

1. 調査結果

1) 児童生徒の共食状況

保護者に児童生徒がふだんどのような食事をしているかについて聞いたところ、朝食では「おとなの誰かと食べる」小学校39.1%、中学校37.1%で最も割合が多く、次いで「家族そろって食べる」「子どもだけで食べる」「1人で食べる」の順でした。中学校の「1人で食べる」と回答した割合は、小学校の5.1%と比較すると中学校は12.7%と2倍以上でした。

夕食については、小学校58.4%、中学校56.2%と「家族そろって食べる」と回答した割合が最も多く、「おとなの家族の誰かと食べる」と回答した割合を加えると、90%を超え、おとなと食べている割合が高いことがわかります。

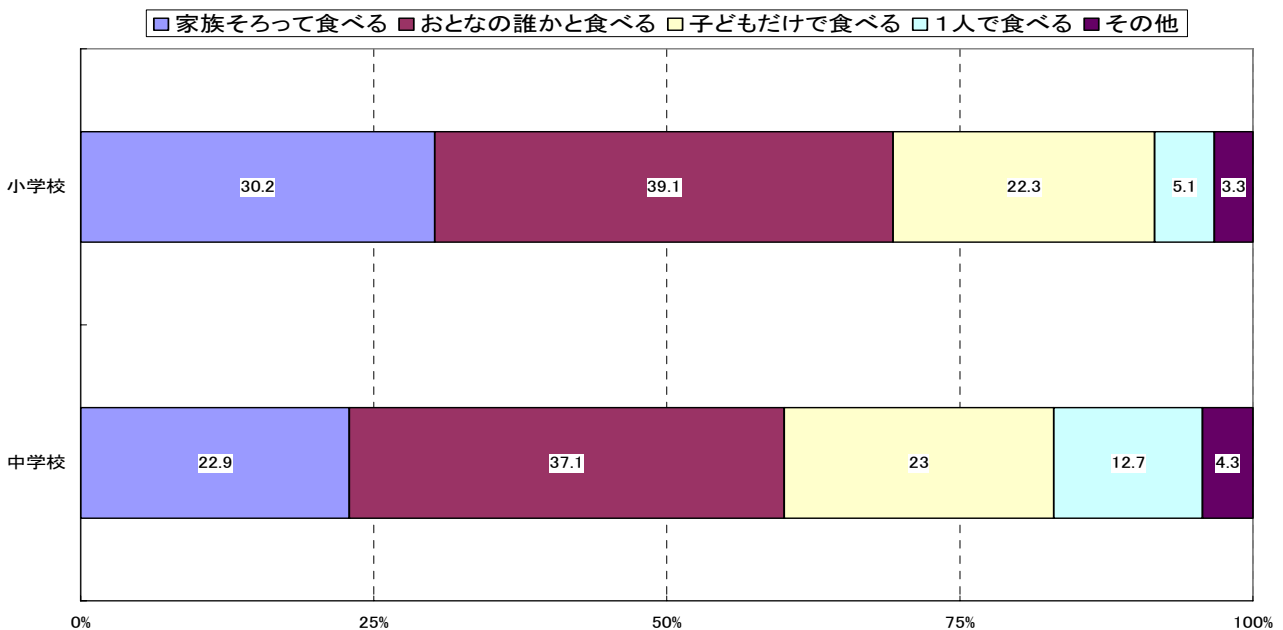


図1-1 児童生徒の共食状況(朝食)

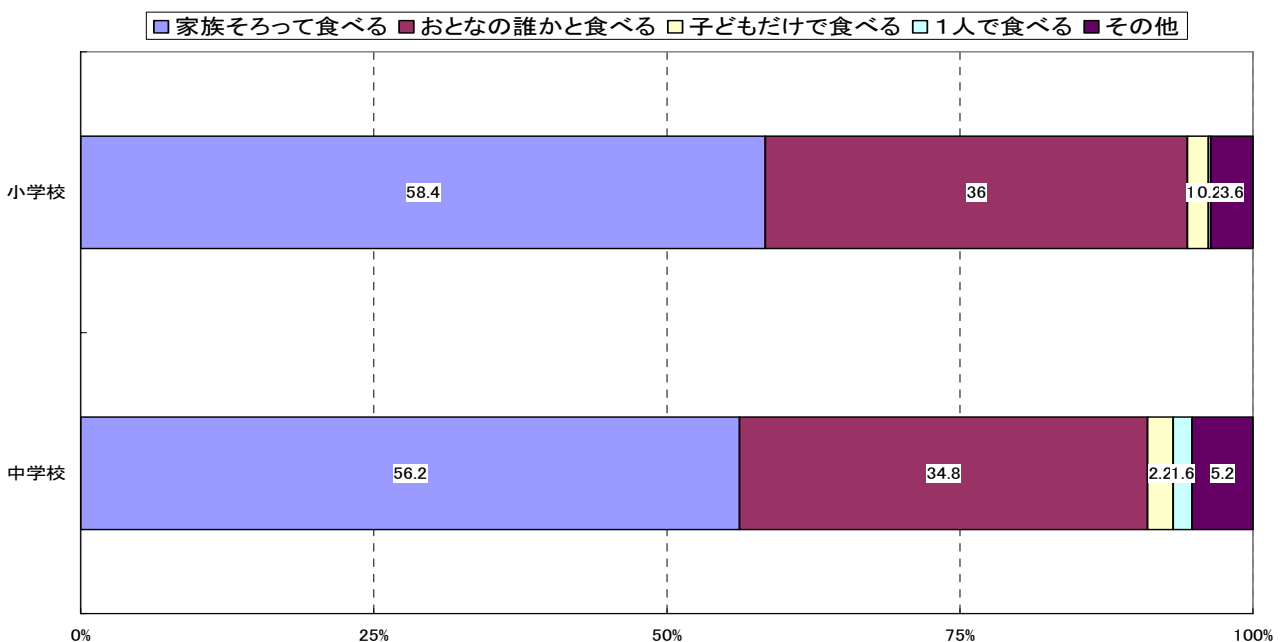


図1-2 児童生徒の共食状況(夕食)

2) 朝食を食べる頻度

朝食を食べる頻度は、「必ず食べる」が小学校の保護者で87.7%、中学校の保護者で87.5%と小学校と中学校の保護者に大差はみられませんでした。

小学校児童や中学校生徒と保護者の「ほとんど食べない」の割合を比較すると、保護者の方が「ほとんど食べない」の割合が高いことがわかります。

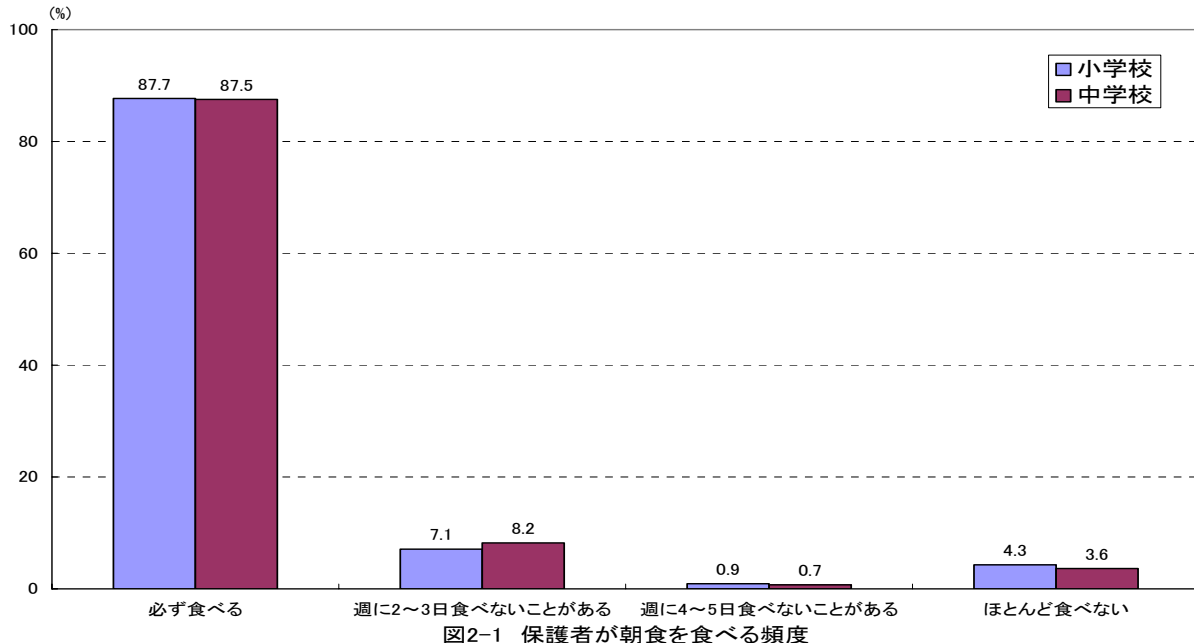


図2-1 保護者が朝食を食べる頻度

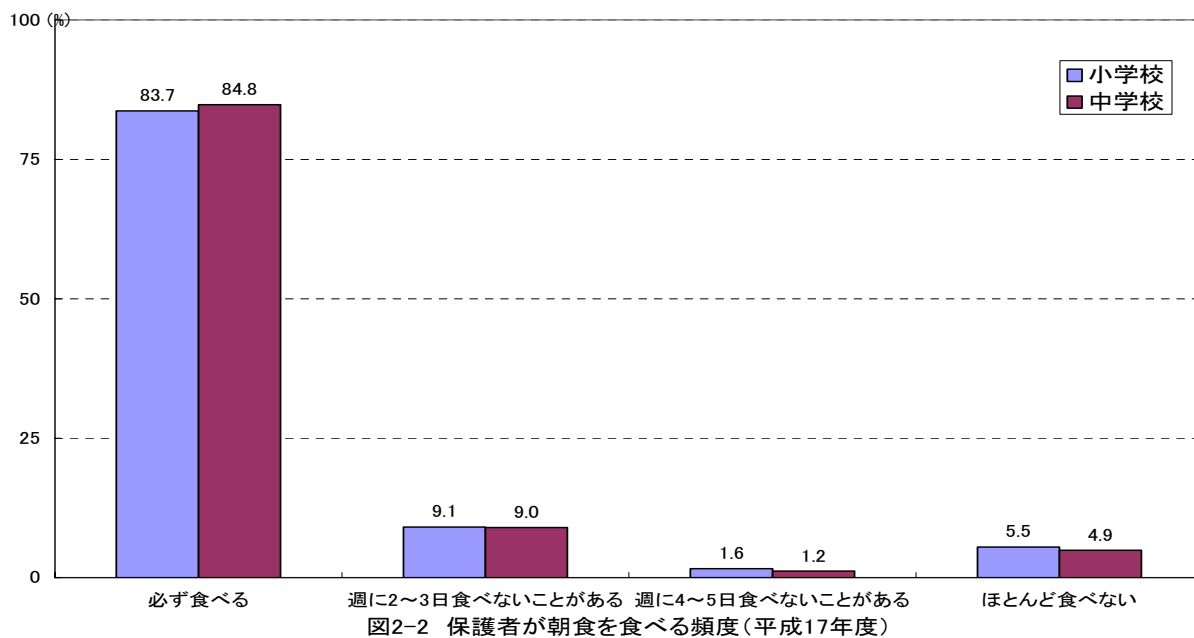


図2-2 保護者が朝食を食べる頻度(平成17年度)

3) 食事の献立で気をつけていること

食事の献立で気をつけていることは、小学校、中学校ともに「栄養のバランス」が93.0%、93.3%と最も高く、次いで「家計にみあうもの」「調理の手間」「できるだけ多くの食品を使用する」となっています。

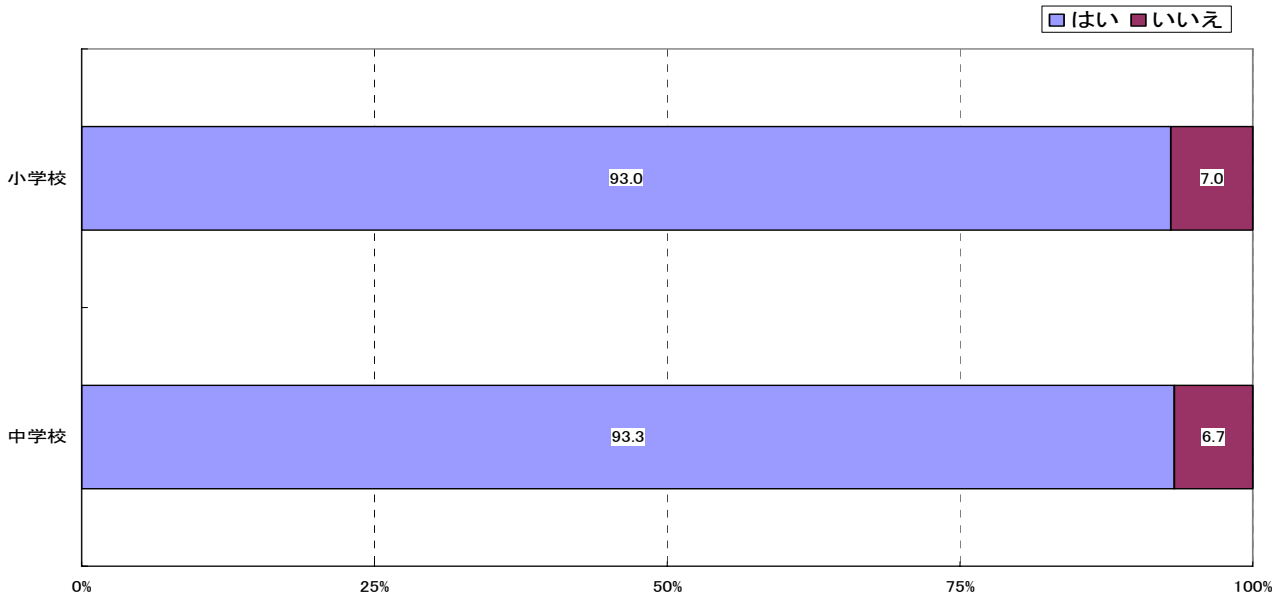


図3-1 栄養のバランス

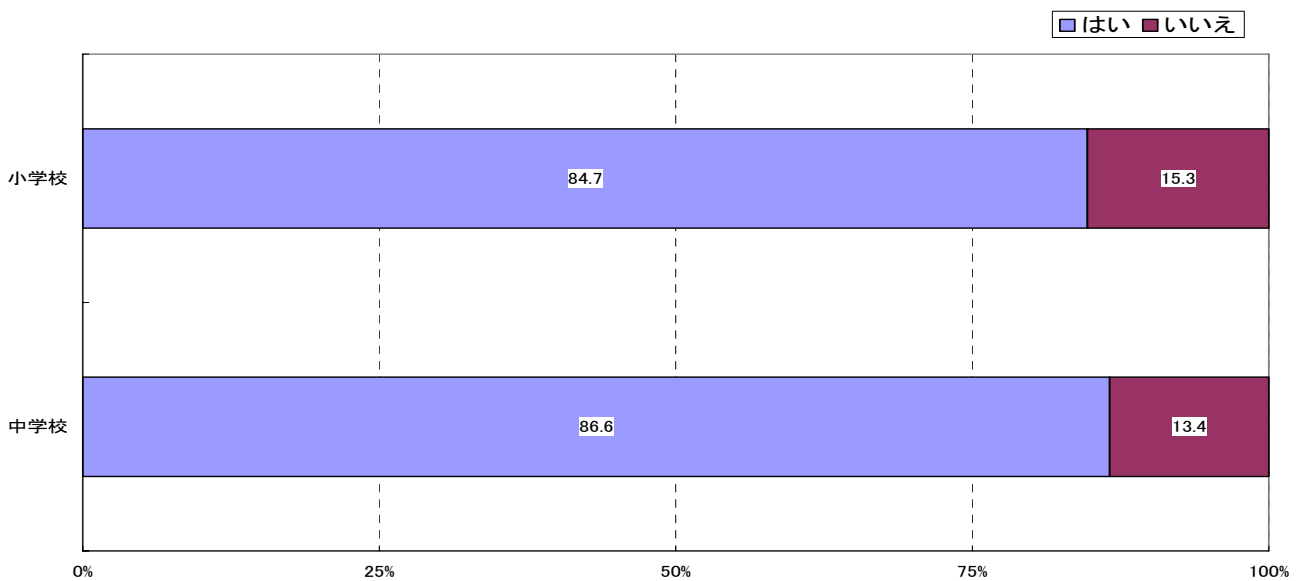


図3-2 調理の手間

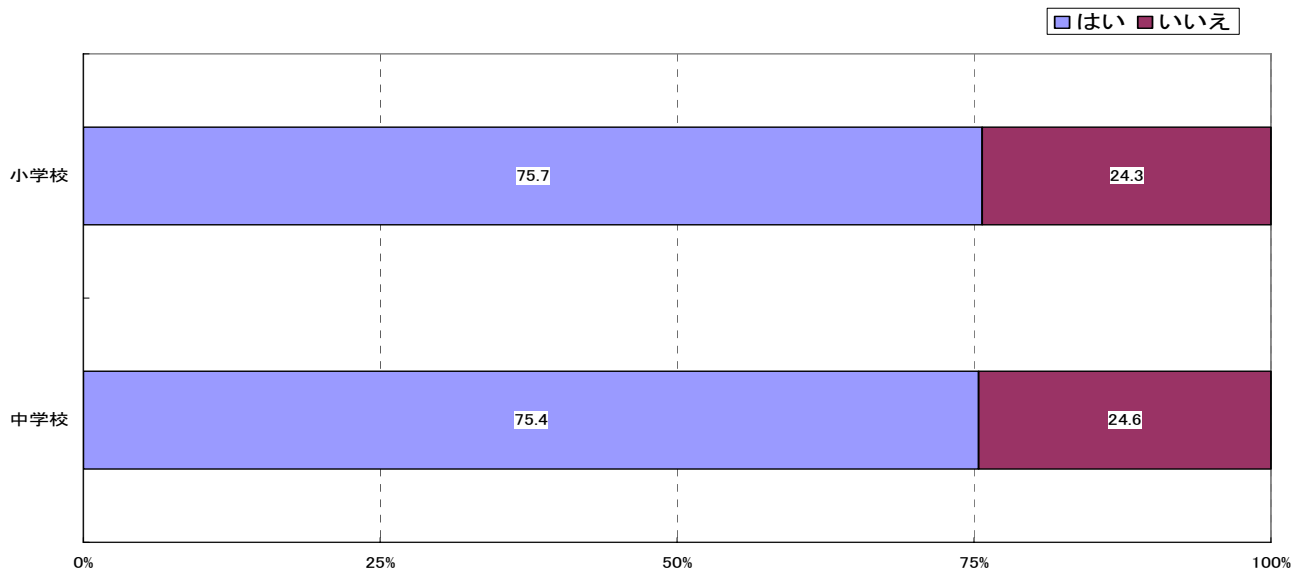


図3-3 できるだけ多くの食品を使用する

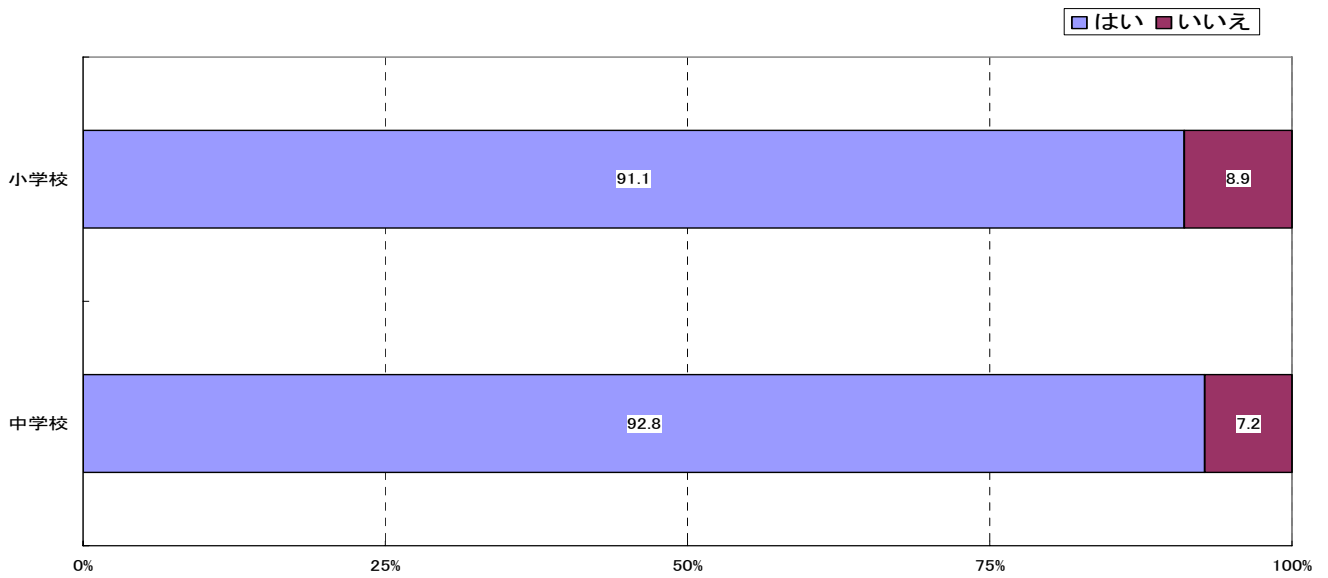


図3-4 家計に見合うもの

4) 子どもの生活習慣で心配なこと

子どもの生活習慣で心配なことは、小学校では「偏食」37.8%、「運動不足」31.1%、「睡眠不足」29.7%となっています。中学校では「睡眠不足」44.1%、「偏食」38.7%となっています。

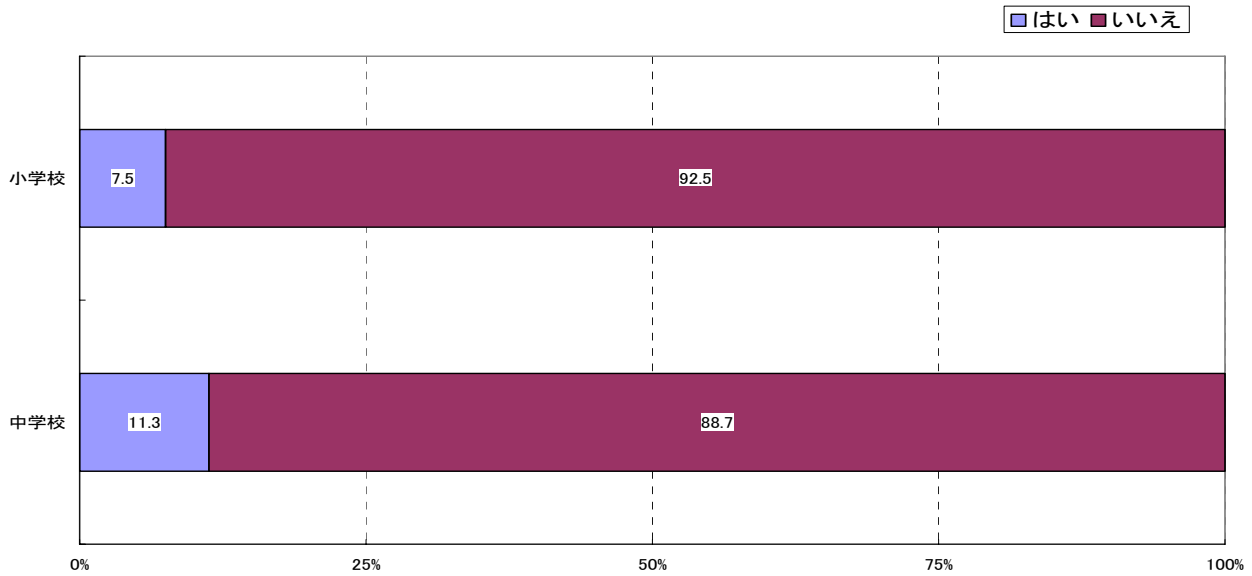


図4-1 欠食

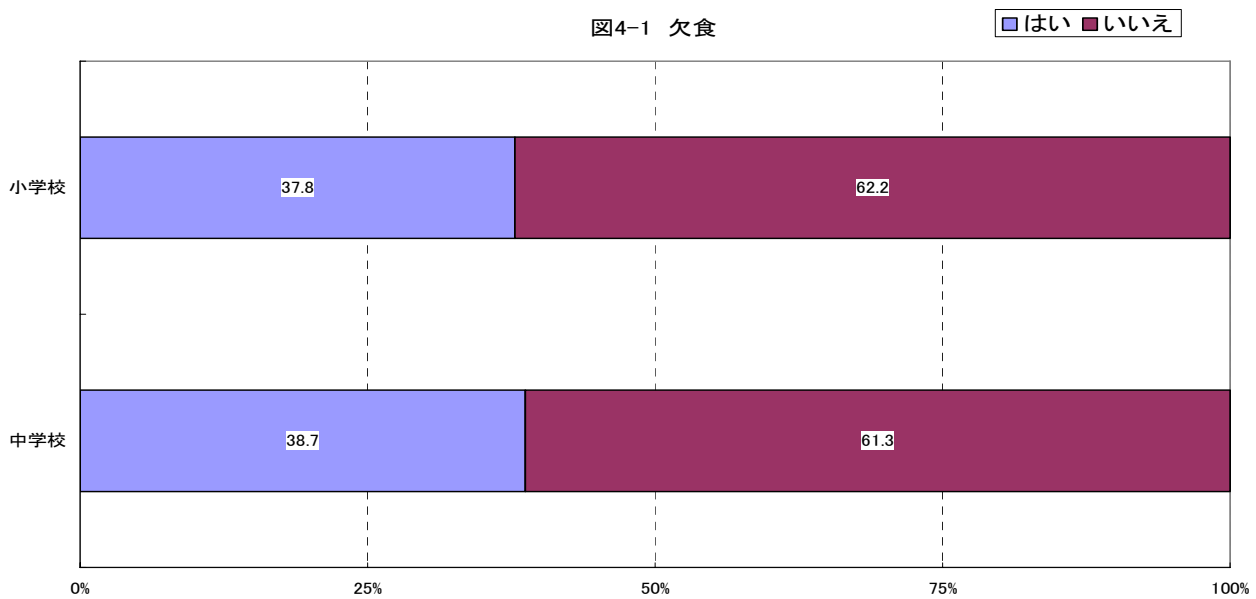


図4-2 偏食

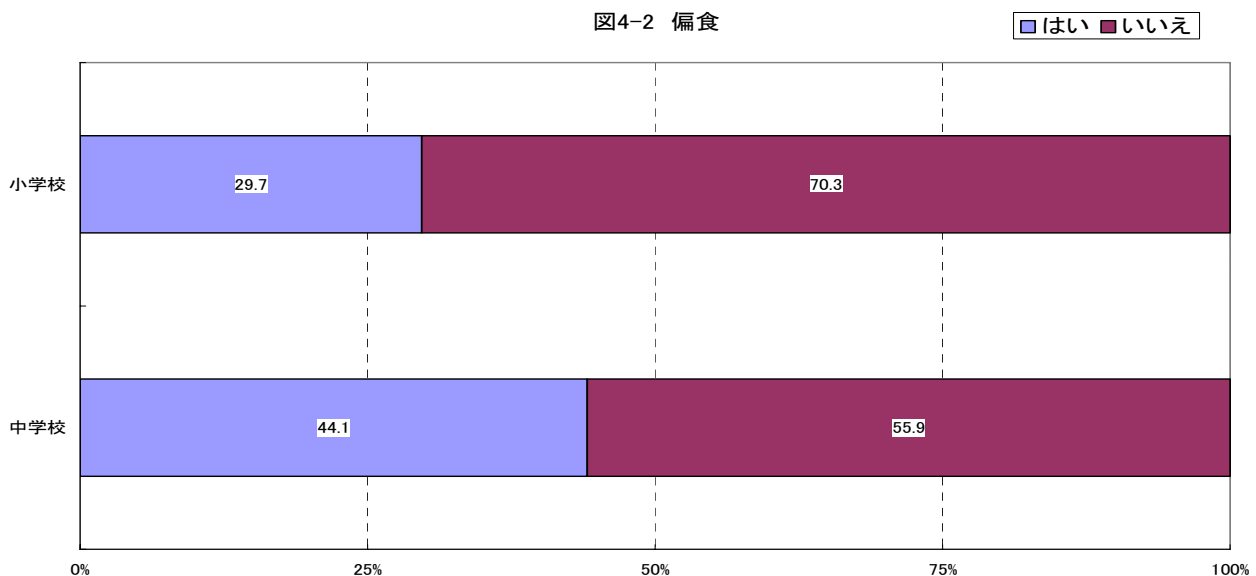


図4-3 睡眠不足

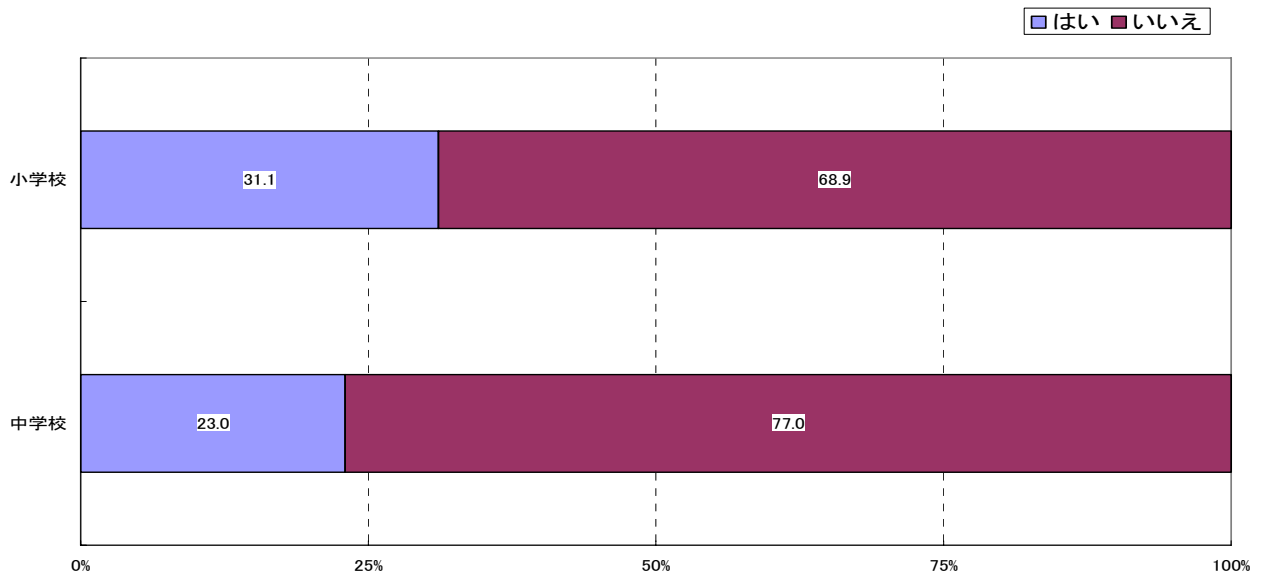


図4-4 運動不足

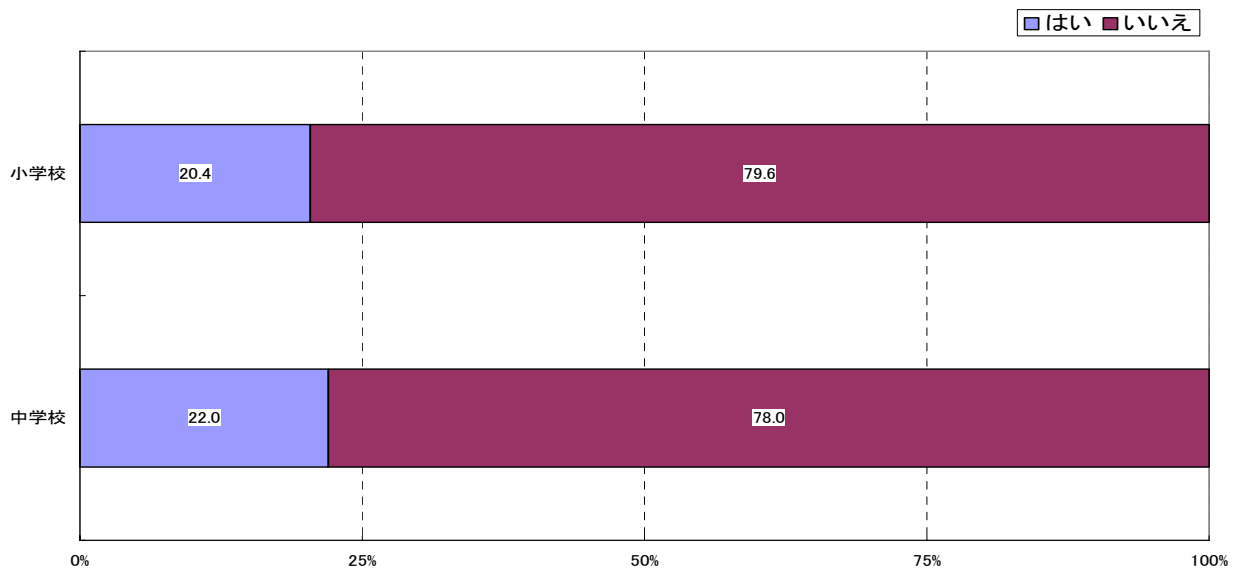


図4-5 家族団らん

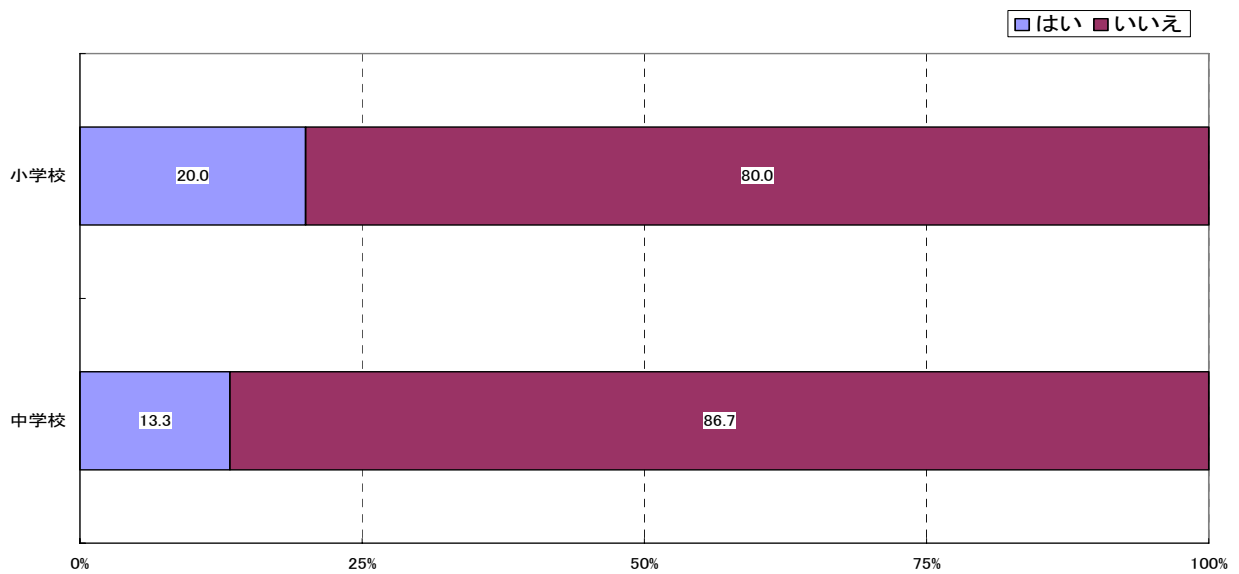


図4-6 肥満

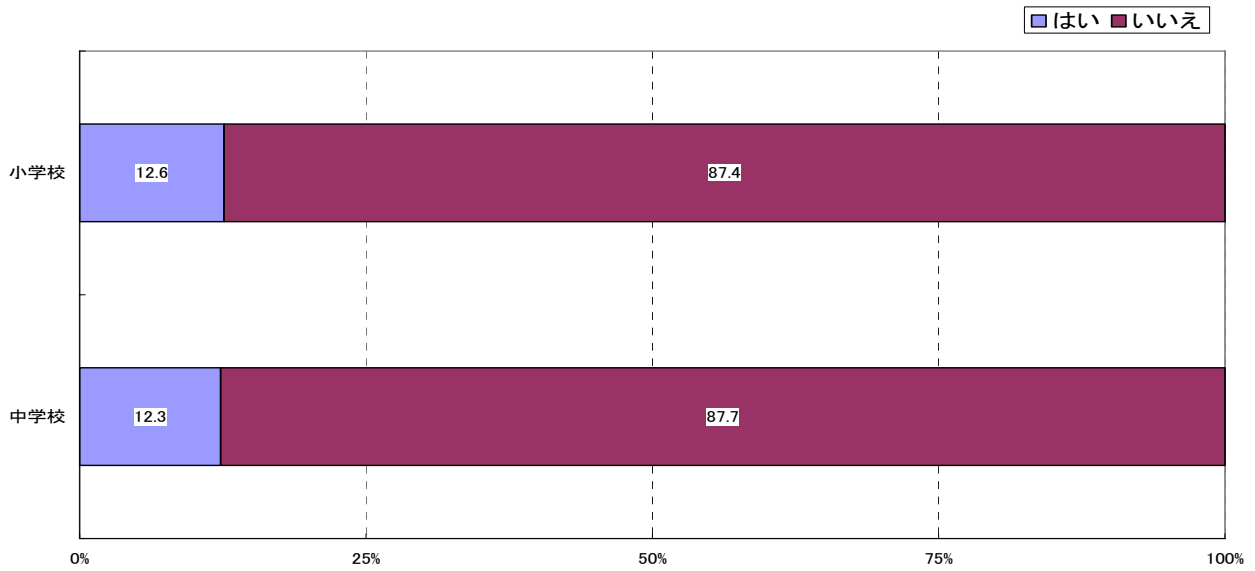


図4-7 やせすぎ

【引用文献】

独立行政法人日本スポーツ振興センター. 平成 19 年度児童生徒の食事状況等調査報告書【食生活調査編】

http://www.naash.go.jp/kenko/siryuu/chosa/syokuji_h19/chosa_h19_life.html