

# 平成27年度子どもと家族の食生活等実態調査結果 ～安足地域の状況～

## 【調査の概要について】

栃木県では、健康に関する課題を把握し、地域で推進する健康づくり、食育活動のための基礎資料を得ることを目的に、平成27年12月に、県内の保育所、幼稚園及び幼保連携型認定こども園に在籍する3歳以上の子どもとその家族を対象に、食生活を中心とした生活習慣のアンケート調査を行いました。

県全体では、99施設(保育所60施設、幼稚園6施設、認定こども園13施設)7,194人(回収率82.7%)、うち安足地域では12施設(幼稚園6施設、幼稚園4施設、認定こども園2施設)1,110人(回収率85.1%)から回答を得ました。

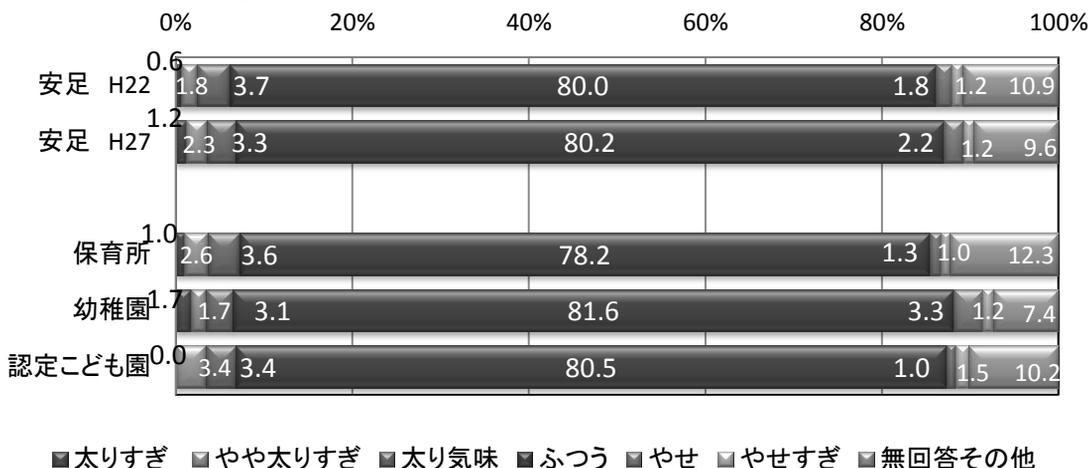
今回、調査結果をもとに、安足地域の子どもと家族の食生活を中心とした生活習慣の概要についてまとめましたので報告します。

なお、調査結果の一部については、前回調査(平成22年度)結果も併せて掲載しています。

## 子どもの肥満度

●子どもの肥満度は、「ふつう」が80.2%と最も多く、肥満割合(「太りすぎ」と「やや太りすぎ」と「太り気味」)は、保育所7.2%、認定こども園6.8%、幼稚園6.5%の順で高かった。

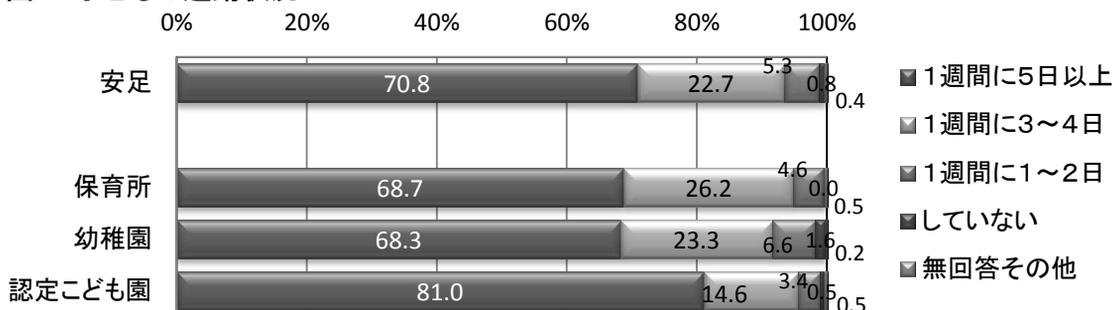
図1 子どもの肥満度



## 子どもの運動状況

●運動状況については、「1週間に5日以上」が70.8%と過半数を占め、次いで「1週間に3～4日」22.7%であった。施設別では、「1週間に5日以上」の割合が、認定こども園81.0%、保育所68.7%、幼稚園68.3%の順に高かった。

図2 子どもの運動状況



## 子どもの起床・就寝時間

- 起床時間については、「7時台」が55.5%、就寝時間は、「21時台」が51.3%と最も多かった。
- 平成22年度調査と比べると、起床時間、就寝時間ともに遅くなっている傾向があった。
- 施設別では、起床時間、就寝時間ともに保育所、幼稚園、認定こども園の順で早い傾向であった。

図3 平日の起床時間

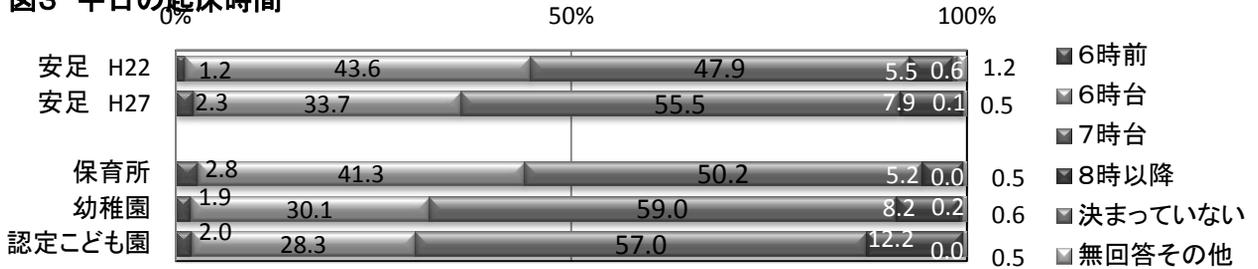
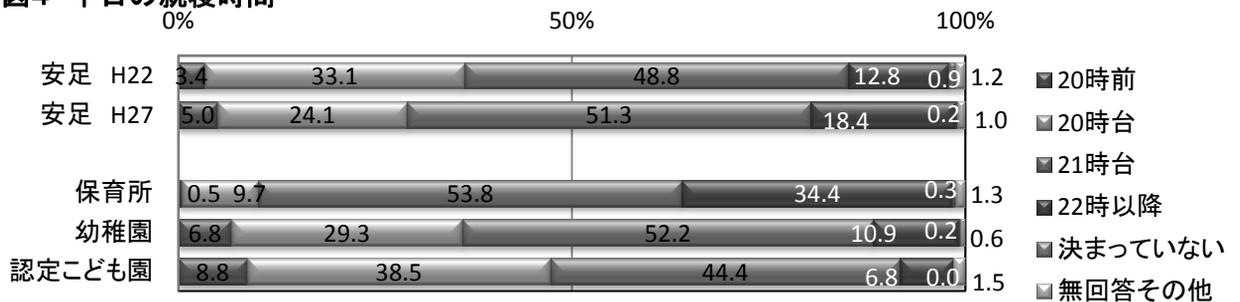


図4 平日の就寝時間



## 子どもの食事習慣

- 朝食を「毎日食べる」子どもの割合は、95.6%であり、前回調査と比べて7.9ポイント増加した。
- 子どもの夕食時間は、「午後7時台」50.5%と最も多かった。
- 家族との食事状況は、「家族と一緒に食べる」が朝食で71.0%、夕食で93.2%と最も多かったが、前回調査と比べると、朝食、夕食ともに若干減少している。

図5 子どもの朝食習慣

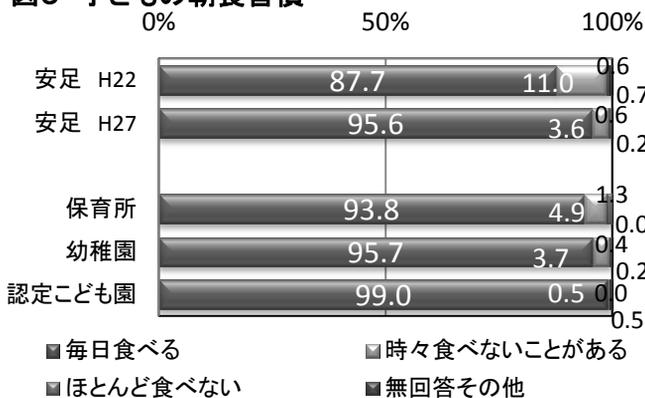


図6 子どもの夕食時間

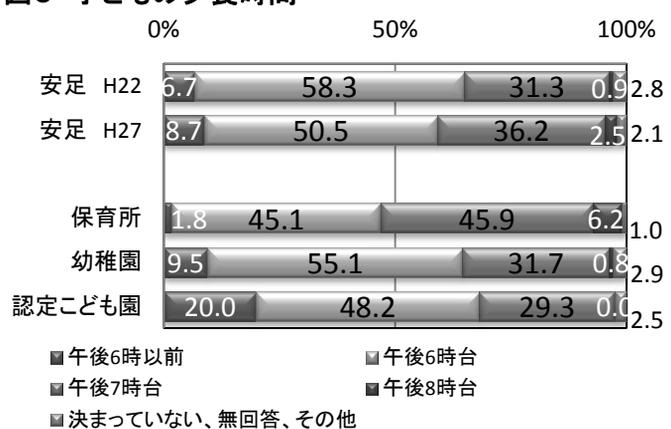
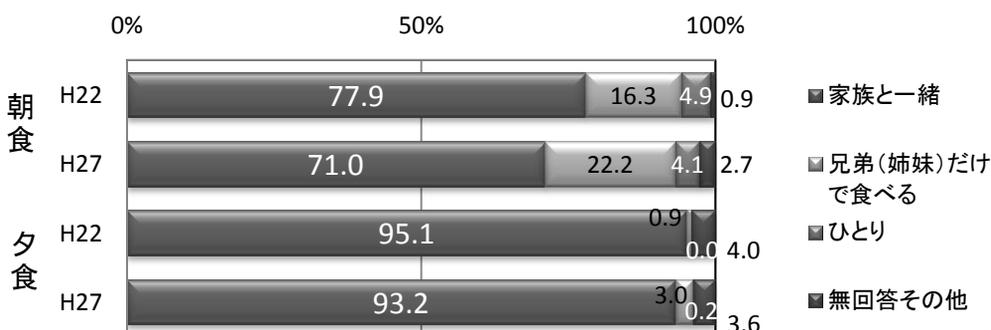


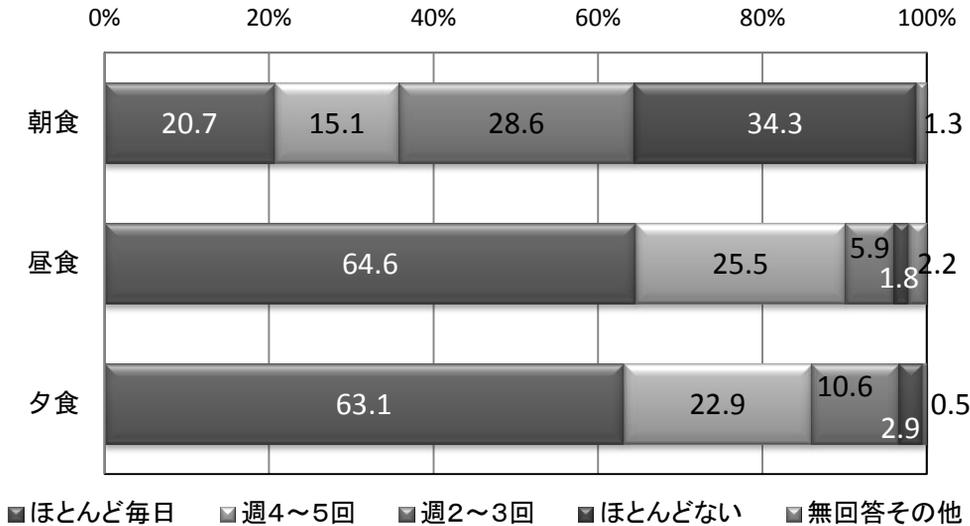
図7 家族との食事状況



## 主菜・主菜・副菜の摂取状況

●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」で20.7%、「昼食」で64.6%、「夕食」で63.1%であった。

図8 主食・主菜・副菜をそろえて食べる頻度



## おやつ状況

●子どもがよく食べているおやつは、「スナック菓子」が45.0%で最も多く、次いで「甘いお菓子」38.8%、「果物」24.4%であった。

●前回調査と比べると、「牛乳・乳製品」が13.0ポイント、「甘い飲み物」が6.5ポイント減少している。

●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37.8%と最も多かった。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55.8%で多かった。

図9 子どもがよく食べているおやつ  
(2つ以内で回答)

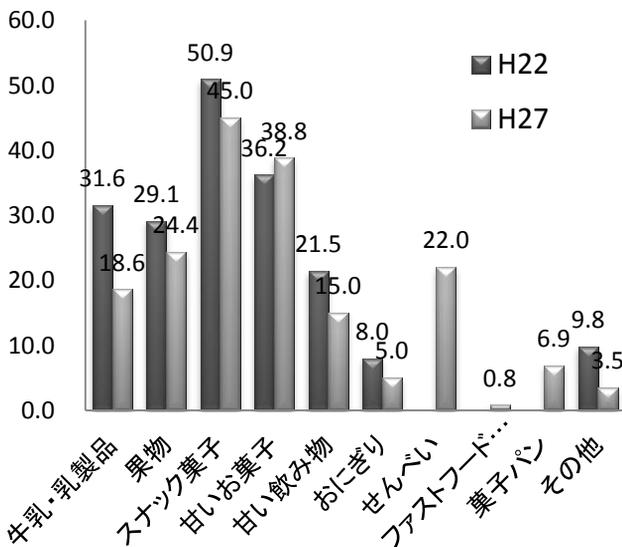
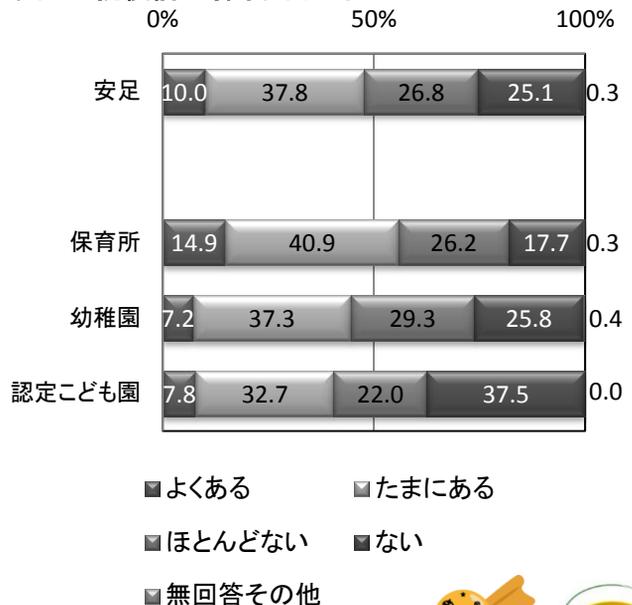


図10 就寝前2時間以内のおやつ



## 子どもの食物アレルギーの制限状況

●子どもの食物アレルギーの原因(と思われる)食物の除去や制限について、「現在している」が6.2%、「過去にしていたことがあるが、現在はしていない」が11.6%であった。そのうち、医師の指示により除去・制限を行っているとは回答したのは、60.6%であった。

## 歯の仕上げ磨き

●歯の仕上げ磨きの実施について、「はい」と回答した割合は86.2%であった。

## 家庭での喫煙状況

●喫煙者のいる家庭の割合は44.6%であり、前回調査より3.9ポイント減少した。  
 ●続柄別では、「父親」「母親」「祖父」において減少した。  
 ●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31.7%であり、前回調査より12ポイント減少した。

図11 子どもがいる家庭での喫煙者がいる割合

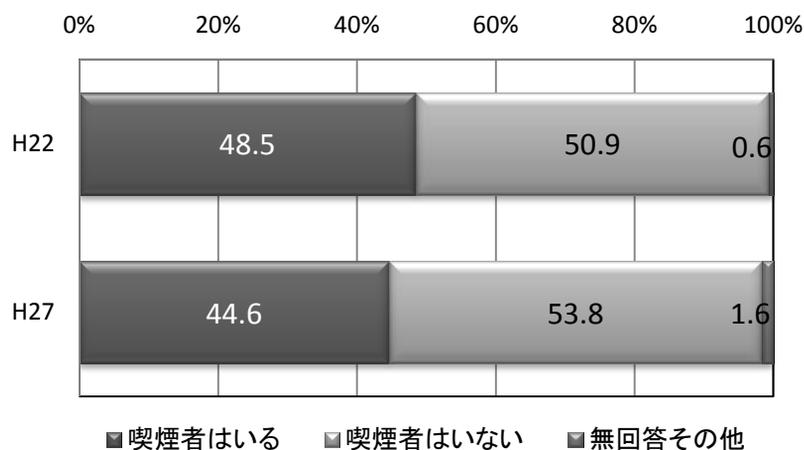


図12 続柄別に見た喫煙者の割合

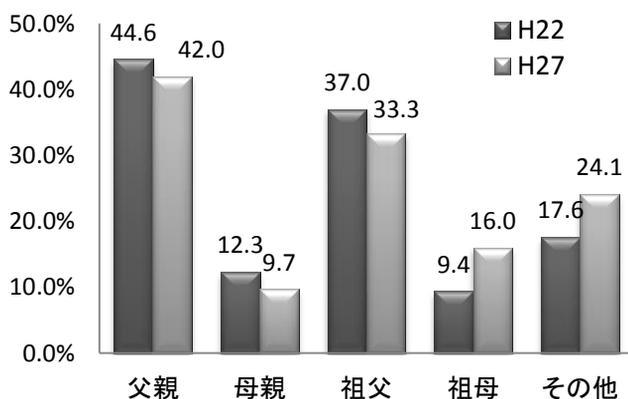
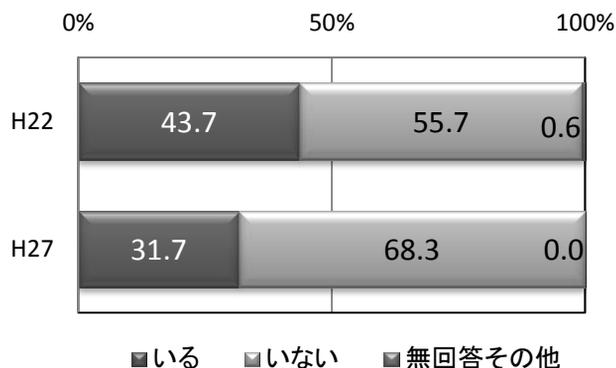


図13 家の中で喫煙する割合 (喫煙者がいる家庭)



安足健康福祉センター 健康対策課 栄養難病担当  
 電話:0284-41-5895  
 平成28年12月