

**群馬県児童生徒の食生活等実態調査  
結果報告書**

**平成27年3月**

**群馬県教育委員会**



# 目 次

## I. 調査概要

1. 調査目的	1
2. 調査対象・抽出方法	1
3. 調査期間	2
4. 調査事項	2
5. 調査方法等	2
6. 調査期間・組織	3
7. 調査の秘密保持	3
8. 調査結果の公表	3

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

1. 食生活等の変化状況	4
(1) 食事はコミュニケーションの場	
①食事で気を付けていること（楽しく食べる）	6
②食事のあいさつ（「いただきます」「ごちそうさま」）	7
③共食の状況（家族そろって食べる（朝食、夕食））	8
④食事の協同体験（テーブルの準備と後かたづけ）	10
⑤食事が楽しいと感じるとき （家族そろって食べる時、友達や地域のグループの仲間と食べる時）	12
⑥学校給食への思い（みんな（友達や先生）と一緒に食べられる）	13
(2) 食に関する知識・技能の習得と実践化	
①食育指導の状況	14
②食経験の広がり（給食では、家で食べられない料理が食べられる）	15
③食事で気を付けていること （3回の食事は必ず食べる、好ききらいをしない、栄養のバランスを 考えて食べる、塩からいものを食べすぎない）	16
④食品の主な働き（正答率）	20
⑤食品の生産地や旬（季節）への関心	21
⑥食品の安全性への関心	22
⑦食品の栄養成分表示への関心	23
⑧好ききらいの有無	24
⑨きれいな食べ物への対応	25
⑩調理技能の習得（米飯を炊ける、みそ汁をつくれる）	26
(3) 健康的な生活習慣の形成	
①朝食の摂取状況	28
②おやつ（間食）の摂取状況	29
③夜食の摂取状況	30
④体育授業外での運動状況	31

⑤ふだんの就寝時刻	32
⑥ふだんの睡眠時間	33
⑦睡眠で休養がとれているか	34

## 2. これからの本県の学校における食育のありかた -----35

### (1) 調査結果の概要

①今回調査と前回調査の比較	35
②今回の調査で追加した主な調査項目と結果	36

### (2) 調査結果からみた主な課題と本県の学校における食育の方向性

①学校 ～教育活動全体を通じた食育の推進～	36
②家庭・地域 ～健康的な生活習慣の形成・心豊かな食生活の創造～	37
③食に関する指導体制の整備	38
【資料1】食に関する指導の方向性	39
【資料2】食育推進に関する指導体制	40

## Ⅲ. 調査結果（単純集計）

### 1. 食事状況 -----41

#### (1) 朝食

①朝食の摂取状況	41
②朝食を食べない理由	42
③今朝の朝食で食べたもの	43

#### (2) 間食・夜食

①おやつの摂取状況	44
②おやつの種類	45
③夜食の摂取状況	46
④夜食の種類	47

#### (3) 好ききらい

①好ききらいの有無	48
②きれいな食べもの	49
③きれいな食べものへの対応	50
④好きな料理・きれいな料理	51

#### (4) 食事環境

①家庭での食事が楽しみかどうか	54
②共食状況（朝食・夕食）	55
③食事時間（朝食・夕食）	56
④食事が楽しいとき	57

#### (5) 食事マナー

①食事のあいさつ	58
②食事の手伝い（生活経験）	59
③家族から食事について何か言われるか	60
④家族から食事について言われる内容	61

2. 休養、排便と運動	62
(1) 寝起きと休養	
①今朝の目覚め方	62
②今朝の目覚め具合	63
③ふだんの就寝時刻	64
④ふだんの睡眠時間	65
⑤睡眠で休養がとれているか	66
(2) 排便	
①排便の規則性	67
②排便の時間帯	68
(3) 運動	
①運動部等への所属状況	69
②体育授業外での運動状況	70
③運動時間	71
④運動と食事の関連についての関心	72
⑤運動を考えて食事をしているか	73
3. 学校給食・昼食	74
(1) 学校給食	
①学校給食の好ききらい	74
②献立（国内各地の料理、世界の国々の料理、行事食）の好ききらい	75
③学校給食への思い	76
④学校給食の摂取状況と残す理由	77
(2) 昼食	78
4. 不定愁訴と自尊感情	79
(1) 不定愁訴	
①不定愁訴の状況	79
②不定愁訴の状況（点数）	81
(2) 自尊感況	82
5. 食に関する知識の実践化	84
(1) 食事で気をつけること	84
(2) 食に関する意識関心	
①食品の生産地や旬（季節）への関心	87
②食品の安全性への関心	88
③食品の栄養成分表示への関心	89
(3) 食品の主な働き	90
(4) 食品に含まれる主な栄養素	91
(5) 食育指導の状況	92
(6) 調理状況	
①米飯及びみそ汁の調理ができるか	93
②調理実践の頻度	94

6. 体型	95
(1) 肥満・痩身傾向	95
(2) 体型認識	97
(3) ダイエット経験	99

## IV. 調査結果（クロス集計）

1. 朝食	101
(1) 朝食と生活習慣	
①夜食の摂取状況と朝食の摂取状況	101
②ふだんの就寝時刻と朝食の摂取状況	103
③排便の規則性と朝食の摂取状況	105
④体育授業外での運動状況と朝食の摂取状況	107
(2) 朝食と体調	
①朝食の摂取状況と体調について感じる事（からだがだるい）	109
②朝食の摂取状況と体調について感じる事（つかれる）	111
③朝食の摂取状況と体調について感じる事（何もやる気が起こらない）	113
④朝食の摂取状況と肥満	115
2. 共食	117
(1) 共食と食事の状況	
①朝食の共食状況と朝食の摂取状況	117
②夕食の共食状況と家庭での食事が楽しみかどうか	119
③夕食の共食状況と食事のあいさつ	121
④朝食の共食状況と食事時間	123
⑤夕食の共食状況と食事時間	125
(2) 共食と不定愁訴	
①共食状況と体調について感じる事（点数）（朝食・夕食）	127
②夕食の共食状況と体調（イライラ）について感じる事	131
(3) 共食と自尊感情	
①朝食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられたと思います）	133
②夕食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられたと思います）	135
(4) 共食と肥満	
①夕食の共食状況と肥満・痩身傾向	137
3. 食事の状況	139
(1) 家庭での食事が楽しみかどうか	
①家庭での食事が楽しみかどうかと体調（点数）	139
②家庭での食事が楽しみかどうかと食事のあいさつ	141
③家庭での食事が楽しみかどうかと食品の生産地や旬への関心	143
④家庭での食事が楽しみかどうかとの安全性への関心	145
⑤家庭での食事が楽しみかどうかと食品の栄養成分表示への関心	147

⑥家庭での食事が楽しみかどうかと食事で気をつけること（点数）	-----149
(2) 好ききらいの有無	
①好ききらいの有無と家庭での食事が楽しみかどうか	-----151
(3) 食事の手伝い（生活経験）	
①食事の手伝いと自分で米飯を炊くことができるか	-----153
②食事の手伝いと自分でみそ汁をつくることができるか	-----155
(4) 調理技能	
①米飯をたくことができるかと食品の生産地や旬への関心	-----157
②みそ汁をつくることができるかと食品の生産地や旬への関心	-----159
4. 学校給食	-----161
(1) 学校給食の好ききらい	
①学校給食の好ききらいと家庭での食事が楽しみか	-----161
②学校給食の好ききらいときらいな食べ物への対応	-----162
③学校給食の好ききらいと食品の生産地や旬への関心	-----163
④学校給食の好ききらいと食品の安全性への関心	-----164
⑤学校給食の好ききらいと食品の栄養成分表示	-----165
(2) きらいな食べ物への対応と体調	
①きらいな食べ物への対応と体調（からだがだるい）	-----166
②きらいな食べ物への対応と体調（何もやる気が起こらない）	-----167
③きらいな食べ物への対応と体調（イライラ）	-----168
5. 体型	-----169
(1) 肥満・痩身傾向と生活習慣	
①ふだんの就寝時刻と肥満・痩身傾向	-----169
②体育授業外での運動状況と肥満・痩身傾向	-----171
(2) 肥満・痩身傾向と体型認識	-----173
(3) ダイエット経験	
①性別とダイエット経験	-----175
②体型認識とダイエット経験	-----176
③肥満・痩身傾向とダイエット経験	-----178

## V. 資料

1. 問番号対応表	-----181
2. 単純集計結果（調査票に添付）	-----183
3. 児童生徒の食生活等実態調査委員会設置要綱	-----224
4. 児童生徒の食生活等実態調査委員会委員名簿	-----225

# I . 調查概要

---



## 1. 調査目的

文部科学省が平成 20 年 3 月に告示した学習指導要領においては、その総則に、学校における食育の推進が明記され、児童生徒の発達の段階を考慮し、教育活動全体を通じて適切に行うものとしている。

本県では、平成 15 年に実施した「群馬県児童生徒の食生活等実態調査」より、食生活における「朝食欠食」「野菜嫌い」「不適切な間食摂取」等を提起し、「食に関する指導」の系統的推進を目的とした教師用手引き書「食を楽しみ健康になろう」を作成した。また、平成 20 年度の同調査では、「調理に関する知識・技能の習得」を目指し、「作って食べよう！ぐんまの食育レシピ」を作成し、学校、家庭、地域が連携を図りながら「食に関する指導」に取り組んできている。

本調査は、群馬の子どもたちが生涯を通じて健康で活力ある生活を送ることができるよう、児童生徒の食に関する状況を把握し、実態に即した指導を行うための資料を得るために実施するものである。

## 2. 調査対象・抽出方法

小学校 5 年生 937 人、中学校 2 年生 1,086 人、高等学校 2 年生 812 人を対象とし、県内の公立学校（小学校、中学校）及び、県立の高等学校（全日課程）より抽出した調査対象校の児童生徒 2,835 人とした。抽出方法については、下記の通りである。

### 【全体】

- ・抽出にあたっては、無作為抽出を原則とするが、県内で、教育事務所単位地域、性別に偏りがないように考慮した。
- ・調査対象校は、小学校、中学校については公立とし、高等学校については県立（全日課程）とした。
- ・調査対象は、抽出した調査対象学年（小学校 5 年生、中学校 2 年生、高等学校 2 年生）全児童生徒とした。

### 【小学校・中学校】

- ・群馬県年少人口（0～14 歳）の縮小版になるように、母集団を 1,000 人（調査必要人数＋予備数）とする各市町村における年少人口を算出した。
- ・算出した年少人口をもとに、調査対象校を抽出する市町村及び調査人数を選定した。なお、抽出にあたっては、各市町村における年少人口をもとに、市部と郡部の対象

## I 調査概要

者数の割合が概ね5：1になるように考慮した。

- ・抽出した該当市町村の調査対象である小学校5年生・中学校2年生の平成25年5月1日現在の児童数をもとに、調査対象校を抽出した。
- ・中学校については、各学校の生徒数の規模が大きいため、人口規模別に抽出する市町村数を調整した。

### 【高等学校】

- ・調査対象である高等学校2年生の平成25年5月1日現在の全日制課程の生徒数をもとに、市部にある学校から性別に偏りがないように対象校を抽出した。

## 3. 調査期間

小学校・中学校については、平成25年7月、高等学校については、平成25年9月に、対象校ごとに調査票の整理、回収等に留意して任意の調査実施日程を作成し行った。

## 4. 調査事項

次に掲げる内容について調査を行うものとし、具体的な質問項目は別に設置する「児童生徒の食生活等実態調査委員会」で設定するものとする。

- (1) 食に関する意識・知識（栄養、旬、安全性等）
- (2) 食生活の実態（食事状況、間食、偏食等）
- (3) 日常生活の実態（食にかかわる手伝い、睡眠、運動の状況等）
- (4) 学校給食に関する意識等（献立、好み等）
- (5) 健康状況（不定愁訴等）

## 5. 調査方法等

- ・対象校は調査実務の主体となる担当者を置き、調査対象となる児童生徒を担当した。教員はこれに協力した。
- ・調査方法は、児童生徒による自記式アンケートとした。調査の実施に際しては、児童生徒が余裕をもつて的確に記入できるよう、各対象校においては実施時期及び時間に十分な配慮を行った。また、担当する教員は必要に応じ、児童生徒に調査票の記入に関する指導を行った。

- ・対象校の調査担当者は、調査実施後は調査票の記入漏れや誤記入の有無をチェックし、調査票を整理した。
- ・調査用紙表紙部分「身長・体重」の記入は、身体測定結果（4月）をもとに教職員が行った。

## 6. 調査の組織

- (1) 健康体育課は「児童生徒の食生活等実態調査委員会」を設置した。
- (2) 児童生徒の食生活等実態調査委員会は、総合企画立案と調査結果の検討、まとめ等を行い、事務局は健康体育課内に置いた。
- (3) 対象校を管轄する教育事務所は、当該市町村の協力を得て、対象校における調査が円滑かつ効果的に実施されるよう指導を行った。
- (4) 群馬県栄養教諭専門部会は、健康体育課の依頼を受け、調査データ入力を行った。

## 7. 調査の秘密保持

本調査では、児童生徒個人の私的なことに及ぶため、秘密保持に万全を期し、対象者及びその保護者等に危惧の念をいだかせないように留意した。

## 8. 調査結果の公表

調査結果の公表は健康体育課が行うこととした。

## Ⅱ. 食生活等の変化と食育の方向性

---

## 1. 食生活等の変化状況

平成 15 年に実施した「群馬県児童生徒の食生活等実態調査」では、小学生、中学生、高校生の食をめぐる状況として下記の 2 点を明らかにし、「みんなが楽しくコミュニケーションを図りながら食事をする」ことが重要であることを示した。

- － 1 家族と一緒に食事をする時間を共有している児童生徒は、学校給食も積極的に食べる、体の不調も少ない、嫌いな物に対しても挑戦してみようという意欲がみられる。また、マナーや食べ方についての指摘を受けながらも、食事の準備や後かたづけにも積極的にかかわっている。
- － 2 家庭での食事が楽しいとしている児童生徒の場合は、生活のリズムが確立されていたり、好き嫌いが少なく、体の不調を訴えたりすることも少ない。

この結果をもとに本県の学校における食育では、「食事は楽しく、ともに語らいながら」をあり方とし、食に関する指導を実施してきた。その結果、平成 20 年の同調査では、小学生、中学生の調査項目の多くで改善がみられた。しかし、高校生では、夜型生活への移行や間食・夜食摂取の増加等、生活習慣に関する課題がみられた。また、調理技能の習得には家庭での経験が影響することや、肥満度と体型認識に大きなずれがあったり専門家の指導がないままにダイエットをしたりする生徒がいることが明らかになった。

そこで、20 年以降の食育の方向性としては、これまでの基本的なあり方を踏襲しつつ、下記の 3 つを新たな指針とした。さらに、学習指導要領の総則に「食育」が明記されたことを踏まえ、教育活動全体を通じて食育を推進することを目指し、小・中・高が連携かつ継続して、各校の実情に即した食育の取組を展開してきた。

### 食育のあり方

#### 「食事は楽しく、ともに語らいながら」

#### 指針

- (1) 食事はコミュニケーションの場（心豊かな食生活の創造）」、
- (2) 食に関する知識・技能の習得と実践化」、
- (3) 健康的な生活習慣の形成

本章では上記の 3 つの指針を軸に児童生徒の食生活等の変化状況を検証する。検証方法としては、各々の軸に該当する項目の回答結果を前回調査（平成 20 年度群馬県児童生徒の食生活実態調査）の対応する回答結果と比較検証を行った。

検証項目

(1) 食事はコミュニケーションの場

- ①食事で気を付けていること（楽しく食べる）
- ②食事のあいさつ（「いただきます」「ごちそうさま」）
- ③共食状況（朝食、夕食）
- ④食事の協同体験（テーブルの準備と後かたづけ）
- ⑤食事が楽しいと感じるとき（家族そろって食べるとき）
- ⑥学校給食への思い（みんな（友達や先生）と一緒に食べられる）

(2) 食に関する知識・技能の習得と実践化

- ①食育指導の状況
- ②食経験の広がり（給食では、家で食べられない料理が食べられる）
- ③食事で気を付けていること  
（3回の食事は必ず食べる、すききらいをしない、栄養のバランスを考えて食べる、  
塩からいものを食べすぎない、）
- ④食品の主な働き（正答率）
- ⑤食品の生産地や旬（季節）への関心
- ⑥食品の安全性への関心
- ⑦食品の栄養成分表示への関心
- ⑧すききらいの有無
- ⑨きれいな食べ物への対応
- ⑩調理技能の習得（ごはんを炊ける、みそ汁を作れる）

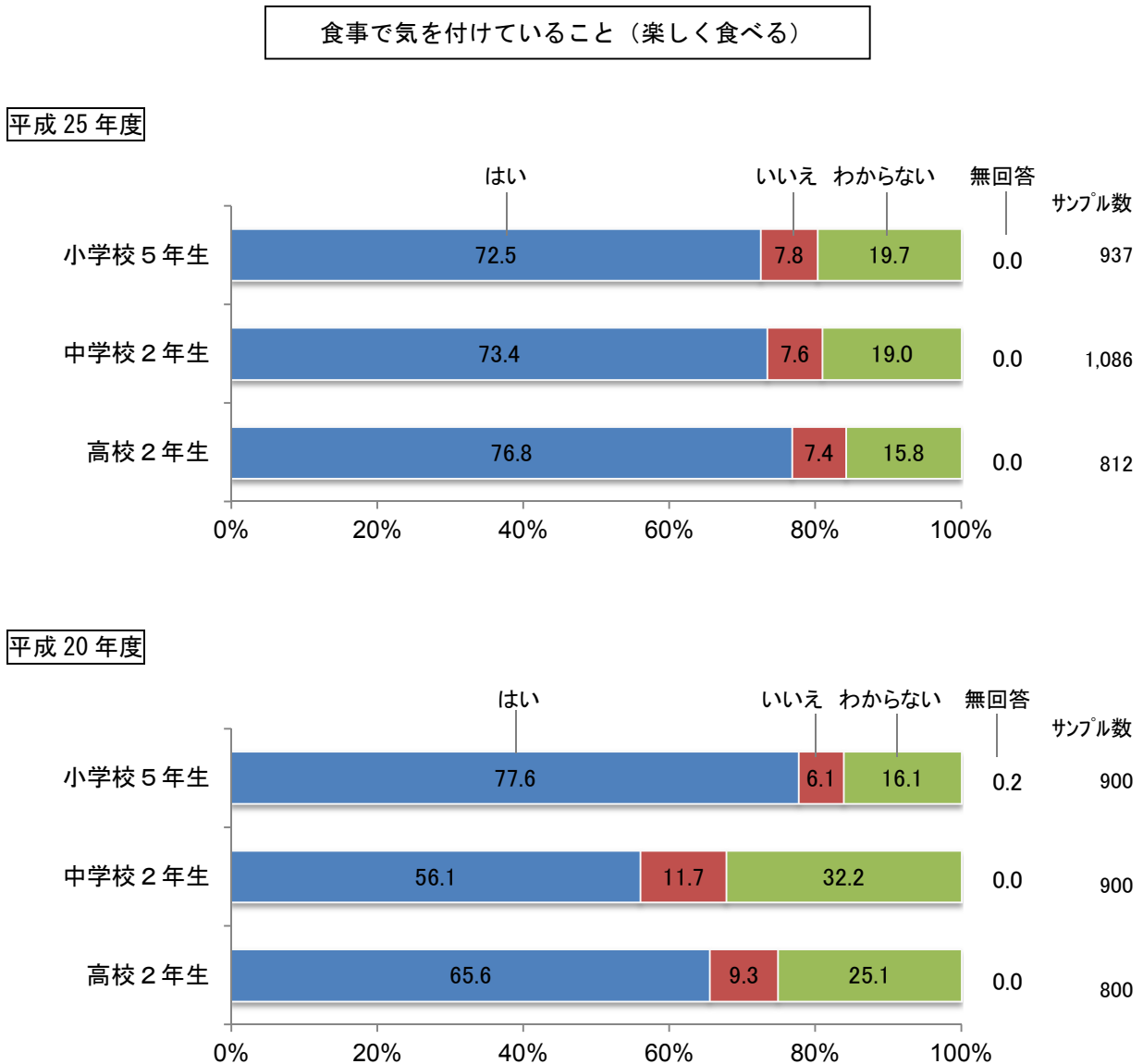
(3) 規則正しい生活習慣の形成

- ①朝食の摂取状況
- ②おやつの摂取状況
- ③夜食の摂取状況
- ④体育授業外での運動状況
- ⑤ふだんの就寝時刻
- ⑥ふだんの睡眠時間
- ⑦睡眠で休養がとれているか

(1) 食事はコミュニケーションの場

①食事で気を付けていること（楽しく食べる）

食事で気を付けていることを比較すると、「楽しく食べる」とする割合は、中学生で17.3%、高校生で6.9%増加している（中学生56.1%→73.4%、高校生65.6%→72.5%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「楽しく食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.13, P=0.72>0.05$ )。

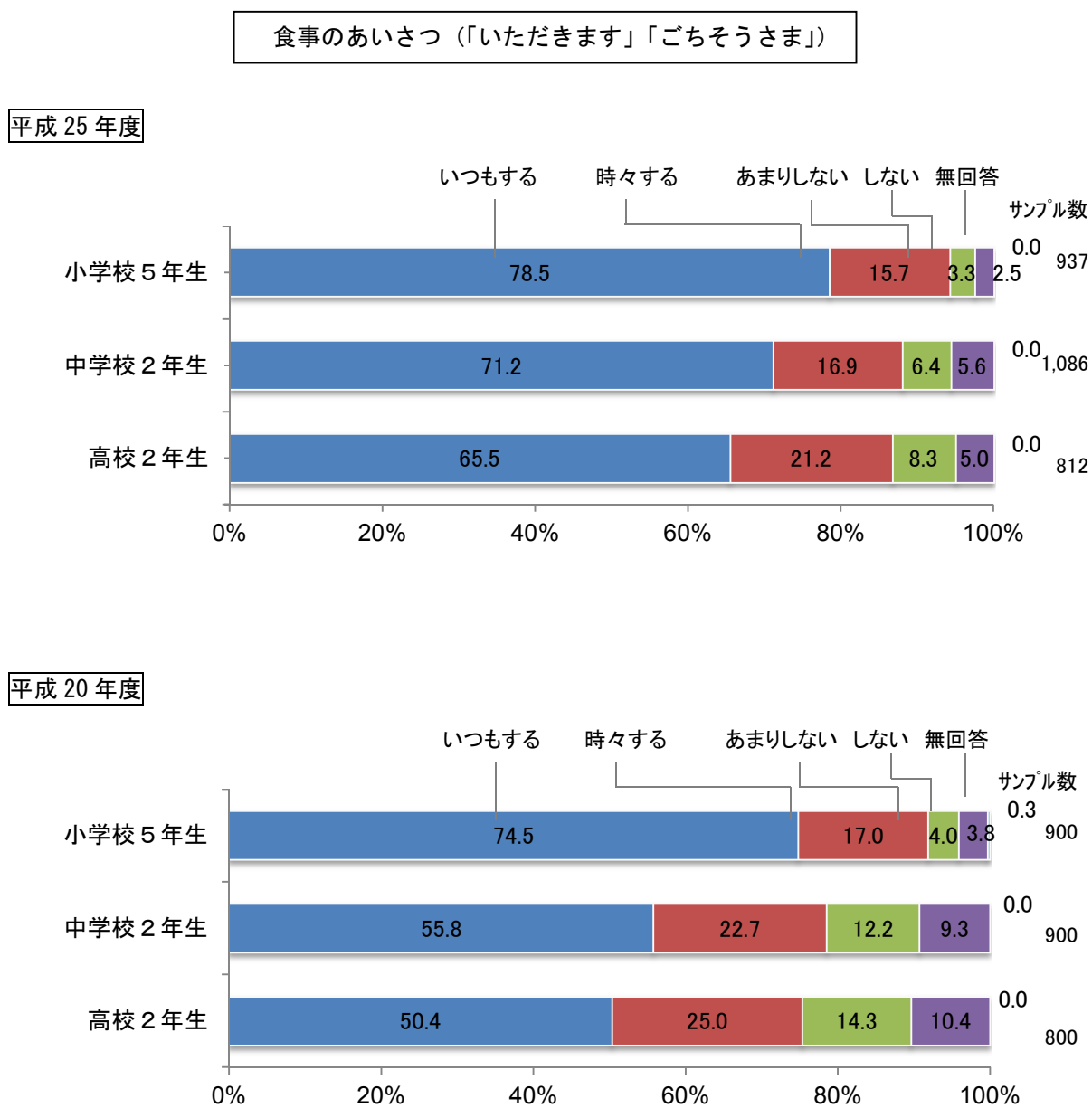
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=65.23, P<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=9.02, P<0.05$ )。

II. 食生活等の変化と食育の方向性

②食事のあいさつ（「いただきます」「ごちそうさま」）

食事のときのあいさつの状況としては、「いつもする」割合が、中学生で 15.4%、高校生で 15.1%増加している（中学生 55.8%→71.2%、高校生 50.4%→65.5%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「食事のあいさつ」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=43.19, P=0.06>0.05$ )。

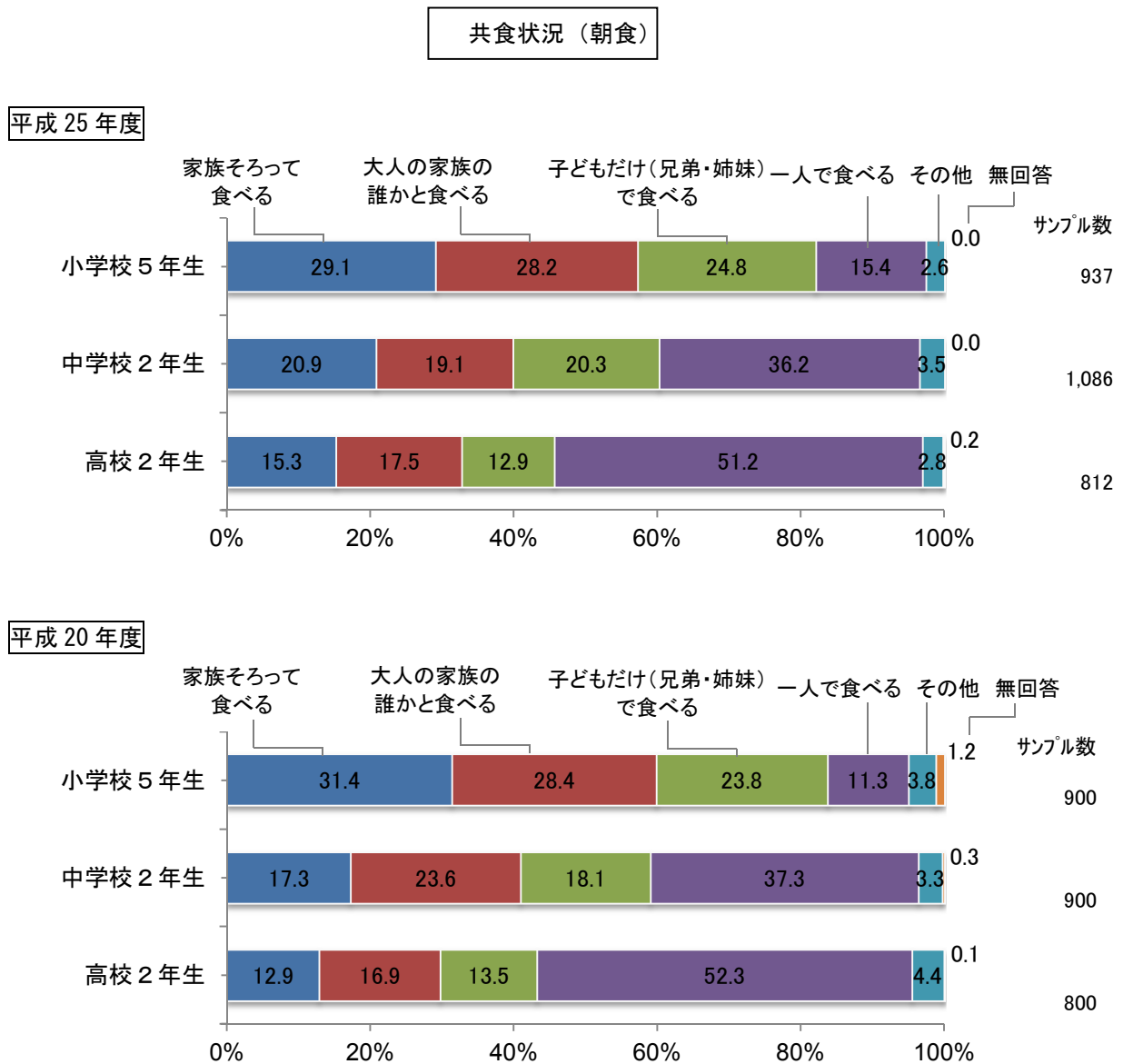
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=50.79, P<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=37.93, P<0.05$ )。



③共食の状況（朝食、夕食）

朝食の共食状況を比較すると、「家族そろって食べる」とする割合は、中学生で3.6%、増加している（中学生17.3%→20.9%）。また、「一人で食べる」とする割合が、小学生で4.1%増加している（小学生11.3%→15.4%）。



※平成25年度と平成20年度の「家族そろって食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

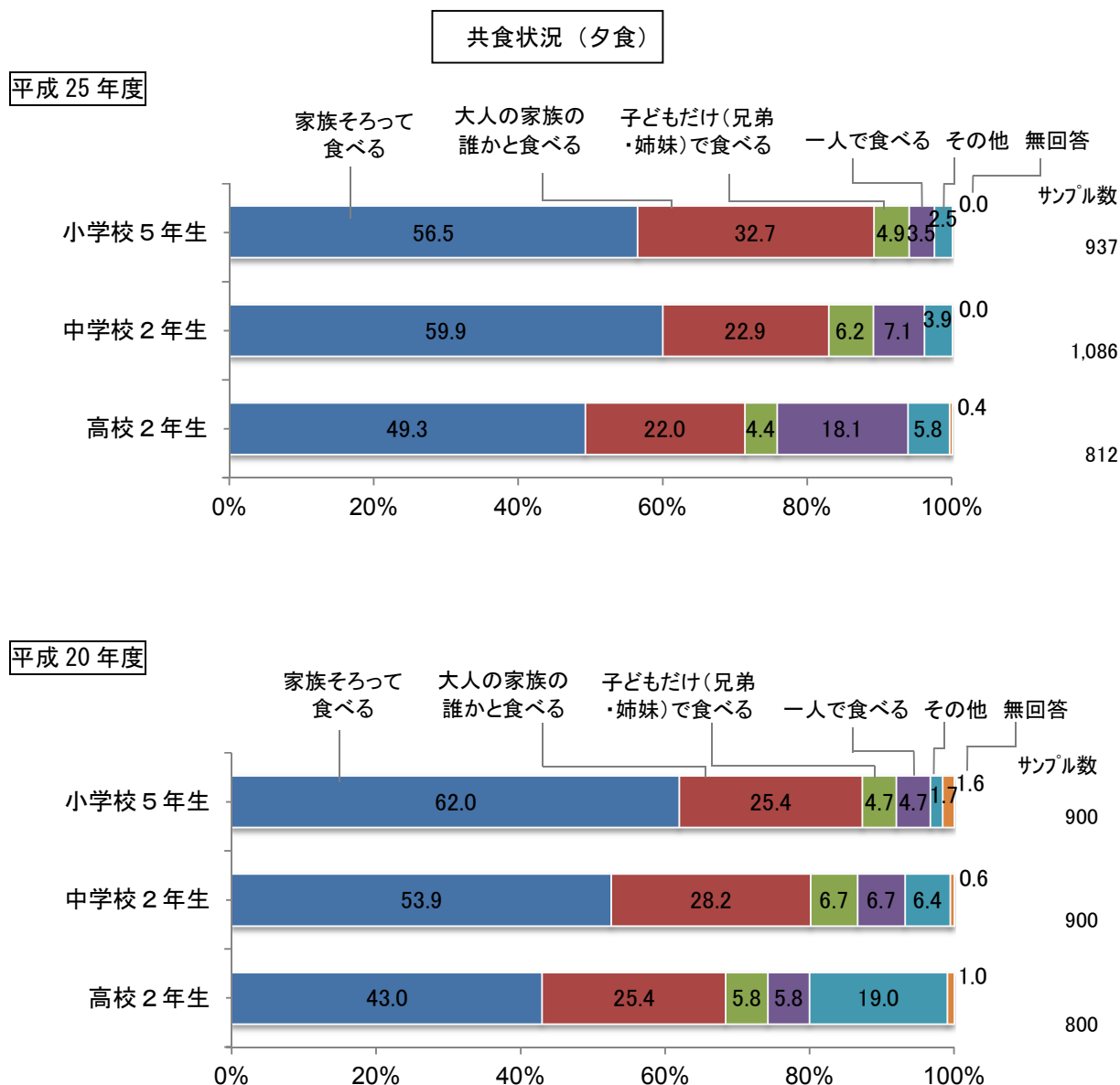
小学生では有意な差がみられない（ $\chi^2=1.16, P=0.28>0.05$ ）。

中学生では有意な差がみられる（ $\chi^2=4.03, P=0.04<0.05$ ）。

高校生では有意な差がみられない（ $\chi^2=1.91, P=0.17>0.05$ ）。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

夕食の共食状況を比較すると、「家族そろって食べる」とする割合が、小学生で5.5%減少し、中学生で6.0%、高校生で6.3%増加している(小学生62.0%→56.5%、中学生53.9%→59.9%、高校生43.0%→49.3%)。また、「一人で食べる」とする割合は、変化が見られなかった。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「家族そろって食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

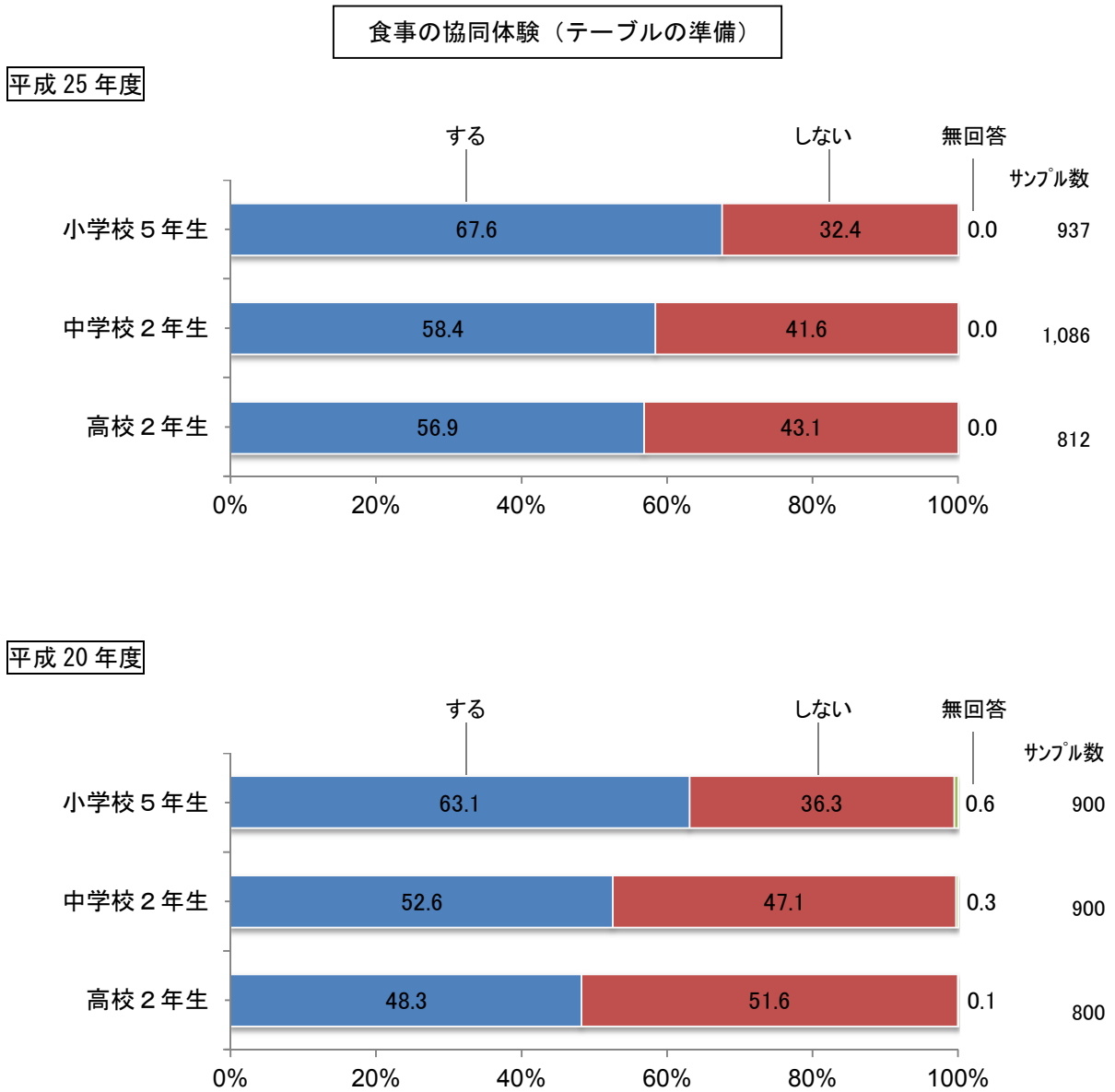
小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=5.84, P=0.02<0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=7.37, P=0.01<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.36, P=0.01<0.05$ )。

④食事の協同体験（テーブルの準備と後かたづけ）

食事の協同体験状況を「テーブルの準備」で比較すると、小学生で4.5%、中学生で5.8%、高校生で8.6%増加している（小学生 63.1%→67.6%、中学生 52.6%→58.4%、高校生 48.3%→56.9%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「テーブルの準備」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

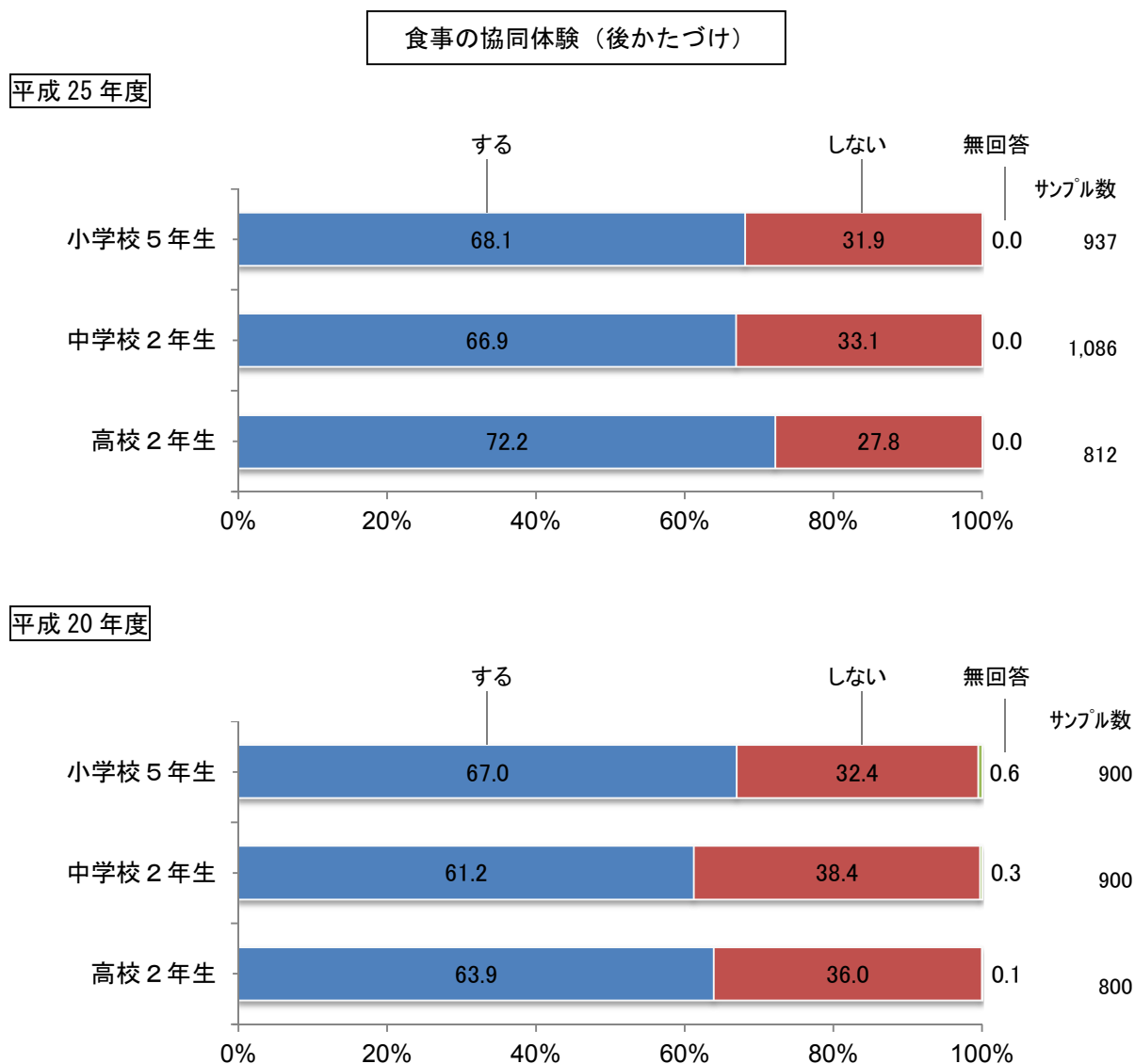
小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.01, P=0.045<0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.76, P=0.01<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=12.08, P<0.001$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

食事の協同体験状況を「後片付け」で比較すると、中学生で5.7%、高校生で8.3%増加している（中学生61.2%→66.9%、高校生63.9%→72.2%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「後かたづけ」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない（ $\chi^2=0.25, P=0.62>0.05$ ）。

中学生では有意な差がみられる（ $\chi^2=7.02, P=0.01<0.05$ ）。

高校生では有意な差がみられる（ $\chi^2=12.7, P<0.001$ ）。

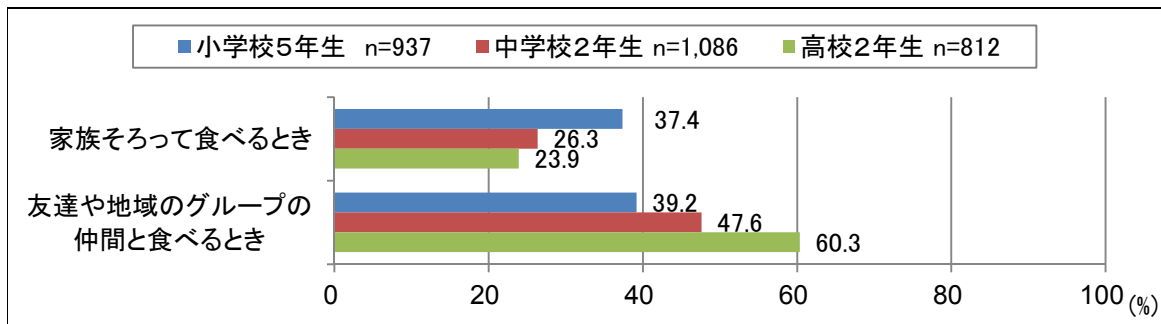
⑤食事が楽しいと感じるとき

(「家族そろって食べるとき」、「友達や地域のグループの仲間と食べるとき」)

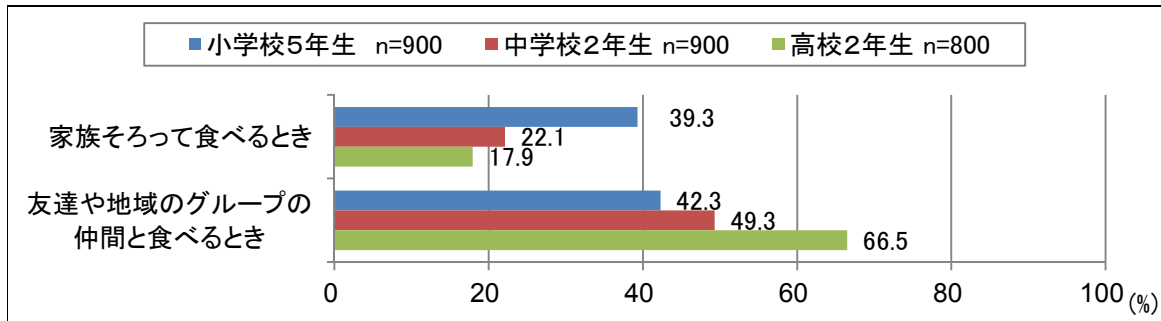
食事が楽しいと感じるとき（家族そろって食べるとき、友達や地域のグループの仲間と食べるとき）を比較すると、「家族そろって食べるとき」での食事を楽しいと感じる割合が、中学生で4.2%、高校生で6.0%増加している(中学生22.1%→26.3%、高校生17.9%→23.9%)。また、「友達や地域のグループと食べるとき」では、高校生で6.2%減少している(高校生66.5%→60.3%)。

食事が楽しいと感じるとき

平成 25 年度



平成 20 年度



※平成 25 年度と平成 20 年度の「家族そろって食べるとき」、「友達や地域グループの仲間と食べるとき」の差それぞれについて各学年でカイ二乗検定を行った。

「家族そろって食べるとき」

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.76, P=0.38>0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.76, P=0.03<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=8.82, P<0.05$ )。

「友達や地域グループの仲間と食べるとき」

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.91, P=0.17>0.05$ )。

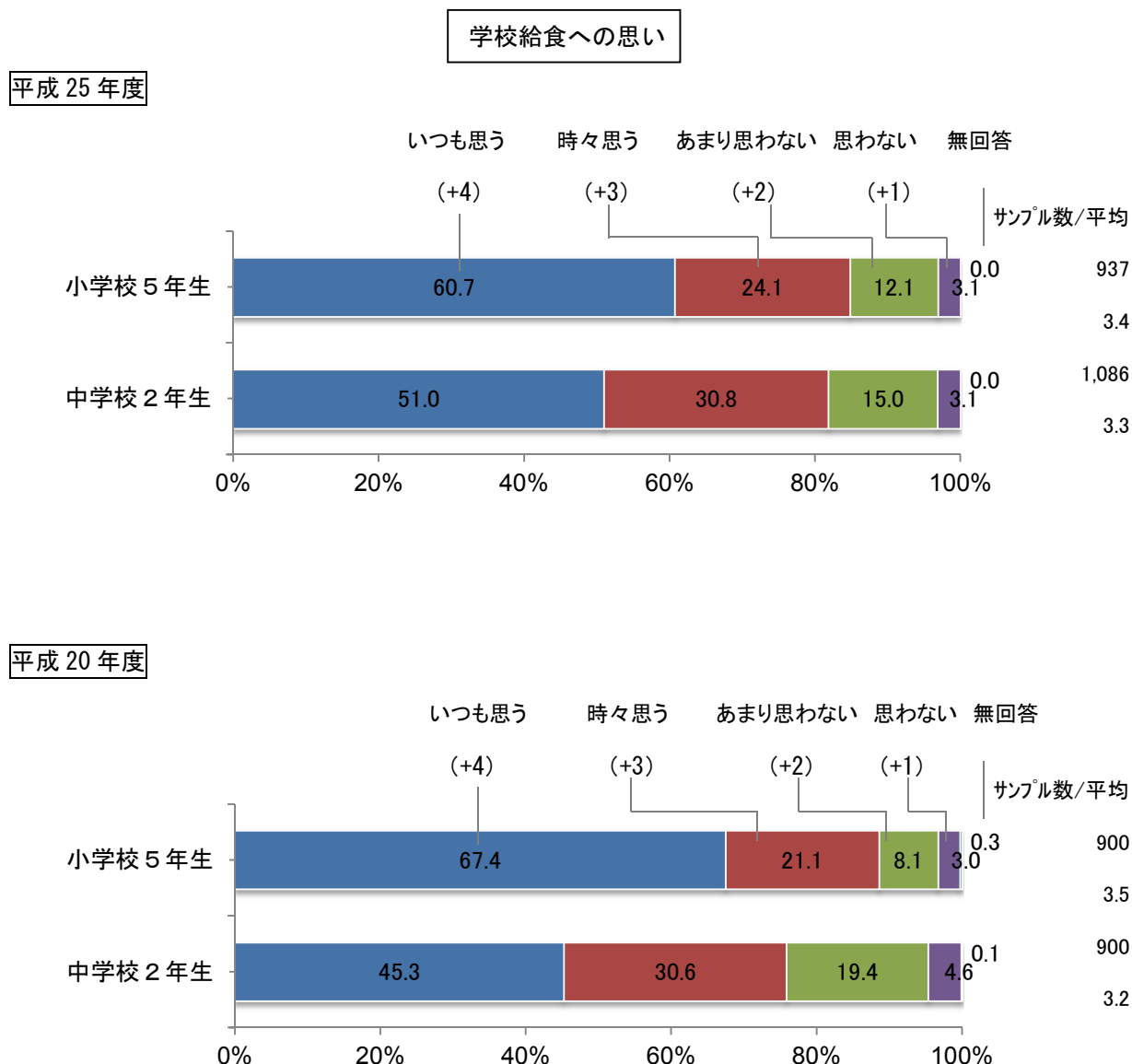
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.59, P=0.44>0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=13.21, P<0.001$ )。

II. 食生活等の変化と食育の方向性

⑥学校給食への思い（みんな（友達や先生）と一緒に食べられる）

学校給食への思い（みんな（友達や先生）と一緒に食べられる）を比較すると、「いつも思う」とする割合が、小学生で6.7%減少し、中学生では5.7%増加している（小学生67.4%→60.7%、中学生45.3%→51.0%）。※回答各々に「いつも思う」+4、「時々思う」+3、「あまり思わない」+2、「思わない」+1と点数を与え、平均を算出している（P76参照）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「いつも思う」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

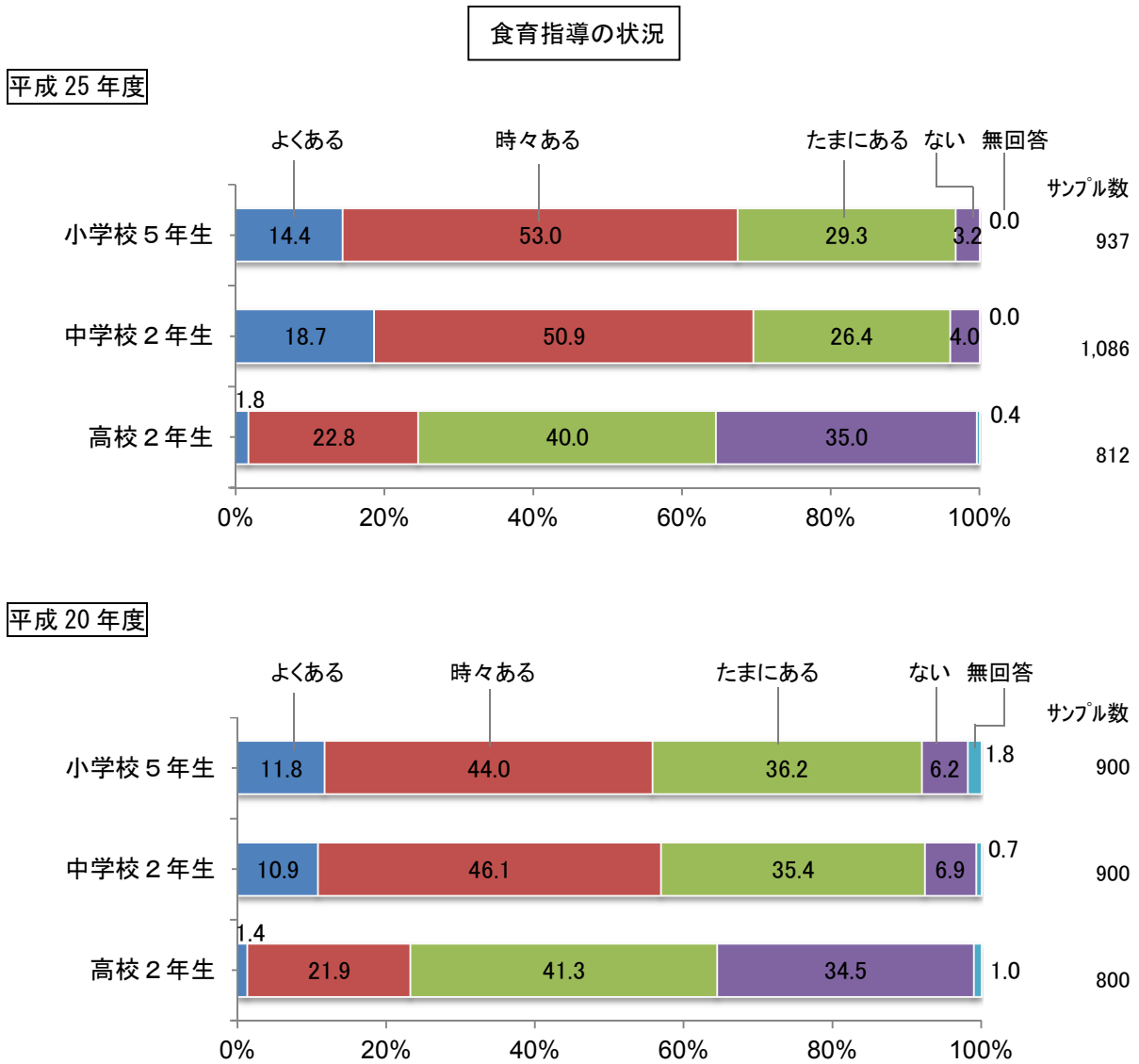
小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=9.00, P=0.01<0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.36, P=0.01<0.05$ )。

(2) 食に関する知識・技能の習得と実践化

①食育指導の状況

食育指導の状況としては、「よくある」「時々ある」「たまにある」を合わせた「(学校で食に関して学習することが) ある」とする割合をみると、小学生で4.8%、中学生で3.6%増加している(小学生92.0%→96.8%、中学生92.4%→96.0%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「(学校で食に関して学習することが) ある」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=20.15, P<0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=12.06, P<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.00, P=0.95>0.05$ )。

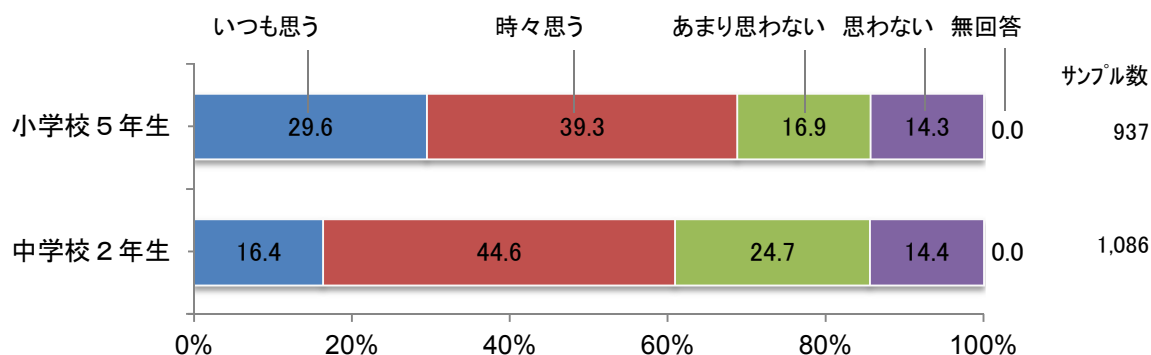
II. 食生活等の変化と食育の方向性

②食経験の広がり（学校給食への思い（家で食べられない料理が食べられる））

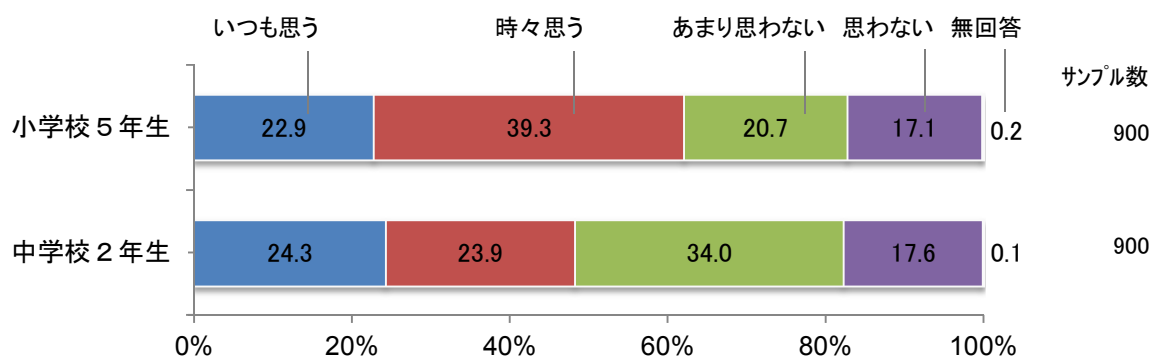
食経験の広がりとして、学校給食への思い「家で食べられない料理が食べられる」について、「いつも思う」「ときどき思う」を合わせた「(家で食べられない料理が食べられると)思う」とする割合をみると、小学生で6.7%、中学生で10.1%増加している（小学生62.2%→68.9%、中学生48.2%→61.0%）。

学校給食への思い（家で食べられない料理が食べられる）

平成 25 年度



平成 20 年度



※平成 25 年度と平成 20 年度の「(家で食べられない料理が食べられると)思う」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=8.90, P<0.05$ )。

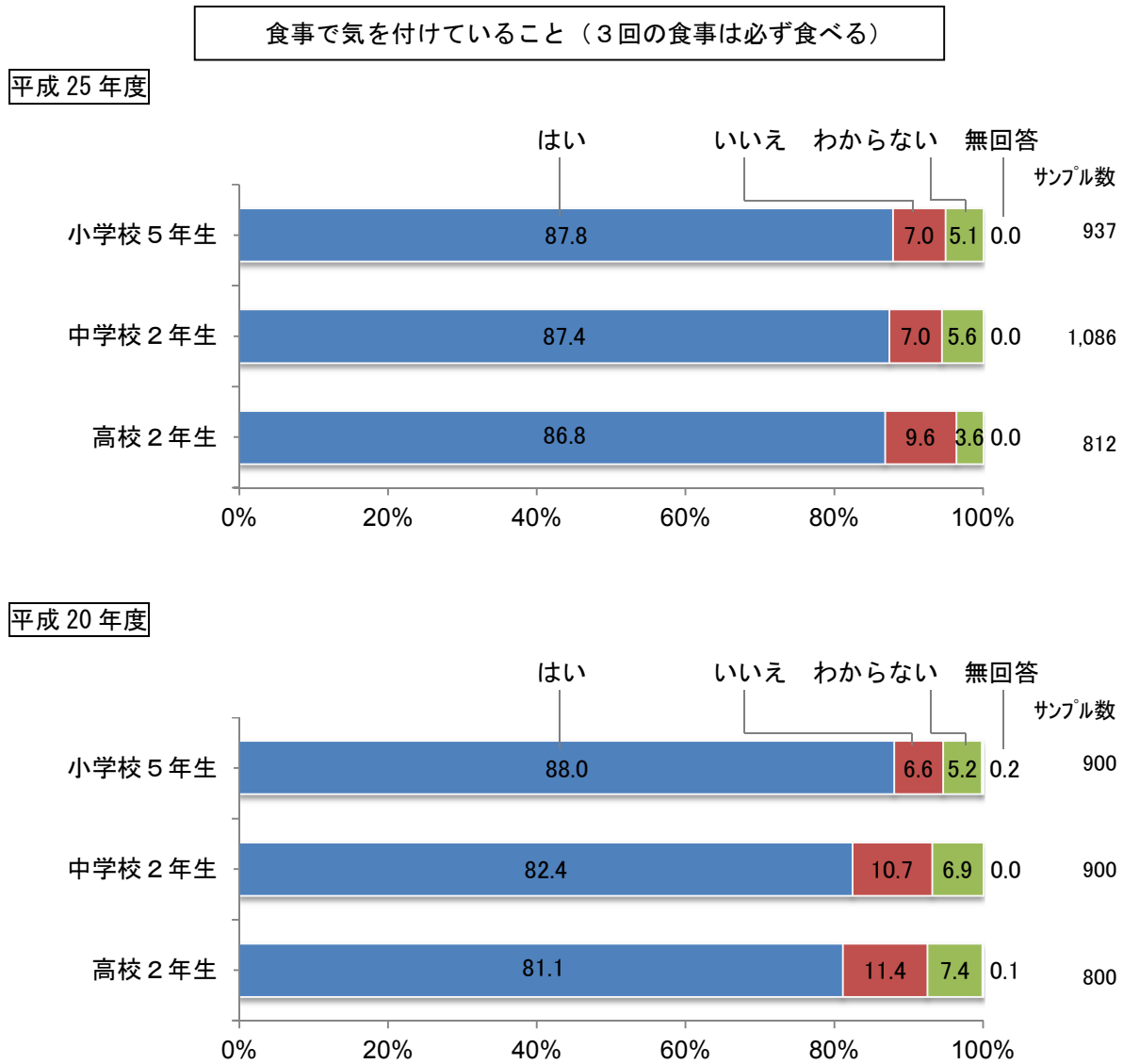
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=32.28, P<0.05$ )。



③食事で気を付けていること

(3回の食事は必ず食べる、好ききらいをしない、栄養のバランスを考えて食べる、塩からいものを食べすぎない)

食事で気を付けていること(「3回の食事は必ず食べる」)を比較すると、中学生で5.0%、高校生で5.7%増加している(中学生82.4%→87.4%、高校生81.1%→86.8%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「3回の食事は必ず食べることについて気を付けている」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

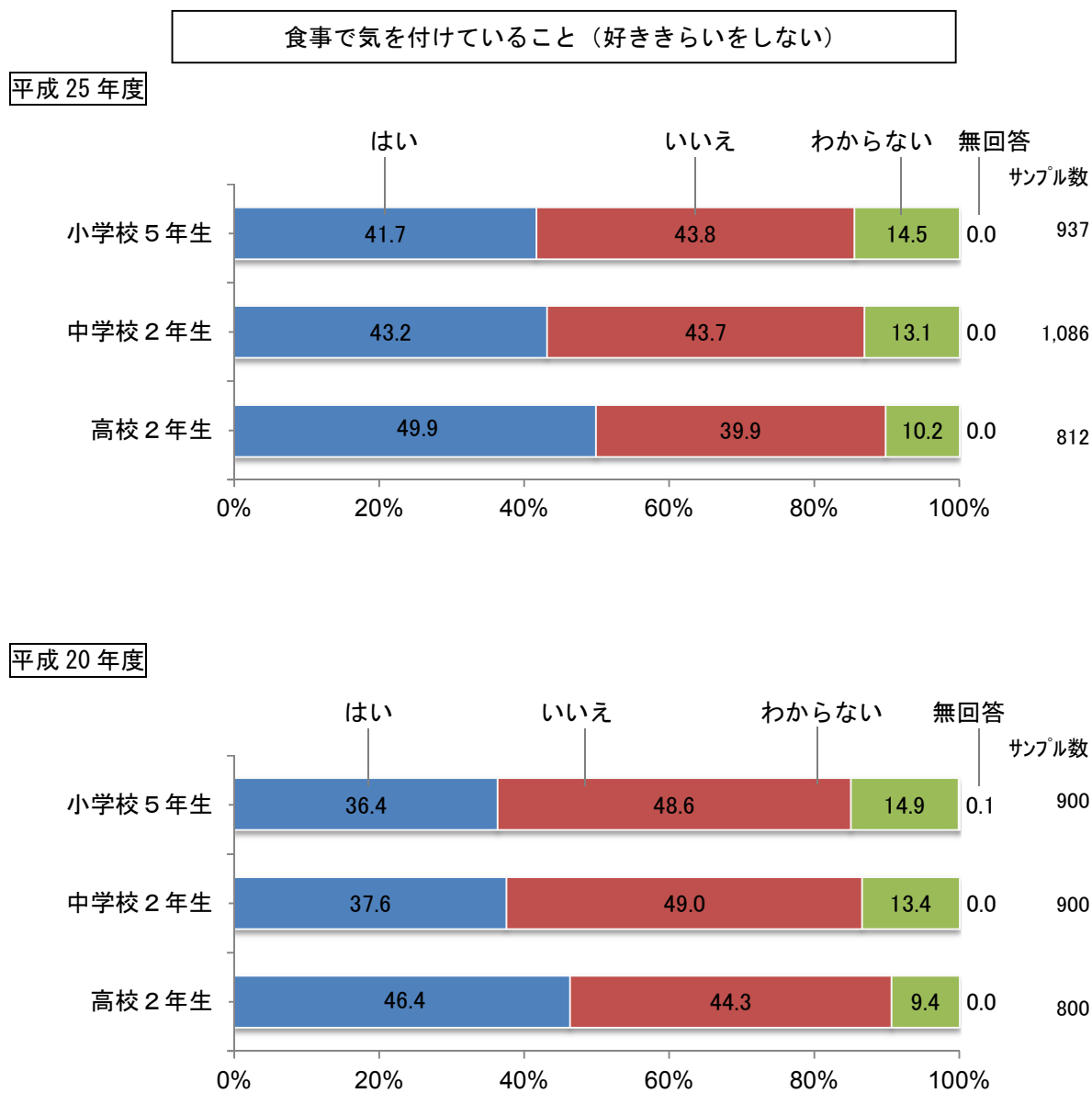
小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.01, P=0.91>0.05$ )

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=11.90, P<0.01$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=20.29, P<0.01$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

食事で気を付けていること（「好ききらいをしない」）を比較すると、小学生で 5.3%、中学生で 5.6%増加している（小学生 36.4%→41.7%、中学生 37.6%→43.2%）。



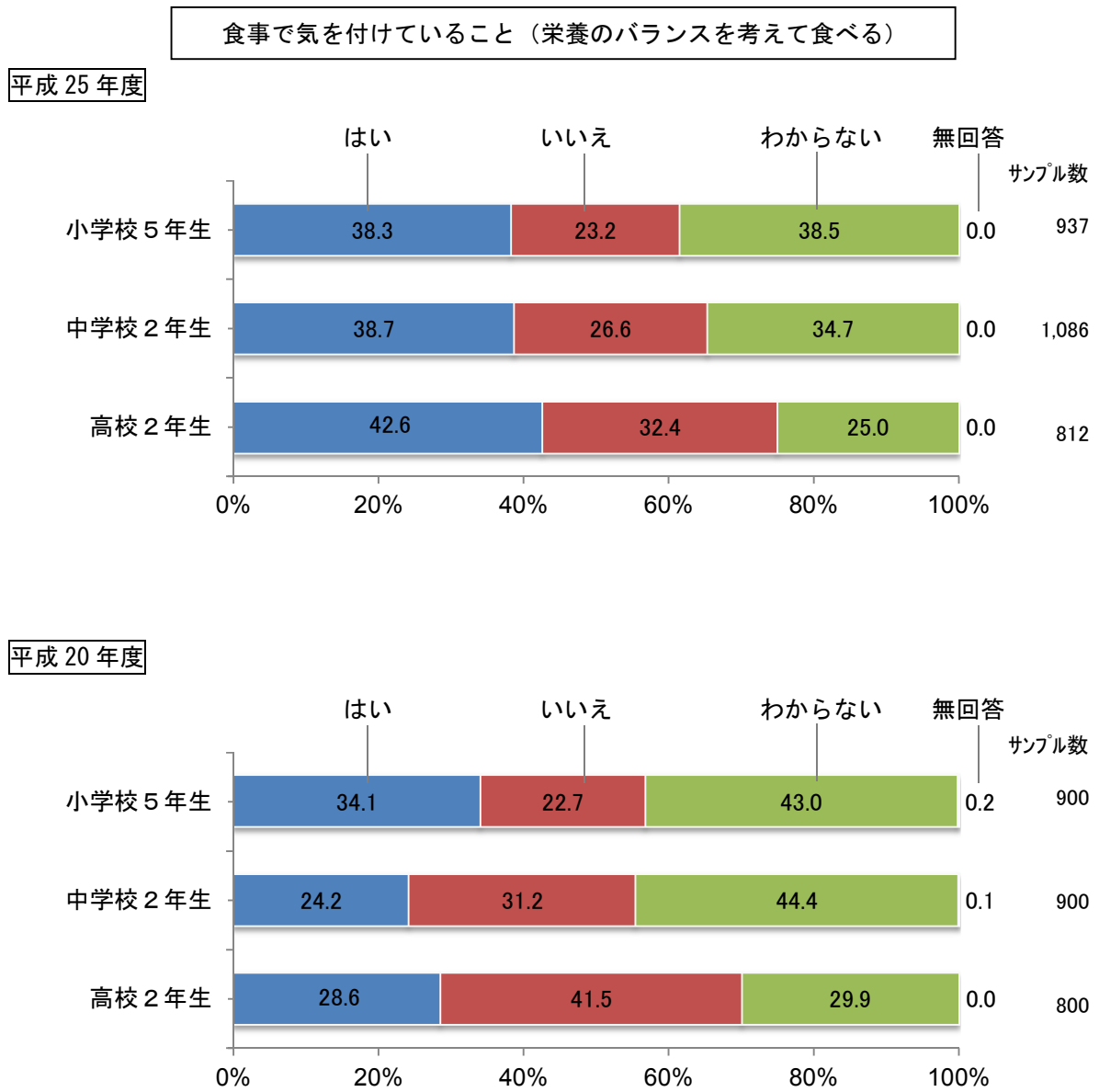
※平成 25 年度と平成 20 年度の「好ききらいをしないことについて気を付けている」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる（ $\chi^2=5.38, P=0.02<0.05$ ）。

中学生では有意な差がみられる（ $\chi^2=9.31, P<0.05$ ）。

高校生では有意な差がみられない（ $\chi^2=1.98, P=0.16>0.05$ ）。

食事で気を付けていること（「栄養のバランスを考えて食べる」）を比較すると、中学生で14.5%、高校生で14.0%増加している（中学生24.2%→38.7%、高校生28.6%→42.6%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「栄養のバランスを考えて食べることについて気を付けている」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

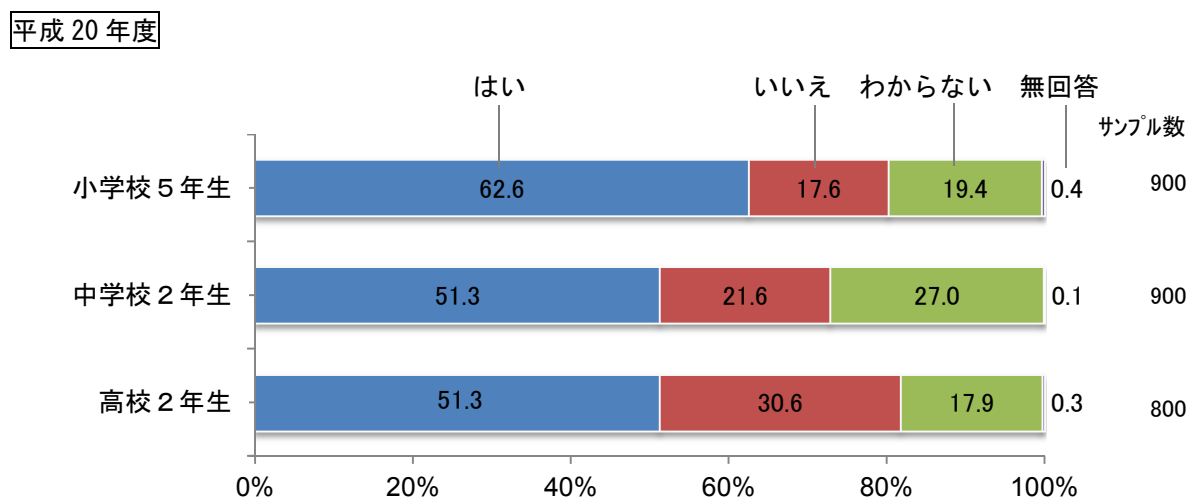
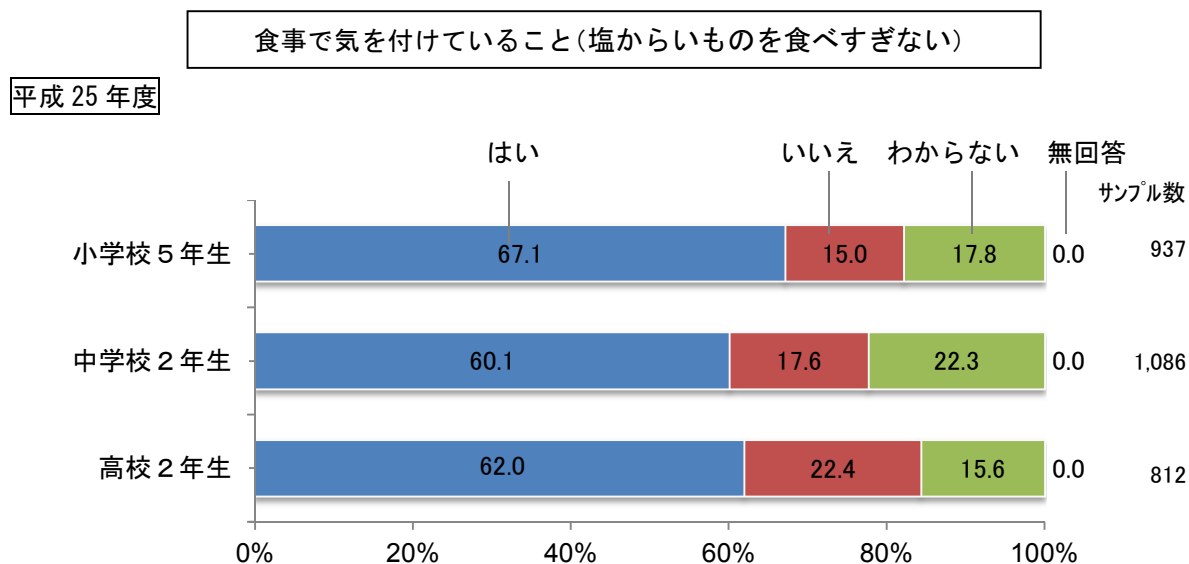
小学生では有意な差がみられない（ $\chi^2=3.51, P=0.06>0.05$ ）。

中学生では有意な差がみられる（ $\chi^2=47.14, P<0.05$ ）。

高校生では有意な差がみられる（ $\chi^2=34.35, P<0.05$ ）。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

食事で気を付けていること（「塩からいものを食べすぎない」）を比較すると、小学生で4.5%、中学生で8.8%、高校生で10.6%増加している（小学生62.6%→67.1%、中学生51.3%→60.1%、高校生51.3%→61.9%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「塩からいものを食べすぎないことについて気を付けている」とする割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.21, P=0.04<0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=15.46, P<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=34.35, P<0.05$ )。

④食品の主な働き

食品の主な働きについて平均の正答率を比較すると、小学生、中学生、高校生ともほぼ変わらない。※正答率の上昇しているセルを着色。

なお、本内容は、小学校家庭科における「食品の栄養的な特徴を知ること」に関するものであり、調査対象小学校 19 校における調査時点での履修状況は、履修済み校 2 校、履修中 3 校、未履修校 14 校であった。

正答率(%)		ごはん	魚	野菜	パン	牛乳	果物	平均
平成 25 年度	小学校5年生	62.4	70.2	83.0	66.8	65.6	66.4	69.1
	中学校2年生	75.6	78.1	88.8	76.7	80.8	85.3	80.9
	高校2年生	83.9	83.7	91.7	85.5	82.1	94.1	87.7
平成 20 年度	小学校5年生	66.7	69.2	80.9	67.7	69.7	70.0	70.7
	中学校2年生	76.9	74.2	85.9	77.0	78.7	82.0	79.1
	高校2年生	86.3	81.0	90.1	86.4	82.0	91.1	86.2
平成 15 年度	小学校5年生	未調査						
	中学校2年生	73.5	72.5	74.0	72.2	77.4	72.2	73.6
	高校2年生	90.9	88.5	87.1	89.6	90.4	90.8	89.6

食品の主な働きについて、それぞれの食品の正解は、以下のとおりである。

食品	主な働き
ごはん	エネルギーのもとになる
魚	体をつくるもとになる
野菜	体の調子を整えるもとになる
パン	エネルギーのもとになる
牛乳	体をつくるもとになる
果物	体の調子を整えるもとになる

※平成 25 年度と平成 20 年度の正答率の平均の差について各学年でカイ二乗検定を行った

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.24, P=0.62>0.05$ )。

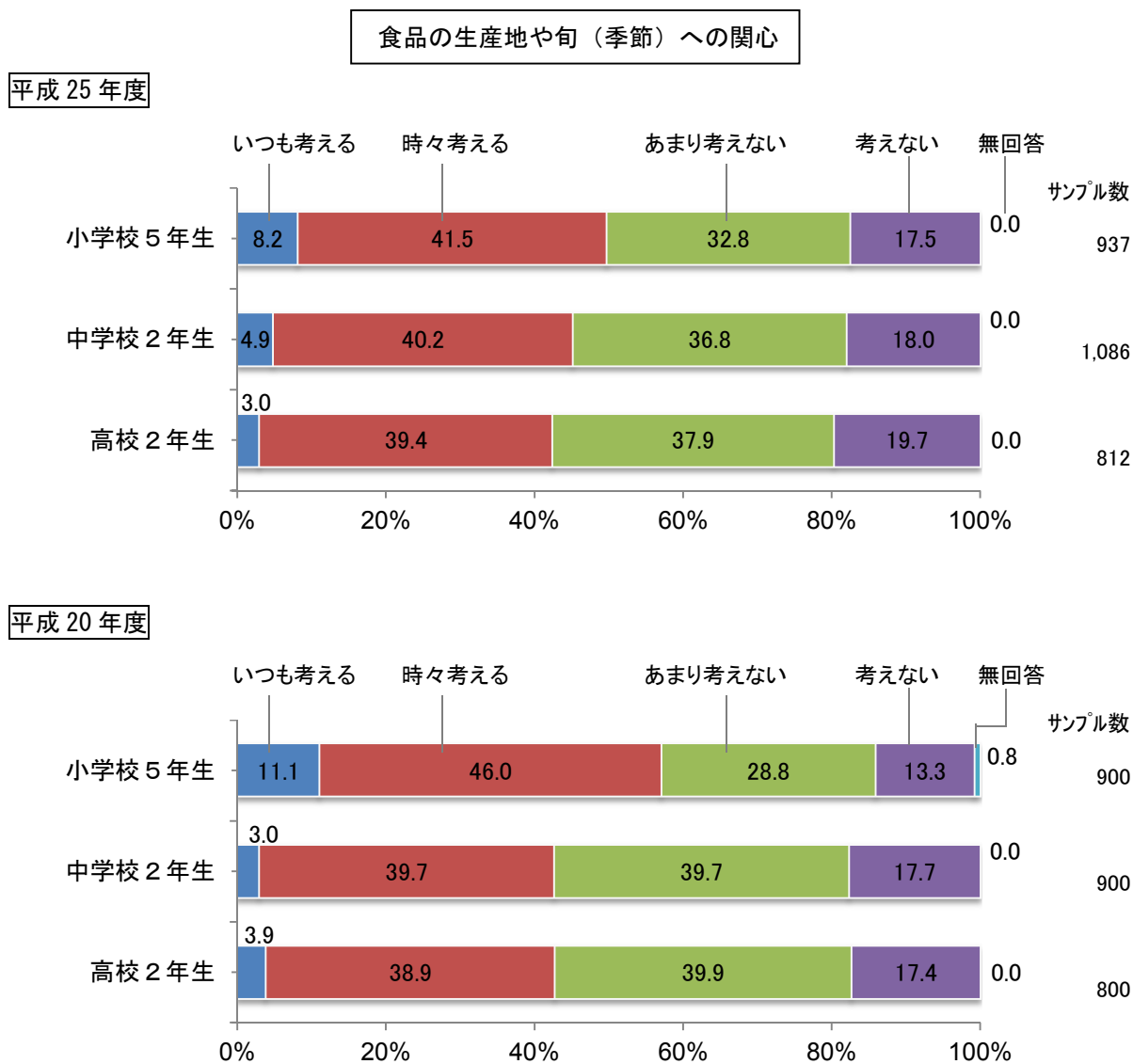
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.03, P=0.31>0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.73, P=0.39>0.05$ )。

### ⑤食品の生産地や旬（季節）への関心

食品の生産地や旬（季節）への関心を比較すると、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を)考える」とする割合が、小学生で7.4%低下している（小学生 57.1%→49.7%）。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「いつも考える」、「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を)考える」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

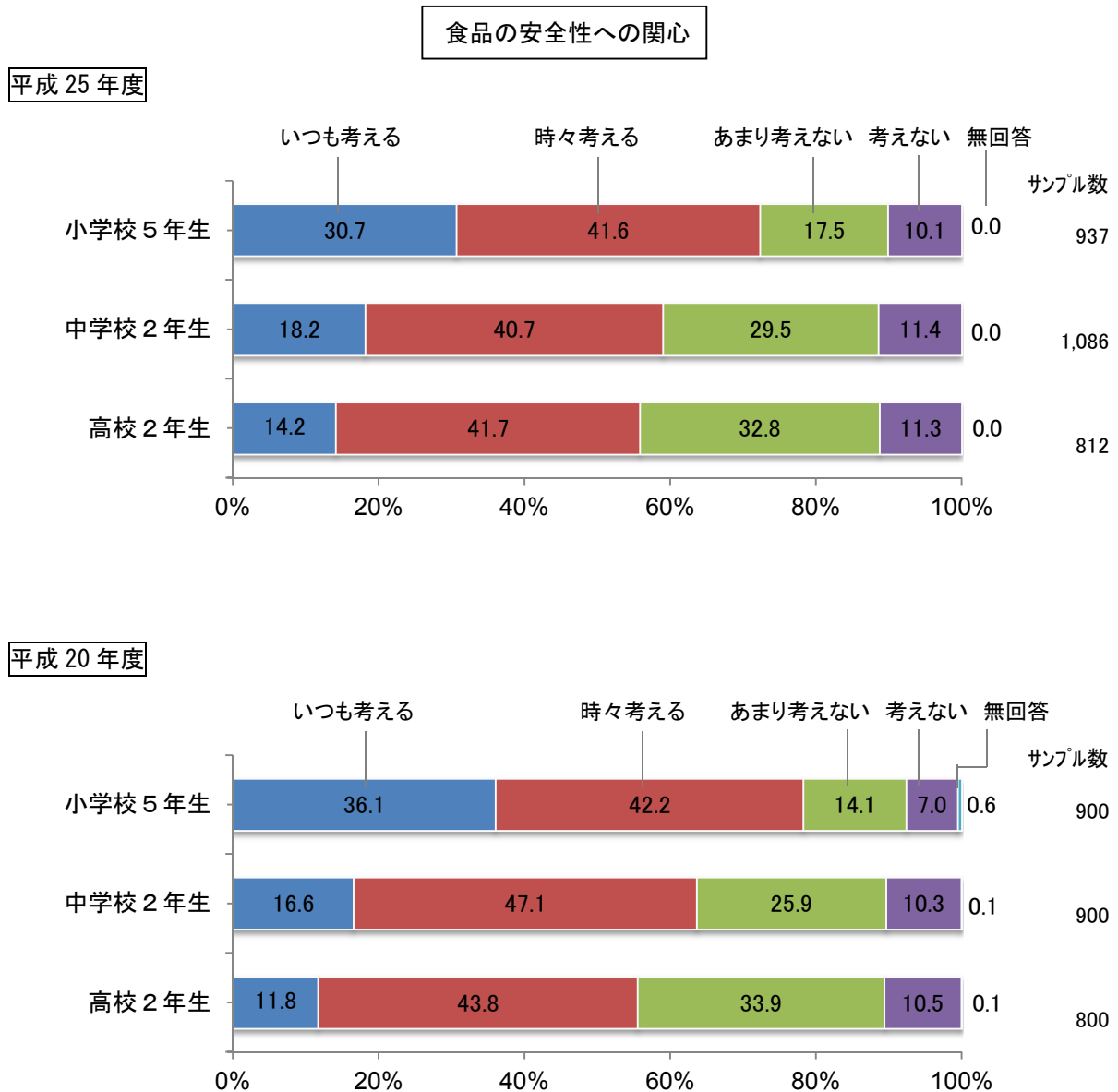
小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=10.04, P<0.01$ )。

中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.20, P=0.27>0.05$ )。

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.02, P=0.88>0.05$ )。

⑥食品の安全性への関心

食品の安全性への関心を比較すると、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の安全性を)考える」割合が、小学生で6.0%、中学生で4.8%低下している(小学生78.3%→72.3%、中学生63.7%→58.9%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「いつも考える」、「時々考える」を合わせた「(食品の安全性を)考える」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=8.81, P<0.01$ )。

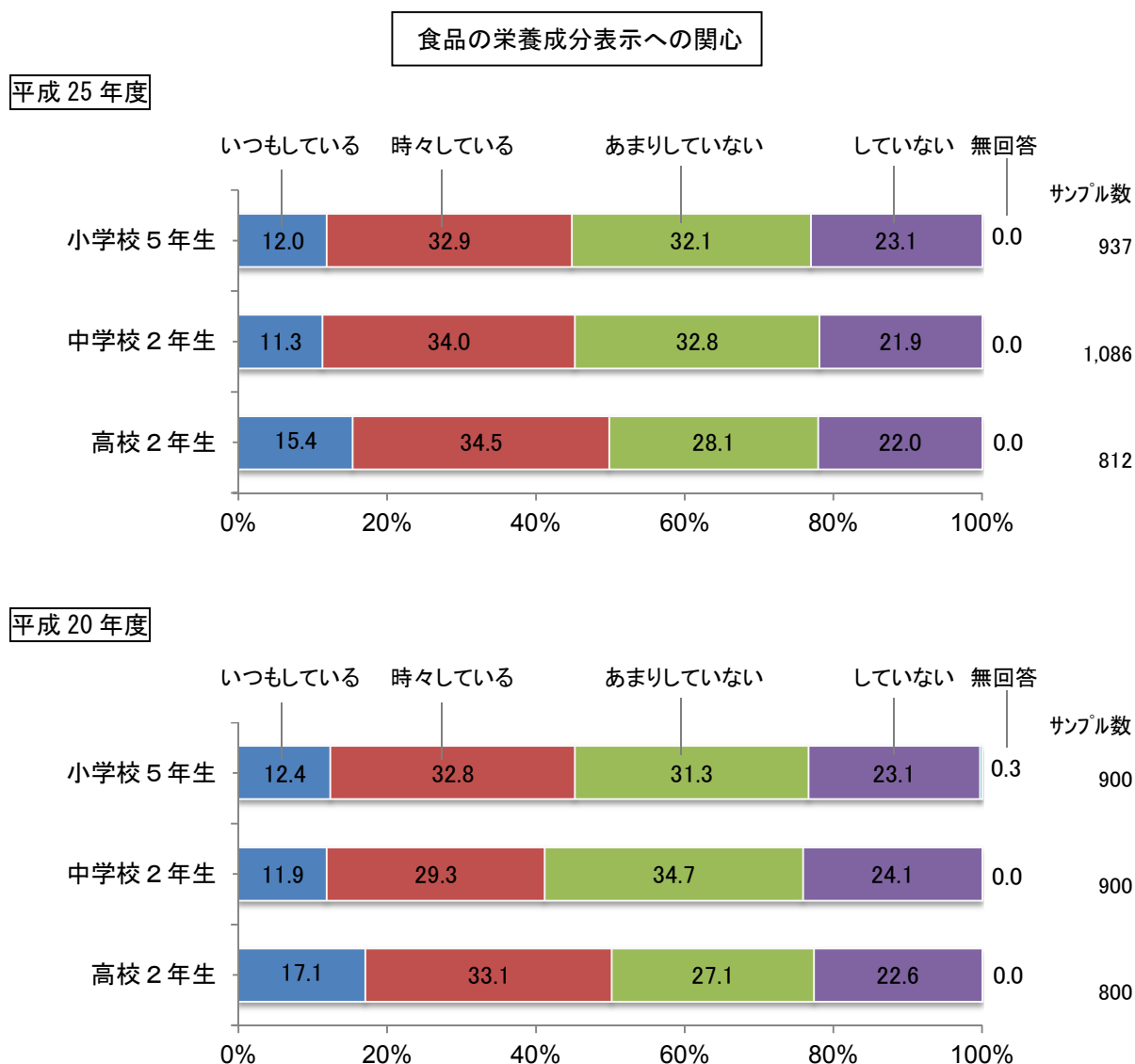
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.64, P=0.03<0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.03, P=0.87>0.05$ )。

### ⑦食品の栄養成分表示への関心

栄養成分表示への関心を比較すると、「いつもしている」と「時々している」を合わせた「(食品の栄養成分表示を参考に)している」割合は、小学生、中学生、高校生ともほぼ変わらない。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「いつもしている」、「時々している」を合わせた割合の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.03, P=0.86>0.05$ )。

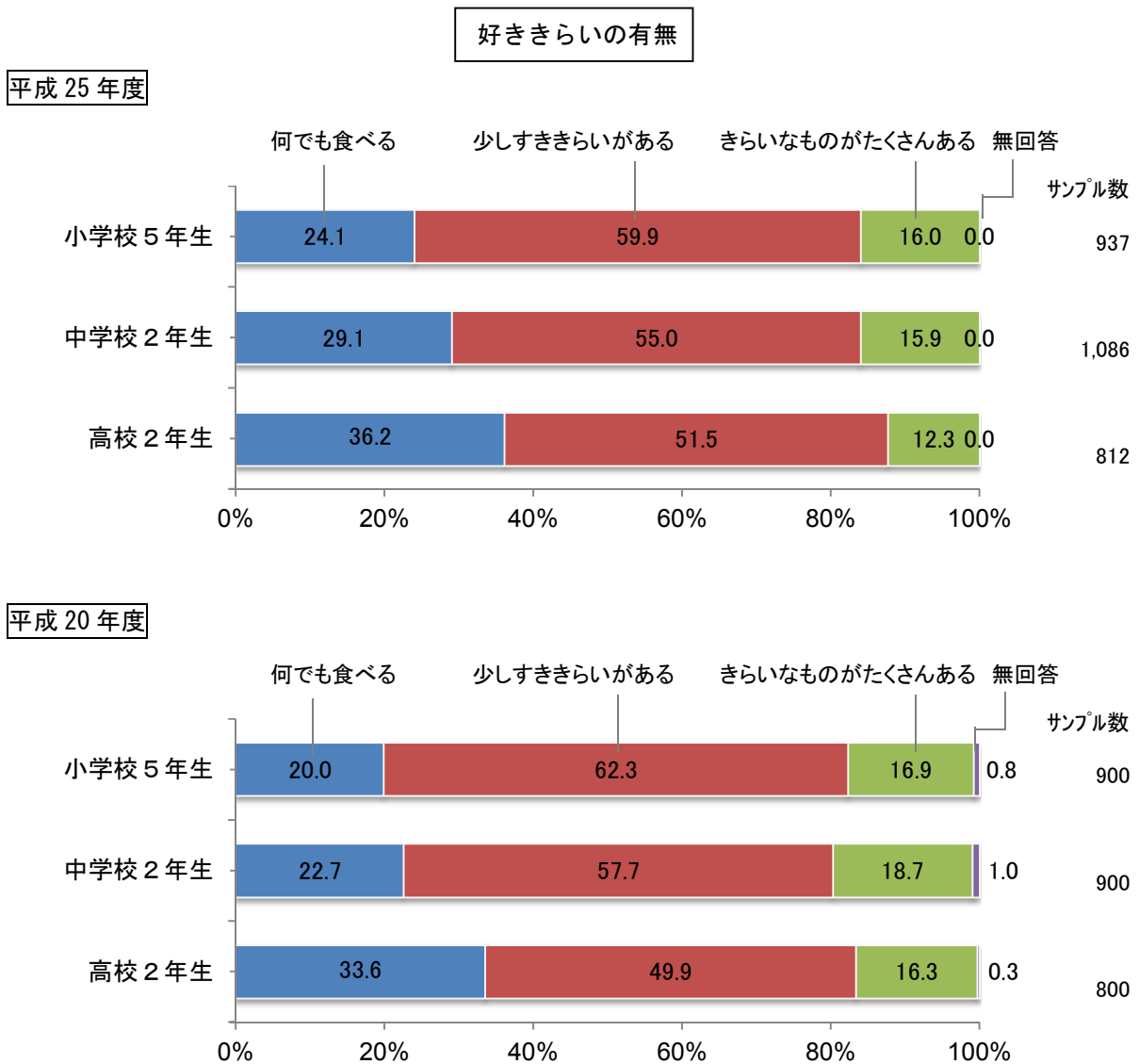
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=3.34, P=0.07>0.05$ )。

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.02, P=0.88>0.05$ )。



⑧好ききらいの有無

好ききらいの有無を比較すると、「(好ききらいなく) 何でも食べる」とする割合が、小学生で4.1%、中学生で6.4%増加している(小学生20.0%→24.1%、中学生22.7%→29.1%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「何でも食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.53, P=0.03<0.05$ )。

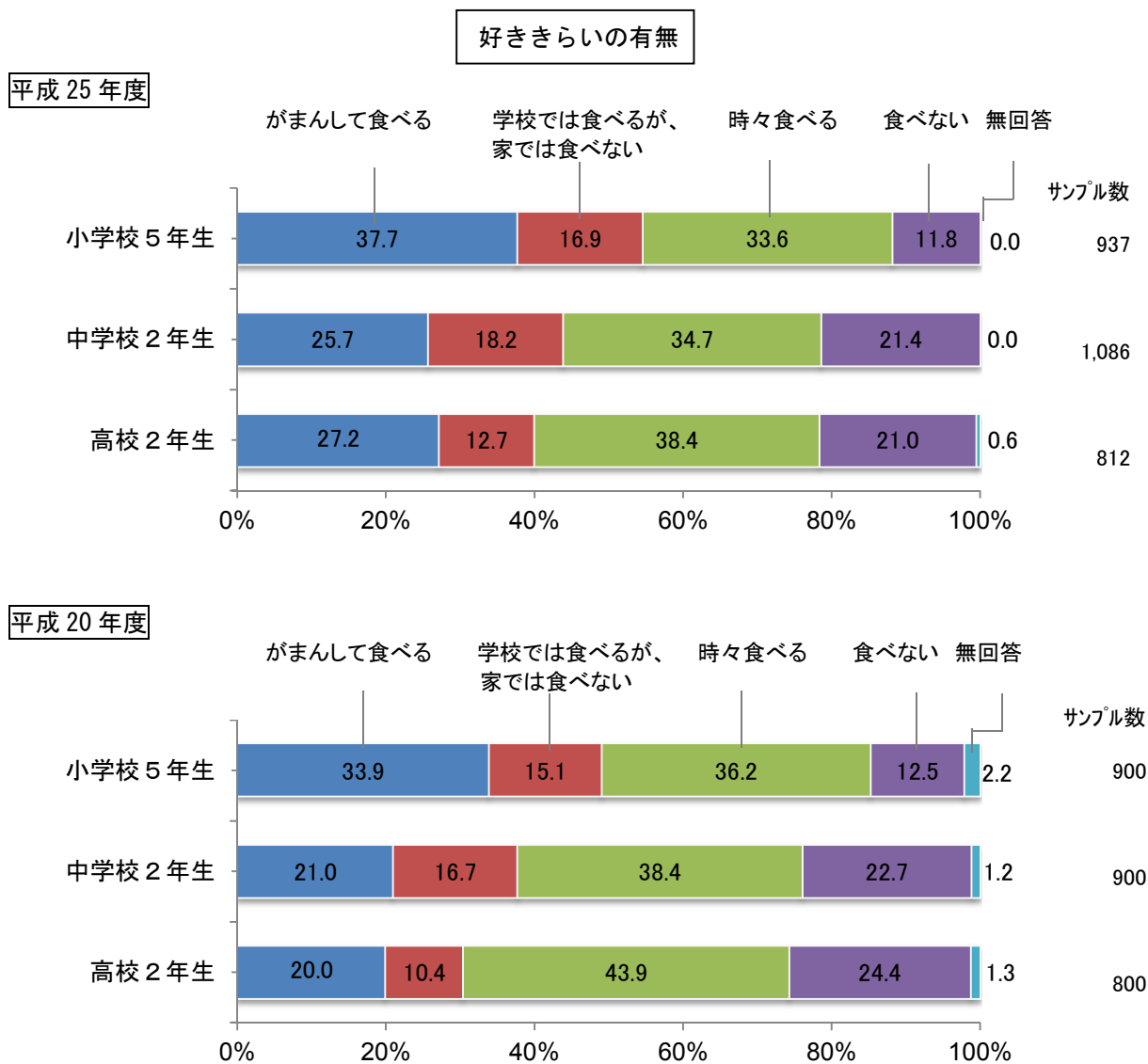
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=10.53, P<0.01$ )。

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.18, P=0.27>0.05$ )。

II. 食生活等の変化と食育の方向性

⑨きれいな食べ物への対応

きれいな食べ物への対応で比較すると、「(きれいな食べ物を) がまんして食べる」とする割合は、中学生で4.7%、高校生で7.2%増加している(中学生21.0%→25.7%、高校生20.0%→27.2%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「がまんして食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=2.18, P=1.39>0.05$ )。

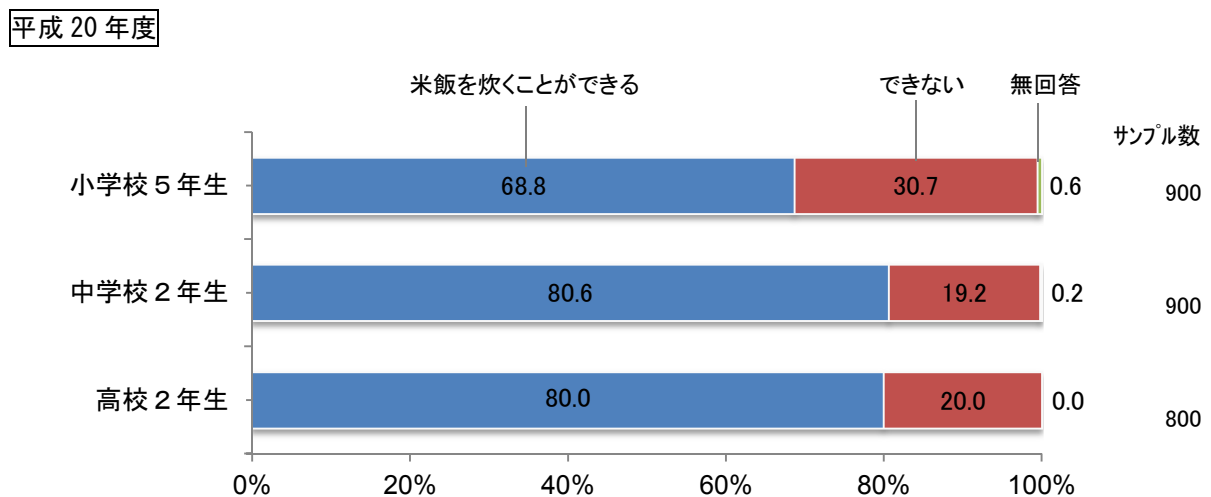
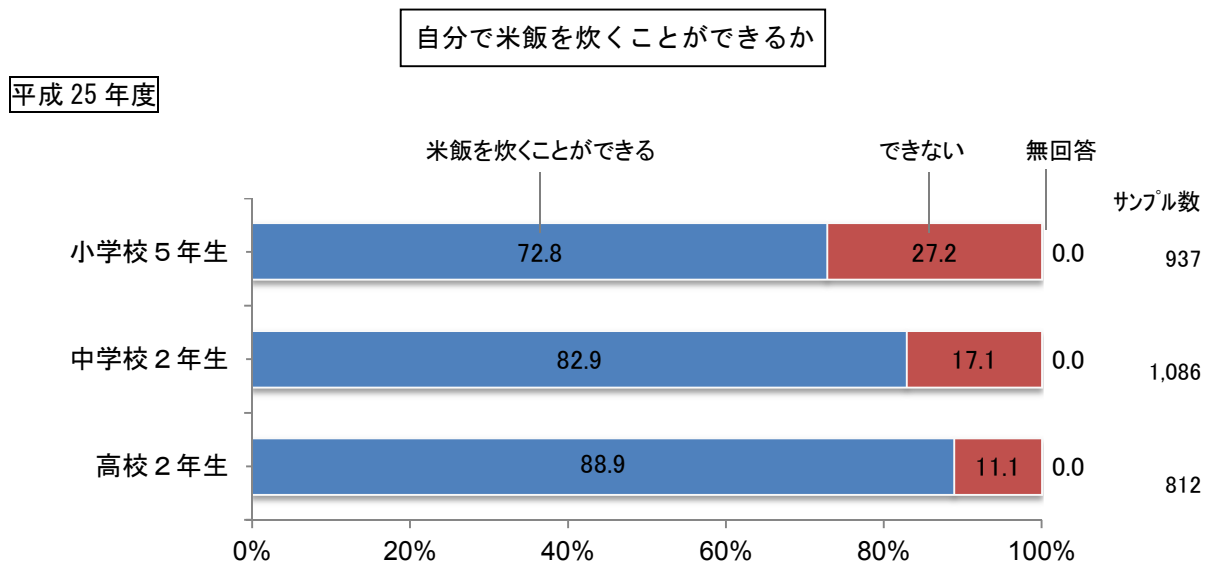
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=4.56, P=0.03<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=7.49, P<0.01$ )。

⑩調理技能の習得（米飯を炊ける、みそ汁をつくれる）

調理技能の習得状況について、自分で米飯を炊くことができる割合が、高校生で 8.9%増加している（高校生 80.0%→88.9%）。

なお、本内容は、小学校家庭科における「米飯及びみそ汁の調理ができること」に関するものである。調査実施時点での小学校（19校）の履修状況は、履修済み0校、履修中1校、未履修18校であった。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「自分で米飯を炊くことができる」の差について各学年でカイニ乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=3.57, P=0.059>0.05$ )。

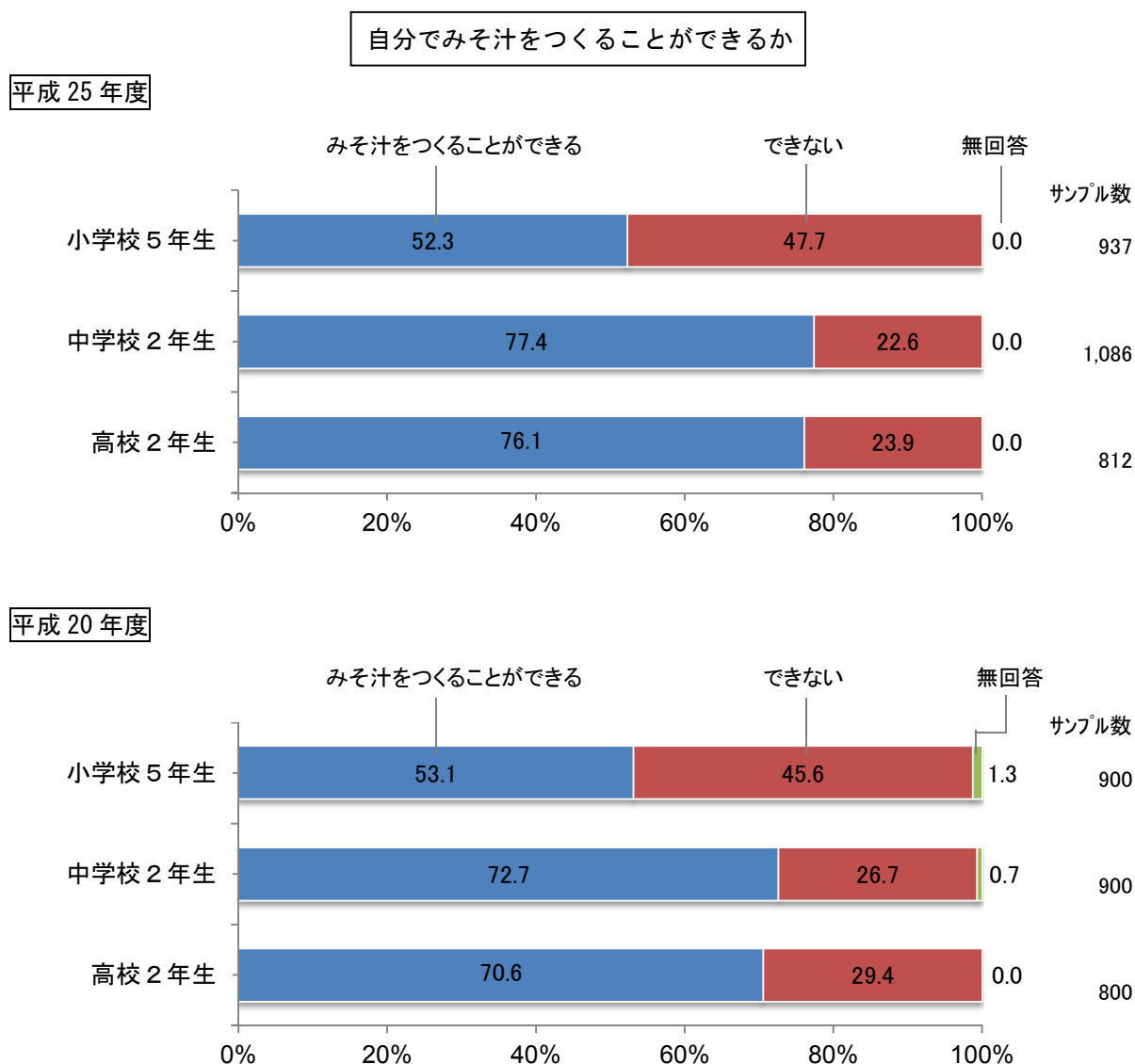
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.78, P=0.18>0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=24.45, P<0.05$ )。

調理技能の習得状況について、自分でみそ汁をつくることのできる割合が、中学生で 4.5%、高校生で 5.5%、増加している (中学生 72.7%→77.4%、高校生 70.6%→76.1%)。

なお、本内容は、小学校家庭科における「米飯及びみそ汁の調理ができること」に関するものである。調査実施時点での小学校 (19 校) の履修状況は、履修済み 0 校、履修中 1 校、未履修 18 校であった。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「自分でみそ汁をつくることのできる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.122, P=0.73>0.05$ )。

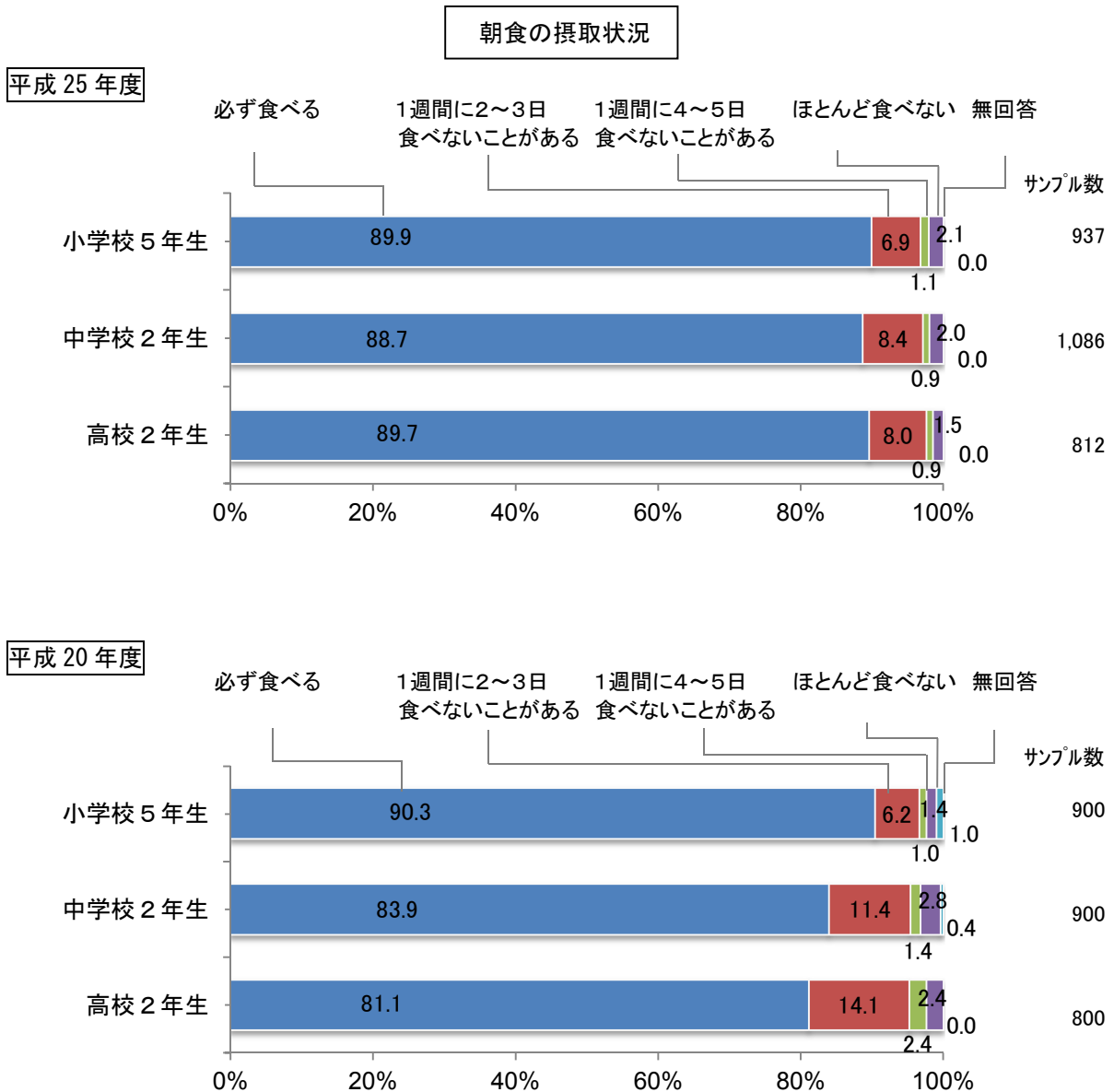
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.03, P=0.01<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.20, P=0.01<0.05$ )。

(3) 健康的な生活習慣の形成

①朝食の摂取状況

朝食の摂取状況を比較すると、「(朝食を) 必ず食べる」とする割合が、中学生 4.8%、高校生で 8.6%増加している (中学生 83.9%→88.7%、高校生 81.1%→89.7%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「必ず食べる」の差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.11, P=0.74>0.05$ )。

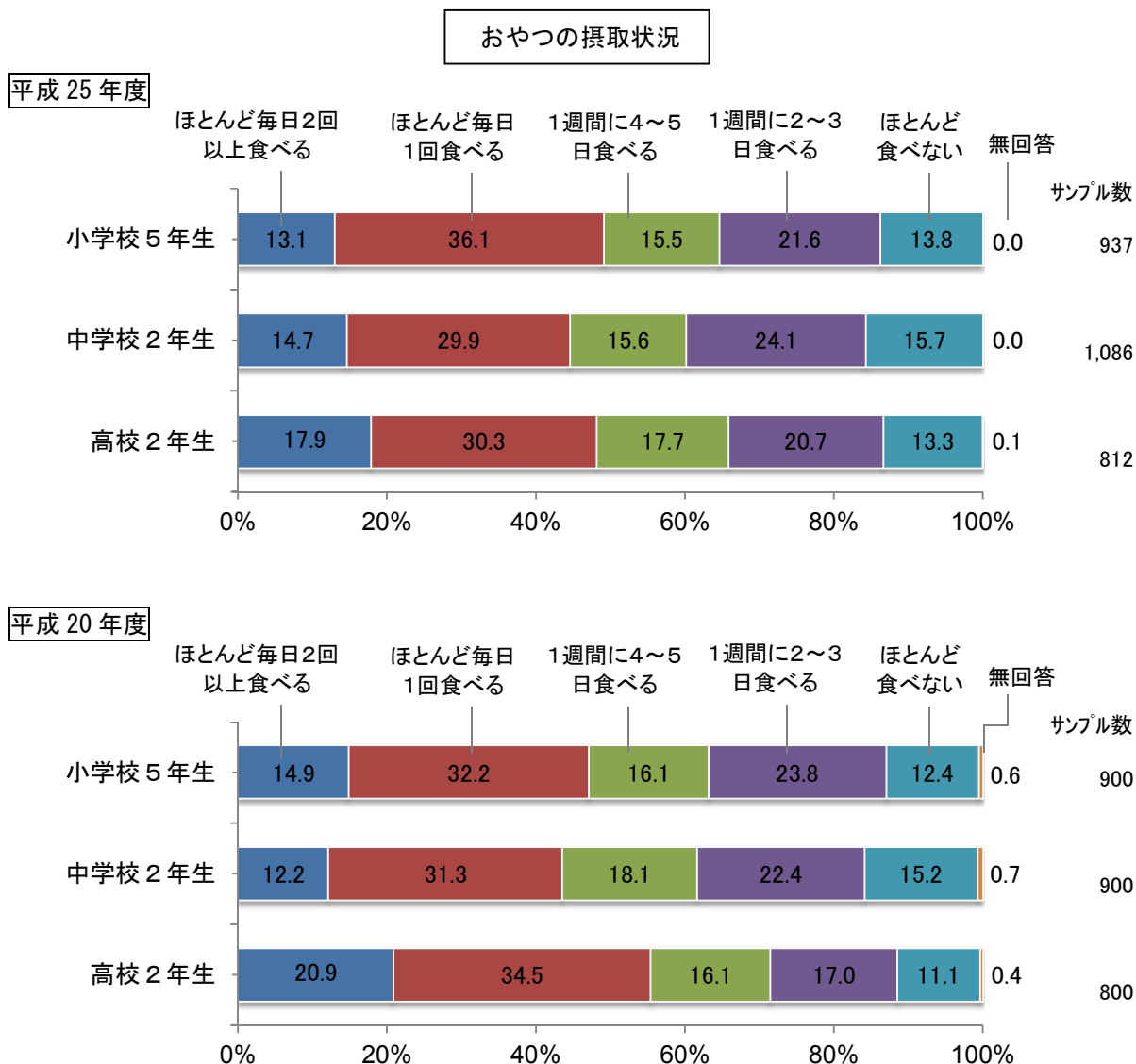
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=9.65, P<0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=23.54, P<0.05$ )。

### ②おやつ摂取状況

おやつ摂取状況を比較すると、「ほとんど毎日2回以上食べる」と「ほとんど毎日1回食べる」を合わせた「(おやつを)毎日1回以上食べる」とする割合が高校生で、7.2%低下している (55.4%→48.2%)。



※平成 20 年度と平成 15 年度の「ほとんど毎日2回以上食べる」と「ほとんど毎日1回食べる」を合わせた「(おやつを)毎日1回以上食べる」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

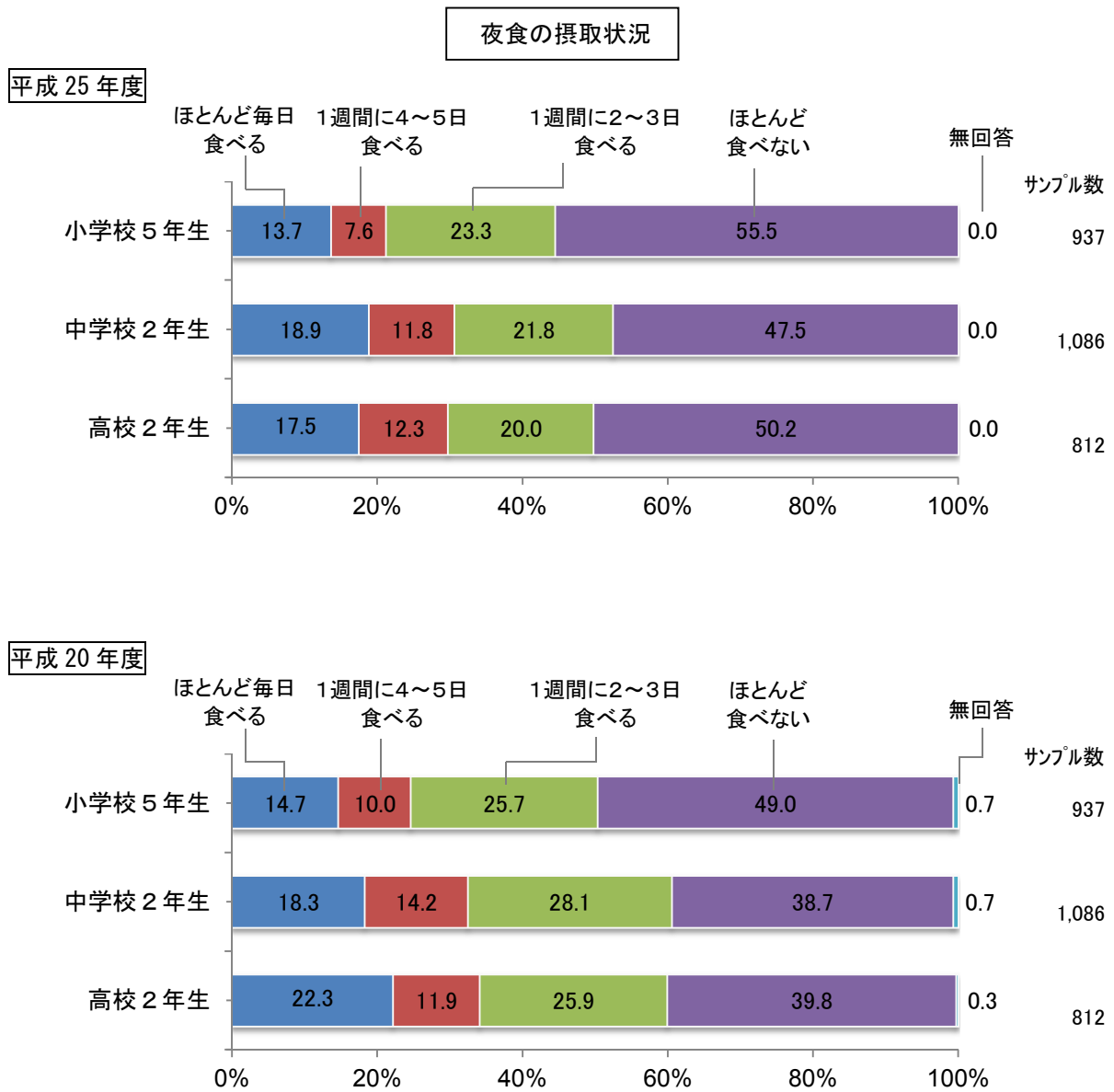
小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.80, P=0.37>0.05$ )。

中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.24, P=0.62>0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=8.42, P<0.01$ )。

③夜食の摂取状況

夜食の摂取状況を比較すると、「(夜食を) ほとんど毎日食べる」とする割合が、高校生で、4.8%低下している(22.3%→17.5%)。



※平成 20 年度と平成 15 年度の「(夜食を) ほとんど毎日食べる」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.38, P=0.54>0.05$ )。

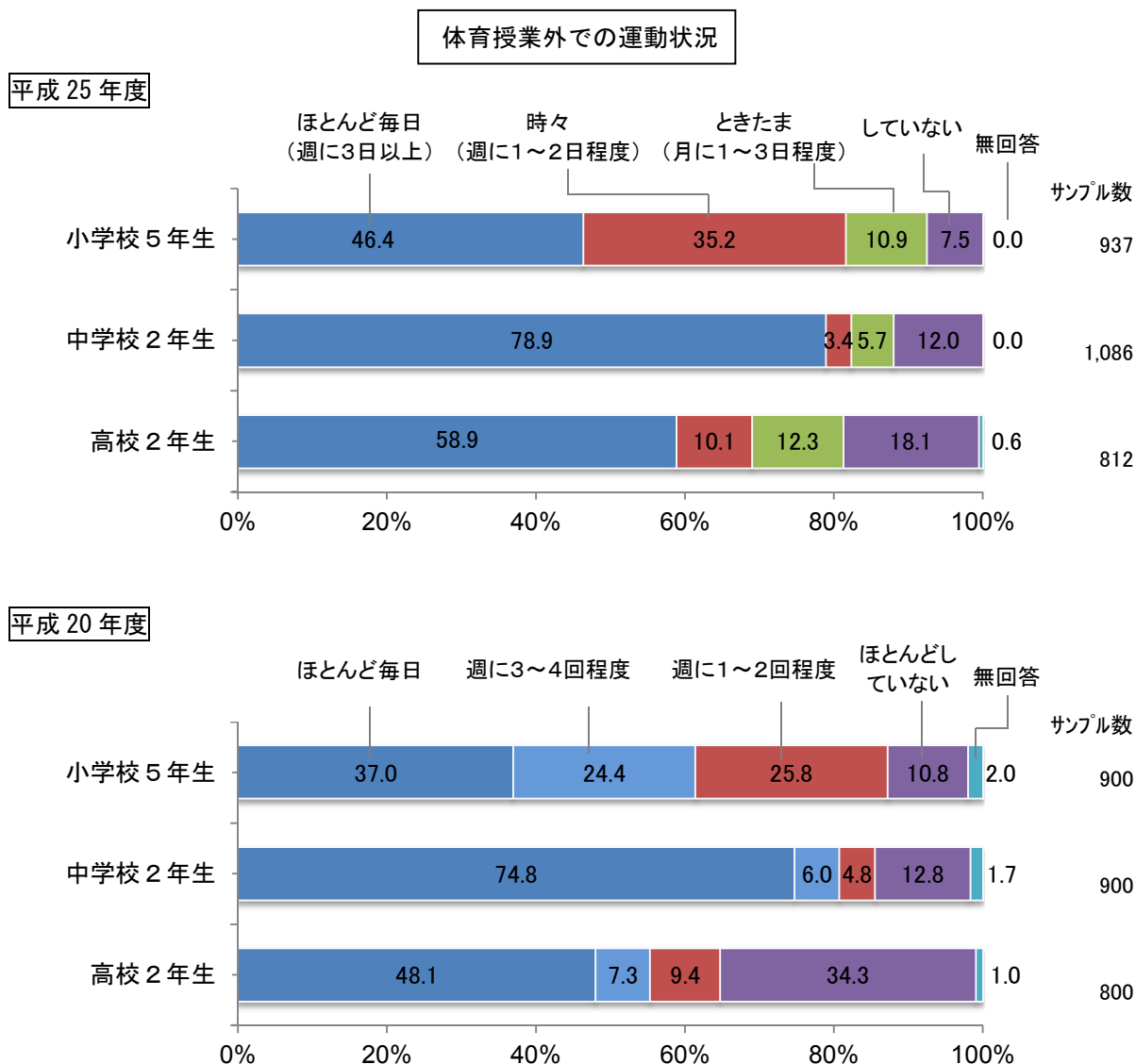
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.10, P=0.76>0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=5.74, P=0.02<0.05$ )。

### ④体育授業外での運動状況

体育授業外での運動状況を比較すると、平成 20 年度の「ほとんど毎日動かしている」と「週に 3～4 回程度動かしている」を合わせた「(体育の授業外で) 週に 3 日以上 (体を) 動かしている」とする割合が、小学生で 15.0%低下している (61.4%→46.4%)。



※平成 25 年度の「ほとんど毎日 (週に 3 日以上) 体を動かしている」と平成 20 年度の「ほとんど毎日動かしている」「週に 3～4 回程度動かしている」を合わせた「(体育の授業外で) 週に 3 日以上 (体を) 動かしている」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=41.67, P<0.05$ )。

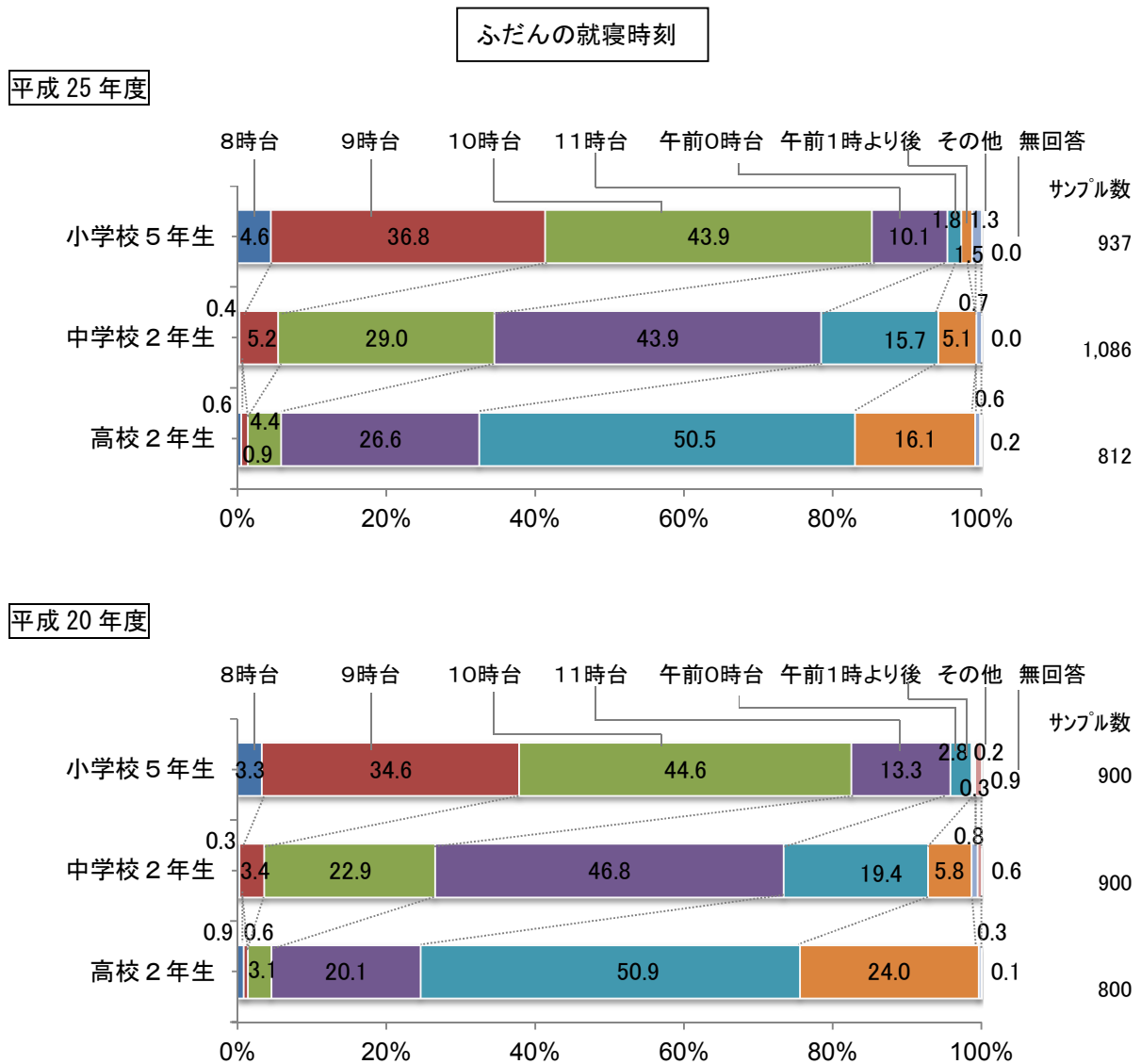
中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=1.06, P=0.30>0.05$ )。



高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=2.01, P=0.15>0.05$ )。

⑤ふだんの就寝時刻

ふだんの就寝時刻を比較すると、午前0時前に就寝している割合が中学生で5.1%、高校生で7.8%増加している(中学生73.4%→78.5%、高校生24.7%→32.5%)。



※平成25年度と平成20年度の「11時前までに就寝する」とする差について小学生でカイ二乗検定を行った。また、「午前0時前までに就寝する」とする差について中学生、高校生でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=2.72, P=0.10>0.05$ )。

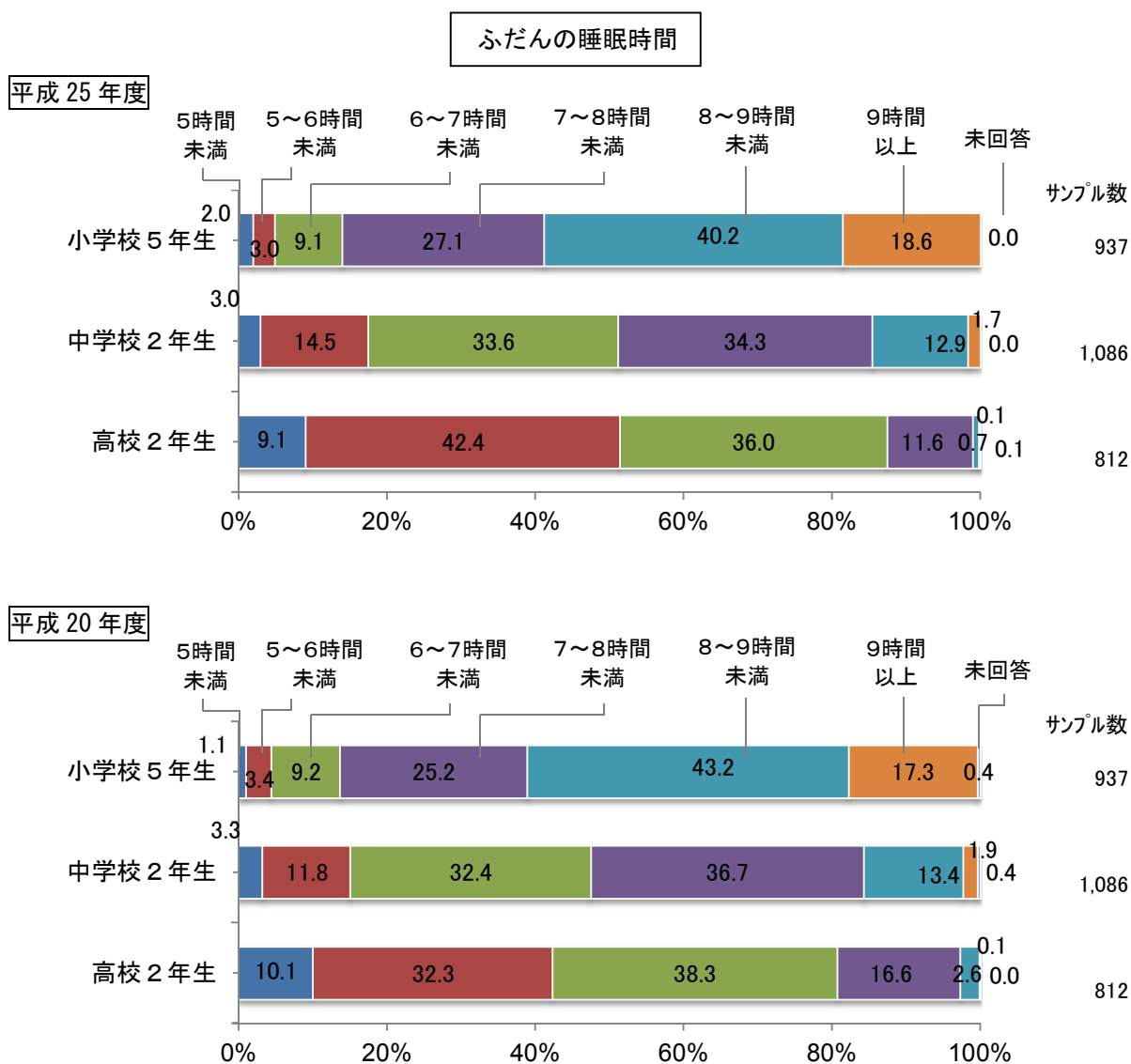
中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=6.80, P=0.01<0.05$ )。

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=11.88, P<0.01$ )。

### ⑥ふだんの睡眠時間

ふだんの睡眠時間を比較すると、「7～8時間未満」「8～9時間未満」「9時間以上」を合わせた「7時間以上」とする割合が、高校生で6.9%低下している(19.3%→12.4%)。また、「5時間未満」と「5～6時間未満」を合わせた「6時間未満」とする割合が、高校生で9.1%(42.4%→51.5%)増加している。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「7～8時間未満」「8～9時間未満」「9時間以上」を合わせた7時間以上とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

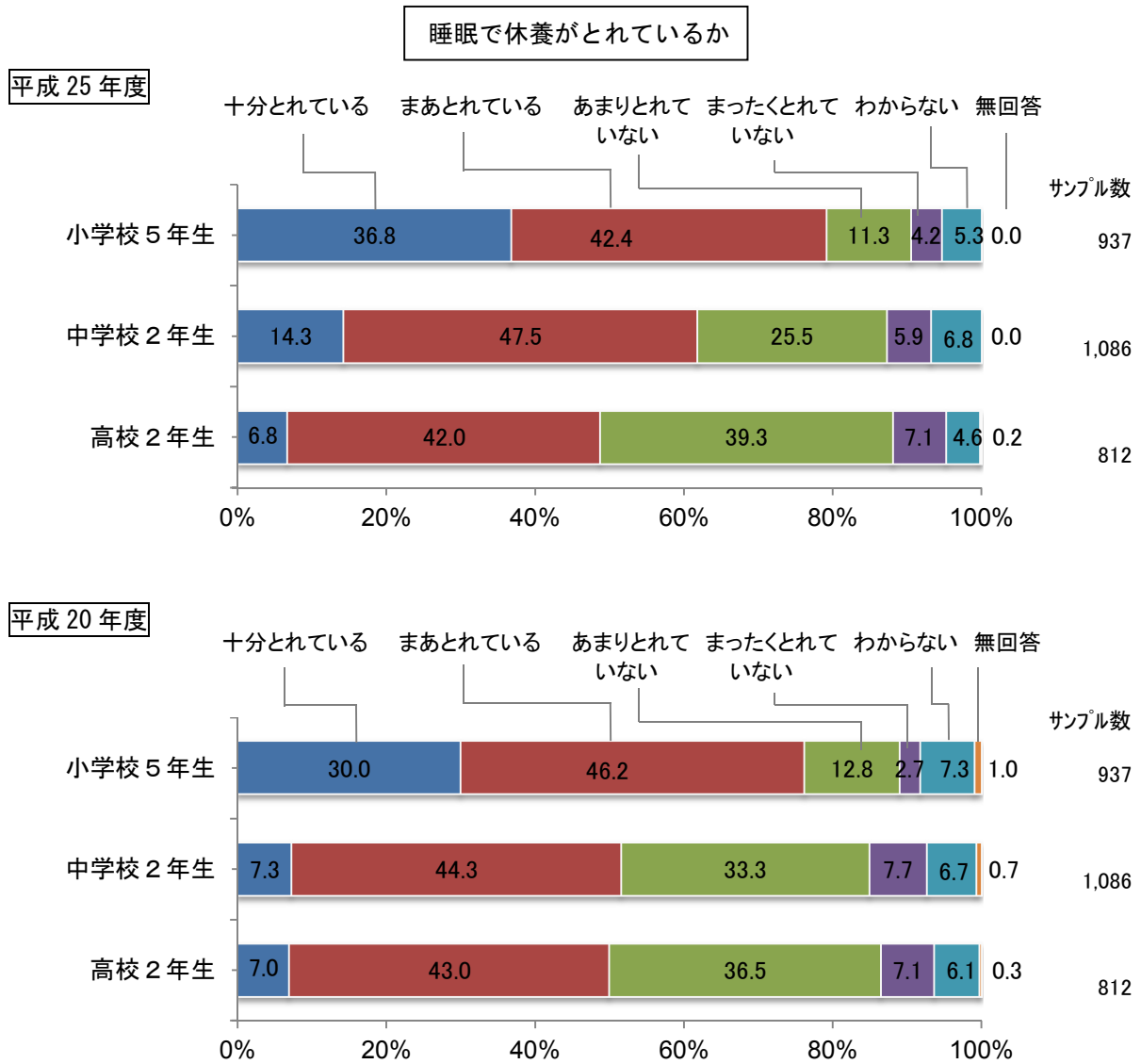
小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.01, P=0.93>0.05$ )。

中学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=2.01, P=0.15>0.05$ )。

高校生では有意な差がみられる ( $\chi^2=14.5, P<0.001$ )。

⑦睡眠で休養がとれているか

睡眠で休養がとれているかについて比較すると、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「(睡眠で休養が)とれている」とする割合が、中学生で10.2%増加している(51.6%→61.8%)。



※平成 25 年度と平成 20 年度の「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「(睡眠で休養が)とれている」とする差について各学年でカイ二乗検定を行った。

小学生では有意な差がみられない ( $\chi^2=2.33, P=0.13>0.05$ )。

中学生では有意な差がみられる ( $\chi^2=20.59, P<0.05$ )。

高校生では有意な差がみられない ( $\chi^2=0.24, P=0.62>0.05$ )。

II. 食生活等の変化と食育の方向性

2. これからの本県の学校における食育のありかた

(1) 調査結果の概要

①今回調査と前回調査（平成20年度群馬県児童生徒の食生活等実態調査）の比較

平成20年度と平成25年度の結果を比較し、有意差検定を行った結果、児童生徒の食生活等の主な変化状況は次のとおりである。

記号の説明 ○印：向上している ▼印：低下している —印：有意差がみられない

指針	質問事項	小学5年生			中学2年生			高校2年生									
		H.15	H.20	H.25	H.15	H.20	H.25	H.15	H.20	H.25							
食事はコミュニケーションの場	食事で気を付けていること	楽しく食べる	71.3	77.6	○	76.8	—	55.8	56.1	—	73.4	○	60.1	65.6	○	72.5	○
	食事のあいさつ	いつもする	67.1	74.9	○	78.5	—	49.3	55.8	○	71.2	○	44.8	50.4	○	65.5	○
	共食の状況	朝食を家族そろって食べる	19.2	31.4	○	29.1	—	12.8	17.3	○	20.9	○	8.9	12.9	○	15.3	—
		夕食	41.2	62.0	○	56.5	▼	33.3	53.9	○	59.9	○	26.1	43.0	○	49.3	○
	食事の協同体験	テーブルの準備	/	63.1	/	67.6	○	/	52.6	/	58.4	○	/	48.3	/	56.9	○
		後かたづけ	/	67.0	/	68.1	—	/	61.2	/	66.9	○	/	63.9	/	72.2	○
	食事が楽しいと感じるとき	家族そろって食べる時	34.8	39.3	○	37.4	—	23.3	22.1	—	26.3	○	17.3	17.9	—	23.9	○
学校給食への思い	みんな(友達や先生)と一緒に食べられる	53.6	67.4	○	60.7	▼	40.9	45.3	○	51.0	○						
食に関する知識・技能の習得と実践化	食育指導の状況	ある	/	92.0	/	96.7	○	/	92.4	/	96.0	○	/	64.6	/	64.6	—
	食事で気を付けていること	3回の食事は必ず食べる	82.6	88.0	○	87.8	—	76.4	82.4	○	87.4	○	73.6	81.1	○	86.8	○
		栄養のバランスを考えて食べる	25.8	34.1	○	38.4	—	17.3	24.2	○	38.7	○	19.1	28.6	○	42.6	○
	食に関する知識	食品の主な働き(正答率)	/	70.7	—	69.1	—	73.6	79.1	○	80.9	—	89.6	86.2	▼	87.7	—
	食品への関心	生産地や旬を考える	45.9	57.1	○	49.7	▼	38.5	42.7	○	45.1	—	33.9	42.8	○	42.4	—
		安全性を考える	68.4	78.3	○	72.4	▼	57.1	63.7	○	58.9	▼	56.6	55.6	—	55.9	—
		栄養成分表示を参考にする	34.7	45.2	○	44.8	—	33.4	41.2	○	45.3	—	46.2	50.2	○	49.9	—
	好ききらいの有無	何でも食べる	15.8	20.0	○	24.1	○	19.4	22.7	○	29.1	○	25.1	33.6	○	36.2	—
	調理技能の習得	米飯を炊ける	/	68.8	/	72.8	—	/	80.6	/	82.9	—	/	80.0	/	88.9	○
		みそ汁をつくれる	/	53.1	/	52.3	—	/	72.7	/	77.4	○	/	70.6	/	76.1	○
ダイエット経験	やせたいと思って実行したことがある						24.5	28.4	▼	25.6	—	41.2	42.0	—	37.3	—	
健康的な生活習慣の形成	朝食	必ず食べる	86.7	90.3	○	89.9	—	77.4	83.9	○	88.7	○	73.3	81.1	○	89.7	○
	間食	ほとんど毎日食べる	53.1	47.1	○	49.2	—	45.3	43.5	—	44.7	—	46.6	55.4	▼	48.2	○
	夜食	ほとんど毎日食べる	19.1	14.7	○	13.7	—	19.1	18.3	—	18.9	—	17.9	22.3	▼	17.4	○
	体育の授業以外の運動状況	週に3回以上	67.1	61.4	▼	46.4	▼	81.2	80.8	—	78.9	—	54.8	55.4	—	58.9	—
	ふだんの就寝時刻	午前0時前(小学生は11時前)	82.2	82.5	—	85.3	—	64.4	73.4	○	78.5	○	35.7	24.7	▼	32.5	○
	睡眠時間	7時間以上	85.5	85.7	—	85.9	—	46.8	52.0	○	48.9	—	23.5	19.3	▼	12.4	▼
	睡眠による休養	とれている	74.8	76.2	—	79.2	—	43.2	51.6	○	61.8	○	40.7	50.0	○	48.8	—

## ②今回の調査で追加した主な調査項目と結果

- ・食品に含まれる主な栄養素について、正答率は中学生で約7割5分、高校生で約8割であった。その中であって、牛乳の主な栄養素（無機質）の正解率は中学生、高校生ともに約3割5分と低いものであった（「たんぱく質」と回答した者が正解者と同数ほどいた）（91頁参照）。
- ・排便の規則性に関しては、毎日排便がある小学生は6割、中学生は7割、高校生は6割であった。その中で、毎日同じ時間帯に排便がある小学生は2割、中学生は2割半、高校生は3割弱であった（67頁参照）。

## (2) 調査結果からみた主な課題と本県の学校における食育の方向性

今回の調査結果における本県の児童生徒の食をめぐる状況としては、中学生、高校生では、これまでの食に関する指導で学んだ知識や技能を活かし、自分の生活を改善している様子が見えてくる。

しかし、小学生については、指標に関する項目では、あまり変化が見られず、中には低下した項目（食品への関心（生産地、旬、安全性））もあった。この理由としては、小学生については、平成20年度調査の時点で課題改善が大幅に進んだことや、調査の実施時期が前回よりも早く、まだ、家庭科で食物の学習が行われていなかったことや、前回（平成20年度）調査の際は、輸入食品による毒物混入事件があり、食の安全性、生産国への関心が非常に高まっていた等が考えられる。小学生については、今後の家庭科の学習を通して、食に関する知識・技能の習得と実践する態度を育むとともに、食に関する指導が教育活動全体を通じて計画的、継続的に実施されることを期待する。

これらのことから、今後の学校における食育の方向性は、これまでの基本的なあり方である「みんなが楽しくコミュニケーションを図りながら食事をする事」を踏襲しつつ、学習指導要領に基づき、本県の食に関連する各種計画※との関連を図りながら、小・中・高が連携かつ継続して食育の取組を推進していくこととする。

※（参考）本県の食に関する各種計画

「第2期群馬県教育振興基本計画」「第14次群馬県総合計画 はばたけぐんまプラン」

「群馬県健康増進計画 元気県ぐんま21（第2次）」

「群馬県食育推進計画（第2次）ぐんま食育こころプラン2011-2015」

## II. 食生活等の変化と食育の方向性

調査結果からみた本県の学校における食育の方向性を次に示す。

### ①学校 ～教育活動全体を通じた食育の推進～

#### － 1 知識・技能の習得と実践化

学校においては、食に関する指導の全体計画や学年別年間指導計画に基づき、教科等の授業の中で、食育関連内容を踏まえた指導を確実に実施することにより、食に関する知識と技能を身に付けられるようにする。

特に、食育の中核となる教科である家庭科においては、栄養に関する知識や調理技能を確実に身に付けることができるよう指導する。

#### － 2 豊かな体験活動の工夫

食に関する指導に際しては、体験活動の工夫を図り、五感を使った体験を通して食の大切さや感謝の気持ちについて実感を伴って理解できるようにする。

#### － 3 学校給食を通じた指導の充実

学校給食の時間は、児童生徒が教科等で学んだ食に関する知識や技能等を、発達の段階に応じて総合的に身に付けることができるよう、食育を推進する際の中心的な指導の場となるようにする。

特に、地場産物を活用した学校給食の提供を通じて、旬の野菜のおいしさを実感し、自然の恩恵や生産者への感謝の心を育めるようにする。

#### － 4 個別指導の充実

担任と養護教諭・栄養教諭が連携し、生活習慣の改善等、個に応じた指導の充実を図る。

- ・肥満
- ・ダイエット
- ・食物アレルギー
- ・家庭での食事
- ・偏食
- ・食品の選択
- ・スポーツ栄養等

### ②家庭・地域 ～健康的な生活習慣の形成・心豊かな食生活の創造～

#### － 1 食事・運動・休養及び睡眠の調和 ～朝食は生活習慣のバロメーター～

学習や生活の基盤となる望ましい生活習慣を形成することができるよう、学校と家庭・地域が連携し、朝食摂取を核とした取組を推進していく。特に、よりよい生活リズムを形成する視点から、児童生徒の実情に応じた取組を工夫していく。

(取組の例)

- ・各種便り、学校ホームページによる啓発
- ・学校保健委員会による発表
- ・弁当の日の実施
- ・食育の視点を取り入れた授業参観の実施
- ・学校ホームページの活用
- ・給食試食会の実施
- ・招待給食の実施
- ・チェックカード等の活用による生活習慣改善に関する取組の実施

### － 2 調理技能の習得

食生活の自立を図る観点から、栄養のバランスを考えた調理ができるよう、基礎的な技能の習得が求められている。家庭科の授業で学んだことを生かしたり、家族と一緒に調理をする機会を持ったりすることにより、調理技能を身に付けられるようにする。

### － 3 社会性の涵養

共食による食卓を囲んでの家族の会話や学校給食の場を通じ、豊かな人間性を築くために必要なコミュニケーション能力を育成するとともに、マナーを身に付け、社会のルールや人に対する思いやりを育めるようにする。

## ③食に関する指導体制の整備

食育を適切に推進できるよう、食に関する指導の現状と課題に基づいた研修を通して、学校と家庭・地域社会が連携して食に関する指導を実施できるようにする。特に、学校においては、食に関する指導の全体計画に基づいた「学年別年間指導計画」を作成することを通して、教職員の共通理解を図り、食育推進担当教員を中心に、組織的に食に関する指導を実践できるようにする。

# 調査結果を踏まえた本県の学校における食育推進の方向性

「ぐんま食育こころプラン 2011-2015 ー群馬県食育推進計画（第2次）ー」基本理念  
**食の大切さを理解し、食を通して豊かな人間性を育む**

群馬県教育委員会食育基本方針

**食事は楽しく、ともに語らいながら**

- 朝食欠食の改善
- 野菜嫌いの解消
- 不適切な間食・夜食摂取の解消
- 共食の推進
- 調理技能の習得
- 食品に関する知識の定着（旬、栄養）

## 学 校

～教育活動全体を通じた食育の推進～

### 知識・技能の習得と実践化

- 「家庭科」「体育」「特別活動」をはじめ、各教科等における指導を通して、食に関する知識と技能を身に付ける

### 豊かな体験活動の工夫

- 「生活科」や「総合的な学習の時間」では、豊かな体験活動を工夫し、食に関する実感を伴った理解を促す

### 学校給食を通じた指導の充実

- よく噛んで、食材のおいしさを味わう
- 望ましい食習慣や好ましい人間関係の形成を図る
- 自然の恩恵などへの感謝、食文化、食料事情など、教科等と関連を図った指導を行う

### 個別指導の充実

- 生活習慣の見直し・改善に関する個に応じた指導を行う

学  
習  
内  
容  
を  
情  
報  
発  
信

学  
校  
生  
活  
に  
活  
か  
す

## 家 庭・地 域

～健康的な生活習慣の形成～

### 食事・運動・休養及び睡眠の調和

～朝食は生活習慣のバロメーター～

- 『早寝、早起き、朝ごはん』運動により、生活リズムの向上を図る
- 栄養バランスのよい食事をする
- 体を動かす習慣を付ける

～心豊かな食生活の創造～

### 調理技能の習得

- 家族と一緒に調理をする機会をもち、調理技能を身に付ける
- 栄養のバランスを考えた調理ができるようにする

### 社会性の涵養

- 食事の準備、後片付け等の作業に参加し、協同的に取り組む態度を育てる
- 家族みんなで楽しく食事を通して、コミュニケーション能力を高め、マナーを身に付ける

## 食に関する指導体制の整備 ～学校・家庭・地域の連携～

- 学校：指導の推進体制の整備、全体計画・学年別年間指導計画の見直し、家庭への情報発信
- 家庭：学校と連携した取組の実践、望ましい生活習慣の形成、食に関する生活体験の実施
- 地域：学校と連携した体験活動の推進、学校給食における地場産物の活用



# 学校における食育推進体制について（例）

各市町村教育委員会の方針のもと推進

## 各学校（受配校）

校長（教頭）

■教育目標等への「食育」の位置付け

## 食育推進委員会

■指導計画の立案・運営

校長、教頭、教務主任、食育推進担当、保健主事、  
家庭科主任、特活主任、給食主任、養護教諭等  
（栄養教諭・学校栄養職員（単独校））

## 食に関する指導

■知識・技能の習得

■豊かな体験的活動の工夫

- 1 給食時間における指導
- 2 各教科等における指導（T.T）
  - ・家庭（技術・家庭）
  - ・体育（保健体育）
  - ・総合的な学習の時間
  - ・特別活動  
〔学級活動、児童（生徒）会活動、学校行事等〕
- 3 個別指導（担任、養護教諭と連携）

## 家庭・地域

■保護者の意識の啓発

- ・基本的生活習慣の形成、食に関する知識・技能の実践化
- 地域との連携
  - ・地場産物の学校給食への導入、行事を通じた交流

## 共同調理場

食育推進会議の開催 \*既存の献立会議の形式を活用

- 地域の食に関する実態の明確化（調査結果の集約）
- 地域の実態に即した指導計画（原案）の作成
- 各校における実践内容の共有化
- 外部人材等との連携・調整

- ・代表校長
- ・代表教頭
- ・共同調理場長
- ・市町村担当者
- ・受配校食育推進担当

・共同調理場栄養教諭・学校栄養職員

情報提供

報告・依頼

連携・調整  
（授業参画等）

連携  
（授業参画等）

連携・調整  
（授業参画等）

## 地域の食育関係者

- ゲストティーチャー
- 食に関する情報提供
- 地場産物の学校給食への導入

- ・地元生産者
- ・食生活改善委員
- ・地域協力者
- ・食育サポーター
- ・JA
- ・保健福祉事務所（保健所）

担当組織については、既存の「健康教育推進委員会」や「学校保健委員会」等を活用しても可

学校医

学校歯科医

学校薬剤師

## Ⅲ. 調査結果（単純集計）

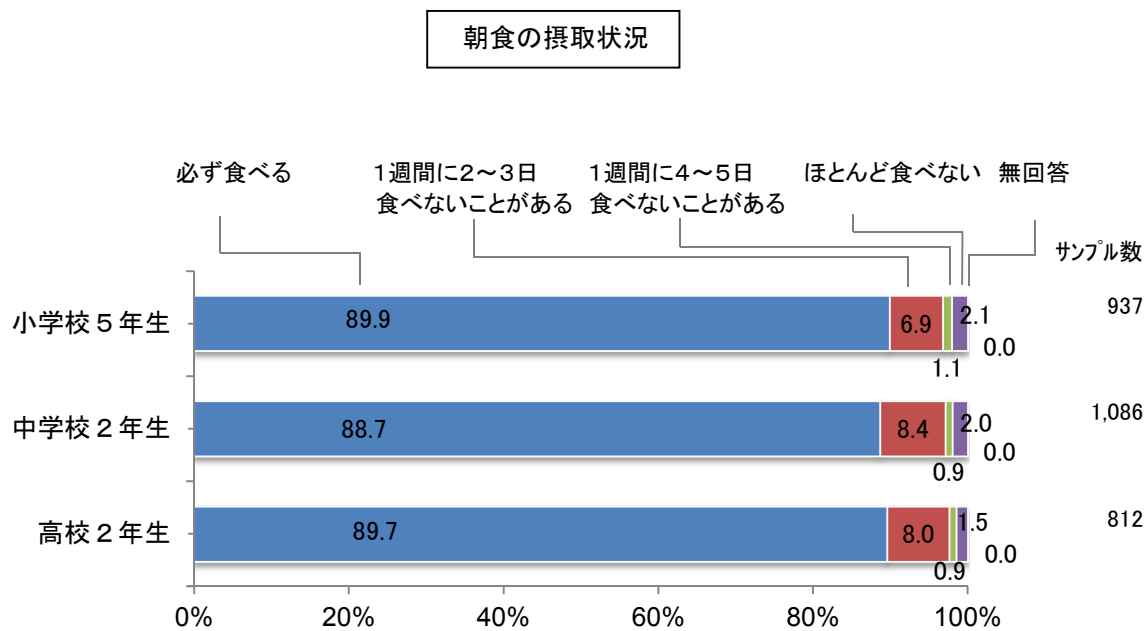
---

## 1. 食事状況

### （1）朝食

#### ①朝食の摂取状況

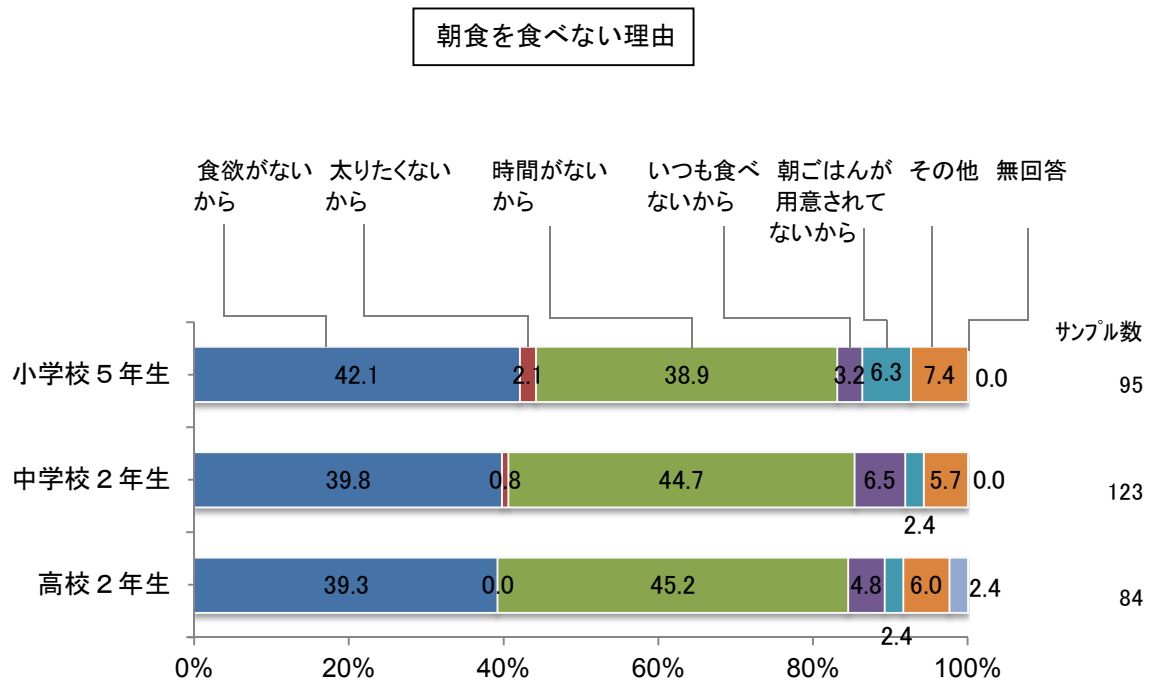
朝食の摂取状況としては、小学生、中学生、高校生とも、約9割が毎日朝食を摂っている。



②朝食を食べない理由

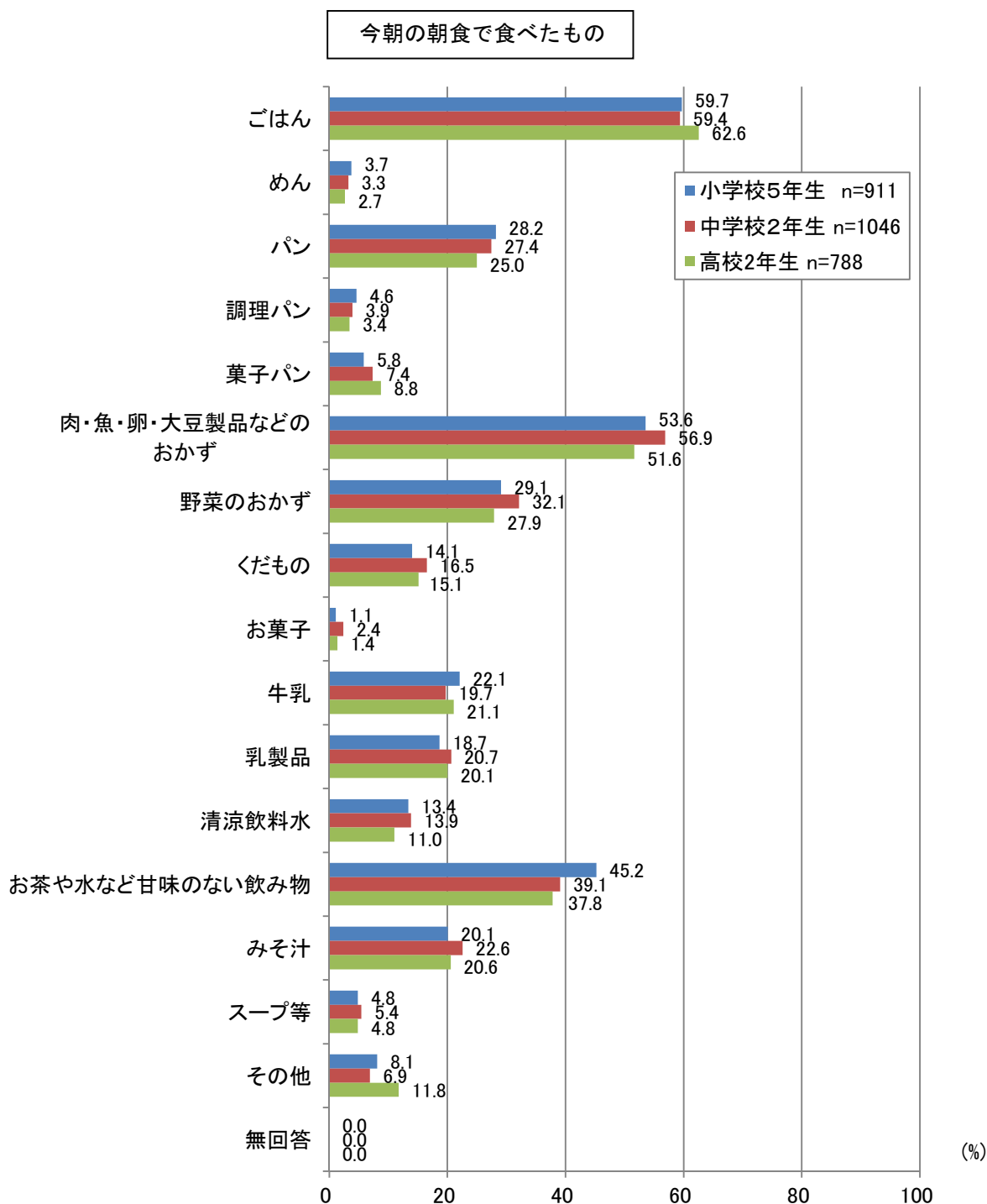
朝食を食べない最も多い理由としては、小学生、中学生、高校生の約4割が「食欲がないから」としている。また、小学生の約4割、中学生、高校生の約4割半が「時間がないから」としている。

※朝食を一週間に2～3日以上食べないことがあると回答した児童生徒を対象に集計



③今朝の朝食で食べたもの

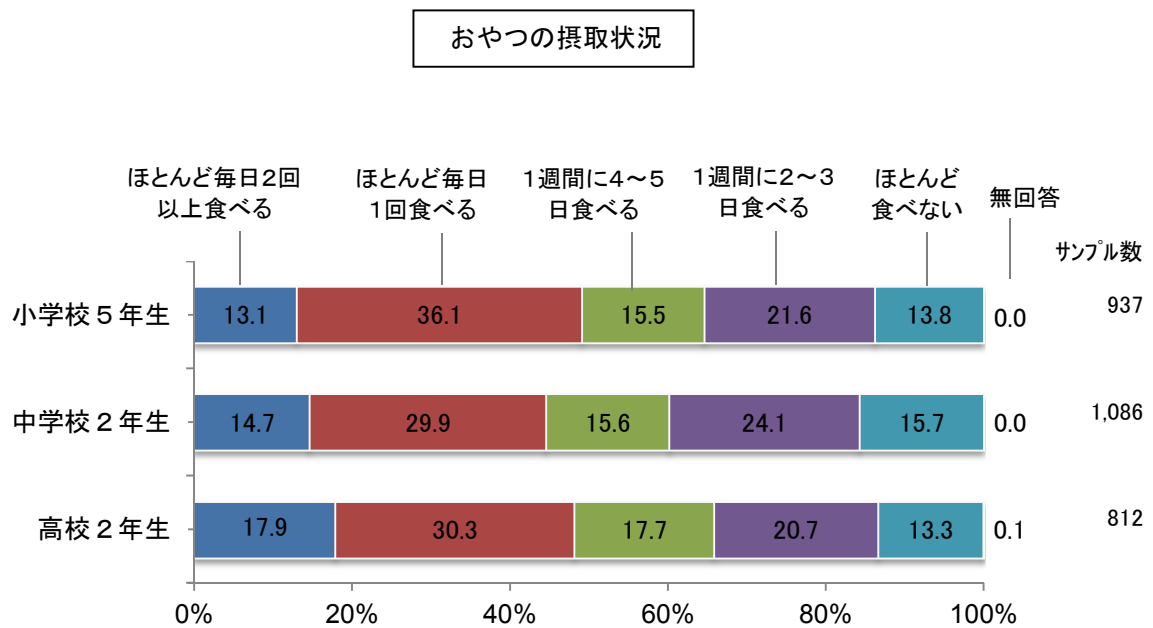
朝食で食べたものとしては、小学生、中学生、高校生とも「ごはん」が最も高く（小学生 59.7%、中学生 59.4%、高校生 62.6%）、「肉・魚・卵・大豆製品などのおかず」が続く（小学生 53.6%、中学生 53.6%、高校生 51.6%）。小学生、中学生、高校生ともに、主食では、パン食よりもごはん食を摂る割合が高く、おかずでは、野菜のおかずよりも肉・魚等のおかずを摂る割合が高くなっている。※今朝、朝食を食べたと回答した児童生徒を対象に集計



（２）間食・夜食

①おやつ摂食状況

おやつ摂食状況としては、「ほとんど毎日2回以上食べる」と「ほとんど毎日1回食べる」を合わせた「(おやつを) 毎日食べる」割合をみると、小学生、高校生では約5割、中学生で約4割半となっている。

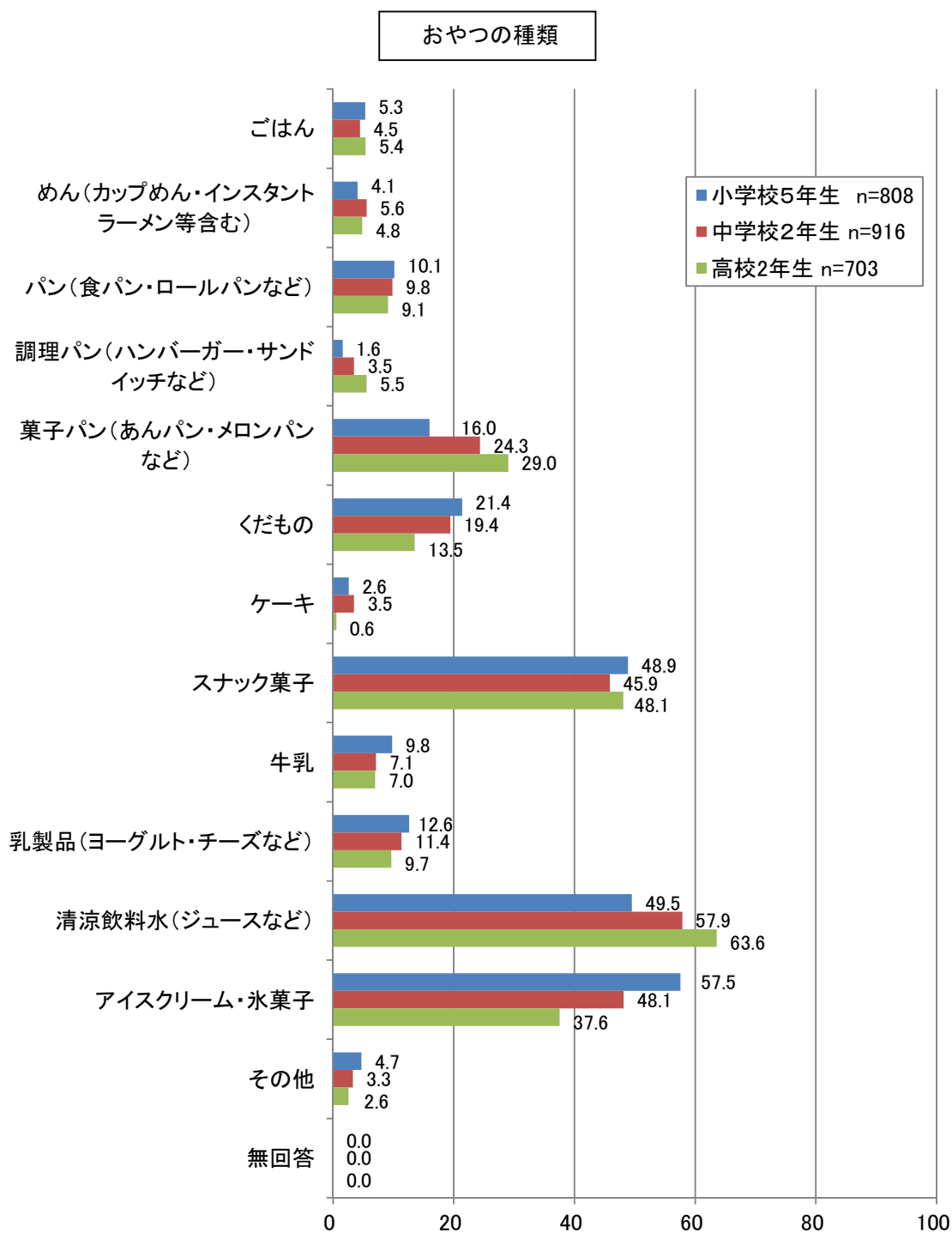


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

②おやつの種類

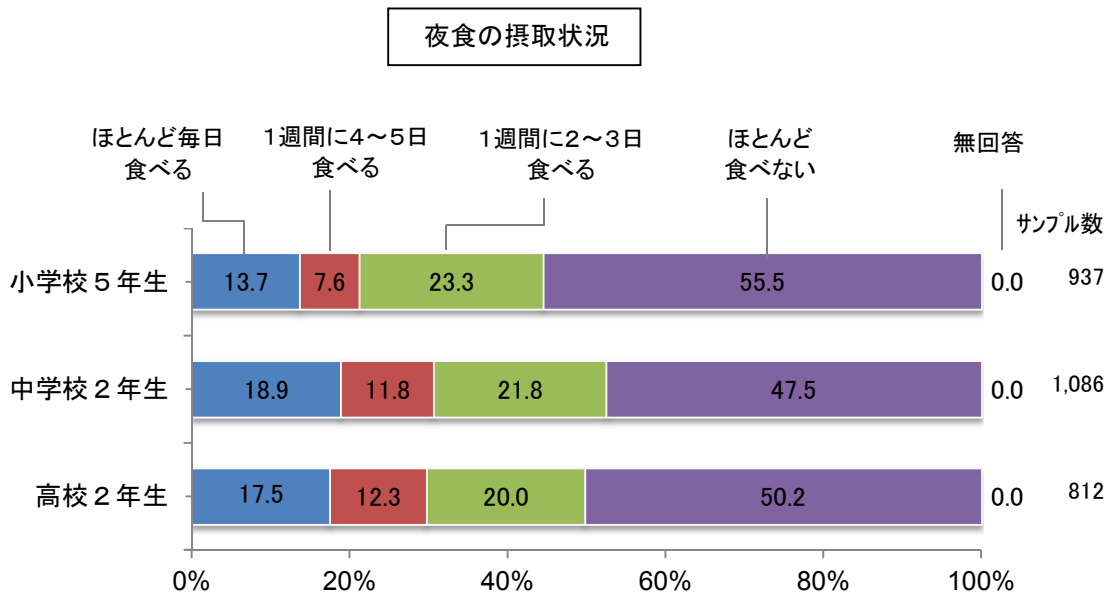
おやつの種類としては、小学生、中学生、高校生ともに約半数が「スナック菓子」を挙げている。また、「菓子パン」「清涼飲料水」では学年が上がるほど高くなっている。反対に、「くだもの」「アイスクリーム・氷菓子」では学年が低いほど高くなっている。

※おやつを一週間に2～3日以上食べると回答した児童生徒を対象に集計



③夜食の摂食状況

夜食の摂取状況としては、「(夜食を) ほとんど毎日食べる」とする割合が、学年が高いほど高くなっている（小学生 14.7%、中学生 18.3%、高校生 22.3%）。また、「ほとんど食べない」とする割合は、中学生、高校生に比べ小学生が高くなっている（小学生 49.0%、中学生 38.7%、高校生 39.8%）。



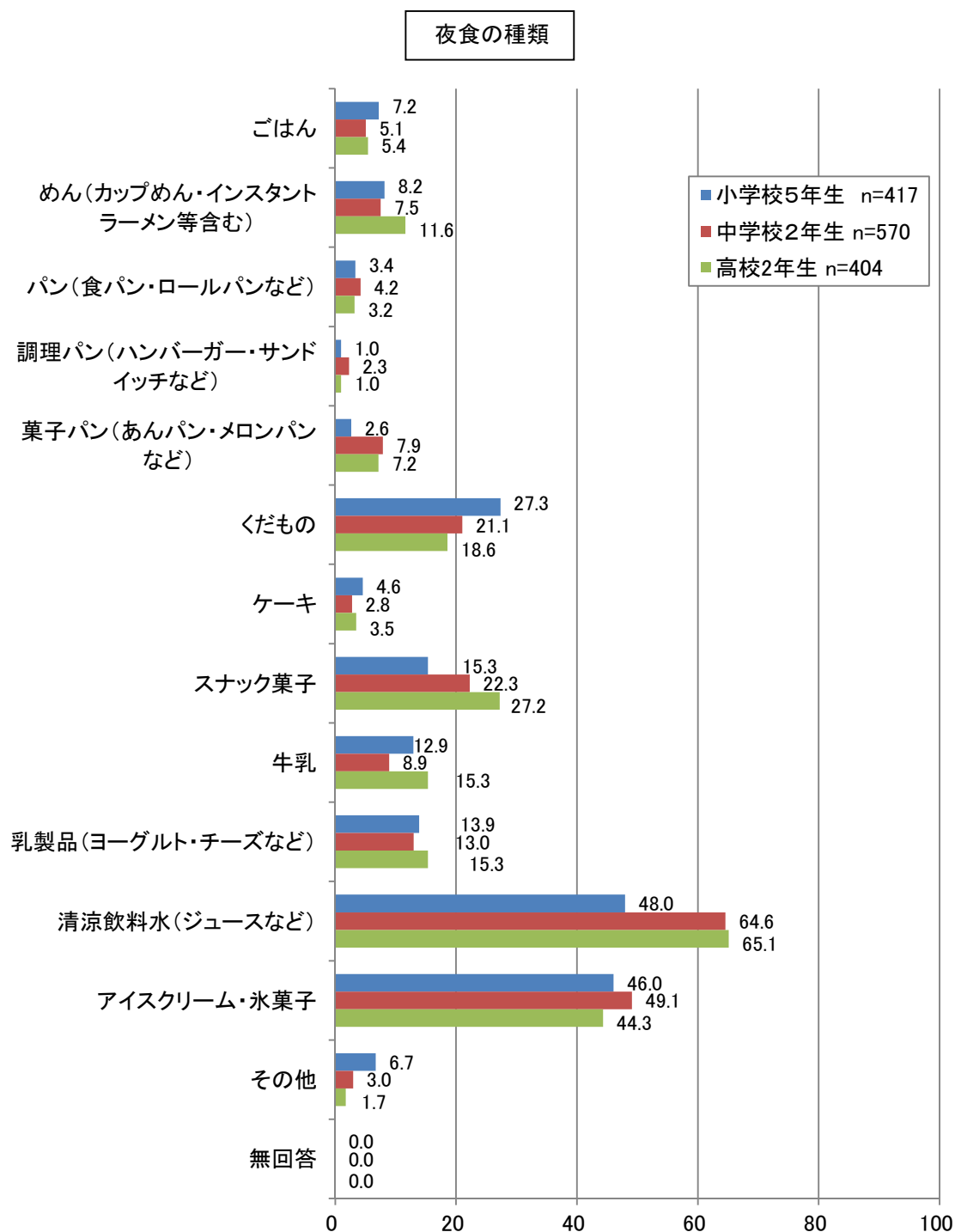


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

④夜食の種類

夜食の種類としては、小学生、中学生、高校生とも「清涼飲料水」が最も高い（小学生48.0%、中学生64.6%、高校生65.1%）。「アイスクリーム・氷菓子」は、小学生、中学生、高校生の約半数が挙げている。また、「くだもの」では、学年が低いほど高くなっている。反対に「スナック菓子」では、学年が上がるほど高くなっている。

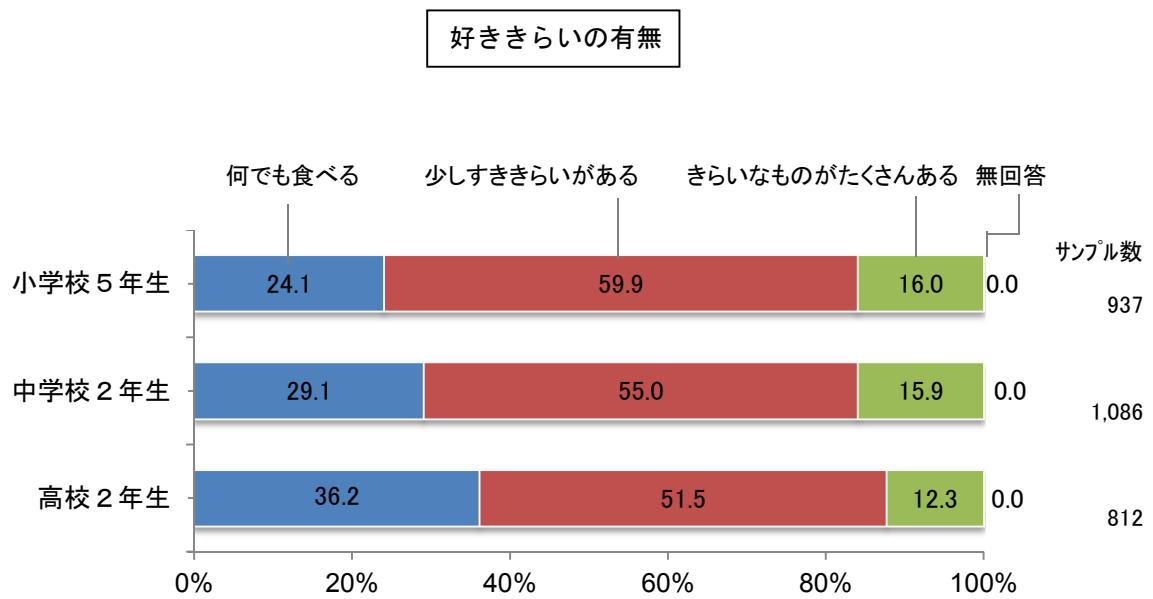
※夜食を1週間に2～3日以上食べると回答した児童生徒を対象に集計



（3）好ききらい

①好ききらいの有無

好ききらいの有無としては、小学生 24.1%、中学生 29.1%、高校生 36.2%が「(好ききらいなく) 何でも食べる」としている。高校生に「何でも食べる」とする割合が高い。一方、「きれいなものがたくさんある」は、小学生 16.0%、中学生 15.9%、高校生 12.3%となっている。

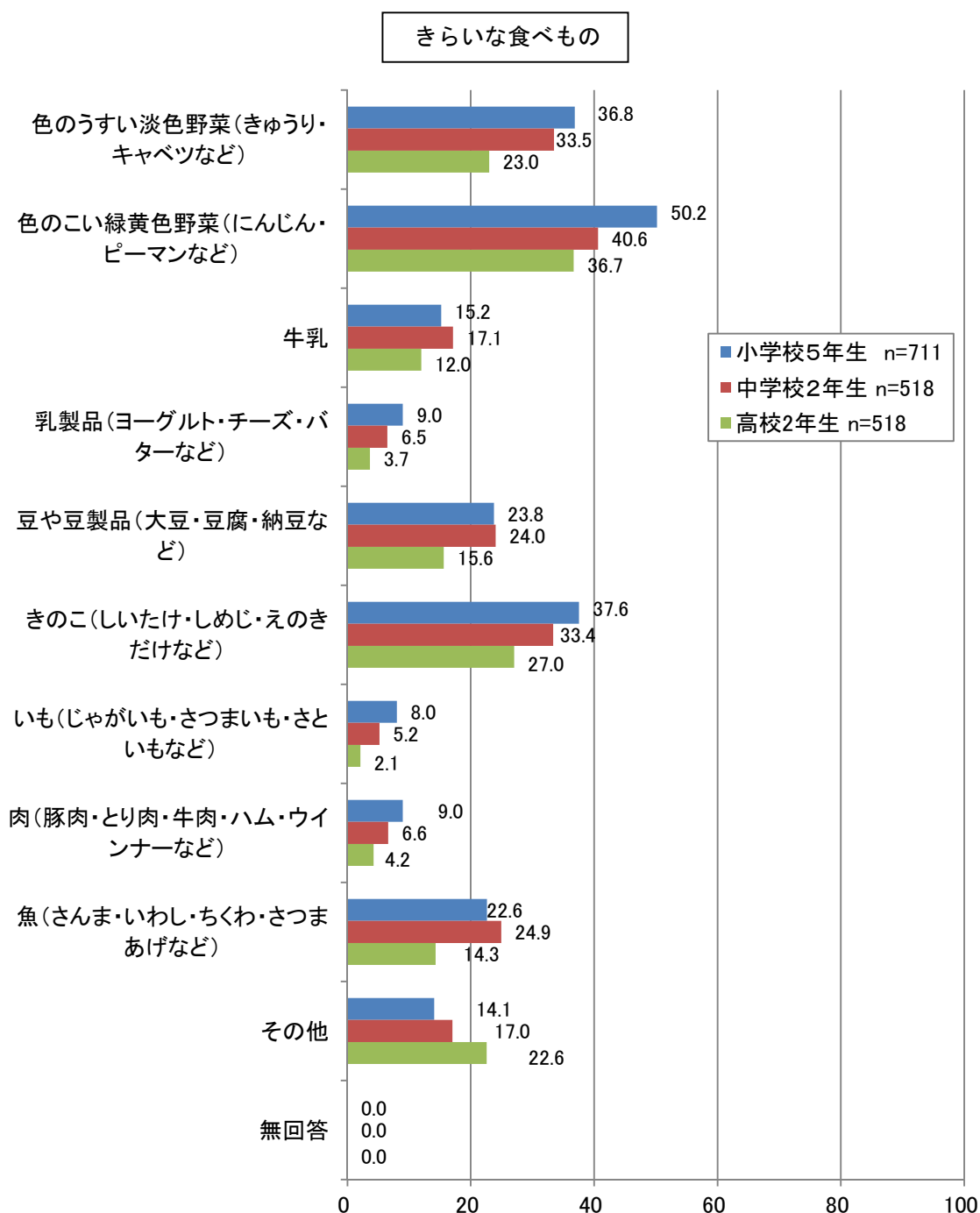


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

②きれいな食べもの

きれいな食べものとしては、小学生、中学生、高校生とも「色のうすい淡色野菜」「色のこい緑黄色野菜」「きのこ」が高い。また、「色のうすい淡色野菜」「色のこい緑黄色野菜」「きのこ」とも、学年が低いほど高くなっている（「色のうすい淡色野菜」小学生 36.8%、中学生 33.5%、高校生 23.0% 「色のこい緑黄色野菜」小学生 50.2%、中学生 40.6%、高校生 36.7% 「きのこ」小学生 37.6%、中学生 33.4%、高校生 27.0%）。

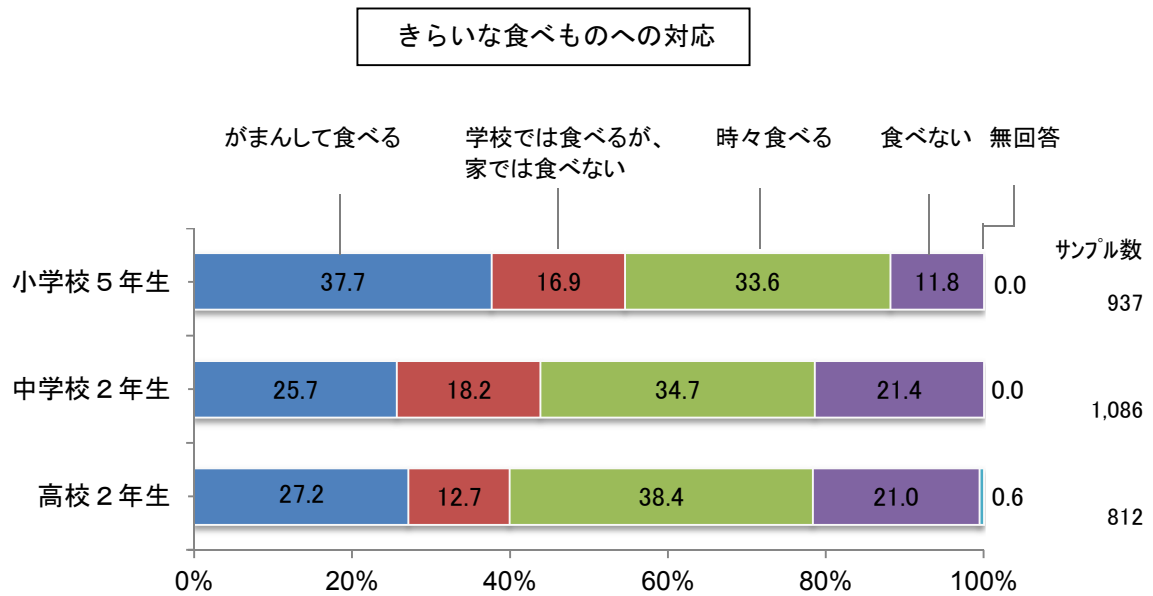
※好ききれいなものと回答した児童生徒を対象に集計



③きれいな食べ物への対応

きれいな食べ物への対応としては、小学生 37.7%、中学生 25.7%、高校生 27.2%が「がまんして食べる」としている。小学生に我慢して食べる割合が高くなっている。一方、「食べない」とする割合は、小学生 11.8%、中学生 21.4%、高校生 21.0%となっている。

※好ききれいなものと回答した児童生徒を対象に集計

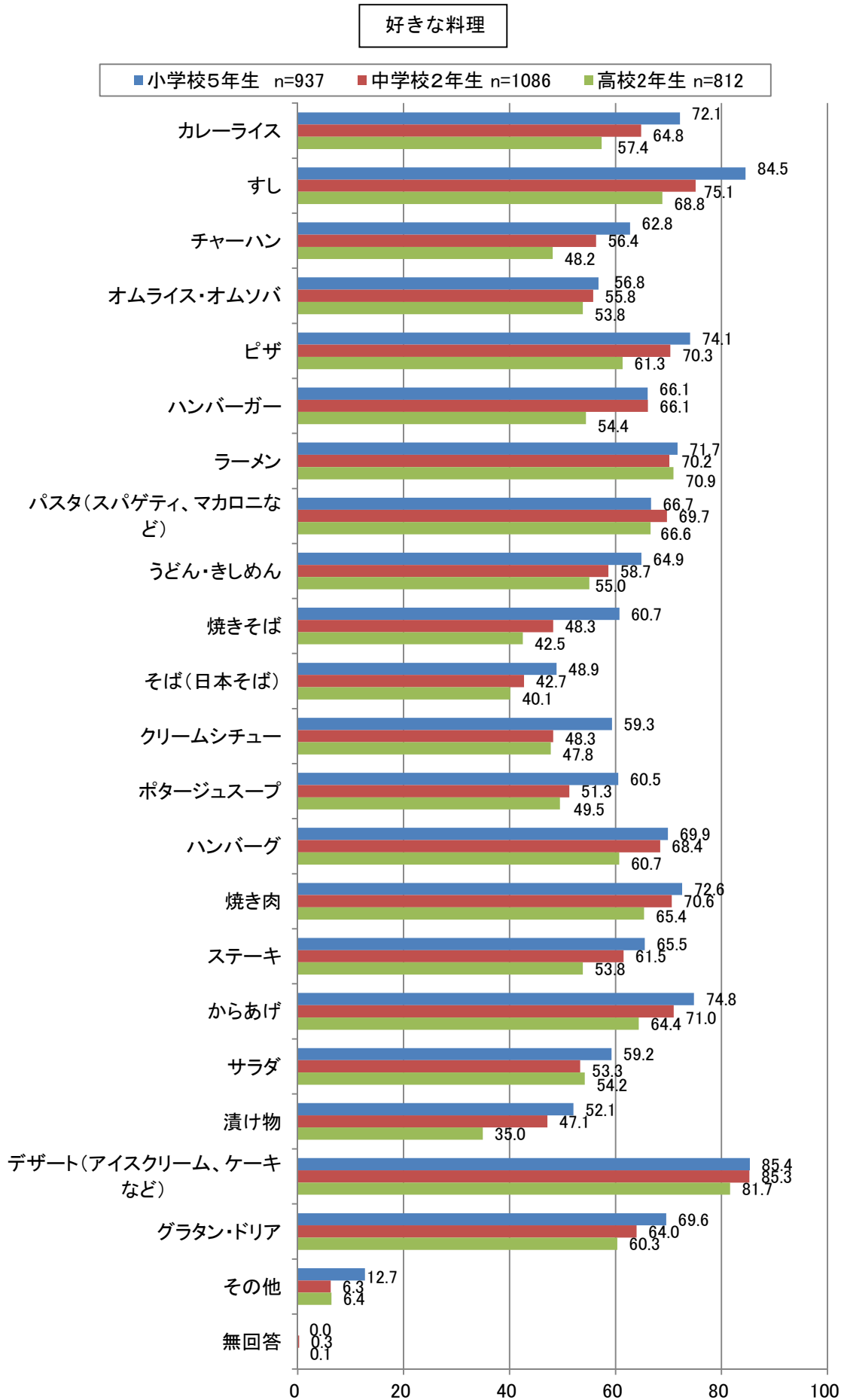


### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

#### ④好きな料理・きれいな料理

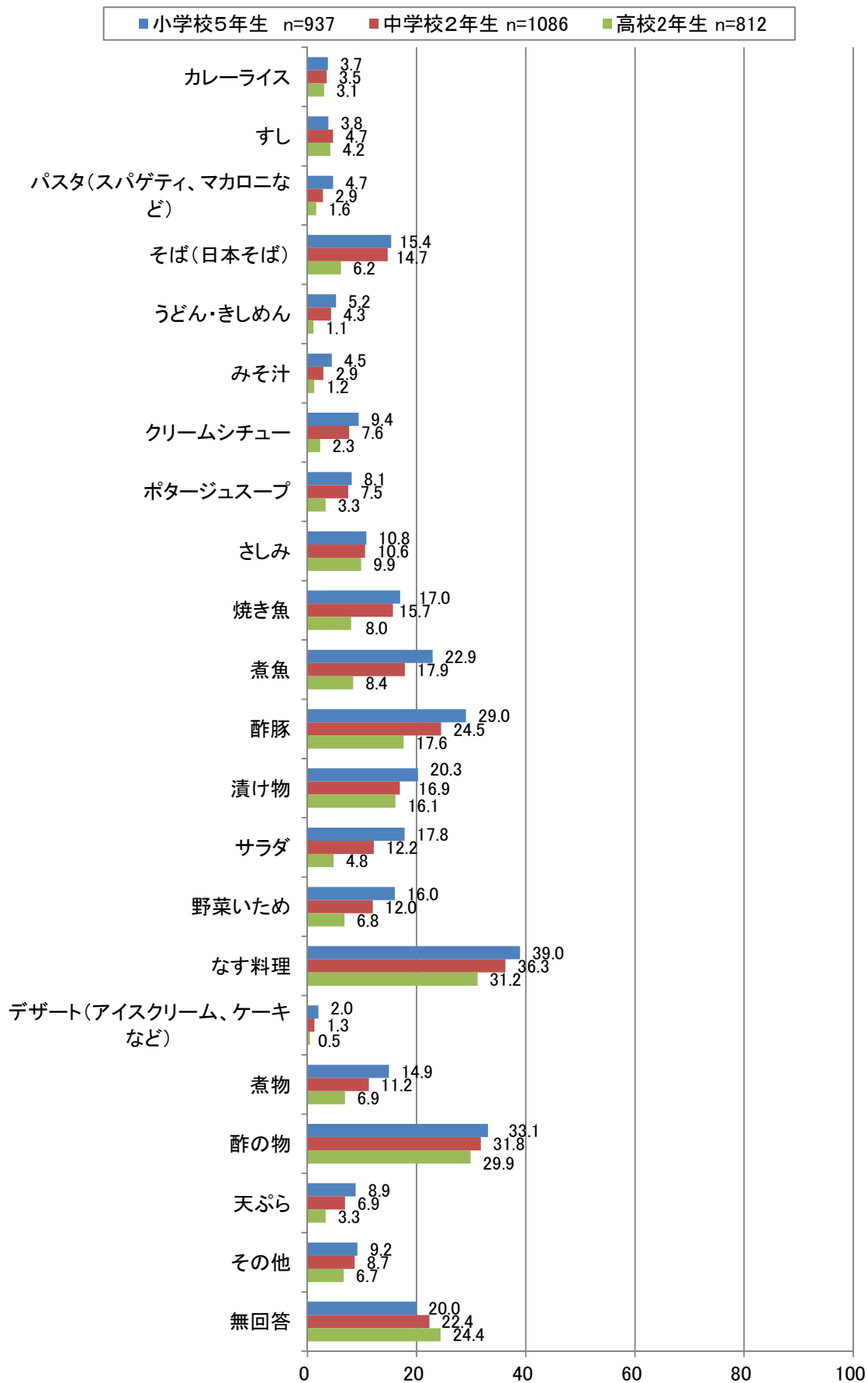
好きな料理としては、小学生では「デザート」が85.4%で最も高く、以下「すし」「からあげ」「ピザ」と続く。中学生では、「デザート」が85.3%で最も高く、「すし」「焼き肉」と続く。高校生では「デザート」が81.7%で最も高く、「パスタ」「焼き肉」と続く。

きれいな料理としては、小学生、中学生、高校生とも「なす料理」が最も高く、「酢の物」「酢豚」と続く（「なす料理」小学生39.0%、中学生36.3%、高校生32.2% 「酢の物」小学生33.1%、中学生31.8%、高校生29.9% 「酢豚」小学生29.0%、中学生24.5%、高校生17.6%）。



Ⅲ. 調査結果（単純集計）

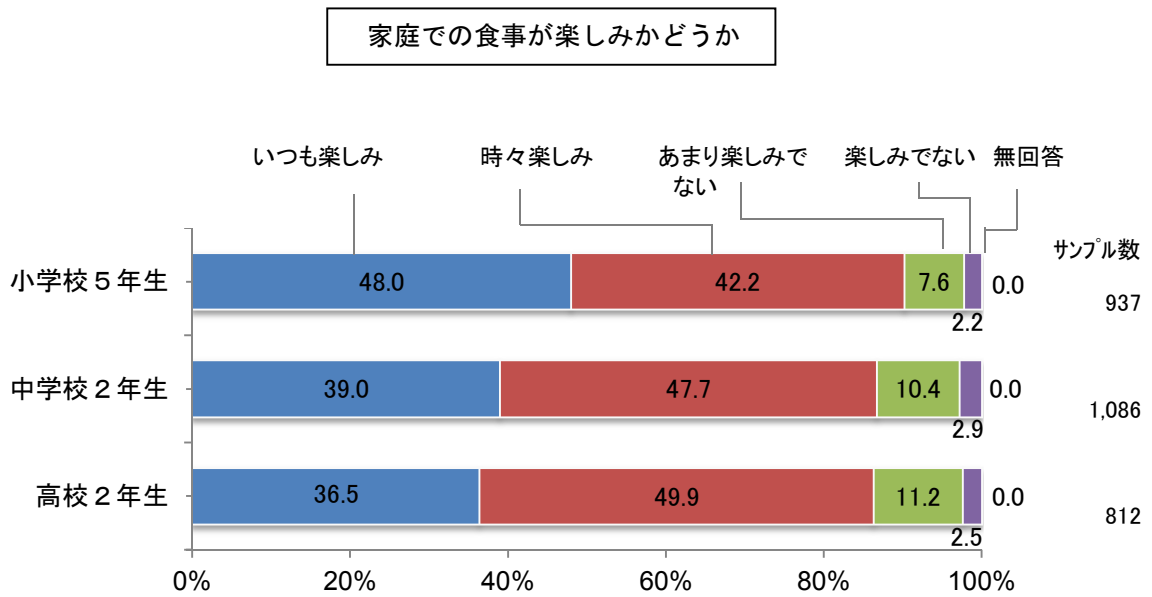
きれいな料理



（４）食事環境

①家庭での食事が楽しみかどうか

家庭での食事が楽しみかどうかについては、「いつも楽しみ」と「時々楽しみ」を合わせた「(家庭での食事が) 楽しみ」とする割合をみると、小学生 90.2%、中学生 86.7%、高校生 86.3%となっている。小学生、中学生、高校生の約9割が、家庭での食事を楽しみとしている。



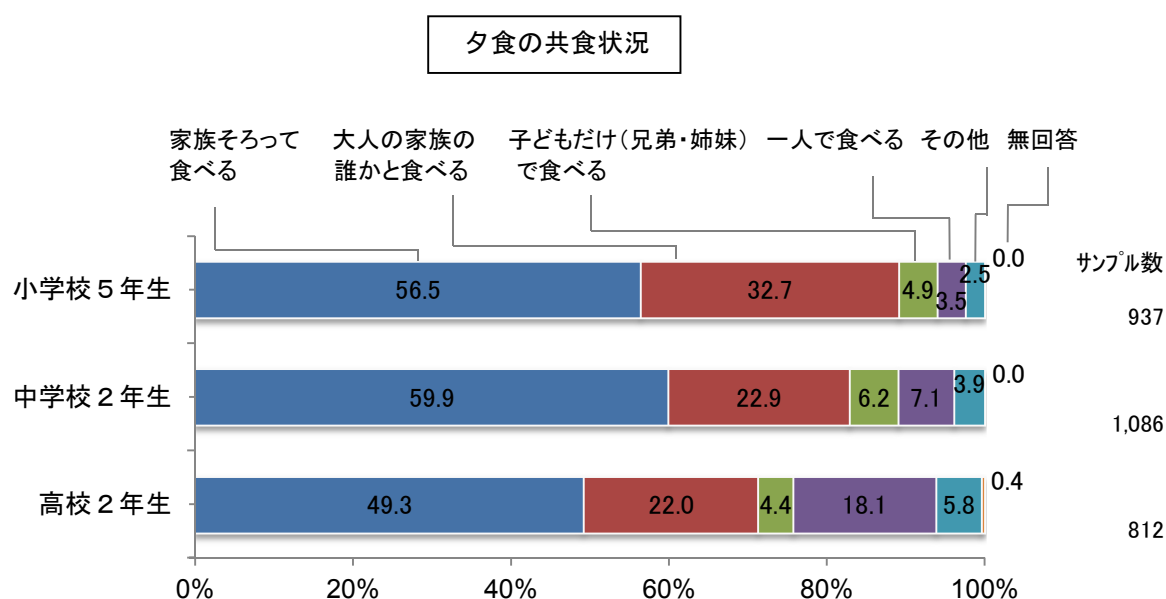
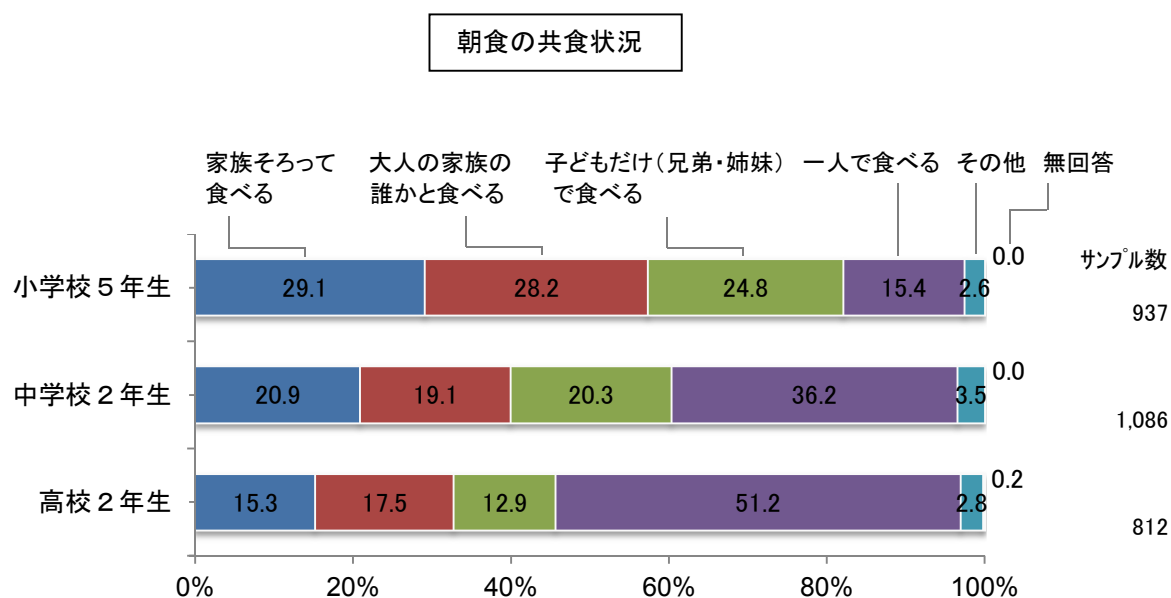


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

②共食状況（朝食・夕食）

朝食の共食状況としては、「(朝食を)家族そろって食べる」とする割合が、小学生 29.1%、中学生 20.9%、高校生 15.3%となっている。一方、「一人で食べる」とする割合は、小学生 15.4%、中学生 36.2%、高校生 51.2%となっている。

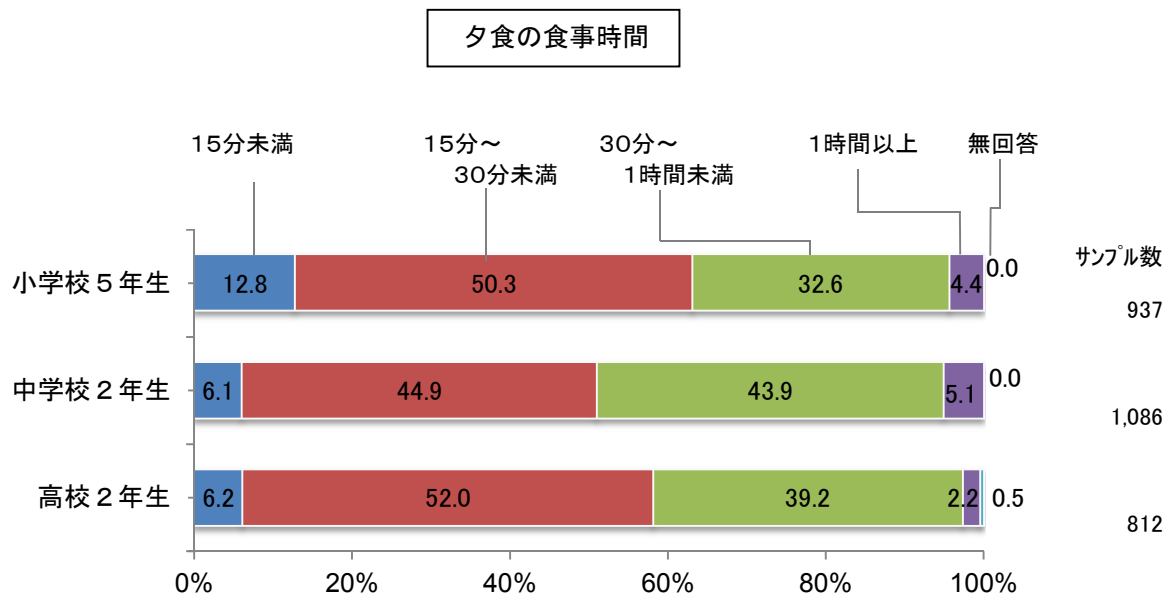
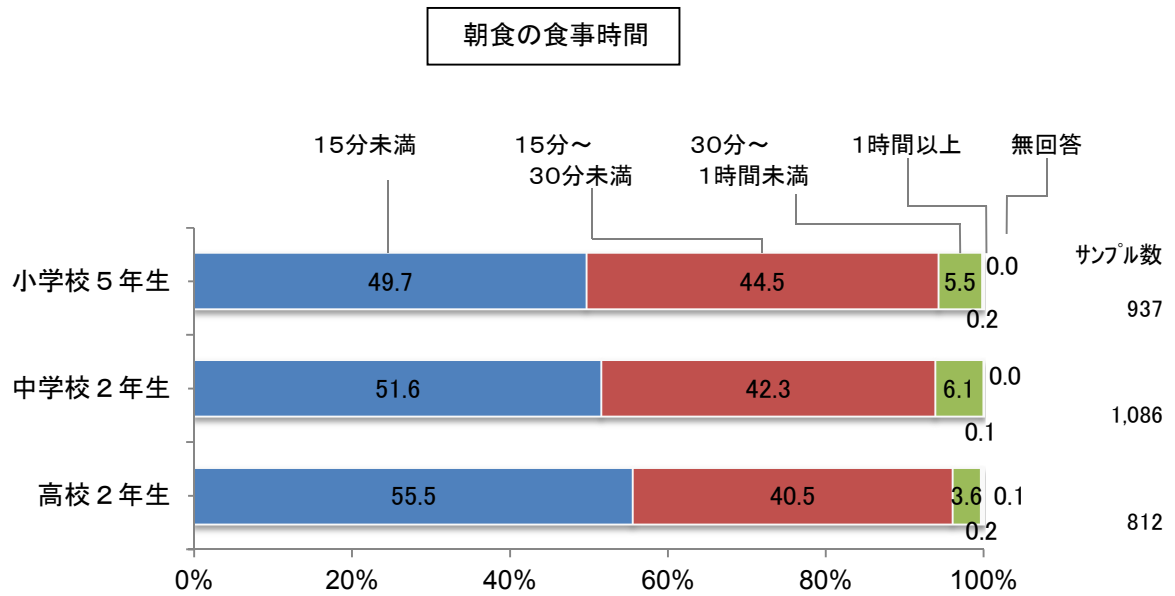
夕食の共食状況としては、「(夕食を)家族そろって食べる」とする割合が、小学生 56.5%、中学生 59.9%、高校生 49.3%となっている。一方、「一人で食べる」とする割合は、小学生 32.7%、中学生 22.9%、高校生 22.0%となっている。



③食事時間（朝食・夕食）

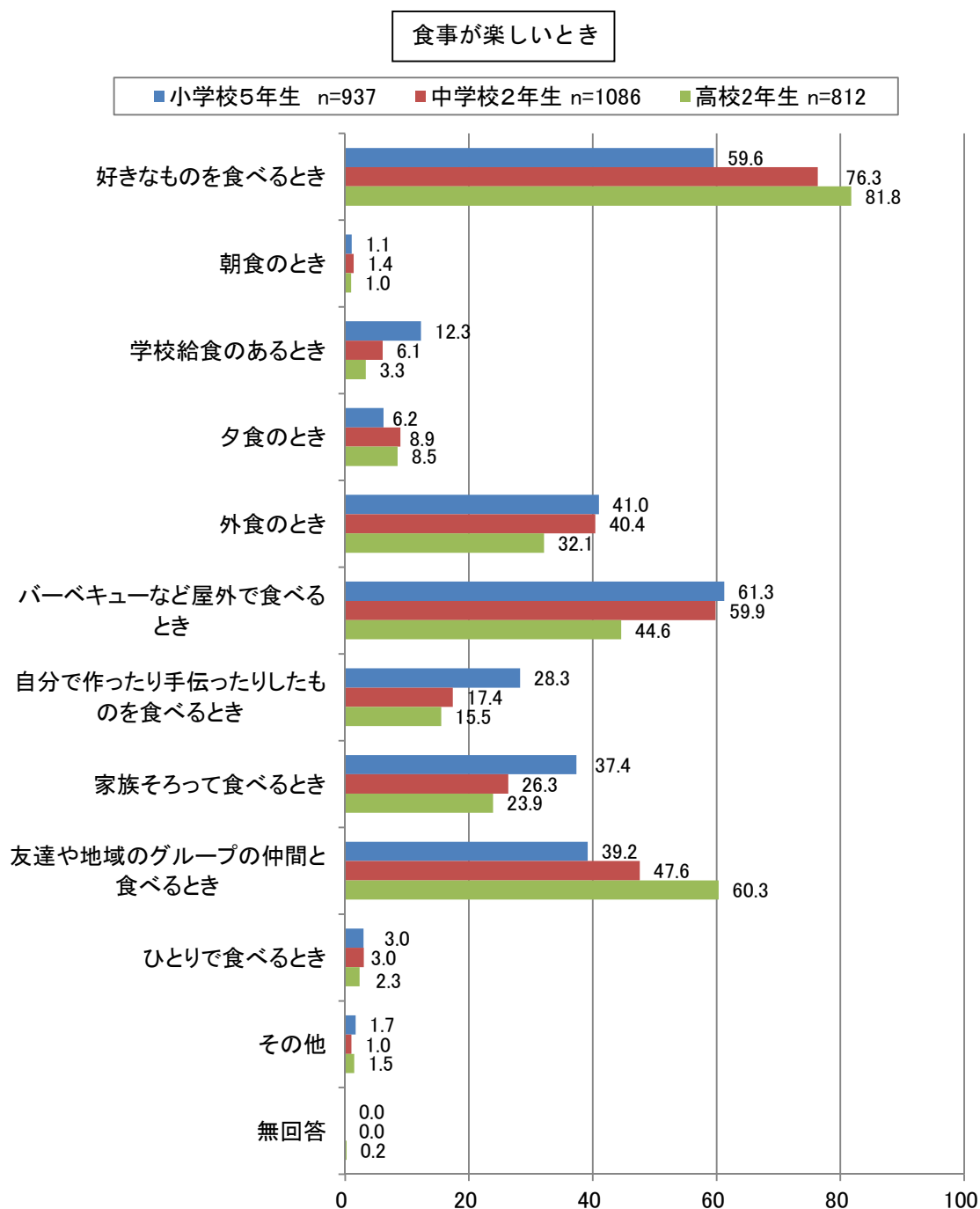
朝食の食事時間としては、小学生、中学生、高校生とも「15分未満」とする割合が最も高く、学年が高いほど割合が高くなっている（小学生49.7%、中学生51.6%、高校生55.5%）。

夕食の食事時間としては、小学生、中学生、高校生とも「15分～30分未満」が4～5割、「30分～1時間未満」が3～4割となっている。



④食事が楽しいとき

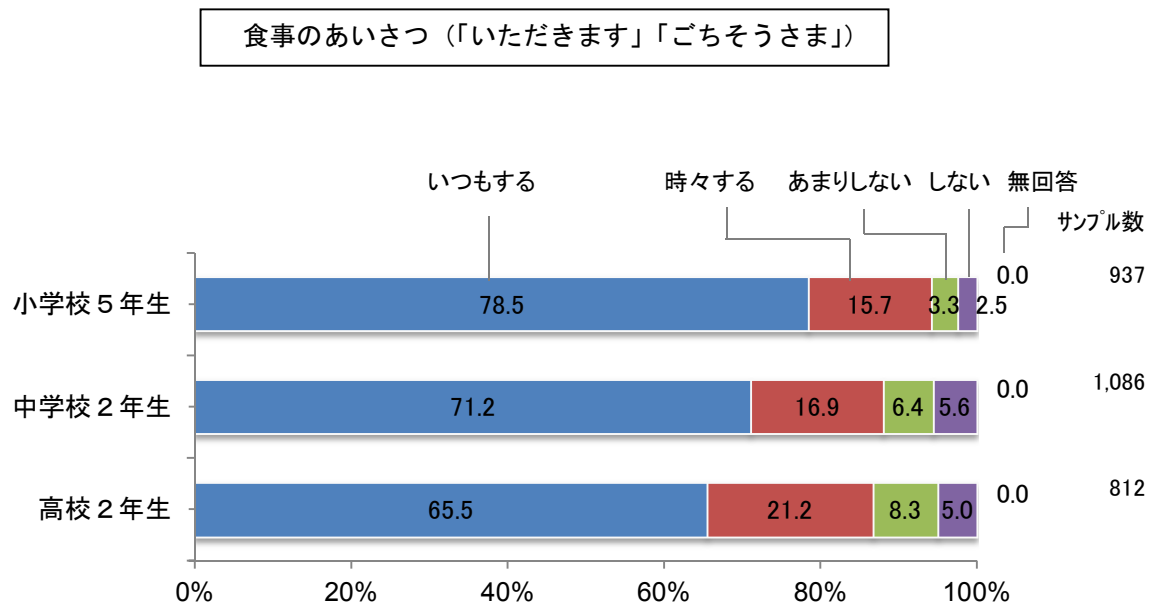
食事が楽しいときについては、小学生では「バーベキューなど野外で食べる時」が、中学生、高校生では「好きなものを食べる時」が最も高い。「家族そろって食べる時」については、中学生、高校生に比べ小学生で高くなっている（小学生 37.4%、中学生 26.31%、高校生 23.9%）。また、「友達や地域のグループの仲間と食べる時」については、小学生、中学生に比べ高校生で高くなっている（小学生 39.2%、中学生 47.6%、高校生 60.3%）。



（５）食事マナー

①食事のあいさつ

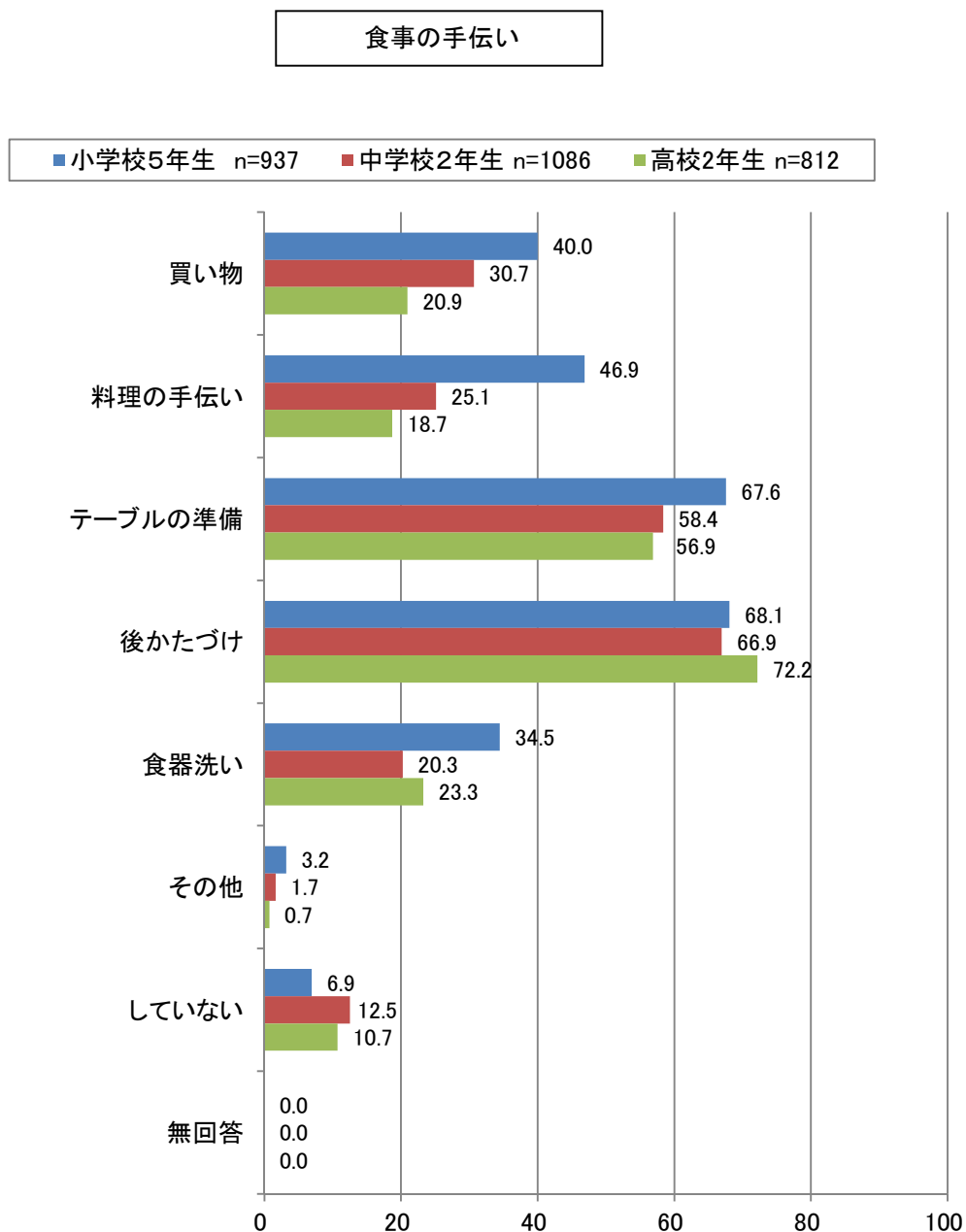
食事のあいさつ状況としては、小学生 78.5%、中学生 71.2%、高校生 65.5%が「(食事のときのあいさつを) いつもする」としている。中学生、高校生に比べ、小学生にあいさつをいつもする割合が高い。



### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

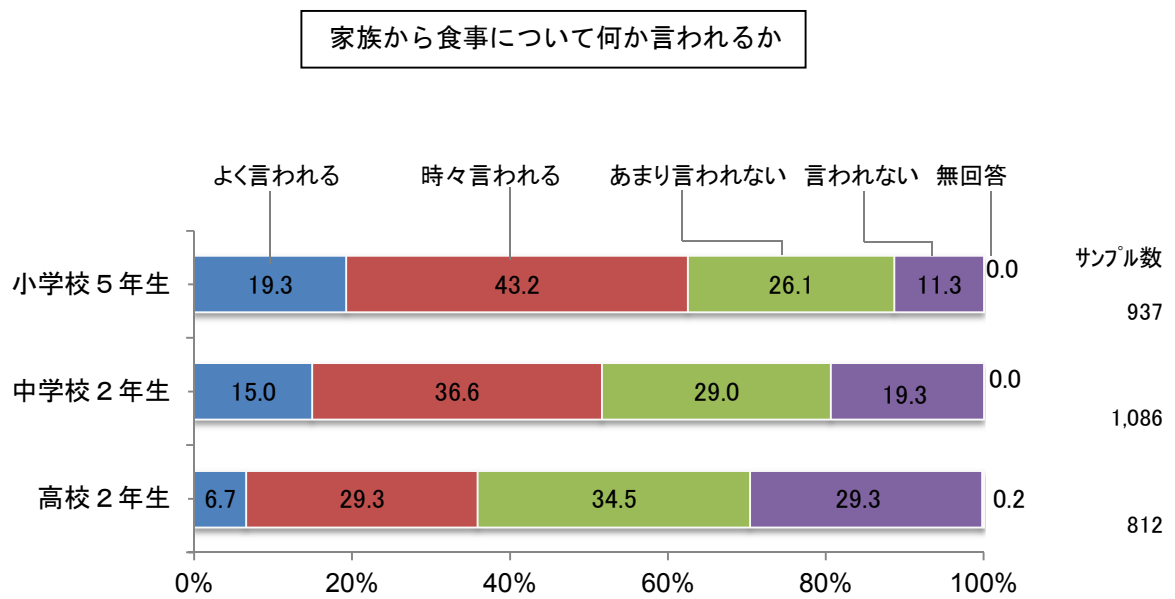
#### ②食事の手伝い（生活経験）

食事の手伝い（生活経験）としては、小学生、中学生、高校生とも「後かたづけ」が最も高く、「テーブルの準備」が続く。また、「(手伝いを) していない」は小学生 6.9%、中学生 12.5%、高校生 10.7%となっている。



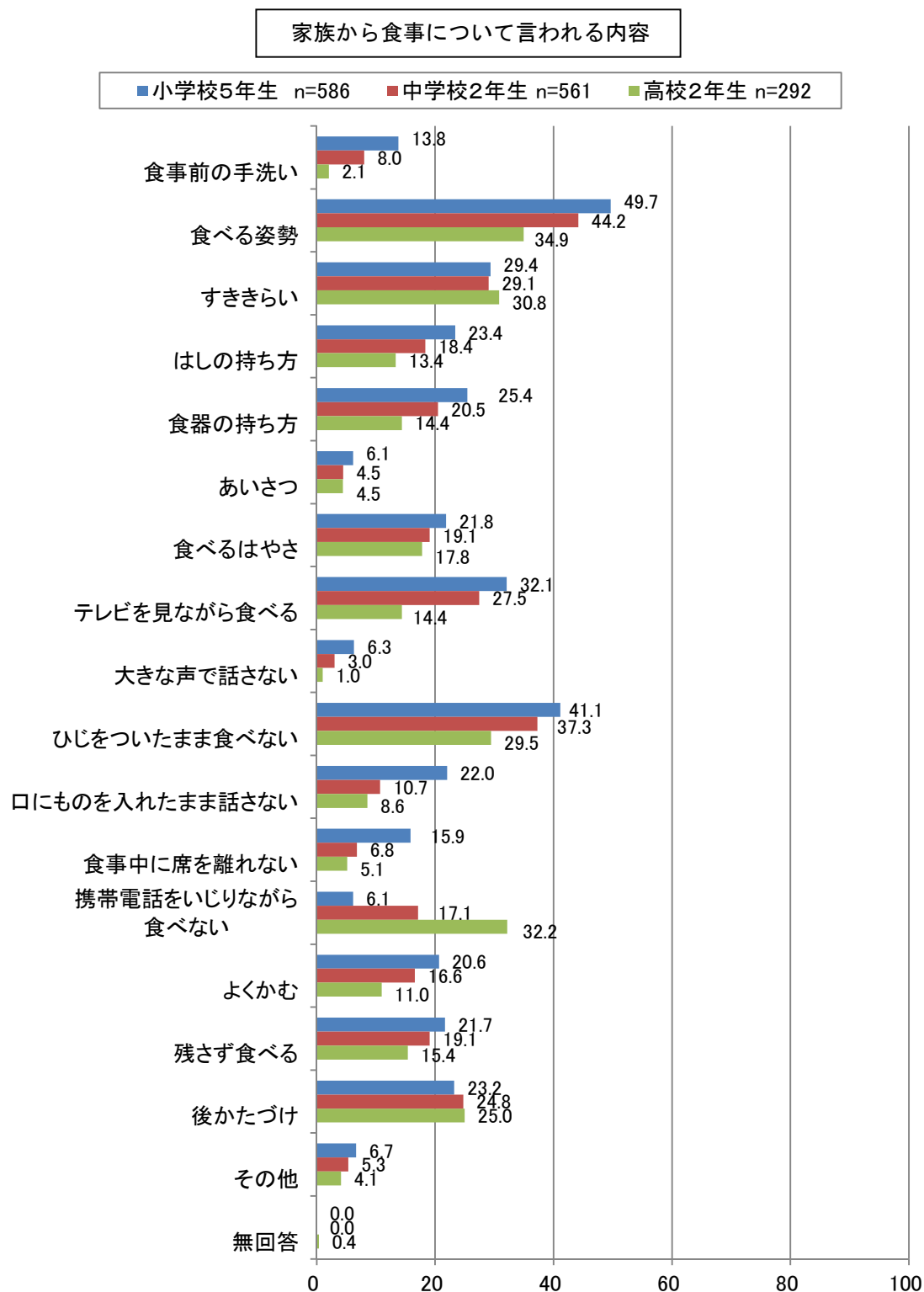
③家族から食事について何か言われるか

家族から食事について何か言われるかについては、「よく言われる」「時々言われる」を合わせた「(家族から食事について何か)言われる」割合は、小学生 62.5%、中学生 51.7%、高校生 36.0%となっている。学年が低いほど、家族から食事について何か言われる傾向がみられる。



④家族から食事について言われる内容

家族から食事について言われる内容としては、小学生、中学生、高校生ともに「食べる姿勢」が最も高く、小学生、中学生では「ひじをついたまま食べない」、高校生では「携帯電話をいじりながら食べない」が続く。

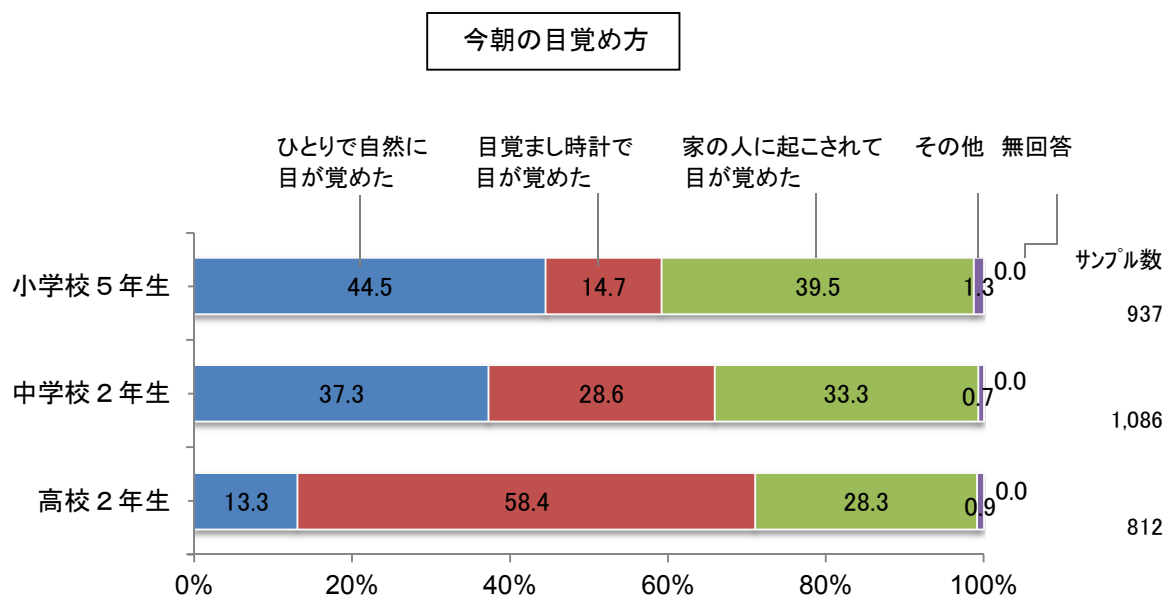


## 2. 休養、排便と運動

### （1）寝起きと休養

#### ①今朝の目覚め方

今朝の目覚め方としては、「一人で自然に目がさめた」とする割合は、小学生 44.5%、中学生 37.3%、高校生 13.3%となっている。また、「家の人に起こされた」とする割合は、小学生 39.5%、中学生 33.3%、高校生 28.3%となっている。

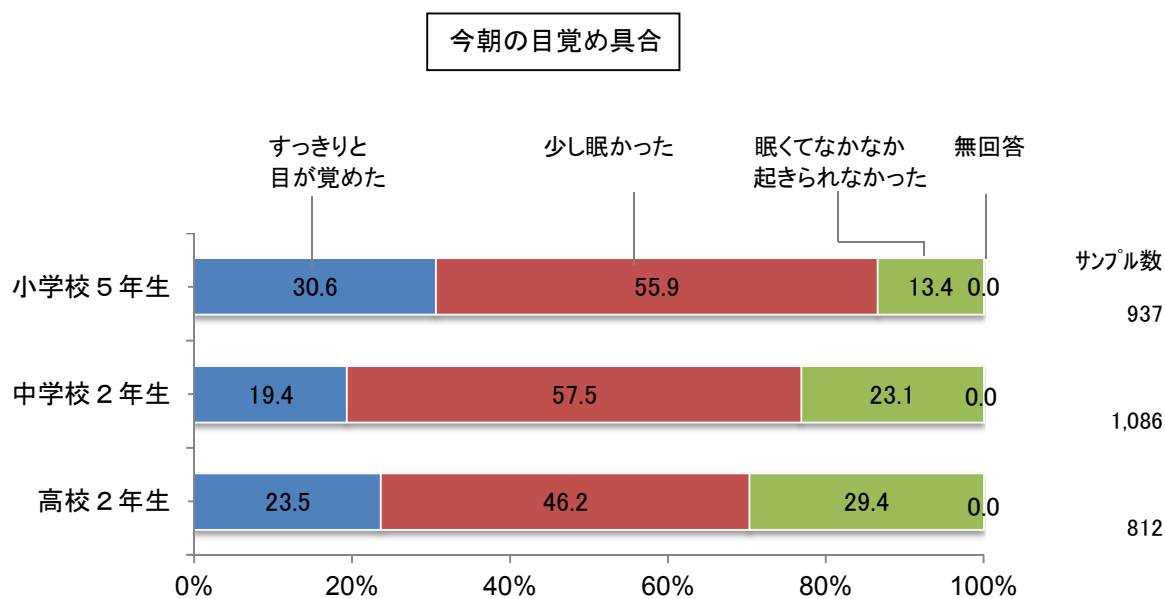




### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

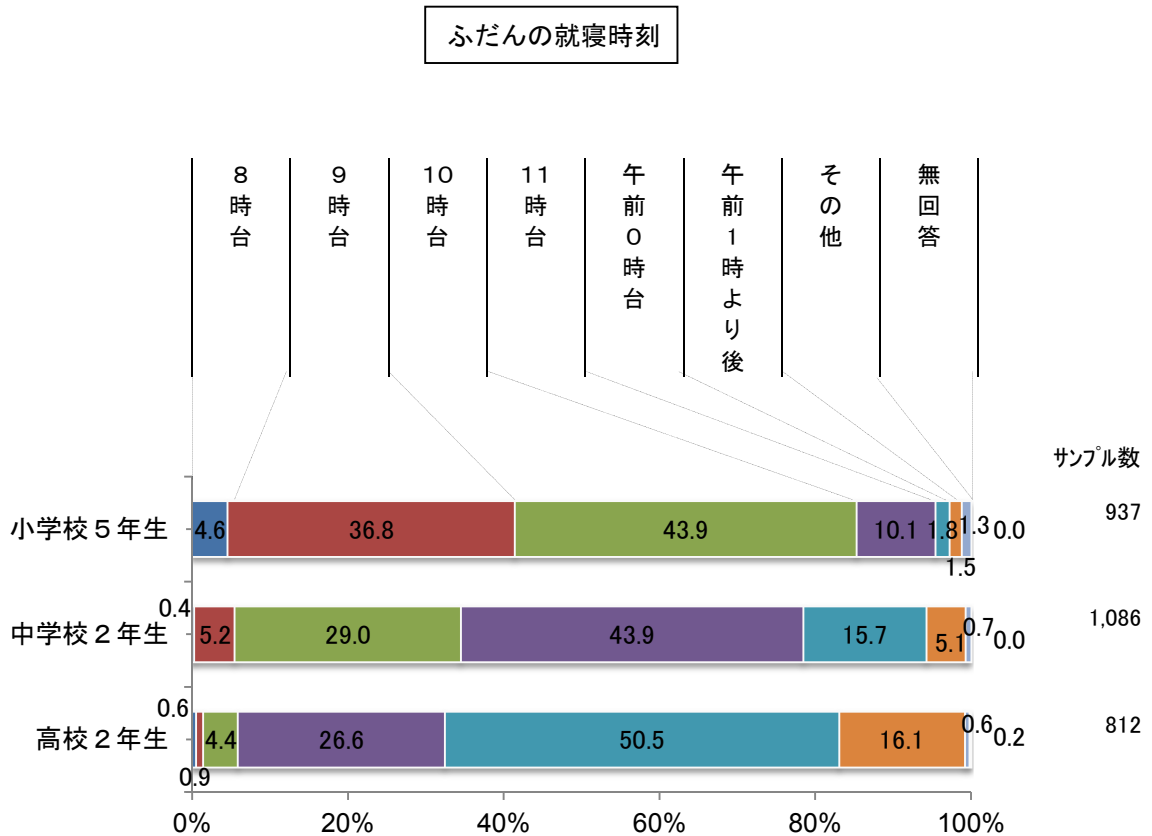
#### ②今朝の目覚め具合

今朝の目覚め具合としては、「すっきりと目がさめた」とする割合は、小学生 30.6%、中学生 19.4%、高校生 23.5%と中学生、高校生に比べ小学生に高くなっている。また、「眠くてなかなか起きられなかった」とする割合は、小学生 13.4%、中学生 23.1%、高校生 29.4%となっている。学年が高いほど眠くてなかなか起きられられないとする割合が高い。



③ふだんの就寝時刻

ふだんの就寝時刻としては、小学生で「10時台」、中学生で「11時台」、高校生で「午前0時台」が最も割合が高い就寝時刻となっている。午前0時以降に就寝している児童生徒は、小学生3.3%、中学生20.8%、高校生66.6%となっている。学年が上がるほどふだんの就寝時刻が遅くなる傾向がみられる。

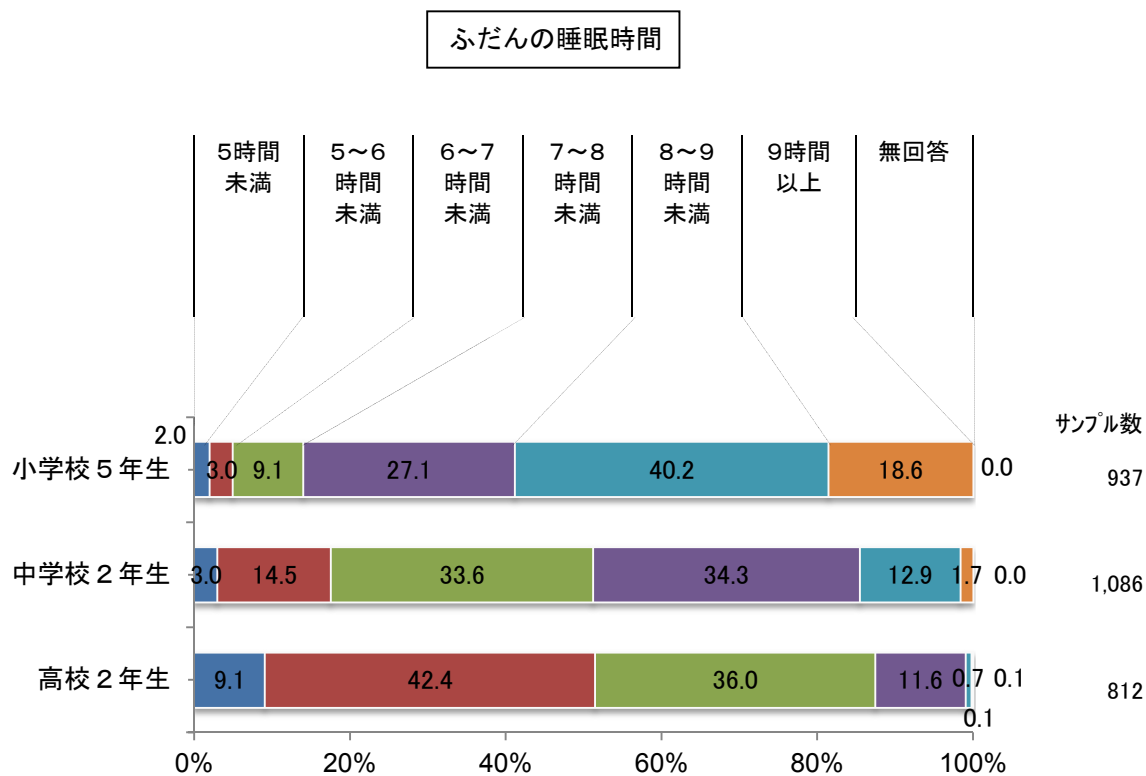


	8時台	9時台	10時台	11時台	午前0時台	午前1時より後	その他	無回答
小学校5年生	4.6	36.8	43.9	10.1	1.8	1.5	1.3	0.0
中学校2年生	0.4	5.2	29.0	43.9	15.7	5.1	0.7	0.0
高校2年生	0.6	0.9	4.4	26.6	50.5	16.1	0.6	0.2

Ⅲ. 調査結果（単純集計）

④ふだんの睡眠時間

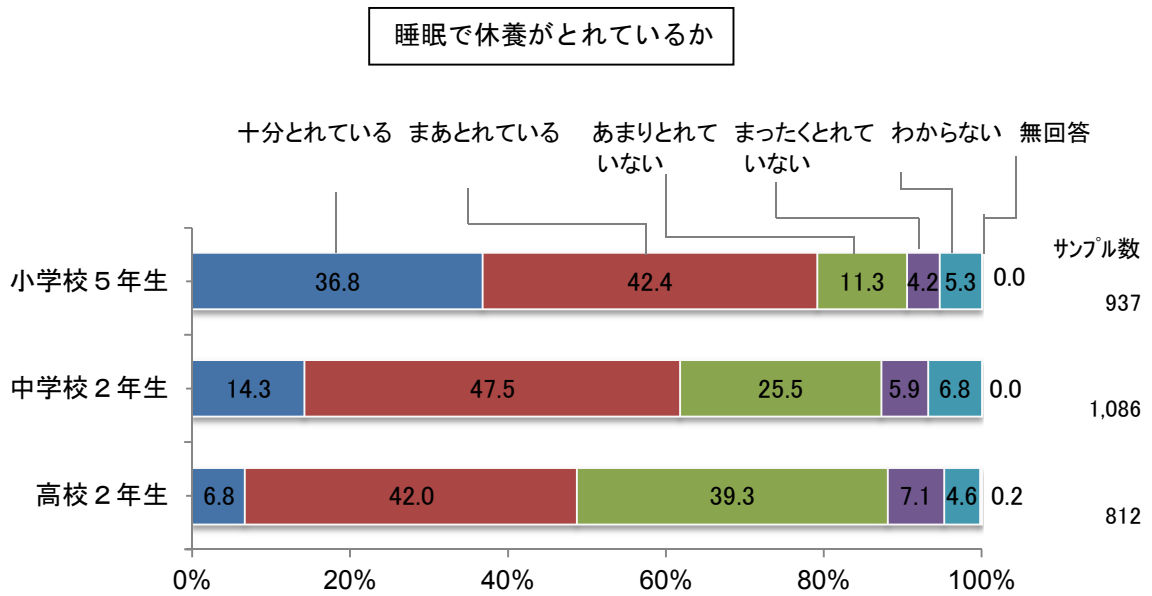
ふだんの睡眠時間としては、小学生で「8～9時間未満」、高校生で「5～6時間未満」が最も割合が高くなっている。中学生では「6～7時間未満」「7～8時間未満」がほぼ同じ割合になっている。学年が上がるほどふだんの睡眠時間が少ない傾向がみられる。



	5時間 未満	5～6時間 未満	6～7時間 未満	7～8時間 未満	8～9時間 未満	9時間 以上	無回答
小学校5年生	2.0	3.0	9.1	27.1	40.2	18.6	0.0
中学校2年生	3.0	14.5	33.6	34.3	12.9	1.7	0.0
高校2年生	9.1	42.4	36.0	11.6	0.7	0.1	0.1

⑤睡眠で休養がとれているか

睡眠で休養がとれているかとしては、「十分とれている」と「まあとれている」を合わせた「(睡眠で休養が) とれている」とする割合をみると、小学生 79.2%、中学生 61.8%、高校生 48.8%となっている。中学生、高校生に比べ、小学生に睡眠で休養がとれているとする割合が高い。特に、「十分とれている」とする割合をみると、中学生、高校生に比べ小学生の割合が高くなっている（小学生 36.8%、中学生 14.3%、高校生 6.8%）。

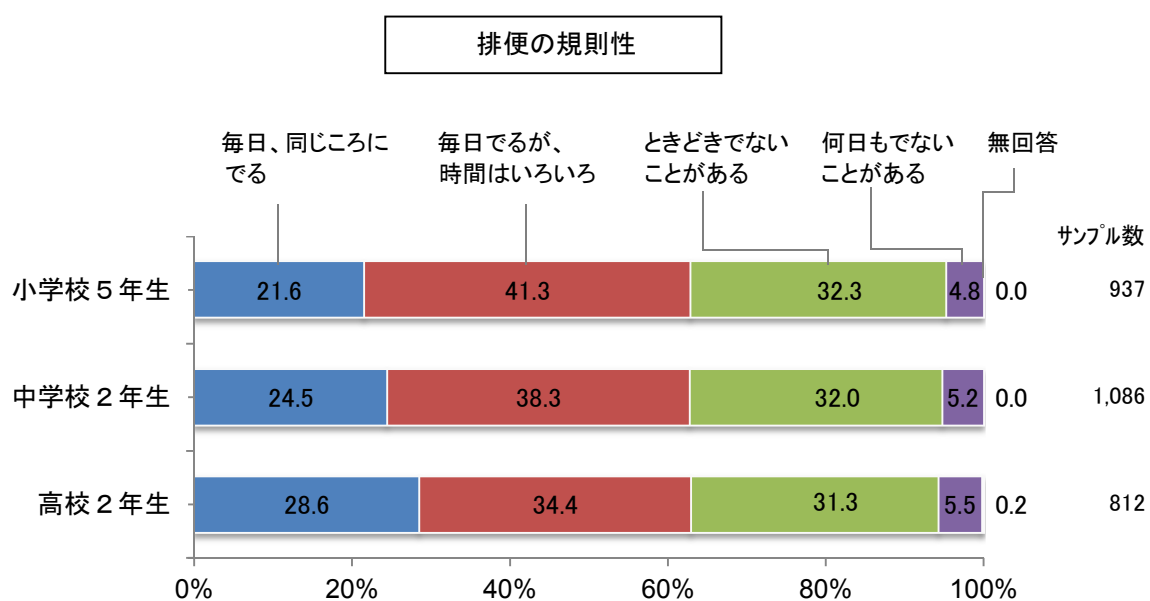


（２）排便

①排便の規則性

排便の規則性としては、「毎日同じところにでる」と「毎日でるが、時間はいろいろ」を合わせた「(便が) 毎日でる」とする割合は、小学生、中学生、高校生とも約6割となっている（小学生62.9%、中学生62.8%、高校生63.0%）。

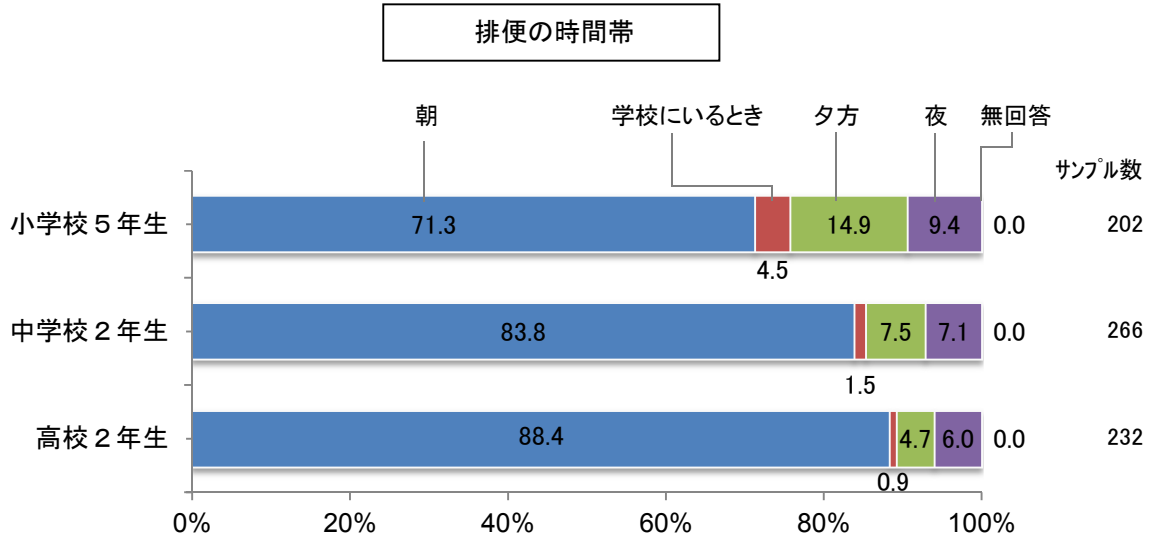
また、「(便が) 毎日同じところにでる」する割合は、小学生、中学生では約2割、高校生では約3割であり、学年が上がるほど高くなっている（小学生21.6%、中学生24.5%、高校生28.6%）。



②排便の時間帯

排便の時間帯としては、小学生 71.3%、中学生 83.8%、高校生 88.4%が「朝（排便がある）」としている。「朝（排便がある）」割合は学年が上がるほど高くなっている。

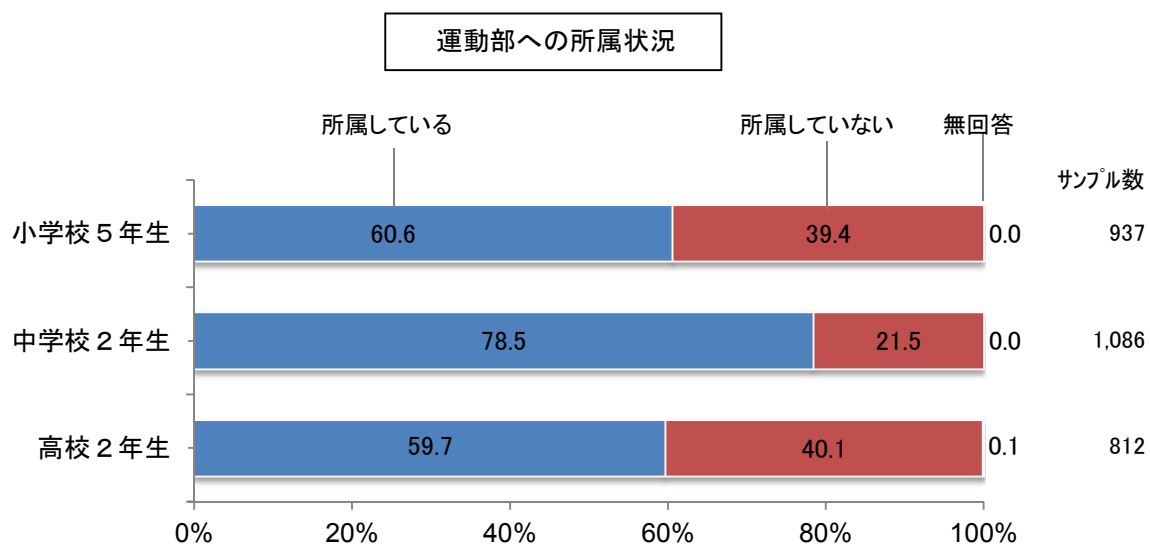
※便が毎日同じころにできると回答した児童生徒を対象に集計



（３）運動

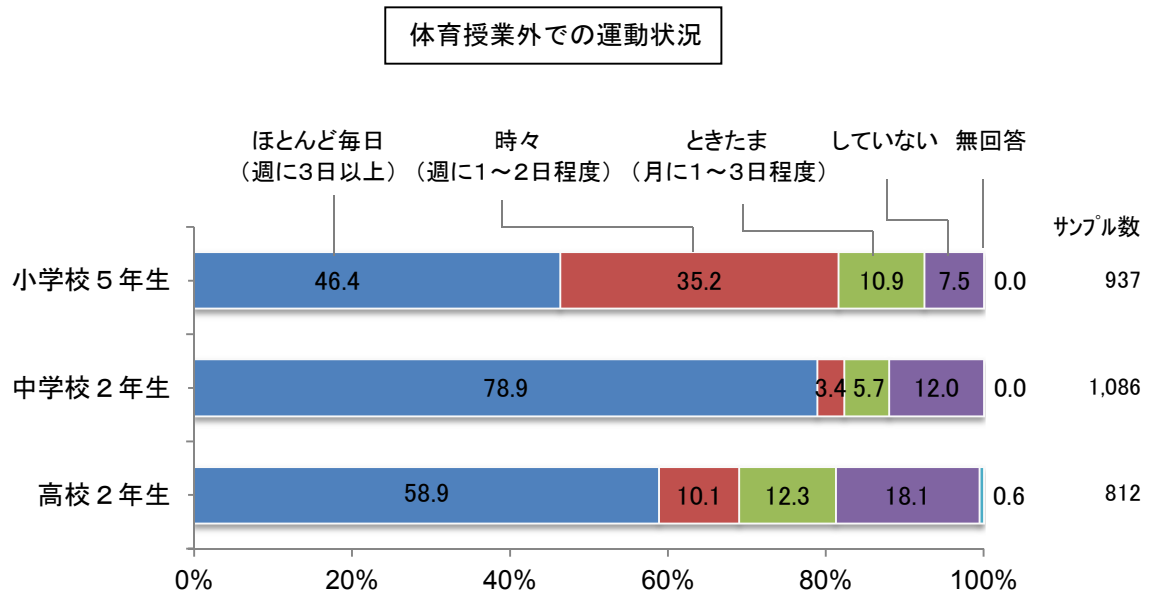
①運動部等への所属状況

運動部等への所属状況としては、中学生の割合が高く、中学生は約８割、小学生、高校生は６割である（小学生 60.6%、中学生 78.5%、高校生 59.7%）。



②体育授業外での運動状況

体育授業外での運動状況としては、「(体育授業外で) ほとんど毎日 (体を) 動かしている」とする割合をみると、小学生 46.4%、中学生 78.9%、高校生 58.9%となっている。小学生の割合が低く、中学生の割合が高い。



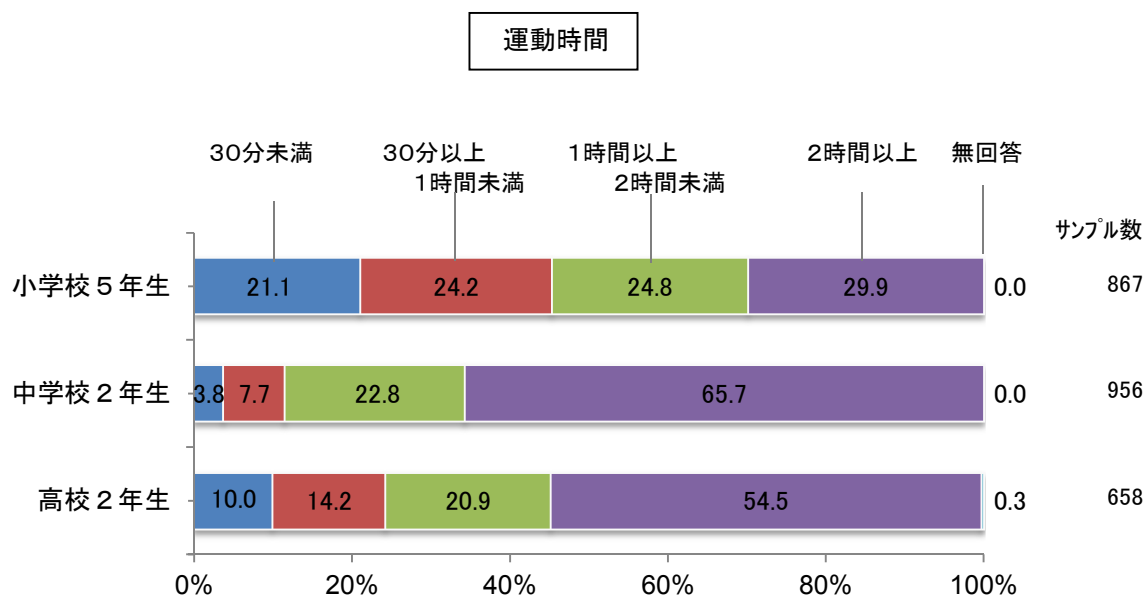


### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

#### ③運動時間

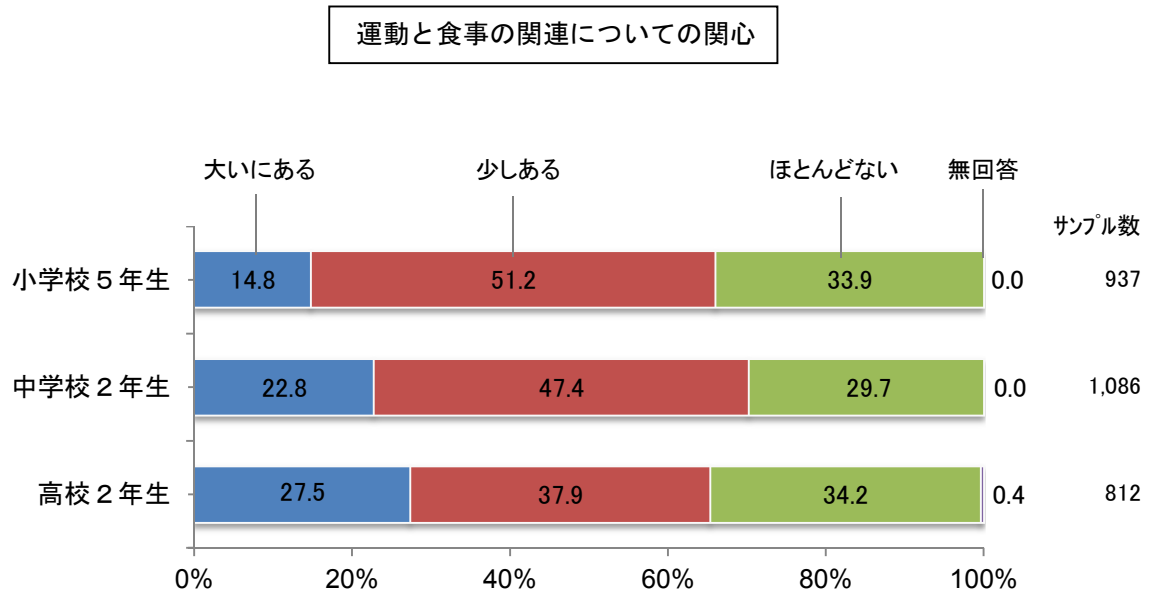
運動時間にみると、「1時間～2時間未満」と「2時間以上」を合わせた「1時間以上」とする割合が、小学生に比べ中学生、高校生で高くなっている（小学生 54.7%、中学生 88.5%、高校生 75.4%）。

※体育授業外で週に1～2回程度以上からだを動かすことがあると回答した児童生徒を対象に集計



④運動と食事の関連についての関心

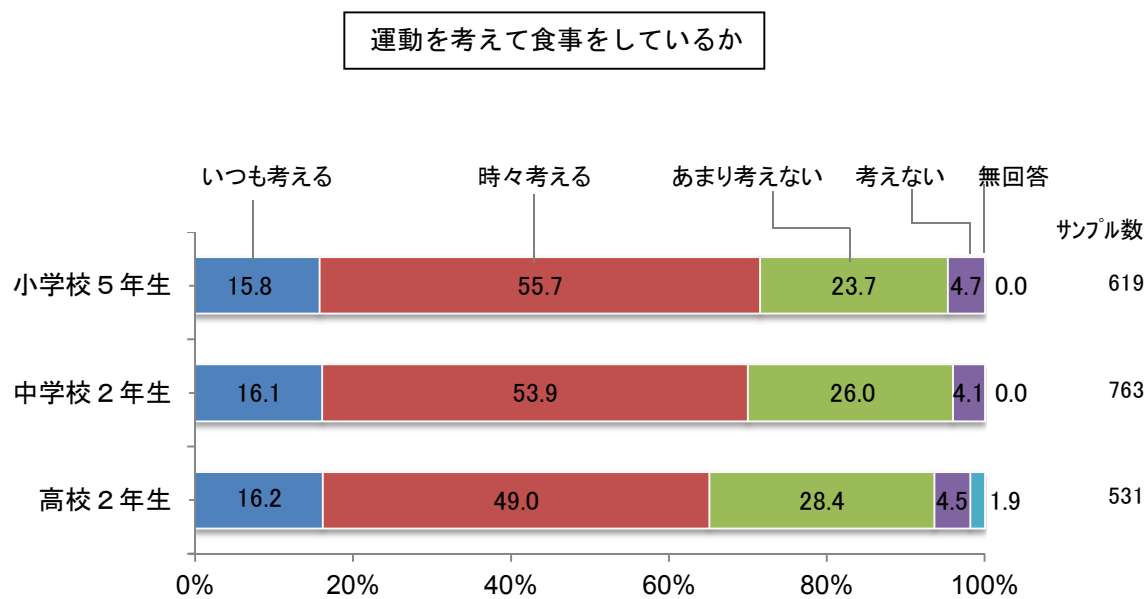
運動と食事の関連についての関心としては、「大いにある」と「少しある」を合わせた「(運動と食事の関連について関心が) ある」とする割合をみると、小学生、中学生、高校生で約7割となっている。また、「大いにある」とする割合をみると、学年が上がるほど、運動と食事の関連について関心がある傾向がある(小学生14.8%、中学生22.8%、高校生27.5%)。



⑤運動を考えて食事をしているか

ふだん運動を考えて食事をしているかとしては、「いつも考える」と「時々考える」合わせた「(ふだん運動を考えて食事をするを)考える」とする割合をみると、小学生 71.6%、中学生 70.0%、高校生 65.2%となっている。約7割の児童生徒が、運動を考えて食事をしている傾向がみられる。

※運動と食事の関連についての関心としては、「大いにある」と「少しある」を合わせた「(運動と食事の関連について関心が)ある」と回答した児童生徒を対象に集計

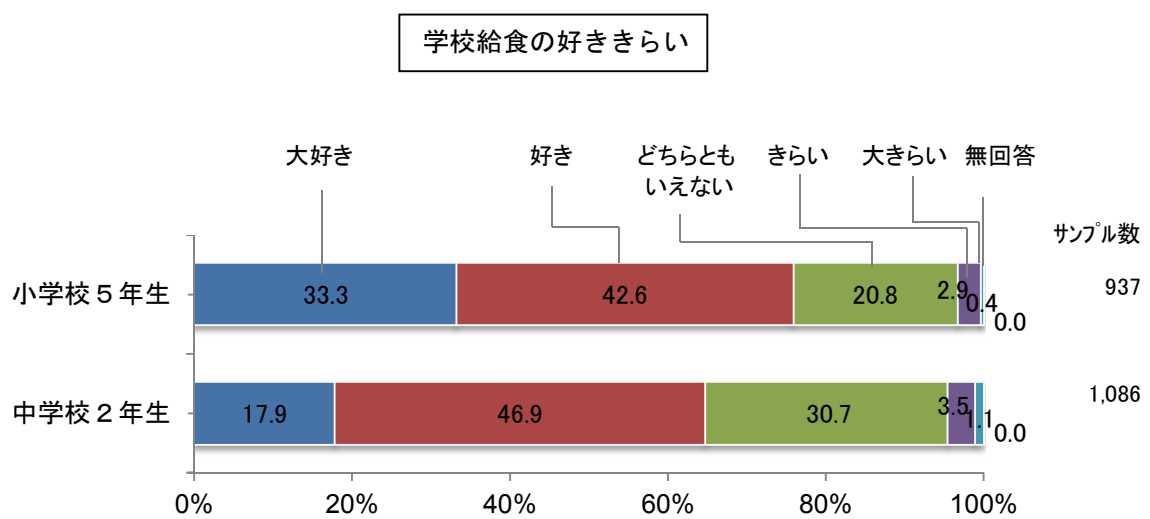


### 3. 学校給食・昼食

#### （1）学校給食

##### ①学校給食の好ききらい

学校給食が好きかきらいかとしては、「大好き」と「好き」を合わせた「(学校給食を)好き」とする割合をみると、小学生75.9%、中学生64.7%となっている。中学生と比較して小学生に学校給食を好きな割合が高くなっている。



Ⅲ. 調査結果（単純集計）

②献立（国内各地の料理、世界の国々の料理、行事食）の好ききらい

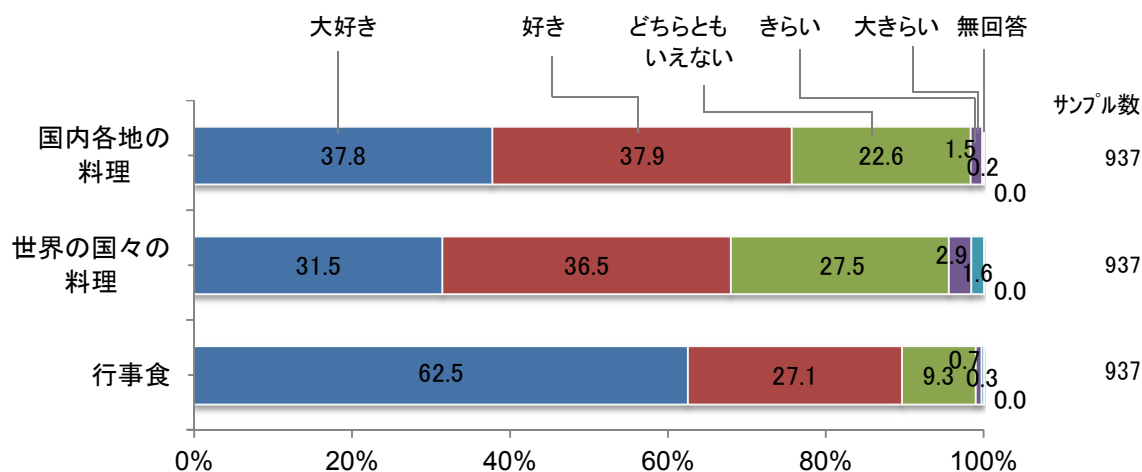
学校給食で出される「国内各地の料理」では、「大好き」と「好き」を合わせた「(国内各地の料理を)好き」とする割合が、小学生 75.7%、中学生 71.6%となっている。

同割合を、「世界の国々の料理」、「行事食」でみると、「世界の国々の料理」では、小学生 68.0%、中学生 61.9%、「行事食」では、小学生 89.6%、中学生 80.2%となっており、小学生の9割、中学生の8割が「(行事食を)好き」としている。

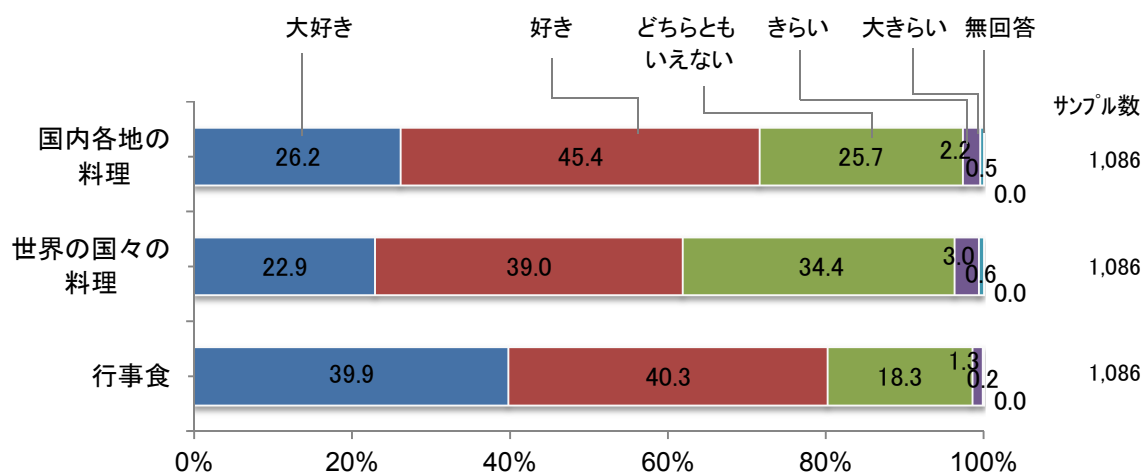
中学生と比較して小学生に国内各地の料理や世界の国々の料理、行事食の献立の好きな割合が高くなっている。

国内各地の料理や世界の国々の料理、行事食の献立の好ききらい

小学校5年生



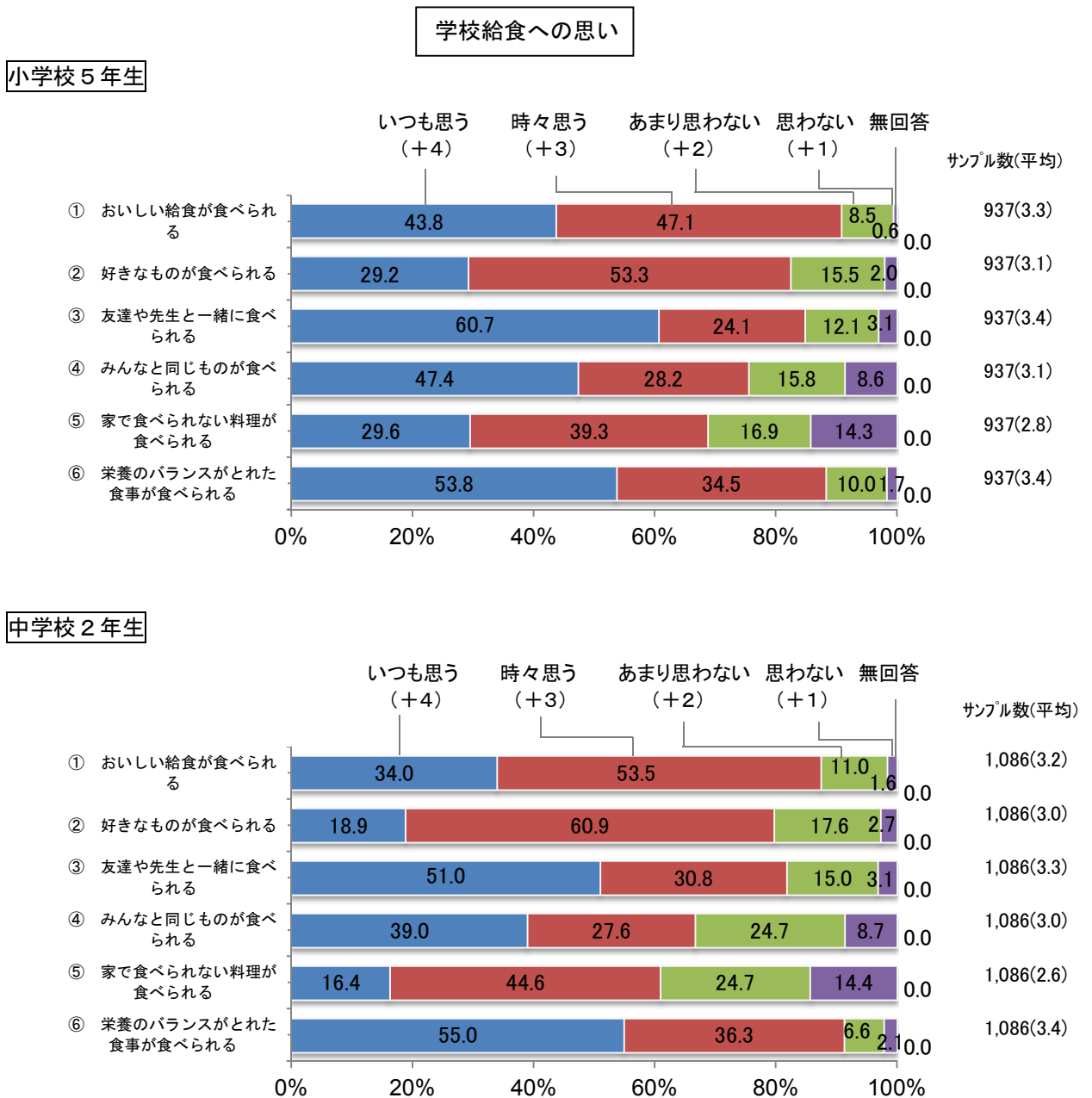
中学校2年生



### ③学校給食への思い

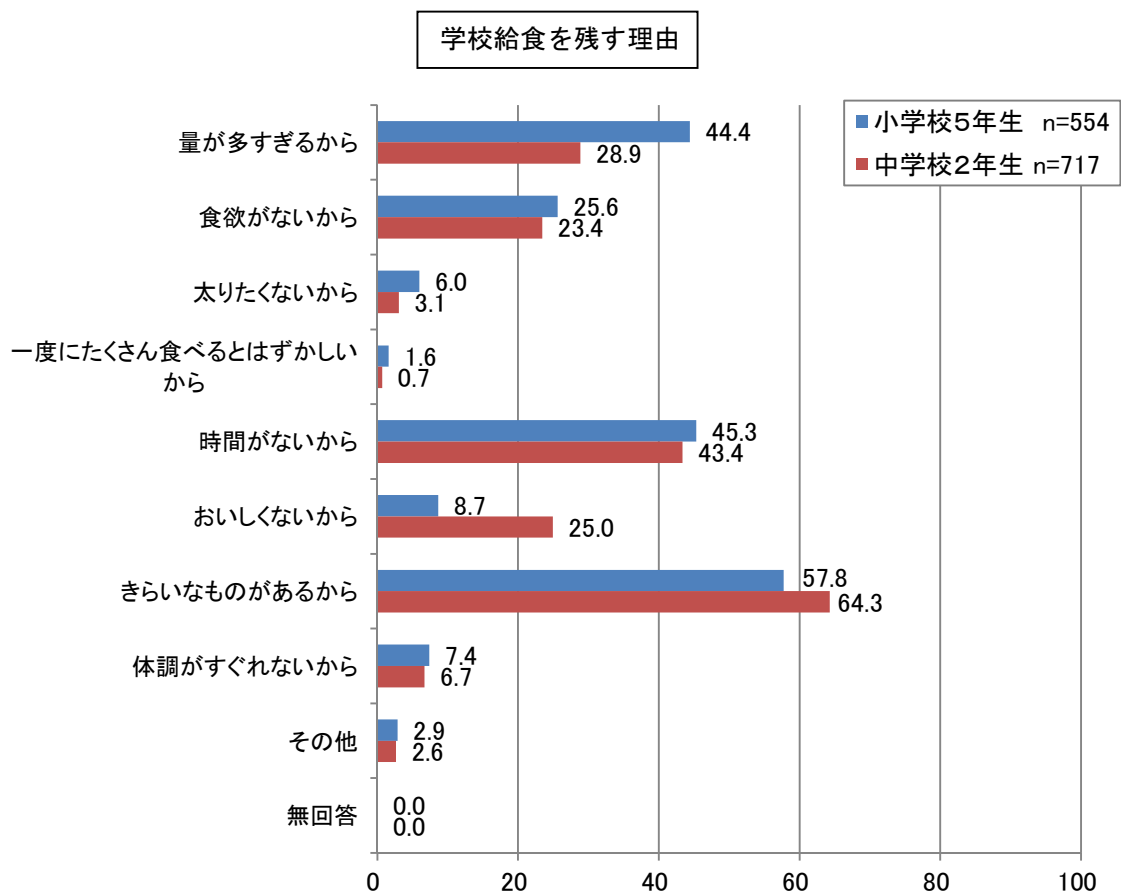
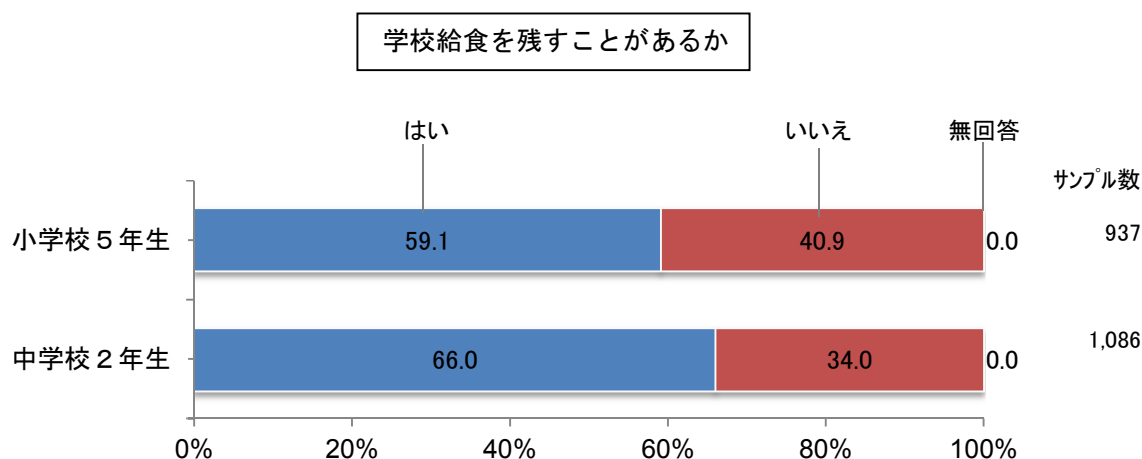
学校給食への思いとしては「いつも思う」とする割合が、小学生では「友達や先生と一緒に食べられる」（小学生 60.7%）が最も高く、中学生では「栄養のバランスがとれた食事が食べられる」（中学生 55.0%）が最も高い。

※回答各々に「いつも思う」+4、「時々思う」+3、「あまり思わない」+2、「思わない」+1と点数を与え、平均点を算出している。



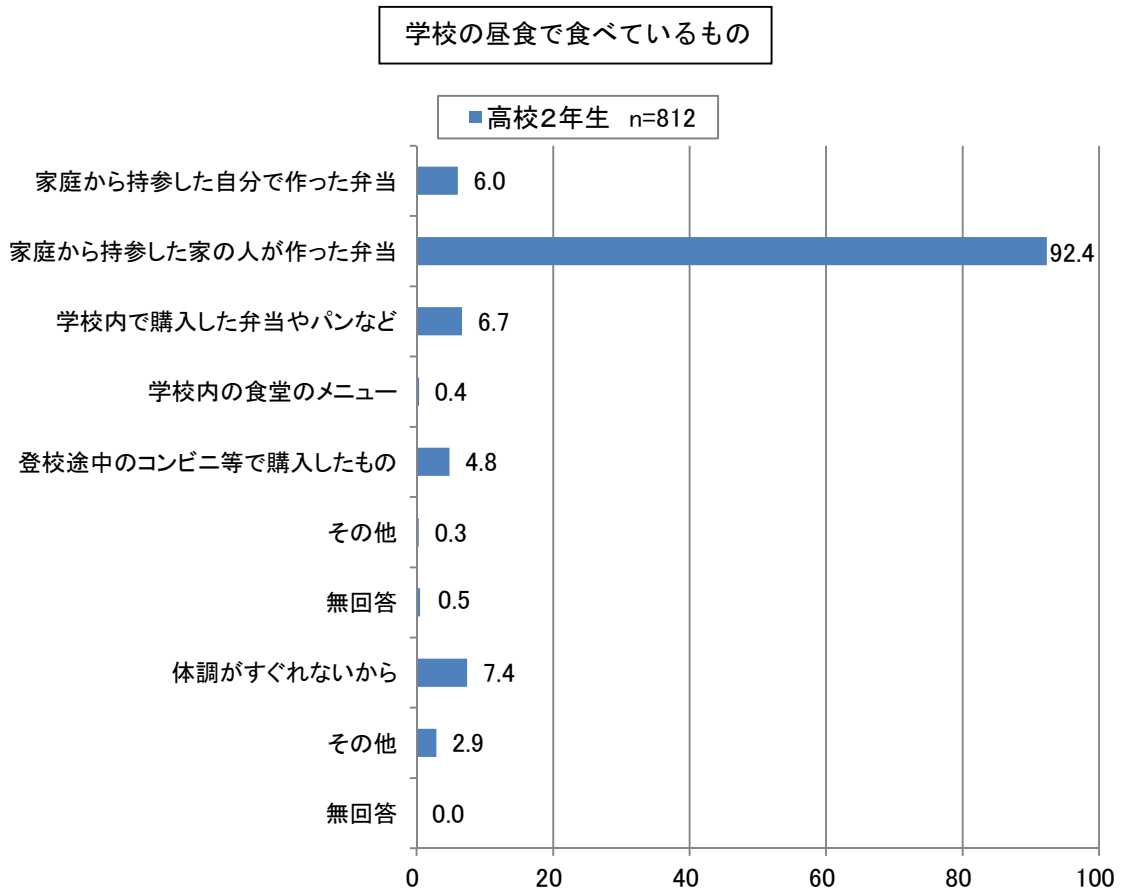
④学校給食の摂取状況と残す理由

学校給食を残すことがあるかとしては、小学生の6割、中学生の6割半が「はい（残すことがある）」としている。学校給食を残す理由としては、小学生、中学生とも「きれいなものがあるから」が最も高くなっている。以下、「時間がないから」、「量が多すぎるから」が理由として続く。



（２）昼食

学校の昼食で食べているものとしては、高校生の約9割が「家庭から持参した家の人が作った弁当」を挙げている。



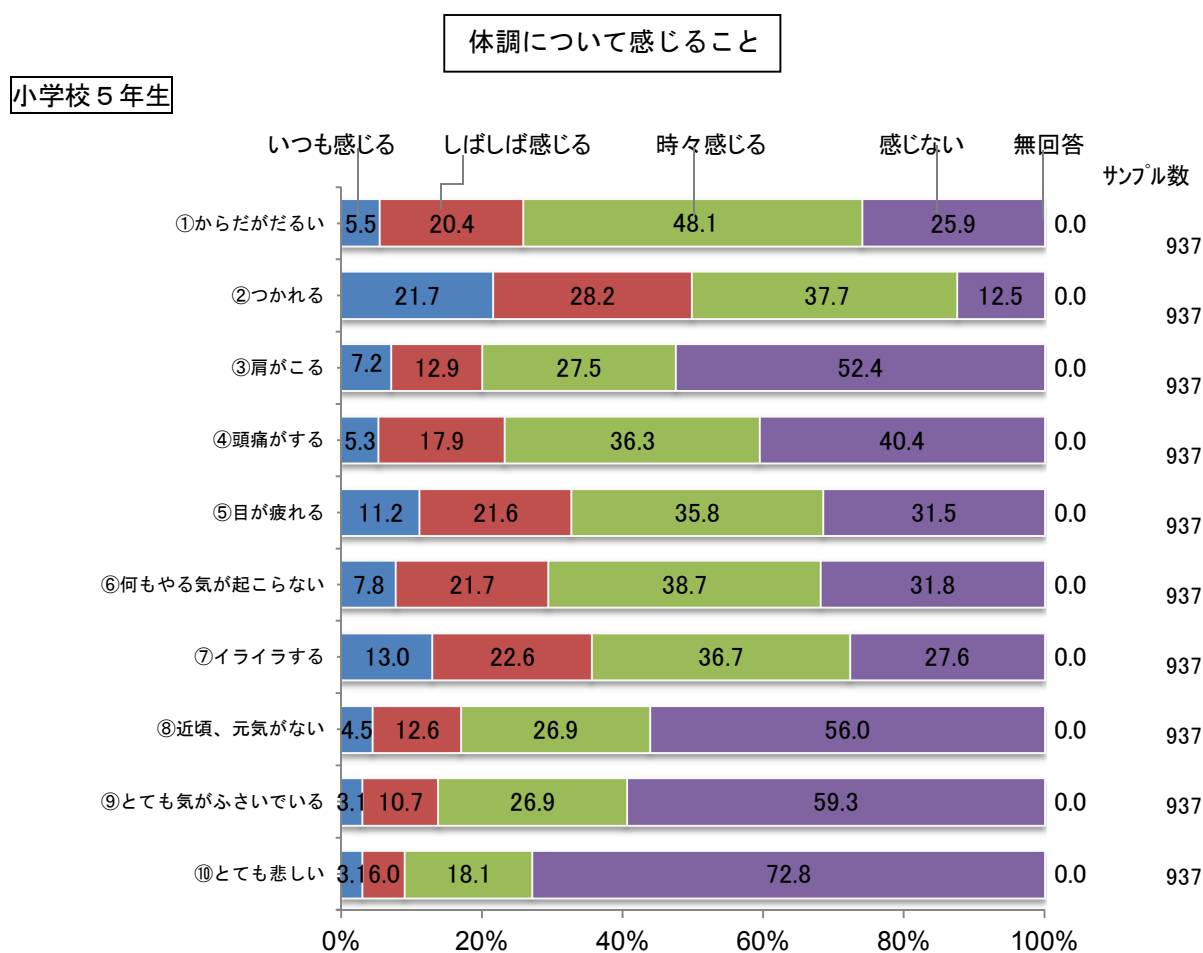


## 4. 不定愁訴と自尊感情

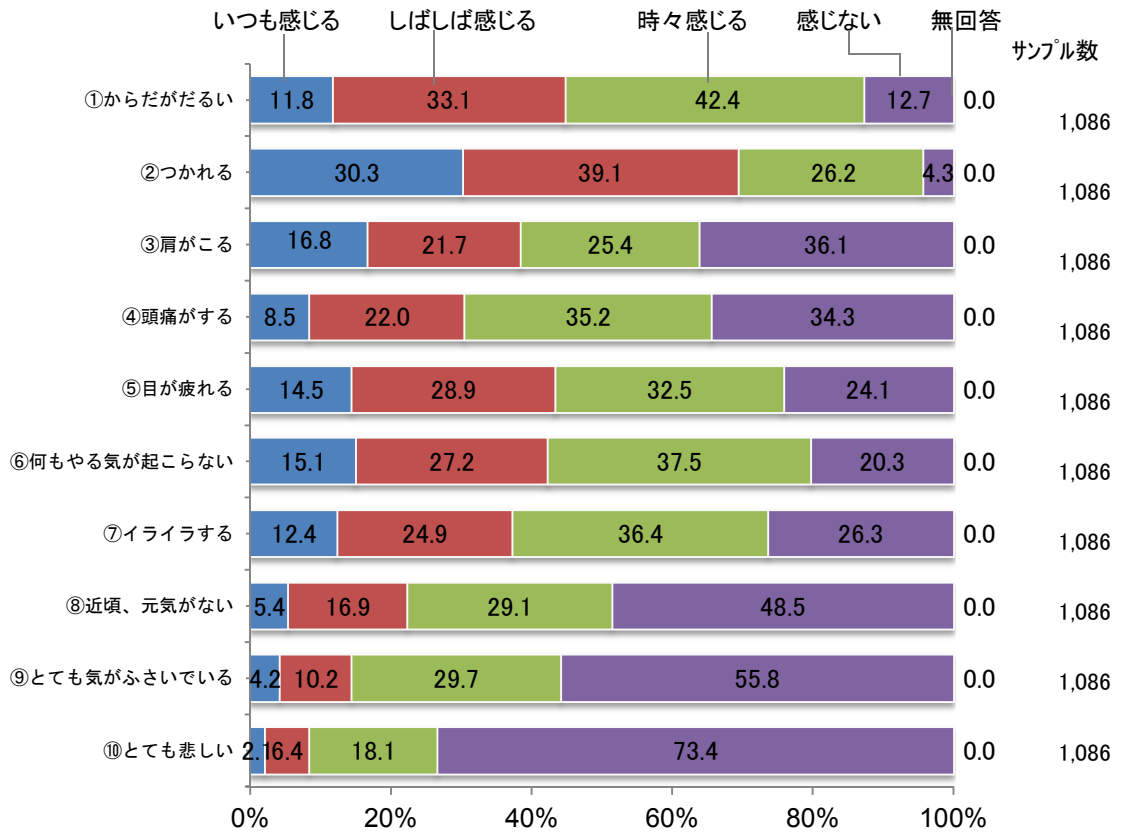
### （1）不定愁訴

#### ①不定愁訴の状況

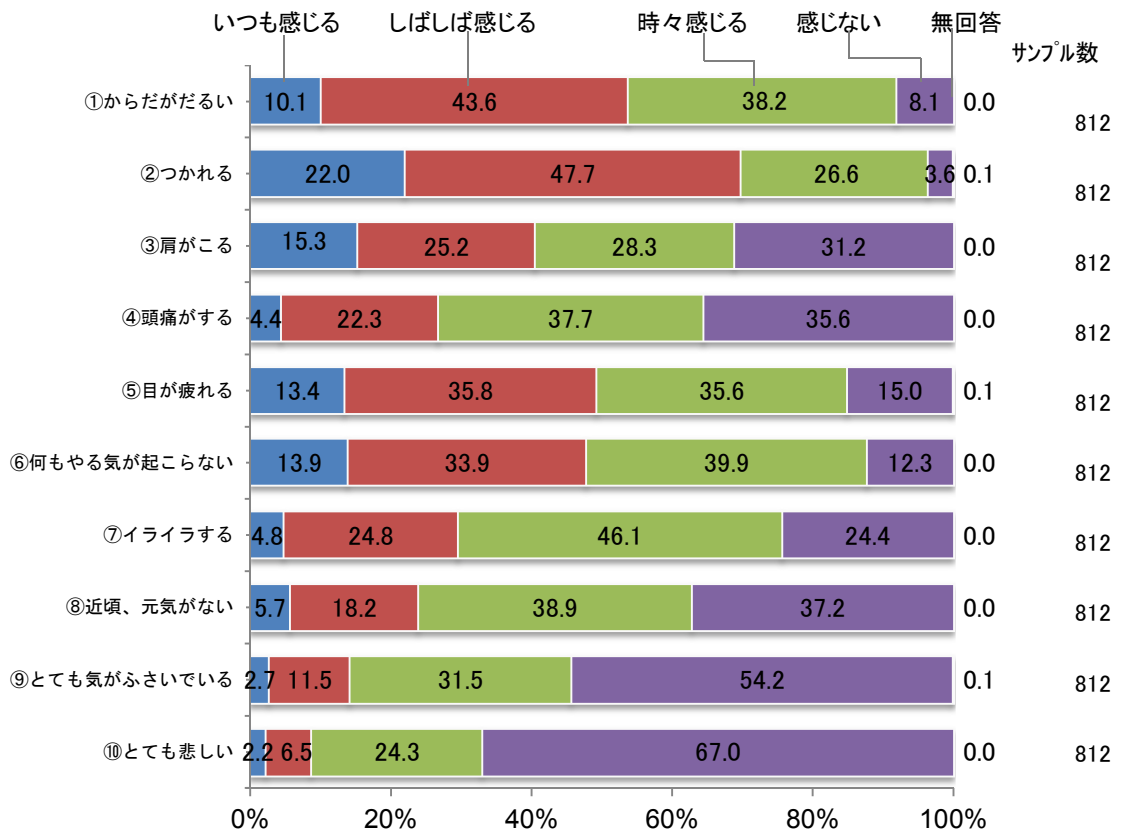
不定愁訴の状況としては、「いつも感じる」「しばしば感じる」「時々感じる」を合わせた「(体調について)感じる」割合をみると、小学生、中学生、高校生とも「つかれる」で最も高くなっている。また、「からだがだるい」「イライラする」「目が疲れる」「何もやる気が起きない」が小学生、中学生、高校生とも割合が高くなっている。



中学校 2年生



高校 2年生



Ⅲ. 調査結果（単純集計）

②不定愁訴の状況（点数）

不定愁訴の状況をみるに当たっては、調査を行った右の10項目の回答について、「感じない」を0点、「時々感じる」を1点、「しばしば感じる」を2点、「いつも感じる」を3点として合計点を算出し、その結果を8グループに分類した。

さらに、コメントでは、下の表のとおり、合計点により「不定愁訴が少ない」、「不定愁訴がやや少ない」、「不定愁訴がやや多い」、「不定愁訴が多い」の4つに分類した。

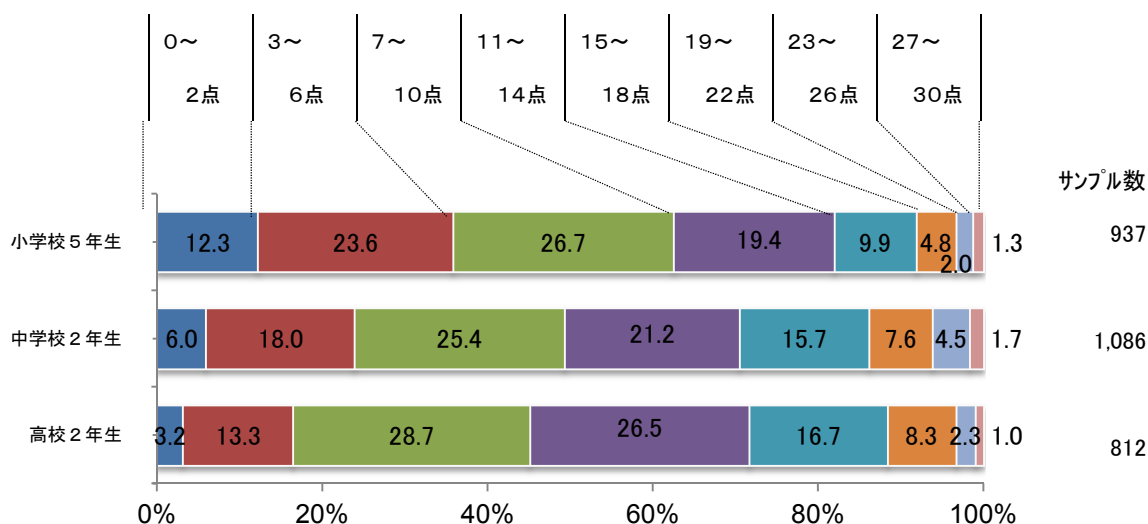
調査項目
① からだがだるい
② つかれる
③ 肩がこる
④ 頭痛がする
⑤ 目が疲れる
⑥ 何もやる気が起こらない
⑦ イライラする
⑧ 近頃、元気がない
⑨ とても気がふさいでいる
⑩ とても悲しい

①～⑩の合計点による分類

得点	0～2 点	3～6 点	7～10 点	11～14 点	15～18 点	19～22 点	23～26 点	27～30 点
コメント	不定愁訴が 少ない		不定愁訴が やや少ない		不定愁訴が やや多い		不定愁訴が 多い	

不定愁訴の合計点について、不定愁訴が少ない「0～6点」の割合をみると、小学生では約4割であるのに対して、中学校、高校生では2割前後となっている。一方、不定愁訴がやや多い、不定愁訴が多いを合わせた「15点～30点」の割合をみると、小学生で約2割、中学生、高校生で約3割みられる。

体調について感じる事（点数）



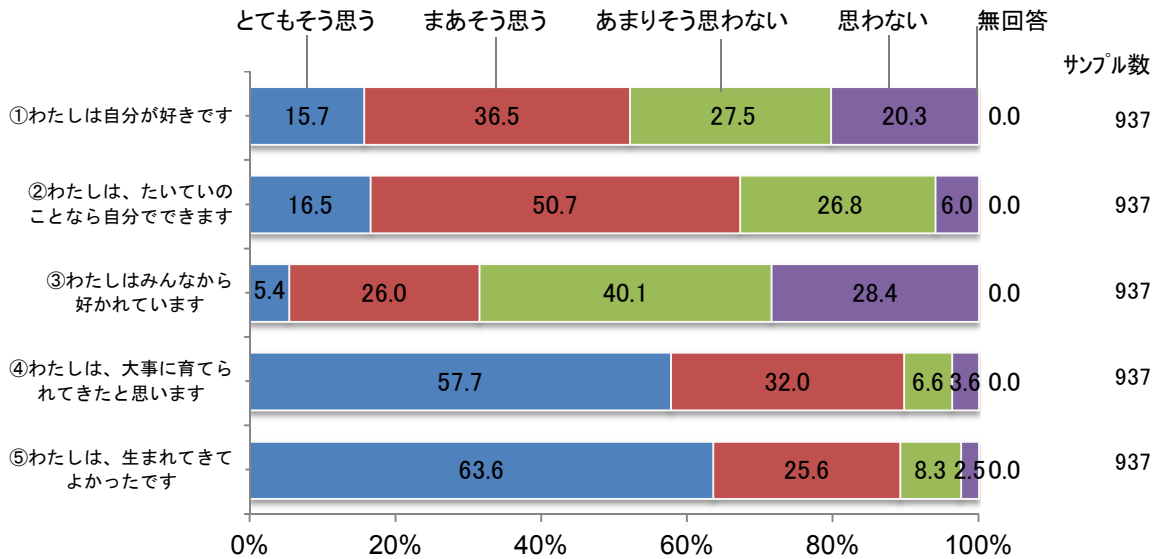
（２）自尊感情

自尊感情について、「とてもそう思う」と「まあそう思う」を合わせた「そう思う」とする割合をみると、「わたしはうまれてきてよかったです」と「わたしは大事に育てられてきたと思います」では、小学生で約9割、中学生で約8割、高校生で8～9割となっている。また、「わたしは自分が好きです」、「わたしはたいいていのことなら自分でできます」では、中学生、高校生に比べ小学生に割合が高くなっている（「わたしは自分が好きです」小学生52.2%、中学生38.6%、高校生32.5% 「わたしはたいいていのことなら自分でできます」小学生67.2%、中学生60.4%、高校生56.2%）。

一方、「思わない」と「あまりそう思わない」を合わせた「思わない」とする割合をみると、「わたしは自分が好きです」では、小学生で約5割、中学生で約6割、高校生で約7割（小学生47.8%、中学生61.4%、高校生67.1%）、「わたしはみんなから好かれています」では、小学生で約7割、中学生、高校生で約6割、（小学生68.5%、中学生61.7%、高校生56.0%）となっている。

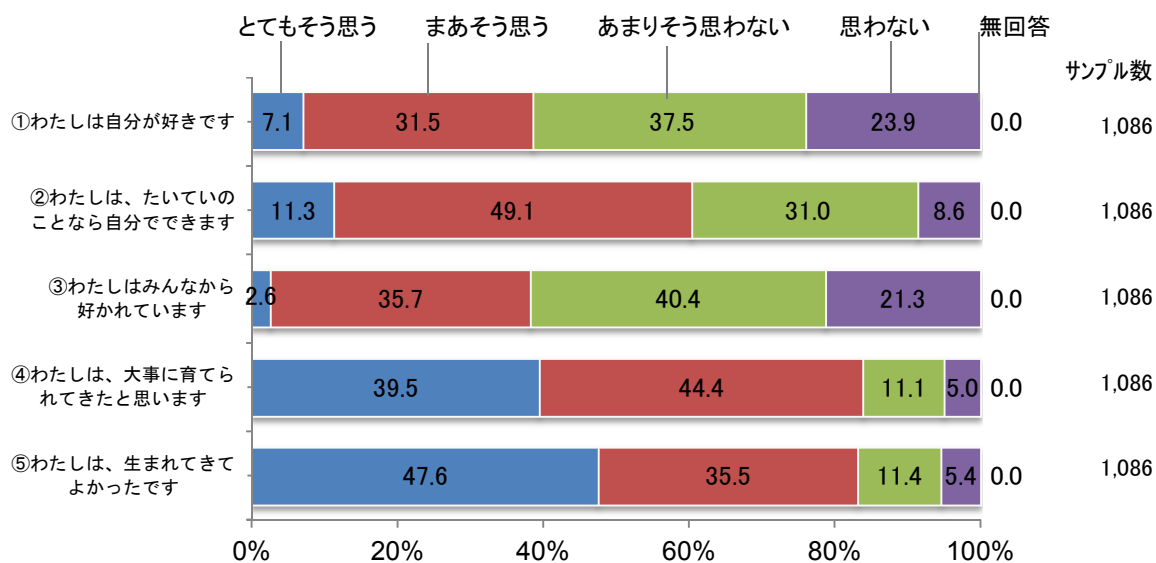
自尊感情

小学校5年生

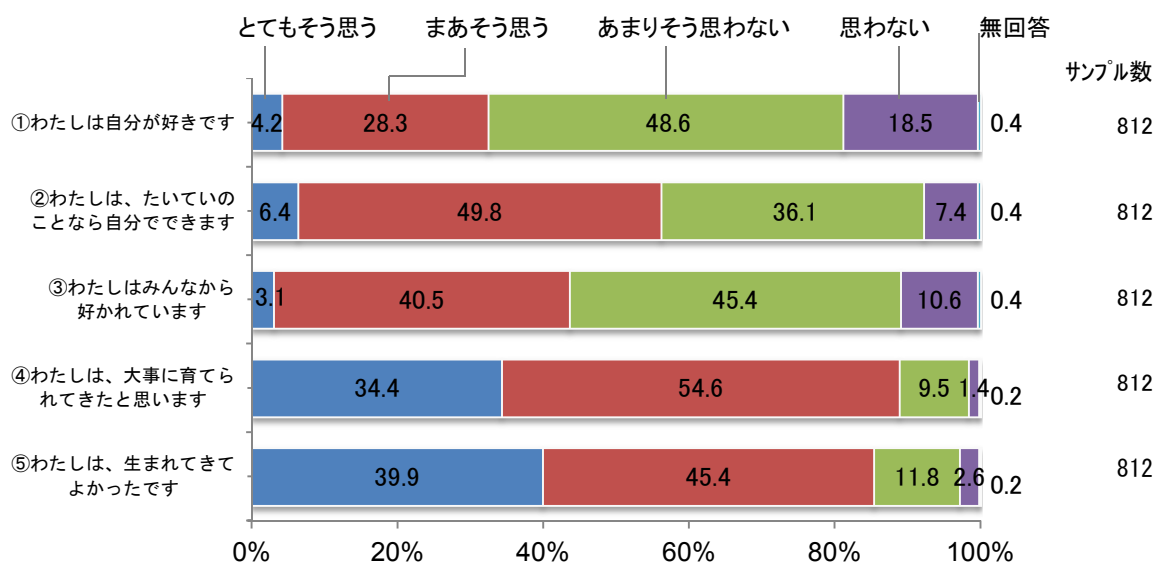


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

中学校 2 年生



高校 2 年生

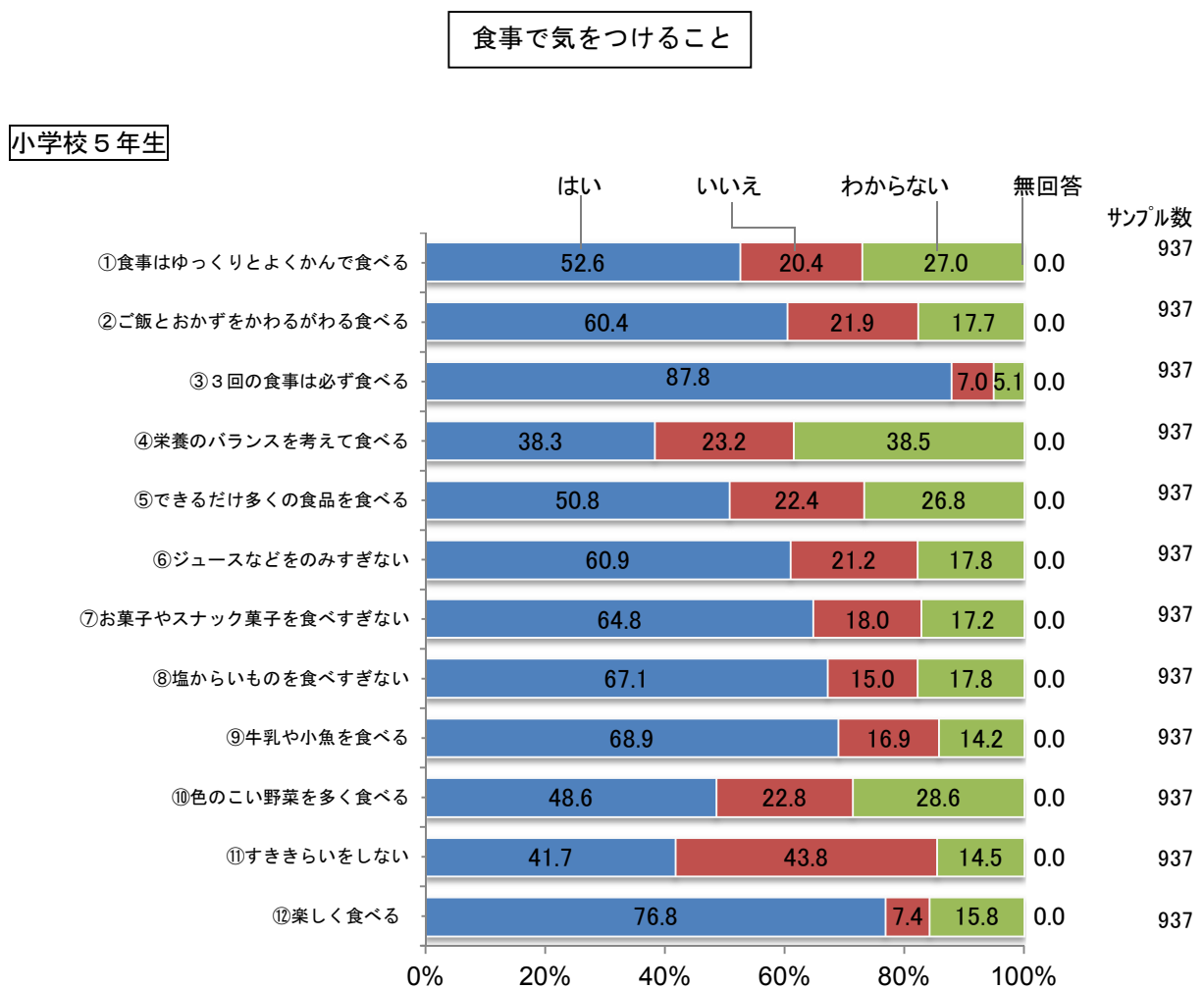


## 5. 食に関する知識の実践化

### （1）食事で気をつけること

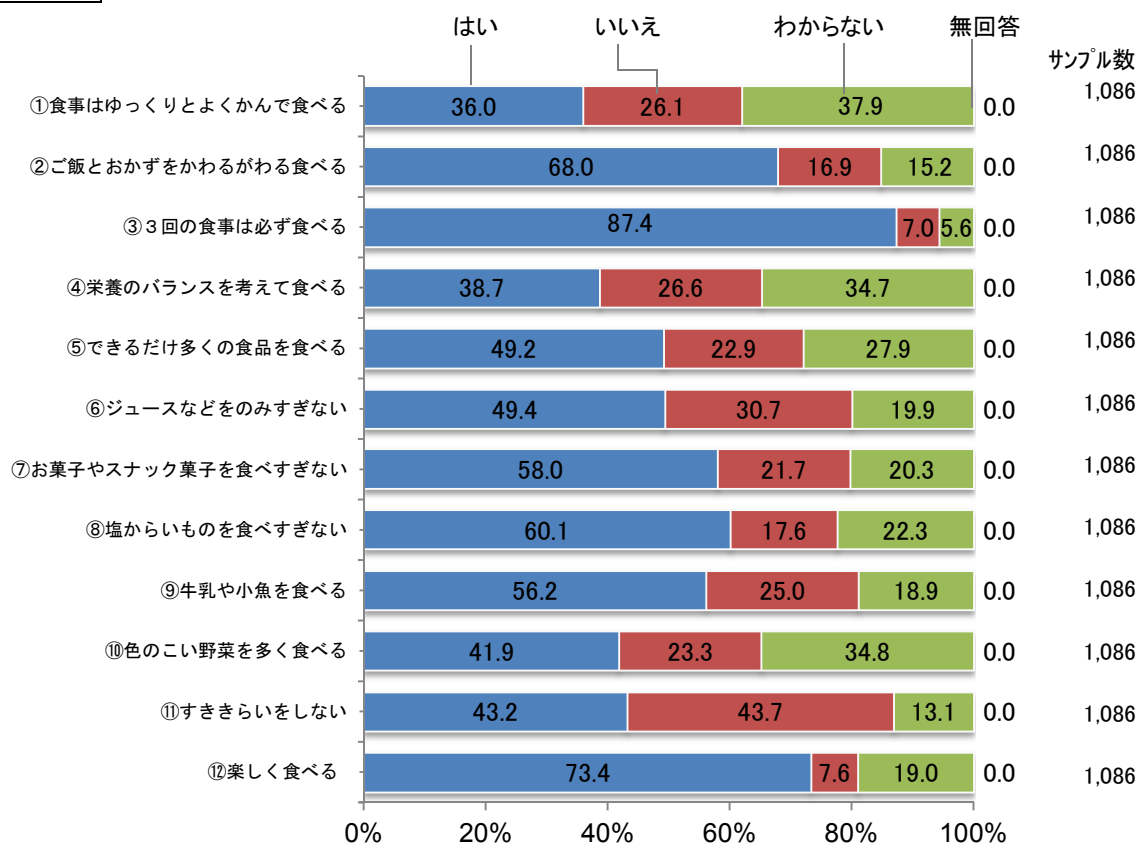
食事で気をつけることについて、「はい（気をつける）」とする割合をみると、小学生、中学生、高校生とも「3回の食事は必ず食べる」で最も高く、小学生、中学生、高校生で約9割となっている。一方、「いいえ（気をつけない）」とする割合をみると、小学生、中学生、高校生とも「すききらいをしない」とする割合が最も高く、小学生、中学生、高校生で約4割となっている。

また、「食事をゆっくりとよくかんで食べる」での「はい」とする割合をみると、中学生、高校生では約4割に対して、小学生では約5割となっている。同様に、「ご飯とおかずをかわるがわる食べる」での「はい」とする割合をみると、小学生では約6割、中学生では約7割、高校生では約8割となっている。

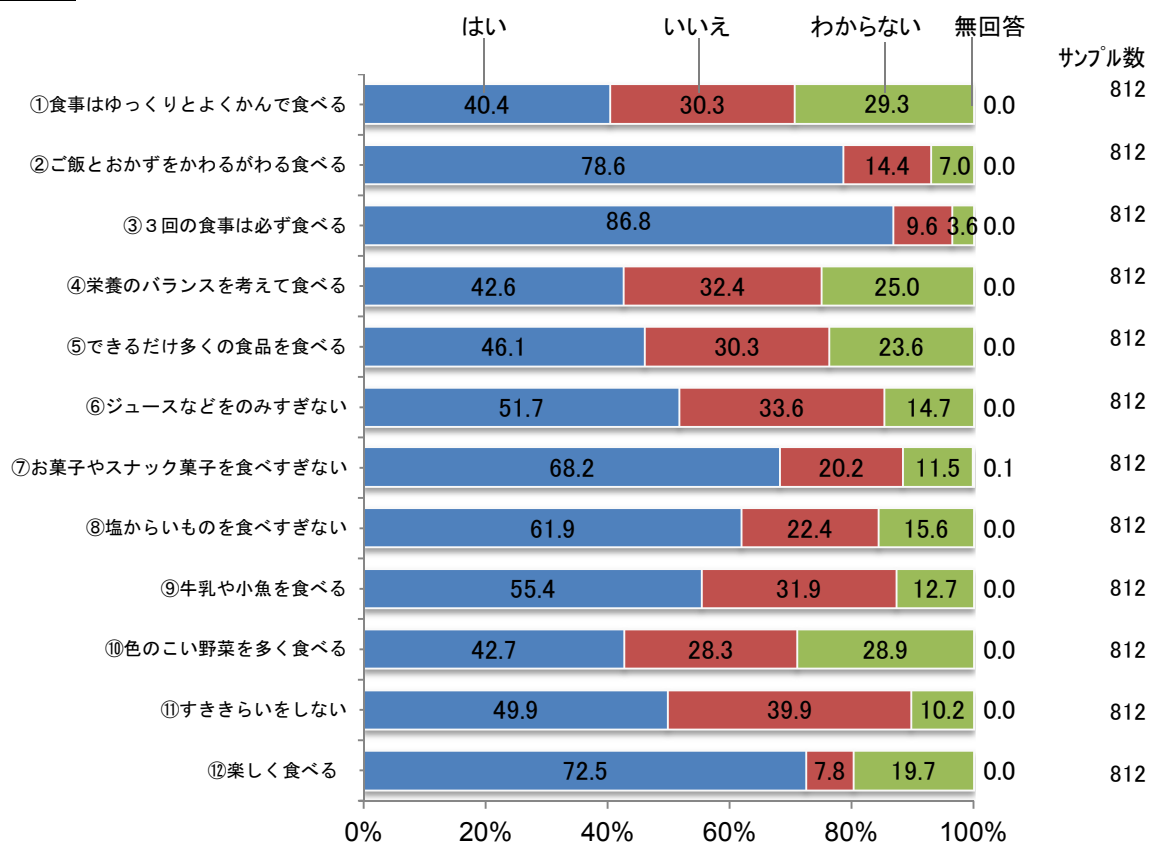


Ⅲ. 調査結果（単純集計）

中学校 2 年生



高校 2 年生

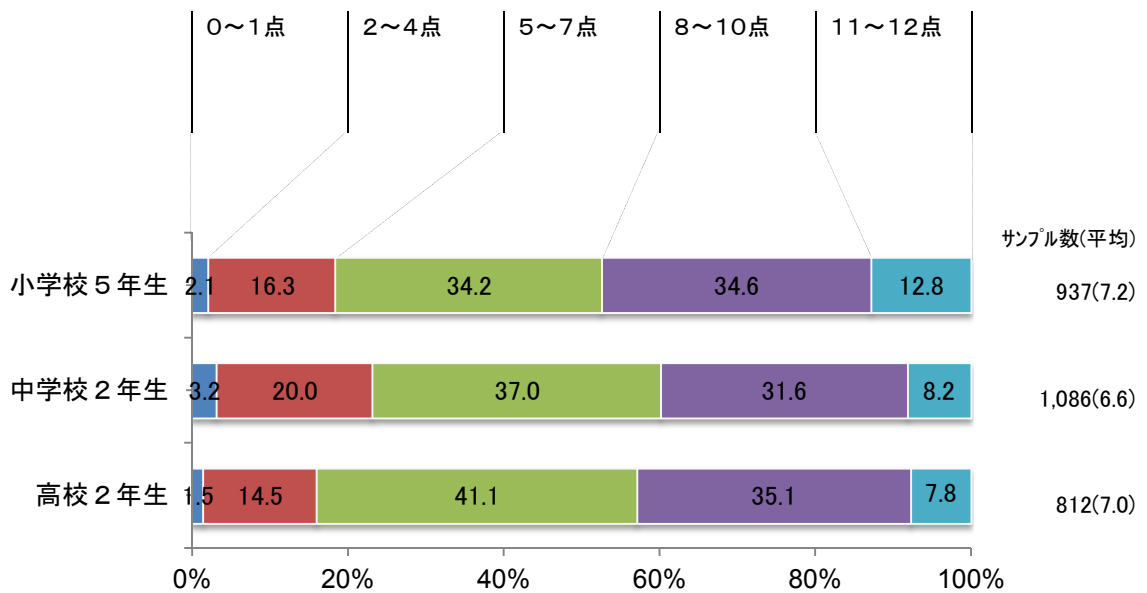


・食事で気をつけること（点数）

食事で気をつけることについて、「食事はゆっくりとよくかんで食べる」をはじめ、12項目それぞれについて、「はい」を1点、「いいえ」「わからない」を0点として気をつけていることの合計点を算出し、「0～1点」「2～4点」「5～7点」「8～11点」「11～12点」の、5グループに分類した。

食事で気をつけることの合計点としては、「8～12点」とする割合が小学生で約5割、中学生、高校生で約4割みられる。また、平均点をみると、小学生で7.2点、中学生で6.6点、高校生で7.0点となっている。

食事で気をつけること（点数）

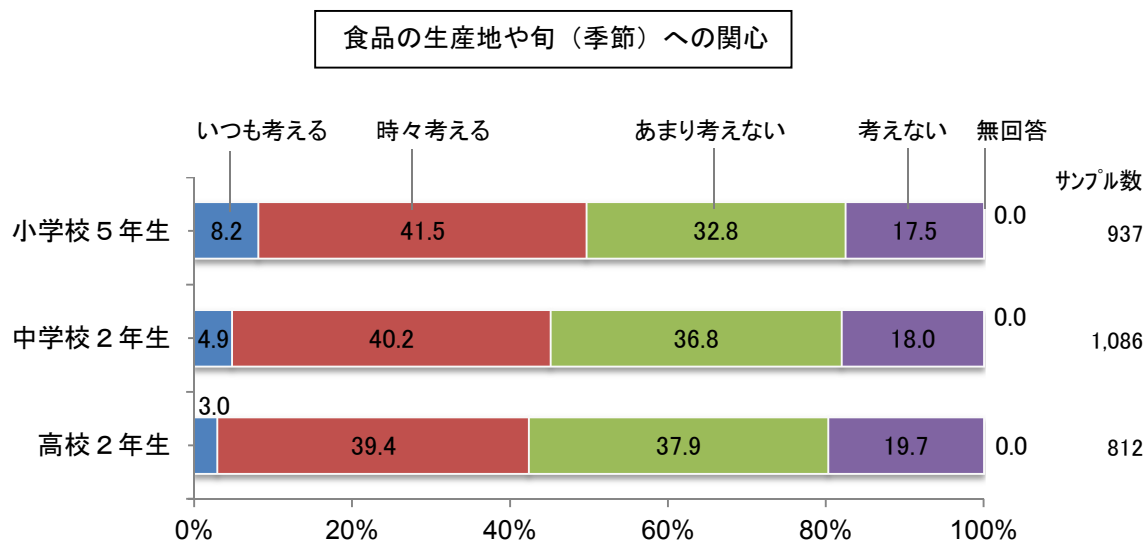




（２）食に関する意識関心

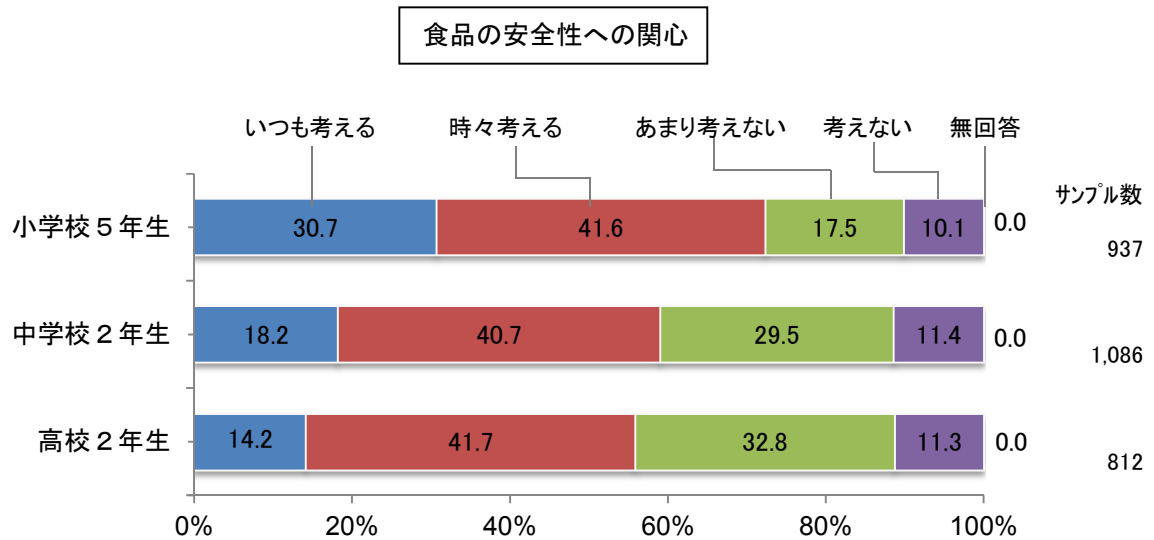
① 食品の生産地や旬（季節）への関心

食品の生産地や旬（季節）への関心としては、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を)考える」割合をみると、小学生 49.7%、中学生 45.1%、高校生 42.4%となっている。中学生、高校生に比べ小学生に関心が高い傾向がみられる。



② 食品の安全性への関心

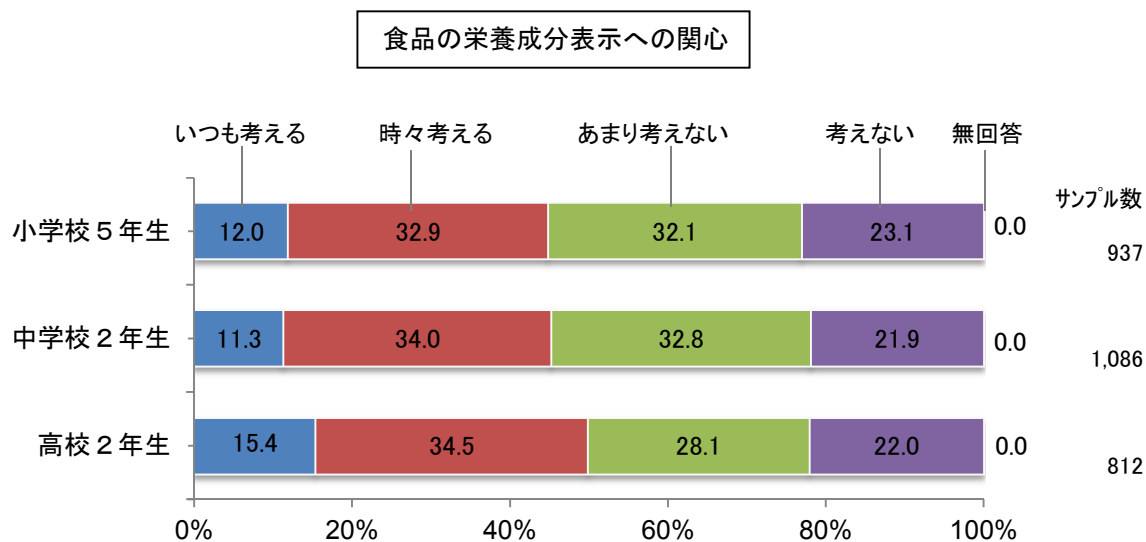
食品の安全性への関心としては、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の安全性を)考える」割合をみると、小学生72.4%、中学生58.9%、高校生55.9%となっている。学年が低いほど割合が高くなっている。



### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

#### ③ 食品の栄養成分表示への関心

食品の栄養成分表示への関心としては、「いつもしている」と「時々している」を合わせた「(食品の栄養成分表示を参考に)している」割合をみると、小学生 44.9%、中学生 45.3%、高校生 49.9%となっている。



（3）食品の主な働き

食品の主な働きについて、それぞれの食品の正解は、以下のとおりである。

食品	主な働き
ごはん	エネルギーのもとになる
魚	体をつくるもとになる
野菜	体の調子を整えるもとになる
パン	エネルギーのもとになる
牛乳	体をつくるもとになる
果物	体の調子を整えるもとになる

食品の主な働きに関する知識について、正答率をみると、小学生ではいずれの食品においても6割以上の正答率になっている。中学生ではいずれにおいても7割以上の正答率になっている。高校生では、いずれにおいても8割以上の正答率になっている。

なお、本内容は、小学校家庭科における「食品の栄養的な特徴を知ること」に関するものであり、調査実施時点での調査対象小学校19校の履修状況は、履修済み校2校、履修中3校、未履修校14校であった。

正答率(%)	米飯	魚	野菜	パン	牛乳	くだもの
小学校5年生	62.4	70.2	83.0	66.8	65.6	66.4
中学校2年生	75.6	78.1	88.8	76.7	80.8	85.3
高校2年生	83.9	83.7	91.7	85.5	82.1	94.1

### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

#### （４）食品に含まれる主な栄養素

食品に含まれる主な栄養素について、それぞれの食品の正解は、以下のとおりである。

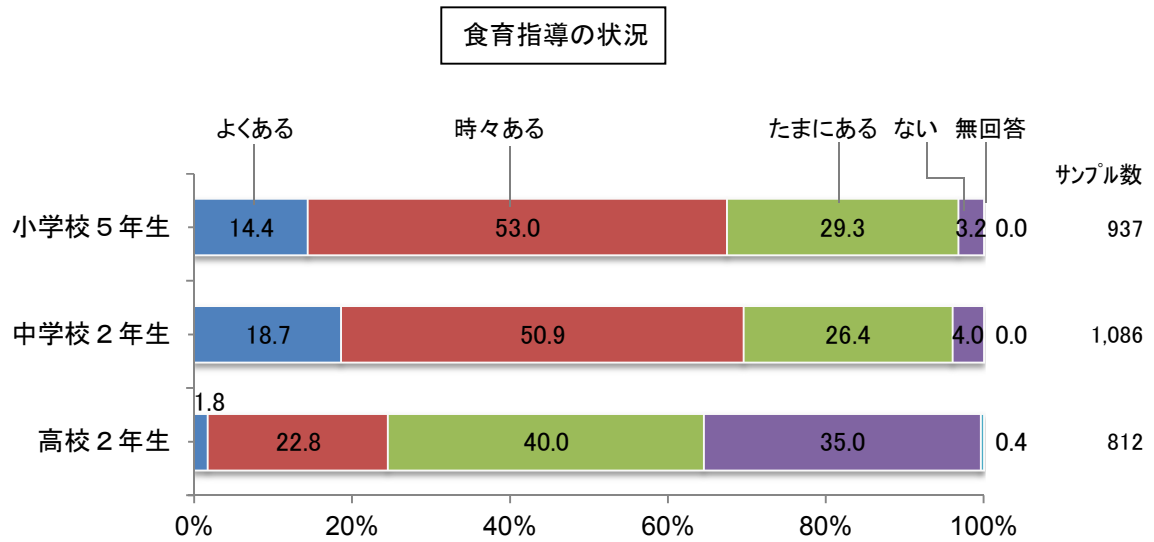
食品	主な栄養素
米飯	炭水化物
魚	たんぱく質
野菜	ビタミン
パン	炭水化物
牛乳	無機質
果物	ビタミン

食品に含まれる主な栄養素に関する知識について、「牛乳」を除いた正答率をみると、中学生では7割以上の正答率になっている。高校生では、8割以上の正答率になっている。

正答率(%)	米飯	魚	野菜	パン	牛乳	くだもの
中学校2年生	93.6	74.4	75.4	85.3	35.5	89.6
高校2年生	83.6	83.6	81.4	94.5	34.9	94.8

（５）食育指導の状況

食育指導の状況としては、「よくある」「時々ある」「たまにある」を合わせた「(学校で食に関して学習することが) ある」とする割合をみると、小学生、中学生で約9割、高校生で約6割となっている（小学生 96.7%、中学生 96.0%、高校生 64.6%）。



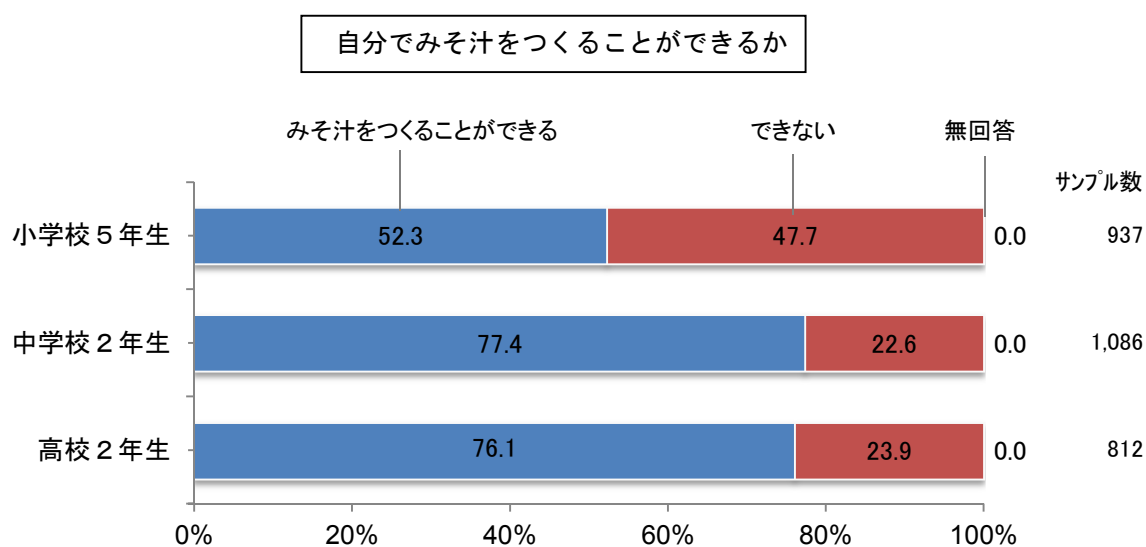
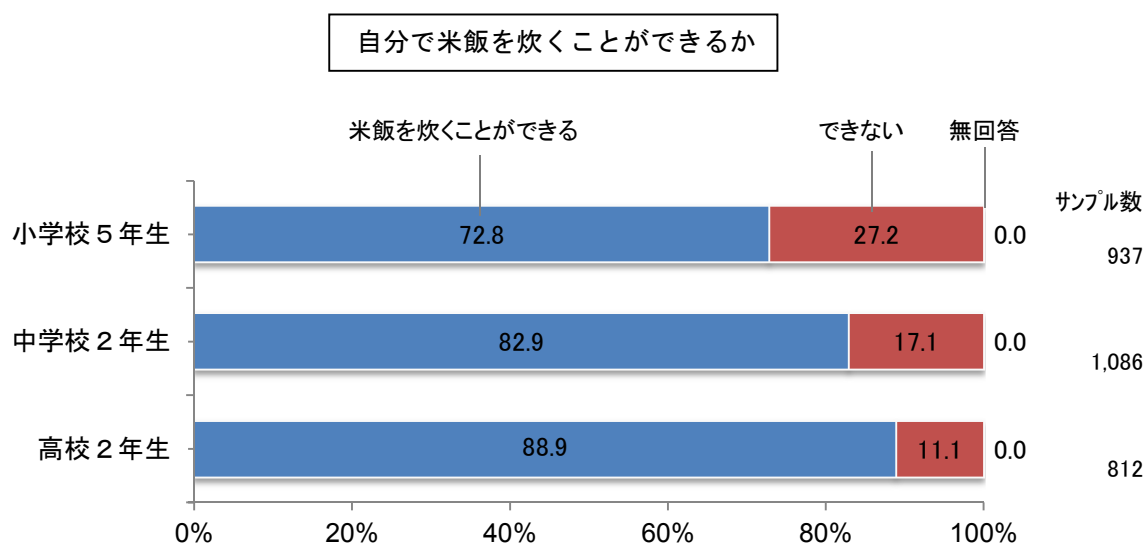
（６）調理状況

① 米飯及びみそ汁の調理ができるか

自分で米飯を炊くことができるかについては、小学生で約7割、中学生で約8割、高校生で約9割が「(自分で) 米飯を炊くことができる」としている。

自分でみそ汁を作ることができるかについては、小学生で約5割、中学生、高校生で約8割が「(自分で) みそ汁をつくることができる」としている。

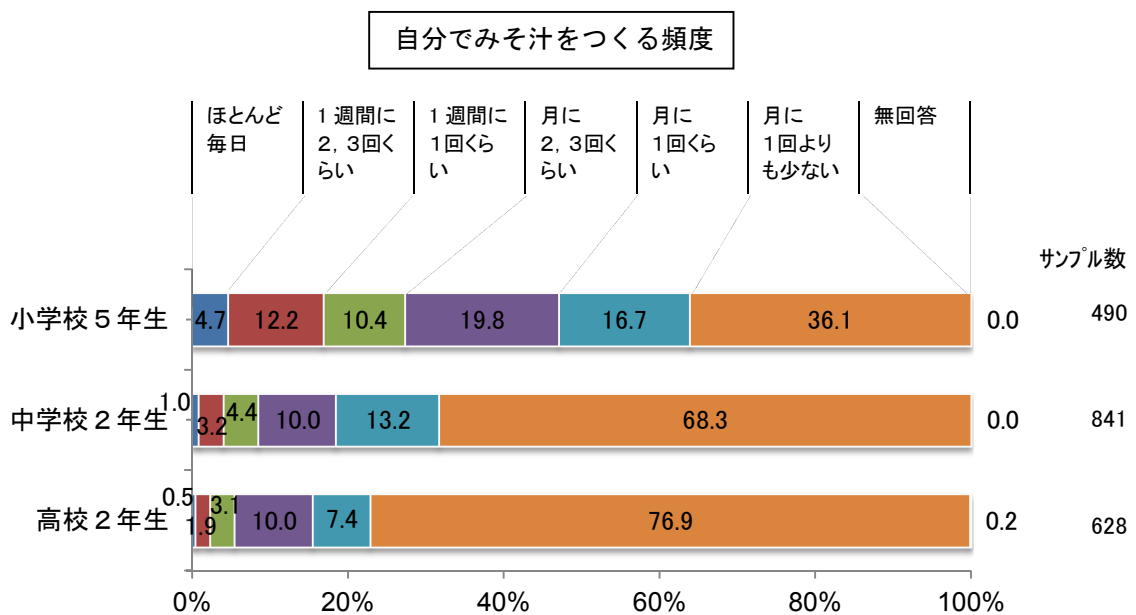
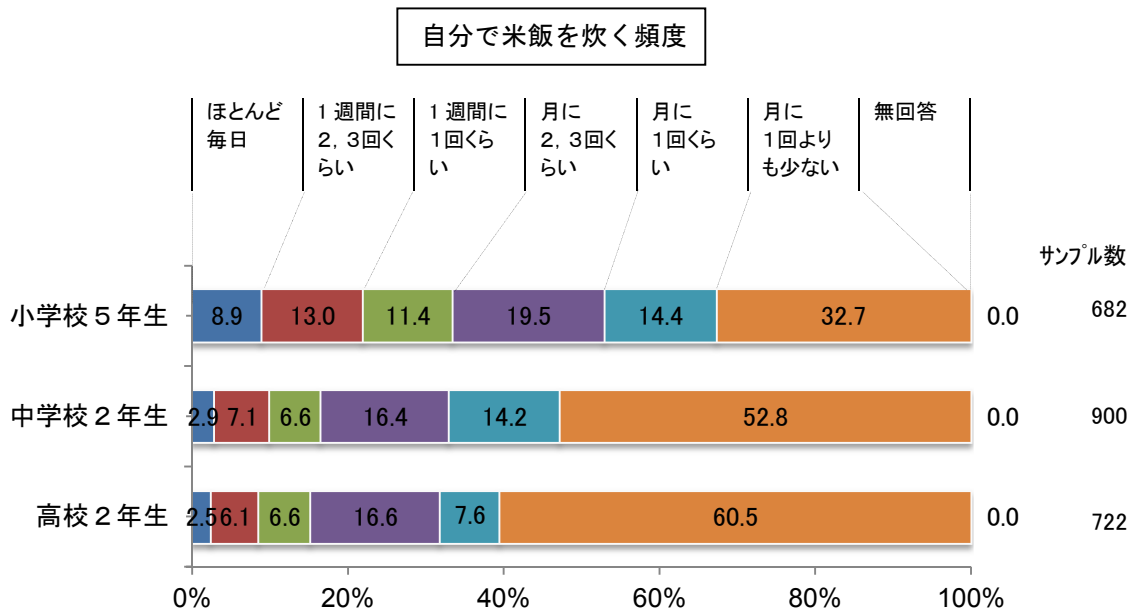
なお、本内容は、小学校家庭科における「米飯及びみそ汁の調理ができること」に関するものである。調査実施時点での調査対象小学校19校の履修状況は、履修済み0校、履修中1校、未履修18校であった。



② 調理実践の頻度

自分で米飯を炊く頻度をみると、「ほとんど毎日」「1週間に2、3回くらい」「1週間に1回くらい」を合わせた「1週間に1回以上（米飯を炊く）」割合をみると、学年が低いほど割合が高くなっている（小学生33.3%、中学生16.6%、高校生15.2%）。

自分でみそ汁をつくる頻度をみると、「ほとんど毎日」「1週間に2、3回くらい」「1週間に1回くらい」を合わせた「1週間に1回以上（みそ汁を作る）」とする割合をみると、学年が低いほど割合が高くなっている（小学生27.3%、中学生8.6%、高校生5.5%）。





## 6. 体型

### （1）肥満・痩身傾向

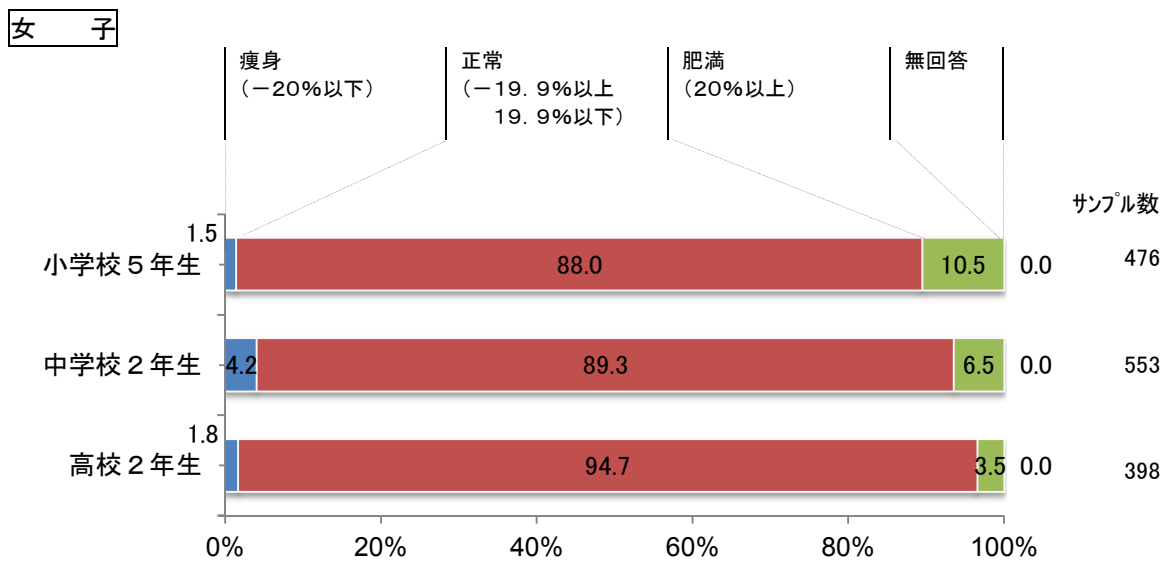
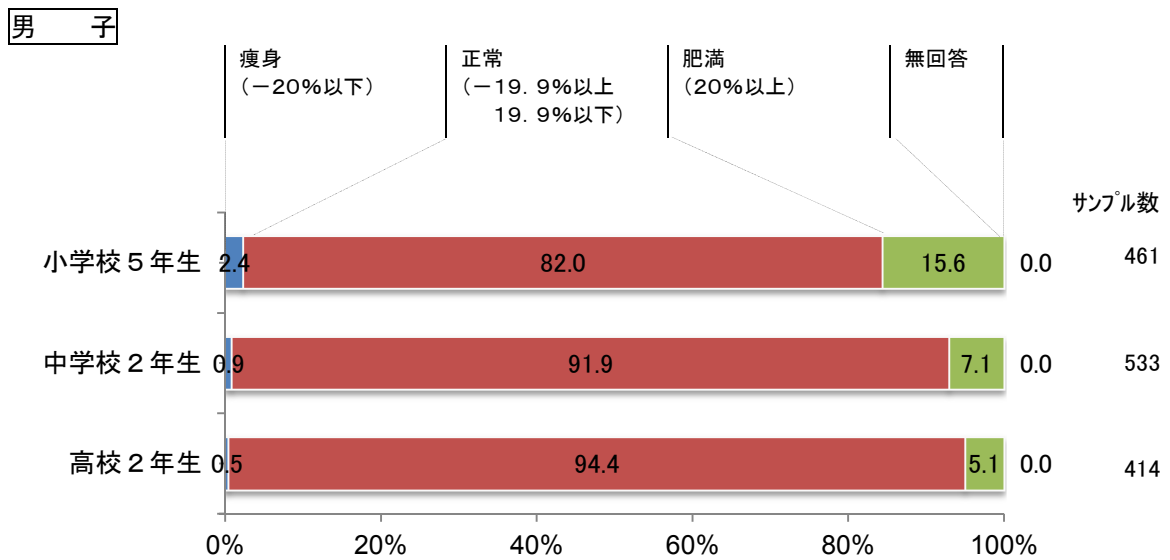
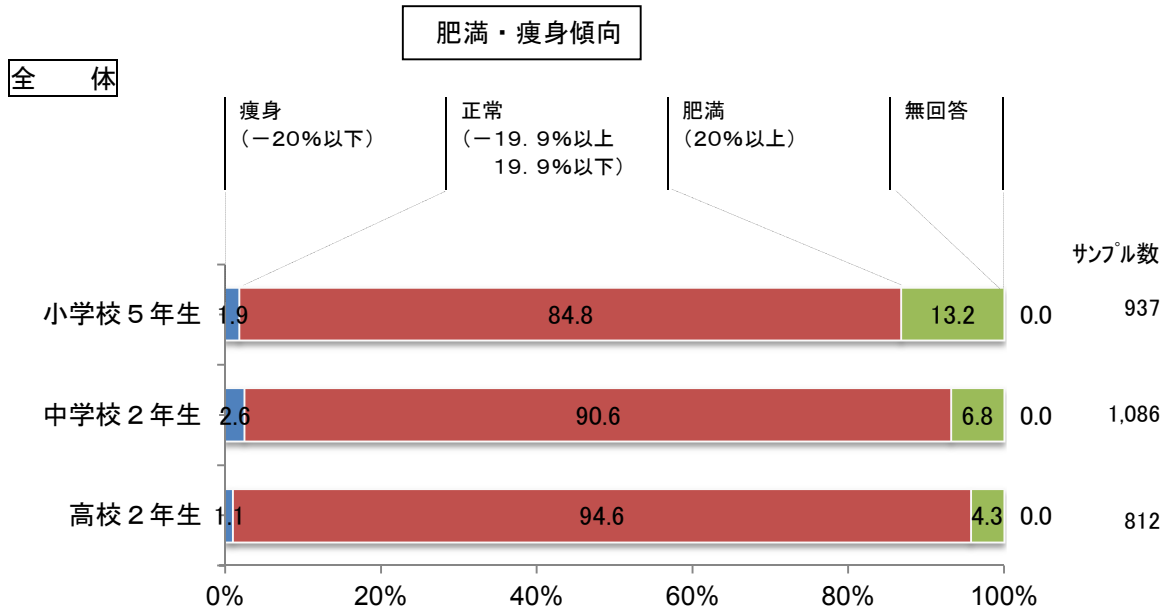
肥満・痩身傾向としては、小学生、中学生、高校生と、学年が上がるにつれて正常の割合が高い傾向が見られた（小学生 84.8%、中学生 90.6%、高校生 94.6%）。小学生の約1割が肥満傾向となっている。

#### ※肥満・痩身傾向の判断基準

児童生徒の肥満・痩身傾向をみる指標として、身長別標準体重による判定方法を採用した。身長別標準体重による判定方法については、平成18年に財団法人日本学校保健会が作成した「児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）」（文部科学省監修）により示されている。算定方法としては、下記の算定式で算出した。

肥満度（過体重度）＝実測体重（kg）－身長別標準体重（kg）／身長別標準体重（kg）×100

この数値が20%以上であれば肥満傾向とされる。20%以上30%未満は軽度、30%以上50%未満は中程度、50%以上は高度の肥満と判定される。本稿では、判定基準を肥満度の数値が、-20%以下であれば「痩身」、-19.9%以上19.9%以下であれば「正常」、20%以上であれば「肥満」と判定した。身長別標準体重は、厚生労働省が10年ごとに実施している乳幼児身体発育調査の平成12年度の調査結果に基づき設定された性別・年齢別・身長別の係数を元に、一定の計算式によるものとされている。



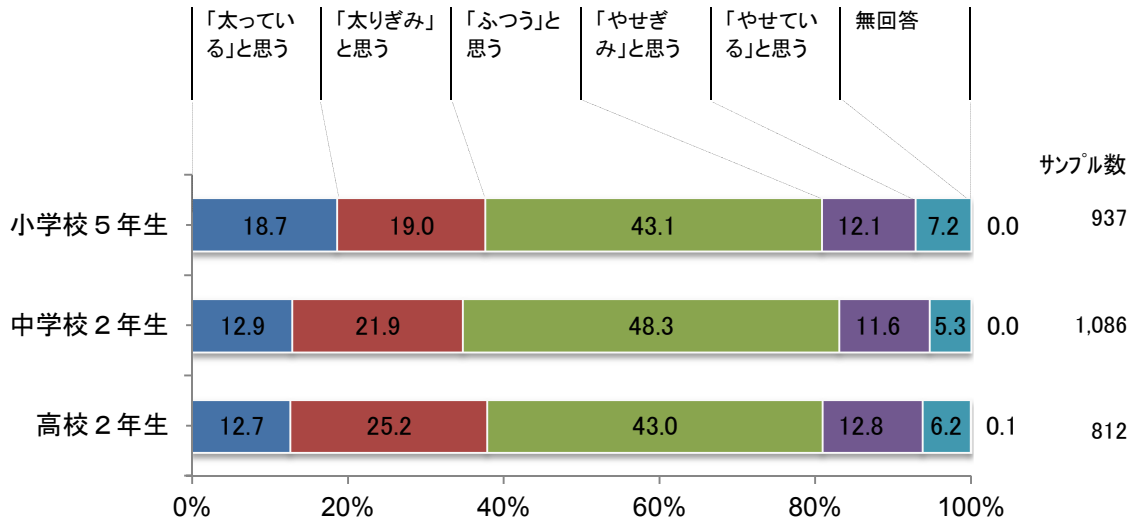
## （２）体型認識

自分の体型認識としては、「太っていると思う」と「太りぎみと思う」を合わせた「(自分の体型を)太りぎみだと思っている」とする割合をみると、小学生 37.7%、中学生 34.8%、高校生 37.9%となっている。学年が上がるほど自分を太りぎみと思っている傾向がみられる。

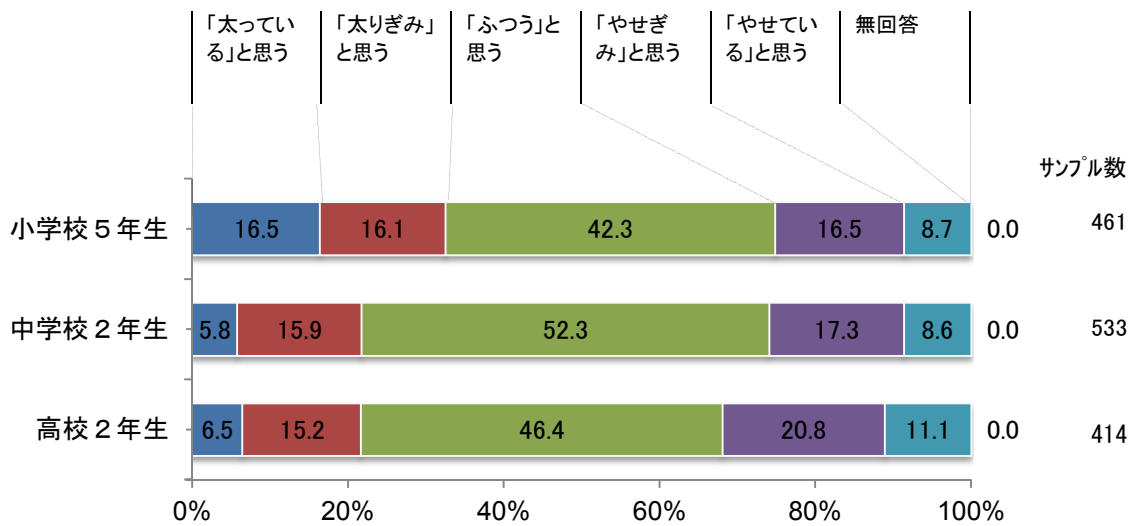
同割合を男女別にみると、男子では、小学生 32.6%、中学生 21.7%、高校生 21.7%となっている。男子では、小学生の3割、中学生、高校生では2割が自分を太りぎみと思っている傾向がみられる。女子では、小学生 42.6%、中学生 47.4%、高校生 54.8%となっている。女子では、小学生の4割、中学生、高校生では約5割が自分を太りぎみと思っている傾向がみられる。

体型認識

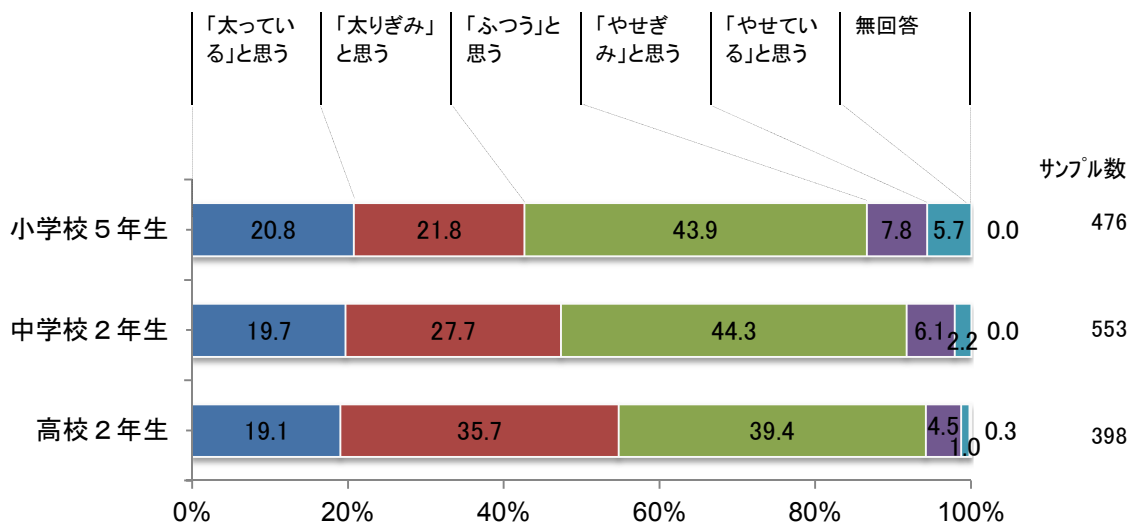
全 体



男 子



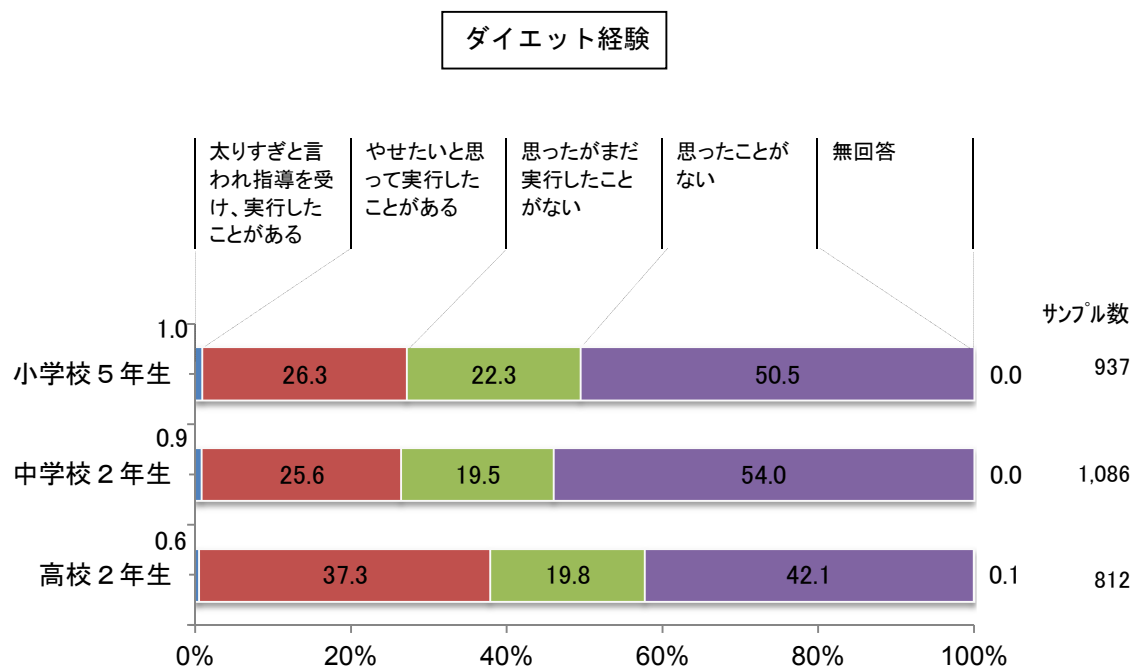
女 子



### Ⅲ. 調査結果（単純集計）

#### （３）ダイエット経験

ダイエット経験としては、「やせたいと思って実行したことがある」とする割合が、小学生、中学生で約３割、高校生で約４割となっている。



## IV. 調査結果（クロス集計）

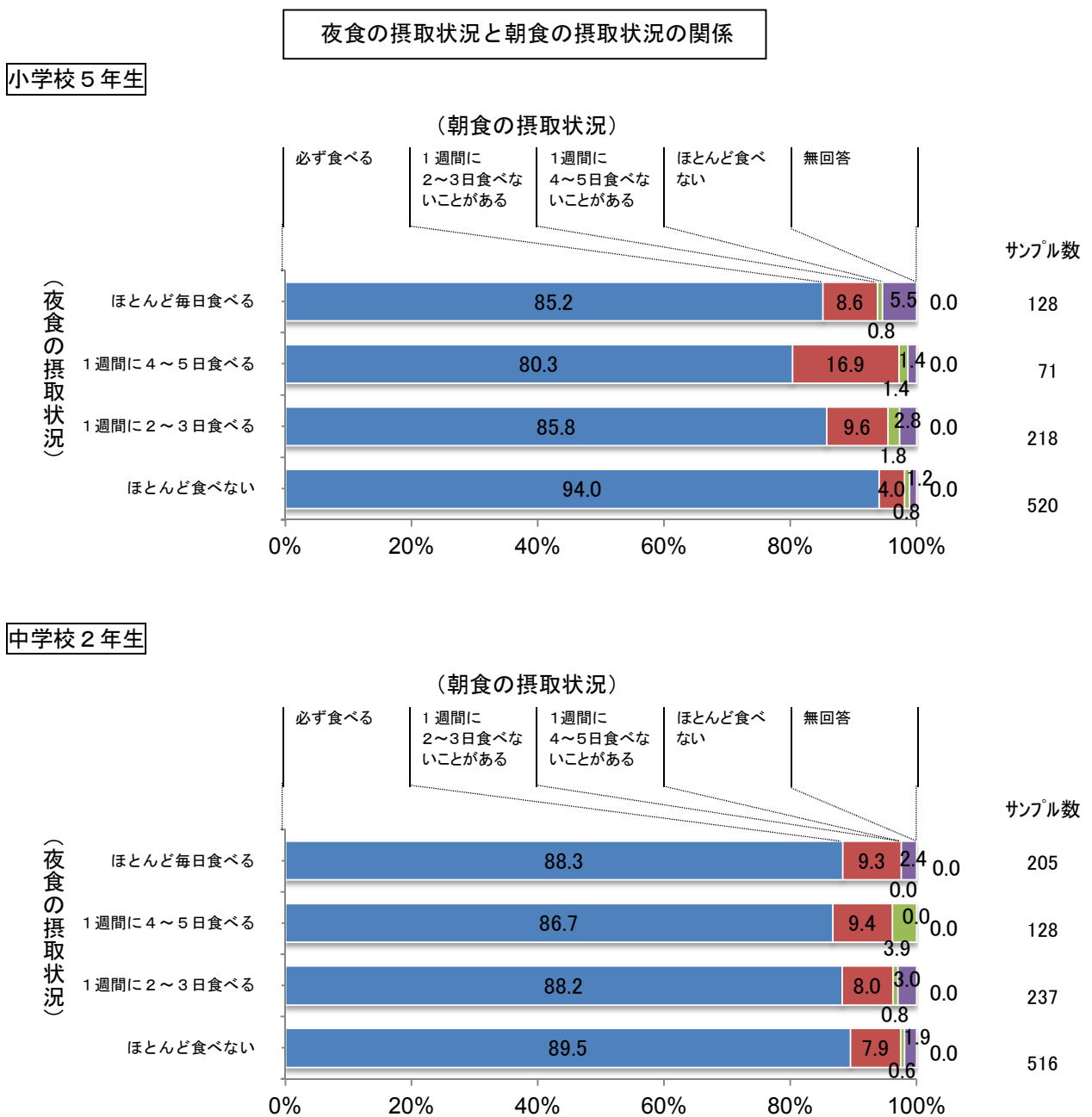
---

## 1. 朝食

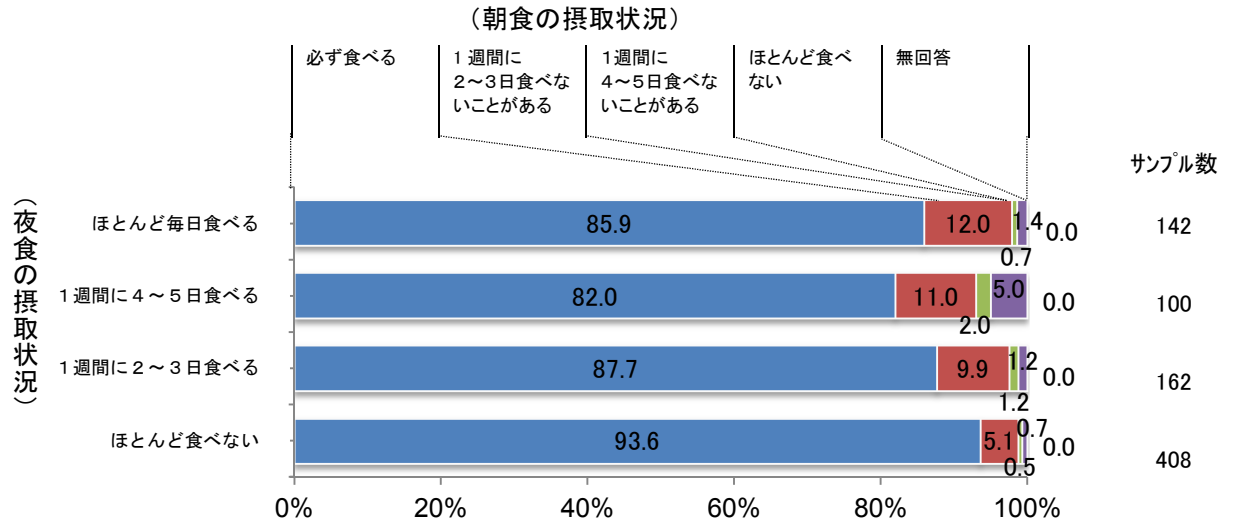
### (1) 朝食と生活習慣

#### ①夜食の摂取状況と朝食の摂取状況

朝食の摂食状況を夜食の摂食状況別にみると、小学生、高校生では、「(朝食を) 必ず食べる」とする割合が、「(夜食を) ほとんど食べない」とする層で高くなっている。



高校2年生





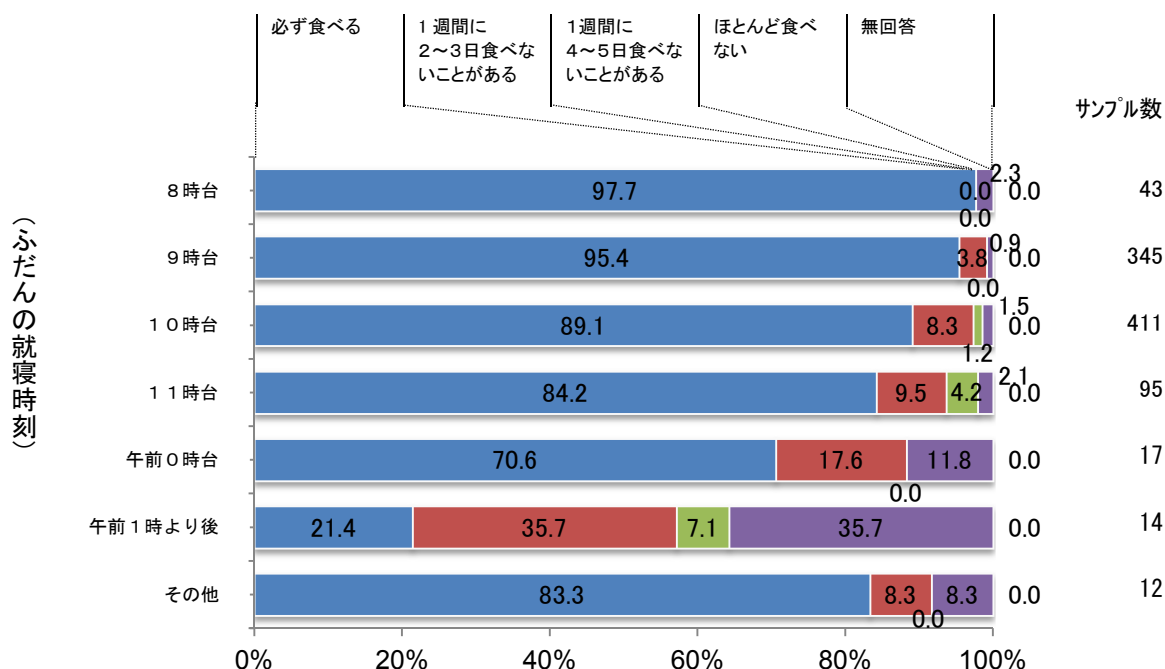
②ふだんの就寝時刻と朝食の摂取状況

朝食の摂取状況をふだんの就寝時刻別にみると、小学生では、「(朝食を) 必ず食べる」とする割合が「8～9時台」で9割以上となっているが、「11時台」では84.2%となっている。中学生、高校生では、「(朝食を) 必ず食べる」とする割合が「午前1時より後」で最も低くなっている。小学生、中学生、高校生ともふだんの就寝時刻が遅くなるほど朝食の摂取状況が悪くなる傾向がみられる。

ふだんの就寝時刻と朝食の摂取状況の関係

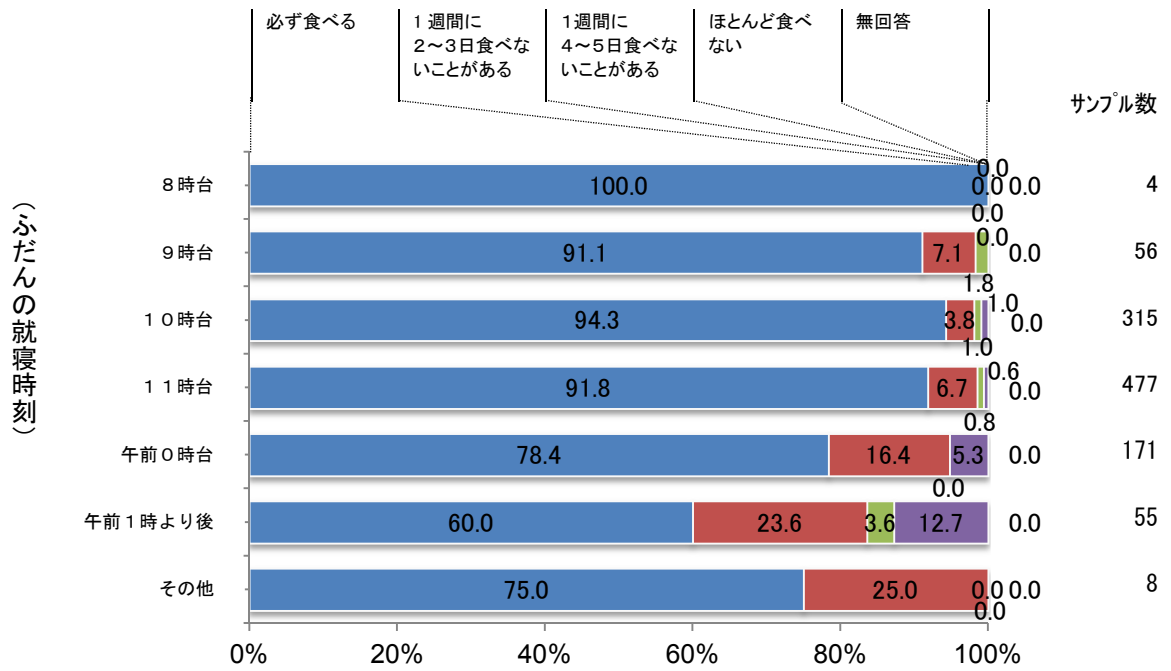
小学校5年生

(朝食の摂取状況)



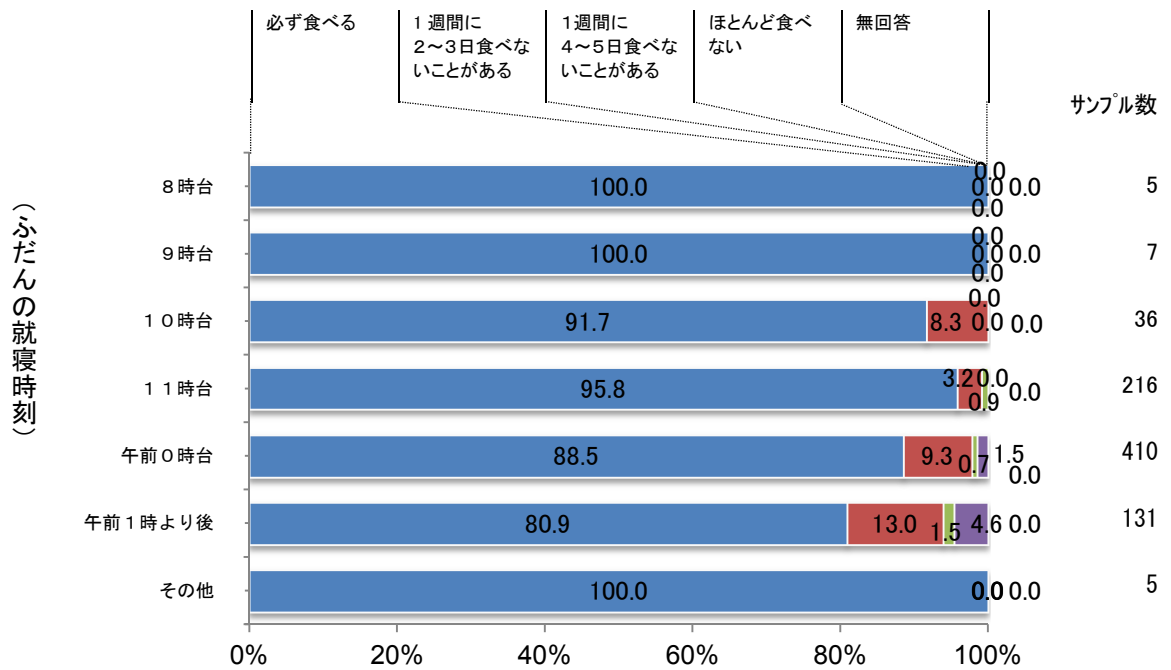
中学校 2 年生

（朝食の摂取状況）



高校 2 年生

（朝食の摂取状況）



IV. 調査結果（クロス集計）

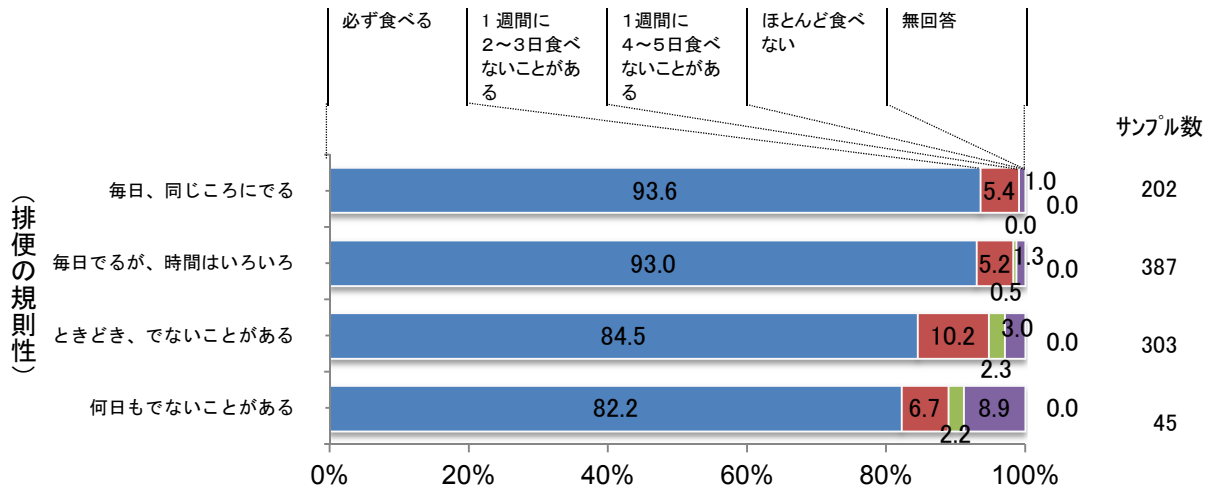
③排便の規則性と朝食の摂取状況

朝食の摂食状況を排便の規則性別（毎日排便があるか）にみると、「（朝食を）必ず食べる」とする割合が、「毎日、同じころに（便が）でる」とする層で最も高く、小学生、中学生、高校生とも9割を超えている。

排便の規則性と朝食の摂取状況の関係

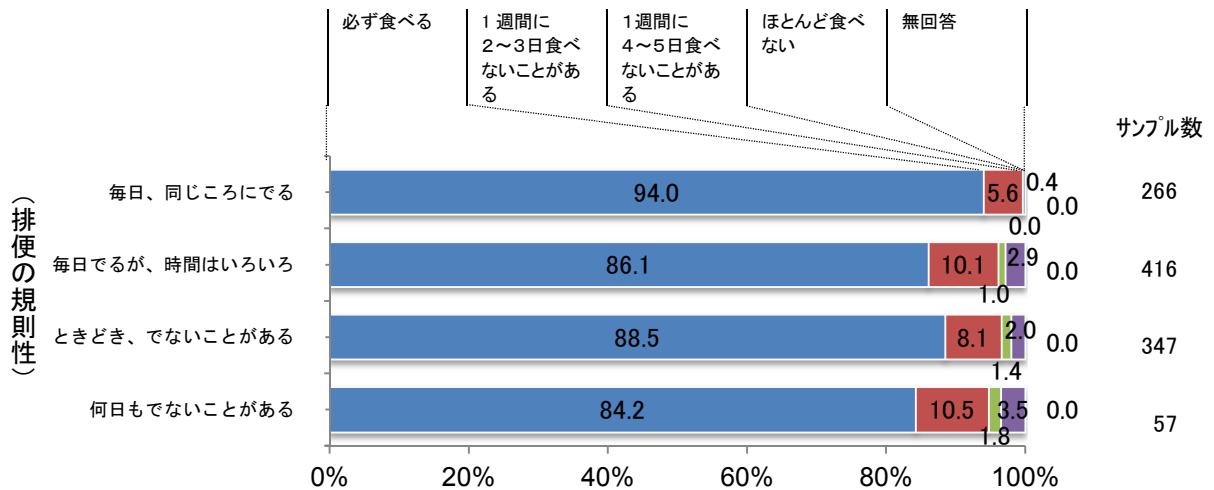
小学校5年生

（朝食の摂取状況）



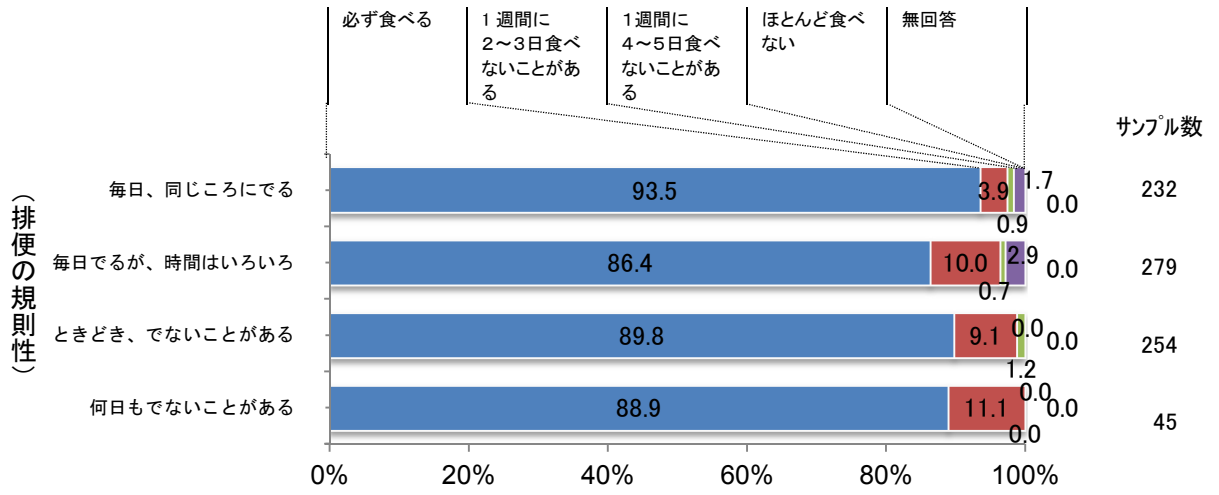
中学校2年生

（朝食の摂取状況）



高校2年生

（朝食の摂取状況）



IV. 調査結果（クロス集計）

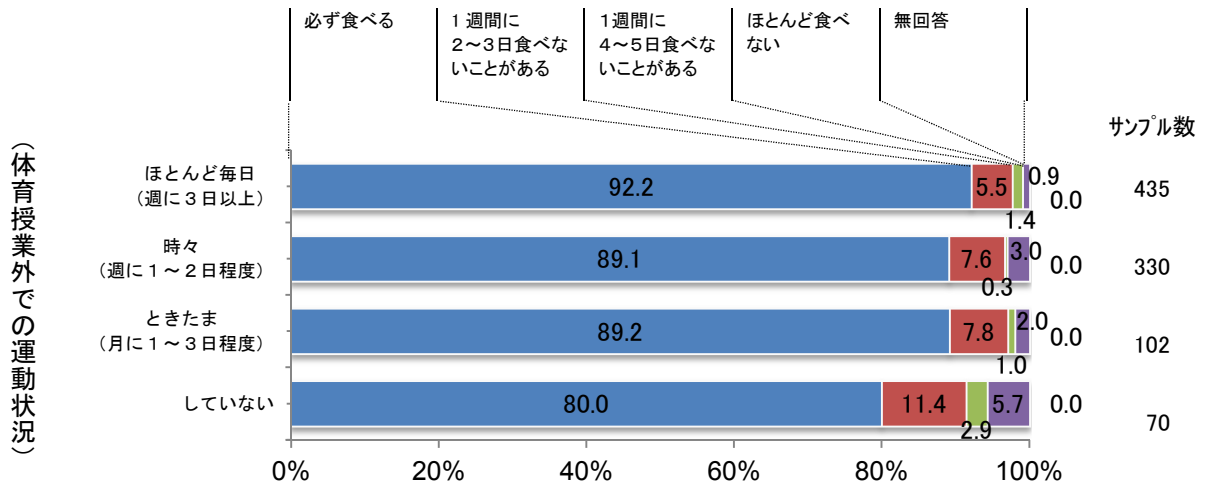
④体育授業外での運動状況と朝食の摂取状況

朝食の摂取状況を体育授業外での運動状況別にみると、小学生、中学生では「(朝食を)必ず食べる」とする割合が「(体育授業外で)ほとんど毎日(体を)動かしている」とする層で最も高くなっている。

体育授業外での運動状況と朝食の摂取状況の関係

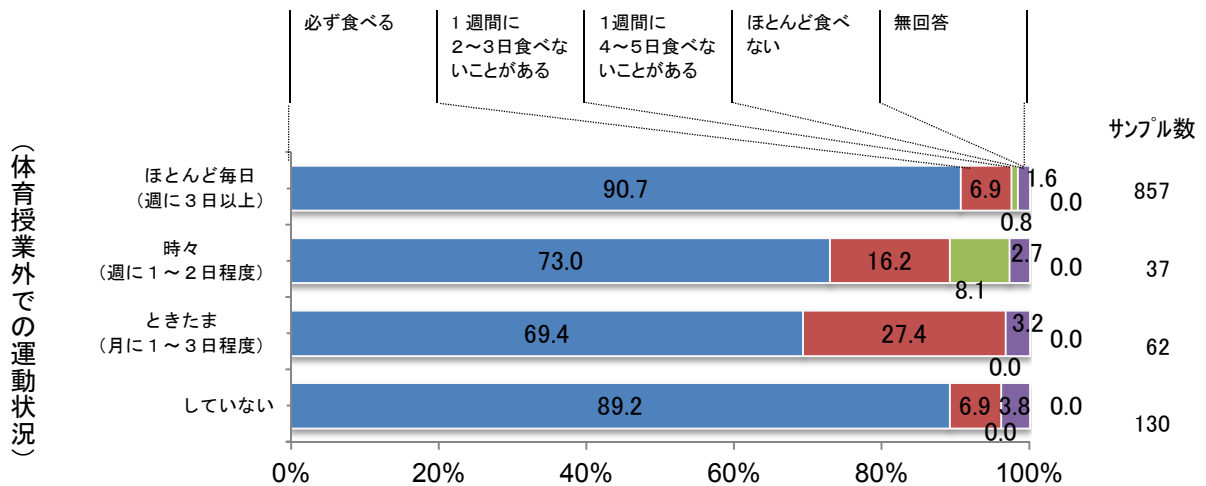
小学校5年生

(朝食の摂取状況)



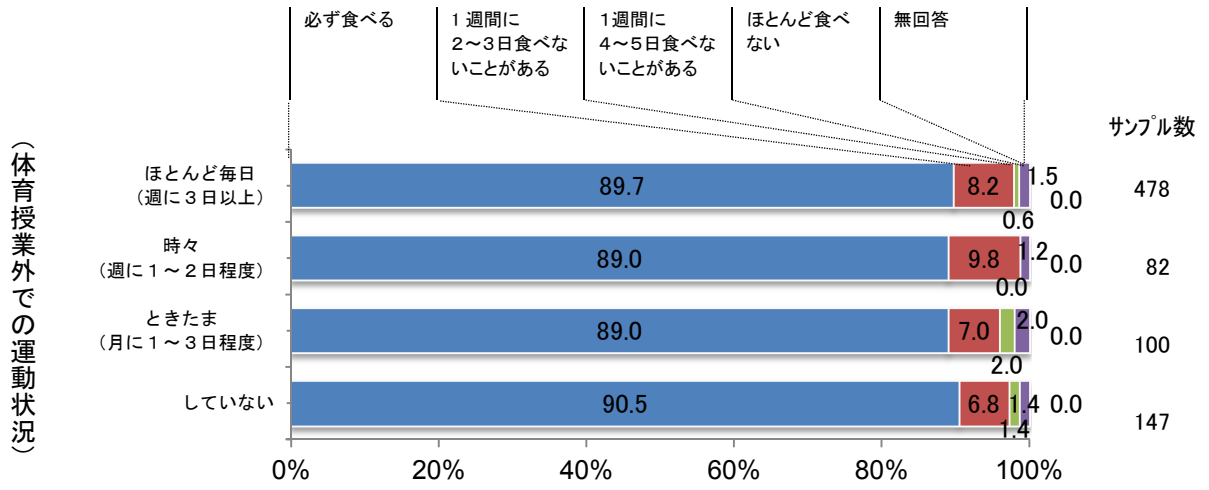
中学校2年生

(朝食の摂取状況)



高校2年生

（朝食の摂取状況）



（２）朝食と体調

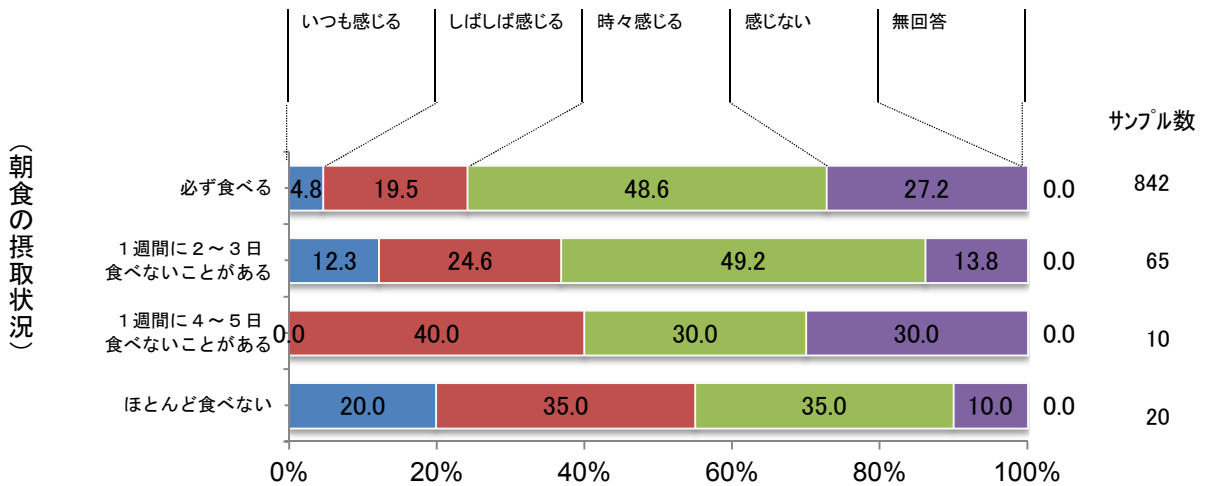
①朝食の摂取状況と体調について感じる事（からだがだるい）

体調について感じる事（からだがだるい）を朝食の摂取状況別でみると、小学生、中学生では、「(朝食を)ほとんど食べない」とする層で「(からだがだるいと)いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

朝食の摂取状況の関係と体調について感じる事（からだがだるい）の関係

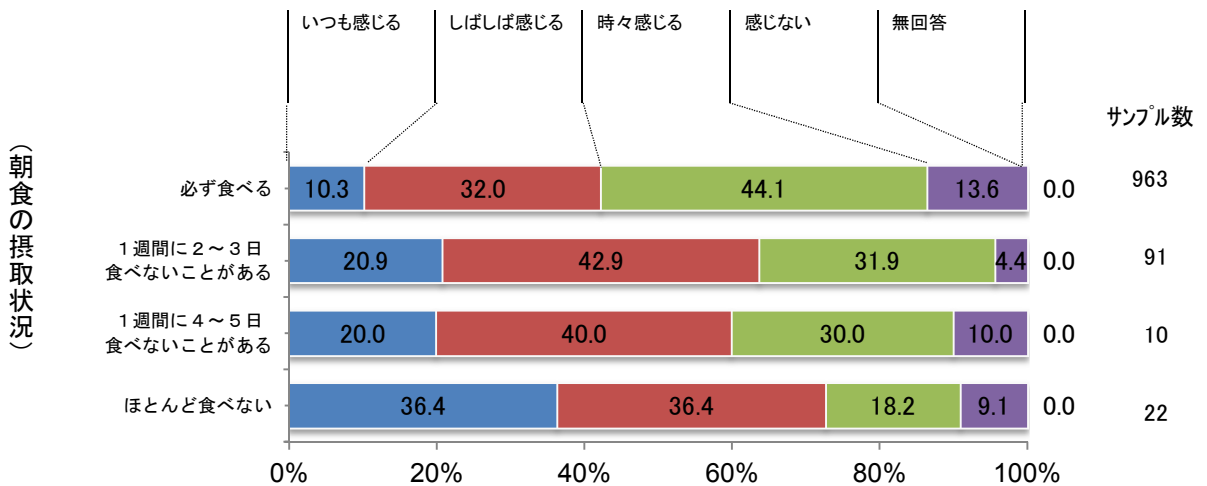
小学校5年生

[体調について感じる事（からだがだるい）]



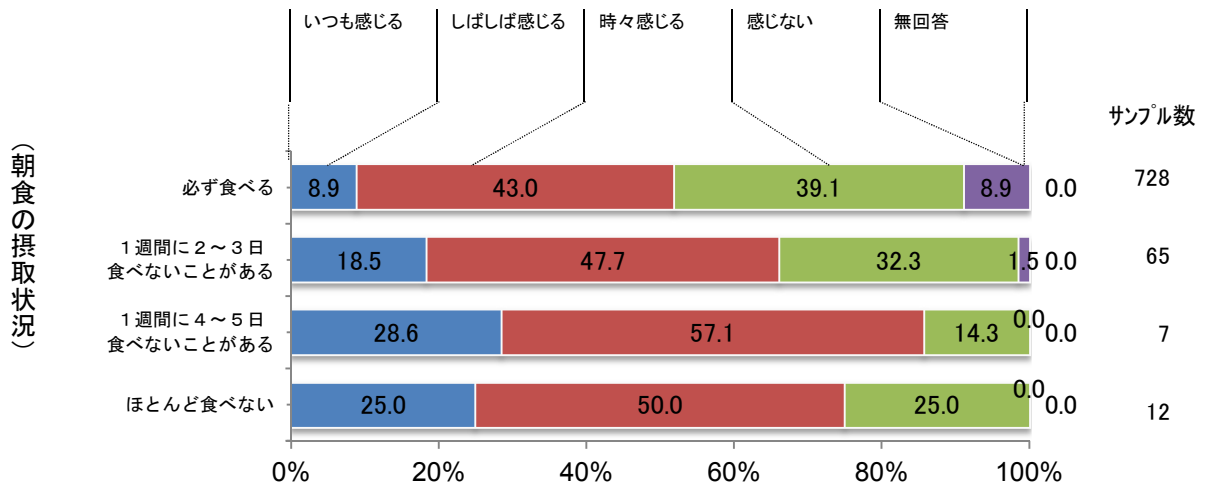
中学校2年生

[体調について感じる事（からだがだるい）]



高校2年生

[体調について感じる事（からだがだるい）]





IV. 調査結果（クロス集計）

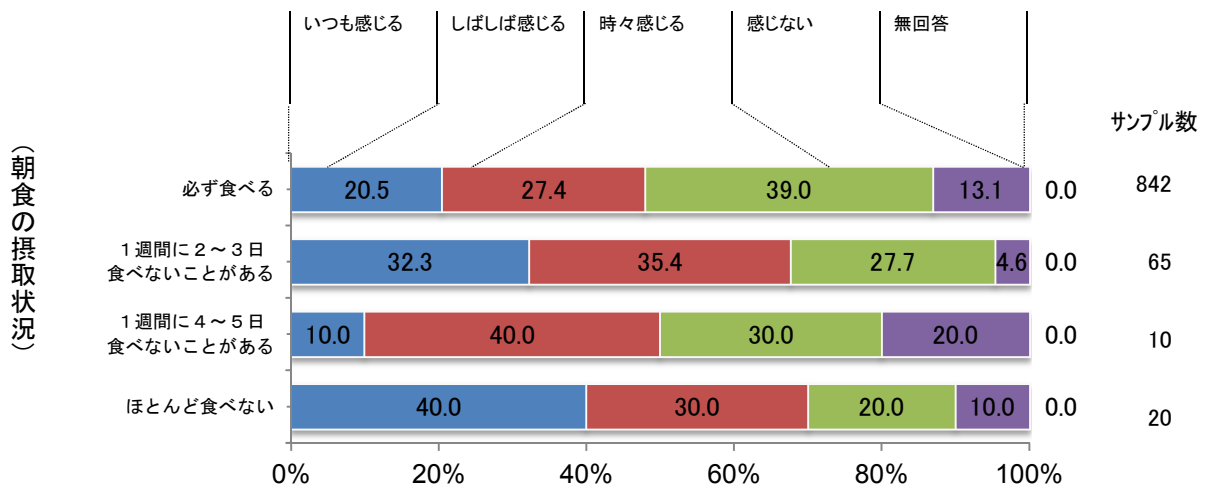
②朝食の摂取状況と体調について感じる事（つかれる）

体調について感じる事（つかれる）を朝食の摂取状況別でみると、小学生、中学生で「(朝食を) ほとんど食べない」で「(つかれると) いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

朝食の摂取状況と体調について感じる事（つかれる）の関係

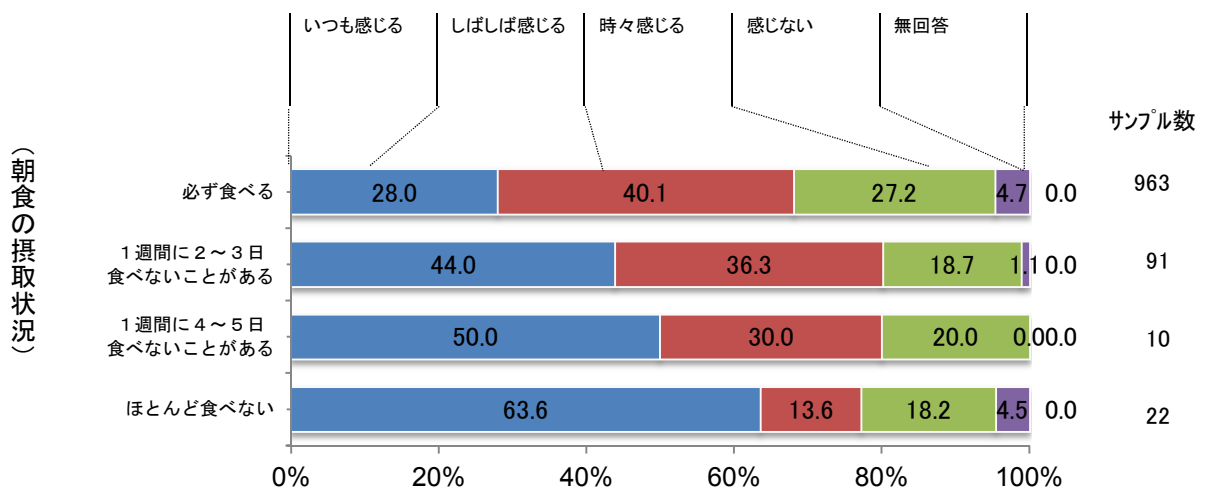
小学校5年生

[体調について感じる事（つかれる）]



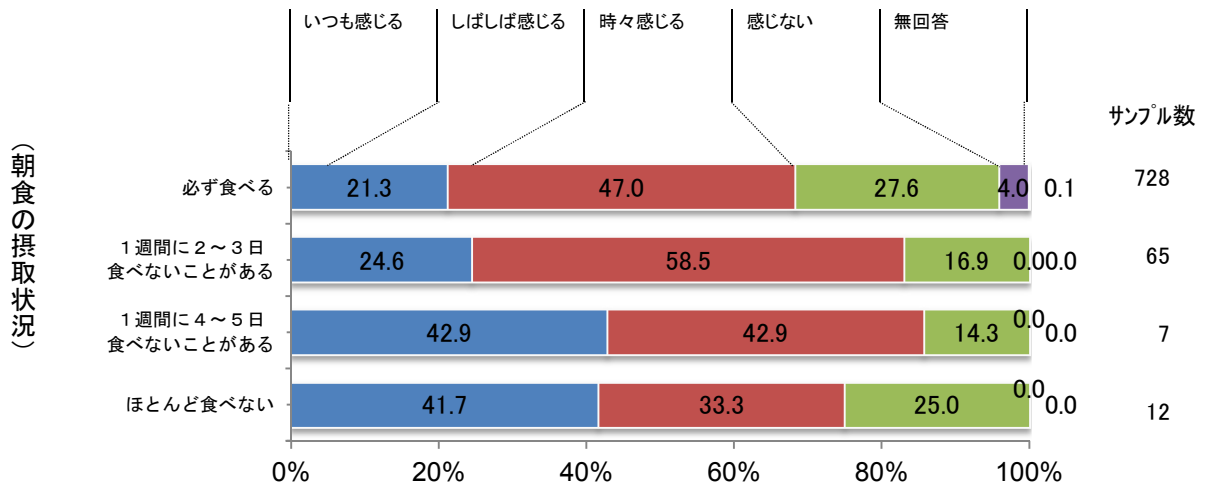
中学校2年生

[体調について感じる事（つかれる）]



高校2年生

[体調について感じる事（つかれる）]



IV. 調査結果（クロス集計）

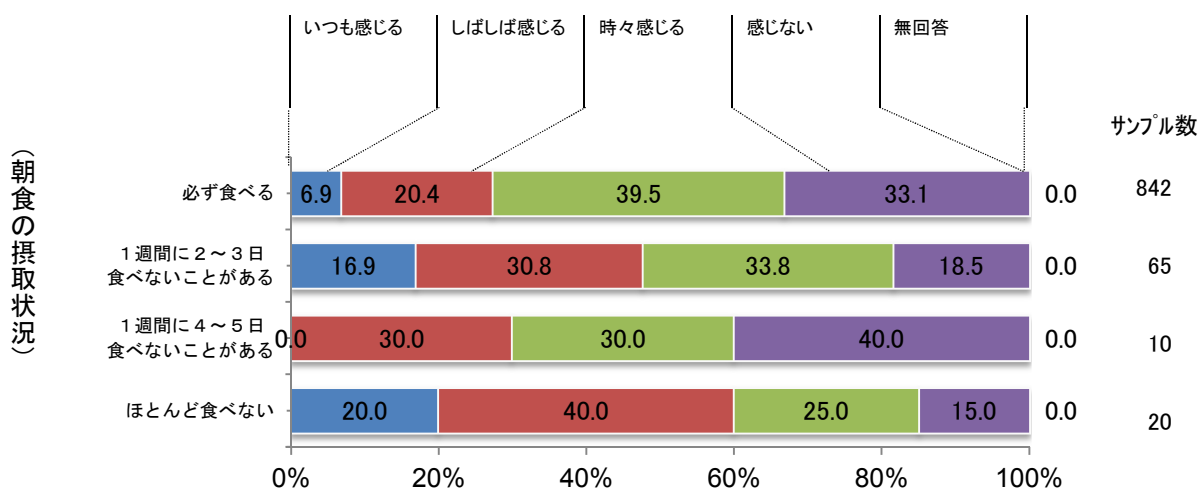
③朝食の摂取状況と体調について感じる事（何もやる気が起こらない）

体調について感じる事（何もやる気が起こらない）を朝食の摂取状況別で見ると、小学生、高校生では、「(朝食を)ほとんど食べない」で「(何もやる気が起こらない)いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

朝食の摂取状況と体調について感じる事（何もやる気が起こらない）の関係

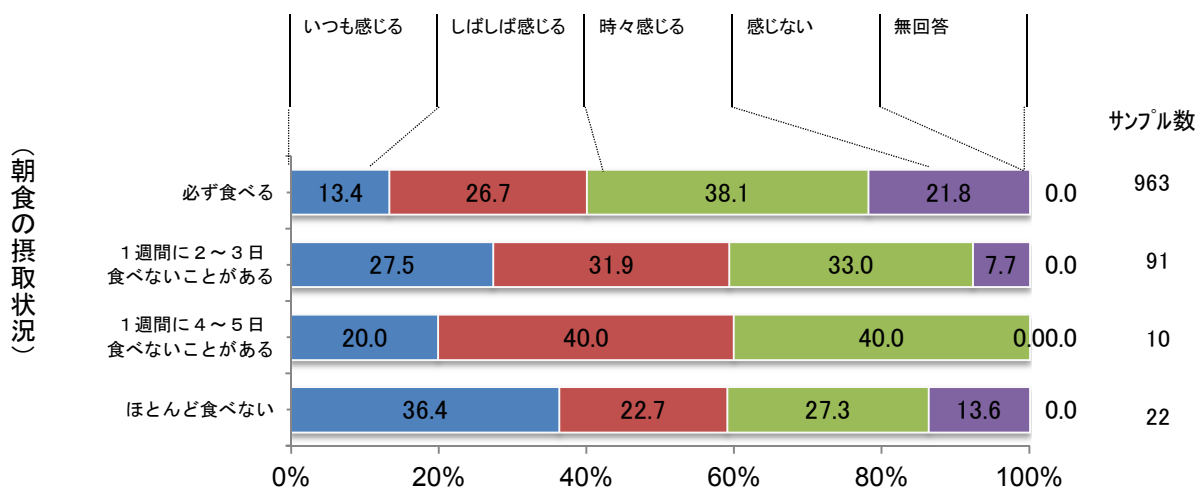
小学校5年生

[体調について感じる事（何もやる気が起こらない）]



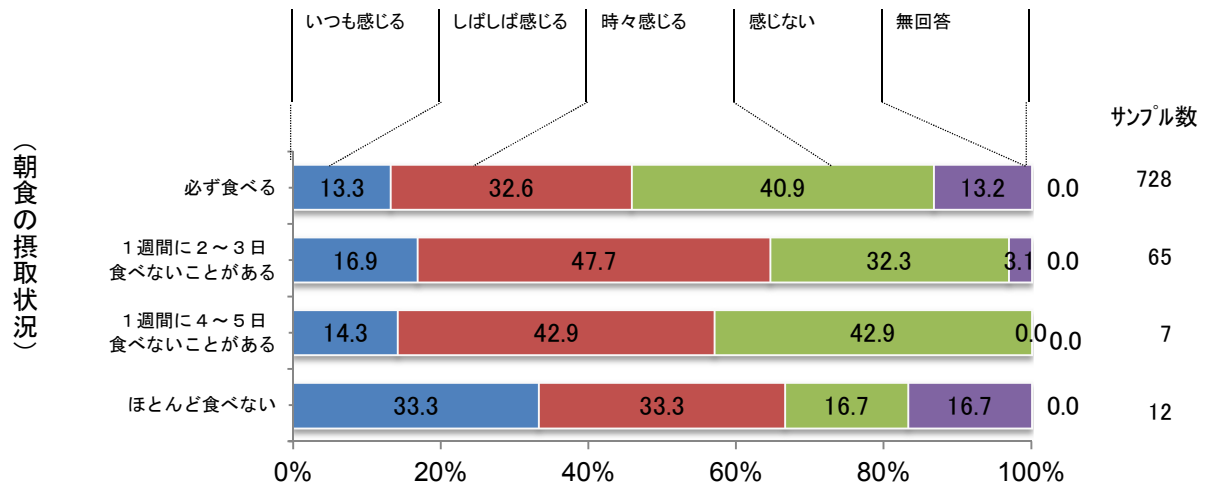
中学校2年生

[体調について感じる事（何もやる気が起こらない）]



高校2年生

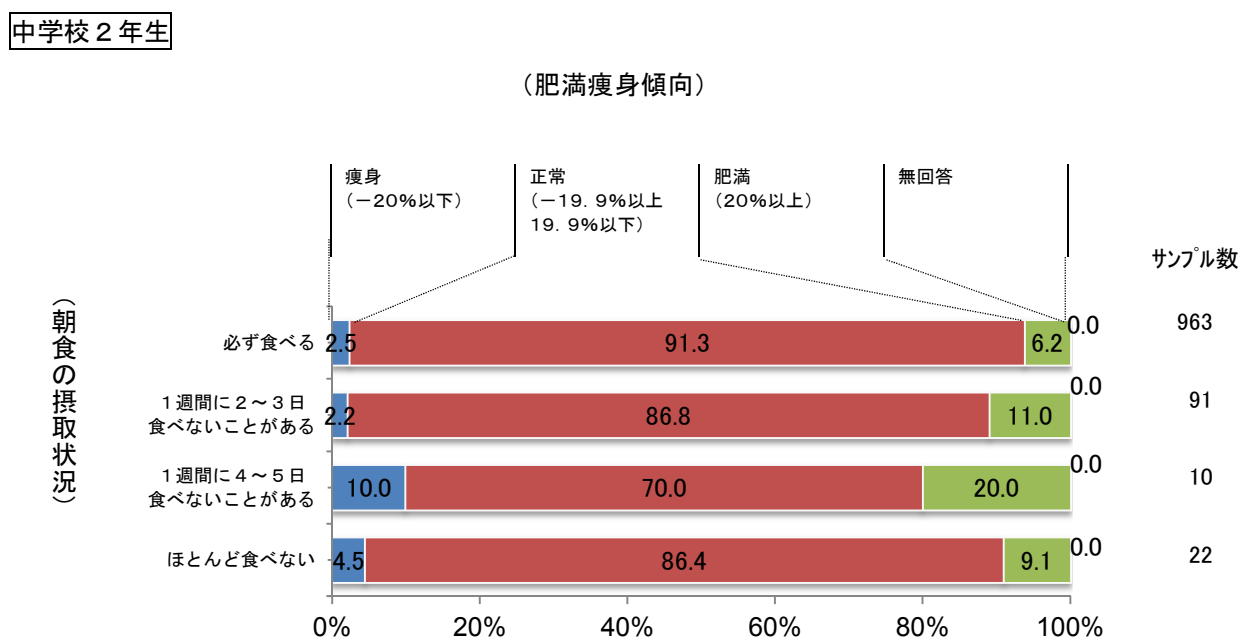
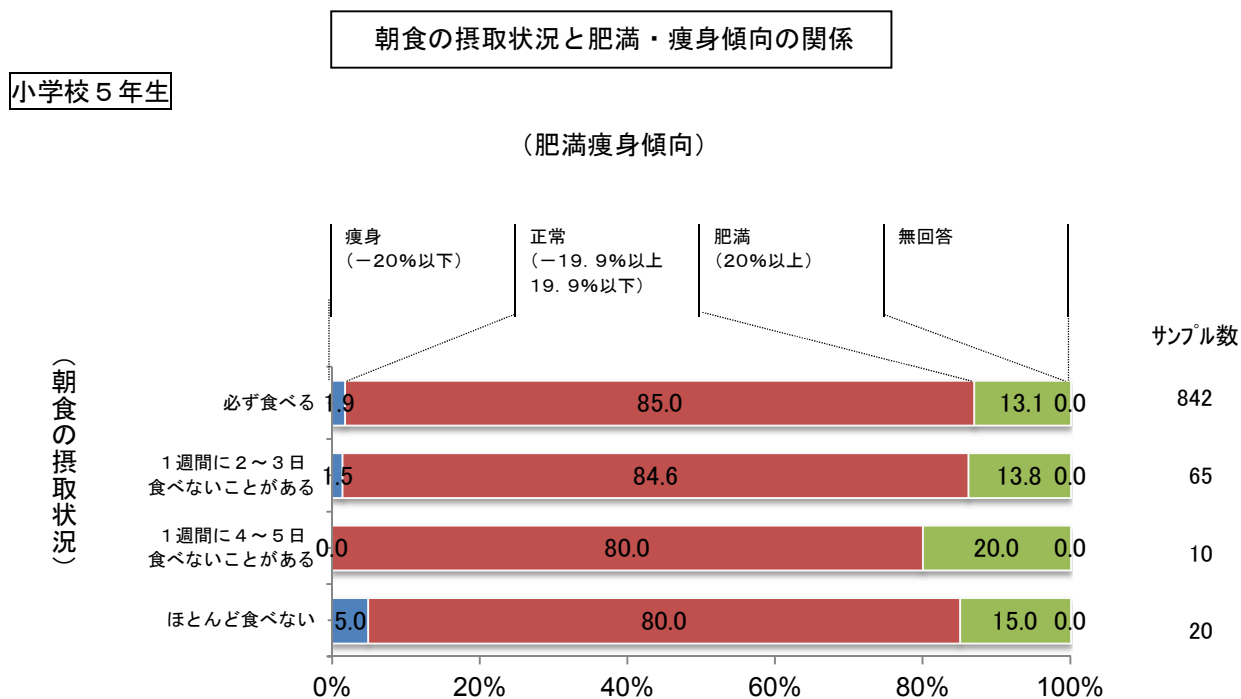
[体調について感じる事（何もやる気が起こらない）]



IV. 調査結果（クロス集計）

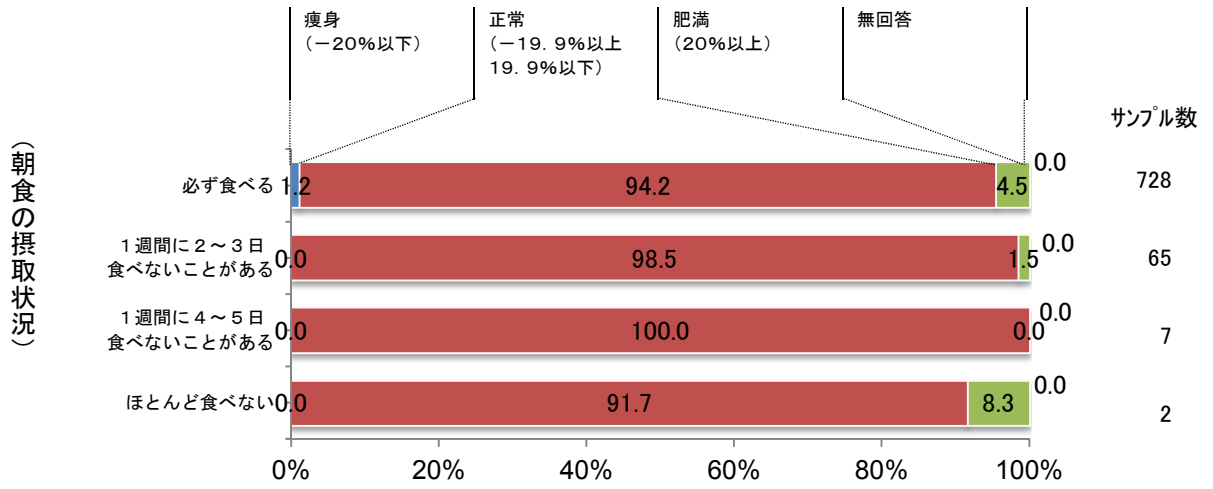
④朝食の摂取状況と肥満

肥満・痩身傾向をふだんの就寝時刻別にみると、小学生、中学生では「1週間に4～5日食べないことがある」層で「肥満」の割合が高くなっている。



高校2年生

（肥満瘦身傾向）



## 2. 共食

### (1) 共食と食事の状況

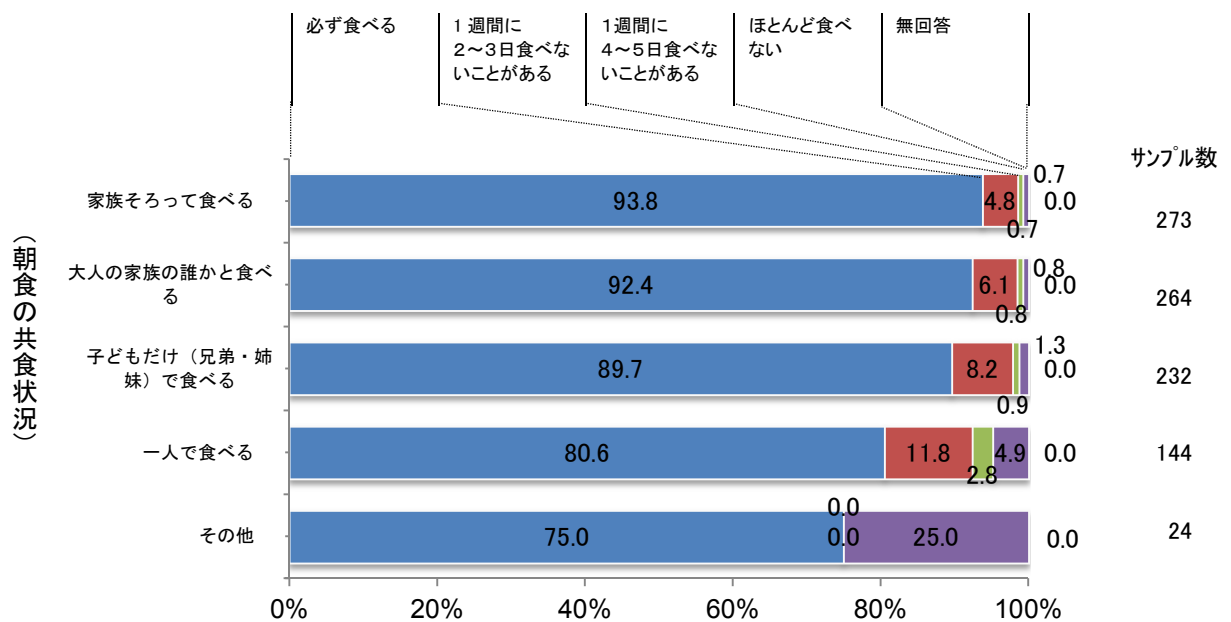
#### ①朝食の共食状況と朝食の摂取状況

朝食の摂食状況を朝食の共食状況別（誰と食べるか）にみると、「(朝食を) 必ず食べるとする割合が、「(朝食を) 家族そろって食べる」及び「大人の誰かと食べる」とする層で、小学生、中学生、高校生とも9割を超えている。また、「(朝食を) 一人で食べる」とする層では、小学生、中学生、高校生とも8割前後となっている。一人で食べる児童生徒は朝食の摂取状況が悪い傾向がみられる。

朝食の共食状況と朝食の摂取状況の関係

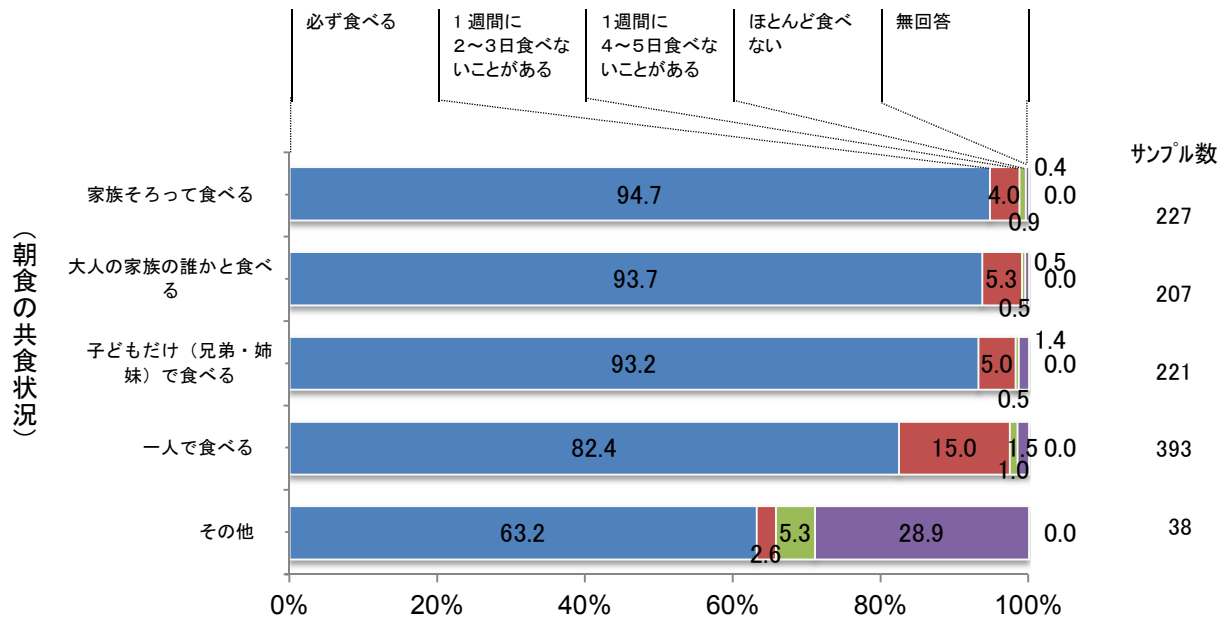
小学校5年生

(朝食の摂取状況)



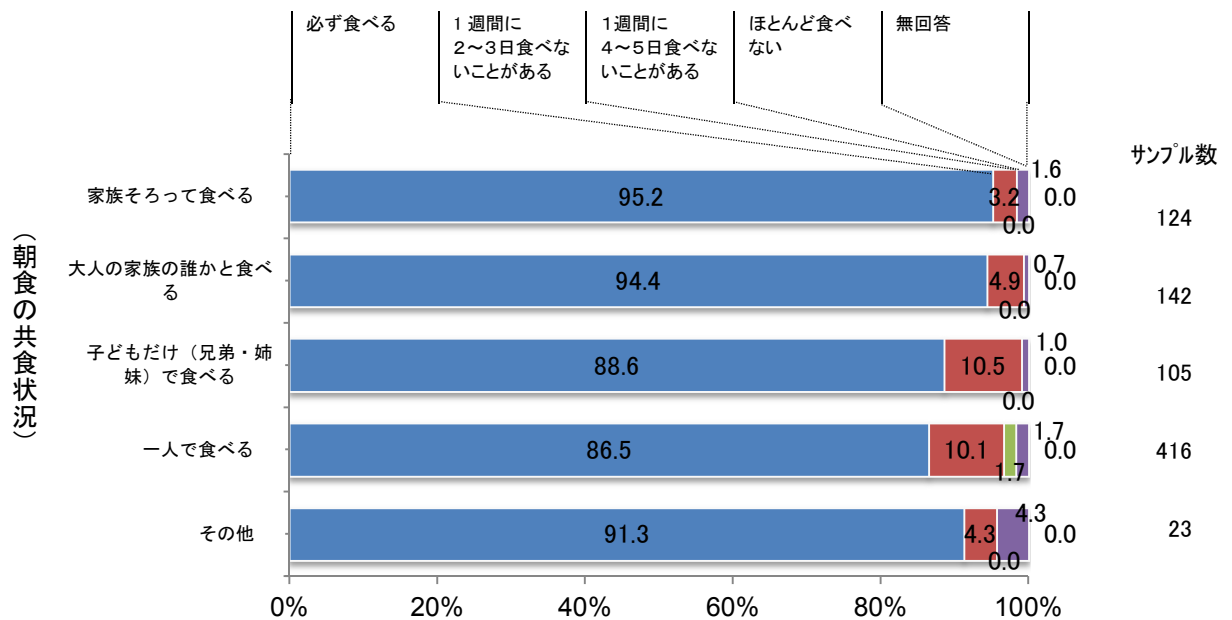
中学校 2 年生

（朝食の摂取状況）



高校 2 年生

（朝食の摂取状況）





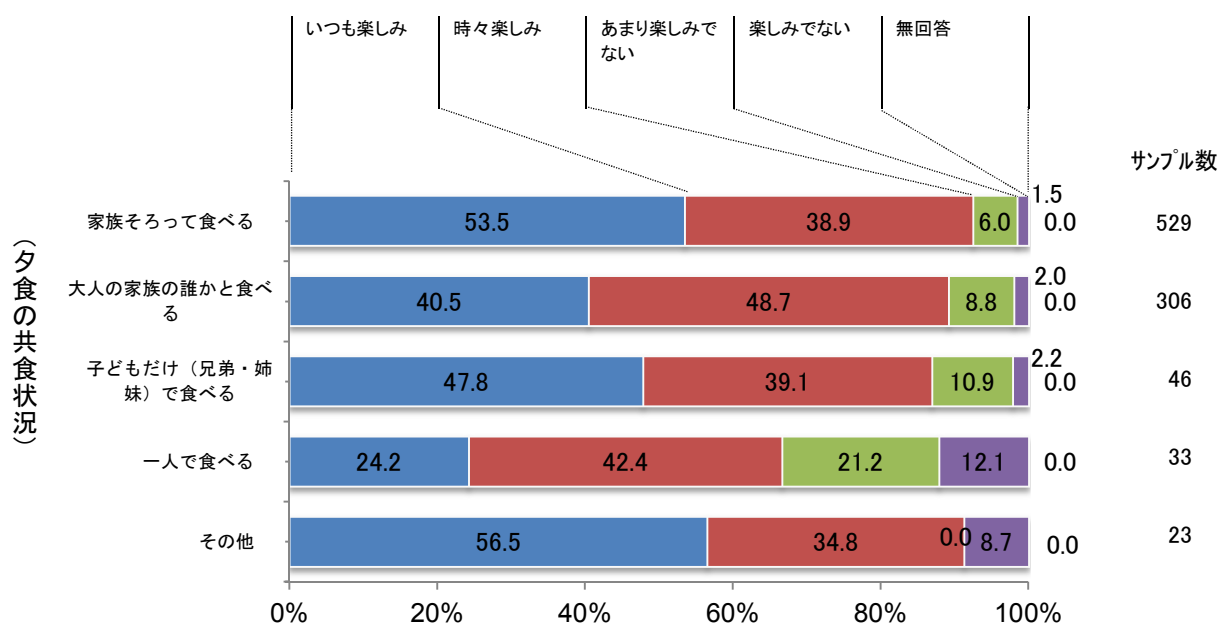
③夕食の共食状況と家庭での食事が楽しみかどうか

家庭での食事が楽しみかどうかを共食状況別（夕食）にみると、「いつも楽しみ」と「時々楽しみ」を合わせた「(家庭での食事が) 楽しみ」とする割合は、小学生、中学生、高校生とも「(夕食を) 家族そろって食べる」とする層で最も高く、「一人で食べる」とする層で最も低くなっている。食事を一人で食べる児童生徒よりも家族で食べる児童生徒の方が、家庭での食事を楽しみにしている傾向がみられる。

夕食の共食状況と家庭での食事が楽しみかどうかの関係

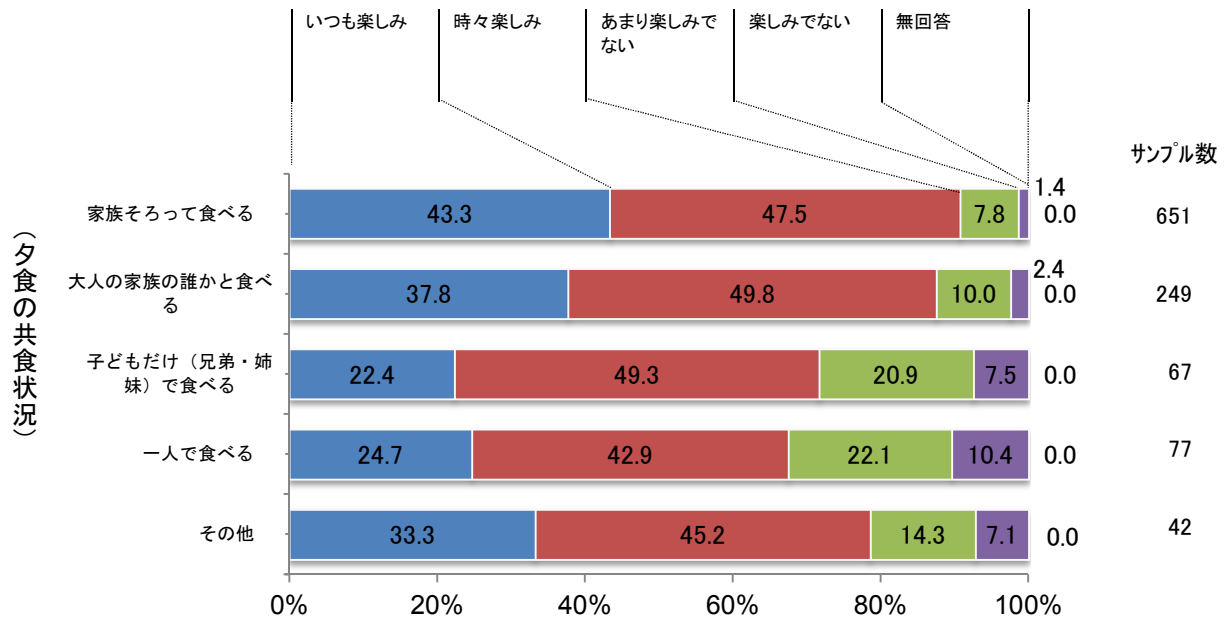
小学校5年生

(家庭での食事が楽しみかどうか)



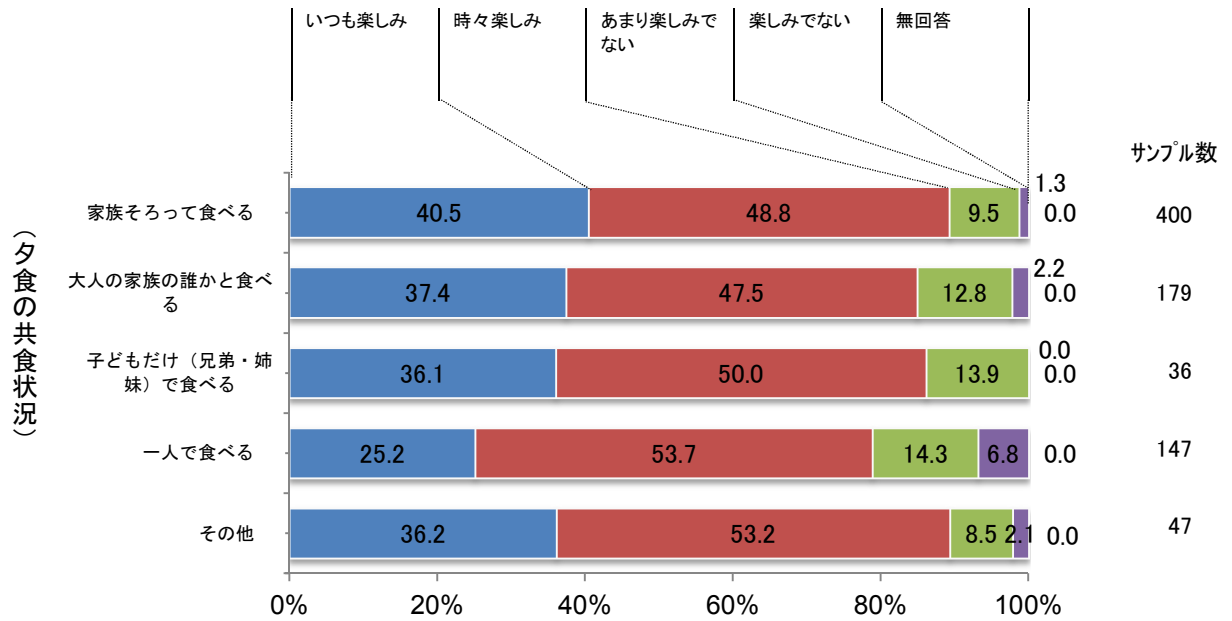
中学校 2 年生

（家庭での食事が楽しみかどうか）



高校 2 年生

（家庭での食事が楽しみかどうか）



IV. 調査結果（クロス集計）

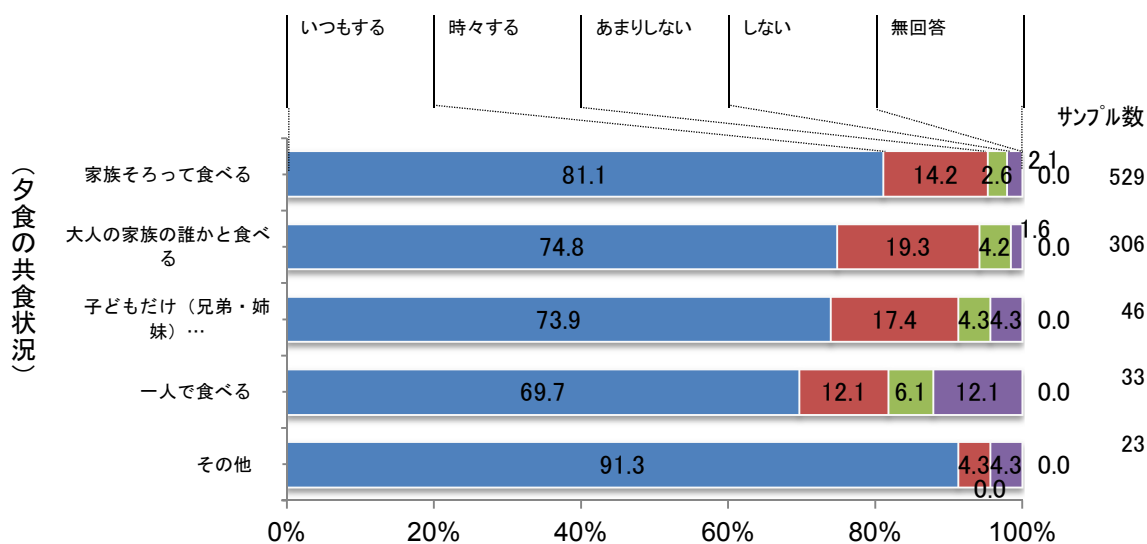
④夕食の共食状況と食事のあいさつ

食事のあいさつ状況を夕食の共食状況別にみると、小学生、高校生では「(食事のときにあいさつを) いつもする」とする割合が、「(夕食を) 家族そろって食べる」とする層で最も高くなっている。

夕食の共食状況と食事のあいさつの関係

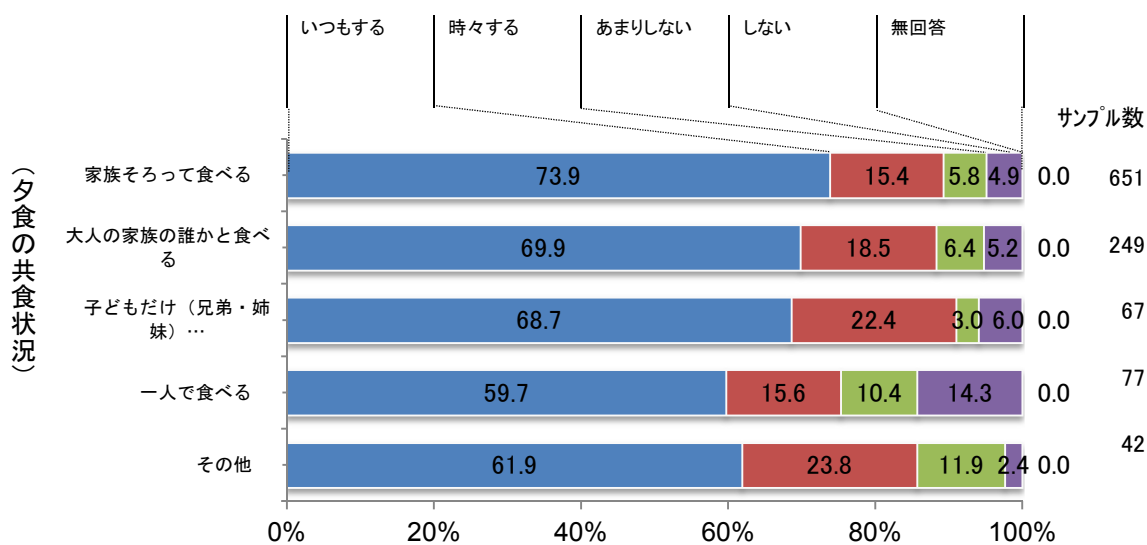
小学校5年生

(食事のあいさつ)



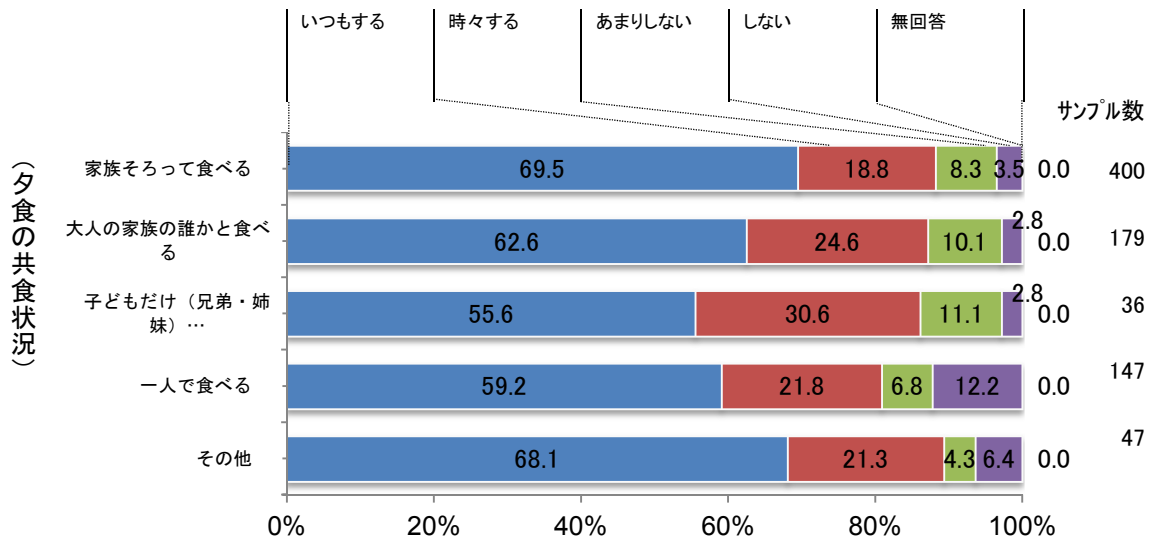
中学校2年生

(食事のあいさつ)



高校2年生

（食事のあいさつ）



IV. 調査結果（クロス集計）

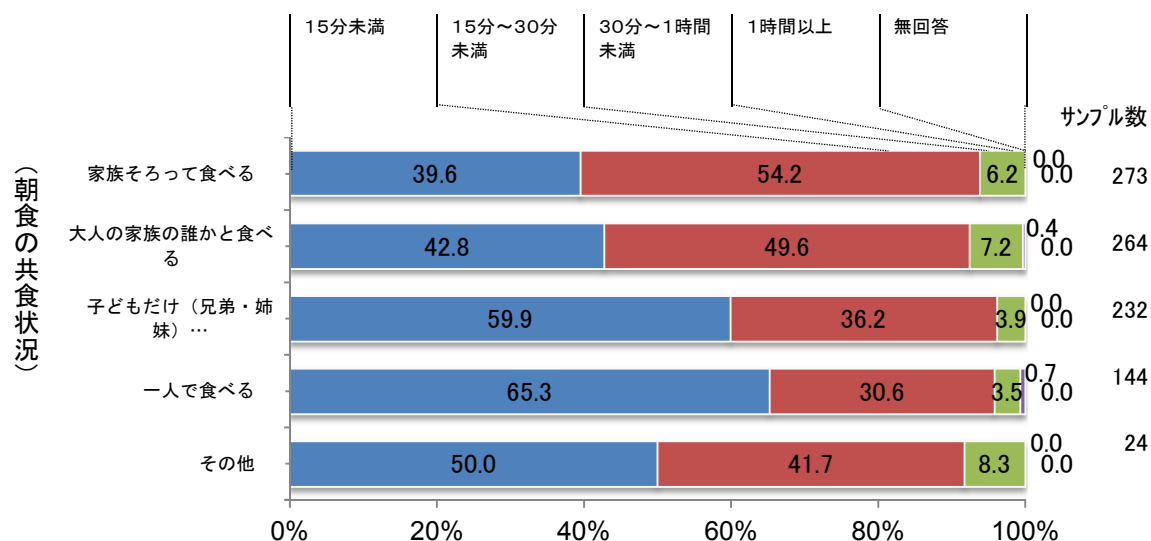
④朝食の共食状況と食事時間

朝食の食事時間を朝食の共食状況別にみると、小学生、中学生、高校生とも「15分未満」とする割合が、「(朝食を) 家族そろって食べる」とする層で最も低くなっている。また、小学生、中学生では同割合が、「一人で食べる」とする層で最も高くなっている。朝食を一人で食べる児童生徒は、食事時間が短い傾向がみられる。

朝食の共食状況と朝食の食事時間の関係

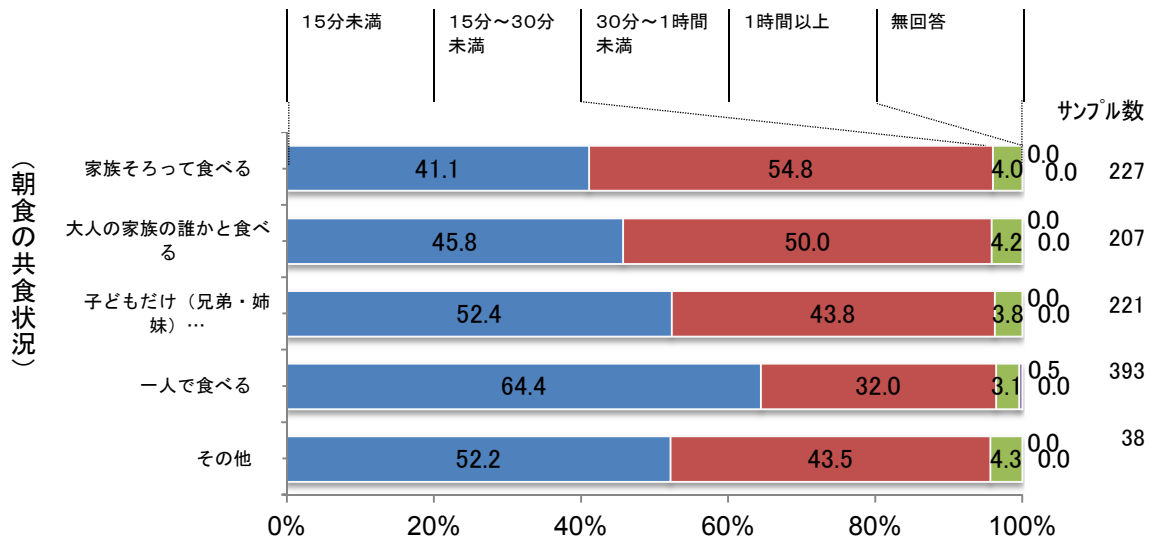
小学校5年生

(朝食の食事時間)



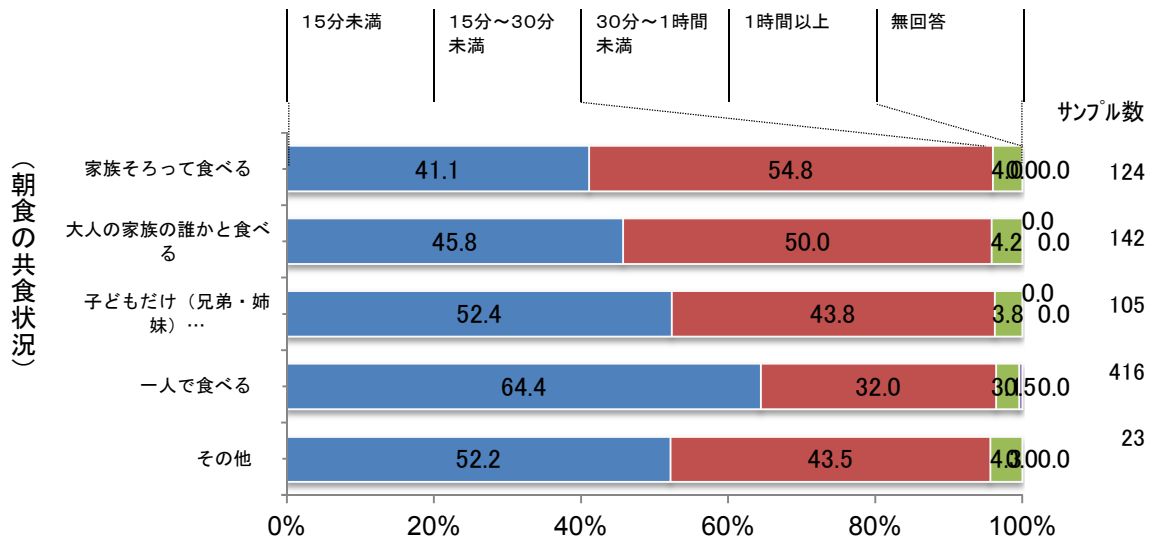
中学校 2 年生

（朝食の食事時間）



高校 2 年生

（朝食の食事時間）



IV. 調査結果（クロス集計）

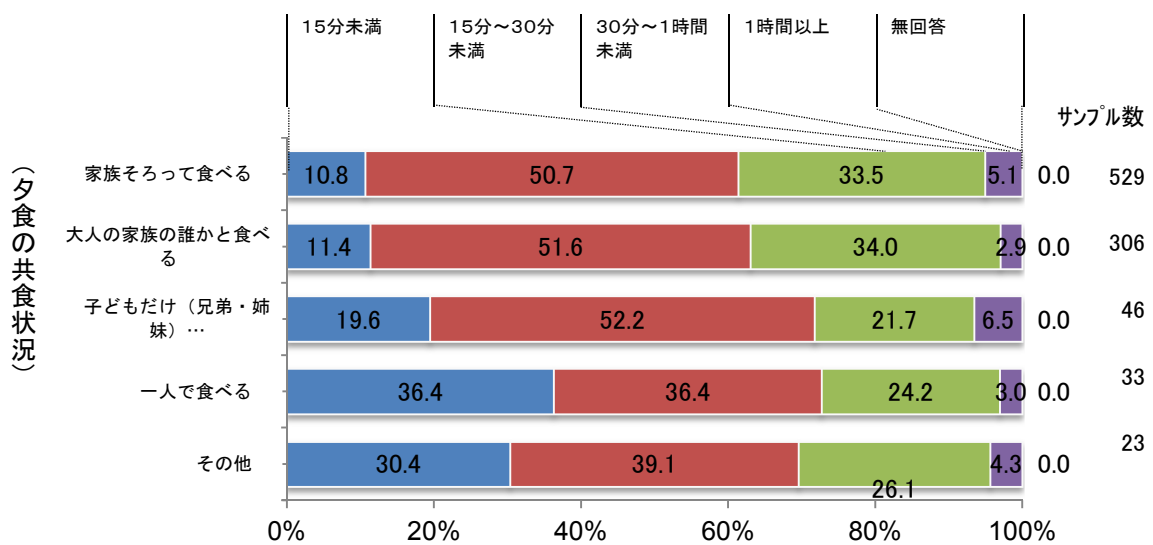
⑤夕食の共食状況と食事時間

夕食の食事時間を夕食の共食状況別にみると、小学生、中学生で「15分未満」とする割合が「(夕食を)一人で食べる」とする層で最も高くなっている。夕食を一人で食べる児童生徒は食事時間が短い傾向がみられる。

夕食の共食状況と夕食の食事時間の関係

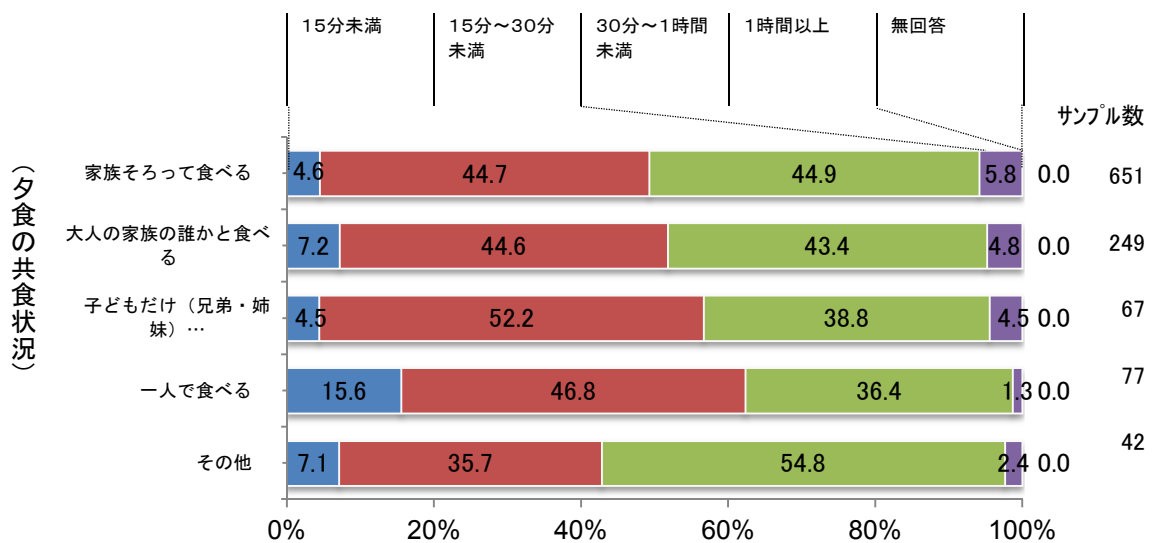
小学校5年生

(夕食の食事時間)



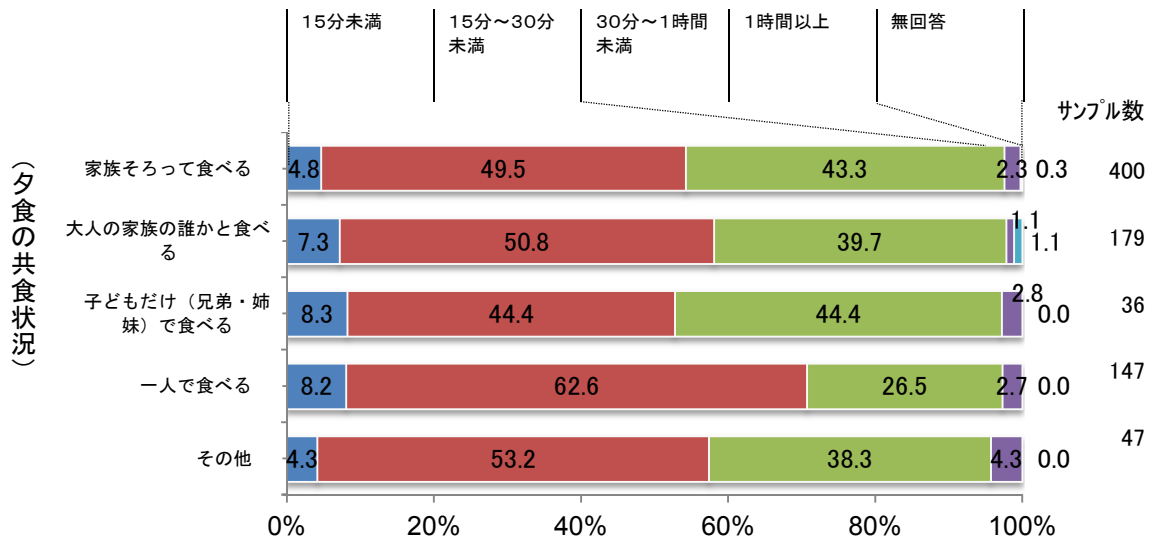
中学校2年生

(夕食の食事時間)



高校2年生

（夕食の食事時間）





（２）共食と不定愁訴

① 共食状況と体調（朝食・夕食）

・朝食の共食状況と体調について感じる事（点数）

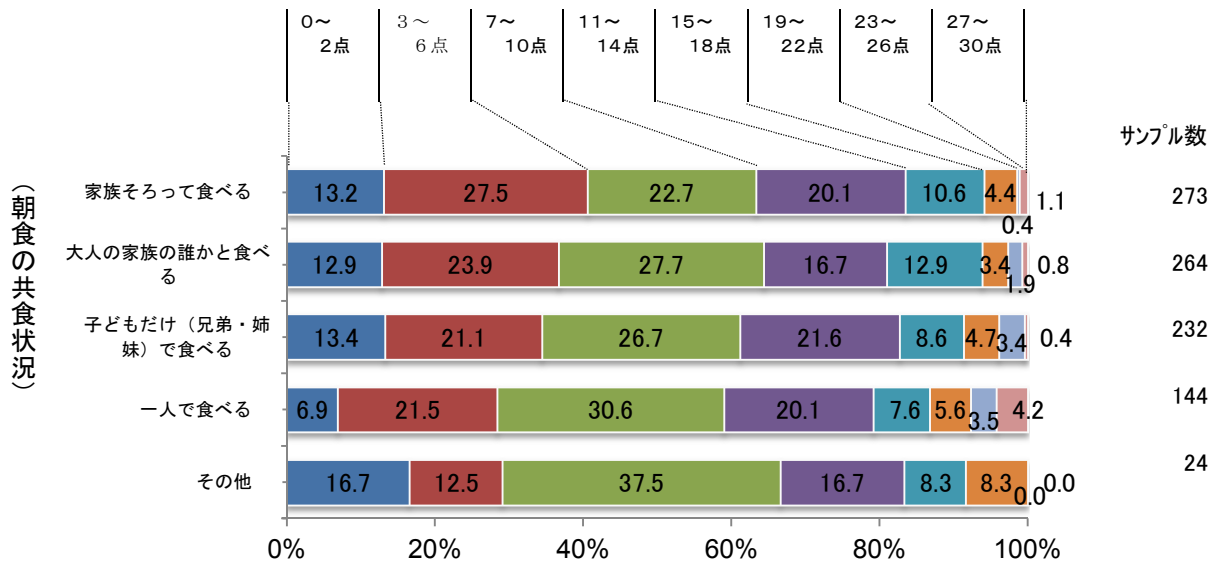
不定愁訴の合計点を朝食の共食状況別でみると、「(朝食を) 家族そろって食べる」とする層で、不定愁訴が少ない「0～6点」とする割合が、小学生、中学生で約4割、高校生では2割となっている（小学生40.7%、中学生35.2%、高校生21.0%）。また、「一人で食べる」とする層では、小学生、中学生、高校生とも不定愁訴がやや多い、不定愁訴が多いを合わせた「15点～30点」とする割合が最も高くなっている。

\*不定愁訴の合計点とコメントについては、81頁参照

朝食の共食状況と体調について感じる事（点数）の関係

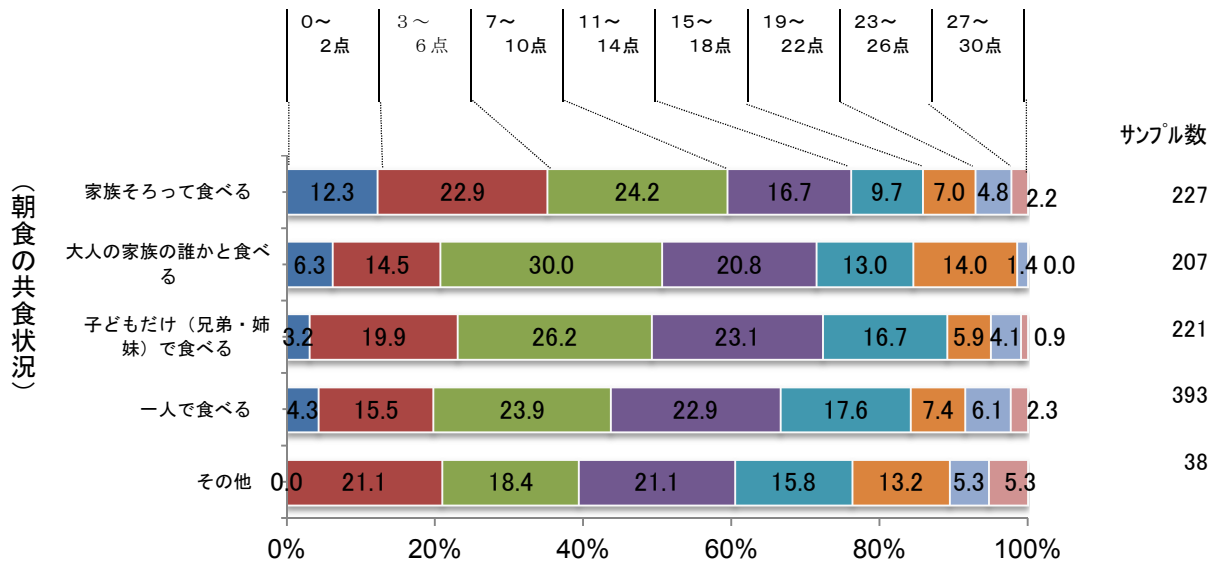
小学校5年生

（体調について感じる事）



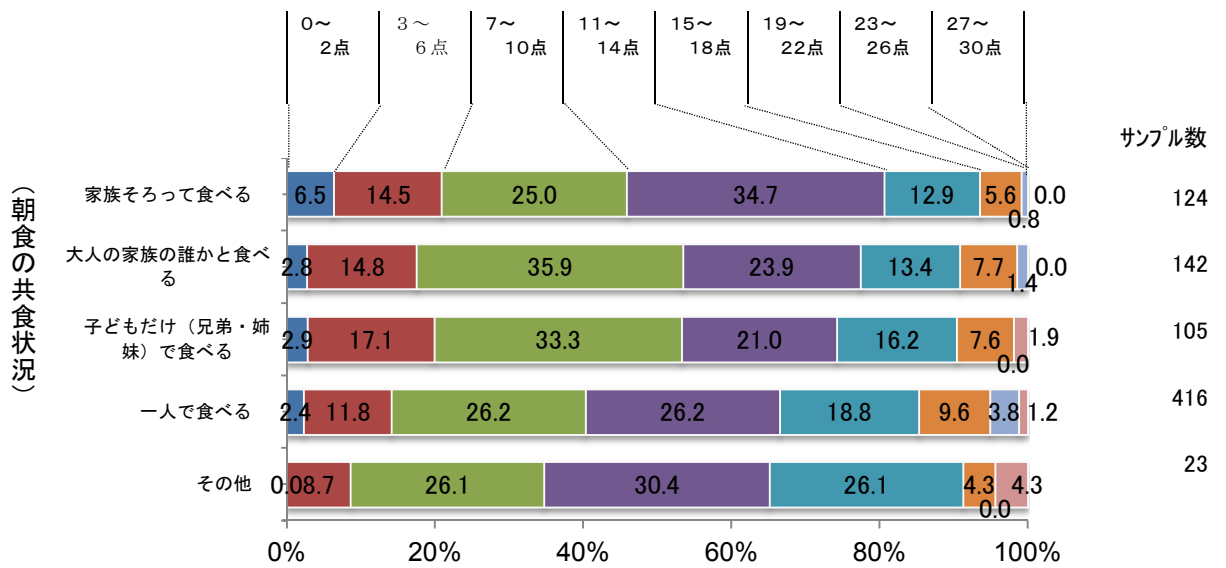
中学校2年生

（体調について感じること）



高校2年生

（体調について感じること）



IV. 調査結果（クロス集計）

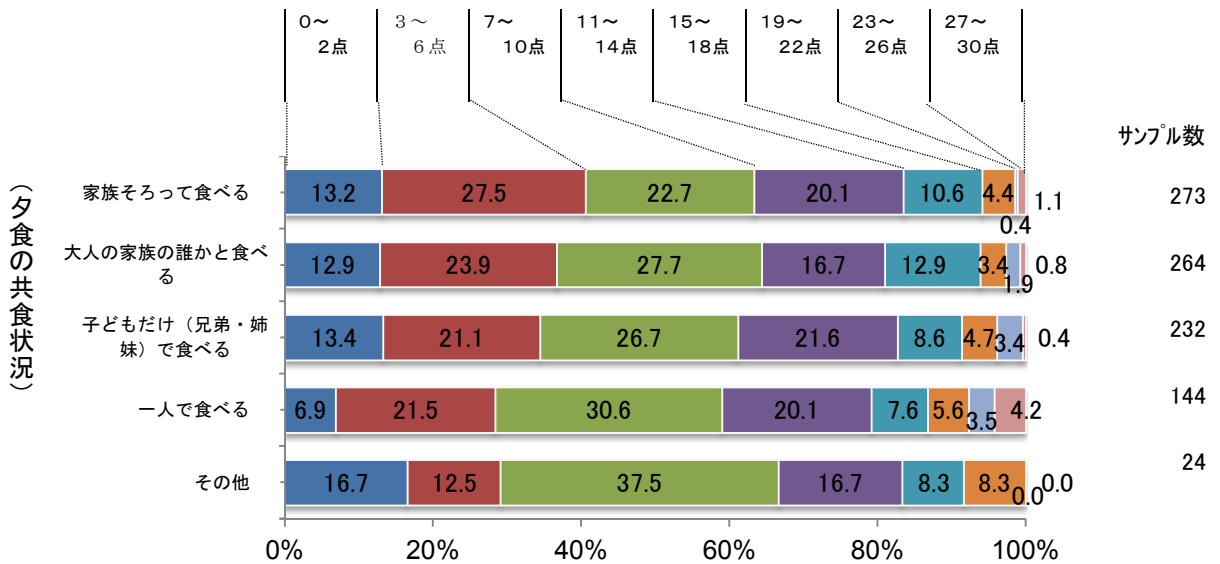
・夕食の共食状況と体調について感じる事（点数）

不定愁訴の合計点を夕食の共食状況別で見ると、「(夕食を) 家族そろって食べる」とする層で、不定愁訴が少ない「0～6点」とする割合が、小学生で約4割、中学生、高校生では約2割～2割半となっている（小学生38.6%、中学生26.4%、高校生20.5%）。また、「一人で食べる」とする層では、中学生、高校生で不定愁訴がやや多い、不定愁訴が多いを合わせた「15点～30点」とする割合が最も高くなっている。

夕食の共食状況と体調について感じる事（点数）の関係

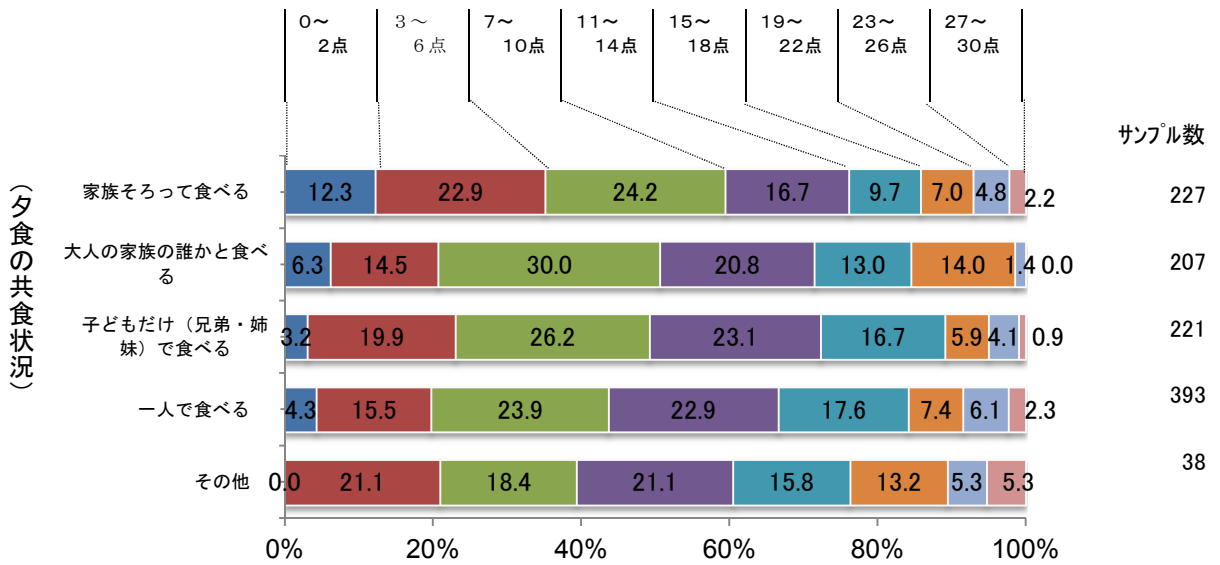
小学校5年生

(体調について感じる事)



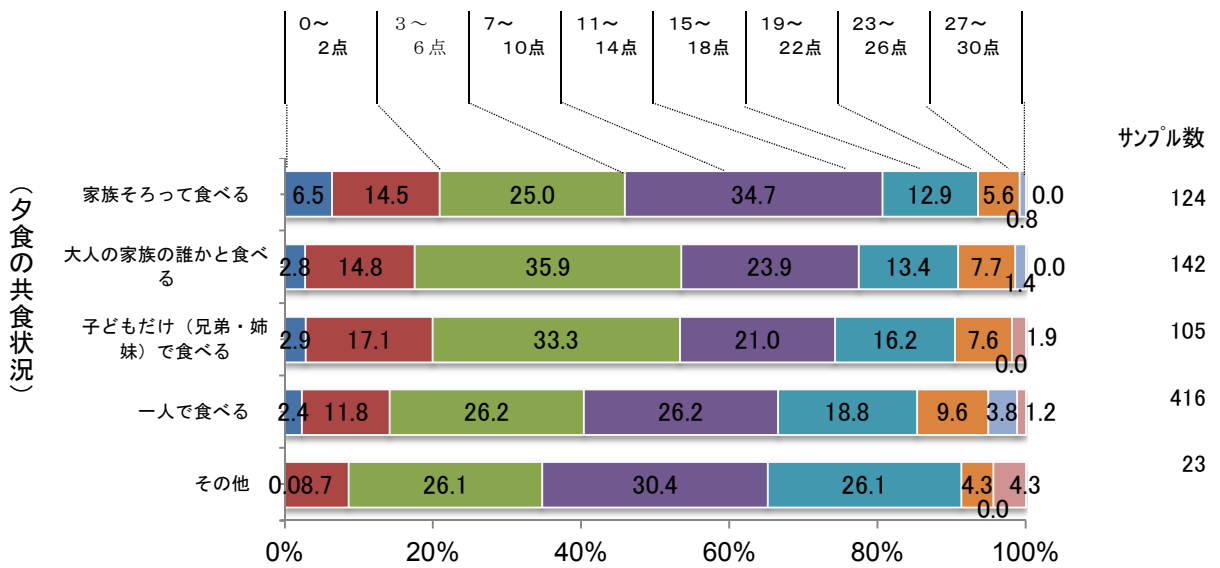
中学校2年生

(体調について感じること)



高校2年生

(体調について感じること)



② 夕食の共食状況と体調（イライラ）について感じる事

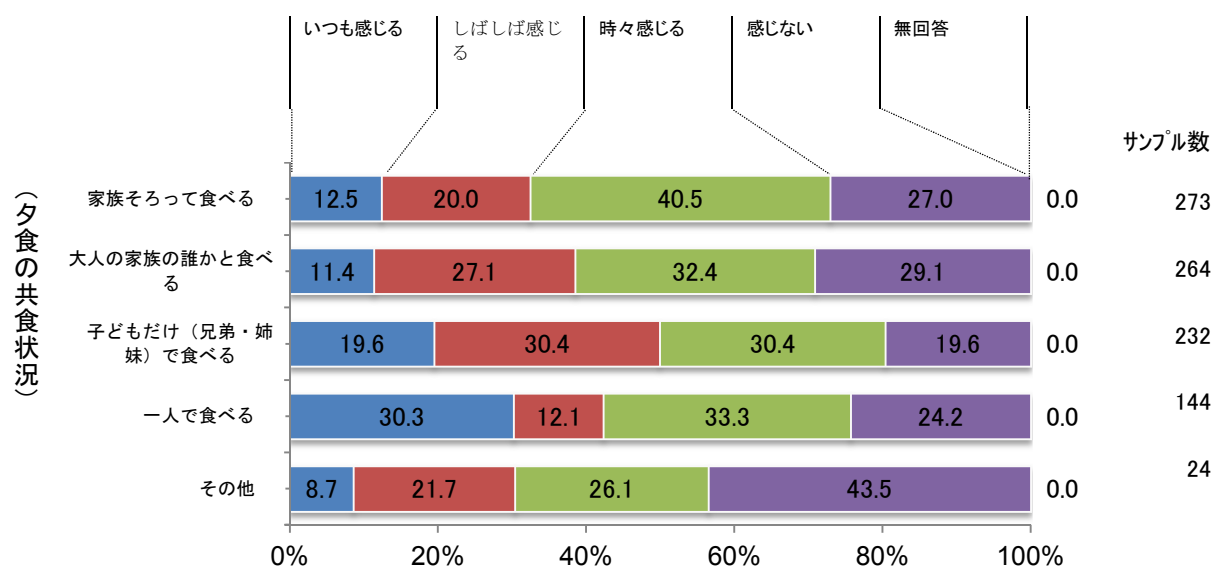
体調（イライラ）について、「いつも感じる」「しばしば感じる」「時々感じる」を合わせた「(イライラ)を感じる」割合を、夕食の共食状況別でみると、「(夕食を)子どもだけ（兄弟・姉妹）で食べる」とする層で、小学生、中学生、高校生ともイライラを感じるとする割合が最も高くなっている（小学生80.4%、中学生83.6%、高校生86.1%）。

また、小学生では、「(夕食を)一人で食べる」とする層で、イライラをいつも感じる割合が3割となっている。

夕食の共食状況と体調について感じる事（イライラ）の関係

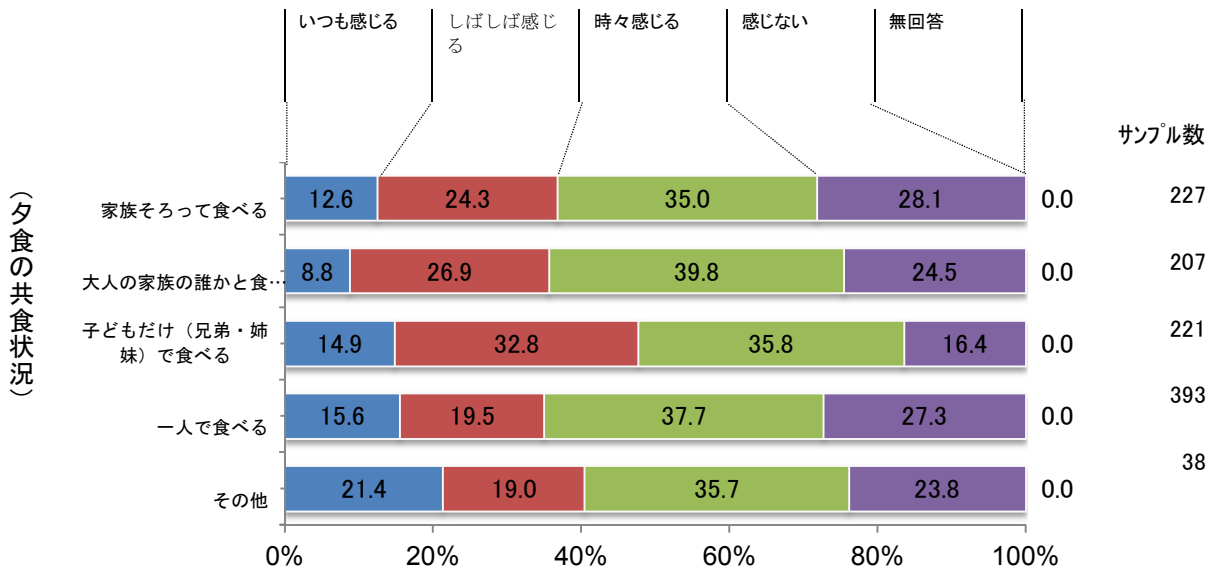
小学校5年生

(体調について感じる事（イライラ）)



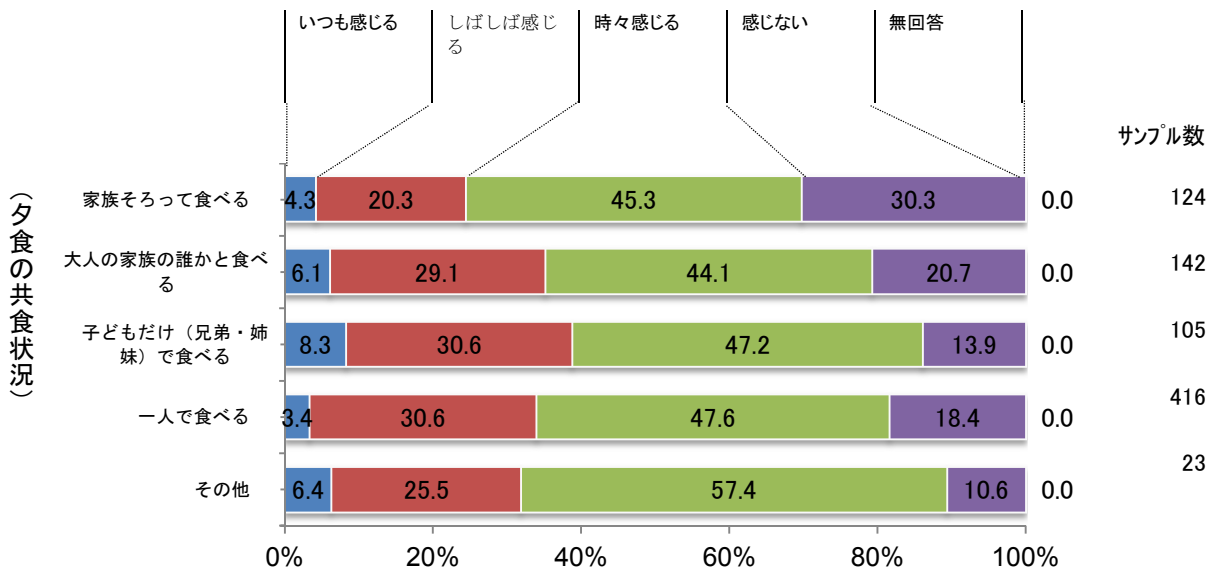
中学校2年生

（体調について感じること（イライラ））



高校2年生

（体調について感じること（イライラ））



（3）共食と自尊感情

①朝食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）の関係

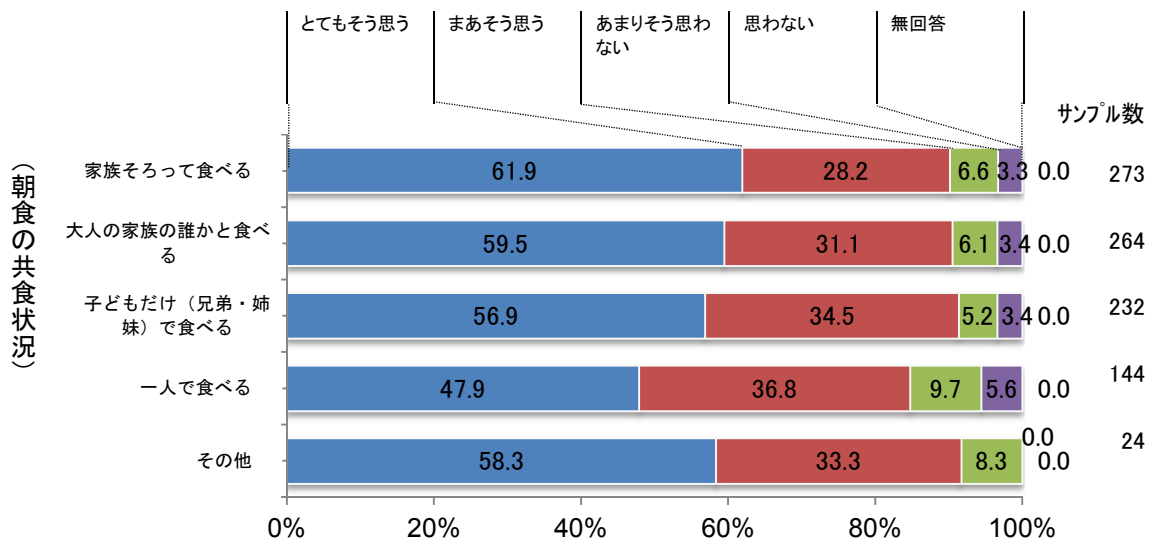
自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）を朝食の共食状況別でみると、小学生では「家族そろって食べる」とする層で「とてもそう（私は大事に育てられてきたと）思う」とする割合が最も高くなっている（小学生 61.9%）。

また、小学生、中学生、高校生ともに「一人で食べる」とする層で「あまりそう思わない」「そう思わない」を合わせた「（私は大事に育てられてきたと）思わない」割合が高くなっている（小学生 15.3%、中学生 21.9%、高校生 13.9%）。

朝食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）の関係

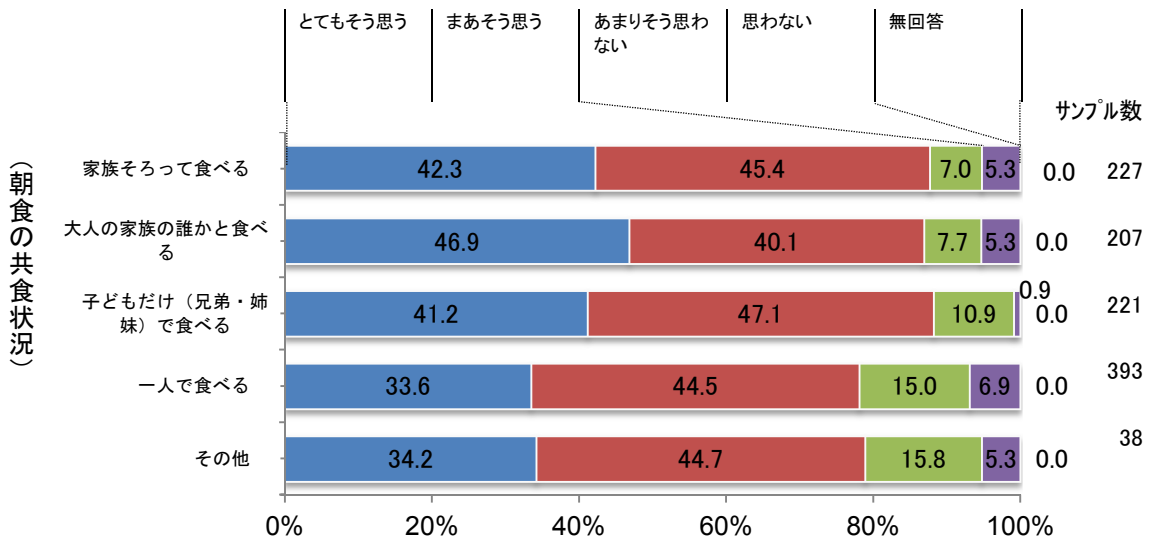
小学校5年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））



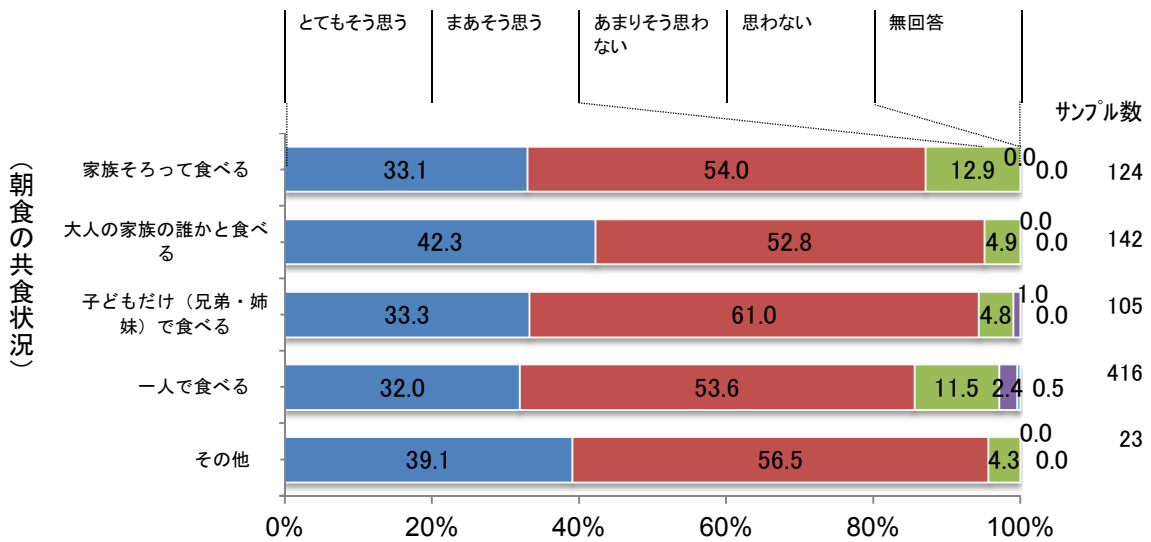
中学校2年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））



高校2年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））





IV. 調査結果（クロス集計）

②夕食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）の関係

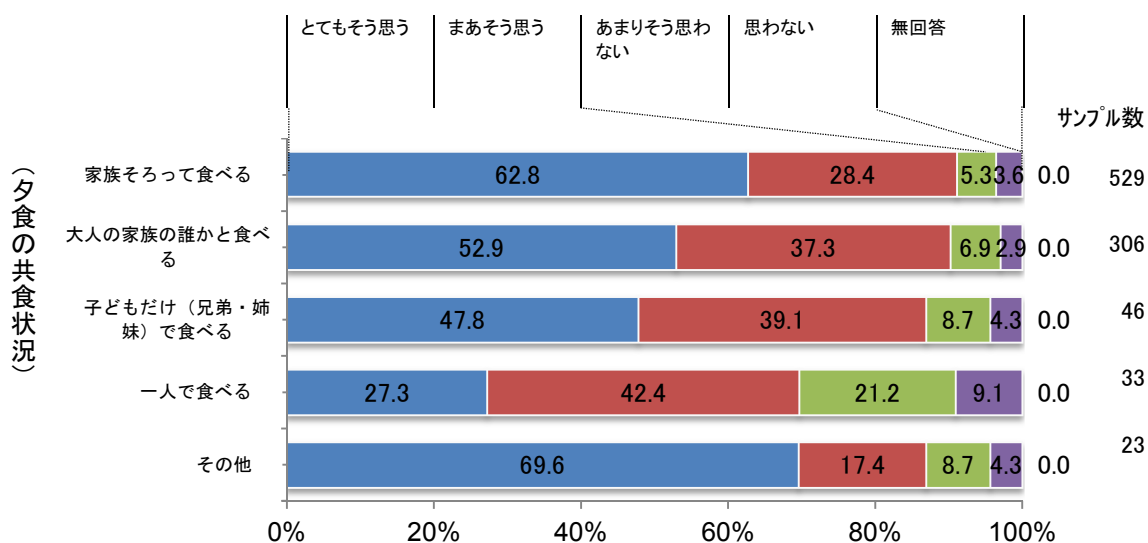
自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）を夕食の共食状況別でみると、小学生、中学生、高校生ともに「家族そろって食べる」とする層で「とてもそう（私は大事に育てられてきたと）思う」とする割合が最も高くなっている（小学生 62.8%、中学生 44.5%、高校生 36.5%）。

また、小学生、中学生、高校生ともに「一人で食べる」とする層で「あまりそう思わない」「そう思わない」を合わせた「(私は大事に育てられてきたと) 思わない」割合が高くなっている（小学生 30.3%、中学生 36.4%、高校生 20.4%）。

夕食の共食状況と自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います）の関係

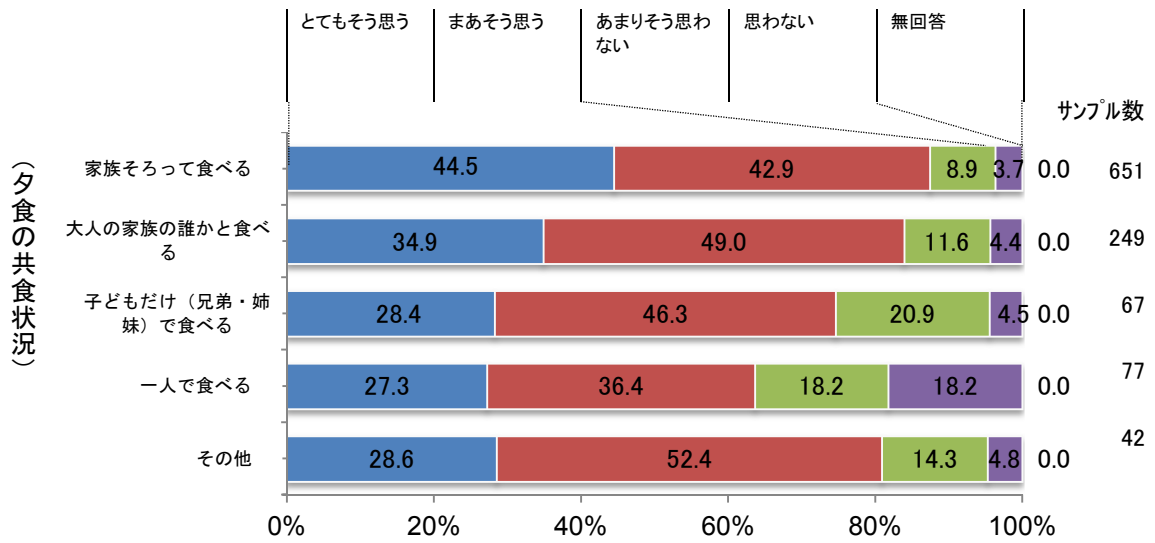
小学校5年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））



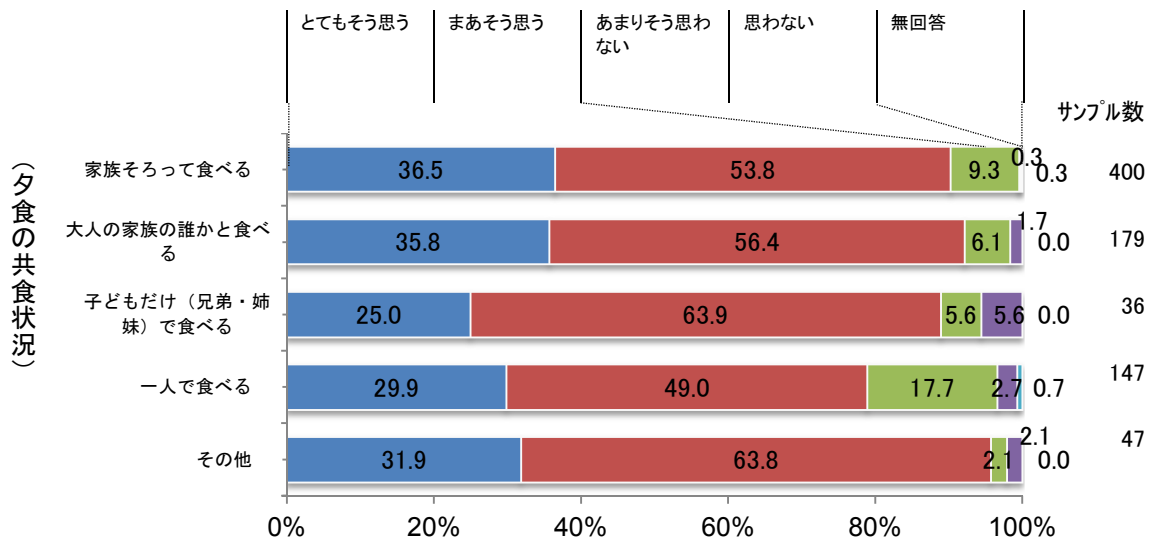
中学校2年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））



高校2年生

（自尊感情（私は大事に育てられてきたと思います））



（４）共食と肥満

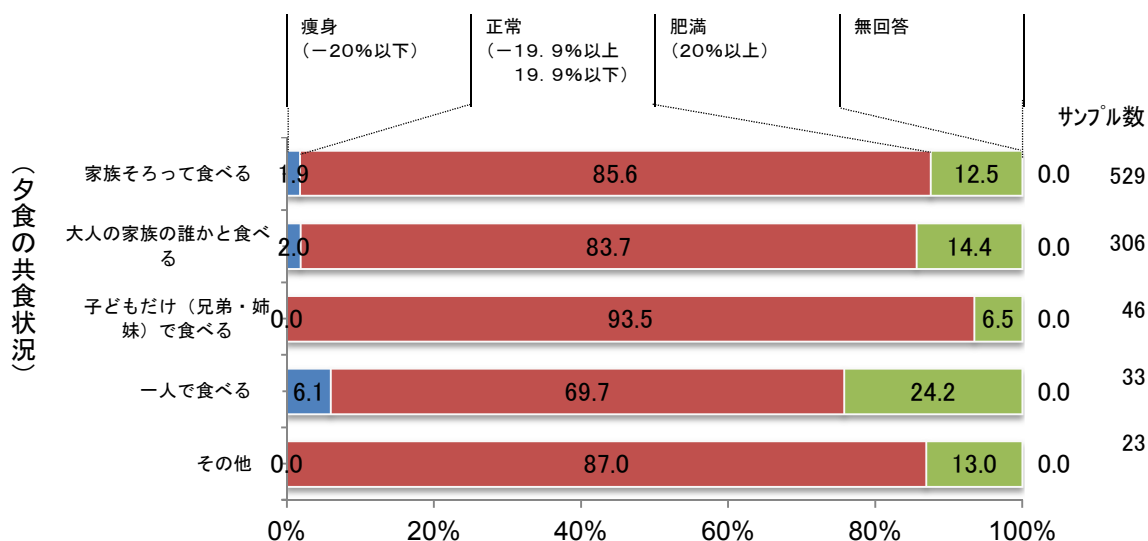
①夕食の共食状況と肥満・痩身傾向

肥満・痩身傾向を夕食の共食状況別にみると、小学生、中学生では「一人で食べる」とする層で「肥満」の割合が最も高くなっている（小学生 24.2%、中学生 9.1%）。

夕食の共食状況と肥満・痩身の関係

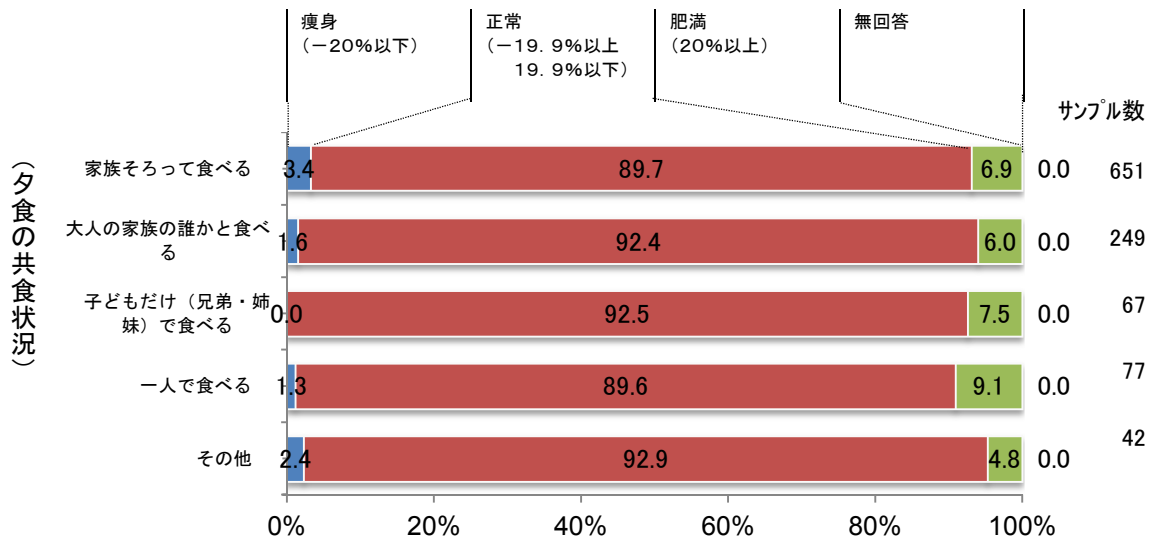
小学校5年生

（肥満・痩身傾向）



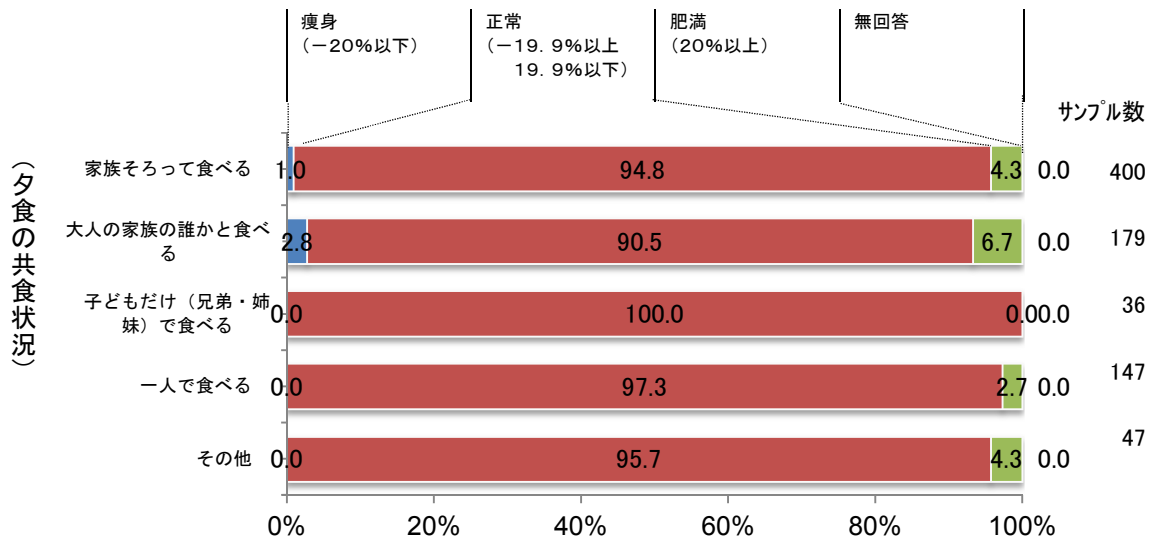
中学校 2 年生

（肥満・痩身傾向）



高校 2 年生

（肥満・痩身傾向）

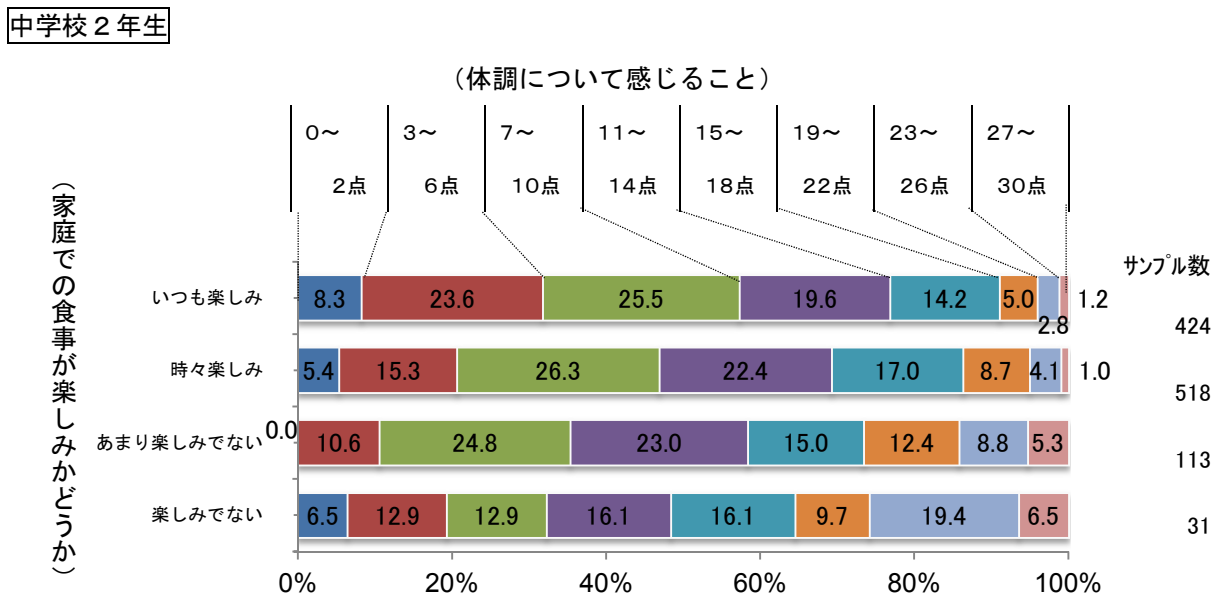
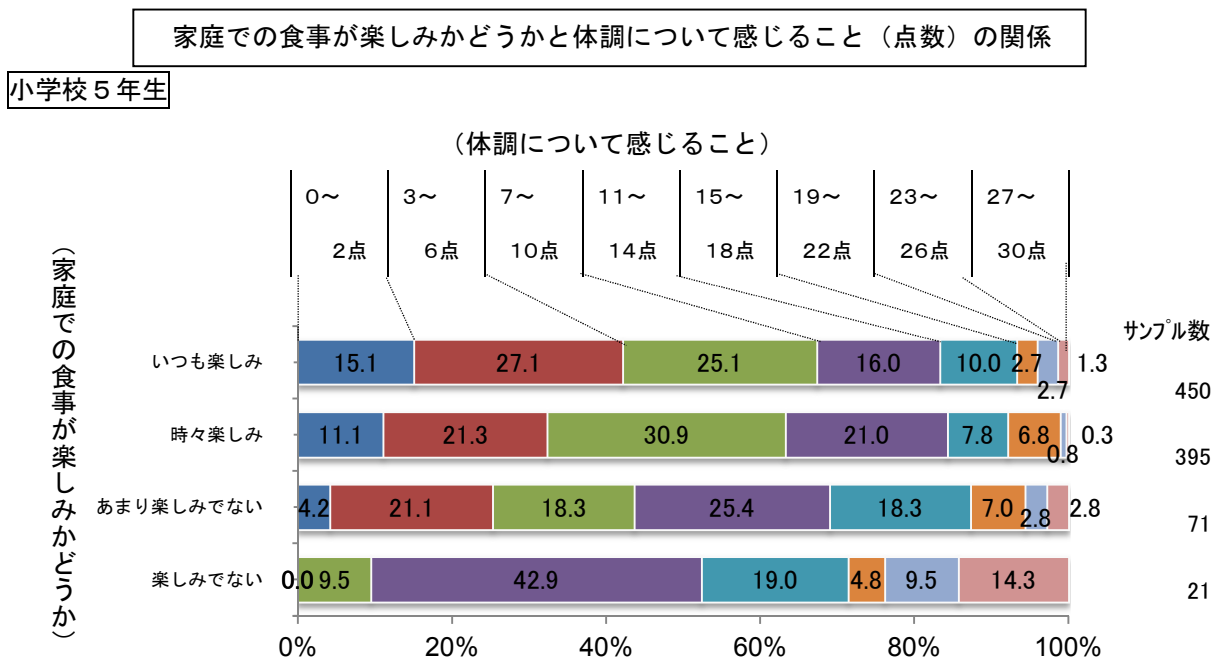


### 3. 食事の状況

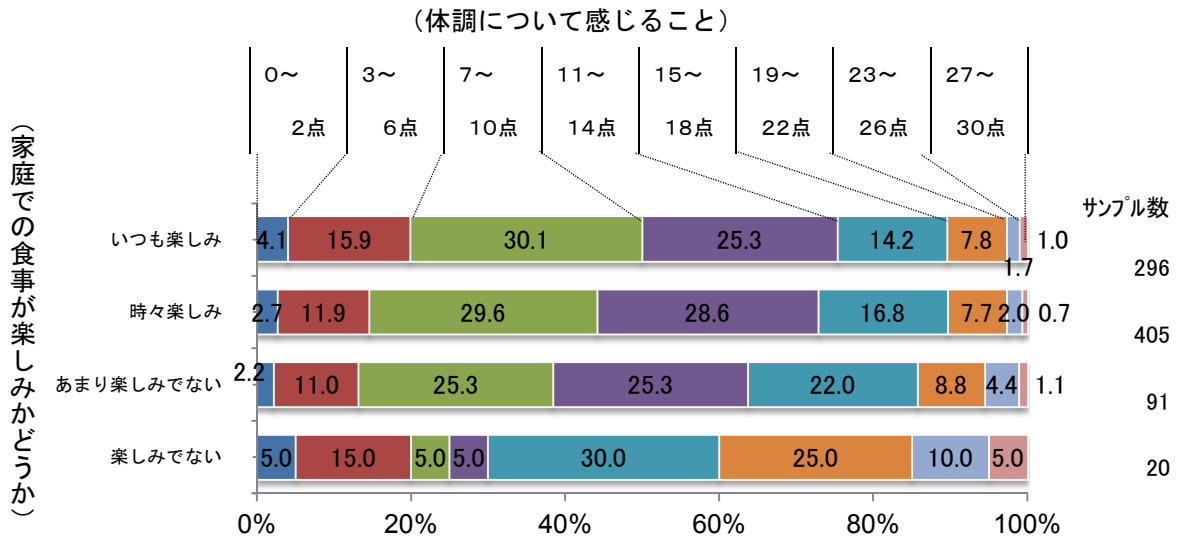
#### (1) 家庭での食事が楽しみかどうか

##### ①家庭での食事が楽しみかどうかと体調について感じる事（点数）

不定愁訴の合計点を家庭での食事が楽しみかどうか別にみると、小学生、中学生では「(家庭での食事が) いつも楽しみ」とする層で、不定愁訴が少ない「0～6点」とする割合が最も高くなっている。※不定愁訴の点数及びコメントについては、81頁参照



高校2年生



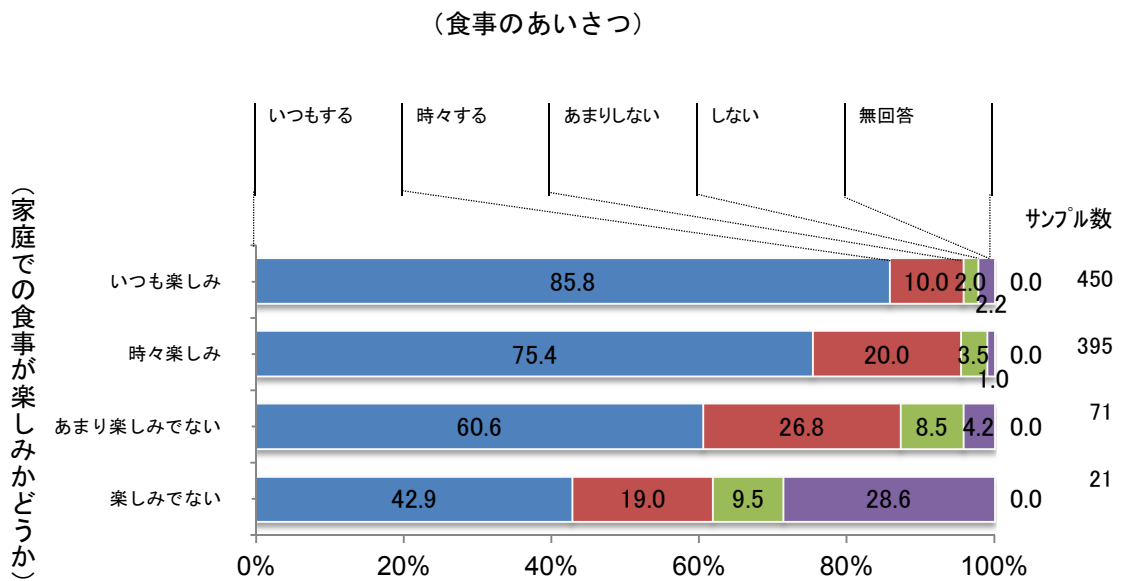
IV. 調査結果（クロス集計）

②家庭での食事が楽しみかどうかと食事のあいさつ

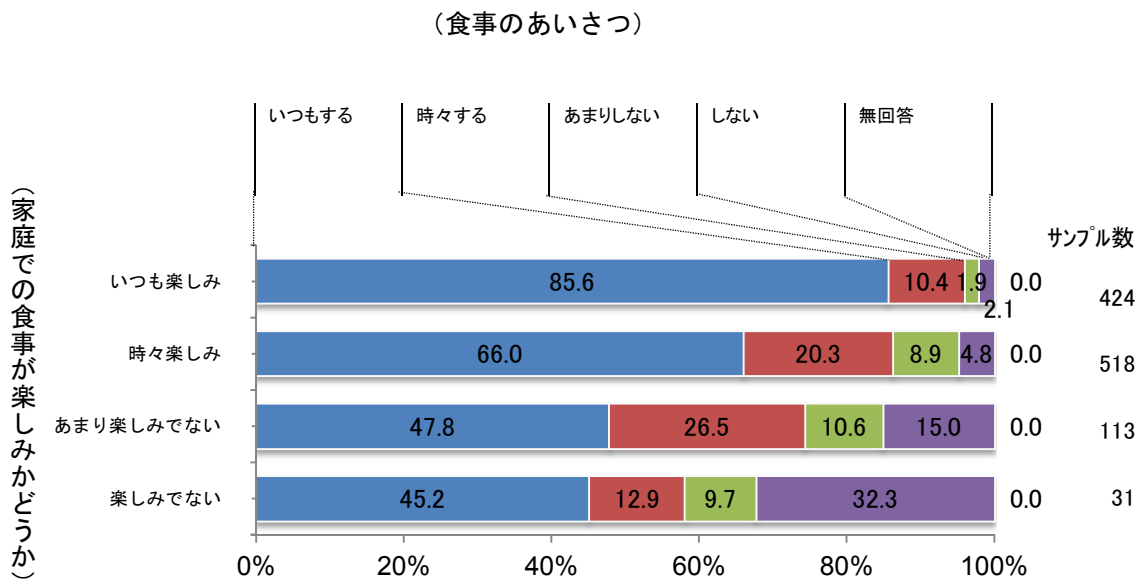
食事のあいさつ状況を家庭での食事が楽しみかどうか別にみると、小学生、中学生、高校生とも「(挨拶を) いつもする」とする割合が「(家庭での食事が) いつも楽しみ」とする層で最も高く、一方、「楽しみでない」とする層で最も低くなっている。食事が楽しみとする児童生徒ほど食事のときにあいさつをしている傾向がみられる。

家庭での食事が楽しみかどうかと食事のあいさつの関係

小学校5年生

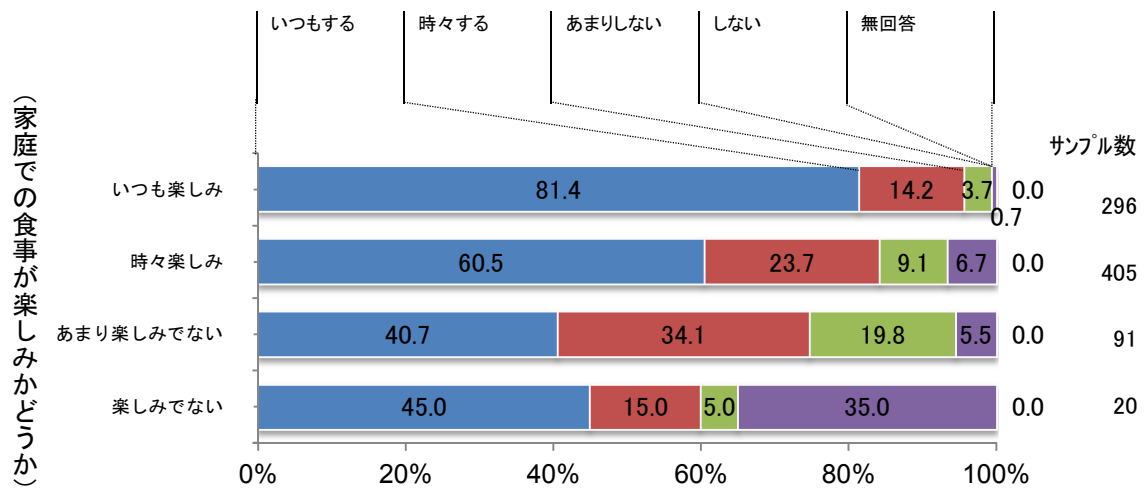


中学校2年生



高校2年生

（食事のあいさつ）





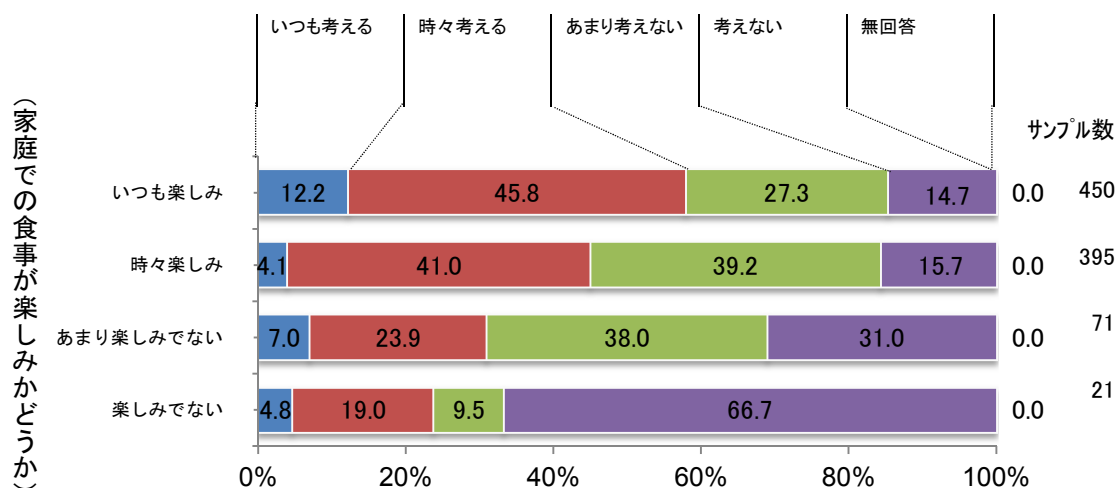
③家庭での食事が楽しみかどうかと食品の生産地や旬（季節）への関心

食品の生産地や旬（季節）への関心を家庭での食事が楽しみかどうか別にみると、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を)考える」とする割合が、小学生、中学生、高校生とも「(家庭での食事が)いつも楽しみ」とする層で最も高くなっている。

家庭での食事が楽しみかどうかと食品の生産地や旬（季節）への関心の関係

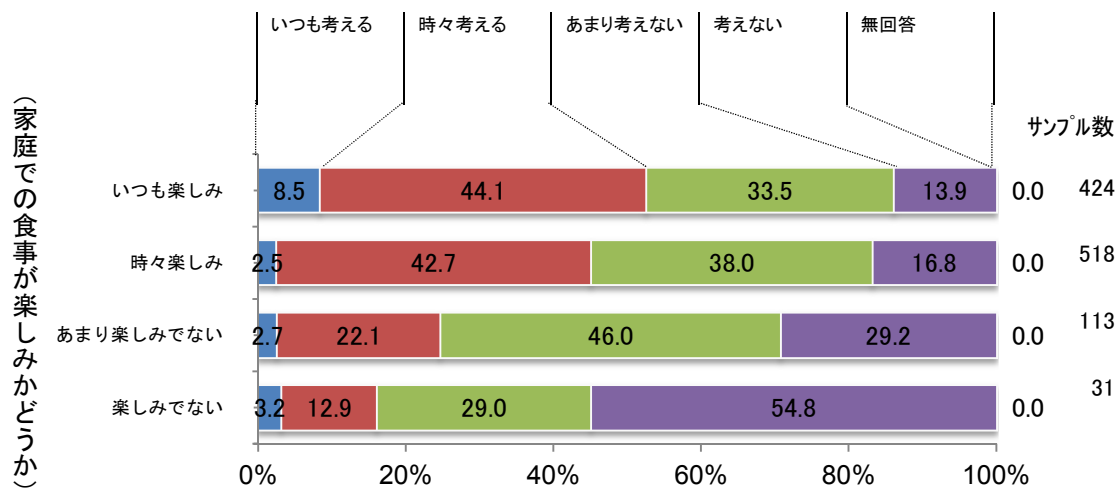
小学校5年生

(食品の生産地や旬への関心)



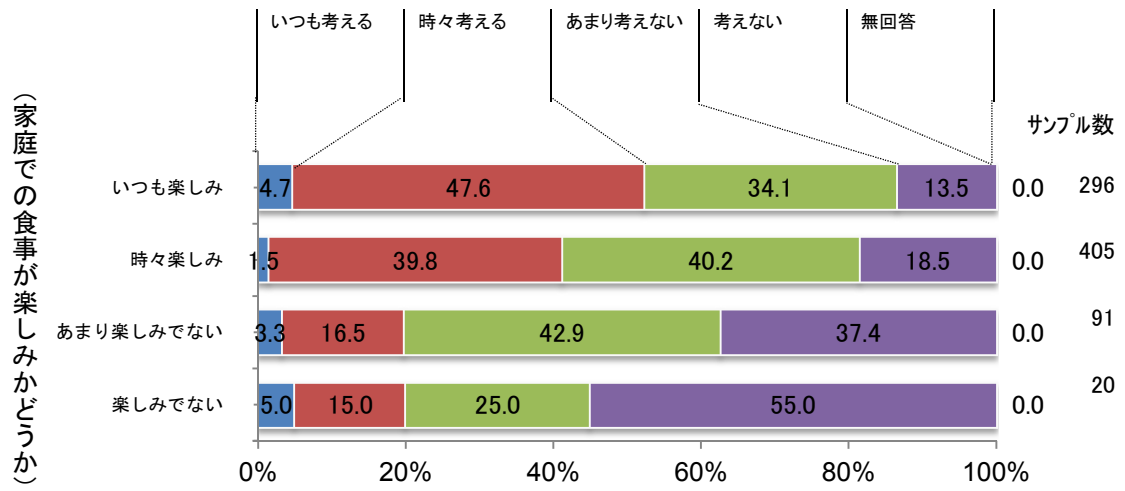
中学校2年生

(食品の生産地や旬への関心)



高校2年生

（食品の生産地や旬への関心）



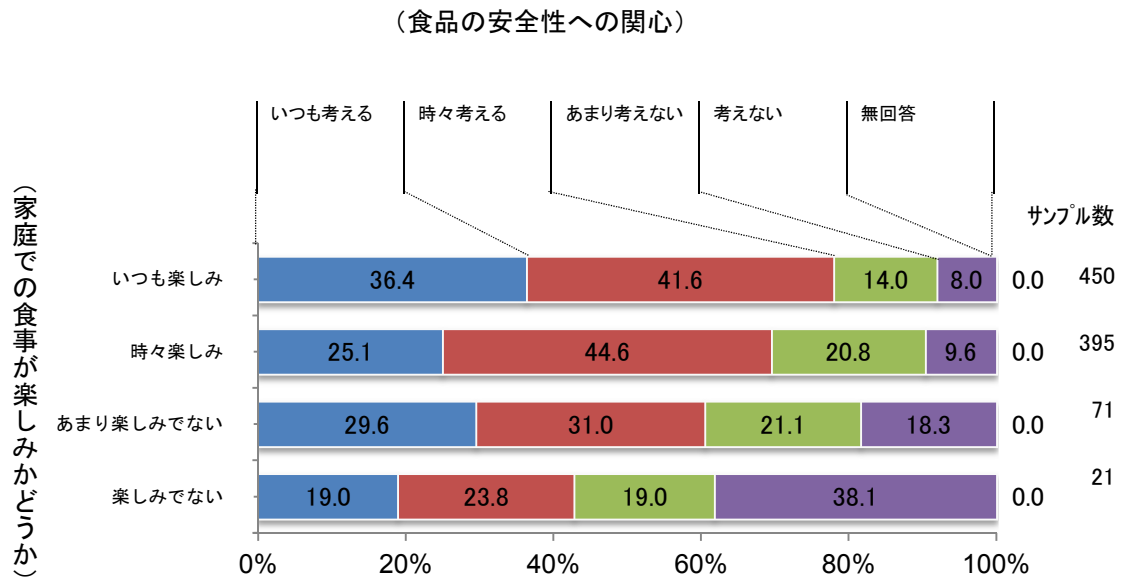
IV. 調査結果（クロス集計）

④食品の安全性への関心

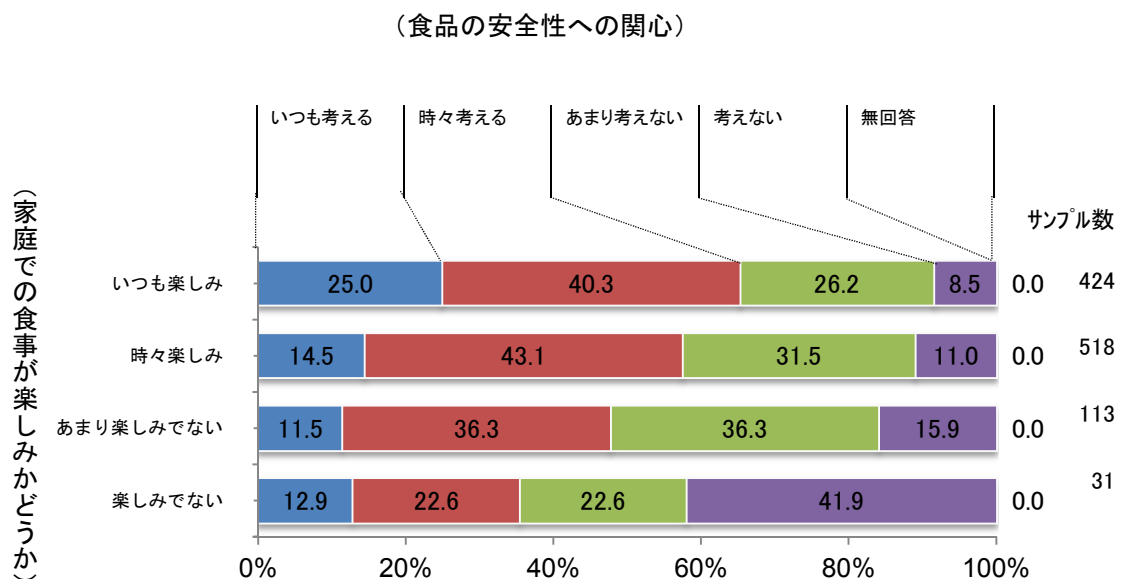
食品の安全性への関心を家庭での食事が楽しみかどうか別にみると、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の安全性を) 考える」とする割合が、小学生、中学生、高校生とも「(家庭での食事が) いつも楽しみ」とする層で最も高くなっている。

家庭での食事が楽しみかどうかと食品の安全性への関心の関係

小学校5年生

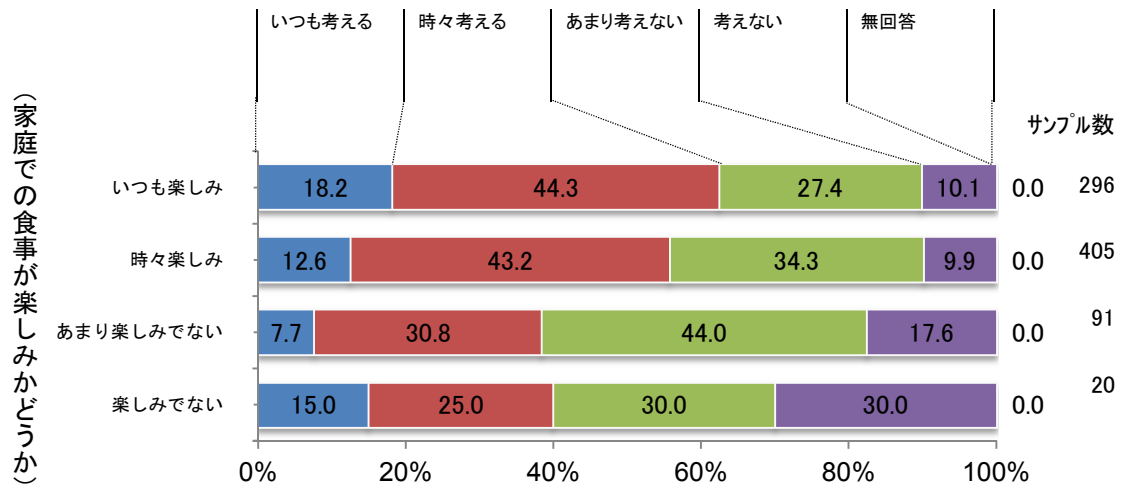


中学校2年生



高校2年生

（食品の安全性への関心）



IV. 調査結果（クロス集計）

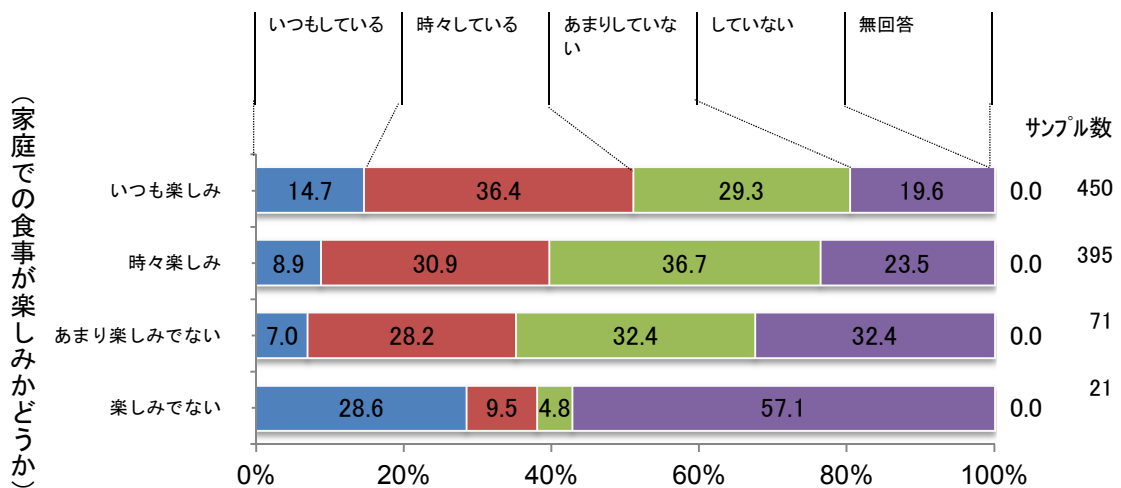
⑤家庭での食事が楽しみかどうかと食品の栄養成分表示への関心

食品の栄養成分表示への関心を家庭での食事が楽しみかどうか別にみると、「いつもして  
いる」と「時々している」を合わせた「(食品の栄養成分表示を参考に) している」とする割  
合が、小学生、高校生では「(家庭での食事が) いつも楽しみ」とする層で最も高くなっ  
ている。

家庭での食事が楽しみかどうかと食品の栄養成分表示への関心の関係

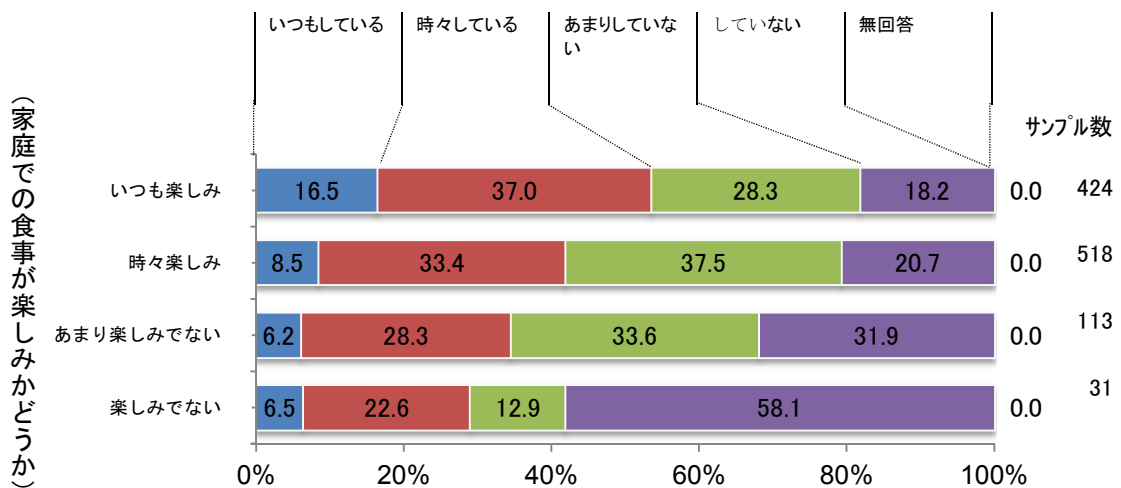
小学校5年生

(食品の栄養成分表示への関心)



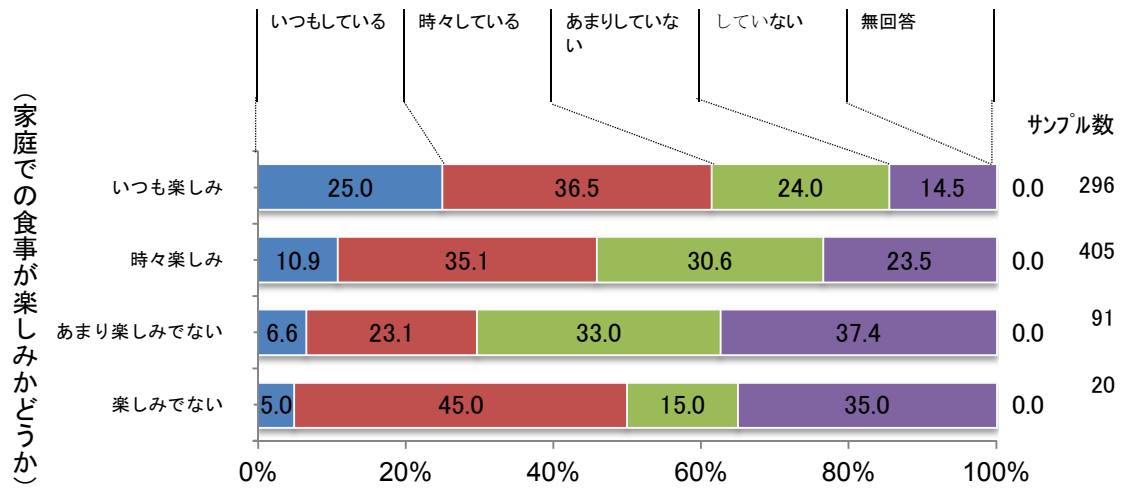
中学校2年生

(食品の栄養成分表示への関心)



高校2年生

（食品の栄養成分表示への関心）



IV. 調査結果（クロス集計）

⑥家庭での食事が楽しみかどうかと食事で気をつけること（点数）

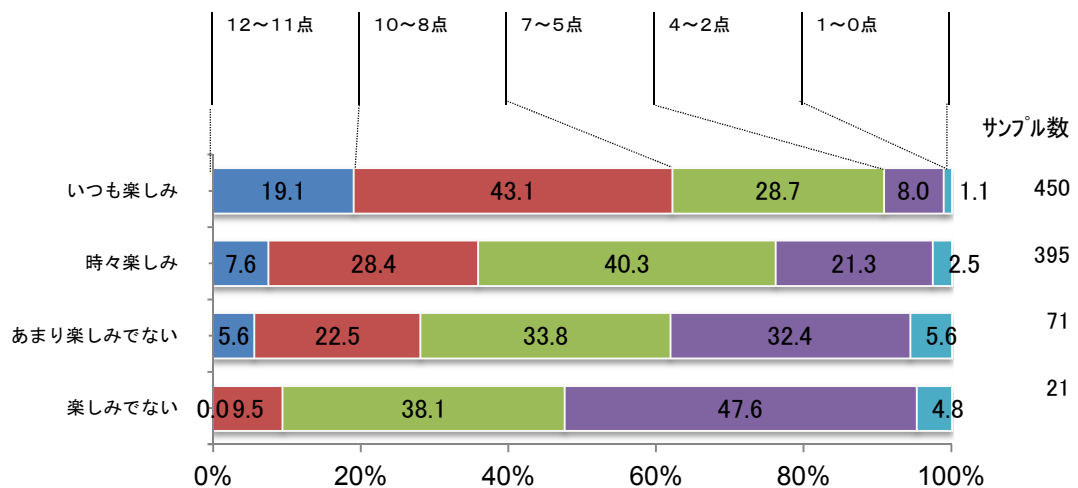
食事で気をつけること（点数）を家庭の食事が楽しみかどうか別にみると、小学校、中学校、高校とも、「(家庭での食事が) いつも楽しみ」の層で「12～11点」と「10～8点」を合わせた割合が最も高くなっている。一方、「楽しみでない」の層では「4～2点」と「1～0点」を合せた割合が高くなっている。

※食事で気をつけることについては、「食事はゆっくりとよくかんで食べる」「ご飯とおかずをかわるがわる食べる」「3回の食事は必ず食べる」「栄養のバランスを考えて食べる」「できるだけ多くの食品を食べる」「ジュースなどをのみすぎない」「お菓子やスナック菓子を食べすぎない」「塩からいものを食べすぎない」「牛乳や小魚を食べる」「色のこい野菜を多く食べる」「すききらいをしない」「楽しく食べる」の12項目それぞれについて「はい」を1点、「いいえ」「わからない」を0点として気をつけていることの合計点を算出し、「12～11点」「10～8点」「7～5点」「4～2点」「1～0点」の5グループに分類した(86頁参照)。

家庭での食事が楽しみかどうかと食事で気をつけること（点数）の関係

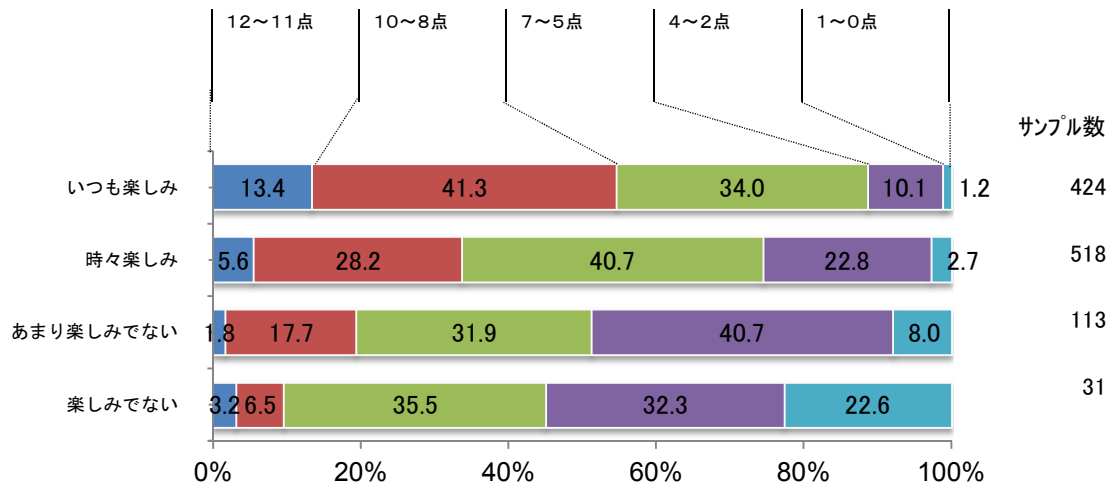
小学校5年生

(食事で気を付けること)



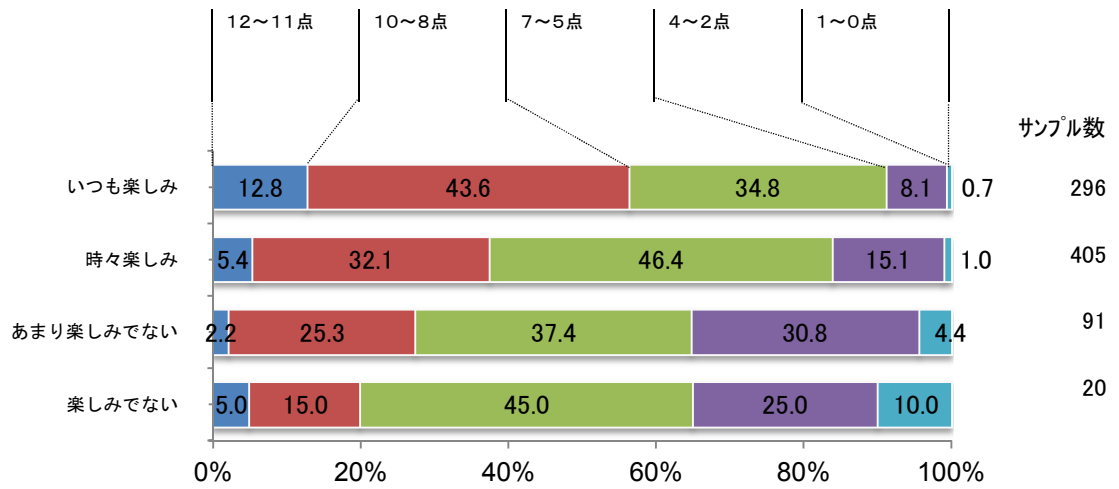
中学校 2 年生

（食事で気を付けること）



高校 2 年生

（食事で気を付けること）





（２）好ききらいの有無

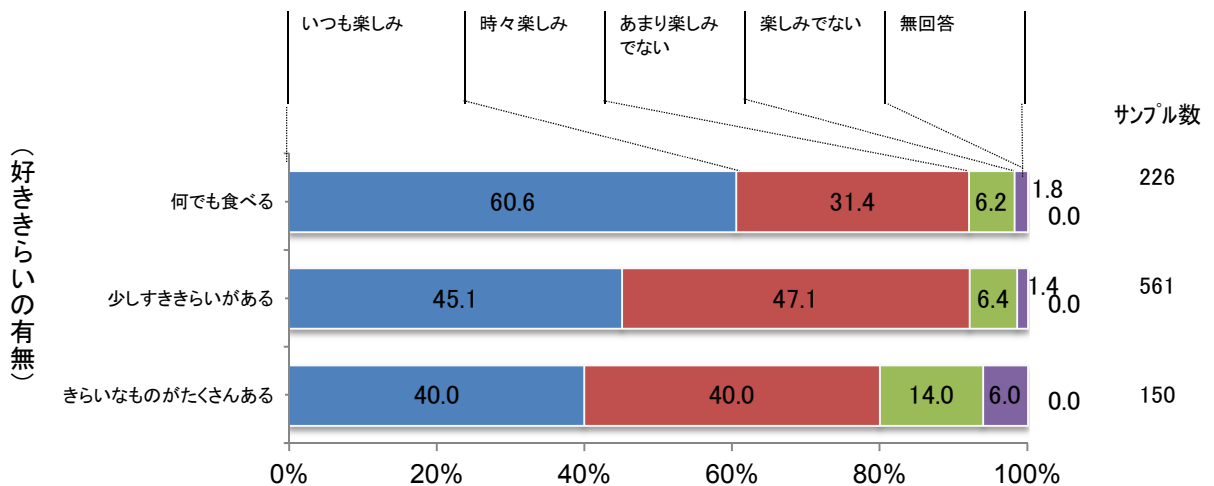
①好ききらいの有無と家庭での食事が楽しみかどうか

家庭での食事が楽しみかどうかを好ききらいの有無別にみると、「(家庭での食事が) いつも楽しみ」とする割合は、小学生、中学生、高校生とも「(好ききらいなく) 何でも食べる」とする層で最も高くなっている。また、小学生、中学生、高校生とも同割合は「きれいなものがたくさんある」とする層で最も低くなっている。好ききらいの無い児童生徒ほど家庭での食事を楽しみにしている傾向がみられる。

好ききらいの有無と家庭での食事が楽しみかどうかの関係

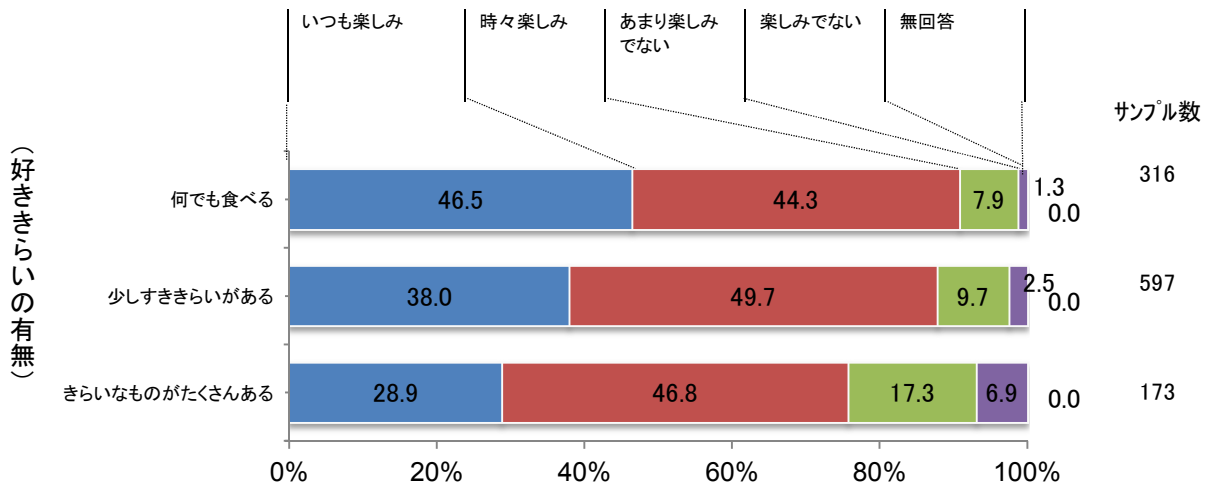
小学校5年生

(家庭での食事が楽しみかどうか)



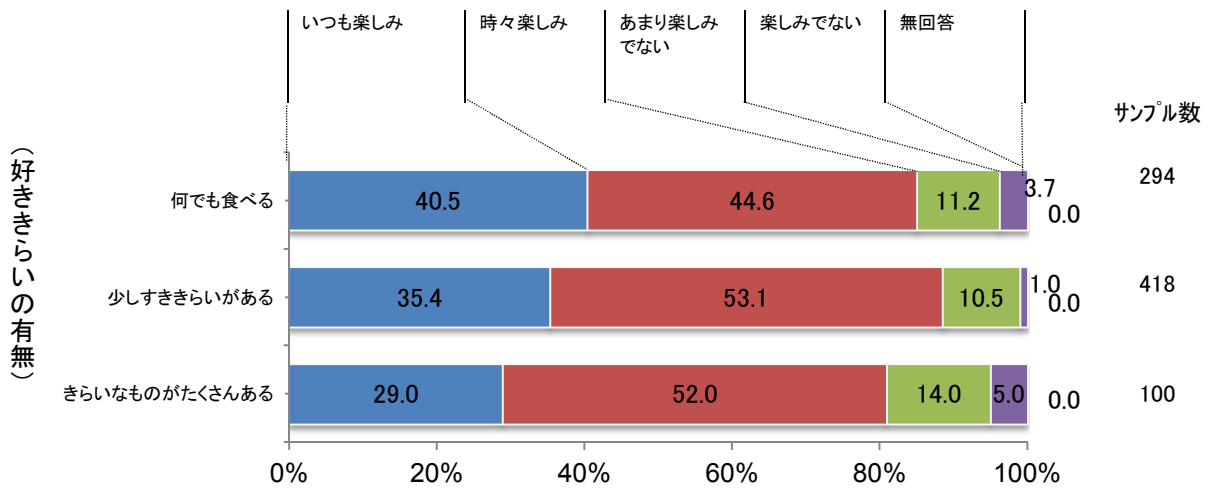
中学校 2 年生

（家庭での食事が楽しみかどうか）



高校 2 年生

（家庭での食事が楽しみかどうか）



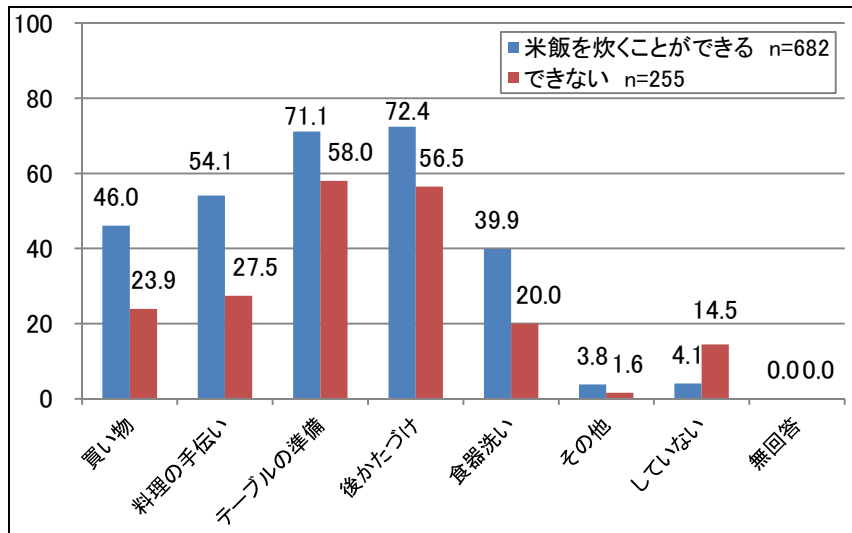
IV. 調査結果（クロス集計）

（3）食事の手伝い（生活経験）

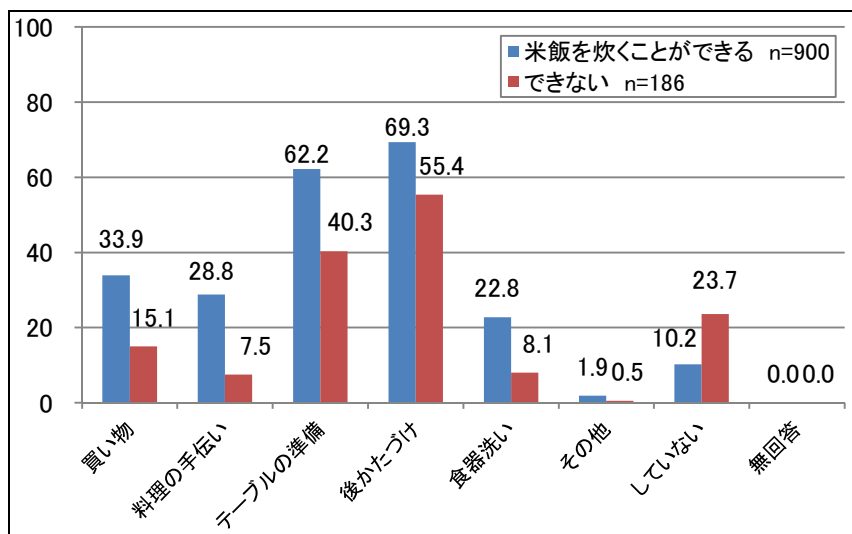
①食事の手伝い（生活経験）と自分で米飯を炊くことができるか（調理技能の習得）

食事の手伝い（生活経験）を自分で米飯を炊くことができるか（調理技能の習得）別でみると、小学生、中学生、高校生ともに、「米飯を炊くことができる」児童生徒はテーブルの準備と後片付けをより行っている傾向がみられる。特に、「料理の手伝い」では傾向が顕著にみられる。

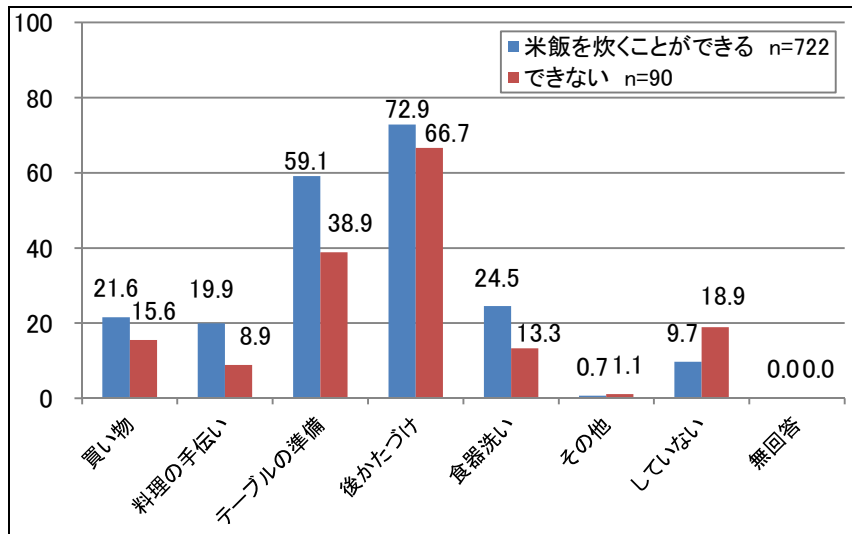
小学校5年生



中学校2年生



高校2年生



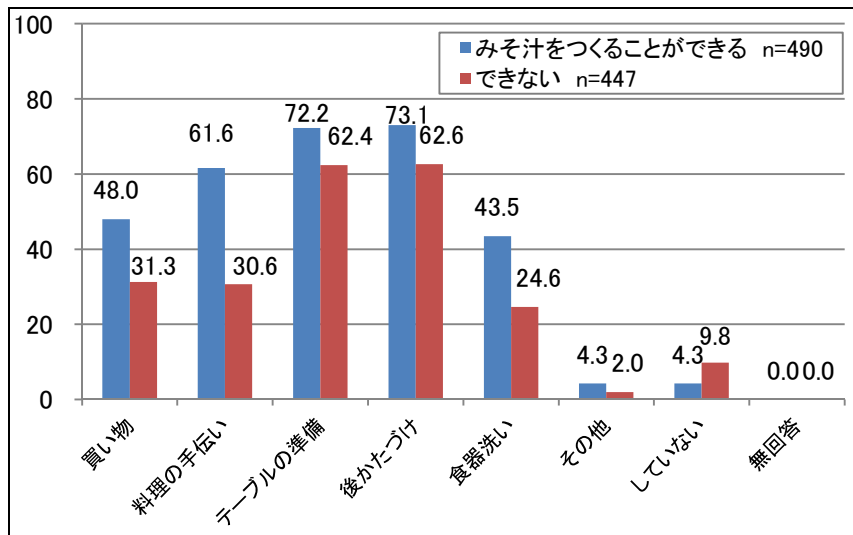
IV. 調査結果（クロス集計）

②食事の手伝い（家庭での生活経験）と自分でみそ汁をつくることができるか（調理技能の習得）

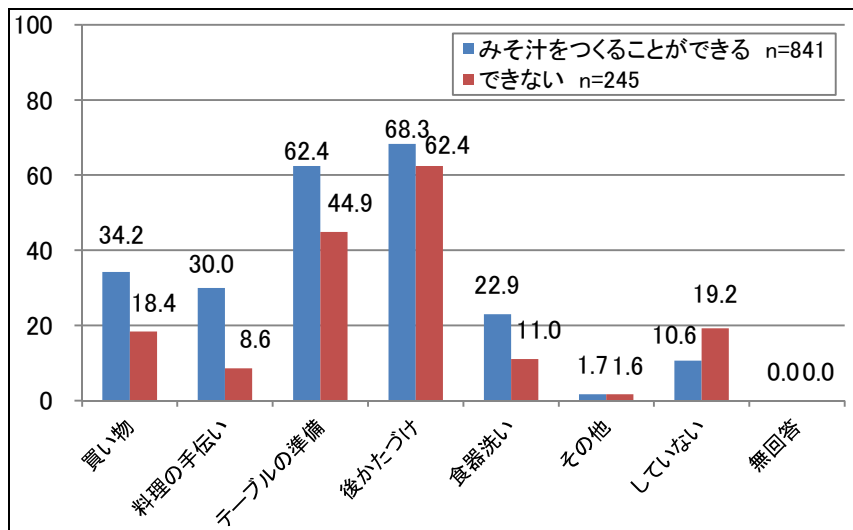
食事の手伝いを自分でみそ汁をつくることができるか別でみると、小学生、中学生では、「みそ汁をつくることができる」児童生徒はテーブルの準備と後かたづけをより行っている傾向がみられる。特に、「料理の手伝い」では傾向が顕著にみられる。

食事の手伝いと自分でみそ汁をつくることができるかの関係

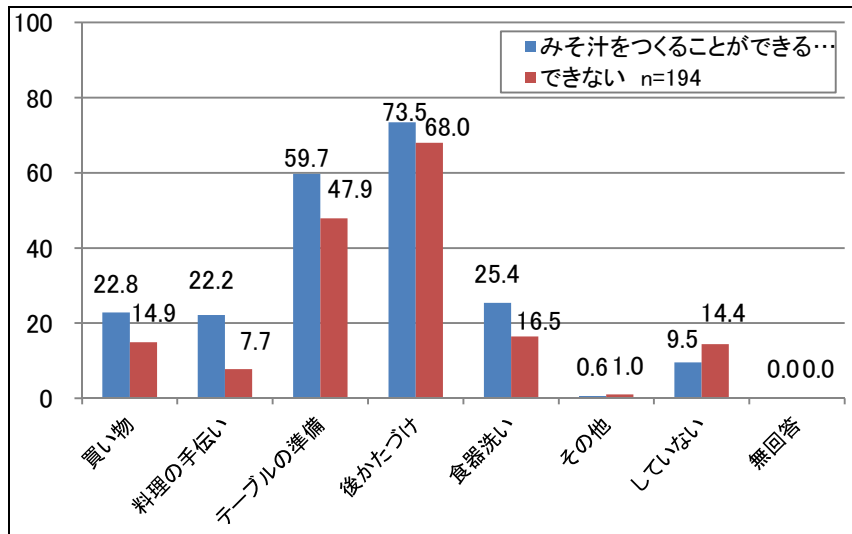
小学校5年生



中学校2年生



高校2年生



（４）調理技能

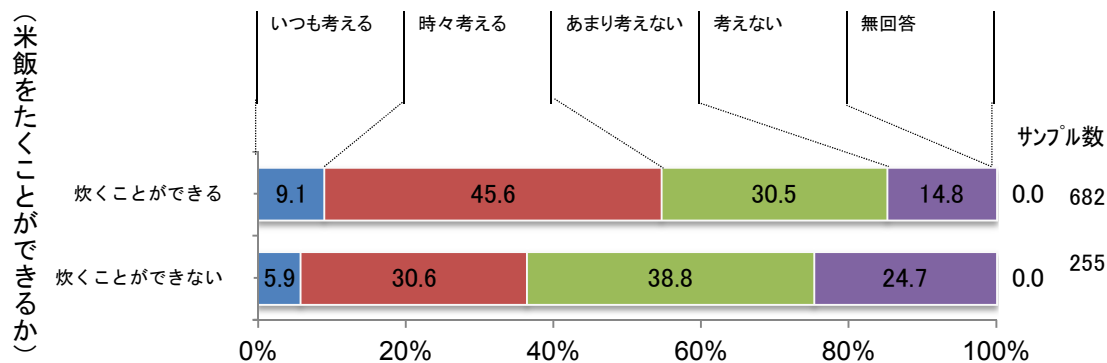
①米飯をたくことができるかと食品の生産地や旬への関心

食品の生産地や旬（季節）への関心を、米飯をたくことができるか別にみると、小学生、中学生、高校生とも「(米飯を)炊くことができる」とする層で、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を)考える」とする割合が高くなっている。米飯を炊くことができるといった調理技能を身に付けている児童生徒は、食品の生産地や旬に関心をもって

米飯をたくことができるかと食品の生産地や旬への関心

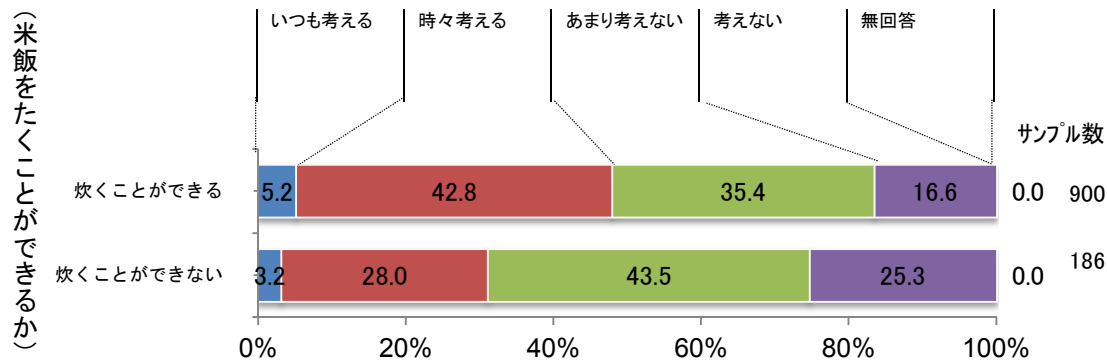
小学校5年生

(食品の生産地や旬への関心)



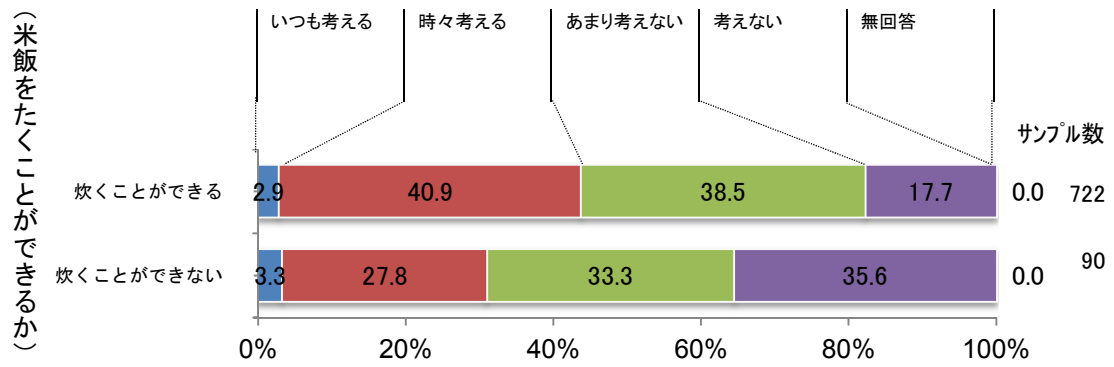
中学校2年生

(食品の生産地や旬への関心)



高校2年生

（食品の生産地や旬への関心）

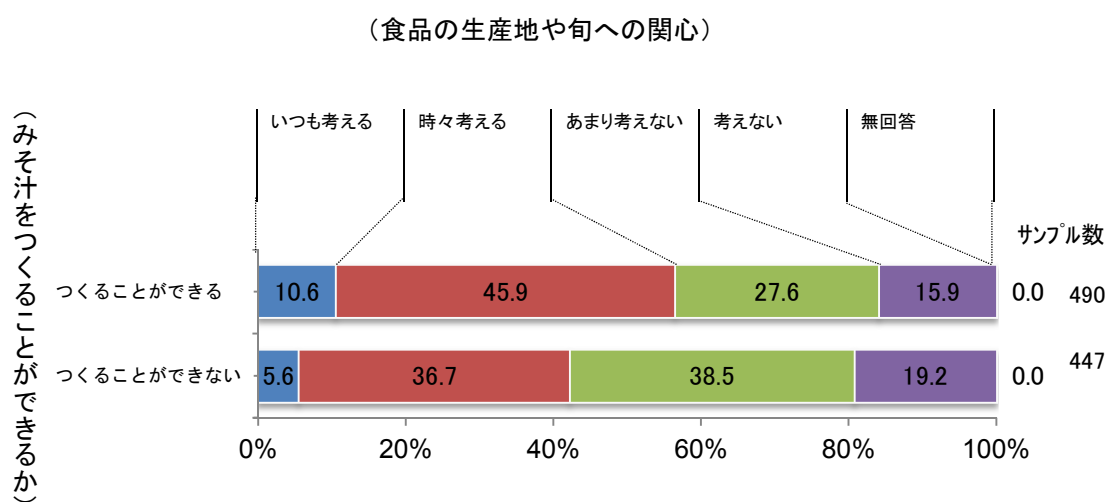




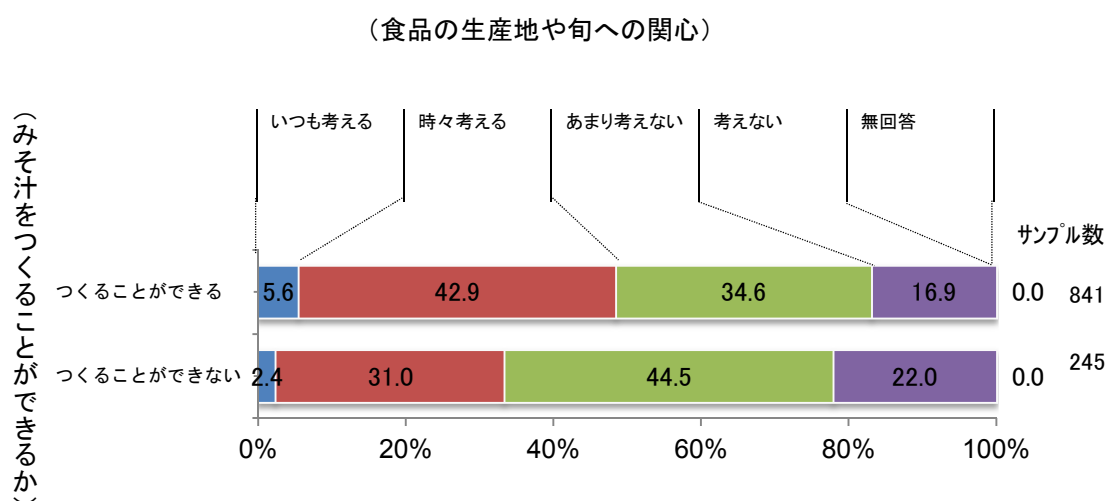
②みそ汁をつくることのできるかと食品の生産地や旬への関心

食品の生産地や旬（季節）への関心を、みそ汁をつくることのできるか別にみると、小学生、中学生、高校生とも「(みそ汁を) つくることのできる」とする層で、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の生産地や旬を) 考える」とする割合が高くなっている。みそ汁をつくることのできるという調理技能を身に付けている児童生徒は、食品の生産地や旬に関心をもっている傾向がみられる。

みそ汁をつくることのできるかと食品の生産地や旬への関心

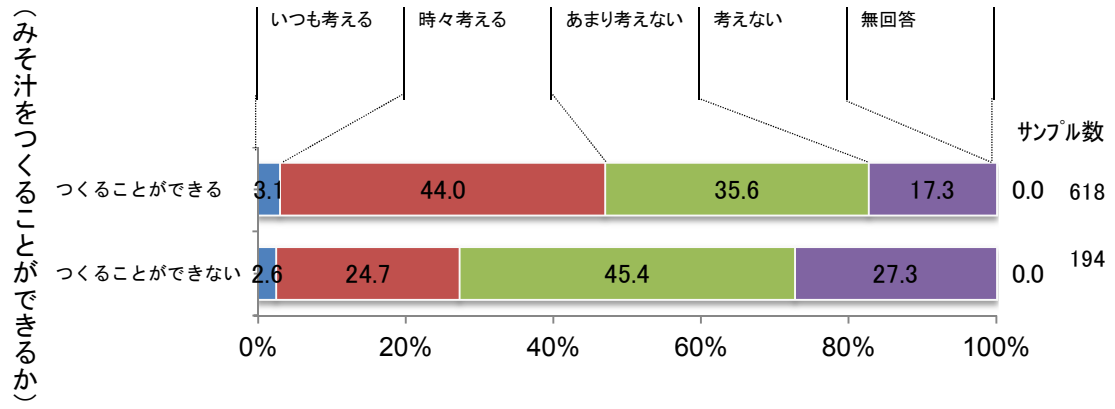


中学校2年生



高校2年生

（食品の生産地や旬への関心）



## 4. 学校給食

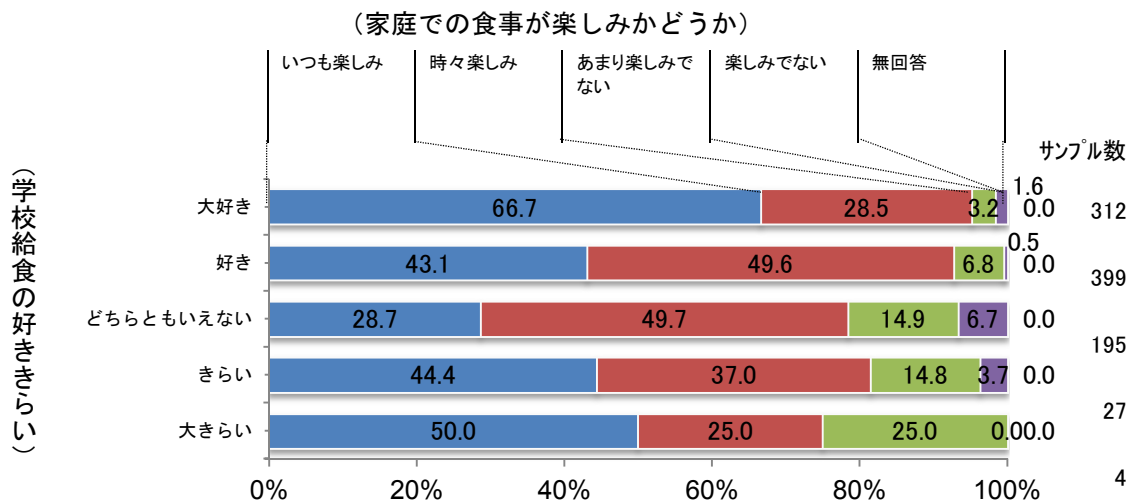
### (1) 学校給食の好ききらい

#### ①学校給食の好ききらいと家庭での食事が楽しみかどうか

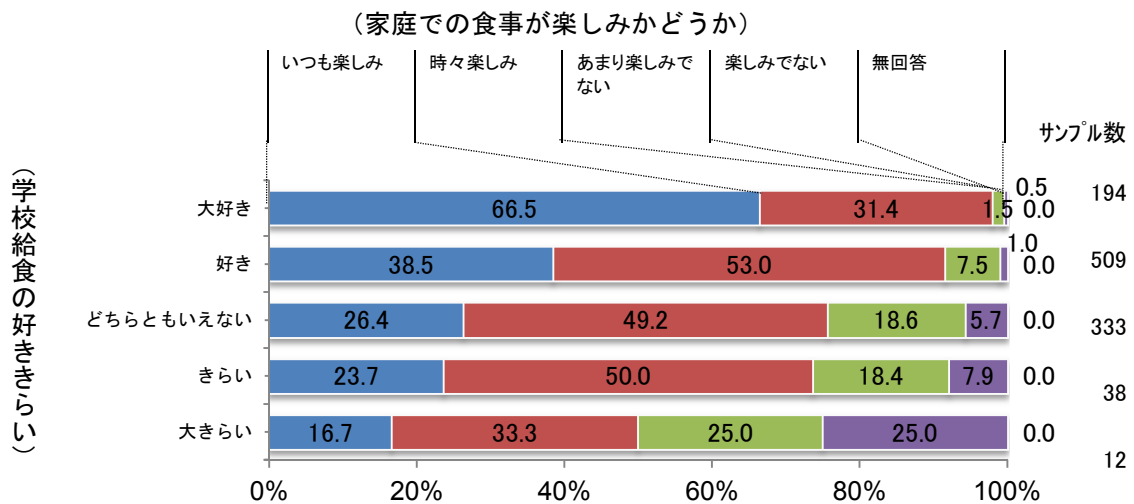
家庭での食事が楽しみかどうかを学校給食の好ききらい別にみると、「(家庭での食事が)いつも楽しみ」とする割合は、小学生、中学生とも、「(学校給食が)大好き」とする層で最も高くなっている。学校給食を好きな生徒ほど家庭での食事を楽しみにしている傾向がみられる。

学校給食の好ききらいと家庭での食事が楽しみかどうかの関係

小学校5年生



中学校2年生



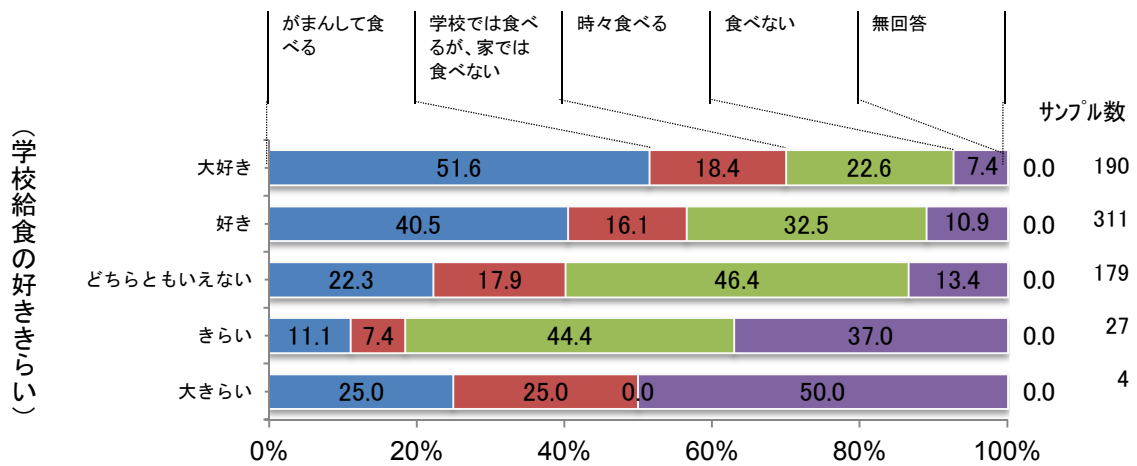
②学校給食の好ききらいときらいな食べ物への対応

きれいな食べものへの対応を学校給食の好ききらい別にみると、「(きれいな食べものを)我慢して食べる」とする割合は、小学生、中学生とも、「(学校給食を)大好き」とする層で最も高くなっている。

学校給食の好ききらいときらいな食べ物への対応の関係

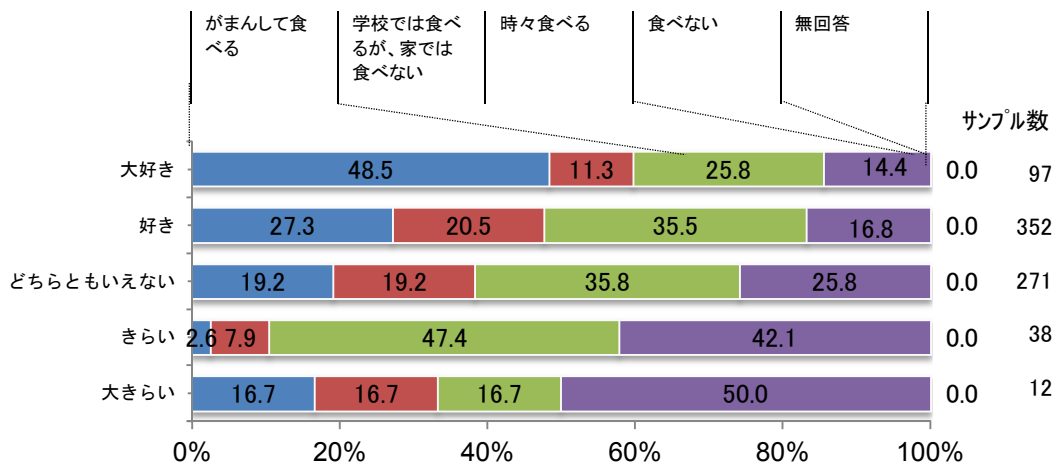
小学校5年生

(きれいな食べものへの対応)



中学校2年生

(きれいな食べものへの対応)



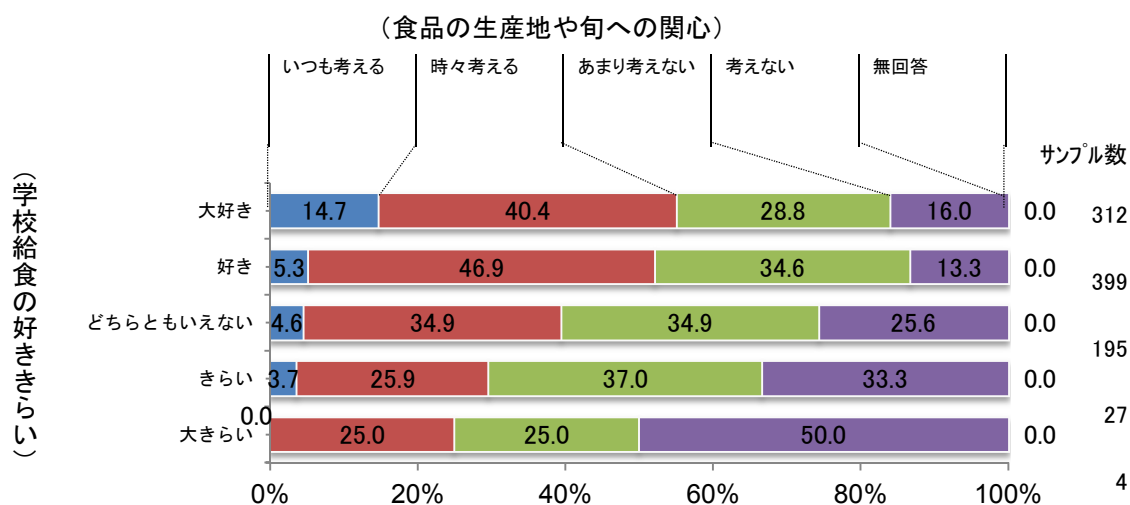
IV. 調査結果（クロス集計）

③学校給食の好ききらいと食品の生産地や旬（季節）への関心

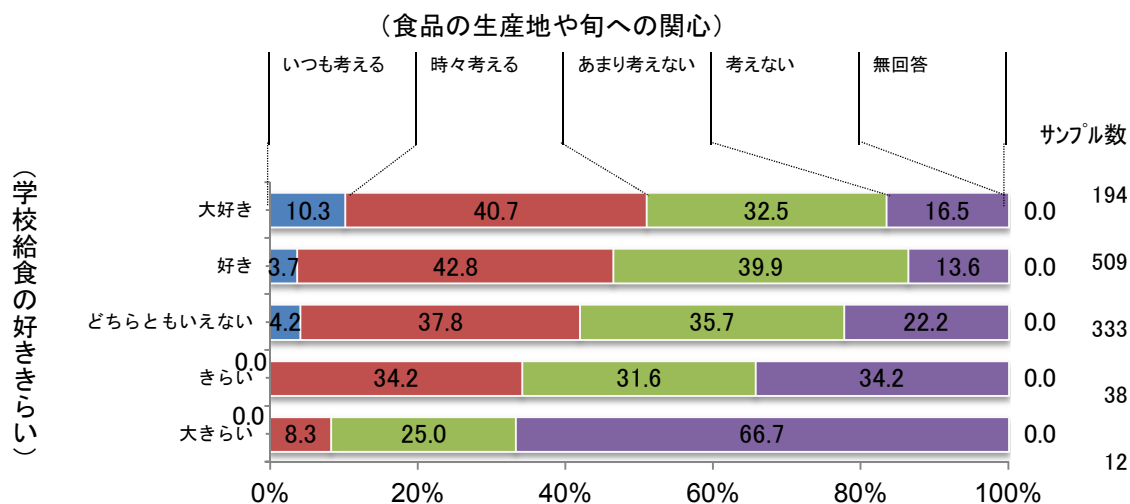
食品の生産地や旬への関心を学校給食の好ききらい別にみると、「いつも考える」と「時々考える」を合せた「(食品の生産地や旬を)考える」とする割合をみると、小学生、中学生とも、「(学校給食を)大好き」とする層で最も高くなっている。

学校給食の好ききらいと食品の生産地や旬（季節）への関心の関係

小学校5年生



中学校2年生



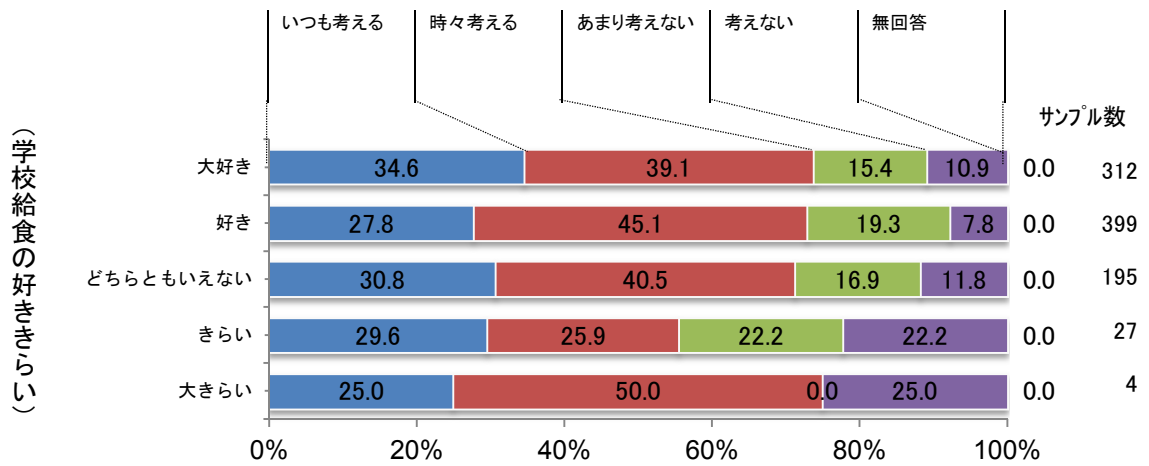
④学校給食の好ききらいと食品の安全性への関心

食品の安全性への関心を学校給食の好ききらい別にみると、「いつも考える」と「時々考える」を合わせた「(食品の安全性を)考える」とする割合をみると、小学生、中学生とも、「(学校給食を)大好き」とする層で最も高くなっている。

学校給食の好ききらいと食品の安全性への関心の関係

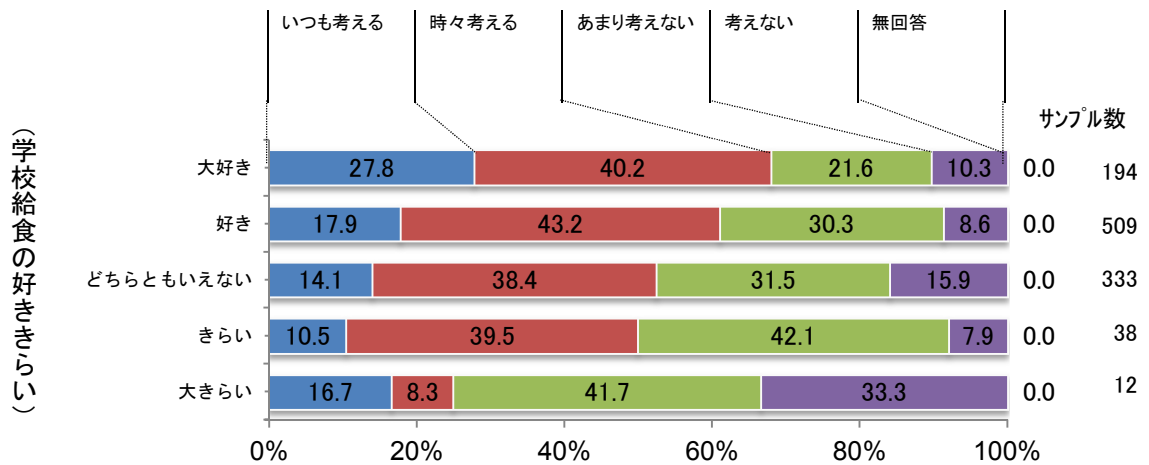
小学校5年生

(食品の安全性への関心)



中学校2年生

(食品の安全性への関心)



IV. 調査結果（クロス集計）

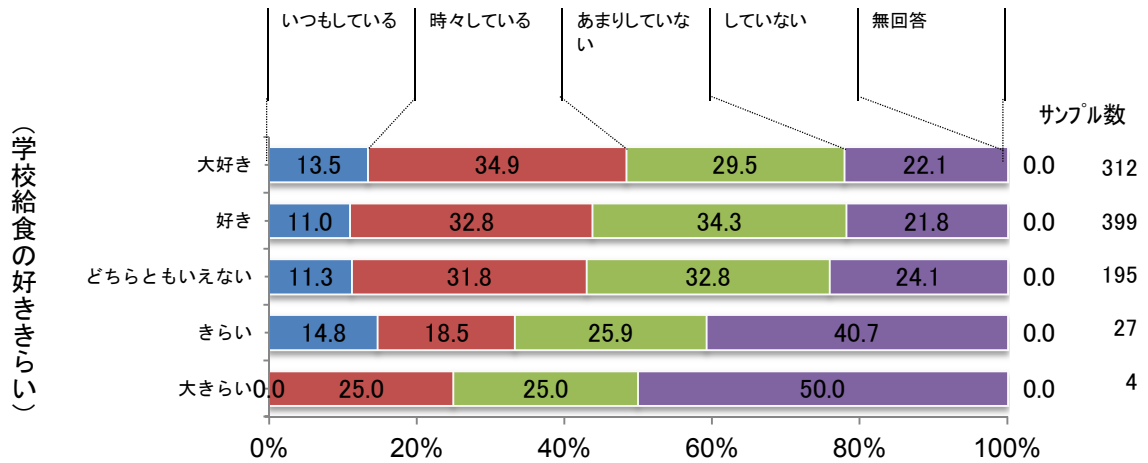
⑤学校給食の好ききらいと食品の栄養成分表示への関心

食品の栄養成分表示への関心を学校給食の好ききらい別にみると、「いつもしている」と「時々している」を合わせた「(食栄養成分表示を参考に) している」とする割合をみると、小学生、中学生とも、「(学校給食を) 大好き」とする層で最も高くなっている。

学校給食の好ききらいと食品の栄養成分表示への関心の関係

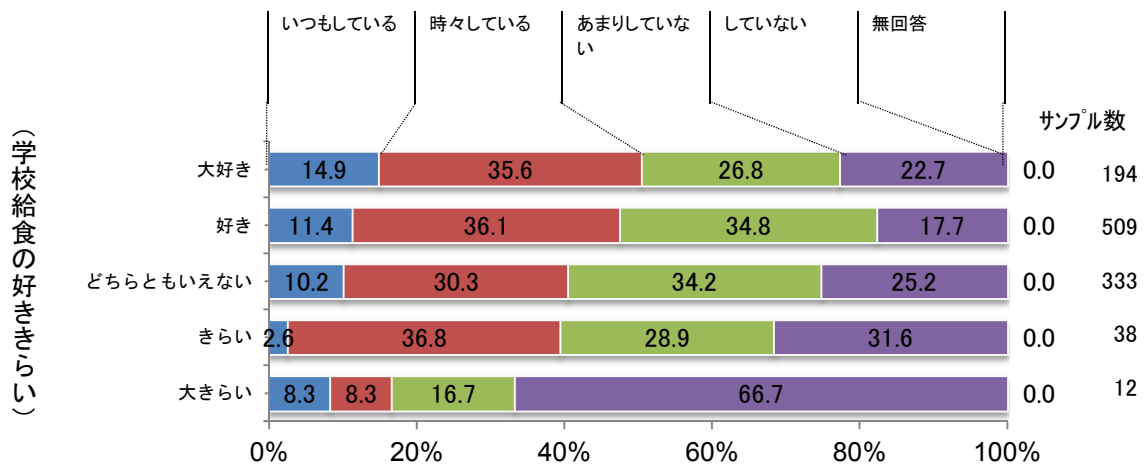
小学校5年生

(食品の栄養成分表示への関心)



中学校2年生

(食品の栄養成分表示への関心)



（２）きれいな食べ物への対応と体調

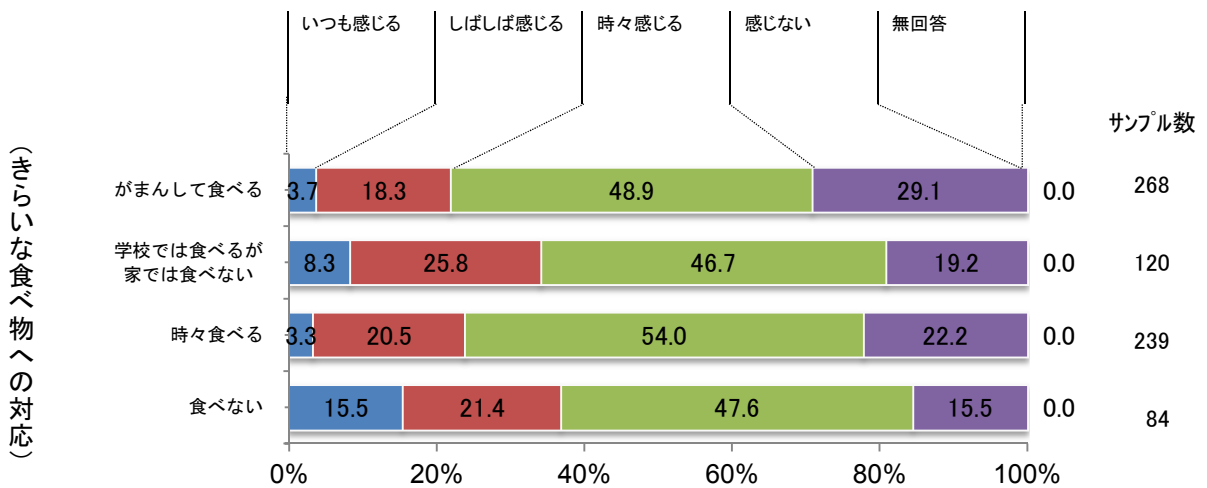
①きれいな食べ物への対応と体調について感じる事（からだがだるい）

体調について感じる事（からだがだるい）をきれいな食べ物への対応別でみると、小学生、中学生では、「(嫌いな食べ物は) 食べない」とする層で「(からだがだるいと) いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

きれいな食べ物への対応と体調について感じる事（からだがだるい）の関係

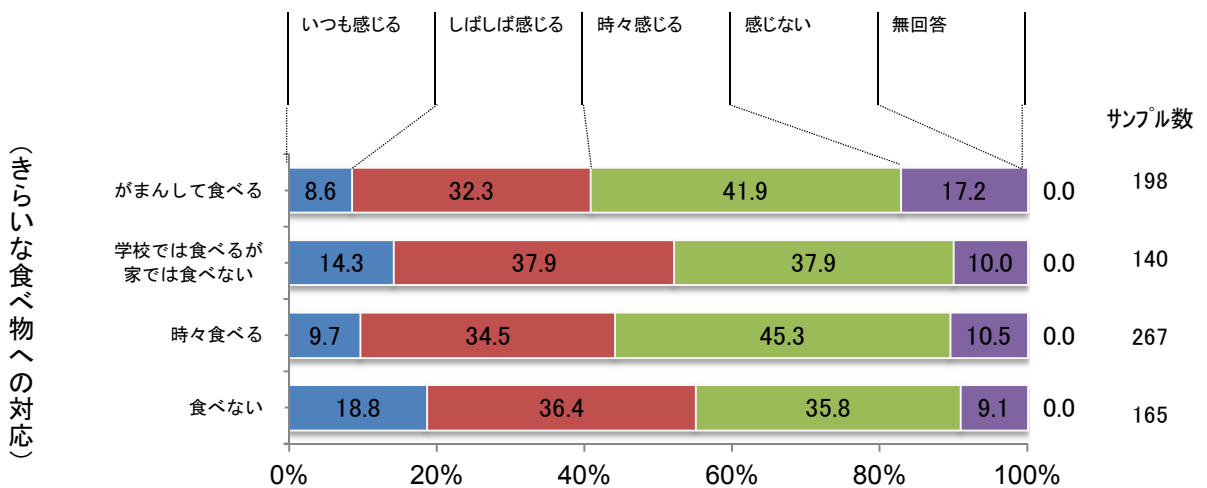
小学校5年生

[体調について感じる事（からだがだるい）]



中学校2年生

[体調について感じる事（からだがだるい）]





IV. 調査結果（クロス集計）

②きれいな食べ物への対応と体調について感じる事（何もやる気が起こらない）

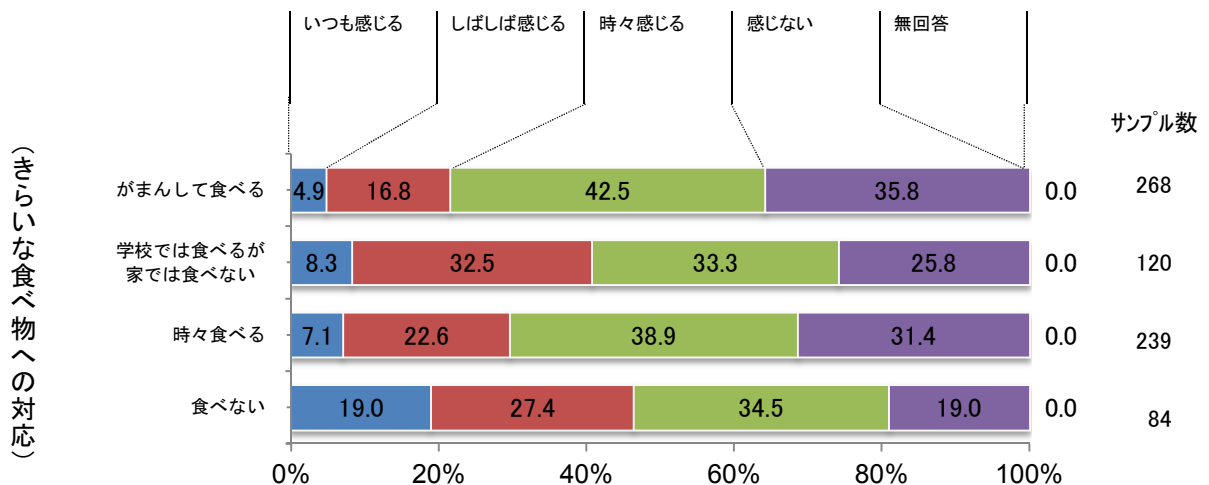
体調について感じる事（何もやる気が起こらない）をきれいな食べ物への対応別でみると、小学生、中学生とも、「（きれいな食べ物は）食べない」とする層で「（何もやる気が起こらないと）いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

また、「（きれいな食べ物も）がまんして食べる」とする層では「（何もやる気が起こらないと）感じない」とする割合が最も高くなっている。

きれいな食べ物への対応と体調について感じる事（何もやる気が起こらない）の関係

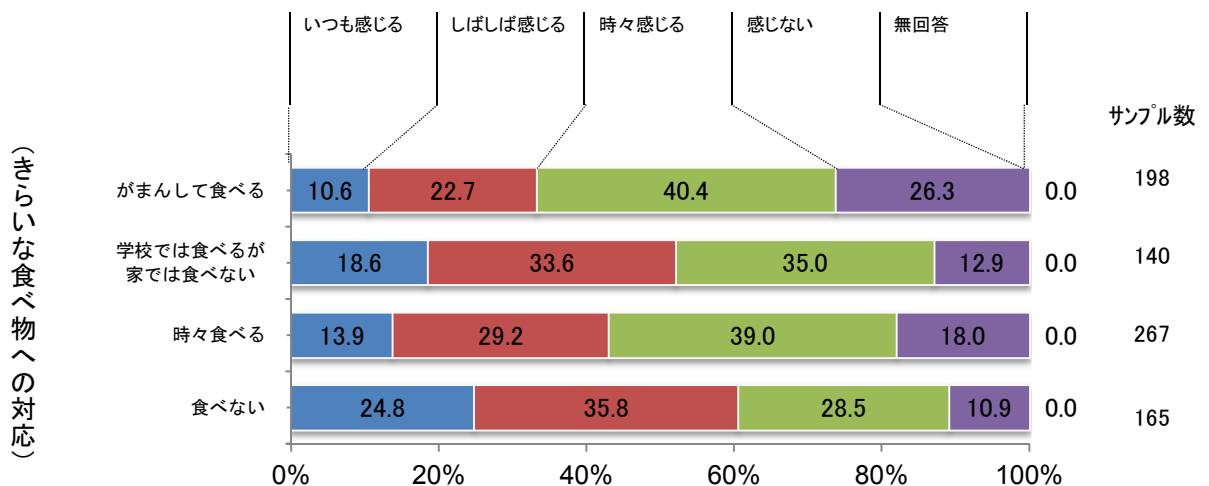
小学校5年生

〔体調について感じる事（何もやる気が起こらない）〕



中学校2年生

〔体調について感じる事（何もやる気が起こらない）〕



③きれいな食べ物への対応と体調について感じること（イライラ）

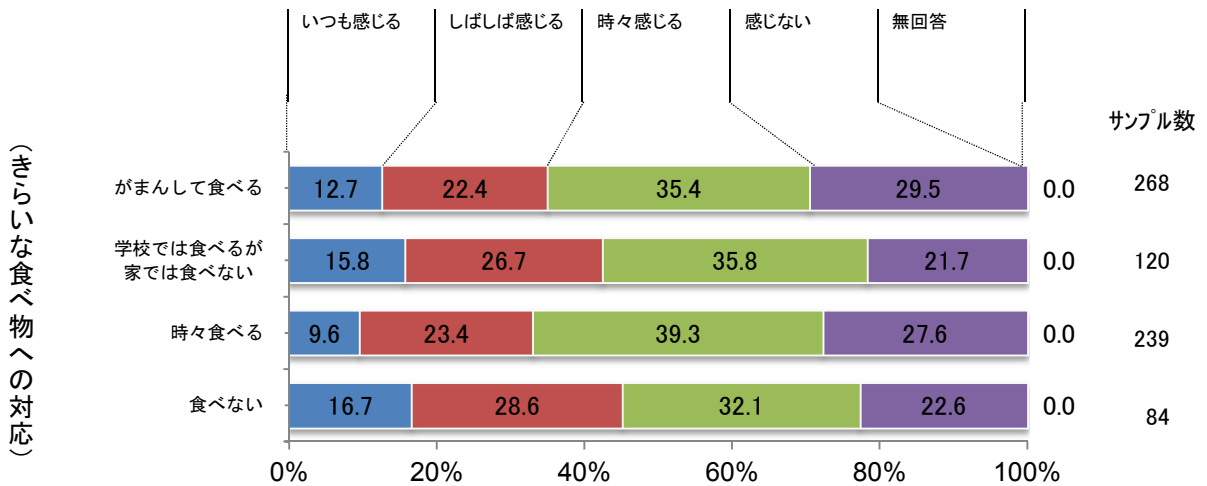
体調について感じること（イライラ）をきれいな食べ物への対応別でみると、小学生、中学生とも、「きれいな食べ物は）食べない」とする層で「（イライラを）いつも感じる」とする割合が最も高くなっている。

また、「きれいな食べ物も）がまんして食べる」とする層で「（イライラを）感じない」とする割合が最も高くなっている。

きれいな食べ物への対応と体調について感じること（イライラ）の関係

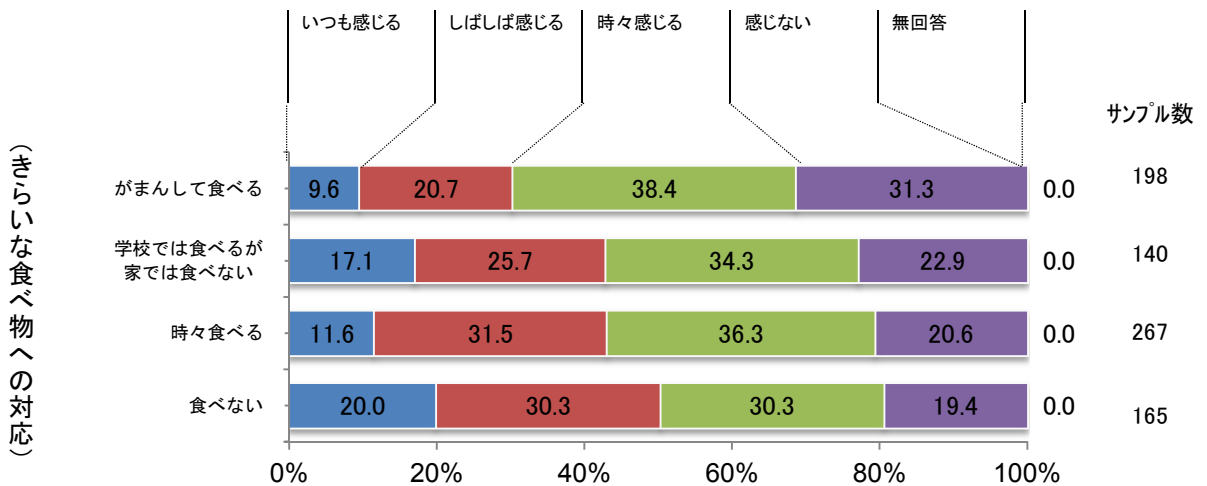
小学校5年生

〔体調について感じること（イライラ）〕



中学校2年生

〔体調について感じること（イライラ）〕

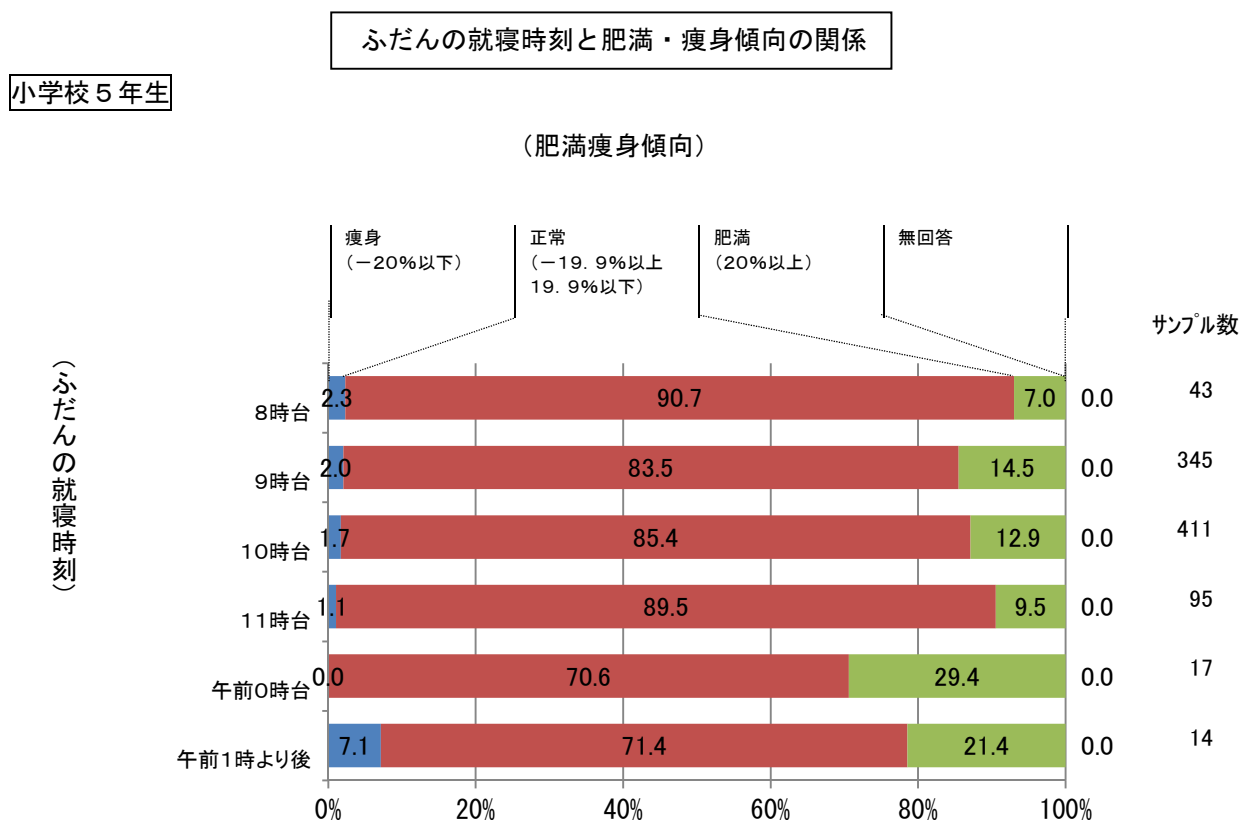


## 5. 体型

### （1）肥満・痩身傾向と生活習慣

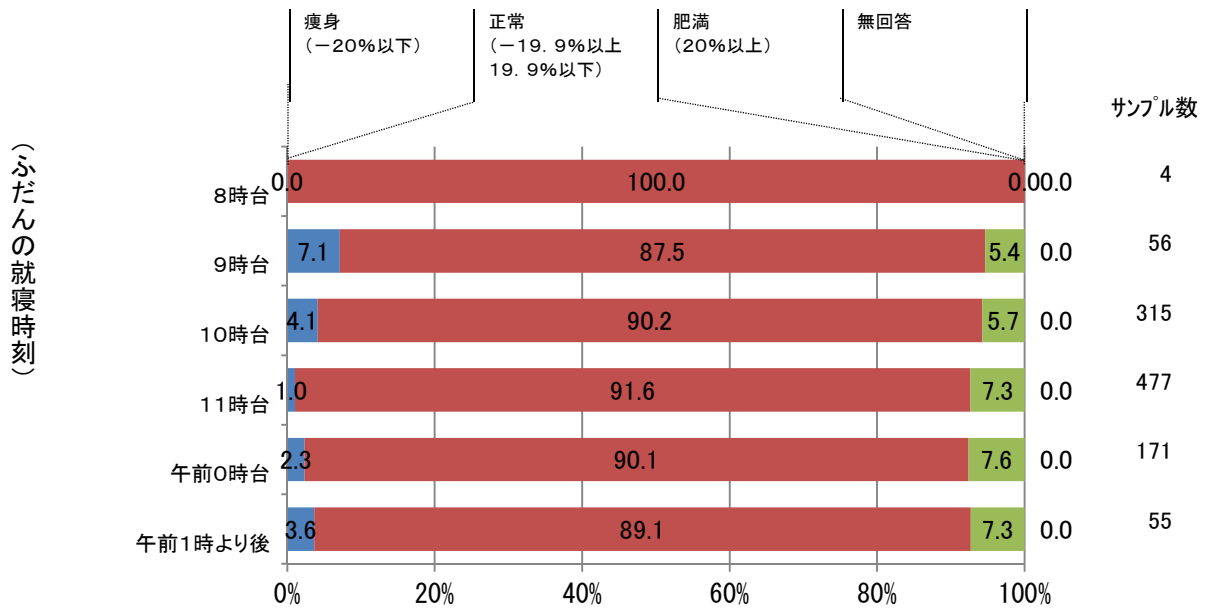
#### ①ふだんの就寝時刻と肥満・痩身傾向

肥満・痩身傾向をふだんの就寝時刻別にみると、小学生では「午前0時台」「午前1時より後」に就寝する層で「肥満」の割合が高くなっている。



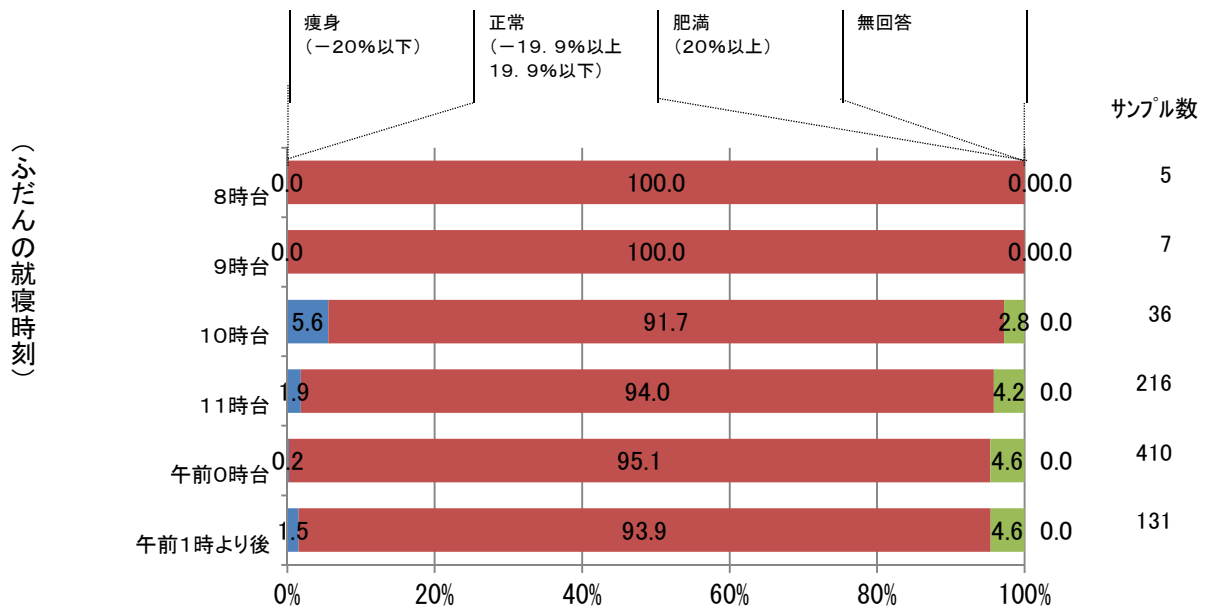
中学校2年生

（肥満・痩身傾向）



高校2年生

（肥満・痩身傾向）



IV. 調査結果（クロス集計）

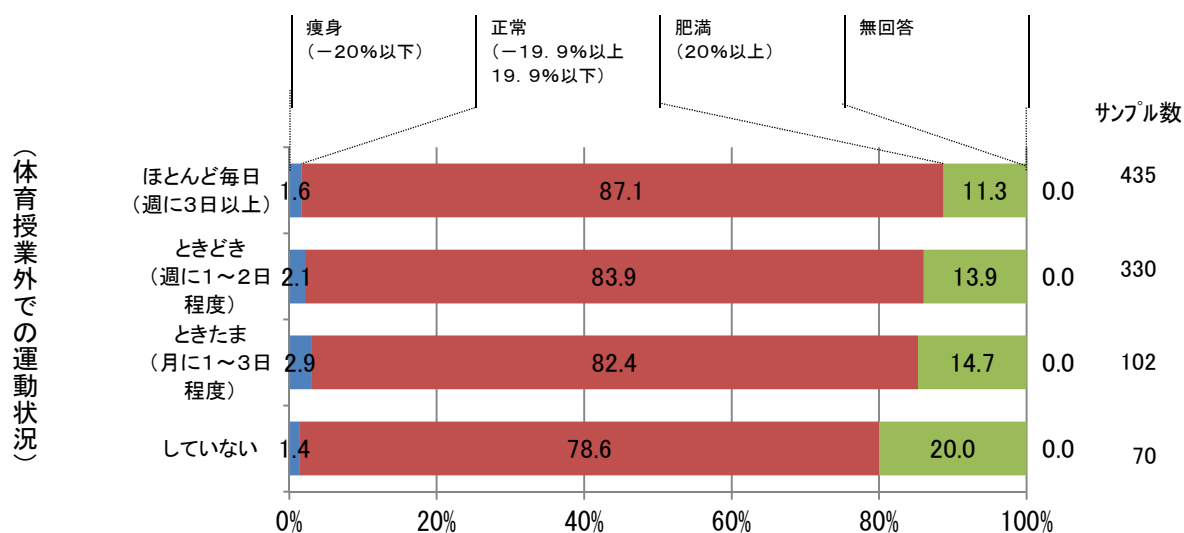
②体育授業外での運動状況と肥満・痩身傾向

肥満・痩身傾向を体育授業外での運動状況別でみると、小学生、中学生、高校生とも「(体育授業外で)ほとんど毎日(体を)動かしている」の層で、「正常」の割合が最も高くなっている。

体育授業外での運動状況と肥満・痩身傾向の関係

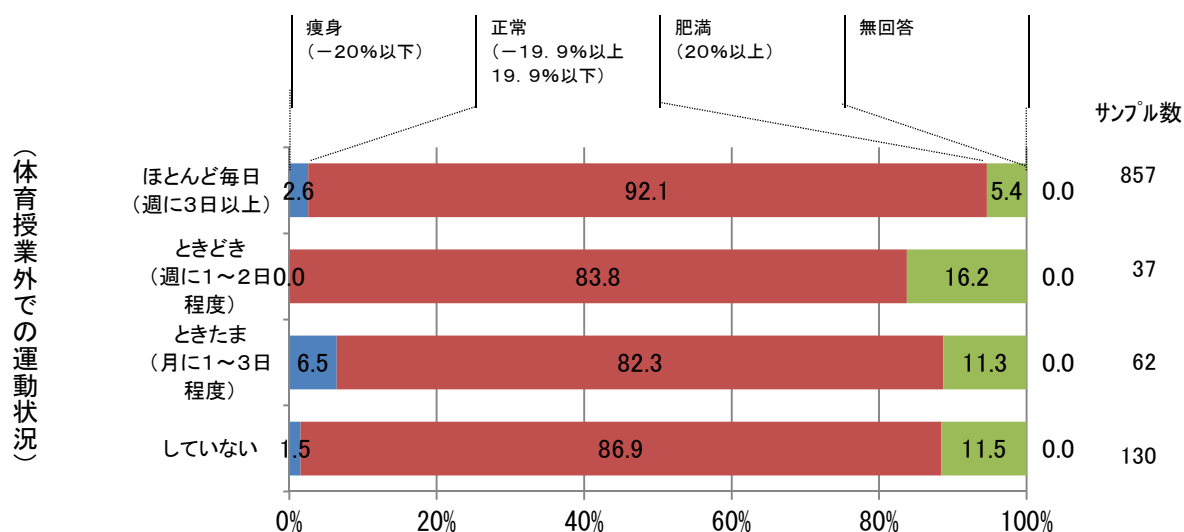
小学校5年生

(肥満・痩身傾向)



中学校2年生

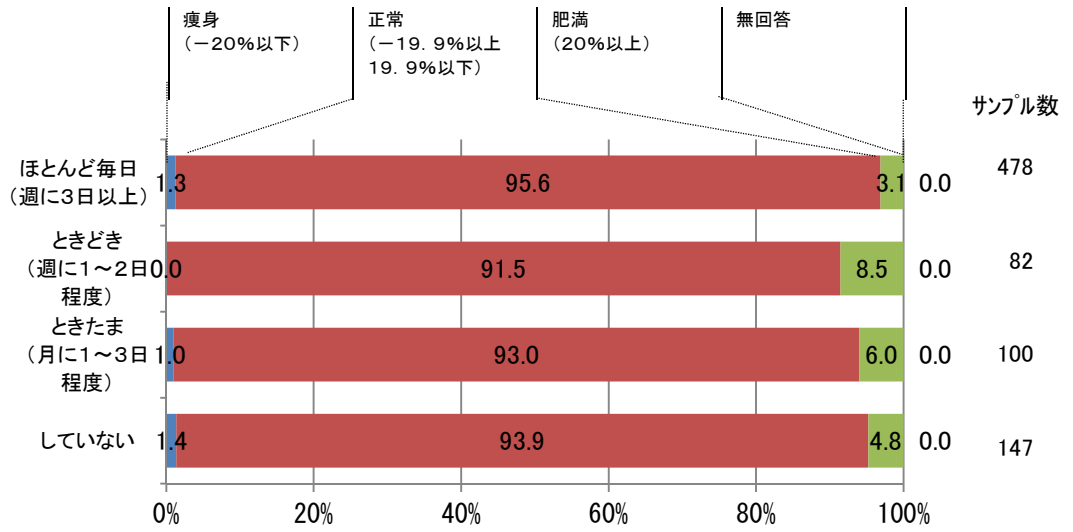
(肥満・痩身傾向)



高校2年生

（肥満・痩身傾向）

（体育授業外での運動状況）



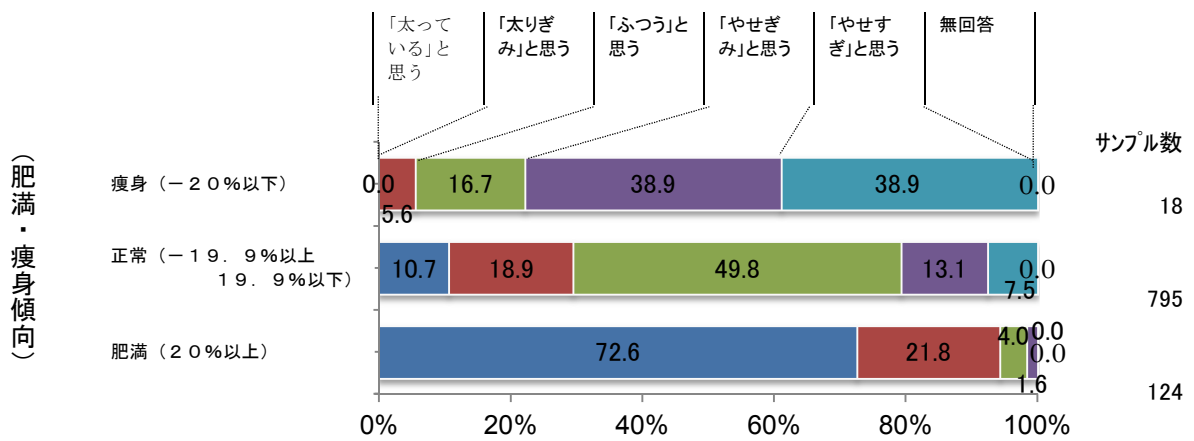
（２）肥満・痩身傾向と体型認識

体型認識を肥満・痩身傾向別でみると、「正常」での「太っていると思う」、「太りぎみと思う」を合わせた「(自分の体型を) 太りぎみだと思っている」とする割合をみると、小学生で29.6%、中学生で31.0%、高校生で35.7%となっている。

肥満・痩身傾向の関係と体型認識

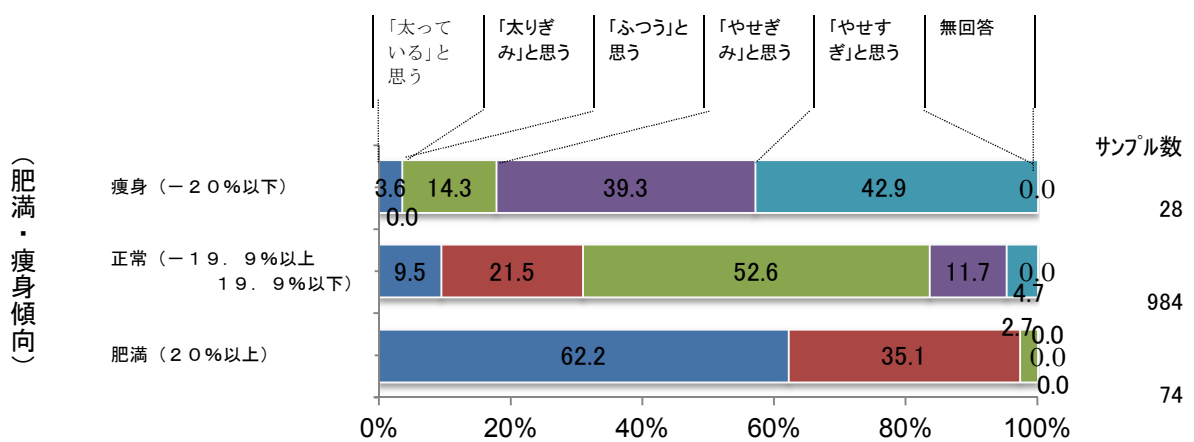
小学校5年生

(体型認識)



中学校2年生

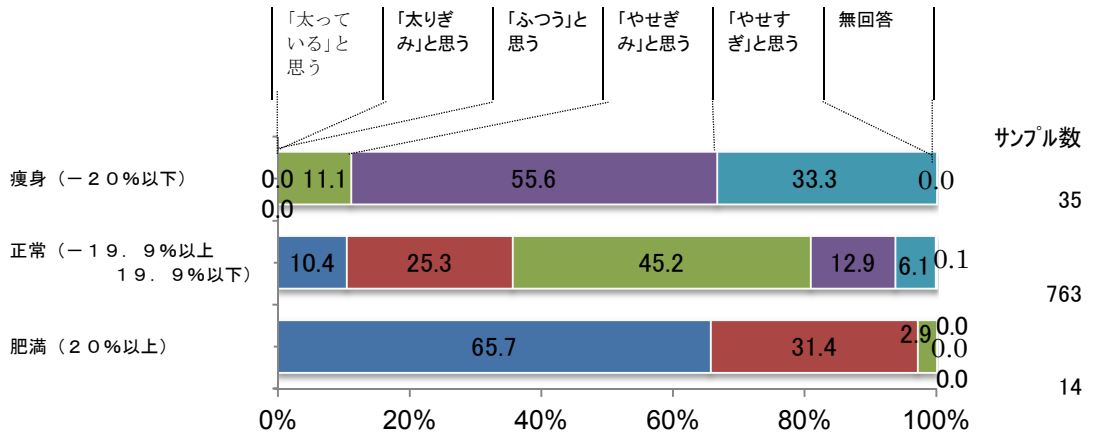
(体型認識)



高校2年生

(体型認識)

(肥満・瘦身傾向)





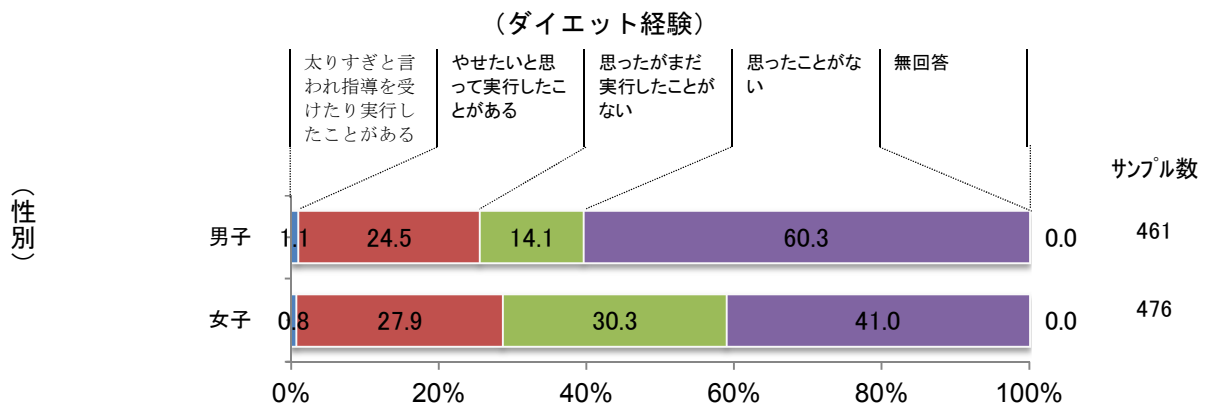
（3）ダイエット経験

①性別とダイエット経験

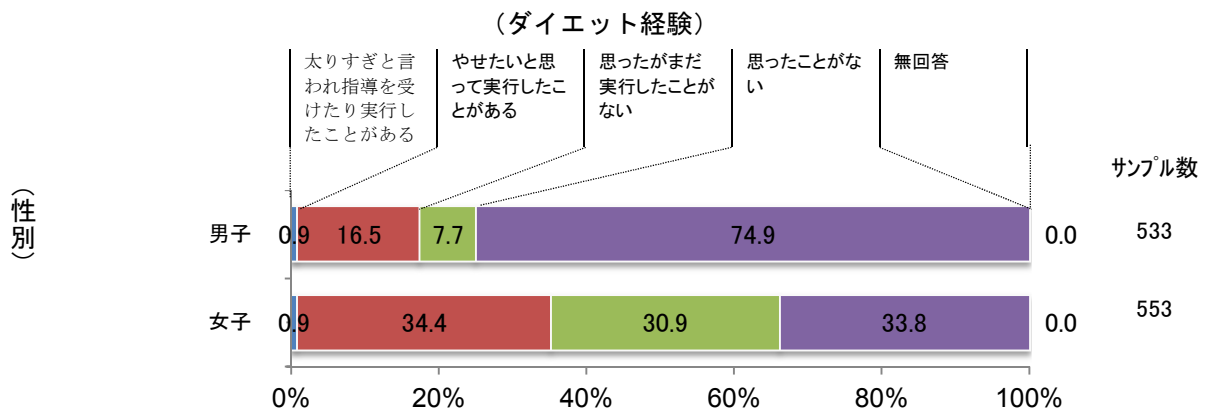
ダイエット経験を性別で見ると、小学生、中学生、高校生とも「やせたいと思って実行したことがある」とする割合は、男子よりも女子に多く、学年が上がるにつれて増えている（小学生 27.9%、中学生 34.4%高校生 57.8%）。

性別とダイエット経験の関係

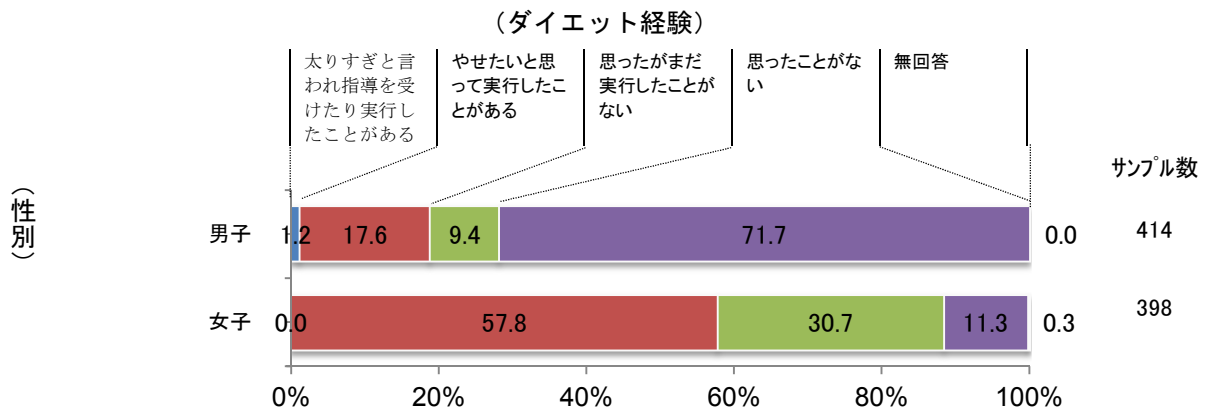
小学校5年生



中学校2年生



高校2年生



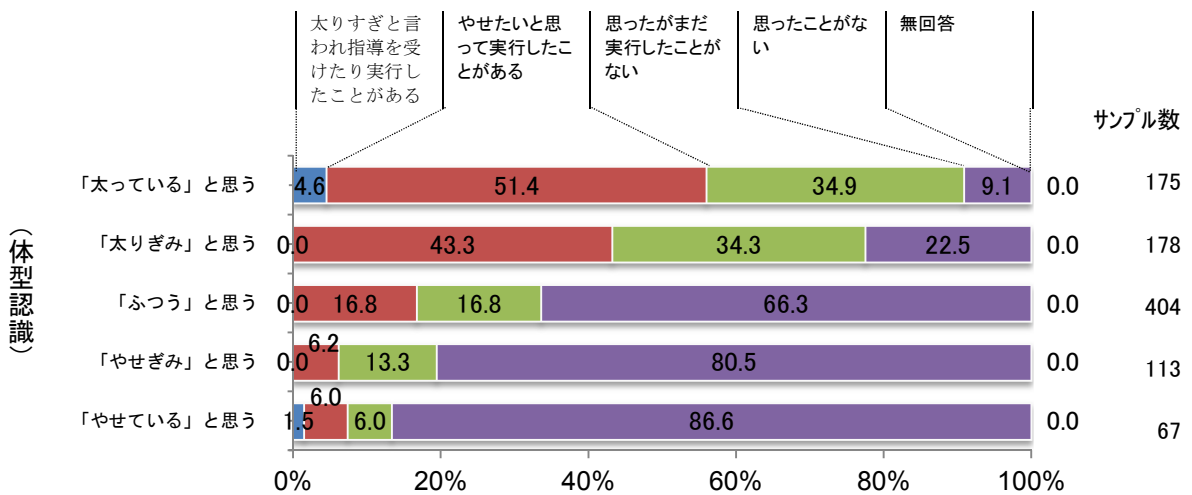
②体型認識とダイエット経験

ダイエット経験を体型認識別にみると、「(自分の体型を) ふつうと思う」とする層で、「やせたいと思って実行したことがある」とする割合が、小学生で16.8%、中学生で16.0%、高校生で29.2%となっている。

体型認識とダイエット経験の関係

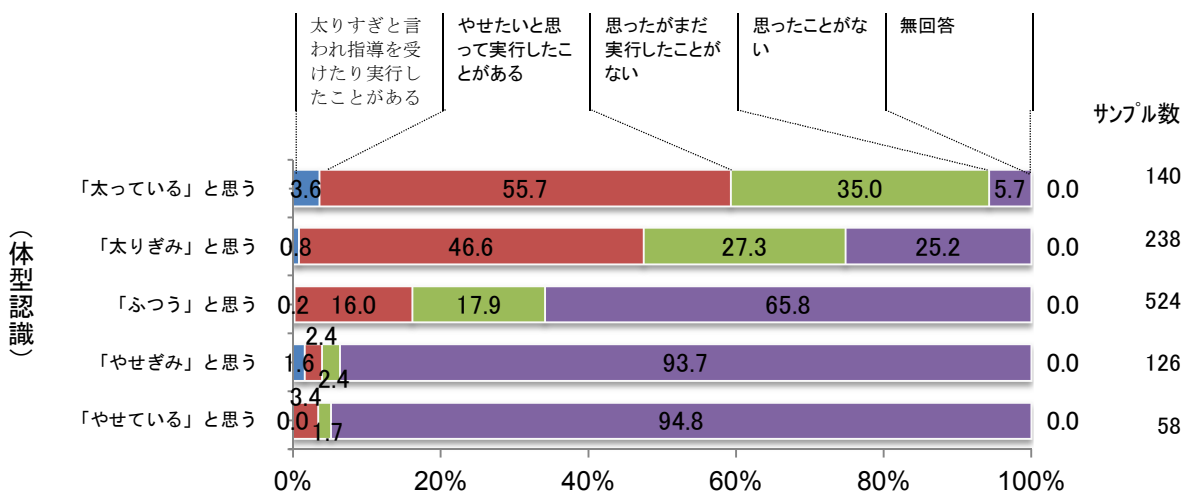
小学校5年生

(ダイエット経験)



中学校2年生

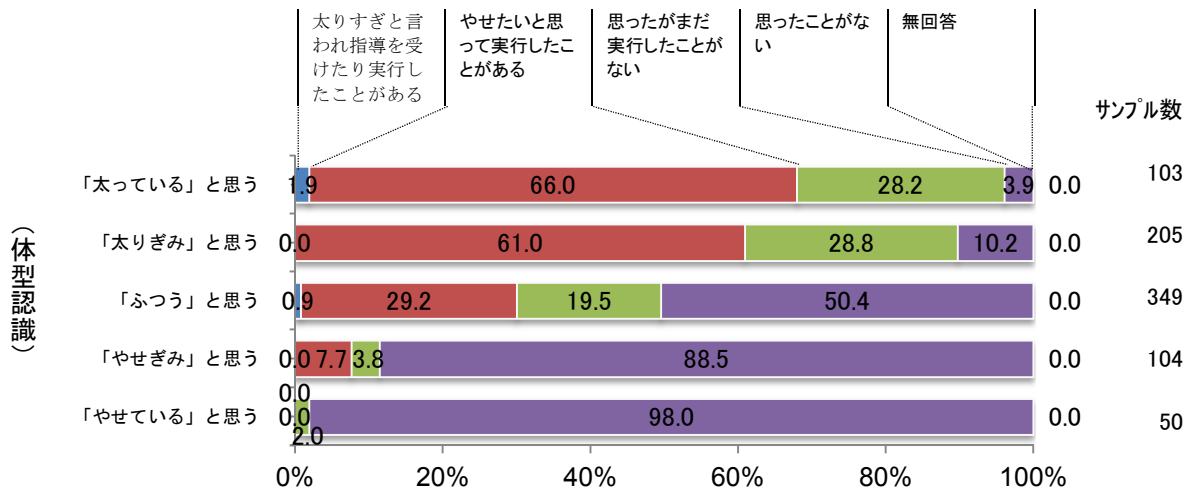
(ダイエット経験)



IV. 調査結果（クロス集計）

高校2年生

（ダイエット経験）



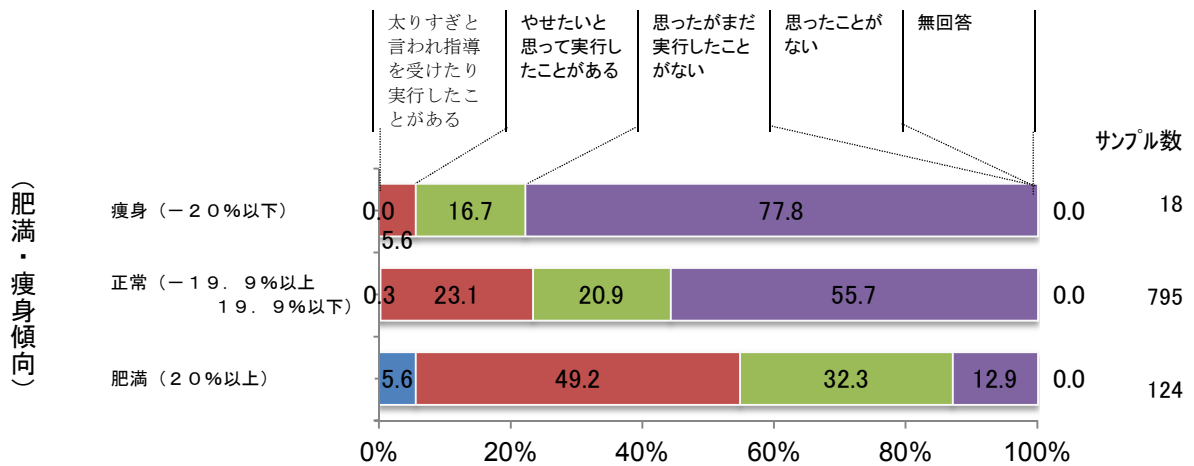
③肥満・痩身傾向とダイエット経験

ダイエット経験を肥満・痩身傾向別で見ると、「正常」とする層で、「やせたいと思って実行したことがある」とする割合が、小学生で23.1%、中学生で24.0%、高校生で36.6%となっている。

肥満・痩身傾向とダイエット経験

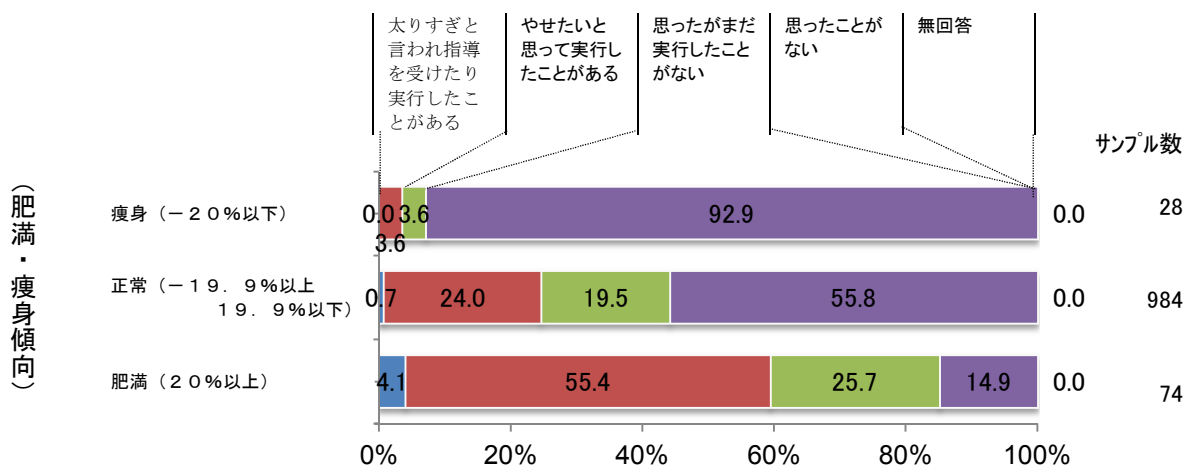
小学校5年生

(ダイエット経験)



中学校2年生

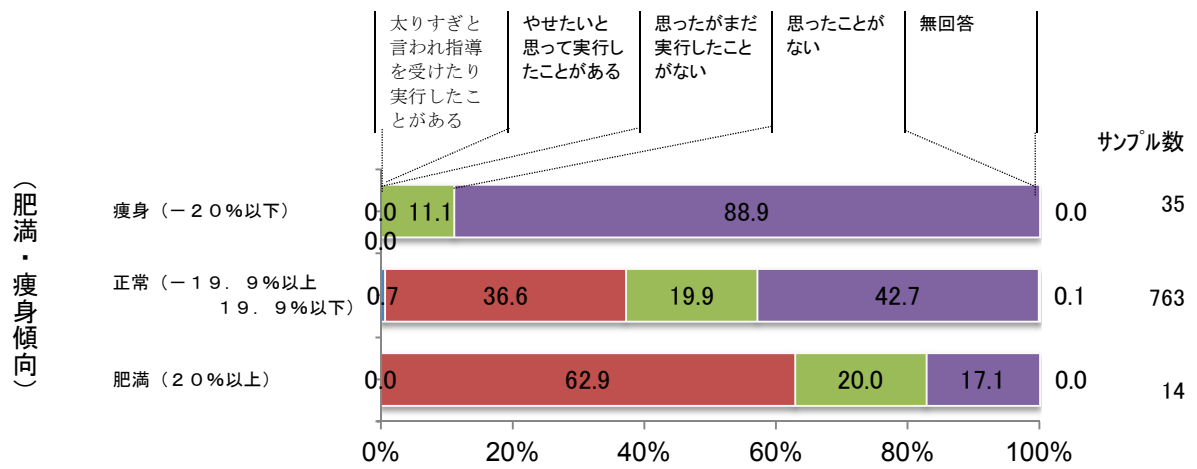
(ダイエット経験)



IV. 調査結果 (クロス集計)

高校2年生

(ダイエット経験)



## V. 資料

---

## 1. 問番号対応表

報告書のグラフタイトルとなっている調査項目は、学年によって調査票上の問番号が異なっている。そのため、対象学年におけるそれぞれの調査票上の問番号を以下に記した。

調査項目（略称）	調査票上の問番号		
	小学校5年生	中学校2年生	高校2年生
身長・体重	表紙	表紙	表紙
A. 今日の朝のこと			
今朝の目覚め方	問1	問1	問1
今朝の目覚め具合	問2	問2	問2
朝食の摂取状況	問3	問3	問3
朝食で食べたもの	問4	問4	問4
B. 学校給食のこと			
学校給食の好き嫌い	問5	問5	/
学校給食への思い	問6	問6	/
国内各地や世界の国々の料理、行事食の献立の好き嫌い	問6-1	問6-1	/
学校給食を残すことがあるか	問7	問7	/
学校給食を残す理由	問8	問8	/
学校の昼食で食べているもの	/	/	問5
C. ふだんの食生活のこと			
食事で気をつけていること	問9	問9	問6
食事が楽しいとき	問10	問10	問7
食品の生産地や旬（季節）への関心	問11	問11	問8
食品の安全性への関心	問12	問12	問9
食品の栄養成分表示への関心	問13	問13	問10
朝食の摂食状況	問14	問14	問11
朝食を食べない理由	問15	問15	問12
おやつの摂食状況	問16	問16	問13
おやつの種類	問17	問17	問14
夜食の摂食状況	問18	問18	問15
夜食の種類	問19	問19	問16
好ききらいの有無	問20	問20	問17
きれいな食べ物	問21	問21	問18
きれいな食べ物への対応	問22	問22	問19
好きな料理	問23	問23	問20

きれいな料理	問 2 4	問 2 4	問 2 1
D. 食品のおもな働き			
食品のおもな働き	問 2 5	問 2 5	問 2 2
食品のおもな栄養素	／	問 2 6	問 2 3
食育指導の状況	問 2 6	問 2 7	問 2 4
E. ふだんの家庭での食事			
家庭での食事が楽しみかどうか	問 2 7	問 2 8	問 2 5
食事の時のあいさつ	問 2 8	問 2 9	問 2 6
食事の準備と後かたづけ	問 2 9	問 3 0	問 2 7
食事状況（朝食・夕食）	問 3 0	問 3 1	問 2 8
食事時間（朝食・夕食）	問 3 1	問 3 2	問 2 9
家族から食事について何か言われるか	問 3 2	問 3 3	問 3 0
家族から食事について言われる内容	問 3 3	問 3 4	問 3 1
自分で米飯を炊くことができるか	問 3 4	問 3 5	問 3 2
自分でみそ汁を作ることができるか	問 3 4	問 3 5	問 3 2
自分で米飯を炊く頻度	問 3 5	問 3 6	問 3 3
自分でみそ汁を作る頻度	問 3 6	問 3 7	問 3 4
F. ふだんの睡眠やからだのようす			
ふだんの就寝時刻	問 3 7	問 3 8	問 3 5
ふだんの睡眠時間	問 3 8	問 3 9	問 3 6
睡眠で休養がとれるか	問 3 9	問 4 0	問 3 7
排便の規則性	問 4 0	問 4 1	問 3 8
排便の時間帯	問 4 1	問 4 2	問 3 9
体調について感じること	問 4 2	問 4 3	問 4 0
自尊感情	問 4 3	問 4 4	問 4 1
自分の体型認識	問 4 4	問 4 5	問 4 2
ダイエット経験	問 4 5	問 4 6	問 4 3
G. ふだんの運動のこと			
運動部等への所属状況	問 4 6	問 4 7	問 4 4
体育授業外での運動状況	問 4 7	問 4 8	問 4 5
運動時間	問 4 8	問 4 9	問 4 6
運動と食事の関連についての関心	問 4 9	問 5 0	問 4 7
運動を考えて食事をしているか	問 5 0	問 5 1	問 4 8



2. 単純集計結果

※ 数値は回答者実数と回答率(%)を表している。回答率(%)の母数は、その質問項目に該当する回答者の総数であり、その数はNで示している。

# みなさんの食生活のようす

(小学校5年生)

地区番号		学校番号			整理番号	
性別	次のどちらかに○をつけてください。				男	女

身長	体重
----	----

この調査は、みなさんがどのような食生活をしているかを知り、望ましい食生活のあり方を考えるための資料とするものです。

それ以外のことには使いませんので、ありのままを正確に答えてください。

回答の仕方については、それぞれの質問に対して、あてはまる答えに○印をつけてください。

また、具体的な内容を答える場合は、( ) の中に書いてください。

平成25年7月

群馬県教育委員会健康体育課

## 【今日の朝のことについてお聞きします】

問1 あなたは、今日、どのように目がさめましたか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	一人で自然に目がさめた	417	(44.5)
2	目ざまし時計で目がさめた	138	(14.7)
3	家の人に起こされて目がさめた	370	(39.5)
4	その他 ( )	12	(1.3)

問2 あなたの今日の目ざめぐあいは、どのようでしたか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	すっきりと目がさめた	287	(30.6)
2	少し眠かった	524	(55.9)
3	眠くてなかなか起きられなかった	126	(13.4)

問3 あなたは、今日、朝ごはんを食べましたか。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	食べた	911	(97.2)
2	食べなかった	26	(2.8)

問4 問3で、「1 食べた」と答えた人は、今日の朝ごはんは何を食べましたか。

食べたものすべてに○をつけてください。

N=911 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	544	(59.7)
2	めん	34	(3.7)
3	パン (食パン・ロールパンなど)	257	(28.2)
4	調理パン (ハンバーガー・サンドイッチなど)	42	(4.6)
5	菓子パン (あんパン・メロンパンなど)	52	(5.8)
6	肉 (ハム・ソーセージなど)・魚・卵・大豆製品 <small>だいずせいひん</small> などのおかず	488	(53.6)
7	野菜のおかず	265	(29.1)
8	くだもの	128	(14.1)
9	お菓子	10	(1.1)
10	牛乳	201	(22.1)
11	乳製品 <small>にゅうせいひん</small> (ヨーグルト・チーズなど)	170	(18.7)
12	清涼飲料水 <small>せいりょういんりょうすい</small> (ジュースなど)	122	(13.4)
13	お茶や水など甘味 <small>あまみ</small> のない飲み物	412	(45.2)
14	みそ汁	183	(20.1)
15	スープ等	44	(4.8)
16	その他 ( )	74	(8.1)

## 【学校給食のことについてお聞きします】

問5 あなたは、学校給食が好きですか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 大好き	312	(33.3)
2 好き	399	(42.6)
3 どちらとも言えない	195	(20.8)
4 きらい	27	(2.9)
5 大きらい	4	(0.4)

問6 あなたは、学校給食について、どのようなことを思っていますか。  
それぞれの項目ごとに、「1 いつも思う」、「2 時々思う」、「3 あまり思わない」、「4 思わない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) おいしい給食が食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	410	2 時々思う	441	3 あまり思わない	80	4 思わない	6
	(43.8)		(47.1)		(8.5)		(0.6)

(2) 好きなものが食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	274	2 時々思う	499	3 あまり思わない	145	4 思わない	19
	(29.2)		(53.3)		(15.5)		(2.0)

(3) 友達や先生と一緒に<sup>いっしょ</sup>食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	569	2 時々思う	226	3 あまり思わない	113	4 思わない	29
	(60.7)		(24.1)		(12.1)		(3.1)

(4) みんなと同じものが食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	444	2 時々思う	264	3 あまり思わない	148	4 思わない	81
	(47.4)		(28.2)		(15.8)		(8.6)

(5) 家で食べられない料理が食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	277	2 時々思う	368	3 あまり思わない	158	4 思わない	134
	(29.6)		(39.3)		(16.9)		(14.3)

(6) 栄養のバランスがとれた食事が食べられる N=937 無回答=0 (0.0)

1 いつも思う	504	2 時々思う	323	3 あまり思わない	94	4 思わない	16
	(53.8)		(34.5)		(10.0)		(1.7)

問6-1 あなたは、学校給食で出される国内各地や世界の国々の料理、行事食（入学祝いや5月の節句、七夕のときなどに出される）の献立は好きですか。

あてはまるものをそれぞれ1つ選んで○をつけてください。

(1) 国内各地の料理 N=937 無回答=0 (0.0)

1 大好き	354	2 好き	355	3 どちらともいえない	212	4 きらい	14	5 大きらい	2
	(37.8)		(37.9)		(22.6)		(1.5)		(0.2)

(2) 世界の国々の料理 N=937 無回答=0 (0.0)

1 大好き	295	2 好き	342	3 どちらともいえない	258	4 きらい	27	5 大きらい	15
	(31.5)		(36.5)		(27.5)		(2.9)		(1.6)

(3) 行事食（入学祝いや5月の節句、七夕のときなどに出される） N=937 無回答=0 (0.0)

1 大好き	586	2 好き	254	3 どちらともいえない	87	4 きらい	7	5 大きらい	3
	(62.5)		(27.1)		(9.3)		(0.7)		(0.3)

問7 あなたは、学校給食で出されたものを残すことがありますか。 N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい	554 (59.1)
2 いいえ	383 (40.9)

問8 問7で、「1 はい」と答えた人は、残すときの理由は何ですか。  
その理由を3つまで選んで○をつけてください。 N=554 無回答=0 (0.0)

1 量が多すぎるから	246 (44.4)
2 食欲 <small>しょくよく</small> がないから	142 (25.6)
3 太りたくないから	33 (6.0)
4 一度にたくさん食べるとはずかしいから	9 (1.6)
5 時間がないから	251 (45.3)
6 おいしくないから	48 (8.7)
7 きらいなものがあるから	320 (57.8)
8 体調 <small>たいちよう</small> がすぐれないから	41 (7.4)
9 その他 ( )	16 (2.9)

### 【ふだんの食生活のことについてお聞きします】

問9 あなたは、次のようなことに気をつけて食事をしていますか。  
それぞれの項目ごとに、「1 はい」、「2 いいえ」、「3 わからない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) 食事はゆっくりとよくかんで食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 493 (52.6)	2 いいえ 191 (20.4)	3 わからない 253 (20.7)
-----------------	------------------	--------------------

(2) ご飯とおかずをかわるがわる食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 566 (60.4)	2 いいえ 205 (21.9)	3 わからない 166 (17.7)
-----------------	------------------	--------------------

(3) 3回の食事はかなら必ず食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 823 (87.8)	2 いいえ 66 (7.0)	3 わからない 48 (5.1)
-----------------	----------------	------------------

(4) 栄養のバランスを考えて食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 359 (38.3)	2 いいえ 217 (23.2)	3 わからない 361 (38.5)
-----------------	------------------	--------------------

(5) できるだけ多くの食品を食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 476 (50.8)	2 いいえ 210 (22.4)	3 わからない 251 (26.8)
-----------------	------------------	--------------------

(6) ジュースなどをのみすぎない N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 571 (60.9)	2 いいえ 199 (21.2)	3 わからない 167 (17.8)
-----------------	------------------	--------------------

(7) お菓子やスナック菓子を食べすぎない N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 607 (64.8)	2 いいえ 169 (18.0)	3 わからない 161 (17.2)
-----------------	------------------	--------------------

(8) 塩からいものを食べすぎない N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 629 (67.1)	2 いいえ 141 (15.0)	3 わからない 167 (17.8)
-----------------	------------------	--------------------

(9) 牛乳や小魚を食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 646 (68.9)	2 いいえ 158 (16.9)	3 わからない 133 (14.2)
-----------------	------------------	--------------------

(10) 色のこい野菜を多く食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 455 (48.6)	2 いいえ 214 (22.8)	3 わからない 268 (28.6)
-----------------	------------------	--------------------

(11) すききらいをしない N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 391 (41.7)	2 いいえ 410 (43.8)	3 わからない 136 (14.5)
-----------------	------------------	--------------------

(12) 楽しく食べる N=937 無回答=0 (0.0)

1 はい 720 (76.8)	2 いいえ 69 (7.4)	3 わからない 148 (15.8)
-----------------	----------------	--------------------

V. 資料

問10 あなたが、食事を楽しいと感じるのは、次の中でどのようなときですか。  
3つまで選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	好きなものを食べる時	558	(59.6)
2	朝食の時	10	(1.1)
3	学校給食のある時	115	(12.3)
4	夕食の時	58	(6.2)
5	外食の時	384	(41.0)
6	バーベキューなどのような屋外 <small>おくがい</small> で食べる時	574	(61.3)
7	自分で作ったり、手伝ったりしたものを食べる時	265	(28.3)
8	家族そろって食べる時	350	(37.4)
9	友達や地域 <small>ちいき</small> のグループの仲間と食べる時	367	(39.2)
10	ひとりで食べる時	28	(3.0)
11	その他 ( )	16	(1.7)

問11 あなたは、ふだん食べている食品の生産地や旬しゅん（季節）などを考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	77	(8.2)
2	時々考える	389	(41.5)
3	あまり考えない	307	(32.8)
4	考えない	164	(17.5)

問12 あなたは、ふだん食べている食品の安全性について考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「食品の安全性」とは、野菜ざんりゆうのうやくの残留農薬ゆにゆう（輸入野菜の農薬）・食品添加物てんかぶつや原材料しょうみきげん・賞味期限しょうひきげんや消費期限いでんしぐみかえの表示・遺伝子組み換え食品の使用などについてです。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	288	(30.7)
2	時々考える	390	(41.6)
3	あまり考えない	164	(17.5)
4	考えない	95	(10.1)

問13 あなたは、ふだん外食をする時や食品を買う時に、栄養成分えいようせいぶんの表示ひょうじを参考さんこうにしますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「栄養成分の表示」とは、お菓子や加工食品の袋ふくろにエネルギーやタンパク質などの栄養素をどれくらいふくむか（食べると、とることができる栄養素の量）が書いてあるものです。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつもしている	112	(12.0)
2	時々している	308	(32.9)
3	あまりしていない	301	(32.1)
4	していない	216	(23.1)

【表示の例】ポテトチップスの袋

<b>主要成分 1袋 (90g) 当たり</b>	
エネルギー	499 kcal
タンパク質	4.2 g
脂質	31.7 g
炭水化物	49.2 g
ナトリウム	320 mg
(食塩相当量)	0.9 g

問14 あなたは、毎日朝ごはんを食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	<small>かならず</small> 必ず食べる	842 (89.9)
2	1週間に2～3日食べないことがある	65 (6.9)
3	1週間に4～5日食べないことがある	10 (1.1)
4	ほとんど食べない	20 (2.1)

問15 問14で、「2・3 食べないことがある」、「4 ほとんど食べない」と答えた人は、朝ごはんを食べない理由はなんですか。  
その主な理由を1つ選んで○をつけてください。

N=95 無回答=0 (0.0)

1	<small>しょくよく</small> 食欲がないから	40 (42.1)
2	太りたくないから・ダイエットしているから	2 (2.1)
3	時間がないから	37 (38.9)
4	いつも食べないから	3 (3.2)
5	朝ごはんが用意されていないから	6 (6.3)
6	その他 ( )	7 (7.4)

問16 あなたは、朝ごはんを食べてから夕方ごはんまでの間におやつ（せいりょういんりょうすい清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	ほとんど毎日2回以上食べる	123 (13.1)
2	ほとんど毎日1回食べる	338 (36.1)
3	1週間に4～5日食べる	145 (15.5)
4	1週間に2～3日食べる	202 (21.6)
5	ほとんど食べない	129 (13.8)

問17 問16で、「1・2・3・4 おやつを食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。  
よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。

N=808 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	43 (5.3)
2	めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	33 (4.1)
3	パン（食パン・ロールパンなど）	82 (10.1)
4	調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	13 (1.6)
5	菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	129 (16.0)
6	くだもの	173 (21.4)
7	ケーキ	21 (2.6)
8	スナック菓子	395 (48.9)
9	牛乳	79 (9.8)
10	<small>にゅうせいひん</small> 乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	102 (12.6)
11	<small>せいりょういんりょうすい</small> 清涼飲料水（ジュースなど）	400 (49.5)
12	アイスクリーム・氷菓子	465 (57.5)
13	その他 ( )	38 (4.7)

V. 資料

問18 あなたは、夕ごはんを食べてから寝るまでに夜食（清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	ほとんど毎日食べる	128	(13.7)
2	1週間に4～5日食べる	71	(7.6)
3	1週間に2～3日食べる	218	(23.3)
4	ほとんど食べない	520	(55.5)

問19 問18で、「1・2・3 夜食を食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。 N=417 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	30	(7.2)
2	めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	34	(8.2)
3	パン（食パン・ロールパンなど）	14	(3.4)
4	調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	4	(1.0)
5	菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	11	(2.6)
6	くだもの	114	(27.3)
7	ケーキ	19	(4.6)
8	スナック菓子	64	(15.3)
9	牛乳	54	(12.9)
10	乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	58	(13.9)
11	清涼飲料水（ジュースなど）	200	(48.0)
12	アイスクリーム・氷菓子	192	(46.0)
13	その他（ ）	28	(6.7)

問20 あなたは、すききらいなく何でも食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	何でも食べる	226	(24.1)
2	少しすききらいがある	561	(59.9)
3	きれいなものがたくさんある	150	(16.0)

問21 問20で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、あなたのきれいな食べ物はなんですか。きれいな食べ物すべてに○をつけてください。 N=711 無回答=0 (0.0)

1	色のうすい淡色野菜（きゅうり・キャベツ・たまねぎ・なすなど）	262	(36.8)
2	色のこい緑黄色野菜（にんじん・ピーマン・ほうれん草・かぼちゃなど）	357	(50.2)
3	牛乳	108	(15.2)
4	乳製品（ヨーグルト・チーズ・バターなど）	64	(9.0)
5	豆や豆製品（大豆・豆腐・納豆など）	169	(23.8)
6	きのこ（しいたけ・しめじ・えのきだけ・なめこなど）	267	(37.6)
7	いも（じゃがいも・さつまいも・さといもなど）	57	(8.0)
8	肉（豚肉・とり肉・牛肉・ハム・ウインナーなど）	64	(9.0)
9	魚（さんま・いわし・ちくわ・さつまあげなど）	161	(22.6)
10	その他（ ）	100	(14.1)

問22 問20で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、食事の時どのようにしていますか。1つ選んで○をつけてください。 N=713 無回答=0 (0.0)

1	がまんして食べる	268	(37.7)	3	時々食べる	239	(33.6)
2	学校では食べるが家では食べない	120	(16.9)	4	食べない	84	(11.8)

問23 あなたの好きな料理は何ですか。好きな料理すべてに○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	カレーライス	676 (72.1)	12	クリームシチュー	556 (59.3)
2	すし	792 (84.4)	13	ポタージュスープ	567 (60.5)
3	チャーハン	588 (62.8)	14	ハンバーグ	655 (69.9)
4	オムライス・オムソバ	532 (56.8)	15	焼き肉	680 (72.6)
5	ピザ	694 (74.1)	16	ステーキ	614 (65.5)
6	ハンバーガー	619 (66.1)	17	からあげ	701 (74.8)
7	ラーメン	672 (71.7)	18	サラダ	555 (59.2)
8	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	625 (66.7)	19	漬け物	488 (52.1)
9	うどん・きしめん	608 (64.9)	20	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	800 (85.4)
10	焼きそば	569 (60.7)	21	グラタン・ドリア	652 (69.6)
11	そば (日本そば)	458 (48.9)	22	その他 ( )	119 (12.7)

問24 あなたのきれいな料理は何ですか。きれいな料理すべてに○をつけてください。

※食物アレルギーなどで医師から禁止されている (食べてはいけないと言われている)

食品はのぞいてこたえてください。

N=937 無回答=187 (20.0)

1	カレーライス	35 (3.7)	12	酢豚	272 (29.0)
2	すし	36 (3.8)	13	漬け物	190 (20.3)
3	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	44 (4.7)	14	サラダ	167 (17.8)
4	そば (日本そば)	144 (15.4)	15	野菜いため	150 (16.0)
5	うどん・きしめん	49 (5.2)	16	なす料理	365 (39.0)
6	みそ汁	42 (4.5)	17	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	19 (2.0)
7	クリームシチュー	88 (9.4)	18	煮物	140 (14.9)
8	ポタージュスープ	76 (8.1)	19	酢の物	310 (33.1)
9	さしみ	101 (10.8)	20	天ぷら	83 (8.9)
10	焼き魚	159 (17.0)	21	その他 ( )	86 (9.2)
11	煮魚	215 (22.9)			

## 【食品のおもな働きについてお聞きします】

問25 食品のおもな働きには「おもに体をつくるもとになる」、「おもにエネルギーのもとになる」

「おもに体の調子を整えるもとになる」があります。

それぞれの食品のおもな働きについて、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

	おもに体をつくるもとになる (赤の食品グループ)	おもにエネルギーのもとになる (黄色の食品グループ)	おもに体の調子を整えるもとになる (緑色の食品グループ)	N=937 無回答
(1) 米 飯	308 (32.9)	585 (62.4)	44 (4.7)	0(0.0)
(1) 魚	658 (70.2)	216 (23.1)	63 (6.7)	0(0.0)
(1) 野 菜	70 (7.5)	89 (9.5)	778 (83.0)	0(0.0)
(1) パ ン	238 (25.4)	626 (66.8)	73 (7.8)	0(0.0)
(1) 牛 乳	615 (65.6)	236 (25.2)	86 (9.2)	0(0.0)
(1) くだもの	85 (9.1)	230 (24.5)	622 (66.4)	0(0.0)

問26 学校では、食に関して学習することがありますか。あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 よくある 135(14.4) 2 時々ある 497(53.0) 3 たまにある 275(29.3) 4 ない 30(3.2)



## 【ふだんの家庭での食事のことについてお聞きします】

問27 あなたは、家での食事の時間が楽しみですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも楽しみ	2	時々楽しみ	3	あまり楽しみでない	4	楽しみでない
	450 (48.0)		395 (42.2)		71 (7.6)		21 (2.2)

問28 あなたは、家での食事のとき「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつもする	736	2	時々する	147	3	あまりしない	31	4	しない	23
	(78.5)			(15.7)			(3.3)			(2.5)	

問29 あなたは、ふだん食事の準備や後片付けで家の人の手伝いをしますか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

どれもあてはまらない場合は「7 していない」に○をつけてください。

1	買い物	375	(40.0)	5	食器洗い	323	(34.5)
2	料理の手伝い	439	(46.9)	6	その他 ( )	30	(3.2)
3	テーブルの準備	633	(67.6)	7	していない	65	(6.9)
4	後かたづけ	638	(68.1)				

問30 あなたは、いつも、どのように食事をしていますか。

<朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん>

N=937 無回答=0 (0.0)

1	家族そろって食べる	273	(29.1)	4	一人で食べる	144	(15.4)
2	大人の家族の誰かと食べる	264	(28.2)	5	その他 ( )	24	(2.6)
3	子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	232	(24.8)				

<夕ごはん>

N=937 無回答=0 (0.0)

1	家族そろって食べる	529	(56.5)	4	一人で食べる	33	(3.5)
2	大人の家族の誰かと食べる	306	(32.7)	5	その他 ( )	23	(2.5)
3	子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	46	(4.9)				

問31 あなたは、ふだん食事をするのに、どのくらいの時間をかけていますか。

<朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん>

N=937 無回答=4 (0.0)

1	15分未満	2	15分~30分未満	3	30分~1時間未満	4	1時間以上
	466 (49.7)		417 (44.5)		52 (5.5)		2 (0.2)

<夕ごはん>

N=937 無回答=11 (1.2)

1	15分未満	2	15分~30分未満	3	30分~1時間未満	4	1時間以上
	120 (12.8)		471 (50.3)		305 (32.6)		41 (4.4)

問32 あなたは、食事の時、家族から食事について何か言われますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 よく言われる	181 (19.3)	3 あまり言われない	245 (26.1)
2 時々言われる	405 (43.2)	4 言われない	106 (11.3)

問33 問32で、「1 よく言われる」、「2 時々言われる」と答えた人は、家族に言われる内容はなんですか。その内容をすべて選んで○をつけてください。 N=586 無回答=0 (0.0)

1 食事前の手洗い	81 (13.8)	10 ひじをついたまま食べない	241 (41.1)
2 食べる姿勢	291 (49.7)	11 口にもものを入れたまま話さない	129 (22.0)
3 すききらい	172 (29.4)	12 食事中に席を離れない	93 (15.9)
4 はしの持ち方	137 (23.4)	13 携帯電話をいじりながら食べない	36 (6.1)
5 食器の持ち方	149 (25.4)	14 よくかむ	121 (20.6)
6 あいさつ	36 (6.1)	15 残さず食べる	127 (21.7)
7 食べるはやさ	128 (21.8)	16 後かたづけ	136 (23.2)
8 テレビを見ながら食べる	188 (32.1)	17 その他 ( )	39 (6.7)
9 大きな声で話さない	37 (6.3)		

問34 あなたは、自分で米飯、みそ汁を作ることができますか。〈米飯〉、〈みそ汁〉それぞれについて1つ選んで○をつけてください。(インスタントの米飯、みそ汁は除く)

N=937 無回答=0 (0.0)

〈米飯〉 1 米飯をたくことができる 682 (72.8) 2 できない 255 (27.2)

N=937 無回答=0 (0.0)

〈みそ汁〉 1 みそ汁を作ることができる 490 (52.3) 2 できない 447 (47.7)

問35 (問34で米飯をたくことができると答えた人に) あなたは、どのくらい米飯をたいていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=682 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日	61 (8.9)	4 月に2、3回くらい	133 (19.5)
2 1週間に2、3回くらい	89 (13.0)	5 月に1回くらい	98 (14.4)
3 1週間に1回くらい	78 (11.4)	6 月に1回よりも少ない	223 (32.7)

問36 (問34でみそ汁を作ることができると答えた人に) あなたは、どのくらいみそ汁を作っていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=490 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日	23 (4.7)	4 月に2、3回くらい	97 (19.8)
2 1週間に2、3回くらい	60 (12.2)	5 月に1回くらい	82 (16.7)
3 1週間に1回くらい	51 (10.4)	6 月に1回よりも少ない	177 (36.1)

### 【ふだんのようにすについてお聞きします】

問37 あなたは、ふだん（学校のある日）の夜は、何時頃に寝ることが多いですか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	8時台	43	(4.6)	5	午前0時台	17	(1.8)
2	9時台	345	(36.8)	6	午前1時より後	14	(1.5)
3	10時台	411	(43.9)	7	その他（	12	(1.3)
4	11時台	95	(10.1)				

問38 あなたのふだんの睡眠時間は、およそ何時間くらいですか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	5時間未満	19	(2.0)	4	7～8時間未満	254	(27.1)
2	5～6時間未満	28	(3.0)	5	8～9時間未満	377	(40.2)
3	6～7時間未満	85	(9.1)	6	9時間以上	174	(18.6)

問39 あなたは、いつもの睡眠で休養が十分とれていると思いますか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	十分とれている	345	(36.8)	4	まったくとれていない	39	(4.2)
2	まあとれている	397	(42.4)	5	わからない	50	(5.3)
3	あまりとれていない	106	(11.3)				

問40 あなたは、毎日、便（うんち）がでますか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=937 無回答=0 (0.0)

1	毎日、同じころにでる	202	(21.6)
2	毎日でるが、時間はいろいろ	387	(41.3)
3	ときどき、でないことがある	303	(32.3)
4	何日もでないことがある	45	(4.8)

問41 問40で、「1 毎日、同じころにでる」と答えた人は、「いつ」ですか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=202 無回答=0 (0.0)

1	朝	144	(71.3)
2	学校にいるとき	9	(4.5)
3	夕方	30	(14.9)
4	夜	19	(9.4)

問42 あなたは、次のようなことを感じることはありますか。

それぞれの項目ごとに、「1 いつも感じる」、「2 しばしば感じる」、「3 時々感じる」、「4 感じない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) からだがだるい N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	52 (5.5)		191 (20.4)		451 (48.1)		243 (25.9)

(2) つかれる N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	203 (21.7)		264 (28.2)		353 (37.7)		117 (12.5)

(3) <sup>かた</sup>肩がこる N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	67 (7.2)		121 (12.9)		258 (27.5)		491 (52.4)

(4) <sup>ずっう</sup>頭痛がする N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	50 (5.3)		168 (17.9)		340 (36.3)		379 (40.4)

(5) 目が疲れる N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	105 (11.2)		202 (21.6)		335 (35.8)		295 (31.5)

(6) 何もやる気が起こらない N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	73 (7.8)		203 (21.7)		363 (38.7)		298 (31.8)

(7) イライラする N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	122 (13.0)		212 (22.6)		344 (36.7)		259 (27.6)

(8) 近頃、元気がない N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	42 (4.5)		118 (12.6)		252 (26.9)		525 (56.0)

(9) とても気がふさいでいる N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	29 (3.1)		100 (10.7)		252 (26.9)		556 (59.3)

(10) とても悲しい N=937 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	29 (3.1)		56 (6.0)		170 (18.1)		682 (72.8)

V. 資料

問43 あなた自身のことについて、それぞれ、あてはまるもの1つを選んで○をつけてください。

(1) わたしは自分が好きです N=937 無回答=0 (0.0)

1 とてもそう思う	2 まあそう思う	3 あまりそう思わない	4 思わない
147 (15.7)	342 (36.5)	258 (27.5)	190 (20.3)

(2) わたしは、たいていのことなら自分でできます N=937 無回答=0 (0.0)

1 とてもそう思う	2 まあそう思う	3 あまりそう思わない	4 思わない
155 (16.5)	475 (50.7)	251 (26.8)	56 (6.0)

(3) わたしはみんなから好かれています N=937 無回答=0 (0.0)

1 とてもそう思う	2 まあそう思う	3 あまりそう思わない	4 思わない
51 (5.4)	244 (26.0)	376 (40.1)	266 (28.4)

(4) わたしは、大事に育てられてきたと思います N=937 無回答=0 (0.0)

1 とてもそう思う	2 まあそう思う	3 あまりそう思わない	4 思わない
541 (57.7)	300 (32.0)	62 (6.6)	34 (3.6)

(5) わたしは、生まれてきてよかったです N=937 無回答=0 (0.0)

1 とてもそう思う	2 まあそう思う	3 あまりそう思わない	4 思わない
596 (63.6)	240 (25.6)	78 (8.3)	23 (2.5)

問44 あなたは、現在の自分の<sup>たいけい</sup>体型についてどう思いますか。

1つを選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 「太っている」と思う	175 (18.7)
2 「太りぎみ」と思う	178 (19.0)
3 「ふつう」と思う	404 (43.1)
4 「やせぎみ」と思う	113 (12.1)
5 「やせている」と思う	67 (7.2)

問45 あなたは、「体重を減らしたいと思ったり」、「減らすための努力や経験をしたこと」がありますか。

1つを選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 太りすぎと医師や先生に言われ、指導を受け、実行したことがある	9 (1.0)
2 やせたいと思って実行したことがある	246 (26.3)
3 したいと思っただが、まだ実行したことがない	209 (22.3)
4 思ったことがない	473 (50.5)

## 【ふだんの運動のことについてお聞きします】

問46 あなたは、運動部やスポーツクラブにはいっていますか。（スポーツ少年団などもふくみます）

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 はいっている	568 (60.6)
2 はいっていない	369 (39.4)

問47 あなたは、運動やスポーツをどのくらいしていますか。（学校の体育の授業をのぞきます）

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日（週に3日以上）	435 (46.4)
2 ときどき（週に1～2日くらい）	330 (35.2)
3 ときたま（月に1～3日くらい）	102 (10.9)
4 しない	70 (7.2)

問48 問47で、「1・2・3 運動やスポーツをしている」と答えた人は、1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。（学校の体育の授業をのぞきます）

1つ選んで○をつけてください。

N=867 無回答=0 (0.0)

1 30分未満	183 (21.1)
2 30分以上1時間未満	210 (24.2)
3 1時間以上2時間未満	215 (24.8)
4 2時間以上	259 (29.9)

問49 あなたは、運動と食事の<sup>かんれん</sup>関連について関心がありますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=937 無回答=0 (0.0)

1 大いにある	139 (14.8)	3 ほとんどない	318 (33.9)
2 少しある	480 (51.2)		

問50 問49で、「1・2 運動と食事の<sup>かんれん</sup>関連について関心がある」と答えた人は、ふだん、運動のことを考えて食事をしていますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=619 無回答=0 (0.0)

1 いつも考える	98 (15.8)	2 時々考える	345 (55.7)	3 あまり考えない	147 (23.7)	4 考えない	29 (4.7)
----------	-----------	---------	------------	-----------	------------	--------	----------

# みなさんの食生活のようす

(中学校 2 年生)

地区番号		学校番号		学級番号	
性 別	次のどちらかに○をつけてください。			男	女

身長	体重
----	----

この調査は、みなさんがどのような食生活をしているかを知り、望ましい食生活のあり方を考えるための資料とするものです。

それ以外のことには使いませんので、ありのままを正確に教えてください。

回答の仕方については、それぞれの質問に対して、あてはまる答えに○印をつけてください。

また、具体的な内容を答える場合は、( ) の中に書いてください。

平成 2 5 年 7 月

群馬県教育委員会健康体育課

## 【今日の朝のことについてお聞きします】

問1 あなたは、今日、どのように目がさめましたか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	一人で自然に目がさめた	405	(37.3)
2	目ざまし時計で目がさめた	311	(28.6)
3	家の人に起こされて目がさめた	362	(33.3)
4	その他 ( )	8	(0.7)

問2 あなたの今日の目ざめぐあいは、どのようでしたか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	すっきりと目がさめた	211	(19.4)
2	少し眠かった	624	(57.5)
3	眠くてなかなか起きられなかった	251	(23.1)

問3 あなたは、今日、朝ごはんを食べましたか。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	食べた	1,046	(96.3)
2	食べなかった	40	(3.7)

問4 問3で、「1 食べた」と答えた人は、今日の朝ごはんは何を食べましたか。  
食べたものすべてに○をつけてください。

N=1,046 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	621	(59.4)
2	めん	34	(3.3)
3	パン (食パン・ロールパンなど)	287	(27.4)
4	調理パン (ハンバーガー・サンドイッチなど)	41	(3.9)
5	菓子パン (あんパン・メロンパンなど)	77	(7.4)
6	肉 (ハム・ソーセージなど)・魚・卵・大豆製品などのおかず	595	(56.9)
7	野菜のおかず	336	(32.1)
8	くだもの	173	(16.5)
9	お菓子	25	(2.4)
10	牛乳	206	(19.7)
11	乳製品 (ヨーグルト・チーズなど)	216	(20.7)
12	清涼飲料水 (ジュースなど)	145	(13.9)
13	お茶や水など甘味のない飲み物	408	(39.1)
14	みそ汁	236	(22.6)
15	スープ等	57	(5.4)
16	その他 ( )	72	(6.9)



## 【学校給食のことについてお聞きします】

問5 あなたは、学校給食が好きですか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	大好き	194	(17.9)
2	好き	509	(46.9)
3	どちらとも言えない	333	(30.7)
4	きらい	38	(3.5)
5	大きらい	12	(1.1)

問6 あなたは、学校給食について、どのようなことを思っていますか。  
それぞれの項目ごとに、「1 いつも思う」、「2 時々思う」、「3 あまり思わない」、「4 思わない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) おいしい給食が食べられる N=1,086 無回答=1 (0.0)

1	いつも思う	369	(34.0)	2	時々思う	581	(53.5)	3	あまり思わない	119	(11.0)	4	思わない	17	(1.6)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	-----	--------	---	------	----	-------

(2) 好きなものが食べられる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも思う	205	(18.9)	2	時々思う	661	(60.9)	3	あまり思わない	191	(17.6)	4	思わない	29	(2.7)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	-----	--------	---	------	----	-------

(3) 友達や先生と一緒に食べられる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも思う	554	(51.0)	2	時々思う	335	(30.8)	3	あまり思わない	163	(15.0)	4	思わない	34	(3.1)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	-----	--------	---	------	----	-------

(4) みんなと同じものが食べられる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも思う	424	(39.0)	2	時々思う	300	(27.6)	3	あまり思わない	268	(24.7)	4	思わない	94	(8.7)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	-----	--------	---	------	----	-------

(5) 家で食べられない料理が食べられる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも思う	178	(16.4)	2	時々思う	484	(44.6)	3	あまり思わない	268	(24.7)	4	思わない	154	(14.4)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	-----	--------	---	------	-----	--------

(6) 栄養のバランスがとれた食事が食べられる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも思う	597	(55.0)	2	時々思う	394	(36.3)	3	あまり思わない	72	(6.6)	4	思わない	23	(2.1)
---	-------	-----	--------	---	------	-----	--------	---	---------	----	-------	---	------	----	-------

問6-1 あなたは、学校給食で出される国内各地や世界の国々の料理、行事食（入学祝いや5月の節句、七夕のときなどに出される）の献立は好きですか。  
あてはまるものをそれぞれ1つ選んで○をつけてください。

(1) 国内各地の料理 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	大好き	285	(26.2)	2	好き	493	(45.4)	3	どちらともいえない	279	(25.7)	4	きらい	24	(2.2)	5	大きらい	4	(0.5)
---	-----	-----	--------	---	----	-----	--------	---	-----------	-----	--------	---	-----	----	-------	---	------	---	-------

(2) 世界の国々の料理 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	大好き	249	(22.9)	2	好き	423	(39.0)	3	どちらともいえない	374	(34.4)	4	きらい	33	(3.0)	5	大きらい	7	(0.6)
---	-----	-----	--------	---	----	-----	--------	---	-----------	-----	--------	---	-----	----	-------	---	------	---	-------

(3) 行事食（入学祝いや5月の節句、七夕のときなどに出される） N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	大好き	433	(39.9)	2	好き	438	(40.3)	3	どちらともいえない	199	(18.3)	4	きらい	14	(1.3)	5	大きらい	2	(0.2)
---	-----	-----	--------	---	----	-----	--------	---	-----------	-----	--------	---	-----	----	-------	---	------	---	-------

問7 あなたは、学校給食で出されたものを残すことがありますか。 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい	717 (66.0)
2 いいえ	369 (34.0)

問8 問7で、「1 はい」と答えた人は、残すときの理由は何ですか。

その理由を3つまで選んで○をつけてください。

N=717 無回答=0 (0.0)

1 量が多すぎるから	207 (28.9)
2 食欲がないから	168 (23.4)
3 太りたくないから	22 (3.1)
4 一度にたくさん食べるとはずかしいから	5 (0.7)
5 時間がないから	311 (43.4)
6 おいしくないから	179 (25.0)
7 きらいなものがあるから	461 (64.3)
8 体調がすぐれないから	48 (6.7)
9 その他 ( )	19 (2.6)

### 【ふだんの食生活のことについてお聞きします】

問9 あなたは、次のようなことに気をつけて食事をしていますか。

それぞれの項目ごとに、「1 はい」、「2 いいえ」、「3 わからない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) 食事はゆっくりとよくかんで食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 391 (30.6)	2 いいえ 283 (26.1)	3 わからない 412 (37.9)
-----------------	------------------	--------------------

(2) ご飯とおかずをかわるがわる食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 738 (68.0)	2 いいえ 183 (16.9)	3 わからない 165 (15.2)
-----------------	------------------	--------------------

(3) 3回の食事は必ず食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 949 (87.4)	2 いいえ 76 (7.0)	3 わからない 61 (5.6)
-----------------	----------------	------------------

(4) 栄養のバランスを考えて食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 420 (38.7)	2 いいえ 289 (26.6)	3 わからない 377 (34.7)
-----------------	------------------	--------------------

(5) できるだけ多くの食品を食べる N=1,086 無回答=1 (0.1)

1 はい 534 (49.2)	2 いいえ 249 (22.9)	3 わからない 303 (27.9)
-----------------	------------------	--------------------

(6) ジュースなどをのみすぎない N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 537 (49.4)	2 いいえ 333 (30.7)	3 わからない 216 (19.9)
-----------------	------------------	--------------------

(7) お菓子やスナック菓子を食べすぎない N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 630 (58.0)	2 いいえ 236 (21.7)	3 わからない 220 (20.3)
-----------------	------------------	--------------------

(8) 塩からいものを食べすぎない N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 653 (60.1)	2 いいえ 191 (17.6)	3 わからない 242 (22.3)
-----------------	------------------	--------------------

(9) 牛乳や小魚を食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 610 (56.2)	2 いいえ 271 (25.0)	3 わからない 205 (18.9)
-----------------	------------------	--------------------

(10) 色のこい野菜を多く食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 455 (41.9)	2 いいえ 253 (23.3)	3 わからない 378 (34.8)
-----------------	------------------	--------------------

(11) すききらいをしない N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 469 (43.2)	2 いいえ 475 (43.7)	3 わからない 142 (13.1)
-----------------	------------------	--------------------

(12) 楽しく食べる N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 はい 797 (73.4)	2 いいえ 83 (7.6)	3 わからない 206 (19.0)
-----------------	----------------	--------------------

V. 資料

問10 あなたが、食事を楽しみと感じるのは、次の中でどのようなときですか。  
3つまで選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	好きなものを食べる時	829	(76.3)
2	朝食の時	15	(1.4)
3	学校給食のある時	66	(6.1)
4	夕食の時	97	(8.9)
5	外食の時	439	(40.4)
6	バーベキューなどのような屋外で食べる時	650	(59.9)
7	自分で作ったり、手伝ったりしたものを食べる時	189	(17.4)
8	家族そろって食べる時	286	(26.3)
9	友達や地域のグループの仲間と食べる時	517	(47.6)
10	ひとりで食べる時	33	(3.0)
11	その他 ( )	11	(1.0)

問11 あなたは、ふだん食べている食品の生産地や旬（季節）などを考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	53	(4.9)
2	時々考える	437	(40.2)
3	あまり考えない	400	(36.8)
4	考えない	196	(18.0)

問12 あなたは、ふだん食べている食品の安全性について考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「食品の安全性」とは、野菜の残留農薬（輸入野菜の農薬）・食品添加物や原材料賞味期限や消費期限の表示・遺伝子組み換え食品の使用などについてです。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	198	(18.2)
2	時々考える	442	(40.7)
3	あまり考えない	322	(29.7)
4	考えない	124	(11.4)

問13 あなたは、ふだん外食をする時や食品を買う時に、栄養成分の表示を参考にしますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「栄養成分の表示」とは、お菓子や加工食品の袋にエネルギーやタンパク質などの栄養素をどれくらいふくむか（食べると、とることができる栄養素の量）が書いてあるものです。

【表示の例】ポテトチップスの袋

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつもしている	123	(11.3)
2	時々している	369	(34.0)
3	あまりしていない	356	(32.8)
4	していない	238	(21.9)

主要成分 1袋 (90g) 当たり

エネルギー 499 kcal  
タンパク質 4.2g  
脂質 31.7g  
炭水化物 49.2g  
ナトリウム 320mg  
(食塩相当量 0.9g)

問14 あなたは、毎日朝ごはんを食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 必ず食べる	963 (88.7)
2 1週間に2~3日食べないことがある	91 (8.4)
3 1週間に4~5日食べないことがある	10 (0.9)
4 ほとんど食べない	22 (2.0)

問15 問14で、「2・3 食べないことがある」、「4 ほとんど食べない」と答えた人は、朝ごはんを食べない理由はなんですか。  
その主な理由を1つ選んで○をつけてください。

N=123 無回答=0 (0.0)

1 食欲がないから	49 (39.8)
2 太りたくないから・ダイエットしているから	1 (0.8)
3 時間がないから	55 (44.7)
4 いつも食べないから	8 (6.5)
5 朝ごはんが用意されていないから	3 (2.4)
6 その他 ( )	7 (5.7)

問16 あなたは、朝ごはんを食べてから夕ごはんまでの間におやつ（清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日2回以上食べる	160 (14.7)
2 ほとんど毎日1回食べる	325 (29.9)
3 1週間に4~5日食べる	169 (15.6)
4 1週間に2~3日食べる	262 (24.1)
5 ほとんど食べない	170 (15.7)

問17 問16で、「1・2・3・4 おやつを食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。  
よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。

N=916 無回答=0 (0.0)

1 ごはん	41 (4.5)
2 めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	51 (5.6)
3 パン（食パン・ロールパンなど）	90 (9.8)
4 調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	32 (3.5)
5 菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	223 (24.3)
6 くだもの	178 (19.4)
7 ケーキ	32 (3.5)
8 スナック菓子	420 (45.9)
9 牛乳	65 (7.1)
10 乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	104 (11.4)
11 清涼飲料水（ジュースなど）	530 (57.9)
12 アイスクリーム・氷菓子	441 (48.0)
13 その他 ( )	30 (3.3)

V. 資料

問18 あなたは、夕ごはんを食べてから寝るまでに夜食（清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	ほとんど毎日食べる	205	(18.9)
2	1週間に4～5日食べる	128	(11.8)
3	1週間に2～3日食べる	237	(21.8)
4	ほとんど食べない	516	(47.5)

問19 問18で、「1・2・3 夜食を食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。 N=570 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	29	(5.1)
2	めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	43	(7.5)
3	パン（食パン・ロールパンなど）	24	(4.2)
4	調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	13	(2.3)
5	菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	45	(7.9)
6	くだもの	120	(21.1)
7	ケーキ	16	(2.8)
8	スナック菓子	127	(22.3)
9	牛乳	51	(8.9)
10	乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	74	(13.0)
11	清涼飲料水（ジュースなど）	368	(64.6)
12	アイスクリーム・氷菓子	280	(49.1)
13	その他（ ）	17	(3.0)

問20 あなたは、すききらいなく何でも食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	何でも食べる	316	(29.1)
2	少しすききらいがある	597	(55.0)
3	きれいなものがたくさんある	173	(15.9)

問21 問20で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、あなたのきれいな食べ物はなんですか。きれいな食べ物すべてに○をつけてください。 N=770 無回答=0 (0.0)

1	色のうすい淡色野菜（きゅうり・キャベツ・たまねぎ・なすなど）	258	(33.5)
2	色のこい緑黄色野菜（にんじん・ピーマン・ほうれん草・かぼちゃなど）	313	(40.6)
3	牛乳	132	(17.1)
4	乳製品（ヨーグルト・チーズ・バターなど）	50	(6.5)
5	豆や豆製品（大豆・豆腐・納豆など）	185	(24.0)
6	きのこ（しいたけ・しめじ・えのきだけ・なめこなど）	257	(33.4)
7	いも（じゃがいも・さつまいも・さといもなど）	40	(5.2)
8	肉（豚肉・とり肉・牛肉・ハム・ウインナーなど）	51	(6.6)
9	魚（さんま・いわし・ちくわ・さつまあげなど）	192	(24.9)
10	その他（ ）	131	(17.0)

問22 問20で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、食事の時どのようにしていますか。1つ選んで○をつけてください。 N=770 無回答=0 (0.0)

1	がまんして食べる	198	(25.7)
2	学校では食べるが家では食べない	140	(18.2)
3	時々食べる	267	(34.7)
4	食べない	165	(21.4)

問23 あなたの好きな料理は何ですか。好きな料理すべてに○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	カレーライス	704 (64.8)	12	クリームシチュー	524 (48.3)
2	すし	816 (75.1)	14	ポタージュスープ	557 (51.3)
3	チャーハン	612 (56.2)	14	ハンバーグ	743 (68.4)
4	オムライス・オムソバ	606 (55.8)	15	焼き肉	767 (70.6)
5	ピザ	764 (70.3)	16	ステーキ	668 (61.5)
6	ハンバーガー	718 (66.0)	20	からあげ	771 (71.0)
7	ラーメン	762 (70.1)	21	サラダ	579 (53.3)
8	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	757 (69.6)	22	漬け物	512 (47.1)
9	うどん・きしめん	637 (58.6)	20	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	926 (85.3)
10	焼きそば	524 (48.3)	21	グラタン・ドリア	695 (64.0)
11	そば (日本そば)	464 (42.7)	22	その他 ( )	68 (6.3)

問24 あなたのきれいな料理は何ですか。きれいな料理すべてに○をつけてください。

※食物アレルギーなどで医師から禁止されている (食べてはいけないと言われている) 食品はのぞいてこたえてください。

N=1,086 無回答=243 (22.4)

1	カレーライス	38 (3.5)	12	酢豚	266 (24.4)
2	すし	51 (4.7)	13	漬け物	184 (16.9)
3	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	31 (2.9)	14	サラダ	132 (12.2)
4	そば (日本そば)	160 (14.7)	15	野菜いため	130 (12.0)
5	うどん・きしめん	47 (4.3)	16	なす料理	394 (36.3)
6	みそ汁	32 (2.9)	18	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	14 (1.3)
7	クリームシチュー	83 (7.6)	18	煮物	122 (11.2)
8	ポタージュスープ	81 (7.5)	19	酢の物	345 (31.8)
9	さしみ	115 (10.6)	20	天ぷら	75 (6.9)
10	焼き魚	170 (15.7)	21	その他 ( )	94 (8.7)
11	煮魚	194 (17.9)			

## 【食品のおもな働き、おもな栄養素についてお聞きします】

問25 食品のおもな働きには「おもに体をつくるもとになる」、「おもにエネルギーのもとになる」、「おもに体の調子を整えるもとになる」があります。

それぞれの食品のおもな働きについて、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

	おもに体をつくるもとになる	おもにエネルギーのもとになる	おもに体の調子を整えるもとになる	N=1,086 無回答
(1) 米 飯	241 (22.2)	821 (75.6)	24 (2.2)	0(0.0)
(2) 魚	848 (78.1)	190 (17.5)	48 (4.4)	0(0.0)
(3) 野 菜	36 (3.3)	86 (7.9)	946 (88.8)	0(0.0)
(4) パ ン	218 (20.1)	833 (76.7)	35 (3.2)	0(0.0)
(5) 牛 乳	877 (80.8)	134 (12.3)	75 (6.9)	0(0.0)
(6) く だ も の	44 (4.1)	116 (10.7)	926 (85.3)	0(0.0)

V. 資料

問26 それぞれの食品に含まれる主な栄養素について、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

	炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン	N=1,086 無回答
(1) 米飯	1,017(93.6)	14( 1.3)	47( 4.3)	6( 0.6)	2( 0.2)	0(0.0)
(2) 魚	34( 3.1)	172(15.8)	808(74.4)	64( 5.9)	8( 0.7)	0(0.0)
(3) 野菜	11( 1.0)	16( 1.5)	41( 3.8)	199(18.3)	819(75.4)	0(0.0)
(4) パン	926(85.3)	29( 2.7)	71( 6.5)	58( 5.3)	2( 0.2)	0(0.0)
(5) 牛乳	32( 2.9)	245(22.6)	406(37.4)	386(35.5)	17( 1.6)	0(0.0)
(6)くだもの	12( 1.1)	12( 1.1)	18( 1.7)	71( 6.5)	973(89.6)	0(0.0)

問27 学校では、食に関して学習することがありますか。あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。 N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 よくある 203(18.7) 2 時々ある 553(50.9) 3 たまにある 287(26.4) 4 ない 43(4.0)

**【ふだんの家庭での食事のことについてお聞きします】**

問28 あなたは、家での食事の時間が楽しみですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 いつも楽しみ 2 時々楽しみ 3 あまり楽しみでない 4 楽しみでない  
424 (39.0) 518 (47.7) 113 (10.4) 31 (2.9)

問29 あなたは、家での食事のとき「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 いつもする 773 2 時々する 183 3 あまりしない 69 4 しない 61  
(71.2) (16.9) (6.4) (5.6)

問30 あなたは、ふだん食事の準備や後片付けで家の人の手伝いをしますか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

どれもあてはまらない場合は「7 していない」に○をつけてください。

1 買い物 333 (30.7) 5 食器洗い 220 (20.3)  
2 料理の手伝い 273 (25.1) 6 その他 ( ) 18 ( 1.7)  
3 テーブルの準備 634 (58.4) 7 していない 136 (12.5)  
4 後かたづけ 727 (66.9)

問3 1 あなたは、いつも、どのように食事をしていますか。  
 <朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん> N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 家族そろって食べる	227 (20.9)	4 一人で食べる	393 (36.2)
2 大人の家族の誰かと食べる	207 (19.1)	5 その他 ( )	38 (3.5)
3 子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	221 (20.3)		

<夕ごはん> N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 家族そろって食べる	651 (59.9)	4 一人で食べる	77 (7.1)
2 大人の家族の誰かと食べる	249 (22.9)	5 その他 ( )	42 (3.9)
3 子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	67 (6.2)		

問3 2 あなたは、ふだん食事をとるのに、どのくらいの時間をかけていますか。  
 <朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん> N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 15分未満	2 15分～30分未満	3 30分～1時間未満	4 1時間以上
560 (51.6)	459 (42.3)	66 (6.1)	1 (0.1)

<夕ごはん> N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 15分未満	2 15分～30分未満	3 30分～1時間未満	4 1時間以上
66 (6.1)	488 (44.9)	477 (43.9)	55 (5.1)

問3 3 あなたは、食事の時、家族から食事について何か言われますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 よく言われる	163 (15.0)	3 あまり言われたい	315 (29.0)
2 時々言われる	398 (36.6)	4 言われたい	210 (19.3)

問3 4 問3 3で、「1 よく言われる」、「2 時々言われる」と答えた人は、家族に言われる内容はなんですか。その内容をすべて選んで○をつけてください。 N=480 無回答=0 (0.0)

1 食事前の手洗い	45 (8.0)	10 ひじをついたまま食べない	209 (37.3)
2 食べる姿勢	248 (44.2)	11 口にものを入れたまま話さない	60 (10.7)
3 すききらい	163 (29.1)	12 食事中に席を離れない	38 (6.8)
4 はしの持ち方	103 (18.4)	13 携帯電話をいじりながら食べない	96 (17.1)
5 食器の持ち方	115 (20.5)	15 よくかむ	93 (16.6)
6 あいさつ	25 (4.5)	15 残さず食べる	107 (19.1)
7 食べるはやさ	107 (19.1)	16 後かたづけ	139 (24.8)
8 テレビを見ながら食べる	154 (27.5)	17 その他 ( )	30 (5.3)
9 大きな声で話さない	17 (3.0)		



V. 資料

問35 あなたは、自分で米飯、みそ汁を作ることができますか。〈米飯〉、〈みそ汁〉それぞれについて1つ選んで○をつけてください。（インスタントの米飯、みそ汁は除く）

N=1,086 無回答=0 (0.0)

〈米 飯〉	1 米飯をたくことができる	900 (82.9)	2 できない	186 (17.1)
-------	---------------	------------	--------	------------

N=1,086 無回答=0 (0.0)

〈みそ汁〉	1 みそ汁を作ることができる	841 (77.4)	2 できない	245 (22.6)
-------	----------------	------------	--------	------------

問36 (問35で米飯をたくことができると答えた人に) あなたは、どのくらい米飯をたいていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=900 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日	26 (2.9)	4 月に2、3回くらい	148 (16.4)
2 1週間に2、3回くらい	64 (7.1)	5 月に1回くらい	128 (14.2)
3 1週間に1回くらい	59 (6.6)	6 月に1回よりも少ない	475 (52.8)

問37 (問35でみそ汁を作ることができると答えた人に) あなたは、どのくらいみそ汁を作っていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=841 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日	8 (1.0)	4 月に2、3回くらい	84 (10.0)
2 1週間に2、3回くらい	27 (3.2)	5 月に1回くらい	111 (13.2)
3 1週間に1回くらい	37 (4.4)	6 月に1回よりも少ない	574 (68.3)

### 【ふだんのようにすについてお聞きします】

問38 あなたは、ふだん(学校のある日)の夜は、何時頃に寝ることが多いですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 8時台	4 (0.4)	5 午前0時台	171 (15.7)
2 9時台	56 (5.2)	6 午前1時より後	55 (5.1)
3 10時台	315 (29.0)	7 その他( )	8 (0.7)
4 11時台	477 (43.9)		

問39 あなたのふだんの睡眠時間は、およそ何時間くらいですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 5時間未満	33 (3.0)	4 7～8時間未満	372 (34.3)
2 5～6時間未満	158 (14.5)	5 8～9時間未満	140 (12.9)
3 6～7時間未満	365 (33.6)	6 9時間以上	18 (1.7)

問40 あなたは、いつもの睡眠で休養が十分とれていると思いますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 十分とれている	155 (14.3)	4 まったくとれていない	64 (5.9)
2 まあとれている	516 (47.5)	5 わからない	74 (6.8)
3 あまりとれていない	277 (25.5)		

問4 1 あなたは、毎日、便（うんち）がでますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	毎日、同じころにでる	266	(24.5)
2	毎日でるが、時間はいろいろ	416	(38.3)
3	ときどき、でないことがある	347	(32.0)
4	何日もでないことがある	57	(5.2)

問4 2 問4 1で、「1 毎日、同じころにでる」と答えた人は、「いつ」がですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=266 無回答=0 (0.0)

1	朝	223	(83.8)
2	学校にいるとき	4	(1.5)
3	夕方	20	(7.5)
4	夜	19	(7.1)

問4 3 あなたは、次のようなことを感じることはありませんか。

それぞれの項目ごとに、「1 いつも感じる」、「2 しばしば感じる」、「3 時々感じる」、「4 感じない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) からだがだるい

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	128 (11.8)		359 (33.1)		461 (42.4)		138 (12.7)

(2) つかれる

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	329 (30.3)		425 (39.1)		285 (26.2)		47 (4.3)

(3) 肩がこる

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	182 (16.8)		236 (21.7)		276 (25.4)		392 (36.1)

(4) 頭痛がする

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	92 (8.5)		239 (22.0)		382 (35.2)		373 (34.3)

(5) 目が疲れる

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	157 (14.5)		314 (28.9)		353 (32.5)		262 (24.1)

(6) 何もやる気が起こらない

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	164 (15.1)		295 (27.2)		407 (37.5)		220 (20.3)

(7) イライラする

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	135 (12.4)		270 (24.9)		395 (36.4)		286 (26.3)

(8) 近頃、元気がない

N=1,086 無回答=3 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	59 (5.4)		184 (16.9)		316 (29.1)		527 (48.5)

(9) とても気がふさいでいる

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	46 (4.2)		111 (10.2)		323 (29.7)		606 (55.8)

(10) とても悲しい

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	23 (2.1)		69 (6.4)		197 (18.1)		797 (73.4)

V. 資料

問44 あなた自身のことについて、それぞれ、あてはまるもの1つを選んで○をつけてください。

(1) わたしは自分が好きです N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	77 (7.1)		342 (31.5)		407 (37.5)		260 (23.9)

(2) わたしは、たいていのことなら自分でできます N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	123 (11.3)		533 (49.1)		337 (31.0)		93 (8.6)

(3) わたしはみんなから好かれています N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	28 (2.6)		388 (35.7)		439 (40.4)		231 (21.3)

(4) わたしは、大事に育てられてきたと思います N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	429 (39.5)		482 (44.4)		121 (11.1)		54 (5.0)

(5) わたしは、生まれてきてよかったです N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	517 (47.6)		386 (35.5)		124 (11.4)		59 (5.4)

問45 あなたは、現在の自分の体型についてどう思いますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	「太っている」と思う	140	(12.9)
2	「太りぎみ」と思う	238	(21.9)
3	「ふつう」と思う	524	(48.3)
4	「やせぎみ」と思う	126	(11.6)
5	「やせている」と思う	58	(5.3)

問46 あなたは、「体重を減らしたいと思ったり」、「減らすための努力や経験をしたこと」がありますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1	太りすぎと医師や先生に言われ、指導を受け、実行したことがある	10	(0.9)
2	やせたいと思って実行したことがある	278	(25.6)
3	したいと思っただが、まだ実行したことがない	212	(19.5)
4	思ったことがない	586	(54.0)

## 【ふだんの運動のことについてお聞きします】

問47 あなたは、運動部やスポーツクラブにはいついていますか。(スポーツ少年団などもふくみます)

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 所属している	852 (78.5)
2 所属していない	234 (21.5)

問48 あなたは、運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日(週に3日以上)	857 (78.9)
2 時々(週に1~2日程度)	37 (3.4)
3 ときたま(月に1~3日程度)	62 (5.7)
4 しない	130 (12.0)

問49 問48で、「1・2・3 運動やスポーツをしている」と答えた人は、1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)

1つ選んで○をつけてください。

N=956 無回答=0 (0.0)

1 30分未満	36 (3.8)
2 30分以上1時間未満	74 (7.7)
3 1時間以上2時間未満	218 (22.8)
4 2時間以上	628 (65.7)

問50 あなたは、運動と食事の関連について関心がありますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=1,086 無回答=0 (0.0)

1 大いにある	248 (22.8)	3 ほとんどない	323 (29.7)
2 少しある	515 (47.4)		

問51 問50で、「1・2 運動と食事の関連について関心がある」と答えた人は、ふだん、運動のことを考えて食事をしていますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=763 無回答=0 (0.0)

1 いつも考える	123 (16.1)	2 時々考える	411 (53.9)	3 あまり考えない	198 (26.0)	4 考えない	31 (4.1)
----------	------------	---------	------------	-----------	------------	--------	----------

# みなさんの食生活のようす

(高等学校2年生)

地区番号		学校番号		整理番号	
性別	どちらかの数字に○をつけてください。			1 男	2 女

身長	体重
----	----

この調査は、みなさんがどのような食生活をしているかを知り、望ましい食生活のあり方を考えるための資料とするものです。

それ以外のことには使いませんので、ありのままを正確に教えてください。

回答の仕方については、それぞれの質問に対して、あてはまる答えに○印をつけてください。

また、具体的な内容を答える場合は、( ) の中に書いてください。

平成25年9月

群馬県教育委員会健康体育課

## 【今日の朝のことについてお聞きします】

問1 あなたは、今日、どのように目がさめましたか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	一人で自然に目がさめた	191	(23.5)
2	目ざまし時計で目がさめた	375	(46.2)
3	家の人に起こされて目がさめた	239	(29.4)
4	その他 ( )	7	(0.9)

問2 あなたの今日の目ざめぐあいは、どのようでしたか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	すっきりと目がさめた	108	(13.3)
2	少し眠かった	474	(58.4)
3	眠くてなかなか起きられなかった	230	(28.3)

問3 あなたは、今日、朝ごはんを食べましたか。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	食べた	788	(97.0)
2	食べなかった	24	(3.0)

問4 問3で、「1 食べた」と答えた人は、今日の朝ごはんは何を食べましたか。  
食べたものすべてに○をつけてください。

N=788 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	493	(62.6)
2	めん	21	(2.7)
3	パン (食パン・ロールパンなど)	197	(25.0)
4	調理パン (ハンバーガー・サンドイッチなど)	27	(3.4)
5	菓子パン (あんパン・メロンパンなど)	69	(8.8)
6	肉 (ハム・ソーセージなど)・魚・卵・大豆製品などのおかず	407	(51.6)
7	野菜のおかず	220	(27.9)
8	くだもの	119	(15.1)
9	お菓子	11	(1.4)
10	牛乳	166	(21.1)
11	乳製品 (ヨーグルト・チーズなど)	158	(20.1)
12	清涼飲料水 (ジュースなど)	87	(11.0)
13	お茶や水など甘味のない飲み物	298	(37.8)
14	みそ汁	162	(20.6)
15	スープ等	38	(4.8)
16	その他 ( )	58	(11.8)

## 【ふだんの昼食のことについてお聞きします】

問5 ふだん、学校のある日の昼食は、おもにどんなものを食べていますか。  
1回の昼食で食べているものすべてに○をつけてください。

	N=812	無回答=0	(0.0)
1 家庭から持参した自分で作った弁当	49	( 6.0)	
2 家庭から持参した家の人が作った弁当	750	(92.4)	
3 学校内で購入した弁当やパンなど	54	( 6.7)	
4 学校内の食堂のメニュー	3	( 0.4)	
5 登校途中のコンビニ等で購入したもの	39	( 4.8)	
6 その他 ( )	3	( 0.3)	

## 【ふだんの食生活のことについてお聞きします】

問6 あなたは、次のようなことに気をつけて食事をしていますか。  
それぞれの項目ごとに、「1 はい」、「2 いいえ」、「3 わからない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) 食事はゆっくりとよくかんで食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 328 (40.4)	2 いいえ 246 (30.3)	3 わからない 238 (29.3)	
(2) ご飯とおかずをかわるがわる食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 638 (78.6)	2 いいえ 117 (14.4)	3 わからない 57 (7.0)	
(3) 3回の食事は必ず食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 705 (86.8)	2 いいえ 78 (9.6)	3 わからない 29 (3.6)	
(4) 栄養のバランスを考えて食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 346 (42.6)	2 いいえ 263 (32.4)	3 わからない 203 (25.0)	
(5) できるだけ多くの食品を食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 374 (46.1)	2 いいえ 246 (30.3)	3 わからない 192 (23.6)	
(6) ジュースなどをのみすぎない	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 420 (51.7)	2 いいえ 273 (33.6)	3 わからない 119 (14.7)	
(7) お菓子やスナック菓子を食べすぎない	N=812	無回答=1	(0.1)
1 はい 554 (68.2)	2 いいえ 164 (20.2)	3 わからない 93 (11.5)	
(8) 塩からいものを食べすぎない	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 503 (61.9)	2 いいえ 182 (22.4)	3 わからない 127 (15.6)	
(9) 牛乳や小魚を食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 450 (55.4)	2 いいえ 259 (31.9)	3 わからない 103 (12.7)	
(10) 色のこい野菜を多く食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 347 (42.7)	2 いいえ 230 (28.3)	3 わからない 235 (28.9)	
(11) すききらいをしない	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 406 (49.9)	2 いいえ 324 (39.9)	3 わからない 83 (10.2)	
(12) 楽しく食べる	N=812	無回答=0	(0.0)
1 はい 589 (72.5)	2 いいえ 63 (7.8)	3 わからない 160 (19.7)	

問7 あなたが、食事を楽しいと感じるのは、次の中でどのようなときですか。  
3つまで選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	好きなものを食べる時	664	(81.8)
2	朝食の時	8	(1.0)
3	学校給食のある時	27	(3.3)
4	夕食の時	69	(8.5)
5	外食の時	261	(32.1)
6	バーベキューなどのような屋外で食べる時	362	(44.6)
7	自分で作ったり、手伝ったりしたものを食べる時	126	(15.5)
8	家族そろって食べる時	194	(23.9)
9	友達や地域のグループの仲間と食べる時	490	(60.3)
10	ひとりで食べる時	19	(2.3)
11	その他 ( )	12	(1.6)

問8 あなたは、ふだん食べている食品の生産地や旬（季節）などを考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	24	(3.0)
2	時々考える	320	(39.4)
3	あまり考えない	308	(37.9)
4	考えない	160	(19.7)

問9 あなたは、ふだん食べている食品の安全性について考えることがありますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「食品の安全性」とは、野菜の残留農薬（輸入野菜の農薬）・食品添加物や原材料  
賞味期限や消費期限の表示・遺伝子組み換え食品の使用などについてです。

N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも考える	115	(14.2)
2	時々考える	339	(41.7)
3	あまり考えない	266	(32.8)
4	考えない	92	(11.3)

問10 あなたは、ふだん外食をする時や食品を買う時に、栄養成分の表示を参考にしますか。  
1つ選んで○をつけてください。

※「栄養成分の表示」とは、お菓子や加工食品の袋にエネルギーやタンパク質などの  
栄養素をどれくらいふくむか（食べると、とることができる栄養素の量）が書いて  
あるものです。

【表示の例】ポテトチップスの袋

N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつもしている	125	(15.4)
2	時々している	280	(34.5)
3	あまりしていない	228	(28.1)
4	していない	179	(22.0)

主要成分 1袋 (90g) 当たり

エネルギー	499 kcal
タンパク質	4.2 g
脂質	31.7 g
炭水化物	49.2 g
ナトリウム	320 mg
(食塩相当量)	0.9 g



V. 資料

問11 あなたは、毎日朝ごはんを食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1 必ず食べる	728 (89.7)
2 1週間に2~3日食べないことがある	65 (8.0)
3 1週間に4~5日食べないことがある	7 (0.9)
4 ほとんど食べない	12 (1.5)

問12 問11で、「2・3 食べないことがある」、「4 ほとんど食べない」と答えた人は、朝ごはんを食べない理由はなんですか。  
その主な理由を1つ選んで○をつけてください。

N=84 無回答=2 (2.4)

1 食欲がないから	33 (27.2)
2 太りたくないから・ダイエットしているから	0 (0.7)
3 時間がないから	38 (51.0)
4 いつも食べないから	4 (6.0)
5 朝ごはんが用意されていないから	2 (0.4)
6 その他 ( )	5 (10.6)

問13 あなたは、朝ごはんを食べてから夕ごはんまでの間におやつ（清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1 ほとんど毎日2回以上食べる	145 (17.9)
2 ほとんど毎日1回食べる	246 (30.3)
3 1週間に4~5日食べる	144 (17.7)
4 1週間に2~3日食べる	168 (20.7)
5 ほとんど食べない	108 (13.3)

問14 問13で、「1・2・3・4 おやつを食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。  
よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。

N=703 無回答=0 (0.0)

1 ごはん	38 (5.4)
2 めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	34 (4.8)
3 パン（食パン・ロールパンなど）	64 (9.1)
4 調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	39 (5.5)
5 菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	204 (29.0)
6 くだもの	95 (13.5)
7 ケーキ	4 (0.6)
8 スナック菓子	338 (48.1)
9 牛乳	49 (7.0)
10 乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	68 (9.7)
11 清涼飲料水（ジュースなど）	447 (63.6)
12 アイスクリーム・氷菓子	264 (37.6)
13 その他 ( )	18 (2.6)

問15 あなたは、夕ごはんを食べてから寝るまでに夜食（清涼飲料水などのジュースを飲むこともふくむ）を食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=812 無回答=0 (0.0)

1	ほとんど毎日食べる	142	(17.5)
2	1週間に4～5日食べる	100	(12.3)
3	1週間に2～3日食べる	162	(20.0)
4	ほとんど食べない	408	(50.2)

問16 問15で、「1・2・3 夜食を食べる」と答えた人は、よく食べるものは何ですか。よく食べるものを3つまで選んで○をつけてください。 N=404 無回答=0 (0.0)

1	ごはん	22	(90.3)
2	めん（カップめん・インスタントラーメンなどをふくむ）	47	(52.7)
3	パン（食パン・ロールパンなど）	13	(3.2)
4	調理パン（ハンバーガー・サンドイッチなど）	4	(1.0)
5	菓子パン（あんパン・メロンパンなど）	29	(7.2)
6	くだもの	75	(18.6)
7	ケーキ	14	(3.5)
8	スナック菓子	110	(27.2)
9	牛乳	62	(16.8)
10	乳製品（ヨーグルト・チーズなど）	62	(15.3)
11	清涼飲料水（ジュースなど）	263	(65.1)
12	アイスクリーム・氷菓子	179	(44.3)
13	その他（ ）	7	(1.7)

問17 あなたは、すききらいなく何でも食べますか。1つ選んで○をつけてください。 N=518 無回答=0 (0.0)

1	何でも食べる	294	(36.2)
2	少しすききらいがある	418	(51.5)
3	きれいなものがたくさんある	100	(12.3)

問18 問17で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、あなたのきれいな食べ物はなんですか。きれいな食べ物すべてに○をつけてください。 N=518 無回答=0 (0.0)

1	色のうすい淡色野菜（きゅうり・キャベツ・たまねぎ・なすなど）	119	(23.0)
2	色のこい緑黄色野菜（にんじん・ピーマン・ほうれん草・かぼちゃなど）	190	(36.7)
3	牛乳	62	(12.0)
4	乳製品（ヨーグルト・チーズ・バターなど）	19	(3.7)
5	豆や豆製品（大豆・豆腐・納豆など）	81	(15.6)
6	きのこ（しいたけ・しめじ・えのきだけ・なめこなど）	140	(27.0)
7	いも（じゃがいも・さつまいも・さといもなど）	11	(2.1)
8	肉（豚肉・とり肉・牛肉・ハム・ウインナーなど）	22	(4.2)
9	魚（さんま・いわし・ちくわ・さつまあげなど）	74	(14.3)
10	その他（ ）	117	(22.6)

問19 問17で、「2 少しすききらいがある」、「3 きれいなものがたくさんある」と答えた人は、食事の時どのようにしていますか。1つ選んで○をつけてください。 N=518 無回答=3 (0.6)

1	がまんして食べる	141	(27.2)
2	学校では食べるが家では食べない	66	(12.7)
3	時々食べる	199	(38.4)
4	食べない	109	(21.0)

V. 資料

問20 あなたの好きな料理は何ですか。好きな料理すべてに○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1	カレーライス	466 (60.6)	12	クリームシチュー	388 (49.6)
2	すし	559 (68.5)	15	ポタージュスープ	402 (56.4)
3	チャーハン	391 (49.3)	14	ハンバーグ	493 (63.0)
4	オムライス・オムソバ	437 (57.9)	15	焼き肉	531 (70.5)
5	ピザ	498 (65.0)	16	ステーキ	437 (58.9)
6	ハンバーガー	442 (55.8)	23	からあげ	523 (66.8)
7	ラーメン	576 (69.0)	24	サラダ	440 (56.8)
8	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	541 (74.1)	25	漬け物	284 (35.3)
9	うどん・きしめん	447 (55.3)	20	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	663 (82.3)
10	焼きそば	345 (43.5)	21	グラタン・ドリア	490 (66.1)
11	そば (日本そば)	326 (42.8)	22	その他 ( )	52 (6.4)

問21 あなたのきれいな料理は何ですか。きれいな料理すべてに○をつけてください。

※食物アレルギーなどで医師から禁止されている (食べてはいけないと言われている)

食品はのぞいてこたえてください。

N=812 無回答=198 (24.4)

1	カレーライス	25 (3.1)	12	酢豚	143 (17.6)
2	すし	34 (4.2)	13	漬け物	131 (16.1)
3	パスタ (スパゲティ、マカロニなど)	13 (1.6)	14	サラダ	39 (4.8)
4	そば (日本そば)	50 (6.2)	15	野菜いため	55 (6.8)
5	うどん・きしめん	9 (1.1)	16	なす料理	253 (31.2)
6	みそ汁	10 (1.2)	19	デザート (アイスクリーム、ケーキなど)	4 (0.5)
7	クリームシチュー	19 (2.3)	18	煮物	56 (6.9)
8	ポタージュスープ	27 (3.3)	19	酢の物	243 (29.9)
9	さしみ	80 (9.9)	20	天ぷら	27 (3.3)
10	焼き魚	65 (8.0)	21	その他 ( )	54 (6.7)
11	煮魚	68 (8.4)			

### 【食品のおもな働きと、おもな栄養素についてお聞きします】

問22 食品のおもな働きには「おもに体をつくるもとになる」、「おもにエネルギーのもとになる」

「おもに体の調子を整えるもとになる」があります。

それぞれの食品のおもな働きについて、あてはまるものを

1つ選んで○をつけてください。

	おもに体をつくるもとになる	おもにエネルギーのもとになる	おもに体の調子を整えるもとになる	N=812 無回答
(1) 米 飯	124 (15.3)	681 (83.9)	6 (0.7)	1 (0.1)
(2) 魚	680 (83.7)	107 (13.2)	22 (2.7)	3 (0.4)
(3) 野 菜	48 (5.9)	18 (2.2)	745 (91.7)	1 (0.1)
(4) パ ン	107 (13.2)	694 (85.5)	9 (1.1)	2 (0.2)
(5) 牛 乳	667 (82.1)	69 (8.5)	74 (9.1)	2 (0.2)
(6) くだもの	17 (2.1)	29 (3.6)	764 (94.1)	2 (0.2)

問23 それぞれの食品に含まれる主な栄養素について、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

	炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	ビタミン	N=812 無回答
(1) 米飯	798 (98.3)	1 (0.1)	12 (1.5)	0 (0.0)	0 (0.0)	1 (0.1)
(2) 魚	12 (1.5)	78 (9.6)	679 (83.6)	37 (4.6)	5 (0.6)	1 (0.1)
(3) 野菜	4 (0.5)	2 (0.2)	13 (1.6)	131 (16.1)	661 (81.4)	1 (0.1)
(4) パン	767 (94.5)	7 (0.9)	25 (3.1)	6 (0.7)	1 (0.1)	6 (0.7)
(5) 牛乳	9 (1.1)	207 (25.5)	304 (37.4)	283 (34.9)	7 (0.9)	2 (0.2)
(6) くだもの	3 (0.4)	3 (0.4)	3 (0.4)	32 (3.9)	770 (94.8)	1 (0.1)

問24 学校では、食に関して学習することがありますか。あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。  
N=812 無回答=3 (0.4)

1 よくある 15 (1.8)	2 時々ある 185 (22.8)	3 たまにある 325 (40.0)	4 ない 284 (35.0)
-----------------	-------------------	--------------------	-----------------

### 【ふだんの家庭での食事のことについてお聞きします】

問25 あなたは、家での食事の時間が楽しみですか。

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

1 いつも楽しみ 296 (36.5)	2 時々楽しみ 405 (49.9)	3 あまり楽しみでない 91 (11.2)	4 楽しみでない 20 (2.5)
------------------------	-----------------------	--------------------------	----------------------

問26 あなたは、家での食事のとき「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしますか。  
1つ選んで○をつけてください。  
N=812 無回答=0 (0.0)

1 いつもする 532 (65.5)	2 時々する 172 (21.2)	3 あまりしない 67 (8.3)	4 しない 41 (5.0)
-----------------------	----------------------	----------------------	-------------------

問27 あなたは、ふだん食事の準備や後片付けで家の人の手伝いをしますか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。

N=812 無回答=0 (0.0)

どれもあてはまらない場合は「7 していない」に○をつけてください。

1 買い物 170 (20.9)	5 食器洗い 189 (23.3)
2 料理の手伝い 152 (18.7)	6 その他 ( ) 6 (0.7)
3 テーブルの準備 462 (56.9)	7 していない 87 (10.7)
4 後かたづけ 586 (72.2)	

V. 資料

問28 あなたは、いつも、どのように食事をしていますか。  
 <朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん> N=812 無回答=2 (0.2)

1 家族そろって食べる	124 (15.3)	4 一人で食べる	416 (51.2)
2 大人の家族の誰かと食べる	142 (17.5)	5 その他 ( )	23 (2.8)
3 子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	105 (12.9)		

<夕ごはん> N=812 無回答=3 (0.4)

1 家族そろって食べる	400 (49.3)	4 一人で食べる	147 (18.1)
2 大人の家族の誰かと食べる	179 (22.0)	5 その他 ( )	47 (5.8)
3 子どもだけ(兄弟・姉妹)で食べる	36 (4.4)		

問29 あなたは、ふだん食事をするのに、どのくらいの時間をかけていますか。  
 <朝ごはん><夕ごはん>それぞれについて、1つ選んで○をつけてください。

<朝ごはん> N=812 無回答=1 (0.1)

1 15分未満	2 15分～30分未満	3 30分～1時間未満	4 1時間以上
451 (55.5)	329 (40.5)	29 (3.6)	2 (0.2)

<夕ごはん> N=812 無回答=4 (0.5)

1 15分未満	2 15分～30分未満	3 30分～1時間未満	4 1時間以上
50 (6.2)	422 (52.0)	318 (39.2)	18 (2.2)

問30 あなたは、食事の時、家族から食事について何か言われますか。  
1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=2 (0.2)

1 よく言われる	54 (6.7)	3 あまり言われない	280 (34.5)
2 時々言われる	238 (29.3)	4 言われない	238 (29.3)

問31 問30で、「1 よく言われる」、「2 時々言われる」と答えた人は、家族に言われる内容はなんですか。その内容をすべて選んで○をつけてください。

N=292 無回答=0 (0.0)

1 食事前の手洗い	6 (2.1)	10 ひじをついたまま食べない	86 (29.5)
2 食べる姿勢	102 (34.9)	11 口にもものを入れたまま話さない	25 (8.6)
3 すききらい	90 (30.8)	12 食事中に席を離れない	15 (5.1)
4 はしの持ち方	39 (13.4)	13 携帯電話をいじりながら食べない	94 (32.2)
5 食器の持ち方	42 (14.4)	16 よくかむ	32 (11.0)
6 あいさつ	13 (4.5)	15 残さず食べる	45 (15.4)
7 食べるはやさ	52 (17.8)	16 後かたづけ	73 (25.0)
8 テレビを見ながら食べる	42 (14.4)	17 その他 ( )	12 (4.1)
9 大きな声で話さない	3 (1.0)		

問32 あなたは、自分で米飯、みそ汁を作ることができますか。〈米飯〉、〈みそ汁〉それぞれについて1つ選んで○をつけてください。(インスタントの米飯、みそ汁は除く)

N=812 無回答=0 (0.0)

〈米 飯〉	1 米飯をたくことができる	722 (88.9)	2 できない	90 (11.1)
-------	---------------	------------	--------	-----------

N=812 無回答=0 (0.0)

〈みそ汁〉	1 みそ汁を作ることができる	618 (76.1)	2 できない	194 (23.9)
-------	----------------	------------	--------	------------

問33 (問32で米飯をたくことができると答えた人に)あなたは、どのくらい米飯をたいていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=722 無回答=0 (0.0)

1 ほとんど毎日	18 (2.5)	4 月に2、3回くらい	120 (16.6)
2 1週間に2、3回くらい	44 (6.1)	5 月に1回くらい	55 (7.6)
3 1週間に1回くらい	48 (6.6)	6 月に1回よりも少ない	437 (60.5)

問34 (問32でみそ汁を作ることができる人と答えた人に)あなたは、どのくらいみそ汁を作っていますか。1つ選んで○をつけてください。

N=618 無回答=1 (0.2)

1 ほとんど毎日	3 (0.5)	4 月に2、3回くらい	62 (10.0)
2 1週間に2、3回くらい	12 (1.9)	5 月に1回くらい	46 (7.4)
3 1週間に1回くらい	19 (3.1)	6 月に1回よりも少ない	475 (76.9)

## 【ふだんのようすについてお聞きします】

問35 あなたは、ふだん(学校のある日)の夜は、何時頃に寝ることが多いですか。1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=2 (0.2)

1 8時台	5 (0.6)	5 午前0時台	410 (50.5)
2 9時台	7 (0.9)	6 午前1時より後	131 (16.1)
3 10時台	36 (4.4)	7 その他 ( )	5 (0.6)
4 11時台	216 (26.6)		

問36 あなたのふだんの睡眠時間は、およそ何時間くらいですか。1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1 5時間未満	74 (9.1)	4 7～8時間未満	94 (11.6)
2 5～6時間未満	344 (42.4)	5 8～9時間未満	6 (0.7)
3 6～7時間未満	292 (36.0)	6 9時間以上	1 (0.1)

問37 あなたは、いつもの睡眠で休養が十分とれていると思いますか。1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=2 (0.2)

1 十分とれている	55 (6.8)	4 まったくとれていない	58 (7.1)
2 まあとれている	341 (42.0)	5 わからない	37 (4.6)
3 あまりとれていない	319 (39.3)		

V. 資料

問38 あなたは、毎日、便がでますか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=812 無回答=2 (0.2)

1	毎日、同じころにでる	232	(28.6)
2	毎日ですが、時間はいろいろ	279	(34.4)
3	ときどき、でないことがある	254	(31.3)
4	何日もでないことがある	45	(5.5)

問39 問38で、「1 毎日、同じころにでる」と答えた人は、「いつ」でますか。  
1つ選んで○をつけてください。 N=232 無回答=0 (0.0)

1	朝	205	(88.4)
2	学校にいるとき	2	(0.9)
3	夕方	11	(4.7)
4	夜	14	(6.0)

問40 あなたは、次のようなことを感じることはありませんか。  
それぞれの項目ごとに、「1 いつも感じる」、「2 しばしば感じる」、「3 時々感じる」、「4 感じない」のうち、あてはまるものを1つ選んで○をつけてください。

(1) からだがだるい N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	82 (10.1)		354 (43.6)		310 (38.2)		66 (8.1)

(2) つかれる N=812 無回答=1 (0.1)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	179 (22.0)		387 (47.7)		216 (26.6)		29 (3.6)

(3) 肩がこる N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	124 (15.3)		205 (25.2)		230 (28.3)		253 (31.2)

(4) 頭痛がする N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	36 (4.4)		181 (22.3)		306 (37.7)		289 (35.6)

(5) 目が疲れる N=812 無回答=1 (0.1)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	109 (13.4)		291 (35.8)		289 (35.6)		122 (15.0)

(6) 何もやる気が起こらない N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	113 (13.9)		275 (33.9)		324 (39.9)		100 (12.3)

(7) イライラする N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	39 (4.8)		201 (24.8)		374 (46.1)		198 (24.4)

(8) 近頃、元気がない N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	46 (5.7)		148 (18.2)		316 (38.9)		302 (37.2)

(9) とても気がふさいでいる N=812 無回答=1 (0.1)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	22 (2.7)		93 (11.5)		256 (31.5)		440 (54.2)

(10) とても悲しい N=812 無回答=0 (0.0)

1	いつも感じる	2	しばしば感じる	3	時々感じる	4	感じない
	18 (2.2)		53 (6.5)		197 (24.3)		544 (67.0)

問4 1 あなた自身のことについて、それぞれ、あてはまるもの1つを選んで○をつけてください。

(1) わたしは自分が好きです N=812 無回答=3 (0.4)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	34 (4.2)		230 (28.3)		395 (48.6)		150 (18.5)

(2) わたしは、たいていのことなら自分でできます N=812 無回答=3 (0.4)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	52 (6.4)		404 (49.8)		293 (36.1)		60 (7.4)

(3) わたしはみんなから好かれています N=812 無回答=3 (0.4)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	25 (3.1)		329 (40.5)		369 (45.4)		86 (10.6)

(4) わたしは、大事に育てられてきたと思います N=812 無回答=2 (0.2)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	279 (34.4)		443 (54.6)		77 (9.5)		11 (1.4)

(5) わたしは、生まれてきてよかったです N=812 無回答=2 (0.2)

1	とてもそう思う	2	まあそう思う	3	あまりそう思わない	4	思わない
	324 (39.9)		369 (45.4)		96 (11.8)		21 (2.6)

問4 2 あなたは、現在の自分の体型についてどう思いますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1	「太っている」と思う	103	(12.7)
2	「太りぎみ」と思う	205	(25.2)
3	「ふつう」と思う	349	(43.0)
4	「やせぎみ」と思う	104	(12.8)
5	「やせている」と思う	50	(6.2)

問4 3 あなたは、「体重を減らしたいと思ったり」、「減らすための努力や経験をしたこと」がありますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1	太りすぎと医師や先生に言われ、指導を受け、実行したことがある	5	(0.6)
2	やせたいと思って実行したことがある	303	(37.3)
3	したいと思っただが、まだ実行したことがない	161	(19.8)
4	思ったことがない	342	(42.1)



### 【ふだんの運動のことについてお聞きします】

問44 あなたは、運動部やスポーツクラブにはいついていますか。(スポーツ少年団などもふくみます)

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=1 (0.1)

1 所属している	485 (59.7)
2 所属していない	326 (40.1)

問45 あなたは、運動やスポーツをどのくらいしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=5 (0.6)

1 ほとんど毎日(週に3日以上)	478 (58.9)
2 時々(週に1~2日程度)	82 (10.1)
3 ときたま(月に1~3日程度)	100 (12.3)
4 しない	147 (18.1)

問46 問47で、「1・2・3 運動やスポーツをしている」と答えた人は、1日にどのくらいの時間、運動やスポーツをしていますか。(学校の体育の授業をのぞきます)

1つ選んで○をつけてください。

N=660 無回答=2 (0.3)

1 30分未満	66 (10.0)
2 30分以上1時間未満	94 (14.2)
3 1時間以上2時間未満	138 (20.9)
4 2時間以上	360 (54.5)

問47 あなたは、運動と食事の関連について関心がありますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=812 無回答=3 (0.4)

1 大いにある	223 (27.5)	3 ほとんどない	278 (34.2)
2 少しある	308 (37.9)		

問48 問47で、「1・2 運動と食事の関連について関心がある」と答えた人は、ふだん、運動のことを考えて食事をしていますか。

1つ選んで○をつけてください。

N=531 無回答=10 (1.9)

1 いつも考える	86 (16.2)	2 時々考える	260 (49.0)	3 あまり考えない	151 (28.4)	4 考えない	24 (4.5)
----------	-----------	---------	------------	-----------	------------	--------	----------

### 3. 児童生徒の食生活等実態調査委員会設置要綱

#### 平成25年度群馬県児童生徒の食生活等実態調査委員会設置要綱

##### 1 目 的

児童生徒の食生活等実態調査を円滑かつ効果的に実施し、今後の学校における食育推進の方向性を検討するため、児童生徒の食生活等実態調査委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

##### 2 検討内容

委員会は、次に掲げる事項について検討するものとする。

- (1) 食生活等実態調査における、調査内容及び調査項目について
- (2) 集計結果及び解析結果に基づいた児童生徒の食に関する状況について
- (3) 今後の学校における食育推進の方向性について
- (4) 調査結果報告書への掲載事項について
- (5) その他、委員長が食育の推進について必要と認める事項について

##### 3 委 員

委員は、群馬県教育関係職員、群馬県職員又は学識経験者等の中から群馬県教育委員会教育長が命じ、又は委嘱する。

##### 4 任 期

委員の任期は、任命及び委嘱された日から平成26年3月31日までとする。

##### 5 会 務

- (1) 調査委員会に、委員長を置く。
- (2) 委員長は健康体育課長をもって充てる。
- (3) 委員長は、会務を総理する。
- (4) 委員長に事故あるときは、委員長があらかじめ指名した副委員長がその職務を代行する。

##### 6 会 議

- (1) 会議は、委員長が召集する。
- (2) 議長は、委員長がこれに当たる。
- (3) 会議は、委員の過半数の出席がなければ開くことができない。
- (4) 議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは委員長の決するところによる。

##### 7 庶 務

調査委員会の庶務は、群馬県教育委員会健康体育課において処理する。

##### 附 則

この要綱は、平成25年6月3日から施行する。

#### 4. 児童生徒の食生活等実態調査委員会委員名簿

##### 平成25年度児童生徒の食生活等実態調査委員会委員名簿

###### <委員>

林 康宏	群馬県教育委員会健康体育課長
今泉 友一	群馬県学校医会長
小川 清一	群馬県学校歯科医会副会長
石井 直人	群馬県薬剤師会常務理事
小山 洋	群馬大学大学院医学系研究科公衆衛生学教授
笠原 賀子	元桐生大学医療保健学部栄養学科長
篠原 智彦	群馬県給食教育研究会長（中之条町立沢田小学校長）
北村 雅子	群馬県養護教諭会長（大泉町立北中学校養護教諭）
玉井 久美	群馬県学校栄養士会長（藤岡市学校給食センター栄養専門員）
植杉 充	保健予防課健康増進係長
阿部 絹子	食品安全課食育推進係長

###### <教育委員会事務局>

植松 啓祐	健康体育課次長
小池 俊英	健康体育課学校安全・給食係係長
霜田 美幸	〃 主任指導主事
中島 和子	〃 指導主事

群馬県児童生徒の食生活等実態調査  
結果報告書

---

---

平成27年3月発行

発行・編集 群馬県教育委員会  
健康体育課  
住 所 〒371-8570  
群馬県前橋市大手町 1-1-1  
電 話 027(226)4709  
F A X 027(224)8780

---

---