9	7.0	8.8	10.8	26.3
	就学前児	613	9.3	3.2	0.1	2.8	7.1	8.6	10.6	28.9
	小学5年生	434	15.5	6.7	0.3	3.3	11.1	14.1	18.4	57.9
	中学2年生	421	16.4	7.2	0.4	4.4	11.5	14.8	19.9	48.0
	高校2年生	462	16.3	7.3	0.3	1.7	11.2	14.6	19.5	46.6

ビタミンB₆(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	0.8	0.3	0.0	0.2	0.6	0.8	0.9	2.0
	就学前児	314	0.5	0.2	0.0	0.1	0.4	0.5	0.6	1.1
	小学5年生	222	1.3	0.5	0.0	0.4	0.9	1.2	1.5	3.9
	中学2年生	213	1.4	0.5	0.0	0.3	1.0	1.3	1.7	3.4
	高校2年生	181	1.4	0.5	0.0	0.2	1.0	1.3	1.6	3.1
女子	3歳児	234	0.7	0.3	0.0	0.3	0.6	0.7	0.9	2.0
	就学前児	299	0.7	0.3	0.0	0.2	0.6	0.7	0.8	2.2
	小学5年生	212	1.1	0.5	0.0	0.2	0.8	1.0	1.4	3.5
	中学2年生	208	1.2	0.5	0.0	0.3	0.8	1.1	1.4	2.6
	高校2年生	281	1.2	0.5	0.0	0.3	0.8	1.1	1.4	3.1
男女計	3歳児	497	0.8	0.3	0.0	0.2	0.6	0.7	0.9	2.0
	就学前児	613	0.7	0.2	0.0	0.2	0.6	0.7	0.8	2.2
	小学5年生	434	1.2	0.5	0.0	0.2	0.9	1.1	1.4	3.9
	中学2年生	421	1.3	0.5	0.0	0.3	0.9	1.2	1.5	3.4
	高校2年生	462	1.3	0.5	0.0	0.2	0.9	1.2	1.5	3.1

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

ビタミンB₁₂(μg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	4.1	2.2	0.1	0.4	2.7	3.8	5.0	17.2
	就学前児	314	4.3	2.3	0.1	0.2	3.0	3.8	5.3	16.0
	小学5年生	222	7.9	6.4	0.4	0.7	4.5	6.7	9.6	66.8
	中学2年生	213	7.8	5.1	0.3	1.1	4.0	6.9	9.7	33.1
	高校2年生	181	7.9	5.5	0.4	0.4	4.2	6.6	10.1	33.6
女子	3歳児	234	4.4	3.1	0.2	0.5	2.6	3.7	5.4	28.4
	就学前児	299	4.2	2.5	0.1	0.6	2.7	3.7	5.2	26.8
	小学5年生	212	6.3	4.2	0.3	0.4	4.0	5.4	7.4	31.2
	中学2年生	208	6.3	4.7	0.3	0.8	3.5	5.1	7.3	34.4
	高校2年生	281	6.7	5.2	0.3	0.8	3.7	5.2	7.8	43.6
男女計	3歳児	497	4.3	2.7	0.1	0.4	2.7	3.7	5.1	28.4
	就学前児	613	4.3	2.4	0.1	0.2	2.8	3.8	5.2	26.8
	小学5年生	434	7.1	5.5	0.3	0.4	4.2	5.8	8.5	66.8
	中学2年生	421	7.1	5.0	0.2	0.8	3.8	5.7	8.6	34.4
	高校2年生	462	7.2	5.4	0.3	0.4	3.8	5.6	8.9	43.6

葉酸(μg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	199.0	78.7	4.8	69.0	142.2	186.5	234.8	559.4
	就学前児	314	189.4	61.4	3.5	78.7	146.8	177.9	224.0	419.0
	小学5年生	222	328.8	149.1	10.0	78.6	226.0	310.9	416.0	1550.1
	中学2年生	213	349.1	150.0	10.3	41.8	251.6	325.3	417.2	890.3
	高校2年生	181	358.2	139.3	10.4	50.5	268.0	336.3	442.1	1004.0
女子	3歳児	234	193.9	74.5	4.9	69.3	142.4	186.1	227.2	574.0
	就学前児	299	194.4	78.3	4.5	47.3	144.8	179.4	222.5	527.4
	小学5年生	212	305.8	137.0	9.4	71.4	210.8	288.8	366.5	1068.6
	中学2年生	208	306.8	127.3	8.8	77.5	218.2	285.7	375.5	757.8
	高校2年生	281	327.4	133.7	8.0	77.0	223.8	312.7	411.2	835.0
男女計	3歳児	497	196.6	76.7	3.4	69.0	142.4	186.5	232.2	574.0
	就学前児	613	191.8	70.1	2.8	47.3	145.7	179.0	223.4	527.4
	小学5年生	434	317.6	143.6	6.9	71.4	218.2	303.5	394.9	1550.1
	中学2年生	421	328.2	140.7	6.9	41.8	231.8	304.8	399.4	890.3
	高校2年生	462	339.5	136.6	6.4	50.5	242.9	321.2	420.1	1004.0

パントテン酸(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	4.7	1.5	0.1	2.0	3.6	4.5	5.5	10.6
	就学前児	314	4.5	1.3	0.1	1.3	3.6	4.3	5.3	8.8
	小学5年生	222	8.0	3.1	0.2	2.6	6.0	7.5	9.3	25.3
	中学2年生	213	8.6	3.1	0.2	2.1	6.3	8.0	10.3	18.6
	高校2年生	181	8.2	3.1	0.2	1.3	6.2	7.6	9.6	22.0
女子	3歳児	234	4.4	1.5	0.1	1.6	3.3	4.3	5.2	11.9
	就学前児	299	4.5	1.5	0.1	1.3	3.4	4.2	5.2	10.0
	小学5年生	212	6.7	2.6	0.2	2.6	4.8	6.3	8.3	18.2
	中学2年生	208	6.8	2.5	0.2	1.7	5.0	6.4	8.2	16.3
	高校2年生	281	6.8	2.5	0.2	2.1	5.0	6.6	8.0	16.9
男女計	3歳児	497	4.6	1.5	0.1	1.6	3.5	4.4	5.3	11.9
	就学前児	613	4.5	1.4	0.1	1.3	3.5	4.3	5.2	10.0
	小学5年生	434	7.4	2.9	0.1	2.6	5.3	7.1	8.8	25.3
	中学2年生	421	7.7	3.0	0.1	1.7	5.6	7.1	9.4	18.6
	高校2年生	462	7.3	2.8	0.1	1.3	5.3	6.9	8.7	22.0

エネルギー及び栄養素の摂取量(性・調査対象別)

ビタミンC(mg)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	66.0	33.6	2.1	12.9	41.6	59.4	80.9	200.4
	就学前児	314	57.5	24.6	1.4	13.8	40.0	54.0	69.8	154.0
	小学5年生	222	108.3	53.2	3.6	19.4	70.2	95.4	141.4	276.8
	中学2年生	213	110.5	52.6	3.6	5.5	71.9	101.4	131.6	288.0
	高校2年生	181	119.5	61.7	4.6	18.8	73.6	107.6	149.5	336.1
女子	3歳児	234	62.6	29.9	2.0	18.9	41.0	56.0	77.9	187.1
	就学前児	299	58.8	29.4	1.7	11.9	38.9	51.5	74.1	177.5
	小学5年生	212	103.8	54.4	3.7	14.1	68.9	94.9	130.7	379.9
	中学2年生	208	103.9	52.2	3.6	18.5	69.3	91.6	126.7	308.0
	高校2年生	281	111.6	54.5	3.2	16.5	71.1	103.7	139.0	286.6
男女計	3歳児	497	64.4	31.9	1.4	12.9	41.1	57.8	79.8	200.4
	就学前児	613	58.1	27.1	1.1	11.9	39.4	52.6	71.5	177.5
	小学5年生	434	106.1	53.7	2.6	14.1	69.2	95.3	135.7	379.9
	中学2年生	421	107.3	52.5	2.6	5.5	71.4	96.2	131.4	308.0
	高校2年生	462	114.7	57.5	2.7	16.5	72.2	104.9	143.0	336.1

食品群別摂取量(性・調査対象別)

穀類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	385.4	186.3	11.5	83.8	266.4	343.9	450.7	1480.0
	就学前児	314	386.9	185.8	10.5	121.6	272.7	341.4	436.5	1393.5
	小学5年生	222	548.6	311.6	20.9	137.6	346.6	478.3	633.7	1833.7
	中学2年生	213	674.8	325.7	22.3	0.0	455.9	601.6	838.8	1901.1
	高校2年生	181	652.7	318.5	23.7	178.6	433.8	593.9	777.6	2224.6
女子	3歳児	234	325.3	153.1	10.0	72.1	235.2	304.7	380.7	1378.9
	就学前児	299	358.9	174.9	10.1	77.7	254.2	325.1	406.1	1291.6
	小学5年生	212	440.1	222.1	15.3	131.0	300.8	385.9	524.2	1822.9
	中学2年生	208	464.0	237.3	16.5	130.2	319.0	443.6	539.5	1829.1
	高校2年生	281	407.8	210.3	12.5	25.3	267.4	359.2	497.5	1304.4
男女計	3歳児	497	357.1	173.9	7.8	72.1	249.0	327.0	406.9	1480.0
	就学前児	613	373.2	181.0	7.3	77.7	261.2	335.2	425.5	1393.5
	小学5年生	434	495.6	276.7	13.3	131.0	323.0	431.2	566.0	1833.7
	中学2年生	421	570.7	304.0	14.8	0.0	364.6	502.8	716.0	1901.1
	高校2年生	462	503.7	284.2	13.2	25.3	306.1	455.4	628.2	2224.6

いも類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	20.2	14.1	0.9	2.7	10.4	19.3	25.1	79.2
	就学前児	314	21.4	16.6	0.9	0.0	10.4	19.3	25.1	122.6
	小学5年生	222	34.0	28.6	1.9	0.0	16.4	23.6	43.9	165.5
	中学2年生	213	37.8	28.7	2.0	0.0	16.4	33.8	43.9	145.2
	高校2年生	181	32.3	25.6	1.9	0.0	11.0	25.3	43.9	145.2
女子	3歳児	234	21.0	13.6	0.9	0.0	10.0	21.2	24.1	79.8
	就学前児	299	21.2	16.5	1.0	0.0	10.0	18.6	24.1	109.5
	小学5年生	212	34.5	28.5	2.0	0.0	15.1	29.0	40.3	220.0
	中学2年生	208	28.8	23.0	1.6	0.0	12.4	21.7	35.3	136.0
	高校2年生	281	34.1	33.4	2.0	0.0	12.4	23.2	40.3	303.7
男女計	3歳児	497	20.6	13.9	0.6	0.0	10.0	19.3	25.1	79.8
	就学前児	613	21.3	16.6	0.7	0.0	10.0	19.3	25.1	122.6
	小学5年生	434	34.2	28.5	1.4	0.0	15.1	23.6	40.3	220.0
	中学2年生	421	33.4	26.4	1.3	0.0	13.5	25.3	40.3	145.2
	高校2年生	462	33.4	30.6	1.4	0.0	12.4	24.5	40.3	303.7

砂糖・甘味料類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	1.8	1.0	0.1	0.0	1.1	1.7	2.4	5.8
	就学前児	314	1.8	1.0	0.1	0.0	1.1	1.7	2.5	5.8
	小学5年生	222	3.1	1.8	0.1	0.0	1.9	2.8	4.1	10.3
	中学2年生	213	2.7	1.7	0.1	0.0	1.3	2.6	3.8	9.7
	高校2年生	181	2.4	1.6	0.1	0.0	1.1	2.2	3.3	7.9
女子	3歳児	234	1.8	1.0	0.1	0.0	1.1	1.7	2.4	4.4
	就学前児	299	1.7	0.9	0.1	0.0	1.0	1.5	2.3	6.8
	小学5年生	212	2.6	1.6	0.1	0.0	1.3	2.2	3.7	7.2
	中学2年生	208	2.7	1.7	0.1	0.0	1.4	2.4	3.7	8.5
	高校2年生	281	2.6	1.7	0.1	0.0	1.3	2.3	3.4	9.2
男女計	3歳児	497	1.8	1.0	0.0	0.0	1.1	1.7	2.4	5.8
	就学前児	613	1.7	1.0	0.0	0.0	1.1	1.6	2.3	6.8
	小学5年生	434	2.9	1.7	0.1	0.0	1.5	2.6	3.8	10.3
	中学2年生	421	2.7	1.7	0.1	0.0	1.4	2.5	3.8	9.7
	高校2年生	462	2.5	1.6	0.1	0.0	1.2	2.3	3.4	9.2

食品群別摂取量(性・調査対象別)

豆類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	35.4	27.1	1.7	0.0	19.1	31.4	50.9	175.7
	就学前児	314	32.0	22.8	1.3	0.0	12.5	24.9	45.4	125.7
	小学5年生	222	55.0	43.7	2.9	0.0	22.0	43.5	79.4	254.2
	中学2年生	213	54.8	44.5	3.1	0.0	17.9	39.9	79.4	307.4
	高校2年生	181	52.6	46.3	3.4	0.0	14.4	39.4	75.3	239.0
女子	3歳児	234	33.5	23.3	1.5	0.0	18.3	29.5	49.0	139.7
	就学前児	299	33.2	24.2	1.4	0.0	19.7	30.2	43.6	168.9
	小学5年生	212	47.1	38.6	2.7	0.0	16.9	36.2	69.1	233.2
	中学2年生	208	48.6	39.6	2.7	0.0	18.8	39.9	65.9	233.2
	高校2年生	281	52.1	40.8	2.4	0.0	16.4	39.9	72.8	201.8
男女計	3歳児	497	34.5	25.4	1.1	0.0	18.3	30.2	49.0	175.7
	就学前児	613	32.6	23.5	0.9	0.0	14.1	30.2	43.6	168.9
	小学5年生	434	51.1	41.5	2.0	0.0	17.9	39.9	73.9	254.2
	中学2年生	421	51.7	42.2	2.1	0.0	17.9	39.9	71.8	307.4
	高校2年生	462	52.3	43.0	2.0	0.0	16.4	39.9	73.9	239.0

野菜類(g) ※漬物、100%ジュース含む

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	122.8	79.4	4.9	1.8	69.5	106.8	154.9	480.1
	就学前児	314	110.5	61.5	3.5	5.9	70.2	99.2	136.0	402.6
	小学5年生	222	197.5	121.7	8.2	0.0	107.2	167.8	271.9	664.1
	中学2年生	213	201.3	135.4	9.3	0.0	111.9	163.0	257.5	884.8
	高校2年生	181	216.1	120.4	8.9	18.9	129.9	203.5	293.9	716.9
女子	3歳児	234	119.8	76.2	5.0	0.0	70.4	103.8	153.4	523.4
	就学前児	299	118.6	75.2	4.4	5.6	70.1	104.2	142.9	473.8
	小学5年生	212	184.5	124.6	8.6	0.0	106.9	165.1	229.5	898.8
	中学2年生	208	198.8	129.4	9.0	4.3	115.5	164.8	256.2	824.8
	高校2年生	281	212.5	129.4	7.7	19.0	120.0	188.3	280.6	867.8
男女計	3歳児	497	121.4	77.9	3.5	0.0	70.3	104.2	153.7	523.4
	就学前児	613	114.4	68.6	2.8	5.6	70.2	101.8	139.0	473.8
	小学5年生	434	191.2	123.2	5.9	0.0	107.2	166.7	250.8	898.8
	中学2年生	421	200.1	132.3	6.4	0.0	114.5	163.1	257.1	884.8
	高校2年生	462	213.9	125.8	5.9	18.9	122.4	195.4	283.4	867.8

きのこ類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	7.3	6.0	0.4	0.0	2.4	6.0	12.1	33.8
	就学前児	314	6.8	5.8	0.3	0.0	2.4	6.0	12.1	33.8
	小学5年生	222	11.1	9.7	0.7	0.0	4.2	10.6	21.1	59.1
	中学2年生	213	10.2	9.6	0.7	0.0	2.0	10.6	10.6	59.1
	高校2年生	181	9.8	10.0	0.7	0.0	2.0	10.6	10.6	59.1
女子	3歳児	234	7.1	6.5	0.4	0.0	2.3	5.8	11.6	32.5
	就学前児	299	6.6	4.9	0.3	0.0	2.3	5.8	11.6	32.5
	小学5年生	212	10.5	9.0	0.6	0.0	3.9	9.7	19.4	54.2
	中学2年生	208	10.6	9.8	0.7	0.0	3.9	9.7	19.4	54.2
	高校2年生	281	11.3	10.9	0.7	0.0	3.9	9.7	19.4	54.2
男女計	3歳児	497	7.2	6.2	0.3	0.0	2.4	5.8	11.6	33.8
	就学前児	613	6.7	5.3	0.2	0.0	2.4	5.8	11.6	33.8
	小学5年生	434	10.8	9.4	0.4	0.0	3.9	9.7	19.4	59.1
	中学2年生	421	10.4	9.7	0.5	0.0	3.9	9.7	19.4	59.1
	高校2年生	462	10.7	10.6	0.5	0.0	2.0	9.7	19.4	59.1

食品群別摂取量(性・調査対象別)

藻類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	5.4	5.8	0.4	0.0	1.4	2.9	7.2	40.5
	就学前児	314	5.0	5.5	0.3	0.0	1.4	2.9	7.2	40.5
	小学5年生	222	9.6	10.3	0.7	0.0	2.4	5.1	12.7	70.9
	中学2年生	213	9.5	11.6	0.8	0.0	2.4	5.1	12.7	70.9
	高校2年生	181	9.0	11.2	0.8	0.0	2.4	5.1	12.7	70.9
女子	3歳児	234	5.7	6.8	0.4	0.0	1.3	2.8	7.0	39.0
	就学前児	299	5.1	4.9	0.3	0.0	1.3	2.8	7.0	39.0
	小学5年生	212	7.7	8.5	0.6	0.0	2.2	4.6	11.6	32.5
	中学2年生	208	7.8	9.4	0.7	0.0	2.2	4.6	11.6	65.1
	高校2年生	281	8.1	10.2	0.6	0.0	2.2	4.6	11.6	65.1
男女計	3歳児	497	5.6	6.3	0.3	0.0	1.3	2.9	7.2	40.5
	就学前児	613	5.1	5.2	0.2	0.0	1.4	2.9	7.2	40.5
	小学5年生	434	8.7	9.5	0.5	0.0	2.2	4.6	12.7	70.9
	中学2年生	421	8.7	10.6	0.5	0.0	2.2	4.6	11.6	70.9
	高校2年生	462	8.5	10.6	0.5	0.0	2.2	4.6	11.6	70.9

果実類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	93.7	80.1	4.9	0.0	42.2	76.5	124.7	601.4
	就学前児	314	68.2	55.4	3.1	0.0	28.7	54.1	91.5	344.4
	小学5年生	222	103.8	118.9	8.0	0.0	32.1	74.6	129.2	796.6
	中学2年生	213	89.7	88.3	6.0	0.0	26.2	65.8	130.9	686.1
	高校2年生	181	117.6	157.2	11.7	0.0	21.3	60.3	161.3	1021.7
女子	3歳児	234	78.6	66.9	4.4	0.0	37.2	62.9	102.5	582.4
	就学前児	299	63.0	49.9	2.9	0.0	28.5	47.5	86.3	319.0
	小学5年生	212	89.1	83.8	5.8	0.0	31.7	59.6	124.5	548.2
	中学2年生	208	93.0	100.9	7.0	0.0	28.3	60.8	123.4	588.5
	高校2年生	281	91.6	98.7	5.9	0.0	27.1	60.0	120.1	764.2
男女計	3歳児	497	86.6	74.4	3.3	0.0	38.7	69.1	110.5	601.4
	就学前児	613	65.7	52.9	2.1	0.0	28.7	51.4	87.9	344.4
	小学5年生	434	96.6	103.4	5.0	0.0	31.7	66.2	128.6	796.6
	中学2年生	421	91.3	94.6	4.6	0.0	27.9	64.2	129.8	686.1
	高校2年生	462	101.8	125.4	5.8	0.0	25.2	60.3	126.6	1021.7

魚介類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	32.4	21.6	1.3	0.0	18.9	28.9	40.3	179.5
	就学前児	314	33.5	21.9	1.2	1.8	20.3	28.4	40.5	154.1
	小学5年生	222	60.2	56.8	3.8	0.0	25.3	47.2	70.9	398.2
	中学2年生	213	59.5	47.2	3.2	0.0	25.2	47.3	82.3	239.6
	高校2年生	181	63.7	52.3	3.9	0.0	30.4	52.5	84.9	340.7
女子	3歳児	234	36.6	30.7	2.0	0.0	20.3	28.8	44.6	298.9
	就学前児	299	33.2	25.1	1.5	0.0	18.4	28.8	41.5	317.0
	小学5年生	212	50.3	44.1	3.0	0.0	26.0	40.0	63.8	362.2
	中学2年生	208	52.4	47.9	3.3	0.0	23.1	38.3	63.7	418.4
	高校2年生	281	54.8	56.2	3.4	0.0	21.1	37.0	68.2	480.4
男女計	3歳児	497	34.4	26.3	1.2	0.0	19.4	28.8	41.1	298.9
	就学前児	613	33.4	23.5	0.9	0.0	19.8	28.6	40.5	317.0
	小学5年生	434	55.4	51.2	2.5	0.0	25.7	43.5	67.4	398.2
	中学2年生	421	56.0	47.6	2.3	0.0	24.0	42.1	72.3	418.4
	高校2年生	462	58.3	54.8	2.6	0.0	23.6	41.1	77.0	480.4

食品群別摂取量(性・調査対象別)

肉類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	52.3	29.7	1.8	6.8	37.5	43.4	61.5	245.0
	就学前児	314	51.6	23.1	1.3	8.1	39.1	43.4	61.5	205.6
	小学5年生	222	93.6	47.9	3.2	15.0	65.7	76.0	120.3	393.3
	中学2年生	213	98.6	51.9	3.6	14.2	68.4	79.8	130.5	401.9
	高校2年生	181	114.2	68.5	5.1	12.7	76.0	91.8	139.3	425.6
女子	3歳児	234	47.2	24.3	1.6	3.2	36.1	41.8	55.0	201.9
	就学前児	299	50.3	29.6	1.7	3.2	37.6	41.8	59.2	233.9
	小学5年生	212	83.8	44.8	3.1	2.2	60.3	69.7	107.7	390.5
	中学2年生	208	87.7	57.1	4.0	10.8	60.3	69.7	110.4	390.5
	高校2年生	281	96.7	51.4	3.1	0.0	63.9	81.4	120.9	360.8
男女計	3歳児	497	49.9	27.4	1.2	3.2	37.5	43.4	59.2	245.0
	就学前児	613	51.0	26.5	1.1	3.2	37.6	43.4	60.9	233.9
	小学5年生	434	88.8	46.6	2.2	2.2	62.8	76.0	110.4	393.3
	中学2年生	421	93.2	54.8	2.7	10.8	62.8	76.0	120.3	401.9
	高校2年生	462	103.6	59.2	2.8	0.0	69.7	88.7	127.8	425.6

卵類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	20.5	15.3	0.9	0.0	5.8	14.5	29.0	81.1
	就学前児	314	21.0	12.9	0.7	0.0	14.5	14.5	29.0	81.1
	小学5年生	222	38.1	25.0	1.7	0.0	25.3	25.3	50.7	141.9
	中学2年生	213	41.6	23.8	1.6	0.0	25.3	50.7	50.7	141.9
	高校2年生	181	52.4	35.3	2.6	0.0	25.3	50.7	70.9	141.9
女子	3歳児	234	19.4	14.5	0.9	0.0	13.9	13.9	27.8	78.0
	就学前児	299	20.9	12.9	0.7	0.0	13.9	13.9	27.8	78.0
	小学5年生	212	35.5	25.2	1.7	0.0	23.2	23.2	46.5	130.2
	中学2年生	208	38.3	26.2	1.8	0.0	23.2	23.2	65.1	130.2
	高校2年生	281	53.9	28.5	1.7	0.0	46.5	46.5	65.1	130.2
男女計	3歳児	497	20.0	14.9	0.7	0.0	13.9	14.5	29.0	81.1
	就学前児	613	21.0	12.9	0.5	0.0	13.9	14.5	29.0	81.1
	小学5年生	434	36.8	25.1	1.2	0.0	23.2	25.3	50.7	141.9
	中学2年生	421	39.9	25.0	1.2	0.0	23.2	46.5	65.1	141.9
	高校2年生	462	53.3	31.3	1.5	0.0	25.3	50.7	65.1	141.9

乳類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	200.5	149.4	9.2	5.4	97.8	159.8	306.9	962.8
	就学前児	314	200.6	134.0	7.6	5.4	108.1	165.0	276.3	902.0
	小学5年生	222	360.5	308.9	20.7	18.9	159.1	285.7	481.3	2143.1
	中学2年生	213	358.7	286.7	19.6	9.5	166.5	258.4	480.1	1575.0
	高校2年生	181	238.7	253.7	18.9	9.5	60.1	148.3	321.7	1844.0
女子	3歳児	234	191.5	151.0	9.9	5.2	95.7	146.7	260.0	1102.6
	就学前児	299	184.1	141.1	8.2	5.2	90.1	151.1	257.9	1151.2
	小学5年生	212	264.2	199.5	13.7	8.7	129.5	203.5	341.3	1466.1
	中学2年生	208	248.0	210.3	14.6	8.7	87.7	204.2	332.9	1494.6
	高校2年生	281	188.3	205.1	12.2	8.7	62.1	124.4	252.3	1847.9
男女計	3歳児	497	196.3	150.1	6.7	5.2	97.8	153.1	279.8	1102.6
	就学前児	613	192.5	137.7	5.6	5.2	100.4	157.4	268.8	1151.2
	小学5年生	434	313.5	265.4	12.7	8.7	148.3	235.3	422.5	2143.1
	中学2年生	421	304.0	257.6	12.6	8.7	138.0	237.4	390.5	1575.0
	高校2年生	462	208.1	226.5	10.5	8.7	60.1	135.6	280.6	1847.9

食品群別摂取量(性・調査対象別)

牛乳(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	107.5	124.6	7.7	0.0	14.5	72.4	108.1	810.8
	就学前児	314	106.7	110.9	6.3	0.0	36.2	72.4	108.6	810.8
	小学5年生	222	222.9	257.6	17.3	0.0	50.7	152.0	304.0	1418.6
	中学2年生	213	220.8	254.8	17.5	0.0	37.2	126.7	354.7	1418.6
	高校2年生	181	103.0	200.0	14.9	0.0	0.0	23.6	126.7	1418.6
女子	3歳児	234	100.7	106.8	7.0	0.0	34.8	69.6	104.4	779.6
	就学前児	299	96.7	114.4	6.6	0.0	13.9	69.6	97.5	779.6
	小学5年生	212	141.3	164.5	11.3	0.0	23.2	116.2	162.7	1301.7
	中学2年生	208	134.1	167.7	11.6	0.0	0.0	116.2	162.7	1057.6
	高校2年生	281	67.8	155.6	9.3	0.0	0.0	10.8	58.1	1301.7
男女計	3歳児	497	104.3	116.5	5.2	0.0	21.2	72.4	108.1	810.8
	就学前児	613	101.8	112.6	4.5	0.0	27.8	72.4	104.0	810.8
	小学5年生	434	183.0	220.7	10.6	0.0	25.3	126.7	186.0	1418.6
	中学2年生	421	178.0	220.2	10.7	0.0	21.7	126.7	190.0	1418.6
	高校2年生	462	81.6	175.0	8.1	0.0	0.0	10.8	81.4	1418.6

油脂類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	8.3	3.3	0.2	0.0	5.9	8.1	10.4	24.6
	就学前児	314	8.7	3.7	0.2	0.7	6.3	8.5	10.9	27.0
	小学5年生	222	15.6	6.3	0.4	0.0	11.4	14.9	19.2	42.3
	中学2年生	213	15.5	6.3	0.4	3.9	11.0	14.9	19.2	40.0
	高校2年生	181	16.6	8.8	0.7	0.0	10.8	15.5	20.6	56.5
女子	3歳児	234	8.1	3.6	0.2	1.2	5.5	7.8	10.3	26.0
	就学前児	299	8.1	3.2	0.2	0.0	6.1	7.8	9.8	23.8
	小学5年生	212	14.5	7.1	0.5	0.0	9.9	13.9	17.6	48.2
	中学2年生	208	13.7	7.4	0.5	0.0	8.4	12.2	17.3	42.6
	高校2年生	281	14.3	7.3	0.4	0.0	9.7	13.4	17.3	53.8
男女計	3歳児	497	8.2	3.5	0.2	0.0	5.8	7.9	10.4	26.0
	就学前児	613	8.4	3.5	0.1	0.0	6.2	8.0	10.5	27.0
	小学5年生	434	15.1	6.7	0.3	0.0	10.7	14.3	18.4	48.2
	中学2年生	421	14.6	6.9	0.3	0.0	9.8	13.7	18.2	42.6
	高校2年生	462	15.2	8.0	0.4	0.0	9.9	14.0	18.8	56.5

菓子類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	35.1	21.2	1.3	2.3	20.7	30.0	45.4	130.3
	就学前児	314	32.0	20.8	1.2	0.0	17.1	28.6	41.0	136.5
	小学5年生	222	55.6	41.3	2.8	0.0	25.1	46.9	79.6	344.2
	中学2年生	213	60.9	46.7	3.2	0.0	27.7	49.8	79.6	322.6
	高校2年生	181	54.9	49.4	3.7	0.0	21.2	38.8	69.6	245.4
女子	3歳児	234	37.5	21.3	1.4	1.3	22.6	34.8	47.3	129.0
	就学前児	299	33.0	22.2	1.3	0.0	17.4	28.6	42.2	157.6
	小学5年生	212	62.1	46.8	3.2	0.0	28.4	50.4	88.1	257.2
	中学2年生	208	54.4	43.8	3.0	0.0	23.2	41.8	69.2	243.8
	高校2年生	281	55.5	43.7	2.6	0.0	22.5	44.0	77.5	244.8
男女計	3歳児	497	36.2	21.3	1.0	1.3	21.3	32.8	46.4	130.3
	就学前児	613	32.5	21.5	0.9	0.0	17.1	28.6	41.0	157.6
	小学5年生	434	58.8	44.1	2.1	0.0	26.3	49.4	80.7	344.2
	中学2年生	421	57.7	45.4	2.2	0.0	25.3	45.6	75.6	322.6
	高校2年生	462	55.3	46.0	2.1	0.0	22.1	42.2	73.9	245.4

食品群別摂取量(性・調査対象別)

飲料類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	250.8	162.4	10.0	0.0	101.4	262.4	405.4	750.0
	就学前児	314	277.9	158.8	9.0	0.0	127.4	272.7	410.2	810.8
	小学5年生	222	494.7	340.8	22.9	0.0	193.1	507.1	725.1	1743.7
	中学2年生	213	538.8	339.2	23.2	0.0	216.7	536.2	743.1	2073.0
	高校2年生	181	588.2	388.7	28.9	0.0	236.4	612.2	813.7	2364.3
女子	3歳児	234	250.2	142.5	9.3	0.0	111.4	252.3	389.8	714.7
	就学前児	299	259.5	161.3	9.3	0.0	116.0	262.2	398.5	798.2
	小学5年生	212	461.4	279.7	19.2	0.0	204.9	484.2	669.7	1379.1
	中学2年生	208	451.9	313.8	21.8	0.0	175.8	437.8	665.3	1902.1
	高校2年生	281	449.6	308.4	18.4	0.0	177.2	437.8	670.2	1529.5
男女計	3歳児	497	250.5	153.2	6.9	0.0	101.4	253.4	389.8	750.0
	就学前児	613	268.9	160.2	6.5	0.0	120.7	272.7	405.0	810.8
	小学5年生	434	478.4	312.5	15.0	0.0	194.2	484.2	709.3	1743.7
	中学2年生	421	495.9	329.4	16.1	0.0	204.9	477.1	709.3	2073.0
	高校2年生	462	503.9	348.4	16.2	0.0	193.7	484.2	725.1	2364.3

調味料・香辛料類(g)

性別	年齢区分	対象数	平均値	標準偏差	標準誤差	最小値	25%点	中央値	75%点	最大値
男子	3歳児	263	27.8	13.2	0.8	2.0	19.0	26.0	36.6	72.8
	就学前児	314	28.2	12.3	0.7	1.6	20.1	25.1	36.7	73.1
	小学5年生	222	24.4	11.6	0.8	4.6	16.4	22.7	29.8	73.3
	中学2年生	213	26.5	12.1	0.8	4.7	17.9	24.1	32.2	74.5
	高校2年生	181	26.5	12.8	1.0	3.1	17.6	25.0	32.9	76.6
女子	3歳児	234	26.3	12.7	0.8	2.9	18.5	22.8	35.4	78.9
	就学前児	299	28.0	13.4	0.8	2.4	19.4	24.7	36.2	76.7
	小学5年生	212	22.1	9.7	0.7	2.0	16.0	19.9	26.3	53.8
	中学2年生	208	23.4	12.3	0.9	3.4	15.0	20.8	28.5	102.8
	高校2年生	281	22.7	11.8	0.7	4.8	15.3	19.6	27.0	79.4
男女計	3歳児	497	27.1	13.0	0.6	2.0	18.8	23.9	36.2	78.9
	就学前児	613	28.1	12.8	0.5	1.6	20.0	24.8	36.3	76.7
	小学5年生	434	23.3	10.8	0.5	2.0	16.2	21.3	27.7	73.3
	中学2年生	421	24.9	12.3	0.6	3.4	16.3	22.4	30.6	102.8
	高校2年生	462	24.2	12.4	0.6	3.1	15.9	21.7	29.5	79.4

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【たんぱく質(g)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		24.5	25.0	21.6	23.9	21.0
		11.3	11.0	15.8	19.5	14.2
いも類		1.0	1.1	1.2	1.1	1.0
		0.4	0.4	0.7	0.9	0.7
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		5.9	5.3	5.6	5.4	5.8
		2.4	2.3	4.0	4.0	3.7
緑黄色野菜		1.3	1.2	1.2	1.2	1.4
		0.5	0.5	0.8	0.9	0.9
その他野菜		1.8	1.8	1.9	1.9	2.1
		0.8	0.8	1.4	1.5	1.5
果実類		1.1	0.8	0.8	0.7	0.8
		0.4	0.4	0.4	0.4	0.4
魚介類		13.2	13.8	15.2	14.6	16.0
		6.0	6.0	9.6	10.6	8.7
肉類		19.2	19.1	21.2	20.5	23.8
		8.0	8.0	14.1	14.9	14.7
卵類		5.0	5.2	5.7	5.8	7.8
		1.8	1.8	3.1	6.2	6.2
乳類		16.3	16.3	17.7	16.7	12.4
		6.7	6.7	11.5	11.5	7.0
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		4.7	4.3	4.8	5.1	4.8
		2.1	1.8	3.3	3.6	2.7
嗜好飲料類		0.6	0.7	1.0	1.0	1.1
		0.3	0.3	0.9	0.9	0.9
調味料・香辛料類		5.4	5.5	2.0	2.2	2.1
		2.2	2.2	1.4	1.6	1.4

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		22.3	23.9	20.8	21.1	19.9
		9.8	10.7	13.3	13.9	13.8
いも類		1.1	1.1	1.3	1.0	1.0
		0.5	0.5	0.8	0.6	0.6
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		6.0	6.0	5.4	5.4	5.6
		2.3	2.7	3.1	3.1	3.4
緑黄色野菜		1.3	1.3	1.3	1.4	1.5
		0.5	0.5	0.8	0.8	0.9
その他野菜		1.9	1.9	2.1	2.2	2.1
		0.8	0.8	1.4	1.4	1.5
果実類		1.0	0.8	0.8	0.8	0.8
		0.4	0.3	0.4	0.4	0.4
魚介類		15.5	14.1	14.5	14.8	14.4
		6.1	5.9	8.1	7.7	7.7
肉類		18.1	19.2	22.2	23.0	25.0
		7.6	7.6	12.8	12.8	16.4
卵類		5.0	5.3	6.2	6.6	8.8
		1.7	1.7	2.9	2.9	6.2
乳類		16.5	15.5	15.8	14.7	12.4
		6.3	6.2	8.9	8.6	7.0
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		5.3	4.6	6.2	5.5	5.2
		2.4	2.0	3.4	2.9	3.1
嗜好飲料類		0.7	0.7	1.1	1.1	1.1
		0.3	0.3	0.8	0.8	0.9
調味料・香辛料類		5.2	5.6	2.1	2.3	2.2
		2.1	2.1	1.2	1.3	1.4

【脂質(g)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		11.2	11.0	6.8	7.0	6.5
		4.6	4.7	4.6	5.1	3.9
いも類		2.8	3.0	4.2	4.0	2.6
		0.7	0.7	2.3	2.3	1.1
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		4.2	3.6	3.8	3.8	4.1
		1.6	1.4	2.5	2.5	2.3
緑黄色野菜		0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
その他野菜		0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
果実類		0.2	0.2	0.1	0.1	0.1
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
魚介類		5.4	5.4	6.3	6.1	6.0
		2.1	2.1	3.6	3.5	2.9
肉類		14.5	14.0	15.6	15.9	18.8
		5.5	5.7	10.2	10.4	11.1
卵類		4.7	4.7	5.0	5.4	7.3
		1.5	1.5	2.6	5.2	5.2
乳類		19.7	20.8	20.0	19.6	15.4
		7.1	8.2	13.3	12.9	7.9
油脂類		18.1	18.5	19.6	18.7	21.0
		7.9	8.2	14.7	14.9	14.0
菓子類		13.4	12.8	14.4	14.7	13.5
		5.5	5.5	9.4	9.8	6.6
嗜好飲料類		0.1	0.1	0.0	0.1	0.1
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		5.3	5.4	3.6	4.1	4.0
		1.9	1.9	2.0	2.2	2.0

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		10.2	10.7	6.9	6.9	6.0
		4.4	4.6	4.3	4.2	3.6
いも類		3.1	2.7	3.6	3.0	2.4
		0.7	0.6	1.1	1.1	1.1
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		4.2	4.1	3.4	3.7	3.8
		1.5	1.7	2.0	2.0	2.2
緑黄色野菜		0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
その他野菜		0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
果実類		0.2	0.1	0.1	0.1	0.1
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
魚介類		6.0	5.5	5.3	5.8	5.6
		2.2	2.1	3.1	2.8	2.6
肉類		13.1	14.2	15.1	16.6	18.9
		5.2	5.4	9.0	8.8	11.8
卵類		4.5	4.9	5.1	5.8	7.9
		1.4	1.4	2.4	2.4	5.2
乳類		19.7	19.9	19.6	17.4	14.1
		6.8	7.1	11.7	9.4	7.9
油脂類		17.9	18.0	19.9	20.0	21.0
		7.7	7.6	13.7	11.9	13.8
菓子類		15.1	13.3	16.1	15.5	14.8
		5.8	5.3	9.9	8.2	8.2
嗜好飲料類		0.1	0.1	0.0	0.1	0.1
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		5.4	5.9	4.3	4.5	4.6
		1.9	2.3	2.0	2.0	2.0

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【飽和脂肪酸(g)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	7.7	7.5	5.5	5.9	5.6
いも類	1.0	1.0	1.2	1.4	1.1
砂糖・甘味料類	0.9	1.0	1.4	1.4	0.9
	0.1	0.1	0.3	0.3	0.1
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	2.1	1.8	1.9	1.9	2.2
	0.3	0.2	0.4	0.4	0.4
その他野菜	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	3.7	3.6	4.2	4.1	4.3
	0.5	0.5	0.8	0.8	0.6
肉類	15.6	14.9	16.8	17.2	21.3
	1.9	2.0	3.5	3.6	3.8
卵類	3.9	3.9	4.3	4.6	6.5
	0.4	0.4	0.7	1.4	1.4
乳類	37.3	39.2	37.9	37.7	30.8
	4.4	5.2	8.2	7.9	4.9
油脂類	7.9	8.1	8.4	8.5	9.2
	1.0	1.1	2.0	1.9	1.9
菓子類	18.4	17.5	18.2	17.0	17.5
	2.4	2.4	3.7	3.8	2.8
嗜好飲料類	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	2.1	2.1	1.2	1.4	1.4
	0.3	0.3	0.2	0.2	0.2

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	7.0	7.4	5.4	5.7	5.2
いも類	1.0	1.0	1.2	1.1	1.0
砂糖・甘味料類	1.0	0.9	1.2	1.0	0.9
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	2.1	2.1	1.7	1.9	2.0
	0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
その他野菜	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	4.0	3.8	3.6	4.0	4.0
	0.5	0.5	0.7	0.6	0.6
肉類	13.9	15.2	16.0	18.1	21.4
	1.8	1.9	3.2	3.1	4.2
卵類	3.8	4.1	4.3	5.0	7.1
	0.4	0.4	0.7	0.7	1.4
乳類	37.0	37.7	36.6	33.4	28.3
	4.2	4.4	7.2	5.8	4.9
油脂類	8.0	7.8	9.1	9.0	9.6
	1.0	1.0	1.8	1.7	1.8
菓子類	20.8	18.4	20.6	20.2	19.7
	2.7	2.3	4.1	3.2	3.2
嗜好飲料類	0.2	0.2	0.0	0.1	0.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	2.1	2.3	1.4	1.5	1.6
	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2

【炭水化物(g)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	64.4	65.6	62.3	65.7	63.8
	124.4	124.0	174.3	222.0	168.7
いも類	2.5	2.7	3.2	2.8	2.8
	4.1	4.5	7.1	8.8	6.8
砂糖・甘味料類	0.8	0.8	0.9	0.7	0.8
	1.6	1.7	2.9	2.6	2.2
豆類	0.7	0.6	0.7	0.6	0.7
	1.3	0.9	1.7	1.6	1.6
緑黄色野菜	2.0	1.6	1.8	1.5	2.0
	3.6	3.1	4.7	4.8	5.1
その他野菜	2.1	2.0	2.3	2.0	2.4
	3.7	3.9	6.8	7.3	7.1
果実類	5.3	4.1	4.1	3.3	4.0
	9.6	7.1	9.2	9.2	7.4
魚介類	0.3	0.2	0.3	0.3	0.4
	0.5	0.4	0.6	0.8	0.8
肉類	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2
	0.3	0.3	0.5	0.5	0.5
卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.1	0.2	0.2
乳類	7.7	8.3	8.8	7.9	6.5
	15.1	15.5	24.3	26.3	13.9
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	9.9	9.1	10.8	10.0	10.6
	18.3	17.3	28.2	30.9	23.3
嗜好飲料類	1.9	2.4	3.7	4.1	4.7
	1.6	2.6	6.7	9.9	5.4
調味料・香辛料類	2.3	2.3	1.0	1.0	1.0
	4.0	4.1	2.7	3.1	2.5

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	61.1	64.7	59.3	61.7	63.1
	109.7	116.0	140.3	158.0	165.3
いも類	2.9	2.7	3.5	2.9	3.0
	4.8	4.8	8.1	6.2	6.2
砂糖・甘味料類	0.9	0.8	1.0	1.0	0.9
	1.7	1.5	2.2	2.4	2.3
豆類	0.8	0.7	0.7	0.7	0.8
	1.2	1.2	1.4	1.4	1.4
緑黄色野菜	2.0	1.8	1.9	2.1	2.2
	3.4	3.2	4.3	4.8	5.1
その他野菜	2.4	2.2	2.6	2.7	2.6
	3.9	3.9	6.7	6.4	6.3
果実類	5.1	4.0	4.3	4.3	4.3
	8.0	6.6	7.9	7.8	8.1
魚介類	0.3	0.3	0.3	0.4	0.4
	0.5	0.5	0.7	0.6	0.6
肉類	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
	0.2	0.3	0.4	0.4	0.5
卵類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.2
乳類	8.4	8.2	8.8	7.7	6.8
	12.8	13.4	20.6	17.8	13.1
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	11.8	10.0	13.9	12.1	11.6
	20.4	17.1	29.7	24.5	26.5
嗜好飲料類	1.7	2.1	2.5	3.2	3.0
	1.4	2.2	3.9	3.7	3.9
調味料・香辛料類	2.4	2.4	1.1	1.1	1.1
	3.7	4.0	2.4	2.4	2.6

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【食物繊維(g)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		29.4	30.8	30.2	32.9	28.2
		2.3	2.2	3.1	3.7	2.6
いも類		5.1	5.8	7.2	6.7	6.1
		0.3	0.4	0.6	0.7	0.6
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		7.5	6.8	8.7	8.0	8.7
		0.4	0.4	0.6	0.6	0.6
緑黄色野菜		12.8	12.1	13.2	13.0	15.2
		0.9	0.8	1.3	1.5	1.5
その他野菜		17.7	17.8	21.1	20.3	22.8
		1.3	1.3	2.4	2.4	2.4
果実類		8.7	7.3	7.2	6.1	6.3
		0.6	0.4	0.5	0.5	0.5
魚介類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		6.4	6.5	8.0	8.0	7.8
		0.5	0.5	0.8	0.9	0.7
嗜好飲料類		0.3	0.4	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		11.9	12.6	4.5	5.0	4.8
		0.8	0.8	0.4	0.5	0.4

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		27.1	29.1	27.5	28.2	26.1
		2.0	2.2	2.7	2.9	2.6
いも類		5.6	5.5	7.2	5.8	6.0
		0.4	0.4	0.7	0.5	0.5
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		8.1	8.1	7.2	6.8	8.3
		0.4	0.4	0.5	0.5	0.4
緑黄色野菜		13.0	12.9	14.3	15.5	16.0
		0.9	0.9	1.3	1.4	1.6
その他野菜		18.8	18.2	22.3	22.9	22.6
		1.4	1.3	2.2	2.2	2.4
果実類		8.3	6.8	7.6	7.2	7.4
		0.5	0.4	0.5	0.5	0.5
魚介類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		7.4	6.6	9.3	8.5	8.7
		0.5	0.5	0.8	0.7	0.8
嗜好飲料類		0.4	0.5	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		11.3	12.3	4.5	5.0	4.9
		0.8	0.8	0.4	0.4	0.4

【食塩相当量(g)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		12.8	13.0	5.1	4.6	4.5
		1.1	1.1	0.5	0.5	0.4
いも類		0.3	0.3	0.6	0.6	0.3
		0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜		1.1	1.2	2.0	2.2	2.3
		0.0	0.1	0.1	0.1	0.1
その他野菜		1.0	1.0	1.7	1.9	1.8
		0.1	0.1	0.2	0.1	0.1
果実類		0.5	0.3	0.5	0.5	0.6
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類		4.9	4.9	7.0	7.0	7.8
		0.4	0.4	0.7	0.6	0.6
肉類		2.4	2.2	3.2	3.5	4.4
		0.2	0.2	0.4	0.4	0.4
卵類		0.9	0.9	1.3	1.4	1.8
		0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
乳類		4.9	4.9	6.8	6.6	5.7
		0.4	0.4	0.6	0.6	0.4
油脂類		0.1	0.2	0.2	0.3	0.2
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		2.9	2.5	3.6	3.9	3.3
		0.2	0.2	0.4	0.4	0.3
嗜好飲料類		0.0	0.0	0.1	0.1	0.2
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		68.1	68.5	68.0	67.5	67.2
		6.2	6.0	8.0	8.2	7.3

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		11.6	12.2	5.6	5.2	4.4
		1.0	1.1	0.5	0.4	0.4
いも類		0.3	0.3	0.5	0.4	0.3
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜		1.3	1.3	2.0	1.8	2.1
		0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
その他野菜		1.3	1.1	1.7	1.6	1.8
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
果実類		0.4	0.3	0.3	0.4	0.4
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類		5.5	5.1	6.6	6.9	6.7
		0.4	0.4	0.6	0.5	0.5
肉類		2.1	2.3	3.3	3.4	4.5
		0.2	0.2	0.3	0.3	0.4
卵類		0.9	0.9	1.3	1.4	2.0
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
乳類		5.1	4.8	6.3	5.7	5.8
		0.4	0.4	0.5	0.5	0.5
油脂類		0.2	0.1	0.3	0.2	0.2
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		3.0	2.7	4.1	3.6	3.3
		0.2	0.2	0.3	0.3	0.3
嗜好飲料類		0.0	0.1	0.0	0.1	0.1
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類		68.2	68.8	67.9	69.2	68.3
		5.8	5.9	6.9	7.0	7.4

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【カリウム(mg)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		9.0	9.4	8.1	9.5	8.1
		133.2	127.2	177.3	234.3	159.5
いも類		7.5	8.4	8.9	8.6	8.0
		94.3	104.5	160.2	208.9	160.2
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
豆類		5.7	5.2	5.6	5.4	5.9
		77.2	59.0	125.4	103.3	116.2
緑黄色野菜		12.0	10.9	10.5	10.9	12.9
		158.3	146.4	226.8	257.2	267.9
その他野菜		9.5	9.5	10.1	10.3	11.8
		131.9	136.6	242.5	251.5	280.4
果実類		9.7	7.4	7.0	6.2	7.1
		130.5	92.4	125.7	124.0	99.6
魚介類		6.0	6.6	7.0	6.8	7.7
		88.5	87.4	140.8	145.8	128.6
肉類		9.6	9.9	10.8	10.5	12.4
		129.7	129.2	228.8	241.1	233.7
卵類		1.6	1.8	1.9	1.9	2.7
		18.8	18.8	32.9	65.9	65.9
乳類		17.7	18.4	20.1	19.9	12.7
		214.3	231.5	410.1	410.6	181.5
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
菓子類		3.5	3.5	3.5	3.4	3.5
		50.2	49.2	78.1	85.3	61.1
嗜好飲料類		2.7	3.1	4.0	4.0	4.7
		47.5	47.6	119.8	120.1	116.4
調味料・香辛料類		5.6	5.9	2.5	2.7	2.6
		75.8	78.8	58.3	67.0	53.4

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		8.0	9.0	7.5	7.9	7.6
		114.2	123.2	154.8	165.1	164.0
いも類		8.2	8.2	9.5	7.8	8.1
		114.8	114.8	191.7	147.0	151.3
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		5.9	6.0	5.2	5.1	5.7
		79.4	74.2	93.4	93.4	94.7
緑黄色野菜		11.8	12.0	11.8	13.0	13.7
		151.1	152.3	220.5	241.6	272.8
その他野菜		10.2	10.2	11.3	11.8	11.7
		145.4	136.6	228.2	230.1	250.4
果実類		8.6	7.0	6.7	6.8	7.1
		104.0	82.7	104.5	98.7	113.7
魚介類		7.1	6.6	6.5	6.7	6.8
		89.3	88.6	120.2	110.6	111.5
肉類		9.0	9.8	11.1	11.6	12.9
		123.7	123.7	208.2	207.4	258.2
卵類		1.6	1.8	2.0	2.2	3.0
		18.1	18.1	30.2	30.2	65.9
乳類		17.2	17.0	16.7	15.7	11.9
		208.0	213.8	288.2	300.5	174.6
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.1	0.2	0.3	0.3	0.2
菓子類		4.0	3.6	4.4	4.0	4.0
		58.1	49.5	77.8	73.1	75.1
嗜好飲料類		2.9	3.1	4.6	4.5	4.6
		45.7	45.8	109.9	109.9	113.2
調味料・香辛料類		5.4	5.9	2.6	2.8	2.8
		70.9	78.1	50.6	53.4	55.3

【カルシウム(mg)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		11.8	12.2	4.3	4.6	4.7
		55.1	55.9	31.8	36.6	28.3
いも類		0.4	0.5	0.5	0.5	0.6
		1.9	2.3	2.7	4.1	3.1
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		5.9	5.4	5.8	5.7	7.0
		27.2	21.4	37.4	37.4	34.3
緑黄色野菜		5.2	4.8	4.9	5.4	7.0
		21.5	21.7	33.9	38.7	38.1
その他野菜		4.2	4.2	4.8	5.0	6.5
		18.4	19.8	35.4	36.8	41.7
果実類		1.9	1.4	1.4	1.2	1.5
		7.1	5.6	7.2	7.3	6.2
魚介類		6.3	6.5	7.6	7.3	9.4
		25.7	26.4	44.8	43.3	40.3
肉類		0.5	0.5	0.6	0.6	0.8
		2.2	2.2	4.0	4.3	4.6
卵類		2.0	2.1	2.4	2.5	3.8
		7.4	7.4	12.9	25.8	25.8
乳類		50.0	50.3	57.2	55.7	45.9
		212.6	213.6	371.7	362.8	221.0
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
菓子類		5.4	5.3	6.5	7.1	7.4
		24.9	24.1	44.9	50.4	35.6
嗜好飲料類		1.2	1.4	1.9	2.0	2.7
		5.9	6.7	14.6	17.1	14.9
調味料・香辛料類		5.3	5.4	2.1	2.4	2.6
		21.9	21.6	15.0	16.0	14.0

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		10.3	11.5	4.5	4.6	4.5
		48.8	51.6	28.5	28.4	27.2
いも類		0.5	0.5	0.6	0.5	0.6
		2.3	2.2	3.1	2.4	2.7
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		5.7	5.8	6.0	6.3	6.8
		25.5	26.2	31.0	34.3	34.3
緑黄色野菜		5.2	5.5	6.1	6.7	7.5
		21.4	21.9	34.7	36.0	38.1
その他野菜		4.5	4.6	5.6	6.0	6.4
		19.8	19.4	32.9	32.9	36.7
果実類		1.7	1.4	1.5	1.5	1.7
		6.8	5.3	7.1	6.5	6.4
魚介類		7.0	6.8	7.3	7.7	7.9
		25.6	25.5	39.8	35.8	30.8
肉類		0.5	0.5	0.6	0.7	0.8
		2.2	2.2	3.6	3.6	4.8
卵類		2.0	2.2	2.7	2.9	4.3
		7.1	7.1	11.9	11.9	25.8
乳類		49.8	48.5	52.5	50.1	45.5
		195.4	199.9	281.5	269.8	213.4
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.1
菓子類		6.4	5.7	8.2	8.1	8.9
		29.3	23.9	42.5	41.2	44.2
嗜好飲料類		1.3	1.4	2.0	2.2	2.4
		5.9	6.4	13.8	12.8	15.0
調味料・香辛料類		5.1	5.5	2.3	2.6	2.7
		21.0	21.6	13.3	14.0	14.2

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【マグネシウム(mg)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		25.8	26.2	22.5	26.6	22.0
		41.7	40.2	47.1	68.0	42.4
いも類		3.2	3.5	4.2	3.9	3.6
		4.6	4.9	8.1	9.4	7.4
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		10.1	9.2	10.5	9.7	11.1
		15.8	14.0	24.5	24.5	22.5
緑黄色野菜		5.9	5.4	5.6	5.7	6.9
		8.8	8.3	12.6	14.7	14.8
その他野菜		5.6	5.7	6.6	6.4	7.5
		9.0	9.4	16.9	17.4	18.9
果実類		4.7	3.6	3.7	3.1	3.6
		7.2	5.3	6.9	6.7	5.7
魚介類		7.3	8.0	9.3	8.7	10.4
		12.1	12.0	20.4	20.7	17.6
肉類		5.9	6.0	7.1	6.6	8.2
		9.0	9.0	15.9	16.7	16.3
卵類		1.2	1.3	1.5	1.5	2.1
		1.6	1.6	2.8	5.6	5.6
乳類		13.3	13.5	15.7	14.7	10.7
		19.9	20.0	32.7	34.8	17.8
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		4.9	4.7	5.6	5.6	5.6
		8.0	7.6	13.0	14.4	10.2
嗜好飲料類		2.1	2.5	3.0	2.9	3.5
		3.8	3.9	8.9	9.2	8.9
調味料・香辛料類		10.0	10.4	4.6	4.8	4.8
		15.4	15.3	11.6	12.8	10.8

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		23.2	25.6	21.0	22.1	20.7
		35.5	39.4	43.2	47.1	43.4
いも類		3.5	3.4	4.5	3.6	3.6
		5.2	5.2	8.6	6.4	6.6
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		10.3	10.2	10.2	10.1	10.8
		15.2	17.2	19.7	19.7	21.4
緑黄色野菜		6.0	5.9	6.5	7.1	7.5
		8.6	8.7	12.6	13.8	15.1
その他野菜		6.2	6.0	7.4	7.6	7.5
		9.9	9.2	15.8	16.4	17.0
果実類		4.3	3.4	3.6	3.6	3.8
		6.0	4.7	5.9	5.4	6.2
魚介類		8.7	7.9	8.9	9.0	9.1
		11.7	11.8	16.7	15.6	15.8
肉類		5.6	5.9	7.4	7.6	8.6
		8.6	8.6	14.5	14.4	17.9
卵類		1.2	1.3	1.7	1.7	2.4
		1.5	1.5	2.6	2.6	5.6
乳類		13.2	12.5	13.7	12.7	10.7
		18.1	18.9	24.8	24.3	17.5
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		5.6	4.9	6.8	6.4	6.5
		8.7	7.8	12.5	11.9	13.1
嗜好飲料類		2.4	2.5	3.4	3.4	3.5
		3.7	3.8	8.2	8.2	8.9
調味料・香辛料類		9.8	10.4	4.8	5.1	5.1
		14.3	15.1	9.9	10.3	10.8

【鉄(mg)】

男子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		18.9	19.4	14.8	16.0	12.9
		0.9	0.9	1.0	1.2	0.9
いも類		2.6	2.9	3.5	3.2	2.7
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		9.5	8.5	9.9	9.2	9.5
		0.4	0.4	0.6	0.6	0.6
緑黄色野菜		9.3	8.5	8.8	9.3	10.3
		0.4	0.4	0.6	0.7	0.7
その他野菜		4.2	4.2	5.0	4.8	5.2
		0.2	0.2	0.4	0.4	0.4
果実類		3.1	2.2	2.5	2.3	2.4
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
魚介類		7.5	8.2	9.5	8.7	8.9
		0.4	0.4	0.6	0.6	0.5
肉類		10.0	9.9	12.3	11.7	13.0
		0.4	0.4	0.7	0.8	0.9
卵類		6.8	7.2	8.4	8.3	10.8
		0.3	0.3	0.5	0.9	0.9
乳類		1.6	1.7	2.0	2.0	1.5
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		6.5	6.2	8.3	9.3	8.0
		0.3	0.3	0.6	0.7	0.5
嗜好飲料類		4.2	4.7	8.8	8.3	8.8
		0.3	0.3	0.9	0.9	0.8
調味料・香辛料類		15.9	16.4	6.3	6.8	6.1
		0.7	0.7	0.4	0.5	0.4

女子

食品群	(%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		17.2	18.3	13.6	13.8	11.9
		0.8	0.9	0.9	0.9	0.9
いも類		2.9	2.7	3.5	2.8	2.7
		0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
砂糖・甘味料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類		9.7	9.5	9.0	8.8	9.0
		0.4	0.4	0.5	0.5	0.6
緑黄色野菜		9.3	9.3	10.0	10.9	10.8
		0.4	0.4	0.6	0.7	0.7
その他野菜		4.6	4.4	5.3	5.4	5.1
		0.2	0.2	0.3	0.4	0.4
果実類		2.6	2.1	2.1	2.2	2.1
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
魚介類		8.8	7.9	8.5	8.6	8.1
		0.4	0.4	0.5	0.5	0.5
肉類		9.3	9.7	11.8	11.8	12.8
		0.4	0.4	0.8	0.7	0.9
卵類		6.7	7.1	8.7	9.2	11.9
		0.3	0.3	0.4	0.4	0.9
乳類		1.6	1.6	1.8	1.6	1.5
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
油脂類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類		7.5	6.5	9.5	9.1	9.0
		0.4	0.3	0.5	0.5	0.6
嗜好飲料類		4.6	4.6	10.0	9.0	8.9
		0.2	0.2	0.8	0.8	0.8
調味料・香辛料類		15.3	16.2	6.3	6.9	6.4
		0.7	0.7	0.4	0.4	0.4

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【亜鉛(mg)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	36.5	37.1	31.8	36.3	31.7
いも類	0.9	1.0	1.1	1.0	1.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	4.7	4.2	4.7	4.3	4.8
緑黄色野菜	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
その他野菜	2.7	2.7	3.0	2.9	3.2
果実類	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	5.4	6.0	7.0	6.7	7.8
肉類	18.0	17.9	20.9	19.3	23.1
卵類	4.0	4.2	4.7	4.7	6.5
乳類	15.6	15.8	17.6	15.9	12.5
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	5.0	4.5	4.7	4.3	4.5
嗜好飲料類	0.3	0.4	0.4	0.5	0.5
調味料・香辛料類	0.2	0.2	0.1	0.2	0.1

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	33.1	35.8	29.7	30.9	30.0
いも類	1.1	1.0	1.2	1.0	1.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	5.0	4.8	4.6	4.5	4.7
緑黄色野菜	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
その他野菜	3.0	2.9	3.4	3.5	3.3
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	6.8	6.1	6.6	6.7	6.8
肉類	17.5	17.9	22.2	22.5	24.0
卵類	4.1	4.3	5.3	5.5	7.4
乳類	16.6	15.2	16.1	14.8	12.7
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	5.8	4.9	6.2	5.4	4.9
嗜好飲料類	0.3	0.4	0.2	0.4	0.3
調味料・香辛料類	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1

【ビタミンA(μgRE)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	5.8	6.3	5.3	4.4	4.7
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	37.3	35.3	29.8	28.8	32.0
その他野菜	0.9	1.1	1.2	1.2	1.4
果実類	3.7	2.9	2.5	2.0	2.4
魚介類	6.6	7.6	8.8	8.1	8.1
肉類	20.7	20.6	35.3	37.0	34.4
卵類	14.9	12.8	18.8	22.7	20.6
乳類	5.9	6.1	11.0	11.7	11.4
油脂類	7.4	8.3	8.2	8.0	11.0
菓子類	21.7	21.7	38.0	76.0	76.0
嗜好飲料類	18.2	20.5	19.0	16.9	13.0
調味料・香辛料類	61.7	63.8	107.3	105.2	68.5
油脂類	0.7	0.8	0.7	0.7	0.6
菓子類	1.8	1.8	3.2	3.2	3.0
嗜好飲料類	4.0	3.9	5.3	6.8	5.8
調味料・香辛料類	15.9	11.7	27.6	40.6	26.7
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.3	0.4	0.4	0.4	0.3
調味料・香辛料類	0.8	1.1	1.7	1.7	1.3

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	5.9	5.8	6.6	5.8	4.5
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	36.9	36.5	34.4	39.2	35.1
その他野菜	1.0	1.2	1.3	1.3	1.4
果実類	3.1	4.0	6.7	6.7	8.6
魚介類	3.2	2.6	2.5	2.6	2.5
肉類	9.9	8.5	11.7	9.8	10.9
卵類	7.3	7.3	7.4	7.5	7.4
乳類	22.2	19.3	31.4	30.2	31.4
油脂類	13.8	15.3	12.8	9.7	16.1
菓子類	5.6	5.9	9.5	9.7	12.0
嗜好飲料類	7.3	8.0	8.9	9.6	12.4
調味料・香辛料類	20.9	20.9	34.9	34.9	76.0
嗜好飲料類	18.5	18.2	18.3	16.4	12.7
調味料・香辛料類	59.2	58.9	94.8	81.0	63.7
油脂類	0.8	0.7	1.1	0.8	0.8
菓子類	1.8	1.8	3.0	3.0	3.0
嗜好飲料類	4.7	4.0	6.4	6.5	6.7
調味料・香辛料類	16.8	13.0	28.5	29.1	30.1
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4
調味料・香辛料類	1.1	1.1	1.9	1.3	1.5

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【ビタミンD(μg)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	0.6	0.6	0.5	0.4	0.4
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	2.9	2.7	2.0	1.6	1.9
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	80.4	80.8	69.3	58.4	66.6
	3.9	3.7	6.4	5.8	5.0
肉類	1.4	1.4	1.2	1.1	1.4
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
卵類	6.8	6.9	5.9	5.4	7.8
	0.3	0.3	0.5	0.9	0.9
乳類	5.0	5.0	4.2	3.5	1.8
	0.2	0.2	0.4	0.4	0.0
油脂類	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	2.4	2.3	16.5	29.3	19.8
	0.1	0.1	0.3	2.0	0.3
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	0.6	0.6	0.6	0.5	0.4
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	2.6	2.6	2.5	2.3	2.2
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	82.0	81.3	69.8	66.0	60.8
	3.8	3.8	5.1	4.6	4.4
肉類	1.2	1.4	1.4	1.3	1.5
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
卵類	6.0	6.9	7.0	6.8	8.9
	0.3	0.3	0.4	0.4	0.9
乳類	4.6	4.4	4.0	3.3	1.5
	0.2	0.1	0.3	0.2	0.0
油脂類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	2.6	2.4	14.4	19.4	24.4
	0.1	0.1	0.3	0.5	0.4
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

【ビタミンB₁(mg)】

男子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	23.0	23.2	21.3	25.2	20.3
	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
いも類	4.4	5.0	5.0	4.6	4.4
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	5.1	4.8	4.6	4.2	4.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	6.4	5.7	5.3	5.1	6.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	5.6	5.8	5.8	5.5	6.5
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
果実類	7.0	5.3	4.7	3.8	4.6
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	5.0	5.3	5.5	5.1	5.9
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類	22.7	23.2	24.4	22.3	27.8
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
卵類	2.2	2.3	2.4	2.3	3.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類	12.9	13.5	13.9	13.0	8.5
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	4.4	4.3	6.2	7.9	6.6
	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0
嗜好飲料類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	1.4	1.5	0.7	0.7	0.7
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

女子

食品群 (%) 中央値	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	21.3	23.5	19.9	20.9	18.8
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
いも類	5.0	4.9	5.4	4.4	4.5
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	5.1	5.0	4.7	4.7	4.6
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	6.4	6.3	5.9	6.4	6.7
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
その他野菜	6.3	6.1	6.5	6.6	6.5
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1
果実類	6.3	5.0	4.6	4.7	4.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	6.0	5.4	5.2	5.2	5.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類	21.6	22.8	25.5	25.6	28.5
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
卵類	2.2	2.4	2.6	2.7	3.7
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
乳類	13.0	12.6	12.0	10.8	8.0
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.0
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	5.2	4.5	6.8	7.1	7.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
嗜好飲料類	0.1	0.1	0.0	0.2	0.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	1.5	1.5	0.8	0.8	0.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【ビタミンB₂(mg)】

男子

食品群 (%)	3歳児	就学前児	小学5年生	中学2年生	高校2年生
中央値	n=263	n=314	n=222	n=213	n=181
穀類	6.9	7.1	5.3	5.6	5.3
いも類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖・甘味料類	0.8	0.9	0.9	0.9	0.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	5.9	5.1	5.4	5.1	5.6
	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
その他野菜	4.5	4.0	3.6	3.8	4.6
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
果実類	2.9	2.8	2.7	2.6	3.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	2.0	1.5	1.3	1.1	1.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類	6.6	7.1	7.1	6.8	7.5
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
卵類	11.2	10.8	11.5	11.5	13.6
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
乳類	9.4	9.8	9.7	9.9	14.1
	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2
油脂類	32.9	33.3	33.6	32.6	22.7
	0.2	0.2	0.4	0.4	0.2
菓子類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
嗜好飲料類	6.0	5.7	6.6	7.7	7.2
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
調味料・香辛料類	8.3	9.1	11.3	11.1	12.9
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
	2.6	2.7	1.1	1.2	1.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

女子

食品群 (%)	3歳児	就学前児	小学5年生	中学2年生	高校2年生
中央値	n=234	n=299	n=212	n=208	n=281
穀類	6.3	6.8	5.3	5.4	5.0
いも類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖・甘味料類	0.9	0.9	1.0	0.8	0.8
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	6.3	6.3	4.7	4.6	5.4
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	4.4	4.5	4.2	4.8	4.8
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
果実類	3.0	2.9	3.0	3.2	3.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	1.7	1.4	1.3	1.3	1.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類	7.6	7.1	6.6	6.8	6.8
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
卵類	10.3	11.0	11.5	11.8	13.4
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
乳類	9.1	9.9	10.6	11.6	15.6
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.2
油脂類	32.0	31.3	29.0	27.5	21.3
	0.2	0.2	0.3	0.3	0.2
菓子類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
嗜好飲料類	7.0	6.1	8.0	8.0	8.3
	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1
調味料・香辛料類	8.8	9.0	13.4	12.8	12.9
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.2
	2.5	2.7	1.2	1.3	1.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

【ビタミンB₆(mg)】

男子

食品群 (%)	3歳児	就学前児	小学5年生	中学2年生	高校2年生
中央値	n=263	n=314	n=222	n=213	n=181
穀類	15.2	15.2	13.8	17.3	13.0
いも類	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1
砂糖・甘味料類	4.6	5.1	4.8	4.6	4.7
	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	4.5	4.1	4.2	3.9	4.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	7.9	7.1	6.6	6.4	7.5
	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1
魚介類	9.3	9.3	9.4	9.0	10.1
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
肉類	7.9	6.3	5.5	4.6	5.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	12.1	13.2	13.5	12.4	13.0
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
乳類	21.4	22.0	23.2	21.6	25.5
	0.1	0.1	0.2	0.3	0.3
油脂類	2.1	2.2	2.3	2.3	3.2
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	6.9	7.0	7.7	7.2	4.4
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	2.7	2.6	4.6	6.5	4.9
	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0
	2.1	2.4	2.8	2.7	3.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	3.3	3.5	1.4	1.5	1.4
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

女子

食品群 (%)	3歳児	就学前児	小学5年生	中学2年生	高校2年生
中央値	n=234	n=299	n=212	n=208	n=281
穀類	13.4	15.4	12.4	13.2	11.8
いも類	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
砂糖・甘味料類	5.0	5.1	5.5	4.4	4.7
	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	4.6	4.6	3.9	3.8	4.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	7.8	7.7	7.4	7.9	8.0
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1
魚介類	9.9	9.7	10.6	10.8	10.1
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
肉類	7.2	5.9	5.5	5.3	5.3
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	14.3	12.9	12.4	12.2	12.1
	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
乳類	20.3	21.6	24.0	24.3	26.2
	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3
油脂類	2.1	2.2	2.5	2.6	3.5
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	6.7	6.4	6.2	5.7	4.1
	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	3.0	2.7	4.7	5.0	5.6
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	2.3	2.3	3.4	3.0	3.1
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	3.2	3.5	1.5	1.5	1.5
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【ビタミンB₁₂(μg)】

男子

食品群 (%)	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	63.4	66.1	64.8	63.6	65.7
肉類	12.2	10.7	12.0	13.0	13.8
卵類	4.5	4.4	4.3	4.5	6.0
乳類	18.2	17.3	17.2	16.6	12.6
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	0.7	0.6	1.1	1.8	1.3
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3

女子

食品群 (%)	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	0.3	0.3	0.4	0.3	0.3
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
魚介類	67.6	65.7	63.9	65.0	63.9
肉類	10.2	11.4	12.2	11.8	13.8
卵類	4.0	4.5	5.1	5.4	7.1
乳類	16.6	16.7	16.8	15.6	12.9
油脂類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
菓子類	0.8	0.7	1.3	1.5	1.6
嗜好飲料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
調味料・香辛料類	0.6	0.6	0.3	0.4	0.3

【葉酸(μg)】

男子

食品群 (%)	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類	12.8	13.4	10.0	10.5	8.7
いも類	3.4	3.8	3.9	3.7	3.1
砂糖・甘味料類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
豆類	6.5	5.9	6.4	5.9	5.9
緑黄色野菜	18.2	16.9	15.5	16.4	17.7
その他野菜	16.0	16.7	17.7	17.7	19.4
果実類	7.6	5.8	5.4	4.7	4.7
魚介類	2.7	3.0	3.2	3.1	3.4
肉類	4.6	4.7	7.9	8.4	7.3
卵類	3.8	3.4	4.6	5.1	4.7
乳類	2.9	2.9	5.5	5.8	5.9
油脂類	4.4	4.8	5.0	4.9	6.3
菓子類	6.2	6.2	10.9	21.8	21.8
嗜好飲料類	5.0	5.0	4.9	4.3	3.2
調味料・香辛料類	7.7	7.2	12.5	12.2	7.1
穀類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
砂糖・甘味料類	2.3	2.2	3.2	4.2	3.1
豆類	4.1	3.5	7.8	10.8	6.6
緑黄色野菜	10.1	11.5	17.6	16.7	17.2
その他野菜	23.4	23.4	70.9	70.9	65.1
果実類	7.3	7.6	2.5	2.8	2.4
魚介類	11.1	11.2	6.8	7.5	6.4

女子

食品群 (%)	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類	11.6	12.3	9.5	9.3	8.1
いも類	21.4	22.2	27.6	26.0	25.1
砂糖・甘味料類	3.6	3.5	3.9	3.2	3.1
豆類	6.2	6.2	10.3	8.0	8.0
緑黄色野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
その他野菜	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
果実類	6.9	6.8	5.3	5.1	5.6
魚介類	8.8	9.6	10.8	11.6	10.8
肉類	17.9	18.3	17.1	19.0	18.8
卵類	29.4	30.1	46.3	46.9	50.9
乳類	17.0	17.5	18.5	19.4	18.7
油脂類	28.3	28.8	47.9	49.9	56.1
菓子類	7.0	5.6	5.2	5.1	5.1
嗜好飲料類	10.2	8.3	10.9	9.7	10.2
調味料・香辛料類	3.1	2.9	2.8	2.8	2.8
穀類	4.6	4.6	6.3	6.3	6.1
いも類	3.5	3.7	3.4	3.0	4.1
砂糖・甘味料類	2.8	2.8	4.7	4.6	6.2
豆類	4.3	4.6	5.0	5.3	7.0
緑黄色野菜	6.0	6.0	10.0	10.0	21.8
その他野菜	5.0	4.4	4.2	4.0	3.4
果実類	7.2	6.7	10.1	9.4	8.1
魚介類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
肉類	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
卵類	2.5	2.2	3.3	3.4	3.5
乳類	4.6	3.7	7.3	7.6	7.7
油脂類	10.7	10.7	19.5	17.7	17.5
菓子類	22.5	22.5	65.1	65.1	65.1
嗜好飲料類	6.8	7.4	2.4	2.7	2.5
調味料・香辛料類	10.8	11.1	6.2	6.2	6.3

栄養素摂取量の食品群別寄与率の内訳(性別)

【ビタミンC(mg)】

男子

食品群 中央値	(%)	3歳児 n=263	就学前児 n=314	小学5年生 n=222	中学2年生 n=213	高校2年生 n=181
穀類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類		7.7	9.4	8.3	8.2	7.4
砂糖・甘味料類		4.7	4.7	6.1	9.0	7.6
豆類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜		20.7	20.2	17.7	18.4	19.6
その他野菜		10.5	9.9	15.1	17.8	18.3
果実類		18.1	20.6	19.9	20.9	22.1
魚介類		10.0	10.7	20.3	19.5	22.2
肉類		36.7	30.0	25.8	22.7	22.8
卵類		18.1	13.8	18.0	17.8	15.1
乳類		0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
油脂類		0.1	0.2	0.2	0.3	0.3
菓子類		4.9	5.2	5.1	5.3	6.1
嗜好飲料類		3.0	3.0	5.2	5.2	5.7
調味料・香辛料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		1.7	1.9	1.7	1.6	0.8
		0.8	0.8	1.5	1.3	0.3
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	1.6	3.3	1.8
		0.0	0.0	0.0	1.9	0.0
		9.8	12.2	19.4	19.1	18.9
		7.6	7.6	26.6	26.6	24.4
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
		0.0	0.1	0.1	0.1	0.1

女子

食品群 中央値	(%)	3歳児 n=234	就学前児 n=299	小学5年生 n=212	中学2年生 n=208	高校2年生 n=281
穀類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
いも類		8.5	9.1	8.5	7.1	7.3
砂糖・甘味料類		5.3	4.7	7.8	5.6	6.1
豆類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
緑黄色野菜		20.4	21.4	17.7	19.6	19.7
その他野菜		10.3	10.6	14.9	15.9	18.6
果実類		19.8	21.8	20.6	21.7	20.8
魚介類		10.5	10.6	17.9	18.6	21.2
肉類		34.1	29.2	24.4	24.2	24.0
卵類		16.7	13.2	17.3	15.4	15.1
乳類		0.3	0.3	0.3	0.3	0.3
油脂類		0.2	0.2	0.2	0.2	0.2
菓子類		4.4	5.0	4.8	5.0	6.1
嗜好飲料類		2.7	2.9	4.3	4.4	6.1
調味料・香辛料類		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		1.7	1.6	1.4	1.3	0.8
		0.8	0.7	1.2	1.2	0.3
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		0.0	0.0	1.0	1.7	2.1
		0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
		10.7	11.4	21.2	19.1	18.9
		7.3	7.3	24.4	24.4	24.4
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
		0.1	0.1	0.1	0.1	0.1

食事摂取基準による栄養素摂取量判定(性・調査対象別)

たんぱく質(g) ※DGはエネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	20	0.4	13~20	37.6	0.4
	就学前児	314	25	1.6		43.3	0.3
	小学5年生	222	40	4.1		35.6	1.8
	中学2年生	213	50	6.6		45.5	1.4
	高校2年生	181	50	6.6		39.2	1.1
女子	3歳児	234	20	0.4	13~20	33.3	0.4
	就学前児	299	25	1.3		35.5	2.3
	小学5年生	212	40	8.5		32.6	1.4
	中学2年生	208	45	16.4		31.7	3.4
	高校2年生	281	45	18.9		25.3	4.6

脂質(g) ※DGはエネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	20~30	6.8	32.7
	就学前児	314	—	—		6.7	36.3
	小学5年生	222	—	—		5.0	54.5
	中学2年生	213	—	—		8.5	37.6
	高校2年生	181	—	—		11.1	34.3
女子	3歳児	234	—	—	20~30	4.3	46.2
	就学前児	299	—	—		4.7	38.8
	小学5年生	212	—	—		2.8	63.2
	中学2年生	208	—	—		7.7	49.0
	高校2年生	281	—	—		1.8	60.1

飽和脂肪酸(%エネルギー)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	10以下	69.6	30.4
	就学前児	314	—	—	10以下	63.7	36.3
	小学5年生	222	—	—	10以下	54.5	45.5
	中学2年生	213	—	—	10以下	70.9	29.1
	高校2年生	181	—	—	8以下	45.3	54.7
女子	3歳児	234	—	—	10以下	59.0	41.0
	就学前児	299	—	—	10以下	61.5	38.5
	小学5年生	212	—	—	10以下	46.2	53.8
	中学2年生	208	—	—	10以下	60.1	39.9
	高校2年生	281	—	—	8以下	23.5	76.5

炭水化物(g) ※DGはエネルギー比率(%)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	50~65	7.6	17.9
	就学前児	314	—	—		11.5	15.0
	小学5年生	222	—	—		20.7	10.8
	中学2年生	213	—	—		12.2	17.4
	高校2年生	181	—	—		12.7	19.3
女子	3歳児	234	—	—	50~65	12.8	7.3
	就学前児	299	—	—		10.7	10.0
	小学5年生	212	—	—		29.2	7.1
	中学2年生	208	—	—		21.6	13.9
	高校2年生	281	—	—		33.1	5.3

食事摂取基準による栄養素摂取量判定(性・調査対象別)

食物繊維(g)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	8以上	47.9	52.1
	就学前児	314	—	—	10以上	77.4	22.6
	小学5年生	222	—	—	13以上	64.0	36.0
	中学2年生	213	—	—	17以上	80.8	19.3
	高校2年生	181	—	—	19以上	90.6	9.4
女子	3歳児	234	—	—	8以上	52.1	47.9
	就学前児	299	—	—	10以上	79.3	20.7
	小学5年生	212	—	—	13以上	72.6	27.4
	中学2年生	208	—	—	17以上	88.0	12.0
	高校2年生	281	—	—	18以上	90.0	10.0

食塩相当量(g)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	3.5未満	0.0	100.0
	就学前児	314	—	—	4.5未満	0.3	99.7
	小学5年生	222	—	—	6.0未満	1.4	98.7
	中学2年生	213	—	—	7.0未満	3.3	96.7
	高校2年生	181	—	—	7.5未満	6.6	93.4
女子	3歳児	234	—	—	3.5未満	0.0	100.0
	就学前児	299	—	—	4.5未満	1.3	98.7
	小学5年生	212	—	—	6.0未満	3.8	96.2
	中学2年生	208	—	—	6.5未満	7.7	92.3
	高校2年生	281	—	—	6.5未満	7.1	92.9

カリウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	—	—	1400以上	34.2	65.8
	就学前児	314	—	—	1800以上	72.6	27.4
	小学5年生	222	—	—	2200以上	38.3	61.7
	中学2年生	213	—	—	2400以上	42.7	57.3
	高校2年生	181	—	—	3000以上	74.0	26.0
女子	3歳児	234	—	—	1400以上	42.7	57.3
	就学前児	299	—	—	1800以上	75.9	24.1
	小学5年生	212	—	—	2000以上	44.8	55.2
	中学2年生	208	—	—	2400以上	60.6	39.4
	高校2年生	281	—	—	2600以上	66.9	33.1

カルシウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	500	51.0	—	—	—
	就学前児	314	500	54.1	—	—	—
	小学5年生	222	600	36.0	—	—	—
	中学2年生	213	850	61.0	—	—	—
	高校2年生	181	650	54.1	—	—	—
女子	3歳児	234	450	49.6	—	—	—
	就学前児	299	450	51.2	—	—	—
	小学5年生	212	600	50.0	—	—	—
	中学2年生	208	700	63.9	—	—	—
	高校2年生	281	550	49.1	—	—	—

食事摂取基準による栄養素摂取量判定(性・調査対象別)

マグネシウム(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	80	0.8	—	—	—
	就学前児	314	110	4.1	—	—	—
	小学5年生	222	180	18.0	—	—	—
	中学2年生	213	250	42.3	—	—	—
	高校2年生	181	300	64.1	—	—	—
女子	3歳児	234	80	0.0	—	—	—
	就学前児	299	110	8.0	—	—	—
	小学5年生	212	180	31.6	—	—	—
	中学2年生	208	240	57.2	—	—	—
	高校2年生	281	260	64.4	—	—	—

鉄(mg) ※中学2年生・高校2年生女子は「月経あり」の基準値にて判定

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	4.0	21.7	—	—	—
	就学前児	314	5.0	48.4	—	—	—
	小学5年生	222	7.0	41.0	—	—	—
	中学2年生	213	8.0	46.0	—	—	—
	高校2年生	181	8.0	44.8	—	—	—
女子	3歳児	234	4.0	25.2	—	—	—
	就学前児	299	4.5	36.5	—	—	—
	小学5年生	212	7.0	48.6	—	—	—
	小学5年生*	212	10.0	84.0	—	—	—
	中学2年生	208	10.0	81.7	—	—	—
	高校2年生	281	8.5	63.0	—	—	—

* 月経ありの基準値及び判定

亜鉛(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	3	1.1	—	—	—
	就学前児	314	4	4.1	—	—	—
	小学5年生	222	6	9.9	—	—	—
	中学2年生	213	9	34.3	—	—	—
	高校2年生	181	10	40.3	—	—	—
女子	3歳児	234	3	2.1	—	—	—
	就学前児	299	3	0.3	—	—	—
	小学5年生	212	5	8.5	—	—	—
	中学2年生	208	7	30.3	—	—	—
	高校2年生	281	7	26.3	—	—	—

ビタミンA(μgRE)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	350	52.9	—	—	—
	就学前児	314	300	41.1	—	—	—
	小学5年生	222	450	73.4	—	—	—
	中学2年生	213	550	47.0	—	—	—
	高校2年生	181	650	56.4	—	—	—
女子	3歳児	234	350	47.0	—	—	—
	就学前児	299	300	40.5	—	—	—
	小学5年生	212	400	71.2	—	—	—
	中学2年生	208	500	47.1	—	—	—
	高校2年生	281	500	45.9	—	—	—

食事摂取基準による栄養素摂取量判定(性・調査対象別)

ビタミンB₁(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	0.6	60.5	—	—	—
	就学前児	314	0.7	85.4	—	—	—
	小学5年生	222	1.0	63.1	—	—	—
	中学2年生	213	1.2	70.9	—	—	—
	高校2年生	181	1.3	82.9	—	—	—
女子	3歳児	234	0.6	68.8	—	—	—
	就学前児	299	0.7	86.0	—	—	—
	小学5年生	212	0.9	66.5	—	—	—
	中学2年生	208	1.1	82.7	—	—	—
	高校2年生	281	1.0	76.2	—	—	—

ビタミンB₂(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	0.7	25.5	—	—	—
	就学前児	314	0.8	37.3	—	—	—
	小学5年生	222	1.1	17.1	—	—	—
	中学2年生	213	1.3	26.8	—	—	—
	高校2年生	181	1.4	42.0	—	—	—
女子	3歳児	234	0.6	13.2	—	—	—
	就学前児	299	0.7	26.1	—	—	—
	小学5年生	212	1.0	22.6	—	—	—
	中学2年生	208	1.2	38.9	—	—	—
	高校2年生	281	1.2	37.7	—	—	—

ビタミンB₆(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	0.5	10.3	—	—	—
	就学前児	314	0.7	47.1	—	—	—
	小学5年生	222	1.0	30.6	—	—	—
	中学2年生	213	1.2	46.0	—	—	—
	高校2年生	181	1.2	43.7	—	—	—
女子	3歳児	234	0.5	16.2	—	—	—
	就学前児	299	0.6	31.8	—	—	—
	小学5年生	212	1.0	49.1	—	—	—
	中学2年生	208	1.0	44.7	—	—	—
	高校2年生	281	1.0	41.6	—	—	—

ビタミンB₁₂(μg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	0.9	0.8	—	—	—
	就学前児	314	1.1	1.9	—	—	—
	小学5年生	222	1.6	0.9	—	—	—
	中学2年生	213	2.0	2.8	—	—	—
	高校2年生	181	2.0	6.1	—	—	—
女子	3歳児	234	0.9	0.9	—	—	—
	就学前児	299	1.1	1.7	—	—	—
	小学5年生	212	1.6	2.8	—	—	—
	中学2年生	208	2.0	5.3	—	—	—
	高校2年生	281	2.0	5.7	—	—	—

食事摂取基準による栄養素摂取量判定(性・調査対象別)

葉酸(μg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	90	2.7	—	—	—
	就学前児	314	110	7.0	—	—	—
	小学5年生	222	160	8.6	—	—	—
	中学2年生	213	200	14.6	—	—	—
	高校2年生	181	220	8.3	—	—	—
女子	3歳児	234	90	1.7	—	—	—
	就学前児	299	110	8.7	—	—	—
	小学5年生	212	160	9.4	—	—	—
	中学2年生	208	200	19.2	—	—	—
	高校2年生	281	200	17.1	—	—	—

ビタミンC(mg)

性別	年齢区分	対象数	推定平均必要量(EAR)		目標量(DG)		
			基準値	基準値未満の割合(%)	基準値	基準値未満の割合(%)	基準値を超える割合(%)
男子	3歳児	263	40	22.4	—	—	—
	就学前児	314	50	43.3	—	—	—
	小学5年生	222	70	24.8	—	—	—
	中学2年生	213	85	34.7	—	—	—
	高校2年生	181	85	34.3	—	—	—
女子	3歳児	234	40	23.5	—	—	—
	就学前児	299	50	47.5	—	—	—
	小学5年生	212	70	26.4	—	—	—
	中学2年生	208	85	42.8	—	—	—
	高校2年生	281	85	35.2	—	—	—

第5章

生活習慣調査結果（統計表）

生活習慣調査結果(調査対象別・性別)

ふだん朝起きる時間は何時頃ですか。(3歳・就学前・小5・中2・高2:問1)

	性別	総数	5時半まで		6時		6時半		7時		7時半		8時		8時半	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	3	0.9	35	10.5	101	30.4	128	38.6	46	13.9	14	4.2	3	0.9
	女子	285	1	0.4	28	9.8	72	25.3	122	42.8	50	17.5	11	3.9	0	0.0
	計	617	4	0.7	63	10.2	173	28.0	250	40.5	96	15.6	25	4.1	3	0.5
就学前児	男子	309	1	0.3	51	16.5	116	37.5	98	31.7	31	10.0	12	3.9	0	0.0
	女子	299	2	0.7	53	17.7	108	36.1	94	31.4	26	8.7	15	5.0	1	0.3
	計	608	3	0.5	104	17.1	224	36.8	192	31.6	57	9.4	27	4.4	1	0.2
小学5年生	男子	421	10	2.4	120	28.5	216	51.3	66	15.7	8	1.9	0	0.0	0	0.0
	女子	405	20	4.9	112	27.7	205	50.6	63	15.6	4	1.0	0	0.0	0	0.0
	計	826	30	3.6	232	28.1	421	51.0	129	15.6	12	1.5	0	0.0	0	0.0
中学2年生	男子	430	19	4.4	84	19.5	165	38.4	135	31.4	24	5.6	2	0.5	0	0.0
	女子	388	21	5.4	102	26.3	160	41.2	94	24.2	9	2.3	0	0.0	1	0.3
	計	818	40	4.9	186	22.7	325	39.7	229	28.0	33	4.0	2	0.2	1	0.1
高校2年生	男子	390	45	11.5	101	25.9	133	34.1	85	21.8	20	5.1	2	0.5	0	0.0
	女子	495	99	20.0	176	35.6	139	28.1	60	12.1	19	3.8	2	0.4	0	0.0
	計	885	144	16.3	277	31.3	272	30.7	145	16.4	39	4.4	4	0.5	0	0.0

	性別	総数	9時以降		未回答	
			人数	%	人数	%
3歳児	男子		0	0.0	2	0.6
	女子		1	0.4	0	0.0
	計		1	0.2	2	0.3
就学前児	男子		0	0.0	0	0.0
	女子		0	0.0	0	0.0
	計		0	0.0	0	0.0
小学5年生	男子		1	0.2	0	0.0
	女子		0	0.0	1	0.3
	計		1	0.1	1	0.1
中学2年生	男子		1	0.2	0	0.0
	女子		1	0.3	0	0.0
	計		2	0.2	0	0.0
高校2年生	男子		2	0.5	2	0.5
	女子		0	0.0	0	0.0
	計		2	0.2	2	0.2

ふだん夜寝る時間は何時頃ですか。(3歳・就学前・小5・中2・高2:問1)

	性別	総数	19時半まで		20時		20時半		21時		21時半		22時		22時半	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	6	1.8	19	5.7	23	6.9	122	36.8	85	25.6	51	15.4	16	4.8
	女子	286	6	2.1	6	2.1	23	8.0	94	32.9	85	29.7	59	20.6	10	3.5
	計	618	12	1.9	25	4.1	46	7.4	216	35.0	170	27.5	110	17.8	26	4.2
就学前児	男子	309	4	1.3	12	3.9	37	12.0	109	35.3	68	22.0	60	19.4	8	2.6
	女子	299	2	0.7	16	5.4	34	11.4	110	36.8	75	25.1	46	15.4	10	3.3
	計	608	6	1.0	28	4.6	71	11.7	219	36.0	143	23.5	106	17.4	18	3.0
小学5年生	男子	421	1	0.2	6	1.4	23	5.5	81	19.2	97	23.0	127	30.2	52	12.4
	女子	405	2	0.5	14	3.5	39	9.6	79	19.5	87	21.5	107	26.4	51	12.6
	計	826	3	0.4	20	2.4	62	7.5	160	19.4	184	22.3	234	28.3	103	12.5
中学2年生	男子	430	4	0.9	6	1.4	17	4.0	22	5.1	21	4.9	114	26.5	67	15.6
	女子	388	0	0.0	8	2.1	12	3.1	15	3.9	24	6.2	53	13.7	70	18.0
	計	818	4	0.5	14	1.7	29	3.6	37	4.5	45	5.5	167	20.4	137	16.8
高校2年生	男子	390	2	0.5	2	0.5	8	2.1	7	1.8	6	1.5	18	4.6	23	5.9
	女子	495	0	0.0	5	1.0	7	1.4	8	1.6	5	1.0	38	7.7	18	3.6
	計	885	2	0.2	7	0.8	15	1.7	15	1.7	11	1.2	56	6.3	41	4.6

	性別	総数	23時		23時半		0時		0時半		1時		1時以降		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子		5	1.5	1	0.3	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	0.9
	女子		3	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	計		8	1.3	1	0.2	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	0.5
就学前児	男子		9	2.9	2	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	女子		5	1.6	1	0.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	計		14	2.3	3	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
小学5年生	男子		22	5.2	9	2.1	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.5
	女子		19	4.7	5	1.2	2	0.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	計		41	5.0	14	1.7	3	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.2
中学2年生	男子		102	23.7	41	9.5	28	6.5	7	1.6	0	0.0	0	0.0	1	0.2
	女子		109	28.1	51	13.1	31	8.0	14	3.6	0	0.0	0	0.0	1	0.3
	計		211	25.8	92	11.3	59	7.2	21	2.6	0	0.0	0	0.0	2	0.2
高校2年生	男子		104	26.7	58	14.9	81	20.8	17	4.4	18	4.6	12	3.1	34	8.7
	女子		107	21.6	69	13.9	117	23.6	30	6.1	27	5.5	16	3.2	48	9.7
	計		211	23.8	127	14.4	198	22.4	47	5.3	45	5.1	28	3.2	82	9.3

朝食を食べますか。(3歳・就学前・小5・中2・高2:問2)

	性別	総数	毎日食べる		週()日食べる		食べない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	308	92.8	16	4.8	1	0.3	7	2.1
	女子	286	260	91.0	12	4.2	1	0.4	13	4.6
	計	618	568	91.9	28	4.5	2	0.3	20	3.2
就学前児	男子	309	294	95.2	9	2.9	1	0.3	5	1.6
	女子	299	287	96.0	10	3.3	1	0.3	1	0.3
	計	608	581	95.6	19	3.1	2	0.3	6	1.0
小学5年生	男子	421	370	87.9	31	7.4	10	2.4	10	2.4
	女子	405	348	85.9	38	9.4	9	2.2	10	2.5
	計	826	718	86.9	69	8.4	19	2.3	20	2.4
中学2年生	男子	430	379	88.1	35	8.1	6	1.4	10	2.3
	女子	388	318	82.0	52	13.4	12	3.1	6	1.6
	計	818	697	85.2	87	10.6	18	2.2	16	2.0
高校2年生	男子	390	308	79.0	47	12.1	27	6.9	8	2.1
	女子	495	424	85.7	58	11.7	7	1.4	6	1.2
	計	885	732	82.7	105	11.9	34	3.8	14	1.6

朝食を週何日食べますか。

	性別	総数	週1日		週2日		週3日		週4日		週5日		週6日		未回答	
			人数	%	人数	%										
3歳児	男子	16	1	6.3	1	6.3	4	25.0	4	25.0	6	37.5	0	0.0	0	0.0
	女子	12	0	0.0	0	0.0	3	25.0	5	41.7	4	33.3	0	0.0	0	0.0
	計	28	1	3.6	1	3.6	7	25.0	9	32.1	10	35.7	0	0.0	0	0.0
就学前児	男子	9	0	0.0	0	0.0	5	55.6	2	22.2	2	22.2	0	0.0	0	0.0
	女子	10	0	0.0	0	0.0	3	30.0	3	30.0	4	40.0	0	0.0	0	0.0
	計	19	0	0.0	0	0.0	8	42.1	5	26.3	6	31.6	0	0.0	0	0.0
小学5年生	男子	31	1	3.2	8	25.8	4	12.9	6	19.4	8	25.8	4	12.9	0	0.0
	女子	38	6	15.8	3	7.9	7	18.4	7	18.4	12	31.6	3	7.9	0	0.0
	計	69	7	10.1	11	15.9	11	15.9	13	18.8	20	29.0	7	10.1	0	0.0
中学2年生	男子	35	3	8.6	3	8.6	8	22.9	4	11.4	11	31.4	3	8.6	3	8.6
	女子	52	5	9.6	3	5.8	7	13.5	7	13.5	18	34.6	12	23.1	0	0.0
	計	87	8	9.2	6	6.9	15	17.2	11	12.6	29	33.3	15	17.2	3	3.5
高校2年生	男子	47	1	2.1	9	19.2	12	25.5	6	12.8	11	23.4	7	14.9	1	2.1
	女子	58	6	10.3	5	8.6	9	15.5	10	17.2	24	41.4	3	5.2	1	1.7
	計	105	7	6.7	14	13.3	21	20.0	16	15.2	35	33.3	10	9.5	2	1.9

朝食を食べない理由 (3歳・就学前・小5・中2・高2:問2) ※「-」は選択肢がない

	性別	総数	食べる時間がない		お腹がすいていない		習慣的に食べない		準備ができていない		ダイエット中		その他		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	17	3	17.7	10	58.8	3	17.7	0	0.0	-	-	1	5.9	0	0.0
	女子	13	2	15.4	7	53.8	1	7.7	0	0.0	-	-	3	23.1	0	0.0
	計	30	5	16.7	17	56.6	4	13.3	0	0.0	-	-	4	13.3	0	0.0
就学前児	男子	10	2	20.0	3	30.0	1	10.0	0	0.0	-	-	4	40.0	0	0.0
	女子	11	2	18.2	9	81.8	0	0.0	0	0.0	-	-	0	0.0	0	0.0
	計	21	4	19.0	12	57.1	1	4.8	0	0.0	-	-	4	19.0	0	0.0
小学5年生	男子	41	7	17.1	23	56.1	0	0.0	1	2.4	0	0.0	5	12.2	5	12.2
	女子	47	11	23.4	21	44.7	1	2.1	2	4.3	0	0.0	4	8.5	8	17.0
	計	88	18	20.5	44	50.0	1	1.1	3	3.4	0	0.0	9	10.2	13	14.8
中学2年生	男子	41	8	19.5	17	41.5	7	17.1	3	7.3	0	0.0	1	2.4	5	12.2
	女子	64	15	23.4	21	32.8	11	17.2	2	3.1	0	0.0	12	18.8	3	4.7
	計	105	23	21.9	38	36.2	18	17.1	5	4.8	0	0.0	13	12.4	8	7.6
高校2年生	男子	74	22	29.7	12	16.2	25	33.8	5	6.8	1	1.4	6	8.1	3	4.1
	女子	65	28	43.1	13	20.0	13	20.0	2	3.1	1	1.5	7	10.8	1	1.5
	計	139	50	36.0	25	18.0	38	27.3	7	5.0	2	1.4	13	9.4	4	2.9

ひとりで食事(朝食)をすることがありますか。(3歳児・就学前・小5・中2・高2:問3)

年齢区分	性別	総数	いつも		ときどき		ほとんどない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	28	8.4	41	12.3	261	78.6	2	0.6
	女子	286	14	4.9	34	11.9	237	82.9	1	0.3
	計	618	42	6.8	75	12.1	498	80.6	3	0.5
就学前児	男子	309	18	5.8	35	11.3	256	82.8	0	0.0
	女子	299	21	7.0	31	10.4	247	82.6	0	0.0
	計	608	39	6.4	66	10.9	503	82.7	0	0.0
小学5年生	男子	421	43	10.2	64	15.2	314	74.6	0	0.0
	女子	405	42	10.4	53	13.1	309	76.3	1	0.2
	計	826	85	10.3	117	14.2	623	75.4	1	0.1
中学2年生	男子	430	81	18.8	83	19.3	264	61.4	2	0.5
	女子	388	76	19.6	81	20.9	231	59.5	0	0.0
	計	818	157	19.2	164	20.0	495	60.5	2	0.2
高校2年生	男子	390	151	38.7	78	20.0	155	39.7	6	1.5
	女子	495	181	36.6	103	20.8	211	42.6	0	0.0
	計	885	332	37.5	181	20.5	366	41.4	6	0.7

ひとりで食事(夕食)をすることがありますか。(3歳児・就学前・小5・中2・高2:問3)

年齢区分	性別	総数	いつも		ときどき		ほとんどない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	16	4.8	16	4.8	298	89.8	2	0.6
	女子	286	7	2.4	14	4.9	264	92.3	1	0.3
	計	618	23	3.7	30	4.9	562	90.9	3	0.5
就学前児	男子	309	7	2.3	7	2.3	295	95.5	0	0.0
	女子	299	11	3.7	5	1.7	283	94.6	0	0.0
	計	608	18	3.0	12	2.0	578	95.1	0	0.0
小学5年生	男子	421	16	3.8	37	8.8	368	87.4	0	0.0
	女子	405	13	3.2	33	8.1	359	88.6	0	0.0
	計	826	29	3.5	70	8.5	727	88.0	0	0.0
中学2年生	男子	430	14	3.3	64	14.9	349	81.2	3	0.7
	女子	388	10	2.6	79	20.4	298	76.8	1	0.3
	計	818	24	2.9	143	17.5	647	79.1	4	0.5
高校2年生	男子	390	55	14.1	97	24.9	235	60.3	3	0.8
	女子	495	34	6.9	129	26.1	330	66.7	2	0.4
	計	885	89	10.1	226	25.5	565	63.8	5	0.6

排便の回数をお聞きます。(3歳児・就学前・小5・中2・高2:問4)

年齢区分	性別	総数	毎日		2日に1回		週に1~2回		その他		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	218	65.7	92	27.7	18	5.4	3	0.9	1	0.3
	女子	286	164	57.3	95	33.2	21	7.3	5	1.7	1	0.3
	計	618	382	61.8	187	30.3	39	6.3	8	1.3	2	0.3
就学前児	男子	309	188	60.8	98	31.7	16	5.2	6	1.9	1	0.3
	女子	299	183	61.2	92	30.8	22	7.4	1	0.3	1	0.3
	計	608	371	61.0	190	31.3	38	6.3	7	1.2	2	0.3
小学5年生	男子	421	245	58.2	134	31.8	35	8.3	5	1.2	2	0.5
	女子	405	186	45.9	140	34.6	71	17.5	4	1.0	4	1.0
	計	826	431	52.2	274	33.2	106	12.8	9	1.1	6	0.7
中学2年生	男子	430	307	71.4	99	23.0	19	4.4	3	0.7	2	0.5
	女子	388	203	52.3	135	34.8	43	11.1	7	1.8	0	0.0
	計	818	510	62.3	234	28.6	62	7.6	10	1.2	2	0.2
高校2年生	男子	390	293	75.1	82	21.0	12	3.1	2	0.5	1	0.3
	女子	495	237	47.9	171	34.5	78	15.8	9	1.8	0	0.0
	計	885	530	59.9	253	28.6	90	10.2	11	1.2	1	0.1

月に1回以上体の調子が悪くなることがありますか。(小5・中2・高2:問5)

年齢区分	性別	総数	はい		いいえ		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	421	94	22.3	327	77.7	0	0.0
	女子	405	101	24.9	304	75.1	0	0.0
	計	826	195	23.6	631	76.4	0	0.0
中学2年生	男子	430	109	25.3	321	74.7	0	0.0
	女子	388	143	36.9	245	63.1	0	0.0
	計	818	252	30.8	566	69.2	0	0.0
高校2年生	男子	390	99	25.4	288	73.8	3	0.8
	女子	495	185	37.4	308	62.2	2	0.4
	計	885	284	32.1	596	67.3	5	0.6

次のようなことがよくありますか。(小5・中2・高2:問6)※複数回答

年齢区分	性別	総数	たちくらみ・めまい		立っていると気持ち悪くなる、倒れる		ふろに入った時やいやなことの見聞きで気分が悪くなる		朝なかなか起きられない		午前中調子が悪い		顔色が青白い	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	421	10	2.4	3	0.7	19	4.5	134	31.8	18	4.3	3	0.7
	女子	405	24	5.9	8	2.0	33	8.1	152	37.5	24	5.9	5	1.2
	計	826	34	4.1	11	1.3	52	6.3	286	34.6	42	5.1	8	1.0
中学2年生	男子	430	63	14.6	10	2.3	12	2.8	117	27.2	22	5.1	3	0.7
	女子	388	99	25.5	12	3.1	40	10.3	145	37.4	39	10.1	6	1.5
	計	818	162	19.8	22	2.7	52	6.4	262	32.0	61	7.5	9	1.1
高校2年生	男子	390	80	20.5	5	1.3	18	4.6	106	27.2	24	6.2	3	0.8
	女子	495	175	35.4	12	2.4	51	10.3	206	41.6	31	6.3	10	2.0
	計	885	255	28.8	17	1.9	69	7.8	312	35.3	55	6.2	13	1.5

年齢区分	性別	総数	食欲がない		おなかが痛い		体がだるい・疲れやすい		頭が痛い		その他		特にない	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子		25	5.9	56	13.3	69	16.4	53	12.6	8	1.9	211	50.1
	女子		25	6.2	83	20.5	65	16.0	65	16.0	11	2.7	163	40.2
	計		50	6.1	139	16.8	134	16.2	118	14.3	19	2.3	374	45.3
中学2年生	男子		13	3.0	47	10.9	76	17.7	51	11.9	4	0.9	202	47.0
	女子		22	5.7	91	23.5	116	29.9	93	24.0	12	3.1	116	29.9
	計		35	4.3	138	16.9	192	23.5	144	17.6	16	2.0	318	38.9
高校2年生	男子		16	4.1	56	14.4	85	21.8	53	13.6	6	1.5	172	44.1
	女子		31	6.3	112	22.6	167	33.7	140	28.3	16	3.2	127	25.7
	計		47	5.3	168	19.0	252	28.5	193	21.8	22	2.5	299	33.8

外遊びや体を動かす習慣がありますか。(保育園・幼稚園や習い事含む)(3歳・就学前:問5)

	性別	総数	ある		ない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	327	98.5	4	1.2	1	0.3
	女子	286	284	99.3	1	0.3	1	0.3
	計	618	611	98.9	5	0.8	2	0.3
就学前児	男子	309	306	99.0	3	1.0	0	0.0
	女子	299	298	99.7	1	0.3	0	0.0
	計	608	604	99.3	4	0.7	0	0.0

体育以外で、ふだん運動をしていますか。(部活や習い事含む)(小5・中2・高2:問7)

	性別	総数	はい		いいえ		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	421	308	73.2	110	26.1	3	0.7
	女子	405	274	67.7	131	32.3	0	0.0
	計	826	582	70.5	241	29.2	3	0.4
中学2年生	男子	430	369	85.8	52	12.1	9	2.1
	女子	388	262	67.5	124	32.0	2	0.5
	計	818	631	77.1	176	21.5	11	1.3
高校2年生	男子	390	283	72.6	102	26.2	5	1.3
	女子	495	251	50.7	242	48.9	2	0.4
	計	885	534	60.3	344	38.9	7	0.8

家に帰ってから主にどんなことをしていますか。(小5:問8)

	性別	総数	外で遊ぶ		テレビ、動画、ゲーム		習い事(運動系)		習い事(運動以外)		その他		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	421	71	16.9	206	48.9	92	21.9	17	4.0	32	7.6	3	0.7
	女子	405	76	18.8	180	44.4	55	13.6	36	8.9	58	14.3	0	0.0
	計	826	147	17.8	386	46.7	147	17.8	53	6.4	90	10.9	3	0.4

家で食べるおやつについてお聞きします。
おさまのおやつの適量を知っていますか。(3歳・就学前:問6ーア)

	性別	総数	知っている		知らない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	201	60.5	128	38.6	3	0.9
	女子	286	189	66.1	94	32.9	3	1.0
	計	618	390	63.1	222	35.9	6	1.0
就学前児	男子	309	207	67.0	91	29.4	11	3.6
	女子	299	209	69.9	78	26.1	12	4.0
	計	608	416	68.4	169	27.8	23	3.8

おやつの量について (3歳・就学前:問6ーイ)

	性別	総数	子どもが欲しがるだけ		親が決めた量		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	38	11.4	292	88.0	2	0.6
	女子	286	28	9.8	255	89.2	3	1.0
	計	618	66	10.7	547	88.5	5	0.8
就学前児	男子	309	28	9.1	269	87.1	12	3.9
	女子	299	38	12.7	249	83.3	12	4.0
	計	608	66	10.9	518	85.2	24	3.9

おやつを食べる時間について (3歳・就学前:問6ーウ)

	性別	総数	決まった時間		子どもが欲しがる時		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	227	68.4	100	30.1	5	1.5
	女子	286	212	74.1	70	24.5	4	1.4
	計	618	439	71.0	170	27.5	9	1.5
就学前児	男子	309	183	59.2	115	37.2	11	3.6
	女子	299	188	62.9	98	32.8	13	4.3
	計	608	371	61.0	213	35.0	24	3.9

おやつを食べ過ぎて、食事が食べられないことがありますか。(3歳・就学前:問7)

	性別	総数	よくある		時々ある		ほとんどない		全くない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	7	2.1	144	43.4	138	41.6	41	12.3	2	0.6
	女子	286	8	2.8	121	42.3	124	43.4	30	10.5	3	1.0
	計	618	15	2.4	265	42.9	262	42.4	71	11.5	5	0.8
就学前児	男子	309	7	2.3	107	34.6	136	44.0	47	15.2	12	3.9
	女子	299	8	2.7	109	36.5	123	41.1	47	15.7	12	4.0
	計	608	15	2.5	216	35.5	259	42.6	94	15.5	24	3.9

夕食は何時頃から食べ始めますか。(3歳児・就学前:問8)(小5:問9)(中2・高2:問8)

年齢区分	性別	総数	19時前		19時台		20時台		21時以降		食べない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	144	43.4	173	52.1	12	3.6	1	0.3	0	0.0	2	0.6
	女子	286	120	42.0	154	53.9	9	3.2	0	0.0	0	0.0	3	1.1
	計	618	264	42.7	327	52.9	21	3.4	0	0.0	0	0.0	5	0.8
就学前児	男子	309	117	37.9	155	50.2	25	8.1	0	0.0	0	0.0	12	3.9
	女子	299	125	41.8	147	49.2	14	4.7	1	0.3	0	0.0	12	4.0
	計	608	242	39.8	302	49.7	39	6.4	1	0.2	0	0.0	24	3.9
小学5年生	男子	421	139	33.0	231	54.9	46	10.9	1	0.2	0	0.0	4	1.0
	女子	405	126	31.1	242	59.8	31	7.7	3	0.7	0	0.0	3	0.7
	計	826	265	32.1	473	57.3	77	9.3	4	0.5	0	0.0	7	0.8
中学2年生	男子	430	83	19.3	250	58.1	68	15.8	18	4.2	2	0.5	9	2.1
	女子	388	91	23.5	228	58.8	62	16.0	5	1.3	1	0.3	1	0.3
	計	818	174	21.3	478	58.4	130	15.9	23	2.8	3	0.4	10	1.2
高校2年生	男子	393	48	12.2	176	44.8	129	32.8	34	8.7	0	0.0	6	1.5
	女子	495	76	15.4	246	49.7	150	30.3	20	4.0	1	0.2	2	0.4
	計	885	124	14.0	419	47.3	279	31.5	54	6.1	1	0.1	8	0.9

夜食(夕食後から眠るまでの間)を食べますか。(3歳児・就学前:問9)(小5:問10)(中2・高2:問9)

年齢区分	性別	総数	毎日食べる		週()日食べる		食べない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	47	14.2	60	18.1	222	66.9	3	0.9
	女子	286	52	18.2	50	17.5	175	61.2	9	3.2
	計	618	99	16.0	110	17.8	397	64.2	12	1.9
就学前児	男子	309	40	12.9	58	18.8	196	63.4	15	4.9
	女子	299	41	13.7	48	16.1	195	65.2	15	5.0
	計	608	81	13.3	106	17.4	391	64.3	30	4.9
小学5年生	男子	421	90	21.4	103	24.5	222	52.7	6	1.4
	女子	405	96	23.7	111	27.4	191	47.2	7	1.7
	計	826	186	22.5	214	25.9	413	50.0	13	1.6
中学2年生	男子	430	121	28.1	85	19.8	214	49.8	10	2.3
	女子	388	108	27.8	92	23.7	182	46.9	6	1.5
	計	818	229	28.0	177	21.6	396	48.4	16	2.0
高校2年生	男子	390	138	35.4	70	17.9	176	45.1	6	1.5
	女子	495	139	28.1	87	17.6	264	53.3	5	1.0
	計	885	277	31.3	157	17.7	440	49.7	11	1.2

夜食は週何日食べますか。

年齢区分	性別	総数	週1回		週2回		週3回		週4回		週5回		週6回		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	60	6	10.0	30	50.0	16	26.7	5	8.3	2	3.3	0	0.0	1	1.7
	女子	50	9	18.0	13	26.0	20	40.0	6	12.0	1	2.0	0	0.0	1	2.0
	計	110	15	13.6	43	39.1	36	32.7	11	10.0	3	2.7	0	0.0	2	1.8
就学前児	男子	58	14	24.1	17	29.3	20	34.5	3	5.2	4	6.9	0	0.0	0	0.0
	女子	48	8	16.7	17	35.4	15	31.3	7	14.6	0	0.0	0	0.0	1	2.1
	計	106	22	20.8	34	32.1	35	33.0	10	9.4	4	3.8	0	0.0	1	0.9
小学5年生	男子	103	14	13.6	35	34.0	34	33.0	12	11.7	6	5.8	1	1.0	1	1.0
	女子	111	20	18.0	33	29.7	38	34.2	13	11.7	6	5.4	0	0.0	1	0.9
	計	214	34	15.9	68	31.8	72	33.6	25	11.7	12	5.6	1	0.5	2	0.9
中学2年生	男子	85	14	16.5	24	28.2	28	32.9	11	12.9	8	9.4	0	0.0	0	0.0
	女子	92	16	17.4	27	29.3	35	38.0	3	3.3	7	7.6	3	3.3	1	1.1
	計	177	30	16.9	51	28.8	63	35.6	14	7.9	15	8.5	3	1.7	1	0.6
高校2年生	男子	70	13	18.6	22	31.4	23	32.9	7	10.0	4	5.7	0	0.0	1	1.4
	女子	87	10	11.5	32	36.8	31	35.6	7	8.0	6	6.9	0	0.0	1	1.1
	計	157	23	14.6	54	34.4	54	34.4	14	8.9	10	6.4	0	0.0	2	1.3

ゆっくりよく噛んで食べる習慣がありますか。(3歳児・就学前:問10)

年齢区分	性別	総数	ある		ない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	247	74.4	82	24.7	3	0.9
	女子	286	234	81.8	48	16.8	4	1.4
	計	618	481	77.8	130	21.0	7	1.1
就学前児	男子	309	216	69.9	81	26.2	12	3.9
	女子	299	248	82.9	39	13.0	12	4.0
	計	608	464	76.3	120	19.7	24	3.9

睡眠はとれていますか。(小5:問11)(中2・高2:問10)

年齢区分	性別	総数	十分とれている		時々睡眠不足		毎日睡眠不足		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	421	273	64.8	126	29.9	15	3.6	7	1.7
	女子	405	257	63.5	127	31.4	14	3.5	7	1.7
	計	826	530	64.2	253	30.6	29	3.5	14	1.7
中学2年生	男子	430	239	55.6	166	38.6	13	3.0	12	2.8
	女子	388	158	40.7	195	50.3	27	7.0	8	2.1
	計	818	397	48.5	361	44.1	40	4.9	20	2.4
高校2年生	男子	390	144	36.9	197	50.5	39	10.0	10	2.6
	女子	495	149	30.1	274	55.4	67	13.5	5	1.0
	計	885	293	33.1	471	53.2	106	12.0	15	1.7

睡眠不足は週何日ありますか。

年齢区分	性別	総数	週1回		週2回		週3回		週4回		週5回		週6回		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小学5年生	男子	126	23	18.3	43	34.1	22	17.5	9	7.1	5	4.0	1	0.8	23	18.3
	女子	127	20	15.7	42	33.1	35	27.6	7	5.5	5	3.9	0	0.0	18	14.2
	計	253	43	17.0	85	33.6	57	22.5	16	6.3	10	4.0	1	0.4	41	16.2
中学2年生	男子	166	21	12.7	55	33.1	24	14.5	15	9.0	8	4.8	1	0.6	42	25.3
	女子	195	12	6.2	51	26.2	54	27.7	22	11.3	13	6.7	2	1.0	41	21.0
	計	361	33	9.1	106	29.4	78	21.6	37	10.2	21	5.8	3	0.8	83	23.0
高校2年生	男子	197	13	6.6	49	24.9	44	22.3	18	9.1	10	5.1	1	0.5	62	31.5
	女子	274	16	5.8	51	18.6	69	25.2	29	10.6	22	8.0	0	0.0	87	31.8
	計	471	29	6.2	100	21.2	113	24.0	47	10.0	32	6.8	1	0.2	149	31.6

お子さまの体格(肥満度)について、母子手帳の幼児身長体重曲線などを活用し定期的に確認していますか。
(3歳児・就学前:問11)

年齢区分	性別	総数	している		していない		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	150	45.2	180	54.2	2	0.6
	女子	286	136	47.6	147	51.4	3	1.0
	計	618	286	46.3	327	52.9	5	0.8
就学前児	男子	309	136	44.0	162	52.4	11	3.6
	女子	299	157	52.5	130	43.5	12	4.0
	計	608	293	48.2	292	48.0	23	3.8

新型コロナウイルス感染症の影響により、生活習慣(食事や睡眠や運動)に変化はありましたか。
(3歳児・就学前・小5:問12)(中2・高2:問11)

年齢区分	性別	総数	大きく変化した		少し変化した		特に変化する		未回答	
			人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
3歳児	男子	332	5	1.5	48	14.5	275	82.8	4	1.2
	女子	286	10	3.5	41	14.3	230	80.4	5	1.7
	計	618	15	2.4	89	14.4	505	81.7	9	1.5
就学前児	男子	309	9	2.9	53	17.2	236	76.4	11	3.6
	女子	299	11	3.7	61	20.4	215	71.9	12	4.0
	計	608	20	3.3	114	18.8	451	74.2	23	3.8
小学5年生	男子	421	32	7.6	124	29.5	263	62.5	2	0.5
	女子	405	23	5.7	109	26.9	271	66.9	2	0.5
	計	826	55	6.7	233	28.2	534	64.6	4	0.5
中学2年生	男子	430	22	5.1	106	24.7	295	68.6	7	1.6
	女子	388	14	3.6	110	28.4	263	67.8	1	0.3
	計	818	36	4.4	216	26.4	558	68.2	8	1.0
高校2年生	男子	390	20	5.1	106	27.2	259	66.4	5	1.3
	女子	495	15	3.0	133	26.9	344	69.5	3	0.6
	計	885	35	4.0	239	27.0	603	68.1	8	0.9

第 6 章

地域別結果

地域別結果の概要

1 内容

調査結果を保健所別、年齢区分別に集計し、それぞれの項目ごとに地図で表示した。

なお、中学2年生、高校2年生は性差を考慮して男女別に表示した。

2 利用上の注意

- ・色分けは、優劣を表しているものではないので、解釈に注意すること。
- ・本来であれば、全ての調査項目に対して行うべきところであるが、平成28年度と同様の項目（肥満の割合、エネルギー・カルシウム・鉄摂取量）及び健康みやざき行動計画21（第3次）の目標と関連のある項目（総食物繊維・食塩相当量摂取量、野菜類摂取量）とした。
- ・エネルギー、カルシウム、鉄の摂取量及び野菜の摂取量は、それぞれ保健所別中央値を使用した。
- ・その他の項目は、基準値以上（未満）の割合を使用した。なお、使用した基準は以下のとおり。

身体状況

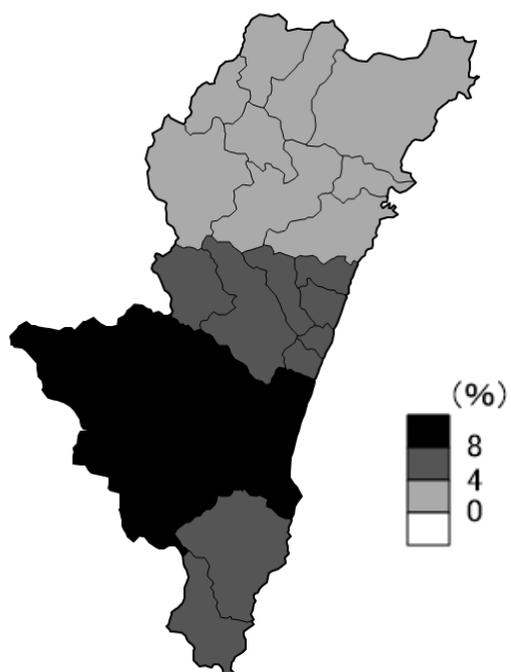
項目	基準値以上の割合
肥満	（3歳児・就学前児）幼児身長体重曲線による肥満 （小5/中2/高2）学校保健統計調査方式による肥満 ※基準はP10参照

栄養素摂取量

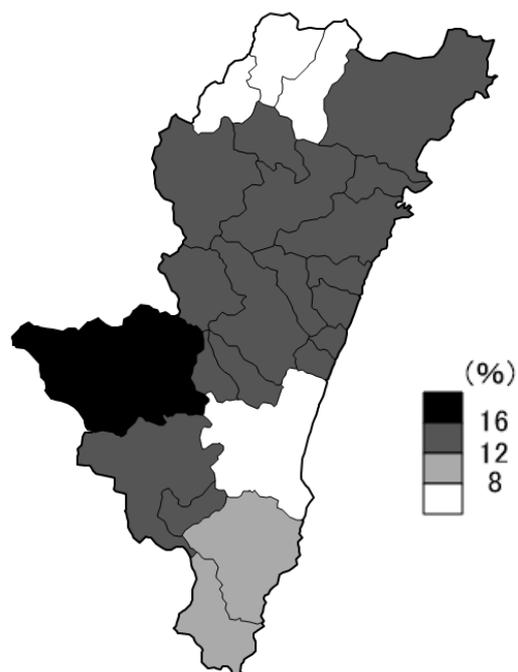
項目	基準値※以上（未満）の割合 ※日本人の食事摂取基準（2020年版）による
総食物繊維(g)	（3歳児） 8 g 未満 （就学前児） 10 g 未満 （小5） 13 g 未満 （中2） 17 g 未満 （高2） 男子 19 g 未満、女子 18 g 未満
食塩相当量(g)	（3歳児） 3.5 g 以上 （就学前児） 4.5 g 以上 （小5） 6.0 g 以上 （中2） 男子 7.0 g 以上、女子 6.5 g 以上 （高2） 男子 7.5 g 以上、女子 6.5 g 以上

1 肥満の割合

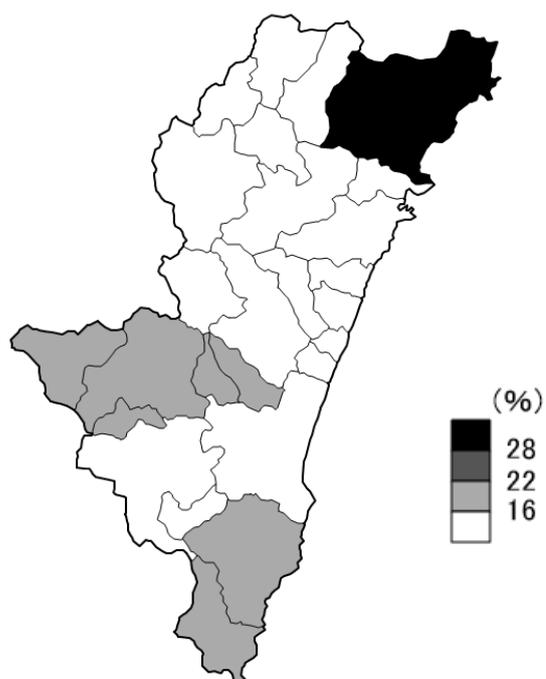
【3歳児】



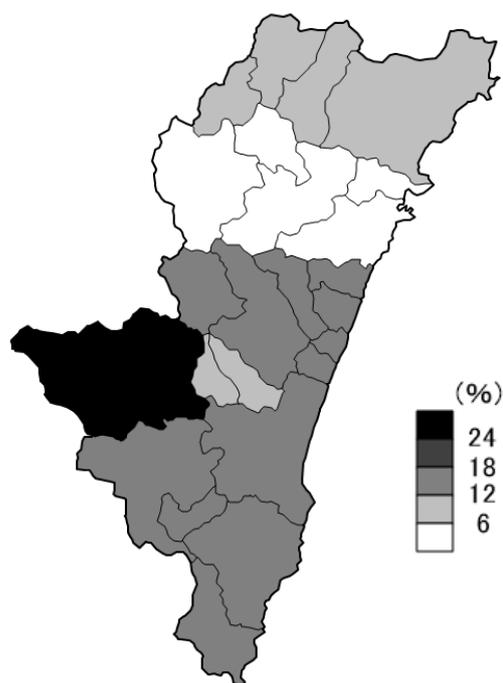
【就学前児】



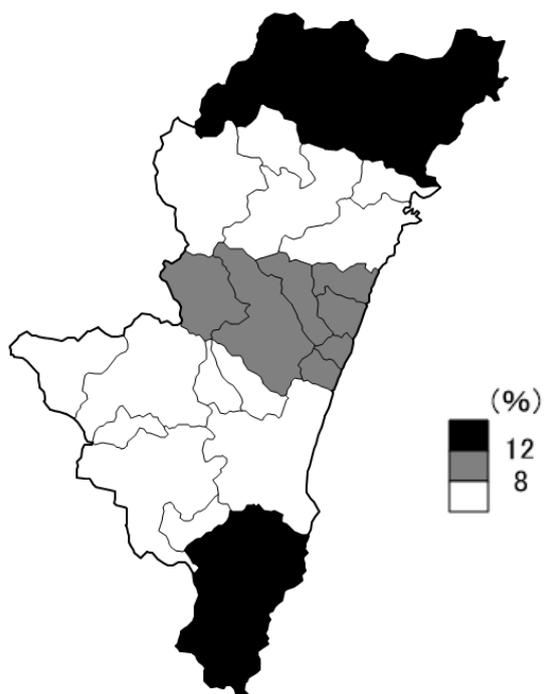
【小学5年生】



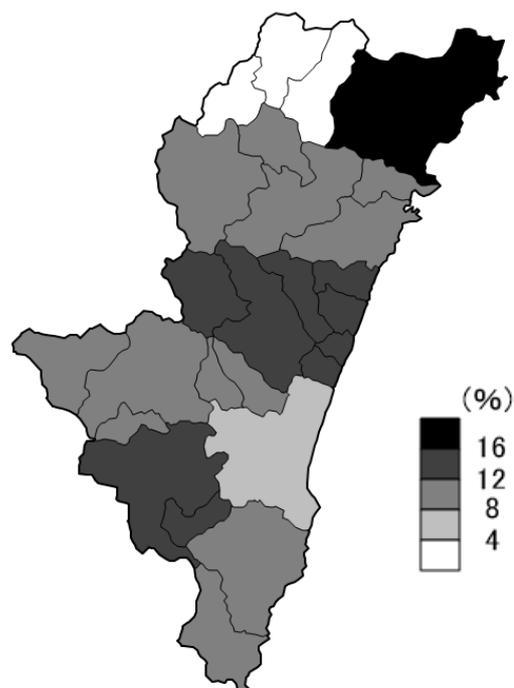
【中学2年生（男子）】



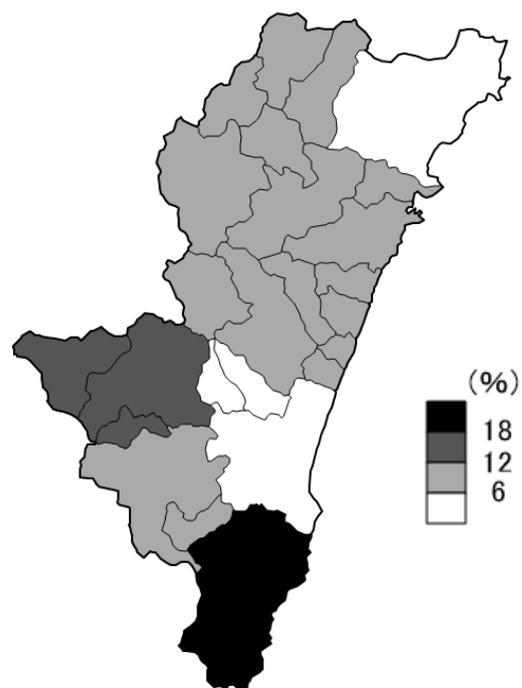
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】

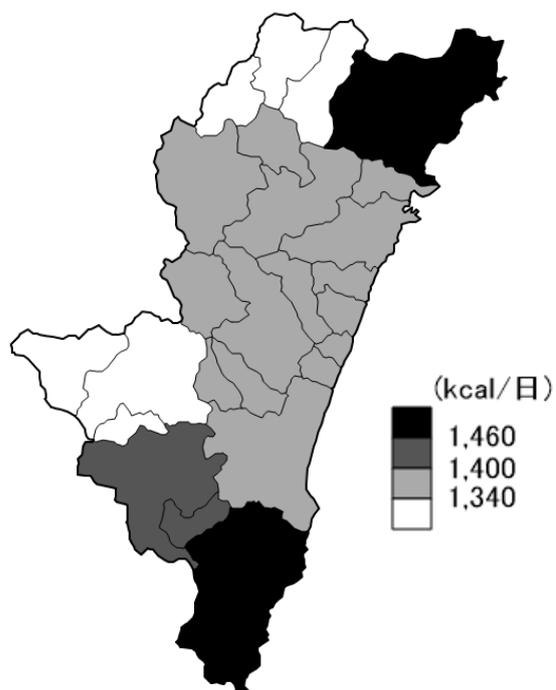


【高校2年生（女子）】

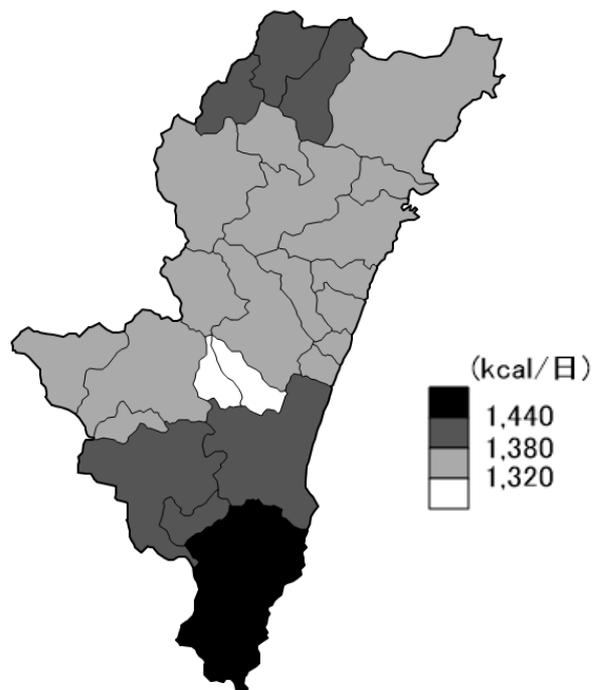


2 エネルギー摂取量の状況

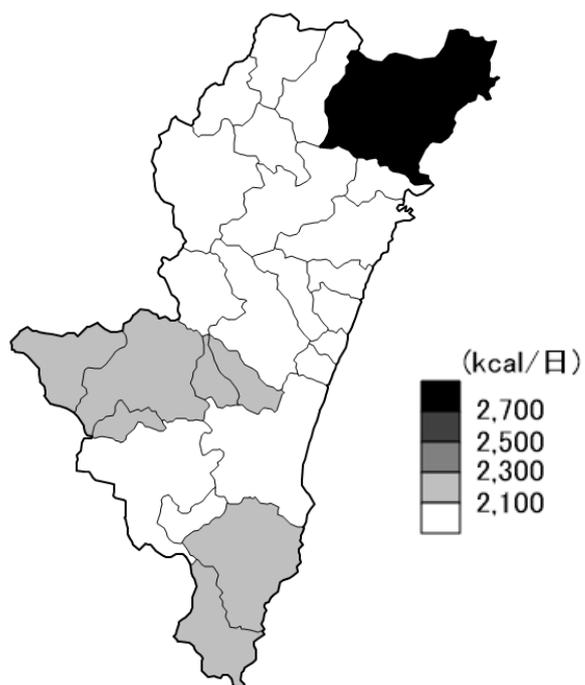
【3歳児】



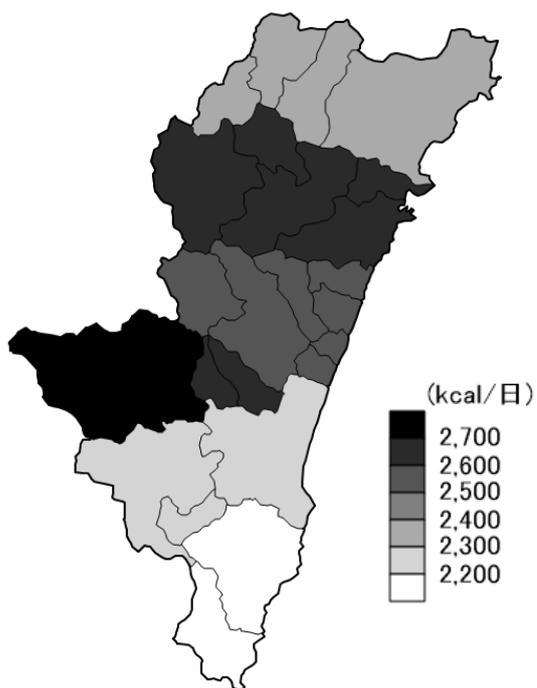
【就学前児】



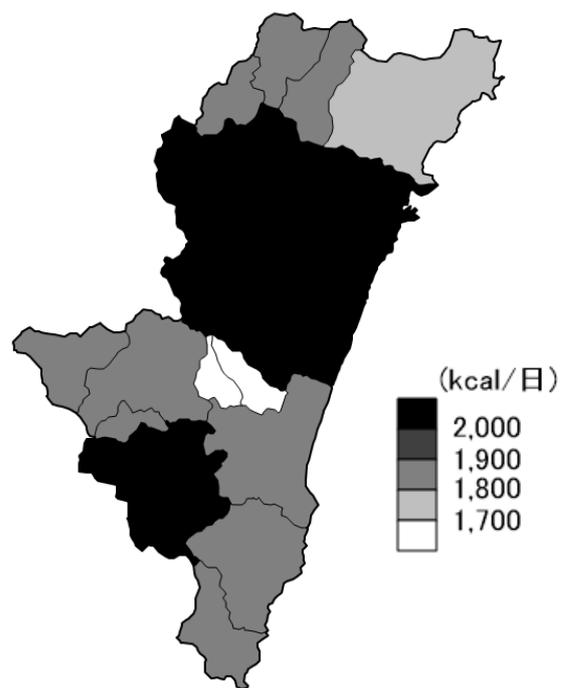
【小学5年生】



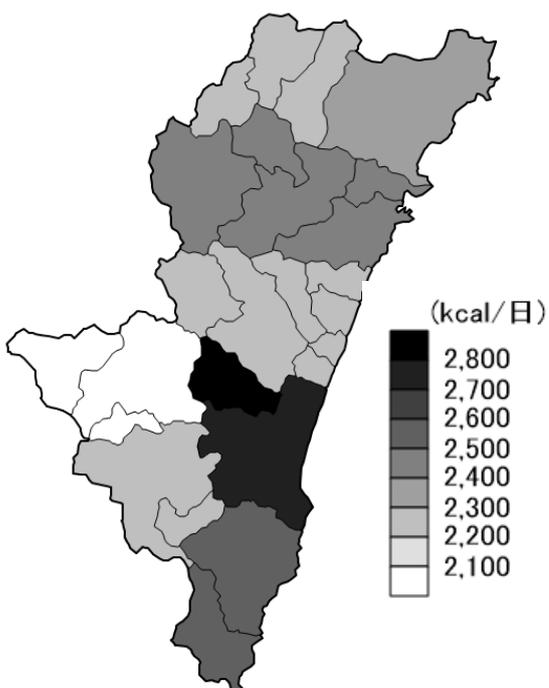
【中学2年生（男子）】



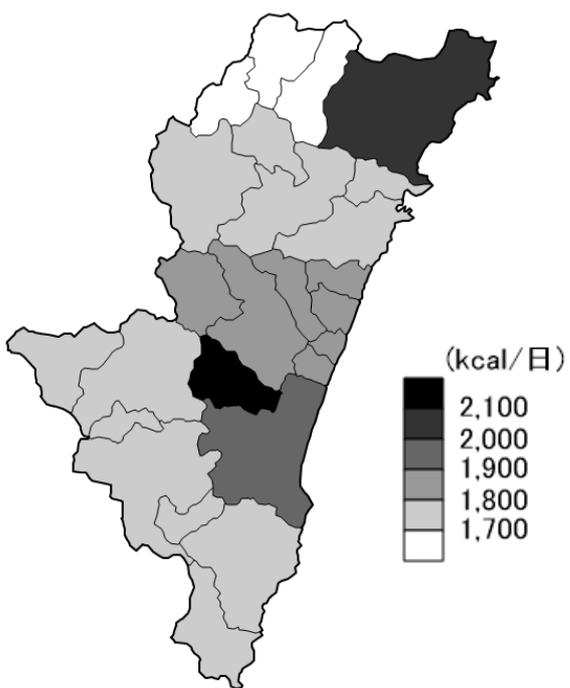
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】

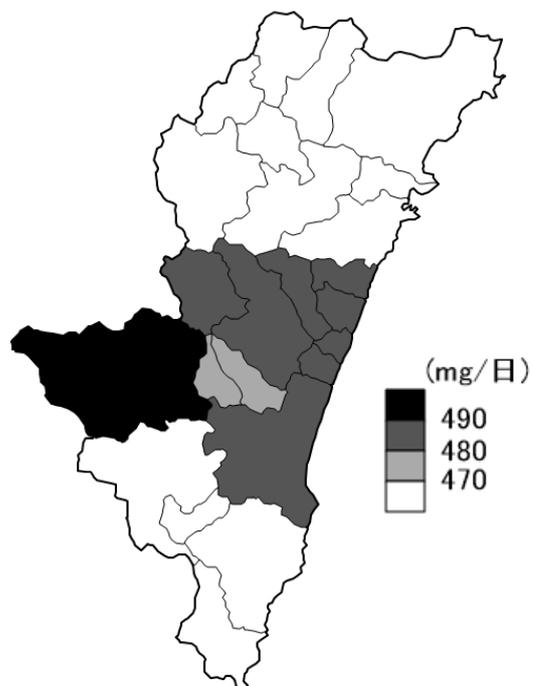


【高校2年生（女子）】

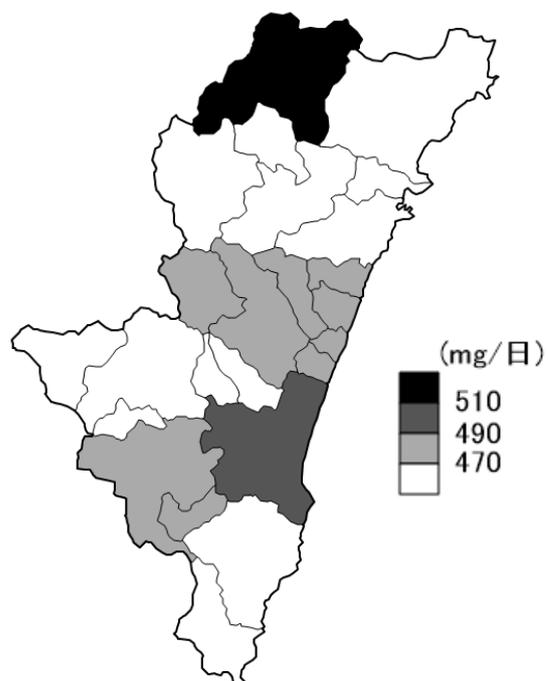


3 カルシウム摂取量の状況

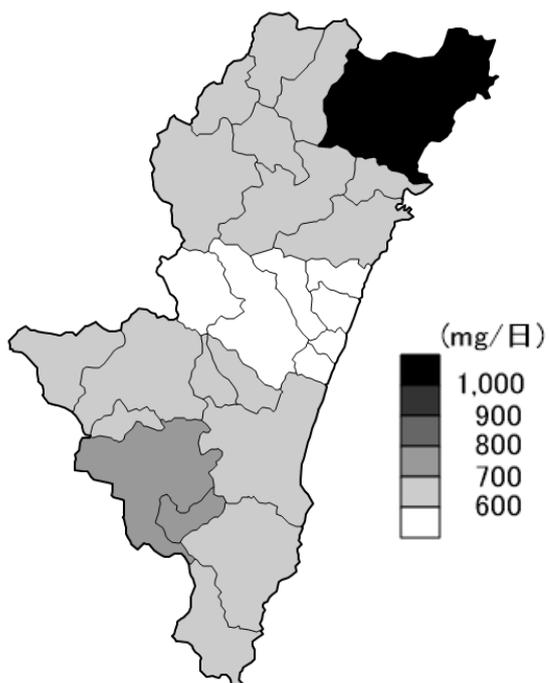
【3歳児】



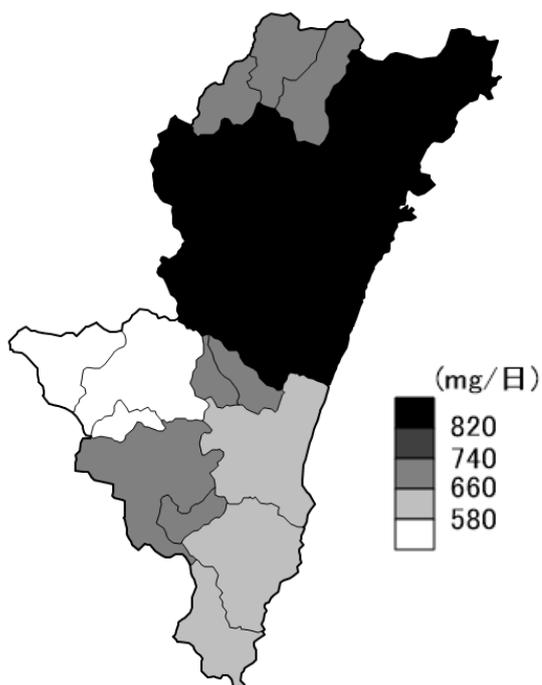
【就学前児】



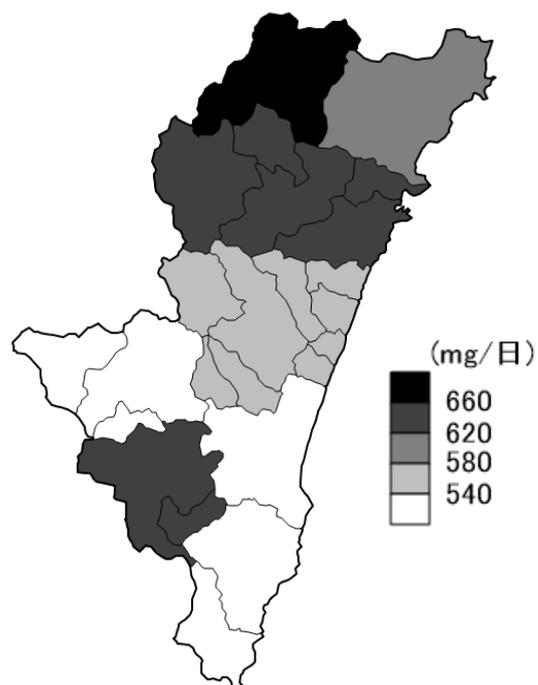
【小学5年生】



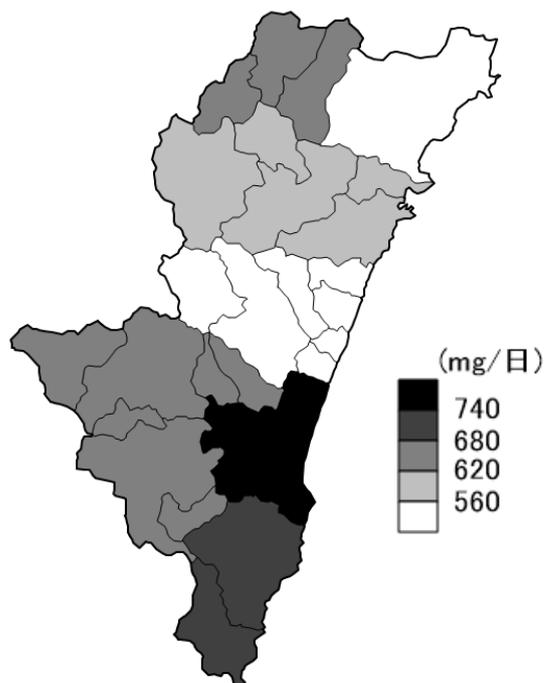
【中学2年生（男子）】



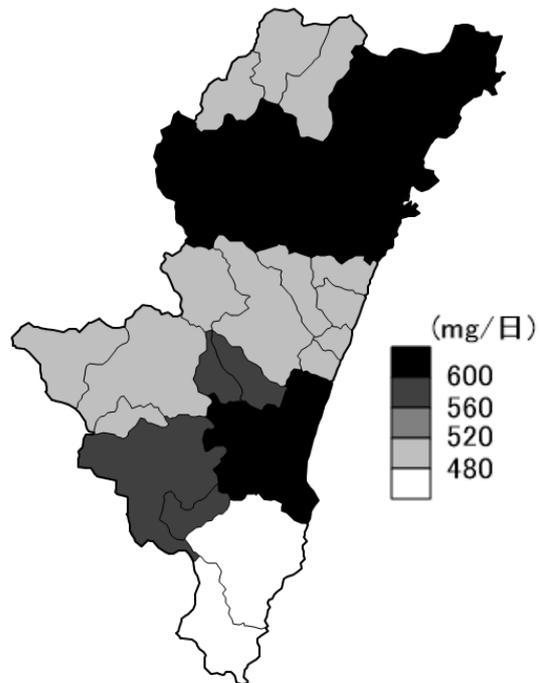
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】

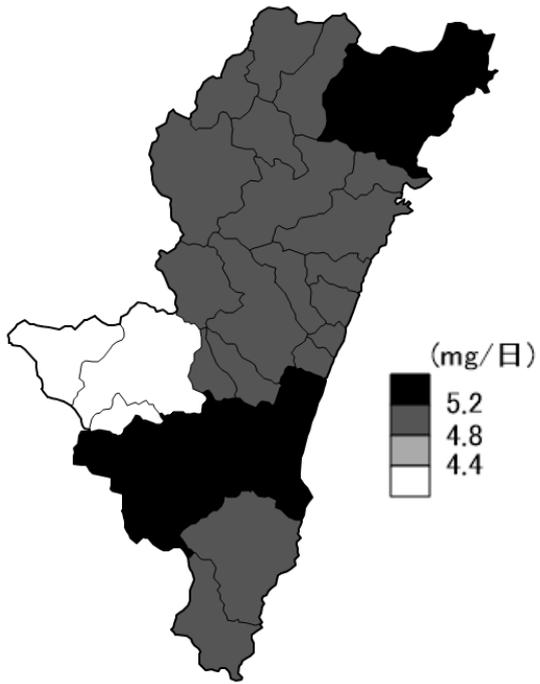


【高校2年生（女子）】

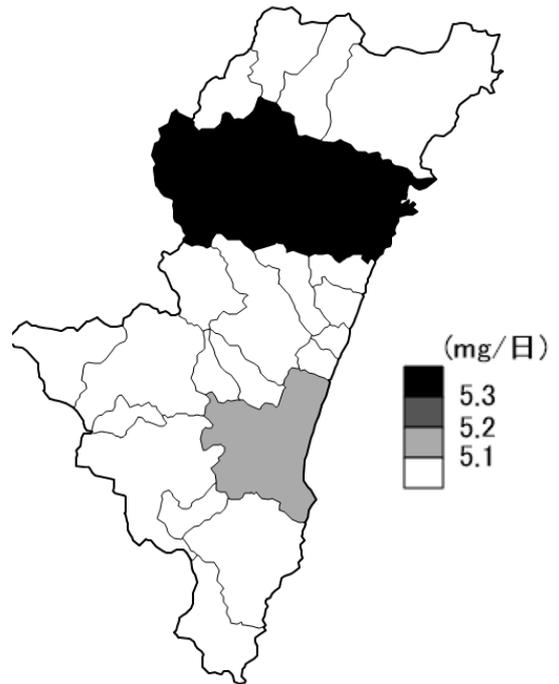


4 鉄摂取量の状況

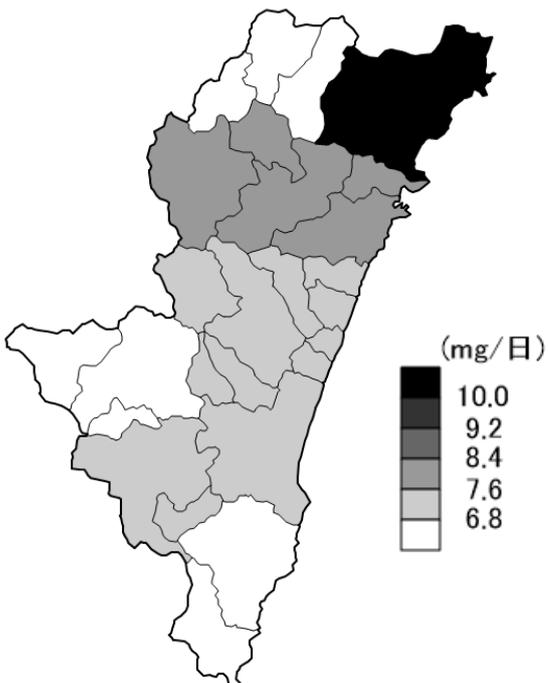
【3歳児】



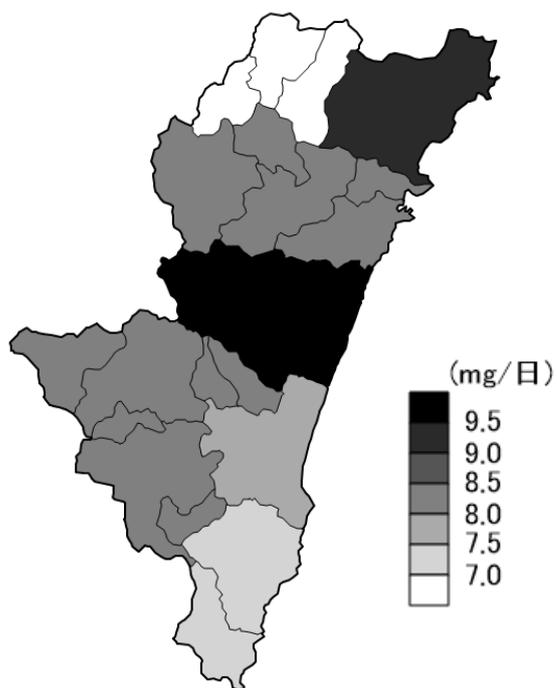
【就学前児】



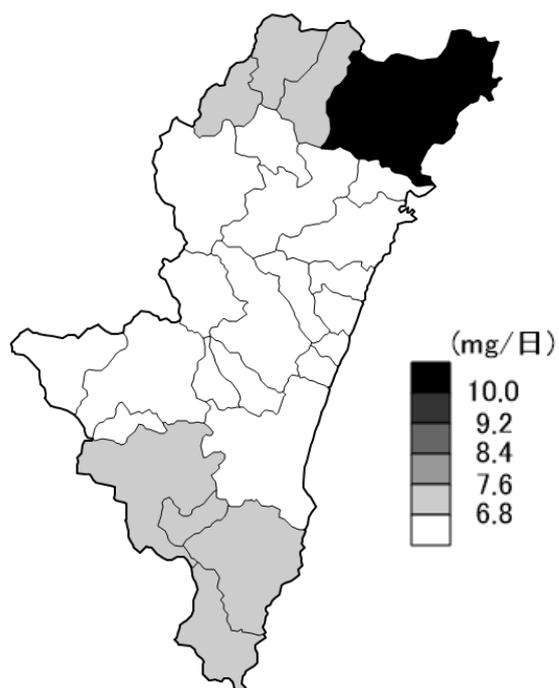
【小学5年生】



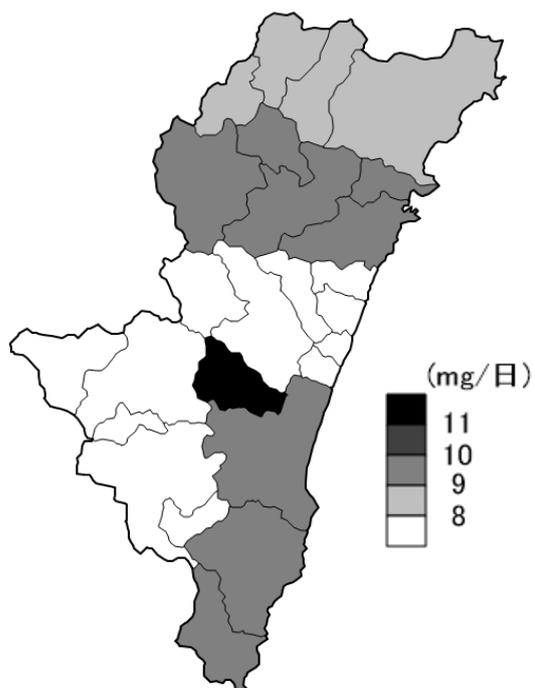
【中学2年生（男子）】



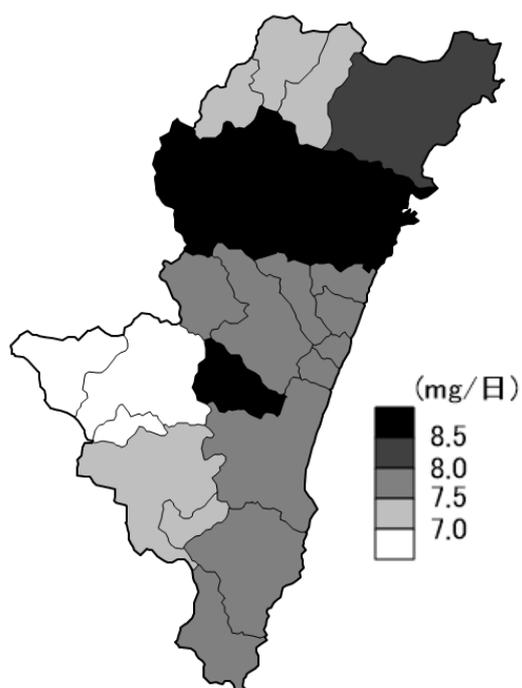
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】

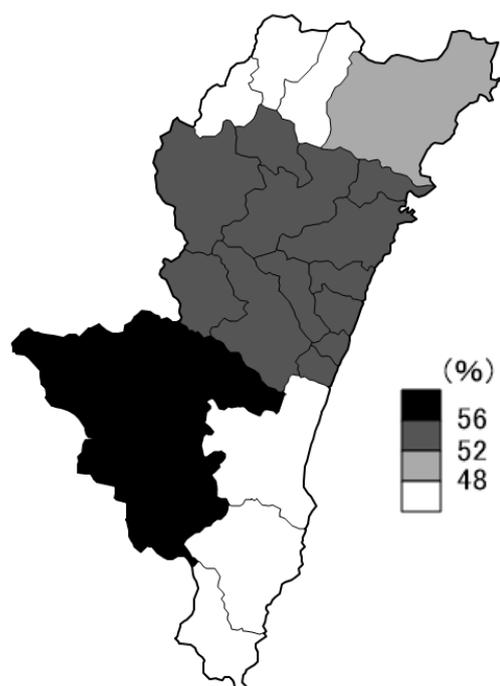


【高校2年生（女子）】

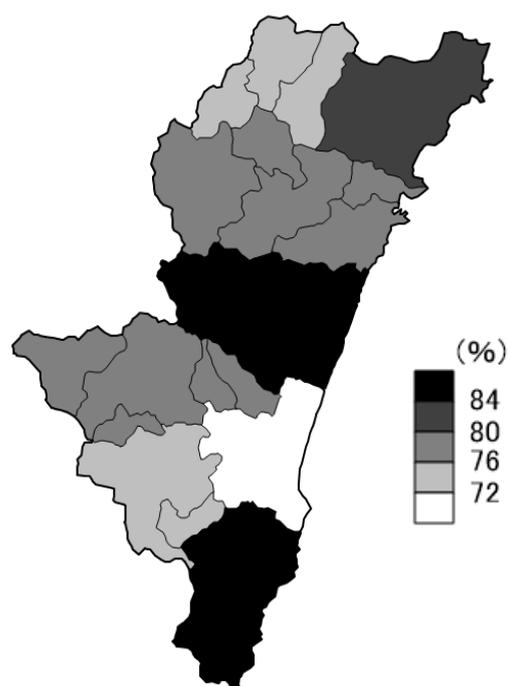


5 総食物繊維摂取量の状況

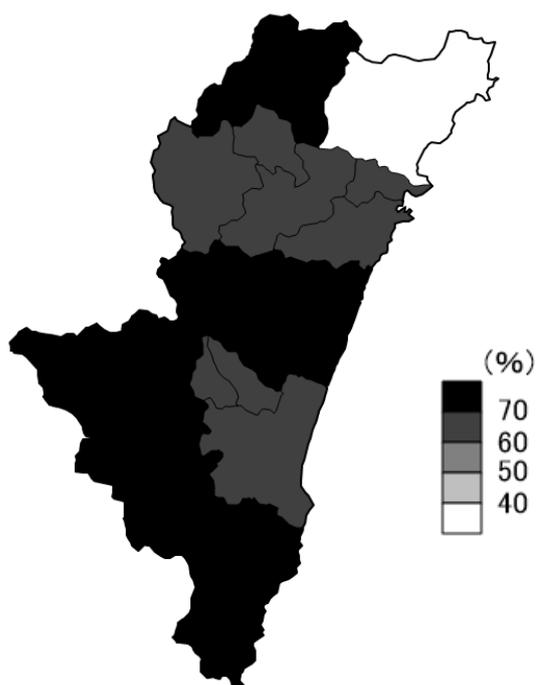
【3歳児】



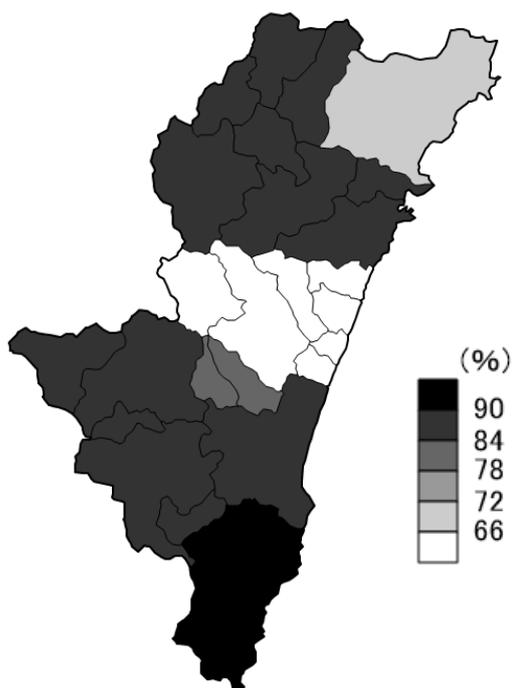
【就学前児】



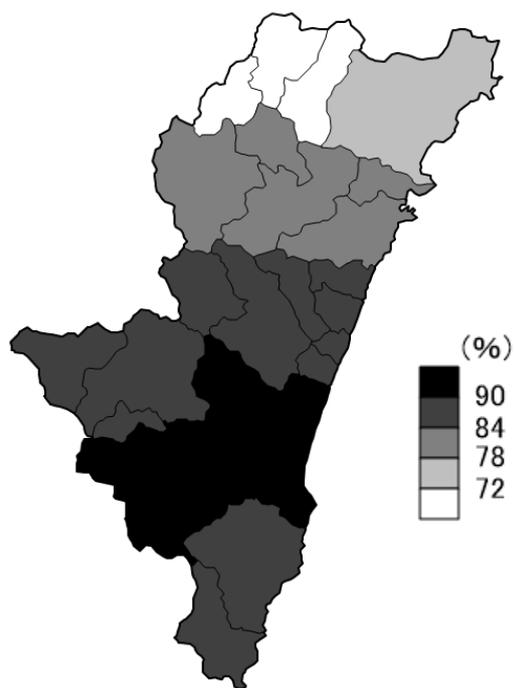
【小学5年生】



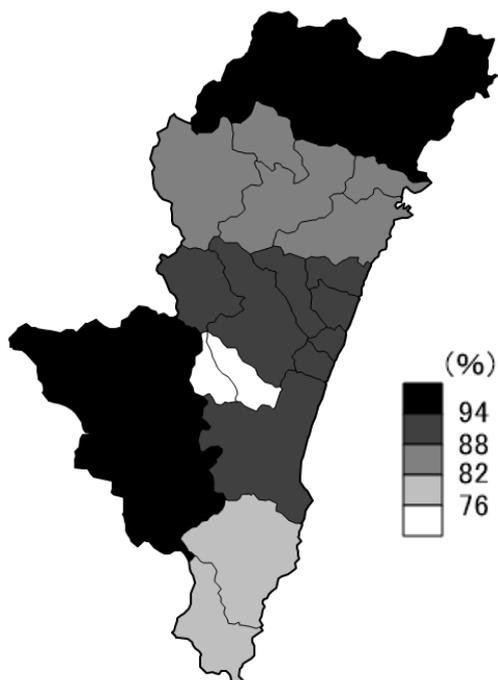
【中学2年生（男子）】



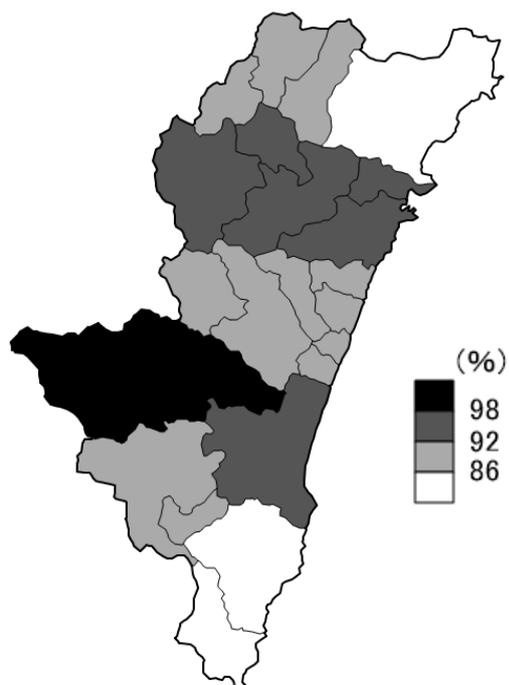
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】



【高校2年生（女子）】

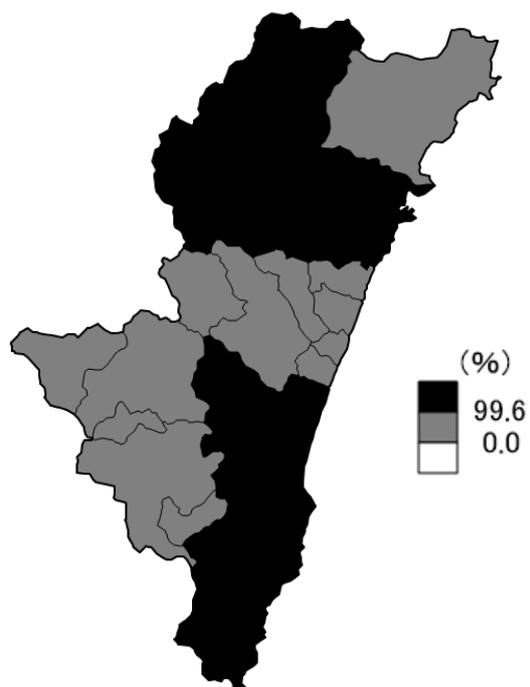


6 食塩相当量摂取量の状況

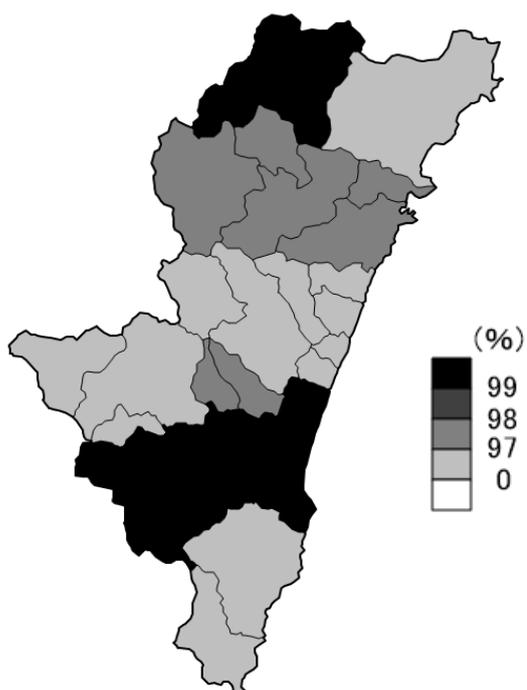
【3歳児】

※割合が全地区 100%のため
地図なし

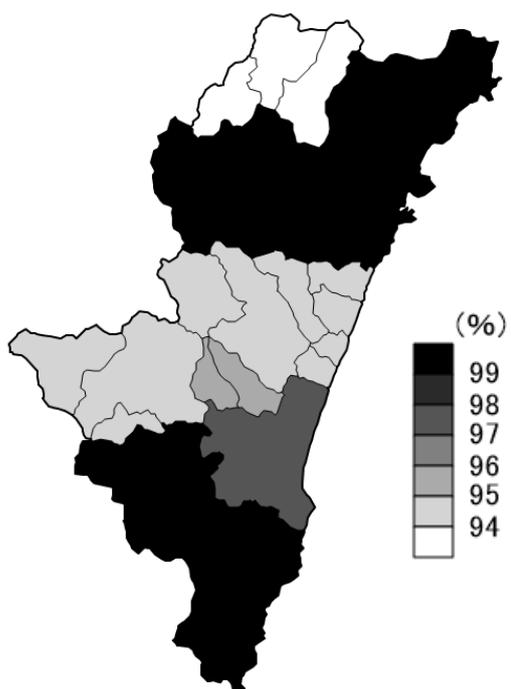
【就学前児】



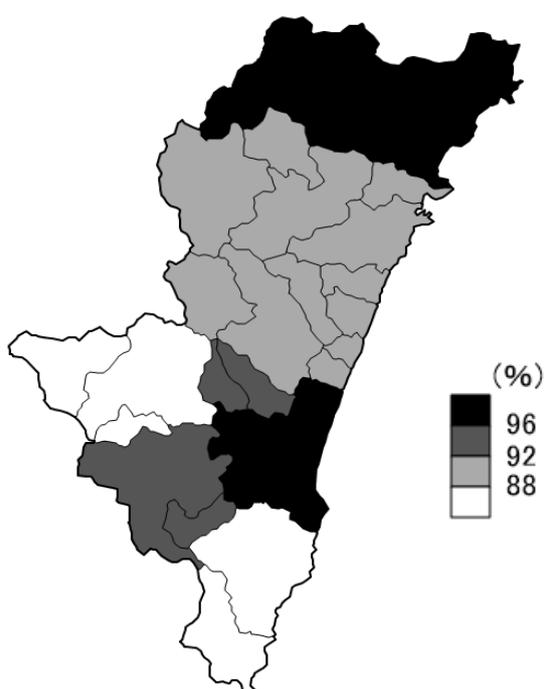
【小学5年生】



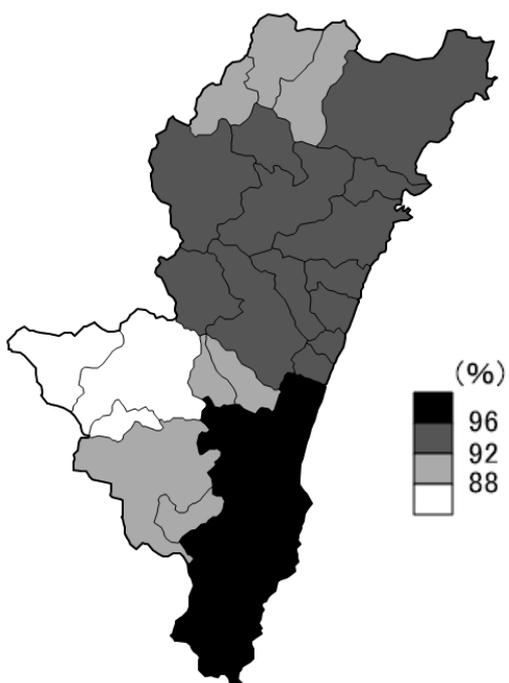
【中学2年生（男子）】



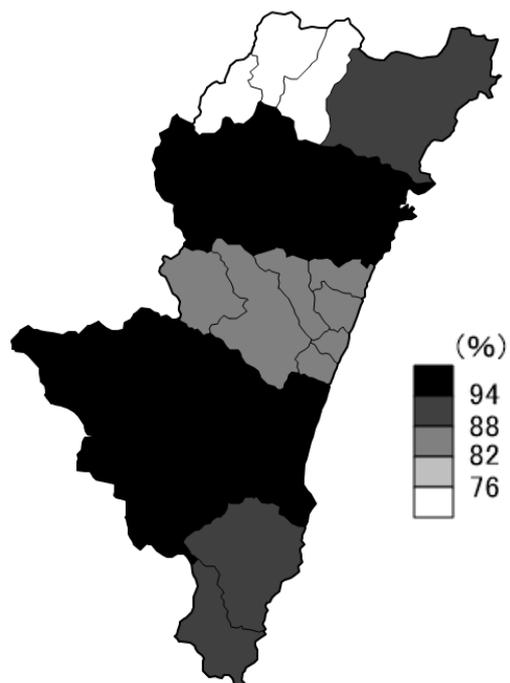
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】

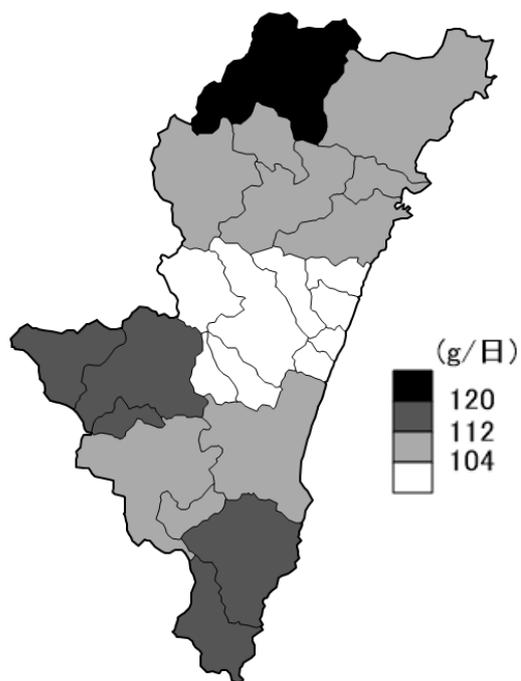


【高校2年生（女子）】

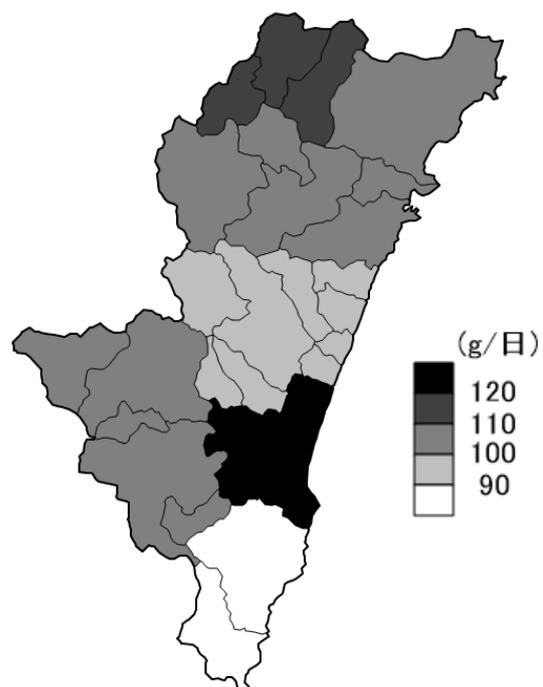


7 野菜類摂取量の状況

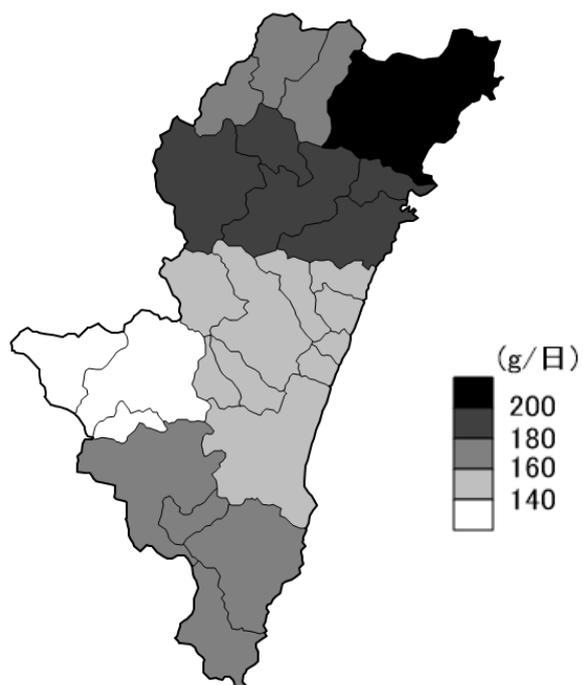
【3歳児】



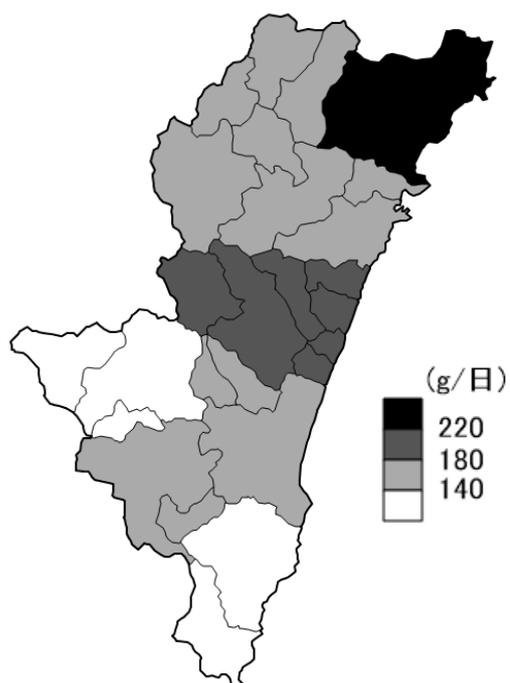
【就学前児】



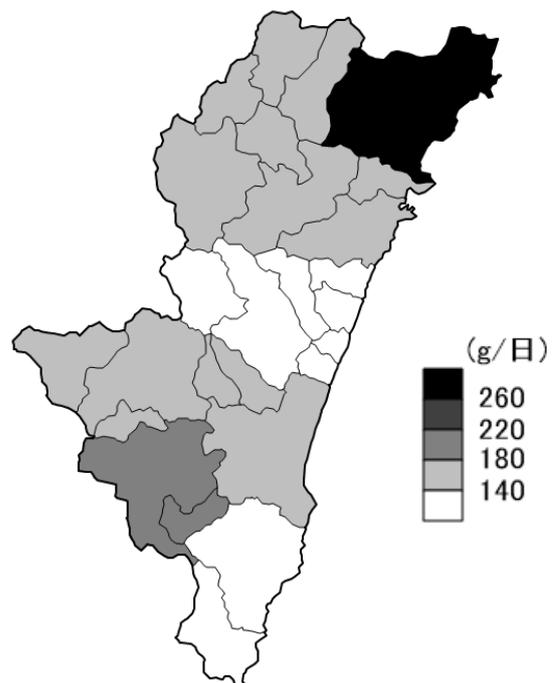
【小学5年生】



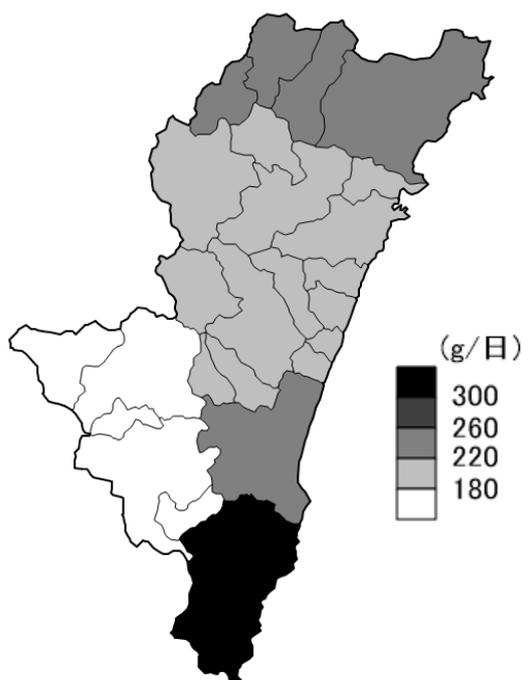
【中学2年生（男子）】



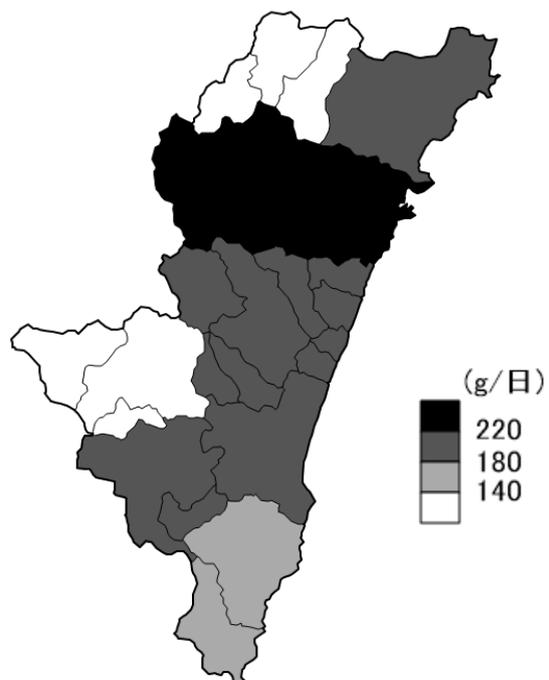
【中学2年生（女子）】



【高校2年生（男子）】



【高校2年生（女子）】



県民健康・栄養調査解析・評価検討会

○検討委員

氏 名	所 属
西田 敏秀	高 鍋 保 健 所
武田 靖子	中 央 保 健 所
松尾 祐子	延 岡 保 健 所
清水 裕衣	日向保健所兼高鍋保健所
二川 香織	都城保健所兼小林保健所
那須 さおり	ス ポ ー ツ 振 興 課
中尾 裕之	県 立 看 護 大 学

○検討部会委員

氏 名	所 属
宮戸 瑞穂	中 央 保 健 所
湯池 咲子	日南保健所兼中央保健所
仲村 律子	日南保健所兼中央保健所
西野 夢佳	日 南 保 健 所
長岡 彩夏	都 城 保 健 所
木下 輪太郎	都城保健所兼小林保健所
二川 香織	都城保健所兼小林保健所
磯貝 公美	小 林 保 健 所
清水 裕衣	日向保健所兼高鍋保健所
高野 吉輝	高 鍋 保 健 所
吉岡 泰代	日 向 保 健 所
横山 月香	日向保健所兼高鍋保健所
大西 宣子	延岡保健所兼高千穂保健所
坂本 美咲	延 岡 保 健 所
岸田 真治	延岡保健所兼高千穂保健所
稲留 和磨	高 千 穂 保 健 所

宮崎県の小児の健康と食生活の現状

発 行 宮崎県福祉保健部健康増進課

電 話 0985-26-7078

F A X 0985-26-7336