

ギー必要量に応じて修正して用いることとしている。しかし、女児ではエネルギー必要量が少ないために、算出される値が大きくなる。そのため、後述するカリウムと同様、参照体重を用いて外挿した。

WHO の提案する 5 g/日未満を、目標量算出のための参照値とした。次に、成人（18 歳以上男女）における参照体重の平均値（58.4 kg）と性別及び年齢区分ごとの参照体重を用い、その体重比の 0.75 乗を用いて体表面積を推定する方法により外挿し、性別及び年齢区分ごとに目標量を算定した。ただし、ナトリウム摂取量及び参照体重の平均値には、性別及び年齢区分（全 8 区分）における値の単純平均を用いた。

具体的には、

$$5 \text{ g/日} \times (\text{性別及び年齢区分ごとの参照体重 kg} \div 58.4 \text{ kg})^{0.75}$$

とした。次に、この方法で算出された値と現在の摂取量の中央値（平成 28 年国民健康・栄養調査）の中間値を小児の目標とした。

表 1 ナトリウムの目標量（食塩相当量：g/日）を算定した方法

性別	男性				女性			
年齢（歳）	(A)	(B)	(C)	(D)	(A)	(B)	(C)	(D)
1～2	1.5	4.1	2.8	3.0	1.4	4.2	2.8	3.0
3～5	1.9	5.2	3.6	3.5	1.9	5.4	3.7	3.5
6～7	2.4	6.7	4.6	4.5	2.4	6.7	4.5	4.5
8～9	2.9	7.5	5.2	5.0	2.8	7.6	5.2	5.0
10～11	3.4	8.7	6.1	6.0	3.5	8.4	6.0	6.0
12～14	4.4	9.8	7.1	7.0	4.3	8.5	6.4	6.5
15～17	5.1	10.1	7.6	7.5	4.6	8.2	6.4	6.5
18～29	5.0	9.6	7.3	7.5	5.0	8.2	6.6	6.5
30～49	5.0	10.0	7.5	7.5	5.0	8.3	6.7	6.5
50～64	5.0	10.5	7.8	7.5	5.0	8.9	7.0	7.0↓
65～74	5.0	10.7	7.9	8.0↓	5.0	9.2	7.1	7.0↓
75以上	5.0	10.1	7.6	7.5	5.0	8.8	6.9	7.0↓

(A) 2012 年の WHO のガイドライン³⁾ が推奨している摂取量（この値未満）。

小児（1～17 歳）は参照体重を用いて外挿した。

(B) 平成 28 年国民健康・栄養調査における摂取量の中央値。

(C) (A) と (B) の中間値。

(D) (C) を小数第一位の数字を 0 又は 5 に丸めた値。↓はその後、下方に（8.0 を 7.5 に、又は 7.0 を 6.5 に）平滑化を施したことを示す。これを目標量とした。