

令和 1・3 年度厚生労働行政推進調査事業費補助金
成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業（健やか次世代育成総合研究事業）
総合研究報告書 資料

保育所に通う幼児を対象とした食事調査法の検討と栄養素等摂取状況および
食品群別摂取量に関する調査・研究

研究分担者 由田 克士 大阪市立大学大学院 生活科学研究科 食・健康科学講座 公衆栄養学
研究協力者 佐々木ルリ子 宮城学院女子大学 生活科学部 食品栄養学科
研究協力者 石井 美子 女子栄養大学 給食・栄養管理研究室
研究協力者 大野 尚子 女子栄養大学 給食・栄養管理研究室
研究協力者 酒井 亜月 大阪市立大学大学院 生活科学研究科 食・健康科学講座 公衆栄養学

研究要旨

現在、厚生労働省から示されている基準等を基本として、全国の保育所等で提供されている給食や間食を利用している児にとって、望ましい給食と栄養素等量となっているのか検証する目的で、保育所に通所している幼児を対象とした食事調査の方法や仕組みを検討した。自宅等で保護者から提供される食事や間食と保育所等で提供される食事や間食を明確に区別するとともに、日本人の食事摂取基準を考慮した評価・検証を行うため、保育所へ通所する日（平日）と通所しない日（休日）における各々の習慣的な摂取量を推定する必要があることから、連続しない平日 2 日と休日 2 日間について、食事記録法による調査を全国の地域ごとで実施することにした。多施設での調査が円滑かつ一定の精度で実施できるよう、調査に関するプロトコールに基づく「調査員マニュアル」を作成するとともに、調査に携わる管理栄養士等に対する技術研修を実施した。調査終了後の対応についても、基本的な対応を設定し、地域間や調査員間での差が可能な限り生じないように配慮した。さらに、食事調査結果のフィードバック、倫理的配慮と守秘義務の徹底、データの利用・活用についてもあわせて仕組みを整理・検討した。

一連の準備過程を経たうえで、全国 7 地域に所在する保育所において、給食や間食を摂取している児を対象に食事調査を実施し、必要な調査項目について回答があった 779 名について、栄養素等摂取状況と食品群別摂取状況を取りまとめると共に、対象児集団の世帯における等価所得の中央値により 2 群化（高群・低群）し比較した。

等価所得の平均値（標準偏差）は 308.1 (94.1) 万円、中央値は 325.0 万円であった。2 群間の栄養素等摂取量、エネルギー産生栄養素バランスを比較したところ、低群は、たんぱく質、ビタミン類、ミネラル類の摂取量が低値を示した。同様に低群は、たんぱく質エネルギー比率と脂肪エネルギー比率において低値を示し、逆に炭水化物エネルギー比率で高値を示した。これ傾向は、摂取エネルギー量を調整しても同様であり、男女別に検討してもほぼ同等の傾向を示していた。

食品群別摂取量について見ると、等価所得の低群は、穀類の摂取量が多く、種実類、緑黄色野菜、魚介加工品、肉類、卵類の摂取量は少ないか少ない傾向が認められた。

等価所得による 2 群間で、日本人の食事摂取基準（2020 年版）に示されている各指標を満たす割合を比較すると、ビタミン A、カリウム、カルシウム、鉄の摂取量について、低群は望ましい値を満たさない児の割合が多くなっていた。

A. 研究目的

厚生労働省が策定・公表している「児童福祉施設における食事の提供ガイド」、「保育所における食事の提供ガイドライン」等の改定に資する科学的な根拠を得るため、保育所に通所している幼児を対象とした食事調査の方法や仕組みを検討する。

また、調査が円滑かつ一定の精度で実施できるよう、調査に関するプロトコールや精度管理の方法についても考慮する。

そのうえで、全国 7 地域に所在する保育所において、現在の基準に基づく給食や間食を摂取(利用)している児の 1 日全体におけるエネルギーや栄養素摂取状況ならびに食品群別摂取量を詳細に調査し、評価すると共に、各児の世帯における等価所得の違いによる影響についても検討することを目的とした。

B. 研究方法

1. 食事調査の方法や仕組みに関する概要の検討

食事調査法には複数の方法が存在するが、調査の目的に応じて適切な内容を選択することが重要である。本調査では児が自宅やレストラン等の外食先で提供される食事と保育所で提供される給食・間食の摂取状況を食事(間食)区分ごとに把握することが求められる。また、後に示す通知が求める栄養管理レベルを検証できる必要がある。一方で保育所における通常の保育業務に過度の負担をかけない仕組みを構築しなければならない。さらに調査に伴うエラーや関連する誤差が一定の範囲内で収束するような対策についても考慮することが求められた。

2. 食事調査の実施準備と実施状況

(1) 調査対象集団の設定

本調査においては、対象となる児の地域による偏り小さくする目的で、北海道、東北、関東甲信越、中部、近畿、中国・四国、九州・沖縄の地域ごとに調査対象とする自治体を選び、当該自治体内で調査協力が得られる複数の施設を募ることとした。

また、児の年齢にも偏りが生じないよう、3歳児クラス(年少組)、4歳児クラス(年中組)、5歳児クラス(年長組)のすべてを対象とすることとした。

さらに、ひとつの自治体当たり、概ね 150 名のデータが得られるようにすることを目標とした。

(2) 食事調査の方法や仕組みの検討と設定

2015(平成 27)年 3 月 31 日に厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長より発せられた通知「児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について」によれば、対象児の状況により、個々人の発育・発達状況、栄養状態、生活状況等に基づいた食事計画を立てること。児童福祉施設における食事計画については、基本的にエネルギー、たんぱく質、脂質、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンC、カルシウム、鉄、ナトリウム(食塩)、カリウム及び食物繊維について考慮するのが望ましいと記述されている。また、既述のように、食事の提供先とその食事区分を明確に区別した調査設計とする必要があること。さらに、保育所へ通所する日(平日)と通所しない日(休日)における各々の習慣的な摂取量を推定する必要があると考えられること。以上の3つの条件を満たす食事調査法としては、基本的に食事記録法が適切であると判断した。

調査時期は国民健康・栄養調査と同じ秋期とした。調査日数については、対象施設ごとにあらかじめ定めた連続する 10 日間程度の期間内において、児が保育所へ通所する日(平日)2日間と通所しない日(休日)2日間の計4日間とした。ただし、調査日が連続すると前日の食事内容と重複する場合は予測されるため、少なくとも1日間のインターバルを置くことにした。調査日の開始は平日からであっても休日であっても問わないことにした。なお、保育所において予定されている特別な行事日(運動会、発表会、遠足等)、各家庭において事前に予定・準備されている行事日(家族旅行、結婚式等)については、調査日に含まないよう依頼する。

何らかの都合により、あらかじめ定めた期間内において1日以上未調査日が生じた場合、適切な調査が実施できていなかったと判断された場合は、保育所と協議のうえ、必要に応じ追加の調査日を設定した。保育所との合意が得られた場合は、この旨をこの事象に該当する児の保護者に連絡し協力を依頼する。

資料 1

(3) 家庭(保育所以外)で提供される食事記録

児の保護者等が家庭や出先で提供した食事内容については、平日記録用と休日記録用の食事状況調査用紙に記録してもらおう。平日記録用は、保育所において給食と間食が提供されることを前提に当該部分の記録紙面は設定しない。休日記録用については、何れの食事や間食とも保護者等により提供されることを前提としてすべての食事区分について記録できるように設定する。

家庭で提供される食事内容については、原則として保護者に秤量記録を依頼する。このため、対象児の保護者に対しては、デジタルスケール(タニタ:デジタルスケール KJ-114 他同等品)、計量カップ(女子栄養大学:計量カップ 200 ml)、計量スプーン・ヘラ(女子栄養大学:計量スプーン・ヘラ 15 ml/5 ml/1 ml スプーン・すり切りヘラ)を配布する。また、外食や中食等でこの食品や料理の分量を測定することが困難な場合は、目安量での記入、ポーションサイズをもとにした記入、食品や中食の包装容器の添付、中食の購入先とメニュー名およびそれらの摂取目安、外食先と具体的なメニュー名およびそれらの摂取目安を記入してもらおうなど、可能な限り詳細な情報を記録してもらおうように依頼する。

記入済みの食事状況調査用紙については、あらかじめ設定しておいた日の朝(通所時)に回収し、直ちに管理栄養士等が内容を確認する。記録内容に不明な点があった場合は、お問い合わせ票に不明点を記載した上で、回収当日の帰宅時に付箋紙等で印を付した当該食事状況調査票とともに保護者へ返却し、追記の記載等を依頼する。追記済みの食事状況調査票に関して、原則として、返却翌日の朝(通所時)に保育所へ提出してもらい、内容を再度確認したうえで集計に用いる。

(4) 保育所で提供される給食や間食の摂取状況等の把握

保育所においては、保育士等による通常の保育業務の中で、各児の給食や間食の摂取状況を把握する必要がある。このため、個別の提供量と摂取量を詳細

に計量することは事実上不可能である。そこで、本調査においては、給食や間食が予め管理栄養士等によって計画・実施されていることに鑑み、給食については原則として主食・主菜副菜・汁物等料理区分ごとに計画提供量に対する児ごとの摂取割合を保育士に確認してもらい、その内容を記録することにした。間食についても給食と同様の手順で摂取割合を確認し記録してもらおう。

児ごとの具体的な食品摂取量は、実施献立に示された食品ごとの提供量に対する献立ごとでの摂取割合を乗じた積とした。したがって、90%の摂取量であった場合(10%の食べ残し)、各食品の摂取量は提供量に 0.9 を乗じる。逆におかわりにより 150%の摂取量であった場合(50%の追加摂取)、各食品の摂取量は提供量に 1.5 を乗じる。

管理栄養士等が計画・実施した献立(実施献立表)については、調査期間中もしくは終了直後に研究班側へ提供を受ける。

(5) 食事調査における精度管理の仕組みの検討と設定

保育所の利用が認められているすべての保護者は、何らかの職業に就いていることから、日々食事状況調査用紙に記載されている内容を面接による確認を実施することは非常に難しい。本調査では、何れの調査世帯においても精度が一定となるよう、既述の計量機器を配布する。また、食事状況調査票の記載内容に関し、保護者側の記載漏れ、記入間違い、勘違い等が疑われる場合は、「お問い合わせ票」を活用して調査精度の維持に努める。

(6) 児の身体状況(身長・体重)に関する把握方法

児の身体状況(身長・体重)については、出生時から保育所入所時までには、保護者に問い合わせを行った。この際、母子健康手帳を参照し、正確な測定結果の回答を求めた。また、保育所入所後のデータについては、当該施設で定期的に測定されている測定結果の提供を施設側へ依頼した。なお、これらの情報については、後に示す書面による同意が得られた保護者の児のみとしている。

資料 1

(7) 栄養素等摂取量と食品群別摂取量の集計

本調査における栄養素等摂取量と食品群別摂取量の集計は、児の保護者が食事状況調査用紙を記録した4日間とし、このうち連続しない2日間の平日については、保育所で記録した給食と間食の摂取量を加算して、1日の摂取量とする。また、本調査の集計にあたっては、国民健康・栄養調査に用いられている集計システムと同等の機能を有する集計ソフトを用いる。

このソフトは、日本食品標準成分表 2015 年版(七訂)(成分表)を基本的な食品データベースとする。また、調理加工後の栄養成分値が成分表に記載されていない食品についても、調理・加熱に伴う栄養素量の変化を一定レベルで加味することが可能である。食品群別摂取量については、基本的に国民健康・栄養調査における食品群別表の中分類に準じた集計が可能機能を有している。

(5) 倫理的な配慮

本調査は、関連する機関(新潟県立大学、大阪市立大学等調査実施機関)の研究倫理委員会に審査を依頼し、承認を得て実施する。この際、別途のアンケート調査(児童福祉施設における栄養管理のための研究食生活アンケート)も同時に実施することを含める。

また、既述のように児の保護者に対し書面による説明を行い、同意が得られた児のみを調査対象とし、同意が得られた場合は、同意書の説明を求めた。同意が得られた保護者に対しては、既述の食事状況調査用紙、デジタルスケール、計量カップ、すり切りヘラの他、食事状況調査用紙への記録方法等に関する説明(書面)も配布する。

3. 調査の実施と集計・解析の実際

2019 年もしくは、2020 年の秋期に北海道札幌市(北海道)、宮城県仙台市(東北)、神奈川県川崎市(関東甲信越)、静岡県浜松市(中部)、兵庫県明石市(近畿)、愛媛県松山市(中国・四国)、熊本県熊本市(九州・沖縄)合計 7 地域に所在する保育所のう

ち、事前に関係者からの内諾が得られた施設に通う児とその保護者世帯のうち、研究に関する同意が得られた保護者と児を対象とした。

調査内容は、既述のように児を対象とした食事調査(平日 2 日間と休日 2 日間の計 4 日日間)ならびに食生活調査の 2 つである。食事調査は男児 447 名、女児 351 名の計 798 名が解析対象となり得る必要な調査日数を満たしていたが、このうち 20 名が食生活調査の家庭年収と等価所得に関わる質問について未記入であったことから、これらを除外した 779 名を最終的な解析対象とした。

各自の栄養素等摂取量及び、食品群別摂取量の算出には、既述の栄養計算ソフト「食事しらべ」の改良バージョン(七訂日本食品標準成分表ベース)を用いた。

世帯収入については、質問紙により「あなたの家族の過去1年間の年間収入(勤労収入、自営業等の事業収入、農業収入、不動産収入、利子・配当金、ボーナス、年金を含め、税込)はだいたいどれくらいになりますか。家計を一緒にしている方、全員の収入を合算してお答えください。」という質問に、「100 万円未満、100 万円以上 200 万円未満、200 万円以上 300 万円未満、300 万円以上 400 万円未満、400 万円以上 500 万円未満、500 万円以上 600 万円未満、600 万円以上 700 万円未満、700 万円以上 800 万円未満、800 万円以上」の 9 段階でたずねた。代表値の算出には田代ら²⁾の方法を参考にし、100 万円未満は 100 万円、800 万円以上は 800 万円、これ以外は各カテゴリーの中央値(例;100 万円以上 200 万円未満なら 150 万円)を世帯収入額の代表値とした後、この値を世帯人数の平方根で除した値を世帯員 1 人あたりの収入とし「等価所得」とした。

さらに等価所得の中央値を用いて、全体・男児・女児それぞれを等価所得低群、高群にわけ、栄養素等摂取量並びに食品群別摂取量は正規分布に従い、対応のない t 検定あるいはマン・ホイットニーの U 検定を行った。統計解析には SPSS ver.27(日本 IBM)を用い、 $p < 0.05$ で有意差ありとした。

日本人食事摂取基準(2020 年版)との比較は日本人の食事摂取基準 2020 年版の値を用いて評価を行

資料 1

い、等価所得低群と高群における割合の差を χ^2 検定あるいはフィッシャーの直接確率法を用いて検討した。

C. 研究結果

1. 基本属性

調査対象者の調査開始時点の年齢、身長、体重の平均値(標準偏差)は男児で 4.5(1.0)歳、106.6(7.5)cm、17.8(3.0)kg、女児で 4.4(0.9)歳、104.7(7.1)cm、17.0(3.0)kg であった(表 1)。

算出された肥満度を-15%未満でやせ、-15%以上15%未満で標準、15%以上で太りぎみと判定し、体格の評価を行った。全体でやせは13名(1.6%)、標準は749名(93.9%)、太りぎみは36人(4.5%)であった(表 2)。

2. 栄養素等摂取量並びに食品群別摂取量

平日と休日におけるエネルギー及び栄養素等摂取量の比較については、エネルギー、たんぱく質、炭水化物、ビタミン A、ビタミン B₁、ビタミン B₂、ビタミン C、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、銅、食物繊維の摂取量が休日より平日で有意に高かった。食塩相当量(ナトリウム)は平日より休日でも有意に高かった。脂質、飽和脂肪酸摂取量は平日と休日でも有意な差は認められなかった。女児ではビタミン C に有意差が認められなかったが、それ以外の栄養素等摂取量については男女ともに全体と同様の結果を示した。またエネルギー産生栄養素のうちたんぱく質エネルギー比率は男女ともに休日より平日でも有意に高かった。また、男児では脂肪エネルギー比率が休日でも有意に高く、女児では炭水化物エネルギー比率が休日でも有意に高かった(表 3)。

食品群別摂取量については、穀類、いも類、砂糖・甘味料類、豆類、緑黄色野菜、その他の野菜、生果、きのこ類、海草類、生魚介類、乳類、油脂類、調味料において休日より平日でも有意に高かった。その他穀類、種実類、漬物、果汁・果実飲料、卵類、菓子類、その他の嗜好飲料においては平日より休日でも有意に

高かった。ジャム、魚介加工品、肉類、特定保健用食品他は平日と休日の摂取量に有意な差はなかった。男女別に見ても、全体の結果と同様の結果を示した。しかし、男児では卵類と油脂類に有意差が認められなかったこと、女児では種実類が休日より平日でも有意に高かったこと、そして海草類に有意差が認められなかったことが全体の結果と異なっていた(表 4)。

各栄養素の摂取量を摂取エネルギー量 1,000 kcal あたりに調整(エネルギー摂取密度)した結果では、たんぱく質、ビタミン A、ビタミン B₁、ビタミン B₂、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、銅、食物繊維の摂取量が休日より平日でも有意に高かった。脂質、炭水化物、飽和脂肪酸、食塩相当量(ナトリウム)の摂取量は平日より休日でも有意に高かった。男女別に見ると、男児は炭水化物の摂取量に平日と休日でも有意差はなく、女児では、脂質と飽和脂肪酸に有意差がなかった(表 5)。

同様に各食品群の摂取量を摂取エネルギー1,000 kcal あたりに調整した結果では、穀類、いも類、砂糖・甘味料類、豆類、緑黄色野菜、その他の野菜、生果、きのこ類、海草類、生魚介類、乳類、調味料において休日より平日でも有意に高かった。その他穀類、種実類、漬物、果汁・果実飲料、卵類、菓子類、その他の嗜好飲料においては平日より休日でも有意に高かった。ジャム、魚介加工品、肉類は平日と休日にも有意な差はなかった。男女別に見ると、男児では肉類の摂取量が休日より平日でも有意に高くなっており、女児では、海草類の摂取量に有意差がなかった(表 6)。

平日において、昼食と保育所での間食の摂取量の合計(以下、保育所で提供された食事)が1日の総摂取量に占める割合が40%未満であった栄養素(%)は、脂質(38%)、ビタミン C(39%)、飽和脂肪酸(38%)、食塩相当量(34%)であった。40~50%未満であった栄養素(%)はたんぱく質(42%)、炭水化物(41%)、ビタミン B₁(43%)、ビタミン B₂(42%)、カリウム(46%)、カルシウム(47%)、マグネシウム(46%)、鉄(44%)、亜鉛(43%)、銅(43%)、食物繊維(45%)であり、エネルギーについても40%を示した。50%以上であった栄養素はビタミン

資料 1

ン A (50%)であった(表 7)。

男児について、保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合が 40%未満であった栄養素(%)は脂質(37%)、ビタミン C(39%)、飽和脂肪酸(37%)、食塩相当量(34%)であった。40~50%未満であった栄養素(%)はたんぱく質(41%)、炭水化物(41%)、ビタミン B₁(42%)、ビタミン B₂(41%)、カリウム(45%)、カルシウム(46%)、マグネシウム(45%)、鉄(44%)、亜鉛(42%)、銅(42%)、食物繊維(44%)であり、エネルギーについても 40%を示した。50%以上であった栄養素はビタミン A(50%)であり、全体と同様の結果を示した(表 8)。

女兒について、保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合が 40%未満であった栄養素(%)は脂質(39%)、飽和脂肪酸(39%)、食塩相当量(35%)であった。40~50%未満であった栄養素(%)はたんぱく質(43%)、炭水化物(42%)、ビタミン B₁(44%)、ビタミン B₂(44%)、ビタミン C(40%)、カリウム(48%)、カルシウム(49%)、マグネシウム(46%)、鉄(45%)、亜鉛(44%)、銅(43%)、食物繊維(45%)であり、エネルギーについても 42%を示した。50%以上であった栄養素はビタミン A(51%)であった。また、エネルギーと全ての栄養素において男児よりも女兒において保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合は高い傾向にあった(表 9)。

保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合が 40%未満であった食品群(%)は、その他の穀類(36%)、種実類(35%)、漬物(6%)、ジャム(29%)。果汁・果実飲料(21%)、海藻類(28%)、魚介加工品(25%)、肉類(37%)、卵類(25%)、菓子類(18%)、その他の嗜好飲料(12%)であった。40%以上 50%未満であったものは、米(40%)、豆類(49%)、生果(40%)、きのこ類(49%)、50%以上ものは、いも類(59%)、砂糖・甘味料類(58%)、緑黄色野菜(51%)、その他の野菜(54%)、生魚介類(53%)、乳類(51%)、油脂類(51%)、調味料(71%)であった(表 10)。

男児について、保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合が 50%以上であったものは、いも類(59%)、砂糖・甘味料類(58%)、豆類(50%)、緑黄色野菜(51%)、その他の野菜(53%)、生魚介類(52%)、調味料(70%)であった(表 11)。

女兒について、保育所で提供された食事が1日の総摂取量に占める割合が 50%以上であった食品群(%)は、いも類(58%)、砂糖・甘味料類(59%)、緑黄色野菜(51%)、その他の野菜(55%)、生魚介類(54%)、乳類(53%)、調味料(71%)であった(表 12)。

3. 平日と休日別の日本人の食事摂取基準(2020年版)を用いた評価

たんぱく質、脂質、炭水化物において、平日に目標量(DG)の範囲内に収まるものが有意に多く、休日では DG を満たさない者が有意に多かった。ビタミン A、ビタミン B₁、ビタミン B₂、ビタミン C、マグネシウム、鉄、亜鉛、銅において、平日に推奨量(RDA)を超えて摂取している児の割合が有意に多く、休日では推定平均必要量(EAR)を満たさない児の割合が有意に多かった。マグネシウム、亜鉛、銅に関しては平日において 98%以上の児が RDA を満たしていた。カリウムにおいて、平日で DG を超えて摂取している児の割合が有意に多く、休日では目安量(AI)を満たさない児の割合が有意に多かった。食物繊維について、平日で DG を超えて摂取している児の割合が有意に多く 96%であった。飽和脂肪酸と食塩摂取量については、平日と休日に有意差は認められなかった(表 13-1, 13-2)。

日本人の食事摂取基準(2020年版)(食事摂取基準)との比較を性・年齢別に行った結果では、男児において、3歳児ではたんぱく質、脂質、炭水化物の DG を満たす児と満たさない児の割合は平日と休日では有意差が認められなかった。一方、4歳児においては3つの栄養素全てで、平日よりも休日では DG を満たさない児が有意に多かった。5、6歳児についてはたんぱく質と炭水化物において、平日で DG の範囲

資料 1

に収まる児が有意に多く、休日で DG を満たさない児が有意に多かった。全年齢において、ビタミン A、ビタミン B₁、ビタミン B₂、カルシウム、鉄において平日で RDA を満たす児の割合が有意に多く、休日で EAR に満たない児が有意に多かった。ビタミン C は 4, 5 歳児において休日で EAR に満たない児が有意に多かった。マグネシウム、亜鉛、銅について、平日では全年齢で 99% 以上の児が EAR を満たしており、94% 以上の児が RDA を満たしていた。食物繊維についても、全年齢において平日で DG を満たす児が少なくとも 94% 以上あり、休日に比べ有意に多かった。また、飽和脂肪酸と食塩相当量に関しては全年齢で平日と休日で基準を満たさない児の割合に有意差はなかった(表 14-1, 15-2)。

同様に女兒では、たんぱく質において全年齢で休日では DG を満たさない児の割合が有意に多く、3, 4, 5 歳児では平日で DG の範囲に収まる児の割合が有意に多かった。脂質において、4 歳児では休日で DG を満たさない児の割合が有意に多かったが、他の年齢では平日と休日の DG の範囲に収まる児と収まらない児の割合に有意差は認められなかった。炭水化物に関しても全年齢で平日と休日に有意差はなかった。ビタミン A、ビタミン B₂、カルシウムにおいて、全年齢で休日に EAR を満たさない児の割合が有意に多く、平日に EAR 以上、もしくは RDA を満たす児の割合が有意に多かった。ビタミン B₁ と鉄は 6 歳児で平日と休日の基準を満たさない児と満たす児の割合に有意差はなかったが、3, 4, 5 歳児では休日で EAR を満たさない児の割合が有意に多く、平日で EAR、RDA を満たす児の割合が有意に多かった。マグネシウム、亜鉛、銅において全年齢で平日では、少なくとも 98% 以上の児が RDA を満たしており、マグネシウムと亜鉛に関しては休日で EAR を満たさない児の割合が有意に多かった。銅に関しては休日においても 96% の児が RDA を満たしていた。食物繊維については、4, 5, 6 歳児では有意差が認められたが、全年齢において平日で DG を満たす児の割合が多い傾

向にあった。飽和脂肪酸と食塩相当量については、平日と休日に有意差はなかった(表 15-1, 15-2)。

4. 食事摂取基準を充足する児としない児の平日の食事区分別栄養素等摂取量の比較

各栄養素の DG、AI、もしくは EAR を満たす群と満たさない群にわけ、総摂取量と食品群別摂取量を比較したところ、基準を満たさない群の保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合はエネルギー、飽和脂肪酸と食塩相当量を除く栄養素で 44.9% ~ 68.8%、基準を満たす群では 36.9% ~ 48.5% であった。エネルギー、飽和脂肪酸、食塩相当量を除く全ての栄養素で基準を満たす群よりも満たさない群において、保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合は高い結果を示した。基準を満たさない群のうち、保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合が 50% を超えた栄養素(%) は脂質(57.5%)、ビタミン A(60.4%)、ビタミン B₂(51.7%)、ビタミン C(53.1%)、カリウム(59.8%)、カルシウム(55.0%)、マグネシウム(53.8%)、亜鉛(68.8%) であった。同様に基準を満たす群において保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合が 50% を超えた栄養素(%) は銅(66.5%) のみであり、その他の栄養素は 50% 未満であった(表 16-1, 16-2)。

ビタミン B₁、ビタミン B₂ に関して、1,000 kcal あたりの摂取量の基準値から個人ごとに EAR、RDA を算出し、比較した。基準を満たす群では保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合はどちらも 42% 程度であったが、基準を満たさない群ではビタミン B₁ は 45.6%、ビタミン B₂ 50.6% と基準を満たす群よりも高い結果となった(表 17)。

5. 等価所得による群分けと属性

等価所得の平均値(標準偏差)は 308.1(94.1) 万円、中央値、最小値、最大値、25, 75 パーセンタイル値はそれぞれ 325.0、44.7、565.7、225.0、375.3 万円であった。男児の等価所得の平均値(標準偏差)と中央値は 309.8(95.4) と 325.0 万円、女兒では 305.9

資料 1

(92.5)と317.5万円であった(表 18)。

全体、男児、女児それぞれの中央値を用いて等価所得低群、高群に分けたところ、全体では等価所得低群 421 名、高群 357 名、男児では低群 228 名、高群 207 名、女児では低群 172 名、高群 171 名となった。

調査を行った地域別に集団全体に占める等価所得区分の割合を示した。全体で等価所得高群より低群が多かった地域は仙台市(高群 7.8%、低群 16.4%)、松山市(高群 8.4%、低群 16.4%)、熊本市(高群 7.8%、低群 15.7%)であった(表 19)。

対象者の年齢(ベースライン)、身長、体重、肥満度、等価所得の平均値(標準偏差)は等価所得低群と高群はそれぞれ 4.5(1.0)、4.5(1.0)歳、105.3(7.4)、106.4(7.3)cm、17.3(3.0)、17.6(3.0)kg、0.7(8.6)、0.1(8.5)%、237.8(66.0)、391.1(37.8)万円であった。さらに、ここでは、対象者の肥満度を-20%未満、-20%以上20%未満、20%以上に分別し評価したところ、全体では-20%以上20%未満の幼児が等価所得にかかわらず 97~98%いた。性別にみると女児においては全体と同様の結果を示した。しかし、男児においては等価所得低群で肥満度が 20%以上の児の割合が有意に高かった(表 20)。

6. 等価所得区分間におけるエネルギーと栄養素摂取量・エネルギー産生栄養素バランスの関係

等価所得区分間においてエネルギーと栄養素摂取量、エネルギー産生栄養素バランスを比較したところ、全体では等価所得高群に比べて低群において、たんぱく質、ビタミン A、ビタミン B₂、カリウム、カルシウム、鉄、亜鉛、飽和脂肪酸の摂取量は有意に低値を示した。同様に低値群は、たんぱく質エネルギー比率と脂肪エネルギー比率が有意に低く、炭水化物エネルギー比率が有意に高かった。また、1,000 kcal あたりの摂取量に調節したところ、たんぱく質、脂質、ビタミン A、ビタミン B₂、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、飽和脂肪酸の摂取量が高群に比べて低群で有意に少なく、炭水化物の摂取量は高群比べ

て低群で有意に多かった。男女別で見ると、特に女児では等価所得低群と高群に有意差が認められる栄養素は少なくなっていたが、摂取量の傾向としては全体と同様の傾向を示した(表 21-1、表 21-2)。

7. 等価所得区分間における栄養素摂取密度(摂取エネルギー1,000 kcal あたりの栄養素摂取量)の比較等

食品群別摂取量に関して、全体では穀類の摂取量が等価所得高群に比べて低群で有意に多かった。種実類、緑黄色野菜、魚介加工品の摂取量は高群に比べて、低群で有意に少なかった。1,000 kcal あたりの摂取量に調節した結果では、穀類の摂取量が高群より低群で有意に多く、種実類、緑黄色野菜、魚介加工品の摂取量が有意に少なかった。主なたんぱく質源と想定される生魚介類、肉類、卵類においても有意差は認められなかったものの、等価所得高群より低群において摂取量の少ない傾向が見られた。性別にみる男女ともに緑黄色野菜の摂取量が高群に比べて低群で有意に少なかった。女児では穀類と魚介加工品の摂取量に低群と高群間で有意差は認められなかったが、その他の嗜好飲料の摂取量が高群に比べて低群で有意に多いことがわかった(表 22-1、表 22-2)。

8. 等価所得区分と日本人の食事摂取基準(2020 年版)に示されている各指標を満たす児の割合の比較

対象者のエネルギー及び栄養素摂取量ごとに対象者に適した食事摂取基準の値を用いて評価し、等価所得低群と高群の割合の差を検討した。全体で見ると、ビタミン A の推奨量(RDA)を満たす幼児の実数(%)は低群 88(20.9)、高群 111(31.1)、同様にカルシウムでは低群 65(15.4)、高群 84(23.5)、鉄では低群 78(18.5)、高群 97(27.2)であり、等価所得高群より低群で RDA を満たす幼児の割合が有意に少なかった。カリウムの目標量(DG)を満たす幼児の実数(%)は低群 263(62.5)、高群 256(71.7)であった。高群より低群で DG を満たす幼児の割合が有意に少なかった(表 23)。

D. 考察

日本人の食事摂取基準（2020年版）においては、幼児期におけるエネルギーの過不足は成長曲線に照らして評価すべきことが示されている。今回は集団での評価を行うため、ここでは、肥満度を-15%未満、±15%、15%以上に分けて評価した大部分の幼児の体格が普通に該当していたことから集団レベルでは概ね良好にエネルギーを摂取できていると考えられる。

栄養素等摂取量及び食品群別摂取量は、男女ともにほとんどの栄養素、食品群で休日より平日で多い結果を示した。食事区分別の栄養素等摂取量を見たときに、昼食での平日と休日のエネルギー摂取量に差がないにも関わらず、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンC、カリウム、マグネシウム、鉄、亜鉛、食物繊維等の栄養素摂取量が休日に比べて平日に多いこと、そして脂質、飽和脂肪酸、食塩が休日より平日で少ないことからエネルギーあたりのビタミン、ミネラル等の栄養素量が多く、脂質や食塩が抑えられた献立が提供されていることがうかがえる。さらに、保育所での間食においてもビタミンB₂は1日の総摂取量の22%、カルシウムでは30%も保育所での間食から摂取していることから幼児の健全な栄養素等摂取量に間食がよい影響を及ぼしていることが明らかとなった。また児童福祉における食事の提供ガイドによると、昼食と補食を提供している保育所では昼食でのエネルギー及び栄養素補給量を1日の1/3、補食で1日の10~20%を確保する方法も給食の提供方法の1つとある。本研究では平日において、エネルギーと全ての栄養素について保育所で提供された食事が1日に占める割合が34~50%であったことから、保育所における給食の提供量は、望ましい量であるといえる。

食品群別摂取量では、昼食において豆類、緑黄色野菜、その他の野菜、生果、きのこ類等が休日より平日に多く、家庭で多くは使用されないよう

な食品が保育所給食で使用されていることが示された。また乳類に関して、平日の保育所での間食が1日の総摂取量に占める割合が49%であり、おそらく保育所で提供されている牛乳が幼児の主なカルシウム源となっていることが示唆された。一方で、休日においては果汁・果実飲料、菓子類、その他の嗜好飲量の摂取量が平日よりも増加しており、これらの食品の摂取量が増加しているため、野菜類等の摂取量が減少している可能性は否定できない。

食事摂取基準を用いた栄養素摂取量の評価からも平日における栄養素摂取量が良好なものであることが明らかとなった。エネルギー産生栄養素ではDGの範囲内に入る児が平日で多く、飽和脂肪酸と食塩相当量を除くその他の栄養素においてはEAR、RDA、AIもしくはDG以上となる児が多かったことから、先述した食事区分での結果と併せて考えてもやはり保育所における給食そして補食であるおやつが存在が幼児の食事摂取基準を満たすための栄養素等摂取量の増加に大きな影響を与えていることが示唆された。しかし、性・年齢別に見ると特にエネルギー産生栄養素では年齢が低いほど平日と休日のDGの範囲内に収まる者の割合の差は変わらなかった。これは2つの原因が考えられた。1つ目は性・年齢別に解析したことで、対象者数が少なくなり検定の感度が低下したことがあげられた。次に年齢が低いと体格に差が付きにくく、食事量もあまり変わらないと考えられる。栄養素等摂取量にも影響するため、特にエネルギー産生栄養素においては差が生じなかった可能性が考えられた。

一方、本研究では世帯構成員の生活水準を表す等価所得の違いによって児の栄養素等摂取量並びに食品群別摂取量に影響が生じていることが明らかとなった。等価所得低群ではたんぱく質エネルギー比率及び脂肪エネルギー比率が有意に低く、炭水化物エネルギー比率が有意に高かった。食品群別摂取量の結果によると穀類の摂取量が高群に比べて低群で

資料 1

有意に多かった。つまり、等価所得低群では穀類を主とする主食を多く摂取しているために、炭水化物エネルギー比率が上昇し、相対的にたんぱく質エネルギー比率、脂肪エネルギー比率が低下している可能性が示唆された。加えて、たんぱく質摂取量が低群で有意に少なかった。たんぱく質源となり得る生魚介類、肉類、卵類の摂取量が高群より低群で少ない傾向にあり、魚介加工品は低群で有意に摂取量が少なかった。したがって、たんぱく質源となる食品群を一つずつ比べたとき等価所得低群と高群の間に差は生じにくいのもかもしれないが、たんぱく質源という大きな分類では等価所得低群における摂取量が少ない可能性が考えられた。また、低群ではビタミン A、ビタミン B₂、カリウム、カルシウム、鉄などの栄養素摂取量が有意に低かった。食品群別摂取量では緑黄色野菜の摂取量が有意に少なかったことや、生果類や乳類の摂取量が低群において少ない傾向にあったことがビタミン・ミネラル類の摂取量が有意に減少していた原因となっていると考えられる。

等価所得が低いほどたんぱく質摂取量が少なくなったり、野菜摂取量が少なくなったりすることは先行研究でも明らかにされており、今回の研究結果からもそれらの先行研究を支持する結果となった。

E. 結論

対象児における栄養素等や食品群別摂取量は、全般的に保育所で食事や間食の提供がある平日が休日よりも望ましい状況にあることが認められた。

栄養素ごとに日本人の食事摂取基準（2020年版）に示されている指標を満たすか否かで群分けし、各総摂取量と食品群別摂取量を比較したところ、基準を満たさない群の保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合はエネルギー、飽和脂肪酸と食塩相当量を除く栄養素で 44.9%～68.8%、基準を満たす群では 36.9%～48.5%であった。また、エネルギー、飽和脂肪酸、食塩相当量を除く全ての栄養素で基準を満たす群よりも満

たさない群において、保育所で提供された食事の総摂取量に占める割合は高い結果を示した。

一方、等価所得の低い世帯の幼児については、主食の摂取量が多く、野菜類、生果類、乳類、生魚介類、肉類、卵類の摂取量が低値か低値傾向となることが確認された。このため、栄養素等の摂取量に悪い影響がおよび、一部のビタミンやミネラルの摂取量や摂取状況に明確な違いが認められた。

現在の社会状況に鑑み、等価所得に関わらず、児に望まれるエネルギーや栄養素摂取量が得られるよう、保育所（児童福祉施設）で提供される給食や間食の基準を改めて検討する必要がある。

参考文献

1. 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課. 児童福祉施設における食事の提供ガイドー児童福祉施設における食事の提供及び栄養管理に関する研究会報告書ー（2010）厚生労働省，東京
2. 厚生労働省. 保育所における食事の提供ガイドライン（2012）厚生労働省，東京
3. 厚生労働省雇用均等・児童家庭局母子保健課長. 「児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について」（2015）厚生労働省，東京
4. 由田克士. 食事調査法の基本技術と食事・健康状態の把握（2020）食事摂取基準 第2版理論と活用，医歯薬出版，東京
5. 文部科学省 科学技術・学術審議会 資源調査分科会 報告. 日本食品標準成分表 2015年版（七訂）（2015）全国官報販売協同組合，東京
6. 国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 監修. 国民健康・栄養の現状ー平成 29 年厚生労働省国民健康・栄養調査報告よりー（2019）17-22. 第一出版，東京

資料 1

7. 田代敦志, 相田潤, 菖蒲川由郷 他 (2017)
高齢者における所得格差と残存歯数の関連 :
JAGES2013 新潟市データ, 日本公衆衛生学会
誌, 64 : 190-196
8. 厚生労働省 : 平成 23 年国民健康・栄養調
査, 結果の概要, (2013)
[https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/dl/h
23-houkoku-03.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/dl/h23-houkoku-03.pdf) (2022 年 4 月 8 日閲覧)
9. 新井祐未, 石田裕美, 中西明美 他 (2017)
世帯収入別児童の栄養素等摂取量に対する学
校給食の寄与, 日本栄養・食糧学会誌, 70 :
139-146
10. 厚生労働省:平成 27 年国民健康・栄養調査報
告.p17-22,
[https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/dl/h
27-houkoku.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyou/dl/h27-houkoku.pdf) (2022 年 4 月 1 日)
3. 中川実香, 由田克士, 高橋孝子, 上江洲恵梨,
植森瑞妃, 森更紗 他 : 児童福祉施設
における栄養管理のための研究 : 第 6 報兵庫
県 A 市の保育所に通う幼児の食品群別摂取
量の検討. 第 68 回日本栄養改善学会学術総
会講演要旨集, p.178 (2021 年 10 月 1・2 日),
(Web 開催)
4. 岡部哲子, 坂本達昭, 高橋孝子, 野末みほ,
吉岡有紀子, 由田克士 他 : 児童福祉施設に
おける栄養管理のための研究 : 第 7 報北海道
S 市の保育所に通う幼児の栄養素等摂取量の
検討. 第 68 回日本栄養改善学会学術総会講
演要旨集, p.179 (2021 年 10 月 1・2 日),
(Web 開催)

F. 健康危機情報

該当なし

G. 研究発表

1. 論文発

表

該当なし

2. 学会発表

1. 村山伸子, 石田裕美, 由田克士, 野末みほ,
原光彦 他 : 児童福祉施設における栄養管理
のための研究 : 第 1 報研究の全体概要. 第
68 回日本栄養改善学会学術総会講演要旨集,
p.177 (2021 年 10 月 1・2 日), (Web 開催)
2. 酒井亜月, 由田克士, 高橋孝子, 上江洲恵
梨, 植森瑞妃 他 : 児童福祉施設における栄
養管理のための研究 : 第 5 報兵庫県 A 市の
保育所に通う幼児の栄養素等摂取量の検討.
第 68 回日本栄養改善学会学術総会講演要旨

H. 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし

表1. 基本属性

| | 全体 (n=798) | | 男児 (n=447) | | 女児 (n=351) | |
|---------|------------|------|------------|------|------------|------|
| | 平均値 | 標準偏差 | 平均値 | 標準偏差 | 平均値 | 標準偏差 |
| 年齢* (歳) | 4.5 | 1.0 | 4.5 | 1.0 | 4.4 | 0.9 |
| 身長 (cm) | 105.8 | 7.4 | 106.6 | 7.5 | 104.7 | 7.1 |
| 体重 (kg) | 17.5 | 3.0 | 17.8 | 3.0 | 17.0 | 3.0 |
| カウプ指数 | 15.5 | 1.3 | 15.6 | 1.3 | 15.4 | 1.3 |
| 肥満度 (%) | 0.4 | 8.5 | 0.9 | 8.5 | -0.1 | 8.4 |

* 年齢は調査開始時点のもの

表2. 全国及び地域別の肥満度別数

| 全国 | | 男児(n=447) | | 女児(n=351) | | 全体(n=798) | |
|-------|-----------------|-----------|--------|-----------|--------|-----------|--------|
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 7 | (0.9) | 6 | (0.8) | 13 | (1.6) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 416 | (52.1) | 333 | (41.7) | 749 | (93.9) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 24 | (3.0) | 12 | (1.5) | 36 | (4.5) |
| 札幌 | | 男児(n=42) | | 女児(n=33) | | 全体(n=75) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 0 | (0.0) | 0 | (0.0) | 0 | (0.0) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 42 | (56.0) | 32 | (42.7) | 74 | (98.7) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 0 | (0.0) | 1 | (1.3) | 1 | (1.3) |
| 仙台 | | 男児(n=53) | | 女児(n=44) | | 全体(n=97) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 0 | (0.0) | 0 | (0.0) | 0 | (0.0) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 52 | (53.6) | 41 | (42.3) | 93 | (95.9) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 1 | (1.0) | 3 | (3.1) | 4 | (4.1) |
| 川崎 | | 男児(n=102) | | 女児(n=59) | | 全体(n=161) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 1 | (0.6) | 2 | (1.2) | 3 | (1.9) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 96 | (59.6) | 54 | (33.5) | 150 | (93.2) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 5 | (3.1) | 3 | (1.9) | 8 | (5.0) |
| 浜松 | | 男児(n=65) | | 女児(n=45) | | 全体(n=110) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 0 | (0.0) | 1 | (0.9) | 1 | (0.1) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 59 | (53.6) | 44 | (40.0) | 103 | (93.6) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 6 | (5.5) | 0 | (0.0) | 6 | (5.5) |
| 明石 | | 男児(n=82) | | 女児(n=68) | | 全体(n=150) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 2 | (1.3) | 1 | (0.7) | 3 | (2.0) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 77 | (51.3) | 64 | (42.7) | 141 | (94.0) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 3 | (2.0) | 3 | (2.0) | 6 | (4.0) |
| 松山 | | 男児(n=51) | | 女児(n=48) | | 全体(n=99) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 0 | (2.0) | 1 | (1.0) | 1 | (1.0) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 48 | (44.0) | 46 | (46.5) | 94 | (94.9) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 3 | (5.0) | 1 | (1.0) | 4 | (4.0) |
| 熊本 | | 男児(n=52) | | 女児(n=54) | | 全体(n=106) | |
| 肥満度別数 | -15%未満(やせ) | 1 | (0.9) | 1 | (0.9) | 2 | (1.9) |
| | -15%以上15%未満(標準) | 49 | (46.2) | 52 | (49.1) | 101 | (95.3) |
| | 15%以上(太りぎみ) | 2 | (1.9) | 1 | (0.9) | 3 | (2.8) |

値は実数 (%)

表3. 平日と休日における栄養素等摂取量

| エネルギー及び栄養素 | 全体 (n=798) | | | | | 男児 (n=447) | | | | | 女児 (n=351) | | | | |
|-------------------------|------------|--------|-------|--------|--------|------------|--------|-------|--------|--------|------------|--------|-------|--------|--------|
| | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 |
| エネルギー (kcal) | 1,430 | (229) | 1,372 | (295) | <0.001 | 1,480 | (229) | 1,416 | (303) | <0.001 | 1,366 | (213) | 1,316 | (274) | <0.001 |
| たんぱく質 (g) | 51.9 | (9.9) | 45.6 | (12.1) | <0.001 | 53.5 | (10.2) | 47.6 | (12.7) | <0.001 | 49.7 | (9.1) | 43.2 | (10.8) | <0.001 |
| 脂質 (g) | 47.5 | (11.5) | 46.9 | (14.7) | 0.095 | 49.3 | (11.9) | 49.0 | (14.9) | 0.462 | 45.2 | (10.4) | 44.2 | (13.9) | 0.096 |
| 炭水化物 (g) | 194.2 | (32.7) | 187.5 | (42.5) | <0.001 | 200.9 | (32.7) | 191.7 | (44.5) | <0.001 | 185.8 | (30.7) | 182.1 | (39.2) | 0.053 |
| ビタミンA (μgRAE) | 466 | (240) | 338 | (227) | <0.001 | 483 | (248) | 344 | (240) | <0.001 | 445 | (229) | 331 | (209) | <0.001 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 0.76 | (0.22) | 0.66 | (0.25) | <0.001 | 0.79 | (0.23) | 0.69 | (0.26) | <0.001 | 0.73 | (0.21) | 0.62 | (0.23) | <0.001 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 0.94 | (0.27) | 0.81 | (0.33) | <0.001 | 0.98 | (0.29) | 0.85 | (0.36) | <0.001 | 0.90 | (0.22) | 0.76 | (0.27) | <0.001 |
| ビタミンC (mg) | 61.0 | (28) | 60.8 | (44) | 0.007 | 63.2 | (30) | 62.8 | (49) | 0.007 | 58.1 | (25) | 58.3 | (36) | 0.299 |
| ナトリウム (mg) | 2,226 | (620) | 2,373 | (742) | <0.001 | 2,282 | (640) | 2,417 | (775) | 0.001 | 2,154 | (586) | 2,316 | (695) | <0.001 |
| カリウム (mg) | 1,787 | (360) | 1,451 | (437) | <0.001 | 1,836 | (386) | 1,507 | (461) | <0.001 | 1,725 | (313) | 1,381 | (395) | <0.001 |
| カルシウム (mg) | 522 | (167) | 396 | (199) | <0.001 | 546 | (180) | 423 | (213) | <0.001 | 490 | (143) | 362 | (175) | <0.001 |
| マグネシウム (mg) | 178.3 | (36.7) | 141.0 | (39.4) | <0.001 | 182.8 | (39.4) | 145.8 | (41.7) | <0.001 | 172.5 | (32.2) | 134.9 | (35.4) | <0.001 |
| 鉄 (mg) | 5.3 | (1.4) | 4.4 | (1.7) | <0.001 | 5.5 | (1.5) | 4.6 | (1.9) | <0.001 | 5.1 | (1.3) | 4.2 | (1.3) | <0.001 |
| 亜鉛 (mg) | 6.2 | (1.3) | 5.3 | (1.5) | <0.001 | 6.4 | (1.3) | 5.5 | (1.5) | <0.001 | 5.9 | (1.2) | 5.0 | (1.3) | <0.001 |
| 銅 (mg) | 0.75 | (0.15) | 0.64 | (0.17) | <0.001 | 0.77 | (0.15) | 0.66 | (0.18) | <0.001 | 0.73 | (0.14) | 0.63 | (0.16) | <0.001 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 15.78 | (4.59) | 15.62 | (5.61) | 0.288 | 16.44 | (4.82) | 16.35 | (5.78) | 0.562 | 14.93 | (4.14) | 14.68 | (5.23) | 0.372 |
| 食物繊維 (g) | 13.1 | (3.0) | 11.3 | (3.5) | <0.001 | 13.4 | (3.1) | 11.5 | (3.7) | <0.001 | 12.7 | (2.8) | 11.0 | (3.2) | <0.001 |
| 食塩相当量 (g) | 5.7 | (1.6) | 6.0 | (1.9) | <0.001 | 5.8 | (1.6) | 6.1 | (2.0) | 0.001 | 5.5 | (1.5) | 5.9 | (1.8) | <0.001 |
| たんぱく質エネルギー比率 (%) | 14.6 | (1.6) | 13.3 | (2.1) | <0.001 | 14.5 | (1.6) | 13.5 | (2.2) | <0.001 | 14.6 | (1.6) | 13.2 | (2.0) | <0.001 |
| 脂肪エネルギー比率 (%) | 29.6 | (4.3) | 30.3 | (5.9) | 0.001 | 29.7 | (4.4) | 30.8 | (5.9) | <0.001 | 29.6 | (4.2) | 29.8 | (5.8) | 0.570* |
| 炭水化物エネルギー比率 (%) | 55.8 | (4.8) | 56.3 | (6.6) | 0.037 | 55.8 | (4.9) | 55.8 | (6.6) | 0.781 | 55.8 | (4.7) | 57.1 | (6.5) | 0.001* |

平均値 (標準偏差)

Wilcoxon符号付き順位和検定、*対応のある t 検定

表4. 平日と休日における食品群別摂取量

| 食品群 | 全体 (n=798) | | | | | 男児 (n=447) | | | | | 女児 (n=351) | | | | |
|--------------|------------|---------|-------|---------|--------|------------|---------|-------|---------|--------|------------|---------|-------|---------|--------|
| | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 |
| 穀類 (g) | 198.4 | (72.1) | 155.8 | (80.1) | <0.001 | 204.8 | (74.1) | 157.5 | (80.2) | <0.001 | 190.2 | (68.7) | 153.7 | (80.1) | <0.001 |
| その他穀類 (g) | 74.2 | (61.1) | 106.2 | (63.6) | <0.001 | 76.8 | (63.8) | 109.4 | (65.7) | <0.001 | 71.0 | (57.4) | 102.2 | (60.7) | <0.001 |
| いも類 (g) | 36.9 | (28.1) | 30.4 | (32.4) | <0.001 | 36.9 | (28.7) | 31.5 | (33.0) | 0.002 | 36.9 | (27.3) | 29.0 | (31.6) | <0.001 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 5.7 | (4.5) | 3.7 | (5.0) | <0.001 | 5.8 | (4.2) | 3.9 | (5.2) | <0.001 | 5.6 | (4.9) | 3.4 | (4.7) | <0.001 |
| 豆類 (g) | 40.0 | (36.4) | 20.9 | (34.0) | <0.001 | 39.6 | (37.6) | 22.5 | (38.7) | <0.001 | 40.6 | (35.0) | 19.0 | (26.8) | <0.001 |
| 種実類 (g) | 1.067 | (3.0) | 1.072 | (4.9) | <0.001 | 1.10 | (3.1) | 1.15 | (5.0) | <0.001 | 1.02 | (2.9) | 0.97 | (4.7) | 0.002 |
| 緑黄色野菜 (g) | 69.4 | (39.8) | 45.7 | (49.8) | <0.001 | 71.4 | (40.4) | 45.7 | (51.5) | <0.001 | 66.9 | (39.0) | 45.6 | (47.5) | <0.001 |
| その他の野菜 (g) | 89.0 | (40.8) | 54.4 | (36.7) | <0.001 | 91.1 | (42.0) | 56.3 | (37.7) | <0.001 | 86.3 | (39.0) | 52.0 | (35.1) | <0.001 |
| 漬物 (g) | 0.5 | (2.5) | 1.2 | (3.2) | <0.001 | 0.5 | (2.4) | 1.2 | (3.3) | <0.001 | 0.6 | (2.8) | 1.2 | (3.0) | <0.001 |
| 生果 (g) | 79.2 | (56.8) | 63.4 | (68.3) | <0.001 | 82.9 | (59.9) | 64.7 | (71.6) | <0.001 | 74.5 | (52.4) | 61.6 | (64.0) | <0.001 |
| ジャム (g) | 1.2 | (3.6) | 1.3 | (6.7) | 0.145 | 1.3 | (3.6) | 1.5 | (8.4) | 0.583 | 1.2 | (3.7) | 1.0 | (3.7) | 0.092 |
| 果汁・果汁飲料 (g) | 18.0 | (42.5) | 56.4 | (83.8) | <0.001 | 15.7 | (38.8) | 55.5 | (88.2) | <0.001 | 20.8 | (46.6) | 57.5 | (77.9) | <0.001 |
| きのこ類 (g) | 8.7 | (9.0) | 5.2 | (7.6) | <0.001 | 8.7 | (9.4) | 5.5 | (7.9) | <0.001 | 8.7 | (8.5) | 4.8 | (7.3) | <0.001 |
| 海藻類 (g) | 2.1 | (4.1) | 1.7 | (3.2) | 0.002 | 2.0 | (3.9) | 1.5 | (2.6) | 0.003 | 2.3 | (4.3) | 2.0 | (3.8) | 0.169 |
| 生魚介類 (g) | 25.2 | (25.1) | 16.0 | (23.3) | <0.001 | 25.6 | (25.8) | 16.7 | (26.0) | <0.001 | 24.8 | (24.3) | 15.2 | (19.3) | <0.001 |
| 魚介加工品 (g) | 9.6 | (12.5) | 9.8 | (14.5) | 0.352 | 9.5 | (12.6) | 10.1 | (15.6) | 0.398 | 9.7 | (12.3) | 9.4 | (13.1) | 0.672 |
| 肉類 (g) | 68.2 | (33.0) | 68.4 | (39.4) | 0.405 | 71.2 | (34.7) | 73.6 | (41.3) | 0.76 | 64.3 | (30.5) | 61.7 | (35.8) | 0.108 |
| 卵類 (g) | 24.4 | (22.0) | 27.9 | (24.3) | 0.002 | 25.3 | (22.6) | 27.8 | (25.0) | 0.219 | 23.2 | (21.2) | 28.0 | (23.3) | 0.001 |
| 乳類 (g) | 241.9 | (124.9) | 169.0 | (155.2) | <0.001 | 253.3 | (129.6) | 180.8 | (161.0) | <0.001 | 227.3 | (117.2) | 154.1 | (146.3) | <0.001 |
| 油脂類 (g) | 8.5 | (4.6) | 8.2 | (5.7) | 0.034 | 8.7 | (4.6) | 8.6 | (5.8) | 0.297 | 8.1 | (4.6) | 7.6 | (5.4) | 0.039 |
| 菓子類 (g) | 23.6 | (25.4) | 40.6 | (35.1) | <0.001 | 26.2 | (27.1) | 39.2 | (35.0) | <0.001 | 20.2 | (22.6) | 42.5 | (35.3) | <0.001 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 172.7 | (160.0) | 270.1 | (257.3) | <0.001 | 183.3 | (171.1) | 281.3 | (284.2) | <0.001 | 159.3 | (143.7) | 255.9 | (217.8) | <0.001 |
| 調味料 (g) | 106.2 | (71.0) | 42.1 | (40.1) | <0.001 | 107.1 | (70.8) | 44.1 | (43.8) | <0.001 | 105.1 | (71.5) | 39.6 | (34.7) | <0.001 |
| 特定保健用食品他 (g) | 0.1 | (1.6) | 0.0 | (0.0) | 0.317 | 0.0 | (0.0) | 0.0 | (0.0) | 1.000 | 0.1 | (2.4) | 0.0 | (0.0) | 0.317 |

平均値 (標準偏差)

Wilcoxon符号付き順位和検定

表5. 平日と休日における1,000kcalあたりの栄養素等摂取量

| 栄養素 | 全体 (n=798) | | | | | 男児 (n=447) | | | | | 女児 (n=351) | | | | |
|-------------------------|------------|--------|-------|--------|--------|------------|--------|-------|--------|--------|------------|--------|-------|--------|--------|
| | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 |
| たんぱく質 (g) | 36.4 | (4.1) | 33.3 | (5.2) | <0.001 | 36.3 | (4.1) | 33.7 | (5.4) | <0.001 | 36.5 | (4.0) | 32.9 | (5.0) | <0.001 |
| 脂質 (g) | 32.9 | (4.7) | 33.7 | (6.5) | 0.002 | 33.0 | (4.8) | 34.2 | (6.6) | <0.001 | 32.9 | (4.6) | 33.1 | (6.4) | 0.572* |
| 炭水化物 (g) | 136.4 | (12.2) | 137.8 | (16.9) | 0.026 | 136.3 | (12.5) | 136.4 | (17.2) | 0.976 | 136.4 | (11.9) | 139.6 | (16.4) | 0.001* |
| ビタミンA (μgRAE) | 329 | (168) | 249 | (173) | <0.001 | 331 | (179) | 245 | (170) | <0.001 | 326 | (154) | 254 | (177) | <0.001 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 0.53 | (0.14) | 0.48 | (0.16) | <0.001 | 0.53 | (0.14) | 0.49 | (0.15) | <0.001 | 0.54 | (0.14) | 0.48 | (0.17) | <0.001 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 0.66 | (0.16) | 0.59 | (0.20) | <0.001 | 0.67 | (0.17) | 0.60 | (0.21) | <0.001 | 0.66 | (0.14) | 0.58 | (0.19) | <0.001 |
| ビタミンC (mg) | 43 | (20) | 45 | (31) | 0.468 | 43 | (20) | 45 | (35) | 0.246 | 43 | (18) | 45 | (25) | 0.853 |
| ナトリウム (mg) | 1,565 | (357) | 1,758 | (470) | <0.001 | 1,549 | (347) | 1,728 | (449) | <0.001 | 1,586 | (369) | 1,796 | (493) | <0.001 |
| カリウム (mg) | 1,259 | (194) | 1,061 | (246) | <0.001 | 1,248 | (205) | 1,066 | (252) | <0.001 | 1,273 | (177) | 1,055 | (239) | <0.001 |
| カルシウム (mg) | 367 | (106) | 288 | (130) | <0.001 | 371 | (109) | 297 | (134) | <0.001 | 363 | (101) | 276 | (124) | <0.001 |
| マグネシウム (mg) | 125.7 | (21.1) | 103.4 | (21.3) | <0.001 | 124.4 | (21.6) | 103.4 | (22.1) | <0.001 | 127.5 | (20.4) | 103.3 | (20.4) | <0.001 |
| 鉄 (mg) | 3.7 | (0.9) | 3.2 | (1.0) | <0.001 | 3.7 | (0.9) | 3.2 | (1.0) | <0.001 | 3.7 | (0.9) | 3.2 | (0.8) | <0.001 |
| 亜鉛 (mg) | 4.4 | (0.6) | 3.9 | (0.7) | <0.001 | 4.4 | (0.6) | 3.9 | (0.7) | <0.001 | 4.4 | (0.6) | 3.8 | (0.7) | <0.001 |
| 銅 (mg) | 0.53 | (0.08) | 0.47 | (0.09) | <0.001 | 0.53 | (0.08) | 0.47 | (0.09) | <0.001 | 0.53 | (0.08) | 0.48 | (0.09) | <0.001 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 10.93 | (2.31) | 11.20 | (2.92) | 0.010 | 10.99 | (2.33) | 11.36 | (2.91) | 0.015 | 10.86 | (2.28) | 10.99 | (2.92) | 0.261 |
| 食物繊維 (g) | 9.2 | (1.8) | 8.3 | (2.2) | <0.001 | 9.1 | (1.9) | 8.2 | (2.2) | <0.001 | 9.3 | (1.7) | 8.5 | (2.1) | <0.001 |
| 食塩相当量 (g) | 4.0 | (0.9) | 4.5 | (1.2) | <0.001 | 3.9 | (0.9) | 4.4 | (1.1) | <0.001 | 4.0 | (0.9) | 4.6 | (1.3) | <0.001 |

平均値 (標準偏差)

Wilcoxon符号付き順位和検定、*対応のある t 検定

表6. 平日と休日における1,000kcalあたりの食品群別摂取量

| 食品群 | 全体 (n=798) | | | | | 男児 (n=447) | | | | | 女児 (n=351) | | | | |
|--------------|------------|---------|-------|---------|--------|------------|---------|-------|---------|--------|------------|---------|-------|---------|--------|
| | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 | 平日 | | 休日 | | p値 |
| 穀類 (g) | 140.2 | (48.3) | 115.7 | (55.3) | <0.001 | 140.0 | (49.3) | 113.1 | (54.8) | <0.001 | 140.3 | (47.0) | 118.9 | (55.9) | <0.001 |
| その他穀類 (g) | 51.6 | (39.3) | 79.9 | (48.0) | <0.001 | 52.0 | (40.8) | 79.6 | (47.6) | <0.001 | 51.2 | (37.3) | 80.3 | (48.6) | <0.001 |
| いも類 (g) | 26.0 | (19.3) | 22.1 | (23.1) | <0.001 | 25.3 | (19.5) | 22.5 | (23.7) | 0.006 | 27.0 | (19.0) | 21.6 | (22.4) | <0.001 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 4.0 | (3.1) | 2.6 | (3.8) | <0.001 | 3.9 | (2.8) | 2.7 | (4.0) | <0.001 | 4.1 | (3.5) | 2.5 | (3.4) | <0.001 |
| 豆類 (g) | 28.4 | (26.3) | 15.4 | (25.1) | <0.001 | 27.3 | (26.0) | 16.2 | (28.6) | <0.001 | 29.9 | (26.6) | 14.3 | (19.7) | <0.001 |
| 種実類 (g) | 0.76 | (2.1) | 0.84 | (4.7) | <0.001 | 0.7 | (2.0) | 0.8 | (4.3) | <0.001 | 0.77 | (2.2) | 0.84 | (5.1) | 0.003 |
| 緑黄色野菜 (g) | 49.2 | (27.8) | 33.8 | (37.2) | <0.001 | 49.0 | (27.8) | 32.5 | (35.2) | <0.001 | 49.4 | (27.9) | 35.5 | (39.6) | <0.001 |
| その他の野菜 (g) | 63.3 | (28.2) | 40.8 | (27.7) | <0.001 | 62.9 | (28.4) | 40.8 | (27.4) | <0.001 | 63.9 | (27.9) | 40.7 | (28.1) | <0.001 |
| 漬物 (g) | 0.4 | (1.8) | 0.9 | (2.5) | <0.001 | 0.3 | (1.4) | 0.9 | (2.8) | <0.001 | 0.5 | (2.2) | 0.9 | (2.1) | <0.001 |
| 生果 (g) | 56.7 | (40.9) | 47.3 | (51.1) | <0.001 | 57.4 | (41.9) | 46.7 | (51.4) | <0.001 | 55.8 | (39.5) | 48.2 | (50.7) | <0.001 |
| ジャム (g) | 0.9 | (2.5) | 0.9 | (3.9) | 0.199 | 0.8 | (2.3) | 1.0 | (4.6) | 0.533 | 0.9 | (2.8) | 0.7 | (2.8) | 0.192 |
| 果汁・果汁飲料 (g) | 12.6 | (30.2) | 41.5 | (62.3) | <0.001 | 10.9 | (26.7) | 40.0 | (63.3) | <0.001 | 14.8 | (34.0) | 43.4 | (61.1) | <0.001 |
| きのこ類 (g) | 6.1 | (6.2) | 3.9 | (5.9) | <0.001 | 5.9 | (6.2) | 4.0 | (6.0) | <0.001 | 6.4 | (6.2) | 3.8 | (5.7) | <0.001 |
| 海藻類 (g) | 1.6 | (3.0) | 1.3 | (3.0) | 0.020 | 1.4 | (2.7) | 1.1 | (2.0) | 0.013 | 1.7 | (3.4) | 1.6 | (3.9) | 0.457 |
| 生魚介類 (g) | 18.2 | (17.8) | 11.7 | (15.9) | <0.001 | 17.8 | (17.6) | 11.5 | (16.5) | <0.001 | 18.7 | (18.0) | 12.0 | (15.2) | <0.001 |
| 魚介加工品 (g) | 6.7 | (8.7) | 7.2 | (10.8) | 0.614 | 6.5 | (8.7) | 7.2 | (11.5) | 0.497 | 7.0 | (8.6) | 7.2 | (9.8) | 0.970 |
| 肉類 (g) | 47.3 | (20.2) | 49.5 | (25.5) | 0.140 | 47.8 | (20.9) | 52.0 | (26.2) | 0.020 | 46.5 | (19.4) | 46.3 | (24.1) | 0.690 |
| 卵類 (g) | 16.8 | (14.9) | 20.2 | (17.5) | <0.001 | 16.9 | (14.8) | 19.7 | (18.1) | 0.030 | 16.8 | (15.0) | 20.9 | (16.8) | <0.001 |
| 乳類 (g) | 170.1 | (84.3) | 121.8 | (109.1) | <0.001 | 171.0 | (81.9) | 126.3 | (110.7) | <0.001 | 168.9 | (87.3) | 116.1 | (106.7) | <0.001 |
| 油脂類 (g) | 5.9 | (3.0) | 5.8 | (3.6) | 0.361 | 5.8 | (2.9) | 6.0 | (3.6) | 0.839 | 5.9 | (3.1) | 5.6 | (3.5) | 0.111 |
| 菓子類 (g) | 15.8 | (16.4) | 29.1 | (24.5) | <0.001 | 17.0 | (17.1) | 27.3 | (24.0) | <0.001 | 14.4 | (15.4) | 31.3 | (25.1) | <0.001 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 121.8 | (112.1) | 200.5 | (182.2) | <0.001 | 125.4 | (117.7) | 201.9 | (192.6) | <0.001 | 117.2 | (104.4) | 198.8 | (168.2) | <0.001 |
| 調味料 (g) | 75.8 | (52.5) | 31.5 | (29.8) | <0.001 | 74.0 | (51.0) | 32.0 | (31.2) | <0.001 | 78.0 | (54.3) | 30.9 | (27.9) | <0.001 |
| 特定保健用食品他 (g) | 0.04 | (1.0) | 0.0 | (0.0) | 0.317 | 0.0 | (0.0) | 0.0 | (0.0) | 1.000 | 0.08 | (1.5) | 0.0 | (0.0) | 0.317 |

平均値 (標準偏差)

Wilcoxon符号付き順位検定

表7. 平日と休日における食事区分別栄養素等摂取量 (全体)

| n=798 | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|----|------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|------|-----------------------------|------|-------|
| 栄養素 | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | | 1日の合計 |
| エネルギー (kcal) | 平日 | 314 | (22) | 394 | (28) | 185 | (13) | 437 | (31) | 101 | (7) | 578 | (40) | 1,430 |
| | 休日 | 319 | (23) | 401 | (29) | 0 | (0) | 426 | (31) | 226 | (16) | 0 | (0) | 1,372 |
| たんぱく質 (g) | 平日 | 10.5 | (20) | 15.4 | (30) | 6.3 | (12) | 17.7 | (34) | 2.0 | (4) | 21.7 | (42) | 51.9 |
| | 休日 | 10.8 | (24) | 13.7 | (30) | 0.0 | (0) | 17.0 | (37) | 4.1 | (9) | 0.0 | (0) | 45.6 |
| 脂質 (g) | 平日 | 10.1 | (21) | 11.2 | (24) | 6.9 | (14) | 15.7 | (33) | 3.6 | (8) | 18.1 | (38) | 47.5 |
| | 休日 | 10.8 | (23) | 13.2 | (28) | 0.0 | (0) | 15.1 | (32) | 7.8 | (17) | 0.0 | (0) | 46.9 |
| 炭水化物 (g) | 平日 | 44.7 | (23) | 56.2 | (29) | 24.2 | (12) | 53.6 | (28) | 15.6 | (8) | 80.4 | (41) | 194.2 |
| | 休日 | 44.3 | (24) | 54.8 | (29) | 0.0 | (0) | 52.9 | (28) | 35.6 | (19) | 0.0 | (0) | 187.5 |
| ビタミンA (μgRAE) | 平日 | 85 | (18) | 175 | (38) | 59 | (13) | 123 | (26) | 23 | (5) | 234 | (50) | 466 |
| | 休日 | 88 | (26) | 90 | (27) | 0 | (0) | 113 | (33) | 48 | (14) | 0 | (0) | 338 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 平日 | 0.14 | (19) | 0.24 | (32) | 0.09 | (11) | 0.25 | (33) | 0.04 | (5) | 0.33 | (43) | 0.76 |
| | 休日 | 0.15 | (23) | 0.20 | (30) | 0.00 | (0) | 0.23 | (36) | 0.08 | (12) | 0.00 | (0) | 0.66 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 平日 | 0.23 | (25) | 0.19 | (20) | 0.21 | (22) | 0.25 | (26) | 0.07 | (7) | 0.40 | (42) | 0.94 |
| | 休日 | 0.24 | (29) | 0.21 | (26) | 0.00 | (0) | 0.23 | (28) | 0.13 | (17) | 0.00 | (0) | 0.81 |
| ビタミンC (mg) | 平日 | 13 | (21) | 19 | (31) | 5 | (9) | 19 | (31) | 6 | (9) | 24 | (39) | 61 |
| | 休日 | 13 | (22) | 17 | (27) | 0 | (0) | 17 | (28) | 14 | (23) | 0 | (0) | 61 |
| ナトリウム (mg) | 平日 | 466 | (21) | 594 | (27) | 172 | (8) | 936 | (42) | 58 | (3) | 766 | (34) | 2,226 |
| | 休日 | 484 | (20) | 865 | (36) | 0 | (0) | 901 | (38) | 122 | (5) | 0 | (0) | 2,373 |
| カリウム (mg) | 平日 | 332 | (19) | 536 | (30) | 293 | (16) | 508 | (28) | 118 | (7) | 828 | (46) | 1,787 |
| | 休日 | 339 | (23) | 388 | (27) | 0 | (0) | 475 | (33) | 250 | (17) | 0 | (0) | 1,451 |
| カルシウム (mg) | 平日 | 130 | (25) | 89 | (17) | 158 | (30) | 98 | (19) | 46 | (9) | 247 | (47) | 522 |
| | 休日 | 130 | (33) | 87 | (22) | 0 | (0) | 91 | (23) | 88 | (22) | 0.0 | (0) | 396 |
| マグネシウム (mg) | 平日 | 34.2 | (19) | 58.3 | (33) | 23.1 | (13) | 52.7 | (30) | 10.0 | (6) | 81.4 | (46) | 178.3 |
| | 休日 | 33.4 | (24) | 38.4 | (27) | 0.0 | (0) | 48.4 | (34) | 20.8 | (15) | 0.0 | (0) | 141.0 |
| 鉄 (mg) | 平日 | 1.0 | (19) | 1.8 | (33) | 0.6 | (11) | 1.7 | (32) | 0.2 | (5) | 2.3 | (44) | 5.3 |
| | 休日 | 1.0 | (23) | 1.3 | (28) | 0.0 | (0) | 1.6 | (36) | 0.5 | (12) | 0.0 | (0) | 4.4 |
| 亜鉛 (mg) | 平日 | 1.2 | (19) | 1.9 | (31) | 0.7 | (12) | 2.1 | (34) | 0.3 | (4) | 2.6 | (43) | 6.2 |
| | 休日 | 1.2 | (22) | 1.5 | (29) | 0.0 | (0) | 2.1 | (39) | 0.5 | (10) | 0.0 | (0) | 5.3 |
| 銅 (mg) | 平日 | 0.14 | (19) | 0.25 | (34) | 0.07 | (9) | 0.25 | (33) | 0.04 | (5) | 0.32 | (43) | 0.75 |
| | 休日 | 0.14 | (21) | 0.19 | (29) | 0.00 | (0) | 0.23 | (36) | 0.09 | (14) | 0.00 | (0) | 0.64 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 平日 | 3.81 | (24) | 2.66 | (17) | 3.29 | (21) | 4.32 | (27) | 1.69 | (11) | 5.96 | (38) | 15.78 |
| | 休日 | 4.03 | (26) | 3.82 | (24) | 0.00 | (0) | 4.27 | (27) | 3.49 | (22) | 0.00 | (0) | 15.62 |
| 食物繊維 (g) | 平日 | 2.5 | (19) | 4.9 | (37) | 1.0 | (7) | 4.2 | (32) | 0.5 | (4) | 5.8 | (45) | 13.1 |
| | 休日 | 2.4 | (22) | 3.8 | (34) | 0.0 | (0) | 3.9 | (34) | 1.2 | (10) | 0.0 | (0) | 11.3 |
| 食塩相当量 (g) | 平日 | 1.2 | (21) | 1.5 | (27) | 0.4 | (8) | 2.4 | (42) | 0.1 | (3) | 1.9 | (34) | 5.7 |
| | 休日 | 1.2 | (20) | 2.2 | (36) | 0.0 | (0) | 2.3 | (38) | 0.3 | (5) | 0.0 | (0) | 6.0 |

平均値 (%)

表8. 平日と休日における食事区分別栄養素等摂取量 (男児)

| 栄養素 | | n=447 | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|----|-------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|------|-----------------------------|------|-------|--|
| | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | | 1日の合計 | |
| エネルギー (kcal) | 平日 | 330 | (22) | 403 | (27) | 184 | (12) | 456 | (31) | 107 | (7) | 587 | (40) | 1,480 | |
| | 休日 | 331 | (23) | 417 | (29) | 0 | (0) | 444 | (31) | 224 | (16) | 0 | (0) | 1,416 | |
| たんぱく質 (g) | 平日 | 11.0 | (21) | 15.6 | (29) | 6.3 | (12) | 18.5 | (35) | 2.1 | (4) | 21.9 | (41) | 53.5 | |
| | 休日 | 11.2 | (24) | 14.3 | (30) | 0.0 | (0) | 17.9 | (38) | 4.1 | (9) | 0.0 | (0) | 47.6 | |
| 脂質 (g) | 平日 | 10.9 | (22) | 11.5 | (23) | 6.9 | (14) | 16.4 | (33) | 3.7 | (7) | 18.4 | (37) | 49.3 | |
| | 休日 | 11.4 | (23) | 14.0 | (29) | 0.0 | (0) | 15.9 | (32) | 7.6 | (16) | 0.0 | (0) | 49.0 | |
| 炭水化物 (g) | 平日 | 46.5 | (23) | 57.6 | (29) | 24.1 | (12) | 55.8 | (28) | 16.8 | (8) | 81.7 | (41) | 200.9 | |
| | 休日 | 45.4 | (24) | 56.4 | (29) | 0.0 | (0) | 54.7 | (29) | 35.2 | (18) | 0.0 | (0) | 191.7 | |
| ビタミンA (μgRAE) | 平日 | 87 | (18) | 183 | (38) | 59 | (12) | 129 | (27) | 26 | (5) | 241 | (50) | 483 | |
| | 休日 | 86 | (25) | 95 | (28) | 0 | (0) | 117 | (34) | 46 | (13) | 0 | (0) | 344 | |
| ビタミンB ₁ (mg) | 平日 | 0.15 | (19) | 0.24 | (31) | 0.09 | (11) | 0.26 | (34) | 0.04 | (5) | 0.33 | (42) | 0.79 | |
| | 休日 | 0.16 | (23) | 0.21 | (30) | 0.00 | (0) | 0.25 | (36) | 0.08 | (11) | 0.00 | (0) | 0.69 | |
| ビタミンB ₂ (mg) | 平日 | 0.25 | (26) | 0.19 | (20) | 0.21 | (21) | 0.25 | (26) | 0.07 | (8) | 0.40 | (41) | 0.98 | |
| | 休日 | 0.25 | (29) | 0.23 | (27) | 0.00 | (0) | 0.24 | (28) | 0.14 | (16) | 0.00 | (0) | 0.85 | |
| ビタミンC (mg) | 平日 | 14 | (22) | 19 | (30) | 5 | (8) | 19 | (31) | 6 | (9) | 24 | (39) | 63 | |
| | 休日 | 14 | (23) | 16 | (26) | 0 | (0) | 18 | (28) | 14 | (22) | 0 | (0) | 63 | |
| ナトリウム (mg) | 平日 | 479 | (21) | 607 | (27) | 171 | (7) | 966 | (42) | 60 | (3) | 778 | (34) | 2,282 | |
| | 休日 | 494 | (20) | 872 | (36) | 0 | (0) | 928 | (38) | 123 | (5) | 0 | (0) | 2,417 | |
| カリウム (mg) | 平日 | 352 | (19) | 541 | (29) | 293 | (16) | 526 | (29) | 125 | (7) | 833 | (45) | 1,836 | |
| | 休日 | 352 | (23) | 404 | (27) | 0 | (0) | 498 | (33) | 254 | (17) | 0 | (0) | 1,507 | |
| カルシウム (mg) | 平日 | 143 | (26) | 92 | (17) | 159 | (29) | 102 | (19) | 50 | (9) | 251 | (46) | 546 | |
| | 休日 | 141 | (33) | 94 | (22) | 0 | (0) | 100 | (24) | 88 | (21) | 0 | (0) | 423 | |
| マグネシウム (mg) | 平日 | 35.6 | (19) | 59.2 | (32) | 23.4 | (13) | 54.1 | (30) | 10.4 | (6) | 82.6 | (45) | 182.8 | |
| | 休日 | 34.8 | (24) | 39.6 | (27) | 0.0 | (0) | 50.3 | (34) | 21.1 | (14) | 0.0 | (0) | 145.8 | |
| 鉄 (mg) | 平日 | 1.1 | (20) | 1.8 | (32) | 0.6 | (11) | 1.8 | (32) | 0.3 | (5) | 2.4 | (44) | 5.5 | |
| | 休日 | 1.1 | (24) | 1.3 | (28) | 0.0 | (0) | 1.7 | (37) | 0.5 | (12) | 0.0 | (0) | 4.6 | |
| 亜鉛 (mg) | 平日 | 1.2 | (19) | 2.0 | (30) | 0.7 | (11) | 2.2 | (35) | 0.3 | (4) | 2.7 | (42) | 6.4 | |
| | 休日 | 1.2 | (22) | 1.6 | (29) | 0.0 | (0) | 2.2 | (39) | 0.5 | (10) | 0.0 | (0) | 5.5 | |
| 銅 (mg) | 平日 | 0.15 | (19) | 0.26 | (34) | 0.07 | (9) | 0.26 | (33) | 0.04 | (6) | 0.33 | (42) | 0.77 | |
| | 休日 | 0.14 | (21) | 0.19 | (29) | 0.00 | (0) | 0.24 | (36) | 0.09 | (13) | 0.00 | (0) | 0.66 | |
| 飽和脂肪酸 (g) | 平日 | 4.11 | (25) | 2.73 | (17) | 3.31 | (20) | 4.55 | (28) | 1.74 | (11) | 6.04 | (37) | 16.44 | |
| | 休日 | 4.30 | (26) | 4.04 | (25) | 0.00 | (0) | 4.59 | (28) | 3.42 | (21) | 0.00 | (0) | 16.35 | |
| 食物繊維 (g) | 平日 | 2.5 | (19) | 5.0 | (37) | 1.0 | (7) | 4.3 | (32) | 0.6 | (4) | 6.0 | (44) | 13.4 | |
| | 休日 | 2.5 | (21) | 3.9 | (34) | 0.0 | (0) | 4.0 | (35) | 1.1 | (10) | 0.0 | (0) | 11.5 | |
| 食塩相当量 (g) | 平日 | 1.2 | (21) | 1.5 | (27) | 0.4 | (7) | 2.5 | (42) | 0.2 | (3) | 2.0 | (34) | 5.8 | |
| | 休日 | 1.3 | (20) | 2.2 | (36) | 0.0 | (0) | 2.4 | (38) | 0.3 | (5) | 0.0 | (0) | 6.1 | |

平均値 (%)

表9. 平日と休日における食事区分別栄養素等摂取量（女児）

| n=351 | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------|----|------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|------|-----------------------------|------|-------|
| 栄養素 | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | | 1日の合計 |
| エネルギー (kcal) | 平日 | 293 | (21) | 382 | (28) | 185 | (14) | 412 | (30) | 94 | (7) | 567 | (42) | 1,366 |
| | 休日 | 304 | (23) | 380 | (29) | 0 | (0) | 402 | (31) | 229 | (17) | 0 | (0) | 1,316 |
| たんぱく質 (g) | 平日 | 9.7 | (20) | 15.1 | (30) | 6.3 | (13) | 16.7 | (34) | 1.8 | (4) | 21.4 | (43) | 49.7 |
| | 休日 | 10.2 | (24) | 13.0 | (30) | 0.0 | (0) | 15.9 | (37) | 4.1 | (10) | 0.0 | (0) | 43.2 |
| 脂質 (g) | 平日 | 9.2 | (20) | 10.9 | (24) | 6.8 | (15) | 14.8 | (33) | 3.5 | (8) | 17.7 | (39) | 45.2 |
| | 休日 | 10.0 | (23) | 12.2 | (28) | 0.0 | (0) | 14.1 | (32) | 7.9 | (18) | 0.0 | (0) | 44.2 |
| 炭水化物 (g) | 平日 | 42.4 | (23) | 54.4 | (29) | 24.3 | (13) | 50.6 | (27) | 14.1 | (8) | 78.7 | (42) | 185.8 |
| | 休日 | 42.8 | (24) | 52.8 | (29) | 0.0 | (0) | 50.6 | (28) | 36.0 | (20) | 0.0 | (0) | 182.1 |
| ビタミンA (μgRAE) | 平日 | 83 | (19) | 166 | (37) | 59 | (13) | 116 | (26) | 21 | (5) | 225 | (51) | 445 |
| | 休日 | 90 | (27) | 83 | (25) | 0 | (0) | 108 | (32) | 51 | (15) | 0 | (0) | 331 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 平日 | 0.13 | (18) | 0.24 | (32) | 0.09 | (12) | 0.24 | (33) | 0.04 | (5) | 0.32 | (44) | 0.73 |
| | 休日 | 0.14 | (23) | 0.18 | (30) | 0.00 | (0) | 0.22 | (35) | 0.08 | (13) | 0.00 | (0) | 0.62 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 平日 | 0.21 | (23) | 0.19 | (21) | 0.21 | (23) | 0.23 | (26) | 0.06 | (7) | 0.39 | (44) | 0.90 |
| | 休日 | 0.22 | (29) | 0.20 | (26) | 0.00 | (0) | 0.21 | (28) | 0.13 | (17) | 0.00 | (0) | 0.76 |
| ビタミンC (mg) | 平日 | 11 | (19) | 18 | (31) | 5 | (9) | 18 | (31) | 6 | (10) | 23 | (40) | 58 |
| | 休日 | 12 | (21) | 17 | (29) | 0 | (0) | 16 | (27) | 14 | (23) | 0 | (0) | 58 |
| ナトリウム (mg) | 平日 | 450 | (21) | 578 | (27) | 174 | (8) | 897 | (42) | 56 | (3) | 752 | (35) | 2,154 |
| | 休日 | 470 | (20) | 857 | (37) | 0 | (0) | 867 | (37) | 122 | (5) | 0 | (0) | 2,316 |
| カリウム (mg) | 平日 | 307 | (18) | 530 | (31) | 293 | (17) | 485 | (28) | 110 | (6) | 822 | (48) | 1,725 |
| | 休日 | 321 | (23) | 368 | (27) | 0 | (0) | 446 | (32) | 245 | (18) | 0 | (0) | 1,381 |
| カルシウム (mg) | 平日 | 114 | (23) | 85 | (17) | 158 | (32) | 93 | (19) | 40 | (8) | 243 | (49) | 490 |
| | 休日 | 116 | (32) | 79 | (22) | 0 | (0) | 80 | (22) | 87 | (24) | 0 | (0) | 362 |
| マグネシウム (mg) | 平日 | 32.3 | (19) | 57.1 | (33) | 22.8 | (13) | 50.9 | (29) | 9.4 | (5) | 79.9 | (46) | 172.5 |
| | 休日 | 31.6 | (23) | 36.7 | (27) | 0.0 | (0) | 46.0 | (34) | 20.5 | (15) | 0.0 | (0) | 134.9 |
| 鉄 (mg) | 平日 | 1.0 | (19) | 1.7 | (34) | 0.5 | (11) | 1.6 | (32) | 0.2 | (4) | 2.3 | (45) | 5.1 |
| | 休日 | 1.0 | (23) | 1.2 | (29) | 0.0 | (0) | 1.5 | (36) | 0.5 | (13) | 0.0 | (0) | 4.2 |
| 亜鉛 (mg) | 平日 | 1.1 | (19) | 1.9 | (32) | 0.7 | (12) | 2.0 | (34) | 0.2 | (4) | 2.6 | (44) | 5.9 |
| | 休日 | 1.1 | (22) | 1.5 | (29) | 0.0 | (0) | 1.9 | (38) | 0.5 | (10) | 0.0 | (0) | 5.0 |
| 銅 (mg) | 平日 | 0.14 | (19) | 0.25 | (34) | 0.07 | (9) | 0.23 | (32) | 0.04 | (5) | 0.32 | (43) | 0.73 |
| | 休日 | 0.13 | (21) | 0.18 | (29) | 0.00 | (0) | 0.22 | (36) | 0.09 | (14) | 0.00 | (0) | 0.63 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 平日 | 3.42 | (23) | 2.58 | (17) | 3.27 | (22) | 4.03 | (27) | 1.63 | (11) | 5.85 | (39) | 14.93 |
| | 休日 | 3.68 | (25) | 3.54 | (24) | 0.00 | (0) | 3.87 | (26) | 3.59 | (24) | 0.00 | (0) | 14.68 |
| 食物繊維 (g) | 平日 | 2.4 | (19) | 4.7 | (37) | 1.0 | (8) | 4.1 | (32) | 0.5 | (4) | 5.7 | (45) | 12.7 |
| | 休日 | 2.4 | (22) | 3.7 | (33) | 0.0 | (0) | 3.7 | (34) | 1.2 | (11) | 0.0 | (0) | 11.0 |
| 食塩相当量 (g) | 平日 | 1.1 | (21) | 1.5 | (27) | 0.4 | (8) | 2.3 | (42) | 0.1 | (3) | 1.9 | (35) | 5.5 |
| | 休日 | 1.2 | (20) | 2.2 | (37) | 0.0 | (0) | 2.2 | (37) | 0.3 | (5) | 0.0 | (0) | 5.9 |

平均値 (%)

表10. 平日と休日における食事区分別食品群別摂取量 (全体)

| n=798 | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|----|------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|-------|-----------------------------|-------|-------|
| 食品群 | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 1日の合計 | |
| | | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | | | |
| 米 (g) | 平日 | 36.5 | (18) | 74.1 | (37) | 6.2 | (3) | 80.9 | (41) | 0.6 | (0) | 80.3 | (40) | 198.4 |
| | 休日 | 31.6 | (20) | 46.6 | (30) | 0.0 | (0) | 76.0 | (49) | 1.5 | (1) | 0.0 | (0) | 155.8 |
| その他の穀類 (g) | 平日 | 29.3 | (39) | 18.4 | (25) | 8.0 | (11) | 16.6 | (22) | 1.9 | (3) | 26.4 | (36) | 74.2 |
| | 休日 | 31.7 | (30) | 51.4 | (48) | 0.0 | (0) | 19.5 | (18) | 3.7 | (3) | 0.0 | (0) | 106.2 |
| いも類 (g) | 平日 | 1.9 | (5) | 13.8 | (37) | 7.8 | (21) | 12.4 | (34) | 1.0 | (3) | 21.6 | (59) | 36.9 |
| | 休日 | 2.5 | (8) | 13.8 | (45) | 0.0 | (0) | 11.8 | (39) | 2.3 | (8) | 0.0 | (0) | 30.4 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 平日 | 1.0 | (18) | 1.6 | (29) | 1.7 | (29) | 1.2 | (21) | 0.2 | (3) | 3.3 | (58) | 5.7 |
| | 休日 | 0.9 | (24) | 1.0 | (27) | 0.0 | (0) | 1.2 | (32) | 0.6 | (17) | 0.0 | (0) | 3.7 |
| 豆類 (g) | 平日 | 6.6 | (16) | 14.5 | (36) | 5.2 | (13) | 13.1 | (33) | 0.6 | (2) | 19.7 | (49) | 40.0 |
| | 休日 | 5.7 | (27) | 3.3 | (16) | 0.0 | (0) | 10.4 | (50) | 1.5 | (7) | 0.0 | (0) | 20.9 |
| 種実類 (g) | 平日 | 0.2 | (17) | 0.3 | (25) | 0.1 | (10) | 0.3 | (30) | 0.2 | (18) | 0.4 | (35) | 1.1 |
| | 休日 | 0.2 | (14) | 0.2 | (15) | 0.0 | (0) | 0.3 | (29) | 0.4 | (41) | 0.0 | (0) | 1.1 |
| 緑黄色野菜 (g) | 平日 | 9.1 | (13) | 33.5 | (48) | 2.0 | (3) | 24.0 | (35) | 0.9 | (1) | 35.5 | (51) | 69.4 |
| | 休日 | 9.4 | (21) | 12.9 | (28) | 0.0 | (0) | 20.5 | (45) | 2.8 | (6) | 0.0 | (0) | 45.7 |
| その他の野菜 (g) | 平日 | 5.4 | (6) | 46.1 | (52) | 2.0 | (2) | 35.5 | (40) | 0.1 | (0) | 48.0 | (54) | 89.0 |
| | 休日 | 5.4 | (10) | 17.0 | (31) | 0.0 | (0) | 31.6 | (58) | 0.3 | (1) | 0.0 | (0) | 54.4 |
| 漬物 (g) | 平日 | 0.1 | (14) | 0.0 | (6) | 0.0 | (0) | 0.4 | (80) | 0.0 | (0) | 0.0 | (6) | 0.5 |
| | 休日 | 0.2 | (14) | 0.7 | (55) | 0.0 | (0) | 0.4 | (30) | 0.0 | (1) | 0.0 | (0) | 1.2 |
| 生果 (g) | 平日 | 21.5 | (27) | 25.0 | (32) | 6.9 | (9) | 11.1 | (14) | 14.7 | (19) | 31.9 | (40) | 79.2 |
| | 休日 | 20.7 | (33) | 7.4 | (12) | 0.0 | (0) | 9.3 | (15) | 25.9 | (41) | 0.0 | (0) | 63.4 |
| ジャム (g) | 平日 | 0.8 | (67) | 0.0 | (3) | 0.3 | (27) | 0.0 | (1) | 0.0 | (2) | 0.4 | (29) | 1.2 |
| | 休日 | 0.8 | (59) | 0.3 | (23) | 0.0 | (0) | 0.1 | (8) | 0.1 | (9) | 0.0 | (0) | 1.3 |
| 果汁・果実飲料 (g) | 平日 | 6.0 | (33) | 0.4 | (2) | 3.4 | (19) | 2.2 | (12) | 6.1 | (34) | 3.8 | (21) | 18.0 |
| | 休日 | 7.5 | (13) | 18.9 | (34) | 0.0 | (0) | 5.7 | (10) | 24.2 | (43) | 0.0 | (0) | 56.4 |
| きのこ類 (g) | 平日 | 0.7 | (8) | 4.0 | (46) | 0.2 | (3) | 3.8 | (43) | 0.0 | (0) | 4.2 | (49) | 8.7 |
| | 休日 | 0.5 | (10) | 1.2 | (23) | 0.0 | (0) | 3.4 | (66) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 5.2 |
| 海藻類 (g) | 平日 | 0.3 | (16) | 0.5 | (25) | 0.1 | (3) | 1.2 | (55) | 0.0 | (1) | 0.6 | (28) | 2.1 |
| | 休日 | 0.3 | (19) | 0.5 | (27) | 0.0 | (0) | 0.9 | (53) | 0.0 | (1) | 0.0 | (0) | 1.7 |
| 生魚介類 (g) | 平日 | 1.1 | (4) | 13.3 | (53) | 0.1 | (0) | 10.7 | (42) | 0.0 | (0) | 13.4 | (53) | 25.2 |
| | 休日 | 1.0 | (6) | 4.2 | (26) | 0.0 | (0) | 10.6 | (66) | 0.3 | (2) | 0.0 | (0) | 16.0 |
| 魚介加工品 (g) | 平日 | 1.7 | (18) | 2.0 | (21) | 0.4 | (4) | 5.3 | (55) | 0.2 | (2) | 2.4 | (25) | 9.6 |
| | 休日 | 1.8 | (18) | 3.0 | (30) | 0.0 | (0) | 4.7 | (48) | 0.4 | (4) | 0.0 | (0) | 9.8 |
| 肉類 (g) | 平日 | 3.0 | (4) | 24.0 | (35) | 1.0 | (2) | 35.8 | (53) | 0.1 | (0) | 25.0 | (37) | 68.2 |
| | 休日 | 3.7 | (5) | 23.4 | (34) | 0.0 | (0) | 36.1 | (53) | 0.5 | (1) | 0.0 | (0) | 68.4 |
| 卵類 (g) | 平日 | 9.2 | (38) | 5.5 | (23) | 0.7 | (3) | 9.0 | (37) | 0.1 | (0) | 6.2 | (25) | 24.4 |
| | 休日 | 11.1 | (40) | 8.7 | (31) | 0.0 | (0) | 7.7 | (28) | 0.4 | (1) | 0.0 | (0) | 27.9 |
| 乳類 (g) | 平日 | 72.1 | (30) | 4.5 | (2) | 118.1 | (49) | 19.4 | (8) | 27.9 | (12) | 122.5 | (51) | 241.9 |
| | 休日 | 72.3 | (43) | 21.8 | (13) | 0.0 | (0) | 20.0 | (12) | 54.9 | (33) | 0.0 | (0) | 169.0 |
| 油脂類 (g) | 平日 | 0.7 | (8) | 2.7 | (32) | 1.1 | (13) | 3.2 | (38) | 0.1 | (1) | 3.8 | (45) | 8.5 |
| | 休日 | 0.7 | (8) | 3.5 | (42) | 0.0 | (0) | 3.0 | (36) | 0.3 | (4) | 0.0 | (0) | 8.2 |
| 菓子類 (g) | 平日 | 4.4 | (19) | 0.1 | (0) | 4.2 | (18) | 1.9 | (8) | 13.1 | (55) | 4.2 | (18) | 23.6 |
| | 休日 | 4.7 | (11) | 4.7 | (11) | 0.0 | (0) | 2.9 | (7) | 28.4 | (70) | 0.0 | (0) | 40.6 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 平日 | 43.0 | (25) | 14.4 | (8) | 6.1 | (4) | 78.7 | (46) | 30.5 | (18) | 20.5 | (12) | 172.7 |
| | 休日 | 43.1 | (16) | 69.5 | (26) | 0.0 | (0) | 84.4 | (31) | 73.1 | (27) | 0.0 | (0) | 270.1 |
| 調味料 (g) | 平日 | 6.9 | (6) | 70.0 | (66) | 5.2 | (5) | 24.0 | (23) | 0.1 | (0) | 75.2 | (71) | 106.2 |
| | 休日 | 6.5 | (15) | 13.6 | (32) | 0.0 | (0) | 21.7 | (51) | 0.4 | (1) | 0.0 | (0) | 42.1 |
| 特定保健用食品他 (g) | 平日 | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.1 | (100) | 0.0 | - | 0.1 |
| | 休日 | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 |

平均値 (%)

表11. 平日と休日における食事区分別食品群別摂取量 (男児)

| n=447 | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|----|------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|------|-----------------------------|-------|-------|
| 食品群 | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 1日の合計 | |
| | | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | | | |
| 米 (g) | 平日 | 36.1 | (18) | 77.3 | (38) | 6.2 | (3) | 84.4 | (41) | 0.8 | (0) | 83.5 | (41) | 204.8 |
| | 休日 | 30.8 | (20) | 48.7 | (31) | 0.0 | (0) | 76.5 | (49) | 1.6 | (1) | 0.0 | (0) | 157.5 |
| その他の穀類 (g) | 平日 | 30.6 | (40) | 19.5 | (25) | 7.7 | (10) | 16.9 | (22) | 2.1 | (3) | 27.1 | (35) | 76.8 |
| | 休日 | 33.1 | (30) | 51.2 | (47) | 0.0 | (0) | 21.3 | (19) | 3.7 | (3) | 0.0 | (0) | 109.4 |
| いも類 (g) | 平日 | 1.8 | (5) | 13.9 | (38) | 7.8 | (21) | 12.5 | (34) | 0.9 | (2) | 21.8 | (59) | 36.9 |
| | 休日 | 2.4 | (8) | 14.5 | (46) | 0.0 | (0) | 12.8 | (41) | 1.8 | (6) | 0.0 | (0) | 31.5 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 平日 | 1.0 | (17) | 1.7 | (29) | 1.7 | (29) | 1.3 | (23) | 0.1 | (2) | 3.3 | (58) | 5.8 |
| | 休日 | 1.0 | (25) | 1.1 | (28) | 0.0 | (0) | 1.2 | (32) | 0.6 | (15) | 0.0 | (0) | 3.9 |
| 豆類 (g) | 平日 | 6.7 | (17) | 14.3 | (36) | 5.4 | (14) | 12.7 | (32) | 0.6 | (2) | 19.6 | (50) | 39.6 |
| | 休日 | 6.4 | (28) | 3.4 | (15) | 0.0 | (0) | 10.6 | (47) | 2.0 | (9) | 0.0 | (0) | 22.5 |
| 種実類 (g) | 平日 | 0.2 | (18) | 0.3 | (28) | 0.1 | (9) | 0.3 | (29) | 0.2 | (16) | 0.4 | (37) | 1.1 |
| | 休日 | 0.1 | (12) | 0.1 | (7) | 0.0 | (0) | 0.4 | (35) | 0.5 | (46) | 0.0 | (0) | 1.2 |
| 緑黄色野菜 (g) | 平日 | 9.2 | (13) | 34.4 | (48) | 1.9 | (3) | 24.7 | (35) | 1.1 | (2) | 36.3 | (51) | 71.4 |
| | 休日 | 8.6 | (19) | 13.3 | (29) | 0.0 | (0) | 20.6 | (45) | 3.2 | (7) | 0.0 | (0) | 45.7 |
| その他の野菜 (g) | 平日 | 5.6 | (6) | 46.3 | (51) | 1.9 | (2) | 37.2 | (41) | 0.1 | (0) | 48.2 | (53) | 91.1 |
| | 休日 | 5.3 | (9) | 17.8 | (32) | 0.0 | (0) | 32.8 | (58) | 0.5 | (1) | 0.0 | (0) | 56.3 |
| 漬物 (g) | 平日 | 0.0 | (10) | 0.0 | (5) | 0.0 | (0) | 0.4 | (85) | 0.0 | (0) | 0.0 | (5) | 0.5 |
| | 休日 | 0.1 | (9) | 0.7 | (59) | 0.0 | (0) | 0.4 | (31) | 0.0 | (1) | 0.0 | (0) | 1.2 |
| 生果 (g) | 平日 | 23.3 | (28) | 25.2 | (30) | 7.7 | (9) | 11.6 | (14) | 15.2 | (18) | 32.8 | (40) | 82.9 |
| | 休日 | 22.3 | (34) | 7.7 | (12) | 0.0 | (0) | 9.2 | (14) | 25.6 | (40) | 0.0 | (0) | 64.7 |
| ジャム (g) | 平日 | 0.9 | (71) | 0.0 | (3) | 0.3 | (22) | 0.0 | (0) | 0.1 | (4) | 0.3 | (25) | 1.3 |
| | 休日 | 0.8 | (51) | 0.5 | (29) | 0.0 | (0) | 0.2 | (11) | 0.1 | (8) | 0.0 | (0) | 1.5 |
| 果汁・果実飲料 (g) | 平日 | 5.7 | (36) | 0.5 | (3) | 2.8 | (18) | 2.3 | (14) | 4.5 | (28) | 3.4 | (21) | 15.7 |
| | 休日 | 7.6 | (14) | 16.7 | (30) | 0.0 | (0) | 6.7 | (12) | 24.4 | (44) | 0.0 | (0) | 55.5 |
| きのこ類 (g) | 平日 | 0.6 | (7) | 4.0 | (46) | 0.2 | (2) | 3.8 | (44) | 0.0 | (0) | 4.2 | (48) | 8.7 |
| | 休日 | 0.5 | (9) | 1.1 | (20) | 0.0 | (0) | 3.8 | (70) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 5.5 |
| 海藻類 (g) | 平日 | 0.3 | (17) | 0.5 | (25) | 0.1 | (4) | 1.1 | (53) | 0.0 | (1) | 0.6 | (29) | 2.0 |
| | 休日 | 0.3 | (21) | 0.4 | (27) | 0.0 | (0) | 0.8 | (51) | 0.0 | (1) | 0.0 | (0) | 1.5 |
| 生魚介類 (g) | 平日 | 1.2 | (5) | 13.3 | (52) | 0.1 | (0) | 11.0 | (43) | 0.0 | (0) | 13.4 | (52) | 25.6 |
| | 休日 | 1.0 | (6) | 4.4 | (26) | 0.0 | (0) | 11.0 | (66) | 0.4 | (2) | 0.0 | (0) | 16.7 |
| 魚介加工品 (g) | 平日 | 2.0 | (22) | 2.0 | (21) | 0.4 | (4) | 5.0 | (52) | 0.1 | (1) | 2.4 | (25) | 9.5 |
| | 休日 | 1.8 | (18) | 3.1 | (31) | 0.0 | (0) | 4.7 | (47) | 0.4 | (4) | 0.0 | (0) | 10.1 |
| 肉類 (g) | 平日 | 3.4 | (5) | 24.1 | (34) | 1.0 | (1) | 38.7 | (54) | 0.1 | (0) | 25.0 | (35) | 71.2 |
| | 休日 | 4.3 | (6) | 25.1 | (34) | 0.0 | (0) | 38.9 | (53) | 0.6 | (1) | 0.0 | (0) | 73.6 |
| 卵類 (g) | 平日 | 9.3 | (37) | 5.8 | (23) | 0.7 | (3) | 9.4 | (37) | 0.1 | (1) | 6.5 | (26) | 25.3 |
| | 休日 | 11.4 | (41) | 8.9 | (32) | 0.0 | (0) | 7.3 | (26) | 0.3 | (1) | 0.0 | (0) | 27.8 |
| 乳類 (g) | 平日 | 79.2 | (31) | 4.9 | (2) | 118.3 | (47) | 20.7 | (8) | 30.2 | (12) | 123.3 | (49) | 253.3 |
| | 休日 | 78.2 | (43) | 23.9 | (13) | 0.0 | (0) | 24.1 | (13) | 54.6 | (30) | 0.0 | (0) | 180.8 |
| 油脂類 (g) | 平日 | 0.7 | (8) | 2.7 | (31) | 1.1 | (13) | 3.4 | (39) | 0.0 | (1) | 3.9 | (44) | 8.7 |
| | 休日 | 0.6 | (7) | 3.7 | (43) | 0.0 | (0) | 3.1 | (36) | 0.3 | (4) | 0.0 | (0) | 8.6 |
| 菓子類 (g) | 平日 | 5.2 | (20) | 0.1 | (0) | 4.3 | (16) | 2.2 | (8) | 14.5 | (55) | 4.4 | (17) | 26.2 |
| | 休日 | 4.9 | (13) | 4.5 | (12) | 0.0 | (0) | 2.7 | (7) | 27.1 | (69) | 0.0 | (0) | 39.2 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 平日 | 42.6 | (23) | 15.4 | (8) | 6.8 | (4) | 82.4 | (45) | 36.0 | (20) | 22.3 | (12) | 183.3 |
| | 休日 | 40.9 | (15) | 75.8 | (27) | 0.0 | (0) | 85.4 | (30) | 79.1 | (28) | 0.0 | (0) | 281.3 |
| 調味料 (g) | 平日 | 6.7 | (6) | 70.6 | (66) | 4.8 | (5) | 24.9 | (23) | 0.0 | (0) | 75.4 | (70) | 107.1 |
| | 休日 | 6.8 | (15) | 14.1 | (32) | 0.0 | (0) | 22.9 | (52) | 0.4 | (1) | 0.0 | (0) | 44.1 |
| 特定保健用食品他 (g) | 平日 | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 |
| | 休日 | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 |

平均値 (%)

表12. 平日と休日における食事区分別食品群別摂取量（女児）

| n=351 | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|----|------|------|------|------|---------|------|------|------|--------|-------|-----------------------------|-------|-------|
| 食品群 | | 朝食 | | 昼食 | | 保育所での間食 | | 夕食 | | 家庭での間食 | | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 1日の合計 | |
| | | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | 平日 | 休日 | | | |
| 米 (g) | 平日 | 37.1 | (19) | 70.0 | (37) | 6.3 | (3) | 76.5 | (40) | 0.4 | (0) | 76.3 | (40) | 190.2 |
| | 休日 | 32.8 | (21) | 44.0 | (29) | 0.0 | (0) | 75.4 | (49) | 1.5 | (1) | 0.0 | (0) | 153.7 |
| その他の穀類 (g) | 平日 | 27.6 | (39) | 17.0 | (24) | 8.4 | (12) | 16.3 | (23) | 1.6 | (2) | 25.4 | (36) | 71.0 |
| | 休日 | 29.9 | (29) | 51.6 | (50) | 0.0 | (0) | 17.1 | (17) | 3.6 | (4) | 0.0 | (0) | 102.2 |
| いも類 (g) | 平日 | 2.2 | (6) | 13.7 | (37) | 7.7 | (21) | 12.4 | (33) | 1.0 | (3) | 21.4 | (58) | 36.9 |
| | 休日 | 2.5 | (9) | 13.0 | (45) | 0.0 | (0) | 10.6 | (37) | 3.0 | (10) | 0.0 | (0) | 29.0 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 平日 | 1.0 | (18) | 1.6 | (29) | 1.7 | (30) | 1.1 | (19) | 0.2 | (4) | 3.3 | (59) | 5.6 |
| | 休日 | 0.8 | (24) | 0.9 | (26) | 0.0 | (0) | 1.1 | (31) | 0.6 | (19) | 0.0 | (0) | 3.4 |
| 豆類 (g) | 平日 | 6.5 | (16) | 14.7 | (36) | 5.0 | (12) | 13.7 | (34) | 0.7 | (2) | 19.7 | (49) | 40.6 |
| | 休日 | 4.8 | (25) | 3.2 | (17) | 0.0 | (0) | 10.2 | (54) | 0.8 | (4) | 0.0 | (0) | 19.0 |
| 種実類 (g) | 平日 | 0.2 | (16) | 0.2 | (22) | 0.1 | (11) | 0.3 | (31) | 0.2 | (20) | 0.3 | (33) | 1.0 |
| | 休日 | 0.2 | (18) | 0.3 | (28) | 0.0 | (0) | 0.2 | (20) | 0.3 | (34) | 0.0 | (0) | 1.0 |
| 緑黄色野菜 (g) | 平日 | 9.0 | (13) | 32.2 | (48) | 2.1 | (3) | 23.0 | (34) | 0.6 | (1) | 34.3 | (51) | 66.9 |
| | 休日 | 10.4 | (23) | 12.5 | (27) | 0.0 | (0) | 20.5 | (45) | 2.4 | (5) | 0.0 | (0) | 45.6 |
| その他の野菜 (g) | 平日 | 5.2 | (6) | 45.7 | (53) | 2.1 | (2) | 33.3 | (39) | 0.1 | (0) | 47.8 | (55) | 86.3 |
| | 休日 | 5.7 | (11) | 16.1 | (31) | 0.0 | (0) | 30.1 | (58) | 0.2 | (0) | 0.0 | (0) | 52.0 |
| 漬物 (g) | 平日 | 0.1 | (18) | 0.0 | (7) | 0.0 | (0) | 0.5 | (75) | 0.0 | (0) | 0.0 | (7) | 0.6 |
| | 休日 | 0.3 | (21) | 0.6 | (50) | 0.0 | (0) | 0.3 | (29) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 1.2 |
| 生果 (g) | 平日 | 19.2 | (26) | 24.7 | (33) | 6.0 | (8) | 10.5 | (14) | 14.0 | (19) | 30.8 | (41) | 74.5 |
| | 休日 | 18.7 | (30) | 7.0 | (11) | 0.0 | (0) | 9.5 | (15) | 26.4 | (43) | 0.0 | (0) | 61.6 |
| ジャム (g) | 平日 | 0.7 | (62) | 0.0 | (2) | 0.4 | (34) | 0.0 | (2) | 0.0 | (0) | 0.4 | (36) | 1.2 |
| | 休日 | 0.7 | (76) | 0.1 | (10) | 0.0 | (0) | 0.0 | (3) | 0.1 | (12) | 0.0 | (0) | 1.0 |
| 果汁・果実飲料 (g) | 平日 | 6.4 | (31) | 0.2 | (1) | 4.0 | (19) | 2.0 | (10) | 8.1 | (39) | 4.3 | (20) | 20.8 |
| | 休日 | 7.4 | (13) | 21.7 | (38) | 0.0 | (0) | 4.4 | (8) | 23.9 | (42) | 0.0 | (0) | 57.5 |
| きのこ類 (g) | 平日 | 0.8 | (9) | 4.0 | (46) | 0.3 | (4) | 3.7 | (42) | 0.0 | (0) | 4.3 | (49) | 8.7 |
| | 休日 | 0.6 | (12) | 1.3 | (27) | 0.0 | (0) | 2.9 | (61) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 4.8 |
| 海藻類 (g) | 平日 | 0.4 | (15) | 0.5 | (24) | 0.1 | (3) | 1.3 | (58) | 0.0 | (0) | 0.6 | (27) | 2.3 |
| | 休日 | 0.4 | (18) | 0.5 | (27) | 0.0 | (0) | 1.1 | (54) | 0.0 | (1) | 0.0 | (0) | 2.0 |
| 生魚介類 (g) | 平日 | 0.9 | (4) | 13.4 | (54) | 0.1 | (0) | 10.2 | (41) | 0.1 | (0) | 13.5 | (54) | 24.8 |
| | 休日 | 0.9 | (6) | 4.0 | (27) | 0.0 | (0) | 10.0 | (66) | 0.2 | (1) | 0.0 | (0) | 15.2 |
| 魚介加工品 (g) | 平日 | 1.3 | (13) | 1.9 | (20) | 0.4 | (4) | 5.7 | (59) | 0.4 | (4) | 2.3 | (24) | 9.7 |
| | 休日 | 1.7 | (18) | 2.8 | (30) | 0.0 | (0) | 4.6 | (49) | 0.3 | (4) | 0.0 | (0) | 9.4 |
| 肉類 (g) | 平日 | 2.6 | (4) | 23.9 | (37) | 1.1 | (2) | 32.3 | (50) | 0.2 | (0) | 25.1 | (39) | 64.3 |
| | 休日 | 3.0 | (5) | 21.2 | (34) | 0.0 | (0) | 32.5 | (53) | 0.3 | (1) | 0.0 | (0) | 61.7 |
| 卵類 (g) | 平日 | 9.0 | (39) | 5.1 | (22) | 0.7 | (3) | 8.4 | (36) | 0.0 | (0) | 5.8 | (25) | 23.2 |
| | 休日 | 10.8 | (39) | 8.5 | (30) | 0.0 | (0) | 8.2 | (29) | 0.5 | (2) | 0.0 | (0) | 28.0 |
| 乳類 (g) | 平日 | 63.2 | (28) | 3.9 | (2) | 117.7 | (52) | 17.7 | (8) | 24.9 | (11) | 121.6 | (53) | 227.3 |
| | 休日 | 64.8 | (42) | 19.2 | (12) | 0.0 | (0) | 14.8 | (10) | 55.3 | (36) | 0.0 | (0) | 154.1 |
| 油脂類 (g) | 平日 | 0.6 | (7) | 2.7 | (34) | 1.1 | (14) | 2.9 | (36) | 0.1 | (1) | 3.8 | (47) | 8.1 |
| | 休日 | 0.7 | (9) | 3.1 | (41) | 0.0 | (0) | 2.8 | (37) | 0.3 | (4) | 0.0 | (0) | 7.6 |
| 菓子類 (g) | 平日 | 3.3 | (16) | 0.1 | (1) | 4.0 | (20) | 1.5 | (8) | 11.2 | (56) | 4.1 | (20) | 20.2 |
| | 休日 | 4.3 | (10) | 4.9 | (11) | 0.0 | (0) | 3.2 | (8) | 30.1 | (71) | 0.0 | (0) | 42.5 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 平日 | 43.6 | (27) | 13.1 | (8) | 5.1 | (3) | 73.9 | (46) | 23.6 | (15) | 18.2 | (11) | 159.3 |
| | 休日 | 45.8 | (18) | 61.6 | (24) | 0.0 | (0) | 83.0 | (32) | 65.6 | (26) | 0.0 | (0) | 255.9 |
| 調味料 (g) | 平日 | 7.1 | (7) | 69.3 | (66) | 5.7 | (5) | 22.9 | (22) | 0.1 | (0) | 75.0 | (71) | 105.1 |
| | 休日 | 6.1 | (15) | 13.0 | (33) | 0.0 | (0) | 20.1 | (51) | 0.3 | (1) | 0.0 | (0) | 39.6 |
| 特定保健用食品他 (g) | 平日 | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 0.0 | (0) | 0.1 | (100) | 0.0 | (0) | 0.1 |
| | 休日 | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 | - | 0.0 |

平均値 (%)

表13-1. 平日と休日における食事摂取基準2020年版を用いた評価（全体）

| n=798 | 基準** | 平日 | | 休日 | | p 値 |
|--------------|--------|-----|------|-----|------|---------|
| たんぱく質 | DG下限未満 | 139 | (17) | 335 | (42) | <0.001 |
| | DG | 587 | (74) | 422 | (53) | |
| | DG上限以上 | 72 | (9) | 41 | (5) | |
| 脂質 | DG下限未満 | 21 | (3) | 76 | (10) | <0.001 |
| | DG | 317 | (40) | 280 | (35) | |
| | DG上限以上 | 460 | (58) | 442 | (55) | |
| 炭水化物 | DG下限未満 | 144 | (18) | 231 | (29) | <0.001 |
| | DG | 440 | (55) | 379 | (47) | |
| | DG上限以上 | 214 | (27) | 188 | (24) | |
| たんぱく質エネルギー比率 | DG未満 | 128 | (16) | 359 | (45) | <0.001* |
| | DG | 669 | (84) | 438 | (55) | |
| | DG以上 | 1 | (0) | 1 | (0) | |
| 脂肪エネルギー比率 | DG未満 | 10 | (1) | 28 | (4) | <0.001 |
| | DG | 420 | (53) | 349 | (44) | |
| | DG以上 | 368 | (46) | 421 | (53) | |
| 炭水化物エネルギー比率 | DG未満 | 89 | (11) | 139 | (17) | <0.001 |
| | DG | 685 | (86) | 582 | (73) | |
| | DG以上 | 24 | (3) | 77 | (10) | |

値は実数（％）、 χ^2 検定（* Fisherの直接確率法）

** たんぱく質、脂質、炭水化物のDG下限値、上限値は個人の推定エネルギー必要量から算出した

表13-2. 平日と休日における食事摂取基準2020年版を用いた評価(全体)

| n=798 | 基準 | 平日 | | 休日 | | p 値 |
|--------------------|------------|-----|-------|-----|------|---------|
| | | 人数 | (%) | 人数 | (%) | |
| ビタミンA | EAR未満 | 198 | (25) | 501 | (63) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 275 | (34) | 156 | (20) | |
| | RDA以上 | 325 | (41) | 141 | (18) | |
| ビタミンB ₁ | EAR未満 | 208 | (26) | 380 | (48) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 165 | (21) | 171 | (21) | |
| | RDA以上 | 425 | (53) | 247 | (31) | |
| ビタミンB ₂ | EAR未満 | 89 | (11) | 286 | (36) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 170 | (21) | 184 | (23) | |
| | RDA以上 | 539 | (68) | 328 | (41) | |
| ビタミンC | EAR未満 | 210 | (26) | 300 | (38) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 144 | (18) | 108 | (14) | |
| | RDA以上 | 444 | (56) | 390 | (49) | |
| カリウム | AI未満 | 11 | (1) | 134 | (17) | <0.001 |
| | AI以上DG未満 | 148 | (19) | 282 | (35) | |
| | DG以上 | 639 | (80) | 382 | (48) | |
| カルシウム | EAR未満 | 348 | (44) | 588 | (74) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 205 | (26) | 102 | (13) | |
| | RDA以上 | 245 | (31) | 108 | (14) | |
| マグネシウム | EAR未満 | 1 | (0) | 53 | (7) | <0.001* |
| | EAR以上RDA未満 | 7 | (1) | 82 | (10) | |
| | RDA以上 | 790 | (99) | 663 | (83) | |
| 鉄 | EAR未満 | 153 | (19) | 394 | (49) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 346 | (43) | 266 | (33) | |
| | RDA以上 | 299 | (37) | 138 | (17) | |
| 亜鉛 | EAR未満 | 1 | (0) | 43 | (5) | <0.001* |
| | EAR以上RDA未満 | 14 | (2) | 57 | (7) | |
| | RDA以上 | 783 | (98) | 698 | (87) | |
| 銅 | EAR未満 | 0 | (0) | 11 | (1) | <0.001* |
| | EAR以上RDA未満 | 0 | (0) | 21 | (3) | |
| | RDA以上 | 798 | (100) | 766 | (96) | |
| 飽和脂肪酸 | DG以上 | 438 | (55) | 419 | (53) | 0.340 |
| | DG未満 | 360 | (45) | 379 | (47) | |
| 食物繊維 | DG未満 | 29 | (4) | 151 | (19) | <0.001 |
| | DG以上 | 769 | (96) | 647 | (81) | |
| 食塩相当量 | DG以上 | 749 | (94) | 742 | (93) | 0.480 |
| | DG未満 | 49 | (6) | 56 | (7) | |

値は実数(%)、 χ^2 検定(* Fisherの直接確率法)

表14-1. 平日と休日における食事摂取基準（2020年版）を用いた評価（男児・年齢別）

| 項目 | 基準** | n=447 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|--------|----------|------|----|------|--------|-----------|------|-----|------|---------|-----------|------|-----|------|---------|----------|------|----|------|--------|
| | | 3歳(n=76) | | | | | 4歳(n=150) | | | | | 5歳(n=137) | | | | | 6歳(n=84) | | | | |
| | | 平日 | 休日 | | p値 | 平日 | 休日 | | p値 | 平日 | 休日 | | p値 | 平日 | 休日 | | p値 | | | | |
| たんぱく質 | DG下限未満 | 10 | (13) | 21 | (28) | 0.036 | 25 | (17) | 69 | (46) | <0.001 | 42 | (31) | 71 | (52) | 0.002 | 8 | (10) | 28 | (33) | <0.001 |
| | DG | 53 | (70) | 49 | (64) | | 114 | (76) | 75 | (50) | | 89 | (65) | 61 | (45) | | 68 | (81) | 50 | (60) | |
| | DG上限以上 | 13 | (17) | 6 | (8) | | 11 | (7) | 6 | (4) | | 6 | (4) | 5 | (4) | | 8 | (10) | 6 | (7) | |
| 脂質 | DG下限未満 | 2 | (3) | 4 | (5) | 0.459* | 2 | (1) | 14 | (9) | 0.005* | 7 | (5) | 11 | (8) | 0.471 | 2 | (2) | 8 | (10) | 0.157* |
| | DG | 27 | (36) | 21 | (28) | | 63 | (42) | 52 | (35) | | 61 | (45) | 53 | (39) | | 29 | (35) | 29 | (35) | |
| | DG上限以上 | 47 | (62) | 51 | (67) | | 85 | (57) | 84 | (56) | | 69 | (50) | 73 | (53) | | 53 | (63) | 47 | (56) | |
| 炭水化物 | DG下限未満 | 7 | (9) | 13 | (17) | 0.239 | 28 | (19) | 49 | (33) | 0.018 | 35 | (26) | 53 | (39) | 0.040 | 11 | (13) | 22 | (26) | 0.036 |
| | DG | 33 | (43) | 35 | (46) | | 86 | (57) | 75 | (50) | | 87 | (64) | 67 | (49) | | 49 | (58) | 34 | (40) | |
| | DG上限以上 | 36 | (47) | 28 | (37) | | 36 | (24) | 26 | (17) | | 15 | (11) | 17 | (12) | | 24 | (29) | 28 | (33) | |
| たんぱく質エネルギー比率 | DG未満 | 18 | (24) | 30 | (39) | 0.036 | 24 | (16) | 68 | (45) | <0.001 | 20 | (15) | 58 | (42) | <0.001* | 13 | (15) | 36 | (43) | <0.001 |
| | DG | 58 | (76) | 46 | (61) | | 126 | (84) | 82 | (55) | | 117 | (85) | 78 | (57) | | 71 | (85) | 48 | (57) | |
| | DG以上 | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 1 | (1) | | 0 | (0) | 0 | (0) | |
| 脂肪エネルギー比率 | DG未満 | 1 | (1) | 1 | (1) | 0.018* | 0 | (0) | 3 | (2) | 0.001* | 4 | (3) | 4 | (3) | 0.280* | 3 | (4) | 5 | (6) | 0.472* |
| | DG | 48 | (63) | 32 | (42) | | 82 | (55) | 54 | (36) | | 65 | (47) | 52 | (38) | | 45 | (54) | 37 | (44) | |
| | DG以上 | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | |
| 炭水化物エネルギー比率 | DG未満 | 9 | (12) | 14 | (18) | 0.463 | 23 | (15) | 31 | (21) | 0.0019* | 13 | (9) | 26 | (19) | 0.017 | 11 | (13) | 14 | (17) | 0.151* |
| | DG | 63 | (83) | 57 | (75) | | 124 | (83) | 107 | (71) | | 119 | (87) | 100 | (73) | | 70 | (83) | 61 | (73) | |
| | DG以上 | 4 | (5) | 5 | (7) | | 3 | (2) | 12 | (8) | | 5 | (4) | 11 | (8) | | 3 | (4) | 9 | (11) | |

値は実数（%）、 χ^2 検定（*Fisherの直接確率法）

**たんぱく質、脂質、炭水化物のDG下限値、上限値は個人の推定エネルギー必要量から算出した

表14-2. 平日と休日における食事摂取基準（2020年版）を用いた評価（男児・年齢別）

| 項目 | 基準 | n=447 | | | | | | | | | | | |
|--------------------|------------|----------|---------|---------|-----------|----------|---------|-----------|----------|---------|----------|---------|---------|
| | | 3歳(n=76) | | | 4歳(n=150) | | | 5歳(n=137) | | | 6歳(n=84) | | |
| | | 平日 | 休日 | p値 | 平日 | 休日 | p値 | 平日 | 休日 | p値 | 平日 | 休日 | p値 |
| ビタミンA | EAR未満 | 24 (32) | 52 (68) | <0.001 | 38 (25) | 98 (65) | <0.001 | 20 (15) | 90 (66) | <0.001 | 11 (13) | 42 (50) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 19 (25) | 7 (9) | | 44 (29) | 23 (15) | | 43 (31) | 28 (20) | | 17 (20) | 16 (19) | |
| | RDA以上 | 33 (43) | 17 (22) | | 68 (45) | 29 (19) | | 74 (54) | 19 (14) | | 56 (67) | 26 (31) | |
| ビタミンB ₁ | EAR未満 | 21 (28) | 35 (46) | 0.030 | 37 (25) | 72 (48) | <0.001 | 22 (16) | 49 (36) | <0.001 | 20 (24) | 43 (51) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 16 (21) | 17 (22) | | 28 (19) | 24 (16) | | 22 (16) | 28 (20) | | 16 (19) | 18 (21) | |
| | RDA以上 | 39 (51) | 24 (32) | | 85 (57) | 54 (36) | | 93 (68) | 60 (44) | | 48 (57) | 23 (27) | |
| ビタミンB ₂ | EAR未満 | 14 (18) | 32 (42) | 0.005 | 22 (15) | 59 (39) | <0.001 | 14 (10) | 45 (33) | <0.001 | 14 (17) | 39 (46) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 13 (17) | 12 (16) | | 24 (16) | 23 (15) | | 14 (10) | 26 (19) | | 14 (17) | 9 (11) | |
| | RDA以上 | 49 (64) | 32 (42) | | 104 (69) | 68 (45) | | 109 (80) | 66 (48) | | 56 (67) | 36 (43) | |
| ビタミンC | EAR未満 | 21 (28) | 27 (36) | 0.255 | 36 (24) | 57 (38) | 0.032 | 20 (15) | 46 (34) | <0.001 | 37 (44) | 38 (45) | 0.644 |
| | EAR以上RDA未満 | 16 (21) | 9 (12) | | 28 (19) | 21 (14) | | 18 (13) | 27 (20) | | 12 (14) | 8 (10) | |
| | RDA以上 | 39 (51) | 40 (53) | | 86 (57) | 72 (48) | | 99 (72) | 64 (47) | | 35 (42) | 38 (45) | |
| カリウム | AI未満 | 0 (0) | 14 (18) | <0.001* | 1 (1) | 21 (14) | <0.001* | 0 (0) | 9 (7) | <0.001* | 7 (8) | 27 (32) | <0.001 |
| | AI以上DG未満 | 18 (24) | 18 (24) | | 20 (13) | 43 (29) | | 7 (5) | 46 (34) | | 29 (35) | 32 (38) | |
| | DG以上 | 58 (76) | 44 (58) | | 129 (86) | 86 (57) | | 130 (95) | 82 (60) | | 48 (57) | 25 (30) | |
| カルシウム | EAR未満 | 40 (53) | 59 (78) | 0.005 | 75 (50) | 113 (75) | <0.001 | 57 (42) | 92 (67) | <0.001 | 29 (35) | 55 (65) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 17 (22) | 7 (9) | | 32 (21) | 17 (11) | | 32 (23) | 18 (13) | | 24 (29) | 15 (18) | |
| | RDA以上 | 19 (25) | 10 (13) | | 43 (29) | 20 (13) | | 48 (35) | 27 (20) | | 31 (37) | 14 (17) | |
| マグネシウム | EAR未満 | 0 (0) | 5 (7) | <0.001* | 0 (0) | 9 (6) | <0.001* | 0 (0) | 2 (1) | 0.003 | 0 (0) | 14 (17) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 0 (0) | 6 (8) | | 1 (1) | 12 (8) | | 0 (0) | 7 (5) | | 5 (6) | 10 (12) | |
| | RDA以上 | 76 (100) | 65 (86) | | 149 (99) | 129 (86) | | 137 (100) | 128 (93) | | 79 (94) | 60 (71) | |
| 鉄 | EAR未満 | 11 (14) | 41 (54) | <0.001 | 24 (16) | 68 (45) | <0.001 | 15 (11) | 52 (38) | <0.001 | 26 (31) | 52 (62) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 41 (54) | 22 (29) | | 65 (43) | 52 (35) | | 55 (40) | 52 (38) | | 15 (18) | 10 (12) | |
| | RDA以上 | 24 (32) | 13 (17) | | 61 (41) | 30 (20) | | 67 (49) | 33 (24) | | 43 (51) | 22 (26) | |
| 亜鉛 | EAR未満 | 0 (0) | 3 (4) | 0.026 | 0 (0) | 7 (5) | <0.001* | 0 (0) | 3 (2) | 0.029 | 1 (1) | 9 (11) | <0.001* |
| | EAR以上RDA未満 | 4 (5) | 11 (14) | | 4 (3) | 19 (13) | | 2 (1) | 8 (6) | | 3 (4) | 16 (19) | |
| | RDA以上 | 72 (95) | 62 (82) | | 146 (97) | 124 (83) | | 135 (99) | 126 (92) | | 80 (95) | 59 (70) | |
| 銅 | EAR未満 | 0 (0) | 1 (1) | 0.014 | 0 (0) | 2 (1) | <0.001* | 0 (0) | 1 (1) | 0.060 | 0 (0) | 3 (4) | 0.123* |
| | EAR以上RDA未満 | 0 (0) | 6 (8) | | 0 (0) | 11 (7) | | 0 (0) | 4 (3) | | 0 (0) | 0 (0) | |
| | RDA以上 | 76 (100) | 69 (91) | | 150 (100) | 137 (91) | | 137 (100) | 132 (96) | | 84 (100) | 81 (96) | |
| 飽和脂肪酸 | DG以上 | 45 (59) | 47 (62) | 0.74 | 85 (57) | 77 (51) | 0.354 | 67 (49) | 74 (54) | 0.397 | 50 (60) | 48 (57) | 0.754 |
| | DG未満 | 31 (41) | 29 (38) | | 65 (43) | 73 (49) | | 70 (51) | 63 (46) | | 34 (40) | 36 (43) | |
| 食物繊維 | DG未満 | 3 (4) | 17 (22) | <0.001* | 6 (4) | 32 (21) | <0.001 | 0 (0) | 12 (9) | <0.001* | 5 (6) | 24 (29) | <0.001 |
| | DG以上 | 73 (96) | 59 (78) | | 144 (96) | 118 (79) | | 137 (100) | 125 (91) | | 79 (94) | 60 (71) | |
| 食塩相当量 | DG以上 | 70 (92) | 73 (96) | 0.247* | 145 (97) | 139 (93) | 0.123 | 134 (98) | 132 (96) | 0.361* | 71 (85) | 77 (92) | 0.153 |
| | DG未満 | 6 (8) | 3 (4) | | 5 (3) | 11 (7) | | 3 (2) | 5 (4) | | 13 (15) | 7 (8) | |

値は実数(%)、χ²検定(*Fisherの直接確立法)

表15-1. 平日と休日における食事摂取基準（2020年版）を用いた評価（女児・年齢別）

| 項目 | 基準** | n=351 | | | | | | | | | | | | p値 | | | | | | | |
|--------------|--------|----------|------|----|------|-----------|-----|------|----|-----------|--------|----|------|----|----------|---------|----|------|----|------|--------|
| | | 3歳(n=62) | | | | 4歳(n=133) | | | | 5歳(n=103) | | | | | 6歳(n=53) | | | | | | |
| | | 平日 | 休日 | p値 | | 平日 | 休日 | p値 | | 平日 | 休日 | p値 | | | 平日 | 休日 | p値 | | | | |
| たんぱく質 | DG下限未満 | 3 | (5) | 20 | (33) | <0.001* | 19 | (14) | 56 | (42) | <0.001 | 28 | (27) | 56 | (54) | <0.001 | 4 | (8) | 14 | (26) | 0.032* |
| | DG | 49 | (80) | 34 | (56) | | 101 | (76) | 71 | (53) | | 68 | (66) | 45 | (44) | | 45 | (85) | 37 | (70) | |
| | DG上限以上 | 10 | (16) | 8 | (13) | | 13 | (10) | 6 | (5) | | 7 | (7) | 2 | (2) | | 4 | (8) | 2 | (4) | |
| 脂質 | DG下限未満 | 1 | (2) | 8 | (13) | 0.057 | 1 | (1) | 17 | (13) | <0.001 | 6 | (6) | 12 | (12) | 0.299 | 0 | (0) | 2 | (4) | 0.611* |
| | DG | 16 | (26) | 15 | (25) | | 56 | (42) | 52 | (39) | | 44 | (43) | 38 | (37) | | 21 | (40) | 20 | (38) | |
| | DG上限以上 | 45 | (74) | 39 | (64) | | 76 | (57) | 64 | (48) | | 53 | (51) | 53 | (51) | | 32 | (60) | 31 | (58) | |
| 炭水化物 | DG下限未満 | 4 | (7) | 8 | (13) | 0.474 | 23 | (17) | 33 | (25) | 0.237 | 29 | (28) | 44 | (43) | 0.059 | 7 | (13) | 9 | (17) | 0.835 |
| | DG | 28 | (46) | 28 | (46) | | 69 | (52) | 68 | (51) | | 61 | (59) | 45 | (44) | | 27 | (51) | 27 | (51) | |
| | DG上限以上 | 30 | (49) | 26 | (43) | | 41 | (31) | 32 | (24) | | 13 | (13) | 14 | (14) | | 19 | (36) | 17 | (32) | |
| たんぱく質エネルギー比率 | DG未満 | 13 | (21) | 32 | (52) | <0.001 | 18 | (14) | 65 | (49) | <0.001 | 15 | (15) | 46 | (45) | <0.001* | 7 | (13) | 24 | (45) | <0.001 |
| | DG | 49 | (80) | 30 | (49) | | 115 | (86) | 68 | (51) | | 87 | (84) | 57 | (55) | | 46 | (87) | 29 | (55) | |
| | DG以上 | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 1 | (1) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | |
| 脂肪エネルギー比率 | DG未満 | 2 | (3) | 5 | (8) | 0.375* | 0 | (0) | 5 | (4) | 0.107 | 0 | (0) | 3 | (3) | 0.285* | 0 | (0) | 2 | (4) | 0.581 |
| | DG | 28 | (46) | 31 | (51) | | 73 | (55) | 70 | (53) | | 51 | (50) | 47 | (46) | | 28 | (53) | 26 | (49) | |
| | DG以上 | 32 | (52) | 26 | (43) | | 60 | (45) | 58 | (44) | | 52 | (50) | 53 | (51) | | 25 | (47) | 25 | (47) | |
| 炭水化物エネルギー比率 | DG未満 | 6 | (10) | 10 | (16) | 0.18 | 10 | (8) | 18 | (14) | <0.001 | 14 | (14) | 19 | (18) | 0.114 | 3 | (6) | 7 | (13) | 0.036 |
| | DG | 52 | (85) | 43 | (70) | | 121 | (91) | 97 | (73) | | 86 | (83) | 75 | (73) | | 50 | (94) | 42 | (79) | |
| | DG以上 | 4 | (7) | 9 | (15) | | 2 | (2) | 18 | (14) | | 3 | (3) | 9 | (9) | | 0 | (0) | 4 | (8) | |

値は実数（%）、 χ^2 検定（*Fisherの直接確率法）

**たんぱく質、脂質、炭水化物のDG下限値、上限値は個人の推定エネルギー必要量から算出した

表15-2. 平日と休日における食事摂取基準（2020年版）を用いた評価（女児・年齢別）

| 項目 | 基準 | n=351 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|------------|----------|-------|-----|------|-----------|-----|-------|-----|-----------|---------|-----|-------|----------|-------|---------|----|-------|----|------|---------|
| | | 3歳(n=62) | | | | 4歳(n=133) | | | | 5歳(n=103) | | | | 6歳(n=53) | | | | | | | |
| | | 平日 | 休日 | p 値 | | 平日 | 休日 | p 値 | | 平日 | 休日 | p 値 | | 平日 | 休日 | p 値 | | | | | |
| ビタミンA | EAR未満 | 21 | (34) | 41 | (66) | 0.001 | 48 | (36) | 84 | (63) | <0.001 | 27 | (26) | 66 | (64) | <0.001 | 9 | (17) | 28 | (53) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 30 | (48) | 15 | (24) | | 58 | (44) | 32 | (24) | | 51 | (50) | 24 | (23) | | 13 | (25) | 11 | (21) | |
| | RDA以上 | 11 | (18) | 6 | (10) | | 27 | (20) | 17 | (13) | | 25 | (24) | 13 | (13) | | 31 | (58) | 14 | (26) | |
| ビタミンB ₁ | EAR未満 | 22 | (35) | 37 | (60) | 0.015 | 34 | (26) | 68 | (51) | <0.001 | 22 | (21) | 45 | (44) | 0.002 | 30 | (57) | 31 | (58) | 0.600 |
| | EAR以上RDA未満 | 12 | (19) | 11 | (18) | | 33 | (25) | 35 | (26) | | 29 | (28) | 26 | (25) | | 9 | (17) | 12 | (23) | |
| | RDA以上 | 28 | (45) | 14 | (23) | | 66 | (50) | 30 | (23) | | 52 | (50) | 32 | (31) | | 14 | (26) | 10 | (19) | |
| ビタミンB ₂ | EAR未満 | 2 | (3) | 20 | (32) | <0.001 | 11 | (8) | 38 | (29) | <0.001 | 5 | (5) | 29 | (28) | <0.001 | 7 | (13) | 24 | (45) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 23 | (37) | 18 | (29) | | 37 | (28) | 47 | (35) | | 25 | (24) | 34 | (33) | | 20 | (38) | 15 | (28) | |
| | RDA以上 | 37 | (60) | 24 | (39) | | 85 | (64) | 48 | (36) | | 73 | (71) | 40 | (39) | | 26 | (49) | 14 | (26) | |
| ビタミンC | EAR未満 | 15 | (24) | 20 | (32) | 0.264 | 37 | (28) | 43 | (32) | 0.76 | 21 | (20) | 41 | (40) | 0.006 | 23 | (43) | 28 | (53) | 0.041* |
| | EAR以上RDA未満 | 17 | (27) | 10 | (16) | | 20 | (15) | 19 | (14) | | 19 | (18) | 10 | (10) | | 14 | (26) | 4 | (8) | |
| | RDA以上 | 30 | (48) | 32 | (52) | | 76 | (57) | 71 | (53) | | 63 | (61) | 52 | (50) | | 16 | (30) | 21 | (40) | |
| カリウム | AI未満 | 2 | (3) | 13 | (21) | <0.001 | 0 | (0) | 24 | (18) | <0.001* | 0 | (0) | 16 | (16) | <0.001 | 1 | (2) | 10 | (19) | 0.007* |
| | AI以上DG未満 | 7 | (11) | 23 | (37) | | 19 | (14) | 50 | (38) | | 14 | (14) | 37 | (36) | | 34 | (64) | 33 | (62) | |
| | DG以上 | 53 | (85) | 26 | (42) | | 114 | (86) | 59 | (44) | | 89 | (86) | 50 | (49) | | 18 | (34) | 10 | (19) | |
| カルシウム | EAR未満 | 29 | (47) | 47 | (76) | 0.004 | 58 | (44) | 104 | (78) | <0.001 | 41 | (40) | 77 | (75) | <0.001 | 19 | (36) | 41 | (77) | <0.001 |
| | EAR以上RDA未満 | 14 | (23) | 6 | (10) | | 40 | (30) | 16 | (12) | | 27 | (26) | 15 | (15) | | 19 | (36) | 8 | (15) | |
| | RDA以上 | 19 | (31) | 9 | (15) | | 35 | (26) | 13 | (10) | | 35 | (34) | 11 | (11) | | 15 | (28) | 4 | (8) | |
| マグネシウム | EAR未満 | 0 | (0) | 4 | (6) | <0.001 | 0 | (0) | 10 | (8) | <0.001* | 0 | (0) | 1 | (1) | <0.001* | 1 | (2) | 8 | (15) | <0.001* |
| | EAR以上RDA未満 | 1 | (2) | 11 | (18) | | 0 | (0) | 14 | (11) | | 0 | (0) | 11 | (11) | | 0 | (0) | 11 | (21) | |
| | RDA以上 | 61 | (98) | 47 | (76) | | 133 | (100) | 109 | (82) | | 103 | (100) | 91 | (88) | | 52 | (98) | 34 | (64) | |
| 鉄 | EAR未満 | 17 | (27) | 38 | (61) | <0.001 | 27 | (20) | 63 | (47) | <0.001 | 15 | (15) | 51 | (50) | <0.001 | 18 | (34) | 29 | (55) | 0.093 |
| | EAR以上RDA未満 | 29 | (47) | 17 | (27) | | 69 | (52) | 59 | (44) | | 54 | (52) | 40 | (39) | | 18 | (34) | 14 | (26) | |
| | RDA以上 | 16 | (26) | 7 | (11) | | 37 | (28) | 11 | (8) | | 34 | (33) | 12 | (12) | | 17 | (32) | 10 | (19) | |
| 亜鉛 | EAR未満 | 0 | (0) | 11 | (18) | <0.001* | 0 | (0) | 8 | (6) | 0.004* | 0 | (0) | 0 | (0) | - | 0 | (0) | 2 | (4) | 0.237* |
| | EAR以上RDA未満 | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 1 | (2) | 3 | (6) | |
| | RDA以上 | 62 | (100) | 51 | (82) | | 133 | (100) | 125 | (94) | | 103 | (100) | 103 | (100) | | 52 | (98) | 48 | (91) | |
| 銅 | EAR未満 | 0 | (0) | 1 | (2) | 0.500* | 0 | (0) | 1 | (1) | 0.500* | 0 | (0) | 0 | (0) | - | 0 | (0) | 2 | (4) | 0.248* |
| | EAR以上RDA未満 | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | | 0 | (0) | 0 | (0) | |
| | RDA以上 | 62 | (100) | 61 | (98) | | 133 | (100) | 132 | (99) | | 103 | (100) | 103 | (100) | | 53 | (100) | 51 | (96) | |
| 飽和脂肪酸 | DG以上 | 44 | (71) | 36 | (58) | 0.133 | 71 | (53) | 64 | (48) | 0.391 | 46 | (45) | 43 | (42) | 0.673 | 30 | (57) | 30 | (57) | 1.000 |
| | DG未満 | 18 | (29) | 26 | (42) | | 62 | (47) | 69 | (52) | | 57 | (55) | 60 | (58) | | 23 | (43) | 23 | (43) | |
| 食物繊維 | DG未満 | 6 | (10) | 13 | (21) | 0.081 | 2 | (2) | 23 | (17) | <0.001* | 3 | (3) | 15 | (15) | 0.003* | 4 | (8) | 15 | (28) | 0.005* |
| | DG以上 | 56 | (90) | 49 | (79) | | 131 | (98) | 110 | (83) | | 100 | (97) | 88 | (85) | | 49 | (92) | 38 | (72) | |
| 食塩相当量 | DG以上 | 59 | (95) | 53 | (85) | 0.063* | 127 | (95) | 122 | (92) | 0.158 | 97 | (94) | 100 | (97) | 0.249* | 46 | (87) | 46 | (87) | 1.000 |
| | DG未満 | 3 | (5) | 9 | (15) | | 6 | (5) | 11 | (8) | | 6 | (6) | 3 | (3) | | 7 | (13) | 7 | (13) | |

値は実数（%）、χ²検定（* Fisherの直接確立法）

表16-1. 平日における食事摂取基準（2020年版）を充足する者とししない者の食事区分別栄養素等摂取量の比較（全体、n=798）

| 栄養素 | 基準 | 度数 | 総摂取量 | | | 基準値* | 朝食 | 昼食 | 保育所での間食 | 夕食 | 家庭での間食 | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 家庭で提供された食事 (朝食+夕食+家庭での間食) |
|-------------------------|-------|-----|-------|------|--------|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-----------------------------|------------------------------|
| | | | 平均値 | 標準偏差 | p値*** | | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) |
| エネルギー (kcal) | EER未満 | 266 | 1,268 | 167 | <0.001 | 1300** | 282 (22.3) | 366 (28.9) | 177 (14.0) | 375 (29.5) | 68 (5.3) | 543 (42.9) | 725 (57.1) |
| | EER以上 | 532 | 1,511 | 212 | | | 329 (21.8) | 408 (27.0) | 188 (12.5) | 468 (31.0) | 118 (7.8) | 596 (39.4) | 915 (60.6) |
| たんぱく質 (g) | DG未満 | 139 | 41.5 | 5.8 | <0.001 | 13~20%E** | 8.0 (19.3) | 14.2 (34.2) | 5.6 (13.6) | 12.2 (29.4) | 1.5 (3.6) | 19.8 (47.8) | 21.7 (52.2) |
| | DG以上 | 659 | 54.0 | 9.2 | | | 11.0 (20.3) | 15.6 (29.0) | 6.4 (11.9) | 18.9 (34.9) | 2.1 (3.9) | 22.1 (40.9) | 32.0 (59.1) |
| 脂質 (g) | DG未満 | 21 | 28.0 | 4.4 | <0.001 | 20~30%E** | 3.9 (3.9) | 10.2 (36.3) | 5.9 (21.2) | 7.2 (25.5) | 0.9 (3.1) | 16.1 (57.5) | 11.9 (42.5) |
| | DG以上 | 777 | 48.0 | 11.1 | | | 10.3 (10.3) | 11.2 (23.4) | 6.9 (14.3) | 15.9 (33.2) | 3.7 (7.6) | 18.1 (37.8) | 29.9 (62.2) |
| 炭水化物 (g) | DG未満 | 144 | 158.7 | 19.7 | <0.001 | 50~65%E** | 35.4 (22.3) | 49.0 (30.9) | 22.2 (14.0) | 42.5 (26.8) | 9.5 (6.0) | 71.2 (44.9) | 87.5 (55.1) |
| | DG以上 | 654 | 202.1 | 29.7 | | | 46.8 (23.1) | 57.8 (28.6) | 24.6 (12.2) | 56.0 (27.7) | 16.9 (8.4) | 82.4 (40.8) | 119.7 (59.2) |
| ビタミンA (ugRAE) | EAR未満 | 198 | 286 | 44 | <0.001 | 350 | 36 (12.7) | 121 (42.3) | 52 (18.0) | 65 (22.8) | 12 (4.1) | 172 (60.4) | 113 (39.6) |
| | EAR以上 | 600 | 525 | 249 | | | 101 (19.3) | 193 (36.8) | 61 (11.7) | 142 (27.1) | 27 (5.2) | 255 (48.5) | 271 (51.5) |
| ビタミンB ₁ (mg) | EAR未満 | 208 | 0.54 | 0.07 | <0.001 | 0.6 | 0.09 (17.2) | 0.18 (33.9) | 0.08 (14.7) | 0.16 (28.9) | 0.03 (5.4) | 0.26 (48.5) | 0.28 (51.5) |
| | EAR以上 | 590 | 0.84 | 0.20 | | | 0.16 (19.0) | 0.26 (31.0) | 0.09 (10.7) | 0.29 (34.2) | 0.04 (5.1) | 0.35 (41.7) | 0.49 (58.3) |
| ビタミンB ₂ (mg) | EAR未満 | 89 | 0.61 | 0.09 | <0.001 | 0.7 | 0.10 (17.3) | 0.18 (29.6) | 0.13 (22.0) | 0.15 (25.3) | 0.04 (5.8) | 0.31 (51.7) | 0.29 (48.3) |
| | EAR以上 | 709 | 0.99 | 0.25 | | | 0.25 (25.3) | 0.19 (19.5) | 0.22 (21.9) | 0.26 (26.1) | 0.07 (7.3) | 0.41 (41.4) | 0.58 (58.6) |
| ビタミンC (mg) | EAR未満 | 210 | 33 | 7 | <0.001 | 40 | 4 (12.8) | 14 (42.3) | 4 (10.8) | 10 (29.9) | 1 (4.2) | 18 (53.1) | 16 (46.9) |
| | EAR以上 | 588 | 71 | 26 | | | 16 (22.0) | 20 (28.8) | 6 (8.2) | 22 (30.9) | 7 (10.1) | 26 (36.9) | 45 (63.1) |

総摂取量は平均値と標準偏差

食事区分別摂取量は平均値（総摂取量に占める割合）

* 食事摂取基準は2020年度版の3~5歳の推定平均必要量、目安量または目標量を示している。

** EERは個人ごとに算出した。そのEERに基づきたんぱく質、脂質、炭水化物のDGの下限値を個人ごとに算出した。算出された下限値を基準とし、DG未満、DG以上とした。

*** Mann-WhitneyのU検定

表16-2. 平日における食事摂取基準（2020年版）を充足する者とし不在者の食事区分別栄養素摂取量の比較（全体、n=798）

| 栄養素 | 基準 | 度数 | 総摂取量 | | | 基準値* | 朝食 | 昼食 | 保育所での間食 | 夕食 | 家庭での間食 | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 家庭で提供された食事 (朝食+夕食+家庭での間食) |
|-------------|-------|-----|-------|------|--------|--------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------------------------|------------------------------|
| | | | 平均値 | 標準偏差 | p値*** | | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) |
| カリウム (mg) | AI未満 | 11 | 1,138 | 132 | <0.001 | 1000 | 140 (12.3) | 418 (36.7) | 263 (23.1) | 263 (23.1) | 55 (4.8) | 680 (59.8) | 458 (40.2) |
| | AI以上 | 787 | 1,796 | 354 | | | 335 (18.6) | 538 (29.9) | 293 (16.3) | 512 (28.5) | 119 (6.6) | 831 (46.2) | 966 (53.8) |
| カルシウム (mg) | EAR未満 | 348 | 385 | 71 | <0.001 | 500 | 74 (19.4) | 79 (20.6) | 132 (34.4) | 71 (18.5) | 27 (7.1) | 211 (55.0) | 173 (45.0) |
| | EAR以上 | 450 | 627 | 141 | | | 174 (27.7) | 96 (15.3) | 179 (28.5) | 119 (19.0) | 60 (9.5) | 275 (43.8) | 353 (56.2) |
| マグネシウム (mg) | EAR未満 | 1 | 97.5 | - | 0.085 | 80 | 16.4 (16.8) | 41.1 (42.1) | 11.4 (11.7) | 24.9 (25.5) | 3.8 (3.8) | 52.5 (53.8) | 45.0 (46.2) |
| | EAR以上 | 797 | 178.4 | 36.6 | | | 34.2 (19.2) | 58.3 (32.7) | 23.1 (13.0) | 52.7 (29.6) | 10.0 (5.6) | 81.5 (45.7) | 96.9 (54.3) |
| 鉄 (mg) | EAR未満 | 153 | 3.7 | 0.6 | <0.001 | 4.0 | 0.6 (16.7) | 1.4 (39.1) | 0.3 (9.0) | 1.1 (30.0) | 0.2 (5.2) | 1.8 (48.1) | 1.9 (51.9) |
| | EAR以上 | 645 | 5.7 | 1.3 | | | 1.1 (19.8) | 1.8 (32.0) | 0.7 (11.5) | 1.8 (32.2) | 0.3 (4.6) | 2.5 (43.5) | 3.2 (56.5) |
| 亜鉛 (mg) | EAR未満 | 1 | 3.6 | - | 0.090 | 3 | 0.0 (0.0) | 1.2 (34.5) | 1.2 (34.3) | 0.6 (15.9) | 0.5 (15.2) | 2.5 (68.8) | 1.1 (31.2) |
| | EAR以上 | 797 | 6.2 | 1.3 | | | 1.2 (19.1) | 1.9 (30.9) | 0.7 (11.6) | 2.1 (34.3) | 0.3 (4.1) | 2.6 (42.5) | 3.6 (57.5) |
| 銅 (mg) | EAR未満 | 0 | - | - | - | 0.3 | - | - | - | - | - | - | - |
| | EAR以上 | 798 | 0.75 | 0.15 | | | 0.14 (19.1) | 0.25 (33.8) | 0.07 (9.0) | 0.25 (32.6) | 0.04 (5.5) | 0.32 (42.8) | 0.43 (57.2) |
| 飽和脂肪酸 (g) | DG以上 | 438 | 18.63 | 3.92 | <0.001 | 10以下** | 4.72 (25.4) | 2.75 (14.7) | 3.58 (19.2) | 5.22 (28.0) | 2.35 (12.6) | 6.33 (34.0) | 12.30 (66.0) |
| | DG未満 | 360 | 12.31 | 2.47 | | | 2.69 (21.9) | 2.56 (20.8) | 2.94 (23.9) | 3.22 (26.2) | 0.89 (7.2) | 5.51 (44.7) | 6.80 (55.3) |
| 食物繊維 (g) | DG未満 | 29 | 7.7 | 1.4 | <0.001 | 8以上 | 1.3 (16.5) | 3.1 (40.8) | 0.6 (7.4) | 2.3 (29.8) | 0.4 (5.6) | 3.7 (48.2) | 4.0 (51.8) |
| | DG以上 | 769 | 13.3 | 2.8 | | | 2.5 (19.0) | 4.9 (37.1) | 1.0 (7.5) | 4.3 (32.2) | 0.6 (4.1) | 5.9 (44.6) | 7.4 (55.4) |
| 食塩相当量 (g) | DG以上 | 749 | 5.8 | 1.5 | <0.001 | 3.5未満 | 1.2 (21.0) | 1.5 (26.5) | 0.4 (7.7) | 2.4 (42.3) | 0.1 (2.6) | 2.0 (34.2) | 3.8 (65.8) |
| | DG未満 | 49 | 3.5 | 0.6 | | | 0.7 (18.9) | 1.1 (32.3) | 0.3 (8.5) | 1.3 (36.6) | 0.1 (3.7) | 1.4 (40.8) | 2.1 (59.2) |

総摂取量は平均値と標準偏差

食事区分別摂取量は平均値（総摂取量に占める割合）

* 食事摂取基準は2020年度版の3~5歳の推定平均必要量、目安量または目標量を示している。

** EERは個人ごとに算出した。そのEERに基づきたんぱく質、脂質、炭水化物のDGの下限値を個人ごとに算出した。算出された下限値を基準とし、DG未満、DG以上とした。

*** Mann-WhitneyのU検定

表17. 平日におけるビタミンB₁およびB₂の1,000 kcalあたりの食事摂取基準（2020年版）を充足する者とししない者の食事区分別摂取量の比較（全体、n=798）

| 栄養素 | 基準 | 度数 | 総摂取量 | | | 基準値* | 朝食 | 昼食 | 保育所での間食 | 夕食 | 家庭での間食 | 保育所で提供された食事 (昼食+保育所での補食) | 家庭で提供された食事 (朝食+夕食+家庭での間食) |
|-------------------------|------|-----|------|------|--------|------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|-----------------------------|------------------------------|
| | | | 平均値 | 標準偏差 | p値** | | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) | 平均値 (%) |
| ビタミンB ₁ (mg) | 基準未満 | 207 | 0.57 | 0.11 | <0.001 | 0.45 | 0.11 (18.7) | 0.18 (32.0) | 0.08 (13.6) | 0.17 (29.5) | 0.04 (6.2) | 0.26 (45.6) | 0.31 (54.4) |
| | 基準以上 | 591 | 0.83 | 0.22 | | | 0.15 (18.7) | 0.26 (31.4) | 0.09 (10.9) | 0.28 (34.1) | 0.04 (5.0) | 0.35 (42.3) | 0.48 (57.7) |
| ビタミンB ₂ (mg) | 基準未満 | 75 | 0.63 | 0.12 | <0.001 | 0.5 | 0.09 (14.8) | 0.18 (29.1) | 0.14 (21.5) | 0.17 (26.8) | 0.05 (7.8) | 0.32 (50.6) | 0.31 (49.5) |
| | 基準以上 | 723 | 0.98 | 0.26 | | | 0.25 (25.4) | 0.19 (19.6) | 0.21 (21.9) | 0.25 (26.0) | 0.07 (7.1) | 0.41 (41.6) | 0.57 (58.5) |

総摂取量は平均値と標準偏差

食事区分別摂取量は平均値（総摂取量に占める割合）

* 1,000 kcalあたりの摂取基準

** Mann-WhitneyのU検定

表18. 対象者の等価所得

| | 全体 (n=778) | 男児 (n=435) | 女児 (n=343) |
|---------|---------------|---------------|---------------|
| 平均値 | 308.1 | 309.8 | 305.9 |
| 中央値 | 325.0 | 325.0 | 317.5 |
| 標準偏差 | 94.1 | 95.4 | 92.5 |
| 最小値 | 44.7 | 44.7 | 75.0 |
| 最大値 | 565.7 | 565.7 | 461.9 |
| パーセンタイル | | | |
| 25 | 225.0 | 246.0 | 225.0 |
| 50 | 325.0 | 325.0 | 317.5 |
| 75 | 375.3 | 375.3 | 375.3 |

表19. 調査対象地域別の等価所得区分高群並びに低群の内訳

| | 全体 | | | | 男児 | | | | 女児 | | | |
|----|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|--------------------|--------|
| | 等価所得 低群 (n=421) | | 等価所得 高群 (n=357) | | 等価所得 低群 (n=228) | | 等価所得 高群 (n=207) | | 等価所得 低群 (n=172) | | 等価所得 高群 (n=171) | |
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| 札幌 | 37 | (8.8) | 38 | (10.6) | 21 | (9.2) | 21 | (10.1) | 16 | (9.3) | 17 | (9.9) |
| 仙台 | 69 | (16.4) | 28 | (7.8) | 34 | (14.9) | 19 | (9.2) | 31 | (18.0) | 13 | (7.6) |
| 川崎 | 60 | (14.3) | 95 | (26.6) | 34 | (14.9) | 64 | (30.9) | 20 | (11.6) | 37 | (21.6) |
| 浜松 | 58 | (13.8) | 50 | (14.0) | 36 | (15.8) | 27 | (13.0) | 20 | (11.6) | 25 | (14.6) |
| 明石 | 62 | (14.7) | 88 | (24.6) | 33 | (14.5) | 49 | (23.7) | 24 | (14.0) | 44 | (25.7) |
| 松山 | 69 | (16.4) | 30 | (8.4) | 34 | (14.9) | 17 | (8.2) | 34 | (19.8) | 14 | (8.2) |
| 熊本 | 66 | (15.7) | 28 | (7.8) | 36 | (15.8) | 10 | (4.8) | 27 | (15.7) | 21 | (12.3) |

表20. 性・等価所得区分別対象児の各種属性

| | 全体 | | | | 男児 | | | | | | 女児 | | | | | | | |
|-------------|------------|--------|------------|--------|--------|--|------------|--------|------------|--------|--------|--|------------|--------|------------|--------|--------|--|
| | 低群 (n=421) | | 高群 (n=357) | | p値 | | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p値 | | 低群 (n=172) | | 高群 (n=171) | | p値 | |
| 年齢** (歳) | 4.5 | (1.0) | 4.5 | (1.0) | 0.469 | | 4.5 | (1.0) | 4.6 | (1.0) | 0.312 | | 4.4 | (1.0) | 4.4 | (0.9) | 0.891 | |
| 身長 (cm) | 105.3 | (7.4) | 106.4 | (7.3) | 0.042* | | 106.2 | (7.6) | 107.2 | (7.3) | 0.189* | | 104.2 | (6.9) | 105.1 | (7.3) | 0.216* | |
| 体重 (kg) | 17.3 | (3.0) | 17.6 | (3.0) | 0.241 | | 17.8 | (3.2) | 17.9 | (2.8) | 0.602 | | 16.9 | (2.7) | 17.1 | (3.2) | 0.677 | |
| カウプ指数 | 15.5 | (1.3) | 15.5 | (1.3) | 0.312 | | 15.7 | (1.4) | 15.5 | (1.2) | 0.361 | | 15.4 | (1.2) | 15.4 | (1.4) | 0.354 | |
| 肥満度 (%) | 0.7 | (8.6) | 0.1 | (8.5) | 0.348 | | 1.4 | (9.1) | 0.4 | (8.0) | 0.408 | | 0.2 | (7.9) | -0.4 | (9.0) | 0.334 | |
| 等価所得 (万円) | 237.8 | (66.0) | 391.1 | (37.8) | <0.001 | | 236.6 | (68.5) | 390.5 | (38.8) | <0.001 | | 228.7 | (58.7) | 383.6 | (40.7) | <0.001 | |
| 肥満度別数 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| -20%未満 | 0 | (0) | 0 | (0) | 0.332 | | 0 | (0) | 0 | (0) | 0.027 | | 0 | (0) | 0 | (0) | 0.358 | |
| -20%以上20%未満 | 408 | (97) | 350 | (98) | | | 218 | (96) | 205 | (99) | | | 169 | (98) | 166 | (97) | | |
| 20%以上 | 13 | (3) | 7 | (2) | | | 10 | (4) | 2 | (1) | | | 3 | (2) | 5 | (3) | | |

年齢、身長、体重、カウプ指数、肥満度、等価所得は平均値 (標準偏差)

* 対応のない t 検定、それ以外はマン・ホイットニーのU検定

肥満度別数は実数 (割合 (%))

フィッシャーの直接確率法

** 年齢は調査開始時点のもの

表21-1. 等価所得区分間におけるエネルギーと栄養素摂取量・エネルギー産生栄養素バランス

| 項目 | 全体 | | | | | 男児 | | | | | 女児 | | | | |
|-------------------------|------------|--------|------------|--------|--------|------------|--------|------------|--------|--------|------------|--------|------------|--------|--------|
| | 低群 (n=421) | | 高群 (n=357) | | p 値 | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p 値 | 低群 (n=172) | | 高群 (n=171) | | p 値 |
| エネルギー (kcal) | 1,396 | (229) | 1,405 | (214) | 0.537 | 1,434 | (229) | 1,457 | (220) | 0.195 | 1,355 | (226) | 1,331 | (182) | 0.302 |
| たんぱく質 (g) | 47.8 | (9.2) | 49.9 | (9.5) | 0.001 | 49.0 | (9.5) | 52.2 | (9.9) | <0.001 | 46.5 | (8.7) | 46.6 | (7.9) | 0.857* |
| 脂質 (g) | 46.5 | (10.8) | 47.9 | (10.6) | 0.050 | 48.1 | (11.0) | 50.0 | (11.0) | 0.085* | 44.9 | (10.6) | 44.6 | (9.2) | 0.772* |
| 炭水化物 (g) | 192.1 | (33.2) | 189.4 | (30.2) | 0.285 | 196.6 | (33.7) | 195.3 | (31.7) | 0.841 | 186.7 | (32.5) | 181.8 | (25.9) | 0.146 |
| ビタミンA (μgRAE) | 384 | (160) | 422 | (207) | 0.002 | 392 | (164) | 439 | (233) | 0.008 | 374 | (157) | 395 | (159) | 0.150 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 0.70 | (0.18) | 0.72 | (0.18) | 0.177 | 0.72 | (0.18) | 0.75 | (0.19) | 0.143 | 0.67 | (0.15) | 0.68 | (0.20) | 0.731 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 0.86 | (0.25) | 0.90 | (0.25) | 0.016 | 0.91 | (0.29) | 0.93 | (0.26) | 0.100 | 0.81 | (0.20) | 0.85 | (0.22) | 0.237 |
| ビタミンC (mg) | 60 | (30) | 62 | (29) | 0.126 | 62 | (33) | 65 | (33) | 0.159 | 59 | (27) | 58 | (22) | 0.654 |
| ナトリウム (mg) | 2,300 | (583) | 2,293 | (555) | 0.970 | 2,335 | (598) | 2,360 | (566) | 0.439 | 2,286 | (563) | 2,182 | (528) | 0.098 |
| カリウム (mg) | 1,583 | (325) | 1,662 | (348) | 0.001 | 1,616 | (347) | 1,730 | (356) | 0.001 | 1,543 | (297) | 1,568 | (307) | 0.450 |
| カルシウム (mg) | 441 | (154) | 479 | (166) | <0.001 | 468 | (171) | 502 | (168) | 0.010 | 409 | (126) | 443 | (152) | 0.039 |
| マグネシウム (mg) | 156.3 | (29.8) | 163.2 | (33.3) | 0.005 | 158.8 | (32.2) | 169.3 | (34.4) | 0.001 | 153.7 | (27.1) | 154.3 | (29.0) | 0.825 |
| 鉄 (mg) | 4.7 | (1.1) | 5.0 | (1.4) | 0.001 | 4.9 | (1.2) | 5.3 | (1.5) | 0.002 | 4.5 | (0.9) | 4.7 | (1.1) | 0.567 |
| 亜鉛 (mg) | 5.7 | (1.2) | 5.9 | (1.2) | 0.009 | 5.8 | (1.2) | 6.1 | (1.2) | 0.011 | 5.5 | (1.1) | 5.5 | (1.0) | 0.842 |
| 銅 (mg) | 0.70 | (0.13) | 0.70 | (0.14) | 0.744 | 0.71 | (0.14) | 0.72 | (0.15) | 0.595 | 0.68 | (0.12) | 0.68 | (0.13) | 0.663 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 15.40 | (4.14) | 15.98 | (4.18) | 0.043 | 16.00 | (4.23) | 16.68 | (4.40) | 0.082 | 14.78 | (4.04) | 14.87 | (3.57) | 0.838* |
| 食物繊維 (g) | 12.1 | (2.5) | 12.4 | (2.7) | 0.118 | 12.3 | (2.7) | 12.7 | (2.8) | 0.087 | 11.9 | (2.2) | 11.9 | (2.5) | 0.630 |
| 食塩相当量 (g) | 5.8 | (1.5) | 5.8 | (1.4) | 0.971 | 5.9 | (1.5) | 6.0 | (1.4) | 0.439 | 5.8 | (1.4) | 5.5 | (1.3) | 0.098 |
| たんぱく質エネルギー比率 (%) | 13.7 | (1.5) | 14.2 | (1.5) | <0.001 | 13.7 | (1.6) | 14.4 | (1.5) | <0.001 | 13.8 | (1.4) | 14.0 | (1.5) | 0.080* |
| 脂肪エネルギー比率 (%) | 29.6 | (4.1) | 30.4 | (4.1) | 0.009* | 29.8 | (4.3) | 30.6 | (4.3) | 0.115 | 29.4 | (4.1) | 29.9 | (3.9) | 0.278* |
| 炭水化物エネルギー比率 (%) | 56.7 | (4.7) | 55.4 | (4.7) | <0.001 | 56.5 | (4.8) | 55.1 | (4.8) | 0.003* | 56.8 | (4.6) | 56.1 | (4.5) | 0.130* |

平均値 (標準偏差)

*対応のない t 検定、それ以外はマン・ホイットニーのU検定

表21-2. 等価所得区分間における栄養素摂取密度（摂取エネルギー1,000 kcalあたりの栄養素摂取量）の比較

| 項目 | 全体 | | | | | 男児 | | | | | 女児 | | | | |
|-------------------------|------------|--------|------------|--------|--------|------------|--------|------------|--------|--------|------------|--------|------------|--------|--------|
| | 低群 (n=421) | | 高群 (n=357) | | p 値 | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p 値 | 低群 (n=172) | | 高群 (n=171) | | p 値 |
| たんぱく質 (g) | 34.3 | (3.7) | 35.6 | (3.8) | <0.001 | 34.2 | (3.9) | 35.9 | (3.8) | <0.001 | 34.4 | (3.6) | 35.1 | (3.6) | 0.079* |
| 脂質 (g) | 32.9 | (4.6) | 33.7 | (4.6) | 0.009* | 33.1 | (4.7) | 33.9 | (4.7) | 0.114 | 32.7 | (4.5) | 33.2 | (4.3) | 0.276* |
| 炭水化物 (g) | 138.5 | (12.0) | 135.5 | (12.1) | <0.001 | 138.0 | (12.5) | 134.7 | (12.4) | 0.007* | 138.8 | (11.8) | 137.2 | (11.3) | 0.220* |
| ビタミンA (μgRAE) | 278 | (128) | 300 | (139) | <0.001 | 277 | (132) | 302 | (155) | 0.007 | 278 | (125) | 296 | (112) | 0.029 |
| ビタミンB ₁ (mg) | 0.51 | (0.13) | 0.51 | (0.10) | 0.138 | 0.51 | (0.12) | 0.51 | (0.10) | 0.327 | 0.49 | (0.09) | 0.52 | (0.16) | 0.126 |
| ビタミンB ₂ (mg) | 0.62 | (0.16) | 0.64 | (0.14) | 0.019 | 0.63 | (0.17) | 0.63 | (0.14) | 0.349 | 0.60 | (0.13) | 0.64 | (0.16) | 0.024 |
| ビタミンC (mg) | 43 | (20) | 44 | (22) | 0.312 | 43 | (20) | 45 | (25) | 0.408 | 44 | (19) | 44 | (17) | 0.467 |
| ナトリウム (mg) | 1,670 | (338) | 1,650 | (301) | 0.677 | 1,645 | (325) | 1,633 | (285) | 0.888 | 1,715 | (354) | 1,660 | (319) | 0.203 |
| カリウム (mg) | 1,140 | (193) | 1,186 | (179) | <0.001 | 1,130 | (204) | 1,189 | (178) | <0.001 | 1,145 | (176) | 1,183 | (181) | 0.010 |
| カルシウム (mg) | 317 | (101) | 341 | (106) | <0.001 | 327 | (111) | 343 | (99) | 0.032 | 304 | (88) | 335 | (111) | 0.006 |
| マグネシウム (mg) | 112.8 | (17.9) | 116.6 | (17.0) | <0.001 | 111.2 | (18.3) | 116.6 | (17.3) | <0.001 | 114.5 | (17.8) | 116.4 | (16.2) | 0.095 |
| 鉄 (mg) | 3.4 | (0.7) | 3.6 | (0.8) | <0.001 | 3.4 | (0.7) | 3.6 | (0.8) | 0.006 | 3.4 | (0.6) | 3.5 | (0.8) | 0.094 |
| 亜鉛 (mg) | 4.1 | (0.5) | 4.2 | (0.5) | 0.001* | 4.1 | (0.5) | 4.2 | (0.5) | 0.006* | 4.1 | (0.5) | 4.1 | (0.5) | 0.188* |
| 銅 (mg) | 0.50 | (0.07) | 0.50 | (0.07) | 0.813 | 0.50 | (0.07) | 0.50 | (0.08) | 0.613 | 0.51 | (0.07) | 0.51 | (0.07) | 0.519 |
| 飽和脂肪酸 (g) | 10.88 | (2.11) | 11.25 | (2.19) | 0.040 | 11.02 | (2.19) | 11.30 | (2.14) | 0.186* | 10.74 | (2.06) | 11.11 | (2.20) | 0.247 |
| 食物繊維 (g) | 8.7 | (1.5) | 8.9 | (1.6) | 0.184 | 8.7 | (1.6) | 8.8 | 1.7 | 0.408 | 8.9 | (1.5) | 9.0 | (1.5) | 0.493* |
| 食塩相当量 (g) | 4.2 | (0.9) | 4.2 | (0.8) | 0.676 | 4.2 | (0.8) | 4.1 | 0.7 | 0.888 | 4.4 | (0.9) | 4.2 | (0.8) | 0.201 |

平均値（標準偏差）

*対応のない t 検定、それ以外はマン・ホイットニーのU検定

表22-1. 等価所得区分間における食品群別摂取量の比較

| 食品群 | 全体 | | | | | 男児 | | | | | 女児 | | | | |
|--------------|------------|---------|------------|---------|-------|------------|---------|------------|---------|-------|------------|---------|------------|---------|-------|
| | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p値 | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p値 | 低群 (n=172) | | 高群 (n=171) | | p値 |
| 穀類 (g) | 184.2 | (69.5) | 169.3 | (55.4) | 0.004 | 188.0 | (70.7) | 172.5 | (56.7) | 0.030 | 179.8 | (69.5) | 166.6 | (53.7) | 0.102 |
| その他穀類 (g) | 89.0 | (47.4) | 92.3 | (46.6) | 0.214 | 92.7 | (52.5) | 94.6 | (44.1) | 0.159 | 85.0 | (39.9) | 88.2 | (49.2) | 0.988 |
| いも類 (g) | 32.7 | (21.0) | 34.8 | (23.3) | 0.278 | 32.6 | (19.8) | 35.8 | (24.0) | 0.274 | 33.0 | (22.5) | 33.3 | (22.1) | 0.662 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 4.5 | (3.7) | 4.9 | (3.7) | 0.104 | 4.6 | (3.4) | 5.1 | (3.8) | 0.164 | 4.5 | (4.3) | 4.5 | (3.3) | 0.547 |
| 豆類 (g) | 29.6 | (29.8) | 30.8 | (27.8) | 0.315 | 29.7 | (30.9) | 31.4 | (31.5) | 0.562 | 28.2 | (21.7) | 31.4 | (29.3) | 0.392 |
| 種実類 (g) | 0.9 | (2.5) | 1.2 | (3.0) | 0.036 | 0.9 | (2.6) | 1.4 | (3.6) | 0.039 | 1.0 | (2.6) | 0.8 | (1.7) | 0.736 |
| 緑黄色野菜 (g) | 54.7 | (34.5) | 60.5 | (37.4) | 0.008 | 55.8 | (36.2) | 62.2 | (40.6) | 0.030 | 52.3 | (32.5) | 58.6 | (32.1) | 0.038 |
| その他の野菜 (g) | 71.7 | (31.9) | 71.9 | (32.1) | 0.962 | 72.4 | (32.5) | 75.4 | (33.5) | 0.370 | 71.5 | (31.3) | 67.0 | (29.6) | 0.185 |
| 漬物 (g) | 0.9 | (2.4) | 0.7 | (1.7) | 0.495 | 0.9 | (2.3) | 0.8 | (1.9) | 0.850 | 1.0 | (2.2) | 0.7 | (1.9) | 0.188 |
| 生果 (g) | 69.1 | (54.1) | 74.4 | (52.7) | 0.054 | 71.5 | (60.0) | 75.8 | (53.8) | 0.101 | 65.8 | (47.3) | 71.9 | (49.7) | 0.248 |
| ジャム (g) | 1.1 | (3.0) | 1.4 | (5.0) | 0.308 | 1.2 | (2.8) | 1.6 | (6.1) | 0.658 | 1.0 | (3.0) | 1.2 | (2.9) | 0.187 |
| 果汁・果汁飲料 (g) | 38.8 | (55.4) | 36.3 | (53.0) | 0.384 | 36.2 | (58.1) | 35.6 | (52.5) | 0.955 | 40.8 | (53.1) | 38.7 | (52.6) | 0.782 |
| きのこ類 (g) | 6.7 | (6.3) | 7.3 | (7.1) | 0.469 | 6.9 | (6.8) | 7.3 | (7.1) | 0.647 | 6.5 | (5.7) | 7.2 | (6.9) | 0.671 |
| 海藻類 (g) | 1.7 | (2.7) | 2.2 | (3.0) | 0.181 | 1.6 | (2.3) | 2.0 | (2.6) | 0.128 | 1.7 | (2.0) | 2.6 | (4.1) | 0.351 |
| 生魚介類 (g) | 19.9 | (16.1) | 21.3 | (19.4) | 0.805 | 20.0 | (15.7) | 22.3 | (21.6) | 0.799 | 19.9 | (16.9) | 19.9 | (15.7) | 0.894 |
| 魚介加工品 (g) | 8.5 | (8.7) | 11.1 | (11.2) | 0.003 | 8.5 | (9.0) | 11.4 | (11.6) | 0.015 | 8.9 | (8.6) | 10.2 | (10.3) | 0.377 |
| 肉類 (g) | 67.8 | (29.1) | 69.0 | (28.2) | 0.440 | 69.9 | (30.5) | 75.0 | (29.6) | 0.061 | 66.1 | (27.5) | 60.6 | (23.8) | 0.119 |
| 卵類 (g) | 25.5 | (17.3) | 27.0 | (19.1) | 0.458 | 25.6 | (17.5) | 27.7 | (20.2) | 0.478 | 25.6 | (17.4) | 25.8 | (17.1) | 0.810 |
| 乳類 (g) | 198.8 | (125.0) | 212.2 | (125.8) | 0.066 | 212.9 | (135.6) | 220.2 | (122.1) | 0.182 | 180.7 | (107.8) | 200.3 | (129.2) | 0.307 |
| 油脂類 (g) | 8.5 | (4.2) | 8.2 | (4.0) | 0.305 | 8.9 | (4.1) | 8.4 | (4.1) | 0.147 | 8.1 | (4.2) | 7.8 | (3.8) | 0.803 |
| 菓子類 (g) | 31.5 | (23.1) | 32.2 | (23.6) | 0.704 | 31.9 | (23.3) | 33.2 | (24.7) | 0.609 | 31.3 | (23.5) | 30.6 | (21.3) | 0.979 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 225.8 | (201.8) | 213.6 | (182.8) | 0.441 | 225.9 | (223.0) | 235.3 | (197.5) | 0.401 | 234.5 | (177.2) | 179.8 | (152.8) | 0.003 |
| 調味料 (g) | 73.2 | (42.9) | 76.1 | (47.4) | 0.454 | 73.4 | (41.6) | 78.4 | (49.4) | 0.362 | 74.2 | (45.8) | 71.6 | (43.1) | 0.660 |
| 特定保健用食品他 (g) | 0.1 | (1.1) | 0.0 | (0.0) | 0.357 | 0.0 | (0.0) | 0.0 | (0.0) | 1.000 | 0.1 | (1.7) | 0.0 | (0.0) | 0.319 |

平均値 (標準偏差)

* 対応のない t 検定、それ以外はマン・ホイットニーの U 検定

表22-2. 等価所得区分間における食品群別摂取量（エネルギー1,000 kcalあたり）の比較

| 食品群 | 全体 | | | | | 男児 | | | | | 女児 | | | | |
|-------------------|------------|---------|------------|---------|-------|------------|---------|------------|---------|-------|------------|---------|------------|---------|-------|
| | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p値 | 低群 (n=228) | | 高群 (n=207) | | p値 | 低群 (n=172) | | 高群 (n=171) | | p値 |
| 1,000 kcalあたりの摂取量 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 穀類 (g) | 133.5 | (45.7) | 121.7 | (37.3) | 0.001 | 132.5 | (46.2) | 119.7 | (37.8) | 0.003 | 134.4 | (45.9) | 126.1 | (37.1) | 0.172 |
| その他穀類 (g) | 65.4 | (33.1) | 66.7 | (32.7) | 0.387 | 66.2 | (35.1) | 66.1 | (30.2) | 0.432 | 64.7 | (30.8) | 66.9 | (35.2) | 0.744 |
| いも類 (g) | 23.5 | (15.1) | 24.9 | (15.9) | 0.248 | 23.1 | (15.0) | 24.9 | (16.3) | 0.316 | 23.9 | (15.5) | 24.7 | (15.0) | 0.453 |
| 砂糖・甘味料類 (g) | 3.2 | (2.9) | 3.4 | (2.4) | 0.080 | 3.2 | (2.7) | 3.5 | (2.4) | 0.162 | 3.3 | (3.4) | 3.3 | (2.3) | 0.344 |
| 豆類 (g) | 21.5 | (21.8) | 22.0 | (20.0) | 0.331 | 20.8 | (21.1) | 21.8 | (22.8) | 0.669 | 21.0 | (16.5) | 23.5 | (22.4) | 0.22 |
| 種実類 (g) | 0.7 | (2.0) | 0.8 | (2.4) | 0.033 | 0.7 | (2.1) | 1.0 | (2.9) | 0.038 | 0.7 | (2.0) | 0.6 | (1.2) | 0.664 |
| 緑黄色野菜 (g) | 39.9 | (26.8) | 43.1 | (25.0) | 0.009 | 39.2 | (26.4) | 42.8 | (26.6) | 0.067 | 39.6 | (27.5) | 44.2 | (23.0) | 0.008 |
| その他の野菜 (g) | 52.3 | (23.6) | 51.9 | (21.4) | 0.852 | 51.3 | (23.8) | 52.6 | (21.3) | 0.333 | 53.4 | (22.7) | 51.3 | (22.7) | 0.349 |
| 漬物 (g) | 0.7 | (1.8) | 0.6 | (1.4) | 0.505 | 0.6 | (1.6) | 0.6 | (1.5) | 0.827 | 0.8 | (1.7) | 0.6 | (1.5) | 0.211 |
| 生果 (g) | 50.5 | (38.7) | 54.3 | (40.0) | 0.124 | 50.5 | (41.8) | 53.4 | (39.2) | 0.137 | 50.0 | (35.2) | 55.5 | (40.1) | 0.312 |
| ジャム (g) | 0.8 | (2.1) | 1.0 | (2.9) | 0.303 | 0.8 | (1.8) | 1.0 | (3.4) | 0.630 | 0.7 | (2.3) | 0.9 | (2.2) | 0.186 |
| 果汁・果汁飲料 (g) | 27.9 | (39.7) | 26.9 | (41.6) | 0.382 | 25.7 | (40.2) | 25.8 | (39.1) | 0.927 | 30.1 | (40.0) | 29.1 | (43.2) | 0.781 |
| きのこ類 (g) | 4.9 | (4.6) | 5.1 | (4.9) | 0.735 | 4.9 | (4.9) | 5.0 | (4.8) | 0.898 | 4.9 | (4.4) | 5.3 | (4.8) | 0.703 |
| 海藻類 (g) | 1.3 | (2.2) | 1.6 | (2.3) | 0.313 | 1.2 | (1.7) | 1.4 | (1.8) | 0.226 | 1.4 | (2.3) | 2.0 | (3.2) | 0.347 |
| 生魚介類 (g) | 14.5 | (11.7) | 15.3 | (12.7) | 0.678 | 14.0 | (11.3) | 15.2 | (13.3) | 0.751 | 15.0 | (12.2) | 15.4 | (12.0) | 0.703 |
| 魚介加工品 (g) | 6.2 | (6.4) | 7.9 | (8.1) | 0.004 | 6.0 | (6.7) | 8.0 | (8.4) | 0.017 | 6.7 | (6.3) | 7.4 | (7.4) | 0.477 |
| 肉類 (g) | 48.1 | (18.0) | 48.9 | (17.5) | 0.480 | 48.3 | (18.6) | 51.6 | (18.3) | 0.068 | 48.1 | (17.4) | 45.2 | (15.7) | 0.210 |
| 卵類 (g) | 18.1 | (12.1) | 19.2 | (13.5) | 0.501 | 17.6 | (12.2) | 19.1 | (14.2) | 0.510 | 18.7 | (12.1) | 19.2 | (12.4) | 0.814 |
| 乳類 (g) | 141.7 | (85.2) | 150.6 | (88.1) | 0.113 | 148.3 | (91.8) | 149.5 | (79.1) | 0.383 | 132.3 | (75.0) | 151.6 | (97.7) | 0.150 |
| 油脂類 (g) | 6.0 | (2.7) | 5.7 | (2.4) | 0.283 | 6.2 | (2.8) | 5.7 | (2.4) | 0.134 | 5.8 | (2.7) | 5.7 | (2.5) | 0.879 |
| 菓子類 (g) | 22.1 | (15.6) | 22.5 | (16.2) | 0.814 | 22.0 | (15.9) | 22.2 | (16.6) | 0.929 | 22.2 | (15.6) | 22.8 | (15.5) | 0.667 |
| その他の嗜好飲料 (g) | 164.9 | (139.2) | 155.0 | (129.5) | 0.331 | 160.0 | (149.1) | 164.6 | (136.4) | 0.512 | 175.7 | (127.7) | 140.2 | (117.4) | 0.006 |
| 調味料 (g) | 53.4 | (31.7) | 54.6 | (34.2) | 0.878 | 52.1 | (30.0) | 54.5 | (34.7) | 0.764 | 55.7 | (34.5) | 54.1 | (32.7) | 0.717 |
| 特定保健用食品他 (g) | 0.0 | (0.7) | 0.0 | (0.0) | 0.357 | 0.0 | (0.0) | 0.0 | (0.0) | 1.000 | 0.1 | 1.1 | 0.0 | (0.0) | 0.319 |

平均値 (標準偏差)

*対応のないt検定、それ以外はマン・ホイットニーのU検定

表23. 等価所得区分と日本人の食事摂取基準（2020年版）に示されている各指標を満たす児の割合の比較

| | | 全体 | | | 男児 | | | 女児 | | |
|--------------------|------------|------------|-------------|--------|------------|-------------|--------|-------------|-------------|--------|
| | | 低群 (n=421) | 高群 (n=357) | p値 | 低群 (n=228) | 高群 (n=207) | p値 | 低群 (n=172) | 高群 (n=171) | p値 |
| エネルギー | EER未満 | 147 (34.9) | 136 (38.1) | 0.358 | 87 (38.2) | 80 (38.6) | 0.917 | 53 (30.8) | 63 (36.8) | 0.238 |
| | EER以上 | 274 (65.1) | 221 (61.9) | | 141 (61.8) | 127 (61.4) | | 119 (69.2) | 108 (63.2) | |
| たんぱく質 | DG下限未満 | 115 (27.3) | 86 (24.1) | 0.460* | 71 (31.1) | 48 (23.2) | 0.172 | 39 (22.7) | 43 (25.1) | 0.512 |
| | DG | 287 (68.2) | 258 (72.3) | | 148 (64.9) | 150 (72.5) | | 124 (72.1) | 123 (71.9) | |
| | DG上限以上 | 19 (4.5) | 13 (3.6) | | 9 (3.9) | 9 (4.3) | | 9 (5.2) | 5 (2.9) | |
| 脂質 | DG下限未満 | 13 (3.1) | 12 (3.4) | 0.250 | 7 (3.1) | 6 (2.9) | 0.148 | 6 (3.5) | 6 (3.5) | 0.886 |
| | DG | 167 (39.7) | 121 (33.9) | | 89 (39.0) | 63 (30.4) | | 66 (38.4) | 70 (40.9) | |
| | DG上限以上 | 241 (57.2) | 224 (62.7) | | 132 (57.9) | 138 (66.7) | | 100 (58.1) | 95 (55.6) | |
| 炭水化物 | DG下限未満 | 73 (17.3) | 82 (23.0) | 0.760 | 40 (17.5) | 47 (22.7) | 0.410 | 33 (19.2) | 35 (20.5) | 0.077 |
| | DG | 245 (58.2) | 205 (57.4) | | 139 (61.0) | 118 (57.0) | | 89 (51.7) | 104 (60.8) | |
| | DG上限以上 | 103 (24.5) | 70 (19.6) | | 49 (21.5) | 42 (20.3) | | 50 (29.1) | 32 (18.7) | |
| ビタミンA | EAR未満 | 178 (42.3) | 132 (37.0) | 0.005 | 88 (38.6) | 68 (32.9) | 0.006 | 80 (46.5) | 74 (43.3) | 0.447 |
| | EAR以上RDA未満 | 155 (36.8) | 114 (31.9) | | 84 (36.8) | 59 (28.5) | | 65 (37.8) | 61 (35.7) | |
| | RDA以上 | 88 (20.9) | 111 (31.1) | | 56 (24.6) | 80 (38.6) | | 27 (15.7) | 36 (21.1) | |
| ビタミンB ₁ | EAR未満 | 131 (31.1) | 111 (31.1) | 0.260 | 57 (25.0) | 55 (26.6) | 0.107 | 66 (38.4) | 64 (37.4) | 0.971 |
| | EAR以上RDA未満 | 119 (28.3) | 84 (23.5) | | 66 (28.9) | 42 (20.3) | | 48 (27.9) | 47 (27.5) | |
| | RDA以上 | 171 (40.6) | 162 (45.4) | | 105 (46.1) | 110 (53.1) | | 58 (33.7) | 60 (35.1) | |
| ビタミンB ₂ | EAR未満 | 81 (19.2) | 61 (17.1) | 0.315 | 52 (22.8) | 44 (21.3) | 0.774 | 26 (15.1) | 20 (11.7) | 0.570 |
| | EAR以上RDA未満 | 119 (28.3) | 89 (24.9) | | 43 (18.9) | 35 (16.9) | | 66 (38.4) | 64 (37.4) | |
| | RDA以上 | 221 (52.5) | 207 (58.0) | | 133 (58.3) | 128 (61.8) | | 80 (46.5) | 87 (50.9) | |
| ビタミンC | EAR未満 | 117 (27.8) | 84 (23.5) | 0.133 | 59 (25.9) | 47 (22.7) | 0.165 | 51 (29.7) | 44 (25.7) | 0.709 |
| | EAR以上RDA未満 | 82 (19.5) | 59 (16.5) | | 43 (18.9) | 28 (13.5) | | 35 (20.3) | 35 (20.5) | |
| | RDA以上 | 222 (52.7) | 214 (59.9) | | 126 (55.3) | 132 (63.8) | | 86 (50.0) | 92 (53.8) | |
| カリウム | AI未満 | 16 (3.8) | 7 (2.0) | 0.017 | 10 (4.4) | 4 (1.9) | 0.017 | 6 (3.5) | 3 (1.8) | 0.529* |
| | AI以上DG未満 | 142 (33.7) | 94 (26.3) | | 68 (29.8) | 42 (20.3) | | 65 (37.8) | 61 (35.7) | |
| | DG以上 | 263 (62.5) | 256 (71.7) | | 150 (65.8) | 161 (77.8) | | 101 (58.7) | 107 (62.6) | |
| カルシウム | EAR未満 | 288 (68.4) | 202 (56.6) | 0.002 | 150 (65.8) | 115 (55.6) | 0.074 | 123 (71.5) | 102 (59.6) | 0.039 |
| | EAR以上RDA未満 | 68 (16.2) | 71 (19.9) | | 37 (16.2) | 39 (18.8) | | 29 (16.9) | 34 (19.9) | |
| | RDA以上 | 65 (15.4) | 84 (23.5) | | 41 (18.0) | 53 (25.6) | | 20 (11.6) | 35 (20.5) | |
| マグネシウム | EAR未満 | 3 (0.7) | 0 (0.0) | 0.349* | 3 (1.3) | 0 (0.0) | 0.324* | 0 (0.0) | 0 (0.0) | 0.564 |
| | EAR以上RDA未満 | 15 (3.6) | 11 (3.1) | | 8 (3.5) | 6 (2.9) | | 7 (4.1) | 5 (2.9) | |
| | RDA以上 | 403 (95.7) | 346 (96.9) | | 217 (95.2) | 201 (97.1) | | 165 (95.9) | 166 (97.1) | |
| 鉄 | EAR未満 | 135 (32.1) | 89 (24.9) | 0.007 | 69 (30.3) | 47 (22.7) | 0.012 | 57 (33.1) | 51 (29.8) | 0.735 |
| | EAR以上RDA未満 | 208 (49.4) | 171 (47.9) | | 109 (47.8) | 89 (43.0) | | 90 (52.3) | 91 (53.2) | |
| | RDA以上 | 78 (18.5) | 97 (27.2) | | 50 (21.9) | 71 (34.3) | | 25 (14.5) | 29 (17.0) | |
| 亜鉛 | EAR未満 | 3 (0.7) | 1 (0.3) | 0.656* | 3 (1.3) | 0 (0.0) | 0.360* | 0 (0.0) | 1 (0.6) | 0.248* |
| | EAR以上RDA未満 | 9 (2.1) | 10 (2.8) | | 9 (3.9) | 9 (4.3) | | 0 (0.0) | 1 (0.6) | |
| | RDA以上 | 409 (97.1) | 346 (96.9) | | 216 (94.7) | 198 (95.7) | | 172 (100.0) | 169 (98.8) | |
| 銅 | EAR未満 | 0 (0.0) | 0 (0.0) | 0.541* | 0 (0.0) | 0 (0.0) | 0.340 | 0 (0.0) | 0 (0.0) | - |
| | EAR以上RDA未満 | 1 (0.2) | 0 (0.0) | | 1 (0.4) | 0 (0.0) | | 0 (0.0) | 0 (0.0) | |
| | RDA以上 | 420 (99.8) | 357 (100.0) | | 227 (99.6) | 207 (100.0) | | 172 (100.0) | 171 (100.0) | |
| 飽和脂肪酸 | DG以上 | 232 (55.1) | 206 (57.7) | 0.467 | 125 (54.8) | 123 (59.4) | 0.334 | 96 (55.8) | 94 (55.0) | 0.875 |
| | DG以上未満 | 189 (44.9) | 151 (42.3) | | 103 (45.2) | 84 (40.6) | | 76 (44.2) | 77 (45.0) | |
| 食物繊維 | DG未満 | 232 (55.1) | 206 (57.7) | 0.793 | 14 (6.1) | 9 (4.3) | 0.404 | 9 (5.2) | 9 (5.3) | 0.990 |
| | DG以上 | 189 (44.9) | 151 (42.3) | | 214 (93.9) | 198 (95.7) | | 163 (94.8) | 162 (94.7) | |
| 食塩相当量 | DG以上 | 406 (96.4) | 343 (96.1) | 0.792 | 222 (97.4) | 203 (98.1) | 0.437* | 165 (95.9) | 159 (93.0) | 0.233 |
| | DG以上未満 | 15 (3.6) | 14 (3.9) | | 6 (2.6) | 4 (1.9) | | 7 (4.1) | 12 (7.0) | |

値は実数（%）、 χ^2 検定（* Fisherの直接確率法）