

I 調査の概要

1 目的

児童生徒の食事の摂取状況及び食生活の実態を調査することにより、児童生徒の1日の栄養摂取における学校給食の役割を把握し、今後の学校給食における食事内容の検討及び家庭における食事の指導等の資料を得ることを目的とする。

2 調査対象

全国47都道府県から選定した、完全給食実施公立学校（1クラス30名程度）の小学校5年生、中学校2年生とする。

3 調査規模

- (1) 都市部の小学生及び中学生 各30名程度
- (2) 農山漁村部の小学生及び中学生 各30名程度
- (3) 上記小学生及び中学生の保護者

4 選定方法

都道府県教育委員会の選定による。

5 調査時期

平成19年11月の2週目又は3週目の連続する金曜日（学校給食のある日）と土曜日（学校給食のない日）2日間で、特別な行事のない日とする。
（食生活等調査は、食事状況調査の実施期間中に同時に実施する。）

6 調査内容

(1) 調査用紙への記入

独立行政法人日本スポーツ振興センターが作成した調査用紙、説明書を各調査校に配布し、保護者に記入を依頼する。

調査用紙には、記入例を参考に、2日間の食事の摂取状況のうち、学校給食を除く、朝食、昼食、夕食、朝食間食（学校給食のない日のみ）、間食（おやつ）、夜食の区分別に、それぞれ料理名と摂取食品名、食品の使用量（摂取量）を記入する。保護者が記入した調査用紙を、調査対象校又は調査対象校の学校給食を担当している栄養教諭及び学校栄養職員が、確認及び補足をする。

学校給食は、栄養教諭及び学校栄養職員が残食を差し引いた純摂取量を記入する。

(2) 集計法

栄養価の計算は、文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会編「五訂増補 日本食品標準成分表」（以下「食品成分表」という。）の数値を使用する。

本調査における1日の栄養素等摂取量の基準値は以下の通りにした。

推定エネルギー必要量は厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準（2005年版）」に示されている算出式によって求めた。

$$\text{推定エネルギー必要量 (kcal/日)} = \text{基礎代謝量 (kcal/日)} \times \text{身体活動レベル} + \text{エネルギー蓄積量 (kcal/日)}$$

身体活動レベル：1.7

エネルギー蓄積量：小学校 男子 40 女子 30、中学校 男子 20 女子 30

その際用いる体重に関しては、本調査が11月であったことから文部科学省平成19年度学校保健統計調査における10、11歳の中央値の差の1/2を本調査対象者の小学校の中央値に、また、13、14歳の差の1/2を、本調査対象者の中学校の中央値に加え算出した。

たんぱく質、鉄、ビタミン類は厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準（2005年版）」における、小学校5年生は10歳から11歳、中学校2年生は12歳から14歳の数値の推奨量、脂質エネルギー比率、カルシウム、食塩相当量は目標量とした。

なお、食物繊維は成人の算出方法に準じて1000kcal当たり10gとした。

表 I - 1 本調査における栄養素等摂取量基準値

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質エネルギー比率 (%)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
小学校男子	2,367	50	20 } 30	800	10.0	550	1.2	1.4	80	23.7	9 未満
小学校女子	2,260	50		800	13.0	500	1.2	1.3	80	22.6	8 未満
中学校男子	2,776	60		900	11.5	700	1.4	1.6	100	27.8	10 未満
中学校女子	2,450	55		750	13.5	550	1.2	1.4	100	24.5	8 未満

食品群の分類は食品成分表の18分類による。

食品群の摂取量については、「第六次改訂日本人の栄養所要量—食事摂取基準—の活用」の、小学校5年生は9歳から11歳の、中学校2年生は12歳から14歳の数値を基準値とした（表 I - 3、表 I - 4）。ただし、この構成表の食品群と日本食品標準成分表との食品群とは、分類が一致しない部分があるので、一部の食品群については、摂取量等を算出していない。調理加工食品、菓子類等は、その素材の食品群に分類して食品構成の目標値を求めるところではあるが、これらの食品については、使用材料の配合までのデータが開示されていないので、調理加工食品類、菓子類として集計した。

また、外食の定義は、

- ① 飲食店で食事をした場合。
- ② 寿司、うな重、そば、ピザなどの出前・宅配をとった場合。
- ③ 弁当、寿司、ハンバーガー、サンドウィッチ等を購入して食べた場合。

※食事の主体となるものが②、③の場合、汁物、飲み物、副食は家庭で作ったとしても外食とした。

7 調査人員数

調査用紙の調査人員数は、表 I-2 のとおりである。

表 I-2 調査人員数

区 分		小学校	中学校
都市部	男	684	706
	女	702	698
	計	1,386	1,404
農山漁村部	男	626	621
	女	637	660
	計	1,263	1,281
合 計	男	1,310	1,327
	女	1,339	1,358
	計	2,649	2,685

表 I - 3 9 ~ 11 歳の食品構成

食品群	摂取量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン A		ビタミン B ₁ (mg)	ビタミン B ₂ (mg)	ビタミン C (mg)
								A 効力 (IU)	レチノール (μ g)			
穀類	320	991.1	23.1	7.9	199.5	57.5	2.2	10.1	3.4	0.32	0.15	0.2
種実類	5	27.9	0.8	2.4	1.0	6.2	0.2	0.6	0.2	0.02	0.01	0.4
いも類	100	100.3	1.8	1.6	19.8	16.6	0.6	0.0	0.0	0.10	0.04	20.2
砂糖類	5	18.5	0.0	0.0	4.7	0.2	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.1
菓子類	30	107.0	1.7	4.3	15.2	13.0	0.3	29.1	9.7	0.02	0.03	0.2
油脂類	15	119.1	0.1	12.9	0.1	1.1	0.0	178.8	59.6	0.00	0.00	0.0
豆類	60	75.0	5.2	4.0	4.2	64.5	1.3	0.1	0.0	0.05	0.04	0.0
果実類	150	77.8	0.7	0.2	20.0	16.1	0.2	46.5	15.5	0.07	0.04	36.3
緑黄色野菜	90	24.4	1.7	0.1	4.4	43.0	1.4	1,742.2	580.7	0.07	0.10	34.3
その他の野菜	200	45.6	2.4	0.3	8.8	59.9	0.9	44.3	14.8	0.08	0.07	33.7
きのこ類	5	0.0	0.1	0.0	0.3	0.2	0.0	0.0	0.0	0.01	0.02	0.0
海草類	5	0.0	0.3	0.0	0.7	13.0	0.3	88.6	29.5	0.01	0.02	0.9
調味嗜好飲料	60	37.2	1.4	0.2	7.8	13.1	0.5	12.3	4.1	0.02	0.05	10.8
魚介類	70	106.8	13.6	4.7	1.5	44.3	1.0	65.9	22.0	0.08	0.15	0.7
肉類	70	161.4	12.7	11.2	0.5	4.8	1.0	295.4	98.5	0.25	0.16	3.5
卵類	40	64.4	4.9	4.5	0.4	21.9	0.7	258.5	86.2	0.03	0.19	0.0
乳類	300	200.1	9.5	10.4	16.7	321.1	0.3	349.8	116.6	0.09	0.47	0.0
その他の食品	5	20.2	0.8	1.0	2.1	5.2	0.1	3.0	1.0	0.03	0.02	0.0
合計		2,176.9	80.9	65.7	307.6	701.6	11.0	3,125.3	1,041.8	1.25	1.55	141.4
摂取目標量		2,150	70			700	10	1,500	500	0.9	1.1	70
脂肪エネルギー比 27.2%												

健康・栄養情報研究会編 (2000) 第六次改定 日本人の栄養所要量—食事摂取基準—の活用, 第一出版

表 I-4 12～14歳の食品構成

食品群	摂取量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	糖質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA		ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)
								A効力 (IU)	レチノール (μg)			
穀類	360	1,133.6	25.7	8.9	228.7	58.3	2.4	13.4	4.5	0.36	0.15	0.1
種実類	5	30.0	0.8	2.8	0.8	9.0	0.2	0.2	0.1	0.02	0.01	0.2
いも類	100	101.8	1.7	1.9	19.6	17.8	0.6	0.0	0.0	0.10	0.03	19.3
砂糖類	5	18.7	0.0	0.1	4.7	0.3	0.0	0.1	0.0	0.00	0.00	0.1
菓子類	30	102.1	1.7	3.8	15.2	12.6	0.3	27.2	9.1	0.02	0.03	0.2
油脂類	20	160.8	0.1	17.4	0.2	1.3	0.0	221.1	73.7	0.00	0.00	0.0
豆類	80	100.0	7.1	5.3	5.2	86.7	1.7	0.0	0.0	0.06	0.07	0.0
果実類	150	81.0	0.8	0.2	20.8	16.3	0.2	50.6	16.9	0.07	0.04	39.7
緑黄色野菜	100	28.0	2.0	0.2	5.1	53.1	1.6	1,845.9	615.3	0.09	0.12	41.4
その他の野菜	200	47.1	2.4	0.3	9.1	62.9	0.9	41.6	13.9	0.09	0.07	34.8
きのこ類	10	0.0	0.3	0.0	0.6	0.3	0.1	0.0	0.0	0.02	0.03	0.0
海草類	10	0.0	0.7	0.1	1.6	27.8	0.7	177.8	59.3	0.02	0.05	1.7
調味嗜好飲料	60	35.9	1.4	0.2	7.2	12.6	0.5	13.4	4.5	0.02	0.05	10.0
魚介類	70	102.9	13.3	4.2	1.7	37.2	1.0	93.7	31.2	0.08	0.14	0.7
肉類	70	164.8	12.6	11.7	0.5	4.6	1.0	223.1	74.4	0.25	0.16	3.6
卵類	50	80.7	6.1	5.6	0.4	27.4	0.9	319.8	106.6	0.04	0.24	0.0
乳類	350	229.2	10.9	12.0	18.9	370.6	0.4	404.6	134.9	0.11	0.55	0.0
その他の食品	5	18.2	0.8	0.9	2.0	5.3	0.1	4.1	1.4	0.03	0.01	0.0
合計		2,434.7	88.4	75.3	342.6	804.1	12.6	3,436.7	1,145.6	1.38	1.76	151.8
摂取目標量		2,450	80			800	12	1,900	633	1.1	1.2	80
脂肪エネルギー比 27.8%												

健康・栄養情報研究会編(2000)第六次改定 日本人の栄養所要量—食事摂取基準—の活用, 第一出版

調査対象者の児童・生徒の体位の中央値・平均値・標準偏差と

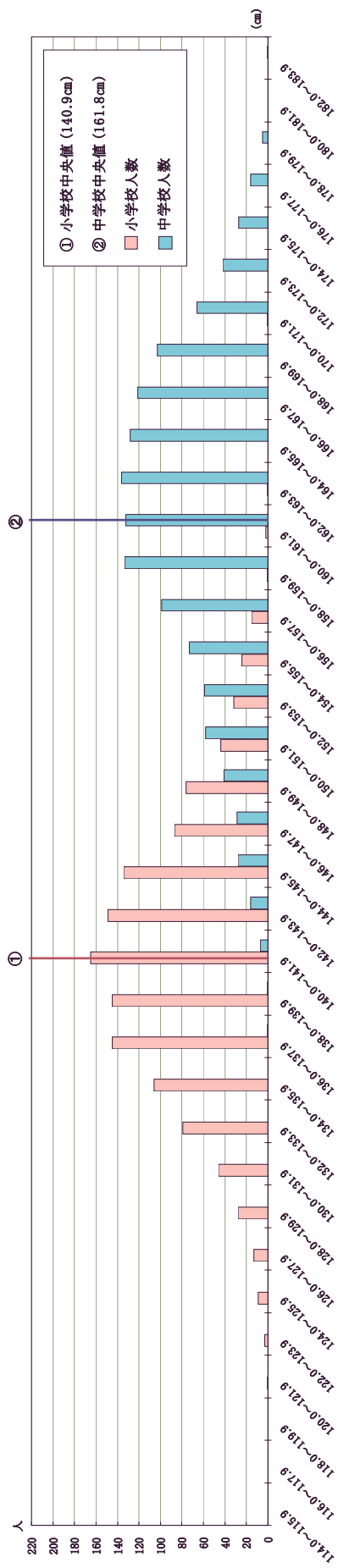
文部科学省平成 19 年度学校保健統計調査の児童・生徒の体位とを比較した表

平成 19 年度調査対象者

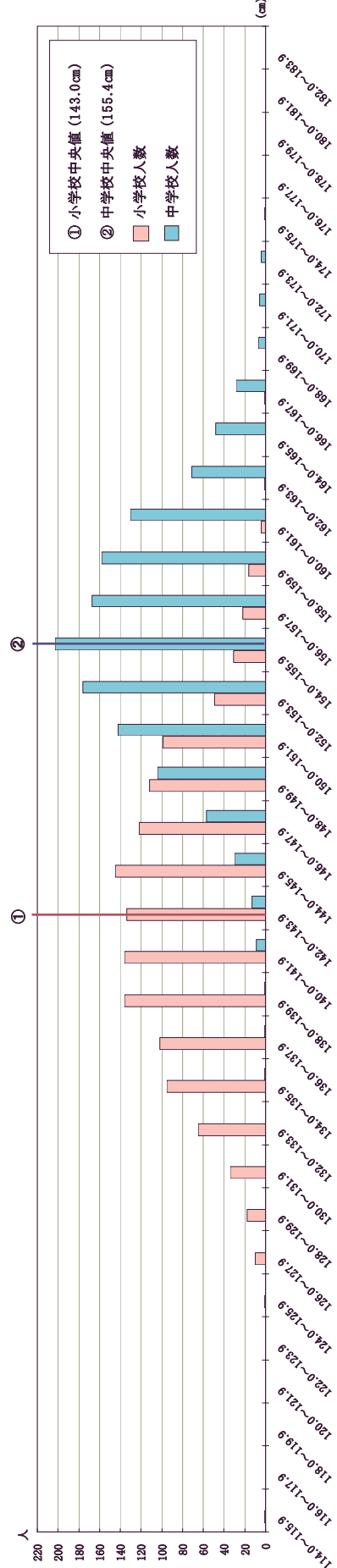
		小学校			中学校		
		平均値	中央値	標準偏差	平均値	中央値	標準偏差
男	身長	141.0	140.9	6.60	161.1	161.8	7.75
	体重	36.3	34.6	8.43	51.2	49.8	10.83
女	身長	143.0	143.0	6.90	155.5	155.4	5.62
	体重	36.3	35.2	7.44	48.0	47.3	7.84

[資料] 文部科学省平成 19 年度学校保健統計調査

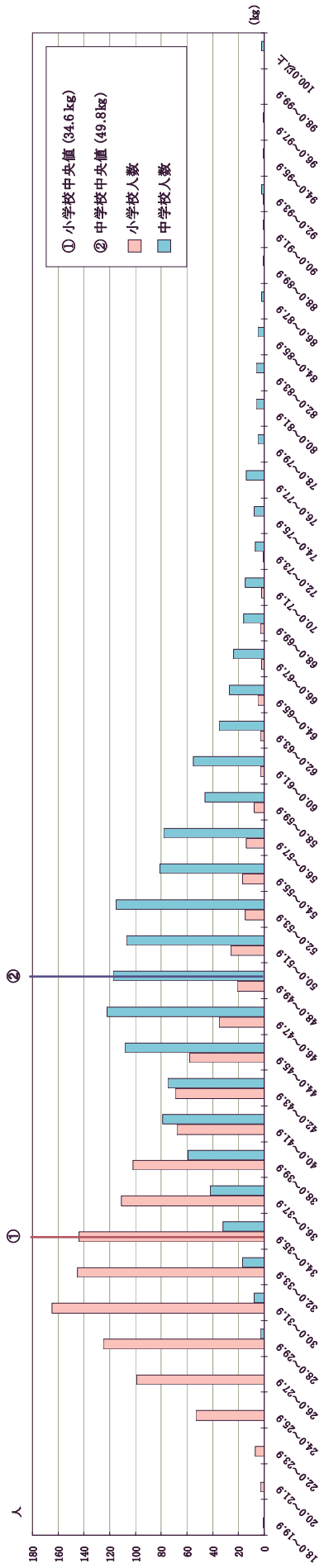
		小学校						中学校					
		10 歳			11 歳			13 歳			14 歳		
		平均値	中央値	標準偏差	平均値	中央値	標準偏差	平均値	中央値	標準偏差	平均値	中央値	標準偏差
男	身長	139.0	139.0	6.20	145.1	145.0	7.04	159.8	160.0	7.75	165.2	165.0	6.74
	体重	34.4	33.0	7.70	38.7	37.0	8.77	49.6	48.0	10.64	54.7	53.0	10.46
女	身長	140.3	140.0	6.73	146.8	147.0	6.68	155.1	155.0	5.43	156.7	157.0	5.32
	体重	34.3	33.0	7.30	39.1	38.0	8.11	47.6	47.0	8.11	50.3	49.0	8.05



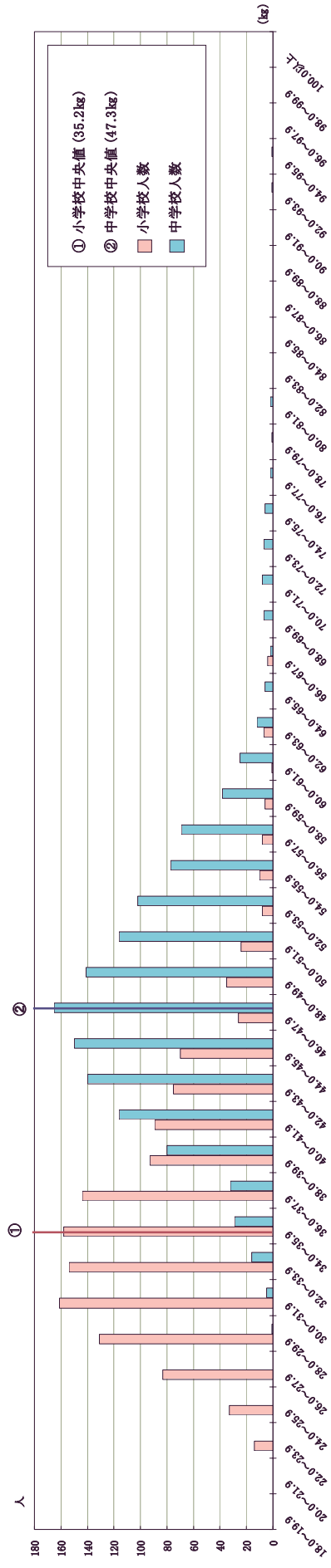
身長分布グラフ 男子学年別



身長分布グラフ 女子学年別



体重分布グラフ 男子学年別



体重分布グラフ 女子学年別