ISSN1348 219X

平成14年度

児童生徒の健康状態サーベイランス

事業報告書

財団法人 日本学校保健会

平成14年度
児童生徒の健康状態サーベイランス
事業報告書

財団法人　日本学校保健会

はじめに

近年における都市化、情報化、少子高齢化等の急激な社会環境や生活様式の変化は、身体的活動・遊びの減少、食生活の変化、精神的負担の増大、人間関係の希薄化など子どもの心身の健全な発達に深刻な影響を与えております。中でも肥満や高コレステロール値の子どもが増加しており、小児期からの生活習慣病予防の必要性が強く要望されております。また、新たな健康課題としてアトピー性皮膚炎等各種アレルギー様症状等に対する関心が高まっております。

このような背景を受けて、現在の児童生徒の生活習慣やライフスタイルが、その健康状態とどのような関連を有しているのか、調査研究することは学校保健上極めて重要な課題となっております。

日本学校保健会では、このような観点で平成４年から調査研究事業の中に「児童生徒の健康状態サーベイランス事業」を発足させ、（１）生活習慣病に関するるリスクファクターの調査、（２）ライフスタイルに関する調査、（３）アレルギー様症状に関する調査の３項目を取り上げ、それぞれの領域における専門家や教職員の方々のご協力を得て事業を展開してまいりました。

この間、平成４，５，６年度の３年間の第１次調査については平成８年３月に、以後は隔年ごとに調査を継続することにして、平成８年の調査については平成１０年３月に、平成１０年の調査については平成１２年３月に、平成１２年の調査については平成１４年３月にそれぞれ報告書を作成し発行しました。幸いこの報告書は、健康教育に関わる多くの方々より児童生徒への指導や啓発のための貴重な資料として大変好評を得ております。

今回の平成１４年度の事業報告書は、前回よりさらに検討、解析を深め、メンタルヘルスに関連する自覚症状の項目を追加するほか、生活習慣病のリスクファクター、アレルギー症状などについて幅広い考察を展開しております。本報告書を大いに活用していただき、これからの児童生徒の健康教育に役立てていただくことを心から期待しております。

最後に、本調査にご協力いただいた関係者の方々と並びにこの報告書をまとめられた「児童生徒の健康状態サーベイランス委員会」の委員各位に深く感謝いたします。

平成１６年３月

財団法人　日本学校保健会
会　　長　矢　野　　　亨

目次

第１章　「児童生徒の健康状態サーベイランス事業」の概要

1　事業の目的

近年の社会環境・生活様式の変化に伴い、児童生徒においても生活習慣病の徴候を有する者が見られるとの指摘もあり、小児期からの生活習慣病予防の必要性が強く要望されている。また、新たな健康問題としてアトピー性皮膚炎等各種アレルギー様症状等に対する関心が高まっている。さらに、児童生徒の運動能力の低下についても危惧されている。

このような健康問題について、全国の学校から定点となる学校を選定し、継続的に児童生徒の健康状態に関わる情報を収集・解析することによって、児童生徒に対する健康教育、保健管理等における今後の的確な対策の検討に資することを目的として、本事業は実施されている。

2　事業内容

都道府県（市区町村）教育委員会の協力を得て、「児童生徒の健康状態サーベイランス調査」を実施し、各方面の専門家を委員とする委員会において、調査結果の集計、解析を行う。

また、集計、解析した結果を都道府県（市区町村）に還元することにより、児童生徒の健康状態に関する情報提供を行う。

さらに、前回までの調査結果や経年的な変化等の観察により、児童生徒の健康状態を把握し、健康問題等に関する解析を行う。

第２章　平成１４年度「児童生徒の健康状態サーベイランス」調査の概要

1　調査目的

この調査は、児童生徒が生涯にわたり健康な生活を送るための基礎を培うため、協力が得られた学校の児童生徒を対象に、日常生活習慣、自覚症状、食生活、運動や遊び、身長・体重、アレルギー様症状の有無等に関する調査を行い、その調査結果を学校保健の充実に役立てるとともに、健康の保持増進に関する事業の推進を図るための基礎資料を得ることを目的とする。

2　調査内容

調査は、日常生活習慣、食生活、運動や遊び等の「ライフスタイル」、アレルギーの既往、症状の有無等「アレルギー様症状」、及び身長、体重、血圧等「生活習慣病に関するリスクファクター」の３つについて調査を行う。

3　調査の対象

小学校、中学校、及び高等学校のサーベイランス協力校は全国 12 都県の計 52 校であり、調査対象児童生徒数は、下表のとおり総数 6,889 人である。

		学年				全体
		小学校 3･4 年生	小学校 5･6 年生	中学生	高校生	
性別	男子	575	459	1,111	1,031	3,176
	女子	556	444	1,119	1,594	3,713
合計		1,131	903	2,230	2,625	6,889

4　調査時期

平成 15 年 1 月～平成 15 年 2 月までの間。

5　調査方法

① 財団法人日本学校保健会（以降、日本学校保健会と記述）は、アンケート用紙等を協力の得られた各都道府県の学校保健会を経由して、協力の得られた各都県の教育委員会へ配布[注]する。

② 協力の得られた都道府県教育委員会は、協力校（小学校・中学校については、所管の市区町村教育委員会を経由）へ、アンケート用紙等を配布する。

③ 学級担任または養護教諭は別表に従い、すべてのアンケート用紙の最後のページの「都道府県番号」、「学校番号」の欄に所定コードを記入する。

④ 学級担任または養護教諭は、アンケート用紙を調査対象の児童生徒に配布し、最後のページの「名前」の欄に、各児童生徒の氏名を記入させる。

⑤ ア　「ライフスタイル」に関するアンケート調査は、小学生は用紙を家に持ち帰り保護者が回答し、中学生と高校生は学校にて生徒自身が回答する。
イ　「アレルギー様症状」に関するアンケート調査は、小学生・中学生・高校生とも用紙を家に持ち帰り保護者が回答する。
　＊なお、アンケートの回答については、土、日曜日を除く平日の状態を記入する。

⑥ 学級担任または養護教諭は、児童生徒からアンケート用紙を回収し、それぞれの児童生徒の身長、体重、血圧等「生活習慣病のリスクファクター」に関する項目をアンケート用紙に記入する。

⑦ 学級担任または養護教諭は、調査用紙の記入が完了したことを確認した後、児童生徒の氏名の欄を黒マジックで塗りつぶすか、切り取り線で切り取ることにより、調査対象となった個人が特定できないようにし、プライバシーの保護に努める。

⑧ 協力校は、学校全体の調査用紙を取りまとめた上で、都道府県教育委員会へ調査用紙を送付する。

6　アンケート用紙の返送

各学校における調査終了後、都道府県教育委員会は、都道府県内の協力校の調査用紙を取りまとめ、各アンケート用紙に都道府県番号及び学校番号が記入されていることを確認した上で、日本学校保健会宛に返送する。

[注] 直接学校に送付しているケースもある

第３章　調査結果の概要

近年、小児期からの生活習慣病予防の必要性や小児のアレルギー疾患の増加, その背景となるライフスタイルの問題などがさまざまに指摘され議論されている。このために、本委員会では文部科学省の指導、協力のもとに、児童生徒の健康状態と生活習慣に関する縦断的な調査を企画し、平成 4 年度から継続して児童生徒の生活習慣病に関するリスクファクター、ライフスタイル, アレルギー様症状などに関する縦断的な調査を実施してきた。この報告書は平成 14 年度の調査結果をまとめたものである。

今回の結果は以下のように概括することができる。

1　生活習慣病に関するリスクファクター調査結果

最近様々な問題があるとはいえ、わが国は豊かで、自由で、平和な社会・経済的状況の中にある。このような生活では肥満、高血圧、糖尿病などの生活習慣病が増加し、厚生労働省は 21 世紀に入っての国民の健康施策の第一の柱として生活習慣病をあげている。このような背景があって、平成 4 年から平成 14 年まで体と併せて生活習慣病に関するリスクファクターの調査について集計、解析を行ってきた。

1）身長について、過去の調査結果と比較すると、男女とも小学校 3･4 年生と小学校 5･6 年生において多少のばらつきがある。また男子中学生では若干上昇しているが、女子中学生及び男女高校生では平均値の間に年度差は見られない。

2）体重について、過去の調査結果と比較すると、男女中学生でやや肥満傾向を示しているようである。また女子の小学校 3・4 年生で体重が少なくなっているが、これは、身長に影響された結果だと思われる。他の学年では体重に大きな変動はないようである。

3）BMI については、小学校 5・6 年生から中学生にかけて男子 2.0、女子 2.2 と最も増加量が大きくなり、高校生では男女ともに成人の標準値とされる 22 に近づいている。過去の調査結果と比較すると、男女とも中学生で若干肥満傾向を示したが、その他の学年では大きな変動はないようである。

4）血圧について、収縮期血圧は、男子では学年が進むにつれて上昇する傾向が認められた。女子でも同様の傾向が見られたが、小学校 5・6 年生に比べ中学生では僅かであるが低値を示していた。収縮期高血圧者の比率については、高校生男子が 2.0%であるのを除き、すべての学年で 1.5%以下であった。過去の調査結果と比較すると、最近では減少傾向が見られている。拡張期血圧の平均値については、男女とも学年が進むにしたがってゆるやかな上昇が見られた。男女別、学年別に見ると、小学校 5・6 年生から高校生にかけて、僅か

ではあるが、女子の平均値の方が男子を上回った。過去の調査結果との比較では、全体を通じて大きな変化はないようである。拡張期高血圧者の比率については、全体的に見て 1～2%前後であった。過去の調査結果との比較では、男女とも明らかな変化は認められなかった。

5）血中脂質について、総コレステロールの平均値は、男子では小学校 3・4 年生から小学校 5・6 年生にかけてやや増加し、中学生では減少したが、高校生になるとまた増加するパターンであった。女子では小学校 3・4 年生から中学生にかけて減少し、高校生で増加するパターンを示した。過去の調査結果と比較すると、女子の高校生で平成 6 年度調査からやや増加傾向を示している。高コレステロール者の比率について、男女別、学年別にみると、全体として女子が男子に比較して高い結果であった。過去の調査結果と比較すると、男子では全体として大きな変化が見られないが、女子では中学生で平成 12 年度調査から、高校生で平成 10 年度調査から高率に高コレステロール者が見られている点に関して今後の追跡調査が必要である。

HDL コレステロールについて、男子は学年が進むにつれて平均値が減少し、小学校 3・4 年生と高校生では 7.6mg/dl の差があった。女子は小学校 3・4 年生から 5・6 年生にかけて平均値が若干減少するが、その後は高校生まで増加傾向を示した。過去の調査結果と比較すると、男女小学校 3・4 年生で平成 4 年度調査から平成 12 年度調査、また男女高校生で平成 4 年度調査から平成 10 年度調査にかけて増加傾向にあることが認められた。低 HDL-コレステロール者の比率について、過去の調査結果と比較すると、平成 12 年度調査で高値を示したものの、平成 4 年度調査から平成 14 年度調査までを通してみると男女ともすべての学年で低下する傾向が見られた。

6）身長と体重の散布図について、その傾向は男女とも平成 12 年度調査と同じであった。平成 14 年度調査においては、身長と体重の関係をさらに検討するために、97％等確率楕円を導入した。楕円内外にある対象を選んで検討することにより、肥満及び正常体格の判定に関する事柄を明らかにすることができるであろう。今後統計学的検討を行っていく予定である。

2　ライフスタイルに関する調査結果

情報化社会における環境の変化は依然として急である。これに伴って、児童生徒のライフスタイルも変化している。平成 4 年より始まった本調査は今回で第 7 回目となった。この調査では、継続的に調査することによって、近年の児童生徒のライフスタイルの実態とその変化を明らかにしている。近年の児童生徒のライフスタイルは携帯電話、パソコン、テレビゲームなどの著しい進歩とその普及に伴って、大きく変貌しつつあるといってよい。帰宅後家で過ごす時間が増え、身体活動が不足する傾向にある。また、生活の著しい夜型化によって生活リズムが乱れ、休養が不足し、翌朝の朝食の欠食や午前中の体調不良を訴える児童生徒も少なくない。また、そうしたライフスタイルが健康に及ぼす影響も無視しえないのである。

今回の調査結果は以下のようであった。

1）就寝時刻について、小学校 3・4 年生は 21 時 39 分、小学校 5・6 年生は 22 時 2 分、中学生は 23 時 19 分、高校生は 0 時 10 分であり、高校生の就寝時刻は平成 8 年度調査以来、午前 0 時以降となっていて、依然として極めて深夜化している。

2）起床時刻の平均値について、小学校 3・4 年生は 6 時 47 分、小学校 5・6 年生は 6 時 53 分、中学生は 6 時 47 分、高校生は 6 時 45 分であった。全ての学年で、6 時 45 分から 6 時 53 分の間に起床していた。前回調査と比較すると、女子の起床時刻がやや早くなっていた。

3）睡眠時間の平均値について、小学校 3・4 年生は 9 時間 7 分、小学校 5・6 年生は 8 時間 52 分、中学生は 7 時間 28 分、高校生は 6 時間 35 分であった。前回調査とほぼ等しい結果であった。

4）調査日の寝起きについて、「少し眠かった」と答えた者は、男子 55.0%、女子 55.3%、「眠くてなかなか起きられなかった」と答えた者は、男子 22.7%、女子 27.7%であった。前回調査と比較すると「眠くてなかなか起きられなかった」者は、男子で 2.6%、女子で 1.8%減少した。

5）「最近、睡眠不足を感じている」と回答した者は全体で、男子 47.9%、女子 59.5%であった。前回調査と比較すると、男子小学校 3・4 年生および男子小学校 5・6 年生を除いてほぼ同様の傾向を示した。

6）睡眠不足を感じている理由は、「なんとなく夜ふかしをしてしまう」であり、男子54.7%、女子 59.9%と男女ともに最多であった。小学生は「家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い」と回答する割合が多く、低学年ほどその傾向が見られる。中学生以降では「深夜テレビやビデオを見ている」、「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」、「なかなか眠れない」などの理由を挙げている。

7）排便の習慣について、「毎日ほとんど同じころに出る」と「毎日出るが、同じころではない」を合算した割合は、男子 72.0%、女子 40.6%であった。女子は毎日排便している者の割合が小学校では 50%～60%であったが、中学生では 39.5%、高校生では 30.6%と低下の一途をたどっている。

8）食事の摂取状況について、朝食の摂取状況は学年が進むにつれ、欠食率が増加する傾向であり、男子では中学生が 8.0%、高校生が 12.0%、女子では、中学生が 9.2%、高校生が 7.9%であった。朝食の欠食理由として「朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない」と回答した者は、男子が 43.0%、女子が 41.5%、「食欲がない」と回答した者は、男子が29.1%、女子が 32.9%であった。朝食を一人で食べる者は、学年が進むにつれ増加する傾向である。小学生では約 15%、中学生では約 40%、高校生では約 50%が朝食を一人で食べている。夕食についても一人で食べる者は、学年が進むにつれ増加する傾向である。中学生では男女ともに約 10 人に一人が、高校生では男子の約 3 人に一人が、女子の 4 人に一人が夕食を一人で食べている。「何かをしながらお菓子を食べ続ける」者は、学年が進むに従って増加する傾向である。小学生男女ともに、約 4 人に一人の割合である。さらに、中高校生の女子では約半数、中高校生の男子は約 3 人に一人の割合である。一方、食事を残す者は、男子 22.4%、女子 34.1%である。

9）自分の体型について、「少しだけやせたいと思っている」と回答した者が男子では26.9%、女子では 42.6%であった。女子では「やせたいと思う」者が学年の進行にともなって増加し、中学生で約 8 割、高校生では約 9 割が極めて強い痩身願望を抱いていた。一方、男子は小学生から高校生まで、約 4 人に一人の割合で少しだけやせたいと思っている者がいる。体重を減らす努力（ダイエット）の経験は、男子では「やせたいと思って実行した」と回答した者が高校生で約 10%となっていた。一方、女子では、学年が進むに従って「やせたいと思って実行した」と回答した者が増加し、中学生で約 5 人に一人、高校生では約 4 割となっている。体重を減らす努力（ダイエット）の方法は、男女とも「運動する」が最も多かった。

10）一週間に行った運動時間は、学年が進むにつれて、減少する傾向である。中学生、高校生ではスポーツなどの運動をする者はよく運動して、運動時間そのものが長くなり、一方で運動しないものはほとんど運動不足になっていることから、運動時間が二極化する傾向を示しているといえる。また、今回はRMR方式によって、児童生徒が日常生活でどれほど身体運動によるエネルギー消費量を示すかの算出を試みた。その結果として、男子では、学年が進むにつれて、消費エネルギーが増大する傾向を示した。また、中学生からは、運動時間と同じく、エネルギー消費量の二極化が起こり始めており、高校生では明らかに二極化の分布を示してその傾向が認められた。女子では、中学生までは学年が進むにつれて消費エネルギーが増大するが、高校生になるとかえって減少する傾向を示した。

11）エネルギー消費量とライフスタイルの関連性を検討した結果、エネルギー消費量の多い者は毎日排便があり、運動量の少ない者は不規則、不定期な排便習慣であることが明らかとなった。

12）帰宅後、室内で過ごした時間の平均値は、中学生の男子が4時間28分、女子が4時間21分で最も長く、高校生は男子4時間3分、女子3時間34分、小学生では3時間～3時間30分程度であった。活動別にみると、テレビやビデオは男子2時間18分、女子2時間29分であり、パソコン、テレビゲームが男子1時間35分、女子1時間13分、読書や音楽鑑賞は男子1時間31分、女子1時間35分であった。前回と比較すると、室内で過ごしている時間は、高校生が減少しており、テレビやビデオでも男女とも若干の減少が見られ、パソコン・テレビゲームでは男女とも増加していた。

13）帰宅後の勉強時間の平均値は、男子1時間21分、女子1時間31分であった。小学生の平均値は44分から49分であり、前回調査と同様の傾向であった。前回調査と比較すると全学年とも勉強時間が増加しており、男女とも、小学生は3分前後、中学生はおよそ30分弱、高校生は12～15分、全体の平均では約20分の増加が見られた。

14）学習塾に通っている者は、中学生に多く、男子45.7％、女子43.7％であった。学習塾へ通う者の一週間あたりの回数はおよそ2回、時間的には高校生が最も長く、男子5時間44分、女子4時間56分であった。全体の平均では4時間から4時間半程度であった。おけいこごとに通う者は、全体の平均では男子約18％、女子39％と男子の2倍ほど女子が多く、なかでも小学生の女子はおよそ7割が通っていると回答した。

15）OD（起立性調節障害）は、思春期に特有の症候群であると考えられ、小学校高学年から中学生にかけて増加すると報告されてきたが、今回の調査においてもこの傾向が明らかであった。また、男女差についても従来の報告と同様に中学生では女子の陽性率が男子より 12％、高校生では 11.7％高かった。

平成 14 年度の調査結果を平成 6 年度、平成 12 年度と比較すると、小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生では、全般的に大きな年次変化は見られなかった。中学生、高校生では、平成 6 年度調査から平成 12 年度調査にかけて見られた大幅な増加が、今回はあまり変わらず、横ばいの傾向にある。

3　メンタルヘルスに関連する自覚症状の調査結果

本年度より、メンタルヘルスに関連する自覚症状の項目がいくつか追加され，これらの項目と既存の項目を用いて、児童生徒のメンタルヘルス状態の良し悪しを評価する簡便な指標を2種類、新たに作成した。

1）「心の健康と生活習慣調査」（文部科学省：平成14年3月）の結果を踏まえて作成された「心の健康を把握する 4 指標」は、①自己効力感、②不安傾向、③行動、④身体的訴えの4領域から構成されている。

項目別の頻度では、「自己効力感」に該当する項目については、自分の将来や能力について肯定的な回答をするものが多く、男女とも全体のおよそ7～8割を占めていた。「不安傾向」に該当する項目については、将来や友人関係の不安を訴えるものが、全体の3～6割を占めており、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向があった。また、全般的に女子の方が高い傾向があった。「行動」に該当する項目については、ストレスに関連して引き起こされると思われる問題行動の症状を訴えるものが、全体の4～6割を占め、小学生、中学生、高校生と徐々に高くなっていく傾向があった。また、小学校 3・4 年生を除いて、女子の方が高い傾向にあった。「身体的訴え」に該当する項目については、頭痛や腹痛の症状を訴えるものは、全体の1～3割程度にとどまっているが、小学生に比べて、中学生・高校生で急激に高くなる傾向があった。また、全般的に女子の方が高い傾向があった。

尺度得点の平均値では、「自己効力感」尺度は、小学生から中学生にかけて減少し、高校生で元へ戻る傾向が見られ、全般的に女子の方が高い傾向が見られた。「不安傾向」尺度の得点平均は、小学生に比べて、中学生・高校生で急激に高くなる傾向があった。また、小学生を除いて女子の方が高い傾向があった。「行動」尺度得点平均は、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向があった。また、小学生を除いて女子の方が高い傾向があった。「身体的訴え」尺度得点平均は、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向があった。また、女子の方が高い傾向があった。

このように、「心の健康と生活習慣調査」結果にもとづく 4 つの指標で、学年や男女によりパターンの違いが見出された。今後の調査を待って、年次変化などについて報告したい。

2）「気分の調節不全傾向」は、今回、児童生徒の気分や感情のトラブルを簡便にとらえるために新たに作成された指標である。従来のサーベイランスの項目に、メンタルヘルスに関するいくつかの項目を加え、気分・感情面に関するメンタルヘルスの良し悪しの評価ができるようにした。

項目別の頻度では、「気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある」と回答したものは全体で男子 29.4%、女子 44.9%と頻度が高く、また、「集中したり、すばや

く考えたりすることができないことがある」と回答したものも全体で男子 36.1%、女子 44.2%と頻度が高かった。いずれの症状も小学生、中学生、高校生と高くなっていく傾向があり、特に高校生では「気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある」と回答したものが男子 48.7%、女子 63.9%、また、「集中したり、すばやく考えたりすることができないことがある」と回答したものも男子 45.7%、女子 55.5%と、ほぼ半数を占めていた。また、「よく眠れないことがある」と回答したものは全体で男子 22.9%、女子 26.2%、「落ち着かなくて、じっとしていられないことがある」と回答したものも全体で男子 29.5%、女子 27.7%と、比較的頻度の高い傾向が見られた。

さらに、米国精神医学協会によるメンタルヘルスに関連した判定方法などを参考にして、日本人児童生徒の現状に合わせ、本委員会で独自に評価基準を作成した。この基準に沿って算出すると、小学生で 1～2%、中学生で 5～9%、高校生で 8～9%が、「気分の調節不全傾向」の疑いのあることが示された。小学生では低く、中学生・高校生で高くなる傾向があり、また、全般的に女子の方が高い傾向があった。これらの頻度は同種の先行研究に比較して必ずしも高いわけではないが、特に思春期において、気分・感情面で不安定な状態であることが、今回改めて示される結果となった。

この評価指標についても、今後の調査を待って、年次変化などについて報告したい。

4　アレルギー様症状に関する調査結果

「アレルギー様症状に関する調査」はアンケート調査用紙を学校に配布し、保護者に回答を依頼して行ったものである。アレルギー疾患であることの確定的な診断は専門医にとっても慎重を要するものであるので、保護者の回答の集計が児童生徒のアレルギー様症状の医学的実態を示すとは言えない。

1）これまでに医師からアレルギーと言われた者は約 50％弱で、その内の 4 割がここ 1 年以内に言われていた。男女とも同じような傾向で、学年が進むにつれて若干減少傾向であった。その症状の上位はアレルギー性鼻炎で、花粉症が含まれているためと思われる。二番目はアトピー性皮膚炎で、三番目はぜんそくとアレルギー性結膜炎であった。男女各学年同じような傾向であった。この傾向はここ 1 年以内の指摘と 1 年以前の指摘と変わらなかった。

2）症状の初発時期は、0 歳、1 から 2 歳、3 歳の各項目で同じような割合で、半数の人は 3 歳までに初発時期を経験していた。但し、男女とも、学年が進むにつれて初発時期を 3 歳までに経験していた人が減少していた。これは、単に記憶が薄らいでいくために起こっている現象かは不明であるが、特に原因を示唆できなかった。

3）起因物質は、圧倒的にアレルギー性鼻炎が多いので花粉が多く、確率的に遭遇する機会が多いのであろうと思われるほこりやダニが多かった。

4）症状が起こるきっかけでは、気候の変化が圧倒的に多く、風邪も挙げられた。しかし、気候の変化に伴い日常生活も変化していることが多いので、必ずしも純粋な意味で気候が関与しているかは今後の調査によると思われる。

5）一人で複数のアレルギー疾患を抱える傾向が見られたが、これはアレルギー体質が存在して、その発現型としての各種アレルギー疾患が起こるためであろう。

6）学校で服薬することは現在アレルギーがあると答えた者の 5％であった。学校生活での問題点は、欠席することと体育の実技を休むことであった。また、このような問題を相談する相手が、主治医と学級担任であった。校医への相談が少なかったことは、今後検討の余地があろう。

第４章　生活習慣病に関するリスクファクター調査結果の概要

第二次世界大戦の終了後すでに 60 年が経とうとしている。この間わが国は大きな社会、経済的な発展を遂げ、最近ではその発展にやや陰りが見えてきたとはいっても、国民は豊かで、自由で、平和な生活を送っている。このような生活には落し穴もあって、食事、運動、休養といった生活習慣に問題が生じやすい。この生活習慣に問題があって生じる健康障害を生活習慣病といっている。従来、国民健康施策の柱であった成人病に代って、平成 8 年 12 月から 21 世紀へ向けての国民健康施策の柱として生活習慣病が位置づけられた。

文部科学省の指導のもとに日本学校保健会が児童生徒の健康状態サーベイランス事業を経年的に行っているのは、朝食の欠食、運動不足、夜型生活習慣といった問題が多い生活習慣の実態を調査すると同時に、小児期における生活習慣病のリスクファクターについても全国的に調査をしている。これらの調査は平成 4 年度から 2 年ごとに行われ、その解析結果を報告してきた。これらリスクファクターの調査結果に基づいて児童生徒に正しい生活習慣を身につけてもらうよう指導・支援することが大切だと考えている。

平成 14 年度調査は調査対象校を増やし、小学校・中学校・高等学校計 52 校の児童生徒の体位、血圧、血清脂質について統計的解析を行い、学年差、男女差及び体位、血圧、血清脂質の相関等について検討した。併せて、平成 4 年度、平成 6 年度、平成 8 年度、平成 10 年度、平成 12 年度の同調査結果(以降、過去の調査結果と記述)との比較検討も行った。

1 体位

1.1　　身長（表Ⅰ－1）

平成 14 年度調査の男女別、学年別身長の平均値を図 4-1-1 に示した。文部科学省編の平成 4 年度、平成 6 年度、平成 8 年度、平成 10 年度、平成 12 年度、平成 14 年度の学校保健統計調査報告書に記載されている各年齢での平均体重を比較してみるとこの 10 年間において、男子 12 歳から 13 歳あたりにかけて 1cm 近くの差が見られるが、その他の年齢、特に 6 歳時点と 17 歳時点では全くといってよいほど差は見られていない。男子 12 歳から 13 歳にかけてこの 10 年間に 1cm ほどの差が見られるのは、思春期成長促進現象がまだゆるやかではあっても進んでいることを意味していると思われる。女子においても身長差の見られる年齢が 10 歳から 11 歳あたりであるが、その差は 6mm ほどである。この辺りの年齢を除けば結果は男子と同様であった。

以上のことを念頭において図 4-1-2 をみると、男女とも小学校 3・4 年生と小学校 5・6 年生群で多少のばらつきがあり、男子中学生ではやや右肩上り、女子中学生並びに男女高校生では全くといってよいほど身長の平均値の間に年度差が見られていない。このことは先に説明したように男子では若干の思春期前傾化は見られていても、それは最終身長に影響するものではなく、日本人の身長は男女ともほぼ極値に達しているといってよいであろう。

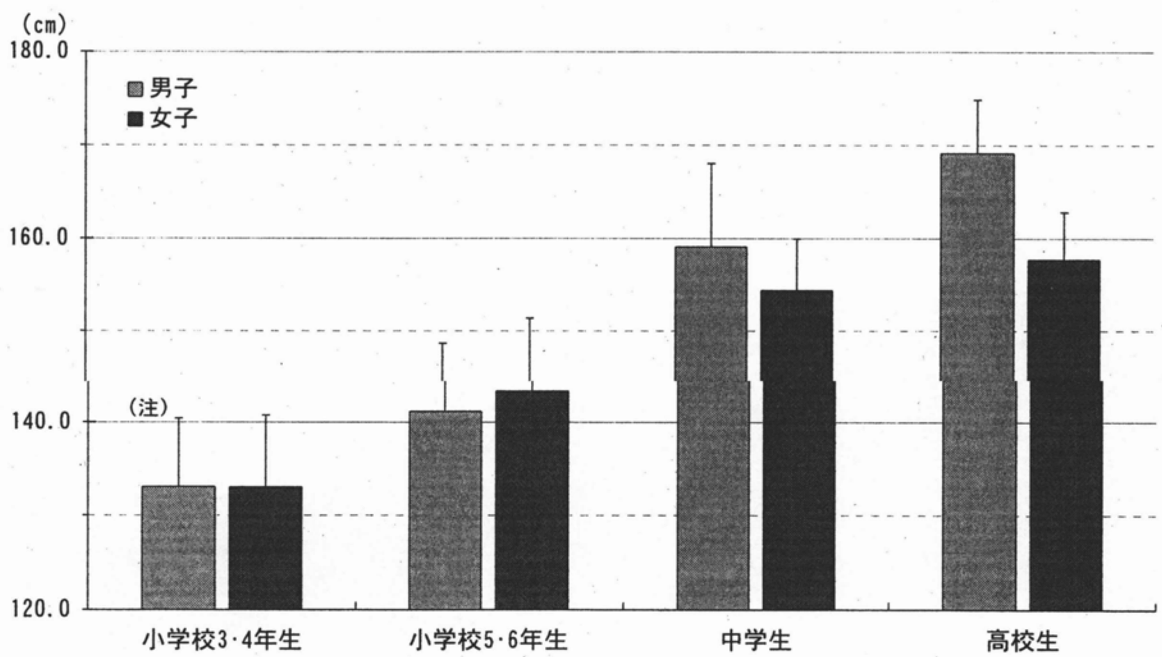


図 4-1-1　身長の平均値（平成 14 年度）

（注）グラフ帯から伸びている線の大きさは標準偏差を表している

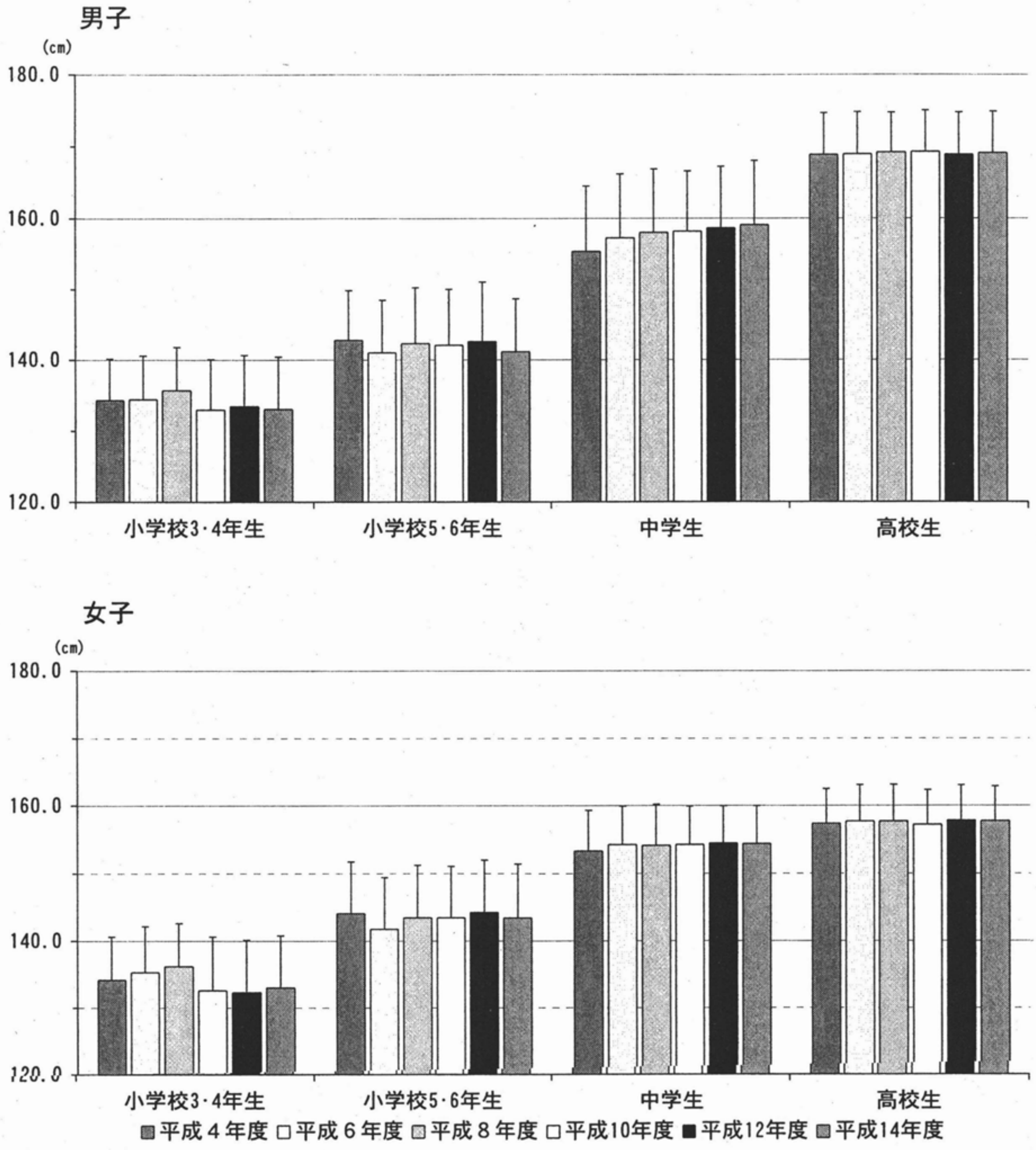


図 4-1-2　身長の平均値における過去の調査結果との比較

1.2　体重（表Ⅰ－2）

平成 14 年度調査の男女別、学年別体重の平均値を図 4-1-3 に示した。文部科学省編の平成 4 年度、平成 6 年度、平成 8 年度、平成 10 年度、平成 12 年度、平成 14 年度の学校保健統計調査報告書に記載されている各年齢での平均体重を比較してみるとこの 10 年間において、男子 12 歳から 13 歳あたりにかけて 1.2kg 近くの差が見られている。身長と違って、6・7 歳を除いていずれの年齢においても最近の体重が 0.5kg 前後大きいことが分かる。女子の体重においても男子と同様の傾向であり、6・7 歳を除いて 0.4kg 前後の差が見られている。この 10 年間、これらの年齢層で身長は全く同じなので、このことは身長に対して体重が多くなること、極端ないい方をすると全体的に肥満傾向を示してきているともいえ、今後注意して経過を観察する必要があるといえよう。

以上のことを念頭において図 4-1-4 をみると、男女とも小学校 3・4 年生と小学校 5・6 年生群で多少のばらつきがあり、男子中学生ではやや右肩上り、女子中学生ではややばらつきが見られるものの全体としては差がないといえ、男女高校生では全くといってよいほど体重の平均値の間に年度差が見られていない。過去の調査結果と比較して、この 10 年間に男女とも中学生でやや肥満傾向を示しているようにも思われるが、他の学年では体重に大きな変動はないと思われる。なお女子の小学校 3・4 年生で過去の調査結果と比較すると体重が少なくなっているようであるが、身長をみると身長も低い傾向を示しているので、身長に影響された結果だと思われる。

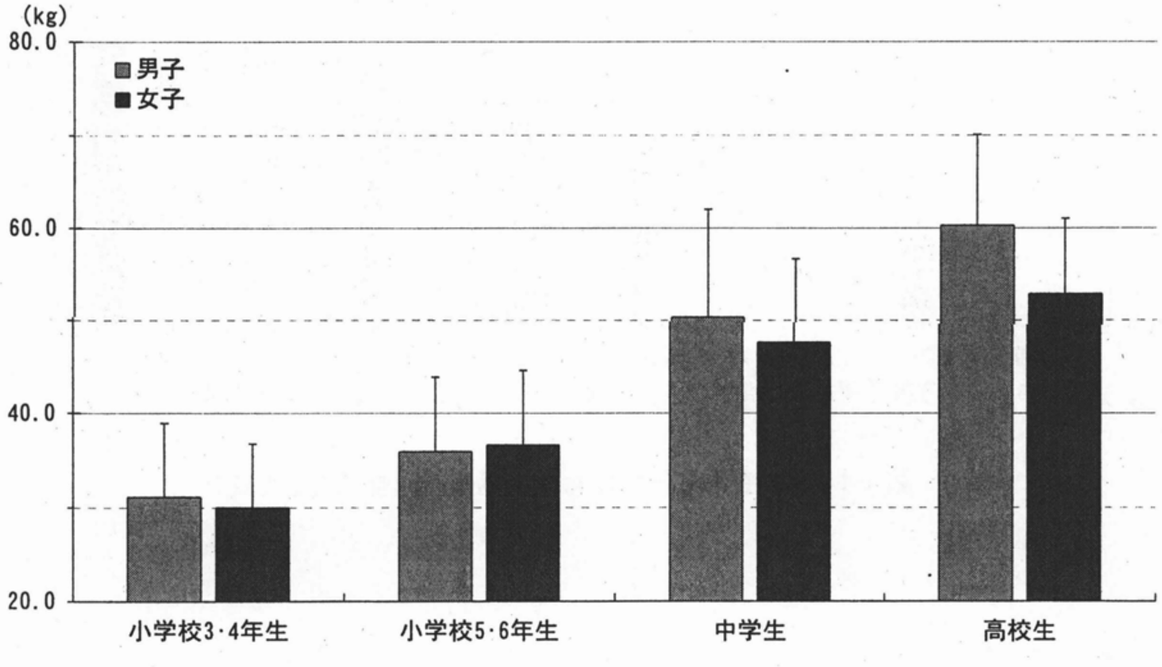
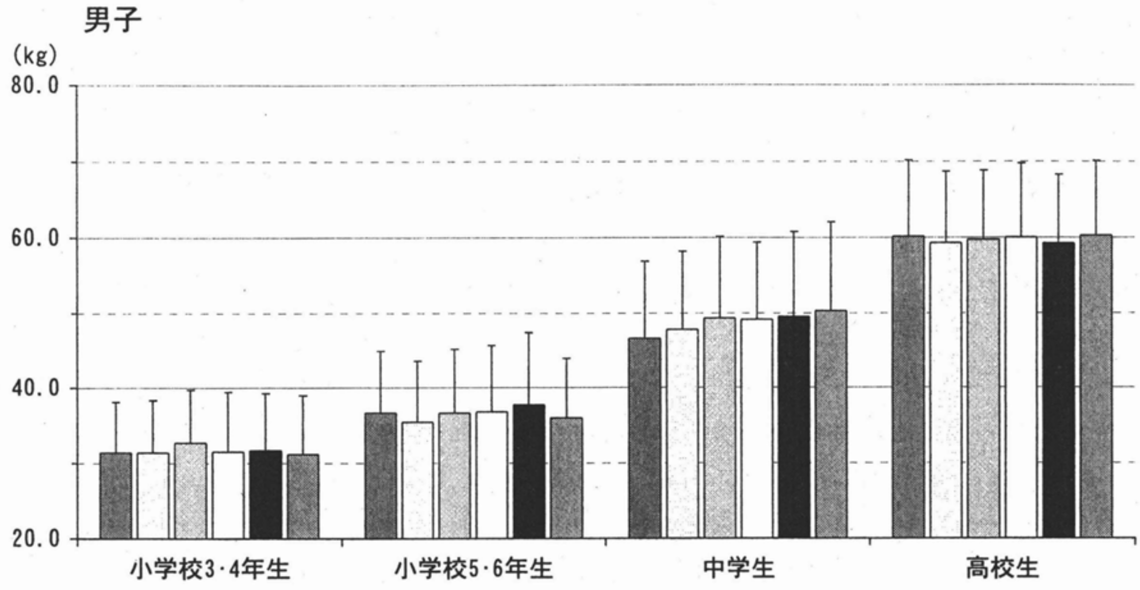


図 4-1-3　体重の平均値（平成 14 年度）



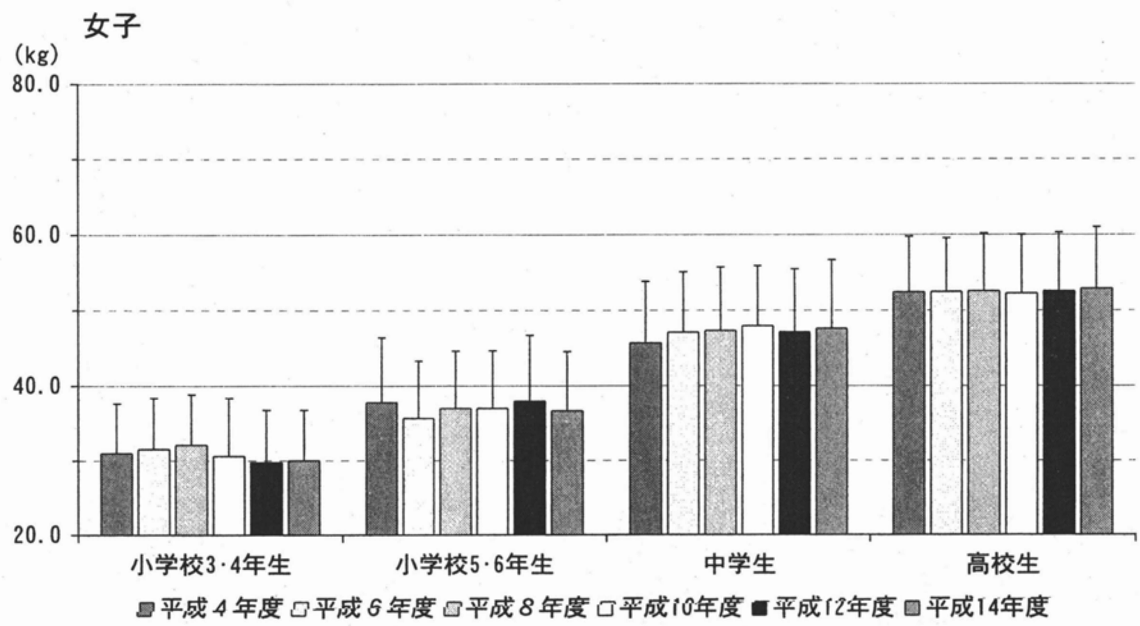


図 4-1-4　体重の平均値における過去の調査結果との比較

1.3　ＢＭＩ[注]（表Ⅰ－3～5）

BMIは成人の肥そう度を評価する指標としては優れているが、成長期にある小児では年齢が進むにつれて標準値が大きくなり、しかも同性同年齢であっても身長が高い方が標準値が大きくなるため小児期の肥そう度を評価する指標とするには注意が必要である。

同性、同年齢の集団について疫学的な比較をする小児期にBMIを肥そう度の指標として用いる場合は、BMIを肥そう度の指標として用いることができるし、有用な指標である。

以上のことを念頭において、図4-1-5をみると小学校5･6年生から中学生にかけて男子2.0、女子2.2と最も増加量が大きくなっている。BMIが大きくなることは成人では肥満体型になることを意味するが、成長期の小児ではそのような判断はできない。この年齢層でのBMIの増加は恐らく急速に身長が伸びることに代表される思春期成長促進現象に対応したものであろう。高校生になると男女ともに成人の標準値とされる22に近づいている。

図4-1-6は男女BMIについて過去の調査結果と比較したものである。各学年ともに多少のばらつきがあるが、男女において中学生でやや右肩上り(肥満傾向)を示しているが、その他の学年では大きな変動はないと考えられる。

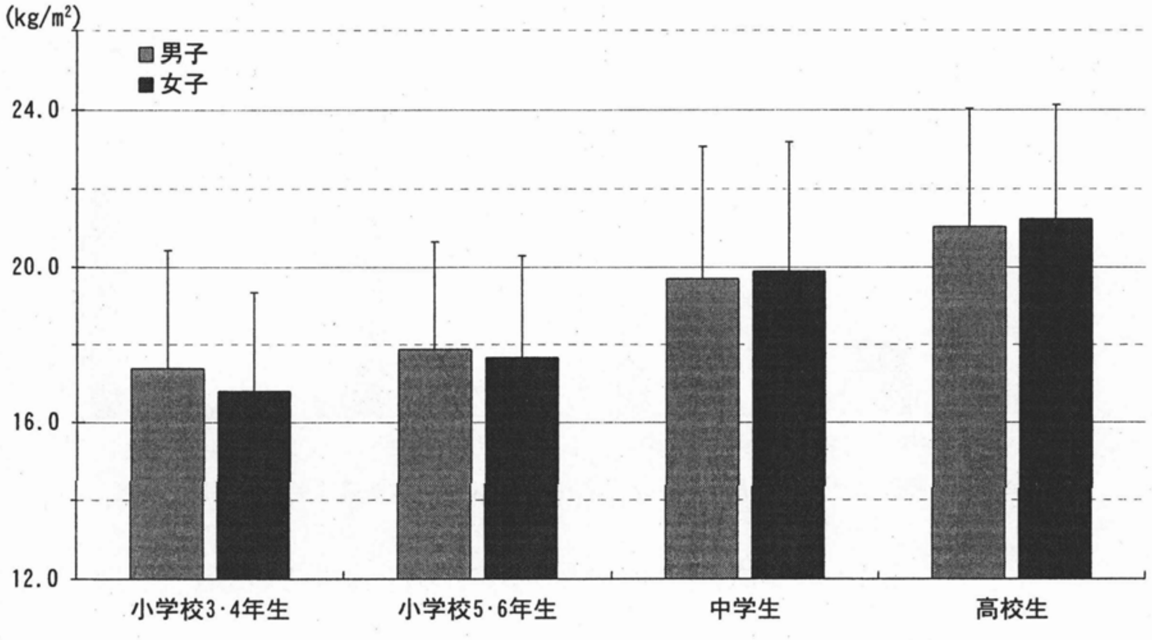


図4-1-5　ＢＭＩの平均値（平成14年度）

注 Body mass index すなわち W/H2、W:体重（kg）、H:身長（m）、ｶｳﾌﾟ指数ともいわれる

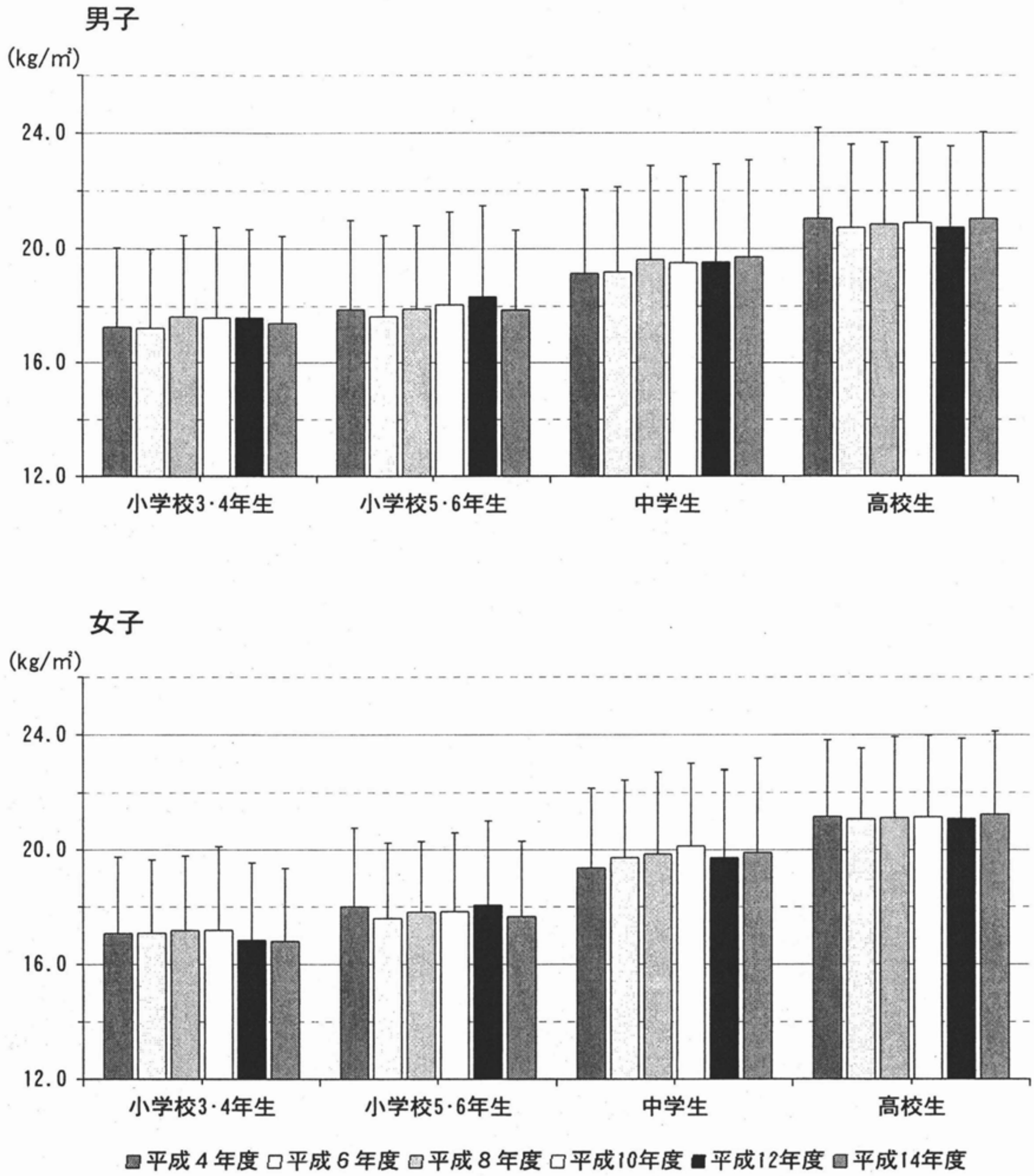


図 4-1-6　ＢＭＩの平均値における過去の調査結果との比較

2 血圧

2.1　収縮期（最高）血圧（表Ⅰ－6，9，10）

(1) 収縮期血圧の平均値について

男子では学年が進むにつれて収縮期血圧が上昇する傾向が認められた。女子でも同様の傾向が見られたが、小学校５・６年生に比べて中学生で僅かではあるが低値を示していた。

男女別、学年別にみると、小学校３・４年生ではほとんど同じ値であるが、小学校５・６年生で女子が男子より高い値を示し、中学生及び高校生では男子が高い値を示した。小学校 ５・６年生で女子の方が高い値を示すのは、この年齢層では女子の体位、特に身長が男子のそれを上回ることと関係があると思われる(表Ⅰ-1 参照)。過去の調査結果との比較では、今年度の女子高校生にやや高い値が見られたが、男女とも明らかな変化は認められなかった。

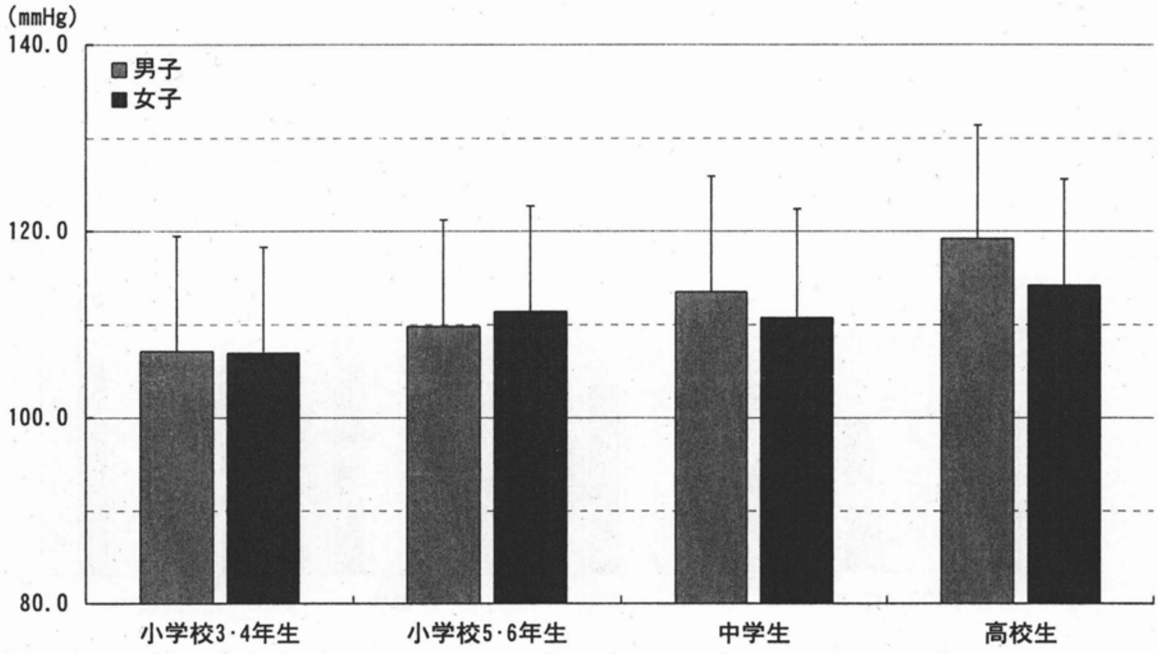
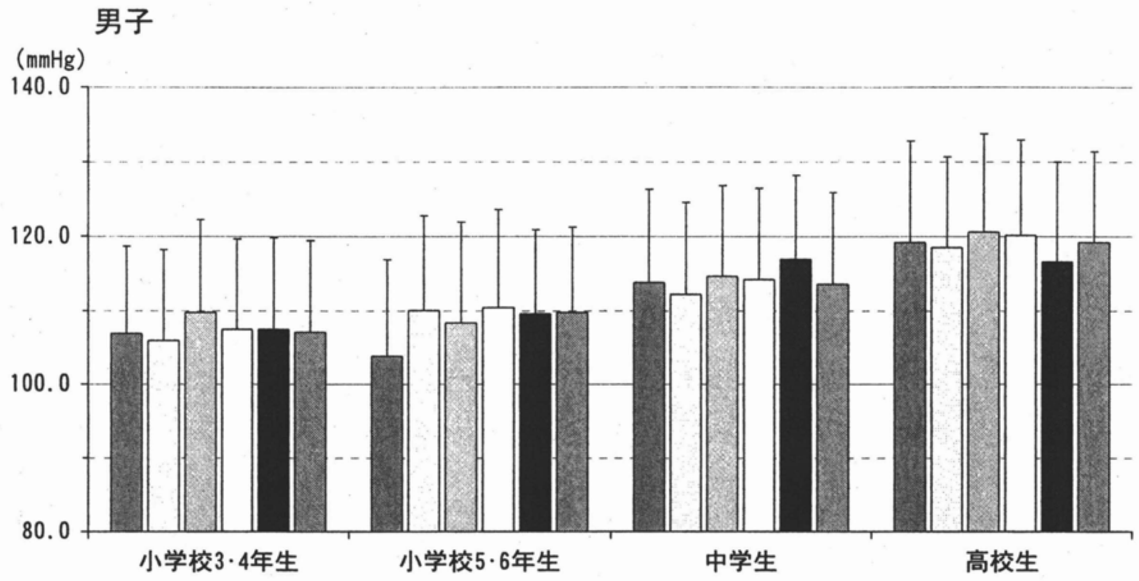


図 4-2-1　収縮期血圧の平均値（平成 14 年度）



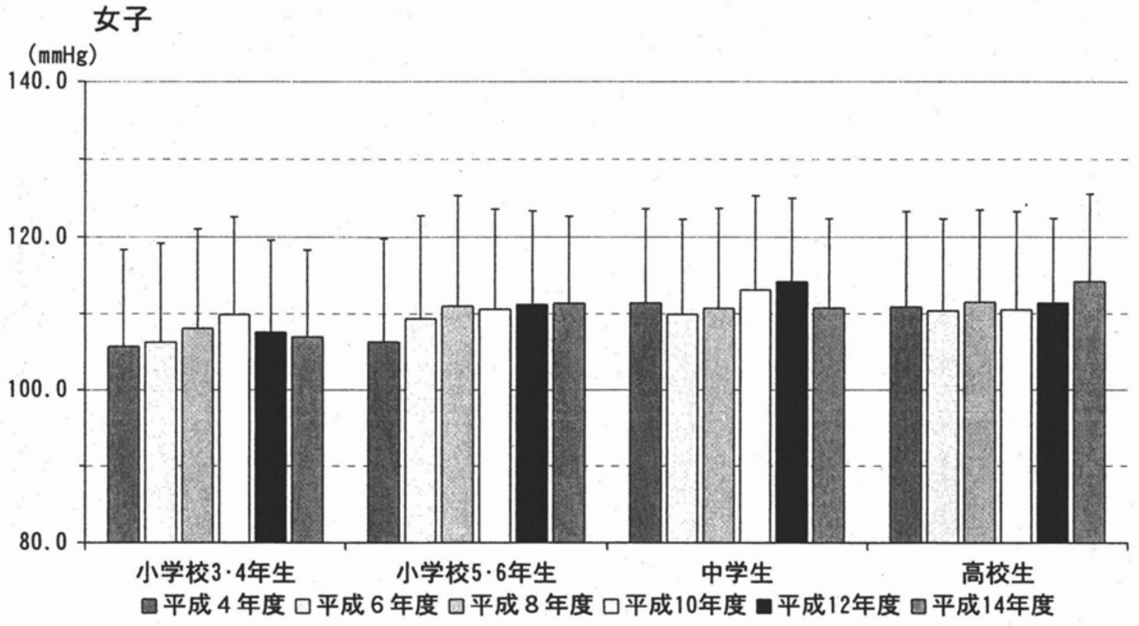


図 4-2-2　収縮期血圧の平均値における過去の調査結果との比較

⑵ 収縮期高血圧者の比率について

収縮期高血圧者の比率については、基準を男子では小学生 135mmHg 以上、中学生 140mmHg 以上、高校生 145mmHg 以上とし、女子では小学生と中学生 135mmHg 以上、高校生 140mmHg 以上として検討してみた。高校生男子の 2.0%を除いて、すべての学年で 1.5%以下であった。

過去の調査結果と比較すると、今年度は高校男子の 2.0%を除いて 1.5%以下であり、最近では減少傾向が見られている。

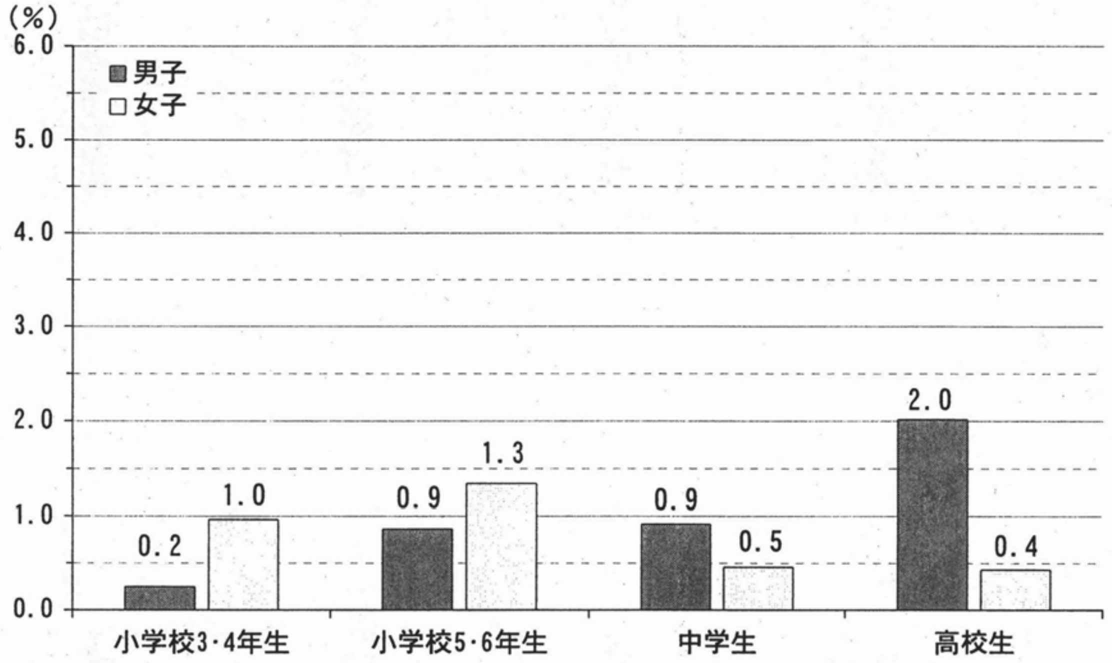


図 4-2-3　収縮期高血圧者の比率（平成 14 年度）

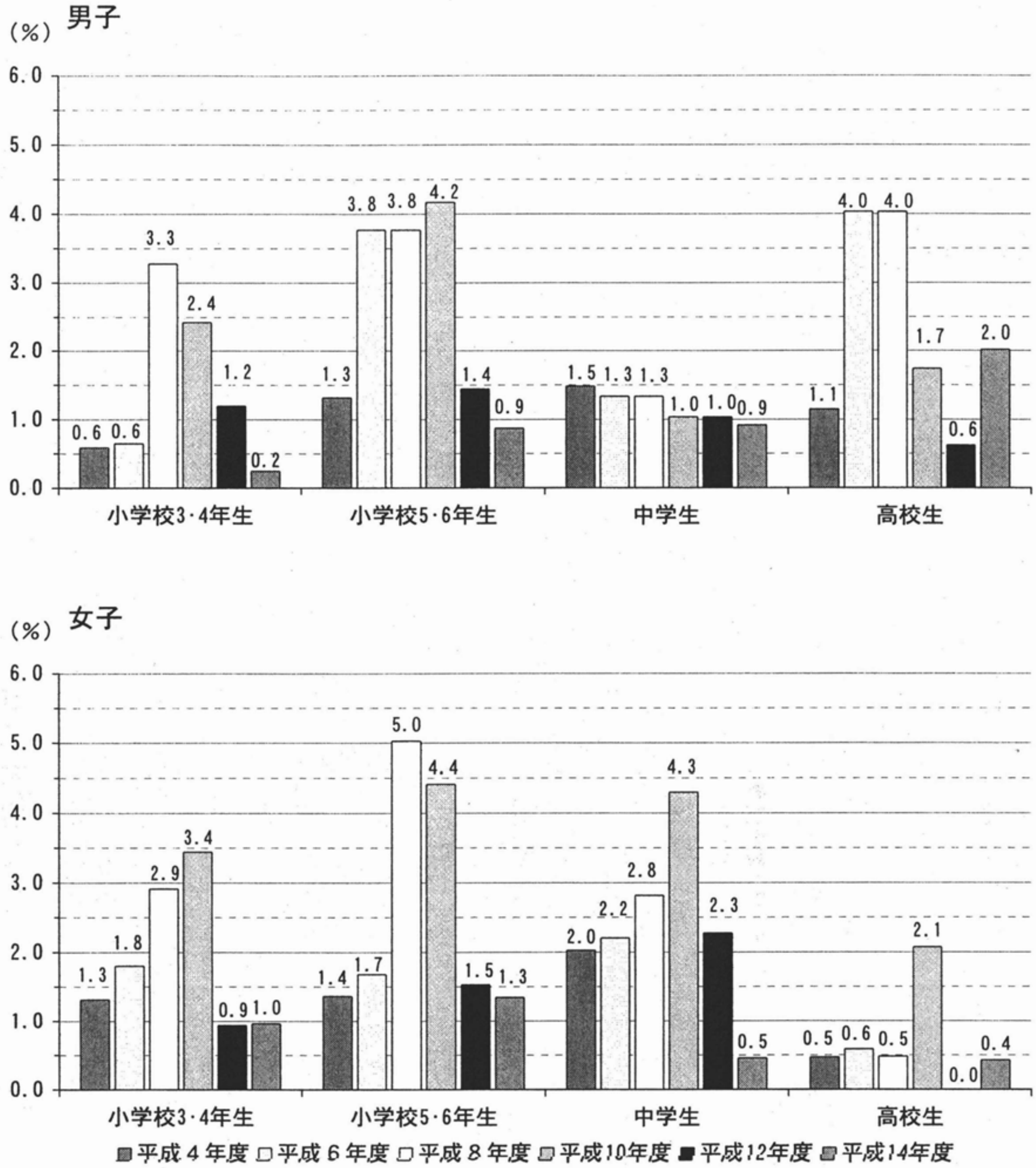


図 4-2-4　収縮期高血圧者率における過去の調査結果との比較

2.2　拡張期（最低）血圧（表Ⅰ－7，11，12）

(1) 拡張期血圧の平均値について

男女とも学年が進むにしたがって拡張期血圧のゆるやかな上昇が見られた。

男女別、学年別にみると、小学校 5・6 年生から高校生にかけて、女子の平均値の方が、僅かではあるが、男子のそれを上回っていた。過去の調査結果との比較では、年度により多少の差は見られる(特に平成 14 年度女子)ものの全体を通じて大きな変化はないと思われた。

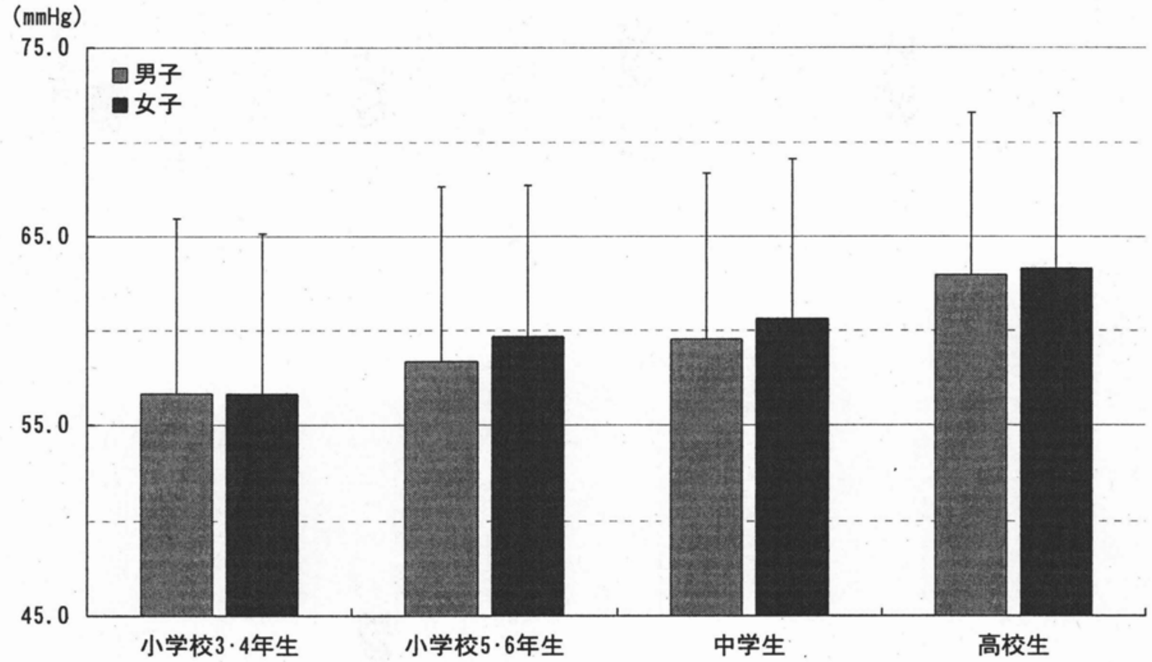


図 4-2-5　拡張期血圧の平均値（平成 14 年度）

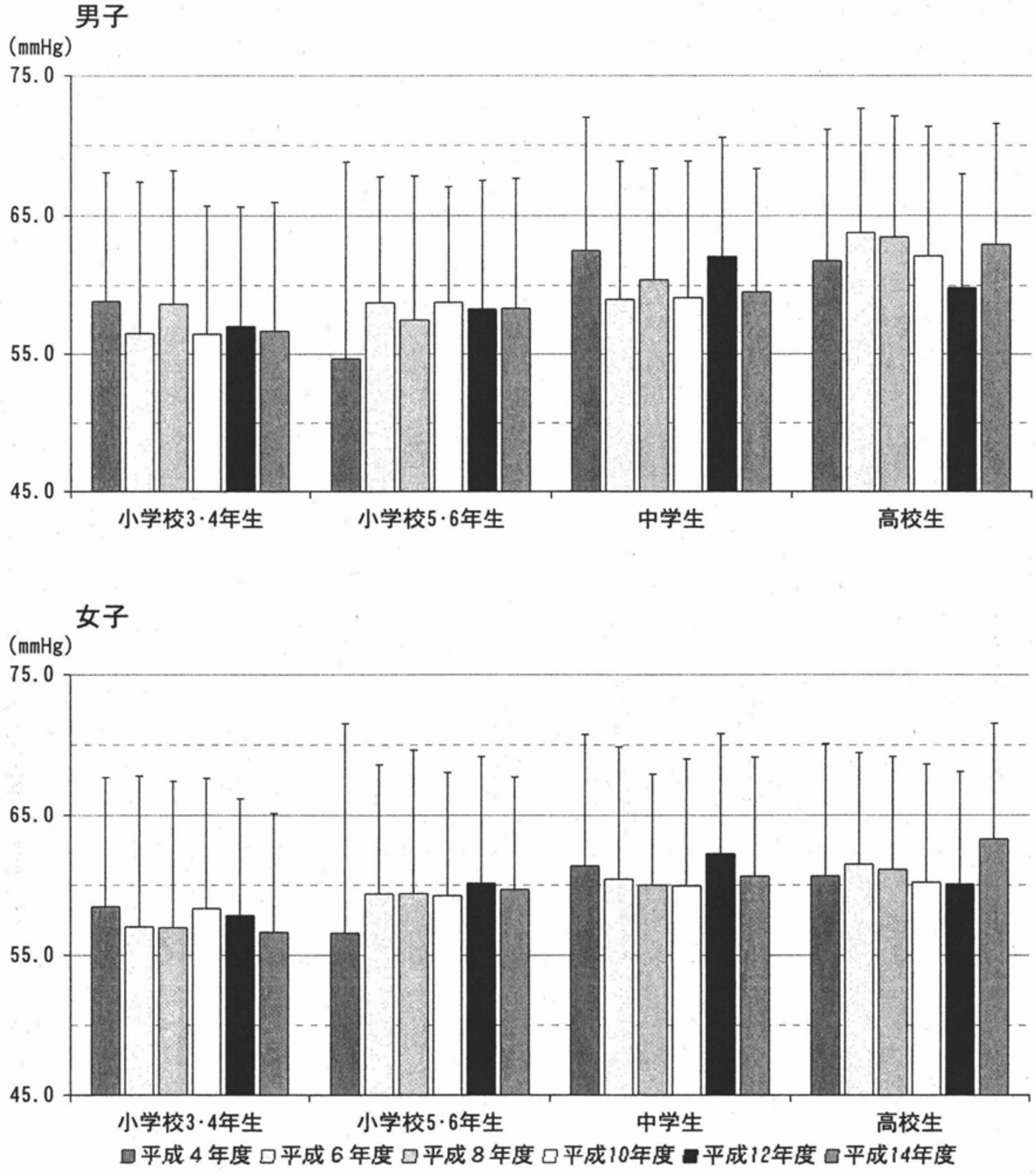


図 4-2-6　拡張期血圧の平均値における過去の調査結果との比較

(2) 拡張期高血圧者の比率

拡張期高血圧者の比率については、基準を小学生と中学生では男女とも 80mmHg 以上、高校生では男女とも 85mmHg 以上として検討した。小学校 3・4 年生、高校生男子に低い比率が見られたが、全体的には 1 から 2%前後の比率であった。

過去の調査結果との比較では、男女とも明らかな変化は認められなかった。

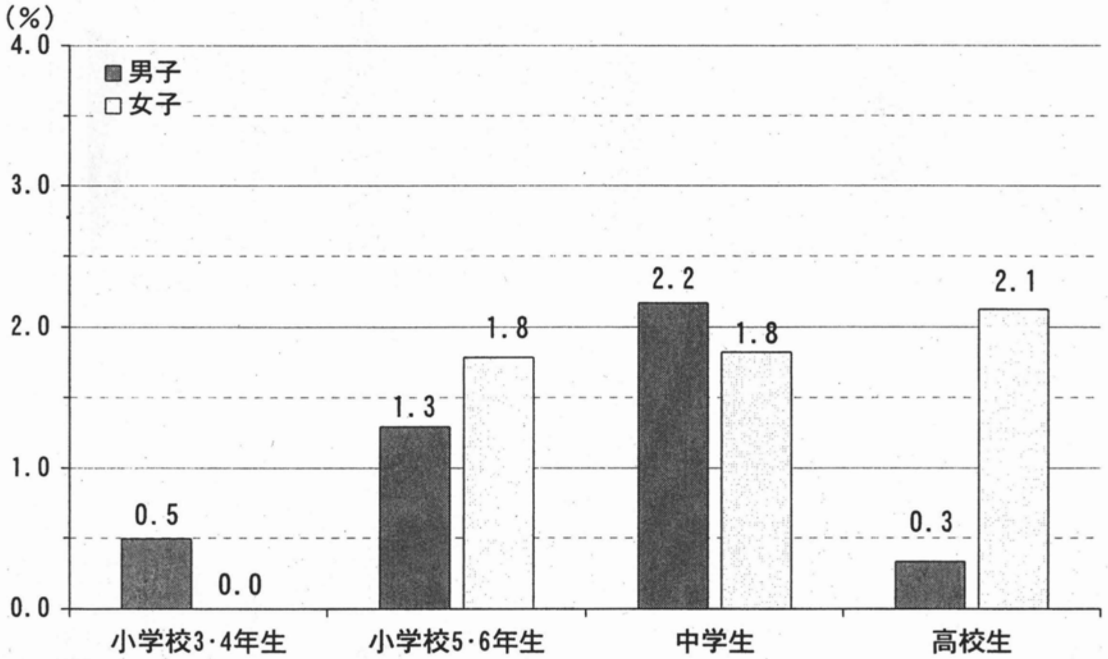


図 4-2-7　拡張期高血圧者の比率（平成 14 年度）

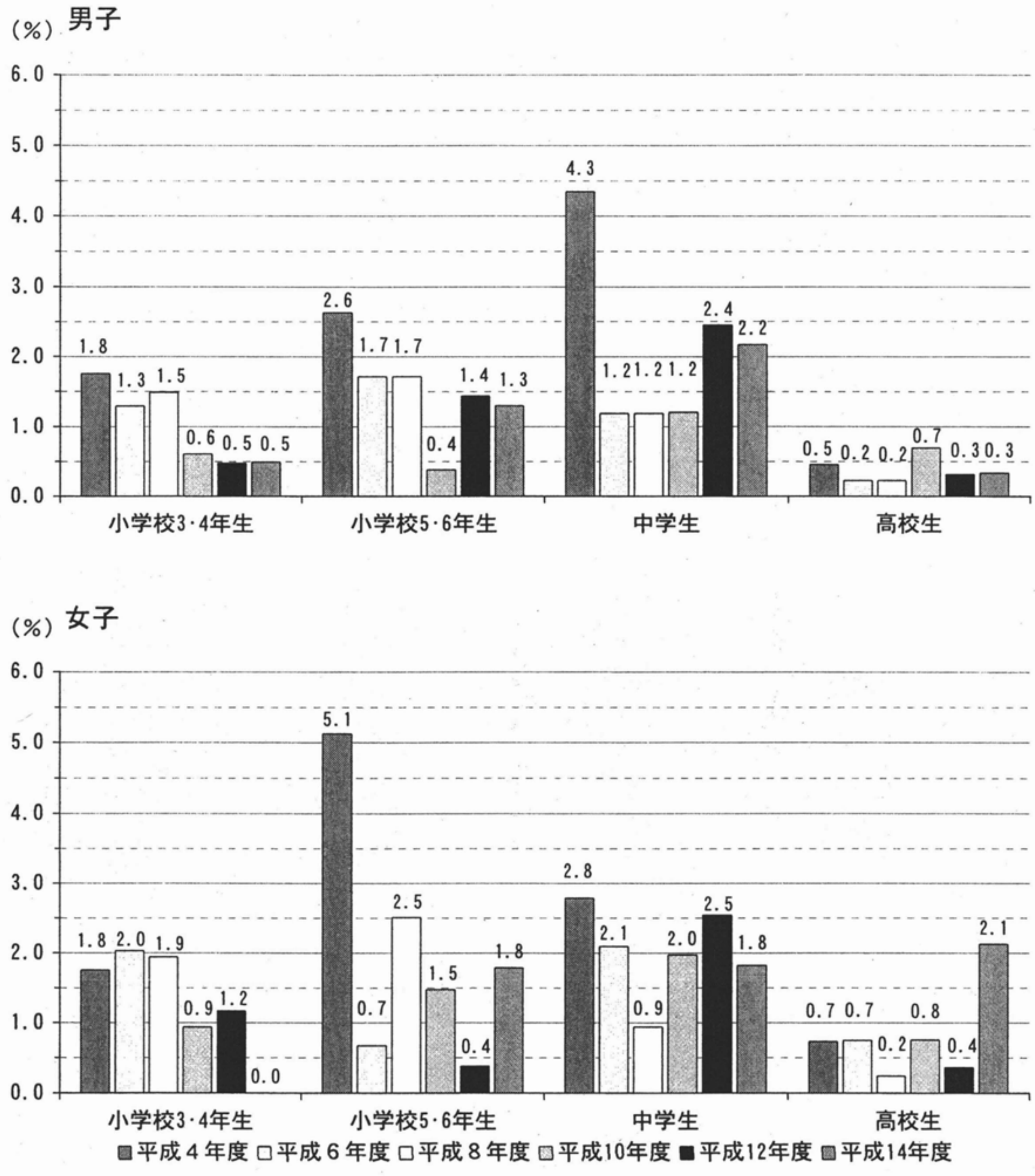


図 4-2-8　拡張期高血圧者率における過去の調査結果との比較

2.3　　平均血圧[注]（表Ⅰ－8）

男女ともに学年が進むにつれて平均血圧の平均値がゆるやかに上昇していた。

男女別、学年別にみると、小学校 5・6 年生で女子の方が男子より高い値を示し、高校生では女子の方が低い値を示しているが、これは収縮期血圧の平均値に見られたのと同じ現象であると思われる。

過去の調査結果との比較では、男女とも明らかな変化は認められなかった。

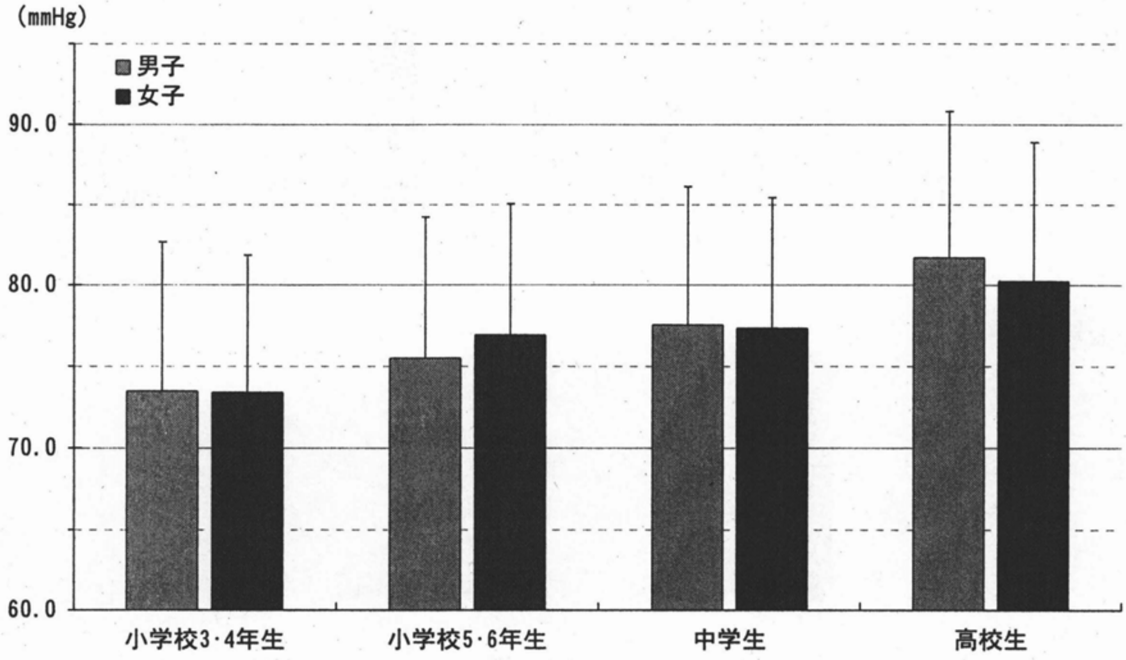


図 4-2-9　平均血圧の平均値（平成 14 年度）

[注] 平均血圧＝拡張期血圧＋1/3（収縮期血圧－拡張期血圧）で算出されている

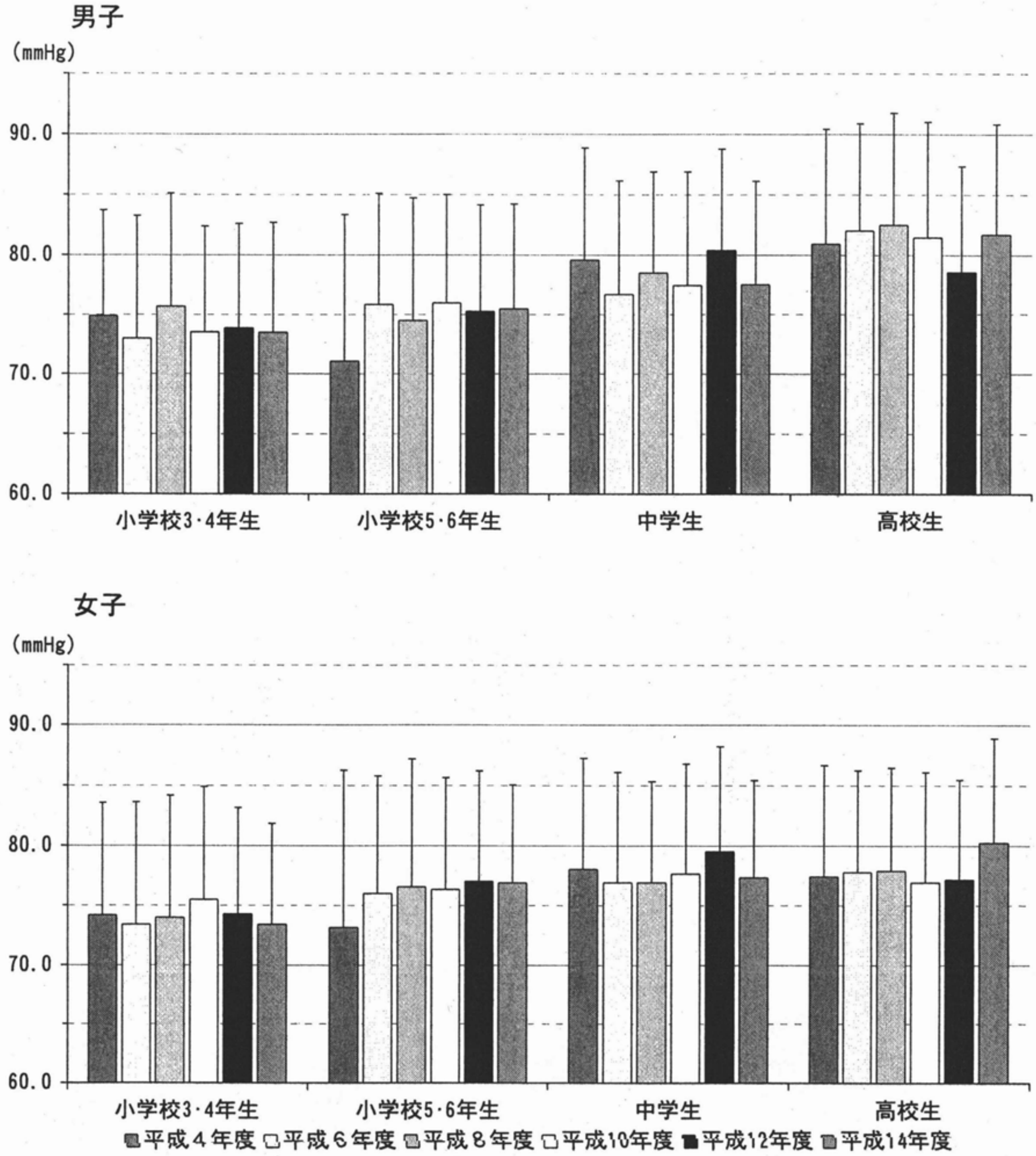


図 4-2-10　平均血圧の平均値における過去の調査結果との比較

3 血中脂質

3.1　総コレステロール（表Ⅰ－13，15，16）

(1) 総コレステロールの平均値について

男子では小学校 3・4 年生から小学校 5・6 年生にかけてやや増加し、中学生ではこれが減少したが、また高校生では増加するパターンであった。女子では小学校 3・4 年生から中学生にかけて減少し、高校生で増加するパターンを示した。これは総コレステロールの年齢的な変動を示したものと考えられる。平均値が最高となる学年とその値は男子が小学校 5・6 年生で 175.3mg/dl、女子が高校生で 180.5mg/dl であった。

男女別、学年別にみると、全ての学年において女子の平均値が男子より高かった。その差は中学生以降大きくなり、高校生では 13.6mg/dl と最も大きな値を示した。

過去の調査結果と比較すると、女子の高校生で平成 6 年度調査辺りからやや増加傾向を示しているように思われた。

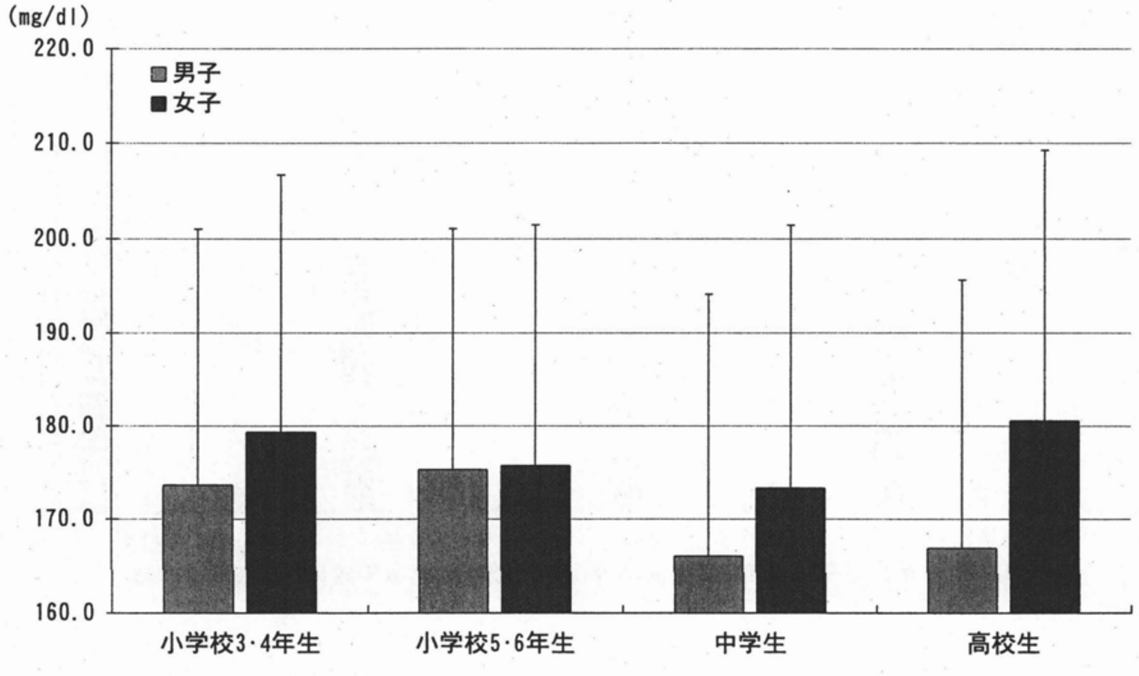


図 4-3-1　総コレステロールの平均値（平成 14 年度）

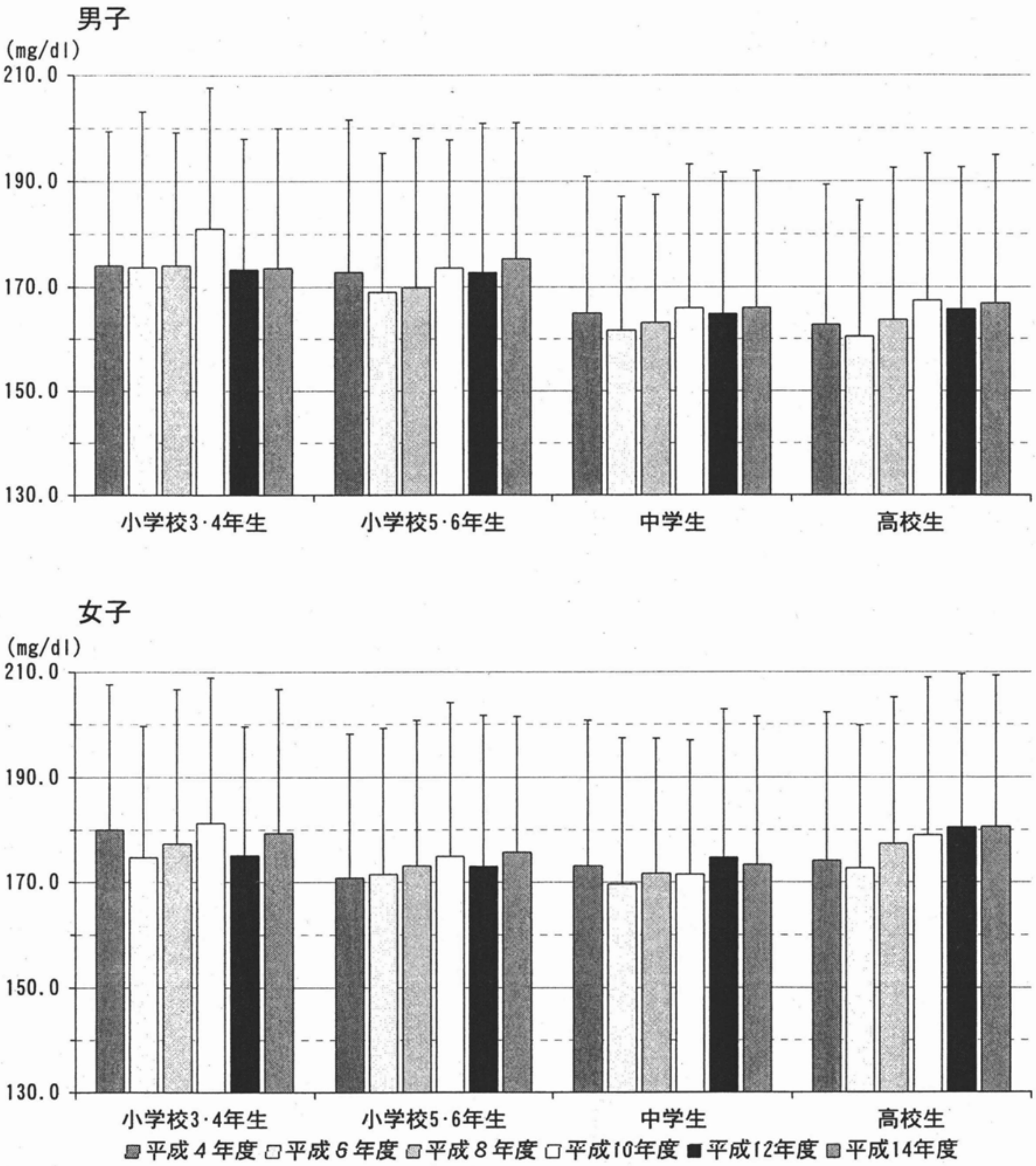


図 4-3-2　総コレステロール平均値における過去の調査結果との比較

⑵ 高コレステロール者の比率について

高コレステロール者の比率については、基準を総コレステロール値が 200mg/dl 以上として検討した。男子では小学校 3・4 年生 13.6%、小学校 5・6 年生 15.6%、中学生 10.4%、高校生 12.0%であった。女子では小学校 3・4 年生 23.6%、小学校 5・6 年生 16.5%、中学生 16.5%、高校生 22.3%であった。男女別、学年別にみると全体として女子が男子に比較して高コレステロール者の比率が高い結果であった。

過去の調査結果と比較すると、男子では全体として大きな変化が見られていないが、女子では中学生で平成 12 年ごろから、高校生では平成 10 年ごろから高率に高コレステロール者が見られている。この点に関しては今後の追跡調査によってさらに検討を深める必要がある。

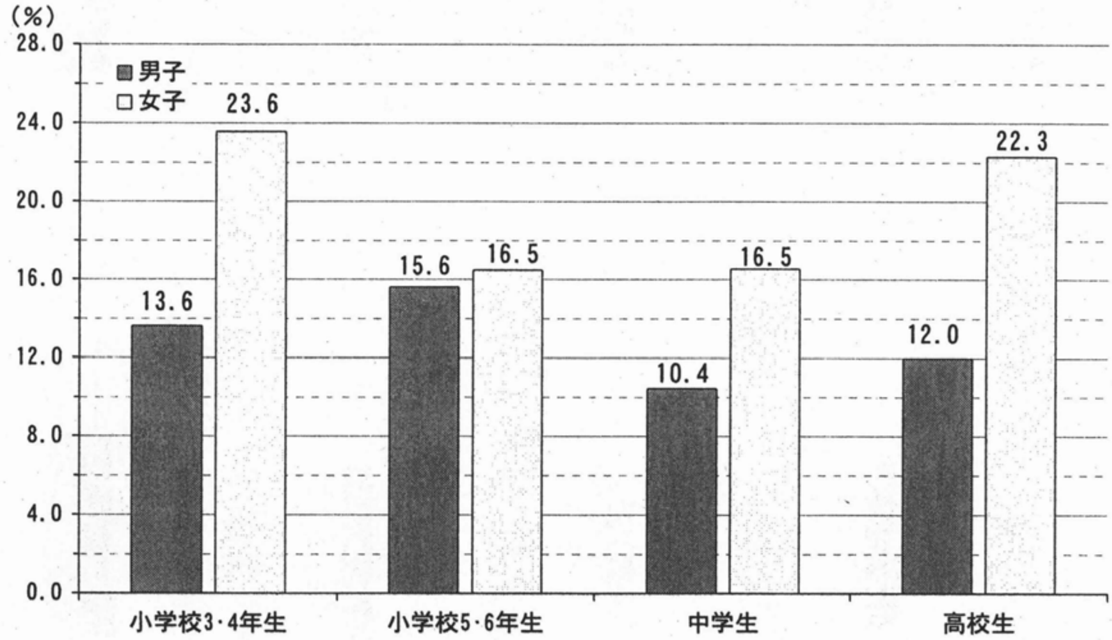


図 4-3-3　高コレステロール者の比率（平成 14 年度）

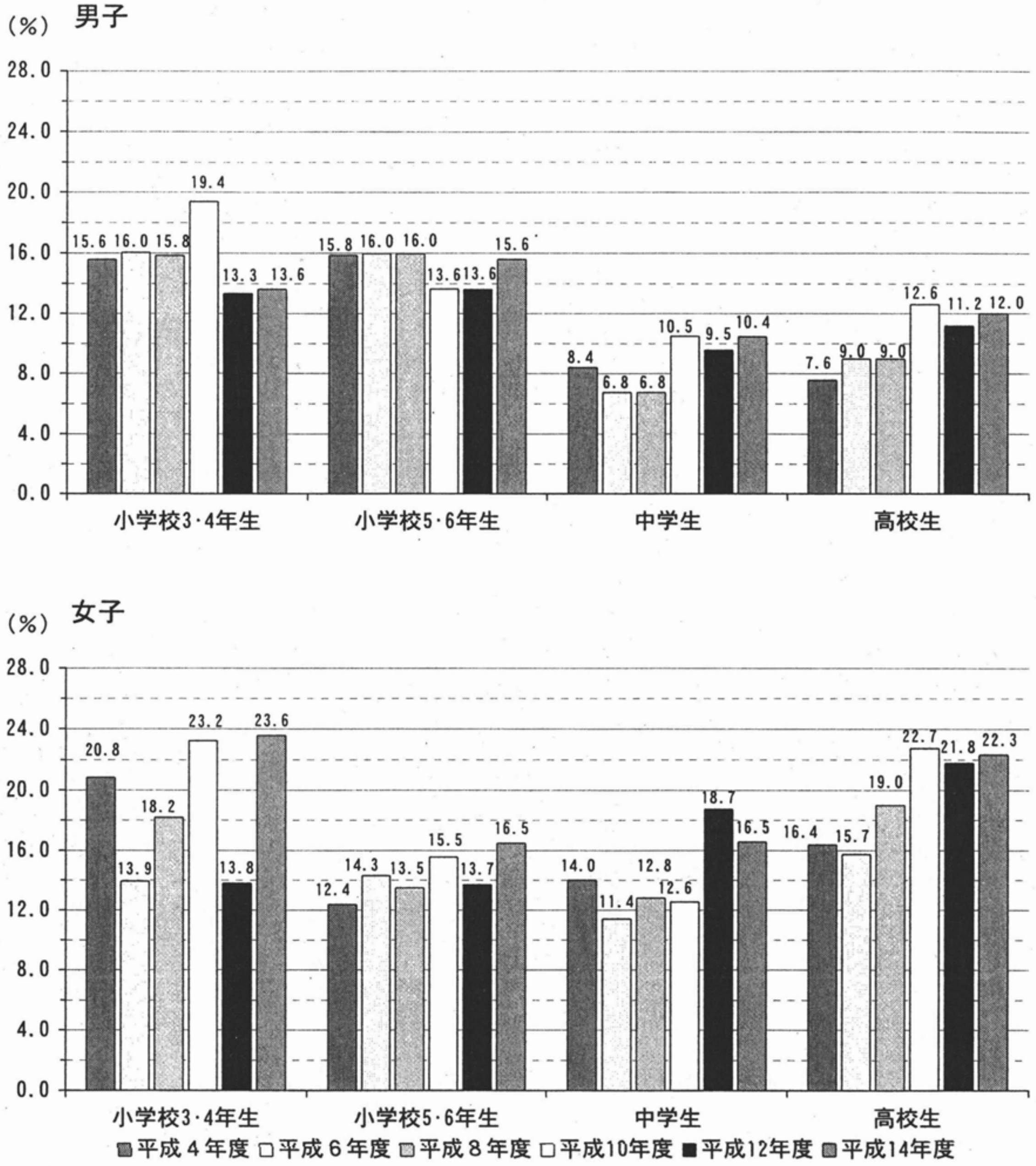


図 4-3-4　高コレステロール者率における過去の調査結果との比較

3.2　ＨＤＬコレステロール（表Ｉ－14，17，18）

(1) ＨＤＬコレステロールの平均値について

男子は学年の進行にともなって平均値が減少し、小学校 3・4 年生で 67.5mg/dl、高校生で 59.9mg/dl であり、7.6mg/dl の差があった。女子は小学校 3・4 年生から 5・6 年生にかけて平均値が若干減少するが、その後は高校生まで増加傾向を示し、小学校 3・4 年生で 64.2mg/dl、高校生で 65.5mg/dl であった。

過去の調査結果と比較すると、男女とも小学校 3・4 年生で平成 4 年度調査から平成 12 年度調査にかけて、また高校生では平成 4 年度調査から平成 10 年度調査にかけて増加する傾向にあることが認められた。

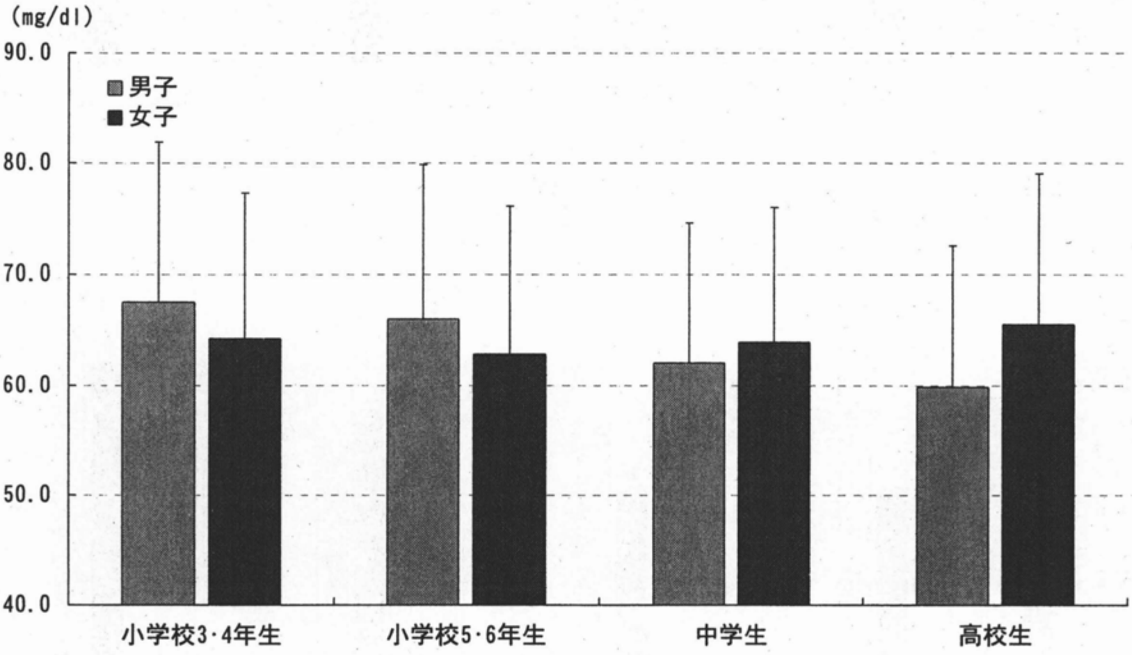


図 4-3-5　ＨＤＬコレステロールの平均値（平成 14 年度）

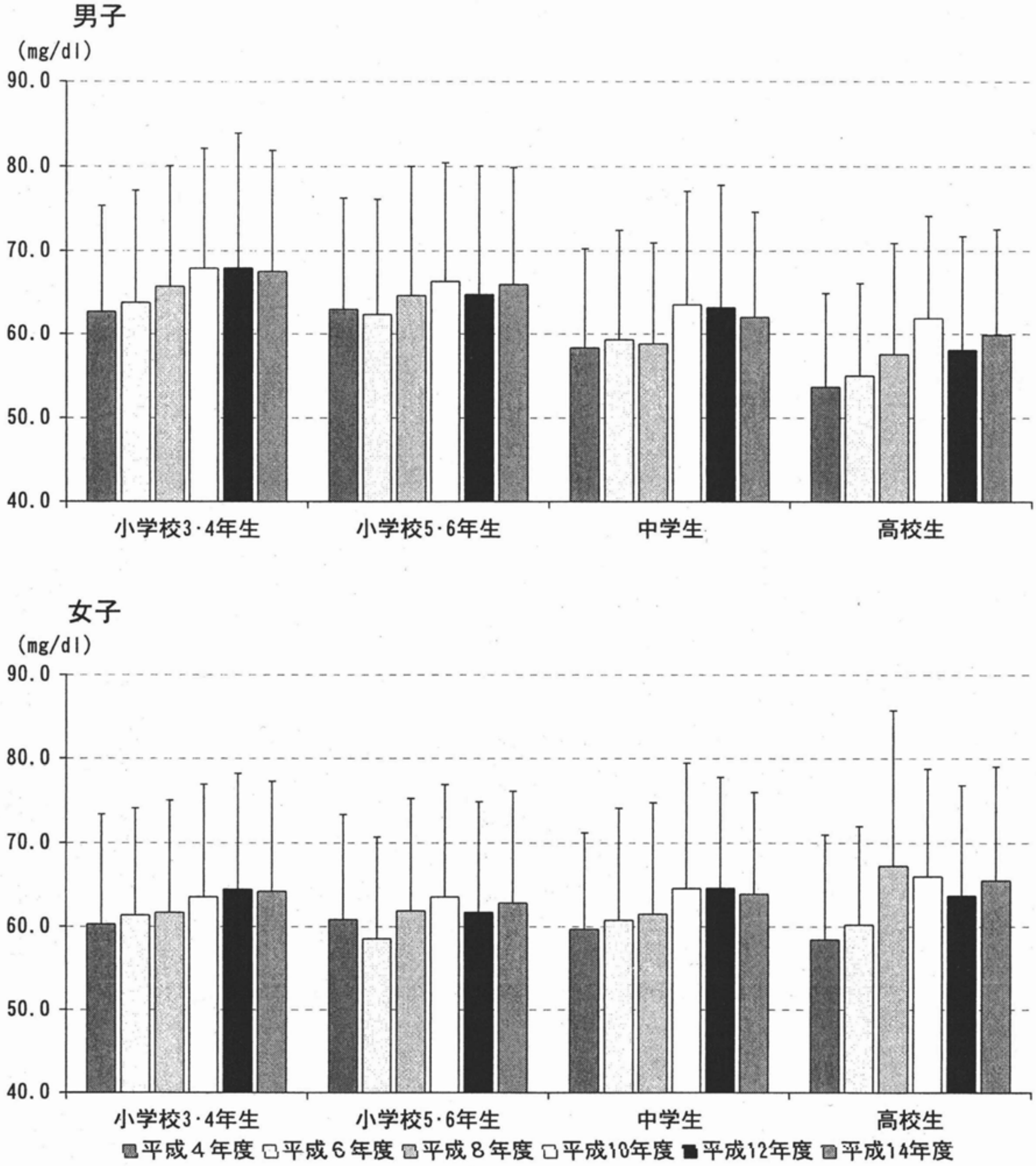


図 4-3-6　ＨＤＬコレステロール平均値における過去の調査結果との比較

(2) 低ＨＤＬコレステロール者の比率について

低 HDL コレステロールの比率については、基準を HDL コレステロールの値が 40mg/dl 以下として算出を行った。小学校 5・6 年生女子の 2.1%、中学生男子の 2.5%、高校生男子の 2.1%を除いて、男女ともすべての学年において 2%未満であった。

過去の調査結果と比較すると、低 HDL コレステロール者の比率が平成 12 年度調査で高値を示したが、平成 4 年度調査から平成 14 年調査まで全体を通してみると男女ともすべての学年で低下する傾向が見られた。

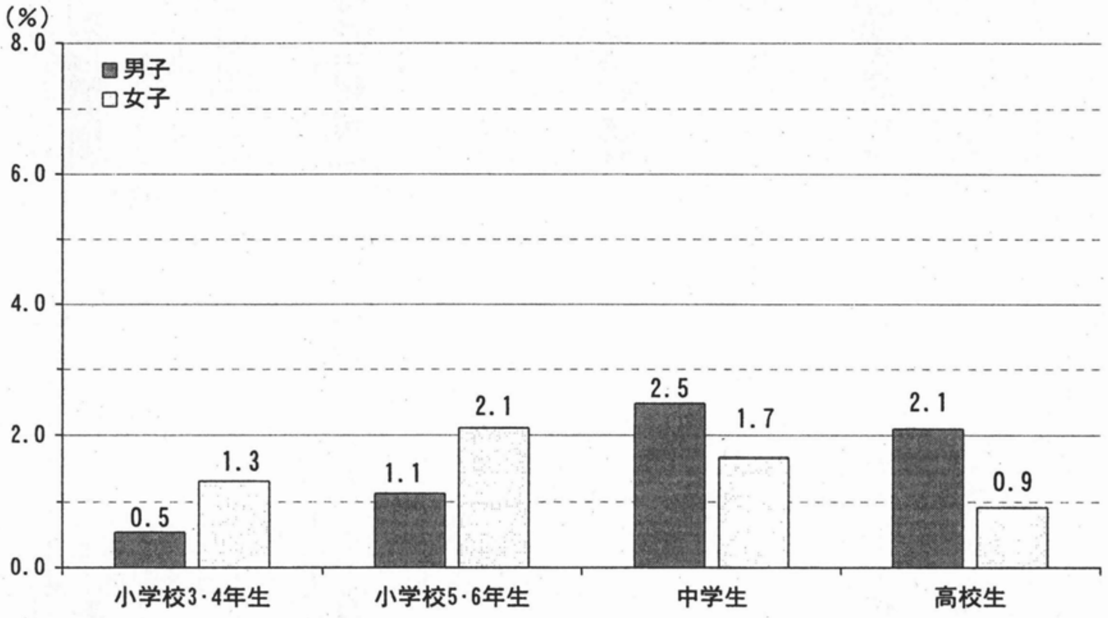


図 4-3-7　年齢別の低ＨＤＬコレステロール者の比率（平成 14 年度）

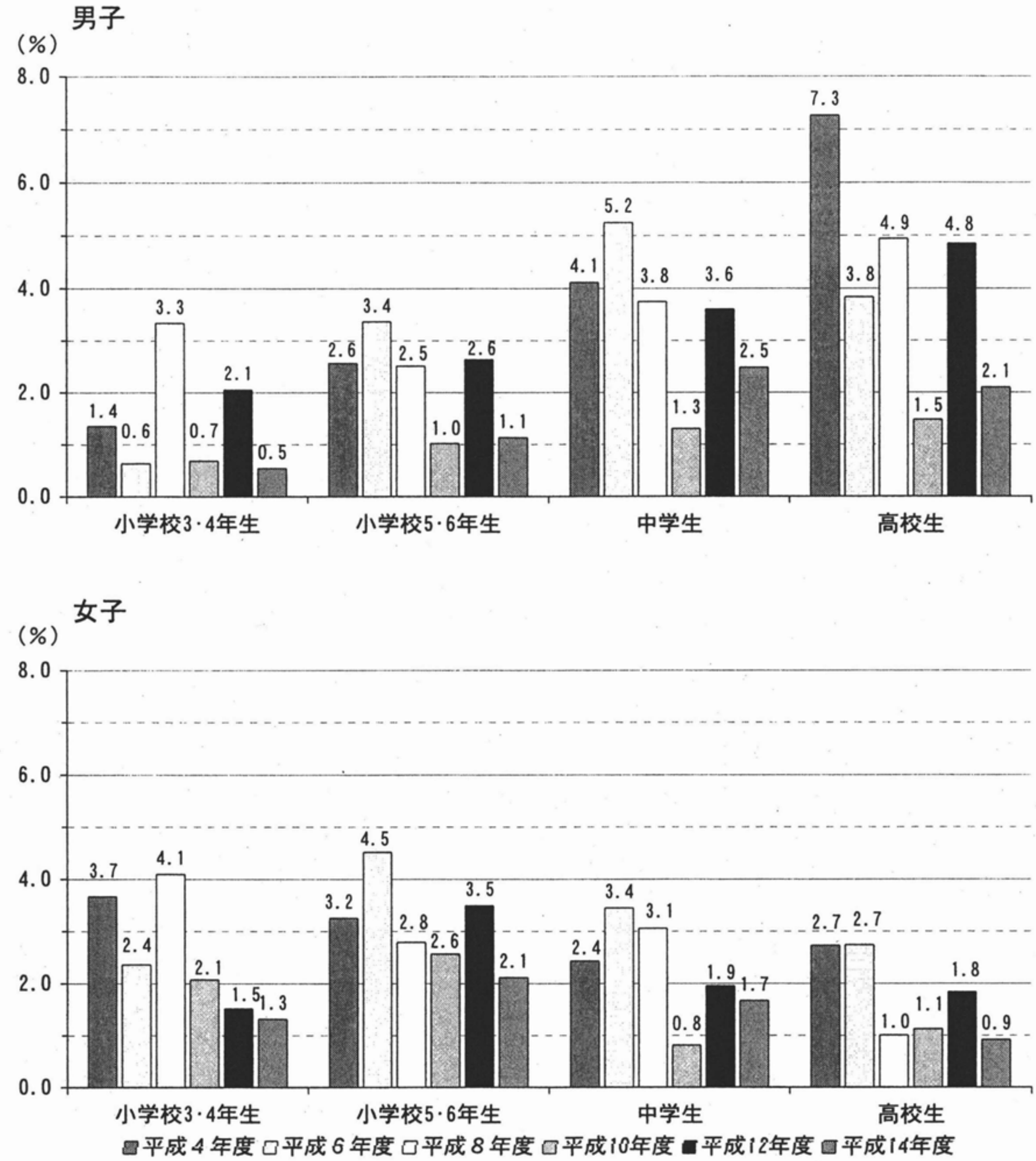


図 4-3-8　低 HDL コレステロール者率における過去の調査結果との比較

4 身長と体重の関係

至適な体格の考えの一つは均合のとれた身長と体重を持つものということである。そこで平成12年度調査では身長と体重の散布図を載せてその検討を行った。平成14年度調査においては、調査対象になった身長と体重の関係をさらに明確にするために、等確率楕円を導入して身長と体重の散布図（図4-4-1）について検討した。一般的に度数分布という観点から見ると身長は正規分布をするが、体重は重たい方に長い裾を引く分布をすることが知られている。このため身長をX軸、体重をY軸にとった散布図は平成12年度調査での身長と体重の散布図を見ても、平成14年度調査での散布図をみても右上方に歪んだ楕円になっている。このような散布を示すものから至適な身長と体重の関係を持つ群を抽出する方法の一つとして、先に述べた等確率楕円がある。ここで等確率楕円の説明をすることはできないので、図4-4-1に示した楕円は統計ソフトStatistica（スタットソフト・ジャパン扱い）を用いて計算した97%等確率楕円であるとだけ述べておく。

図中の斜線は身長と体重の直線回帰を示したものであり、また図中のrは相関係数、pは有意水準を示したものである。散布図中の○の大きさは身長と体重が同じ数値であったものの例数を表わしている。

(1) 男子について

身長と体重の関係について、小学校3・4年生から高校生までの全調査対象児童生徒の資料を用いて各学年と校種別に散布図を作成した（図4-4-1）。

男子については小学校3・4年生と小学校5・6年生では身長に差はあるものの散布図のパターンには大きな差がなかった。中学生では身長と体重がともに大きな広がりを見せ、これは思春期の成長に大きな個人差があることを意味するものと思われる。高校生になると身長の散布幅は急激に狭くなり、これはこの年齢になると最終身長に達しているものが大部分を占める結果だといえる。

(2) 女子について

女子の小学校3・4年生と小学校5・6年生を比較すると、回帰直線の勾配が大きくなり、この頃から体重に比べ身長の散布幅が狭くなり、中学生になると身長の散布幅は高校生の場合とほぼ同じになっている。高校生になると身長と体重の散布はほぼ97%等確率楕円の中に入っている。これは、女子は高校生になるとほぼ100%が成人の体格に達していることを意味するが、高校生男子では身長と体重の散布は女子に比べてまだ右上方に広がりを見せており、男子はこの年齢でもまだ成人の体格に達していない者がかなりいることが伺える。

(3) 等確率楕円の応用について

正常体格者について検討する場合は97%等確率楕円内にある対象を選び、また、等確率楕円の外にある対象については、それを特に詳しく検討することによって、もしもそれが異常であ

るならばその理由を明らかにすることができるであろう。今後この等確率楕円の応用について検討する予定である。

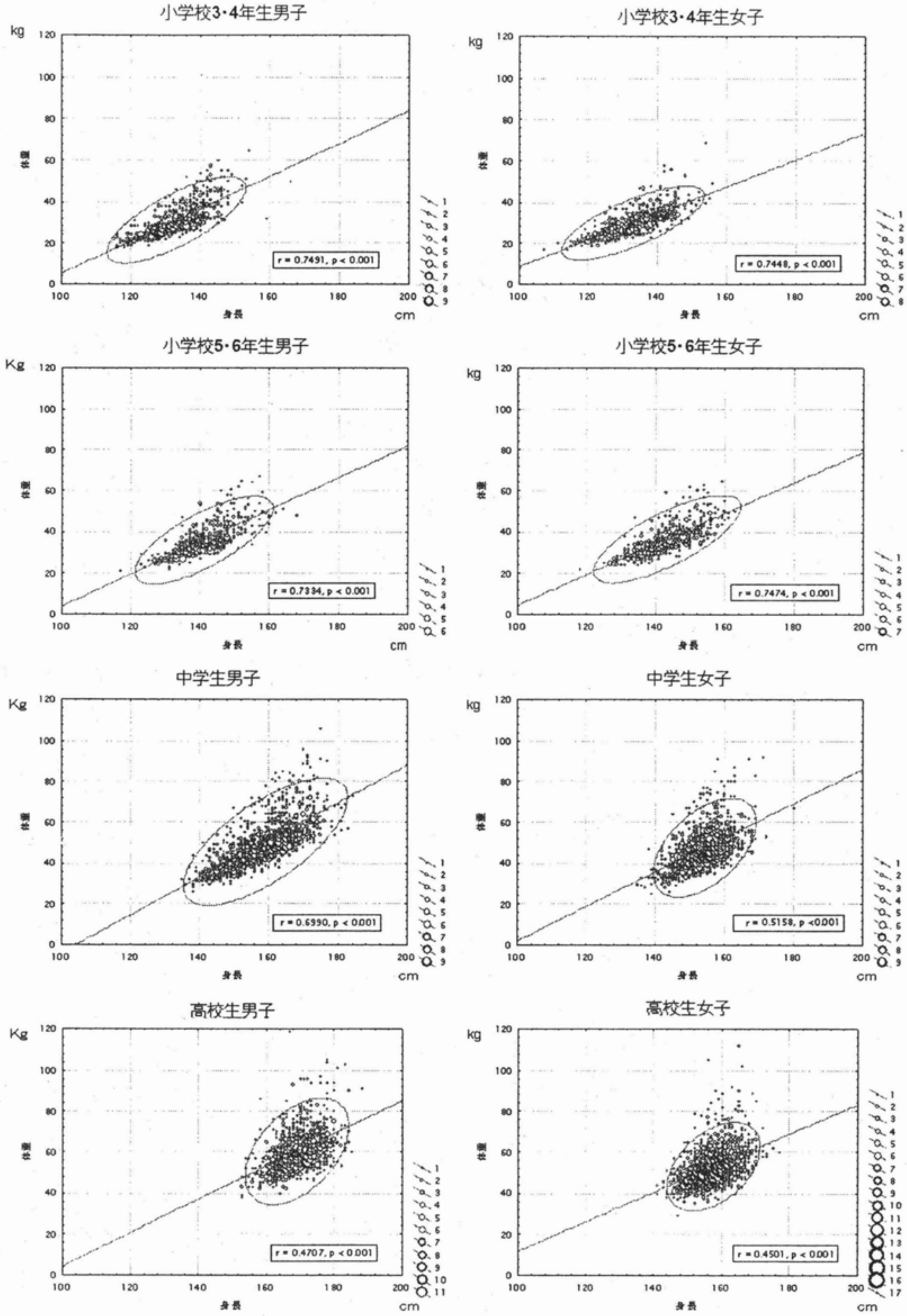


図 4-4-1　身長－体重の散布図注

注 楕円は97％等確率楕円；○の大きさは身長と体重が同じ数値を持つ例数を示す。

第５章　ライフスタイルに関する調査結果の概要

児童生徒の健康状態を評価するためには、ライフスタイル、つまり生活習慣や生活行動のあり方を含めて理解するべきである、という考え方が今日では通説となっている。健康との関連でライフスタイルを考慮すると、睡眠、運動、食生活をはじめとして、家庭や学校での生活行動も重要な条件である。本調査では、変貌する社会における児童生徒の健康状態をライフスタイルとの関連から明らかにしていくことを目的としている。そのために、就寝、起床、朝食、排便、登校、学業、課外活動、夕食、テレビ、塾、おけいこごと、運動とあそび、家事手伝いなどの項目について系統的に調査している。

本報告書では、まず朝の起床状態から項を起こし、睡眠、朝食などの生活行動についての解説を行い、続いて食生活行動、学校や帰宅後の家庭での生活行動の解説を行っている。

1　就寝時刻（調査前日）（表Ⅱ－1）

調査前日の就寝時刻の平均値について、学年別に見ると、小学校 3・4 年生は 21 時 39 分、小学校 5・6 年生は 22 時 2 分、中学生は 23 時 19 分、高校生は 0 時 10 分であった。学年が進むに従って就寝時刻が遅くなっている。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生および中学生では、女子の就寝時刻が男子よりわずかに遅いが、高校生では男子の就寝時刻が女子より遅かった。

これまでの調査との比較として、昭和 56 年度調査[注]と比べると、小学校 3・4 年生の男子で 17 分、女子で 24 分、小学校 5・6 年生の男子で 11 分、女子で 19 分、中学生では男子が 28 分、女子が 33 分遅くなっている。高校生は昭和 56 年度調査の対象となっていないので、平成 4 年度調査と比べると、男子が 25 分、女子で 17 分遅くなっている。

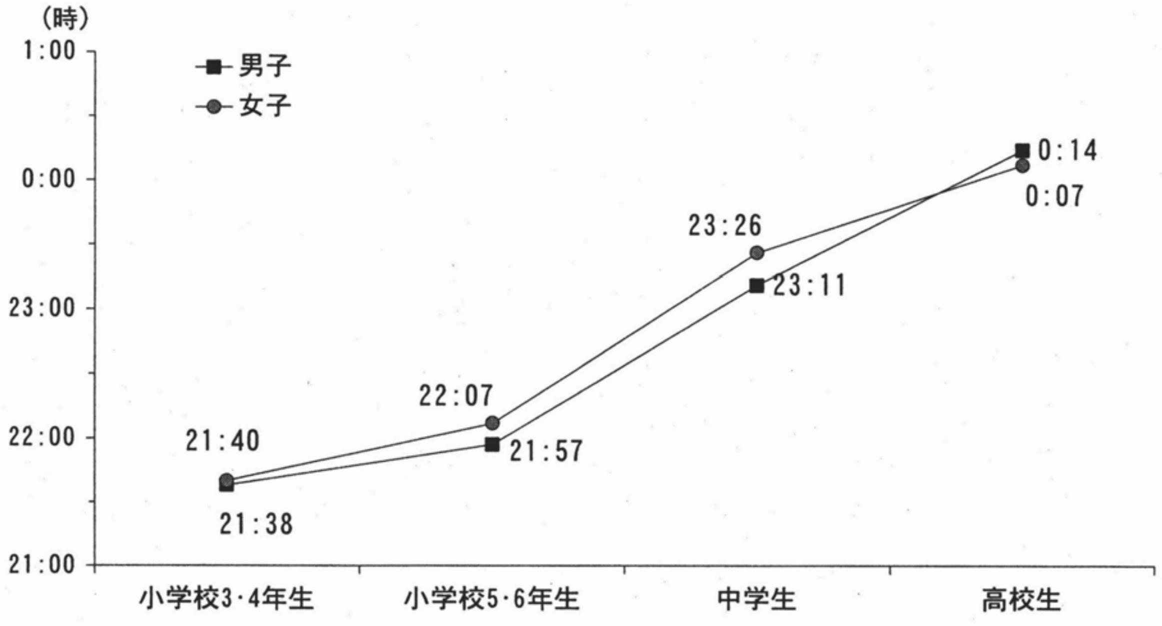
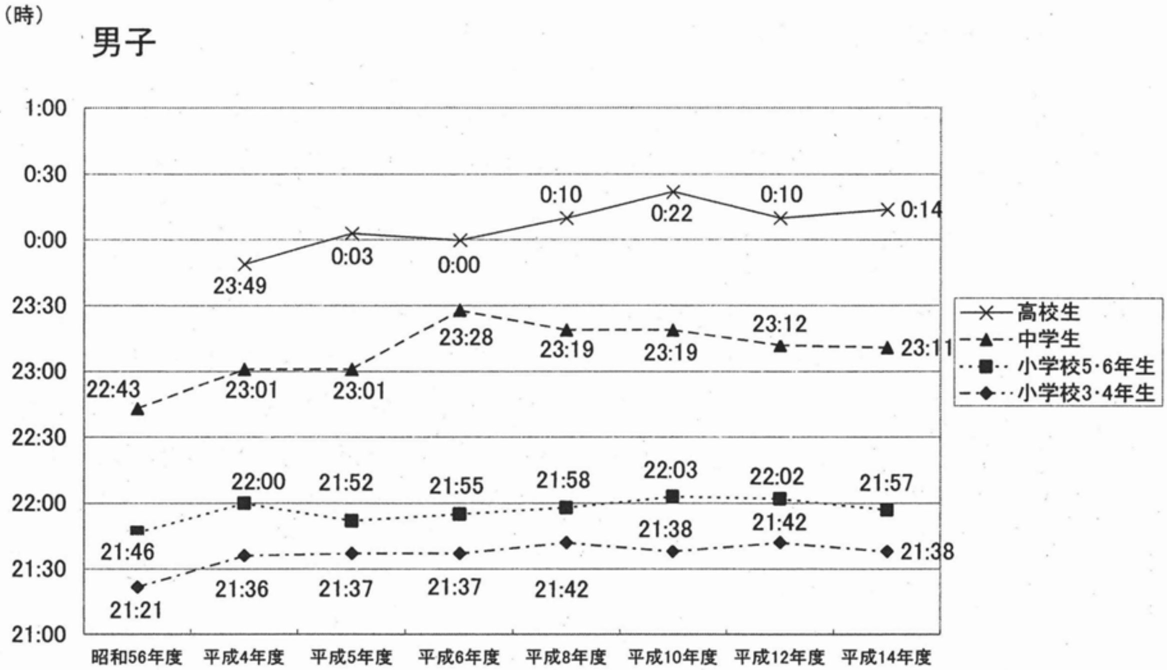


図 5-1-1　就寝時刻（調査前日）の平均値

[注] 昭和 56 年度調査の数値は「昭和 56 年度児童生徒健康状況調査報告書（財団法人日本学校保健会）」より採った。また、小学校 3 年生と 4 年生、小学校 5 年生と 6 年生の数値を比較可能なものとするために、加重平均によって調整した値を小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生の数値として用いた。



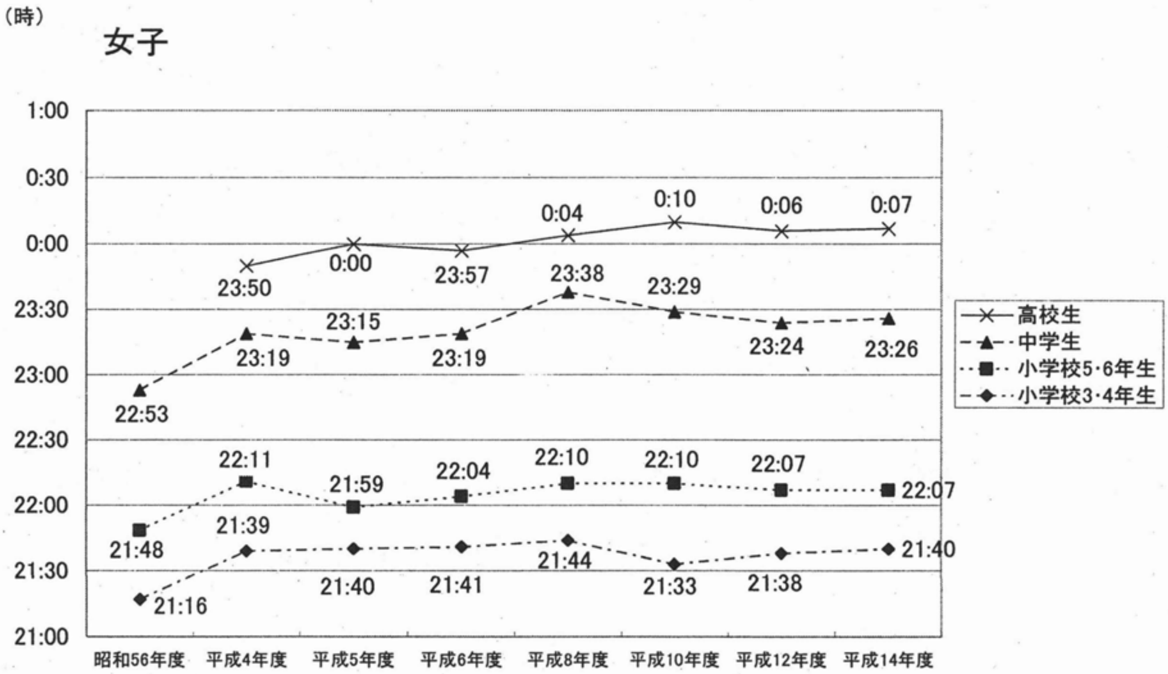


図 5-1-2　就寝時刻（調査前日）平均値の経年比較

2　起床時刻（調査日）（表Ⅱ－2）

調査日の起床時刻の平均値について、学年別に見ると、小学校 3・4 年生は 6 時 47 分、小学校 5・6 年生は 6 時 53 分、中学生は 6 時 47 分、高校生は 6 時 45 分であった。全ての学年で、6 時 45 分から 6 時 53 分の間に起床していた。

学年・男女別に見ると、中学生と高校生では、女子の起床時刻が男子より早く、特に高校生では女子が男子より 17 分早く起床している。

平成 12 年度調査との比較では、女子の起床時刻が、小学校 3・4 年生、中学生、高校生でそれぞれ今年度は 2 分早くなっていた。

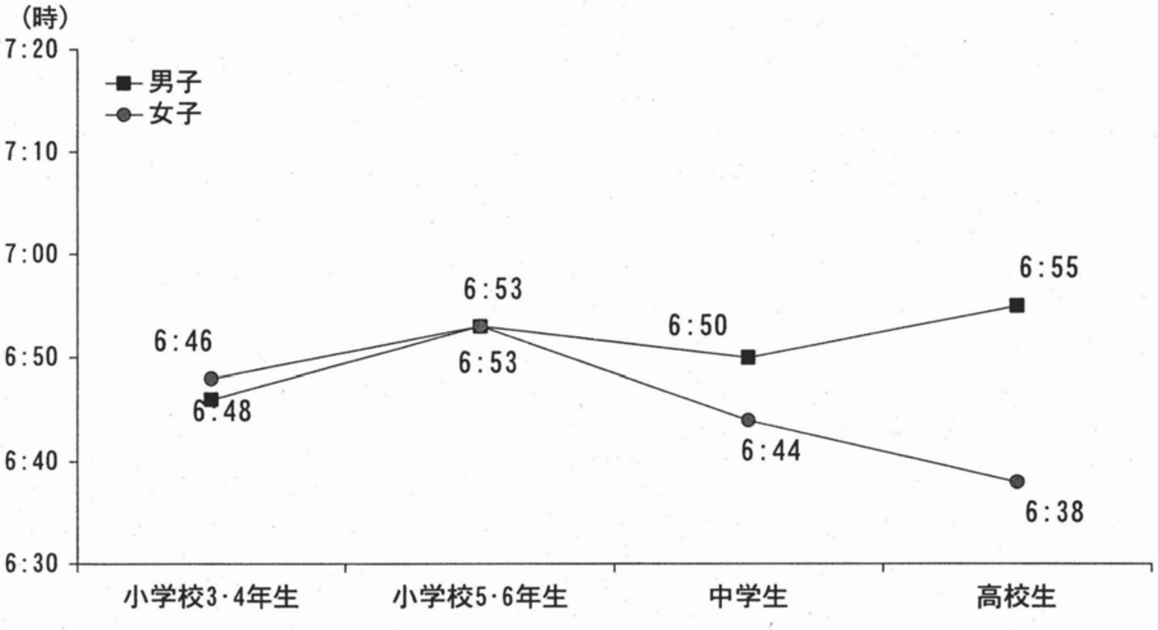


図 5-2　起床時刻（調査日）の平均値

3　睡眠時間（表Ⅱ－3）

調査前日の睡眠時間の平均値について、学年別に見ると、小学校 3・4 年生は 9 時間 7 分、小学校 5・6 年生は 8 時間 52 分、中学生は 7 時間 28 分、高校生は 6 時間 35 分で、学年が進むに従って、睡眠時間が短くなっている。

学年・男女別に見ると、女子の睡眠時間が男子より短く、特に中学生は男子が 7 時間 39 分に対して、女子は 7 時間 17 分と 22 分も短い。

これまでの調査との比較として、昭和 56 年度調査と比べると、小学校 3・4 年生の男子で 12 分、女子で 19 分、小学校 5・6 年生の女子で 8 分、中学生では男子が 31 分、女子が 35 分短くなっている。高校生は昭和 56 年度調査の対象となっていないので、平成 4 年度調査と比べると、男子が 23 分、女子で 18 分短くなっている。

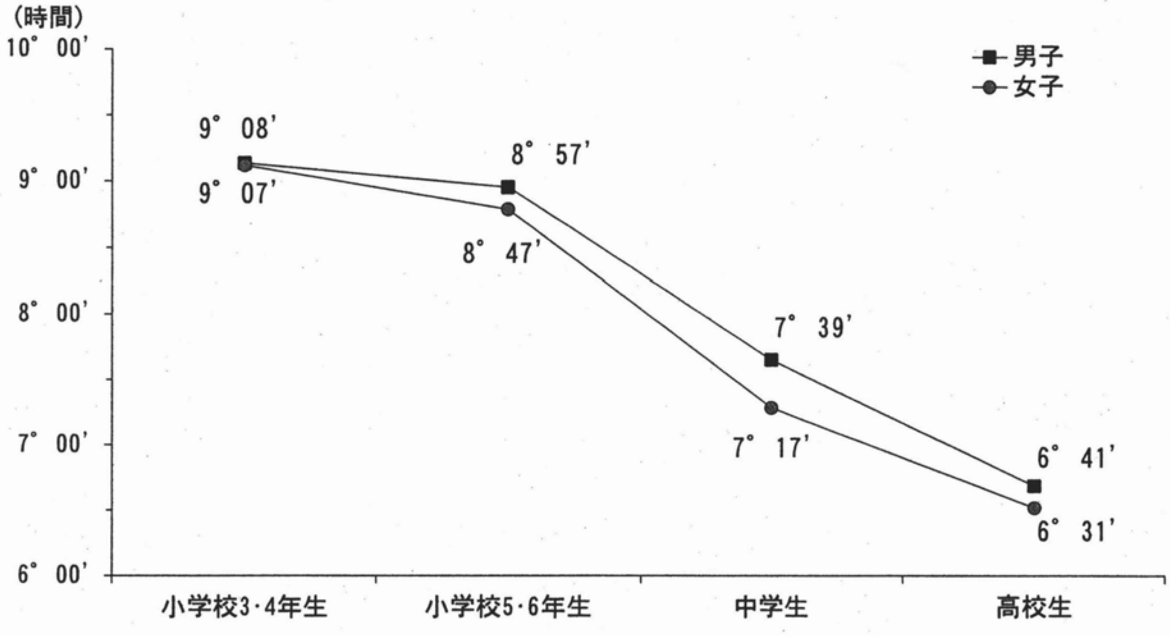
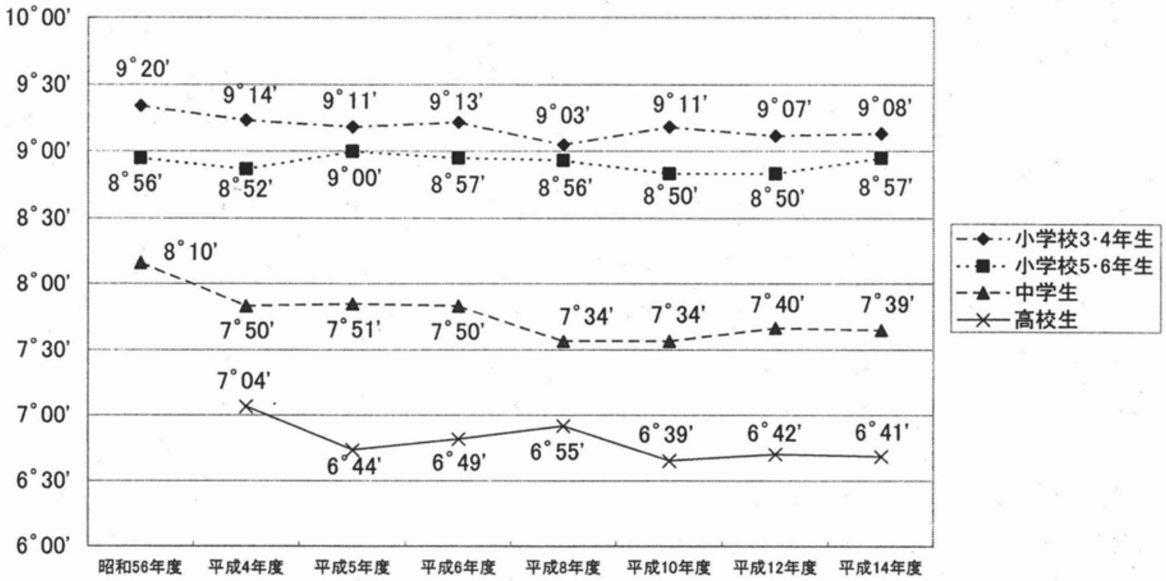


図 5-3-1　睡眠時間の平均値

男子



女子

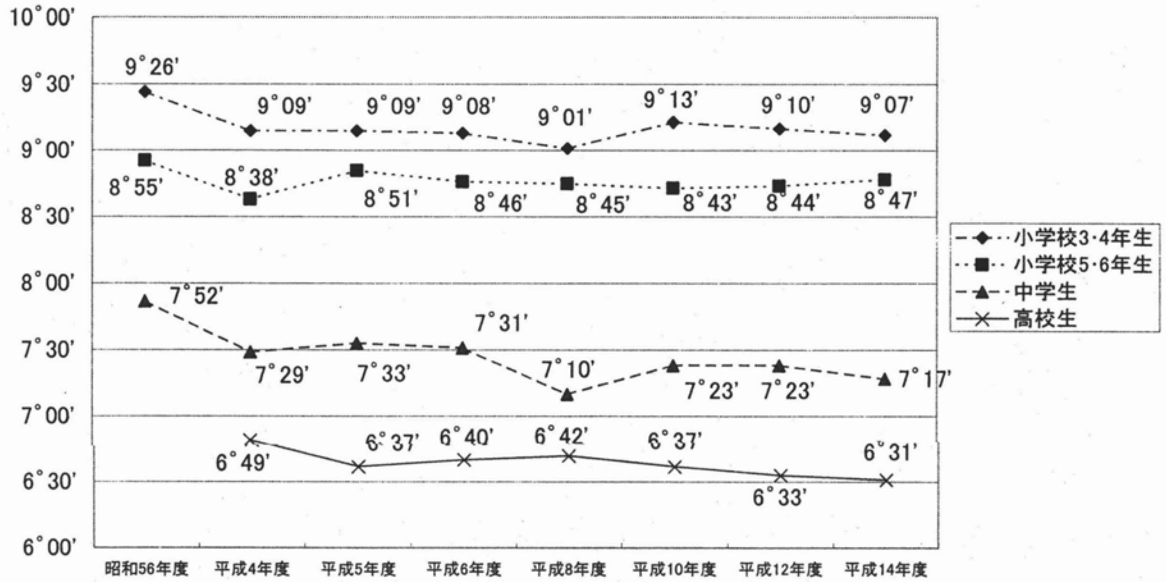


図 5-3-2　睡眠時間平均値の経年比較

4　寝起きの状況（表Ⅱ－4，5）

調査日の寝起きの状況について、「すっきり目が覚めた」と答えた者の比率は、全体で、男子 22.3％、女子 16.9％、「少し眠かった」と答えた者の比率は、男子 55.0％、女子 55.3％、「眠くてなかなか起きられなかった」と答えた者の比率は、男子 22.7％、女子 27.7％であった。

学年・男女別に見ると、「すっきり目が覚めた」と答えた者は、男女とも中学生以降に減少しているが、さらに女子では、どの学年においても男子より低い比率である。一方、「眠くてなかなか起きられなかった」と答えた者を見ると、男子の小学校 5・6 年生を除いて、男女とも学年が進むに従って増加しており、女子はどの学年においても男子より高い比率である。

これまでの調査と比較すると、「すっきり目が覚めた」と答えた者の比率が、小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生では増加傾向を示している。しかし、中高校生ではほぼ横ばいである。

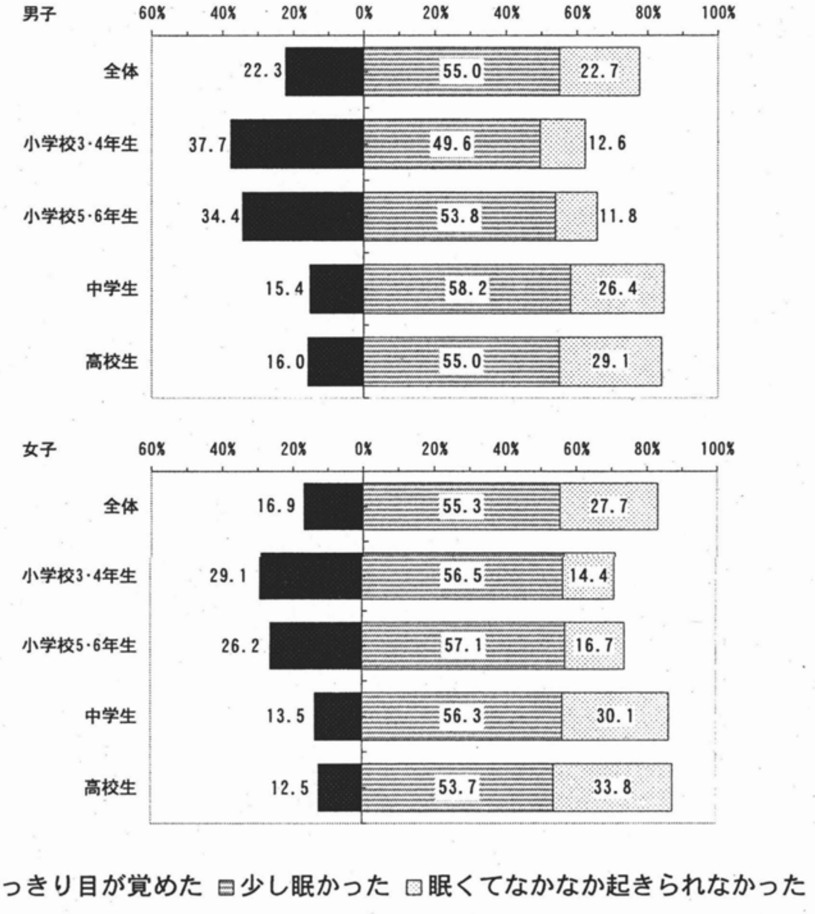
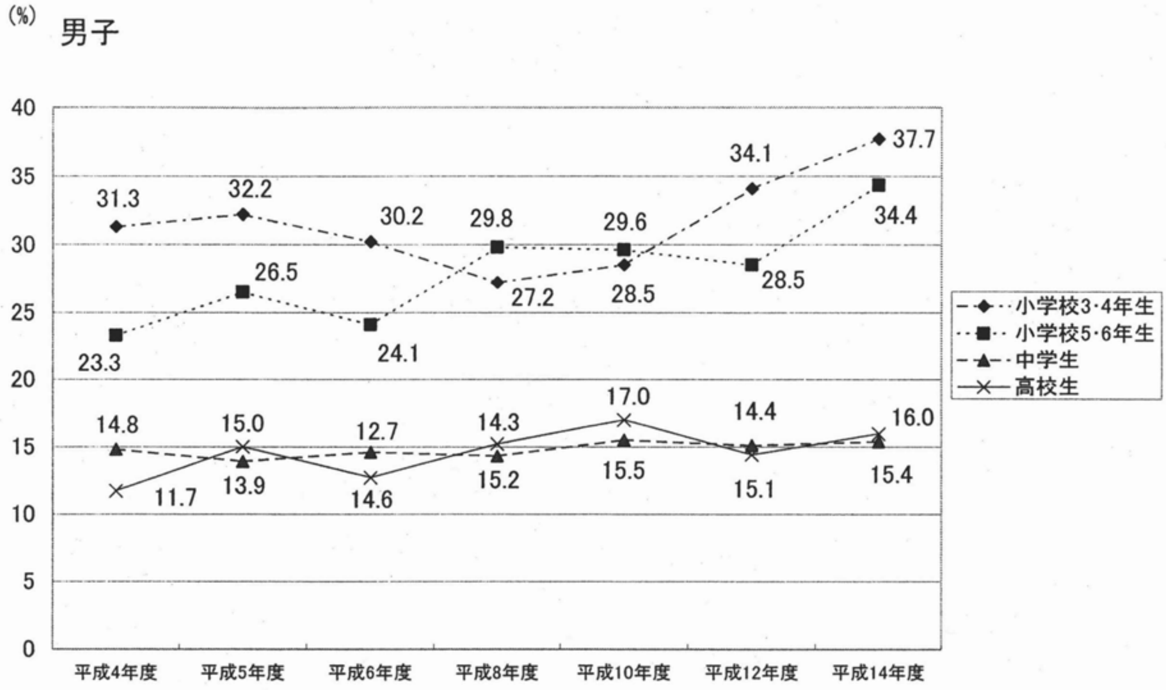


図 5-4-1　寝起きの状況



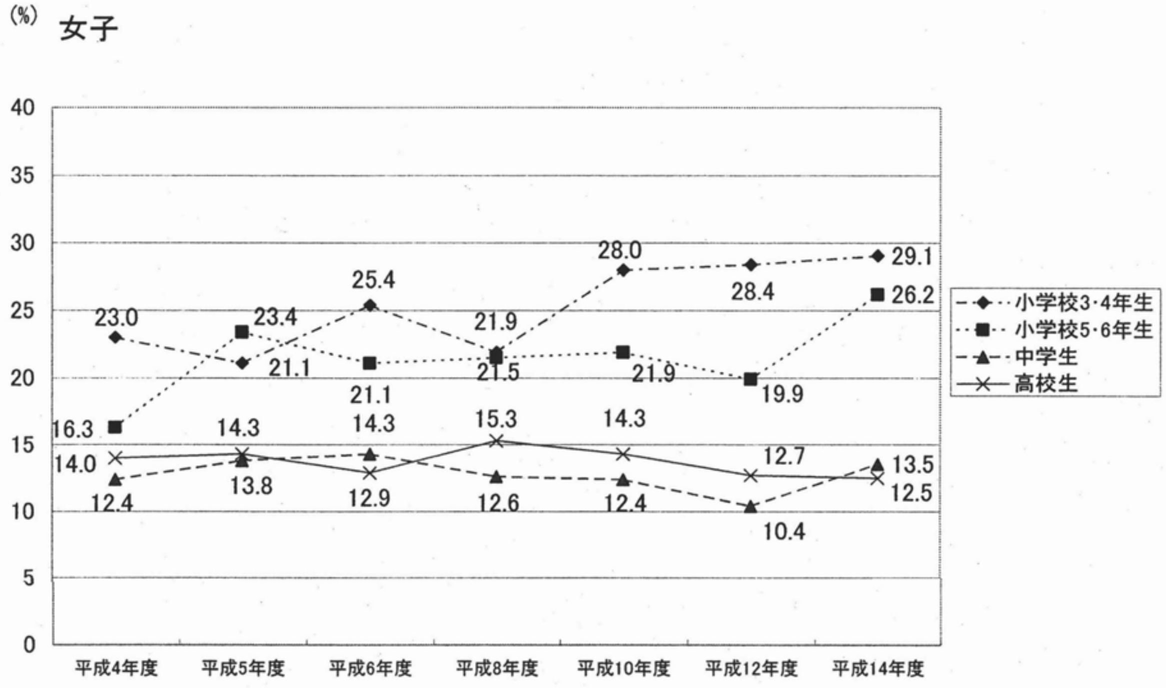


図 5-4-2　調査日に「すっきりと目が覚めた」と回答した比率の経年比較

5　睡眠の不足感

5.1　睡眠不足の状況（表Ⅱ－6，7）

「最近、睡眠不足を感じている」と答えた者の比率は、全体で、男子 47.9％、女子 59.5％である。男子は半数近くが、女子は 60％近くが睡眠不足を感じている。

学年・男女別に見ると、学年が進むに従って「最近、睡眠不足を感じている」傾向が高くなっており、どの学年とも、男子に比べ女子の方が高い傾向が見られる。特に、中学生の女子 69.7％、高校生女子が 68.5％と高い傾向が見られる。

これまでの調査と比較すると、「最近、睡眠不足を感じている」と答えた者の比率は、中高校生および女子の小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生でほぼ横ばいである。しかし、男子の小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生ではやや減少傾向を示している。

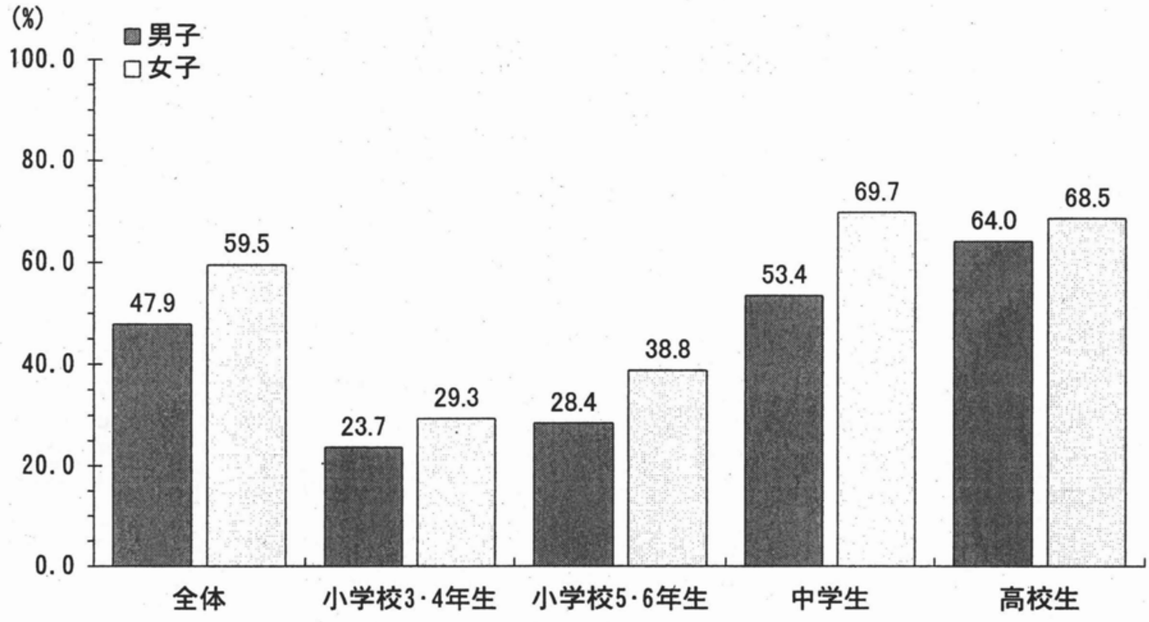
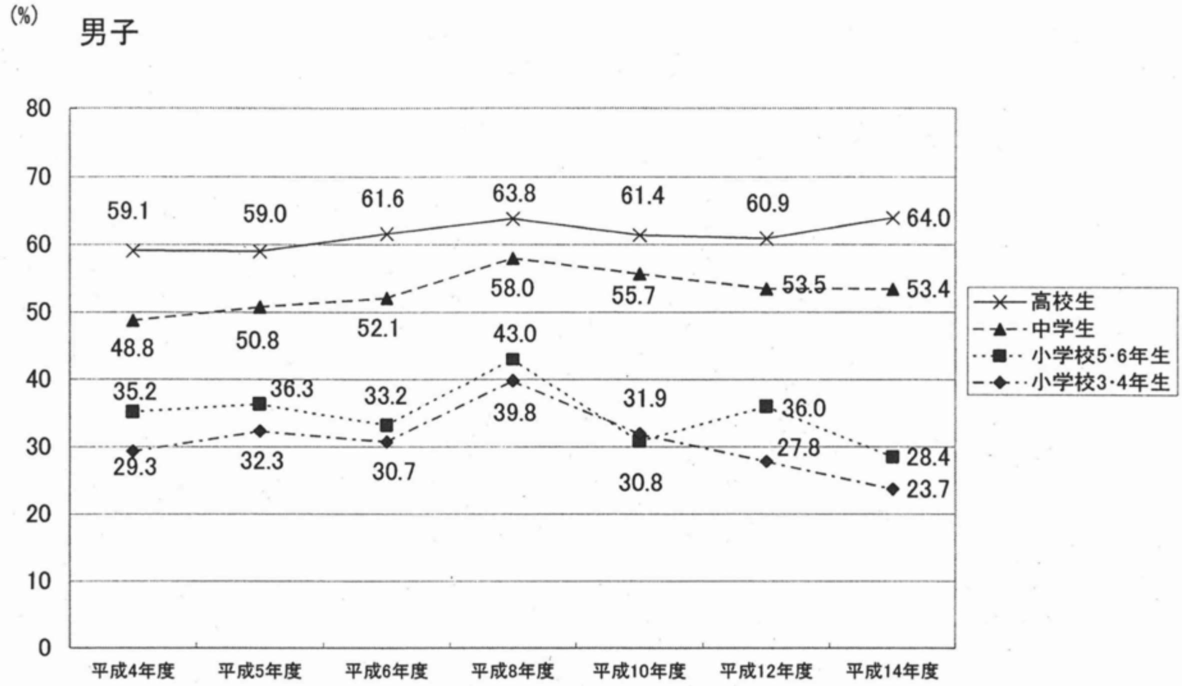


図 5-5-1　睡眠不足を感じている者の比率



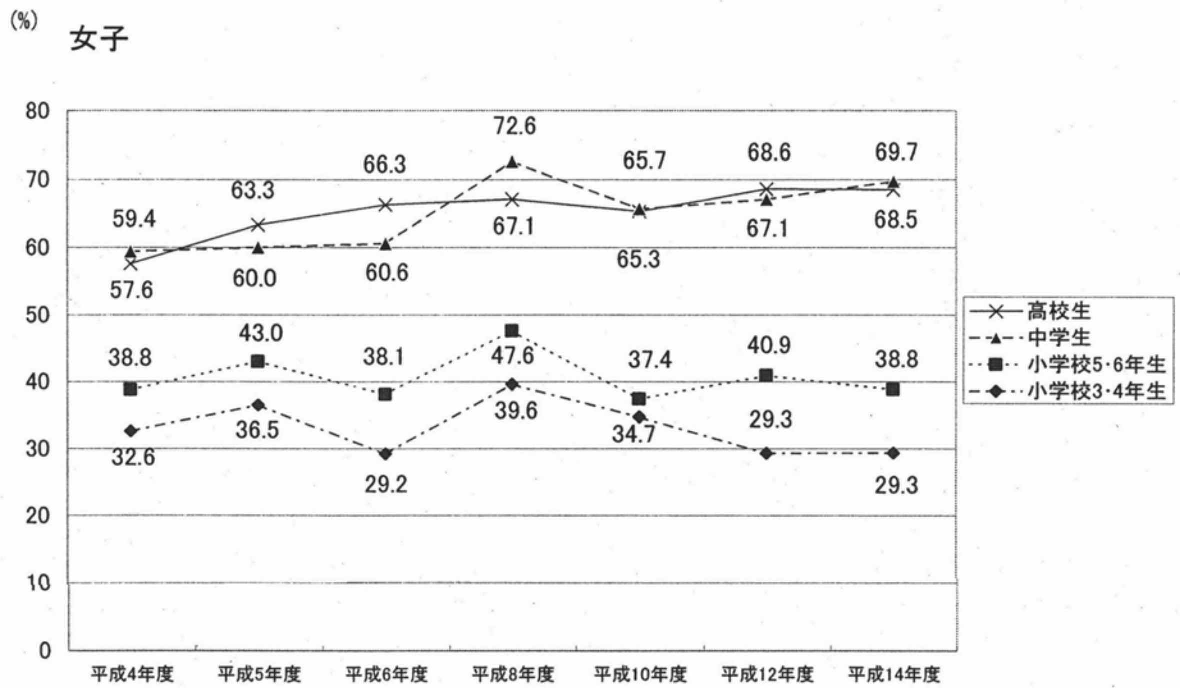


図 5-5-2　睡眠不足を感じている者の比率（経年比較）

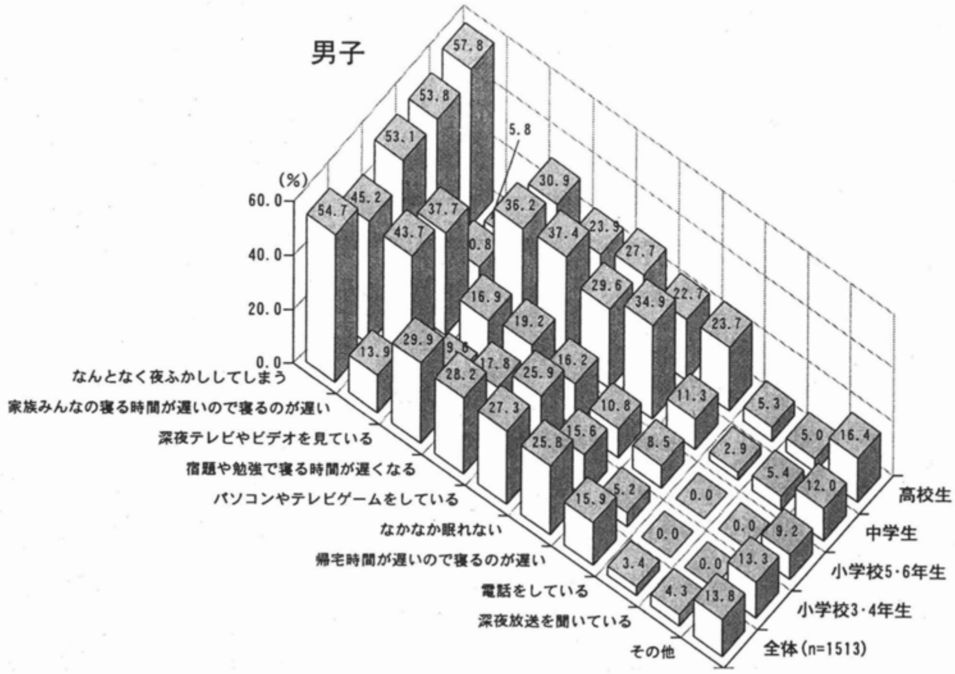
5.2 睡眠不足を感じている理由（複数回答）（表Ⅱ－8，9）

（前問で睡眠不足を「感じている」と答えた者のみ回答）

睡眠不足を感じている理由について、全体で最も高い比率は、「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子 54.7％、女子 59.9％である。二番目として、男子は「深夜テレビやビデオを見ている」が 29.9％、女子は「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が 36.5％ となっている。三番目として、男子は「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が 28.2％、女子は「深夜テレビやビデオを見ている」が 27.9％ となっている。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生で最も高い比率は「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子 45.2％、女子 52.5％である。二番目として、「家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い」が、男子 43.7％、女子 39.5％と高い傾向を示している。小学校 5・6 年生にも同様の傾向が見られる。中学生で最も高い比率は、「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子 53.8％、女子 61.9％である。二番目として、「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が、男子 37.4％、女子 46.1％、三番目として、「深夜テレビやビデオを見ている」が、男子 36.2％、女子 37.1％ となっている。平成 12 年度調査結果と比較すると、男子で 9.4％、女子で 7.2％高い比率である。高校生で最も高い比率は「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子 57.8％、女子 59.9％である。二番目として、男子は「深夜テレビやビデオを見ている」が 30.9％、女子は「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が 33.7％ となっている。

小学生は、家族との過ごし方が就寝時間にも影響している。しかし、中学生以降は家族の影響が少なくなり、勉強や宿題、テレビやビデオさらには帰宅時間が遅いことに影響を受けている。また中学生では「なかなか眠れない」傾向が強い。特に女子では、中学生以外の学年でも「なかなか眠れない」と回答する者が約 4 人に一人いる。男子では、小学校 5・6 年生以外の学年の約 4 人に一人が「パソコンやテレビゲームをしている」ことを理由にあげている。特に小学 3・4 年生男子では、平成 12 年度調査結果と比較すると「パソコンやテレビゲームをしている」ことを理由にあげた者が 10.5％増加している。



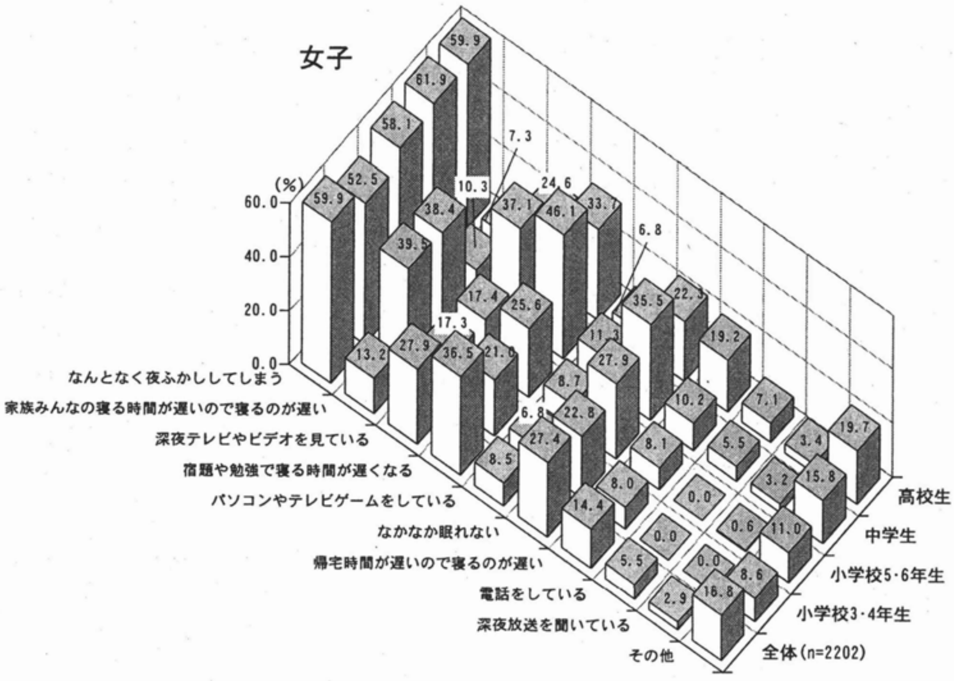


図 5-5-3　睡眠不足を感じている理由（複数回答）（睡眠不足を「感じている」と答えた者のみ）

6　排便の習慣（表Ⅱ－10，11）

排便の習慣について、「毎日ほとんど同じ頃に出る」と「毎日出るが、同じ頃ではない」と答えた者を「毎日排便あり」のグループとしてみると、全体では、男子 72.0％、女子 40.6％であった。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生では、男子 71.1％、女子 62.2％、小学校 5・6 年生では、男子 72.9％、女子 52.7％、中学生では、男子 71.2％、女子 39.5％、高校生では、男子 73.1％、女子 30.6％となっている。

どの学年別にみても、「毎日排便している」者の比率は男子より女子の方が低い。特に中学生、高校生の男子では、「毎日排便している」比率が 70％以上に対し、女子は 30％台とかなり低い傾向が見られる。また、高校生の女子の約４人に一人が、「数日出ないことがある」と答えている。

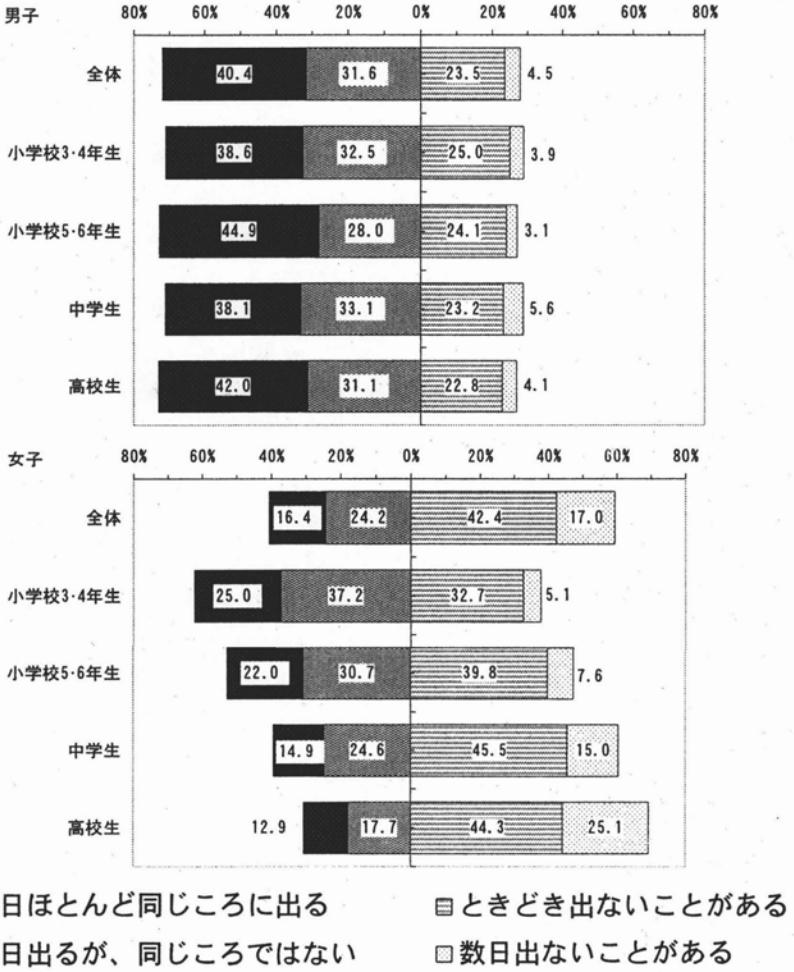


図 5-6　排便の習慣

7　食事の摂取状況

7.1　朝食の摂取状況（表Ⅱ－12，13）

朝食の摂取状況について、「毎日食べる」、「食べる日の方が多い」を「ほぼ食べる」グループとしてみると、全体では、男子が 92.2%、女子が 92.5%であった。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生では、男子 95.9%、女子 94.2%、小学校 5・6 年生では、男子 98.0%、女子 96.4%、中学生では、男子 91.9%、女子 90.8%、高校生では、男子 88.0%、女子 92.1%となっている。

小学校 3・4 年生の男子と小学校 5・6 年生の男女は 95%以上が朝食をほぼ毎日食べている。しかし、中学生以上は、朝食を「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と答えた者が約 10%おり、高校生の男子が最も高い比率を示している。

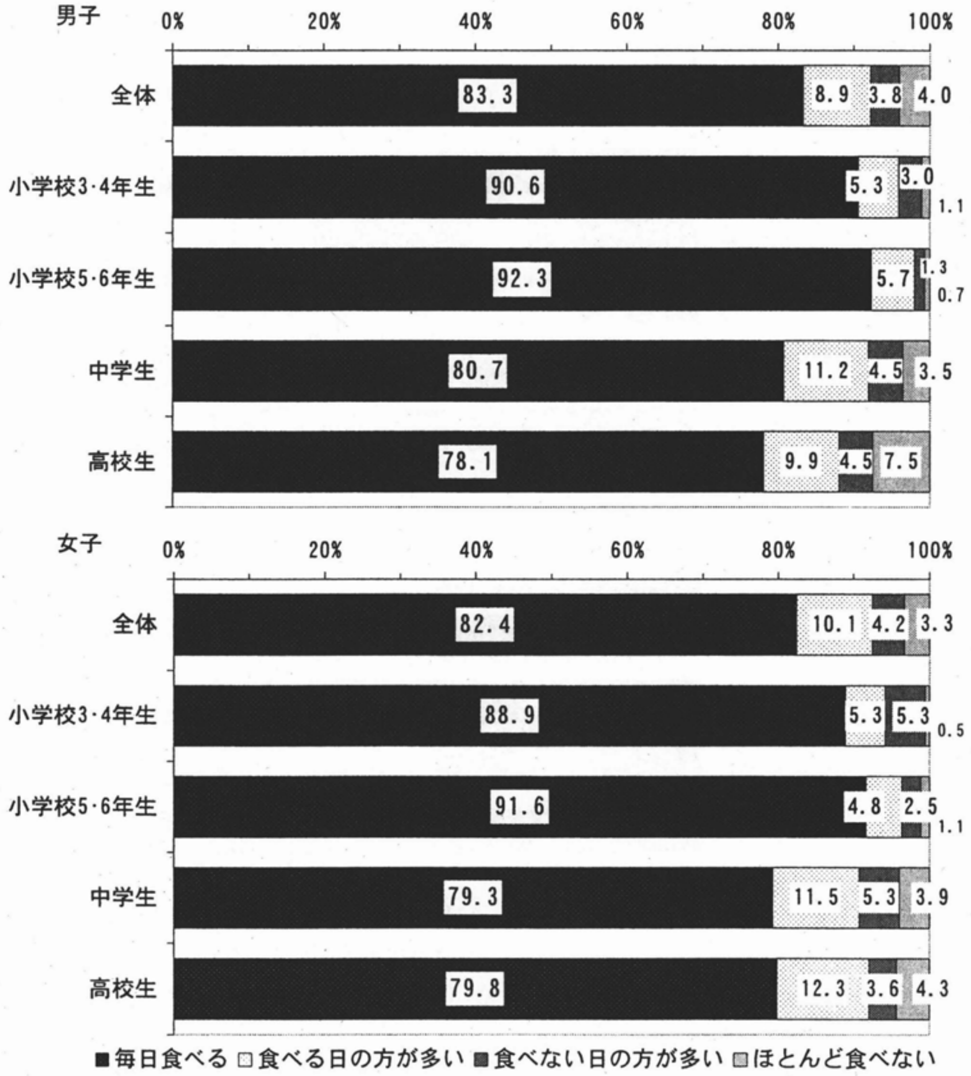


図 5-7-1　朝食の摂取状況

7.2 朝食を食べない理由（表Ⅱ－14，15）

（前問で「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と答えた者のみ回答）

朝食を食べない理由について、「朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない」と答えた者の比率が、全体では、男子が43.0％、女子が41.5％と最も高かった。二番目に「食欲がない」と答えた者の比率は、男子が29.1％、女子が32.9％であり、三番目に「ふだんから朝は食事をしない」と答えた者の比率は、男子が18.9％、女子が14.1％となっている。

学年・男女別に見ると、「朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない」と答えた者の比率が、小学校3・4年生の男子で60％以上と最も高かった。また、「食欲がない」と答えた者の比率が、小学校5・6年生の男子で66.7％と最も高かった。「ふだんから朝は食事をしない」と答えた者は、中学生男子および高校生男女の約5人に一人の割合となっている。また、平成12年度調査結果と比較すると「ふだんから朝は食事をしない」(12年度調査の設問は「いつも朝食は食べない」)と答えた女子の高校生が、6.8％増加している。

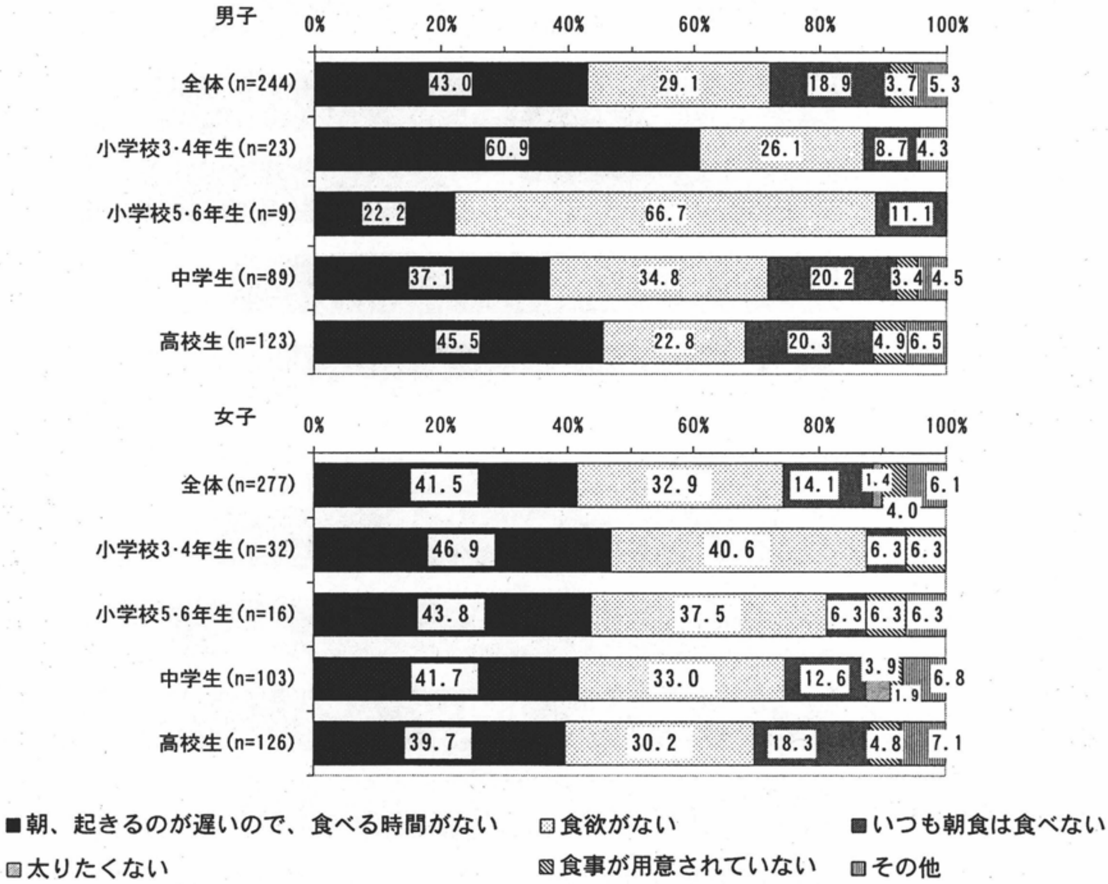


図5-7-2　朝食を食べない理由
(「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と答えた者のみ)

7.3　朝食を一人で食べている状況（表Ⅱ－16，17）

「日ごろ朝食を一人で食べることが多いか」について、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「朝食を一人で食べる」グループとしてみると、全体では、男子 34.9％、女子 40.7％であった。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生では、男子 14.2％、女子 14.2％、小学校 5・6 年生では、男子 15.0％、女子 14.3％、中学生では、男子 37.3％、女子 38.8％、高校生では、男子 52.8％、女子 58.5％となっている。

「朝食を一人で食べる」者は、小学校 3・4 年生および小学校 5・6 年生では約 15％であるが、学年が進むに従って増加し、中学生では約 40％、高校生では約 50％を占めている。

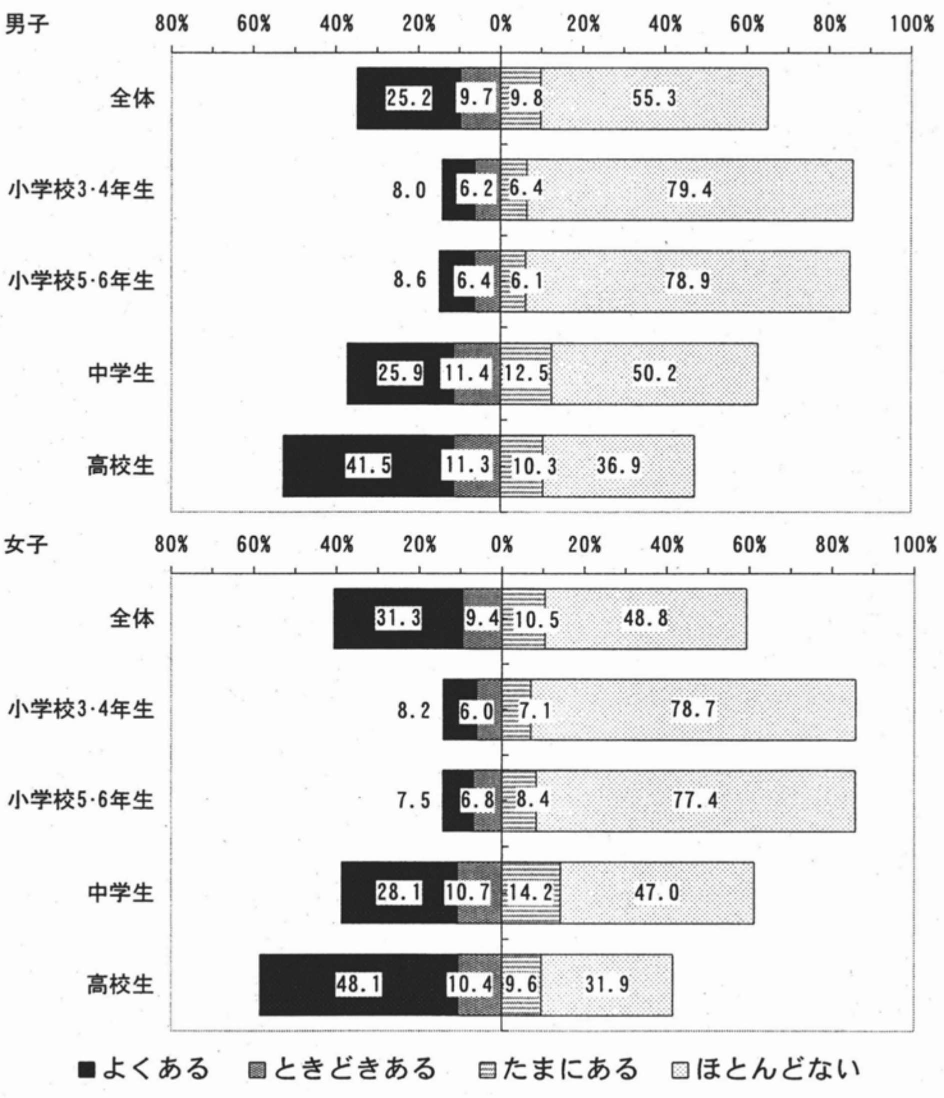


図 5-7-3　朝食を一人で食べている状況

7.4 食事を残す状況（表Ⅱ－18，19）

食事を残すことについて、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「食事を残す」グループとしてみると、全体では、男子22.4%、女子34.1%であった。

学年・男女別に見ると、小学校3・4年生では、男子27.7%、女子36.9%、小学校5・6年生では、男子17.6%、女子21.7%、中学生では、男子23.6%、女子41.1%、高校生では、男子20.5%、女子31.8%となっている。

どの学年別にみても、女子の「食事を残す」比率は男子より高くなっている。特に中学生の女子では、約4割が「食事を残す」と答えた。

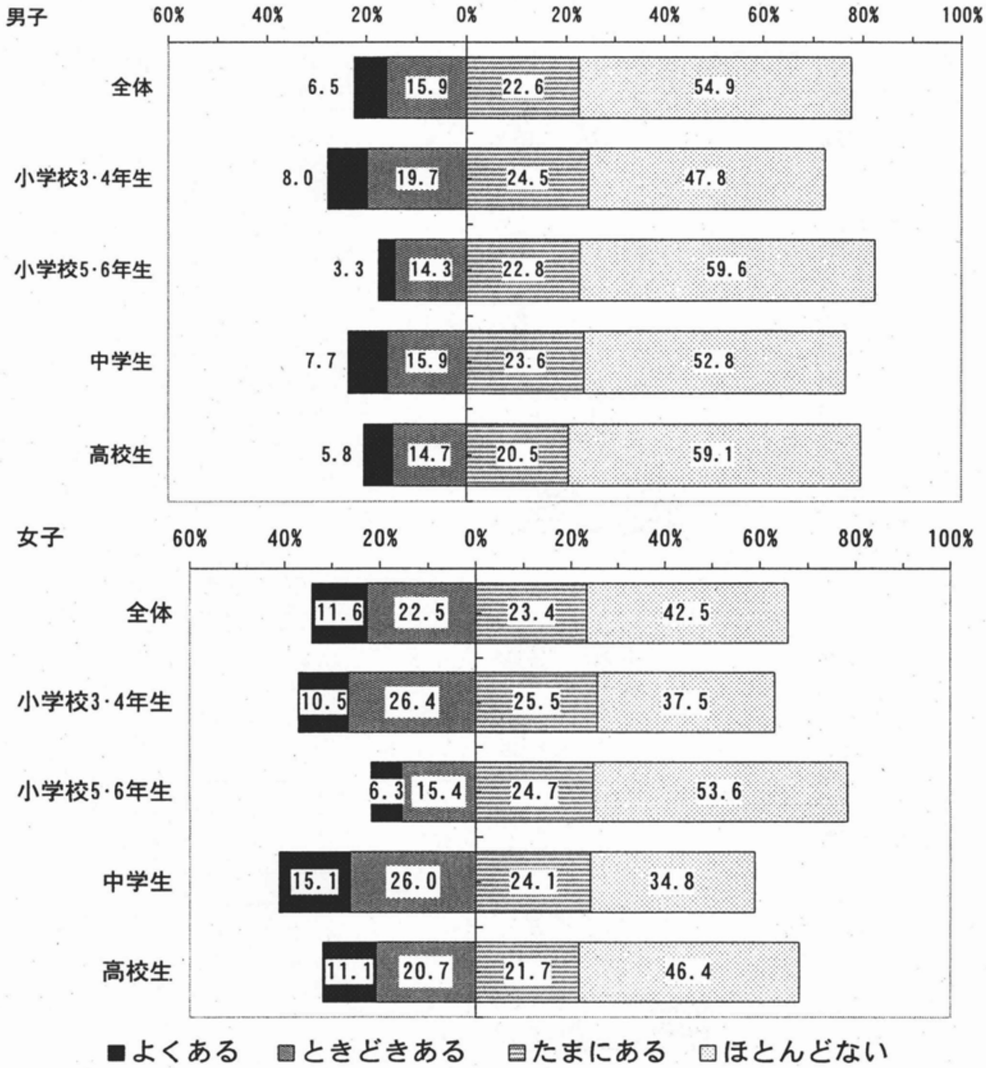


図5-7-4 食事を残す状況

7.5 食事を残す理由（表Ⅱ－20，21）

（前問で「よくある」と「ときどきある」と回答した者のみ）

食事を残す理由について、「嫌いなものがある」と答えた者の比率が、全体では、男子が 34.8％、女子が 29.2％と最も高かった。次いで「食欲がない」と答えた者の比率は、男子が34.3％、女子が26.7％であり、三番目に「量が多い」と答えた者の比率は、男子が 14.2％、女子が 22.3％となっている。

学年・男女別に見ると、「嫌いなものがある」と答えた者の比率が、小学校 3・4 年生の男子と女子で約 40％と最も高かった。また、「食欲がない」と答えた者の比率が、高校生の男子で 40.7％と最も高かった。「量が多い」と答えた者の割合は、女子の小学校 5・6 年生および中学生の約４人に一人である。

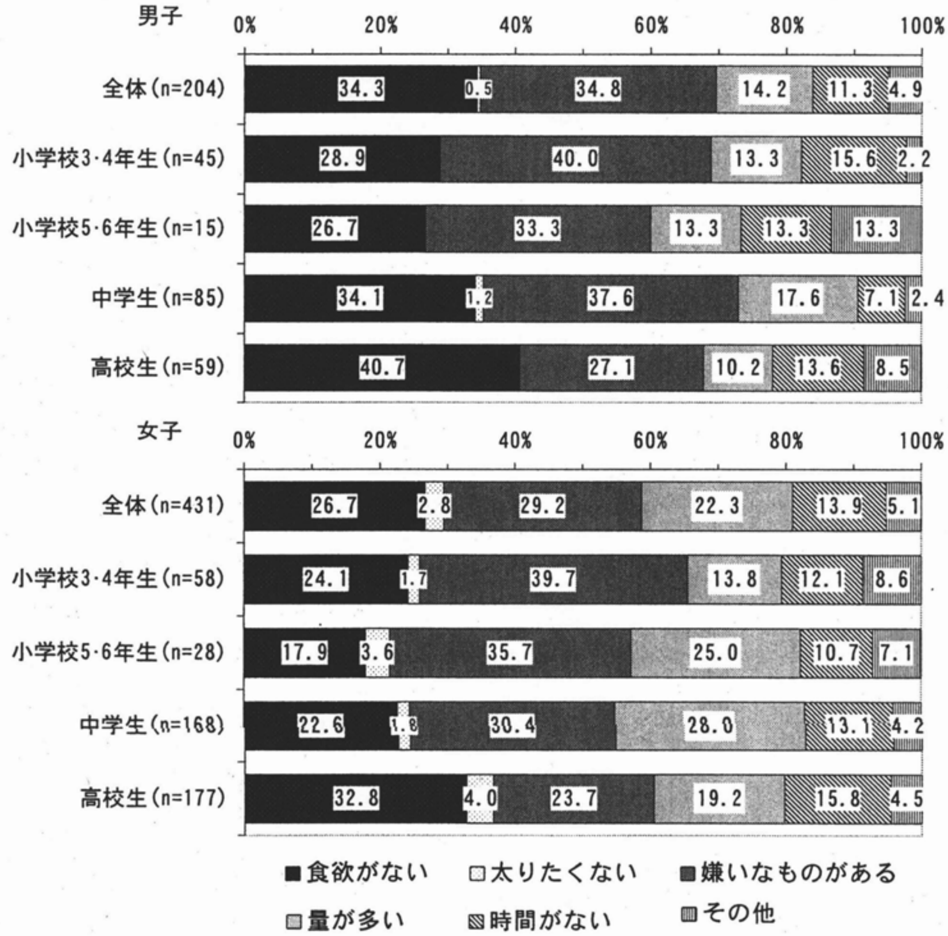


図 5-7-5 食事を残す理由

7.6　夕食を一人で食べる状況（表Ⅱ－22，23）

「夕食を一人で食べることが多いか」について、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「夕食を一人で食べる」グループとしてみると、全体では、男子 16.0％、女子 15.6％であった。

学年・男女別に見ると、小学校３・４年生では、男子 2.0％、女子 2.6％、小学校５・６年生では、男子 2.0％、女子 3.0％、中学生では、男子 13.2％、女子 13.5％、高校生では、男子 32.7％、女子 25.0％となっている。

小学校３･４年生および小学校５･６年生のうち、夕食を一人で食べる者はわずかである。しかし、学年が進むに従って夕食を一人で食べる者が増え、中学生では男女ともに約１０人に一人が、高校生では男子の約３人に一人、女子の４人に一人が夕食を一人で食べている。

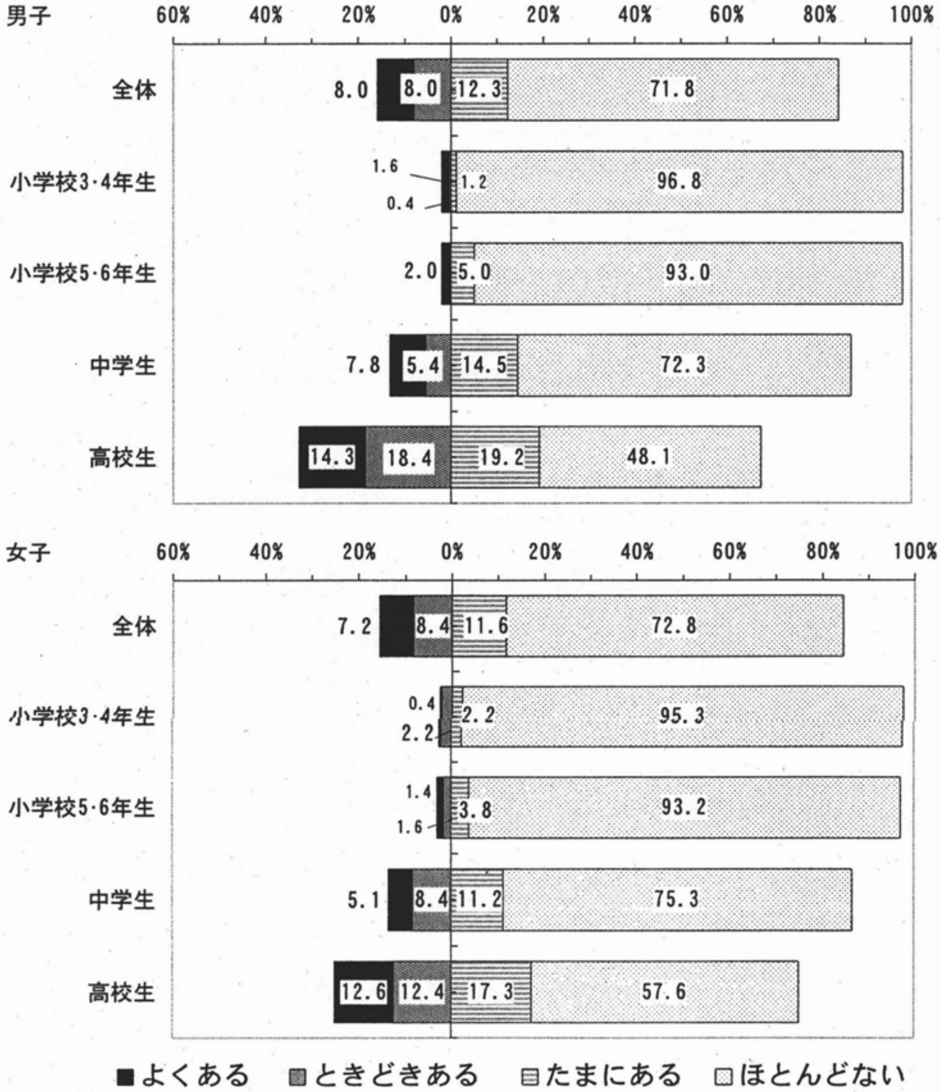


図 5-7-6　夕食を一人で食べる状況

7.7 夕食後に食事をとる状況（表Ⅱ－24，25）

「夕食の後、もう一度食事をすることがあるか」について、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「夕食後にもう一度食事をする」グループとしてみると、全体では、男子 21.4%、女子 13.4%であった。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生では、男子 5.7%、女子 6.4%、小学校 5・6 年生では、男子 7.2%、女子 6.1%、中学生では、男子 23.6%、女子 15.8%、高校生では、男子 33.8%、女子 16.2%となっている。

小学校 3・4 年生および小学校 5・6 年生で、夕食後にもう一度食事をすることがある者は 5～7%と少ない。しかし、学年が進むに従って増加し、特に男子では、中学生の約 4 人に一人が、高校生では約 3 人に一人が、夕食後にもう一度食事をしている。一方女子の比率は男子より低く、中高校生の約 16%が夕食後にもう一度食事をしている。

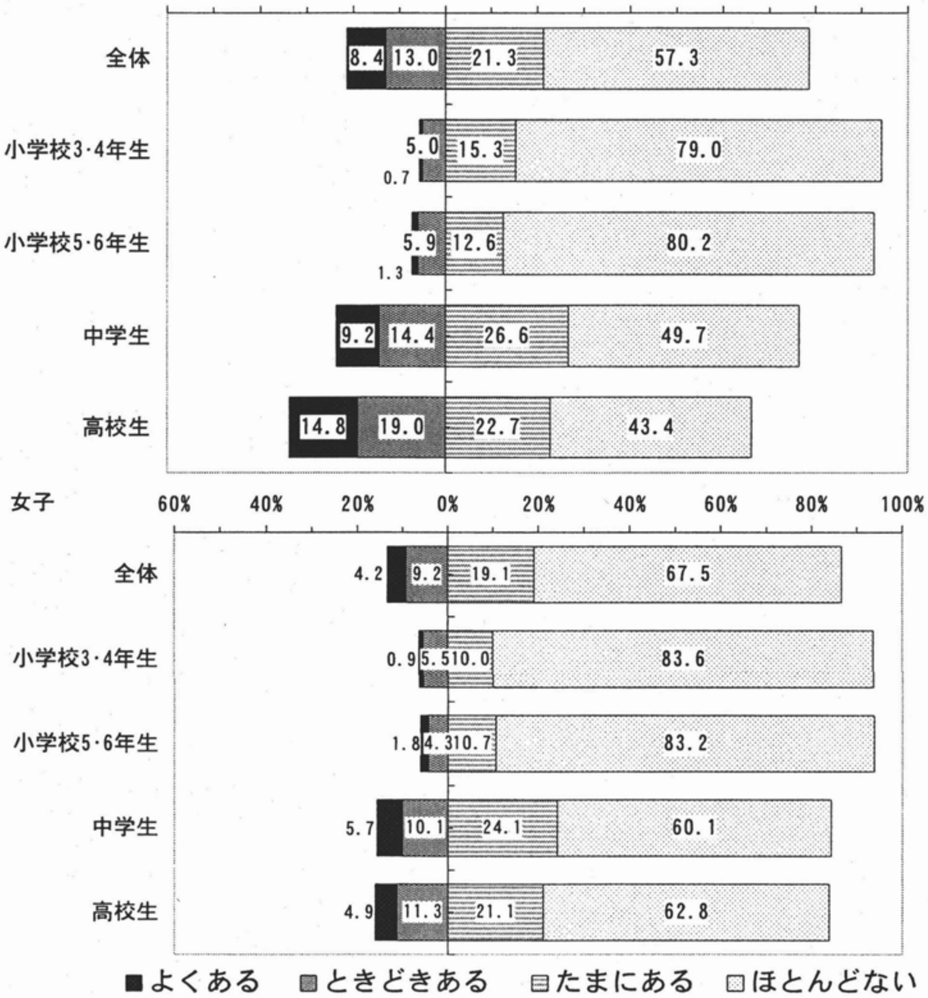


図 5-7-7　夕食後に食事をとる状況

8　菓子類の食べ方（表Ⅱ－26，27）

何かをしながらお菓子を食べ続けることについて、「よくある」と「ときどきある」と答えた者を「何かをしながらお菓子を食べ続ける」グループとしてみると、全体では、男子 32.7％、女子 41.0％であった。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生では、男子 24.9％、女子 22.5％、小学校 5・6 年生では、男子 22.4％、女子 27.0％、中学生では、男子 36.8％、女子 43.6％、高校生では、男子 37.3％、女子 49.5％となっている。

何かをしながらお菓子を食べ続ける者は、小学校 3・4 年生および小学校 5・6 年生の男女ともに、約 4 人に一人の割合である。さらに、学年が進むに従って増加し、中高校生の女子では約半数を占めている。中高校生の男子は女子より比率は低いが、約 3 人に一人の割合である。

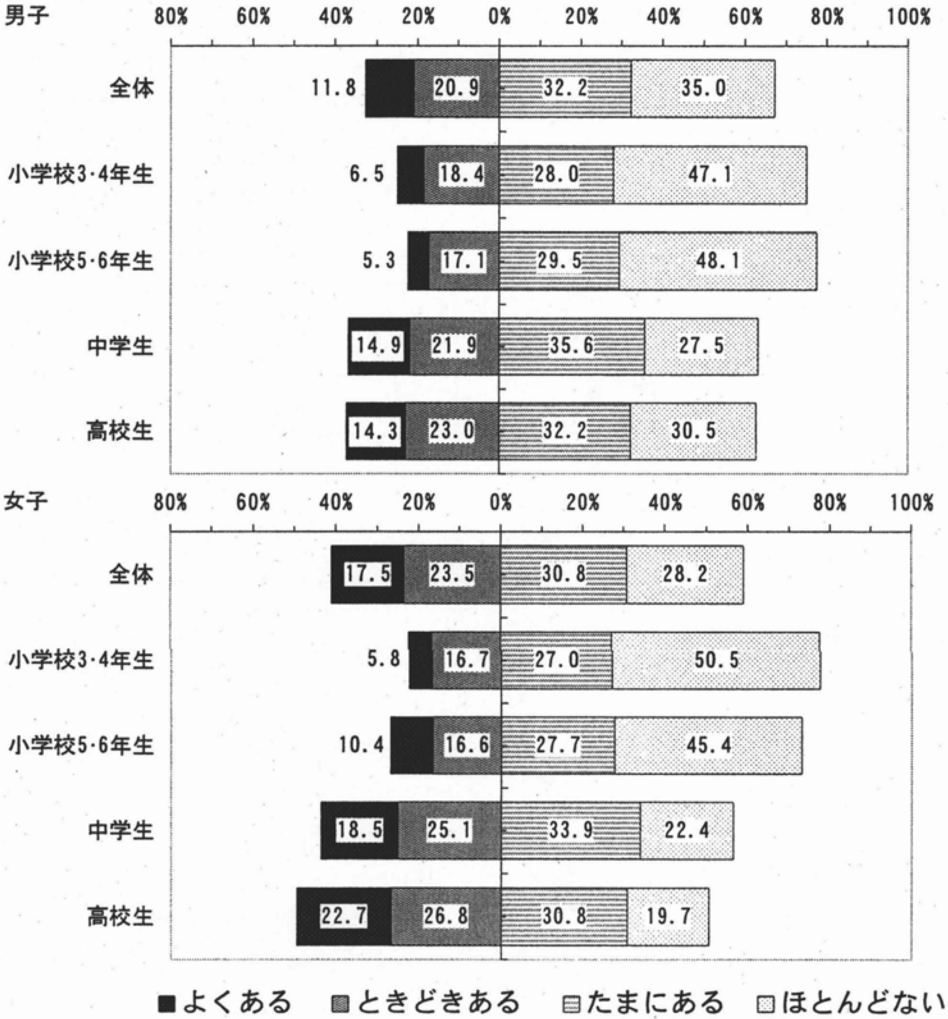


図 5-8　何かをしながら菓子類を食べる頻度

9　体型とダイエット

9.1　自分の体型のイメージ（表Ⅱ－28，29）

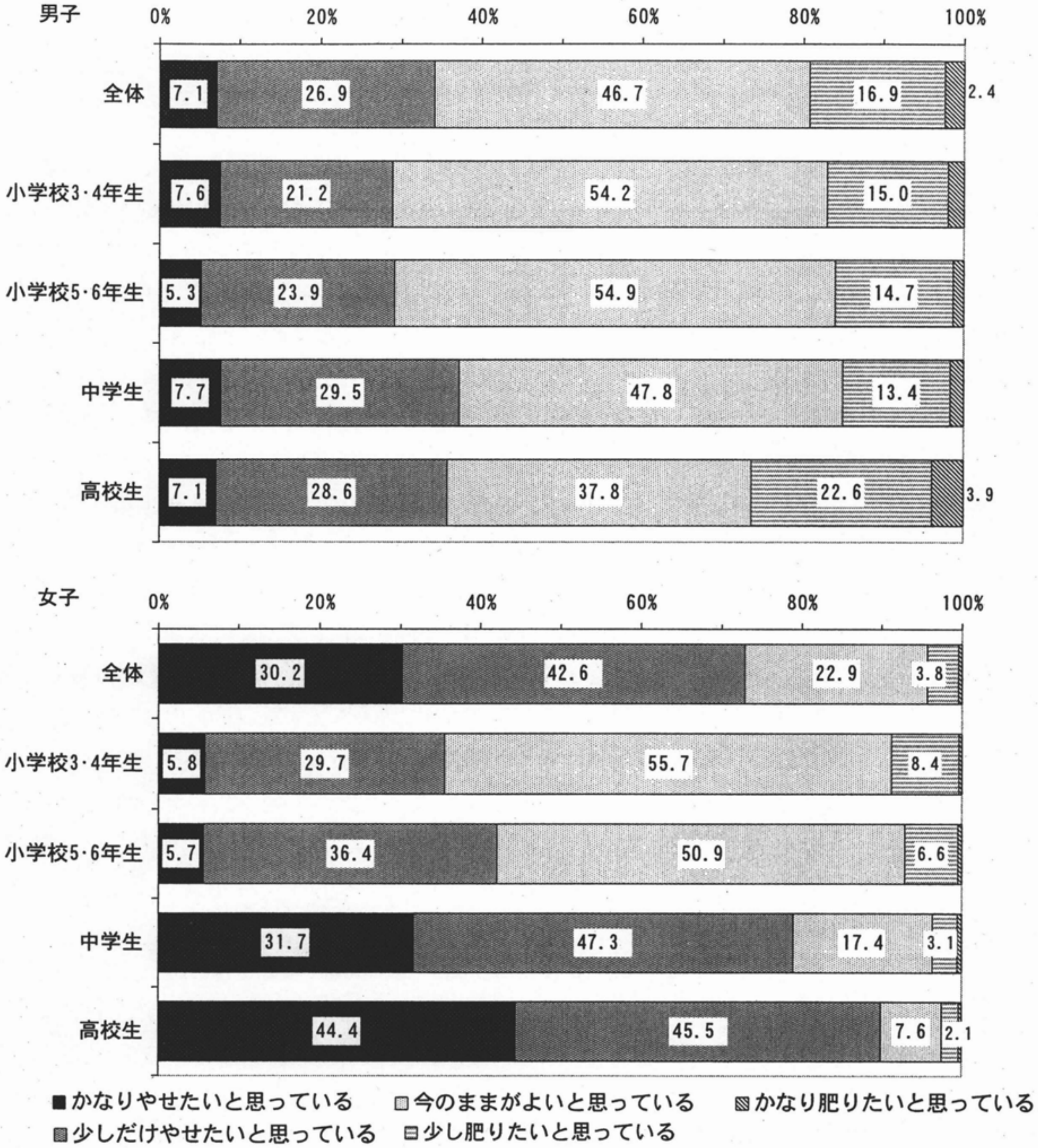
自分自身の体型をどのように感じるかについて、男子で最も高い比率は、「今のままがよいと思っている」の46.7％である。二番目に、「少しだけやせたいと思っている」が26.9％、三番目として、「少しふとりたいと思っている」が16.9％となっている。一方、女子で最も高い比率は、「少しだけやせたいと思っている」が42.6％である。二番目に、「かなりやせたいと思っている」が30.2％、三番目として、「今のままがよいと思っている」が22.9％となっている。

学年・男女別に見ると、小学校3・4年生男子および女子で最も高い比率は「今のままがよいと思っている」であり、それぞれ54.2％、55.7％である。二番目に、「少しだけやせたいと思っている」が、男子21.2％、女子29.7％である。小学校5・6年生男子および女子で最も高い比率は「今のままがよいと思っている」であり、それぞれ54.9％、50.9％である。二番目に、「少しだけやせたいと思っている」が、男子23.9％、女子36.4％である。中学生では男女の比率に差があり、男子は、最も高い比率が、「今のままがよいと思っている」の47.8％である。二番目に、「少しだけやせたいと思っている」が29.5％である。

一方女子では、最も高い比率が、「少しだけやせたいと思っている」の47.3％である。二番目に、「かなりやせたいと思っている」が31.7％である。高校生も男女の比率に差があり、男子では、最も高い比率が、「今のままがよいと思っている」の37.8％である。二番目に、「少しだけやせたいと思っている」が28.6％である。女子では、最も高い比率が、「少しだけやせたいと思っている」の45.5％である。二番目に、「かなりやせたいと思っている」が44.4％である。

女子では、「かなりやせたいと思っている」と「少しだけやせたいと思っている」と答えた者を「やせたいと思う」グループとしてみると、学年が進むに従って割合が増加し、小学3・4年生で約3割、小学校5・6年生で約4割、中学生では8割、高校生では約9割となっており、痩身願望が強くなっていくことが窺える。一方、男子は小学生から中学生まで、約半数の者は今のままがよいと思っている。しかし、小学生から高校生まで、約4人に一人の割合で、少しだけやせたいと思っている者もいる。また少しふとりたいと思っている者も小学生から中学生までそれぞれ約15％おり、高校生では、約4人に一人の割合になっている。

いずれの結果とも前回調査とほぼ同様の傾向を示した。



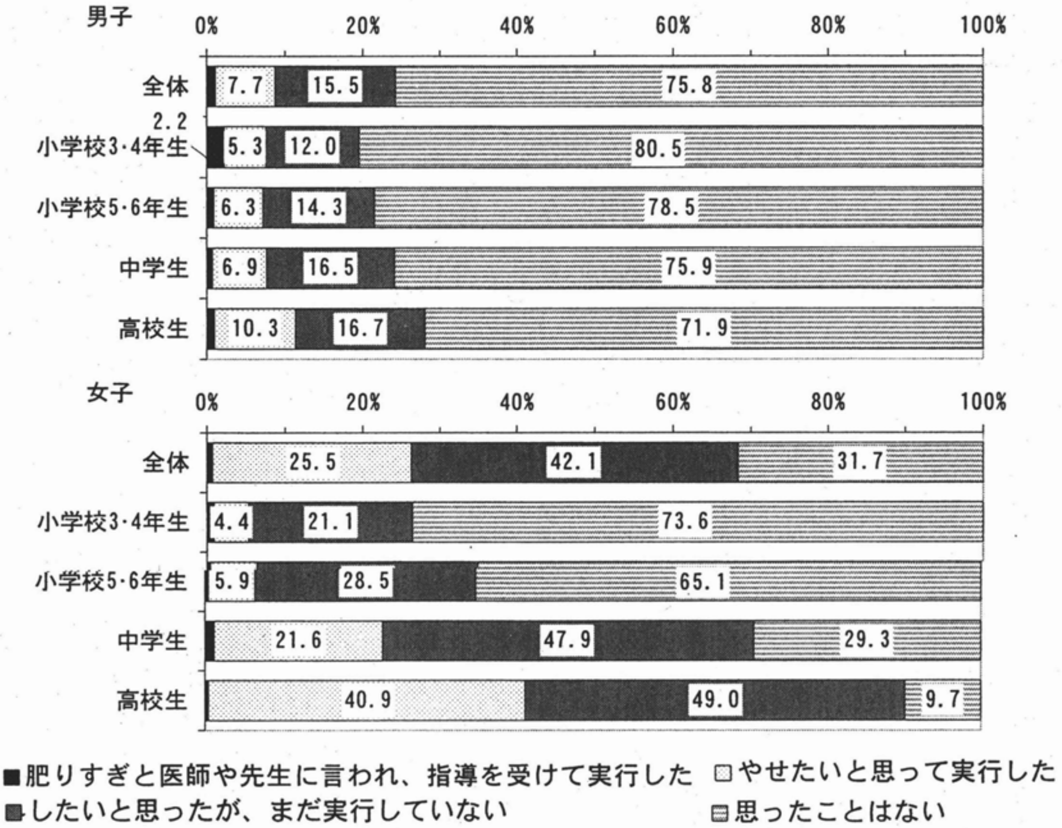
注）2%を下回る数値は割愛した。資料編を参照。

図 5-9-1　自分の体型のイメージ

9.2 体重を減らす努力（ダイエット）の経験（表Ⅱ－30，31）

体重を減らす努力（以下、ダイエットと記す）の経験について、男子で最も高い比率は、「思ったことはない」の 75.8％である。二番目に、「したいと思ったが、まだ実行していない」が 15.5％、三番目として、「やせたいと思って実行した」が 7.7％となっている。一方、女子で最も高い比率は、「したいと思ったが、まだ実行していない」が 42.1％である。二番目に、「思ったことはない」が 31.7％、三番目として、「やせたいと思って実行した」が 25.5％となっている。

学年・男女別に見ると、男子では「やせたいと思って実行した」が小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生、中学生で 5～6％であるが、高校生では約 10％となっている。一方、女子では、学年が進むに従って「やせたいと思って実行した」と回答した者が増加し、中学生で約 5 人に一人、高校生では約 4 割となっていることから、女子のダイエットの経験率および痩身願望傾向は中学生以降顕著になることがわかる。前回調査と比較すると、概ね同様の傾向が見られた。



注）2%を下回る数値は割愛した。資料編を参照。

図 5-9-2　体重を減らす努力（ダイエット）の経験

9.3 体重を減らす努力（ダイエット）の方法（複数回答）（表Ⅱ－32，33）

体重を減らす努力（ダイエット）の方法について、男子で最も高い比率は、「運動する」の 85.2％である。次いで、「おやつを減らす」が 50.2％、三番目として、「食事の量を減らす」が 34.7％となっている。女子で最も高い比率は、「運動する」の 73.8％である。次いで、「おやつを減らす」が 71.5％、三番目として、「食事の量を減らす」が 45.7％となっている。

学年・男女別に見ると、男子では「運動する」が小学校 3・4 年生で 78.0％であるが、小学校 5・6 年生、中学生、高校生では約 90％となり、主な方法となっている。一方、女子でも、「運動する」は最も多く選ばれる方法であるが、中学生では「おやつを減らす」が 71.5％で「運動する」の 76.7％に接近した値である。女子高校生では「おやつを減らす」が 73.1％と「運動する」の 72.9％を僅かながら上回っている。また、男女とも中学生と高校生では、「ダイエット食品をとる」と回答した者が他の学年と比較して多かった。男子中学生と高校生でそれぞれ、8.4％と 3.5％であり、女子中学生と高校生でそれぞれ、10.7％および 14.2％であった。さらに、男女とも中学生と高校生では、「やせるためのクスリ[注] をのむ」と回答した者が見られる。男子中学生と高校生でそれぞれ、3.6％と 1.7％であり、女子中学生と高校生でそれぞれ、4.7％および 12.0％であった。

前回調査と比較すると概ね同様の傾向を示した。

[注] 調査票では、「体重を減らすことを目的とする、薬の形に似た健康食品」と説明している。

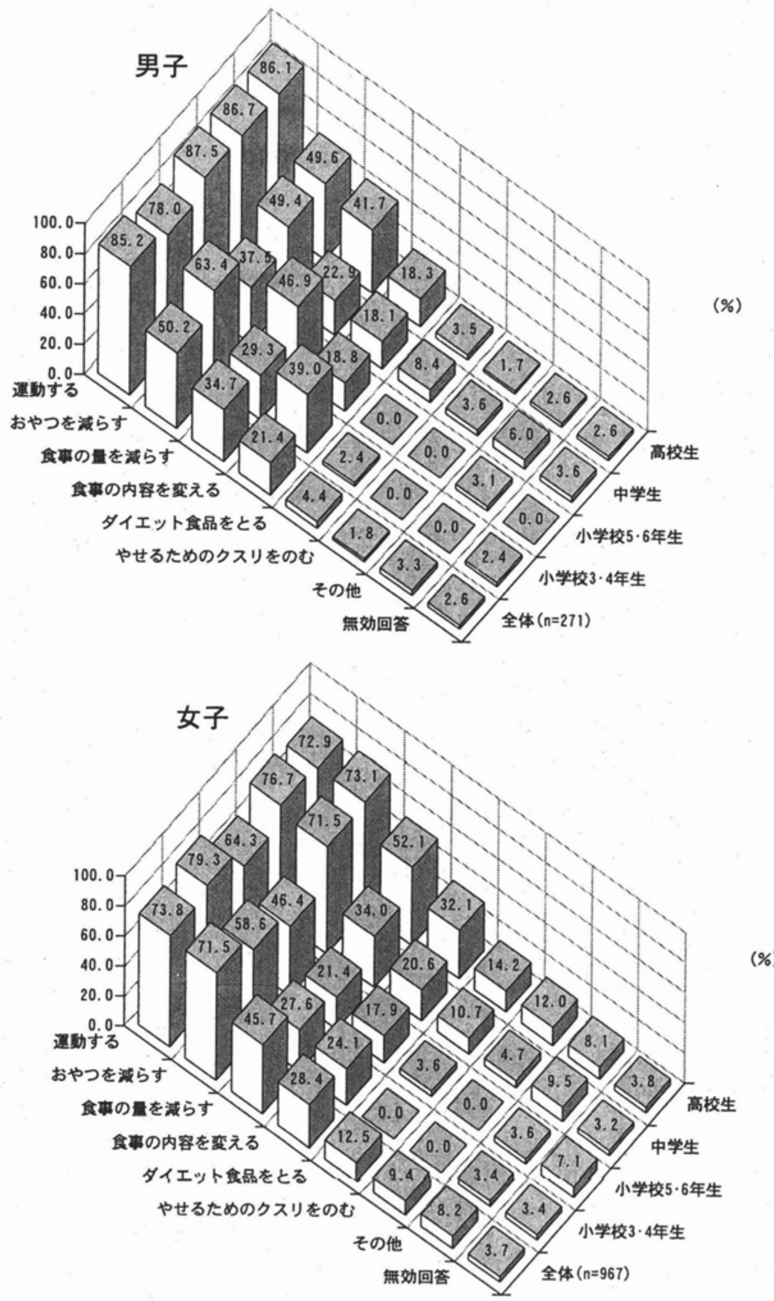


図 5-9-3　体重を減らす努力（ダイエット）の方法（複数回答）
（ダイエットを実行した者のみ）

9.4 自発的に体重を減らす努力（ダイエット）をした人の状況（表Ⅱ－34～46）

（前問で「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ）

(1) 期間（週間）

体重を減らす努力（ダイエット）の期間の中央値について、男子では、小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生、中学生、高校生でそれぞれ、4 週間、3.5 週間、2.5 週間、4 週間であった。女子では、全ての学年で 2 週間であった。中央値から概観して、全ての学年で、男子は女子より長い期間ダイエットを実行していることが窺える。

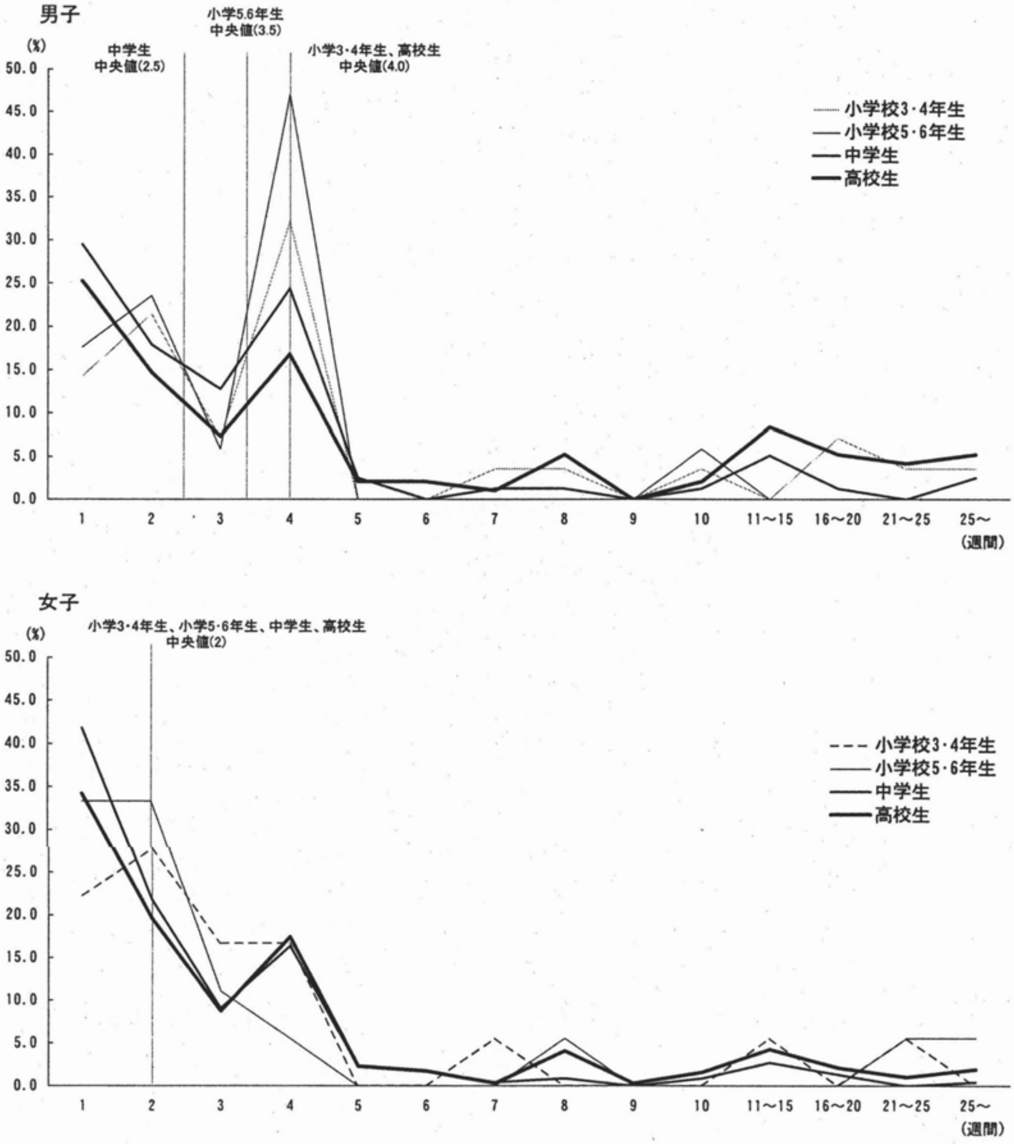


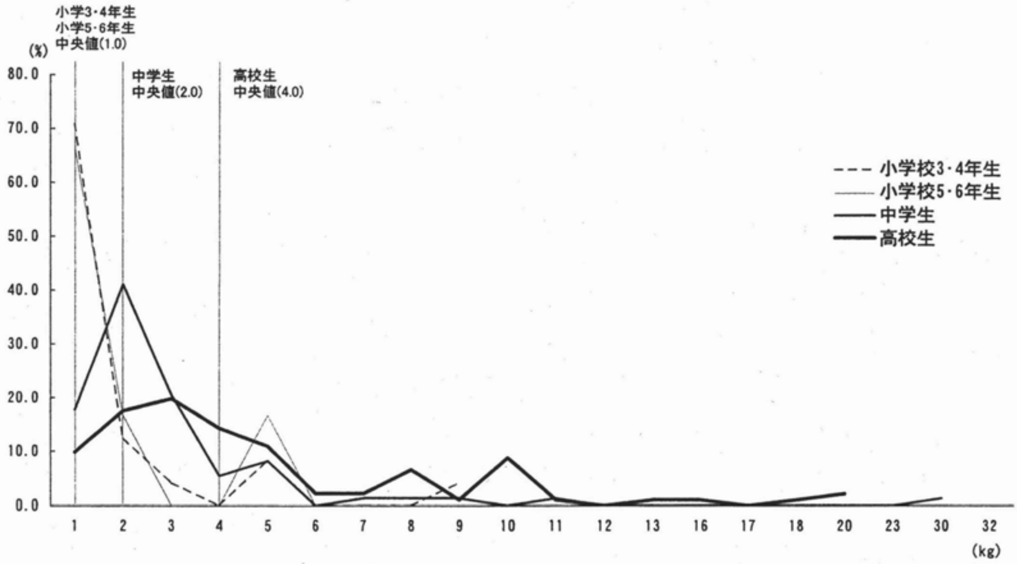
図 5-9-4　ダイエットの期間の分布（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

(2) 減少量（kg）

体重を減らす努力（ダイエット）による減少量について、男子では中央値が小学校３・４年生、小学校５・６年生、中学生、高校生でそれぞれ、1kg、1kg、2kg、4kgであった。女子では中央値が、小学校３・４年生、小学校５・６年生、中学生、高校生でそれぞれ、1kg、1kg、2kg、2kgであった。

概して、高校生の男子は女子より、また他の学年と比較して最も減少量が大きかった。

男子



女子

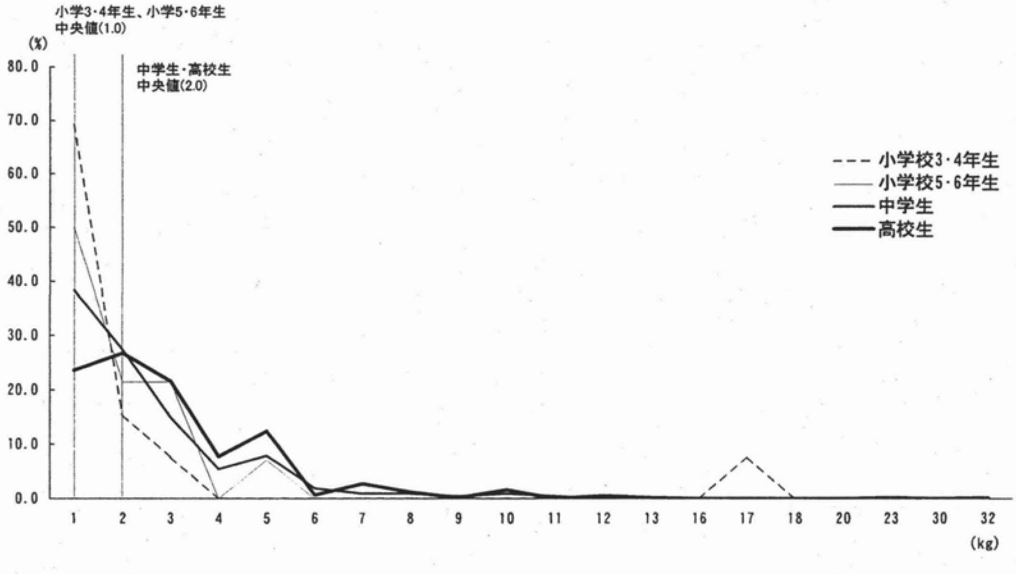


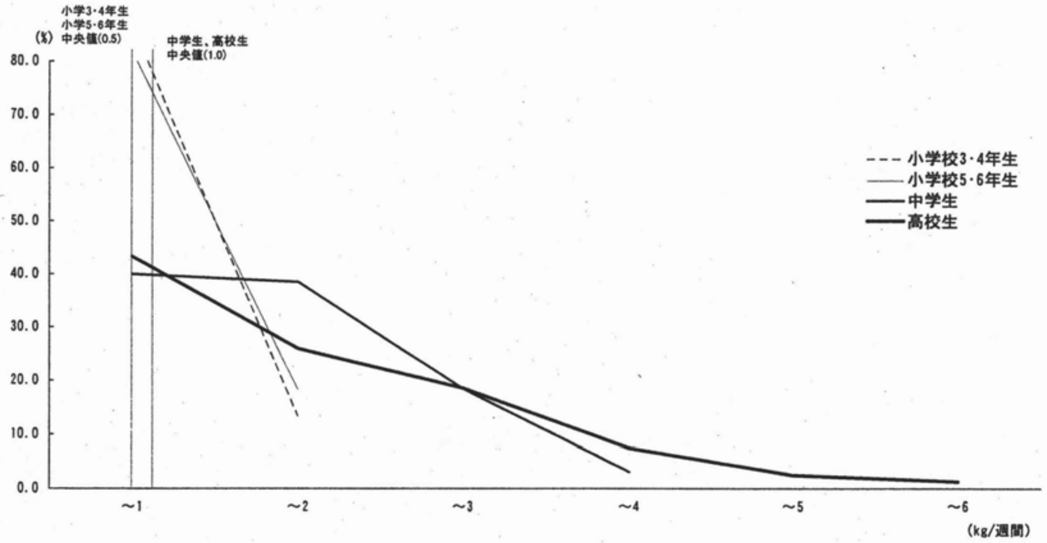
図 5-9-5　ダイエットによる減少量の分布（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

(3)　1週間あたりの体重の減少量（kg/週間）

1週間あたりの体重の減少量について、男子では中央値が小学校3・4年生、小学校5・6年生、中学生、高校生でそれぞれ、0.5kg/週間、0.5kg/週間、1kg/週間、1kg/週間であった。女子では中央値が、小学校3・4年生、小学校5・6年生、中学生、高校生でそれぞれ、0.5kg/週間、0.67kg/週間、1.0kg/週間、1.0 kg/週間であった。

概ね、小学生は、男女ともに1週間あたり体重約0.5 kgのダイエットを実施し、中高校生は、男女ともに1週間あたり体重約1 kgのダイエットを実施したことになる。

男子



女子

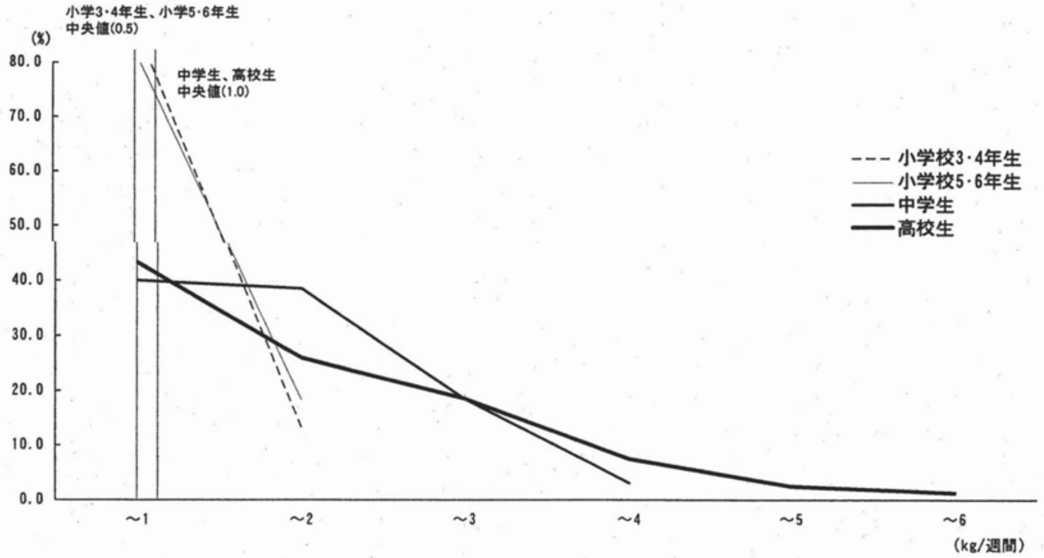


図5-9-6　1週間あたりの体重の減少量（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

10　1週間の運動時間とエネルギー消費量

10.1　1週間の運動時間（表Ⅱ－47～58）

一週間に行ったそれぞれの強度の運動時間の平均値は、男子では、強い運動が 7 時間 5 分（中央値 4 時間 30 分、以下（）は中央値を示す）、中程度の運動が平均値で 5 時間 57 分（4 時間）、軽い運動が 2 時間 59 分（2 時間）であった。女子では、強い運動が 4 時間 58 分(2 時間 30 分）、中程度の運動が 4 時間 25 分（3 時間）、軽い運動が 2 時間 15 分（1 時間）であった。

学年別に見ると、強い運動は、男子では、小学校 3・4 年生が 4 時間 4 分（3 時間）、小学校 5・6 年生が 4 時間 57 分（4 時間）、中学生が 7 時間 33 分（5 時間 25 分）、高校生が 9 時間 2 分（6 時間）となり、学年が進むにつれて運動時間が増加する傾向であった。女子では、小学校 3・4 年生が 2 時間 34 分(1 時間 30 分）、小学校 5・6 年生が 3 時間 26 分（2 時間）、中学生が 5 時間 43 分（3 時間）、高校生が 5 時間 45 分（3 時間）となり、中学生までは学年が進むにつれて運動時間が増加する傾向であったが、中学、高校では変化が見られなかった。中程度の運動と軽い運動については平均値では学年間の差は見られず、中程度の運動は、男子が 5 時間 30 分～6 時間 30 分、女子が 4 時間～5 時間であり、軽い運動は、男子が 5 時間 30 分～6 時間 30 分、女子が 4 時間～5 時間であった。

一週間に行った運動時間は、男子が 13 時間 29 分(11 時間 14 分）、女子が 9 時間 7 分(6 時間 30 分）であった。学年別に見ると、男子では、小学校 3・4 年生が 11 時間 10 分(10 時間)、小学校 5・6 年生が 12 時間 4 分(10 時間)、中学生が 13 時間 24 分(11 時間 57 分)、高校生が 15 時間 28 分(14 時間）となり、学年が進むにつれて運動時間が増加する傾向であった。女子では、小学校 3・4 年生が 7 時間 54 分(6 時間）小学校 5・6 年生が 7 時間 54 分(6 時間）、中学生が 9 時間 54 分(7 時間 15 分）、高校生が 9 時間 20 分(6 時間 30 分）となり、中学生までは、学年が進むにつれて運動時間が増加する傾向であったが、高校生では運動時間が減少した。

運動総時間の分布を見ると、男子では、小学校 3・4 年生が 4～8 時間、8～12 時間に高い割合を示すが、小学校 5・6 年生が 4～8 時間に高い割合を示した。中学生になると、～4 時間から 12～16 時間の割合が高く、散らばりが大きくなっていた。さらに高校生では～4 時間と 4～8 時間の割合が高く、それ以上の時間の割合は低くなり、その後、20～24 時間の割合が再び高くなっていた。これは、運動量の少ない者と運動量の多い者がそれぞれ存在している多重分布であることを示している。女子では、小学校 3・4 年生ならびに小学校 5・6 年生が 4～8 時間に高い割合を示し、中学生、高校生が～4 時間に高い割合を示した。また、男子ほど顕著ではないが、中学生以上では 16 時間以上運動する者の割合は小学生に比べて多い傾向であった。

以上のように、学年が進むにつれて、多くの者は運動時間が減少する傾向であるが、中学、高校生ではスポーツなどの運動する者は運動時間が長くなり、運動時間が二極化する

以前の結果と比較すると、特に中学生では、分布全体が左側に移動し、運動時間が減少する傾向であることが明らかとなった。また、高校生男子においては二極化の傾向は以前より見られるが、平成14年度調査においてその傾向はより顕著となった。

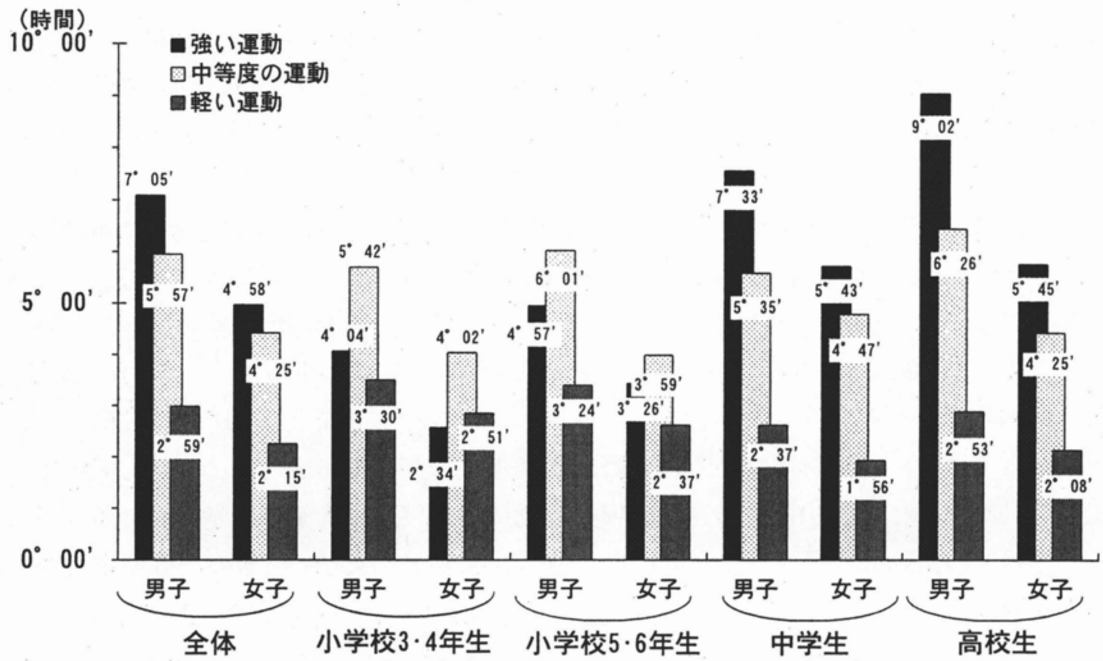


図5-10-1　1週間の各運動時間の平均値

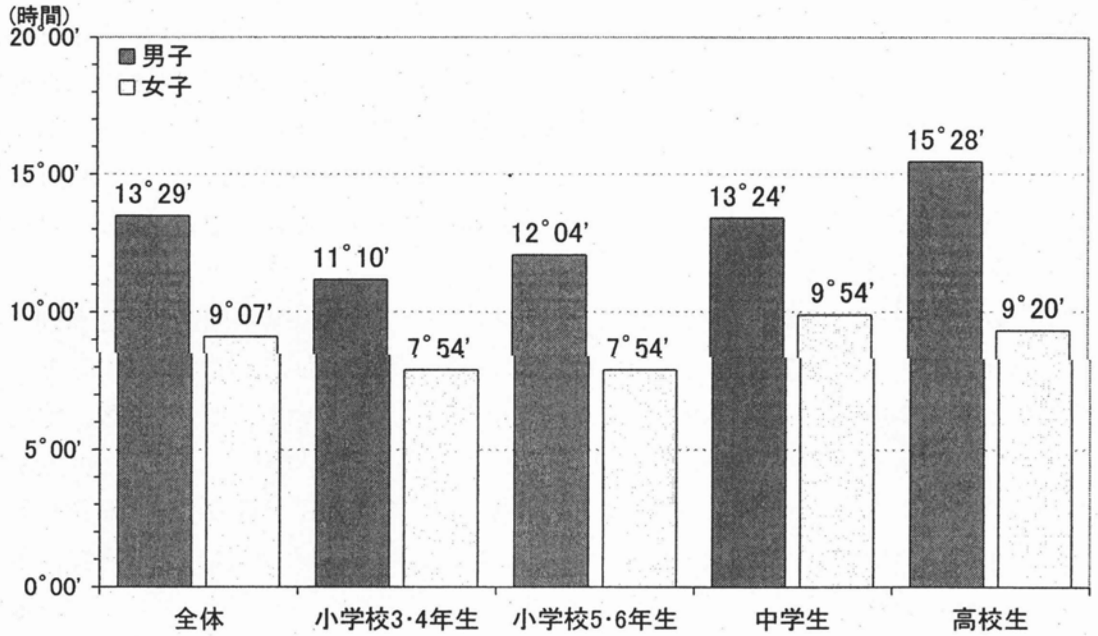
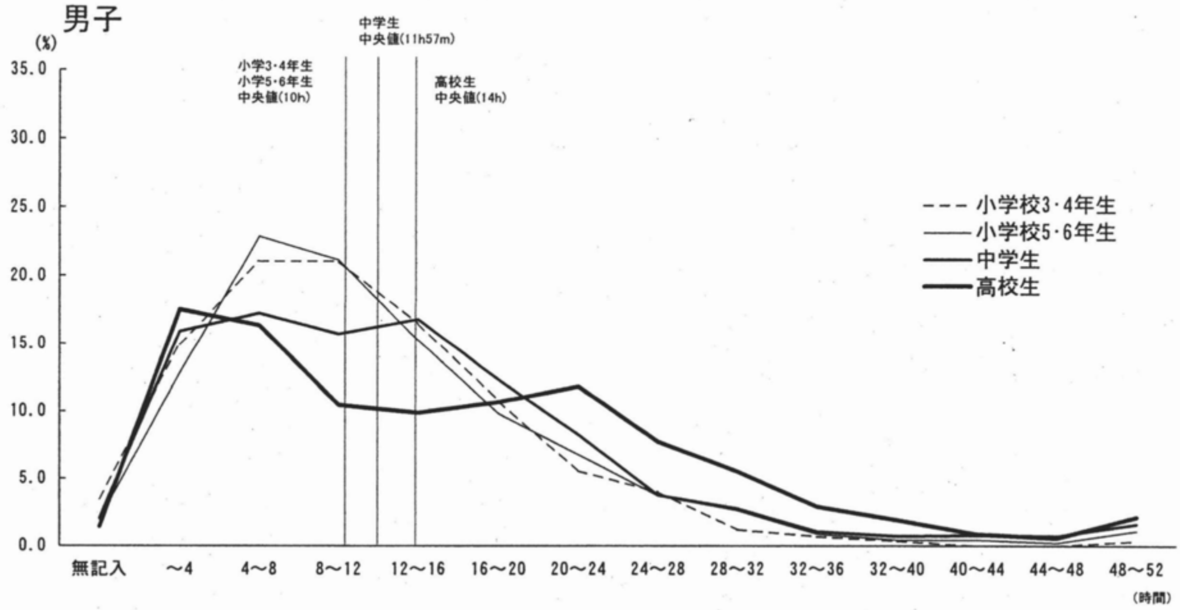


図5-10-2　1週間の総運動時間の平均値



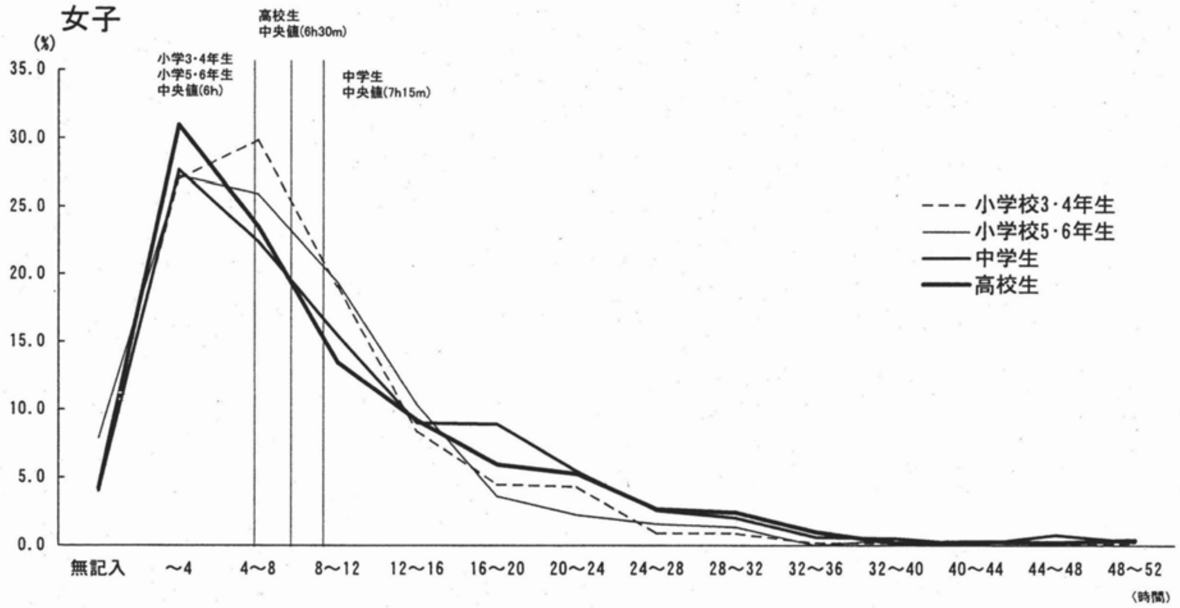


図 5-10-3　1週間の総運動時間の分布

10.2 運動によるエネルギー消費量（表Ⅱ－59，60）

運動の強度を計量する方法として、基礎代謝あるいは安静時代謝のエネルギー消費を基準として、どの程度エネルギーを消費するかの割合を表わす方法がある。その代表的な方法として、

RMR(基礎代謝率)＝（運動時のエネルギー消費量-安静時の基礎代謝量）／基礎代謝量

がある。本報告では、運動によるエネルギー消費を算出するために、各運動について表記された運動事例を参考にして、RMR を表 10-2-1 に示すように仮定した。また、それぞれの学年における基礎代謝率は、日本人の栄養所要量（第六版）を参考にして、表 10-2-2 に示す値を用いた。なお、各学年は2つの年齢（たとえば小学校 3 年生は 8 歳と 9 歳）にわたっているが、調査時期が 1-2 月であるので、高い年齢（たとえば小学校 3 年生は 9 歳）として算出した。調査では一週間あたりの運動時間を質問しているが、エネルギー所要量算出の際には、一日あたりの値として算出した。具体的には次の値を求めた。

表 10-2-1　運動の種類に対するエネルギー代謝率（ＲＭＲ）の仮定

運動の種類	RMR
強い運動	7
中程度の運動	4
弱い運動	2.5

体重 1kg あたり、1 日の運動によるエネルギー消費量＝

（強い運動の時間(分)×7 RMR＋中程度の運動の時間(分)×4 RMR＋

弱い運動の時間(分)×2.5 RMR）×該当年齢、性別の基礎代謝基準値(kcal/kg/min)÷7

1 日の運動によるエネルギー消費量＝

体重 1kg あたり、1 日の運動によるエネルギー消費量×体重

表 10-2-2　年齢・性別の基礎代謝基準値（cal/kg/日）

年齢(歳)	学年	男子	女子
6～8	小学1-2年生	44.3	41.9
9～11	小学3-5年生	37.4	34.8
12～14	小学6-中学2年生	31.0	29.6
15～17	中学3-高校2年生	27.0	25.3
18～29	高校3年生	24.0	23.6

体重 1kg あたりの運動によるエネルギー消費量は、男子が 12.6 kcal（10.3 kcal）、女子

が 7.6kcal（5.1kcal）であった。学年別の変化を見ると、男子では、小学校 3・4 年生が 11.2 kcal（10.0 kcal）、小学校 5・6 年生が 11.9kcal（9.8 kcal）、中学生が 12.8 kcal（10.5 kcal）、高校生が 13.3 kcal（11.2 kcal）となり、学年が進むにつれて消費エネルギーが増加する傾向であった。女子では、小学校 3・4 年生が 7.1 kcal（5.6 kcal）、小学校 5・6 年生が 7.2 kcal（5.5 kcal）、中学生が 8.7 kcal（5.9 kcal）、高校生が 7.1 kcal（4.2 kcal）となり、中学生になると消費エネルギーが増加するが、高校生では小学生と同等あるいは低下する傾向であった。

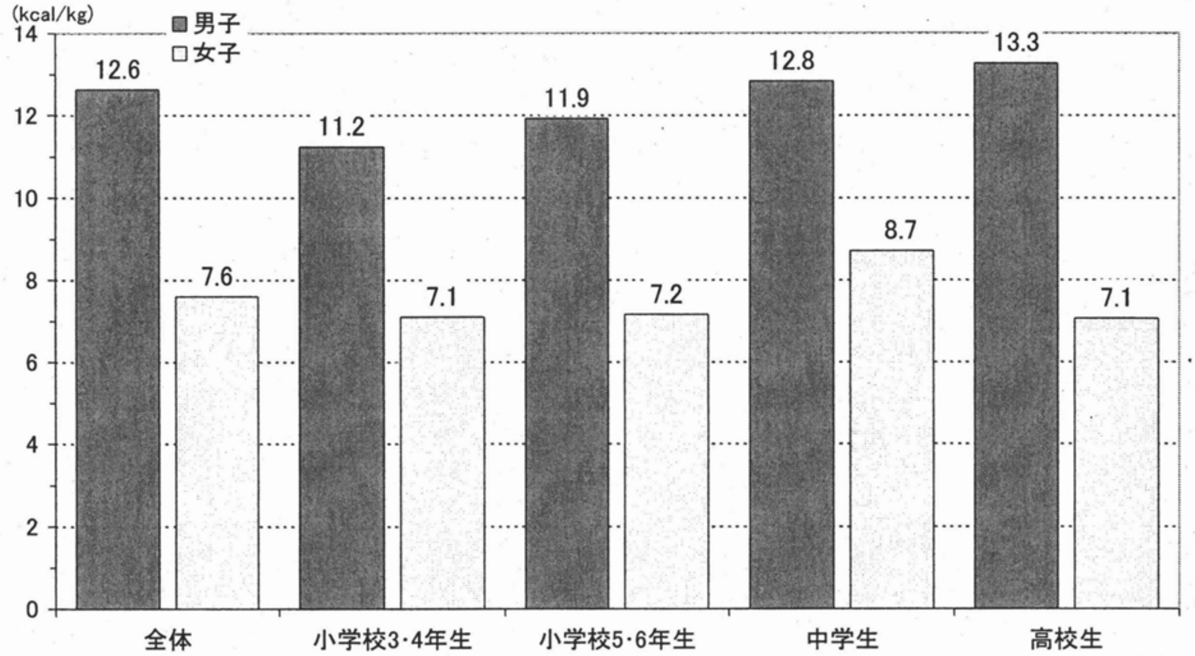


図 5-10-4　体重 1kg あたりの運動によるエネルギー消費量の平均値

運動によるエネルギー消費量は、男子が 623.6 kcal（460.2 kcal）、女子が 354.2 kcal（223.5 kcal）であった。学年別の変化を見ると、男子では、小学校 3・4 年生が 367.1 kcal（324.5 kcal）、小学校 5・6 年生が 422.2 kcal（350.6 kcal）、中学生が 633.0 kcal（527.7 kcal）、高校生が 803.5 kcal（664.0 kcal）であった。女子では、小学校 3・4 年生が 226.5 kcal（174.2 kcal）、小学校 5・6 年生が 255.6 kcal（200.2 kcal）、中学生が 410.0 kcal（274.9 kcal）、高校生が 374.6 kcal（220.9 kcal）であった。男子では、学年が進むにつれて消費エネルギーが増加する傾向であった。女子では、中学生までは学年が進むにつれて消費エネルギーが増加するが、高校生になると減少する傾向を示した。

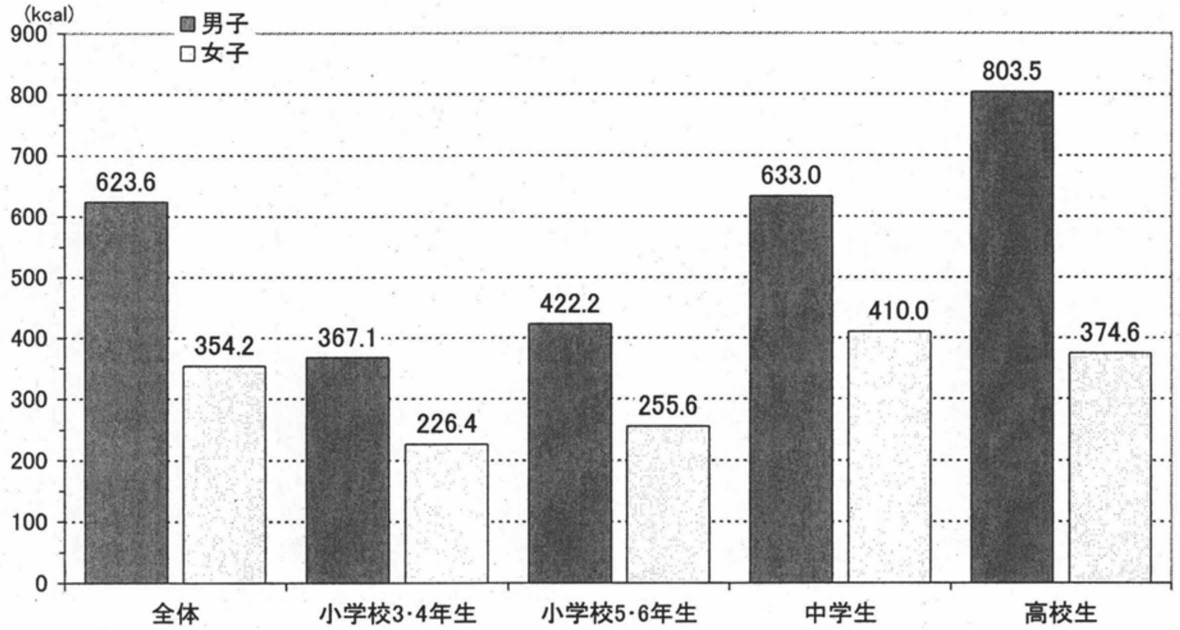
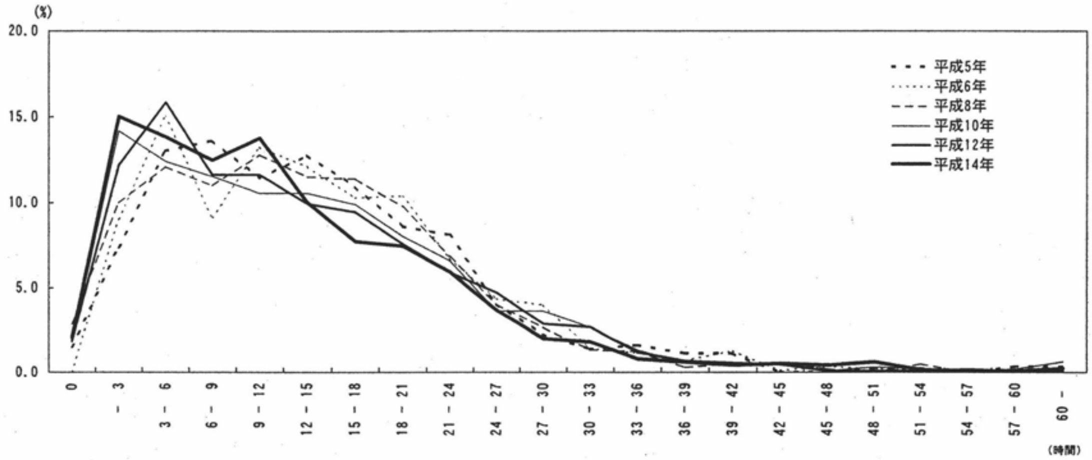


図 5-10-5　運動によるエネルギー消費量の平均値

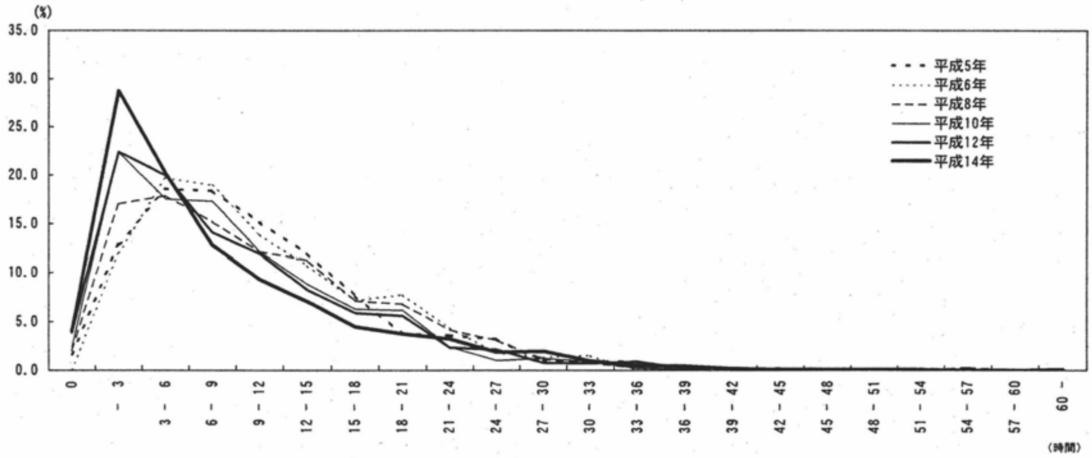
平成 5 年度調査から平成 14 年度調査の頻度分布の変化を見ると、女子ならびに中学生までの男子では、分布が緩やかに左方向に移動する傾向を示し、エネルギー消費量が減少していることを示している。特に中学生ではその傾向が顕著であった。

高校生男子では、平成 5 年度調査には広範囲に散らばる傾向であったが、エネルギー消費量が 10kcal 未満の階級の頻度が徐々に高くなると同時に、20～30kcal の階級の頻度も徐々に高くなり、平成 14 年度調査には二極化の傾向を顕著に示すようになった。すなわち、運動によるエネルギー消費量は、減少傾向を示す者と増加傾向を示す者の二極化が年々顕著になる傾向であった。

中学生男子



中学生女子



高校生男子

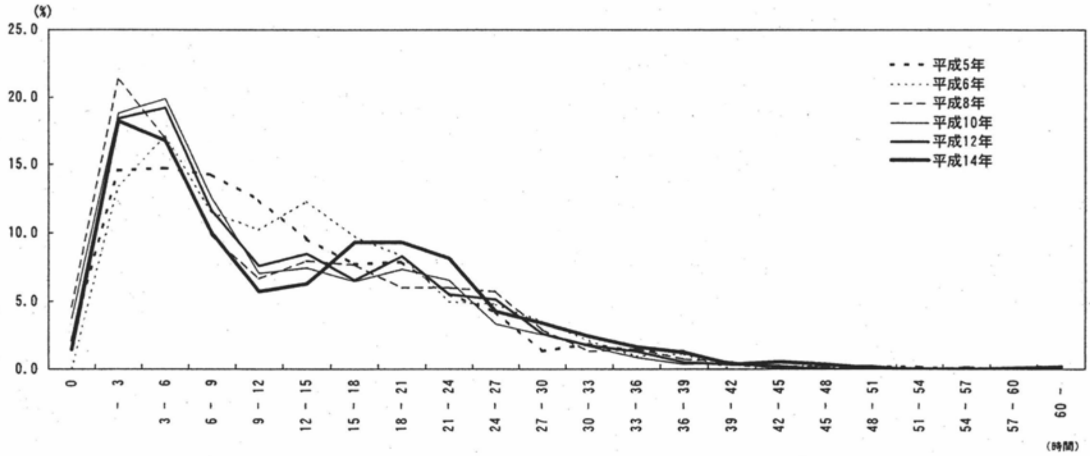


図 5-10-6　運動によるエネルギー消費量の経年比較

10.3 運動によるエネルギー消費量とライフスタイルとの関連（表Ⅱ－61～63）

運動によるエネルギー消費量と種々のライフスタイルや自覚的健康度との関連を分析し、その傾向を探索的に検討し、関連性があるものについて列挙した。解析は、男女別、学年別に、それぞれの設問の選択肢（たとえば排便習慣では、「毎日ほとんど同じころに出る」、「毎日出るが、同じころではない」、「ときどき出ないことがある」、「数日出ないことがある」）のそれぞれについて、エネルギー消費量の平均値を求め、比較検討した。

(1) 排便習慣と運動によるエネルギー消費量との関連

排便習慣別のエネルギー消費量は、男女とも全ての学年で排便習慣の良い者は運動によるエネルギー消費量が多く、逆に排便習慣の悪い者は運動によるエネルギー消費量が少ない傾向が見られた。特に「ときどき出ないことがある」あるいは「数日出ないことがある」と回答した者は、著しくエネルギー消費量が少ない傾向であった。以上の結果より、エネルギー消費量の多い者は毎日排便があり、運動量の少ない者は不規則、不定期な排便習慣であることが明らかとなった。このことは、運動を実施することにより、排便の習慣を改善することが可能であると考えられる。

表 10-3-1　排便習慣と運動によるエネルギー消費量との関連

			小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
1 男子	1 毎日ほとんど同じころに出る	度数	219	205	420	427
		平均値	287.17	326.56	617.01	882.62
	2 毎日出るが、同じころではない	度数	184	128	365	316
		平均値	247.99	326.32	553.73	708.56
	3 ときどき出ないことがある	度数	142	110	256	232
		平均値	205.18	339.78	507.85	710.55
	4 数日出ないことがある	度数	22	14	62	42
		平均値	157.32	256.76	512.55	712.98
2 女子	1 毎日ほとんど同じころに出る	度数	138	96	165	205
		平均値	160.98	206.11	372.97	420.92
	2 毎日出るが、同じころではない	度数	205	134	273	281
		平均値	146.47	191.52	377.24	407.52
	3 ときどき出ないことがある	度数	180	174	506	701
		平均値	148.74	174.77	348.96	324.28
	4 数日出ないことがある	度数	28	33	167	397
		平均値	138.84	125.13	294.05	315.33

(2) 目覚めの状況と運動によるエネルギー消費量との関連

目覚めの状況別のエネルギー消費量は、小学校３・４年生の男女、小学校５・６年生の男子ならびに中学生・高校生の女子においては、「すっきりと目覚めた」者は運動によるエネルギー消費量が多く、「眠くてなかなか起きられなかった」者は運動によるエネルギー消費量が少ない傾向であった。全ての年齢、学年には共通していないが、運動によるエネルギー消費量が多い者は目覚めの状況がよく、逆に運動によるエネルギー消費量が少ない者は、目覚めの状況が悪い傾向であることが明らかとなった。

表 10-3-2　目覚めの状況と運動によるエネルギー消費量との関連

			小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
1 男子	1 すっきり目が覚めた	度数	215	157	170	164
		平均値	388.69	395.75	667.65	791.35
	2 少し眠かった	度数	283	246	644	565
		平均値	355.64	425.18	597.56	793.24
	3 眠くてなかなか起きられなかった	度数	72	54	292	299
		平均値	283.84	419.45	647.86	794.59
2 女子	1 すっきり目が覚めた	度数	161	116	151	199
		平均値	226.67	268.73	418.00	377.10
	2 少し眠かった	度数	313	253	628	856
		平均値	224.46	216.62	398.76	363.97
	3 眠くてなかなか起きられなかった	度数	80	74	336	538
		平均値	186.89	248.63	377.23	344.51

(3) 朝食摂取状況と運動によるエネルギー消費量との関連

朝食摂取状況別のエネルギー消費量は小学校３・４年生に顕著な傾向が見られ、朝食習慣の良い者は運動によるエネルギー消費量が多く、逆に朝食習慣の悪い者は運動によるエネルギー消費量が少ない傾向であった。しかし、小学校５・６年生以上ではその傾向は顕著ではなかった。

表 10-3-3　朝食摂取状況と運動によるエネルギー消費量との関連

			小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
1 男子	1 毎日食べる	度数	511	422	893	802
		平均値	366.58	410.76	630.08	820.67
	2 食べる日の方が多い	度数	30	26	124	102
		平均値	321.55	474.41	628.78	667.74
	3 食べない日の方が多い	度数	17	6	50	46
		平均値	260.90	514.22	485.13	747.94
	4 ほとんど食べない	度数	6	3	39	77
		平均値	253.12	340.23	593.24	654.94
2 女子	1 毎日食べる	度数	490	405	883	1270
		平均値	219.50	237.23	405.08	378.95
	2 食べる日の方が多い	度数	29	21	128	195
		平均値	228.17	219.68	344.45	276.98
	3 食べない日の方が多い	度数	29	11	59	57
		平均値	209.39	182.02	372.26	333.16
	4 ほとんど食べない	度数	3	5	44	69
		平均値	207.65	370.39	374.63	247.61

11　通常の片道の通学時間（表Ⅱ－64，65）

通常の片道の通学時間は男子 22 分 57 秒、女子 27 分 18 秒であった。また、そのうち、歩行もしくは自転車の時間は男子 19 分 8 秒、女子 20 分 11 秒であった。学年別に見ると小学生から中学生まで、学年差、男女差はあまり見られず、通学時間は 17 分 20 秒から 20 分、歩行時間は 16 分 30 秒から 19 分であった。高校生では通学時間が男子 29 分 10 秒、女子 35 分 33 秒であり、女子のほうが長かった。歩行時間には男女差はなく、およそ 22 分 30 秒であった。

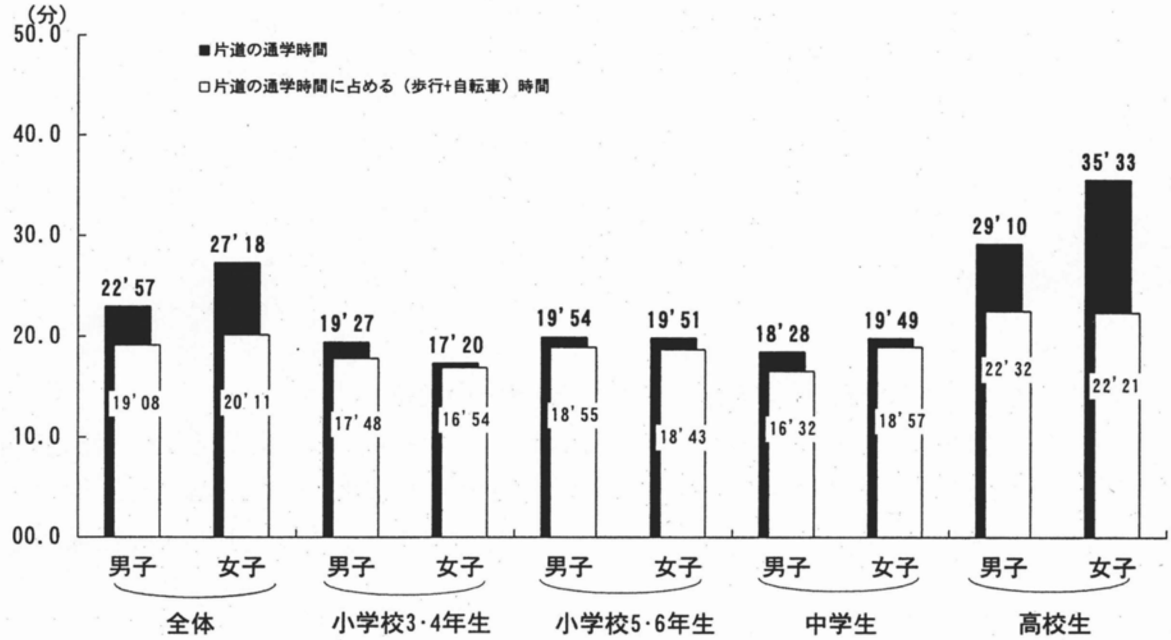


図 5-11　通常の片道の通学時間および片道の歩行時間の平均値

12　家庭の仕事の分担状況（複数回答）（表Ⅱ－66，67）

家庭の仕事の分担状況について、全体で見ると、男女とも「食事の用意やかたづけ」と答えた者の比率が最も高く、男子47.9％、女子64.9％であった。

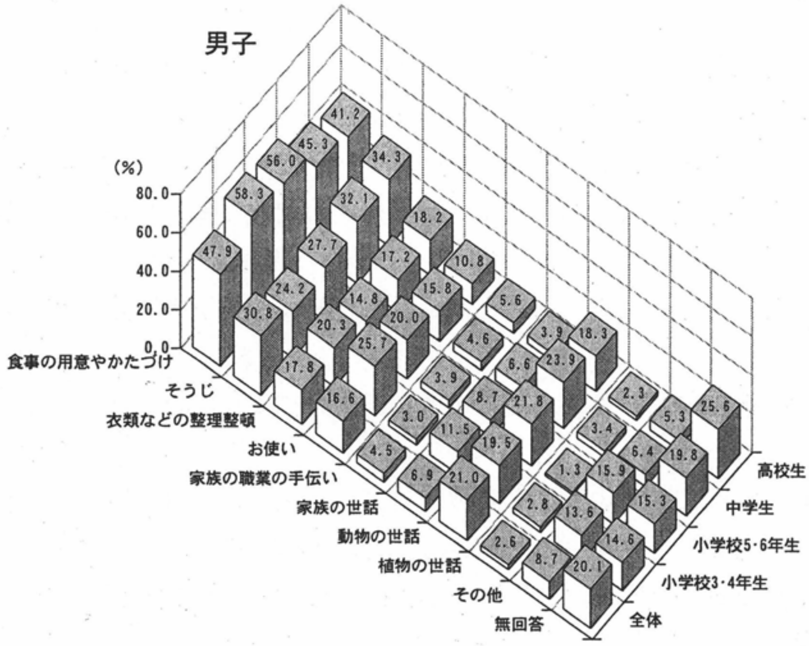
学年・男女別に見ると、男女とも、小学校3・4年生が最高であり、男子58.3％、女子69.1％であった。また、男女とも学年が上がるにつれて減少傾向にあった。男女別では、女子では、全学年で60％以上の比率であった。

「そうじ」と答える者の比率が男女とも二番目に高く、男女とも学年が進むほど増加傾向であった。

「衣類などの整理整頓」と答えた者の比率が三番目に高く、どの学年でも女子の割合が男子に比べ約2倍高かった。

「動物の世話」と答えた者の比率が4番目に高かった。これは、時代を反映しているものと思われる。男女ともに中学生の比率が高く次いで小学校5・6年生だった。

その他は「家族の職業の手伝い」と答える比率が多少男子の方が高かったが、「お使い」や「植物の世話」は女子の方の割合が高かった。



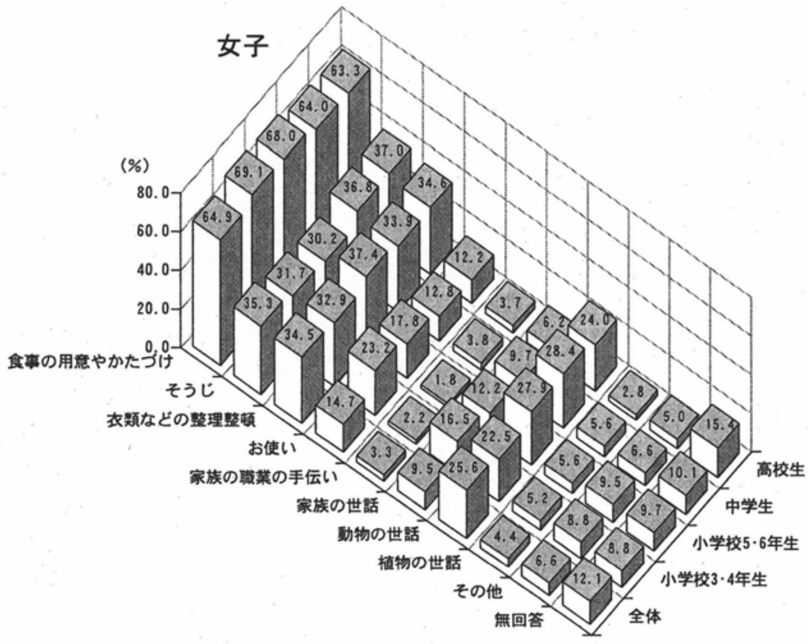


図 5-12　家庭の仕事の分担状況（複数回答）

13　学校から帰宅後、室内で過ごした状況（表Ⅱ－68～71，72～79）

(1)　読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間

読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間を回答した者の合計の平均値は、男子で 1 時間 31 分、女子で 1 時間 35 分とわずかに女子の方が長かった。学年・男女別に見ると、男女とも、学年が進むにつれ時間が長かった。

女子においては、小学校 3・4 年生と小学校 5・6 年生が 1 時間 13 分、中学生・高校生が 1 時間 41 分であり中学生・高校生の方がやや時間が長かった。

平成 12 年度調査との比較では、平成 14 年度調査の方が、男女とも増加傾向であった。

(2)　パソコンやテレビゲームをした時間

パソコンやテレビゲームをした時間を回答した者の合計の平均値について、男子は 1 時間 35 分、女子は 1 時間 13 分と男子の方がやや長い傾向であった。学年・男女別に見ると、男女とも、高校生が最も高く、男子は 1 時間 48 分、女子は 1 時間 21 分であり、学年が進むにつれて増加する傾向であった。

平成 12 年度調査との比較では、平成 14 年度調査の方が、男女とも増加傾向であった。

(3)　テレビ・ビデオをみた時間

テレビ・ビデオをみた時間を回答した者の合計の平均値について、男子は 2 時間 18 分、女子は 2 時間 29 分と女子の方が 11 分長かった。学年・男女別に見ると、男女とも、中学生が他の学年と比べて最も長く、男子は 2 時間 37 分、女子は 2 時間 53 分であった。

平成 12 年度調査との比較では、平成 14 年度調査の方が、男女とも減少傾向であった。

(4)　室内で過ごした時間合計（読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間＋パソコンやテレビゲームをした時間＋テレビやビデオを見た時間）

上記の 3 つの時間を合わせた合計（以後、室内で過ごした時間合計と記す）について、合計の平均値について、男子は 4 時間 1 分、女子の平均値は 3 時間 43 分と男子の方が 18 分長かった。また、男女とも中学生が男子 4 時間 28 分、女子 4 時間 21 分と最も長かった。

平成 12 年度調査との比較では、平成 14 年度調査の方が、全体の平均値で見ると、男女とも減少した。

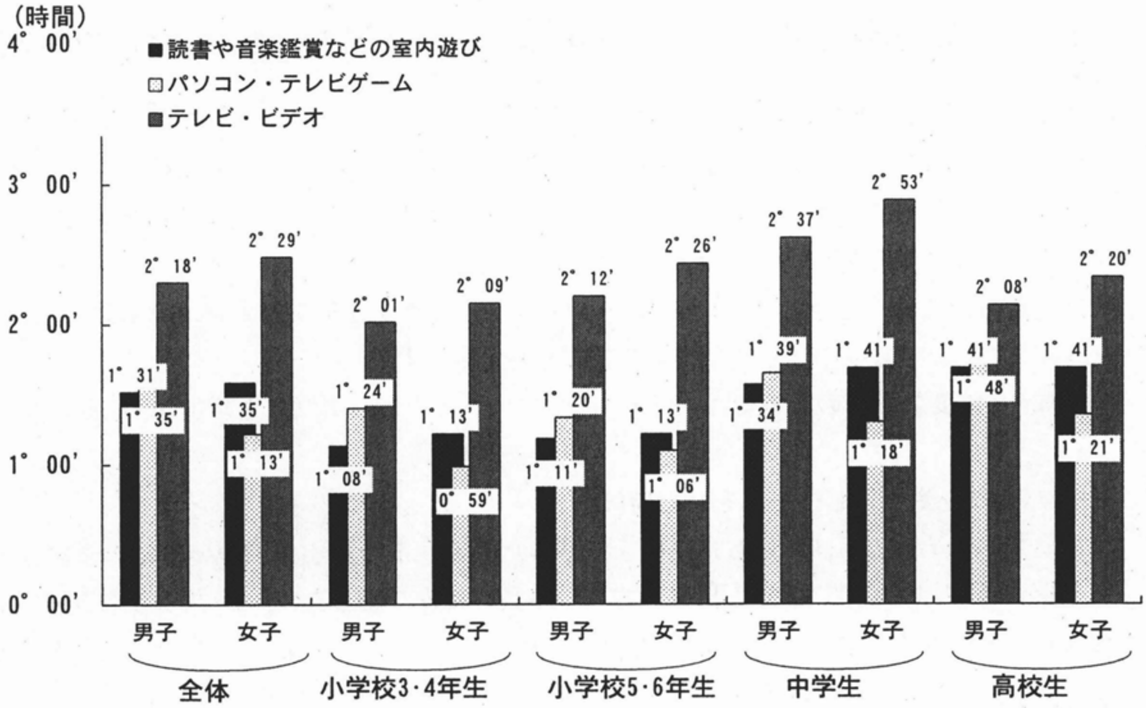


図 5-13-1　学校から帰宅後、室内で過ごした各時間の平均値

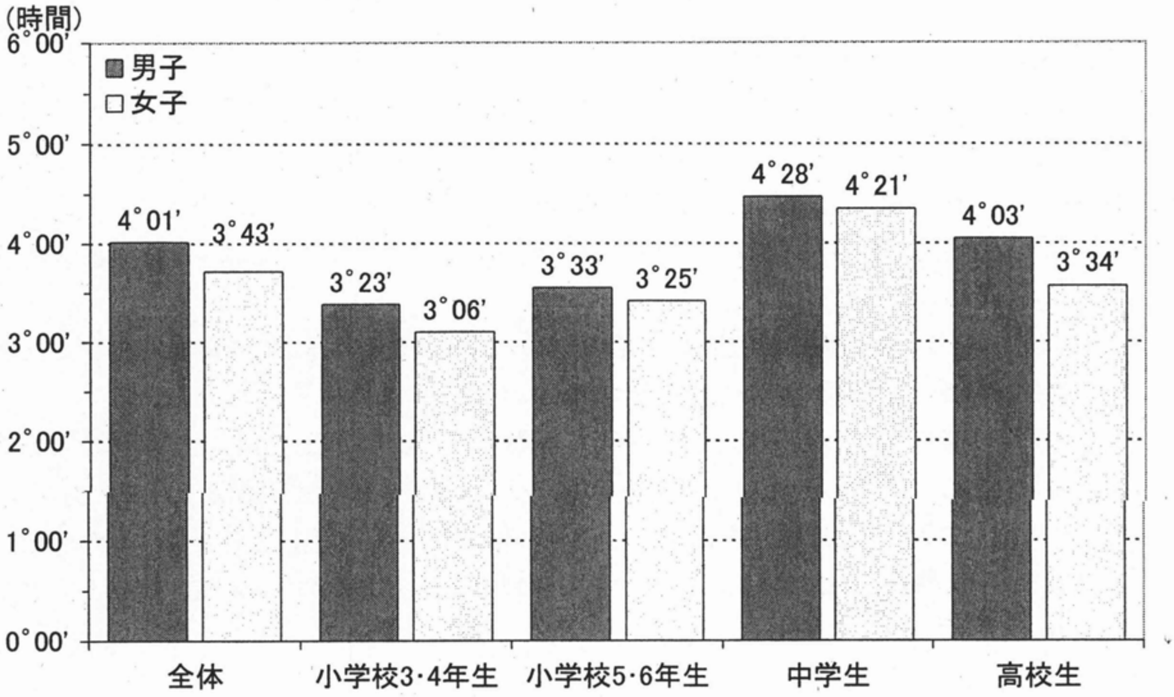


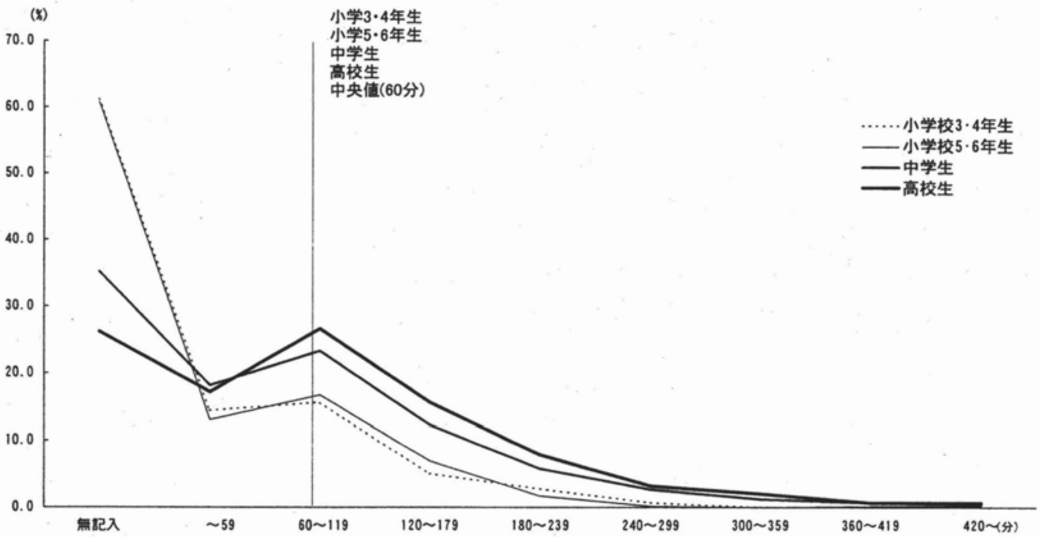
図 5-13-2　学校から帰宅後、室内で過ごした時間合計の平均値

(5) 読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間の分布

読書や音楽鑑賞などの室内での遊びをした時間の分布では、男女とも「1～2 時間」が最も高く、男子 22.0%、女子 25.0%、二番目に「～1 時間」であった。「～1 時間」と「1～2 時間」をあわせると、男子で 38.4%、女子で 40.7%となった。

学年・男女別に見ると、男子では、小学生の約 60%が読書や音楽鑑賞などの室内での遊びをしておらず、中学生・高校生は、小学生と比較すると、読書や音楽鑑賞などの室内での遊びをする時間が長かった。女子では、全学年が 25%前後「1～2 時間」に集中した。

男子



女子

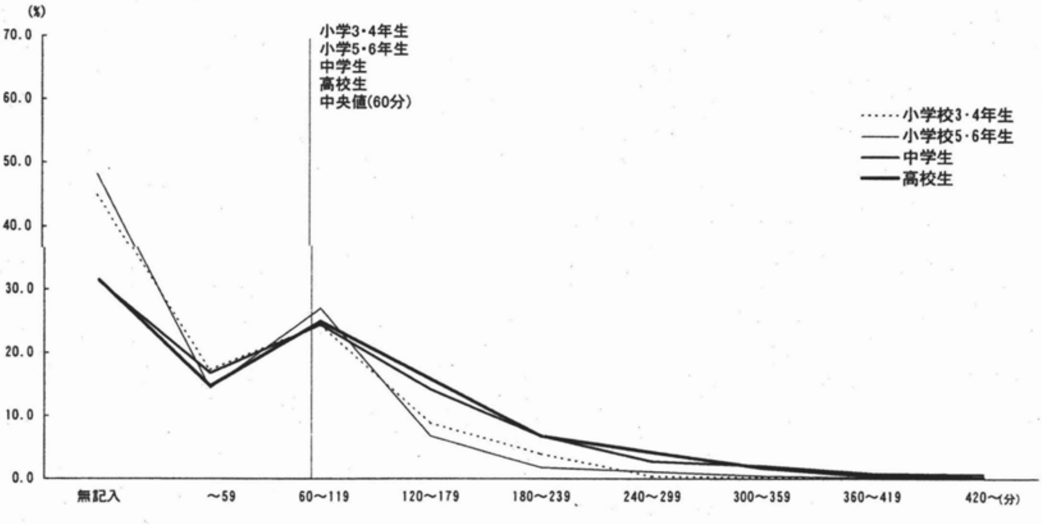


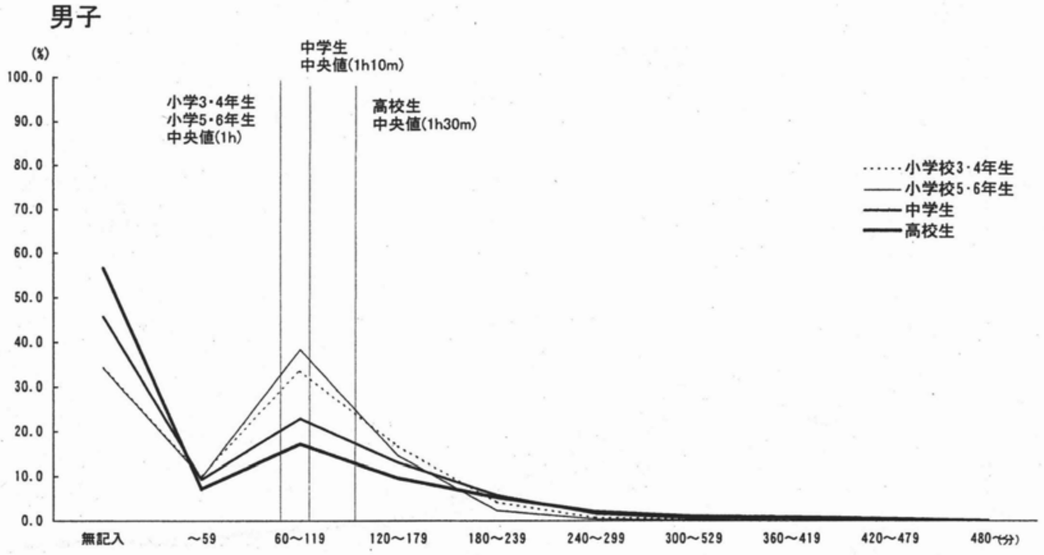
図 5-13-3 読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間の分布

(6) パソコンやテレビゲームをした時間の分布

パソコンやテレビゲームをした時間の分布では、圧倒的に男子の方が、パソコンやテレビゲームをしている比率が高かった。

時間別に見ると、男子はどの学年も「1～2 時間」が最も高く、中でも小学校 3・4 年生が約 40％と最も高く、最低値は高校生の約 18％であった。

女子も全学年とも「1～2 時間」が最も高いが、その最高値は小学校 3・4 年生の約 18％で、男子の最低値と女子の最高値がほぼ一致した。



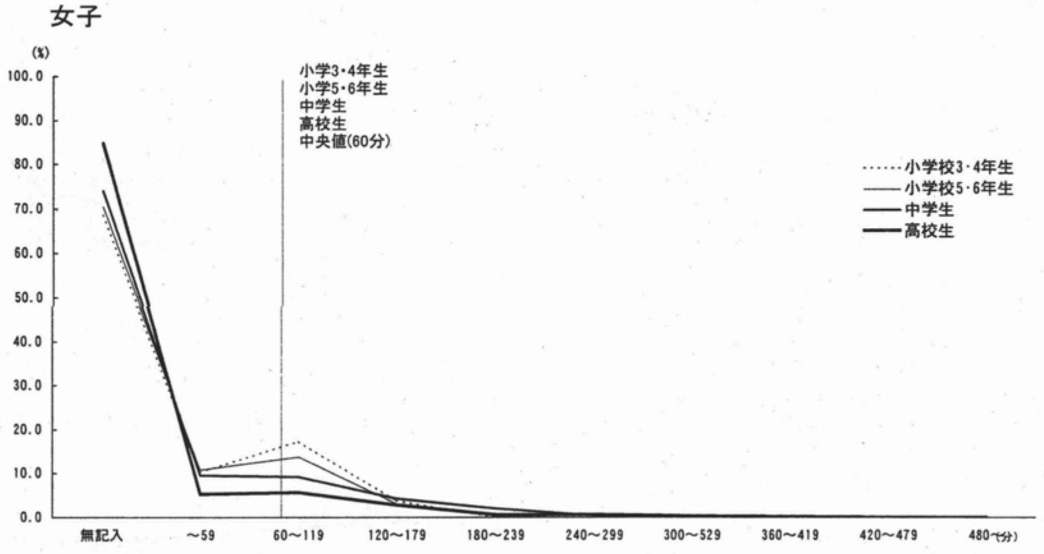


図 5-13-4 パソコンやテレビゲームをした時間の分布

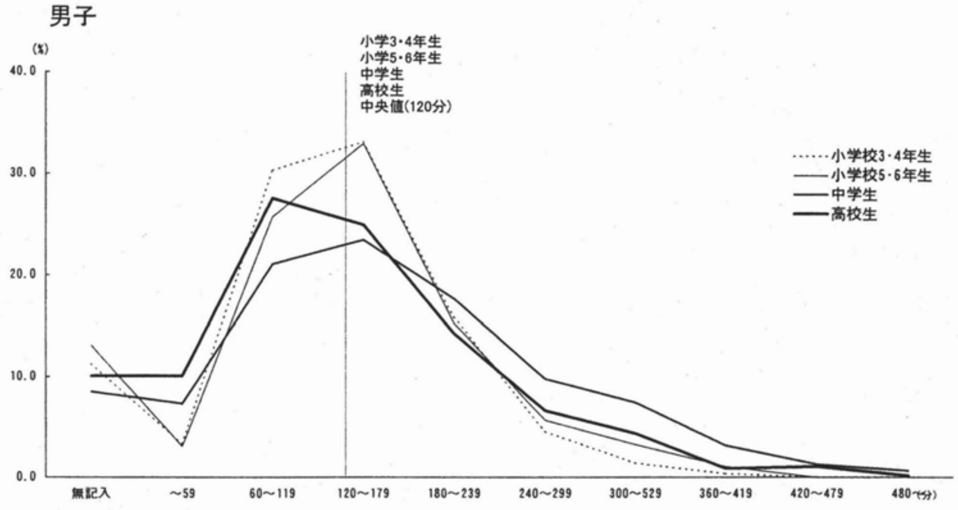
(7) テレビやビデオを見た時間の分布

テレビやビデオを見た時間の分布では、最も高い比率は、男女ともに「2～3 時間」で、男子が 27.0％、女子が 25.0％であった。二番目に「1～2 時間」、三番目に「3～4 時間」と続いている。全体的には「1～4 時間」に、男子は 68.4％、女子は 66.4％と約 7 割近くが集中した。

学年・男女別に見ると、小学校 3・4 年生の男女と小学校 5・6 年生の男子が、テレビやビデオをみた時間が「2～3 時間」の時間帯に約 33％と高い比率であった。

男女を比較すると、「3～4 時間」および「4～5 時間」の時間帯がどの学年も女子の方が高く、また、男子に比べ広い範囲で分散しており、長時間テレビやビデオを見る時間が長い傾向が見られた。

男子



女子

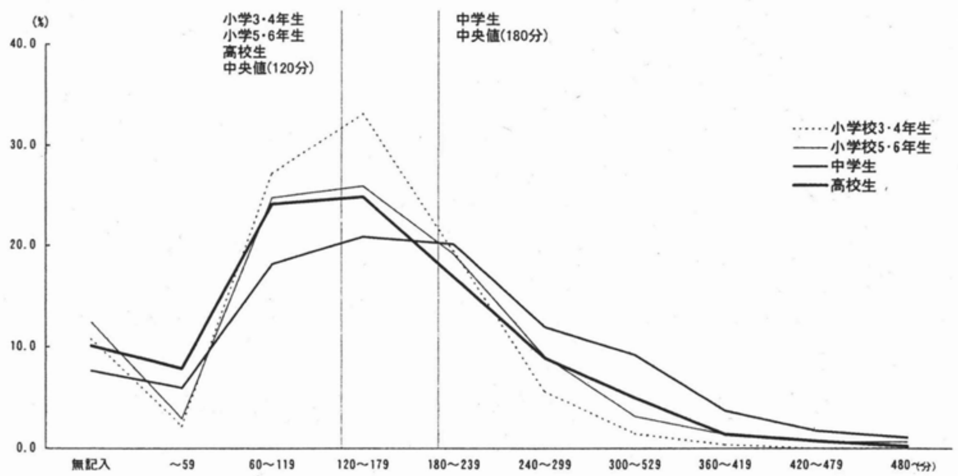
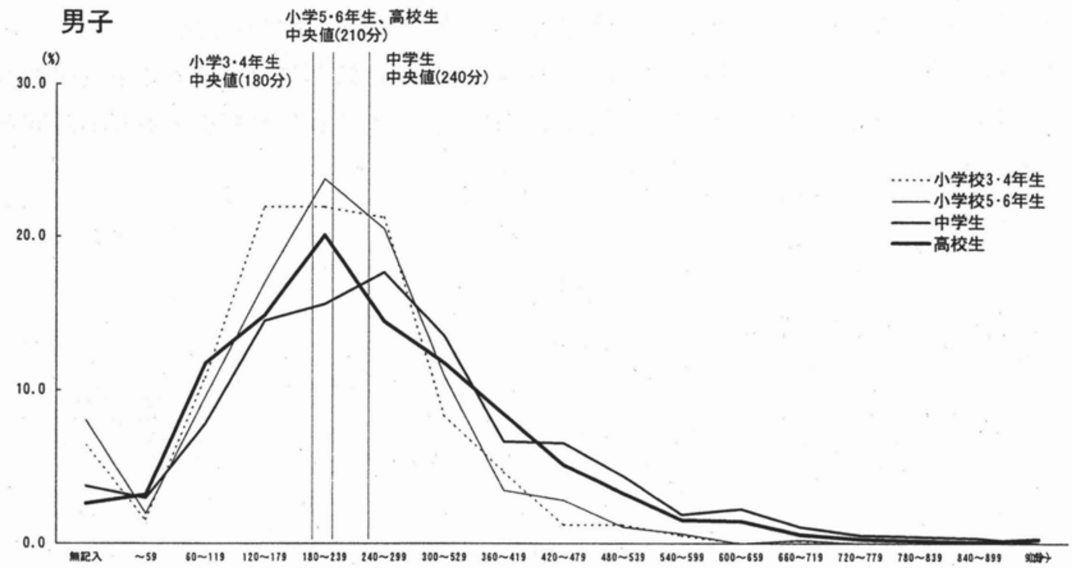


図 5-13-5　テレビやビデオを見た時間の分布

(8) 室内で過ごした時間合計の分布

室内で過ごした時間合計の分布を見ると、男女ともに「3～4時間」が最も高く、男子19.4%、女子20.3%であった。二番目に男子「4～5時間」、女子「2～3時間」、三番目に、男子は「2～3時間」、女子は「4～5時間」であった。女子の方が、長時間室内で過ごす傾向が見られ、広範囲に及んでいた。



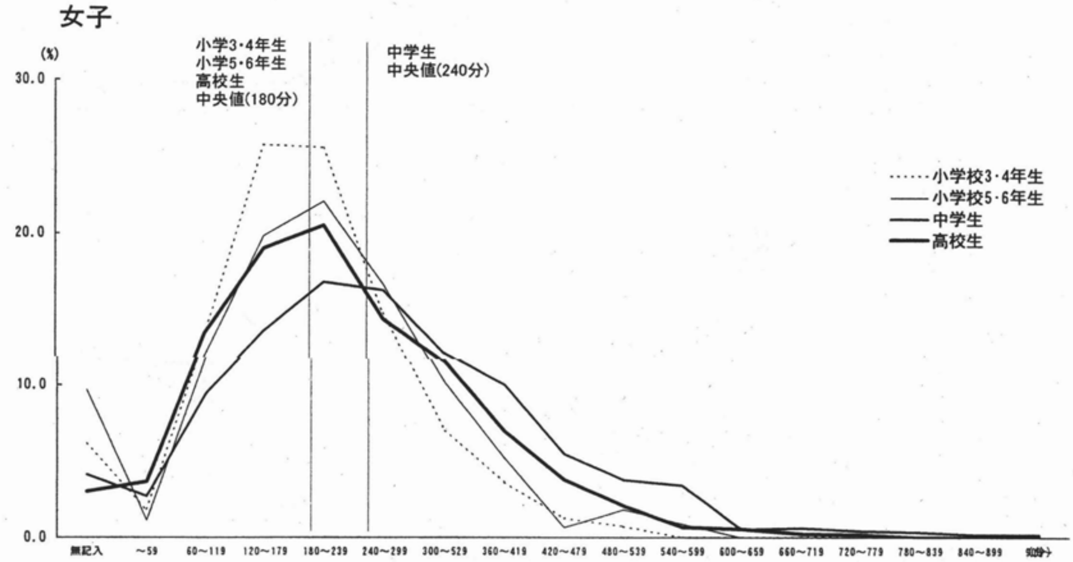


図 5-13-6 室内で過ごした時間合計の分布

14　学校から帰宅後、家で勉強をした時間（表Ⅱ－80～82）

(1)　家で勉強をした時間

家で勉強をした時間を回答した者の平均値を見ると、男子は 1 時間 21 分、女子は 1 時間 31 分と 10 分程女子の方が高かった。学年・男女別に見ると、男女とも中学生が最も長く、男子 1 時間 38 分、女子は、1 時間 49 分であった。小学生が 40 分台と 1 時間に満たない時間であった。全体の平均値で見ると、1 時間 26 分であった。

平成 12 年度調査との比較では、平成 14 年度調査の方が、男女とも増加傾向にあり、男子 19 分、女子 19 分の増加であった。

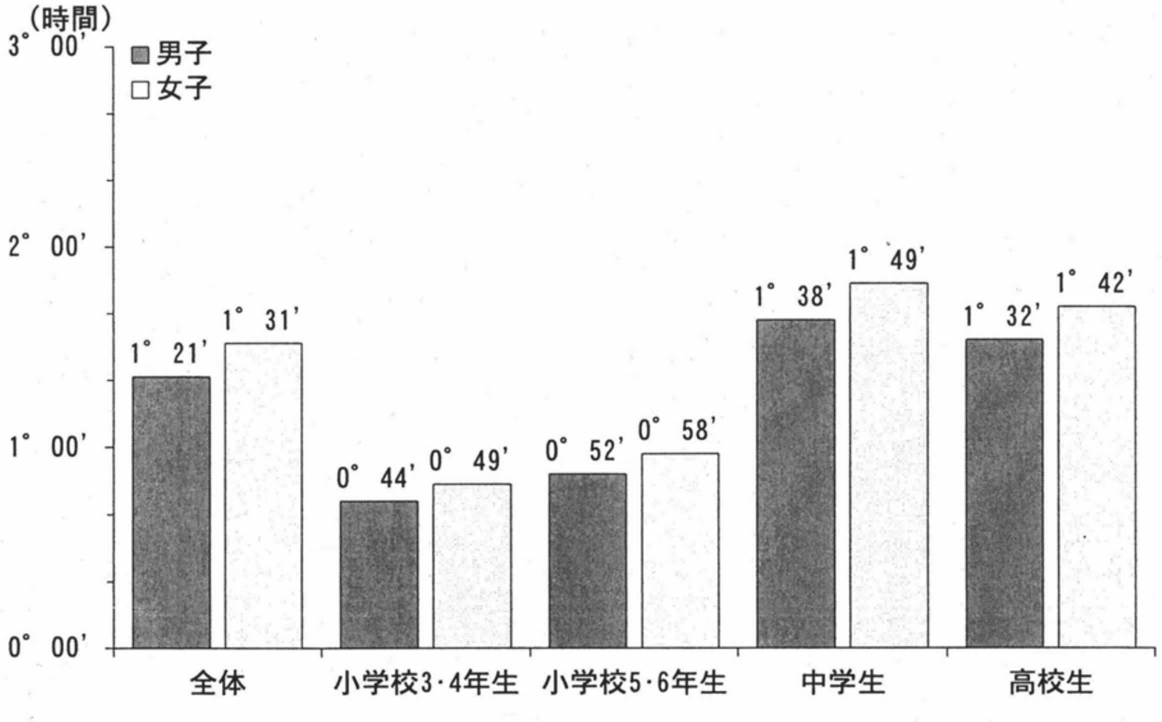


図 5-14-1　調査前日、学校から帰宅後、家で勉強をした時間の平均値

(2) 家で勉強をした時間の分布

家で勉強をした時間の分布を見ると、男子に比べて女子の方が長時間家で勉強しており分散傾向も見られた。

学年・男女別に見ると、男女とも家で勉強している時間の分布が「1～2 時間」の比率が最も高く男子 23.4%、女子は 26.7%であった。ちなみに、男子の小学校 3・4 年生は「1 時間以内」が多かった。

男女とも、中学生が長時間勉強している傾向があり、女子の方が男子に比べて長時間勉強している傾向があった。

また、男女とも、高校生の勉強している時間の比率を見ると、している者としていない者の二極化が見られた。

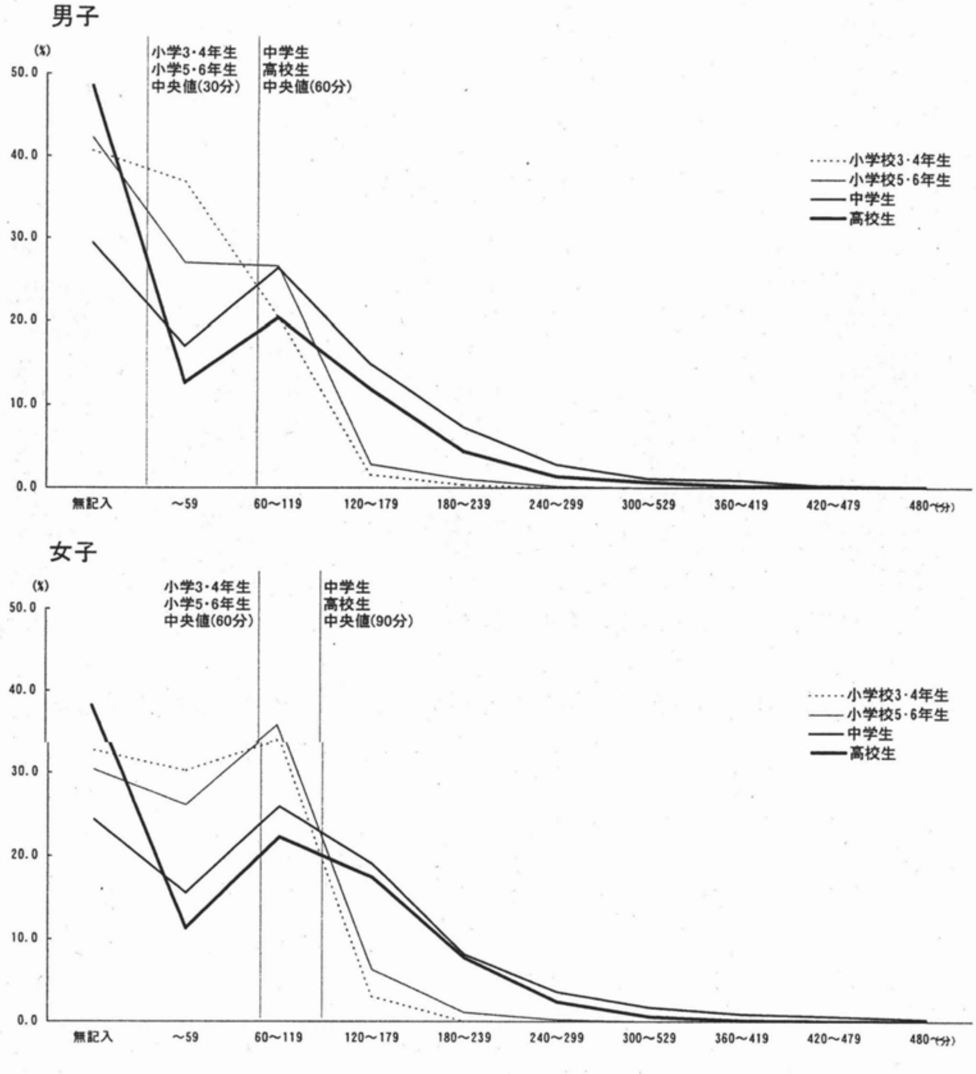


図 5-14-2 家で勉強をした時間の分布

15 学習塾通い

15.1 学習塾に通っているかどうか（表Ⅱ－83，84）

全体で見ると男子は、33.0％、女子は30.8％であり、やや男子の比率が高くなっている。

学年別に見ると、男女とも、中学生が最も高く45％前後であり、順に小学校5・6年生、小学校3・4年生、高校生となっている。男女とも、中学生が最も学習塾に通っている比率が高く、高校生が最も低かった。

また、男女別に見ると、小学生は女子の方が男子に比べて高い比率であるのに対し、中学生・高校生は男子の方が学習塾に通っている比率が高かった。40％以上であるのは小学校5・6年生の女子と中学生の男女であった。

平成12年度調査との比較では、全体の平均値を見ると平成14年度調査では大きな変化は見られなかった。

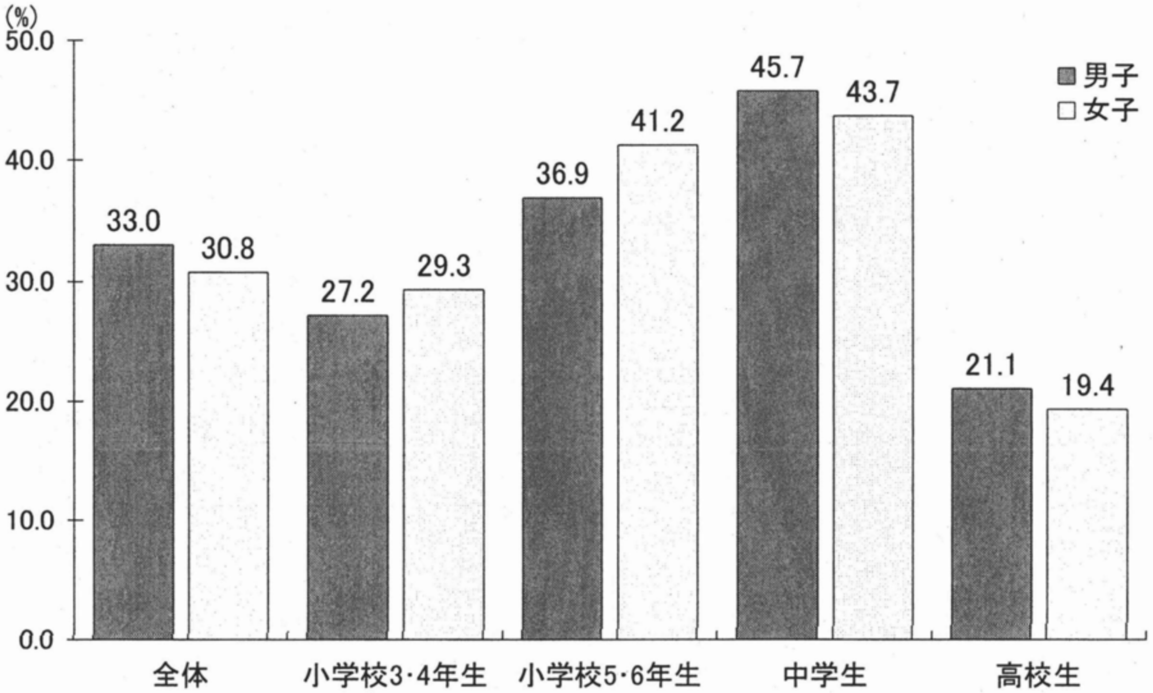


図 5-15-1　学習塾に通っている者の比率

15.2　学習塾へ 1 週間に通っている回数（表Ⅱ－85）

(学習塾に「通っている」と答えた者のみ回答)

学習塾へ一週間通っている回数を全体で見ると、男子は 2.14 回、女子は 2.05 回であり、やや男子の方が高かった。学年・男女別に見ると、男子は、高校生が最も高く 2.20 回、順に中学生、小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生となった。

女子では、中学生が最も高く 2.16 回、順に小学校 3・4 年生、小学校 5・6 年生、高校生であった。

一週間に通っている回数については、学年・男女別にみても 2 回程度であった。ちなみに最高値は高校生男子の 2.20 回であった。

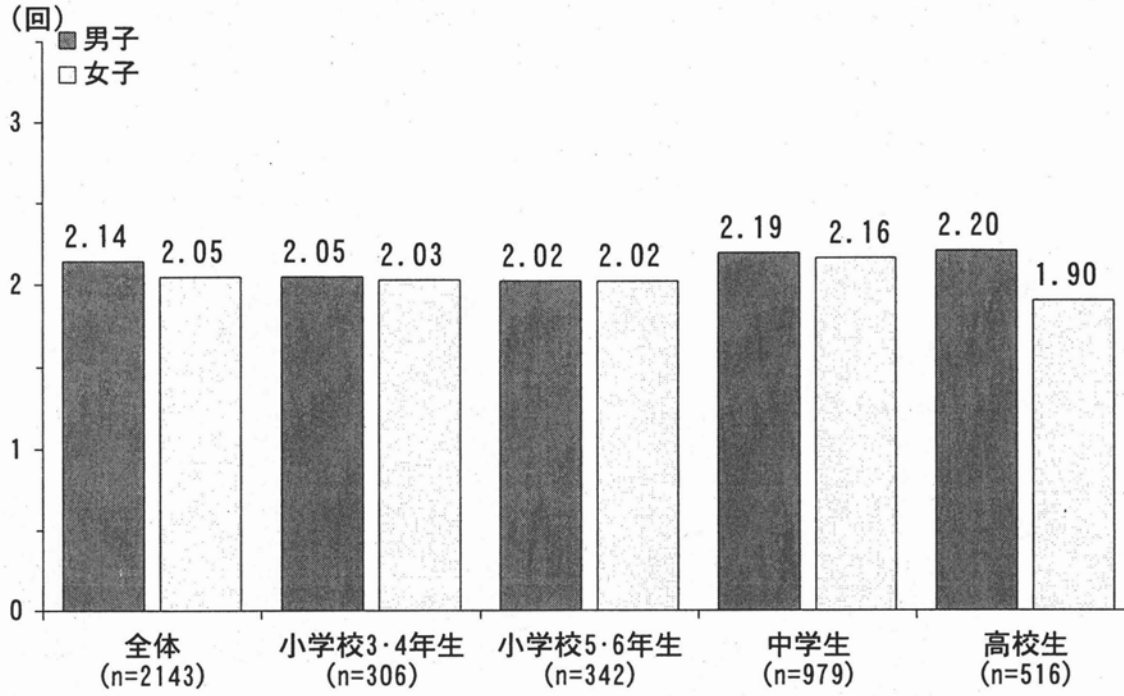


図 5-15-2　学習塾へ 1 週間に通っている回数の平均値
(学習塾に「通っている」と答えた者のみ)

15.3 学習塾へ１週間に通っている時間（表Ⅱ－86）

（「学習塾に通っている」と答えた者のみ回答）

学習塾に一週間に通っている時間を全体の平均値で見ると、男子は、4時間31分、女子は4時間18分であり、男子の方が13分長かった。学年・男女別に見ると、男女とも、高校生が最も長い時間塾に通っており、男子5時間44分、女子4時間56分であり、二番目に中学生の順であった。小学生では、男子が、小学校5・6年生、小学校3・4年生の順であり、女子は小学校3・4年生、小学校5・6年生であった。

学年・男女別に見ても、高校生男子が5時間44分を最高に長時間学習塾で過ごす時間が長かった。4時間以上通っているのは中学生と高校生の男女であった。

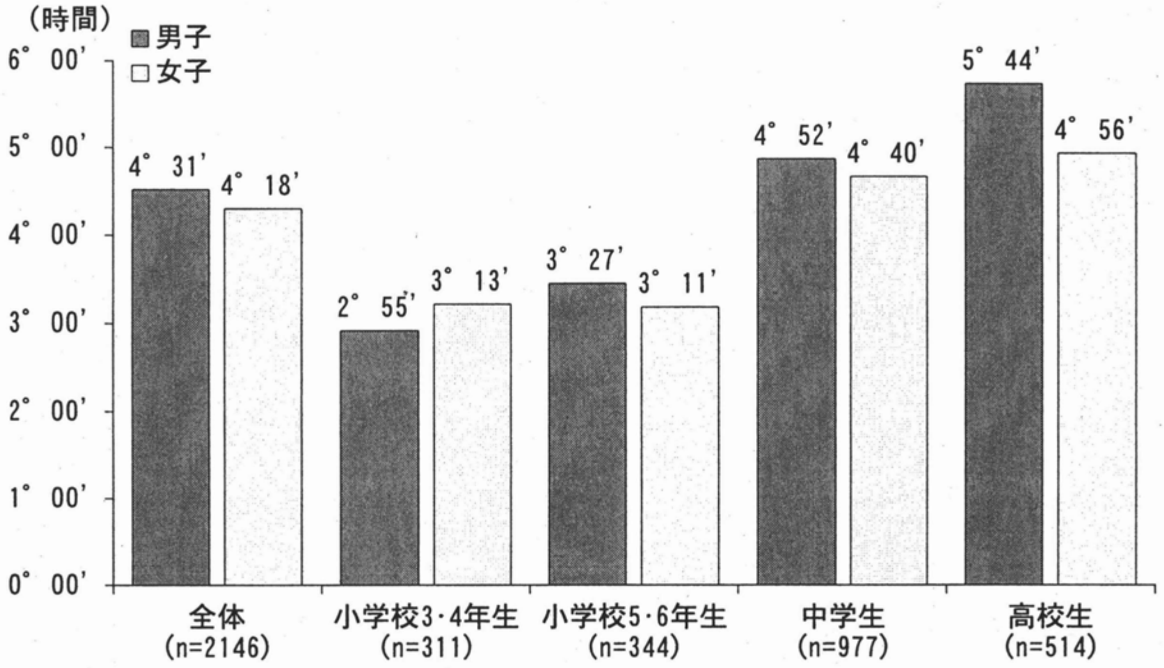


図 5-15-3　学習塾へ１週間に通っている時間の平均値
（学習塾に「通っている」と答えた者のみ）

16　おけいこごと（スポーツを除く）

16.1　おけいこごと（スポーツを除く）に通っているか（表Ⅱ－87，88）

おけいこごと（スポーツを除く）に通っているかどうかを全体の平均値で見ると、男子は 18.4%、女子は 38.6%であり約 2 倍の割合で高かった。

学年・男女別に見ると、男子では、小学校 3・4 年生が最も高く 41.6%、順に小学校 5・6 年生、中学生、高校生では 3.8%であり、学年が進行するにつれ低下傾向にあった。

女子では小学校 5・6 年生が最も高く 70.4%、順に小学校 3・4 年生、中学生となり、最も低い高校生では 20.4%であった。

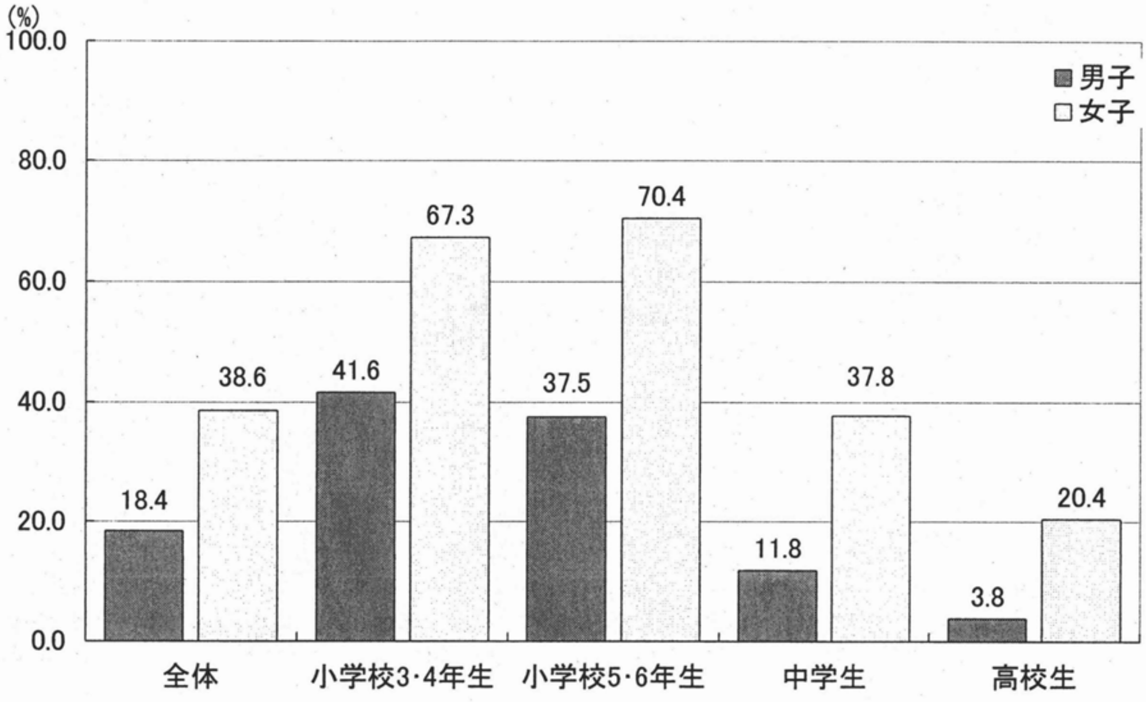


図 5-16-1　おけいこごと（スポーツを除く）に通っている者の比率

16.2 おけいこごと（スポーツを除く）へ１週間に通っている回数（表Ⅱ－89）

(「おけいこごとに通っている」と答えた者のみ回答)

おけいこごと（スポーツを除く）へ一週間に通っている回数について全体の平均値で見ると、男子は 1.60 回、女子は 1.56 回でありほぼ同様であった。

学年・男女別に見ると、男子は小学校 3・4 年生の 1.79 回が最も回数が多く、順に小学校 5・6 年生、高校生、中学生となった。女子では、小学校 3・4 年生が 1.87 回と最も回数が多く、二番目に小学校 5・6 年生が 1.84 回、三番目に中学生が 1.34 回、高校生が 1.24 回であり、学年が進行すると共に減少傾向にある。

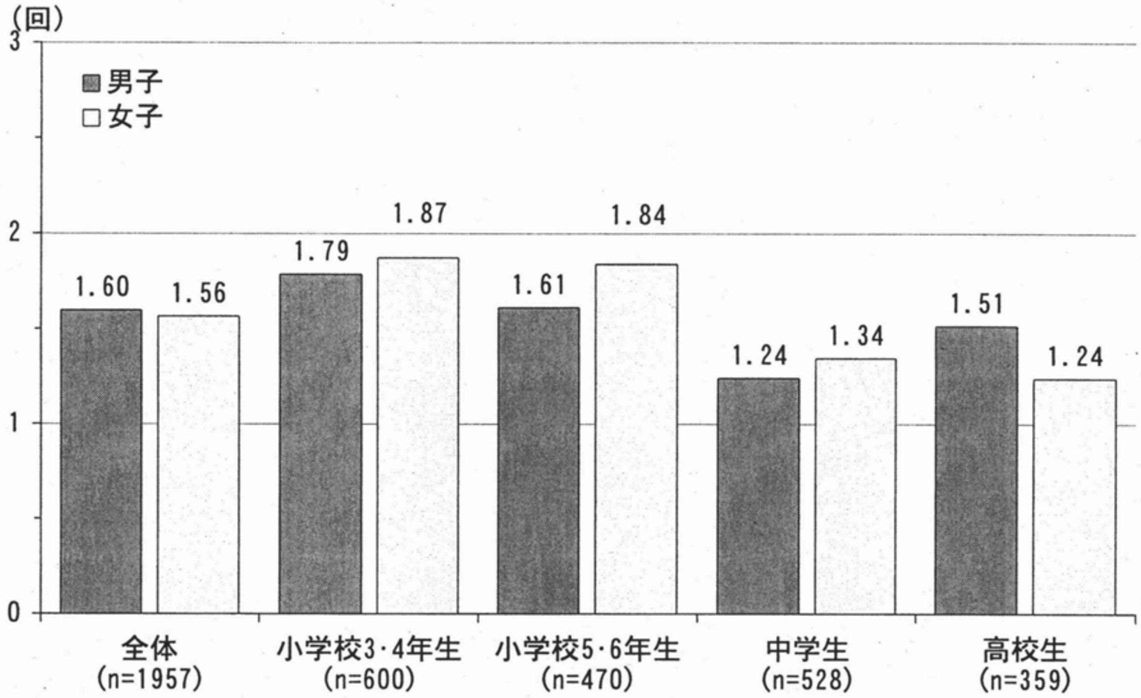


図 5-16-2　おけいこごと（スポーツを除く）へ１週間に通っている回数
（おけいこごとに「通っている」と答えた者のみ）

16.3 おけいこごと（スポーツを除く）へ１週間に通っている時間（表Ⅱ－90）

（「おけいこごとに通っている」と答えた者のみ回答）

おけいこごと（スポーツを除く）へ一週間に通っている時間を全体の平均値で見ると、男子は2時間20分、女子では2時間28分であり大きな差は見られなかった。

また、小学生では、女子の平均値が男子を上回ったが、中学生・高校生では男子の方がやや上回った。学年・男女別に見ると、男子は高校生の2時間48分が最も長く、順に中学生、小学校5・6年生、小学校3・4年生であり、学年が進むにしたがって時間が増加した。女子では、中学生の2時間40分が最も長く、次いで小学校5・6年生、小学校3・4年生、高校生の順となった。

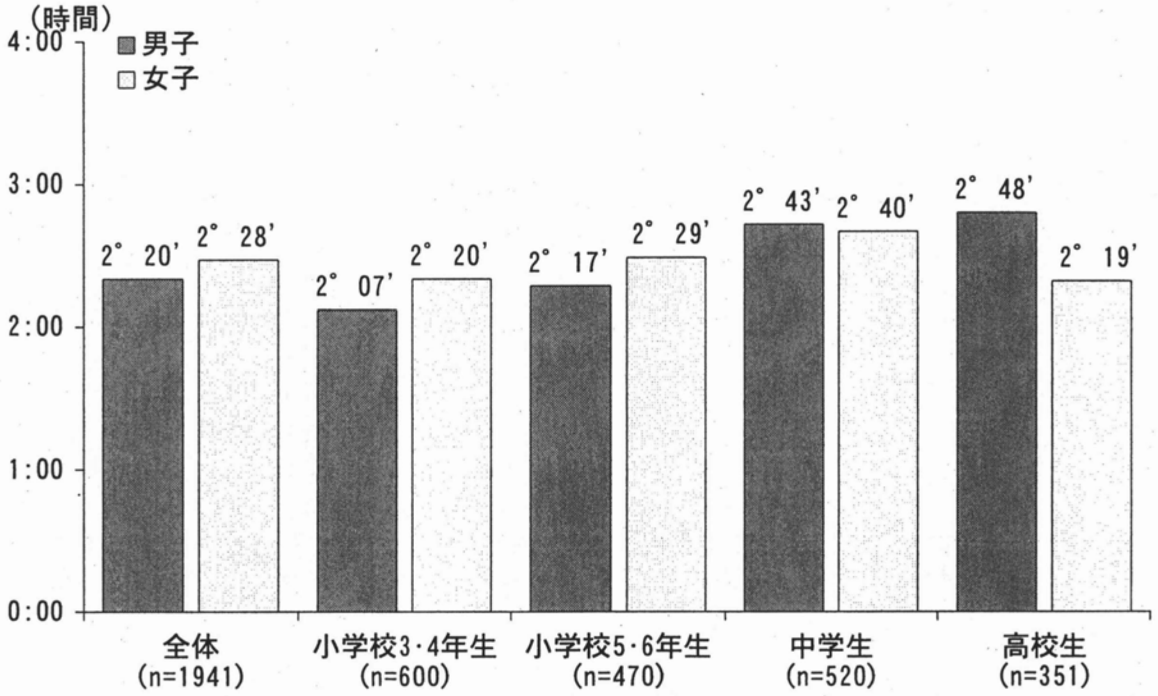


図 5-16-3　おけいこごとへ１週間に通っている時間

（おけいこごとに「通っている」と答えた者のみ）

17　起立性調節障害（OD）に関連する自覚症状（表Ⅱ－91～116）

平成 14 年度調査より、自覚症状に関する項目の内容が若干変更された。従来は OD（Orthostatic Dysregulation：起立性調節障害）に関連する自覚症状を中心に、日常的に児童生徒の訴える心身の訴えを取り上げてきた。そこで今回は、従来使用されてきた項目を最大限残しながら、平成 14 年に文部科学省により実施された「心の健康と生活習慣調査」の質問項目やうつ状態の評価項目などを若干加えた（Q23 および Q24）。また、メンタルヘルスに関連する評価指標をいくつか新たに構成した。

以下に起立性調節障害（OD）に関連する自覚症状について報告し、メンタルヘルスに関連する自覚症状については第 6 章で報告する。

従来使用されてきた自覚症状の項目のうち、12 項目が OD のスクリーニングに用いられる項目である（Q23 の 5～16）。症状の有無は「しばしば（一週間に一度程度）」、「ときどき（一か月に一度程度）」、「たまに（それ未満）」、「ない」の四段階で回答されているが、この報告では「しばしば」「ときどき」を一括して陽性として判定し、作図したものが図 5-17-1 から図 5-17-5 である。

症状別頻度を比較すると、「身体の『だるさ』や『疲れやすさ』を感じることがある」、「乗り物に酔いやすい」、「頭が痛くなることがある」などの一般症状の頻度が高い。OD に特異な症状のうちでは、「『立ちくらみ』や『めまい』を感じることがある。または、立ち上がるときにそっと立つことがある」が特に高く、男子 24.1%、女子 34.6%である。

OD 陽性率[注]を図 5-17-6 に示した。学年の進行に伴って男女ともに陽性率は上昇している。従来より OD は、思春期に特有の症候群であると考えられ、小学校高学年から中学生にかけて増加すると報告されてきたが、今回の調査によってもこの傾向が明らかであった。また、男女差についても従来の報告と同様に女子の陽性率が男子より高かった。

なお、図 5-17-6 の中に平成 6 年度と平成 12 年度の調査結果を加えた。小学校 3･4 年生、小学校 5・6 年生では、全般的に OD 陽性率の大きな年次変化は見られなかった。一方、中学生、高校生では、平成 6 年度調査から平成 12 年度調査にかけて見られた大幅な増加が、今回はあまり変わらず、横ばいの傾向にあることがわかった。

[注] OD の判定方式は、図 5-17-1 の諸症状のうち、
(1)1～6（大症状）の中で 3 つ以上訴えのあった場合
(2)1～6 の中で 2 つ、7～12（小症状）の中で 1 つ以上訴えのあった場合
(3)1～6 の中で 1 つ、7～12 の中で 3 つ以上訴えのあった場合
のいずれかに該当する場合を陽性とする（5 と 6 は両方当てはまっても 1 つとしてカウント）。ただし、起立試験時の脈拍、収縮期血圧、脈圧、心電図などの所見を小症状に加えて判定されることが望ましいので、本調査の結果のみから OD の有無を判断することに対しては慎重であるべきであろう。

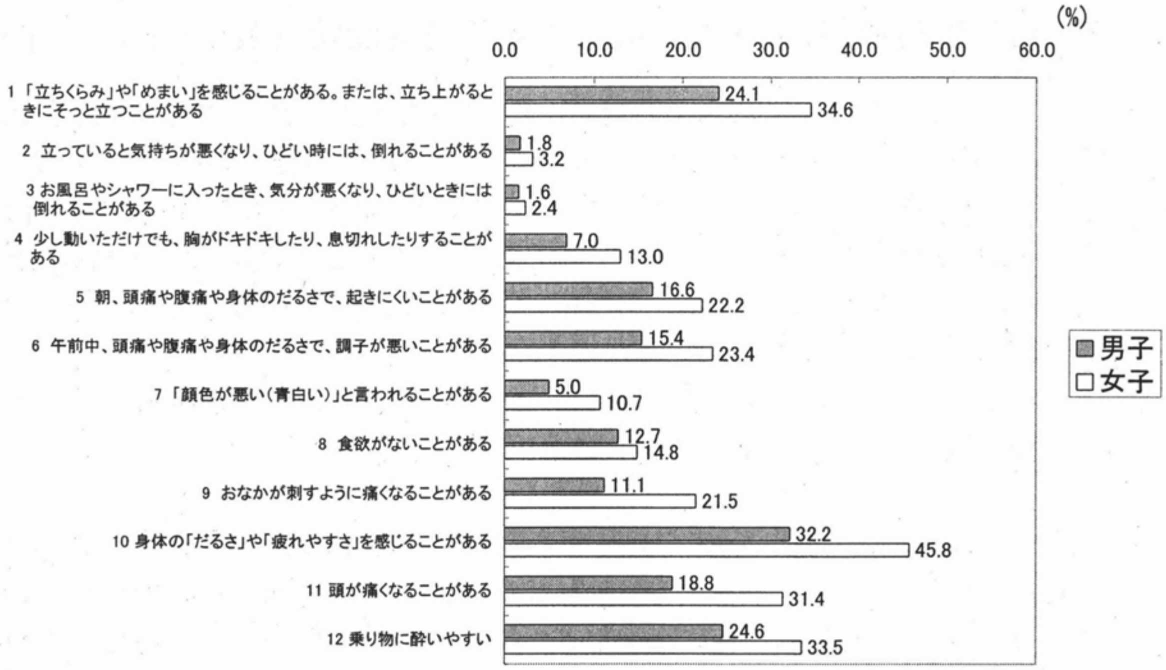


図 5-17-1　OD に関連する自覚症状の頻度（全体）

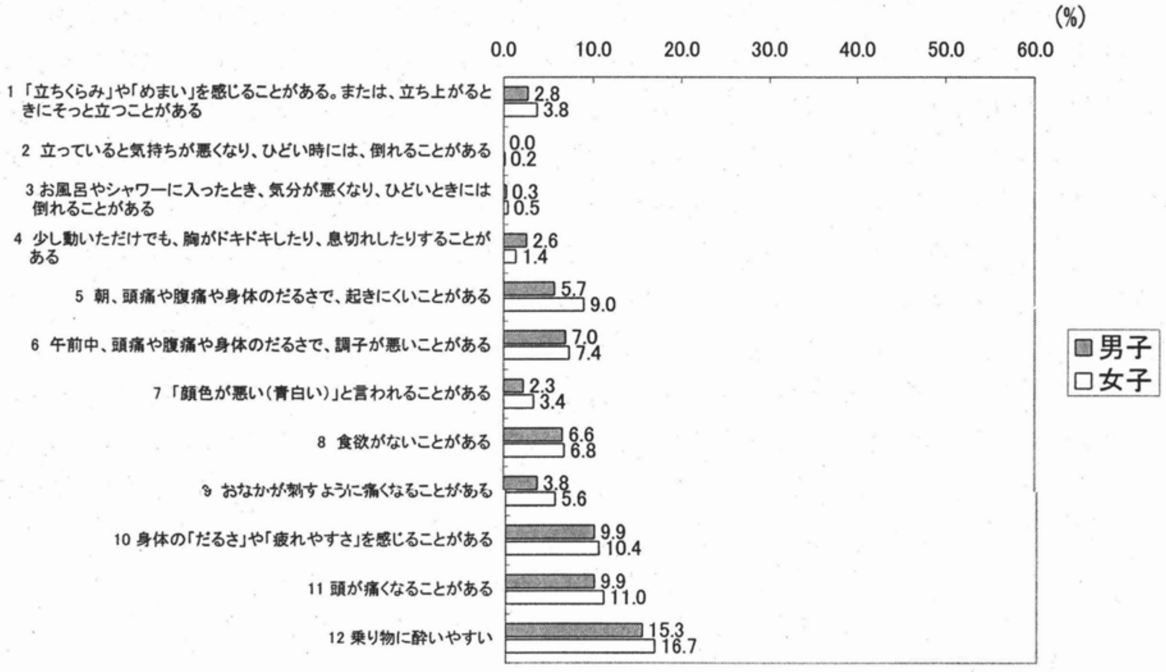


図 5-17-2　OD に関連する自覚症状の頻度（小学校 3・4 年生）

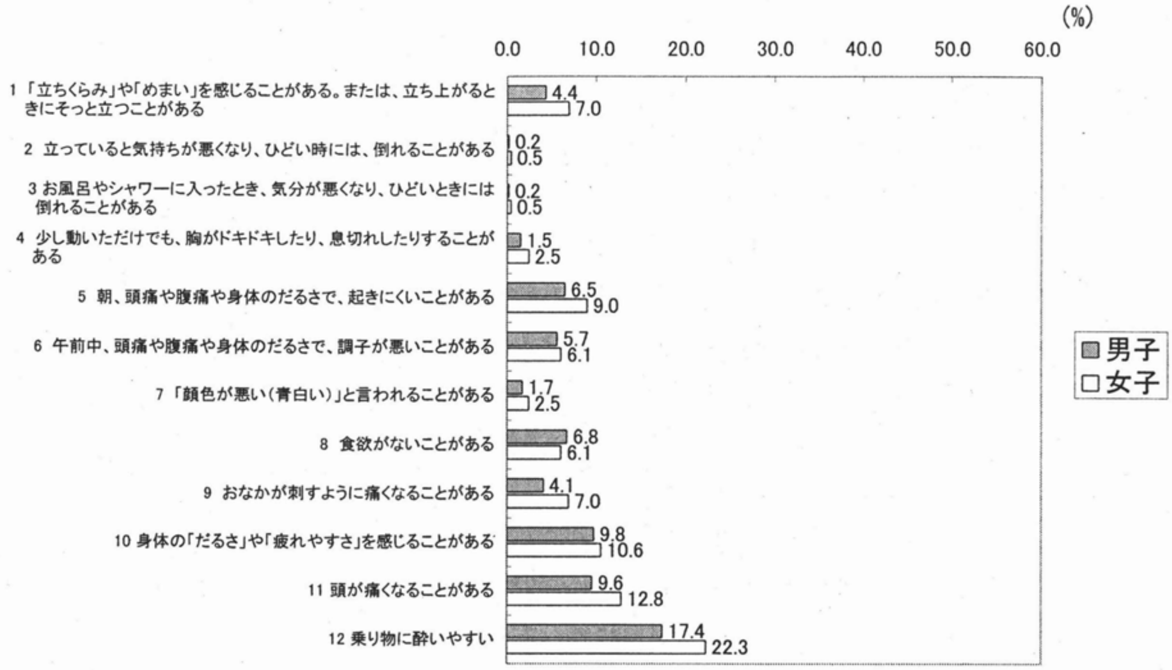


図 5-17-3　OD に関連する自覚症状の頻度（小学校 5・6 年生）

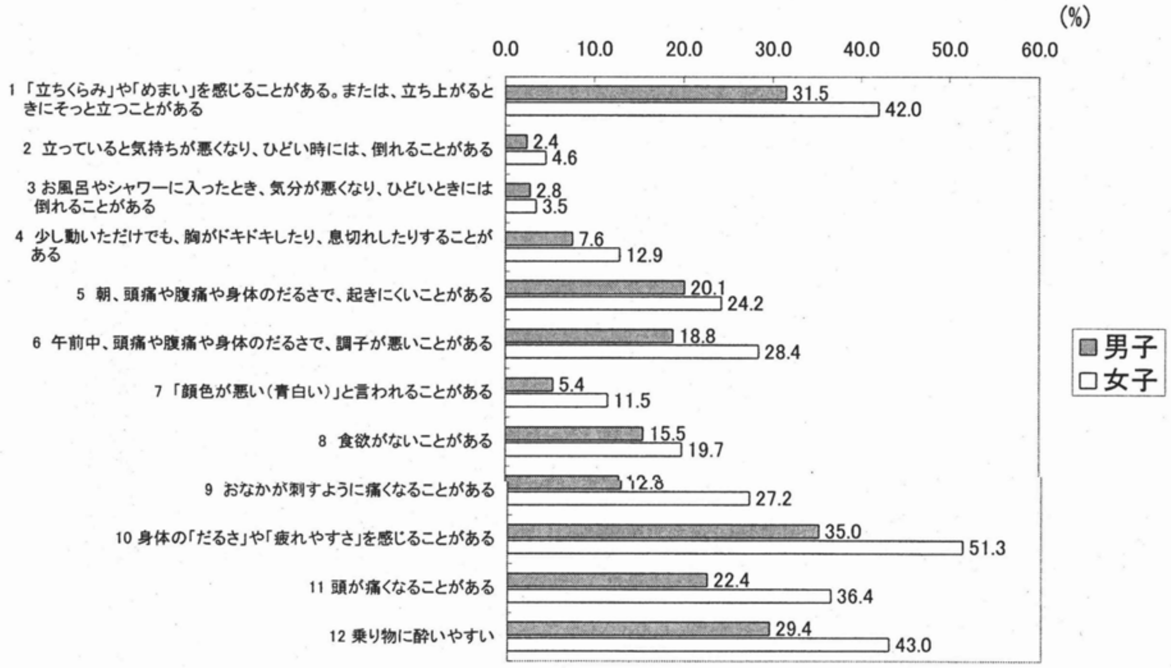


図 5-17-4　OD に関連する自覚症状の頻度（中学生）

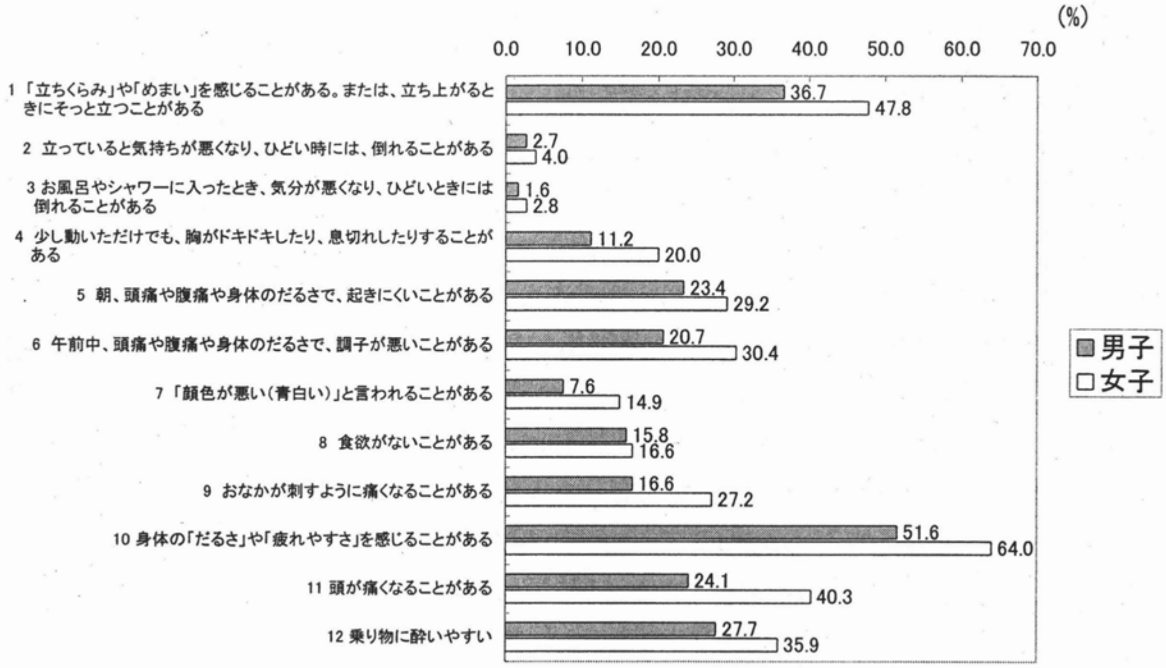


図 5-17-5　OD に関連する自覚症状の頻度（高校生）

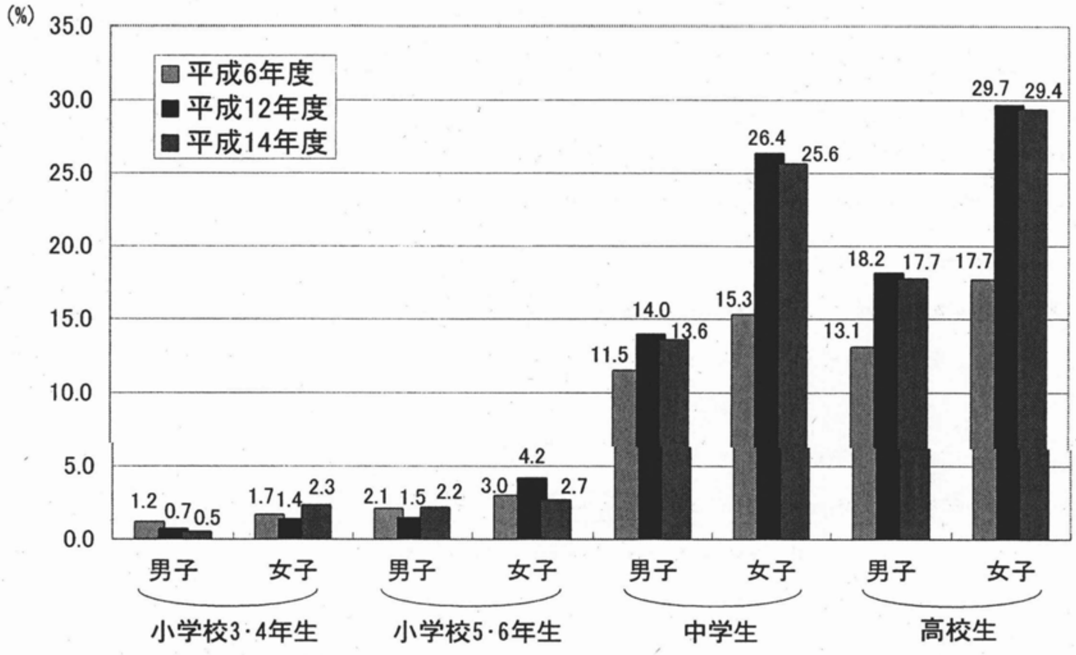


図 5-17-6　OD 陽性率

第6章　メンタルヘルスに関連する自覚症状の調査結果の概要

第 5 章で記したように、本年度より、メンタルヘルスに関連する自覚症状の項目がいくつか追加された（Q23 の 1～4 および Q24）。これらの項目と既存の項目を用いて、児童生徒のメンタルヘルスの状態の良し悪しを評価するための簡便な指標を 2 種類、新たに作成した。

1）　「心の健康を把握する４指標」

これらは「心の健康と生活習慣調査」（文部科学省：平成 14 年 3 月）によって、児童生徒の心の健康状態を体系的に把握するために設定された指標である。①自己効力感（現在の環境下における自己への信頼感。ストレスへの抵抗力、対応の原動力となる資質）、②不安傾向（いいようのない焦燥や無気力、理由なき自己嫌悪等、精神的なストレス等がもたらす心理的症状）、③行動（喧嘩や破壊、無為や欠席の種々の問題を引き起こす、ストレスと関連して引き起こされる問題行動）、④身体的訴え（精神的ストレスから生じる、頭痛、腹痛、下痢、吐き気、倦怠感等の身体的症状）の 4 領域から構成され、上記委員会の調査報告書ではそれぞれ4から14個の質問項目がリストアップされている。本調査では、この中からそれぞれ代表的な 2 項目を取り上げ（Q24 の 1～6）、4 領域の尺度得点を求めた。

2）　「気分の調節不全傾向」

今回、児童生徒の気分や感情のトラブルを簡便にとらえるために新たに作成された指標である。従来のサーベイランスの項目に最小限の追加項目を加えて、判断基準を構成できるようにした。新たに追加されたのは、メンタルヘルスに関する４つの項目（Q23 の 1～4）である。上記の 4 項目のほかに Q23「日ごろ感じる症状」、Q24「日ごろ思うこと」の中のいくつかの項目を利用して，気分・感情面に関するメンタルヘルスの良し悪しの評価ができるような基準を作成した。この指標を「気分の調節不全傾向」と呼ぶこととし、米国精神医学協会による判定方法などを参考にして、日本人児童生徒の現状に合わせ，本委員会で独自に評価基準を構成した（図 6-1）。

・*気分の変化についての3項目*
日ごろ感じる症状1：
「気分の落ち込みのせいで、
何もする気にならないことがある」
日ごろ思うこと5：
「急におこったり、泣いたり、
うれしくなったりする」
日ごろ思うこと6：
「ちょっとしたことでかっとなる」

・*気分と関連する身体の症状についての5項目*
日ごろ感じる症状2：
「よく眠れないことがある」
日ごろ感じる症状3：
「落ち着かなくて、
じっとしていられないことがある」
日ごろ感じる症状4：
「集中したり、すばやく考えたりすることができないことがある」
日ごろ感じる症状12：
「食欲がないことがある」
日ごろ感じる症状14：
「身体の『だるさ』や『疲れやすさ』を感じることがある」

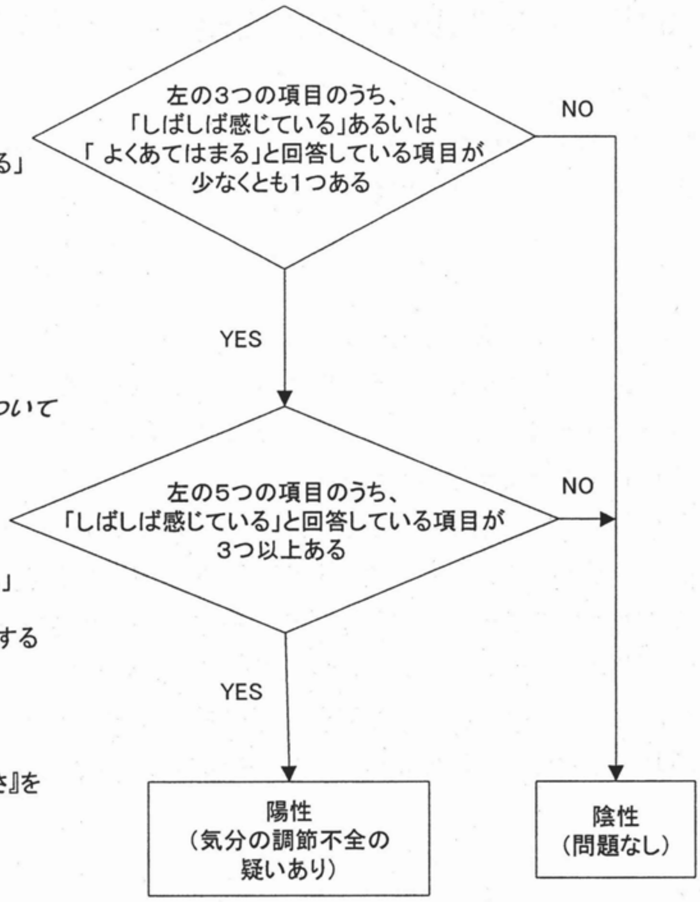


図 6-1　気分の調節不全傾向の評価方法

1　「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状（表Ⅱ－117～132）

「心の健康を把握する 4 指標」のうち、「④身体的訴え」については、すでに第５章の「起立性調節障害に関連する自覚症状」で取り上げた Q23 の項目と重複するものが多いため、この内の「13. おなかが刺すように痛くなることがある」と「15. 頭が痛くなることがある」の 2 項目で代行した。

症状の有無は「よくあてはまる」、「ときどきあてはまる」、「あてはまらない」の三段階で回答されているが、この報告では「よくあてはまる」「ときどきあてはまる」を一括してパーセントで表わし、作図した（図 6-1-1 から図 6-1-5）。なお、上記の理由で、「④身体的訴え」については、すでに第 5 章で図 5-17-1 から図 5-17-5 の中に示されている。

各項目ごとに見ていくと、「①自己効力感」に該当する「将来やってみたいことがある」と「『やればできる』と思う」の 2 項目については、全般的に「よくあてはまる」「ときどきあてはまる」と回答するものが多く、男女とも全体のおよそ 7～8 割を占めている。学年による大きな差はないが、わずかながら男子より女子の方が多い傾向が見られる。

「②不安傾向」に該当する「何をやってもうまくいかない気がする」と「みんなとなかよくできないと感じる」の 2 項目については、「よくあてはまる」「ときどきあてはまる」と回答するものが、それぞれ全体の 5～6 割、3～4 割を占めているが、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向がある。また、全般的に男子より女子の方が高い傾向がある。

「③行動」に該当する「急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする」と「ちょっとしたことでかっとなる」の 2 項目については、「よくあてはまる」「ときどきあてはまる」と回答するものが、全体の 4～6 割を占めているが、小学生、中学生、高校生と徐々に高くなっていく傾向がある。また、小学校 3・4 年生を除いて、男子より女子の方が高い傾向がある。

「④身体的訴え」に該当する「おなかが刺すように痛くなることがある」と「頭が痛くなることがある」の 2 項目については、第 5 章の図 5-17-1 から図 5-17-5 にすでに示したように、「しばしば」「ときどき」と回答するものは、それぞれ全体の 1～2 割、2～3 割程度にとどまっているが、小学生に比べて、中学生・高校生で急激に高くなる傾向がある。また、全般的に男子より女子の方が高い傾向がある。

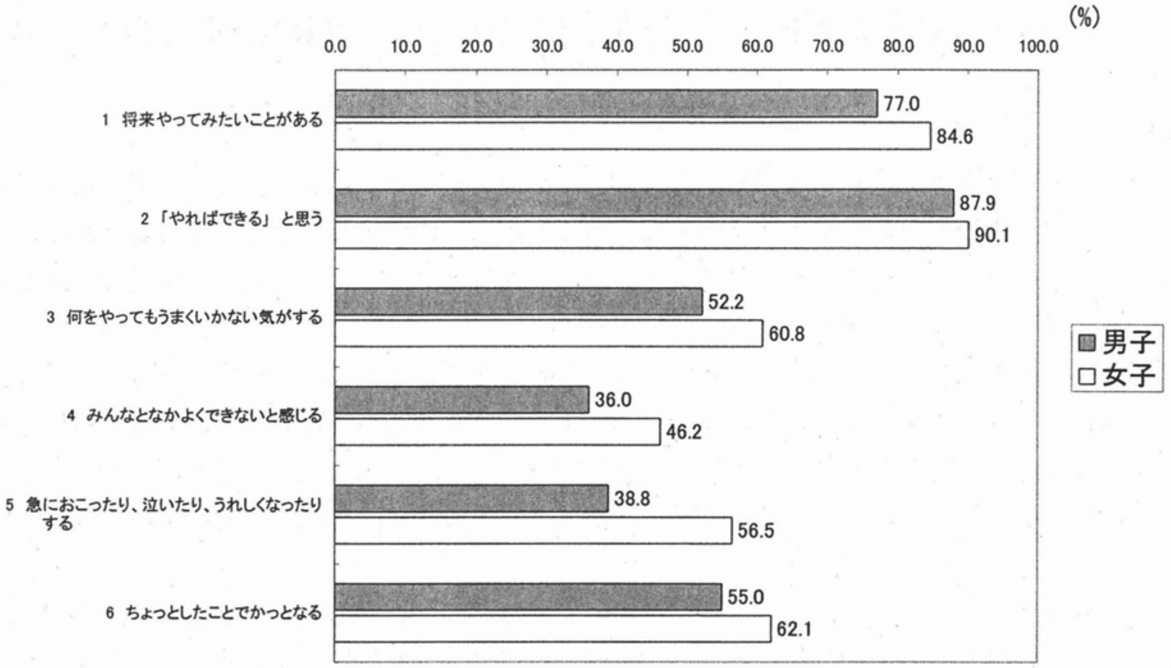


図 6-1-1　「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度
（全体）

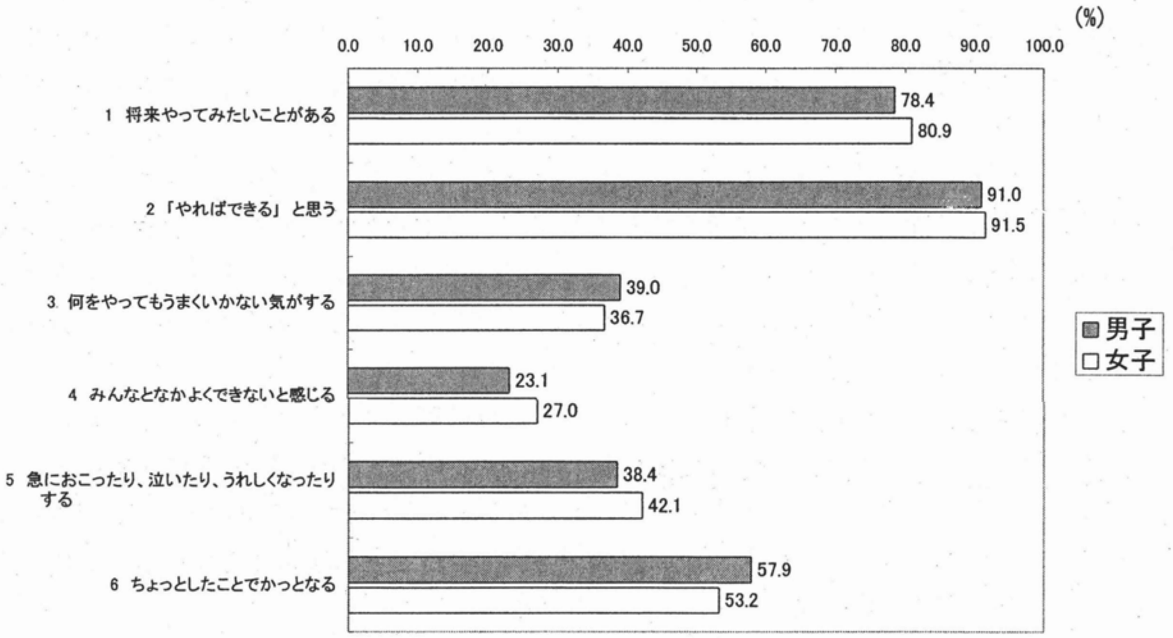


図 6-1-2　「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度
(小学校3・4年生)

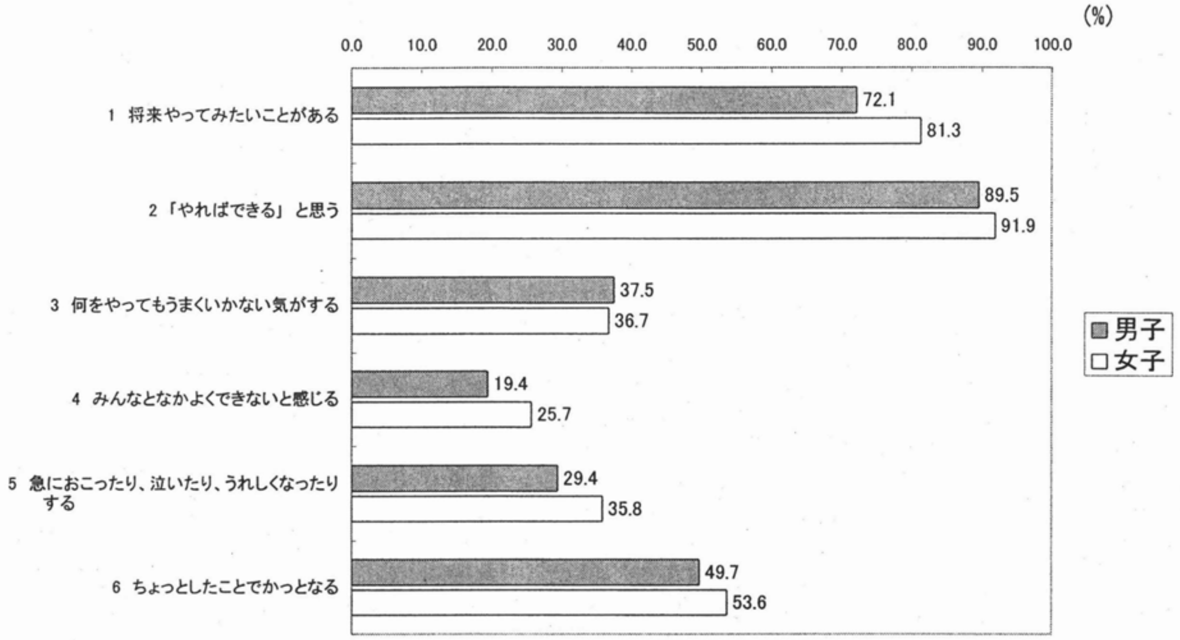


図 6-1-3 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度（小学校5・6年生）

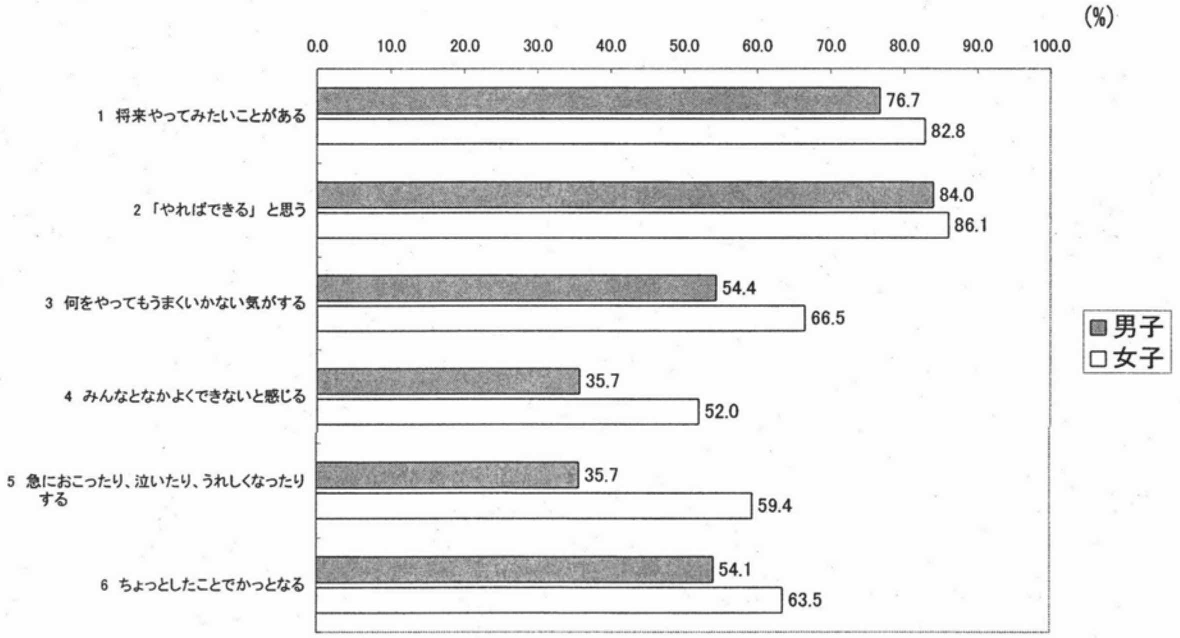


図 6-1-4 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度（中学生）

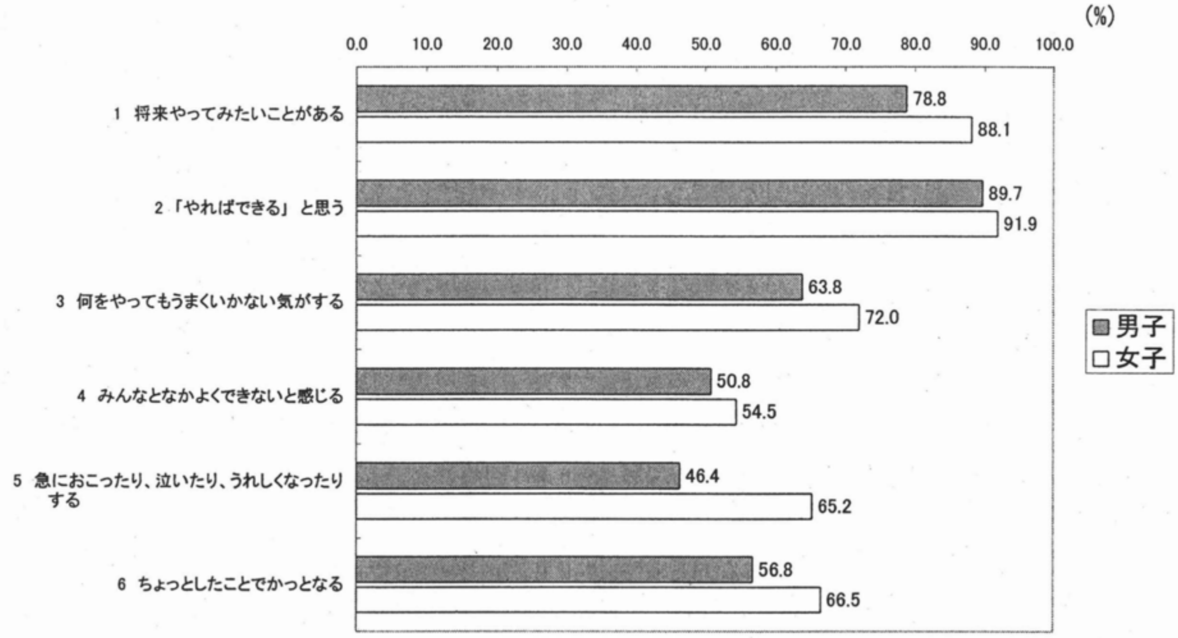


図 6-1-5 「心の健康を把握する 4 指標」に関連する自覚症状の頻度（高校生）

「心の健康を把握する 4 指標」の一つ一つに対応する尺度として、それぞれ 2 項目ごとに加算した得点値を求めた（図 6-1-6 から図 6-1-9）。「よくあてはまる」を 2 点、「ときどきあてはまる」を 1 点、「あてはまらない」を 0 点として加算した。なお、4 指標のうち、「④身体的訴え」については、「しばしば（一週間に一度程度）」を 2 点、「ときどき（一か月に一度程度）」を 1 点、「たまに（それ未満）」と「ない」を 0 点として加算した。したがって、いずれの尺度得点も最低 0 点、最高 4 点となる。

各尺度得点ごとに見ていくと、「①自己効力感」の尺度得点平均値は、小学生から中学生にかけて減少し、高校生でもとへもどる傾向が見られ、全般的に男子より女子の方が多い傾向が見られる。

「②不安傾向」の尺度得点平均値は、小学生に比べて、中学生・高校生で急激に高くなる傾向がある。また、小学生を除いて男子より女子の方が高い傾向がある。

「③行動」の尺度得点平均値は、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向がある。また、小学生を除いて男子より女子の方が高い傾向がある。

「④身体的訴え」の尺度得点平均値は、小学生に比べて、中学生・高校生で高くなる傾向がある。また、男子より女子の方が高い傾向がある。

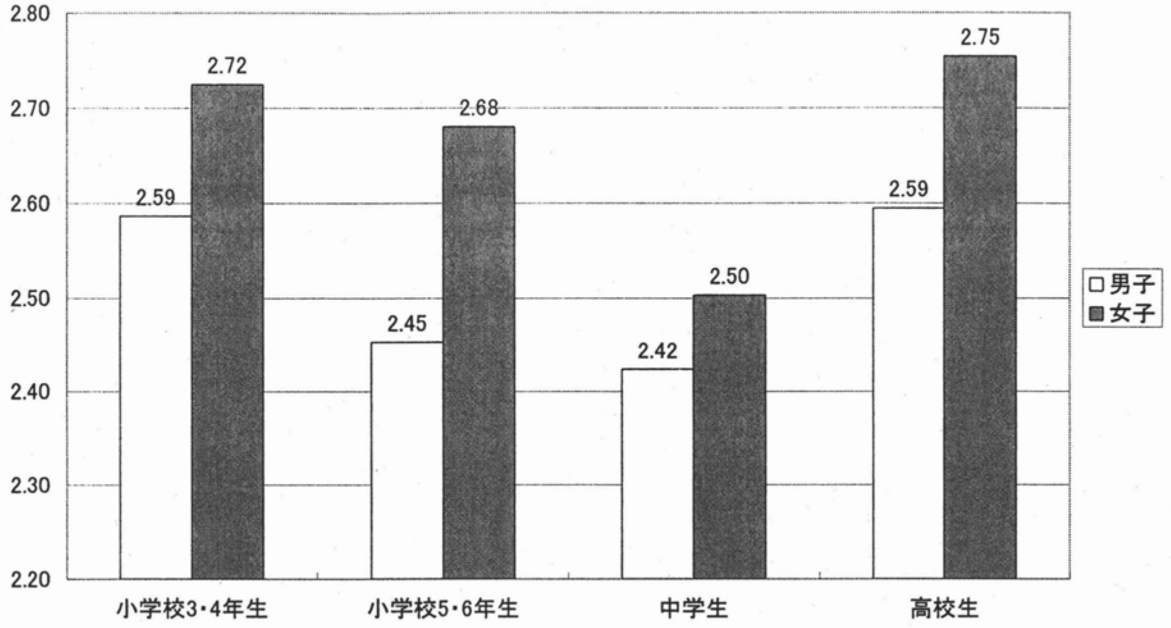


図 6-1-6　「自己効力感」の得点の平均値

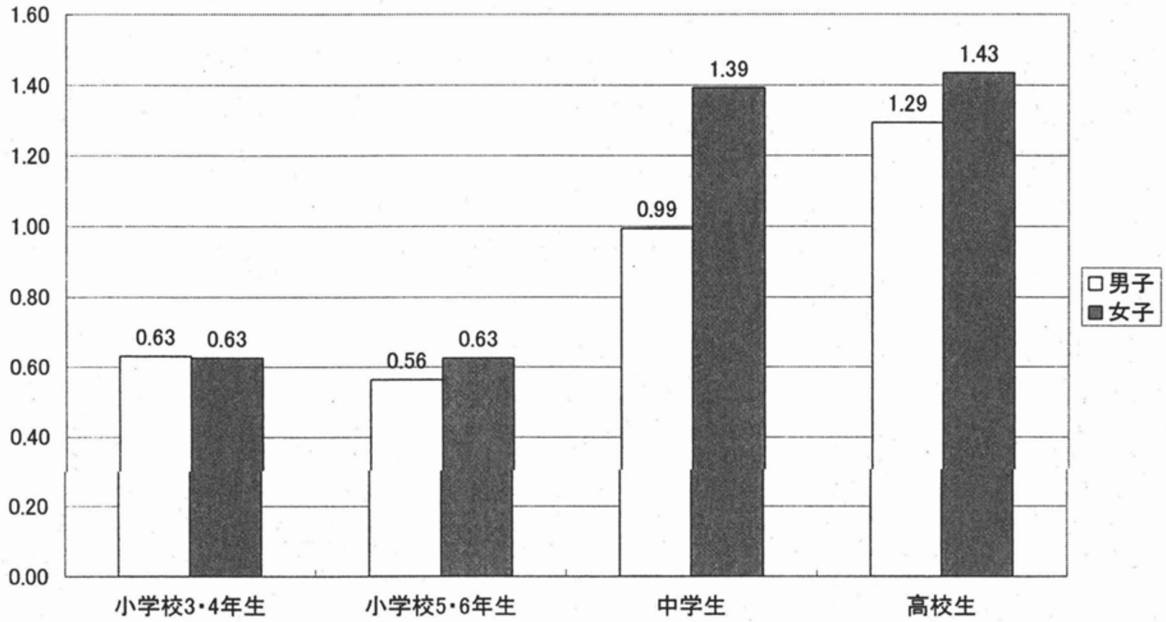


図 6-1-7　「不安傾向」の得点の平均値

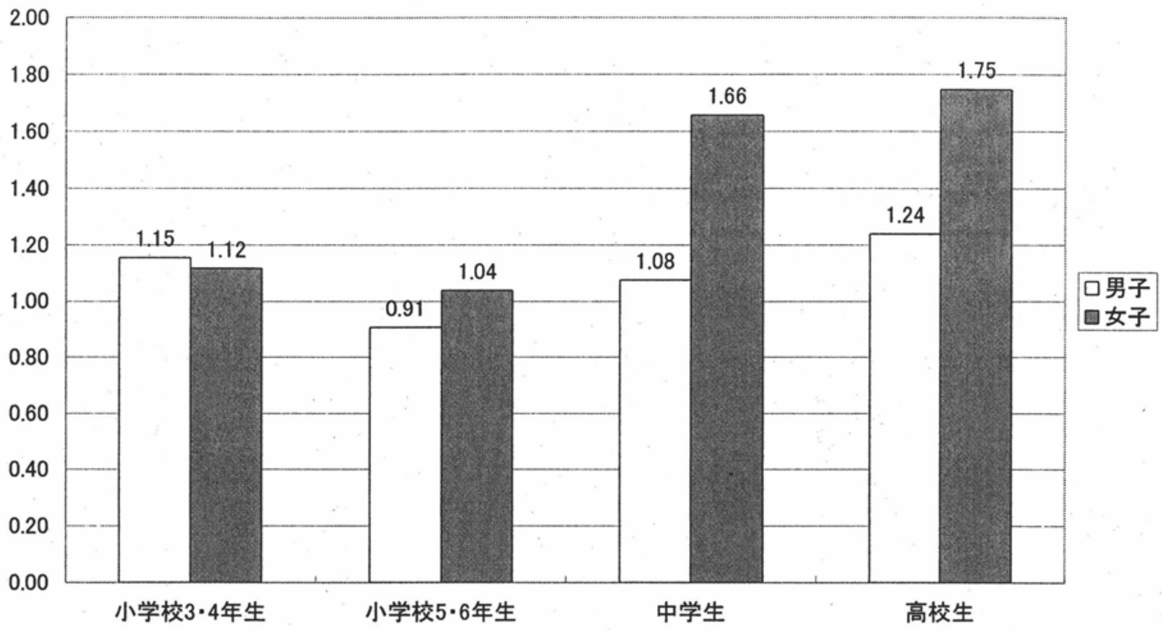


図 6-1-8　「行動」の得点の平均値

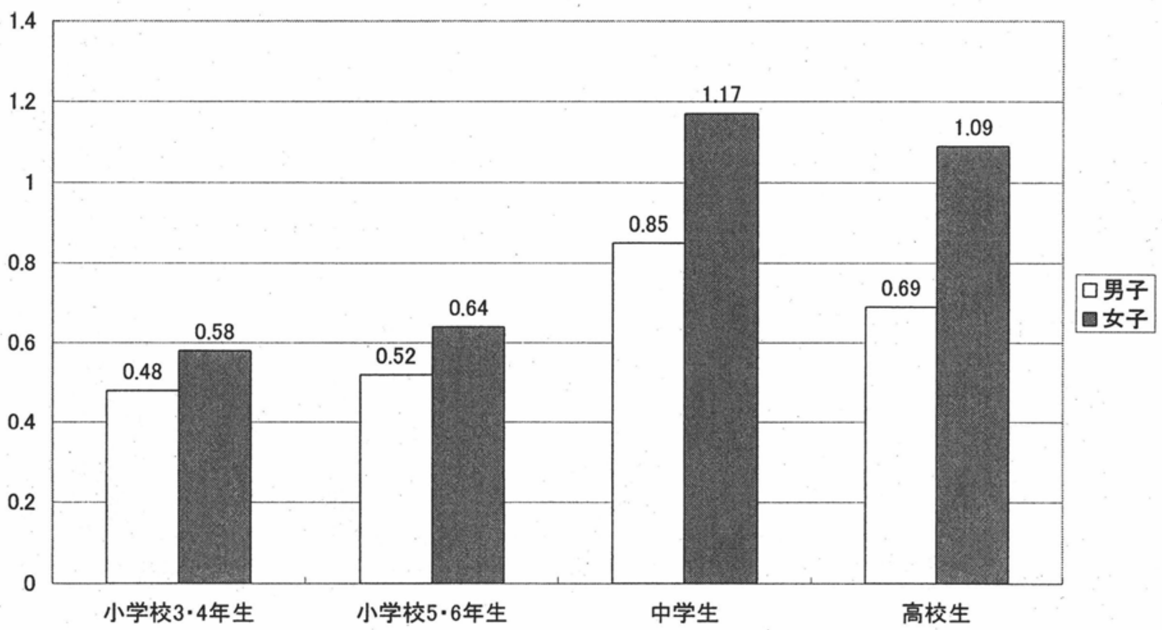


図 6-1-9　「身体的訴え」の得点の平均値

2　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状（表Ⅱ－133～150）

本章のはじめに記したように、気分・感情面に関して、今回調査より新たに追加された項目は４つである(Q23 の 1～4)。これらの症状の有無は「しばしば(一週間に一度程度)」、「ときどき（一か月に一度程度）」、「たまに（それ未満）」、「ない」の四段階で回答されているが、この報告では「しばしば」「ときどき」を一括して陽性として判定し、作図したものが図 6-2-1 から図 6-2-5 である。

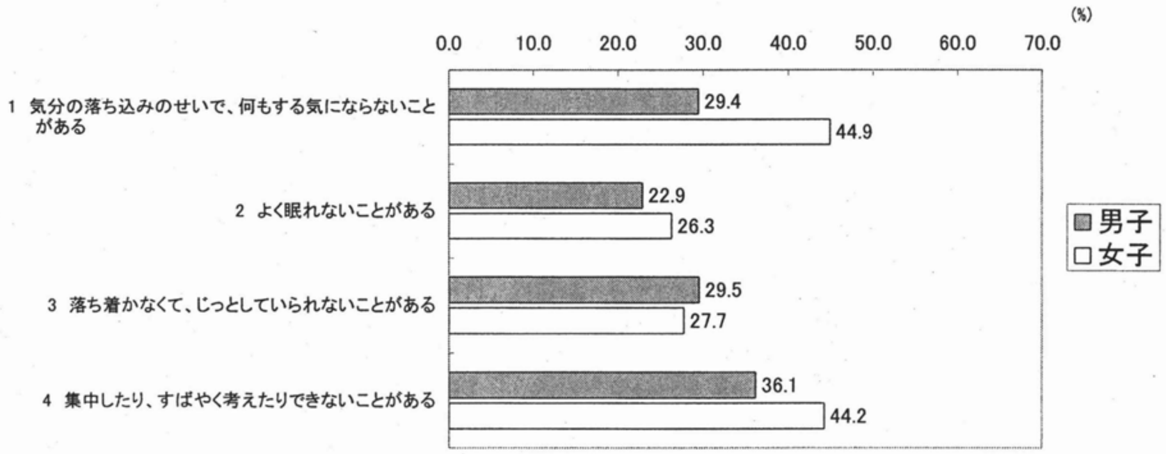


図 6-2-1　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（全体）

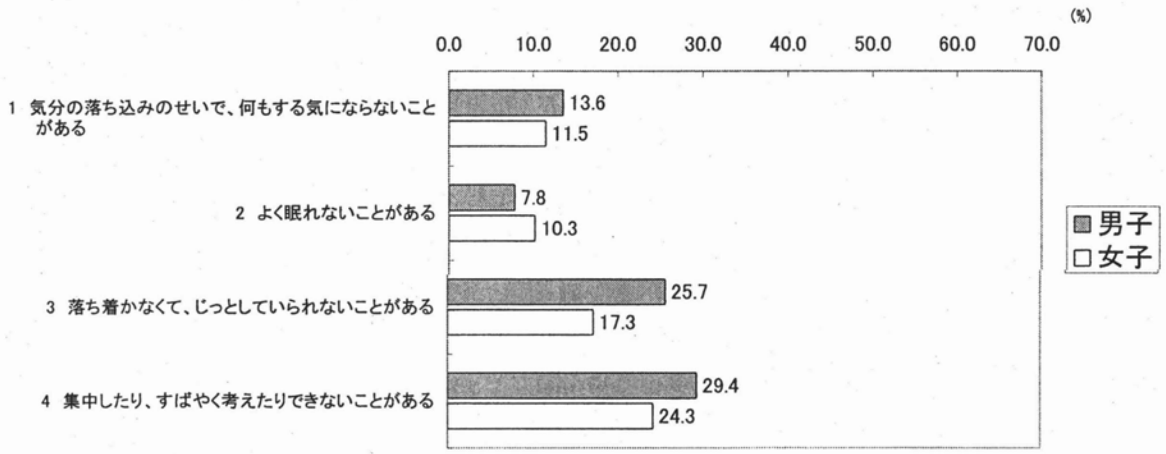


図 6-2-2　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（小学校３・４年生）

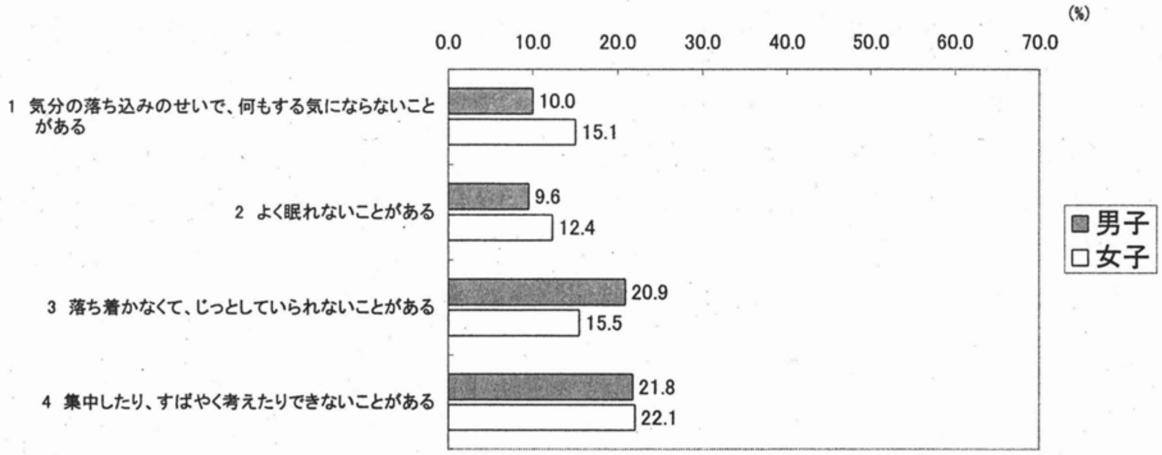


図 6-2-3 気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（小学校 5・6 年生）

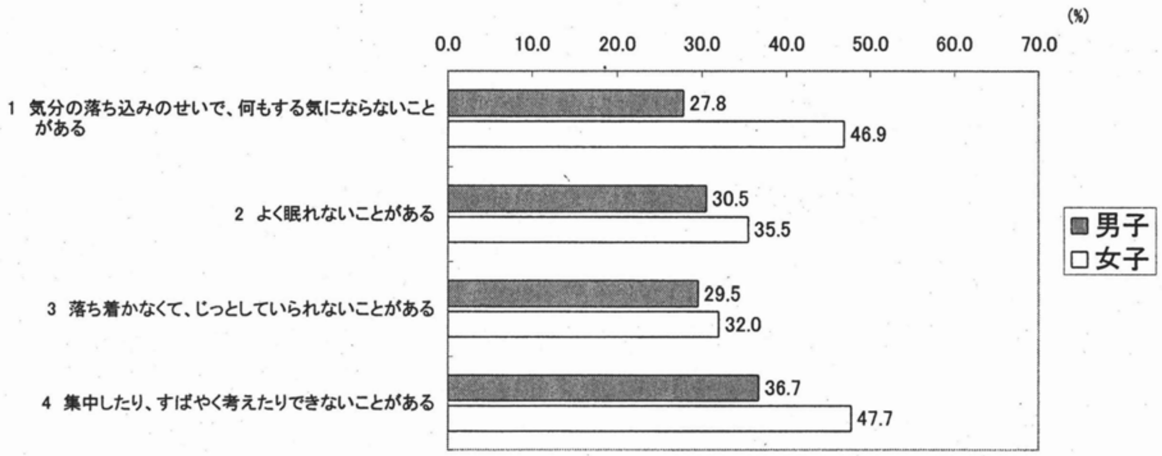


図 6-2-4 気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（中学生）

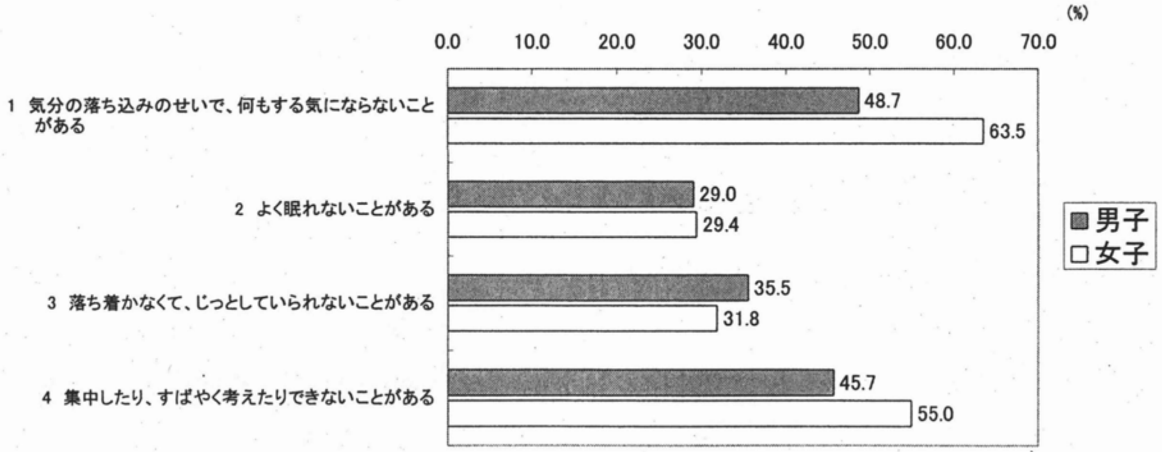


図 6-2-5 気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（高校生）

症状別頻度を比較すると、「気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある」と回答したものは全体で男子 29.4%、女子 44.9%と頻度が高く、また、「集中したり、すばやく考えたりすることができないことがある」と回答したものも全体で男子 36.1%、女子 44.2%と頻度が高い。また、「よく眠れないことがある」と回答したものは全体で男子 22.9%、女子 26.3%、「落ち着かなくて、じっとしていられないことがある」と回答したものも全体で男子 29.5%、女子 27.7%と、全般的に頻度の高い傾向が見られる。また、「落ち着かなくて、じっとしていられないことがある」の頻度は男子がやや高いが、そのほかの頻度は女子の方が高い傾向がある。

いずれの症状も小学生、中学生、高校生と高くなっていく傾向があり、特に高校生では「気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある」と回答したものが男子 48.7%、女子 63.5%、また、「集中したり、すばやく考えたりすることができないことがある」と回答したものも男子 45.7%、女子 55.0%と、ほぼ半数を占めている。

既述のように、上記の新規追加項目 4 項目と、Q23「日ごろ感じる症状」、Q24「日ごろ思うこと」に含まれている 4 項目を利用して、「気分の調節不全傾向」の陽性・陰性を評価した（図 6-2-6）。

この結果、小学生で 1～2%、中学生で 5～9%、高校生で 8～9%が、気分の調節不全の疑いのあることが示唆された。小学生では低く、中学生・高校生で高くなる傾向があり、男子より女子の方が高い傾向がある（図 6-2-6）。

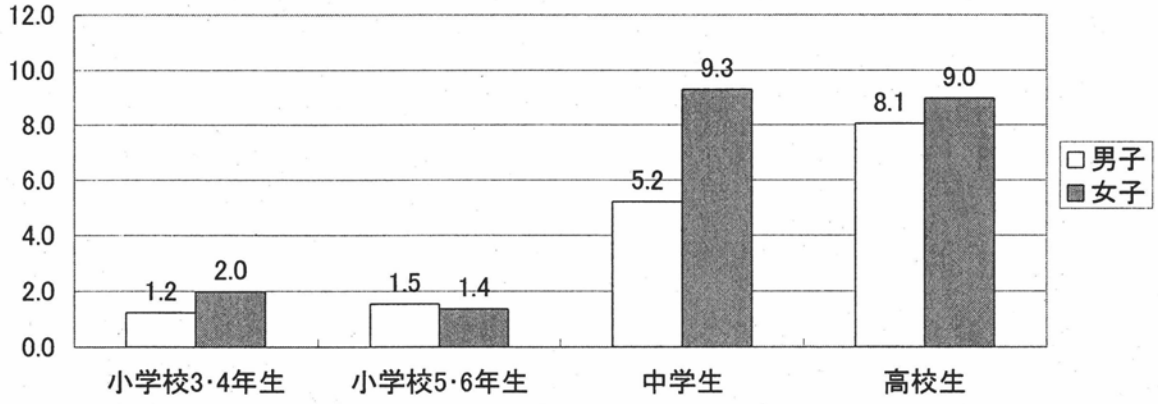


図 6-2-6　気分の調節不全傾向の陽性率

＜第 6 章参考文献＞
米国精神医学会編「精神障害の診断と統計マニュアル」(第 IV 版）

第７章　アレルギー様症状に関する調査結果の概要

「アレルギー様症状に関する調査」は、別添のアンケート調査用紙を学校において配布し、保護者に回答を依頼して行ったものである。アレルギー様症状の診断は専門医にとっても慎重を要するものであり、保護者の回答の集計が正確な実態を示すと言い切れないのはアンケート調査の限界であって、この点はこれまでの調査と同様である。ただし平成6年度、8年度、10年度、12年度に報告してきた本調査の結果（以降、過去の調査結果と記述）と比較できるように、従来の調査項目を学校保健用に充実させながらも踏襲しており、質問も分かりやすい表現を用いるように心がけた。

1　これまでに医師からアレルギーと言われたことの有無とその内容

1.1　これまでに医師からアレルギーと言われたことの有無（表Ⅲ－1，2）

「現在（1 年以内）アレルギーと言われている」または「以前（1 年以上前）にアレルギーと言われたことがある」と答えた者を合わせた比率は約 48%であった。

このうち、「現在（1 年以内）アレルギーと言われている」と答えた者の比率は男子 17.4%、女子 17.5%である。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 27.0%、女子 20.5%、小学校 5・6 年生は男子 21.0%、女子 16.4%、中学生は男子 14.5%、女子 14.1%、高校生は男子 13.6%、女子 19.2%であった。男子は学年が進むにつれて減少する傾向にあったが、女子ではこの傾向は顕著にはみられなかった。

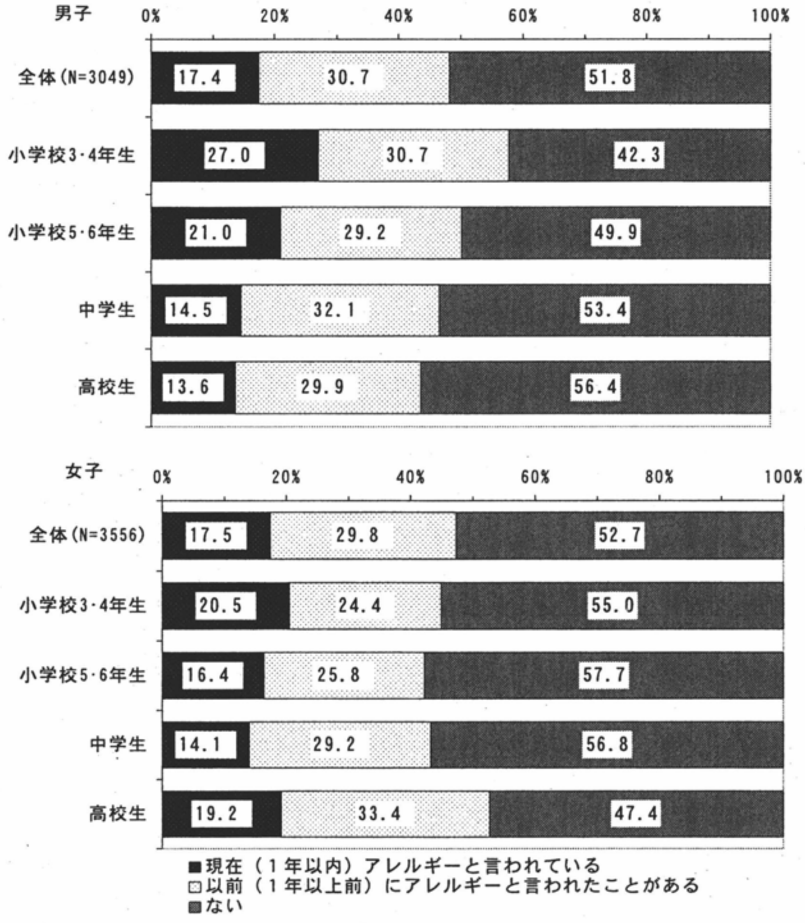


図 7-1-1　医師からアレルギーと言われたことの有無

「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者の比率は男子 30.7%、女子 29.8%であった。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 30.7%、女子 24.4%、小学校 5・6 年生は男子 29.2%、女子 25.8%、中学生は男子 32.1%、女子 29.2%、高校生は男子 29.9%、女子 33.4%であった。過去に遡って質問したため、男女とも「現在アレルギーと言われている」と答えた者に比べて比率は高くなっている。

1.2 医師から言われたアレルギーの症状（表Ⅲ－３,４）

（「現在アレルギーと言われている」および「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者の回答）

「現在アレルギーと言われている」および「以前にアレルギーと言われたことがある」者にその症状名を尋ねた結果を示す（男子 1,469 名、女子 1,683 名）。症状名は複数回答であり、比率はそれぞれの学年群の回答者に対するものである。

「アレルギー性鼻炎」と回答した者の比率は男子 63.7%、女子 56.7%であった。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 63.5%、女子 58.9%、小学校 5・6 年生は男子 59.1%、女子 51.7%、中学生は男子 63.7%、女子 53.6%、高校生は男子 66.3%、女子 59.0%であった。女子は男子より比率は低かった。

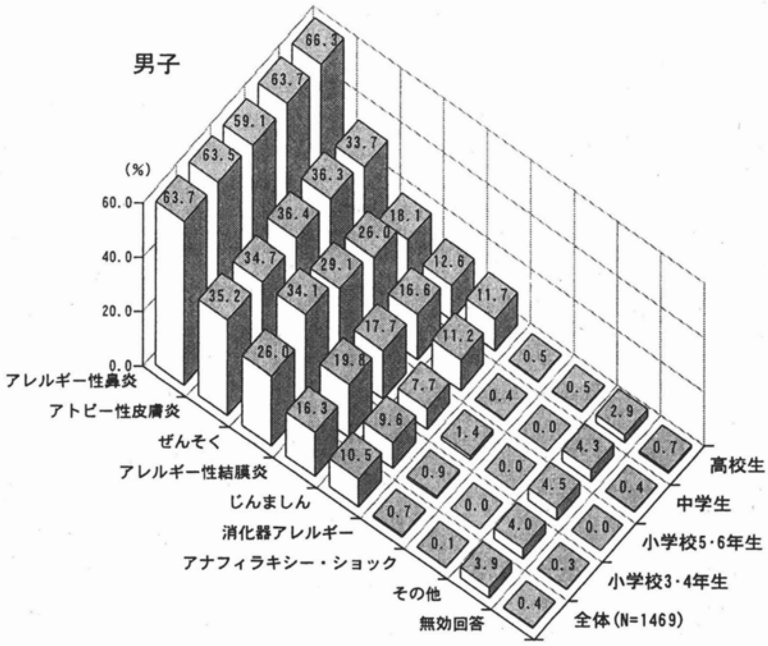
「アトピー性皮膚炎」と回答した者の比率は男子 35.2%、女子 41.4%であった。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 34.7%、女子 35.3%、小学校 5・6 年生は男子 36.4%、女子 47.8%、中学生は男子 36.3%、女子 44.1%、高校生は男子 33.7%、女子 40.1%であった。全ての学年において、女子が男子よりも比率が高く、この傾向は過去の調査結果と同じであった。

「アレルギー性結膜炎」と回答した者の比率は男子 16.3％、女子 18.8％であった。男女別、学年別にみると、約 12%から 20%で、性別による違いはないが、男子では、学年が進むにつれて、比率が下がることが確認できた。

「ぜんそく」と回答した者の比率は男子 26.0%、女子 17.9%であった。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 34.1%、女子 19.9%、小学校 5・6 年生は男子 29.1%、女子 21.1%、中学生は男子 26.0%、女子 19.6%、高校生は男子 18.1%、女子 15.5%であった。いずれの学年も男子は女子より高率であった。学年が進むにつれて、減少する傾向にあるのは過去の調査結果と同じである。

「じんましん」と回答した者の比率は男子 10.5%、女子 14.7%であった。男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は男子 9.6%、女子 13.3%、小学校 5・6 年生は男子 7.7%、女子 16.1%、中学生は男子 11.2%、女子 11.8%、高校生は男子 11.7%、女子 16.6%であった。いずれの学年も女子は男子より高率であった。この傾向は過去の調査結果と同じであった。

「現在アレルギーと言われている」者のアレルギーの症状は、「アレルギー性鼻炎」や「ぜんそく」において、女子より男子が高率で、「アトピー性皮膚炎」および「じんましん」は女子に多い傾向であった。この傾向は過去の調査結果と同じであった。なお、「アレルギー性結膜炎」は男女差を認めなかった。



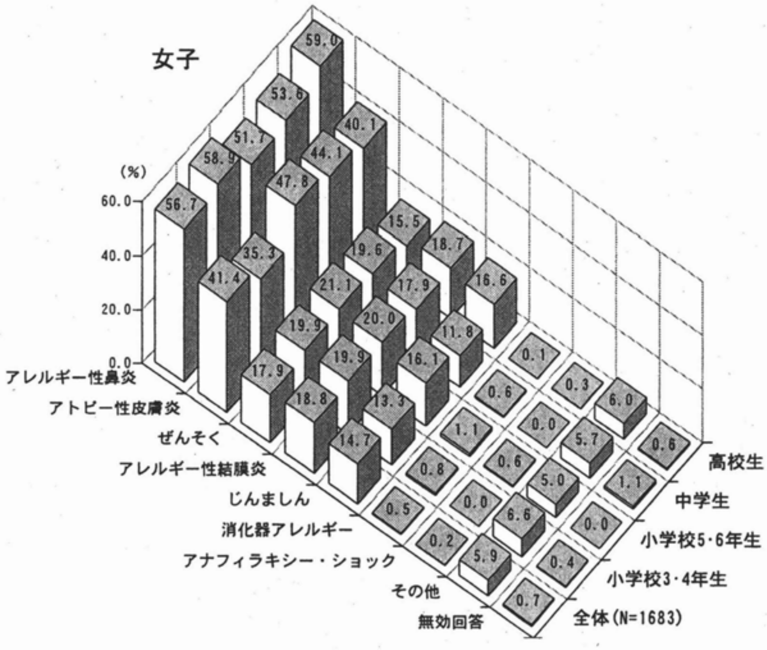


図 7-1-2　医師から言われたアレルギーの症状（複数回答）
（アレルギーと言われたことがある者のみ）

「以前にアレルギーと言われたことがある」者のアレルギーの症状は、アレルギー性鼻炎では男子が多く、アレルギー性結膜炎とアトピー性皮膚炎では女子に多かった。従来男子に高率であったぜんそくは男女差が目立たなくなってきている。学年別には、アレルギー性鼻炎は学年が進むと頻度が上昇し、アトピー性皮膚炎とぜんそくでは逆に減少する傾向がみられた。これらの現象は各症状の後発時期を反映しているものであろう。

1.3　現在アレルギーと言われている者のアレルギーの症状（表Ⅲ－5，6，11，12）

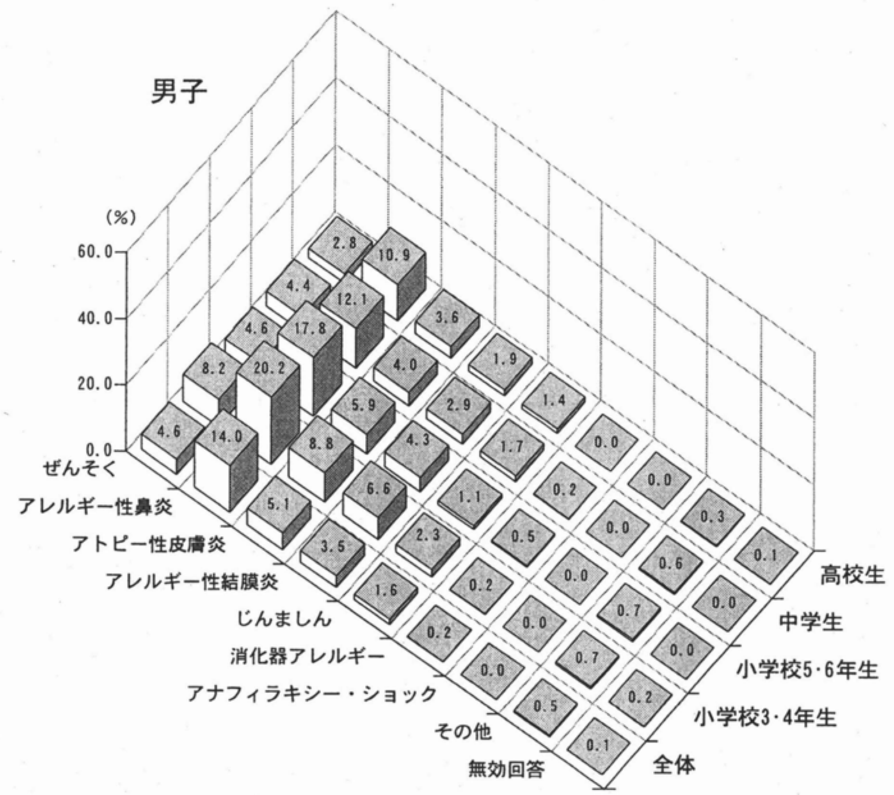
アレルギーと言われたことのある者のうち、「現在アレルギーと言われている」と答えた者（男子 532 名、女子 622 名）のみのアレルギー症状は以下の通りである。

最も高率なのは「アレルギー性鼻炎」で男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は全男子児童の20.2%、全女子児童の14.7%、小学校5･6年生は全男子児童の17.8%、全女子児童の11.7%、中学生は全男子生徒の 12.1%、全女子生徒の 8.9%、高校生は全男子生徒の 10.9%、全女子生徒の 14.0%であった。小学校や中学校において、男子は女子より高率であり、学年が進むにつれて、減少する傾向にあった。高校生では女子において増加し、男子より高率であった。

第二位は「アトピー性皮膚炎」で男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は全男子児童の 8.8%、全女子児童の 6.9%、小学校 5・6 年生は全男子児童の 5.9%、全女子児童の 8.2%、中学生は全男子生徒の 4.0%、全女子生徒の 5.6%、高校生は全男子生徒の 3.6%、全女子生徒の 6.3%であった。男子は学年が進むにつれて、減少する傾向にあった。女子では小学校 5・6 年生が最も高率であった。

第三位は「ぜんそく」で男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は全男子児童の 8.2%、全女子児童の 3.7%、小学校 5・6 年生は全男子児童の 4.6%、全女子児童の 4.5%、中学生は全男子生徒の 4.4%、全女子生徒の 2.9%、高校生は全男子生徒の 2.8%、全女子生徒の 3.2%であった。すべての学年において、男子は女子より高率であり、学年が進むにつれて、減少する傾向にあった。

第四位は「アレルギー性結膜炎」で男女別、学年別にみると、小学校 3・4 年生は全男子児童の 6.6%、全女子児童の 5.2%、小学校 5・6 年生は全男子児童の 4.3%、全女子児童の 3.8%、中学生は全男子生徒の 2.9%、全女子生徒の 3.6%、高校生は全男子生徒の 1.9%、全女子生徒の 3.9%であった。なお実数が少ないため性差、学年差は明らかでない。



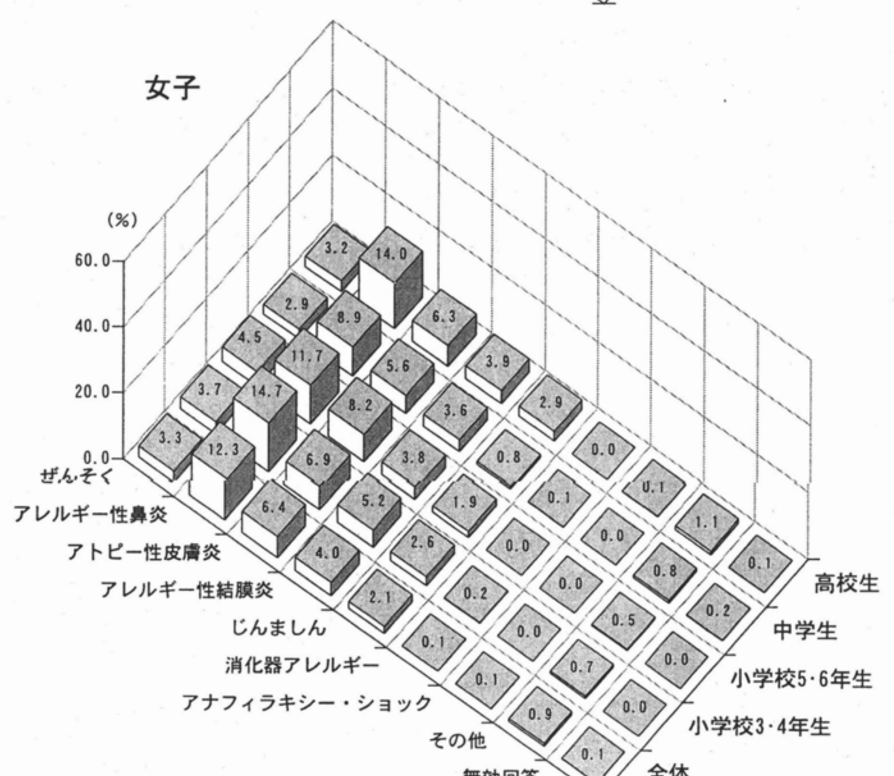


図 7-1-3　「現在アレルギーと言われている」と答えた者のアレルギーの症状（複数回答）
（学年全体を分母として集計）

1.4 以前にアレルギーと言われたことがある者のアレルギーの症状（表Ⅲ－7，8，13，14）

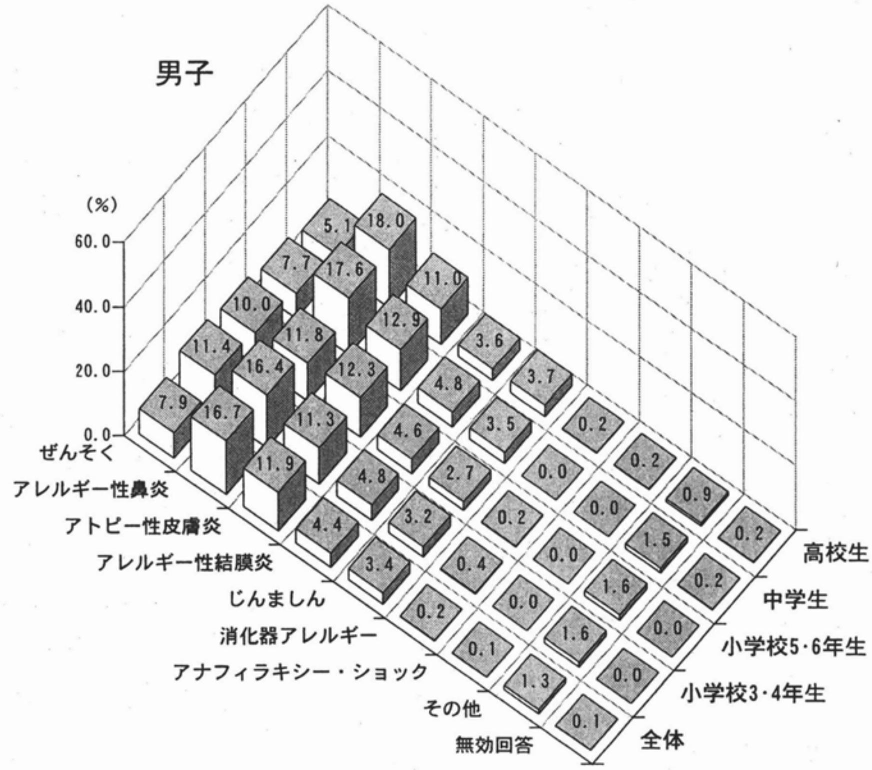
1.3 と同様、「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者（男子 937 名、女子 1,061 名）のみのアレルギー症状は以下の通りである。

最も高率なのは「アレルギー性鼻炎」で男女別、学年別にみると、全男子児童生徒の 12%から 18%、全女子児童生徒の 10%から 17%が過去にあったと答えている。

第二位の「アトピー性皮膚炎」は全男子児童生徒の 11%から 13%、全女子児童生徒の 9%から 15%が過去にあったと答えている。

第三位の「ぜんそく」は全男子児童生徒の 5%から 11%、全女子児童生徒の 4.5%から 5.6%が過去にあったと答えている。

第四位の「アレルギー性結膜炎」は全男子児童生徒の 3.6%から 4.8%、全女子児童生徒の 3.7%から 5.9%が答えている。既往歴の率は記憶が薄れるために低く出る傾向と、累積されて高く出る傾向が合わさるものであるが、これを考慮に入れてもアレルギー様症状の発症時期を反映していることが考えられる。



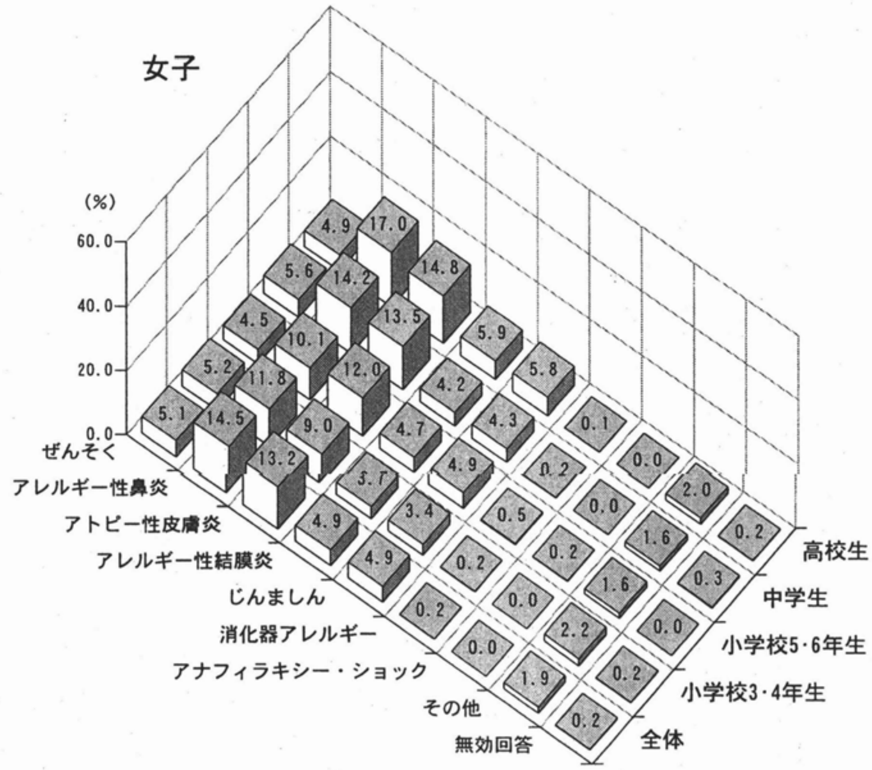


図 7-1-4　「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者のアレルギーの症状（複数回答）（学年全体を分母として集計）

2　症状の初発時期（表Ⅲ－15，16）

（アレルギーと言われたことがある者のみ回答）

アレルギーと言われたことがある者に、その症状の初発時期を「0歳のころ」、「1､2歳のころ」、「3歳から就学前までのころ」、「小学生時」、「中学生以降」の5段階に分けて尋ねたところ（有効回答男子1,448名、女子1,655名）、小学校3・4年生では初発時期が「0歳のころ」と答えた比率は男子18.8%、女子16.7%、「1､2歳のころ」と答えた者は男子20.7%、女子21.3%、「3歳から就学前までのころ」と答えた者は男子35.7%、女子31.4%、「小学生時」と答えた者は男子24.8%、女子30.5%であった。

小学校5・6年生では初発時期が「0歳のころ」と答えた比率は男子21.1%、女子17.2%、「1、2歳のころ」と答えた者は男子16.5%、女子22.2%、「3歳から就学前までのころ」と答えた者は男子34.9%、女子27.8%、「小学生時」と答えた者は男子27.5%、女子32.8%であった。

中学生では初発時期が「0歳のころ」と答えた比率は男子12.2%、女子16.3%、「1､2歳のころ」と答えた者は男子17.8%、女子16.3%、「3歳から就学前までのころ」と答えた者は男子28.4%、女子23.4%、「小学生時」と答えた者は男子38.2%、女子39.4%、「中学生以降」と答えた者は男子3.4%、女子4.5%であった。

高校生では初発時期が「0歳のころ」と答えた比率は男子7.3%、女子8.7%、「1､2歳のころ」と答えた者は男子14.6%、女子13.5%、「3歳から就学前までのころ」と答えた者は男子21.9%、女子18.9%、「小学校時」と答えた者は男子37.0%、女子36.3%、「中学生以降」と答えた者は男子19.2%、女子22.6%であった。

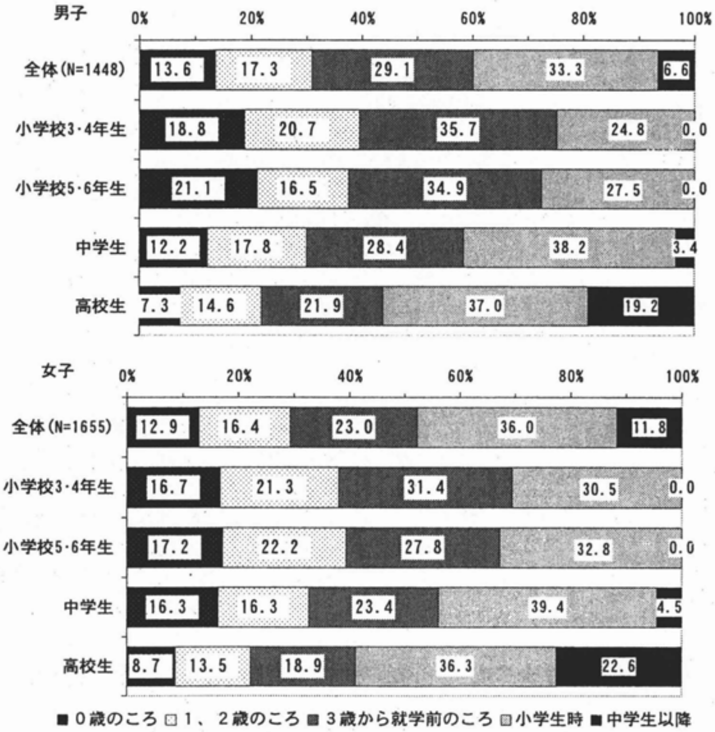


図7-2　症状の初発時期（アレルギーと言われたことがある者のみ）

3　医師よりアレルギーの起因物質（アレルゲン）と言われたもの（表Ⅲ－17，18）

（アレルギーと言われたことがある者のみ回答）

アレルギーと言われたことがある者に、医師よりアレルギーの起因物質（以降、アレルゲンと記述）として言われたもの（複数回答）を尋ねた結果は以下の通りである（図 7-3）。

「花粉類」と答えた者の比率は男子 52.1%、女子 53.2%であった。学年別にみると男子では、小学校 3・4 年生が、女子では小学校 5・6 年生が低く（45.0%と 42.9%）、中学生以降は学年別に大差はみられなかった。花粉は一部のぜんそくのアレルゲンにもなるが、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎との関連が指摘されており、これらの症状を反映していると考えられる。

「ほこり（ハウスダスト）やダニ」と答えた者の比率は、男子 48.9%、女子 43.9%であった。ほこりやダニは吸入アレルゲンとしてぜんそくと関連し、接触アレルゲンとしてアトピー性皮膚炎との関連が指摘されており、これらの症状を反映していると考えられる。

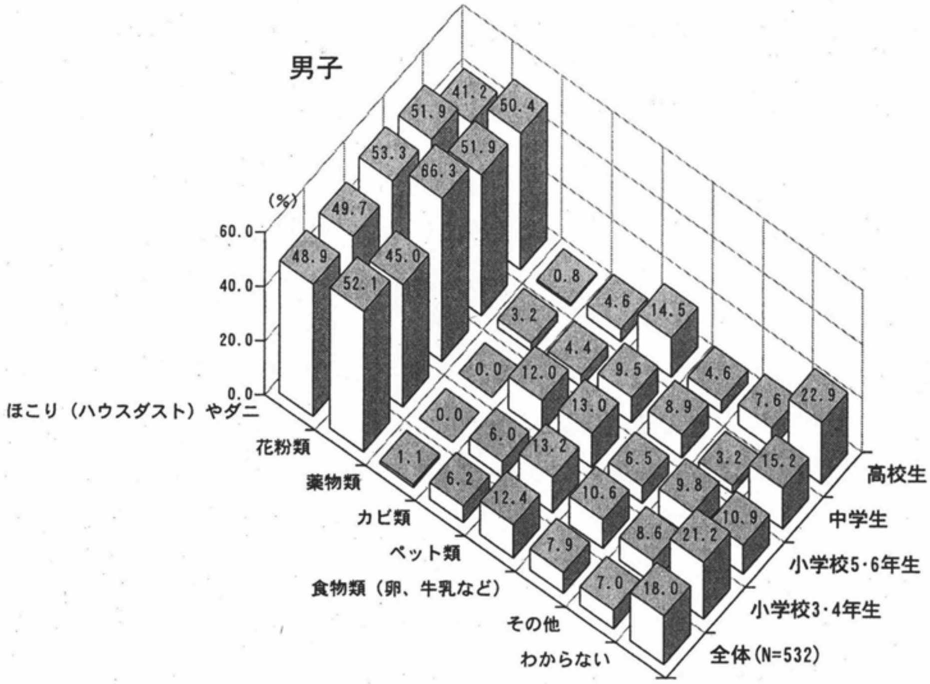
「ペット類」と答えた者の比率は、男子 12.4%、女子 14.5%であった。ペットのイヌ、ネコ、ウサギなどの毛やふけなどが一部のぜんそくやアレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎との関連が指摘されており、これらの症状を反映していると考えられる。

「食物類（卵、牛乳など）」と答えた者の比率は、男子 7.9%、女子 9.6%であった。全体として女子にやや高率で、高校生が最も低率であった。特定の食物がアレルゲンになりうることはよく知られており、消化管アレルギーの他、ぜんそく、アトピー性皮膚炎などで指摘されている。一般に食物アレルギーは乳幼児に多く、加齢にともない減少し、小学生以降では少ないとされる。一方、そばによる呼吸困難、ぜんそくなどは極めて微量のそばの摂取でも発作を引き起こす例が報告されている。この調査では過去に遡って質問しているので、乳幼児期に医師に言われた者も含まれている。従って小学 3・4 年生以上でも食物アレルギーが約 10%いるということではない。

「薬物類」と答えた者の比率は男子が 1.1%、女子が 1.3%と低率であった。

「カビ類」と答えた者の比率は男子が 6.2%、女子が 7.6%であった。カビがぜんそくやアレルギー性鼻炎などのアレルゲンとして注目されているが、本調査結果では低率であった。

「わからない」と答えた者と無回答の者を合わせた比率は男子が 20.8%、女子が 21.3%であった。すなわち、医師からアレルギーと言われたことのある約 4 人に一人はアレルゲンが特定ないし推定されていない。



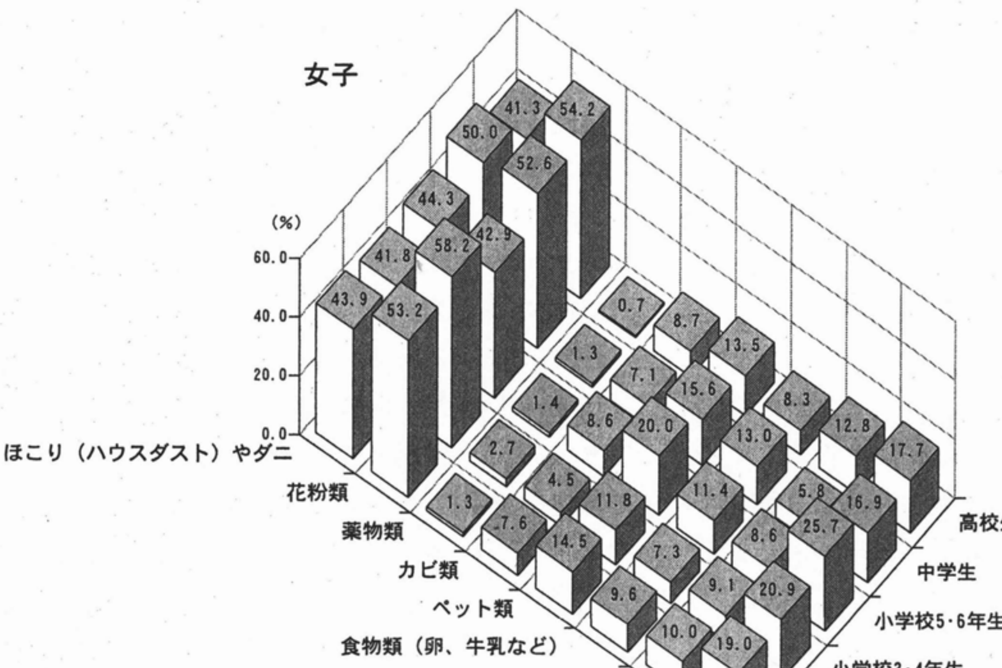
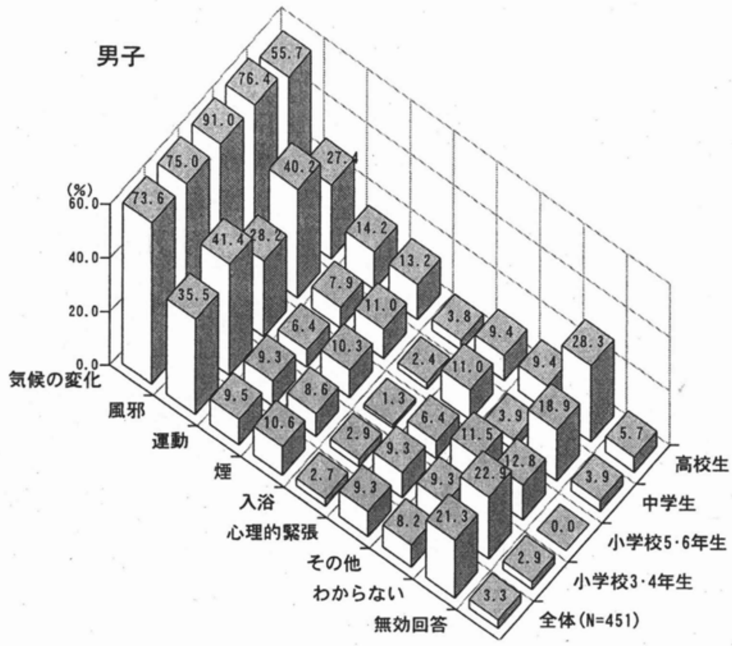


図 7-3　医師よりアレルゲンと言われたもの（複数回答）
（アレルギーと言われたことがある者のみ）

4　アレルギー様症状が起こるきっかけ（表Ⅲ－19，20）

アレルギーと言われたことがある者について、アレルギー様症状の出るきっかけを尋ねた結果が図 7-4 である。最も多いきっかけは「気候の変化」で約 75％と高頻度であった。男女差はなく、学年別にも大差を認めなかった。ついで「風邪」による発症が多く、男女ともに約 30％に認められた。学年別にみると、高校生に影響が最も少なかった。高学年ほど風邪に罹患する機会も少なく、アレルギー様症状まで進展しないようになる傾向であった。次に多いきっかけは「運動」と「煙」で約 10％であった。小学 5・6 年生を除くと、男子は学年が進むにともない「運動」や「煙」に影響される率が高くなる傾向であった。

「気候の変化」、「風邪」、「煙」、「運動」は一部のぜんそくの誘引になることがよく知られているが、アレルギー性鼻炎、アレルギー性結膜炎との関連も指摘されている。「入浴」によるアレルギー様症状の出現は男子 2.7％、女子 6.0％と低率であったが、これは一部のアトピー性皮膚炎の児童において体を暖めることや体をこする様に洗うことがかゆみの誘引となることを反映していると思われる。



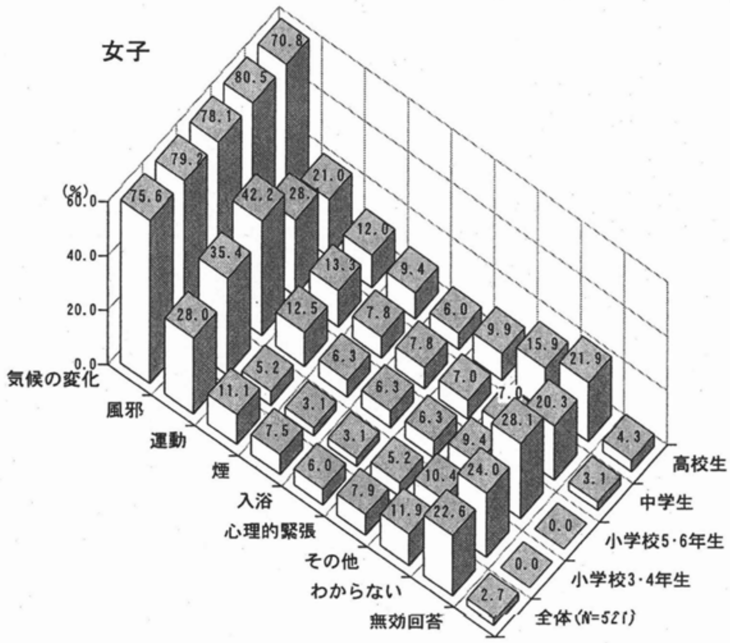


図 7-4　アレルギー様症状が起こるきっかけ（複数回答）
（アレルギーと言われたことがある者のみ）

5　アレルギー様症状同士の関連（表Ⅲ－27～29）

アレルギーと言われたことがある者について、アレルギー様症状同士の関連をみたのが図 7-5 である。アレルギーと言われたことのある症状別に、他のアレルギー症状の既往歴を男女合計でみた結果は以下のようになった。

アレルギーと言われたことがある者のうち「アレルギー性鼻炎」と答えた者 1,890 名について、「アレルギー性結膜炎」もあると答えた者の比率は 19.7%、「アトピー性皮膚炎」は 25.5%、「ぜんそく」は 21.1%、「じんましん」は 9.1%であった。

アレルギーと言われたことがある者のうち「アレルギー性結膜炎」と答えた者 556 名について、「アレルギー性鼻炎」もあると答えた者の比率は 66.9%、「アトピー性皮膚炎」は 33.5%、「ぜんそく」は 27.9%、「じんましん」は 12.4%であった。

アレルギーと言われたことがある者のうち「アトピー性皮膚炎」と答えた者 1,213 名について、「アレルギー性鼻炎」もあると答えた者の比率は 39.7%、「アレルギー性結膜炎」は 15.3%、「ぜんそく」は 22.6%、「じんましん」は 10.0%であった。

アレルギーと言われたことがある者のうち「ぜんそく」と答えた者 683 名について、「アレルギー性鼻炎」もあると答えた者の比率は 58.3%、「アレルギー性結膜炎」は 22.7%、「アトピー性皮膚炎」は 40.1%、「じんましん」は 9.8%であった。

アレルギーと言われたことがある者のうち「じんましん」と答えた者 402 名について、「アレルギー性鼻炎」もあると答えた者の比率は 42.8%、「アレルギー性結膜炎」は 17.2%、「アトピー性皮膚炎」は 30.1%、「ぜんそく」は 16.7%であった。

以上の結果は従来から言われているように、アレルギー様症状は体質的に複数のアレルギー症状を呈しやすいことを示唆している。

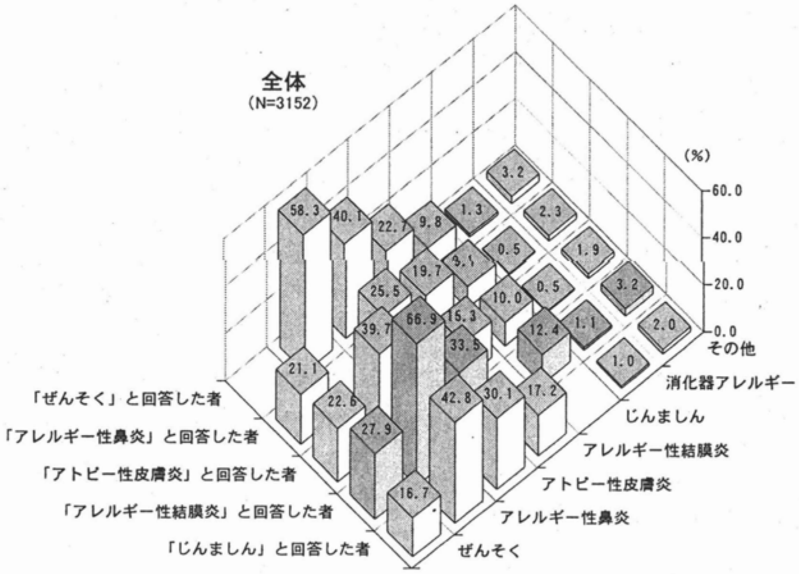


図 7-5　アレルギー様症状同士の関連（アレルギーと言われたことがある者のみ）

6　アレルギー様症状とアレルゲンの関連（表Ⅲ－30～32）

アレルギーと言われたことがある者について、アレルギー様症状とアレルゲンの関連をみたのが図 7-6 である。アレルゲン別に、アレルギー様症状の既往歴を男女合計でみた結果は以下のようになった。

「アレルギー性鼻炎」と答えた者と「アレルギー性結膜炎」と答えた者においては「花粉類」（約 65%）、「ほこり（ハウスダスト）やダニ」（約 50%）の順に比率が高く、ついで「ペット類」（14.3%と 18.5%）であった。

「ぜんそく」と答えた者においては「ほこり（ハウスダスト）やダニ」の比率が高く（75.4%）、ついで「花粉類」（46.2%）、「ペット類」（26.2%）の順であった。

「アトピー性皮膚炎」と答えた者においては「ほこり（ハウスダスト）やダニ」の比率が高く（52.5%）、ついで「花粉類」（39.6%）であり、「ペット類」（17.3%）、「薬物類」（8.1%）の順であった。

「じんましん」と答えた者においては「花粉類」（39.2%）と「ほこり（ハウスダスト）やダニ」（31.2%）の比率が高く、ついで「食物類」（28.0%）の順であった。

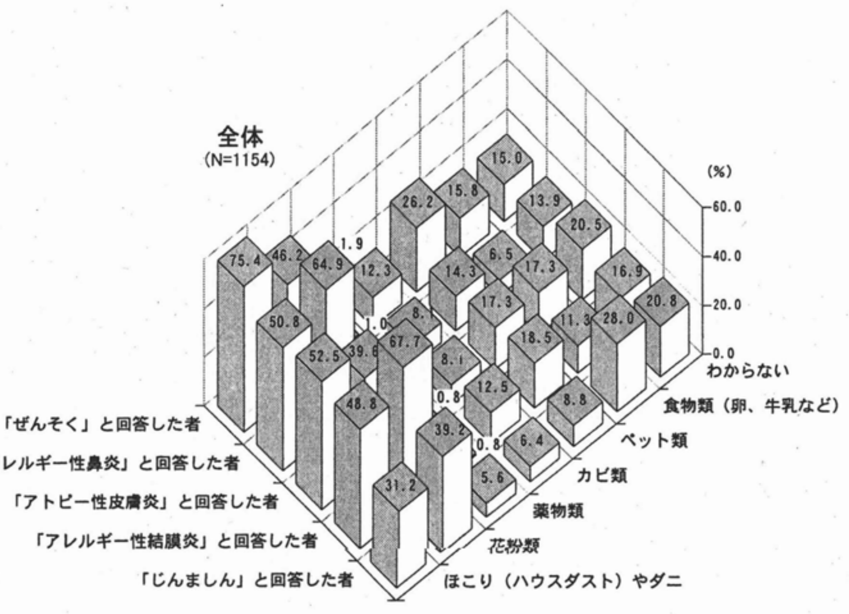


図 7-6　アレルギー様症状とアレルゲンの関連（アレルギーと言われたことがある者のみ）

7　アレルギー様症状と学校生活

7.1　学校での薬の使用（表Ⅲ－21，22）

（「現在アレルギーと言われている」と答えた者のみ回答）

学校で薬を使うことが「よくある」との回答が男子4.3%、女子6.8%、「たまにある」が男子の20.4%、女子の30.0%で、どの学年も女子が男子より高率であった。

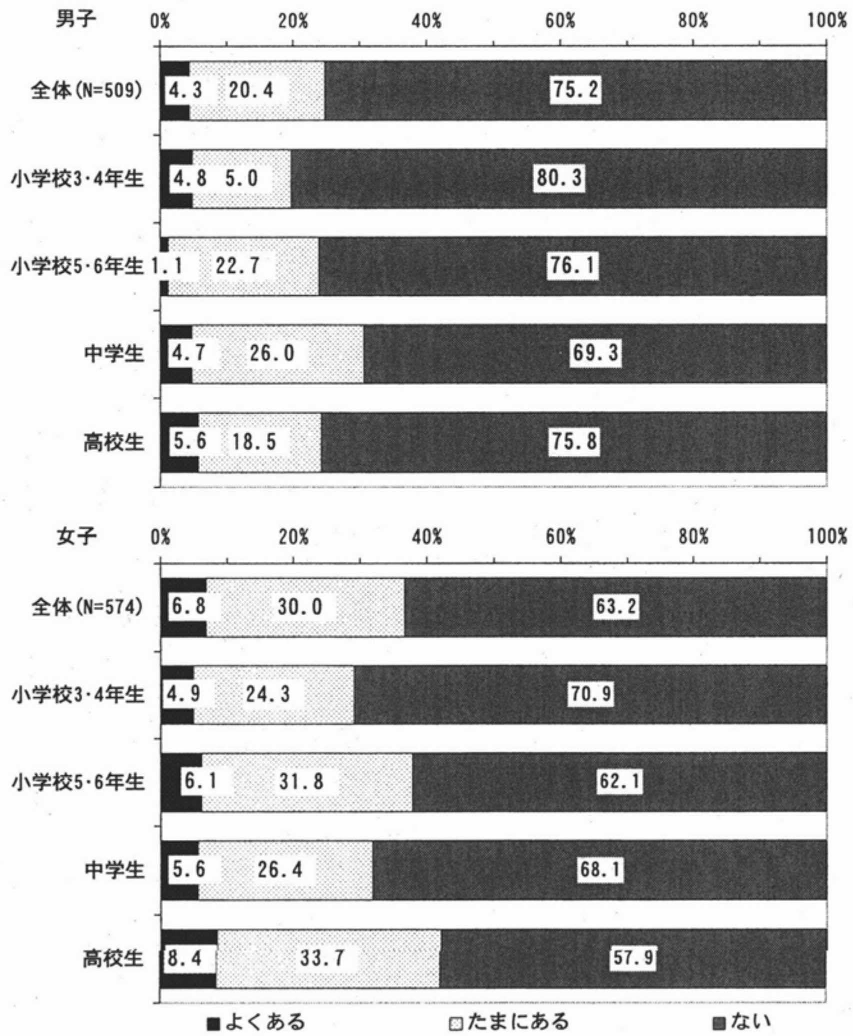


図7-7-1　学校での薬の使用（現在アレルギーと言われている者のみ）

7.2 学校生活での問題（表Ⅲ－23，24）

（「現在アレルギーと言われている」と答えた者のみ回答）

欠席したことがある者は男子の 20.9%、女子の 15.1%に認められ、中学、高校と高学年になるほど低率であった。また、中学生、高校生は女子より男子に高率であった。「体育（実技）の授業に出られなかったことがある」と答えた者は男子の 14.3%、女子の 17.0%に認められた。特に、女子の小学校 5・6 年生に高く、中学生や高校生でも高かった。

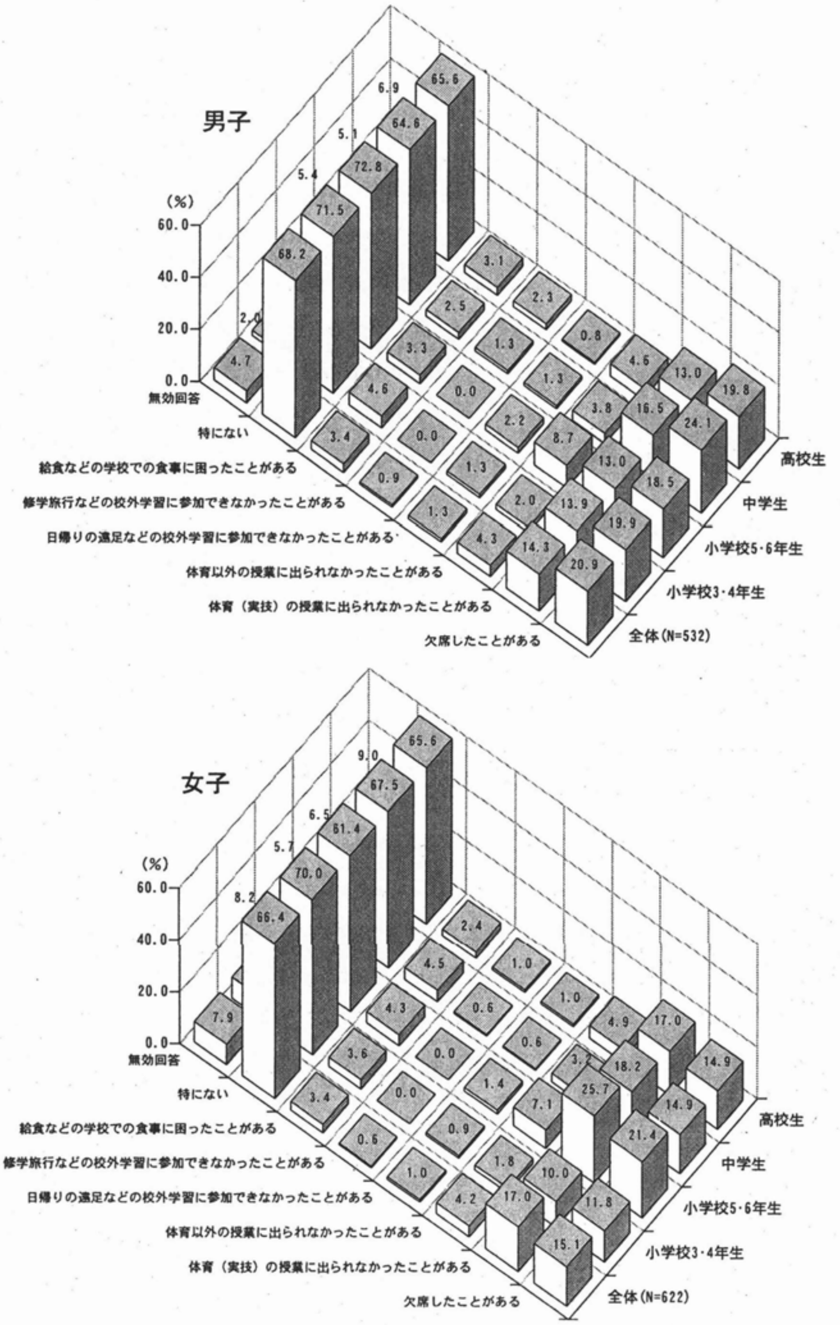


図 7-7-2　学校生活での問題（現在アレルギーと言われている者のみ）

7.3 アレルギー症状が起きた時相談する人（学校生活に支障があった者のみ回答）

全体としては、主治医、学級担任と答えた者が多かったが、男女とも、子どもが自分で対応した者も多かった。

また、主治医、学級担任に相談した者は、年齢が高くなるにつれて減少し、変わって子どもが自分で対応したと答える者が増加している。しかし、女子で小学校3・4年生、小学校5・6年生で、子どもが自分で対応したと答える者が多いのに注目される。どの場合においても、学校医の数が少ないのには注目される。

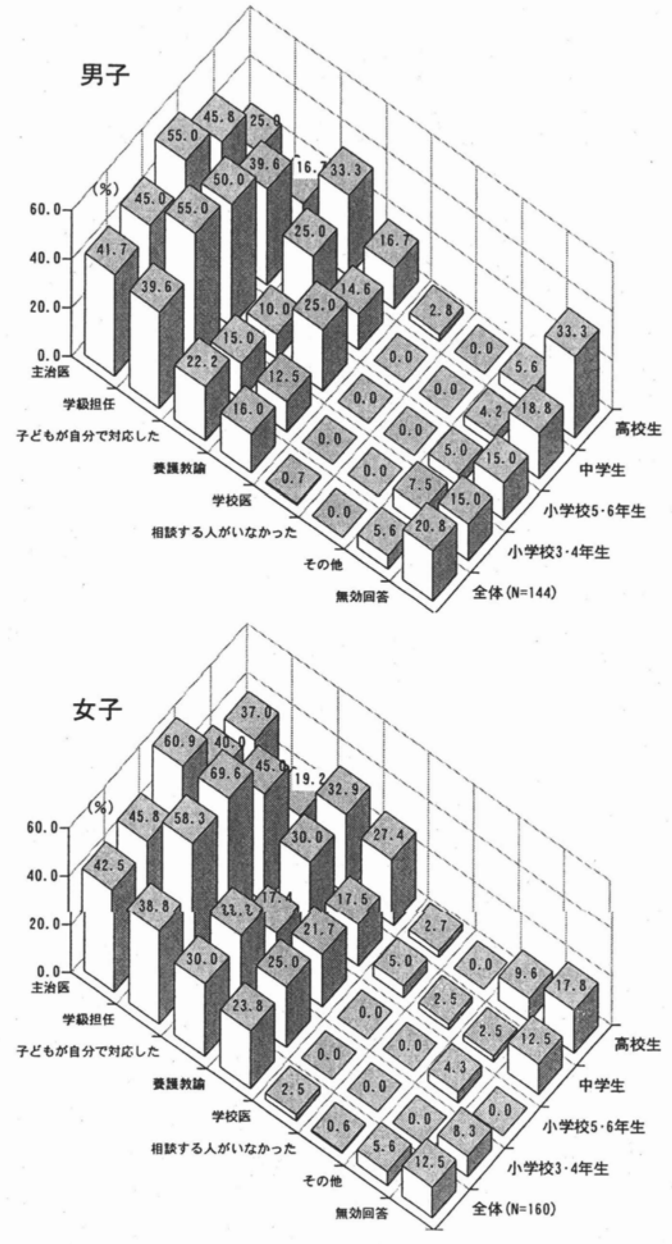


図7-7-3　アレルギー症状が起きた時相談する人（学校生活に支障があった者のみ）

資　料　編

児童生徒の健康状態サーベイランス調査
集計結果（平成 14 年度）

Ⅰ.「生活習慣病に関するリスクファクター」調査結果

表Ⅰ-1 身長(cm)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	575	459	1111	1031	3176
	平均値	133.0	141.2	159.1	169.1	
	標準偏差	7.4	7.5	8.9	5.7	
	25パーセンタイル値	128.0	136.0	153.0	165.0	
	中央値	133.0	141.0	160.0	169.0	
	75パーセンタイル値	138.0	146.0	165.0	173.0	
女子	標本数	556	444	1116	1591	3707
	平均値	133.0	143.4	154.4	157.7	
	標準偏差	7.8	8.0	5.6	5.1	
	25パーセンタイル値	127.0	137.0	151.0	154.0	
	中央値	133.0	143.0	155.0	158.0	
	75パーセンタイル値	138.0	150.0	158.0	161.0	
計	標本数	1131	903	2227	2622	6883

表Ⅰ-2 体重(kg)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	575	459	1111	1031	3176
	平均値	31.1	35.9	50.3	60.3	
	標準偏差	7.8	7.9	11.7	9.8	
	25パーセンタイル値	26.0	30.0	43.0	54.0	
	中央値	29.0	34.0	49.0	59.0	
	75パーセンタイル値	35.0	40.0	56.0	65.0	
女子	標本数	556	444	1115	1592	3707
	平均値	30.0	36.6	47.6	52.9	
	標準偏差	6.8	7.9	9.1	8.2	
	25パーセンタイル値	25.0	30.0	42.0	48.0	
	中央値	29.0	35.0	47.0	52.0	
	75パーセンタイル値	34.0	41.0	52.0	57.0	
計	標本数	1131	903	2226	2623	6883

表Ⅰ－3 BMI※

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	575	459	1111	1031	3176
	平均値	17.4	17.9	19.7	21.0	
	標準偏差	3.1	2.8	3.4	3.0	
	25パーセンタイル値	15.3	15.9	17.5	19.1	
	中央値	16.5	17.1	18.9	20.5	
	75パーセンタイル値	18.9	19.2	21.0	22.3	
女子	標本数	556	444	1115	1591	3706
	平均値	16.8	17.7	19.9	21.2	
	標準偏差	2.6	2.6	3.3	2.9	
	25パーセンタイル値	15.0	15.8	17.7	19.4	
	中央値	16.3	17.1	19.3	20.8	
	75パーセンタイル値	17.9	18.9	21.4	22.5	
計	標本数	1131	903	2226	2622	6882

※BMI:体重(kg)/身長$(m)^2$ カウプ指数とも言われる

表Ⅰ-4 BMIの分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
12未満	4	0.7	0.7	1	0.2	0.2			0.0			0.0
13	30	5.2	5.9	5	1.1	1.3	5	0.5	0.5			0.0
14	77	13.4	19.3	36	7.8	9.2	18	1.6	2.1	1	0.1	0.1
15	118	20.5	39.8	88	19.2	28.3	54	4.9	6.9	7	0.7	0.8
16	113	19.7	59.5	88	19.2	47.5	117	10.5	17.5	28	2.7	3.5
17	50	8.7	68.2	68	14.8	62.3	188	16.9	34.4	89	8.6	12.1
18	44	7.7	75.8	49	10.7	73.0	187	16.8	51.2	122	11.8	24.0
19	32	5.6	81.4	36	7.8	80.8	146	13.1	64.4	157	15.2	39.2
20	25	4.3	85.7	29	6.3	87.1	117	10.5	74.9	190	18.4	57.6
21	24	4.2	89.9	19	4.1	91.3	73	6.6	81.5	146	14.2	71.8
22	22	3.8	93.7	17	3.7	95.0	53	4.8	86.2	94	9.1	80.9
23	12	2.1	95.8	5	1.1	96.1	36	3.2	89.5	72	7.0	87.9
24	7	1.2	97.0	5	1.1	97.2	27	2.4	91.9	35	3.4	91.3
25	9	1.6	98.6	2	0.4	97.6	21	1.9	93.8	27	2.6	93.9
26	1	0.2	98.8	3	0.7	98.3	17	1.5	95.3	13	1.3	95.2
27	4	0.7	99.5	6	1.3	99.6	15	1.4	96.7	16	1.6	96.7
28	3	0.5	100.0	2	0.4	100.0	14	1.3	97.9	15	1.5	98.2
29							8	0.7	98.6	3	0.3	98.4
30							7	0.6	99.3	4	0.4	98.8
31							4	0.4	99.6	2	0.2	99.0
32							1	0.1	99.7	5	0.5	99.5
33							3	0.3	100.0	5	0.5	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0	

表Ⅰ-5 BMIの分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
12未満	8	1.4	1.4	1	0.2	0.2	2	0.2	0.2			0.0
13	37	6.7	8.1	11	2.5	2.7	2	0.2	0.4	1	0.1	0.1
14	86	15.5	23.6	28	6.3	9.0	24	2.2	2.5	3	0.2	0.3
15	113	20.3	43.9	87	19.6	28.6	53	4.8	7.3	8	0.5	0.8
16	99	17.8	61.7	88	19.8	48.4	97	8.7	16.0	27	1.7	2.5
17	78	14.0	75.7	70	15.8	64.2	147	13.2	29.1	100	6.3	8.7
18	50	9.0	84.7	62	14.0	78.2	174	15.6	44.8	170	10.7	19.4
19	31	5.6	90.3	23	5.2	83.3	155	13.9	58.7	249	15.7	35.1
20	17	3.1	93.3	24	5.4	88.7	143	12.8	71.5	279	17.5	52.6
21	11	2.0	95.3	16	3.6	92.3	96	8.6	80.1	244	15.3	67.9
22	10	1.8	97.1	13	2.9	95.3	62	5.6	85.7	187	11.8	79.7
23	4	0.7	97.8	6	1.4	96.6	57	5.1	90.8	118	7.4	87.1
24	3	0.5	98.4	4	0.9	97.5	28	2.5	93.3	72	4.5	91.6
25	4	0.7	99.1	5	1.1	98.6	14	1.3	94.5	47	3.0	94.6
26			99.1	4	0.9	99.5	15	1.3	95.9	25	1.6	96.2
27	3	0.5	99.6	1	0.2	99.8	13	1.2	97.0	21	1.3	97.5
28	1	0.2	99.8	1	0.2	100.0	6	0.5	97.6	8	0.5	98.0
29	1	0.2	100.0				4	0.4	97.9	7	0.4	98.4
30							*10*	*0.9*	*98.8*	*6*	*0.4*	*98.8*
31							7	0.6	99.5	6	0.4	99.2
32							4	0.4	99.8	2	0.1	99.3
33							2	0.2	100.0	11	0.7	100.0
	556	100.0		444	100.0		1115	100.0		1591	100.0	

表Ⅰ-6 収縮期血圧(mmHg)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	405	232	876	298	1811
	平均値	107.1	109.8	113.5	119.2	
	標準偏差	12.3	11.4	12.4	12.2	
	25パーセンタイル値	98.0	102.0	104.0	110.0	
	中央値	106.0	109.5	113.0	118.0	
	75パーセンタイル値	115.0	118.0	123.0	128.0	
女子	標本数	416	224	879	471	1990
	平均値	106.9	111.4	110.8	114.2	
	標準偏差	11.4	11.3	11.6	11.4	
	25パーセンタイル値	99.0	104.0	103.0	106.0	
	中央値	107.0	111.5	110.0	114.0	
	75パーセンタイル値	115.0	120.0	120.0	122.0	
計	標本数	821	456	1755	769	3801

表Ⅰ-7 拡張期血圧(mmHg)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	405	232	876	298	1811
	平均値	56.6	58.3	59.5	62.9	
	標準偏差	9.3	9.3	8.8	8.6	
	25パーセンタイル値	51.0	52.0	54.0	56.0	
	中央値	56.0	58.0	60.0	62.0	
	75パーセンタイル値	62.0	64.0	65.0	70.0	
女子	標本数	416	224	879	470	1989
	平均値	56.6	59.7	60.6	63.3	
	標準偏差	8.5	8.0	8.5	8.3	
	25パーセンタイル値	51.0	54.0	55.0	58.0	
	中央値	57.0	59.0	60.0	63.0	
	75パーセンタイル値	63.0	66.0	66.0	68.0	
計	標本数	821	456	1755	768	3800

表Ⅰ-8 平均血圧(mmHg)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	405	232	876	298	1811
	平均値	73.5	75.5	77.5	81.7	
	標準偏差	9.2	8.7	8.6	9.1	
	25パーセンタイル値	67.0	70.0	71.3	74.7	
	中央値	73.3	74.7	77.3	81.2	
	75パーセンタイル値	80.0	81.3	83.3	88.7	
女子	標本数	416	224	879	470	1989
	平均値	73.4	76.9	77.3	80.2	
	標準偏差	8.5	8.2	8.1	8.7	
	25パーセンタイル値	68.0	70.7	71.7	74.7	
	中央値	73.3	76.7	77.0	80.0	
	75パーセンタイル値	79.3	82.7	82.7	85.4	
計	標本数	821	456	1755	768	3800

表Ⅰ-9 収縮期血圧の分布（男子）(mmHg)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
70 - 74			0.0			0.0			0.0			0.0
75 - 79	3	0.7	0.7			0.0			0.0			0.0
80 - 84	8	2.0	2.7	1	0.4	0.4	5	0.6	0.6			0.0
85 - 89	16	4.0	6.7	5	2.2	2.6	3	0.3	0.9	2	0.7	0.7
90 - 94	32	7.9	14.6	15	6.5	9.1	47	5.4	6.3	2	0.7	1.3
95 - 99	60	14.8	29.4	26	11.2	20.3	53	6.1	12.3	6	2.0	3.4
100 - 104	64	15.8	45.2	33	14.2	34.5	112	12.8	25.1	25	8.4	11.7
105 - 109	48	11.9	57.0	36	15.5	50.0	102	11.6	36.8	37	12.4	24.2
110 - 114	63	15.6	72.6	37	15.9	65.9	160	18.3	55.0	35	11.7	35.9
115 - 119	40	9.9	82.5	26	11.2	77.2	105	12.0	67.0	49	16.4	52.3
120 - 124	31	7.7	90.1	29	12.5	89.7	115	13.1	80.1	43	14.4	66.8
125 - 129	24	5.9	96.0	17	7.3	97.0	69	7.9	88.0	35	11.7	78.5
130 - 134	15	3.7	99.8	5	2.2	99.1	68	7.8	95.8	35	11.7	90.3
135 - 139	1	0.2	100.0	1	0.4	99.6	29	3.3	99.1	13	4.4	94.6
140 - 144						99.6	3	0.3	99.4	10	3.4	98.0
145 - 149				1	0.4	100.0	3	0.3	99.8	2	0.7	98.7
150 - 154							1	0.1	99.9	4	1.3	100.0
155 - 159									99.9			
160 -							1	0.1	100.0			
	405	100.0		232	100.0		876	100.0		298	100.0	

表Ⅰ-10 収縮期血圧の分布(女子)(mmHg)

	小学校 3·4年生			小学校 5·6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
70 - 74			0.0	1	0.4	0.4			0.0			0.0
75 - 79	1	0.2	0.2			0.4	1	0.1	0.1			0.0
80 - 84	8	1.9	2.2			0.4	7	0.8	0.9	2	0.4	0.4
85 - 89	16	3.8	6.0	1	0.4	0.9	7	0.8	1.7	1	0.2	0.6
90 - 94	30	7.2	13.2	14	6.3	7.1	55	6.3	8.0	12	2.6	3.2
95 - 99	56	13.5	26.7	18	8.0	15.2	77	8.8	16.7	20	4.3	7.4
100 - 104	65	15.6	42.3	24	10.7	25.9	128	14.6	31.3	63	13.4	20.9
105 - 109	74	17.8	60.1	36	16.1	42.0	146	16.6	47.9	68	14.5	35.3
110 - 114	58	13.9	74.0	46	20.5	62.5	131	14.9	62.8	91	19.4	54.7
115 - 119	48	11.5	85.6	26	11.6	74.1	104	11.8	74.6	57	12.1	66.8
120 - 124	33	7.9	93.5	28	12.5	86.6	113	12.9	87.5	66	14.0	80.9
125 - 129	15	3.6	97.1	20	8.9	95.5	56	6.4	93.9	46	9.8	90.6
130 - 134	8	1.9	99.0	7	3.1	98.7	46	5.2	99.1	26	5.5	96.2
135 - 139	4	1.0	100.0	2	0.9	99.6	4	0.5	99.5	14	3.0	99.1
140 - 144						99.6	2	0.2	99.8	2	0.4	99.6
145 - 149				1	0.4	100.0	1	0.1	99.9	1	0.2	99.8
150 - 154									99.9			99.8
155 - 159							1	0.1	100.0	1	0.2	100.0
160 -												
	416	100.0		224	100.0		879	100.0		470	100.0	

表Ⅰ-11 拡張期血圧の分布(男子)(mmHg)

	小学校 3·4年生			小学校 5·6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
- 29	2	0.5	0.5	1	0.4	0.4			0.0			0.0
30 - 34	3	0.7	1.2			0.4	3	0.3	0.3			0.0
35 - 39	6	1.5	2.7	5	2.2	2.6	6	0.7	1.0			0.0
40 - 44	25	6.2	8.9	7	3.0	5.6	31	3.5	4.6	3	1.0	1.0
45 - 49	37	9.1	18.0	16	6.9	12.5	51	5.8	10.4	9	3.0	4.0
50 - 54	90	22.2	40.2	58	25.0	37.5	159	18.2	28.5	41	13.8	17.8
55 - 59	95	23.5	63.7	42	18.1	55.6	169	19.3	47.8	58	19.5	37.2
60 - 64	71	17.5	81.2	47	20.3	75.9	223	25.5	73.3	70	23.5	60.7
65 - 69	42	10.4	91.6	28	12.1	87.9	112	12.8	86.1	42	14.1	74.8
70 - 74	20	4.9	96.5	23	9.9	97.8	80	9.1	95.2	45	15.1	89.9
75 - 79	12	3.0	99.5	2	0.9	98.7	23	2.6	97.8	18	6.0	96.0
80 - 84	2	0.5	100.0	1	0.4	99.1	12	1.4	99.2	11	3.7	99.7
85 - 89				2	0.9	100.0	7	0.8	100.0			99.7
90 - 94												99.7
95 - 99										1	0.3	100.0
100 -												
	405	100.0		232	100.0		876	100.0		298	100.0	

表Ⅰ-12 拡張期血圧の分布(女子)(mmHg)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
- 29			0.0			0.0			0.0			0.0
30 - 34	3	0.7	0.7			0.0	3	0.3	0.3			0.0
35 - 39	5	1.2	1.9	1	0.4	0.4	2	0.2	0.6			0.0
40 - 44	25	6.0	7.9	6	2.7	3.1	18	2.0	2.6	2	0.4	0.4
45 - 49	43	10.3	18.3	14	6.3	9.4	44	5.0	7.6	14	3.0	3.4
50 - 54	89	21.4	39.7	41	18.3	27.7	140	15.9	23.5	49	10.4	13.8
55 - 59	107	25.7	65.4	53	23.7	51.3	185	21.0	44.6	84	17.8	31.6
60 - 64	74	17.8	83.2	48	21.4	72.8	230	26.2	70.8	120	25.5	57.1
65 - 69	40	9.6	92.8	35	15.6	88.4	131	14.9	85.7	103	21.9	79.0
70 - 74	22	5.3	98.1	19	8.5	96.9	82	9.3	95.0	56	11.9	90.9
75 - 79	8	1.9	100.0	3	1.3	98.2	28	3.2	98.2	29	6.2	97.0
80 - 84				4	1.8	100.0	9	1.0	99.2	4	0.8	97.9
85 - 89							6	0.7	99.9	7	1.5	99.4
90 - 94									99.9	1	0.2	99.6
95 - 99									99.9	1	0.2	99.8
100 -							1	0.1	100.0	1	0.2	100.0
	416	100.0		224	100.0		879	100.0		471	100.0	

表Ⅰ-13　総コレステロール(mg/dl)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	404	372	987	576	2339
	平均値	173.6	175.3	166.0	166.9	
	標準偏差	26.4	25.7	25.9	28.1	
	25パーセンタイル値	155.0	157.0	149.0	147.0	
	中央値	173.0	173.5	164.0	163.0	
	75パーセンタイル値	191.0	191.0	181.0	183.0	
女子	標本数	416	346	979	830	2571
	平均値	179.3	175.7	173.3	180.5	
	標準偏差	27.4	25.8	28.1	28.7	
	25パーセンタイル値	160.0	158.0	153.0	161.0	
	中央値	176.0	174.5	172.0	178.0	
	75パーセンタイル値	197.8	192.3	191.0	198.0	
計	標本数	820	718	1966	1406	4910

表Ⅰ-14　HDLコレステロール(mg/dl)

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	372	355	847	382	1956
	平均値	67.5	66.0	62.0	59.9	
	標準偏差	14.4	13.9	12.5	12.7	
	25パーセンタイル値	56.0	56.0	53.0	51.0	
	中央値	67.0	66.0	61.0	58.0	
	75パーセンタイル値	77.0	75.0	70.0	66.0	
女子	標本数	381	332	843	545	2101
	平均値	64.2	62.8	63.9	65.5	
	標準偏差	13.1	13.3	12.1	13.6	
	25パーセンタイル値	55.0	53.0	56.0	56.0	
	中央値	63.0	62.0	63.0	64.0	
	75パーセンタイル値	73.0	70.8	70.0	74.0	
計	標本数	753	687	1690	927	4057

表Ｉ-15 総コレステロールの分布(男子) (mg/dl)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
- 59			0.0			0.0			0.0			0.0
60 - 69	1	0.2	0.2			0.0			0.0			0.0
80 - 89			0.2			0.0	1	0.1	0.1			0.0
90 - 99	2	0.5	0.7			0.0	1	0.1	0.2			0.0
100 - 109			0.7	2	0.5	0.5	4	0.4	0.6	1	0.2	0.2
110 - 119	4	1.0	1.7	1	0.3	0.8	15	1.5	2.1	12	2.1	2.3
120 - 129	5	1.2	3.0	4	1.1	1.9	36	3.6	5.8	20	3.5	5.7
130 - 139	21	5.2	8.2	19	5.1	7.0	89	9.0	14.8	44	7.6	13.4
140 - 149	33	8.2	16.3	32	8.6	15.6	111	11.2	26.0	85	14.8	28.1
150 - 159	61	15.1	31.4	46	12.4	28.0	164	16.6	42.7	92	16.0	44.1
160 - 169	55	13.6	45.0	56	15.1	43.0	154	15.6	58.3	92	16.0	60.1
170 - 179	65	16.1	61.1	54	14.5	57.5	146	14.8	73.0	68	11.8	71.9
180 - 189	47	11.6	72.8	54	14.5	72.0	97	9.8	82.9	47	8.2	80.0
190 - 199	55	13.6	86.4	46	12.4	84.4	66	6.7	89.6	46	8.0	88.0
200 - 209	25	6.2	92.6	21	5.6	90.1	45	4.6	94.1	27	4.7	92.7
210 - 219	11	2.7	95.3	16	4.3	94.4	28	2.8	97.0	19	3.3	96.0
220 - 229	10	2.5	97.8	12	3.2	97.6	14	1.4	98.4	13	2.3	98.3
230 - 239	2	0.5	98.3	5	1.3	98.9	6	0.6	99.0	2	0.3	98.6
240 - 249	4	1.0	99.3			98.9	6	0.6	99.6	2	0.3	99.0
250 - 259	1	0.2	99.5	1	0.3	99.2	2	0.2	99.8	1	0.2	99.1
260 - 269	2	0.5	100.0	2	0.5	99.7	1	0.1	99.9	3	0.5	99.7
270 - 279				1	0.3	100.0			99.9			99.7
280 - 289									99.9			99.7
300 - 309							1	0.1	100.0			99.7
310 - 319												99.7
320 -										2	0.3	100.0
	404	100.0		372	100.0		987	100.0		576	100.0	

表Ⅰ-16 総コレステロールの分布（女子）（mg/dl）

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
- 59			0.0			0.0			0.0	1	0.1	0.1
60 - 69			0.0			0.0			0.0			0.1
80 - 89			0.0			0.0			0.0			0.1
90 - 99			0.0			0.0			0.0			0.1
100 - 109	1	0.2	0.2	1	0.3	0.3	3	0.3	0.3			0.1
110 - 119	2	0.5	0.7	2	0.6	0.9	10	1.0	1.3	3	0.4	0.5
120 - 129	5	1.2	1.9	8	2.3	3.2	38	3.9	5.2	12	1.4	1.9
130 - 139	13	3.1	5.0	15	4.3	7.5	51	5.2	10.4	27	3.3	5.2
140 - 149	31	7.5	12.5	20	5.8	13.3	85	8.7	19.1	56	6.7	11.9
150 - 159	47	11.3	23.8	50	14.5	27.7	135	13.8	32.9	89	10.7	22.7
160 - 169	55	13.2	37.0	49	14.2	41.9	142	14.5	47.4	122	14.7	37.3
170 - 179	73	17.5	54.6	52	15.0	56.9	136	13.9	61.3	127	15.3	52.7
180 - 189	57	13.7	68.3	52	15.0	72.0	118	12.1	73.3	110	13.3	65.9
190 - 199	34	8.2	76.4	40	11.6	83.5	99	10.1	83.5	98	11.8	77.7
200 - 209	41	9.9	86.3	21	6.1	89.6	55	5.6	89.1	56	6.7	84.5
210 - 219	20	4.8	91.1	19	5.5	95.1	46	4.7	93.8	48	5.8	90.2
220 - 229	15	3.6	94.7	7	2.0	97.1	27	2.8	96.5	39	4.7	94.9
230 - 239	11	2.6	97.4	7	2.0	99.1	12	1.2	97.8	21	2.5	97.5
240 - 249	5	1.2	98.6	2	0.6	99.7	15	1.5	99.3	8	1.0	98.4
250 - 259	4	1.0	99.5			99.7			99.3	4	0.5	98.9
260 - 269	2	0.5	100.0			99.7	5	0.5	99.8	3	0.4	99.3
270 - 279				1	0.3	100.0	2	0.2	100.0	4	0.5	99.8
280 - 289										1	0.1	99.9
300 - 309												99.9
310 - 319										1	0.1	100.0
320 -												
	416	100.0		346	100.0		979	100.0		830	100.0	

表Ⅰ-17 HDLコレステロールの分布(男子)(mg/dl)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
25 - 29			0.0			0.0	1	0.1	0.1	2	0.5	0.5
30 - 34			0.0			0.0	3	0.4	0.5			0.5
35 - 39	2	0.5	0.5	4	1.1	1.1	17	2.0	2.5	6	1.6	2.1
40 - 44	8	2.2	2.7	13	3.7	4.8	44	5.2	7.7	18	4.7	6.8
45 - 49	21	5.6	8.3	27	7.6	12.4	67	7.9	15.6	56	14.7	21.5
50 - 54	47	12.6	21.0	36	10.1	22.5	104	12.3	27.9	55	14.4	35.9
55 - 59	42	11.3	32.3	43	12.1	34.6	130	15.3	43.2	73	19.1	55.0
60 - 64	47	12.6	44.9	45	12.7	47.3	150	17.7	60.9	61	16.0	70.9
65 - 69	48	12.9	57.8	53	14.9	62.3	109	12.9	73.8	39	10.2	81.2
70 - 74	47	12.6	70.4	41	11.5	73.8	80	9.4	83.2	22	5.8	86.9
75 - 79	34	9.1	79.6	35	9.9	83.7	67	7.9	91.1	22	5.8	92.7
80 - 84	24	6.5	86.0	23	6.5	90.1	33	3.9	95.0	10	2.6	95.3
85 - 89	24	6.5	92.5	14	3.9	94.1	25	3.0	98.0	5	1.3	96.6
90 - 94	15	4.0	96.5	9	2.5	96.6	9	1.1	99.1	7	1.8	98.4
95 - 99	8	2.2	98.7	7	2.0	98.6	5	0.6	99.6	3	0.8	99.2
100 - 104	3	0.8	99.5	4	1.1	99.7	2	0.2	99.9	2	0.5	99.7
105 - 109			99.5	1	0.3	100.0	1	0.1	100.0	1	0.3	100.0
110 - 114	1	0.3	99.7									
115 - 119			99.7									
120 -	1	0.3	100.0									
	372	100.0		355	100.0		847	100.0		382	100.0	

表Ⅰ-18 HDLコレステロールの分布(女子)(mg/dl)

	小学校 3・4年生			小学校 5・6年生			中学生			高校生		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
25 - 29			0.0			0.0	1	0.1	0.1			0.0
30 - 34	2	0.5	0.5	2	0.6	0.6	2	0.2	0.4			0.0
35 - 39	3	0.8	1.3	5	1.5	2.1	12	1.4	1.8	5	0.9	0.9
40 - 44	12	3.1	4.5	23	6.9	9.0	22	2.6	4.4	12	2.2	3.1
45 - 49	29	7.6	12.1	17	5.1	14.2	47	5.6	10.0	32	5.9	9.0
50 - 54	43	11.3	23.4	46	13.9	28.0	98	11.6	21.6	67	12.3	21.3
55 - 59	65	17.1	40.4	42	12.7	40.7	124	14.7	36.3	80	14.7	36.0
60 - 64	48	12.6	53.0	52	15.7	56.3	162	19.2	55.5	89	16.3	52.3
65 - 69	62	16.3	69.3	57	17.2	73.5	129	15.3	70.8	71	13.0	65.3
70 - 74	37	9.7	79.0	34	10.2	83.7	102	12.1	82.9	70	12.8	78.2
75 - 79	29	7.6	86.6	20	6.0	89.8	55	6.5	89.4	44	8.1	86.2
80 - 84	20	5.2	91.9	16	4.8	94.6	36	4.3	93.7	21	3.9	90.1
85 - 89	15	3.9	95.8	5	1.5	96.1	25	3.0	96.7	22	4.0	94.1
90 - 94	9	2.4	98.2	7	2.1	98.2	12	1.4	98.1	15	2.8	96.9
95 - 99	5	1.3	99.5	3	0.9	99.1	13	1.5	99.6	10	1.8	98.7
100 - 104	2	0.5	100.0	2	0.6	99.7	2	0.2	99.9			98.7
105 - 109						99.7			99.9	3	0.6	99.3
110 - 114						99.7	1	0.1	100.0	3	0.6	99.8
115 - 119				1	0.3	100.0				1	0.2	100.0
120 -												
	381	100.0		332	100.0		843	100.0		545	100.0	

Ⅱ. ライフスタイルに関するアンケート調査結果

表Ⅱ-1 就寝時刻

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	569	455	1101	1024	3149
	平均値	21:38	21:57	23:11	24:14	
	標準偏差	0:41	0:38	1:12	1:17	
	25パーセンタイル値	21:00	21:30	22:30	23:30	
	中央値	21:30	22:00	23:00	24:00	
	75パーセンタイル値	22:00	22:10	23:45	25:00	
女子	標本数	554	443	1113	1583	3693
	平均値	21:40	22:07	23:26	24:07	
	標準偏差	0:40	0:42	1:07	1:14	
	25パーセンタイル値	21:00	21:50	22:45	23:30	
	中央値	21:45	22:00	23:30	24:00	
	75パーセンタイル値	22:00	22:30	24:00	25:00	
計	標本数	1123	898	2214	2607	6842
	平均値	21:39	22:02	23:19	24:10	
	標準偏差	0:40	0:40	1:10	1:15	
	25パーセンタイル値	21:00	21:30	22:30	23:30	
	中央値	21:30	22:00	23:00	24:00	
	75パーセンタイル値	22:00	22:30	24:00	25:00	

表Ⅱ-2 起床時刻

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	565	451	1091	1020	3127
	平均値	6:46	6:53	6:50	6:55	
	標準偏差	0:27	0:27	0:34	0:40	
	25パーセンタイル値	6:30	6:30	6:30	6:30	
	中央値	6:50	7:00	7:00	7:00	
	75パーセンタイル値	7:00	7:00	7:10	7:25	
女子	標本数	550	439	1100	1575	3664
	平均値	6:48	6:53	6:44	6:38	
	標準偏差	0:29	0:32	0:32	0:39	
	25パーセンタイル値	6:30	6:30	6:30	6:15	
	中央値	6:50	7:00	6:45	6:40	
	75パーセンタイル値	7:00	7:00	7:00	7:00	
計	標本数	1115	890	2191	2595	6791
	平均値	6:47	6:53	6:47	6:45	
	標準偏差	0:28	0:29	0:33	0:40	
	25パーセンタイル値	6:30	6:30	6:30	6:20	
	中央値	6:50	7:00	6:50	6:45	
	75パーセンタイル値	7:00	7:00	7:04	7:10	

表Ⅱ-3 睡眠時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	564	451	1086	1016	3117
	平均値	9h08m	8h57m	7h39m	6h41m	
	標準偏差	0h40m	0h39m	1h11m	1h16m	
	25パーセンタイル値	8h40m	8h30m	7h00m	6h00m	
	中央値	9h00m	9h00m	7h45m	6h45m	
	75パーセンタイル値	9h30m	9h20m	8h29m	7h30m	
女子	標本数	550	438	1099	1567	3654
	平均値	9h07m	8h47m	7h17m	6h31m	
	標準偏差	0h43m	0h44m	1h08m	1h14m	
	25パーセンタイル値	8h40m	8h20m	6h40m	5h45m	
	中央値	9h00m	8h50m	7h30m	6h30m	
	75パーセンタイル値	9h30m	9h10m	8h00m	7h20m	
計	標本数	1114	889	2185	2583	6771
	平均値	9h07m	8h52m	7h28m	6h35m	

表Ⅱ-4 寝起きの状況(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 すっきり目が覚めた	215	37.7	157	34.4	170	15.4	164	16.0	706	22.3
2 少し眠かった	283	49.6	246	53.8	644	58.2	565	55.0	1738	55.0
3 眠くてなかなか起きられなかった	72	12.6	54	11.8	292	26.4	299	29.1	717	22.7
計	570	100.0	457	100.0	1106	100.0	1028	100.0	3161	100.0

表Ⅱ-5 寝起きの状況(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 すっきり目が覚めた	161	29.1	116	26.2	151	13.5	199	12.5	627	16.9
2 少し眠かった	313	56.5	253	57.1	628	56.3	856	53.7	2050	55.3
3 眠くてなかなか起きられなかった	80	14.4	74	16.7	336	30.1	538	33.8	1028	27.7
計	554	100.0	443	100.0	1115	100.0	1593	100.0	3705	100.0

表Ⅱ-6 睡眠不足の状況(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 感じている	135	23.7	130	28.4	591	53.4	657	64.0	1513	47.9
2 感じていない	435	76.3	327	71.6	515	46.6	370	36.0	1647	52.1
計	570	100.0	457	100.0	1106	100.0	1027	100.0	3160	100.0

表Ⅱ-7 睡眠不足の状況(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 感じている	162	29.3	172	38.8	777	69.7	1091	68.5	2202	59.5
2 感じていない	390	70.7	271	61.2	338	30.3	502	31.5	1501	40.5
計	552	100.0	443	100.0	1115	100.0	1593	100.0	3703	100.0

表Ⅱ-8 睡眠不足を感じている理由(男子) (複数回答)
(前問で「感じている」と答えた者のみ)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 なんとなく夜ふかししてしまう	61	45.2	69	53.1	318	53.8	380	57.8	828	54.7
2 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	24	17.8	25	19.2	221	37.4	157	23.9	427	28.2
3 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	59	43.7	49	37.7	64	10.8	38	5.8	210	13.9
4 深夜テレビやビデオを見ている	13	9.6	22	16.9	214	36.2	203	30.9	452	29.9
5 深夜放送を聞いている	0	0.0	0	0.0	32	5.4	33	5.0	65	4.3
6 パソコンやテレビゲームをしている	35	25.9	21	16.2	175	29.6	182	27.7	413	27.3
7 電話をしている	0	0.0	0	0.0	17	2.9	35	5.3	52	3.4
8 なかなか眠れない	21	15.6	14	10.8	206	34.9	149	22.7	390	25.8
9 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	7	5.2	11	8.5	67	11.3	156	23.7	241	15.9
10 その他	18	13.3	12	9.2	71	12.0	108	16.4	209	13.8
無効回答	6	4.4	10	7.7	6	1.0	4	0.6	26	1.7
計	135		130		591		657		1513	

表Ⅱ-9睡眠不足を感じている理由(女子) (複数回答)
(前問で「感じている」と答えた者のみ)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 なんとなく夜ふかししてしまう	85	52.5	100	58.1	481	61.9	653	59.9	1319	59.9
2 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	34	21.0	44	25.6	358	46.1	368	33.7	804	36.5
3 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	64	39.5	66	38.4	80	10.3	80	7.3	290	13.2
4 深夜テレビやビデオを見ている	28	17.3	30	17.4	288	37.1	268	24.6	614	27.9
5 深夜放送を聞いている	0	0.0	1	0.6	25	3.2	37	3.4	63	2.9
6 パソコンやテレビゲームをしている	11	6.8	15	8.7	88	11.3	74	6.8	188	8.5
7 電話をしている	0	0.0	0	0.0	43	5.5	78	7.1	121	5.5
8 なかなか眠れない	37	22.8	48	27.9	276	35.5	243	22.3	604	27.4
9 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	13	8.0	14	8.1	79	10.2	210	19.2	316	14.4
10 その他	14	8.6	19	11.0	123	15.8	215	19.7	371	16.8
無効回答	8	4.9	6	3.5	5	0.6	4	0.4	23	1.0
計	162		172		777		1091		2202	

表Ⅱ-10 排便の習慣(男子)

	小学校 3･4年生 N	%	小学校 5･6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 毎日ほとんど同じころに出る	219	38.6	205	44.9	420	38.1	427	42.0	1271	40.4
2 毎日出るが、同じころではない	184	32.5	128	28.0	365	33.1	316	31.1	993	31.6
3 ときどき出ないことがある	142	25.0	110	24.1	256	23.2	232	22.8	740	23.5
4 数日出ないことがある	22	3.9	14	3.1	62	5.6	42	4.1	140	4.5
計	567	100.0	457	100.0	1103	100.0	1017	100.0	3144	100.0

表Ⅱ-11 排便の習慣(女子)

	小学校 3･4年生 N	%	小学校 5･6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 毎日ほとんど同じころに出る	138	25.0	96	22.0	165	14.9	205	12.9	604	16.4
2 毎日出るが、同じころではない	205	37.2	134	30.7	273	24.6	281	17.7	893	24.2
3 ときどき出ないことがある	180	32.7	174	39.8	506	45.5	701	44.3	1561	42.4
4 数日出ないことがある	28	5.1	33	7.6	167	15.0	397	25.1	625	17.0
計	551	100.0	437	100.0	1111	100.0	1584	100.0	3683	100.0

表Ⅱ-12 朝食の摂取状況(男子)

	小学校 3･4年生 N	%	小学校 5･6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 毎日食べる	511	90.6	422	92.3	893	80.7	802	78.1	2628	83.3
2 食べる日の方が多い	30	5.3	26	5.7	124	11.2	102	9.9	282	8.9
3 食べない日の方が多い	17	3.0	6	1.3	50	4.5	46	4.5	119	3.8
4 ほとんど食べない	6	1.1	3	0.7	39	3.5	77	7.5	125	4.0
計	564	100.0	457	100.0	1106	100.0	1027	100.0	3154	100.0

表Ⅱ-13 朝食の摂取状況(女子)

	小学校 3･4年生 N	%	小学校 5･6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 毎日食べる	490	88.9	405	91.6	883	79.3	1270	79.8	3048	82.4
2 食べる日の方が多い	29	5.3	21	4.8	128	11.5	195	12.3	373	10.1
3 食べない日の方が多い	29	5.3	11	2.5	59	5.3	57	3.6	156	4.2
4 ほとんど食べない	3	0.5	5	1.1	44	3.9	69	4.3	121	3.3
計	551	100.0	442	100.0	1114	100.0	1591	100.0	3698	100.0

表Ⅱ-14　朝食を食べない理由（男子）
（前問で「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と回答した者のみ）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない	14	60.9	2	22.2	33	37.1	56	45.5	105	43.0
2 食欲がない	6	26.1	6	66.7	31	34.8	28	22.8	71	29.1
3 ふだんから朝は食事をしない	2	8.7	1	11.1	18	20.2	25	20.3	46	18.9
4 太りたくない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
5 食事が用意されていない	0	0.0	0	0.0	3	3.4	6	4.9	9	3.7
6 その他	1	4.3	0	0.0	4	4.5	8	6.5	13	5.3
計	23	100.0	9	100.0	89	100.0	123	100.0	244	100.0

表Ⅱ-15　朝食を食べない理由（女子）
（前問で「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と回答した者のみ）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない	15	46.9	7	43.8	43	41.7	50	39.7	115	41.5
2 食欲がない	13	40.6	6	37.5	34	33.0	38	30.2	91	32.9
3 ふだんから朝は食事をしない	2	6.3	1	6.3	13	12.6	23	18.3	39	14.1
4 太りたくない	0	0.0	0	0.0	4	3.9	0	0.0	4	1.4
5 食事が用意されていない	2	6.3	1	6.3	2	1.9	6	4.8	11	4.0
6 その他	0	0.0	1	6.3	7	6.8	9	7.1	17	6.1
計	32	100.0	16	100.0	103	100.0	126	100.0	277	100.0

表Ⅱ-16 朝食を一人で食べている状況（男子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	45	8.0	39	8.6	286	25.9	425	41.5	795	25.2
2 ときどきある	35	6.2	29	6.4	126	11.4	116	11.3	306	9.7
3 たまにある	36	6.4	28	6.1	138	12.5	106	10.3	308	9.8
4 ほとんどない	447	79.4	360	78.9	555	50.2	378	36.9	1740	55.3
計	563	100.0	456	100.0	1105	100.0	1025	100.0	3149	100.0

表Ⅱ-17 朝食を一人で食べている状況（女子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	45	8.2	33	7.5	313	28.1	764	48.1	1155	31.3
2 ときどきある	33	6.0	30	6.8	119	10.7	166	10.4	348	9.4
3 たまにある	39	7.1	37	8.4	158	14.2	153	9.6	387	10.5
4 ほとんどない	433	78.7	342	77.4	523	47.0	507	31.9	1805	48.8
計	550	100.0	442	100.0	1113	100.0	1590	100.0	3695	100.0

表Ⅱ-18 食事を残す状況（男子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	45	8.0	15	3.3	85	7.7	59	5.8	204	6.5
2 ときどきある	111	19.7	65	14.3	175	15.9	151	14.7	502	15.9
3 たまにある	138	24.5	104	22.8	261	23.6	210	20.5	713	22.6
4 ほとんどない	269	47.8	272	59.6	583	52.8	606	59.1	1730	54.9
計	563	100.0	456	100.0	1104	100.0	1026	100.0	3149	100.0

表Ⅱ-19 食事を残す状況（女子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	58	10.5	28	6.3	168	15.1	177	11.1	431	11.6
2 ときどきある	146	26.4	68	15.4	290	26.0	330	20.7	834	22.5
3 たまにある	141	25.5	109	24.7	268	24.1	346	21.7	864	23.4
4 ほとんどない	207	37.5	237	53.6	388	34.8	739	46.4	1571	42.5
計	552	100.0	442	100.0	1114	100.0	1592	100.0	3700	100.0

表Ⅱ-20 食事を残す理由(男子)
(前問で「よくある」または「ときどきある」と回答した者のみ)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食欲がない	13	28.9	4	26.7	29	34.1	24	40.7	70	34.3
2 太りたくない	0	0.0	0	0.0	1	1.2	0	0.0	1	0.5
3 嫌いなものがある	18	40.0	5	33.3	32	37.6	16	27.1	71	34.8
4 量が多い	6	13.3	2	13.3	15	17.6	6	10.2	29	14.2
5 時間がない	7	15.6	2	13.3	6	7.1	8	13.6	23	11.3
6 その他	1	2.2	2	13.3	2	2.4	5	8.5	10	4.9
計	45	100.0	15	100.0	85	100.0	59	100.0	204	100.0

表Ⅱ-21 食事を残す理由(女子)
(前問で「よくある」または「ときどきある」と回答した者のみ)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食欲がない	14	24.1	5	17.9	38	22.6	58	32.8	115	26.7
2 太りたくない	1	1.7	1	3.6	3	1.8	7	4.0	12	2.8
3 嫌いなものがある	23	39.7	10	35.7	51	30.4	42	23.7	126	29.2
4 量が多い	8	13.8	7	25.0	47	28.0	34	19.2	96	22.3
5 時間がない	7	12.1	3	10.7	22	13.1	28	15.8	60	13.9
6 その他	5	8.6	2	7.1	7	4.2	8	4.5	22	5.1
計	58	100.0	28	100.0	168	100.0	177	100.0	431	100.0

表Ⅱ-22 夕食を一人で食べる状況(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	2	0.4	0	0.0	60	5.4	189	18.4	251	8.0
2 ときどきある	9	1.6	9	2.0	86	7.8	147	14.3	251	8.0
3 たまにある	7	1.2	23	5.0	160	14.5	197	19.2	387	12.3
4 ほとんどない	548	96.8	424	93.0	800	72.3	494	48.1	2266	71.8
計	566	100.0	456	100.0	1106	100.0	1027	100.0	3155	100.0

表Ⅱ-23 夕食を一人で食べる状況(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	2	0.4	6	1.4	57	5.1	201	12.6	266	7.2
2 ときどきある	12	2.2	7	1.6	93	8.4	197	12.4	309	8.4
3 たまにある	12	2.2	17	3.8	125	11.2	275	17.3	429	11.6
4 ほとんどない	526	95.3	412	93.2	838	75.3	916	57.6	2692	72.8
計	552	100.0	442	100.0	1113	100.0	1589	100.0	3696	100.0

表Ⅱ-24　夕食後、食事をとる状況(男子)

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 よくある	4	0.7	6	1.3	102	9.2	152	14.8	264	8.4
2 ときどきある	28	5.0	27	5.9	159	14.4	195	19.0	409	13.0
3 たまにある	86	15.3	57	12.6	294	26.6	233	22.7	670	21.3
4 ほとんどない	445	79.0	364	80.2	549	49.7	445	43.4	1803	57.3
計	563	100.0	454	100.0	1104	100.0	1025	100.0	3146	100.0

表Ⅱ-25　夕食後、食事をとる状況(女子)

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 よくある	5	0.9	8	1.8	63	5.7	78	4.9	154	4.2
2 ときどきある	30	5.5	19	4.3	112	10.1	179	11.3	340	9.2
3 たまにある	55	10.0	47	10.7	268	24.1	335	21.1	705	19.1
4 ほとんどない	458	83.6	367	83.2	668	60.1	999	62.8	2492	67.5
計	548	100.0	441	100.0	1111	100.0	1591	100.0	3691	100.0

表Ⅱ-26　菓子類の食べ方(男子)

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 よくある	37	6.5	24	5.3	165	14.9	147	14.3	373	11.8
2 ときどきある	104	18.4	78	17.1	242	21.9	236	23.0	660	20.9
3 たまにある	158	28.0	134	29.5	393	35.6	331	32.2	1016	32.2
4 ほとんどない	266	47.1	219	48.1	304	27.5	313	30.5	1102	35.0
計	565	100.0	455	100.0	1104	100.0	1027	100.0	3151	100.0

表Ⅱ-27　菓子類の食べ方(女子)

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 よくある	32	5.8	46	10.4	206	18.5	362	22.7	646	17.5
2 ときどきある	92	16.7	73	16.6	279	25.1	426	26.8	870	23.5
3 たまにある	149	27.0	122	27.7	377	33.9	491	30.8	1139	30.8
4 ほとんどない	279	50.5	200	45.4	249	22.4	313	19.7	1041	28.2
計	552	100.0	441	100.0	1111	100.0	1592	100.0	3696	100.0

表Ⅱ-28 自分の体型のイメージ(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 かなりやせたいと思っている	43	7.6	24	5.3	85	7.7	73	7.1	225	7.1
2 少しだけやせたいと思っている	120	21.2	109	23.9	326	29.5	294	28.6	849	26.9
3 今のままがよいと思っている	306	54.2	251	54.9	528	47.8	388	37.8	1473	46.7
4 少しふとりたいと思っている	85	15.0	67	14.7	148	13.4	232	22.6	532	16.9
5 かなりふとりたいと思っている	11	1.9	6	1.3	18	1.6	40	3.9	75	2.4
計	565	100.0	457	100.0	1105	100.0	1027	100.0	3154	100.0

表Ⅱ-29 自分の体型のイメージ(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 かなりやせたいと思っている	32	5.8	25	5.7	352	31.7	707	44.4	1116	30.2
2 少しだけやせたいと思っている	163	29.7	161	36.4	526	47.3	725	45.5	1575	42.6
3 今のままがよいと思っている	306	55.7	225	50.9	194	17.4	121	7.6	846	22.9
4 少しふとりたいと思っている	46	8.4	29	6.6	34	3.1	33	2.1	142	3.8
5 かなりふとりたいと思っている	2	0.4	2	0.5	6	0.5	6	0.4	16	0.4
計	549	100.0	442	100.0	1112	100.0	1592	100.0	3695	100.0

表Ⅱ-30 体重を減らす努力(ダイエット)の経験(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ふとりすぎと医師や先生に言われ、指導を受けて実行した	12	2.2	4	0.9	8	0.7	10	1.0	34	1.1
2 やせたいと思って実行した	29	5.3	28	6.3	75	6.9	105	10.3	237	7.7
3 したいと思ったが、まだ実行していない	65	12.0	64	14.3	180	16.5	170	16.7	479	15.5
4 思ったことはない	437	80.5	350	78.5	829	75.9	731	71.9	2347	75.8
計	543	100.0	446	100.0	1092	100.0	1016	100.0	3097	100.0

表Ⅱ-31 体重を減らす努力(ダイエット)の経験(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ふとりすぎと医師や先生に言われ、指導を受けて実行した	5	0.9	2	0.5	13	1.2	7	0.4	27	0.7
2 やせたいと思って実行した	24	4.4	26	5.9	240	21.6	650	40.9	940	25.5
3 したいと思ったが、まだ実行していない	115	21.1	125	28.5	531	47.9	779	49.0	1550	42.1
4 思ったことはない	401	73.6	285	65.1	325	29.3	155	9.7	1166	31.7
計	545	100.0	438	100.0	1109	100.0	1591	100.0	3683	100.0

表Ⅱ-32　体重を減らす努力(ダイエット)の方法（男子）（複数回答）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食事の量を減らす	12	29.3	15	46.9	19	22.9	48	41.7	94	34.7
2 食事の内容を変える	16	39.0	6	18.8	15	18.1	21	18.3	58	21.4
3 おやつを減らす	26	63.4	12	37.5	41	49.4	57	49.6	136	50.2
4 運動する	32	78.0	28	87.5	72	86.7	99	86.1	231	85.2
5 やせるためのクスリをのむ	0	0.0	0	0.0	3	3.6	2	1.7	5	1.8
6 ダイエット食品をとる	1	2.4	0	0.0	7	8.4	4	3.5	12	4.4
7 その他	0	0.0	1	3.1	5	6.0	3	2.6	9	3.3
無効回答	1	2.4	0	0.0	3	3.6	3	2.6	7	2.6
計	41		32		83		115		271	

表Ⅱ-33　体重を減らす努力(ダイエット)の方法（女子）（複数回答）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食事の量を減らす	8	27.6	6	21.4	86	34.0	342	52.1	442	45.7
2 食事の内容を変える	7	24.1	5	17.9	52	20.6	211	32.1	275	28.4
3 おやつを減らす	17	58.6	13	46.4	181	71.5	480	73.1	691	71.5
4 運動する	23	79.3	18	64.3	194	76.7	479	72.9	714	73.8
5 やせるためのクスリをのむ	0	0.0	0	0.0	12	4.7	79	12.0	91	9.4
6 ダイエット食品をとる	0	0.0	1	3.6	27	10.7	93	14.2	121	12.5
7 その他	1	3.4	1	3.6	24	9.5	53	8.1	79	8.2
無効回答	1	3.4	2	7.1	8	3.2	25	3.8	36	3.7
計	29		28		253		657		967	

表Ⅱ-34 ダイエットの期間(週間)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	28	17	78	95	218
	平均値	6.82	3.29	4.62	7.91	6.23
	標準偏差	10.35	2.11	8.26	11.49	9.90
	25パーセンタイル値	2.00	2.00	1.00	1.00	1.75
	中央値	4.00	4.00	3.00	4.00	3.00
	75パーセンタイル値	6.25	4.00	4.00	10.00	4.25
女子	標本数	18	18	220	561	817
	平均値	4.39	4.89	2.90	4.47	4.06
	標準偏差	5.79	7.89	3.39	6.99	6.25
	25パーセンタイル値	1.75	1.00	1.00	1.00	1.00
	中央値	2.50	2.00	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	4.00	3.25	4.00	4.00	4.00
計	標本数	46	35	298	656	1035
	平均値	5.87	4.11	3.35	4.97	4.51
	標準偏差	8.85	5.82	5.17	7.89	7.22
	25パーセンタイル値	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00
	中央値	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00

表Ⅱ-35 ダイエットによる減少量(kg)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	24	12	73	91	200
	平均値	1.88	1.83	3.14	5.03	3.77
	標準偏差	1.92	1.53	3.69	4.07	3.81
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	2.00	2.00	2.00
	中央値	1.00	1.00	2.00	4.00	3.00
	75パーセンタイル値	2.00	2.00	3.00	7.00	5.00
女子	標本数	13	14	201	538	766
	平均値	2.54	1.93	2.46	3.07	2.88
	標準偏差	4.39	1.21	1.87	2.54	2.42
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00
	中央値	1.00	1.50	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	2.00	3.00	3.00	4.00	4.00
計	標本数	37	26	274	629	966
	平均値	2.11	1.88	2.64	3.36	3.07
	標準偏差	2.98	1.34	2.49	2.89	2.79
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00
	中央値	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00
	75パーセンタイル値	2.00	2.25	3.00	4.00	4.00

表Ⅱ-36 1週間あたりの体重の減少量(kg/週間)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	24	12	72	90	198
	平均値	0.45	0.58	1.09	1.45	1.15
	標準偏差	0.32	0.37	0.70	1.44	1.12
	25パーセンタイル値	0.19	0.25	0.50	0.50	0.50
	中央値	0.42	0.50	1.00	1.00	0.92
	75パーセンタイル値	0.50	0.88	1.50	2.00	1.50
女子	標本数	13	14	201	535	763
	平均値	0.62	1.11	1.27	1.27	1.25
	標準偏差	0.61	1.32	1.10	1.07	1.08
	25パーセンタイル値	0.25	0.47	0.50	0.50	0.50
	中央値	0.50	0.58	1.00	1.00	1.00
	75パーセンタイル値	0.83	1.00	1.67	2.00	1.75
計	標本数	37	26	273	625	961
	平均値	0.51	0.86	1.22	1.29	1.23
	標準偏差	0.44	1.02	1.01	1.13	1.09
	25パーセンタイル値	0.25	0.36	0.50	0.50	0.50
	中央値	0.50	0.50	1.00	1.00	1.00
	75パーセンタイル値	0.50	1.00	1.67	2.00	1.67

表Ⅱ-37　ダイエットの期間（週間）（前問で「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	19	16	70	86	191
	平均値	7.84	3.25	3.84	8.02	6.07
	標準偏差	12.19	2.18	5.47	11.92	9.66
	25パーセンタイル値	2.00	2.00	1.00	1.00	1.00
	中央値	4.00	3.50	2.50	4.00	3.00
	75パーセンタイル値	8.00	4.00	4.00	8.50	4.00
女子	標本数	16	17	210	554	797
	平均値	2.63	3.53	2.78	4.40	3.91
	標準偏差	1.59	5.55	3.19	6.78	5.98
	25パーセンタイル値	1.25	1.00	1.00	1.00	1.00
	中央値	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	3.75	3.00	4.00	4.00	4.00
計	標本数	35	33	280	640	988
	平均値	5.46	3.39	3.04	4.88	4.33
	標準偏差	9.32	4.20	3.90	7.76	6.90
	25パーセンタイル値	2.00	1.00	1.00	1.00	1.00
	中央値	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00

表Ⅱ-38　ダイエットによる減少量（kg）（前問で「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	15	11	66	82	174
	平均値	2.00	1.55	2.79	4.87	3.62
	標準偏差	2.24	1.21	1.91	3.75	3.15
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	2.00	2.00	2.00
	中央値	1.00	1.00	2.00	4.00	3.00
	75パーセンタイル値	2.00	2.00	3.00	6.25	5.00
女子	標本数	11	13	192	531	747
	平均値	2.55	1.85	2.46	3.07	2.88
	標準偏差	4.80	1.21	1.85	2.55	2.43
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00
	中央値	1.00	1.00	2.00	2.00	2.00
	75パーセンタイル値	1.00	2.50	3.00	4.00	3.00
計	標本数	26	24	258	613	921
	平均値	2.23	1.71	2.54	3.31	3.02
	標準偏差	3.48	1.20	1.87	2.81	2.60
	25パーセンタイル値	1.00	1.00	1.00	2.00	1.00
	中央値	1.00	1.00	2.00	3.00	2.00
	75パーセンタイル値	1.25	2.00	3.00	4.00	4.00

表Ⅱ-39　1週間あたりの体重の減少量（kg/週間）（前問で「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	15	11	65	81	172
	平均値	0.42	0.52	1.11	1.43	1.17
	標準偏差	0.29	0.33	0.71	1.42	1.12
	25パーセンタイル値	0.14	0.25	0.58	0.50	0.50
	中央値	0.50	0.50	1.00	1.00	1.00
	75パーセンタイル値	0.50	0.50	1.50	2.00	1.50
女子	標本数	11	13	192	528	744
	平均値	0.71	1.18	1.29	1.27	1.26
	標準偏差	0.63	1.34	1.11	1.07	1.08
	25パーセンタイル値	0.33	0.50	0.50	0.50	0.50
	中央値	0.50	0.67	1.00	1.00	1.00
	75パーセンタイル値	1.00	1.00	1.67	2.00	1.94
計	標本数	26	24	257	609	916
	平均値	0.54	0.88	1.24	1.29	1.25
	標準偏差	0.47	1.05	1.03	1.13	1.09
	25パーセンタイル値	0.25	0.41	0.50	0.50	0.50
	中央値	0.50	0.50	1.00	1.00	1.00

表Ⅱ-40　ダイエットの期間(週間)(前問で「ふとりすぎと医師・先生に言われ、指導を受けて実行した」と回答した者のみ)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	9	1	8	9	27
	平均値	4.67	4.00	11.38	6.78	7.33
	標準偏差	4.39	.	19.93	6.46	11.56
	25パーセンタイル値	2.50	4.00	2.25	2.00	3.00
	中央値	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
	75パーセンタイル値	4.00	4.00	10.25	12.00	5.00
女子	標本数	2	1	10	7	20
	平均値	18.50	28.00	5.60	10.29	9.65
	標準偏差	9.19	.	5.87	16.88	12.06
	25パーセンタイル値	12.00	28.00	1.00	2.00	2.00
	中央値	18.50	28.00	3.00	4.00	4.00
	75パーセンタイル値	.	28.00	11.25	10.00	14.25
計	標本数	11	2	18	16	47
	平均値	7.18	16.00	8.17	8.31	8.32
	標準偏差	7.43	16.97	13.80	11.81	11.70
	25パーセンタイル値	3.00	4.00	1.75	2.25	2.00
	中央値	4.00	16.00	4.00	4.00	4.00
	75パーセンタイル値	12.00	.	10.50	11.50	12.00

表Ⅱ-41　ダイエットによる減少量(kg)(前問で「ふとりすぎと医師・先生に言われ、指導を受けて実行した」と回答した者のみ)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	9	1	7	9	26
	平均値	1.67	5.00	6.43	6.56	4.77
	標準偏差	1.32	.	10.47	6.42	6.74
	25パーセンタイル値	1.00	5.00	2.00	2.50	1.00
	中央値	1.00	5.00	2.00	3.00	2.00
	75パーセンタイル値	2.00	5.00	5.00	11.50	5.00
女子	標本数	2	1	9	7	19
	平均値	2.50	3.00	2.56	3.71	3.00
	標準偏差	0.71	.	2.30	1.70	1.91
	25パーセンタイル値	2.00	3.00	1.00	2.00	1.00
	中央値	2.50	3.00	2.00	5.00	3.00
	75パーセンタイル値	.	3.00	3.50	5.00	5.00
計	標本数	11	2	16	16	45
	平均値	1.82	4.00	4.25	5.31	4.02
	標準偏差	1.25	1.41	7.11	5.03	5.30
	25パーセンタイル値	1.00	3.00	1.00	2.25	1.00
	中央値	1.00	4.00	2.00	3.50	2.00
	75パーセンタイル値	2.00	.	3.75	5.00	5.00

表Ⅱ-42　1週間あたりの体重の減少量(kg/週間)(前問で「ふとりすぎと医師・先生に言われ、指導を受けて実行した」と回答した者のみ

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	9	1	7	9	26
	平均値	0.50	1.25	0.88	1.64	1.02
	標準偏差	0.38	.	0.59	1.69	1.13
	25パーセンタイル値	0.25	1.25	0.50	0.42	0.33
	中央値	0.33	1.25	0.60	0.75	0.55
	75パーセンタイル値	0.75	1.25	1.25	3.13	1.25
女子	標本数	2	1	9	7	19
	平均値	0.14	0.11	0.85	1.04	0.81
	標準偏差	0.03	.	0.72	0.75	0.72
	25パーセンタイル値	0.12	0.11	0.23	0.25	0.20
	中央値	0.14	0.11	0.50	1.25	0.50
	75パーセンタイル値	.	0.11	1.50	1.67	1.50
計	標本数	11	2	16	16	45
	平均値	0.43	0.68	0.86	1.38	0.93
	標準偏差	0.37	0.81	0.64	1.36	0.98
	25パーセンタイル値	0.17	0.11	0.38	0.38	0.25
	中央値	0.25	0.68	0.55	0.88	0.50

表Ⅱ-43 ダイエットの期間の分布(男子)
(前問で「ふとりすぎと医師・先生に言われ、指導を受けて実行した」または「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
1週間	4	14.3	14.3	3	17.6	17.6	23	29.5	29.5	24	25.3	25.3	54	24.8	24.8
2週間	6	21.4	35.7	4	23.5	41.2	14	17.9	47.4	14	14.7	40.0	38	17.4	42.2
3週間	2	7.1	42.9	1	5.9	47.1	10	12.8	60.3	7	7.4	47.4	20	9.2	51.4
4週間	9	32.1	75.0	8	47.1	94.1	19	24.4	84.6	16	16.8	64.2	52	23.9	75.2
5週間			75.0			94.1	2	2.6	87.2	2	2.1	66.3	4	1.8	77.1
6週間			75.0			94.1			87.2	2	2.1	68.4	2	0.9	78.0
7週間	1	3.6	78.6			94.1	1	1.3	88.5	1	1.1	69.5	3	1.4	79.4
8週間	1	3.6	82.1			94.1	1	1.3	89.7	5	5.3	74.7	7	3.2	82.6
9週間			82.1			94.1			89.7			74.7			82.6
10週間	1	3.6	85.7	1	5.9	100.0	1	1.3	91.0	2	2.1	76.8	5	2.3	84.9
11～15週間			85.7				4	5.1	96.2	8	8.4	85.3	12	5.5	90.4
16～20週間	2	7.1	92.9				1	1.3	97.4	5	5.3	90.5	8	3.7	94.0
21～25週間	1	3.6	96.4						97.4	4	4.2	94.7	5	2.3	96.3
25週間～	1	3.6	100.0				2	2.6	100.0	5	5.3	100.0	8	3.7	100.0
週間	28	100.0		17	100.0		78	100.0		95	100.0		218	100.0	

表Ⅱ-44 ダイエットの期間の分布(女子)
(前問で「ふとりすぎと医師・先生に言われ、指導を受けて実行した」または「やせたいと思って実行した」と回答した者のみ)

	小学校 3·4年生			小学校 5·6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
1週間	4	22.2	22.2	6	33.3	33.3	92	41.8	41.8	192	34.2	34.2	294	36.0	36.0
2週間	5	27.8	50.0	6	33.3	66.7	48	21.8	63.6	110	19.6	53.8	169	20.7	56.7
3週間	3	16.7	66.7	2	11.1	77.8	20	9.1	72.7	49	8.7	62.6	74	9.1	65.7
4週間	3	16.7	83.3	1	5.6	83.3	36	16.4	89.1	98	17.5	80.0	138	16.9	82.6
5週間			83.3			83.3	5	2.3	91.4	13	2.3	82.4	18	2.2	84.8
6週間			83.3			83.3	4	1.8	93.2	10	1.8	84.1	14	1.7	86.5
7週間	1	5.6	88.9			83.3	1	0.5	93.6	2	0.4	84.5	4	0.5	87.0
8週間			88.9	1	5.6	88.9	2	0.9	94.5	23	4.1	88.6	26	3.2	90.2
9週間			88.9			88.9			94.5	2	0.4	88.9	2	0.2	90.5
10週間			88.9			88.9	2	0.9	95.5	9	1.6	90.6	11	1.3	91.8
11～15週間	1	5.6	94.4			88.9	6	2.7	98.2	24	4.3	94.8	31	3.8	95.6
16～20週間			94.4			88.9	3	1.4	99.5	12	2.1	97.0	15	1.8	97.4
21～25週間	1	5.6	100.0	1	5.6	94.4			99.5	6	1.1	98.0	8	1.0	98.4
25週間～				1	5.6	100.0	1	0.5	100.0	11	2.0	100.0	13	1.6	100.0
計	18	100.0		18	100.0		220	100.0		561	100.0		817	100.0	

表Ⅱ-45 ダイエットによる体重の減少量の分布（男子）

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
1kg	17	70.8	70.8	8	66.7	66.7	13	17.8	17.8	9	9.9	9.9	47	23.5	23.5
2kg	3	12.5	83.3	2	16.7	83.3	30	41.1	58.9	16	17.6	27.5	51	25.5	49.0
3kg	1	4.2	87.5			83.3	15	20.5	79.5	18	19.8	47.3	34	17.0	66.0
4kg			87.5			83.3	4	5.5	84.9	13	14.3	61.5	17	8.5	74.5
5kg	2	8.3	95.8	2	16.7	100.0	6	8.2	93.2	10	11.0	72.5	20	10.0	84.5
6kg			95.8						93.2	2	2.2	74.7	2	1.0	85.5
7kg			95.8				1	1.4	94.5	2	2.2	76.9	3	1.5	87.0
8kg			95.8				1	1.4	95.9	6	6.6	83.5	7	3.5	90.5
9kg	1	4.2	100.0				1	1.4	97.3	1	1.1	84.6	3	1.5	92.0
10kg									97.3	8	8.8	93.4	8	4.0	96.0
11kg							1	1.4	98.6	1	1.1	94.5	2	1.0	97.0
12kg									98.6			94.5			97.0
13kg									98.6	1	1.1	95.6	1	0.5	97.5
16kg									98.6	1	1.1	96.7	1	0.5	98.0
17kg									98.6			96.7			98.0
18kg									98.6	1	1.1	97.8	1	0.5	98.5
20kg									98.6	2	2.2	100.0	2	1.0	99.5
23kg									98.6			100.0			99.5
30kg							1	1.4	100.0			100.0	1	0.5	100.0
32kg															
	24	100.0		12	100.0		73	100.0		91	100.0		200	100.0	

表Ⅱ-46 ダイエットによる体重の減少量の分布(女子)

	小学校3･4年生			小学校5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
1kg	9	69.2	69.2	7	50.0	50.0	77	38.3	38.3	127	23.6	23.6	220	28.7	28.7
2kg	2	15.4	84.6	3	21.4	71.4	55	27.4	65.7	144	26.8	50.4	204	26.6	55.4
3kg	1	7.7	92.3	3	21.4	92.9	30	14.9	80.6	116	21.6	71.9	150	19.6	74.9
4kg			92.3			92.9	11	5.5	86.1	42	7.8	79.7	53	6.9	81.9
5kg			92.3	1	7.1	100.0	16	8.0	94.0	67	12.5	92.2	84	11.0	92.8
6kg			92.3				4	2.0	96.0	4	0.7	92.9	8	1.0	93.9
7kg			92.3				2	1.0	97.0	15	2.8	95.7	17	2.2	96.1
8kg			92.3				2	1.0	98.0	7	1.3	97.0	9	1.2	97.3
9kg			92.3				1	0.5	98.5	1	0.2	97.2	2	0.3	97.5
10kg			92.3				2	1.0	99.5	9	1.7	98.9	11	1.4	99.0
11kg			92.3				1	0.5	100.0			98.9	1	0.1	99.1
12kg			92.3							3	0.6	99.4	3	0.4	99.5
13kg			92.3							1	0.2	99.6	1	0.1	99.6
16kg			92.3									99.6			99.6
17kg	1	7.7	100.0									99.6	1	0.1	99.7
18kg												99.6			99.7
20kg												99.6			99.7
23kg										1	0.2	99.8	1	0.1	99.9
30kg												99.8			99.9
32kg										1	0.2	100.0	1	0.1	100.0
	13	100.0		14	100.0		201	100.0		538	100.0		766	100.0	

表Ⅱ-47 運動部や自由時間に行った1週間の強い運動の時間

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	449	362	936	874	2621
	平均値	4h04m	4h57m	7h33m	9h02m	7h05m
	標準偏差	3h27m	4h30m	6h49m	8h12m	6h53m
	25パーセンタイル値	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
	中央値	3h00m	4h00m	5h25m	6h00m	4h30m
	75パーセンタイル値	6h00m	7h00m	12h00m	14h00m	11h00m
女子	標本数	389	285	784	1025	2483
	平均値	2h34m	3h26m	5h43m	5h45m	4h58m
	標準偏差	2h52m	3h53m	6h26m	6h45m	6h02m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h30m	1h00m
	中央値	1h30m	2h00m	3h00m	3h00m	2h30m
	75パーセンタイル値	3h00m	5h00m	8h00m	8h00m	6h00m
計	標本数	838	647	1720	1899	5104
	平均値	3h22m	4h17m	6h43m	7h15m	6h04m
	標準偏差	3h16m	4h18m	6h42m	7h38m	6h34m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h30m	2h00m	1h30m
	中央値	2h00m	3h00m	4h00m	3h00m	3h00m
	75パーセンタイル値	4h33m	6h00m	10h00m	12h00m	9h00m

表Ⅱ-48 運動部や自由時間に行った1週間の中等度の運動の時間

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	507	420	990	908	2825
	平均値	5h42m	6h01m	5h35m	6h26m	5h57m
	標準偏差	4h40m	5h13m	5h50m	7h27m	6h09m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h00m	1h30m	2h00m	2h00m
	中央値	5h00m	5h00m	3h20m	3h30m	4h00m
	75パーセンタイル値	8h00m	8h00m	8h00m	8h00m	8h00m
女子	標本数	490	373	977	1395	3235
	平均値	4h02m	3h59m	4h47m	4h25m	4h25m
	標準偏差	3h37m	3h22m	5h23m	5h12m	4h53m
	25パーセンタイル値	1h30m	1h30m	1h00m	1h10m	1h15m
	中央値	3h00m	3h20m	3h00m	3h00m	3h00m
	75パーセンタイル値	5h00m	5h00m	6h00m	5h20m	5h30m
計	標本数	997	793	1967	2303	6060
	平均値	4h53m	5h04m	5h11m	5h13m	5h08m
	標準偏差	4h16m	4h34m	5h38m	6h16m	5h34m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h00m	1h15m	1h30m	1h30m
	中央値	4h00m	4h00m	3h00m	3h00m	3h20m
	75パーセンタイル値	7h00m	7h00m	7h00m	6h00m	7h00m

表Ⅱ-49　運動部や自由時間に行った1週間の軽い運動の時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	421	326	748	686	2181
	平均値	3h30m	3h24m	2h37m	2h53m	2h59m
	標準偏差	3h56m	3h48m	4h37m	4h42m	4h25m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	0h30m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	1h00m	1h20m	2h00m
	75パーセンタイル値	5h00m	5h00m	3h00m	3h00m	3h00m
女子	標本数	426	289	757	1021	2493
	平均値	2h51m	2h37m	1h56m	2h08m	2h15m
	標準偏差	3h01m	3h06m	2h51m	2h59m	2h59m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	0h30m	0h30m	0h50m
	中央値	2h00m	1h10m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	3h30m	3h00m	2h00m	2h30m	3h00m
計	標本数	847	615	1505	1707	4674
	平均値	3h10m	3h02m	2h16m	2h26m	2h36m
	標準偏差	3h31m	3h31m	3h51m	3h47m	3h44m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	0h30m	0h50m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	1h00m	1h00m	1h02m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h00m	2h30m	3h00m	3h00m

表Ⅱ-50　運動部や自由時間に行った1週間の運動時間合計
(「強い運動」をした時間+「中等度の運動をした時間」+「軽い運動」をした時間)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	555	450	1088	1016	3109
	平均値	11h10m	12h04m	13h24m	15h28m	13h29m
	標準偏差	7h47m	8h59m	10h56m	12h16m	10h46m
	25パーセンタイル値	5h00m	6h00m	6h00m	5h00m	5h30m
	中央値	10h00m	10h00m	11h57m	14h00m	11h14m
	75パーセンタイル値	15h20m	16h00m	18h00m	22h43m	18h30m
女子	標本数	531	409	1074	1527	3541
	平均値	7h54m	7h54m	9h54m	9h20m	9h07m
	標準偏差	6h33m	6h24m	8h57m	9h03m	8h27m
	25パーセンタイル値	3h20m	3h00m	3h10m	3h00m	3h00m
	中央値	6h00m	6h00m	7h15m	6h30m	6h30m
	75パーセンタイル値	10h30m	10h30m	14h35m	13h15m	13h00m
計	標本数	1086	859	2162	2543	6650
	平均値	9h34m	10h05m	11h39m	11h47m	11h10m
	標準偏差	7h23m	8h08m	10h09m	10h52m	9h51m
	25パーセンタイル値	4h00m	4h30m	4h10m	3h30m	4h0m
	中央値	8h00m	8h00m	9h12m	8h10m	8h30m
	75パーセンタイル値	13h30m	13h30m	16h30m	18h00m	16h00m

表Ⅱ-51 強い運動をした時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	126	21.9	21.9	97	21.1	21.1	175	15.8	15.8	157	15.2	15.2	555	17.5	17.5
- 2時間	131	22.8	44.7	89	19.4	40.5	194	17.5	33.2	154	14.9	30.2	568	17.9	35.4
2 - 4時間	120	20.9	65.6	88	19.2	59.7	184	16.6	49.8	212	20.6	50.7	604	19.0	54.4
4 - 6時間	84	14.6	80.2	68	14.8	74.5	98	8.8	58.6	67	6.5	57.2	317	10.0	64.4
6 - 8時間	53	9.2	89.4	47	10.2	84.7	81	7.3	65.9	44	4.3	61.5	225	7.1	71.4
8 - 10時間	22	3.8	93.2	22	4.8	89.5	52	4.7	70.6	24	2.3	63.8	120	3.8	75.2
10 - 12時間	16	2.8	96.0	16	3.5	93.0	81	7.3	77.9	43	4.2	68.0	156	4.9	80.1
12 - 14時間	13	2.3	98.3	13	2.8	95.9	66	5.9	83.8	65	6.3	74.3	157	4.9	85.1
14 - 16時間	7	1.2	99.5	8	1.7	97.6	70	6.3	90.1	86	8.3	82.6	171	5.4	90.5
16 - 18時間	1	0.2	99.7	2	0.4	98.0	25	2.3	92.3	24	2.3	85.0	52	1.6	92.1
18 - 20時間			99.7	1	0.2	98.3	16	1.4	93.8	27	2.6	87.6	44	1.4	93.5
20 - 22時間	2	0.3	100.0	6	1.3	99.6	36	3.2	97.0	62	6.0	93.6	106	3.3	96.8
22 - 24時間						99.6	8	0.7	97.7	11	1.1	94.7	19	0.6	97.4
24 - 26時間						99.6	9	0.8	98.6	21	2.0	96.7	30	0.9	98.4
26 - 28時間						99.6	5	0.5	99.0	11	1.1	97.8	16	0.5	98.9
28 - 30時間				1	0.2	99.8	2	0.2	99.2	5	0.5	98.3	8	0.3	99.1
30 - 32時間				1	0.2	100.0	4	0.4	99.5	9	0.9	99.1	14	0.4	99.6
32 - 34時間									99.5	3	0.3	99.4	3	0.1	99.7
34 - 36時間							1	0.1	99.6	4	0.4	99.8	5	0.2	99.8
36 - 38時間							4	0.4	100.0	2	0.2	100.0	6	0.2	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-52 強い運動をした時間の分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	167	30.0	30.0	159	35.8	35.8	335	29.9	29.9	569	35.7	35.7	1230	33.1	33.1
- 2時間	211	37.9	68.0	128	28.8	64.6	262	23.4	53.4	299	18.8	54.5	900	24.2	57.4
2 - 4時間	93	16.7	84.7	64	14.4	79.1	191	17.1	70.4	356	22.3	76.8	704	19.0	76.3
4 - 6時間	42	7.6	92.3	44	9.9	89.0	69	6.2	76.6	78	4.9	81.7	233	6.3	82.6
6 - 8時間	22	4.0	96.2	15	3.4	92.3	51	4.6	81.1	34	2.1	83.8	122	3.3	85.9
8 - 10時間	6	1.1	97.3	10	2.3	94.6	26	2.3	83.5	21	1.3	85.1	63	1.7	87.6
10 - 12時間	8	1.4	98.7	7	1.6	96.2	43	3.8	87.3	43	2.7	87.8	101	2.7	90.3
12 - 14時間			98.7	6	1.4	97.5	26	2.3	89.6	46	2.9	90.7	78	2.1	92.4
14 - 16時間	3	0.5	99.3	5	1.1	98.6	32	2.9	92.5	31	1.9	92.7	71	1.9	94.3
16 - 18時間	2	0.4	99.6	3	0.7	99.3	29	2.6	95.1	29	1.8	94.5	63	1.7	96.0
18 - 20時間	2	0.4	100.0	2	0.5	99.8	16	1.4	96.5	23	1.4	95.9	43	1.2	97.2
20 - 22時間						99.8	22	2.0	98.5	29	1.8	97.7	51	1.4	98.5
22 - 24時間						99.8	2	0.2	98.7	8	0.5	98.2	10	0.3	98.8
24 - 26時間						99.8	5	0.4	99.1	7	0.4	98.7	12	0.3	99.1
26 - 28時間				1	0.2	100.0	3	0.3	99.4	8	0.5	99.2	12	0.3	99.5
28 - 30時間							2	0.2	99.6	6	0.4	99.6	8	0.2	99.7
30 - 32時間							3	0.3	99.8	4	0.3	99.8	7	0.2	99.9
32 - 34時間									99.8	1	0.1	99.9	1	0.0	99.9
34 - 36時間									99.8			99.9			99.9
36 - 38時間							2	0.2	100.0	2	0.1	100.0	4	0.1	100.0
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-53　中等度の運動をした時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	68	11.8	11.8	39	8.5	8.5	121	10.9	10.9	123	11.9	11.9	351	11.1	11.1
- 2時間	95	16.5	28.3	73	15.9	24.4	272	24.5	35.4	218	21.1	33.1	658	20.7	31.8
2 - 4時間	115	20.0	48.3	99	21.6	46.0	251	22.6	58.0	244	23.7	56.7	709	22.3	54.1
4 - 6時間	93	16.2	64.5	80	17.4	63.4	130	11.7	69.7	132	12.8	69.5	435	13.7	67.8
6 - 8時間	75	13.0	77.6	62	13.5	76.9	84	7.6	77.2	83	8.1	77.6	304	9.6	77.4
8 - 10時間	31	5.4	83.0	21	4.6	81.5	50	4.5	81.7	30	2.9	80.5	132	4.2	81.5
10 - 12時間	40	7.0	89.9	29	6.3	87.8	67	6.0	87.8	53	5.1	85.6	189	6.0	87.5
12 - 14時間	17	3.0	92.9	10	2.2	90.0	33	3.0	90.7	23	2.2	87.9	83	2.6	90.1
14 - 16時間	26	4.5	97.4	15	3.3	93.2	42	3.8	94.5	31	3.0	90.9	114	3.6	93.7
16 - 18時間	2	0.3	97.7	7	1.5	94.8	12	1.1	95.6	8	0.8	91.7	29	0.9	94.6
18 - 20時間			97.7	8	1.7	96.5	9	0.8	96.4	2	0.2	91.9	19	0.6	95.2
20 - 22時間	10	1.7	99.5	10	2.2	98.7	20	1.8	98.2	32	3.1	95.0	72	2.3	97.4
22 - 24時間			99.5	3	0.7	99.3	5	0.5	98.6	6	0.6	95.5	14	0.4	97.9
24 - 26時間	2	0.3	99.8	2	0.4	99.8	4	0.4	99.0	11	1.1	96.6	19	0.6	98.5
26 - 28時間			99.8			99.8	1	0.1	99.1	6	0.6	97.2	7	0.2	98.7
28 - 30時間			99.8			99.8	2	0.2	99.3	8	0.8	98.0	10	0.3	99.0
30 - 32時間	1	0.2	100.0	1	0.2	100.0	5	0.5	99.7	10	1.0	98.9	17	0.5	99.6
32 - 34時間							1	0.1	99.8	1	0.1	99.0	2	0.1	99.6
34 - 36時間							1	0.1	99.9	3	0.3	99.3	4	0.1	99.7
36 - 38時間							1	0.1	100.0	7	0.7	100.0	8	0.3	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-54　中等度の運動をした時間の分布（女子）

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間（していない）	66	11.9	11.9	71	16.0	16.0	142	12.7	12.7	199	12.5	12.5	478	12.9	12.9
- 2時間	131	23.6	35.4	108	24.3	40.3	316	28.2	40.9	455	28.5	41.0	1010	27.2	40.1
2 - 4時間	144	25.9	61.3	86	19.4	59.7	247	22.1	63.0	400	25.1	66.1	877	23.6	63.7
4 - 6時間	104	18.7	80.0	98	22.1	81.8	145	13.0	76.0	212	13.3	79.4	559	15.1	78.8
6 - 8時間	52	9.4	89.4	42	9.5	91.2	88	7.9	83.8	139	8.7	88.1	321	8.6	87.4
8 - 10時間	19	3.4	92.8	12	2.7	93.9	41	3.7	87.5	37	2.3	90.5	109	2.9	90.3
10 - 12時間	24	4.3	97.1	15	3.4	97.3	45	4.0	91.5	50	3.1	93.6	134	3.6	93.9
12 - 14時間	5	0.9	98.0	6	1.4	98.6	22	2.0	93.5	21	1.3	94.9	54	1.5	95.4
14 - 16時間	6	1.1	99.1	3	0.7	99.3	26	2.3	95.8	22	1.4	96.3	57	1.5	96.9
16 - 18時間			99.1	1	0.2	99.5	13	1.2	97.0	8	0.5	96.8	22	0.6	97.5
18 - 20時間			99.1			99.5	8	0.7	97.7	7	0.4	97.2	15	0.4	97.9
20 - 22時間	3	0.5	99.6			99.5	9	0.8	98.5	18	1.1	98.4	30	0.8	98.7
22 - 24時間			99.6			99.5	5	0.4	98.9	5	0.3	98.7	10	0.3	99.0
24 - 26時間			99.6	1	0.2	99.8	2	0.2	99.1	6	0.4	99.1	9	0.2	99.2
26 - 28時間			99.6			99.8	1	0.1	99.2	4	0.3	99.3	5	0.1	99.4
28 - 30時間			99.6	1	0.2	100.0	4	0.4	99.6	2	0.1	99.4	7	0.2	99.6
30 - 32時間	2	0.4	100.0				2	0.2	99.7	4	0.3	99.7	8	0.2	99.8
32 - 34時間									99.7			99.7			99.8
34 - 36時間									99.7	1	0.1	99.7	1	0.0	99.8
36 - 38時間							3	0.3	100.0	4	0.3	100.0	7	0.2	100.0
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-55 軽い運動をした時間の分布(男子)

	小学校 3・4年生			小学校 5・6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	154	26.8	26.8	133	29.0	29.0	363	32.7	32.7	345	33.5	33.5	995	31.3	31.3
・2時間	156	27.1	53.9	126	27.5	56.4	442	39.8	72.5	365	35.4	68.9	1089	34.3	65.6
2・4時間	134	23.3	77.2	104	22.7	79.1	176	15.8	88.3	198	19.2	88.1	612	19.3	84.9
4・6時間	50	8.7	85.9	38	8.3	87.4	59	5.3	93.6	45	4.4	92.4	192	6.0	90.9
6・8時間	42	7.3	93.2	25	5.4	92.8	22	2.0	95.6	25	2.4	94.9	114	3.6	94.5
8・10時間	10	1.7	95.0	7	1.5	94.3	7	0.6	96.2	5	0.5	95.3	29	0.9	95.4
10・12時間	16	2.8	97.7	15	3.3	97.6	16	1.4	97.7	21	2,0	97.4	68	2.1	97.6
12・14時間	2	0.3	98.1			97.6	7	0.6	98.3	4	0.4	97.8	13	0.4	98.0
14・16時間	5	0.9	99.0	7	1.5	99.1	6	0.5	98.8	6	0.6	98.4	24	0.8	98.7
16・18時間			99.0			99.1	1	0.1	98.9	2	0.2	98.5	3	0.1	98.8
18・20時間	2	0.3	99.3	1	0.2	99.3	2	0.2	99.1	2	0.2	98.7	7	0.2	99.1
20・22時間	2	0.3	99.7	2	0.4	99.8	5	0.5	99.5	5	0.5	99.2	14	0.4	99.5
22・24時間			99.7			99.8			99.5			99.2			99.5
24・26時間			99.7			99.8			99.5	1	0.1	99.3	1	0.0	99.5
26・28時間			99.7			99.8			99.5	1	0.1	99.4	1	0.0	99.6
28・30時間			99.7			99.8	1	0.1	99.6	2	0.2	99.6	3	0.1	99.7
30・32時間	1	0.2	99.8			99.8			99.6	1	0.1	99.7	2	0.1	99.7
34・36時間			99.8	1	0.2	100.0			99.6			99.7	1	0.0	99.7
36・38時間	1	0.2	100.0				4	0.4	100.0	3	0.3	100.0	8	0.3	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-56 軽い運動をした時間の分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	130	23.4	23.4	155	34.9	34.9	362	32.4	32.4	573	35.9	35.9	1220	32.9	32.9
・2時間	185	33.3	56.7	153	34.5	69.4	498	44.5	76.9	632	39.6	75.6	1468	39.5	72.4
2・4時間	137	24.6	81.3	73	16.4	85.8	175	15.6	92.5	245	15.4	91.0	630	17.0	89.4
4・6時間	43	7.7	89.0	31	7.0	92.8	41	3.7	96.2	76	4.8	95.7	191	5.1	94.5
6・8時間	36	6.5	95.5	14	3.2	95.9	14	1.3	97.4	29	1.8	97.6	93	2.5	97.0
8・10時間	4	0.7	96.2	2	0.5	96.4	11	1.0	98.4	2	0.1	97.7	19	0.5	97.5
10・12時間	12	2.2	98.4	9	2.0	98.4	11	1.0	99.4	15	0.9	98.6	47	1.3	98.8
12・14時間	2	0.4	98.7			98.4	1	0.1	99.5	9	0.6	99.2	12	0.3	99.1
14・16時間	5	0.9	99.6	6	1.4	99.8	1	0.1	99.6	2	0.1	99.3	14	0.4	99.5
16・18時間	1	0.2	99.8			99.8			99.6	1	0.1	99.4	2	0.1	99.5
18・20時間			99.8			99.8			99.6	3	0.2	99.6	3	0.1	99.6
20・22時間			99.8			99.8	1	0.1	99.6	3	0.2	99.7	4	0.1	99.7
22・24時間			99.8			99.8	1	0.1	99.7	1	0.1	99.8	2	0.1	99.8
24・26時間			99.8	1	0.2	100.0	2	0.2	99.9	1	0.1	99.9	4	0.1	99.9
26・28時間			99.8						99.9			99.9			99.9
28・30時間			99.8						99.9			99.9			99.9
30・32時間	1	0.2	100.0						99.9	2	0.1	100.0	3	0.1	100.0
34・36時間									99.9						
36・38時間							1	0.1	100.0				1	0.0	
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-57　1週間の総運動時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間(していない)	20	3.5	3.5	9	2.0	2.0	23	2.1	2.1	15	1.5	1.5	67	2.1	2.1
- 2時間	30	5.2	8.7	30	6.5	8.5	75	6.8	8.8	66	6.4	7.9	201	6.3	8.4
2 - 4時間	56	9.7	18.4	29	6.3	14.8	102	9.2	18.0	115	11.2	19.0	302	9.5	17.9
4 - 6時間	68	11.8	30.3	40	8.7	23.5	91	8.2	26.2	99	9.6	28.6	298	9.4	27.3
6 - 8時間	53	9.2	39.5	65	14.2	37.7	101	9.1	35.3	70	6.8	35.4	289	9.1	36.4
8 - 10時間	60	10.4	49.9	45	9.8	47.5	89	8.0	43.3	55	5.3	40.7	249	7.8	44.3
10 - 12時間	61	10.6	60.5	52	11.3	58.8	86	7.7	51.0	53	5.1	45.9	252	7.9	52.2
12 - 14時間	50	8.7	69.2	41	8.9	67.8	108	9.7	60.8	48	4.7	50.5	247	7.8	60.0
14 - 16時間	45	7.8	77.0	29	6.3	74.1	79	7.1	67.9	54	5.2	55.8	207	6.5	66.5
16 - 18時間	35	6.1	83.1	29	6.3	80.4	79	7.1	75.0	49	4.8	60.5	192	6.0	72.5
18 - 20時間	27	4.7	87.8	16	3.5	83.9	58	5.2	80.2	61	5.9	66.4	162	5.1	77.6
20 - 22時間	20	3.5	91.3	20	4.4	88.2	54	4.9	85.1	55	5.3	71.8	149	4.7	82.3
22 - 24時間	12	2.1	93.4	11	2.4	90.6	38	3.4	88.5	67	6.5	78.3	128	4.0	86.4
24 - 26時間	15	2.6	96.0	9	2.0	92.6	27	2.4	90.9	47	4.6	82.8	98	3.1	89.5
26 - 28時間	8	1.4	97.4	8	1.7	94.3	15	1.4	92.3	33	3.2	86.0	64	2.0	91.5
28 - 30時間	5	0.9	98.3	5	1.1	95.4	20	1.8	94.1	29	2.8	88.8	59	1.9	93.3
30 - 32時間	2	0.3	98.6	7	1.5	96.9	11	1.0	95.0	28	2.7	91.6	48	1.5	94.8
32 - 34時間	1	0.2	98.8	2	0.4	97.4	8	0.7	95.8	16	1.6	93.1	27	0.9	95.7
34 - 36時間	3	0.5	99.3	2	0.4	97.8	4	0.4	96.1	14	1.4	94.5	23	0.7	96.4
36 - 38時間			99.3	1	0.2	98.0	6	0.5	96.7	15	1.5	95.9	22	0.7	97.1
38 - 40時間	2	0.3	99.7	1	0.2	98.3	2	0.2	96.8	5	0.5	96.4	10	0.3	97.4
40 - 42時間			99.7	1	0.2	98.5	7	0.6	97.5	5	0.5	96.9	13	0.4	97.8
42 - 44時間			99.7	1	0.2	98.7	2	0.2	97.7	4	0.4	97.3	7	0.2	98.0
44 - 46時間			99.7	1	0.2	98.9	6	0.5	98.2	4	0.4	97.7	11	0.3	98.4
46 - 48時間			99.7			98.9	2	0.2	98.4	2	0.2	97.9	4	0.1	98.5
48 - 50時間			99.7	3	0.7	99.6	1	0.1	98.5	4	0.4	98.3	8	0.3	98.8
50 - 52時間	2	0.3	100.0	2	0.4	100.0	17	1.5	100.0	18	1.7	100.0	39	1.2	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-58　1週間の総運動時間の分布（女子）

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0時間（していない）	25	4.5	4.5	35	7.9	7.9	45	4.0	4.0	67	4.2	4.2	172	4.6	4.6
- 2時間	60	10.8	15.3	54	12.2	20.0	153	13.7	17.7	246	15.4	19.6	513	13.8	18.4
2 - 4時間	90	16.2	31.5	67	15.1	35.1	157	14.0	31.7	248	15.6	35.2	562	15.1	33.6
4 - 6時間	94	16.9	48.4	69	15.5	50.7	122	10.9	42.6	212	13.3	48.5	497	13.4	47.0
6 - 8時間	72	12.9	61.3	46	10.4	61.0	129	11.5	54.2	163	10.2	58.7	410	11.0	58.0
8 - 10時間	62	11.2	72.5	52	11.7	72.7	89	8.0	62.1	123	7.7	66.4	326	8.8	66.8
10 - 12時間	44	7.9	80.4	34	7.7	80.4	84	7.5	69.6	92	5.8	72.2	254	6.8	73.6
12 - 14時間	20	3.6	84.0	27	6.1	86.5	44	3.9	73.5	76	4.8	77.0	167	4.5	78.1
14 - 16時間	27	4.9	88.8	19	4.3	90.8	57	5.1	78.6	71	4.5	81.4	174	4.7	82.8
16 - 18時間	16	2.9	91.7	12	2.7	93.5	58	5.2	83.8	43	2.7	84.1	129	3.5	86.3
18 - 20時間	9	1.6	93.3	4	0.9	94.4	42	3.8	87.6	52	3.3	87.4	107	2.9	89.2
20 - 22時間	16	2.9	96.2	6	1.4	95.7	34	3.0	90.6	41	2.6	90.0	97	2.6	91.8
22 - 24時間	8	1.4	97.7	4	0.9	96.6	27	2.4	93.0	43	2.7	92.7	82	2.2	94.0
24 - 26時間	4	0.7	98.4	3	0.7	97.3	16	1.4	94.5	22	1.4	94.0	45	1.2	95.2
26 - 28時間	1	0.2	98.6	4	0.9	98.2	13	1.2	95.6	21	1.3	95.4	39	1.1	96.3
28 - 30時間	3	0.5	99.1	4	0.9	99.1	14	1.3	96.9	24	1.5	96.9	45	1.2	97.5
30 - 32時間	2	0.4	99.5	2	0.5	99.5	9	0.8	97.7	15	0.9	97.8	28	0.8	98.2
32 - 34時間	1	0.2	99.6			99.5	6	0.5	98.2	12	0.8	98.6	19	0.5	98.7
34 - 36時間			99.6			99.5	1	0.1	98.3	4	0.3	98.8	5	0.1	98.9
36 - 38時間			99.6	1	0.2	99.8	3	0.3	98.6	3	0.2	99.0	7	0.2	99.1
38 - 40時間	1	0.2	99.8	1	0.2	100.0	3	0.3	98.8			99.0	5	0.1	99.2
40 - 42時間			99.8				1	0.1	98.9	1	0.1	99.1	2	0.1	99.2
42 - 44時間			99.8						98.9	4	0.3	99.3	4	0.1	99.4
44 - 46時間			99.8				7	0.6	99.6	3	0.2	99.5	10	0.3	99.6
46 - 48時間			99.8				2	0.2	99.7	1	0.1	99.6	3	0.1	99.7
48 - 50時間			99.8				1	0.1	99.8			99.6	1	0.0	99.7
50 - 52時間	1	0.2	100.0				2	0.2	100.0	7	0.4	100.0	10	0.3	100.0
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-59 体重1kgあたりの運動によるエネルギー消費量

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	555	450	1088	1016	3109
	平均値	11.24	11.92	12.83	13.26	12.62
	標準偏差	7.80	8.87	10.41	10.69	9.99
	25パーセンタイル値	5.46	5.90	4.98	3.88	4.75
	中央値	10.03	9.83	10.50	11.24	10.34
	75パーセンタイル値	15.82	15.96	18.15	20.45	18.27
女子	標本数	531	409	1074	1527	3541
	平均値	7.10	7.16	8.71	7.06	7.59
	標準偏差	5.91	6.27	8.52	7.54	7.59
	25パーセンタイル値	3.01	2.80	2.38	1.81	2.20
	中央値	5.60	5.46	5.86	4.22	5.08
	75パーセンタイル値	9.54	9.49	12.29	9.58	10.51
計	標本数	1086	859	2162	2543	6650
	平均値	9.18	9.65	10.79	9.54	9.93
	標準偏差	7.22	8.10	9.73	9.43	9.14
	25パーセンタイル値	3.84	3.79	3.36	2.43	3.06
	中央値	7.41	7.65	8.21	5.80	7.06
	75パーセンタイル値	12.59	13.28	15.48	15.35	14.65

表Ⅱ-60 運動によるエネルギー消費量

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	555	450	1088	1016	3109
	平均値	367.09	422.22	632.99	803.46	623.60
	標準偏差	276.15	318.88	526.75	676.15	557.99
	25パーセンタイル値	174.72	201.99	237.99	238.89	212.16
	中央値	324.48	350.55	527.68	664.01	460.22
	75パーセンタイル値	492.07	565.11	842.29	1227.36	889.80
女子	標本数	531	409	1074	1527	3541
	平均値	226.45	255.61	409.98	374.59	354.16
	標準偏差	201.42	222.53	408.99	406.83	376.45
	25パーセンタイル値	91.27	95.83	110.30	93.28	97.76
	中央値	174.24	200.23	274.87	220.87	223.46
	75パーセンタイル値	304.92	348.89	583.41	489.51	462.07
計	標本数	1086	859	2162	2543	6650
	平均値	297.12	342.89	522.52	546.14	479.48
	標準偏差	251.76	289.30	484.99	571.14	488.51
	25パーセンタイル値	116.55	132.75	162.91	134.90	139.06
	中央値	228.21	267.17	392.42	306.89	309.88
	75パーセンタイル値	398.68	459.77	744.47	855.28	667.94

表Ⅱ-61　排便習慣と運動によるエネルギー消費量の関連

			小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生
1 男子	1 毎日ほとんど同じころに出る	度数	219	205	420	427
		平均値	405.53	410.67	674.47	890.46
	2 毎日出るが、同じころではない	度数	184	128	365	316
		平均値	372.01	416.73	611.51	715.78
	3 ときどき出ないことがある	度数	142	110	256	232
		平均値	292.97	430.33	560.40	718.67
	4 数日出ないことがある	度数	22	14	62	42
		平均値	187.94	322.39	565.61	718.95
2 女子	1 毎日ほとんど同じころに出る	度数	138	96	165	205
		平均値	229.09	264.69	411.03	435.07
	2 毎日出るが、同じころではない	度数	205	134	273	281
		平均値	215.63	247.09	423.60	420.70
	3 ときどき出ないことがある	度数	180	174	506	701
		平均値	220.07	222.48	395.70	333.92
	4 数日出ないことがある	度数	28	33	167	397
		平均値	183.25	157.70	332.77	325.88

表Ⅱ-62　目覚めの状況と運動によるエネルギー消費量の関連

			小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生
1 男子	1 すっきり目が覚めた	度数	215	157	170	164
		平均値	388.69	395.75	667.65	791.35
	2 少し眠かった	度数	283	246	644	565
		平均値	355.64	425.18	597.56	793.24
	3 眠くてなかなか起きられなかった	度数	72	54	292	299
		平均値	283.84	419.45	647.86	794.59
2 女子	1 すっきり目が覚めた	度数	161	116	151	199
		平均値	226.67	268.73	418.00	377.10
	2 少し眠かった	度数	313	253	628	856
		平均値	224.46	216.62	398.76	363.97
	3 眠くてなかなか起きられなかった	度数	80	74	336	538
		平均値	186.89	248.63	377.23	344.51

表Ⅱ-63　朝食摂取状況と運動によるエネルギー消費量の関連

			小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生
1 男子	1 毎日食べる	度数	511	422	893	802
		平均値	366.58	410.76	630.08	820.67
	2 食べる日の方が多い	度数	30	26	124	102
		平均値	321.55	474.41	628.78	667.74
	3 食べない日の方が多い	度数	17	6	50	46
		平均値	260.90	514.22	485.13	747.94
	4 ほとんど食べない	度数	6	3	39	77
		平均値	253.12	340.23	593.24	654.94
2 女子	1 毎日食べる	度数	490	405	883	1270
		平均値	219.50	237.23	405.08	378.95
	2 食べる日の方が多い	度数	29	21	128	195
		平均値	228.17	219.68	344.45	276.98
	3 食べない日の方が多い	度数	29	11	59	57
		平均値	209.39	182.02	372.26	333.16
	4 ほとんど食べない	度数	3	5	44	69
		平均値	207.65	370.39	374.63	247.61

表Ⅱ-64　通常の片道の通学時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	244	205	861	863	2173
	平均値	19m27s	19m54s	18m28s	29m10s	22m57s
	標準偏差	13m04s	12m05s	20m06s	16m31s	18m04s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	15m00s	12m00s
	中央値	15m0s	15m0s	15m0s	25m0s	20m0s
	75パーセンタイル値	25m00s	27m30s	20m00s	40m00s	30m00s
女子	標本数	228	197	840	1215	2480
	平均値	17m20s	19m51s	19m49s	35m33s	27m18s
	標準偏差	10m34s	13m33s	13m12s	20m03s	18m37s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	20m00s	15m00s
	中央値	15m00s	15m00s	20m00s	30m00s	20m00s
	75パーセンタイル値	20m00s	25m00s	25m00s	50m00s	40m00s
計	標本数	472	402	1701	2078	4653
	平均値	18m25s	19m53s	19m08s	32m54s	25m16s
	標準偏差	11m58s	12m48s	17m03s	18m55s	18m29s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	20m00s	15m00s
	中央値	15m00s	15m00s	15m00s	30m00s	20m00s
	75パーセンタイル値	20m00s	25m00s	25m00s	45m00s	30m00s

表Ⅱ-65　通常の片道の通学時間に占める歩行＋自転車時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	475	384	970	948	2777
	平均値	17m48s	18m55s	16m32s	22m32s	19m08s
	標準偏差	10m52s	11m26s	10m17s	13m21s	11m56s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	15m00s	10m00s
	中央値	15m00s	15m00s	15m00s	20m00s	15m00s
	75パーセンタイル値	20m00s	25m00s	20m00s	30m00s	25m00s
女子	標本数	446	370	983	1491	3290
	平均値	16m54s	18m43s	18m57s	22m21s	20m11s
	標準偏差	9m53s	11m19s	11m31s	11m51s	11m38s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	15m00s	10m00s
	中央値	15m00s	15m00s	15m00s	20m00s	20m00s
	75パーセンタイル値	20m00s	20m00s	25m00s	30m00s	30m00s
計	標本数	921	754	1953	2439	6067
	平均値	17m22s	18m49s	17m45s	22m26s	19m42s
	標準偏差	10m24s	11m22s	10m59s	12m27s	11m47s
	25パーセンタイル値	10m00s	10m00s	10m00s	15m00s	10m00s
	中央値	15m00s	15m00s	15m00s	20m00s	20m00s
	75パーセンタイル値	20m00s	25m00s	23m00s	30m00s	27m00s

表Ⅱ-66 家庭の仕事の分担状況(男子)(複数回答)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食事の用意やかたづけ	335	58.3	257	56.0	503	45.3	425	41.2	1520	47.9
2 そうじ	139	24.2	127	27.7	357	32.1	354	34.3	977	30.8
3 衣類などの整理整頓	117	20.3	68	14.8	191	17.2	188	18.2	564	17.8
4 お使い	148	25.7	92	20.0	176	15.8	111	10.8	527	16.6
5 家の職業の手伝い	17	3.0	18	3.9	51	4.6	58	5.6	144	4.5
6 家族の世話	66	11.5	40	8.7	73	6.6	40	3.9	219	6.9
7 動物の世話	112	19.5	100	21.8	265	23.9	189	18.3	666	21.0
8 植物の世話	16	2.8	6	1.3	38	3.4	24	2.3	84	2.6
9 その他	78	13.6	73	15.9	71	6.4	55	5.3	277	8.7
無効回答	84	14.6	70	15.3	220	19.8	264	25.6	638	20.1
計	575		459		1111		1031		3176	

表Ⅱ-67 家庭の仕事の分担状況(女子)(複数回答)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 食事の用意やかたづけ	384	69.1	302	68.0	716	64.0	1009	63.3	2411	64.9
2 そうじ	176	31.7	134	30.2	412	36.8	590	37.0	1312	35.3
3 衣類などの整理整頓	183	32.9	166	37.4	379	33.9	552	34.6	1280	34.5
4 お使い	129	23.2	79	17.8	143	12.8	194	12.2	545	14.7
5 家の職業の手伝い	12	2.2	8	1.8	42	3.8	59	3.7	121	3.3
6 家族の世話	92	16.5	54	12.2	109	9.7	99	6.2	354	9.5
7 動物の世話	125	22.5	124	27.9	318	28.4	382	24.0	949	25.6
8 植物の世話	29	5.2	25	5.6	63	5.6	45	2.8	162	4.4
9 その他	49	8.8	42	9.5	74	6.6	80	5.0	245	6.6
無効回答	49	8.8	43	9.7	113	10.1	246	15.4	451	12.1
計	556		444		1119		1594		3713	

表Ⅱ-68　学校帰宅後、読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	223	180	720	761	1884
	平均値	1h08m	1h11m	1h34m	1h41m	1h31m
	標準偏差	0h55m	0h59m	1h17m	1h18m	1h14m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	1h00m	0h30m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m
女子	標本数	307	230	769	1093	2399
	平均値	1h13m	1h13m	1h41m	1h41m	1h35m
	標準偏差	0h51m	0h53m	1h21m	1h13m	1h13m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h40m	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m
計	標本数	530	410	1489	1854	4283
	平均値	1h11m	1h12m	1h38m	1h41m	1h33m
	標準偏差	0h53m	0h56m	1h19m	1h15m	1h13m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h42m	1h00m	0h40m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h30m	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m

表Ⅱ-69　学校から帰宅後、パソコンやテレビゲームをした時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	378	302	603	447	1730
	平均値	1h24m	1h20m	1h39m	1h48m	1h35m
	標準偏差	0h47m	0h41m	1h08m	1h20m	1h05m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	1h00m	1h00m	1h10m	1h30m	1h00m
	75パーセンタイル値	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
女子	標本数	175	131	291	243	840
	平均値	0h59m	1h06m	1h18m	1h21m	1h13m
	標準偏差	0h35m	0h52m	1h02m	1h07m	0h58m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	1h30m
計	標本数	553	433	894	690	2570
	平均値	1h16m	1h16m	1h32m	1h38m	1h28m
	標準偏差	0h45m	0h45m	1h07m	1h17m	1h03m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	2h00m	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m

表Ⅱ-70 学校から帰宅後、テレビやビデオを見た時間

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	510	399	1017	927	2853
	平均値	2h01m	2h12m	2h37m	2h08m	2h18m
	標準偏差	0h58m	1h09m	1h36m	1h23m	1h24m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h20m	1h30m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	2h37m	3h00m	3h30m	3h00m	3h00m
女子	標本数	496	389	1034	1433	3352
	平均値	2h09m	2h26m	2h53m	2h20m	2h29m
	標準偏差	0h59m	1h22m	1h41m	1h25m	1h28m
	25パーセンタイル値	1h30m	1h30m	1h30m	1h00m	1h30m
	中央値	2h00m	2h00m	3h00m	2h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	4h00m	3h00m	3h00m
計	標本数	1006	788	2051	2360	6205
	平均値	2h05m	2h19m	2h45m	2h15m	2h24m
	標準偏差	0h59m	1h16m	1h39m	1h24m	1h26m
	25パーセンタイル値	1h30m	1h30m	1h30m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	2h30m	2h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	4h00m	3h00m	3h00m

表Ⅱ-71 学校から帰宅後、室内で過ごした時間合計
（読書・音楽鑑賞+テレビゲーム+テレビ・ビデオ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	538	422	1069	1004	3033
	平均値	3h23m	3h33m	4h28m	4h03m	4h01m
	標準偏差	1h35m	1h40m	2h32m	2h24m	2h17m
	25パーセンタイル値	2h03m	2h30m	2h31m	2h30m	2h30m
	中央値	3h00m	3h30m	4h00m	3h30m	3h45m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h30m	6h00m	5h30m	5h00m
女子	標本数	522	401	1073	1546	3542
	平均値	3h06m	3h25m	4h21m	3h34m	3h43m
	標準偏差	1h30m	1h41m	2h26m	2h00m	2h06m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h00m	2h30m	2h00m	2h00m
	中央値	3h00m	3h00m	4h00m	3h00m	3h30m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h25m	6h00m	5h00m	5h00m
計	標本数	1060	823	2142	2550	6575
	平均値	3h14m	3h29m	4h25m	3h46m	3h51m
	標準偏差	1h33m	1h41m	2h29m	2h11m	2h11m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h10m	2h30m	2h00m	2h10m
	中央値	3h00m	3h30m	4h00m	3h30m	3h30m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h30m	6h00m	5h00m	5h00m

表Ⅱ-72 読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	352	61.2	61.2	279	60.8	60.8	391	35.2	35.2	270	26.2	26.2	1292	40.7	40.7
- 1h	83	14.4	75.7	60	13.1	73.9	202	18.2	53.4	177	17.2	43.4	522	16.4	57.1
1h - 2h	90	15.7	91.3	77	16.8	90.6	259	23.3	76.7	274	26.6	69.9	700	22.0	79.2
2h - 3h	29	5.0	96.3	32	7.0	97.6	137	12.3	89.0	161	15.6	85.5	359	11.3	90.5
3h - 4h	16	2.8	99.1	8	1.7	99.3	65	5.9	94.9	81	7.9	93.4	170	5.4	95.8
4h - 5h	4	0.7	99.8	1	0.2	99.6	30	2.7	97.6	33	3.2	96.6	68	2.1	98.0
5h - 6h			99.8			99.6	14	1.3	98.8	21	2.0	98.6	35	1.1	99.1
6h - 7h			99.8	1	0.2	99.8	8	0.7	99.5	7	0.7	99.3	16	0.5	99.6
7h - 8h	1	0.2	100.0			99.8	5	0.5	100.0	6	0.6	99.9	12	0.4	99.9
8h - 9h			100.0	1	0.2	100.0			100.0	1	0.1	100.0	2	0.1	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-73 読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間の分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	249	44.8	44.8	214	48.2	48.2	350	31.3	31.3	501	31.4	31.4	1314	35.4	35.4
- 1h	96	17.3	62.1	64	14.4	62.6	188	16.8	48.1	234	14.7	46.1	582	15.7	51.1
1h - 2h	136	24.5	86.5	120	27.0	89.6	274	24.5	72.6	397	24.9	71.0	927	25.0	76.0
2h - 3h	49	8.8	95.3	30	6.8	96.4	159	14.2	86.8	252	15.8	86.8	490	13.2	89.2
3h - 4h	22	4.0	99.3	8	1.8	98.2	76	6.8	93.6	107	6.7	93.5	213	5.7	95.0
4h - 5h	2	0.4	99.6	5	1.1	99.3	31	2.8	96.3	66	4.1	97.7	104	2.8	97.8
5h - 6h	1	0.2	99.8	2	0.5	99.8	23	2.1	98.4	27	1.7	99.4	53	1.4	99.2
6h - 7h	1	0.2	100.0	1	0.2	100.0	10	0.9	99.3	7	0.4	99.8	19	0.5	99.7
7h - 8h							8	0.7	100.0	3	0.2	100.0	11	0.3	100.0
8h - 9h															
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-74 パソコンやテレビゲームをした時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	197	34.3	34.3	157	34.2	34.2	508	45.7	45.7	584	56.6	56.6	1446	45.5	45.5
- 1h	59	10.3	44.5	45	9.8	44.0	104	9.4	55.1	74	7.2	63.8	282	8.9	54.4
1h - 2h	193	33.6	78.1	176	38.3	82.4	255	23.0	78.0	177	17.2	81.0	801	25.2	79.6
2h - 3h	96	16.7	94.8	67	14.6	96.9	146	13.1	91.2	99	9.6	90.6	408	12.8	92.5
3h - 4h	24	4.2	99.0	11	2.4	99.3	65	5.9	97.0	54	5.2	95.8	154	4.8	97.3
4h - 5h	4	0.7	99.7	2	0.4	99.8	18	1.6	98.6	21	2.0	97.9	45	1.4	98.7
5h - 6h	2	0.3	100.0	1	0.2	100.0	7	0.6	99.3	10	1.0	98.8	20	0.6	99.4
6h - 7h							5	0.5	99.7	8	0.8	99.6	13	0.4	99.8
7h - 8h							2	0.2	99.9	4	0.4	100.0	6	0.2	100.0
8h - 9h							1	0.1	100.0				1	0.0	
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-75 パソコンやテレビゲームをした時間の分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	381	68.5	68.5	313	70.5	70.5	828	74.0	74.0	1351	84.8	84.8	2873	77.4	77.4
- 1h	57	10.3	78.8	48	10.8	81.3	107	9.6	83.6	84	5.3	90.0	296	8.0	85.3
1h - 2h	96	17.3	96.0	61	13.7	95.0	103	9.2	92.8	90	5.6	95.7	350	9.4	94.8
2h - 3h	21	3.8	99.8	14	3.2	98.2	48	4.3	97.1	44	2.8	98.4	127	3.4	98.2
3h - 4h			99.8	4	0.9	99.1	23	2.1	99.1	9	0.6	99.0	36	1.0	99.2
4h - 5h			99.8	2	0.5	99.5	5	0.4	99.6	10	0.6	99.6	17	0.5	99.6
5h - 6h	1	0.2	100.0	2	0.5	100.0	2	0.2	99.7	4	0.3	99.9	9	0.2	99.9
6h - 7h							3	0.3	100.0	2	0.1	100.0	5	0.1	100.0
7h - 8h															
8h - 9h															
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-76 テレビやビデオをみた時間の分布(男子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	65	11.3	11.3	60	13.1	13.1	94	8.5	8.5	104	10.1	10.1	323	10.2	10.2
- 1h	19	3.3	14.6	14	3.1	16.1	81	7.3	15.8	104	10.1	20.2	218	6.9	17.0
1h - 2h	174	30.3	44.9	118	25.7	41.8	234	21.1	36.8	284	27.5	47.7	810	25.5	42.5
2h - 3h	190	33.0	77.9	151	32.9	74.7	260	23.4	60.2	257	24.9	72.6	858	27.0	69.6
3h - 4h	91	15.8	93.7	70	15.3	90.0	196	17.6	77.9	147	14.3	86.9	504	15.9	85.4
4h - 5h	26	4.5	98.3	26	5.7	95.6	108	9.7	87.6	68	6.6	93.5	228	7.2	92.6
5h - 6h	8	1.4	99.7	15	3.3	98.9	82	7.4	95.0	45	4.4	97.9	150	4.7	97.3
6h - 7h	2	0.3	100.0	5	1.1	100.0	35	3.2	98.1	9	0.9	98.7	51	1.6	98.9
7h - 8h			100.0			100.0	14	1.3	99.4	11	1.1	99.8	25	0.8	99.7
8h - 9h			100.0			100.0	7	0.6	100.0	2	0.2	100.0	9	0.3	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-77 テレビやビデオをみた時間の分布(女子)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	60	10.8	10.8	55	12.4	12.4	85	7.6	7.6	161	10.1	10.1	361	9.7	9.7
- 1h	12	2.2	12.9	13	2.9	15.3	66	5.9	13.5	125	7.8	17.9	216	5.8	15.5
1h - 2h	151	27.2	40.1	110	24.8	40.1	203	18.1	31.6	385	24.2	42.1	849	22.9	38.4
2h - 3h	184	33.1	73.2	115	25.9	66.0	233	20.8	52.5	396	24.8	66.9	928	25.0	63.4
3h - 4h	108	19.4	92.6	85	19.1	85.1	225	20.1	72.6	269	16.9	83.8	687	18.5	81.9
4h - 5h	31	5.6	98.2	40	9.0	94.1	133	11.9	84.5	141	8.8	92.7	345	9.3	91.2
5h - 6h	8	1.4	99.6	14	3.2	97.3	102	9.1	93.6	79	5.0	97.6	203	5.5	96.7
6h - 7h	2	0.4	100.0	6	1.4	98.6	41	3.7	97.2	22	1.4	99.0	71	1.9	98.6
7h - 8h			100.0	3	0.7	99.3	19	1.7	98.9	12	0.8	99.7	34	0.9	99.5
8h - 9h			100.0	3	0.7	100.0	12	1.1	100.0	4	0.3	100.0	19	0.5	100.0
	556	100.0	200.0	444	100.0	200.0	1119	100.0	200.0	1594	100.0	200.0	3713	100.0	200.0

表Ⅱ-78 室内で過ごした時間合計の分布(男子)
(読書・音楽鑑賞+テレビゲーム+テレビ・ビデオ)

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	37	6.4	6.4	37	8.1	8.1	42	3.8	3.8	27	2.6	2.6	143	4.5	4.5
- 1h	9	1.6	8.0	9	2.0	10.0	33	3.0	6.8	33	3.2	5.8	84	2.6	7.1
1h - 2h	62	10.8	18.8	44	9.6	19.6	87	7.8	14.6	121	11.7	17.6	314	9.9	17.0
2h - 3h	126	21.9	40.7	78	17.0	36.6	161	14.5	29.1	153	14.8	32.4	518	16.3	33.3
3h - 4h	126	21.9	62.6	109	23.7	60.3	173	15.6	44.6	207	20.1	52.5	615	19.4	52.7
4h - 5h	122	21.2	83.8	94	20.5	80.8	196	17.6	62.3	149	14.5	66.9	561	17.7	70.4
5h - 6h	48	8.3	92.2	50	10.9	91.7	150	13.5	75.8	121	11.7	78.7	369	11.6	82.0
6h - 7h	27	4.7	96.9	16	3.5	95.2	74	6.7	82.4	87	8.4	87.1	204	6.4	88.4
7h - 8h	7	1.2	98.1	13	2.8	98.0	73	6.6	89.0	53	5.1	92.2	146	4.6	93.0
8h - 9h	7	1.2	99.3	5	1.1	99.1	49	4.4	93.4	34	3.3	95.5	95	3.0	96.0
9h -10h	3	0.5	99.8	3	0.7	99.8	21	1.9	95.3	16	1.6	97.1	43	1.4	97.4
10h -11h			99.8			99.8	25	2.3	97.6	15	1.5	98.5	40	1.3	98.6
11h-12h	1	0.2	100.0	1	0.2	100.0	12	1.1	98.6	6	0.6	99.1	20	0.6	99.2
12h-13h			100.0			100.0	6	0.5	99.2	3	0.3	99.4	9	0.3	99.5
13h-14h			100.0			100.0	5	0.5	99.6	2	0.2	99.6	7	0.2	99.7
14h-15h			100.0			100.0	4	0.4	100.0	1	0.1	99.7	5	0.2	99.9
15h-			100.0			100.0			100.0	3	0.3	100.0	3	0.1	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-79 室内で過ごした時間合計の分布（女子）
（読書・音楽鑑賞+テレビゲーム+テレビ・ビデオ）

	小学校 3･4年生			小学校 5･6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	34	6.1	6.1	43	9.7	9.7	46	4.1	4.1	48	3.0	3.0	171	4.6	4.6
- 1h	10	1.8	7.9	5	1.1	10.8	30	2.7	6.8	58	3.6	6.6	103	2.8	7.4
1h - 2h	74	13.3	21.2	53	11.9	22.7	106	9.5	16.3	214	13.4	20.1	447	12.0	19.4
2h - 3h	143	25.7	46.9	88	19.8	42.6	152	13.6	29.8	303	19.0	39.1	686	18.5	37.9
3h - 4h	142	25.5	72.5	98	22.1	64.6	188	16.8	46.6	327	20.5	59.6	755	20.3	58.2
4h - 5h	82	14.7	87.2	74	16.7	81.3	182	16.3	62.9	229	14.4	74.0	567	15.3	73.5
5h - 6h	39	7.0	94.2	45	10.1	91.4	136	12.2	75.1	184	11.5	85.5	404	10.9	84.4
6h - 7h	20	3.6	97.8	23	5.2	96.6	112	10.0	85.1	111	7.0	92.5	266	7.2	91.5
7h - 8h	7	1.3	99.1	3	0.7	97.3	61	5.5	90.5	60	3.8	96.2	131	3.5	95.1
8h - 9h	4	0.7	99.8	8	1.8	99.1	42	3.8	94.3	33	2.1	98.3	87	2.3	97.4
9h -10h			99.8	4	0.9	100.0	38	3.4	97.7	11	0.7	99.0	53	1.4	98.8
10h -11h			99.8				6	0.5	98.2	9	0.6	99.6	15	0.4	99.2
11h-12h			99.8				7	0.6	98.8	4	0.3	99.8	11	0.3	99.5
12h-13h	1	0.2	100.0				5	0.4	99.3	3	0.2	100.0	9	0.2	99.8
13h-14h							4	0.4	99.6				4	0.1	99.9
14h-15h							2	0.2	99.8				2	0.1	99.9
15h-							2	0.2	100.0				2	0.1	100.0
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-80 調査前日、帰宅後、家で勉強をした時間

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	341	265	784	531	1921
	平均値	0h44m	0h52m	1h38m	1h32m	1h21m
	標準偏差	0h27m	0h34m	1h16m	1h06m	1h06m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h30m
	中央値	0h30m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	2h00m
女子	標本数	374	309	847	985	2515
	平均値	0h49m	0h58m	1h49m	1h42m	1h31m
	標準偏差	0h25m	0h33m	1h20m	1h03m	1h07m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h50m
	中央値	1h00m	1h00m	1h30m	1h30m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	2h10m	2h10m	2h00m
計	標本数	715	574	1631	1516	4436
	平均値	0h47m	0h55m	1h44m	1h39m	1h26m
	標準偏差	0h26m	0h33m	1h18m	1h04m	1h06m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h30m
	中央値	0h40m	1h00m	1h30m	1h30m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	2h00m

表Ⅱ-81 家で勉強をした時間の分布(男子)

	小学校 3·4年生			小学校 5·6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	234	40.7	40.7	194	42.3	42.3	327	29.4	29.4	500	48.5	48.5	1255	39.5	39.5
・1h	212	36.9	77.6	124	27.0	69.3	189	17.0	46.4	130	12.6	61.1	655	20.6	60.1
1h・2h	118	20.5	98.1	122	26.6	95.9	293	26.4	72.8	210	20.4	81.5	743	23.4	83.5
2h・3h	9	1.6	99.7	13	2.8	98.7	164	14.8	87.6	121	11.7	93.2	307	9.7	93.2
3h・4h	2	0.3	100.0	5	1.1	99.8	81	7.3	94.9	45	4.4	97.6	133	4.2	97.4
4h・5h				1	0.2	100.0	31	2.8	97.7	14	1.4	98.9	46	1.4	98.8
5h・6h							12	1.1	98.7	7	0.7	99.6	19	0.6	99.4
6h・7h							10	0.9	99.6	2	0.2	99.8	12	0.4	99.8
7h・8h							2	0.2	99.8	2	0.2	100.0	4	0.1	99.9
8h・9h							2	0.2	100.0				2	0.1	100.0
	575	100.0		459	100.0		1111	100.0		1031	100.0		3176	100.0	

表Ⅱ-82 家で勉強をした時間の分布(女子)

	小学校 3·4年生			小学校 5·6年生			中学生			高校生			計		
	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%	N	%	累積%
0	182	32.7	32.7	135	30.4	30.4	272	24.3	24.3	609	38.2	38.2	1198	32.3	32.3
・1h	168	30.2	62.9	116	26.1	56.5	174	15.5	39.9	181	11.4	49.6	639	17.2	49.5
1h・2h	189	34.0	96.9	159	35.8	92.3	290	25.9	65.8	354	22.2	71.8	992	26.7	76.2
2h・3h	17	3.1	100.0	28	6.3	98.6	213	19.0	84.8	277	17.4	89.1	535	14.4	90.6
3h・4h				5	1.1	99.8	91	8.1	92.9	123	7.7	96.9	219	5.9	96.5
4h・5h				1	0.2	100.0	40	3.6	96.5	38	2.4	99.2	79	2.1	98.6
5h・6h						100.0	19	1.7	98.2	9	0.6	99.8	28	0.8	99.4
6h・7h						100.0	10	0.9	99.1	2	0.1	99.9	12	0.3	99.7
7h・8h						100.0	7	0.6	99.7	1	0.1	100.0	8	0.2	99.9
8h・9h						100.0	3	0.3	100.0			100.0	3	0.1	100.0
	556	100.0		444	100.0		1119	100.0		1594	100.0		3713	100.0	

表Ⅱ-83 学習塾に通っているかどうか（男子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 通っている	155	27.2	167	36.9	499	45.7	216	21.1	1037	33.0
2 通っていない	415	72.8	286	63.1	592	54.3	809	78.9	2102	67.0
計	570	100.0	453	100.0	1091	100.0	1025	100.0	3139	100.0

表Ⅱ-84 学習塾に通っているかどうか（女子）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 通っている	161	29.3	181	41.2	483	43.7	307	19.4	1132	30.8
2 通っていない	388	70.7	258	58.8	623	56.3	1279	80.6	2548	69.2
計	549	100.0	439	100.0	1106	100.0	1586	100.0	3680	100.0

表Ⅱ-85　学習塾へ1週間に通っている回数
（学習塾に「通っている」と答えた人のみ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	152	166	497	212	1027
	平均値	2.05	2.02	2.19	2.20	2.14
	標準偏差	0.77	0.73	0.74	1.00	0.81
	25パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	中央値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	3.0	3.0	3.0
女子	標本数	154	176	482	304	1116
	平均値	2.03	2.02	2.16	1.90	2.05
	標準偏差	0.86	0.70	0.73	0.88	0.79
	25パーセンタイル値	1.0	2.0	2.0	1.0	2.0
	中央値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
計	標本数	306	342	979	516	2143
	平均値	2.04	2.02	2.17	2.02	2.09
	標準偏差	0.82	0.71	0.73	0.94	0.80
	25パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	1.0	2.0
	中央値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	3.0	3.0	2.0

表Ⅱ-86　学習塾へ1週間に通っている時間
（学習塾に「通っている」と答えた人のみ）

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	153	166	495	211	1025
	平均値	2h55m	3h27m	4h52m	5h44m	4h31m
	標準偏差	2h28m	3h05m	3h36m	7h17m	4h31m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h00m	3h00m	3h00m	2h00m
	中央値	2h00m	3h00m	4h00m	4h00m	4h00m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h00m	6h00m	6h00m	6h00m
女子	標本数	158	178	482	303	1121
	平均値	3h13m	3h11m	4h40m	4h56m	4h18m
	標準偏差	2h40m	2h05m	2h42m	7h32m	4h32m
	25パーセンタイル値	1h00m	2h00m	3h00m	2h00m	2h00m
	中央値	2h00m	3h00m	4h00m	4h00m	4h00m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h00m	6h00m	6h00m	5h00m
計	標本数	311	344	977	514	2146
	平均値	3h04m	3h19m	4h46m	5h16m	4h24m
	標準偏差	2h35m	2h37m	3h11m	7h26m	4h32m
	25パーセンタイル値	1h00m	2h00m	3h00m	2h00m	2h00m
	中央値	2h00m	3h00m	4h00m	4h00m	4h00m
	75パーセンタイル値	4h00m	4h00m	6h00m	6h00m	6h00m

表Ⅱ-87 おけいこごと(スポーツを除く)に通っているかどうか(男子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 通っている	234	41.6	167	37.5	123	11.8	38	3.8	562	18.4
2 通っていない	328	58.4	278	62.5	920	88.2	969	96.2	2495	81.6
計	562	100.0	445	100.0	1043	100.0	1007	100.0	3057	100.0

表Ⅱ-88 おけいこごと(スポーツを除く)に通っているかどうか(女子)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 通っている	368	67.3	307	70.4	410	37.8	323	20.4	1408	38.6
2 通っていない	179	32.7	129	29.6	676	62.2	1258	79.6	2242	61.4
計	547	100.0	436	100.0	1086	100.0	1581	100.0	3650	100.0

表Ⅱ-89 おけいこごと(スポーツを除く)へ1週間に通っている回数
(おけいこごとに「通っている」と答えた人のみ)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	233	167	121	37	558
	平均値	1.79	1.61	1.24	1.51	1.60
	標準偏差	0.97	1.08	0.52	1.28	0.97
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	中央値	2.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	1.0	2.0	2.0
女子	標本数	367	303	407	322	1399
	平均値	1.87	1.84	1.34	1.24	1.56
	標準偏差	1.10	1.08	0.71	0.60	0.94
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	中央値	2.0	2.0	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	1.0	2.0
計	標本数	600	470	528	359	1957
	平均値	1.84	1.76	1.32	1.26	1.57
	標準偏差	1.05	1.08	0.67	0.70	0.95
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	中央値	2.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	1.0	1.0	2.0

表Ⅱ-90 おけいこごと(スポーツを除く)へ1週間に通っている時間
(おけいこごとに「通っている」と答えた人のみ)

		小学校 3・4年生	小学校 5・6年生	中学生	高校生	計
男子	標本数	234	167	122	36	559
	平均値	2h07m	2h17m	2h43m	2h48m	2h20m
	標準偏差	1h36m	3h02m	8h17m	3h05m	4h24m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	1h00m	1h00m	2h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	2h00m	2h00m	3h00m	2h00m
女子	標本数	366	303	398	315	1382
	平均値	2h20m	2h29m	2h40m	2h19m	2h28m
	標準偏差	2h16m	3h10m	6h38m	4h20m	4h32m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	1h00m	1h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	2h00m	2h00m	3h00m
計	標本数	600	470	520	351	1941
	平均値	2h15m	2h25m	2h41m	2h22m	2h26m
	標準偏差	2h02m	3h07m	7h03m	4h13m	4h29m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	1h00m	1h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	2h00m	2h00m	3h00m

表Ⅱ-91 ODに関連する自覚症状(男子)
5 「立ちくらみ」や「めまい」を感じることがある。または、立ち上がるときにそっと立つことがある。

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	3	0.5	5	1.1	184	16.6	187	18.1	379	11.9
2 ときどき感じている	13	2.3	15	3.3	166	14.9	191	18.5	385	12.1
3 たまに感じている	21	3.7	26	5.7	222	20.0	268	26.0	537	16.9
4 感じていない	524	91.1	403	87.8	519	46.7	380	36.9	1826	57.5
無効回答	14	2.4	10	2.2	20	1.8	5	0.5	49	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-92 ODに関連する自覚症状(女子)
5 「立ちくらみ」や「めまい」を感じることがある。または、立ち上がるときにそっと立つことがある。

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	10	1.8	15	3.4	253	22.6	386	24.2	664	17.9
2 ときどき感じている	11	2.0	16	3.6	217	19.4	376	23.6	620	16.7
3 たまに感じている	32	5.8	52	11.7	242	21.6	386	24.2	712	19.2
4 感じていない	491	88.3	348	78.4	394	35.2	439	27.5	1672	45.0
無効回答	12	2.2	13	2.9	13	1.2	7	0.4	45	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-93 ODに関連する自覚症状(男子)
6 立っていると気持ちが悪くなり、ひどい時には、倒れることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	0	0.0	1	0.2	8	0.7	7	0.7	16	0.5
2 ときどき感じている	0	0.0	0	0.0	19	1.7	21	2.0	40	1.3
3 たまに感じている	4	0.7	5	1.1	63	5.7	57	5.5	129	4.1
4 感じていない	557	96.9	443	96.5	1001	90.1	941	91.3	2942	92.6
無効回答	14	2.4	10	2.2	20	1.8	5	0.5	49	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-94 ODに関連する自覚症状(女子)
6 立っていると気持ちが悪くなり、ひどい時には、倒れることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	1	0.2	0	0.0	12	1.1	19	1.2	32	0.9
2 ときどき感じている	0	0.0	2	0.5	39	3.5	44	2.8	85	2.3
3 たまに感じている	9	1.6	16	3.6	96	8.6	175	11.0	296	8.0
4 感じていない	534	96.0	413	93.0	959	85.7	1349	84.6	3255	87.7
無効回答	12	2.2	13	2.9	13	1.2	7	0.4	45	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-95 ODに関連する自覚症状(男子)

7 お風呂やシャワーに入ったとき、気分が悪くなり、ひどいときには倒れることがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	1	0.2	1	0.2	7	0.6	7	0.7	16	0.5
2ときどき感じている	1	0.2	0	0.0	24	2.2	10	1.0	35	1.1
3たまに感じている	7	1.2	9	2.0	53	4.8	33	3.2	102	3.2
4感じていない	552	96.0	440	95.9	1008	90.7	976	94.7	2976	93.7
無効回答	14	2.4	9	2.0	19	1.7	5	0.5	47	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-96 ODに関連する自覚症状(女子)

7 お風呂やシャワーに入ったとき、気分が悪くなり、ひどいときには倒れることがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	1	0.2	1	0.2	13	1.2	14	0.9	29	0.8
2ときどき感じている	2	0.4	1	0.2	26	2.3	30	1.9	59	1.6
3たまに感じている	10	1.8	12	2.7	72	6.4	131	8.2	225	6.1
4感じていない	531	95.5	417	93.9	995	88.9	1411	88.5	3354	90.3
無効回答	12	2.2	13	2.9	13	1.2	8	0.5	46	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-97 ODに関連する自覚症状(男子)

8 少し動いただけでも、胸がドキドキしたり、息切れしたりすることがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	1	0.2	0	0.0	31	2.8	52	5.0	84	2.6
2ときどき感じている	14	2.4	7	1.5	53	4.8	63	6.1	137	4.3
3たまに感じている	25	4.3	17	3.7	130	11.7	166	16.1	338	10.6
4感じていない	521	90.6	425	92.6	878	79.0	745	72.3	2569	80.9
無効回答	14	2.4	10	2.2	19	1.7	5	0.5	48	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-98 ODに関連する自覚症状(女子)

8 少し動いただけでも、胸がドキドキしたり、息切れしたりすることがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	5	0.9	3	0.7	58	5.2	141	8.8	207	5.6
2ときどき感じている	3	0.5	8	1.8	86	7.7	178	11.2	275	7.4
3たまに感じている	17	3.1	27	6.1	228	20.4	388	24.3	660	17.8
4感じていない	519	93.3	393	88.5	734	65.6	880	55.2	2526	68.0
無効回答	12	2.2	13	2.9	13	1.2	7	0.4	45	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-99 ODに関連する自覚症状(男子)
9 朝、頭痛や腹痛や身体のだるさで、起きにくいことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	12	2.1	9	2.0	114	10.3	135	13.1	270	8.5
2 ときどき感じている	21	3.7	21	4.6	109	9.8	106	10.3	257	8.1
3 たまに感じている	78	13.6	62	13.5	205	18.5	199	19.3	544	17.1
4 感じていない	450	78.3	357	77.8	664	59.8	586	56.8	2057	64.8
無効回答	14	2.4	10	2.2	19	1.7	5	0.5	48	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-100 ODに関連する自覚症状(女子)
9 朝、頭痛や腹痛や身体のだるさで、起きにくいことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	21	3.8	13	2.9	130	11.6	205	12.9	369	9.9
2 ときどき感じている	29	5.2	27	6.1	141	12.6	260	16.3	457	12.3
3 たまに感じている	78	14.0	67	15.1	252	22.5	357	22.4	754	20.3
4 感じていない	416	74.8	324	73.0	584	52.2	765	48.0	2089	56.3
無効回答	12	2.2	13	2.9	12	1.1	7	0.4	44	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-101 ODに関連する自覚症状(男子)
10 午前中、頭痛や腹痛や身体のだるさで、調子が悪いことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	11	1.9	7	1.5	88	7.9	102	9.9	208	6.5
2 ときどき感じている	29	5.0	19	4.1	121	10.9	111	10.8	280	8.8
3 たまに感じている	67	11.7	57	12.4	236	21.2	220	21.3	580	18.3
4 感じていない	454	79.0	366	79.7	646	58.1	593	57.5	2059	64.8
無効回答	14	2.4	10	2.2	20	1.8	5	0.5	49	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-102 ODに関連する自覚症状(女子)
10 午前中、頭痛や腹痛や身体のだるさで、調子が悪いことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	14	2.5	10	2.3	132	11.8	207	13.0	363	9.8
2 ときどき感じている	27	4.9	17	3.8	186	16.6	277	17.4	507	13.7
3 たまに感じている	70	12.6	85	19.1	295	26.4	426	26.7	876	23.6
4 感じていない	432	77.7	319	71.8	493	44.1	678	42.5	1922	51.8
無効回答	13	2.3	13	2.9	13	1.2	6	0.4	45	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-103 ODに関連する自覚症状(男子)
11 「顔色が悪い(青白い)」と言われることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	3	0.5	2	0.4	20	1.8	20	1.9	45	1.4
2ときどき感じている	10	1.7	6	1.3	40	3.6	58	5.6	114	3.6
3たまに感じている	53	9.2	33	7.2	131	11.8	123	11.9	340	10.7
4感じていない	495	86.1	409	89.1	901	81.1	823	79.8	2628	82.7
無効回答	14	2.4	9	2.0	19	1.7	7	0.7	49	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-104 ODに関連する自覚症状(女子)
11 「顔色が悪い(青白い)」と言われることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	4	0.7	5	1.1	58	5.2	103	6.5	170	4.6
2ときどき感じている	15	2.7	6	1.4	71	6.3	135	8.5	227	6.1
3たまに感じている	49	8.8	37	8.3	186	16.6	319	20.0	591	15.9
4感じていない	476	85.6	383	86.3	790	70.6	1028	64.5	2677	72.1
無効回答	12	2.2	13	2.9	14	1.3	9	0.6	48	1.3
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-105 ODに関連する自覚症状(男子)
12 食欲がないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	11	1.9	8	1.7	64	5.8	44	4.3	127	4.0
2ときどき感じている	27	4.7	23	5.0	108	9.7	119	11.5	277	8.7
3たまに感じている	126	21.9	89	19.4	239	21.5	229	22.2	683	21.5
4感じていない	398	69.2	330	71.9	683	61.5	633	61.4	2044	64.4
無効回答	13	2.3	9	2.0	17	1.5	6	0.6	45	1.4
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-106 ODに関連する自覚症状(女子)
12 食欲がないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1しばしば感じている	16	2.9	13	2.9	87	7.8	84	5.3	200	5.4
2ときどき感じている	22	4.0	14	3.2	134	12.0	181	11.4	351	9.5
3たまに感じている	146	26.3	89	20.0	336	30.0	427	26.8	998	26.9
4感じていない	360	64.7	315	70.9	548	49.0	895	56.1	2118	57.0
無効回答	12	2.2	13	2.9	14	1.3	7	0.4	46	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-107 ODに関連する自覚症状(男子)

13 おなかが刺すように痛くなることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	3	0.5	6	1.3	51	4.6	44	4.3	104	3.3
2 ときどき感じている	19	3.3	13	2.8	91	8.2	127	12.3	250	7.9
3 たまに感じている	61	10.6	61	13.3	249	22.4	239	23.2	610	19.2
4 感じていない	474	82.4	364	79.3	677	60.9	606	58.8	2121	66.8
無効回答	18	3.1	15	3.3	43	3.9	15	1.5	91	2.9
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-108 ODに関連する自覚症状(女子)

13 おなかが刺すように痛くなることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	12	2.2	8	1.8	120	10.7	143	9.0	283	7.6
2 ときどき感じている	19	3.4	23	5.2	184	16.4	290	18.2	516	13.9
3 たまに感じている	69	12.4	73	16.4	285	25.5	427	26.8	854	23.0
4 感じていない	435	78.2	322	72.5	499	44.6	709	44.5	1965	52.9
無効回答	21	3.8	18	4.1	31	2.8	25	1.6	95	2.6
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-109 ODに関連する自覚症状(男子)

14 身体の「だるさ」や「疲れやすさ」を感じることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	11	1.9	13	2.8	175	15.8	278	27.0	477	15.0
2 ときどき感じている	46	8.0	32	7.0	214	19.3	254	24.6	546	17.2
3 たまに感じている	124	21.6	119	25.9	323	29.1	270	26.2	836	26.3
4 感じていない	376	65.4	280	61.0	358	32.2	214	20.8	1228	38.7
無効回答	18	3.1	15	3.3	41	3.7	15	1.5	89	2.8
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-110 ODに関連する自覚症状(女子)

14 身体の「だるさ」や「疲れやすさ」を感じることがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	16	2.9	22	5.0	298	26.6	541	33.9	877	23.6
2 ときどき感じている	42	7.6	25	5.6	276	24.7	479	30.1	822	22.1
3 たまに感じている	132	23.7	132	29.7	314	28.1	394	24.7	972	26.2
4 感じていない	345	62.1	247	55.6	202	18.1	155	9.7	949	25.6
無効回答	21	3.8	18	4.1	29	2.6	25	1.6	93	2.5
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-111　ODに関連する自覚症状（男子）
15　頭が痛くなることがある

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 しばしば感じている	10	1.7	15	3.3	98	8.8	95	9.2	218	6.9
2 ときどき感じている	47	8.2	29	6.3	151	13.6	153	14.8	380	12.0
3 たまに感じている	111	19.3	92	20.0	278	25.0	266	25.8	747	23.5
4 感じていない	388	67.5	307	66.9	541	48.7	501	48.6	1737	54.7
無効回答	19	3.3	16	3.5	43	3.9	16	1.6	94	3.0
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-112　ODに関連する自覚症状（女子）
15　頭が痛くなることがある

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 しばしば感じている	21	3.8	14	3.2	176	15.7	263	16.5	474	12.8
2 ときどき感じている	40	7.2	43	9.7	231	20.6	379	23.8	693	18.7
3 たまに感じている	114	20.5	118	26.6	300	26.8	476	29.9	1008	27.1
4 感じていない	362	65.1	252	56.8	382	34.1	451	28.3	1447	39.0
無効回答	19	3.4	17	3.8	30	2.7	25	1.6	91	2.5
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-113　ODに関連する自覚症状（男子）
16　乗り物に酔いやすい

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 しばしば感じている	40	7.0	45	9.8	191	17.2	150	14.5	426	13.4
2 ときどき感じている	48	8.3	35	7.6	136	12.2	136	13.2	355	11.2
3 たまに感じている	116	20.2	101	22.0	216	19.4	210	20.4	643	20.2
4 感じていない	352	61.2	264	57.5	526	47.3	519	50.3	1661	52.3
無効回答	19	3.3	14	3.1	42	3.8	16	1.6	91	2.9
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-114　ODに関連する自覚症状（女子）
16　乗り物に酔いやすい

	小学校 3・4年生 N	%	小学校 5・6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 しばしば感じている	44	7.9	52	11.7	305	27.3	315	19.8	716	19.3
2 ときどき感じている	49	8.8	47	10.6	176	15.7	257	16.1	529	14.2
3 たまに感じている	118	21.2	104	23.4	233	20.8	397	24.9	852	22.9
4 感じていない	324	58.3	224	50.5	376	33.6	599	37.6	1523	41.0
無効回答	21	3.8	17	3.8	29	2.6	26	1.6	93	2.5
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-115 OD陽性率(男子)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 OD傾向+	3	0.5	10	2.2	151	13.6	183	17.7	347	10.9
2 OD傾向−	572	99.5	449	97.8	960	86.4	848	82.3	2829	89.1
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-116 OD陽性率(女子)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 OD傾向+	13	2.3	12	2.7	287	25.6	468	29.4	780	21.0
2 OD傾向−	543	97.7	432	97.3	832	74.4	1126	70.6	2933	79.0
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-117 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（男子）
1 将来やってみたいことがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	283	49.2	212	46.2	545	49.1	508	49.3	1548	48.7
2 ときどきあてはまる	168	29.2	119	25.9	307	27.6	304	29.5	898	28.3
3 あてはまらない	108	18.8	111	24.2	215	19.4	205	19.9	639	20.1
無効回答	16	2.8	17	3.7	44	4.0	14	1.4	91	2.9
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-118 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（女子）
1 将来やってみたいことがある

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	313	56.3	241	54.3	597	53.4	964	60.5	2115	57.0
2 ときどきあてはまる	137	24.6	120	27.0	330	29.5	441	27.7	1028	27.7
3 あてはまらない	83	14.9	70	15.8	162	14.5	162	10.2	477	12.8
無効回答	23	4.1	13	2.9	30	2.7	27	1.7	93	2.5
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-119 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（男子）
2 「やればできる」 と思う

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	261	45.4	206	44.9	404	36.4	458	44.4	1329	41.8
2 ときどきあてはまる	262	45.6	205	44.7	529	47.6	467	45.3	1463	46.1
3 あてはまらない	37	6.4	31	6.8	135	12.2	92	8.9	295	9.3
4 無効回答	15	2.6	17	3.7	43	3.9	14	1.4	89	2.8
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-120 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（女子）
2 「やればできる」 と思う

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	289	52.0	206	46.4	358	32.0	609	38.2	1462	39.4
2 ときどきあてはまる	220	39.6	202	45.5	605	54.1	856	53.7	1883	50.7
3 あてはまらない	24	4.3	23	5.2	128	11.4	103	6.5	278	7.5
4 無効回答	23	4.1	13	2.9	28	2.5	26	1.6	90	2.4
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-121 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状(男子)
3 何をやってもうまくいかない気がする

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	19	3.3	14	3.1	97	8.7	117	11.3	247	7.8
2 ときどきあてはまる	205	35.7	158	34.4	507	45.6	541	52.5	1411	44.4
3 あてはまらない	334	58.1	271	59.0	460	41.4	354	34.3	1419	44.7
4 無効回答	17	3.0	16	3.5	47	4.2	19	1.8	99	3.1
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-122 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状(女子)
3 何をやってもうまくいかない気がする

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	21	3.8	14	3.2	154	13.8	194	12.2	383	10.3
2 ときどきあてはまる	183	32.9	149	33.6	590	52.7	953	59.8	1875	50.5
3 あてはまらない	325	58.5	266	59.9	341	30.5	417	26.2	1349	36.3
4 無効回答	27	4.9	15	3.4	34	3.0	30	1.9	106	2.9
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-123 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状(男子)
4 みんなとなかよくできないと感じる

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	22	3.8	16	3.5	84	7.6	74	7.2	196	6.2
2 ときどきあてはまる	111	19.3	73	15.9	313	28.2	450	43.6	947	29.8
3 あてはまらない	424	73.7	354	77.1	660	59.4	487	47.2	1925	60.6
4 無効回答	18	3.1	16	3.5	54	4.9	20	1.9	108	3.4
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-124 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状(女子)
4 みんなとなかよくできないと感じる

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	25	4.5	16	3.6	106	9.5	139	8.7	286	7.7
2 ときどきあてはまる	125	22.5	98	22.1	476	42.5	729	45.7	1428	38.5
3 あてはまらない	381	68.5	316	71.2	507	45.3	695	43.6	1899	51.1
4 無効回答	25	4.5	14	3.2	30	2.7	31	1.9	100	2.7
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-125 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（男子）
5 急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	60	10.4	29	6.3	115	10.4	127	12.3	331	10.4
2 ときどきあてはまる	161	28.0	106	23.1	282	25.4	351	34.0	900	28.3
3 あてはまらない	336	58.4	308	67.1	661	59.5	525	50.9	1830	57.6
4 無効回答	18	3.1	16	3.5	53	4.8	28	2.7	115	3.6
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-126 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（女子）
5 急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	58	10.4	40	9.0	261	23.3	414	26.0	773	20.8
2 ときどきあてはまる	176	31.7	119	26.8	404	36.1	626	39.3	1325	35.7
3 あてはまらない	297	53.4	271	61.0	421	37.6	523	32.8	1512	40.7
4 無効回答	25	4.5	14	3.2	33	2.9	31	1.9	103	2.8
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-127 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（男子）
6 ちょっとしたことでかっとなる

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	83	14.4	56	12.2	169	15.2	142	13.8	450	14.2
2 ときどきあてはまる	250	43.5	172	37.5	432	38.9	444	43.1	1298	40.9
3 あてはまらない	227	39.5	215	46.8	458	41.2	418	40.5	1318	41.5
4 無効回答	15	2.6	16	3.5	52	4.7	27	2.6	110	3.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-128 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状（女子）
6 ちょっとしたことでかっとなる

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくあてはまる	82	14.7	52	11.7	247	22.1	333	20.9	714	19.2
2 ときどきあてはまる	214	38.5	186	41.9	464	41.5	727	45.6	1591	42.8
3 あてはまらない	236	42.4	192	43.2	374	33.4	502	31.5	1304	35.1
4 無効回答	24	4.3	14	3.2	34	3.0	32	2.0	104	2.8
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-129 「自己効力感」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	標本数	575	459	1111	1031
	平均値	2.59	2.45	2.38	2.59
	標準偏差	1.34	1.46	1.45	1.29
女子	標本数	556	444	1119	1594
	平均値	2.72	2.68	2.49	2.75
	標準偏差	1.42	1.35	1.27	1.16
計	標本数	1131	903	2230	2625
	平均値	2.65	2.56	2.44	2.69
	標準偏差	1.38	1.41	1.37	1.22

表Ⅱ-130 「不安傾向」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	標本数	575	459	1111	1031
	平均値	0.63	0.56	0.97	1.29
	標準偏差	0.97	0.96	1.18	1.09
女子	標本数	556	444	1119	1594
	平均値	0.63	0.63	1.36	1.43
	標準偏差	1.07	1.00	1.19	1.10
計	標本数	1131	903	2230	2625
	平均値	0.63	0.59	1.17	1.38
	標準偏差	1.02	0.98	1.20	1.10

表Ⅱ-131 「行動」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	標本数	575	459	1111	1031
	平均値	1.15	0.91	1.06	1.24
	標準偏差	1.29	1.26	1.29	1.27
女子	標本数	556	444	1119	1594
	平均値	1.12	1.04	1.62	1.75
	標準偏差	1.35	1.27	1.41	1.37
計	標本数	1131	903	2230	2625
	平均値	1.14	0.59	1.34	1.55
	標準偏差	1.32	0.98	1.38	1.35

表Ⅱ-132 「身体的訴え」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	標本数	575	459	1111	1031
	平均値	0.48	0.52	0.87	0.69
	標準偏差	1.8	1.85	2.03	1.48
女子	標本数	556	444	1119	1594
	平均値	0.58	0.64	1.17	1.09
	標準偏差	1.91	1.99	1.88	1.6
計	標本数	1131	903	2230	2625
	平均値	0.53	0.58	1.02	0.93
	標準偏差	1.85	1.92	1.96	1.56

表Ⅱ-133　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状　(男子)
1　気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある(平成14年度調査新設)

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	28	4.9	9	2.0	148	13.3	285	27.6	470	14.8
2 ときどき感じている	50	8.7	37	8.1	161	14.5	217	21.0	465	14.6
3 たまに感じている	112	19.5	91	19.8	286	25.7	263	25.5	752	23.7
4 感じていない	373	64.9	312	68.0	496	44.6	260	25.2	1441	45.4
無効回答	12	2.1	10	2.2	20	1.8	6	0.6	48	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-134　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状　(女子)
1　気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	25	4.5	19	4.3	264	23.6	566	35.5	874	23.5
2 ときどき感じている	39	7.0	48	10.8	261	23.3	446	28.0	794	21.4
3 たまに感じている	103	18.5	104	23.4	329	29.4	381	23.9	917	24.7
4 感じていない	376	67.6	262	59.0	252	22.5	195	12.2	1085	29.2
無効回答	13	2.3	11	2.5	13	1.2	6	0.4	43	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-135　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状　(男子)
2　よく眠れないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	17	3.0	13	2.8	173	15.6	149	14.5	352	11.1
2 ときどき感じている	28	4.9	31	6.8	166	14.9	150	14.5	375	11.8
3 たまに感じている	70	12.2	70	15.3	245	22.1	226	21.9	611	19.2
4 感じていない	446	77.6	336	73.2	508	45.7	500	48.5	1790	56.4
無効回答	14	2.4	9	2.0	19	1.7	6	0.6	48	1.5
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-136　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状　(女子)
2　よく眠れないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	31	5.6	23	5.2	226	20.2	218	13.7	498	13.4
2 ときどき感じている	26	4.7	32	7.2	171	15.3	250	15.7	479	12.9
3 たまに感じている	92	16.5	82	18.5	300	26.8	358	22.5	832	22.4
4 感じていない	395	71.0	294	66.2	410	36.6	762	47.8	1861	50.1
無効回答	12	2.2	13	2.9	12	1.1	6	0.4	43	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-137　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状（男子）
3　落ち着かなくて、じっとしていられないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	89	15.5	60	13.1	161	14.5	170	16.5	480	15.1
2 ときどき感じている	59	10.3	36	7.8	167	15.0	196	19.0	458	14.4
3 たまに感じている	149	25.9	113	24.6	309	27.8	274	26.6	845	26.6
4 感じていない	264	45.9	240	52.3	454	40.9	385	37.3	1343	42.3
無効回答	14	2.4	10	2.2	20	1.8	6	0.6	50	1.6
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-138　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状（女子）
（平成14年度調査新設）

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	44	7.9	29	6.5	171	15.3	225	14.1	469	12.6
2 ときどき感じている	52	9.4	40	9.0	187	16.7	282	17.7	561	15.1
3 たまに感じている	130	23.4	96	21.6	306	27.3	486	30.5	1018	27.4
4 感じていない	317	57.0	268	60.4	442	39.5	594	37.3	1621	43.7
無効回答	13	2.3	11	2.5	13	1.2	7	0.4	44	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-139　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状（男子）
4　集中したり、すばやく考えたりできないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	75	13.0	42	9.2	187	16.8	231	22.4	535	16.8
2 ときどき感じている	94	16.3	58	12.6	221	19.9	240	23.3	613	19.3
3 たまに感じている	194	33.7	141	30.7	328	29.5	313	30.4	976	30.7
4 感じていない	200	34.8	207	45.1	357	32.1	243	23.6	1007	31.7
無効回答	12	2.1	11	2.4	18	1.6	4	0.4	45	1.4
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-140　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状（女子）
4　集中したり、すばやく考えたりできないことがある

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 しばしば感じている	62	11.2	42	9.5	255	22.8	436	27.4	795	21.4
2 ときどき感じている	73	13.1	56	12.6	279	24.9	440	27.6	848	22.8
3 たまに感じている	186	33.5	160	36.0	385	34.4	512	32.1	1243	33.5
4 感じていない	223	40.1	174	39.2	187	16.7	199	12.5	783	21.1
無効回答	12	2.2	12	2.7	13	1.2	7	0.4	44	1.2
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-141　気分の調節不全傾向(男子)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
陰性	568	98.8	452	98.5	1053	94.8	948	91.9	3021	95.1
陽性	7	1.2	7	1.5	58	5.2	83	8.1	155	4.9
計	575	100.0	459	100.0	1111	100.0	1031	100.0	3176	100.0

表Ⅱ-142　気分の調節不全傾向(女子)

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
陰性	545	98.0	438	98.6	1015	90.7	1451	91.0	3449	92.9
陽性	11	2.0	6	1.4	104	9.3	143	9.0	264	7.1
計	556	100.0	444	100.0	1119	100.0	1594	100.0	3713	100.0

表Ⅱ-143　気分の調節不全傾向別BMI平均値

			小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	陰性	度数	568	452	1053	948
		平均値	17.37	17.88	19.69	20.98
	陽性	度数	7	7	58	83
		平均値	17.83	16.66	19.86	21.67
女子	陰性	度数	545	438	1011	1448
		平均値	16.80	17.65	19.89	21.20
	陽性	度数	11	6	104	143
		平均値	16.65	17.59	19.90	21.46

表Ⅱ-144　OD傾向別気分の調節不全傾向陽性率

			小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	OD傾向−	度数	572	449	960	848
		平均値	1.2	0.7	2.0	2.7
	OD傾向+	度数	3	10	151	183
		平均値	0.0	40.0	25.8	32.8
女子	OD傾向−	度数	3	2	25	36
		平均値	0.6	0.5	3.0	3.2
	OD傾向+	度数	8	4	79	107
		平均値	61.5	33.3	27.5	22.9

表Ⅱ-145 パソコンやテレビゲームをした時間と気分の調節不全傾向陽性率

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	無記入	2.0	1.3	4.7	8.4
	1時間まで	0.0	0.0	2.9	9.5
	1時間30分まで	0.0	1.4	5.9	6.1
	1時間30分以上	1.9	2.6	6.4	8.0
女子	無記入	1.6	1.6	9.1	9.0
	1時間まで	0.0	2.1	6.5	8.3
	1時間30分まで	2.3	0.0	13.8	5.5
	1時間30分以上	10.0	0.0	10.6	11.6

表Ⅱ-146 テレビやビデオの視聴時間と気分の調節不全傾向陽性率

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	1時間まで	1.2	0.0	4.6	11.5
	2時間30分まで	0.0	1.2	4.8	5.7
	4時間まで	4.5	2.2	4.3	5.5
	4時間以上	2.8	4.3	7.3	14.8
女子	1時間まで	2.8	5.9	10.6	13.6
	2時間30分まで	2.3	0.5	8.7	7.6
	4時間まで	1.5	0.9	10.0	7.0
	4時間以上	0.0	0.0	8.8	10.1

表Ⅱ-147　気分の調節不全傾向別「自己効力感」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	陰性	2.58	2.46	2.39	2.60
	陽性	3.14	2.00	2.21	2.51
女子	陰性	2.72	2.67	2.50	2.74
	陽性	2.91	3.33	2.42	2.89

表Ⅱ-148　気分の調節不全傾向別「不安傾向」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	陰性	0.62	0.54	0.93	1.25
	陽性	1.29	1.86	1.81	1.83
女子	陰性	0.61	0.63	1.28	1.37
	陽性	1.64	0.67	2.16	2.07

表Ⅱ-149　気分の調節不全傾向別「行動」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	陰性	1.12	0.87	1.00	1.16
	陽性	3.71	3.43	2.22	2.12
女子	陰性	1.07	1.01	1.50	1.65
	陽性	3.55	3.00	2.87	2.76

表Ⅱ-150　気分の調節不全傾向別「身体的訴え」の得点

		小学校 3･4年生	小学校 5･6年生	中学生	高校生
男子	陰性	0.48	0.50	0.63	0.60
	陽性	0.71	1.86	1.66	1.73
女子	陰性	0.56	0.62	1.06	0.98
	陽性	1.64	2.17	2.32	2.13

Ⅲ.「アレルギー様症状」に関するアンケート調査結果

表Ⅲ-1　医師からアレルギーと言われたことの有無（男子）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 現在（1年以内）アレルギーと言われている	151	27.0	92	21.0	158	14.5	131	13.6	532	17.4
2 以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある	172	30.7	128	29.2	349	32.1	288	29.9	937	30.7
3 ない	237	42.3	219	49.9	581	53.4	543	56.4	1580	51.8
計	560	100.0	439	100.0	1088	100.0	962	100.0	3049	100.0

表Ⅲ-2　医師からアレルギーと言われたことの有無（女子）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 現在（1年以内）アレルギーと言われている	110	20.5	70	16.4	154	14.1	288	19.2	622	17.5
2 以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある	131	24.4	110	25.8	320	29.2	500	33.4	1061	29.8
3 ない	295	55.0	246	57.7	622	56.8	710	47.4	1873	52.7
計	536	100.0	426	100.0	1096	100.0	1498	100.0	3556	100.0

表Ⅲ-3 アレルギーの症状(男子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」「2.以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた人の合計

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	110	34.1	64	29.1	132	26.0	76	18.1	382	26.0
2 アレルギー性鼻炎(花粉症を含む)	205	63.5	130	59.1	323	63.7	278	66.3	936	63.7
3 アトピー性皮膚炎	112	34.7	80	36.4	184	36.3	141	33.7	517	35.2
4 アレルギー性結膜炎	64	19.8	39	17.7	84	16.6	53	12.6	240	16.3
5 じんましん	31	9.6	17	7.7	57	11.2	49	11.7	154	10.5
6 消化器アレルギー	3	0.9	3	1.4	2	0.4	2	0.5	10	0.7
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.5	2	0.1
8 その他	13	4.0	10	4.5	22	4.3	12	2.9	57	3.9
無効回答	1	0.3	0	0.0	2	0.4	3	0.7	6	0.4
計	323		220		507		419		1469	

表Ⅲ-4 アレルギーの症状(女子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」「2.以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた人の合計

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	48	19.9	38	21.1	93	19.6	122	15.5	301	17.9
2 アレルギー性鼻炎(花粉症を含む)	142	58.9	93	51.7	254	53.6	465	59.0	954	56.7
3 アトピー性皮膚炎	85	35.3	86	47.8	209	44.1	316	40.1	696	41.4
4 アレルギー性結膜炎	48	19.9	36	20.0	85	17.9	147	18.7	316	18.8
5 じんましん	32	13.3	29	16.1	56	11.8	131	16.6	248	14.7
6 消化器アレルギー	2	0.8	2	1.1	3	0.6	1	0.1	8	0.5
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	1	0.6	0	0.0	2	0.3	3	0.2
8 その他	16	6.6	9	5.0	27	5.7	47	6.0	99	5.9
無効回答	1	0.4	0	0.0	5	1.1	5	0.6	11	0.7
計	241		180		474		788		1683	

表Ⅲ-5 アレルギーの症状（男子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1. 現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	64	11.4	44	10.0	84	7.7	49	5.1	241	7.9
2 アレルギー性鼻炎	92	16.4	52	11.8	191	17.6	173	18.0	508	16.7
3 アトピー性皮膚炎	63	11.3	54	12.3	140	12.9	106	11.0	363	11.9
4 アレルギー性結膜炎	27	4.8	20	4.6	52	4.8	35	3.6	134	4.4
5 じんましん	18	3.2	12	2.7	38	3.5	36	3.7	104	3.4
6 消化器アレルギー	2	0.4	1	0.2	0	0.0	2	0.2	5	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.1
8 その他	9	1.6	7	1.6	16	1.5	9	0.9	41	1.3
無効回答	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.2	4	0.1
計	560		439		1088		962		3049	

表Ⅲ-6 アレルギーの症状（女子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1. 現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	28	5.0	19	4.3	61	5.6	74	7.7	182	6.0
2 アレルギー性鼻炎	63	11.3	43	9.8	156	14.3	255	26.5	517	17.0
3 アトピー性皮膚炎	48	8.6	51	11.6	148	13.6	222	23.1	469	15.4
4 アレルギー性結膜炎	20	3.6	20	4.6	46	4.2	88	9.1	174	5.7
5 じんましん	18	3.2	21	4.8	47	4.3	87	9.0	173	5.7
6 消化器アレルギー	1	0.2	2	0.5	2	0.2	1	0.1	6	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	0.0
8 その他	12	2.1	7	1.6	18	1.7	30	3.1	67	2.2
無効回答	1	0.2	0	0.0	3	0.3	3	0.3	7	0.2
計	536		426		1096		1498		3556	

表Ⅲ-7 アレルギーの症状(男子)(複数回答)
「Q1」の質問で「2. 以前アレルギーと言われたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3·4年生 N	%	小学校 5·6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 ぜんそく	46	8.2	20	4.6	48	4.4	27	2.8	141	4.6
2 アレルギー性鼻炎	113	20.2	78	17.8	132	12.1	105	10.9	428	14.0
3 アトピー性皮膚炎	49	8.8	26	5.9	44	4.0	35	3.6	154	5.1
4 アレルギー性結膜炎	37	6.6	19	4.3	32	2.9	18	1.9	106	3.5
5 じんましん	13	2.3	5	1.1	19	1.7	13	1.4	50	1.6
6 消化器アレルギー	1	0.2	2	0.5	2	0.2	0	0.0	5	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
8 その他	4	0.7	3	0.7	6	0.6	3	0.3	16	0.5
無効回答	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	0.1	2	0.1
計	560		439		1088		962		3049	

表Ⅲ-8 アレルギーの症状(女子)(複数回答)
「Q1」の質問で「2. 以前アレルギーと言われたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3·4年生 N	%	小学校 5·6年生 N	%	中学生 N	%	高校生 N	%	計 N	%
1 ぜんそく	20	3.6	19	4.3	32	2.9	48	5.0	119	3.9
2 アレルギー性鼻炎	79	14.1	50	11.4	98	9.0	210	21.8	437	14.3
3 アトピー性皮膚炎	37	6.6	35	8.0	61	5.6	94	9.8	227	7.4
4 アレルギー性結膜炎	28	5.0	16	3.6	39	3.6	59	6.1	142	4.7
5 じんましん	14	2.5	8	1.8	9	0.8	44	4.6	75	2.5
6 消化器アレルギー	1	0.2	0	0.0	1	0.1	0	0.0	2	0.1
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.1
8 その他	4	0.7	2	0.5	9	0.8	17	1.8	32	1.0
無効回答	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.2	4	0.1
計	536		426		1096		1498		3556	

表Ⅲ-9 学年全体におけるアレルギーの症状の割合（男子）（複数回答）
「アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	110	19.6	64	14.6	132	12.1	76	7.9	382	12.5
2 アレルギー性鼻炎	205	36.6	130	29.6	323	29.7	278	28.9	936	30.7
3 アトピー性皮膚炎	112	20.0	80	18.2	184	16.9	141	14.7	517	17.0
4 アレルギー性結膜炎	64	11.4	39	8.9	84	7.7	53	5.5	240	7.9
5 じんましん	31	5.5	17	3.9	57	5.2	49	5.1	154	5.1
6 消化器アレルギー	3	0.5	3	0.7	2	0.2	2	0.2	10	0.3
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.1
8 その他	13	2.3	10	2.3	22	2.0	12	1.2	57	1.9
無効回答	1	0.2	0	0.0	2	0.2	3	0.3	6	0.2
計	560		439		1088		962		3049	

表Ⅲ-10 学年全体におけるアレルギーの症状の割合（女子）（複数回答）
「アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	48	9.0	38	8.9	93	8.5	122	8.1	301	8.5
2 アレルギー性鼻炎	142	26.5	93	21.8	254	23.2	465	31.0	954	26.8
3 アトピー性皮膚炎	85	15.9	86	20.2	209	19.1	316	21.1	696	19.6
4 アレルギー性結膜炎	48	9.0	36	8.5	85	7.8	147	9.8	316	8.9
5 じんましん	32	6.0	29	6.8	56	5.1	131	8.7	248	7.0
6 消化器アレルギー	2	0.4	2	0.5	3	0.3	1	0.1	8	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	1	0.2	0	0.0	2	0.1	3	0.1
8 その他	16	3.0	9	2.1	27	2.5	47	3.1	99	2.8
無効回答	1	0.2	0	0.0	5	0.5	5	0.3	11	0.3
計	536		426		1096		1498		3556	

表Ⅲ-11　学年全体におけるアレルギーの症状の割合（男子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた者のみ）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	46	8.2	20	4.6	48	4.4	27	2.8	141	4.6
2 アレルギー性鼻炎	113	20.2	78	17.8	132	12.1	105	10.9	428	14.0
3 アトピー性皮膚炎	49	8.8	26	5.9	44	4.0	35	3.6	154	5.1
4 アレルギー性結膜炎	37	6.6	19	4.3	32	2.9	18	1.9	106	3.5
5 じんましん	13	2.3	5	1.1	19	1.7	13	1.4	50	1.6
6 消化器アレルギー	1	0.2	2	0.5	2	0.2	0	0.0	5	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
8 その他	4	0.7	3	0.7	6	0.6	3	0.3	16	0.5
無効回答	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	0.1	2	0.1
計	560		439		1088		962		3049	

表Ⅲ-12　学年全体におけるアレルギーの症状の割合（女子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた者のみ）

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	20	3.7	19	4.5	32	2.9	48	3.2	119	3.3
2 アレルギー性鼻炎	79	14.7	50	11.7	98	8.9	210	14.0	437	12.3
3 アトピー性皮膚炎	37	6.9	35	8.2	61	5.6	94	6.3	227	6.4
4 アレルギー性結膜炎	28	5.2	16	3.8	39	3.6	59	3.9	142	4.0
5 じんましん	14	2.6	8	1.9	9	0.8	44	2.9	75	2.1
6 消化器アレルギー	1	0.2	0	0.0	1	0.1	0	0.0	2	0.1
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.1	2	0.1
8 その他	4	0.7	2	0.5	9	0.8	17	1.1	32	0.9
無効回答	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.1	4	0.1
計	536		426		1096		1498		3556	

表Ⅲ-13 学年全体におけるアレルギーの症状の割合(男子) (複数回答)
(「Q1」の質問で「2.以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者のみ)

	小学校3・4年生		小学校5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	64	11.4	44	10.0	84	7.7	49	5.1	241	7.9
2 アレルギー性鼻炎	92	16.4	52	11.8	191	17.6	173	18.0	508	16.7
3 アトピー性皮膚炎	63	11.3	54	12.3	140	12.9	106	11.0	363	11.9
4 アレルギー性結膜炎	27	4.8	20	4.6	52	4.8	35	3.6	134	4.4
5 じんましん	18	3.2	12	2.7	38	3.5	36	3.7	104	3.4
6 消化器アレルギー	2	0.4	1	0.2	0	0.0	2	0.2	5	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.1
8 その他	9	1.6	7	1.6	16	1.5	9	0.9	41	1.3
無効回答	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.2	4	0.1
計	560		439		1088		962		3049	

表Ⅲ-14 学年全体におけるアレルギーの症状の割合(女子) (複数回答)
「Q1」の質問で「2.以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者のみ)

	小学校3・4年生		小学校5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ぜんそく	28	5.2	19	4.5	61	5.6	74	4.9	182	5.1
2 アレルギー性鼻炎	63	11.8	43	10.1	156	14.2	255	17.0	517	14.5
3 アトピー性皮膚炎	48	9.0	51	12.0	148	13.5	222	14.8	469	13.2
4 アレルギー性結膜炎	20	3.7	20	4.7	46	4.2	88	5.9	174	4.9
5 じんましん	18	3.4	21	4.9	47	4.3	87	5.8	173	4.9
6 消化器アレルギー	1	0.2	2	0.5	2	0.2	1	0.1	6	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0	1	0.0
8 その他	12	2.2	7	1.6	18	1.6	30	2.0	67	1.9
無効回答	1	0.2	0	0.0	3	0.3	3	0.2	7	0.2
計	536		426		1096		1498		3556	

表Ⅲ-15 症状の初発時期(男子) (複数回答)

「Q1」の質問で「1.アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 0歳のころ	60	18.8	46	21.1	61	12.2	30	7.3	197	13.6
2 1、2歳のころ	66	20.7	36	16.5	89	17.8	60	14.6	251	17.3
3 3歳から就学前のころ	114	35.7	76	34.9	142	28.4	90	21.9	422	29.1
4 小学生時	79	24.8	60	27.5	191	38.2	152	37.0	482	33.3
5 中学生以降	0	0.0	0	0.0	17	3.4	79	19.2	96	6.6
計	319	100.0	218	100.0	500	100.0	411	100.0	1448	100.0

表Ⅲ-16 症状の初発時期(女子) (複数回答)

「Q1」の質問で「1.アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 0歳のころ	40	16.7	31	17.2	76	16.3	67	8.7	214	12.9
2 1、2歳のころ	51	21.3	40	22.2	76	16.3	104	13.5	271	16.4
3 3歳から就学前のころ	75	31.4	50	27.8	109	23.4	146	18.9	380	23.0
4 小学生時	73	30.5	59	32.8	183	39.4	280	36.3	595	36.0
5 中学生以降	0	0.0	0	0.0	21	4.5	174	22.6	195	11.8
計	239	100.0	180	100.0	465	100.0	771	100.0	1655	100.0

表Ⅲ-17 医師よりアレルゲンと言われたもの（男子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1.アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ほこり（ハウスダスト）やダニ	75	49.7	49	53.3	82	51.9	54	41.2	260	48.9
2 花粉類	68	45.0	61	66.3	82	51.9	66	50.4	277	52.1
3 薬物類	0	0.0	0	0.0	5	3.2	1	0.8	6	1.1
4 カビ類	9	6.0	11	12.0	7	4.4	6	4.6	33	6.2
5 ペット類	20	13.2	12	13.0	15	9.5	19	14.5	66	12.4
6 食物類（卵、牛乳など）	16	10.6	6	6.5	14	8.9	6	4.6	42	7.9
7 その他	13	8.6	9	9.8	5	3.2	10	7.6	37	7.0
8 わからない	32	21.2	10	10.9	24	15.2	30	22.9	96	18.0
無効回答	4	2.6	0	0.0	5	3.2	6	4.6	15	2.8
計	151		92		158		131		532	

表Ⅲ-18 医師よりアレルゲンと言われたもの（女子）（複数回答）
「Q1」の質問で「1.アレルギーと診断されたことがある」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 ほこり（ハウスダスト）やダニ	46	41.8	31	44.3	77	50.0	119	41.3	273	43.9
2 花粉類	64	58.2	30	42.9	81	52.6	156	54.2	331	53.2
3 薬物類	3	2.7	1	1.4	2	1.3	2	0.7	8	1.3
4 カビ類	5	4.5	6	8.6	11	7.1	25	8.7	47	7.6
5 ペット類	13	11.8	14	20.0	24	15.6	39	13.5	90	14.5
6 食物類（卵、牛乳など）	8	7.3	8	11.4	20	13.0	24	8.3	60	9.6
7 その他	10	9.1	6	8.6	9	5.8	37	12.8	62	10.0
8 わからない	23	20.9	18	25.7	26	16.9	51	17.7	118	19.0
無効回答	0	0.0	0	0.0	4	2.6	10	3.5	14	2.3
計	110		70		154		288		622	

表Ⅲ-19 アレルギーの症状が起きるきっかけ(男子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 運動	13	9.3	5	6.4	10	7.9	15	14.2	43	9.5
2 かぜ	58	41.4	22	28.2	51	40.2	29	27.4	160	35.5
3 気候の変化	105	75.0	71	91.0	97	76.4	59	55.7	332	73.6
4 けむり	12	8.6	8	10.3	14	11.0	14	13.2	48	10.6
5 入浴	4	2.9	1	1.3	3	2.4	4	3.8	12	2.7
6 心理的緊張	13	9.3	5	6.4	14	11.0	10	9.4	42	9.3
7 その他	13	9.3	9	11.5	5	3.9	10	9.4	37	8.2
8 わからない	32	22.9	10	12.8	24	18.9	30	28.3	96	21.3
無効回答	4	2.9	0	0.0	5	3.9	6	5.7	15	3.3
計	140		78		127		106		451	

表Ⅲ-20 アレルギーの症状が起きるきっかけ(女子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 運動	5	5.2	8	12.5	17	13.3	28	12.0	58	11.1
2 かぜ	34	35.4	27	42.2	36	28.1	49	21.0	146	28.0
3 気候の変化	76	79.2	50	78.1	103	80.5	165	70.8	394	75.6
4 けむり	3	3.1	4	6.3	10	7.8	22	9.4	39	7.5
5 入浴	3	3.1	4	6.3	10	7.8	14	6.0	31	6.0
6 心理的緊張	5	5.2	4	6.3	9	7.0	23	9.9	41	7.9
7 その他	10	10.4	6	9.4	9	7.0	37	15.9	62	11.9
8 わからない	23	24.0	18	28.1	26	20.3	51	21.9	118	22.6
無効回答	0	0.0	0	0.0	4	3.1	10	4.3	14	2.7
計	96		64		128		233		521	

表Ⅲ-21 アレルギーのために学校で薬を使うか（男子）
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	7	4.8	1	1.1	7	4.7	7	5.6	22	4.3
2 たまにある	22	15.0	20	22.7	39	26.0	23	18.5	104	20.4
3 ない	118	80.3	67	76.1	104	69.3	94	75.8	383	75.2
	147	100.0	88	100.0	150	100.0	124	100.0	509	100.0

表Ⅲ-22 アレルギーのために学校で薬を使うか（女子）
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 よくある	5	4.9	4	6.1	8	5.6	22	8.4	39	6.8
2 たまにある	25	24.3	21	31.8	38	26.4	88	33.7	172	30.0
3 ない	73	70.9	41	62.1	98	68.1	151	57.9	363	63.2
	103	100.0	66	100.0	144	100.0	261	100.0	574	100.0

表Ⅲ-23 アレルギー症状で学校生活に支障があること(男子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 欠席したことがある	30	19.9	17	18.5	38	24.1	26	19.8	111	20.9
2 体育(実技)の授業に出られなかったことがある	21	13.9	12	13.0	26	16.5	17	13.0	76	14.3
3 体育以外の授業に出られなかったことがある	3	2.0	8	8.7	6	3.8	6	4.6	23	4.3
4 日帰りの遠足や体験学習などの校外学習に参加できなかったことがある	2	1.3	2	2.2	2	1.3	1	0.8	7	1.3
5 宿泊を伴う修学旅行などの校外学習に参加できなかったことがある	0	0.0	0	0.0	2	1.3	3	2.3	5	0.9
6 給食などの学校での食事に困ったことがある	7	4.6	3	3.3	4	2.5	4	3.1	18	3.4
7 特にない	108	71.5	67	72.8	102	64.6	86	65.6	363	68.2
無効回答	3	2.0	5	5.4	8	5.1	9	6.9	25	4.7
計	151		92		158		131		532	

表Ⅲ-24 アレルギー症状で学校生活に支障があること(女子) (複数回答)
「Q1」の質問で「1.現在アレルギーと言われている」と答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 欠席したことがある	13	11.8	15	21.4	23	14.9	43	14.9	94	15.1
2 体育(実技)の授業に出られなかったことがある	11	10.0	18	25.7	28	18.2	49	17.0	106	17.0
3 体育以外の授業に出られなかったことがある	2	1.8	5	7.1	5	3.2	14	4.9	26	4.2
4 日帰りの遠足や体験学習などの校外学習に参加できなかったことがある	1	0.9	1	1.4	1	0.6	3	1.0	6	1.0
5 宿泊を伴う修学旅行などの校外学習に参加できなかったことがある	0	0.0	0	0.0	1	0.6	3	1.0	4	0.6
6 給食などの学校での食事に困ったことがある	4	3.6	3	4.3	7	4.5	7	2.4	21	3.4
7 特にない	77	70.0	43	61.4	104	67.5	189	65.6	413	66.4
無効回答	9	8.2	4	5.7	10	6.5	26	9.0	49	7.9
計	110		70		154		288		622	

表Ⅲ-25 アレルギー症状が起きた時相談する人(男子) (複数回答)
学校生活に支障があると答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 学級担任	22	55.0	10	50.0	19	39.6	6	16.7	57	39.6
2 養護教諭	5	12.5	5	25.0	7	14.6	6	16.7	23	16.0
3 学校医	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	2.8	1	0.7
4 主治医	18	45.0	11	55.0	22	45.8	9	25.0	60	41.7
5 子どもが自分で対応した	6	15.0	2	10.0	12	25.0	12	33.3	32	22.2
6 相談する人がいなかった	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
7 その他	3	7.5	1	5.0	2	4.2	2	5.6	8	5.6
無効回答	6	15.0	3	15.0	9	18.8	12	33.3	30	20.8
計	40		20		48		36		144	

表Ⅲ-26 アレルギー症状が起きた時相談する人(女子) (複数回答)
学校生活に支障があると答えた人のみ

	小学校 3・4年生		小学校 5・6年生		中学生		高校生		計	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1 学級担任	14	58.3	16	69.6	18	45.0	14	19.2	62	38.8
2 養護教諭	6	25.0	5	21.7	7	17.5	20	27.4	38	23.8
3 学校医	0	0.0	0	0.0	2	5.0	2	2.7	4	2.5
4 主治医	11	45.8	14	60.9	16	40.0	27	37.0	68	42.5
5 子どもが自分で対応した	8	33.3	4	17.4	12	30.0	24	32.9	48	30.0
6 相談する人がいなかった	0	0.0	0	0.0	1	2.5	0	0.0	1	0.6
7 その他	0	0.0	1	4.3	1	2.5	7	9.6	9	5.6
無効回答	2	8.3	0	0.0	5	12.5	13	17.8	20	12.5
計	24		23		40		73		160	

表Ⅲ－27　アレルギー様症状同士の関連（全体）

		ぜんそく	ｱﾚﾙｷﾞｰ性 性鼻炎	ｱﾄﾋﾟｰ性 皮膚炎	ｱﾚﾙｷﾞｰ性 結膜炎	じんましん	消化器 ｱﾚﾙｷﾞｰ	ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ ｼｮｯｸ	その他	無回答	計
「ぜんそく」	N	683	398	274	155	67	9		22		683
と答えた者	列%	100.0%	58.3%	40.1%	22.7%	9.8%	1.3%		3.2%		21.7%
	行%	100.0%	21.1%	22.6%	27.9%	16.7%	50.0%		14.1%		
	全%	21.7%	12.6%	8.7%	4.9%	2.1%	0.3%		0.7%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	398	1890	482	372	172	10	2	44		1890
鼻炎」と	列%	21.1%	100.0%	25.5%	19.7%	9.1%	0.5%	0.1%	2.3%		60.0%
答えた者	行%	58.3%	100.0%	39.7%	66.9%	42.8%	55.6%	40.0%	28.2%		
	全%	12.6%	60.0%	15.3%	11.8%	5.5%	0.3%	0.1%	1.4%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	274	482	1213	186	121	6		23		1213
皮膚炎」と	列%	22.6%	39.7%	100.0%	15.3%	10.0%	0.5%		1.9%		38.5%
答えた者	行%	40.1%	25.5%	100.0%	33.5%	30.1%	33.3%		14.7%		
	全%	8.7%	15.3%	38.5%	5.9%	3.8%	0.2%		0.7%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	155	372	186	556	69	6		18		556
結膜炎」と	列%	27.9%	66.9%	33.5%	100.0%	12.4%	1.1%		3.2%		17.6%
答えた者	行%	22.7%	19.7%	15.3%	100.0%	17.2%	33.3%		11.5%		
	全%	4.9%	11.8%	5.9%	17.6%	2.2%	0.2%		0.6%		
「じんましん」	N	67	172	121	69	402	4	3	8		402
と答えた者	列%	16.7%	42.8%	30.1%	17.2%	100.0%	1.0%	0.7%	2.0%		12.8%
	行%	9.8%	9.1%	10.0%	12.4%	100.0%	22.2%	60.0%	5.1%		
	全%	2.1%	5.5%	3.8%	2.2%	12.8%	0.1%	0.1%	0.3%		
「消化器	N	9	10	6	6	4	18		2		18
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	50.0%	55.6%	33.3%	33.3%	22.2%	100.0%		11.1%		0.6%
答えた者	行%	1.3%	0.5%	0.5%	1.1%	1.0%	100.0%		1.3%		
	全%	0.3%	0.3%	0.2%	0.2%	0.1%	0.6%		0.1%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N		2			3		5			5
ｼｮｯｸ」と	列%		40.0%			60.0%		100.0%			0.2%
答えた者	行%		0.1%			0.7%		100.0%			
	全%		0.1%			0.1%		0.2%			
「その他」と	N	22	44	23	18	8	2		156		156
と答えた者	列%	14.1%	28.2%	14.7%	11.5%	5.1%	1.3%		100.0%		4.9%
	行%	3.2%	2.3%	1.9%	3.2%	2.0%	11.1%		100.0%		
	全%	0.7%	1.4%	0.7%	0.6%	0.3%	0.1%		4.9%		
無回答	N									17	17
	列%									100.0%	0.5%
	行%									100.0%	
	全%									0.5%	
計	N	683	1890	1213	556	402	18	5	156	17	3152

表Ⅲ－28 アレルギー様症状同士の関連(男子)

		ぜんそく	ｱﾚﾙｷﾞｰ性性鼻炎	ｱﾄﾋﾟｰ性皮膚炎	ｱﾚﾙｷﾞｰ性結膜炎	じんましん	消化器ｱﾚﾙｷﾞｰ	ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰｼｮｯｸ	その他	無回答	計
「ぜんそく」	N	382	225	136	81	31	7		14		382
と答えた者	列%	100.0%	58.9%	35.6%	21.2%	8.1%	1.8%		3.7%		26.0%
	行%	100.0%	24.0%	26.3%	33.8%	20.1%	70.0%		24.6%		
	全%	26.0%	15.3%	9.3%	5.5%	2.1%	0.5%		1.0%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	225	936	224	167	74	8		13		936
鼻炎」と	列%	24.0%	100.0%	23.9%	17.8%	7.9%	0.9%		1.4%		63.7%
答えた者	行%	58.9%	100.0%	43.3%	69.6%	48.1%	80.0%		22.8%		
	全%	15.3%	63.7%	15.2%	11.4%	5.0%	0.5%		0.9%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	136	224	517	68	36	5		4		517
皮膚炎」と	列%	26.3%	43.3%	100.0%	13.2%	7.0%	1.0%		0.8%		35.2%
答えた者	行%	35.6%	23.9%	100.0%	28.3%	23.4%	50.0%		7.0%		
	全%	9.3%	15.2%	35.2%	4.6%	2.5%	0.3%		0.3%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	81	167	68	240	32	4		8		240
結膜炎」と	列%	33.8%	69.6%	28.3%	100.0%	13.3%	1.7%		3.3%		16.3%
答えた者	行%	21.2%	17.8%	13.2%	100.0%	20.8%	40.0%		14.0%		
	全%	5.5%	11.4%	4.6%	16.3%	2.2%	0.3%		0.5%		
「じんましん」	N	31	74	36	32	154	2	1	4		154
と答えた者	列%	20.1%	48.1%	23.4%	20.8%	100.0%	1.3%	0.6%	2.6%		10.5%
	行%	8.1%	7.9%	7.0%	13.3%	100.0%	20.0%	50.0%	7.0%		
	全%	2.1%	5.0%	2.5%	2.2%	10.5%	0.1%	0.1%	0.3%		
「消化器	N	7	8	5	4	2	10				10
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	70.0%	80.0%	50.0%	40.0%	20.0%	100.0%				0.7%
答えた者	行%	1.8%	0.9%	1.0%	1.7%	1.3%	100.0%				
	全%	0.5%	0.5%	0.3%	0.3%	0.1%	0.7%				
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N					1		2			2
ｼｮｯｸ」と	列%					50.0%		100.0%			0.1%
答えた者	行%					0.6%		100.0%			
	全%					0.1%		0.1%			
「その他」と	N	14	13	4	8	4			57		57
と答えた者	列%	24.6%	22.8%	7.0%	14.0%	7.0%			100.0%		3.9%
	行%	3.7%	1.4%	0.8%	3.3%	2.6%			100.0%		
	全%	1.0%	0.9%	0.3%	0.5%	0.3%			3.9%		
無回答	N									6	6
	列%									100.0%	0.4%
	行%									100.0%	
	全%									0.4%	
計	N	382	936	517	240	154	10	2	57	6	1469

表Ⅲ－29　アレルギー様症状同士の関連（女子）

		ぜんそく	ｱﾚﾙｷﾞｰ性性鼻炎	ｱﾄﾋﾟｰ性皮膚炎	ｱﾚﾙｷﾞｰ性結膜炎	じんましん	消化器ｱﾚﾙｷﾞｰ	ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰｼｮｯｸ	その他	無回答	計
「ぜんそく」	N	301	173	138	74	36	2		8		301
と答えた者	列%	100.0%	57.5%	45.8%	24.6%	12.0%	0.7%		2.7%		17.9%
	行%	100.0%	18.1%	19.8%	23.4%	14.5%	25.0%		8.1%		
	全%	17.9%	10.3%	8.2%	4.4%	2.1%	0.1%		0.5%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	173	954	258	205	98	2	2	31		954
鼻炎」と	列%	18.1%	100.0%	27.0%	21.5%	10.3%	0.2%	0.2%	3.2%		56.7%
答えた者	行%	57.5%	100.0%	37.1%	64.9%	39.5%	25.0%	66.7%	31.3%		
	全%	10.3%	56.7%	15.3%	12.2%	5.8%	0.1%	0.1%	1.8%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	138	258	696	118	85	1		19		696
皮膚炎」と	列%	19.8%	37.1%	100.0%	17.0%	12.2%	0.1%		2.7%		41.4%
答えた者	行%	45.8%	27.0%	100.0%	37.3%	34.3%	12.5%		19.2%		
	全%	8.2%	15.3%	41.4%	7.0%	5.1%	0.1%		1.1%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	74	205	118	316	37	2		10		316
結膜炎」と	列%	23.4%	64.9%	37.3%	100.0%	11.7%	0.6%		3.2%		18.8%
答えた者	行%	24.6%	21.5%	17.0%	100.0%	14.9%	25.0%		10.1%		
	全%	4.4%	12.2%	7.0%	18.8%	2.2%	0.1%		0.6%		
「じんましん」	N	36	98	85	37	248	2	2	4		248
と答えた者	列%	14.5%	39.5%	34.3%	14.9%	100.0%	0.8%	0.8%	1.6%		14.7%
	行%	12.0%	10.3%	12.2%	11.7%	100.0%	25.0%	66.7%	4.0%		
	全%	2.1%	5.8%	5.1%	2.2%	14.7%	0.1%	0.1%	0.2%		
「消化器	N	2	2	1	2	2	8		2		8
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	25.0%	25.0%	12.5%	25.0%	25.0%	100.0%		25.0%		0.5%
答えた者	行%	0.7%	0.2%	0.1%	0.6%	0.8%	100.0%		2.0%		
	全%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.1%	0.5%		0.1%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N		2			2		3			3
ｼｮｯｸ」と	列%		66.7%			66.7%		100.0%			0.2%
答えた者	行%		0.2%			0.8%		100.0%			
	全%		0.1%			0.1%		0.2%			
「その他」と	N	8	31	19	10	4	2		99		99
と答えた者	列%	8.1%	31.3%	19.2%	10.1%	4.0%	2.0%		100.0%		5.9%
	行%	2.7%	3.2%	2.7%	3.2%	1.6%	25.0%		100.0%		
	全%	0.5%	1.8%	1.1%	0.6%	0.2%	0.1%		5.9%		
無回答	N									11	11
	列%									100.0%	0.7%
	行%									100.0%	
	全%									0.7%	
計	N	301	954	696	316	248	8	3	99	11	1683

表Ⅲ－30 アレルギー様症状とアレルゲンの関連（全体）

		ほこり (ﾊｳｽﾀﾞｽﾄ) やダニ	花粉類	薬物類	カビ類	ペット類	食物類	その他	わから ない	無回答	計
「ぜんそく」	N	196	120	5	32	68	41	21	39	3	260
と答えた者	列%	75.4%	46.2%	1.9%	12.3%	26.2%	15.8%	8.1%	15.0%	1.2%	22.5
	行%	36.8%	19.7%	35.7%	40.0%	43.6%	40.2%	21.2%	18.2%	10.3%	
	全%	17.0%	10.4%	0.4%	2.8%	5.9%	3.6%	1.8%	3.4%	0.3%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	439	561	9	70	124	56	49	120	17	865
鼻炎」と	列%	50.8%	64.9%	1.0%	8.1%	14.3%	6.5%	5.7%	13.9%	2.0%	75
答えた者	行%	82.4%	92.3%	64.3%	87.5%	79.5%	54.9%	49.5%	56.1%	58.6%	
	全%	38.0%	48.6%	0.8%	6.1%	10.7%	4.9%	4.2%	10.4%	1.5%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	200	151	3	31	66	66	47	78	10	381
皮膚炎」と	列%	52.5%	39.6%	0.8%	8.1%	17.3%	17.3%	12.3%	20.5%	2.6%	33
答えた者	行%	37.5%	24.8%	21.4%	38.8%	42.3%	64.7%	47.5%	36.4%	34.5%	
	全%	17.3%	13.1%	0.3%	2.7%	5.7%	5.7%	4.1%	6.8%	0.9%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	121	168	2	31	46	28	13	42	4	248
結膜炎」と	列%	48.8%	67.7%	0.8%	12.5%	18.5%	11.3%	5.2%	16.9%	1.6%	21.5
答えた者	行%	22.7%	27.6%	14.3%	38.8%	29.5%	27.5%	13.1%	19.6%	13.8%	
	全%	10.5%	14.6%	0.2%	2.7%	4.0%	2.4%	1.1%	3.6%	0.3%	
「じんましん」	N	39	49	7	8	11	35	28	26	4	125
と答えた者	列%	31.2%	39.2%	5.6%	6.4%	8.8%	28.0%	22.4%	20.8%	3.2%	10.8
	行%	7.3%	8.1%	50.0%	10.0%	7.1%	34.3%	28.3%	12.1%	13.8%	
	全%	3.4%	4.2%	0.6%	0.7%	1.0%	3.0%	2.4%	2.3%	0.3%	
「消化器	N	5	4				4	2			7
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	71.4%	57.1%				57.1%	28.6%			0.6
答えた者	行%	0.9%	0.7%				3.9%	2.0%			
	全%	0.4%	0.3%				0.3%	0.2%			
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N							1	1		2
ｼｮｯｸ」と	列%							50.0%	50.0%		0.2
答えた者	行%							1.0%	0.5%		
	全%							0.1%	0.1%		
「その他」と	N	19	20	2	3	8	6	11	11		48
と答えた者	列%	39.6%	41.7%	4.2%	6.3%	16.7%	12.5%	22.9%	22.9%		4.2
	行%	3.6%	3.3%	14.3%	3.8%	5.1%	5.9%	11.1%	5.1%		
	全%	1.6%	1.7%	0.2%	0.3%	0.7%	0.5%	1.0%	1.0%		
無回答	N		2					1		3	6
	列%		33.3%					16.7%		50.0%	0.5
	行%		0.3%					1.0%		10.3%	
	全%		0.2%					0.1%		0.3%	
計	N	533	608	14	80	156	102	99	214	29	1154

表Ⅲ－31 アレルギー様症状とアレルゲンの関連（男子）

		ほこり (ﾊｳｽﾀﾞｽﾄ) やダニ	花粉類	薬物類	カビ類	ペット類	食物類	その他	わからない	無回答	計
「ぜんそく」	N	106	62	1	14	34	19	13	22		141
と答えた者	列%	75.2%	44.0%	0.7%	9.9%	24.1%	13.5%	9.2%	15.6%		26.5
	行%	40.8%	22.4%	16.7%	42.4%	51.5%	45.2%	35.1%	22.9%		
	全%	19.9%	11.7%	0.2%	2.6%	6.4%	3.6%	2.4%	4.1%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	229	260	3	29	57	28	16	64	9	428
鼻炎」と	列%	53.5%	60.7%	0.7%	6.8%	13.3%	6.5%	3.7%	15.0%	2.1%	80.5
答えた者	行%	88.1%	93.9%	50.0%	87.9%	86.4%	66.7%	43.2%	66.7%	60.0%	
	全%	43.0%	48.9%	0.6%	5.5%	10.7%	5.3%	3.0%	12.0%	1.7%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	89	59		9	26	25	20	27	5	154
皮膚炎」と	列%	57.8%	38.3%		5.8%	16.9%	16.2%	13.0%	17.5%	3.2%	28.9
答えた者	行%	34.2%	21.3%		27.3%	39.4%	59.5%	54.1%	28.1%	33.3%	
	全%	16.7%	11.1%		1.7%	4.9%	4.7%	3.8%	5.1%	0.9%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	48	72	1	12	17	9	4	22		106
結膜炎」と	列%	45.3%	67.9%	0.9%	11.3%	16.0%	8.5%	3.8%	20.8%		19.9
答えた者	行%	18.5%	26.0%	16.7%	36.4%	25.8%	21.4%	10.8%	22.9%		
	全%	9.0%	13.5%	0.2%	2.3%	3.2%	1.7%	0.8%	4.1%		
「じんましん」	N	20	18	4	3	4	17	8	10	1	50
と答えた者	列%	40.0%	36.0%	8.0%	6.0%	8.0%	34.0%	16.0%	20.0%	2.0%	9.4
	行%	7.7%	6.5%	66.7%	9.1%	6.1%	40.5%	21.6%	10.4%	6.7%	
	全%	3.8%	3.4%	0.8%	0.6%	0.8%	3.2%	1.5%	1.9%	0.2%	
「消化器	N	5	4				2	2			5
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	100.0%	80.0%				40.0%	40.0%			0.9
答えた者	行%	1.9%	1.4%				4.8%	5.4%			
	全%	0.9%	0.8%				0.4%	0.4%			
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N										
ｼｮｯｸ」と	列%										
答えた者	行%										
	全%										
「その他」と	N	5	6		1	1	1	5	6		16
と答えた者	列%	31.3%	37.5%		6.3%	6.3%	6.3%	31.3%	37.5%		3
	行%	1.9%	2.2%		3.0%	1.5%	2.4%	13.5%	6.3%		
	全%	0.9%	1.1%		0.2%	0.2%	0.2%	0.9%	1.1%		
無回答	N		1							1	2
	列%		50.0%							50.0%	0.4
	行%		0.4%							6.7%	
	全%		0.2%							0.2%	
計	N	260	277	6	33	66	42	37	96	15	532

表Ⅲ－32　アレルギー様症状とアレルゲンの関連（女子）

		ほこり（ﾊｳｽﾀﾞｽﾄ）やダニ	花粉類	薬物類	カビ類	ペット類	食物類	その他	わからない	無回答	計
「ぜんそく」と答えた者	N	90	58	4	18	34	22	8	17	3	119
	列%	75.6%	48.7%	3.4%	15.1%	28.6%	18.5%	6.7%	14.3%	2.5%	19.1
	行%	33.0%	17.5%	50.0%	38.3%	37.8%	36.7%	12.9%	14.4%	21.4%	
	全%	14.5%	9.3%	0.6%	2.9%	5.5%	3.5%	1.3%	2.7%	0.5%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性鼻炎」と答えた者	N	210	301	6	41	67	28	33	56	8	437
	列%	48.1%	68.9%	1.4%	9.4%	15.3%	6.4%	7.6%	12.8%	1.8%	70.3
	行%	76.9%	90.9%	75.0%	87.2%	74.4%	46.7%	53.2%	47.5%	57.1%	
	全%	33.8%	48.4%	1.0%	6.6%	10.8%	4.5%	5.3%	9.0%	1.3%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性皮膚炎」と答えた者	N	111	92	3	22	40	41	27	51	5	227
	列%	48.9%	40.5%	1.3%	9.7%	17.6%	18.1%	11.9%	22.5%	2.2%	36.5
	行%	40.7%	27.8%	37.5%	46.8%	44.4%	68.3%	43.5%	43.2%	35.7%	
	全%	17.8%	14.8%	0.5%	3.5%	6.4%	6.6%	4.3%	8.2%	0.8%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性結膜炎」と答えた者	N	73	96	1	19	29	19	9	20	4	142
	列%	51.4%	67.6%	0.7%	13.4%	20.4%	13.4%	6.3%	14.1%	2.8%	22.8
	行%	26.7%	29.0%	12.5%	40.4%	32.2%	31.7%	14.5%	16.9%	28.6%	
	全%	11.7%	15.4%	0.2%	3.1%	4.7%	3.1%	1.4%	3.2%	0.6%	
「じんましん」と答えた者	N	19	31	3	5	7	18	20	16	3	75
	列%	25.3%	41.3%	4.0%	6.7%	9.3%	24.0%	26.7%	21.3%	4.0%	12.1
	行%	7.0%	9.4%	37.5%	10.6%	7.8%	30.0%	32.3%	13.6%	21.4%	
	全%	3.1%	5.0%	0.5%	0.8%	1.1%	2.9%	3.2%	2.6%	0.5%	
「消化器ｱﾚﾙｷﾞｰ」と答えた者	N						2				2
	列%						100.0%				0.3
	行%						3.3%				
	全%						0.3%				
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰｼｮｯｸ」と答えた者	N							1	1		2
	列%							50.0%	50.0%		0.3
	行%							1.6%	0.8%		
	全%							0.2%	0.2%		
「その他」とと答えた者	N	14	14	2	2	7	5	6	5		32
	列%	43.8%	43.8%	6.3%	6.3%	21.9%	15.6%	18.8%	15.6%		5.1
	行%	5.1%	4.2%	25.0%	4.3%	7.8%	8.3%	9.7%	4.2%		
	全%	2.3%	2.3%	0.3%	0.3%	1.1%	0.8%	1.0%	0.8%		
無回答	N		1					1		2	4
	列%		25.0%					25.0%		50.0%	0.6
	行%		0.3%					1.6%		14.3%	
	全%		0.2%					0.2%		0.3%	
計	N	273	331	8	47	90	60	62	118	14	622

アンケート用紙(写し)

『児童生徒の健康状態サーベイランス』調査

《記入のお願い》

近年の社会環境・生活様式の変化に伴い、児童生徒においても生活習慣病の徴候を有する者が見られるとの指摘がなされているとともに、新たな健康問題として各種アレルギー性疾患等に対する関心も高まってきています。

日本学校保健会では、このような新しい健康問題について、実態を踏まえた的確な対策の検討に資するため、継続的に児童生徒の健康状態を把握し、分析を行っております。

本事業においては、調査票は回収時に個人名を削除し、集計の際には統計処理を行うなど、個人のプライバシー保護に十分配慮いたしますので、児童生徒や保護者の皆様方にご迷惑をおかけすることはございません。

調査の趣旨をご理解の上、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

なお、調査にご協力いただける場合は、下記の「調査に関する注意事項」に従ってご記入くださるようお願い申し上げます。

《調査内容》

1. 「ライフスタイル」に関するアンケート調査
2. 「アレルギー様症状」に関するアンケート調査
3. 「生活習慣病のリスクファクター」に関する調査

《調査に関する注意事項》

1. 調査実施上の注意

①「ライフスタイル」に関するアンケート調査

小　学　生:アンケート用紙を家庭に持ち帰り、保護者が回答する。

中・高校生:学校で生徒自身が回答する。

②「アレルギー様症状」に関するアンケート調査

小・中・高校生ともにアンケート用紙を家庭に持ち帰り、保護者が回答する。

③「生活習慣病のリスクファクター」に関する調査

学級担任又は養護教諭が、①、②の回答を終えた児童生徒からアンケート用紙を回収した後に記入する。

2. アンケート用紙記入上の注意

①時間や回数等、具体的な数値を尋ねる質問の場合は、質問文に従い、右横にある回答欄内に算用数字で記入して下さい。なお、正確な数値を記入することが困難な場合は、おおよその値を記入してください。

(例) Q. 昨日は、何時ごろ寝ましたか。

＊24時間制で記入して下さい。　　2 2 時 0 0 分

上の質問で、午後10時に寝た場合は、この位置にある回答欄に、”24時間制で記入”という指示に従い、「22時00分」と記入する。

②選択肢が用意され、質問文の右横にある回答欄 □ が1つだけの場合は、選択肢の中から1つだけ選んで、　その選択肢の番号を算用数字で記入してください。

(例) Q. 今朝起きたときは、すっきり目が覚めましたか。

1. すっきり目が覚めた　　2. 少し眠かった
3. 眠くてなかなか起きられなかった

1

上の質問で「1.すっきり目が覚めた」を選んだ場合は、この位置にある回答欄に「1」と記入する。

③選択肢が用意され、質問文に「あてはまるものすべてに○印をつけてください」と記述している場合は、該当する選択肢をすべて選んで、その選択肢の右横にある回答欄 □ 内に○印を記入してください。

(例) Q.「1. 感じている」を選んだ人だけお答えください。睡眠不足を感じている理由は何ですか。あてはまるものに○印をつけてください。(○はいくつでも可)

「1.感じている」と回答したその理由

1. なんとなく夜ふかししてしまう	1	○
2. 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	2	
3. 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	3	
4. 深夜テレビやビデオを見ている	4	
5. 深夜放送を聞いている	5	
6. パソコンやテレビゲームをしている	6	○
7. 電話をしている	7	
8. なかなか眠れない	8	
9. 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	9	
10. その他	10	

上の質問で、「1.なんとなく夜ふかししてしまう」と「6.パソコンやテレビゲームをしている」があてはまる場合は、この位置にある回答欄のうち、1と6の □ に「○」を記入する。

④質問文に、各項目について当てはまる程度を記入するよう記述している場合は、各項目の回答欄 □ に、当てはまる程度を示す数字を記入して下さい。

(例) Q. 次にあげる症状を日ごろ感じますか。以下の中から、あてはまるものの番号を、それぞれ記入してください。

1.しばしば(一週間に一度程度)感じている　1

2.ときどき(一か月に一度程度)感じている　2

3.たまに(それ未満)感じている　3

4.感じていない　4

	記入欄
1.「立ちぐらみ」や「めまい」を感じることがある。または、立ち上がるときにそっと立つことがある	1
...	

上の質問で、「1.しばしば(一週間に一度程度)感じている」ならば、質問の記述に従い、項目の回答欄に 1 と記入する。

⑤その他、わかりにくい事項には＊印をつけて解説してありますので、解説をよく読んでご回答ください。

3．その他の注意

①アンケート用紙は3つの調査票が1セットになっておりますので、<u>アンケート用紙は絶対に切り離さないで下さい。</u>離れた場合は、ホチキスで止め直すなどして、必ず元に戻してください。

② <u>アンケート用紙を提出する際も、絶対に切り離さないで下さい。</u>

③ アンケートの回答は、土、日曜日や休日の状態でなく、<u>平日の状態を記入してください。</u>

1. 「ライフスタイル」に関するアンケート調査

小学生の場合は、保護者の方がご回答ください。

Q1. 昨日は、何時ごろ寝ましたか。

□□時□□分
1 3

＊24 時間制で記入して下さい。

	午後							午前							
就寝時刻	…	5	6	7	8	9	10	11	0	1	2	3	4	5	6	…
記入時刻	…	17	18	19	20	21	22	23	0	1	2	3	4	5	6	…

＊回答欄には 2 桁で記入してください。例えば、午後 10 時に寝た場合は、$\boxed{2}\boxed{2}$時$\boxed{0}\boxed{0}$分 と記入して下さい。

＊睡眠を二回に分けてとった場合は、睡眠時間の長い方を記入してください。

Q2. 今朝は、何時ごろ起きましたか。

□□時□□分
5 7

＊Q1 と同様、24 時間制で記入してください。

＊睡眠を二回に分けてとった場合は、Q1 と同じく睡眠時間の長い方を記入してください。

Q3. 今朝起きたときは、すっきり目が覚めましたか。

□
9

1. すっきり目が覚めた
2. 少し眠かった
3. 眠くてなかなか起きられなかった

Q4. 最近、睡眠不足を感じていますか。

□
10

1. 感じている
2. 感じていない

4-1. 「1. 感じている」を選んだ人だけお答えください。睡眠不足を感じている理由は何ですか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

「1.感じている」と回答したその理由

1. なんとなく夜ふかししてしまう	1	□ 11
2. 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	2	□
3. 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	3	□
4. 深夜テレビやビデオを見ている	4	□
5. 深夜放送を聞いている	5	□
6. パソコンやテレビゲームをしている	6	□
7. 電話をしている	7	□
8. なかなか眠れない	8	□
9. 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	9	□
10. その他	10	□ 20

Q5. 大便は、毎日どのように出ますか。

□
21

1. 毎日ほとんど同じころに出る
2. 毎日出るが、同じころではない
3. ときどき出ないことがある
4. 数日出ないことがある

＊おおむね最近一週間を基準にしてください。

Q6. 日ごろあなたは朝、食事をしますか。

1. 毎日食べる　2. 食べる日の方が多い
3. 食べない日の方が多い　4. ほとんど食べない

22

6-1. 「3. 食べない日の方が多い」または「4. ほとんど食べない」を選んだ人だけお答えください。
朝、食事をしない理由は何ですか。

1. 朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない　2. 食欲がない
3. ふだんから朝は食事をしない　4. 太りたくない
5. 食事が用意されていない　6. その他

23

Q7. 日ごろ朝食を一人で食べることが多いですか。

1. よくある　2. ときどきある
3. たまにある　4. ほとんどない

24

Q8. 食事を残すことがありますか。

1. よくある　2. ときどきある
3. たまにある　4. ほとんどない

25

8-1. 「1. よくある」または「2. ときどきある」を選んだ人だけお答えください。
食事を残す理由は何ですか。

1. 食欲がない　2. 太りたくない
3. 嫌いなものがある　4. 量が多い
5. 時間がない　6. その他

26

Q9. 日ごろ夕食を一人で食べることが多いですか。

1. よくある　2. ときどきある
3. たまにある　4. ほとんどない

27

Q10. 夕食の後、もう一度食事をすることがありますか

1. よくある　2. ときどきある
3. たまにある　4. ほとんどない

28

Q11. 何かをしながら、お菓子を食べ続けていることがありますか。

1. よくある　2. ときどきある
3. たまにある　4. ほとんどない

29

Q12. 自分自身の体型をどのように感じていますか。

1. かなりやせたいと思っている　2. 少しだけやせたいと思っている
3. 今のままがよいと思っている　4. 少しふとりたいと思っている
5. かなりふとりたいと思っている

30

Q13. 今までにやせたいと思って体重を減らす努力（ダイエット）をしたことがありますか。

1.ふとりすぎと医師や先生に言われ、指導を受けて実行した
2.やせたいと思って実行した
3.したいと思ったが、まだ実行していない
4.思ったことはない

□ 31

13-1.「1. ふとりすぎと医師や先生に言われ、指導を受けて実行した」または「2.やせたいと思って実行した」を選んだ人だけお答えください。
どのような方法で実行しましたか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

やせたいと思って体重を減らす努力（ダイエット）をした方法は

1.食事の量を減らす	1	□ 32
2.食事の内容を変える	2	□
3.おやつを減らす	3	□
4.運動する	4	□
5.やせるためのクスリ＊1をのむ	5	□
6.ダイエット食品＊2をとる	6	□
7.その他	7	□ 38

＊1「やせるためのクスリ」とは、ここでは、体重を減らすことを目的とする、薬の形に似た健康食品のことをいいます。
＊2「ダイエット食品」とは、ここでは、体重を減らすことを目的とする、お茶やビスケット、ゼリー等の健康食品のことをいいます。

13-2.「1. ふとりすぎと医師や先生に言われ、指導を受けて実行した」または「2.やせたいと思って実行した」を選んだ人だけお答えください。
どの程度ダイエットしましたか。

□□ 週間で、 □□ kgやせた
39 41

＊回答欄には2桁で記入してください。なお、端数は四捨五入してください。

Q14. ふだん、部活動やその他の自由時間に、次のような運動を一週間で合計何時間ぐらい行いますか。

14-1. 強い運動（心臓がかなり速く打つような運動）
（例えば、ランニング、サッカー、バスケットボール、バドミントン、ラグビー、ハンドボール、水泳、柔道、剣道、空手、短距離走・持久走、きつい自転車こぎ、なわとび、きついテニス、など）

約 □□ 時間 □□ 分
43 45

14-2. 中等度の運動（疲れきらない程度の運動）
（例えば、自転車通学、徒歩通学、野球、ソフトボール、テニス、卓球、器械運動、軽い自転車こぎ、バレーボール、ジョギング、ドッジボール、軽い水泳、体操、エアロビクス、スキー、アイススケート、フォークダンス、ハイキング、ローラースケート、外での運動遊び、鬼ごっこ、など）

約 □□ 時間 □□ 分
47 49

14-3. 軽い運動（あまり疲れない程度の運動）
（例えば、軽い体操、つり、ボーリング、散歩、軽い体を動かす遊び、など）

約 □□ 時間 □□ 分
51 53

＊回答欄には2桁で記入してください。
＊中等度の運動、軽い運動に例示している種目についても、部活動、競技等で行っている場合は、強い運動に該当します。
例示にとらわれず、それぞれ運動の程度を判断し該当するところへ記入してください。
＊これらの運動をしなかった人は 約 0 0 時間 0 0 分 と記入してください。

Q15. ふだん、通学に片道どのくらいかかりますか。そのうち、自転車で走る時間と、歩く時間の合計はどのくらいですか。

通学に □□ 時間 □□ 分　そのうち、自転車または歩くのが □□ 分

55　57　59

Q16. 家庭の仕事のうち、あなたがいつも手伝っている仕事がありますか。あてはまるものに○印をつけてください。なお、「9.その他」を選んだ人は、その内容を（　）内に具体的に書いてください。（○はいくつでも可）

家庭の仕事のうち、いつも手伝っている仕事は

1.食事の用意やかたづけ	1	61
2.そうじ	2	
3.衣類などの整理整頓	3	
4.お使い	4	
5.家の職業の手伝い	5	
6.家族の世話	6	
7.動物の世話	7	
8.植物の世話	8	
9.その他（　　）	9	69

＊日常的に行っているものに○印をつけてください。
＊それぞれの選択肢の項目を完全に分担していなくても、例えば自分の食器のかたづけや自分の部屋だけの掃除などでも、あてはまるものに○印をつけてください。

Q17. 昨日、学校から家に帰って、読書や音楽観賞など室内での遊びを何時間くらいしましたか。

約 □□ 時間 □□ 分

70　72

＊回答欄には2桁で記入してください。
＊テレビやビデオを見た時間、及び、パソコンやテレビゲームをした時間は除いてください。
＊これらの遊びをしなかった人は　約 0 0 時間 0 0 分　と記入してください。

Q18. 昨日、学校から家へ帰って、パソコンやテレビゲームを何時間くらいしましたか。

約 □□ 時間 □□ 分

74　76

＊テレビやビデオを見た時間は除いてください。

Q19. 昨日、学校から家へ帰って、テレビやビデオを何時間くらい見ましたか。

約 □□ 時間 □□ 分

78　80

Q20. 昨日、学校から家へ帰って、家で勉強を何時間くらいしましたか。

約 □□ 時間 □□ 分

82　84

＊家で勉強した時間には、家庭教師による勉強も含めます。

Q21. 学習塾に通っていますか。

1.通っている　　2.通っていない　□

86

21-1.「1.通っている」を選んだ人だけお答えください。一週間に何回通っていますか。

一週間に □ 回

87

21-2.「1.通っている」を選んだ人だけお答えください。一週間に合計で何時間になりますか。

一週間に合計 □□ 時間 88

＊家庭教師による勉強、及び、おけいこごとは除きます。
＊一週間の合計時間のうち、端数が 30 分以上 1 時間未満の場合は、1 時間にくり上げ、30 分未満の場合は切り捨ててください。

Q22. おけいこごと（スポーツを除く）に通っていますか。 □ 90

1.通っている　　2.通っていない

22-1.「1.通っている」を選んだ人だけお答えください。一週間に何回通っていますか。

一週間に □ 回 91

22-2.「1.通っている」を選んだ人だけお答えください。一週間に合計で何時間になりますか。

一週間に合計 □□ 時間 92

＊おけいこごととは、ピアノ、絵画、そろばん、習字などの習い事をいいます。
＊一週間の合計時間のうち、端数が 30 分以上 1 時間未満の場合は、1 時間にくり上げ、30 分未満の場合は切り捨ててください。

Q23. 次にあげることがらについて、日ごろ感じますか。以下の中から、あてはまるものの番号を、それぞれ記入してください。

1.しばしば（一週間に一度程度）感じている … 1
2.ときどき（一か月に一度程度）感じている … 2
3.たまに（それ未満）感じている … 3
4.感じていない … 4

	記入欄
1. 気分の落ち込みのせいで、何もする気にならないことがある	□ 94
2. よく眠れないことがある	□ 95
3. 落ち着かなくて、じっとしていられないことがある	□ 96
4. 集中したり、すばやく考えたりできないことがある	□ 97
5.「立ちくらみ」や「めまい」を感じることがある。または、立ち上がるときにそっと立つことがある	□ 98
6. 立っていると気持ちが悪くなり、ひどい時には、倒れることがある	□ 99
7.「お風呂やシャワー」に入ったとき、気分が悪くなり、ひどいときには倒れることがある	□ 100
8. 少し動いただけでも、胸がドキドキしたり、息切れしたりすることがある	□ 101
9. 朝、頭痛や腹痛や身体のだるさで、起きにくいことがある	□ 102
10. 午前中、頭痛や腹痛や身体のだるさで、調子が悪いことがある	□ 103
11.「顔色が悪い（青白い）」と言われることがある	□ 104
12. 食欲がないことがある	□ 105

13.「おなか」が刺すように痛くなることがある	106
14. 身体の「だるさ」や「疲れやすさ」を感じることがある	107
15. 頭が痛くなることがある	108
16. 乗り物に酔いやすい	109

Q24. 次にあげることがらについて、日ごろどう思いますか。以下の中から、あてはまるものの番号を、それぞれ記入してください。

1.よくあてはまる … 1

2.ときどきあてはまる … 2

3.あてはまらない … 3

	記入欄
1. 将来やってみたいことがある	110
2.「やればできる」と思う	111
3. 何をやってもうまくいかない気がする	112
4. みんなとなかよくできないと感じる	113
5. 急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする	114
6. ちょっとしたことでかっとなる	115

ご協力ありがとうございました。

保護者用

2．「アレルギー様症状」に関するアンケート調査

児童生徒の健康状態について、保護者の方がご回答ください。

Q1．これまでに医師からアレルギーと言われたことがありますか。

1.現在（1年以内）アレルギーと言われている
2.以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある
3.ない

□ 116

以下の質問からは、Q1で「1.現在（1年以内）アレルギーと言われている」または「2.以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある」を選んだ人だけお答えください。

Q2．その症状は次のうちどれですか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

その症状は

1.ぜんそく	1	□	117
2.アレルギー性鼻炎（花粉症を含む）	2	□	
3.アトピー性皮膚炎	3	□	
4.アレルギー性結膜炎	4	□	
5.じんましん	5	□	
6.消化器アレルギー＊1	6	□	
7.アナフィラキシー・ショック＊2	7	□	
8.その他	8	□	124

＊1「消化器アレルギー」とは、アレルギーが原因で、腹痛、吐き気、嘔吐など、消化器症状が出ることをいいます。

＊2「アナフィラキシー・ショック」とは、アレルギーが原因で、顔が真っ青になったり、意識がはっきりしなくなったりすることをいいます。

Q3．以上の症状のうちいずれかの症状が初めて起こった時期は、いつですか。

1．0歳のころ
2．1、2歳のころ
3．3歳から就学前までのころ
4．小学生時
5．中学生以降

□ 125

以下の質問からは、Q1で「1.現在（1年以内）アレルギーと言われている」を選んだ人だけお答えください。

Q4．現在、医師よりアレルギーの起因物質（アレルゲン）と言われているものは何ですか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

アレルギーの起因物質（アレルゲン）と言われたものは

1.ほこり（ハウスダスト）やダニ	1	□	126
2.花粉類	2	□	
3.薬物類	3	□	
4.カビ類	4	□	
5.ペット類	5	□	
6.食物類（卵、牛乳など）	6	□	
7.その他	7	□	
8.わからない	8	□	133

Q5. 現在、アレルギーの症状はどのようなきっかけで起こりますか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

症状が起こるきっかけは

1.運動	1		134
2.風邪（かぜ）	2		
3.気候の変化	3		
4.煙（けむり）	4		
5.入浴	5		
6.心理的緊張	6		
7.その他	7		
8.わからない	8		141

Q6. 現在、アレルギーのために、学校で薬を飲んだり、塗ったり、吸引したりするときがありますか。

1.よくある　　2.たまにある　　3.ない　　□ 142

Q7. アレルギーの症状で、学校生活にどのような支障がありましたか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

学校生活にどのような支障があったか

1.欠席したことがある	1		143
2.体育（実技）の授業に出られなかったことがある	2		
3.体育以外の授業に出られなかったことがある	3		
4.日帰りの遠足や体験学習などの校外学習に参加できなかったことがある	4		
5.宿泊を伴う修学旅行などの校外学習に参加できなかったことがある	5		
6.給食などの学校での食事に困ったことがある	6		
7.特にない	7		150

7-1. 学校生活に支障があった（「7.特にない」以外を選んだ）人だけお答えください。
学校でアレルギー症状が起こった時、相談するのはどの人ですか。あてはまるものに○印をつけてください。（○はいくつでも可）

相談をする人

1.学級担任	1		151
2.養護教諭	2		
3.学校医	3		
4.主治医	4		
5.子どもが自分で対応した	5		
6.相談する人がいなかった	6		
7.その他	7		157

ご協力ありがとうございました。

学級担任または養護教諭用

3．「生活習慣病のリスクファクター」に関する調査

（学級担任または養護教諭が記入します。）

【注意】

アンケート用紙は３つの調査票が１セットになっておりますので、アンケート用紙は絶対に切り離さないで下さい。
離れた場合は、ホチキスで止め直すなどして、必ず元に戻してください。

以下の「A.」～「E.」の各項目について検査値（または、あてはまる番号）とその検査月を　　内に記入してください。□

A. 身長　□□□ cm　□□ 月
158

B. 体重　□□□ kg　□□ 月
163

C. 血圧　最高血圧 □□□ mmHg ／ 最低血圧 □□□ mmHg　□□ 月
168　171

D. 血中脂質（総コレステロール）　□□□ mg/dl　□□ 月
176

E. 血中脂質（HDL コレステロール）　□□□ mg/dl　□□ 月
181

学校（1. 小学校　2. 中学校　3. 高等学校）　□
186

学年・組　（例：5 年 5 組→ 5 年 0 5 組　□ 年 □□ 組
187　188

性別（1. 男　2. 女）　□
190

都道府県番号　□□
191

学校番号　□□　□□□
193　（ここは記入しないでください）

ご協力ありがとうございました。

………………………… キリトリ線 …………………………

名前＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

この報告書は、本会が平成 15 年度文部科学省補助金により実施している「学校保健センター的事業」のうち下記の委員会が編集作成した。

〇児童生徒の健康状態サーベイランス事業報告書〇

委員長	大澤　清二	大妻女子大学　人間生活科学研究所行動疫学部門　教授
委　員	太田　壽城	国立療養所中部病院・長寿医療研究センター　院長
	笠井　直美	新潟大学　教育人間科学部　助教授
	國土　将平	鳥取大学　教育地域科学部　助教授
	竹内　一夫	高崎健康福祉大学　健康福祉学部　保健福祉学科　教授
	辻　和男	横浜国立大学　保健管理センター　校医
	中村　眞理子	東京都北区立紅葉中学校　養護教諭
	平山　宗弘	母子愛育会・日本子ども家庭総合研究所所長
	村田　光範	和洋女子大学　家政学部　教授

なお、報告書の作成にあたり

大竹　輝臣　文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課専門官

のほか、多くの方々に多大のご援助とご助言をいただきました。

発行者　財団法人　日本学校保健会©

〒105-0001　東京都港区虎ノ門2-3-17
虎ノ門2丁目タワー6階　TEL03-3501-0968

印　刷　㈱第一印刷所

発行日　平成16年3月20日

定価 2,000円