

## NEWS

### 実態調査

### 《 今の子供は「鉄」不足 》

子供の発育に不可欠な「鉄」の不足を感じているものの

**親の約 50% が“取り組みができていない”！**

株式会社 永谷園(社長:飯塚 弦二郎、東京都港区)は、子供の栄養に関する実態調査を実施しましたので、ご報告申し上げます。近年弊社では健康志向の商品を多数展開しています。特に女性やお子さまの健康を考える中で「鉄」の重要性に着目し、今回はお子さまがいらっしゃる家庭での栄養素としての重要性の認識や日々の生活実態について調査いたしました。

#### 【調査概要】

- ・調査期間 : 2018年1月18~19日
- ・調査対象者 : 3~8才のお子さまがいらっしゃる男女208名
- ・調査地域 : 全国
- ・調査方法 : インターネット調査

#### 【調査結果のポイント】

- ① 《鉄》が「お子さまの発育に大切な栄養素」であることを60%以上が認知。
- ② しかし、《鉄》が足りていると思っている割合は約20%でしかない。
- ③ にもかかわらず、食生活の工夫として「とくに意識して取り組んでいない」が、約50%で、カルシウムに比べると、約4倍！！

**【調査詳細】**

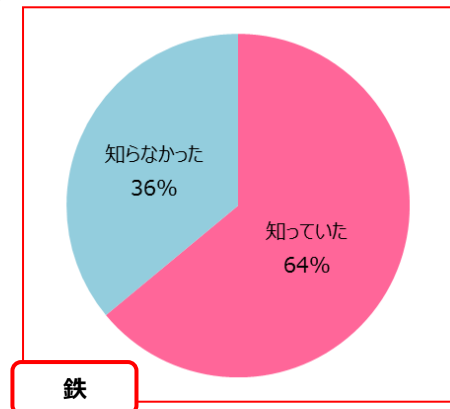
**「現在足りてないと思う栄養素」・・・《鉄》は第2位**

「お子さまに積極的に摂らせたい栄養素」を調査したところ、表1の順位となり第1位は「カルシウム」という結果でした。今回着目している「鉄」については、第4位という結果でビタミン等よりも上位となりました。

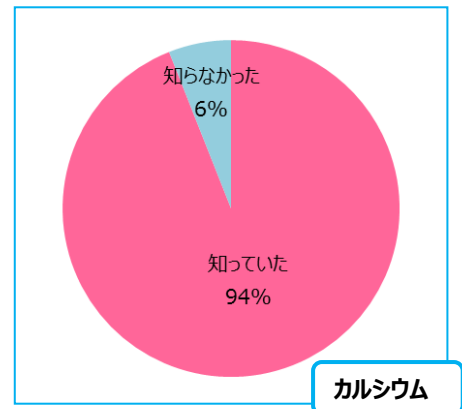
また、「お子さまの成長・発育に大切な栄養素」について鉄・カルシウムそれぞれの認知度を調査したところ、「よく知っていた」「そこそこ知っていた」の合計が鉄では64%、カルシウムは94%となり(図1)、「鉄」の重要性についての認識は高いといえます。

お子さまに積極的に摂らせたい栄養素	
第1位	カルシウム
第2位	DHA
第3位	たんぱく質
第4位	鉄
第5位	ビタミンC

【表1: お子さまに積極的に摂らせたい栄養素】



【図1: お子さまの成長・発育に大切な栄養素であることを知っていたか?】



カルシウム

一方で、「お子さまに現在足りてないと思う栄養素」については、第1位が「DHA」、第2位が「鉄」という結果となり、『重要なのに足りていない』という現状がわかりました。(表2)

実際に、鉄の推奨量と実際の摂取量を比較すると、子供(男女)で28%不足しているというデータ(図2/※)があり、鉄不足の認識と実態は合致しているといえます。

※)厚生労働省 国民健康・栄養調査 平成27年度/日本人の食事摂取基準2015年度版よりビタミン・ミネラルについての当社算出値

お子さまに現在足りてないと思う栄養素	
第1位	DHA
第2位	鉄
第3位	カルシウム
第4位	(わからない)
第5位	ビタミンC

【(上)表2: お子さまに現在足りてないと思う栄養素】



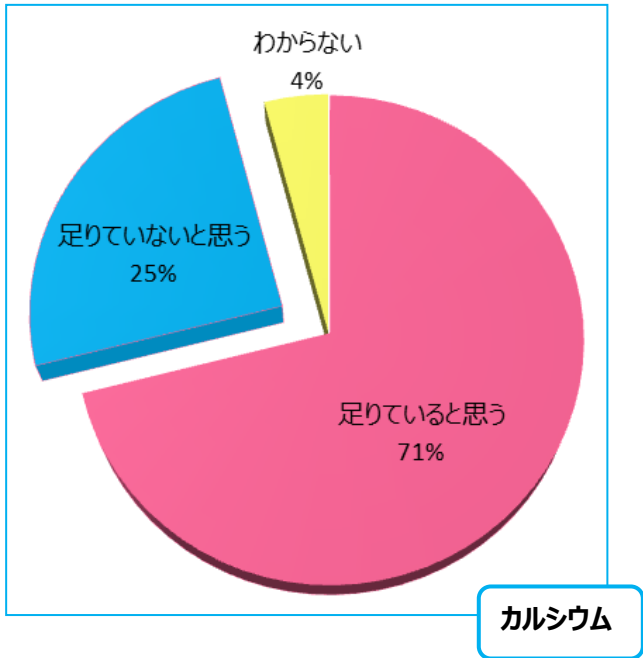
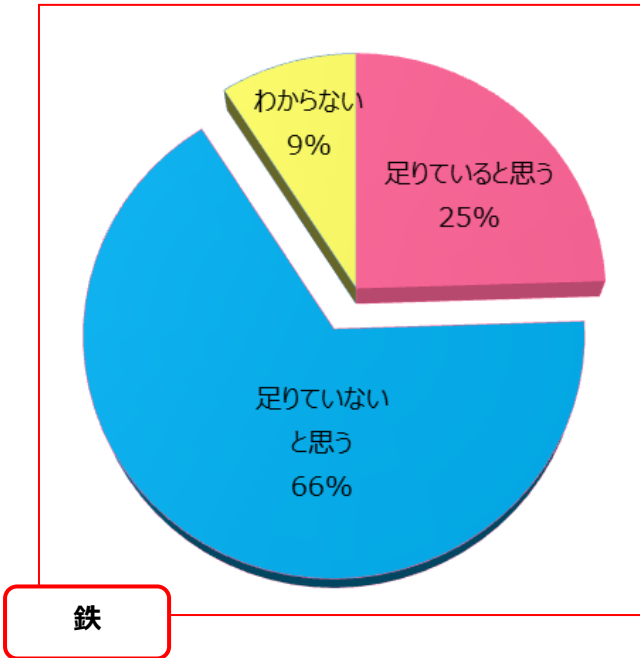
【(右)図2: 鉄の推奨量と実際の摂取量】

では、「鉄不足」の認識や実態がある中で、どのように対策がされているのかを「積極的に摂らせたい栄養素」第1位のカルシウムと鉄で比較していきます。

① 普段の食事で足りていない：鉄 66%、カルシウム 25%

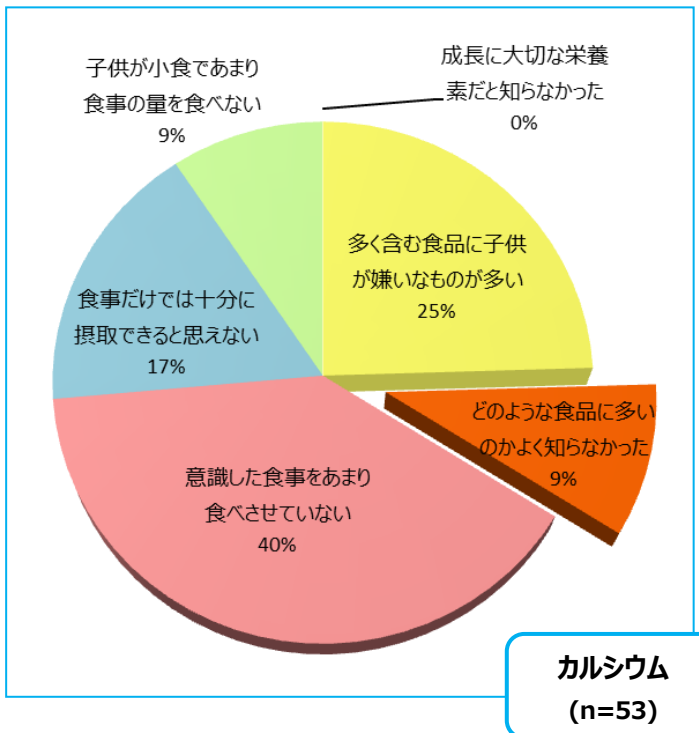
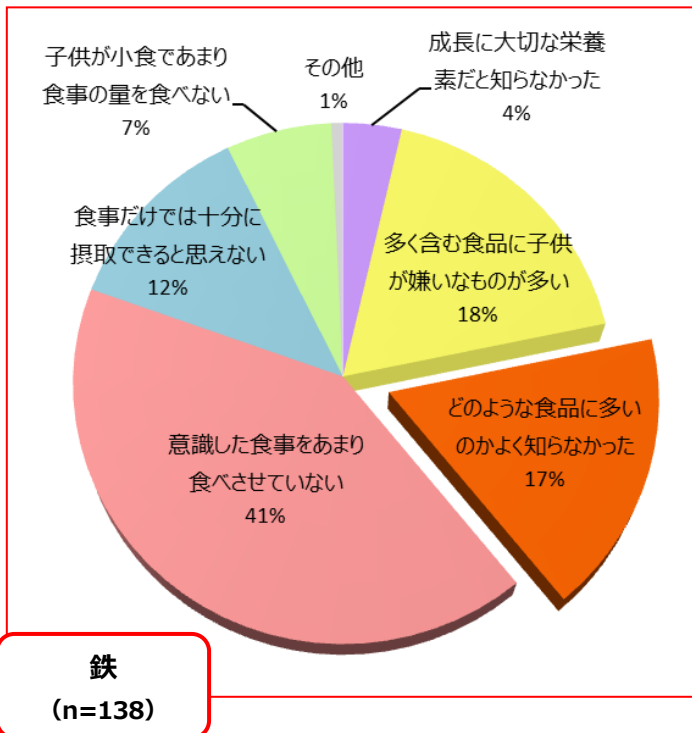
鉄・カルシウムについて、「お子さまの普段の食事で足りているか」の設問では、《鉄》で 66%、《カルシウム》で 25%の方が足りていないと回答しました。ここでも鉄不足への認識が現れる結果となりました。

※足りていると思う：「十分に足りていると思う」「ほぼ足りていると思う」合計値  
 足りていないと思う：「あまり足りていないと思う」「全く足りていないと思う」合計値



② 足りていない理由：「どの食品に多いかよく知らない」が、鉄はカルシウムの約 2 倍！

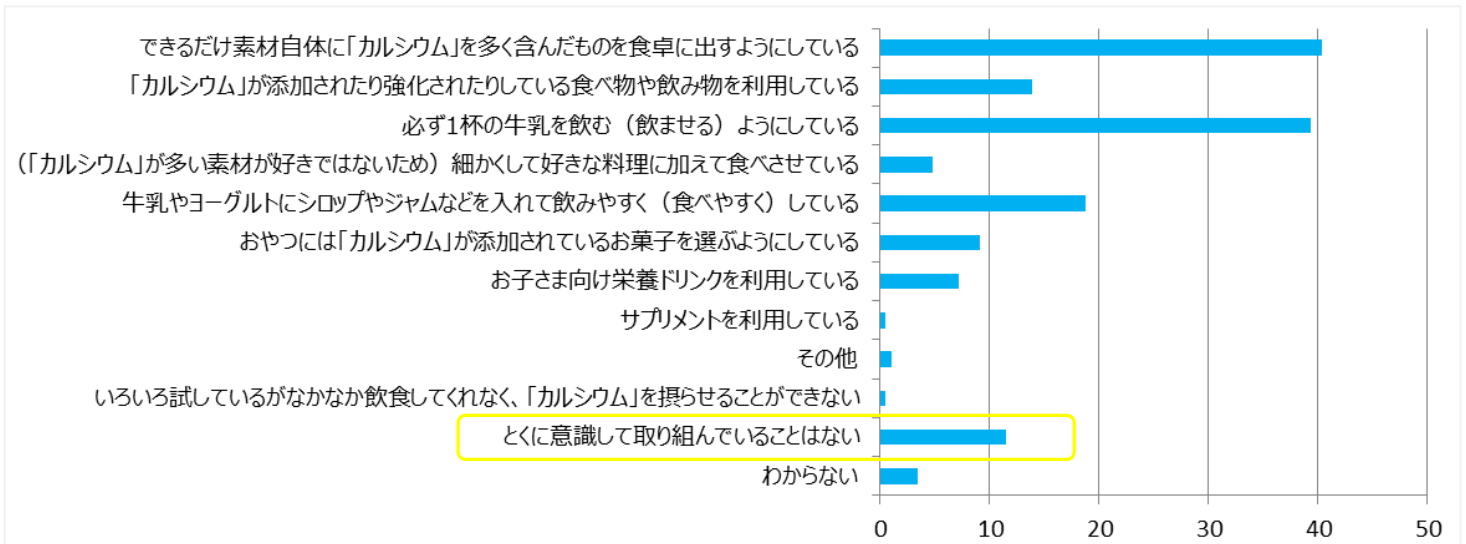
①の設問で「足りていない」と回答した方に「足りていないと回答した理由」を問う設問では、鉄・カルシウムどちらも「鉄/カルシウムを意識した食事をあまりたべさせていないから」、「鉄/カルシウムを多く含む食品(食材)に子供が嫌いなものが多いから」という回答が上位という結果になりました。鉄で第3位となった「どの食品(食材)に鉄が多いのかよく知らなかったから」という項目は、カルシウムの約 2 倍の結果でした。この結果より、鉄を含む食事を与えたい場合でも、どの食品(食材)を使用すればよいのかに迷いがあることが推測されます。



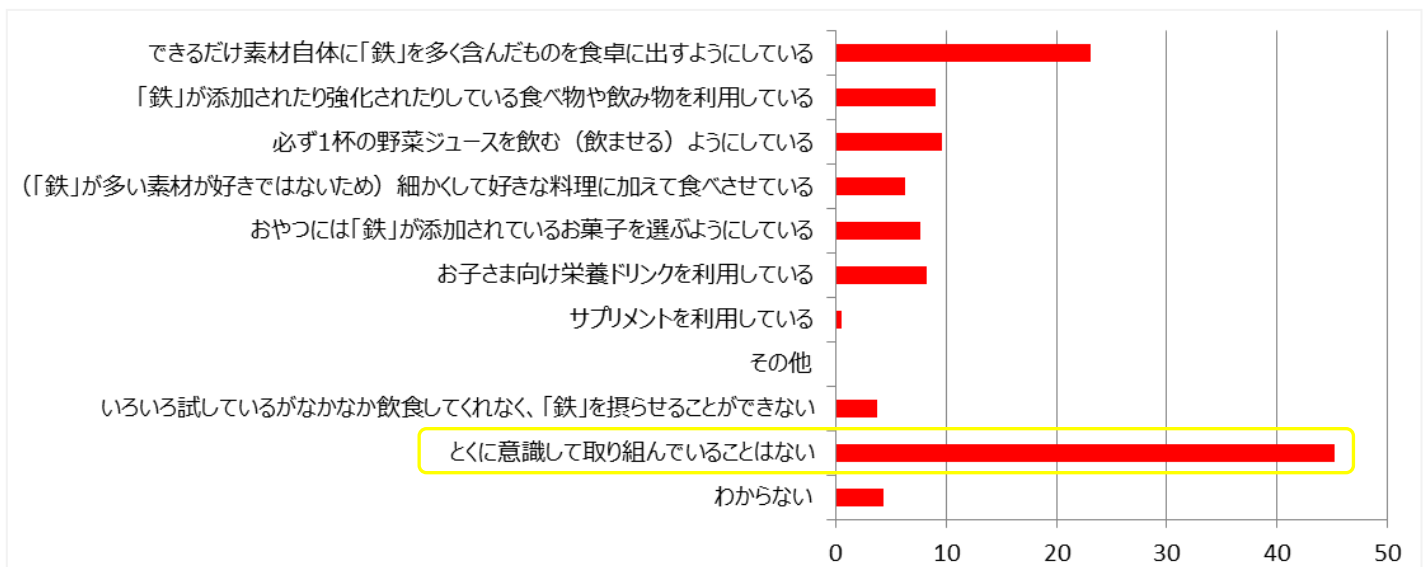
③お子さまに摂取させるための工夫として「特に意識して取り組んでいない」が、鉄はカルシウムの約4倍！！

できるだけお子さまが鉄/カルシウムを摂れるよう工夫している(取り組んでいる)ことを問う設問では、鉄とカルシウムでは大きな差が見られました。

まず、《カルシウム》では『できるだけ素材自体に「カルシウム」を多く含んだものを食卓に出すようにしている』『必ず1杯の牛乳を飲む(飲ませる)ようにしている』『牛乳やヨーグルトにシロップやジャムなどを入れて飲みやすく(食べやすく)している』が上位となりました。



一方、《鉄》では『とくに意識して取り組んでいることはない』が過半数を獲得し第1位という結果に。次いで『できるだけ素材自体に「鉄」を多く含んだものを食卓に出すようにしている』『必ず1杯の野菜ジュースを飲む(飲ませる)ようにしている』と続きましたが、カルシウムに比べると低い値です。



この結果より、カルシウムは手軽に日頃の食生活に取り入れられるものの、鉄は栄養素としての重要性を認識してはいるものの、日頃の食生活で取り入れにくく対策が出来ていない現状がうかがえます。

## 【永谷園の今後の取り組み】

これまで弊社では主に女性をターゲットとした商品に「鉄」を加えた栄養機能食品等として、多数展開してまいりました。「鉄」は女性のみならず、子供の成長においても大切な栄養素であるという認識を新たにし、親子で楽しめる青汁を開発しました。

鉄をプラスした粉末タイプ「子供と一緒においしい！フルーツ青汁」(税抜 900 円)を、2018 年 2 月 19 日(月)より全国で新発売いたします。

国産大麦若葉と 8 種の国産野菜、3 種のフルーツを使用した、お子さまでも飲みやすい青汁です。着色料・甘味料不使用に加えて、女性やお子さまに不足しがちな鉄が入った栄養機能食品なので、親子の健やかな毎日を応援する商品です。水はもちろん、牛乳で割るのもオススメです、子供に摂らせたい栄養素を手軽に食事に取り入れられる一品としてお使いいただけます。



## お問い合わせ先

お客様からのお問い合わせ先: (株)永谷園 お客様相談室

Tel. 0120-919-454

報道各位からのお問い合わせ先: (株)永谷園ホールディングス 広報部

Tel. 03-3432-2519