

平均身長の今昔 100年前と今

下のグラフは約100年前と現代の子どもの身長を比較したものです。100年間でずいぶん体格が良くなりました。経済成長とともに食生活が大きく変わったことが要因と考えます。豊かな食生活で子どもたちの健康状態も良くなったはずですが…。

近年は好きなものを自由に食べることによる偏り、脂肪やカロリーの摂り過ぎ、野菜不足などの課題が指摘されています。群馬県教育委員会では生活習慣病予防対策指針を定め、バランスのとれた食事、適度な運動、休養・睡眠等、健康的な生活習慣を身につけられるよう学校・家庭・関係機関で一体となって取り組むこととしています。子ども時代の生活習慣が生涯の健康を作っています。毎日の生活を振り返ってみましょう。裏面の「生活習慣病を防ごう!」をご覧ください。



文部科学省学校保健統計調査の運動能力調査をもとに制作しています。1912年～の統計データがなく1920年のデータを利用しているため、厳密には100年前ではありません(2011年当時から1920年は91年前になります)。

<少年写真新聞社提供>

