

岬町

健康づくりに関するアンケート調査

<小学生>

【調査結果報告書】

令和6年4月

岬町

目次

1 調査の概要	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
2 調査結果	3
1. 食生活について	3
1. 普段朝食は食べるか	3
1-1. 朝食を毎日食べるメリット	4
1-2. 朝食を食べない理由	5
2. 朝食に食べているもの	5
3. バランスよく食べているか	6
4. おやつや夜食を食べる頻度	7
5. 好き嫌いの有無	8
5-1. 嫌いなものを食べさせるためにしていること	9
6. 食生活に問題はあるか	10
7. 普段の食生活	11
2. 「食育」への関心について	15
8. 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをするか	15
9. ごはんの用意や片付けを手伝うか	16
3. ストレスや睡眠の状況について	17
10. 最近1か月間の子どもの状態	17
11. 最近1か月間にストレスを感じたか	20
11-1. どのようなことにストレスを感じるか	21
11-2. ストレスを感じた時どうしているか	22
11-3. 誰に（どこに）相談するか	23
11-4. ストレスは解消できているか	24
12. 就寝時間	25
13. 1日の睡眠時間	26

14. 就寝時間は適切か	27
14-1. 就寝時間が適切でないと思う理由	28
4. 運動・身体活動や健康について	29
15. 学校の授業以外で 30 分以上の運動をしているか	29
16. 健康に関して関心があること	30
17. 健康づくりのために取り組んでいること	31
18. この 1 か月間で受動喫煙の場面があったか	32
5. 家族構成について	33
19. 同居している人数	33
20. 同居している人	33
6. 家族との食事について	34
21. 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度	34
22. 家族との食事について	35
7. お子さん自身について	36
F 1. 性別	36
F 2. 学年	36
F 3. 身長と体重	37
F 4. 子どもの調子について	38
3 調査のまとめ.....	39

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 w e b 調査 ②～④ w e b 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。

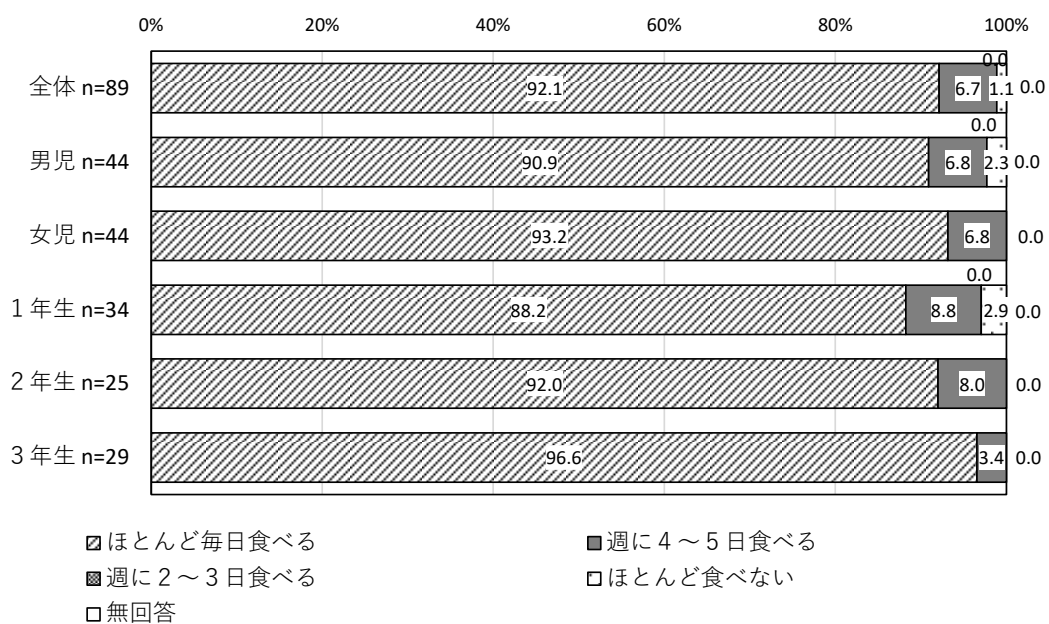
2 調査結果

1. 食生活について

1. 普段朝食は食べるか

問1：お子さんはふだん朝食を食べますか。（○は1つ）

全体では「ほとんど毎日食べる」が92.1%となっており、学年が上がるにつれてその割合が上がっています。

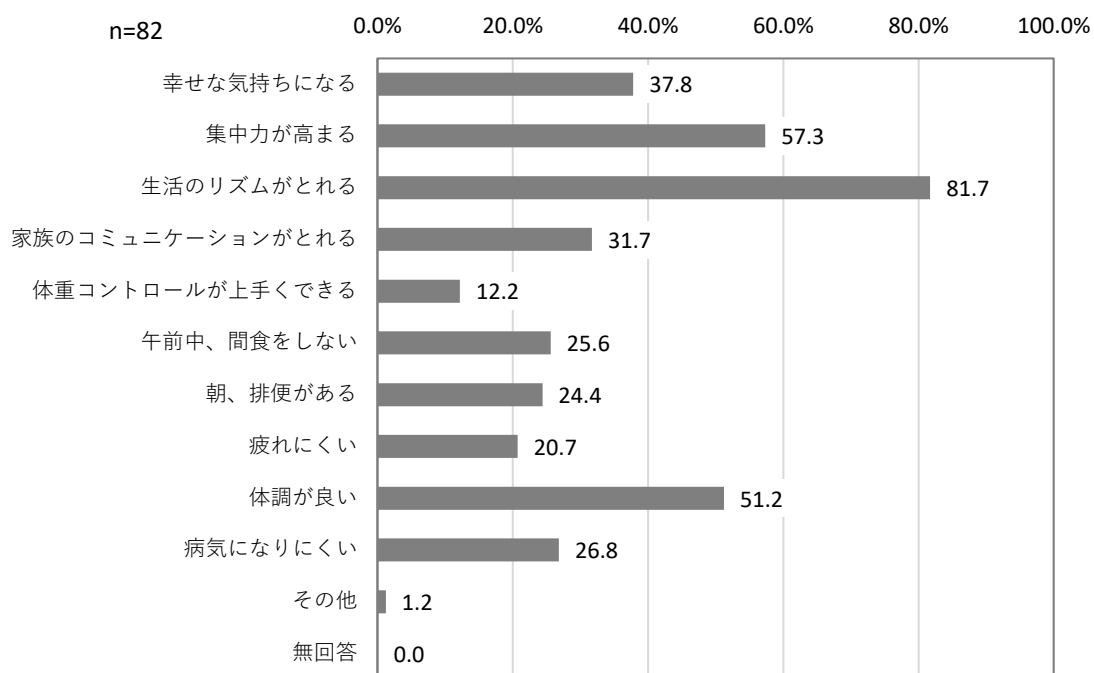


問Ⅰで「ほとんど毎日食べる」に○をつけた人

Ⅰ-Ⅰ. 朝食を毎日食べるメリット

問Ⅰ-Ⅰ：朝食を毎日食べるとどのような良いことがありますか。（あてはまるものすべてに○）

「生活のリズムがとれる」が最も高く 81.7%、次いで「集中力が高まる」が 57.3%、「体調が良い」が 51.2%となっています。



その他：元気になる

問1で「ほとんど食べない」に○をつけた人

1-2. 朝食を食べない理由

問1-2：お子さんが朝食を食べない理由は何ですか。（あてはまるものすべてに○）

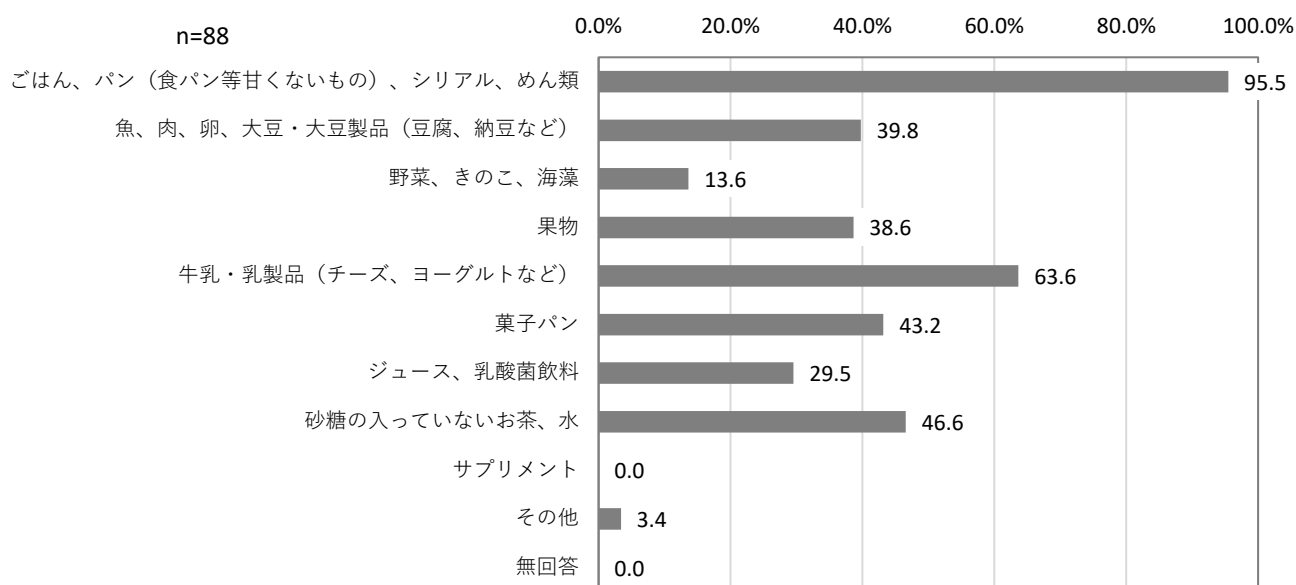
「ほとんど食べない」は1人で、理由は「時間がないから」、「他の家族も朝食を食べないから」となっています。

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。（あてはまるものすべてに○）

「ごはん、パン（食パン等甘くないもの）、シリアル、めん類」が最も高く95.5%、次いで「牛乳、乳製品（チーズ、ヨーグルトなど）」が63.6%、「砂糖のっていないお茶、水」が46.6%となっています。



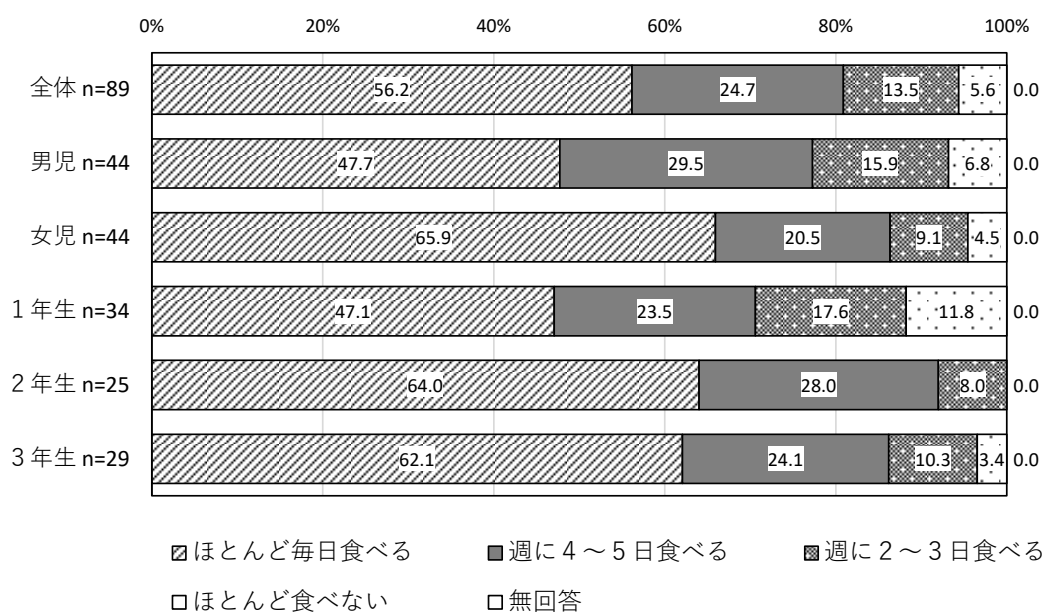
その他：ポテト/タマゴスープ

3. バランスよく食べているか

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

全体では「ほとんど毎日食べる」が最も高く 56.2%、次いで「週に4～5日食べる」が 24.7%となっています。

「ほとんど毎日食べる」は、性別では男児のほうが低く 47.7%となっており、学年別では1年生が最も低く 47.1%となっています。

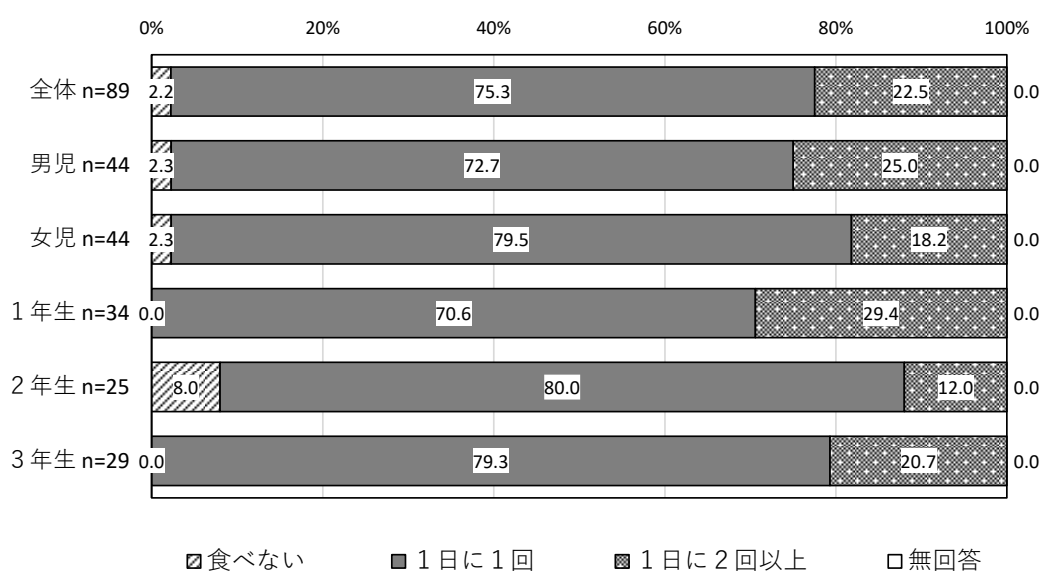


4. おやつや夜食を食べる頻度

問4：お子さんは、おやつや夜食を1日に何回くらい食べますか。（○は1つ）

全体では「1日に1回」が最も高く75.3%、次いで「1日に2回以上」が22.5%となっています。

「1日に2回以上」は、性別では男児のほうが高く25.0%となっており、学年別では1年生が最も高く29.4%となっています。

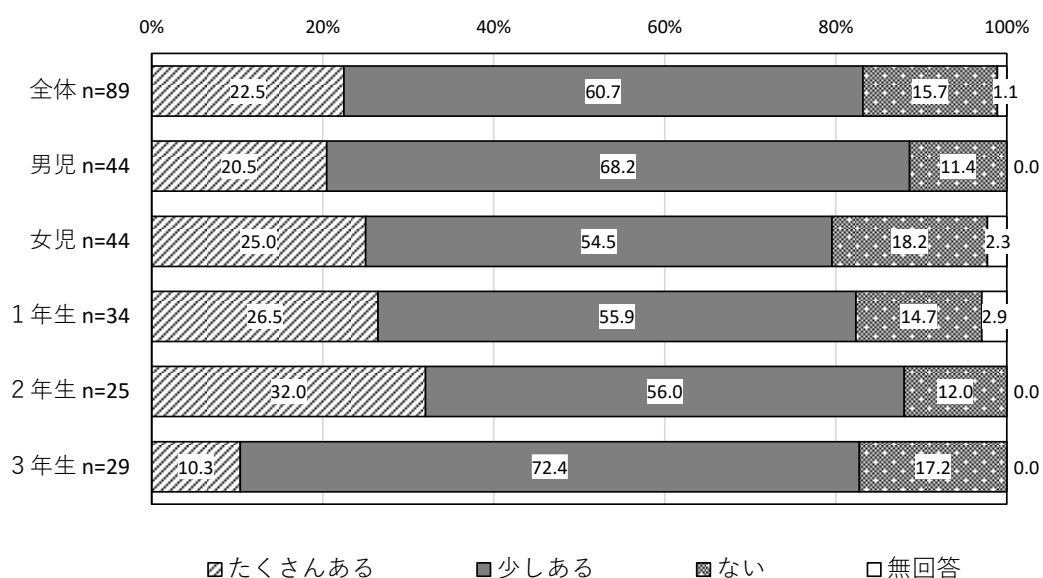


5. 好き嫌いの有無

問5：お子さんは好き嫌いがありますか。（○は1つ）

全体では「少しある」が最も高く 60.7%、次いで「たくさんある」が 22.5%となっています。

「たくさんある」と「少しある」を合わせた割合は、性別では男児のほうが高く 88.7%となっており、学年別では2年生が最も高く 88.0%となっています。

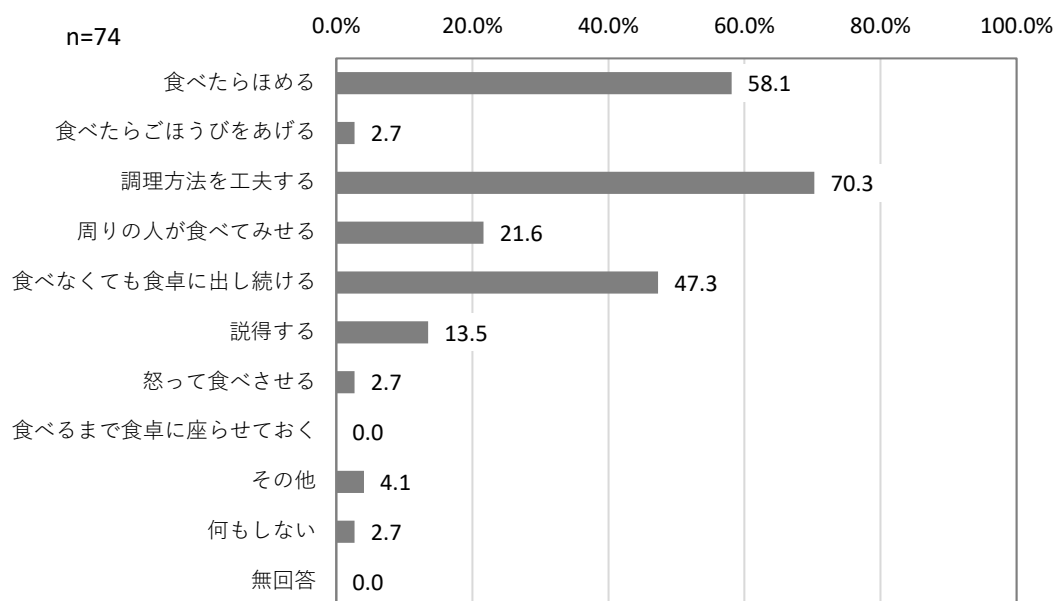


問5で「たくさんある」「少しある」に○をつけた人

5-1. 嫌いなものを食べさせるためにしていること

問5-1：お子様に嫌いな食べ物を食べさせるために何をしますか。（あてはまるものすべてに○）

「調理方法を工夫する」が最も高く 70.3%、次いで「食べたらほめる」が 58.1%、「食べなくても食卓に出し続ける」が 47.3%となっています。



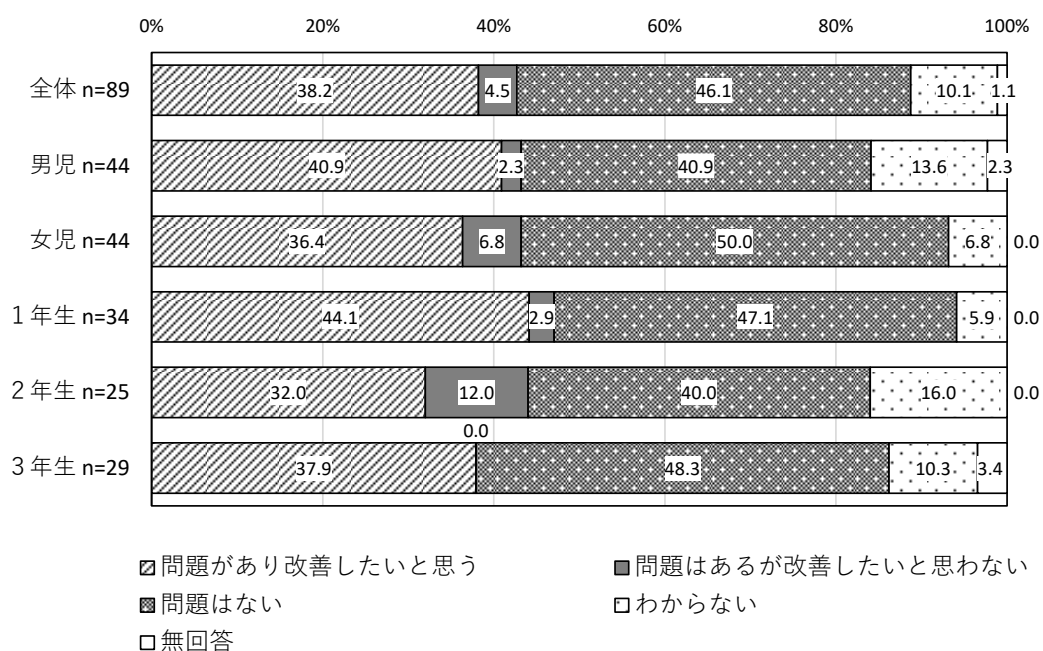
その他：一回だけ食べてみて、と言う/交渉してきたら半分は食べるよう相談する/一度食べてもらう

6. 食生活に問題はあるか

問6：お子さんの食生活に何か問題があると思いますか。（○は1つ）

全体では「問題はない」が最も高く 46.1%、次いで「問題があり改善したいと思う」が 38.2%となっています。

「問題はない」は、性別では男児のほうが低く 40.9%となっており、学年別では2年生が最も低く 40.0%となっています。



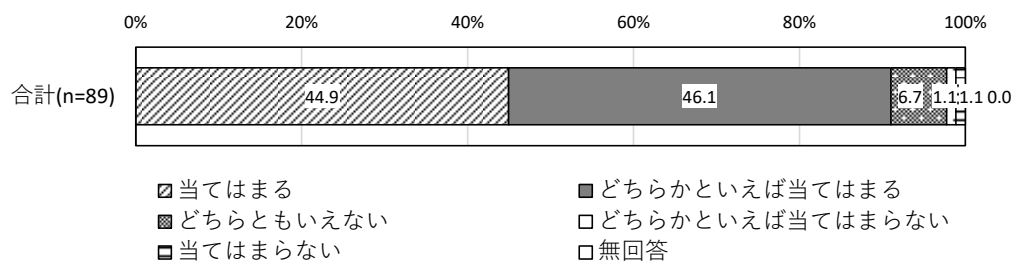
7. 普段の食生活

問7：お子さんのふだんの食生活についてうかがいます。

次の①～⑧のそれぞれについて、次の事項から当てはまる回答欄に○印をご記入ください。

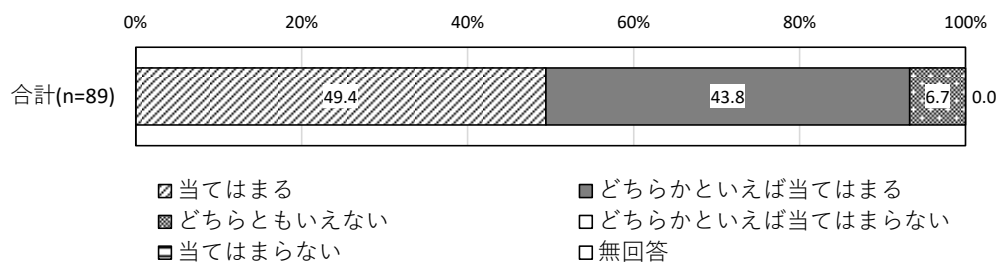
①食事時間を楽しんでいる

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 46.1%、次いで「当てはまる」が 44.9%となっています。



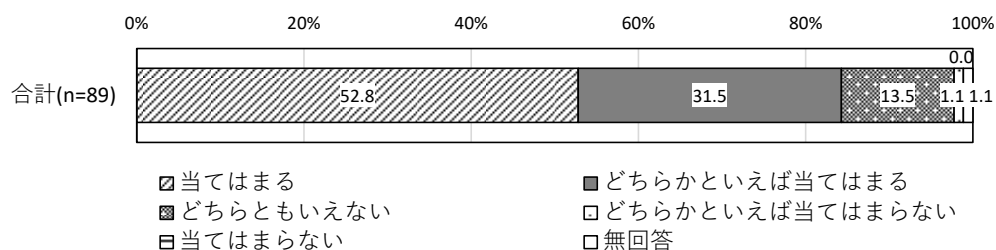
②食事をおいしく食べている

「当てはまる」が最も高く 49.4%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が 43.8%となっています。



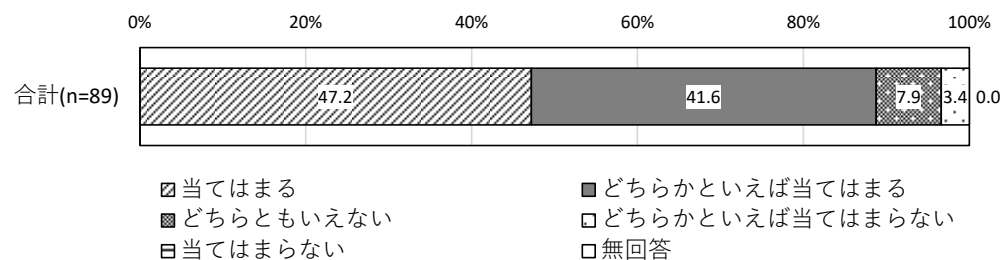
③食事の時間を楽しみにしている

「当てはまる」が最も高く 52.8%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が31.5%となっています。



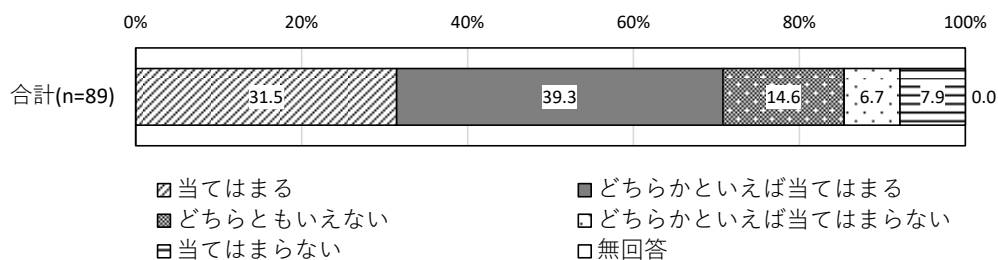
④食べたいものを食べている

「当てはまる」が最も高く 47.2%、次いで「どちらかといえば当てはまる」が41.6%となっています。



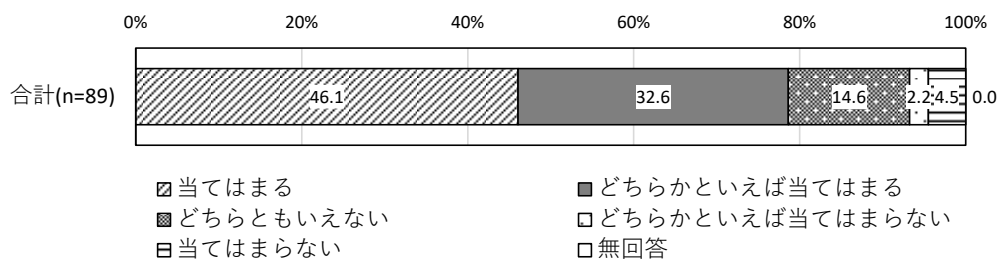
⑤嫌いなものも頑張って食べる

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 39.3%、次いで「当てはまる」が 31.5%となっています。



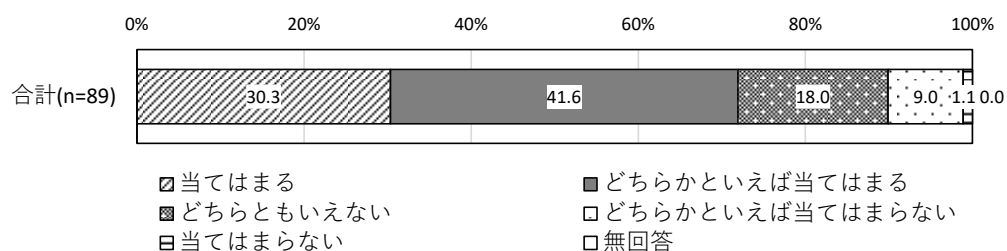
⑥食事を残さずに食べる

「当てはまる」が最も高く 46.1%、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。



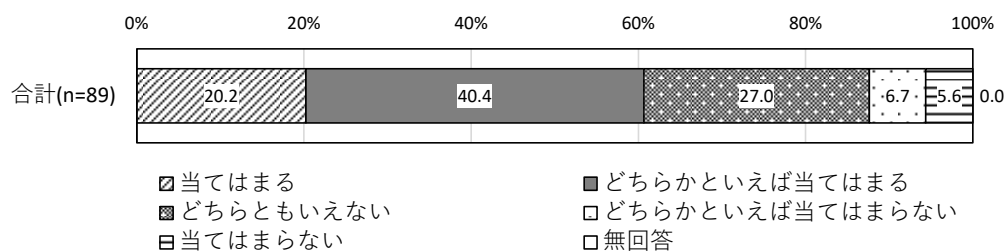
⑦食事はよくかんで、味わっている

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 41.6%、次いで「当てはまる」が 30.3%となっています。



⑧自分にちょうど良い食事の量とバランスがわかっている

「どちらかといえば当てはまる」が最も高く 40.4%、次いで「どちらともいえない」が 27.0%となっています。



2. 「食育」への関心について

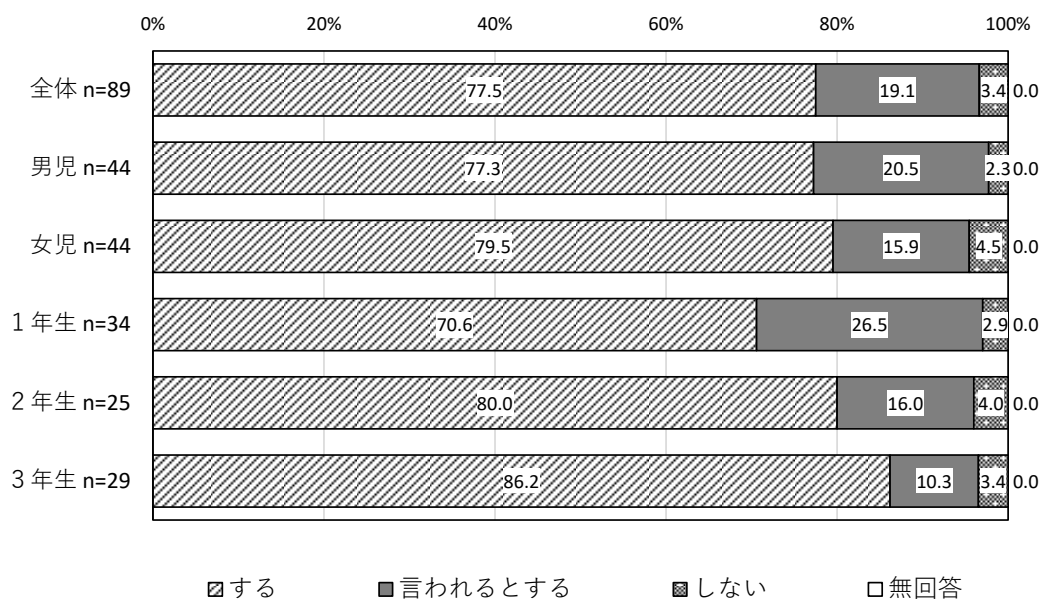
8. 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをするか

問8：お子さんは、「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)

全体では「する」が最も高く 77.5%、次いで「言われるとする」が 19.1%となっています。

「する」は、学年別では1年生が最も低く 70.6%となっています。

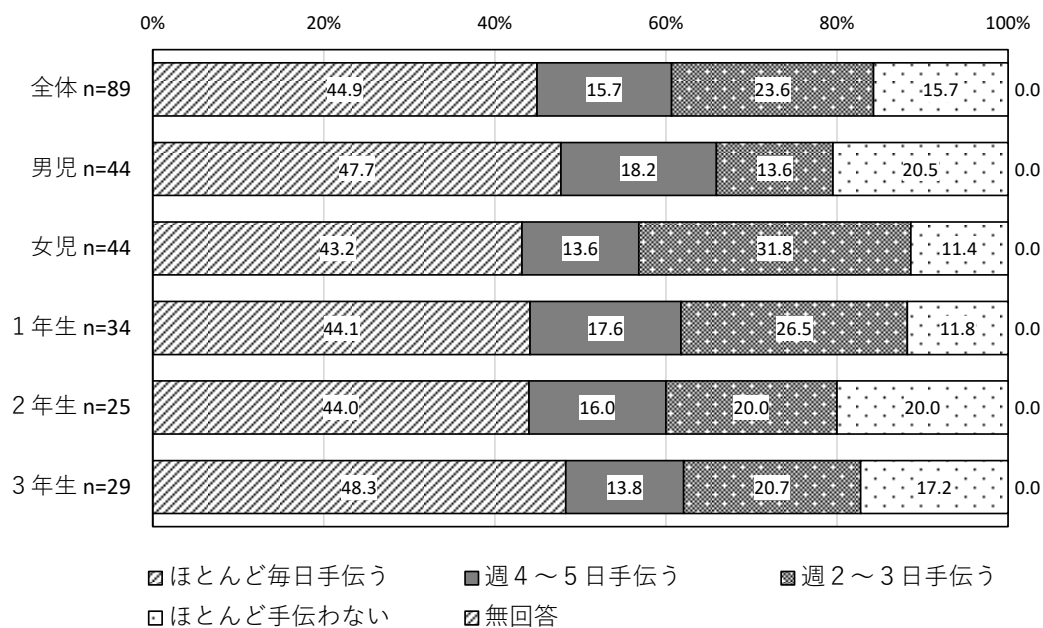


9. ごはんの用意や片付けを手伝うか

問9：お子さんは、ごはんの用意や片付けを手伝いますか。（○は1つ）

全体では「ほとんど毎日手伝う」が最も高く 44.9%、次いで「週2～3日手伝う」が 23.6%となっています。

「ほとんど毎日手伝う」は、性別では男児のほうが高く 47.7%となっており、学年別では3年生が最も高く 48.3%となっています。



3. ストレスや睡眠の状況について

10. 最近1か月間の子どもの状態

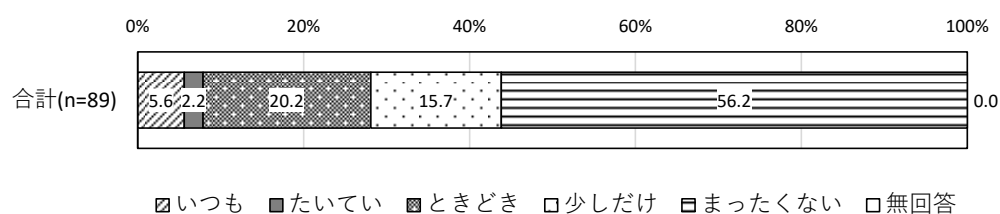
問10：最近1か月間のお子さんの状態についてうかがいます。

次の①～⑥のそれぞれについて、最もあてはまるものを選びください。

(○はそれぞれ1つずつ)

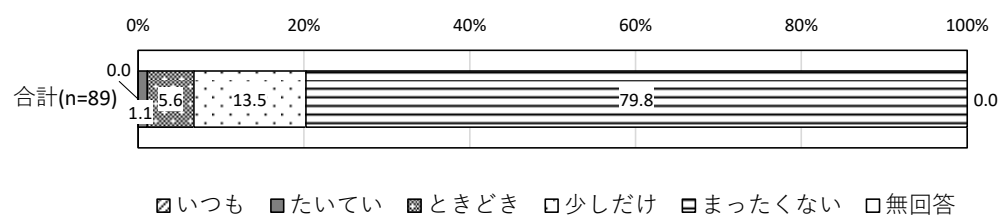
①神経過敏に感じたか

「まったくない」が最も高く 56.2%、次いで「ときどき」が 20.2%となっています。



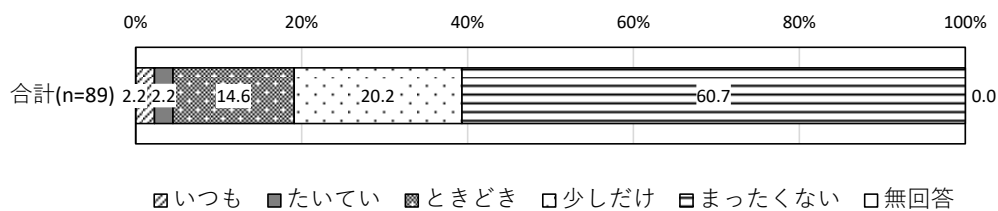
②絶望的だと感じたか

「まったくない」が最も高く 79.8%、次いで「少しだけ」が 13.5%となっています。



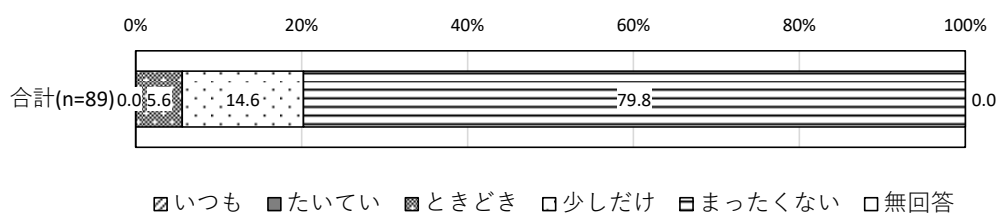
③それぞれ、落ち着かなく感じたか

「まったくない」が最も高く 60.7%、次いで「少しだけ」が 20.2%となっています。



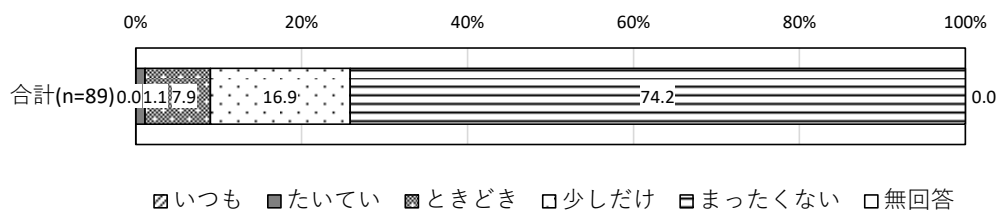
④気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じたか

「まったくない」が最も高く 79.8%、次いで「少しだけ」が 14.6%となっています。



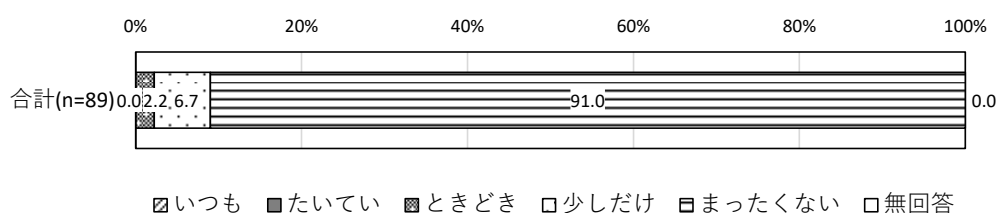
⑤何をするのも骨折りだと感じたか

「まったくない」が最も高く 74.2%、次いで「少しだけ」が 16.9%となっています。



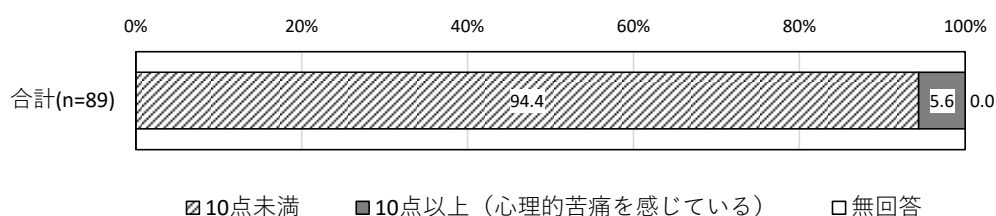
⑥自分は価値のない人間だと感じたか

「まったくない」が最も高く 91.0%、次いで「少しだけ」が 6.7%となっています。



< K 6（気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛） >

「10点未満」が 94.4%となっています。「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者」に相当する点数（10点以上）に達した子どもが 5.6%みとめられます。



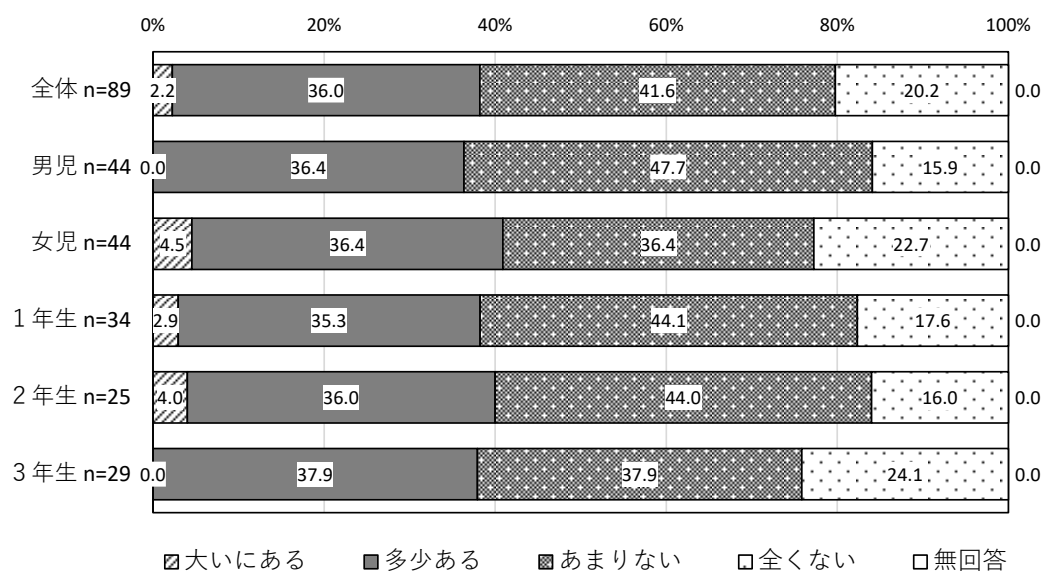
※ K 6：健康日本 21（第三次）において、①神経過敏に感じたか ②絶望的だと感じたか ③そろそろ、落ち着かなく感じたか ④気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じたか ⑤何をするのも骨折りだと感じたか ⑥自分は価値のない人間だと感じたか の6項目、5段階の合計点が10点以上である者を「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者」としている。

11. 最近1か月間にストレスを感じたか

問11：最近1か月間にお子さんがストレスを感じているように思ったことがありますか。
(○は1つ)

全体では「あまりない」が最も高く41.6%、次いで「多少ある」が36.0%となっています。

「大いにある」と「多少ある」を合わせた割合は、性別では女児のほうが高く40.9%となっており、学年別では2年生が最も高く40.0%となっています。



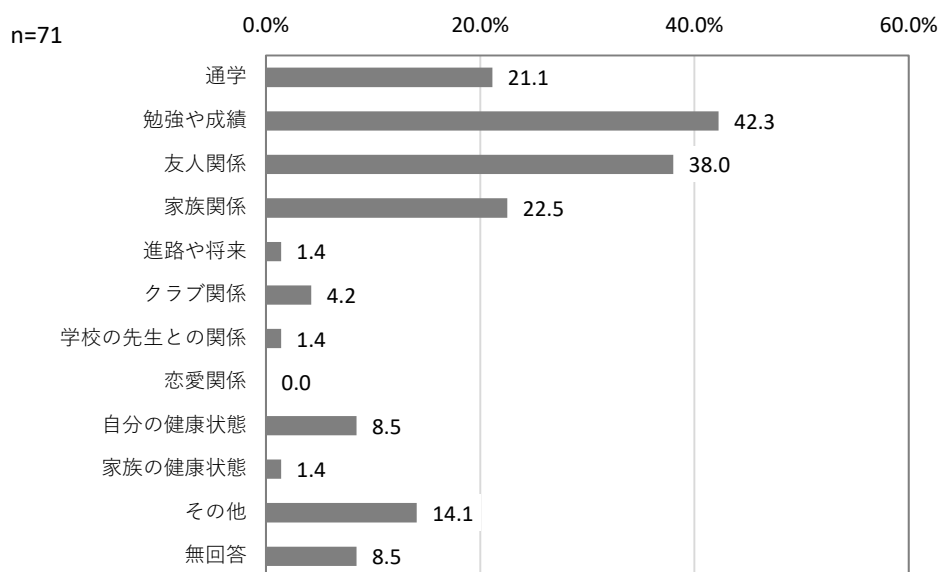
問 11 で「全くない」以外に○をつけた人

11-1. どのようなことにストレスを感じるか

問 11-1：お子さんはどのようなストレスを感じていますか。

(あてはまるものすべてに○)

「勉強や成績」が最も高く 42.3%、次いで「友人関係」が 38.0%、「家族関係」が 22.5%となっています。



その他：今している遊びをストップされたくない/習い事の練習があまり好きではない/
生活環境/給食/学童保育で、上の学年の子に暴言を吐かれている

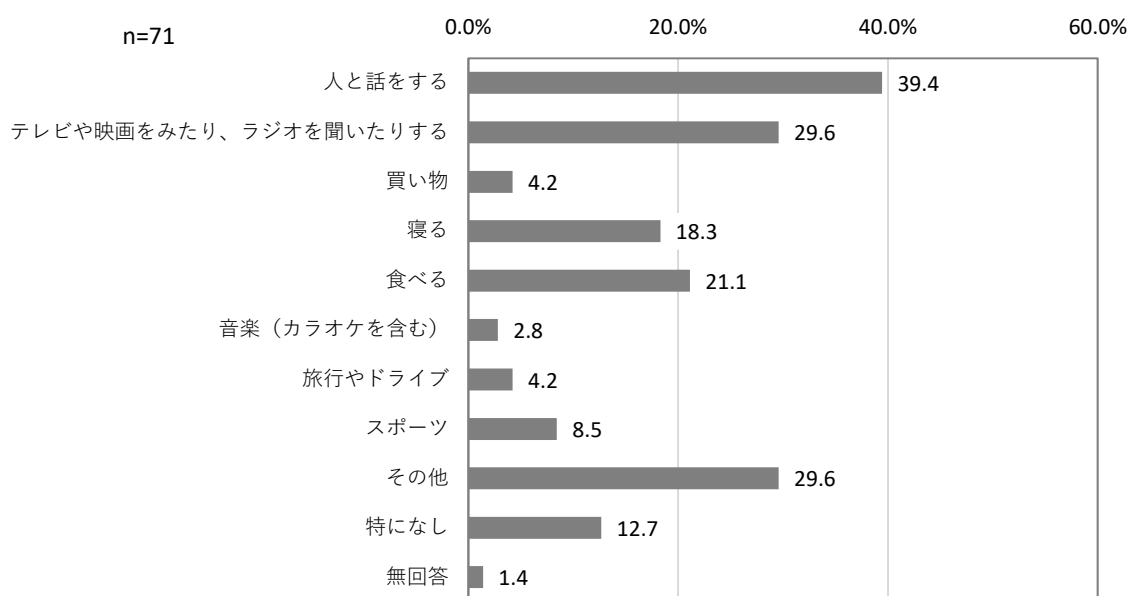
問 11 で「全くない」以外に○をつけた人

11-2. ストレスを感じた時どうしているか

問 11-2：お子さんは、ストレスを感じた時、どうしていますか。

（あてはまるものすべてに○）

「人と話をする」が最も高く 39.4%、次いで「テレビや映画をみたり、ラジオを聞いたりする」が 29.6%となっています。



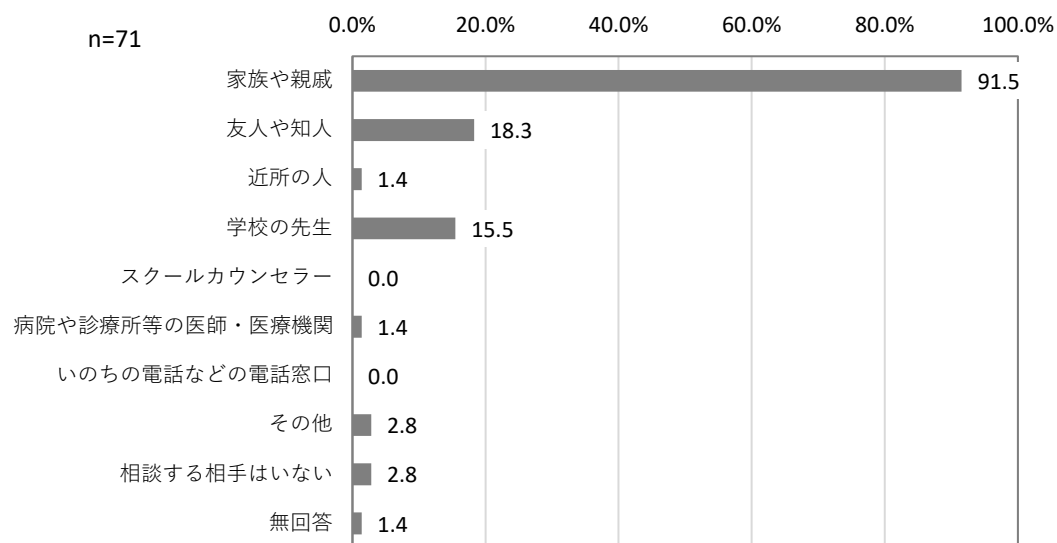
その他：ゲーム（8人）/本を読んだり絵を描いたりしている/人に甘える（2人）/怒る（当たる、癇癢をおこす）（3人）/YouTube を観る/好きな遊びに没頭する/散歩/泣く/心の中でおさめる、その場から離れる

問 11 で「全くない」以外に○をつけた人

11-3. 誰に（どこに）相談するか

問 11-3：お子さんがストレスを感じた時に相談する相手はどのような人ですか。

「家族や親戚」が最も高く 91.5%、次いで「友人や知人」が 18.3%、「学校の先生」が 15.5%となっています。



その他：母のみ

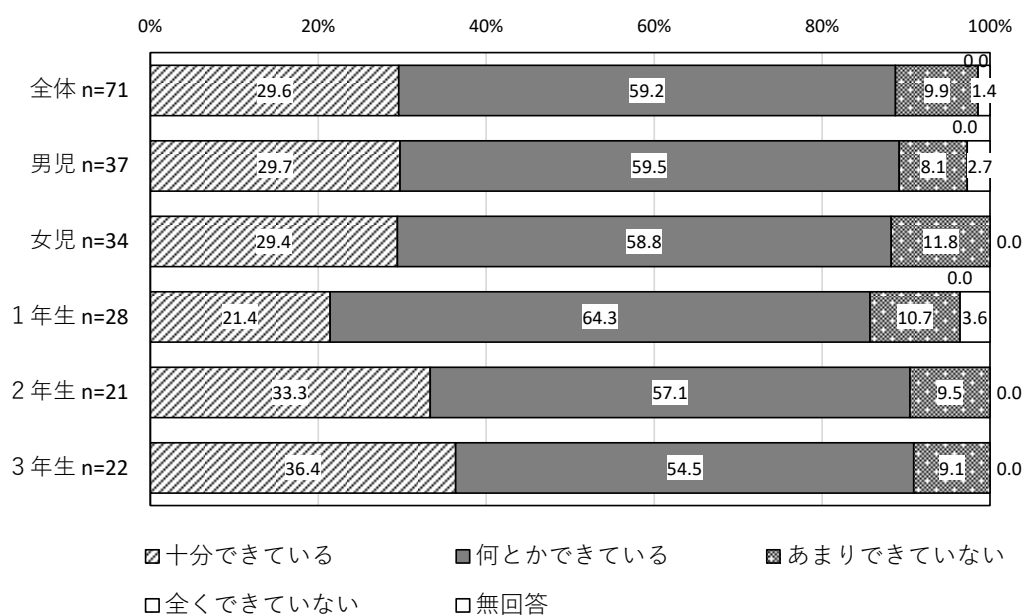
問 11 で「全くない」以外に○をつけた人

11-4. ストレスは解消できているか

問 11-4：お子さんは、ストレスは解消できていますか。（○は1つ）

全体では「何とかできている」が最も高く 59.2%、次いで「十分できている」が 29.6% となっています。

「十分できている」と「何とかできている」を合わせた割合は、学年別では1年生が最も低く 85.7%となっています。

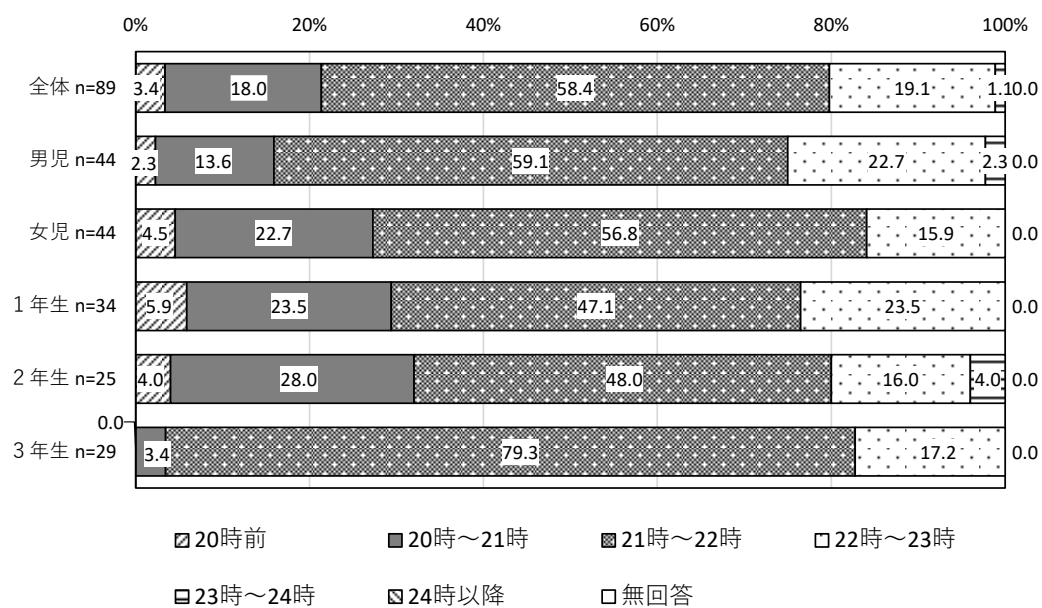


12. 就寝時間

問 12：お子さんは、何時頃に寝ることが多いですか。（○は1つ）

全体では「21時～22時」が最も高く 58.4%、次いで「22時～23時」が 19.1%となっています。

性別では男児のほうが遅い傾向となっています。

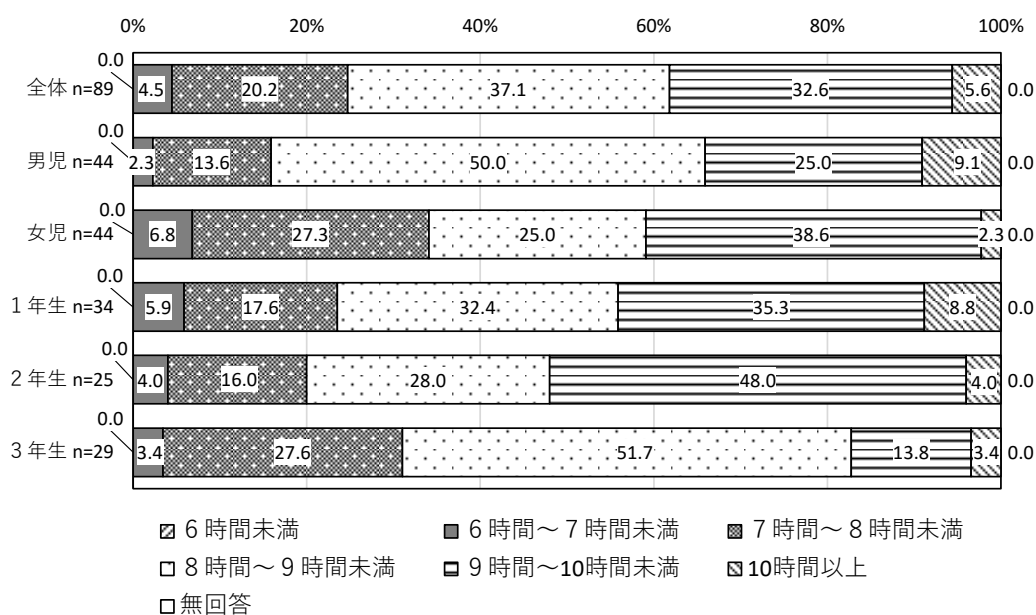


13. 1日の睡眠時間

問 13：お子さんの1日の睡眠時間はどのくらいですか。（〇は1つ）

全体では「8時間～9時間未満」が最も高く 37.1%、次いで「9時間～10時間未満」が 32.6%となっています。

「8時間～9時間未満」は、性別では男児のほうが高く 50.0%となっており、学年別で見ると、9時間以上睡眠している率が最も高いのが2年生で、最も低いのが3年生となっています。



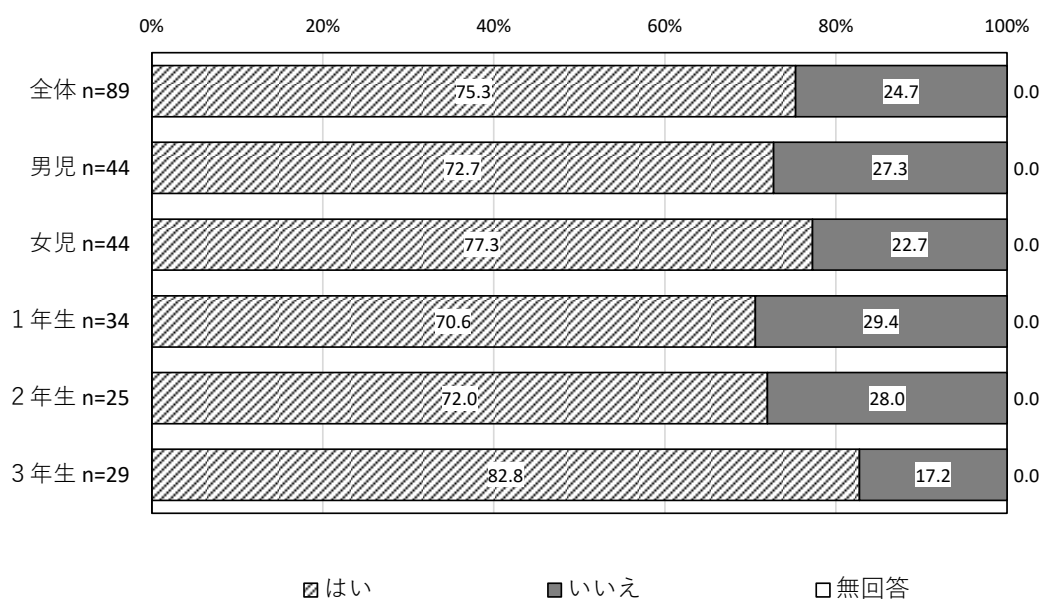
※厚生労働省によると、小学生の推奨時間は9～12時間。

14. 就寝時間は適切か

問 14：お子さんは、適切な時刻に寝ていると思いますか。（○は1つ）

全体では「はい」が75.3%となっています。

「はい」は、性別では男児のほうが低く72.7%となっており、学年別では1年生が最も低く70.6%となっています。



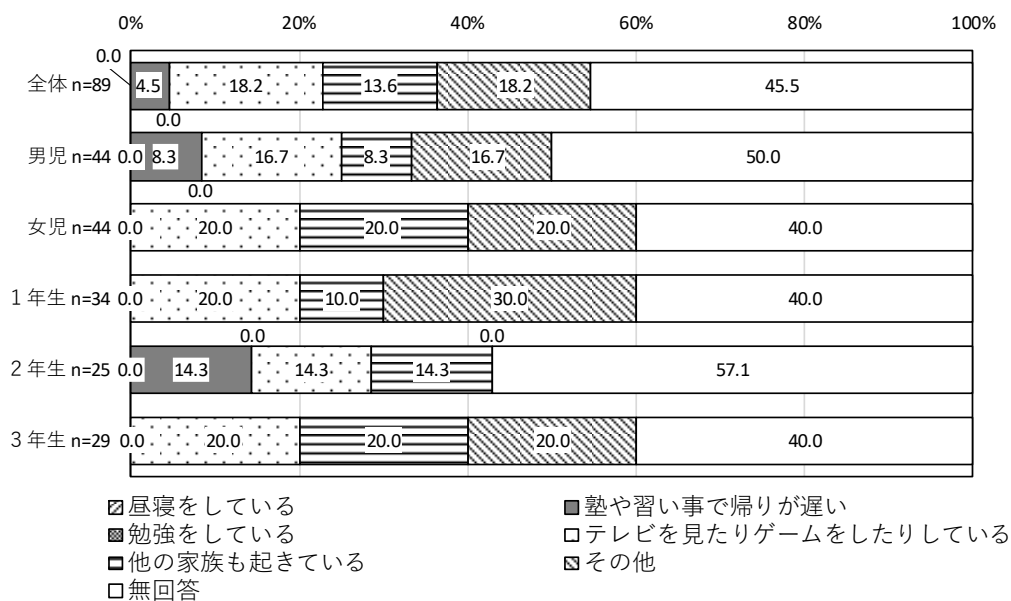
問 14 で「いいえ」に○をつけた人

14-1. 就寝時間が適切でないと思う理由

問 14-1：それはなぜですか。（あてはまるものすべてに○）

全体では「テレビを見たりゲームをしたりしている」が最も高く 18.2%となっています。

「テレビを見たりゲームをしたりしている」は、性別では女児のほうが高く 20.0%となっており、学年別では1年生と3年生が高く 20.0%となっています。



その他：寝るまでの動きが遅い/次の日の用意をダラダラとする/帰ってきて疲れて夕方に寝てしまう/父と寝付けず、母が残業で遅くなった時も起きて待っている

4. 運動・身体活動や健康について

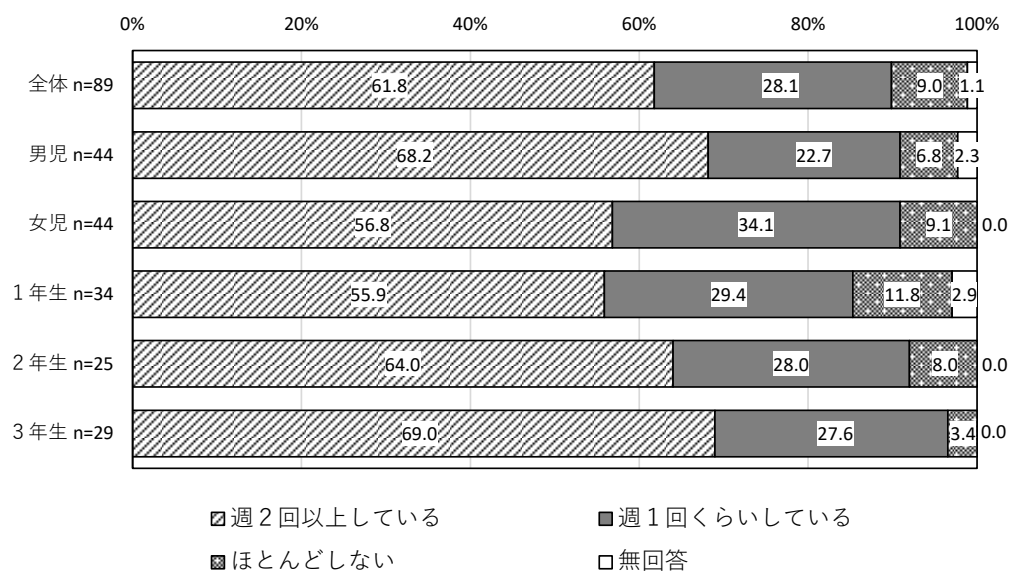
15. 学校の授業以外で 30 分以上の運動をしているか

問 15：お子さんは、学校の授業以外で 30 分以上の運動（遊びなど）をしていますか。

（○は 1 つ）

全体では「週 2 回以上している」が最も高く 61.8%、次いで「週 1 回くらいしている」が 28.1%となっています。

「週 2 回以上している」は、性別では女兒のほうが低く 56.8%となっており、学年別では 1 年生が最も低く 55.9%となっています。

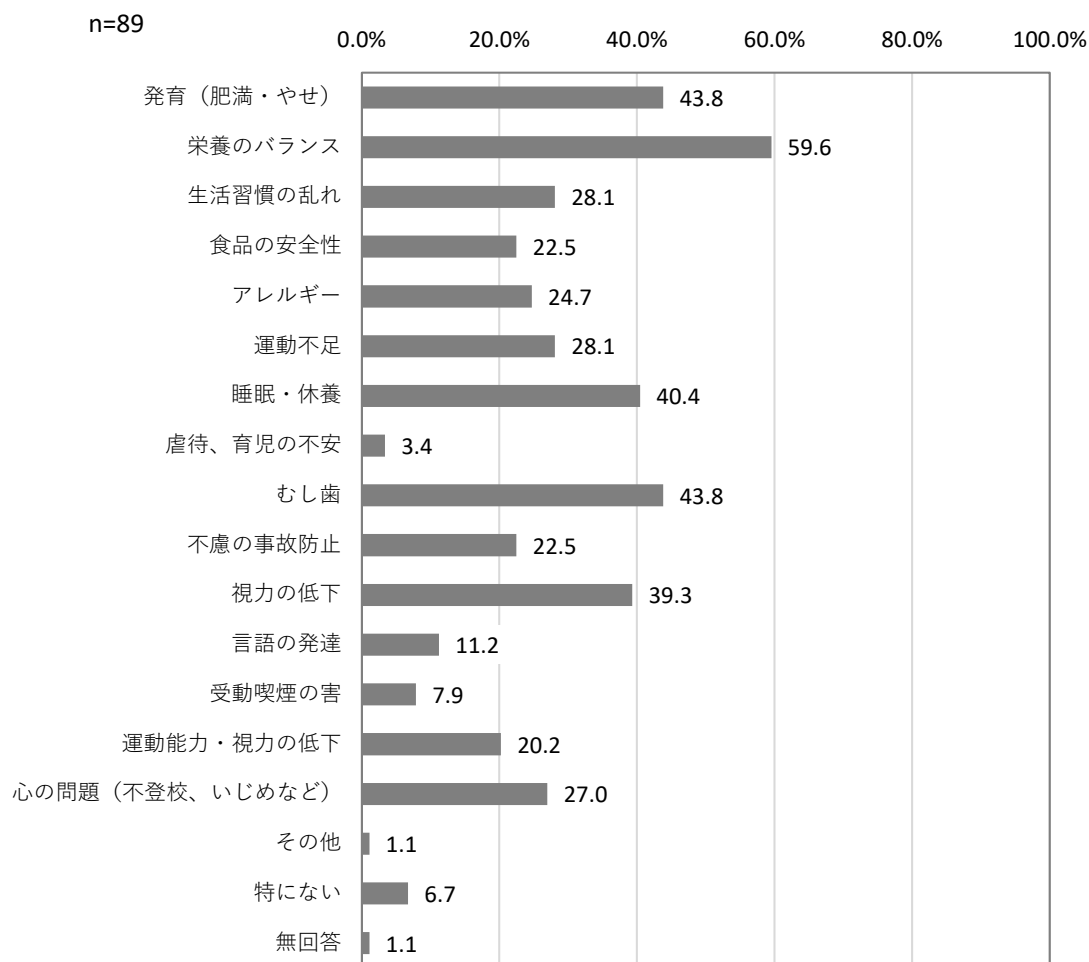


16. 健康に関して関心があること

問 16：お子さんの健康に関して、関心があることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）

「栄養のバランス」が最も高く 59.6%、次いで「発育（肥満・やせ）」「むし歯」が 43.8%となっています。

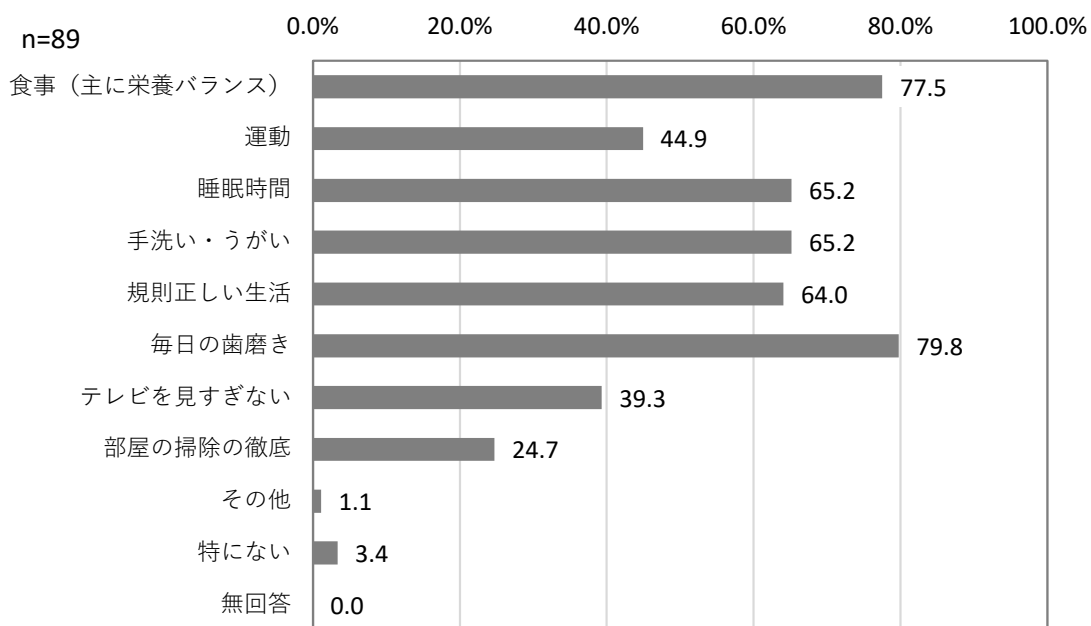


17. 健康づくりのために取り組んでいること

問 17：お子さんの健康づくりについて取り組んでいることは何ですか。

（あてはまるものすべてに○）

「毎日の歯磨き」が最も高く 79.8%、次いで「食事（主に栄養バランス）」が 77.5%、「睡眠時間」「手洗い・うがい」が 65.2%となっています。

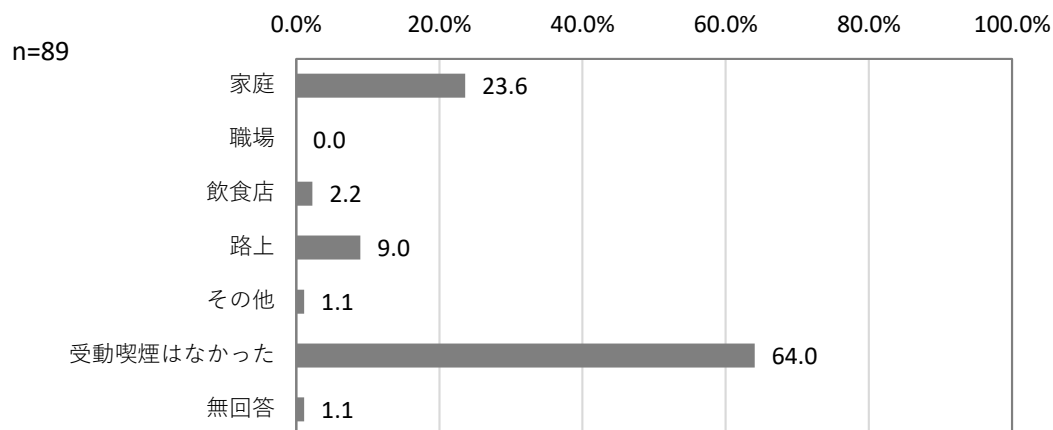


その他：自然(緑の中や海)に連れて行く。府外に連れて行く。人と交流する機会を増やす

18. この1か月間で受動喫煙の場面があったか

問18：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。
(あてはまるものすべてに○)

「受動喫煙はなかった」が最も高く 64.0%、次いで「家庭」が 23.6%、「路上」が 9.0% となっています。



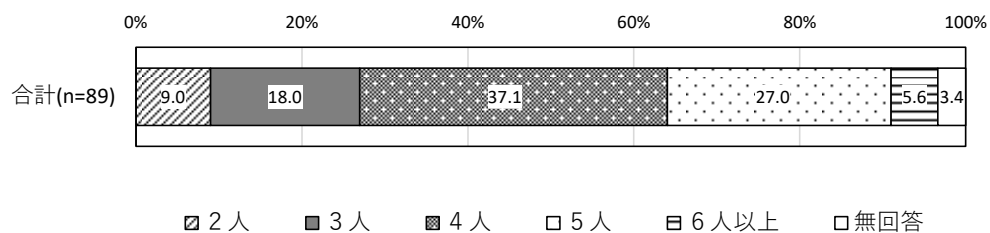
※受動喫煙：他人の喫煙により発生したたばこの煙を吸ってしまうこと。

5. 家族構成について

19. 同居している人数

問 19：お子さんと同居している人はお子さんを含めて何人ですか。

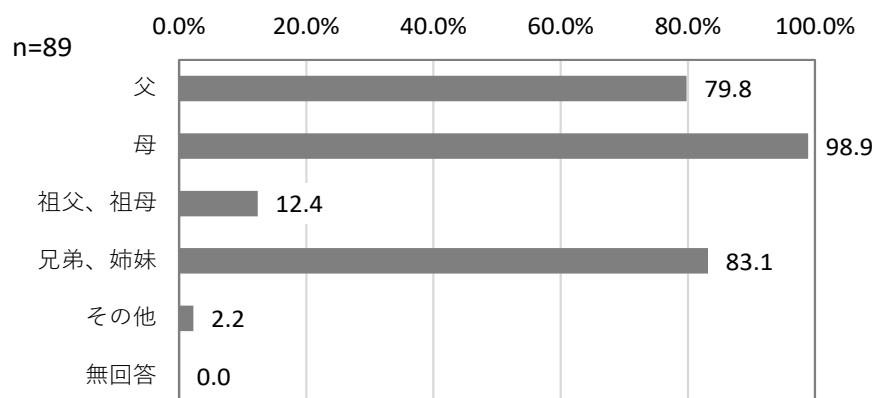
「4人」が最も高く 37.1%、次いで「5人」が 27.0%、「3人」が 18.0%となっています。



20. 同居している人

問 20：お子さんからみて同居している人をすべて選んでください。

「母」が最も高く 98.9%、次いで「兄弟、姉妹」が 83.1%、「父」が 79.8%となっています。



その他：曾祖母/おじ

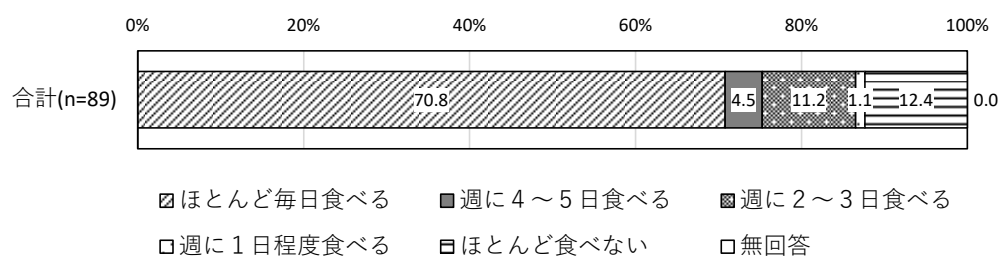
6. 家族との食事について

21. 朝食や夕食を家族と一緒に食べる頻度

問 21：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)

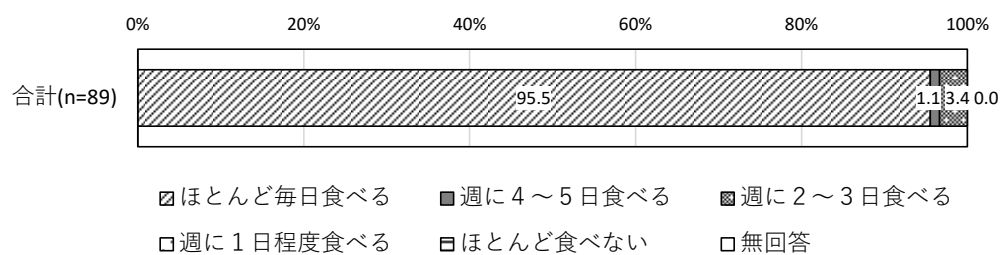
①朝食

「ほとんど毎日食べる」が最も高く 70.8%、次いで「ほとんど食べない」が 12.4%となっています。



②夕食

「ほとんど毎日食べる」が最も高く 95.5%、次いで「週に2～3日食べる」が 3.4%となっています。

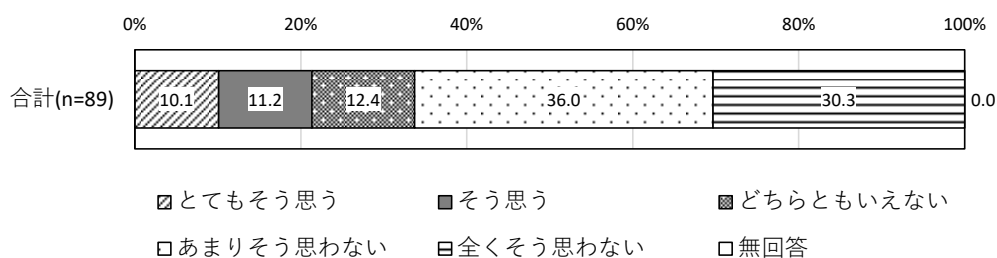


22. 家族との食事について

問 22：家族との食事についておたずねします。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○印をご記入ください。（○はそれぞれ1つずつ）

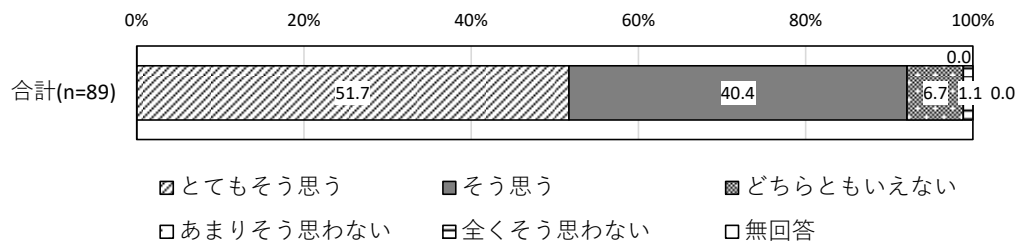
①家族と一緒に食事をする時間を作るのが難しい

「あまりそう思わない」が最も高く 36.0%、次いで「全くそう思わない」が 30.3%となっています。



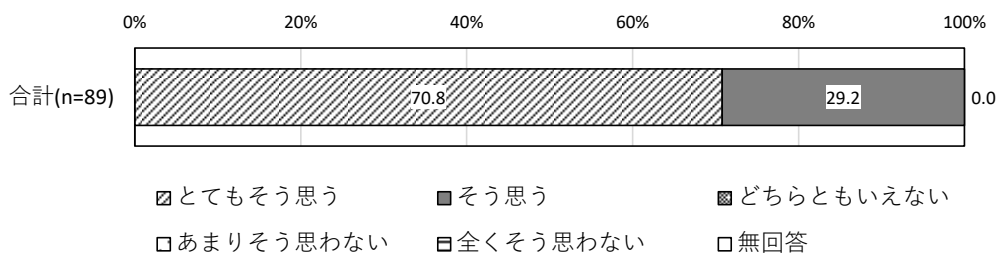
②家族と一緒に食事をすることを楽しんでいる

「とてもそう思う」が最も高く 51.7%、次いで「そう思う」が 40.4%となっています。



③家族と一緒に食事をすることは大切である

「とてもそう思う」が最も高く 70.8%、次いで「そう思う」が 29.2%となっています。

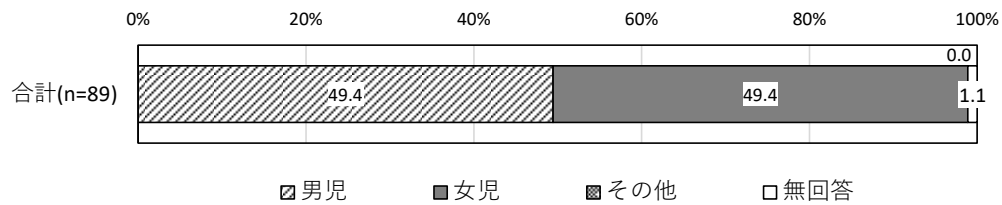


7. お子さん自身について

F 1. 性別

F 1 : 性別 (○は1つ)

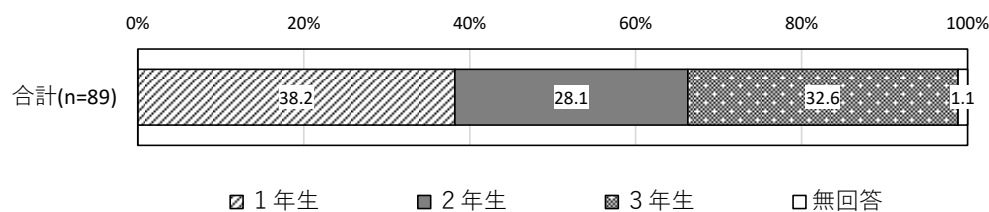
「男児」と「女児」が同じ割合で49.4%となっています。



F 2. 学年

F 2 学 年 (○は1つ)

「1年生」が最も高く38.2%、次いで「3年生」が32.6%、「2年生」が28.1%となっています。

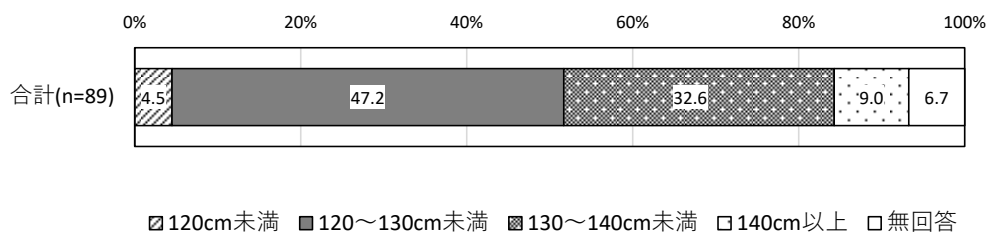


F 3. 身長と体重

F 3：お子さんの身長と体重を教えてください。（数字で記入）

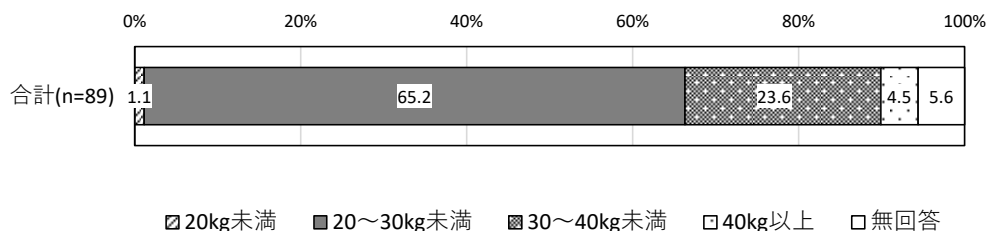
<身長>

「120～130cm 未満」が最も高く 47.2%、次いで「130～140cm 未満」が 32.6%となっています。



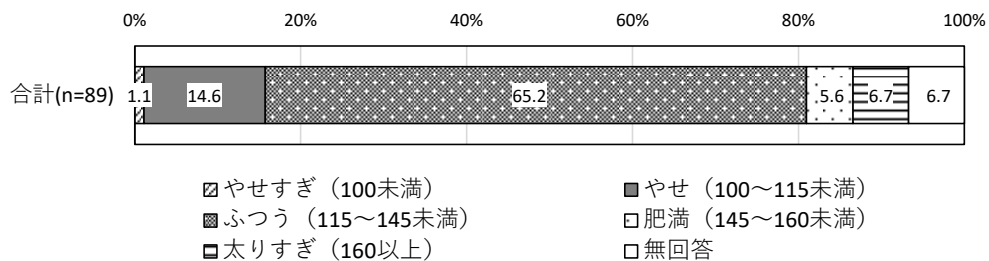
<体重>

「20～30kg 未満」が最も高く 65.2%、次いで「30～40kg 未満」が 23.6%となっています。



<ローレル指数>

「ふつう（115～145 未満）」が最も高く 65.2%、次いで「やせ（100～115 未満）」が 14.6%となっています。



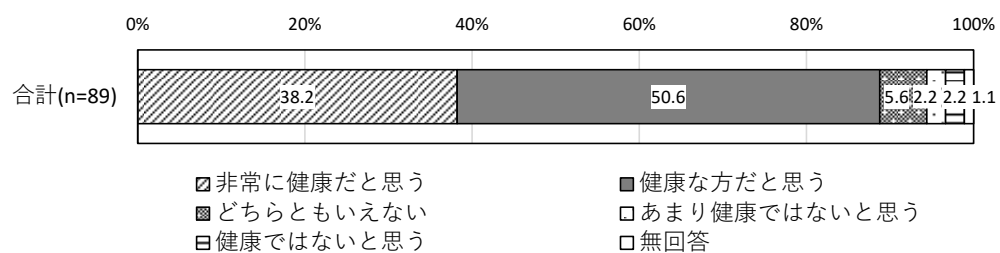
※ローレル指数：学童期の発育状況を知る目安の数値

$$\text{ローレル指数} = \text{体重 (kg)} \div \{\text{身長 (m) の 3 乗}\} \times 10$$

F 4. 子どもの調子について

F 6：お子さんの調子について、どのように感じていますか。（〇は1つ）

「健康な方だと思う」が最も高く 50.6%、次いで「非常に健康だと思う」が 38.2%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92.1%。
- ・ 朝食を毎日食べるメリットは、「生活のリズムがとれる」が最も高く81.7%。
- ・ 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95.5%と最も高い。
- ・ 主菜・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、56.2%。「ほとんど毎日」は、男児のほうが低く、1年生が最も低い。
- ・ おやつや夜食を食べる頻度は、「1日に1回」が最も高く75.3%。
- ・ 好き嫌いの有無については、全体では「少しある」が最も高く60.7%。「たくさんある」と「少しある」を合わせた割合は、男児のほうが高く、2年生が最も高い。
- ・ 嫌いなものを食べさせるためにしていることは、「調理方法を工夫する」が最も高く70.3%。
- ・ 食生活に問題はあるかについては、全体では「問題はない」が最も高く46.1%。「問題はない」は、男児のほうが低く、2年生が最も低い。
- ・ “食事時間を楽しんでいる”が44.9%、“食事をおいしく食べている”が49.4%、“食事の時間を楽しみにしている”が52.8%、“食べたいものを食べている”が47.2%、“嫌いなものも頑張って食べる”が31.5%、“食事を残さずに食べる”が46.1%、“食事はよくかんで、味わっている”が30.3%、“自分にちょうど良い食事の量とバランスがわかっている”が20.2%、それぞれ「当てはまる」と答えている。

●「食育」への関心について

- ・ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを「する」が77.5%。
- ・ ごはんの用意や片付けを「ほとんど毎日手伝う」が最も高く44.9%。「ほとんど毎日手伝う」は、男児のほうが高く、3年生が最も高い。

●ストレスや睡眠の状況について

- ・ “神経過敏に感じたか” が 56.2%、 “絶望的だと感じたか” が 79.8%、 “そろそろ、落ち着かなく感じたか” が 60.7%、 “気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じたか” が 79.8%、 “何をするのも骨折りだと感じたか” が 74.2%、 “自分は価値のない人間だと感じたか” が 91.0%、 それぞれ「まったくない」と答えている。これらの回答から割り出した「気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者」は、5.6%。
- ・ 最近 1 か月間にストレスを感じたかについては、全体では「大いにある」と「多少ある」を合わせた割合が 38.2%。「大いにある」と「多少ある」を合わせた割合は女児のほうが高く、2 年生が最も高い。
- ・ どのようなことにストレスを感じるかについては、「勉強や成績」が最も高く 42.3%。
- ・ ストレスを感じた時どうしているかについては、「人と話をする」が最も高く 39.4%。
- ・ 誰に（どこに）相談するかについては、「家族や親戚」が最も高く 91.5%。
- ・ ストレスは解消できているかについては、「十分できている」が 29.6%。
- ・ 就寝時間は、「21 時～22 時」が最も高く 58.4%。男児のほうが遅い傾向。
- ・ 1 日の睡眠時間は、「8 時間～9 時間未満」が最も高く 37.1%。9 時間以上睡眠している率が最も高いのは 2 年生。
- ・ 就寝時間は適切かについては、「はい」が 75.3%。「はい」は男児のほうが低く、1 年生が最も低い。
- ・ 就寝時間が適切でないと思う理由は、「テレビを見たりゲームをしたりしている」が最も高く 18.2%。

●運動・身体活動や健康について

- ・ 学校の授業以外で 30 分以上の運動をしているかについては、「週 2 回以上している」が最も高く 61.8%。「週 2 回以上している」は女児のほうが低く、1 年生が最も低い。
- ・ 健康に関して関心があることは、「栄養のバランス」が最も高く 59.6%。
- ・ 健康づくりのために取り組んでいることは、「毎日の歯磨き」が最も高く 79.8%。
- ・ この 1 か月間での受動喫煙は、「なかった」が最も高く 64.0%。

●家族構成について

- ・同居している人数は、「4人」が最も高く 37.1%。
- ・同居している人は、「母」が最も高く 98.9%。

●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 70.8%。夕食は、「ほとんど毎日食べる」が 95.5%。
- ・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 36.0%、“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 51.7%、“家族と一緒に食事をするのは大切である”には「とてもそう思う」が最も高く 70.8%。

●お子さん自身について

- ・性別は、「男児」と「女児」が同じ割合で 49.4%。
- ・学年は、「1年生」が 38.2%、「3年生」が 32.6%、「2年生」が 28.1%。
- ・身長は、「120～130cm 未満」が最も高く 47.2%。体重は、「20～30kg 未満」が最も高く 65.2%。ローレル指数は、「ふつう（115～145 未満）」が 65.2%。
- ・子どもの調子についてどう感じているかについては、「健康な方だと思う」が 50.6%。