

参 考 資 料

表1 朝食を食べているか (人)

学 校	毎日 食べる	週5~6 回食べる	週3~4 回食べる	週1~2 回食べる	食べない	無回答	無 効	総 計
小 学 生	5,968	388	195	139	99	18	0	6,807
中 学 生	1,715	197	91	64	55	1	0	2,123
高 校 生	410	55	35	29	50	0	0	579
岡山県計	8,093	640	321	232	204	19	0	9,509

表2 朝食を毎日食べる子どもの割合の経年変化 (%)

学 校	平成30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
小 学 生	91.9	91.0	90.5	88.8	87.7
中 学 生	82.7	83.1	83.6	82.3	80.8
高 校 生	73.2	78.9	74.1	75.4	70.8
岡山県計	89.0	88.6	88.2	87.1	85.1

表3 朝食は誰と食べるか (人)

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その 他	無 回 答	無 効	総 計
小 学 生	1,524	4,029	1,015	27	95	0	6,690
中 学 生	267	1,213	578	2	7	0	2,067
高 校 生	53	216	247	12	1	0	529
岡山県計	1,844	5,458	1,840	41	103	0	9,286

表4 朝食を一緒に食べる人と摂取状況の関係

(人)

	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総計
毎日	1,755	4,890	1,335	35	78	0	8,093
週5・6回	61	353	221	3	2	0	640
週4回以下	28	215	284	3	23	0	553
無回答	1	2	0	0	16	0	19
岡山県計	1,845	5,460	1,840	41	119	0	9,305

表5 朝食の組み合わせ

(人)

学 校	ご飯・おにぎりのみ	パンのみ	ご飯+味噌汁	パン+牛乳	ご飯+味噌汁+おかず	パン+牛乳+おかず	その他	無回答	無効	総計
小学生	640	1,236	474	1,038	1,039	534	1,564	26	0	6,551
中学生	175	413	151	253	419	142	448	2	0	2,003
高校生	83	96	50	58	95	31	84	3	0	500
岡山県計	898	1,745	675	1,349	1,553	707	2,096	31	0	9,054

表6 朝食をとらない理由（複数回答あり）

(人)

学 校	いつも食べないから	時間がなから	お腹が空いていない	ご飯が用意されていない	その他	無回答	無効	総計
小学生	31	81	97	28	13	39	0	289
中学生	30	43	77	7	14	13	0	184
高校生	16	29	39	7	7	6	0	104
岡山県計	77	153	213	42	34	58	0	577

表7 朝食摂取状況と体の調子（複数回答あり）

（人）

	元気	風邪をひきやすい	体がだるく なのやすい	便秘しやすい	下痢しやすい	よく頭が痛くなる	よくお腹が痛くなる	午前中 ぼんやりする	よくめまいがする	その他	無回答	無効	岡山県計
毎日 食べる	6,962	332	791	362	240	781	1,128	509	259	320	13	38	11,735
週5・ 6回食 べる	449	32	126	42	25	117	140	83	45	34	1	3	1,097
週4 回以下	215	17	81	24	20	61	84	37	12	21	2	1	575
食べ ない	134	10	45	12	13	43	49	34	15	7	1	0	363
無回答	17	1	2	1	1	3	5	1	0	0	0	0	31
合計	7,777	392	1,045	441	299	1,005	1,406	664	331	382	17	42	13,801

表8 夕食は誰と食べるか

（人）

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総計
小 学 生	4,211	2,372	127	15	82	0	6,807
中 学 生	1,177	856	87	2	1	0	2,123
高 校 生	284	230	49	15	1	0	579
岡山県計	5,672	3,458	263	32	84	0	9,509

表9 食事を楽しく食べているか

(人)

学 校	は い	いいえ	どちらとも 言えない	無回答	無効	総 計
小 学 生	5,514	262	998	33	0	6,807
中 学 生	1,587	61	474	1	0	2,123
高 校 生	462	10	106	1	0	579
岡山県計	7,563	333	1,578	35	0	9,509

表10 起床時刻と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6 回食べる	週3・4 回食べる	週1・2 回食べる	食べない	無回答	無効	総 計
5時59 分以前	654	42	28	17	13	3	0	757
6時台	5,880	388	179	96	75	11	0	6,629
7時台	1,494	200	108	116	100	4	0	2,022
8時台	35	9	2	1	13	0	0	60
無回答	18	0	1	1	1	1	0	22
無効	12	1	3	1	2	0	0	19
岡山県計	8,093	640	321	232	204	1	0	9,509

表 11 睡眠時間と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6 回食べる	週3・4 回食べる	週1・2 回食べる	食べない	無回答	無効	総計
7時間未満	181	22	15	8	3	1	0	230
7時間台	1,030	136	54	32	28	1	0	1,281
8時間台	2,844	222	92	58	35	5	0	3,256
9時間台	2,823	120	58	45	34	8	0	3,088
10時間台	535	26	15	15	11	3	0	605
11時間台	77	4	4	3	2	0	0	90
12時間以上	25	1	3	0	2	0	0	31
無効	578	109	80	71	89	1	0	928
岡山県計	8,093	640	321	232	204	19	0	9,509