

Ⅲ 調査結果（小・中学生）

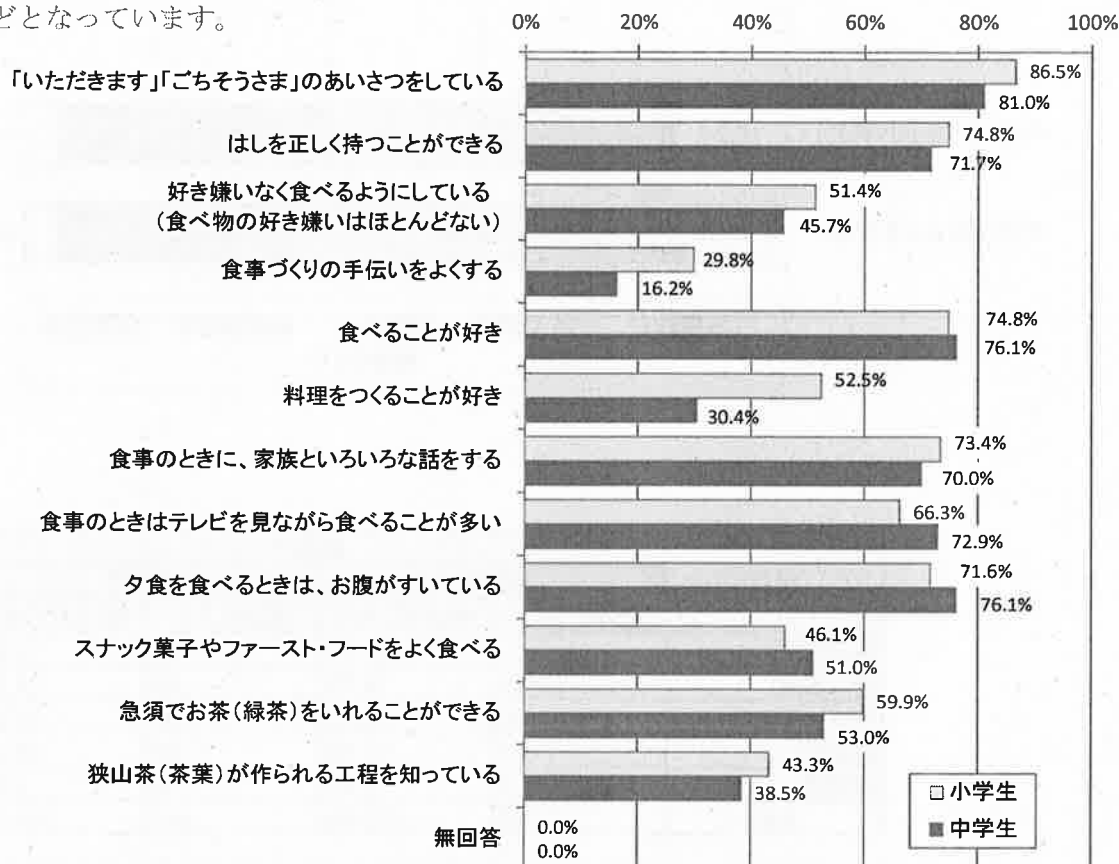
Ⅲ 調査結果（小・中学生）

1 食生活・栄養について

問1 あてはまるものに○をしてください（いくつでも○）

小中学生ともに、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている」がそれぞれ86.5%、81.0%と最も多くなっています。

小学生が中学生より比率の高い項目は「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている」、「はしを正しく持つことができる」、「好き嫌いなく食べるようにしている」、「食事づくりの手伝いをよくする」、「料理をつくるのが好き」、「食事のときに、家族といろいろな話をする」、「急須でお茶（緑茶）をいれることができる」「狭山茶（茶葉）が作られる工程を知っている」などであり、中学生の比率が高い項目は、「食事のときはテレビを見ながら食べることが多い」、「夕食を食べるときは、お腹がすいている」、「スナック菓子やファースト・フードをよく食べる」などとなっています。

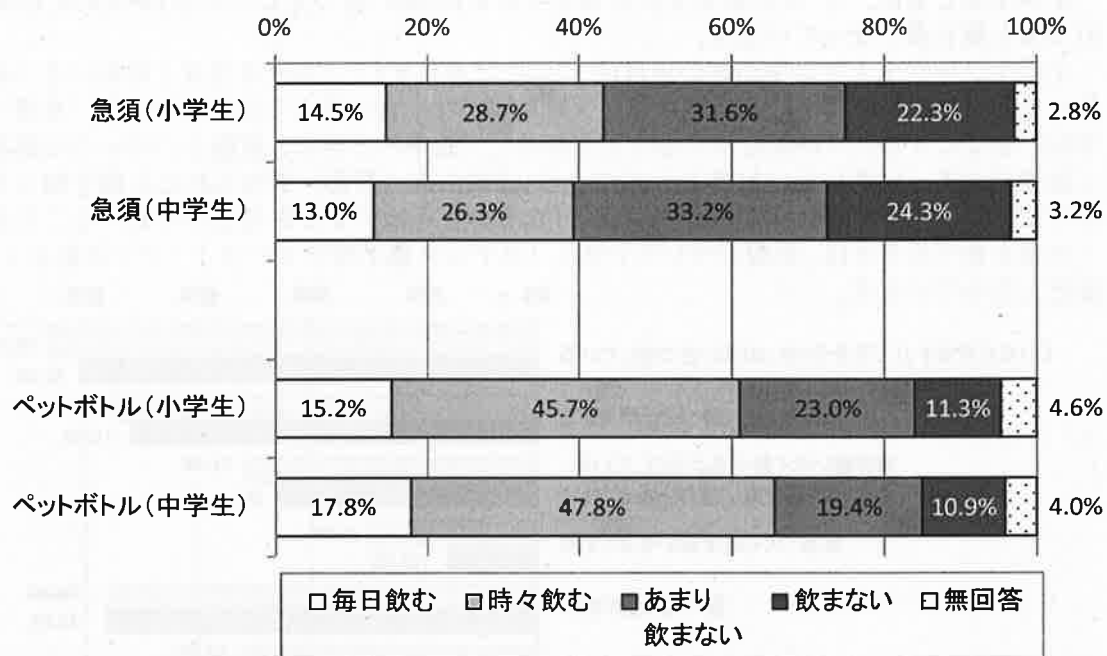


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしている	244	86.5%	200	81.0%
はしを正しく持つことができる	211	74.8%	177	71.7%
好き嫌いなく食べるようにしている (食べ物の好き嫌いほとんどない)	145	51.4%	113	45.7%
食事づくりの手伝いをよくする	84	29.8%	40	16.2%
食べるのが好き	211	74.8%	188	76.1%
料理をつくるのが好き	148	52.5%	75	30.4%
食事のときに、家族といろいろな話をする	207	73.4%	173	70.0%
食事のときはテレビを見ながら食べるが多い	187	66.3%	180	72.9%
夕食を食べるときは、お腹がすいている	202	71.6%	188	76.1%
スナック菓子やファースト・フードをよく食べる	130	46.1%	126	51.0%
急須でお茶(緑茶)をいれることができる	169	59.9%	131	53.0%
狭山茶(茶葉)が作られる工程を知っている	122	43.3%	95	38.5%
無回答	0	0.0%	0	0.0%
回答者数	282		247	

問2 ふだん、お茶（緑茶）を飲んでいますか。

急須では「あまり飲まない」が、小学生 31.6%、中学生 33.2%と最も多く、「飲まない」と合わせるとそれぞれ 53.9%、57.5%となり、急須で入れたお茶を飲まない人が多くなっています。

ペットボトルでは、「毎日飲む」と「時々飲む」を合わせると小学生が 60.9%、中学生が 65.6%となっています。

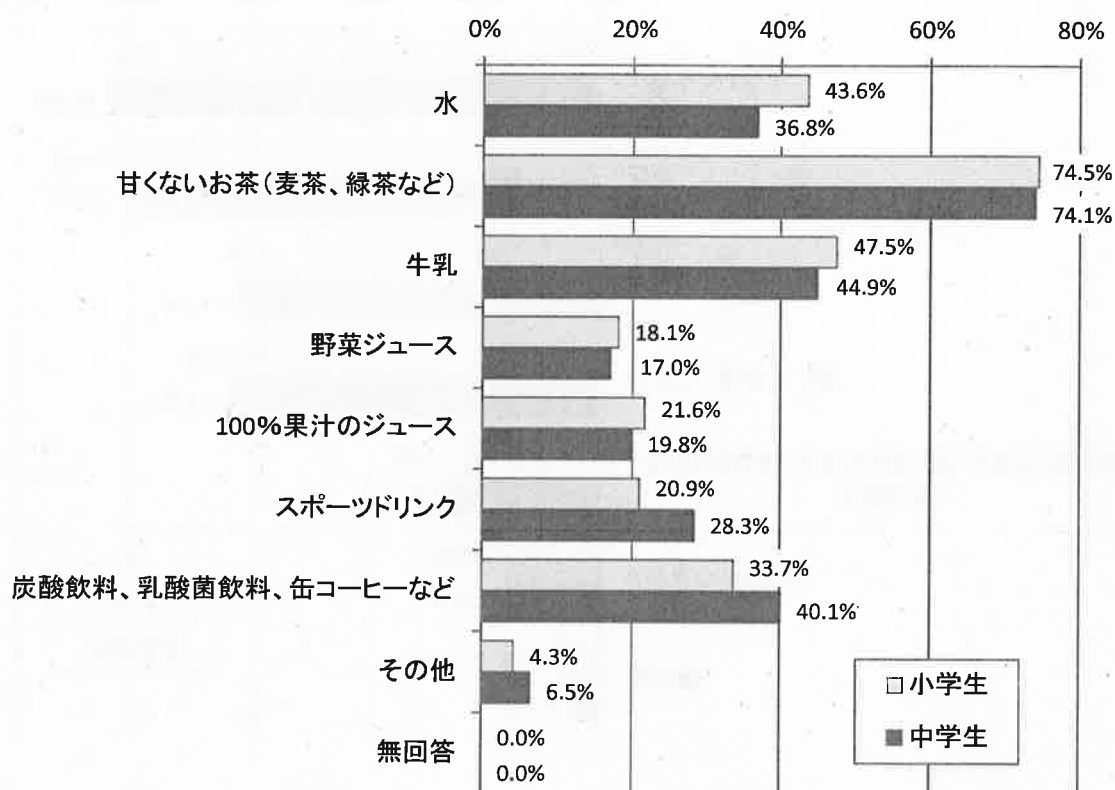


項目	急須			
	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
毎日飲む	41	14.5%	32	13.0%
時々飲む	81	28.7%	65	26.3%
あまり飲まない	89	31.6%	82	33.2%
飲まない	63	22.3%	60	24.3%
無回答	8	2.8%	8	3.2%
合計	282	100.0%	247	100.0%

項目	ペットボトル			
	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
毎日飲む	43	15.2%	44	17.8%
時々飲む	129	45.7%	118	47.8%
あまり飲まない	65	23.0%	48	19.4%
飲まない	32	11.3%	27	10.9%
無回答	13	4.6%	10	4.0%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問3 よく飲む飲み物は何ですか。(いくつでも○)

よく飲む飲み物は、小中学生ともに「甘くないお茶(麦茶、緑茶など)」が最も多く、小学生、中学生それぞれ 74.5%、74.1%となっています。次いで「牛乳」が 47.5%、44.9%、「水」が 43.6%、36.8%となっています。水と牛乳は、小学生のほうが中学生よりも飲む人の比率が高く、「炭酸飲料、乳酸菌飲料、缶コーヒー」や「スポーツドリンク」は逆に中学生のほうが比率が高くなっています。

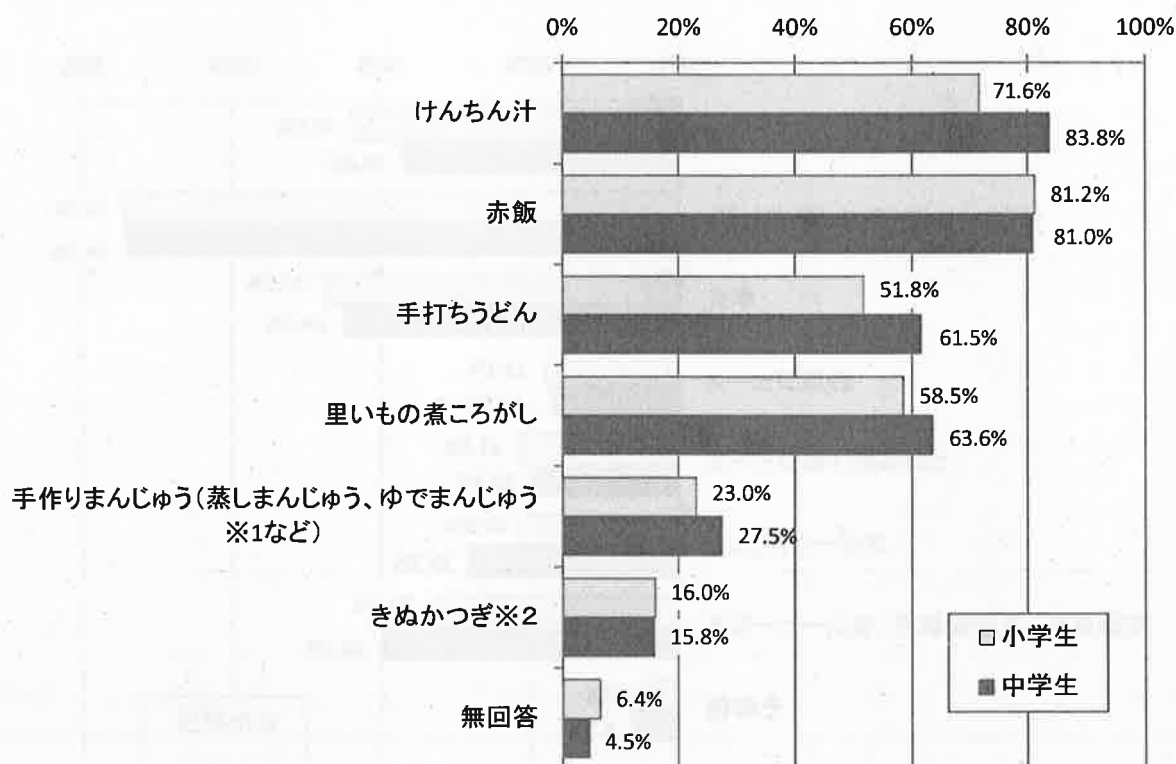


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
水	123	43.6%	91	36.8%
甘くないお茶(麦茶、緑茶など)	210	74.5%	183	74.1%
牛乳	134	47.5%	111	44.9%
野菜ジュース	51	18.1%	42	17.0%
100%果汁のジュース	61	21.6%	49	19.8%
スポーツドリンク	59	20.9%	70	28.3%
炭酸飲料、乳酸菌飲料、缶コーヒーなど	95	33.7%	99	40.1%
その他	12	4.3%	16	6.5%
無回答	0	0.0%	0	0.0%
回答者数	282		247	

問4 食べたことのある狭山市の郷土料理に○をしてください（いくつでも○）

小学生が食べたことのある狭山市の郷土料理は、「赤飯」81.2%と最も多く、次いで「けんちん汁」が71.6%、「里いもの煮ころがし」58.5%、「手打ちうどん」51.8%となっています。

中学生が食べたことのある狭山市の郷土料理は、「けんちん汁」が83.8%と最も多く、次いで「赤飯」81.0%、「里芋の煮ころがし」63.6%、「手打ちうどん」61.5%となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
けんちん汁	202	71.6%	207	83.8%
赤飯	229	81.2%	200	81.0%
手打ちうどん	146	51.8%	152	61.5%
里いもの煮ころがし	165	58.5%	157	63.6%
手作りまんじゅう(蒸しまんじゅう、ゆでまんじゅう※1など)	65	23.0%	68	27.5%
きぬかつぎ※2	45	16.0%	39	15.8%
無回答	18	6.4%	11	4.5%
回答者数	282		247	

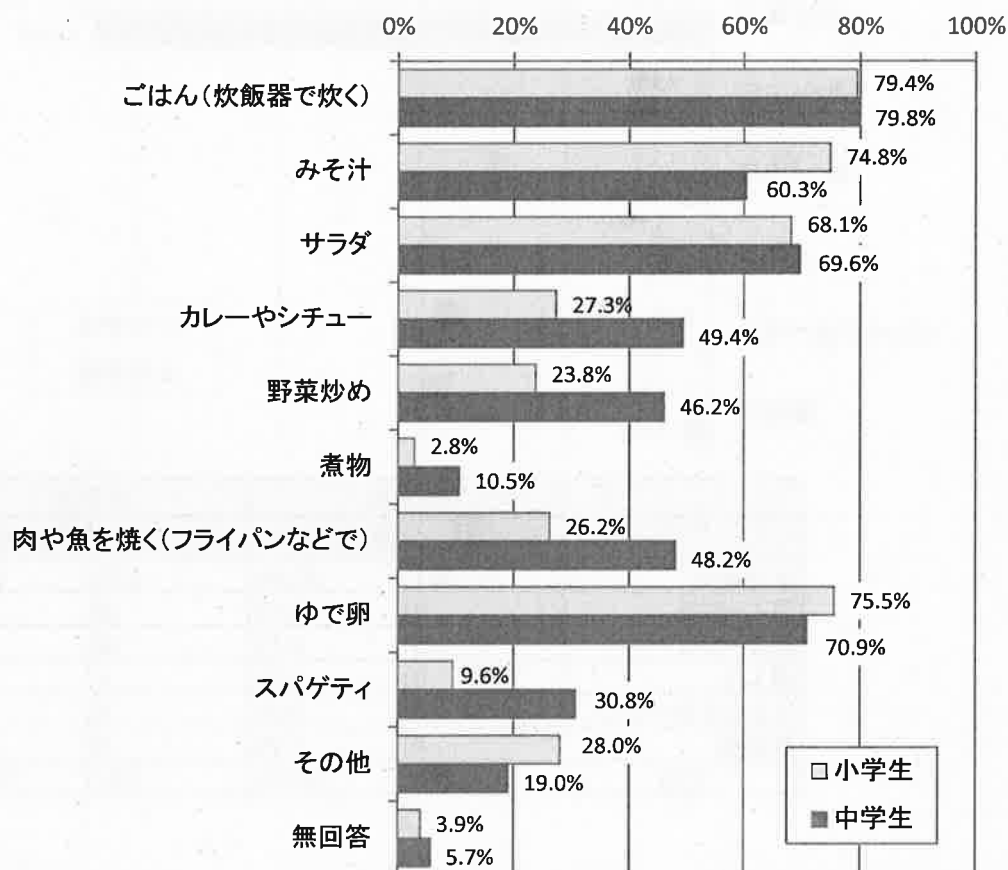
※1 小麦粉を湯でねった生地以小豆あんを包みゆでたもの

※2 里芋の子いもを皮ごとゆで（蒸し）たもの

問5 自分ひとりで作れる料理がありますか。(いくつでも○)

自分ひとりで作れる料理は、小中学生ともに最も多いのが「ごはん(炊飯器で炊く)」で、小学生79.4%、中学生79.8%となっており、「ゆで卵」が75.5%、70.9%で続きます。

また、「みそ汁」については、小学生74.8%、中学生60.3%と小学生のほうが高い割合ですが、それ以外の「カレーやシチュー」、「野菜炒め」、「煮物」、「肉や魚を焼く(フライパンなどで)」、「スパゲティ」などについては、中学生が小学生を大きく上回っており、自分で作れる料理のバリエーションが増えていることがうかがえます。

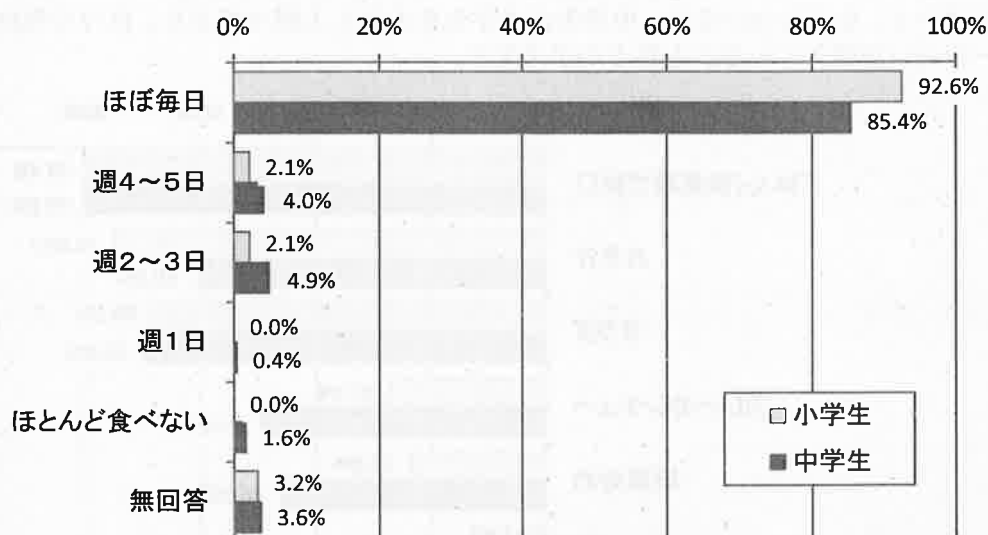


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
ごはん(炊飯器で炊く)	224	79.4%	197	79.8%
みそ汁	211	74.8%	149	60.3%
サラダ	192	68.1%	172	69.6%
カレーやシチュー	77	27.3%	122	49.4%
野菜炒め	67	23.8%	114	46.2%
煮物	8	2.8%	26	10.5%
肉や魚を焼く(フライパンなどで)	74	26.2%	119	48.2%
ゆで卵	213	75.5%	175	70.9%
スパゲティ	27	9.6%	76	30.8%
その他	79	28.0%	47	19.0%
無回答	11	3.9%	14	5.7%
回答者数	282		247	

問6 朝食を週に何日くらい食べますか（ひとつに○）

朝食を週に何日くらい食べるかについては、小学生も中学生も「ほぼ毎日」が最も多く、それぞれ92.6%、85.4%となっています。

週2～3日以下は、小学生では2.1%ですが、中学生では4.9%となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
ほぼ毎日	261	92.6%	211	85.4%
週4～5日	6	2.1%	10	4.0%
週2～3日	6	2.1%	12	4.9%
週1日	0	0.0%	1	0.4%
ほとんど食べない	0	0.0%	4	1.6%
無回答	9	3.2%	9	3.6%
合計	282	100.0%	247	100.0%

【「②週4～5日」、「③週2～3日」、「④週1日」に○をした人】→食べない日がある理由はなんですか？（いくつでも○）

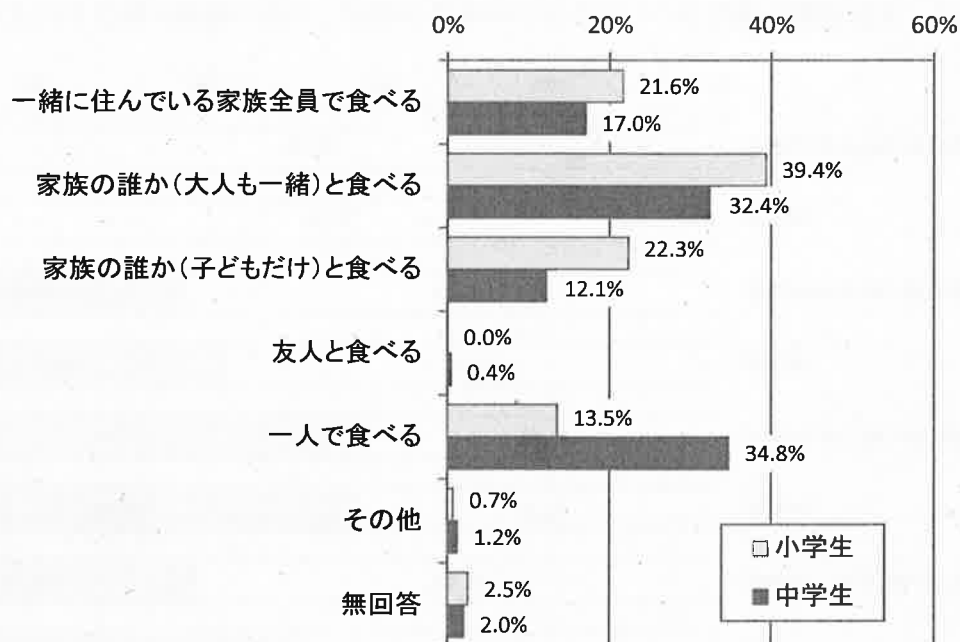
朝食を食べない日がある理由は、小学生では「食欲がない」が8人と最も多く、次いで「時間がない」4人となっています。中学生では、「時間がない」が12人と最も多く、次いで「起きる時間がおそい」7人、「食欲がない」6人となっています。

区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
時間がない	4	33.3%	12	52.2%
食欲がない	8	66.7%	6	26.1%
太りたくない	1	8.3%	1	4.3%
用意されていない	0	0.0%	2	8.7%
食べる習慣がない	1	8.3%	1	4.3%
起きる時間がおそい	1	8.3%	7	30.4%
その他	2	16.7%	7	30.4%
無回答	1	8.3%	1	4.3%
回答者数	12		23	

問7 朝食は、誰と食べることが多いですか。（ひとつに○）

朝食を誰と食べるかについては、小学生では「家族の誰か（大人も一緒）と食べる」が39.4%と最も多く、次いで「家族の誰か（子どもだけ）と食べる」22.3%、「一緒に住んでいる家族全員で食べる」21.6%となっています。また、「一人で食べる」が13.5%となっています。

中学生については、「一人で食べる」割合が小学生の2.5倍の34.8%で最多となり、次いで「家族の誰か（大人も一緒）と食べる」32.4%、「一緒に住んでいる家族全員で食べる」17.0%、「家族の誰か（子どもだけ）と食べる」12.1%となっています。

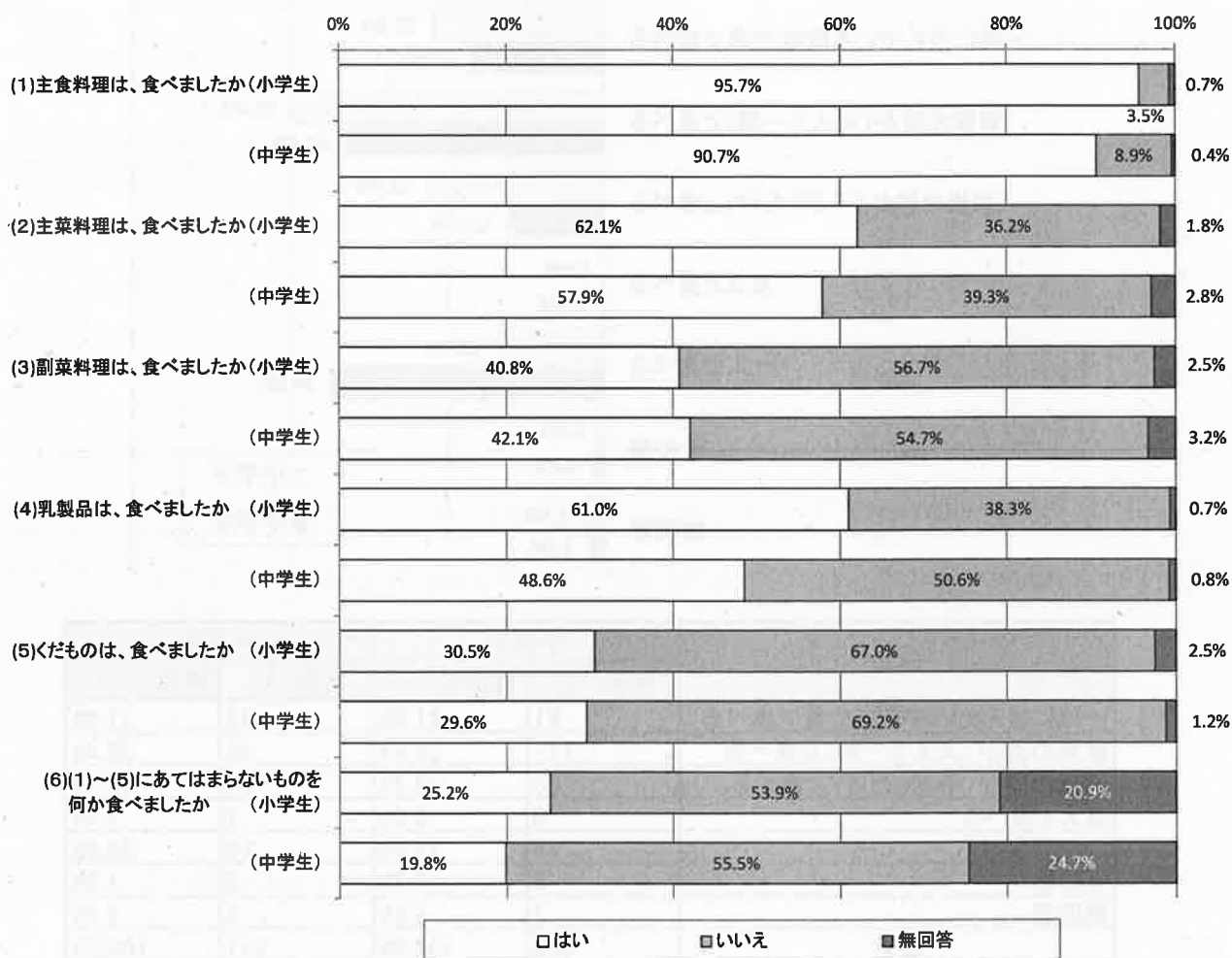


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
一緒に住んでいる家族全員で食べる	61	21.6%	42	17.0%
家族の誰か(大人も一緒)と食べる	111	39.4%	80	32.4%
家族の誰か(子どもだけ)と食べる	63	22.3%	30	12.1%
友人と食べる	0	0.0%	1	0.4%
一人で食べる	38	13.5%	86	34.8%
その他	2	0.7%	3	1.2%
無回答	7	2.5%	5	2.0%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問8 きょうの朝食で食べたものについてお聞きます。（あてはまるものに○）

小中学生ともに最も多かったのは主食料理で小学生 95.7%、中学生 90.7%、次いで主菜料理 62.1%、57.9%、乳製品 61.0%、48.6%、副菜料理 40.8%、42.1%、くだもの 30.5%、29.6%となっています。

エネルギー源である主食料理は9割以上が食べているものの、体をつくるたんぱく質が豊富な材料が中心の主菜料理や乳製品を食べているのは5～6割、体の調子を整えるビタミンやミネラル、食物繊維などが豊富な材料が中心の副菜料理を食べているのが約4割であり、成長期であると同時に、生活習慣の基礎がつけられる小中学生の現在と今後の健康が懸念されます。



区分	はい(人)	いいえ(人)	無回答(人)	合計(人)
(1)主食料理は、食べましたか(小学生)	270	10	2	282
(1)主食料理は、食べましたか(中学生)	224	22	1	247
(2)主菜料理は、食べましたか(小学生)	175	102	5	282
(2)主菜料理は、食べましたか(中学生)	143	97	7	247
(3)副菜料理は、食べましたか(小学生)	115	160	7	282
(3)副菜料理は、食べましたか(中学生)	104	135	8	247
(4)乳製品は、食べましたか(小学生)	172	108	2	282
(4)乳製品は、食べましたか(中学生)	120	125	2	247
(5)くだものは、食べましたか(小学生)	86	189	7	282
(5)くだものは、食べましたか(中学生)	73	171	3	247
(6)(1)～(5)にあてはまらないものを何か食べましたか(小学生)	71	152	59	282
(6)(1)～(5)にあてはまらないものを何か食べましたか(中学生)	49	137	61	247

【問8(1)～(5)で「①はい」(あてはまらない人)と答えた人に何を食べましたか。】
(いくつでも○)

小中学生ともに、「コーヒー、紅茶、ウーロン茶など」が最も多く、小学生 25.4%、中学生 32.7%、次いで「緑茶」19.7%、26.5%、「くだものや野菜の100%ジュース・スムージー」18.3%、18.4%と飲み物が上位になっています。

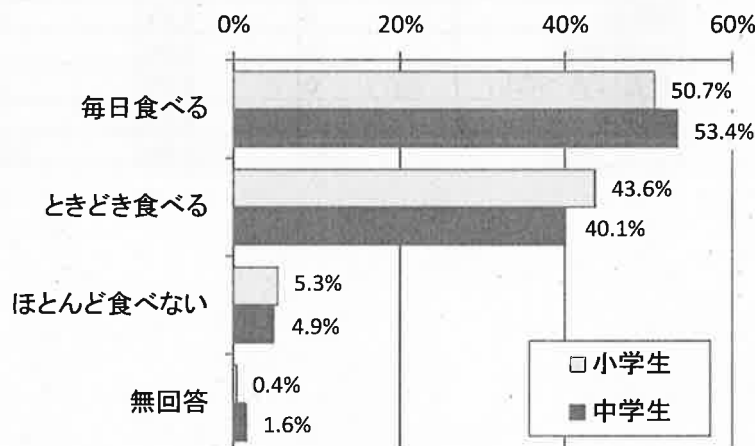
コーンフレーク・シリアル 11.3%、10.2%、お菓子 5.6%、8.2%は、主食料理の代替えとなっていることも予想されます。

区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
(1)コーンフレーク・シリアル	8	11.3%	5	10.2%
(2)お菓子	4	5.6%	4	8.2%
(3)緑茶	14	19.7%	13	26.5%
(4)コーヒー、紅茶、ウーロン茶など	18	25.4%	16	32.7%
(5)くだものや野菜の100%ジュース・スムージー	13	18.3%	9	18.4%
(6)スポーツドリンク	1	1.4%	3	6.1%
(3)～(6)以外の甘い飲み物	4	5.6%	3	6.1%
無回答	4	5.6%	0	0.0%
回答者数	71		49	

問9 家で副菜料理(野菜、海そう、きのこ、いもが中心の料理)を食べますか。
(ひとつに○)

家で副菜料理(野菜、海そう、きのこ、いもが中心の料理)を食べるかについて、小学生では、「毎日食べる」が50.7%と最も多く、次いで「ときどき食べる」が43.6%となっています。

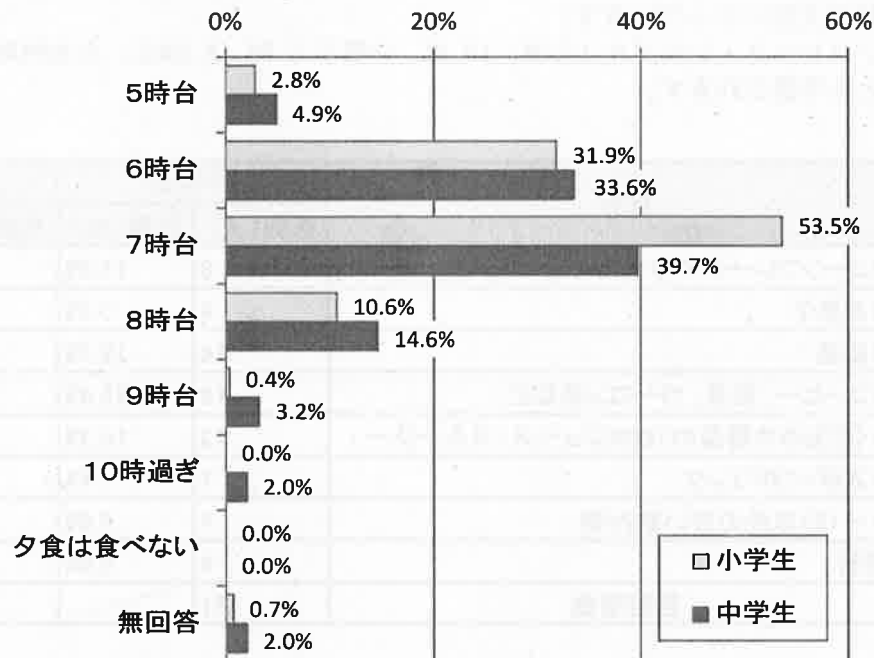
中学生では、「毎日食べる」が小学生よりもやや増えて53.4%となり、「ときどき食べる」はやや減って40.1%となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
毎日食べる	143	50.7%	132	53.4%
ときどき食べる	123	43.6%	99	40.1%
ほとんど食べない	15	5.3%	12	4.9%
無回答	1	0.4%	4	1.6%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問10 夕食は何時ごろに食べますか（ひとつに○）

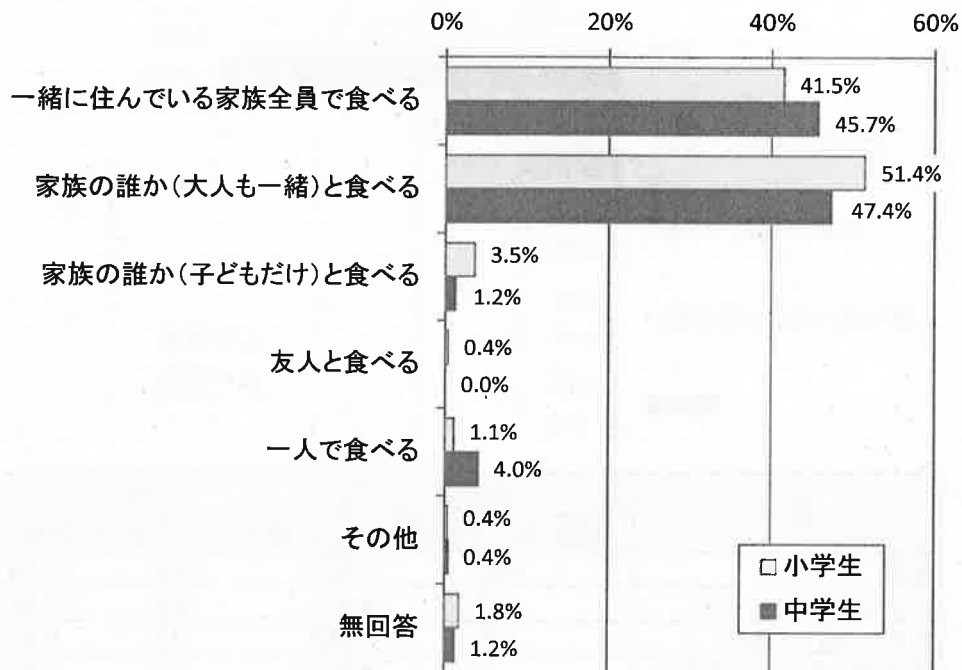
夕食を食べる時間は、小中学生とも「7時台」が最も多く、小学生 53.5%、中学生 39.7%、次いで「6時台」31.9%、33.6%、「8時台」10.6%、14.6%となっています。「9時台」以降はほとんどが中学生で5.2%です。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
5時台	8	2.8%	12	4.9%
6時台	90	31.9%	83	33.6%
7時台	151	53.5%	98	39.7%
8時台	30	10.6%	36	14.6%
9時台	1	0.4%	8	3.2%
10時過ぎ	0	0.0%	5	2.0%
夕食は食べない	0	0.0%	0	0.0%
無回答	2	0.7%	5	2.0%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問11 夕食は、誰と食べることが多いですか（ひとつに○）

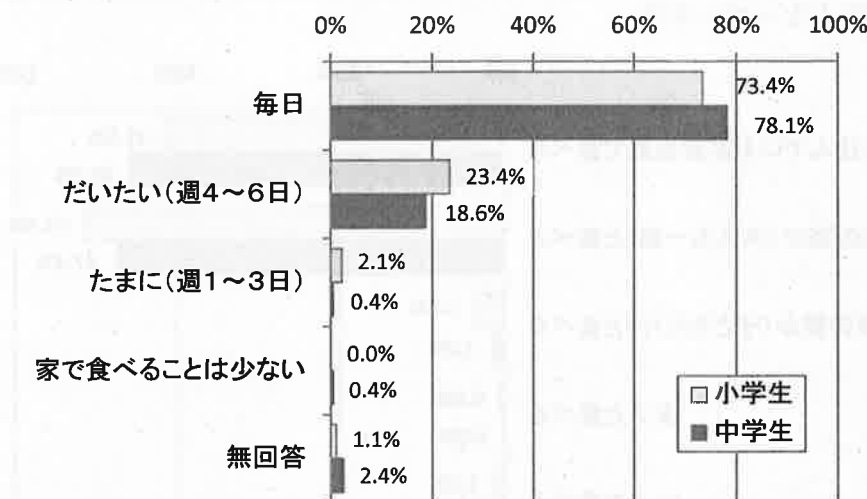
夕食を誰と食べるかについては、「家族の誰か（大人も一緒）と食べる」が、小学生で 51.4%、中学生で 47.4%と最も多く、次いで「一緒に住んでいる家族全員で食べる」が小学生で 41.5%、中学生で 45.7%となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
一緒に住んでいる家族全員で食べる	117	41.5%	113	45.7%
家族の誰か(大人も一緒)と食べる	145	51.4%	117	47.4%
家族の誰か(子どもだけ)と食べる	10	3.5%	3	1.2%
友人と食べる	1	0.4%	0	0.0%
一人で食べる	3	1.1%	10	4.0%
その他	1	0.4%	1	0.4%
無回答	5	1.8%	3	1.2%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問12 夕食は、家で食べますか（ひとつに○）

小中学生とも、家で夕食を「毎日」食べる人が最も多く、小学生で 73.4%、中学生で 78.1% となっています。次いで「だいたい（週4～6日）」が、小学生 23.4%、中学生 18.6%です。

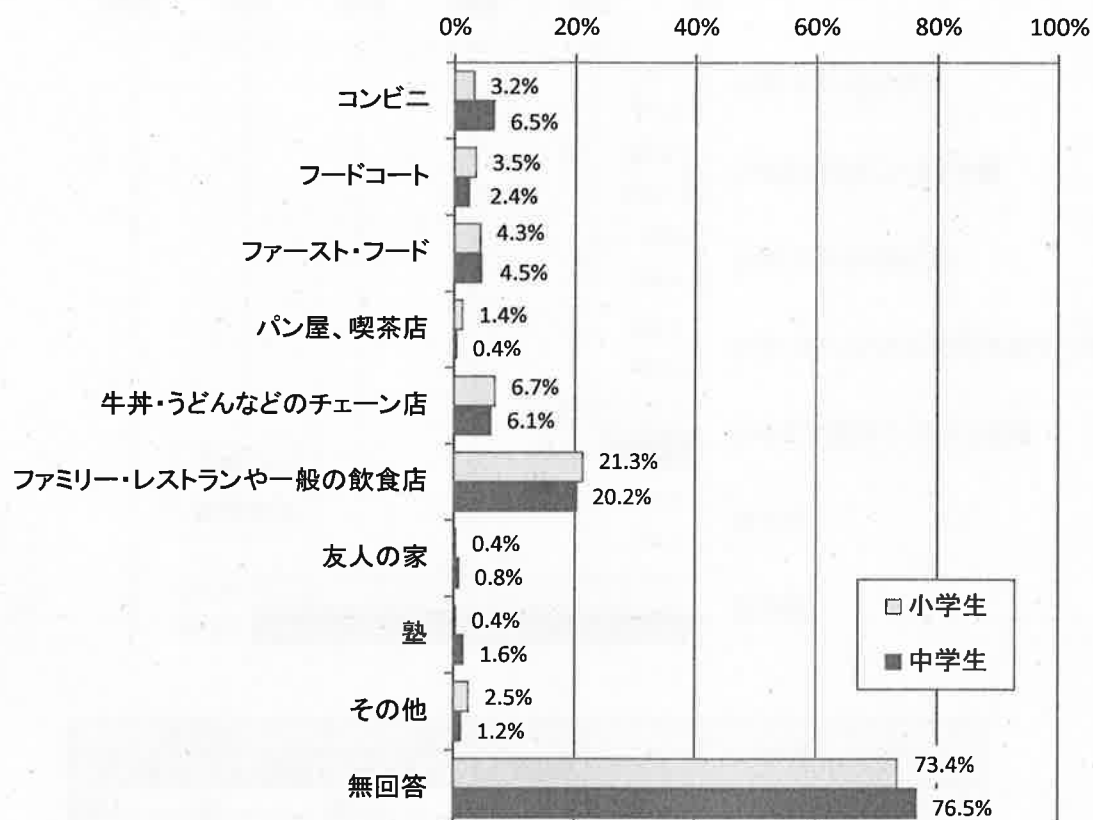


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
毎日	207	73.4%	193	78.1%
だいたい(週4～6日)	66	23.4%	46	18.6%
たまに(週1～3日)	6	2.1%	1	0.4%
家で食べることは少ない	0	0.0%	1	0.4%
無回答	3	1.1%	6	2.4%
合計	282	100.0%	247	100.0%

【家で食べない時はどこで食べますか。】（良く行くところをいくつか選んでも可）

家で食べない時に行くところでもっとも多いのは「ファミリー・レストランや一般の飲食店」で、小学生が21.3%、中学生は20.2%となっています。

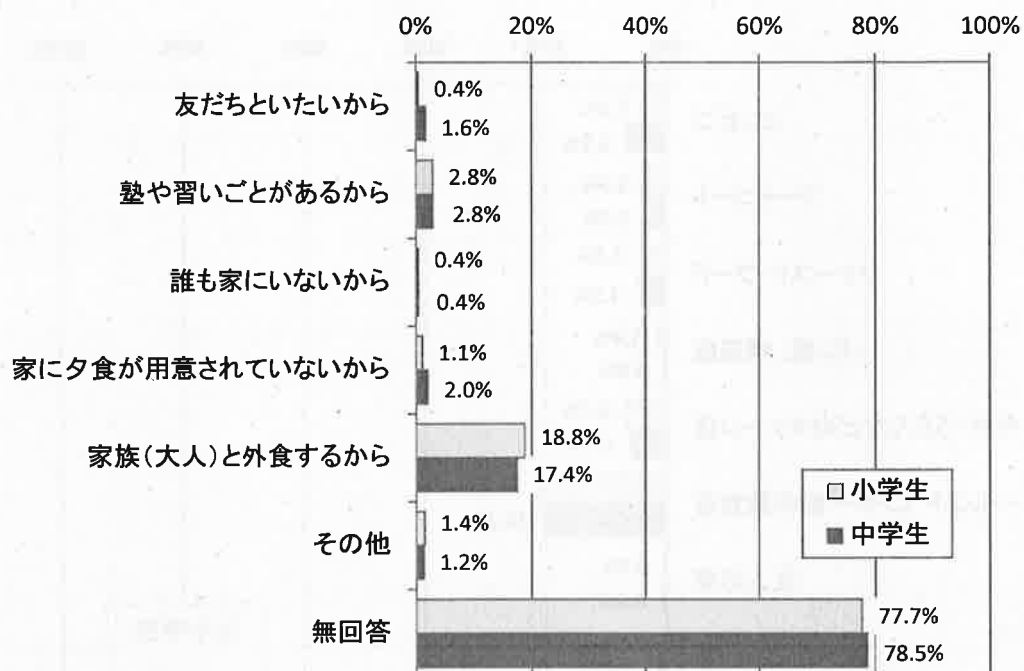
また「コンビニ」は中学生が小学生の2倍の割合となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
コンビニ	9	3.2%	16	6.5%
フードコート	10	3.5%	6	2.4%
ファースト・フード	12	4.3%	11	4.5%
パン屋、喫茶店	4	1.4%	1	0.4%
牛丼・うどんなどのチェーン店	19	6.7%	15	6.1%
ファミリー・レストランや一般の飲食店	60	21.3%	50	20.2%
友人の家	1	0.4%	2	0.8%
塾	1	0.4%	4	1.6%
その他	7	2.5%	3	1.2%
無回答	207	73.4%	189	76.5%
回答者数	282		247	

【家で食べないのはなぜですか。】（いくつでも○）

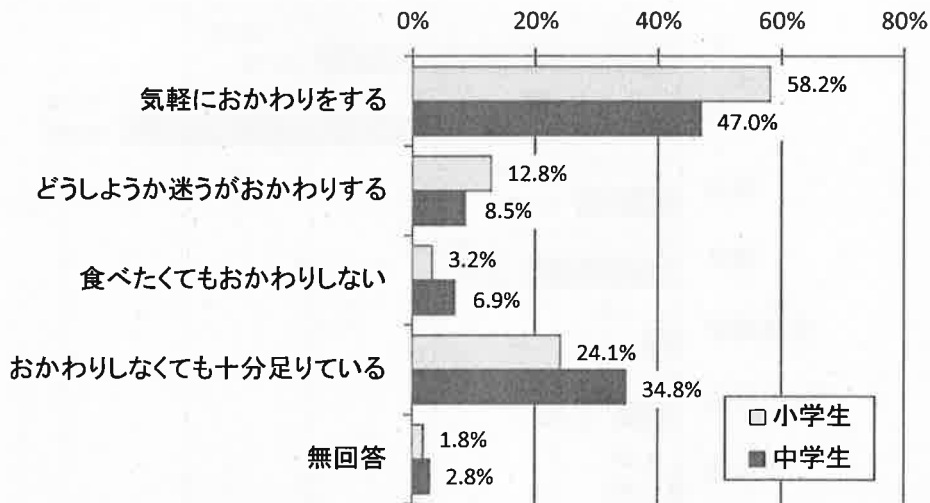
家で食べない理由は、「家族（大人）と外食するから」が小学生 18.8%、中学生 17.4%で、それぞれ最も多くなっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
友だちといたいから	1	0.4%	4	1.6%
塾や習いごとがあるから	8	2.8%	7	2.8%
誰も家にいないから	1	0.4%	1	0.4%
家に夕食が用意されていないから	3	1.1%	5	2.0%
家族(大人)と外食するから	53	18.8%	43	17.4%
その他	4	1.4%	3	1.2%
無回答	219	77.7%	194	78.5%
回答者数	282		247	

問13 学校の給食で自分がおかわりしたいときどうしますか（ひとつに○）

学校の給食で自分がおかわりしたいとき、「気軽におかわりをする」小学生は58.2%、中学生は47.0%で、最も多い回答となっています。次いで「おかわりしなくても十分足りている」が、それぞれ24.1%、34.8%、「どうしようか迷うがおかわりする」12.8%、8.5%です。「食べたくてもおかわりしない」中学生の割合は、小学生の2倍です。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
気軽におかわりをする	164	58.2%	116	47.0%
どうしようか迷うがおかわりする	36	12.8%	21	8.5%
食べたくてもおかわりしない	9	3.2%	17	6.9%
おかわりしなくても十分足りている	68	24.1%	86	34.8%
無回答	5	1.8%	7	2.8%
合計	282	100.0%	247	100.0%

【「②どうしようか迷うがおかわりする」、「③食べたくてもおかわりしない」と答えた人にそれはなぜですか】（いくつでも○）

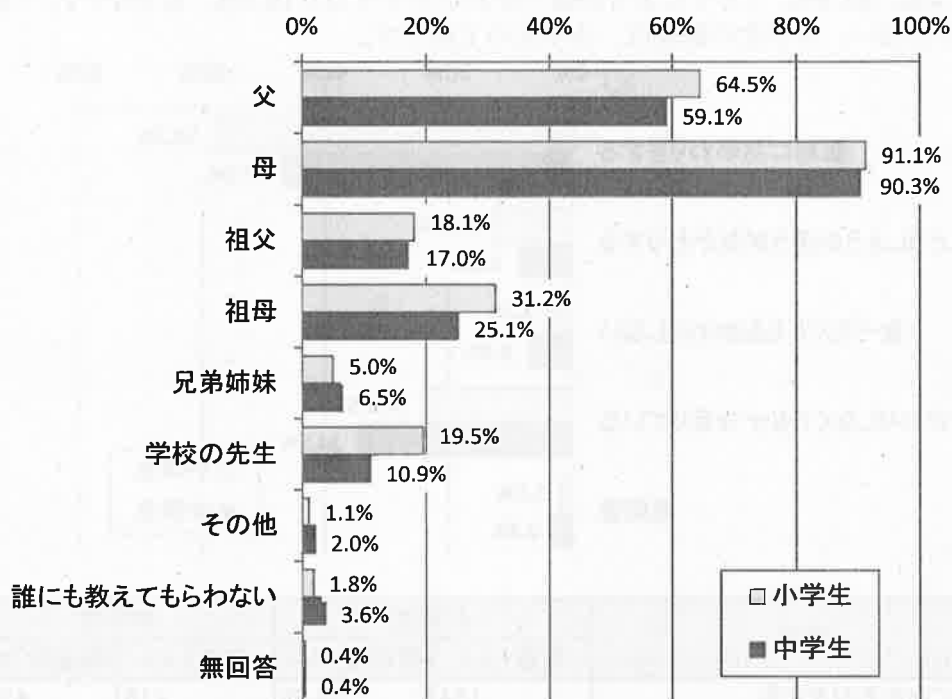
小学生では、「太りたくないから」が37.8%と最も多く、次いで「時間がないから」17.8%、「はずかしいから」15.6%となっています。中学生では、「時間がないから」が34.2%と最も多く、次いで「太りたくないから」31.6%、「はずかしいから」21.1%の順となっています。

区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
太りたくないから	17	37.8%	12	31.6%
時間がないから	8	17.8%	13	34.2%
はずかしいから	7	15.6%	8	21.1%
その他	5	11.1%	8	21.1%
無回答	15	33.3%	3	7.9%
回答者数	45		38	
非該当	237		209	
合計	282		247	

※「比率(%)」は回答者数に対する実数の割合

問14 食事のマナーはだれが教えてくれますか（いくつでも○）

食事のマナーを教えてくれるのは、小中学生とも「母」が最も多く、小学生 91.1%、中学生 90.3%です。次いで多いのは「父」で、それぞれ 64.5%、59.1%となっています。



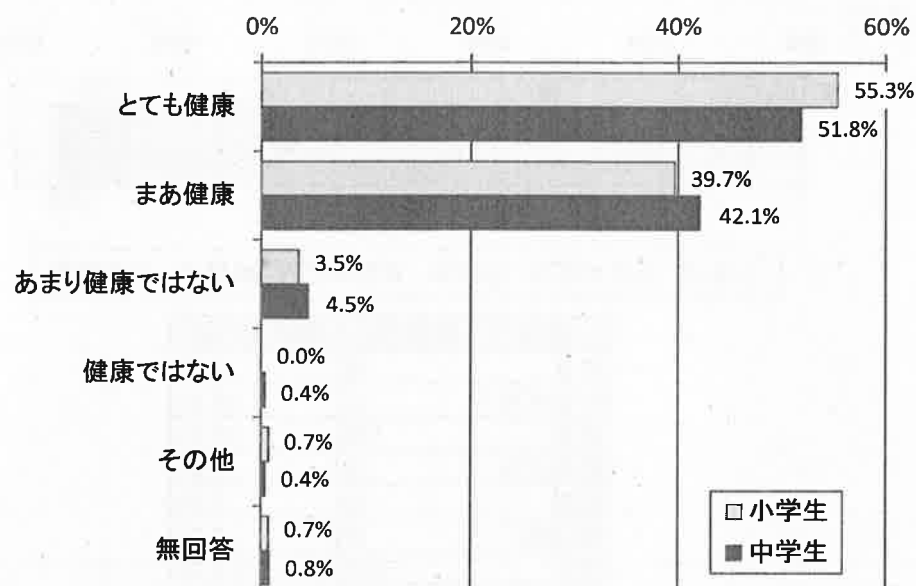
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
父	182	64.5%	146	59.1%
母	257	91.1%	223	90.3%
祖父	51	18.1%	42	17.0%
祖母	88	31.2%	62	25.1%
兄弟姉妹	14	5.0%	16	6.5%
学校の先生	55	19.5%	27	10.9%
その他	3	1.1%	5	2.0%
誰にも教えてもらわない	5	1.8%	9	3.6%
無回答	1	0.4%	1	0.4%
回答者数	282		247	

2 健康状態などについて

問15 現在の自分の健康状態をどう思いますか。(ひとつに○)

小学生では、「とても健康」が55.3%と最も多く、「まあ健康」の39.7%を合わせると9割以上の人が健康と回答しています。また、「あまり健康ではない」は3.5%となっています。

中学生は「とても健康」が51.8%と最も多く、「まあ健康」の42.1%を合わせると9割以上の人が健康と回答しています。また、「あまり健康ではない」は4.5%となっています。



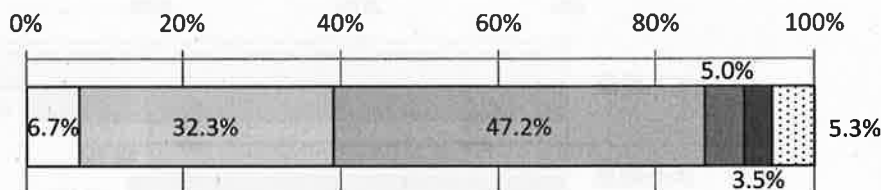
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
とても健康	156	55.3%	128	51.8%
まあ健康	112	39.7%	104	42.1%
あまり健康ではない	10	3.5%	11	4.5%
健康ではない	0	0.0%	1	0.4%
その他	2	0.7%	1	0.4%
無回答	2	0.7%	2	0.8%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問16 今の身長と体重、あなたがなりたい体重（良いと思う体重）を教えてください。

【小学生】

◆今の身長と体重◆

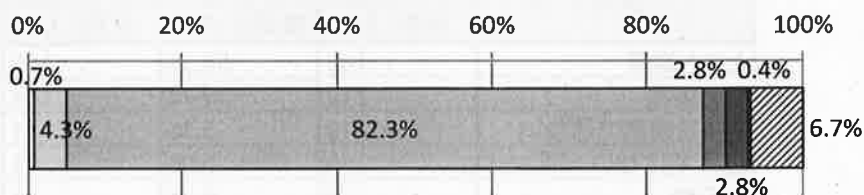
今の身長と体重からローレル指数を算出すると、「正常」の47.2%が最も多く、次いで「やせぎみ」32.3%、「やせ」6.7%となっています。また、「肥満ぎみ」は5.0%、「肥満」は3.5%となっています。



□やせ □やせぎみ ■正常 ■肥満ぎみ ■肥満 □無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
やせ	19	6.7%
やせぎみ	91	32.3%
正常	133	47.2%
肥満ぎみ	14	5.0%
肥満	10	3.5%
無回答	15	5.3%
合計	282	100.0%

学校保健統計調査方式による肥満度判定方法(※)では、82.3%の人は「正常」で、「やせ」「高度やせ」は合わせて5.0%、「軽度」～「高度」までの「肥満」は6.0%となっています。



□高度やせ □やせ ■正常 ■軽度肥満 ■中等度肥満 □高度肥満 □無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
高度やせ	2	0.7%
やせ	12	4.3%
正常	232	82.3%
軽度肥満	8	2.8%
中等度肥満	8	2.8%
高度肥満	1	0.4%
無回答	19	6.7%
合計	282	100.0%

※学校保健統計調査方式

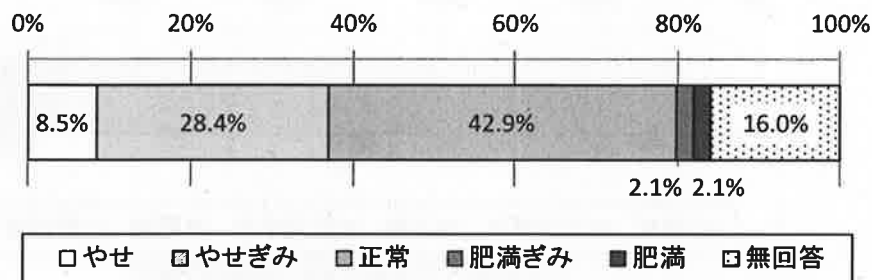
肥満度 = (実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)) / 身長別標準体重 (kg)

判定	やせ傾向 -20%以下		普通	肥満傾向 20%以上		
	高度やせ	軽度やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-30%超 -20%以下	-20%超～ +20%未満	+20%以上 +30%未満	+30%以上 +50%未満	+50%以上

◆なりたい体重◆

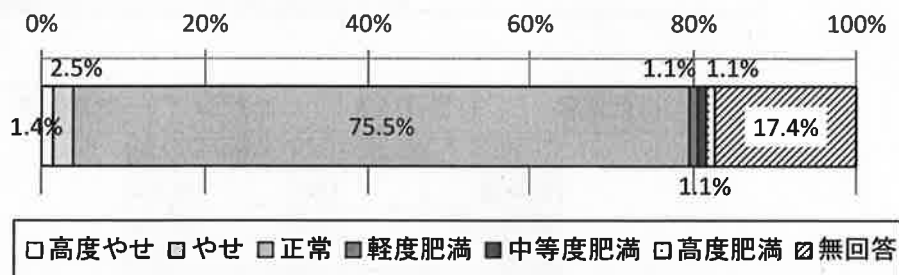
今の身長とあなたがなりたい体重からローレル指数を算出すると、「正常」の42.9%が最も多く、次いで「やせぎみ」28.4%、「やせ」8.5%となっています。

また、「肥満ぎみ」、「肥満」が同数の2.1%となっています。



区分	実数(人)	構成比(%)
やせ	24	8.5%
やせぎみ	80	28.4%
正常	121	42.9%
肥満ぎみ	6	2.1%
肥満	6	2.1%
無回答	45	16.0%
合計	282	100.0%

学校保健統計調査方式による肥満度判定方法（※22 頁参照）では、75.5%の人は「正常」を望み、「やせ」「高度やせ」は合わせて3.9%、「軽度」～「高度」までの「肥満」は3.3%となっています。

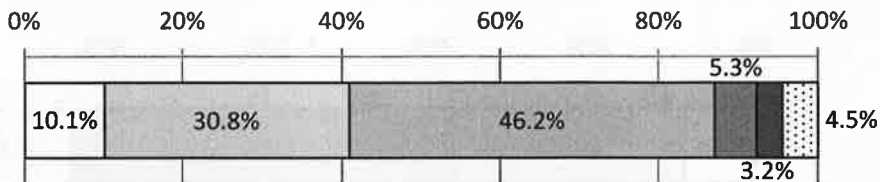


区分	実数(人)	構成比(%)
高度やせ	4	1.4%
やせ	7	2.5%
正常	213	75.5%
軽度肥満	3	1.1%
中等度肥満	3	1.1%
高度肥満	3	1.1%
無回答	49	17.4%
合計	282	100.0%

【中学生】

◆今の身長と体重◆

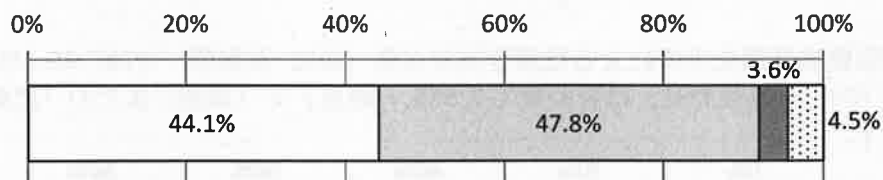
今の身長と体重からローレル指数を算出すると、「正常」の46.2%が最も多く、次いで「やせぎみ」30.8%、「やせ」10.1%となっています。また、「肥満ぎみ」5.3%「肥満」3.2%となっています。



□やせ □やせぎみ ■正常 ■肥満ぎみ ■肥満 □無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
やせ	25	10.1%
やせぎみ	76	30.8%
正常	114	46.2%
肥満ぎみ	13	5.3%
肥満	8	3.2%
無回答	11	4.5%
合計	247	100.0%

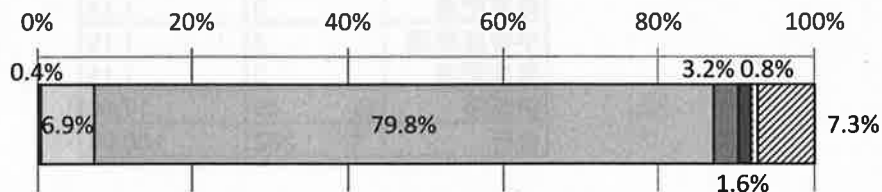
今の身長と体重からBMIを算出すると、「普通体重」が47.8%、「低体重」が44.1%、「肥満」が3.6%となっています。



□低体重 □普通体重 ■肥満 □無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
低体重	109	44.1%
普通体重	118	47.8%
肥満	9	3.6%
無回答	11	4.5%
合計	247	100.0%

学校保健統計調査方式による肥満度判定方法（※22頁参照）では、79.8%の人は「正常」で、「やせ」「高度やせ」は合わせて7.3%、「軽度」～「高度」までの「肥満」は5.6%となっています。

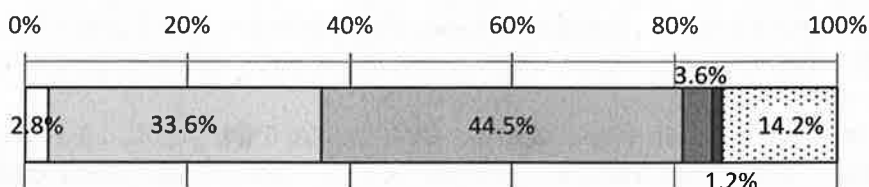


□高度やせ □やせ ■正常 ■軽度肥満 ■中等度肥満 □高度肥満 □無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
高度やせ	1	0.4%
やせ	17	6.9%
正常	197	79.8%
軽度肥満	8	3.2%
中等度肥満	4	1.6%
高度肥満	2	0.8%
無回答	18	7.3%
合計	247	100.0%

◆なりたい体重◆

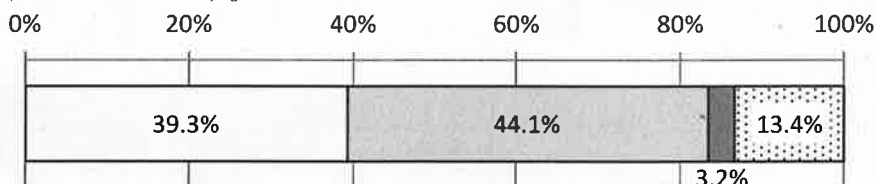
今の身長となりたい体重からローレル指数を算出すると、「正常」の44.5%が最も多く、次いで「やせぎみ」33.6%となっています。



□ やせ □ やせぎみ □ 正常 ■ 肥満ぎみ ■ 肥満 □ 無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
やせ	7	2.8%
やせぎみ	83	33.6%
正常	110	44.5%
肥満ぎみ	9	3.6%
肥満	3	1.2%
無回答	35	14.2%
合計	247	100.0%

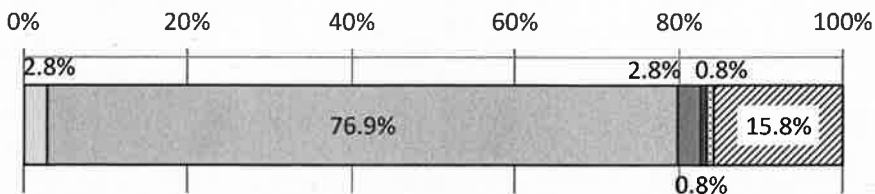
今の身長となりたい体重からBMIを算出すると、「普通体重」が44.1%、「低体重」が39.3%、「肥満」が3.2%となっています。



□ 低体重 □ 普通体重 ■ 肥満 □ 無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
低体重	97	39.3%
普通体重	109	44.1%
肥満	8	3.2%
無回答	33	13.4%
合計	247	100.0%

学校保健統計調査方式による肥満度判定方法（※22 頁参照）では、76.9%の人は「正常」を望み、「高度やせ」はゼロ、「やせ」が2.8%、「軽度」～「高度」までの「肥満」は4.4%となっています。



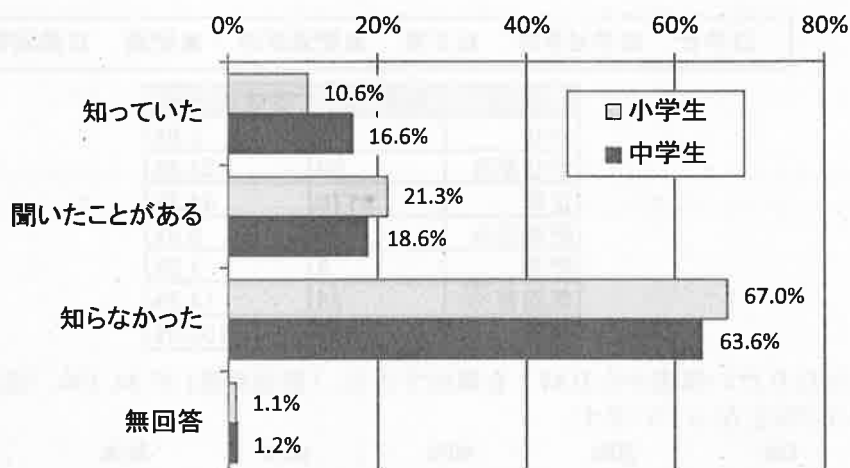
□ 高度やせ □ やせ □ 正常 ■ 軽度肥満 ■ 中等度肥満 □ 高度肥満 ▨ 無回答

区分	実数(人)	構成比(%)
高度やせ	0	0.0%
やせ	7	2.8%
正常	190	76.9%
軽度肥満	7	2.8%
中等度肥満	2	0.8%
高度肥満	2	0.8%
無回答	39	15.8%
合計	247	100.0%

問17 ダイエットをしすぎて栄養不足が続いていると、低体重の赤ちゃんが生まれやすくなることを知っていましたか。（ひとつに○）

栄養不足が続いていると、低体重の赤ちゃんが生まれやすくなることを「知っていた」は、小学生 10.6%、中学生 16.6%であり、「聞いたことがある」は、小学生で 21.3%、中学生で 18.6%となっています。

一方、「知らなかった」小学生は 67.0%、中学生は 63.6%と、ともに最も多く、問 16 で、なりたい体重に「やせ」が相当数いることから、まずは、正しい知識の周知が重要と思われます。



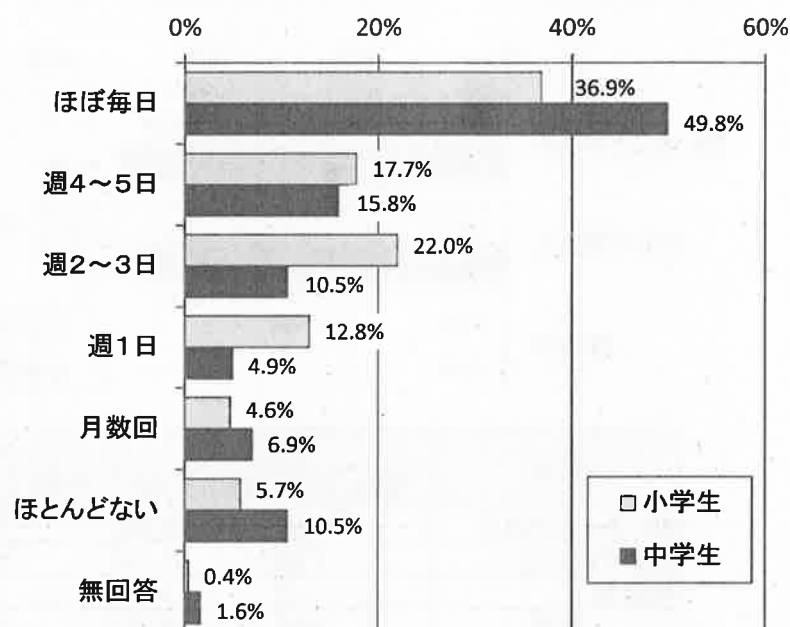
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
知っていた	30	10.6%	41	16.6%
聞いたことがある	60	21.3%	46	18.6%
知らなかった	189	67.0%	157	63.6%
無回答	3	1.1%	3	1.2%
合計	282	100.0%	247	100.0%

3 身体活動・運動について

問18 学校の授業以外に30分以上の運動（体を動かす遊びも含みます）やスポーツをしますか。（ひとつに○）

30 分以上の運動やスポーツをするかについては、小学生、中学生とも「ほぼ毎日」が最も多く、「週4～5日」をあわせると小学生 54.6%、中学生 65.6%となっています。

また、「月数回」と「ほとんどない」を合わせると、小学生 10.3%、中学生 17.4%となっています。

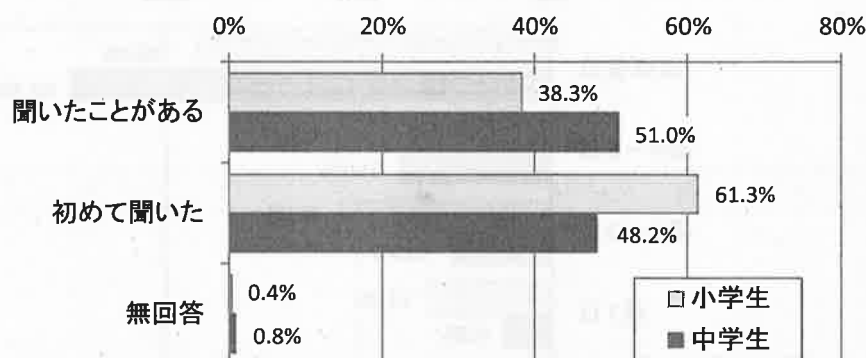


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
ほぼ毎日	104	36.9%	123	49.8%
週4～5日	50	17.7%	39	15.8%
週2～3日	62	22.0%	26	10.5%
週1日	36	12.8%	12	4.9%
月数回	13	4.6%	17	6.9%
ほとんどない	16	5.7%	26	10.5%
無回答	1	0.4%	4	1.6%
合計	282	100.0%	247	100.0%

4 喫煙・飲酒について

問19 たばこは、がんなどさまざまな病気に関係しています。たばこの煙などを長い間吸い込んだために起こる肺の病気で、2020年までに全世界の死亡する原因の第3位になると言われている「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を、あなたは聞いたことがありますか（ひとつに○）

COPDという病気を聞いたことがある人は、小学生で38.3%、中学生では51.0%と半数を超えています。また、「初めて聞いた」小学生は61.3%、中学生は48.2%でした。

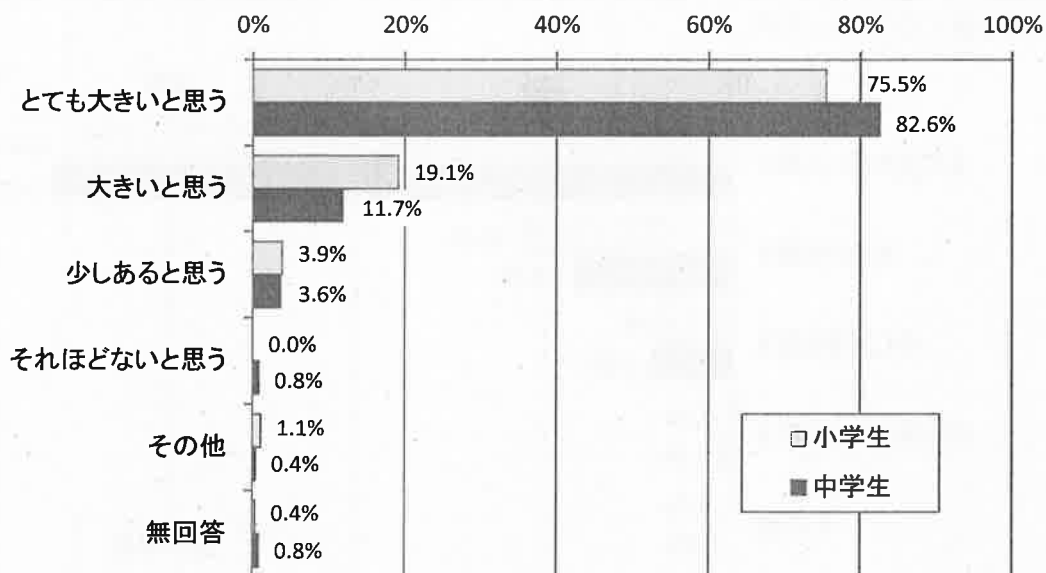


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
聞いたことがある	108	38.3%	126	51.0%
初めて聞いた	173	61.3%	119	48.2%
無回答	1	0.4%	2	0.8%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問20 たばこが人の健康に与える害の大きさについて、あなたはどのように思いますか。
(ひとつに○)

たばこが人の健康に与える害の大きさについて、小学生では「とても大きいと思う」が75.5%と最も多くなっています。「大きいと思う」の19.1%と合わせると94.6%の人が健康に与える害が大きいと回答しています。また、「少しあると思う」は3.9%となっています。

中学生では、たばこが人の健康に与える害の大きさについて、「とても大きいと思う」が82.6%で、「大きいと思う」と合わせると94.3%の人が健康に与える害が大きいと回答しており、小学生とほぼ同じです。また、「少しあると思う」は3.6%、小学生にはなかった「それほどないと思う」が中学生では0.8%います。

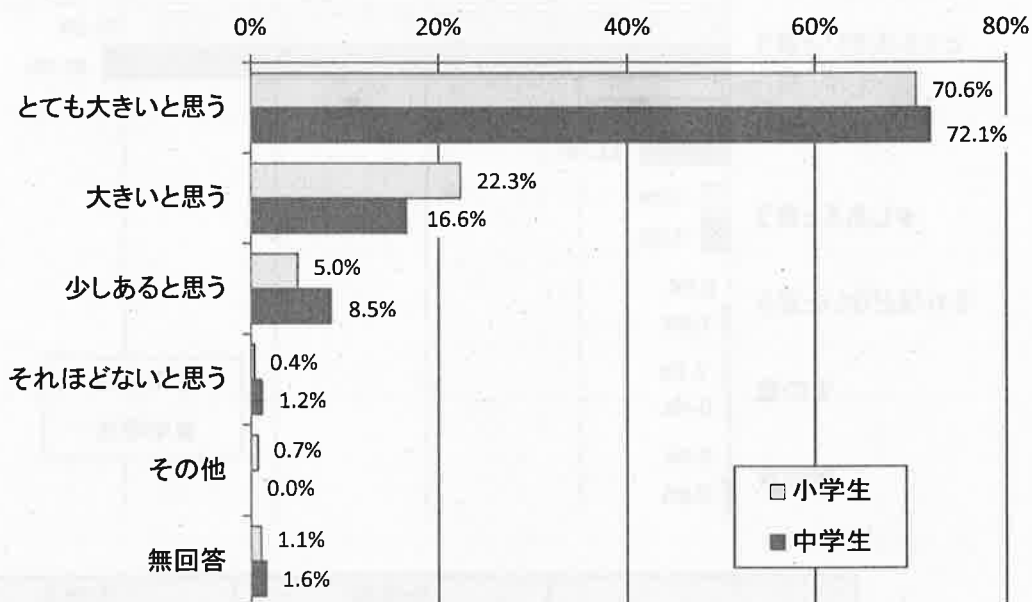


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
とても大きいと思う	213	75.5%	204	82.6%
大きいと思う	54	19.1%	29	11.7%
少しあると思う	11	3.9%	9	3.6%
それほどないと思う	0	0.0%	2	0.8%
その他	3	1.1%	1	0.4%
無回答	1	0.4%	2	0.8%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問21 未成年の飲酒は、短い期間で脳や内臓を傷めたり、アルコール依存を起こすことがわかっています。飲酒が、未成年の健康に与える害の大きさについて、あなたはどのように思いますか。（ひとつに○）

飲酒が、未成年の健康に与える害について、小学生は「とても大きいと思う」が70.6%、「大きいと思う」22.3%と合わせると92.9%の人が健康に与える害が大きいと回答しています。また、「少しあると思う」と「それほどないと思う」を合わせると5.4%となっています。

中学生では、飲酒が、未成年の健康に与える害について、「とても大きいと思う」が72.1%、「大きいと思う」の16.6%と合わせると88.7%の人が健康に与える害が大きいと回答し、小学生に比べやや低くなっており、逆に「少しあると思う」と「それほどないと思う」を合わせると9.7%と高くなっています。



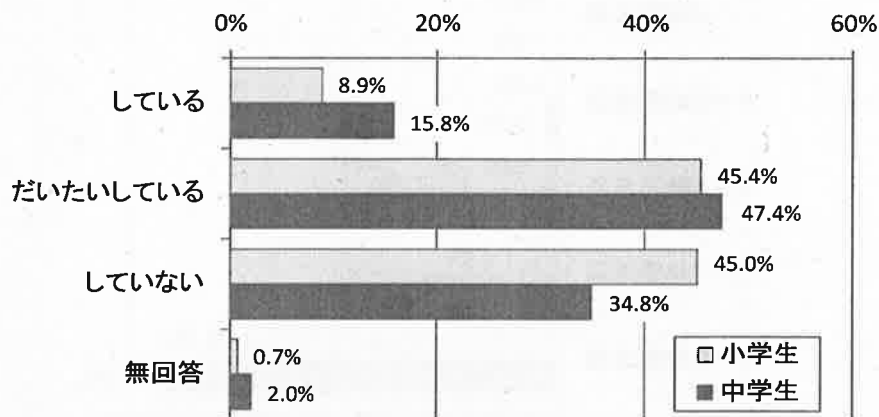
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
とても大きいと思う	199	70.6%	178	72.1%
大きいと思う	63	22.3%	41	16.6%
少しあると思う	14	5.0%	21	8.5%
それほどないと思う	1	0.4%	3	1.2%
その他	2	0.7%	0	0.0%
無回答	3	1.1%	4	1.6%
合計	282	100.0%	247	100.0%

5 歯の健康について

問22 1日1回は十分な時間（10分くらい）をかけてていねいに歯をみがいていますか。
（ひとつに○）

十分な時間をかけてていねいに歯をみがいているかについて、小学生では「だいたいしている」が45.4%と最も多く、「している」の8.9%と合わせると5割以上の人が1日1回は十分な時間をかけてていねいに歯をみがいていると回答し、「していない」は、45.0%となっています。

中学生でも「だいたいしている」が47.4%と最も多く、「している」15.8%と合わせると6割以上の人が1日1回は十分な時間をかけてていねいに歯をみがいていると回答し、「していない」は34.8%となっており、中学生の方が歯の衛生についての意識が高いことがうかがえます。



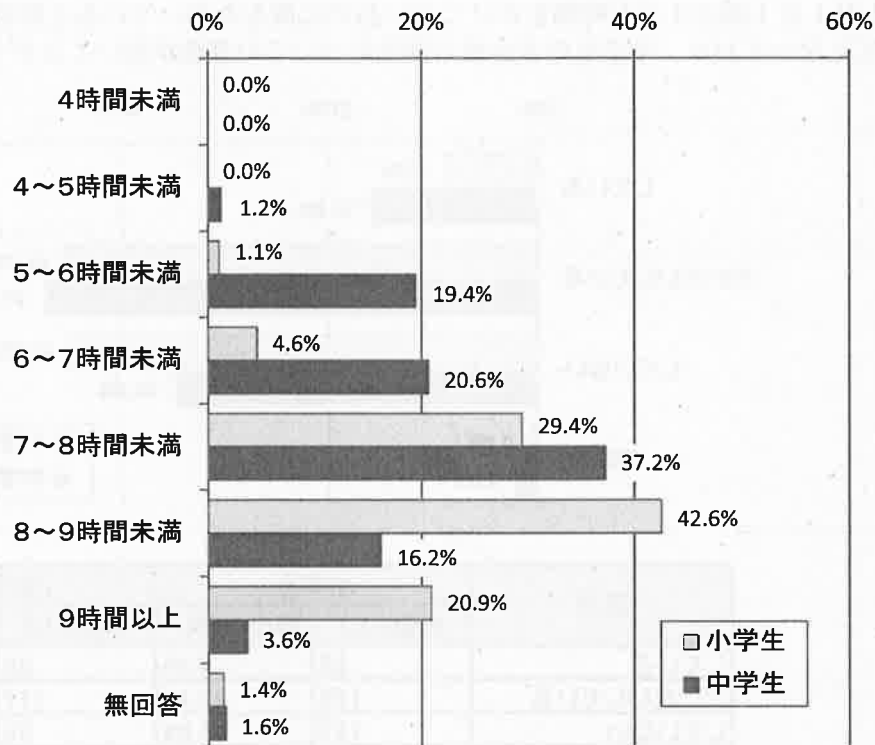
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
している	25	8.9%	39	15.8%
だいたいしている	128	45.4%	117	47.4%
していない	127	45.0%	86	34.8%
無回答	2	0.7%	5	2.0%
合計	282	100.0%	247	100.0%

6 休養・こころの健康について

問23 ふだん、睡眠時間はどのくらいですか。(ひとつに○)

ふだんの睡眠時間について小学生では「8～9時間未満」が42.6%と最も多く、次いで「7～8時間未満」29.4%、「9時間以上」20.9%となっています。

中学生では全体的にやや少なくなり、「7～8時間未満」が37.2%、次いで「6～7時間未満」20.6%、「5～6時間未満」19.4%、「8～9時間未満」16.2%となっています。

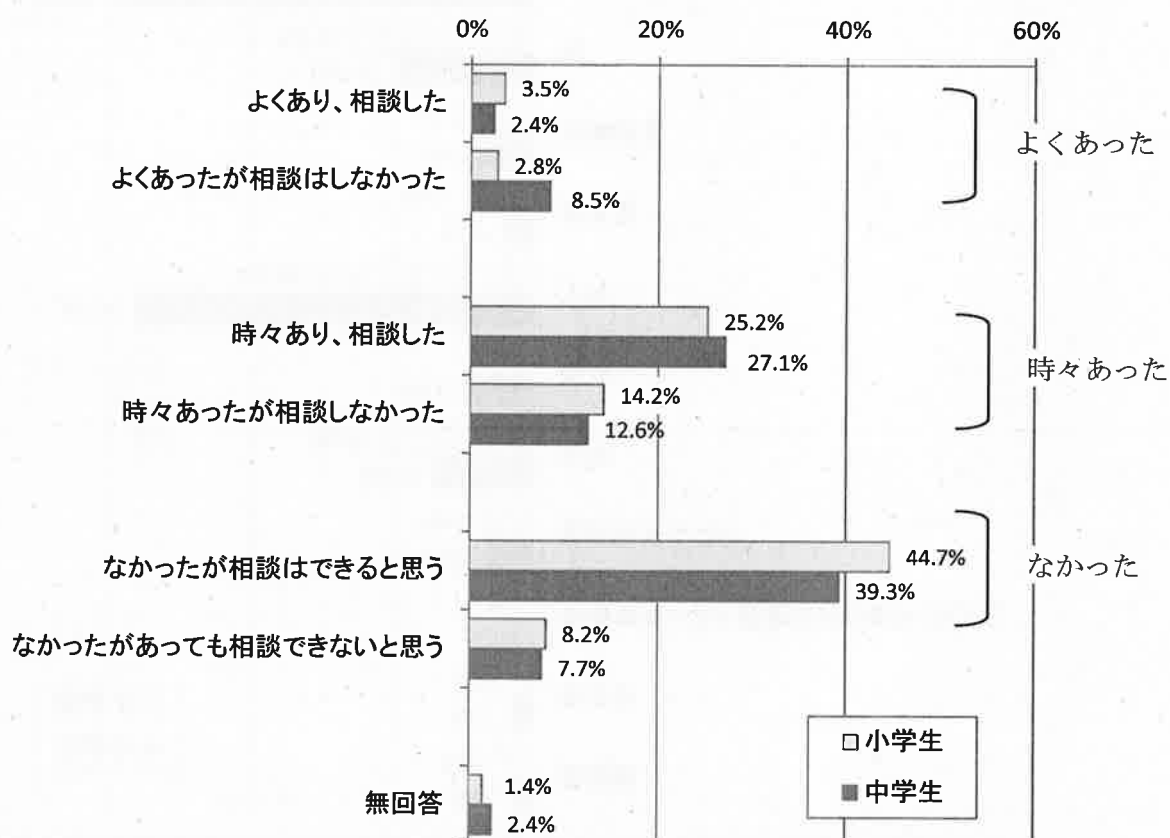


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
4時間未満	0	0.0%	0	0.0%
4～5時間未満	0	0.0%	3	1.2%
5～6時間未満	3	1.1%	48	19.4%
6～7時間未満	13	4.6%	51	20.6%
7～8時間未満	83	29.4%	92	37.2%
8～9時間未満	120	42.6%	40	16.2%
9時間以上	59	20.9%	9	3.6%
無回答	4	1.4%	4	1.6%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問24 これまでに気分が落ち込んだり、ひどく不安になったり好きなことにも興味や楽しみが持てなかったことがありますか。また、その時、誰かに相談しましたか。(ひとつに○)

気分が落ち込んだり、ひどく不安になったりしたことなどがあったかについては、「よくあった」は小学生 6.3%、中学生 10.9%、「ときどきあった」は、それぞれ 39.4%、39.7%、「なかった」は 52.9%、47.0%でした。

ほぼ全ての場合で、誰かに「相談した」、または「相談できると思う」人は、「相談しなかった」、または「相談できないと思う」人よりも多くなっていますが、中学生の「よくあった」人については、「相談しなかった」人の方が多くなっています。

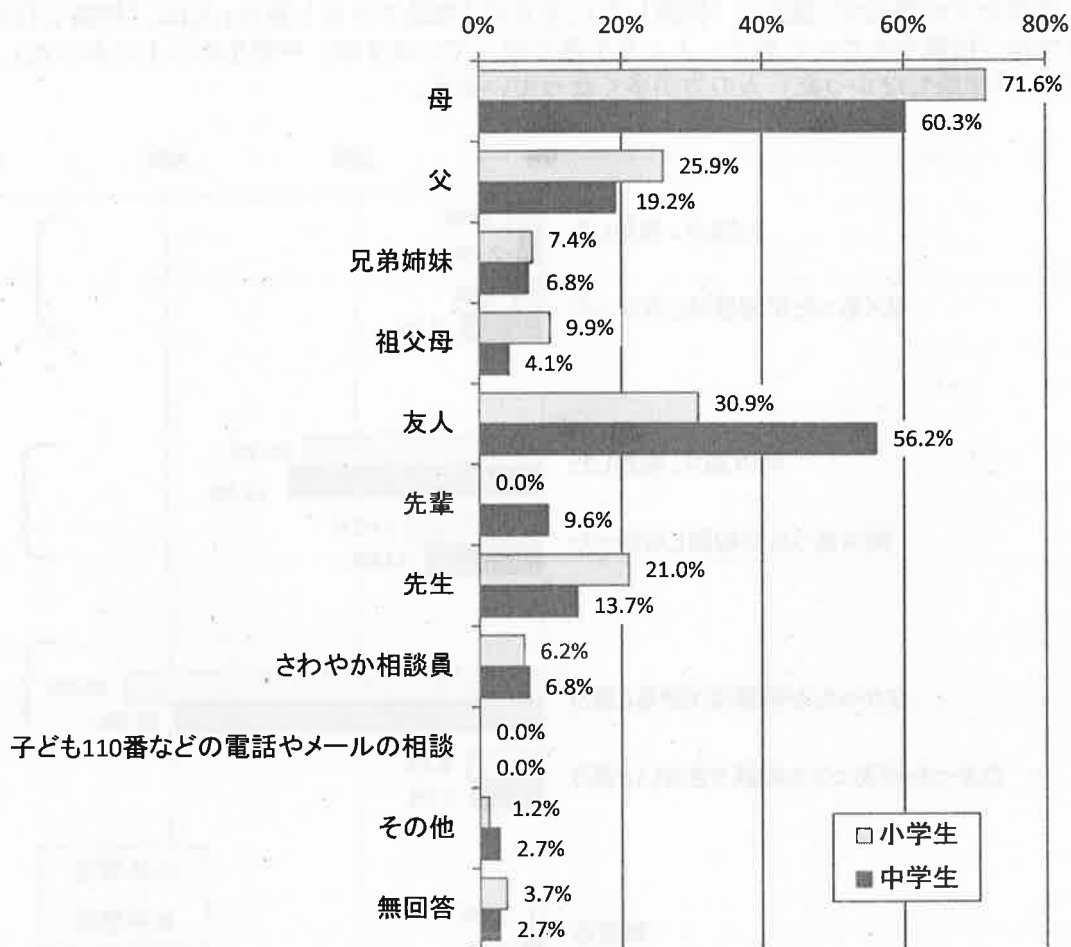


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
よくあり、相談した	10	3.5%	6	2.4%
よくあったが相談はしなかった	8	2.8%	21	8.5%
時々あり、相談した	71	25.2%	67	27.1%
時々あったが相談しなかった	40	14.2%	31	12.6%
なかったが相談はできると思う	126	44.7%	97	39.3%
なかったがあっても相談できないと思う	23	8.2%	19	7.7%
無回答	4	1.4%	6	2.4%
合計	282	100.0%	247	100.0%

【「①よくあり、相談した」、「②時々あり、相談した」と答えた人に】→ 誰に相談しましたか。

誰に相談したかについては、小学生では「母」が 71.6%と圧倒的に多く、次いで「友人」30.9%、「父」25.9%、「先生」21.0%となっています。

中学生でも、「母」は 60.3%で最多ですが、「友人」も 56.2%と多くなっており、友人との関係が強まっていると推測されます。また、「父」19.2%、「先生」は 13.7%です。



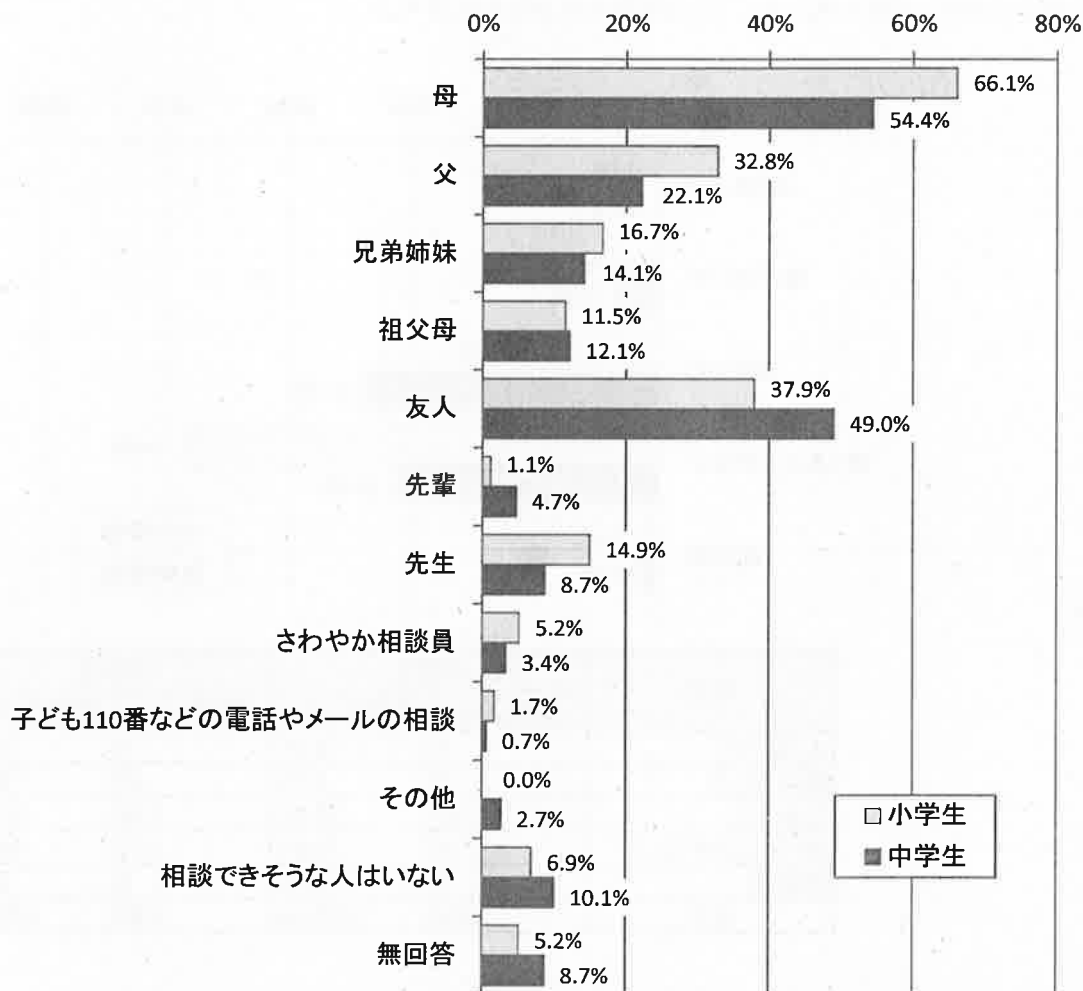
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
母	58	71.6%	44	60.3%
父	21	25.9%	14	19.2%
兄弟姉妹	6	7.4%	5	6.8%
祖父母	8	9.9%	3	4.1%
友人	25	30.9%	41	56.2%
先輩	0	0.0%	7	9.6%
先生	17	21.0%	10	13.7%
さわやか相談員	5	6.2%	5	6.8%
子ども110番などの電話やメールの相談	0	0.0%	0	0.0%
その他	1	1.2%	2	2.7%
無回答	3	3.7%	2	2.7%
回答者数	81		73	
非該当	201		174	
合計	282		247	

※「比率(%)」は回答者数に対する実数の割合

【「③よくあったが相談はしなかった」、「④時々あったが相談しなかった」、「⑤なかったが相談はできると思う」と答えた人に】→ 誰になら相談できそうですか。

誰になら相談できそうかについては、「母」が小学生 66.1%、中学生 54.4%と最も多く、次いで「友人」がそれぞれ 37.9%、49.0%となっています。「父」は第3位で、小学生 32.8%、中学生 22.1%に留まっています。

また、「相談できそうな人はいない」は小学生 6.9%、中学生 10.1%となっています。これは、回答者全体では、小学生の 4.3%、中学生の 6.1%にあたります。



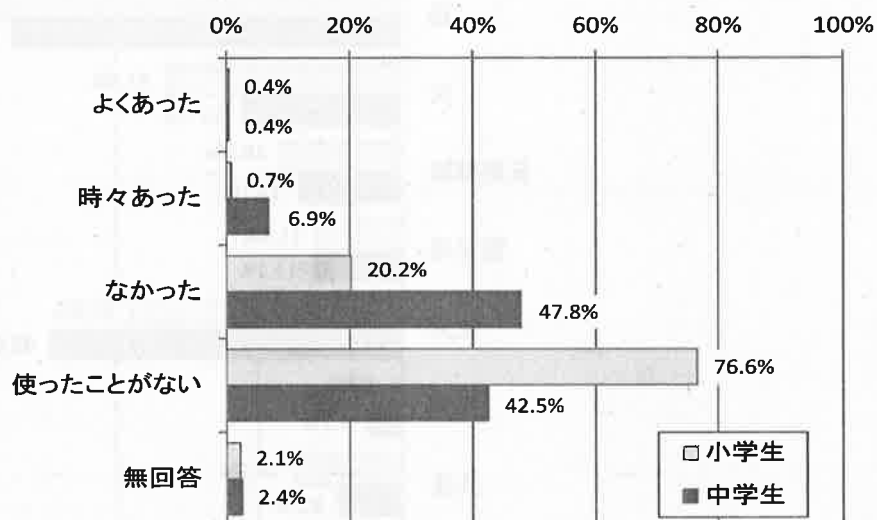
区分	小学生		中学生	
	実数(人)	比率(%)	実数(人)	比率(%)
母	115	66.1%	81	54.4%
父	57	32.8%	33	22.1%
兄弟姉妹	29	16.7%	21	14.1%
祖父母	20	11.5%	18	12.1%
友人	66	37.9%	73	49.0%
先輩	2	1.1%	7	4.7%
先生	26	14.9%	13	8.7%
さわやか相談員	9	5.2%	5	3.4%
子ども110番などの電話やメールの相談	3	1.7%	1	0.7%
その他	0	0.0%	4	2.7%
相談できそうな人はいない	12	6.9%	15	10.1%
無回答	9	5.2%	13	8.7%
回答者数	174		149	
非該当	108		98	
合計	282		247	

※「比率 (%)」は回答者数に対する実数の割合

問 25 LINE（ライン）などのSNSやメールなどで、友達との関係や生活面などで困ったことがありましたか。（ひとつに○）

LINEやメールなどで、友達との関係や生活面などで困ったことについて、小学生では「使ったことがない」が76.6%と最も多く、次いで「なかった」が20.2%となっています。

中学生で「使ったことがない」人は42.5%に減少し、困ったことについては、「なかった」が47.8%ですが、「時々あった」との回答も6.9%あります。

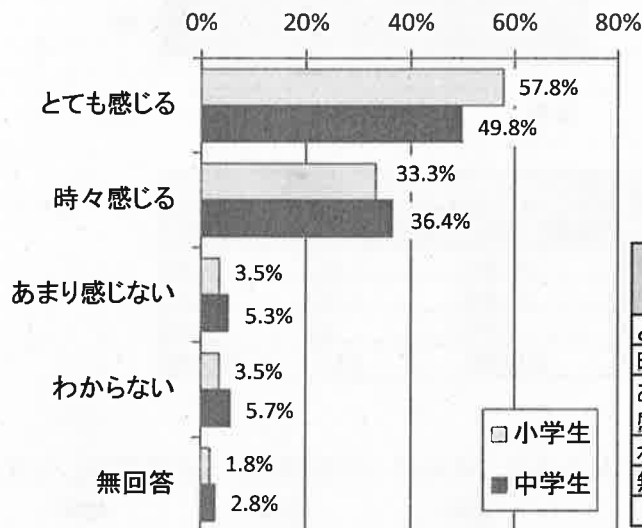


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
よくあった	1	0.4%	1	0.4%
時々あった	2	0.7%	17	6.9%
なかった	57	20.2%	118	47.8%
使ったことがない	216	76.6%	105	42.5%
無回答	6	2.1%	6	2.4%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問26 あなたは周りからささえられている（助けられている、大事にされているなど）と感じていますか。（1つに○）

周りからささえられていると感じているかについて、小学生は「とても感じる」が 57.8%と最も多く、「時々感じる」の 33.3%を合わせると 9 割以上の人が「感じる」と回答しています。また、「あまり感じない」、「わからない」を合わせると 7.0 %となっています。

中学生では、「とても感じる」が 49.8%と最も多く、「時々感じる」と合わせると 86.2%の人が「感じる」と回答しています。また、「あまり感じない」「わからない」を合わせると 11.0%となっています。

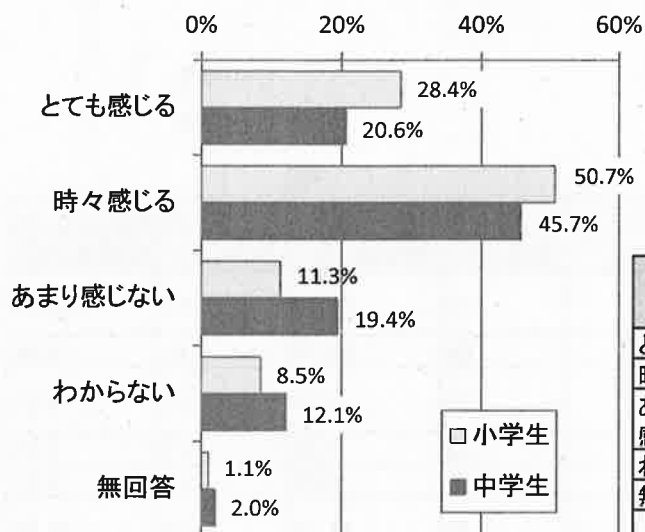


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
とても感じる	163	57.8%	123	49.8%
時々感じる	94	33.3%	90	36.4%
あまり感じない	10	3.5%	13	5.3%
わからない	10	3.5%	14	5.7%
無回答	5	1.8%	7	2.8%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問27 あなたは周りをささえられていると感じていますか。（1つに○）

周りをささえられていると感じているかについて、小学生では「時々感じる」が 50.7%と最も多く、「とても感じる」の 28.4%を合わせると約 8 割の人が「感じる」と回答しています。また、「あまり感じない」、「わからない」を合わせると 19.8%となっています。

中学生では、「時々感じる」が 45.7%と最も多く、「とても感じる」と合わせると 66.3%の人が「感じる」と回答しています。また、「あまり感じない」「わからない」を合わせると 31.5%となっています。

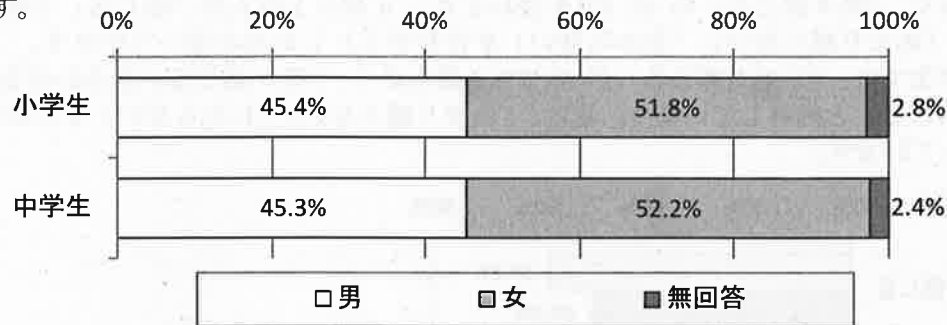


区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
とても感じる	80	28.4%	51	20.6%
時々感じる	143	50.7%	113	45.7%
あまり感じない	32	11.3%	48	19.4%
わからない	24	8.5%	30	12.1%
無回答	3	1.1%	5	2.0%
合計	282	100.0%	247	100.0%

7 回答者の属性について

問28 性別を教えてください

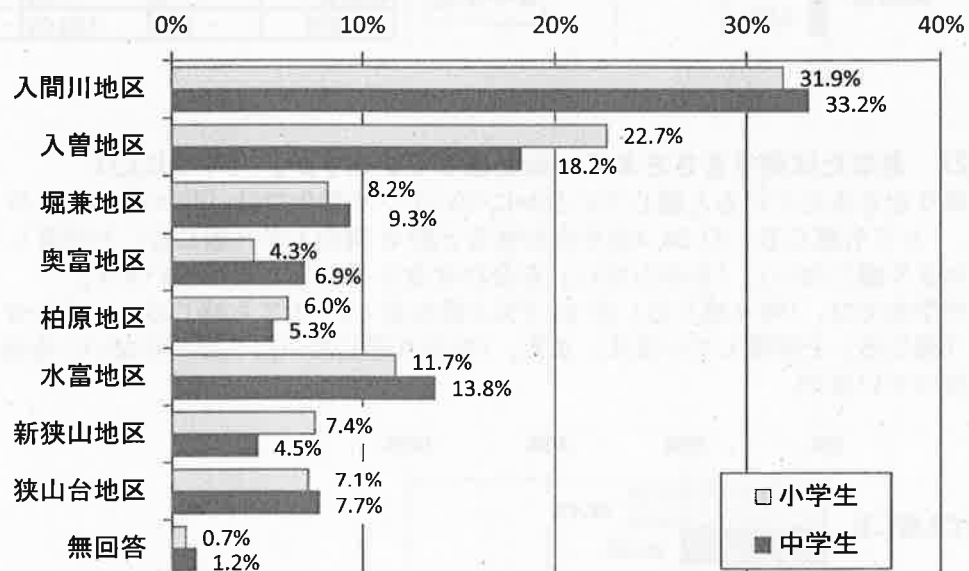
小学生は、「男」が45.4%、「女」が51.8%、中学生では「男」が45.3%、「女」が52.2%となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
男	128	45.4%	112	45.3%
女	146	51.8%	129	52.2%
無回答	8	2.8%	6	2.4%
合計	282	100.0%	247	100.0%

問29 住んでいる地区を教えてください。

小中学生とも「入間川地区」が3割を超えて最も多く、次いで「入曽地区」、「水富地区」となっています。



区分	小学生		中学生	
	実数(人)	構成比(%)	実数(人)	構成比(%)
入間川地区 (沢、狭山、入間川、鶯ノ木、 稲荷山、祇園、中央、富士見)	90	31.9%	82	33.2%
入曽地区 (北入曽、南入曽、水野)	64	22.7%	45	18.2%
堀兼地区 (堀兼、上赤坂、中新田、 青柳、加佐志、東三ツ木)	23	8.2%	23	9.3%
奥富地区 (上奥富、下奥富、柏原新田)	12	4.3%	17	6.9%
柏原地区 (柏原)	17	6.0%	13	5.3%
水富地区 (上広瀬、下広瀬、広瀬、広瀬東、 広瀬台、つつじ野、根岸、根岸、笹井)	33	11.7%	34	13.8%
新狭山地区 (新狭山)	21	7.4%	11	4.5%
狭山台地区 (狭山台)	20	7.1%	19	7.7%
無回答	2	0.7%	3	1.2%
合計	282	100.0%	247	100.0%