

⑨ 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度について

★朝食に「ほとんど毎日」主食・主菜・副菜をそろえて食べる子どもは、約2割

問15 お子さんの食事で、主食・主菜・副菜をそろえて食べる回数は何回ありますか。

- 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度を「ほとんど毎日」と回答したのは、「朝食」21.2%、「昼食」67.1%、「夕食」65.9%であった。
- 年齢別に大きな差はみられなかった。
- 施設別にみると、朝食と夕食では保育所で「ほとんど毎日」そろえて食べる割合が低く、昼食では幼稚園で「ほとんど毎日」そろえて食べる割合が低かった。

図27 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度（朝食・昼食・夕食）

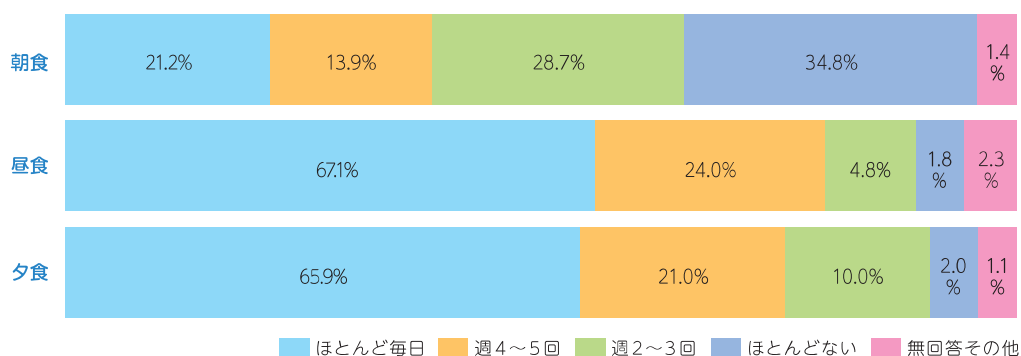


図28 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度（年齢別）

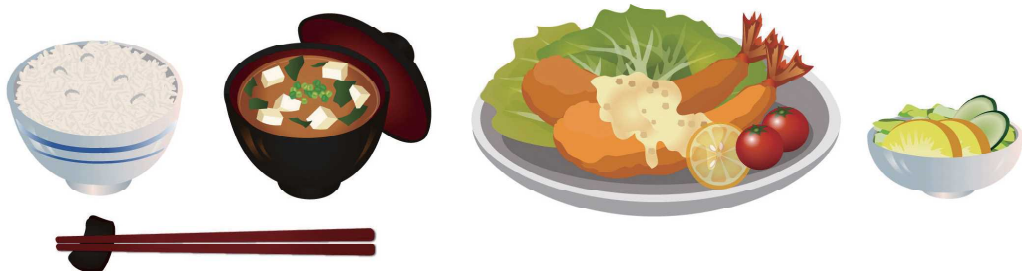
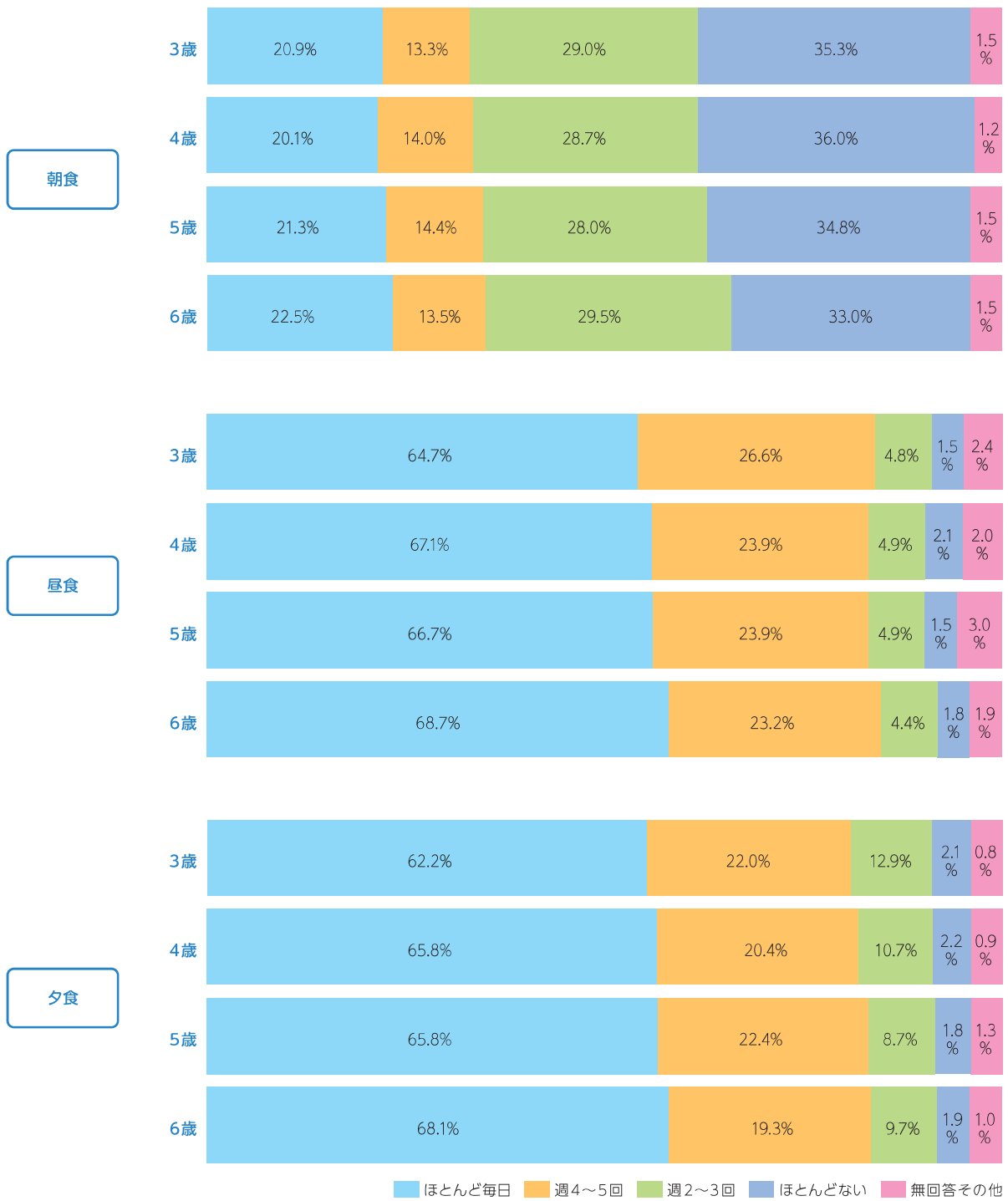
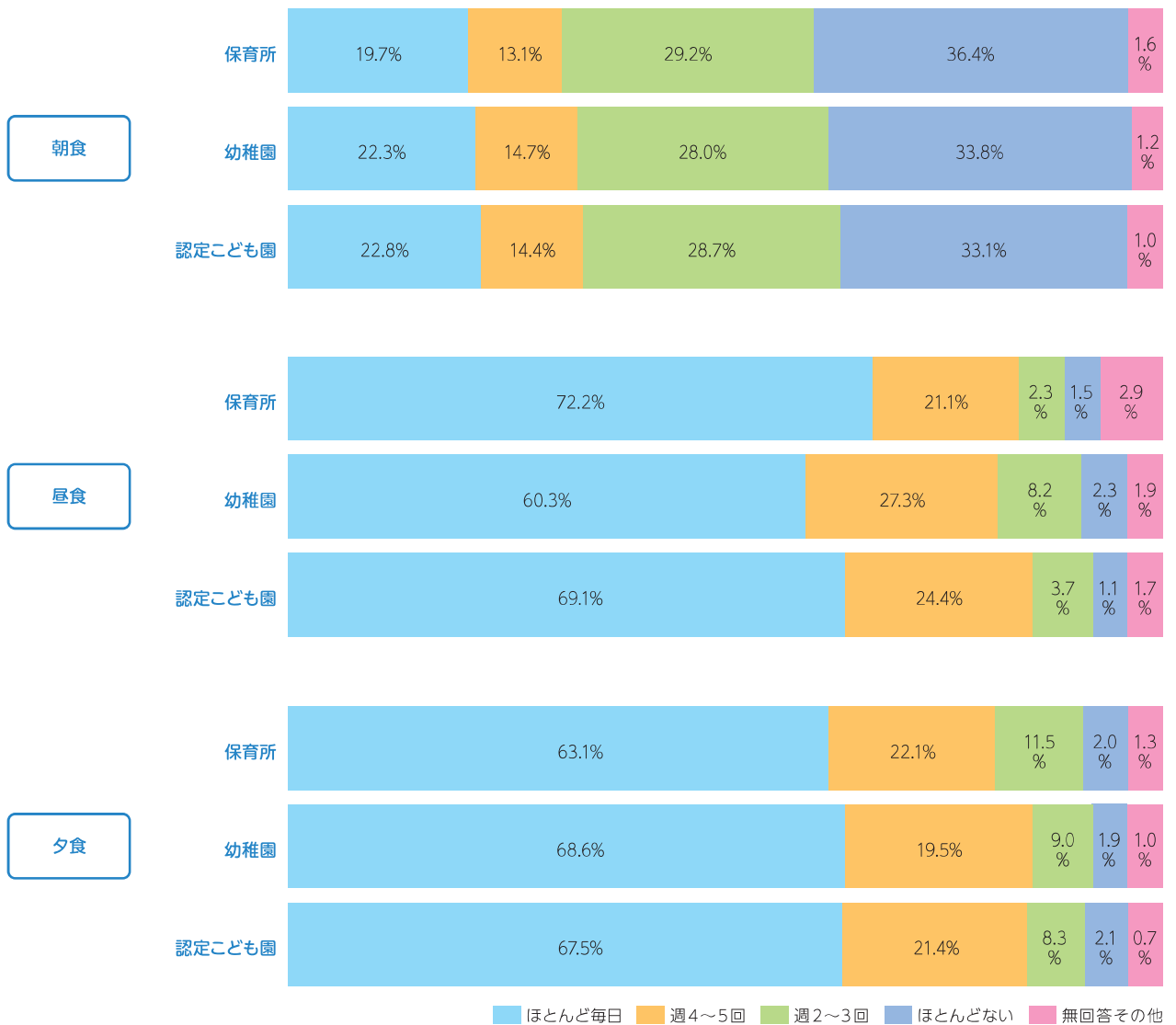


図29 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度（施設別）



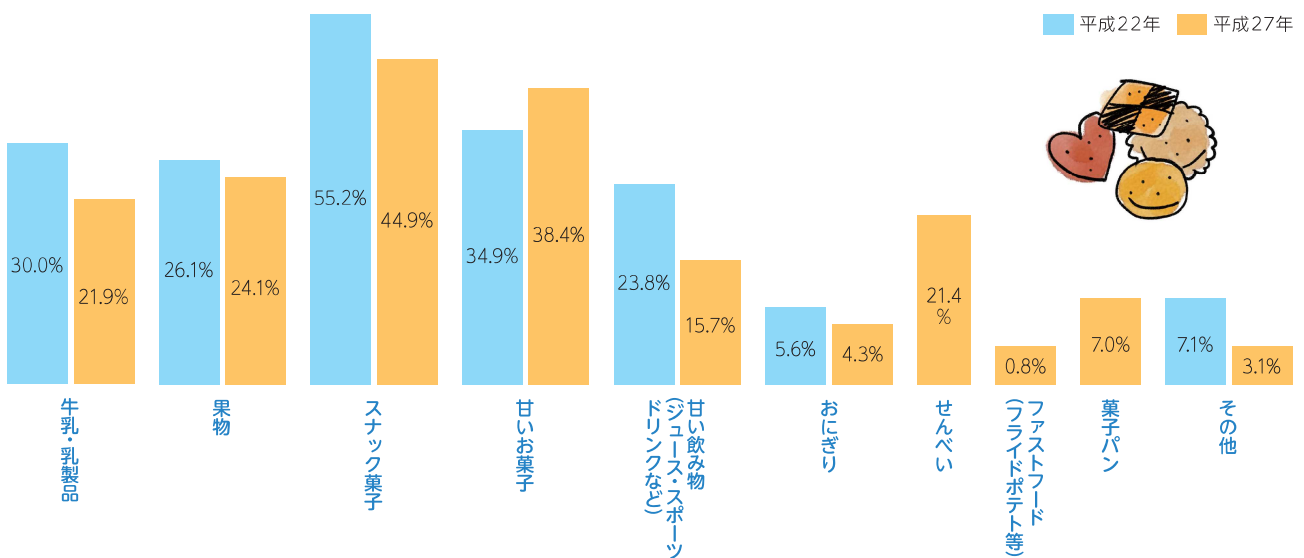
10 子どものおやつについて

★子どもがよく食べているおやつは、「スナック菓子」、「甘いお菓子」、「果物」

問16 お子さんは、ふだんどのようなおやつを多く食べますか。(2つ以内で回答)

- 子どもがよく食べているおやつは、「スナック菓子」が44.9%で最も多く、次いで「甘いお菓子」38.4%、「果物」24.1%、「牛乳・乳製品」21.9%、「せんべい」21.4%、「甘い飲み物(ジュース・スポーツドリンクなど)」15.7%、「菓子パン」7.0%、「おにぎり」4.3%、「その他」3.1%、「ファストフード(フライドポテト等)」0.8%であった。
- ふだんのおやつにスナック菓子を食べる子どもは年齢が上がるにつれて増加し、「牛乳・乳製品」、「果物」は減少している。

図30 子どもがよく食べているおやつ(複数回答)



第1表 子どもがよく食べているおやつ(年齢階級別)(2つ以内で回答)

単位=上段:人、下段:%

	総数	牛乳・乳製品	果物	スナック菓子	甘いお菓子	甘い飲み物(ジュース・スポーツドリンクなど)	おにぎり	せんべい	ファストフード(フライドポテト等)	菓子パン	その他	無回答その他
計	7,194	1,573	1,734	3,233	2,762	1,127	308	1,542	56	504	222	0
	—	21.9	24.1	44.9	38.4	15.7	4.3	21.4	0.8	7.0	3.1	0.0
3歳	751	199	193	289	292	114	31	164	10	49	17	0
	—	26.5	25.7	38.5	38.9	15.2	4.1	21.8	1.3	6.5	2.3	0.0
4歳	2,327	542	601	1,007	920	373	92	474	17	161	76	0
	—	23.3	25.8	43.3	39.5	16.0	4.0	20.4	0.7	6.9	3.3	0.0
5歳	2,394	498	575	1,107	907	367	106	526	17	165	71	0
	—	20.8	24.0	46.2	37.9	15.3	4.4	22.0	0.7	6.9	3.0	0.0
6歳	1,712	333	362	826	641	273	78	376	12	128	58	0
	—	19.5	21.1	48.2	37.4	15.9	4.6	22.0	0.7	7.5	3.4	0.0
無回答その他	10	1	3	4	2	0	1	2	0	1	0	0
	—	10.0	30.0	40.0	20.0	0.0	10.0	20.0	0.0	10.0	0.0	0.0

11 間食の時間について

★就寝前2時間以内におやつ(甘い飲み物を含む)をとる子どもは、約5割

問17 お子さんは、就寝前2時間以内におやつ(甘い飲み物を含む)をとることがありますか。

- 就寝前2時間以内におやつ(甘い飲み物を含む)をとる子どもは、「たまにある」が36.4%と最も多く、「ほとんどない」26.4%、「ない」25.7%、「よくある」10.8%の順であった。
- 施設別に見ると、「よくある」または「たまにある」子どもは、保育所が54.3%で、幼稚園(40.9%)及び認定こども園(42.7%)に比べ多かった。

図31 就寝前2時間以内のおやつ

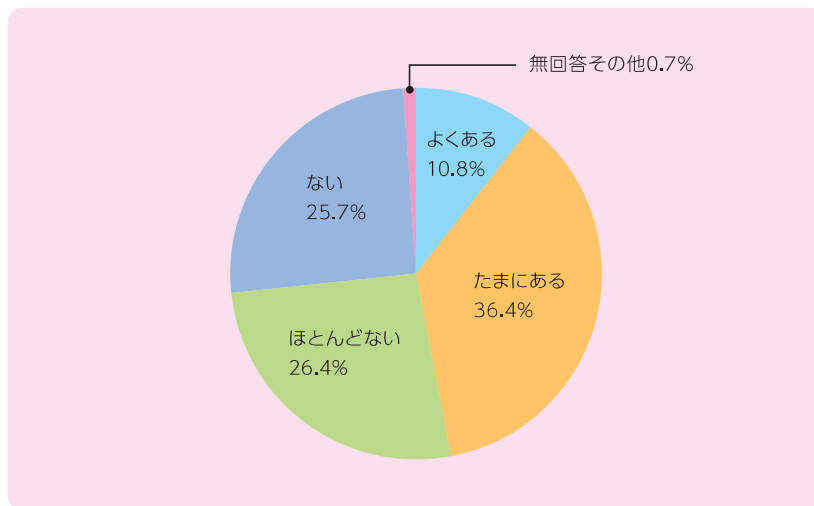


図32 就寝前2時間以内のおやつ(年齢別)

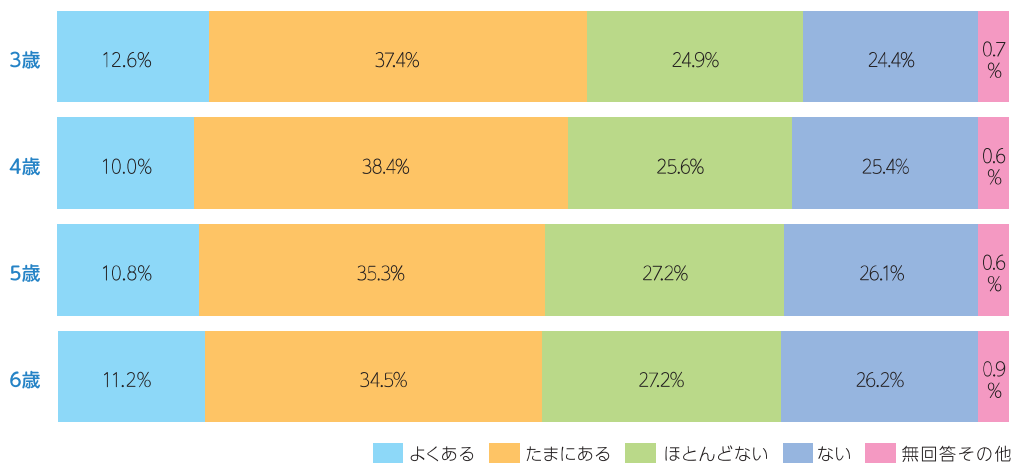
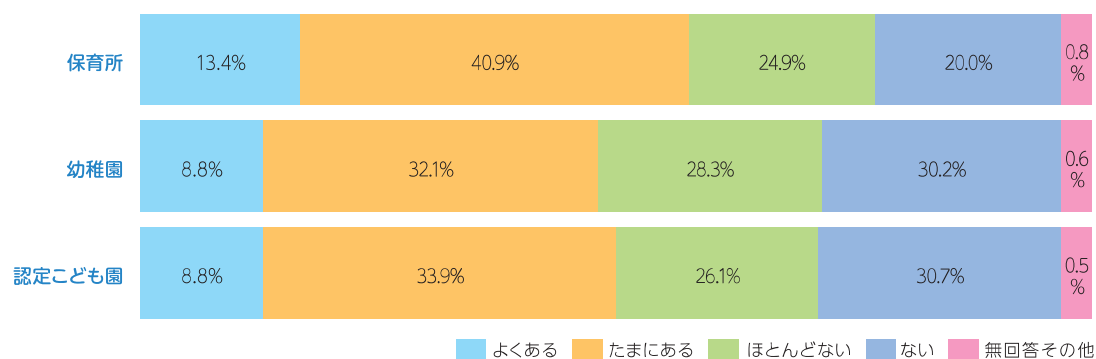


図33 就寝前2時間以内のおやつ(施設別)



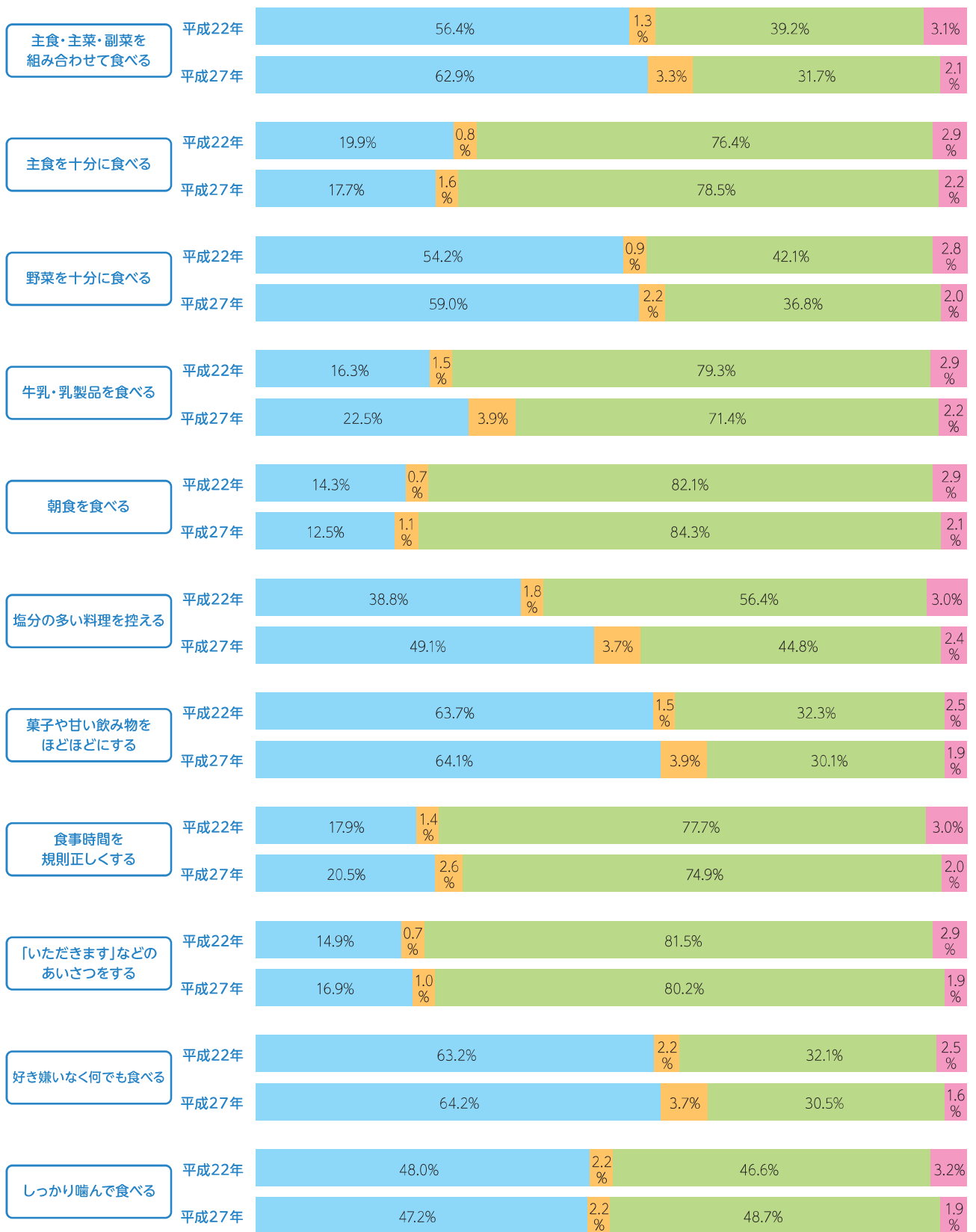
⑫ 改善したい食生活について

★保護者が子どもの食生活で改善したいと考えているのは、
「好き嫌いなく何でも食べる」、「菓子や甘い飲み物をほどほどにする」、
「主食・主菜・副菜を組み合わせる」の順に多い

問18 お子さんについて、次の各質問項目を改善したいと思いますか。

- 6割程度が、子どもの食生活で改善したいものとして、「好き嫌いなく何でも食べる」「菓子や甘い飲み物をほどほどにする」「主食・主菜・副菜を組み合わせる」「野菜を十分に食べる」を挙げていた。
- 一方、「朝食を食べる」「いただきます」などのあいさつをする」「主食を十分に食べる」「牛乳・乳製品を食べる」などは、すでにできているので改善の必要がないと保護者の8割程度が思っている。

図34 食生活改善意識



■ 改善したい ■ できていないが改善したいと思わない ■ すでにできているので改善の必要がない ■ 無回答その他

⑬ 子どもの食事で特に気をつけていることについて

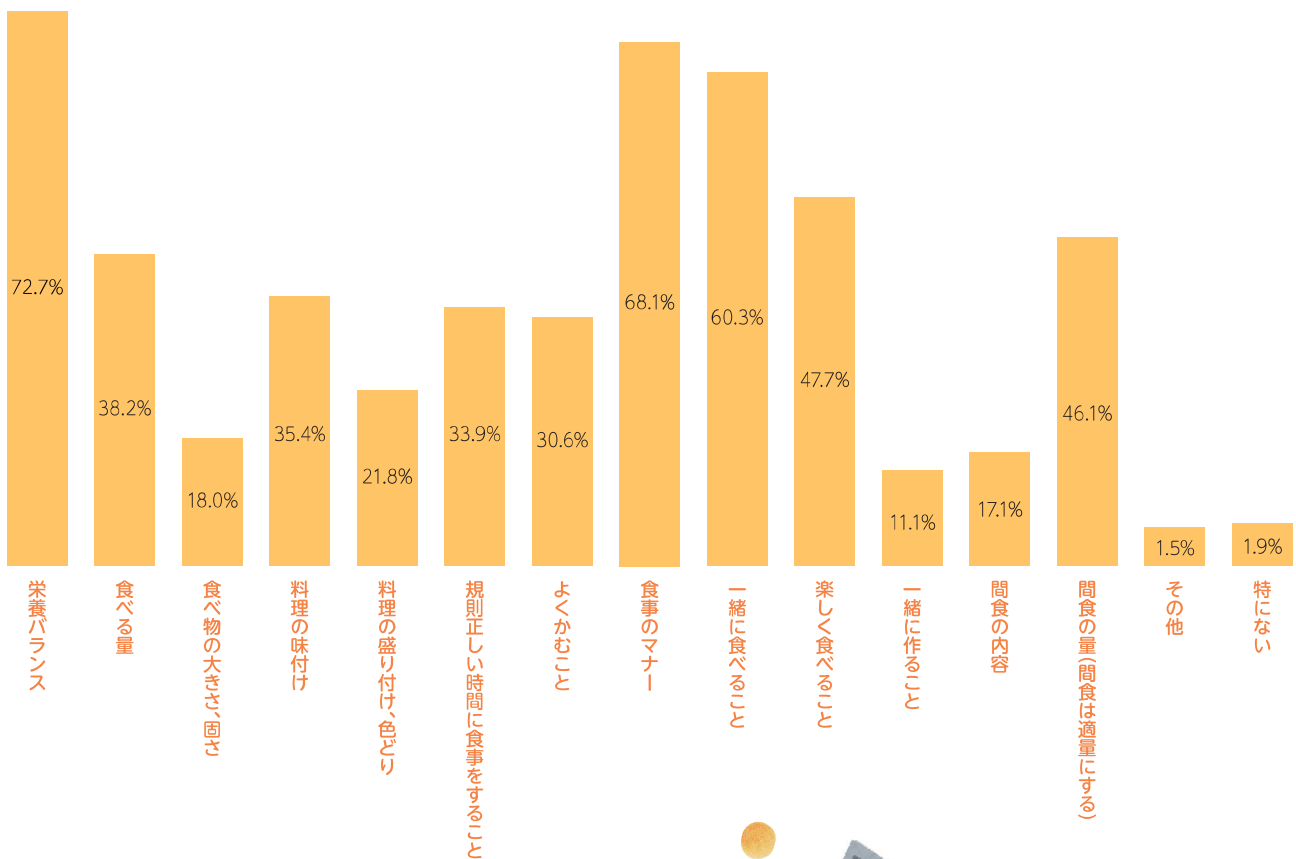
★子どもの食事で特に気をつけていることは、「栄養バランス」、「食事マナー」、「一緒に食べること」の順に多い

問19

お子さんの食事で、特に気をつけていることはありますか。当てはまる番号をすべて選んでください。

- 子どもの食事で特に気をつけていることは、「栄養バランス」が72.7%で最も多く、次いで「食事のマナー」68.1%、「一緒に食べること」60.3%、「楽しく食べること」47.7%、「間食の量(間食は適量にする)」46.1%などであった。
- 年齢別にみると、「食べ物の大きさ、固さ」は年齢が上がるにつれて減少し、「食事のマナー」は、年齢が上がるにつれて増加する傾向がみられた。

図35 子どもの食事で特に気をつけていること(複数回答)



第2表 子どもの食事で特に気をつけていること(年齢別)

単位=上段:人、下段:%

	総数	栄養バランス	食べる量	食べ物の 大きさ、固さ	料理の味付け	料理の 盛り付け、色どり	規則正しい 時間に食事を すること	よくかむこと
計	7,194	5,227	2,748	1,295	2,549	1,569	2,439	2,203
	—	72.7	38.2	18.0	35.4	21.8	33.9	30.6
3歳	751	546	300	184	277	149	260	227
	—	72.7	39.9	24.5	36.9	19.8	34.6	30.2
4歳	2,327	1,691	892	484	844	513	794	694
	—	72.7	38.3	20.8	36.3	22.0	34.1	29.8
5歳	2,394	1,721	886	404	826	516	789	706
	—	71.9	37.0	16.9	34.5	21.6	33.0	29.5
6歳	1,712	1,260	664	221	599	387	593	572
	—	73.6	38.8	12.9	35.0	22.6	34.6	33.4
無回答 その他	10	9	6	2	3	4	3	4
	—	90.0	60.0	20.0	30.0	40.0	30.0	40.0

	食事のマナー	一緒に 食べること	楽しく 食べること	一緒に 作ること	間食の内容	間食の量 (間食は 適量にする)	その他	特でない	無回答その他
計	4,902	4,341	3,431	795	1,232	3,317	108	139	0
	68.1	60.3	47.7	11.1	17.1	46.1	1.5	1.9	0.0
3歳	463	431	361	65	130	345	9	14	0
	61.7	57.4	48.1	8.7	17.3	45.9	1.2	1.9	0.0
4歳	1,576	1,436	1,117	252	390	1,066	33	45	0
	67.7	61.7	48.0	10.8	16.8	45.8	1.4	1.9	0.0
5歳	1,656	1,435	1,125	272	424	1,106	44	50	0
	69.2	59.9	47.0	11.4	17.7	46.2	1.8	2.1	0.0
6歳	1,199	1,032	822	203	284	796	22	29	0
	70.0	60.3	48.0	11.9	16.6	46.5	1.3	1.7	0.0
無回答 その他	8	7	6	3	4	4	0	1	0
	80.0	70.0	60.0	30.0	40.0	40.0	0.0	10.0	0.0



14 子どもの食物アレルギーによる食事制限の状況について

★食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去したり、制限を「現在している」子どもは、6.3%

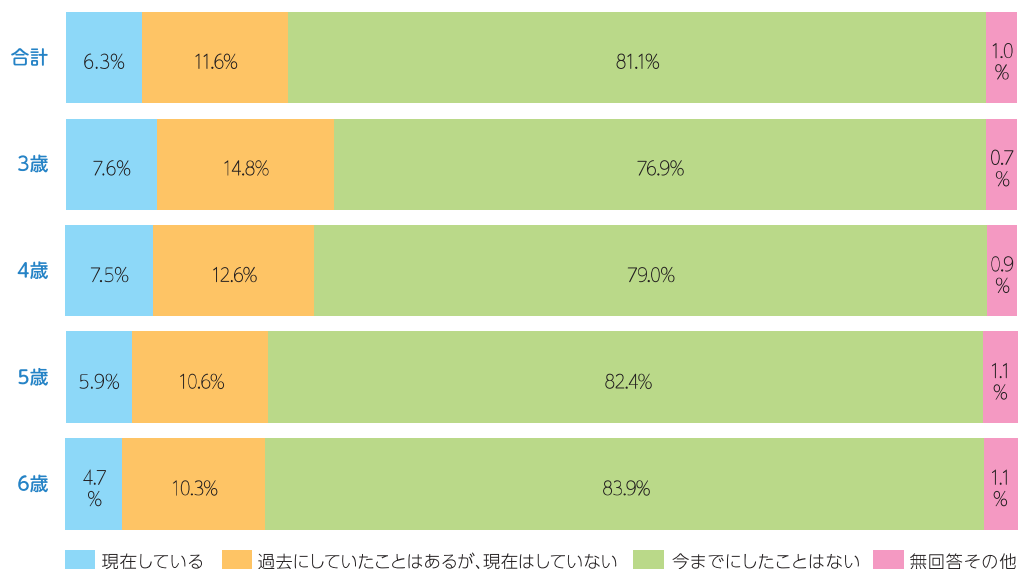
★年齢が下がるにつれて、食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去したり、制限をしている、または過去にしていた子どもが多い

問20-①

お子さんは、これまでに食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去したり、制限したことはありますか。

- 食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去したり、制限を「現在している」子どもは、6.3%であった。
- 年齢別にみると、年齢が下がるにつれて「現在している」と「過去にしていたことがあるが、現在はしていない」の子どもの割合が高くなる。

図36 子どもの食物アレルギーに対する対処の状況(年齢別)

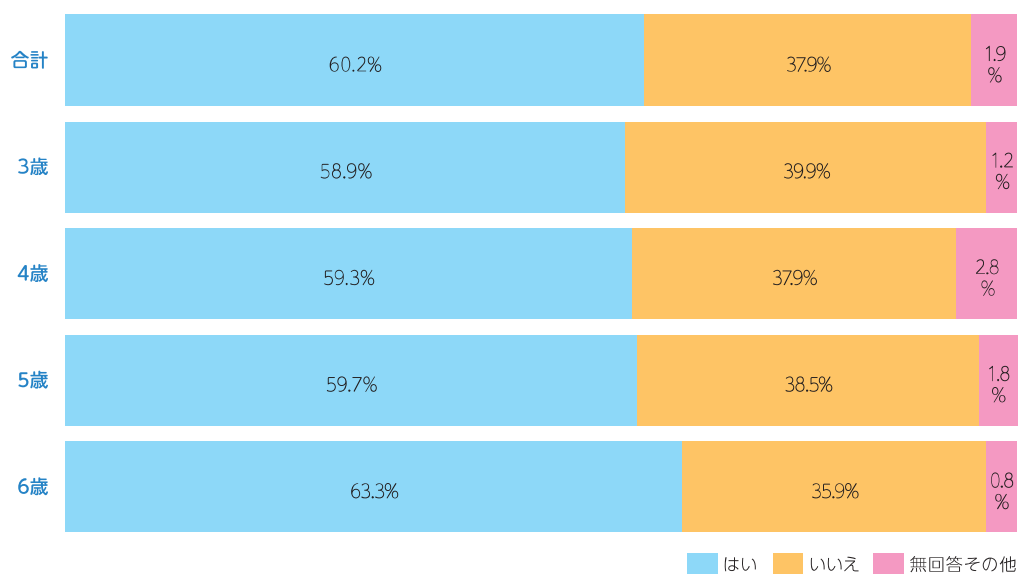


★医師の指示なしで、現在、または過去に食事制限や食物除去を行っている子どもは、約4割

問20-② (問20-①で1、2に○を付けた方) 食事制限や食物除去は、医師の指示で行いましたか。

- 食事制限や食物除去を「現在も行っている」、または「過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と回答した方のうち、医師の指示がなく食事制限や食物除去を行っている子どもは、37.9%だった。

図37 医師の指示による食事制限や食物除去の実施状況



15 外食や市販のお惣菜、お弁当などの利用状況について

★外食を週2回以上利用する家庭は、約7%

市販のお惣菜やお弁当を週2回以上利用する家庭は、約2割

問21

お子さんを連れて外食(飲食店での食事)する頻度はどれくらいですか。
また、お子さんの食事に市販のお惣菜やお弁当などを利用する頻度はどれくらいですか。

- 外食を利用する頻度は合計では「週1回未満」が56.1%と最も高く、週2回以上利用する家庭は約7%であった。
- 市販のお惣菜やお弁当を利用する頻度は「週に1回未満」42.4%が最も高く、週2回以上利用する家庭は、約20%だった。
- 施設別では外食を利用する頻度に大きな差はないが、市販のお惣菜やお弁当を利用する頻度は、認定こども園が保育所・幼稚園に比べ若干低い傾向がみられた。

図38 外食の頻度(施設別)

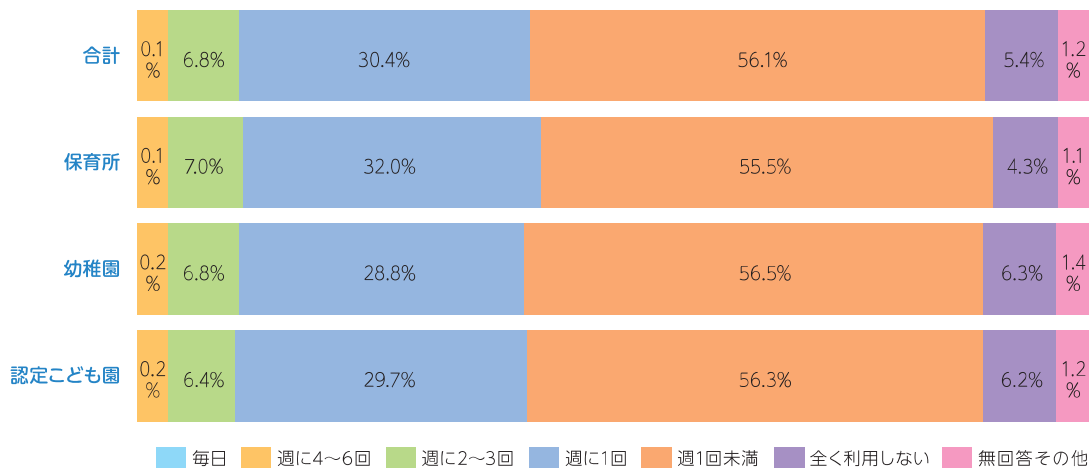
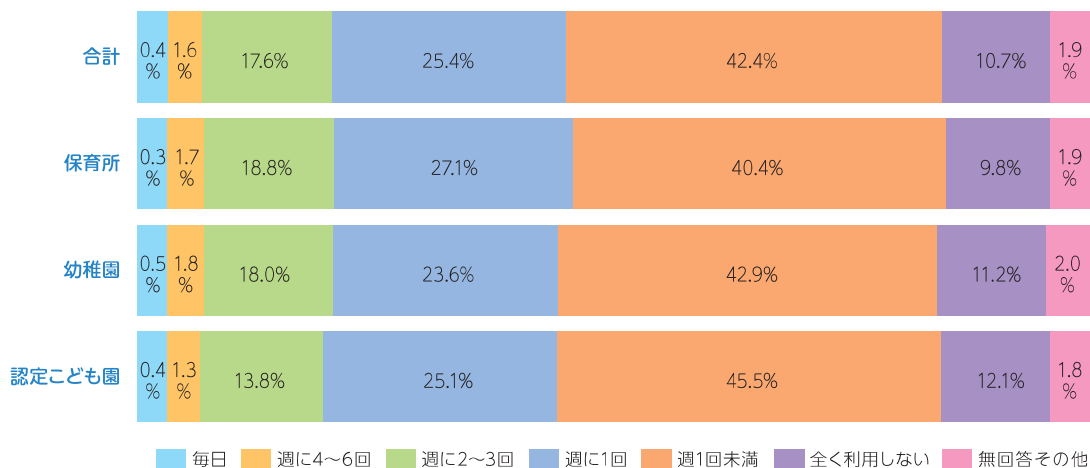


図39 市販のお惣菜やお弁当を利用する頻度(施設別)



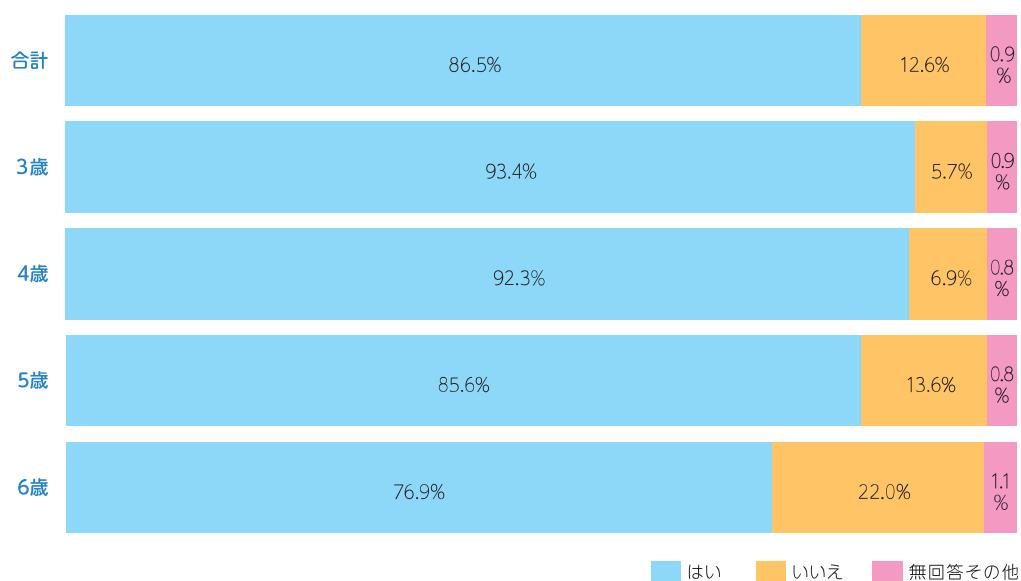
16 子どもの歯の仕上げ磨きについて

★仕上げ磨きをしているのは、9割弱

問22 お子さんの歯磨きの際、仕上げ磨きをしていますか。

- 歯の仕上げ磨きの実施について、「はい」と回答した割合は、86.5%であった。
- 年齢別に見ると、「はい」と回答した割合は、3歳 93.4%、4歳 92.3%、5歳 85.6%、6歳 76.9%と、年齢が上がるにつれて、子どもの歯の仕上げ磨きを行う割合は減少している。

図40 子どもの歯の仕上げ磨きの状況（年齢別）

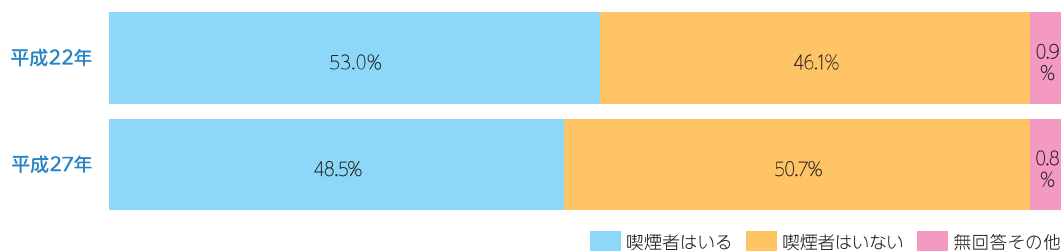


⑰ 子どもがいる家庭での喫煙状況について

- ★喫煙者のいる家庭の割合は48.5%と、前回調査より4.5ポイント減少
- ★続柄別では「父親」「母親」「祖父」において、喫煙者の割合が減少
- ★年齢別では「父親」「母親」のいずれも、40歳代、30歳代、20歳代の順に減少

問23 お子さんが同居している家族のうち喫煙する人はいますか。(複数回答可)

図41 子どもがいる家庭での喫煙者がいる割合



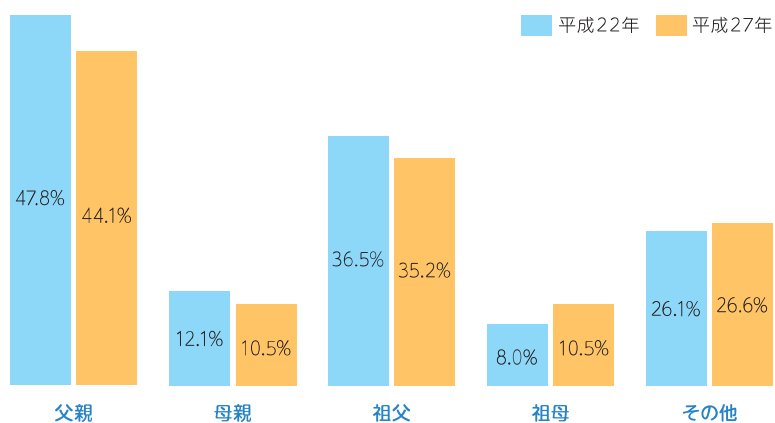
第3表 子どもがいる家庭での喫煙者がいる割合

単位=上段：人、下段：%

	計	喫煙者はいる	喫煙者はいない	無回答その他
平成22年	7,819	4,146	3,602	71
	100.0	53.0	46.1	0.9
平成27年	7,194	3,486	3,653	55
	100.0	48.5	50.7	0.8



図42 続柄別に見た喫煙者の割合（複数回答）



第4表 続柄別に見た喫煙者の割合（複数回答）

単位=上段：人、下段：%

		父親	母親	祖父	祖母	その他
平成22年	総数	7,265	7,739	2,136	2,553	805
	喫煙者の数	3,472	940	779	205	210
	喫煙者の割合	47.8	12.1	36.5	8.0	26.1
平成27年	総数	6,564	7,112	1,504	1,846	527
	喫煙者の数	2,896	744	529	194	140
	喫煙者の割合	44.1	10.5	35.2	10.5	26.6



図 43 年齢階級別喫煙率（父）

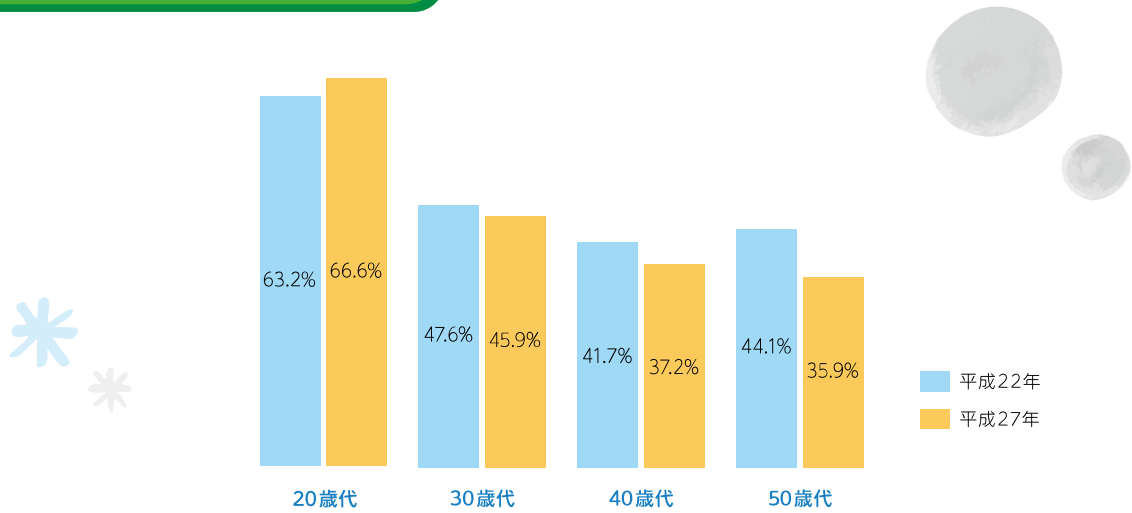
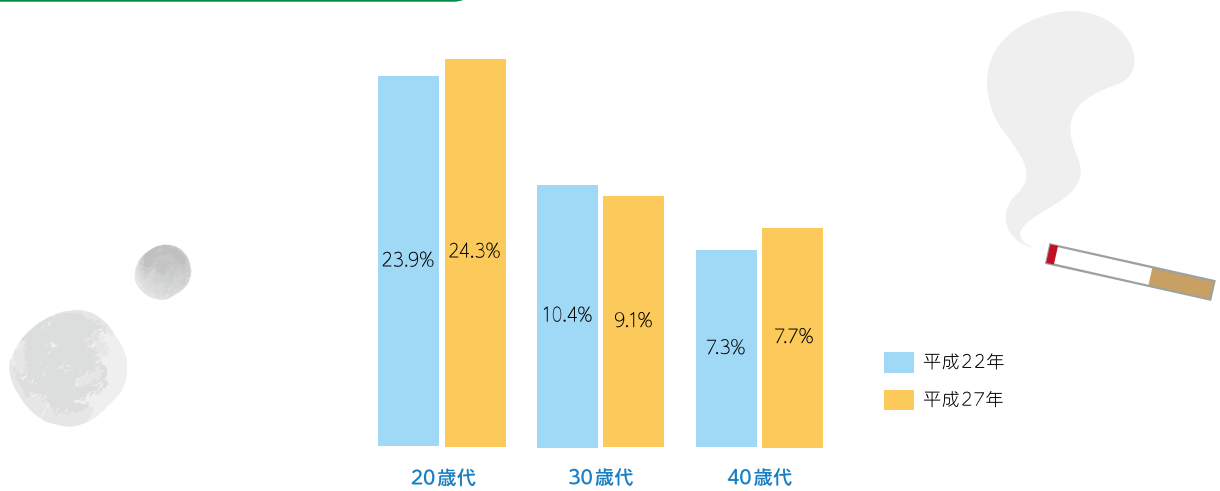


図 44 年齢階級別喫煙率（母）



注) 50歳代については、母数がn=3と少ないのでグラフから除外としている。



★喫煙者がいる家庭のうち、家の中で喫煙する家族がいる割合は 33.0%
と、前回調査より13ポイント減少

問24

問23で喫煙する人がいると答えた方におたずねします。喫煙する人のうち家の中で喫煙する人はいますか。

図45 家の中で喫煙する割合（喫煙者がいる家庭）



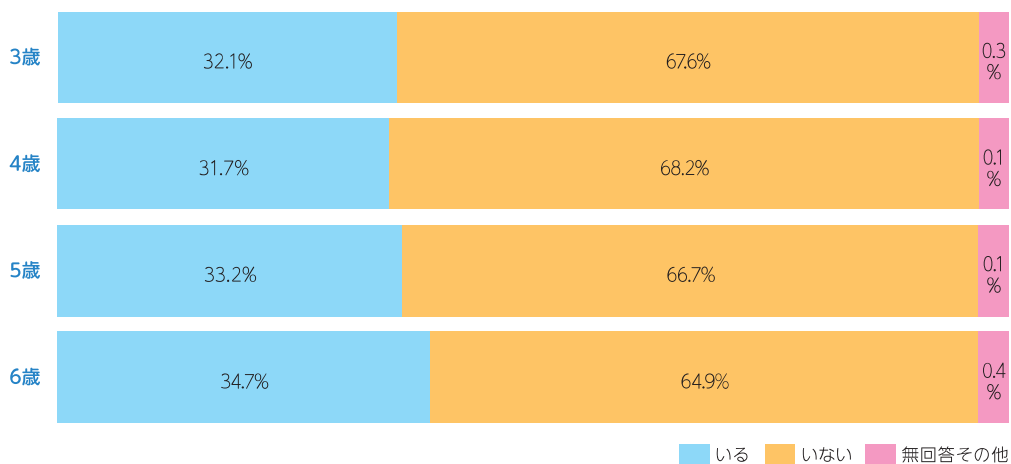
第5表 家の中で喫煙する割合（喫煙者がいる家庭）

単位=上段：人、下段：%

	計	いる	いない	無回答その他
平成22年	4,146	1,909	2,229	8
	100.0	46.0	53.8	0.2
平成27年	3,486	1,149	2,331	6
	100.0	33.0	66.8	0.2



図46 家の中で喫煙する割合（喫煙者がいる家庭）（年齢別）





編集発行／ 栃木県保健福祉部健康増進課

〒320-0027 栃木県宇都宮市埴田1-1-20 ☎028-623-3094