

資料 食に関する実態調査解析データ（就実大学本田准教授による）

I 調査の概要

1 調査目的

「栄養教諭を中核とした食育推進事業（地域食育推進事業）」において、玉野市の児童生徒の食に関する実態を把握し、今後の取り組みの基礎資料とすることを目的とする。

2 調査対象

岡山県玉野市の完全給食実施公立学校の小学校 5・6 年生、中学校 1 年生およびその児童生徒の保護者を対象とする。

3 選定方法

玉野市の推進モデル地域及び協力校の小学校 5・6 年生、中学校 1 年生およびその児童生徒の保護者を選定する。

4 調査時期

4 月調査：平成 22 年 4 月 9 日（金）から平成 22 年 4 月 30 日（金）

11 月調査：平成 22 年 10 月 20 日（水）から平成 22 年 11 月 10 日（水）

5 調査方法

- （1）給食センター及び東児調理場が各学校に対して調査用紙を配布し、回収し集計する。
- （2）解析を行う。
- （3）調査用紙は、児童生徒用と保護者用を 1 組として配付する。
- （4）調査用紙の記入は、児童生徒は学校で行い、保護者は家庭で行う。
- （5）調査用紙は、無記名とする。

6 調査項目

- （1）朝食・夕食の実態
- （2）給食の実態
- （3）生活の実態
- （4）健康状態など

7 解析方法

解析には、EXCEL 統計 2003 および SPSS16.0 for windows を使用し、記述統計を行った。

また、児童生徒別、調査時期別、自己採点別の分類を用いて他の項目との関連を検討した。なお、児童生徒別、調査時期別は χ^2 検定、自己採点別は Kruskal Wallis 検定を行い、有意水準を 5% 未満とした。

8 配付数・回収数・回収率

表 1-1 対象数及び回収数（児童生徒）

| 項目 | 在籍数 | | | 4月調査 | | | | 11月調査 | | | |
|------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|-------------|------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| | 男 | 女 | 計 | 男 | 女 | 計 | 回収率 (%) | 男 | 女 | 計 | 回収率 (%) |
| 小学校 (%) | 130 (55.6) | 104 (44.4) | 234 100.0 | 126 (56.0) | 99 (44.0) | 225 100 | 96.2 | 128 (55.2) | 104 (44.8) | 232 100.0 | 99.1 |
| 中学校 (%) | 53 (55.6) | 43 (44.4) | 96 100.0 | 48 (56.0) | 42 (54.0) | 90 100.0 | 93.8 | 53 (55.2) | 42 (44.8) | 95 100.0 | 99.0 |

表 1-2 対象数及び回収数（保護者）

| 項目 | 家庭数 | 4月調査 | | 11月調査 | |
|-----|-----|------|------------|-------|------------|
| | | 計 | 回収率 (%) | 計 | 回収率 (%) |
| 小学校 | 235 | 210 | 89.4 | 198 | 84.3 |
| 中学校 | 104 | 89 | 85.6 | 76 | 73.1 |
| 計 | 339 | 299 | 88.2 | 274 | 80.8 |

II 調査結果の概要

1 結果の概要（4月調査単純集計）

【児童生徒】

（1）朝食・夕食の実態

朝食の摂食状況について、毎日食べる「7日」と回答した割合は全体の約9割となり、独立行政法人日本スポーツ振興センターによる平成19年度児童生徒の食事状況等調査とほぼ同様の結果となった。朝食の重要性についての知識や態度が高いものの実践するに至っていない児童生徒が約1割となった。

また、朝食を食べない理由では、「おなかがすいていない」と回答した割合が最も高く、「食べる時間がない」よりも上回っていた。児童においては、「食事の用意ができていない」は25.0%（5名）であった。朝食欠食は、生活リズムや家庭環境の影響を受けていることが示唆された。

一方、夕食では、「大人と一諸に食事をすることが多い」が、全体の約1/4は「子どもだけ」や「ひとりで食べることが多い」と回答していた。また、夕食の時にその日にあったことを話す割合は、全体の約7割となり、夕食がコミュニケーションの場になっていることが示された。

（2）給食の実態

給食について、「好き」の割合は、全体の9割となった。独立行政法人日本スポーツ振興センターによる平成17年度児童生徒の食生活等実態調査の結果（7割）より顕著に高かった。一方、食べる時間が短くて残すことがある割合については、全体の約半数であり、嫌いなものを残すことがある割合は、児童が全体の約6割、生徒は約5割となった。

給食時間が短いと感じている児童生徒の割合は、平成 17 年度児童生徒の食生活等実態調査の結果より顕著に高かった。

また、給食に地元の食材が使われていることを知っている割合では、全体の約 7 割となった。

(3) 児童生徒の生活の実態

児童生徒の起床時間は、6:30~6:59 の割合が最も高く、既存の統計資料と同様の傾向がみられた。また、就寝時間では、22 時までに就寝する割合が約 4 割となった。これは全国調査より低い傾向がみられ、全国調査と比較して起床時間が、変わらず就寝時間が遅かったことから、睡眠時間が短いことが推察される。就寝時間が 11 時を過ぎる理由としては、「テレビを見ていたいから」が最も多かった。就寝時間にねらいを絞った生活指導が必要であると考えられる。

(4) 健康状態

学校での体調について、「よい」と回答している割合は、全体の約 7 割となった。また、学校で午前中に眠たくなることについては、「ある」の割合が、全体の約 7 割となり、就寝時間が遅い傾向がみられることから、睡眠時間が影響していることが考えられる。

(5) 自己採点

食生活や生活習慣の自己採点については、80 点以上の児童が約 7 割、生徒は約 6 割を占め、50 点台以下は全体の約 1 割であった。保護者に比較して得点が高い傾向がみられた。

【保護者】

(1) 朝食の実態

朝食の摂食状況について、「毎日食べる」と回答した割合は全体の約 8 割となり、児童生徒の 9 割より低い傾向がみられた。調理時間は「10 分」以下の割合が最も高く、食事作りで気をつけていることでは、「短時間で食べられるもの」と「栄養バランス」が挙げられた。また、朝食を食べることへの重要性についての意識が高く、ほぼ全員が重要性を感じていた。朝食の重要性を感じているが、実践するにはつながらない実態が示された。

(2) 給食の実態

献立表と給食だよりについては、献立表より給食だよりを見ている割合が高かった。そして、参考になるかについては、献立表が全体の約 7 割、給食だよりは約 9 割が参考になると回答していた。「子どもが持っているのだから見ることができない」割合は、1%以下であることから、保護者の給食への関心を高める必要があることが示唆された。一方、給食に地元の食材が使われていることを知っている割合では、全体の約 8 割となった。

(3) 生活の実態

食事のマナーを子どもに教えることでは、ほぼ全員が「ある」と回答していた。また、子どもと一緒に料理作りをする割合も 8 割を超えており、食育への関心の深さが示された。

また、運動については、「好き」の割合が児童の保護者は約 8 割であるのに対し、生徒の保護者は約 7 割と低くなった。

(4) 健康状態

睡眠不足と感じている割合が全体の約7割をしめ、排便については、「毎日出る」の割合が全体の約6割となり、健康状態としては良好とはいえない状況が示された。

(5) 自己採点

食生活や生活習慣の自己採点については、児童は80点以上が全体の約7割、生徒は約6割であったが、保護者は約3割と低かった。また、50点台以下については、児童生徒が全体の約1割であったのに対し、保護者は、約2割と高くなった。家族への配慮が優先され、自分の生活や健康を配慮する余裕のなさがうかがえる。

(その他)

食育についての認識では、「知っていて内容が分かる」割合は全体の約7割であり、メタボリックシンドロームの認知度(約9割)より低い傾向がみられた。保護者の年齢は30~40歳代が主であり、食育より、健康診断時の診断基準とされるメタボリックシンドロームへの認知度の方が高くなったと考えられる。保護者が日常的に行っていることが、食育として重要なことであることを、気付かせるような取組も必要であると考えられる。

2 結果の概要(クロス集計)

(1) 調査時期との関連

【児童生徒】

4月と11月の調査結果の比較を行った。

児童は、「牛乳を残さず飲む」について積極的な回答の割合が高くなり($p=0.031$)、「学校での体調」($p=0.001$)についても、良好な割合が高くなった。

しかし、生徒では、「牛乳を残さず飲む」の回答が消極的($p=0.007$)になり、「給食で嫌いな物を残すことがある」($p=0.033$)についても、残す割合が高くなった。

一方、生徒の「起床時間」については、早起きの割合が高くなり($p=0.008$)、「学校での体調」($p=0.001$)についても良好の割合が高くなった。しかし、「就寝時間」は遅くなる($p=0.071$)傾向がみられた。

また、「給食に地元の食材を使用していることへの認識」をもつ割合は、統計的に有意な差はみられなかったものの、児童では「知っている」割合が82.9%から90.4%と7.5ポイント高くなり、生徒においても80.9%から86.9%と6ポイント高くなった。

【保護者】

児童の保護者については、「給食に地元の食材を使用していることへの認識」をもつ割合が高くなった($p=0.026$)。献立表や給食だより等の配布資料による影響と考えられる。

(2) 食生活・生活習慣の自己採点との関連(4月調査)

【児童生徒】

自己採点について、点数度数分布により、60点未満、60点以上80点未満、80点以上の3群に分け、他の項目との関連をみた。

その結果、児童生徒では、朝食・夕食について、朝食摂食、朝食の所要時間、夕食時の会話について、自己採点が高い者ほど、朝食を毎日食べる割合が高く、朝食の時間が

長く、夕食時の会話がある割合が高かった。また、給食については、残さず食べる割合は高く、食べる時間が短くて残すことが「ある」割合と嫌いで残すことが「ある」割合は低かった。

一方、生活状況についても、起床時間と就寝時間がともに早い傾向がみられた。また、運動についても「好き」の割合が高く、運動をしている割合も高かった。

食生活・生活習慣の総合的な評価には、食事面における、朝食・給食・夕食の摂取状況や起床時間や就寝時間などの生活リズム、さらに運動が強く関わっていることが示唆された。

【保護者】

自己採点について、点数度数分布により、60点台未満、70点台、80点台以上の3群に分け、他の項目との関連をみた。

その結果、朝食摂取に加え、朝食の調理時間、食事内容、給食については、給食だけを見る、食事のマナーや食べ方について、食育の認識度、排便状況、運動への意識が強く関わっており、児童生徒より、多様な要因が食生活・生活習慣の自己採点に関わっていることが示唆された。

Ⅲ 調査結果（4月調査単純集計）

【児童生徒】

1 朝食・夕食の実態

(1) 朝食

① 朝食の摂取状況

「7日」と答えた人の割合は、児童（91.1%）、生徒（88.8%）で生徒は、児童よりやや低くなっている。朝食を食べない理由としては、「おなかがすいていない」と回答した割合が最も高く、以下「気分がすぐれない」、「食べる時間がない」、「食事の用意ができていない」、「休みの日は食べない」であった。

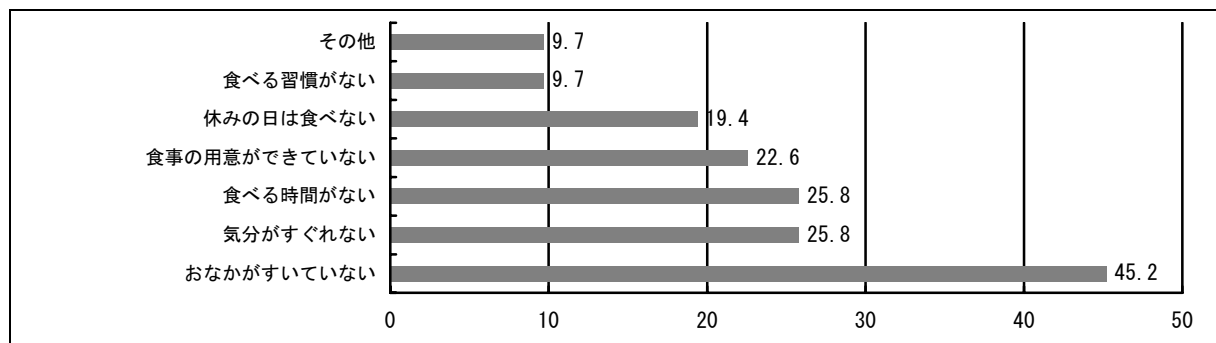


図 Ⅲ-1 朝食の摂食状況 (n=31, 数値: %)

② 朝食の共食状況

全体の約4割が「だいたい兄弟と食べる」と回答しており、以下「だいたい家族の誰かと食べる」、「だいたい家族全員で食べる」になり、「自分一人で食べることが多い」は、22.9%であった。

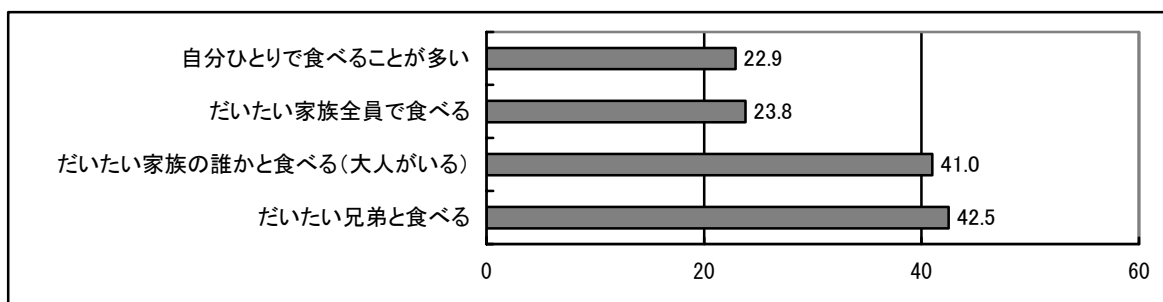


図 III-2 朝食の共食状況 (n=315, 複数回答, 数値: %)

③起床から朝食までの時間

全体の4割以上が、起床から「10分以下」に朝食を食べると回答しており、以下「10～19分」、「20～29分」となり、起床から30分以内に朝食を食べる割合が全体の約9割を占めていた。

④朝食にかける時間

全体の約4割が、「10～15分」と回答しており、以下「5～9分」、「15分以上」となっており、「5分以下」は、8.9%であった。

⑤朝食の内容

全体の4割以上が「主食偏重型」と回答しており、「軽食型」が約3割となり、「定食型」は15.2%、「おやつ型」は9.2%となった。

なお、朝食内容は自由記述によるものを、以下の4つに分類し、結果を示している。「定食型(主食・主菜・副菜(汁物)がそろっている。）」、「軽食型(主食に主菜か副菜がついている。サンドイッチやどんぶり等。）」、「主食偏重型(主食のみ又は主食と飲み物のみ。）」、「おやつ型(主食がなく、副菜のみ又はおやつのみ、菓子パンのみ。）」である。

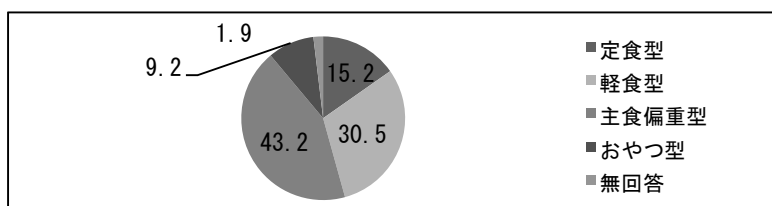


図 III-3 朝食の内容 (n=315, 数値: %)

⑥朝食を食べることへの重要性

全体の9割以上が、朝食は健康のために大切だと「思う」と回答しており、朝食を食べることへの重要性への意識が高かった。

(2) 夕食

①夕食の共食状況

全体の約7割が、夕食を「だいたい家族全員で食べる」と回答しており、以下「だいたい家族の誰かと食べる」、「だいたい兄弟と食べる」であり、「自分一人で食べる人が多い」は、7.9%であった。

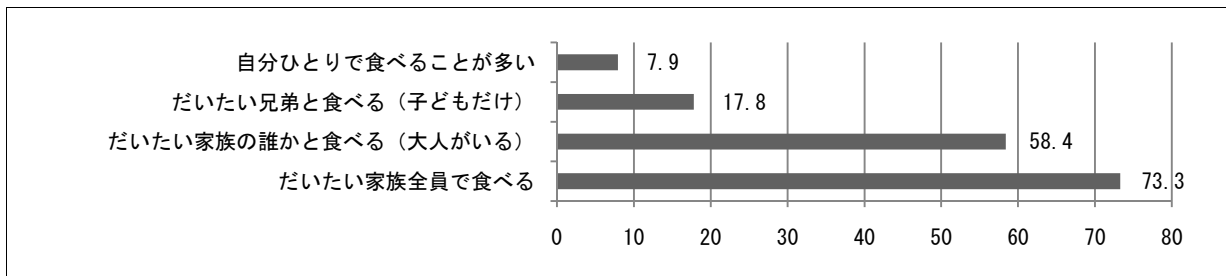


図 III-4 夕食の共食状況 (n=315, 複数回答, 数値: %)

② 夕食時刻

全体の6割以上が夕食を「6時30分～7時59分」に食べると回答しており、以下「6時30分より前」15.9%、「8時～8時59分」8.6%となった。また、「決まっていない」は、児童(9.8%)が、生徒(3.3%)より高かった。

③ 夕食時のテレビの視聴

全体の7割以上が、夕食の時にテレビが「いつもついている」「ついていることが多い」と回答していた。

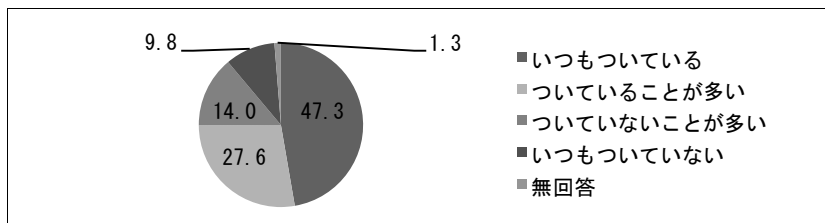


図 III-5 夕食時のテレビの視聴 (n=315, 数値: %)

④ 夕食時の会話

夕食時にその日にあったことを「いつも話す」と回答した割合は児童31.1%、生徒21.1%になり、児童に高かった。

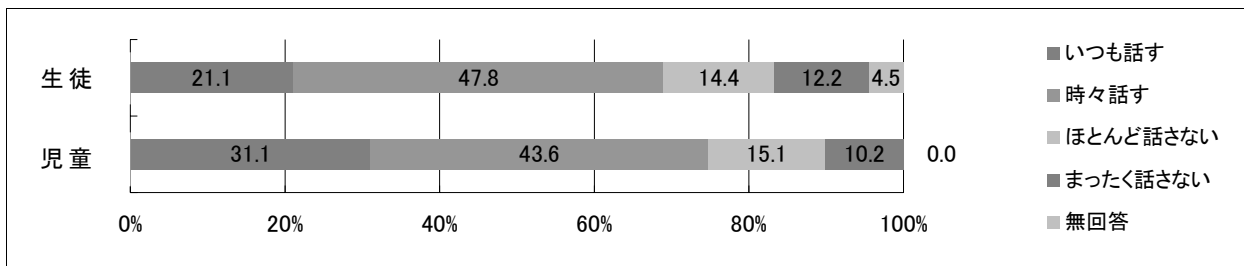


図 III-6 夕食時の会話図 (児童 n=225, 生徒 n=90, 複数回答, 数値: %)

⑤ 夕食時の食べ方の指摘

全体の約7割が、夕食時に食べ方について注意されたことが「ある」と回答していた。「ない」は、22.2%であった。

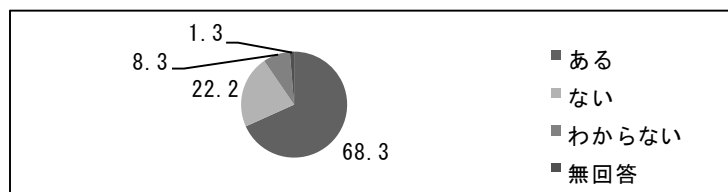


図 III-7 夕食時の食べ方の指摘 (n=315, 数値: %)

⑥家での手伝い

全体の約 5 割が、家での決まったお手伝いが「ある」と回答していた。次いで、「決まっていないが時々する」は、約 3 割であった。一方「ない」と答えた割合は、7.6%であった。

⑦料理づくりへの関わり

全体の約 9 割が、家で料理づくりに関わるのが「ある」「ときどきある」と回答していた。

2 給食の実態

(1) 給食の摂食状況

①主食やおかず

児童の 9 割、生徒の 8 割が、給食を「残さず食べる」「残さず食べることの方が多い」と回答していた。「残すことの方が多い」「いつも残す」と回答した割合は、児童(9.8%)、生徒(15.5%)になり、生徒に高い傾向がみられた。

②牛乳

全体の約 9 割が、給食の牛乳を、「残さず飲む」「残さず飲むことの方が多い」と回答していた。「残すことの方が多い」「いつも残す」は、児童(3.1%)、生徒(4.4%)となり、主食やおかずよりも残す割合は低かった。

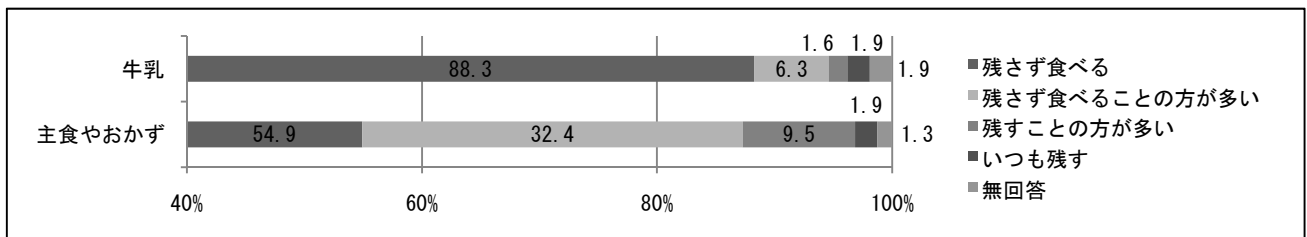


図 III-8 給食の摂食状況 (n=315, 数値：%)

(2) 給食の嗜好

全体の約 9 割が、給食は「好き」「どちらかといえば好き」と回答していた。「どちらかといえば嫌い」「嫌い」と答えた割合は、6.3%であった。

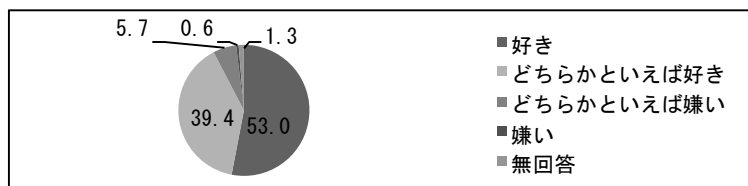


図 III-9 給食の嗜好 (n=315, 数値：%)

(3) 給食時間

全体の 4 割以上は、給食を食べる時間が短くて残すことが「ある」「ときどきある」と回答していた。「ない」と答えた割合は、全体の約半数となった。

(4) 嫌いなものへの対処

全体の 6 割の児童、5 割の生徒は、嫌いなものを残すことが「ある」「ときどきある」と回答していた。「ない」と答えた割合は、全体の約 4 割であった。

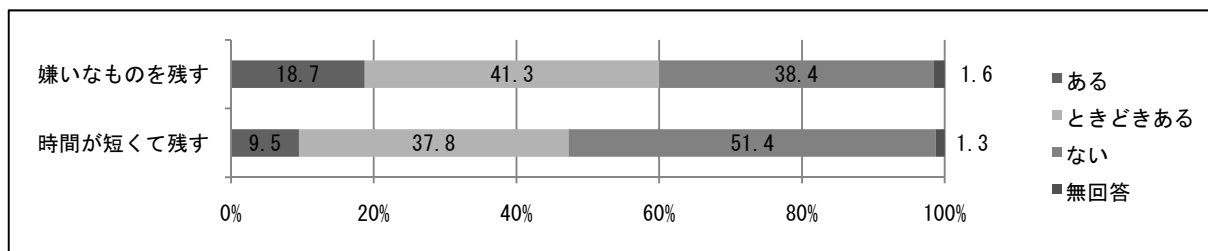


図 III-10 給食時間と嫌いなものへの対処 (n=315, 数値: %)

(5) 地場産物使用の認識

全体の7割以上が、給食で地場産物を使用していることを、「知っている」と回答していた。「知らない」と答えた割合は、23.8%であった。

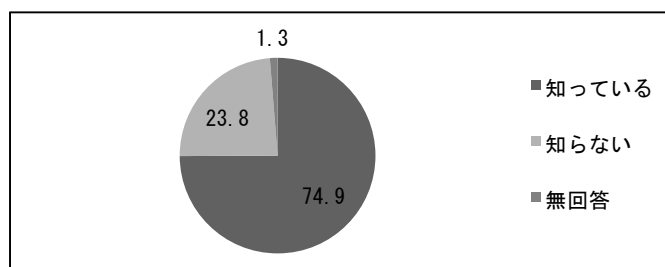


図 III-11 地場産物使用の認識 (n=315, 数値: %)

3 生活の実態

(1) 睡眠時間

①起床時間

全体の約4割が「6時30分～6時59分」に起きると回答していた。以下「7時～7時29分」、「6時～6時29分」となり、「6時より前」は児童(9.8%)、生徒(6.7%)、「7時30分～7時59分」は児童(1.8%)、生徒(0.0%)となった。また、「決まっていない」は、児童(4.4%)、生徒(4.4%)であった。

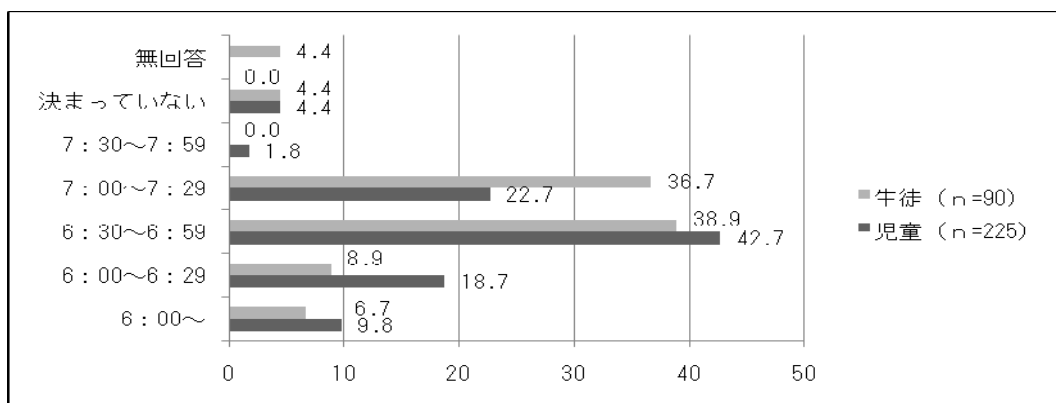


図 III-12 起床時間 (数値: %)

②就寝時間

全体の約4割が「10時～10時59分」に寝ると回答していた。「9時～9時59分」は児童(30.7%)、生徒(14.4%)、「11時～11時59分」は、児童(16.0%)、生徒(16.7%)、となり、「9時より前」は児童(8.9%)、生徒(5.6%)、「12時より後」

は児童（0.9%）、生徒（1.1%）となっている。また、「決まっていない」は、児童（6.2%）、生徒（12.2%）となり、生徒にやや高い傾向がみられた。

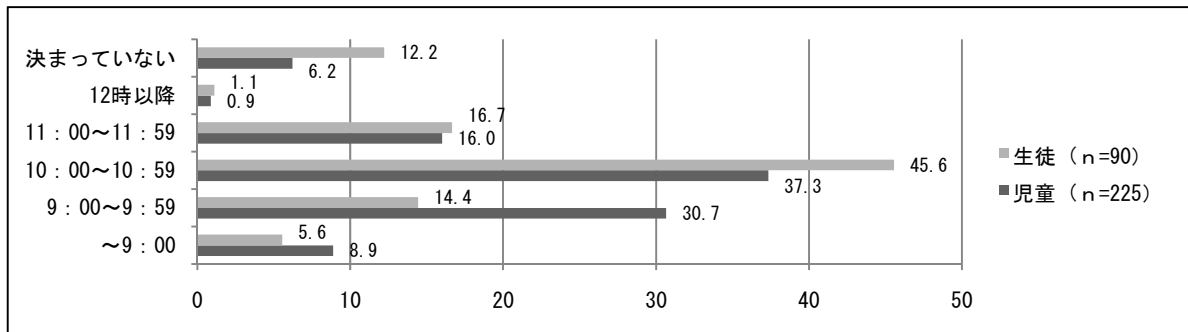


図 III-13 睡眠時間 (数値：%)

11時を過ぎてしまう理由は、「テレビを見ていたいから」が最も多く、児童（15人：39.5%）、生徒（7人：43.8%）となった。以下「その他」、「なんとなく」、「ゲームをしていたから」、「読書」、「勉強」であった。

(2) 運動

①好き嫌い

児童の9割、生徒の8割は、運動が、「好き」、「どちらかといえば好き」と回答していた。「どちらかといえば嫌い」、「嫌い」と答えた割合は、児童が8.9%に対し、生徒は14.4%となり、生徒にやや高くなっている。

②外遊び

児童の8割、生徒の6割が、外で「いつも遊ぶ」、「ときどき遊ぶ」と回答していた。「ほとんど遊ばない」、「まったく外で遊ばない」と答えた割合は、児童（16.0%）、生徒（43.4%）となり、生徒に外遊びをしない割合が高かった。

③運動部・スポーツクラブ

約6割が、運動部・スポーツクラブに「入っている」と回答していた。「入っていない」と答えた割合は、児童（33.3%）、生徒（40.0%）となった。

また、運動部・スポーツクラブに所属する児童生徒の月曜日の体調については、全体の約5割が、月曜日は「疲れている」、「どちらかといえば疲れている」と回答していた。

(3) 勉強・余暇時間

「30分未満」で最も割合の高かったのは、読書や音楽鑑賞であり、児童の約4割、生徒の約3割を占めていた。「30分～1時間未満」は、テレビゲームやパソコンが全体の約3割となり、「3時間以上」ではテレビやビデオが最も高く、全体の約3割となった。

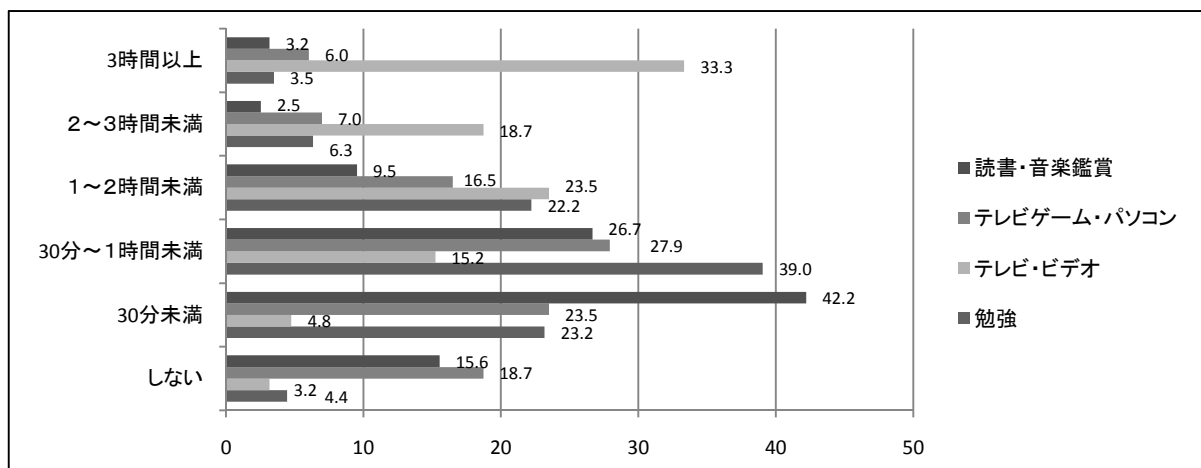


図 III-14 勉強・余暇時間 (n=315, 数値: %)

4 健康状態

①排便

全体の約 6 割は、大便が「毎日出る」と回答していた。以下「2～3 日おき」児童 (33.8%)、生徒 (25.6%) となり、「4 日以上出ない」は、児童 (0.9%)、生徒 (2.2%) であり、「不規則」は児童 (4.4%)、生徒 (8.9%) となりやや生徒に高くなった。

②眠気

全体の約 6 割が、学校で「ときどき (眠く) なる」と回答していた。次いで「ならない」が全体の約 3 割であり「いつもなる」は、児童 (12.4%)、生徒 (13.3%) となった。

③体調

全体の約 7 割は、学校での体調が、「いつも調子がよい」「よい日が多い」と回答していた。以下「ふつう」は、児童 (23.1%)、生徒 (13.3%) となっている。

5 食生活・生活習慣の自己採点

児童では 90 点台の割合が最も高く 34.7% であり、生徒では 80 点台の割合が最も高く、38.9% となった。

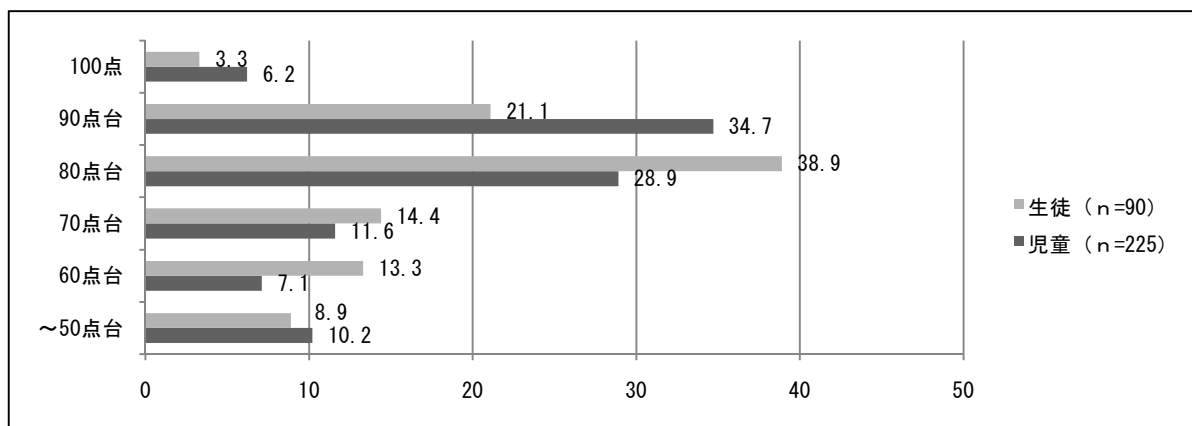


図 III-15 食生活・生活時間の自己採点 (数値: %)

【保護者】

1 朝食の実態

① 児童生徒の朝食摂食状況

全体の9割以上の児童生徒は、「毎日食べる」と回答していた。以下「週1、2回食べない日がある」は児童(3.3%)、生徒(2.2%)となった。また、児童では、「週3、4回食べない日がある」、「まったく食べない」が各0.5%(各1人)いた。

② 保護者の朝食摂食状況

全体の約8割が「毎日食べる」と回答していた。以下「週1、2回食べない日がある」、「週3、4回食べない日がある」となり、「まったく食べない」は児童の保護者(2.9%)、生徒の保護者(3.4%)となった。

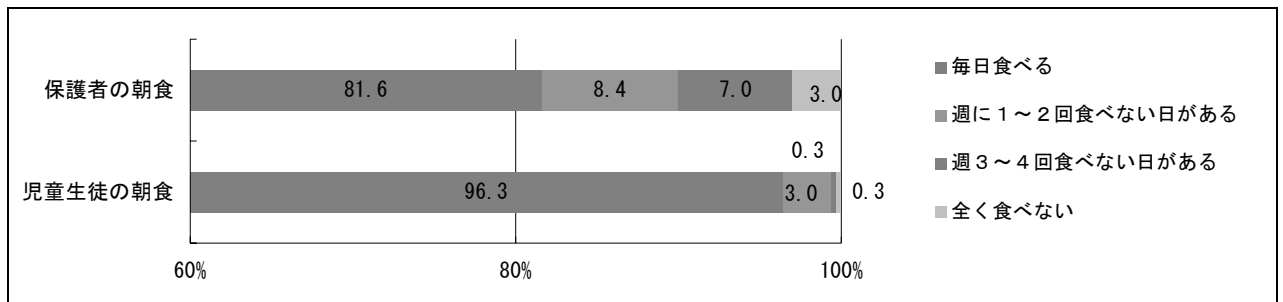


図 III-16 児童生徒と保護者の朝食摂食状況 (n=299, 数値: %)

③ 朝食の調理時間

全体の約4割が調理時間「10分以内」と回答していた。以下「10~19分」39.1%、「20~29分」13.0%となった。

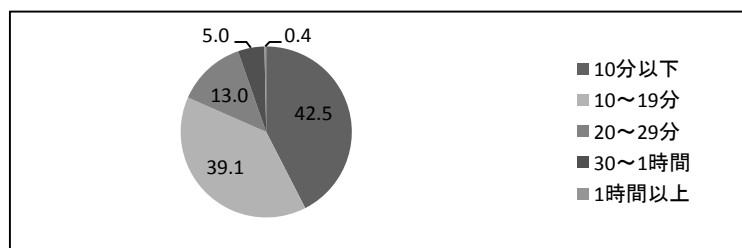


図 III-17 朝食の調理時間 (n=299, 数値: %)

④ 朝食内容

「和食」32.8%、「洋食」36.1%、「だいたい半々」25.4%となり、「菓子やヨーグルトなどの単品」は2.7%だった。

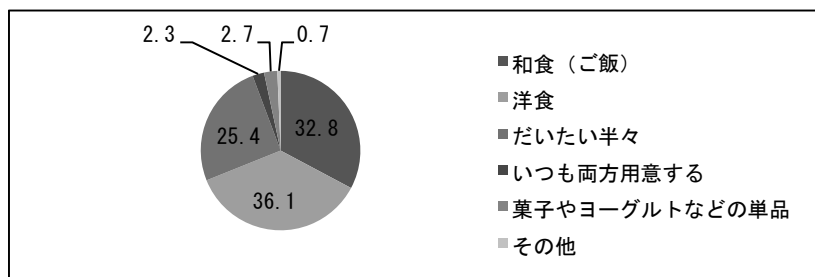


図 III-18 朝食内容 (n=299, 数値: %)

⑤朝食の残食

全体の約7割が残すことが「ない」と回答していた。以下「ときどきある」は児童(27.1%)、生徒(24.7%)であり、「よくある」は児童(3.8%)、生徒(1.1%)となった。

⑥朝食作りで気をつけていること

「短時間で食べられるもの」が71.2%、次いで「栄養バランス」が45.2%になり、「何でもいいから食べてくれるもの」36.5%、「給食がパンの日はごはん、給食がごはんの日はパンに」7.4%となった。また、「ない」は児童の保護者(4.8%)、生徒の保護者(12.4%)となり、生徒の保護者に高かった。

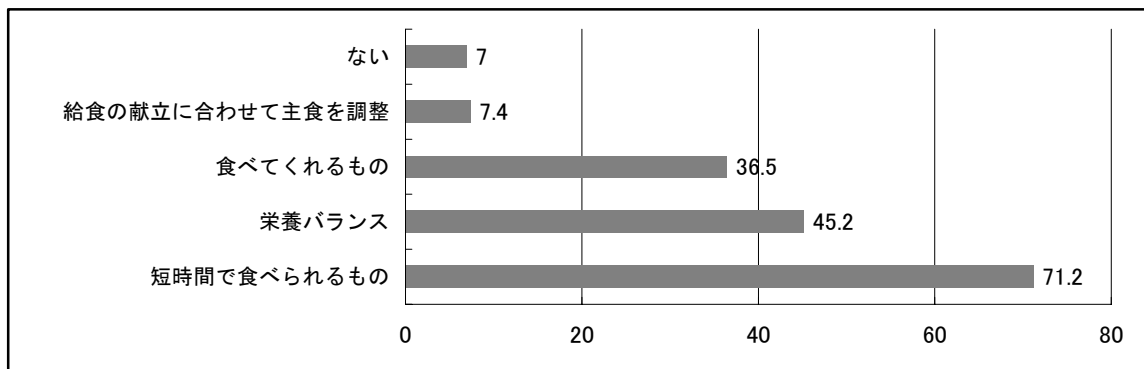


図 III-19 朝食作りで気をつけていること (n=299, 数値: %)

⑦朝食の意識

全体の約9割が他の食事で補えば大丈夫だと「思わない」と回答していた。また、朝食の重要性では、全体の9割以上が大切であると「思う」と回答していた。

2 給食の実態

①献立表

全体の約6割の児童の保護者、5割の生徒の保護者が献立表を「よく見る」、「どちらかといえば見ている」と回答していた。「どちらかといえば見ていない」、「見ない」は児童の保護者(33.8%)に比べ、生徒の保護者(48.3%)が高かった。

また、全体の約8割が献立表は「参考になる」、「どちらかといえば参考になる」と回答していた。「どちらかといえば参考にならない」、「参考にならない」は児童の保護者(11.9%)に比べ、生徒の保護者(17.3%)が高かった。

②給食だより

全体の約8割が、給食だよりを「よく見る」、「どちらかといえば見ている」と回答していた。「どちらかといえば見ていない」、「見ない」は児童の保護者(16.7%)に比べ、生徒の保護者(22.5%)が高かった。

また、約8割が「参考になる」、「どちらかといえば参考になる」と回答していた。「どちらかといえば参考にならない」、「参考にならない」は、児童の保護者(8.0%)に比べ、生徒の保護者(20.0%)が高かった。

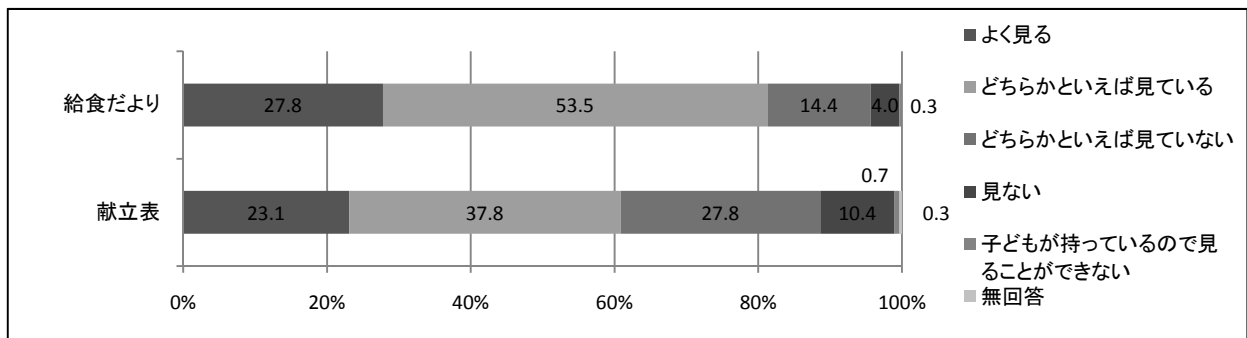


図 III-20 献立表・給食だより（見る）（n=299, 数値：％）

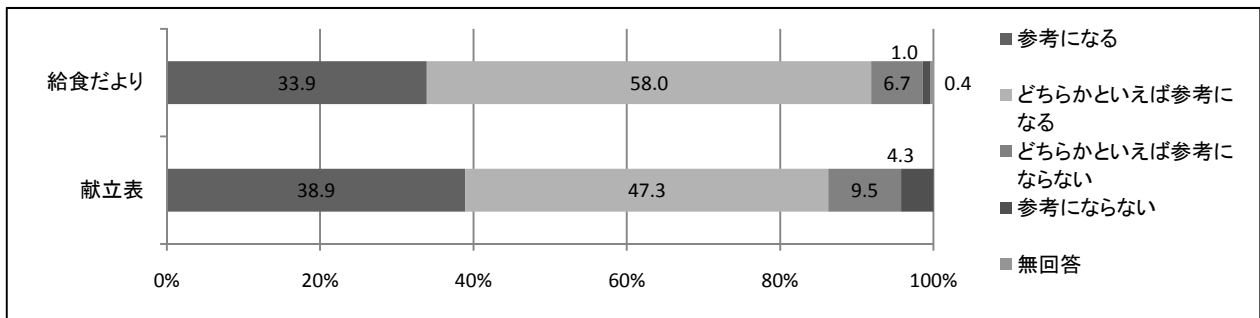


図 III-21 献立表・給食だより（参考にする）（n=286, 数値：％）

③ 給食についての会話

9割の児童の保護者、8割の生徒の保護者が給食について「いつも話す」「ときどき話す」と回答していた。「ほとんど話さない」「まったく話さない」は児童の保護者（10.0％）に比べ、生徒の保護者（18.0％）に高かった。

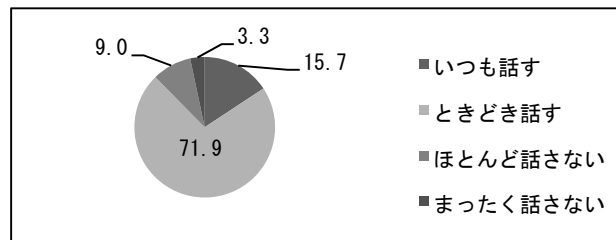


図 III-22 給食についての会話（n=299, 数値：％）

④ 給食に玉野市や岡山県の食材（地場産物）が使われていることへの認識

全体の約8割が「知っている」と回答していた。「知らない」は児童の保護者（17.1％）に比べ、生徒の保護者（19.1％）に高かった。

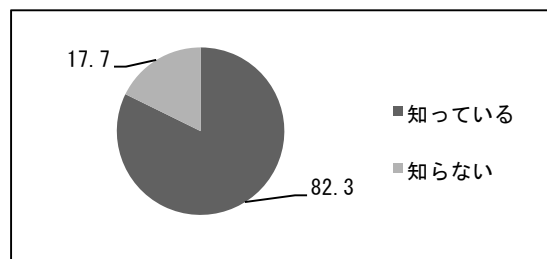


図 III-23 給食での地場産物使用への認識（n=299, 数値：％）

3 生活の実態

① マナー

児童の保護者（99.6%）、生徒の保護者（97.8%）が食事のマナーや食べ方について、子どもに教えることが「ある」、「ときどきある」と回答していた。

② 料理づくり

全体の約8割が子どもと一緒に料理づくりをすることが「ある」「ときどきある」と回答していた。「ない」は児童の保護者（12.9%）、生徒の保護者（18.0%）となった。また、「ない」の理由としては、7割が「させたいが時間がない」と回答していた。以下「子どもがいやがるから」、「その他」、「危ないから」となった。

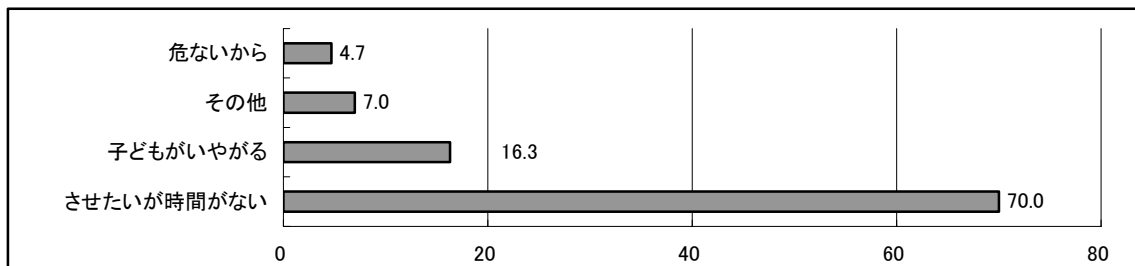


図 III-24 子どもと料理作りをしない理由 (n=43, 数値: %)

③ テレビの視聴

全体の約7割の児童の保護者、8割の生徒の保護者が夕食時にテレビの視聴をすると回答していた。

その理由としては、3割以上が「なんとなくついている」と回答しており、次いで「子どもが見たがるので」、「ニュースなどの情報を見るため」となった。

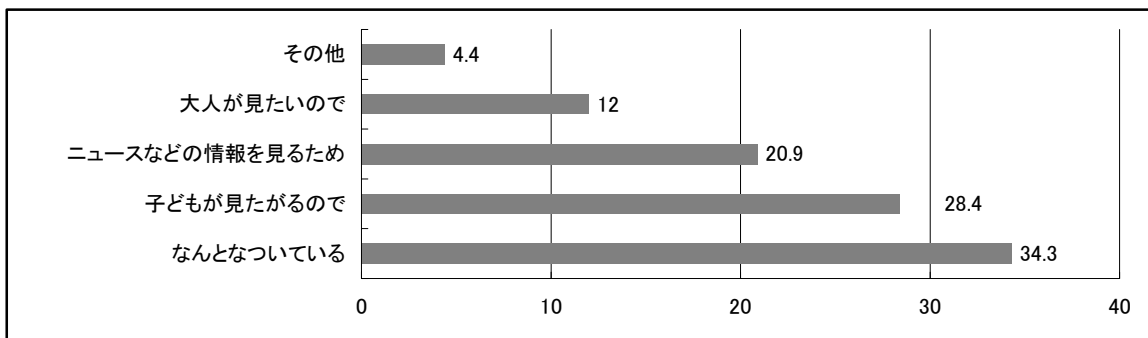


図 III-25 夕食時のテレビの視聴理由 (n=225, 数値: %)

④ 運動の好き嫌い

全体の約7割が、運動が「好き」、「どちらかといえば好き」と回答していた。「どちらかといえば嫌い」、「嫌い」と答えた割合は、児童の保護者（23.4%）、生徒の保護者（26.9%）となった。

⑤ 運動頻度

4割の児童の保護者、5割の生徒の保護者が、1回30分以上の運動することが週に「0回」と回答していた。以下「週1~2回」児童の保護者（37.1%）、生徒の保護者（21.3%）、「週5回以上」児童（11.0%）、生徒（11.2%）、「週3~4回」児童（9.5%）、生徒（12.4%）となった。

4 健康状態

① 排便

全体の約 6 割が、大便が「毎日出る」と回答していた。以下「2～3 日おき」児童の保護者（29.0%）、生徒の保護者（25.8%）、「4 日以上出ない」児童の保護者（1.4%）、生徒の保護者（2.2%）、「不規則」児童の保護者（7.6%）、生徒の保護者（12.4%）となった。

② 睡眠

全体の約 7 割が、睡眠不足だと「思う」、「ときどき思う」と回答していた。「思わない」の割合は、児童の保護者（31.4%）、生徒の保護者（29.2%）になった。

③ 食育の認識度

全体の約 7 割が、食育の言葉を「知っていて内容もわかる」と回答していた。「知っているが内容はわからない」は児童の保護者（27.1%）、生徒の保護者（29.2%）になった。

④ メタボリックシンドロームの認識度

全体の約 9 割が「知っていて内容もわかる」と回答していた。「知っているが内容はわからない」児童の保護者（8.6%）、生徒の保護者（9.0%）になった。

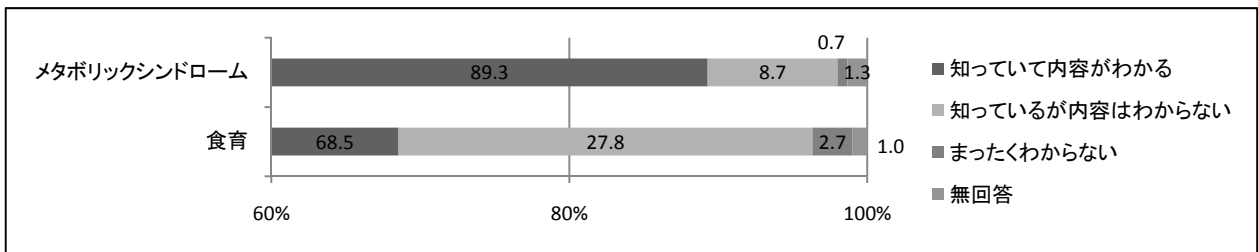


図 III-26 食育・メタボリックシンドロームの認識 (n=299)

5 食生活や生活習慣の自己採点

70 点台と回答した割合が最も高く、25.5%であり、次いで 50 点台 22.4%、80 点台 21.7%、60 点台 21.4% となり、90 点台、100 点は少なかった。保護者は、児童生徒に比べて、低い評価となった。

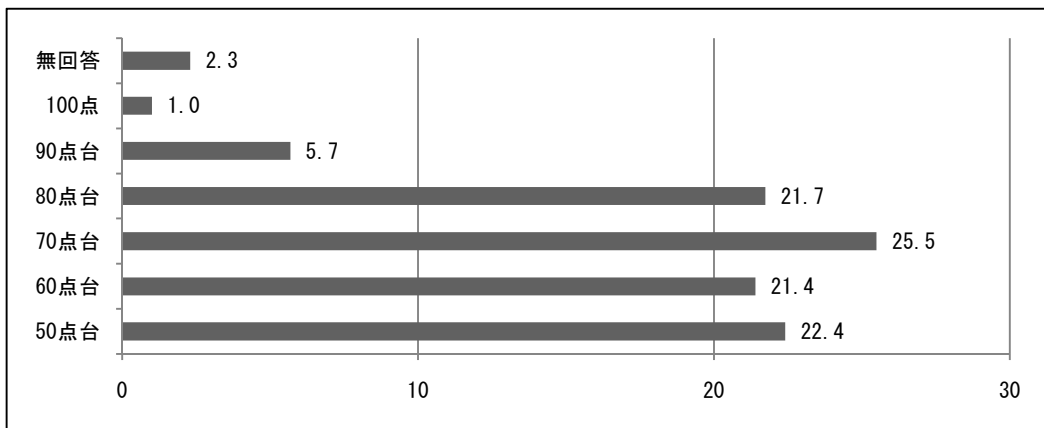


図 III-27 食生活・生活習慣の自己採点 (n=299, 数値: %)

(1) 調査時期との関連

【児童生徒】

児童は、「牛乳を残さず飲む」について積極的な回答の割合が高くなり (p=0.031)、「学校での体調」についても、良好な割合が高くなった (p=0.001)。しかし、生徒では、「牛乳を残さず飲む」の回答が消極的になり (p=0.007)、「給食で嫌いな物を残すことがある」についても、残すことが「ある」割合が高くなり (p=0.033)、4月が16.3%に対し、11月は31.9%となり、15.6ポイント高くなった。

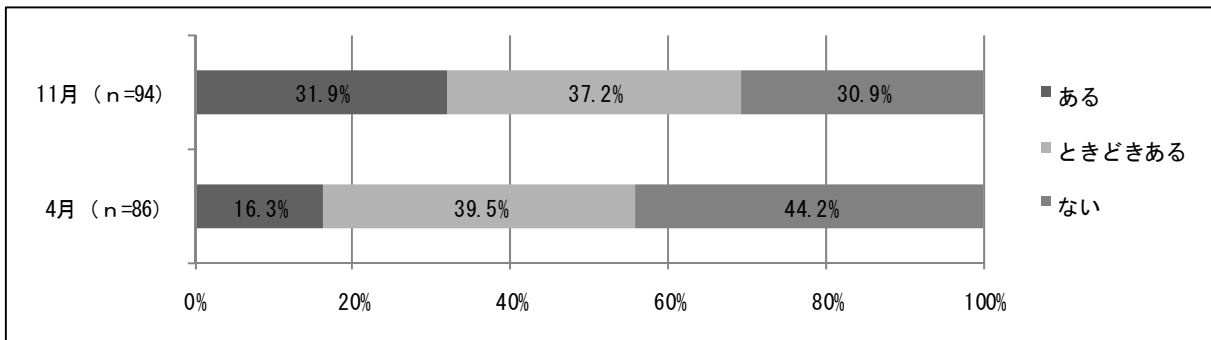


図 III-28 調査時期別 給食時に牛乳を残す割合 (生徒)

一方、生徒の「起床時間」については、早起きの割合が高くなり、「6:00~6:29」の割合は、4月が9.3%に対し、11月は22.3%となり、13ポイント高くなった (p=0.008)。

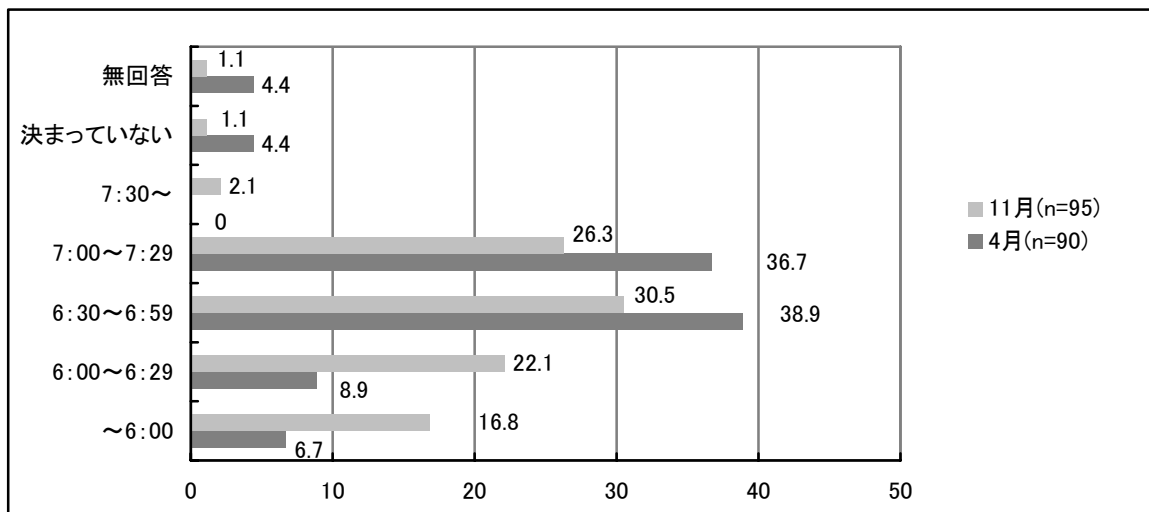


図 III-29 調査時期別 起床時間 (生徒)

【保護者】

保護者については、「給食に地元の食材を使用していることへの認識」をもつ割合が高くなった (p=0.022)。献立表や給食だより等の配布資料による影響と考えられる。有意差はみられなかったが、児童では「知っている」割合が82.9%から90.4%と7.5ポイント高くなり、生徒においても80.9%から86.8%と5.9ポイント高くなった。また、子どもと一緒に料理を作ることについては、4月より、11月に積極的な回答の割合が低くなった (p=0.023)。その他の項目については、11月に4調査時期による変化はみられなかった。

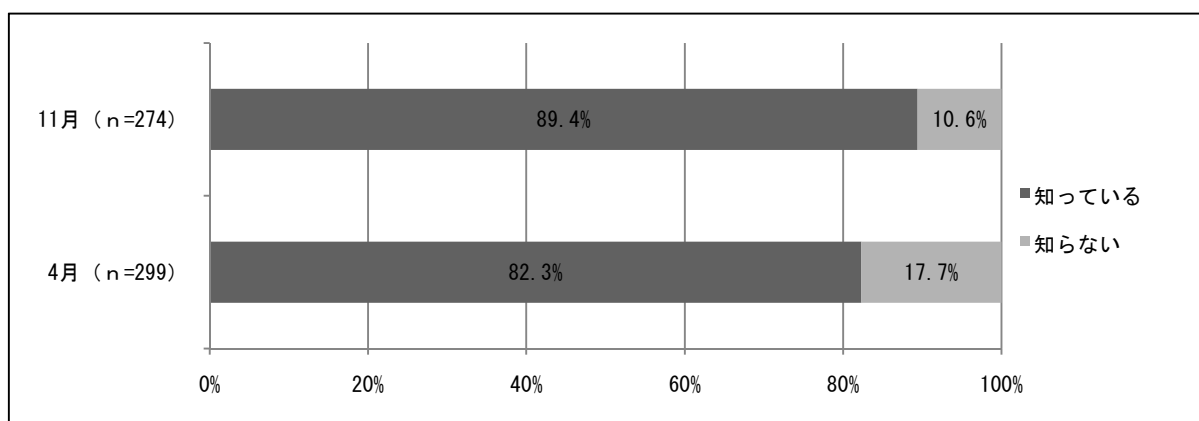


図 III-30 調査時期別 給食に地元の食材を使用していることへの認識

(2) 食生活・生活習慣の自己採点との関連 (4月調査)

【児童生徒】

自己採点について、点数度数分布により、60点未満、60点以上80点未満、80点以上の3群に分け、他の項目との関連をみた。その結果、朝食については、「15分以上」の割合が60点未満6.9%、60～80点未満が15.8%に対し、80点以上では27.9%と高かった ($p=0.002$)。

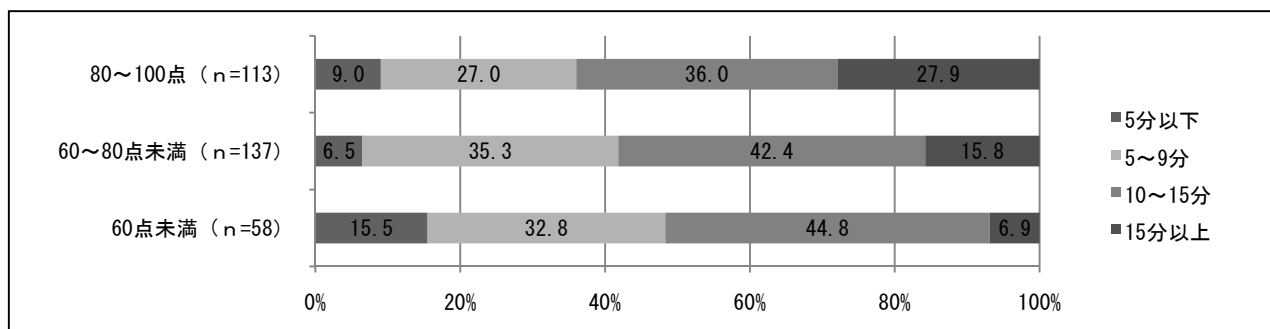


図 III-31 点数別 朝食にかける時間

夕食時の会話についても、「いつも話す」の割合が60点未満19.0%であるのに対し、60～80点未満が32.1%、80点以上では29.2%となり点数が高い者に高い傾向がみられた ($p=0.000$)。

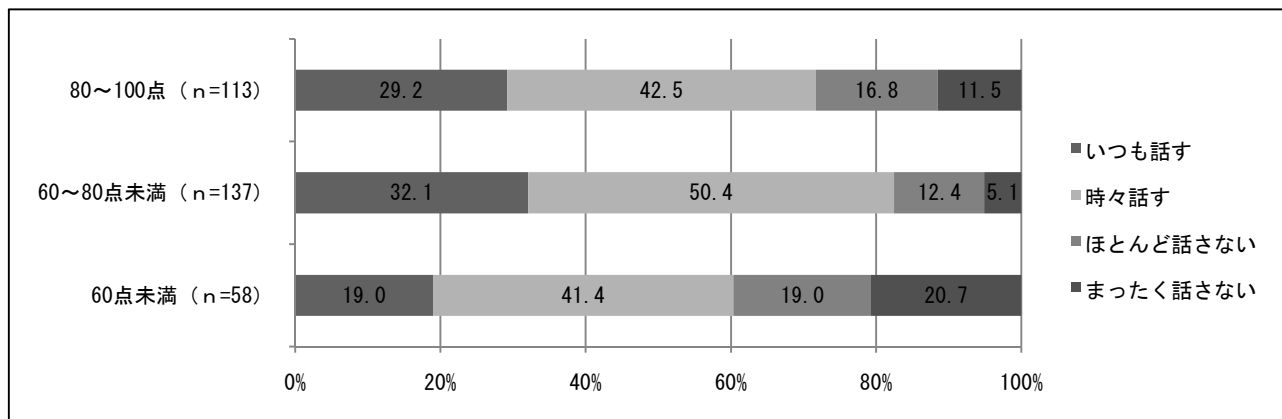


図 III-32 点数別 夕食時の会話

また、給食については、残さず食べる割合は60点未満50.0%、60～80点未満が50.4%、に対し、80点以上では、65.5%となり点数が高い者に高い傾向がみられた(p=0.001)。食べる時間が短くて残すことが「ない」割合(p=0.000)、「給食で嫌いなものを残すことが「ない」割合(p=0.005)も点数が高い者に高い傾向がみられた。

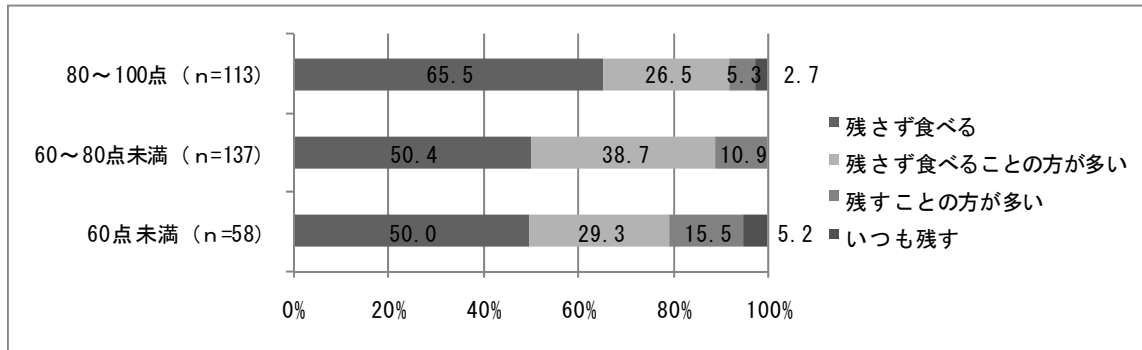


図 III-33 点数別 給食の摂食状況

一方、生活状況についても、起床時間(p=0.000)と就寝時間(p=0.001)がともに早い傾向がみられた。また、運動についても「好き」の割合が高く、体調がよい割合も高かった(p=0.000)。

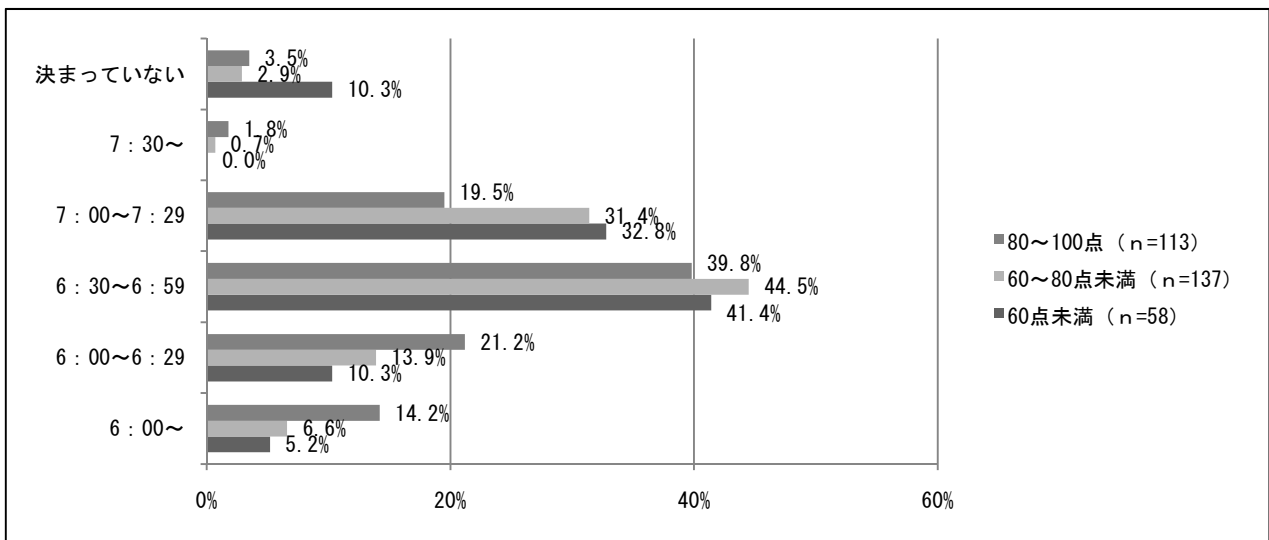


図 III-34 点数別 起床時間

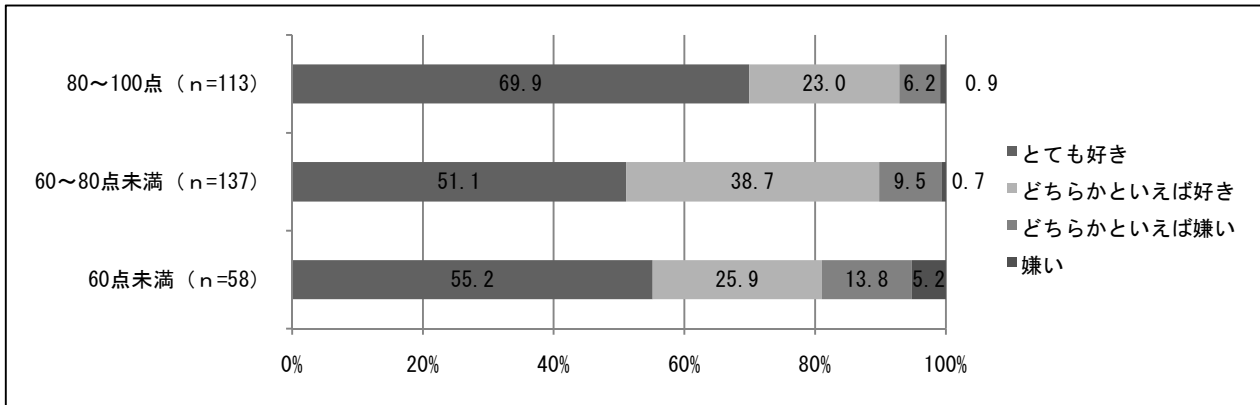


図 III-35 点数別 運動の好き嫌い

以上のことから、児童生徒の食生活・生活習慣のQOLに関わる要因として、朝食を毎日食べること、夕食時に会話があること、給食を残さず食べること、早寝早起きの生活リズムができること、運動にも関心をもつこと、体調が良いことが関わっていることが明らかになった。

【保護者】

自己採点について、点数度数分布により、60点台未満、70点台、80点台以上の3群に分け、他の項目との関連をみた。

保護者の就業状況では、60点台未満は「勤めをしている」割合が71.8%であるのに対し、70点台は75.0%、80点台以上は55.3%と低く、勤めをしている保護者の点数が低い傾向がみられた (p=0.012)。

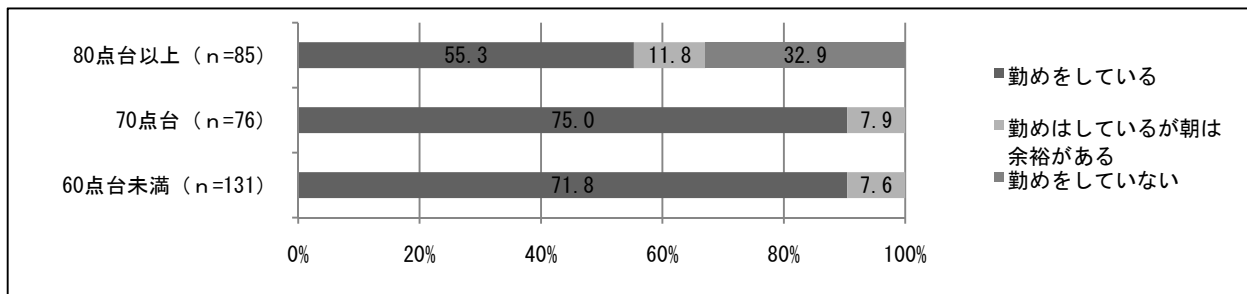


図 III-36 点数別 保護者の就業状況

朝食を「毎日食べる」割合が、60点台未満が71.8%、70点台82.9%に対し、80点台以上では95.3%となった (p=0.000)。また、朝食の調理時間について、「10~19分」の割合が高く、60点台未満が31.3%、70点台39.5%に対し、80点台以上では50.6%となり (p=0.000)、朝食を毎日しっかり取ることが点数の高さに影響していることが示唆された。

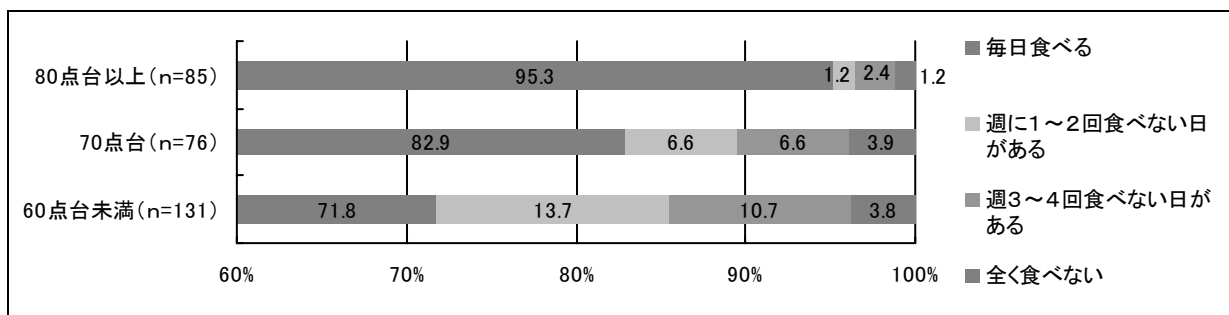


図 III-37 点数別 朝食の摂取状況

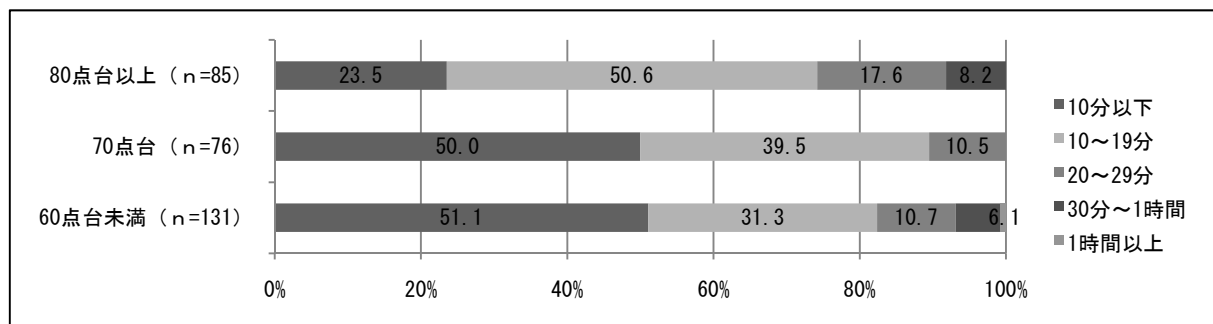


図 III-38 点数別 朝食の調理時間

また、食事内容については、80点台以上に和食の割合が顕著に高い傾向がみられた ($p=0.019$)。

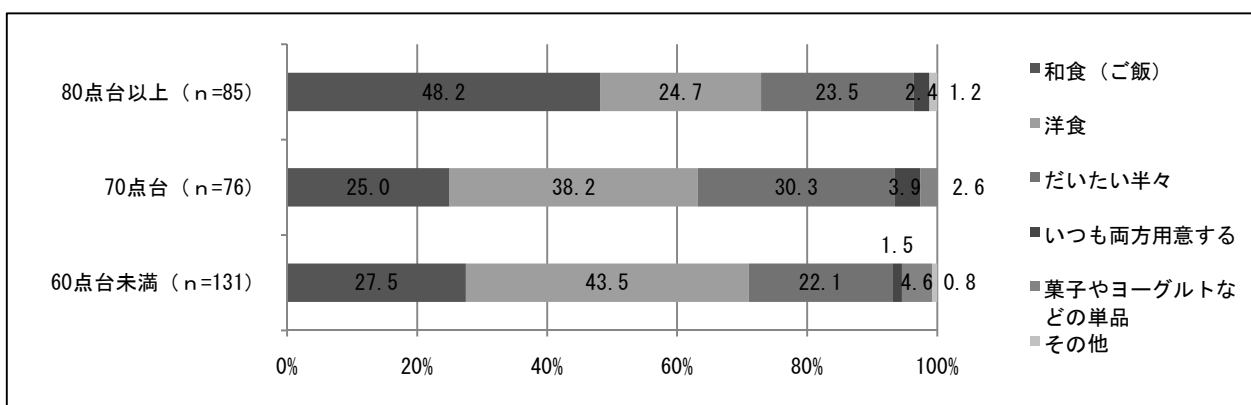


図 III-39 点数別 朝食内容

点数が高い者に、給食だよりを「よく見る」の割合が高く、60点台未満が22.9%、70点台19.7%に対し、80点台以上では42.4%と高く ($p=0.000$)、自分の食生活だけでなく、子どもの給食や食に関する情報に対しても意識が高いことが示唆された。

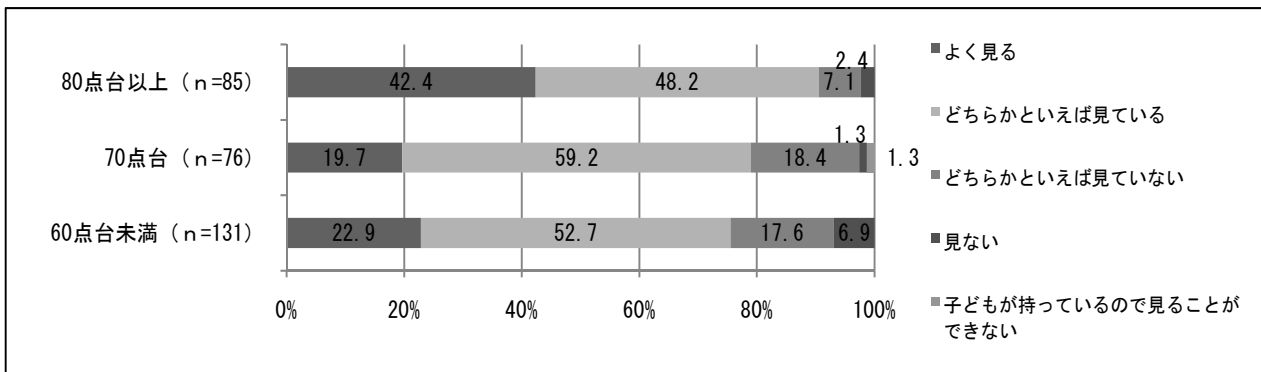


図 III-40 点数別 給食だよりの利用状況

さらに、食事のマナーや食べ方についても子どもに教えることが「ある」割合が高く、60点台未満が66.4%、70点台63.2%に対し、80点台以上では80.0%と高く（ $p=0.042$ ）、食育の認識度においても、点数が高い者に「知っている内容もわかる」割合が高かった（ $p=0.038$ ）。

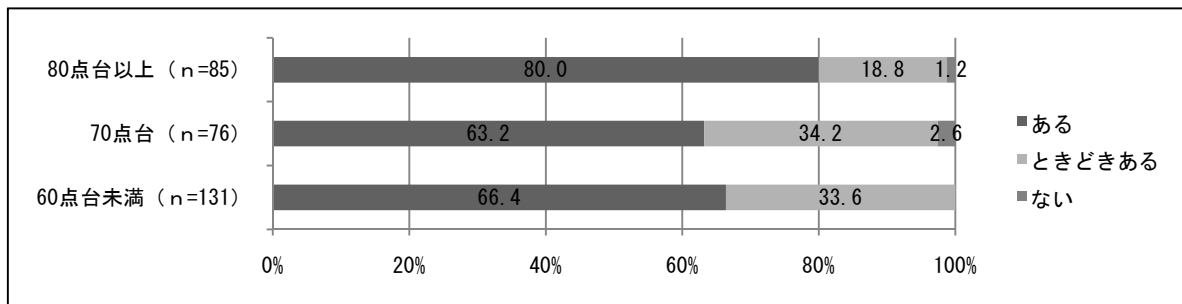


図 III-41 点数別 食事のマナーや食べ方を子どもに教える状況

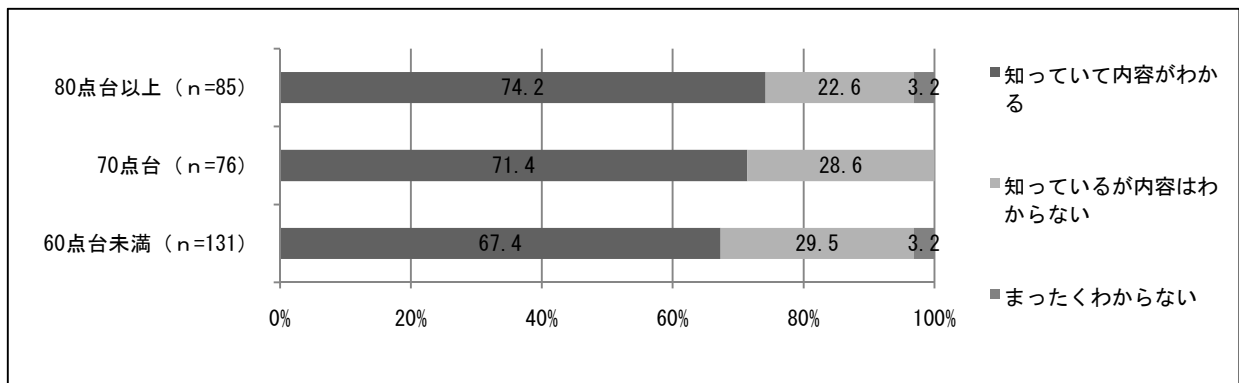


図 III-42 点数別 食育の認識

健康面では、排便状況について、60点台未満が53.4%に対し、70点台68.4%、80点台以上は67.1%なり、点数の高い保護者に排便が良好の割合が高かった（ $p=0.019$ ）。また、運動することが「好き」の割合も高い傾向がみられた（ $p=0.000$ ）。

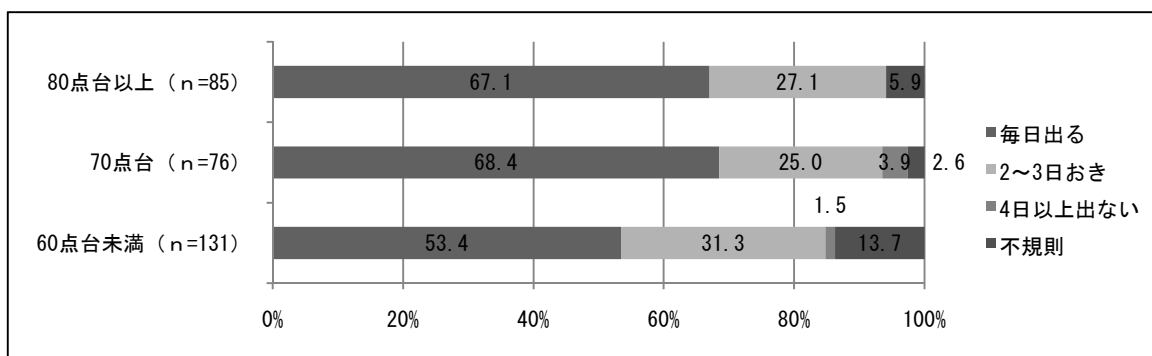


図 III-43 点数別 排便状況

以上のことから、保護者の食生活・生活習慣のQOLに関わる要因として、保護者は自分自身の朝食を毎日食べること、排便が良好な状態にあることの他に、子どもに食べ方やマナーについて教えることや給食だよりを見ること、朝食の調理時間などの子ども関わる要因も挙げられることが明らかになった。