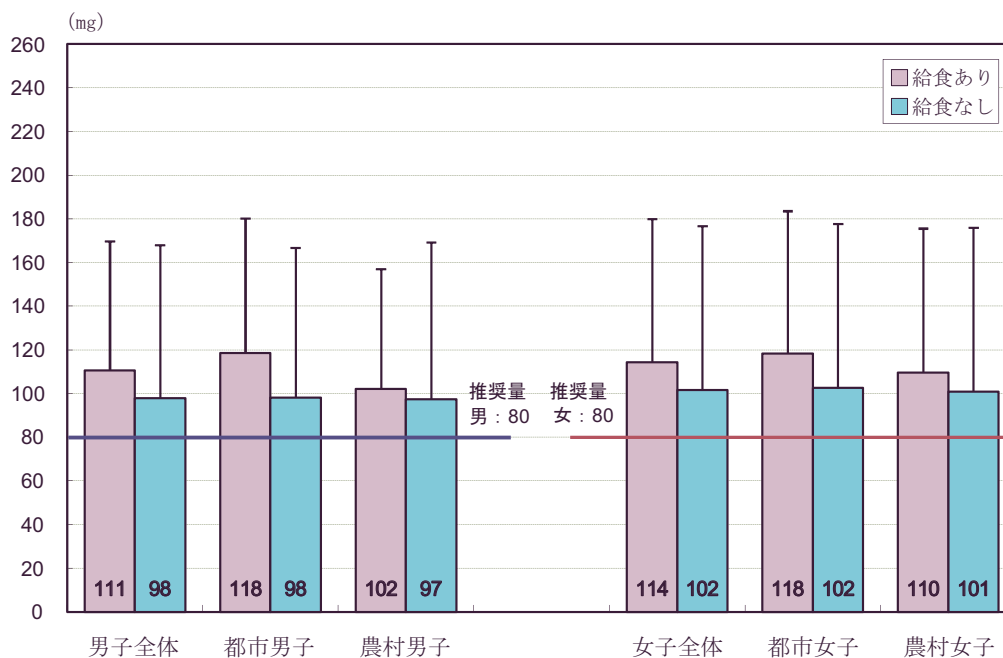


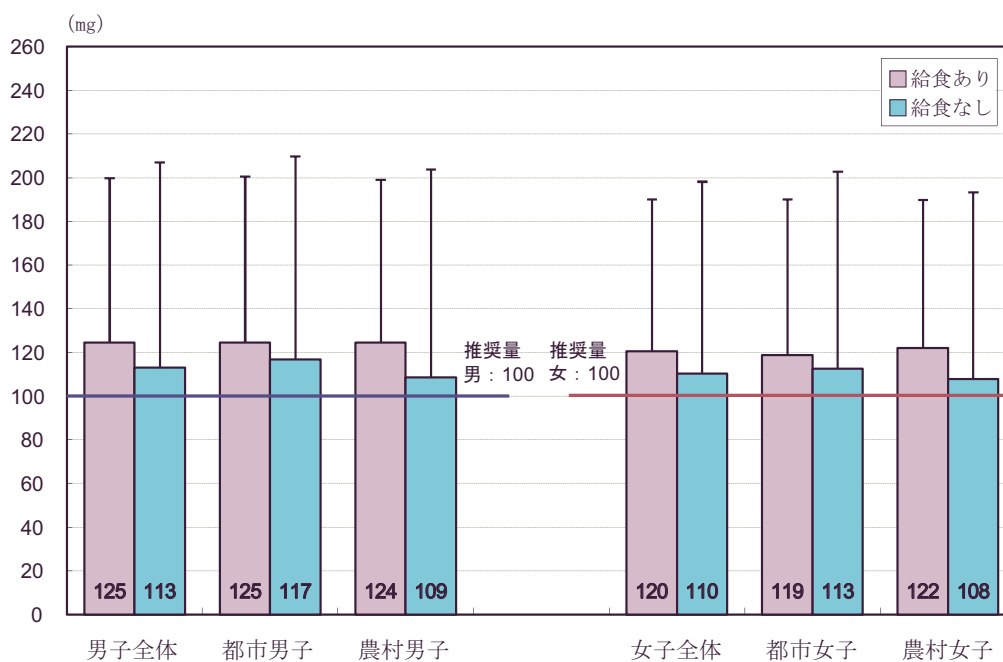
9. ビタミンC摂取量

(1) 1日の摂取量

摂取量は推奨量を満たしていた。



図Ⅱ-9-1 ビタミンC摂取量（小学校 男女別、地域別）

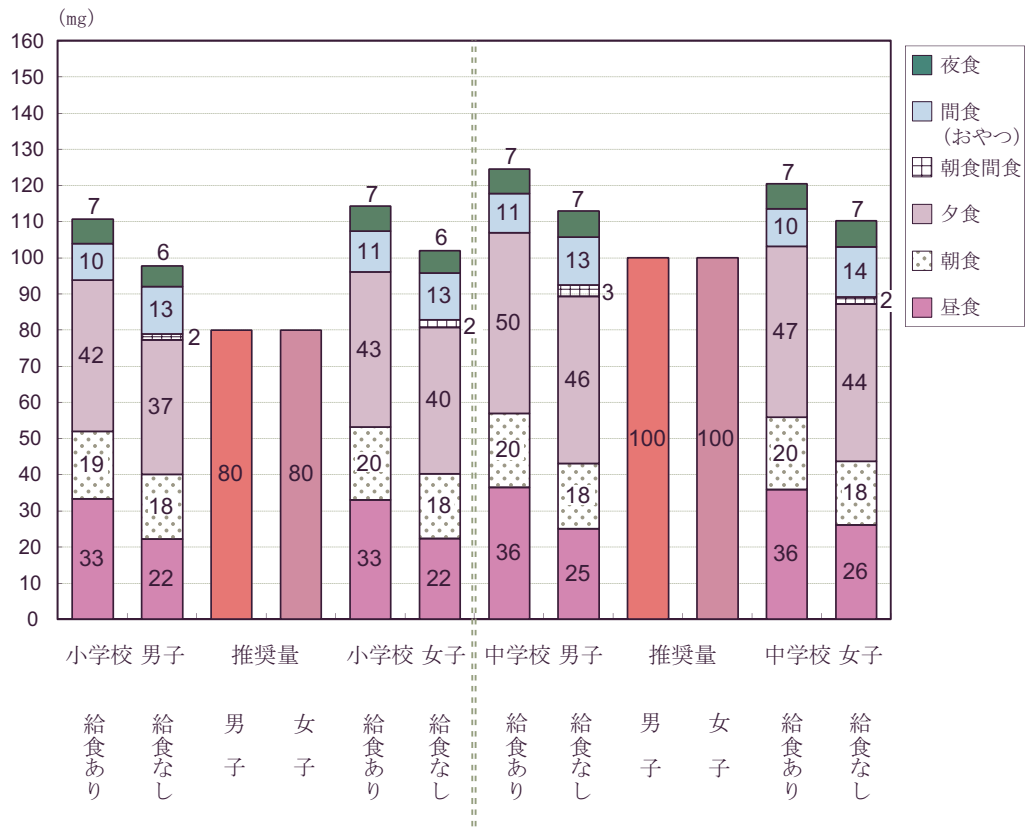


図Ⅱ-9-1 ビタミンC摂取量（中学校 男女別、地域別）

表P.127~参照

(2) 1日の摂取量（各食事別）

学校給食の摂取量は、学校給食のない日の昼食よりも高かった。



図Ⅱ-9-2 各食事別ビタミンC摂取量（学年別、男女別）

表P.127~参照

(3) 食事の種類別摂取割合

学校給食のない日は、間食（おやつ）からの摂取割合が高かった。

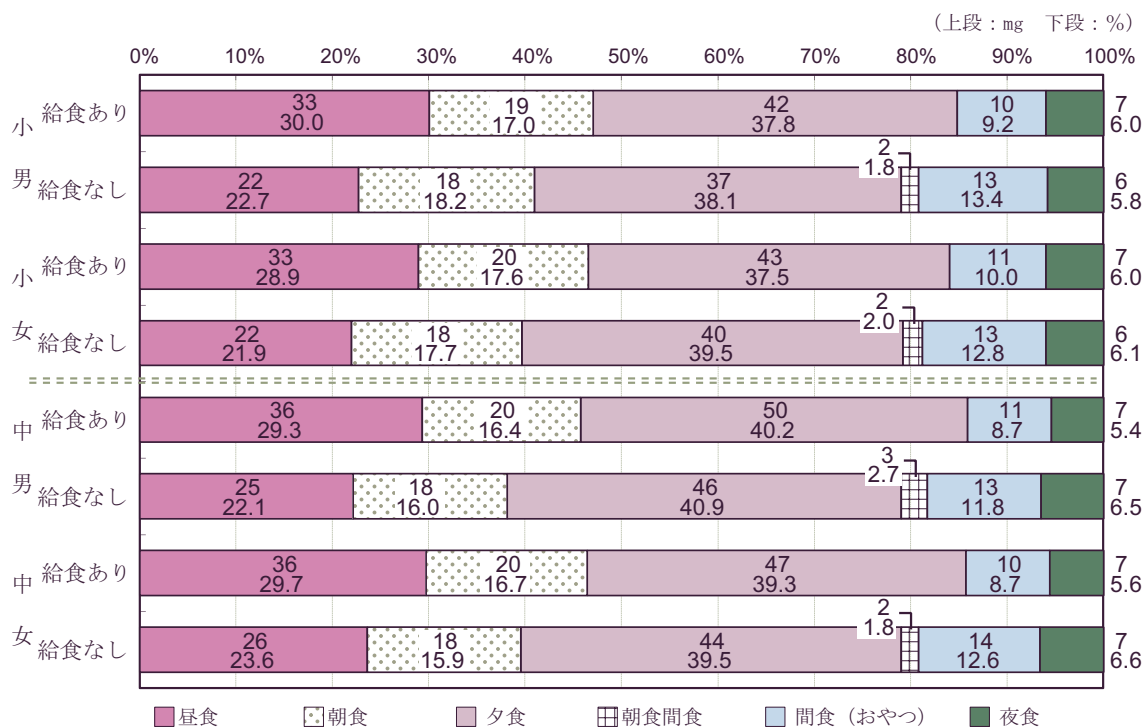
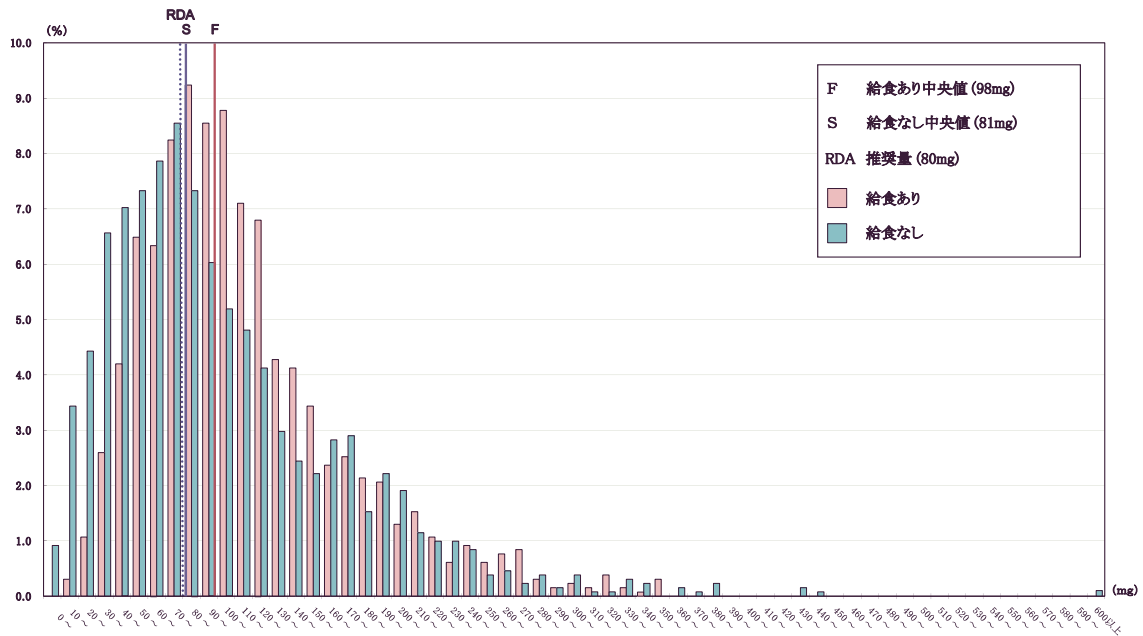


図 II - 9 - 3 各食事・間食（おやつ）・夜食からのビタミンC摂取量

表P. 127~参照

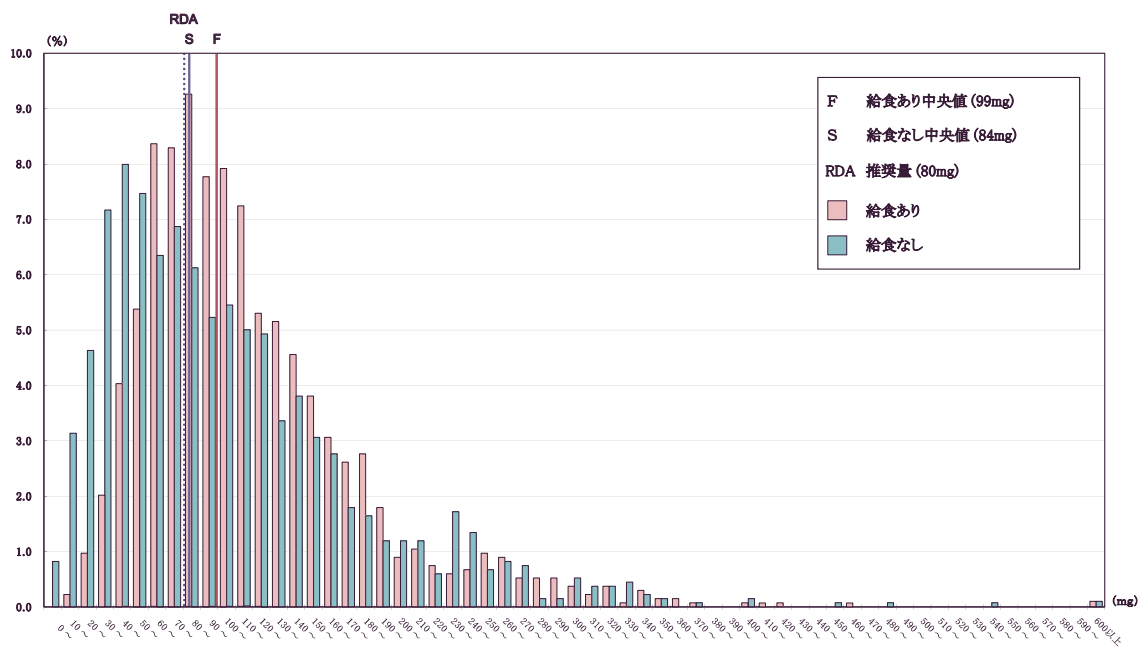
(4) 摂取量の分布

推奨量を満たしていない児童生徒の割合は、学校給食のある日では小学校で約30%、中学校で約40%、学校給食のない日では小学校で約45%、中学校で約55%であった。



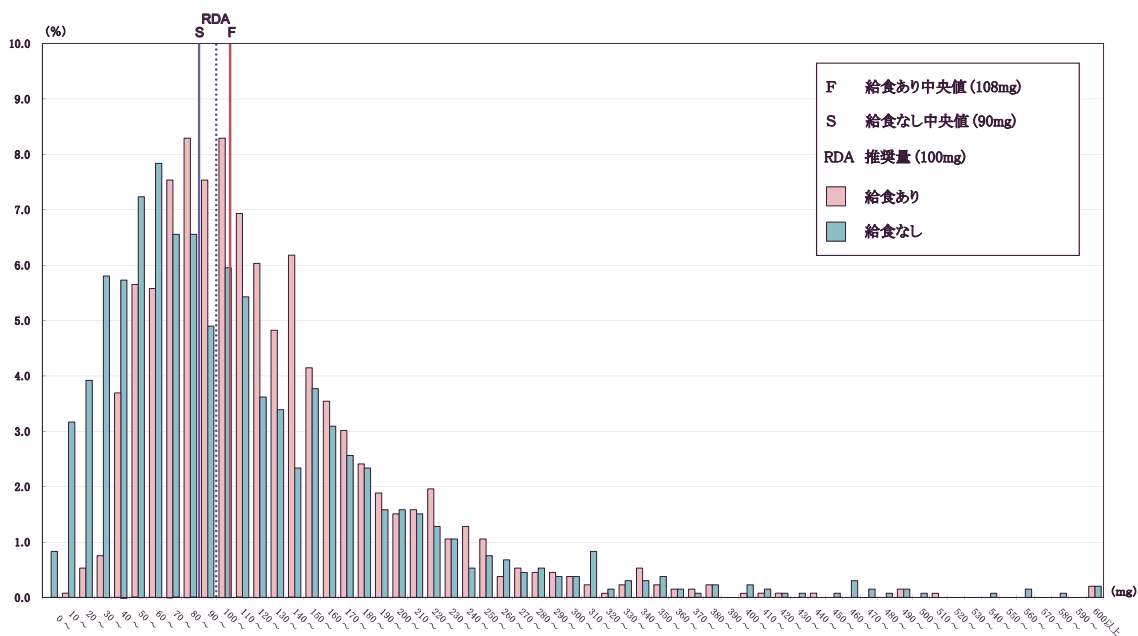
図Ⅱ-9-4 ビタミンC摂取量の分布（小学校 男子）

表P. 143参照



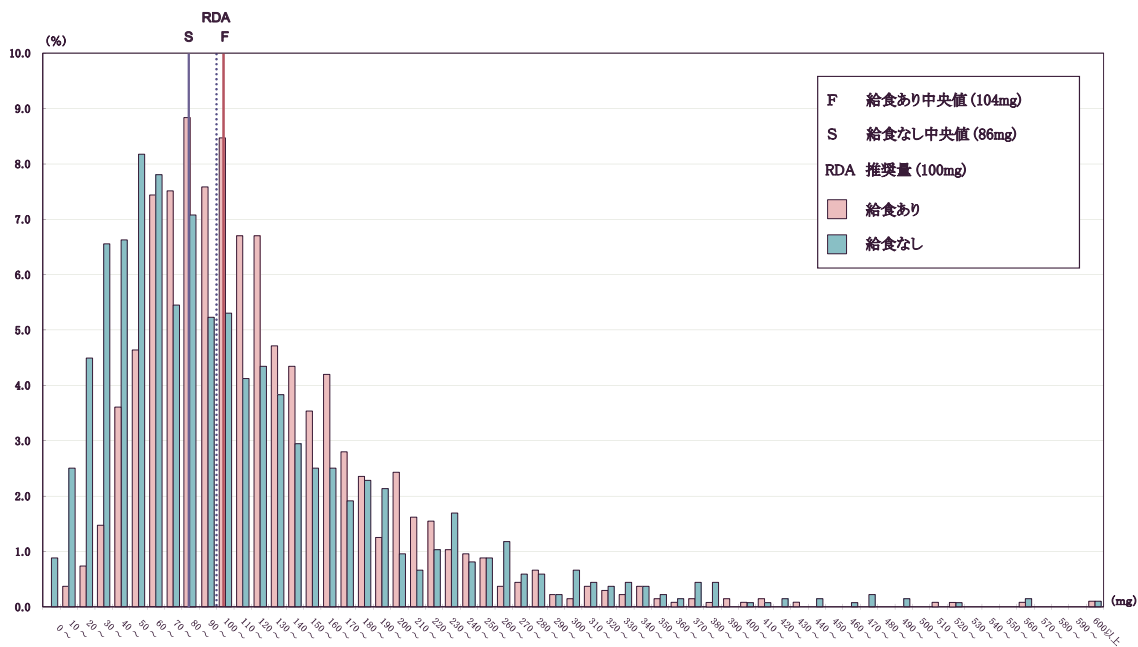
図Ⅱ-9-5 ビタミンC摂取量の分布（小学校 女子）

表P. 146参照



図Ⅱ-9-6 ビタミンC摂取量の分布（中学校 男子）

表P.149参照



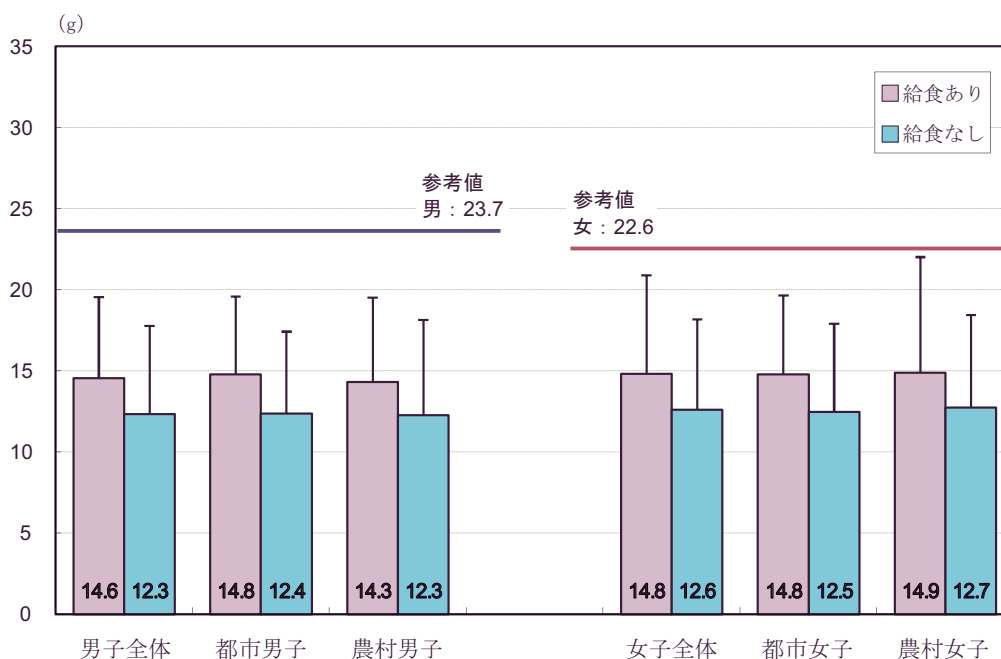
図Ⅱ-9-7 ビタミンC摂取量の分布（中学校 女子）

表P.152参照

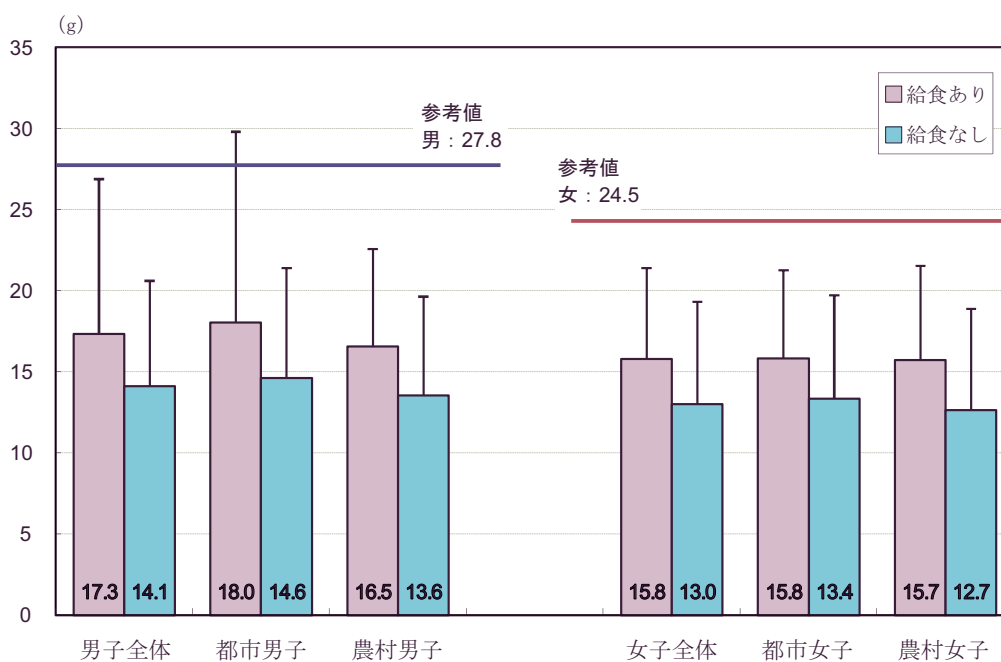
10. 食物繊維摂取量

(1) 1日の摂取量

食物繊維の摂取量は、日本人の食事摂取基準に示されていないが、成人の摂取基準を参考にした場合、遥かに下回る値であった。



図Ⅱ-10-1 食物繊維摂取量（小学校 男女別、地域別）

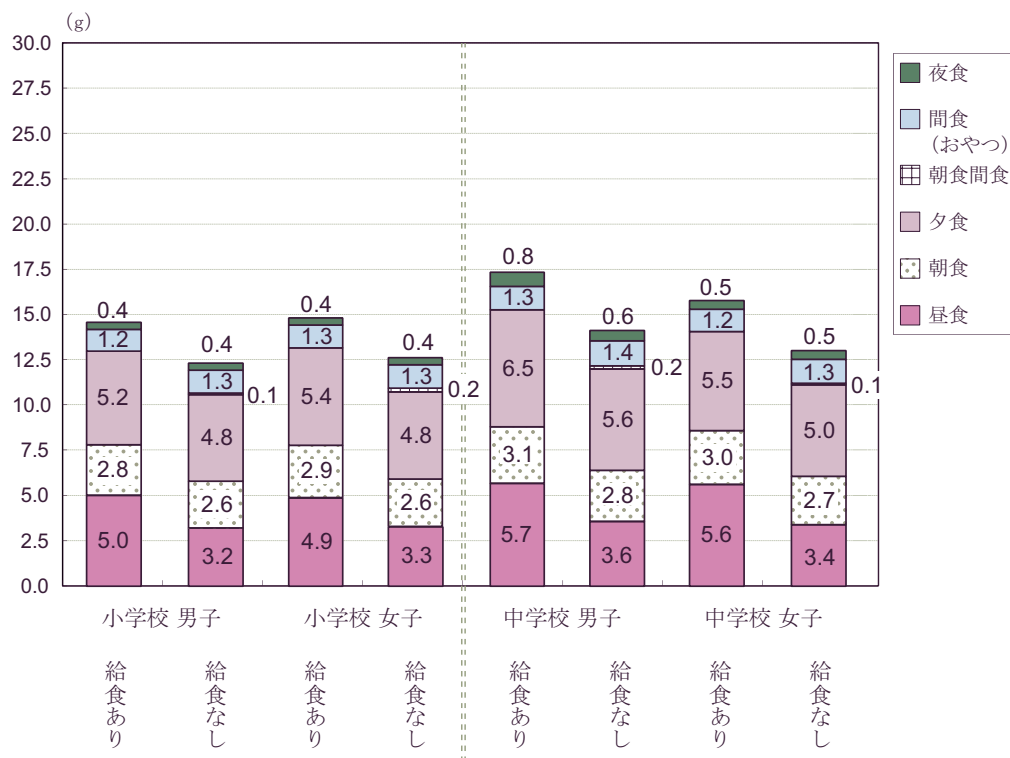


図Ⅱ-10-1 食物繊維摂取量（中学校 男女別、地域別）

表P.127~参照

(2) 1日の摂取量（各食事別）

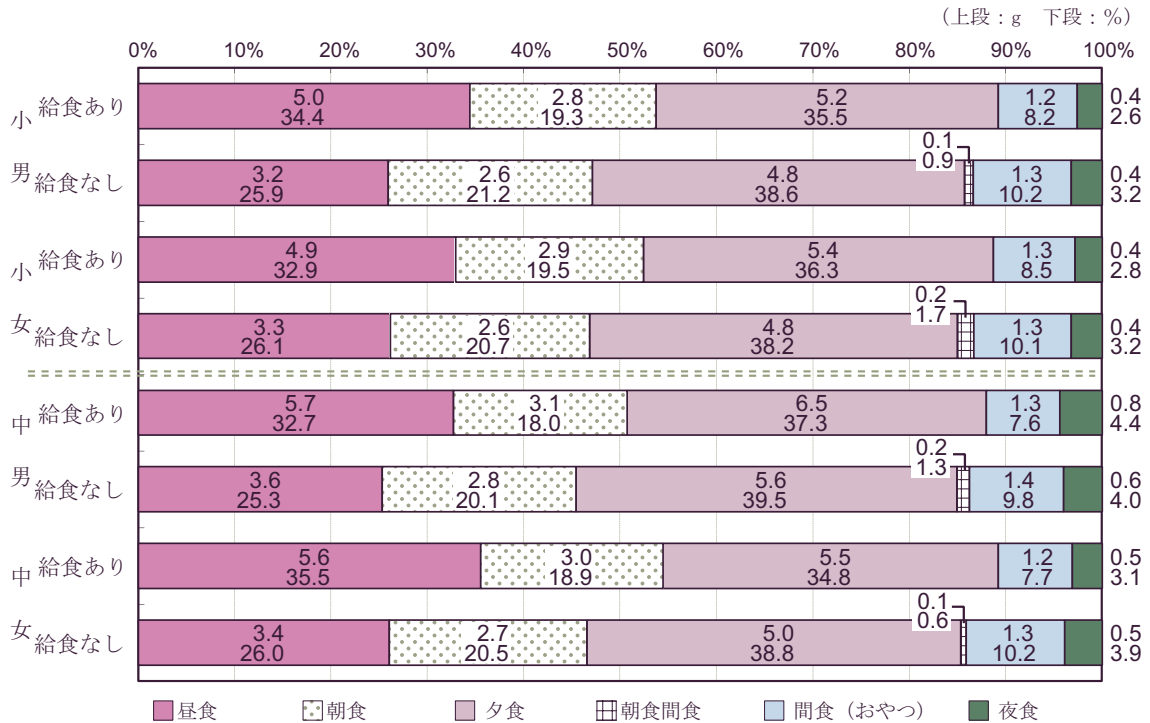
学校給食のある日の方が、学校給食がない日よりも摂取量が多かった。



図Ⅱ－10－2 各食事別食物繊維摂取量（学年別、男女別）

表P.127～参照

(3) 食事の種類別摂取割合



図Ⅱ-10-3 各食事・間食(おやつ)・夜食からの食物繊維摂取量

表P. 127~参照

(4) 摂取量の分布

学校給食の有無に関わらず、参考値を満たす児童生徒はほとんどいなかった。

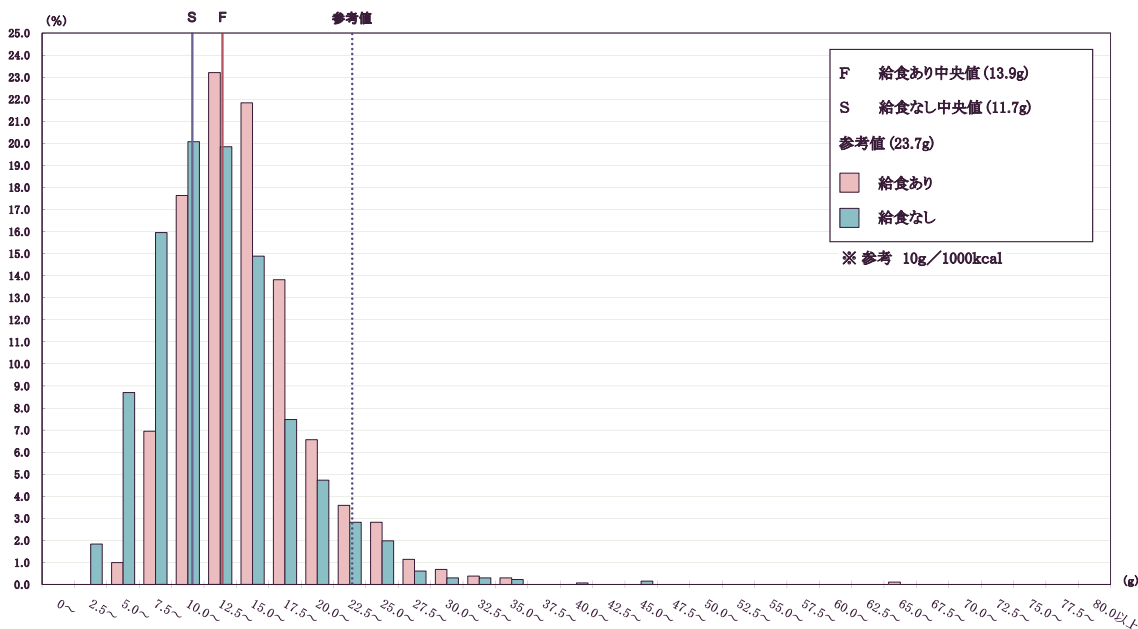


図 II - 10 - 4 食物繊維摂取量の分布 (小学校 男子)

表P. 143参照

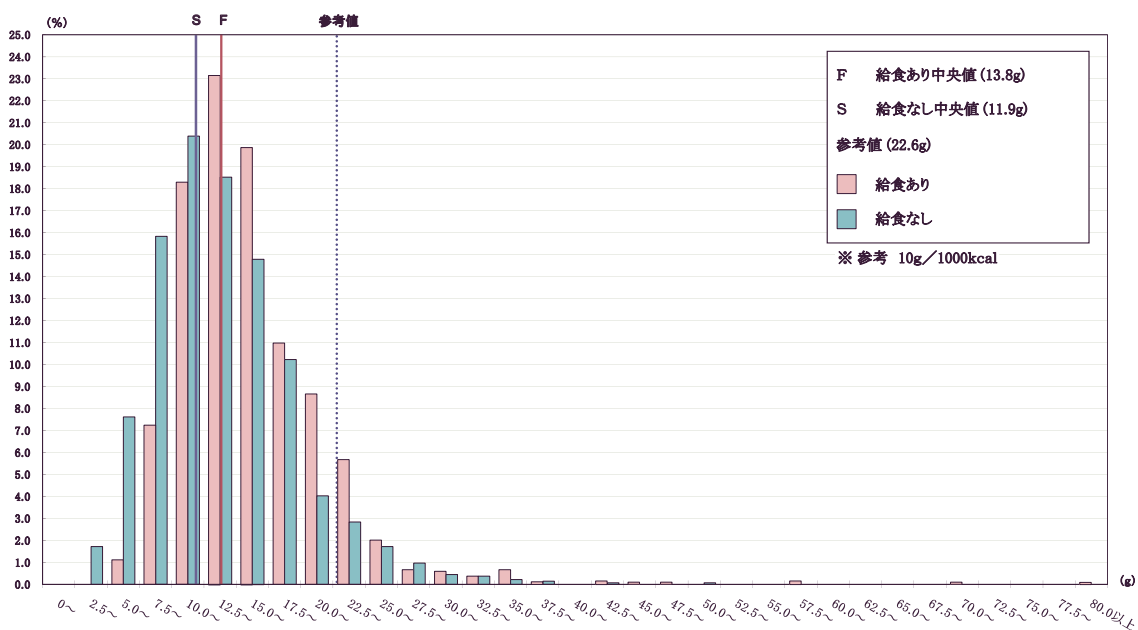
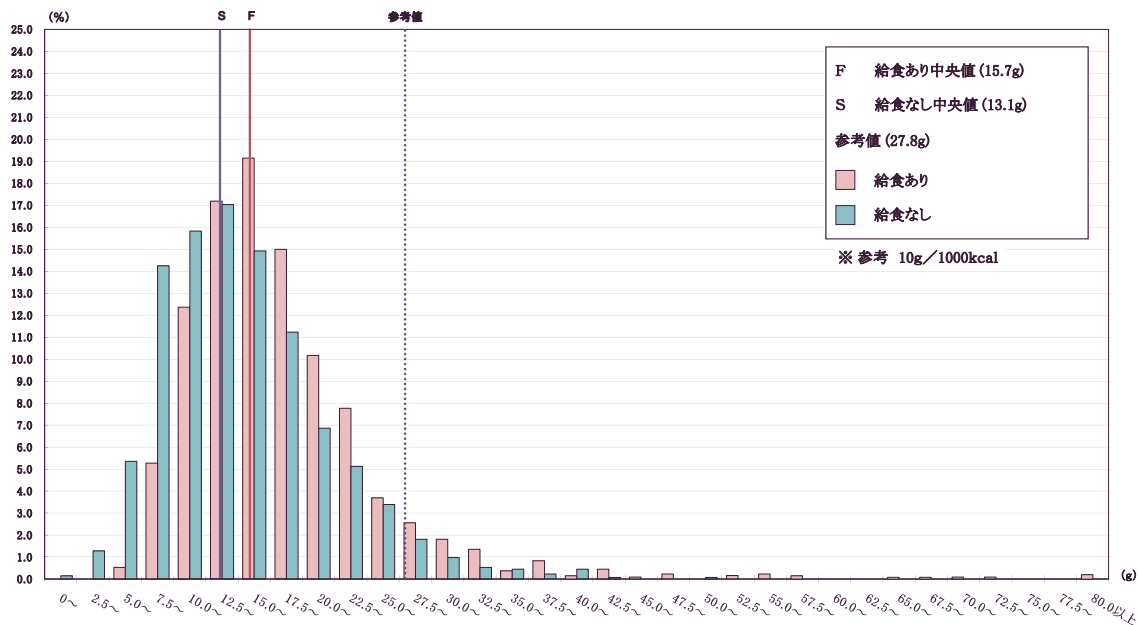


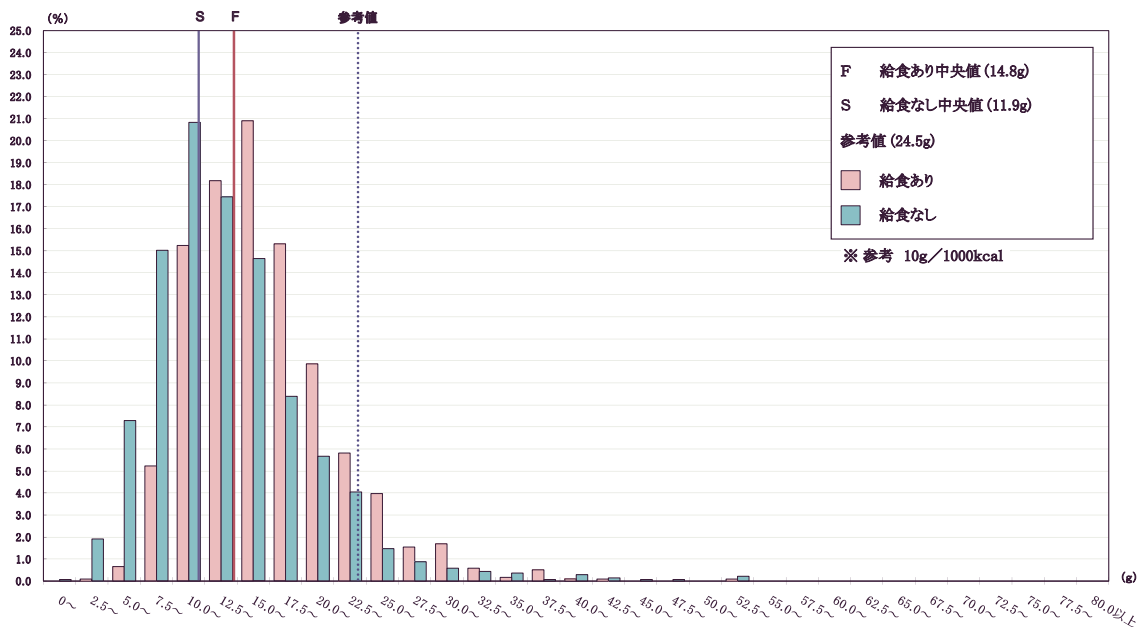
図 II - 10 - 5 食物繊維摂取量の分布 (小学校 女子)

表P. 146参照



図Ⅱ-10-6 食物繊維摂取量の分布 (中学校 男子)

表P. 149参照



図Ⅱ-10-7 食物繊維摂取量の分布 (中学校 女子)

表P. 152参照