

富士見町

健康・食育に関するアンケート調査

<小中学生、15～19歳>

【調査結果報告書】

令和5年9月

富士見町

目次

1 調査の概要	1
(1) 調査目的	1
(2) 調査対象及び調査方法	1
(3) 配布数及び回収結果	1
(4) 数値の基本的な取扱いについて	2
2 調査結果	3
1. あなたについてお聞きします	3
1. 性別	3
2. 学年・年齢	3
3. 在学・在職などの状況	4
4. 家族構成	4
2. あなたの生活や健康について	5
5. 身長・体重	5
6. 自分の体型	6
7. ダイエットについて	7
8. 起床時間	8
9. 就寝時間	8
10. 睡眠時間	9
11. 休養が十分とれているか	10
12. 午前中の体の調子	11
13. テレビやゲーム、インターネットなどの時間	12
14. 運動時間	13
3. あなたのこころの健康について	14
15. 不安や悩み、ストレスの有無	14
16. ストレスの原因	15
17. 相談できる人の有無	15
18. 相談できる相手	16
4. あなたの歯の健康について	17
19. おし歯の有無	17
20. 歯の健康のためにこころがけていること	18
5. たばこ・お酒・薬物について	19

21. たばこやお酒、薬物の体への害や危険性の認知	19
(1) たばこ	20
22. 喫煙している家族がいるか	20
23. あなたの喫煙の経験	21
24. 初めてたばこを吸ったきっかけ	21
25. たばこをやめたいと思っているか	21
26. たばこの害の認知	22
27. 受動喫煙の害の認知	22
28. たばこが体に及ぼす影響の認知	23
29. たばこに対する家族の意見	24
30. 禁煙にしてほしい場所	25
(2) お酒	26
31. 飲酒の経験	26
32. はじめてお酒を飲んだ時期	26
33. お酒を手に入れた場所	27
34. お酒を飲んだ場面	28
35. 多量飲酒による体への害の認知	29
36. アルコール依存症の認知	30
37. 未成年の飲酒による影響の認知	31
38. 妊婦さんの飲酒による影響の認知	32
6. あなたの食生活について	33
39. 朝食を食べているか	33
40. 朝食を食べない理由	34
41. バランスのよい食事をしているか	35
42. 朝食をだれと食べるか	35
43. 2人以上で食事する回数	36
44. 間食の程度	37
45. 間食でよく食べるもの	38
46. 家で食べたり飲んだりする食材・食品	39
47. ふだんの食生活の状況	44
48. 毎日2食以上食事をとっているか	46
49. 食事づくりの手伝いをするか	46
50. 食事のときのあいさつをするか	47

51. 添加物等に気をつけているか.....	47
52. 食育の認知.....	48
53. 食事を残すことについて.....	48
54. 知っている郷土料理.....	49
3 調査のまとめ.....	53

Ⅰ 調査の概要

(1) 調査目的

富士見町では、「心も体もいきいきと楽しく暮らせる高原の富士見町」の実現を図るために「第2次富士見町健康づくり計画『健康ふじみ21』」（平成25年度～令和4年度）と、「第2次富士見町食育推進計画」（平成30年度～令和4年度）の両計画を基に、町民の健康づくりに総合的に取り組んできました。

上記計画の最終評価をし、次期計画である「第3次富士見町健康づくり計画及び第3次富士見町食育推進計画」の策定に向けて、町民の皆様の実態を把握するためにアンケート調査を実施しました。

(2) 調査対象及び調査方法

項目	内容
調査対象	①年中児の保護者 ②小、中学生及び15～19歳 ③一般住民
調査方法	直接配布又は郵送法
調査時期	令和5年7月～8月

(3) 配布数及び回収結果

項目	内容
配布数	①年中児の保護者100人 ②小、中学生及び15～19歳450人 ③一般住民1,400人
有効回収数/ 有効回収率	①年中児の保護者63票/63.0% ②小、中学生及び15～19歳240票/53.3% ③一般住民445票/31.8%

(4) 数値の基本的な取扱いについて

- ・ 比率はすべて百分率 (%) で表し、小数点以下 2 位を四捨五入して算出しています。したがって、合計が 100% を上下する場合があります。
- ・ 基数となるべき実数は、“ $n = \text{〇〇〇}$ ” として掲載し、各比率は n を 100% として算出しています。
- ・ 質問の終わりに【複数回答】とある問は、1 人の回答者が 2 つ以上の回答を出してもよい問であり、したがって、各回答の合計比率は 100% を超える場合があります。
- ・ 文中、グラフ中の選択肢の文言は作図等の都合により一部簡略化する場合があります。
- ・ 今回の回答で、性別の「その他」、「答えたくない」については統計上有意な数字でなかったため、クロス集計には採用していません。
- ・ 問 2 の選択肢で「1, 2 以外」は、「小学 5 年生」、「中学 2 年生」ではない 15~19 歳の回答者を指します。クロス集計の縦軸の「1, 2 以外」も同様です。

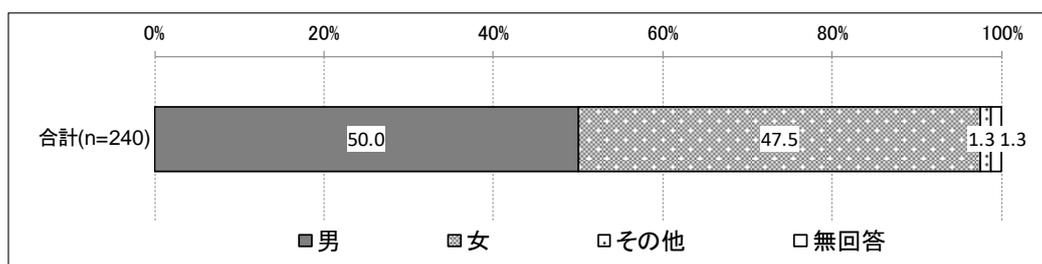
2 調査結果

1. あなたについてお聞きします

1. 性別

問1：性別（1つに○）

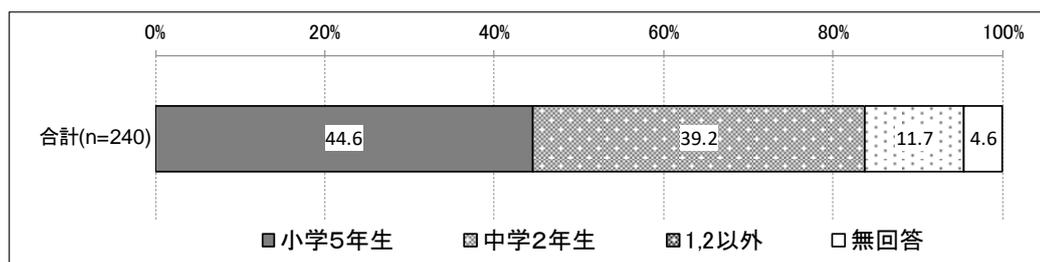
「男性」が50.0%、「女性」が47.5%となっています。



2. 学年・年齢

問2：学年・年齢（1つに○） ※令和5年7月1日現在

「小学5年生」が44.6%、「中学2年生」が39.2%、「1, 2以外」が11.7%となっています。



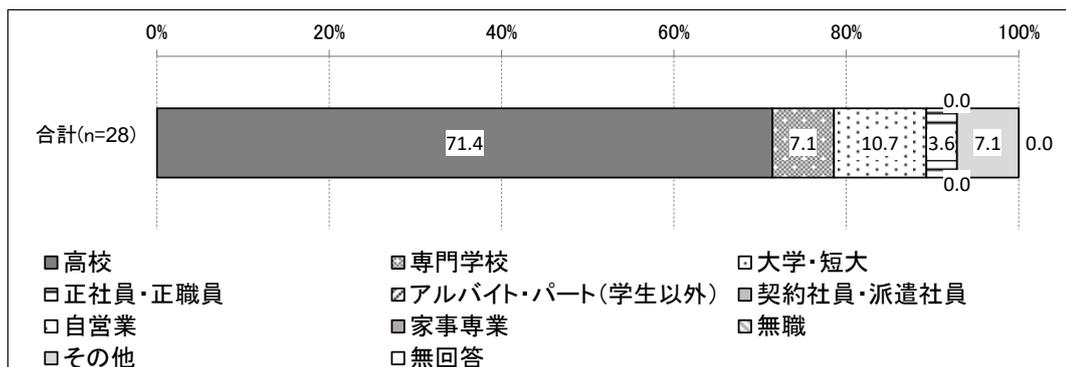
※「1, 2以外」は、「小学5年生」、「中学2年生」ではない15~19歳の回答者を指します。

3. 在学・在職などの状況

※ 問2で「1, 2以外」を選択した方におうかがいします。

問3：在学・在職などの状況を教えてください。（1つに○）

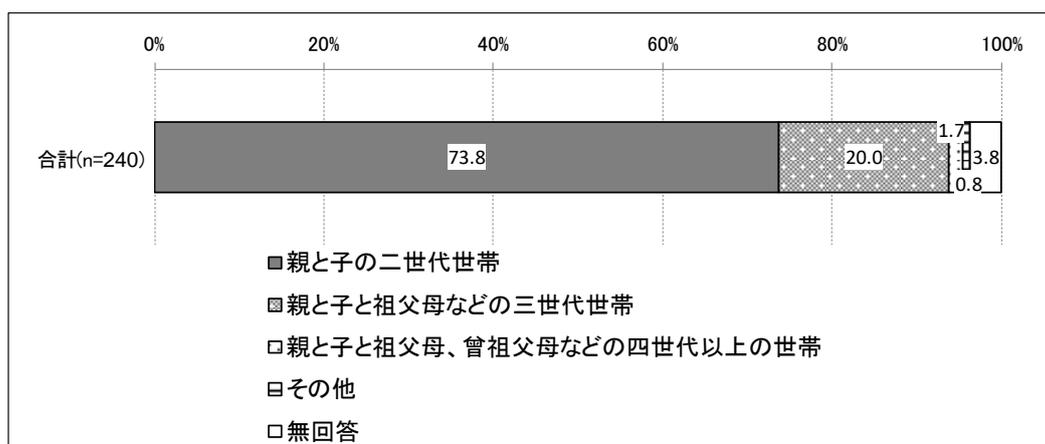
「高校」が71.4%と最も高く、次いで「大学・短大」が10.7%、「専門学校」「その他」が7.1%となっています。



4. 家族構成

問4：家族構成（1つに○）

「親と子の二世帯世帯」が73.8%と最も高く、次いで「親と子と祖父母などの三世帯世帯」が20.0%となっています。



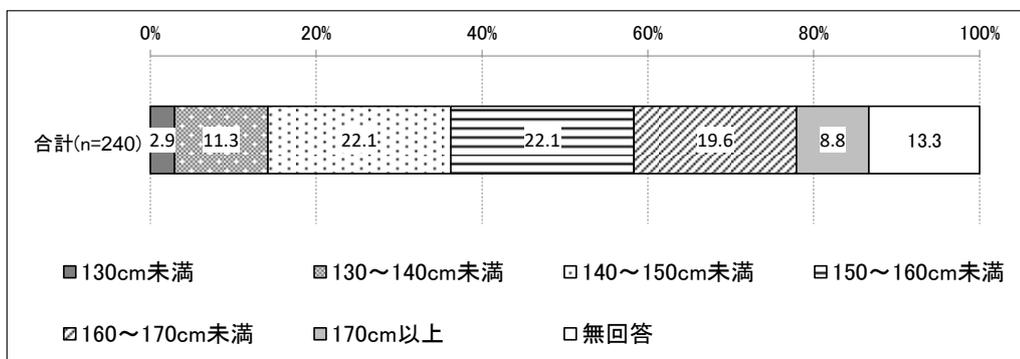
2. あなたの生活や健康について

5. 身長・体重

問5：あなたの身長・体重を教えてください。（小数点以下は四捨五入し、整数で記入）

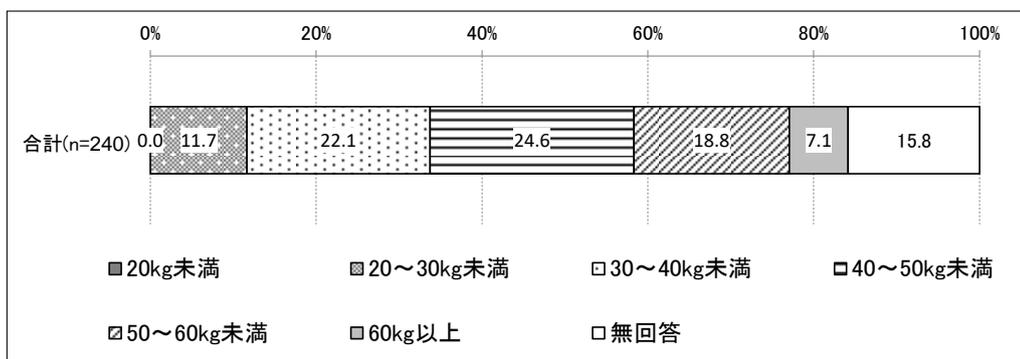
<身長>

「140～150cm 未満」と「150～160cm 未満」が同率の22.1%と最も高く、次いで「160～170cm 未満」が19.6%となっています。



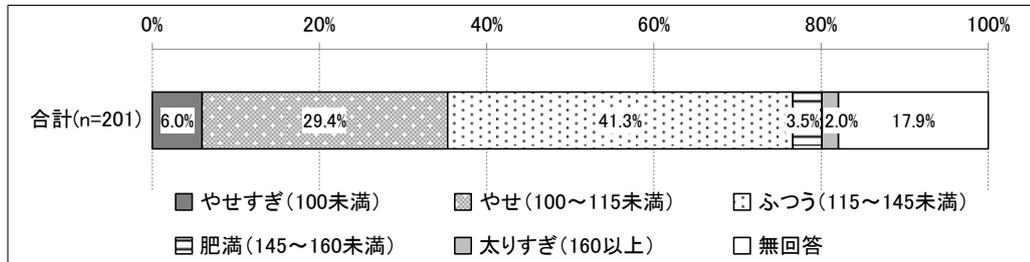
<体重>

「40～50kg 未満」が24.6%と最も高く、次いで「30～40kg 未満」が22.1%となっています。



<ローレル指数（小学5年生・中学2年生）>

小学5年生と中学2年生について、「ふつう」が41.3%と最も高く、次いで「やせ」29.4%となっています。



※ローレル指数とは、「学童期の発育状況を知る目安の数値」とされます。そのため、ここでは小学5年生と中学2年生に適用します。

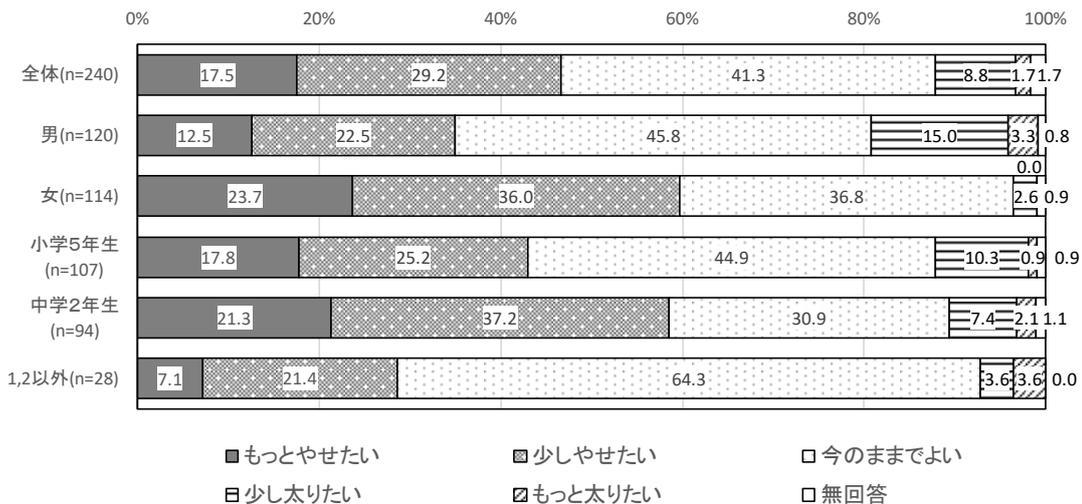
$$\text{ローレル指数} = \text{体重 kg} \div (\text{身長 m の 3 乗}) \times 10$$

6. 自分の体型

問6：あなたは、自分の体型をどうしたいですか。（1つに○）

全体では「今のままでよい」が41.3%と最も高くなっています。

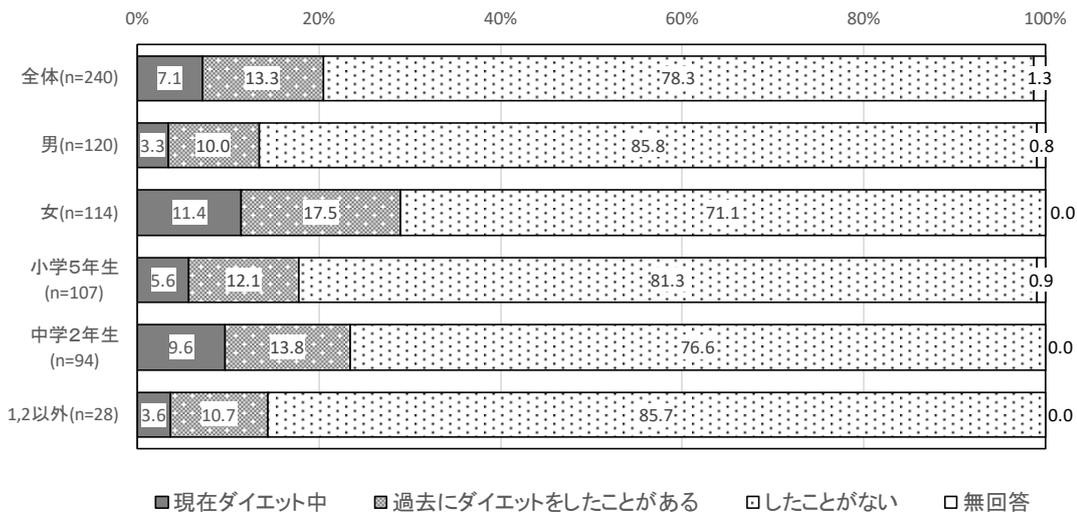
「今のままでよい」は、性別では男性の方が45.8%と高く、学年・年齢別では小学5年生が44.9%となっています。



7. ダイエットについて

問7：あなたは、ダイエット（体重を減らすために、食事の量を減らしたり運動をしたりすること）をしたことがありますか。（1つに○）

全体では「したことがない」が78.3%と最も高くなっています。
 「したことがない」との回答は、性別では男性の方が85.8%と高く、学年・年齢別では小学5年生が81.3%となっています。

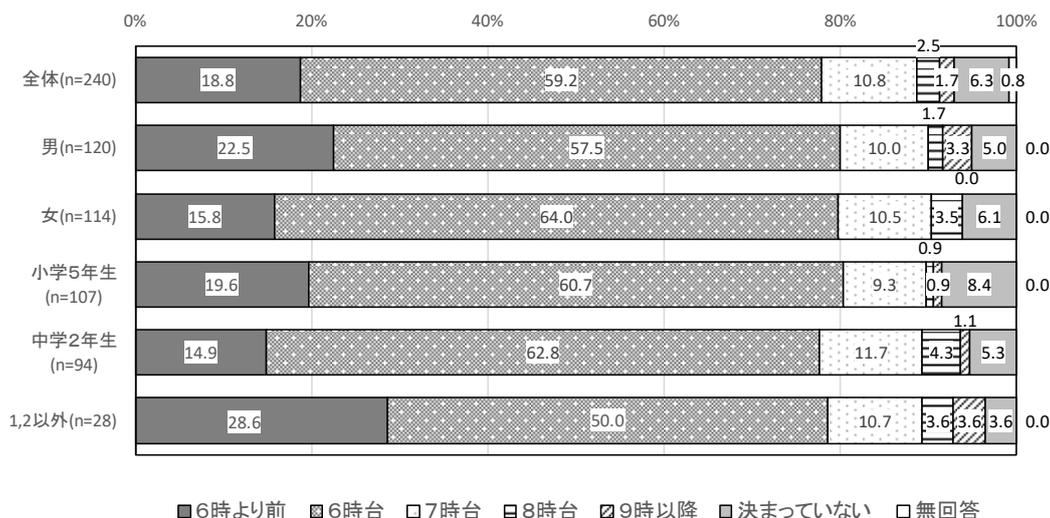


8. 起床時間

問8：あなたは、ふだん（休日でない日）、何時ごろに起きますか。（1つに○）

全体では「6時台」が59.2%と最も高くなっています。

「6時台」との回答は、性別では女性の方が64.0%と高く、中学2年生が62.8%となっています。

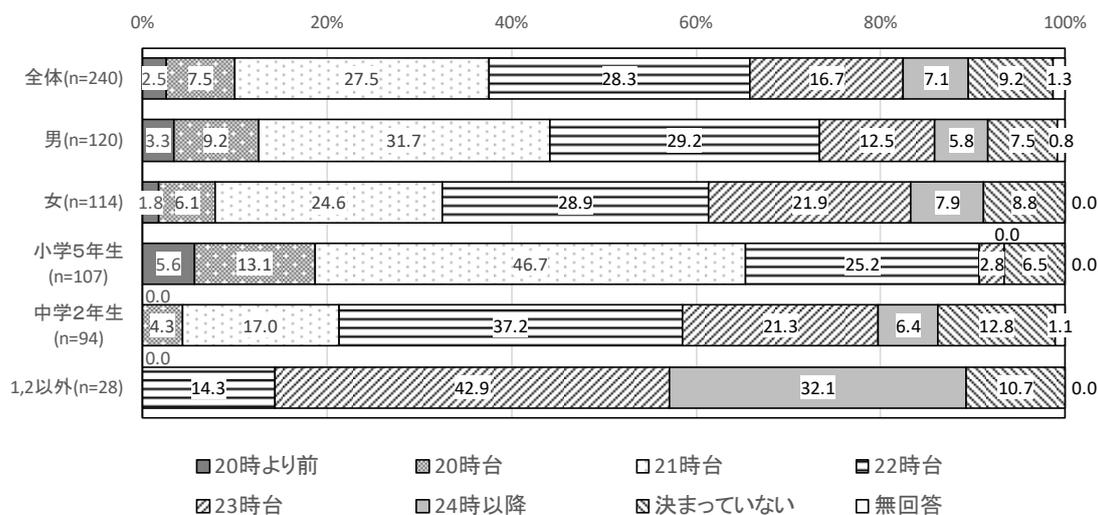


9. 就寝時間

問9：あなたは、ふだん（休日でない日）、夜何時ごろに寝ますか。（1つに○）

全体では「22時台」が28.3%と最も高くなっています。

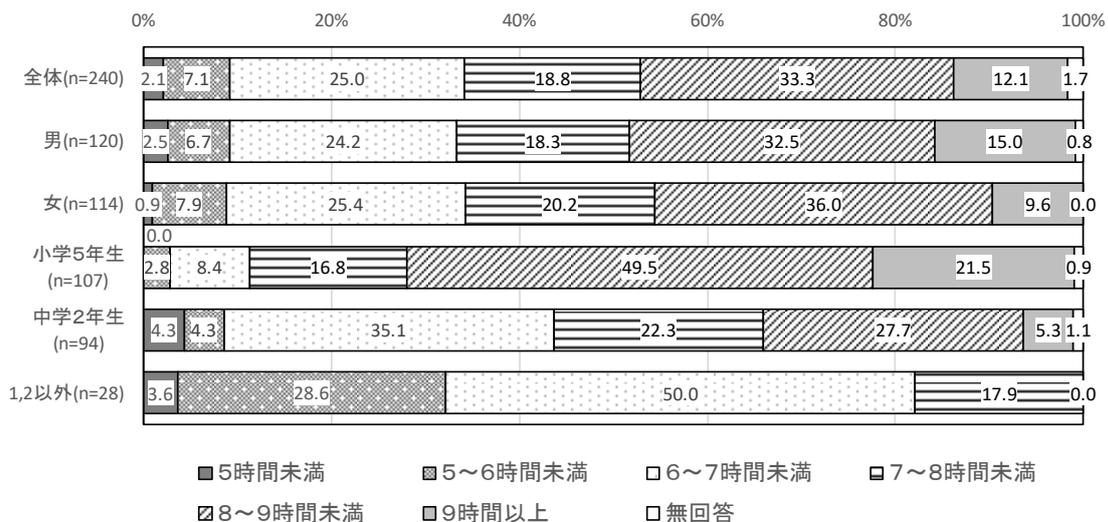
性別では女性の方が遅く、学年・年齢が上がるにつれ遅くなっています。



10. 睡眠時間

問 10：あなたのふだん（休日でない日）の睡眠時間は、1日平均どれくらいですか。（1つに○）

全体では「8～9時間未満」が33.3%と最も高くなっています。
性別では大きな差はなく、学年・年齢が上がるにつれ短くなっています。

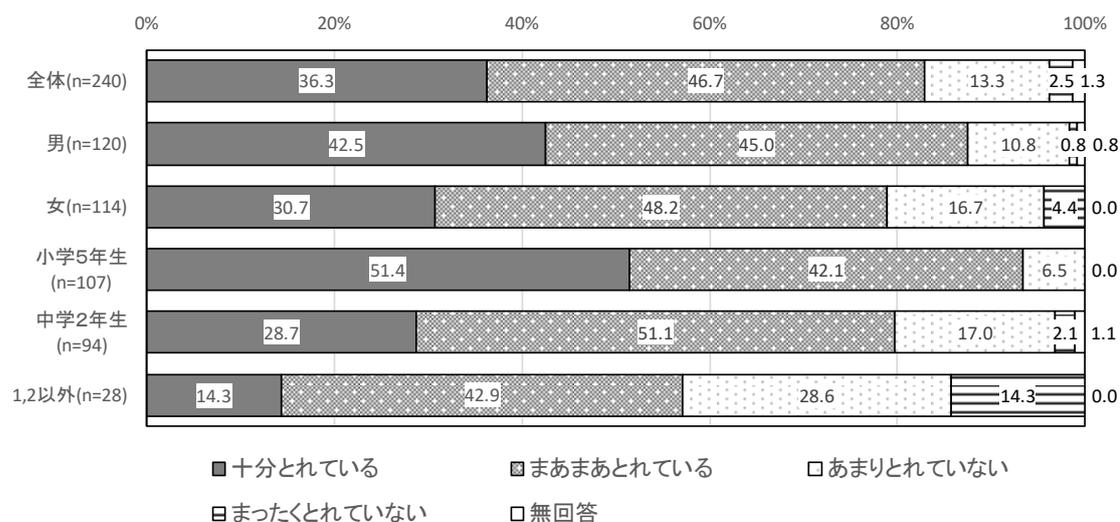


11. 休養が十分とれているか

問11：いつもとっている睡眠で、休養が十分とれていると思いますか。（どちらかに○）

全体では「まあまあとれている」が46.7%と最も高くなっています。

「十分とれている」と「まあまあとれている」の合計では、性別では男性が87.5%と女性（78.9%）を上回っており、学年・年齢が上がるにつれ「とれている」割合が低くなっています。

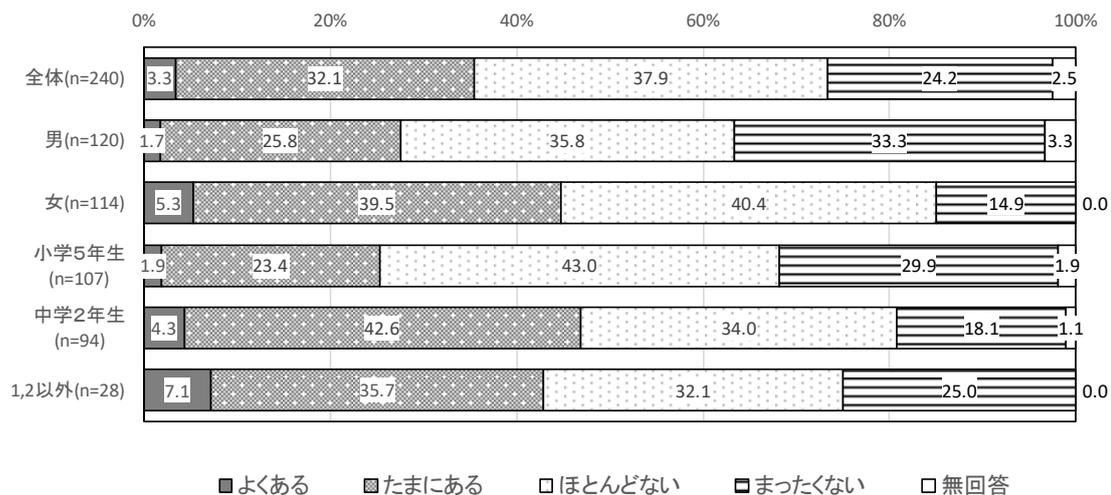


12. 午前中の体の調子

問12：あなたは午前中に体の調子が悪いと感じることがありますか。（1つに○）

全体では「ほとんどない」が37.9%と最も高くなっています。

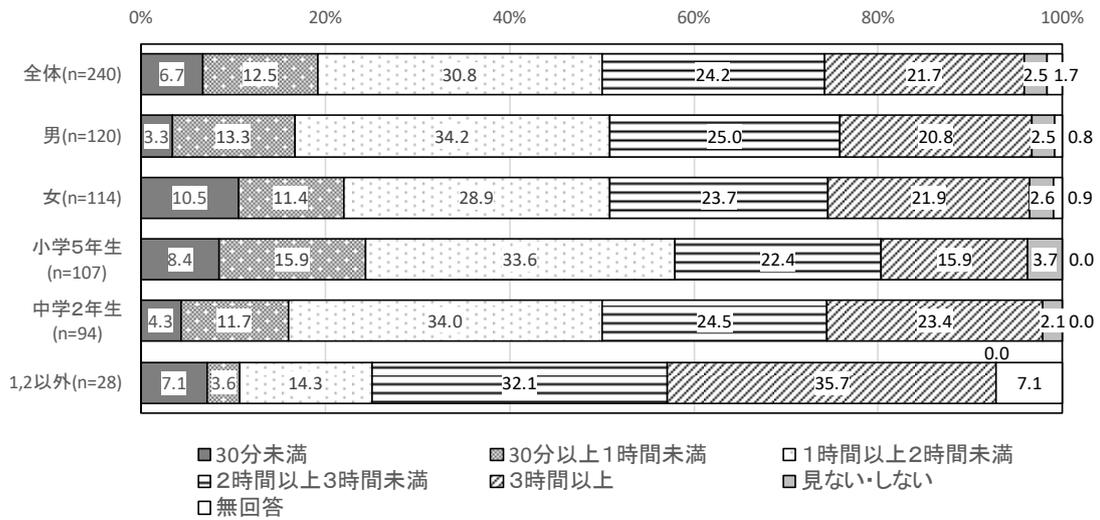
「ほとんどない」との回答は、性別では女性の方が40.4%と高く、学年・年齢別では小学5年生が43.0%となっています。



13. テレビやゲーム、インターネットなどの時間

問 13：あなたが、ふだん（休日でない日）、テレビやDVDを見たり、テレビゲームや携帯ゲーム、インターネット（スマートフォンを含む）などをする時間は1日にどのくらいですか。（1つに○）

全体では「1時間以上2時間未満」が30.8%と最も高くなっています。
性別では大きな差はなく、学年・年齢が上がるにつれ長くなっています。



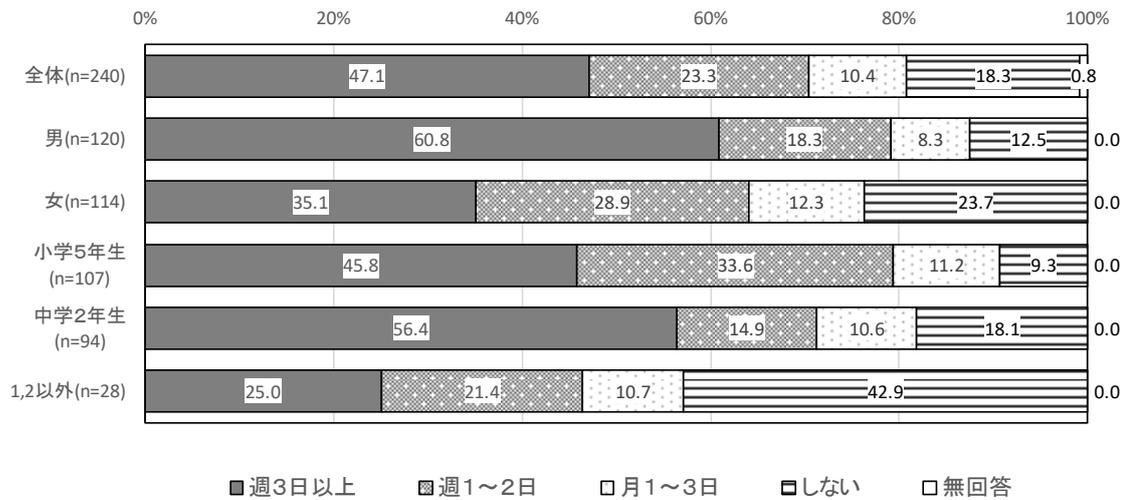
14. 運動時間

問14：あなたは、1回30分以上の運動をどのくらい行っていますか。（1つに○）

※体を使った遊びや、スポーツクラブ、部活動は含みますが、体育などの授業時間は含みません。

全体では「週3日以上」が47.1%と最も高くなっています。

「週3日以上」との回答は、性別では男性の方が60.8%と高く、学年・年齢別では中学2年生が56.4%となっています。



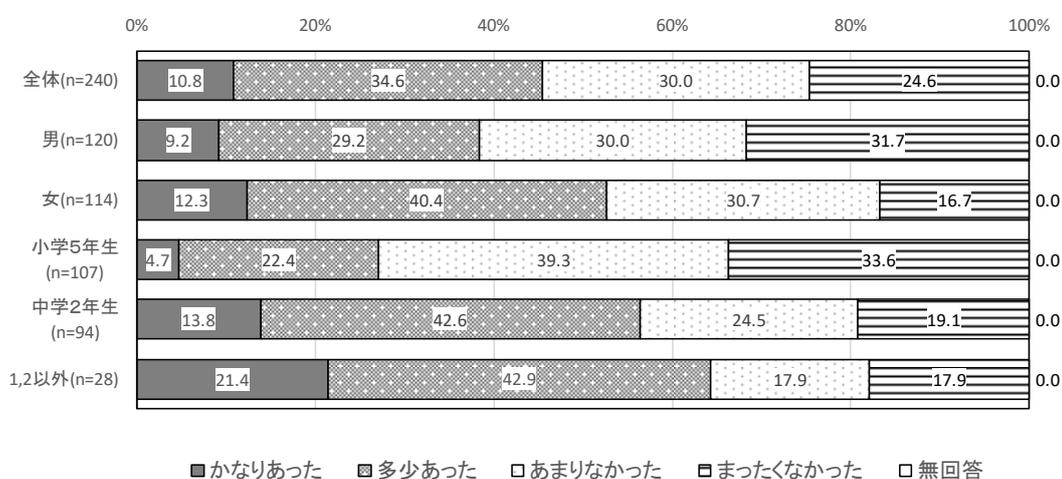
3. あなたのこころの健康について

15. 不安や悩み、ストレスの有無

問 15：あなたは、この1か月間に不安や悩み、ストレスがありましたか。（1つに○）

全体では「多少あった」が34.6%と最も高くなっています。

「かなりあった」と「多少あった」の24. 初めてのたばこを吸ったきっかけ合計では、性別では女性の方が52.7%と高く、学年・年齢が上がるにつれその割合が高くなっています。

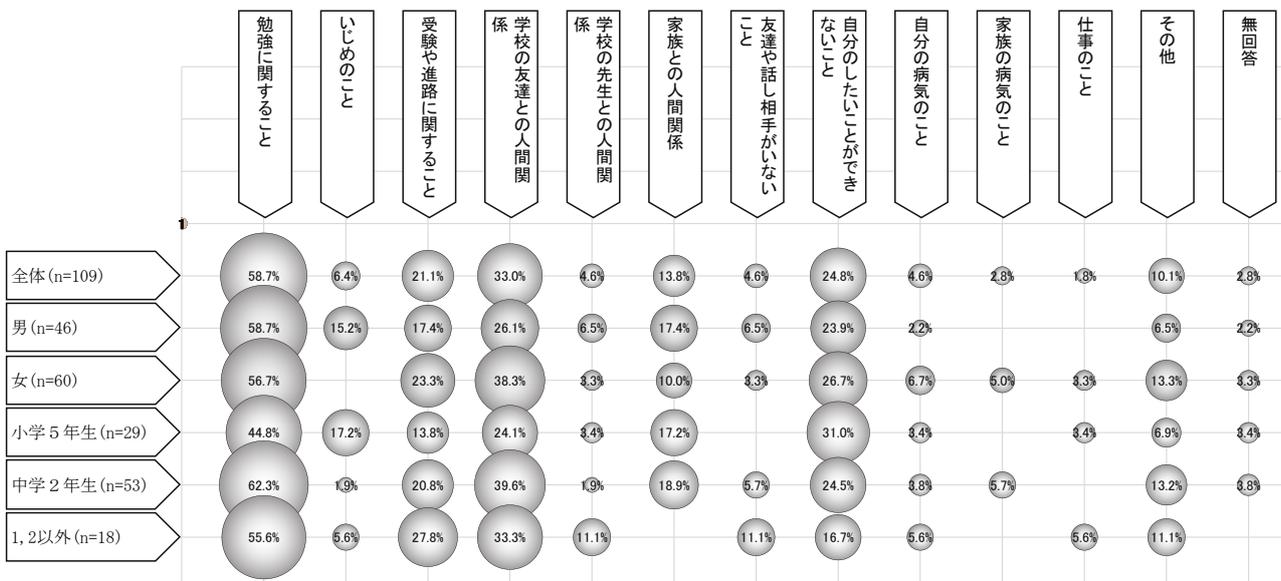


16. ストレスの原因

※ 問15で「かなりあった」「多少あった」を選択した方におうかがいします。

問16：不安や悩み、ストレスの原因は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「勉強に関すること」が58.7%と最も高く、次いで「学校の友達との人間関係」が33.0%となっています。

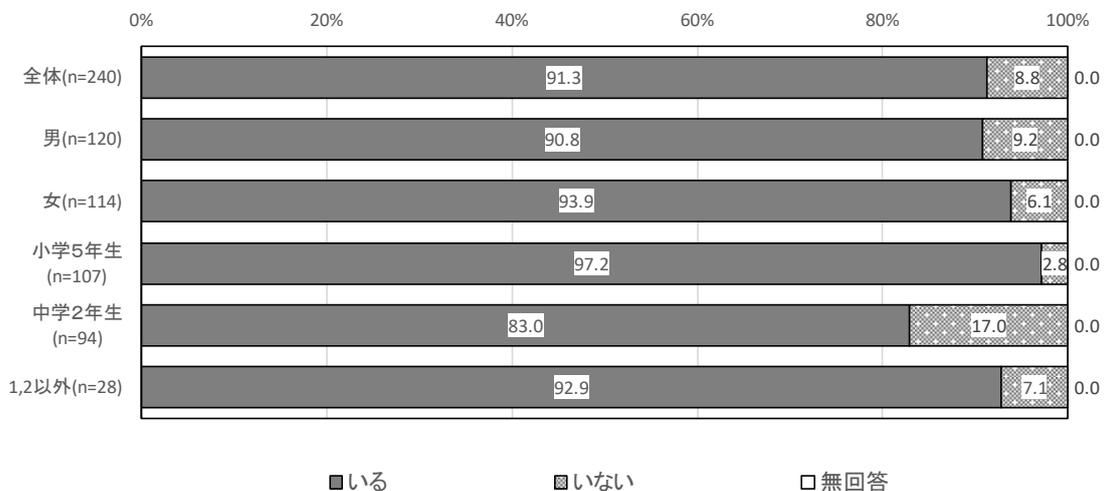


17. 相談できる人の有無

問17：あなたは不安や悩みがあるとき、相談できる人がいますか。（どちらかに○）

全体では「いる」が91.3%、「いない」が8.8%となっています。

「いる」との回答は、性別では女性の方が93.9%と高く、学年・年齢別では小学5年生が97.2%となっています。

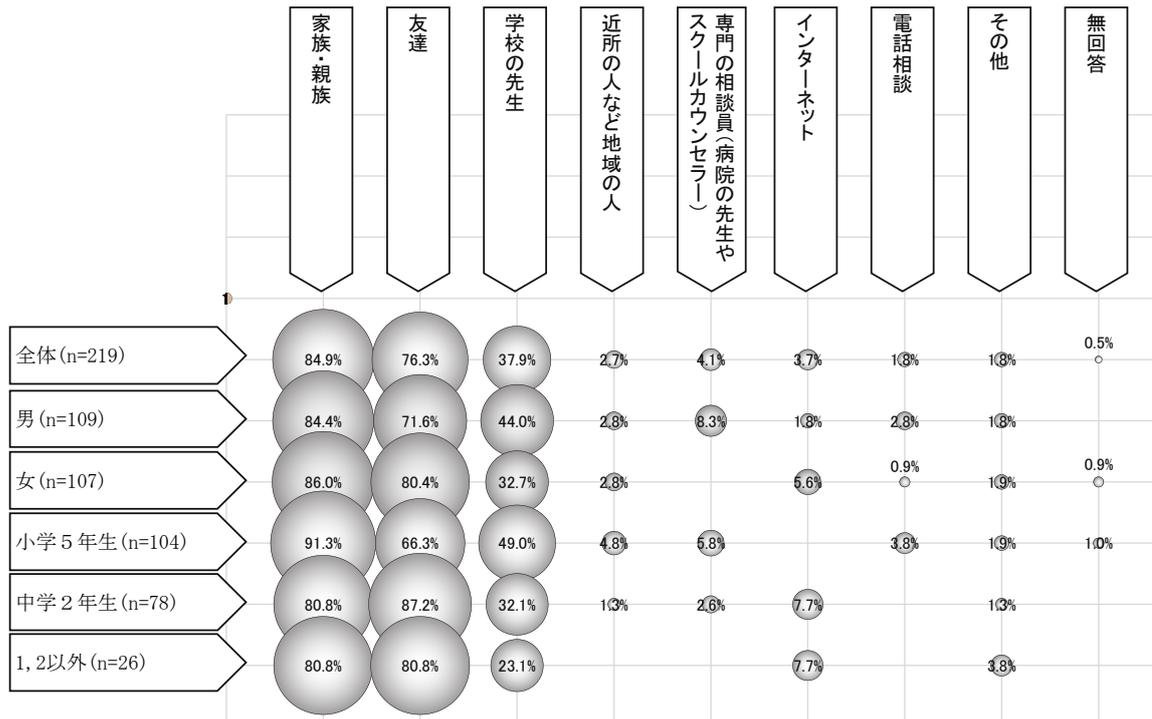


18. 相談できる相手

※ 問17で「いる」を選択した方におうかがいします。

問18：それは誰ですか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「家族・親族」が84.9%と最も高く、次いで「友達」が76.3%となっています。



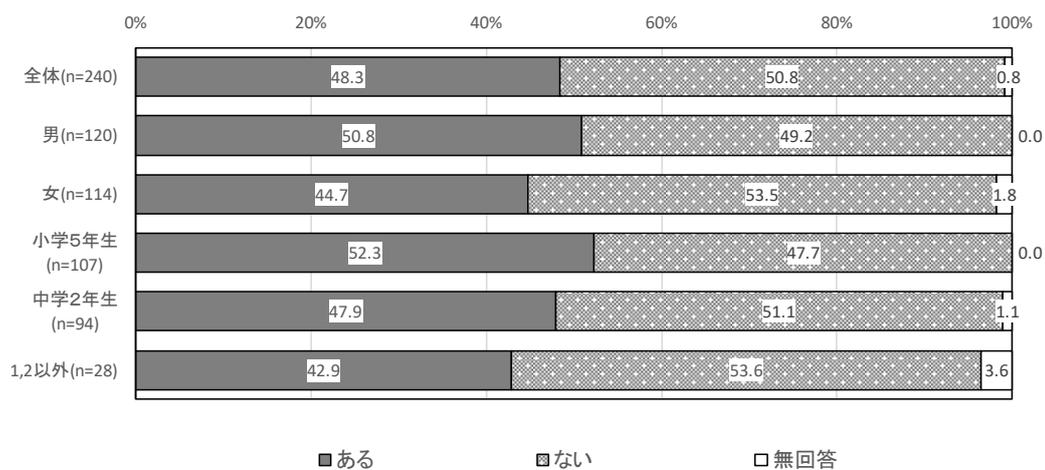
4. あなたの歯の健康について

19. むし歯の有無

問 19：あなたは、むし歯（治療したむし歯も含む）がありますか。（どちらかに○）

全体では「ない」が50.8%と最も高くなっています。

「ない」との回答は、性別では女性の方が53.5%と高く、学年・年齢別では中学2年生が51.1%と高くなっています。

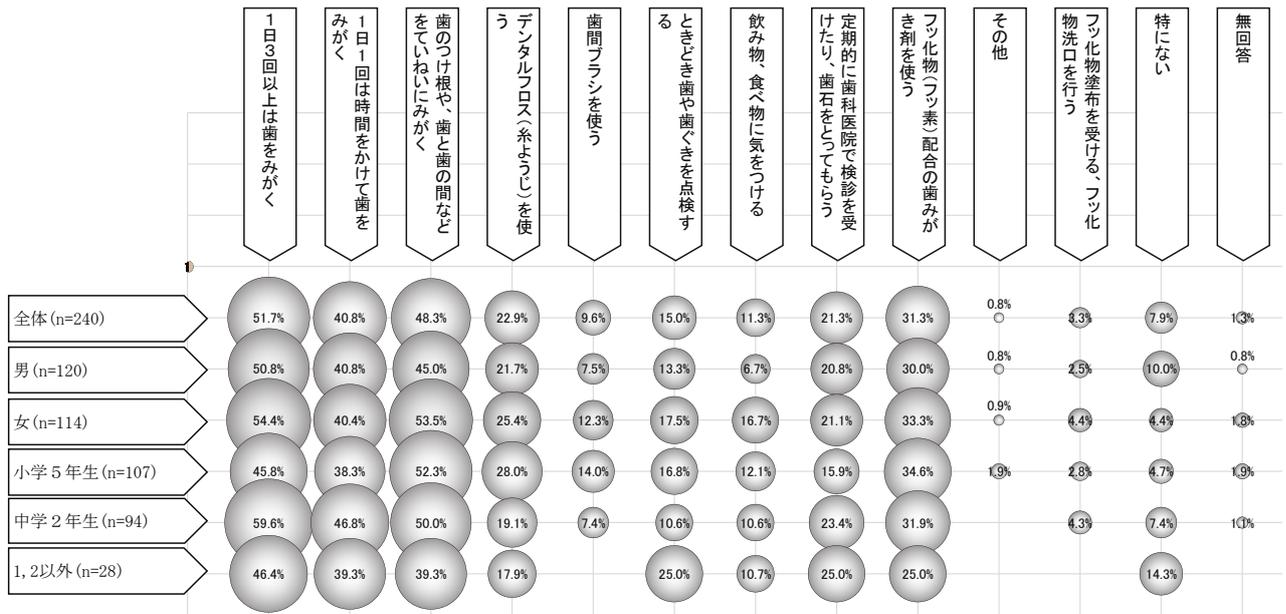


20. 歯の健康のためにこころがけていること

問 20：あなたは、歯の健康を守るためにこころがけていることはありますか。

(あてはまるものすべてに○)

全体では「1日3回以上は歯をみがく」が51.7%と最も高く、次いで「歯のつけ根や、歯と歯の間などをていねいにみがく」が48.3%となっています。

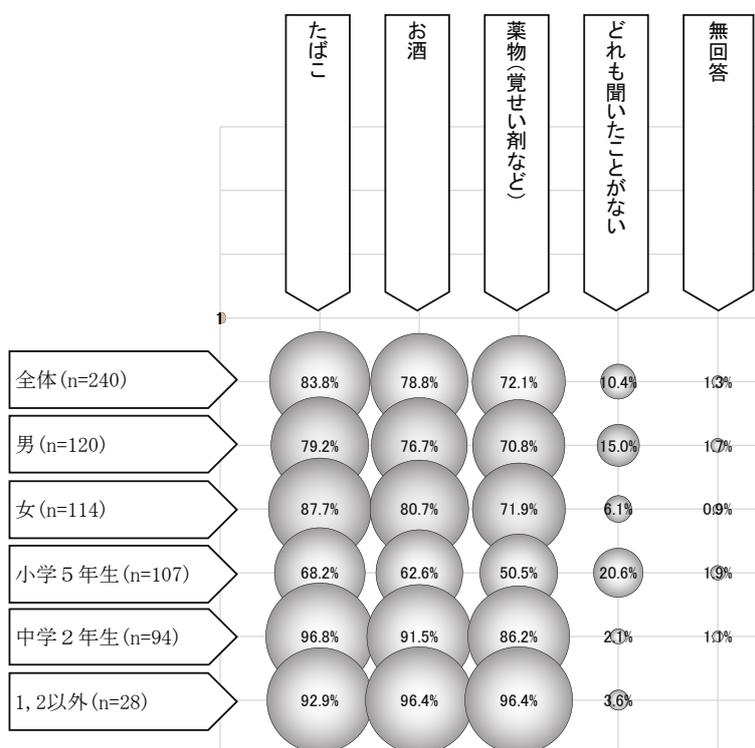


5. たばこ・お酒・薬物について

21. たばこやお酒、薬物の体への害や危険性の認知

問 21：あなたは、たばこやお酒、薬物（覚せい剤など）の体への害や危険性について、学んだり聞いたりしたことはありますか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「たばこ」、「お酒」、「薬物（覚せい剤など）」が70%を越えており、1,2以外の年代（15～19歳）ではそれぞれ90%を越えています。

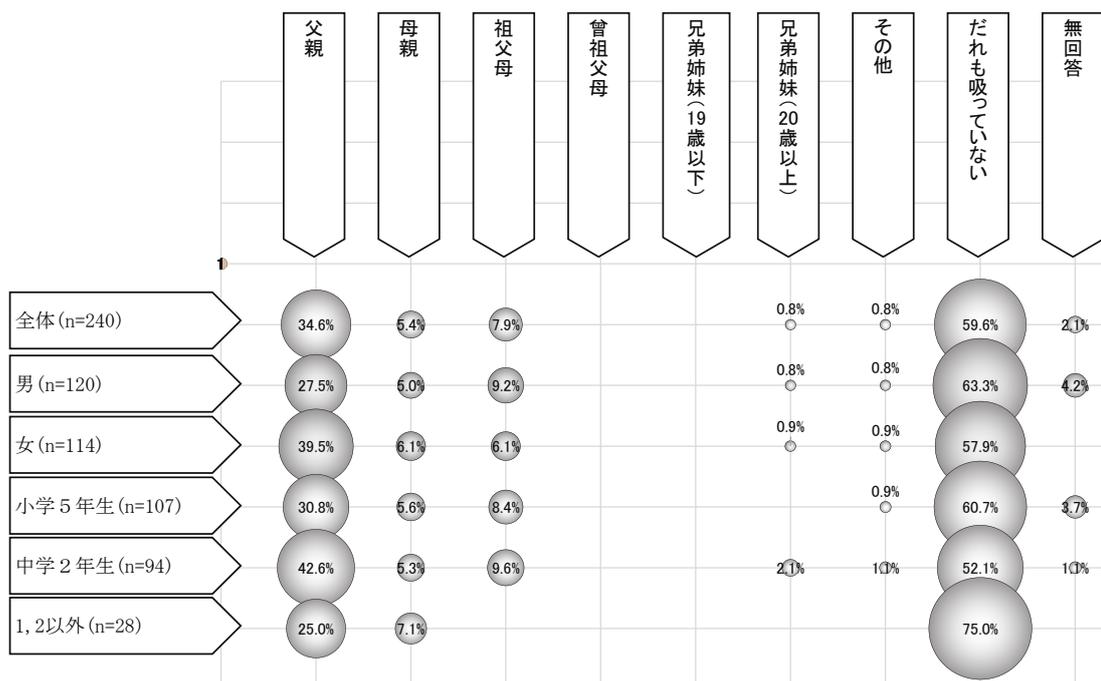


(1) たばこ

22. 喫煙している家族がいるか

問22：あなたが一緒に暮らしている家族のなかで、だれかたばこを吸いますか。
 (あてはまるものすべてに○)

全体では「だれも吸っていない」が59.6%と最も高く、次いで「父親」が34.6%となっています。

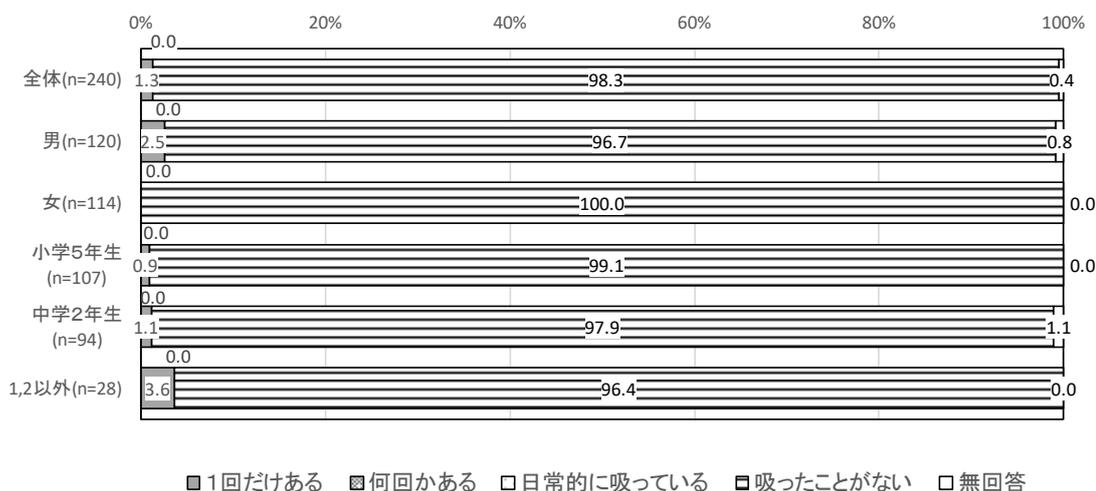


23. あなたの喫煙の経験

問 23：あなたは、今までにたばこを吸ったことがありますか。（1つに○）

全体では「吸ったことがない」が98.3%と最も高くなっています。

「吸ったことがない」との回答は、性別では女性が100%と高く、学年・年齢別では小学5年生が99.1%となっています。



24. 初めてたばこを吸ったきっかけ

※ 問23で「1回だけある」「何回かある」「日常的に吸っている」を選択した方におうかがいします。

問 24：初めてたばこを吸ったきっかけは何ですか。（あてはまるものすべてに○）

「1回だけある」「何回かある」「日常的に吸っている」の合計が全体で3人で、すべて男性となっています。

きっかけは、「好奇心で」、「友達や仲間にさそわれて」、「家族が吸っているのを見て」がそれぞれ1名となっています。

25. たばこをやめたいと思っているか

※ 問23で「日常的に吸っている」を選択した方におうかがいします。

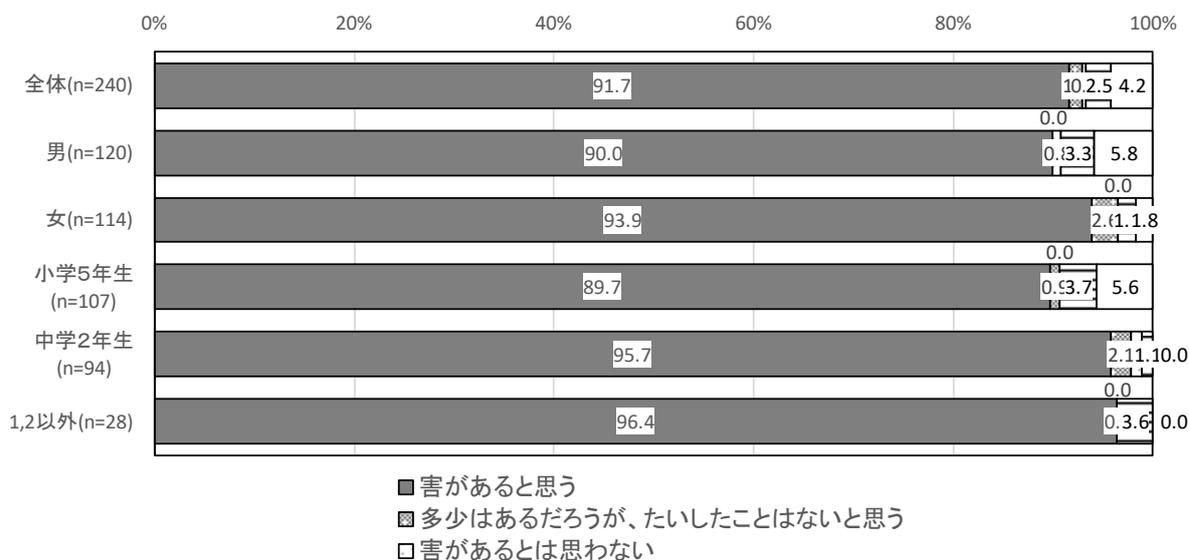
問 25：あなたは、たばこをやめたいと思っていますか。（1つに○）

「日常的に吸っている」との回答が0となっており、サンプルはありません。

26. たばこの害の認知

問 26：あなたは、たばこを吸うと体に害があると思いますか。（1つに○）

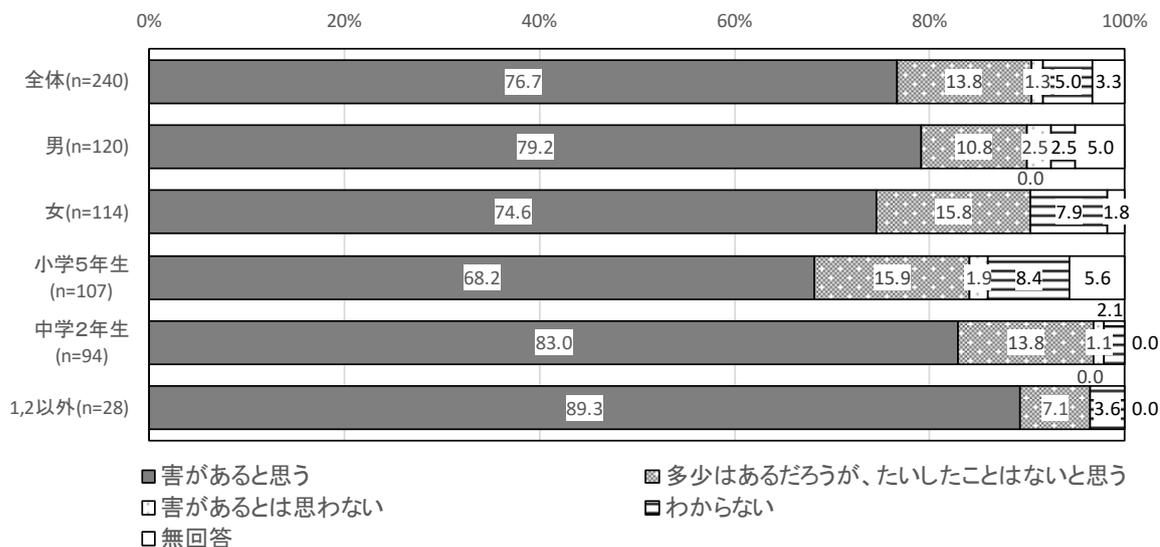
全体では「害があると思う」が91.7%と最も高くなっています。
 「害があると思う」との回答は、性別では女性が93.9%と高く、学年・年齢が上がるにつれその割合は高くなっています。



27. 受動喫煙の害の認知

問 27：あなたは、自分がたばこを吸わなくても、人が吸っているたばこの煙を吸うことで体に害があると思いますか。（1つに○）

全体では「害があると思う」が76.7%と最も高くなっています。
 「害があると思う」との回答は、性別では男性の方が79.2%と高く、学年・年齢別では中学2年生が83.0%となっています。

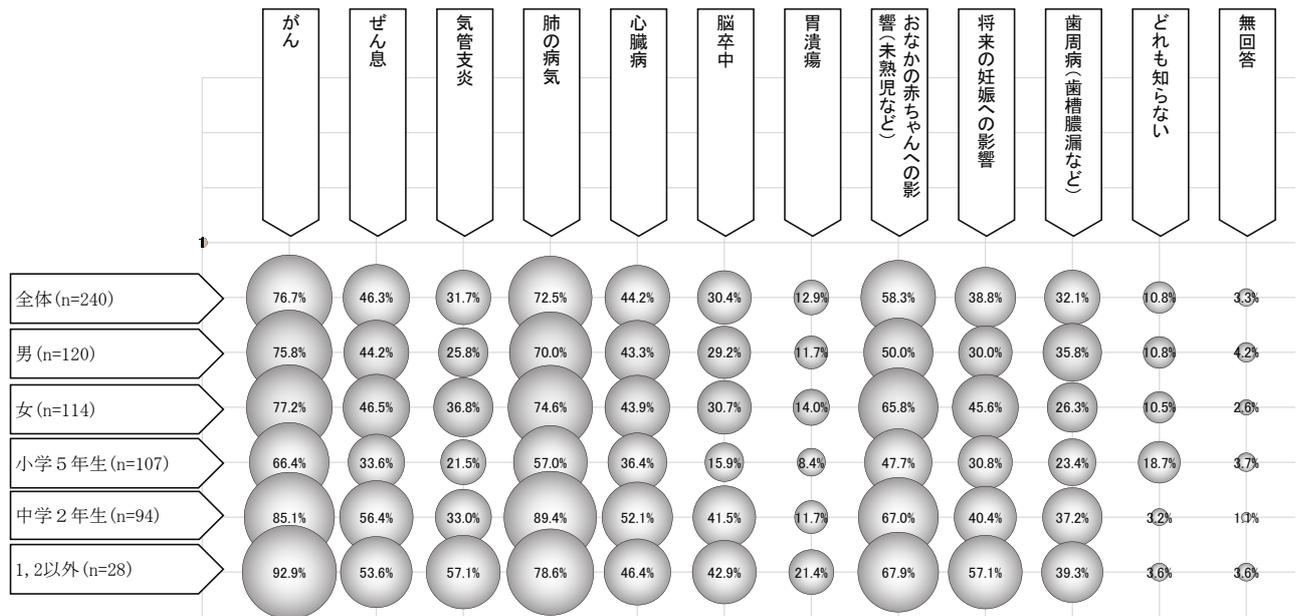


28. たばこが体に及ぼす影響の認知

問 28：あなたは、たばこが体に及ぼす影響（病気）について、知っていますか。

（あてはまるものすべてに○）

全体では「がん」が76.7%と最も高く、次いで「肺の病気」が72.5%となっています。

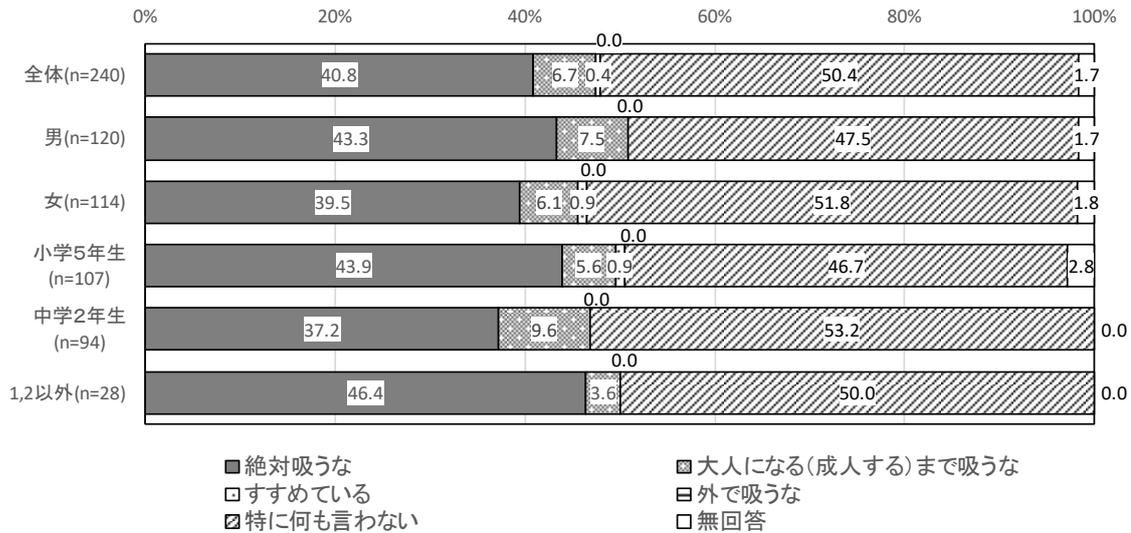


29. たばこに対する家族の意見

問 29：あなたの家族は、たばこについてどのように言っていますか。（1つに○）

全体では「特に何も言わない」が50.4%と最も高くなっています。

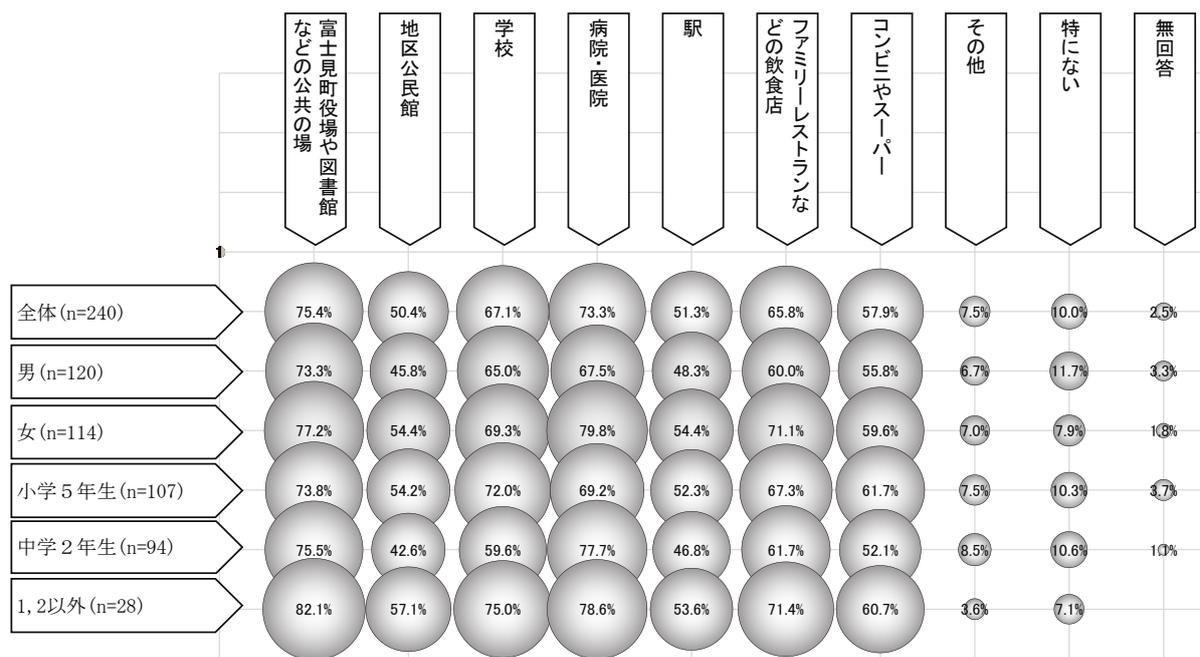
「特に何も言わない」との回答は、性別では女性の方が51.8%と高く、学年・年齢別では中学2年生が53.2%と最も高くなっています。



30. 禁煙にしてほしい場所

問 30：あなたが、禁煙にしてほしいと思う場所はどこですか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「富士見町役場や図書館などの公共の場」が75.4%と最も高く、次いで「病院・医院」が73.3%となっています。



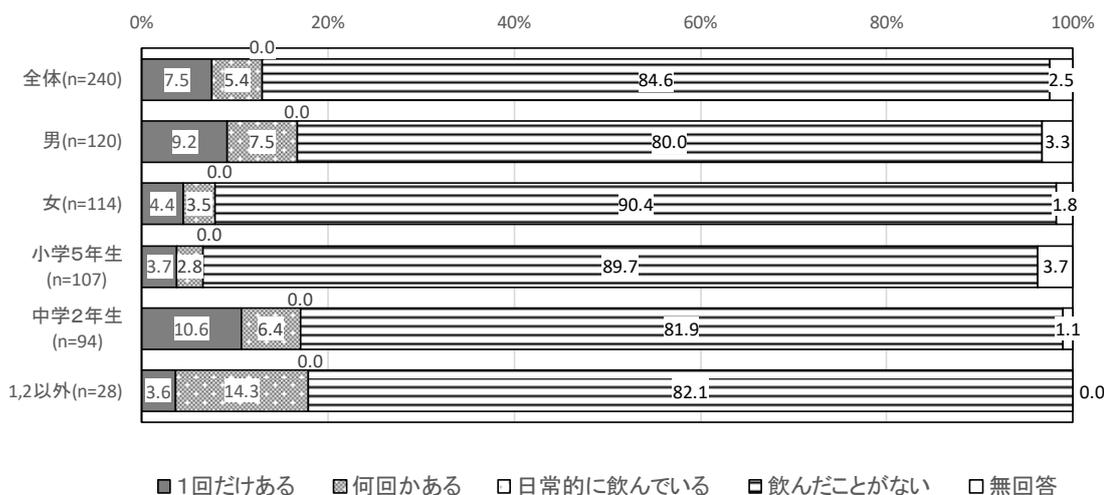
(2) お酒

31. 飲酒の経験

問 31：あなたは、今までにお酒を飲んだことがありますか。（1つに○）

全体では「飲んだことがない」が84.6%と最も高くなっています。

「飲んだことがない」との回答は、性別では女性の方が90.4%と高く、学年・年齢別では小学5年生が89.7%と最も高くなっています。

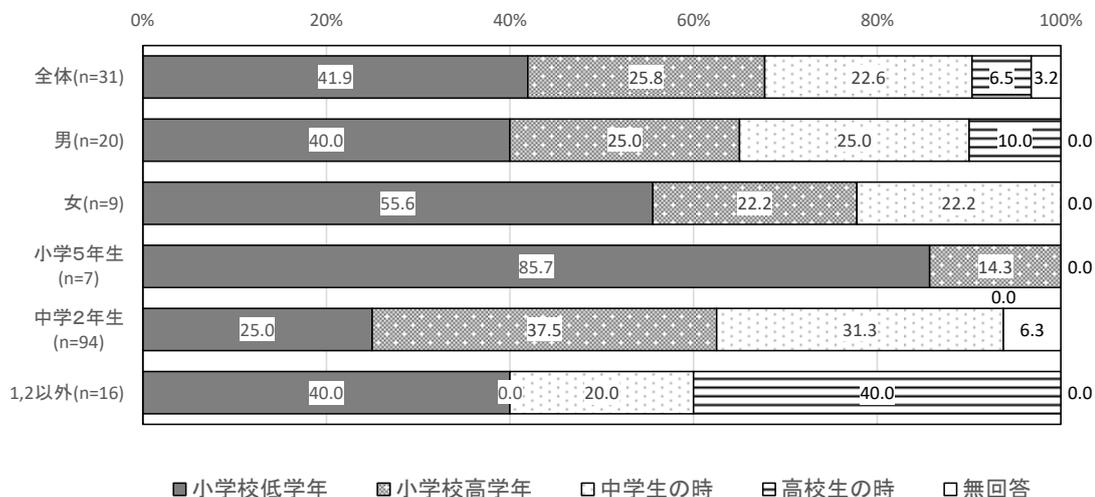


32. はじめてお酒を飲んだ時期

※ 問31で「1回だけある」「何回かある」「日常的に飲んでいる」を選択した方におうかがいします。

問 32：あなたが、初めてお酒を飲んだのはいつ頃ですか。（1つに○）

全体では「小学校低学年」が41.9%と最も高く、次いで「小学校高学年」が25.8%となっています。

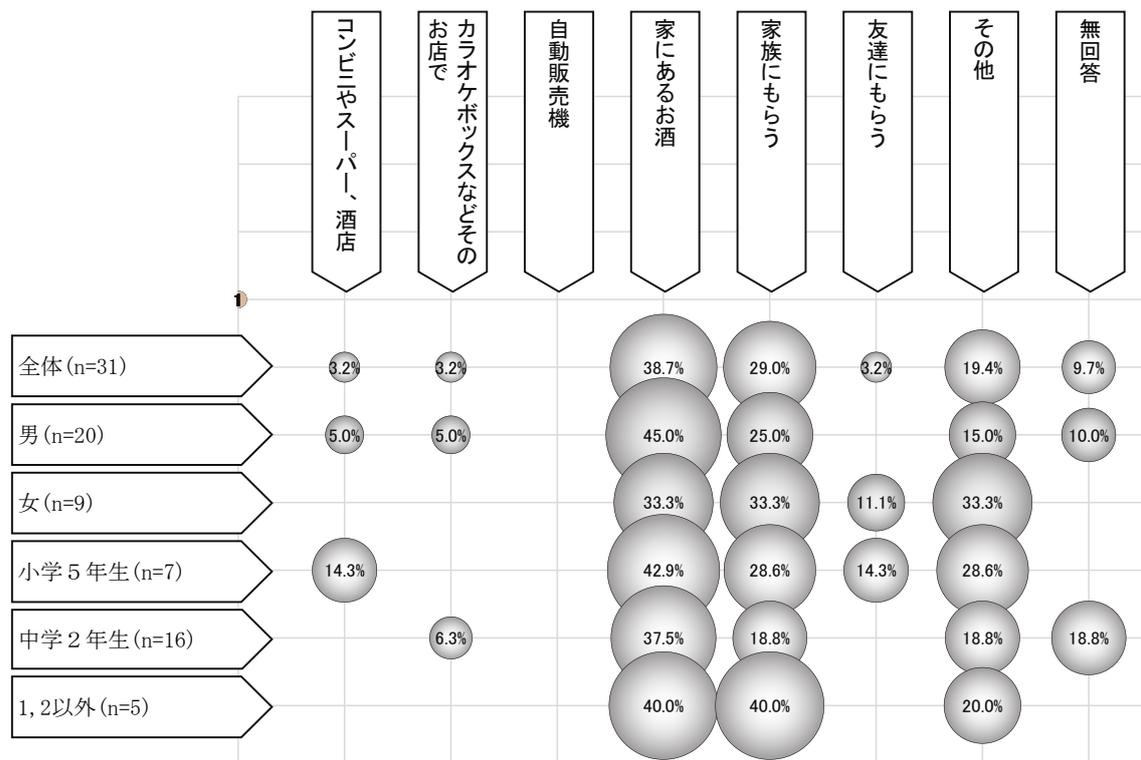


33. お酒を手に入れた場所

※ 問31で「1回だけある」「何回かある」「日常的に飲んでいる」を選択した方におうかがいします。

問 33：あなたが飲んだお酒はどこで手に入れましたか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「家にあるお酒」が38.7%と最も高く、次いで「家族にもらう」が29.0%となっています。

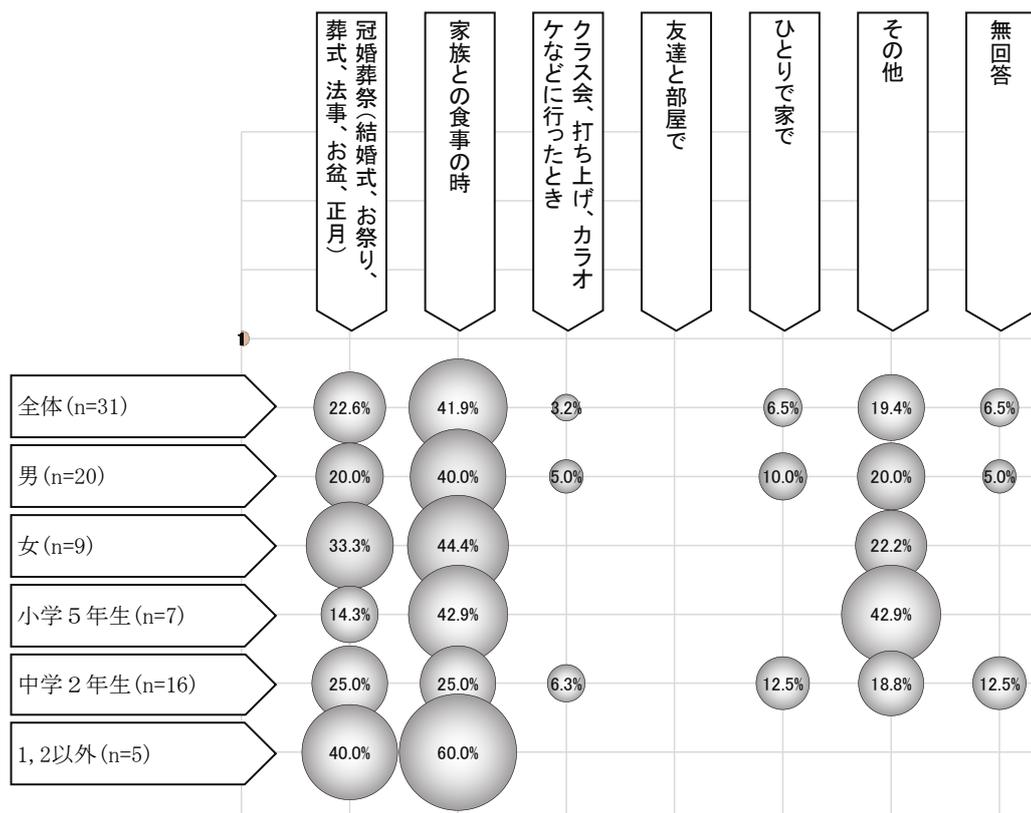


34. お酒を飲んだ場面

※ 問31で「1回だけある」「何回かある」「日常的に飲んでいる」を選択した方におうかがいします。

問 34：あなたが、お酒を飲んだのはどのような時ですか。（あてはまるものすべてに○）

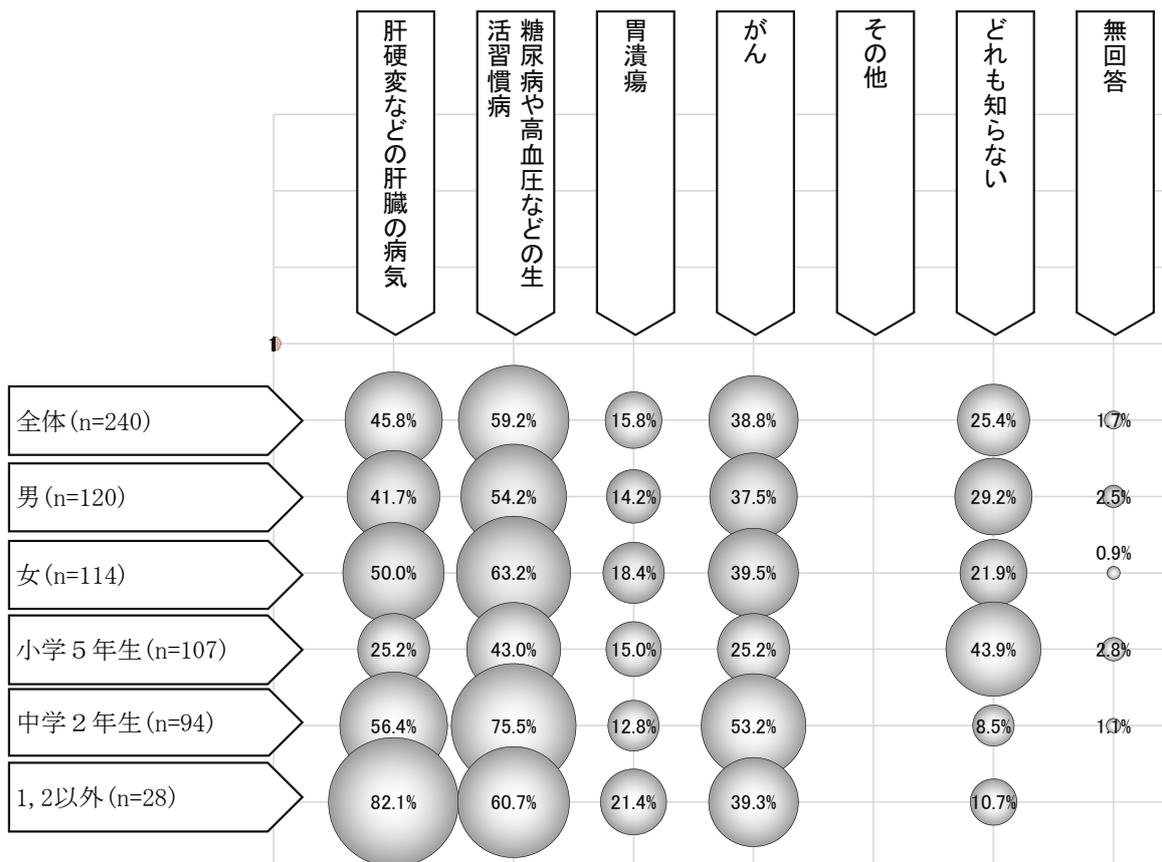
全体では「家族との食事の時」が41.9%と最も高く、次いで「冠婚葬祭（結婚式、お祭り、葬式、法事、お盆、正月）」が22.6%となっています。



35. 多量飲酒による体への害の認知

問 35：お酒をたくさん飲むことによる体への害について、あなたが知っている病気はありますか。（あてはまるものすべてに○）

全体では、「糖尿病や高血圧などの生活習慣病」が59.2%と最も高く、次いで「肝硬変などの肝臓の病気」が45.8%となっています。

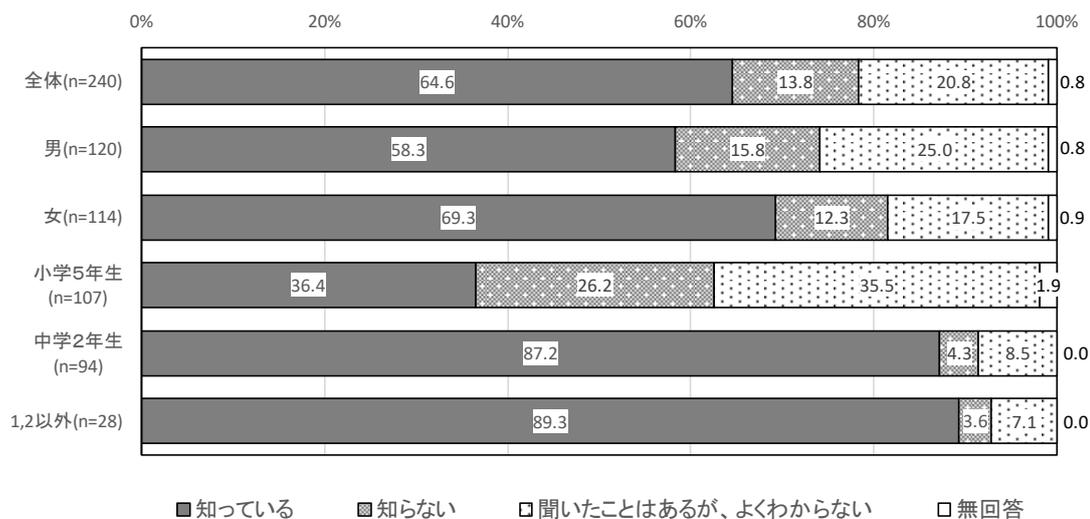


36. アルコール依存症の認知

問 36：あなたは、「アルコール依存症」という言葉やその内容を知っていますか。（1つに○）

全体では「知っている」が64.6%と最も高くなっています。

「知っている」との回答は、性別では女性の方が69.3%と高く、学年・年齢が上がるにつれその割合が高くなっています。

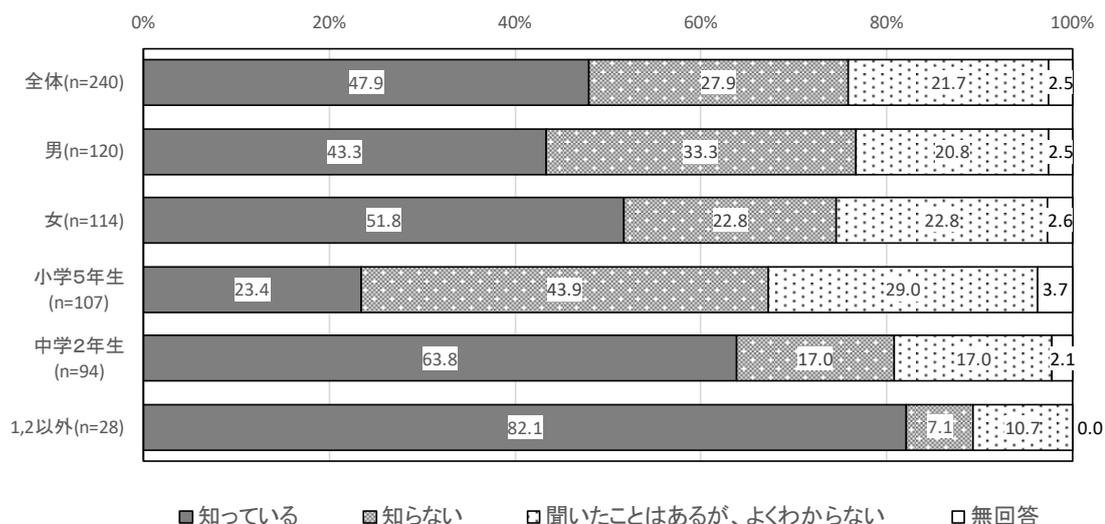


37. 未成年の飲酒による影響の認知

問 37：あなたは、未成年のうちからお酒を飲んでいると、脳がちぢんだり（脳委縮）、将来の妊娠への影響（生理）不順や無月経）があることを知っていますか。（1つに○）

全体では「知っている」が47.9%と最も高くなっています。

「知っている」の回答は、性別では女性の方が51.8%と高く、学年・年齢が上がるにつれその割合が高くなっています。

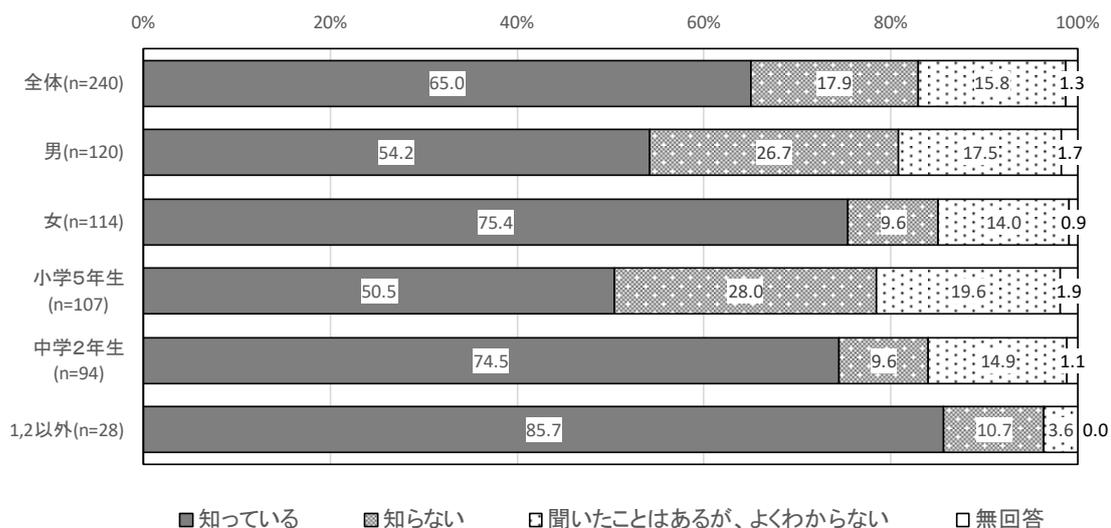


38. 妊婦さんの飲酒による影響の認知

問 38：あなたは、妊婦さんが少量でもお酒を飲むと、おなかの中の赤ちゃんに影響があることを知っていますか。（1つに○）

全体では「知っている」が65.0%と最も高くなっています。

「知っている」との回答は、性別では女性の方が75.4%と高く、学年・年齢が上がるにつれその割合が高くなっています。



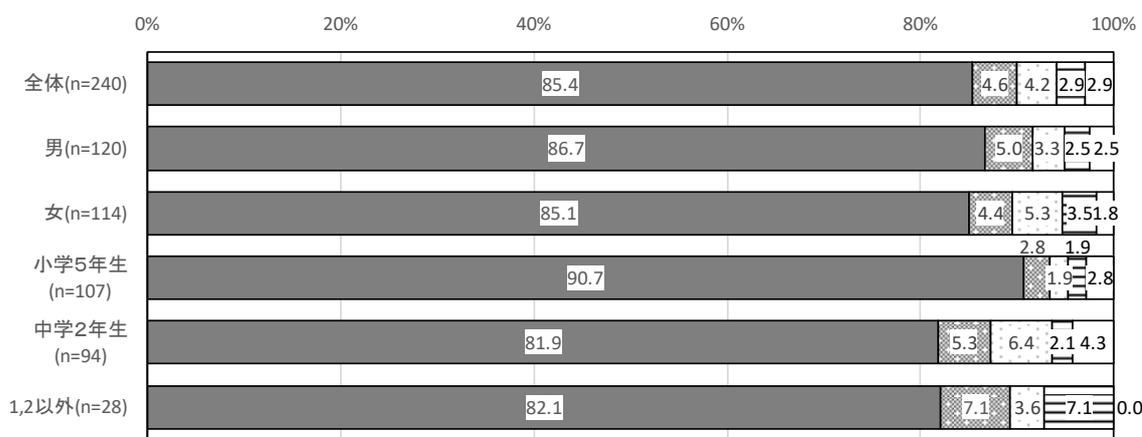
6. あなたの食生活について

39. 朝食を食べているか

問 39：あなたは、ふだん朝食を食べていますか。（1つに○）

全体では「ほとんど毎日食べる」が85.4%と最も高くなっています。

「ほとんど毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が86.7%と高く、学年・年齢別では小学5年生が90.7%と最も高くなっています。



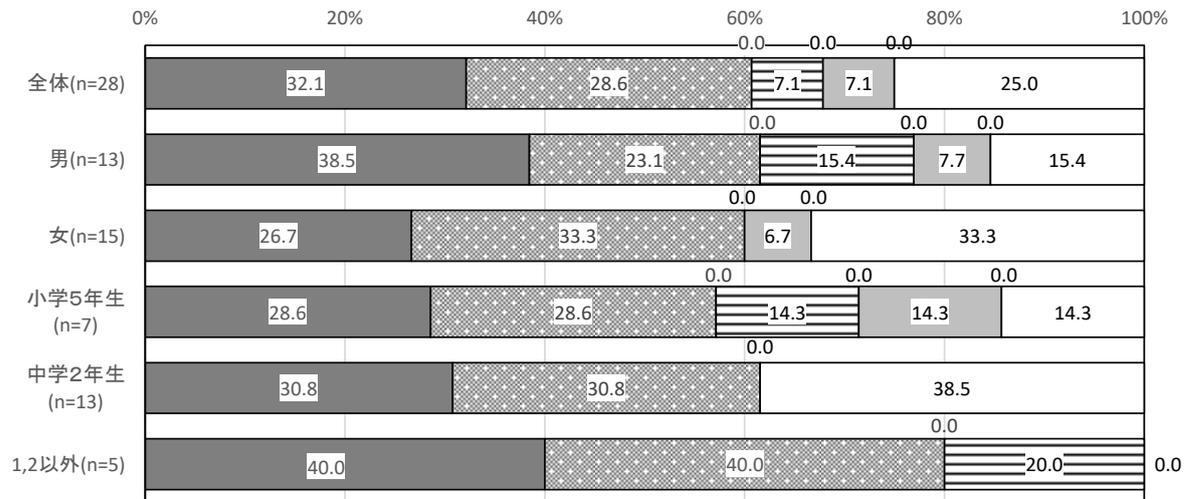
■ ほとんど毎日食べる ■ 週に4~5日食べる □ 週に2~3日食べる □ ほとんど食べない □ 無回答

40. 朝食を食べない理由

問39で「週に4～5日食べる」「週に2～3日食べる」「ほとんど食べない」を選択した方におうかがいします。

問 40：あなたが、朝食を食べない日の主な理由は何ですか。（1つに○）

全体では「食べる時間がないため」が32.1%と最も高くなっています。

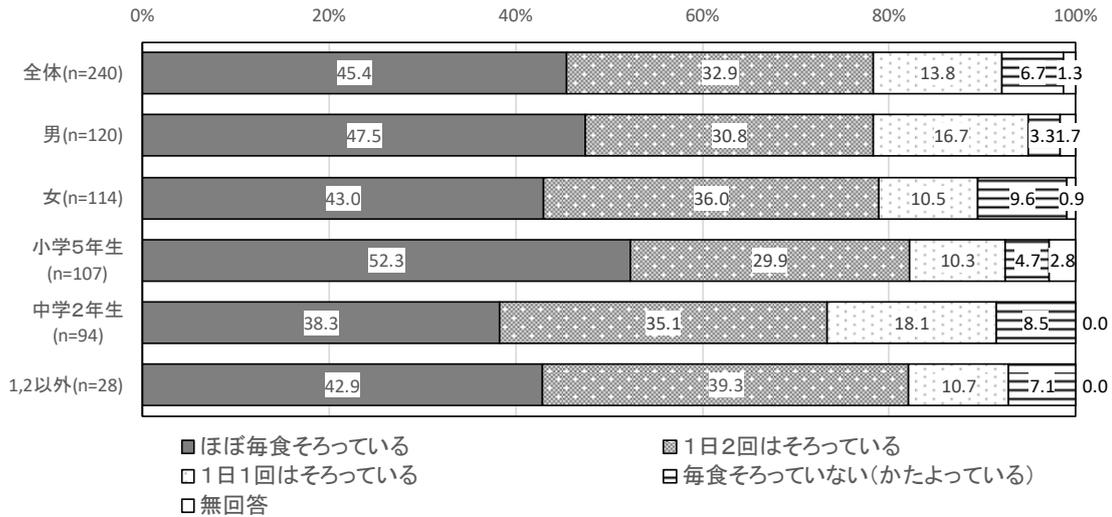


- 食べる時間がないため
- 食欲がないため
- 用意ができていないため・食べるものがないため
- いつも食べない習慣のため
- 体重が気になるため
- 寝ていたいため
- 体の具合が悪いため
- その他
- 無回答

41. バランスのよい食事をしているか

問 41：あなたは、主食（ごはん、パン・めん類）、主菜（肉・魚・卵・大豆料理）、副菜（野菜等）をバランスよく組み合わせて食事をしていますか。（1つに○）

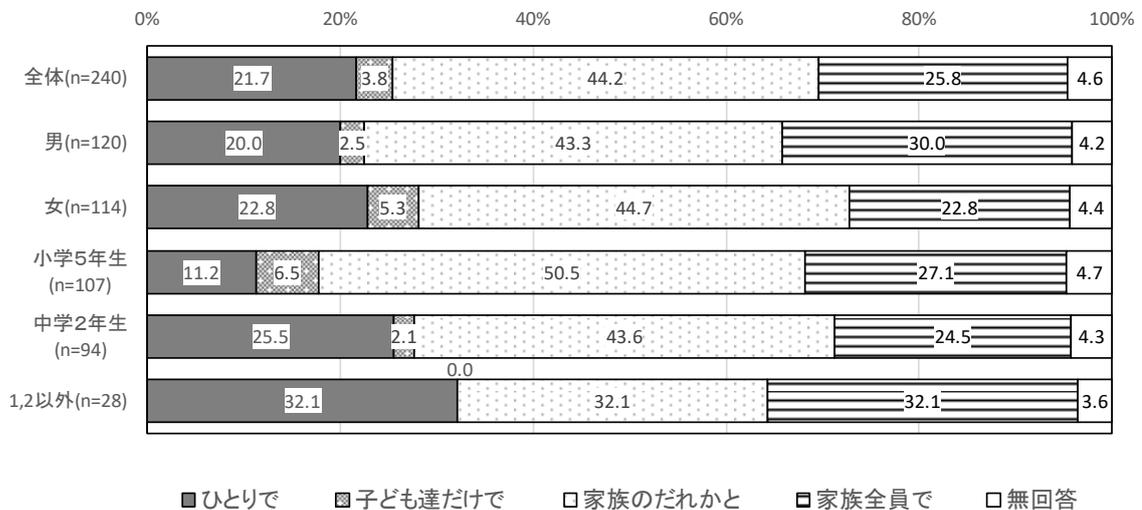
全体では「ほぼ毎食そろっている」が45.4%と最も高くなっています。
 「ほぼ毎食そろっている」との回答は、性別では男性の方が47.5%と高く、学年・年齢別では小学5年生が52.3%と最も高くなっています。



42. 朝食をだれと食べるか

問 42：あなたは、朝食をだれと食べる人が多いですか。

全体では「家族のだれかと」が44.2%と最も高くなっています。
 「家族のだれかと」との回答は、性別では女性の方が44.7%と高く、学年・年齢別では小学5年生が50.5%と最も高くなっています。



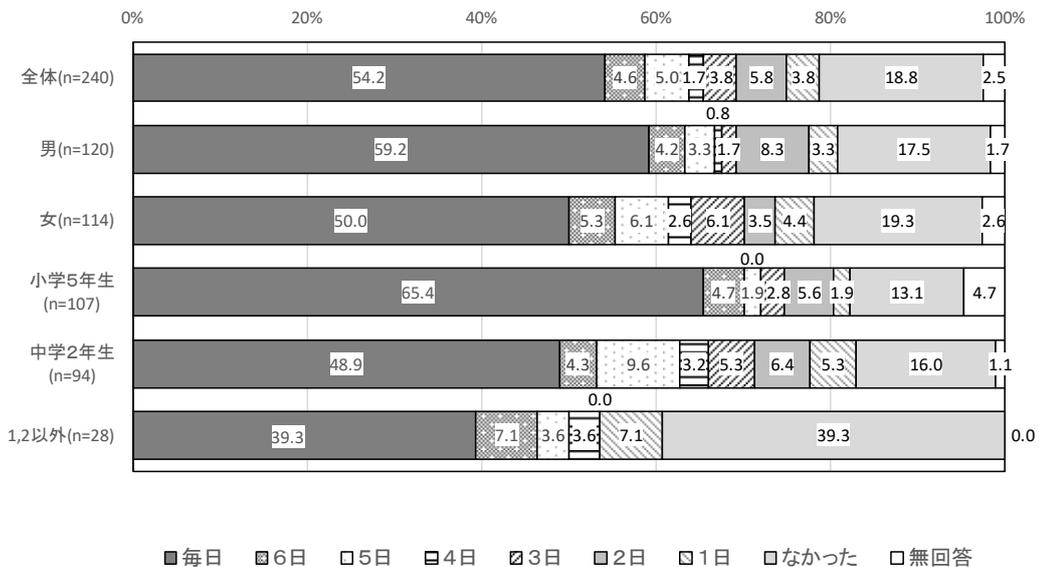
43. 2人以上で食事する回数

問 43：あなたが家族や友達など2人以上で食事する回数は、この1週間にどのくらいありましたか。(①、②それぞれについて1つに○)

①朝食

全体では「毎日」が54.2%と最も高くなっています。

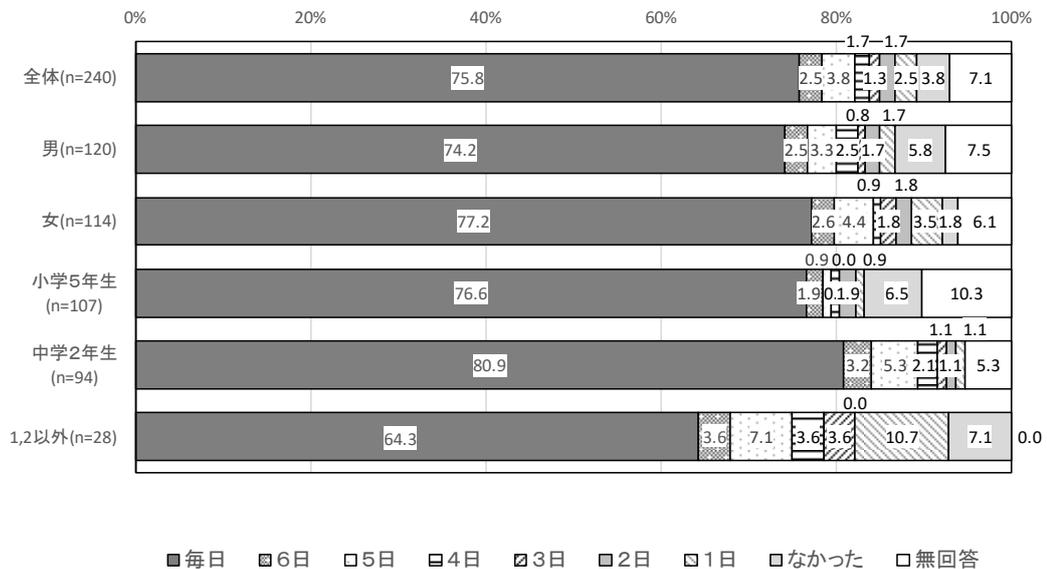
「毎日」との回答は、性別では男性の方が59.2%と高く、学年・年齢別では小学5年生が65.4%と最も高くなっています。



②夕食

全体では「毎日」が75.8%と最も高くなっています。

「毎日」との回答は、性別では女性の方が77.2%と高く、学年・年齢別では中学2年生が80.9%と最も高くなっています。

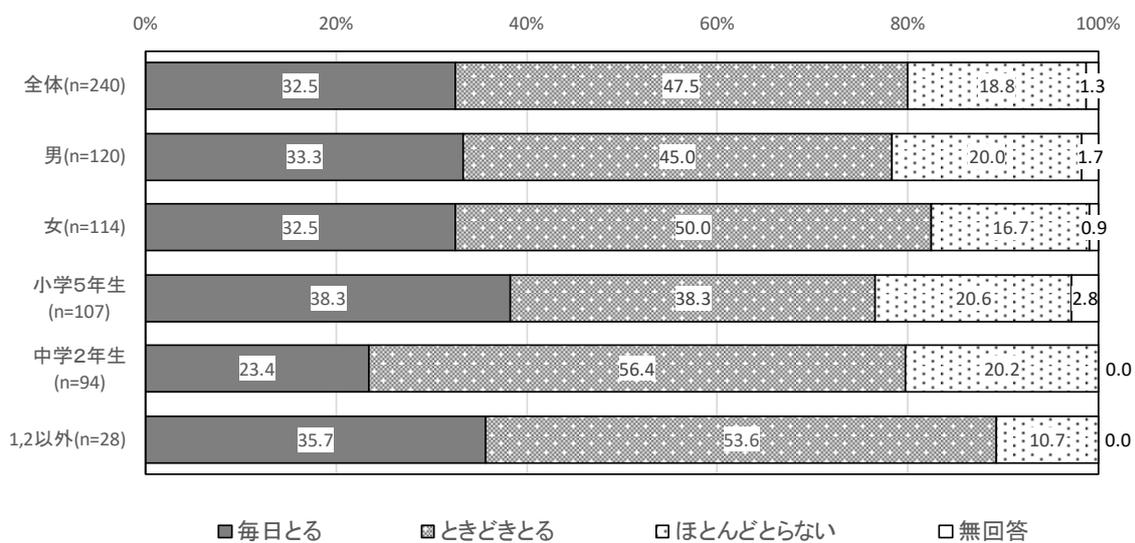


44. 間食の程度

問 44：あなたは、間食をどのくらいとりますか。（1つに○）

全体では「ときどきとる」が47.5%と最も高くなっています。

「毎日とる」と「ときどきとる」の合計では、性別では女性の方が82.5%と高く、学年・年齢別では1,2以外が89.3%となっています。

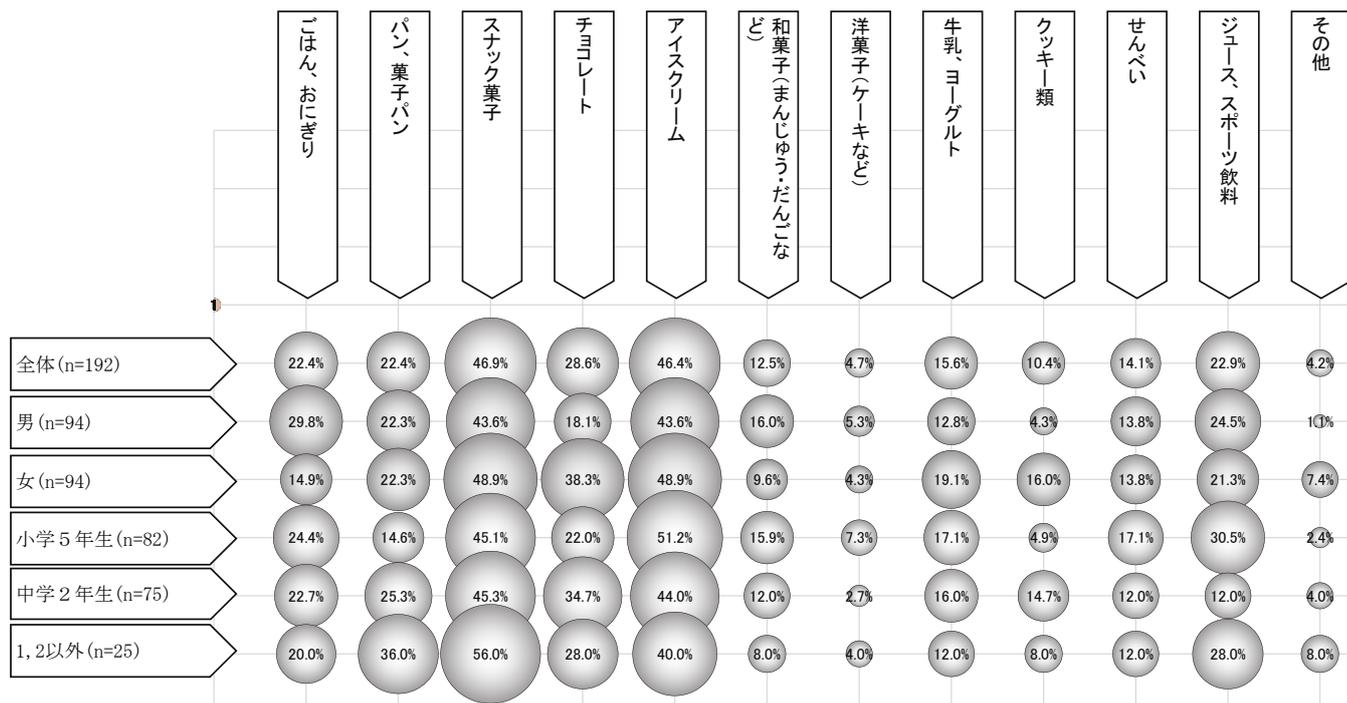


45. 間食でよく食べるもの

※ 問44で「毎日とる」「ときどきとる」を選択した方におうかがいします。

問 45：あなたが、間食で年間を通してよく食べるものは何ですか。（よく食べるもの3つに○）

全体では「スナック菓子」（46.9%）、「アイスクリーム」（46.4%）が高くなっています。



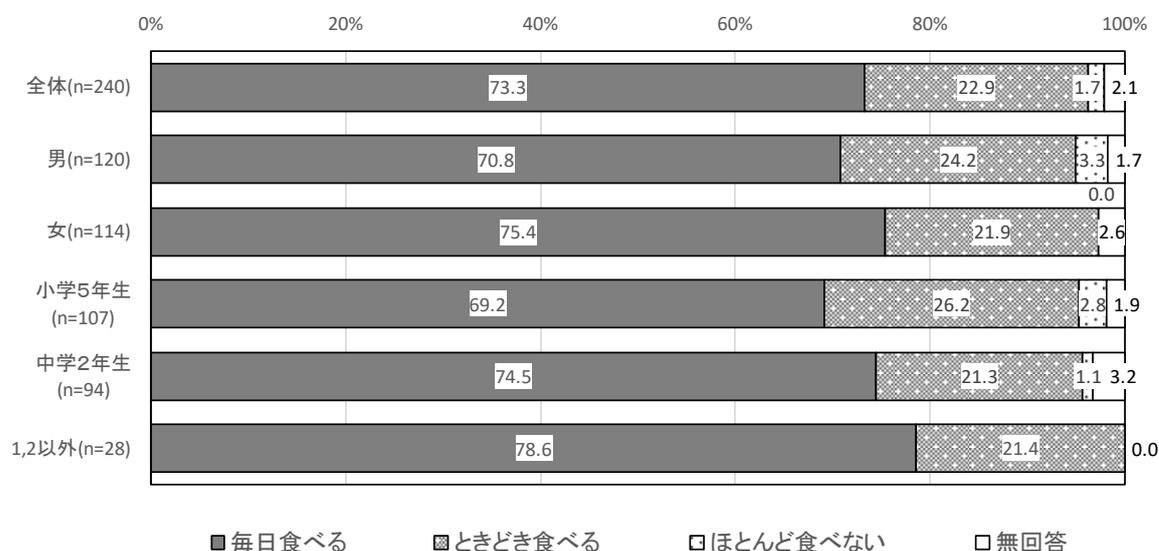
46. 家で食べたり飲んだりする食材・食品

問 46：あなたはふだん、給食やお昼の弁当以外に、家で次の食材・食品を毎日食べたり、飲んだりしていますか。（①～⑨それぞれについて1つに○）

①野菜

全体では「毎日食べる」が73.3%と最も高くなっています。

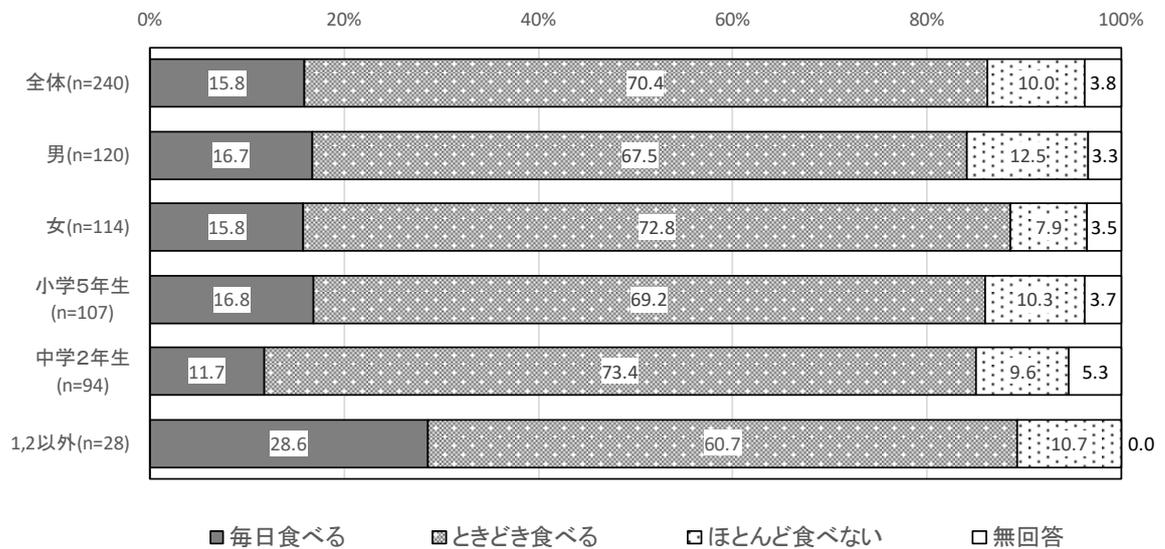
「毎日食べる」との回答は、性別では女性の方が75.4%と高く、学年・年齢別では1,2以外が78.6%と最も高くなっています。



②果物

全体では「ときどき食べる」が70.4%と最も高くなっています。

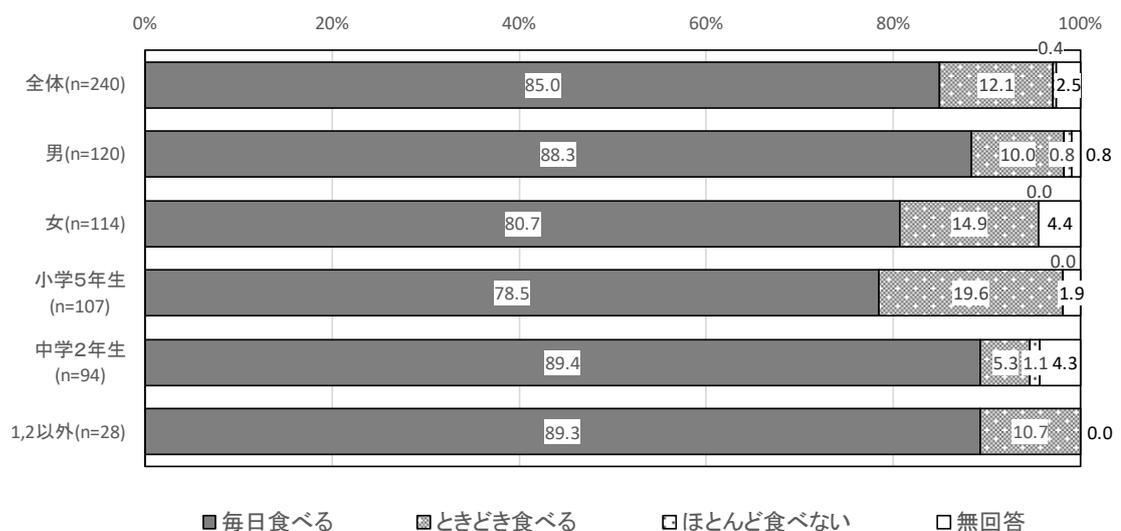
「毎日食べる」との回答は、性別では大きな差はなく、学年・年齢別では1,2以外が28.6%と最も高くなっています。



③タンパク質源（肉・魚・卵・大豆製品等）

全体では「毎日食べる」が85.0%と最も高くなっています。

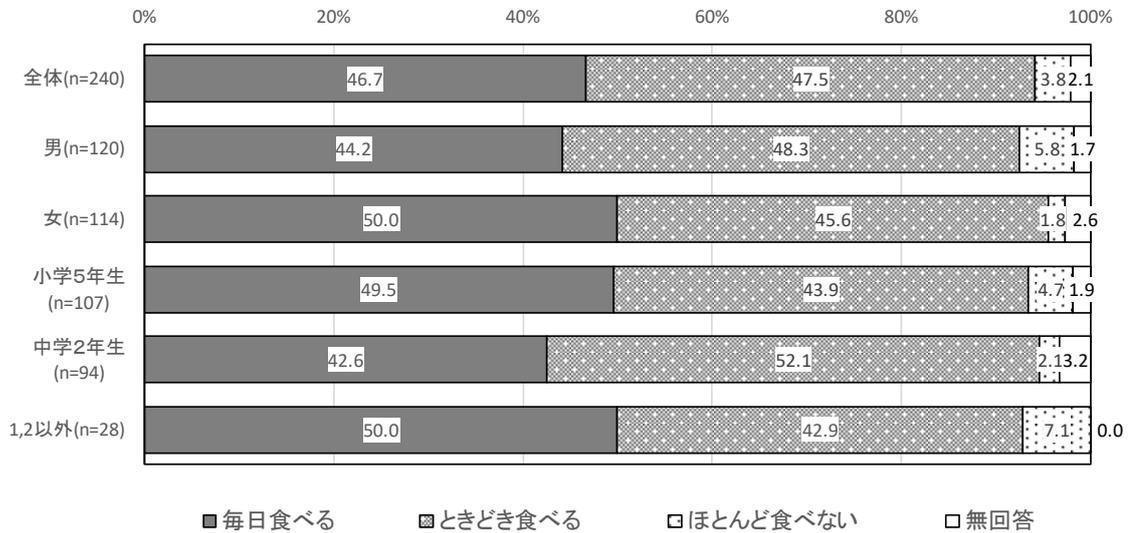
「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が88.3%と高く、学年・年齢別では中学2年生が89.4%と最も高くなっています。



④発酵食品（味噌・納豆・キムチ・ヨーグルト等）

全体では「ときどき食べる」が47.5%と最も高くなっています。

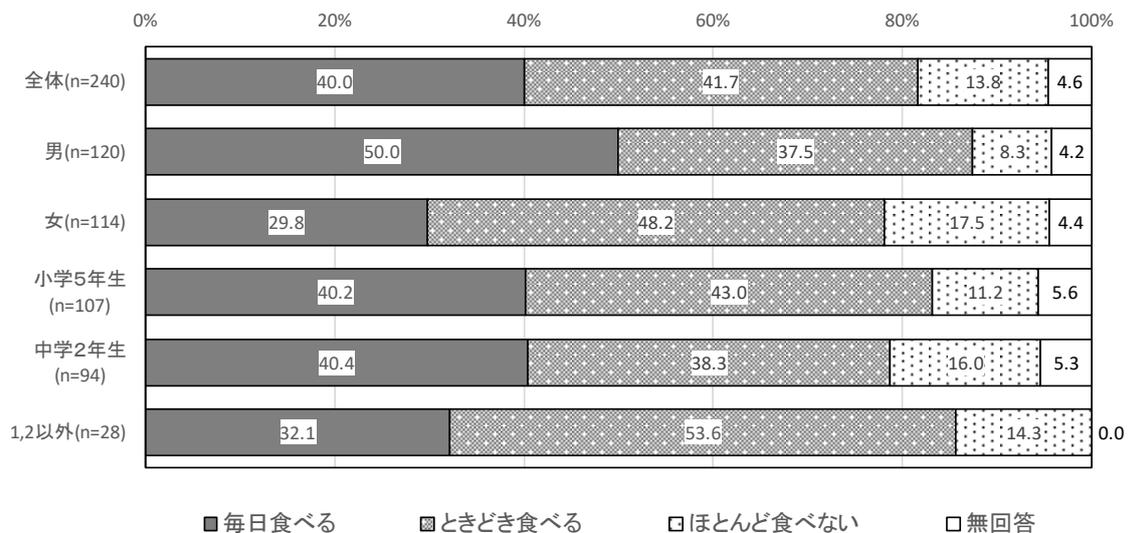
「毎日食べる」との回答は、性別では女性の方が50.0%と高く、学年・年齢別では1,2以外が50.0%と最も高くなっています。



⑤牛乳・乳製品

全体では「ときどき食べる」が47.5%と最も高くなっています。

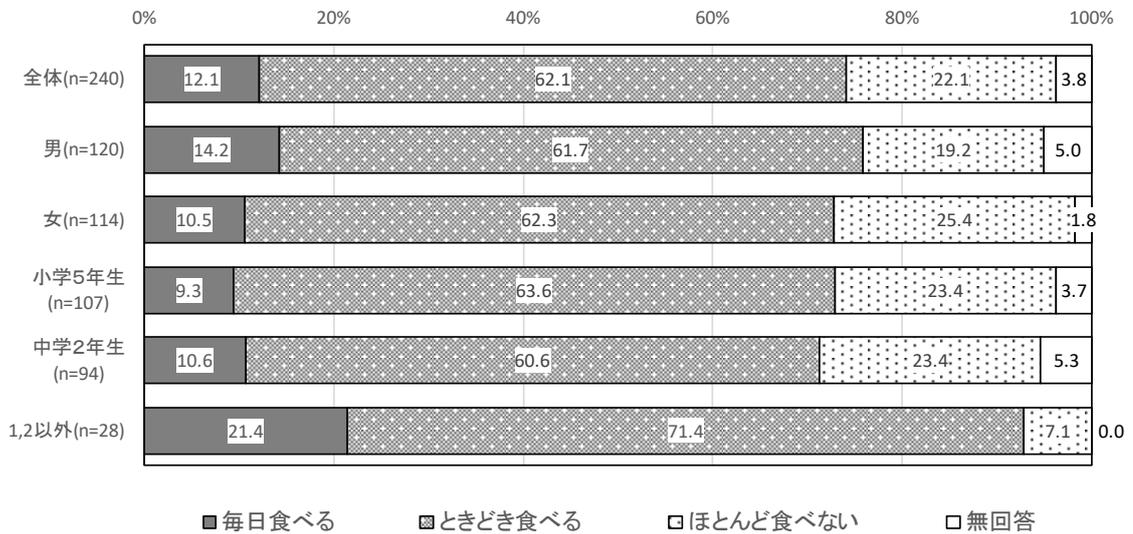
「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が50.0%と高く、学年・年齢別では中学2年生が40.4%と最も高くなっています。



⑥砂糖入り飲料（人工甘味料含む）

全体では「ときどき食べる」が62.1%と最も高くなっています。

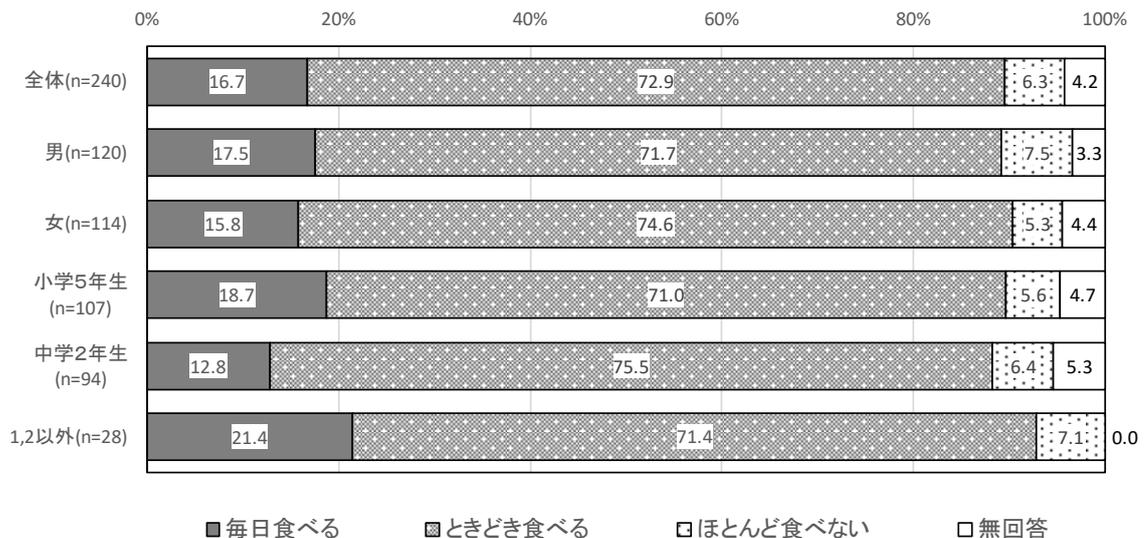
「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が14.2%と高く、学年・年齢別では1,2以外が21.4%と最も高くなっています。



⑦パン・麺

全体では「ときどき食べる」が72.9%と最も高くなっています。

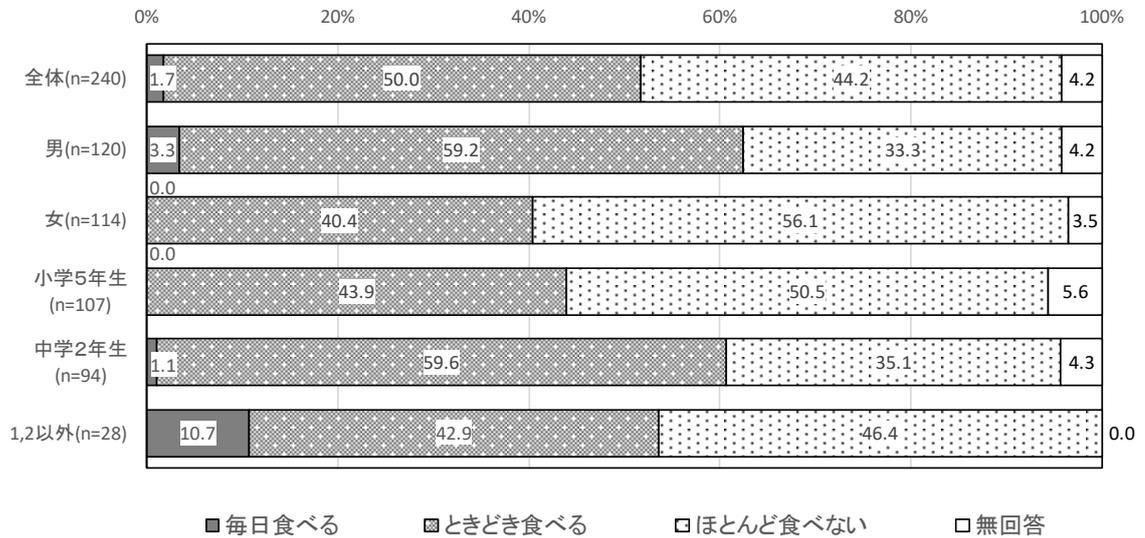
「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が17.5%とわずかに高く、学年・年齢別では1,2以外が21.4%と最も高くなっています。



⑧カップ麺・コンビニ弁当

全体では「ときどき食べる」が50.0%と最も高くなっています。

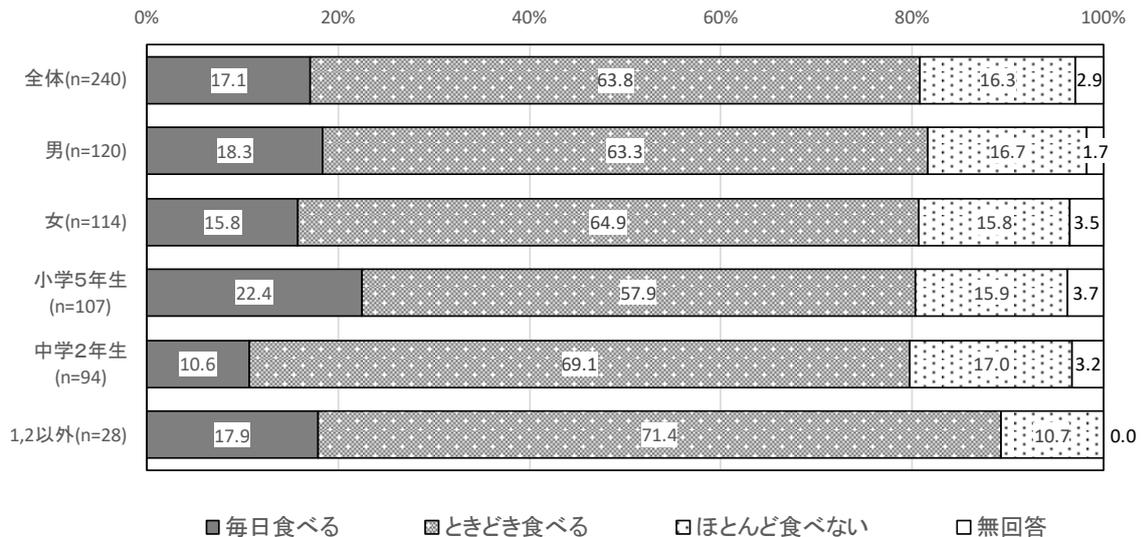
「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が3.3%と高く、学年・年齢別では1,2以外が10.7%と最も高くなっています。



⑨砂糖入りの菓子

全体では「ときどき食べる」が63.8%と最も高くなっています。

「毎日食べる」との回答は、性別では男性の方が18.3%と高く、学年・年齢別では小学5年生が22.4%と最も高くなっています。



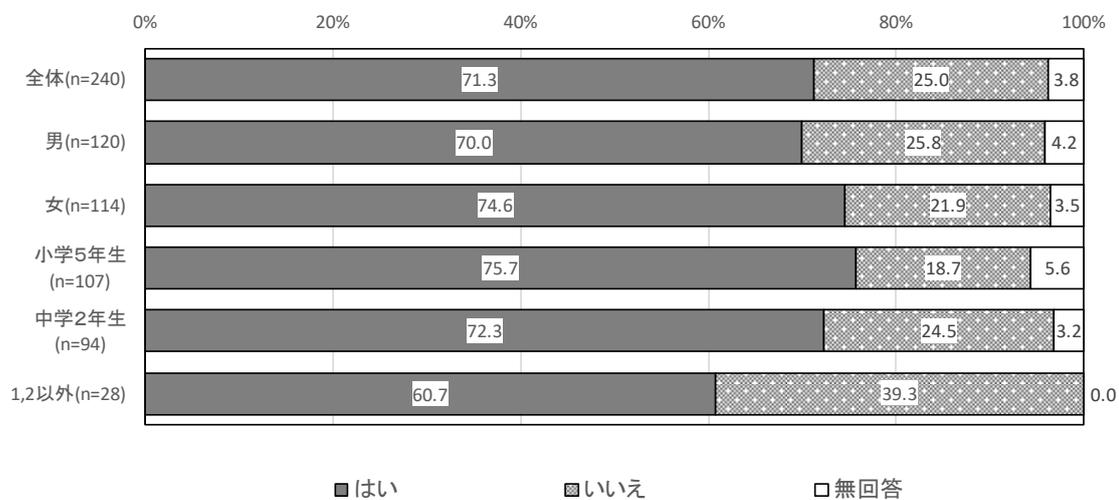
47. ふだんの食生活の状況

問 47：あなたのふだんの食生活の状況についておうかがいします。（①～③それぞれについてどちらかに○）

① 食べる時、よく噛むことを心掛けている

全体では「はい」が71.3%となっています。

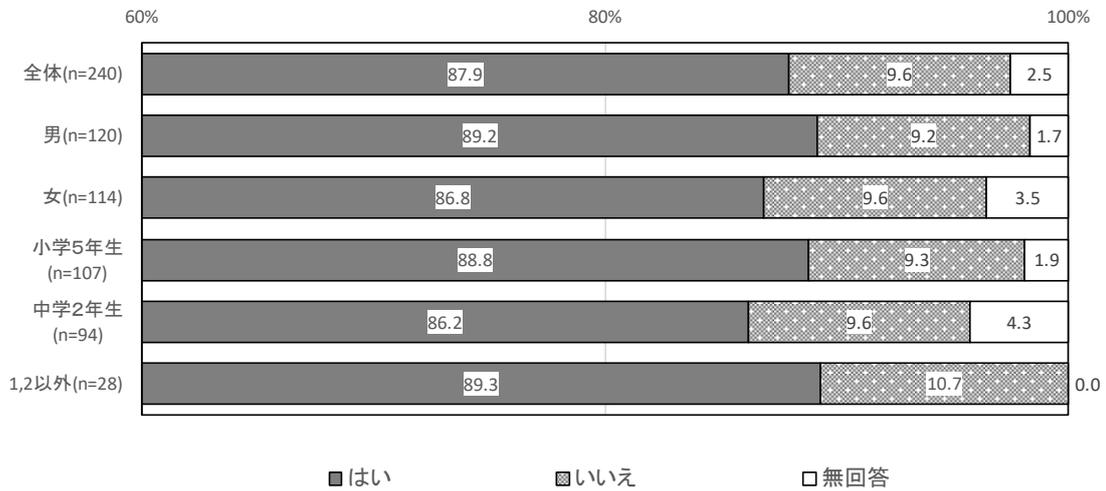
「はい」は、性別では女性の方が74.6%と高く、学年・年齢別では小学5年生が75.7%と最も高くなっています。



②食事をすることが楽しい

全体では「はい」が87.9%となっています。

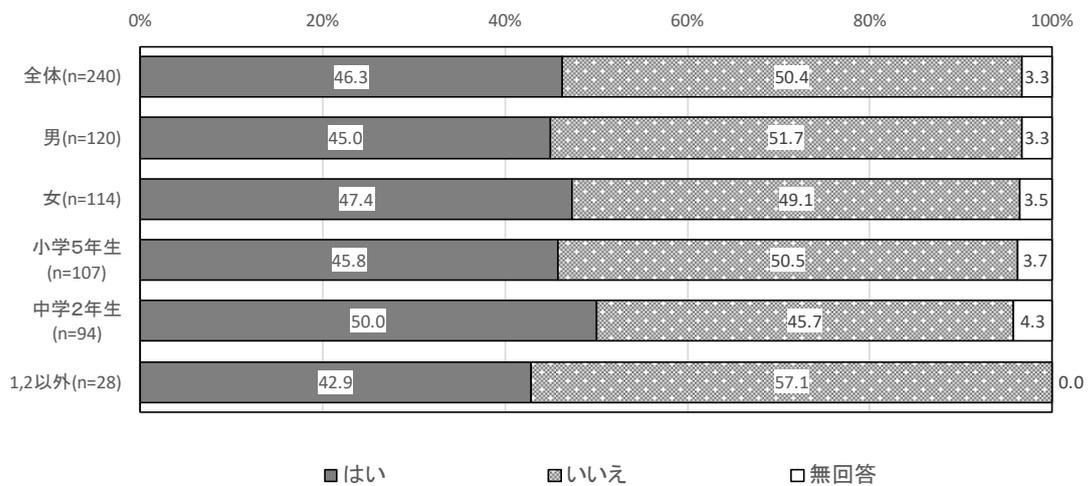
「はい」は、性別では男性の方が89.2%と高く、学年・年齢別では1,2以外が89.3%と最も高くなっています。



③塩分を控えている

全体では「いいえ」が50.4%となっています。

「はい」は、性別では女性の方が47.4%と高く、学年・年齢別では中学2年生が50.0%と最も高くなっています。

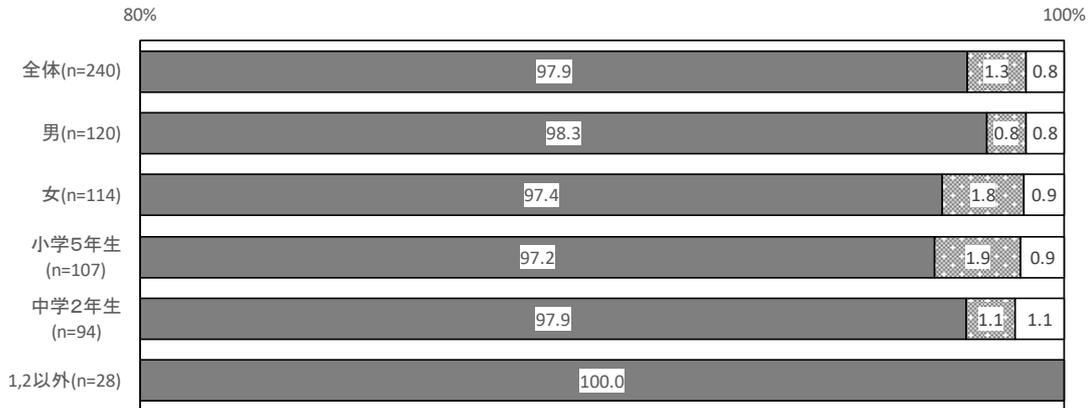


48. 毎日2食以上食事をとっているか

問 48：あなたは毎日、2食以上の食事をとっていますか。（1つに○）

全体では「はい」が97.9%となっています。

「はい」は、性別では男性の方が98.3%と高く、学年・年齢別では1,2以外が100.0%と最も高くなっています。



49. 食事づくりの手伝いをしますか

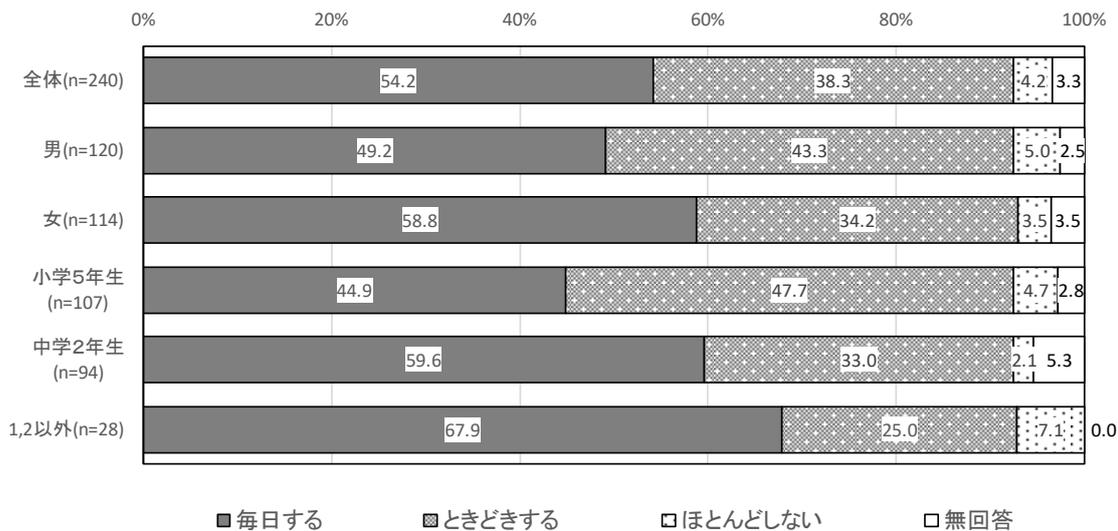
■ いいえ

□ 無回答

問 49：あなたは、「食器運びや配膳」「調理、食後の後片付け」など、食事づくりの手伝いをしますか。（1つに○）

全体では「毎日する」が54.2%と最も高くなっています。

「毎日する」との回答は、性別では女性の方が58.8%と高く、学年・年齢別では1,2以外が67.9%と最も高くなっています。

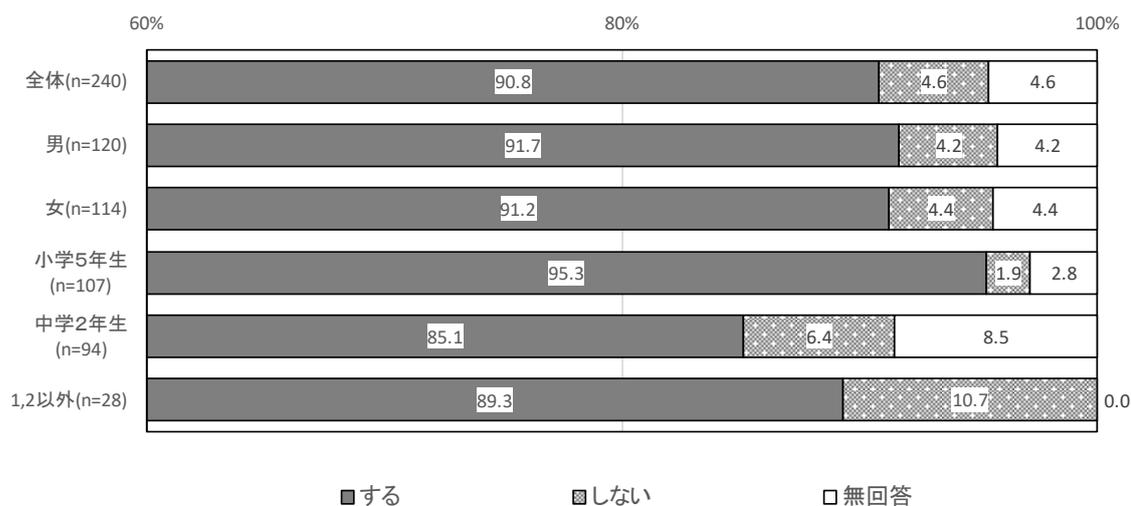


50. 食事のときのあいさつをするか

問 50：あなたは、食事のときに「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつをしますか。（どちらかに○）

全体では「する」が90.8%と最も高くなっています。

「する」との回答は、性別では男性の方が91.7%とわずかに高く、学年・年齢別では1,2以外が89.3%と最も高くなっています。

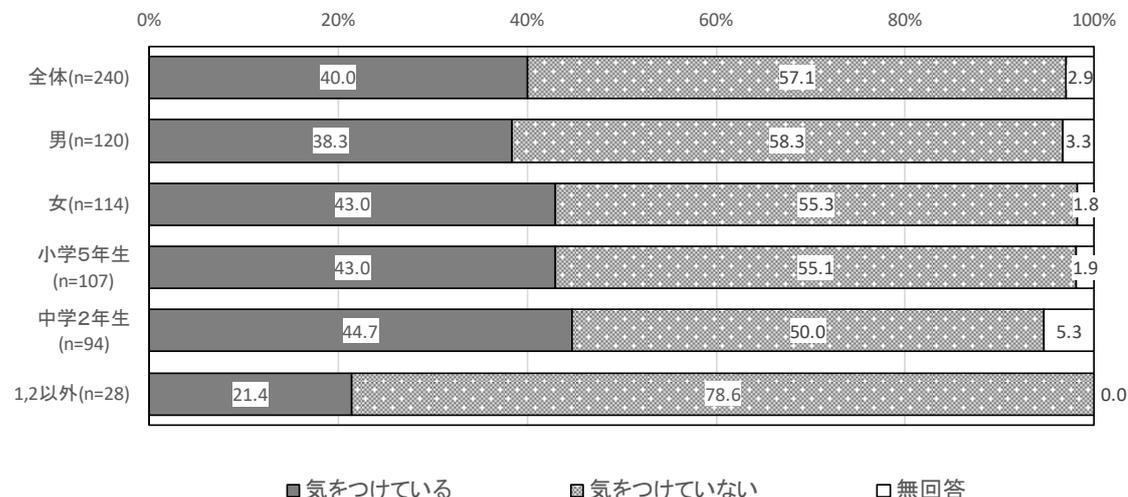


51. 添加物等に気をつけているか

問 51：あなたは、栄養成分表示をみて添加物等に気をつけていますか。（どちらかに○）

全体では「気をつけていない」が57.1%と最も高くなっています。

「気をつけていない」との回答は、性別では男性の方が58.3%と高く、学年・年齢別では1,2以外が78.6%と最も高くなっています。

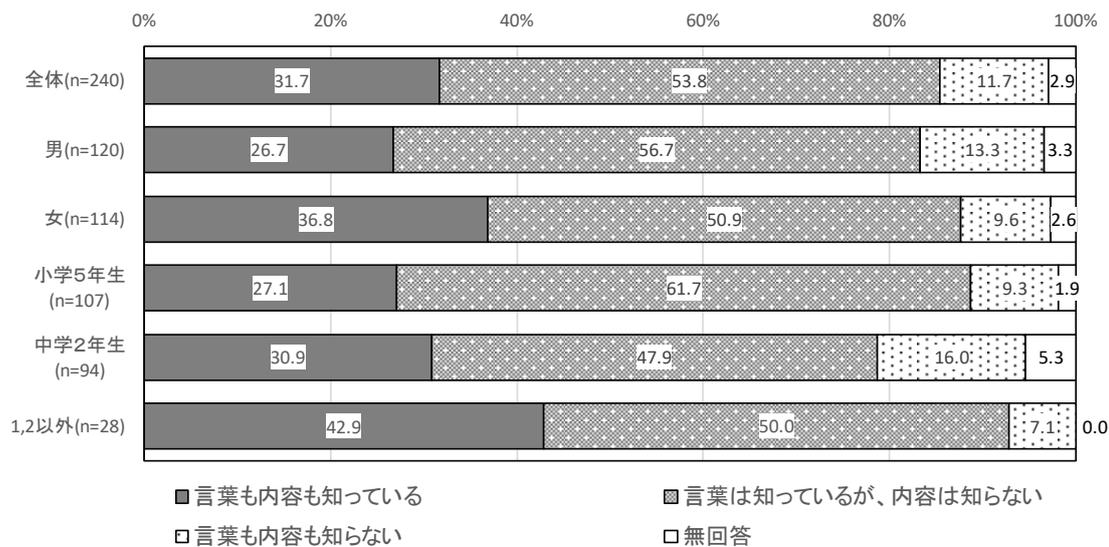


52. 食育の認知

問 52：あなたは、「食育」という言葉やその内容を知っていますか。

(1つに○)

全体では「言葉は知っているが、内容は知らない」が53.8%と最も高くなっています。「言葉は知っているが、内容は知らない」との回答は、性別では男性の方が56.7%と高く、学年・年齢別では小学5年生が61.7%と最も高くなっています。

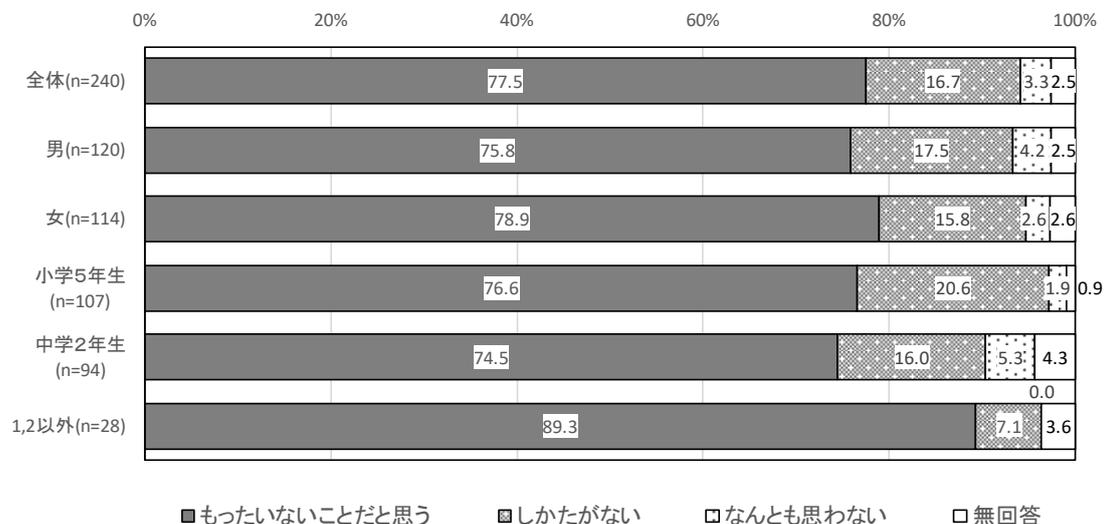


53. 食事を残すことについて

問 53：あなたは、食事を残すことをどう思いますか。(1つに○)

全体では「もったいないことだと思う」が77.5%と最も高くなっています。

「もったいないことだと思う」との回答は、性別では女性の方が78.9%と高く、学年・年齢別では1,2以外が89.3%と最も高くなっています。



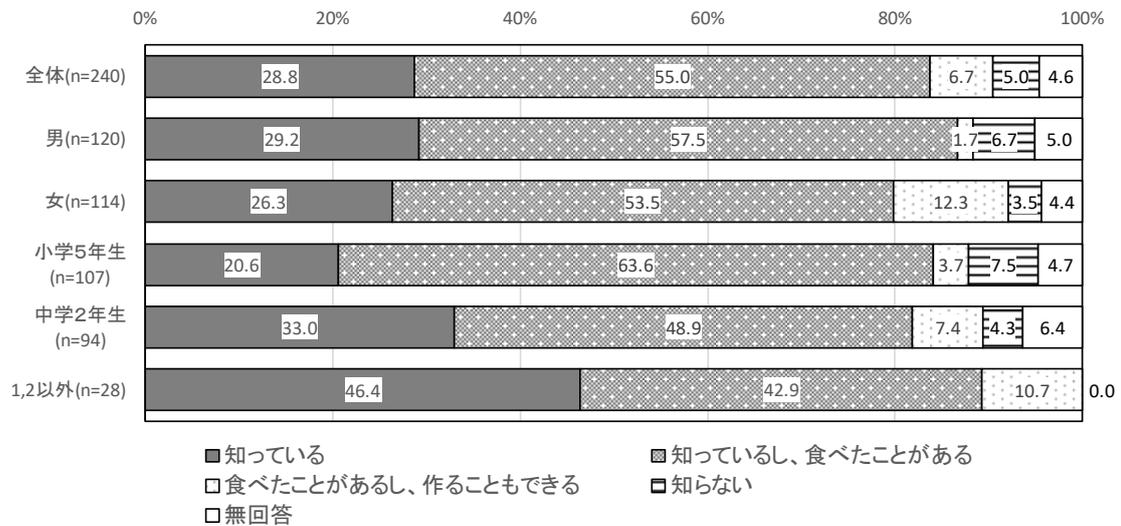
54. 知っている郷土料理

問 54：知っている郷土料理（郷土食）についてお答えください。（①～⑦それぞれについて1つに○，⑧は知っている料理名を記入）

①寒天料理

全体では「知っているし、食べたことがある」が55.0%と最も高くなっています。

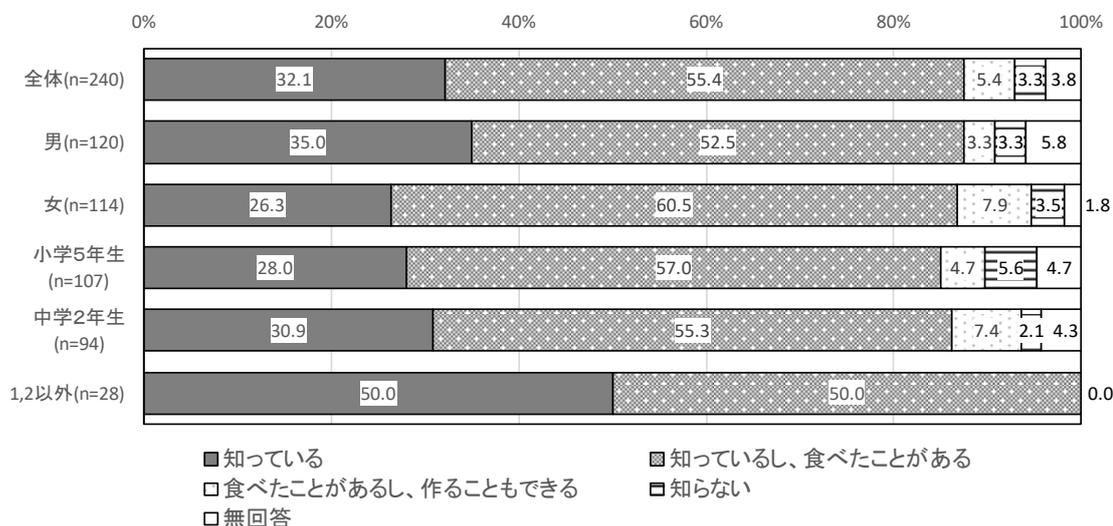
「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では男性の方が57.5%と高く、学年・年齢別では小学5年生が63.6%と最も高くなっています。



②野沢菜漬

全体では「知っているし、食べたことがある」が55.4%と最も高くなっています。

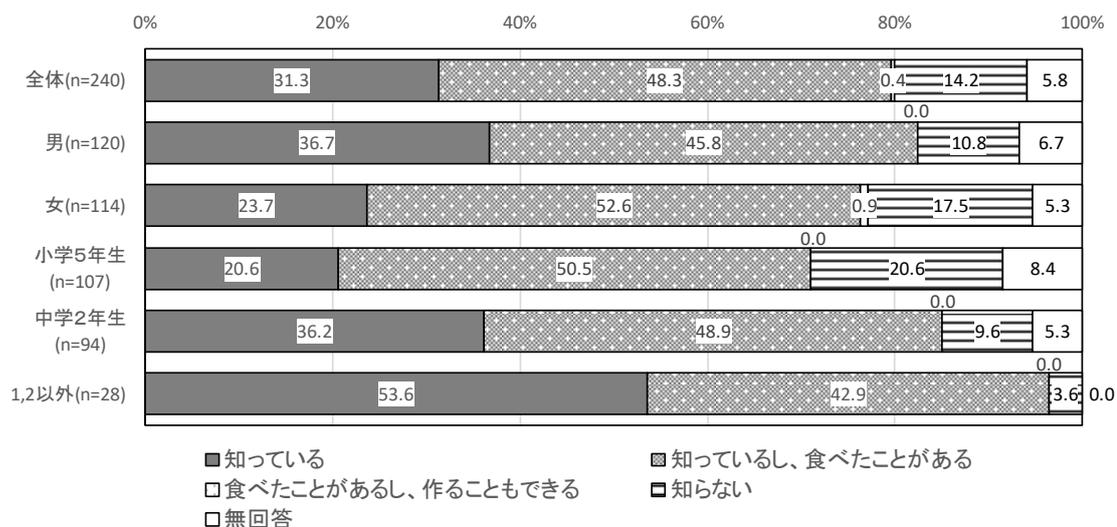
「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では女性の方が60.5%と高く、学年・年齢別では小学5年生が57.0%と最も高くなっています。



③わかさぎ料理

全体では「知っているし、食べたことがある」が48.3%と最も高くなっています。

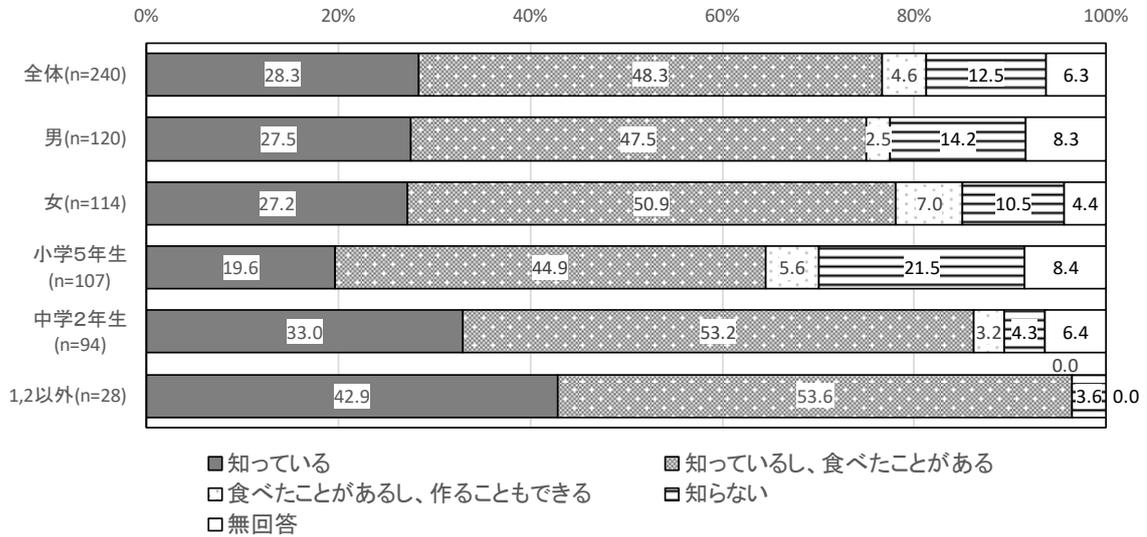
「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では女性の方が52.6%と高く、学年・年齢別では小学5年生が50.5%と最も高くなっています。



④塩イカとキャベツの酢の物

全体では「知っているし、食べたことがある」が48.3%と最も高くなっています。

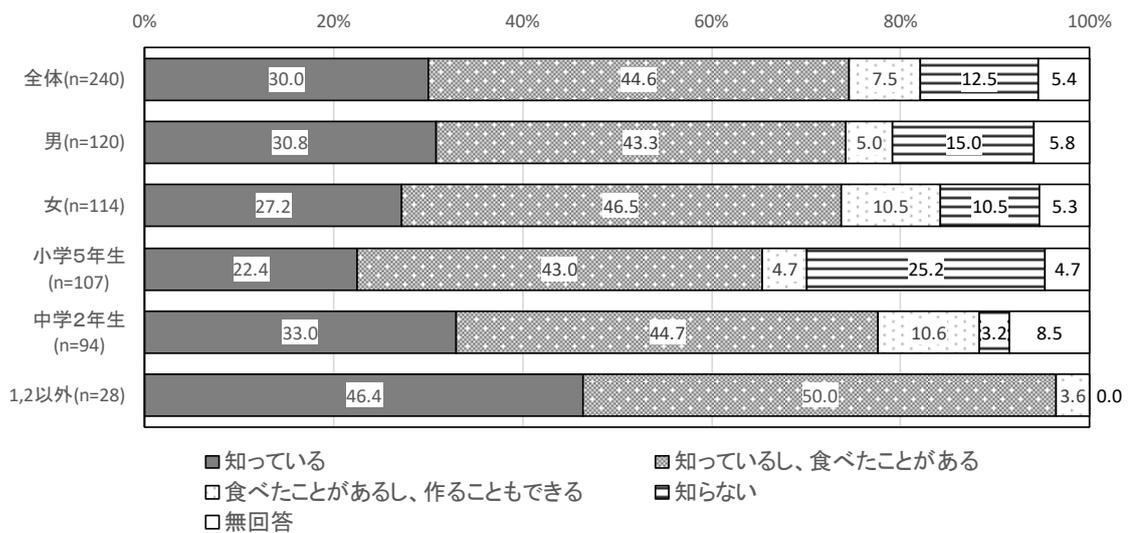
「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では女性の方が50.9%と高く、学年・年齢別では1,2以外が53.6%と最も高くなっています。



⑤えごまおはぎ

全体では「知っているし、食べたことがある」が44.6%と最も高くなっています。

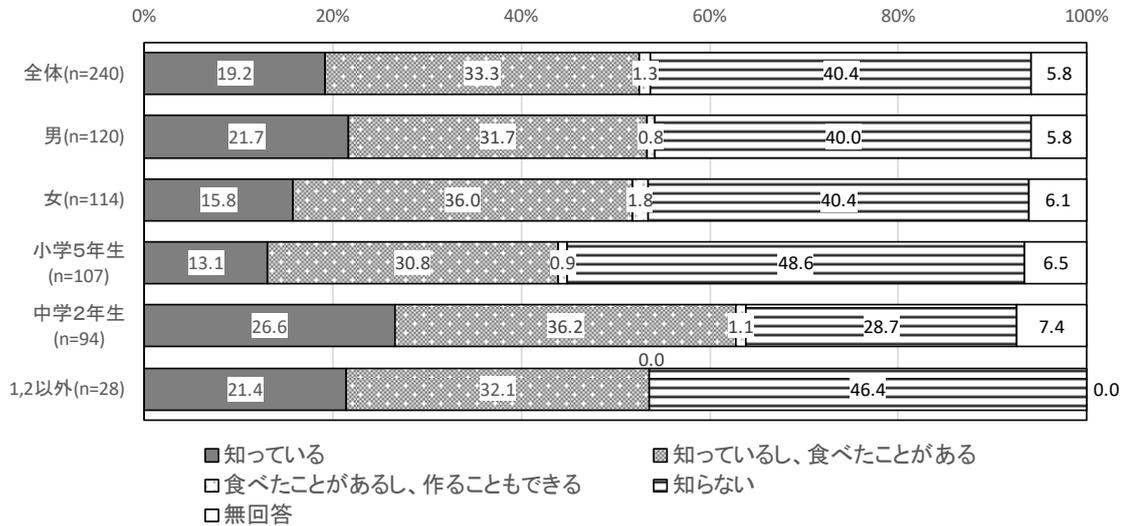
「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では女性の方が46.5%と高く、学年・年齢別では1,2以外が50.0%と最も高くなっています。



⑥コーレの料理

全体では「知らない」が40.4%と最も高くなっています。

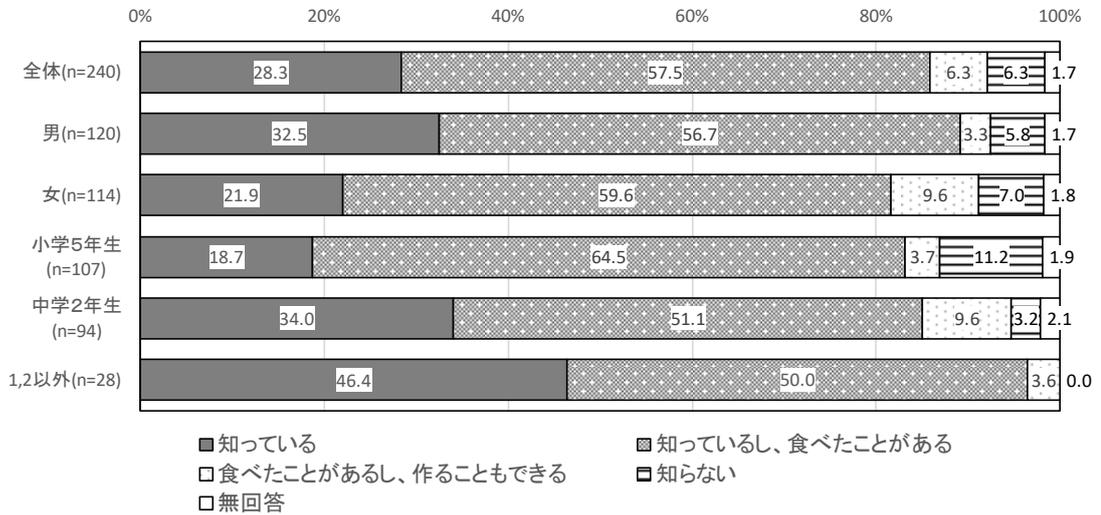
「知らない」との回答は、性別では女性の方が40.4%と高く、学年・年齢別では小学5年生が48.6%と最も高くなっています。



⑦凍り豆腐の料理

全体では「知っているし、食べたことがある」が57.5%と最も高くなっています。

「知っているし、食べたことがある」との回答は、性別では女性の方が59.6%と高く、学年・年齢別では小学5年生が64.5%と最も高くなっています。



⑧その他

ルバーブ（ジャム等）/五平餅/おやき/そば/わかさぎ料理/さんまのすり身

3 調査のまとめ

あなたの生活や健康について

- ・自分の体形をどうしたいかについては、やせたい人が女性の方が多く、中学2年生に多い。ダイエットの経験についても同様。
 - ・就寝時間は学年・年齢が上がるにつれ遅くなり、睡眠時間が短くなっている。それにともない、睡眠での休養が十分にとれていると思う人は減っている。
 - ・午前中に調子が悪いと感じる人は中学2年生が多い。
- テレビやゲーム、インターネットなどの時間については、学年・年齢が上がるにつれ長くなり、15～19歳では6割以上が1日2時間以上使用している。
- ・運動を習慣的に行っている人は、男性の方が大幅に多く、中学2年生が多い。

あなたのこころの健康について

- ・不安や悩み、ストレスがある人は、女性の方が多く、学年・年齢が上がるにつれ多くなっている。
- ・不安や悩み、ストレスの原因として、勉強に関することが最も多い。
- ・相談できる人がいないと答えた人は中学2年生が最も多い。
- ・相談できる相手は家族や友達が多い。

あなたの歯の健康について

- ・むし歯がある人は約半数となっている。
- ・歯の健康のために1日3回以上みがくと答えた人が最も多い。

たばこ・お酒・薬物について

- ・たばこやお酒、薬物の体への害や危険性については、7～8割が認知している。
- ・家族のだれも喫煙していないとの回答が約6割となっている。
- ・喫煙の経験者は240人中3人。
- ・たばこの害について認識している人は9割を超え、受動喫煙の害については7割台となっている。
- ・家族に吸うなと言われている人は、約半数となっている。
- ・禁煙にして欲しい場所は、役場や図書館などの公共の場が最も多い。
- ・飲酒の未経験者は8割を超える。
- ・飲酒経験者は、お酒を家庭内で入手していることが多く、家族と同席の場合が多い。
- ・アルコール依存症については6割以上が認識しており、中学2年生で認知度が上がっている。
- ・未成年の飲酒による影響について、約半数が認識しており、学年・年齢が上がるにつれその数は増えている。

あなたの食生活について

- ・朝食を毎日食べる人は小学5年生で9割を超えているが、中学2年生で約8割となっている。
- ・朝食を食べない理由として、時間がないため、食欲がないためが多い。
- ・バランスのよい食事を毎食している人は、小学5年生で半数を超えるが、中学2年生で大幅に減っている。
- ・朝食をひとりで食べる人は学年・年齢が上がるにつれ多くなっている。
- ・間食を毎日とる人は小学5年生で最も多い。
- ・間食でよく食べるものはスナック菓子が最も多い。
- ・砂糖入り飲料を最も飲んでいるのは15～19歳で、砂糖入りの菓子を最も食べているのは小学5年生となっている。
- ・食事をすることが楽しいと答えた人は8割を超えているが、楽しくないと答えた人が1割近くいる。
- ・食事づくりの手伝いをしている人は学年・年齢が上がるにつれ増えている。
- ・食育について知っている人は約3割となっている。
- ・郷土料理の認知はそれぞれ約3割となっている。