

3 児童・生徒対象調査

1) 食生活について

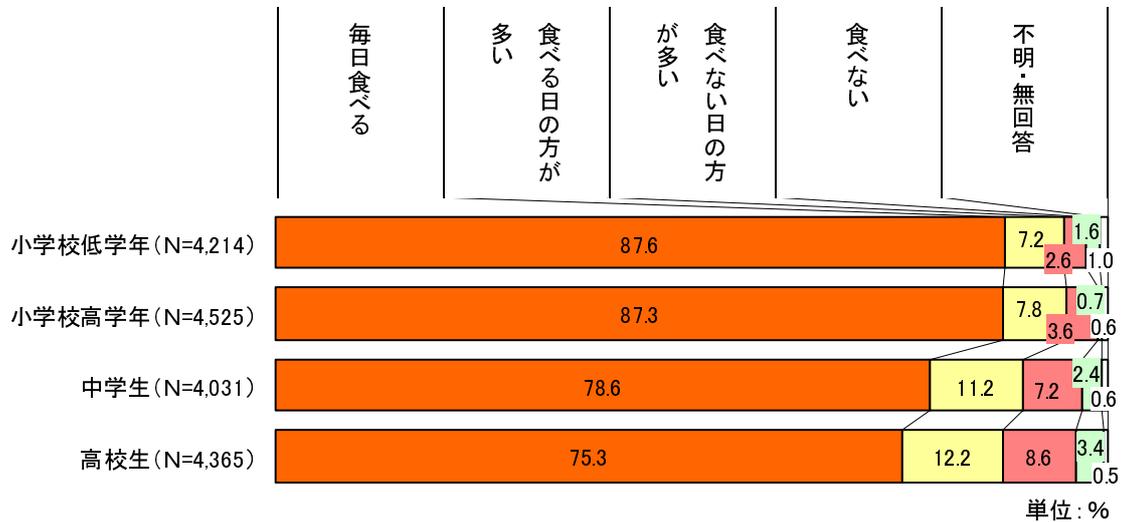
◆学校に行く日の朝食は食べていますか。

朝食を食べない人の割合は、成長とともに高くなっています。

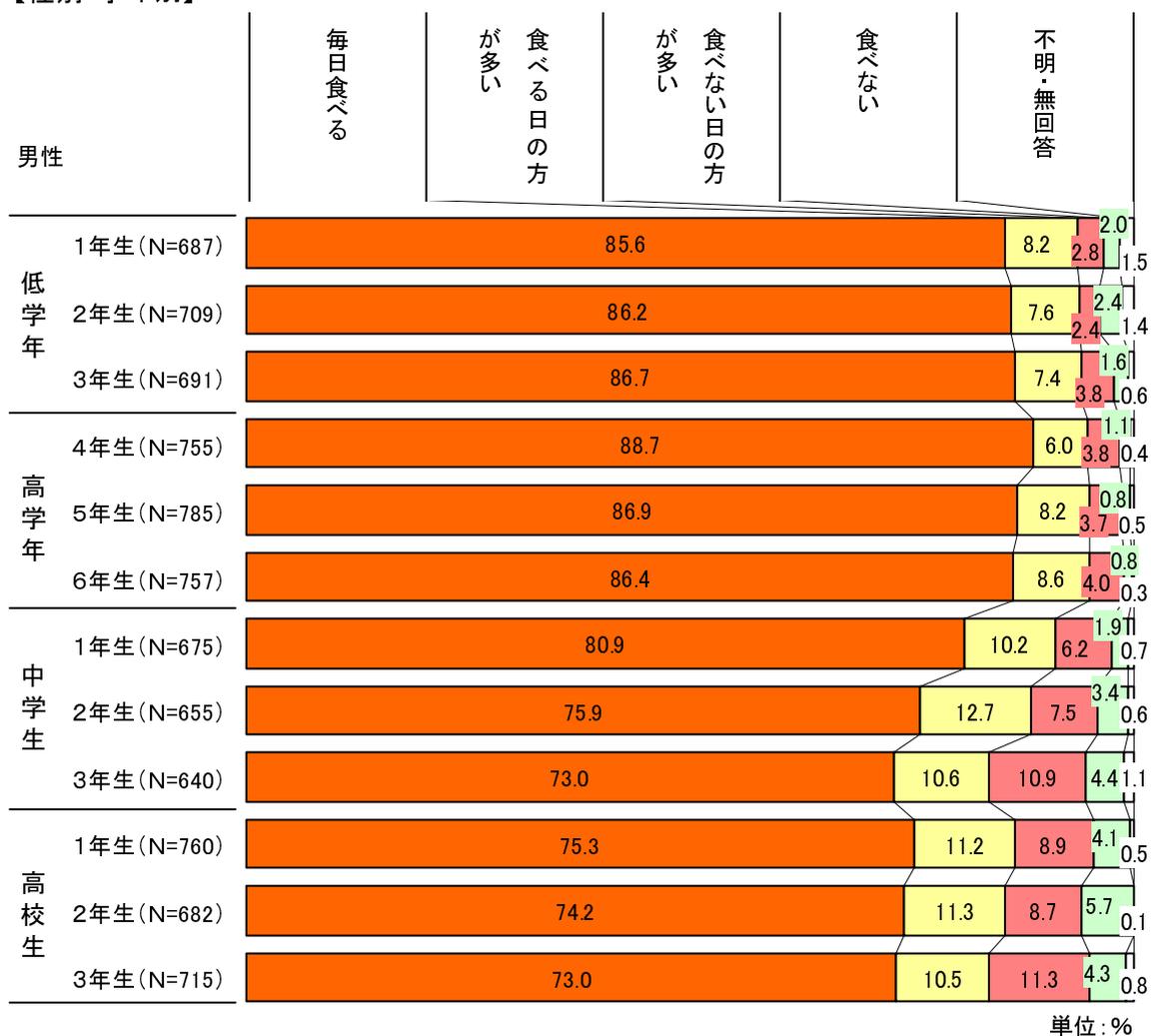
すべての段階において「毎日食べる」が最も高くなっていますが、小学校低学年では87.6%なのに対して、高校生では75.3%と、段階が上がるにつれてその数値は低くなる傾向にあります。「食べない」は段階が上がるにつれて高くなっています。

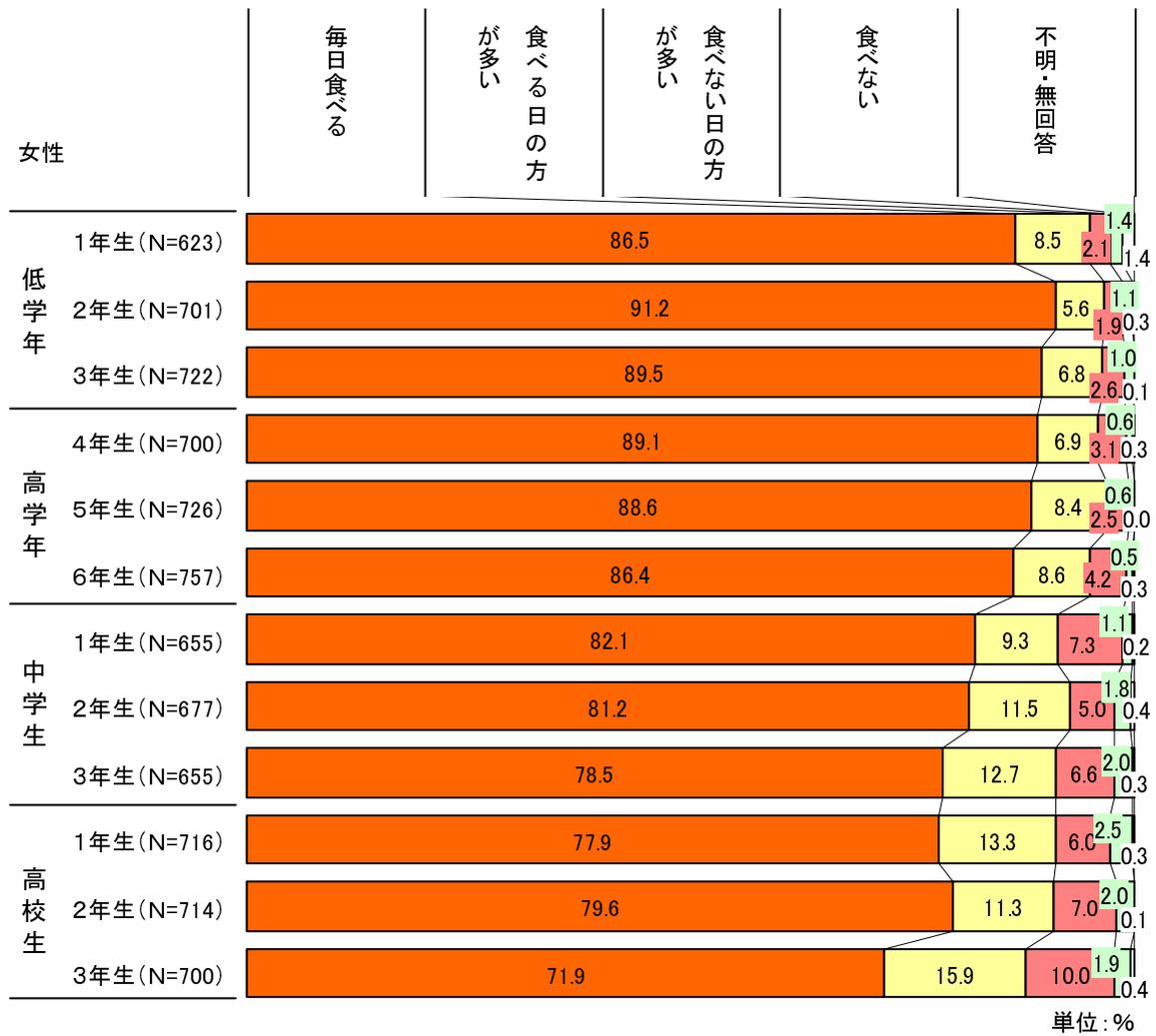
性・学年別にみると、男性・女性ともに中学生になると「毎日食べる」が低くなる傾向にあります。

【小・中・高別】



【性別・学年別】





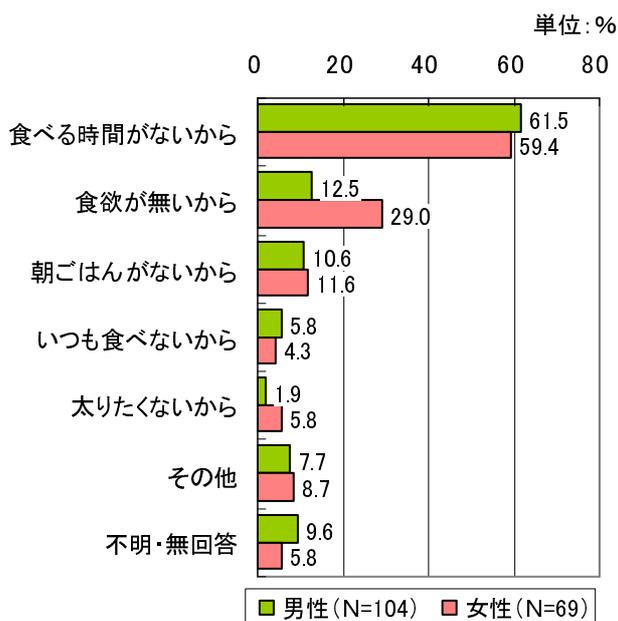
◆朝食を食べない理由は何ですか。

食べない一番の理由は「食べる時間がないから」となっています。

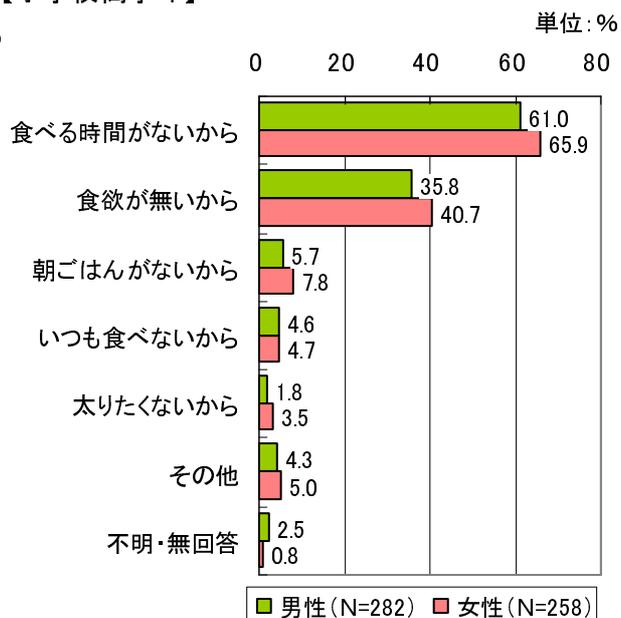
すべての段階において「食べる時間がないから」と「食欲が無いから」が高くなっています。特に「食べる時間がないから」は5割以上となっています。また、小学校低学年は「朝ごはんがないから」が1割以上みられ、他の段階と比べてやや高くなっています。

性別にみると、男性・女性ともに「食欲が無いから」は女性の方が高くなっています。

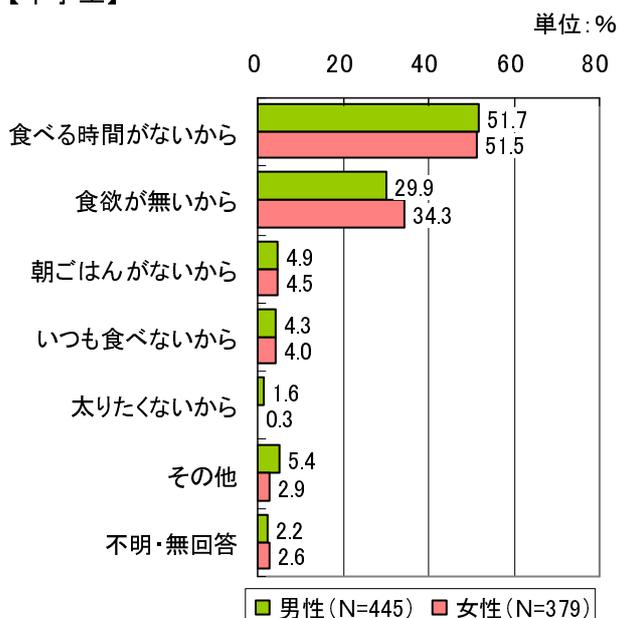
【小学校低学年】



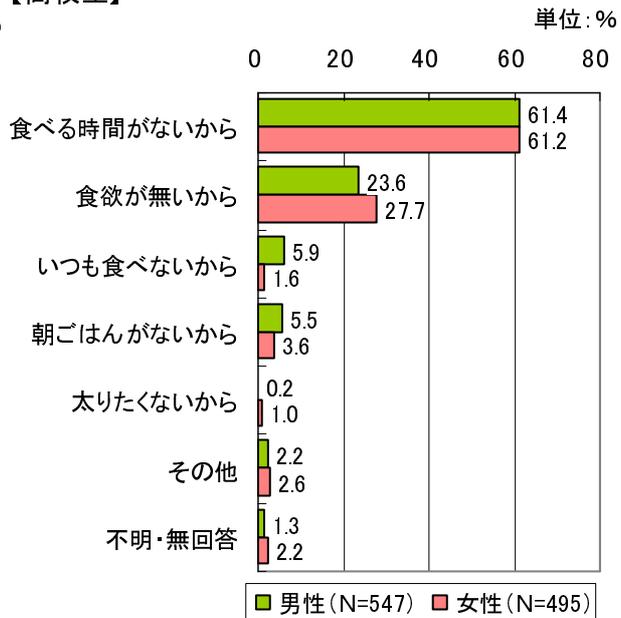
【小学校高学年】



【中学生】



【高校生】

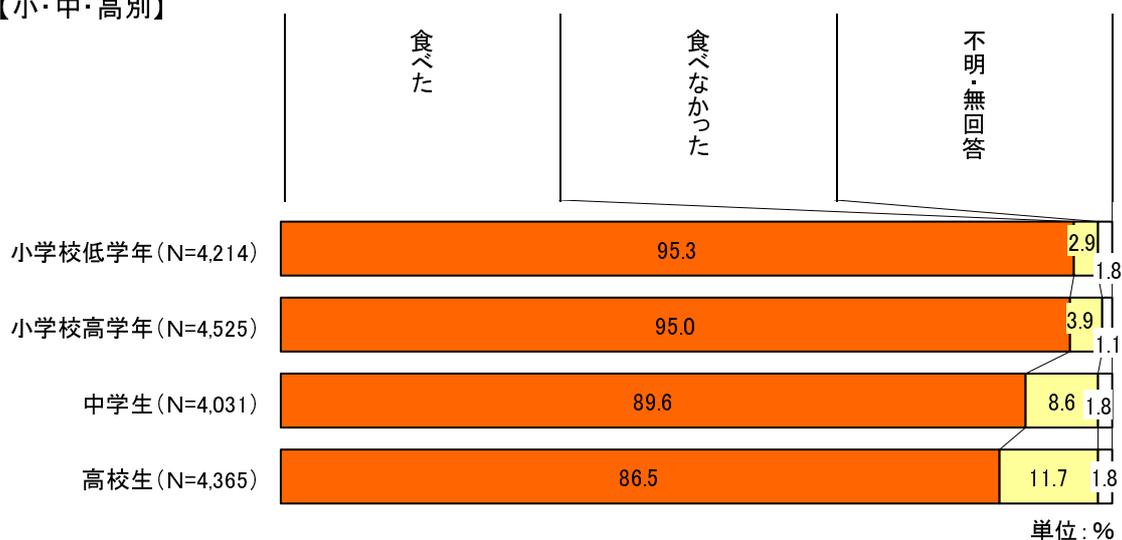


◆今朝は朝食を食べましたか。

当日の朝食摂取率は中学生以上で9割を切っています。

すべての段階において「食べた」が高く、小学校低学年・高学年はそれぞれ95.3%、95.0%と9割を超えており、中学生・高校生ではそれぞれ89.6%、86.5%となっています。段階が上がるにつれて割合が低くなる傾向にあります。

【小・中・高別】

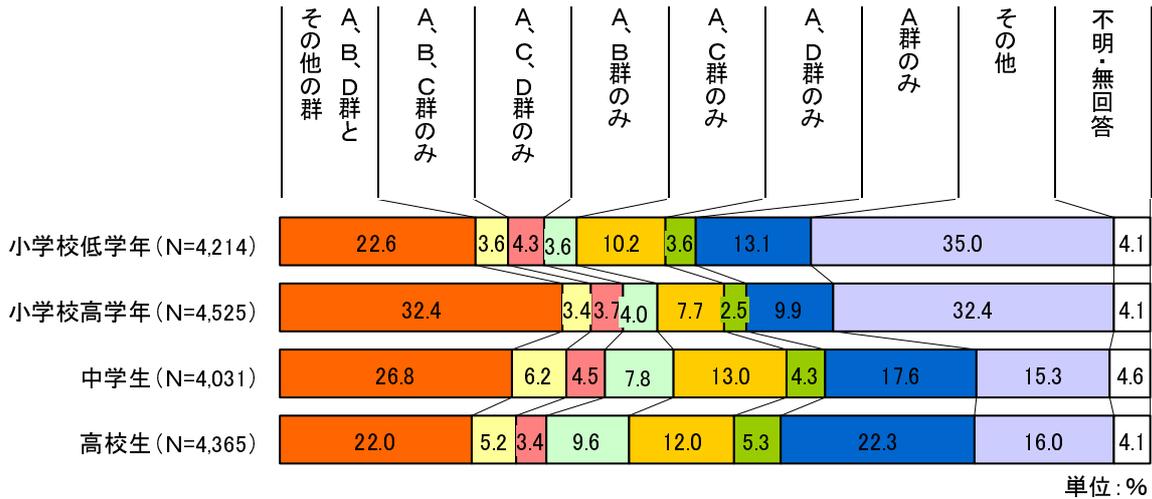


◆食べた人は食べたものをAからE群ごとに選んでください。また、食べなかった人は朝食でよく食べるものを選んでください。

学年が低くなるほど、主食を食べない割合が高い傾向にあります。

A群を含まない「その他の群」の割合は小学校低学年で35.0%、高学年で32.4%と、それぞれ最も高くなっています。また段階が上がるにつれて「A群のみ」の割合が高くなり、高校生では22.3%と最も高くなっています。

【小・中・高別】



【参考】

A群	1 なし 2 ごはん 3 食パン 4 調理パン 5 菓子パン 6 コーンフレーク
B群	1 なし 2 卵料理 3 魚類（ちりめんじゃこ・かまぼこなども含む） 4 肉類（ハム・ソーセージも含む） 5 納豆
C群	1 なし 2 牛乳 3 ヨーグルト 4 チーズ
D群	1 なし 2 野菜料理（サラダ・煮物・おひたしなど） 3 くだもの 4 みそ汁 5 漬け物
E群	1 なし 2 ゼリー 3 野菜ジュース 4 清涼飲料水 5 おかし
その他	()

◆朝食は誰と食べることが多いですか。

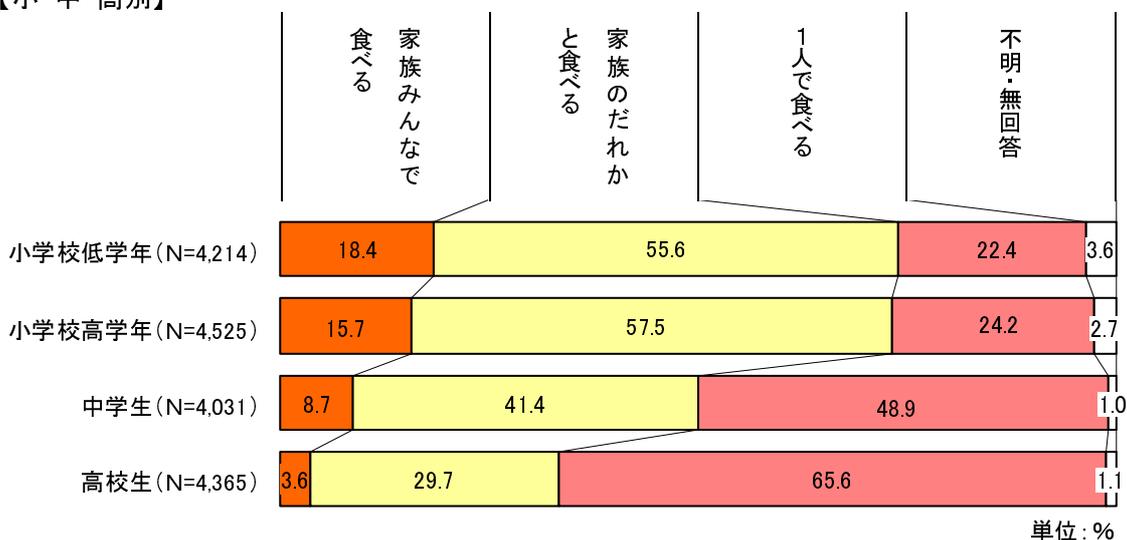
中学生を境に、1人で朝食を摂る割合が増え始めます。

小学校低学年・高学年は「家族のだれかと食べる」が5割以上で最も高く、次いで「1人で食べる」が続いています。しかし中学生・高校生になると、「1人で食べる」がそれぞれ48.9%、65.6%と最も高く、次いで「家族のだれかと食べる」がそれぞれ41.4%、29.7%と小学生時と順位が逆転しています。

また、小学生は低学年・高学年ともに『誰かと食べる』（「家族みんなで食べる」と「家族のだれかと食べる」の合計）が7割を超えています。中学生以上になるとそれぞれ50.1%、33.3%と20~40ポイント低くなり、代わりに「1人で食べる」がそれぞれ48.9%と65.6%と高くなっています。

「家族みんなで食べる」は各段階を通して最も低くなっています。

【小・中・高別】



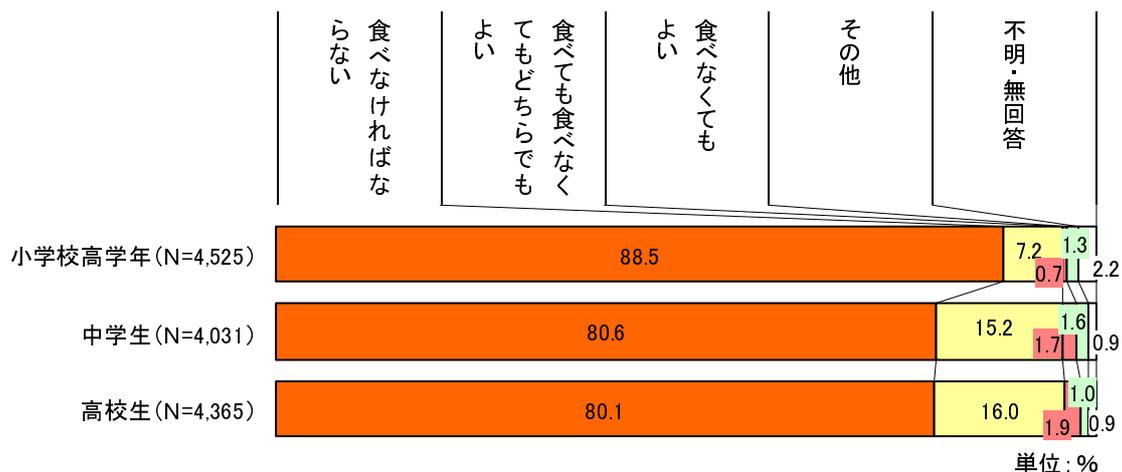
◆朝食についてどう思いますか。

8割以上が、朝食を「食べなければならない」と考えています。

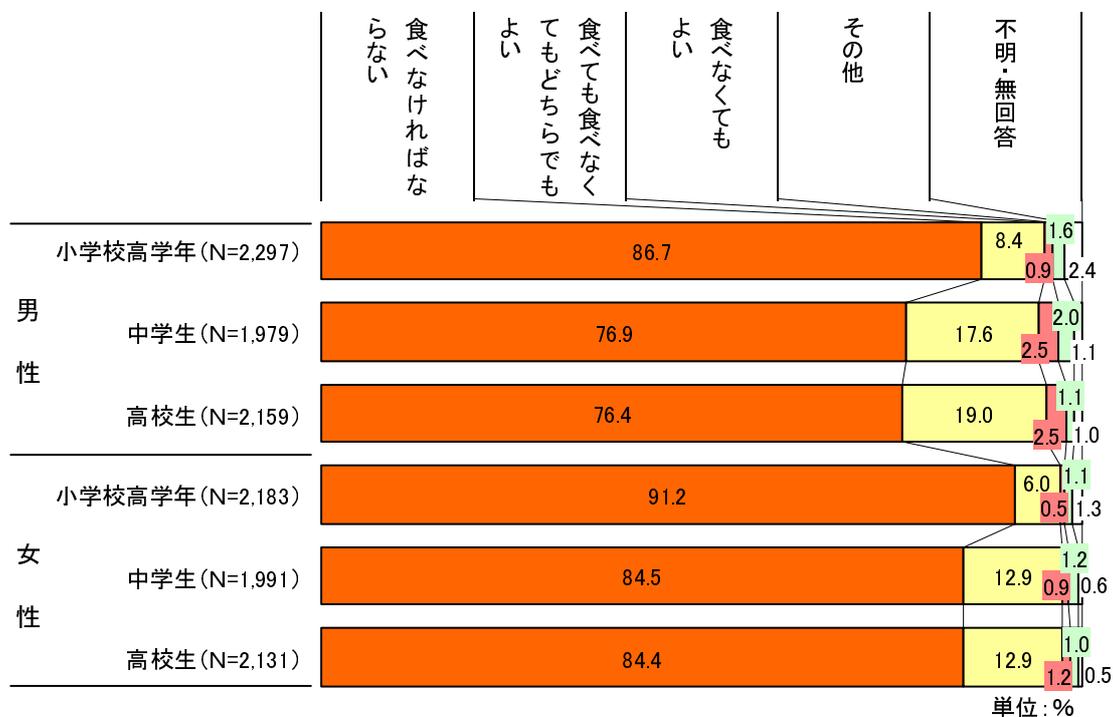
「食べなければならない」が各段階ともに最も高く、小学校高学年で 88.5%、中学生で 80.6%、高校生で 80.1%とそれぞれ 8 割を超えています。

性別にみると男性より女性の方が「食べなければならない」が高くなっています。また、男性・女性ともに段階が上がるにつれて「食べなければならない」が低くなる傾向にあります。

【小・中・高別】



【性別、小・中・高別】

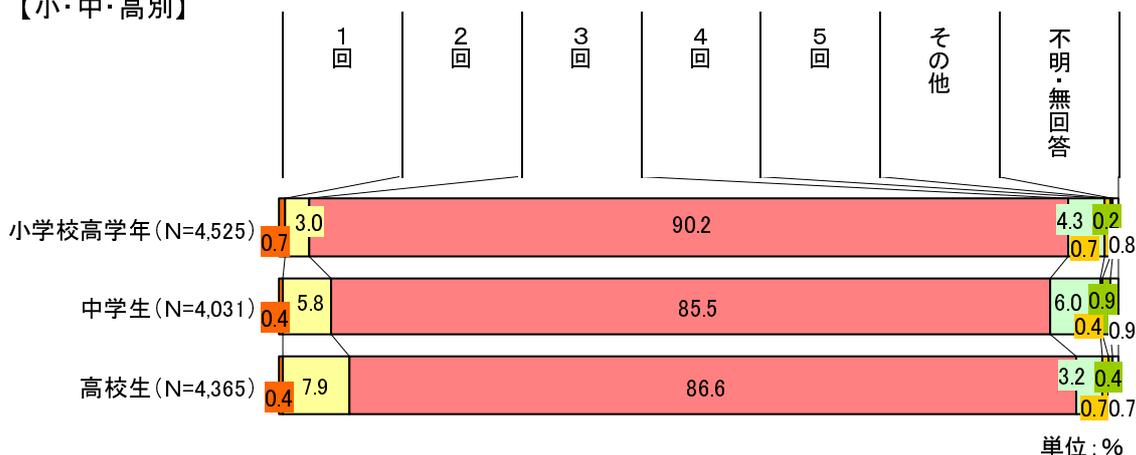


◆一日に何回食事をとりますか。

1日の食事が2回の方は、学年が上がるにつれて増加傾向にあります。

各段階ともに「3回」が最も高く、小学校高学年では90.2%、中学生では85.5%、高校生では86.6%となっています。また、段階が上がるにつれて、「2回」が高くなる傾向にあり、小学校高学年で3.0%、中学生で5.8%、高校生で7.9%となっています。

【小・中・高別】



◆夕食は誰と食べる人が多いですか。

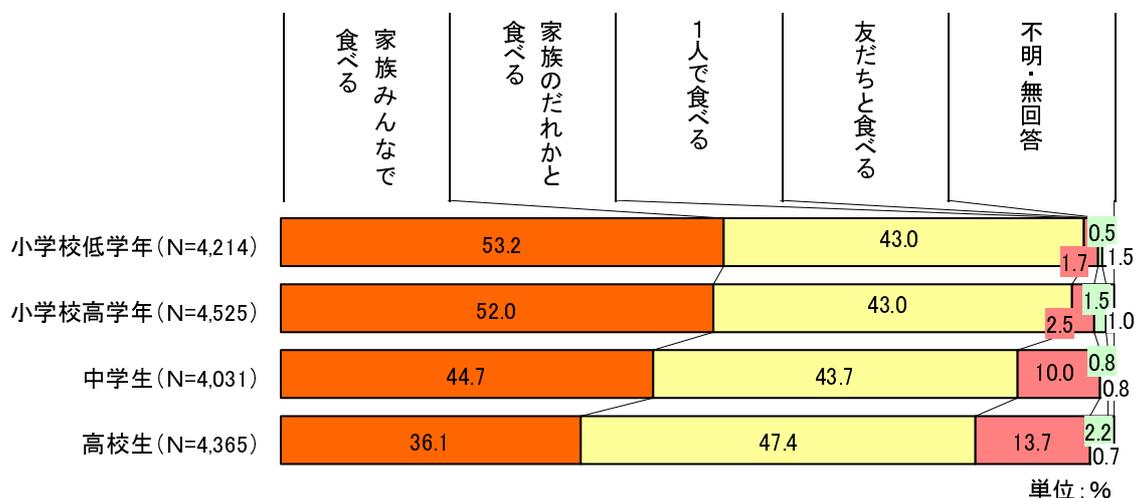
家族と夕食を食べる人の割合は学年が上がるにつれて減少傾向にあります。

小学校低学年・高学年と中学生では「家族みんなで食べる」が最も高く、それぞれ53.2%、52.0%、44.7%となっています。高校生では「家族のだれかと食べる」が47.4%で最も高くなっています。

『家族と食べる』（「家族みんなで食べる」と「家族の誰かと食べる」の合計）をみると、小学生は低学年・高学年ともに9割を超えていますが、中学生で88.4%、高校生で83.5%と、段階が上がるにつれて低くなっています。

また「1人で食べる」は段階が上がるにつれて高くなり、小学校低学年では1.7%ですが、高校生では13.7%となっています。

【小・中・高別】

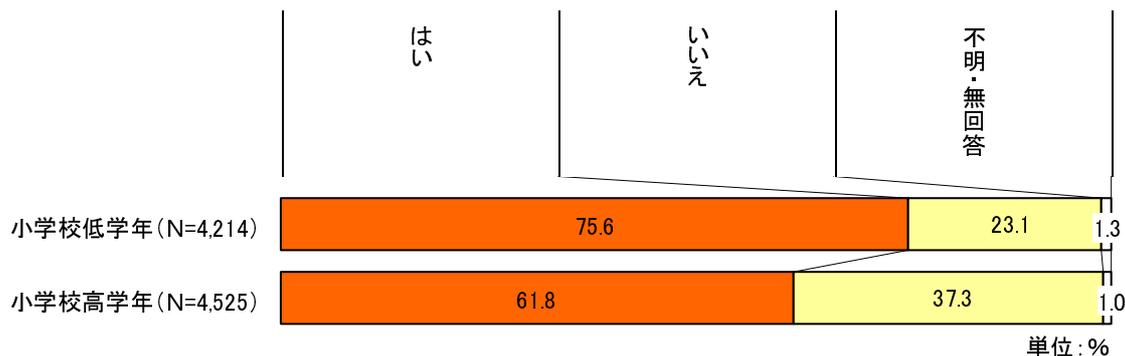


◆あなたは、時間をかけて、よくかんで食べていますか。

**よくかんで食べている人の割合は小学校低学年より
高学年の方が 13.9 ポイント低くなっています。**

「はい」についてみると、小学校低学年で 75.6%、高学年で 61.8%となっており、13.9 ポイントの開きがみられます。「いいえ」については、それぞれ 23.1%、37.3%となっています。

【小低・高別】

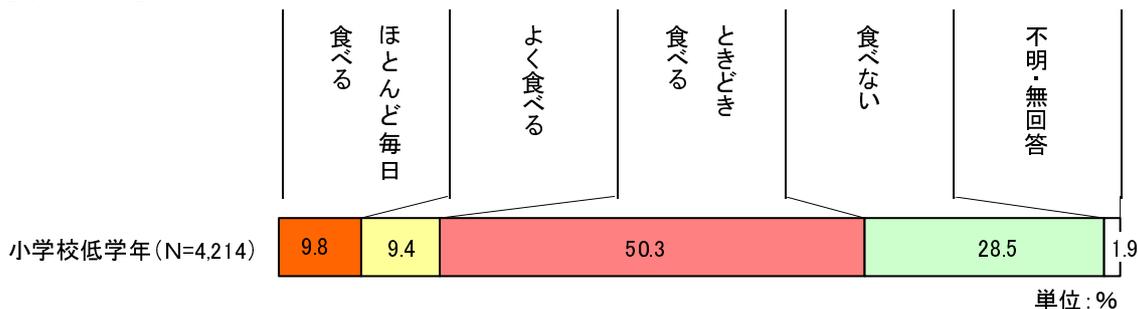


◆よるごはんがおわってからねるまでに、なにか食べることはありますか。

8割近くの人が食後になにかを食べることがあります。

「ときどき食べる」が 50.3%で最も高く、次いで「食べない」が 28.5%となっており、「ほとんど毎日食べる」が 9.8%、「よく食べる」が 9.4%となっています。

【小低学年】

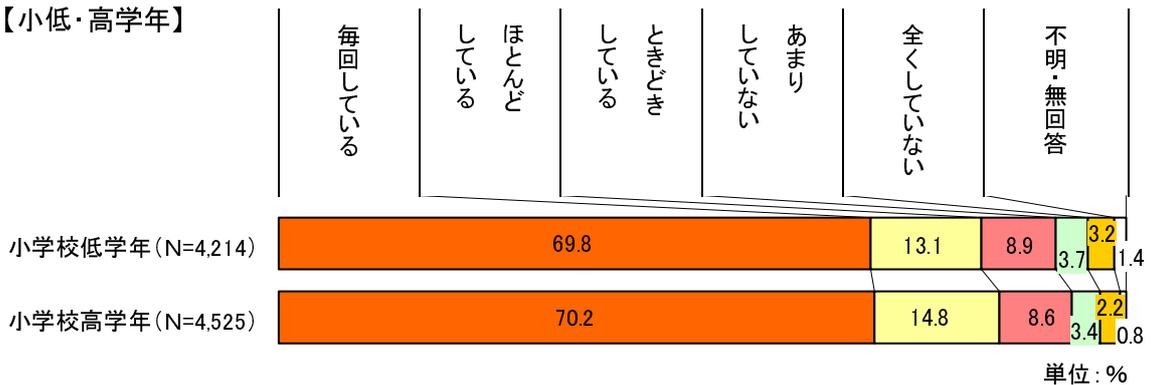


◆「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。

9割の人があいさつをしています。

小学校低学年・高学年ともに「毎回している」が最も高く、それぞれ 69.8%、70.2%となっています。次いで「ほとんどしている」がそれぞれ 13.1%、14.8%となっています。『あいさつをしている』（「毎回している」と「ほとんどしている」と「ときどきしている」の合計）は小学校低学年で 91.8%、高学年で 93.6%と9割を超えて高くなっています。

【小低・高学年】

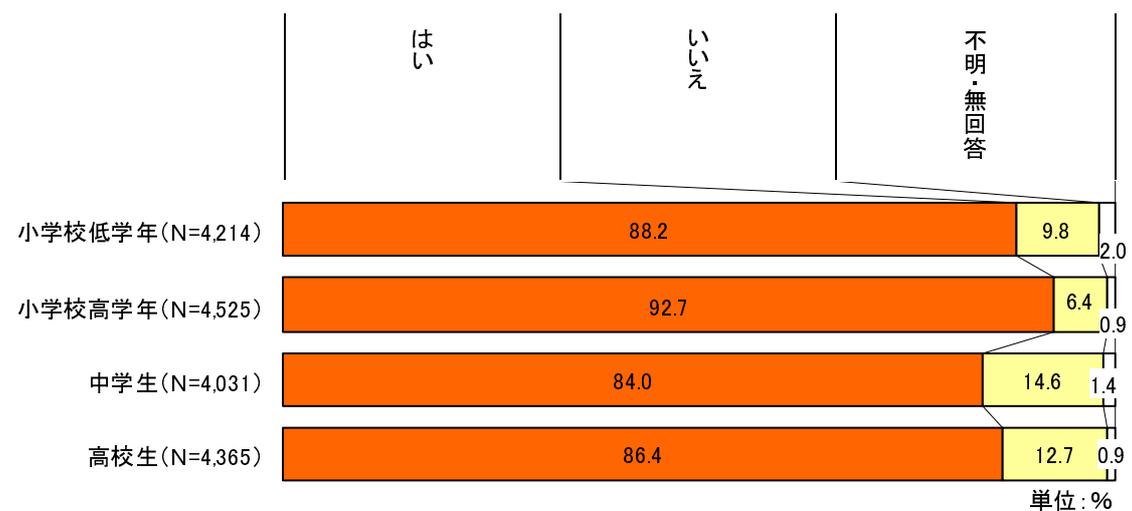


◆食事が楽しいですか。

8割以上が食事は楽しいと思っています。

各段階ともに「はい」が高く、小学校低学年で 88.2%、高学年で 92.7%、中学生で 84.0%、高校生で 86.4%となっています。「いいえ」についてみると、中学生で 14.6%、高校生で 12.7%と1割を超えています。

【小・中・高別】



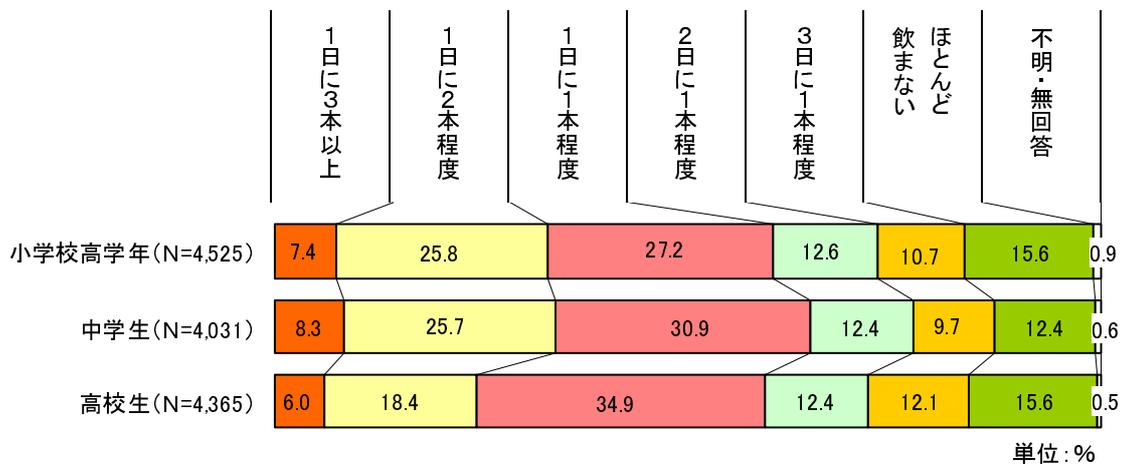
◆ペットボトル（500m l）・缶・紙パックなどの飲み物をどれくらい飲みますか。

6割が1日に1本以上の飲み物を飲んでいます。

各段階ともに「1日に1本程度」が最も高く、小学校高学年で27.2%、中学生で30.9%、高校生で34.9%となっています。次いで「1日に2本程度」が高く、小学校高学年で25.8%、中学生で25.7%、高校生で18.4%となっています。

『1日1本以上』（「1日に3本以上」と「1日に2本程度」と「1日に1本程度」の合計）で見ると、各学年ともに約6割が1日に1本以上の飲み物を飲んでいます。

【小高学年・中・高別】



◆どのような飲み物を買いますか。(複数回答)

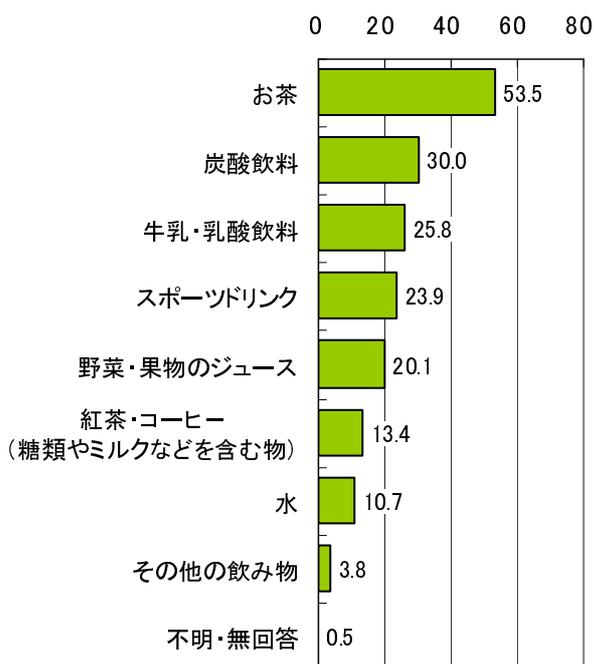
一番飲まれているのは「お茶」です。

各段階ともに「お茶」が最も高く、小学校高学年で53.5%、中学生で55.8%、高校生で49.8%となっています。次いで高学年、中学生は「炭酸飲料」がそれぞれ30.0%、31.9%となっていますが、高校生は「紅茶・コーヒー（糖類やミルクなどを含む物）」38.2%となっています。

【小学校高学年】

全体 (N=3,778)

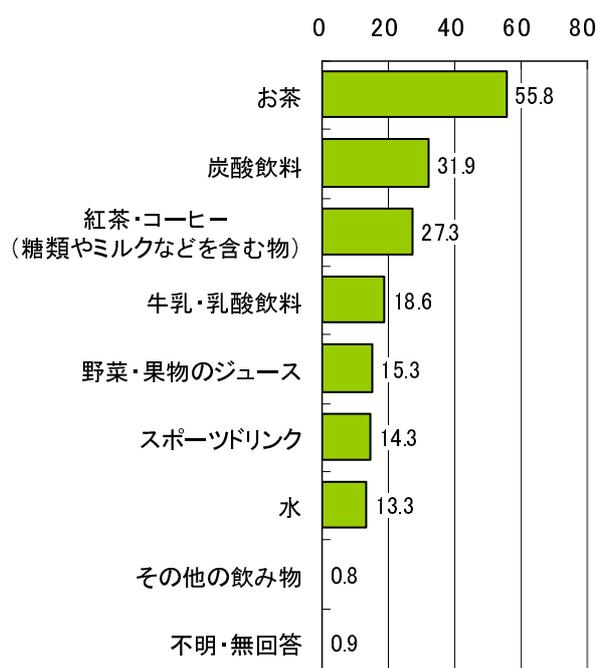
単位: %



【中学生】

全体 (N=3,507)

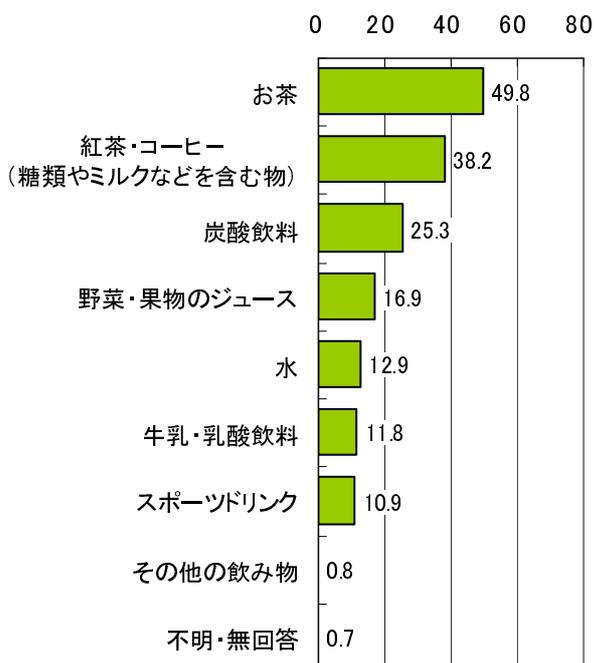
単位: %



【高校生】

全体 (N=3,658)

単位: %

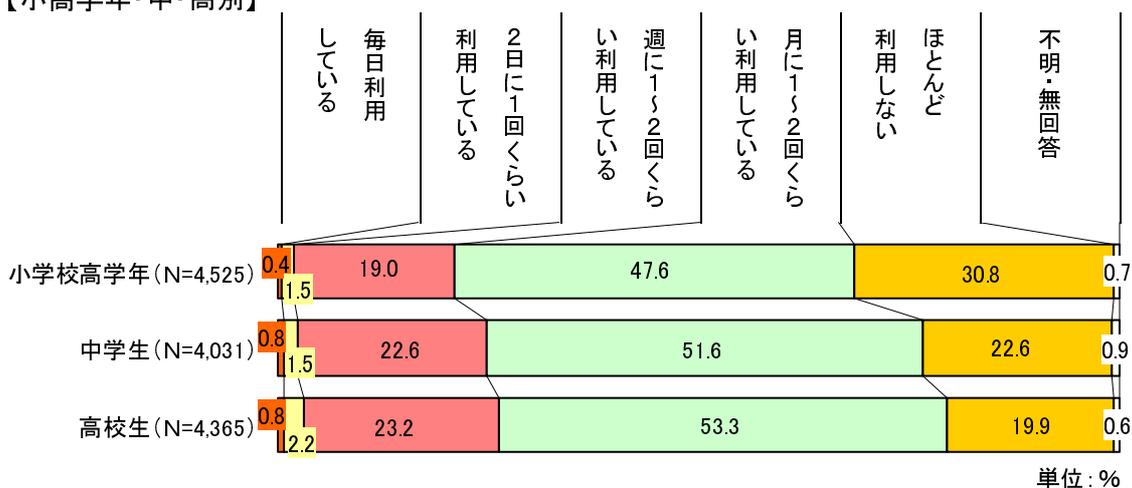


◆ファーストフードを利用しますか。

7～8割の人がファーストフードを利用しています。

頻度としては各段階ともに「月に1～2回くらい利用している」が5割程度となっています。『利用している』（「毎日利用している」と「2日に1回くらい利用している」と「週に1～2回くらい利用している」と「月に1～2回くらい利用している」の合計）でみると、小学校高学年で68.5%、中学生で76.5%、高校生で79.5%となっており、段階が上がるにつれて高くなっています。

【小高学年・中・高別】

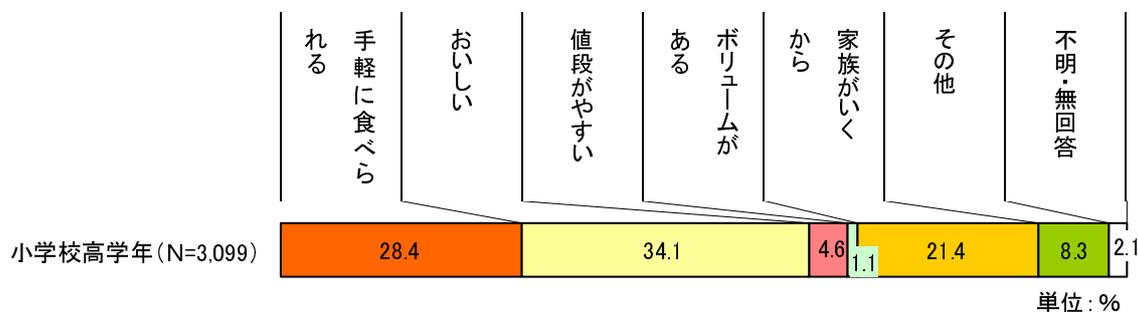


◆ファーストフードを利用する理由は何ですか。

手軽に食べられて、おいしいというのが主な理由となっています。

「おいしい」が34.1%で最も高く、次いで「手軽に食べられる」が28.4%、「家族がいくから」が21.4%と続いています。

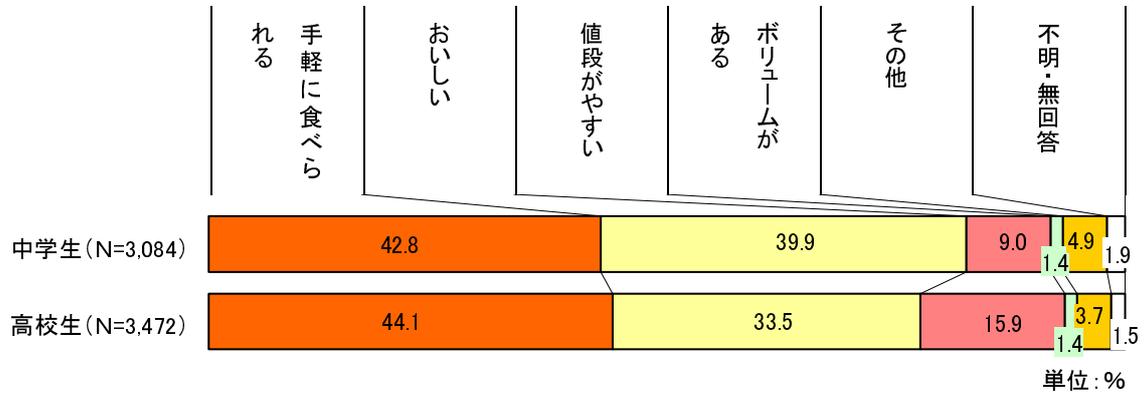
【小高学年】



手軽に食べられておいしいという理由でファーストフードが利用されています。

「手軽に食べられる」が中学生で 42.8%、高校生で 44.1%と最も高く、次いで「おいしい」が中学生で 39.9%、高校生で 33.5%となっています。

【中・高別】



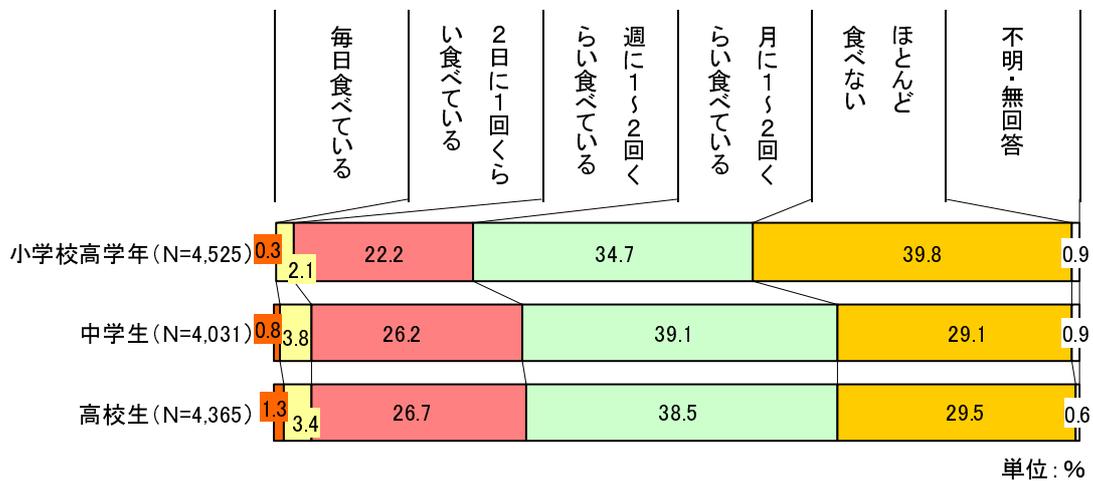
◆カップ麺をよく食べますか。

中学生・高校生でカップ麺を食べる割合が高くなっています。

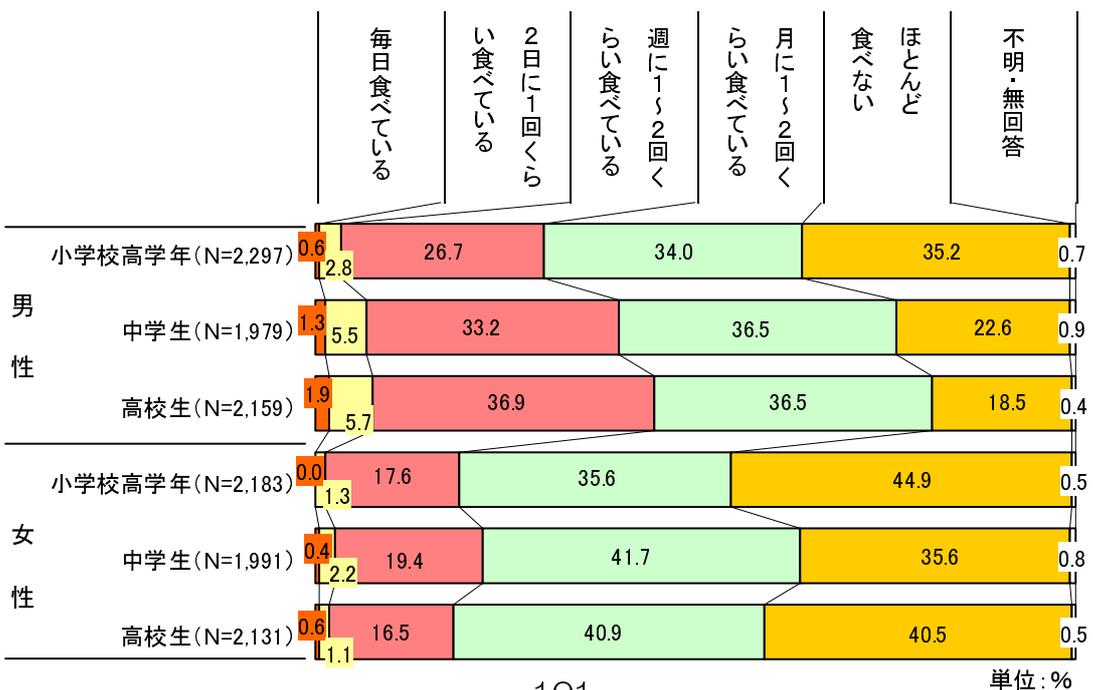
頻度として小学校高学年は「ほとんど食べない」が39.8%で最も高く、中学生・高校生は「月に1～2回くらい食べている」がそれぞれ39.1%、38.5%で最も高くなっています。『食べている』（「毎日食べている」と「2日に1回くらい食べている」と「週に1～2回くらい食べている」と「月に1～2回くらい食べている」の合計）でみると、小学校高学年は59.3%、中学生・高校生はともに69.9%となっており、小学校高学年と中学生・高校生で10.6ポイントの差がみられます。

性別にみると、男性の『食べている』が小高学年・中・高別で6～8割であるのに対して、女性は5～6割と女性の方が低くなっています。「ほとんど食べない」をみても、男性は35.2%、22.6%、18.5%と段階が上がるにつれて低くなるのに対して、女性は44.9%、35.6%、40.5%といずれの段階も4割前後となっています。

【小高学年・中・高別】



【性別、小高学年・中・高別】

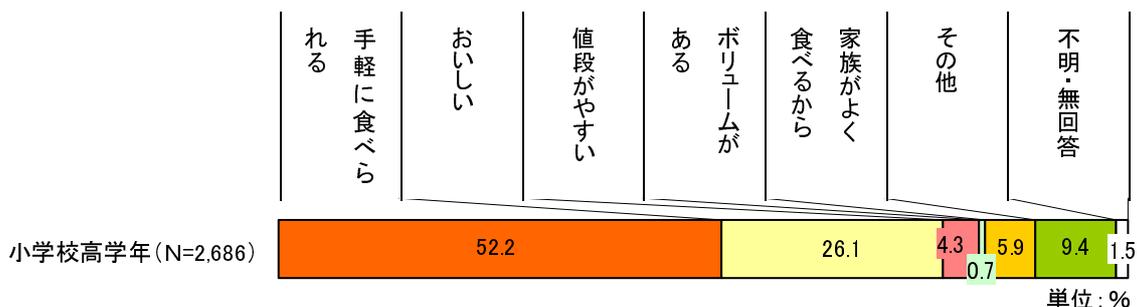


◆カップ麺を食べる理由は何ですか。

中学生・高校生よりは低いものの、手軽に食べられるが主な理由となっています。

「手軽に食べられる」が52.2%と最も高く、次いで「おいしい」が26.1%となっています。

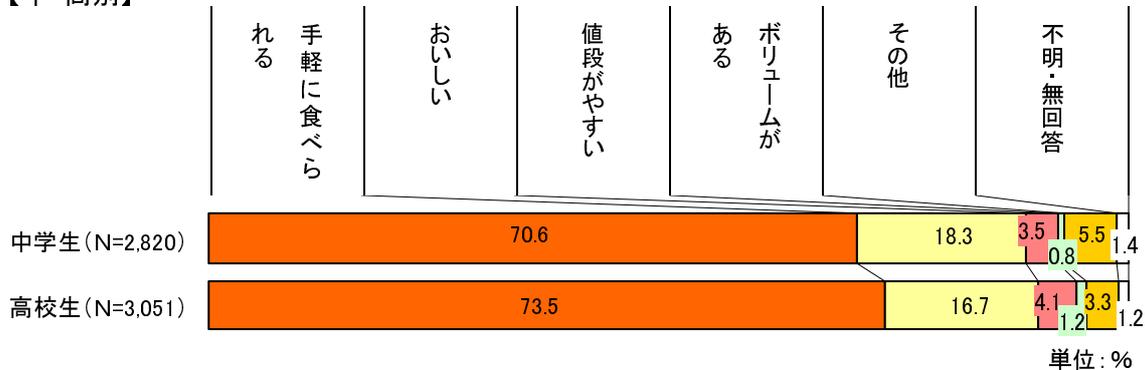
【小高学年】



手軽に食べられるという理由でカップ麺が利用されています。

「手軽に食べられる」が中学生で70.6%、高校生で73.5%と最も高く、次いで「おいしい」が中学生で18.3%、高校生で16.7%となっています。

【中・高別】



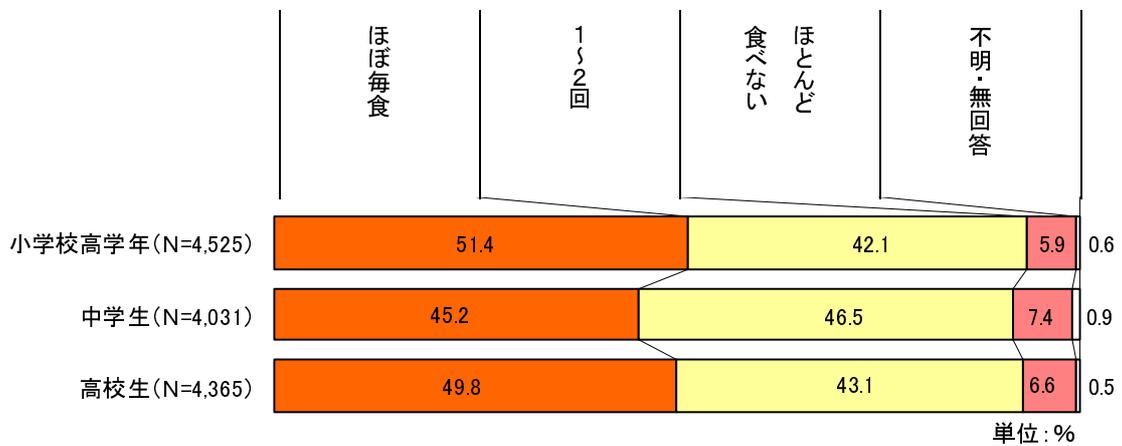
◆米飯（カレーライスや丼などを含む）を1日何回食べますか。（学校給食を除きます。）

9割の人が毎日お米を食べています。

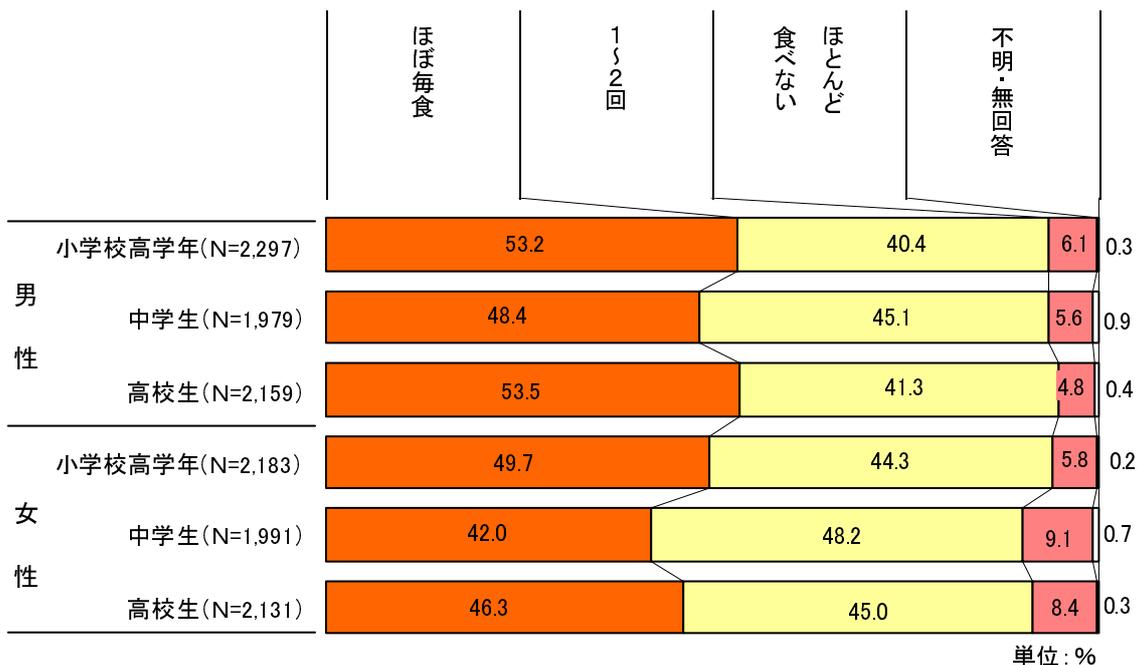
小学校高学年・高校生は「ほぼ毎食」が最も高く、それぞれ51.4%、49.8%、次いで「1～2回」がそれぞれ42.1%、43.1%となっています。中学生は「1～2回」が46.5%で最も高く、次いで「ほぼ毎食」が45.2%となっています。わかではありますが、「ほとんど食べない」への回答もみられ、高学年で5.9%、中学生で7.4%、高校生で6.6%となっています。

性別にみると、男性の「ほぼ毎食」は各段階で最も高く、そのポイントも女性よりも高くなっています。

【小高学年・中・高別】



【性別、小高学年・中・高別】



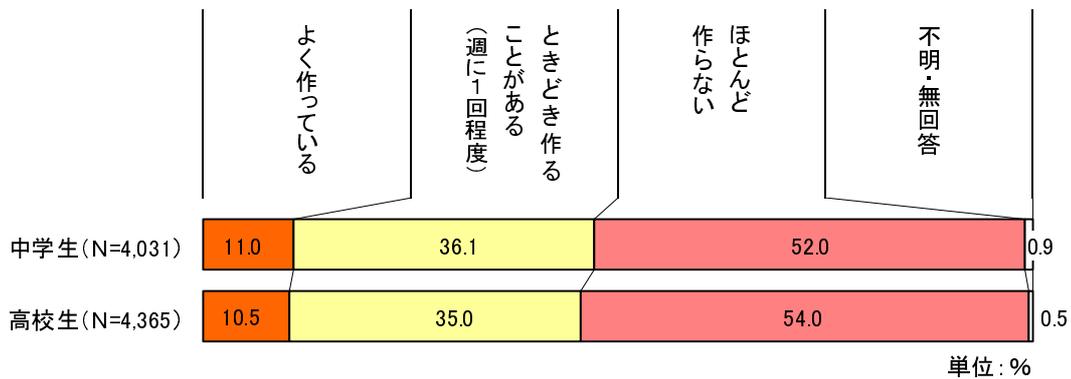
◆あなたは自分で料理を作りますか。(目玉焼きなどの簡単な料理を含む)

5割の人がほとんど料理を作っていない状況です。

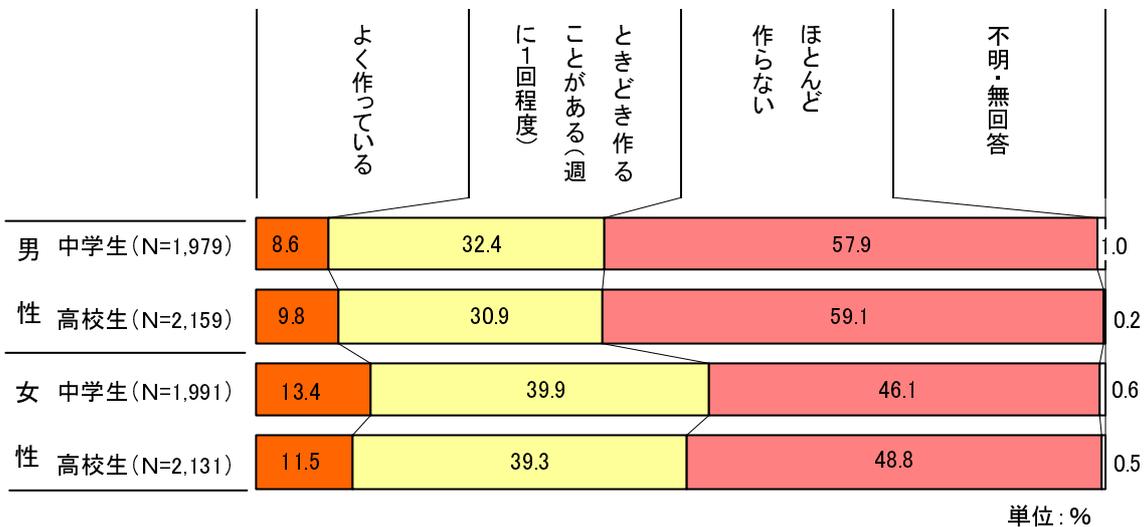
「ほとんど作らない」が中学生で52.0%、高校生で54.0%と最も高く、次いで「ときどき作ることがある(週に1回程度)」が中学生で36.1%、高校生で35.0%となっています。「よく作っている」は1割程度にとどまっています。

性別にみると、男性の「ほとんど作らない」が中学生・高校生でそれぞれ57.9%、59.1%となっているのに対して、女性は中学生・高校生でそれぞれ46.1%、48.8%と約10ポイントの差がみられます。

【中・高別】



【性別、中・高別】



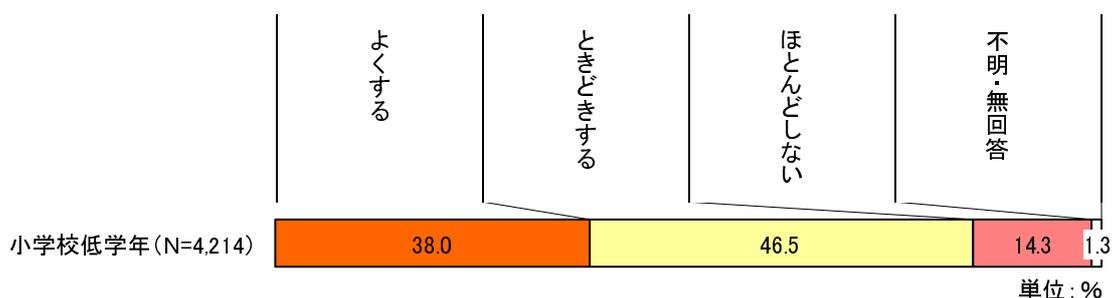
◆家で食事の準備や手伝いをしていますか。

8割以上の方が手伝いをしています。

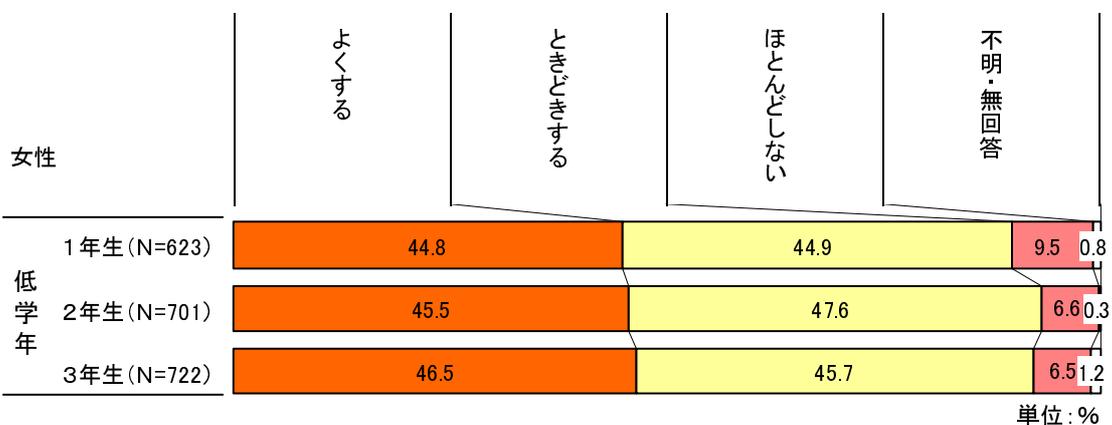
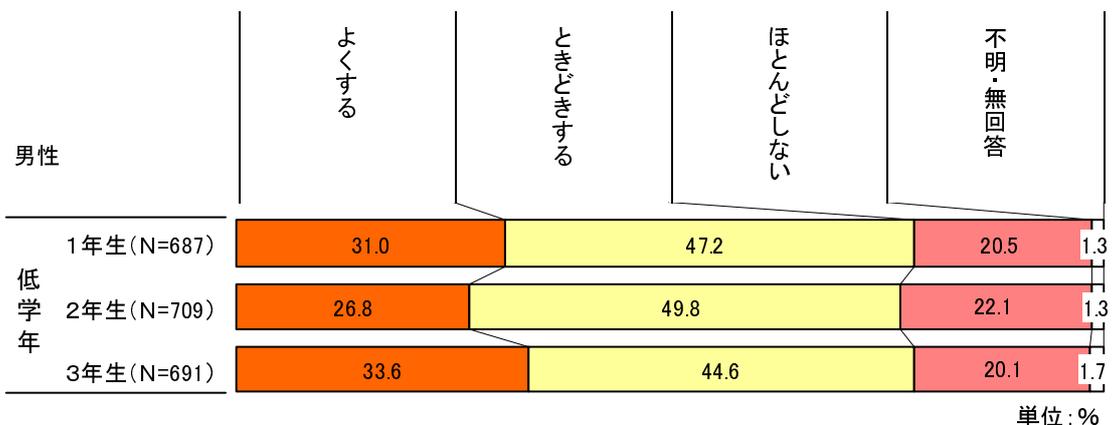
小学校低学年では「ときどきする」が46.5%で最も高く、次いで「よくする」が38.0%となっており、8割以上が手伝いをしています。「ほとんどしない」は14.3%となっており、小学校高学年・中学生・高校生と比較しても、最も低くなっています。

性・学年別にみると、男性は『手伝う』（「よくする」と「ときどきする」の合計）が1年生・3年生で78.2%、2年生で76.6%となっており、一方、女性は1年生が89.7%、2年生が93.1%、3年生が92.2%と女性の方が高くなっています。

【小低学年】



【性別、学年別】



学年が上がるにつれ、手伝いの頻度は低くなっています。

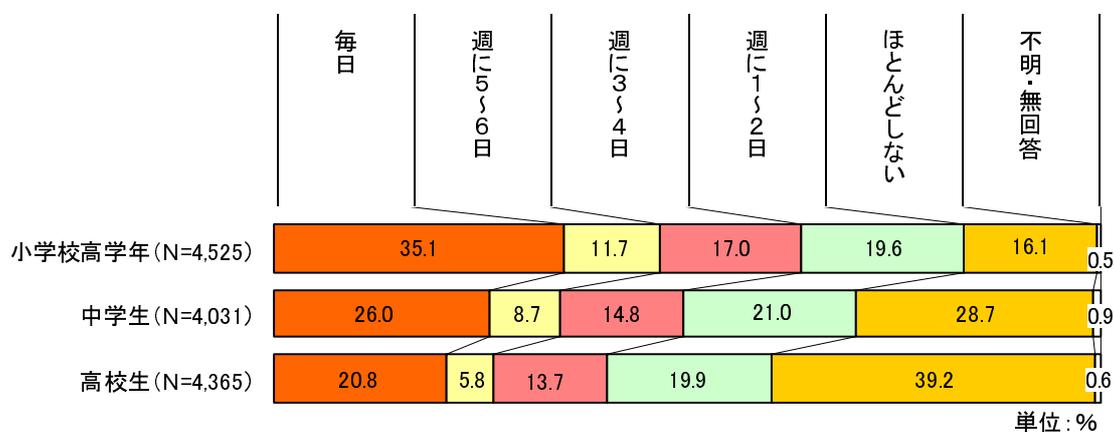
小学校高学年では「毎日」が35.1%、中学生・高校生は「ほとんどしない」が28.7%、39.2%でそれぞれ最も高くなっています。

『手伝いをしている』（「毎日」と「週に5～6日」と「週に3～4日」と「週に1～2日」の合計）は小学校高学年で83.4%ですが、中学生では70.5%、高校生で60.2%と、段階が上がるにつれて低くなっています。

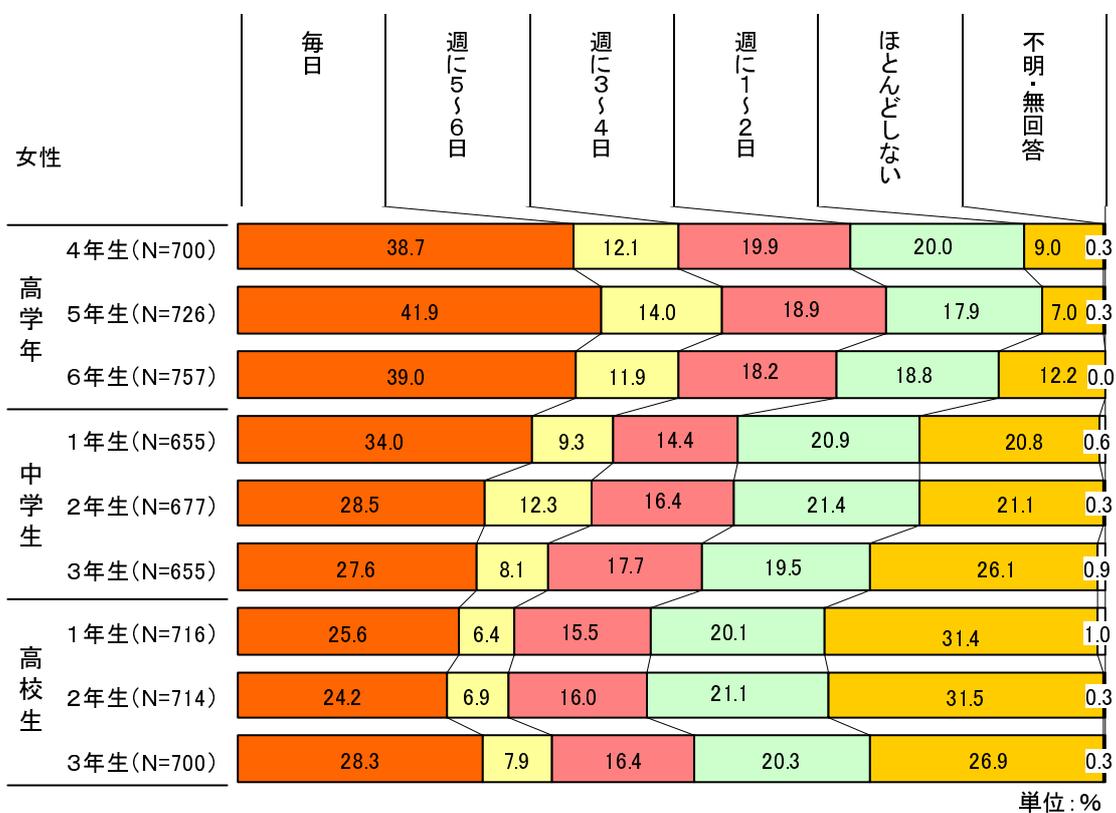
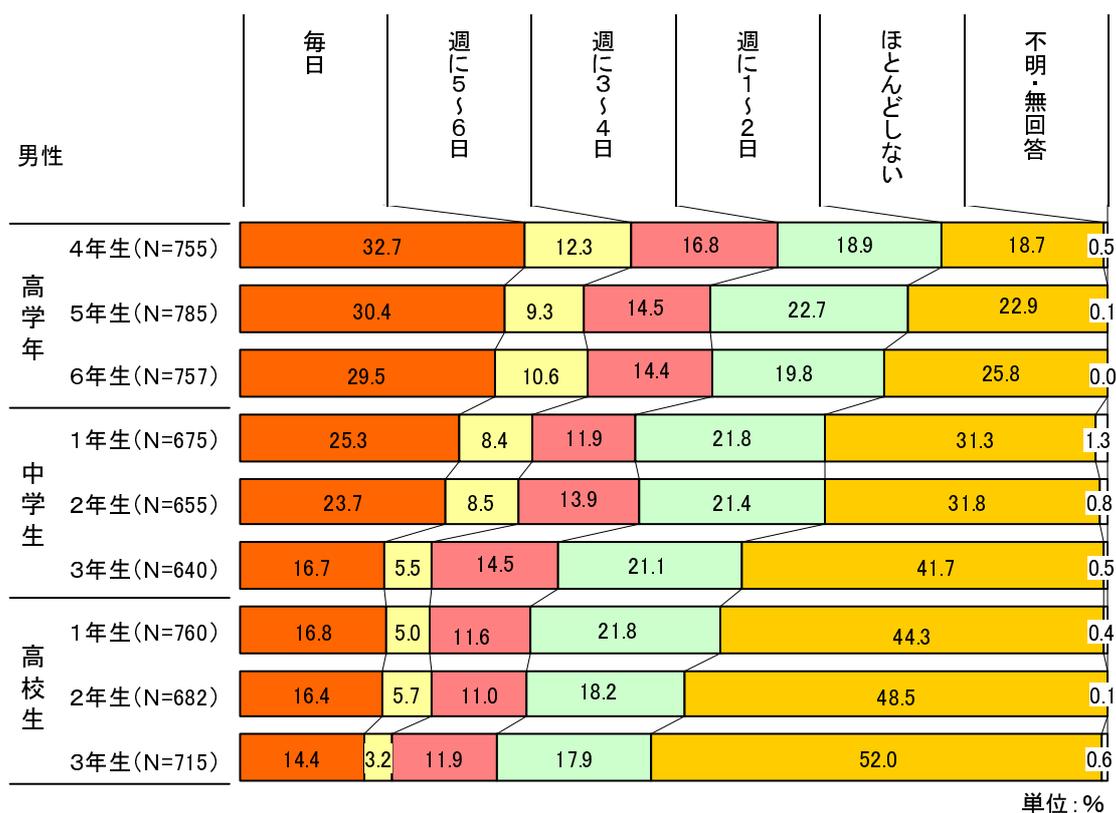
「毎日」は、段階が上がるにつれて35.1%、26.0%、20.8%と低くなり、「ほとんどしない」は16.1%、28.7%、39.2%と高くなっています。

性・学年別にみると、男性の「ほとんどしない」が小学4年生の18.7%から高校3年生の52.0%まで、学年が上がるにつれて高くなる傾向にあるのに対して、女性は小学4年生の9.0%から高校3年生の26.9%までと、高くなる傾向にありますが、男性よりも低くなっています。

【学年別】



【性別、学年別】



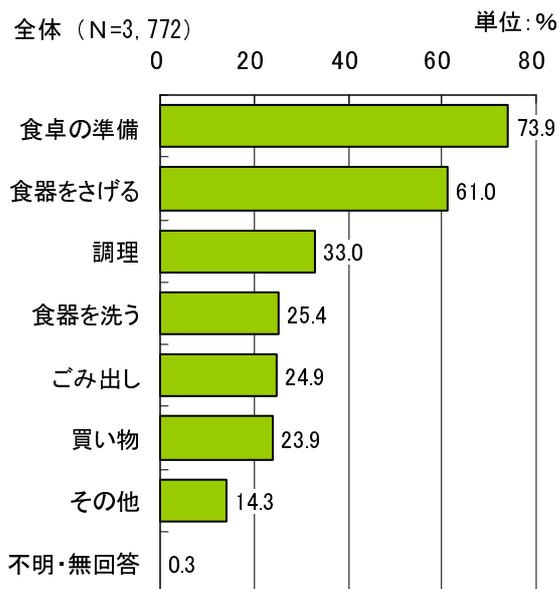
◆どのような手伝いをしていますか。(複数回答)

手伝いの内容としては「食卓の準備」と「食器をさげる」が主となっています。

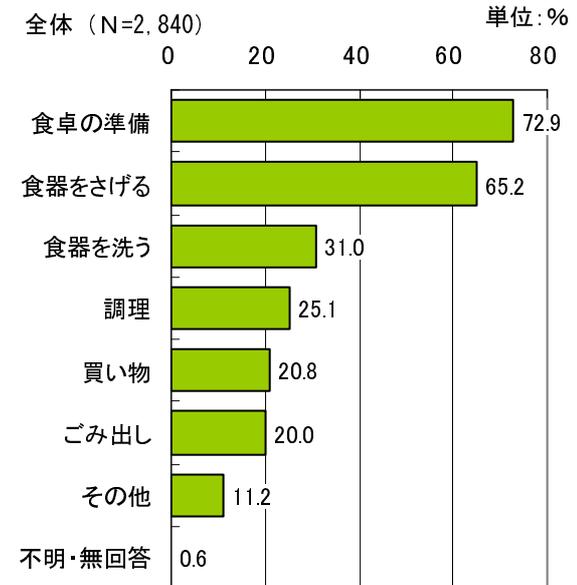
手伝いの内容は「食卓の準備」が小学校高学年で 73.9%、中学生で 72.9%、高校生で 69.6%と最も高く、次いで「食器をさげる」が小学校高学年で61.0%、中学生で 65.2%、高校生で 68.4%となっています。

小学校高学年では3番目に「調理」が高くなっていますが、中学生・高校生は「食器を洗う」が高くなっています。

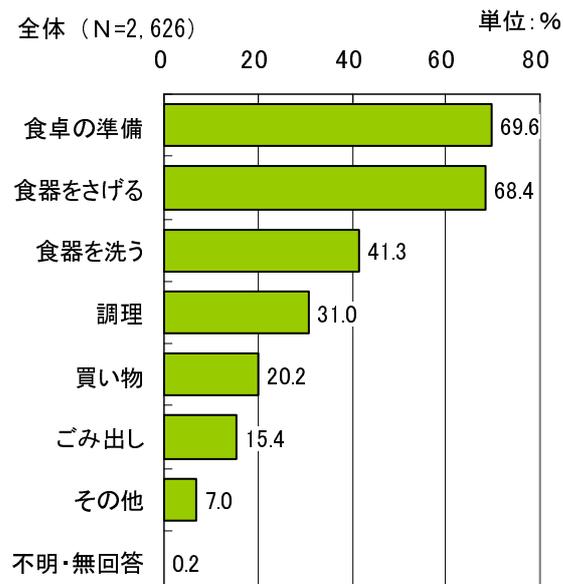
【小学校高学年】



【中学生】



【高校生】

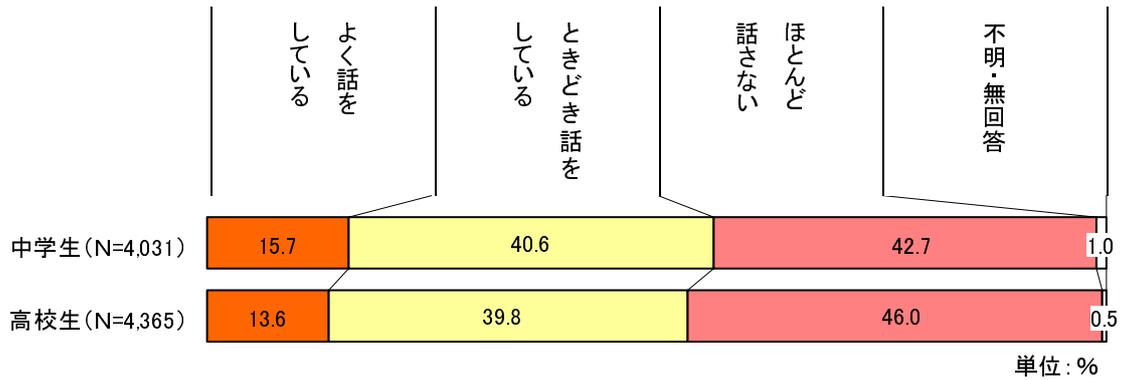


◆家庭で食べ物や食事について話をしていますか。

5割以上の方が食べ物や食事について話をしています。

『話をしている』（「よく話をしている」と「ときどき話しをしている」の合計）が、中学生で56.3%、高校生で53.4%といずれも5割を超えています。一方で「ほとんど話さない」についてもそれぞれ42.7%、46.0%と高くなっています。

【中・高別】



◆家庭で食べ物や食事についてどのようなことを話していますか。(複数回答)

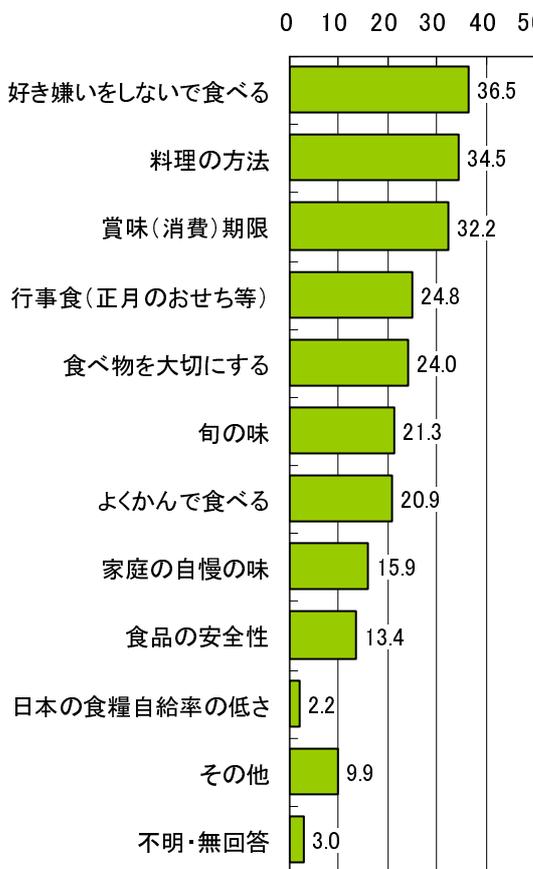
中学生では「好き嫌いをしないで食べる」、
高校生では「料理の方法」について話をしています。

中学生では「好き嫌いをしないで食べる」が 36.5%で最も高く、次いで「料理の方法」が 34.5%、「賞味（消費）期限」32.2%と続きますが、高校生では「料理の方法」が 39.4%で最も高く、次いで「賞味（消費）期限」が 28.0%、「好き嫌いをしないで食べる」が 26.1%と続いています。

【中学生】

全体 (N=2,269)

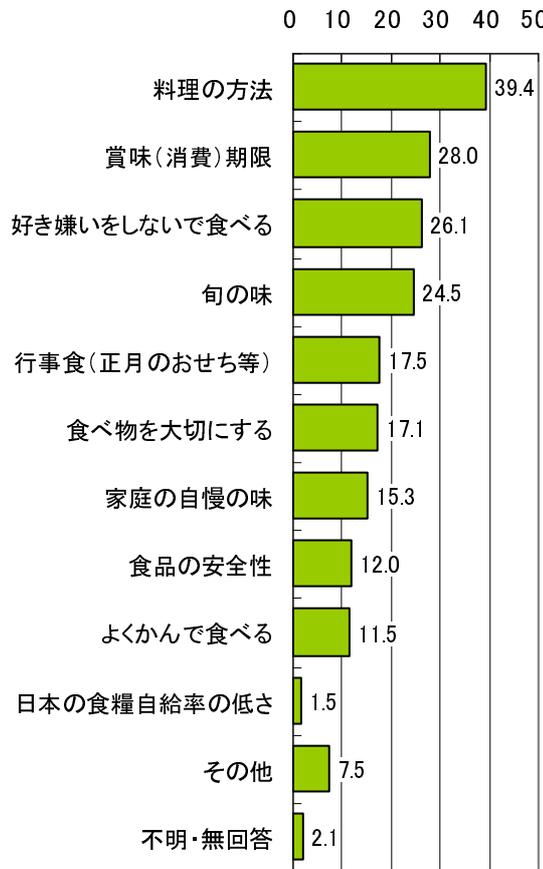
単位:%



【高校生】

全体 (N=2,333)

単位:%



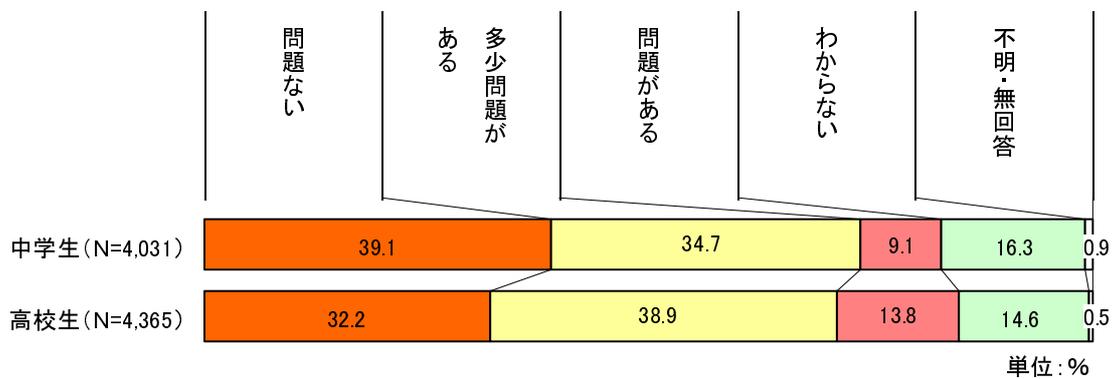
◆あなたの現在の食生活を、どのように思っていますか。

高校生では5割以上が食生活に問題があると感じています。

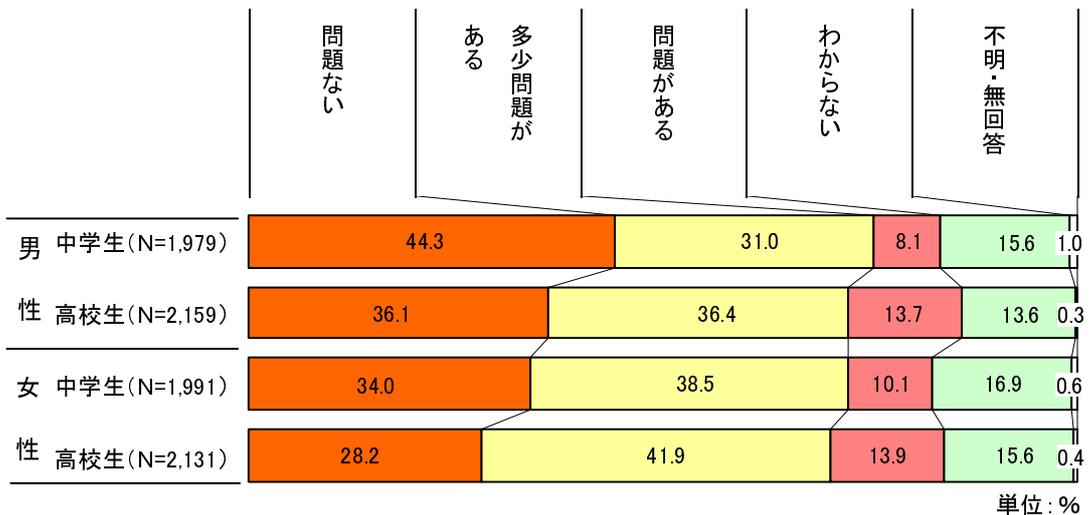
中学生では「問題ない」が39.1%で最も高くなっていますが、高校生では「多少問題がある」が38.9%で最も高くなっています。『問題がある』（「多少問題がある」と「問題がある」の合計）についてみると、中学生で43.8%、高校生で52.7%と高校生の方が8.9ポイント高くなっています。

性別にみると、男性・女性ともに段階が上がるにつれて「問題ない」が低く、『問題ある』が高くなっています。また、女性の「問題ない」は中学生・高校生ともに男性よりも低くなっています。

【中・高別】



【性別、中・高別】



◆あなたの食生活の問題は、どのようなことですか。(複数回答)

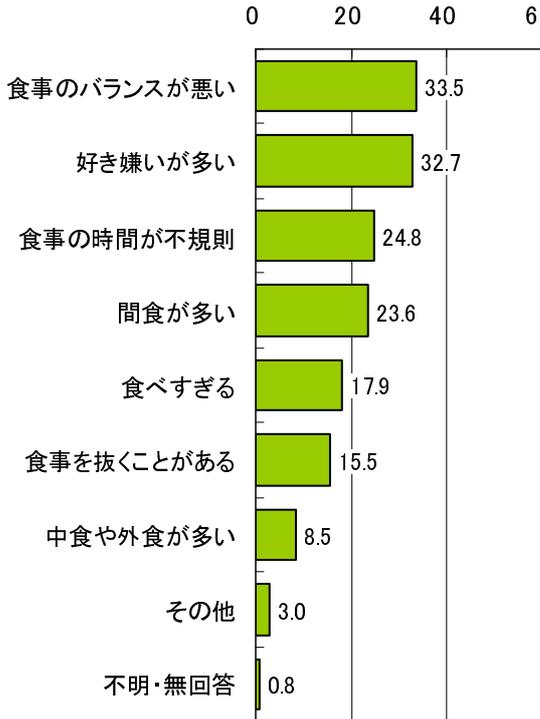
一番の問題点は「食事のバランスが悪い」です。

中学生・高校生ともに「食事のバランスが悪い」が最も高く、それぞれ 33.5%、46.9% となっています。次いで中学生は「好き嫌いが多い」が 32.7%、高校生は「食事の時間が不規則」が 24.1% となっています。

【中学生】

全体 (N=1,763)

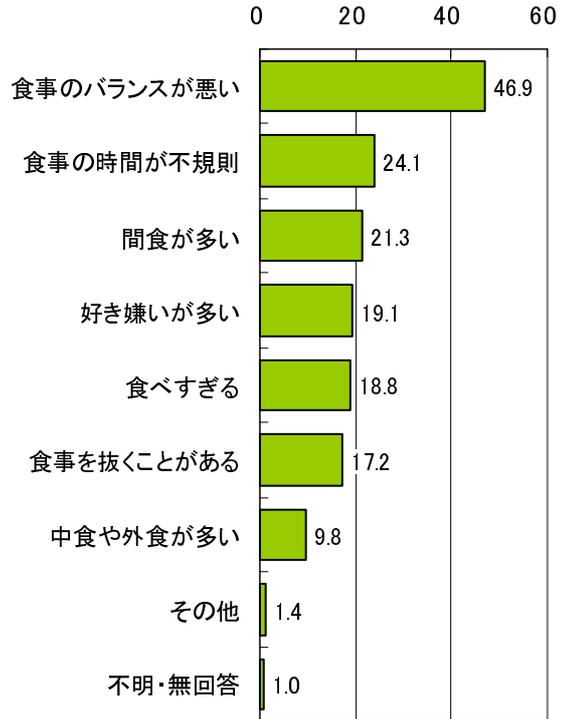
単位: %



【高校生】

全体 (N=2,298)

単位: %

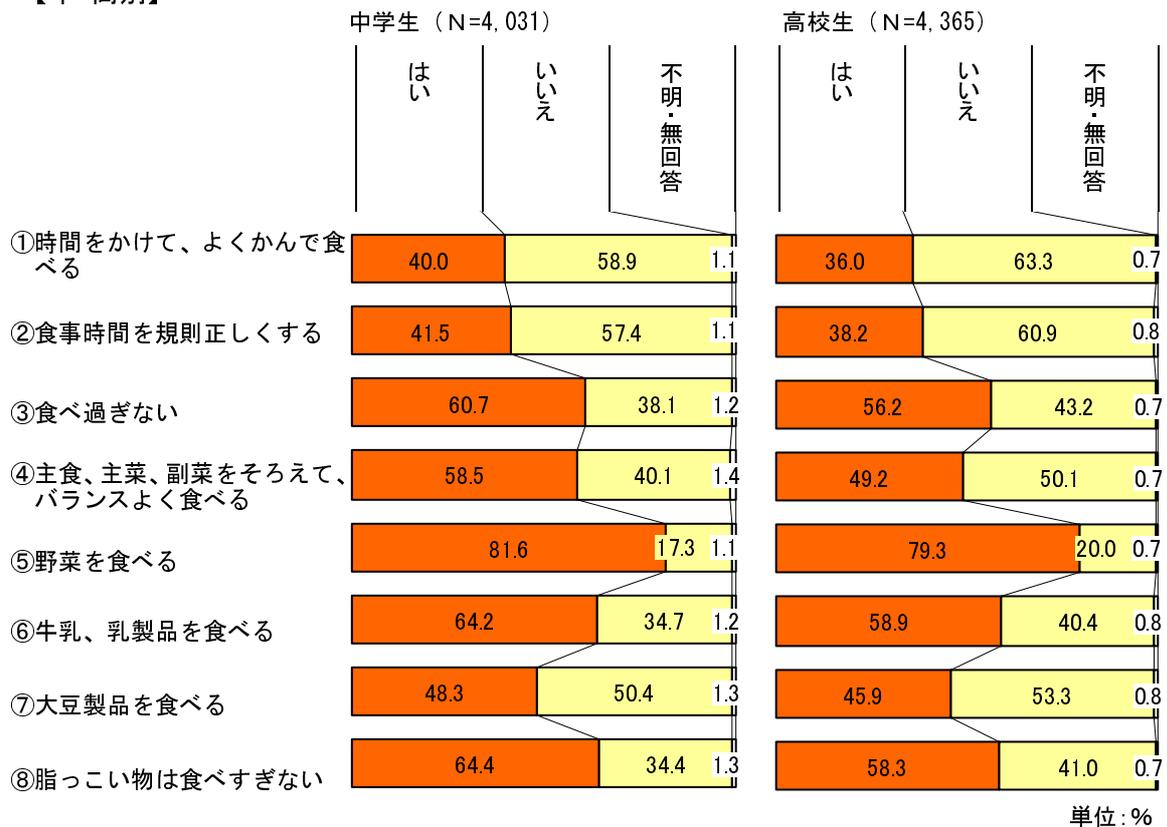


◆食生活で気をつけていることはどのようなことですか。

摂取する内容に比べ、よくかむことや食事の時間などについて
気をつけている人が少ないことがうかがえます。

中学生・高校生ともに〔⑤野菜を食べる〕の「はい」の割合が最も高く、それぞれ81.6%、79.3%となっています。次いで〔⑥牛乳、乳製品を食べる〕がそれぞれ64.2%、58.9%となっています。また〔①時間をかけて、よくかんで食べる〕〔②食事時間を規則正しくする〕については、「いいえ」が中学生・高校生ともに約6割と高くなっています。

【中・高別】



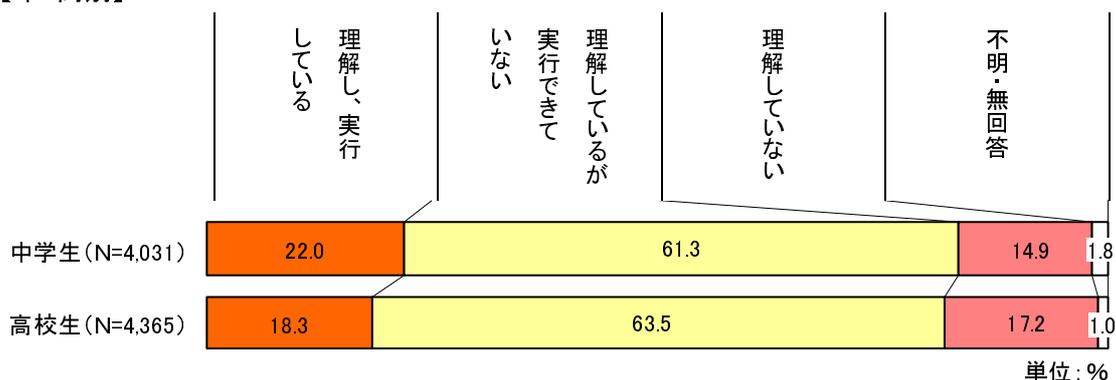
◆食生活について学校で学んだことを実行していますか。

食生活について理解して実行している人は2割程度にとどまっています。

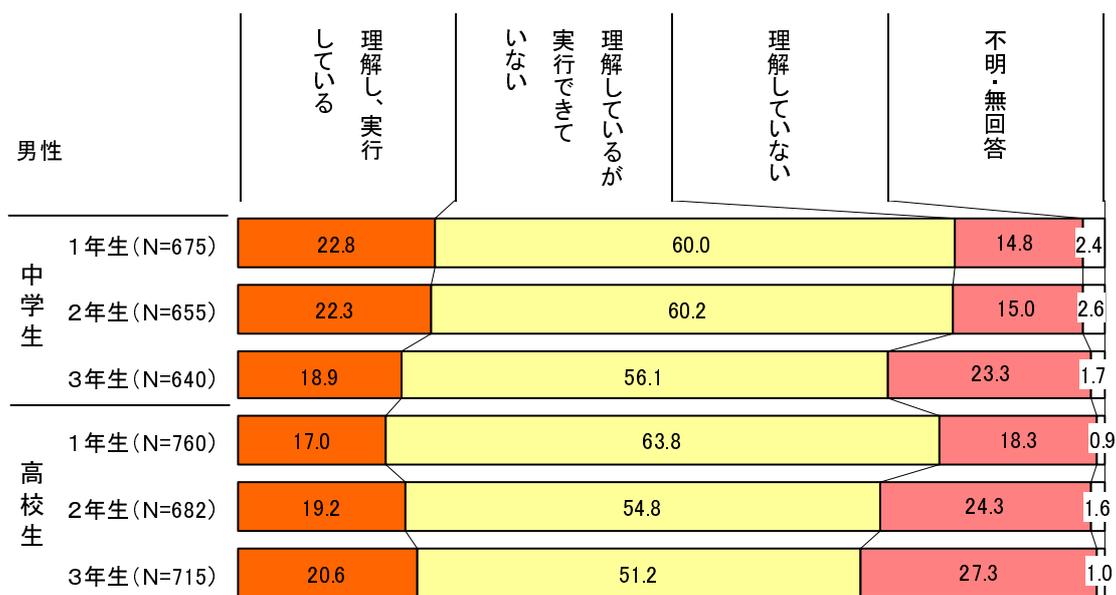
中学生・高校生ともに「理解しているが、実行できていない」が最も高く、それぞれ61.3%、63.5%と6割を超えています。「理解し、実行している」については、中学生が22.0%、高校生が18.3%と2割程度にとどまっています。

性・学年別にみると、男性・女性ともに「理解し、実行している」が中学生では学年が上がるにつれて低くなる傾向にあります。

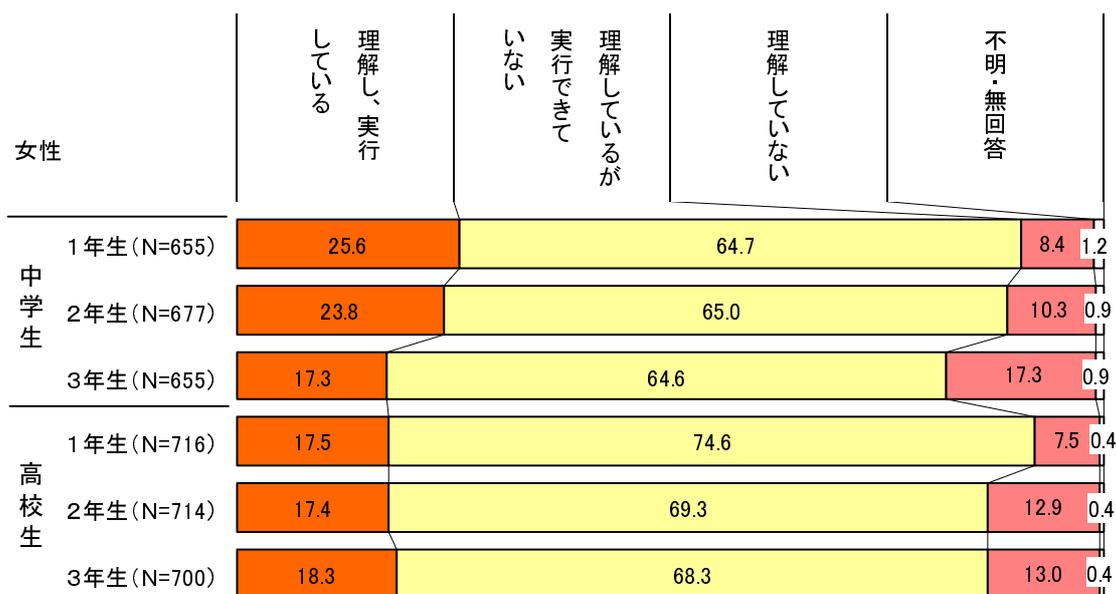
【中・高別】



【性別、学年別】



単位：%



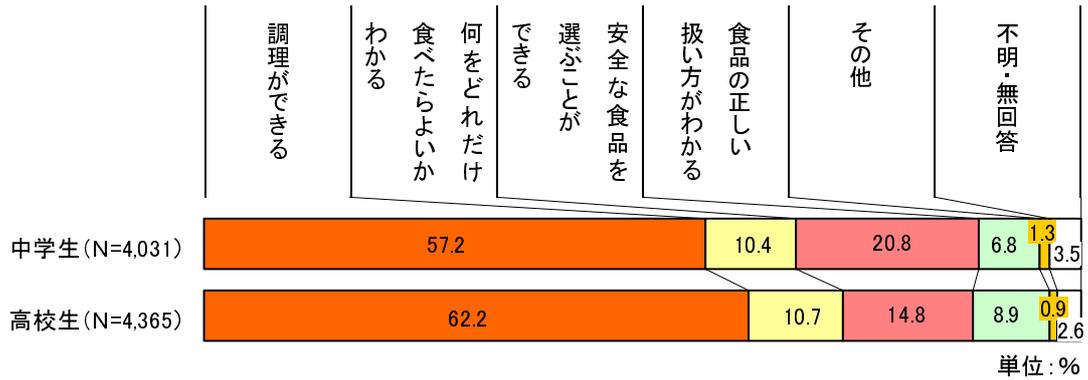
単位：%

◆将来一人で食生活をしていく場合、必要なことはどんなことだと思いますか。

一人で食生活をしていくためには「調理ができること」が最も必要だと思われています。

中学生・高校生ともに「調理ができること」が最も高く、それぞれ 57.2%、62.2%となっています。次いで「安全な食品を選ぶことができる」がそれぞれ 20.8%、14.8%となっています。

【中・高別】



◆食事について家の人にどのようなことを言われますか。(複数回答)

**姿勢についての注意のほか、低学年では早く食べること、
高学年では好ききらいについての注意が高くなっています。**

小学校低学年では「特に何も言われぬ」が29.8%で最も高くなっており、次いで「姿勢に気をつけなさい」が27.9%、「早く食べなさい」が27.7%、「残さず食べなさい」が26.0%と2割を超えて高くなっています。

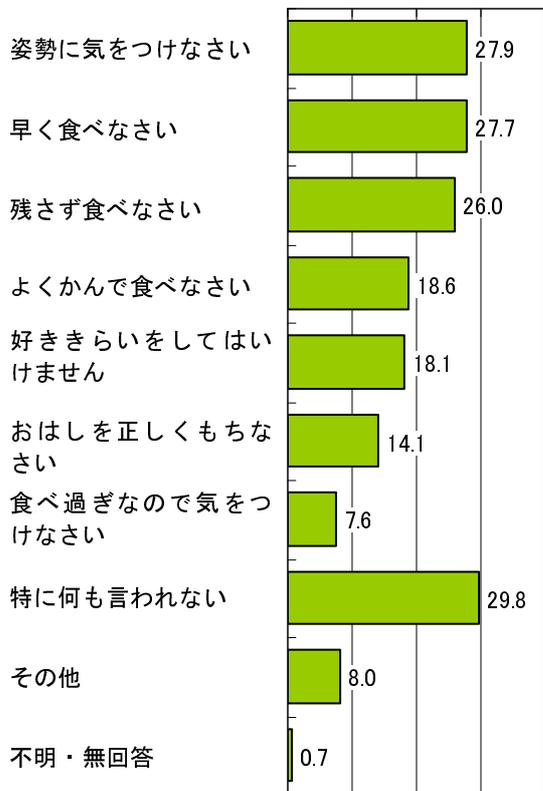
高学年では「姿勢に気をつけなさい」が35.2%で最も高くなっており、次いで「特に何も言われぬ」が28.1%、「好ききらいをしてはいけません」が25.7%、「残さず食べなさい」が25.5%となっています。

【小学校低学年】

全体 (N=4, 214)

単位:%

0 10 20 30 40

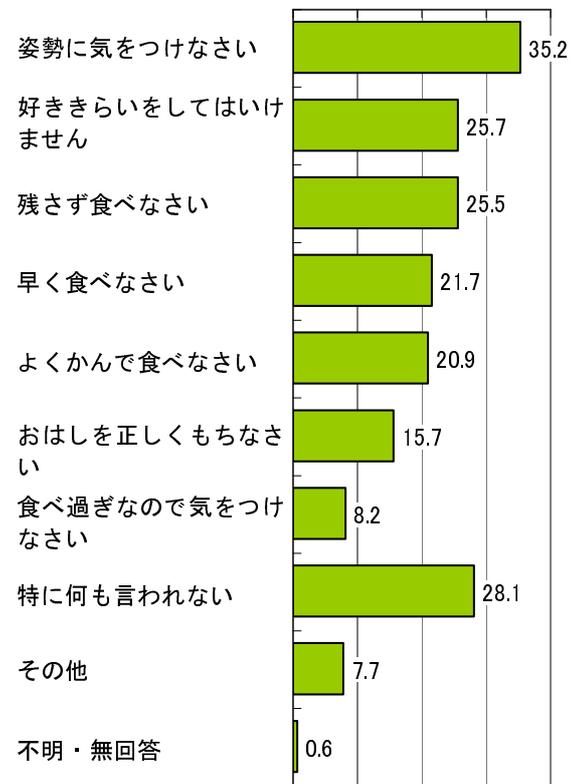


【小学校高学年】

全体 (N=4, 525)

単位:%

0 10 20 30 40



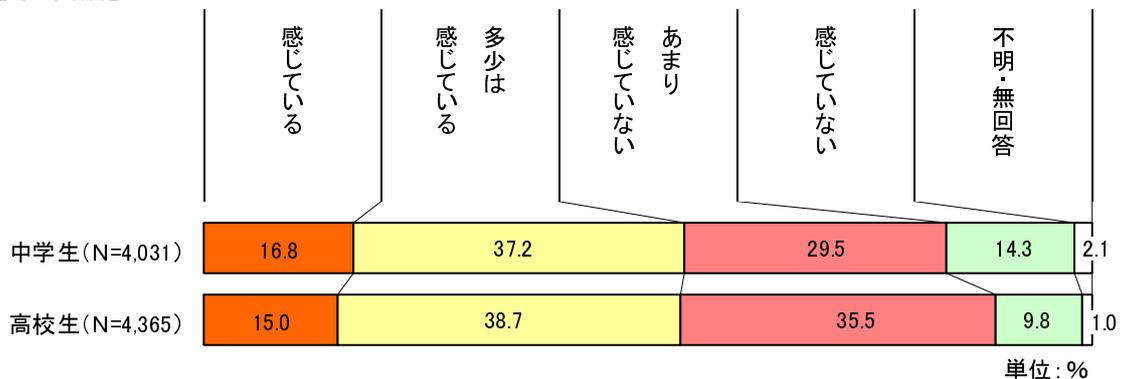
2) 食の安全・安心について

◆食品の安全性に不安を感じていますか。

中学生・高校生の5割以上が食品の安全性に不安を感じています。

『感じている』（「感じている」と「多少は感じている」の合計）は中学生が54.0%、高校生が53.7%と5割以上となっています。また、『感じていない』（「あまり感じていない」と「感じていない」の合計）は中学生が43.8%、高校生が45.3%となっており、『感じている』の方が中学生では10.2ポイント、高校生では8.4ポイント高くなっています。

【中・高別】



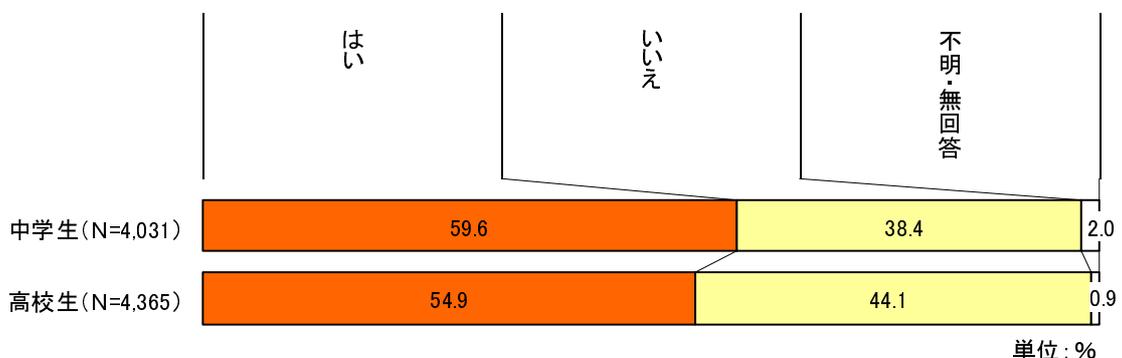
◆食品を購入する際に、食品表示に気をつけていますか。

中学生・高校生の5割以上が食品表示に気をつけています。

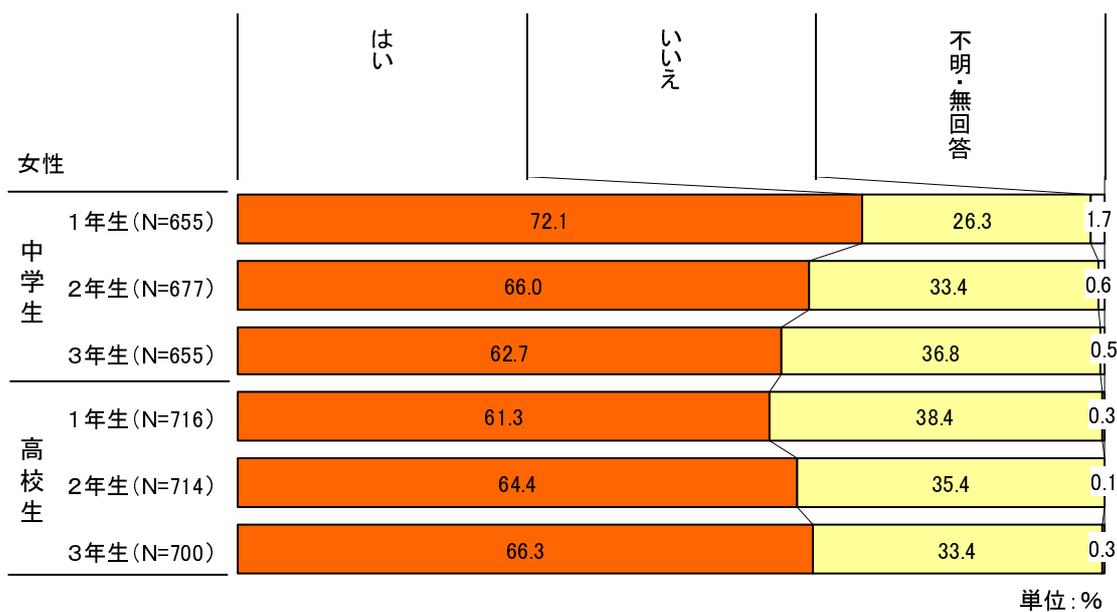
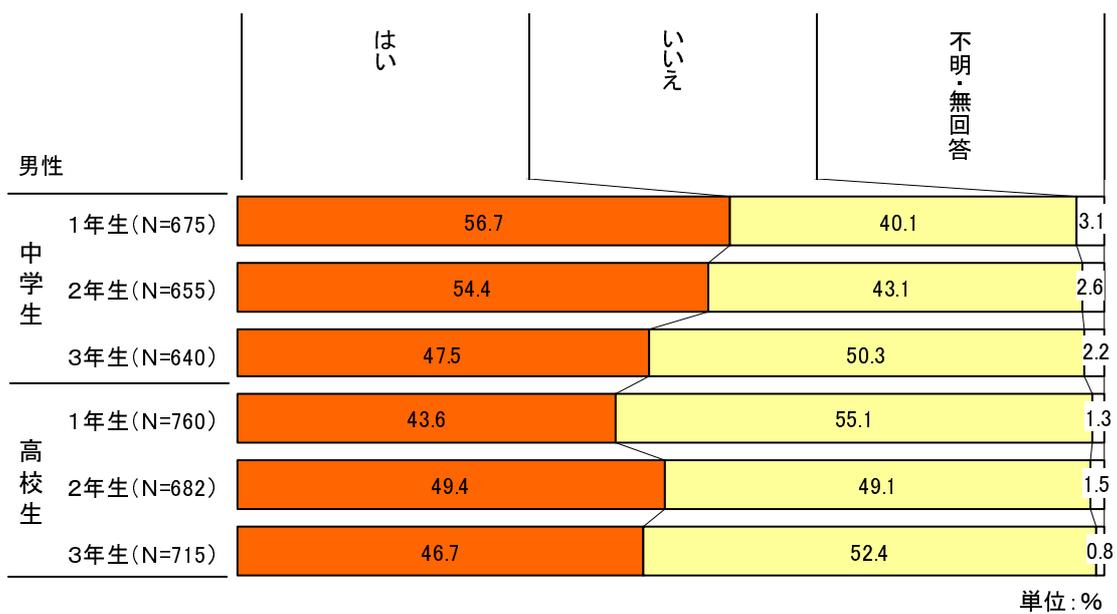
中学生・高校生ともに「はい」が高く、それぞれ59.6%、54.9%となっています。「いいえ」については、それぞれ38.4%、44.1%となっています。

性・学年別にみると、各学年ともに女性の方が「はい」が高くなっています。男性・女性ともに「はい」が中学生では学年が上がるにつれて低くなる傾向にあります。

【中・高別】



【性別、学年別】



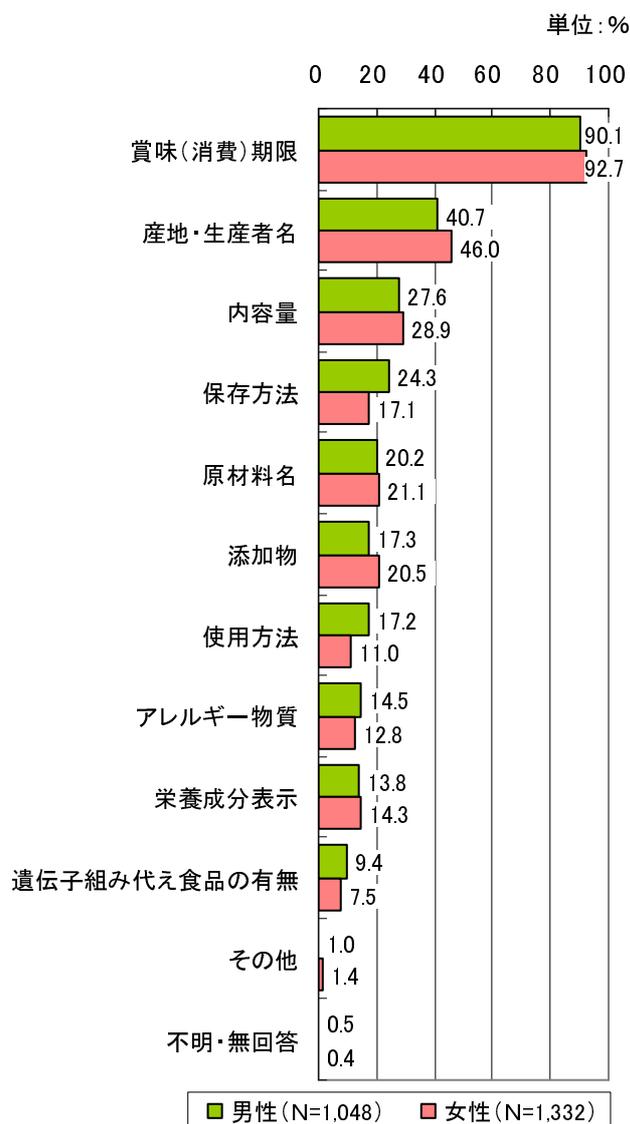
◆気をつけている食品表示はなんですか。(複数回答)

最も気をつけているのは「賞味（消費）期限」です。

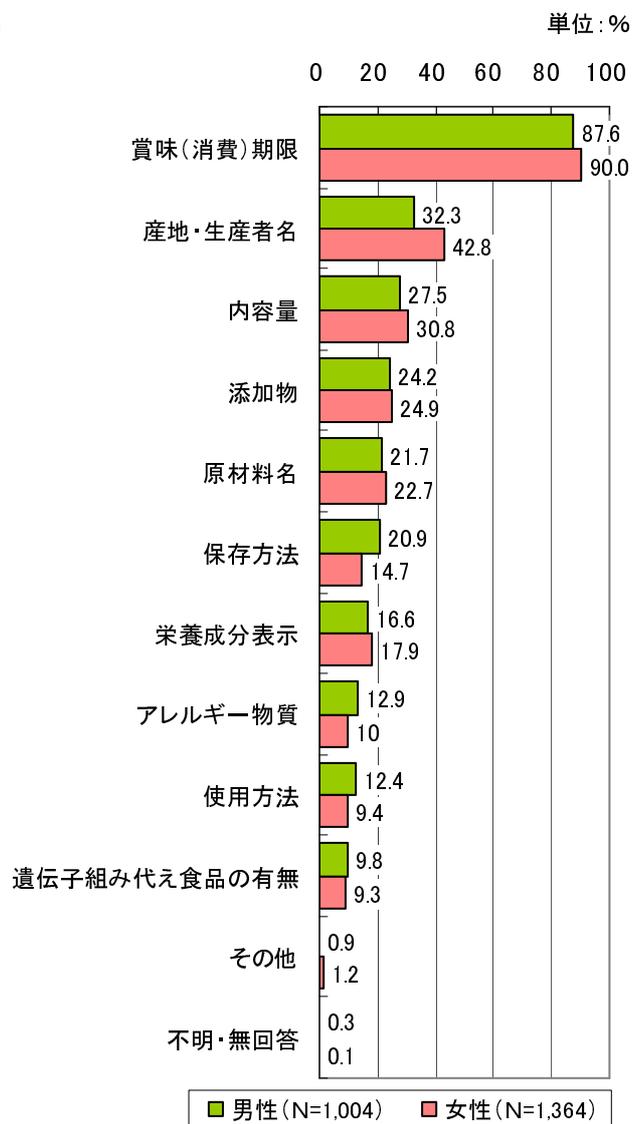
中学生は男性・女性ともに「賞味（消費）期限」が最も高く、それぞれ 90.1%、92.7% となっています。次いで「産地・生産者名」で男性は 40.7% であるのに対して、女性は 46.0% と女性の方が 5.3 ポイント高くなっています。

高校生は男性・女性ともに「賞味（消費）期限」が最も高く、それぞれ 87.6%、90.0% となっています。次いで「産地・生産者名」で男性は 32.3% であるのに対して、女性は 42.8% と女性の方が 10.5 ポイント高くなっています。

【中学生】



【高校生】



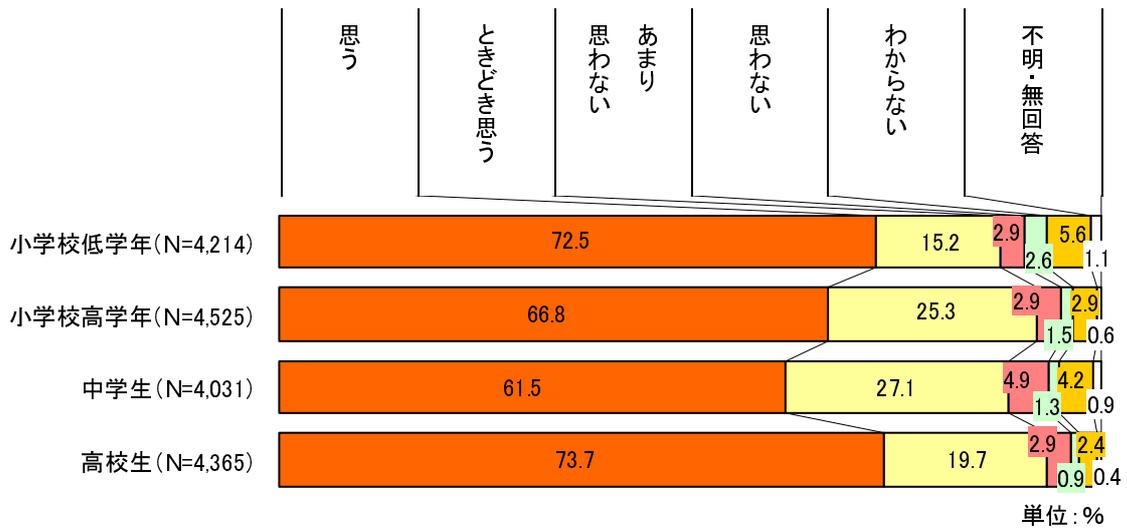
3) 地産地消・食文化の継承等について

◆食べ残しについて「もったいない」と思いますか。

食べ残しをもったいないと思う人は各学年ともに8～9割を占めています。

『思う』（「思う」と「ときどき思う」の合計）についてみると、小学校低学年で87.7%、高学年で92.1%、中学生で88.6%、高校生で93.4%と高くなっています。『思わない』（「あまり思わない」と「思わない」の合計）については各段階ともに1割以下となっています。

【小・中・高別】



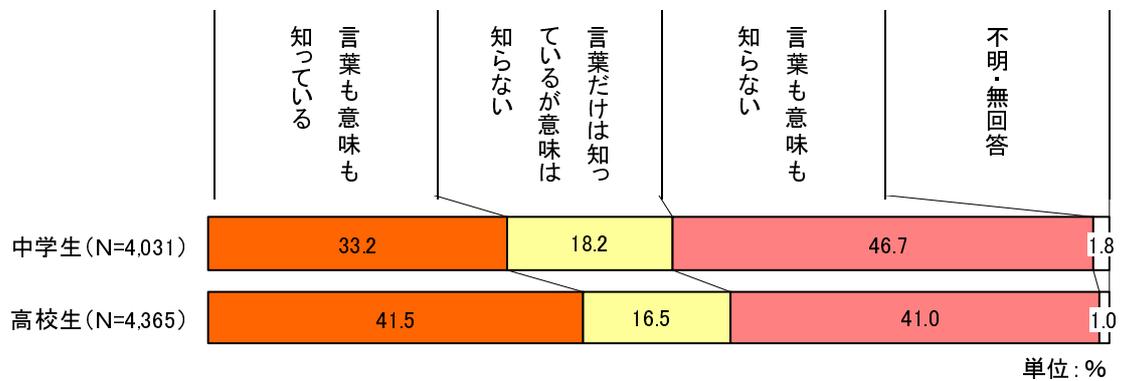
◆「地産地消」ということばを知っていますか。

4割以上の中学生・高校生が言葉も意味も知らないと回答しています。

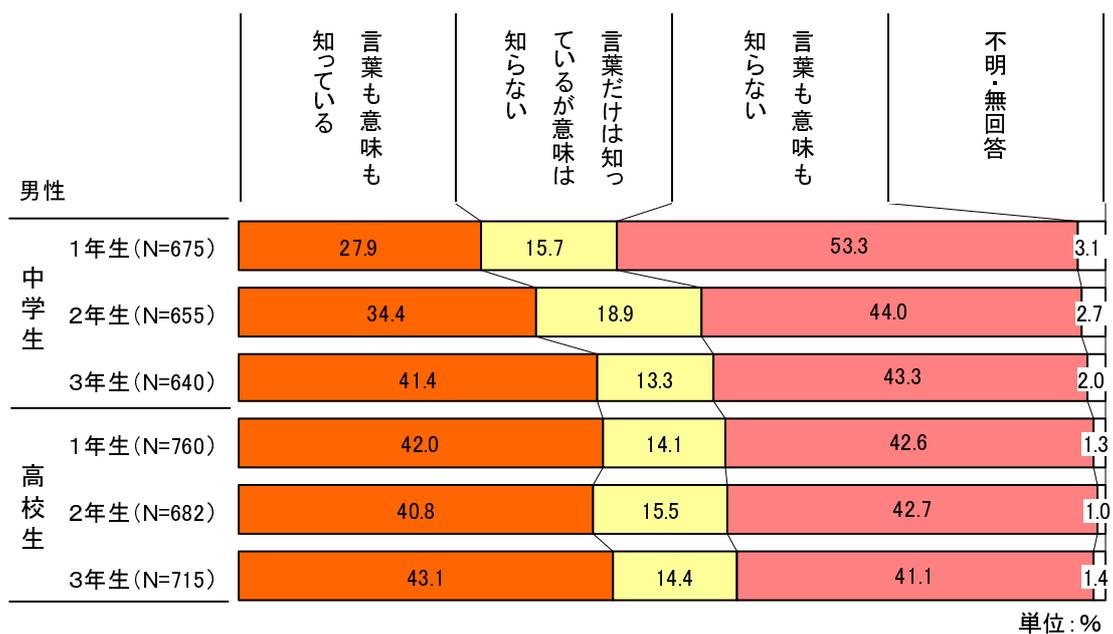
中学生は「言葉も意味も知らない」が46.7%で最も高く、次いで「言葉も意味も知っている」が33.2%、「言葉だけは知っているが意味は知らない」が18.2%となっています。高校生は「言葉も意味も知っている」が41.5%で最も高く、次いで「言葉も意味も知らない」が41.0%、「言葉だけは知っているが意味は知らない」が16.5%となっています。中学生・高校生ともに「言葉も意味も知らない」が4割を超えています。

性別・学年別にみると、男性・女性ともに「言葉も意味も知っている」は学年が上がるにつれて高くなる傾向にあります。

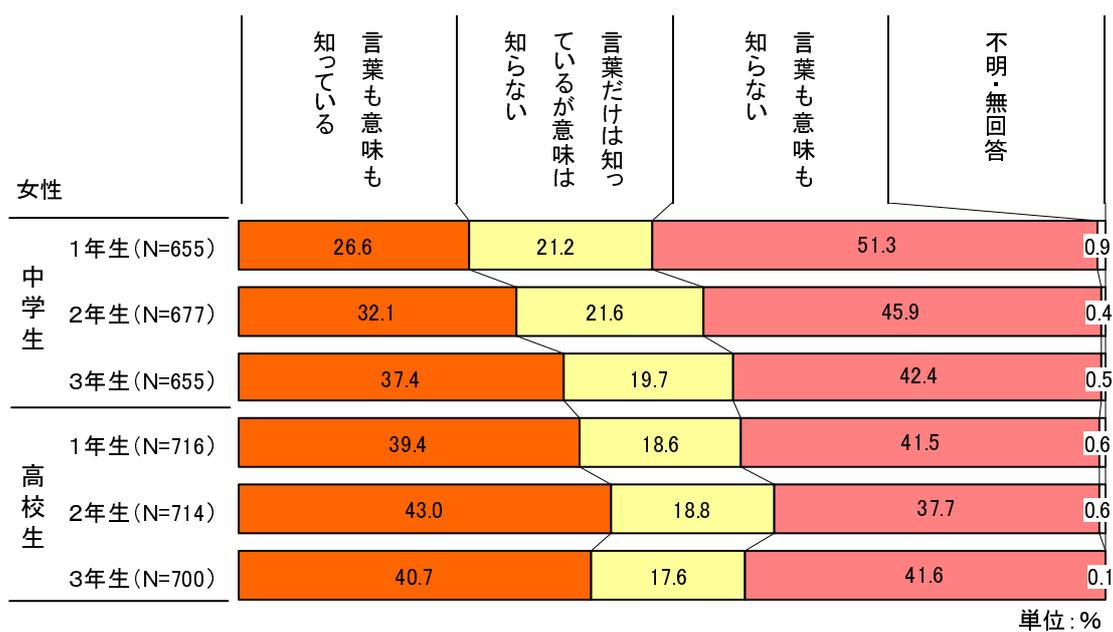
【中・高別】



【性別、中・高別】



単位：%



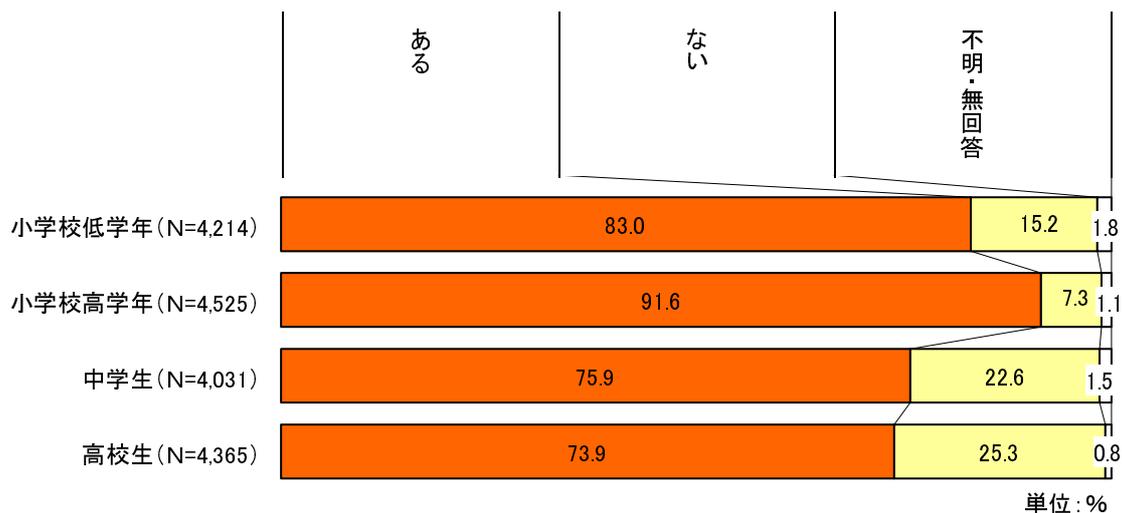
単位：%

◆これまで米や野菜の栽培を体験したことがありますか。

中学生、高校生になると、栽培体験の経験者が7割台にとどまっています。

小学校低学年は「ある」が83.0%、「ない」が15.2%となっています。高学年は「ある」が91.6%、「ない」が7.3%となっています。中学生は「ある」が75.9%、「ない」が22.6%となっています。高校生は「ある」が73.9%、「ない」が25.3%となっています。

【小・中・高別】

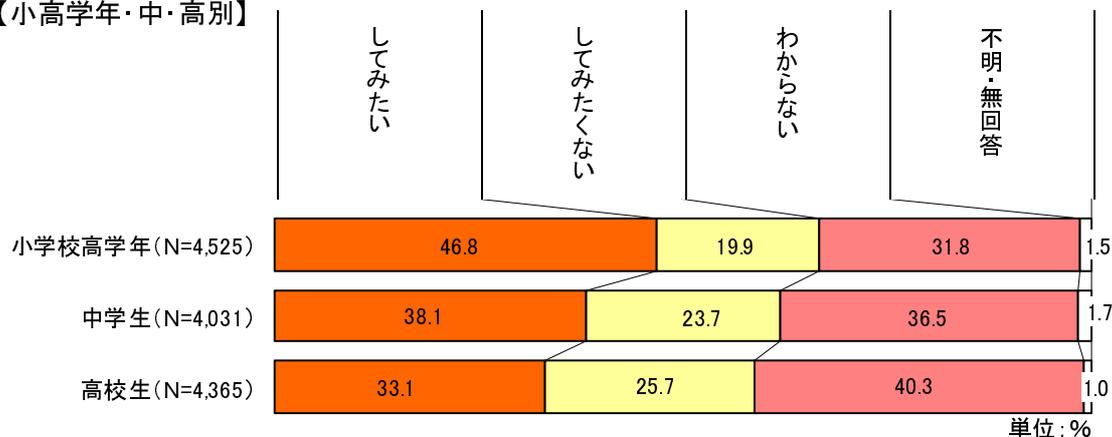


◆今後農業体験や畜産体験をしてみたいですか。

学年が上がるにつれて「してみたい」の割合が減少傾向にあります。

「してみたい」についてみると、小学校高学年で46.8%、中学生で38.1%、高校生で33.1%と学年が上がるにつれて、低くなる傾向にあります。また、高校生になると「わからない」が40.3%で最も高くなっています。

【小高学年・中・高別】



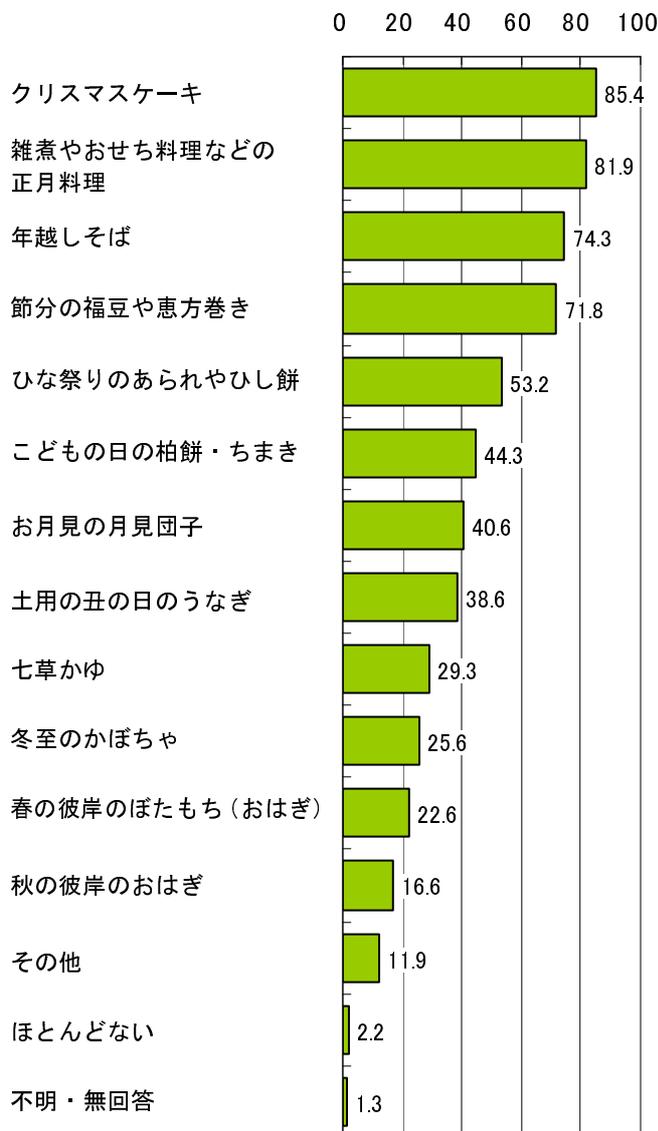
◆あなたの家庭ではどのような行事食を食べていますか。(複数回答)

行事食はクリスマスとお正月、年越しによく食べられています。

小学校高学年は「クリスマスケーキ」が85.4%で最も高く、次いで「雑煮やおせち料理などの正月料理」が81.9%、「年越しそば」が74.3%と続いています。中学生・高校生は「雑煮やおせち料理などの正月料理」がそれぞれ84.1%、87.1%と最も高く、次いで「年越しそば」82.6%、85.2%、「クリスマスケーキ」81.7%、80.5%と、すべて8割を超えて高くなっています。

【小学校高学年】

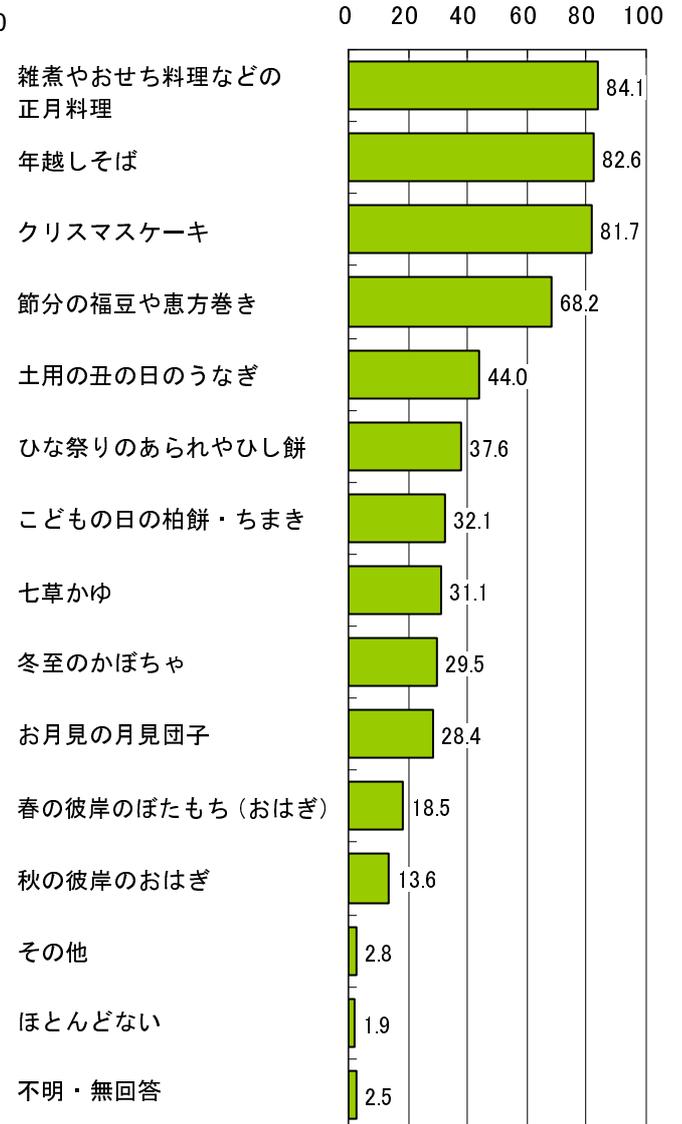
全体 (N=4,525)



【中学生】

全体 (N=4,031)

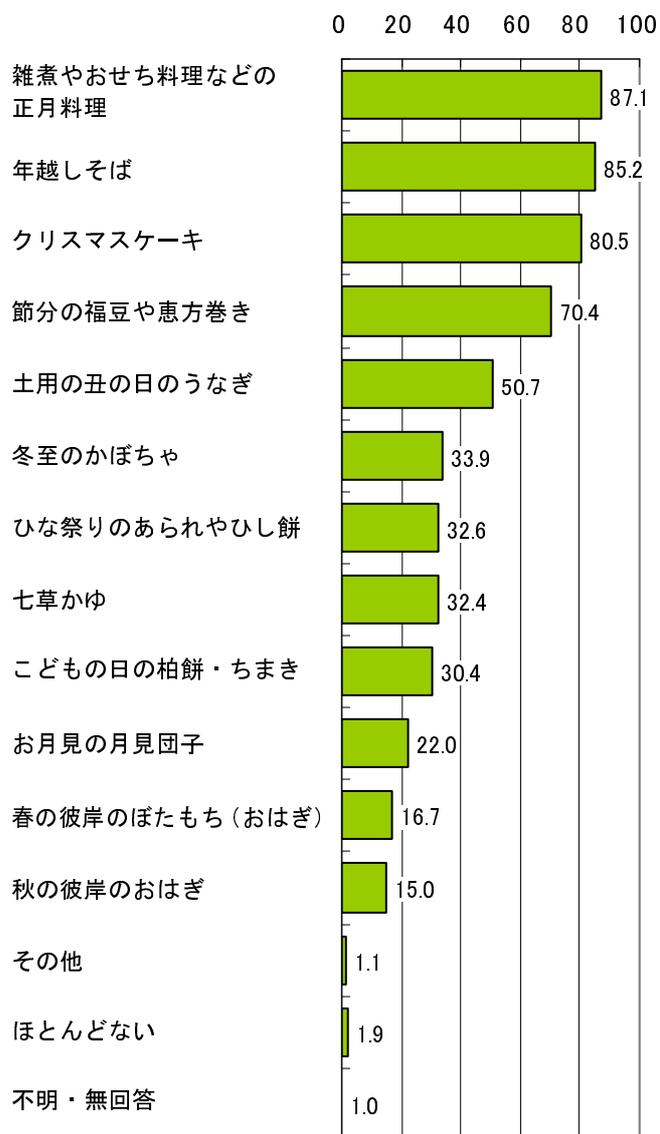
単位: %



【高校生】

全体 (N=4,365)

単位: %



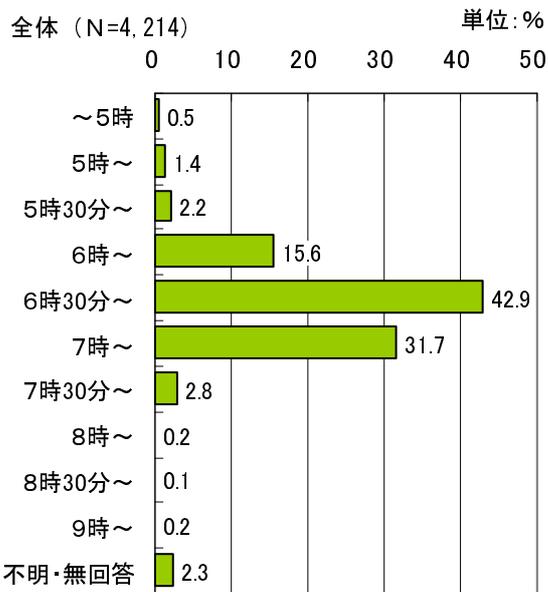
4) 生活習慣について

◆平日の起床は何時頃ですか。

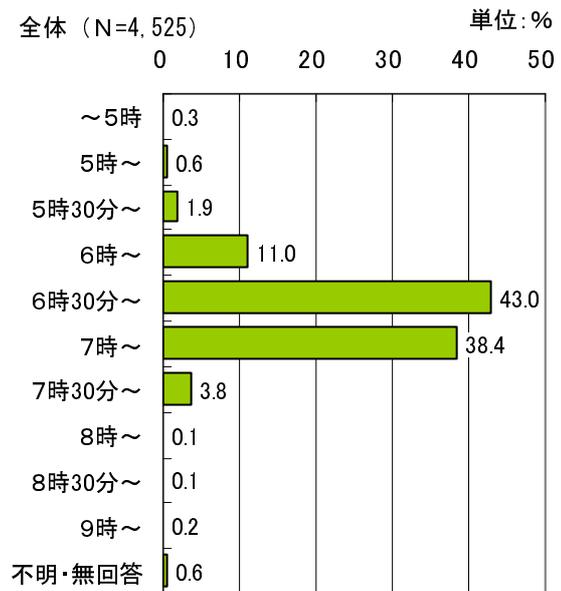
「6時30分～」「7時～」に起きている人が多くなっています。

小学校低学年・高学年・高校生は「6時30分～」が最も高く、次いで「7時～」となっていますが、中学生は「7時～」が最も高く、次いで「6時30分～」となっています。高校生については「6時～」も20.3%と高くなっています。

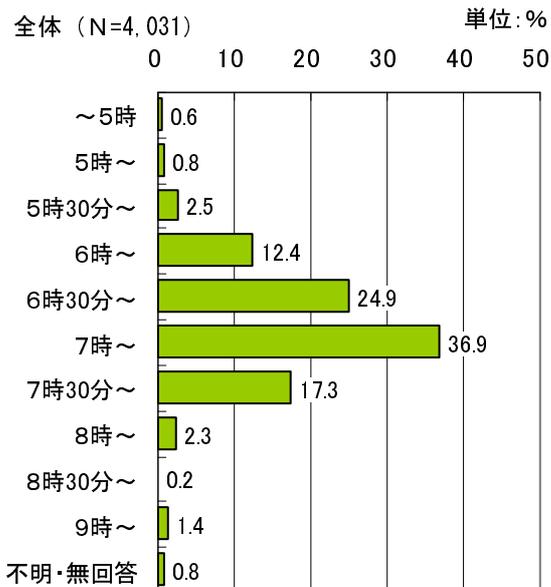
【小学校低学年】



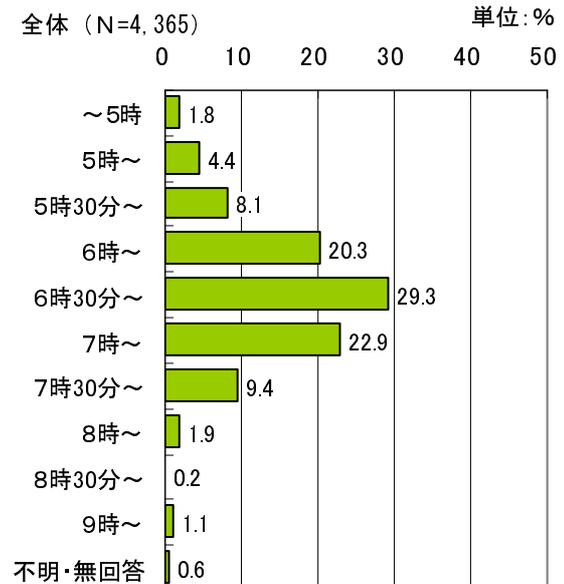
【小学校高学年】



【中学生】



【高校生】

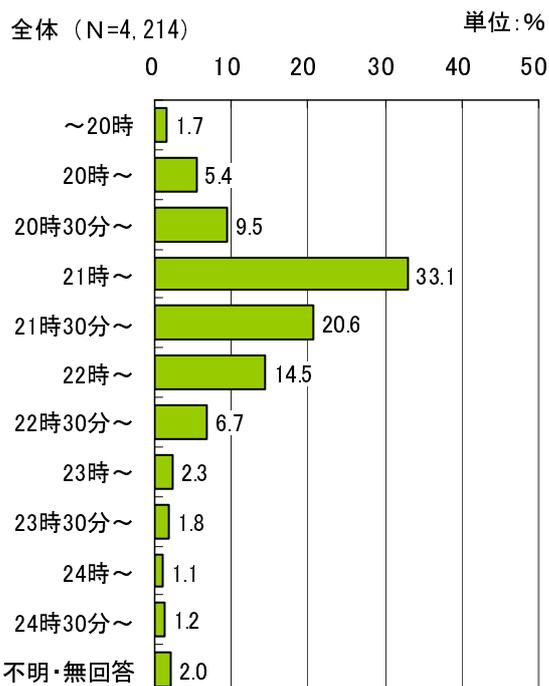


◆平日の就寝は何時頃ですか。

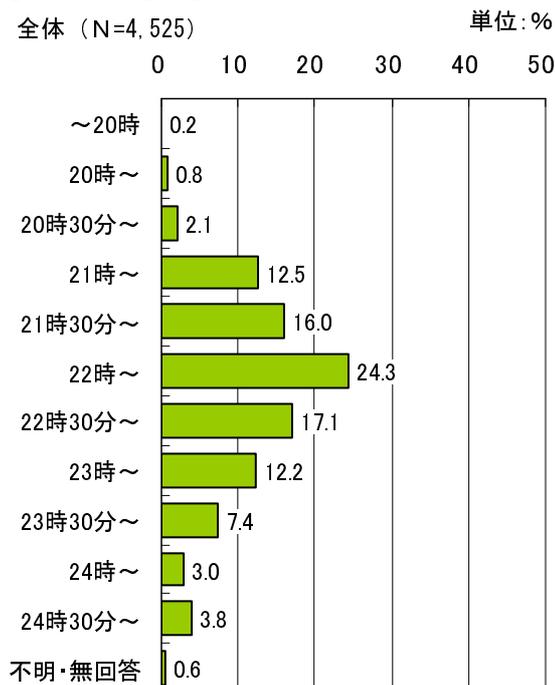
中学生・高校生の5割以上の就寝時刻が24時以降です。

小学校低学年で「21時～」33.1%、高学年で「22時～」24.3%が最も高くなっています。中学生・高校生では「24時30分～」がそれぞれ31.7%、38.2%で最も高く、次いで「24時～」が18.6%、27.7%となっており、24時以降に就寝している人の割合が5割を超えています。

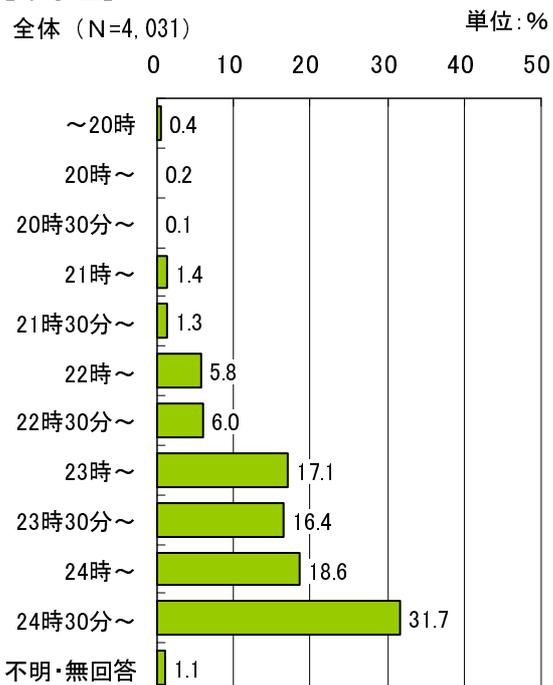
【小学校低学年】



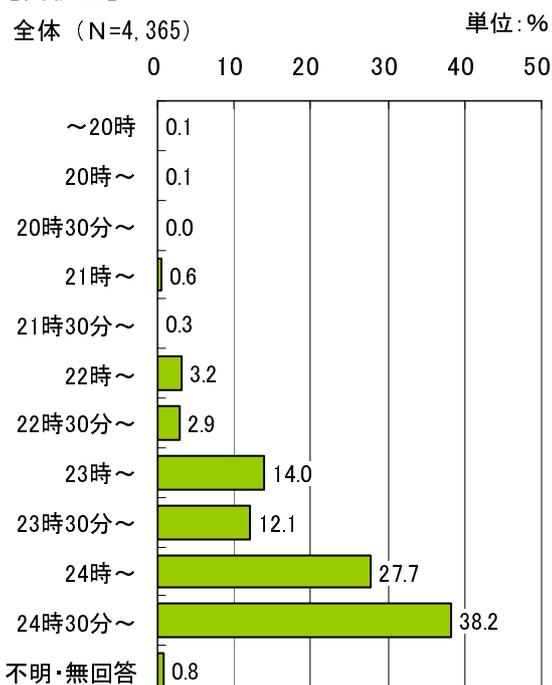
【小学校高学年】



【中学生】



【高校生】



5) 身体状況について

◆自分の体格についてどう思いますか。

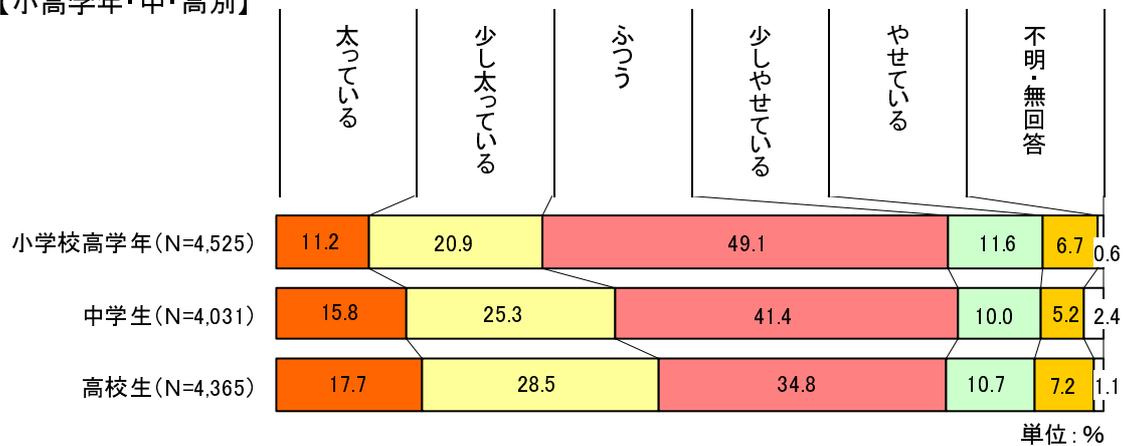
学年が上がるにつれて太っていると思う人の割合が高くなっています。

「ふつう」については、小学校高学年学年で 49.1%、中学生で 41.4%、高校生で 34.8% と学年が上がるにつれて低くなる傾向にあります。

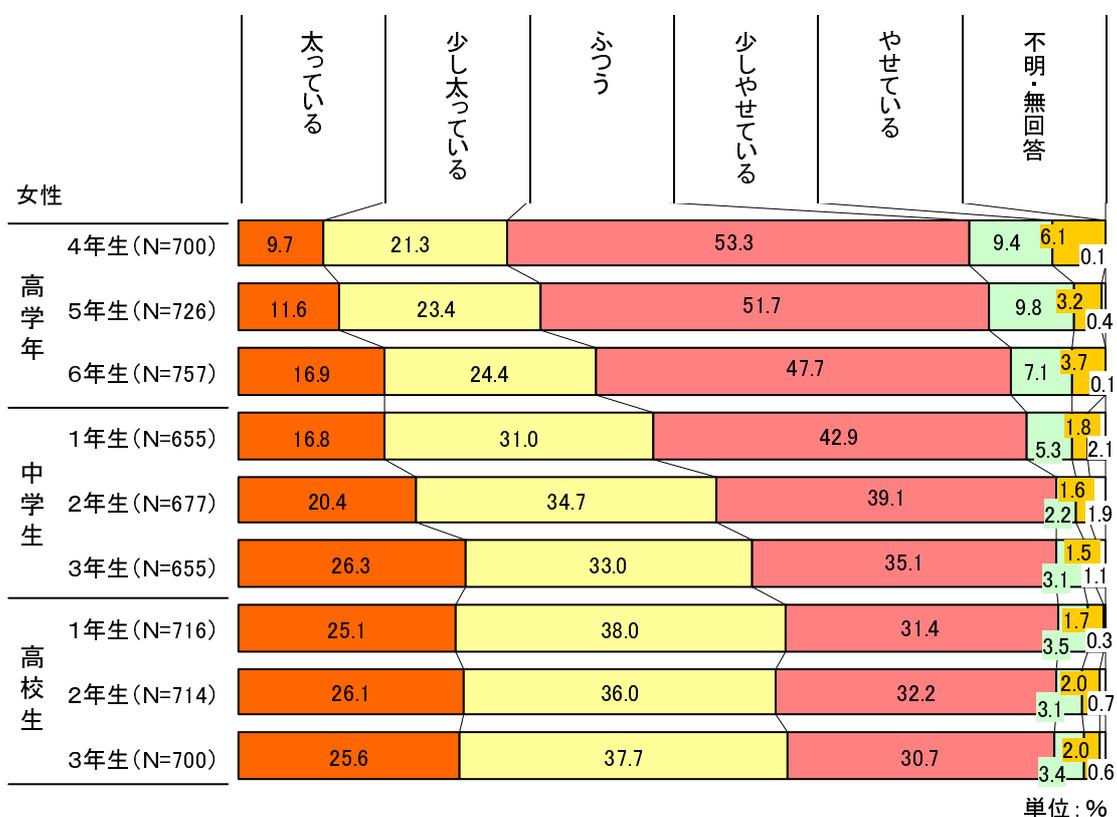
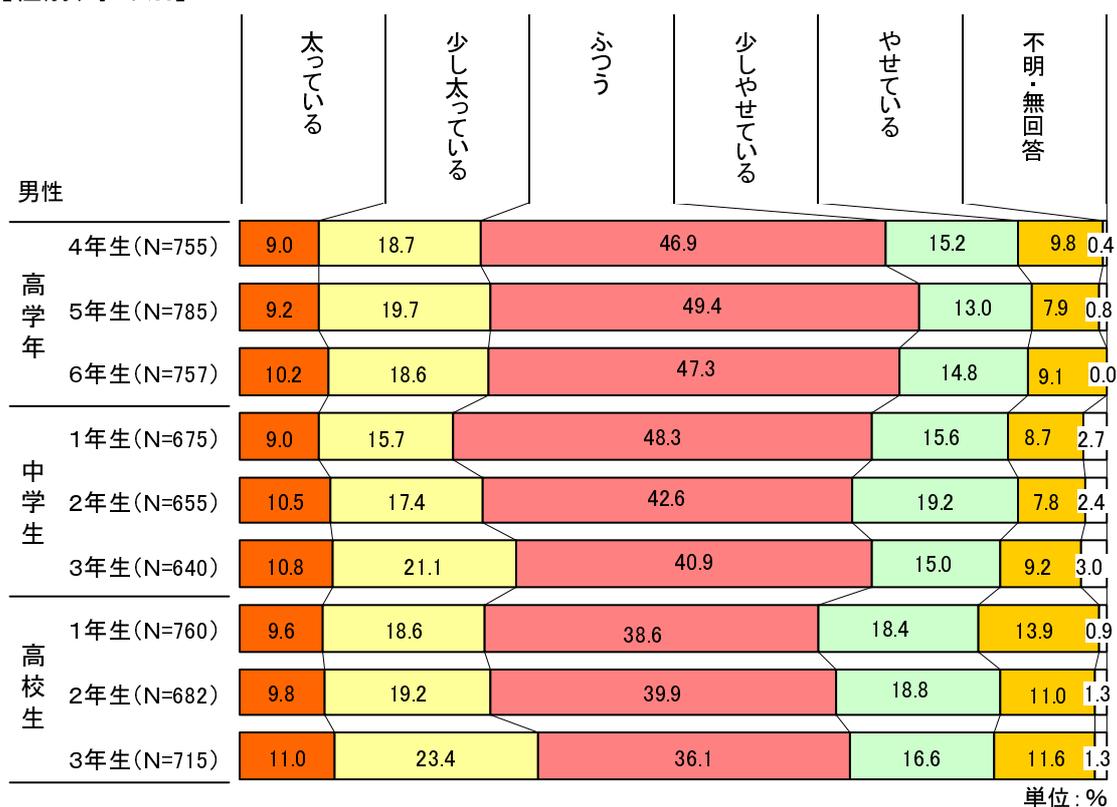
『太っている』（「太っている」と「少し太っている」の合計）は、小学校高学年で 32.1% となっていますが、中学生で 41.1%、高校生で 46.2% と増加傾向にあり、高校生では「ふつう」を抜いて高くなっています。

性・学年別にみると、女性の『太っている』は小学校4年生の 31.0%から高校3年生の 63.3%と高くなる傾向にあるのに対して、男性はほぼ 2~3割でとどまっています。

【小高学年・中・高別】



【性別、学年別】



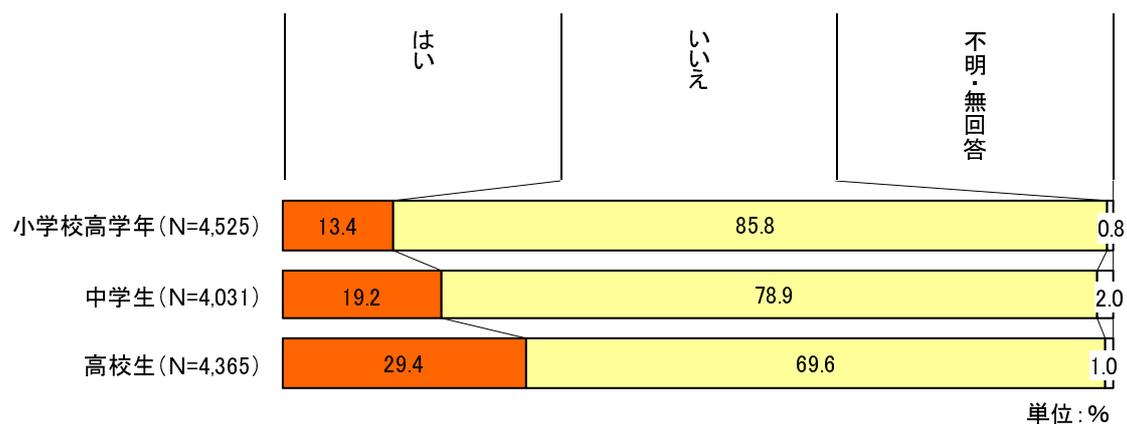
◆ダイエットをしたことがありますか。

学年が上がるにつれて、ダイエットの経験者の割合が増加傾向にあります。

「はい」についてみると、小学校高学年で 13.4%、中学生で 19.2%、高校生で 29.4%と、段階が上がるにつれて高くなる傾向にあります。

性・学年別にみると、女性は「はい」が小学校4年生の 16.3%から高校3年生の 51.7%と高くなる傾向にあり、高校3年生では半数以上となっています。一方、男性は「はい」が1割程度にとどまっています。

【小高学年・中・高別】



【性別、学年別】

