

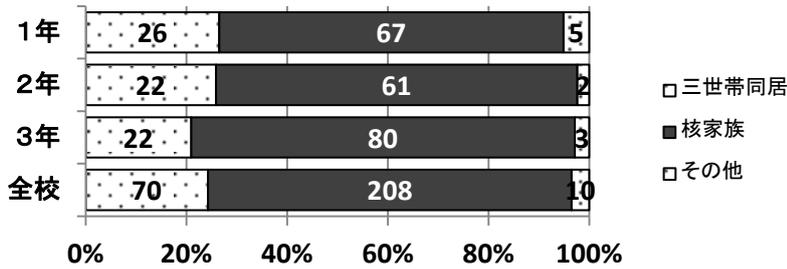
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

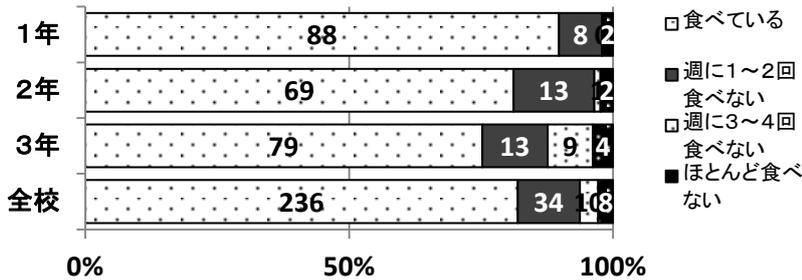
## 問1 一緒に住んでる人は誰ですか



	三世帯同居	核家族	その他
1年	26.5	68.4	5.1
2年	25.9	71.8	2.4
3年	21.0	76.2	2.9
全校	24.3	72.2	3.5

核家族が多い。  
三世帯同居は、約1/4

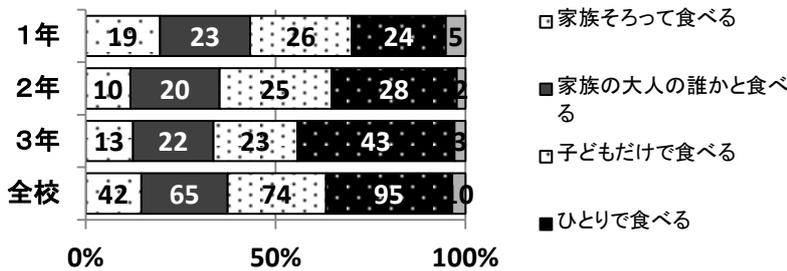
## 問2 毎日朝ごはんを食べますか



	食べている	週に1~2回食べない	週に3~4回食べない	食べない
1年	89.8	8.2	0.0	2.0
2年	81.2	15.3	1.2	2.4
3年	75.2	12.4	8.6	3.8
全校	81.9	11.8	3.5	2.8

・休日を含めた欠食率が18.9%と高い。学年が上がるにつれ、欠食の割合が高くなっている。

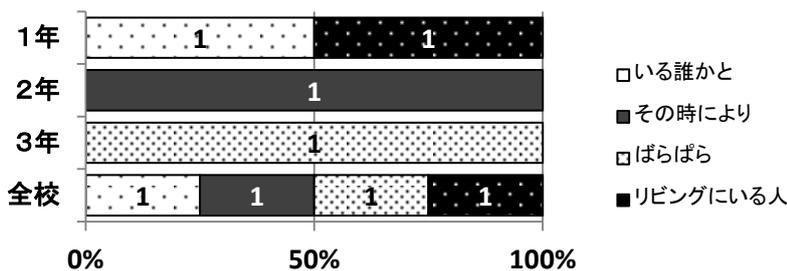
## 問3 朝ごはんは誰と食べますか



	家族そろって	家族の大人の誰かと	子どもだけ	ひとりで	その他
1年	19.6	23.7	26.8	24.7	5.2
2年	11.8	23.5	29.4	32.9	2.4
3年	12.5	21.2	22.1	41.3	2.9
全校	14.7	22.7	25.9	33.2	3.5

一人で食べている人が、約3割。子どもだけの人とあわせると55%。

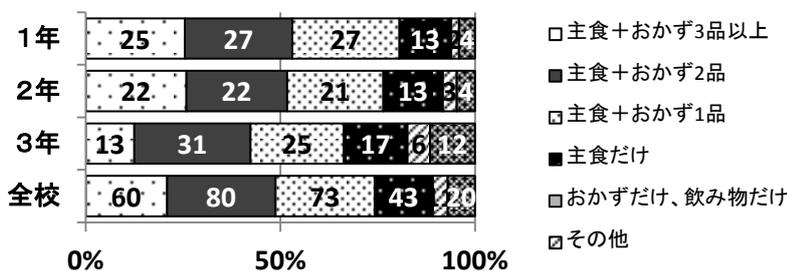
## 問3のその他の内容



	いる誰か	その時により	ばらばら	リビングにいる人
1年	50.0	0.0	0.0	50.0
2年	0.0	100.0	0.0	0.0
3年	0.0	0.0	100.0	0.0
全校	25.0	25.0	25.0	25.0

・その他の内容なので、回答事例は少ない。

## 問4 どんな朝ごはんを食べましたか



	おかず品以上	おかず2品	おかず1品	主食だけ	おかずだけ	その他	食べていない
1年	25.5	27.6	27.6	13.3	0.0	2.0	4.1
2年	25.9	25.9	24.7	15.3	0.0	3.5	4.7
3年	12.5	29.8	24.0	16.3	0.0	5.8	11.5
全校	20.9	27.9	25.4	15.0	0.0	3.8	7.0

・飲み物もおかず1品とし数え、おかずの数だけを表した。2品以上の方は、約半数である。・主食だけの人は15%。その他は、シリアル、ホットケーキ等。

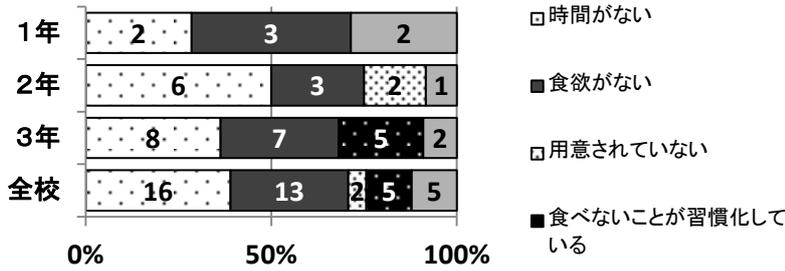
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

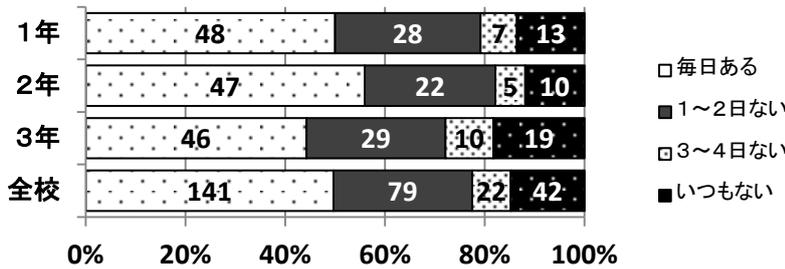
## 問5 朝ごはんを食べない理由は何ですか



	時間がない	食欲がない	用意されていない	習慣化している	その他
1年	28.6	42.9	0.0	0.0	28.6
2年	50.0	25.0	16.7	0.0	8.3
3年	36.4	31.8	0.0	22.7	9.1
全校	39.0	31.7	4.9	12.2	12.2

・時間がない、食欲がないという理由が多い。習慣化している人もいます。

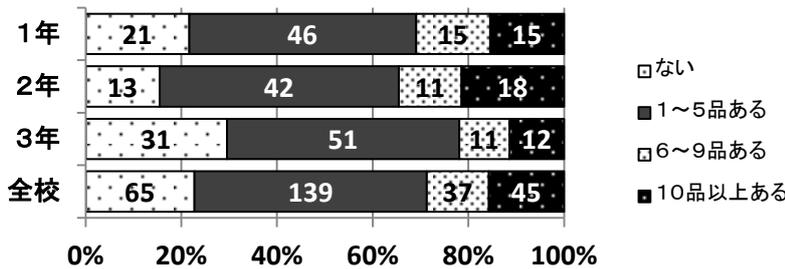
## 問6 朝、食欲はありますか



	毎日ある	1~2日	3~4日	いつも
1年	50.0	29.2	7.3	13.5
2年	56.0	26.2	6.0	11.9
3年	44.2	27.9	9.6	18.3
全校	49.6	27.8	7.7	14.8

・毎日ある人は、約50%、いつもない人は、約15%。  
・学年が上がるにつれ、食欲のない人の割合が高くなる。

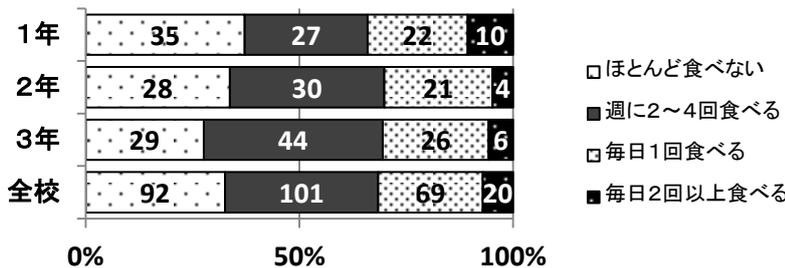
## 問7 好き嫌いがありますか



	ない	1~5品	6~9品	10品以上
1年	21.6	47.4	15.5	15.5
2年	15.5	50.0	13.1	21.4
3年	29.5	48.6	10.5	11.4
全校	22.7	48.6	12.9	15.7

・3年生に好き嫌いがない人の割合が高い。

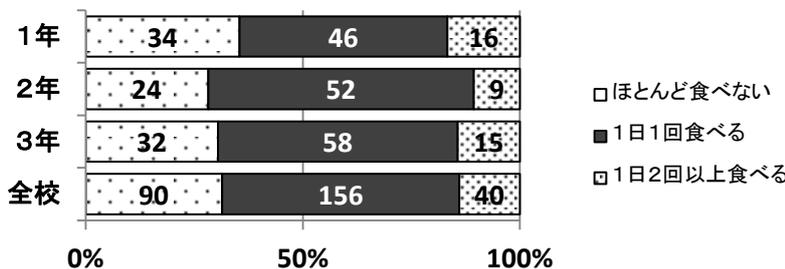
## 問8 平日、間食をどのくらい食べますか



	食べない	週に2~4回	毎日1回	毎日2回以上
1年	37.2	28.7	23.4	10.6
2年	33.7	36.1	25.3	4.8
3年	27.6	41.9	24.8	5.7
全校	32.6	35.8	24.5	7.1

・平日、間食を毎日食べない人の割合が高い。

## 問9 休日、間食をどのくらい食べますか



	食べない	1日1回	1日2回以上
1年	35.4	47.9	16.7
2年	28.2	61.2	10.6
3年	30.5	55.2	14.3
全校	31.5	54.5	14.0

・休日は、約70%の人が食べている。

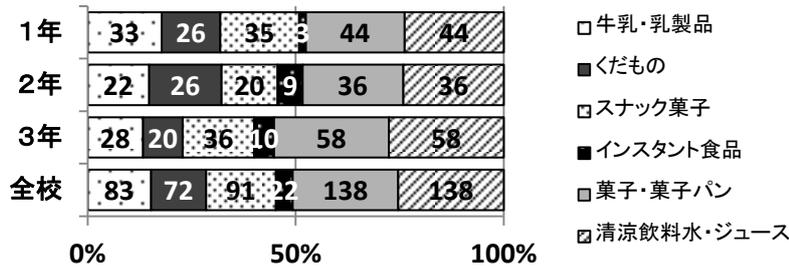
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

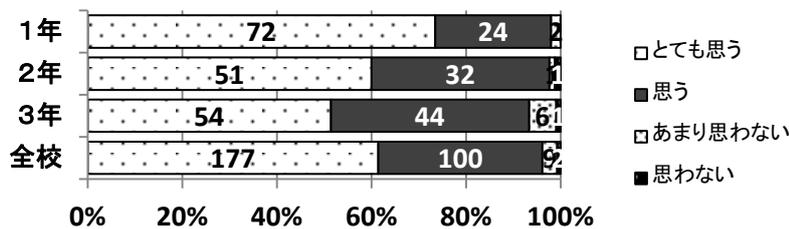
## 問10 間食には何を食べますか



入	牛乳・乳製品	くだもの	スナック菓子	インスタント食品	菓子・菓子パン	清涼飲料水
1年	17.8	14.1	18.9	1.6	23.8	23.8
2年	14.8	17.4	13.4	6.0	24.2	24.2
3年	13.3	9.5	17.1	4.8	27.6	27.6
全校	15.3	13.2	16.7	4.0	25.4	25.4

・間食に、お菓子、炭酸飲料水をとる人の割合が高い。

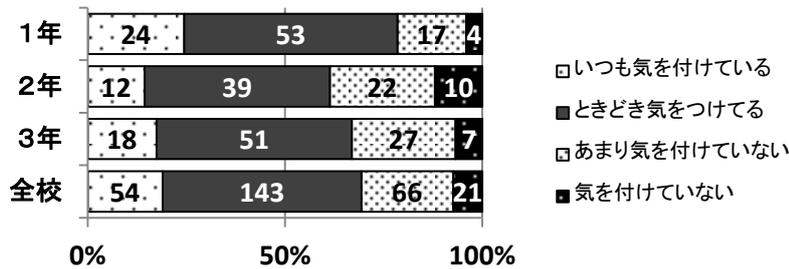
## 問11 健康のために、食事は大切だと思いますか



	とても思う	思う	あまり思わない	思わない
1年	73.5	24.5	2.0	0.0
2年	60.0	37.6	1.2	1.2
3年	51.4	41.9	5.7	1.0
全校	61.5	34.7	3.1	0.7

食事を大切に思う人の割合が高い。

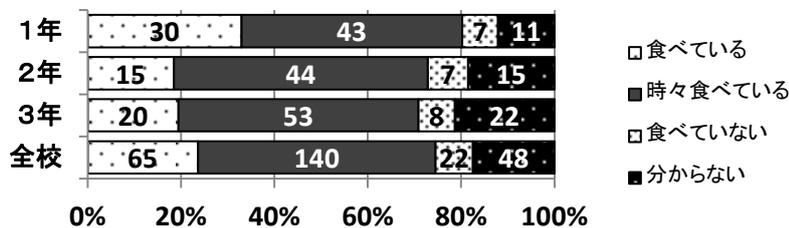
## 問12 栄養のバランスに気を付けていますか



	いつも	ときどき	あまり	気を付けていない
1年	24.5	54.1	17.3	4.1
2年	14.5	47.0	26.5	12.0
3年	17.5	49.5	26.2	6.8
全校	19.0	50.4	23.2	7.4

いつも気をつけていると思う人は、約20%。

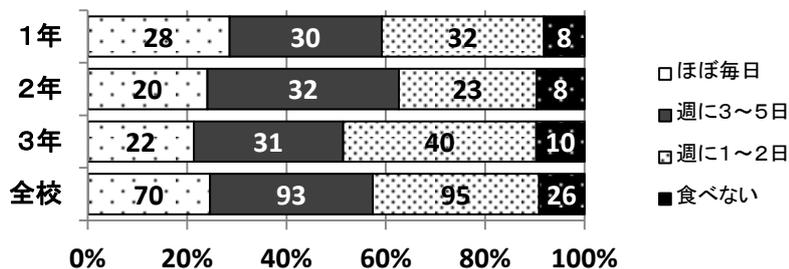
## 問13 家でカルシウムの多い食品を意識して食べますか



	食べている	時々食べている	食べていない	分からない
1年	33.0	47.3	7.7	12.1
2年	18.5	54.3	8.6	18.5
3年	19.4	51.5	7.8	21.4
全校	23.6	50.9	8.0	17.5

・食べている人は、約24%。  
・わからない人も17%。

## 問14 家で週に何日くらい食べますか (牛乳)



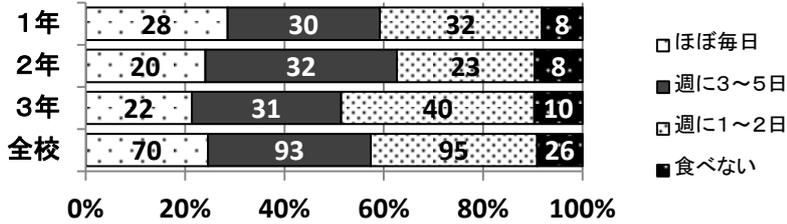
	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	50.0	21.4	11.2	17.3
2年	34.9	9.6	24.1	31.3
3年	35.3	16.7	18.6	29.4
全校	40.3	16.3	17.7	25.8

・毎日飲んでいる人は40%。  
家で飲まない人は、25%いる。

# 食生活と生活習慣のアンケート① H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

## 問14 家で週に何日くらい食べますか (乳製品)

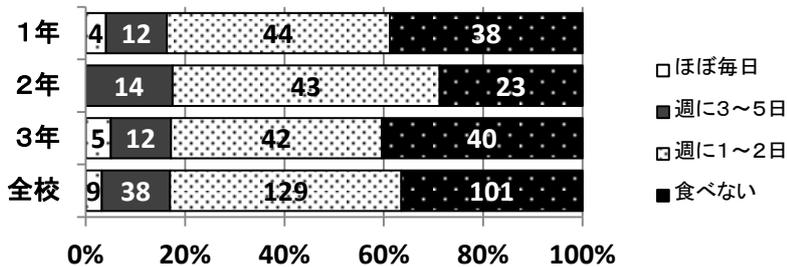


表の数字は%

	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	28.6	30.6	32.7	8.2
2年	24.1	38.6	27.7	9.6
3年	21.4	30.1	38.8	9.7
全校	24.6	32.7	33.5	9.2

・毎日食べている人は、約25%。

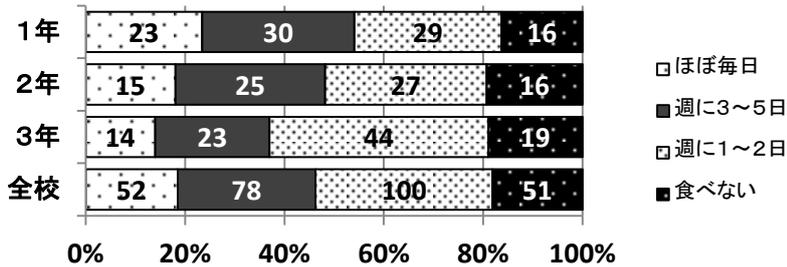
## 問14 家で週に何日くらい食べますか (小魚)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	4.1	12.2	44.9	38.8
2年	0.0	17.5	53.8	28.8
3年	5.1	12.1	42.4	40.4
全校	3.2	13.7	46.6	36.5

・小魚を家で食べない人は、約36%。

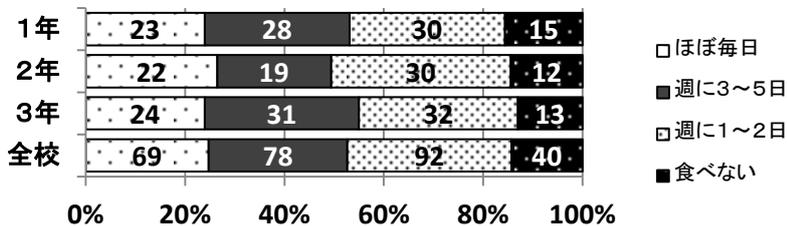
## 問14 家で週に何日くらい食べますか (海藻)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	23.5	30.6	29.6	16.3
2年	18.1	30.1	32.5	19.3
3年	14.0	23.0	44.0	19.0
全校	18.5	27.8	35.6	18.1

・ほぼ毎日食べる人18%、食べない人18%。

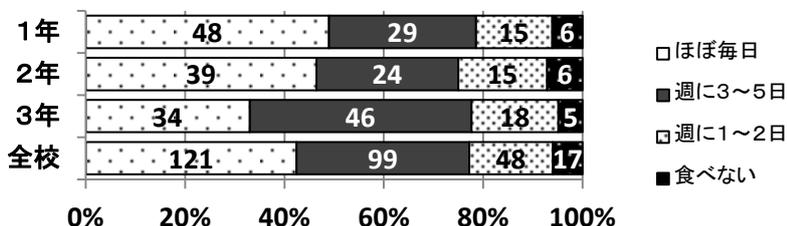
## 問14 家で週に何日くらい食べますか (大豆・大豆製品)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	24.0	29.2	31.3	15.6
2年	26.5	22.9	36.1	14.5
3年	24.0	31.0	32.0	13.0
全校	24.7	28.0	33.0	14.3

・大豆製品は、豆腐、味噌などでほぼ毎日とっている人が約25%。

## 問14 家で週に何日くらい食べますか (緑色の野菜)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	49.0	29.6	15.3	6.1
2年	46.4	28.6	17.9	7.1
3年	33.0	44.7	17.5	4.9
全校	42.5	34.7	16.8	6.0

・色の濃い野菜は、毎日食べている人が約42%。

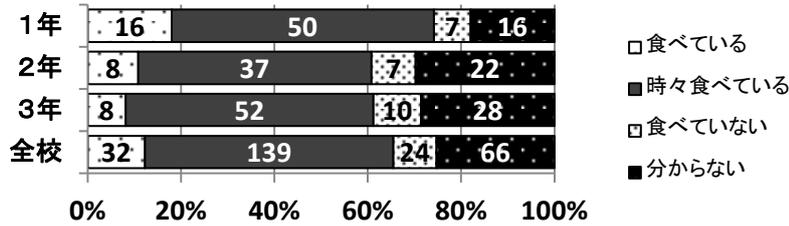
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

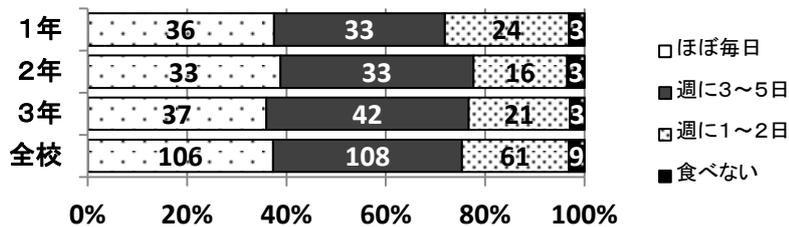
問15 家で鉄の多い食品を意識して食べますか



	食べている	時々食べている	食べていない	分からない
1年	18.0	56.2	7.9	18.0
2年	10.8	50.0	9.5	29.7
3年	8.2	53.1	10.2	28.6
全校	12.3	53.3	9.2	25.3

・食べていると思っている人は、12%。わからない人は、25%。

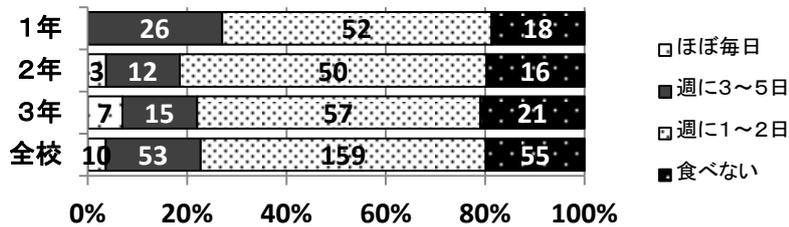
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか(卵)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	37.5	34.4	25.0	3.1
2年	38.8	38.8	18.8	3.5
3年	35.9	40.8	20.4	2.9
全校	37.3	38.0	21.5	3.2

・卵は、約37%。比較的良好に食べられている食品である。

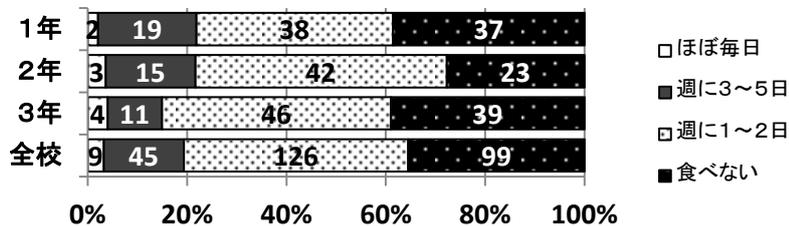
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか(青魚)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	0.0	27.1	54.2	18.8
2年	3.7	14.8	61.7	19.8
3年	7.0	15.0	57.0	21.0
全校	3.6	19.1	57.4	19.9

・青魚は、あまり食べられていない。

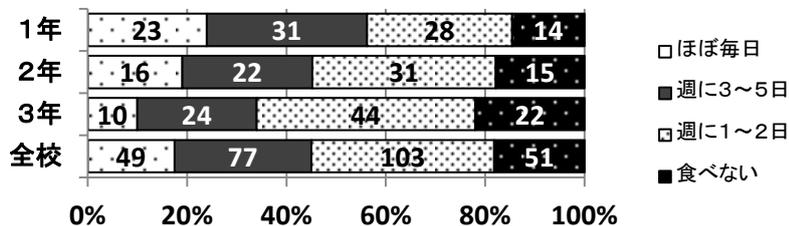
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか(小魚)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	2.1	19.8	39.6	38.5
2年	3.6	18.1	50.6	27.7
3年	4.0	11.0	46.0	39.0
全校	3.2	16.1	45.2	35.5

・カルシウムの結果と同様である。・小魚を家で食べない人は、約36%。

問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか(海藻)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	24.0	32.3	29.2	14.6
2年	19.0	26.2	36.9	17.9
3年	10.0	24.0	44.0	22.0
全校	17.5	27.5	36.8	18.2

・カルシウムの結果と同様である。・ほぼ毎日食べる人18%、食べない人18%。

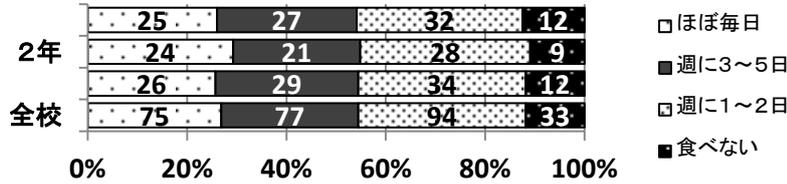
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

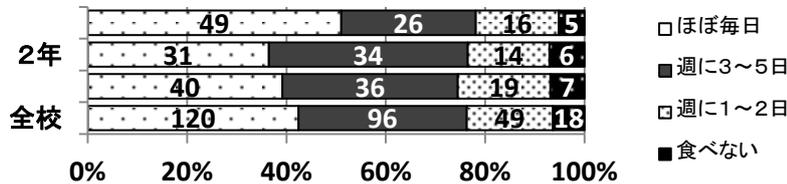
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか  
(大豆・大豆製品)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	26.0	28.1	33.3	12.5
2年	29.3	25.6	34.1	11.0
3年	25.7	28.7	33.7	11.9
全校	26.9	27.6	33.7	11.8

・カルシウムの結果と同様である。・大豆製品は、豆腐、味噌などでほぼ毎日とっている人が約25%。

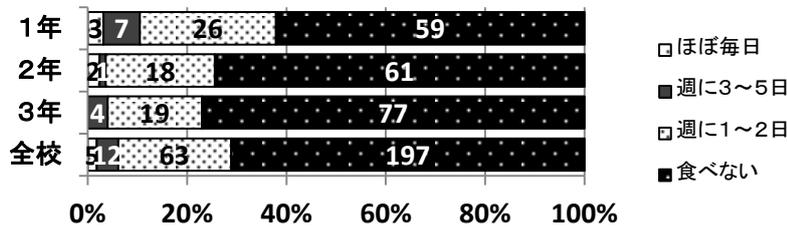
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか  
(緑の野菜)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	51.0	27.1	16.7	5.2
2年	36.5	40.0	16.5	7.1
3年	39.2	35.3	18.6	6.9
全校	42.4	33.9	17.3	6.4

・色の濃い野菜は、毎日食べている人が約42%。

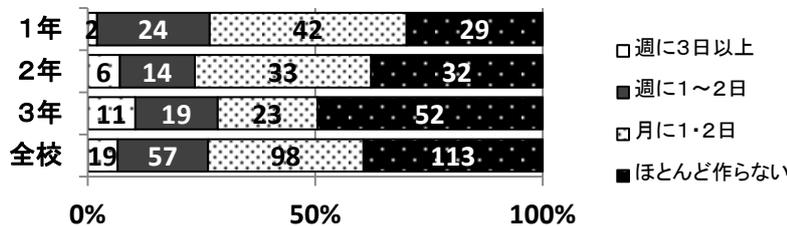
問16 家で、一週間のうち何日くらい食べますか  
(レバー)



	ほぼ毎日	週に3~5日	週に1~2日	食べない
1年	3.2	7.4	27.4	62.1
2年	2.4	1.2	22.0	74.4
3年	0.0	4.0	19.0	77.0
全校	1.8	4.3	22.7	71.1

・レバーは食べない人が多い。

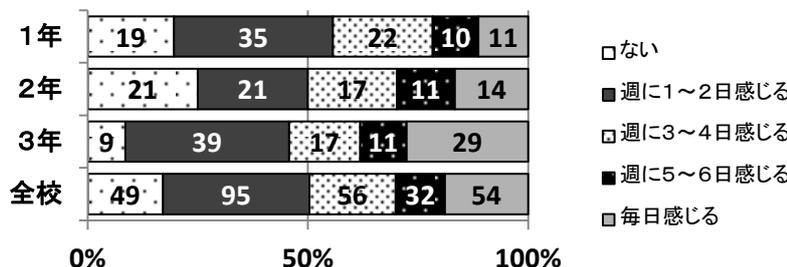
問17 週に何日くらい料理を作ったり、料理の手伝いをしたりしますか



	週に3日以上	週に1~2日	月に1~2日	ほとんど作らない
1年	2.1	24.7	43.3	29.9
2年	7.1	16.5	38.8	37.6
3年	10.5	18.1	21.9	49.5
全校	6.6	19.9	34.1	39.4

・ほとんど作らない人が約4割。  
・3年生は、作る人も多学年

問18 体がだるい、昼間に眠いと感じますか



	ない	週に1~2日	週に3~4日	週に5~6日	毎日
1年	19.6	36.1	22.7	10.3	11.3
2年	25.0	25.0	20.2	13.1	16.7
3年	8.6	37.1	16.2	10.5	27.6
全校	17.1	33.2	19.6	11.2	18.9

・毎日、体がだるい、眠いと感じる人が約19%いる。学年が上がるにつれ、感じている人の割合が高い。

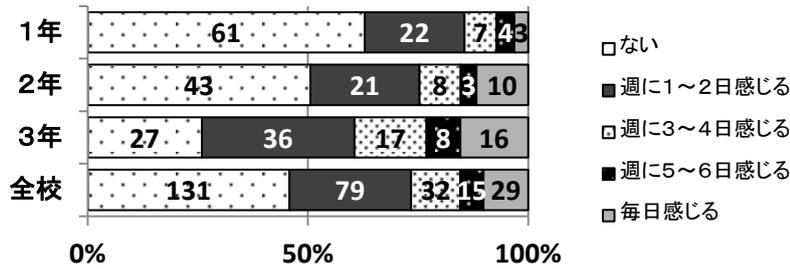
# 食生活と生活習慣のアンケート①

H28. 5. 20 (金)

グラフの数字は人数

表の数字は%

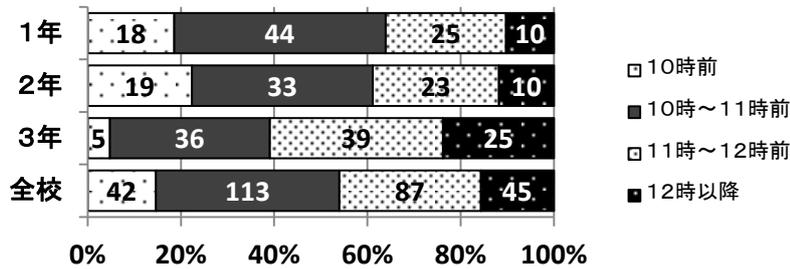
## 問19 立ちくらみを感じますか



	ない	週に1~2日	週に3~4日	週に5~6日	毎日
1年	62.9	22.7	7.2	4.1	3.1
2年	50.6	24.7	9.4	3.5	11.8
3年	26.0	34.6	16.3	7.7	15.4
全校	45.8	27.6	11.2	5.2	10.1

・毎日、感じている人が約10%いる。学年が上がるにつれ、感じている人の割合が高い。

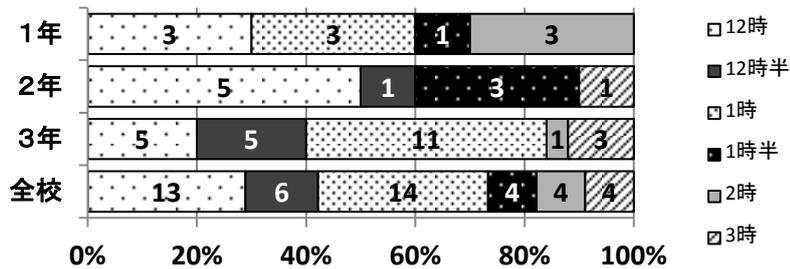
## 問20 平日、夜何時ごろに寝ますか



	10時前	10時~11時前	11時~12時前	12時以降
1年	18.6	45.4	25.8	10.3
2年	22.4	38.8	27.1	11.8
3年	4.8	34.3	37.1	23.8
全校	14.6	39.4	30.3	15.7

・学年が上がるにつれ、寝る時間は、遅くなっている。12時過ぎに寝る3年生が24%

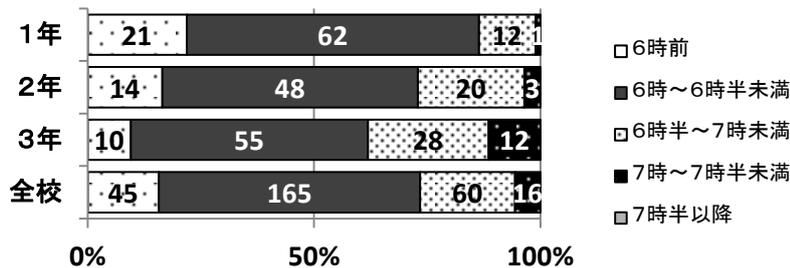
## 問20の12時以降の時間



	12時	12時半	1時	1時半	2時	3時
1年	0.0	0.0	42.9	14.3	42.9	0.0
2年	0.0	20.0	0.0	60.0	0.0	20.0
3年	4.8	23.8	52.4	0.0	4.8	14.3
全校	3.0	18.2	42.4	12.1	12.1	12.1

・1時すぎまでおきている人もいる。

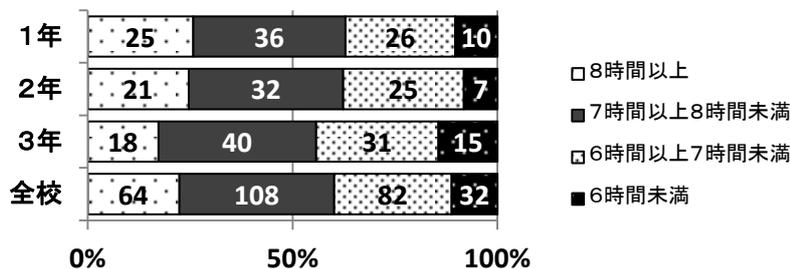
## 問21 平日、朝何時ごろに起きますか



	6時前	6時~6時半未満	6時半~7時未満	7時~7時半未満
1年	21.9	64.6	12.5	1.0
2年	16.5	56.5	23.5	3.5
3年	9.5	52.4	26.7	11.4
全校	15.7	57.7	21.0	5.6

・6時半前におきている人が73%。

## 問22 平日、何時間睡眠をとりますか



	8時間以上	7時間~8時間	6時間~7時間	6時間未満
1年	25.8	37.1	26.8	10.3
2年	24.7	37.6	29.4	8.2
3年	17.3	38.5	29.8	14.4
全校	22.4	37.8	28.7	11.2

・睡眠時間が7時間未満の人は、約40%。6時間未満の人は11%。