

調査結果

(クロス集計)

1 朝食と生活習慣等との関連

朝食を「必ず毎日食べる」児童生徒は、早寝、早起きの望ましい生活習慣が身に付いており、食に関する意識が高い傾向。

朝食を「ほとんど食べない」と回答した児童生徒は、「必ず毎日食べる」、「食べないことがある」児童生徒に比べて、午前7時30分以降に起床している割合が高く、小学校児童で6.5%、中学校生徒で14.8%であった（図 - 1 - 1参照）。目覚めの状態では、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒が、「食べないことがある」、「ほとんど食べない」児童生徒に比べて、「すっきりと目が覚めた」、「少し眠かった」の割合が高かった（図 - 1 - 3参照）。

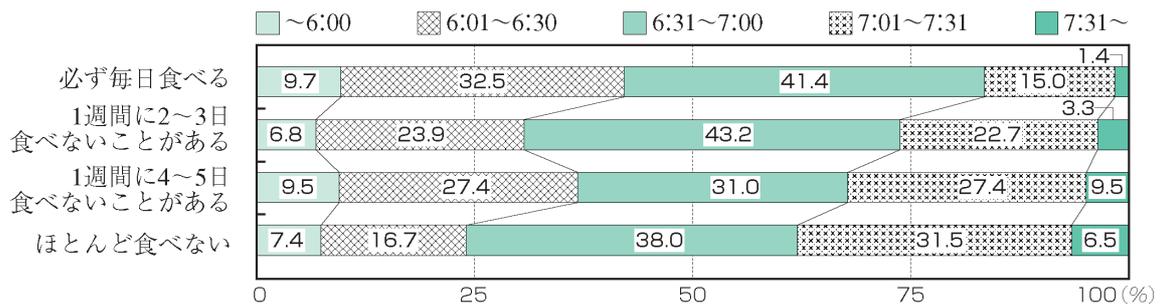
朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒の56.9%が食事のときに「いつもあいさつをする」と回答したが、「食べないことがある」、「ほとんど食べない」では、40%前後であった。また、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒において「いつもしない」の回答が、「必ず毎日食べる」または、「食べないことがある」児童生徒に比べて、割合が高かった（図 - 1 - 4参照）。

「食事のときに嫌いな食べ物をどうするか」の問いに対して、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒は「がまんして食べる」の割合が高く、「食べない」の割合が低かったが、朝食を「ほとんど食べない」児童生徒は、「食べない」の割合が高く、「学校では食べるが家では食べない」の割合が高かった（図 - 1 - 5参照）。

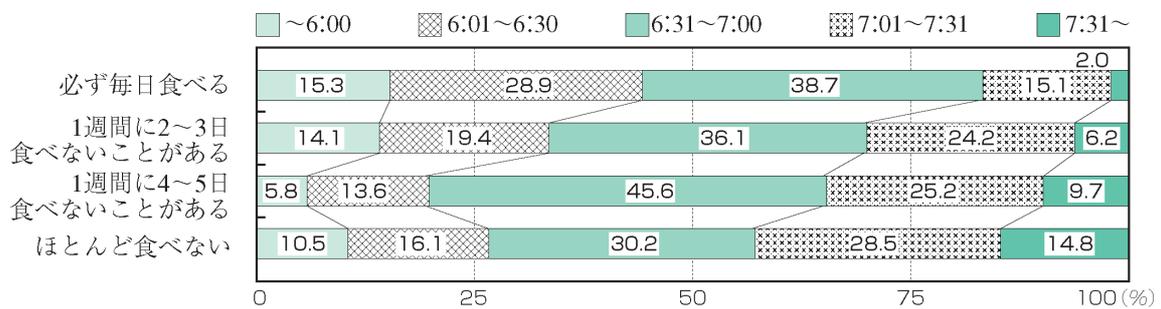
「ジュースを飲みすぎない」、「お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」、「楽しく食べる」といった食事に気をつけているかとの質問に対しては、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒は、気をつけている割合が高かった（図 - 1 - 6、7、8参照）。

就寝時刻では、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した小学校児童において、23時以前に就寝している割合が88.5%、「ほとんど食べない」では55.4%であった（図 - 1 - 9参照）。また、中学校生徒においては午前0時以降に就寝している割合が、「必ず毎日食べる」で14.7%、「ほとんど食べない」で43.3%であった（図 - 1 - 10参照）。就寝時刻が遅くなることにより、朝食欠食の傾向が高くなると考えられる。

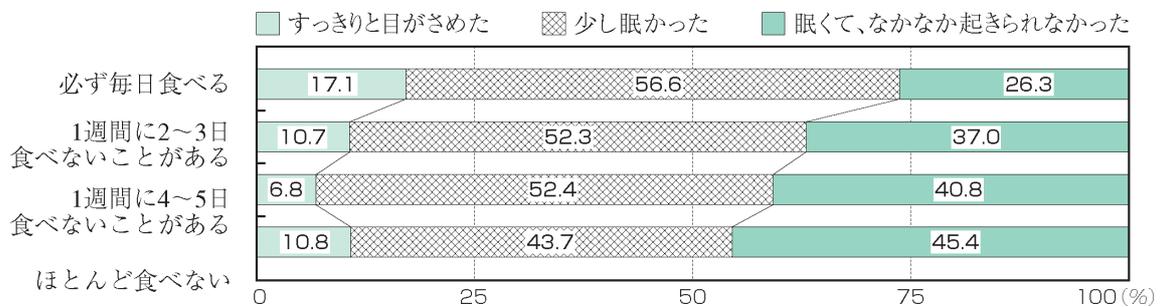
目覚めの状況と就寝時刻では、小学校児童では「すっきりと目覚めた」と回答した小学校児童の89.4%が午後11時以前に（図 - 1 - 11参照）、一方、中学校生徒では「すっきりと目覚めた」と回答した中学校生徒の85.5%が午前0時以前に就寝していた（図 - 1 - 12参照）。



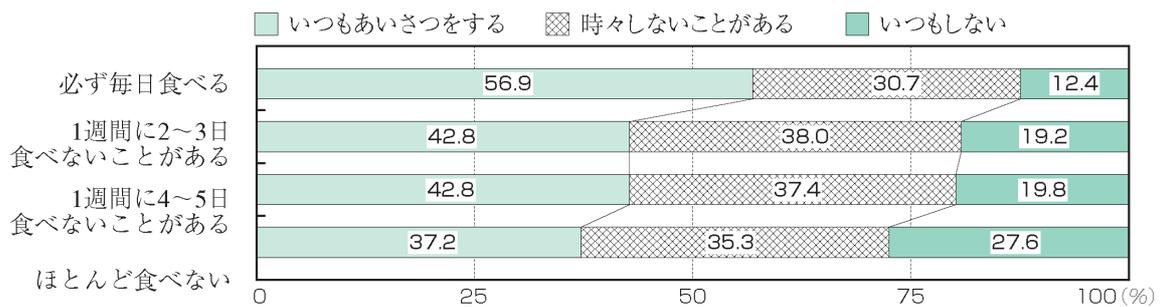
図V-1-1 「問12朝食摂取状況」と「問10(1)起床時刻」の関係（小学校）



図V-1-2 「問12朝食摂取状況」と「問10(1)起床時刻」の関係（中学校）

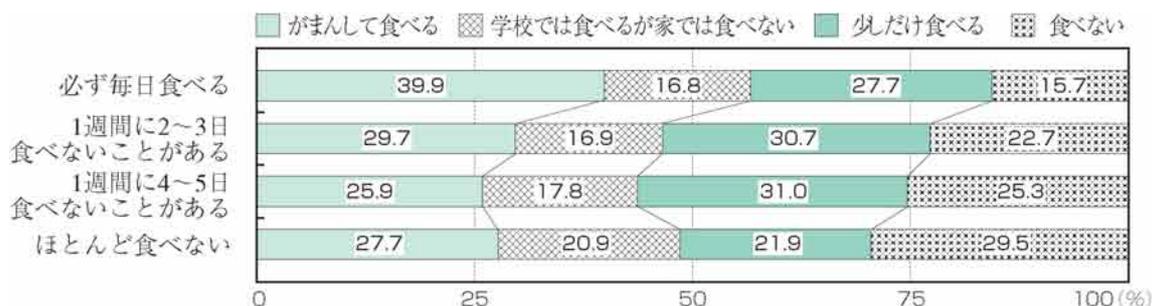


図V-1-3 「問12朝食摂取状況」と「問11目覚めの状態」の関係

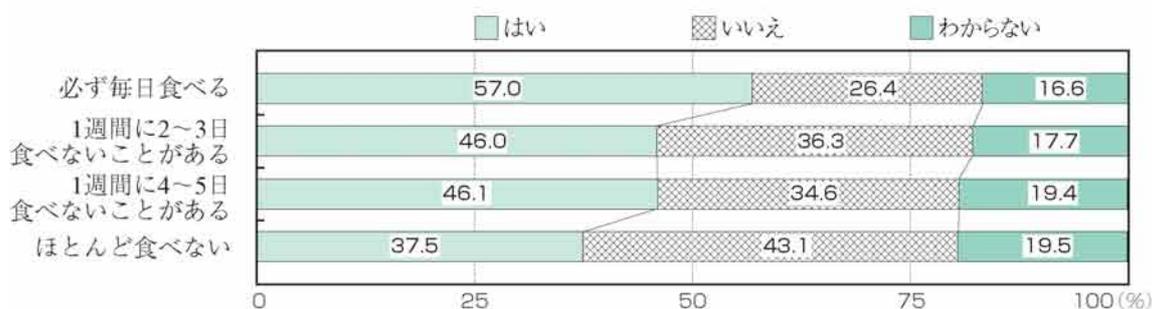


図V-1-4 「問12朝食摂取状況」と「問23食事の時のあいさつの頻度」の関係

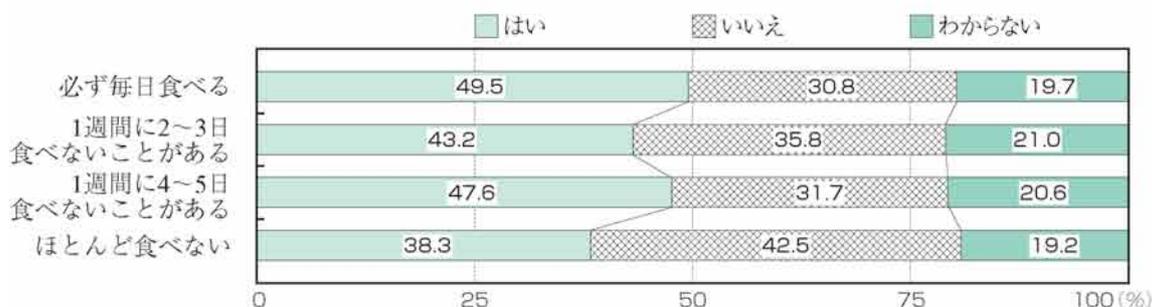
データP198参照



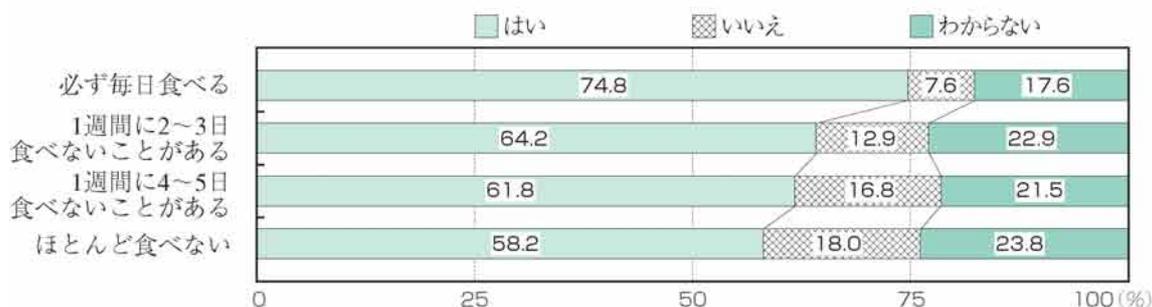
図V-1-5 「問12朝食を食べる頻度」と「問29食事のときらいな食べものをどうするか」の関係



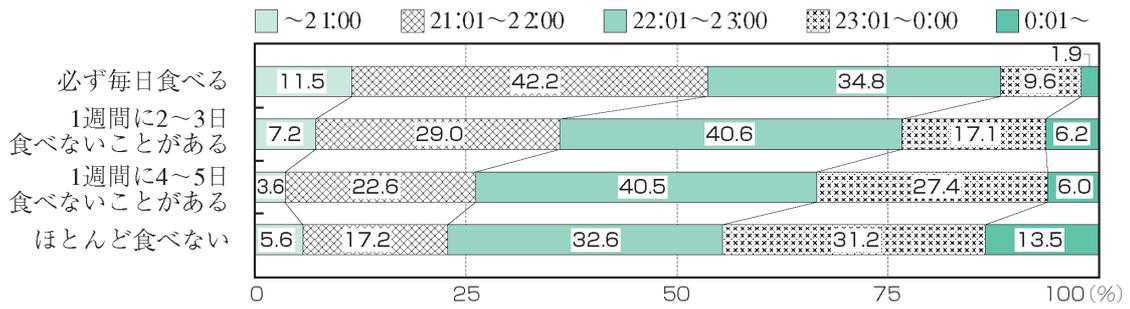
図V-1-6 「問12朝食摂取状況」と「問7(5)ジュース等を飲みすぎない」の関係



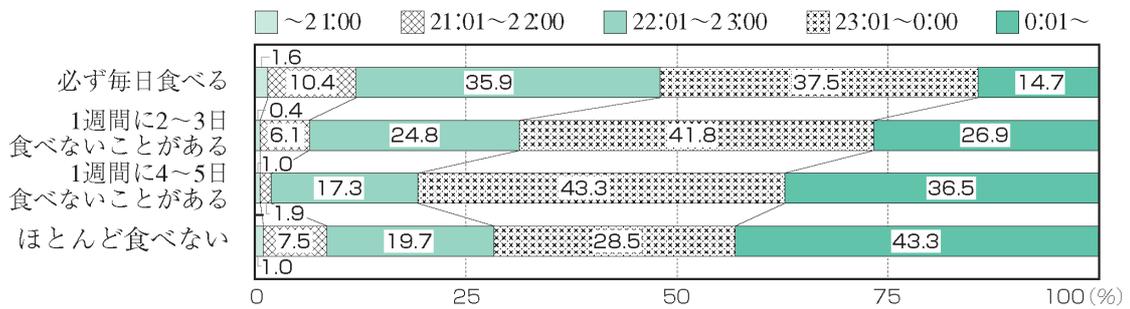
図V-1-7 「問12朝食摂取状況」と「問7(6)お菓子やスナック菓子を食べ過ぎない」の関係



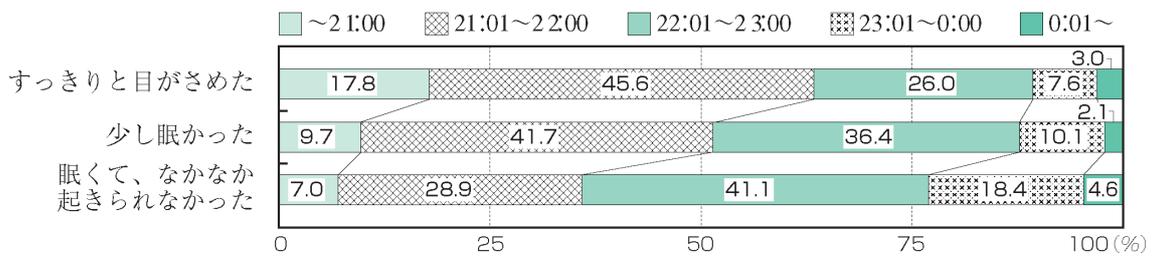
図V-1-8 「問12朝食摂取状況」と「問7(11)楽しく食べる」の関係



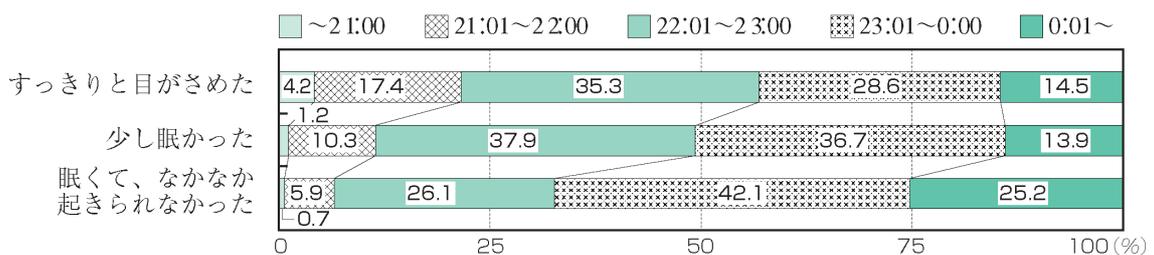
図V-1-9 「問12朝食摂取状況」と「問10(2)就寝時刻」の関係（小学校）



図V-1-10 「問12朝食摂取状況」と「問10(2)就寝時刻」の関係（中学校）



図V-1-11 「問11目覚めの状態」と「問10(2)就寝時刻」の関係（小学校）



図V-1-12 「問11目覚めの状態」と「問10(2)就寝時刻」の関係（中学校）

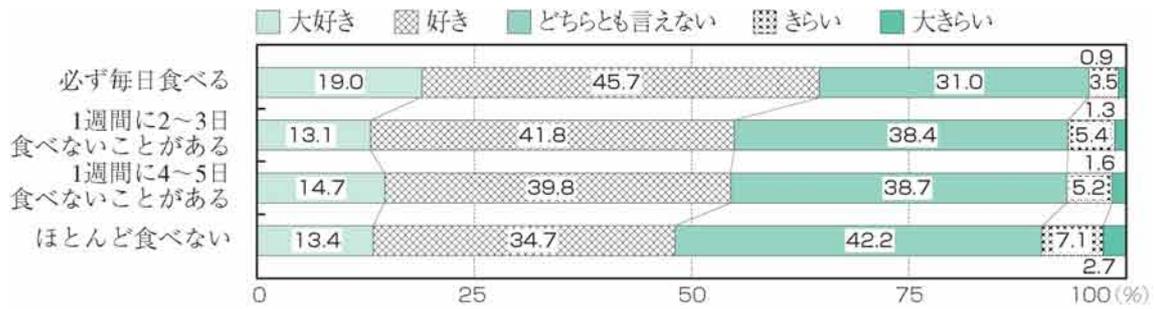
2 学校給食と生活習慣等との関連

学校給食を残す児童生徒は、朝食欠食や間食をする傾向が高い。
学校給食が好きな児童生徒は、望ましい食習慣を身につけている。

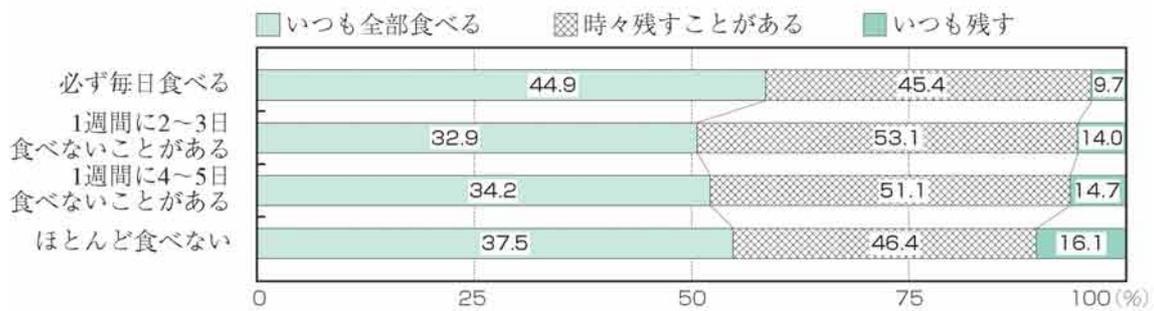
朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒は、「食べないことがある」、「ほとんど食べない」児童生徒に比べて、学校給食が「大好き」、「好き」である割合が高く64.7%を占めた（図 - 2 - 1参照）。また、学校給食の前に「おなかがすいている」児童生徒の割合が高く、学校給食で出されたものを「いつも全部食べる」と回答した割合も高かった（図 - 2 - 2、3参照）。朝食を「ほとんど食べない」と回答した児童生徒では、学校給食の前に「おなかがすいている」児童生徒も半数を超えていたが、「おなかがすいていない」とした回答も10.3%あった（図 - 2 - 3参照）。

学校給食を「大好き」、「好き」と回答した児童生徒は、朝食・夕食を「家族そろって食べる」割合が高く、「きれい」、「大きらい」と回答した児童生徒では、朝食・夕食を「一人で食べる」と回答した割合が高かった（図 - 2 - 6、7参照）。また、学校給食を「大好き」、「好き」と回答した児童生徒は「栄養のバランスを考えて食べる」、「できるだけ多くの食品を食べる」ことなどに気をつけて食事をしている割合が高かった（図 - 2 - 11、12、13、14参照）。

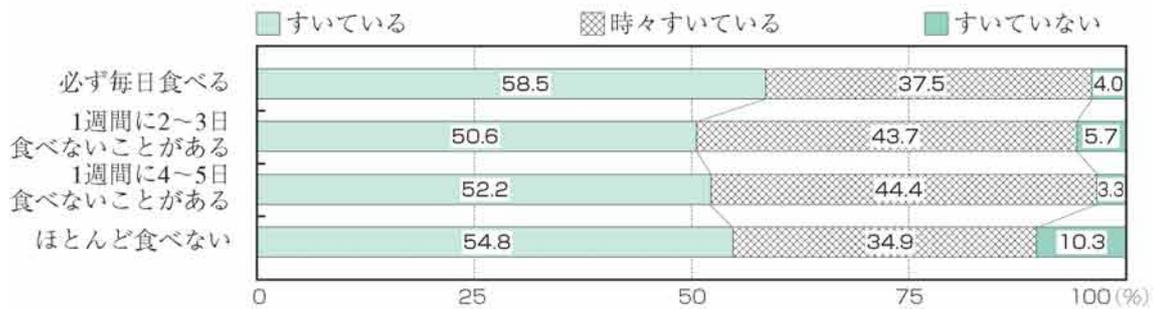
学校給食を「いつも全部食べる」と回答した児童生徒は、平日の就寝時刻が比較的早い傾向が認められた（図 - 2 - 5、6参照）。朝は「すっきりと目がさめた」とした者の割合も高く、朝食を「必ず毎日食べる」と回答した児童生徒が86.5%にのぼった（図 - 2 - 8参照）。学校給食を「いつも残す」児童生徒では平日の就寝時刻が午後11時以降であると回答した割合が高い（図 - 2 - 5参照）。朝は「眠くて、なかなか起きられなかった」児童生徒が41.6%おり（図 - 2 - 8参照）、23.5%の者が朝食を「食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した（図 - 2 - 9参照）。一方、学校給食を残す児童生徒は、帰宅から夕飯までに「間食をする」割合が高い傾向が認められた。また、学校給食を「いつも全部食べる」と回答した児童生徒は、「栄養のバランスを考えて食べる」、「できるだけ多くの食品を食べる」ことなどに気をつけて食事をしている割合が高かった。



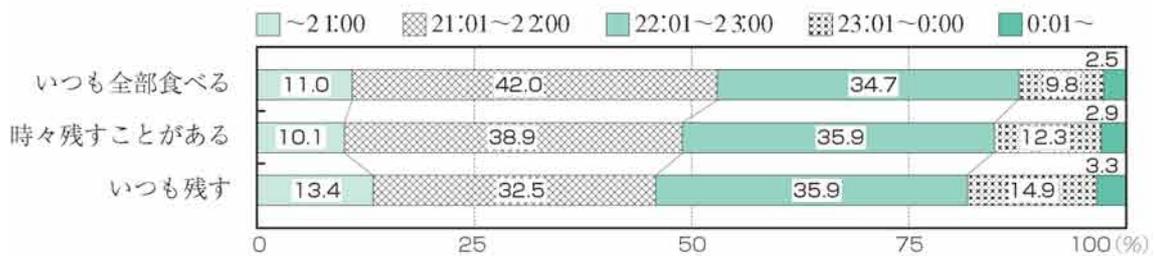
図V-2-1 「問12朝食を食べる頻度」と「問1学校給食の好き嫌い」の関係



図V-2-2 「問12朝食を食べる頻度」と「問5学校給食を食べる量」の関係

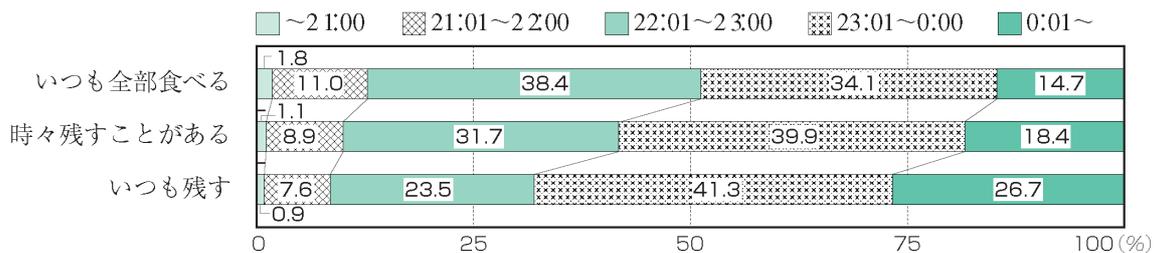


図V-2-3 「問12朝食を食べる頻度」と「問9学校給食前の空腹度」の関係

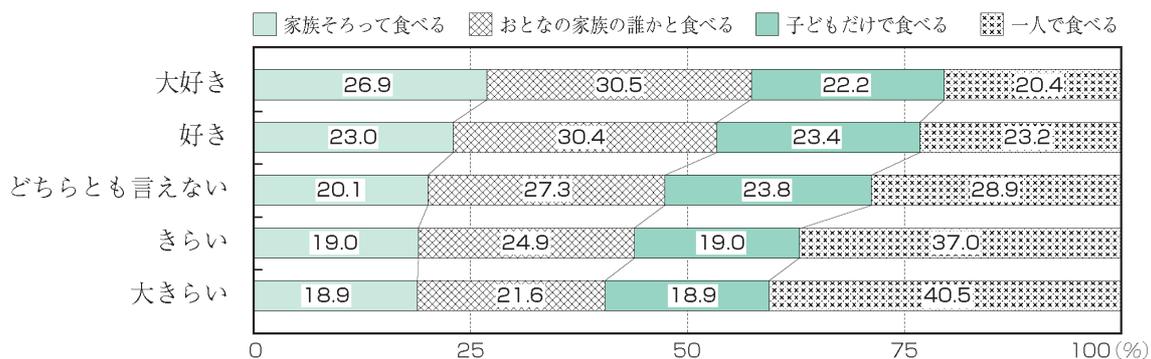


図V-2-4 「問5学校給食を食べる量」と「問10(2)平日の夜、寝る時刻」の関係 (小学校)

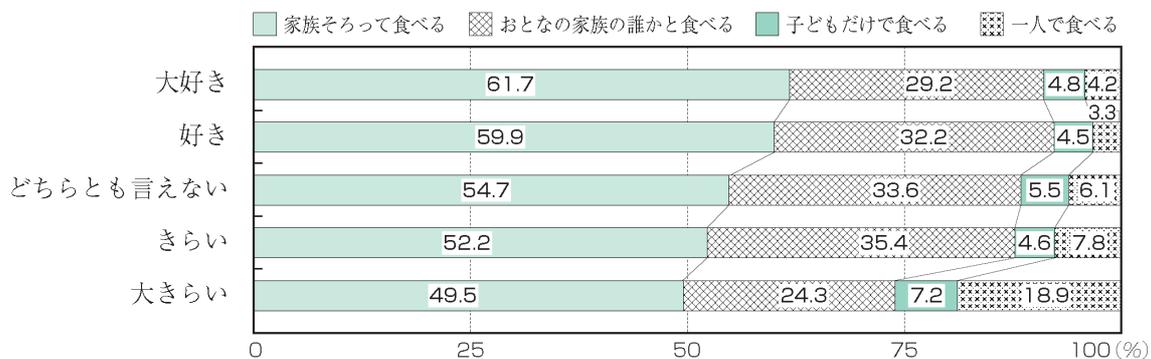
データP200参照



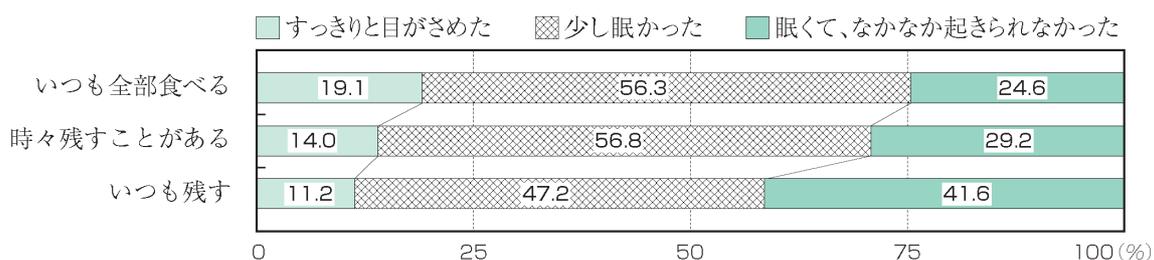
図V-2-5 「問5学校給食を食べる量」と「問10(2)平日の夜、寝る時刻」の関係（中学校）



図V-2-6 「問1学校給食の好き嫌い」と「問25(1)普段の朝食の取り方」の関係

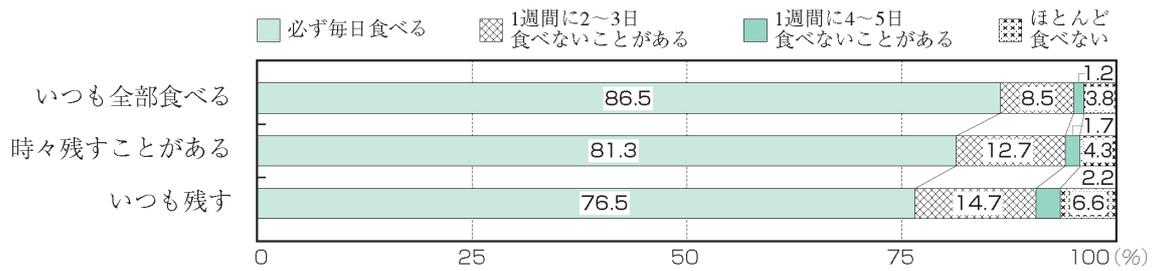


図V-2-7 「問1学校給食の好き嫌い」と「問25(2)普段の夕食の取り方」の関係

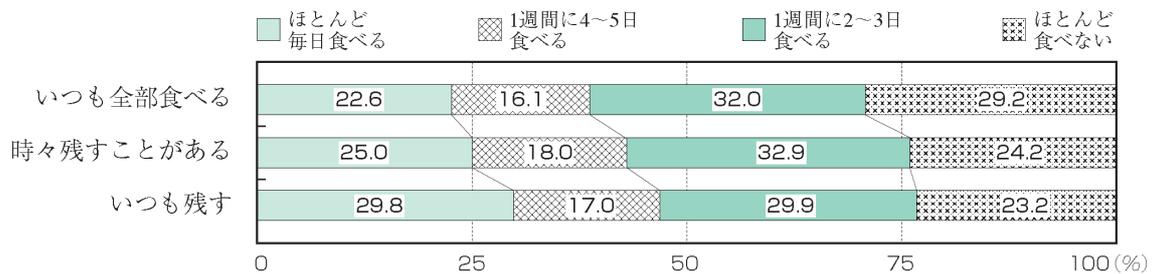


図V-2-8 「問5学校給食を食べる量」と「問11目覚めの状態」の関係

データP200参照

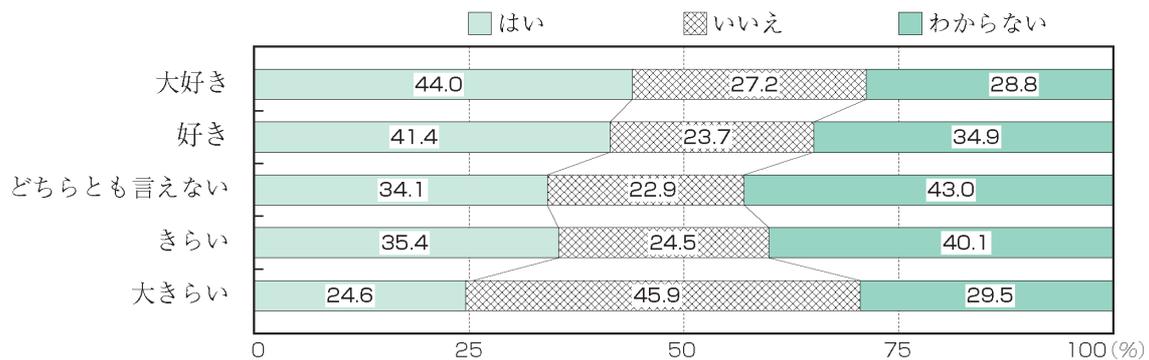


図V-2-9 「問5学校給食を食べる量」と「問12朝食を食べる頻度」の関係

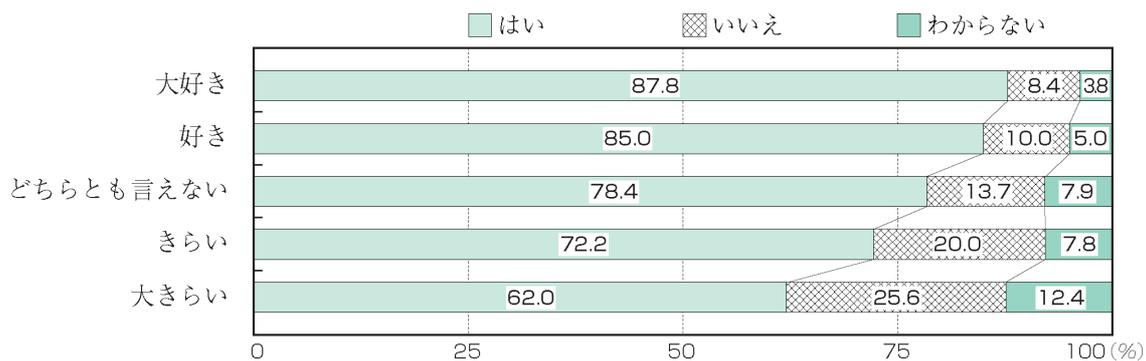


図V-2-10 「問5学校給食を食べる量」と「問16帰宅から夕食までに間食をする頻度」の関係

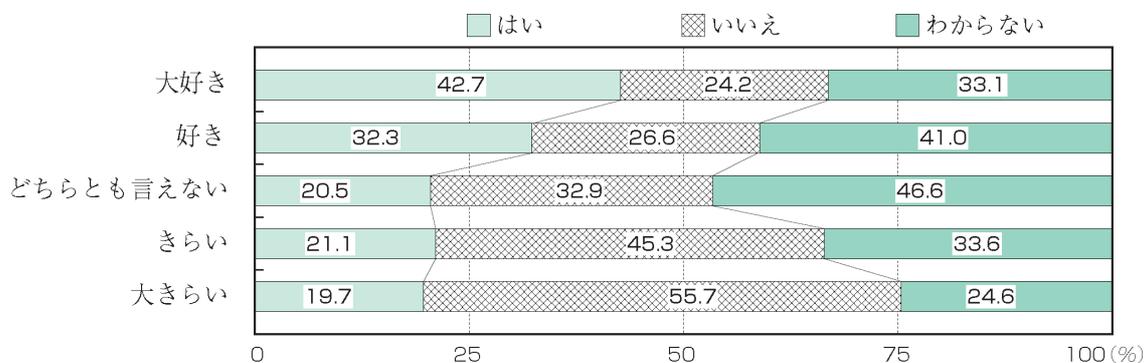
「問1学校給食の好き嫌い」と「問7次のことに気をつけて食事をしているか」の関係



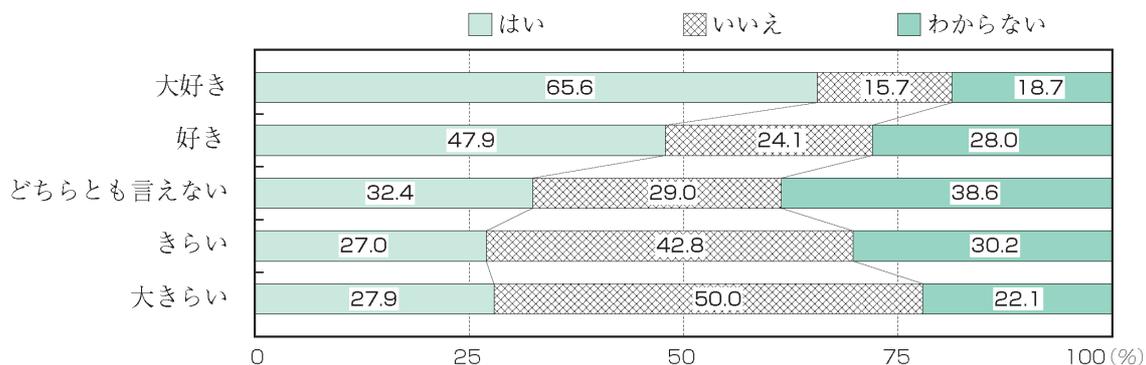
図V-2-11 「問1学校給食の好き嫌い」と「問7(1)食事はゆっくりとよくかんで食べる」の関係



図V-2-12 「問1学校給食の好き嫌い」と「問7(2)朝・昼・夕三食必ず食べる」の関係

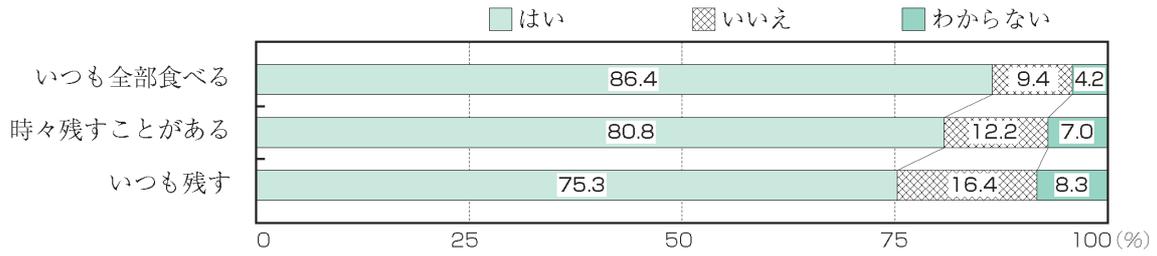


図V-2-13 「問1学校給食の好き嫌い」と「問7(3)栄養のバランスを考えて食べる」の関係

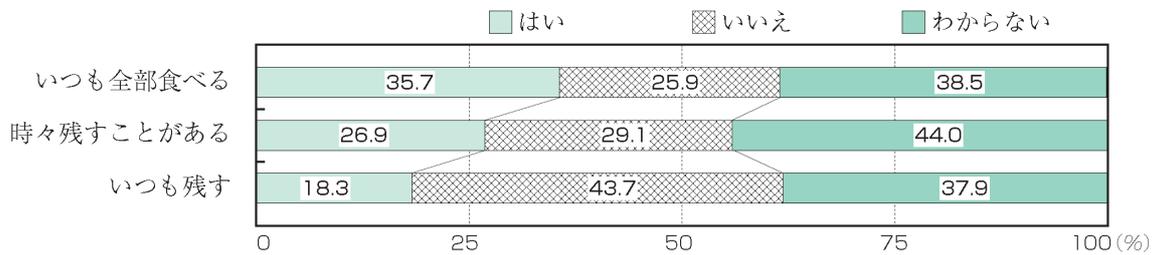


図V-2-14 「問1学校給食の好き嫌い」と「問7(4)できるだけ多くの食品を食べる」の関係

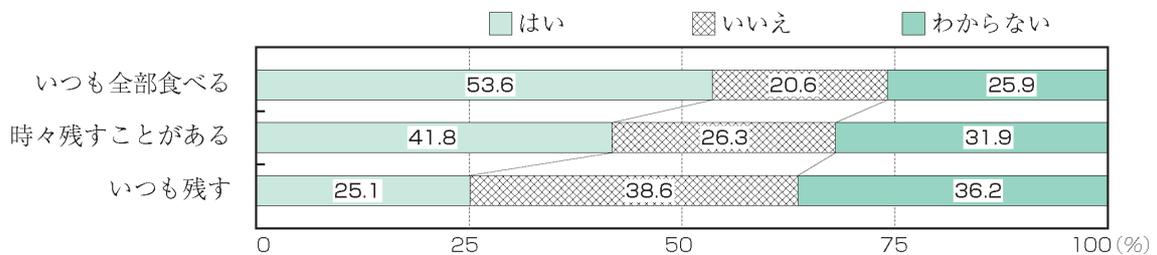
「問2学校給食を食べる量」と「問7 次のことに気をつけて食事をしているか」の関係



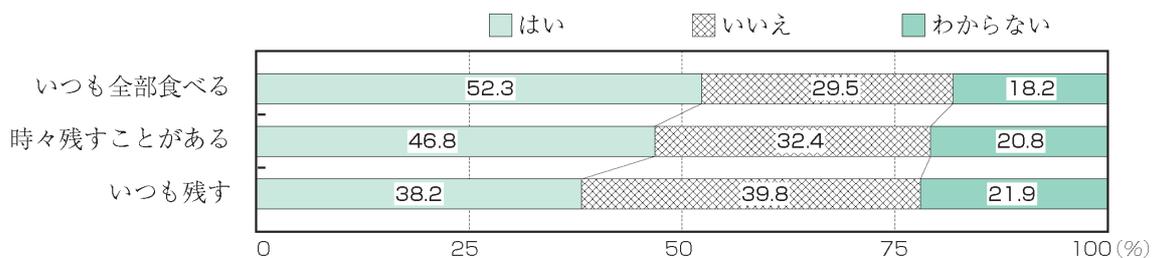
図V-2-15 「問2学校給食を食べる量」と「問7(2)朝・昼・夕三食必ず食べる」の関係



図V-2-16 「問2学校給食を食べる量」と「問7(3)栄養のバランスを考えて食べる」の関係



図V-2-17 「問2学校給食を食べる量」と「問7(4)できるだけ多くの食品を食べる」の関係



図V-2-18 「問2学校給食を食べる量」と「問7(6)お菓子やスナック菓子を食はずぎない」の関係