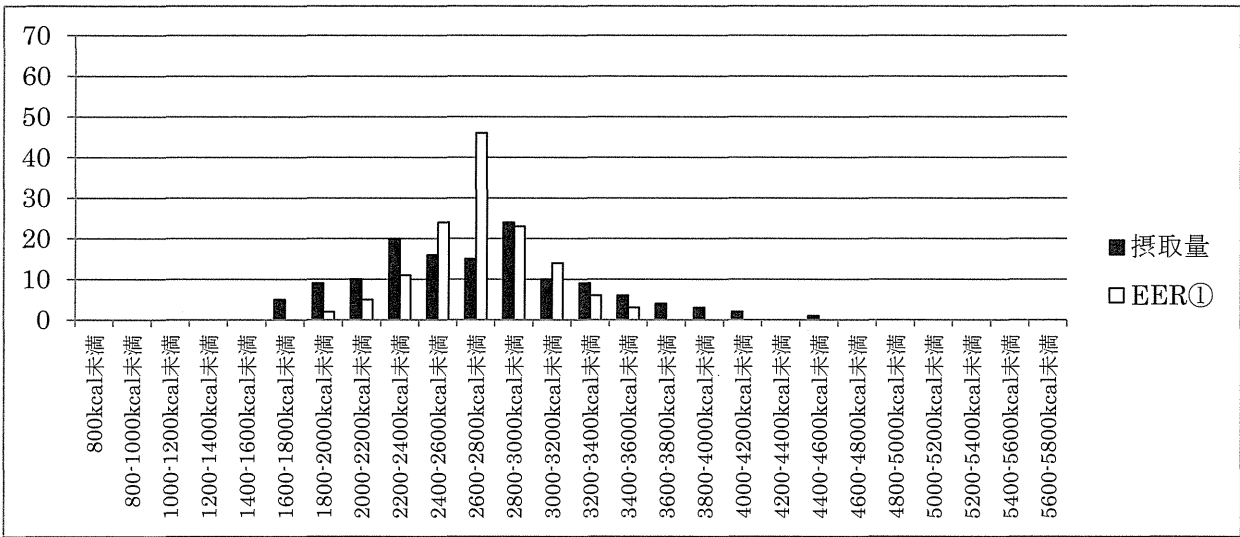
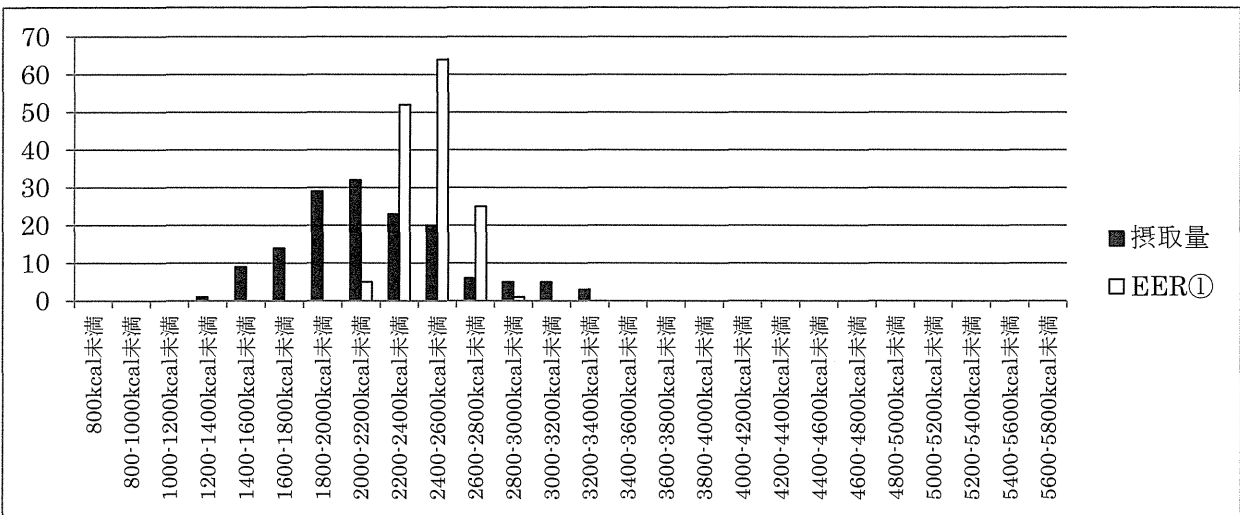


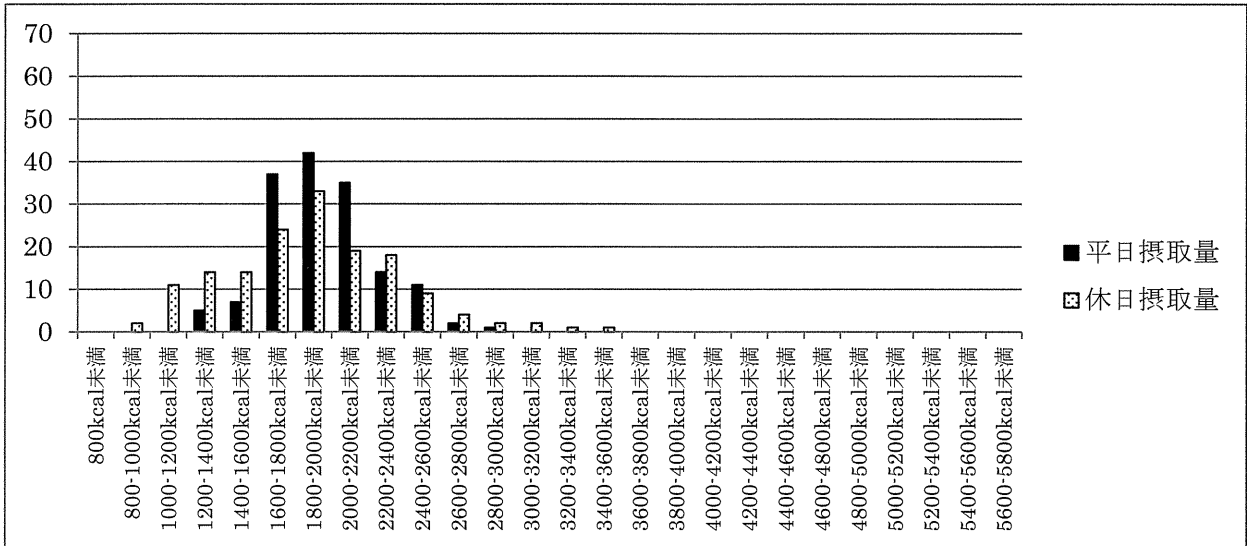
<図 44> エネルギー摂取量と EER① (日齢・身長考慮) の分布・3日間平均 (小5女子、176人) : 縦軸は人数



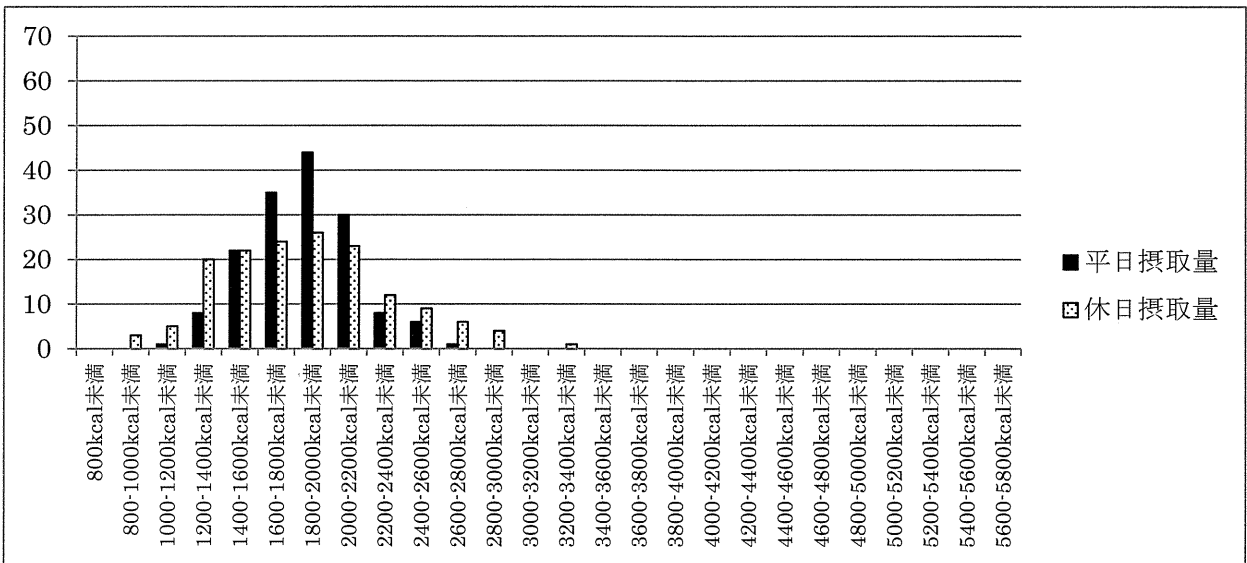
<図 45> エネルギー摂取量と EER① (日齢・身長考慮) の分布・3日間平均 (中2男子、134人) : 縦軸は人数



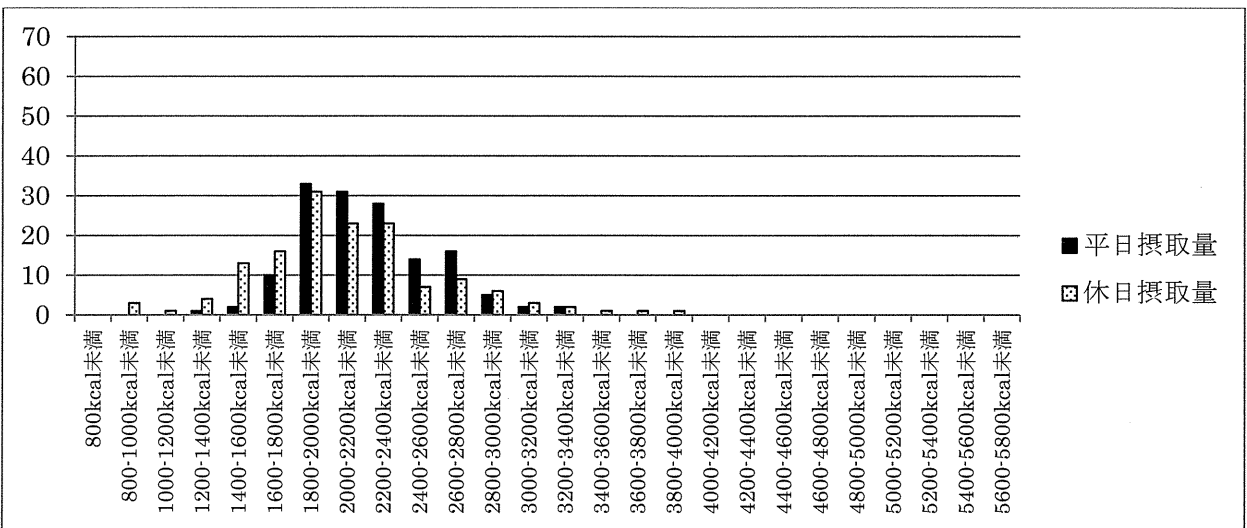
<図 46> エネルギー摂取量と EER① (日齢・身長考慮) の分布・3日間平均 (中2女子、147人) : 縦軸は人数



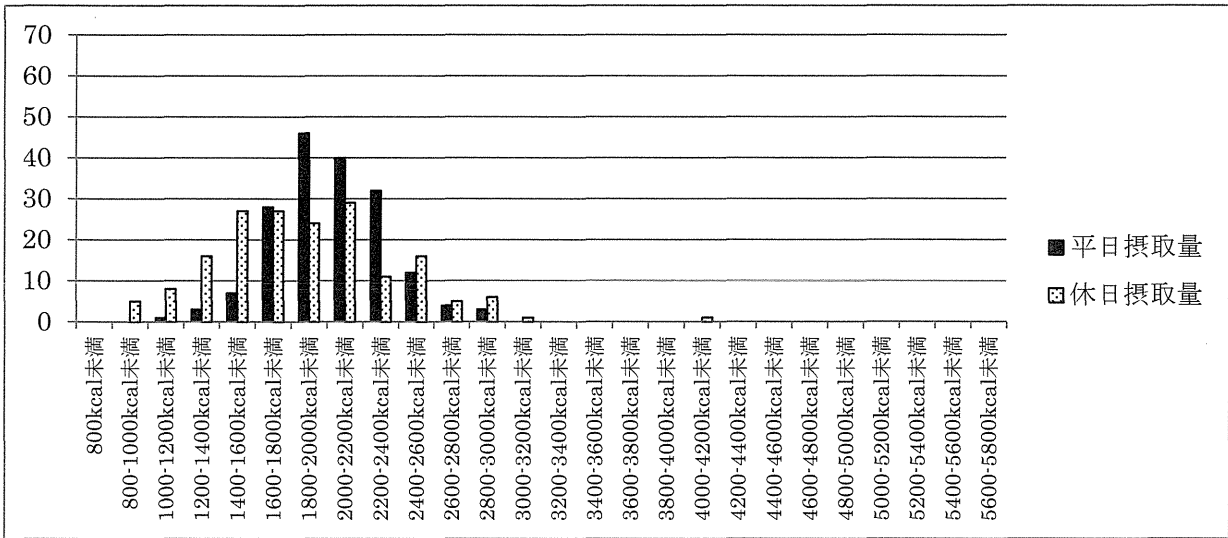
＜図 47＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（小3男子、154人）：縦軸は人数



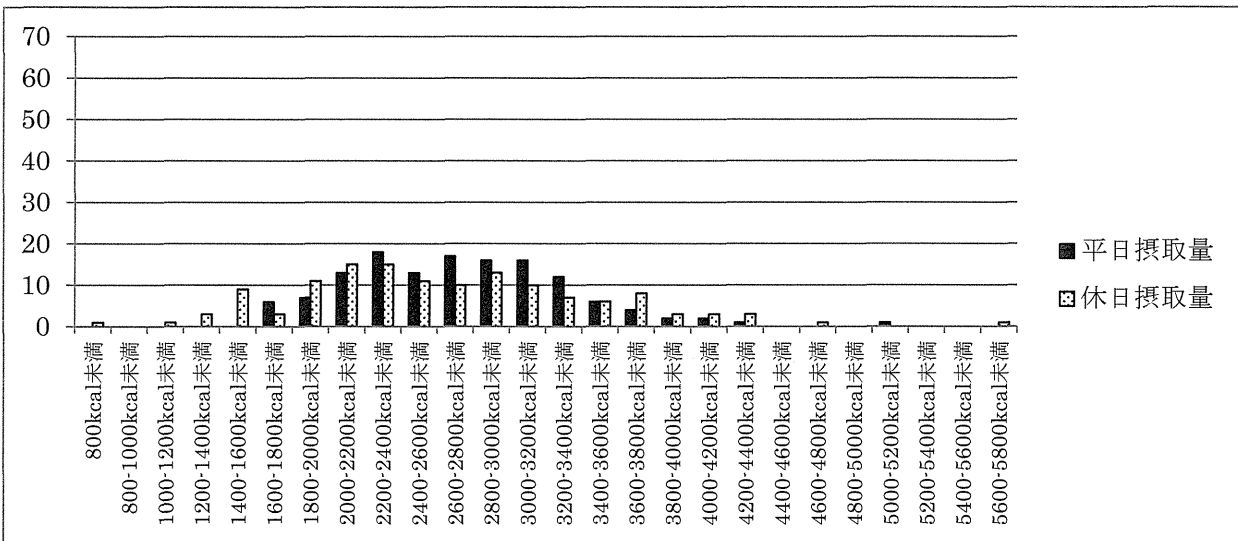
＜図 48＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（小3女子、155人）：縦軸は人数



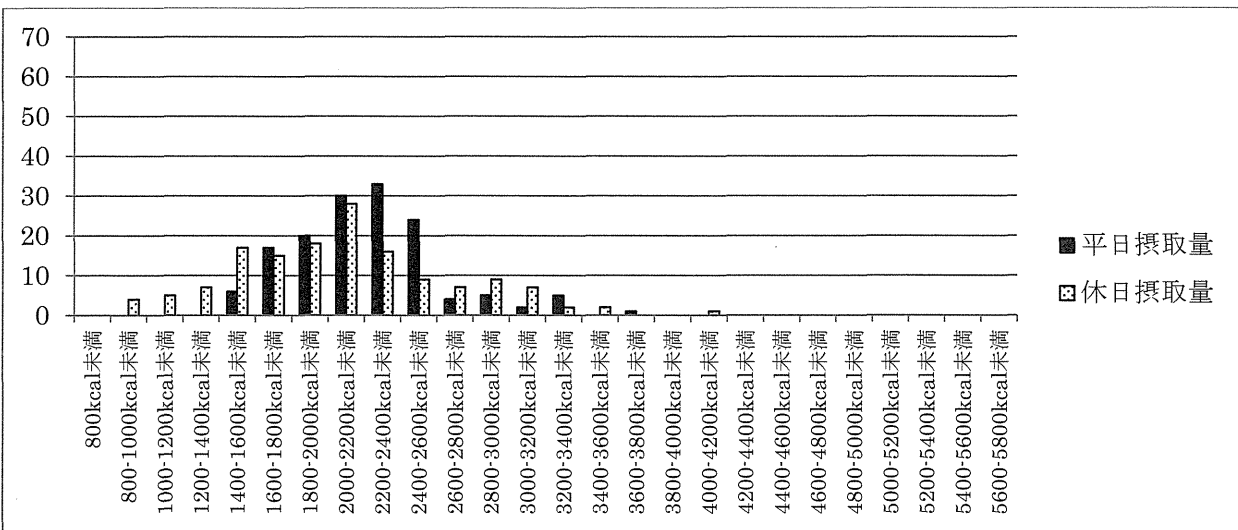
＜図 49＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（小5男子、144人）：縦軸は人数



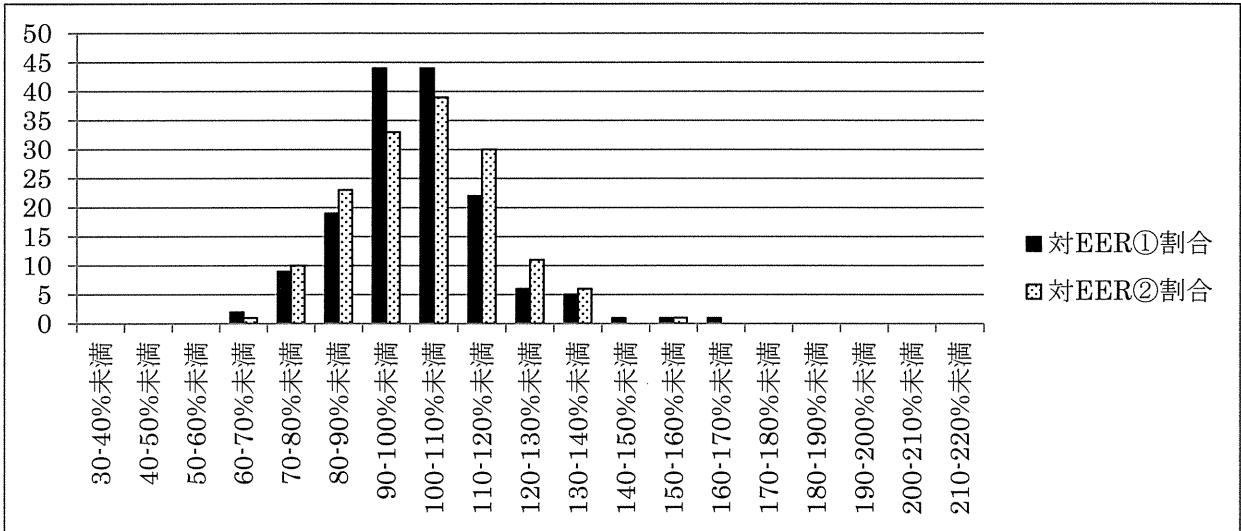
＜図 50＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（小5女子、176人）：縦軸は人数



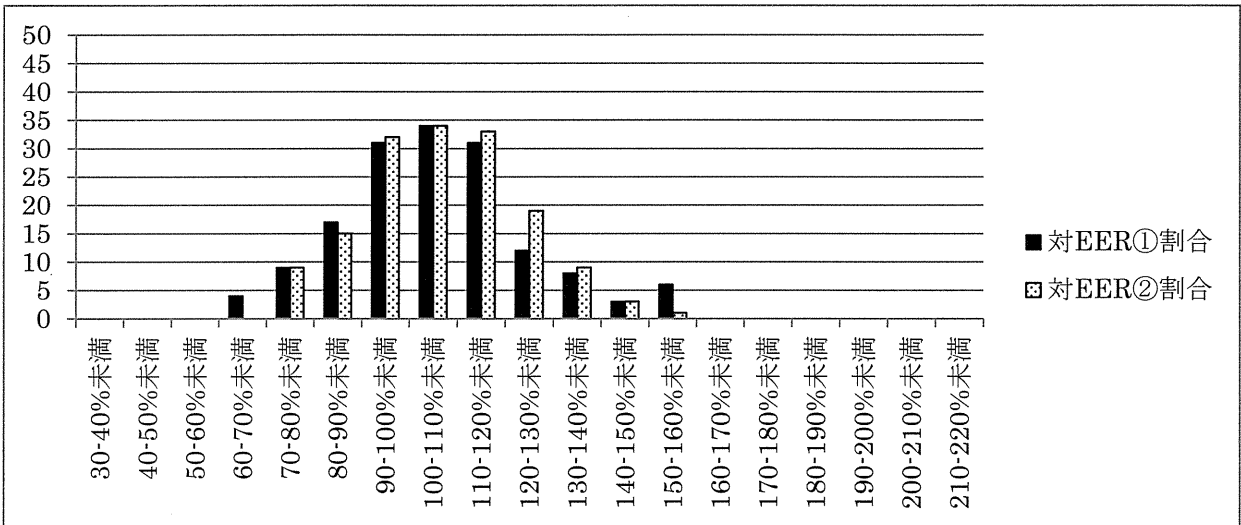
＜図 51＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（中2男子、134人）：縦軸は人数



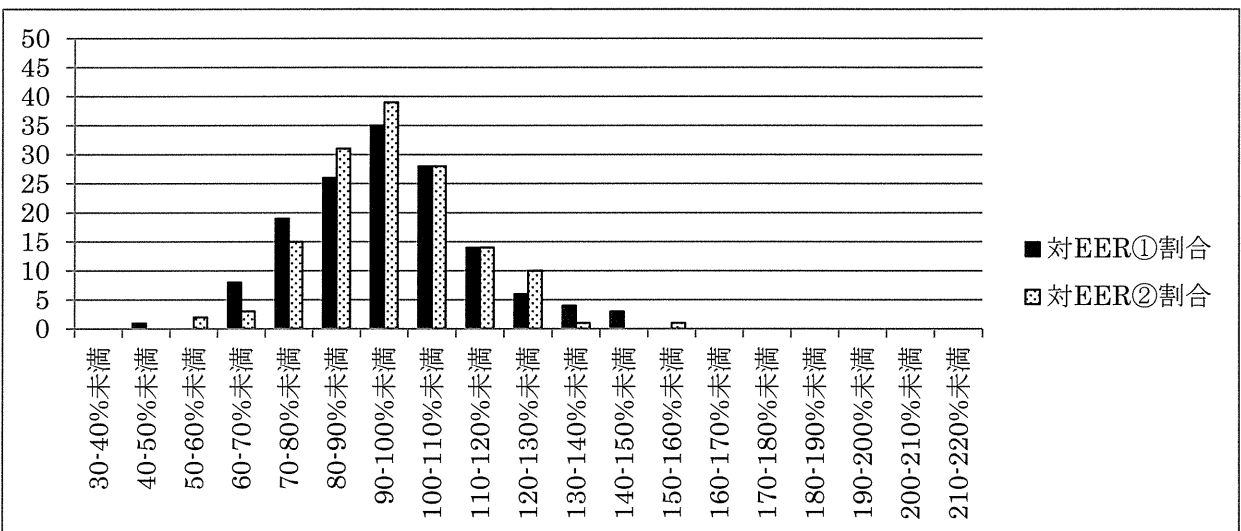
＜図 52＞平日（2日間平均）と休日のエネルギー摂取量分布（中2女子、147人）：縦軸は人数



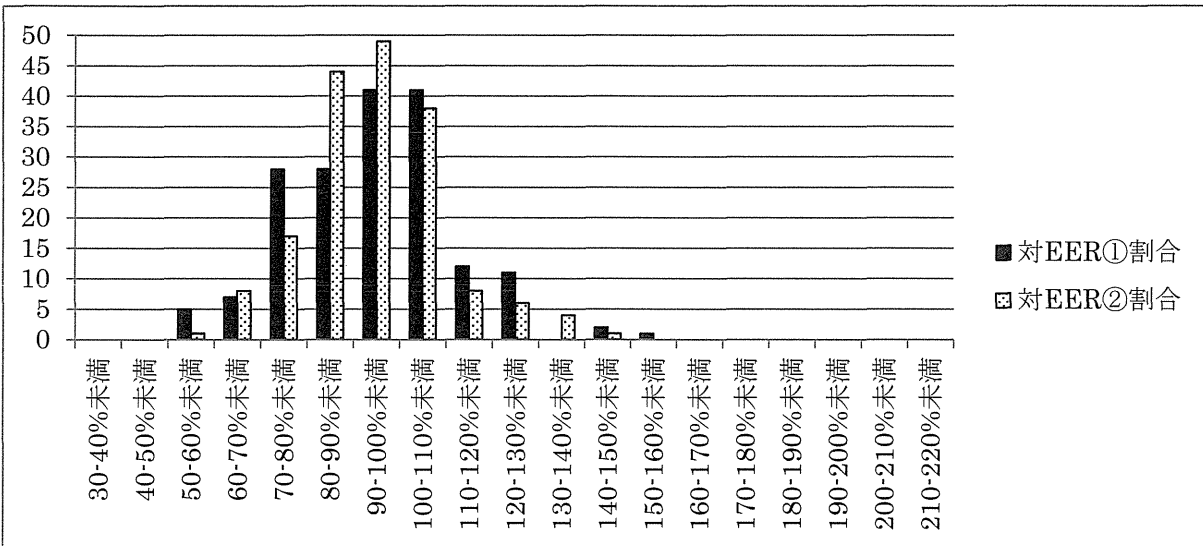
<図 53> EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (小3男子、154人) : 縦軸は人数
 ※EER①では日齢と身長を考慮、EER②では日齢のみ考慮。



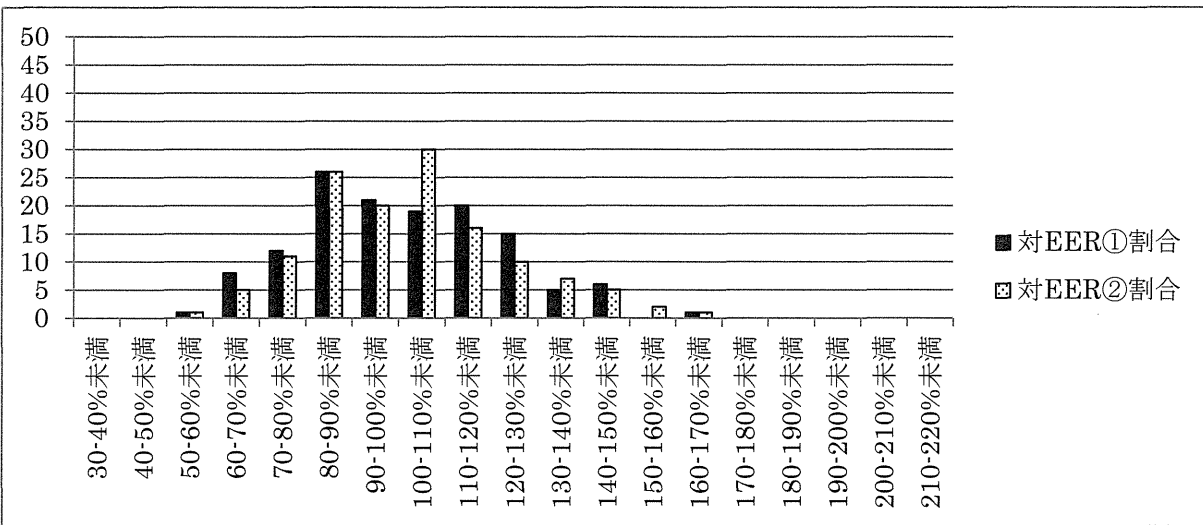
<図 54> EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (小3女子、155人) : 縦軸は人数



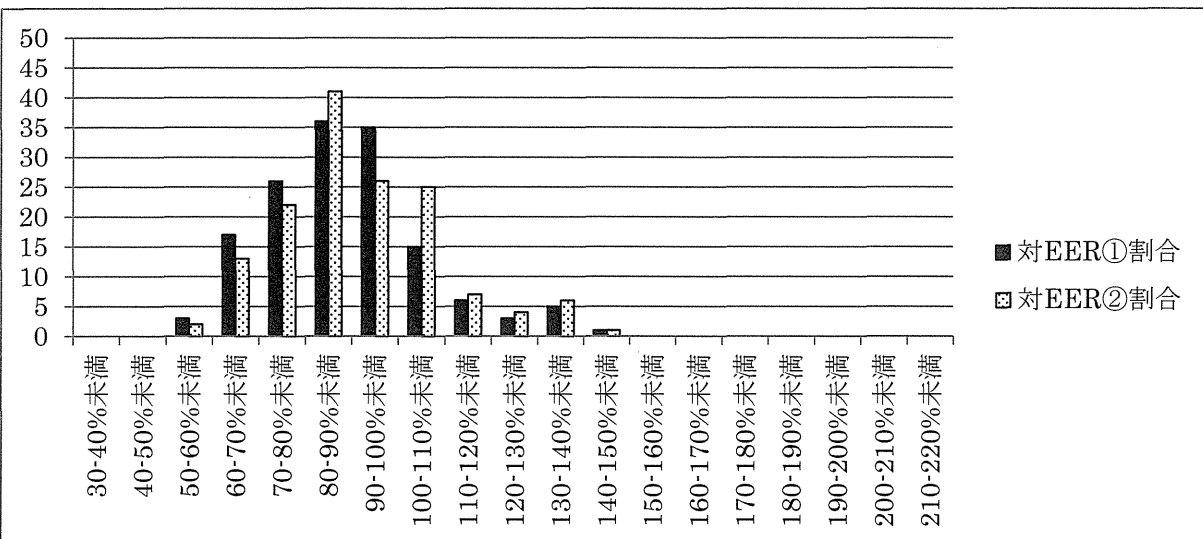
<図 55> EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (小5男子、144人) : 縦軸は人数



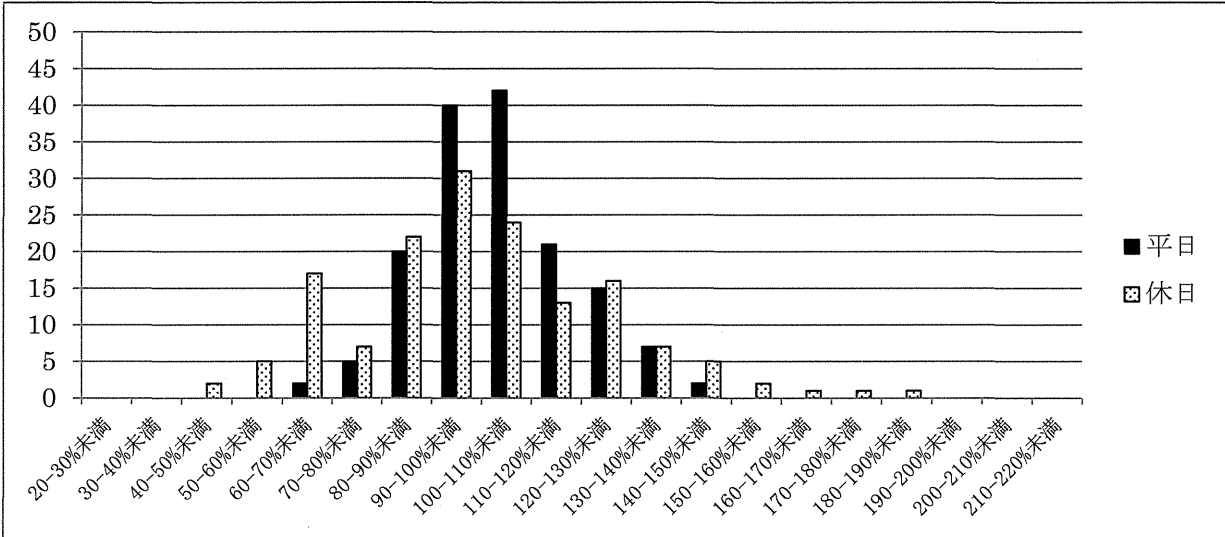
< 図 56 > EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (小5女子、176人) : 縦軸は人数
 ※EER①では日齢と身長を考慮、EER②では日齢のみ考慮。



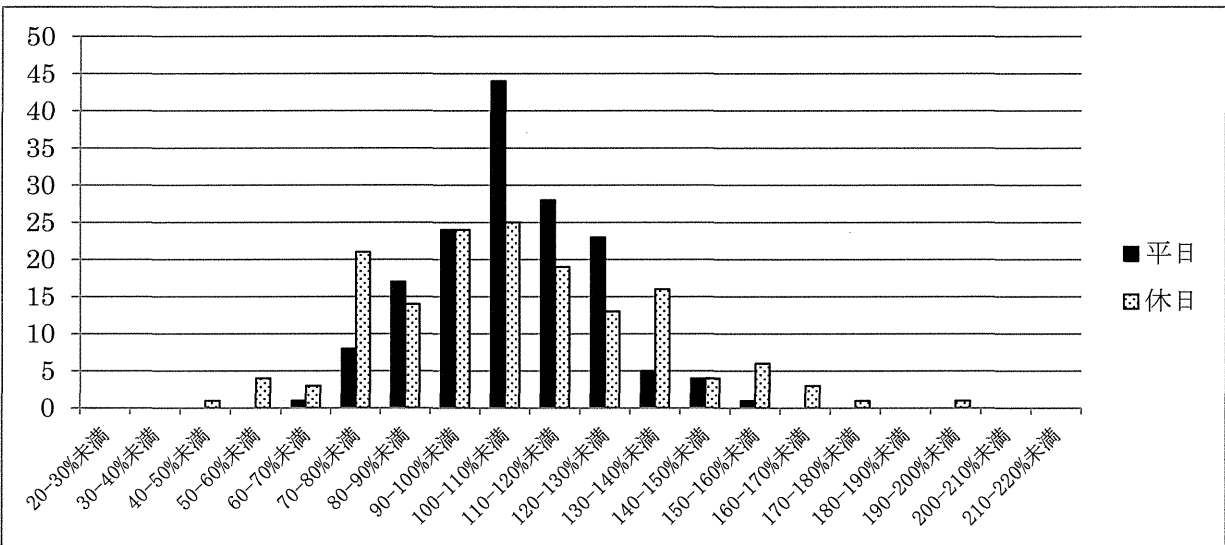
< 図 57 > EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (中2男子、134人) : 縦軸は人数



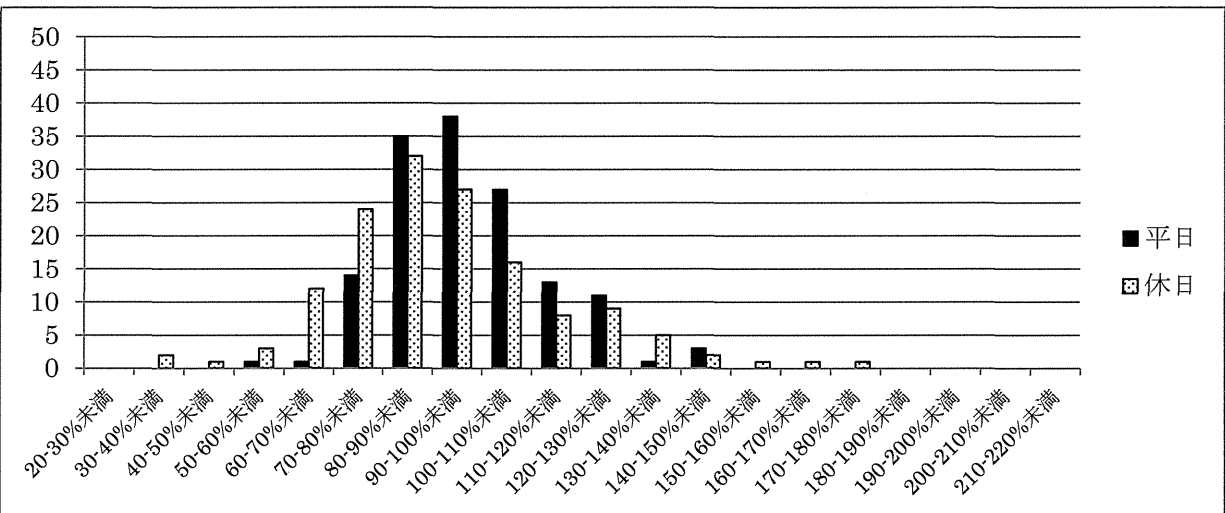
< 図 58 > EER①、EER②に対するエネルギー摂取量の割合 (%) の分布、3日間平均 (中2女子、147人) : 縦軸は人数



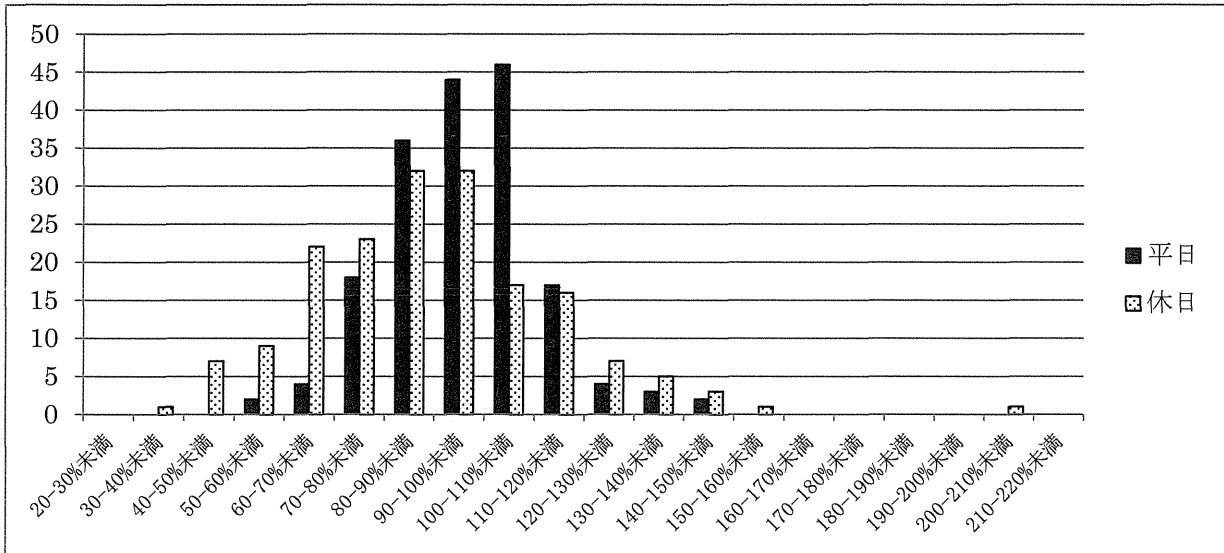
<図 59> EER②（日齢考慮）に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較（小3男子、154人）：縦軸は人数



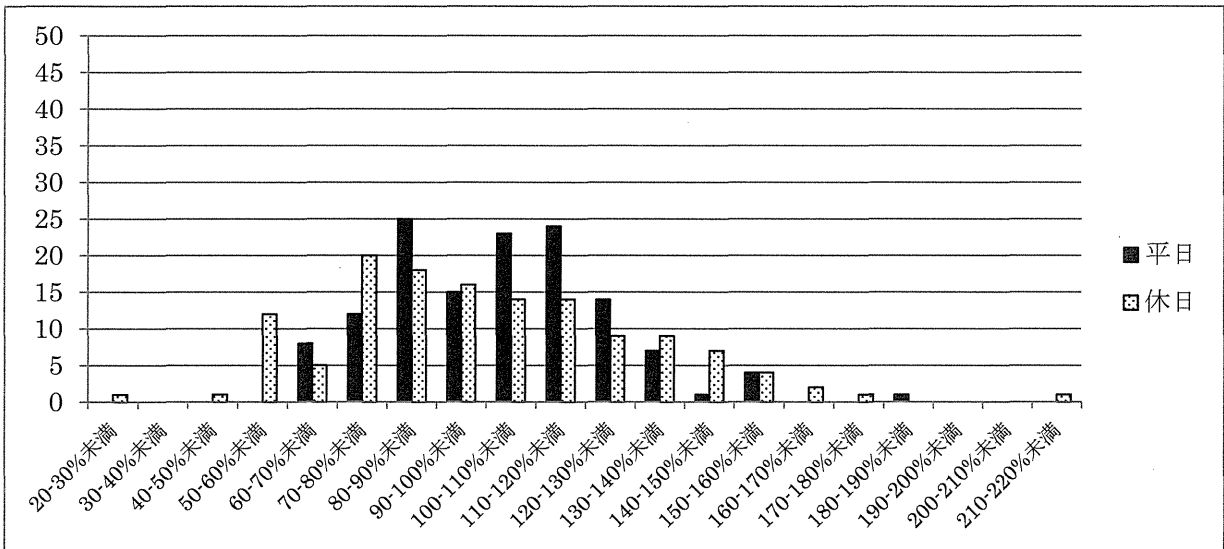
<図 60> EER②（日齢考慮）に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較（小3女子、155人）：縦軸は人数



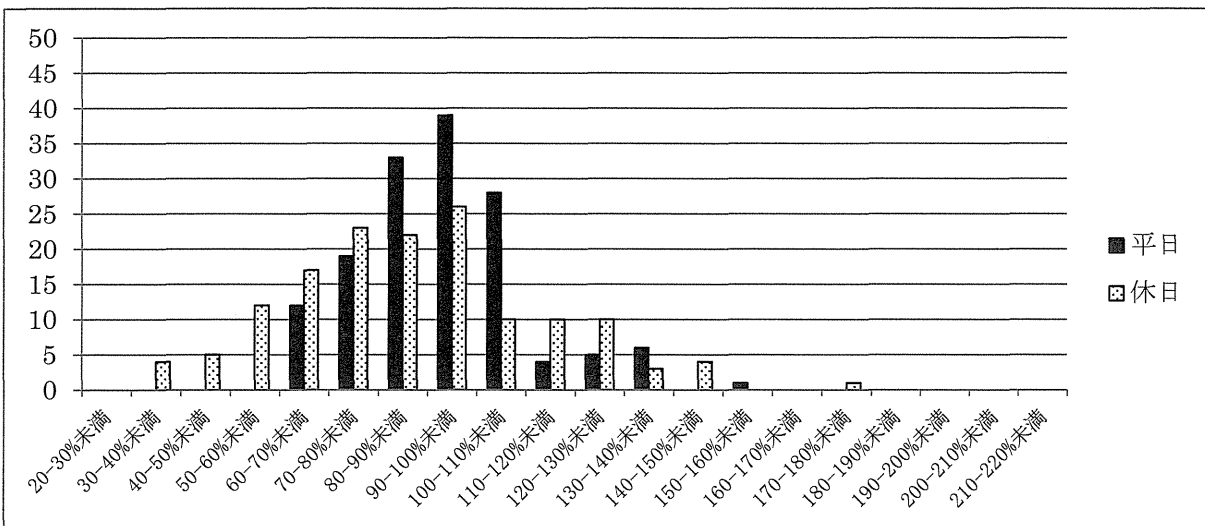
<図 61> EER②（日齢考慮）に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較（小5男子、144人）：縦軸は人数



<図 62> EER② (日齢考慮) に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較 (小5女子、176人) : 縦軸は人数



<図 63> EER② (日齢考慮) に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較 (中2男子、134人) : 縦軸は人数



<図 64> EER② (日齢考慮) に対するエネルギー摂取量の割合、平日と休日の比較 (中2女子、147人) : 縦軸は人数

ii) 栄養素

解析対象者がそれぞれ EER②に相当するエネルギーを摂取していると考え、各栄養素の摂取量を解析方法の項に記載の方法で補正した。この補正値を、栄養素ごとに食事摂取基準の指標値と比較した。

性別・学年の層ごとに表 129～134 (3日間平均値)、表 135～140 (平日 2日間平均)、表 141～146 (休日) として結果を示した。また、EAR では不適合率を図示し (図 65、図 66)、平日と休日の不適合率も図示した (図 67～72)。DG でも同様に不適合率を図示した (図 73～80)。AI では指標値よりも摂取量の多い者・少ない者の割合を 3日間平均値について図示した (図 81～86)。

次に、この項で食事摂取基準を満たさない者の割合の多い栄養素の摂取量 (EER②に相当するエネルギーを摂取していると仮定した摂取量) について、3日間平均摂取量の分布を図示し、また平日 2日間平均摂取量と休日摂取量の分布を図示した。図示した栄養素はたんぱく質 (エネルギー%) (図 87～98)、脂質 (エネルギー%) (図 99～110)、炭水化物 (エネルギー%) (図 111～122)、食物繊維 (図 123～134)、ビタミン A (レチノール当量) (図 135～146)、ビタミン B1 (図 147～158)、ビタミン B2 (図 159～170)、ナイアシン (図 171～182)、ビタミン B6 (図 183～194)、葉酸 (図 195～206)、ビタミン C (図 207～218)、食塩相当量 (図 219～230)、カリウム (図 231～242)、カルシウム (図 243～254)、マグネシウム (図 255～266)、鉄 (図 267～278) である。

【結果の概要】

男女及び学年別の解析を実施したものの、食事摂取基準を満たさない者の割合の高い栄養素は共通であった。食事摂取基準との不適合率が 30%を超える栄養素は脂質 (エネルギー%)、食物繊維、食塩、カリウム、カルシウム、鉄であった。他に、たんぱく質 (エネルギー%)、ビタミン A、ビタミン B1、ビタミン C、マグネシウムは性別・学年によっては高い不適合率が認められた。不適合率の高い栄養素の多い性別・学年は小学校 3年生女子、中学校 2年生男子であった。脂質は不適合者のほとんど、食塩では不適合者の全員が摂取過剰であった。たんぱく質 (エネルギー%) は不適合者のほとんどが摂取不足であった。それ以外の栄養素については指標値未満の者が不適合者と判断されるため、不適合者はすべて摂取不足であった。

平日と休日では不適合率に差が認められ、休日における不適合率が高かった。休日に特に不適合率が高くなるものとしてたんぱく質 (エネルギー%)、炭水化物 (エネルギー%)、ビタミン類、カルシウム、カリウムがあった、平日、休日とも不適合率が高く、かつ平日・休日間の変化の大きい栄養素として脂質 (エネルギー%)、食塩があった。

前出のエネルギーと同様、いずれの栄養素も休日の方が平日よりも摂取量分布の幅が広がった。家庭食の多様性、および休日における食事調査精度のばらつきを反映した結果と考えられる。

<表 129> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（小3男子、154人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント ンタイル	75パーセント ンタイル	不適合率 (%)	指標値を 下回る者の率(% (指標値含まず)	指標値を 上回る者の率(% (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	35	68.3	7.8	68.3	62.7	73.3	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.5	1.6	14.5	13.2	15.5	18.8	18.8	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.0	4.0	29.2	26.2	31.4	37.7	0.0	37.7
n-6系脂肪酸	g	AI	9	9.6	2.3	9.6	8.0	10.9	-	-	39.6
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	1.7	0.6	1.6	1.3	2.1	-	-	54.6
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.2	4.7	55.2	52.4	58.4	16.2	14.3	2.0
総食物繊維	g	DG	12以上	12.4	3.1	12.0	10.3	13.8	52.6	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	488.7	145.1	466.0	391.0	560.7	18.2	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	5.0	3.0	4.2	3.1	5.7	-	39.6	60.4
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.7	1.4	5.6	4.8	6.3	-	46.1	53.9
ビタミンK	μg	AI	100	171.9	84.0	153.9	110.8	219.6	-	19.5	80.5
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	1.0	0.2	0.9	0.8	1.1	20.1	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.3	0.2	1.2	1.1	1.4	3.3	-	-
ナイアシン	mg	EAR	9	13.1	2.9	13.0	11.1	14.7	6.5	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	1.1	0.2	1.0	0.9	1.2	13.6	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.8	2.6	4.1	3.1	5.8	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	120	258.7	65.9	252.9	211.0	298.4	0.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	6.1	0.8	6.0	5.5	6.6	-	10.4	89.6
ビタミンC	mg	EAR	50	82.9	34.1	77.4	55.9	102.7	14.9	-	-
食塩相当量	g	DG	5.5未満	8.9	1.9	8.7	7.4	10.2	99.4	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2255.7	384.8	2198.7	1975.2	2489.9	30.5	-	-
カルシウム	mg	EAR	550	610.5	133.0	587.0	527.7	682.7	33.1	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	216.9	32.4	216.3	194.4	236.5	0.7	-	-
リン	mg	AI	1000	1049.9	127.3	1043.2	962.9	1133.8	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.7	1.1	6.6	6.0	7.4	31.2	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	8.1	1.2	8.1	7.2	8.9	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.4	1.0	0.1	1.0	0.9	1.1	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.5	0.6	2.4	2.1	2.8	-	59.1	40.9

<表 130> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（小3女子、155人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント ンタイル	75パーセント ンタイル	不適合率 (%)	指標値を 下回る者の率(% (指標値含まず)	指標値を 上回る者の率(% (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	30	63.3	8.0	62.8	57.9	68.4	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.5	1.8	14.5	13.2	15.7	21.3	20.0	1.3
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.8	4.5	30.0	26.5	33.6	51.6	1.3	50.3
n-6系脂肪酸	g	AI	7	9.0	2.1	9.1	7.4	10.3	-	17.4	82.6
n-3系脂肪酸	g	AI	1.4	1.7	0.6	1.6	1.2	2.0	-	43.2	56.8
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.5	5.3	54.0	50.7	58.1	21.3	18.7	2.6
総食物繊維	g		12以上	11.9	3.1	11.5	9.8	13.5	60.7	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	463.2	128.9	448.3	372.5	549.1	21.9	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	4.8	3.1	4.1	2.5	6.0	-	45.2	54.8
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.7	1.4	5.5	4.6	6.7	-	50.3	49.7
ビタミンK	μg	AI	100	163.2	70.5	153.5	117.7	186.7	-	16.1	83.9
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	0.9	0.2	0.9	0.8	1.0	38.7	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.2	0.2	1.2	1.0	1.2	5.2	-	-
ナイアシン	mg	EAR	8	12.1	3.2	12.0	9.5	14.2	8.4	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	1.0	0.2	1.0	0.8	1.1	25.2	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.8	3.7	3.7	2.5	6.0	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	120	244.2	61.5	239.6	203.3	280.3	1.3	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	5.7	0.8	5.7	5.1	6.2	-	25.2	74.8
ビタミンC	mg	EAR	50	79.7	31.8	78.1	53.8	100.6	20.7	-	-
食塩相当量	g	DG	6.0未満	8.2	1.8	8.1	6.9	9.3	91.0	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2132.2	348.8	2122.5	1877.0	2340.5	39.4	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	557.1	107.8	545.3	481.8	618.9	66.5	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	203.9	34.4	203.3	182.2	223.5	1.9	-	-
リン	mg	AI	900	971.7	119.2	969.6	889.5	1050.8	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.4	1.1	6.3	5.6	7.2	38.7	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	7.4	1.0	7.4	6.8	8.0	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.4	0.9	0.1	0.9	0.9	1.0	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.2	0.6	2.1	1.9	2.5	-	76.8	23.2

<表 131> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（小5男子、144人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントアイル	75パーセントアイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	82.8	9.4	83.1	77.4	88.1	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.6	1.6	14.5	13.8	15.5	15.3	14.6	0.7
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.6	4.1	29.5	26.8	31.8	47.2	1.4	45.8
n-6系脂肪酸	g	AI	9	12.1	2.7	11.6	10.4	13.6	-	6.9	93.1
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	2.1	0.7	2.0	1.6	2.5	-	36.8	63.2
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.5	4.4	54.4	51.9	57.4	13.9	13.2	0.7
総食物繊維	g	DG	13以上	14.9	3.1	14.8	12.6	17.0	33.3	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	450	588.2	161.4	567.4	489.1	648.0	20.1	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	5.9	3.8	4.7	3.3	7.0	-	47.9	52.1
αトコフェロール	mg	AI	5.5	7.3	1.7	7.2	6.1	8.0	-	16.7	83.3
ビタミンK	μg	AI	120	214.9	99.2	200.6	140.2	267.1	-	18.1	81.9
ビタミンB1	mg	EAR	1	1.2	0.2	1.2	1.1	1.4	17.4	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.5	0.2	1.5	1.3	1.6	4.9	-	-
ナイアシン	mg	EAR	11	16.2	3.6	15.7	13.8	18.2	4.2	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.3	0.2	1.3	1.1	1.5	14.6	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.6	3.5	4.5	3.2	7.3	0.7	-	-
葉酸	μg	EAR	150	315.9	78.7	306.5	258.6	366.9	0.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	7.4	0.9	7.4	6.8	7.9	-	5.6	94.4
ビタミンC	mg	EAR	60	107.2	47.3	96.7	70.9	132.6	17.4	-	-
食塩相当量	g	DG	6.5未満	10.5	2.2	10.2	9.0	11.7	99.3	-	-
カリウム	mg	DG	2200以上	2738.6	430.5	2727.9	2409.0	2988.9	11.8	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	705.2	166.6	688.0	584.6	803.7	34.7	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	263.4	44.9	258.6	235.6	289.0	2.1	-	-
リン	mg	AI	1100	1258.8	144.7	1269.9	1164.1	1328.7	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	8.1	1.3	8.0	7.2	8.9	21.5	-	-
亜鉛	mg	EAR	6	10.0	1.4	10.0	9.0	10.8	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.3	0.2	1.3	1.1	1.4	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	3	2.9	0.6	2.8	2.6	3.2	-	70.1	29.9

<表 132> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（小5女子、176人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントアイル	75パーセントアイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	76.9	8.6	75.9	71.5	82.0	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.6	1.6	14.4	13.5	15.6	15.3	15.3	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.6	4.2	29.8	26.6	32.7	46.0	0.6	45.5
n-6系脂肪酸	g	AI	8	11.0	2.5	10.7	9.1	12.5	-	12.5	87.5
n-3系脂肪酸	g	AI	1.5	2.1	0.8	1.9	1.4	2.6	-	30.7	69.3
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.5	4.8	54.4	51.4	58.0	20.5	18.8	1.7
総食物繊維	g	DG	13以上	14.4	3.1	14.0	12.3	16.3	39.2	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	400	580.9	167.8	541.9	468.4	674.7	11.4	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	6.2	4.1	5.4	3.2	8.1	-	42.1	58.0
αトコフェロール	mg	AI	5.5	7.1	2.7	6.9	5.7	8.1	-	21.0	79.0
ビタミンK	μg	AI	120	210.9	96.0	196.6	138.2	264.2	-	18.2	81.8
ビタミンB1	mg	EAR	0.9	1.1	0.2	1.1	0.9	1.2	19.9	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.4	0.2	1.4	1.2	1.5	8.0	-	-
ナイアシン	mg	EAR	10	14.7	3.1	14.7	12.3	16.9	4.0	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.2	0.2	1.2	1.0	1.3	17.1	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.6	3.3	4.5	3.3	7.2	2.3	-	-
葉酸	μg	EAR	150	314.2	97.0	296.2	253.4	363.5	0.6	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	6.9	0.9	7.0	6.4	7.5	-	15.3	84.7
ビタミンC	mg	EAR	60	104.4	42.9	97.7	72.8	127.5	13.1	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	9.9	1.8	9.9	8.6	11.0	96.6	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2598.9	395.1	2579.9	2335.1	2874.1	6.3	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	665.1	141.9	651.4	555.6	748.1	38.1	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	250.8	40.3	247.6	227.5	269.3	2.8	-	-
リン	mg	AI	1000	1169.5	141.1	1177.2	1069.3	1259.1	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7(10.0)	7.8	1.4	7.6	6.9	8.5	27.8	-	-
鉄(月経あり)									94.3	-	-
亜鉛	mg	EAR	6	9.3	1.4	9.1	8.4	9.8	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.2	0.2	1.2	1.1	1.3	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	3	3.1	2.4	2.7	2.4	3.1	-	71.0	29.0

<表 133> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（中2男子、134人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント タイル	75パーセント タイル	不適合率 (%)	指標値を 下回る者の率(% (指標値含まず)	指標値を 上回る者の率(% (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	50	93.2	11.5	93.1	84.9	99.5	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.0	1.7	14.1	12.8	14.9	32.8	32.8	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	28.6	4.9	28.1	25.4	31.4	33.6	1.5	32.1
n-6系脂肪酸	g	AI	12	13.5	3.5	13.2	11.1	15.9	-	39.6	60.5
n-3系脂肪酸	g	AI	2.1	2.6	1.0	2.4	1.9	3.1	-	37.3	62.7
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.6	5.6	56.1	51.9	59.1	19.4	16.4	3.0
総食物繊維	g	DG	17以上	15.5	3.7	15.4	12.9	17.8	72.4	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	550	587.8	191.4	550.1	453.4	711.6	52.2	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	8.9	6.0	7.2	4.8	11.7	-	32.8	67.2
αトコフェロール	mg	AI	7.5	8.0	2.2	7.6	6.4	8.9	-	46.3	53.7
ビタミンK	μg	AI	150	221.3	97.6	195.7	156.7	259.6	-	21.6	78.4
ビタミンB1	mg	EAR	1.2	1.3	0.3	1.3	1.1	1.5	44.0	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.3	1.6	0.3	1.6	1.4	1.7	21.6	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	19.6	4.6	18.6	16.7	22.0	1.5	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.2	1.5	0.3	1.5	1.2	1.6	20.2	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	7.1	3.4	6.2	4.8	8.5	1.5	-	-
葉酸	μg	EAR	190	331.4	96.0	321.7	261.7	396.1	5.2	-	-
パントテン酸	mg	AI	7	8.1	1.3	8.0	7.3	9.0	-	18.7	81.3
ビタミンC	mg	EAR	80	110.0	61.0	98.6	72.6	138.7	33.6	-	-
食塩相当量	g	DG	8.0未満	11.3	2.5	10.9	9.6	12.5	92.5	-	-
カリウム	mg	DG	2600以上	2970.5	543.8	2928.7	2573.3	3330.8	32.1	-	-
カルシウム	mg	EAR	850	725.7	175.9	699.4	607.1	847.6	69.4	-	-
マグネシウム	mg	EAR	250	296.3	101.8	283.9	253.5	320.4	32.1	-	-
リン	mg	AI	1200	1383.8	181.8	1372.3	1245.3	1491.6	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	8.5	8.7	1.6	8.5	7.5	9.8	47.0	-	-
亜鉛	mg	EAR	8	11.3	1.4	11.5	10.3	12.1	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.7	1.4	0.2	1.4	1.3	1.5	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.7	0.9	3.5	3.1	4.0	-	76.1	23.9

<表 134> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、3日間平均（中2女子、147人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント タイル	75パーセント タイル	不適合率 (%)	指標値を 下回る者の率(% (指標値含まず)	指標値を 上回る者の率(% (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	45	87.4	10.1	87.1	80.7	93.8	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.7	1.7	14.6	13.5	15.8	17.7	17.7	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.8	4.4	30.1	26.5	33.0	51.7	0.7	51.0
n-6系脂肪酸	g	AI	10	12.5	3.1	12.2	10.6	14.2	-	20.4	79.6
n-3系脂肪酸	g	AI	1.8	2.4	0.9	2.2	1.8	2.8	-	25.2	74.8
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.1	4.9	53.5	50.9	58.0	19.7	19.1	0.7
総食物繊維	g	DG	16以上	15.9	4.2	15.2	13.4	17.9	59.2	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	500	680.9	330.9	652.4	487.2	777.4	27.9	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	8.5	6.1	7.0	4.7	10.5	-	35.4	64.6
αトコフェロール	mg	AI	6	8.1	2.0	7.7	6.7	8.9	-	12.9	87.1
ビタミンK	μg	AI	150	239.4	100.0	223.4	166.3	304.6	-	20.4	79.6
ビタミンB1	mg	EAR	1.1	1.2	0.3	1.2	1.0	1.3	26.5	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.2	1.5	0.3	1.5	1.3	1.7	7.5	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	18.6	4.1	18.1	15.5	21.1	0.7	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.1	1.4	0.3	1.4	1.2	1.6	6.8	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	7.3	5.2	5.9	4.2	8.7	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	190	356.8	98.6	337.5	286.9	406.9	1.4	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	7.8	1.1	7.6	7.1	8.5	-	0.7	99.3
ビタミンC	mg	EAR	80	118.6	53.5	106.7	82.7	142.8	23.8	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	10.7	2.3	10.4	9.0	12.1	96.6	-	-
カリウム	mg	DG	2400以上	2944.2	550.2	2868.8	2577.2	3208.0	12.2	-	-
カルシウム	mg	EAR	700	717.7	156.3	698.4	595.4	821.0	41.5	-	-
マグネシウム	mg	EAR	240	301.2	212.3	278.5	253.6	308.7	20.4	-	-
リン	mg	AI	1100	1317.4	144.1	1322.0	1217.2	1403.4	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	8.6	1.6	8.4	7.6	9.4	6.1	-	-
鉄(月経あり)	mg	EAR	10						79.6	-	-
亜鉛	mg	EAR	7	10.5	1.5	10.2	9.5	11.2	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.6	1.3	0.2	1.3	1.2	1.4	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.4	1.4	3.1	2.8	3.6	-	83.7	16.3

<表 135> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均 (小 3 男子、154 人)

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント	75パーセント	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	35	70.2	8.0	69.5	64.1	76.0	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.9	1.6	14.9	13.6	16.0	13.0	13.0	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.1	4.2	29.3	26.2	32.1	41.6	0.7	40.9
n-6系脂肪酸	g	AI	9	9.6	2.6	9.5	7.8	10.9	-	37.7	62.3
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	1.8	0.7	1.6	1.2	2.1	-	55.8	44.2
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.8	4.7	54.2	51.9	57.8	15.6	14.3	1.3
総食物繊維	g	DG	12以上	13.2	3.6	12.6	10.8	15.1	44.2	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	536.5	166.3	514.1	410.8	630.7	14.3	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	5.3	3.3	4.4	2.9	6.6	-	35.1	64.9
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.8	1.6	5.5	4.7	6.6	-	49.4	50.7
ビタミンK	μg	AI	100	182.0	100.0	161.4	108.3	220.0	-	21.4	78.6
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	1.0	0.2	1.0	0.8	1.1	20.1	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.3	0.2	1.3	1.2	1.4	2.0	-	-
ナイアシン	mg	EAR	9	13.0	3.2	12.8	10.6	14.9	9.7	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	1.1	0.2	1.1	1.0	1.2	11.7	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.8	2.7	4.0	2.9	5.7	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	120	271.9	71.8	259.2	224.2	319.4	0.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	6.4	0.9	6.4	5.8	6.9	-	5.8	94.2
ビタミンC	mg	EAR	50	84.7	35.3	78.9	59.4	106.3	14.3	-	-
食塩相当量	g	DG	5.5未満	8.7	2.0	8.7	7.2	9.9	95.5	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2379.0	387.6	2314.2	2113.4	2628.2	16.9	-	-
カルシウム	mg	EAR	550	677.8	141.7	662.6	585.6	754.7	16.9	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	227.4	35.1	222.9	202.7	250.1	0.7	-	-
リン	mg	AI	1000	1104.7	126.8	1092.6	1022.3	1187.4	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.9	1.2	6.8	6.1	7.5	24.0	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	8.4	1.1	8.3	7.5	9.2	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.4	1.1	0.2	1.0	1.0	1.1	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.5	0.6	2.5	2.1	2.8	-	55.2	44.8

<表 136> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均 (小 3 女子、155 人)

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセント	75パーセント	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	30	65.0	8.4	63.8	59.6	69.9	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.9	1.8	14.8	13.6	16.0	14.2	12.9	1.3
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.8	4.5	29.8	26.5	32.8	49.0	1.3	47.7
n-6系脂肪酸	g	AI	7	8.8	2.1	8.8	7.1	10.3	-	23.9	76.1
n-3系脂肪酸	g	AI	1.4	1.6	0.6	1.5	1.1	2.0	-	40.7	59.4
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.2	5.1	54.1	50.7	57.8	19.4	18.1	1.3
総食物繊維	g		12以上	12.6	3.5	12.0	10.2	14.4	52.3	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	512.7	161.0	478.7	402.9	609.2	14.8	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	5.1	3.7	4.0	2.3	6.5	-	42.6	57.4
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.7	1.5	5.5	4.6	6.7	-	49.7	50.3
ビタミンK	μg	AI	100	170.3	77.0	157.0	112.5	211.6	-	20.7	79.4
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	0.9	0.2	0.9	0.8	1.0	32.3	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.2	0.2	1.2	1.1	1.3	1.3	-	-
ナイアシン	mg	EAR	8	12.1	3.5	11.8	9.5	14.3	12.9	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	1.0	0.2	1.0	0.9	1.2	18.1	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.9	4.5	3.7	2.3	5.8	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	120	254.5	64.2	248.2	209.3	294.3	1.3	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	6.0	0.8	5.9	5.4	6.5	-	10.3	89.7
ビタミンC	mg	EAR	50	79.9	33.9	75.5	54.6	99.5	21.9	-	-
食塩相当量	g	DG	6.0未満	8.1	1.8	7.7	6.9	9.1	87.1	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2266.2	360.0	2225.7	2028.9	2491.3	23.2	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	623.2	111.2	600.9	542.4	697.2	48.4	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	213.9	34.7	213.3	192.4	229.7	0.7	-	-
リン	mg	AI	900	1021.9	127.2	1004.6	940.3	1105.4	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.6	1.2	6.5	5.8	7.3	31.6	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	7.8	1.1	7.7	7.0	8.5	0.7	-	-
銅	mg	EAR	0.4	1.0	0.1	1.0	0.9	1.1	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.3	0.6	2.2	1.9	2.5	-	78.7	21.3

<表 137> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均（小 5 男子、144 人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントアイル	75パーセントアイル	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	84.3	9.2	83.8	77.5	90.0	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.8	1.6	14.8	13.7	15.8	11.1	10.4	0.7
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.5	4.7	29.7	26.2	32.4	46.5	2.1	44.4
n-6系脂肪酸	g	AI	9	12.0	2.8	11.8	10.1	13.3	-	15.3	84.7
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	2.0	0.8	1.9	1.5	2.5	-	39.6	60.4
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.5	5.1	54.1	51.1	57.9	20.8	18.1	2.8
総食物繊維	g	DG	13以上	15.9	3.5	15.5	13.1	18.5	27.8	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	450	662.2	208.2	619.7	527.8	748.0	12.5	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	6.3	4.2	5.2	3.2	7.6	-	43.8	56.3
αトコフェロール	mg	AI	5.5	7.6	2.2	7.3	6.1	8.7	-	18.1	81.9
ビタミンK	μg	AI	120	230.8	118.6	198.5	141.4	306.1	-	15.3	84.7
ビタミンB1	mg	EAR	1	1.2	0.2	1.2	1.1	1.4	14.6	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.5	0.3	1.5	1.4	1.7	4.2	-	-
ナイアシン	mg	EAR	11	15.9	3.6	15.7	13.2	18.0	7.6	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.3	0.2	1.3	1.2	1.5	10.4	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.7	3.9	4.4	3.1	6.7	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	150	336.2	91.6	329.1	268.0	395.2	0.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	7.7	1.1	7.6	6.9	8.3	-	5.6	94.4
ビタミンC	mg	EAR	60	108.5	52.1	96.3	70.8	130.1	16.7	-	-
食塩相当量	g	DG	6.5未満	10.3	2.2	10.1	8.8	11.7	97.9	-	-
カリウム	mg	DG	2200以上	2896.1	456.7	2846.1	2586.8	3227.4	6.3	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	791.0	181.2	777.0	658.1	911.8	19.4	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	276.9	45.9	272.3	246.7	301.8	0.0	-	-
リン	mg	AI	1100	1317.9	149.8	1313.5	1210.3	1402.7	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	8.4	1.5	8.3	7.5	9.1	15.3	-	-
亜鉛	mg	EAR	6	10.2	1.4	10.0	9.4	10.8	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.3	0.2	1.3	1.2	1.4	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	3	3.0	0.7	2.9	2.6	3.3	-	63.9	36.1

<表 138> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均（小 5 女子、176 人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントアイル	75パーセントアイル	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	78.0	9.2	77.7	72.5	83.0	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.8	1.7	14.7	13.8	15.6	14.2	13.6	0.6
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.6	4.7	29.6	26.5	32.8	50.0	2.3	47.7
n-6系脂肪酸	g	AI	8	10.6	2.6	10.4	8.8	12.2	-	17.6	82.4
n-3系脂肪酸	g	AI	1.5	2.0	0.9	1.8	1.4	2.5	-	34.1	65.9
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.4	5.4	54.4	50.7	58.1	22.7	19.9	2.8
総食物繊維	g	DG	13以上	14.7	2.8	14.5	12.9	16.5	33.0	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	400	620.1	174.5	581.9	508.6	719.4	8.5	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	6.5	4.8	5.2	3.0	8.5	-	43.8	56.3
αトコフェロール	mg	AI	5.5	6.9	1.9	6.7	5.4	7.9	-	26.1	73.9
ビタミンK	μg	AI	120	206.0	88.2	189.1	142.6	260.4	-	17.1	83.0
ビタミンB1	mg	EAR	0.9	1.1	0.2	1.1	0.9	1.2	21.6	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.5	0.3	1.5	1.3	1.6	9.1	-	-
ナイアシン	mg	EAR	10	14.4	3.4	13.8	11.9	16.5	8.5	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.2	0.2	1.2	1.1	1.4	13.6	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.5	3.5	4.5	3.2	6.7	2.8	-	-
葉酸	μg	EAR	150	314.4	79.0	305.9	258.5	355.8	0.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	7.2	1.0	7.2	6.5	7.8	-	6.8	93.2
ビタミンC	mg	EAR	60	102.9	42.8	94.1	72.7	122.4	14.2	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	9.7	1.9	9.5	8.4	11.1	96.0	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2697.6	398.9	2714.3	2386.7	2935.4	3.4	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	739.7	160.7	723.5	616.4	844.9	21.6	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	256.0	37.1	254.3	235.2	276.7	1.1	-	-
リン	mg	AI	1000	1219.1	156.8	1224.3	1108.4	1318.2	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7(10.0)	7.7	1.3	7.6	6.8	8.6	29.6	-	-
鉄(月経あり)									96.6		
亜鉛	mg	EAR	6	9.4	1.3	9.3	8.6	9.9	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.2	0.2	1.2	1.1	1.3	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	3	2.8	0.9	2.7	2.4	3.1	-	72.7	27.3

<表 139> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均 (中 2 男子、134 人)

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセンタイル	75パーセンタイル	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	50	95.6	12.4	94.0	86.7	101.7	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.4	1.9	14.1	13.0	15.3	24.6	23.9	0.8
脂質	%エネルギー	DG	20-30	28.0	5.1	27.4	24.1	30.7	32.8	2.2	30.6
n-6系脂肪酸	g	AI	12	13.4	3.6	12.7	10.6	15.9	-	41.8	58.2
n-3系脂肪酸	g	AI	2.1	2.7	1.2	2.4	1.8	3.3	-	39.6	60.5
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.9	5.6	56.4	52.5	60.2	14.2	11.9	2.2
総食物繊維	g	DG	17以上	16.4	4.2	16.0	13.5	18.7	62.7	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	550	642.1	209.7	617.7	501.2	785.2	45.5	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	10.1	7.7	8.1	5.0	11.9	-	30.6	69.4
αトコフェロール	mg	AI	7.5	8.1	2.5	7.7	6.6	9.4	-	45.5	54.5
ビタミンK	μg	AI	150	235.1	108.9	214.9	157.6	288.2	-	21.6	78.4
ビタミンB1	mg	EAR	1.2	1.3	0.3	1.3	1.1	1.5	42.5	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.3	1.6	0.3	1.6	1.4	1.8	14.9	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	19.9	4.8	19.4	16.8	22.2	2.2	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.2	1.6	0.3	1.5	1.3	1.7	7.5	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	7.5	4.1	6.5	4.7	9.1	2.2	-	-
葉酸	μg	EAR	190	346.6	95.9	337.9	284.3	400.2	3.7	-	-
パントテン酸	mg	AI	7	8.6	1.3	8.4	7.6	9.4	-	7.5	92.5
ビタミンC	mg	EAR	80	112.0	54.3	101.4	78.2	135.0	26.1	-	-
食塩相当量	g	DG	8.0未満	10.9	2.7	10.6	9.1	12.7	86.6	-	-
カリウム	mg	DG	2600以上	3161.6	540.7	3152.6	2750.4	3473.7	20.2	-	-
カルシウム	mg	EAR	850	816.4	195.4	784.1	674.8	931.9	54.5	-	-
マグネシウム	mg	EAR	250	318.6	138.6	301.5	270.5	343.9	20.2	-	-
リン	mg	AI	1200	1462.6	189.1	1423.7	1334.0	1565.4	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	8.5	8.9	1.7	8.7	7.7	9.7	41.0	-	-
亜鉛	mg	EAR	8	11.7	1.4	11.6	10.8	12.5	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.7	1.5	0.2	1.5	1.3	1.6	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.8	1.1	3.7	3.2	4.2	-	73.1	26.9

<表 140> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、平日 2 日間平均 (中 2 女子、147 人)

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセンタイル	75パーセンタイル	不適合率 (%)	指標値を下回る者の率 (%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率 (%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	45	90.1	11.8	89.1	81.3	98.6	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	15.2	2.0	15.1	13.6	16.6	15.0	13.6	1.4
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.5	5.0	29.2	25.9	32.7	46.3	1.4	44.9
n-6系脂肪酸	g	AI	10	12.7	3.7	12.3	10.0	14.9	-	25.2	74.8
n-3系脂肪酸	g	AI	1.8	2.5	1.0	2.3	1.8	2.9	-	25.2	74.8
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	53.9	5.5	54.0	50.3	58.4	25.2	23.8	1.4
総食物繊維	g	DG	16以上	16.7	3.9	16.5	13.9	18.8	45.6	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	500	760.4	451.8	686.0	551.5	853.1	18.4	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	9.9	8.2	8.2	4.4	12.4	-	33.3	66.7
αトコフェロール	mg	AI	6	8.4	2.5	8.1	6.7	9.2	-	12.2	87.8
ビタミンK	μg	AI	150	257.8	117.2	233.5	173.8	321.3	-	17.7	82.3
ビタミンB1	mg	EAR	1.1	1.3	0.3	1.2	1.1	1.4	25.9	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.2	1.6	0.3	1.6	1.4	1.8	6.1	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	19.4	5.2	19.0	15.7	22.5	2.0	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.1	1.5	0.3	1.5	1.3	1.7	6.1	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	8.0	5.4	6.4	4.5	9.9	0.0	-	-
葉酸	μg	EAR	190	378.9	118.6	350.1	306.0	439.8	1.4	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	8.3	1.4	8.1	7.3	9.1	-	0.7	99.3
ビタミンC	mg	EAR	80	123.3	54.1	114.4	86.2	149.3	20.4	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	10.6	2.4	10.3	9.0	12.0	95.2	-	-
カリウム	mg	DG	2400以上	3169.1	547.9	3074.9	2796.6	3416.8	5.4	-	-
カルシウム	mg	EAR	700	814.1	168.7	802.3	678.4	909.1	21.8	-	-
マグネシウム	mg	EAR	240	308.1	76.5	298.7	268.1	338.4	8.8	-	-
リン	mg	AI	1100	1401.8	162.3	1392.2	1292.3	1511.3	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	8.8	1.7	8.5	7.6	9.7	6.1	-	-
鉄(月経あり)	mg	EAR	10						71.4	-	-
亜鉛	mg	EAR	7	10.8	1.5	10.7	9.8	11.6	0.0	-	-
銅	mg	EAR	0.6	1.4	0.2	1.4	1.3	1.5	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.4	0.8	3.2	2.8	3.7	-	82.3	17.7

<表 141> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（小3男子、154人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	35	64.5	12.9	63.6	56.7	72.8	1.3	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	13.7	2.7	13.5	12.1	15.3	44.2	42.9	1.3
脂質	%エネルギー	DG	20-30	28.6	7.3	28.7	24.2	32.9	55.8	13.6	42.2
n-6系脂肪酸	g	AI	9	9.7	3.9	9.4	6.9	11.9	-	46.1	53.9
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	1.6	1.0	1.5	0.9	2.1	-	57.1	42.9
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	56.2	8.7	55.9	50.7	61.9	35.7	19.5	16.2
総食物繊維	g	DG	12以上	10.9	4.2	10.3	7.7	13.5	66.9	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	391.4	201.6	355.5	242.4	472.5	51.3	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	4.3	5.8	2.4	1.5	4.3	-	65.6	34.4
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.6	2.1	5.5	4.0	6.8	-	50.0	50.0
ビタミンK	μg	AI	100	155.9	126.0	116.5	66.1	213.2	-	44.2	55.8
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	0.9	0.4	0.9	0.7	1.1	42.2	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.2	0.4	1.1	0.9	1.4	29.2	-	-
ナイアシン	mg	EAR	9	13.3	5.3	12.3	9.4	15.9	24.0	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	1.0	0.4	0.9	0.7	1.2	39.6	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.8	4.9	3.6	1.8	5.5	9.1	-	-
葉酸	μg	EAR	120	236.1	102.6	223.2	166.5	286.7	11.7	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	5.5	1.5	5.4	4.7	6.2	-	40.9	59.1
ビタミンC	mg	EAR	50	80.3	60.3	71.8	38.5	103.7	40.3	-	-
食塩相当量	g	DG	5.5未満	9.5	3.5	8.9	6.9	11.0	90.9	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	1999.5	634.0	1924.0	1578.0	2297.4	59.1	-	-
カルシウム	mg	EAR	550	472.1	193.0	443.3	329.3	616.9	70.1	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	196.5	52.5	187.3	156.4	227.1	11.7	-	-
リン	mg	AI	1000	937.8	191.8	933.2	798.3	1077.9	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.4	1.8	6.4	5.0	7.6	46.8	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	7.5	2.1	7.3	6.1	8.5	11.0	-	-
銅	mg	EAR	0.4	1.0	0.2	0.9	0.8	1.1	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.4	0.9	2.2	1.8	2.8	-	64.3	35.7

<表 142> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（小3女子、155人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	30	60.0	12.1	60.1	51.9	66.7	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	13.8	2.8	13.8	12.0	15.5	43.9	42.6	1.3
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.6	7.9	29.7	24.1	35.2	60.7	12.9	47.7
n-6系脂肪酸	g	AI	7	9.5	3.7	9.2	6.7	12.0	-	31.0	69.0
n-3系脂肪酸	g	AI	1.4	1.7	1.1	1.3	0.9	2.2	-	51.6	48.4
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.3	9.0	55.2	48.7	61.3	41.3	27.7	13.6
総食物繊維	g		12以上	10.5	3.8	10.2	7.7	12.5	71.6	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	350	365.3	175.6	358.6	219.7	489.5	47.7	-	-
ビタミンD	μg	AI	3.5	4.2	4.9	2.3	1.3	4.9	-	68.4	31.6
αトコフェロール	mg	AI	5.5	5.7	2.2	5.4	3.9	7.0	-	51.6	48.4
ビタミンK	μg	AI	100	151.5	109.1	114.5	69.5	216.9	-	41.9	58.1
ビタミンB1	mg	EAR	0.8	0.8	0.3	0.8	0.6	1.0	54.8	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	0.9	1.0	0.3	1.0	0.8	1.2	41.3	-	-
ナイアシン	mg	EAR	8	12.0	4.9	11.1	8.4	15.4	20.7	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	0.8	0.9	0.3	0.9	0.6	1.1	41.9	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.2	4.9	7.0	2.7	1.8	4.5	14.2	-	-
葉酸	μg	EAR	120	227.2	93.8	209.4	164.4	282.7	13.6	-	-
パントテン酸	mg	AI	5	5.0	1.3	5.0	4.1	5.9	-	54.8	45.2
ビタミンC	mg	EAR	50	80.4	50.6	67.5	42.2	118.4	33.6	-	-
食塩相当量	g	DG	6.0未満	8.6	2.9	8.1	6.5	10.2	78.7	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	1874.5	528.6	1832.5	1507.1	2213.0	62.6	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	429.7	179.5	397.4	298.6	533.6	81.3	-	-
マグネシウム	mg	EAR	140	186.0	51.8	184.6	151.3	208.2	18.1	-	-
リン	mg	AI	900	876.0	186.4	856.3	737.1	994.7	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	6	6.1	1.6	5.9	4.9	6.9	52.9	-	-
亜鉛	mg	EAR	5	6.7	1.4	6.6	5.8	7.5	13.6	-	-
銅	mg	EAR	0.4	0.9	0.2	0.9	0.7	1.1	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	2.5	2.2	0.8	2.1	1.7	2.6	-	72.3	27.7

<表 143> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（小5男子、144人）

栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	79.8	16.3	80.2	69.5	90.2	0.7	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.0	2.8	14.1	12.1	15.8	38.9	35.4	3.5
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.4	7.2	28.8	24.3	33.8	52.1	7.6	44.4
n-6系脂肪酸	g	AI	9	12.2	5.3	11.3	9.0	14.8	-	27.1	72.9
n-3系脂肪酸	g	AI	1.7	2.1	1.4	1.8	1.1	2.7	-	48.6	51.4
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.0	7.9	55.2	49.2	60.4	34.7	26.4	8.3
総食物繊維	g	DG	13以上	12.8	4.4	12.8	8.9	15.7	54.2	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	450	432.1	219.0	401.5	274.5	535.2	63.2	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	5.1	6.9	3.0	1.6	5.8	-	70.1	29.9
αトコフェロール	mg	AI	5.5	6.8	2.4	6.2	5.2	8.3	-	36.8	63.2
ビタミンK	μg	AI	120	182.0	140.3	134.9	89.7	234.2	-	43.1	56.9
ビタミンB1	mg	EAR	1	1.2	0.4	1.1	0.9	1.4	41.0	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.3	0.4	1.3	1.0	1.6	34.0	-	-
ナイアシン	mg	EAR	11	16.7	7.3	16.4	12.3	19.9	16.7	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.2	0.4	1.2	0.9	1.4	32.6	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.4	5.7	3.5	2.0	6.7	12.5	-	-
葉酸	μg	EAR	150	276.2	100.7	278.7	189.1	335.6	9.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	6.8	1.5	6.8	5.8	7.6	-	31.3	68.8
ビタミンC	mg	EAR	60	104.3	82.2	80.9	47.8	146.7	36.8	-	-
食塩相当量	g	DG	6.5未満	11.0	3.7	10.6	8.1	13.4	92.4	-	-
カリウム	mg	DG	2200以上	2413.3	643.9	2374.9	1920.2	2777.0	41.7	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	526.1	229.6	497.0	345.6	664.8	70.8	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	236.3	67.0	227.2	192.1	265.5	18.8	-	-
リン	mg	AI	1100	1136.2	223.2	1136.7	980.1	1293.8	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	7.6	2.1	7.3	6.0	8.9	46.5	-	-
亜鉛	mg	EAR	6	9.5	2.6	9.2	7.9	10.7	6.9	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.2	0.3	1.1	1.0	1.3	0.7	-	-
マンガン	mg	AI	3	2.8	1.0	2.7	2.2	3.2	-	67.4	32.6

<表 144> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（小5女子、176人）

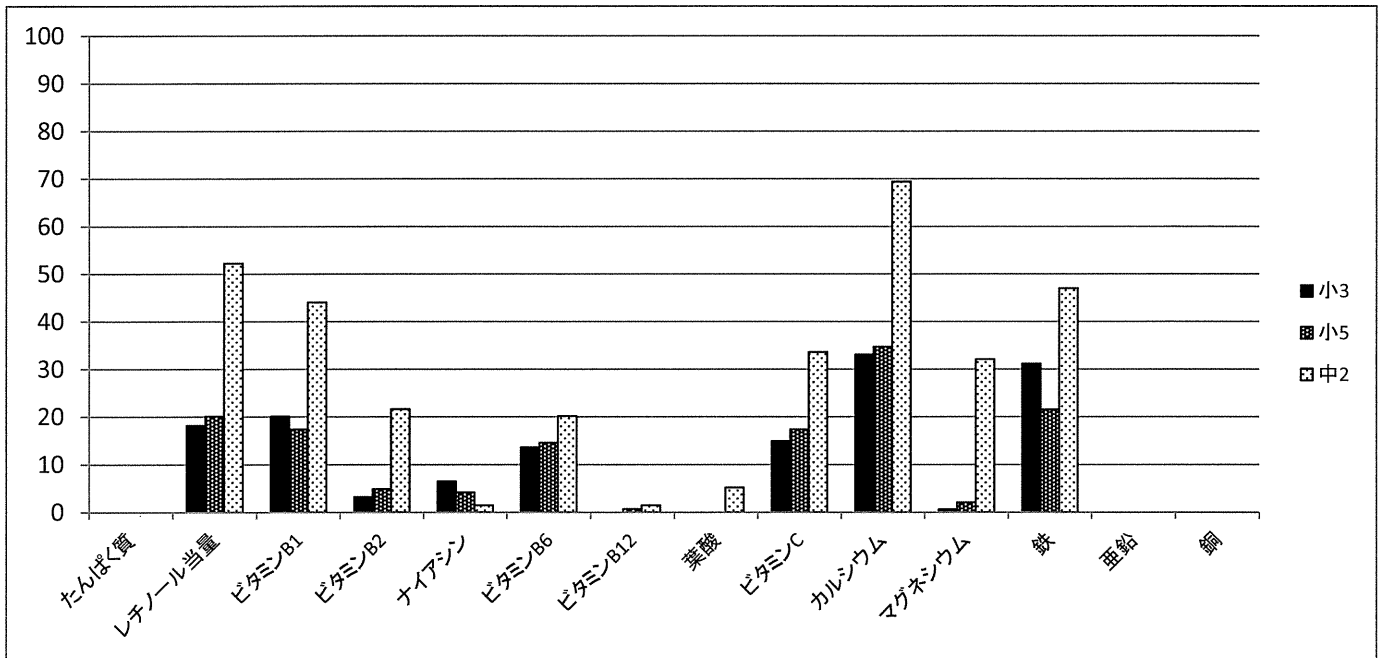
栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	40	74.7	15.7	74.8	61.8	87.2	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	14.1	3.0	14.0	11.8	16.4	44.3	41.5	2.8
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.4	6.5	29.3	25.4	33.8	55.1	7.4	47.7
n-6系脂肪酸	g	AI	8	11.6	4.9	10.9	8.4	13.9	-	21.0	79.0
n-3系脂肪酸	g	AI	1.5	2.1	1.4	1.7	1.1	2.8	-	43.8	56.3
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.1	7.5	55.3	50.3	60.3	34.1	23.9	10.2
総食物繊維	g	DG	13以上	13.7	6.0	13.0	10.1	16.1	51.1	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	400	488.0	281.1	434.0	316.6	630.0	46.6	-	-
ビタミンD	μg	AI	4.5	5.6	7.1	2.7	1.5	6.5	-	64.8	35.2
αトコフェロール	mg	AI	5.5	7.4	5.9	6.8	5.1	8.6	-	34.1	65.9
ビタミンK	μg	AI	120	216.4	201.8	155.2	94.3	257.8	-	36.4	63.6
ビタミンB1	mg	EAR	0.9	1.1	0.4	1.0	0.8	1.2	42.1	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.1	1.3	0.4	1.2	1.0	1.5	40.3	-	-
ナイアシン	mg	EAR	10	15.4	5.6	14.9	11.0	19.0	18.8	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1	1.2	0.4	1.2	0.9	1.4	33.0	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.5	5.7	7.2	3.4	2.0	6.2	14.2	-	-
葉酸	μg	EAR	150	312.1	177.1	278.2	219.5	356.6	5.1	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	6.3	1.5	6.3	5.3	7.2	-	42.1	58.0
ビタミンC	mg	EAR	60	107.7	72.4	93.9	58.0	140.9	27.8	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	10.5	3.2	10.3	8.2	12.3	86.9	-	-
カリウム	mg	DG	2000以上	2384.3	671.7	2288.6	1934.7	2754.9	29.0	-	-
カルシウム	mg	EAR	600	506.1	196.6	483.5	364.1	614.9	74.4	-	-
マグネシウム	mg	EAR	180	240.3	89.4	229.3	187.2	266.8	21.6	-	-
リン	mg	AI	1000	1066.4	218.9	1049.5	917.2	1216.1	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7(10.0)	7.8	2.7	7.2	6.3	8.7	43.8	-	-
鉄(月経あり)									86.9		
亜鉛	mg	EAR	6	9.1	2.8	8.5	7.5	10.0	6.3	-	-
銅	mg	EAR	0.5	1.2	0.3	1.1	1.0	1.3	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	3	3.4	5.2	2.7	2.2	3.4	-	65.9	34.1

<表 145> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（中2男子、134人）

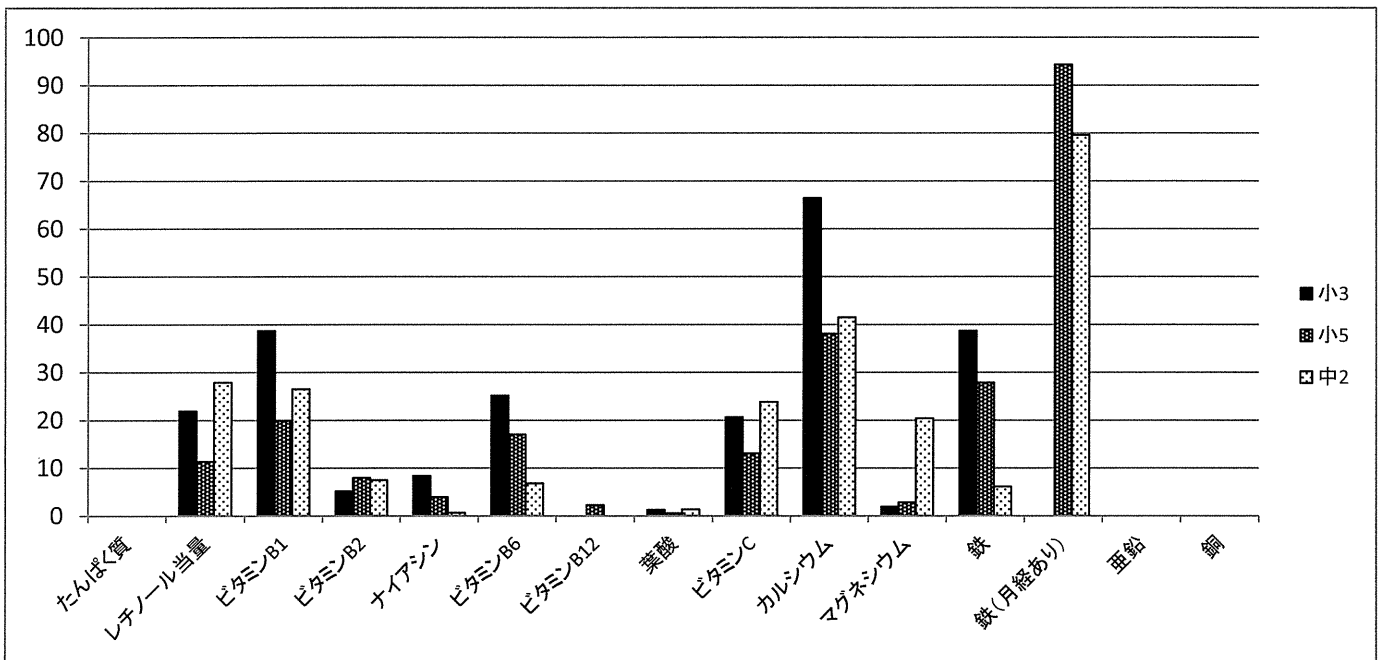
栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	50	89.0	18.7	87.5	75.4	102.8	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	13.4	2.8	13.1	11.4	15.5	47.0	47.0	0.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	29.7	7.6	29.3	23.9	34.3	51.5	6.7	44.8
n-6系脂肪酸	g	AI	12	13.9	5.9	13.0	9.9	16.7	-	42.5	57.5
n-3系脂肪酸	g	AI	2.1	2.4	1.7	1.9	1.3	3.0	-	53.7	46.3
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	55.1	8.6	54.9	49.4	61.1	44.0	30.6	13.4
総食物繊維	g	DG	17以上	14.0	5.0	13.6	10.7	17.7	74.6	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	550	485.5	268.8	417.0	285.3	624.8	70.2	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	6.4	6.9	3.5	2.0	7.4	-	68.7	31.3
αトコフェロール	mg	AI	7.5	7.6	3.0	7.1	5.4	9.4	-	59.0	41.0
ビタミンK	μg	AI	150	196.6	141.9	157.8	96.7	251.4	-	47.0	53.0
ビタミンB1	mg	EAR	1.2	1.3	0.6	1.3	0.9	1.5	47.0	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.3	1.5	0.5	1.4	1.2	1.7	40.3	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	19.0	7.5	18.0	13.4	22.8	20.9	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.2	1.3	0.5	1.2	0.9	1.6	46.3	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	6.1	5.1	4.6	2.7	7.7	13.4	-	-
葉酸	μg	EAR	190	305.0	144.3	268.4	197.3	398.1	24.6	-	-
パントテン酸	mg	AI	7	7.4	1.9	7.0	5.9	8.7	-	49.3	50.8
ビタミンC	mg	EAR	80	109.3	105.2	81.9	44.9	132.7	47.8	-	-
食塩相当量	g	DG	8.0未満	12.2	4.5	11.4	9.3	14.9	84.3	-	-
カリウム	mg	DG	2600以上	2601.6	822.8	2503.6	2020.7	3157.8	58.2	-	-
カルシウム	mg	EAR	850	542.7	242.3	528.5	381.2	679.2	84.3	-	-
マグネシウム	mg	EAR	250	252.7	68.3	237.3	204.7	290.5	61.9	-	-
リン	mg	AI	1200	1236.3	276.7	1226.6	1047.0	1430.8	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	8.5	8.5	2.7	8.1	6.9	10.0	53.7	-	-
亜鉛	mg	EAR	8	10.7	2.5	10.3	8.9	12.3	16.4	-	-
銅	mg	EAR	0.7	1.3	0.3	1.3	1.1	1.5	0.8	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.4	1.1	3.2	2.8	3.9	-	79.9	20.2

<表 146> 栄養素摂取量の食事摂取基準指標値との比較、休日（中2女子、147人）

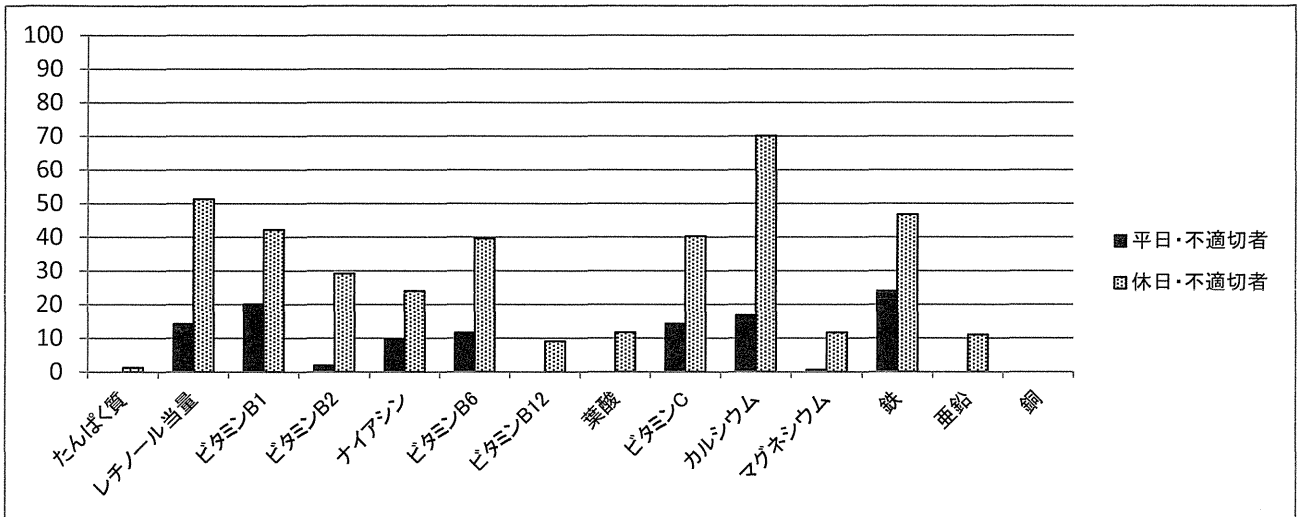
栄養素	単位	指標種類	指標値	平均値	標準偏差	中央値	25パーセントタイル	75パーセントタイル	不適合率(%)	指標値を下回る者の率(%) (指標値含まず)	指標値を上回る者の率(%) (指標値含まず)
たんぱく質	g	EAR	45	82.2	17.8	81.4	69.2	93.5	0.0	-	-
たんぱく質	%エネルギー	DG	13-20	13.8	3.0	13.7	11.6	15.7	42.2	40.1	2.0
脂質	%エネルギー	DG	20-30	30.0	7.4	28.3	25.3	34.6	53.1	6.8	46.3
n-6系脂肪酸	g	AI	10	11.8	4.4	11.3	8.6	14.6	-	38.8	61.2
n-3系脂肪酸	g	AI	1.8	2.1	1.4	1.8	1.1	2.7	-	46.9	53.1
炭水化物	%エネルギー	DG	50-65	54.6	8.4	55.7	49.2	60.0	36.1	27.2	8.8
総食物繊維	g	DG	16以上	14.4	8.4	13.1	9.7	17.0	71.4	-	-
ビタミンA(レチノール当量)	μg	EAR	500	517.5	302.1	451.0	308.6	682.7	58.5	-	-
ビタミンD	μg	AI	5.5	5.3	5.7	3.4	1.7	6.0	-	74.2	25.9
αトコフェロール	mg	AI	6	7.4	3.0	6.7	5.2	8.9	-	35.4	64.6
ビタミンK	μg	AI	150	205.7	159.4	171.5	85.1	259.9	-	42.2	57.8
ビタミンB1	mg	EAR	1.1	1.2	0.5	1.1	0.9	1.4	49.0	-	-
ビタミンB2	mg	EAR	1.2	1.3	0.4	1.3	1.0	1.6	39.5	-	-
ナイアシン	mg	EAR	12	17.2	7.3	15.9	12.2	20.2	23.1	-	-
ビタミンB6	mg	EAR	1.1	1.3	0.5	1.2	0.9	1.5	42.9	-	-
ビタミンB12	μg	EAR	1.9	5.9	7.4	3.7	2.3	6.3	17.0	-	-
葉酸	μg	EAR	190	317.0	135.0	308.7	219.0	375.6	17.0	-	-
パントテン酸	mg	AI	6	6.8	1.6	6.8	5.6	8.0	-	29.9	70.1
ビタミンC	mg	EAR	80	110.6	79.5	91.1	54.0	145.3	43.5	-	-
食塩相当量	g	DG	7.0未満	11.2	4.9	10.4	8.2	13.4	82.3	-	-
カリウム	mg	DG	2400以上	2486.7	1023.6	2301.4	1952.5	2833.6	59.2	-	-
カルシウム	mg	EAR	700	516.0	244.9	454.4	355.0	609.7	78.2	-	-
マグネシウム	mg	EAR	240	293.8	679.3	225.2	190.1	275.6	63.3	-	-
リン	mg	AI	1100	1143.8	256.8	1146.6	960.3	1311.8	-	0.0	100.0
鉄	mg	EAR	7	8.2	2.6	7.9	6.4	9.1	27.9	-	-
鉄(月経あり)	mg	EAR	10						82.3	-	-
亜鉛	mg	EAR	7	9.8	2.9	9.2	8.0	10.8	10.2	-	-
銅	mg	EAR	0.6	1.2	0.3	1.2	1.1	1.4	0.0	-	-
マンガン	mg	AI	4	3.4	4.0	2.9	2.4	3.5	-	81.0	19.1



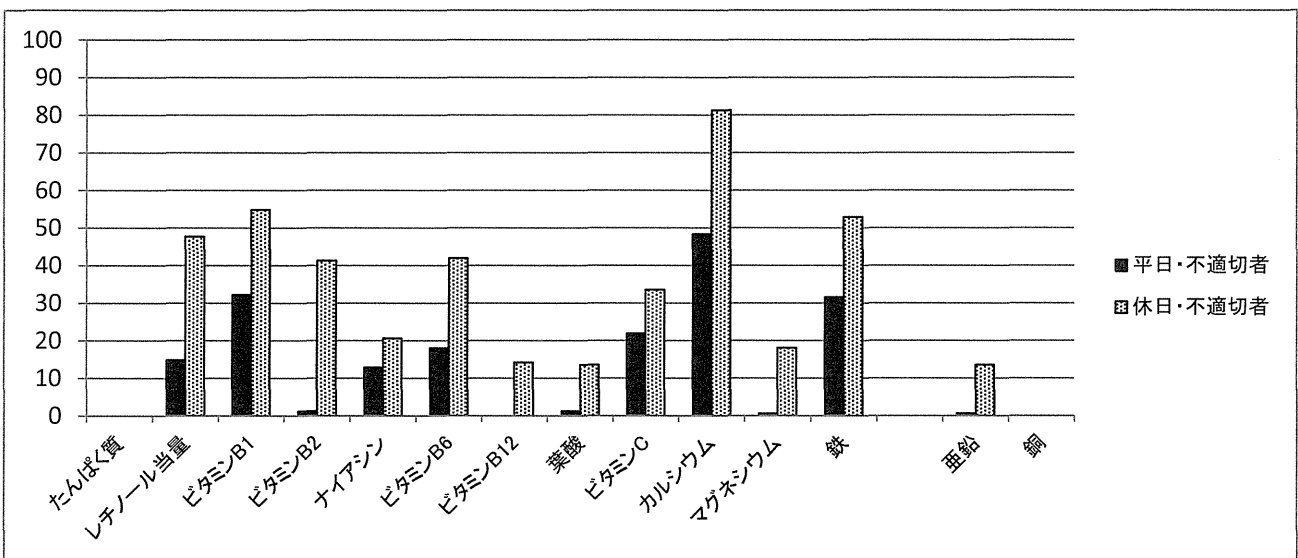
<図 65> EAR を満たさない者の割合、3 日間平均 (男子) : 縦軸は%



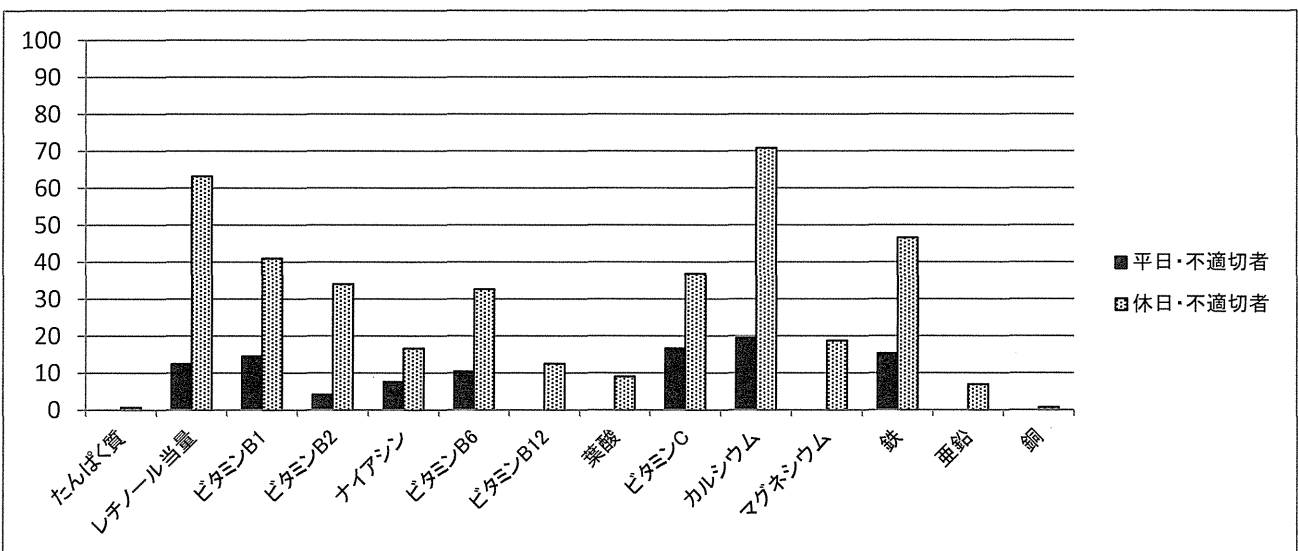
<図 66> EAR を満たさない者の割合、3 日間平均 (女子) : 縦軸は%



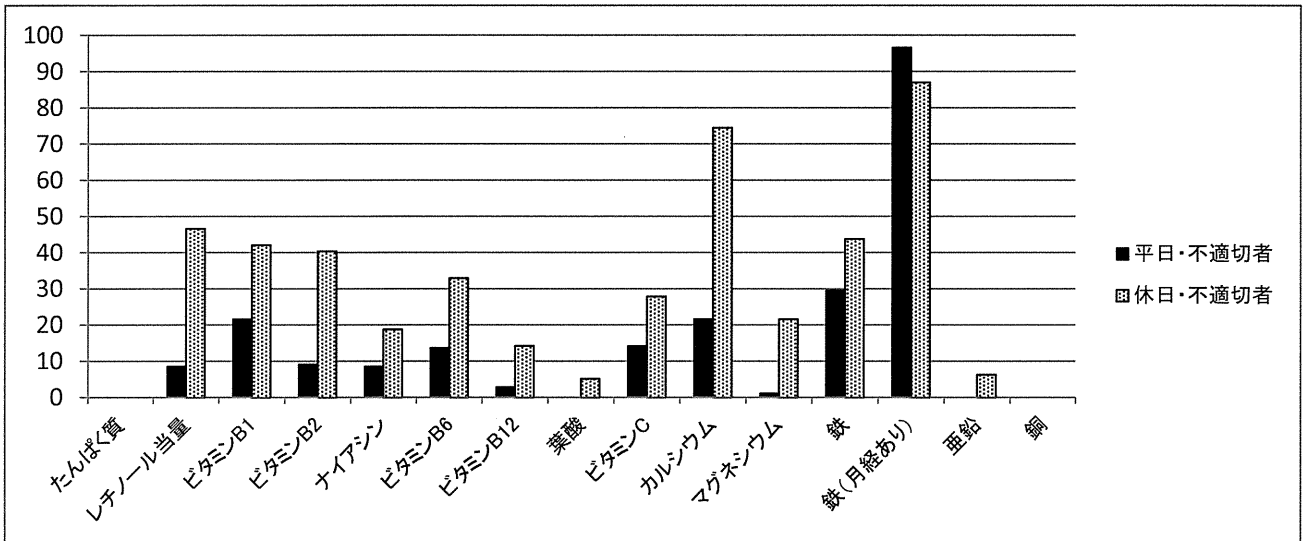
<図 67> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (小3男子、154人) : 縦軸は%



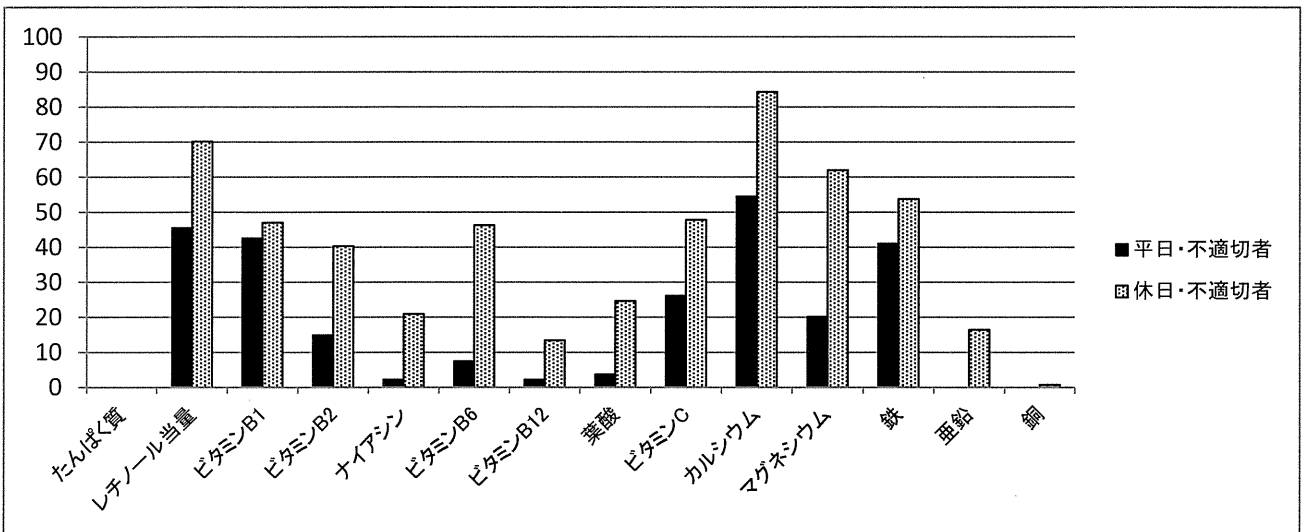
<図 68> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (小3女子、155人) : 縦軸は%



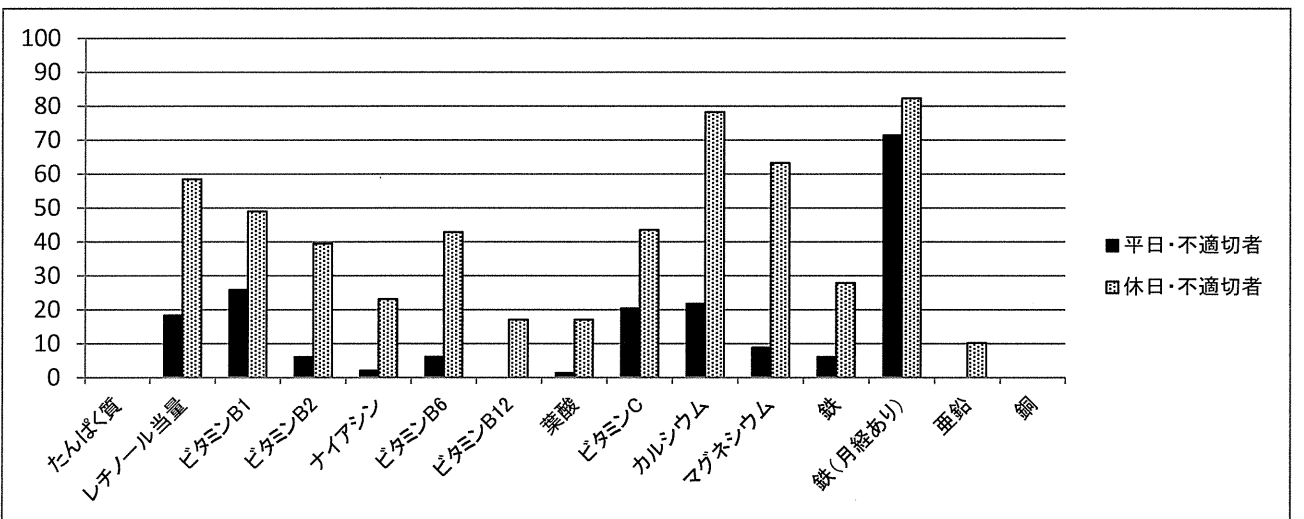
<図 69> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (小5男子、144人) : 縦軸は%



<図 70> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (小 5 女子、176 人) : 縦軸は%



<図 71> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (中 2 男子、134 人) : 縦軸は%



<図 72> EAR を満たさない者の割合、平日と休日の比較 (中 2 女子、147 人) : 縦軸は%