

# 平成17年度 「子どもと家族の食生活等実態調査」 結果報告 (速報)

## —生涯健康とちぎを目指して—

栃木県では、保育所と幼稚園に通うお子さんと家族の方々の食生活や生活習慣等について把握し、今後、地域で推進する「食育」事業の基礎資料とすることを目的に、平成17年11月から12月にかけて、県内38ヶ所の保育所と37ヶ所の幼稚園に御協力いただき「子どもと家族の食生活等実態調査」を実施しましたので、その結果を御報告します。

### ★調査結果の概要★

- ・子どもの97.2%は健康
- ・6時から7時に起床する子どもが一番多く47.1%
- ・22時以降に寝る子どもが8.8%
- ・朝食を食べないことがある子どもが11.9%
- ・母親が毎日朝食を食べると子どもも毎日食べるものが多い。
- ・朝食をあまり食べない、ほとんど食べない子どもが27.1%
- ・起床時間、就寝時間の早い子どもの方が朝食時の食欲がある。
- ・朝食をひとりで食べている子どもが8.3%
- ・食物アレルギーがある子どもは5.7%
- ・スナック菓子を食べる子どもは年齢が上がるとともに増える。
- ・子どもの好きな野菜は、1位とうもろこし、2位きゅうり、3位にんじん
- ・子どもの嫌いな野菜は、1位ピーマン、2位ねぎ、3位なす
- ・保護者が改善した子どもの生活習慣は、1位「好き嫌いなく何でも食べる」
- ・2位「菓子や甘い飲み物をほどほどにする」3位「主食・主菜・副菜を組み合わせて食べる」
- ・むし歯がある子どもは3歳で38.7%、4歳で53.5%
- ・子どもがいる家庭で喫煙者がいない割合は33.7%
- ・20歳代の母親の喫煙率は、32.8%

### 幼年期の特徴「とちぎ健康21プラン」より

- からだの生理機能が自立し、生活習慣の基礎が確立される時期
- 食習慣の基礎ができる時期
- 親の考え方や生活習慣が大きく影響する時期
- 家庭や家族に重点をおいた対策が重要

### 「とちぎ健康21プラン」の幼年期の目標

★家庭内で子どもと一緒に行動し、望ましい生活習慣を身につけられるよう努めます。

# 調査結果概要

## 1 子どもの健康状態について

### ★子どもの97.2%は健康

(問：お子さんの健康状態はどうですか)

- ・全体で「健康である」は83.3%、「どちらかという健康である」は13.9%、両者をあわせると97.2%であった。
- ・一方、「どちらかという健康でない」は、1.4%、「健康でない」は0.2%、両者を合わせると1.6%であった。

図1：子どもの健康状態

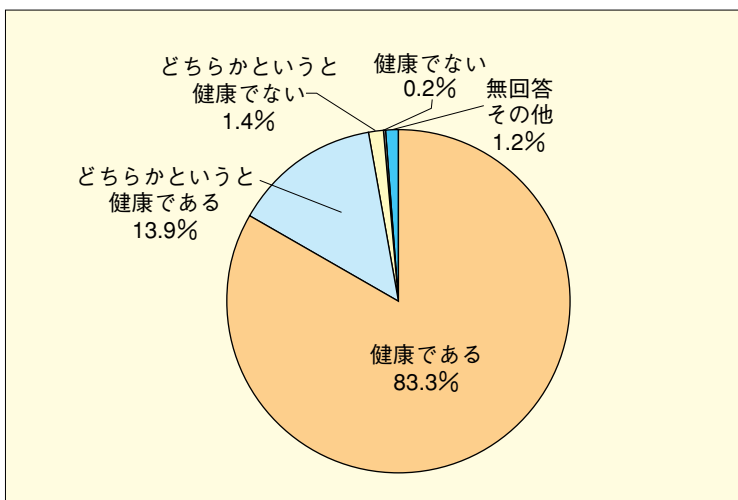


図2：子どもの健康状態（保育所）

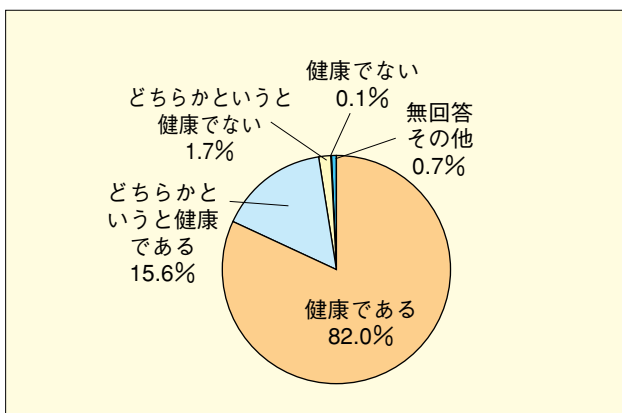
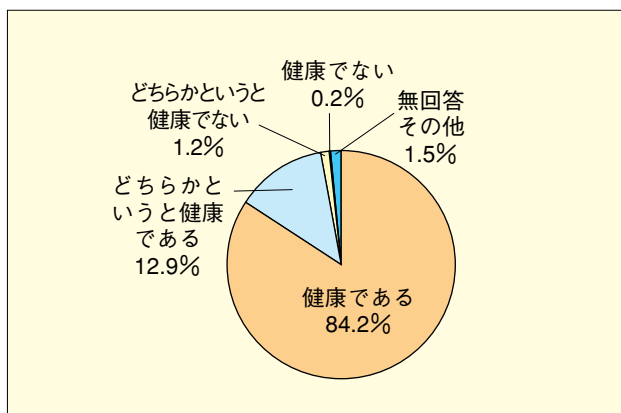


図3：子どもの健康状態（幼稚園）



## 2 子どもの起床時間について

★ 6時から7時の間に起床する子どもが一番多く47.1%

(問：お子さんはふだん何時頃に起きますか。)

図4：子どもの起床時間

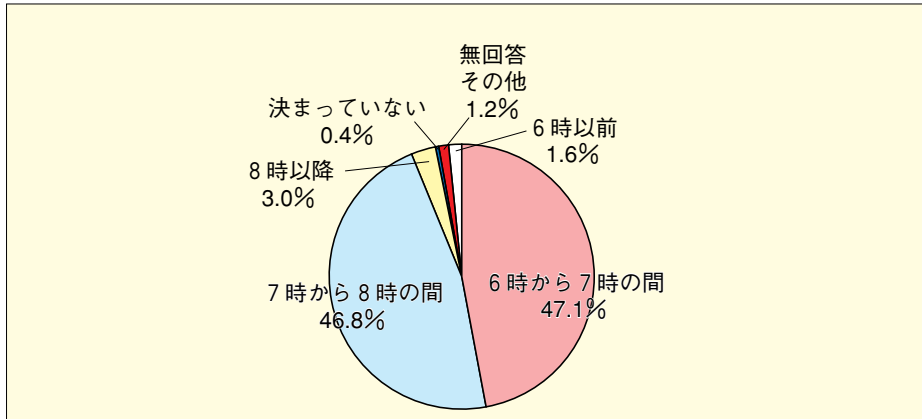


図5：子どもの起床時間（保育所）

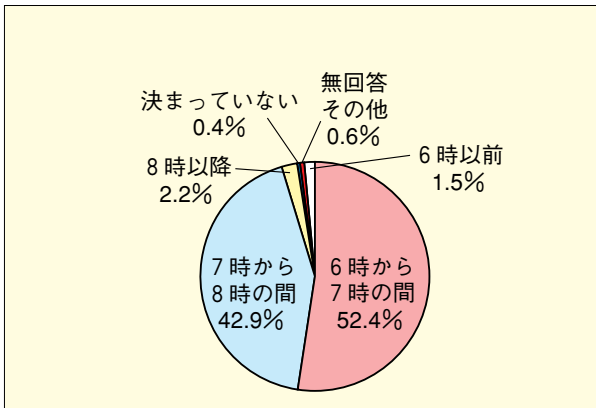
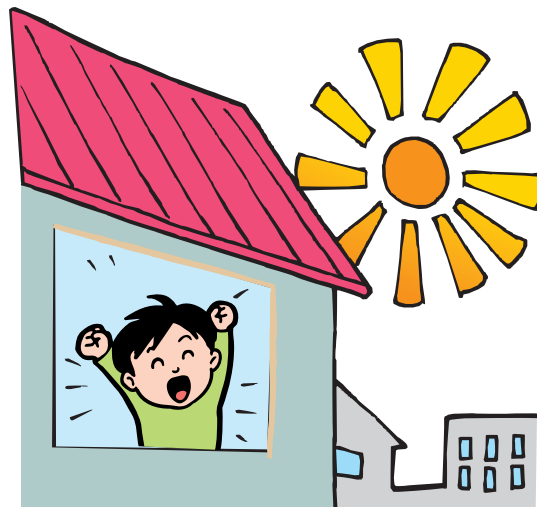
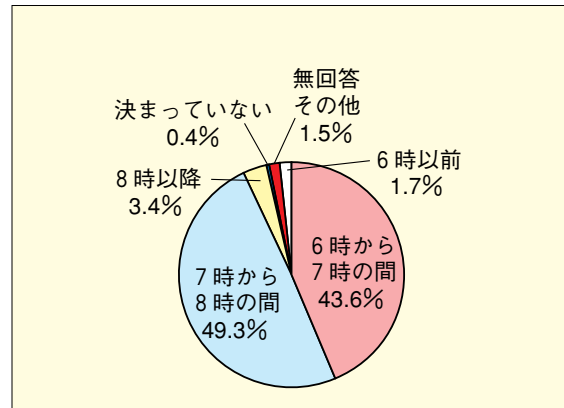


図6：子どもの起床時間（幼稚園）



# 3

## 子どもの就寝時間について

### ★22時以降に寝る子どもが8.8%

(問：お子さんはふだん何時頃に起きますか。)

図7：子どもの就寝時間

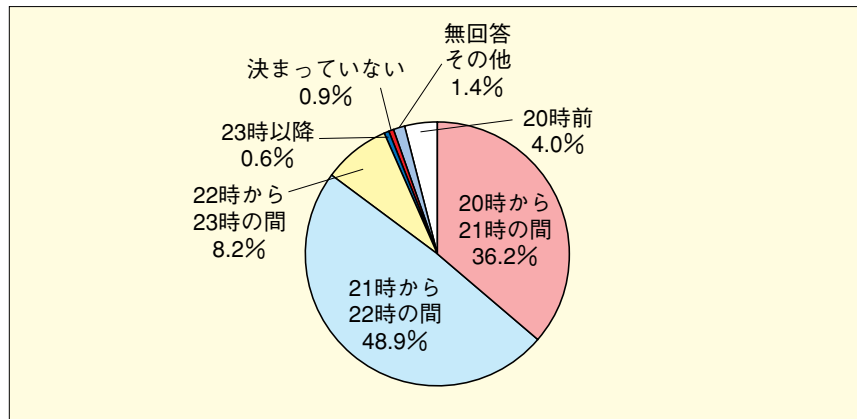


図8：子どもの就寝時間（保育所）

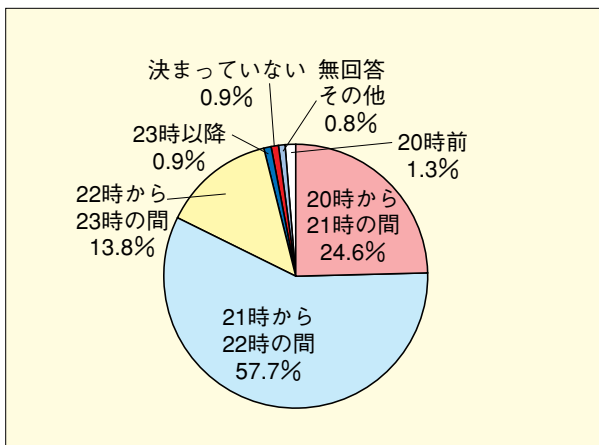
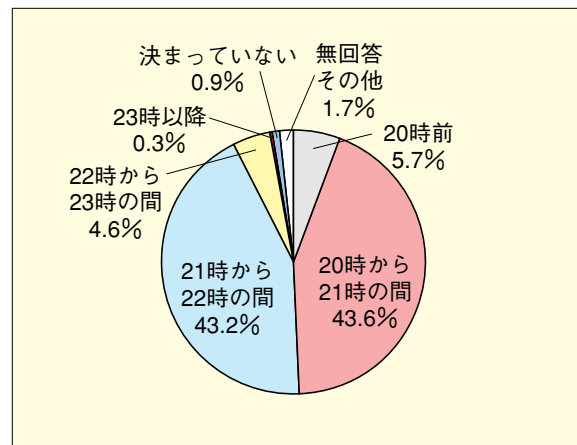


図9：子どもの就寝時間（幼稚園）



## ★朝食を食べないことがある子どもは11.9%

(問:ふだんの食事の状況についてお答えください。朝食は食べていますか。(お子さん))

- ・朝食については、全体で見ると、「毎日食べる」は87.0%、「時々食べないことがある」が10.5%、「ほとんど食べない」は1.4%であった。

図10：子どもの朝食状況

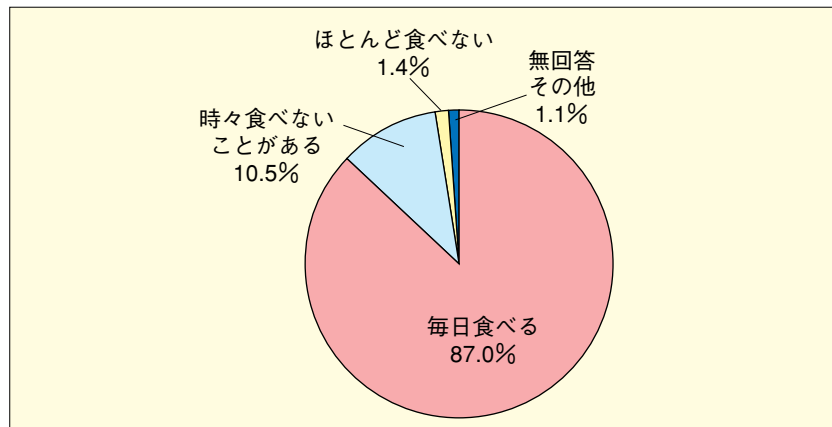


図11：子どもの朝食状況（保育所）

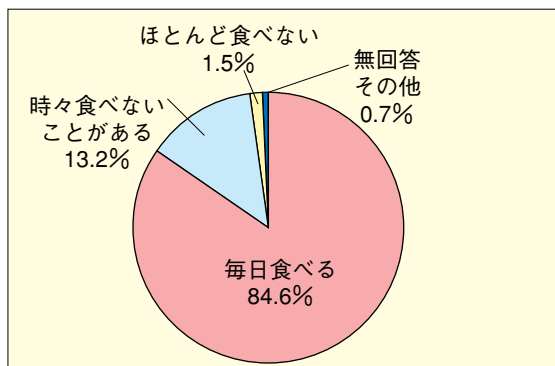
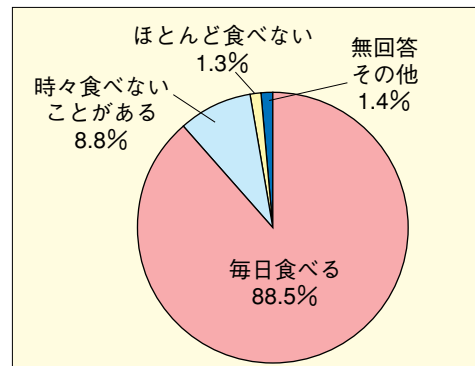


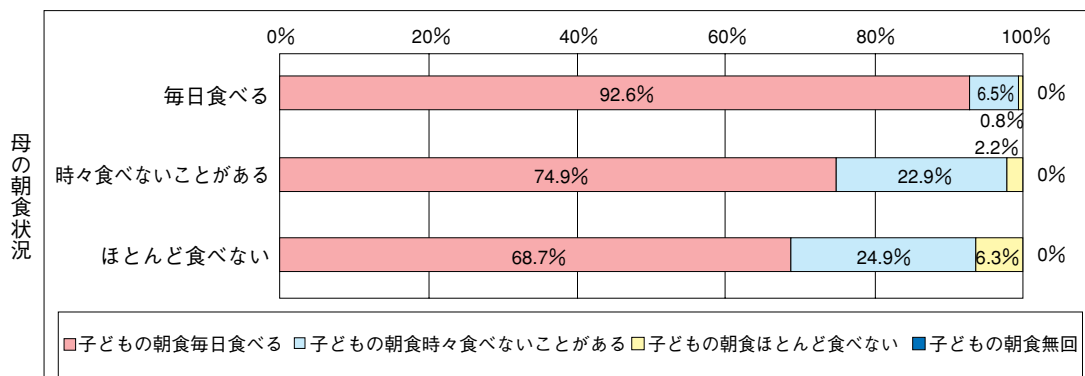
図12：子どもの朝食状況（幼稚園）



## ★母親が毎日朝食を食べると、子どもも毎日食べるものが多い。

- ・母が朝食を時々食べない、ほとんど食べないとなるにつれ、子どもの毎日食べる割合が低くなっている。

図13：母親の朝食摂取状況別子どもの朝食摂取状況



## ★朝食時にあまり食べない、ほとんど食べない子どもは27.1%

(問：朝食時のお子さんの食欲はいかがですか。)

- ・朝食時の食欲については、全体で見ると、「よく食べる」は16.3%、「ふつう」は55.4%、「あまり食べない」は25.3%、「ほとんど食べない」は1.8%であった。
- ・男女別では、「あまり食べない」「ほとんど食べない」は、男子25.4%、女子29.0%で女子が多かった。

図14：子どもの朝食時の食欲

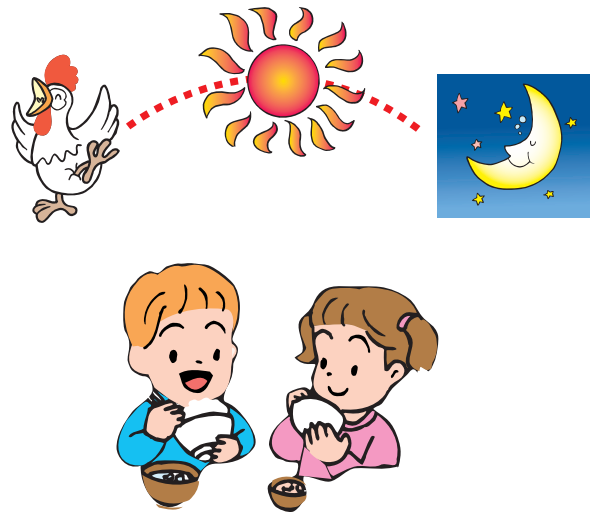
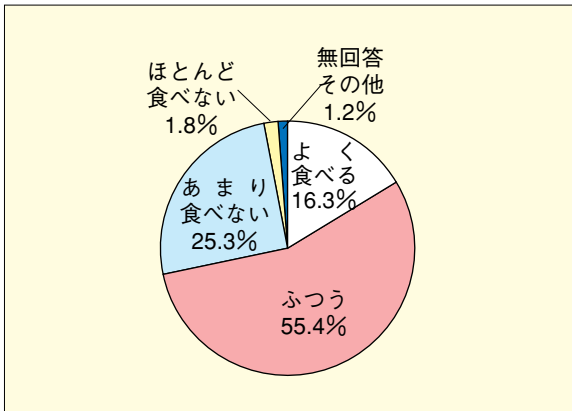


図15：子どもの朝食時の食欲（男子）

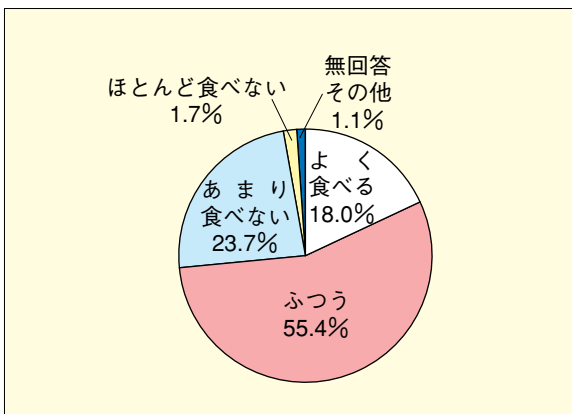
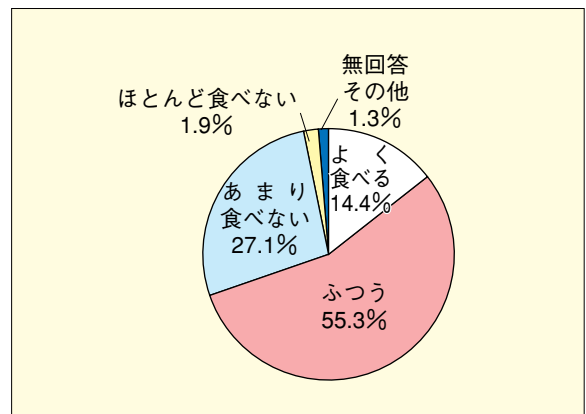


図16：子どもの朝食時の食欲（女子）



## ★起床時間及び就寝時間が早い子どもの方が、朝食時の食欲がある。

- ・起床時間が早い方が、食欲ある子どもの割合が高い。
- ・就寝時間が早い方が、食欲ある子どもの割合が高い。

図17：子どもの朝食時の食欲（起床時間別）

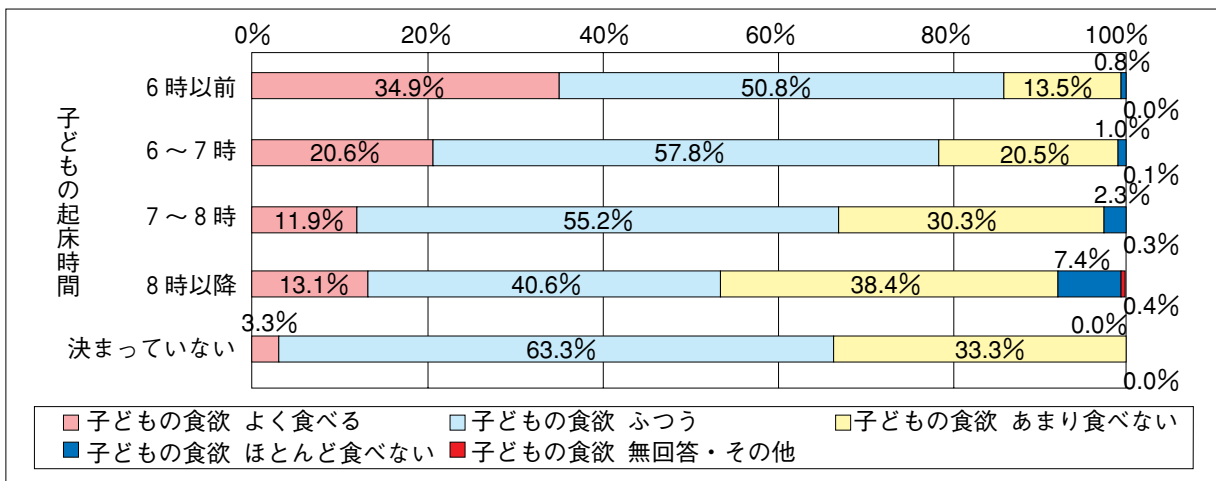
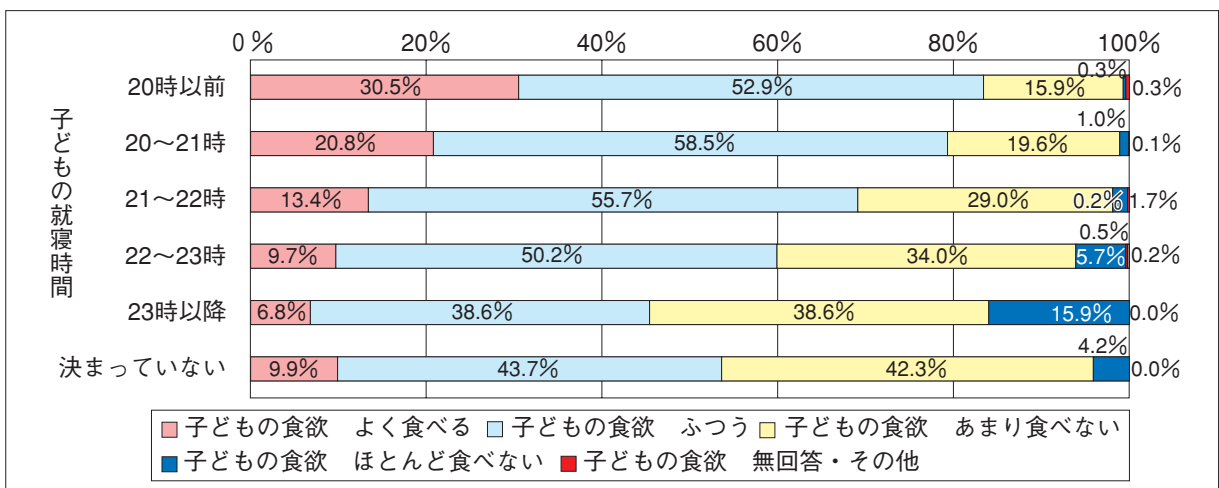


図18：子どもの朝食時の食欲（就寝時間別）



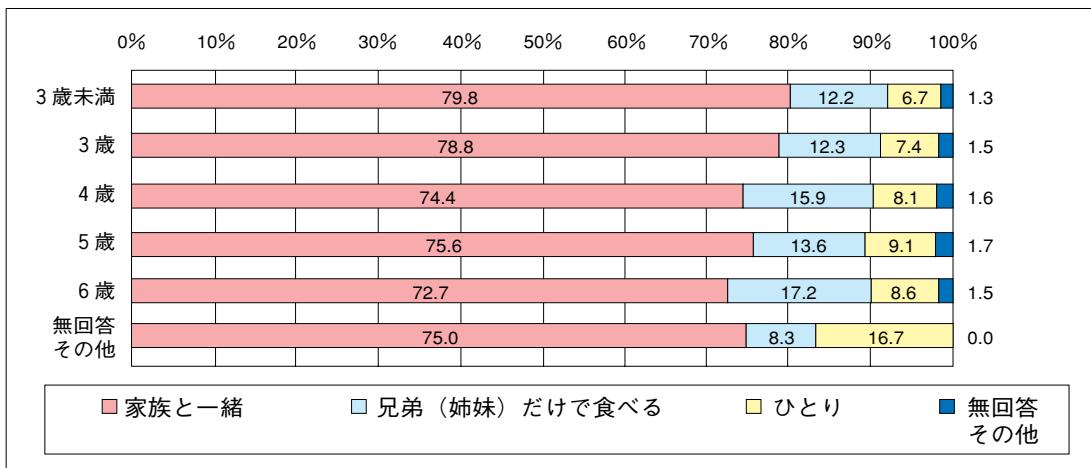
## 6 家族との食事（朝食）について

### ★ふだん朝食をひとりで食べている子どもは8.3%

（問：お子さんは、ふだん家族と一緒に食事（朝食）をしていますか。）

- ・朝食を、「家族と一緒に食べている」は、全体で見ると75.6%で、「兄弟（姉妹）だけ食べる」は14.5%、「ひとり」は8.3%であった。

図19：家族での食事状況（朝食）



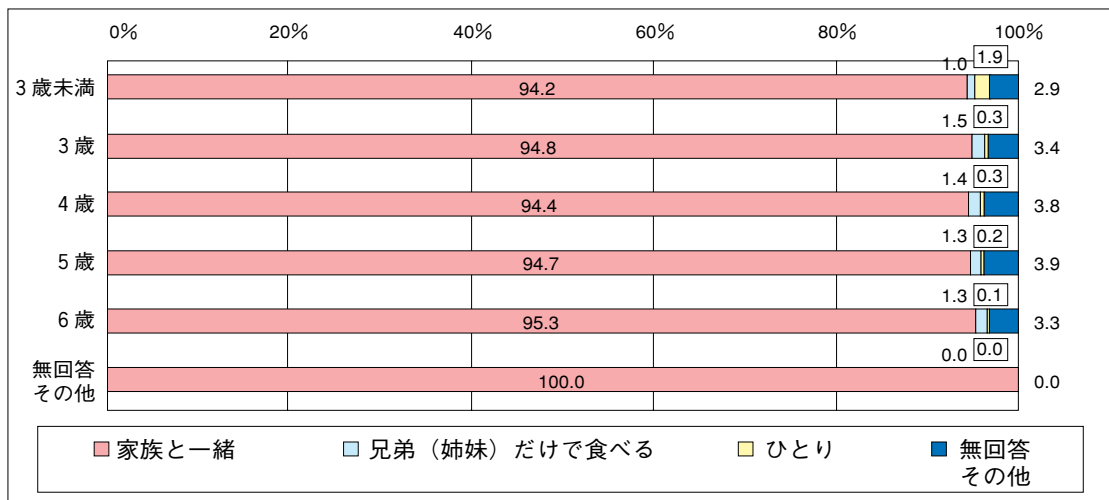
## 7 家族との食事（夕食）について

### ★94.7%の子どもは、家族と一緒に夕食を食べている

（問：お子さんは、ふだん家族と一緒に食事（夕食）をしていますか。）

- ・夕食を、「家族と一緒に食べている」は、全体で見ると94.7%で、「兄弟（姉妹）だけ食べる」は1.3%、「ひとり」は0.4%であった。

図20：家族での食事状況（夕食）





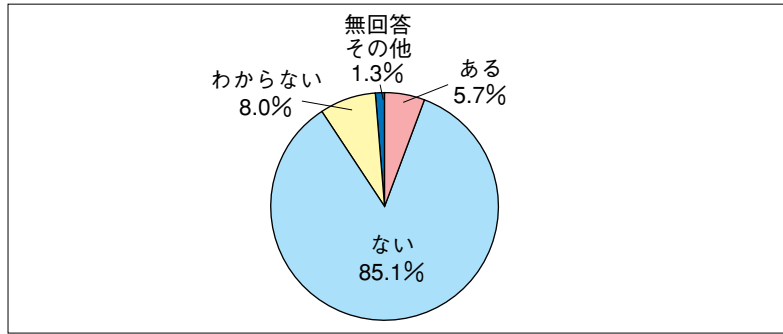
# 8

## 子どもの食物アレルギーについて

### ★食物アレルギーのある子どもは5.7%

(問：お子さんは、食物アレルギーはありますか。)

図21：子どものアレルギーの状況



# 9

## 子どものおやつについて

### ★スナック菓子を食べる子どもは年齢が上がるとともに増える。

(問：お子さんは、ふだんどのようなおやつを多くたべますか。2つ以内で回答)

図22：子どもがよく食べているおやつ

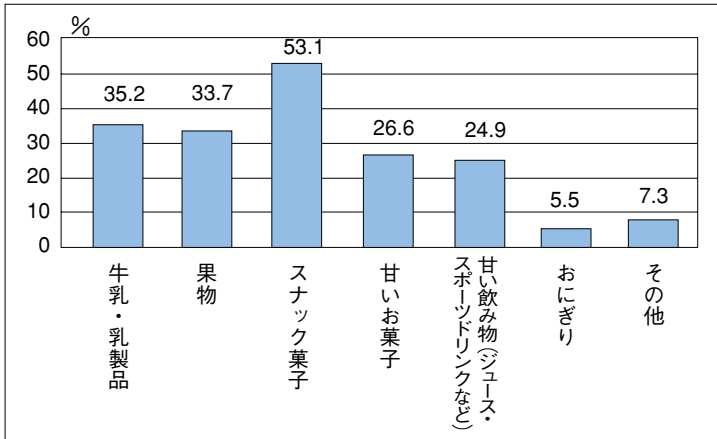


図23：子どもがおやつにスナック菓子を食べる割合

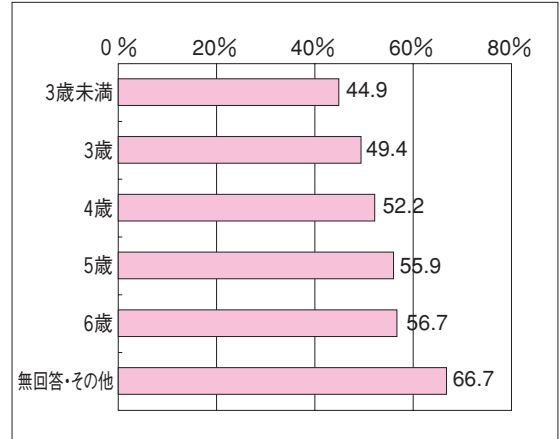
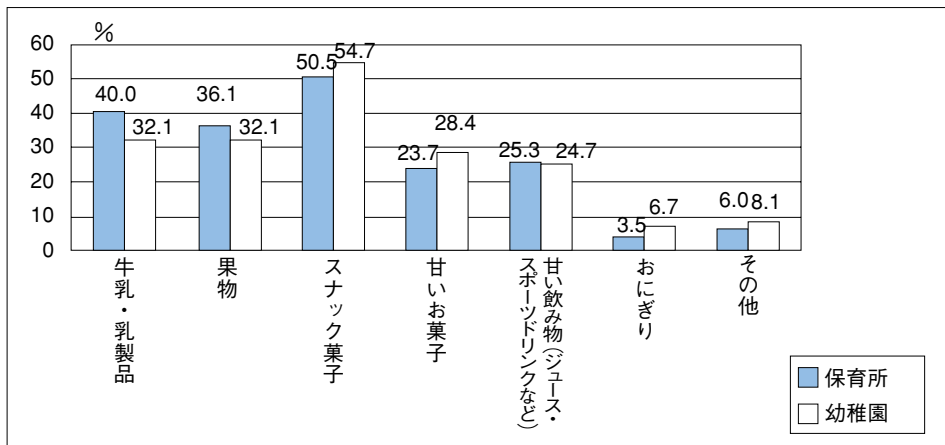


図24：子どもがよく食べているおやつ（施設別）



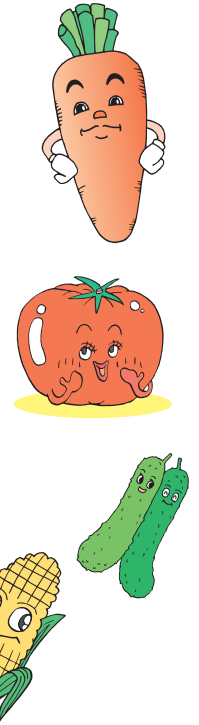
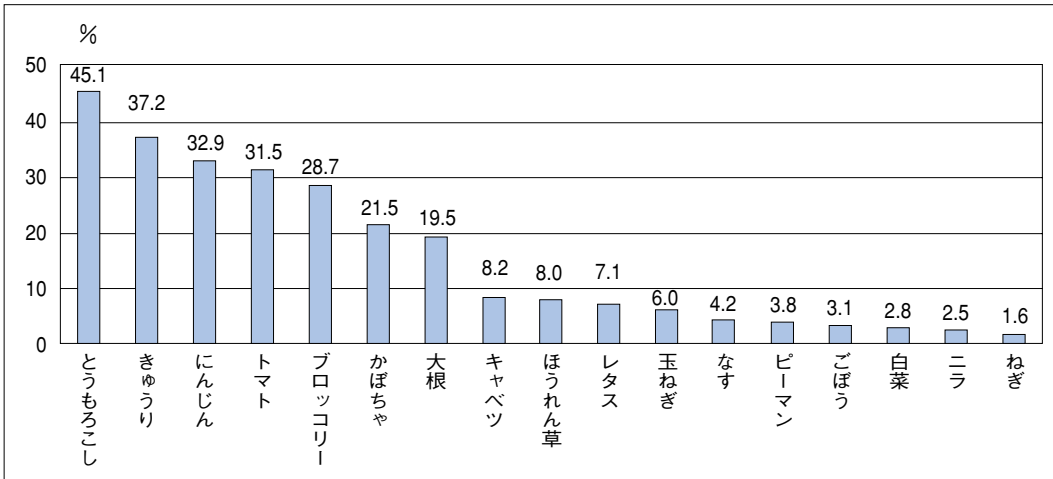
## 10 子どもの好きな野菜について

★子どもの好きな野菜は、1位とうもろこし、2位きゅうり、3位にんじん

(問：お子さんの、特に好きな野菜と嫌いな野菜は何ですか。3つ以内で回答)

・子どもの好きな野菜の上位は、「とうもろこし」「きゅうり」「にんじん」「トマト」「ブロッコリー」であった。

図25：子どもの好きな野菜



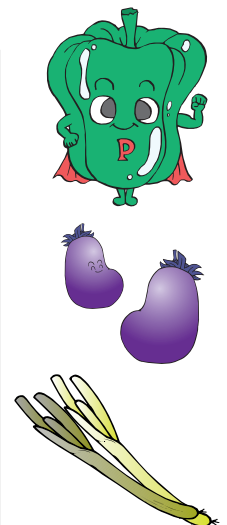
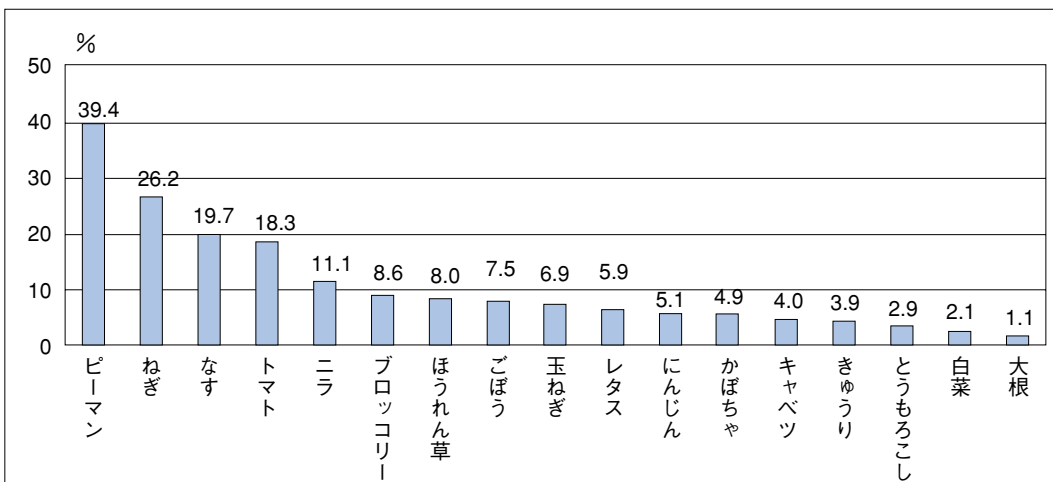
## 11 子どもの嫌いな野菜について

★子どもの嫌いな野菜は、1位ピーマン、2位ねぎ、3位なす

(問：お子さんの、特に好きな野菜と嫌いな野菜は何ですか。3つ以内で回答)

・子どもの嫌いな野菜の上位は、「ピーマン」「ねぎ」「なす」「トマト」「ニラ」であった。

図26：子どもの嫌いな野菜



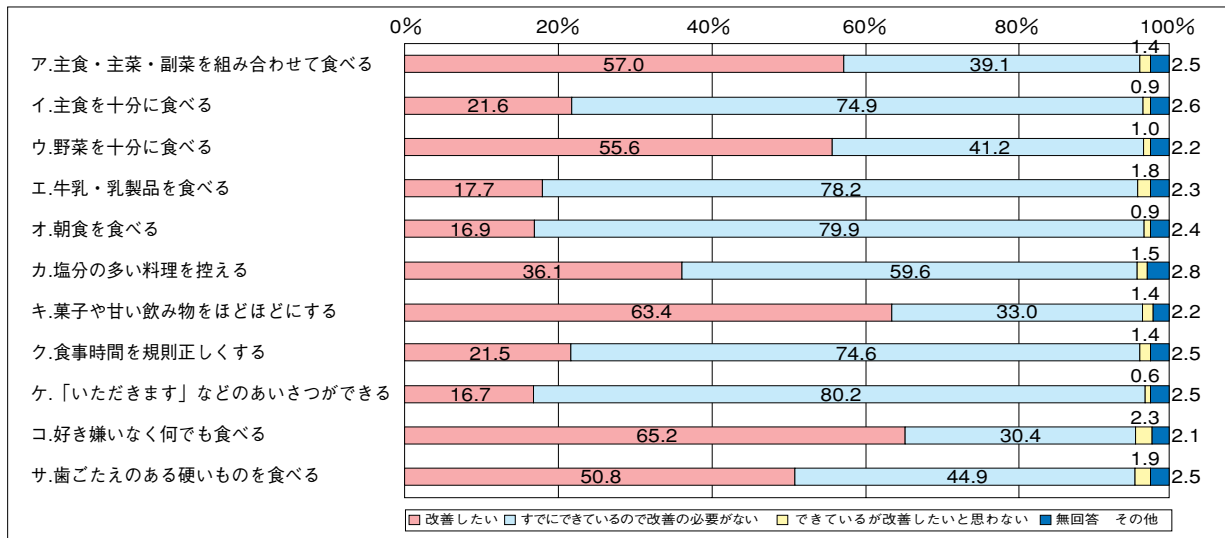
## 12 改善したい生活習慣について

★保護者が子どもの生活習慣で改善したいのは、1位「好き嫌いなく何でも食べる」、2位「菓子や甘い飲み物をほどほどにする」、3位「主食・主菜・副菜を組み合わせる」

(問：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。)

- ・「いただきます」などのあいさつができる」、「牛乳・乳製品を食べる」、「食事時間を規則正しくする」などは、すでにできているので改善の必要がないと考えている保護者が約4人に3人であった。

図27：食生活改善意識



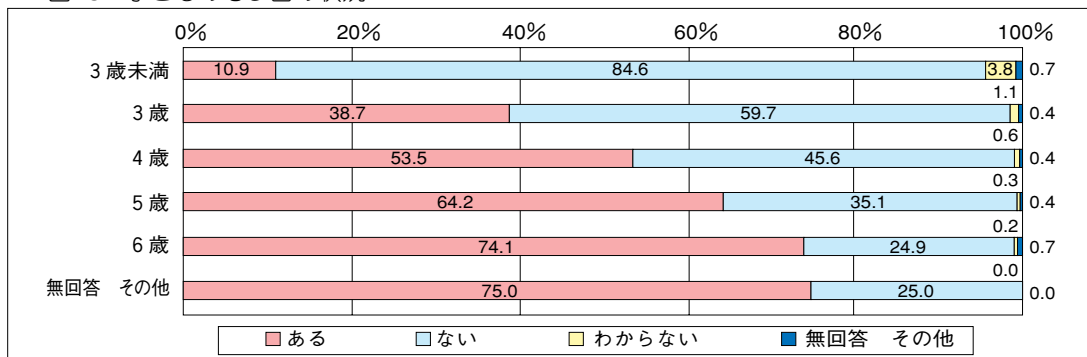
## 13 子どもの歯の状況について

★むし歯がある子どもは3歳で38.7%が、4歳で53.5%

(問：お子さんは、今までにむし歯があると指摘されたことがありますか。(治療中、治療済みを含む))

- ・年齢が上がるにともないむし歯を有する子どもが増えている。
- ・4歳で半数以上がむし歯になっている。

図28：子どものむし歯の状況



- ★子どもがいる家庭で喫煙者がいない割合は、33.7%
- ★母親全体で、17.6%の母親は喫煙者
- ★喫煙者のいる家庭のうち、家の中で喫煙する家族がいる割合は、64.7%

(問：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))

図29：子どもがいる家庭での喫煙者がいる割合

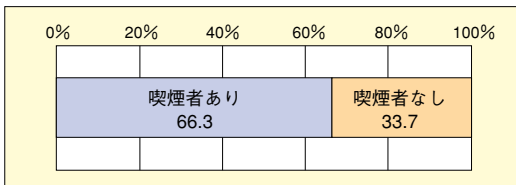


図30：続柄別に見た喫煙者の割合

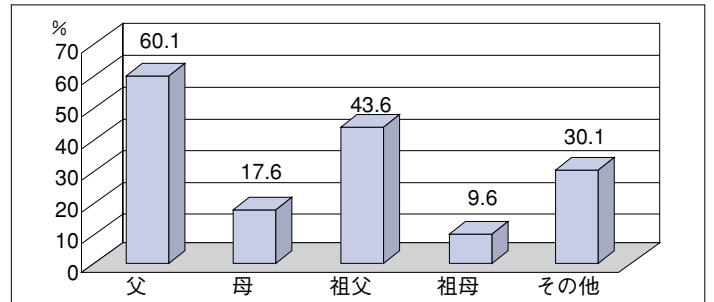
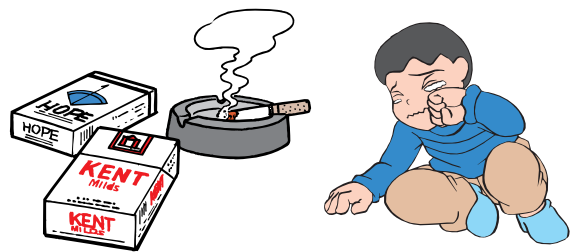
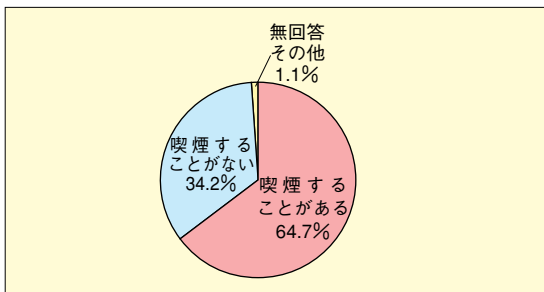


図31：屋内で喫煙する割合 (喫煙者がいる家庭)



- ★20歳代の父親、母親の喫煙率が高い。20歳代父親の喫煙率は79.6%、20歳代母親の喫煙率は32.8%
- ★保育所に通う子どもを持つ20歳代の母親の39.9%は喫煙者

図32：施設別に見た年齢階級別喫煙率(父)

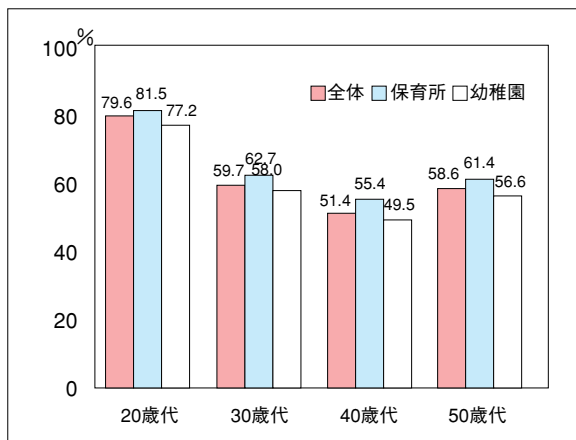


図33：施設別に見た年齢階級別喫煙率(母)

