

## 平成25年度 児童生徒の生活スタイルに関する調査結果

本県では、児童生徒（小学校5年生、中学校2年生、高等学校2年生の各約1,000名）の食生活を中心とした生活習慣について、平成14年度から継続して調査を行い、子どもたちの心と体を健やかに育むために、学校・家庭・地域が連携して食育を推進してきました。

平成25年度に各学校で実施していただいた調査結果をまとめましたので、児童生徒の健康づくりや食育の資料としてご活用ください。

### 調査の目的

県内の児童生徒の食生活を中心とした生活習慣や体調、自尊感情、運動やスポーツの状況を調査することにより、結果を広く共有し、児童生徒の食育の推進に役立てることを目的とする。

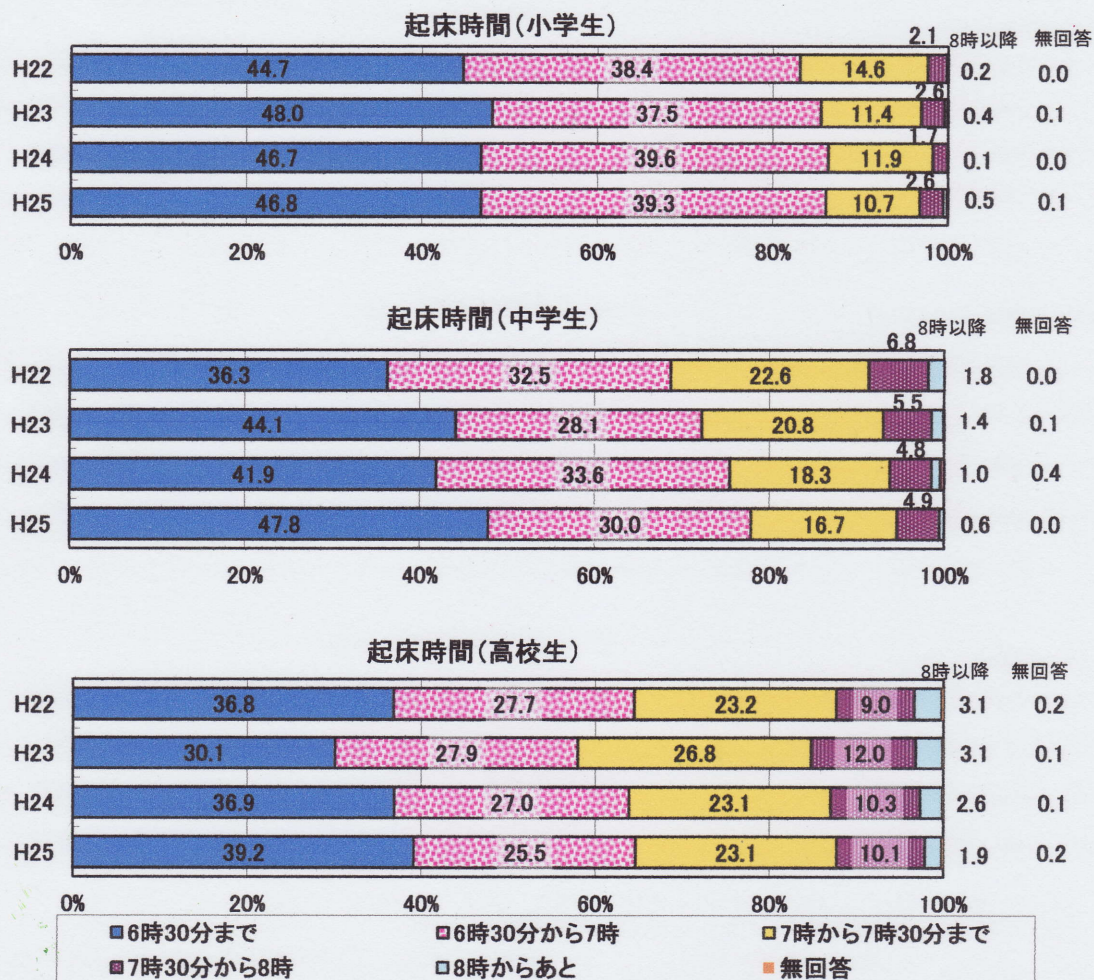
### 調査対象

|         |      |                       |
|---------|------|-----------------------|
| 小学校5年生  | 47校  | 1,027名(男子513名 女子514名) |
| 中学校2年生  | 36校  | 1,068名(男子571名 女子497名) |
| 高等学校2年生 | 29校  | 1,086名(男子514名 女子572名) |
| 計       | 112校 | 3,181名                |

調査時期 平成25年7月

### 調査結果

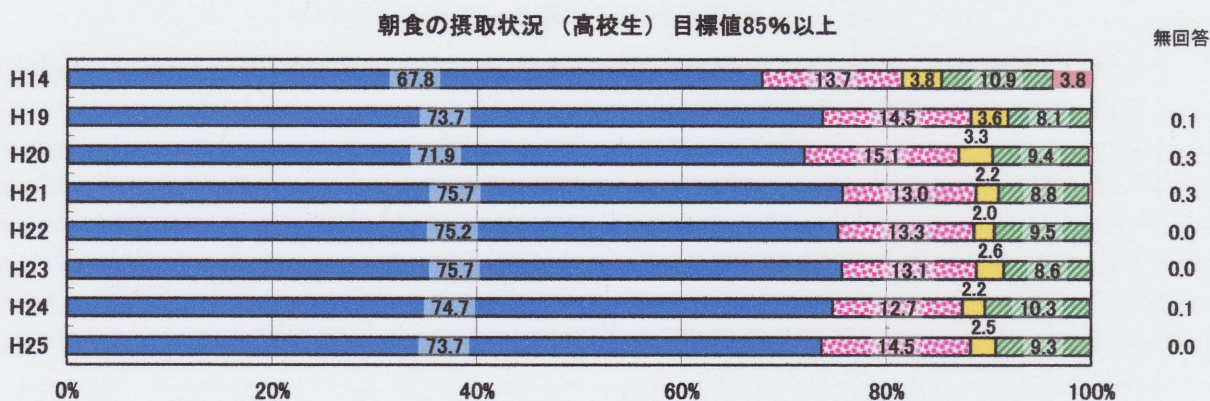
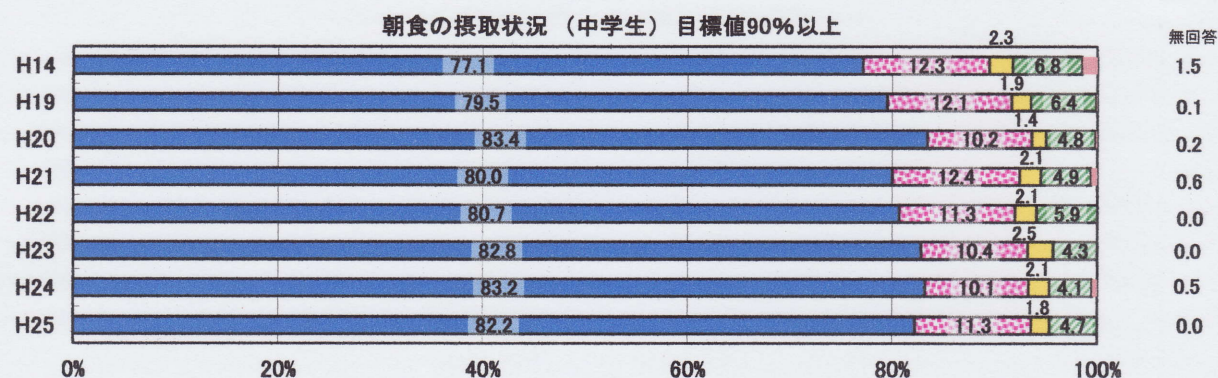
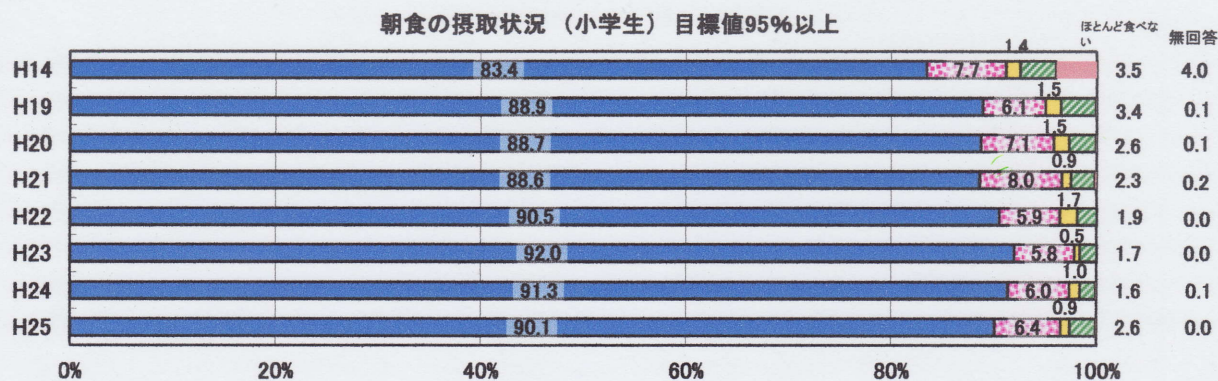
#### 問1 今朝は、何時ごろ起きましたか



平成25年度の「7時までに起床している」児童生徒の割合は、小学生86.1%、中学生77.8%、高校生64.7%である。平成24年度と比較すると、小学生で0.2ポイント減少し、中学生で2.3ポイント、高校生で0.8ポイントそれぞれ増加した。中学生は、平成22年度と比較すると、9.0ポイント増加している。



## 問2 あなたは、毎日朝食を食べていますか



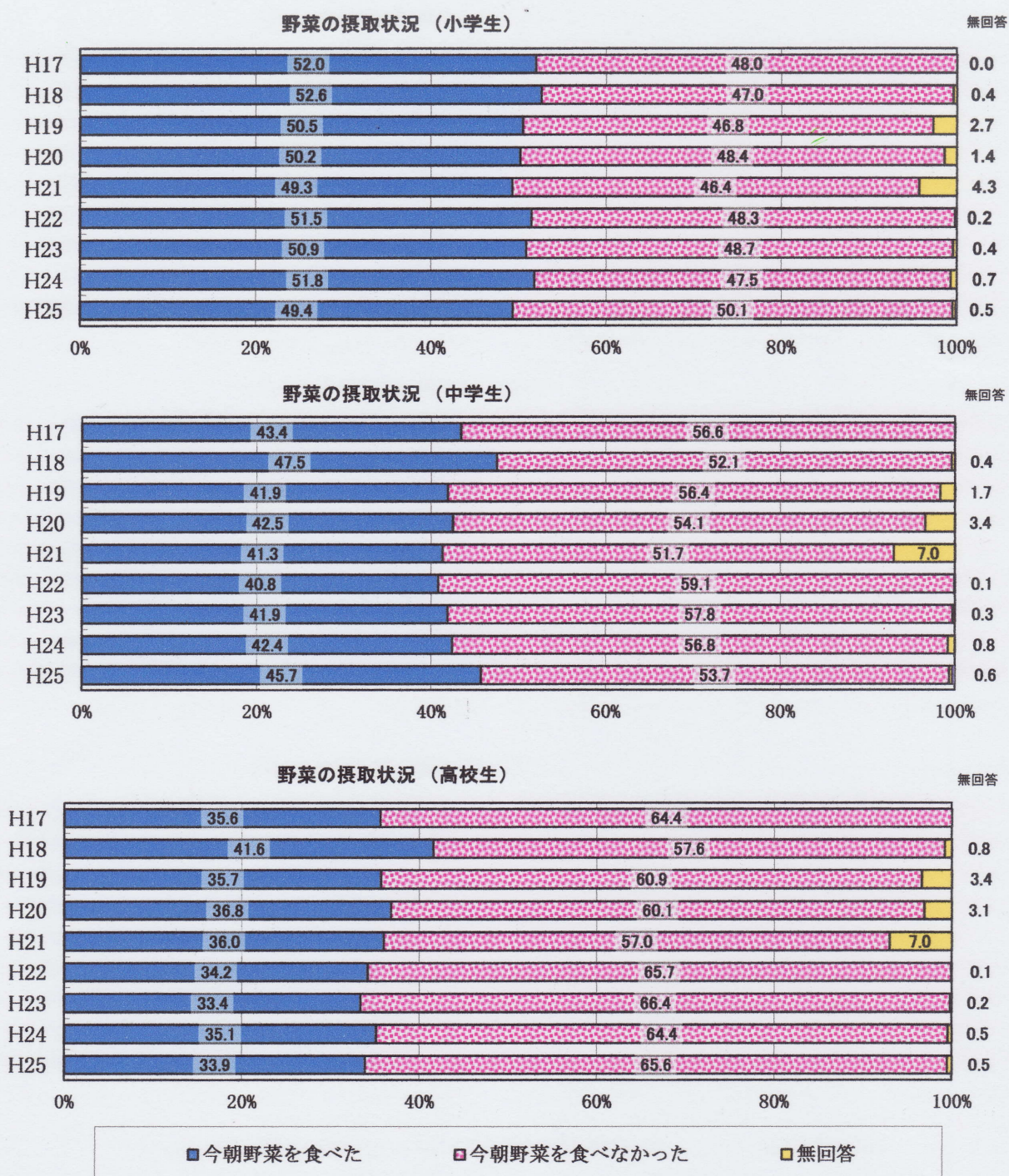
■必ず食べる ■2~3日食べないことがある ■4~5日食べないことがある ■ほとんど食べない ■無回答

平成25年度の「毎日朝食を必ず食べる」児童生徒の割合は、小学生90.1%、中学生82.2%、高校生73.7%である。平成24年度と比較すると、小学生で1.2ポイント、中学生で1.0ポイント、高校生で1.0ポイントそれぞれ減少した。

また、「毎日朝食をほとんど食べない」児童生徒の割合は、小学生2.6%、中学生4.7%、高校生9.3%であり、学年が上がるにつれて割合が増えている。



### 問3 今朝、野菜を食べましたか

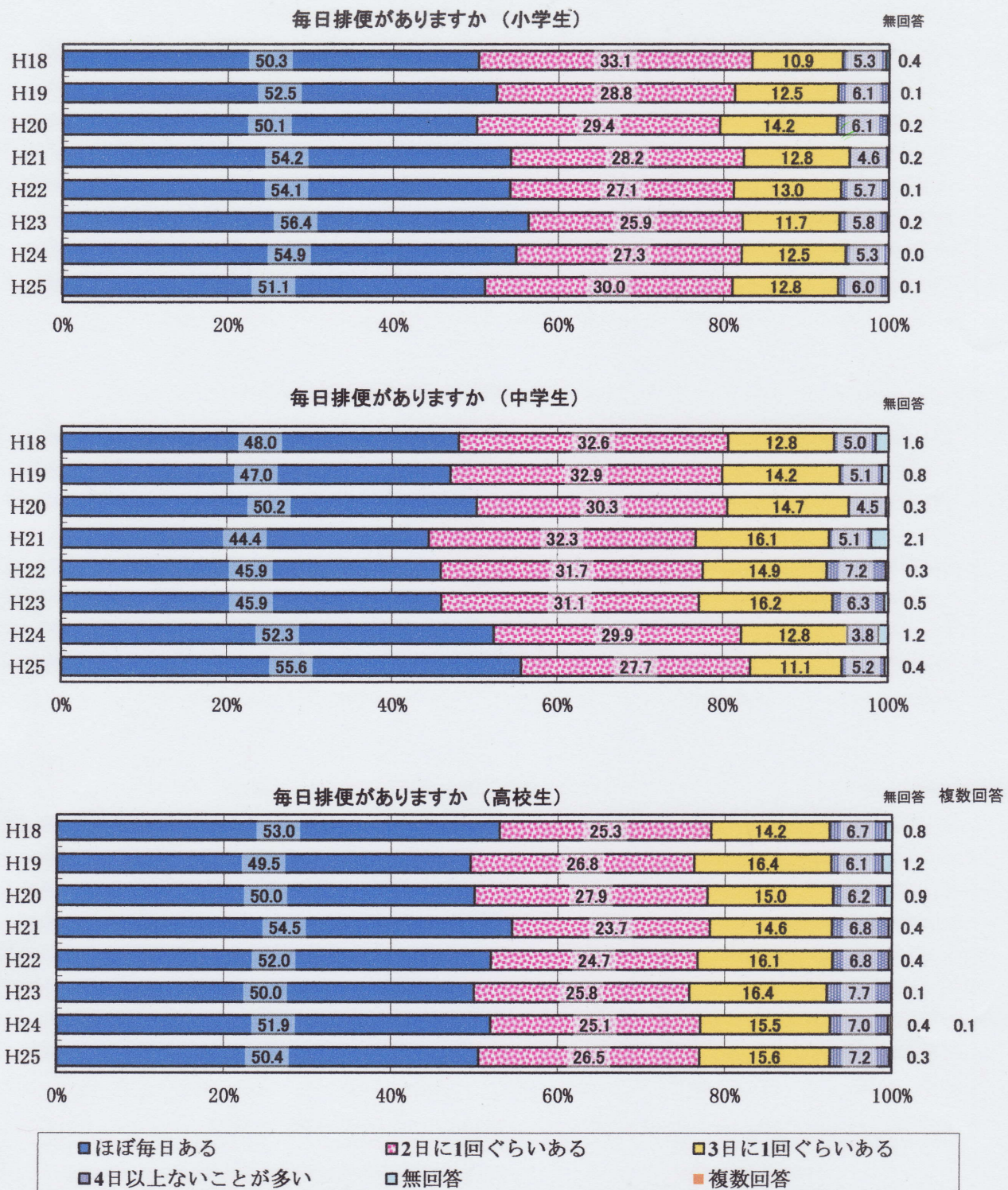


平成25年度の「朝食で野菜を食べた」児童生徒の割合は、小学生49.4%、中学生45.7%、高校生33.9%であり、学年が上がるほど割合が低くなっている。一番多かった小学生でも2人に1人程度しか食べていなかった。また、高校生では、3人に1人程度しか食べていなかった。

平成18年度に中学生と高校生で前年度に比べてそれぞれ、4.1ポイント、6.0ポイント増加したが、その後減少して以降は、どの校種も野菜の摂取状況に著しい変化は見られない。



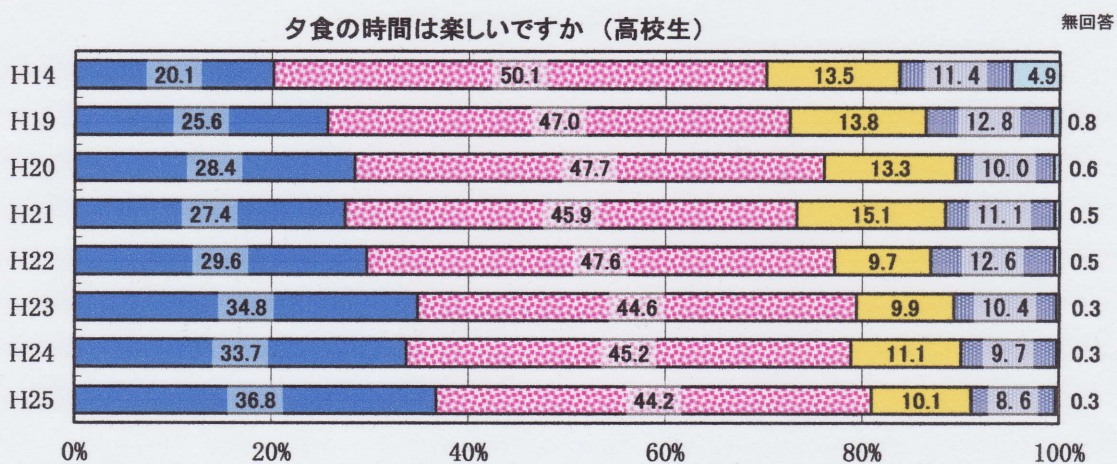
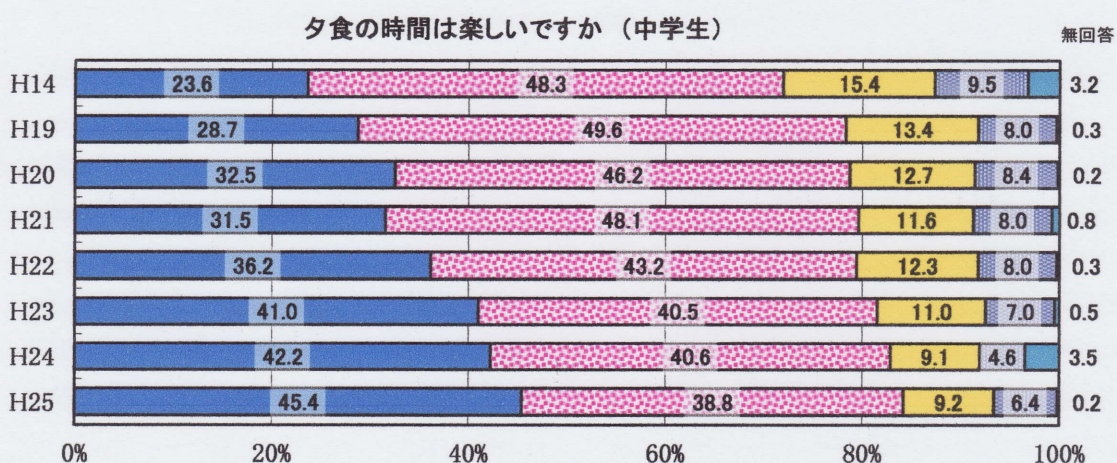
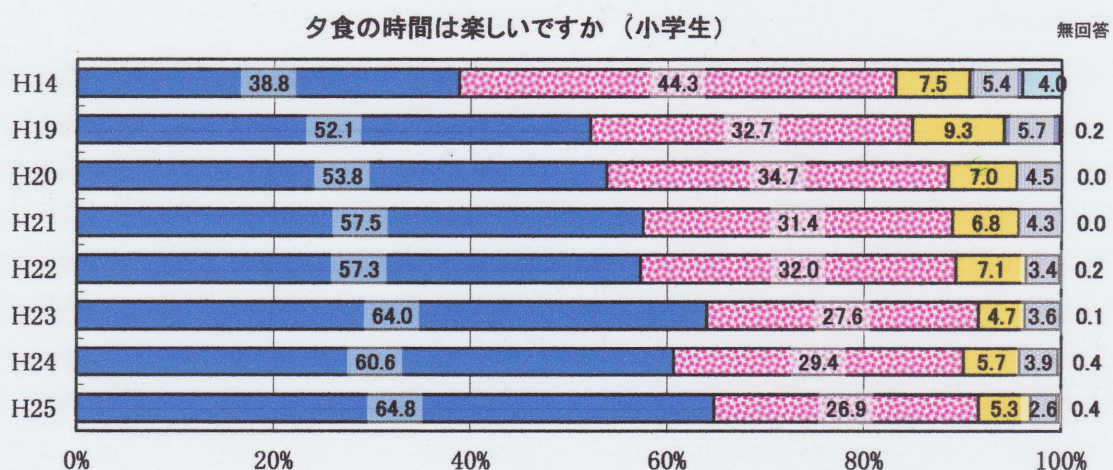
## 問4 あなたは、毎日排便がありますか



平成25年度の「排便がほぼ毎日ある」児童生徒の割合は、小学生51.1%、中学生55.6%、高校生50.4%である。また、「4日以上ないことが多い」児童生徒の割合は、小学生6.0%、中学生5.2%、高校生7.2%である。



## 問5 あなたは、家での夕食の時間が楽しいですか



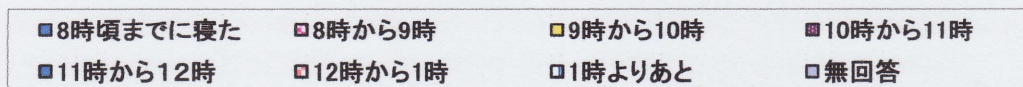
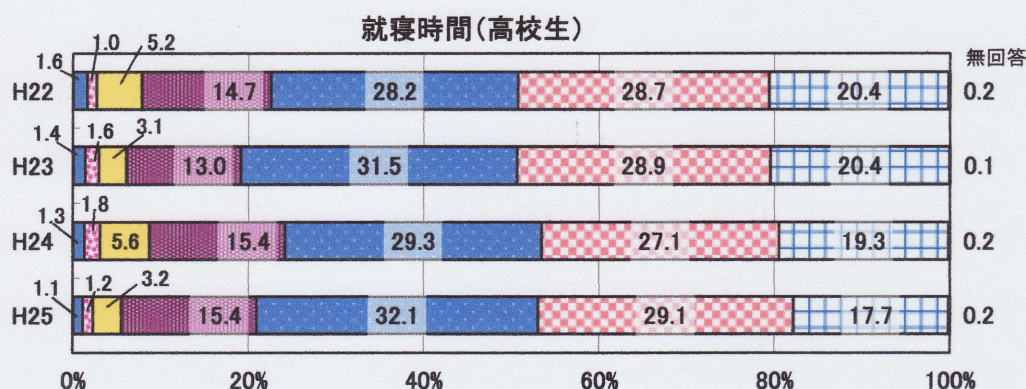
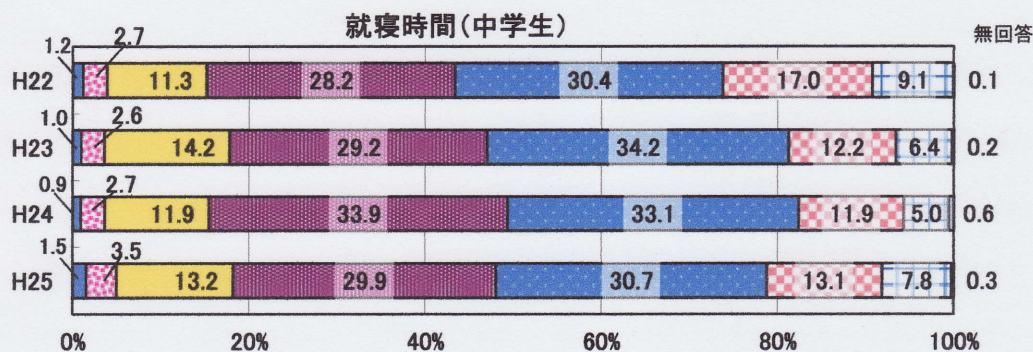
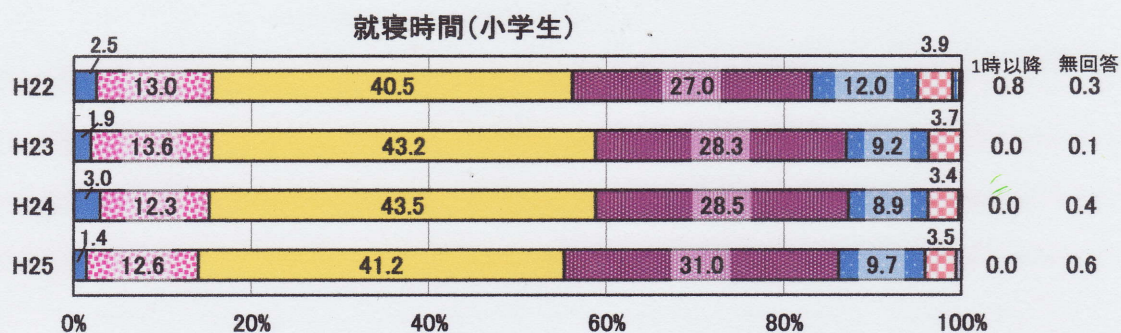
楽しい
  どちらかと言えば楽しい
  どちらかと言えば楽しくない
  楽しくない
  無回答
  その他

平成25年度の「夕食の時間が楽しい」（楽しい、どちらかと言えば楽しいの合計）と回答した児童生徒の割合は、小学生91.7%、中学生84.2%、高校生81.0%であり、平成14年度と比較するとそれぞれ8.6ポイント、12.3ポイント、10.8ポイント増えた。

夕食の時間が「楽しい」と回答した児童生徒の割合は、平成14年度と比較すると、小学生で約1.7倍、中学生で約1.9倍、高校生で約1.8倍に増えている。



## 問6 昨夜は、何時ごろ寝ましたか

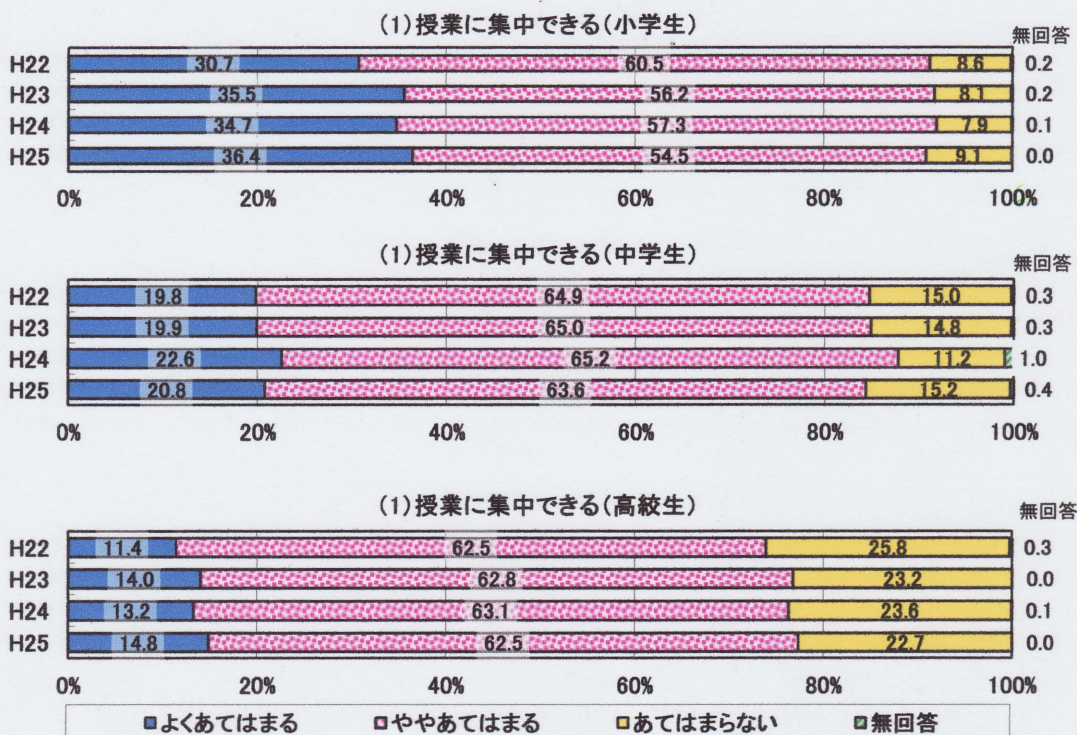


平成25年度の「就寝時刻」について、小学生は10時まで、中学生は11時まで、高校生は12時までに寝たと回答した児童生徒の割合は、それぞれ55.2%、48.1%、53.0%である。

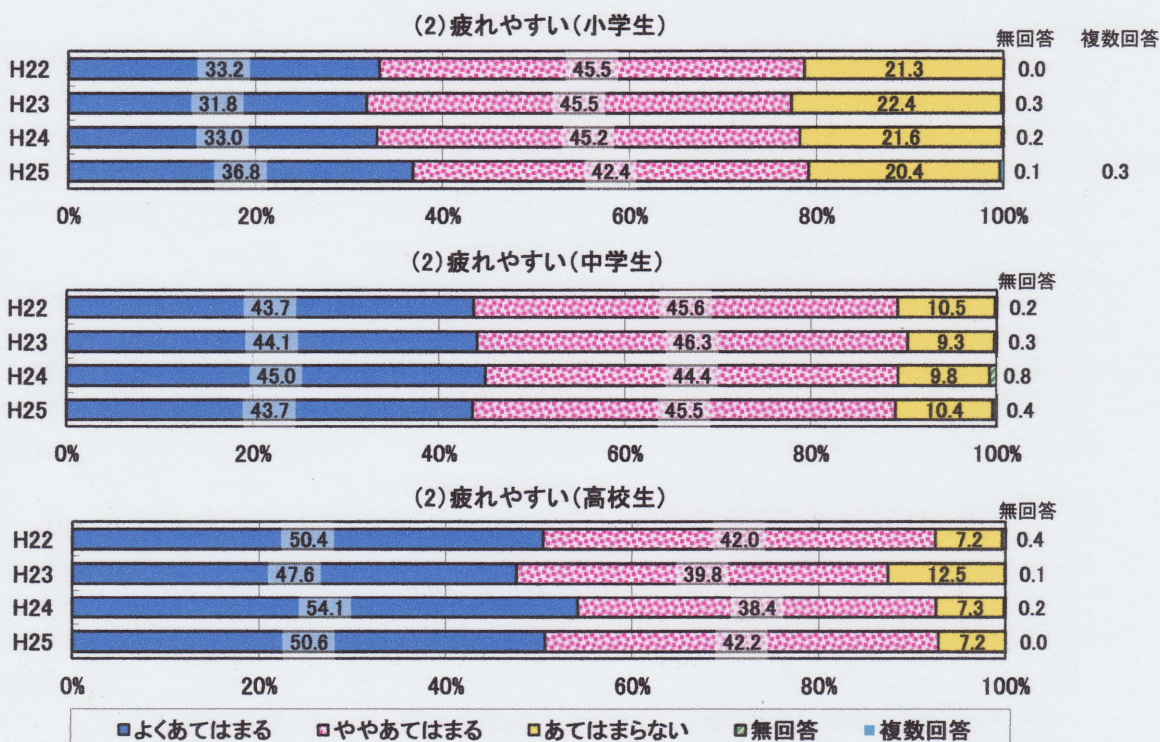
平成22年度と比較すると、小学生は10時までに寝る児童の割合が0.8ポイント減少し、中学生は11時まで、高校生は12時までに寝る生徒の割合がそれぞれ、4.7ポイント、2.3ポイント増加している。



## 問7 最近のあなた自身のことにお答えください。

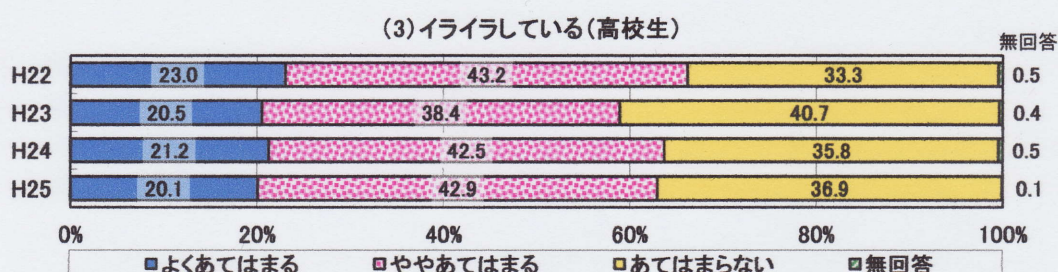
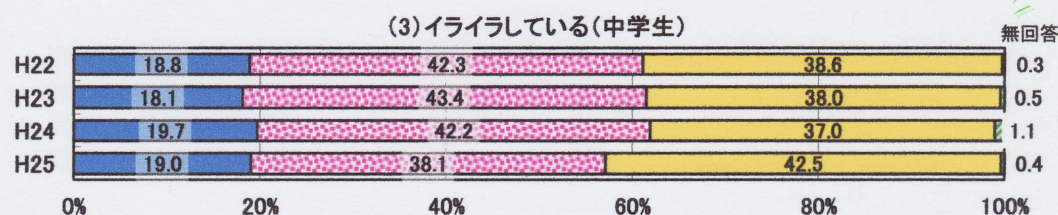
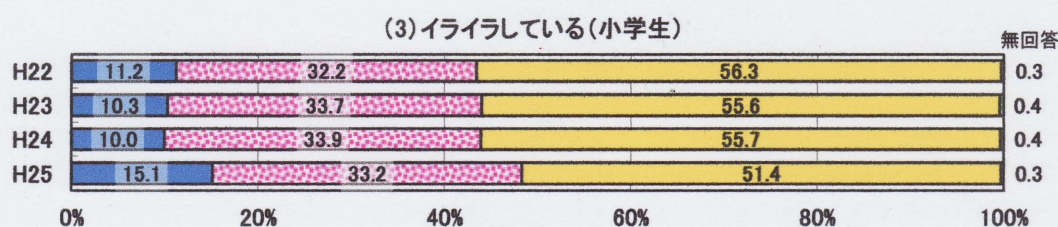


平成25年度の「授業に集中できる」児童生徒の割合は、小学生36.4%、中学生20.8%、高校生14.8%であり、学年が上がるにつれて低くなっている。平成22年度と比較すると、小学生で5.7ポイント、中学生で1.0ポイント、高校生で3.4ポイントそれぞれ増加している。

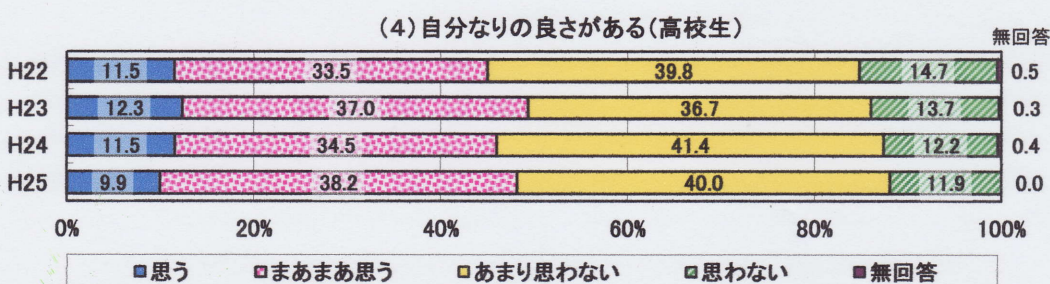
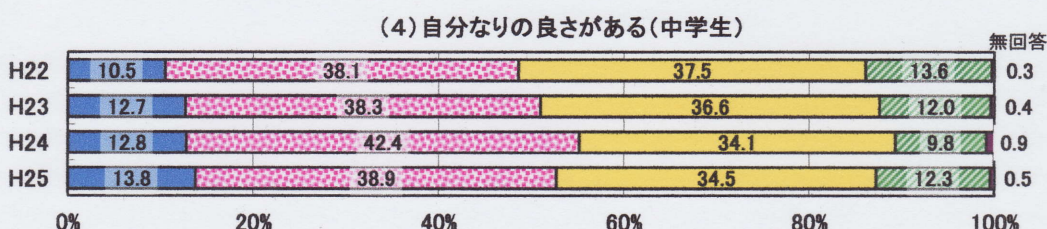
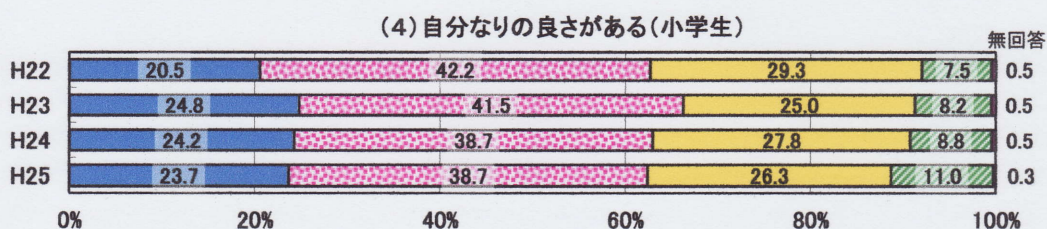


平成25年度の「疲れやすい」と回答した児童生徒の割合は、小学生36.8% 中学生43.6%、高校生50.6%であり、学年が上がるにつれて高くなっている。小学生の約8割、中学生、高校生の約9割が「よくあてはまる」、「ややあてはまる」と答えている。





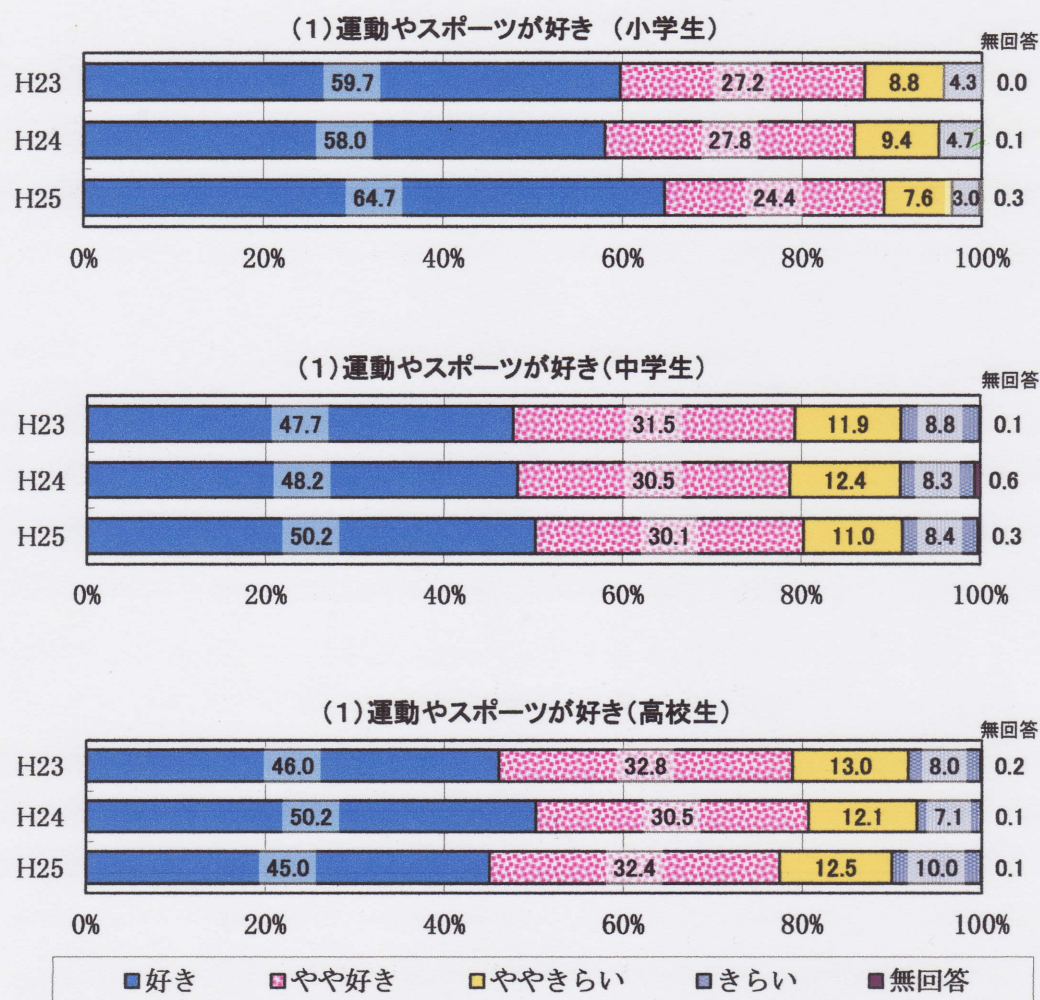
平成25年度の「いらいらしている」児童生徒の割合は、小学生15.1% 中学生19.0%、高校生20.1%であり、学年が上がるにつれて高くなっている。平成24年度と比較すると、小学生では5.1ポイント増加している。



自尊感情の指標の一つである、「自分なりの良さがある」について、平成25年度の「思う」、「まあまあ思う」と回答した児童生徒の割合は、小学生62.4%、中学生52.7%、高校生48.1%であり、学年が上がるにつれて低くなっている。



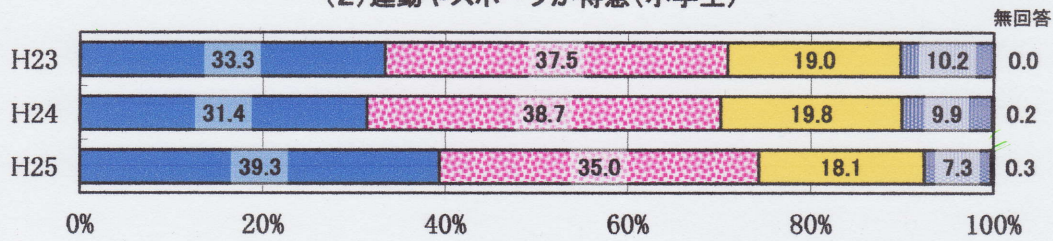
## 問8 運動やスポーツのことで近いものを選んでください。



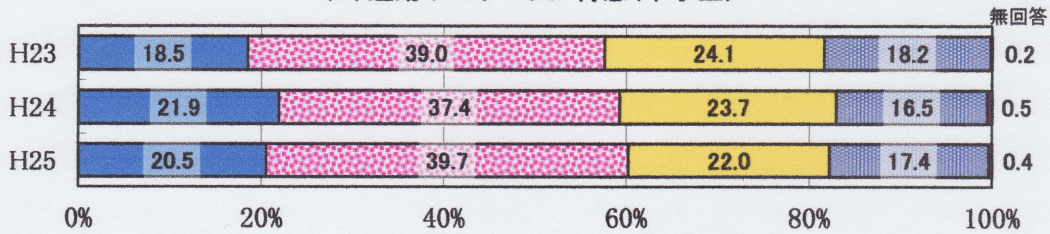
平成25年度の「運動やスポーツが好き」と回答した児童生徒の割合は、小学64.7%、中学生50.2%、高校生45.0%であり、学年が上がるにつれて低くなっている。平成23年度と比較すると、小学生で5.0ポイント、中学生で2.5ポイントそれぞれ増加し、高校生で1.0ポイント減少している。



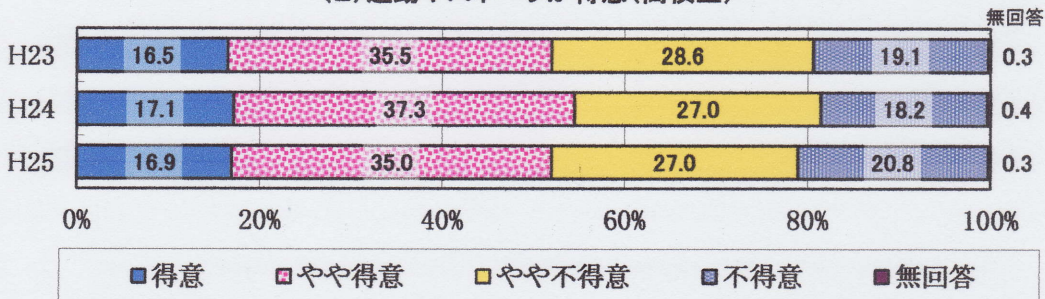
(2)運動やスポーツが得意(小学生)



(2)運動やスポーツが得意(中学生)



(2)運動やスポーツが得意(高校生)

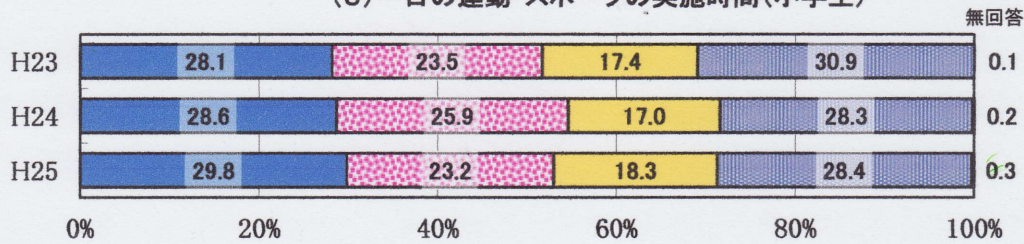


平成25年度の「運動やスポーツが得意」と回答した児童生徒の割合は、小学生39.3% 中学生20.5%、高校生16.9%であり、学年が上がるにつれて低くなっている。平成23年度と比較すると、小学生で6.0ポイント増加している。

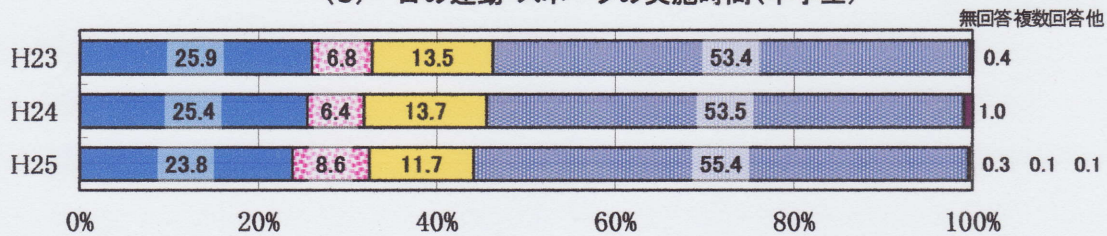
小学生では「得意」と「やや得意」を合わせると約7割の児童が運動やスポーツが得意であるのに対し、中学生、高校生では、「やや不得意」と「不得意」を合わせるとそれぞれ約4割、約5割の生徒が不得意と答えている。



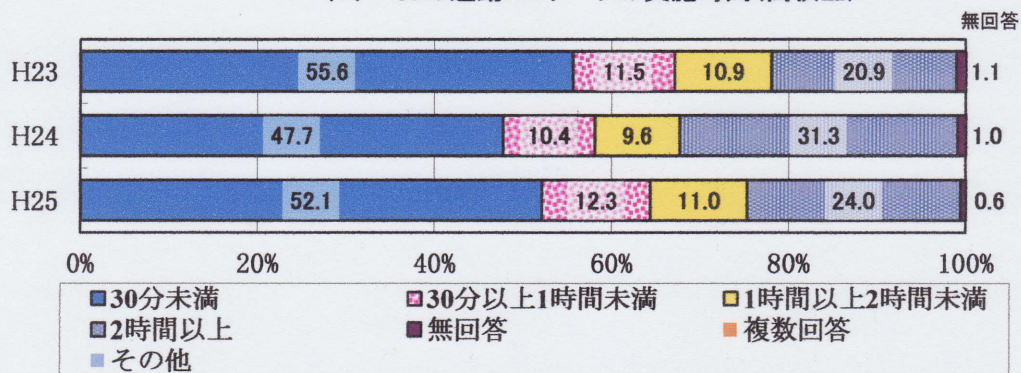
(3)一日の運動・スポーツの実施時間(小学生)



(3)一日の運動・スポーツの実施時間(中学生)



(3)一日の運動・スポーツの実施時間(高校生)

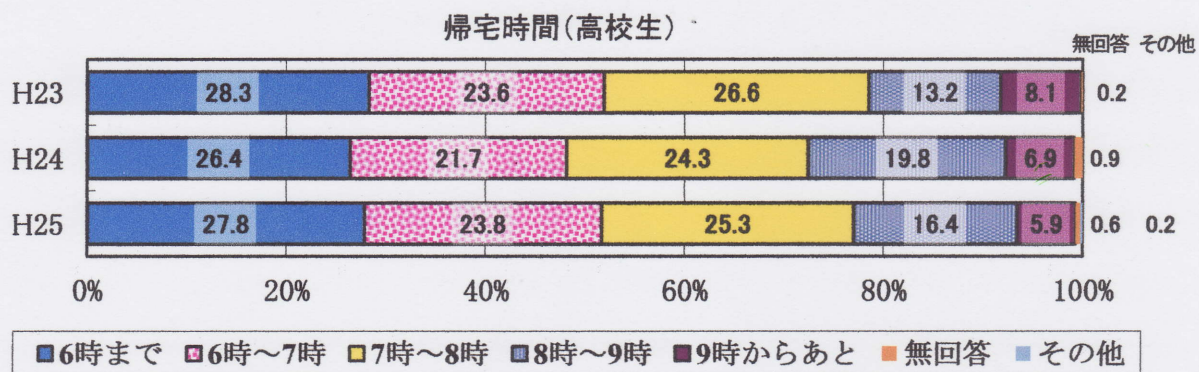


平成25年度の「一日の運動・スポーツの実施時間」では、「30分以上」実施すると回答した児童生徒の割合は、小学生69.9%、中学生75.7%、高校生47.3%である。

中学生の「2時間以上」実施している生徒の割合は55.4%である。一方、高校生の「30分未満」実施している生徒の割合は52.1%であり、平成24年度と比較すると4.4ポイント増加している。

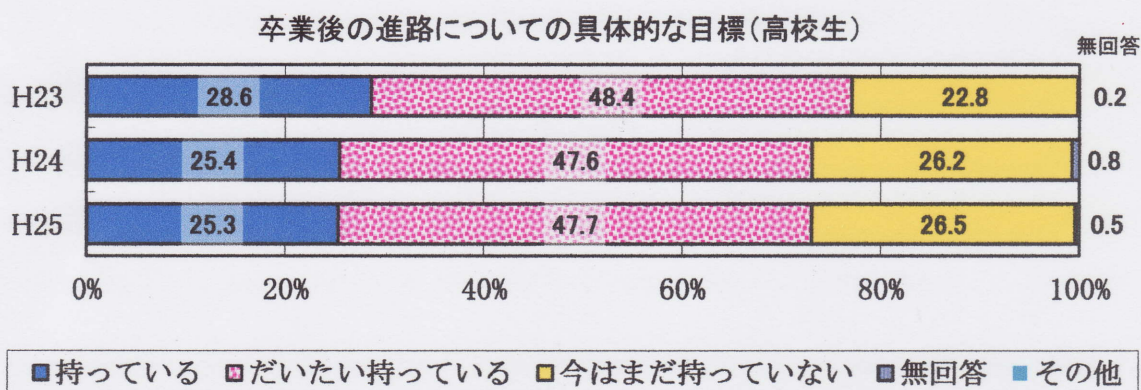


## 問9 あなたは、ふだん何時ごろに帰宅しますか。



平成25年度の帰宅時間については、「午後7時まで」が51.6%、「7時から8時」が25.3%、「8時から9時」が16.4%、「9時からあと」は5.9%である。平成24年度と比較すると、「8時からあと」に帰宅した生徒は4.4ポイント減少している。

## 問10 あなたは、卒業後の進路について具体的な目標を持っていますか。



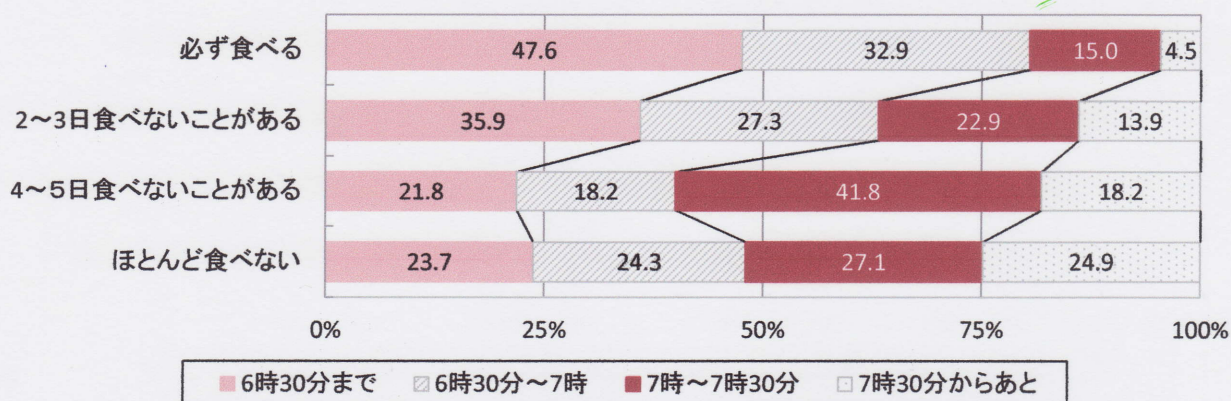
平成25年度の「卒業後の進路について具体的な目標を持っている」生徒は25.3%であり、「だいたい持っている」生徒と合わせると、73.0%である。平成23年度と比較すると、「今はまだ持っていない」生徒の割合が3.7ポイント増加している。



## 平成25年度調査結果におけるクロス集計

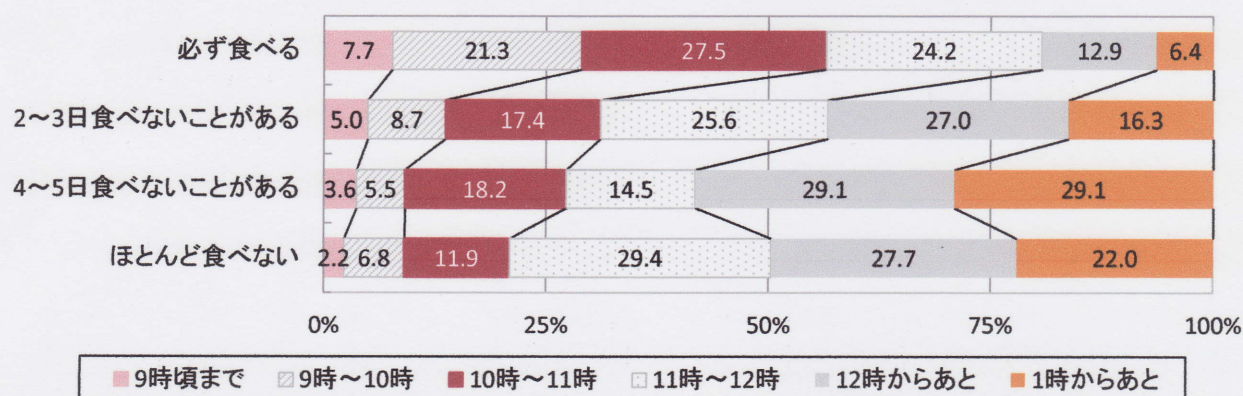
クロス集計については、調査対象の小学校5年生、中学校2年生、高等学校2年生全体の集計によるものである。

(1)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問1 今朝は、何時ごろ起きましたか。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約半数が6時30分までに起床していた。「2〜3日食べないことがある」、「4〜5日食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒の起床時刻は、それよりも遅くなる傾向が見られた。

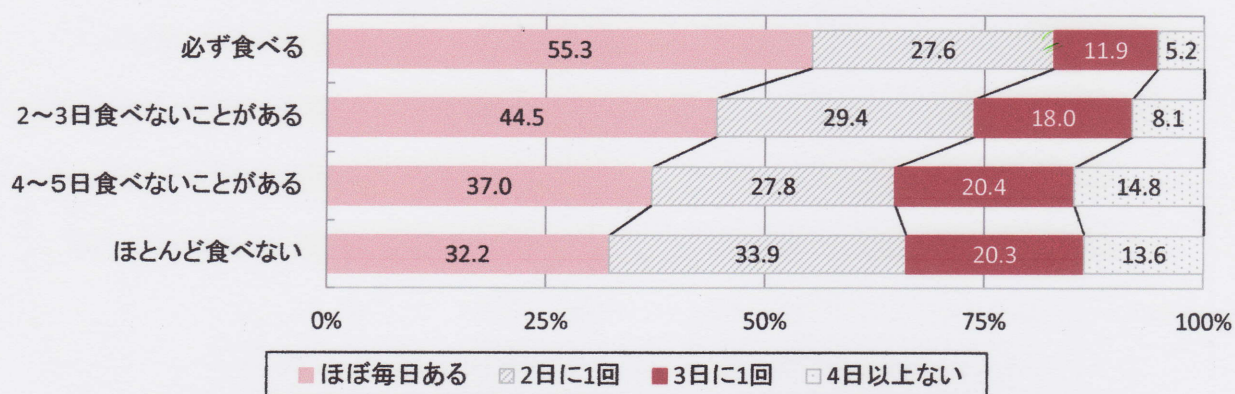
(2)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問6 昨夜は、何時ごろ寝ましたか。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約半数が11時までに就寝していた。「2〜3日食べないことがある」、「4〜5日食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒の就寝時刻は、それよりも遅くなる傾向が見られた。

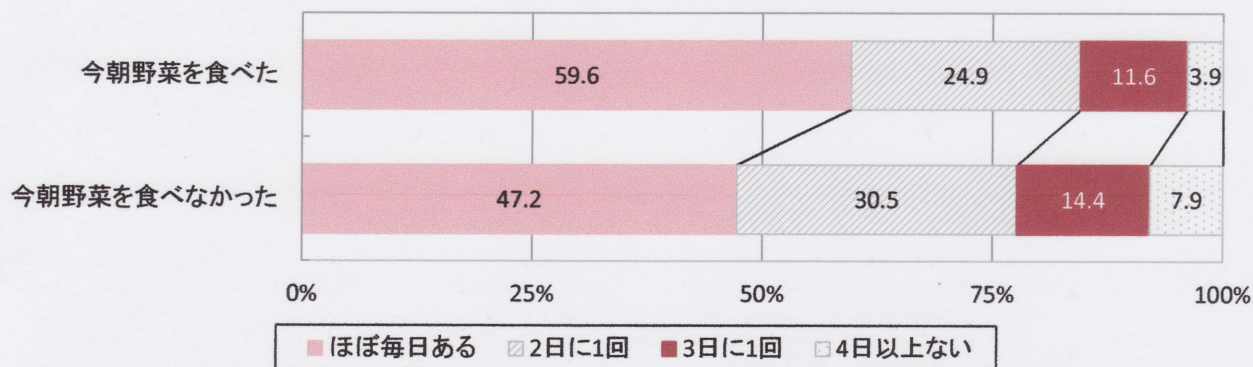


(3)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問4 あなたは毎日排便がありますか。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約半数が、「ほぼ毎日排便がある」と回答した。欠食の頻度が多いほど、「ほぼ毎日排便がある」割合が少なかった。

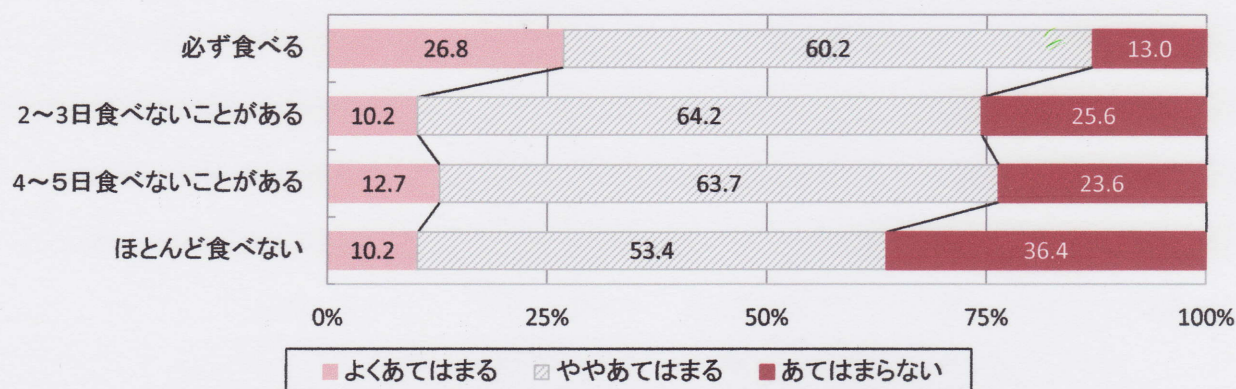
(4)「問3 今朝、野菜を食べましたか。」×「問4 あなたは毎日排便がありますか。」



「今朝野菜を食べた」と回答した児童生徒の約6割が「排便がほぼ毎日ある」と回答した。「今朝野菜を食べなかった」と回答した児童生徒の約5割が「排便がほぼ毎日ある」と回答した。

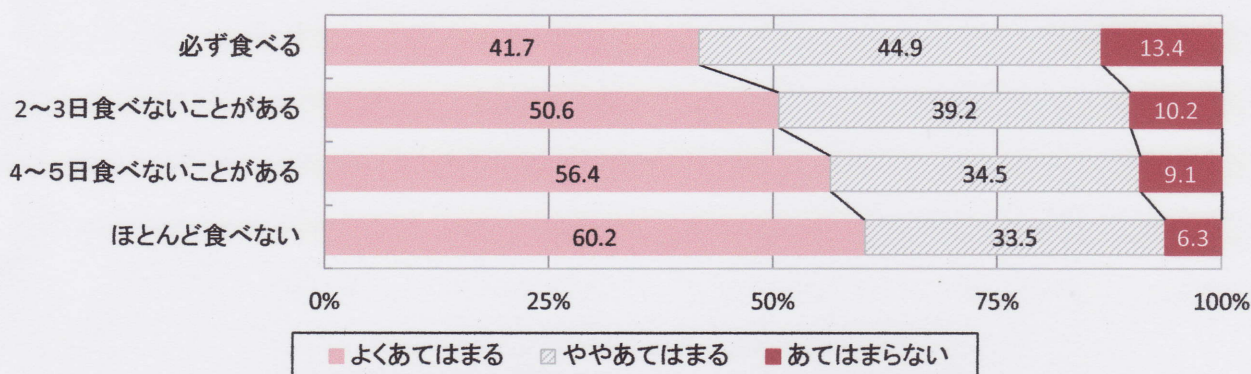


(5)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問7(1) 授業に集中できる。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約1/4が「授業に集中できることがよくあてはまる」と回答した。「2～3日食べないことがある」、「4～5日食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒で「授業に集中できることがよくあてはまる」と回答した割合は、それよりも低かった。

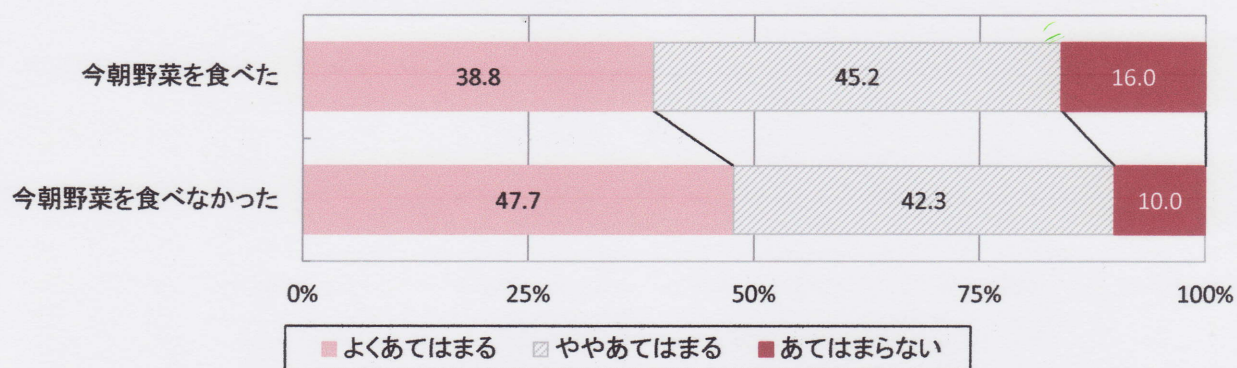
(6)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問7(2) 疲れやすい。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約4割が「疲れやすいことがよくあてはまる」と回答した。「2～3日食べないことがある」、「4～5日食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒で「疲れやすいことがよくあてはまる」と回答した割合は、それよりも高かった。

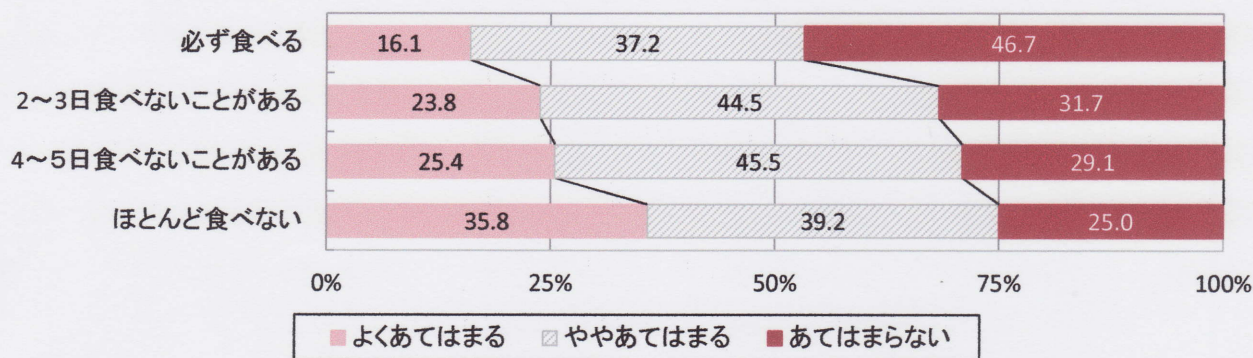


(7)「問3 今朝、野菜を食べましたか。」×「問7 (2) 疲れやすい。」



「今朝野菜を食べた」と回答した児童生徒の約4割が「疲れやすいことがよくあてはまる」と回答した。「今朝野菜を食べなかった」と回答した児童生徒で「疲れやすいことがよくあてはまる」と回答した割合は、それよりも高かった。

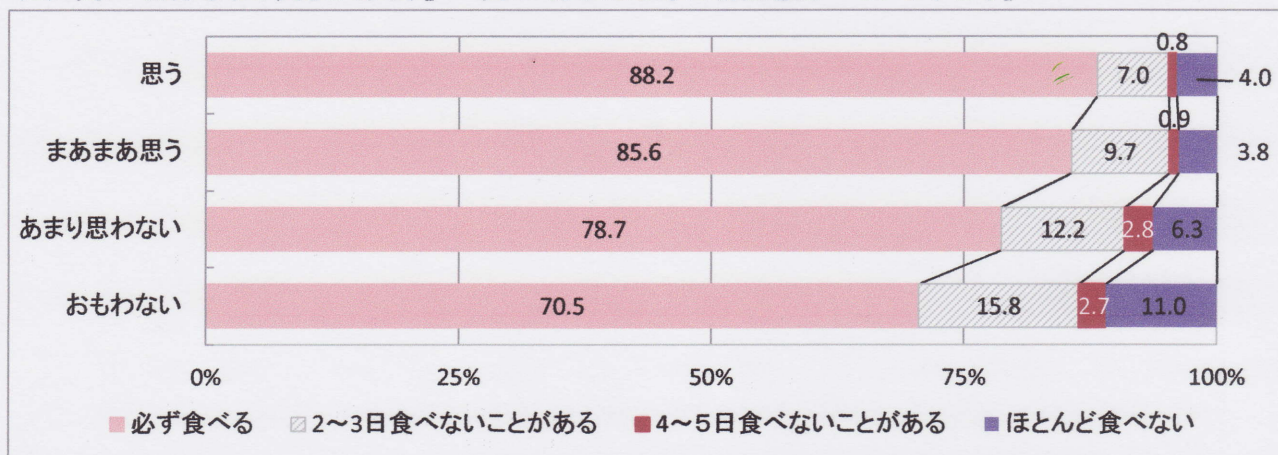
(8)「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」×「問7 (3) イライラする。」



「朝食を必ず食べる」と回答した児童生徒の約半数が「イライラすることがあてはまらない」と回答した。「2〜3日食べないことがある」、「4〜5日食べないことがある」、「ほとんど食べない」と回答した児童生徒で「イライラすることがあてはまらない」と回答した割合は、それよりも低かった。

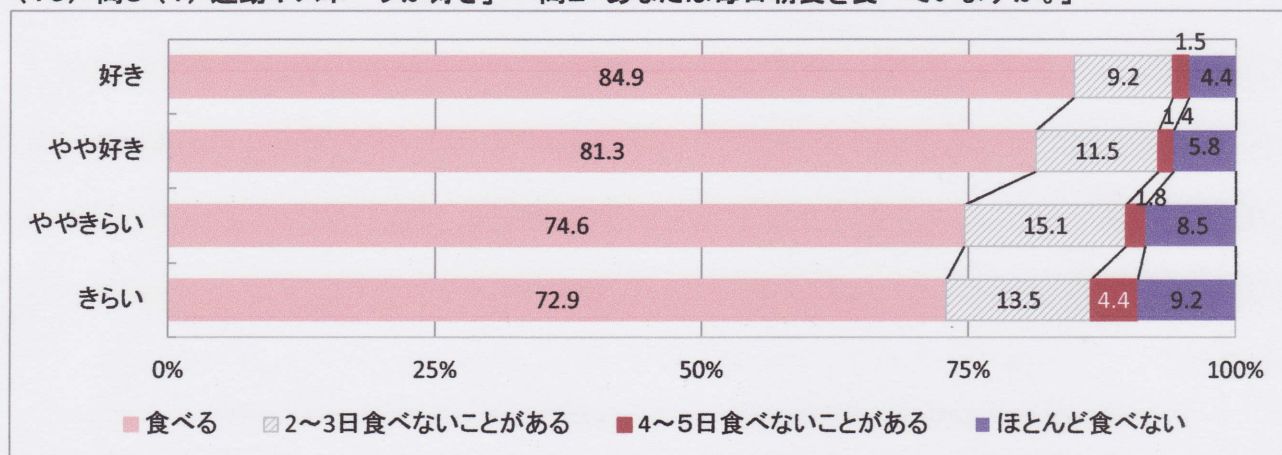


(9)「問7 自分なりの良さがある。」×「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」



「自分なりの良さがあると思う」と回答した児童生徒の約9割が「朝食を必ず食べる」と回答した。「あまり思わない」、「思わない」と回答した児童生徒で「朝食を必ず食べる」と回答した割合は、それよりも低かった。

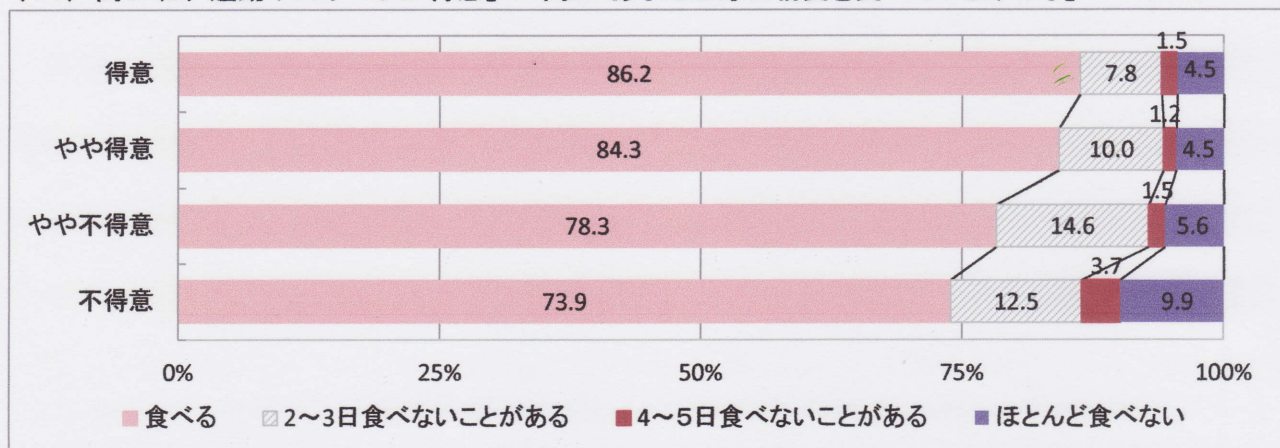
(10)「問8 (1) 運動やスポーツが好き」×「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」



「運動やスポーツが好き」と回答した児童生徒で「朝食を必ず食べる」と回答した割合は、約8割であった。「運動やスポーツがきらい」と回答した児童生徒で「朝食を必ず食べる」と回答した割合は約7割であった。



(11)「問8 (2) 運動やスポーツが得意」×「問2 あなたは毎日朝食を食べていますか。」



「運動やスポーツが得意」と回答した児童生徒の約9割が「朝食を必ず食べる」と回答した。「運動やスポーツが不得意」と回答した児童生徒で「朝食を必ず食べる」と回答した割合は、約7割であった。