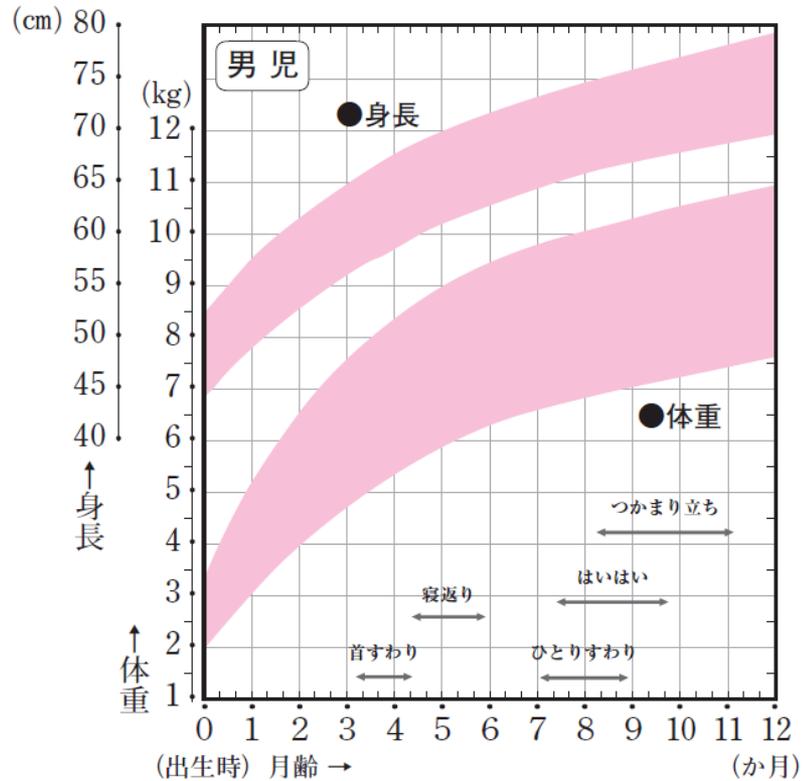


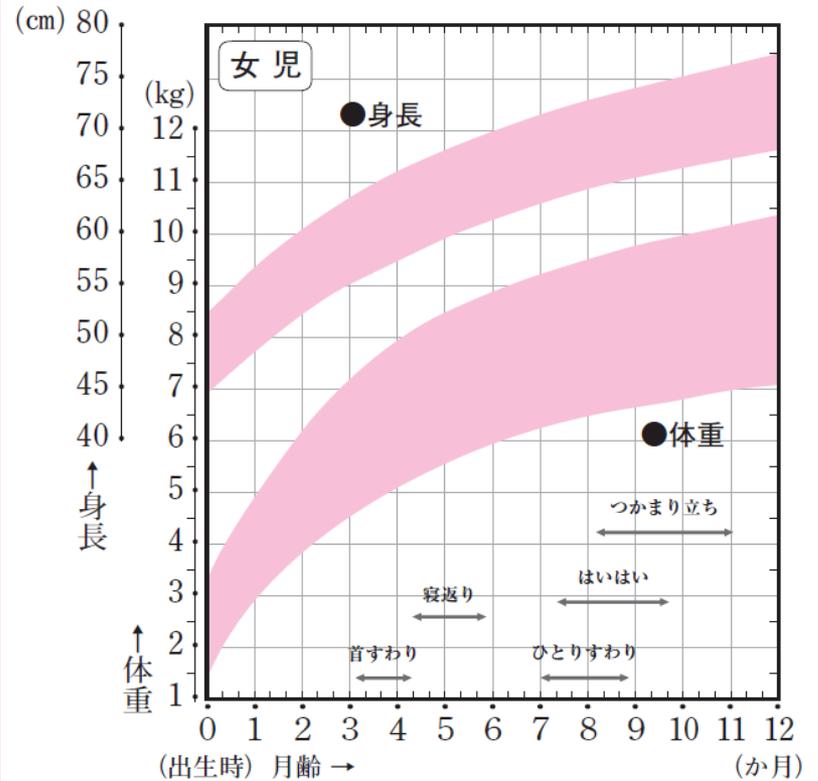
第1章 子どもの健康と食生活の意義

P2 図1-1,図1-2



(出典) 厚生労働省「平成22年乳幼児身体発育調査報告」

図1-1 出生から月齢12か月の男児の身長,体重の推移

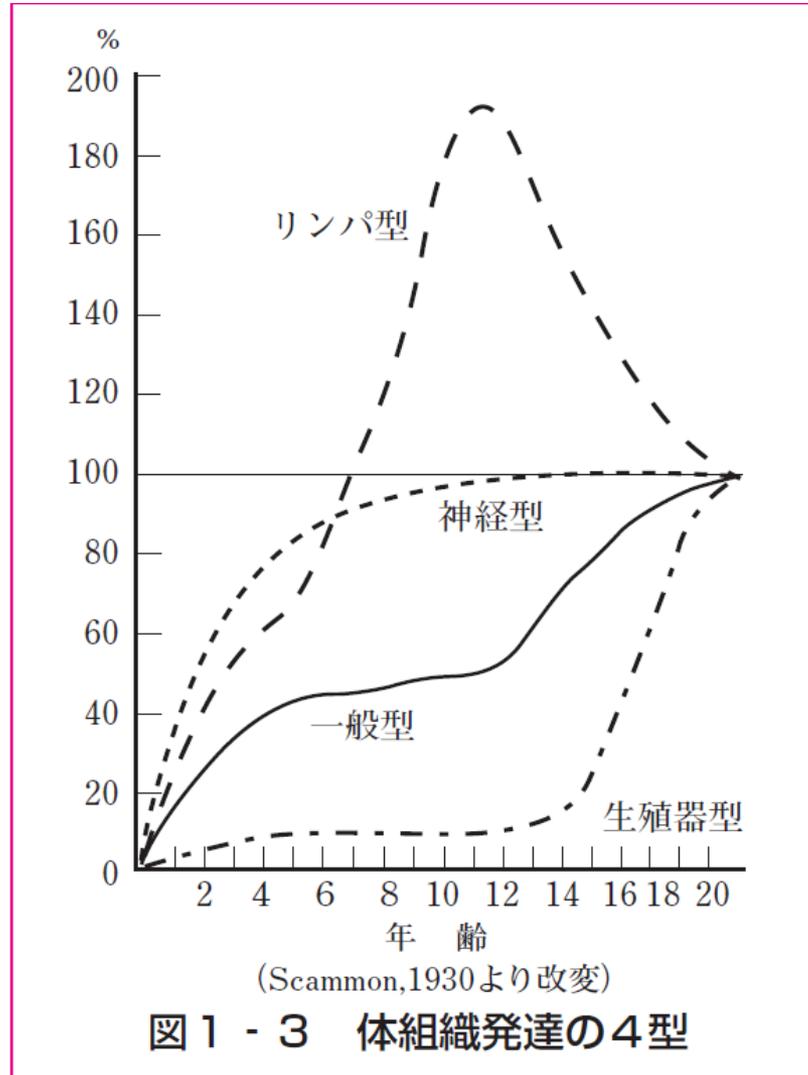


(出典) 厚生労働省「平成22年乳幼児身体発育調査報告」

図1-2 出生から月齢12か月の女児の身長,体重の推移

第1章 子どもの健康と食生活の意義

P2 図1-3



第1章 子どもの健康と食生活の意義

P3 表1-1, 表1-2

表1-1 平成15年と平成29年の身長比較

(単位：cm)

年齢(歳)	男児		女児	
	平成15年	平成29年	平成15年	平成29年
1	80.2	78.6	78.6	76.8
2	88.6	89.4	88.8	87.9
3	96.4	95.8	95.3	93.8
4	104.2	102.3	102.9	102.8
5	110.8	108.3	110.8	109.1

資料：厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査結果」

表1-2 平成15年と平成29年の体重比較

(単位：kg)

年齢(歳)	男児		女児	
	平成15年	平成29年	平成15年	平成29年
1	10.9	10.4	10.5	9.9
2	12.9	12.5	12.8	12.2
3	14.8	14.3	14.5	13.9
4	16.8	16.5	15.9	16.0
5	19.5	19.5	18.0	17.9

資料：厚生労働省「平成29年国民健康・栄養調査結果」

第1章 子どもの健康と食生活の意義

P3 表1-3

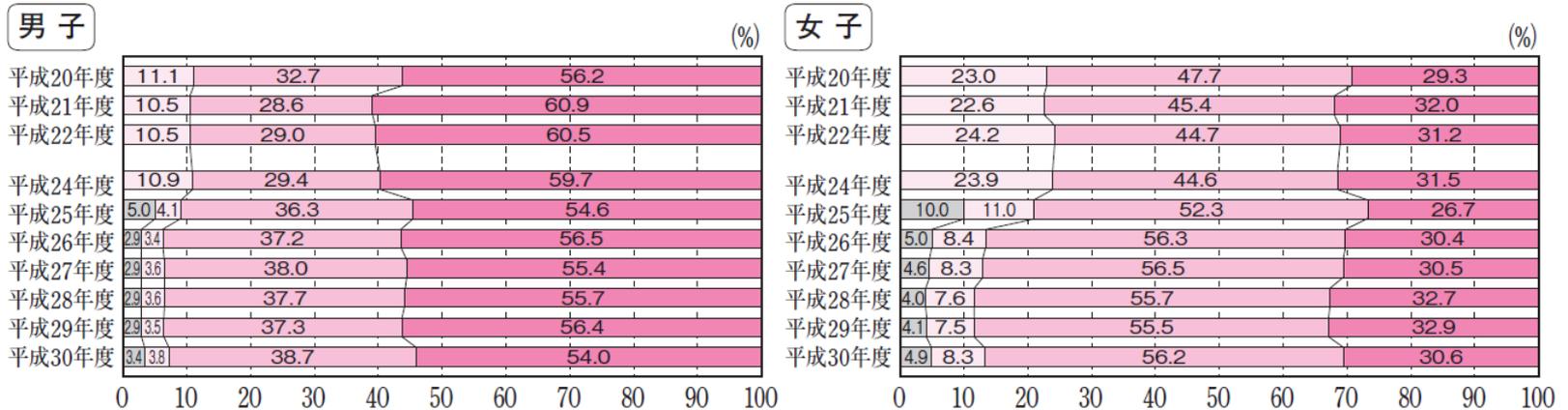
表1-3 親の世代と現在の子どもたちの運動能力の比較

	男子		女子	
	親の世代	現在の子ども	親の世代	現在の子ども
身長(cm)	143.2	145.5	145.5	147.1
50m走(秒)	8.8	8.8	9	9.1
ソフトボール投げ(m)	34	27.9	20.5	16.8

資料：スポーツ庁「平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」

第1章 子どもの健康と食生活の意義

P4 図1-4



※平成20～24年度は、旧算出基準による。平成25～30年度は、各曜日の運動時間の合計。

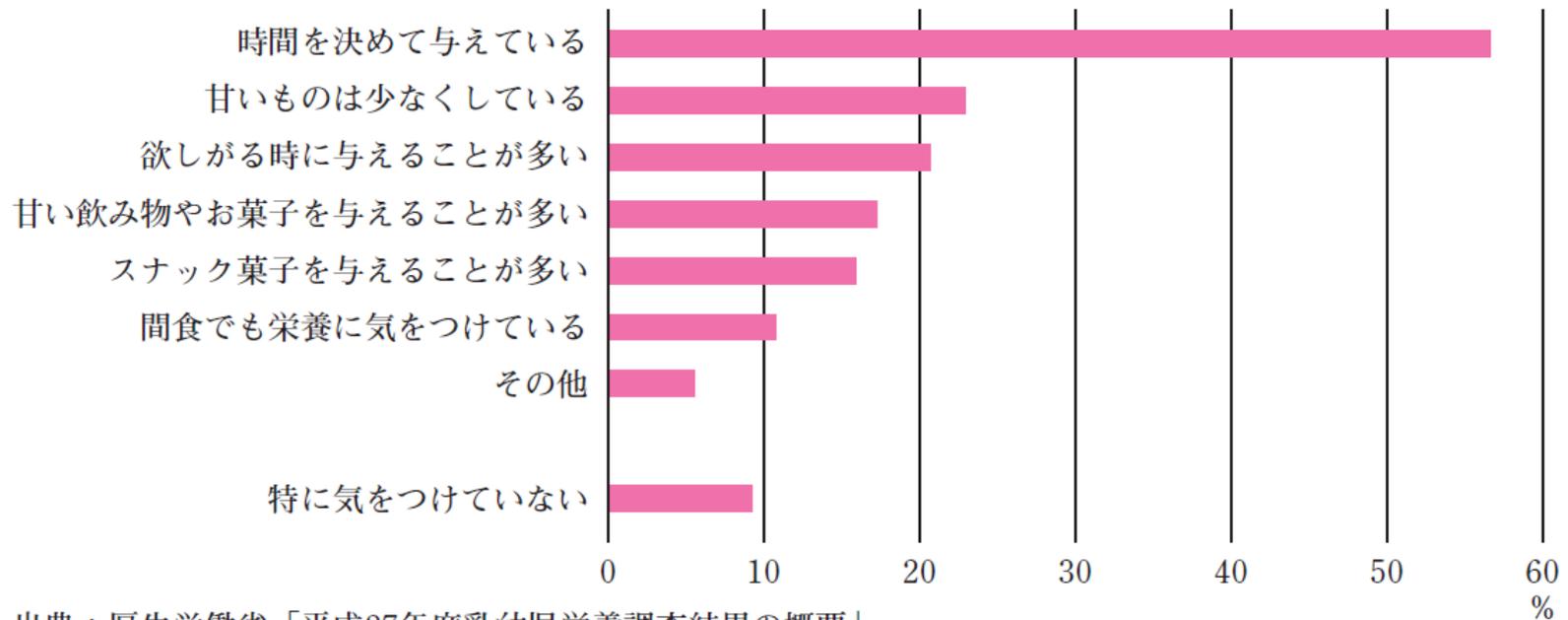


(出典) スポーツ庁「平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書」

図1-4 1週間の総運動時間の経年変化

第1章 子どもの健康と食生活の意義

P6 図1-5



出典：厚生労働省「平成27年度乳幼児栄養調査結果の概要」

図1-5 間食で注意していること

第1章 子どもの健康と食生活の意義

P7 表1-4

表1-4 1～6歳児の栄養素摂取の実態－食事摂取基準との比較－

	男子		女子	
	食事摂取基準 (2020年版)	2018年調査結果 (() 内は摂取基準 との比較%)	食事摂取基準 (2020年版)	2018年調査結果 (() 内は摂取基準 との比較%)
エネルギー (kcal/日)	1,300	1,268 (97.5%)	1,250	1,184 (94.7%)
たんぱく質 (%)	13～20	14.3	13～20	14.1
脂質 (%)	20～30	28.3	20～30	28.8
炭水化物 (%)	50～65	56.1	50～60	52.9
食物繊維 (g/日)	8以上	8.8 (110%)	8以上	8.2 (103%)
食塩相当量 (g/日)	3.5未満	5.5 (157%)	3.5未満	5.0 (143%)
カルシウム (mg)	600	413 (68.8%)	550	381 (69.3%)

資料：厚生労働省「日本人の食事摂取基準（2020年版）」「平成30年国民健康・栄養調査」