

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都道府県を10地域に区分し、各地域から1市を選定した。その10市で選定した完全給食実施公立学校（1クラス40名程度）の小学校3年生、小学校5年生、中学校2年生とする。

3 調査規模

- (1) 完全給食実施学校の小学校3年生、小学校5年生及び中学校2年生
- (2) (1)の保護者
- (3) (1)の学級担任

調査対象	小3	小5	中2	1市小計	10市合計
児童生徒	100名以上	100名以上	100名以上	300名以上	3,000名以上
保護者	100名以上	100名以上	100名以上	300名以上	3,000名以上
学級担任	3名以上	3名以上	3名以上	9名以上	90名以上

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

調査時期：平成22年12月第2週又は第3週の木曜日（学校給食がある日）及び土曜日（学校給食がない日）で、特別な行事がない日とする。

※身長体重調査：原則として平成22年12月の任意の日に、通常健康診断と同様の方法で測定する。

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、学校給食については栄養教諭・学校栄養職員に、学校給食以外の食事については保護者に記入を依頼する。

① 学校給食

栄養教諭及び学校栄養職員が児童生徒1人当たりの献立別配食量及び残食量

を秤量し、各個人ごとの献立別摂取量を算出して記録する。

② 学校給食以外

保護者が、2日間の食事の摂取状況を、朝食、昼食、夕食、朝食間食、間食、夜食（昼食・朝食間食については学校給食のない日のみ）の区分別に、それぞれ料理名と摂取食品名、児童生徒一人当たりが食べた量、商品名、メーカー名等の情報を調査票に記入する。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。

(2) 集計方法

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。また、調理加工食品の一部については、女子栄養大学出版部発行「家庭のおかずのカロリーガイドブック」等を使用する。

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（2010年版）」に示されている算出式によって求めた。

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

表 I - 1 身体活動レベル・エネルギー蓄積量

	身体活動レベル（Ⅱ ふつう）	エネルギー蓄積量（kcal/日）
小学校3年 男	1.6	25
小学校3年 女	1.6	25
小学校5年 男	1.65	35
小学校5年 女	1.65	30
中学校2年 男	1.65	20
中学校2年 女	1.65	25

基礎代謝量は基礎代謝基準値（kcal/kg/日）×標準体重（kg）として算出し、その際用いた体重に関しては、調査の各年齢男女別の平均身長から標準体重を算出した。

たんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミン類、マグネシウム、亜鉛は厚生労働省策定「日本人の食事摂取基準（2010年版）」における、小学校3年生は8歳から9歳、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、脂肪エネルギー比率、食塩相当量は目標量とした。

なお、食物繊維については「日本人の食事摂取基準」には、数値が示されていないため成人の数値を参考値とした。2005年版では1000kcal当たり10gであったが、2010

年版では18歳以上の男性19g/日以上、女性17g/日以上と示されており、その数値を参考に1000kcal当たり8gとした。

表I-2 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)	脂肪エネルギー 比率(%)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μ gRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)	マグネシウム (mg)	亜鉛 (mg)
小学校3年男	1,919	40	20 30	650	8.5	500	1.0	1.1	65	15.4	7.0未満	170	8
小学校3年女	1,775	40		750	8.0	500	1.0	1.0	65	14.2	7.0未満	160	8
小学校5年男	2,226	45		700	10.0	600	1.2	1.4	80	17.8	8.0未満	210	10
小学校5年女	2,168	45		700	13.5	550	1.1	1.2	80	17.3	7.5未満	210	10
中学校2年男	2,652	60		1,000	11.0	750	1.4	1.5	100	21.2	9.0未満	290	11
中学校2年女	2,421	55		800	14.0	700	1.2	1.4	100	19.4	7.5未満	280	9

食品群の分類は食品成分表の18分類によった。

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-3のとおりである。

表I-3 調査人員数

区分	配布数		回収数	有効回答数
小学校3年	1,893	男	822	810
		女	824	800
		計	1,646	1,610
小学校5年	1,809	男	793	780
		女	830	812
		計	1,623	1,592
中学校2年	2,015	男	764	752
		女	669	708
		計	1,433	1,460
合計	5,717		4,702	4,662

調査対象者の児童生徒の体位の平均値・標準偏差と

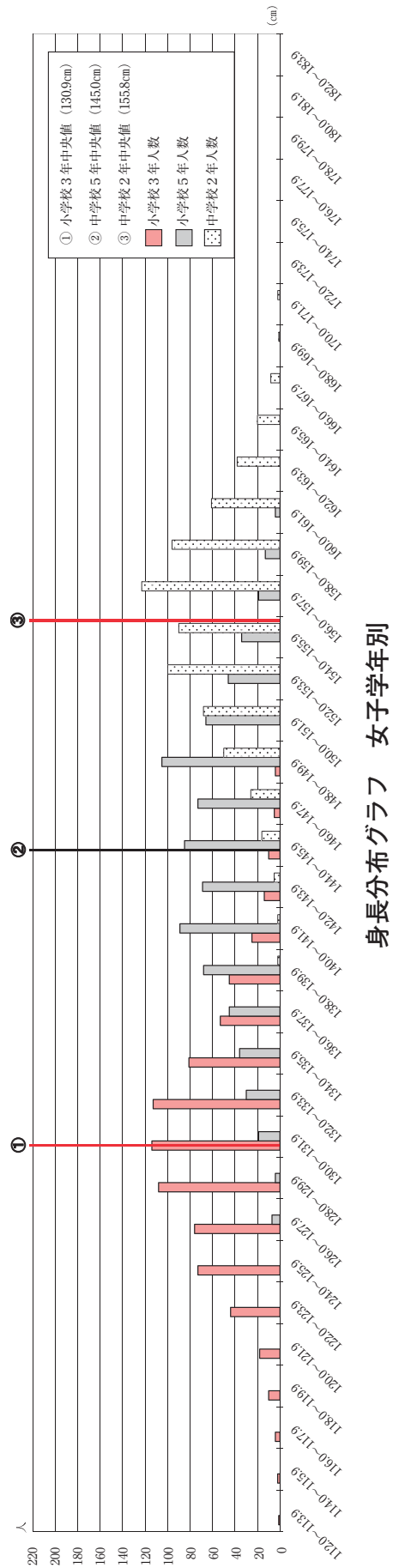
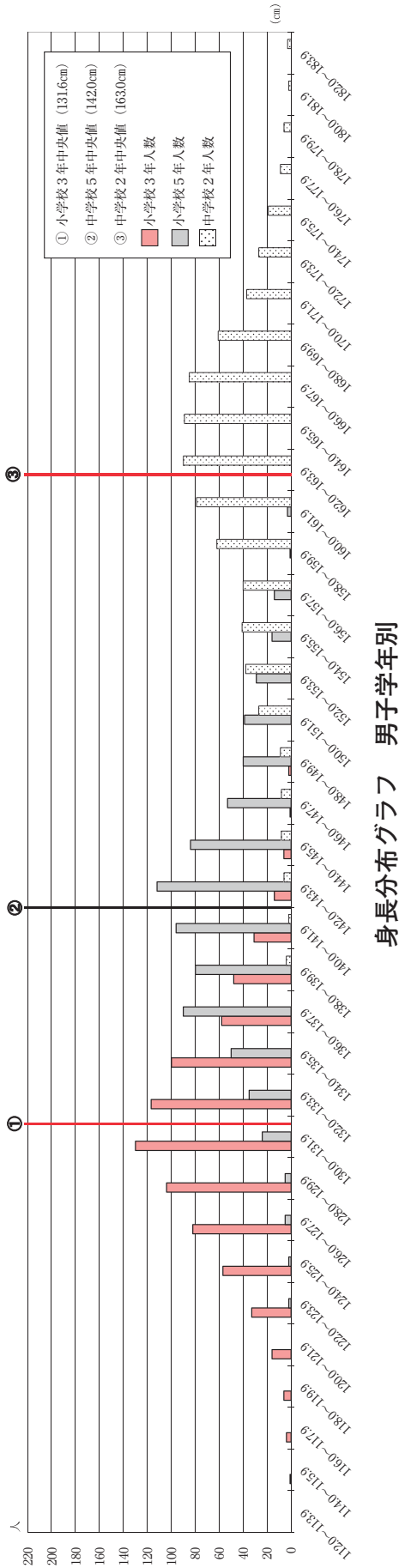
文部科学省平成 22 年度学校保健統計調査の児童生徒の体位とを比較した表

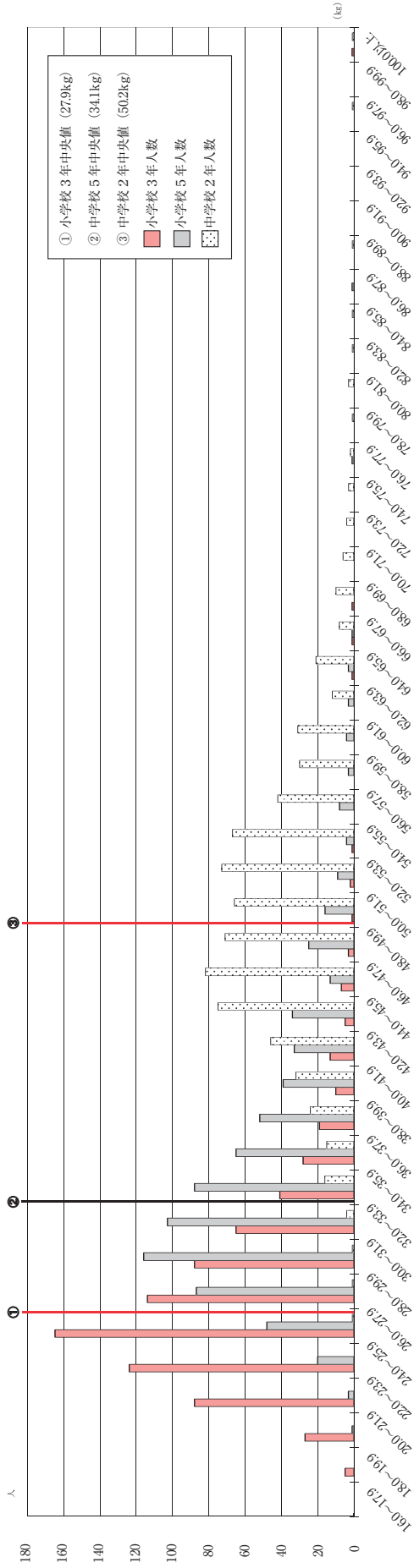
表 I - 4 平成 22 年度調査対象者

		小学校 3 年			小学校 5 年			中学校 2 年		
		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	131.6	131.6	5.34	142.1	142.0	6.42	162.5	163.0	7.44
	体重	29.6	27.9	12.01	36.2	34.1	8.14	51.0	50.2	9.09
女	身長	131.2	130.9	5.85	144.6	145.0	6.94	155.4	155.8	5.10
	体重	28.4	27.5	5.25	36.9	36.0	7.36	47.8	47.0	7.26

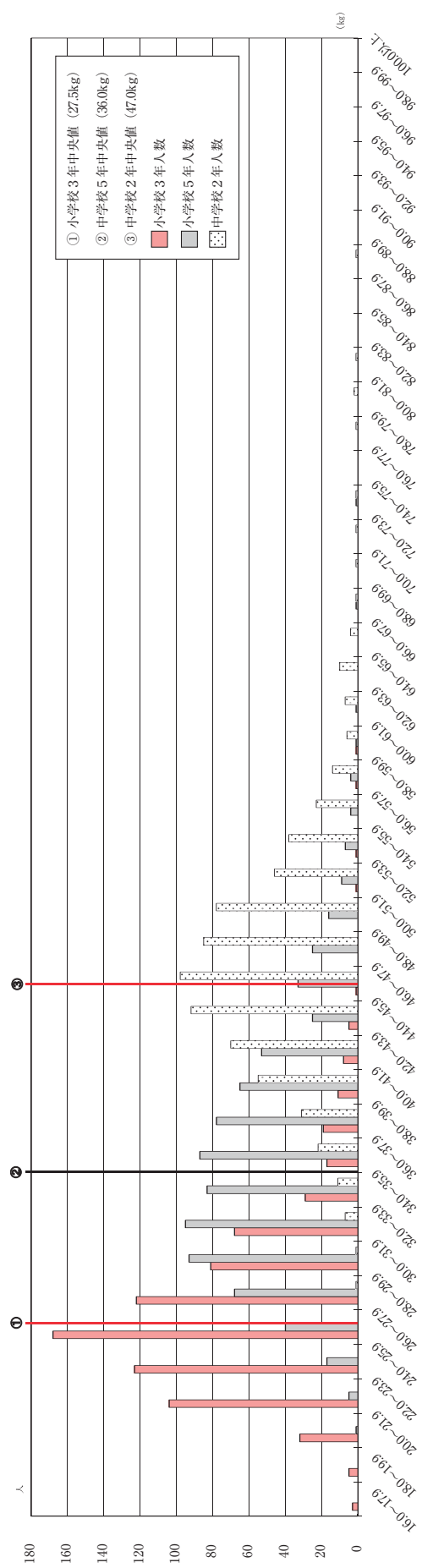
[資料] 文部科学省平成 22 年度学校保健統計調査

		小学校						中学校					
		8 歳		9 歳		10 歳		11 歳		13 歳		14 歳	
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差	平均値	標準偏差
男	身長	128.2	5.33	133.5	5.70	138.8	6.07	145.0	7.10	159.7	7.71	165.1	6.72
	体重	27.2	5.06	30.5	6.24	34.1	7.21	38.4	8.58	49.2	10.01	54.4	10.14
女	身長	127.4	5.51	133.5	6.16	140.2	6.84	146.8	6.60	155.0	5.42	156.5	5.30
	体重	26.5	4.73	30.0	5.79	34.1	6.96	39.0	7.91	47.3	7.77	50.0	7.78





体重分布グラフ 男子学年別



体重分布グラフ 女子学年別