

第3章 小中学生調査

第2次食育推進計画では、市内小学校1年生から中学校3年生までを対象とした茅ヶ崎市「食育」に関するアンケート調査（平成24年）を実施し、策定時の現状値把握と目標値設定を行った。

本報告書において、第2次食育推進計画の達成目標となっている設問には、下のマークを標した。

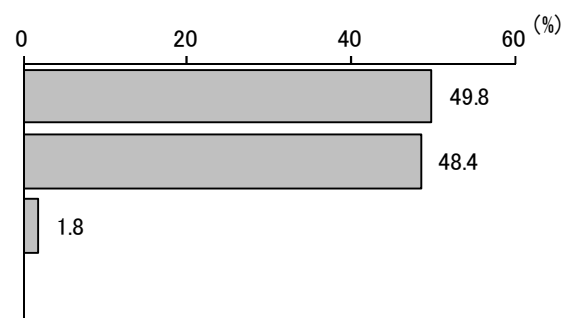
なお、健康増進計画（後期）と歯及び口腔の健康づくり推進計画では、小中学生を対象とする成果目標は設定していない。

★：第2次食育推進計画

1. 回答者の属性

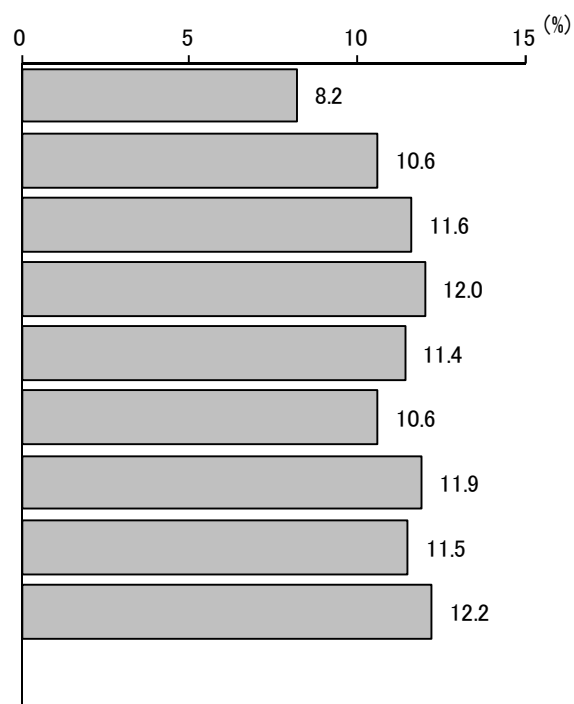
(1) 性別

	基数	構成比
男子	683	49.8%
女子	664	48.4%
無回答	24	1.8%
全 体	1,371	100.0%



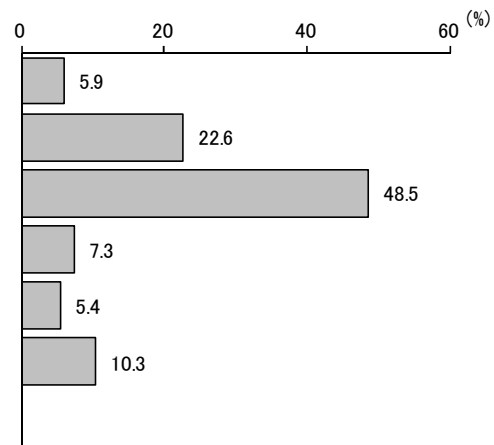
(2) 学年

	基数	構成比
小学1年生	113	8.2%
小学2年生	145	10.6%
小学3年生	159	11.6%
小学4年生	165	12.0%
小学5年生	156	11.4%
小学6年生	145	10.6%
中学1年生	163	11.9%
中学2年生	158	11.5%
中学3年生	167	12.2%
全 体	1,371	100.0%

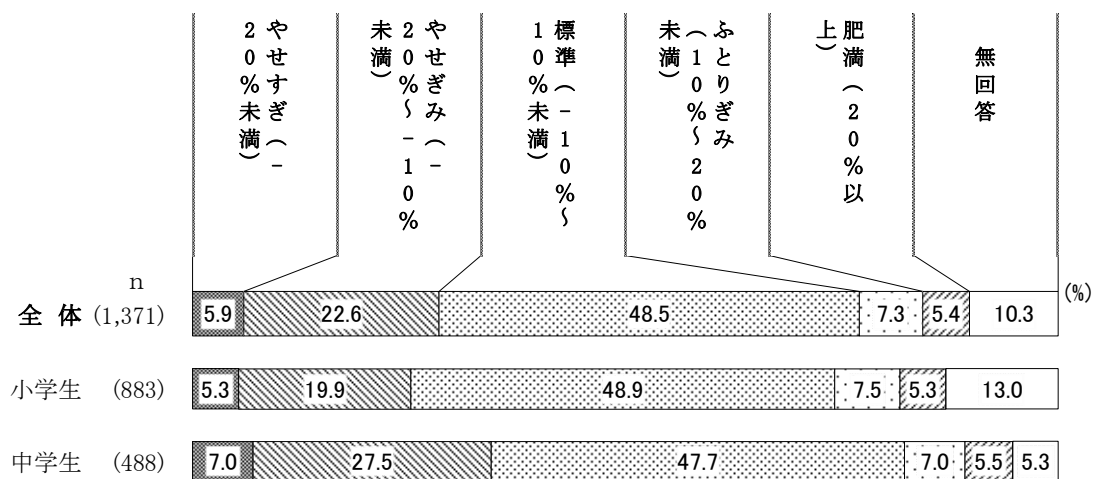


(3) 肥満度

	基数	構成比
やせすぎ(-20 %未満)	81	5.9%
やせぎみ(-20 %～-10 %未満)	310	22.6%
標準(-10 %～10%未満)	665	48.5%
ふとりぎみ(10%～20%未満)	100	7.3%
肥満(20%以上)	74	5.4%
無回答	141	10.3%
全 体	1,371	100.0%



【小・中学生別】



(参考)「児童生徒の健康診断マニュアル(平成27年度改訂版)」における肥満度の算定方法

$$\text{肥満度(過体重度)}(\%) = (\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}) / \text{身長別標準体重(kg)} \times 100$$

○ 身長別標準体重を求める計算式: 身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

年齢(歳)	男子の係数		年齢(歳)	女子の係数	
	a	b		a	b
6	0.461	32.382	6	0.458	32.079
7	0.513	38.876	7	0.508	38.367
8	0.592	48.804	8	0.561	45.006
9	0.687	61.390	9	0.652	56.992
10	0.752	70.461	10	0.730	68.091
11	0.782	75.106	11	0.803	78.846
12	0.783	75.642	12	0.796	76.934
13	0.815	81.348	13	0.655	54.234
14	0.832	83.695	14	0.594	43.264

○ 肥満度の区分は、次のとおり。

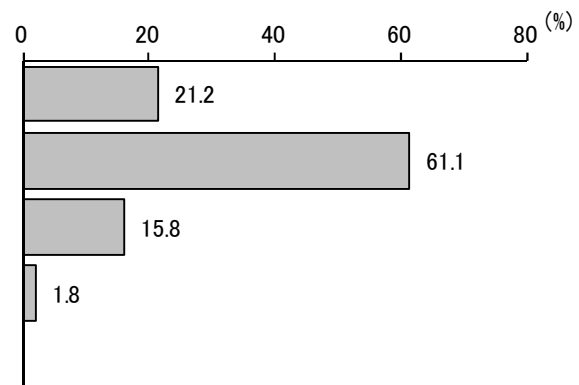
肥満度の区分	
1	やせすぎ(-20%未満)
2	やせぎみ(-20%~-10%未満)
3	標準(-10%~10%未満)
4	ふとりぎみ(10%~20%未満)
5	肥満(20%以上)

※「児童生徒の健康診断マニュアル」(平成27年3月財団法人日本学校保健会(文部科学省監修))の係数を利用し算出している。

例えば、中学2年生を対象とした場合、調査時点での年齢は13歳~14歳が混在すると考えられる。ここでは、便宜上13歳(その学年の4月1日時点の年齢)の係数を利用して算出している。

(4) 自分の体型の認知

	基数	構成比
ふとりぎみ	291	21.2%
ちょうどよい	838	61.1%
やせぎみ	217	15.8%
無回答	25	1.8%
全 体	1,371	100.0%



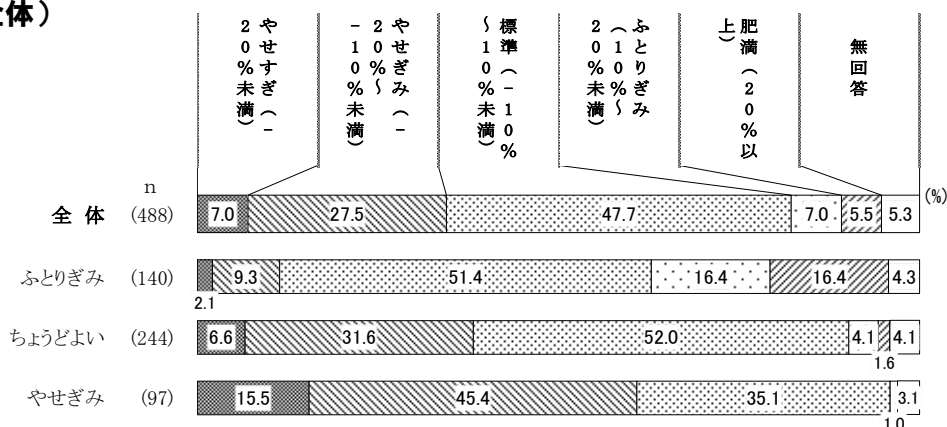
中学生の「自分の体型の認知」と「肥満度」との差について

肥満度の判定結果と、自分の体型の認知についてクロス集計をした結果を下のグラフに示す。

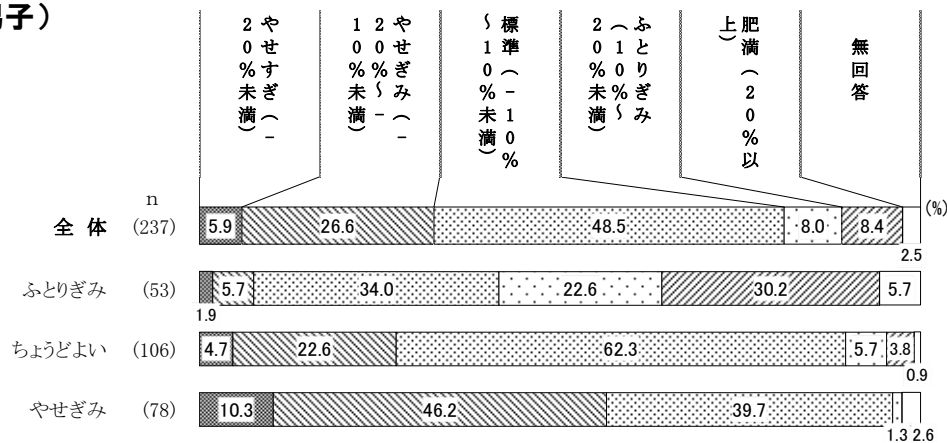
自分の体型は「ふとりぎみ」とであると認知しているが肥満度は「標準」である人は5割半ば、自分の体型は「やせぎみ」とであると認知しているが、肥満度は「標準」である人は3割半ばとなっている。

性別でみると、「ふとりぎみ」とであると認知しているが肥満度は「標準」である人は、女子が男子よりも28.1ポイント高くなっている。一方、「やせぎみ」とであると認知しているが肥満度は「標準」である人は、男性が女性よりも23.0ポイント高くなっており、男女で自分の体型に対する認知の傾向の違いがみられた。

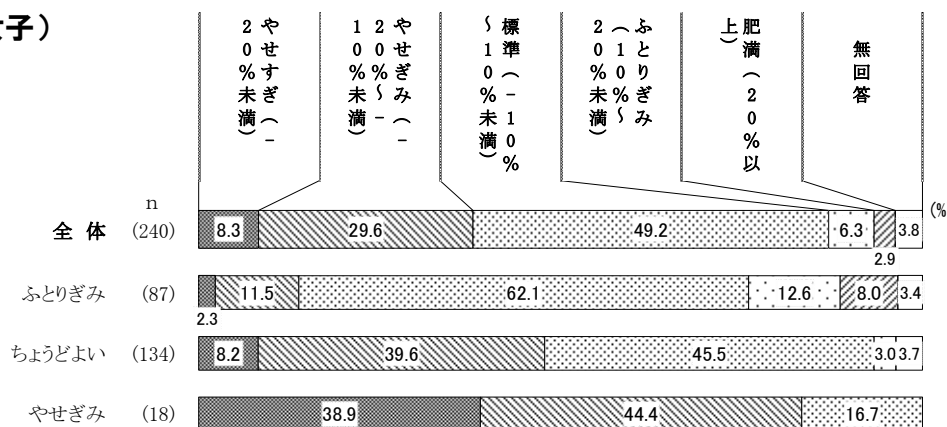
(中学生 全体)



(中学生 男子)

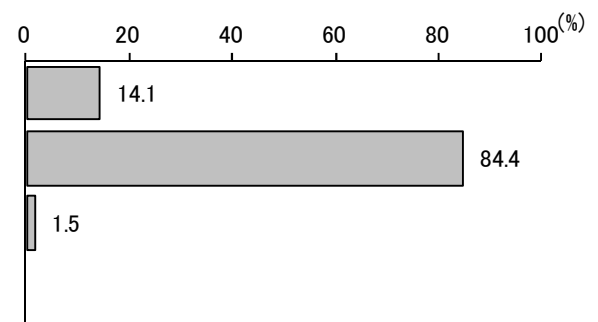


(中学生 女子)



(5) 祖父母との同居

	基数	構成比
暮らしている	193	14.1%
暮らしていない	1,157	84.4%
無回答	21	1.5%
全 体	1,371	100.0%

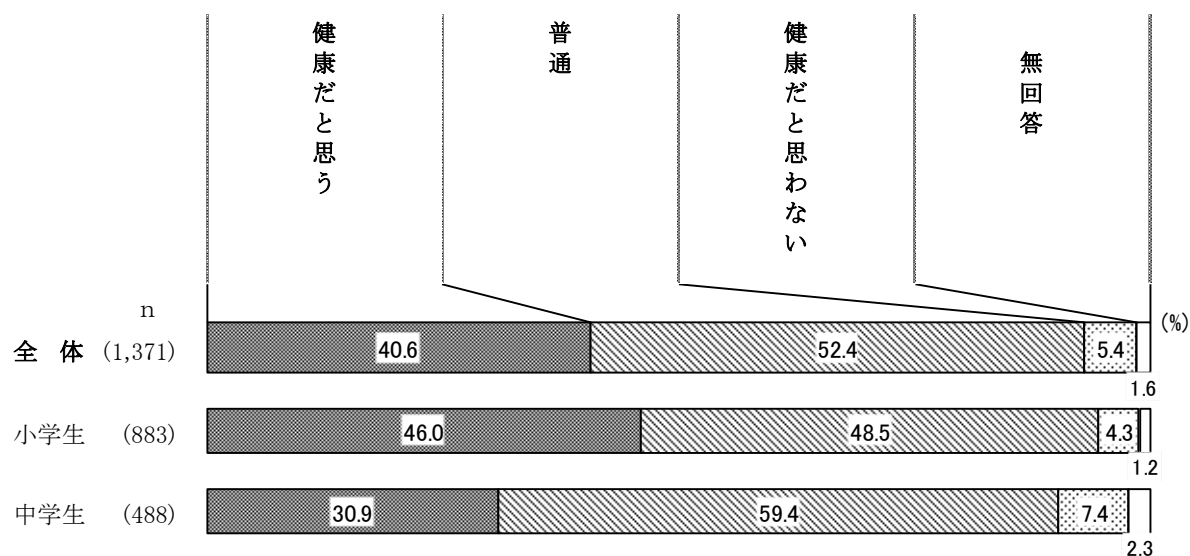


2. 調査結果の詳細

1 健康づくりについて

(1) 現在の健康状態の満足度

問1 あなたは自分のことをいま健康だと思いますか。(○は1つまで)

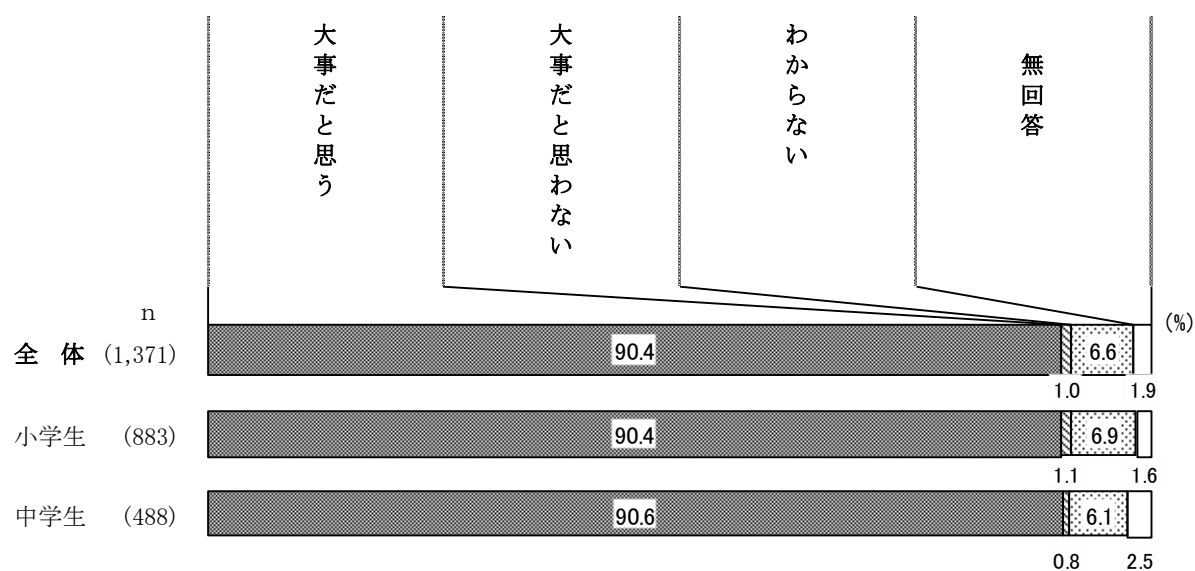


現在の健康状態の満足度は、「健康だと思う」が40.6%、「普通」が52.4%、「健康だと思わない」が5.4%となっている。

小学生の健康状態の満足度は、「普通」が48.5%、「健康だと思う」が46.0%となっており、中学生では、「普通」が59.4%、「健康だと思う」が30.9%となっている。

(2) 健康づくりの関心度

問2 あなたは健康づくりが大事だと思いますか。(〇は1つまで)



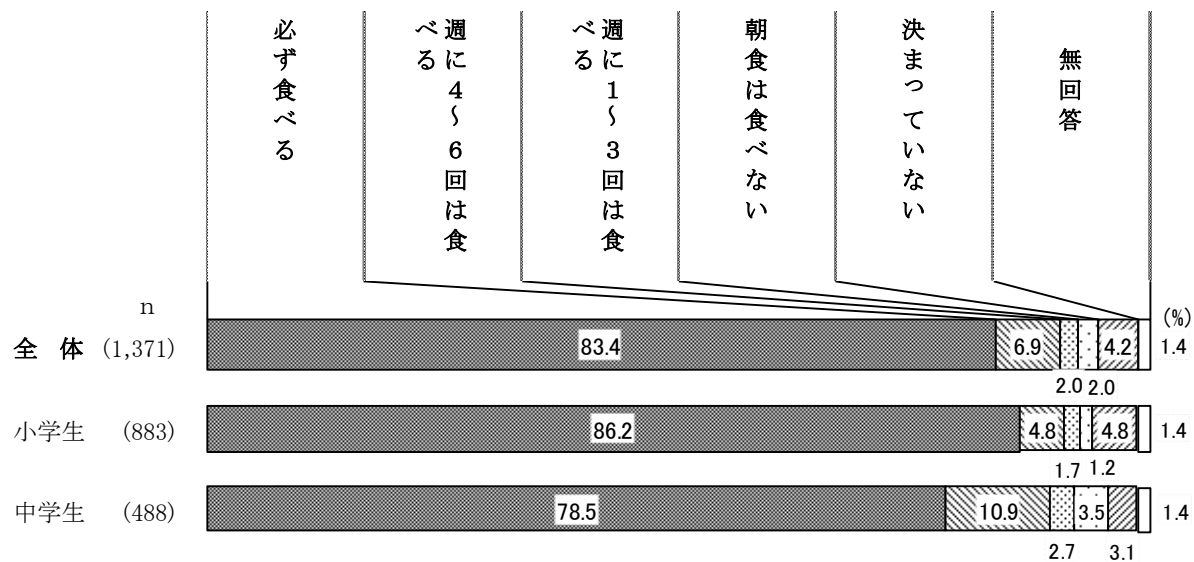
健康づくりの関心度は、「大事だと思う」が90.4%、「大事だと思わない」が1.0%となっている。

小学生・中学生で大きな差異はなく、「大事だと思う」は小学生・中学生ともに9割と高くなっている。

2 食生活について

(1) 朝食の摂取頻度 ★

問3 あなたはふだん、朝ごはんを食べていますか。(○は1つまで)



朝食の摂取頻度は、「必ず食べる」が83.4%で最も高くなっている。

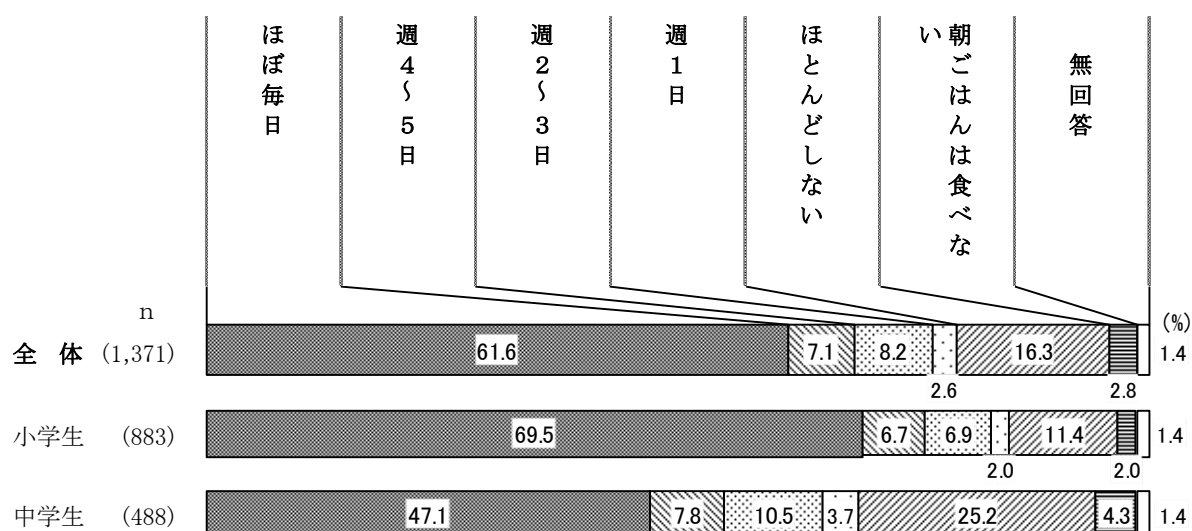
小学生の朝食の摂取頻度は、「必ず食べる」が86.2%で最も高く、そのほかの頻度は10%未満となっている。中学生は、「必ず食べる」が78.5%で最も高く、そのほかの頻度は約10%未満となっている。

★：第2次食育推進計画の達成目標にあわせた集計

(2) 家族と一緒に食事をする頻度

問4 あなたは家族のどれかとどれくらい一緒に食事をしますか。朝) ごはん・夕ごはんそれぞれについてお答えください。(〇はそれぞれ1つつ)

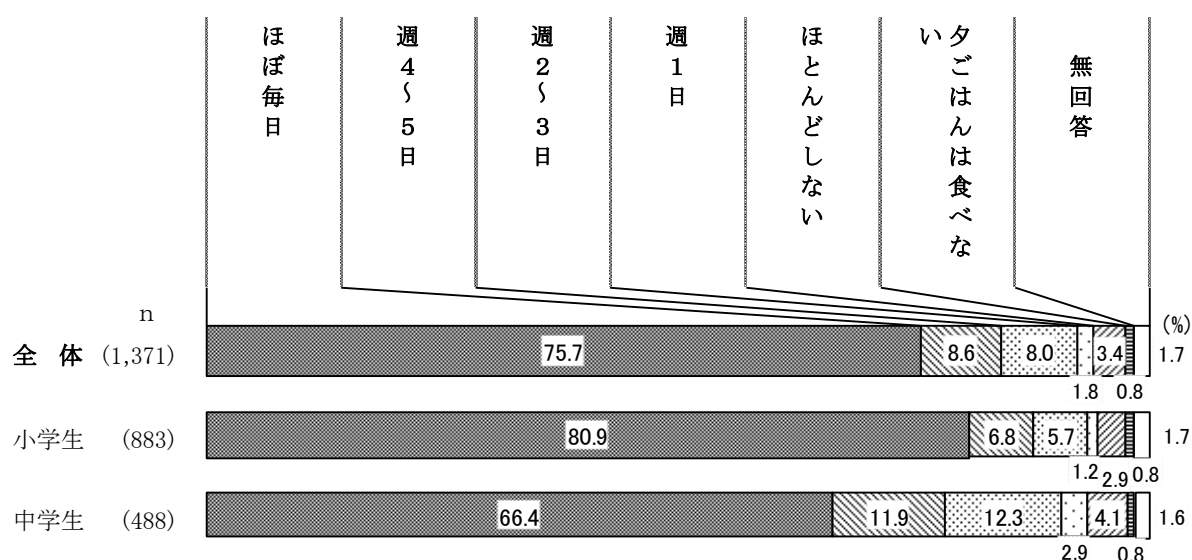
<朝ごはん>



朝食を家族と一緒に食事をする頻度は、「ほぼ毎日」が61.6%で最も高くなっている。一方、「ほとんどしない」は16.3%となっている。

小学生の家族と一緒に食事をする頻度<朝ごはん>は、「ほぼ毎日」が69.5%と最も高く、「ほとんどしない」は11.4%、中学生は、「ほぼ毎日」が47.1%、「ほとんどしない」が25.2%となっている。

<夕ごはん>

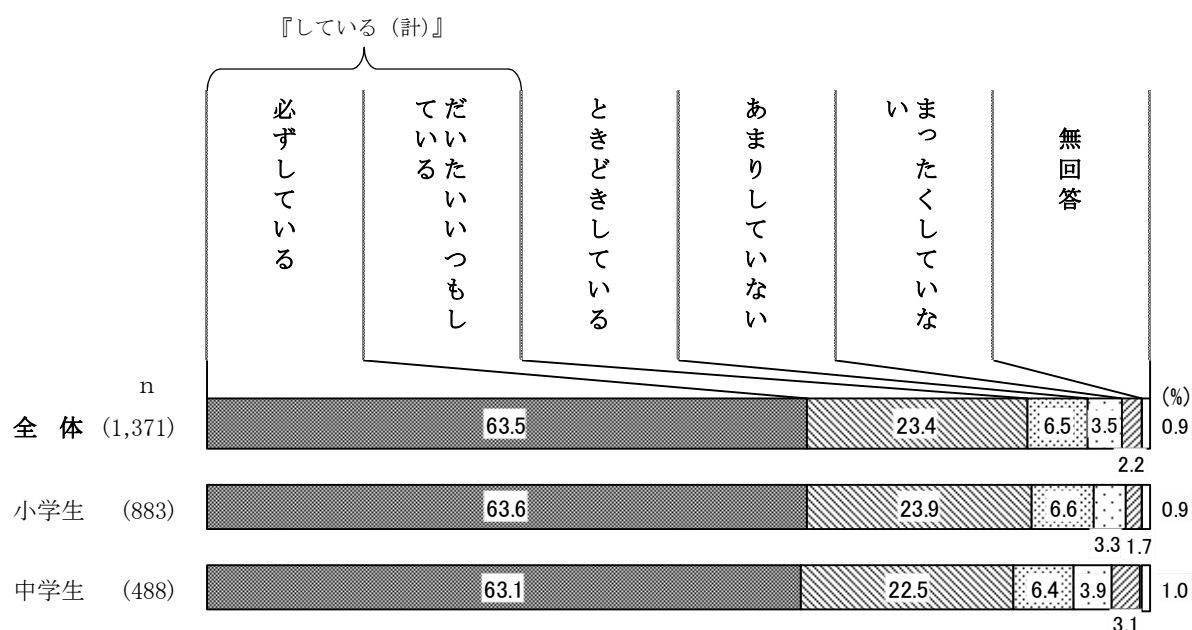


夕食を家族と一緒に食事をする頻度は、「ほぼ毎日」が75.7%で最も高く、次いで「週4～5日」が8.6%、「週2～3日」が8.0%となっている。

小学生の家族と一緒に食事をする頻度<夕ごはん>は、「ほぼ毎日」が80.9%と最も高く、そのほかは10%未満となっている。中学生は、「ほぼ毎日」が66.4%、「週2～3日」が12.3%、「週4～5日」が11.9%となっている。

(3) 食事のあいさつの状況★

問5 あなたは食事のとき「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。
(○は1つまで)



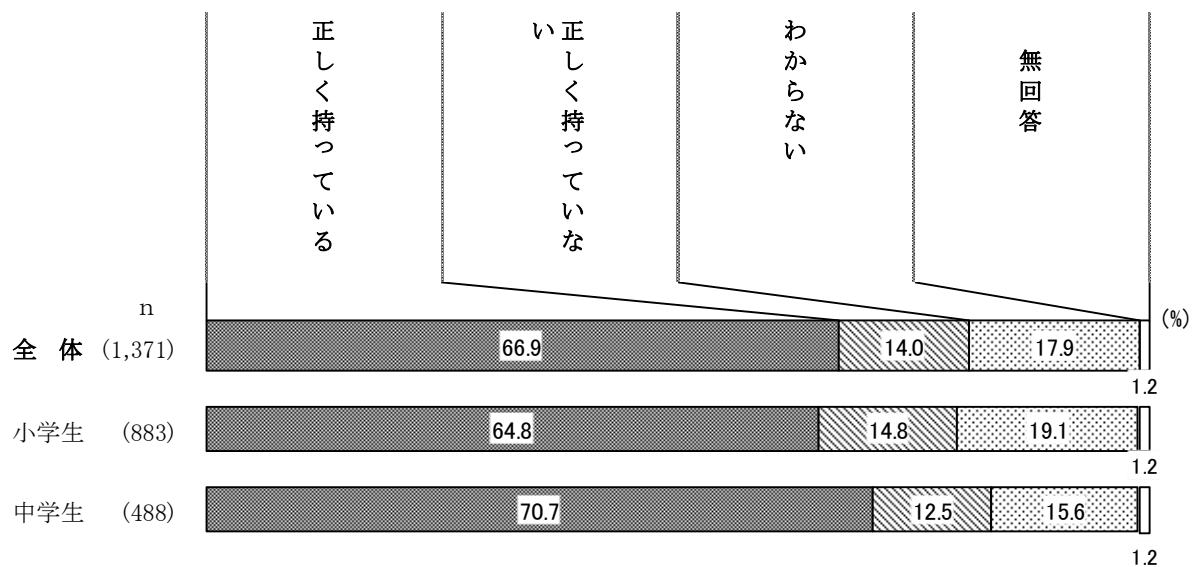
食事のあいさつの状況は、「必ずしている」が63.5%で最も高く、『している (計)』は86.9%と高くなっている。

小学生・中学生で大きな差異はなく、『している (計)』は小学生で87.5%、中学生で85.6%となっている。小学生の食事のあいさつ状況は、「必ずしている」が63.6%、「だいたいいつもしている」が23.9%、中学生は、「必ずしている」が63.1%、「だいたいいつもしている」が22.5%となっている。

★：第2次食育推進計画の達成目標にあわせた集計

(4) 箸の正しい持ち方・使い方について★

問6 あなたはおはしを正しく持ち、使えていると思いますか。(○は1つまで)



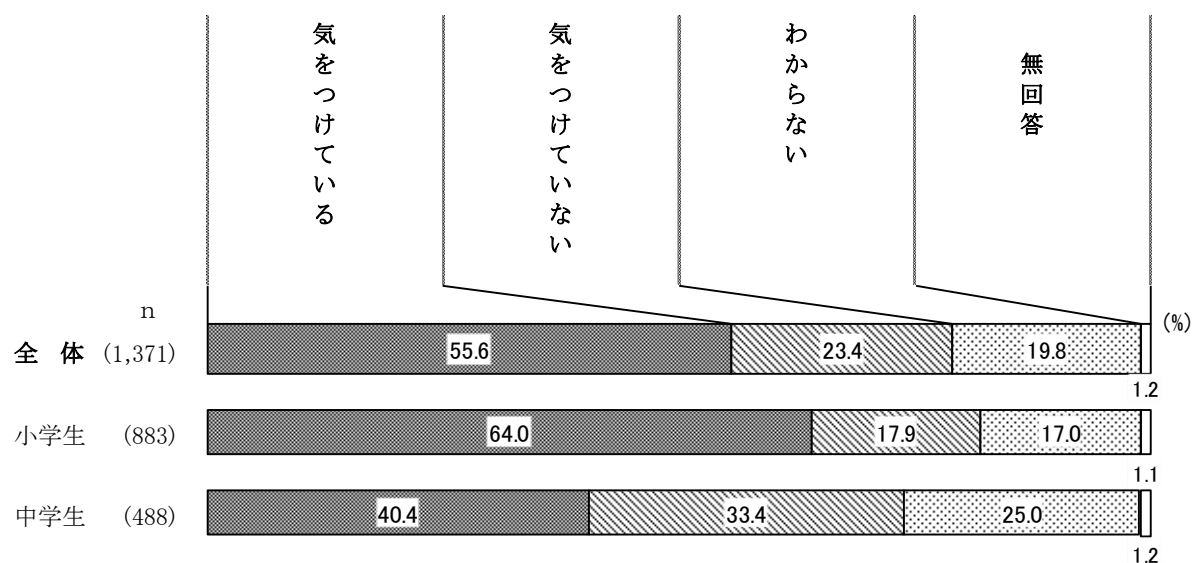
箸の正しい持ち方・使い方については、「正しく持っている」が 66.9%、「正しく持っていない」が 14.0%となっている。

箸の正しい持ち方・使い方については、「正しくもっている」が中学生で 70.7%、小学生で 64.8%となっている。

★：第2次食育推進計画の達成目標にあわせた集計

（５）食事の時の咀嚼意識

問７ あなたはふだんの食事で、よく噛むように気をつけていますか。（○は1つまで）

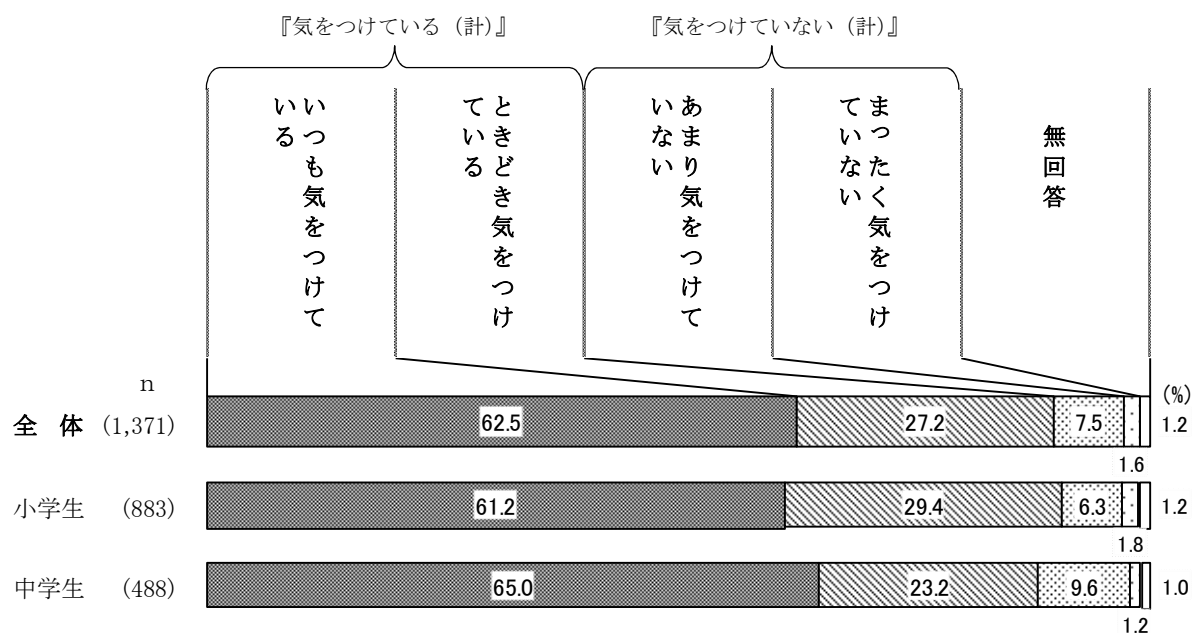


食事の時の咀嚼意識は、「気をつけている」が 55.6%、「気をつけていない」が 23.4%となっている。

食事の時の咀嚼意識は、小学生で「気をつけている」が 64.0%と高くなっている。中学生は「気をつけている」が 40.4%、「気をつけていない」が 33.4%となっている。

(6) 食材の無駄をなくす意識

問8 あなたはふだん、食べ残しがないように気をつけていますか。(○は1つまで)

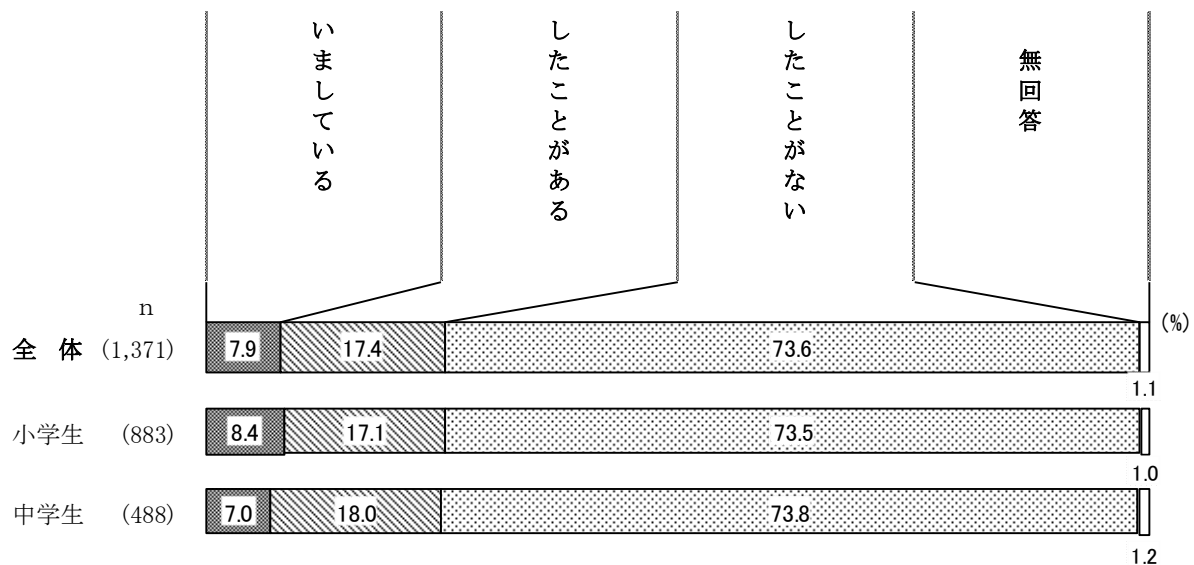


食材の無駄をなくす意識は、「いつも気をつけている」が62.5%で最も高く、『気をつけている (計)』が89.7%と高くなっている。一方、『気をつけていない (計)』は9.1%となっている。

食材の無駄をなくす意識は、小学生で「いつも気をつけている」が61.2%、次いで「ときどき気をつけている」が29.4%、中学生は「いつも気をつけている」が65.0%で最も高くなっている。

(7) 減量（ダイエット）の経験

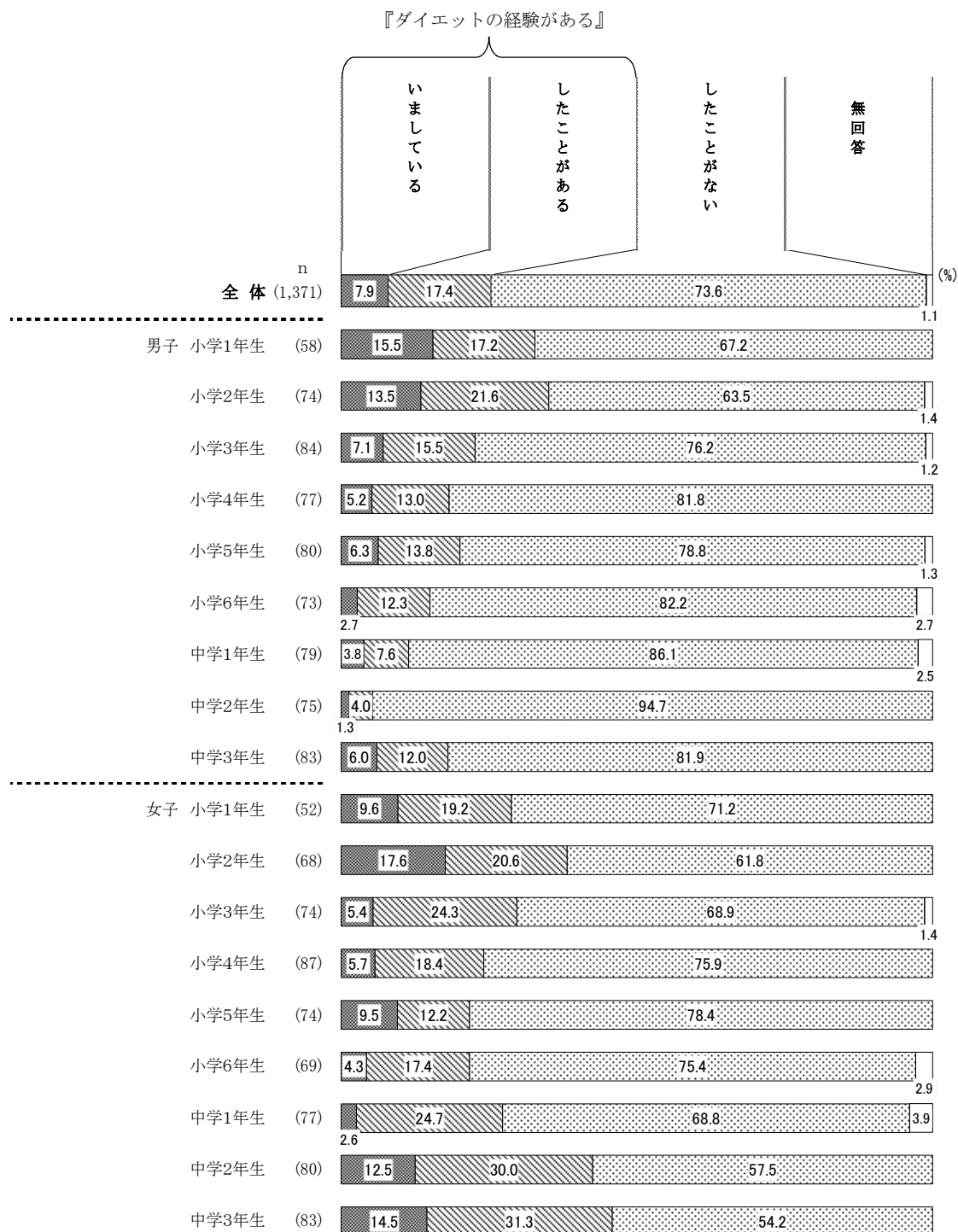
問9 あなたは減量（ダイエット）をしたことがありますか。（○は1つまで）



減量（ダイエット）の経験は、「したことがない」が73.6%で最も高くなっているが、「いましている」が7.9%、「したことがある」が17.4%となっている。

小学生・中学生で大きな差異はなく、減量（ダイエット）の経験は、「したことがない」が小学生73.5%、中学生73.8%で最も高くなっており、そのほかは2割未満となっている。

【性・学年別】



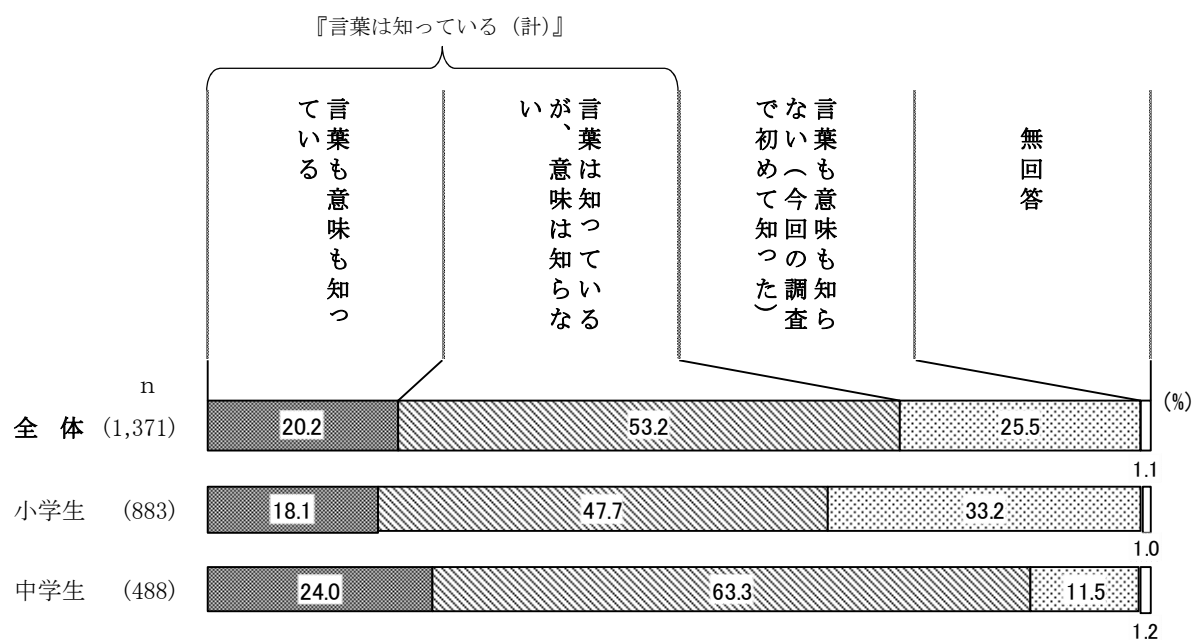
性・学年別でみると、「したことがない」がどの性・学年でも多い。

また、『ダイエット経験がある（計）』は、中学生では、女子2・3年生が4割以上、1年生が2割半ばであるのに対し、男子は全学年で2割以下と低くなっている。

小学生では、男子1・2年生と女子2年生で3割以上、女子の1・3年生も約3割と低学年で高くなっている。

(8)「食育」ということばの認知状況

問 10 あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていますか。(〇は1つまで)

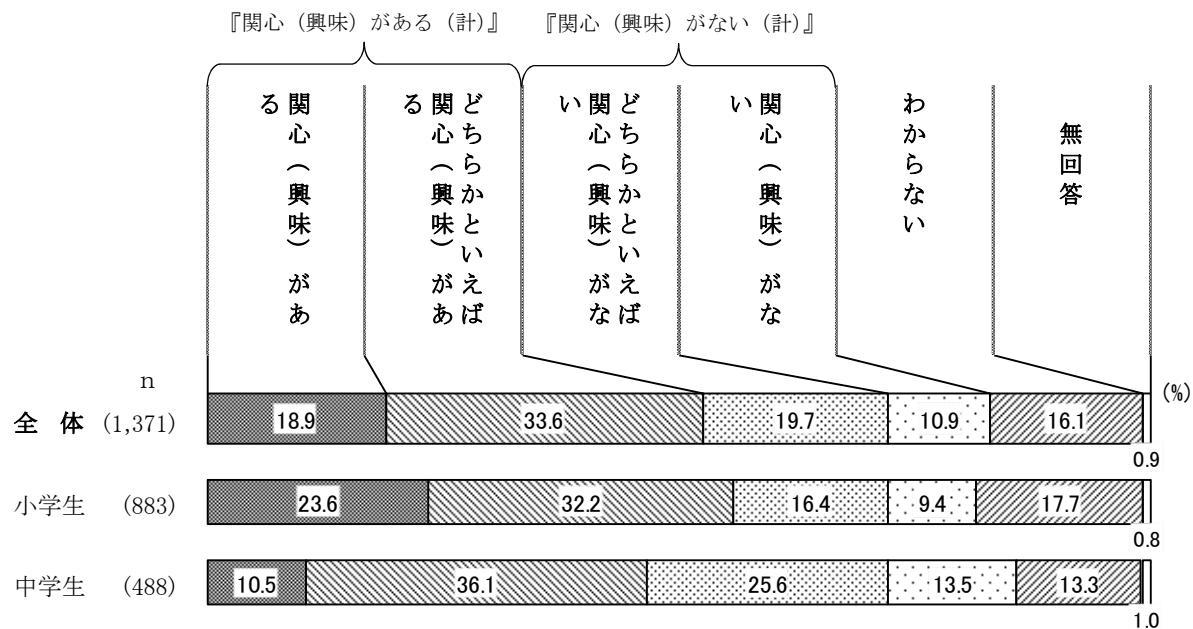


「食育」ということばの認知状況は、『言葉は知っている (計)』が 73.4%で高くなっている。一方、「言葉も意味も知らない (今回の調査で初めて知った)」は 25.5%となっている。

小学生の「食育」ということばの認知状況は、「言葉は知っているが、意味は知らない」が 47.7%、「言葉も意味も知らない (今回の調査で初めて知った)」が 33.2%、中学生は「言葉は知っているが意味は知らない」が 63.3%で最も高くなっている。

(9)「食育」への関心度

問 11 あなたは「食育」に関心（興味）がありますか。（○は1つまで）

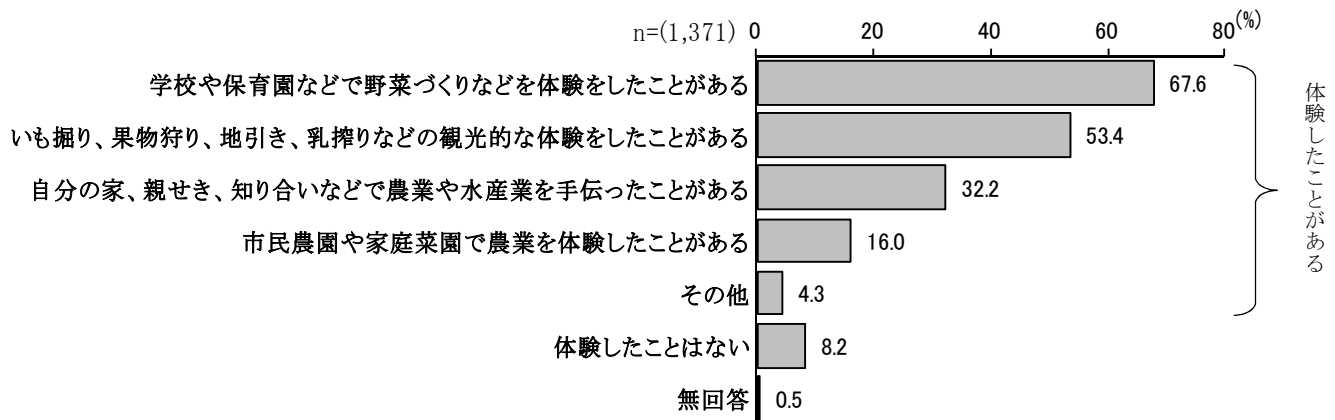


「食育」への関心度は、『関心（興味）がある（計）』が 52.5%、『関心（興味）がない（計）』が 30.6% となっている。

小学生の「食育」への関心度は、『関心（興味）がある（計）』が 55.8%、中学生は『関心（興味）がある（計）』が 46.6%となっている。

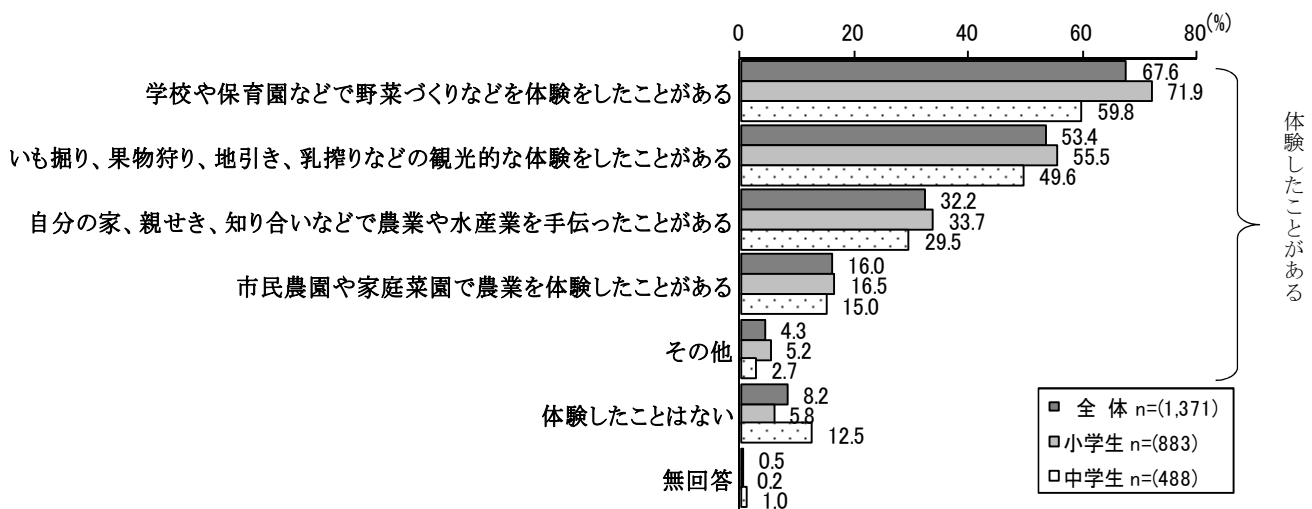
(10) 農業（田や畑で米や野菜などを作る）や水産業（魚や貝などをとる）の作業体験の有無

問 12 あなたは、農業（田や畑でコメや野菜などを作る）や水産業（魚や貝などをとる）の体験をしたことがありますか。（〇はいくつでも）



農業（田や畑で米や野菜などを作る）や水産業（魚や貝などをとる）の作業体験の有無について『体験したことがある』が 91.3%と高くなっている。「学校や保育園などで野菜づくりなどを体験をしたことがある」が 67.6%で最も高く、次いで「いも掘り、果物狩り、地引き、乳搾りなどの観光的な体験をしたことがある」が 53.4%、「自分の家、親せき、知り合いなどで農業や水産業を手伝ったことがある」が 32.2%となっている。

【小・中学生別】★



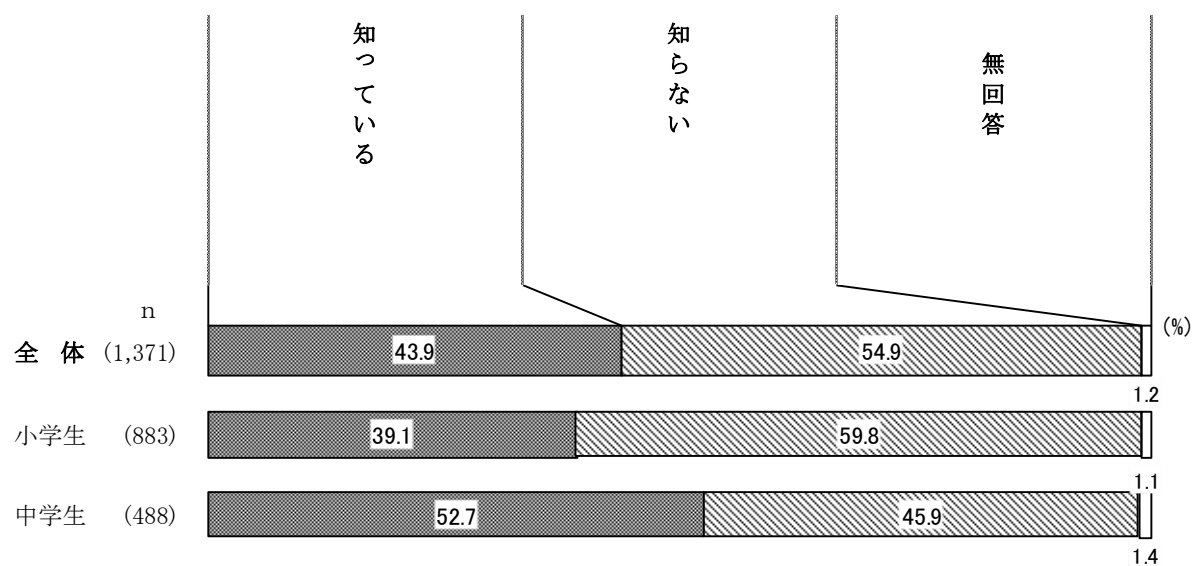
農業（田や畑でコメや野菜などを作る）や水産業（魚や貝などをとる）の作業体験について『体験したことがある』が小学生で 94.0%、中学生で 86.5%と高くなっている。「学校や保育園などで野菜づくりなどを体験したことがある」が、小学生 71.9%、中学生 59.8%と最も高く、次いで「いも掘り、果物狩り、地引き、乳搾りなどの観光的な体験をしたことがある」が小学生 55.5%、中学生 49.6%となっている。

★：第2次食育推進計画の達成目標にあわせた集計

(11) 茅ヶ崎でとれる食材の認知度

問 13 あなたは茅ヶ崎でとれる野菜・果物や海産物などの食材を知っていますか。

(○は1つまで)



茅ヶ崎でとれる食材の認知度は、「知っている」が43.9%、「知らない」が54.9%となっている。

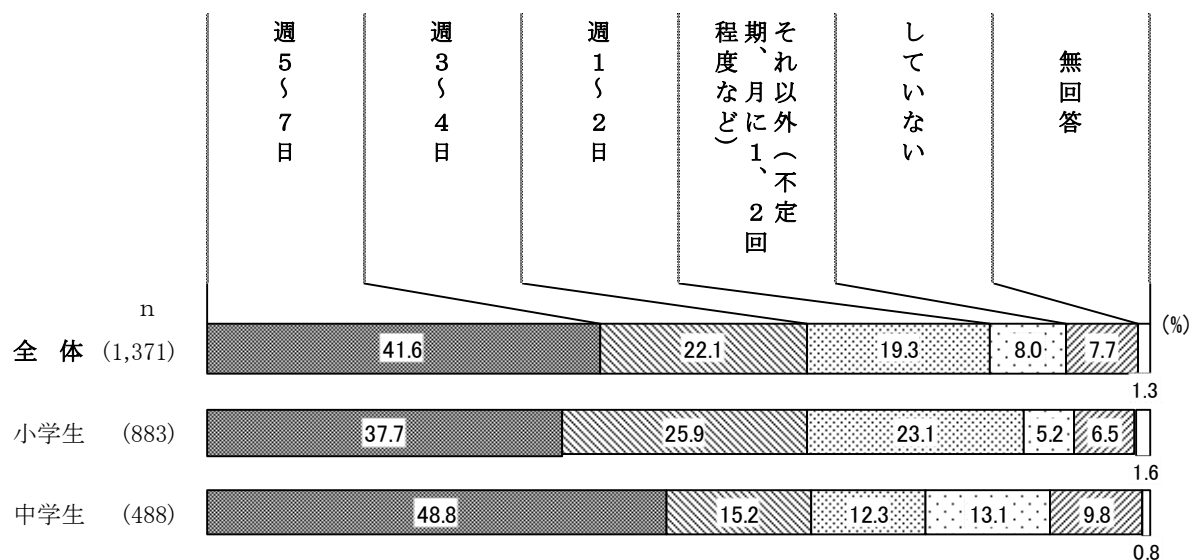
小学生の茅ヶ崎でとれる食材の認知度は、「知らない」が59.8%と高く、中学生は「知っている」が52.7%、「知らない」が45.9%となっている。

3 身体活動・運動について

(1) 運動の有無と頻度

問 14 週にどれくらい運動をしていますか。(○は1つまで)

(ここでの運動とは、学校の授業以外の部活やスポーツクラブでのスポーツや体を使った遊びの事をいいます。)



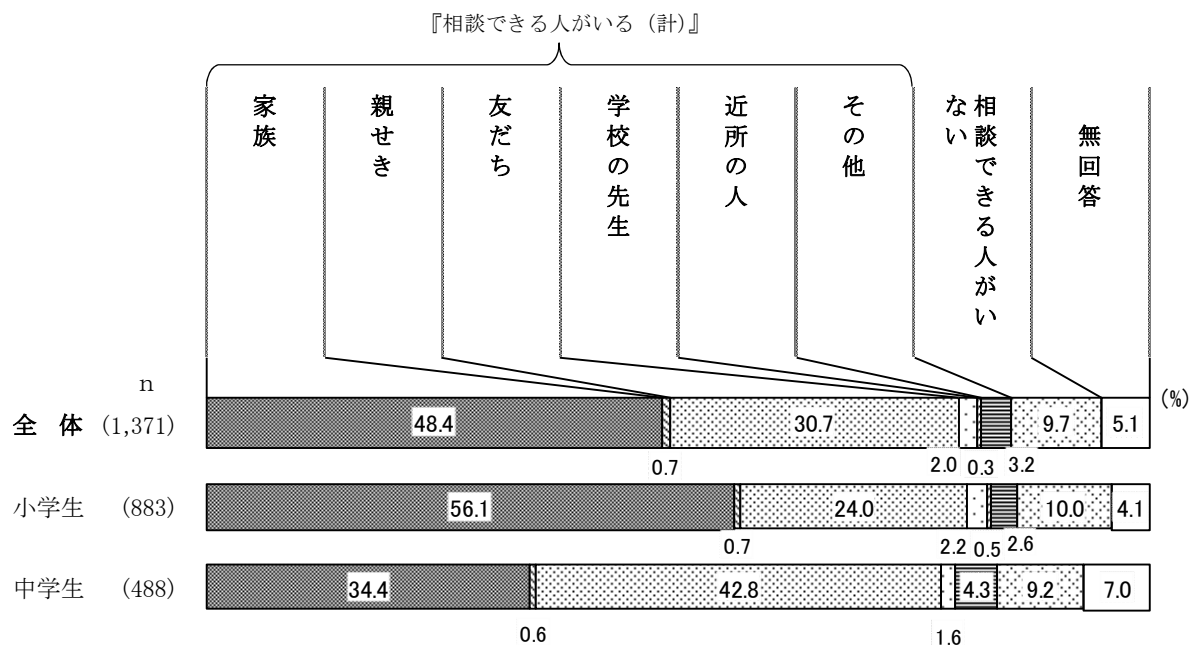
運動の有無と頻度は、「週5～7日」が41.6%で最も高く、次いで「週3～4日」が22.1%、「週1～2日」が19.3%となっている。一方、「していない」は7.7%となっている。

小学生の身体活動・運動については、「週5～7日」が37.7%、「週3～4日」が25.9%、「週1～2日」が23.1%、中学生は、「週5～7日」が48.8%で最も高く、そのほかは2割未満となっている。

4 休養・こころの健康づくりについて

(1) 悩みやストレスを相談できる人の有無

問 15 あなたは悩みやストレスを相談できる人がいますか。(○は1つまで)



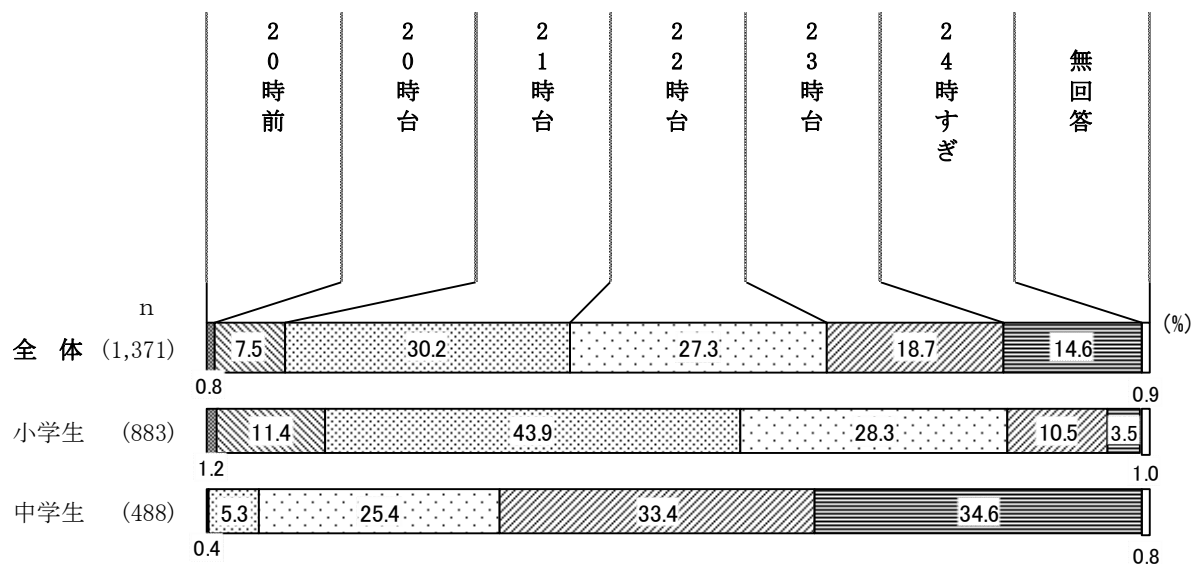
悩みやストレスを相談できる人の有無は、「家族」が48.4%で最も高く、次いで「友だち」が30.7%となっており、『相談できる人がいる (計)』は85.3%と高くなっている。一方、「相談できる人がいない」は9.7%となっている。

小学生の悩みやストレスを相談できる人の有無は、「家族」が56.1%で最も高く、中学生は、「友達」が42.8%、「家族」が34.4%となっている。

(2) 就寝時間・起床時間・睡眠時間

問 16 あなたの、平日の「寝る時間」と「起きる時間」を教えてください。(数字を記入)

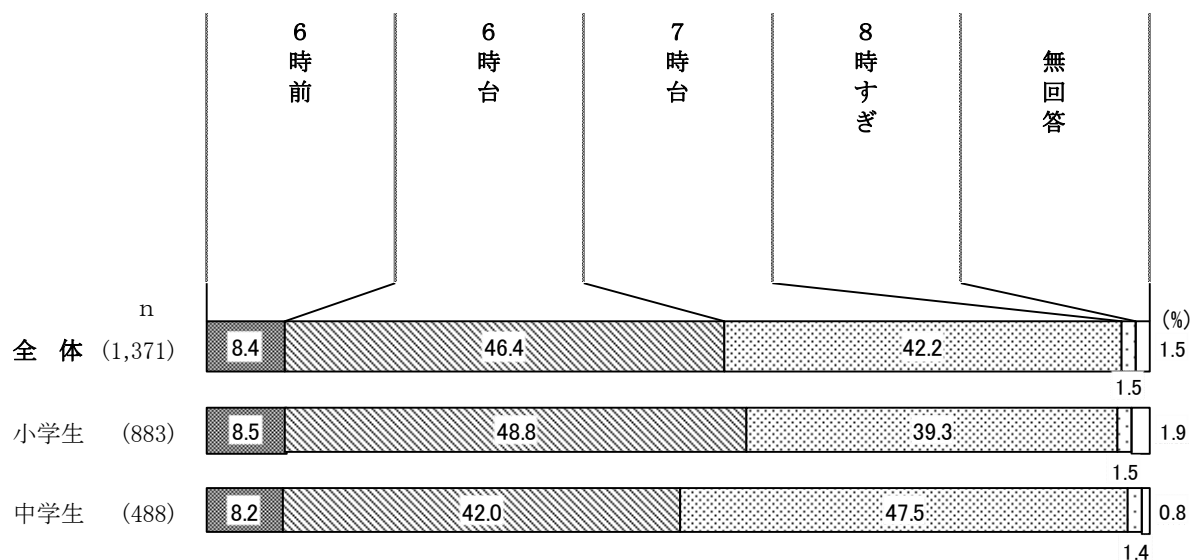
<就寝時間>



就寝時間は、「21 時台」が 30.2%で最も高く、次いで「22 時台」が 27.3%となっている。

小学生の就寝時間は、「21 時台」が 43.9%と最も高く、次いで「22 時台」が 28.3%、中学生は「24 時すぎ」が 34.6%、「23 時台」が 33.4%、「22 時台」が 25.4%となっている。

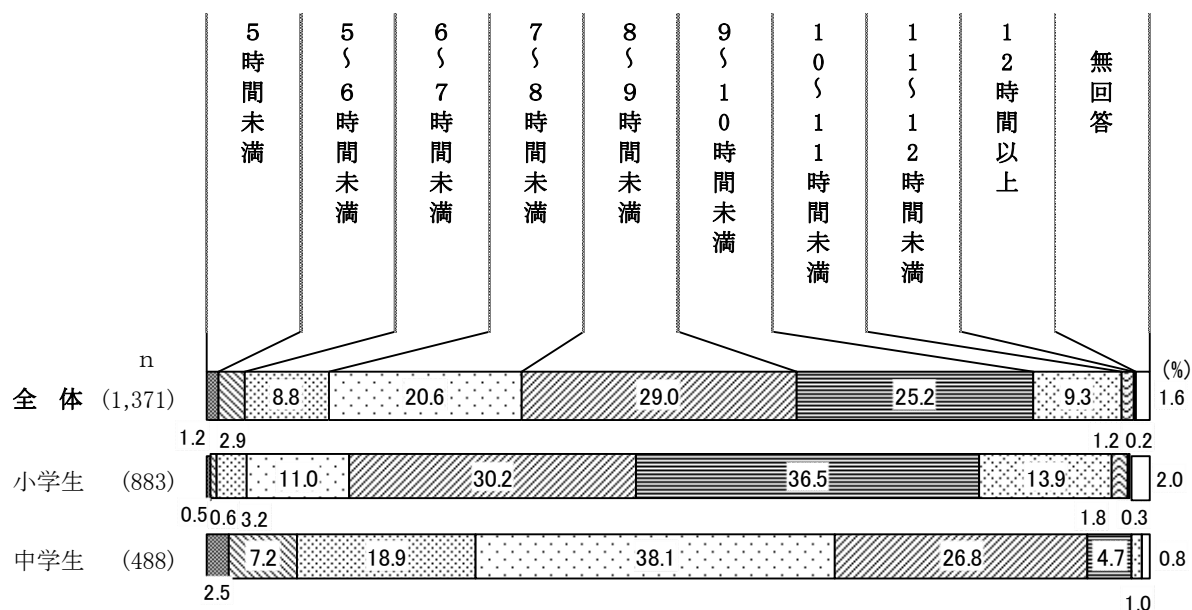
<起床時間>



起床時間は、「6 時台」が 46.4%で最も高く、次いで「7 時台」が 42.2%となっている。

小学生の起床時間は、「6 時台」が 48.8%、「7 時台」が 39.3%、中学生は、「7 時台」が 47.5%「6 時台」が 42.0%となっている。

<睡眠時間>

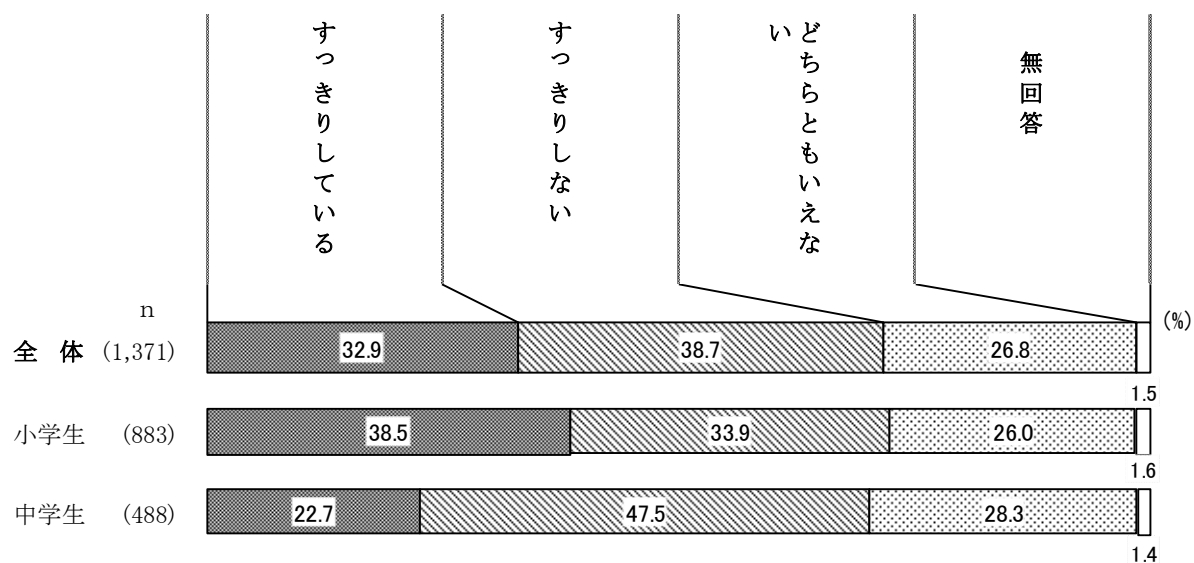


睡眠時間は、「8～9時間未満」が29.0%で最も高く、次いで「9～10時間未満」が25.2%、「7～8時間」が20.6%となっている。

小学生の睡眠時間は、「9～10時間未満」が36.5%、「8～9時間未満」が30.2%、「7～8時間未満」と「10～11時間未満」は1割以上、そのほかは1割未満、中学生は「7～8時間未満」が38.1%、「8～9時間未満」が26.8%、「6～7時間未満」が18.9%、そのほかは1割未満となっている。

(3) 起床時の実感

問 17 あなたはふだん、朝、目覚めたとき、すっきりしていますか。(○は1つまで)



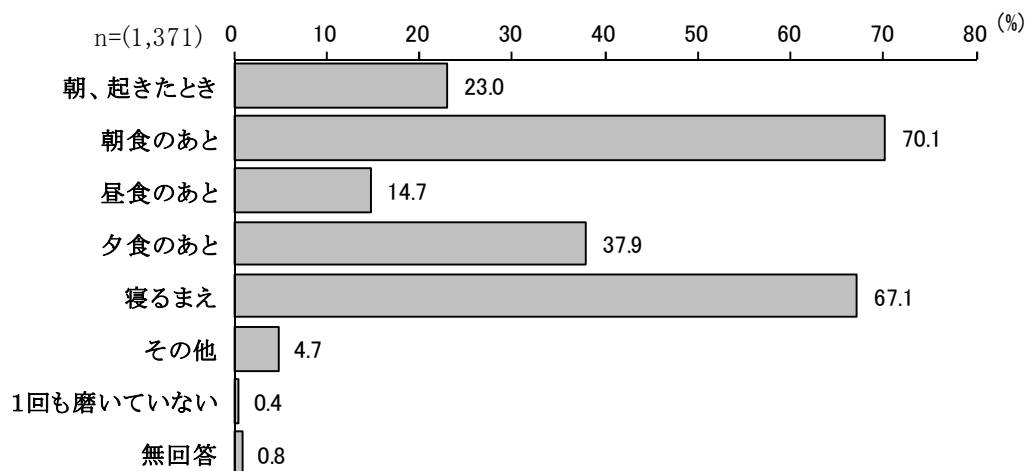
起床時の実感は、「すっきりしている」が32.9%、「すっきりしない」が38.7%となっている。また、「どちらともいえない」は26.8%となっている。

小学生の起床時の実感は、「すっきりしている」が38.5%、「すっきりしない」が33.9%、中学生は「すっきりしない」が47.5%でやや高く、次いで「どちらともいえない」が28.3%、「すっきりしている」が22.7%となっている。

5 歯・口の健康について

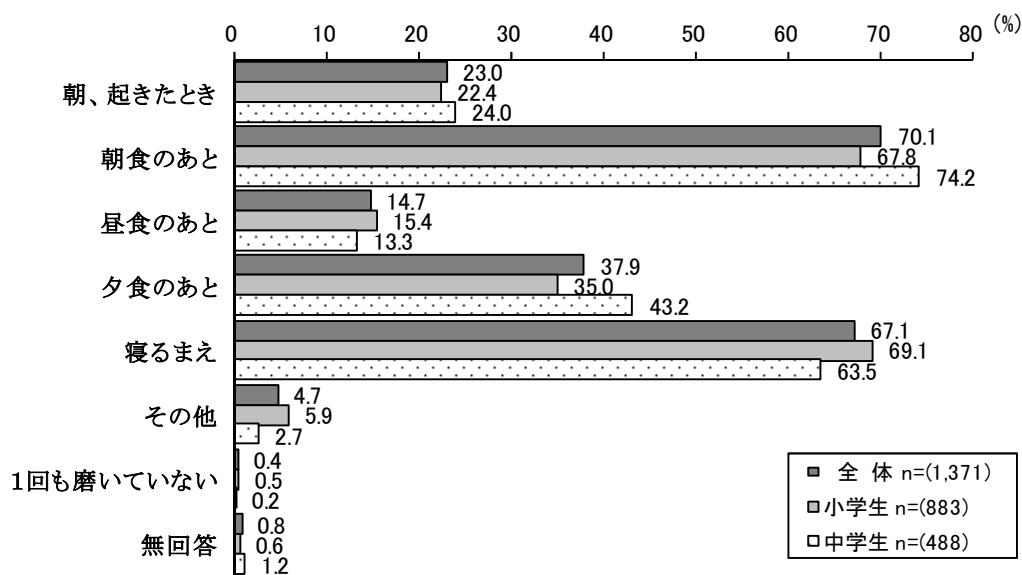
(1) 歯みがきの状況について

問 18 あなたは家で1日のうちにいつ歯を磨きますか。(〇はいくつでも)



歯みがきの状況については、「朝食のあと」が70.1%で最も高く、次いで「寝るまえ」が67.1%となっている。

【小・中学生別】



小学生の歯みがきの状況については、「寝るまえ」が69.1%、「朝食のあと」が67.8%、中学生は、「朝食のあと」が74.2%で最も高く、「寝るまえ」は63.5%となっている。

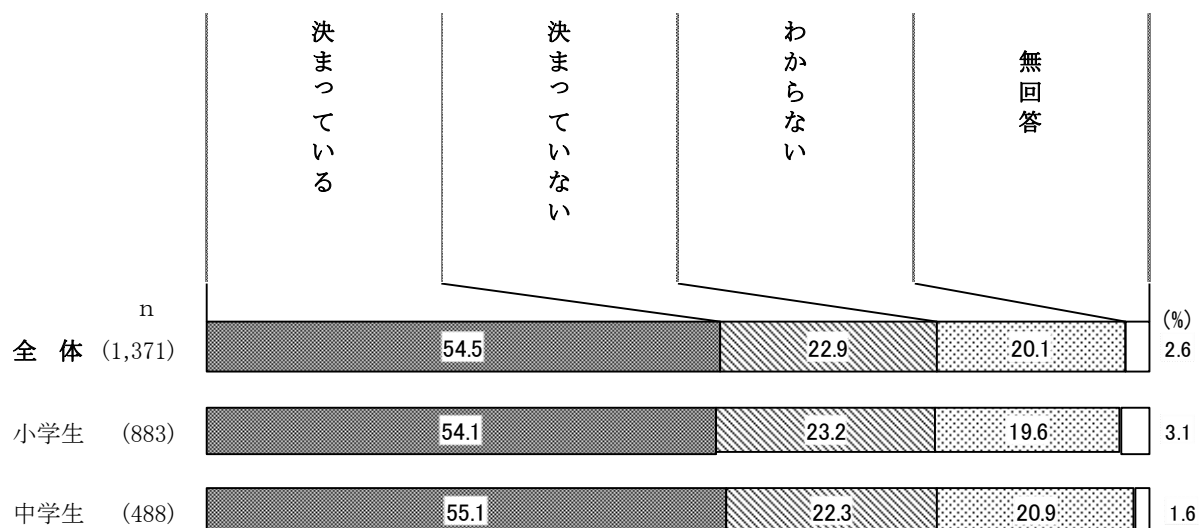
6 健康管理について

(1) かかりつけ医・歯科医の有無

問 19 あなたはいつも行くお医者さんや歯医者さんが決まっていますか。

(○はそれぞれ1つずつ)

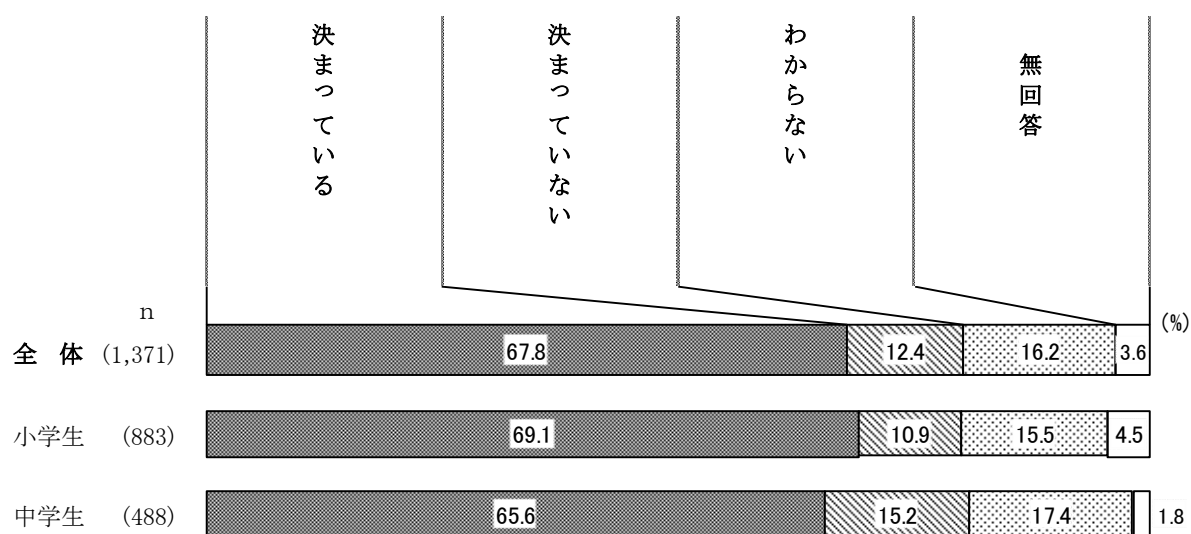
<お医者さん>



かかりつけ医の有無は、「決まっている」が54.5%、「決まっていない」が22.9%となっている。

小学生・中学生で大きな差異はなく、かかりつけのお医者さんは、小学生で「決まっている」が54.1%、中学生で55.1%となっている。「決まっていない」は小学生で23.2%、中学生22.3%となっている。

<歯医者さん>



かかりつけ歯科医の有無は、「決まっている」が67.8%、「決まっていない」が12.4%となっている。

かかりつけの歯医者さんは、「決まっている」は小学生で69.1%、中学生で65.6%となっている。