

岬町  
健康づくりに関するアンケート調査  
＜乳幼児＞  
【調査結果報告書】

令和6年4月

岬町



## 目次

<b>1 調査の概要</b> .....	1
(1) 調査目的 .....	1
(2) 調査対象及び調査方法 .....	1
(3) 配布数及び回収結果 .....	1
(4) 数値の基本的な取扱いについて .....	2
<b>2 調査結果</b> .....	3
1. 食生活について .....	3
1. 普段朝食を食べるか .....	3
1-1. 朝食を食べない理由 .....	3
2. 朝食に食べているもの .....	4
3. バランスよく食べているか .....	4
4. ふだんの食生活 .....	5
5. 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをするか .....	8
6. 食物アレルギーの検査をしたことがあるか .....	8
7. 食事を作るうえで気にかけていること .....	9
7-1. 安心・安全な食品を選ぶとき気にかけていること .....	10
8. 食生活で心がけていること .....	10
2. 生活習慣について .....	11
9. 就寝時間 .....	11
10. 1日の睡眠時間について.....	11
11. 就寝時間は適切か .....	12
11-1. 就寝時間が適切でないと思う理由 .....	12
12. 食事の用意や後片付けを手伝うか .....	13
13. 排便の状況 .....	13
3. 運動・身体活動について .....	14
14. 運動・外遊びの頻度 .....	14
14-1. 運動・外遊びの場所 .....	14
4. 家族構成について .....	15
15. 同居している人数 .....	15

16. 同居している人 .....	15
5. 家族との食事について .....	16
17. 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度 .....	16
18. 家族との食事について .....	17
6. 健康について .....	18
19. 子どもの健康状態について .....	18
20. 健康に関して関心があること .....	19
21. 健康づくりのために取り組んでいること .....	20
22. 育児を助けあえる人がいるか .....	21
22-1. 育児を助けあえる人はどんな人か .....	21
23. この1か月間で受動喫煙の場面があったか .....	22
7. 妊娠・出産期について .....	23
24. 妊娠中の食生活で気を付けていたこと .....	23
25. 生後1か月ころまで飲んでいたもの .....	24
8. 保護者の方について .....	25
26. 自身の健康状態について .....	25
27. 自身の平均睡眠時間 .....	25
28. 自身はストレスを感じるか .....	26
29. 自身のストレス解消法はあるか .....	26
30. 育児・子育ての相談相手・協力者は誰か .....	27
9. お子さん自身について .....	28
F 1. 性別 .....	28
F 2. 年齢 .....	28
F 3. 就園状況 .....	29
F 3-1. 保育所給食を話題にするか .....	29
<b>3 調査のまとめ</b> .....	<b>30</b>

# Ⅰ 調査の概要

## (1) 調査目的

岬町では、「みんなで支えあう健康づくり ～すべての町民が健やかに暮らせるまちをめざして～」という基本理念に基づき、平成27年度から令和6年度の計画で「第2次健康みさき21（岬町第2次健康増進計画及び食育推進計画）」を策定し、町民の健康づくりに総合的に取り組んできました。また、令和3年3月には中間評価を行いました。

本アンケート調査は、上記計画の最終評価をし、次期計画である「第3次健康みさき21（岬町第3次健康増進計画、第2次食育推進計画及び岬町第2次自殺対策計画）」の策定に向けて、町民の皆様の実態やニーズを把握するためのものです。

## (2) 調査対象及び調査方法

項目	内容
調査対象	①<成人>18歳以上の一般住民 ②<乳幼児>0～5歳児の保護者 ③<小学生>小学校1～3年生の保護者 ④<中学生>中学2年生 ⑤<高校生>高校2年生
調査方法	①郵送配布・回収またはweb調査 ②～④web調査（案内文書を保育所・学校等を通じて配布） ⑤学校配布・回収
調査時期	令和6年1月～3月

## (3) 配布数及び回収結果

調査対象	配布数	有効回収数/ 有効回収率
①<成人>18歳以上の一般住民	1,500票	463票/30.9%
②<乳幼児>0～5歳児の保護者	211票	135票/64.0%
③<小学生>小学校1～3年生の保護者	236票	89票/37.7%
④<中学生>中学2年生	69票	18票/26.1%
⑤<高校生>高校2年生	98票	81票/82.7%

#### (4) 数値の基本的な取扱いについて

- ・比率はすべて百分率(%)で表し、小数点以下2位を四捨五入して算出しています。したがって、合計が100%を上下する場合があります。
- ・基数となるべき実数は、“n=〇〇〇”として掲載し、各比率はnを100%として算出しています。
- ・質問の終わりに「あてはまるものすべてに○」とある問は、1人の回答者が2つ以上の回答を出してもよい問であり、したがって、各回答の合計比率は100%を超える場合があります。
- ・文中、グラフ中の選択肢の文言は作図等の都合により一部簡略化する場合があります。
- ・今回の回答で、性別の「その他」については統計上有意な数字でなかったため、クロス集計には採用していません。

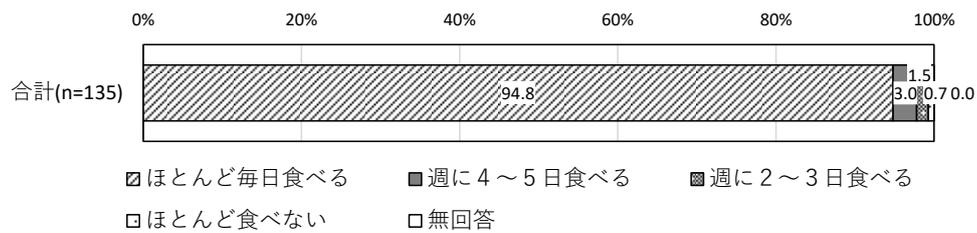
## 2 調査結果

### 1. 食生活について

#### 1. 普段朝食を食べるか

問1：お子さんは普段朝食を食べますか。（○は1つ）

「ほとんど毎日食べる」が94.8%となっています。



問1で「ほとんど食べない」に○をつけた人

#### 1-1. 朝食を食べない理由

問1-1：お子さんが朝食を食べない理由はなんですか。（○はいくつでも）

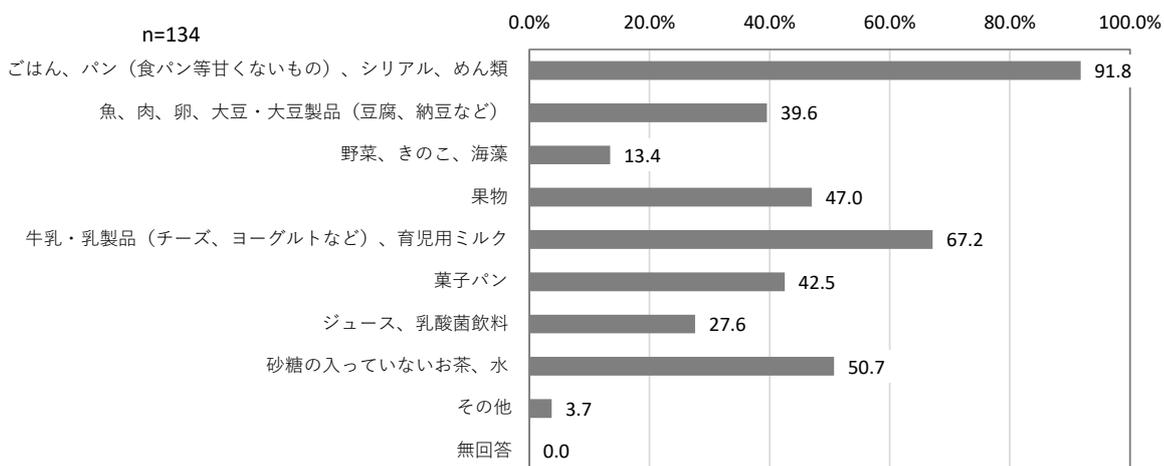
「ほとんど食べない」は1人で、理由は「食べるのを嫌がる」となっています。

問1で「ほとんど食べない」以外に○をつけた人

## 2. 朝食に食べているもの

**問2：お子さんは朝食に何を食べますか。（○はいくつでも）**

「ごはん、パン（食パン等甘くないもの）、シリアル、めん類」が91.8%と最も高く、次いで「牛乳・乳製品（チーズ、ヨーグルトなど）、育児用ミルク」が67.2%、「砂糖のっていないお茶、水」が50.7%、「果物」が47.0%となっています。

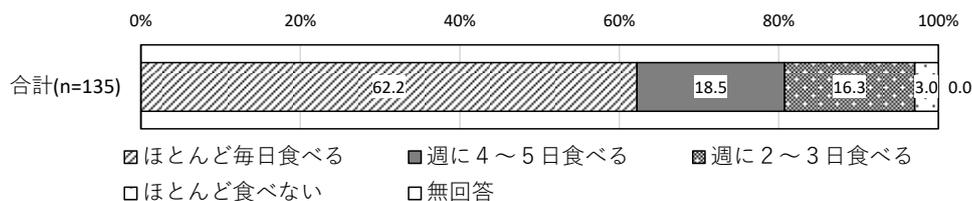


その他：トマトジュース/コーンスープ

## 3. バランスよく食べているか

**問3：お子さんは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べるのが  
1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。（○は1つ）**

「ほとんど毎日食べる」が62.2%、次いで「週に4～5日食べる」が18.5%となっています。

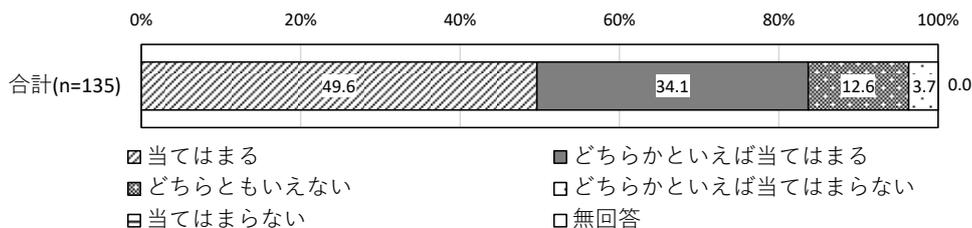


#### 4. ふだんの食生活

問4：お子さんのふだんの食生活について伺います。次の①～⑦のそれぞれについて、次の事項から当てはまる回答欄に1つずつ○印をご記入ください。

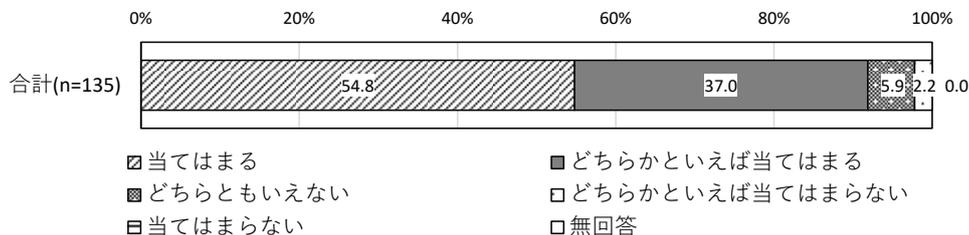
##### ①食事時間を楽しんでいる

「当てはまる」が最も高く49.6%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が34.1%となっています。



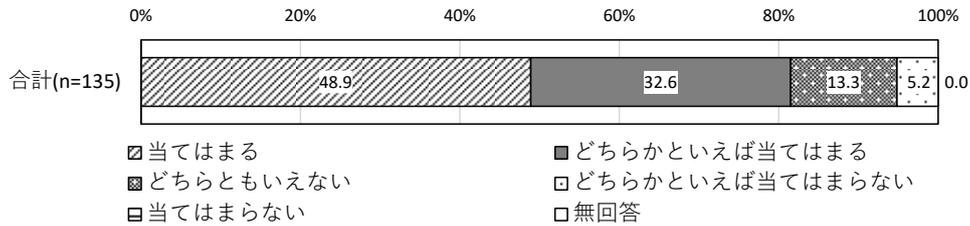
##### ②食事をおいしく食べている

「当てはまる」が最も高く54.8%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が37.0%となっています。



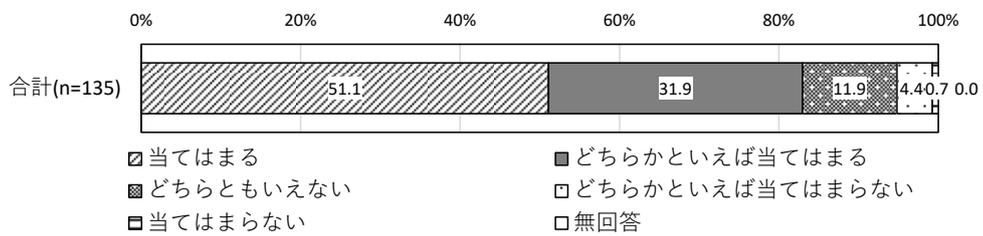
③食事の時間を楽しみにしている

「当てはまる」が最も高く 48.9%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が 32.6%と なっています。



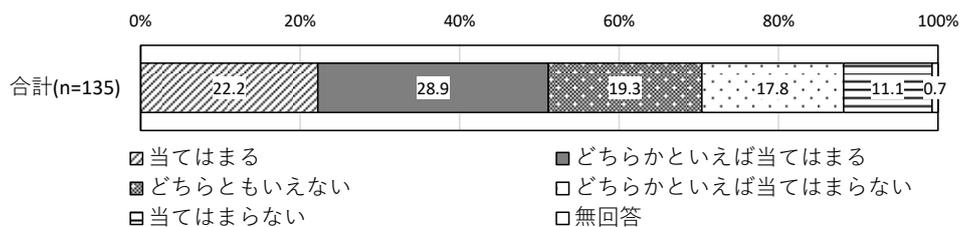
④食べたいものを食べている

「当てはまる」が最も高く 51.1%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が 31.9%と なっています。



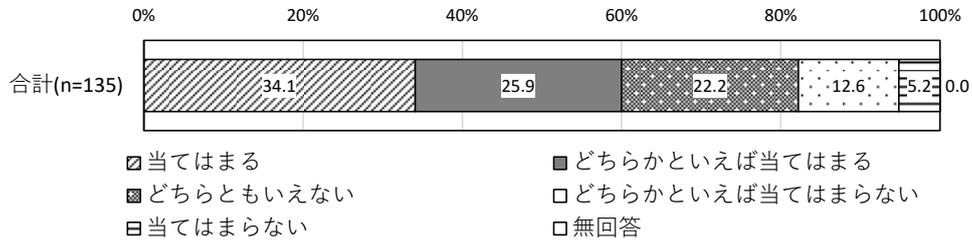
⑤嫌いなものも頑張って食べる

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 28.9%、次いで「当てはまる」が 22.2%と なっています。



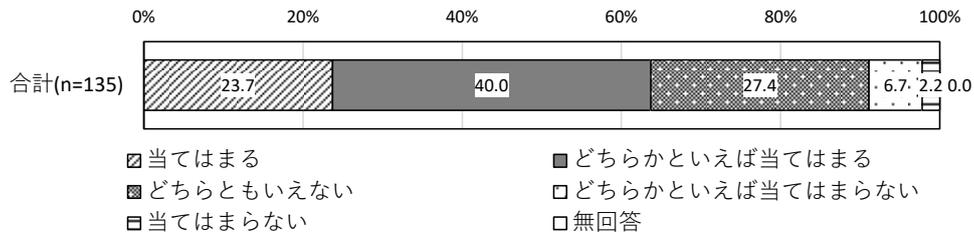
⑥食事を残さずに食べる

「当てはまる」が最も高く 34.1%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が 25.9%となっています。



⑦食事はよくかんで、味わっている

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 40.0%、次いで「どちらともいえない」が 27.4%となっています。

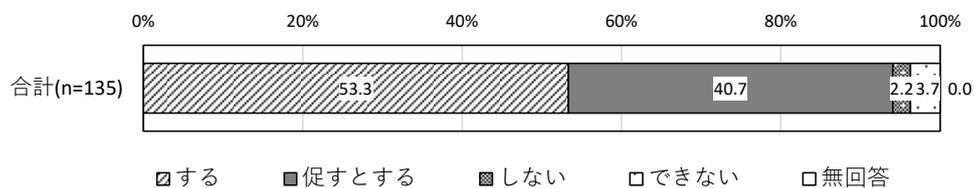


## 5. 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをするか

問5：お子さんは、食事の前後に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか。

(○は1つ)

「する」が最も高く 53.3%、次いで「促すとする」が 40.7%となっています。

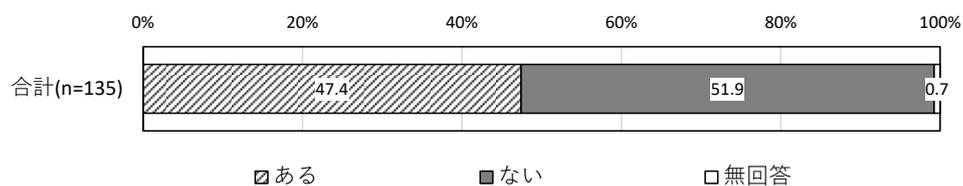


## 6. 食物アレルギーの検査をしたことがあるか

問6：お子さんの食物アレルギーについて、検査をしたことがありますか。

(○は1つ)

「ない」が 51.9%となっています。

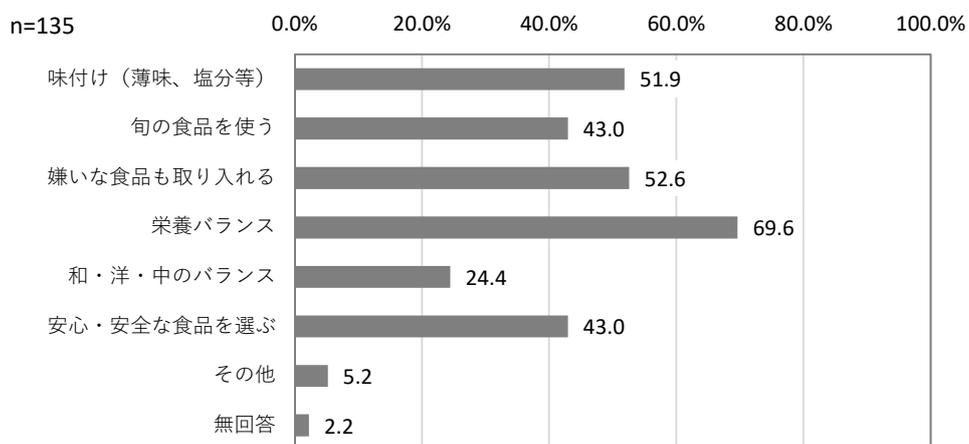


## 7. 食事を作るうえで気にかけていること

問7：お子さんの食事を作る上で、気にかけていることはありますか。

(○はいくつでも)

「栄養バランス」が最も高く69.6%、次いで「嫌いな食品も取り入れる」が52.6%、「味付け（薄味、塩分等）」が51.9%、「旬の食品を使う」「安心・安全な食品を選ぶ」が43.0%となっています。



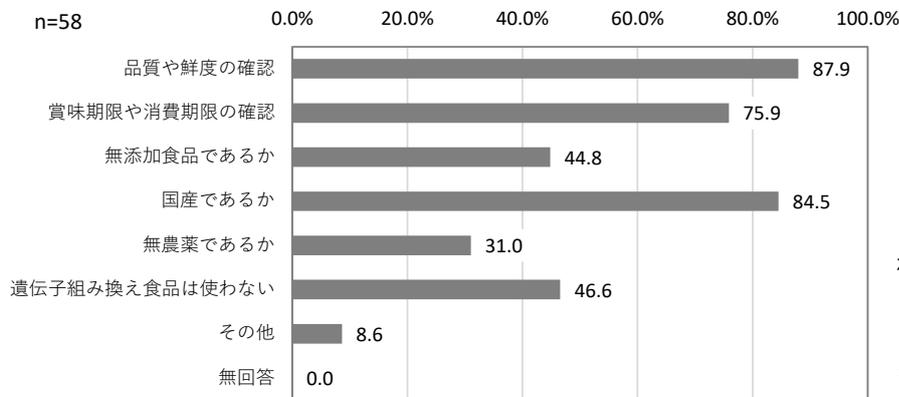
その他：喉に詰まらない大きさにカットすること/好きな物にする/野菜の量 等

問7で「安心・安全な食品を選ぶ」に○をつけた人

7-1. 安心・安全な食品を選ぶとき気にかけていること

問7-1：それはどのようなことですか。（○はいくつでも）

「品質や鮮度の確認」が最も高く87.9%、次いで「国産であるか」が84.5%、「賞味期限や消費期限の確認」が75.9%となっています。

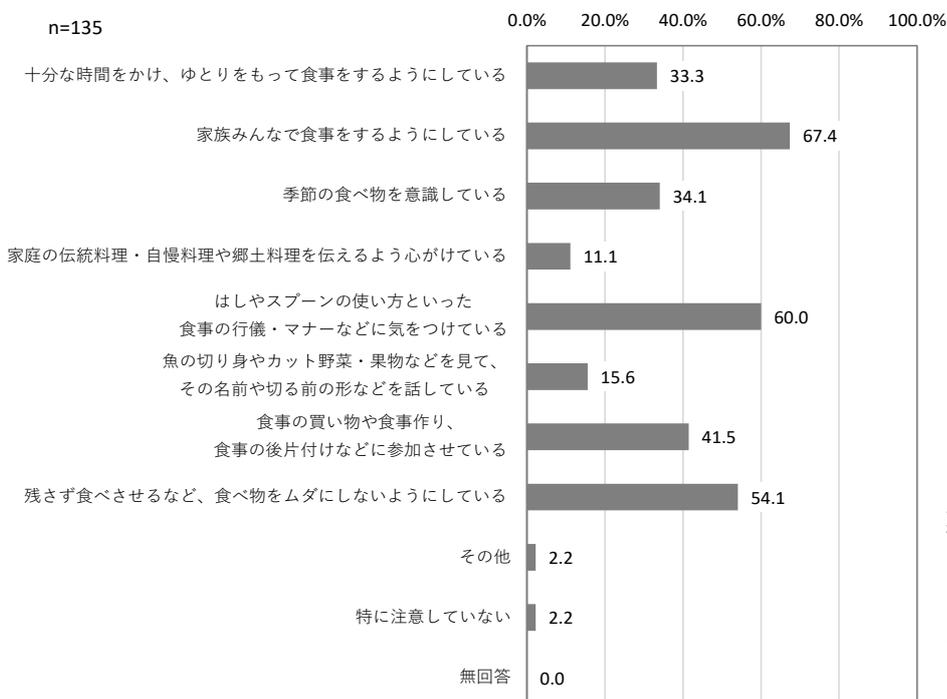


その他：地元で採れる食材であるか（4人）/アレルギーのものが入っていないか

8. 食生活で心がけていること

問8：お子さんの食生活で心がけていることは何ですか。（○はいくつでも）

「家族みんなで食事をするようにしている」が最も高く67.4%、次いで「はしやスプーンの使い方といった食事の行儀・マナーなどに気をつけている」が60.0%、「残さず食べさせるなど、食べ物をムダにしないようにしている」が54.1%となっています。



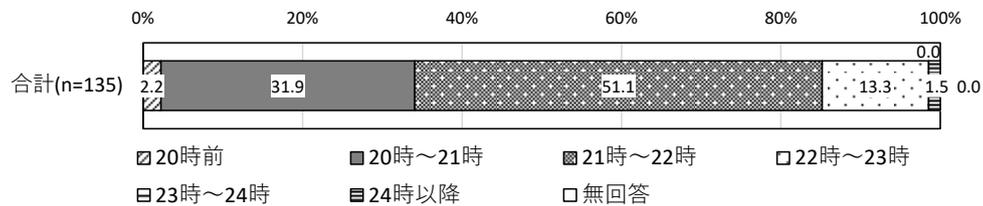
その他：主食、主菜、副菜が揃うよう/食が嫌にならないように楽しくたべることを優先にしている

## 2. 生活習慣について

### 9. 就寝時間

問9：お子さんは、何時頃に寝ることが多いですか。（○は1つ）

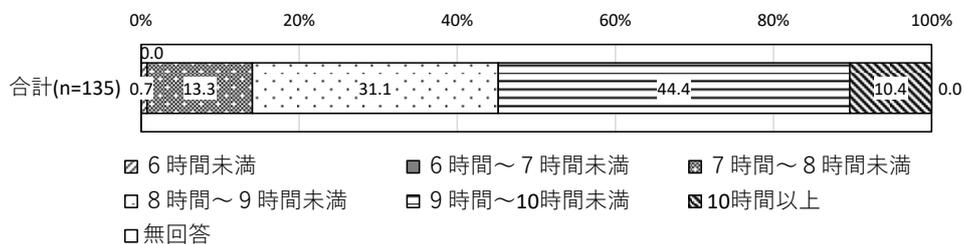
「21時～22時」が最も高く51.1%、次いで「20時～21時」が31.9%となっています。



### 10. 1日の睡眠時間について

問10：お子さんの1日の睡眠時間はどのくらいですか。（○は1つ）

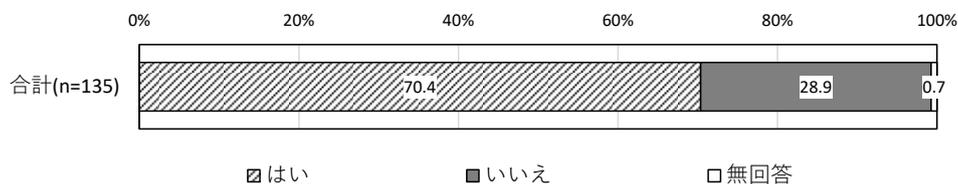
「9時間～10時間未満」が最も高く44.4%、次いで「8時間～9時間未満」が31.1%となっています。



## 11. 就寝時間は適切か

問 11：お子さんは、適切な時刻に寝ていると思いますか。（○は1つ）

「はい」が70.4%となっています。

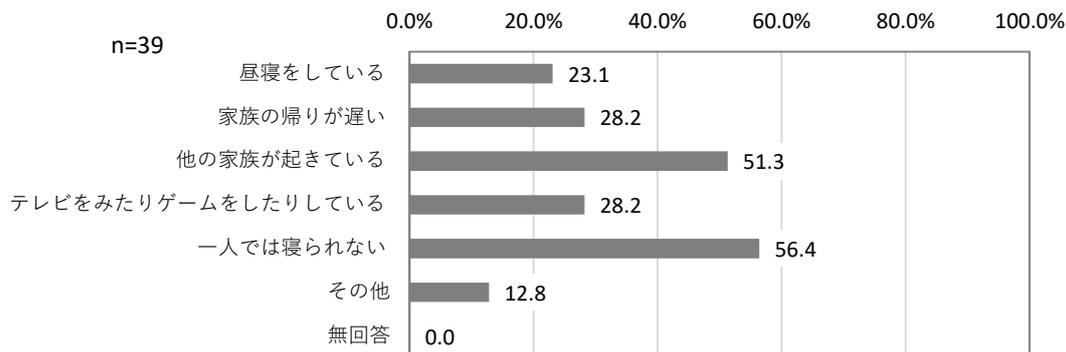


問 11 で「いいえ」に○をつけた人

### 11-1. 就寝時間が適切でないと思う理由

問 11-1：それはなぜですか。（○はいくつでも）

「一人では寝られない」が最も高く 56.4%、次いで「他の家族が起きている」が 51.3% となっています。

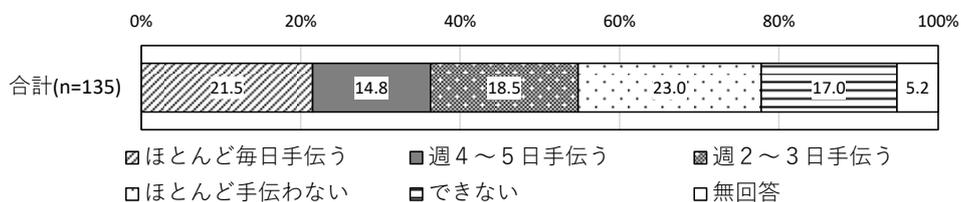


その他：夜に遊んでしまい、なかなかお風呂に入らない/寝つきがわるい（2人）/親が忙しく寝かしつけの時間がとれない/習い事

## 12. 食事の用意や後片付けを手伝うか

問 12：お子さんは、食事の用意や後片付けを手伝いますか。（○は1つ）

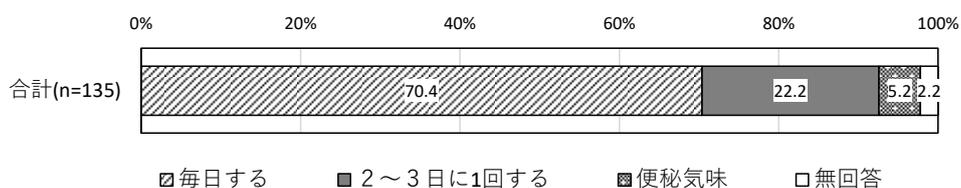
「ほとんど手伝わない」が最も高く 23.0%、次いで「ほとんど毎日手伝う」が 21.5%となっています。



## 13. 排便の状況

問 13：お子さんの排便の状況は次のうちどれですか。（○は1つ）

「毎日する」が最も高く 70.4%、次いで「2～3日に1回する」が 22.2%となっています。

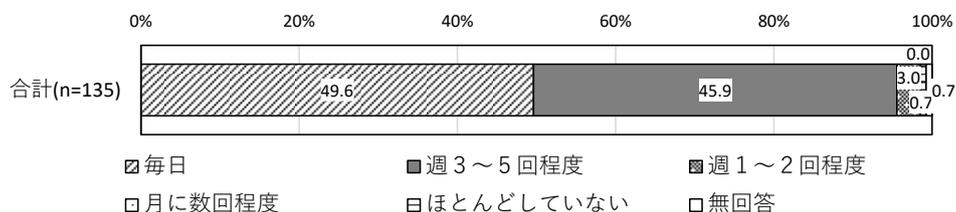


### 3. 運動・身体活動について

#### 14. 運動・外遊びの頻度

問 14：お子さんは、どれくらい運動・外遊びをしますか。（○は1つ）

「毎日」が最も高く 49.6%、次いで「週3～5回程度」が 45.9%となっています。

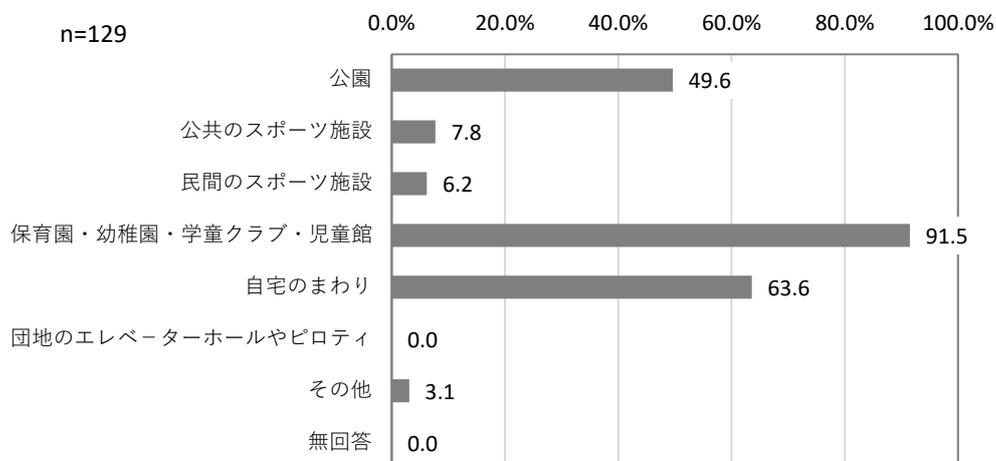


問 14で「毎日」「週3～5回程度」に○をつけた人

#### 14-1. 運動・外遊びの場所

問 14-1：運動・外遊びをどこでしていますか。（○はいくつでも）

「保育園・幼稚園・学童クラブ・児童館」が最も高く 91.5%、次いで「自宅のまわり」が 63.6%、「公園」が 49.6%となっています。



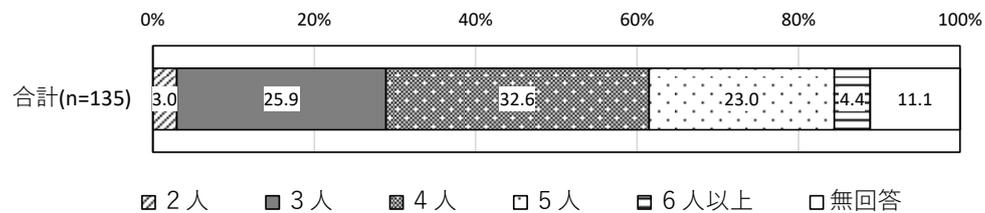
その他：自宅の庭/習い事/室内遊技場

## 4. 家族構成について

### 15. 同居している人数

問 15：お子さんと同居している方はお子さんを含めて何人ですか。（数字で記入）

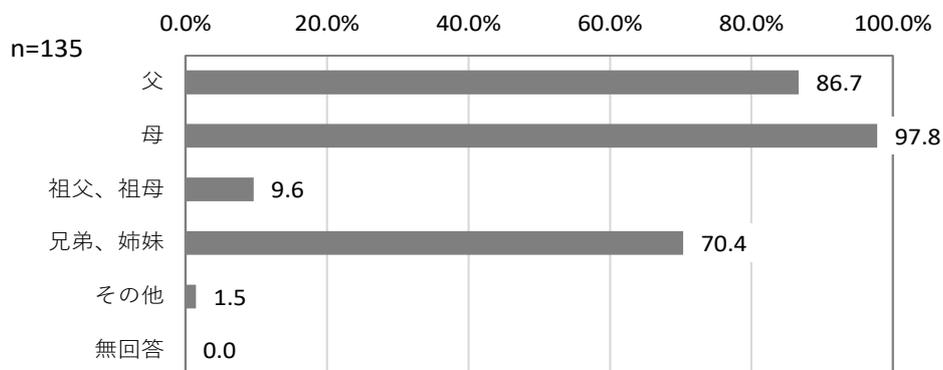
「4人」が最も高く 32.6%、次いで「3人」が 25.9%、「5人」が 23.0%となっています。



### 16. 同居している人

問 16：お子さんと同居している方をすべて選んでください。（○はいくつでも）

「母」が最も高く 97.8%、次いで「父」が 86.7%、「兄弟、姉妹」が 70.4%となっています。



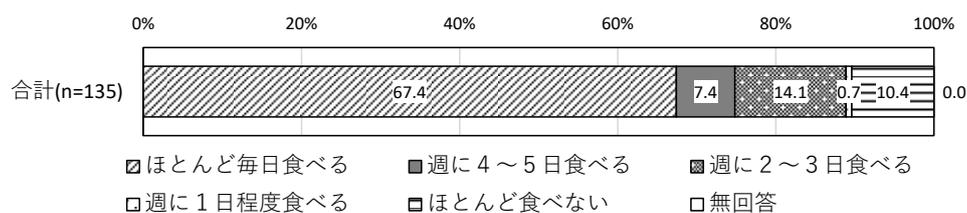
## 5. 家族との食事について

### 17. 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度

問 17：朝食や夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。  
(○はそれぞれ1つつ)

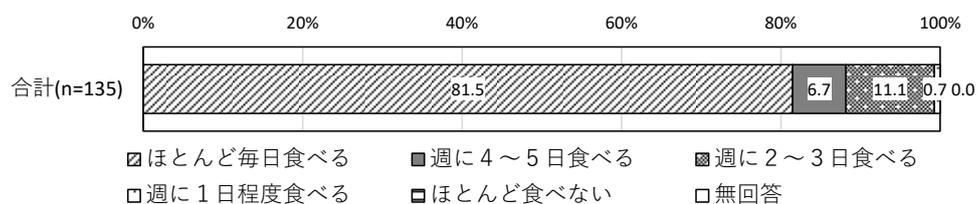
#### ①朝食

「ほとんど毎日食べる」が最も高く 67.4%、次いで「週に2～3日食べる」が 14.1%と  
なっています。



#### ②夕食

「ほとんど毎日食べる」が最も高く 81.5%、次いで「週に2～3日食べる」が 11.1%と  
なっています。

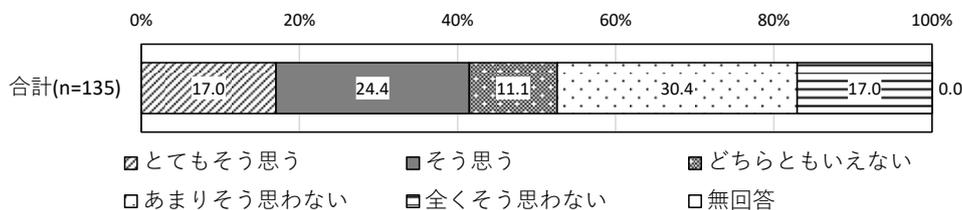


## 18. 家族との食事について

問 18：家族との食事について伺います。次の①～③のそれぞれについて、次の事項から当てはまる回答欄に1つずつ○印をご記入ください。

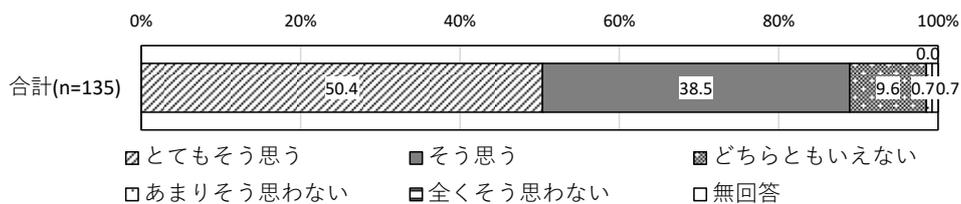
### ①家族と一緒に食事をする時間を作るのが難しい

「あまりそう思わない」が最も高く 30.4%、次いで「そう思う」が 24.4%となっています。



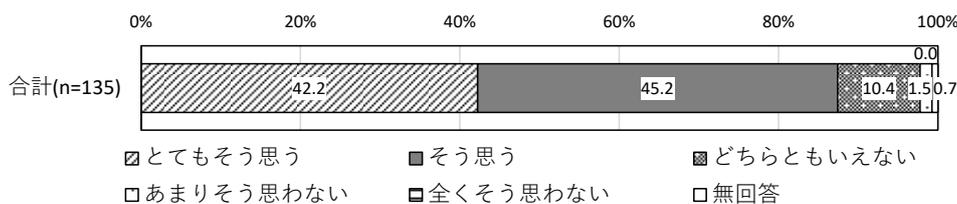
### ②家族と一緒に食事をすることを楽しんでいる

「とてもそう思う」が最も高く 50.4%、次いで「そう思う」が 38.5%となっています。



### ③食卓の雰囲気は明るい

「そう思う」が最も高く 45.2%、次いで「とてもそう思う」が 42.2%となっています。

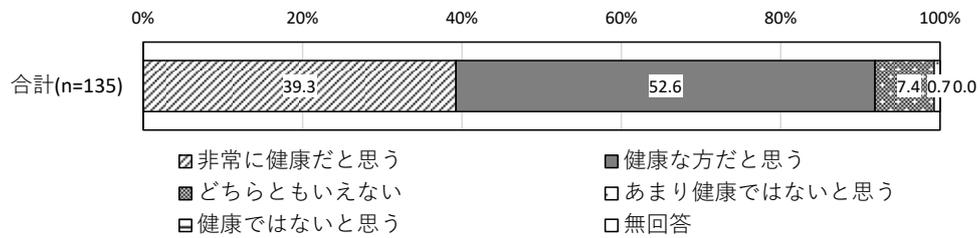


## 6. 健康について

### 19. 子どもの健康状態について

問 19：あなたは、お子さんのふだんの健康状態についてどう思いますか。（○は1つ）

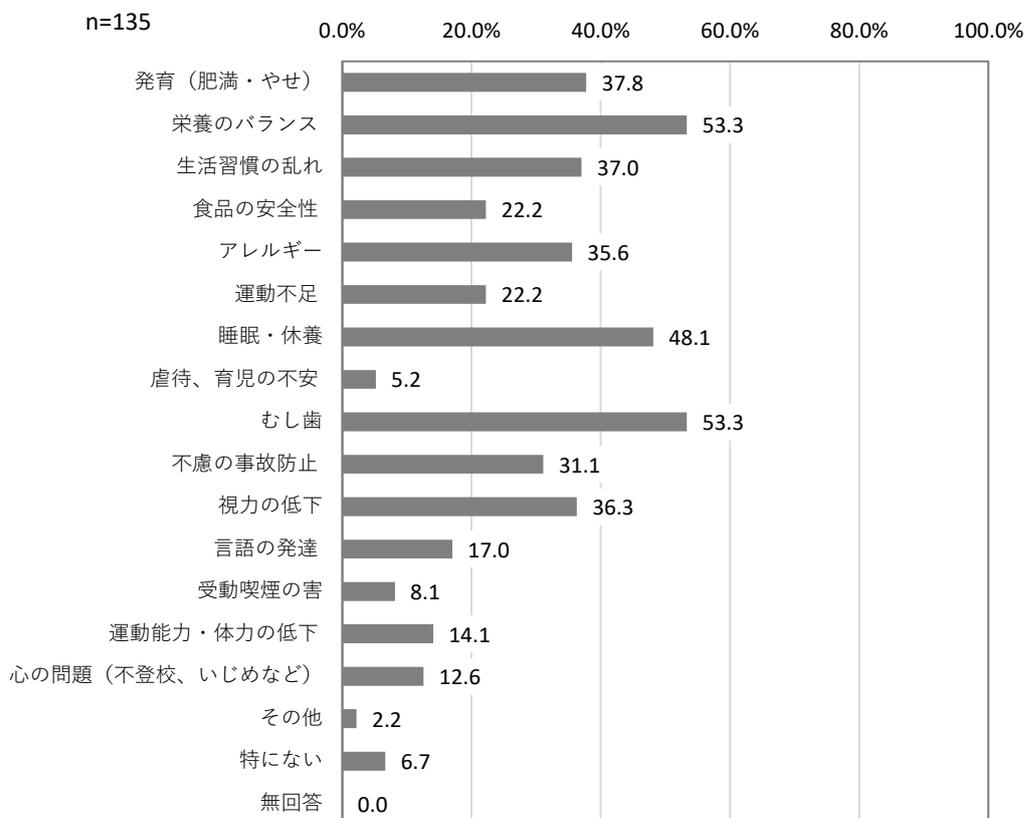
「健康な方だと思う」が最も高く 52.6%、次いで「非常に健康だと思う」が 39.3%となっています。



## 20. 健康に関して関心があること

問 20：お子さんの健康に関して、関心があることは何ですか。（〇はいくつでも）

「栄養のバランス」と「むし歯」が最も高く、それぞれ 53.3%、次いで「睡眠・休養」が 48.1%、「発育（肥満・やせ）」が 37.8%、「生活習慣の乱れ」が 37.0%、「視力の低下」が 36.3%となっています。

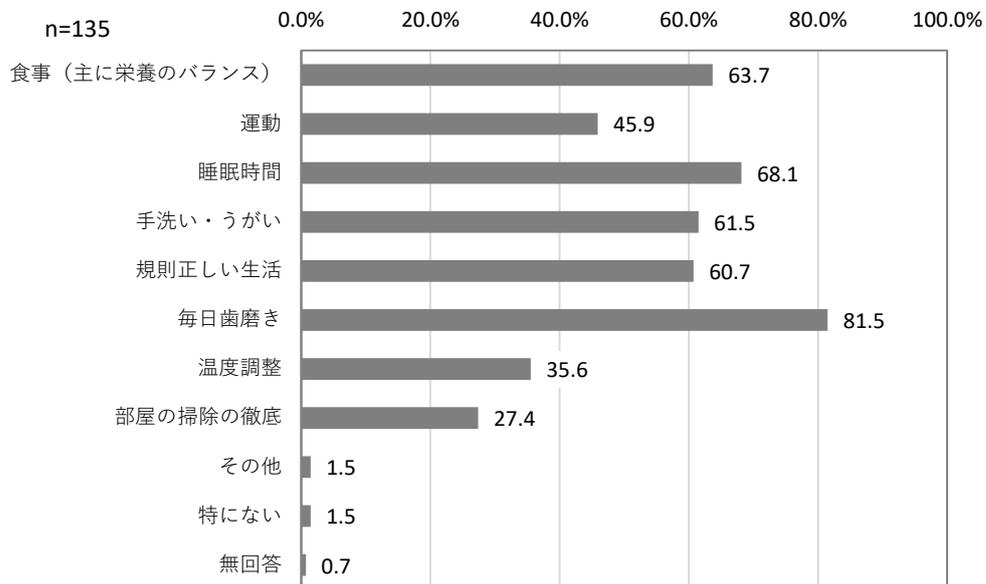


その他：持病の管理/孤独な心にさせないこと/自尊心の育て方

## 21. 健康づくりのために取り組んでいること

問 21：子どもの健康づくりについて取り組んでいることは何ですか。（〇はいくつでも）

「毎日歯磨き」が最も高く 81.5%、次いで「睡眠時間」が 68.1%、「食事（主に栄養のバランス）」が 63.7%となっています。

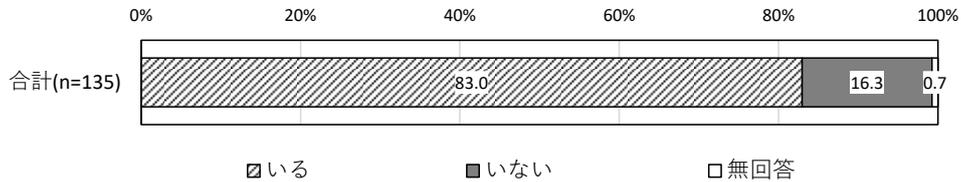


その他：色々な人と交流をもてるように、多くのコミュニティに属させること

## 22. 育児を助けあえる人がいるか

問 22：お子さんの体調が悪い時に預けたり、情報交換をするなど、育児を助けあえる人はいますか。（○は1つ）

「いる」が83.0%となっています。

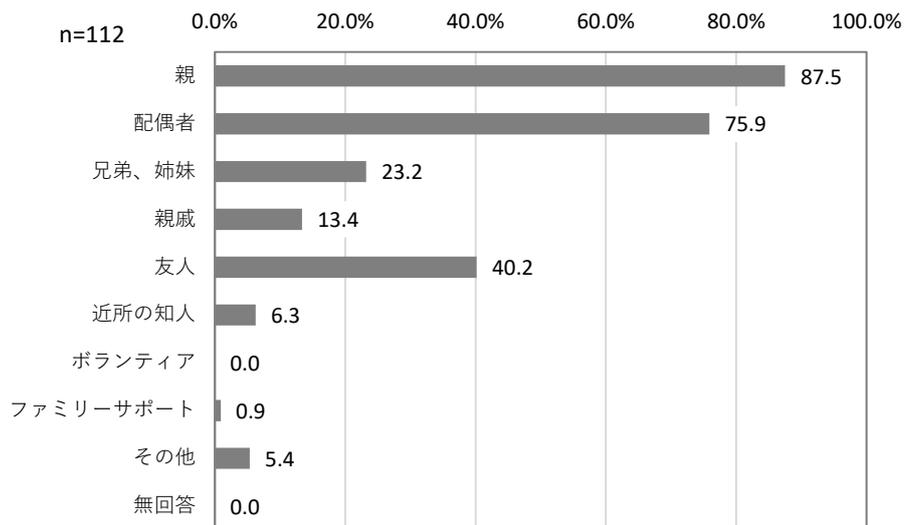


問 22 で「いる」に○をつけた人

### 22-1. 育児を助けあえる人はどんな人か

問 22-1：それはどんな人ですか。（○はいくつでも）

「親」が最も高く 87.5%、次いで「配偶者」が 75.9%、「友人」が 40.2%となっています。

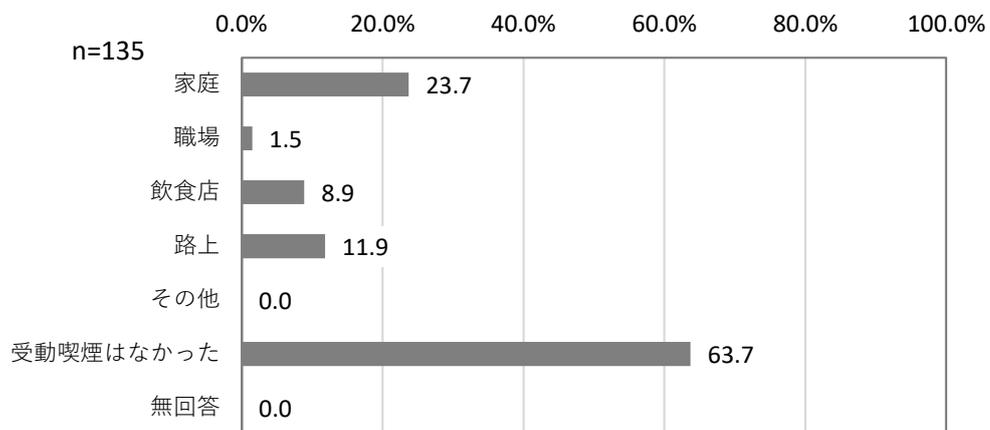


その他：仕事場の人（3人）/医師/保育園

### 23. この1か月間で受動喫煙の場面があったか

問23：お子さんは、この1か月間で、受動喫煙の場面がどこかでありましたか。  
(〇はいくつでも)

「受動喫煙はなかった」が最も高く 63.7%、次いで「家族」が 23.7%、「路上」が 11.9%となっています。

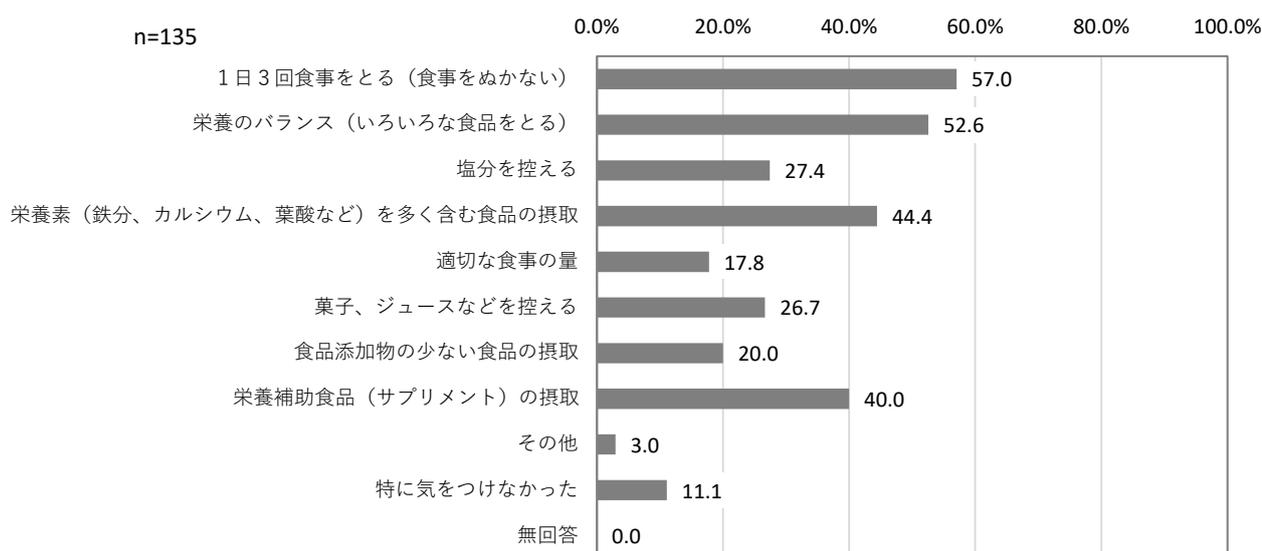


## 7. 妊娠・出産期について

### 24. 妊娠中の食生活で気を付けていたこと

問 24：妊娠中の食生活で、気を付けて実践していたことはどれですか。（〇はいくつ）

「1日3回食事をする（食事をぬかない）」が最も高く57.0%、次いで「栄養のバランス（いろいろな食品をとる）」が52.6%、「栄養素（鉄分、カルシウム、葉酸など）を多く含む食品の摂取」が44.4%となっています。

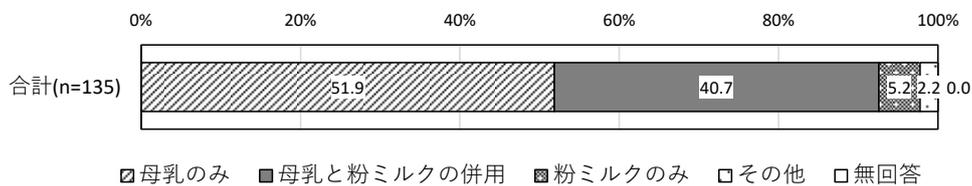


その他：生物を食べない/つわりでほとんど食べられなかった/つわりがひどかったの  
で、食べられるものを食べるようにした

## 25. 生後1か月ころまで飲んでいたもの

問 25：生後1か月ころまでお子さんは何を飲んでいましたか。（○は1つ）

「母乳のみ」が最も高く51.9%、次いで「母乳と粉ミルクの併用」が40.7%となっています。



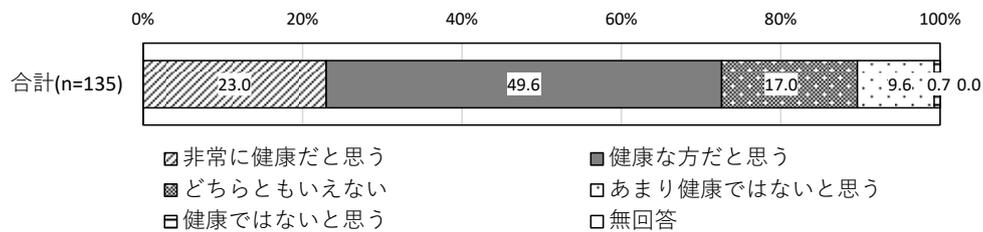
その他：乳び胸のためMCTミルク（2人）

## 8. 保護者の方について

### 26. 自身の健康状態について

問 26：あなた自身の現在の健康状態はいかがですか。（○は1つ）

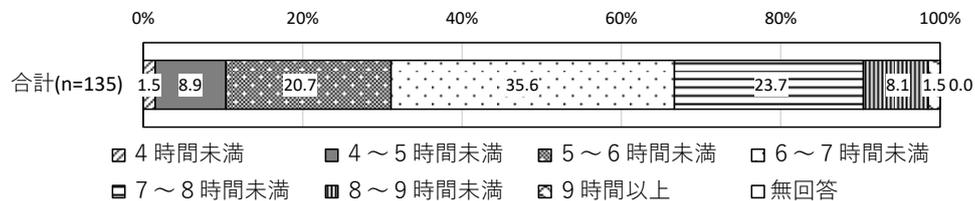
「健康な方だと思う」が最も高く 49.6%、次いで「非常に健康だと思う」が 23.0%となっています。



### 27. 自身の平均睡眠時間

問 27：現在の平均睡眠時間を教えてください。（○は1つ）

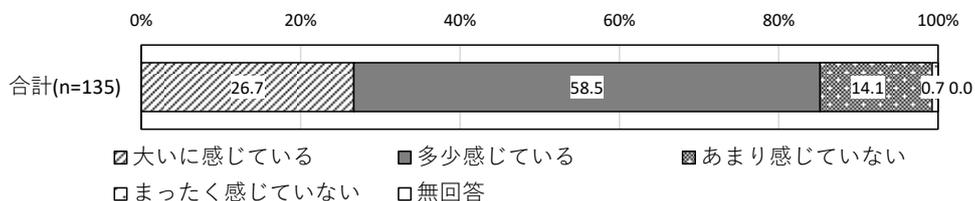
「6～7時間未満」が最も高く 35.6%、次いで「7～8時間未満」が 23.7%となっています。



## 28. 自身はストレスを感じるか

問 28：あなたは、普段の生活の中で、ストレスを感じることはありますか。（○は1）

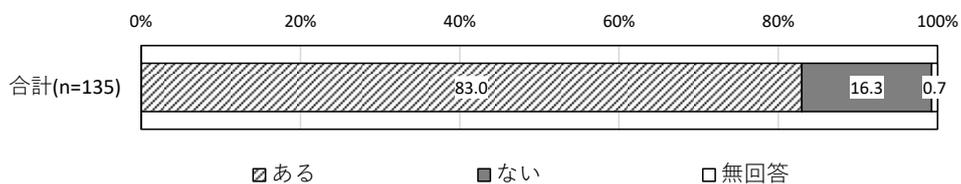
「多少感じている」が最も高く 58.5%、次いで「大いに感じている」が 26.7%となっています。



## 29. 自身のストレス解消法はあるか

問 29：あなたは、自分なりのストレスを解消する方法がありますか。

「ある」が 83.0%となっています。

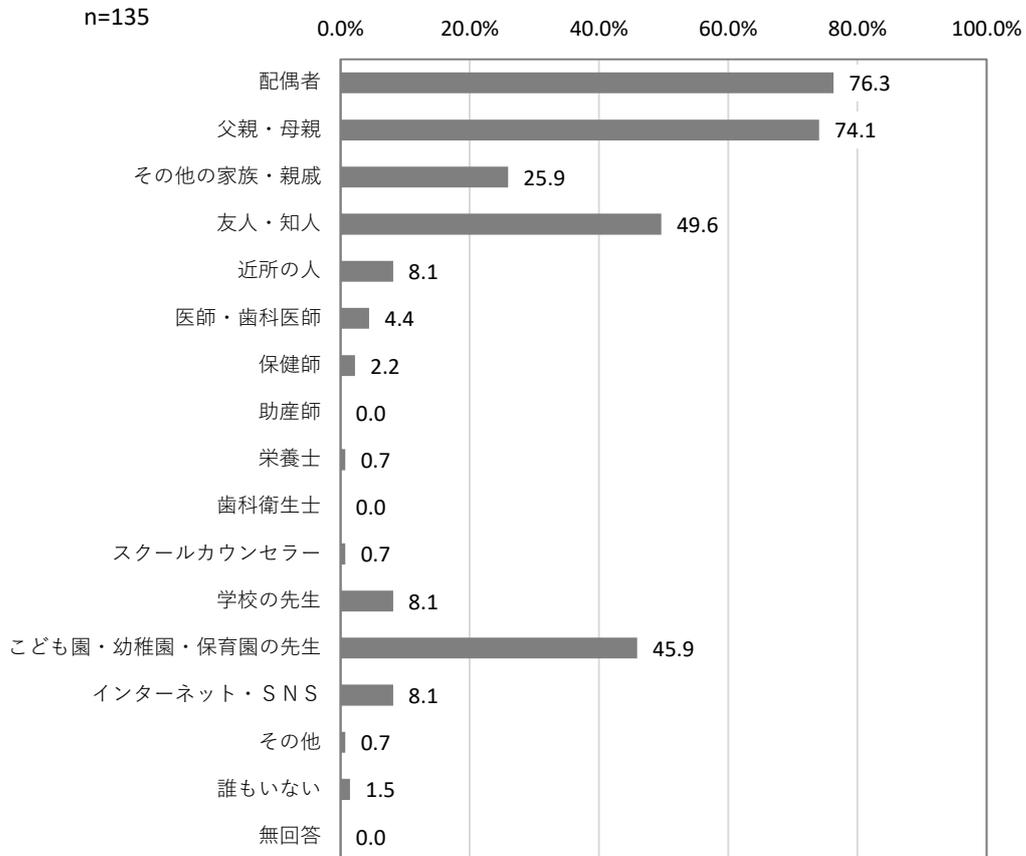


### 30. 育児・子育ての相談相手・協力者は誰か

問 30：あなたの日常の育児・子育ての相談相手・協力者はどなたですか。

(○はいくつでも)

「配偶者」が最も高く 76.3%、次いで「父親・母親」が 74.1%、「友人・知人」が 49.6%となっています。



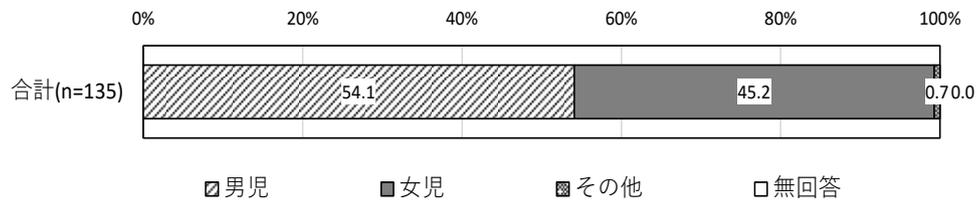
その他：療育先の保育士、理学療法士

## 9. お子さん自身について

### F1. 性別

#### F1：性別（○は1つ）

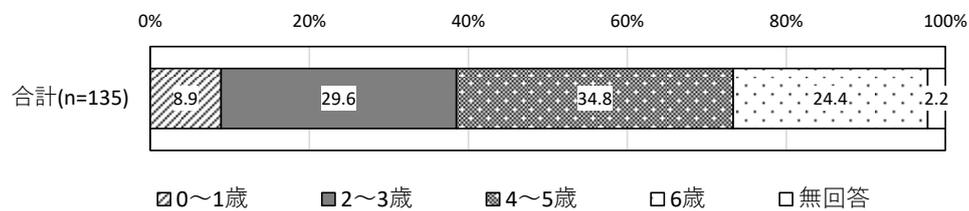
「男児」が54.1%、「女児」が45.2%となっています。



### F2. 年齢

#### F2：年齢（数字で記入）

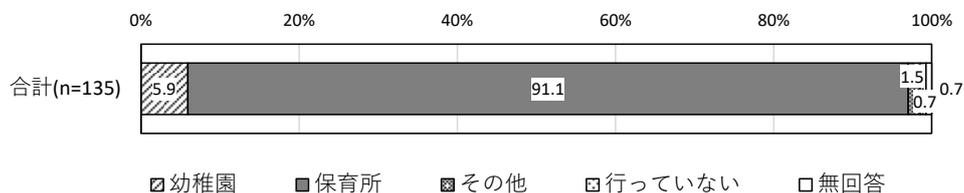
「4～5歳」が最も高く34.8%、次いで「2～3歳」が29.6%、「6歳」が24.4%となっています。



### F 3. 就園状況

#### F 3 : 就園状況 (○は1つ)

「保育所」が最も高く91.1%、次いで「幼稚園」が5.9%となっています。

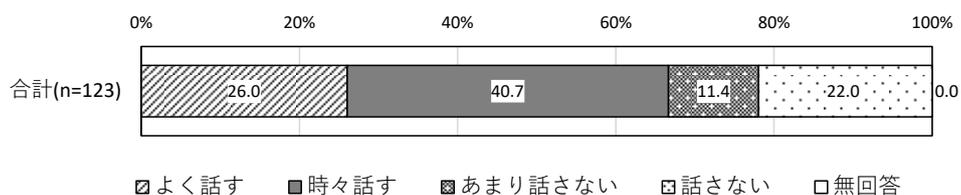


#### F 3で「保育所」に○をつけた人

##### F 3-1. 保育所給食を話題にするか

#### F 3-1 : お子さんは、おうちで保育所給食について話すことはありますか。 (○は1つ)

「時々話す」が最も高く40.7%、次いで「よく話す」が26.0%となっています。



### 3 調査のまとめ

#### ●食生活について

- ・ 普段朝食を食べるかについては、「ほとんど毎日食べる」が94.8%。
- ・ 朝食に食べているものは、「ごはん、パン（食パン等甘くないもの）、シリアル、めん類」が91.8%と最も高い。
- ・ 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのが「ほとんど毎日」が、62.2%。
- ・ “食事時間を楽しんでいる”が49.6%、“食事をおいしく食べている”が54.8%、“食事の時間を楽しみにしている”が48.9%、“食べたいものを食べている”が51.1%、“嫌いなものも頑張って食べる”が22.2%、“食事を残さずに食べる”34.1%、“食事はよくかんで、味わっている”が23.7%、それぞれ「当てはまる」と答えている。
- ・ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを「する」が53.3%。
- ・ 食物アレルギーの検査をしたことが「ない」が51.9%。
- ・ 食事を作るうえで気にかけていることは、「栄養バランス」が最も高く69.6%。
- ・ 安心・安全な食品を選ぶとき気にかけていることは、「品質や鮮度の確認」が最も高く87.9%。
- ・ 食生活で心がけていることは、「家族みんなで食事をするようにしている」が最も高く67.4%。

#### ●生活習慣について

- ・ 就寝時間は、「21時～22時」が最も高く51.1%。
- ・ 1日の睡眠時間は、「9時間～10時間未満」が最も高く44.4%。
- ・ 就寝時間は適切かについては、「はい」が70.4%。
- ・ 就寝時間が適切でないと思う理由は、「一人では寝られない」が最も高く56.4%。
- ・ 食事の用意や後片付けを手伝うかについては、「ほとんど手伝わない」が最も高く23.0%。
- ・ 排便を「毎日する」は、70.4%。

#### ●運動・身体活動について

- ・ 運動・外遊びの頻度は、「毎日」が最も高く49.6%。
- ・ 運動・外遊びの場所は、「保育園・幼稚園・学童クラブ・児童館」が最も高く91.5%。

## ●家族構成について

- ・同居している人数は、「4人」が最も高く32.6%。
- ・同居している人は、「母」が最も高く97.8%。

## ●家族との食事について

- ・朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度は、朝食は「ほとんど毎日食べる」が67.4%。夕食は、「ほとんど毎日食べる」が81.5%。
- ・家族との食事について、「家族と一緒に食事をする時間を作るのが難しい」には「あまりそう思わない」が最も高く30.4%、「家族と一緒に食事をすることを楽しんでいる」には「とてもそう思う」が最も高く50.4%、「食卓の雰囲気は明るい」には「そう思う」が最も高く45.2%。

## ●健康について

- ・健康状態については、「非常に健康だと思う」が39.3%。
- ・子どもの健康に関して関心があることは、「栄養のバランス」と「むし歯」が最も高く、それぞれ53.3%。
- ・子どもの健康づくりに取り組んでいることは、「毎日歯磨き」が最も高く81.5%。
- ・育児を助けあえる人が「いる」は、83.0%。
- ・育児を助けあえる人は、「親」が最も高く87.5%。
- ・この1か月間で受動喫煙の場面は「なかった」が最も高く63.7%。

## ●妊娠・出産期について

- ・妊娠中の食生活で気を付けていたことは、「1日3回食事をとる（食事をぬかない）」が最も高く57.0%。
- ・生後1か月ころまで飲んでいたものは、「母乳のみ」が最も高く51.9%。

### ●保護者の方について

- ・自身の健康状態については、「健康な方だと思う」が最も高く 49.6%。
- ・自身の平均睡眠時間は、「6～7時間未満」が最も高く 35.6%。
- ・自身のストレスについては、「多少感じている」が最も高く 58.5%。
- ・ストレス解消法が「ある」は、83.0%。
- ・育児・子育ての相談相手・協力者は「配偶者」が最も高く 76.3%。

### ●お子さん自身について

- ・性別は、「男児」が 54.1%、「女児」が 45.2%。
- ・年齢は、「4～5歳」が 34.8%、「2～3歳」が 29.6%、「6歳」が 24.4%。
- ・就園状況は、「保育所」が最も高く 91.1%。
- ・保育所給食を話題にするかについては、「時々話す」が最も高く 40.7%。

