

IV 調査結果

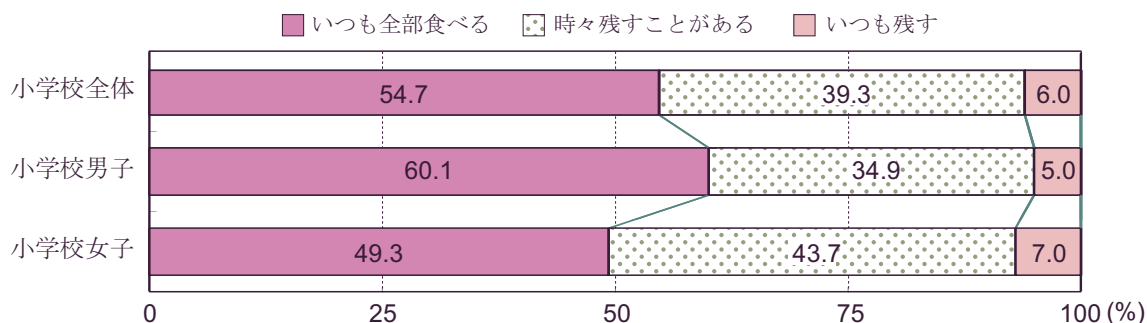
(単純集計)

児童生徒

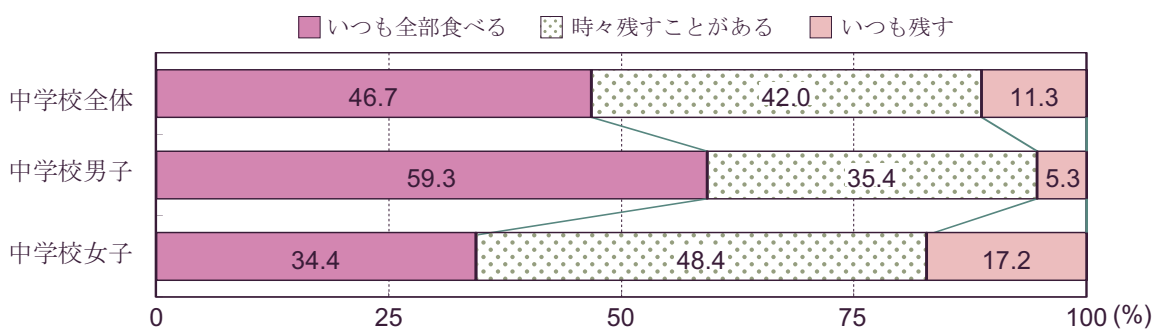
問1 あなたは、学校給食で出された食べものは全部食べますか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 いつも全部食べる 2 時々残すことがある 3 いつも残す

学校給食を「いつも全部食べる」と回答した児童生徒の割合は、小学校、中学校ともに女子よりも男子が多い。男女別に見ると男子では、小学校60.1%、中学校59.3%と、「いつも全部食べる」者の割合は、ほぼ同じである。しかし、女子については、小学校49.3%、中学校34.4%で、小学校よりも中学校の方が低くなっている。



図IV児-1-1 学校給食を全部食べるか（小学校 男女別）



図IV児-1-2 学校給食を全部食べるか（中学校 男女別）

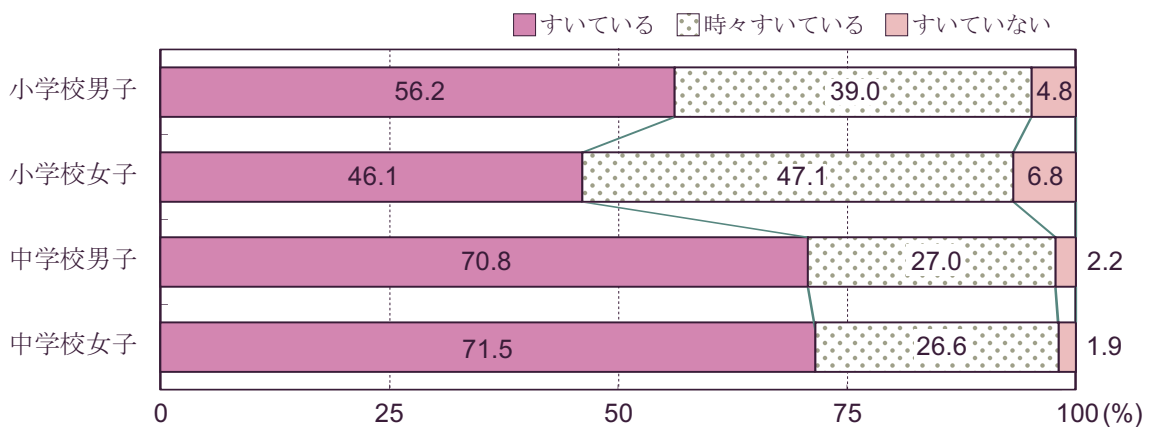
表P. 293参照

問2 あなたは、学校給食の前におなかがすいていますか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 すいている 2 時々すいている 3 すいていない

小学校では、学校給食の前におなかがすいている児童の割合は、男子で56.2%、女子で46.1%と、男子の方が高かった。

中学校では、男子70.8%、女子71.5%の生徒が「すいている」と答えており、男女の差がなく、小学校と比較すると中学校の方が学校給食の前におなかがすいている割合が高かった。



図IV児－2－1 学校給食の前におなかがすいているか

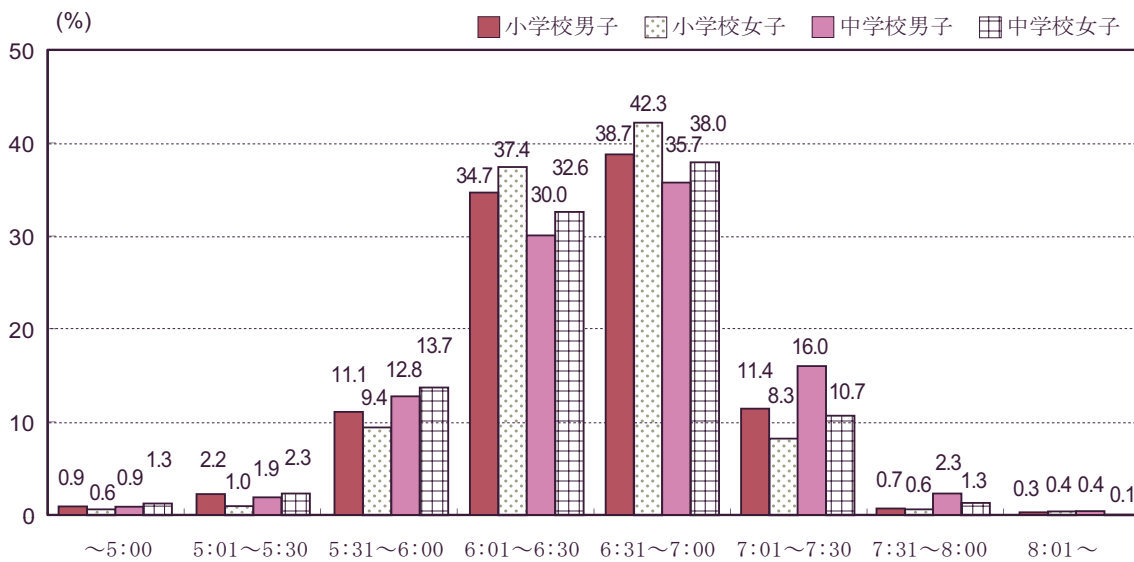
表P. 293参照

問3 あなたの、平日の「起床時刻」と「就寝時刻」は、だいたい何時ごろですか。

(1) 起床時刻

小学校、中学校の全ての区分で、6時31分から7時00分の時間帯で起きている児童生徒が多く、次いで6時01分から6時30分の時間帯が多かった。

また、7時01分以降に起きる児童生徒は、女子よりも男子に多い傾向がある。

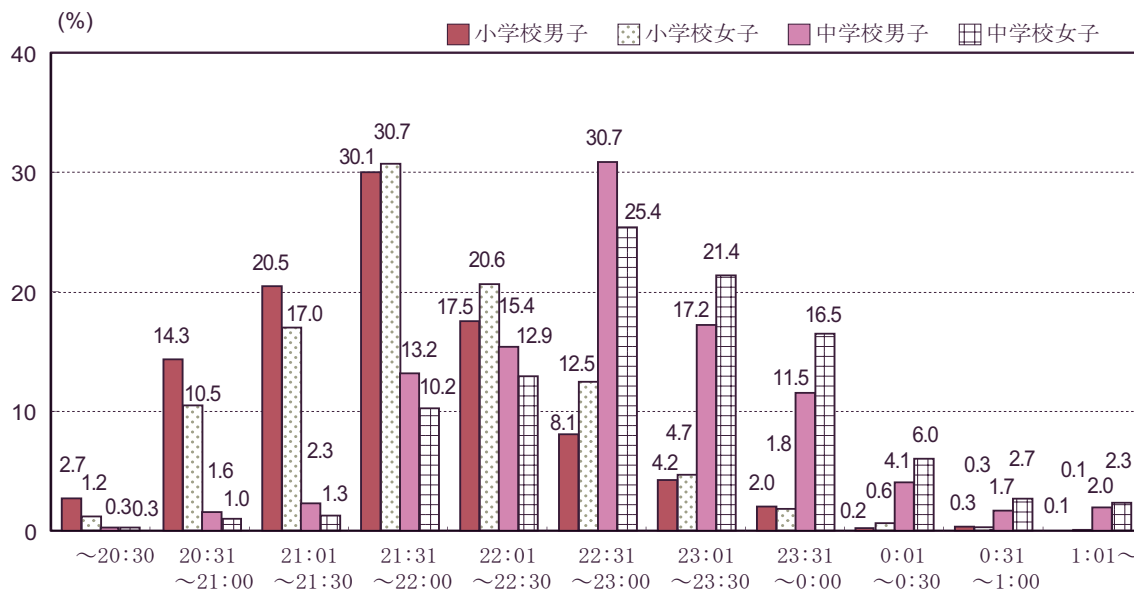


図IV児-3-1 起床時刻

(2) 就寝時刻

小学校では、約60%の児童が22時までに就寝している一方で、男子の14.9%と女子の20.0%が22時31分以降の遅い時刻に就寝している。

また、中学校では、男子の63.5%、女子の51.1%が23時までに就寝している一方で、男子の36.5%と女子48.9%は23時01分以降の遅い時刻に就寝している。



図IV児-3-2 就寝時刻

表P.293参照

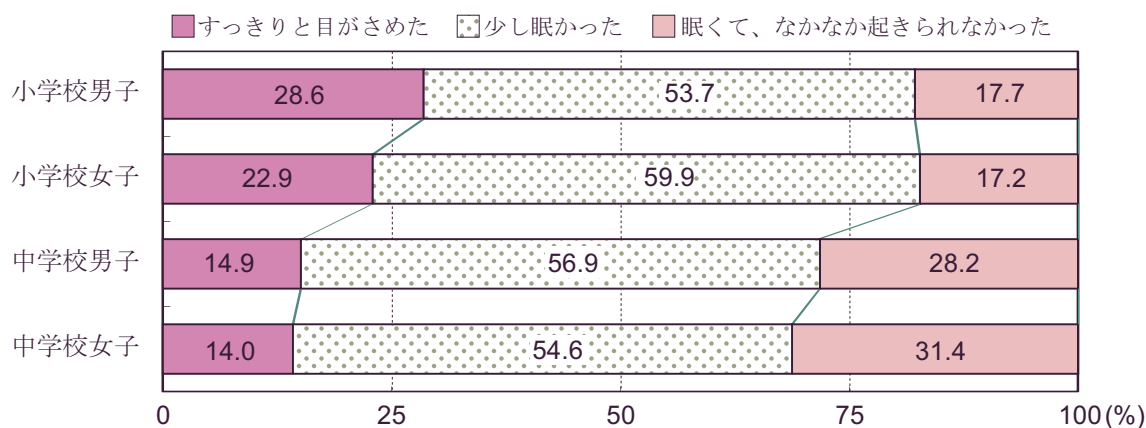
問4 今朝起きたとき、すっきりと目がさめましたか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 すっきりと目がさめた
- 2 少し眠かった
- 3 眠くて、なかなか起きられなかった

朝起きたとき「すっきりと目がさめた」と答えた児童生徒の割合は、中学校よりも小学校の方が高かった。

小学校では、「すっきりと目がさめた」と答えた男子が28.6%、女子が22.9%と、女子よりも男子の方が高かった。

また、中学校では、「すっきりと目がさめた」と答えた男子が14.9%、女子が14.0%と少なく、一方で約30.0%近くの生徒が「眠くて、なかなか起きられなかった」と答えている。



図IV児-4-1 朝すっきりと目がさめるか

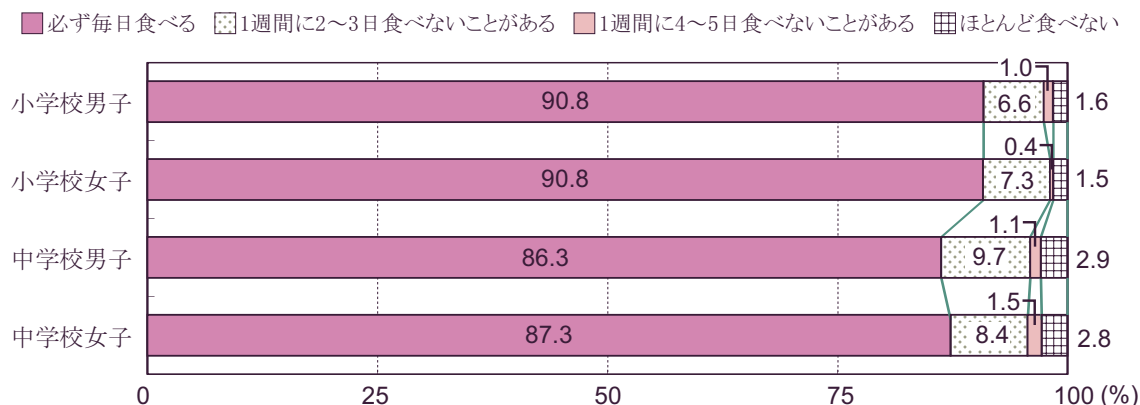
表P.294参照

問5 あなたは、毎日朝食を食べますか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 必ず毎日食べる
- 2 1週間に2～3日食べないことがある
- 3 1週間に4～5日食べないことがある
- 4 ほとんど食べない

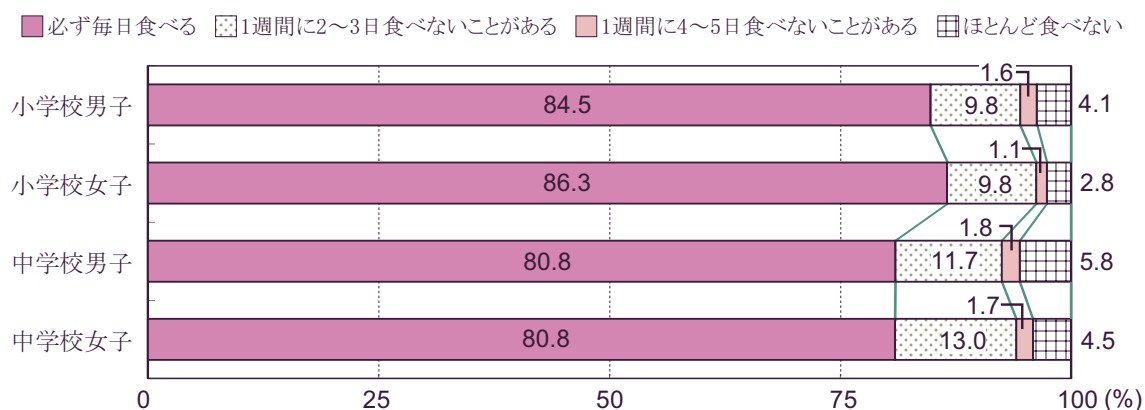
朝食を「必ず毎日食べる」と答えた児童生徒は、小学校全体で90.8%、中学校全体で86.8%であった。「ほとんど食べない」と答えたのは、小学校全体で1.6%、中学校全体で2.9%であった。

また、小学校に比べ中学校の方が、朝食を食べない生徒が多かった。



図IV児－5－1 朝食の摂取状況

参考 平成17年度結果



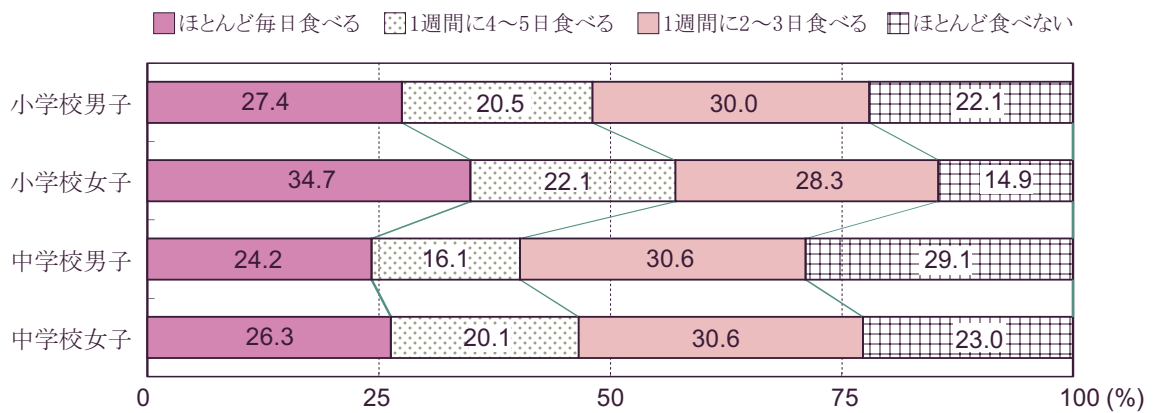
図IV児－5－2 朝食の摂取状況

表P. 295参照

問6 あなたは、昼食から夕食までの間におやつを食べますか。

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 1週間に4～5日食べる
- 3 1週間に2～3日食べる
- 4 ほとんど食べない

おやつを「ほとんど毎日食べる」と答えたのは、小学校男子 27.4%、小学校女子 34.7%、中学校男子 24.2%、中学校女子 26.3%で、男子に比べ女子の割合が高かった。



図IV児-6-1 おやつを食べる頻度

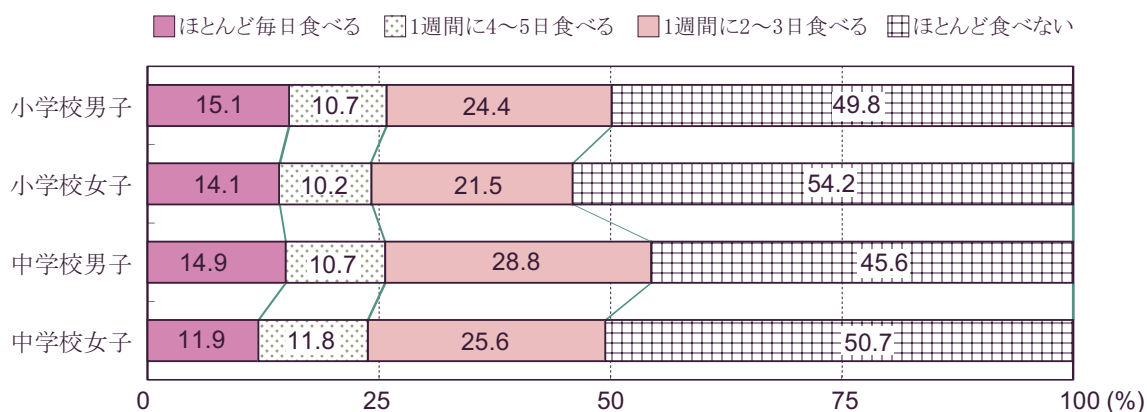
表P. 295参照

問7 あなたは、夜食（夕食を食べてから寝るまでの間に食べるもの）を食べますか。

1つ選んで○をつけてください。

- 1 ほとんど毎日食べる 2 1週間に4～5日食べる
3 1週間に2～3日食べる 4 ほとんど食べない

夜食を食べる頻度は、すべての区分による差はあまり見られなかった。また、児童生徒の約45%以上が「ほとんど食べない」と答えており、おやつと比較すると夜食を食べる頻度は低い。



図IV児－7－1 夜食を食べる頻度

表P. 295参照

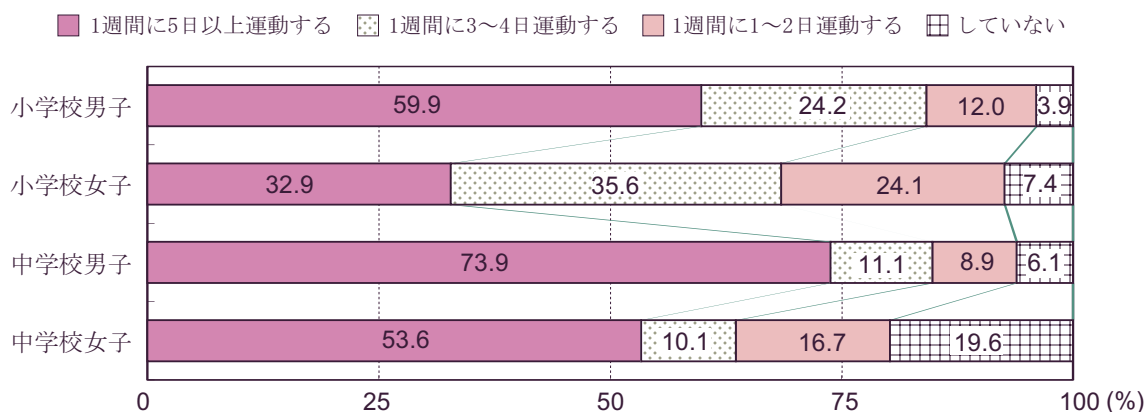
問8 あなたは、学校の授業以外で運動（外遊びもふくむ）をしていますか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 1週間に5日以上運動する 2 1週間に3～4日運動する
- 3 1週間に1～2日運動する 4 していない

「1週間に5日以上運動する」のは、小学校男子 59.9%、小学校女子 32.9%、中学校男子 73.9%、中学校女子 53.6%となっており、小学校女子が特に低い割合になっている。

また、「1週間に5日以上運動する」児童生徒は、小学校、中学校ともに、女子よりも男子が高かった。

一方、学校の授業以外で運動を「していない」と答えたのは、中学校女子で 19.6%と非常に高い値となっている。



図IV児－8－1 授業以外で運動をしているか

表P. 296参照

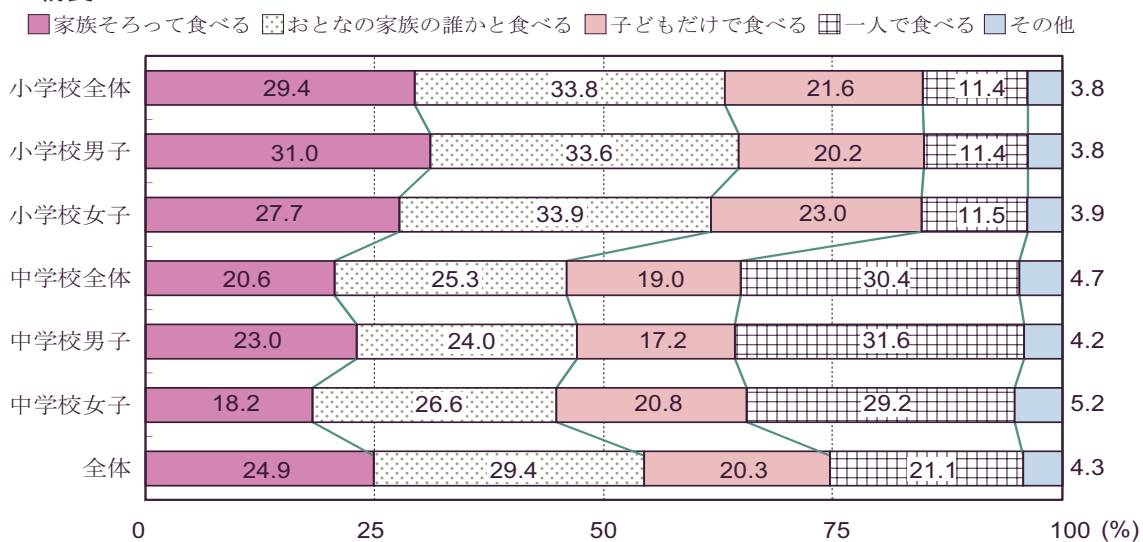
問9 いつもどのように食事をしていますか。1つ選んで○をつけてください。(朝食及び夕食)

1 家族そろって食べる 2 おとなの家族の誰かと食べる
 3 子どもだけで食べる 4 一人で食べる
 5 その他 ()

朝食を、一人で食べる児童生徒は、小学校男子 11.4%、小学校女子 11.5%、中学校男子 31.6%、中学校女子 29.2%で、小学校よりも中学校のほうが割合が高かった。家族そろって、またはおとなの家族の誰かと食べる児童生徒は、小学校では50%を超えるが、中学校は50%に満たない。

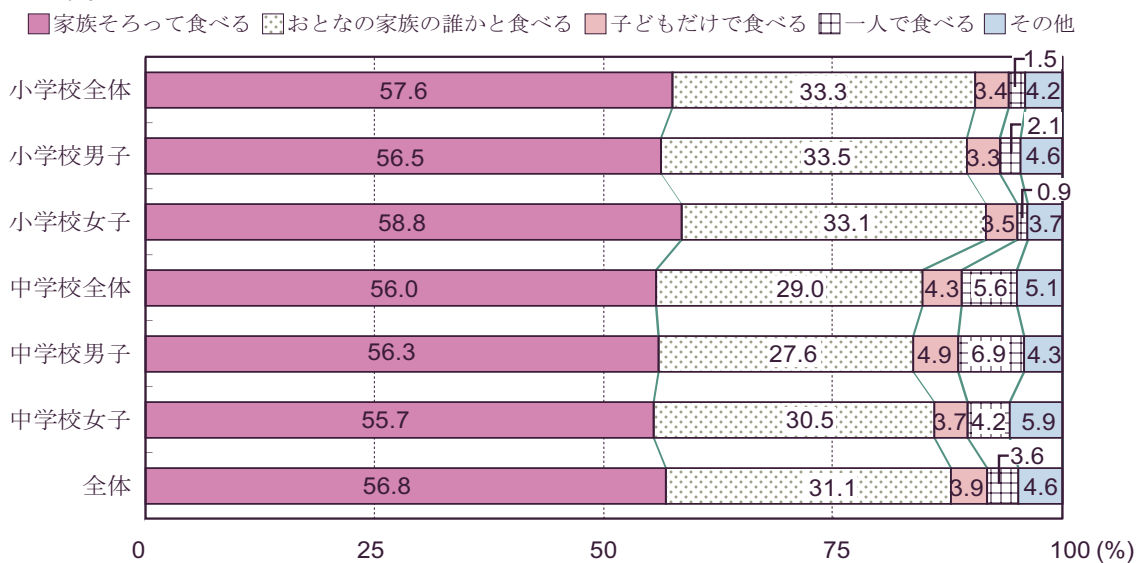
夕食では、80%以上が家族そろって、またはおとなの家族の誰かと食べている。一人で食べる者は、中学校男子が最も多く、6.9%となっている。

《朝食》



図IV児-9-1 朝食の共食状況

《夕食》

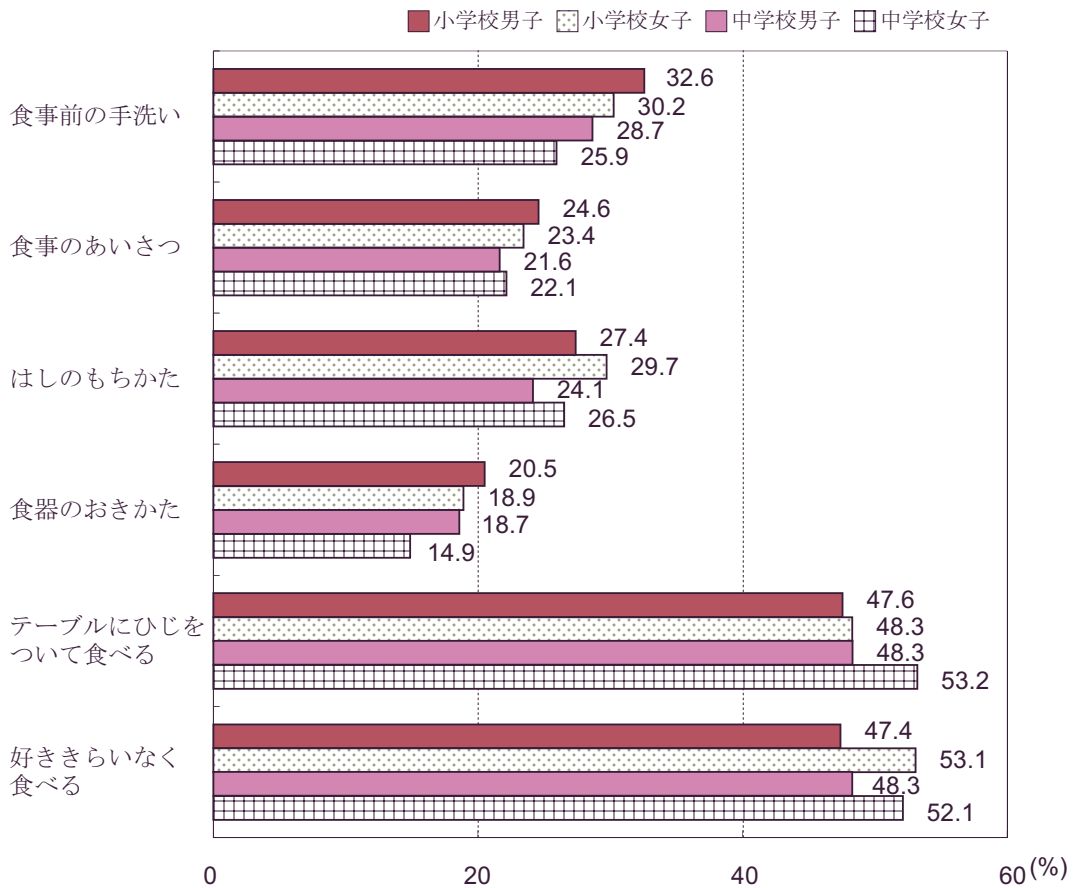


図IV児-9-2 夕食の共食状況

表P.296参照

問10 あなたは、家で食事をするときに、次のうち家族に注意されることはなんですか。
あてはまるところに○をつけてください。

食事の際、注意されることは、「テーブルにひじをつけて食べる」と「好ききらいなく食べる」が高く、「食器のおきかた」は低い。



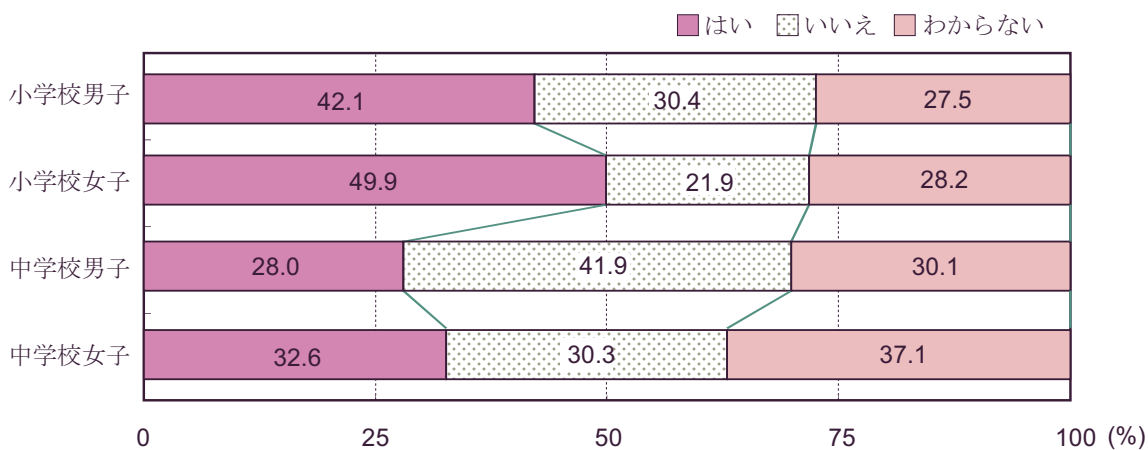
図IV児-10-1 食事の時家族に注意されること（「はい」の回答率）

表P. 297~参照

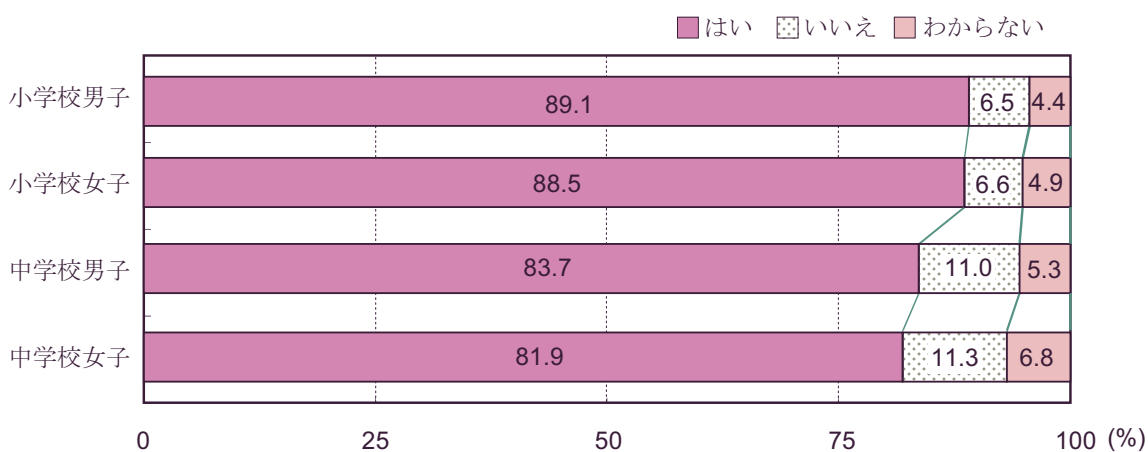
問 11 あなたは次のようなことに気をつけて食事をしていますか。

「朝・昼・夕三食必ず食べる」ことに気をつけていると答えた児童生徒は、すべての区分で80%以上であった。一方で「栄養のバランスを考えて食べる」ことに気をつけているのは40%以下となっており、小学生より中学生が低い。

ほとんどの質問について、適切な食生活を心がける意識の高さは、中学生よりも小学生の方が高く、中学生においては、食に関する意識の低下がみられる。

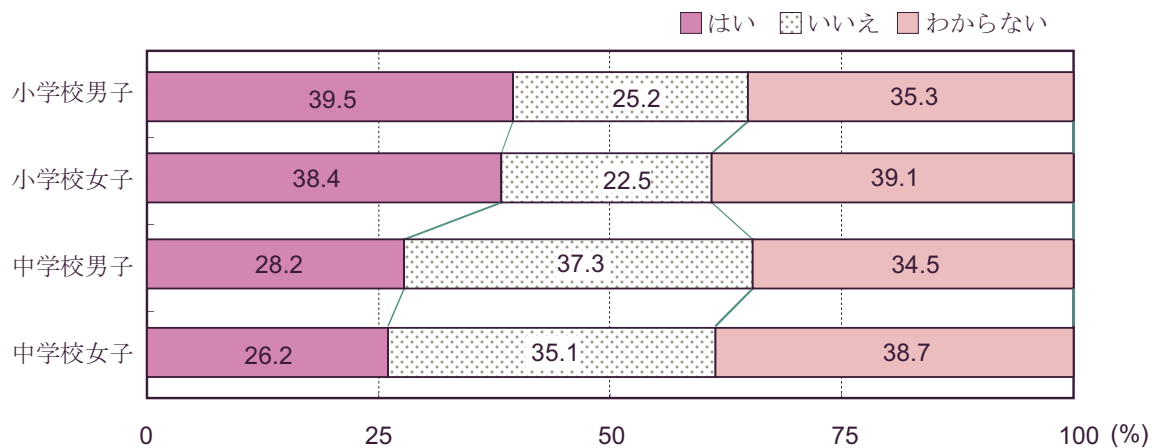


図IV児－11－1 食事はゆっくりとよくかんで食べる

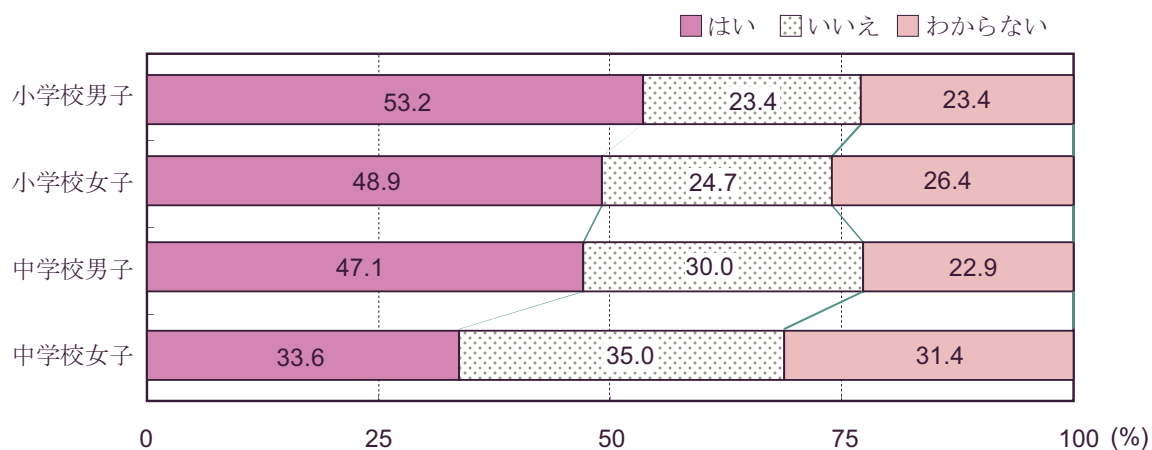


図IV児－11－2 朝・昼・夕三食必ず食べる

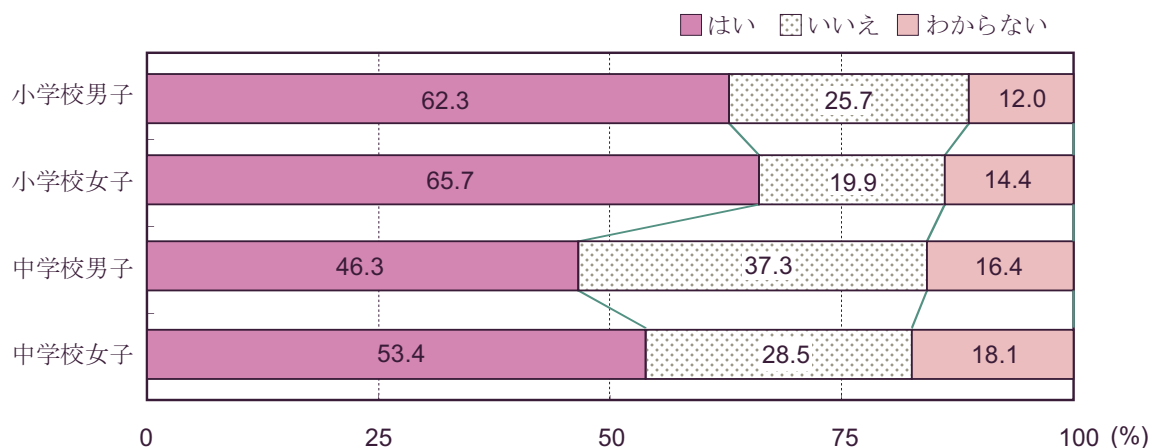
表P.298～参照



図IV児-11-3 栄養のバランスを考えて食べる

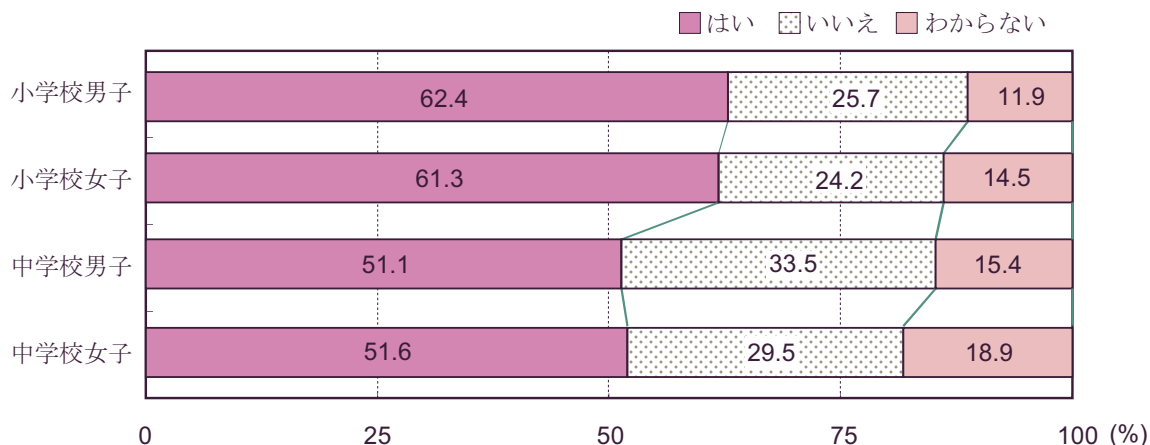


図IV児-11-4 できるだけ多くの食品を食べる

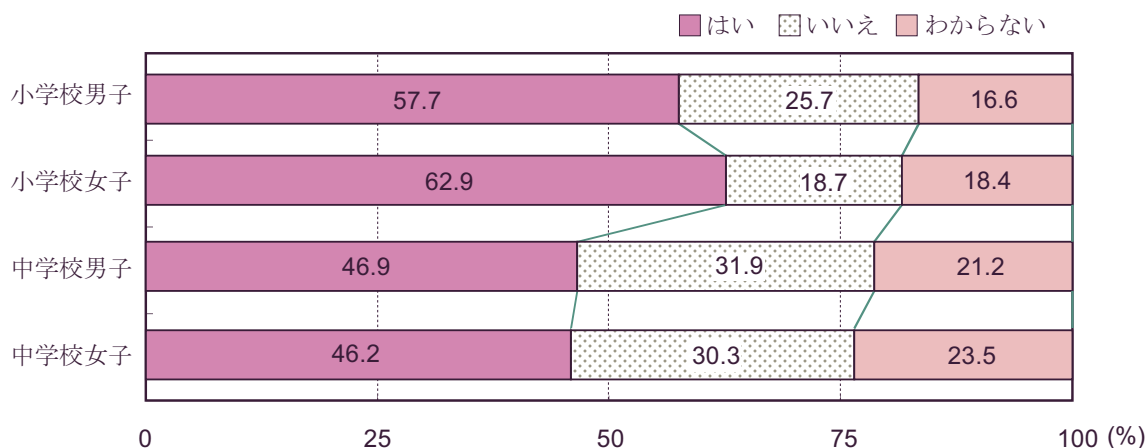


図IV児-11-5 ジュース等をのみすぎない

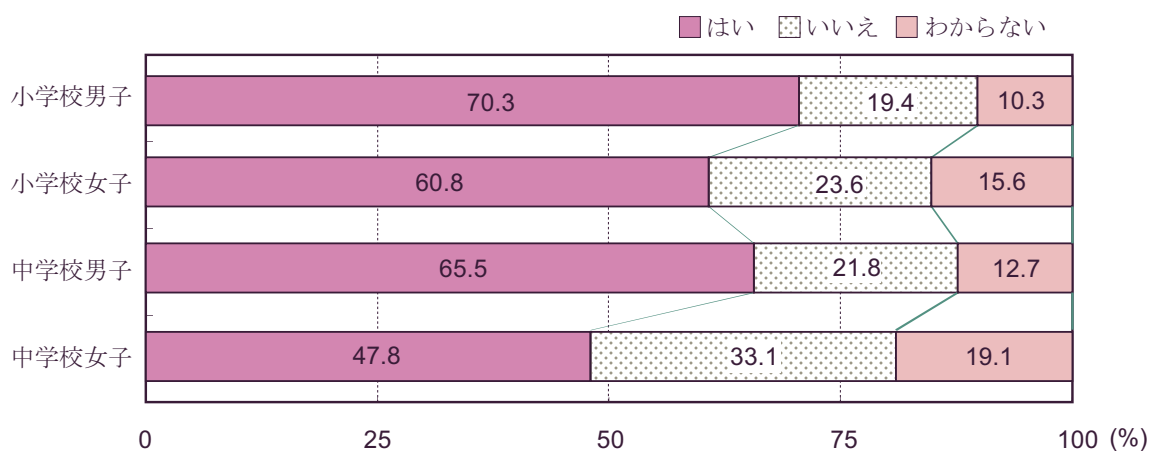
表P. 299参照



図IV児-11-6 お菓子やスナック菓子を食べすぎない

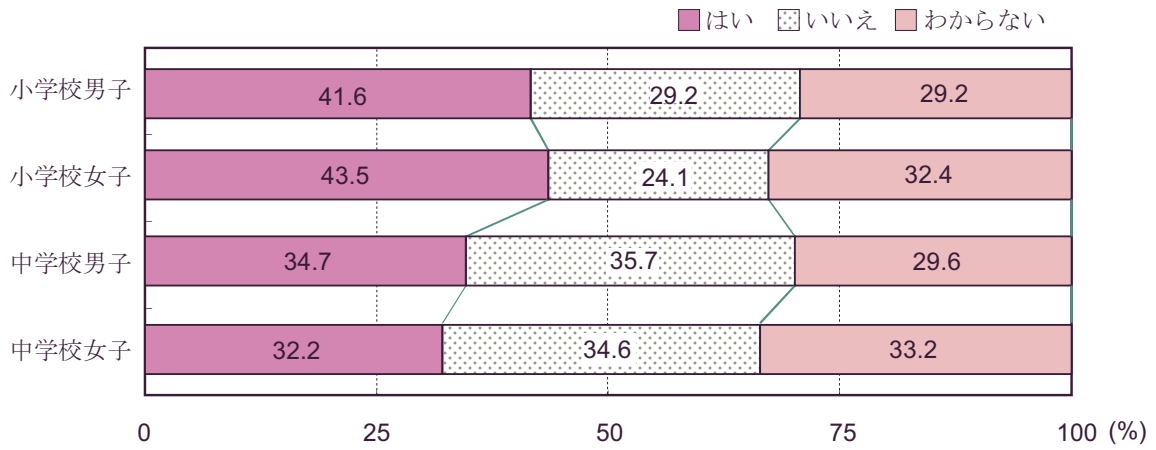


図IV児-11-7 塩からいものを食べすぎない

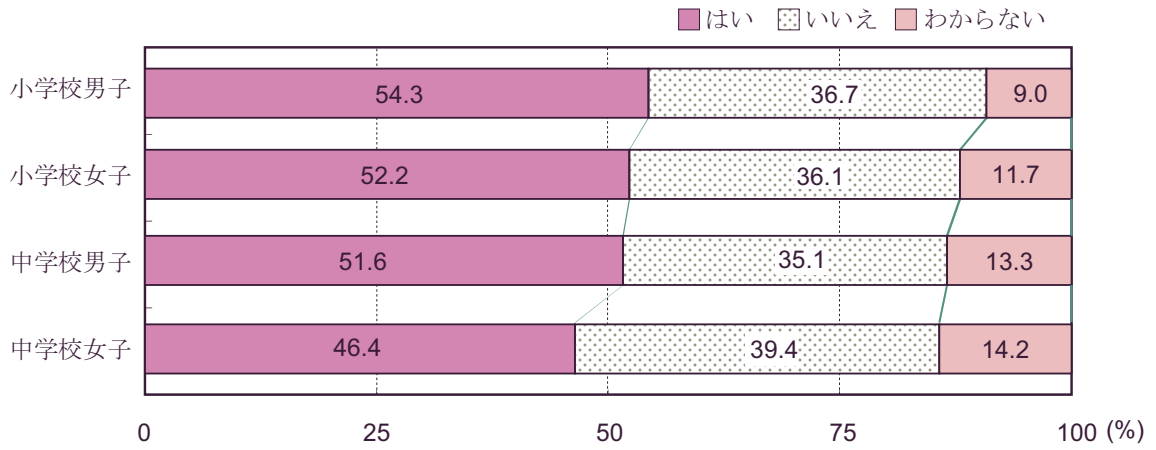


図IV児-11-8 牛乳や小魚を食べる

表P. 300参照



図IV児-11-9 色の濃い野菜を多く食べる



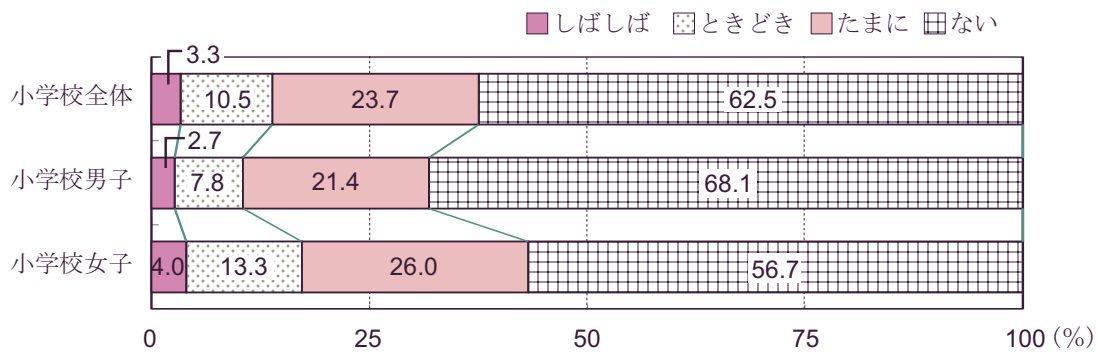
図IV児-11-10 好ききらいをしない

表P. 300参照

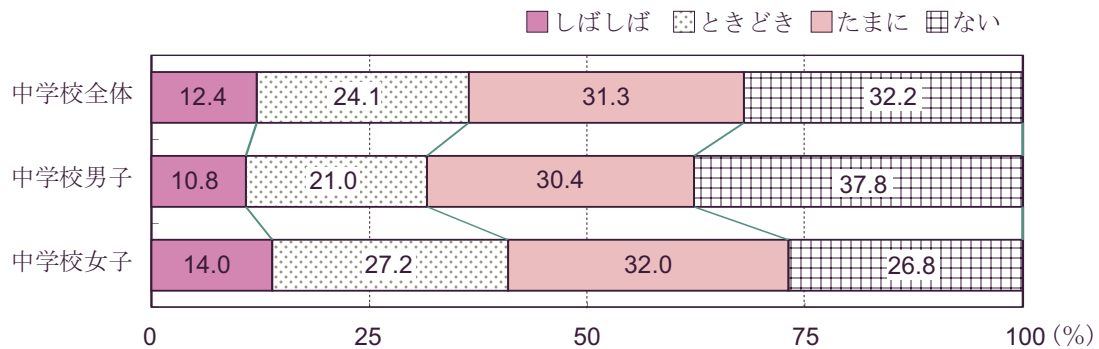
問 12 あなたは、次のようなことを感じることはありますか。

(1) 「たちくらみ」や「めまい」を起こすことがありますか。

「たちくらみ」や「めまい」をしばしば起こすことがあると回答した児童生徒は、小学校に比べて中学校で高かった。また、小学校、中学校ともに男子よりも女子に多かった。



図IV児-12-1 「たちくらみ」や「めまい」を起こす

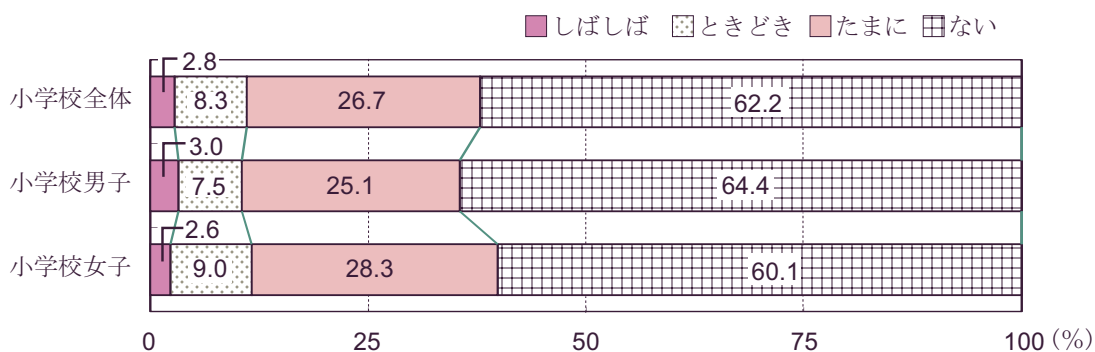


図IV児-12-2 「たちくらみ」や「めまい」を起こす

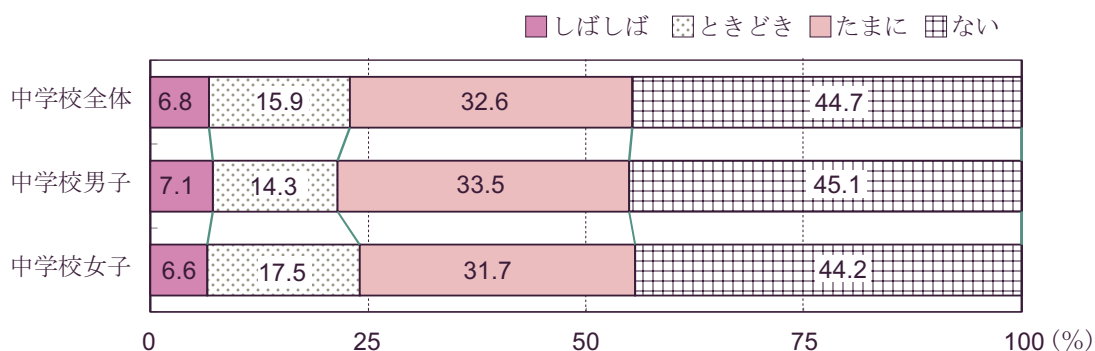
表P. 302参照

(2) 朝なかなか起きられず、午前中、身体の調子が悪いことがありますか。

小学校全体では、「朝なかなか起きられず、午前中、身体の調子が悪いことがある」の質問に60%以上がないと回答しているが、中学校全体では、「ない」と回答した者は45%に満たなかった。

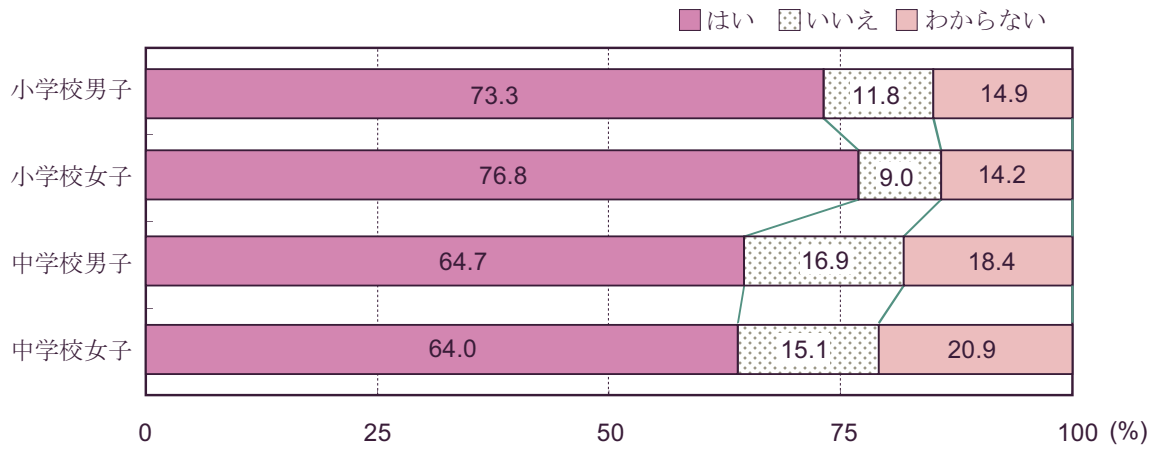


図IV児-12-3 朝なかなか起きられず、午前中、身体の調子が悪い

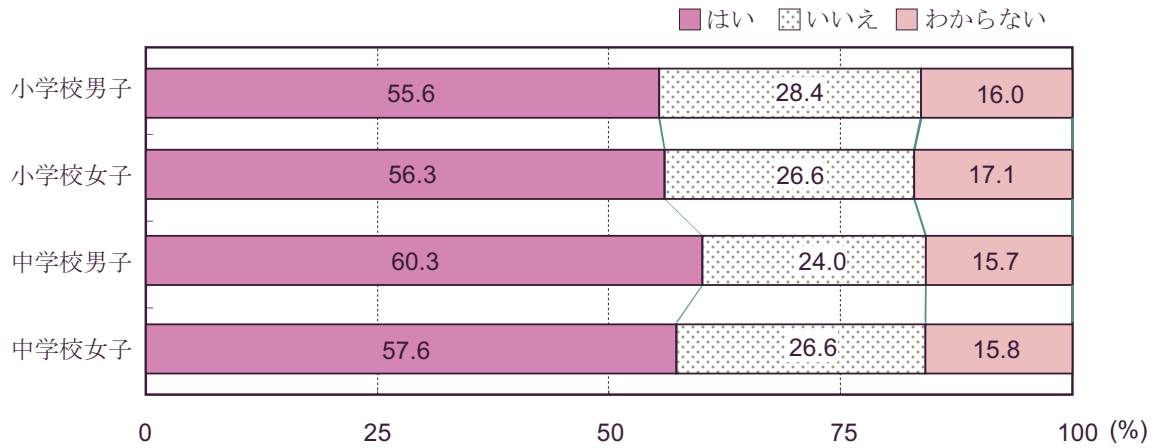


図IV児-12-4 朝なかなか起きられず、午前中、身体の調子が悪い

表P. 302参照



図IV児－11－11 楽しく食べる

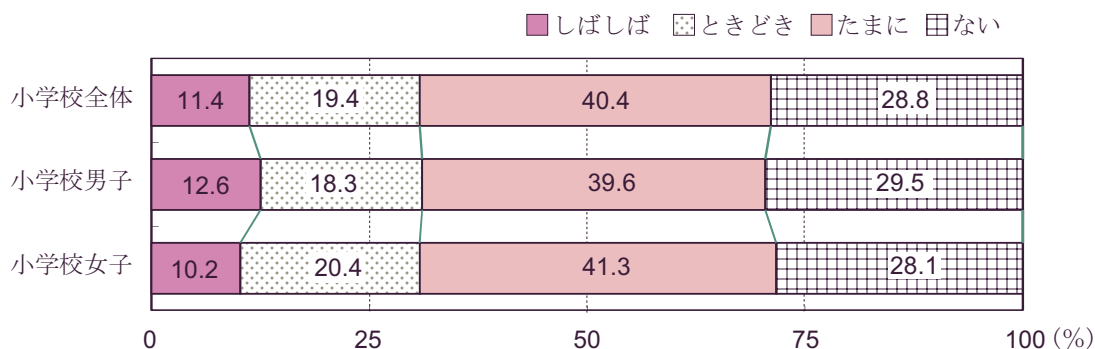


図IV児－11－12 ご飯とおかずをかわるがわる食べる

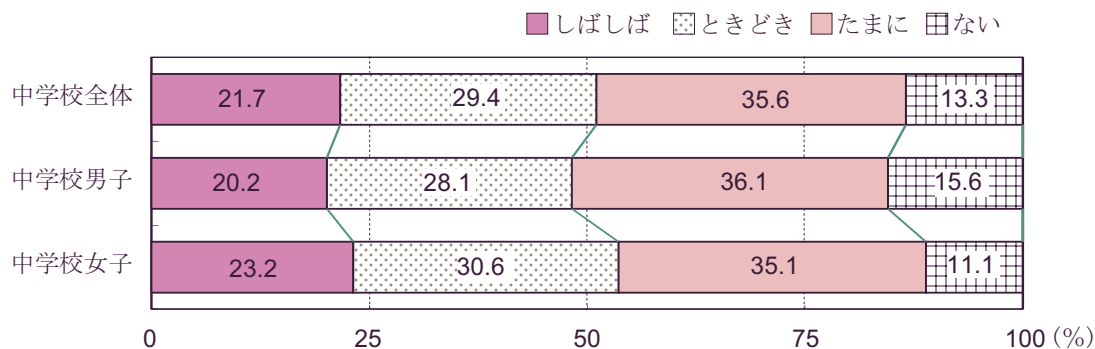
表P. 301参照

(3) 身体のだるさや疲れやすさを感じることがありますか。

身体のだるさや疲れやすさを「しばしば」または、「ときどき」感じることがあるという質問に対して、「しばしば」または、「ときどき」と回答している児童生徒は小学校全体で30.8%だったのに対し、中学校全体では51.1%の生徒が感じることがあると回答している。



図IV児－12－5 身体のだるさや疲れやすさを感じることがある

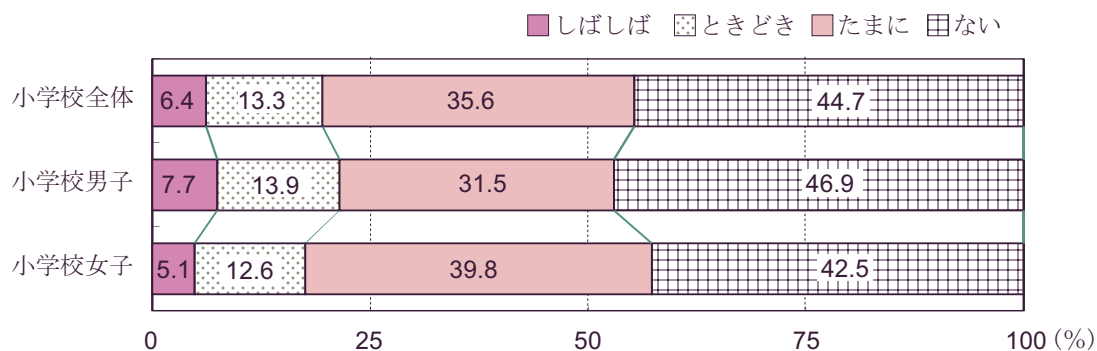


図IV児－12－6 身体のだるさや疲れやすさを感じることがある

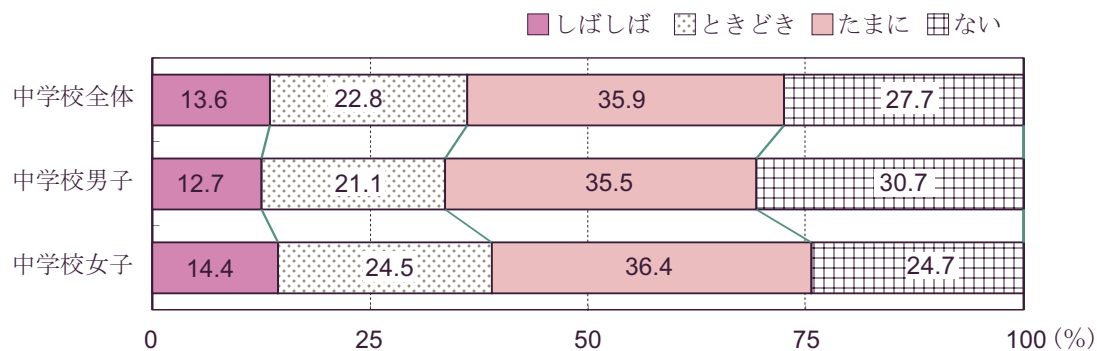
表P. 302参照

(4) 何もやる気がおこらない。

「何もやる気がおこらない」の質問で「しばしば」と回答した児童生徒は、小学校全体では6.4%で低いのに対し、中学校全体では13.6%と高かった。また、中学校全体で見ると約70%の生徒が「何もやる気がおこらない」と感じることもあると答えている。



図IV児-12-7 何もやる気がおこらない



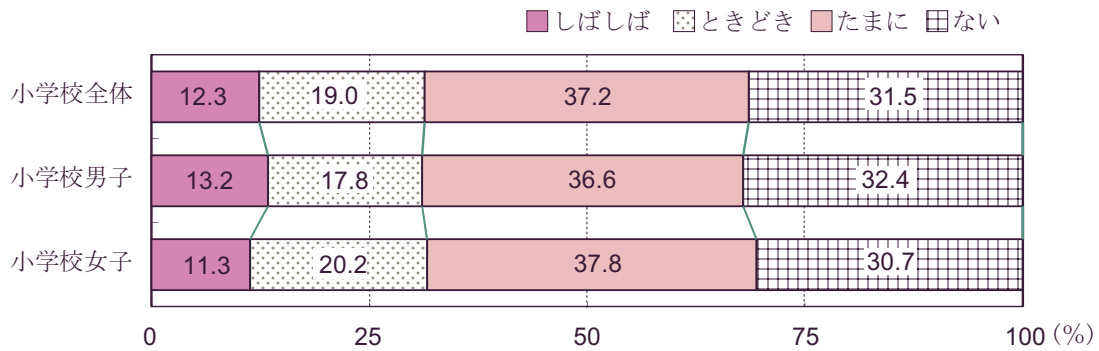
図IV児-12-8 何もやる気がおこらない

表P. 303参照

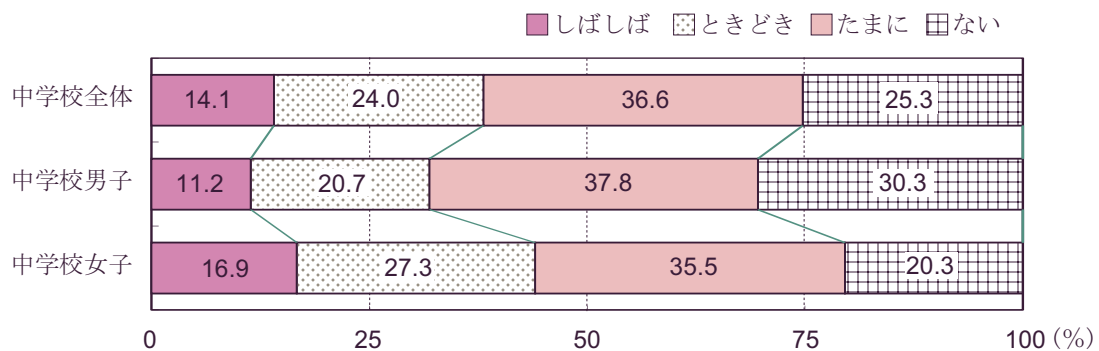
(5) イライラする。

「イライラする」の質問に「しばしば」と回答した児童生徒は、小学校全体で12.3%、中学校全体で14.1%であった。

中学校では、男子よりも女子の方が「イライラする」割合が高かった。



図IV児-12-9 イライラする



図IV児-12-10 イライラする

表P. 303参照