

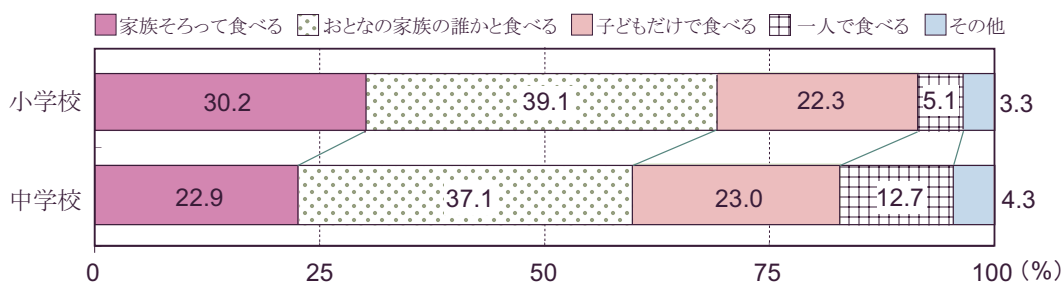
保 護 者

問1 あなたのお子さんは、ふだん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・夕食）

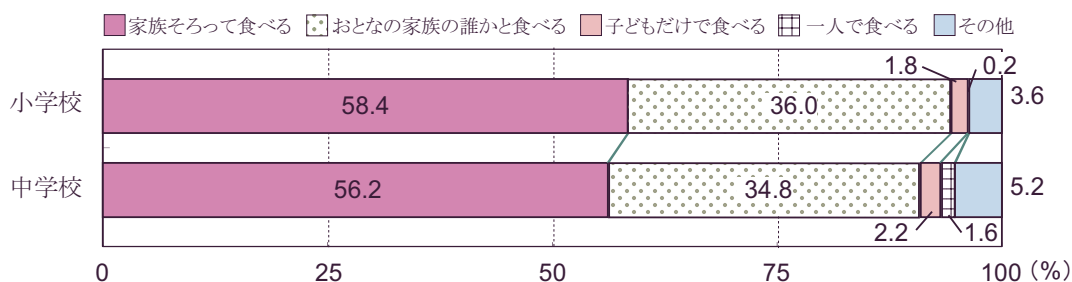
- 1 家族そろって食べる 2 おとなの家族の誰かと食べる
3 子どもだけで食べる 4 一人で食べる

保護者に児童生徒がふだんどのように食事をしているかについて聞いたところ、朝食では、「おとなの家族の誰かと食べる」小学校 39.1%、中学校 37.1%で最も割合が多く、次いで「家族そろって食べる」「子どもだけで食べる」「一人で食べる」の順であった。中学校の「一人で食べる」と回答した割合は、小学校の 5.1%と比較すると中学校は 12.7%と 2 倍以上である。

夕食については、小学校 58.4%、中学校 56.2%と「家族そろって食べる」と回答した割合が最も多く、「おとなの家族の誰かと食べる」と回答した割合を加えると、90%を超え、おとなと食べている割合が高かった。



図IV保-1-1 児童生徒の共食状況（朝食）



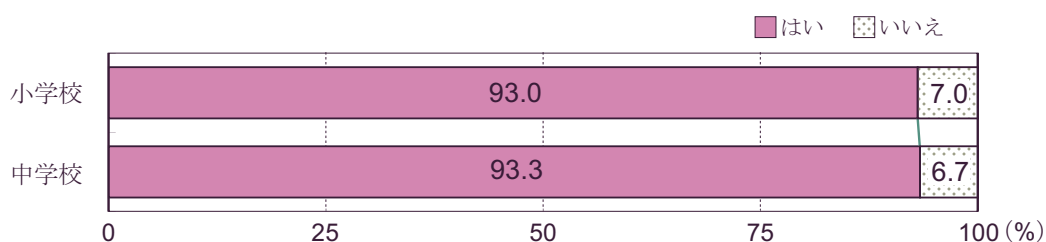
図IV保-1-2 児童生徒の共食状況（夕食）

表P. 304参照

問3 あなたの家庭では、食事の献立を決めるときに何に気をつけていますか。あてはまるものに○をつけてください。

- | | |
|-------------------|------------|
| 1 栄養のバランス | 2 調理の手間 |
| 3 できるだけ多くの食品を使用する | 4 家計に見合うもの |

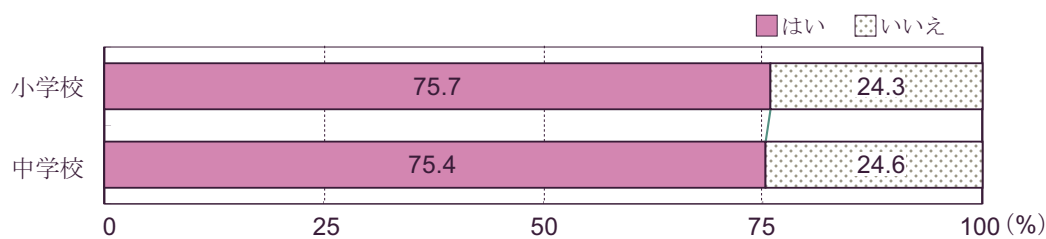
食事の献立で気をつけていることは、小学校、中学校ともに「栄養のバランス」が93.0%、93.3%と最も高く、次いで「家計に見合うもの」「調理の手間」、「できるだけ多くの食品を使用する」となっている。



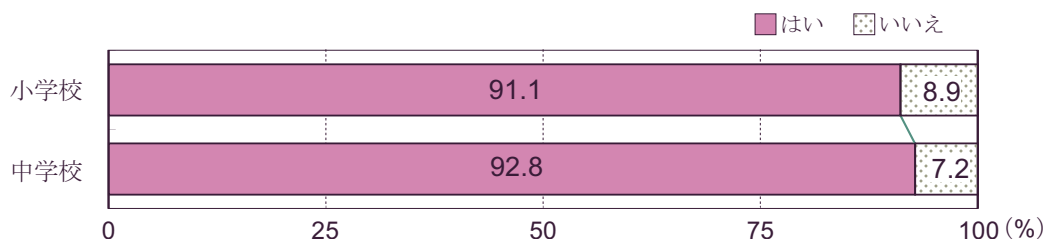
図IV保-3-1 栄養のバランス



図IV保-3-2 調理の手間



図IV保-3-3 できるだけ多くの食品を使用する



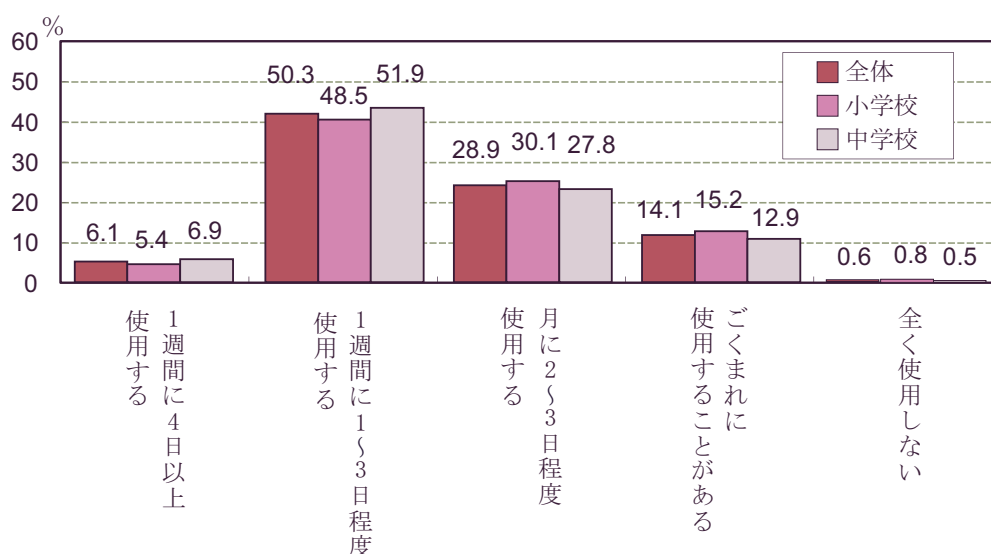
図IV保-3-4 家計に見合うもの

表P. 305参照

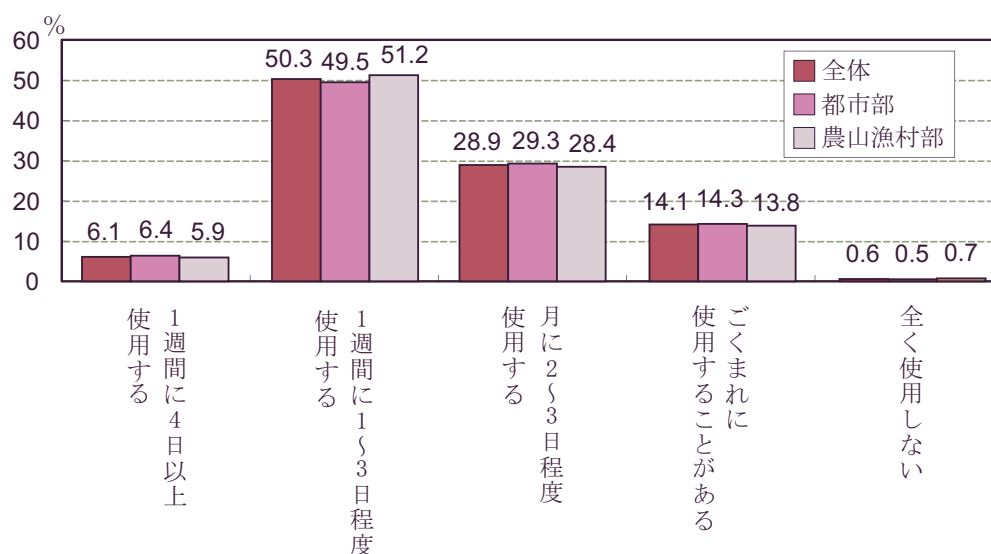
問4 あなたの家庭では、調理済みの食品やインスタント食品等をどのくらいの頻度で使用しますか。1つ選んで○をつけてください。

- 1 1週間に4日以上使用する
- 2 1週間に1～3日程度使用する
- 3 月に2～3日程度使用する
- 4 ごくまれに使用することがある
- 5 全く使用しない

家庭での調理済みの食品やインスタント食品等の使用頻度は、小学校、中学校で「1週間に1～3日程度使用する」と回答した割合が約50%と最も高く、次いで「月に2～3日程度使用する」が約30%であった。



図IV保-4-1 調理済みの食品やインスタント食品等の使用頻度



図IV保-4-2 調理済みの食品やインスタント食品等の頻度

表P. 306参照

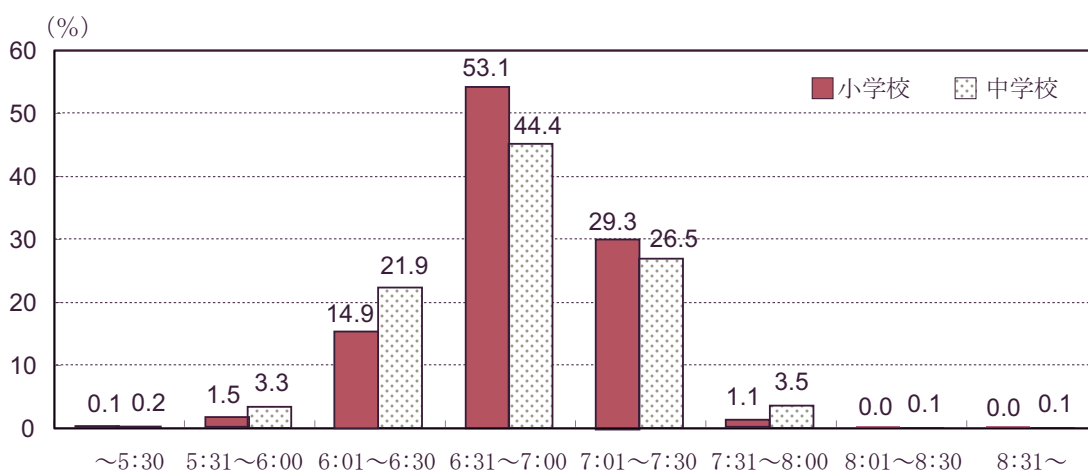
問5 あなたのお子さんの最近1週間の朝食を食べ始める時刻、登校する時刻、夕食を食べ始める時刻について、最も多かった時刻を記入してください。

- | | | | |
|----------------|----|---|---|
| 1 朝食を食べ始める時刻 | 午前 | 時 | 分 |
| 2 登校する（家を出る）時刻 | 午前 | 時 | 分 |
| 3 夕食を食べ始める時刻 | 午後 | 時 | 分 |

1 朝食を食べ始める時刻

児童生徒が朝食を食べ始める時刻は、小学校、中学校ともに、「6：31～7：30」に約80%が集中している。

小学校が中学校より朝食を食べ始める時刻が早い傾向となっている。

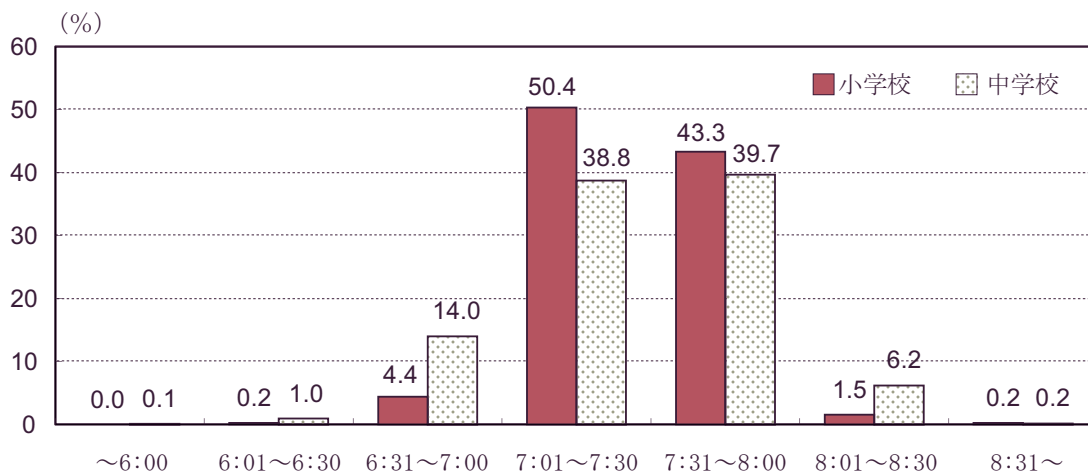


図IV保-5-1 児童生徒が朝食を食べ始める時刻

2 登校する（家を出る）時刻

児童生徒が登校する（家を出る）時刻は、全体で「7：01～8：00」に80%以上が集中している。

小学校が中学校より登校する時刻（家を出る）時刻が早い傾向がある。中学校では、時刻が早い生徒、遅い生徒のばらつきが大きくなる。

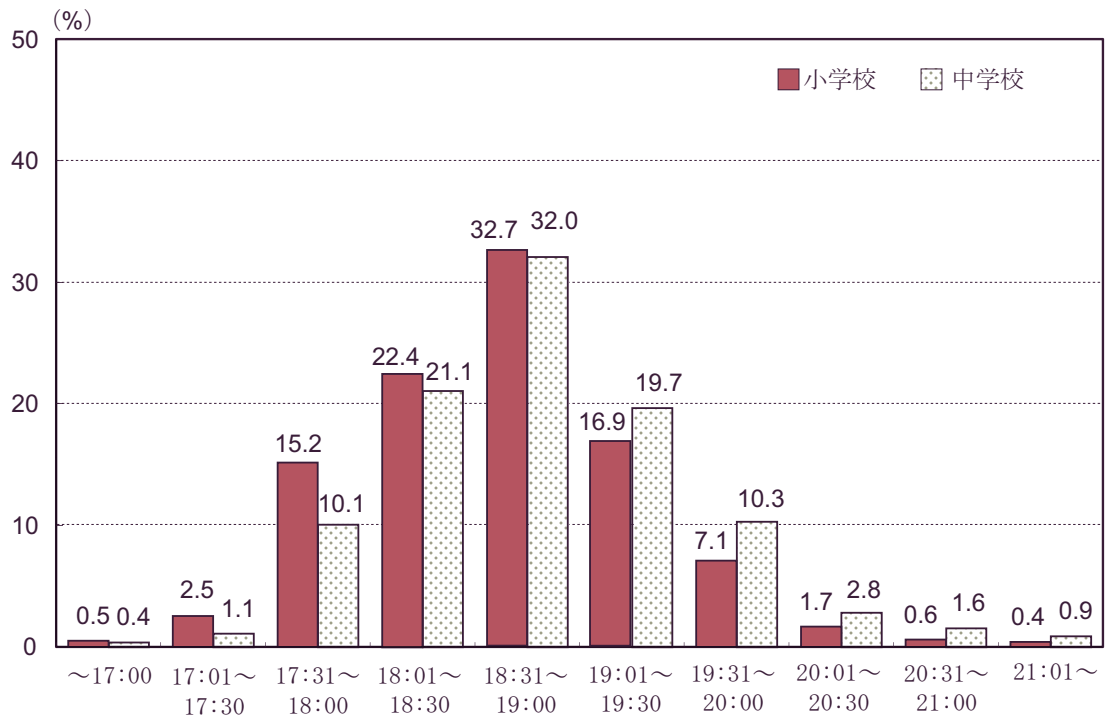


図IV保-5-2 児童生徒が登校する（家を出る）時刻

表P.306参照

3 夕食を食べ始める時刻

児童生徒が夕食を食べ始める時刻は、「18:31～19:00」が最も多く、次いで「18:01～18:30」となっている。



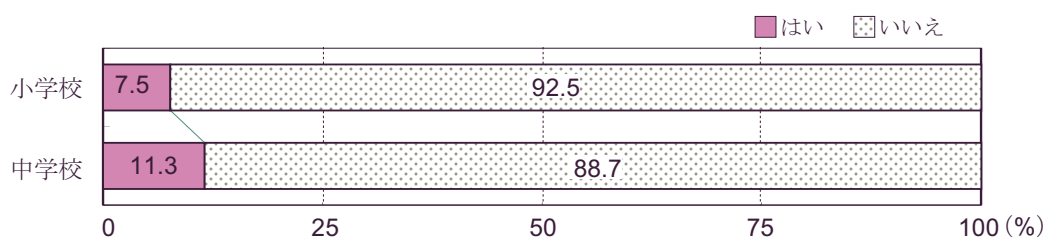
図IV保-5-3 児童生徒が夕食を食べ始める時刻

表P. 307参照

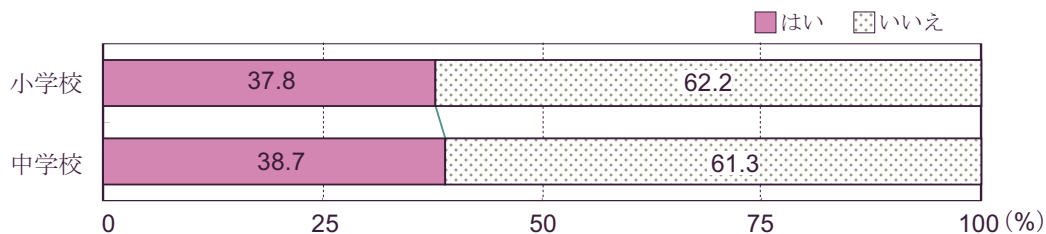
問6 あなたは、お子さんの生活習慣で心配なことはなんですか。あてはまるものに○をつけてください。

- 1 欠食 2 偏食 3 睡眠不足 4 運動不足
- 5 家族団らん 6 肥満 7 やせすぎ

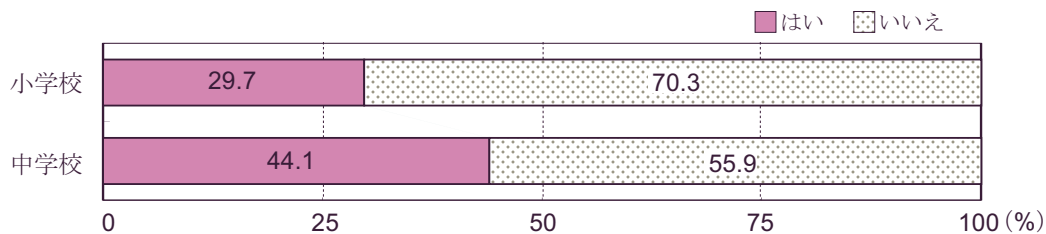
子どもの生活習慣で心配なことは、小学校では、「偏食」37.8%、「運動不足」31.1%、「睡眠不足」29.7%となっている。中学校では、「睡眠不足」44.1%、「偏食」38.7%となっている。



図IV保-6-1 欠食

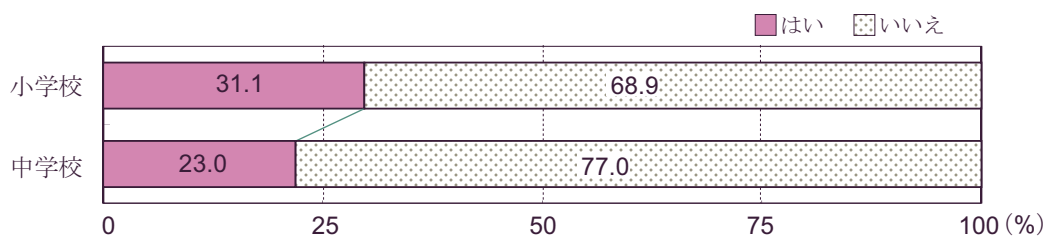


図IV保-6-2 偏食

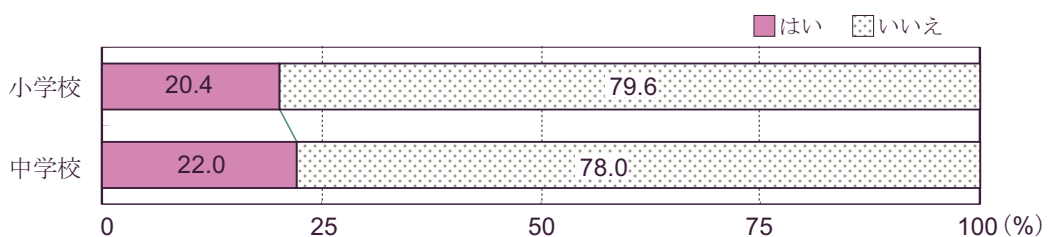


図IV保-6-3 睡眠不足

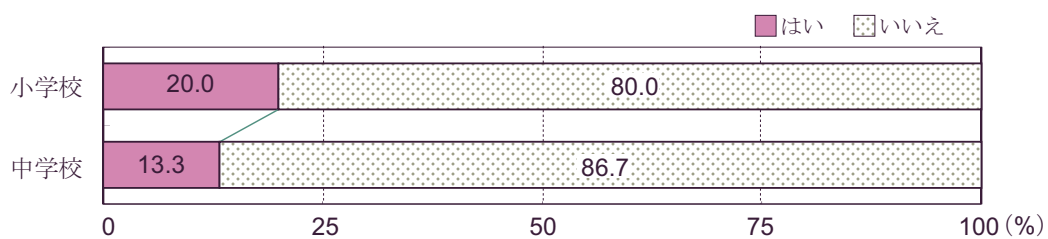
表P. 308参照



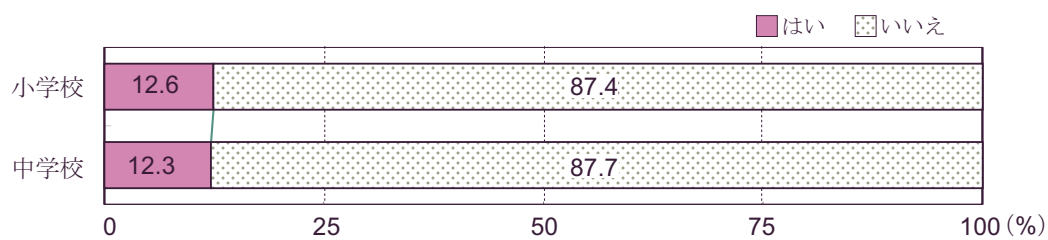
図IV保-6-4 運動不足



図IV保-6-5 家族団らん



図IV保-6-6 肥満



図IV保-6-7 やせすぎ

表P. 308参照