

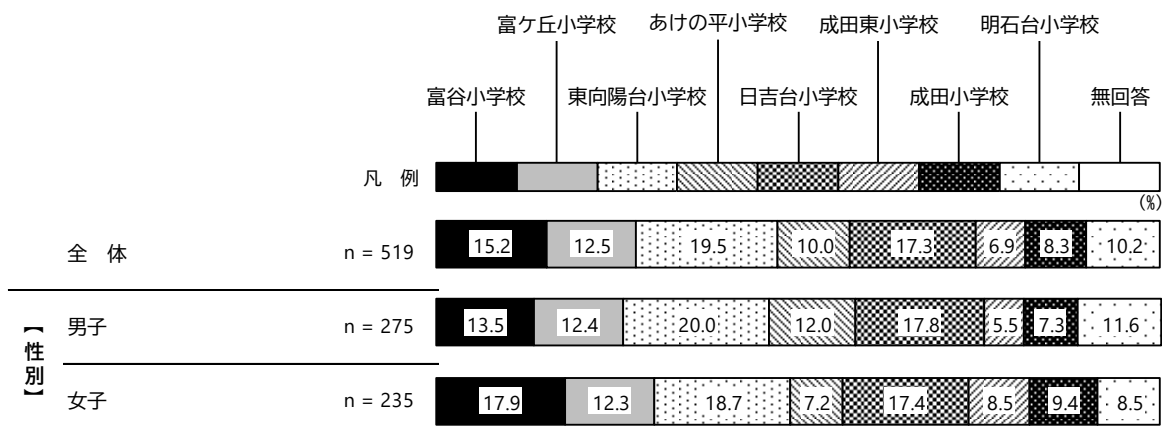
IV 小中学生調査結果

1 回答者の属性について

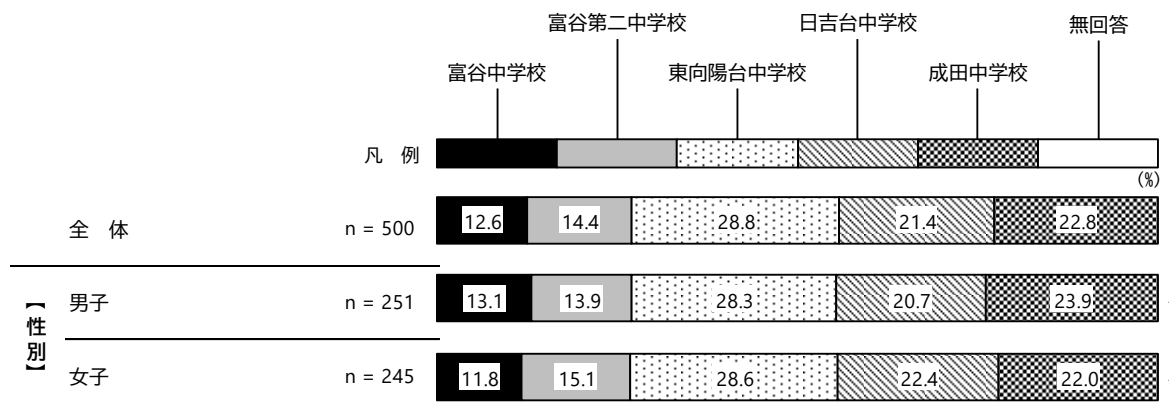
1-1 学校

問1 あなたの小学校／中学校を教えてください。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】

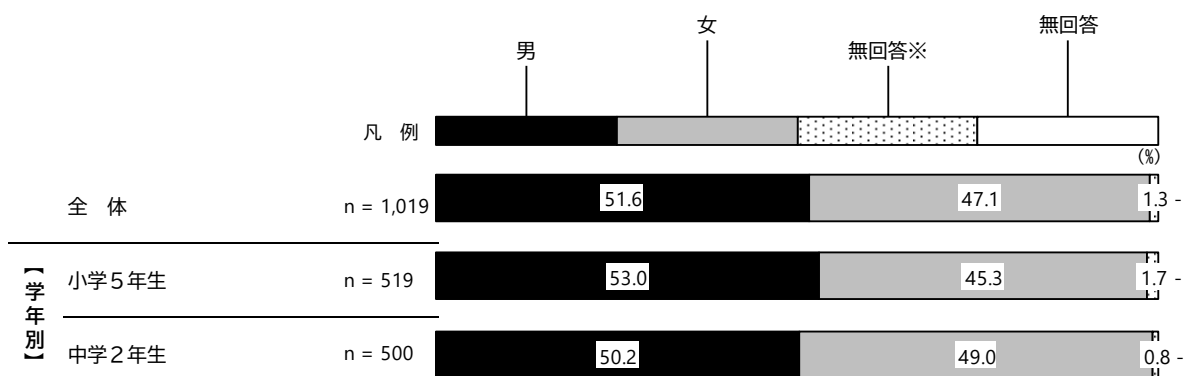


1-2 性別

▶ 性別について、全体では男子が51.6%、女子が47.1%となっています。

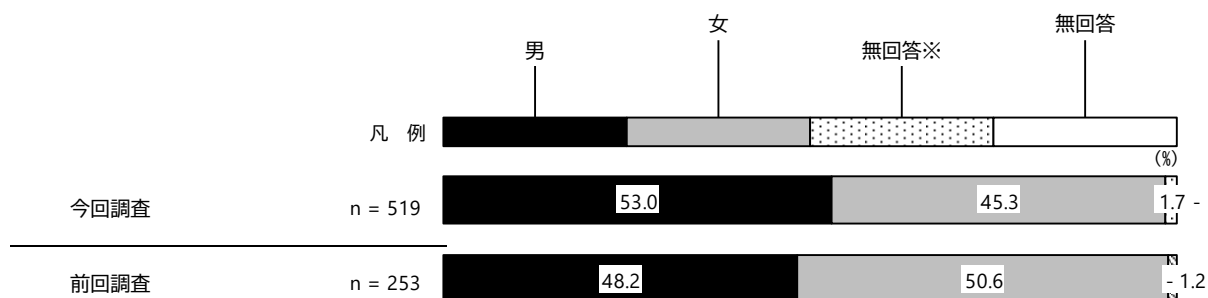
問2 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

【全体】



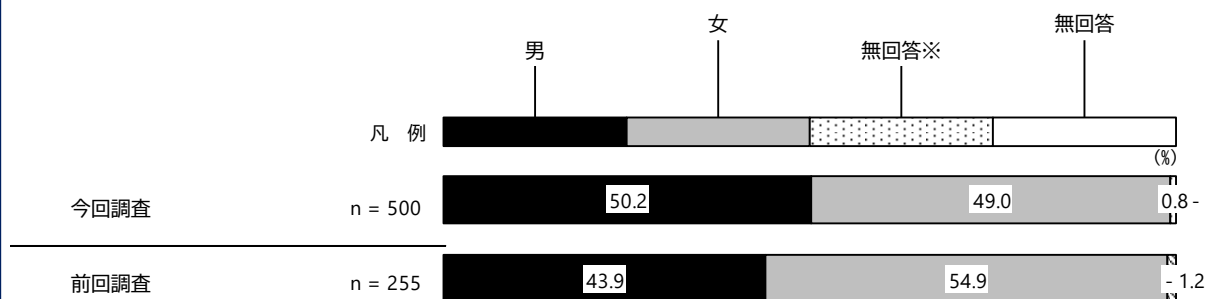
※調査票上に設計した選択肢の「無回答」

【小学5年生】



※調査票上に設計した選択肢の「無回答」(今回調査より追加)

【中学2年生】



※調査票上に設計した選択肢の「無回答」(今回調査より追加)

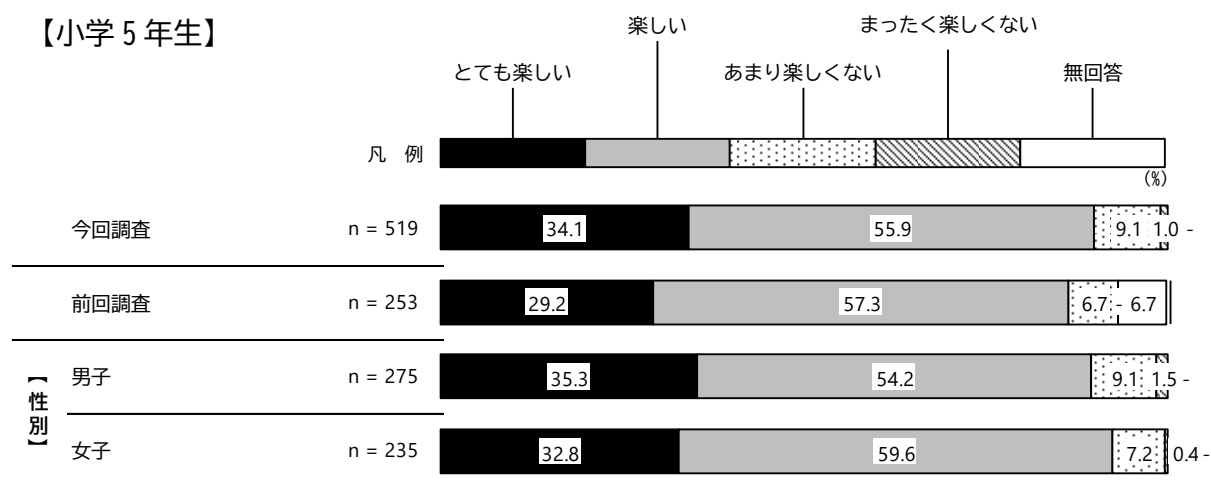
2 食生活等について

2-1 食事の時間は楽しいか

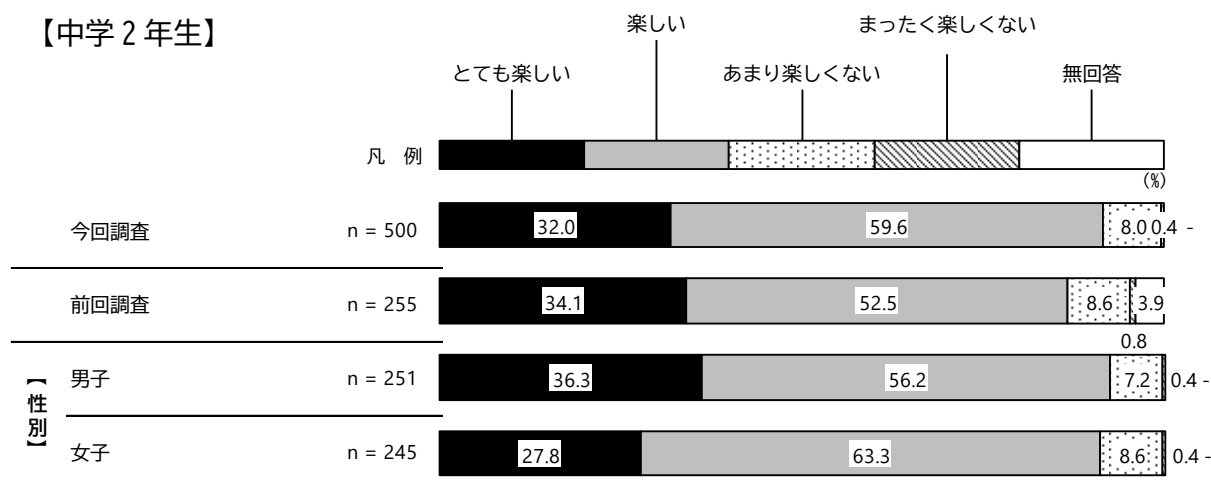
- ▶ 小学生では「楽しい」が55.9%と最も高く、次いで「とても楽しい」(34.1%)、「あまり楽しくない」(9.1%)となっています。
- ▶ 中学生では「楽しい」が59.6%と最も高く、次いで「とても楽しい」(32.0%)、「あまり楽しくない」(8.0%)となっています。
- ▶ 小中学生ともに、《楽しい》(「楽しい」+「とても楽しい」の合計)は9割を占めています。

問3 あなたは、食事の時間は楽しいですか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



| | H27年基準値 | R3年中間評価 | R7年調査 | R8年目標値 |
|------------------|---------|---------|-------|---------|
| 食事の時間が楽しいと思う人の割合 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 |
| | 86.5% | 85.4% | 90.0% | 90.0%以上 |
| | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 |
| | 86.6% | 93.9% | 91.6% | 90.0%以上 |

<食事の時間が（とても）楽しい理由>

【小学5年生】

- 家族みんなといっぱい話せるから。ご飯がおいしいから。(女子)
- 「今日の献立は何かなー！」と考えるのがワクワクする。(女子)
- みんなと一緒に食べられるから。(男子)
- お母さんの料理がいつも美味しいから。(男子)
- 料理はとても美味しいし体があったかくなるから。(性別無回答)

【中学2年生】

- 家族といろんなことを喋れるから。(女子)
- 様々な味があり、それを楽しんでいるから。(女子)
- 苦手な食べ物が少ないから。(男子)
- 美味しい食べ物が出ると嬉しくなる。(男子)
- 家族でそろって食べられるから。(性別無回答)

<食事の時間があまり／まったく楽しくない理由>

【小学5年生】

- 美味しいものも食べられるけど、嫌いな食べ物の方が多いから。(女子)
- 食べるのが苦手だから。(女子)
- 静かに食べているので。(男子)
- 食事をする時、食べ物は美味しいけど、楽しくはない。(男子)
- 食べられるものが限られたりしているから。(性別無回答)

【中学2年生】

- 最近はあまり家族みんなで食べられてないから。(女子)
- 食べるのが途中で面倒くさくなるから。(女子)
- 嫌いなものが多いから。(男子)
- 家でいつも親に見られていて食べにくい。(男子)
- 食べるだけだから。(性別無回答)

2-2-1 家族といっしょに食事する頻度（朝食）

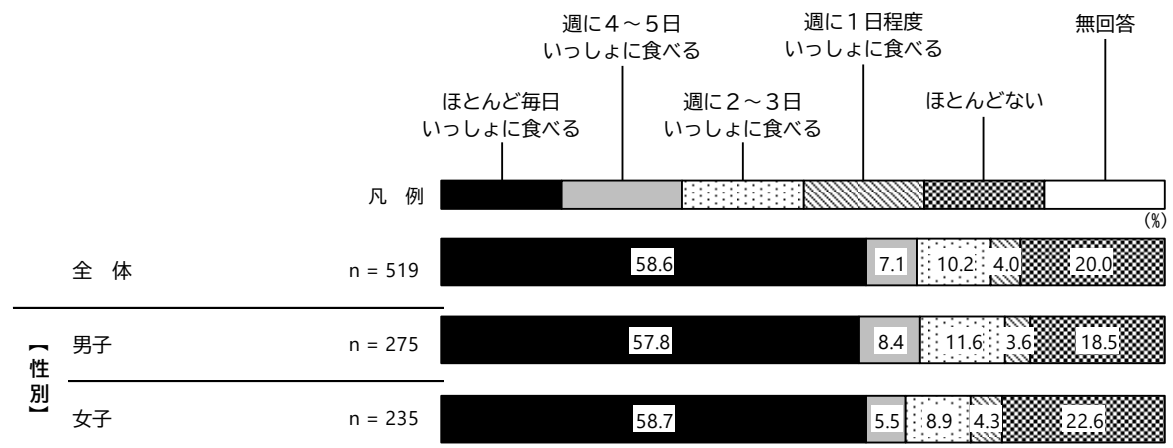
- ▶ 小学生では「ほとんど毎日いっしょに食べる」が58.6%と最も高く、次いで「ほとんどない」(20.0%)、「週に2~3日一緒に食べる」(10.2%)となっています。
- ▶ 中学生では「ほとんど毎日いっしょに食べる」が42.8%と最も高く、次いで「ほとんどない」(30.8%)、「週に2~3日一緒に食べる」(12.2%)となっています。
- ▶ 学年別にみると、小学生では「ほとんど毎日いっしょに食べる」が、中学生に比べ10ポイント以上高い一方、「ほとんどない」は10ポイント以上低くなっています。

問4 あなたは、家族といっしょに食べることはどのくらいありますか。

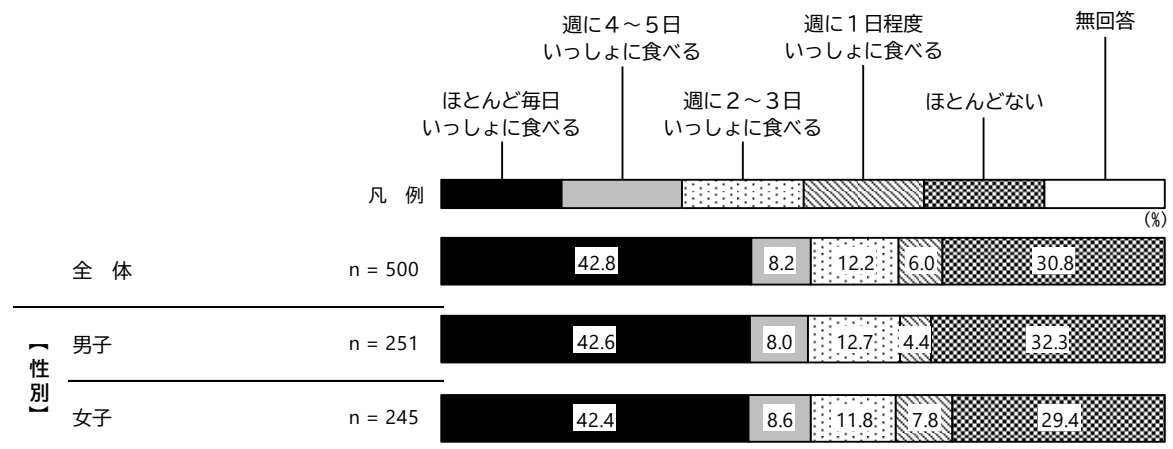
(それぞれに○は1つ)

<朝食>

【小学5年生】



【中学2年生】

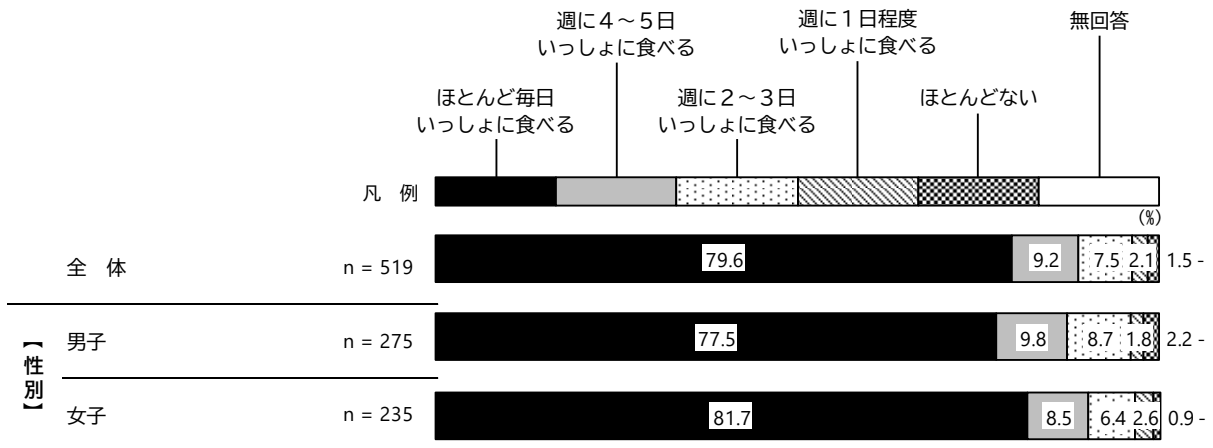


2-2-2 家族といっしょに食事する頻度（夕食）

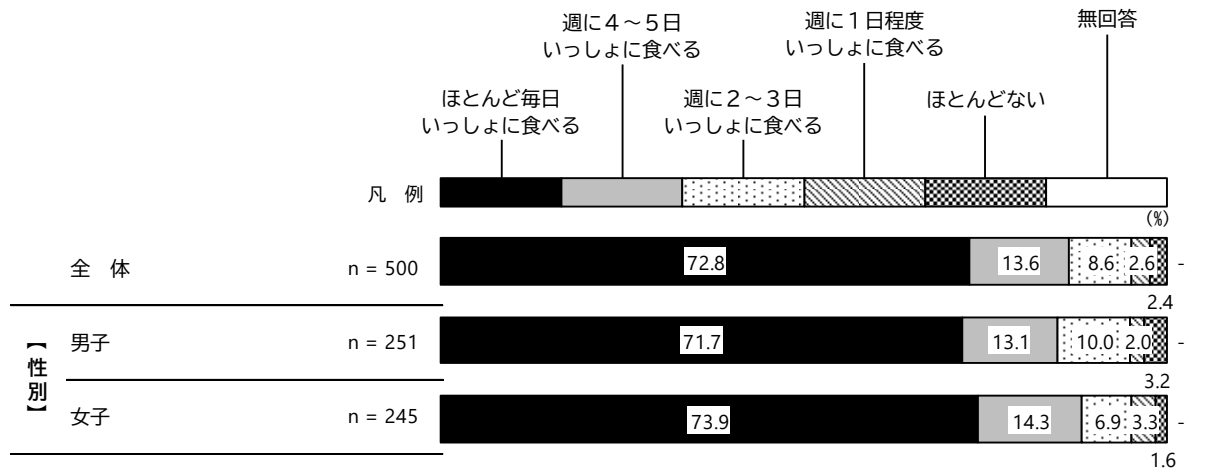
- ▶ 小学生、中学生ともに「ほとんど毎日いっしょに食べる」が7～8割を占めており、次いで「週に4～5日いっしょに食べる」、「週に2～3日いっしょに食べる」がいずれも1割程度となっています。

<夕食>

【小学5年生】



【中学2年生】



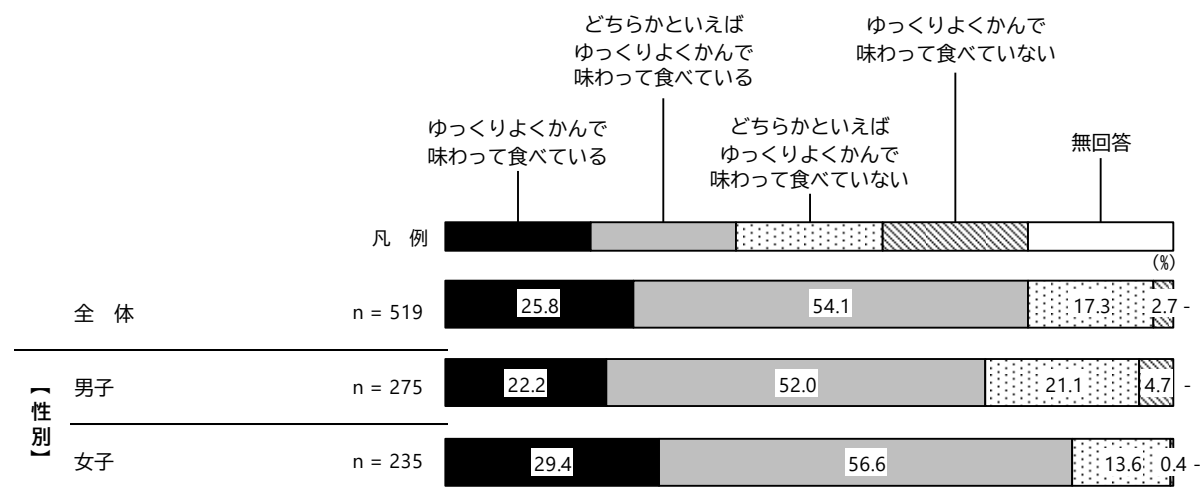
| | H27年基準値 | R3年中間評価 | R7年調査 | R8年目標値 |
|-------------------------|---------|---------|-------|--------|
| 朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 |
| | 中間評価で調査 | 10.8回 | 10.9回 | 週11回以上 |
| | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 |
| | 中間評価で調査 | 9.5回 | 9.7回 | 週11回以上 |

2-3 ふだんゆっくりよくかんで食べているか

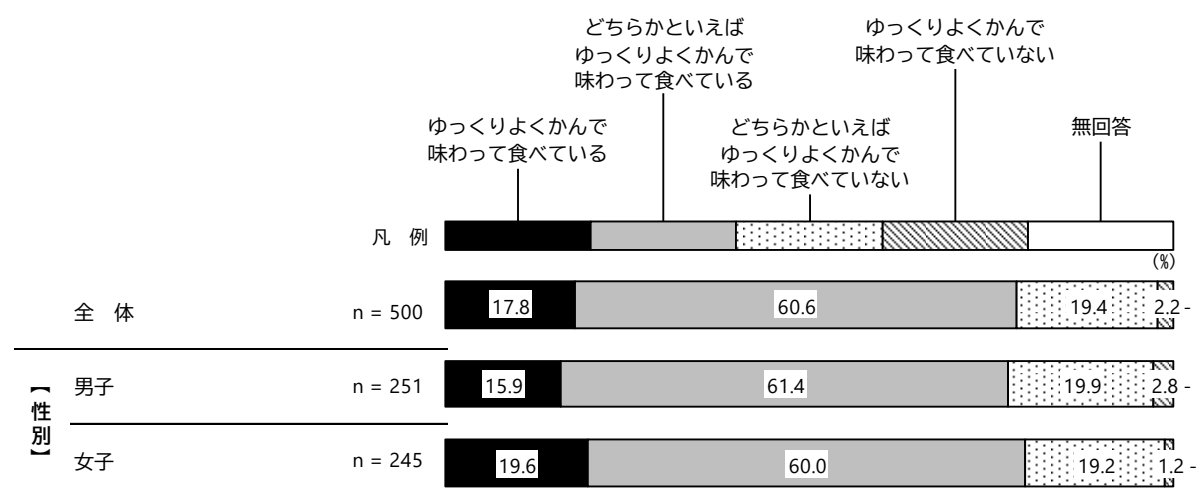
▶ 小学生、中学生ともに《ゆっくりよくかんで食べている》（「ゆっくりよくかんで味わって食べている」+「どちらかといえばゆっくりよくかんで味わって食べている」の合計）が約 8 割を占めており、《ゆっくりよくかんで食べていない》（「ゆっくりよくかんで食べて味わって食べていない」+「どちらかといえばゆっくりよくかんで味わって食べていない」の合計）は 2 割程度となっています。

問5 あなたは、ふだんゆっくりよくかんで食べていますか。（○は1つ）

【小学5年生】



【中学2年生】

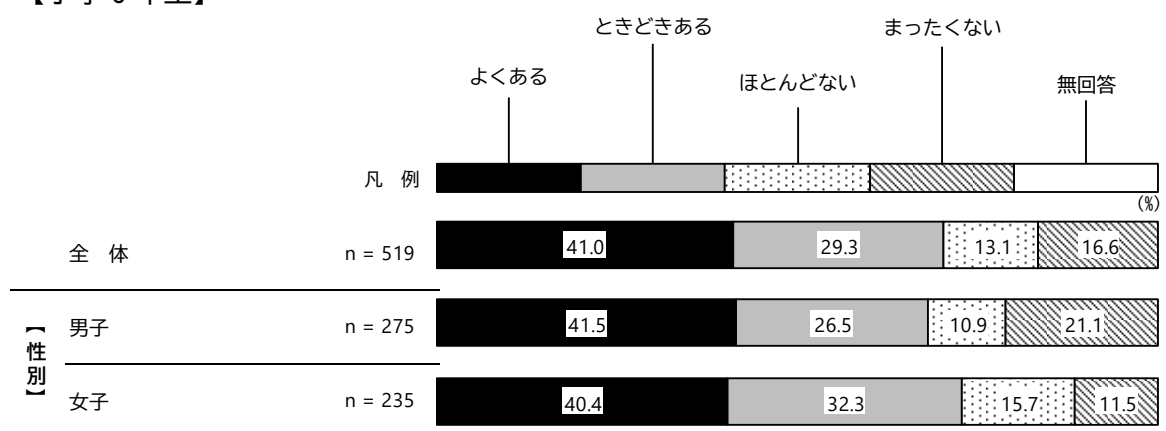


2-4 食事中にテレビ、スマートフォン（携帯電話）、タブレット、ゲームなどを見たり使ったりすることはあるか

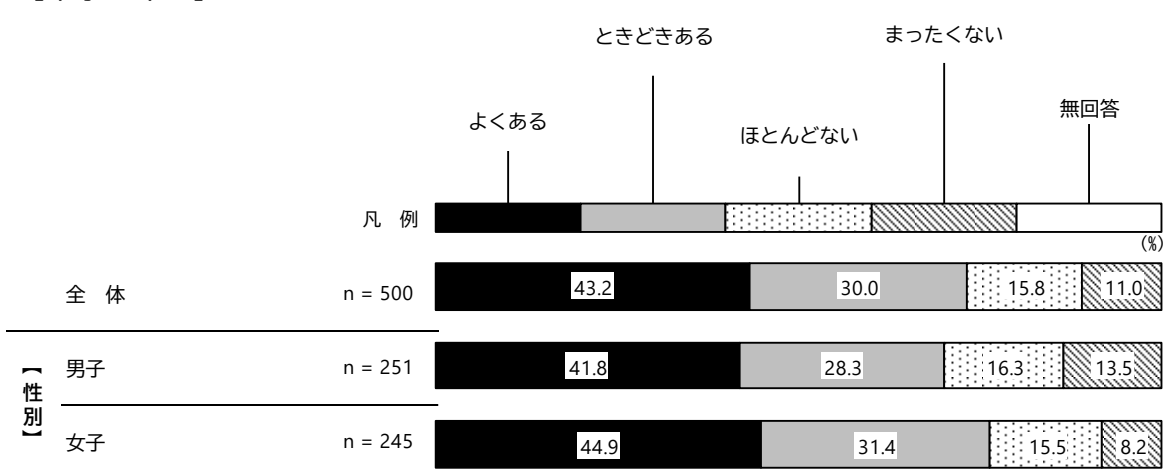
- ▶ 小学生では「よくある」が41.0%と最も高く、次いで「ときどきある」(29.3%)、「まったくない」(16.6%)となっています。
- ▶ 中学生では「よくある」が43.2%と最も高く、次いで「ときどきある」(30.0%)、「ほとんどない」(15.8%)となっています。

問6 あなたは、食事中にテレビ、スマートフォン（携帯電話）、タブレット、ゲームなどを見たり使ったりすることはありますか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】

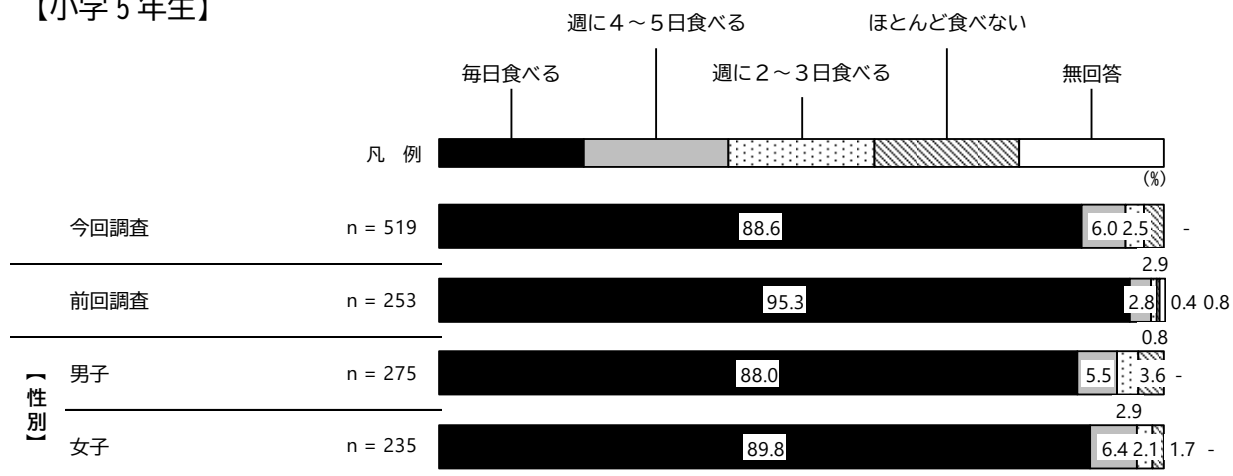


2-5 朝食を食べるか

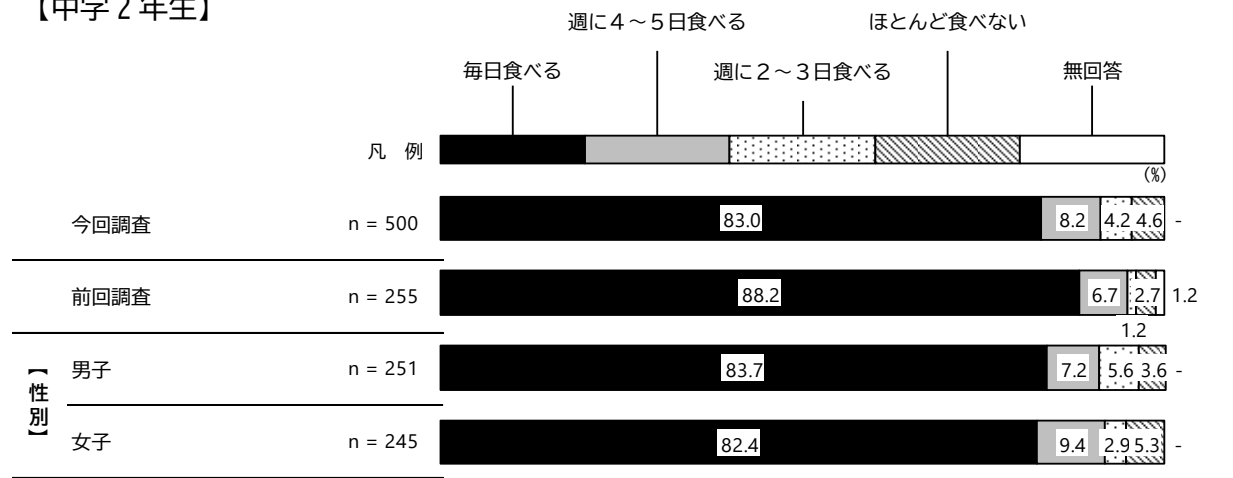
▶ 小学生、中学生ともに「毎日食べる」が8割以上を占めており、次いで「週に4~5日食べる」(小学生:6.0%、中学生:8.2%)、「週に2~3日食べる」(小学生:2.5%、中学生:4.2%)となっています。

問7 あなたは、朝食を食べますか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



※前回調査では選択肢が「毎日食べる」「週に2~3日食べない」「週に4~5日食べない」「ほとんど食べない」だったため、「週に2~3日食べない」⇒「週に4~5日食べる」、「週に4~5日食べない」⇒「週に2~3日食べる」に読み替えを行っています。

| | H22年調査値※ | H27年基準値 | R3年中間評価 | R7年調査 | R8年目標値 |
|--------------|----------|---------|---------|-------|---------|
| 朝食を毎日食べる人の割合 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 |
| | 4.3% | 95.3% | 80.0% | 88.6% | 98.0%以上 |
| | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 |
| | 9.2% | 88.2% | 82.7% | 83.0% | 98.0%以上 |

※平成22年調査値は朝食の欠食率となっている。

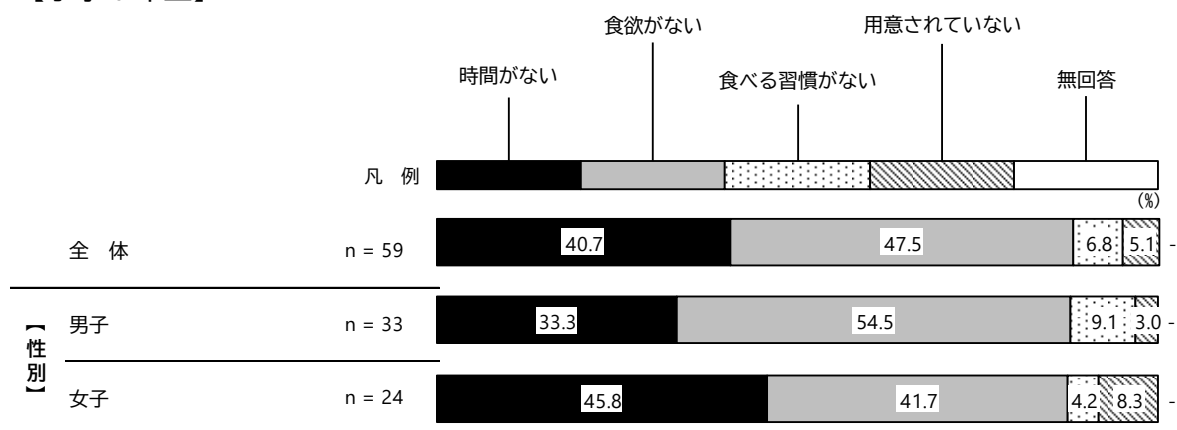
2-6 朝食を食べない理由

- ▶ 小学生では「食欲がない」が47.5%と最も高く、次いで「時間がない」(40.7%)、「食べる習慣がない」(6.8%)となっています。
- ▶ 中学生では「食欲がない」が52.9%と最も高く、次いで「時間がない」(36.5%)、「食べる習慣がない」(9.4%)となっています。
- ▶ 性別にみると、小学生、中学生ともに「時間がない」では、男子(小学生：33.3%、中学生：31.7%)に比べ女子(小学生：45.8%、中学生：41.9%)の方が10ポイント以上高くなっています。

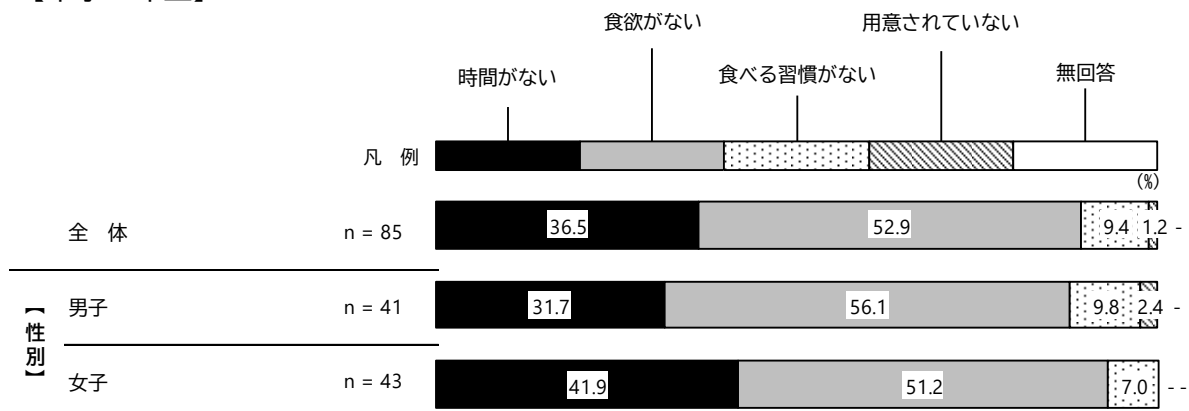
問8 問7で『毎日食べる』以外を選んだ人にお聞きします。

あなたが、朝食を食べない理由は何ですか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



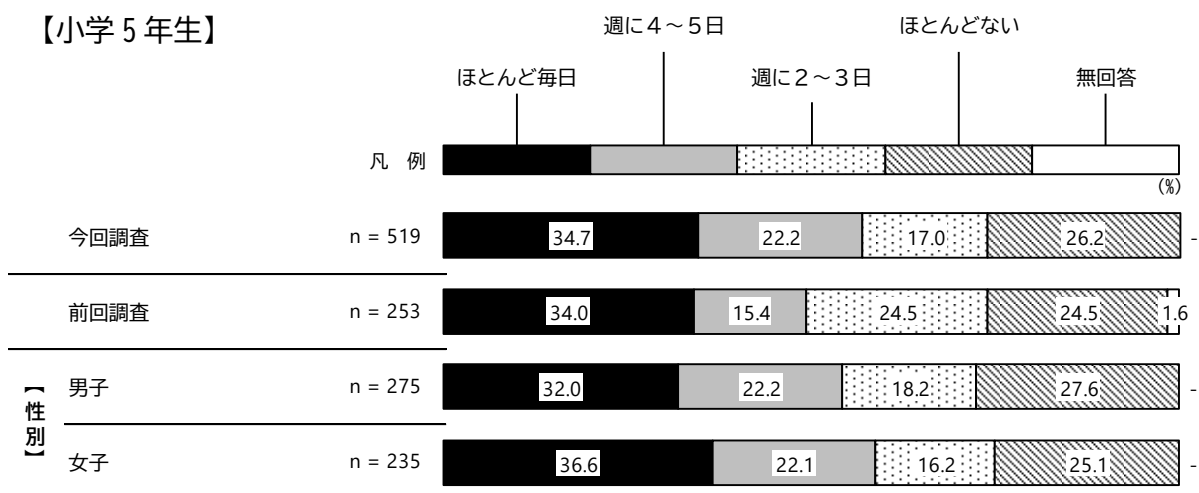
IV 小中学生調査結果

2-7 朝食で、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる頻度

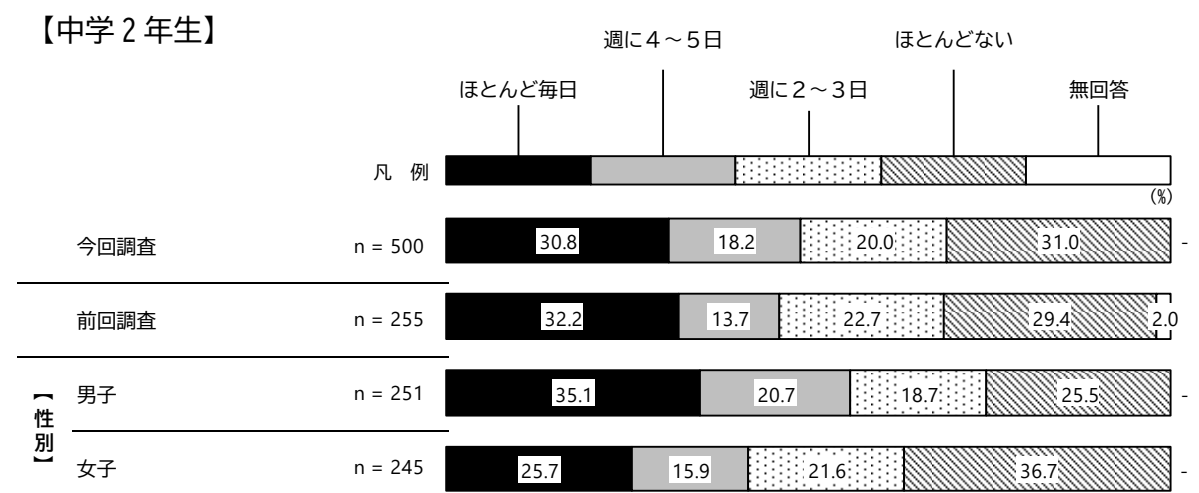
- ▶ 小学生では「ほとんど毎日」が34.7%と最も高く、次いで「ほとんどない」(26.2%)、「週に4~5日」(22.2%)となっています。
- ▶ 中学生では「ほとんどない」が31.0%と最も高く、次いで「ほとんど毎日」(30.8%)、「週に2~3日」(20.0%)となっています。
- ▶ 学年別にみると、中学生女子では「ほとんど毎日」が25.7%と、小学生女子(36.6%)に比べ10ポイント以上低くなっている一方、「ほとんどない」(小学生女子：25.1%、女子中学生：36.7%)は10ポイント以上高くなっています。

問9 あなたは、朝食で、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが、週に何日ありますか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



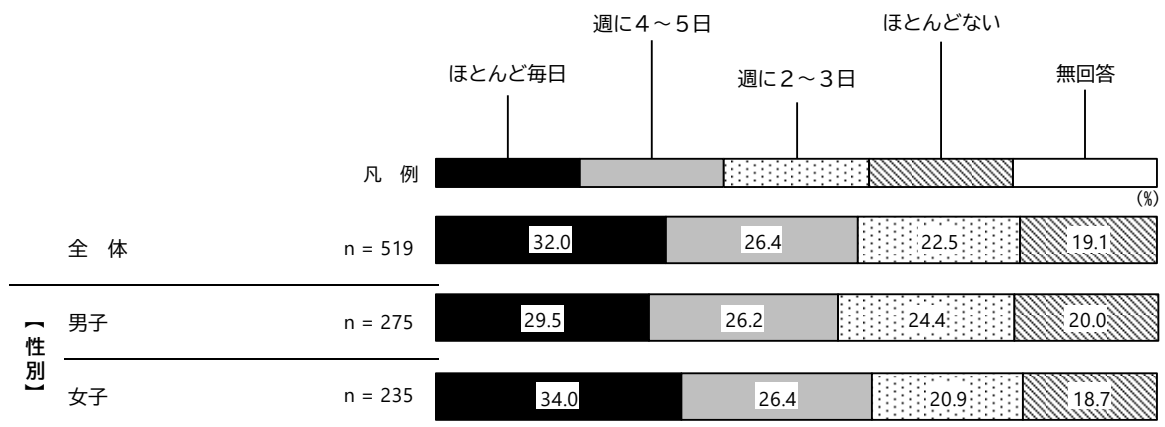
| | H27年基準値 | R3年中間評価 | R7年調査 | R8年目標値 |
|------------------------------|---------|---------|-------|---------|
| 主食・主菜・副菜を揃えた朝食をほとんど毎日食べる人の割合 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 |
| | 34.0% | 25.9% | 34.7% | 50.0%以上 |
| | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 |
| | 32.2% | 23.8% | 30.8% | 45.0%以上 |

2-8 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるか

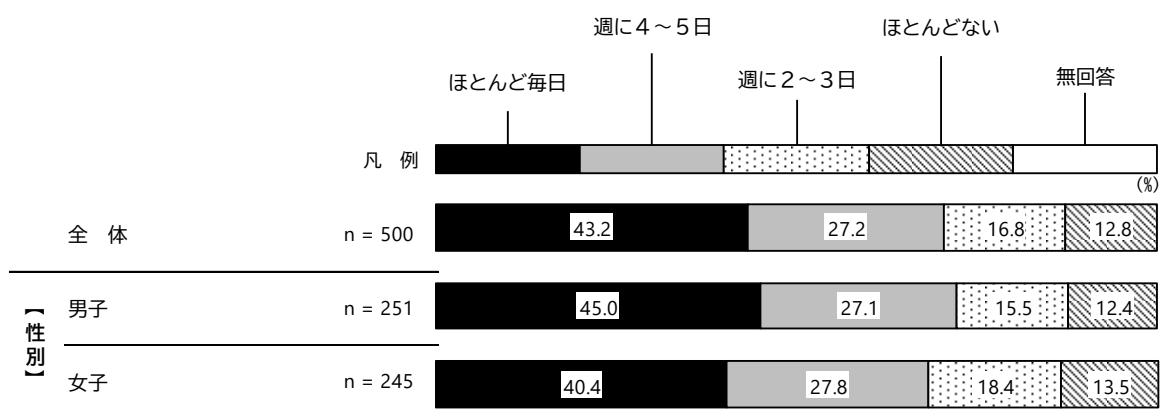
- ▶ 小学生では「ほとんど毎日」が32.0%と最も高く、次いで「週に4~5日」(26.4%)、「週に2~3日」(22.5%)となっています。
- ▶ 中学生では「ほとんど毎日」が43.2%と最も高く、次いで「週に4~5日」(27.2%)、「週に2~3日」(16.8%)となっています。
- ▶ 学年別にみると、中学生では「ほとんど毎日」が小学生に比べ10ポイント以上高くなっています。

問10 あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日2回以上あるのは、週に何日ありますか。(〇は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



2-9 『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』だと思うか

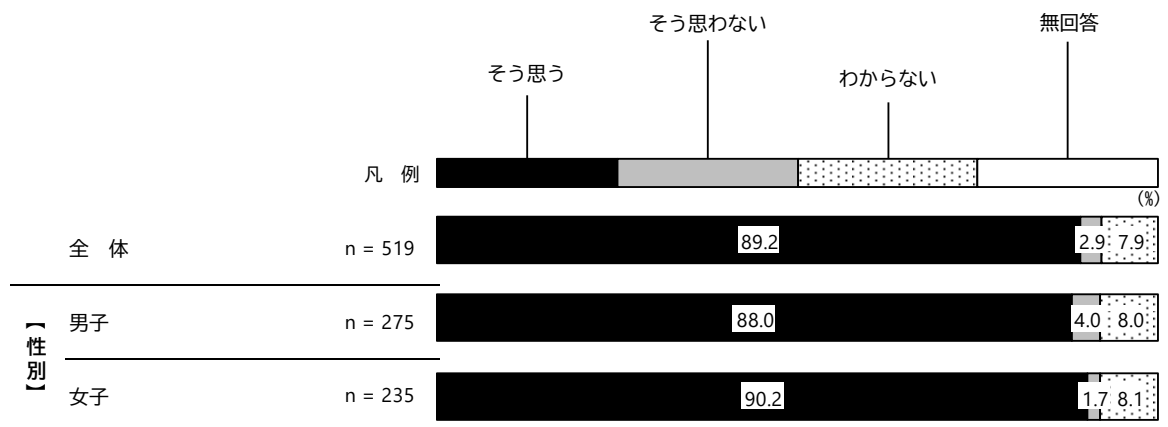
①ごはん・焼き魚・とうふとわかめのみそ汁・ほうれん草のおひたし

- ▶ 『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』だと思うかについて、ごはん・焼き魚・とうふとわかめのみそ汁・ほうれん草のおひたしでは、小学生、中学生ともに「そう思う」が約9割を占め、「そう思わない」は5%未満となっています。
- ▶ 学年別にみると、小学生では「わからない」が約1割と中学生より高くなっています。

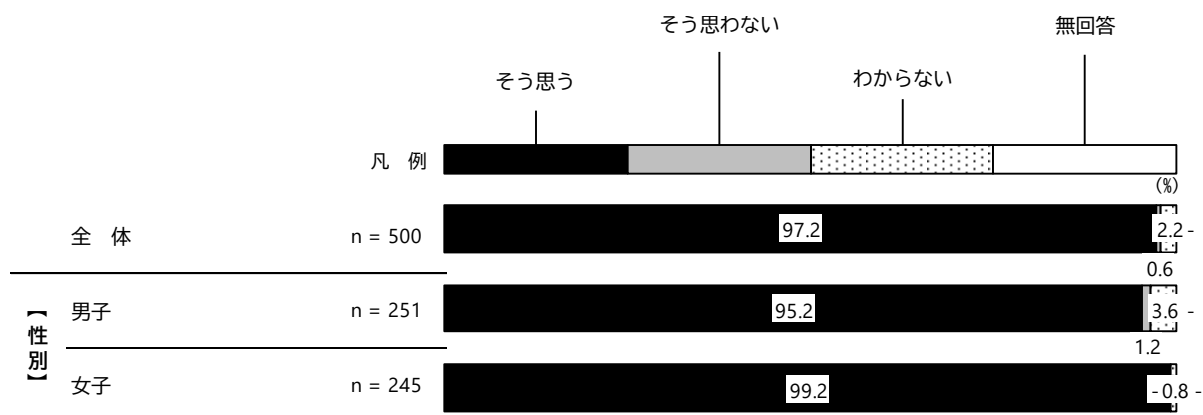
問11 次のメニューは、『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』だと思いますか。
4つそれぞれ答えてください。

① ごはん・焼き魚・とうふとわかめのみそ汁・ほうれん草のおひたし (○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



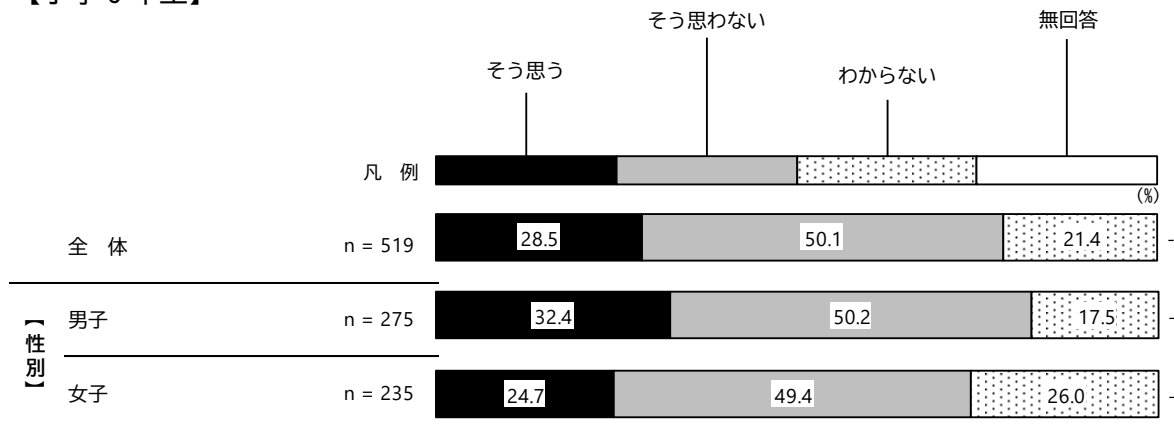
2-9 『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』 だと思うか

②ミートソーススパゲティと野菜スープ

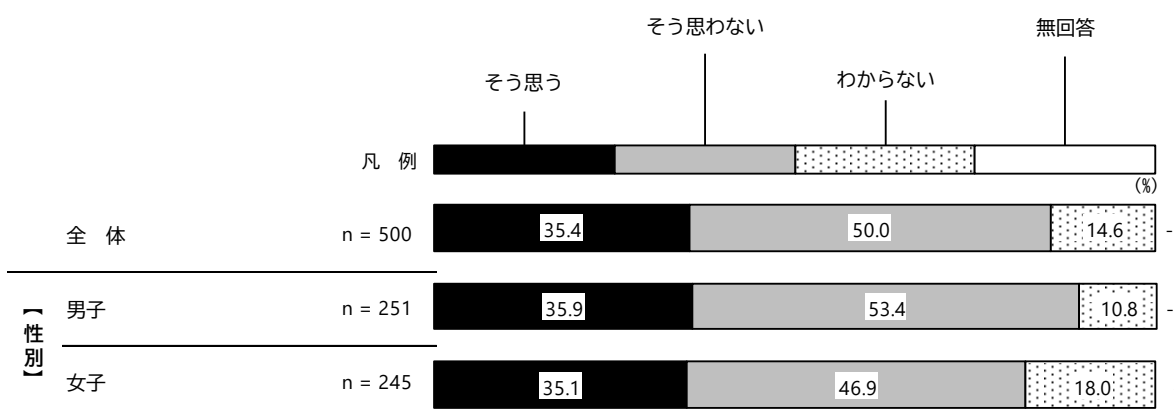
- ▶ ミートソーススパゲティと野菜スープでは、小学生で「そう思わない」が50.1%と、「そう思う」(28.5%)を上回っています。その差は20ポイント以上となっています。
- ▶ 中学生では「そう思わない」が50.0%と、「そう思う」(35.4%)を上回っています。その差は10ポイント以上となっています。
- ▶ 学年別にみると、中学生女子では「そう思う」が35.1%と、小学生女子(24.7%)と比べ、10ポイント以上高くなっています。

② ミートソーススパゲティと野菜スープ (○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



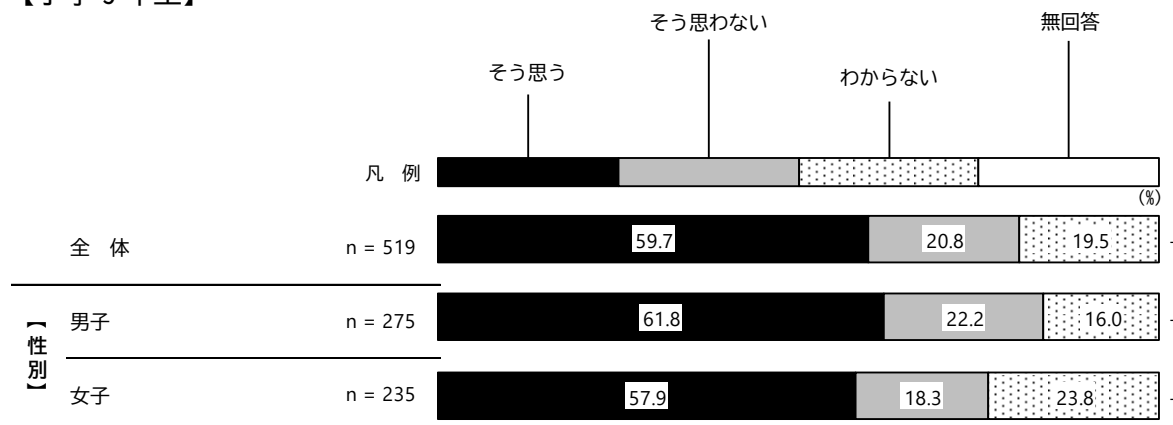
2-9 『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』 だと思うか

③カレーライスとサラダ

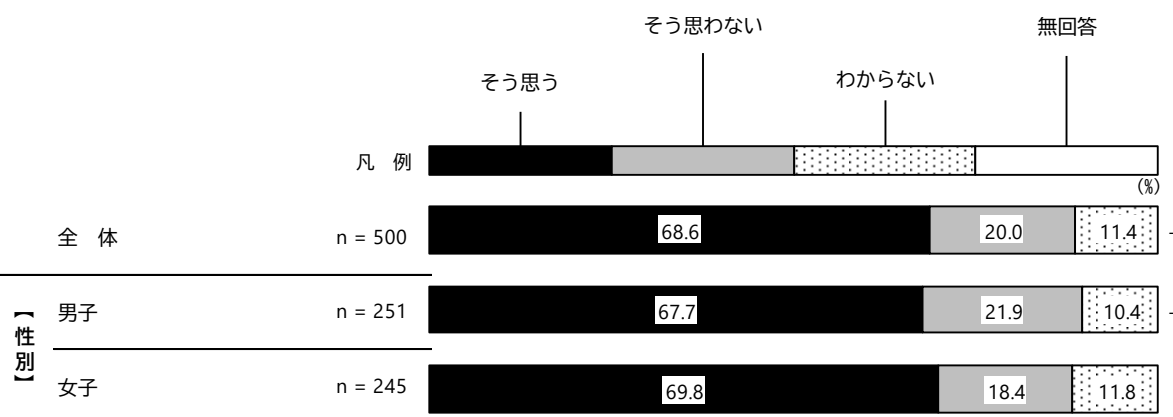
- ▶ カレーライスとサラダでは、小学生で「そう思う」が 59.7%と、「そう思わない」(20.8%)を上回っています。その差は 30 ポイント以上となっています。
- ▶ 中学生では「そう思う」が 68.6%と、「そう思わない」(20.0%)を上回っています。その差は 40 ポイント以上となっています。
- ▶ 学年別にみると、中学生女子では「そう思う」が 69.8%と、小学生女子 (57.9%) に比べ 10 ポイント以上高くなっています。

③ カレーライスとサラダ (○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



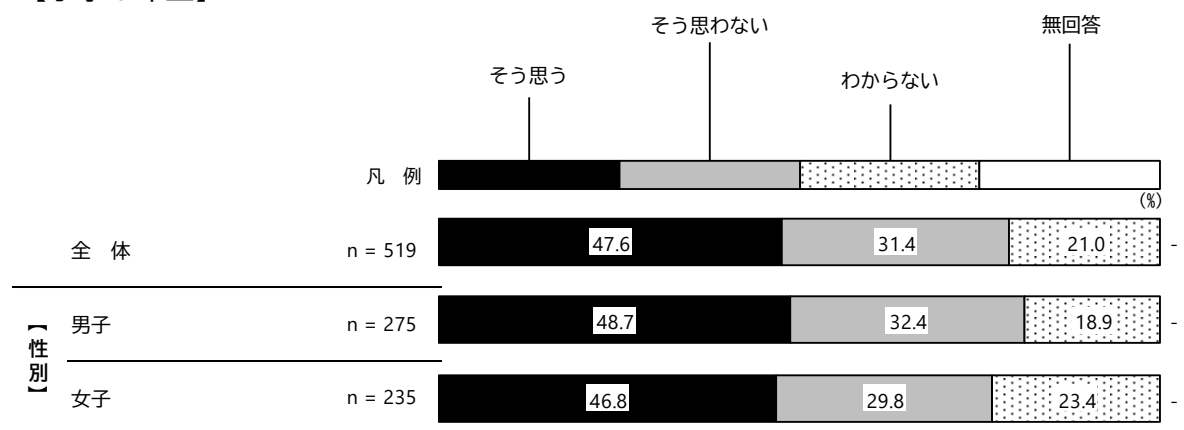
2-9 『主食・主菜・副菜を組み合わせた食事』だと思うか

④納豆ごはんと具たくさんの汁

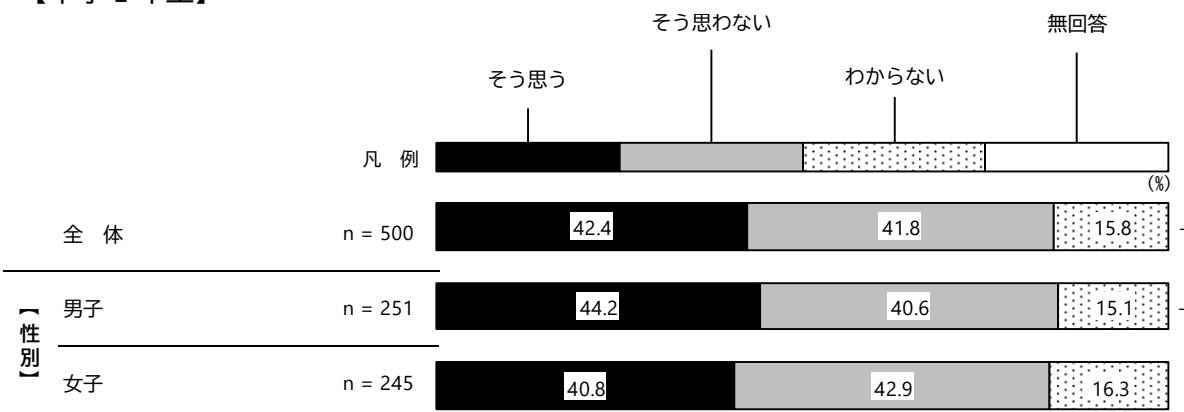
- ▶ 納豆ごはん和具たくさんの汁では、小学生で「そう思う」が47.6%と、「そう思わない」(31.4%)を上回っています。その差は10ポイント以上となっています。
- ▶ 中学生では「そう思う」が42.4%と、「そう思わない」(41.8%)をわずかに上回っています。その差は1ポイント未満となっています。
- ▶ 学年別にみると、中学生では「そう思わない」が、小学生に比べ10ポイント以上高くなっています。

④ 納豆ごはん和具たくさんの汁 (○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



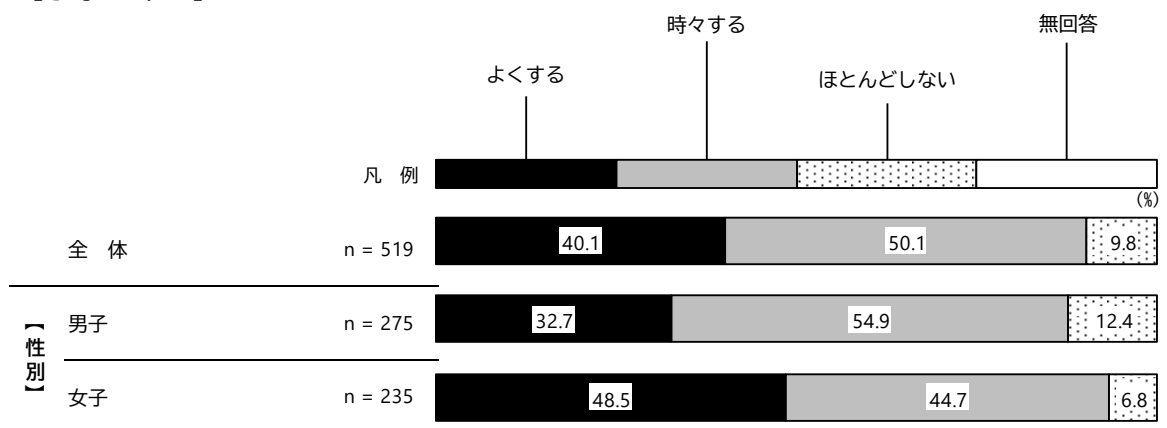
2-10 家で食事の手伝いをしているか

- ▶ 小学生では「時々する」が50.1%と最も高く、次いで「よくする」(40.1%)、「ほとんどしない」(9.8%)となっています。
- ▶ 中学生では「時々する」が53.2%と最も高く、次いで「よくする」(35.0%)、「ほとんどしない」(11.8%)となっています。
- ▶ 性別にみると、小学生女子では「よくする」が48.5%と、小学生男子(32.7%)に比べ10ポイント以上高くなっています。

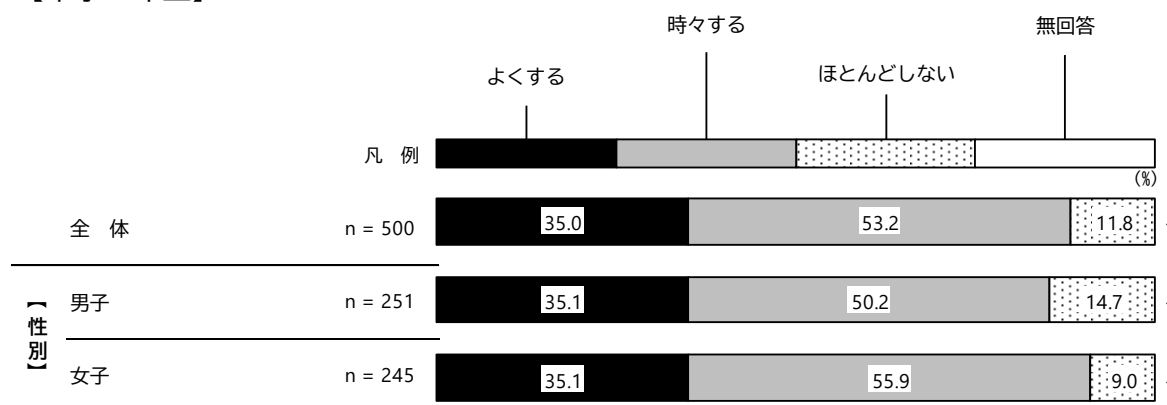
問12 あなたは、家で食事の手伝いをしていますか。(○は1つ)

※食事の手伝いとは、買い物、料理の手伝い、テーブル準備、後片づけ、食器洗い等のどれかのことです。

【小学5年生】



【中学2年生】



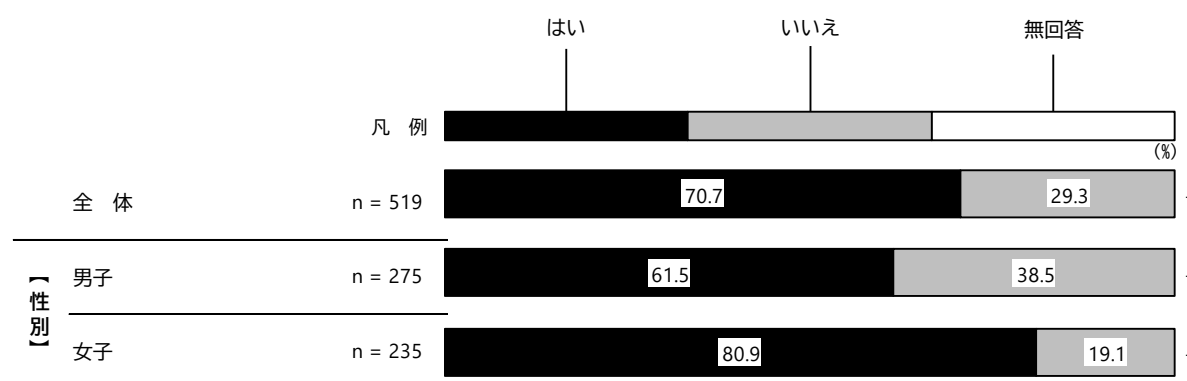
2-11 自分で朝食の準備ができるか

- ▶ 小学生、中学生ともに「はい」が7割以上を占め、「いいえ」は3割未満となっています。
- ▶ 性別にみると、小学生では「はい」が女子で80.9%と、男子（61.5%）に比べ約20ポイント高くなっています。さらに、中学生では女子が82.9%と、男子（70.1%）に比べ10ポイント以上高くなっています。

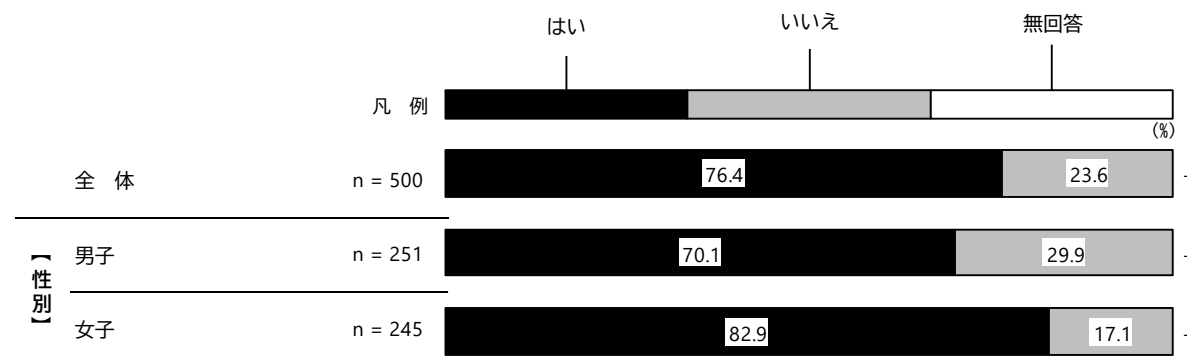
問13 あなたは、自分で朝食を準備することはできますか。（○は1つ）

※いつも準備しているかは関係ありません。

【小学5年生】



【中学2年生】



2-12 どのような朝食の準備ができるか

- ▶ 小学生では「コーンフレークなどに牛乳を入れる」が70.3%と最も高く、次いで「パンを焼く」(67.8%)、「作ってあるおかずをあたためる」(64.9%)となっています。
- ▶ 中学生では「パンを焼く」が78.5%と最も高く、次いで「作ってあるおかずをあたためる」(78.3%)、次いで「コーンフレークなど牛乳を入れる」(74.6%)となっています。
- ▶ 学年別にみると、いずれの項目も小学生に比べ中学生の方が割合が高くなっています。特に「パンを焼く」では、小学生に比べ10ポイント以上高くなっています。

問14 問13で『はい』を選んだ人にお聞きします。

どのように準備が出来ますか。(あてはまるもの全てに○)

【小学5年生】

| | | n | コーンフレークなどに牛乳を入れる | パンを焼く | 作ってあるおかずをあたためる | おにぎりを中心にぎる | 目玉焼き、卵焼き、ウインナー、ハムを焼く | 食材を使って料理をする(例：ナ、玉、焼、き、ハムを焼く) | 市販のスープのもとにお湯をそそぐ | その他 | 無回答 |
|------|----|-----|------------------|-------|----------------|------------|----------------------|------------------------------|------------------|-----|-----|
| 全 体 | | 367 | 70.3 | 67.8 | 64.9 | 63.5 | 56.7 | 54.2 | 9.0 | - | |
| 【性別】 | 男子 | 169 | 62.7 | 64.5 | 59.2 | 53.3 | 52.7 | 46.2 | 11.2 | - | |
| | 女子 | 190 | 76.8 | 70.0 | 68.9 | 72.1 | 59.5 | 60.0 | 7.4 | - | |

【中学2年生】

| | | n | パンを焼く | 作ってあるおかずをあたためる | コーンフレークなどに牛乳を入れる | 市販のスープのもとにお湯をそそぐ | おにぎりを中心にぎる | 目玉焼き、卵焼き、ウインナー、ハムを焼く | 食材を使って料理をする(例：ナ、玉、焼、き、ハムを焼く) | その他 | 無回答 |
|------|----|-----|-------|----------------|------------------|------------------|------------|----------------------|------------------------------|-----|-----|
| 全 体 | | 382 | 78.5 | 78.3 | 74.6 | 71.7 | 62.8 | 62.8 | 3.7 | - | |
| 【性別】 | 男子 | 176 | 72.2 | 72.7 | 68.2 | 63.1 | 54.0 | 58.5 | 4.0 | - | |
| | 女子 | 203 | 83.7 | 83.3 | 80.3 | 79.3 | 70.4 | 67.0 | 3.4 | - | |

<その他の意見>

【小学5年生】

- 箸や飲み物の準備。(男子)
- 具材をパンにはさむ。(女子)
- ヨーグルトや果物をよそう。(女子)

【中学2年生】

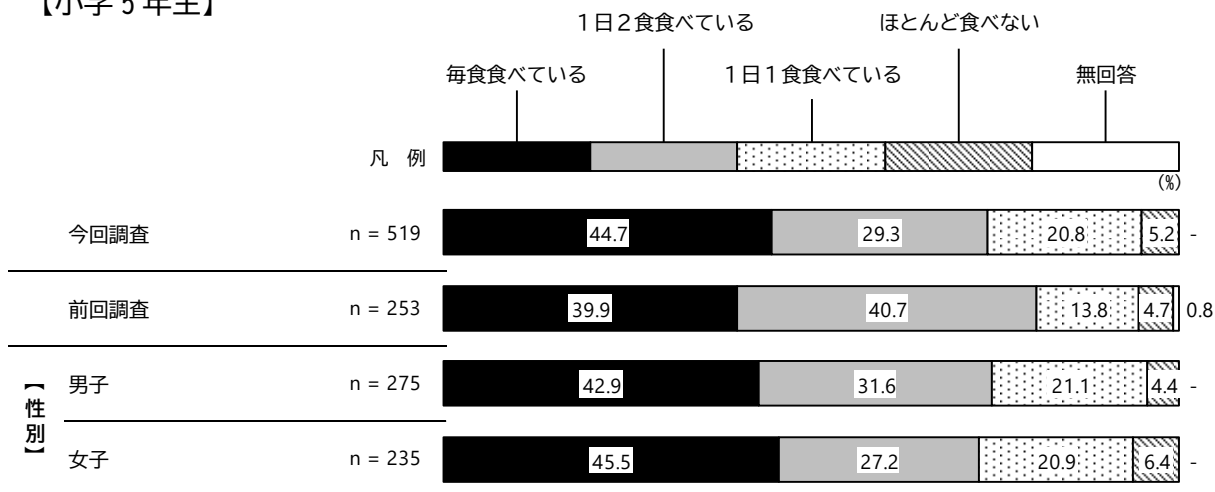
- 釜にあるご飯をよそって食べる。(男子)
- 米を炊く、味噌汁を作る。(女子)
- テーブルを台拭きでふく。(男子)

2-13 野菜を食べているか

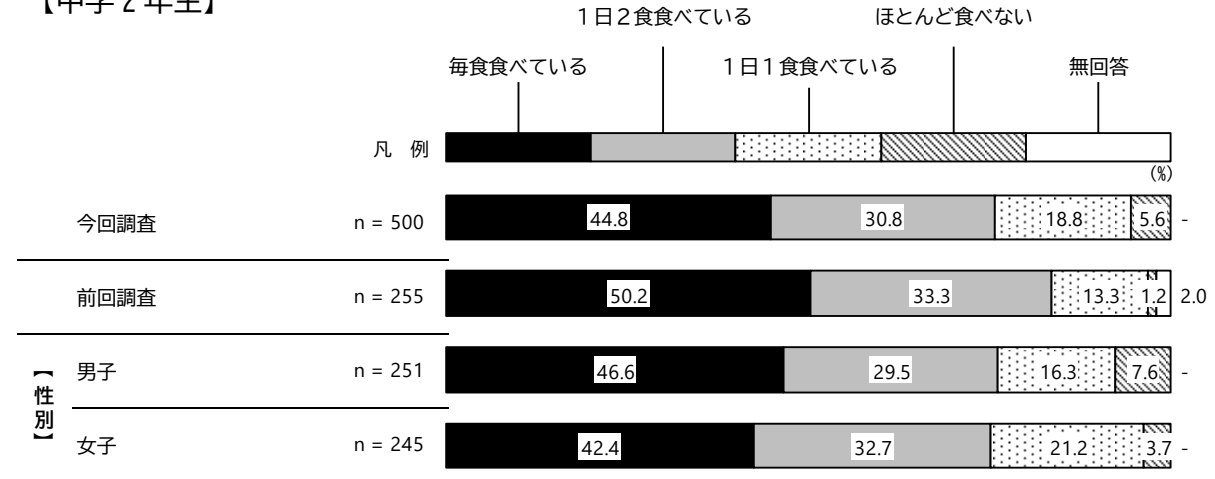
- ▶ 小学生では「毎食食べている」が 44.7%と最も高く、次いで「1日2食食べている」(29.3%)、「1日1食食べている」(20.8%)となっています。
- ▶ 中学生では「毎食食べている」が 44.8%と最も高く、次いで「1日2食食べている」(30.8%)、「1日1食食べている」(18.8%)となっています。
- ▶ 前回調査と比較すると、小学生では「1日2食食べている」が前回(40.7%)と比べて、10ポイント以上低下しています。一方「毎食食べている」は高くなっています。

問 15 あなたは、野菜を食べていますか。(○は1つ)

【小学5年生】



【中学2年生】



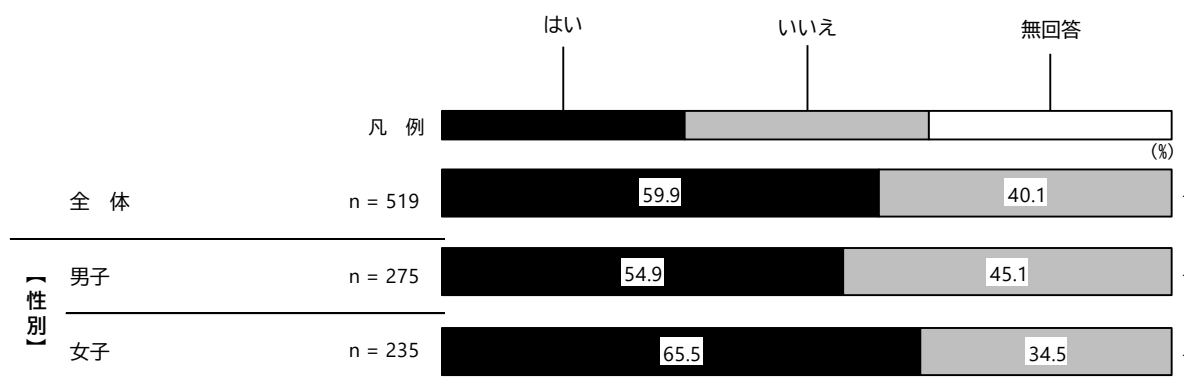
| | H22年調査値 | H27年基準値 | R3年中間評価 | R7年調査 | R8年目標値 |
|--------------|---------|---------|---------|-------|---------|
| 野菜を毎食食べる人の割合 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 | 小学5年生 |
| | 39.1% | 39.9% | 42.2% | 44.7% | 50.0%以上 |
| | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 | 中学2年生 |
| | 56.1% | 50.2% | 50.2% | 44.8% | 60.0%以上 |

2-14 食品ロスを意識して何かに取り組んでいるか

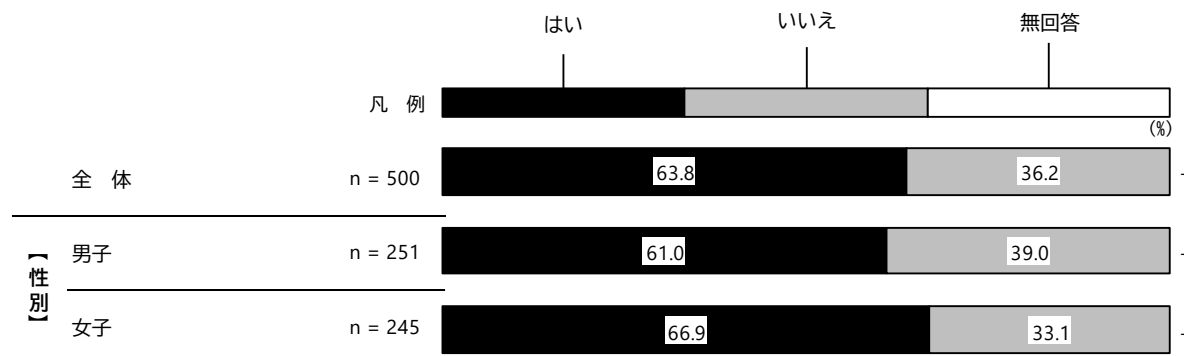
- ▶ 小学生では「はい」が59.9%、「いいえ」が40.1%となっています。
- ▶ 中学生では「はい」が63.8%、「いいえ」が36.2%となっています。

問16 あなたは、ふだん、食品ロスを意識して何かに取り組んでいますか。(○は1つ)
 ※食品ロスとは、売れ残りや食べ残しなど、本来食べられるのに捨てられてしまう食品。もともと食べられない部分(骨、種など)は食品ロスには含まれない。

【小学5年生】



【中学2年生】



<食品ロスへの取り組み>

【小学5年生】

- スーパーやコンビニなどで、すぐ食べる時は賞味期限の短いものを選ぶようにしている。(女子)
- 残り物をお弁当にいれたりしている。(女子)
- 飲食店で注文しすぎないようにしている。(女子)
- 給食で自分が食べられる分だけ取ったり、できるだけ食べ切ったり、飲食店で食べられる量だけを頼んだりしている。(男子)
- 嫌いでもちょっとでも食べる取り組みをしている。(男子)
- 給食で少しでも残食を減らすために、たくさんおかわりをする。(男子)
- いつも残さないように食べている。(無回答)

【中学2年生】

- 残さず食べる、食べる分だけ作る、使い切れる分だけ買う、食材の捨てる部分を減らす、飲食店で食べられる分までしか注文しないなど。(女子)
- 用意された食事はできる限り食べ切るようにしている。(女子)
- 好き嫌いをしない、食べられる分だけよそう、冷蔵庫を整理して消費期限や賞味期限をわかりやすくする。(男子)
- 使う分だけ買って、買い溜めをしない。(男子)
- お弁当なんかは、食べ切れる量だけ買っている。(無回答)