平成18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 18 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

近年の都市化、情報化及び少子高齢化等にともなう社会環境や生活様式の激変は、子どもたちの身体的活動・遊びの減少、食生活の変化、身体的負担の増大、人間関係の希薄化などさまざまな形で顕れてきており、さらに心身の健全な発達にも深刻な影響を及ぼしております。のことは肥満傾向や生活習慣リスクファクターに問題のある子どもが増加していることからも知ることができます。このため関係各方面から、小児期の早い段階から生活習慣病予防に取り組むべきであるとの要望がなされているところです。また、重要な健康課題として、アトピー性皮膚炎など各種アレルギー様症状に対する対応も求められています。

（財）日本学校保健会では、文部科学省の委託を受け、平成４年度から児童生徒の生活習慣やライフスタイルとメンタルヘルスを含む健康状態との関連などを調査研究し、この結果を学校保健の指導や啓発のための資料として報告書を作成しています。

この調査は、全国の学校から定点となる学校に調査協力をお願いし、隔年ごとに行っています。この平成１８年度の事業報告書は、同年度に調査を行った結果を、本会「児童生徒の健康状態サーベイランス委員会」で検討・分析を深め、生活習慣病のリスクファクター、ライフスタイル及びアレルギー様症状などについて幅広い考察を展開しています。

この報告書は、学校現場はもとより学校保健に関わる方々や研究者など各方面から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、特にこの種の調査が少ないこともあり、最近ではマスコミ等でも引用されております。

これからの児童生徒の健康教育に、多くの方々に役立てていただければ幸いです。

最後に、本調査にご協力いただいた学校をはじめ関係者の方々とこの報告書をまとめられた委員会委員各位に心からお礼申し上げます。

平成２０年７月

財団法人　日本学校保健会
会　長　　唐　澤　祥　人

目次

(執筆担当)

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18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、日常の生活習慣、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、日常の生活習慣、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13都県の計51校であり、調査対象児童生徒数は、下表のとおり総数9,903人である。

		学年					全体
		小学校 １・２年生[1]	小学校 ３・４年生	小学校 ５・６年生	中学生	高校生	
性別	男子	794	861	916	1,209	891	4,671
	女子	834	839	890	1,241	1,428	5,232
合計		1,628	1,700	1,806	2,450	2,319	9,903

4 ▶ 調査時期

平成19年１月～平成19年３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、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。

[1] 今回報告書より小学１・２年生の集計結果を掲載する。
[注] 直接学校に送付しているケースもある。

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。（土日の過ごし方についての設問を除く）

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。

第 3 章

調査結果の概要

近年、児童生徒のライフスタイルの乱れに関連して生活習慣病リスクファクターの増大、アレルギー性疾患・症状の増大を憂慮する意見が各方面から起こっており、その実態を客観的に全国レベルで把握する必要から本委員会が設置された。この種の問題に対しては単にある年度に限られた一断面の調査からのみでは適切な対応を図ることが困難であり、継続的な情報収集と分析・検討が必要であるとの認識から定点観測調査を実施することとなった。現在本委員会では、文部科学省の指導、協力のもとに、生活習慣病リスクファクターの増大、アレルギー性疾患・症状のほかにも児童生徒の生活習慣などに焦点を当てて調査を行い、その結果から児童生徒の健康・生活の実態を把握し、保健指導と健康管理に直接役立てることを目的として活動を行っている。

これまでのサーベイランス事業の経過について

平成４年度から生活習慣病のリスクファクター、ライフスタイル、アレルギーの３領域について調査項目、調査方法等の継続性を保ちつつも時代の変化に対応するべく実査を行っている。なお血液情報の収集にあたっては市町村教育委員会や学校医の指導のもとに生活習慣病予防を目的として既に採血検査を実施している学校のなかから全国的に見て偏りのない範囲内で当該学校に協力を依頼し、個人情報に万全の配慮をしつつ以下の調査を実施している。

●生活習慣病のリスク要因になる可能性のある指標としての肥満、血圧、血清コレステロール等の生活習慣病リスクファクター領域の調査

●児童生徒の生活状況の実態を知るためのライフスタイルなどの領域（睡眠・休養、身体活動、食生活、家庭での手伝い、家庭での生活行動、稽古事、OD関連自覚症状など、心の健康関係尺度項目、体型とダイエット行動など）の調査

●アレルギー性疾患・症状および学校生活に関わる調査

平成４年度より３年間は毎年調査を行い、その全結果は平成６年度に報告されている。平成８年度からは、10、12、14、16、18年と偶数年に実査を行い、奇数年に報告書を公表している。今年度は平成18年度の調査結果を集計し多角的な検討を加えている。また、こうした最新のデータに基づいて児童生徒の生活指導用のマニュアルを作成することも事業として行っており、平成11、17年度は、学校現場での生活指導に益することを目的として、教師用マニュアル「望ましい生活習慣づくり」を作成し、好評を博している。

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

わが国の児童生徒は経済的には豊かで、自由で、平和な社会状況の中で教育を受けているが一方ではそれ故とも言える健康上の様々な問題を抱えている。厚生労働省は21世紀に入って国民の健康施策の柱として生活習慣病をあげているが、この調査ではこのような状況に対応するべく平成４年から平成18年度まで一貫して生活習慣病に関するリスクファクターについて追跡調査を行ってきた。

ここでは２型糖尿病については、学校保健による健康診断の際に尿糖検査が行われているので取り上げず体位、血圧、血中脂質についての調査結果の概要について記す。

生活習慣病リスクファクターの判定基準について

○　肥満（体格）の判定

児童生徒の体格を判定する基準については平成18年度「「児童生徒の健康診断マニュアル改訂版（日本学校保健会)」の肥満度法により判定することにした。

○　小児・青年期の高血圧と正常高値血圧判定

小児・青年期の高血圧判定基準は日本高血圧学会高血圧治療ガイドラインを用いている。

○　小児期の高脂血症判定

わが国小児の血清脂質　(総コレステロール、HDL−コレステロールとLDL−コレステロール）の判定基準について報告書の表３（13頁）に示されている。なお、本調査ではLDL−コレステロールの測定は行われていない。

1.　体位

１）身長

報告書の表４に今回の調査における性別・年齢別身長の平均値と標準偏差を示した。全般的に全国平均に比べて少し小さめの値を示しているが、これはこの調査において身長の小数点以下が切り捨てられていることも影響していると思われるが、本調査対象の児童生徒の身長は全国平均と大きく変わらないといってよい。

２）体重

報告書の表５に性別・年齢別の平均値と標準偏差を示した。全国平均と比べて体重についても全国平均と大きな違いはないといってよい。

３）痩身傾向と肥満傾向について

報告書の表６に基準に基づいた性別・年齢別の体型区分を例数として示した。さらに表７にはそれぞれの体型の出現頻度を示している。これより、この調査対象の体型は全国的な観点からも大きくひずんだ集団ではないといえる。

４）BMI

報告書の表８に性別・年齢別BMIの平均値と標準偏差を示したが、BMIの平均値は年齢によって大きく違うことが分かる。

BMIを児童生徒の体格の評価指標として用いることの問題が指摘されているが、国際的な比較をする際には、わが国の小児についてもBMIを用いた体格評価が必要になってこよう。厚生労働省科学研究「小児期メタボリック症候群の概念・病態診断基準の確立及び効果的介入に関するコホート研究」班における計算方式に基づいてBMIパーセンタイル値を計算しこのBMIによる肥満頻度を報告書の表９に示した。この結果、同値は全体的には僅かに上昇したが、大きな変化はない。BMIについては、小学校５・６年生から中学生にかけて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。委員会では肥痩度をどのように評価すべきかをめぐってBMIと標準体重からの偏差で評価する方法とを比較検討しつつある。

2.　血圧

日本高血圧学会の小児・青年期高血圧判定基準（表２参照）に基づいて、高血圧判定結果を報告書の表10に示した。

児童生徒の高血圧出現頻度としてはおおむね他の報告と類似しているが、男子高校生の数値はかなり高い。しかし年次推移（図１）で見ると、必ずしも異常に高い頻度でもない。

報告書の図３に拡張期圧高血圧出現頻度の年次推移を男子と女子について示したが、中学生女子の出現頻度が男子に比べてやや高い。高校生で平成16年度をはさんでやや大きな動きが見られ

るが、全体的にみて男女に大きな差がなく推移している。
　血圧についていえることは、高校生男子の収縮期圧は高校生女子に比べて高い傾向を示す。

3.　血清脂質

1）血清総コレステロール
　報告書の表11に判定基準に基づいた血清総コレステロールの異常域、境界域、正常域の出現頻度を示した。
　男子の血清総コレステロールの異常域と境界域の出現頻度年次推移を図５で見ると、各年度ともに小学生が高い頻度を示し、次いで高校生、中学生であった。
　これらの年次推移については大きな変化はみられていない。
　女子では血清総コレステロールの異常域と境界域の出現頻度の年次推移は、図６のように各年度ともに高校生が高い頻度を示し、次いで小学生、中学生と続いている。これらの年次推移では全体的にみて大きな変化はなかった。

2）HDL−コレステロール
　報告書の表12に血清HDL−コレステロールの異常域と正常域の出現頻度を示し同値の異常域について男女の出現頻度の年次推移を図７に示した。男子にやや変動がみられるが、全体的には年次推移に大きな差はみられない。

　これら生活習慣病のリスクファクター項目に関しては次回以降の調査においてその他の項目の採用についても実現可能性を含めて検討している。また、リスクファクターに影響すると考えられる生活習慣項目との関連について現在解析中であって、来年度を目ざして児童生徒の健康ライフスタイルを簡易に評価する指標づくりを試みているところである。

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は児童生徒のライフスタイルを急激に変えつつある。著しく夜型化した生活によって生活リズムが乱れ、心身の休養が不足し、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く、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ようである。
　調査結果の概略は以下のようであった。

1）就寝時刻について、小学校１・２年生は21時23分、小学校３・４年生は21時43分、小学校５・６年生は22時５分、中学生は23時20分、高校生は０時９分であり、高校生は平成８年度調査以来、午前０時以降となっていて、依然として深夜であり、特に高校生女子は調査開始以来もっとも遅い０時12分であった。

2）起床時刻について、小学校１・２・３・４年生は６時42分、小学校５・６年生は６時44分、中学生は６時40分、高校生は６時35分であった。全ての学年で、６時30分から６時45分の15分間に起床していた。前回調査と比較すると、全体的に起床時刻がやや早くなった。

3）睡眠時間の平均値について、小学校１・２年生は９時間18分、小学校３・４年生は８時間59分、小学校５・６年生は８時間39分、中学生は７時間20分、高校生は６時間25分であった。前回調査よりは睡眠時間は短縮した。

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55.8%、女子56.1%、「眠くてなかなか起きられなかった」と答えた者は、男子17.7%、女子21.8%であった。前回調査と比較すると「すっきり目が覚めた」者は男女ともに中学生以上では減少し、男子より女子でより低い傾向にある。

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42.49%、女子51.8%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、第一位は「何となく夜ふかししてしまう」で、男子49.6%、女子50.6%である。第２位は「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が男子31.3%、女子は42.5%となっている。第３位は「深夜テレビやビデオを見ている」が男子23.9%、女子は23.1%であった。小学生は、家族との過ごし方が就寝時刻にも影響し、中学生以降は勉強や宿題、テレビやビデオさらには電話やメールをしている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」傾向が強く約３分の１人となっている。女子では、中学生以外でも「なかなか眠れない」が、小学校１・２年生を除いて約５人に一人いる。男子では、中学生の約３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。女子では、「電話・メールをしている」と回答する者が、中学生で24.6%、高校生で34.9%いる。

7）排便の習慣について、「毎日排便がある」のは、男子72.2%、女子51.9%であった。どの学年別にみても、「毎日排便がある」者の比率は男子より女子の方が低い。男子の場合中学生までは、「毎日排便している」比率が70%以上、高校生は80%に近い比率であるのに対し、女子は小学校３・４年生から中学生までは、中学生が50%台であり、高校生は40%台とかなり低い。また、高校生の女子の約５人に一人が、「数日出ないことがある」と答えている。

8）朝食の摂取状況について、毎日「ほぼ食べる」のは男子が94.8%、女子が95.3%であった。小学生の男女と中学生女子は95%以上が朝食をほぼ毎日食べている。

　朝食の欠食は高学年ほど増加する傾向があり、欠食率は、男子で中学生が7.3%、高校生が8.8%、女子で中学生が5.0%、高校生が6.9%である。また、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」は、男子が43.8%、女子が39.5%で「食欲がない」は、男子が34.6%、女子が40.3%、「ふだんから朝は食事をしない」は男子が14.2%、女子が10.3%であった。

　食事を残すことについて、「食事を残す」者は男子19.8%、女子28.1%であった。

　学年・男女別に見ると全ての学年で女子の「食事を残す」比率は男子より高い。

9）菓子類の食べ方については、「何かをしながらお菓子を食べ続ける」は、男子31.4%、女子35.7%であった。小学校１・２年生および小学校３・４年生の男女は５人に１人、小学校５・６年生の男女は４人に１人にながら食いが見られる。さらに、この比率は学年に伴って増加し、中高校生の女子では約50%、男子は40%であった。

10）夕食を一人で食べる状況

「夕食を一人で食べることが多い」のは、男子13.4%、女子13.8%であった。

　小学生の男女では、夕食を一人で食べる者はわずかであるが、高学年では増え、中学生の男女で15～16%、高校生では男子約40%、女子約33%であった。

11）自分の体型については、男子では「今のままがよいと思っている」が52.0%、「少しだけやせたいと思っている」が24.0%、「少しふとりたいと思っている」が16.8%であった。女子では「少しだけやせたいと思っている」が39.0%、続いて「今のままがよいと思っている」が36.1%、「かなりやせたいと思っている」が20.0%となっている。

　小学生では「今のままがよいと思っている」傾向にあるが、中高校生の女子では、「少しだけやせたいと思っている」は２人に１人になり、さらに「かなりやせたいと思っている」は中学生で４人に１人、高校生で２人に１人の高頻度である。痩身願望は女子では学年とともに増加し、小学３・４年生で約33%、小学校５・６年生で約44%、中学生では約76%、高校生では約89%である。男子では小学３・４年生と小学校５・６年生で約27%、中学生で約36%、高校生では約38%であった。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24%になっている。

12）ダイエットの経験については男子では「やせたいと思って実行した」が小学生で３%から

６％、中高校生では約10％であるが、女子では、小学校５・６年生で約10％、中学生で約22％、高校生では約42％となっている。前回調査と比較すると、女子の中高校生でやや増加している。

13）ダイエットの方法については、男子では、「運動する」が78.9％、「おやつを減らす」が46.9％、「食事の量を減らす」が31.4％となっている。女子では、「運動する」が69.4％、「おやつを減らす」が70.3％、「食事の量を減らす」が42.0％であった。

「ダイエット食品をとる」と回答した者もあり、男子中学生7.5％、女子中学生と高校生でそれぞれ9.5％および9.9％であった。さらに、中高校生では、「やせるためのクスリをのむ」と回答した者も僅かに認められた。

14）１週間の運動時間とエネルギー消費量

一週間に行った運動時間は、男子では、強い運動が平均で５時間39分、中程度の運動が４時間44分、軽い運動が２時間７分であった。女子では、強い運動が５時間１分、中程度の運動が３時間43分、軽い運動が１時間46分であった。

学年が進むにつれて運動時間が増加する傾向であった。

15）運動によるエネルギー消費量

運動によるエネルギー消費量の推定値は、男子が399kcal、女子が282kcalであった。学年別には、男子では、小学校１・２年生が197kcal、小学校３・４年生が292kcal、小学校５・６年生が306kcal、中学生が487kcal、高校生が696kcalであった。女子では、小学校１・２年生が127kcal、小学校３・４年生が186kcal、小学校５・６年生が229kcal、中学生が361kcal、高校生が453kcalであった。男女とも、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。

前回調査と比較すると、高校生の女子を除いてエネルギー消費量が減少する傾向であった。

16）体を動かす者の割合

日ごろ部活動や自由時間に体を動かす遊びをしている者は、男子が79.2％、女子が61.6％であった。男子小学校３・４年生では約85％、小学校１・２年生、５・６年生や中学生ではおよそ80％であるが、高校生では70.3％であった。女子は、小学校１～４年生では75％以上、小学校５・６年生や中学生ではおよそ３分の２が体を動かす遊びを行っているが、高校生では、半数を下回った。

男子よりも女子のほうが、また学年が進むにつれて体を動かす遊びをしている者が減少し、高校生の運動実施率は低かった。

前回調査と比較すると男女とも小学校５・６年生、中学生では、体を動かす遊びをしている者が減少した。また、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、不定期な排便習慣を示す傾向にあった。

17）家庭の仕事の分担状況

男女とも「食事の用意やかたづけ」が最も高く男子57.7％、女子67.3％であった。次いで「そうじ」は男子33.0％、女子34.5％であった。以下、「衣類などの整理整頓」「動物の世話」の順であった。

18）学校から帰宅後、室内で過ごした状況

⑴　読書や音楽鑑賞など室内での遊び

読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした者は男子62.2％、女子65.9％であり、平均値は、男子で１時間８分、女子で１時間12分であった。

読書や音楽鑑賞などの平均時間は、小学生では、男女ともおよそ55分から１時間15分であったが、学年が進むにつれ、長くなり、高校生では男子１時間27分、女子１時間30分であった。

⑵　コンピュータゲームやテレビゲーム

コンピュータゲームやテレビゲームをした者は男子61.2%、女子30.8%であった。学年・男女別に見ると、男子では、高学年ほど減少し、高校生ではおよそ３分の１であった。女子も学年がすすむにつれ、減少するが小学生では半数弱、高校生では9.2%となった。

これらの平均時間は、男子１時間12分、女子52分であり、学年が進むにつれて長い。

前回調査と比較すると、平均値には大きな差はないが、実施率が小学生で約10%程度高くなった。

⑶　インターネットや携帯メール

男子31.2%、女子42.0%であった。小学校１～４年生では10%に満たないが、中学生では男子42.4%、女子57.5%、高校生では男子79.1%、女子83.5%であった。男女を比較すると、女子の利用率が高く、前回調査と比較すると、平均時間には差がないが、小学校５・６年生以上で５—10%程度長くなった。

⑷　テレビやビデオ、DVD

テレビやビデオ、DVDをみた者は男子89.1%、女子88.1%であった。小学生では90%以上、中学生で80%台後半、高校生では80%台前半と少しづつ低下している。視聴した時間では男子は１時間48分、女子は１時間54分であった。前回調査と比較すると、男女とも全ての学年で、みた時間は５分から20分近く短くなった。

⑸　室内で過ごした時間合計

読書や音楽鑑賞、パソコンやテレビゲーム、インターネットや携帯メール、テレビやビデオ、DVDをみた時間の合計値の平均値は、男子は３時間29分、女子の平均値は３時間26分であった。

前回調査と比較すると、中学生男子と高校生女子の時間がおよそ20分程度短くなった。

19）学校から帰宅後、家で勉強

家で勉強をした者は、男子84.3%、女子87.0%であったが学年が進むにつれ低下した。

平均値では、男子は１時間03分、女子は１時間19分であった。前回調査と比較すると小学生は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分長くなった。

20）学習塾

学習塾に通っている者の割合は、男子31.7%、女子31.4%であった。学年別に見ると、小学校低学年では最も低く、男子17.7%、女子16.8%であった。その後徐々に増加し、中学生が最も高く、男子47.0%、女子44.4%であり、高校生では約25%であった。平成14年度調査や平成16年度調査と大きな変化は見られなかった。

「学習塾に通っている」と答えた者の、学習塾に一週間に通っている時間の平均値は、男子は、４時間32分、女子は４時間28分であったが、平成16年度調査の結果と比較すると、小学校５・６年生と中学生において、およそ30—50分程度時間が長くなった。

21）起立性調節障害（OD）に関連する自覚症状

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。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た。

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、全体で男子16.5%、女子25.4%であった。

OD陽性率は小学生では0.6%から5.4%の間にあるが、中学生では男子16.5%、女子

24.21%、高校生では男子17.8%、女子29.4%と学年が進むに従って上昇している。

3 ▶ メンタルヘルスに関連する自覚症状に関する調査結果

1）「心の健康を把握する４指標」と気分の調節不全

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領域の尺度得点を求めた。

「気分の調節不全傾向」

米国精神医学協会による判定方法などを参考にして、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。調査結果から小学生で１%前後、中学生で約５～７%、高校生で約７～９%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。

2）各種自覚症状の相互の関連

今回、児童生徒のメンタルヘルスに関連していると思われる起立性調節障害（OD）の項目、「心の健康を把握する４指標」の項目、および「気分の調節不全傾向」の項目について、これら心身の自覚症状どうしの相互の関連を見るため、因子分析（主成分分析）を行った。解析結果より、メンタルヘルス関係の３種類の尺度は、それぞれ関連しながらも、当初の作成意図の通りの構成を保っていることが示唆された。

また、これら尺度の中でも「心の健康を把握する４指標」の「自己効力感」項目は独自性が高く、他の尺度項目が日常的な医療・保健上の症状の有無を尋ねているのに比べ、教育的背景の影響を受けやすい尺度項目であることが推察された。これらの３種類の尺度項目は、相互に強い関連を持ちつつも独立した尺度として使用しうることがうかがわれた。

4 ▶ アレルギー様症状に関する調査結果

「現在アレルギーと医師から言われている者」は男子23.3%で前回より4.4ポイント増加し、女子は19.9%でやはり前回より1.2ポイント増加している。このうち最も多いのがアレルギー性鼻炎、次いでアトピー性皮膚炎・喘息、アレルギー性結膜炎、蕁麻疹などが続いている。アレルゲンについては、「アレルギーと医師から言われている者」のうちで、最も多いのが「花粉」と「ほこり」でそれぞれ50%を越え、「ペット」「食物」も10%を越えている。また、これらの者のうちで「学校で薬を使う」ことのある者は、男子32.3%、女子39.4%であり、学校を欠席したり（男子20.2%、女子14.6%）、体育の授業を欠席している者（男子13.3%、女子13.9%）も少なくなかった。

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

第二次世界大戦後、わが国は目覚しい社会経済的発展をとげ、現在では世界の中で先進国として豊かで自由で平和な社会を築きあげているが、このように繁栄した生活にも健康障害をもたらすことが現実の問題になっている。これが生活習慣病リスクファクターといわれるもので、具体的には肥満、高血圧、高脂血症、２型糖尿病などである。２型糖尿病については、学校保健による健康診断の際に尿糖検査が行われているので取り上げないで、ここでは体位、血圧、血中脂質についての調査結果の概要について述べる。

今年度からこの項目についての報告様式が変ったので、そのことについて説明する。

平成20年度から40歳以上の成人について、メタボリック症候群（シンドローム）を対象にした「特定健康診査」と「特定保健指導」が始まることになっている。また、平成17年度から平成19年度にかけての厚生労働省科学研究費補助金事業の１つとして「小児期メタボリック症候群の概念・病態診断基準の確立及び効果的介入に関するコホート研究」班が、小児期メタボリック症候群診断基準（コラム参照）を報告し、今後当分の間、小児についてはこの診断基準によって、小児期メタボリック症候群についての検討がなされることになっている。このような背景には、メタボリック症候群に代表される生活習慣病が成人にとってもまた小児にとっても重大な健康障害をもたらすことが明らかになり、加えてその健康障害をもたらす原因がほぼ究明されてきたことがある。このことから小児に関して肥満については厚生労働省（幼児）、日本学校保健会（児童生徒）、高血圧については日本高血圧学会、高脂血症については小児科専門医研究会などにおいてその判定基準が定められ、またそれが広く受け入れられている。

以上のことを考慮し、平成18年度の報告においては、これらリスクファクターの判定基準に基づいて平成18年度調査結果を検討することにした。体位についても年齢構成を明らかにして、平成18年度学校保健統計調査報告と比較検討することにした。

この報告書は平成４年以来２年毎に報告されているが、上に述べた各生活習慣病リスクファクターの小児に関する判定基準が出揃ったのは平成18年３月のことなので、従来の報告書が本年度様式をとることができなかったことについてもご理解をいただきたいと思っている。そこで今後の作業としては、従前の報告書の内容についても、可能な限り本年度の様式にしたがったものにして、本報告書の重要な使命である「生活習慣病リスクファクター」の経年的推移を検討し、改めて報告したいと考えている。

今回の報告書においては年齢を考慮した検討を行った。その理由は体格判定において肥満度を年齢別に計算する必要があることである。

1 ▶ 生活習慣病リスクファクターの判定基準について

この報告書において生活習慣病リスクファクターを検討する際に用いた判定基準を以下に説明する。

1.1 肥満（正しくは体格）の判定

児童生徒の体格を判定する基準については平成７年度版「児童生徒の健康診断マニュアル（日本学校保健会)」では肥満度法、カウプ指数（BMI）及びローレル指数のいずれを用いてもよいとされていたが、平成18年度「「児童生徒の健康診断マニュアル　改訂版（日本学校保健会)」では表１に示した肥満度法により判定することになった。

表１　児童生徒の体格判定基準

男　子		年齢	女　子	
a	b		a	b
0.386	23.699	5	0.377	22.75
0.461	32.382	6	0.458	32.079
0.513	38.878	7	0.508	38.367
0.592	48.804	8	0.561	45.006
0.687	61.39	9	0.652	56.992
0.752	70.461	10	0.73	68.091
0.782	75.106	11	0.803	78.846
0.783	75.642	12	0.796	76.934
0.815	81.348	13	0.655	54.234
0.832	83.695	14	0.594	43.264
0.766	70.989	15	0.56	37.002
0.656	51.822	16	0.578	39.057
0.672	53.642	17	0.598	42.339

標準体重＝ａ×身長(cm)－ｂ
※ａとｂについて左の一覧表参照

肥満度(％)＝[(実測体重－標準体重)/標準重]×100
※判定について下の一覧表参照

軽度　肥満	20％以上30％未満
中等度肥満	30％以上50％未満
高度　肥満	50％以上
やせ	－20％以下
高度のやせ	－30％以下

出典：児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）、日本学校保健会、平成18年３月

1.2　小児・青年期の高血圧と正常高値血圧判定基準

小児・青年期の高血圧判定基準は日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会から表２に示した基準が報告されている。この小児・青年期の判定基準に関しては、さらなる改訂がなされるかもしれないが、当分の間はこの基準が用いられることになっている。

表２　小児・青年期の高血圧と正常高値血圧判定基準

	高血圧			正常高値血圧	
	収縮期血圧（mmHg）	拡張期血圧（mmHg）		収縮期血圧（mmHg）	拡張期血圧（mmHg）
幼　児	≧120	≧70			
小学校			小学校		
低学年	≧130	≧80	低学年	≧120	≧70
高学年	≧135	≧80	高学年	≧125	≧70
中学校			中学校		
男　子	≧140	≧85	男　子	≧130	≧70
女　子	≧135	≧80	女　子	≧125	≧70
高等学校	≧140	≧85	高等学校	≧130	≧75

出典：日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会編集：高血圧医療ガイドライン2004、日本高血圧学会発行（製作・販売ライフサイエンス出版）、2004年12月20日（これは2000年版の改訂版である）

1.3　小児期の高脂血症判定基準

わが国小児の血清脂質（総コレステロール、HDL−コレステロールとLDL−コレステロール）の異常判定基準について表３に示した。なお、本報告の対象についてLDL−コレステロールの測定は行われていない。

表３　小児期の高脂血症判定基準

血清総コレステロール	
正常域	190mg/dl未満
境界域	190mg/dl以上220mg/dl未満
異常域	220mg/dl以上
血清HDL−コレステロール	
	40mg/dl未満
血清LDL−コレステロール	
正常域	110mg/dl未満
境界域	110mg/dl以上140mg/dl未満
異常域	140mg/dl以上

出典：Okada, T., Murata, M., Yamauchi, K. Et al.: New Criteria of normal serum lopid levels in Japanese children. The nationwide study. Pediatric Int., 44: 596−601, 2002.

1.4　年齢区分と学校区分について

文部科学省の学校保健統計調査報告によると、５歳を幼稚園、６歳から11歳を小学校、12歳から14歳を中学校、15歳から17歳を高等学校としているので、ここでいう小学生、中学生、高校生はこれに基づいて区分している。

COLUMN

コラム

学齢期小児の体格判定基準について

平成18年度から肥満傾向児と痩身傾向児の判定基準がそれまでのものと違った基準になった。このことについて説明する。

①　学校保健統計調査報告書に基づく肥満傾向児と痩身傾向児の判定について

平成７年に刊行された児童生徒の健康診断マニュアル（日本学校保健会）によると、肥満傾向児と痩身傾向児の判定にあたっては、カウプ指数（BMIと同じ）、ローレル指数、肥満度のいずれを用いてもよいと記載されている。しかし、文部科学省（旧文部省、以下文科省）が毎年刊行している学校保健統計調査報告書では一貫して肥満度法を用いている。学校保健統計調査報告書（最近では、文科省のWebサイトに載っているので、学校保健統計調査報告書を入手するよりも、簡単にしかも経年的な資料も得られるので、Webサイトを参照する方がよい）が定めている肥満傾向児と痩身傾向児の定義は次のとおりである。

すなわち、体格指標（文科省は体格指標とはいっていないが、ここでは体格指標とした）＝実測体重身長別平均体重×100（%）とし、体格指標が120%以上を肥満傾向児、80%以下を痩身傾向児としている。これは肥満度【(実測体重－標準体重)/標準体重×100（%）】に直すと、肥満度20%以上を肥満傾向児、－20%以下を痩身傾向児としていることになる。

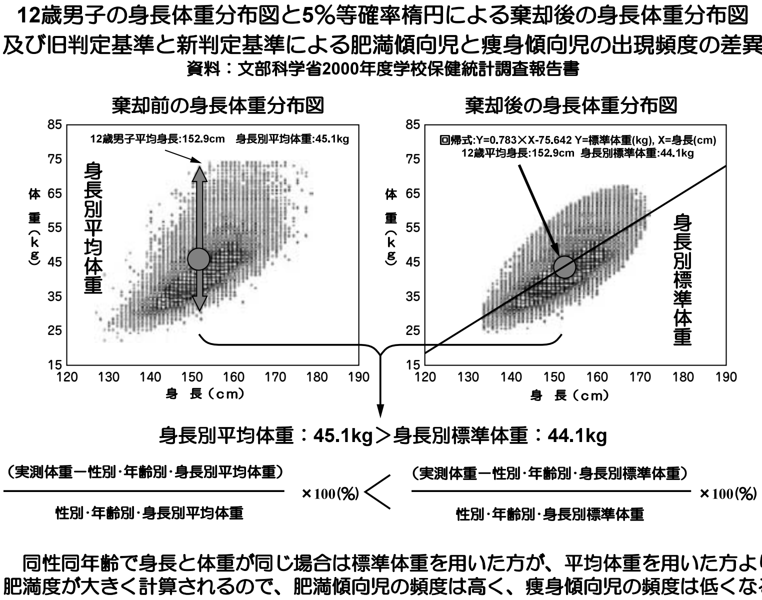


図　12歳男子の身長体重分布図と５%等確率楕円による棄却後の身長体重分布、及び旧判定基準と新判定基準による肥満傾向児と痩身傾向児の出現頻度の差異について
資料：文部科学省2000年度学校保健統計調査報告書

② 平成17年度までの判定基準（旧判定基準）と平成18年度以降の判定基準（新判定基準）の違いについて

旧判定基準と新判定基準の違いを分かりやすく図に示した。図は2000年度（平成12年度）の学校保健統計調査報告書に記載してある身長と体重の相関表に基づいた12歳男子の身長体重散布図とこれと同じ資料について５%等確率楕円による棄却後の身長体重散布図を示した。また、図中には旧判定基準と新判定基準による肥満傾向児と痩身傾向児の出現頻度の差異についても説明している。

図中左図は右上方にひずんだ楕円になっている。これはある年齢で身長と体重の分布をみると、身長はほぼ正規分布をするが、体重は重い方に裾野を長く引くひずんだ分布をすることと、同じ年齢で身長の高いものは肥満傾向を示すものが多いことなどが原因である。そこで、このひずんだ楕円を正楕円に近づけるために、図中左図の分布について等確率楕円を用いて５%を棄却した分布が図中右図である。

平成12年度の学校保健統計調査報告書に基づくと、12歳男子の平均身長は152.9cmであり、身長152.9cmの12歳男子では身長別平均体重は45.1kgである。等確率楕円によって５%棄却後の12歳男子身長152.9cmの標準体重は、児童生徒の健康診断マニュアル[1)]に記載してある計算式に当てはめると44.1kgである。同年齢で同身長であれば平均体重の方が標準体重より大きくなるのである。このことは図をみればよく理解できるであろう。

この結果、同性・同年齢で身長が同じ場合は上に述べた計算式を用いて肥満度を計算すると標準体重を用いた新判定基準の方が平均体重を用いた旧判定基準よりも大きな肥満度になるため、肥満傾向児の出現頻度は高くなり、痩身傾向児のそれは低くなるのである。

図をみても明らかなように、肥満度の計算には標準体重を用いるのがより合理的である。

2 ▶ 体位

2.1　身長

表 4 に今回の報告の対象になった中から年齢計算が可能であったものについて性別・年齢別身長の平均値と標準偏差をした。全般的に全国平均に比べて少し小さめの値を示しているが、これはこの報告の統計処理に関して身長の小数点以下を切り捨てているためと思われる。いずれにしても、ここで対象にした児童生徒は身長について全国平均と大きく変わらないといってよいであろう。

表 4　身長

男子身長（cm）							
年齢（歳）	例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差	＊全国平均値	＊全国標準偏差
6	187	115.8	104.0	130.0	5.26	116.6	4.97
7	378	121.8	107.0	154.0	5.83	122.5	5.19
8	429	127.2	113.0	142.0	5.51	128.3	5.38
9	386	132.8	120.0	148.0	5.13	133.6	5.74
10	633	137.6	111.0	165.0	6.17	138.9	6.20
11	363	144.1	128.0	163.0	6.36	145.1	7.14
12	412	151.8	129.0	173.0	8.25	152.6	8.08
13	607	158.8	137.0	184.0	8.12	159.8	7.69
14	269	163.8	146.0	180.0	6.85	165.3	6.73
15	511	168.3	153.0	189.0	5.64	168.5	5.95
16	372	170.3	155.0	185.0	5.55	170.0	5.79
17	75	170.4	153.0	187.0	6.18	170.9	5.81

女子身長（cm）							
年齢（歳）	例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差	＊全国平均値	＊全国標準偏差
6	209	115.4	101.0	130.0	5.32	115.7	4.90
7	439	121.0	104.0	138.0	5.40	121.7	5.17
8	353	126.5	113.0	144.0	5.26	127.4	5.51
9	405	132.9	114.0	151.0	6.62	133.5	6.18
10	581	139.2	119.0	158.0	6.62	140.2	6.79
11	363	146.2	125.0	166.0	6.69	147.0	6.76
12	431	151.9	130.0	171.0	5.93	152.0	5.96
13	614	154.8	138.0	174.0	5.49	155.2	5.42
14	297	156.1	144.0	178.0	4.81	156.7	5.32
15	703	157.5	140.0	174.0	5.45	157.3	5.29
16	694	158.2	141.0	176.0	5.39	157.8	5.33
17	133	163.3	148.0	184.0	7.52	158.0	5.36

＊：平成18年度学校保健統計調査報告

2.2　体重

表 5 に身長について検討したのと同じ対象について性別・年齢別体重の平均値と標準偏差を示した。全国平均と比べて身長の項で述べたことと同じことがいえるが、この体重についても全国平均と大きな違いはないといってよいであろう。

表 5　体重

男子体重（kg）							
年齢	例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差	＊全国平均値	＊全国標準偏差
6	187	21.2	14.0	51.0	4.0	21.6	3.66
7	378	23.8	16.0	56.0	4.7	24.2	4.26
8	429	27.2	19.0	59.0	5.6	27.4	5.37
9	386	30.5	20.0	53.0	6.1	30.9	6.56
10	633	33.8	17.0	72.0	8.1	34.5	7.55
11	363	37.8	24.0	80.0	8.3	38.8	8.82
12	412	43.2	25.0	88.0	9.8	44.9	10.48
13	607	49.2	29.0	103.0	10.7	49.9	10.53
14	269	53.9	30.0	103.0	11.3	55.1	10.62
15	511	58.7	31.0	100.0	9.7	60.1	11.27
16	372	61.2	37.0	116.0	10.0	62.0	10.81
17	75	61.3	45.0	112.0	10.9	63.9	11.04

女子体重（kg）							
年齢	例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差	＊全国平均値	＊全国標準偏差
6	209	20.9	14.0	31.0	2.99	21.1	3.34
7	439	23.4	15.0	40.0	4.23	23.6	4.02
8	353	26.0	18.0	43.0	4.67	26.6	4.89
9	405	29.9	18.0	65.0	7.01	30.1	6.01
10	581	33.1	21.0	63.0	6.50	34.2	7.14
11	363	38.6	21.0	68.0	7.70	39.5	8.15
12	431	44.0	25.0	73.0	8.21	44.4	8.45
13	614	47.1	31.0	91.0	7.79	47.9	8.20
14	297	48.7	31.0	88.0	7.28	50.6	8.03
15	703	51.7	35.0	84.0	7.76	52.3	8.21
16	694	53.2	33.0	107.0	7.74	53.4	8.22
17	133	57.2	37.0	112.0	11.07	53.7	8.32

2.3　痩身傾向と肥満傾向について

表６に表１に示した基準に基づいて性別・年齢別の体型区分を例数として示した。表７には表６で示したものを各体型の出現頻度として示すとともに、文部科学省が報告している平成18年度学校保健統計の出現頻度を合わせて示しておいた。文部科学省の調査件数は総計で70万人を超える膨大なものであるのに対して、この報告書の調査件数は極めて少ない対象数ではあるが、表７をみて分かるように、この調査対象は体型の上でも大きくひずんだ集団ではないといえる。

表６　体型区分

男　子							
年齢	高度のやせ	やせ	正常体格	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満	総計
6	1	1	178	3	3	1	187
7	0	2	348	16	10	2	378
8	0	1	389	16	14	9	429
9	0	6	337	20	16	7	386
10	0	11	547	31	33	11	633
11	0	13	307	22	16	5	363
12	0	15	348	21	22	6	412
13	0	15	509	47	29	7	607
14	0	3	228	16	15	7	269
15	2	10	446	28	19	6	511
16	0	7	330	16	13	6	372
17	0	0	71	1	1	2	75

女　子							
年齢	高度のやせ	やせ	正常体格	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満	総計
6	0	0	204	3	2	0	209
7	0	2	409	18	7	3	439
8	1	4	319	16	11	2	353
9	0	6	356	25	12	6	405
10	0	12	533	18	15	3	581
11	2	9	322	15	12	3	363
12	1	14	367	32	15	2	431
13	0	23	534	33	20	4	614
14	1	13	261	8	13	1	297
15	0	12	637	29	20	5	703
16	0	14	627	29	21	3	694
17	0	1	122	3	2	5	133

表７　痩身傾向と肥満傾向の出現頻度（%）

男　子							
年齢（歳）	痩身傾向			肥満傾向			
	高度のやせ	軽度のやせ	やせの合計頻度	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満	肥満の合計頻度
6	0.53 *0.02*	0.53 *0.33*	1.07 *0.35*	1.60 *3.24*	1.60 *1.88*	0.53 *0.58*	3.74 *5.37*
7	0.00 *0.00*	0.53 *0.39*	0.53 *0.39*	4.23 *3.24*	2.65 *2.29*	0.53 *0.68*	7.41 *6.03*
8	0.00 *0.02*	0.23 *0.85*	0.23 *0.87*	3.73 *4.16*	3.26 *3.44*	2.10 *1.03*	9.09 *8.03*
9	0.00 *0.02*	1.55 *1.50*	1.55 *1.51*	5.18 *5.41*	4.15 *4.27*	1.81 *1.13*	11.14 *9.70*
10	0.00 *0.05*	1.74 *2.28*	1.74 *2.33*	4.90 *6.20*	5.21 *4.26*	1.74 *1.24*	1.74 *10.20*
11	0.00 *0.07*	3.58 *2.42*	3.58 *2.84*	6.06 *5.53*	4.41 *4.88*	1.38 *1.41*	11.85 *10.91*
12	0.00 *0.06*	3.64 *1.93*	3.64 *1.99*	5.10 *5.83*	5.34 *5.43*	1.46 *2.00*	11.89 *11.73*
13	0.00 *0.04*	2.47 *1.33*	2.47 *1.37*	7.74 *4.77*	4.78 *4.61*	1.15 *1.85*	13.67 *10.36*
14	0.00 *0.03*	1.12 *1.43*	1.12 *1.46*	5.95 *4.75*	5.58 *4.36*	2.60 *2.09*	14.13 *10.22*
15	0.39 *0.04*	1.96 *1.94*	2.35 *1.98*	5.48 *6.03*	3.72 *5.37*	1.17 *2.36*	10.37 *11.98*
16	0.00 *0.03*	1.88 *1.58*	1.88 *1.61*	4.30 *5.46*	3.49 *4.66*	1.61 *2.33*	9.41 *10.98*
17	0.00 *0.01*	0.00 *1.38*	0.00 *1.39*	1.33 *5.18*	1.33 *5.05*	2.67 *2.67*	5.33 *11.30*

女　子							
年齢（歳）	痩身傾向			肥満傾向			
	高度のやせ	軽度のやせ	やせの合計頻度	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満	肥満の合計頻度
6	0.00 *0.03*	0.00 *0.51*	0.00 *0.53*	1.44 *2.91*	0.96 *1.81*	0.00 *0.25*	2.39 *4.98*
7	0.00 *0.01*	0.46 *0.57*	0.46 *0.58*	4.10 *3.41*	1.59 *1.99*	0.68 *0.45*	6.38 *5.85*
8	0.28 *0.02*	1.13 *1.06*	1.42 *1.08*	4.53 *4.34*	3.12 *2.53*	0.57 *0.53*	8.22 *7.41*
9	0.00 *0.08*	1.48 *1.74*	1.48 *1.82*	6.17 *4.82*	2.96 *3.15*	1.48 *0.58*	10.62 *8.55*
10	0.00 *0.04*	2.07 *2.68*	2.07 *2.72*	3.10 *4.64*	2.58 *3.17*	0.52 *0.82*	6.20 *8.62*
11	0.55 *0.03*	2.48 *2.46*	3.03 *2.49*	4.13 *5.41*	3.31 *3.63*	0.83 *0.91*	8.26 *9.95*
12	0.23 *0.15*	3.25 *3.37*	3.48 *3.53*	7.42 *5.35*	3.48 *3.63*	0.46 *1.14*	11.37 *10.13*
13	0.00 *0.07*	3.75 *3.31*	3.75 *3.39*	5.37 *5.11*	3.26 *3.23*	0.65 *1.12*	9.28 *9.46*
14	0.34 *0.07*	4.38 *2.69*	4.71 *2.76*	2.69 *5.08*	4.38 *3.07*	0.34 *1.06*	7.40 *9.20*
15	0.00 *0.09*	1.71 *2.13*	1.71 *2.22*	4.13 *5.50*	2.84 *3.45*	0.71 *1.20*	7.68 *10.15*
16	0.00 *0.06*	2.02 *1.43*	2.02 *1.50*	4.18 *5.08*	3.03 *3.25*	0.43 *1.13*	7.64 *9.46*
17	0.00 *0.03*	0.75 *1.20*	0.75 *1.23*	2.26 *4.98*	1.50 *3.28*	3.76 *1.41*	7.50 *9.67*

イタリック数字：平成18年度学校保健統計に基づく頻度（%）

2.4 BMI

表８に性別・年齢別BMIの平均値と標準偏差を示した。BMIは正規分布しないので、平均値と標準偏差を示すのは適切ではないが、表８を見れば、BMIの標準値が年齢によって大きく違うことが分かるはずである。

このようにBMIは児童生徒の体格を評価する指標としてはいろいろ問題を抱えている。しかし、今後国際的に小児の体格を比較検討する際には、わが国小児についてもBMIを用いた体格評価が必要になってくると思われる。この問題は平成17年度から平成19年度にかけて厚生労働省科学研究費補助金事業の１つとして「小児期メタボリック症候群の概念・病態診断基準の確立及び効果的介入に関するコホート研究」班においてわが国小児のBMI基準値が検討され、その結果、任意の年齢で任意の身長と体重を持つ小児のBMIパーセンタイル値を計算する方式が報告されている。

表８　BMIの平均値と標準偏差

男子					年齢	女子				
例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差		例数	平均値	最小値	最大値	標準偏差
187	15.7	11.1	30.6	1.96	6	209	15.6	12.7	21.2	1.38
378	15.9	12.3	31.2	2.09	7	439	15.9	12.3	24.9	1.94
429	16.7	12.8	31.0	2.62	8	353	16.2	10.3	25.6	2.17
386	17.2	12.8	29.3	2.80	9	405	16.8	12.4	29.7	2.76
633	17.7	13.1	31.9	3.08	10	581	17.0	12.8	29.1	2.37
363	18.1	12.9	30.1	3.04	11	363	18.0	12.4	32.3	2.78
412	18.6	13.5	33.1	3.18	12	431	19.0	13.7	32.4	2.90
607	19.3	13.4	35.2	3.12	13	614	19.6	14.0	35.1	2.84
269	20.0	14.1	34.9	3.45	14	297	20.0	14.0	31.2	2.71
511	20.7	13.1	33.4	3.00	15	703	20.8	15.1	32.9	2.72
372	21.1	15.0	36.6	3.19	16	694	21.2	15.2	38.8	2.70
75	21.0	16.9	33.1	2.79	17	133	21.4	16.0	37.6	3.38

ここではこの方式に基づいて表１及び表２に示した対象についてBMIパーセンタイル値を計算した。外国ではBMIパーセンタイル90以上95未満を肥満気味、95以上を肥満とするのが一般的である。そこで、上記研究班によるBMIパーセンタイル計算ソフトを用いて表１の対象についてBMIパーセンタイルを計算して、それを基にBMIによる肥満頻度を表９に示した。90パーセンタイル、あるいは95パーセンタイルを基準にしているので、肥満気味も、肥満も５パーセント前後になるのは当然である。

表９　BMIパーセンタイルに基づく肥満の判定

男子		肥満気味	肥満	正常	総計
6―11歳	例数	136	110	2,240	2,486
	頻度(%)	5.5	4.4	90.1	
12―14歳	例数	60	60	1,168	1,288
	頻度(%)	4.7	4.7	90.7	
15―18歳	例数	41	40	877	958
	頻度(%)	4.3	4.2	91.5	

女子		肥満気味	肥満	正常	総計
6―11歳	例数	83	90	2,178	2,351
	頻度(%)	3.5	3.8	92.6	
12―14歳	例数	54	55	1,234	1,343
	頻度(%)	4.0	4.1	91.9	
15―18歳	例数	59	48	1,370	1,477
	頻度(%)	4.0	3.2	92.8	

肥満気味：95パーセンタイル以上95パーセンタイル未満、肥満：95パーセンタイル以上

COLUMN

コラム

1980年度から2006年度にかけての肥満傾向児と痩身傾向児の出現頻度について

① 肥満傾向児出現頻度の年次推移について

図１に文部科学省の学校保健統計調査報告書に基づいて、新判定基準により計算し直した学齢期肥満傾向児出現頻度の年次推移を示した。これをみると小学校低学年では1980年度から2000年度にかけて増加していた肥満傾向児の出現頻度が、男女ともに５歳から13歳ごろにかけて減少傾向を示していることが分かる。この傾向を確かめるために1996年度から2006年度にわたる10年間における肥満傾向児の出現頻度の動態を男女について検討した。男子では６歳から13歳にかけて2000年度までは出現頻度が増加し、2000年度から2006年度にかけて減少傾向を示したが、14歳から17歳では2000年度から2006年度にかけて約２～３％の出現頻度の増加傾向が示した。女子では６歳から14歳では2000年度または2002年度までは増加傾向を示し、それ以降は減少傾向を示した。女子の８歳から14歳ではそれ以降の年度において約２～３％の減少傾向を示したが、女子の15歳、16歳ではこの10年間で出現頻度の増加傾向を示した。

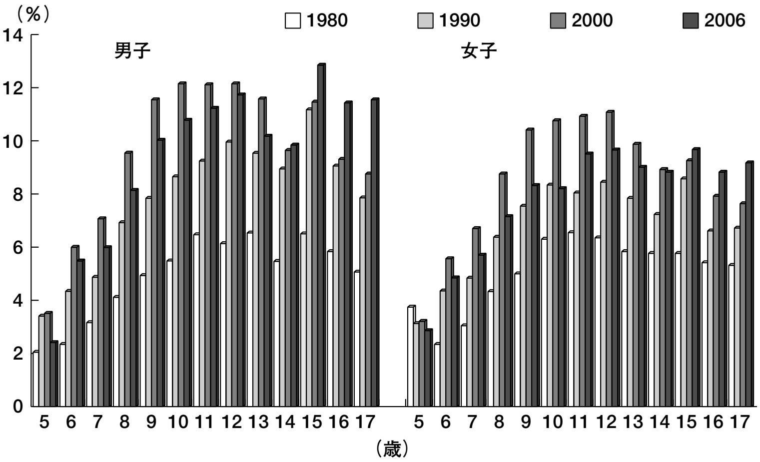


図１　新基準による肥満傾向児出現頻度の年次推移について

② 痩身傾向児出現頻度の年次推移について

図２に文部科学省の学校保健統計調査報告書に基づいて、新判定基準により計算し直した学齢期痩身傾向児出現頻度の年次推移を示した。これをみると男女ともに５歳から７歳を除き、すべての年齢において年度が進むにつれて出現頻度は増加傾向を示した。

この傾向を確認するために1996年度から2006年度にわたる10年間における痩身傾向児の出現頻度の年次推移を新基準に基づいて検討した結果、男子では全ての年齢において、年度が進むにつれて増加傾向を示し、とくに11歳では10年間で約１％の増加傾向を示した。女子でも全ての年齢において出現頻度の増加傾向がみられた。とくに９歳から13歳では、10年間で約１％の増加傾向を示した。

今後の学校保健においては肥満傾向児と痩身傾向児の判定基準が変わったことの意味を十分に理解するとともに、肥満傾向児と痩身傾向児の出現頻度の動きに注意しながら対応してゆく必要がある。

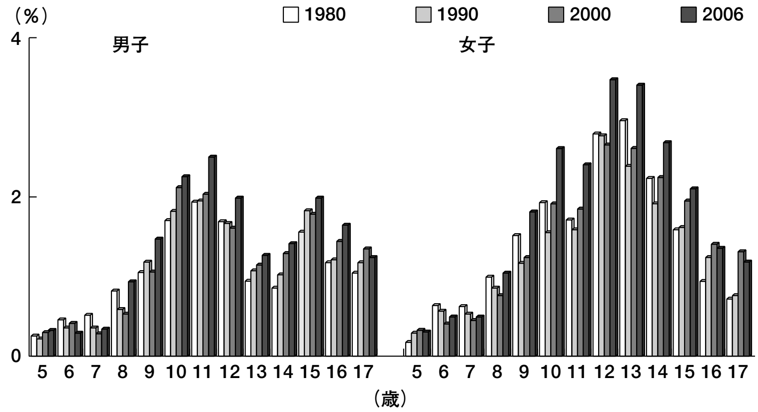


図２　新基準による痩身傾向児出現頻度の年次推移について

3 ▶ 血圧

日本高血圧学会が報告している小児・青年期高血圧判定基準（表２参照）に基づいて、今年度の調査において収縮期圧と拡張期圧の両方が記載してあるものを選別した対象について高血圧判定結果を表10に示した。

表10　収縮期圧高血圧と拡張期圧高血圧の頻度

男子収縮期圧		高血圧	正常高値血圧	正常群	総数
6―8歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	5 5.4	88 94.6	93
9―11歳	例　数 出現率(%)	2 0.4	46 8.5	496 91.2	544
12―14歳	例　数 出現率(%)	1 0.2	33 6.0	513 93.8	547
15―17歳	例　数 出現率(%)	30 6.5	58 12.6	372 80.9	460

女子収縮期圧		高血圧	正常高値血圧	正常群	総数
6―8歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	7 6.3	105 93.8	112
9―11歳	例　数 出現率(%)	2 0.4	40 7.0	526 92.6	568
12―14歳	例　数 出現率(%)	8 1.3	30 4.9	570 93.8	608
15―17歳	例　数 出現率(%)	2 0.3	49 6.6	689 93.1	740

男子拡張期圧		高血圧	正常高値血圧	正常群	総数
6―8歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	4 4.3	89 95.7	93
9―11歳	例　数 出現率(%)	2 0.4	45 8.3	497 91.4	544
12―14歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	55 10.1	492 89.9	547
15―17歳	例　数 出現率(%)	11 2.4	55 12.0	394 85.7	460

女子拡張期圧		高血圧	正常高値血圧	正常群	総数
6―8歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	2 1.8	110 98.2	112
9―11歳	例　数 出現率(%)	0 0.0	53 9.3	515 90.7	568
12―14歳	例　数 出現率(%)	7 1.2	65 10.7	536 88.2	608
15―17歳	例　数 出現率(%)	3 0.4	53 7.2	683 92.4	739

この判定に際して小学校低学年、同高学年、中学生、高校生の年齢区分は、文部科学省の学校保健統計調査報告に準じて行った。

児童生徒の高血圧出現頻度について標準として参照できる大規模な報告はないが、多くの報告は１―２％前後であることを考えるとおおむね妥当な結果である。男子高校生の数値は異常に高いと考えられるが、図１に示した収縮期圧高血圧出現頻度の年次推移をみると、必ずしも平成18年度調査の男子高校生のみが異常に高い頻度でもないように思われるので、このことについては今後の検討課題としておきたい。

以下、血圧について年次推移を検討した。小学生低学年は対象数が極めて少数であるために省いている。

図 1 に収縮期圧高血圧出現頻度の年次推移を男子と女子について示した。全体的にみて大きな変動はないが、高校生については男子の出現頻度が女子のそれよりも高い推移を示していることが分かる。

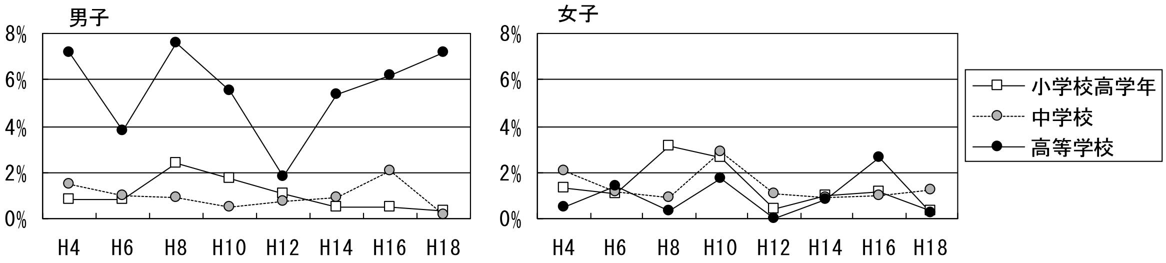


図 1　収縮期圧高血圧出現頻度（%）の年次推移

図 2 に収縮期圧正常高値出現頻度の年次推移を男子と女子について示した。全体的にみて大きな変動はないが、収縮期圧高血圧出現頻度の年次推移と同様に高校生については男子の出現頻度が女子のそれよりも高い推移を示していることが分かる。

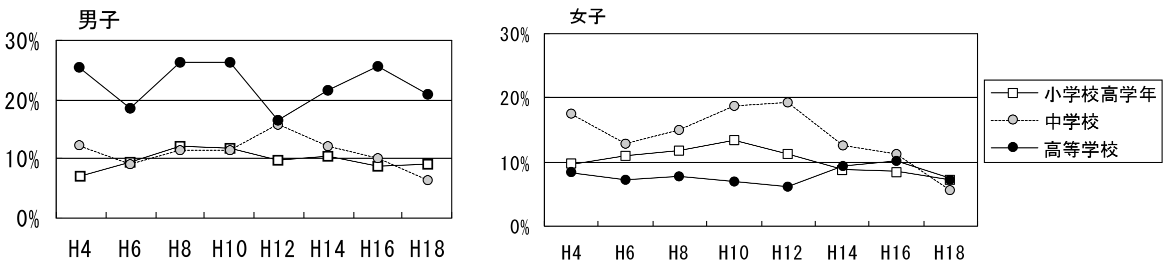


図 2　収縮期圧正常高値血圧出現頻度（%）の年次推移

図 3 に拡張期圧高血圧出現頻度の年次推移を男子と女子について示した。中学生女子の出現頻度が中学生男子に比べてやや高い出現頻度で推移しているように思われる。高校生で平成16年度をはさんでやや大きな動きが見られるが、全体的にみて男女に大きな差がなく推移している。

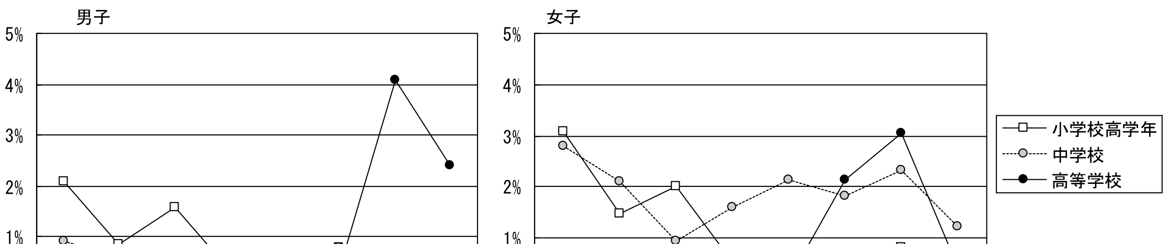


図 3　拡張期圧高血圧出現頻度（%）の年次推移

図４に拡張期圧正常高値出現頻度の年次推移を男子と女子について示した。男女ともに拡張期高血圧同様平成16年度をはさんで頻度推移にやや大きな変動がみられるが、全体的には男女について出現頻度推移に大きな差はみられていない。

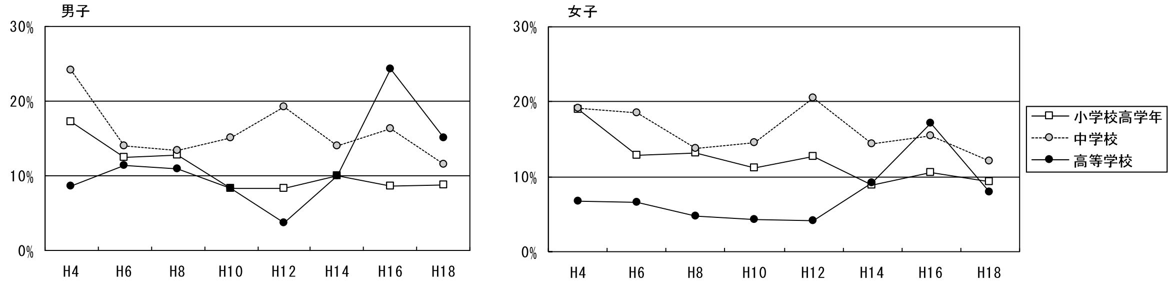


図４　拡張期圧正常高値出現頻度（％）の年次推移

血圧についていえることは、高校生男子の収縮期圧は高校生女子に比べて高い傾向を示すことである。

4 ▶ 血清脂質

4.1　血清総コレステロール

表11に表３に示した判定基準に基づいた血清総コレステロールの異常域、境界域、正常域の出現頻度を示した。

表11　血清総コレステロール

男　　子		異常域	境界域	正常域	総数
６―11歳	例　数	16	111	443	570
	出現率(%)	2.8	19.5	77.7	
12―14歳	例　数	29	105	584	718
	出現率(%)	4.0	14.6	81.3	
15―17歳	例　数	8	79	489	576
	出現率(%)	1.4	13.7	84.9	

女　　子		異常域	境界域	正常域	総数
６―11歳	例　数	29	125	436	590
	出現率(%)	4.9	21.2	73.9	
12―14歳	例　数	33	150	605	788
	出現率(%)	4.2	19.0	76.8	
15―17歳	例　数	73	239	540	852
	出現率(%)	8.6	28.1	63.4	

図５に男子について血清総コレステロールの異常域と境界域の出現頻度年次推移を示した。男子について全体的にみると、各年度ともに異常域と境界域について小学生が高い頻度を示し、次いで高校生、中学生と続いている。これは血清総コレステロールがこの報告での対象になっている小学校３・４年生の時期にもっとも高くなり、中学生のころ低値の傾向を示し、再び高校生になると高値の傾向を示す生理学的背景があるためと思われる。

小・中・高校生男子の異常域出現頻度と境界域出現頻度の年次推移については全体的にみて大きな変化はみられていない。

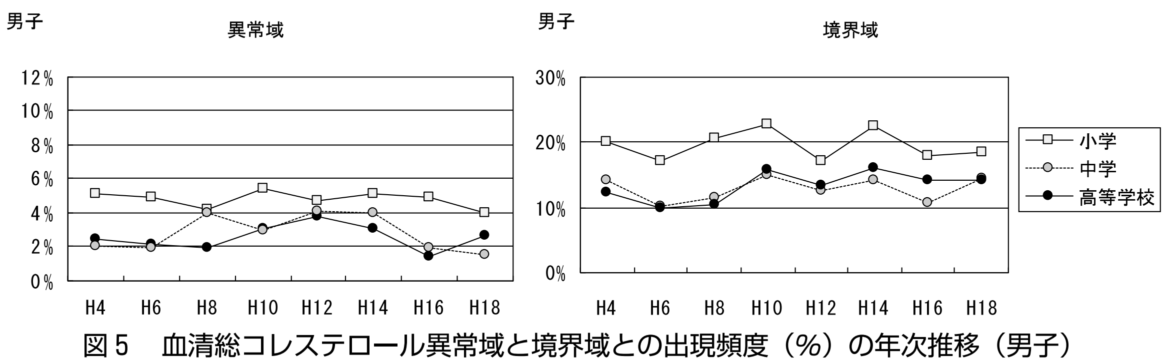


図５　血清総コレステロール異常域と境界域との出現頻度（％）の年次推移（男子）

図６に女子について血清総コレステロールの異常域と境界域の出現頻度年次推移を示した。全体的にみると、各年度ともに異常域と境界域について高校生が高い頻度を示し、次いで小学生、中学生と続いている。これは血清総コレステロールが男子について説明したことと同じような年齢的な生理学的変化を女子についても示すのであるが、女子では男子に比べて高校生の時期の血清総コレステロールが10mgから20mgほど高値になるためである。また女子の異常域と境界域の出現頻度が男子のそれよりも高いのも血清総コレステロール値のもつ生理学的背景によるものである。

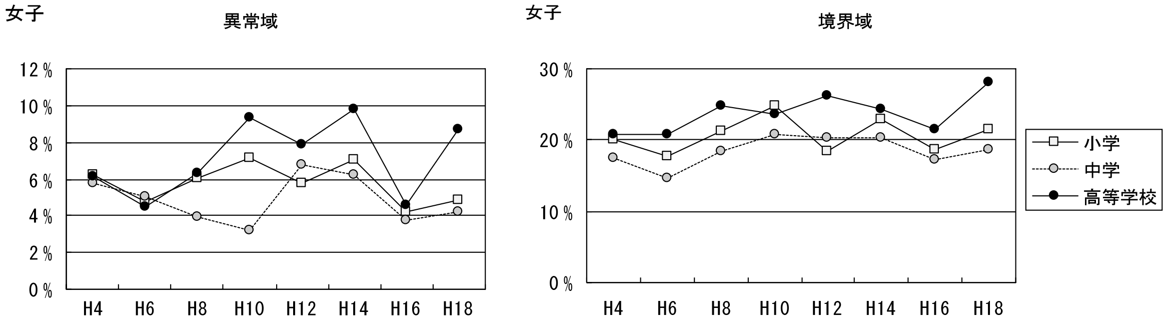


図６　血清総コレステロール異常域と境界域との出現頻度（％）年次推移（女子）

小・中・高校生女子の異常域出現頻度と境界域出現頻度の年次推移については、異常域頻度にはやや変動がみられるものの全体的にみて大きな変化はみられていない。

4.2　HDL-コレステロール

表12に血清HDL-コレステロールの異常域と正常域の出現頻度を示した。また図７に血清HDL-コレステロールの異常域について男女の出現頻度の年次推移を示した。男子にやや大きな変動がみられるが、全体的にみて年次推移に大きな差はみられていない。

表12　血清HDL-コレステロール

男　　子		異常域	正常域	総　数
6 ―11歳	例　数 出現率(％)	4 0.7	550 99.3	554
12―14歳	例　数 出現率(％)	4 0.7	580 99.3	584
15―17歳	例　数 出現率(％)	5 1.4	341 98.6	346

女　　子		異常域	正常域	総　数
6 ―11歳	例　数 出現率(％)	7 1.2	567 98.8	574
12―14歳	例　数 出現率(％)	8 1.2	650 98.8	658
15―17歳	例　数 出現率(％)	5 0.9	540 99.1	545

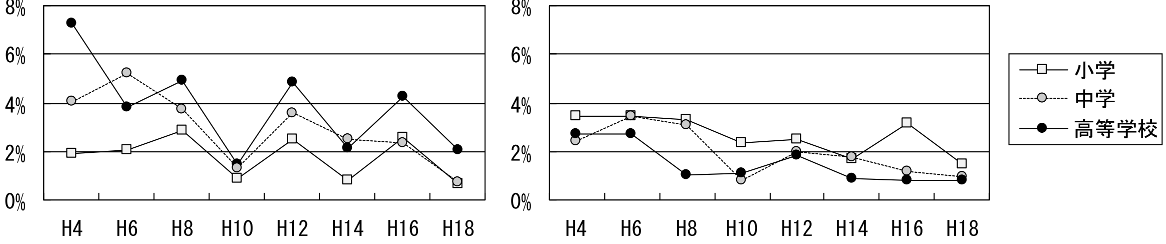


図７　血清HDL-コレステロール異常域出現頻度（％）の年次推移

COLUMN

コラム

小児期メタボリック症候群

①　診断基準について

平成17年度から19年度にかけて、浜松医科大学小児科大関武彦教授を主任研究者とする「小児期メタボリック症候群の概念・病態・診断基準の確立及び効果的介入に関するコホート研究」班が組織された。そこでの検討の結果、表に示した小児期メタボリック症候群診断基準が定められた。成人のメタボリック症候群の診断基準と基本的な項目は同じであるが、基準値は小児について検討されたものである。この診断基準は原則として小学生と中学生に適応されるものである。

小児についても成人同様にメタボリック症候群が問題になった大きな理由は、小児においても内臓脂肪型肥満が存在し、そのために生じる健康障害は成人と同様であるという証拠があるためである。

内臓脂肪型肥満を疑うもっとも簡便な目安は、臍の高さで測った腹囲の大きさである。専門的な検討の結果、腹囲が小学生では75cm以上、中学生では80cm以上であれば、強く内臓脂肪型肥満を疑うとされた。これに加えて腹囲を身長で割った値（腹囲身長比）が0.5以上であれば内臓脂肪型肥満を疑うとされた。したがって腹囲の測定値あるいは腹囲身長比を検討してその両方、あるいはいずれかが異常であれば、小児期メタボリック症候群の必須条件を満たすことになる。この条件を満たしたうえで、血清脂質、血圧、糖代謝について表に示した基準を上回る異常が２つ以上みられた場合を小児期メタボリック症候群と診断する。この３つの項目のうち１つが異常であった場合は、小児期メタボリック症候群の前段階と考えなくてはならないので、その後１年に一度は定期的な経過追跡が必要である。

表　小児期メタボリック症候群の診断基準（2007年）

(1)	腹囲		80cm以上（注）
(2)	血清脂質	中性脂肪	120mg/dl以上
		かつ／または	
		HDLコレステロール	40mg/dl未満
(3)	血圧	収縮期血圧	125mmHg以上
		かつ／または	
		拡張期血圧	70mmHg以上
(4)	空腹時血糖		100mg/dl以上

(1)があり、(2)〜(4)のうち２項目を有する場合にはメタボリック症候群と診断する。

（注）　腹囲/身長が0.5以上であれば項目(1)に該当するとする。
　　　　小学生では腹囲75cm以上で項目(1)に該当するとする。

② 学校保健と小児期メタボリック症候群

当面、学校保健の定期健康診断時に小児期メタボリック症候群検診の必要はないであろう。現状での学校における小児期メタボリック症候群への対応としては、すべての児童生徒について肥満度を計算し、肥満度が30%以上、いいかえると中等度肥満以上、とくに高度肥満の児童生徒については保護者の理解を得たうえで、腹囲を測定し、腹囲が小学生で75cm、中学生で80cm以上、あるいは復囲身長比が0.5以上であったものについては、保護者に小児期メタボリック症候群について説明をする必要がある。その結果として同意が得られたものについては小児メタボリック症候群の診断を受けるよう勧めるのがよいであろう。現在では小児科領域における小児期メタボリック症候群検診に関する報告によると、学齢期小児の１から２％ぐらいがすでに小児期メタボリック症候群になっていると思われる。

結論からいえば、学校での小児期メタボリック症候群対策は小児期の肥満対策である。学校ではすでに肥満対策は生活習慣病対策の一環として実践されているので、これをより実効性の高いものにすることによって、自ずと小児期メタボリック症候群対策につながってゆくと考えてよい。

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１・２年生は21時23分、小学校３・４年生は21時43分、小学校５・６年生は22時05分、中学生は23時20分、高校生は０時９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年生までは男女ともにほぼ同じ就寝時刻であるが、小学校５・６年生から高校生までは女子の就寝時刻が男子より遅く、特に中学生では女子の就寝時刻が男子より20分遅かった。

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22分、女子で26分、小学校５・６年生の男子で14分、女子で22分、中学生では男子が27分、女子が37分遅くなっている。小学１・２年生は、昭和56年度調査の対象となっていないが、男女ともに当時の小学３・４年生に近い就寝時刻である。高校生も昭和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15分、女子で22分遅くなっている。また、高校生の女子は、０時12分と調査開始以来最も遅い就寝時刻であった。

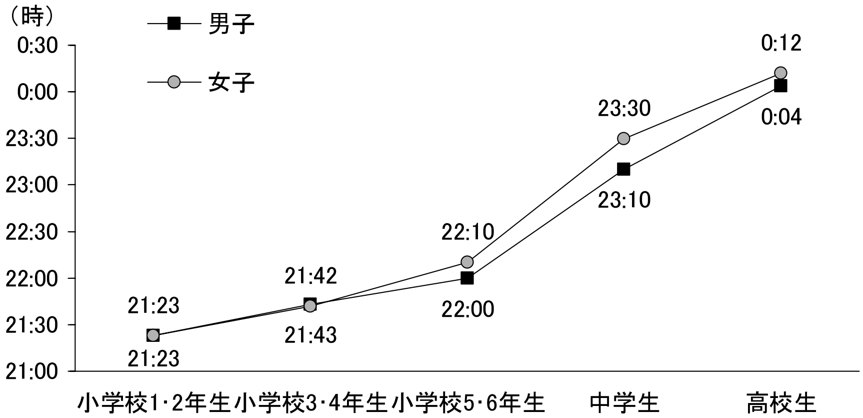


図５－１－１　就寝時刻（調査前日）の平均値

[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。

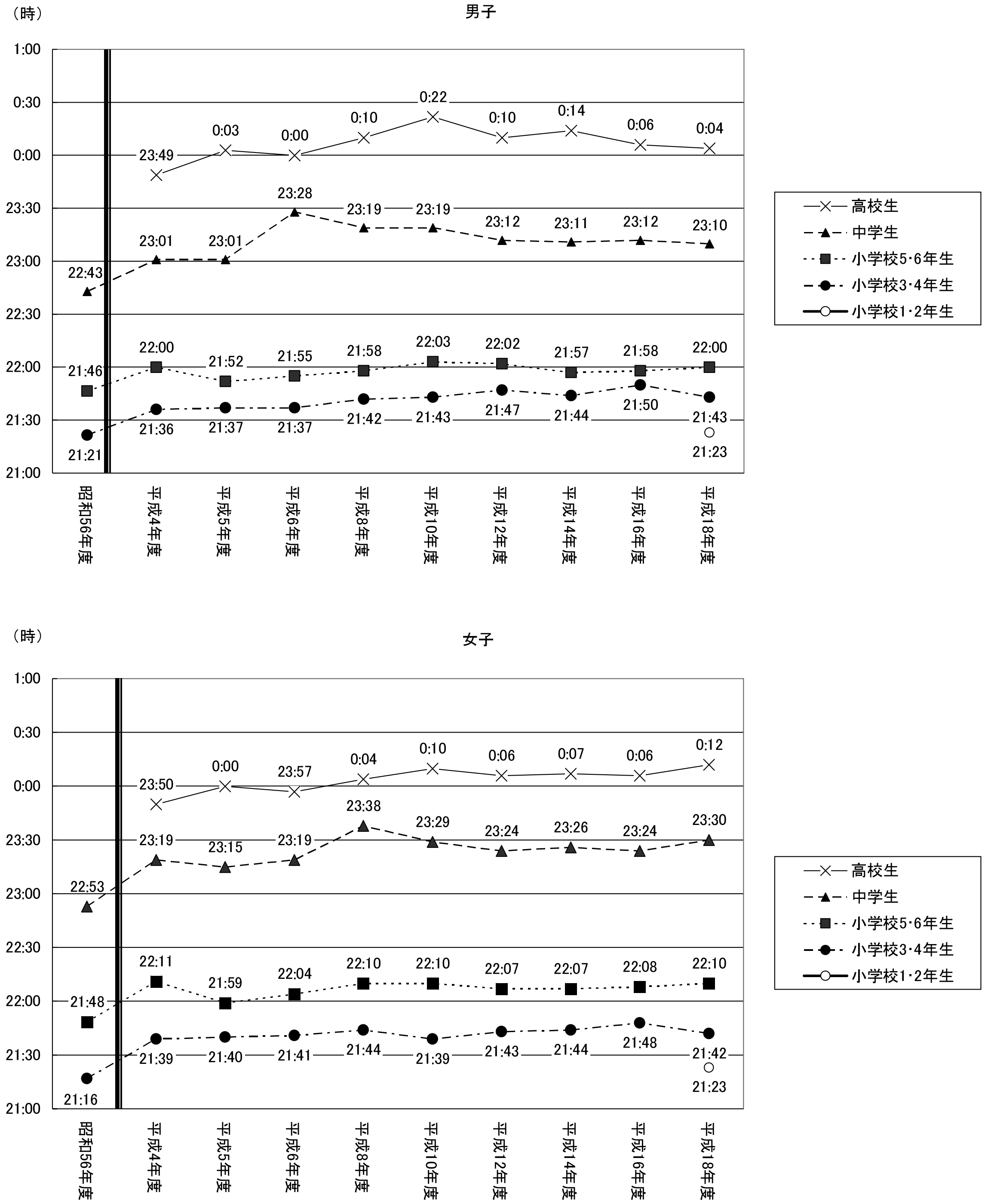


図５－１－２　就寝時刻（調査前日）平均値の経年比較

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１・２年生は６時42分、小学校３・４年生は６時42分、小学校５・６年生は６時44分、中学生は６時40分、高校生は６時35分であった。全ての学年の児童・生徒は、ほぼ６時30分から６時45分の15分の間に起床していた。

学年・男女別に見ると、小学生では男女の起床時刻はほとんど同じであったが、中学生と高校生では女子が男子より早く、特に高校生では女子が男子より14分早く起床している。

平成16年度調査との比較では、小学校３・４年生を除いたその他の学年で、男女ともに今年度は起床時刻が１分から５分早くなっていた。

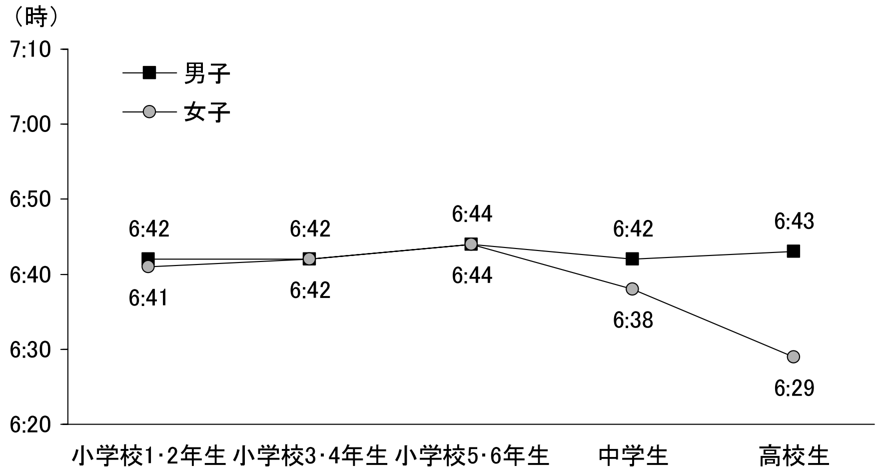


図５－２　起床時刻（調査日）の平均値

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１・２年生は９時間18分、小学校３・４年生は８時間59分、小学校５・６年生は８時39分、中学生は７時間20分、高校生は６時間25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、女子の睡眠時間は小学校５・６年生から男子より短く、特に中学生は男子が７時間33分に対して、女子は７時間08分と25分短くなっている。

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21分、女子で27分、小学校５・６年生の男子で13分、女子で21分、中学生では男子が37分、女子が44分短くなっている。さらに、小学校５・６年生の男子と女子では、調査開始以来の最低値を記録した。小学１・２年生は、昭和56年度調査の対象となっていないが、男子は当時の小学３・４年生に近い睡眠時間である。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32分短くなっている。高校生の女子は調査開始以来最低の６時間17分であった。

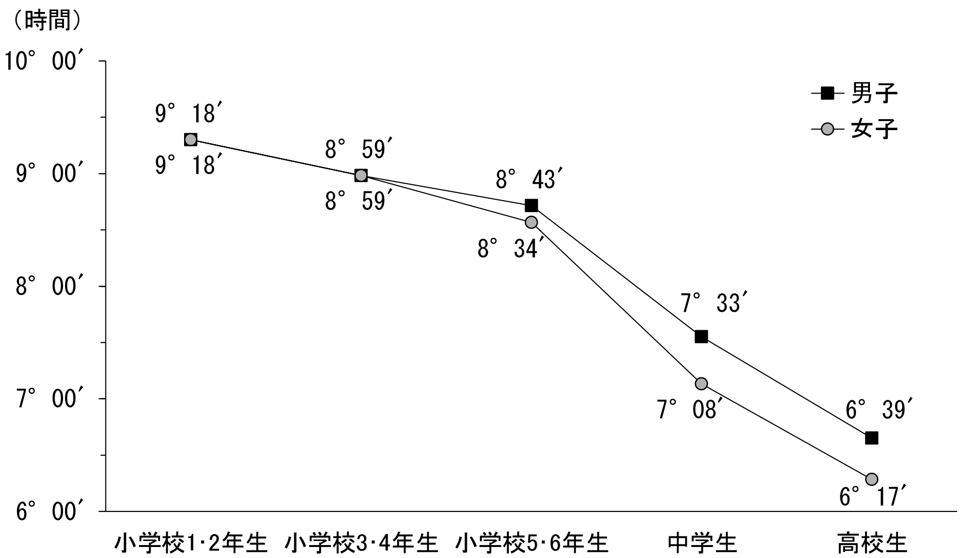
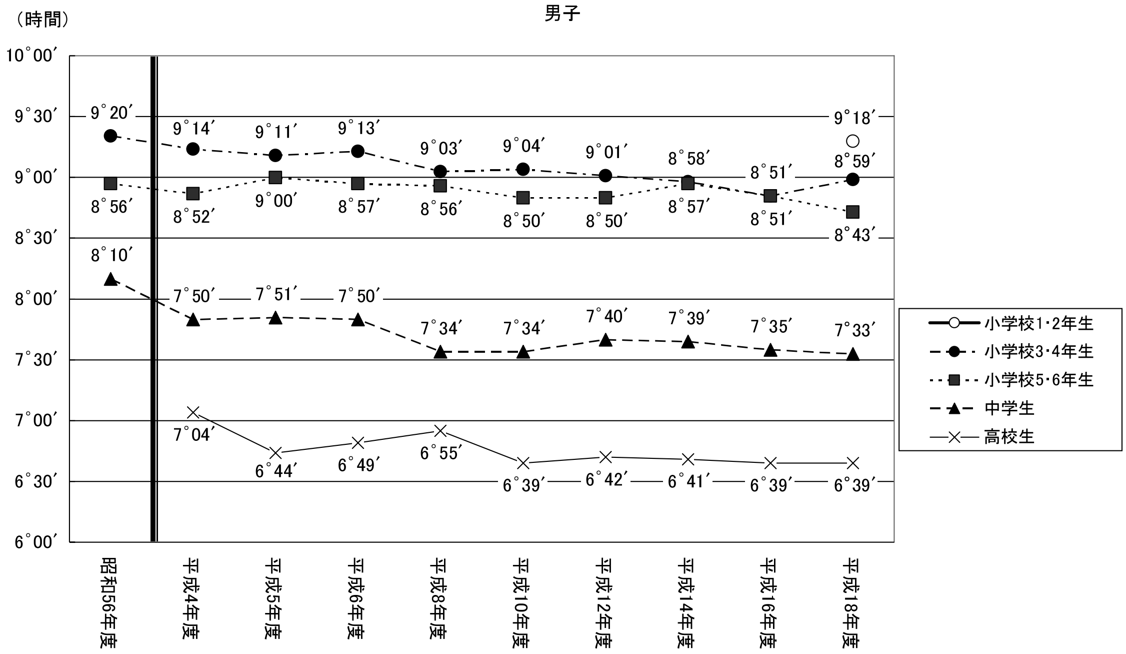


図５－３－１　睡眠時間の平均値



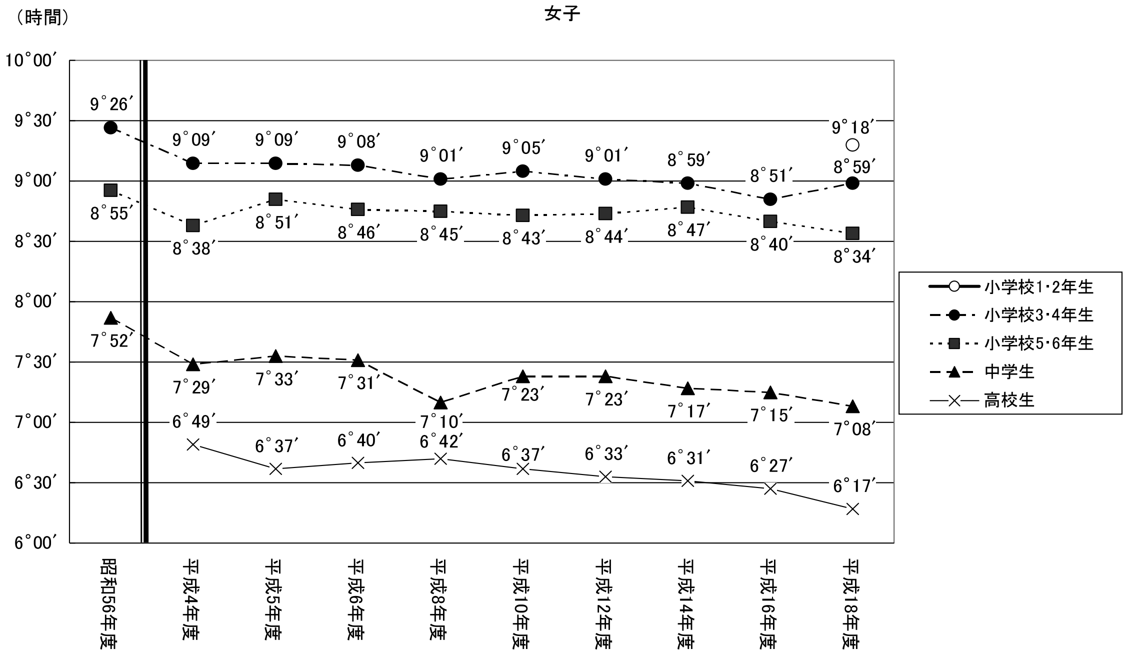


図５－３－２　睡眠時間平均値の経年比較

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26.5%、女子22.0%、「少し眠かった」と答えた者の比率は、男子55.8%、女子56.1%、「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17.7%、女子21.8%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。また、女子では男子よりさらに低い比率である。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３・４年生を除いて、男女とも学年が進むに従って増加している。また、女子は全ての学年において、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」と答えた小学校３・４年生の比率は、女子でやや増加傾向を示しているが、男子では同様の傾向は認められない。一方、中高校生男女ではほぼ横ばいの状態である。

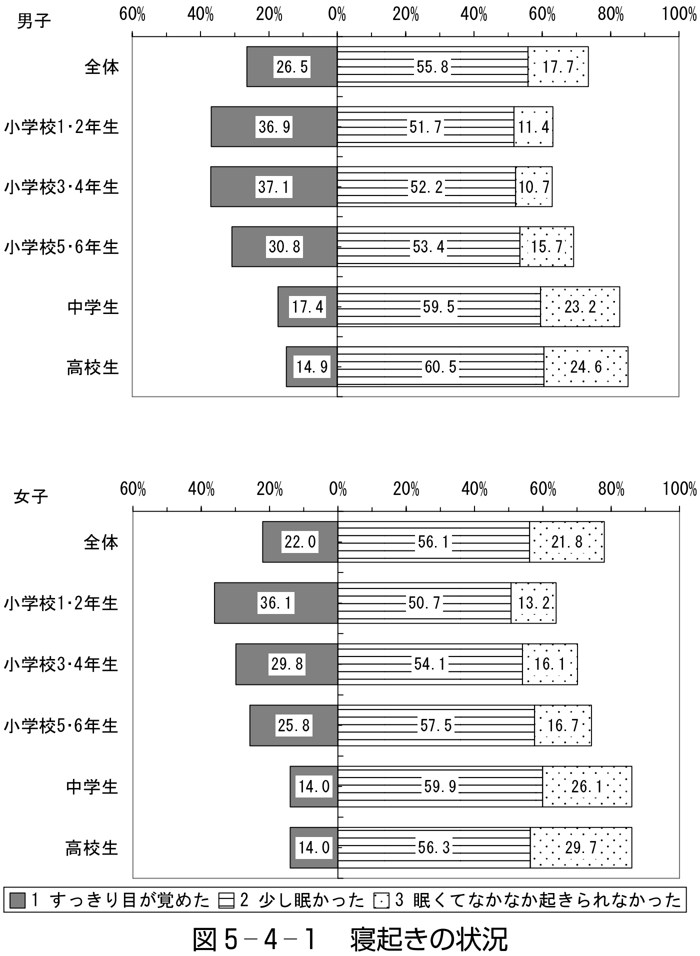
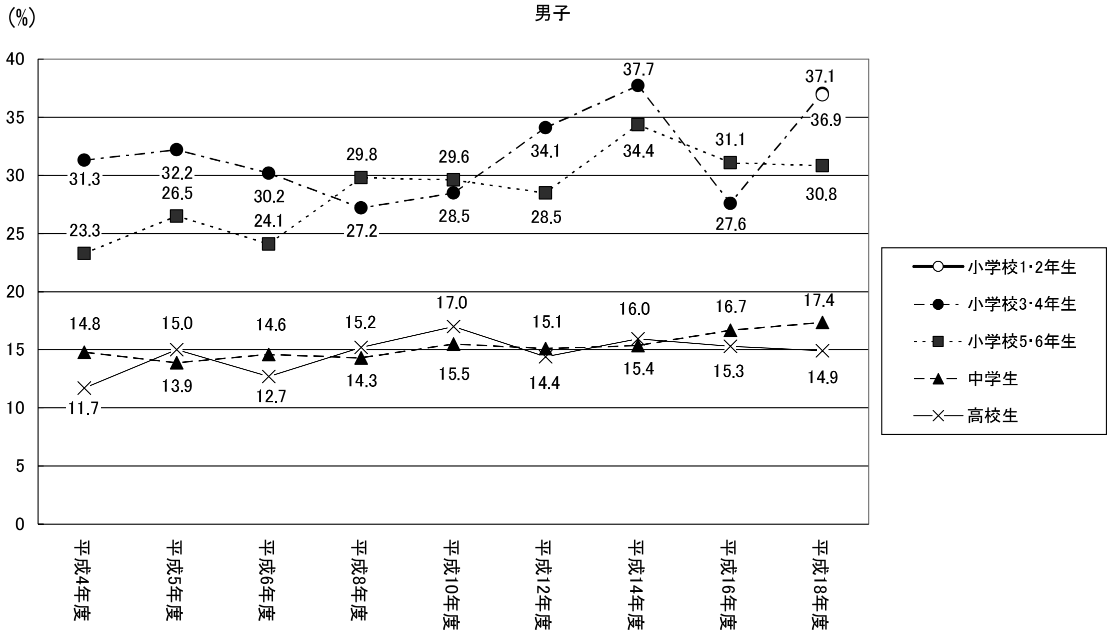


図５－４－１　寝起きの状況



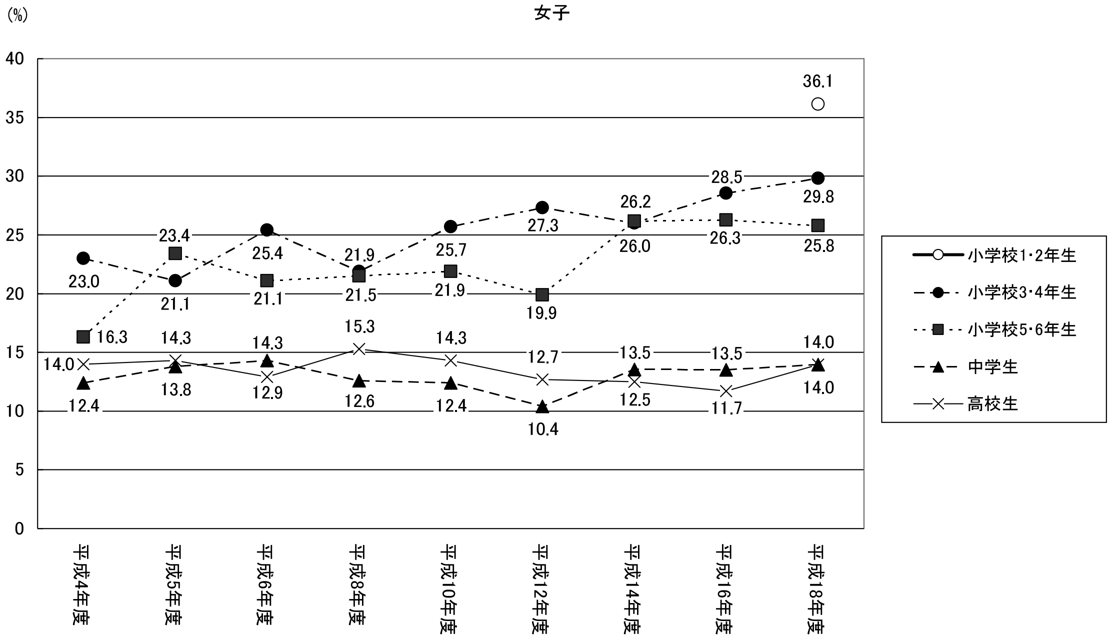


図５－４－２　調査日に「すっきりと目が覚めた」と回答した比率の経年比較

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42.4%、女子51.8%であり、女子は約半数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にこの傾向が高く見られる。特に、中学生の女子は66.6%で、同じ中学生男子の56.8%や高校生男子の60.9%より高い。さらに高校生女子は70.1%と全ての学年の中で最も高い値であり、約４人に３人は「最近、睡眠不足を感じている」ことを示している。

これまでの調査との比較を概観すると、「最近、睡眠不足を感じている」と答えた者の比率は、女子の小学校３・４年生、小学校５・６年生、中高校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、平成14年度調査にやや減少傾向を示していたが、平成16年度調査および平成18年度調査では、小学校３・４年生は再び増加してほぼ横ばいであり、小学校５・６年生は再び増加した。

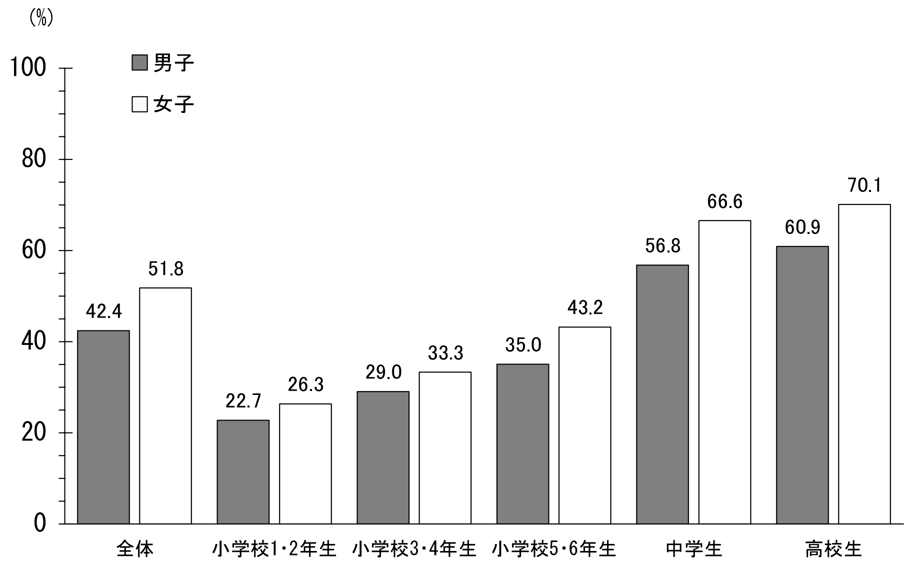
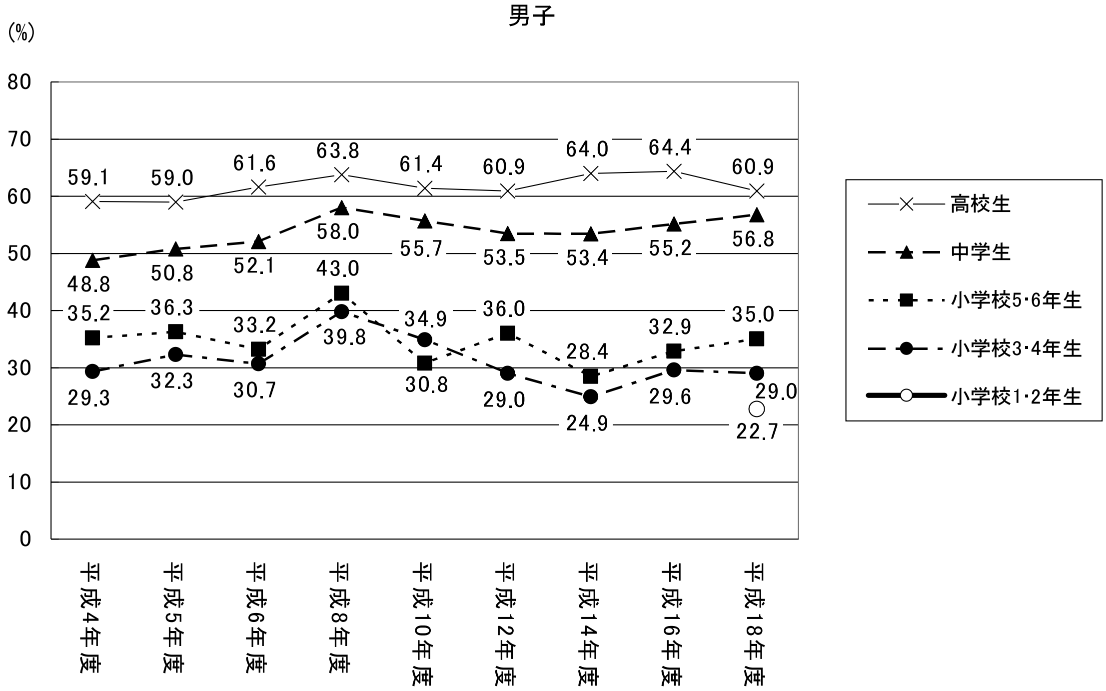


図５－５－１　睡眠不足を感じている者の比率



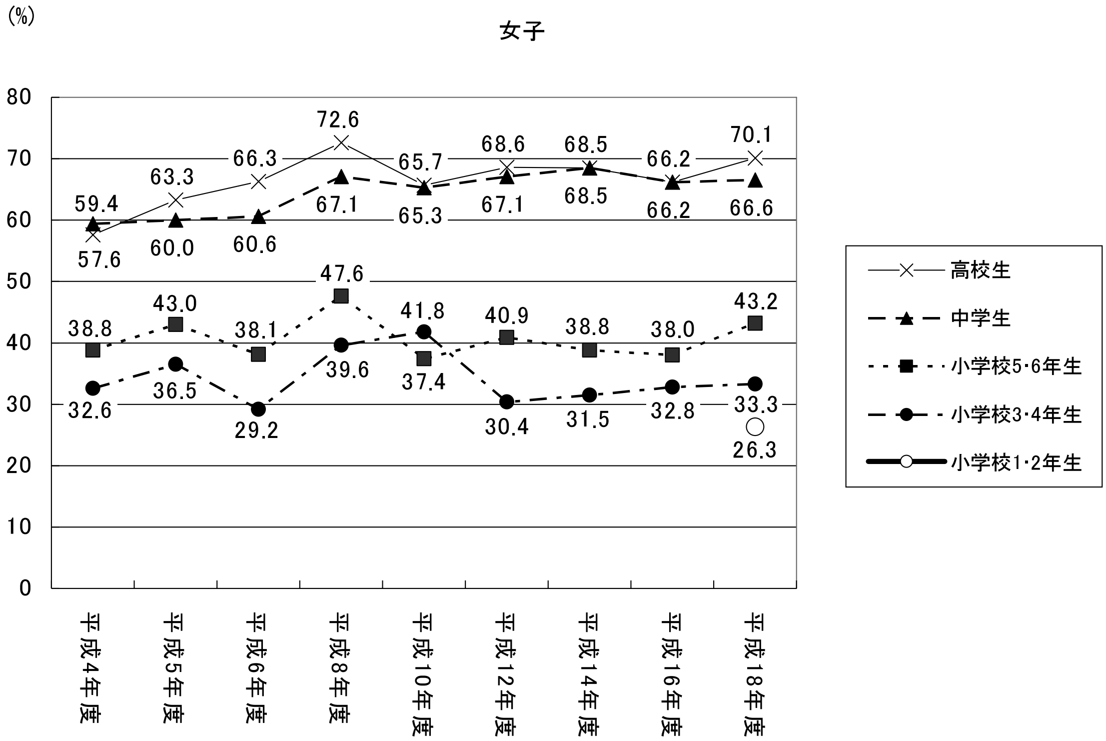


図５－５－２　睡眠不足を感じている者の比率（経年比較）

5.2　睡眠不足を感じている理由（複数回答）（表Ⅱ－８、９）

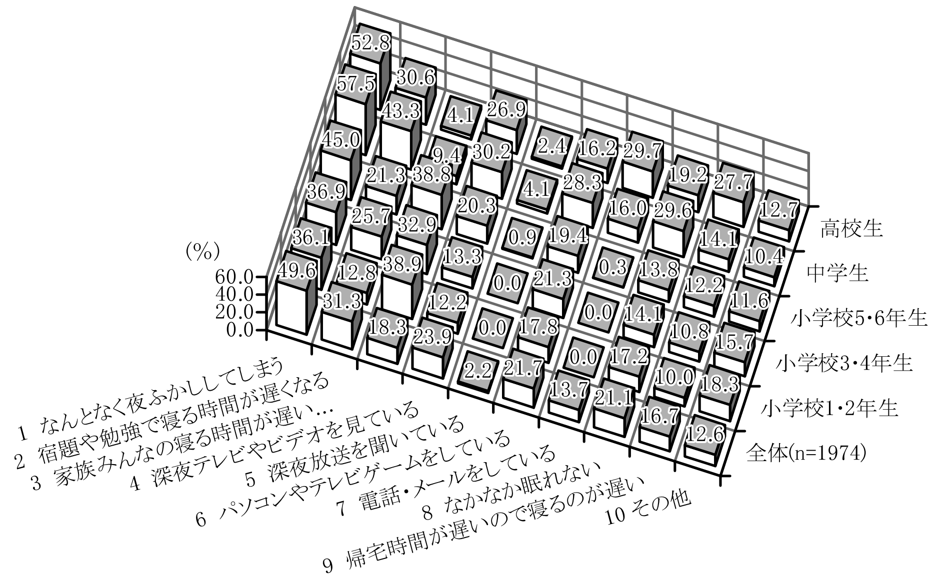
（前問で睡眠不足を「感じている」と答えた者のみ回答）

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、「何となく夜ふかししてしまう」であり、男子49.6%、女子50.6%である。２番目として、「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が男子31.3%、女子は42.5%となっている。３番目として、「深夜テレビやビデオを見ている」が男子23.9%、女子は23.1%となっている。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、最も高い比率は男女ともに「家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い」であり、男子38.9%、、女子38.4%であった。２番目として高い比率は男女ともに「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子36.1%、女子33.3%であった。小学校３・４年生では、最も高い比率は男女ともに「何となく夜ふかしをしてしまう」であり、男子36.9%、女子43.4%であった。２番目として、男女ともに「家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い」であり、男子32.9%、女子31.5%であった。小学校５・６年生では男女ともに、「何となく夜ふかしをしてしまう」が他の項目と比較して顕著に高い比率であり、男子45.0%、女子51.6%である。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57.5%、女子55.6%である。２番目として、「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が、男子43.3%、女子50.8%である。３番目として、「深夜テレビやビデオを見ている」が、男子30.2%、女子34.2%となっている。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52.8%、女子52.0%である。２番目として、「宿題や勉強で寝る時間が遅くなる」が男子30.6%、女子47.2%である。３番目として、「電話・メールをしている」が男子29.7%、女子34.9%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電話やメールをしていることに影響を受けている。男子では、中学生の約３人に１人が「パソコンやテレビゲームをしている」が、男女全ての学年の中で最も高い比率である。一方女子では、「電話・メールをしている」と回答する者が、中学生で24.6%、高校生で34.9%おり、男女の他の学年の中で高い比率となっている。また中学生では「なかなか眠れない人」傾向が強く約３人に１人いる。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、小学校１・２年生を除いて約５人に１人いる。

男子



女子

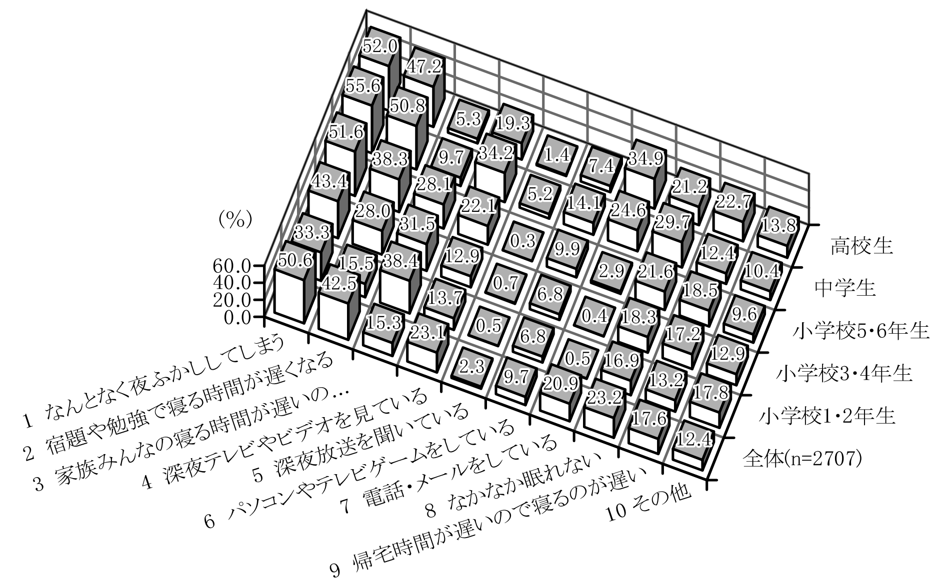


図５－５－３　睡眠不足を感じている理由（複数回答）（睡眠不足を「感じている」と答えた者のみ）

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72.2%、女子51.9%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子67.4%、女子62.1%、小学校３・４年生では、男子71.5%、女子58.2%、小学校５・６年生では、男子72.2%、女子55.3%、中学生では、男子71.9%、女子51.4%、高校生では、男子77.8%、女子40.5%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、男子の小学校３・４年生から中学生までは、「毎日排便している」比率が70%以上であり、高校生は80%に近い比率であるのに対し、女子は小学校３・４年生から中学生までは、中学生が50%台であり、高校生は40%台とかなり低い傾向が見られる。また、高校生の女子の約５人に１人が、「数日出ないことがある」と答えている。

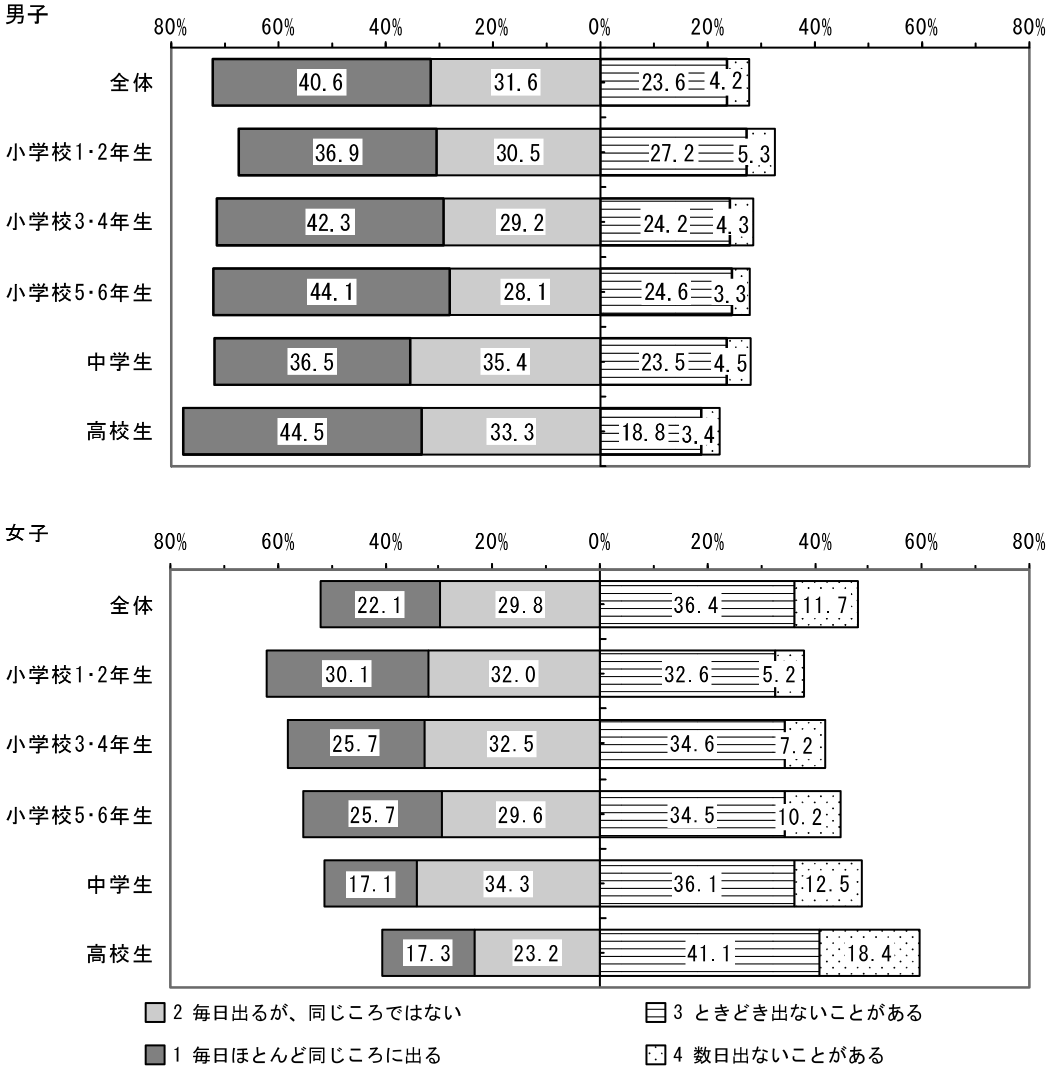


図５－６　排便の習慣

COLUMN

コラム

〈ダイエットと便秘〉ダイエット経験ある女子高校生の４人に１人は数日排便がない

女子高校生の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」と答えた者は約40%とかなり低い傾向が見られる。また、約５人に１人が、「数日出ないことがある」と答えている。このように、女子高校生は、男子や女子の他の学年と比較して排便習慣が悪い。さらに、排便の習慣とダイエットの経験との関係について分析を行った。その結果、ダイエットについて、「思ったことはない」、「したいと思ったが、まだ実行していない」、「やせたいと思って実行した」と回答した者別にした、ほぼ毎日排便があるグループの比率はそれぞれ、47.1%、42.2%、37.1%であり、ダイエット経験がある者が最も低かった。さらに「数日出ないことがある」者の比率は、それぞれ、12.9%、15.5%、23.3%であった。したがって、女子高校生のダイエット経験者は、排便習慣が調査対象者の中で最も悪いことが明らかとなった。女子高校生のダイエット経験者のダイエット方法は、「運動する」が他の学年と比較して最も低い比率であり、「食事の量を減らす」や「食事の内容を変える」が多い傾向がある。これらのダイエット方法が排便の習慣のさらに悪くする原因となっている可能性がある。

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94.8%、女子が95.3%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子97.5%、女子96.6%、小学校３・４年生では、男子97.4%、女子97.4%、小学校５・６年生では、男子96.5%、女子96.0%、中学生では、男子92.7%、女子95.0%、高校生では、男子91.2%、女子93.2%となっている。小学校の男女と中学生女子は95%以上が朝食をほぼ毎日食べている。

しかし、朝食の欠食状況は学年が進むにつれ増加する傾向であり、朝食を「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と答えた者は、高校生の男子が最も高い比率を示した。欠食率は、男子で中学生が7.3%、高校生が8.8%、女子で中学生が5.0%、高校生が6.9%である。

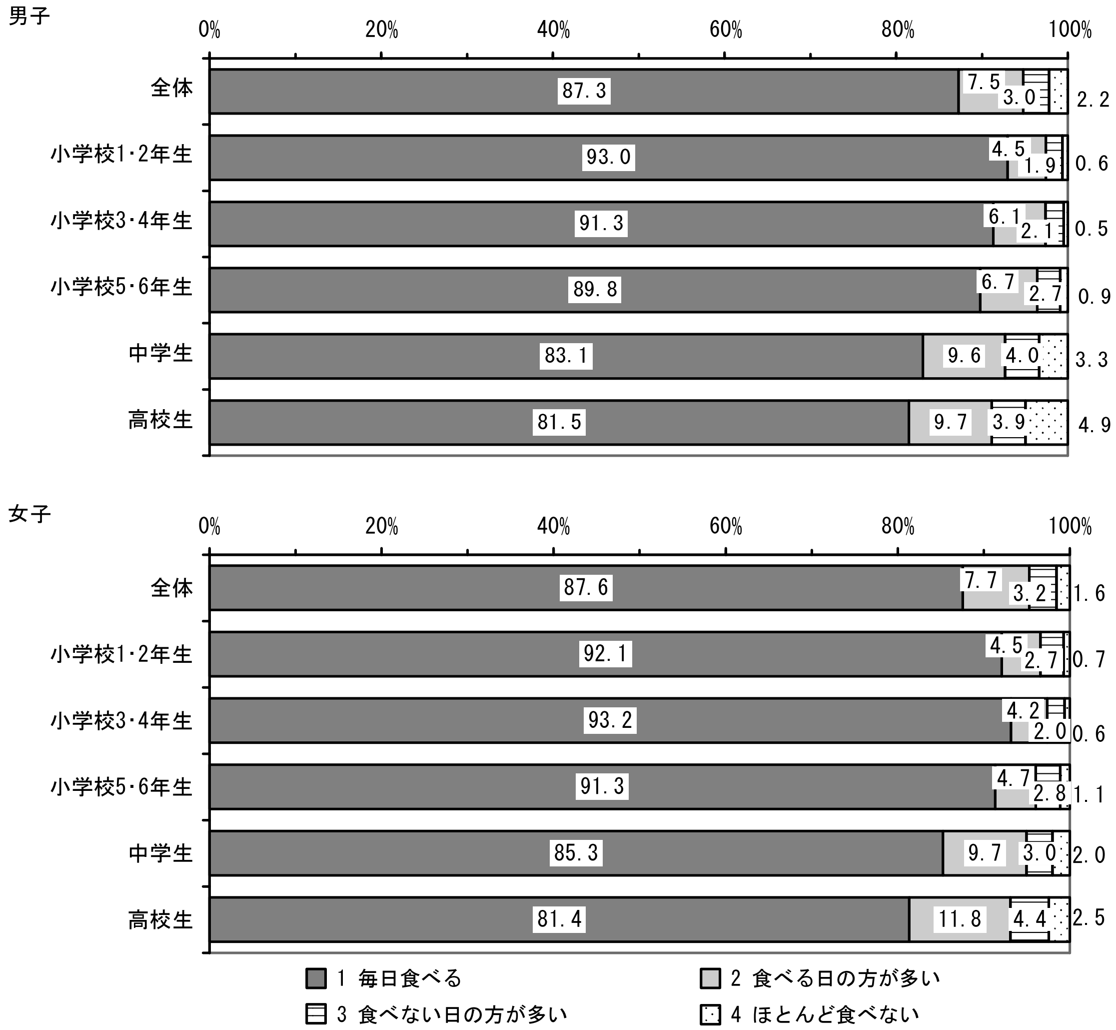


図５−７−１　朝食の摂取状況

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43.8%、女子が39.5%と最も高かった。２番目に「食欲がない」と答えた者の比率は、男子が34.6%、女子が40.3%であり、３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14.2%、女子が10.3%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１・２年生の男子で約50.0%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３・４年生の女子で57.1%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、男子の中学生で約５人に１人、男子の高校生で約６人に１人の割合となっている。

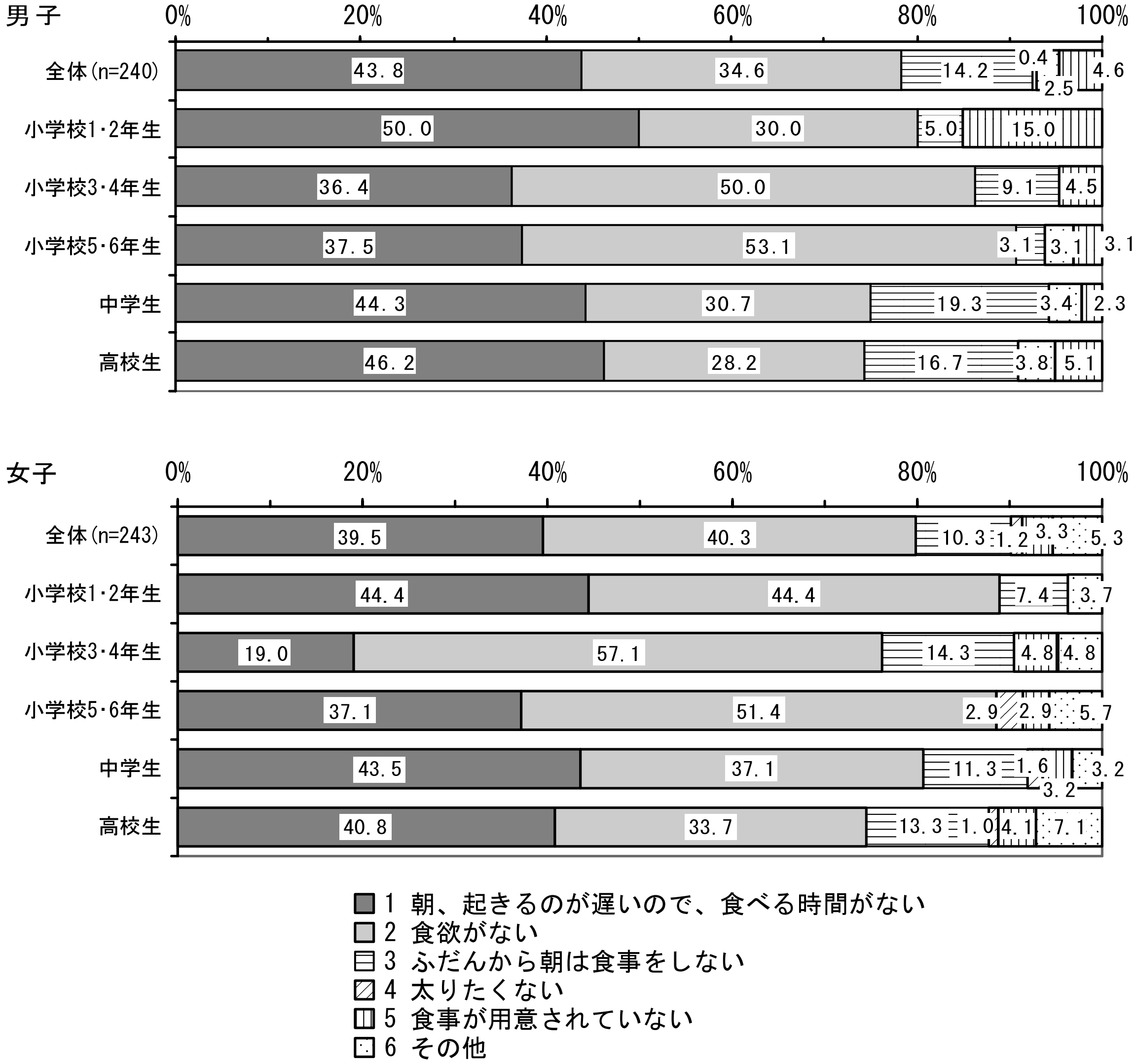


図５－７－２　朝食を食べない理由
（「食べない日の方が多い」または「ほとんど食べない」と答えた者のみ）

7.3　朝食を１人で食べている状況（表Ⅱ−16、17）

「日ごろ朝食を１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１人で食べる」グループとしてみると、全体では、男子30.9%、女子33.7%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子15.4%、女子13.9%、小学校３・４年生では、男子13.9%、女子12.5%、小学校５・６年生では、男子17.1%、女子16.7%、中学生では、男子42.3%、女子43.1%、高校生では、男子59.7%、女子60.0%となっている。

朝食を１人で食べる者は、校種が変わるにつれ増加する傾向である。小学生では学年による差が小さく、小学校１・２年生から小学校５・６年生の男女で約13%から17%であるが、中学生では約40%、高校生では約60%と朝食を１人で食べる者が増えている。

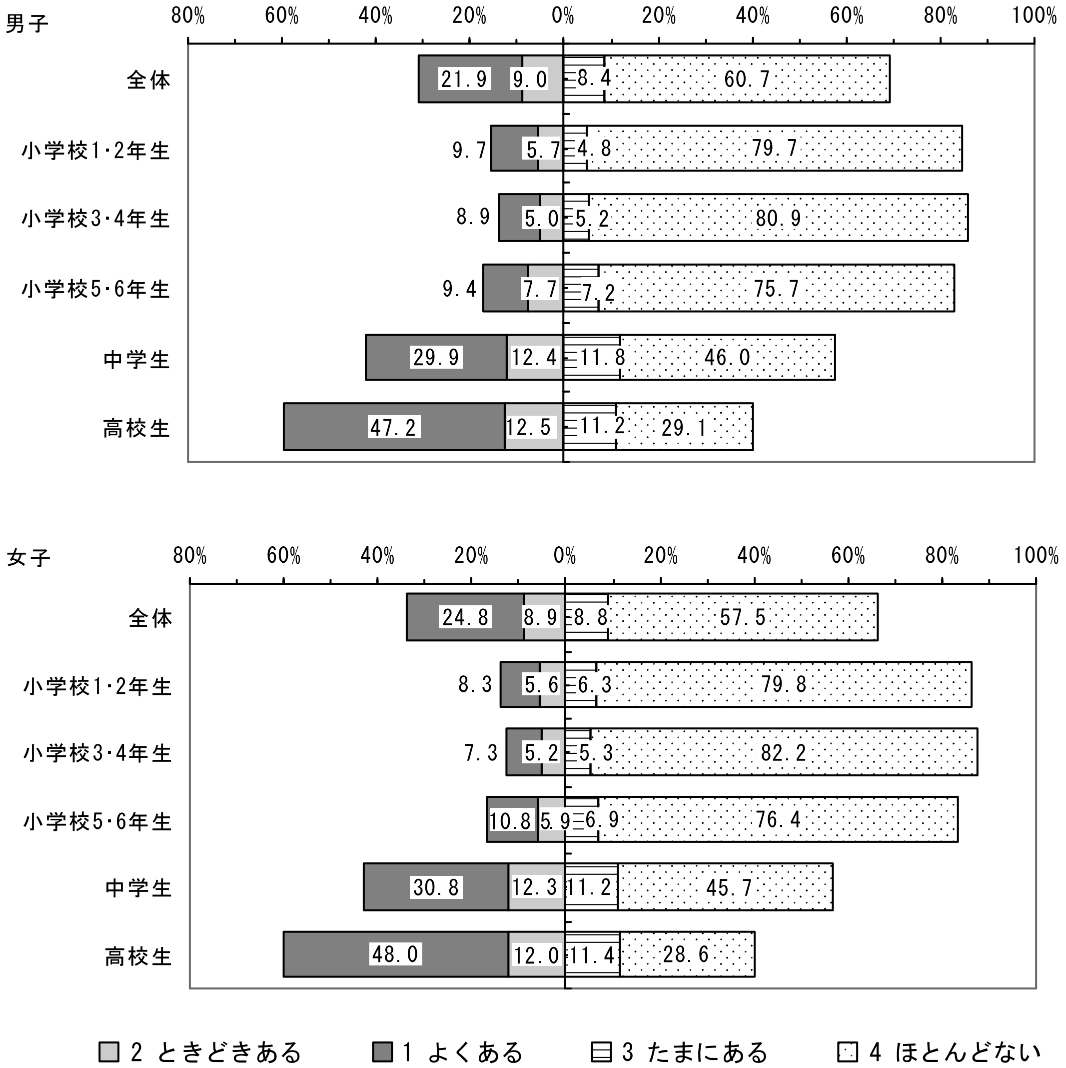


図５−７−３　朝食を１人で食べている状況

7.4 食事を残す状況（表Ⅱ-22、23）

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19.8%、女子28.1%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子27.6%、女子32.0%、小学校３・４年生では、男子19.8%、女子26.8%、小学校５・６年生では、男子18.1%、女子19.8%、中学生では、男子19.0%、女子30.7%、高校生では、男子15.9%、女子29.6%となっている。

全ての校種で、女子の「食事を残す」比率は男子より高くなっている。女子は、小学校５・６年生を除く学年と校種にて、約３割が「食事を残す」と答えた。

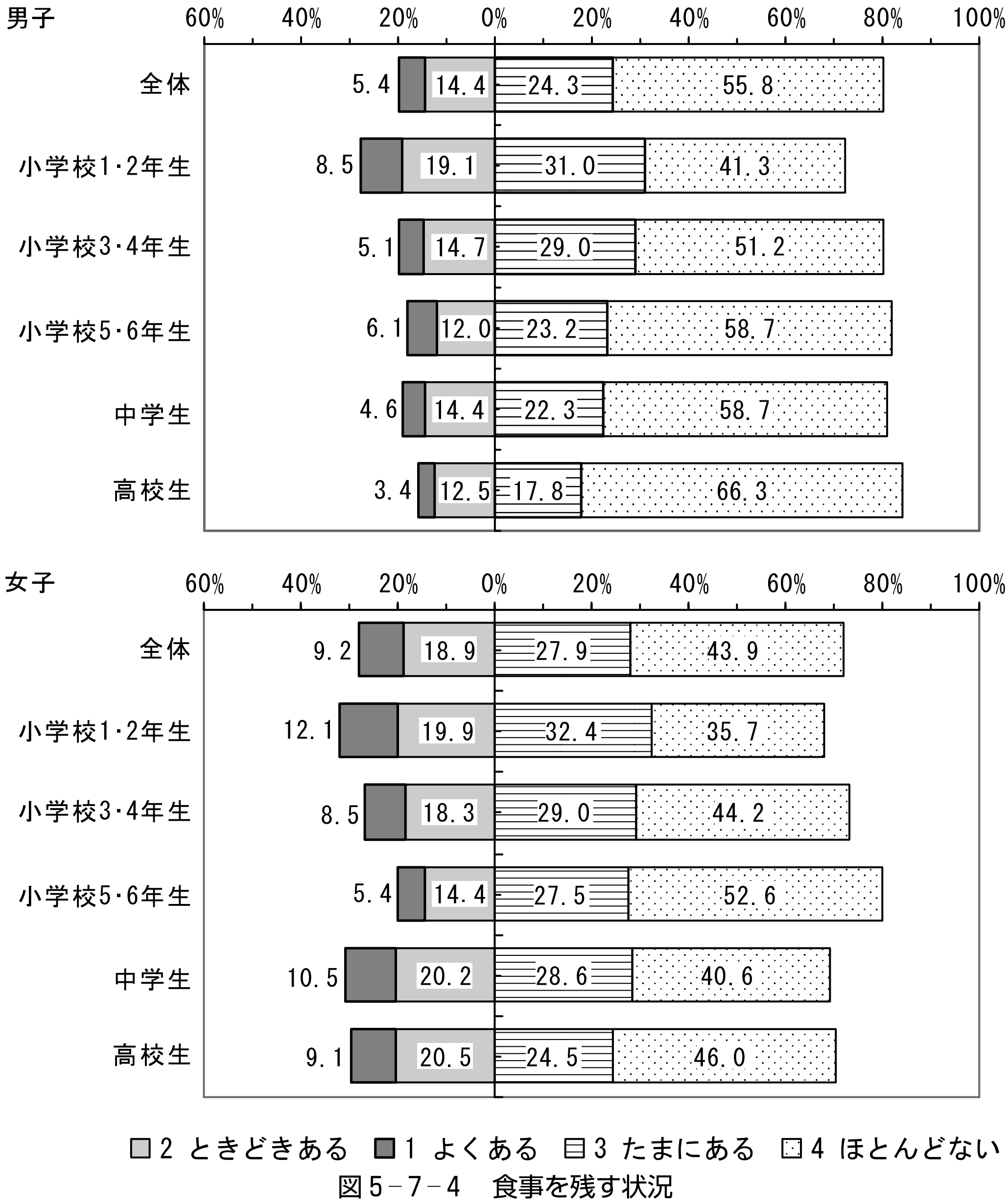


図５－７－４　食事を残す状況

7.5　食事を残す理由（表Ⅱ-24、25）

（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48.9%、女子が40.5%と最も高かった。次いで「量が多い」と答えた者の比率は、男子が25.9%、女子が34.8%であり、３番目に「食欲がない」と答えた者の比率は、男子が14.4%、女子が12.6%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１・２年生の男子で約57.3%、小学校３・４年生の女子で約50.7%と最も高かった。また、「食欲がない」と答えた者の比率が、高校生の男子で約32.8%と最も高かった。「量が多い」と答えた者の割合は、女子が全ての学年で男子より多く、高校生では約40%に上っている。また、「太りたくない」と答えた者の割合は、女子の中学生と高校生に多く、それぞれ4.0%、7.0%であった。

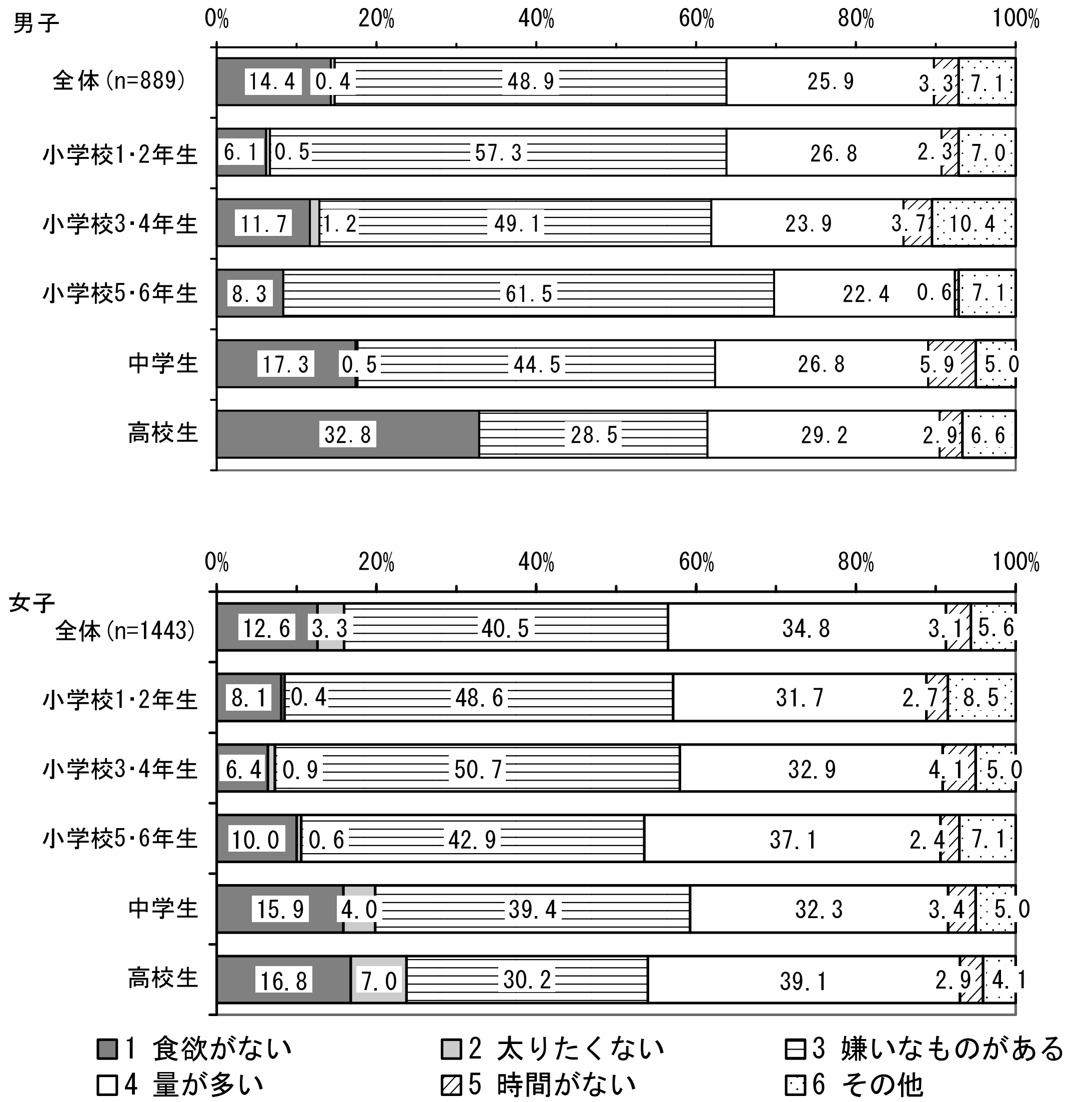


図５－７－５　食事を残す理由

7.6 夕食を１人で食べる状況（表Ⅱ-18、19）

「夕食を１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１人で食べる」グループとしてみると、全体では、男子13.4%、女子13.8%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子2.0%、女子1.1%、小学校３・４年生では、男子2.5%、女子2.1%、小学校５・６年生では、男子3.2%、女子4.5%、中学生では、男子15.9%、女子15.0%、高校生では、男子41.1%、女子32.6%となっている。

小学生の男女では、夕食を１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１人で食べる者が増え、中学生の男女では15～16%が、高校生では男子の約40%が、女子の約33%が夕食を１人で食べている。

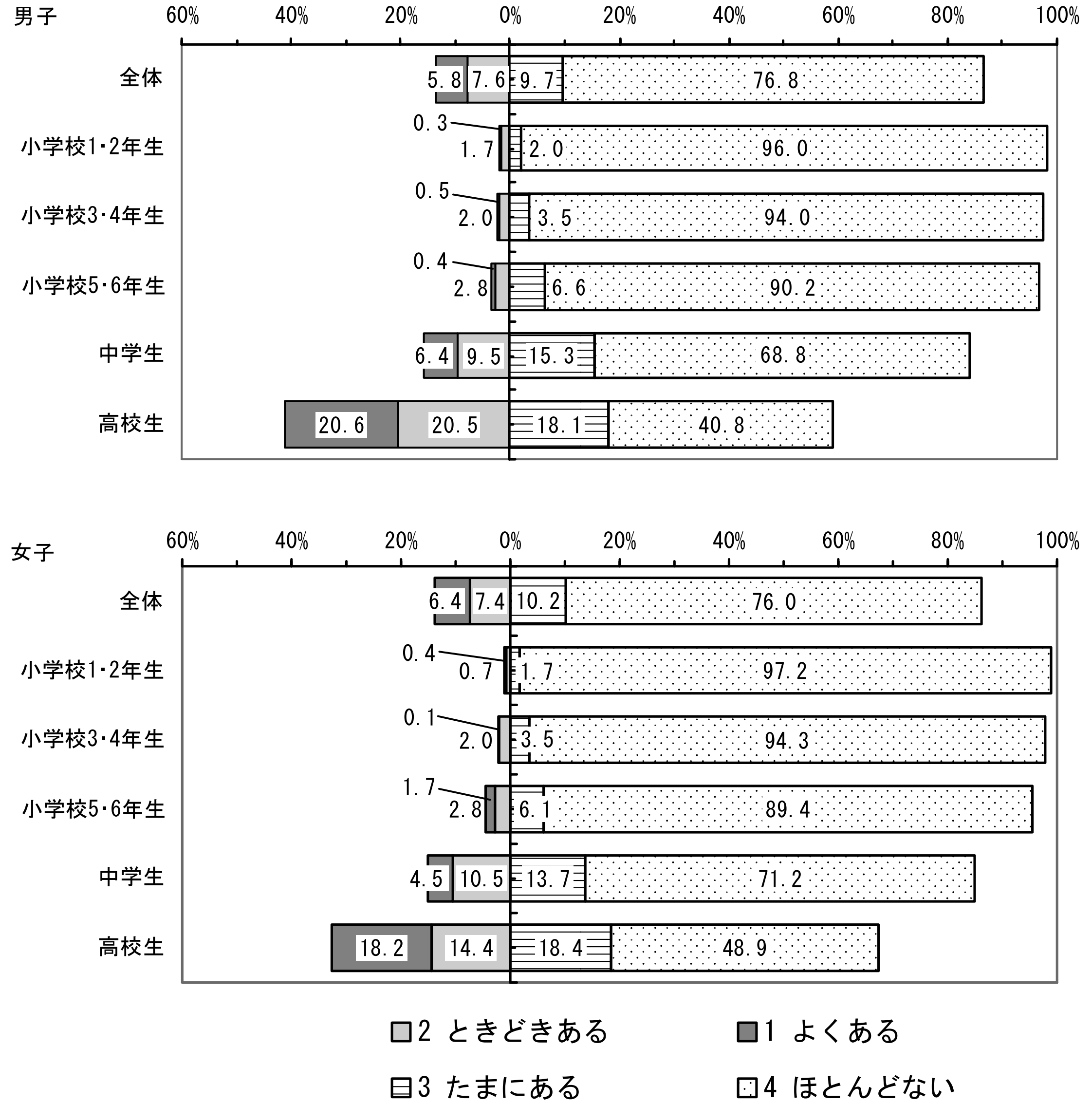


図５-７-６　夕食を１人で食べる状況

7.7　夕食後に食事をとる状況（表Ⅱ-20、21）

「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16.1%、女子10.7%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子7.0%、女子4.4%、小学校３・４年生では、男子6.9%、女子4.8%、小学校５・６年生では、男子9.1%、女子7.0%、中学生では、男子23.5%、女子15.4%、高校生では、男子29.7%、女子15.9%となっている。

小学生の男女では、小学校５・６年生の男子を除いて、夕食後にもう一度食事をすることがある者は約４～７%と少ない。しかし、小学校５・６年生では、男子が10人に１人とやや多くなっている。さらに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１人が、高校生では約３人に１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。

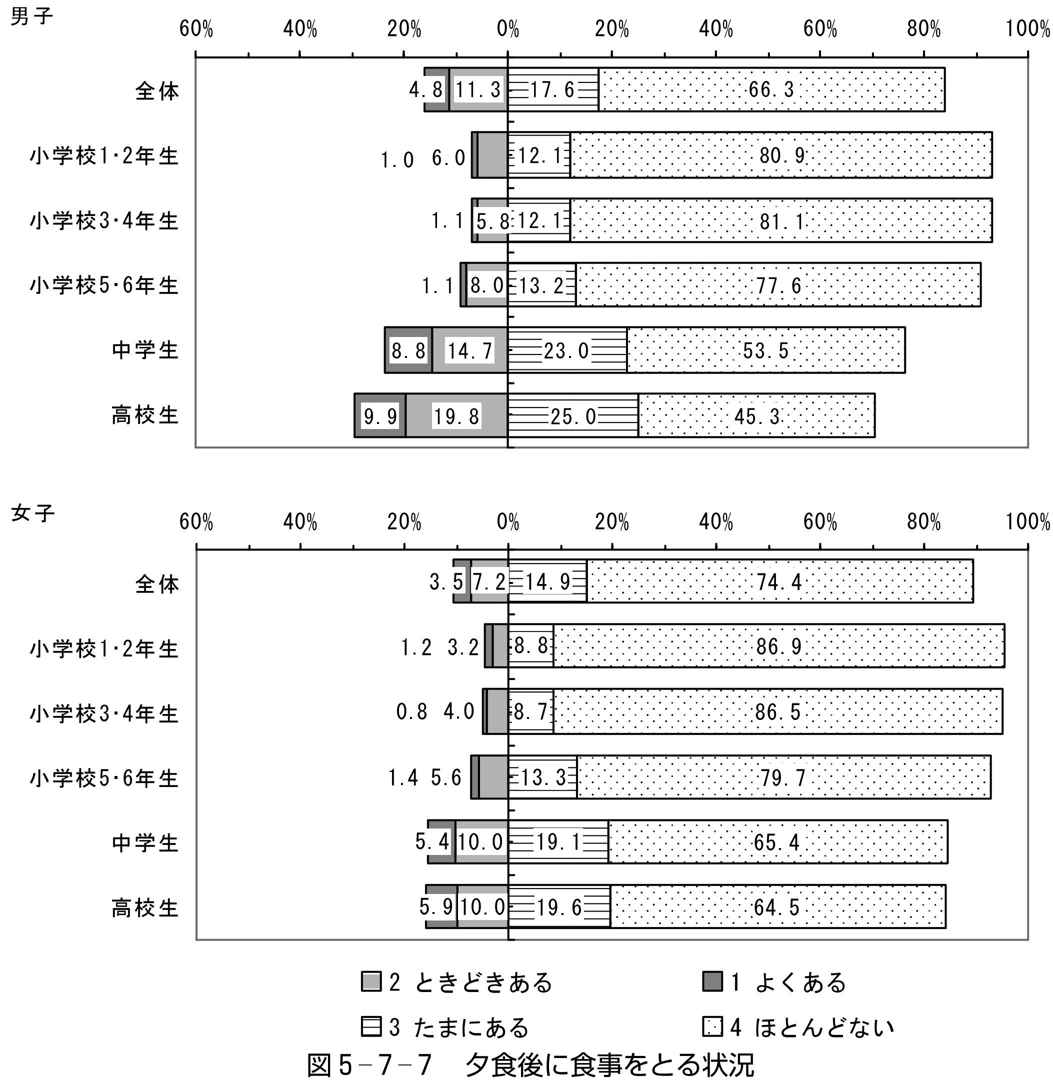


図５－７－７　夕食後に食事をとる状況

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31.4%、女子35.7%であった。

学年・男女別に見ると、小学校１・２年生では、男子19.8%、女子17.0%、小学校３・４年生では、男子20.4%、女子21.2%、小学校５・６年生では、男子26.3%、女子25.3%、中学生では、男子42.4%、女子47.5%、高校生では、男子42.3%、女子51.0%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１・２年生および小学校３・４年生の男女ともに５人に１人程度、小学校５・６年生の男女は４人に１人程度あった。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50%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40%である。

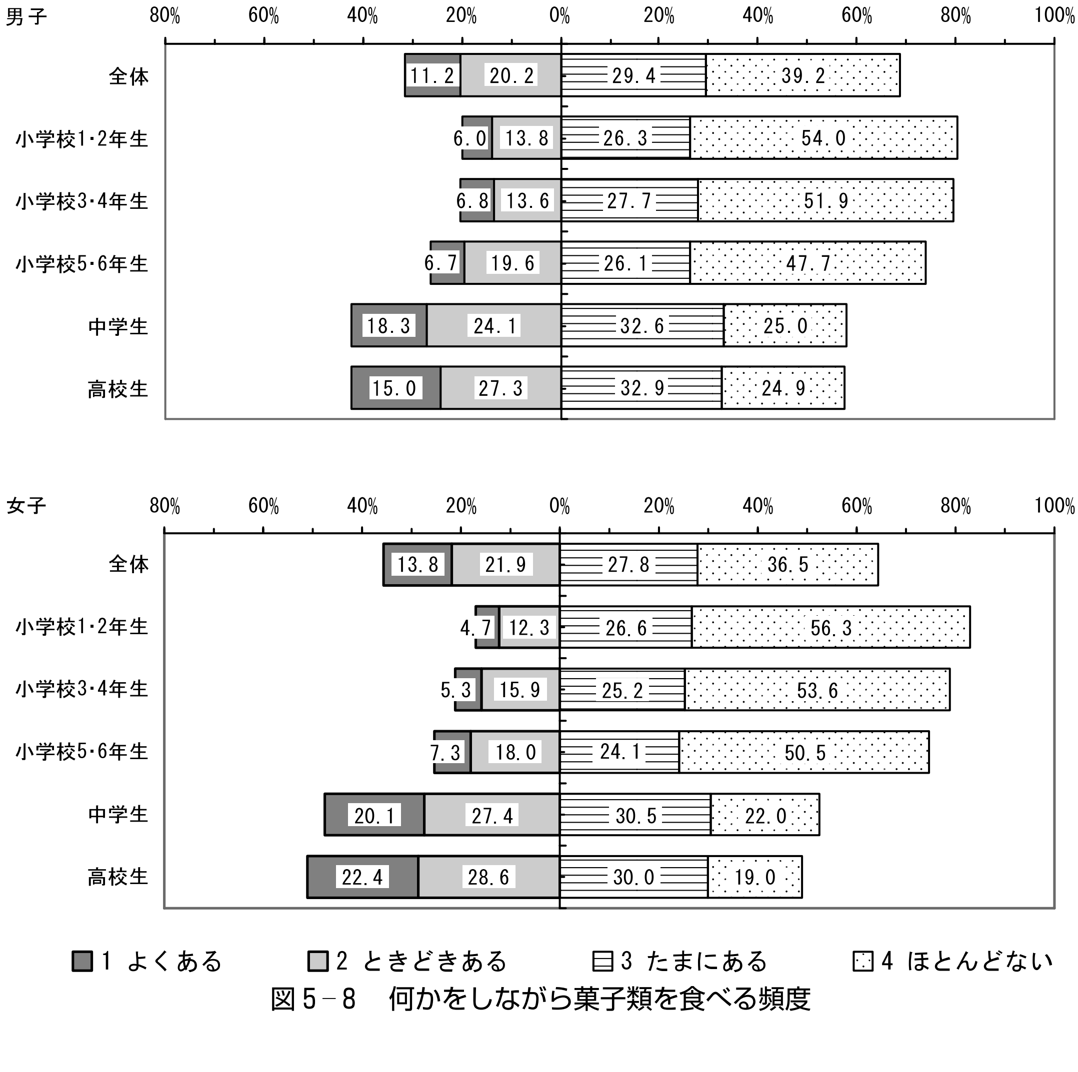


図５－８　何かをしながら菓子類を食べる頻度

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52.0%である。２番目に、「少しだけやせたいと思っている」が24.0%、３番目として、「少しふとりたいと思っている」が16.8%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39.0%である。２番目に、「今のままがよいと思っている」が36.1%、３番目として「かなりやせたいと思っている」が20.0%となっている。

学年・男女別に見ると、小学生の男女で最も高い比率は「今のままがよいと思っている」であり、約50%から70%である。中学生および高校生の男子でも、最も高い比率は依然として「今のままがよいと思っている」であるが半数以下になり、「少しだけやせたいと思っている」が約30%と増えている。一方、中学生および高校生の女子では、最も高い比率が「少しだけやせたいと思っている」になり、２人に１人の割合である。さらに、「かなりやせたいと思っている」が、中学生女子で４人に１人、高校生女子で約２人に１人の割合に増えている。

「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、女子では学年が進むに従って比率が増加し、小学３・４年生で約33%、小学校５・６年生で約44%、中学生では約76%、高校生では約89%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、男子では小学３・４年生と小学校５・６年生で約27%、中学生で約36%、高校生では約38%であった。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24%になっている。

女子の中高校生の約80%から90%は痩身願望を抱いていることが、前回調査と同様に明らかとなった。

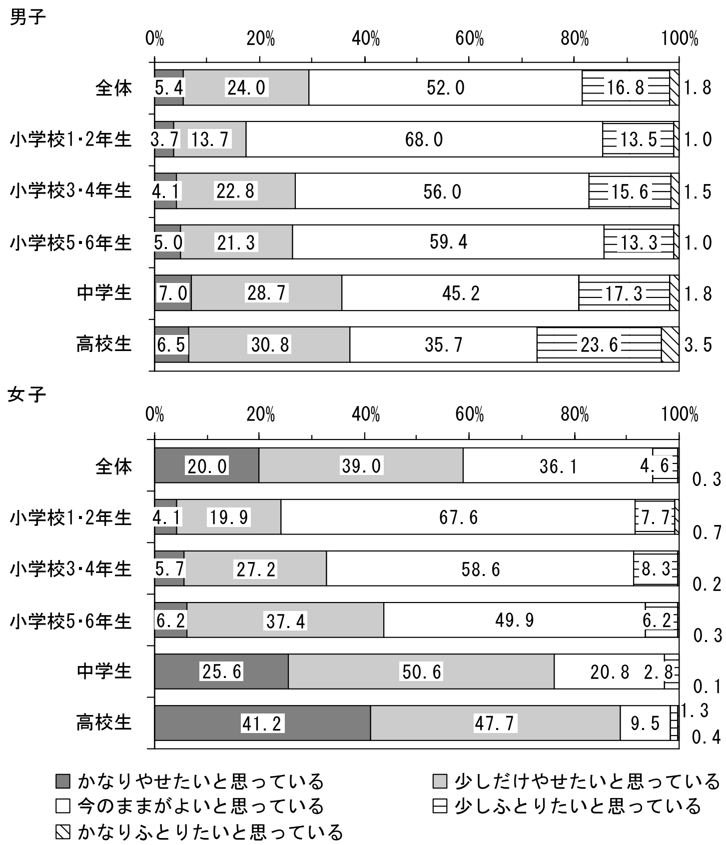


図５−９−１　自分の体型のイメージ

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80.5%である。２番目に、「したいと思ったが、まだ実行していない」が11.8%、３番目として、「やせたいと思って実行した」が6.8%となっている。女子でも最も高い比率は、「思ったことはない」が46.9%である。２番目に、「したいと思ったが、まだ実行していない」が32.7%、３番目として、「やせたいと思って実行した」が19.8%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」が小学生で３%から６%であるが、中高校生では約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、小学校５・６年生で約10%、中学生で約22%、高校生では約42%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小学生高学年以降顕著になることがわかる。

前回調査と比較すると、女子の中高校生で「やせたいと思って実行した」と回答した者がやや増加した傾向が見られた。

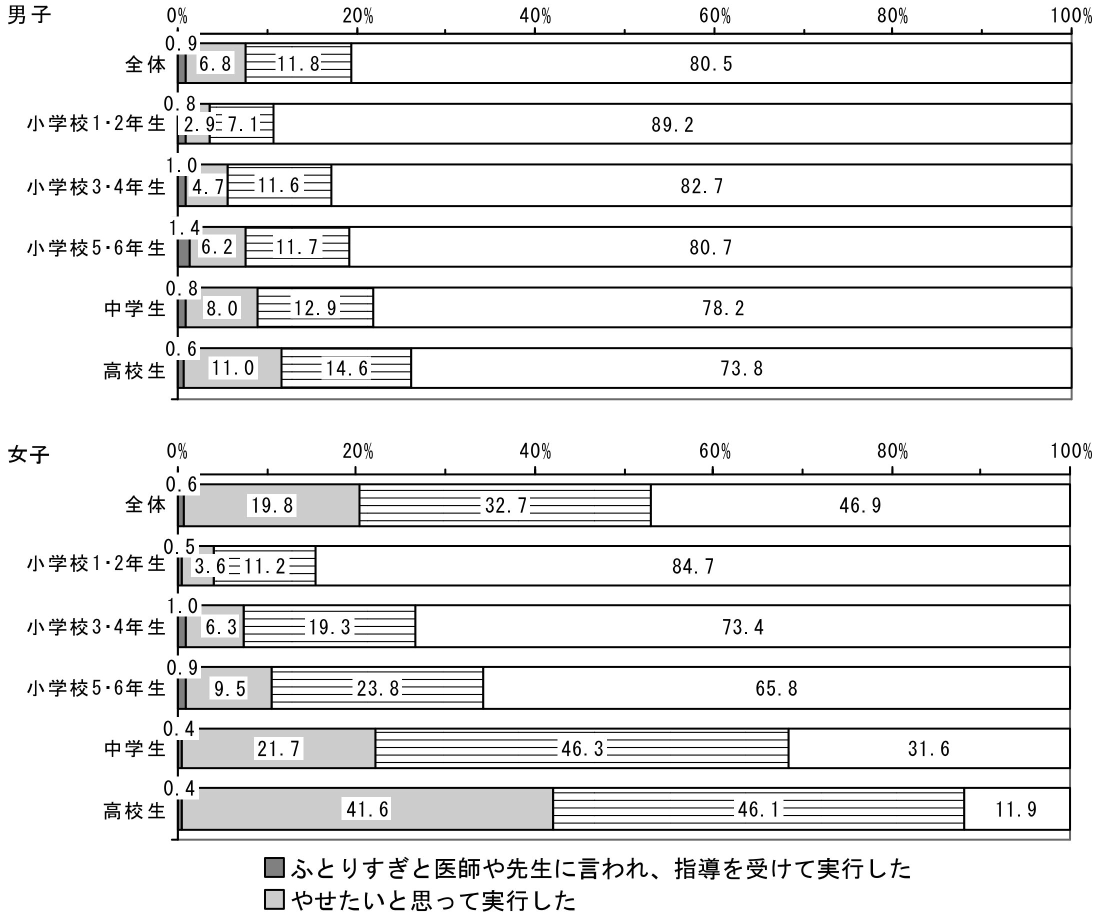


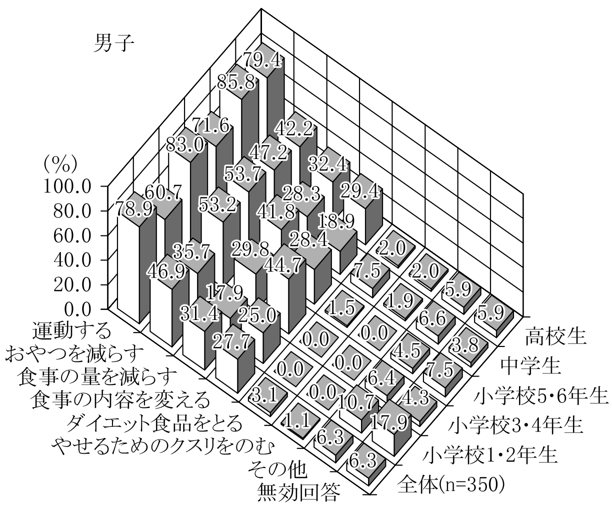
図５－９－２　体重を減らす努力（ダイエット）の経験

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78.9%である。次いで、「おやつを減らす」が46.9%、３番目として、「食事の量を減らす」が31.4%となっている。女子で最も高い比率は、「運動する」の69.4%である。次いで、「おやつを減らす」が70.3%、３番目として、「食事の量を減らす」が42.0%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、中学生と高校生では約80%以上であり、主な方法となっている。一方、女子でも、「運動する」は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72.2%で「運動する」の74.4%に接近した値である。女子高校生では「おやつを減らす」が75.9%は「運動する」の66.2%を越えて最も高い値となっている。また、男子では中学生に、女子では中学生と高校生に「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。男子では中学生、女子中学生と高校生でそれぞれ、7.5%、9.5%および9.9%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。男子の中学生と高校生でそれぞれ、1.9%と2.0%であり、女子の中学生と高校生でそれぞれ、1.8%と3.3%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。



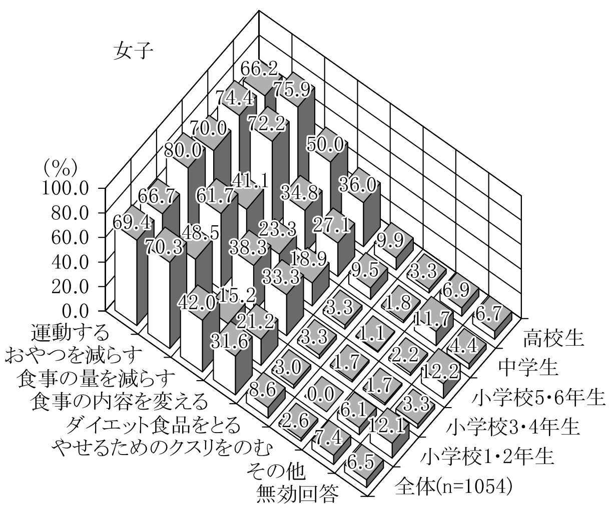


図５－９－３　体重を減らす努力（ダイエット）の方法（複数回答）
（ダイエットを実行した者のみ）

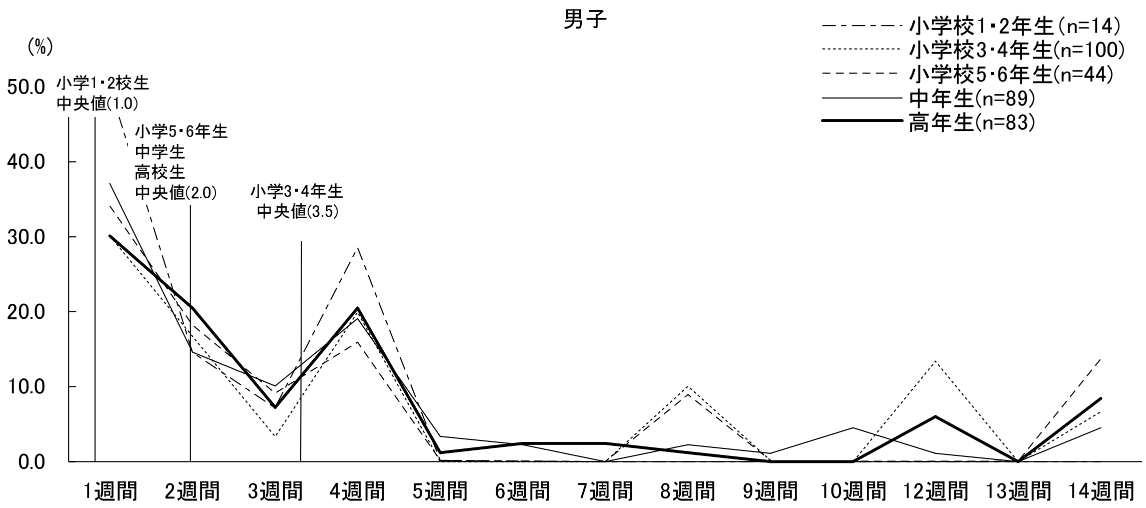
[注]　調査票では、「体重を減らすことを目的とする、薬の形に似た健康食品」と説明している。

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）

9.4.1 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１・２年生が１週間、小学校５・６年生、中学生、高校生が２週間、小学校３・４年生が3.5週間であった。女子では、小学校５・６年生、中学生、高校生が２週間、小学校１・２年生、小学校３・４年生が３週間、であった。中央値から概観して、男女とも同様な期間のダイエットを実行していることが窺えるが、分布には男女差がやや認められ、男子は女子より長い期間ダイエットを実行している傾向が見られた。また、前回調査よりも、若干ダイエットの期間が長かった。



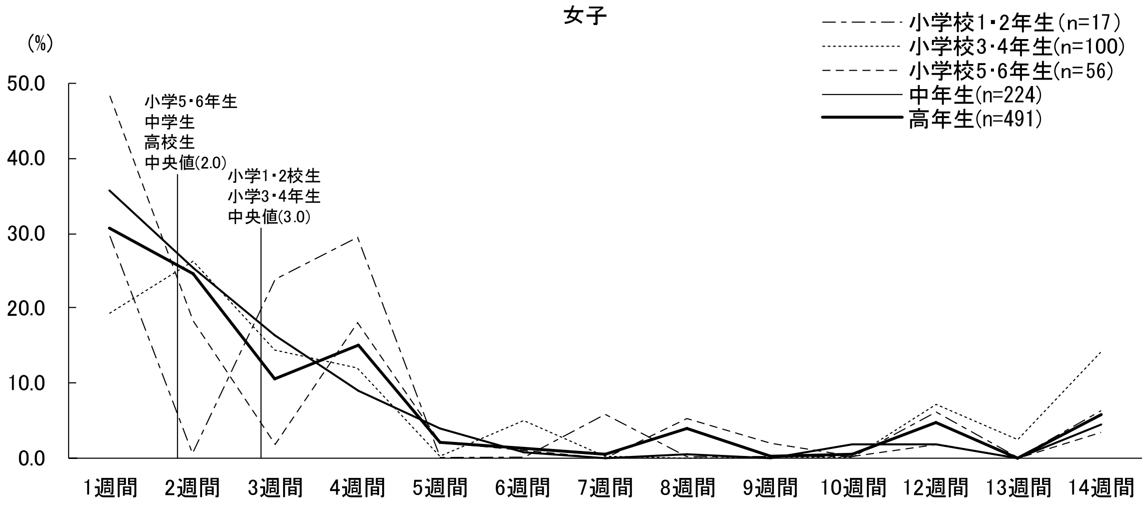


図５－９－４　ダイエットの期間の分布

（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

9.4.2　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、男子の中央値が、小学校１・２年生、小学校３・４年生、小学校５・６年生は１kgであった。中学生と高校生は３kgであった。女子の中央値が、小学校１・２年生、小学校３・４年生は１kg、小学校５・６年生は1.5kg、中学生と高校生で２kgであった。

概して､中学生と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。

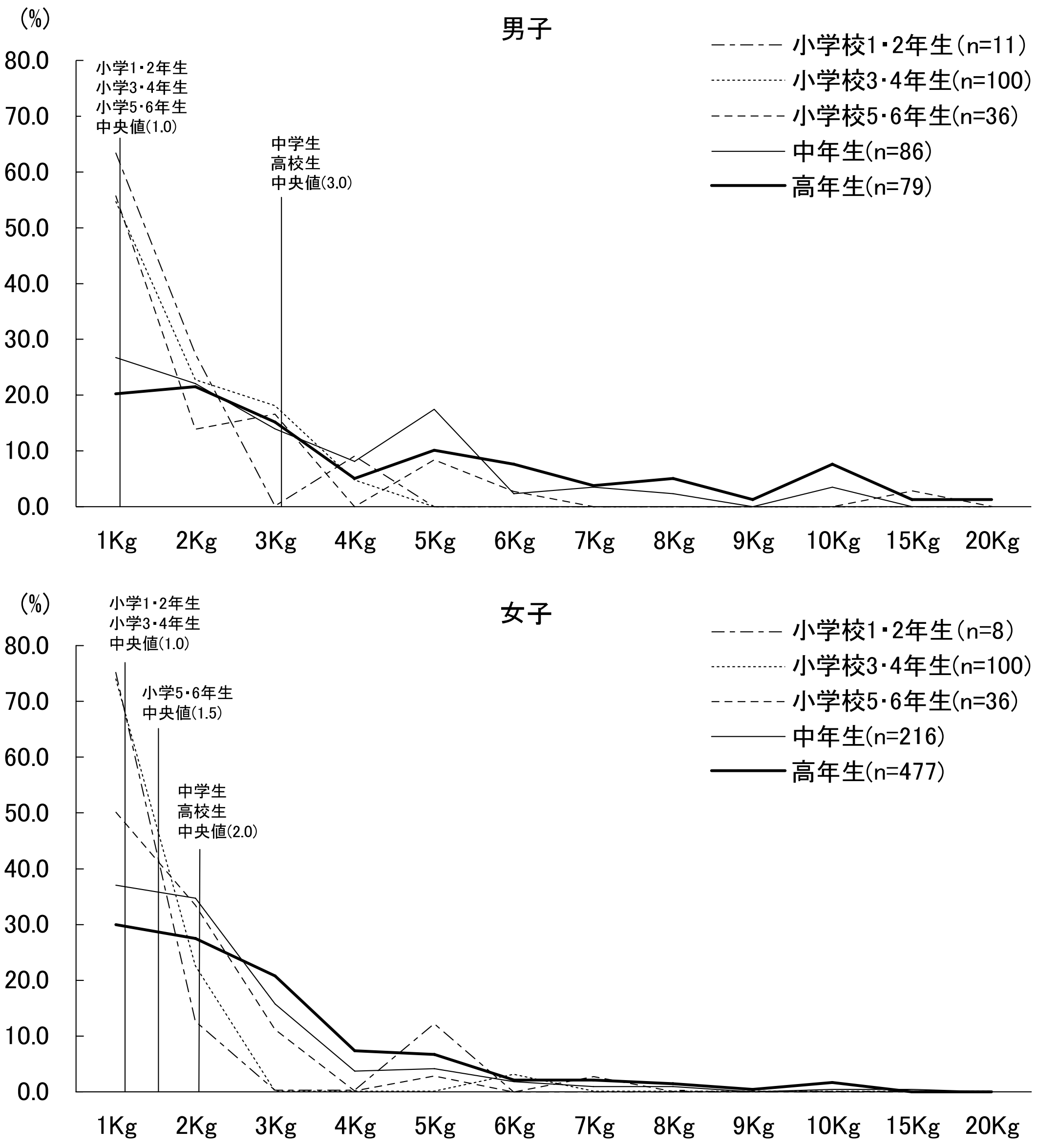


図５－９－５　ダイエットによる減少量の分布
（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

9.4.3 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年生で0.5kg/週間、小学校５・６年生で0.7kg/週間、小学校１・２年生、中学生、高校生で１kg/週間であった。女子では中央値が、小学校１・２年生で0.5kg/週間、小学校３・４年生で0.3kg/週間、小学校５・６年生で0.6kg/週間、中学生と高校生で1.1kg/週間であった。

概ね、小学生は男子の１・２年生を除いて、男女ともに１週間あたり体重約0.5kg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１kgのダイエットを実施したことになる。

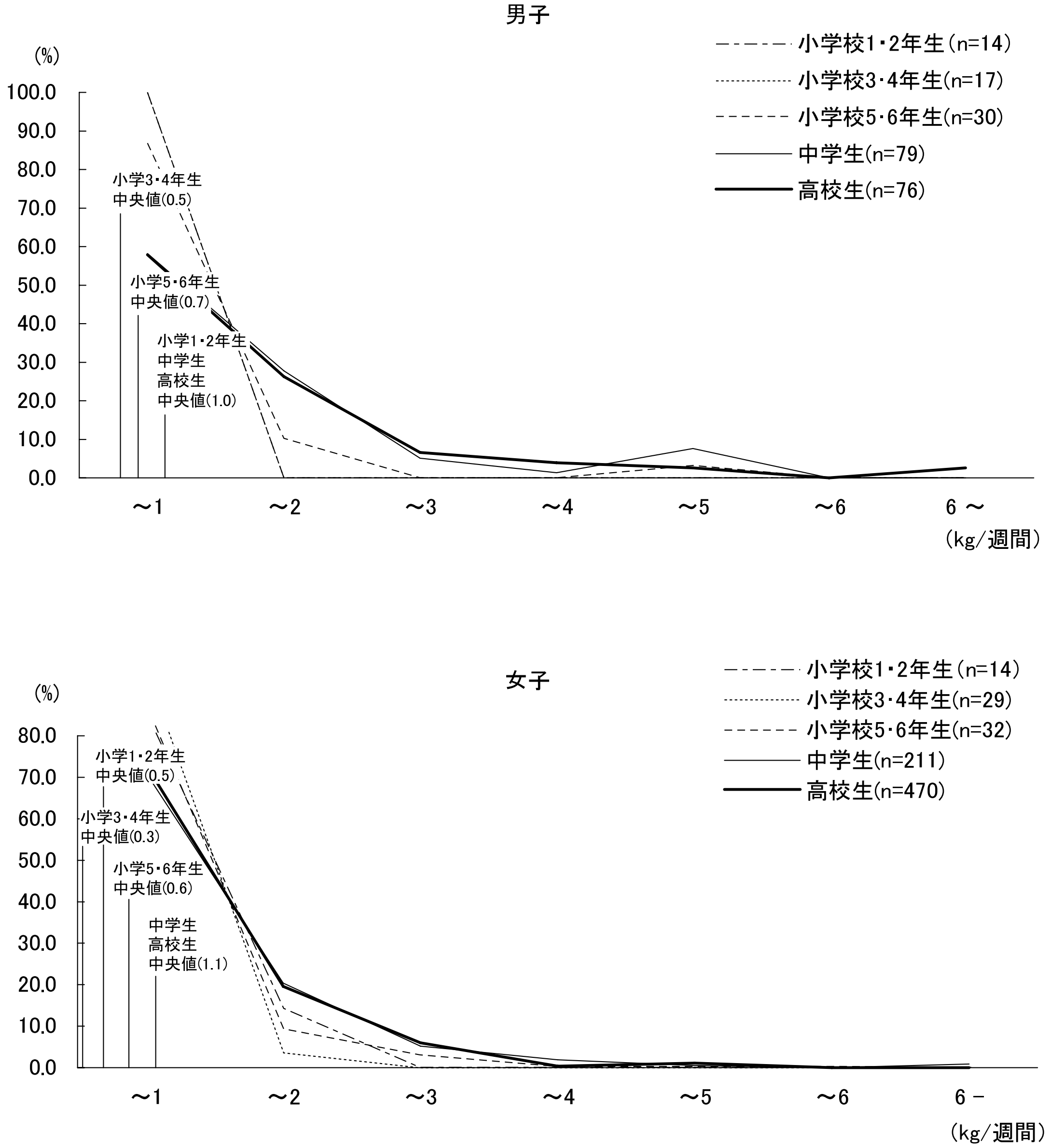


図５－９－６　１週間あたりの体重の減少量
（やせたいと思って実行したと回答した者のみ）

COLUMN

コラム

〈BMIと体型意識〉

自分自身の体型をどのように感じるかについて、女子の中学生および高校生では、最も高い比率が「少しだけやせたいと思っている」になり、２人に１人の割合である。さらに、「かなりやせたいと思っている」が、女子中学生で４人に１人、女子高校生で２人に１人の割合である。

日本肥満学会による判定基準として、BMIが22を標準体重、BMIが25以上を肥満、BMIが18.5未満をやせと捉えて、BMIと体型意識を調べた。その結果、女子中学生では、「かなりやせたいと思っている」、「少しだけやせたいと思っている」と回答した者でBMIが18の者の比率は、それぞれ、9.5%、18.9%であった。女子高校生では、それぞれ、5.5%、15.8%であった。BMIから判定してやせであるのにもかかわらず、かなりやせたいと思う意識をもつ女子の中学生や高校生には、体型意識に歪みがある場合も考えられる。このような意識をもつ者に対しては、体重や体調および行動について注意深く観察して、極端なダイエットを実行することへの予防や対策を講じる必要もあろう。

10 ▶ １週間の運動時間とエネルギー消費量

10.1　体を動かす者の割合

日ごろ部活動や自由時間に体を動かす遊びをしている者は、男子が79.2%、女子が61.6%であった。学年別の傾向をみると、男子は、小学校３・４年生では約85%、小学校１・２年生、５・６年生や中学生ではおよそ80%が体を動かす遊びを行っているが、高校生になると減少し、70.3%の者が体を動かす遊びを行っていると回答した。女子は、小学校１～４年生では75%以上、小学校５・６年生や中学生ではおよそ３分の２が体を動かす遊びを行っているが、高校生になるとその割合は急激に低下し、半数を下回っている。以上のように男子よりも女子のほうが、体を動かす者の割合が低く、また学年が進むにつれて体を動かす遊びをしている者が減少する傾向であった。特に高校生の運動実施率の低さは顕著であった。

前回調査と比較すると男女とも小学生５・６年生、中学生では、体を動かす遊びをしている者がおよそ５%低下していた。

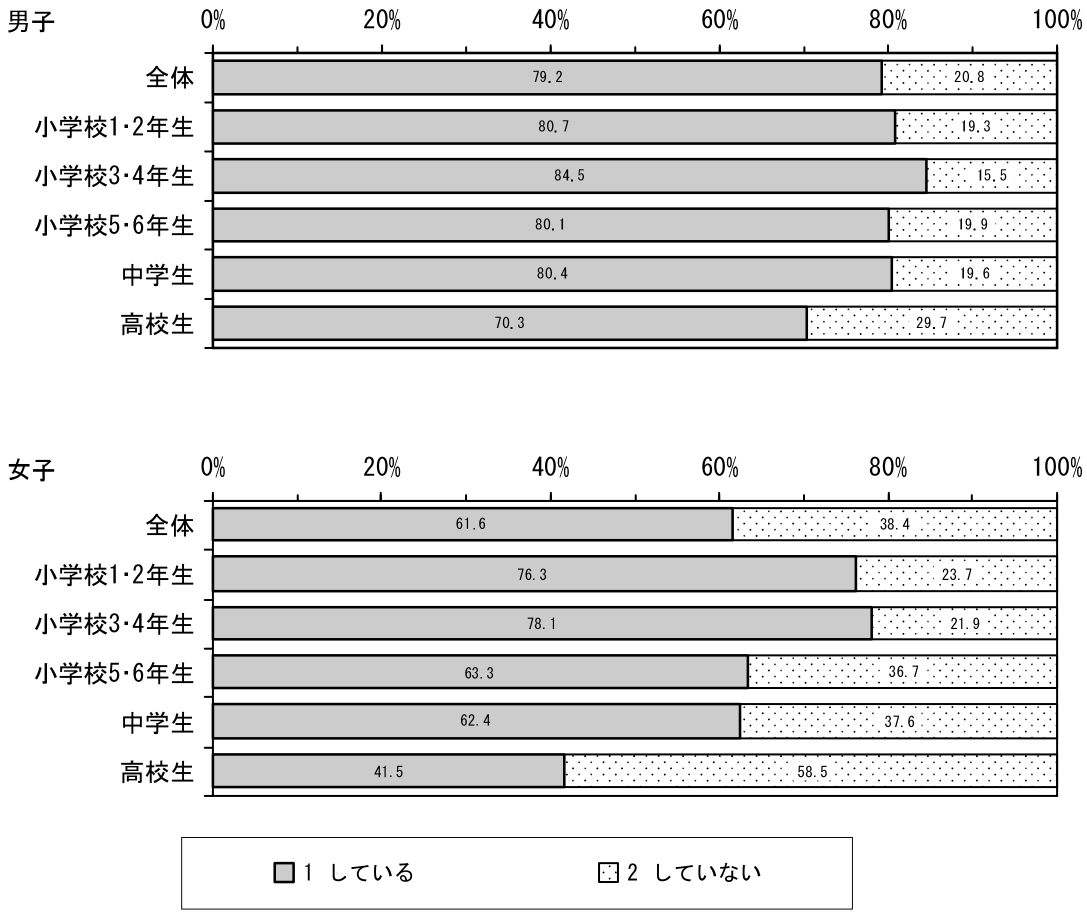


図５−10−１　体を動かす者の割合

10.2　１週間の運動時間

１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、強い運動が平均値で５時間39分（中央値３時間、以下（　）は中央値を示す)、中程度の運動が４時間44分（２時間30分)、軽い運動が２時間７分（１時間）であった。女子では、強い運動が５時間１分（２時間)、中程度の運動が３時間43分（２時間)、軽い運動が１時間46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１・２年生が３時間４分（２時間)、小学校３・４年生が４時間24分（３時間)、小学校５・６年生が４時間37分（３時間)、中学生が６時間40分（４時間)、高校生が８時間33分（４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１・２年生が２時間00分（１時間)、小学校３・４年生が３時間17分（１時間30分)、小学校５・６年生が４時間12分（２時間)、中学生が６時間１分（４時間)、高校生が10時間（９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。中程度の運動は、男子では、小学校１・２年生が３時間39分、小学校３・４から中学校では４時間20分～５時間程度であったが、高校生になると増加し、６時間27分となった。女子では、小学校１・２年生が２時間47分（２時間)、小学校３～６年生では、３時間10分～３時間20分程度であったが、中学生になると時間が増加し、中学生では４時間11分・高校生では５時間４分であった。軽い運動は、男子は全ての学年で２時間前後であった。女子では小学校１～４年生では２時間を越えていたが、小学校５・６年生では１時間半程度、中学生になると１時間11分、高校生では１時間45分となり、小学校高学年から中学生の間、軽い運動の時間が短い傾向であった。

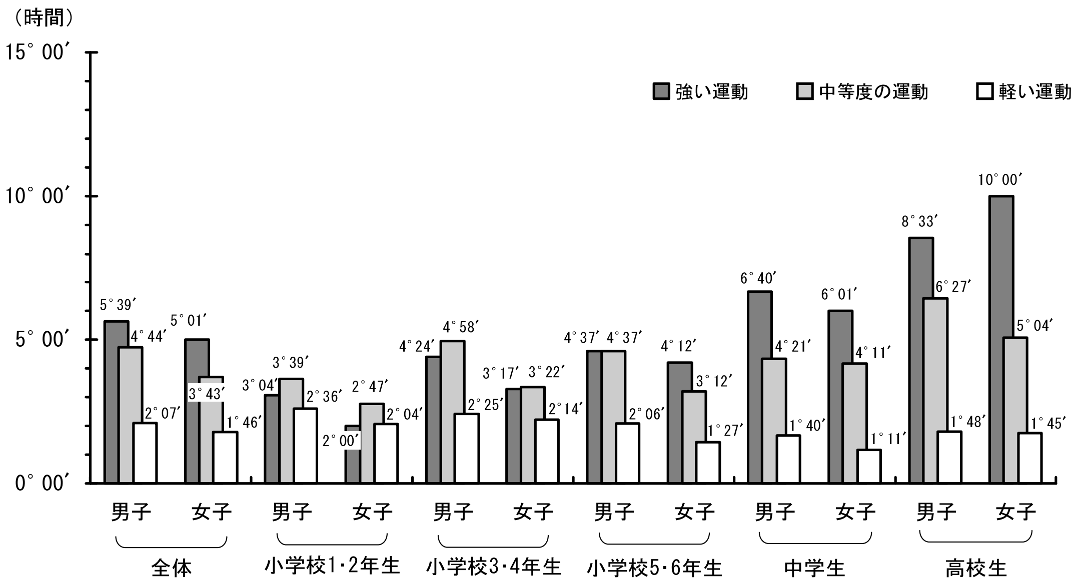


図５-10-２　１週間の各運動時間の平均値

１週間に行った運動時間は、男子が９時間13分（６時間30分)、女子が７時間16分（４時間）であった。学年別に見ると、男子では、小学校１・２年生が６時間39分（４時間30分)、小学校３・４年生が８時間40分（７時間)、小学校５・６年生が８時間２分（６時間)、中学生が９時間51分（８時間)、高校生が12時間51分（10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１・２年生が４時間58分（３時間)、小学校３・４年生が６時間13分（３時間42分)、小学校５・６年生が６時間７分（４時間)、中学生が８時間11分（６時間)、高校生が10時間48分（７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。運動総時間の分布を見ると、男女とも全ての学年で４時間未満に高い割合を示した。小学生では、時間が長くなるにつれ徐々に割合が低くなる傾向であったが、中学生以上になると、４～10時間、もしくは６～12時間で１度割合が低下するが、その後、中学生女子では８～12時間に、中学生男子では12～16時間に、高校生男子ならびに高校生女子では14分～22時間に再び高い割合を示した。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双峰分布であることを示している。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傾向を示した。以前の結果と比較すると、運動時間の二極化現象は、平成14年度調査において高校生男子に見られ、平成16年度調査においては高校生と中学生の男女においても顕著に観察された。今回調査でも運動時間の二極化現象は継続しているといえる。

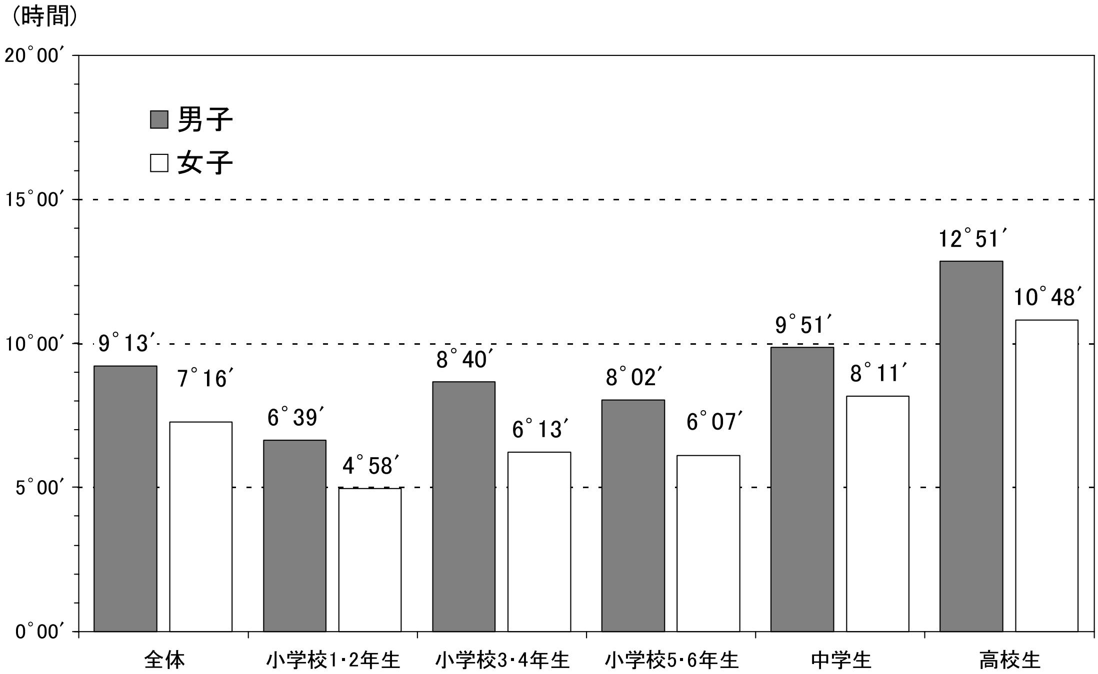
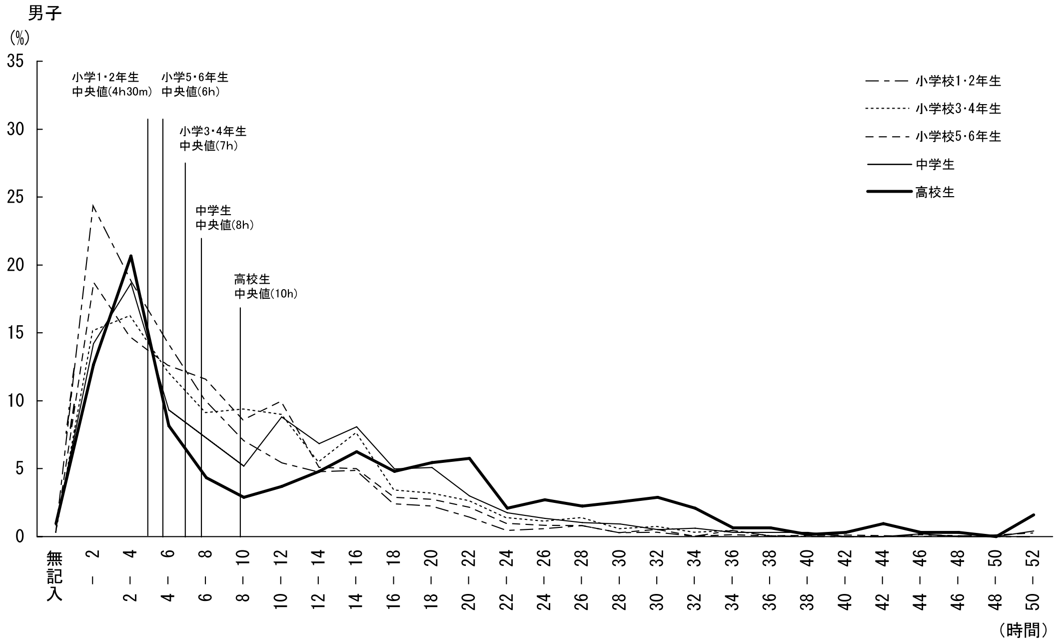


図５-10-３　１週間の総運動時間の平均値



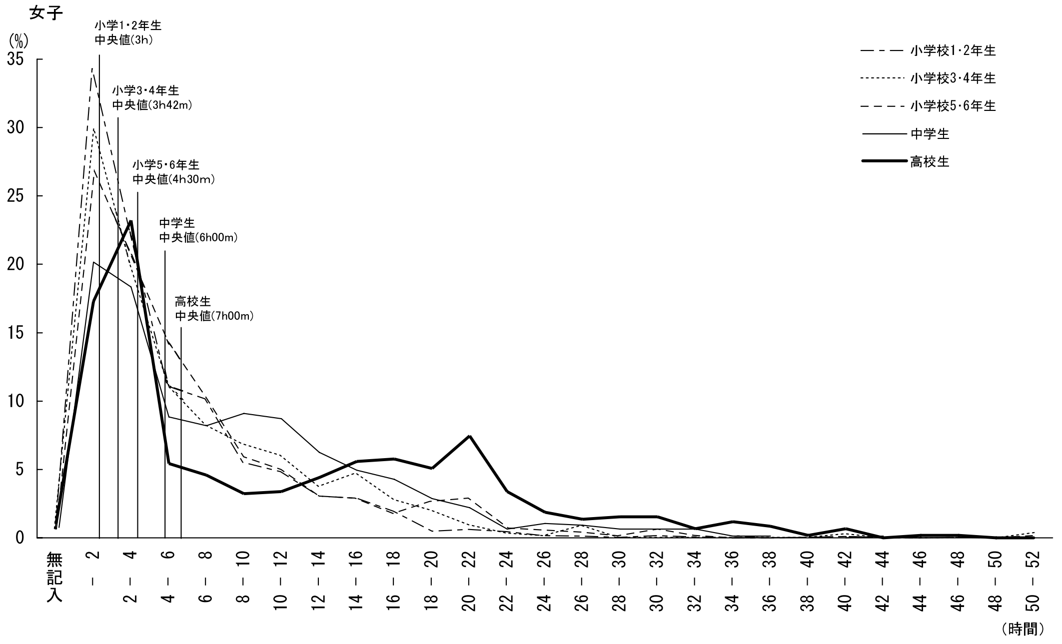


図５−10−４　１週間の総運動時間の分布

10.3　運動によるエネルギー消費量（表Ⅱ−89、90）

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１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）×７RMR＋中程度の運動の時間（分）×４RMR＋
弱い運動の時間（分）×2.5RMR）×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（kcal/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9.5kcal、女子が7.0kcalであった。学年別の値を見ると、男子では、小学校１・２年生が8.1kcal、小学校３・４年生が9.5kcal、小学校５・６年生が8.5kcal、中学生が10.0kcal、高校生が11.5kcalとなり、消費エネルギーは、小学校５・６年生では１度低下し、学年が進むにつれて増加する傾向であった。女子では、小学校１・２年生が5.5kcal、小学校３・４年生が6.2kcal、小学校５・６年生が6.3kcal、中学生が7.7kcal、高校生が9.2kcalとなり、消費エネルギーは、学年が進むにつれて増加する傾向であった。

平成16年度調査と比較すると、高校生の女子を除いてエネルギー消費量が減少する傾向であった。

運動によるエネルギー消費量は、男子が399kcal、女子が282kcalであった。学年別の変化を見ると、男子では、小学校１・２年生が197kcal、小学校３・４年生が292kcal、小学校５・６年生が306kcal、中学生が487kcal、高校生が696kcalであった。女子では、小学校１・２年生が127kcal、小学校３・４年生が186kcal、小学校５・６年生が230kcal、中学生が363kcal、高校生が494kcalであった。男女とも、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。

平成16年度調査と比較すると、高校生の女子を除いてエネルギー消費量が減少する傾向であった。

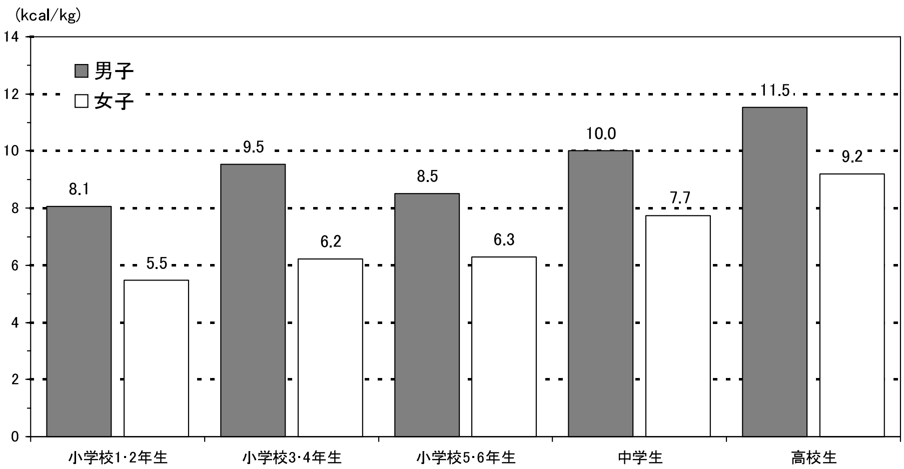


図５−10−５　体重１kgあたりの運動によるエネルギー消費量の平均値

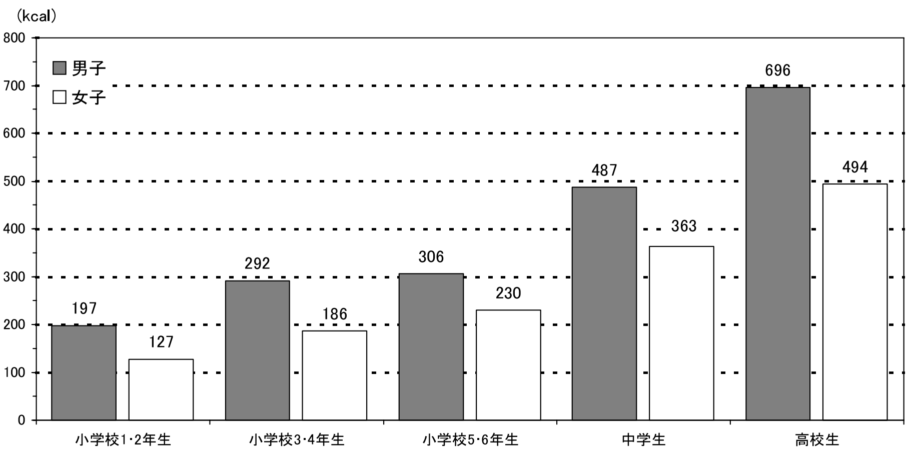


図５−10−６　運動によるエネルギー消費量の平均値

11 ▶ 通常の片道の通学時間（表Ⅱ-44、45）

通常の片道の通学時間は男子21分21秒、女子26分25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19秒、女子20分20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、通学時間はおよそ18分から22分、歩行時間はおよそ17分から21分であった。高校生では通学時間が男子30分29秒、女子36分36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23分20秒であった。

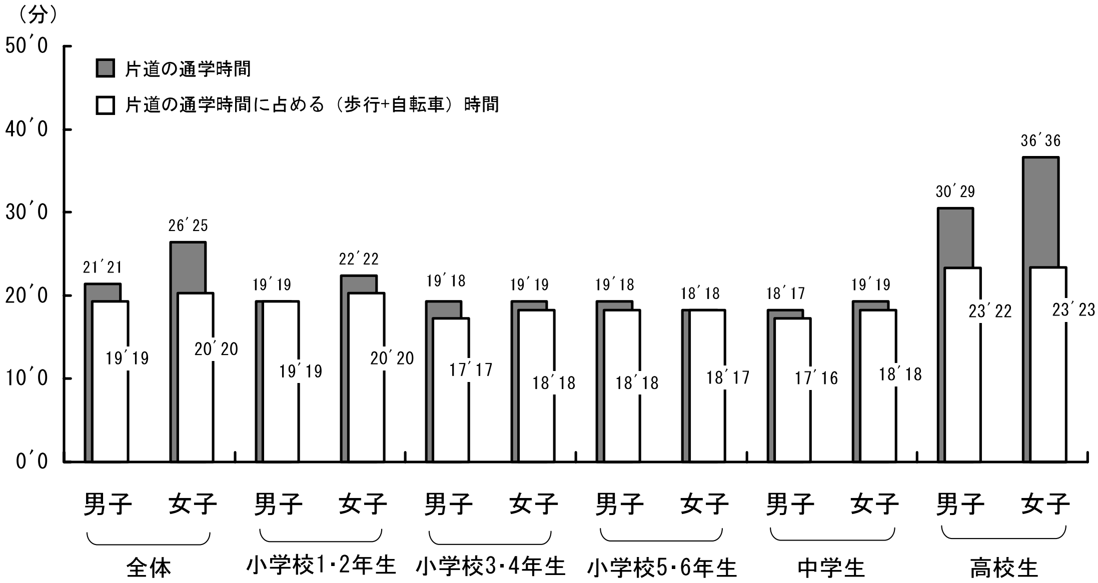


図５-11　通常の片道の通学時間および片道の歩行時間の平均値

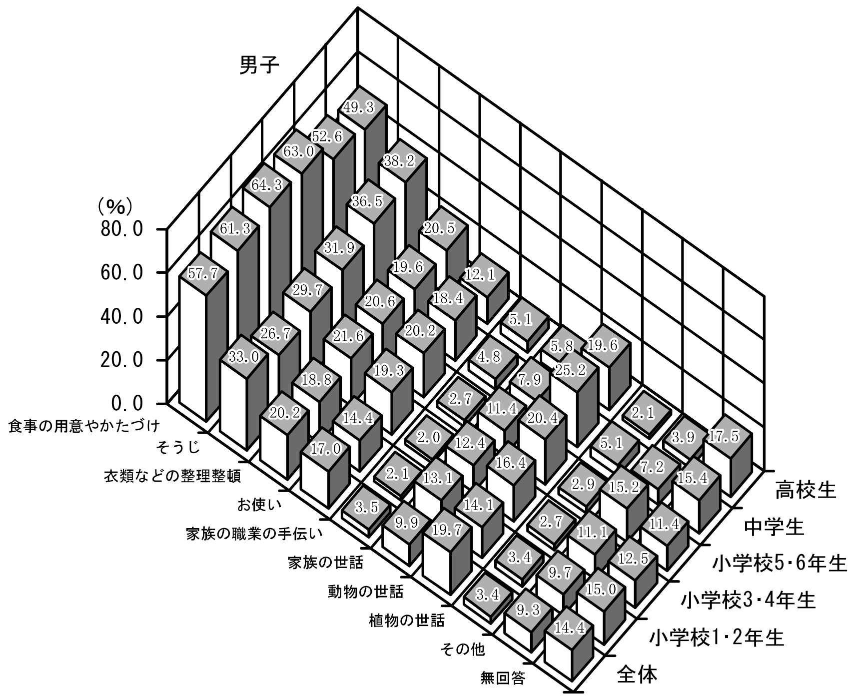
12 ▶ 家庭の仕事の分担状況（複数回答）（表Ⅱ-46、47）

家庭の仕事の分担状況について、最も率が高かった者は、男女とも「食事の用意やかたづけ」であり、男子57.7%、女子67.3%であった。この「食事の用意やかたづけ」について、年・男女別に見ると、男子は小学校３・４年生が64.3%で最も率が高く、女子は小学校１・２年生が71.8%であった。また、女子では全学年で60%以上の比率であり、その値は学年間で顕著な差は見られなかったが、男子では学年が上がるにつれて減少傾向にあった。

２番目に率が高かったのは「そうじ」であり、男子33.0%、女子34.5%であった。男女とも学年が進むほど増加する傾向であった。

３番目に率が高かったのは「衣類などの整理整頓」であり、男子20.2%、女子34.6%であった。どの学年でも女子の割合が男子に比べ高かった。

４番目に率が高かったのは「動物の世話」であった。男女ともに小学生から中学生になるに従って率が高くなったが、高校生では低下した。



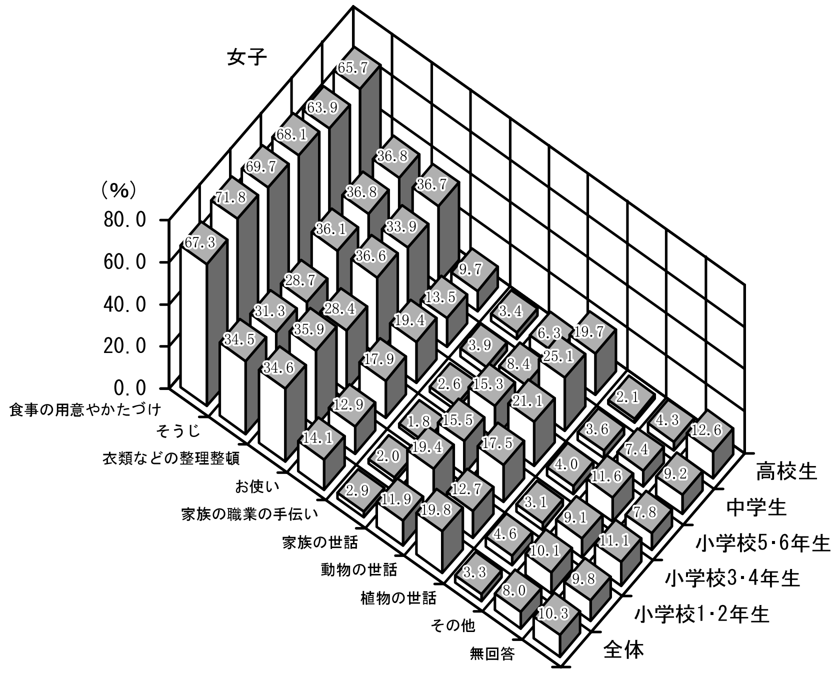


図５−12　家庭の仕事の分担状況（複数回答）

13 ▶ 学校から帰宅後、室内で過ごした状況（表Ⅱ-48～51、53～62、65、66）

⑴　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者は男子62.2%、女子65.9%であり、その平均値は、男子で１時間８分、女子で１時間12分であった。

学年の変化についてみると、読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした者は、男子では、小学生が50—60%であったが、高校生では72.3%と最も高い割合を示した。女子では、小学校１・２年生が70.7%と最も高く、次いで中学生が69.8%となり、高校生が61.3%と最も低い割合を示した。

読書や音楽鑑賞など室内での遊びの平均時間は、小学生では、男女ともおよそ55分から１時間15分であったが、学年が進むにつれ、長くなり、高校生では男子１時間27分、女子１時間30分となった。

⑵　コンピュータゲームやテレビゲームをした時間

コンピュータゲームやテレビゲームをした者は男子61.2%、女子30.8%であった。学年・男女別に見ると、男子で実施した者の割合は、小学生ではほぼ68—75%の者が実施していたが、学年がすすむにつれ、その割合は減少し、高校生ではおよそ３分の１にまで減少した。女子も同様に学年がすすむにつれ、減少する傾向を示すが、小学生では半数弱、高校生では9.2%となり、その割合は男子に比して低かった。

コンピュータゲームやテレビゲームをしたと回答した者の平均時間は、男子１時間12分、女子52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24分、女子は１時間７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16年度調査と比較すると、実施時間の平均値は変化がない、もしくは数分短くなる傾向であるが、実施率が小学生においておよそ10%程度高くなる傾向であった。

⑶　インターネットや携帯メールをした時間

インターネットや携帯メールをした者は男子31.2%、女子42.0%であった。学年・男女別に見ると、利用した者の割合は、小学校１～４年生では10%に満たないが、中学校、高等学校になるにつれ、急激にその率が向上し、中学生では男子42.4%、女子57.5%、高校生では男子79.1%、女子83.5%になった。男女を比較すると、女子の利用率が高い傾向であった。

インターネットや携帯メールをしたと回答した者の平均時間は、男子は１時間10分、女子は１時間35分であり、女子の方が長い傾向であった。学年・男女別に見ると、小学生では男女とも、１時間に満たないが、中学生・高校生になると、時間が長くなり、高校生では男子１時間21分、女子１時間35分となった。

平成16年調査と比較すると、平均時間には差がないが、小学校５・６年生以上になると、率が５—10%程度高くなる傾向であった。

⑷　テレビやビデオ、DVDをみた時間

テレビやビデオ、DVDをみた者は男子89.1%、女子88.1%であった。男女間の差は見られず、小学生では90%以上、中学生で80%台後半、高校生では80%台前半になり、中学生・高校生になるとわずかではあるが、率が低下する傾向を示した。

テレビやビデオ、DVD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１時間48分、女子は１時間54分であった。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１時間56分、女子は２時間10分であった。

平成16年度調査と比較すると、高校生女子においてテレビやビデオ、DVDをみた者は約８%減少していた。また、男女とも全ての学年で、テレビやビデオ、DVDをみた時間は５分から多いところでは20分近く短くなる傾向であり、特に女子に顕著にみられた。

⑸　室内で過ごした時間合計

室内で過ごした時間は、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、インターネットや携帯メールをした時間ならびにテレビやビデオ、DVDをみた時間の合計値で示した。上記の４つの時間を合わせた時間（以後、室内で過ごした時間合計と記す）の平均値には、男子は３時間29分、女子の平均値は３時間26分であった。また、小学生ではおよそ２時間30分から３時間であったが、中学生になると時間が長くなり、中学生では男子３時間52分、女子４時間６分、高校生では男子４時間20分、女子３時間59分となった。

平成16年調査と比較すると、中学生男子と高校生女子の時間がおよそ20分程度短くなった。

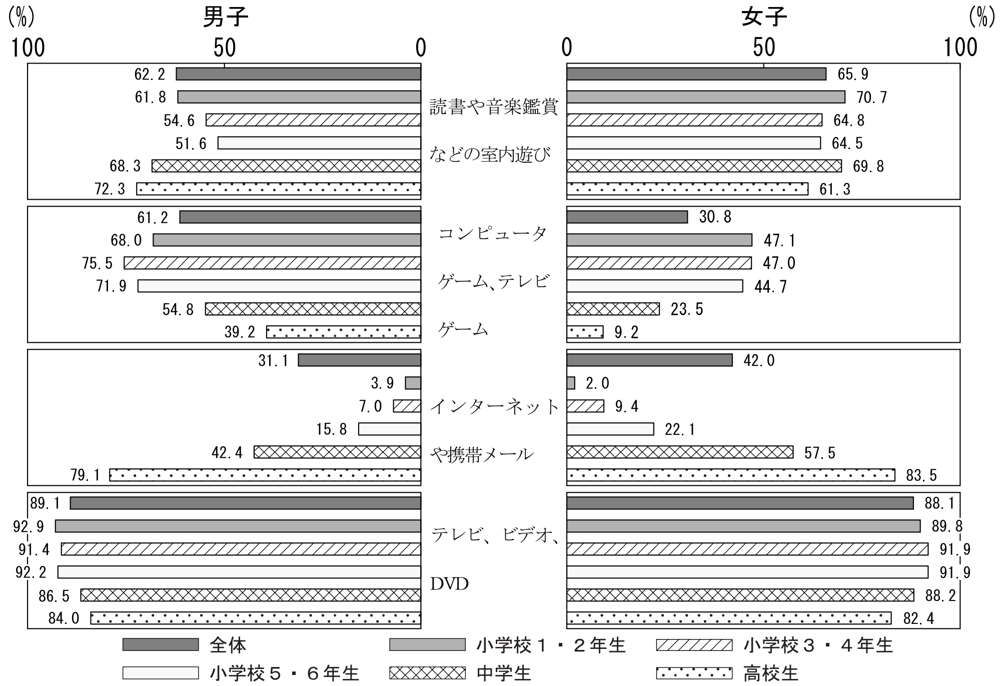


図５−13−１　学校から帰宅後、室内で過ごした各時間への回答率

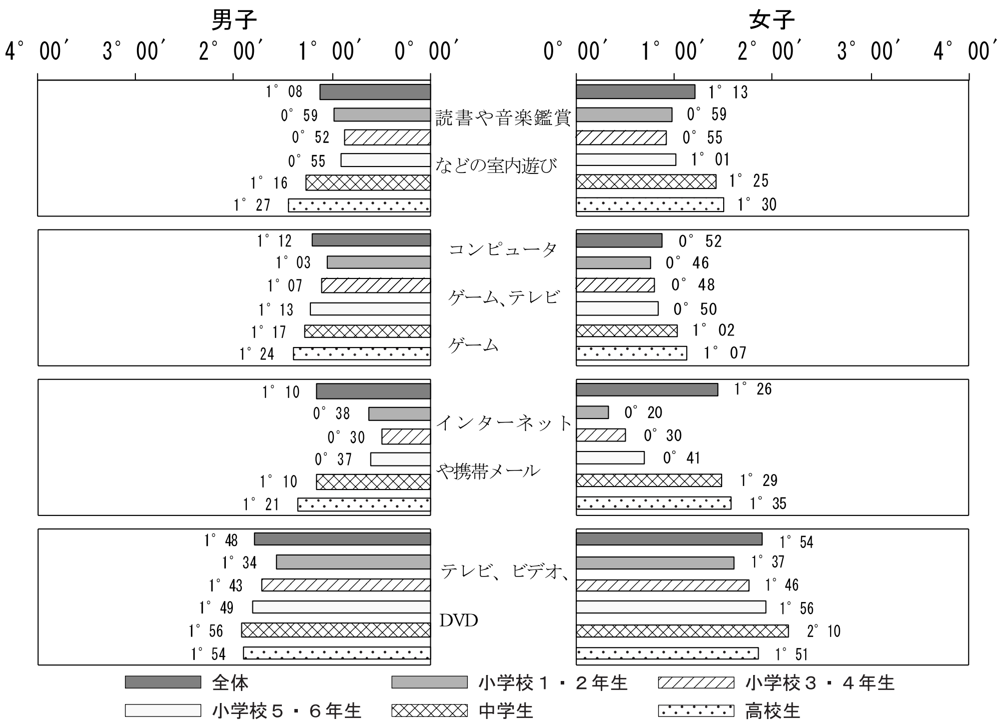


図５−13−２　学校から帰宅後、室内で過ごした各時間の平均値

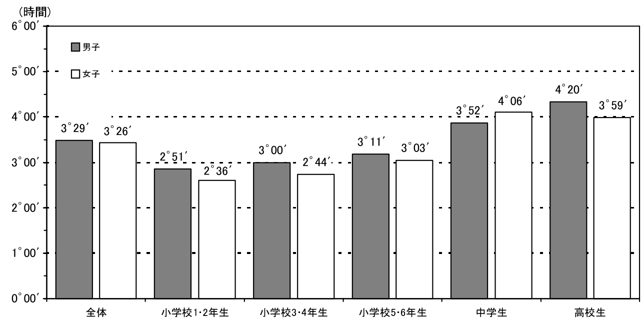


図５-13-３　学校から帰宅後、室内で過ごした時間合計の平均値

⑹　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、小学生では行わない者（無記入）は男子およそ40―50%、女子およそ30―35%であり、時間が長くなるに従ってその率は低下し、２～３時間は男女とも５―10%となった。中学生は、行わない者（無記入）は男女とも30%程度となり、分布が小学生と比べて右方向に移動する傾向を示した。高校生では、男女とも、行わない者と１～２時間行う者の２箇所に分布がわかれていく傾向であった。

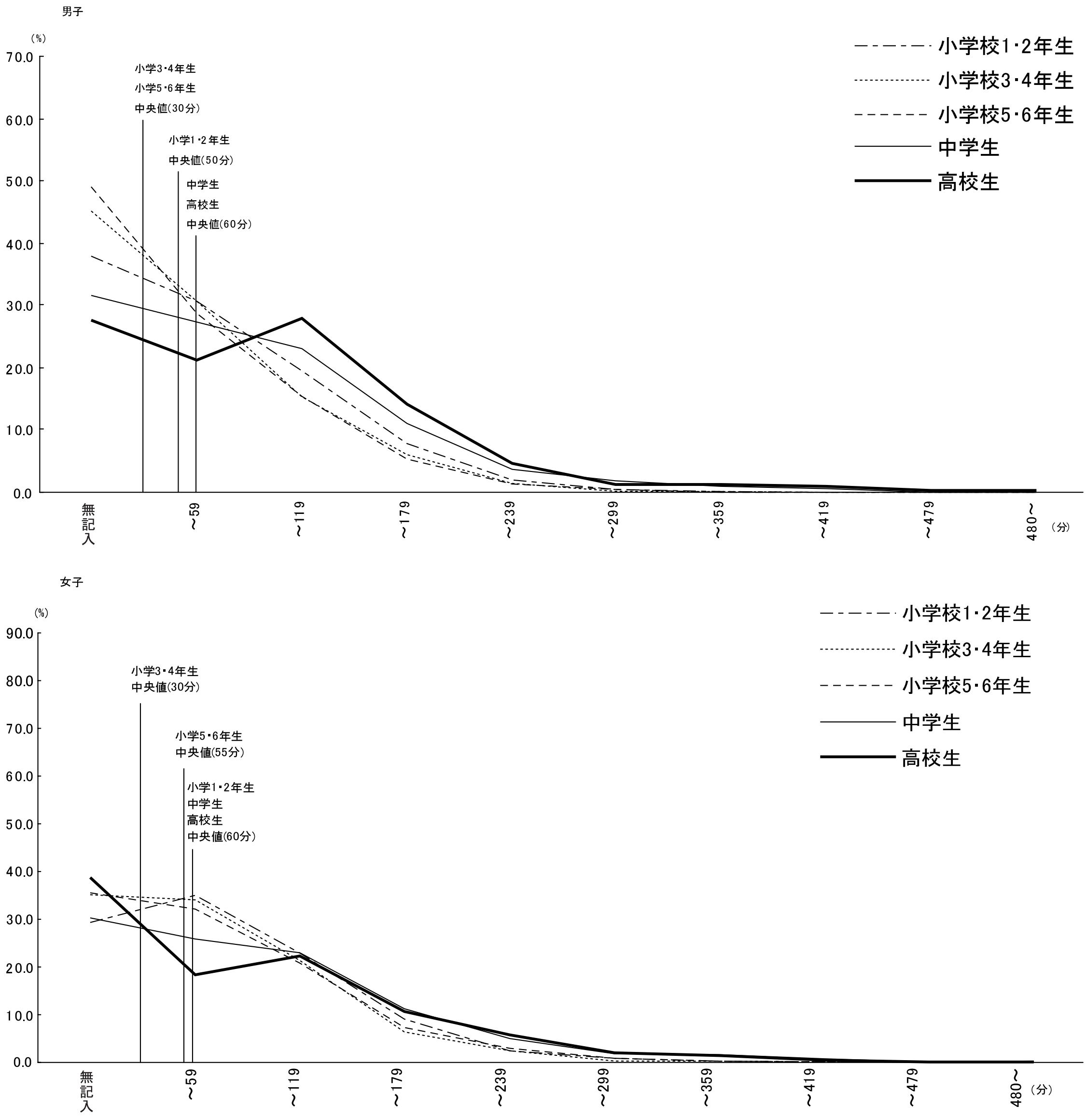


図５-13-４　読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間の分布

⑺　コンピュータゲームやテレビゲームをした時間の分布

コンピュータゲームやテレビゲームをした時間の分布は、男女でその形状が大きく異なっていた。男子では、全ての学年で行わない者（無記入）と１～２時間の２箇所に高い率を示した。学年が進むにつれ、行わない者の率が高くなり、１時間未満ならびに１～２時間の割合が低下する傾向を示した。女子では行わない（無記入）者が全ての学年で最も多く、小学生では１時間未満の者は25―30％、１～２時間の者が約15％であったが、中学生になるとその割合が低下し、１時間未満の実施率が11.4％となった。１時間以上実施する者は中学生では12.1％、高校生では5.0％であった。なお、３時間以上行う者は、男子では、小学校１―４年生では２～３％程度、小学校５・６年生から高校生まではおよそ５％であり、女子では、中学生に1.5％見られた。

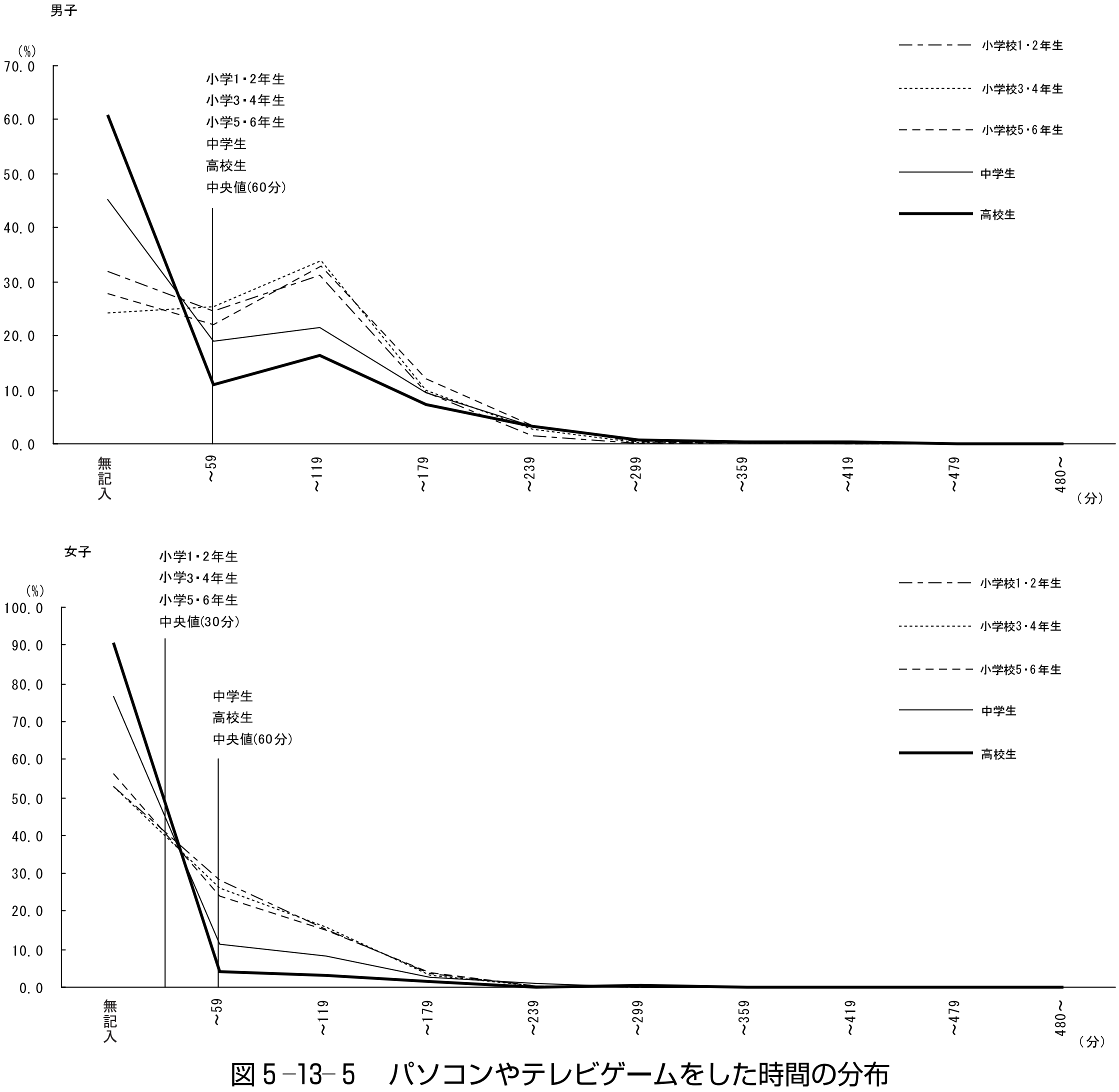


図５-13-５　パソコンやテレビゲームをした時間の分布

⑻　インターネットや携帯メールをした時間の分布

インターネットや携帯メールをした時間の分布は、小学校１―４年生では、行わない(無記入)者は男女とも90%を越えており、ほとんど利用していなかった。小学校５・６年生より利用する者は増加し始め、中学生では、行わない（無記入）者は男子57.6%、女子42.5%であり、１時間未満行う者は男女とも約20%を超えており、１～２時間行う者は男子11.4%、女子15.7%であった。３時間以上行う者は男子4.3%、女子10.3%であった。高校生では、１時間未満行う者は男子33.6%、女子31.1%、１～２時間行う者は男子23.2%、女子22.8%であった。３時間以上行う者は男子12.3%、女子17.9%であった。以上のように高校生になると利用時間が長くなり、さらに、女子のほうが利用時間が長い傾向であった。

平成16年度調査と比較すると、中学生、高校生において、分布が右方向に移動する、つまり時間が長くなる傾向を示した。

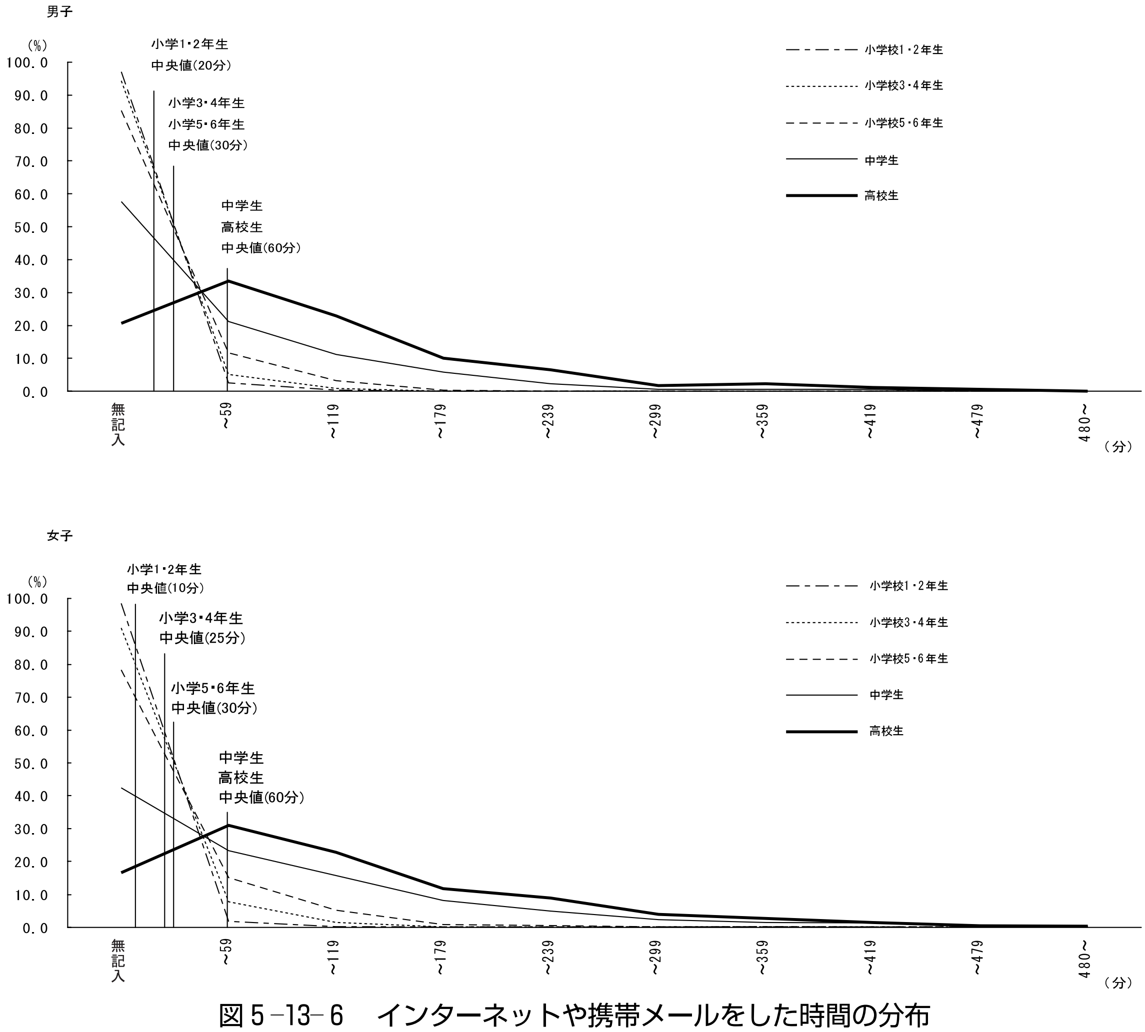
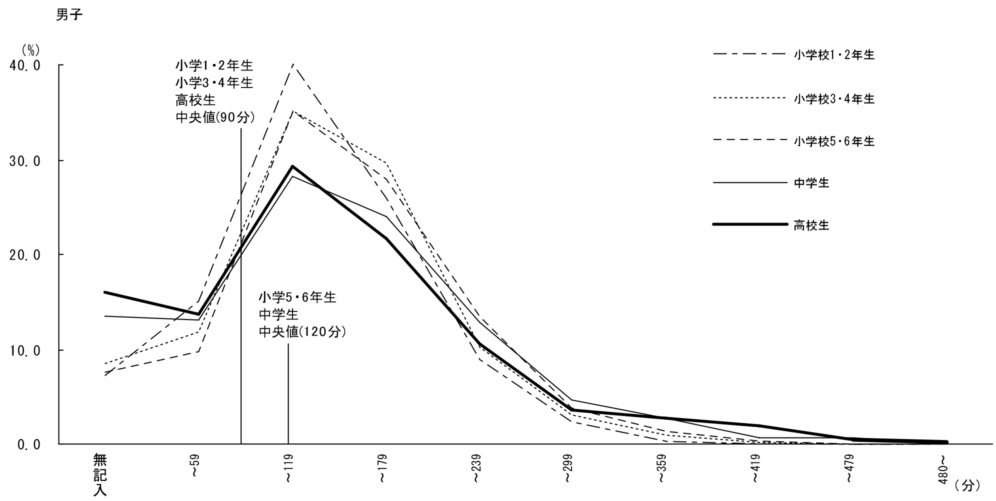


図５-13-６　インターネットや携帯メールをした時間の分布

⑼　テレビやビデオやDVDを見た時間の分布

テレビやビデオ、DVDを見た時間の分布では、最も高い比率は、男女ともに１～２時間で、男子が33.0%、女子が29.8%であった。２番目に２～３時間、３番目に３～４時間と続いている。全体的には１～３時間に、男子は58.6%、女子は55.2と半数以上が集中した。さらに３時間以上の割合は男子17.8%、女子20.5%であった。

学年・男女別に見ると、小学校５・６年生の女子が、テレビやビデオ、DVDをみた時間が２～３時間の時間帯に30.1%と高い比率であった。その他の学年は１～２時間に最も高い率を示した。小学校５・６年生と中学生においては、４時間以上の時間において、男女差が大きく、４時間以上見る者は、小学校５・６年生では男子5.7%、女子8.3%、中学生では男子8.7%、女子13.0%であった。これらの学年では女子の方が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、DVDを見る時間が長い傾向が見られた。



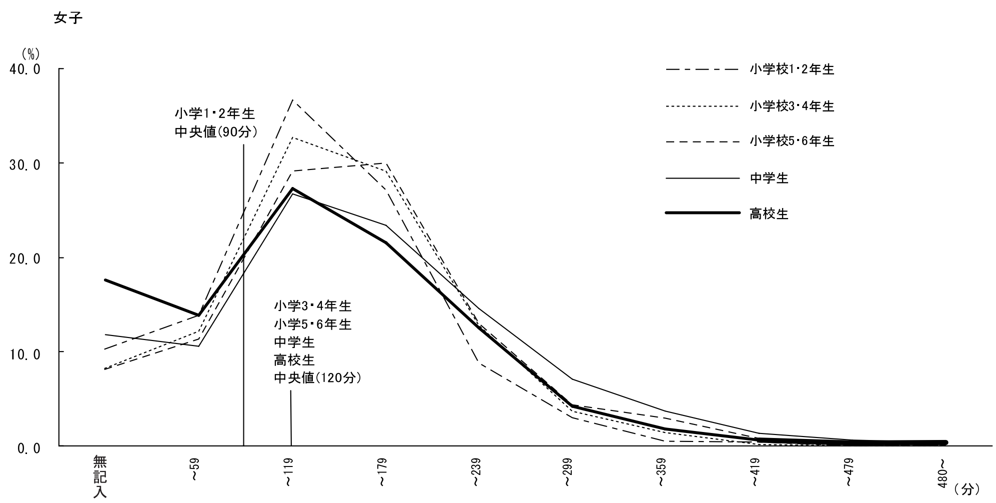
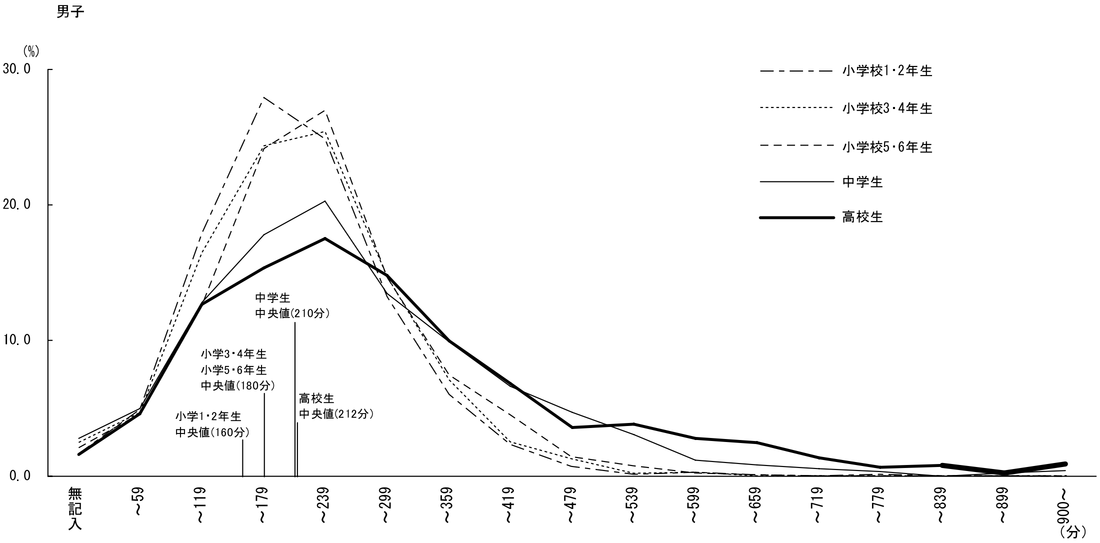


図５-13-７　テレビやビデオやDVDを見た時間の分布

⑽　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、小学生と中学生・高校生の分布が異なり、小学生では２～３時間が中学生や高校生に比べて高率であった。中学生と高校生は５時間以上の者も多く見られ、広範囲に分布していることが明らかとなった。女子においては、中学生の方が高校生と比較して、分布が右方向に位置し、室内で過ごした時間が長い傾向であった。



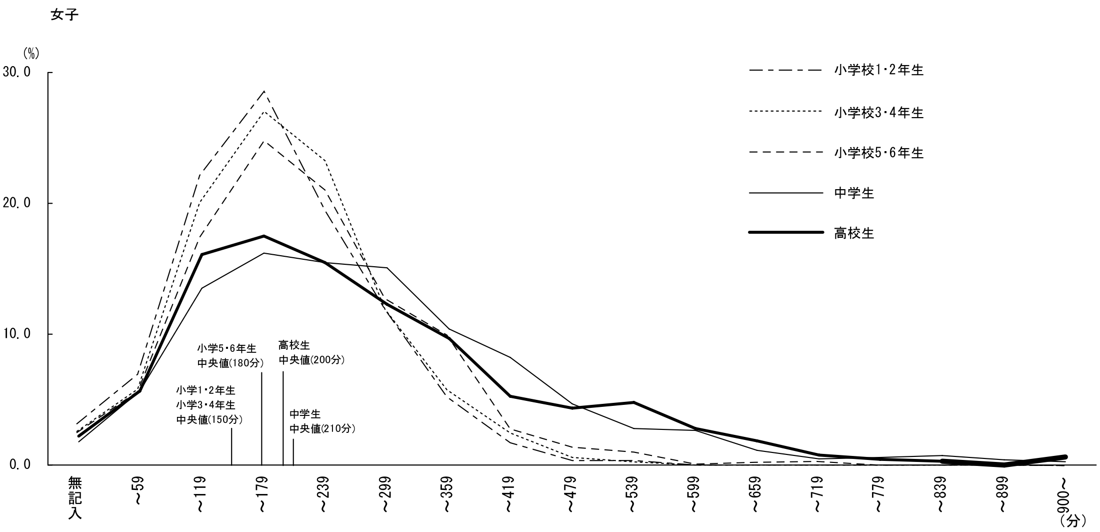


図５-13-８　室内で過ごした時間合計の分布

14 ▶ 学校から帰宅後、家で勉強をした時間（表Ⅱ−52、63、64）

⑴　家で勉強をした時間

家で勉強をした者は、男子84.3%、女子87.0%であった。学年別・性別に見ると、小学生の男子、ならびに小学生では男女とも90%以上の者が家で勉強した。中学校では男子80.8%、女子86.4%、高校生では６男子65.3%、女子78.3%となり、学年が進むにつれ、家で勉強した者は低下した。

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03分、女子は１時間19分と女子の方が高かった。学年・男女別に見ると、小学生では学年が進むにつれ、勉強をした時間が長くなる傾向であった。小学校１・２年生では男子34分、女子36分であったが、小学校５・６年生では男子45分、女子55分であった。中学生は男子１時間40分、女子１時間54分、高校生は男子１時間31分、女子１時間58分であった。

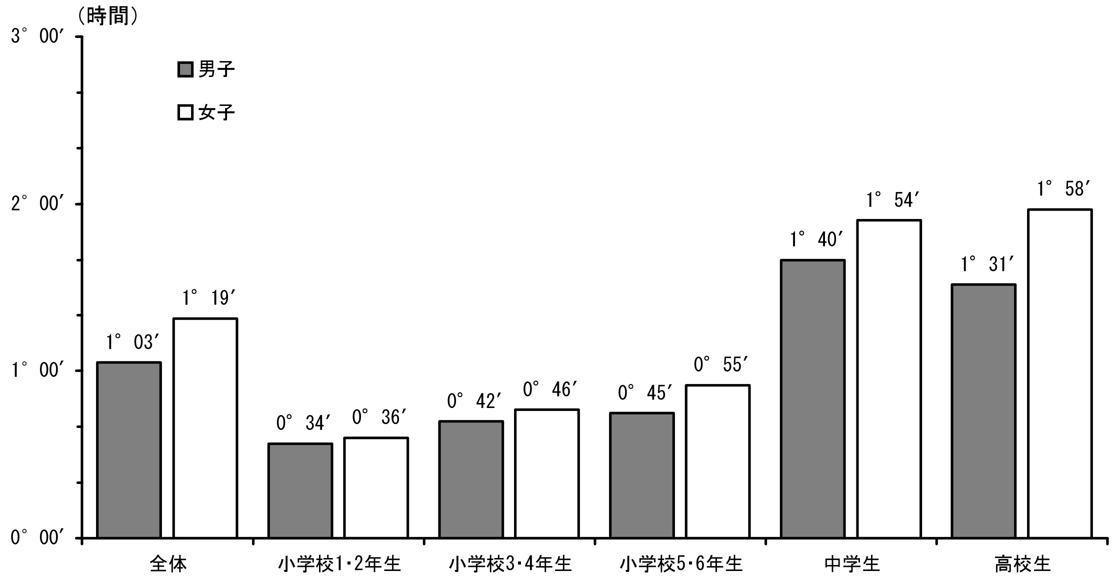


図５−14−１　調査前日、学校から帰宅後、家で勉強をした時間の平均値

⑵　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、小学生では１時間未満勉強した者の割合が最も高かった。小学校５・６年生の女子は１～２時間勉強した者の割合が約40%であり、小学生のその他の学年と比較して高かった。中学生では、男女とも１～２時間勉強している者が多く、男女ともおよそ30%であった。高校生と比較しても、中学生のほうが長時間勉強する傾向があった。高校生では、男女とも勉強していない者が最も多く、男子34.7%、女子26.2%であり、ついで１～２時間の勉強している者が男子22.9%、女子22.4%であった。高校生になると勉強する者と勉強しない者の差が顕著になり、している者としていない者の二極化が見られた。

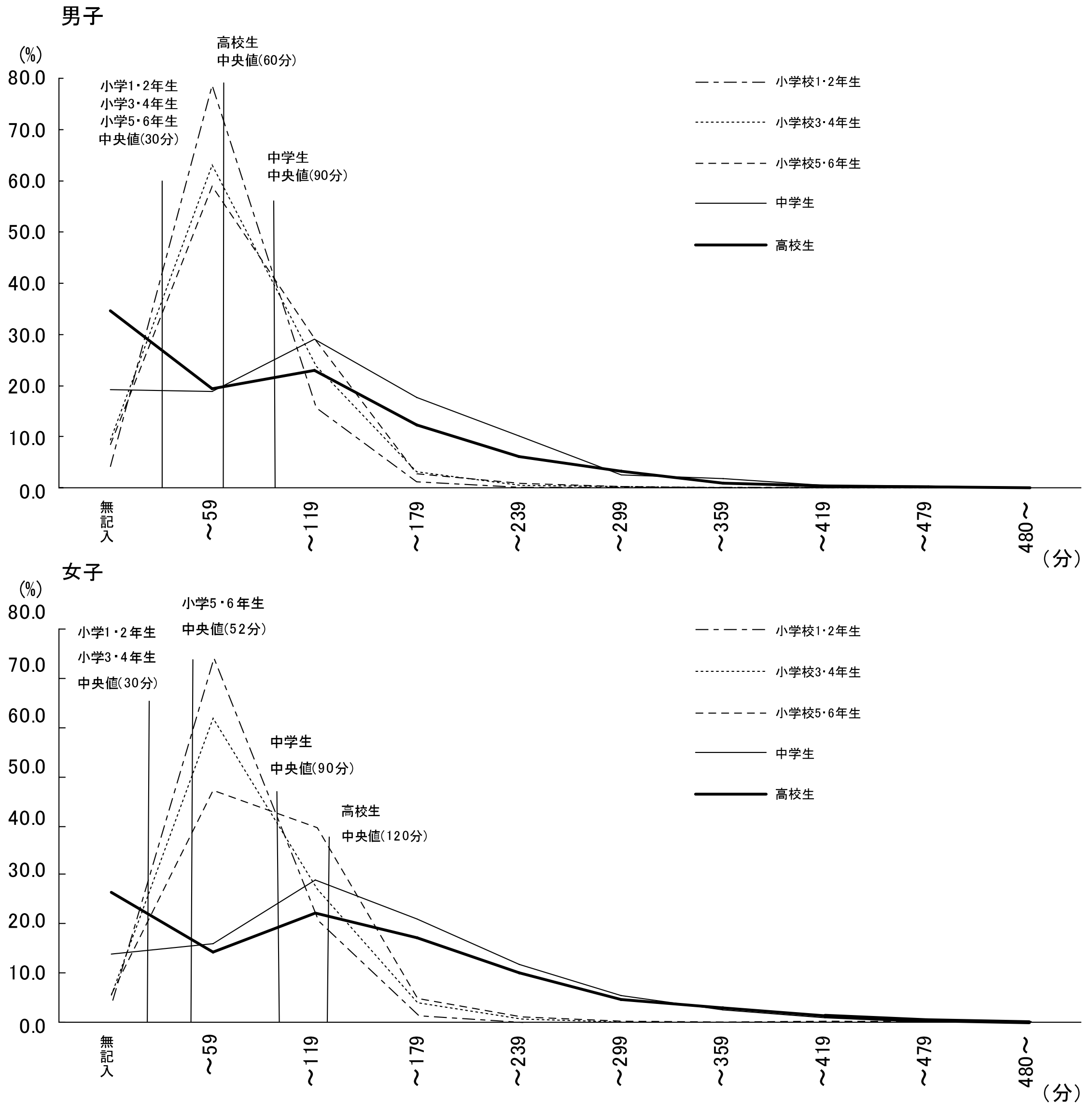


図５-14-２　家で勉強をした時間の分布

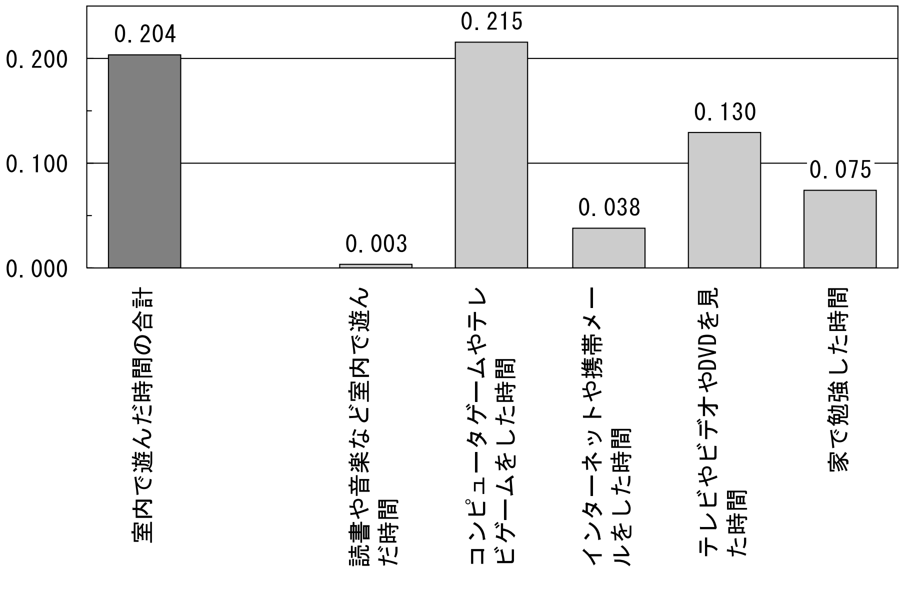
COLUMN

コラム

帰宅後の活動と就寝習慣との関連性

帰宅してから就寝までの時間を考えてみましょう。帰宅後、外で遊んだり、テレビを見たり、宿題をしなければなりません。夕食を食べる時間やお風呂に入る時間も必要です。下のグラフは小学校１・２年生の帰宅後の活動の時間と就寝時刻との関連性を示しています。室内遊び時間が長い人、勉強時間の長い人が就寝時刻は遅くなる傾向が見られます。室内遊びでも、特にコンピュータゲームやテレビゲームの時間の長い人、テレビやビデオやDVDを見た時間が長い人のほうが就寝時刻は遅くなる傾向が見られます。このように就寝時刻と帰宅後のいろいろな活動の時間にはある程度の関連性があります。就寝時刻の遅い子どもが早く就寝するためにはどこかの時間を削る必要があります。生活時間を記録すると、どの様な活動にどのくらいの時間を費やしているかを知ることが出来ます。その記録をもとにどの時間を減らすことが可能か考えることが可能となります。ぜひともいろいろな時間の記録をとってみて、早寝のために活用してみてください。

小学校1･2年生男子　就寝時刻との相関係数



15 ▶ 学習塾通い

15.1　学習塾に通っているかどうか（表Ⅱ-67、68）

学習塾に通っている者の割合は、男子31.7%、女子31.4%であった。学年別に見ると、男女とも、小学校１・２年生が最も低く、男子17.7%、女子16.8%であった。その後徐々に増加し、中学生が最も高く、男子47.0%、女子44.4%であり、高校生になると低下し、およそ25%であった。平成14年度調査や平成16年度調査と大きな変化は見られなかった。

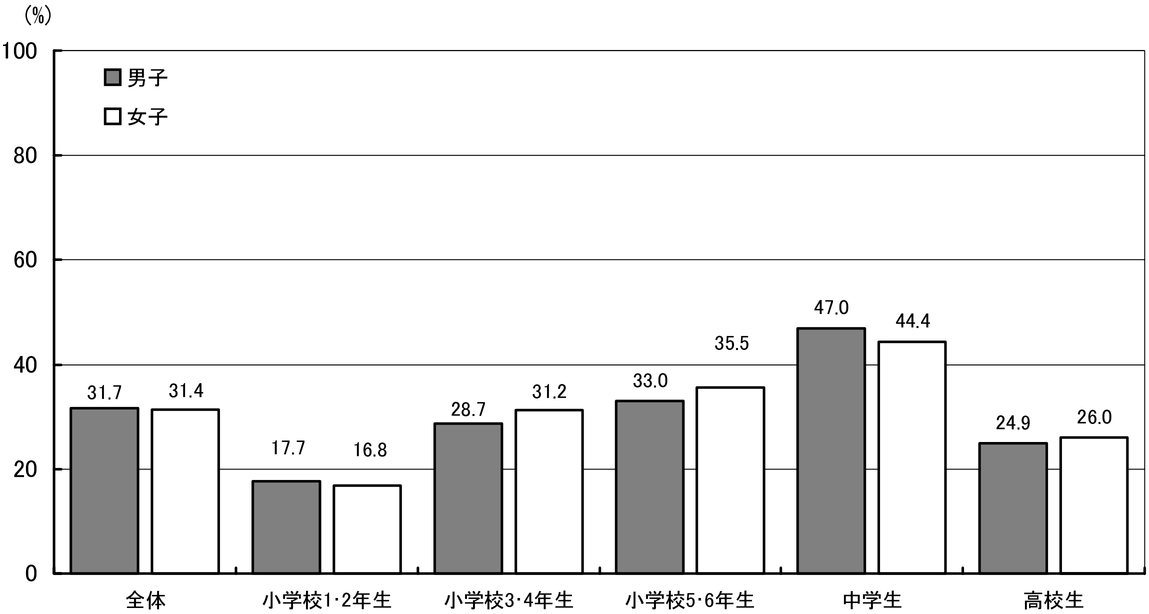


図５-15-１　学習塾に通っている者の比率

15.2　学習塾へ１週間に通っている回数（表Ⅱ-71）

（学習塾に「通っている」と答えた者のみ回答）

学習塾へ１週間に通っている回数を全体で見ると、男女とも2.2回であった。学年・男女別に見ると、中学生までは学年が進むにつれ、あまり大きな差ではないが回数が多くなり、高校生では減少する傾向であった。平成16年度調査の結果と比較すると、前回調査では男子の方が多い傾向であったが、男女差がほどんど見られなくなった。

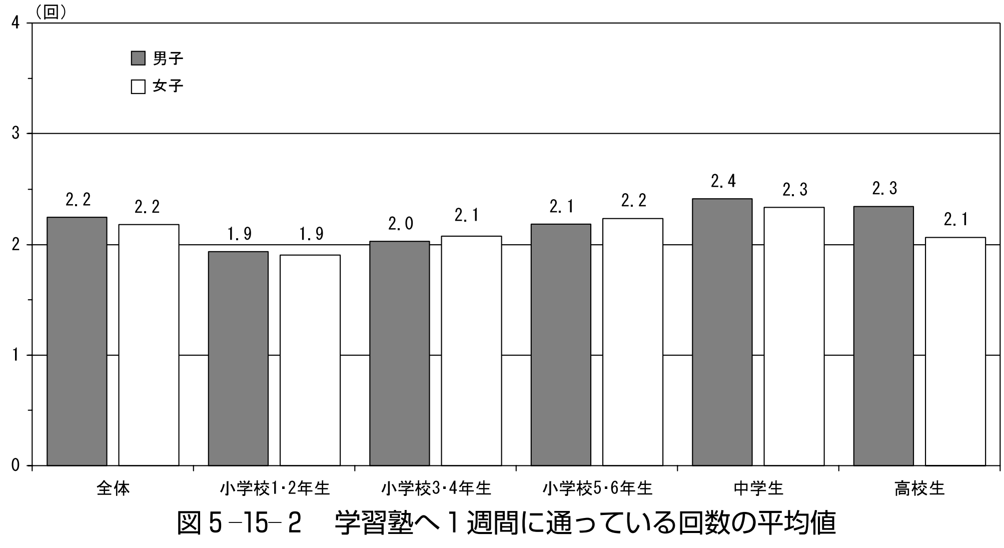


図５-15-２　学習塾へ１週間に通っている回数の平均値
（学習塾に「通っている」と答えた者のみ）

15.3　学習塾へ１週間に通っている時間（表Ⅱ-72）

（「学習塾に通っている」と答えた者のみ回答）

学習塾に１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32分、女子は４時間28分であった。学年・男女別に見ると、小学生１・２年生は男子２時間25分、女子２時間21分、小学生３・４年生は男女とも３時間28分、小学校５・６年生は男子３時間50分、女子４時間11分であった。中学生は男子５時間27分、女子５時間32分、高校生は男子５時間35分、女子４時間36分であった。平成16年度調査の結果と比較すると、小学校５・６年生と中学生において、およそ30—50分程度時間が長くなっていた。

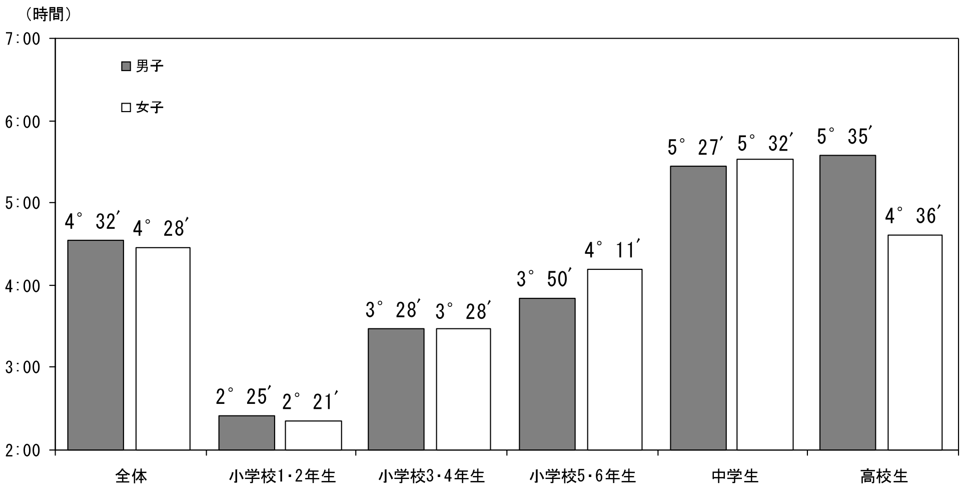


図５-15-３　学習塾へ１週間に通っている時間の平均値
（学習塾に「通っている」と答えた者のみ）

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-69、70）

おけいこごと（スポーツを除く）に通っている者は、男子は23.1%、女子は43.0%であり、女子は男子のおよそ２倍でであった。

学年・男女別に見ると、男女とも小学校３・４年生が最も高く男子39.8%、女子65.7%であるが、その後学年が進むとその割合は低下し、小学校５・６年生では男子33.1%、女子57.4%中学生では男子9.8%、女子34.9%、高校生では男子4.4%、女子18.9%であった。

平成16年度調査結果と比較すると、男女とも小学校３～６年生において３～10%程度低くなった。

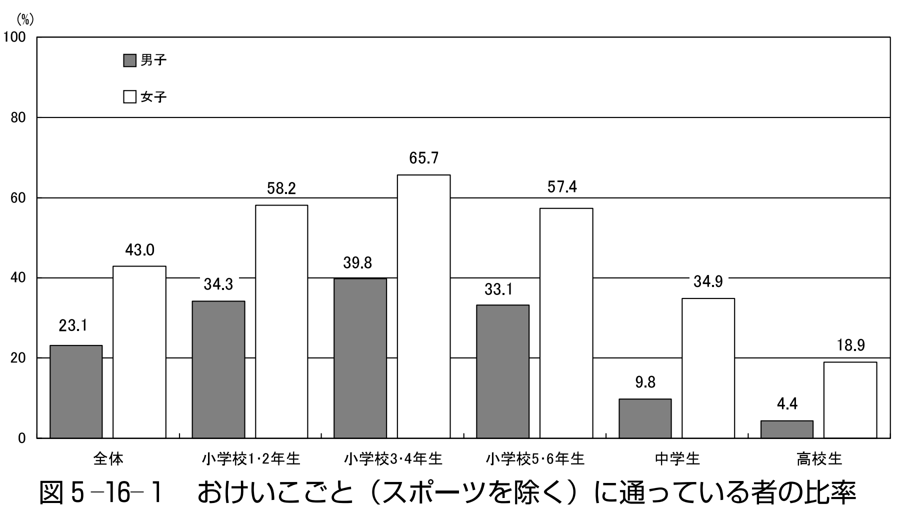


図５-16-１　おけいこごと（スポーツを除く）に通っている者の比率

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-73）

（「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１週間に通っている回数は、男子は1.7回、女子は1.6回であった。学年・男女別にみると、小学生において、男女差、学年差はみられず、1.7～1.8回であった。中学生・高校生では男子1.4回、女子1.3回と小学生と比べると減少した。

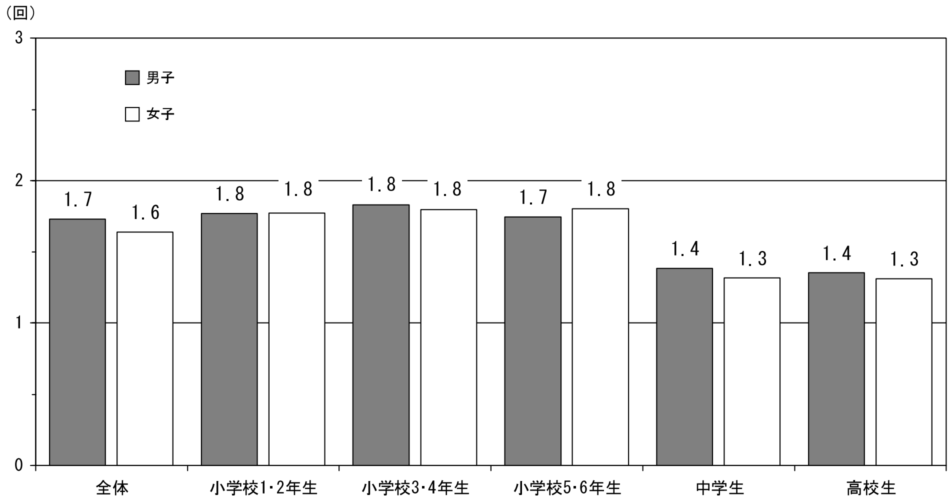


図５-16-２　おけいこごと（スポーツを除く）へ１週間に通っている回数
（おけいこごとに「通っている」と答えた者のみ）

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-74）

（「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１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14分、女子では１時間56分であり、男子のほうが長い傾向であった。学年別に見ると、小学生では、学年がすすむにつれ時間が長くなる傾向がみられたが、中学生になると、小学校５・６年生と比較して、30分程度短くなった。また、全ての学年において、男子のほうが女子より７～20分程度長い傾向であった。平成16年度調査と比較すると、高校生男子においては50分程度短くなった。

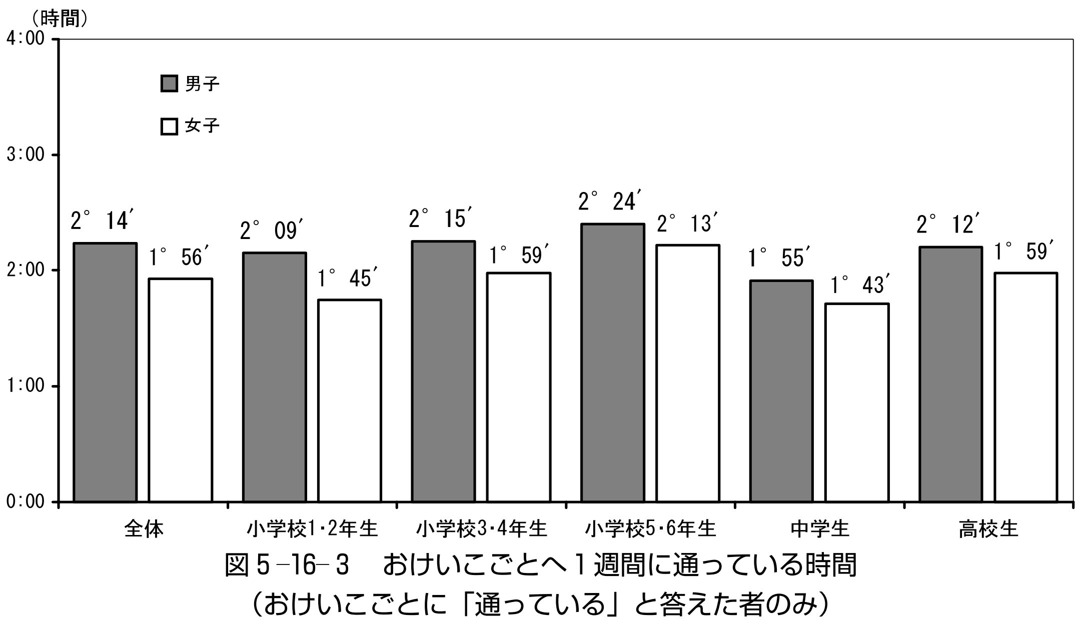


図５-16-３　おけいこごとへ１週間に通っている時間
（おけいこごとに「通っている」と答えた者のみ）

17 ▶ 週末の生活

17.1　金曜日から日曜日の就寝の状況

金曜日の夜、平日より遅く寝ると回答した者は男子47.1%、女子49.8%、平日と同じぐらいに寝る者は男子50.1%、女子47.1%であった。土曜日の夜、平日より遅く寝ると回答した者は男子56.1%、女子57.3%であった。金曜日と土曜日を比較すると、土曜日のほうが平日より遅く寝ると回答する者の率が少しではあるが高い傾向であった。学年別に比較すると、金曜日、土曜日とも男子では中学生が、女子では小学校３―６年生ならびに中学生が平日より遅く寝る者が多い傾向であった。

日曜日の夜、平日と同じぐらいに寝ると回答した者は男子81.2%、女子80.9%、平日より早く寝ると回答した者は男子10.9%、女子11.7%であった。学年別にみると、平日と同じぐらいに寝ると回答した者は男女とも小学生では85%を越えているが、中学生、高校生では80%未満であった。中学生や高校生では、平日より早く寝ると回答した者、平日より遅く寝ると回答した者とも小学生より多く見られた。

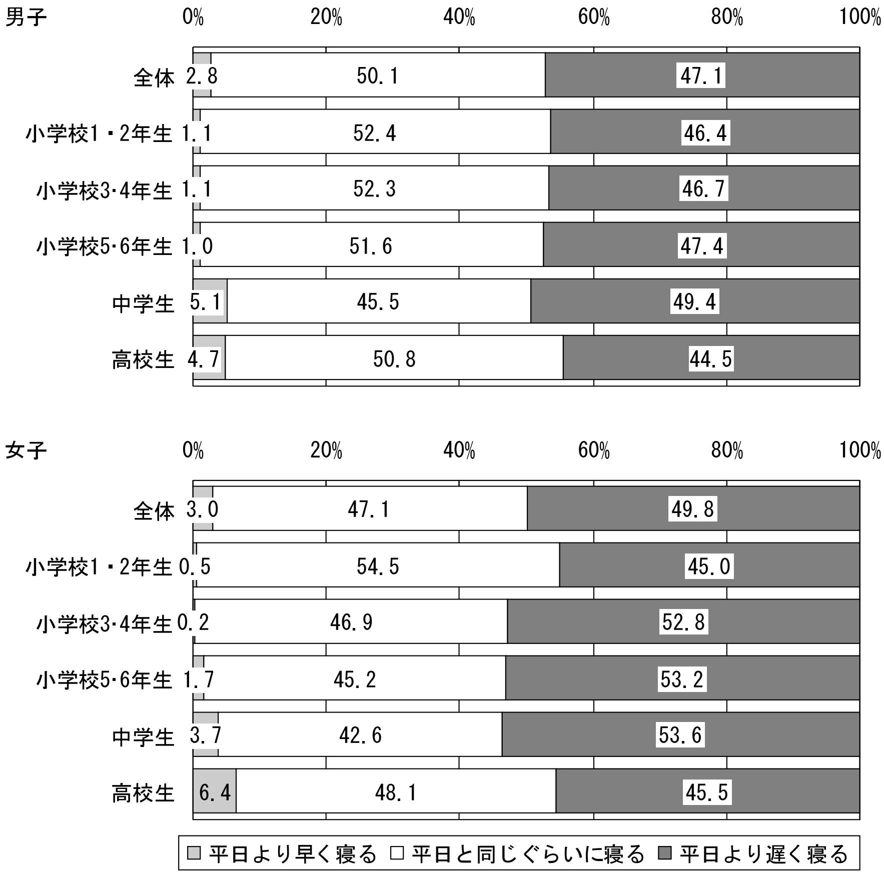


図５−17−１　金曜日の就寝状況

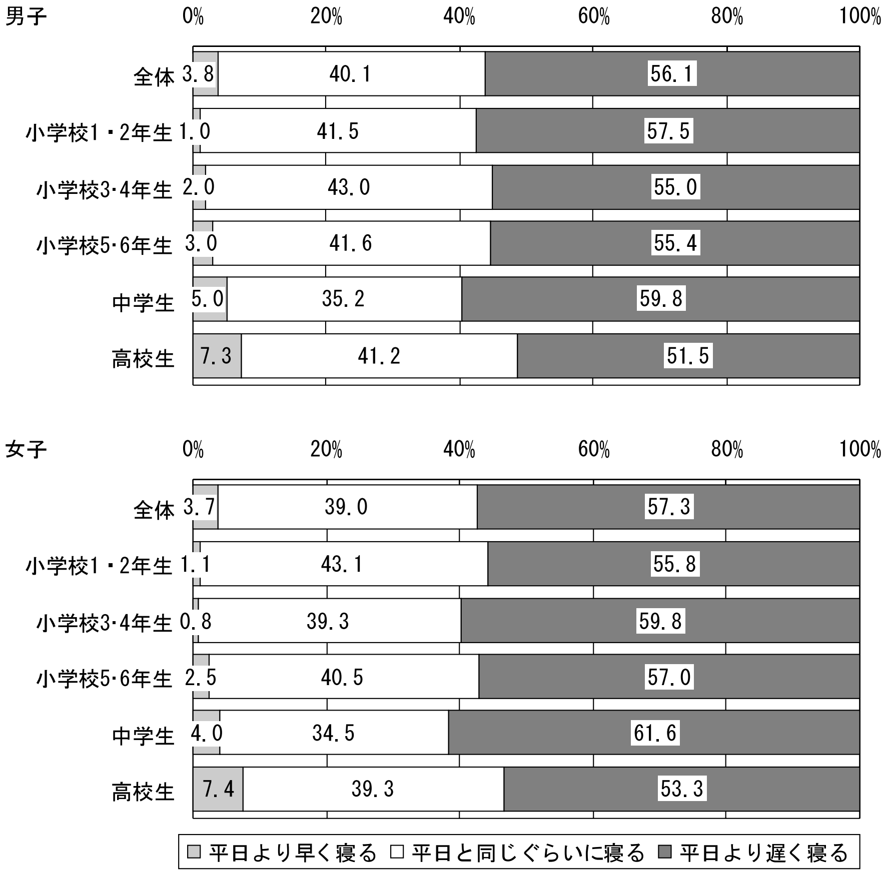


図５-17-２　土曜日の就寝状況

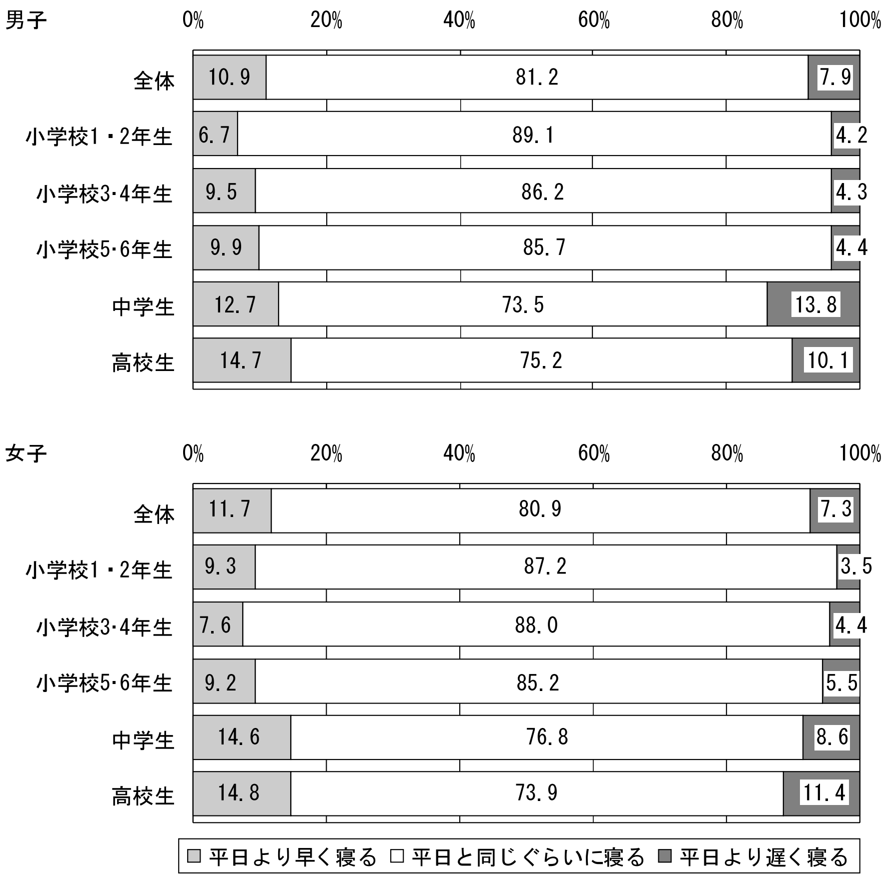


図５-17-３　日曜日の就寝状況

17.2　土曜日、日曜日の起床の状況

土曜日の朝、平日より遅く起きると回答した者は男子53.2%、女子67.5%、平日と同じぐらいに起きると回答した者は男子33.2%、女子26.7%、平日より早く起きると回答した者は男子13.7%、女子5.7%であった。日曜日の朝、平日より遅く起きると回答した者は男子55.4%、女子71.3%、平日と同じぐらいに起きると回答した者は男子29.5%、女子21.5%、平日より早く起きると回答した者は男子15.1%、女子7.2%であった。男女を比較すると、土曜日、日曜日とも女子のほうが男子より平日より遅く起きると回答する者が10%以上多い傾向であった。学年別にみると、平日より遅く起きる者は、土曜日、日曜日とも男子では学年が進むにつれ増加する傾向を示し、女子では小学校５・６年生もしくは中学生まで増加する傾向を示すが、高校生では減少する傾向を示した。

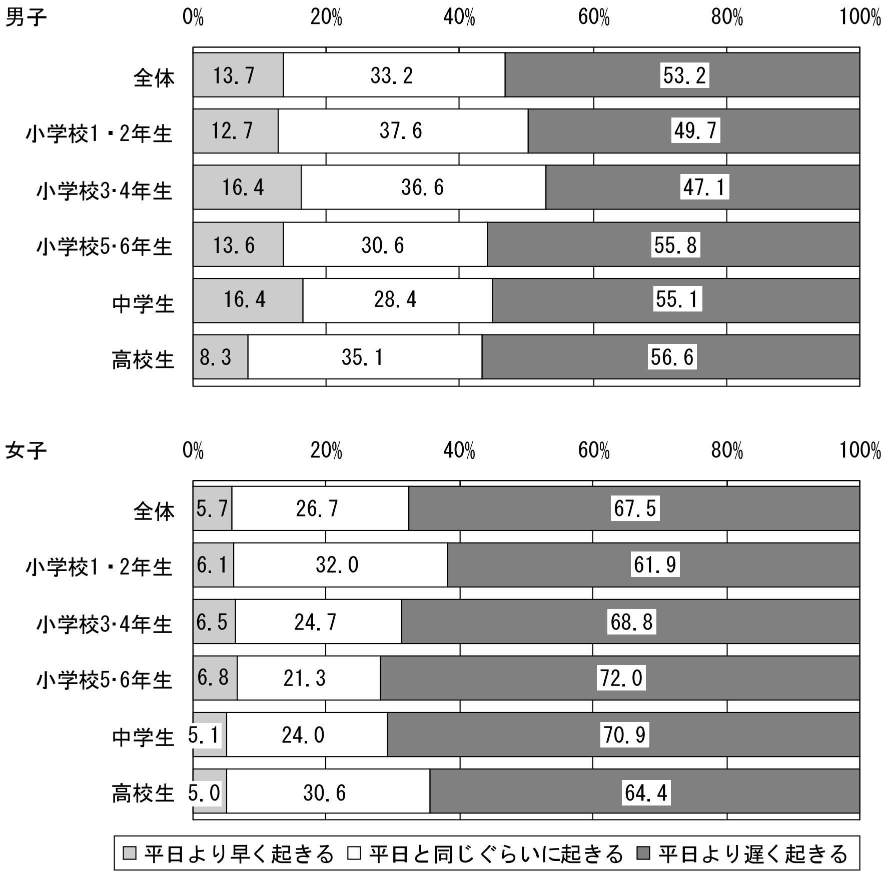


図５−17−４　土曜日の起床状況

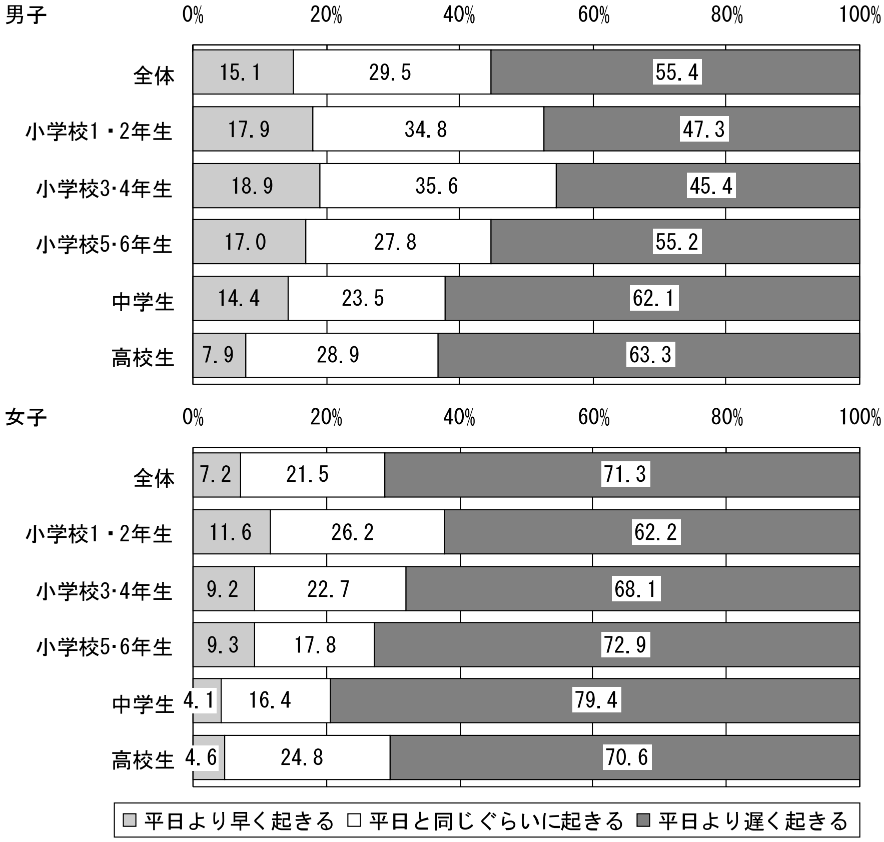
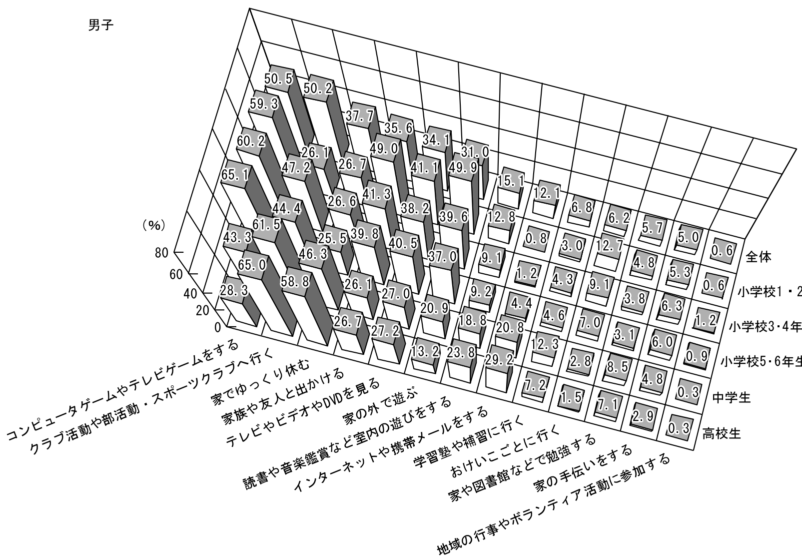


図５-17-５　日曜日の起床状況

17.3　土曜日、日曜日の過ごし方（多重回答、３つまで回答）

土曜日の過ごし方を多い順に見ると、男子では、コンピュータゲームやテレビゲームをする（50.5%）、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く（50.2%）、家でゆっくり休む（37.7%）、家族や友人と出かける（35.6%）、テレビやビデオやDVDを見る（34.1%）、家の外で遊ぶ（30.1%）であった。女子では、家族や友人と出かける（45.4%）、家でゆっくり休む（44.5%）、テレビやビデオやDVDを見る（37.5%）、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く（37.4%）、読書や音楽鑑賞などの室内の遊びをする（23.8%）、であった。

土曜日の過ごし方を学年別にみると、回答率が50%を越えたところは、家でゆっくり休む（高校生男子58.8%、高校生女子57.9%）、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く（高校生男子65.0%、中学生女子56.9%）、コンピュータゲームやテレビゲームをする（小学生男子59.3～65.1%）、家族や友人と出かける（小学生女子50.3～54.9%）であった。学年が進むにつれ率が高くなるもは、家でゆっくり休む、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く、インターネットや携帯メールをするであり、逆に学年が進むにつれ率がひくくなるものは、コンピュータゲームやテレビゲームをする、テレビやビデオやDVDを見る、家の外で遊ぶであった。



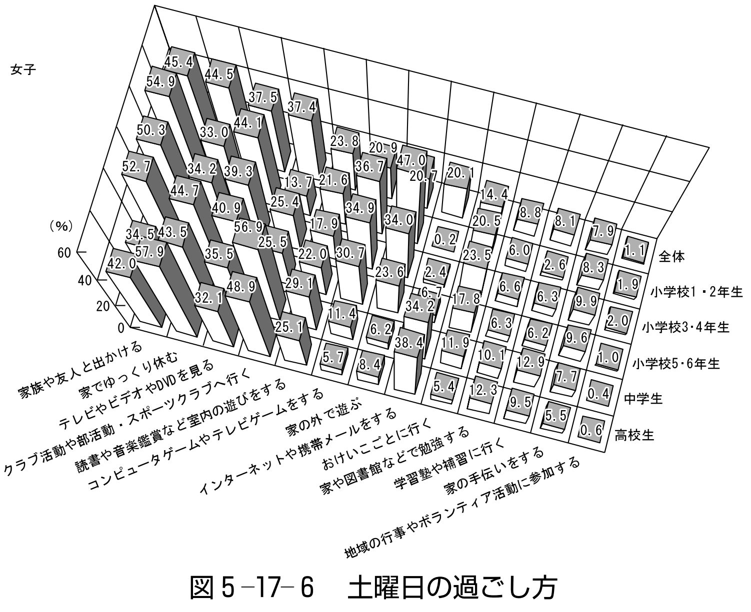
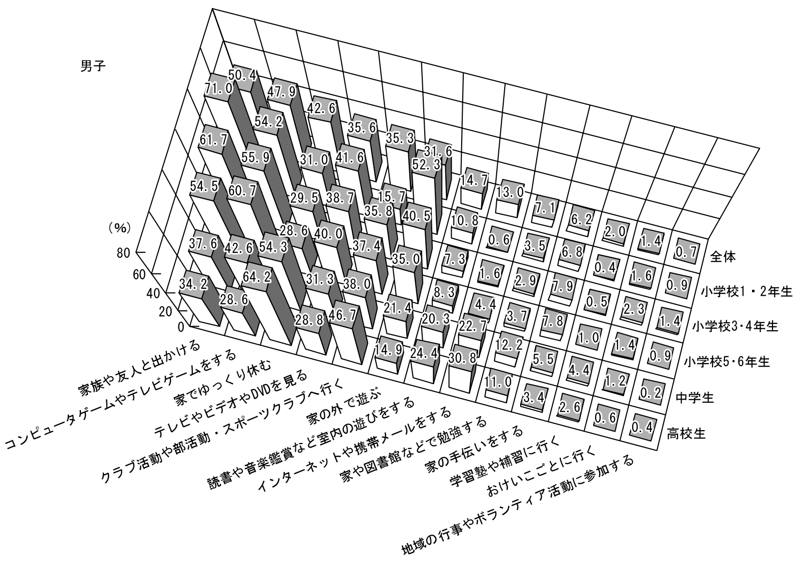


図５−17−６　土曜日の過ごし方

日曜日の過ごし方を多いに見ると、男子では、家族や友人と出かける（50.4%）、コンピュータゲームやテレビゲームをする（47.9%）、家でゆっくり休む（42.6%）、テレビやビデオやDVDを見る（35.6%）、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く（35.3%）、家の外で遊ぶ（31.6%）であった。女子では、家族や友人と出かける（59.8%）、家でゆっくり休む（51.9%）、テレビやビデオやDVDを見る（40.8%）、読書や音楽鑑賞などの室内の遊びをする（23.6%）、であった。

日曜日の過ごし方を学年別にみると、回答率が50%を越えたところは、家でゆっくり休む（中学生男子54.3%、高校生男子64.2%、中学生女子56.2%、高校生女子64.1%）、家族や友人と出かける（小学生男子54.5～71.0%、小学生女子63.8～74.2%、中学生女子53.8%）コンピュータゲームやテレビゲームをする（小学生男子54.2～60.7%）、家の外で遊ぶ（小学校１・２年生男子52.3%、同女子51.9%）であった。学年が進むにつれ率が高くなるもは、家でゆっくり休む、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く、インターネットや携帯メールをするであり、逆に学年が進むにつれ率がひくくなるものは、コンピュータゲームやテレビゲームをする、テレビやビデオやDVDを見る、家の外で遊ぶであった。

土曜日と日曜日を比較すると、クラブ活動や部活動・スポーツクラブに行く者の割合は土曜日が高く、逆に家でゆっくり休む者や家族や友人と出かける者の割合は日曜日が高い傾向であった。



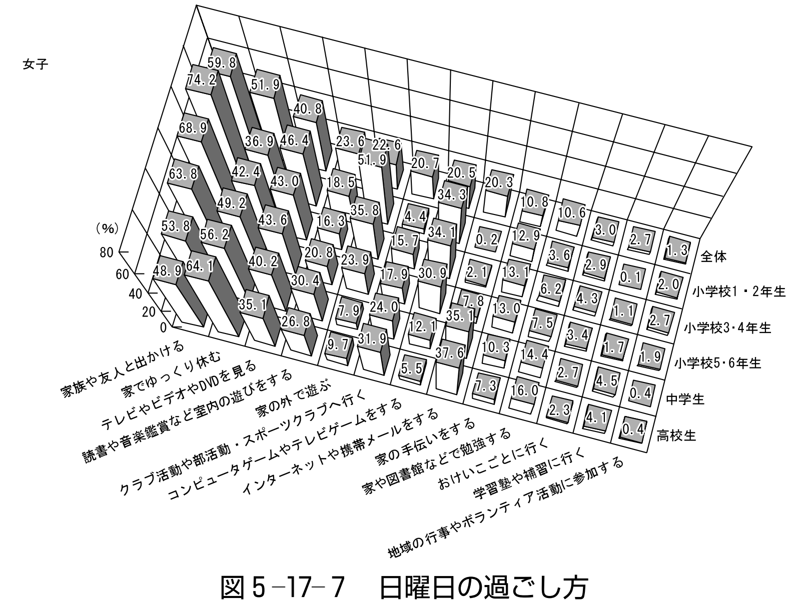


図５-17-７　日曜日の過ごし方

18 ▶ 起立性調節障害（OD）に関連する自覚症状（表Ⅱ−105〜130）

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が、この年から従来使用されてきた項目を最大限残しながら、平成14年に文部科学省において実施された「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。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（Q27の５から16）。症状の有無は「しばしば（１週間に１度程度）」、「ときどき（１か月に１度程度）」、「たまに（それ未満）」、「ない」の４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５−18−１から図５−18−６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、全体で男子16.5%、女子25.4%である。

OD陽性率[注]を図５−18−７に示した。学年が進むのに従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、今回の調査でもこの傾向は明らかである。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い。

なお、図５−18−７の中に平成12年度、平成14年度、平成16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、標本数の関係もあり、多少の変動はあるものの全般的にOD陽性率の大きな変化は見られず、いずれも０〜５％程度にとどまっていた。一方、中学生、高校生では、男子高校生を除き、平成12年度から平成16年度調査にかけて減少傾向にあったが、今回調査では若干増加に転じていることが示唆された。男子高校生ではわずかながら継続的に増加の傾向が見られている。原因は不明であり、今後の動向を見て慎重に判断をする必要がある。

[注]　ODの判定方式は、図５−18−１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。

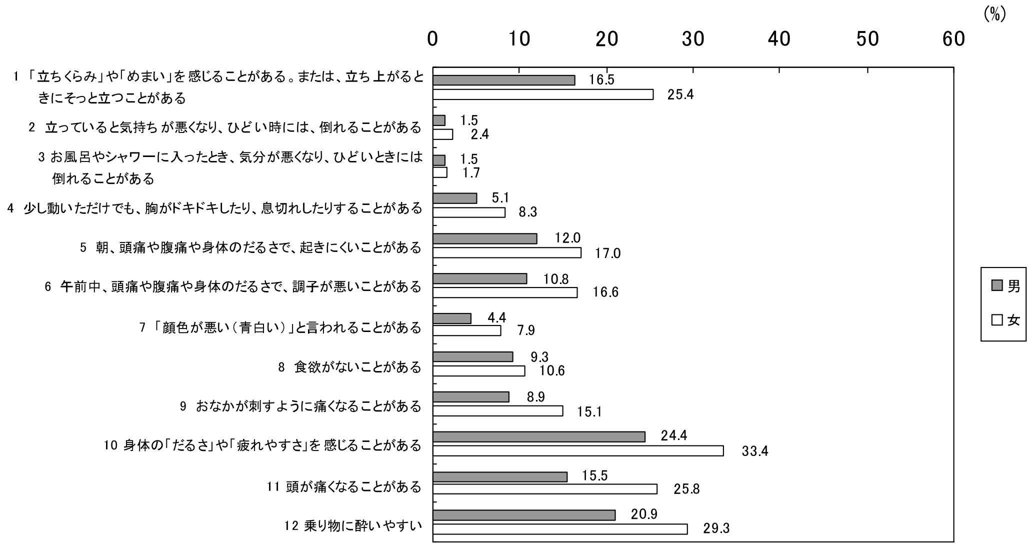


図５−18−１　ODに関連する自覚症状の頻度（全体）

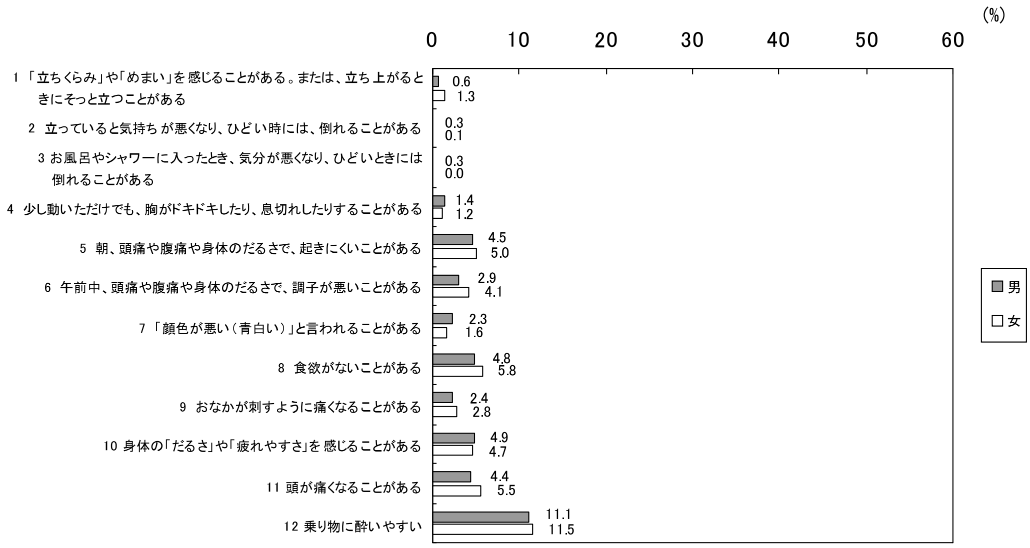


図15−18−２　ODに関連する自覚症状の頻度（小学校１・２年生）

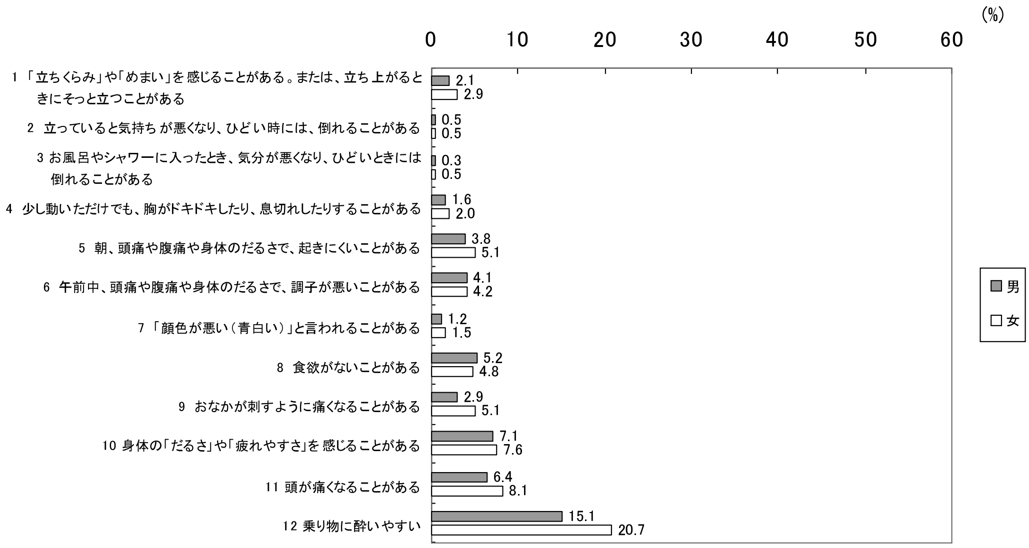


図５−18−３　ODに関連する自覚症状の頻度（小学校３・４年生）

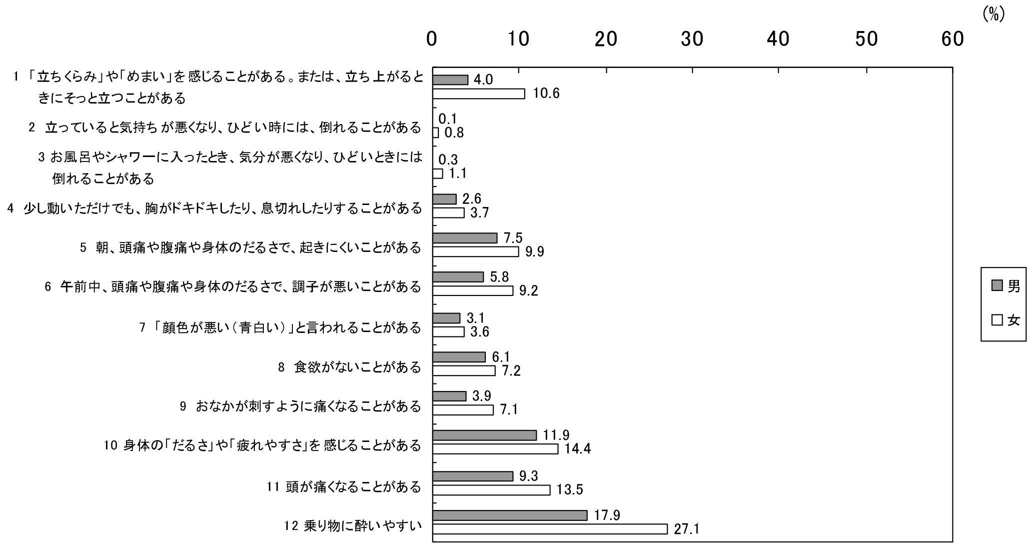


図５−18−４　ODに関連する自覚症状の頻度（小学校５・６年生）

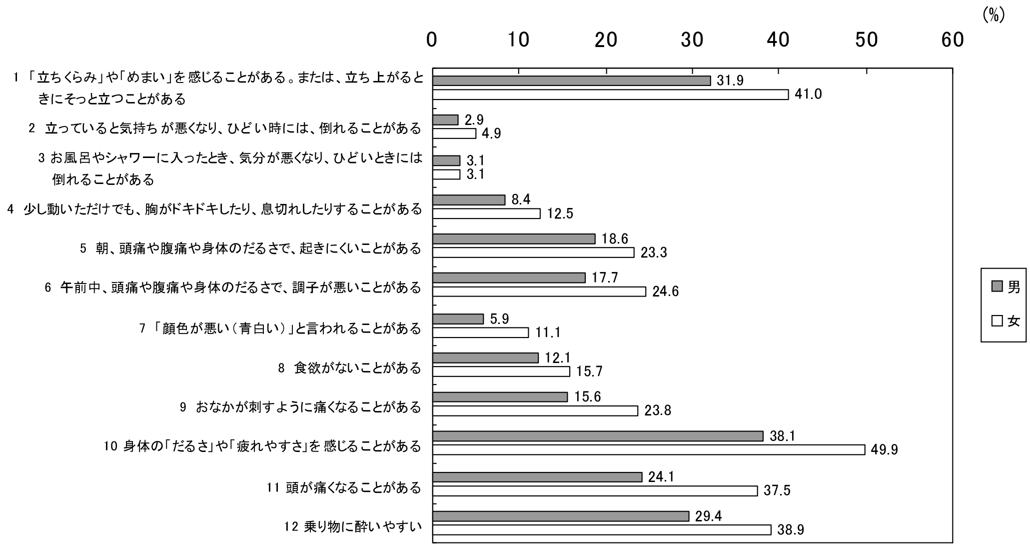


図５−18−５　ODに関連する自覚症状の頻度（中学生）

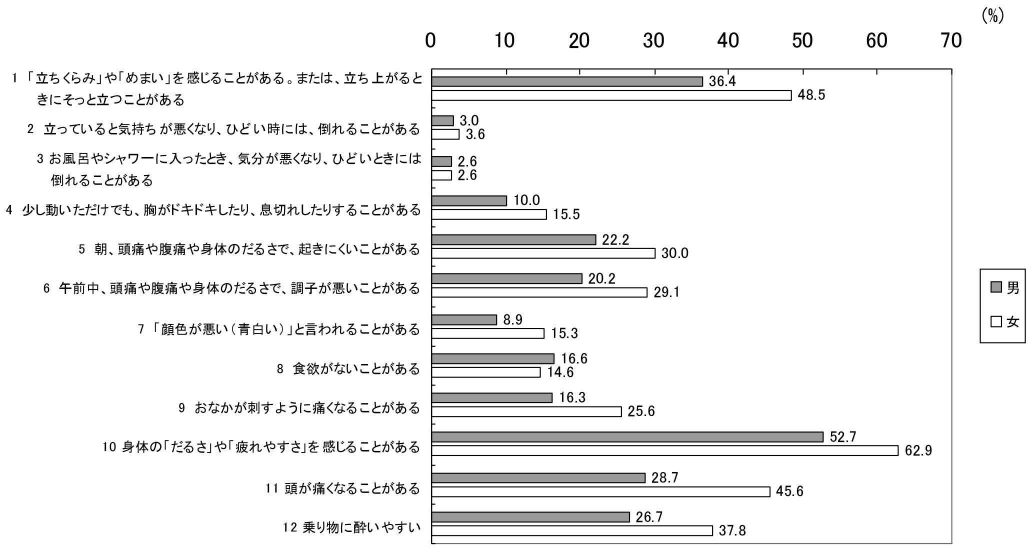


図５−18−６　ODに関連する自覚症状の頻度（高校生）

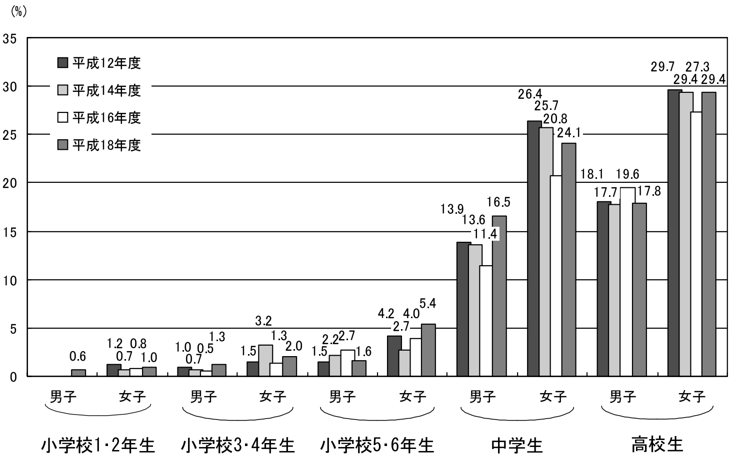


図５-18-７　OD陽性率

COLUMN

コラム

起立性調節障害（OD）最近の話題

起立性調節障害（OD）は、小児期・思春期における心身症の一種と考えられており、立ち上がったときなどに自律神経系統がうまく機能せず、低血圧の状態となり、めまい・立ちくらみを起こしやすいことを主症状とする。近年、いわゆる不登校の見られる児童生徒の一部に起立性調節障害が含まれている可能性が示唆され、その定義や診断方法、学校現場での対応をめぐってさまざまな議論がなされてきたが、2006年９月に日本小児科心身医学会により、「起立性調節障害についての診療指針」が示された。

この指針では、起立性調節障害の診断手順として、起立血圧試験（寝ている状態から立ち上がって血圧や脈拍を調べ、その時の症状を判定する方法）のほかに、以下の６つの質問を行う。

・学校を休むと症状が軽くなる。
・身体症状が再発・再燃をくりかえす。
・気にかかることを言われると悪化する。
・１日のうちでも、身体症状の程度が変化する。
・身体の異常が２つ以上ある。
・日によって、身体症状が次から次へと変化する。

上記６項目のうち、４項目について１週間に１～２回以上見られる場合に「起立性調節障害」と判断するとされている。

註：本サーベイランスで使用されている起立性調節障害の判定手順は、本文第５章「18　起立性調節障害（OD）に関連する自覚症状」脚注（79ページ）参照。

また、起立性調節障害の治療の方針として、毎日の適度な運動、血圧低下を防ぐ腹部バンドの装着、血圧を上げる薬剤の服用、水分と塩分を十分摂取する、日中は身体を横にしない、などの対応策が挙げられている。

学校保健関係者においては、めまい・立ちくらみといった症状で長期にわたって学校生活に支障の出ている児童生徒については、単なる怠けや身体的疲労と即断せず、授業や課外活動の参加の際に十分な配慮をし、場合によっては専門医への受診を勧めることを考慮した方がよい。

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

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、「心の健康と生活習慣調査」の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（Ｑ28の１から６）、４領域の尺度得点を求めた。

２）「気分の調節不全傾向」

平成14年度調査より、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（Ｑ27の１から４）である。上記の４項目のほかにＱ27「日ごろ感じる症状」、Ｑ28「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）。

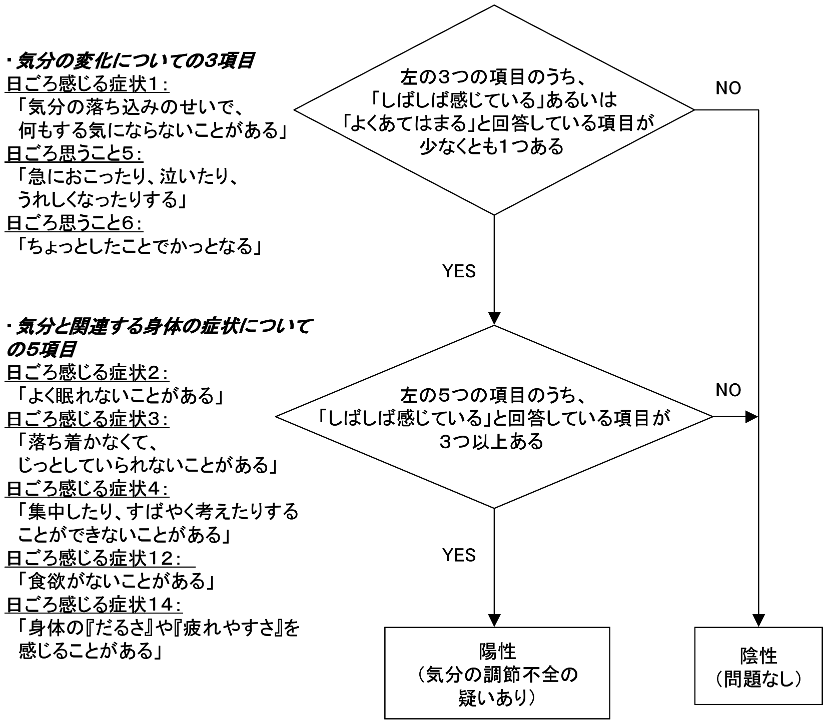


図６－１　気分の調節不全傾向の評価方法

1 ▶「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状（表Ⅱ−131〜146）

「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Ｑ27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」、「たまにあてはまる」、「あてはまらない」の四段階で回答されている。この報告では従来通り、「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６−１−６）。なお、「④身体的訴え」については、すでに第５章で図５−18−１から図５−18−６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、男女ともに全体の約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、ともに全体の約１割から３割を占めているが、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にある。

「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、ともに全体の約２割から３割程度を占めているが、小学生、中学生、高校生と徐々に高くなっていく傾向にある。また、全般的に男子より女子の方が高い傾向にある。

「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５−18−１から図５−18−６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、それぞれ全体の約１割、約２割、約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にある。

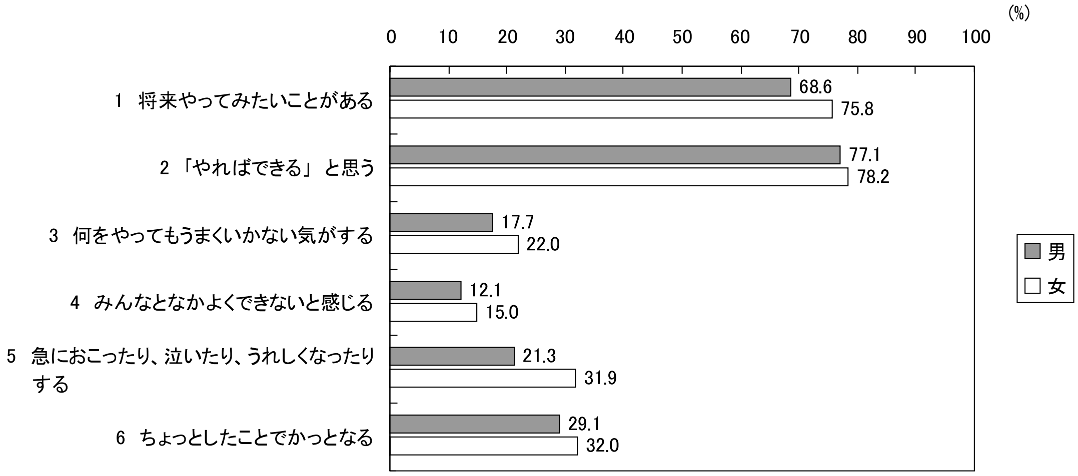


図６−１−１ 「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状の頻度（全体）

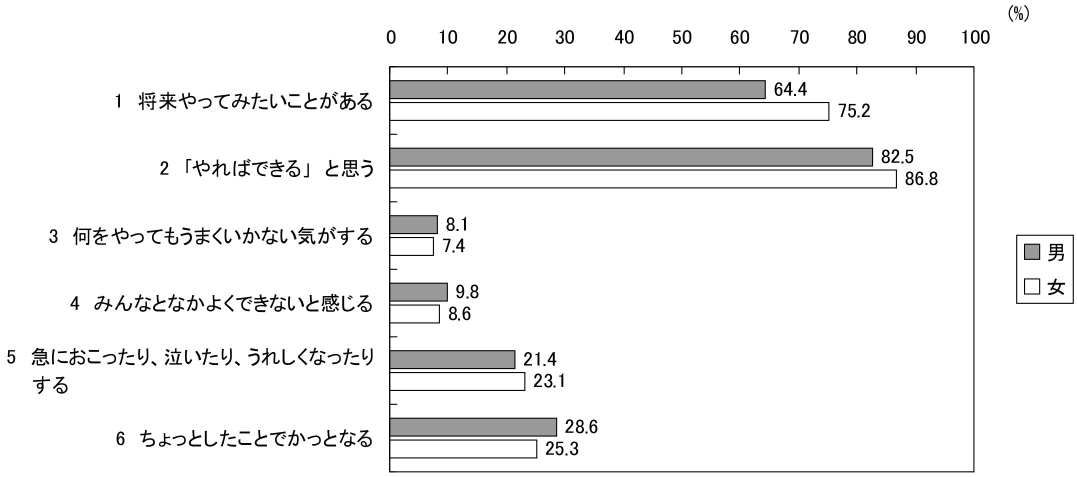


図６－１－２「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状の頻度（小学校１・２年生）

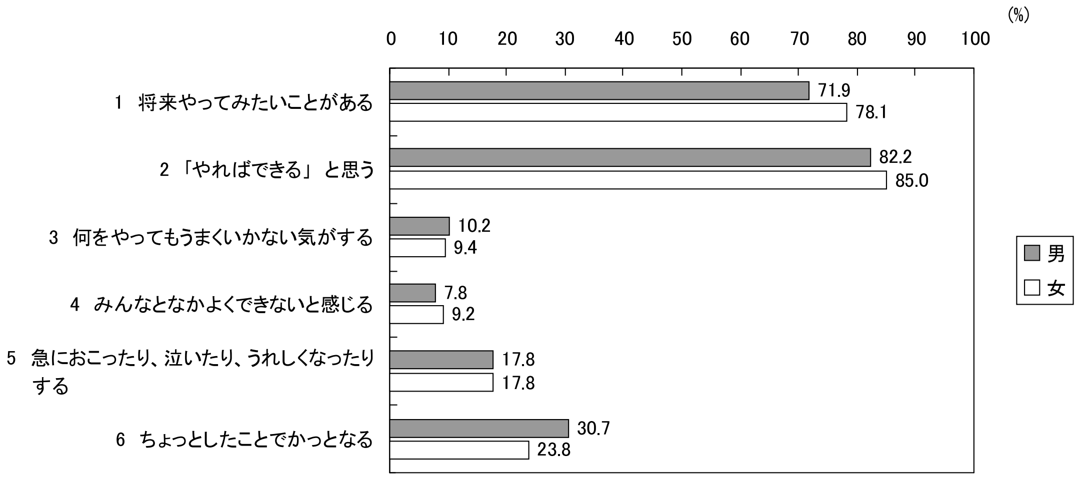


図６－１－３　「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状の頻度（小学校３・４年生）

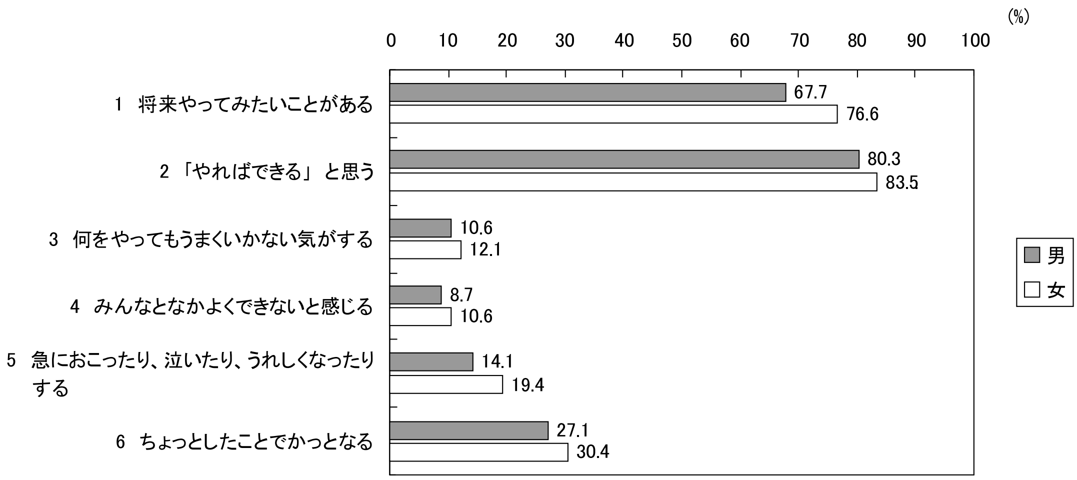


図６－１－４　「心の健康を把握する４指標」に関連する自覚症状の頻度（小学校５・６年生）

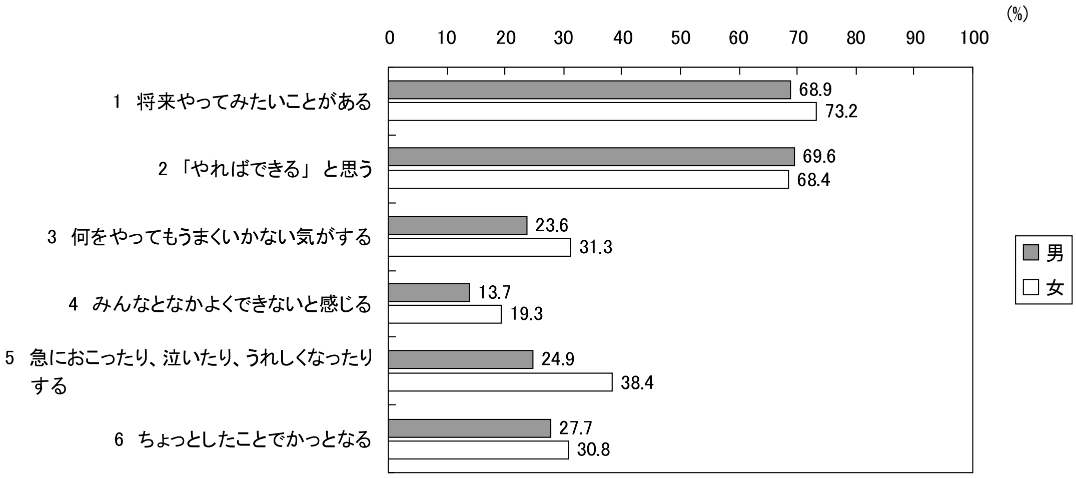


図6－1－5 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度（中学生）

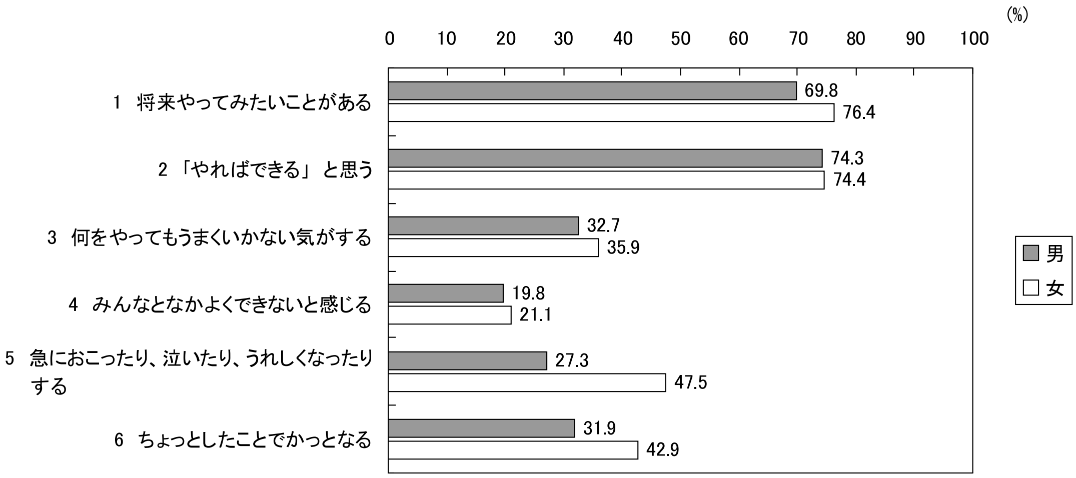


図6－1－6 「心の健康を把握する4指標」に関連する自覚症状の頻度（高校生）

「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6－1－7から図6－1－10)。「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、高校生にかけてあまり大きな変化はないものの、わずかながら減少する傾向にある。全般的に男子より女子の方がわずかながら高い傾向にある。

「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、男子より女子の方が高い傾向にある。

「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にある。また、男子より女子の方が高い傾向にあり、特に中学生・高校生で顕著である。

「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にあり、特に中学生・高校生で顕著である。

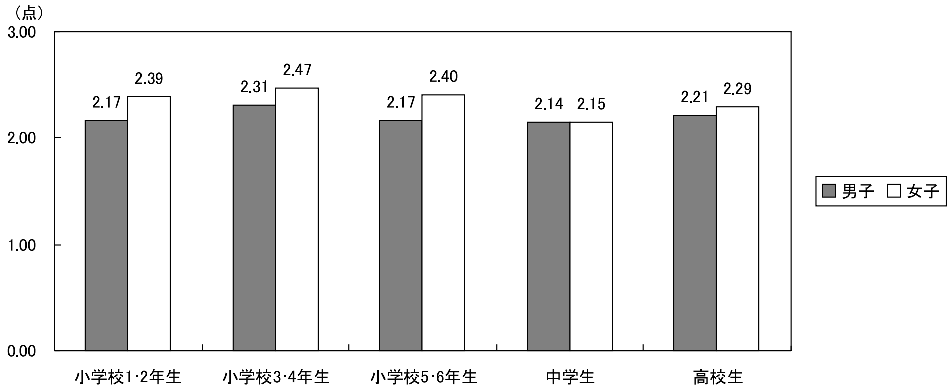


図６－１－７　「自己効力感」の得点の平均値

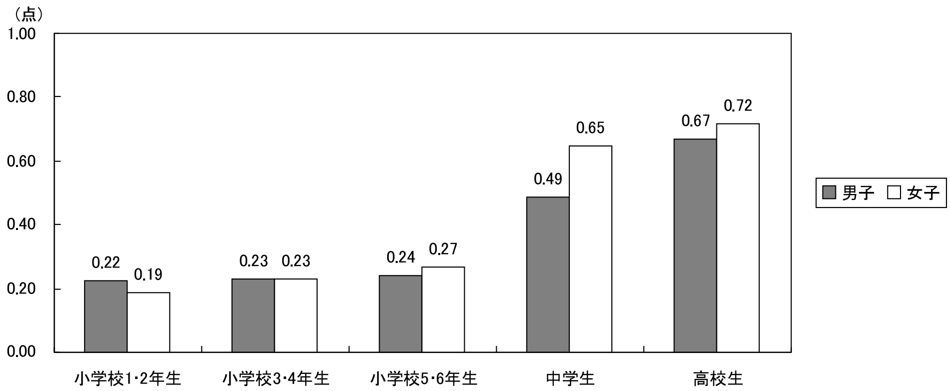


図６－１－８　「不安傾向」の得点の平均値

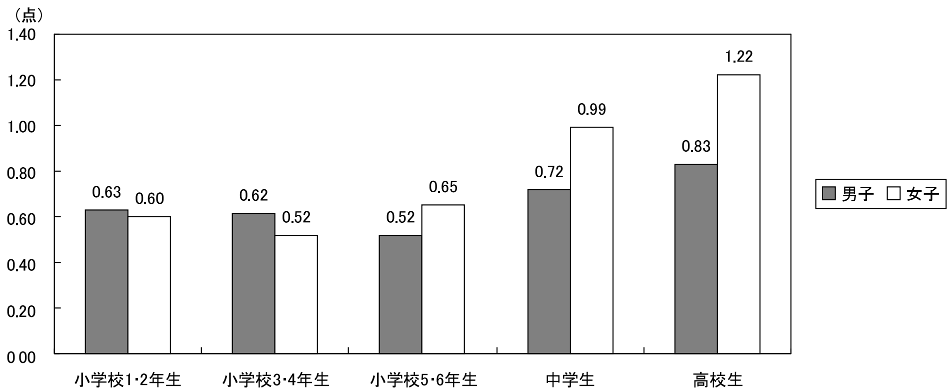


図６－１－９　「行動」の得点の平均値

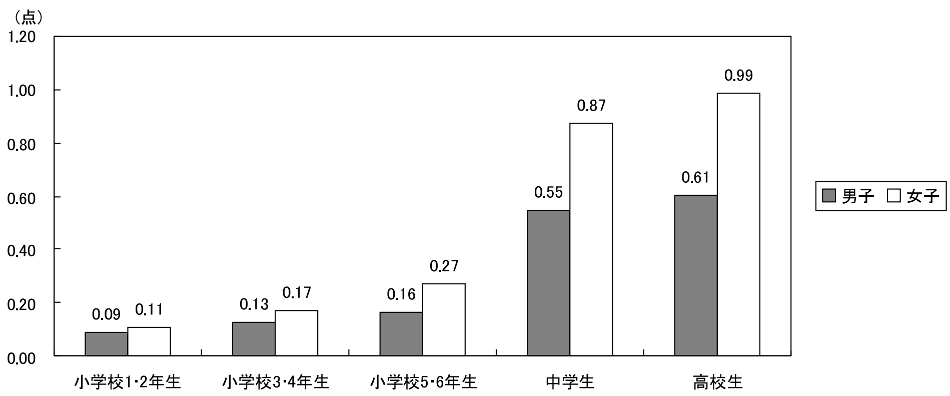


図６－１－10　「身体的訴え」の得点の平均値

2 ▶「気分の調節不全傾向」に関連する自覚症状（表Ⅱ-147～156）

本章のはじめに記したように、気分・感情面に関して、平成14年度調査より新たに追加された項目は４つである（Q27の１から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６－２－６である。

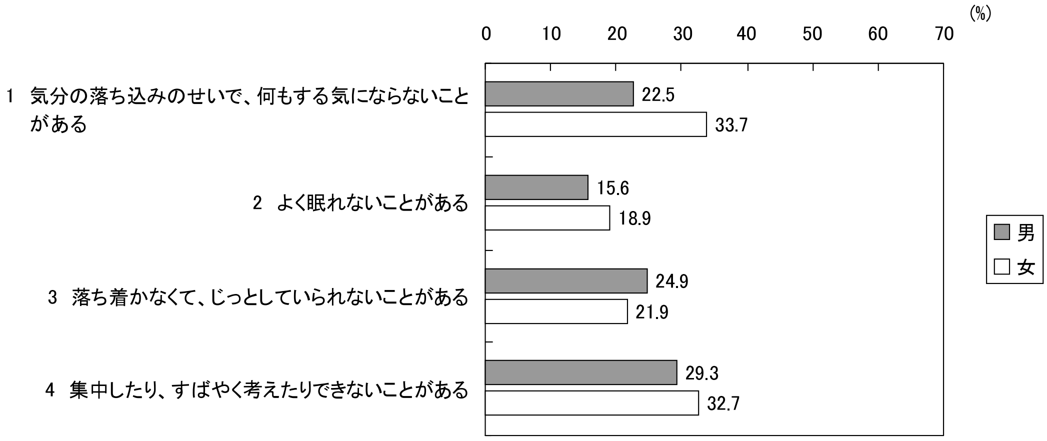


図６－２－１　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（全体）

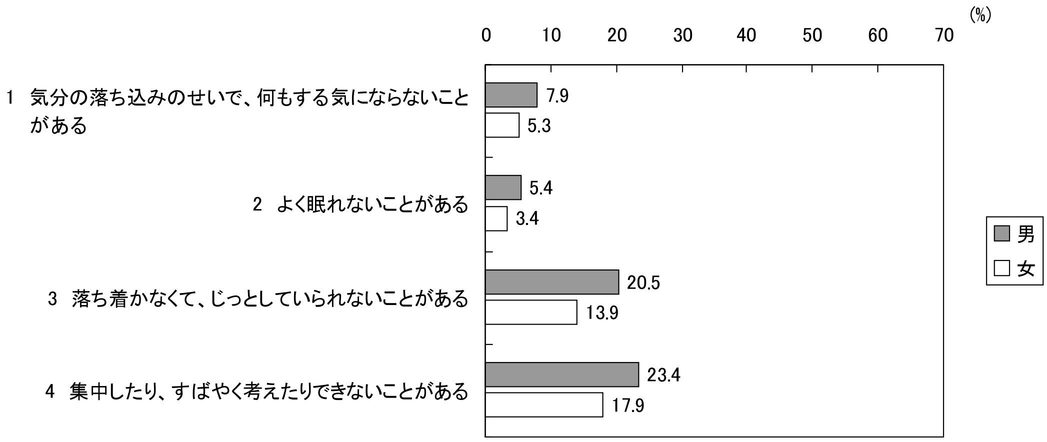


図６－２－２　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（小学校１・２年生）

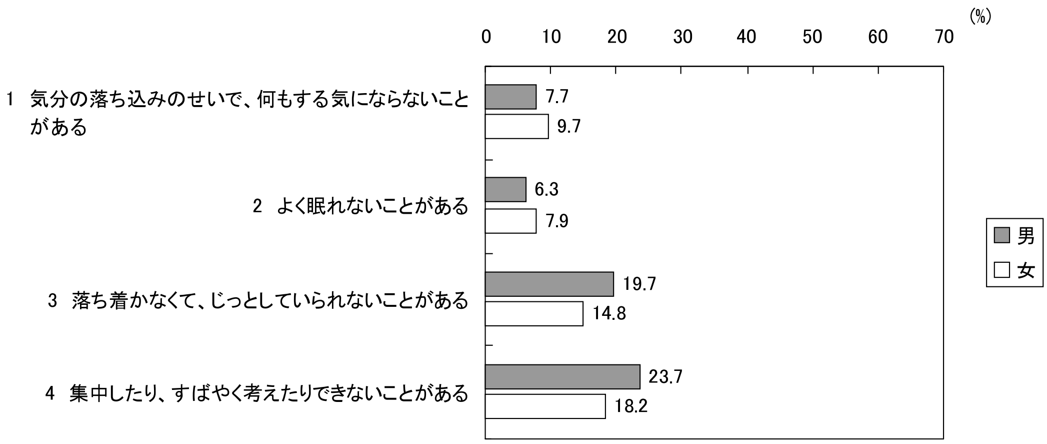


図６－２－３　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（小学校３・４年生）

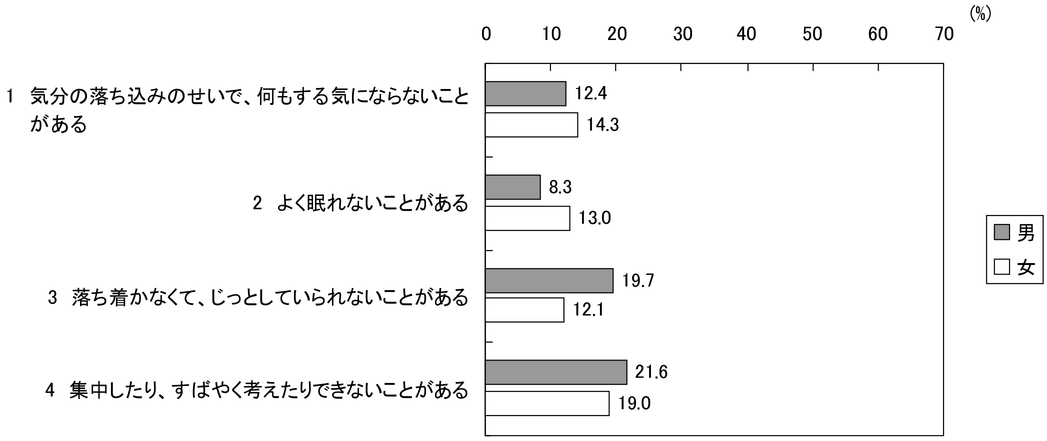


図６－２－４　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（小学校５・６年生）

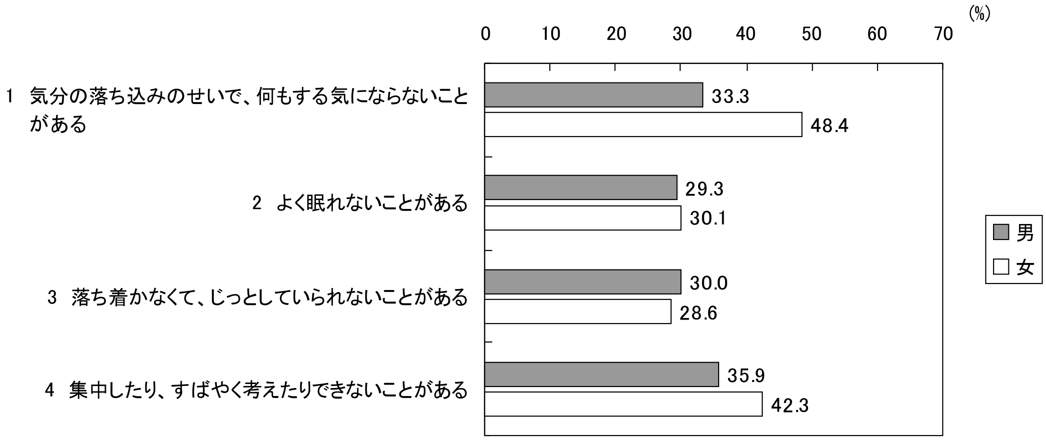


図６－２－５　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（中学生）

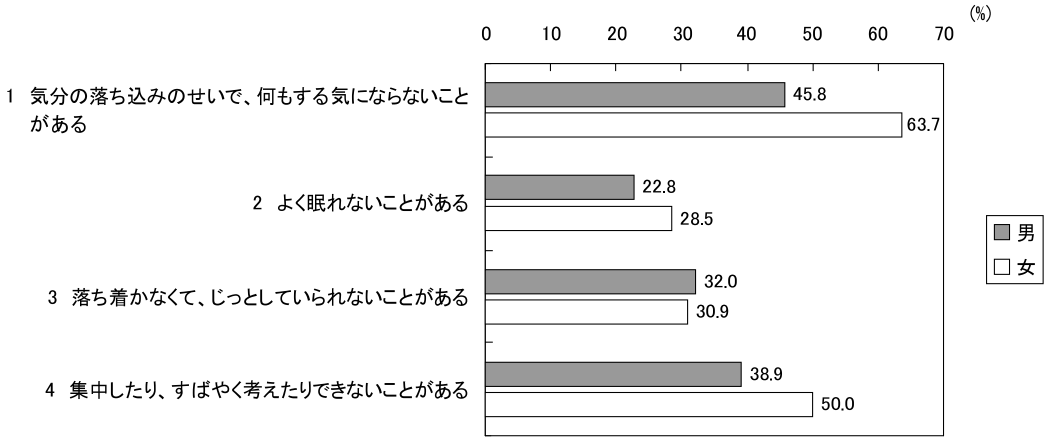


図６－２－６　気分の調節不全傾向に関連する自覚症状の頻度（高校生）

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22.5%、女子33.7%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29.3%、女子32.7%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15.6%、女子18.9%、「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24.9%、女子21.9%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45.8%、女子63.7%、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38.9%、女子50.0%と、半数近くを占めている。

既述のように、上記の新規追加項目４項目と、Q27「日ごろ感じる症状」、Q28「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６－２－７）。

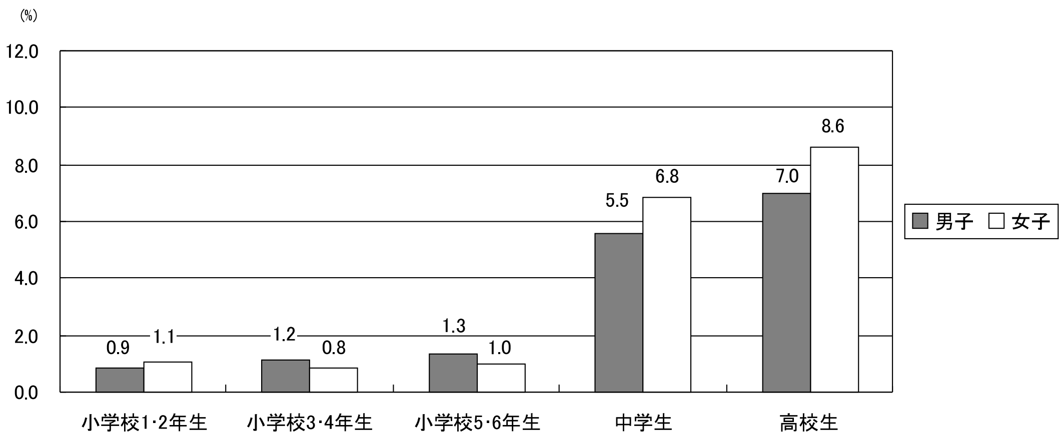


図６－２－７　気分の調節不全傾向の陽性率

この結果、小学生で１％前後、中学生で約５～７％、高校生で約７～９％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。

3 ▶ メンタルヘルスに関連する各種自覚症状の相互の関連

今回、児童生徒のメンタルヘルスに関連していると思われる、起立性調節障害（OD）の項目、「心の健康を把握する４指標」の項目、および「気分の調節不全傾向」の項目について、これら心身の自覚症状どうしの相互の関連を見るため、因子分析（主成分分析）を行った（表６−３）。

上記の３種類の尺度に属する22の質問項目に学年、性別を加えて行った主成分分析の結果（パターン行列）、

１）第１主成分はOD項目と「気分の調節不全傾向」項目を中心に構成されていた。全般的に身体のさまざまな不調を示す項目が抽出されている。

２）第２主成分は「気分の調節不全傾向」項目と「自己効力感」以外の「心の健康を把握する４指標」の項目で構成されていた。全般的にメンタルの不調を示す項目が抽出されている。

３）第３主成分はOD項目の大症状を中心とした項目で構成されていた。

４）第４主成分は「心の健康を把握する４指標」の中の「自己効力感」項目で構成されていた。

５）第５主成分は「気分の調節不全傾向」の中の集中力の項目や学年、性別から構成されていた。

上記結果より、メンタルヘルス関係の３種類の尺度は、それぞれ関連しながらも、当初の作成意図の通りの構成を保っていることが示唆された。作成当初より共有する項目を持つものもあり、また、測定しようとする状態が近接領域にあることを考えると、妥当な結果と思われた。

また、その中でも「心の健康を把握する４指標」の「自己効力感」項目は異質であり、独自性が高いことが示唆された。そのほかの尺度の項目が日常的な医療・保健上の症状の有無を尋ねているのに比べ、教育的背景の影響を受けやすい尺度項目であるためとも考えられた。

いずれにせよ、上記の３種類の尺度項目は、相互に強い関連を持ちながら、別個の尺度として当初の使用目的通りの構造を伴っていることがうかがわれた。

今後ともこれらの尺度を、本サーベイランスおよび他の調査において、用途別に用いていくことが望まれる。

〈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）

表６－３　メンタルヘルスに関連する項目の因子分析結果

パターン行列					
	成分				
	1	2	3	4	5
Q27－１　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（気分の調節不全傾向）	.564	.300	－.093	－.051	－.093
Q27－２　よく眠れないことがある（気分の調節不全傾向）	.640	.048	－.023	－.025	.172
Q27－３　落ち着かなくて、じっとしていられないことがある（気分の調節不全傾向）	.249	.503	－.026	.023	.466
Q27－４　集中したり、すばやく考えたりできないことがある（気分の調節不全傾向）	.243	.512	－.030	－.128	.230
Q27－５　「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（OD）	.628	－.031	.133	－.037	－.216
Q27－６　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（OD）	.073	.029	.779	－.035	－.029
Q27－７　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（OD）	－.062	.044	.839	－.008	－.060
Q27－８　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（OD）	.311	.148	.294	－.042	－.071
Q27－９　朝、頭痛や腹痛や身体のだるさで、起きにくいことがある（OD）	.847	－.131	.008	.051	.124
Q27－10　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（OD）	.861	－.136	.028	.035	.072
Q27－11　「顔色が悪い（青白い）」と言われることがある（OD）	.436	－.072	.366	.019	.021
Q27－12　食欲がないことがある（ODおよび気分の調節不全傾向）	.601	－.091	.149	－.013	.258
Q27－13　「おなか」が刺すように痛くなることがある（ODおよび身体的訴え）	.611	－.006	.079	.079	－.081
Q27－14　身体の「だるさ」や「疲れやすさ」を感じることがある（ODおよび気分の調節不全傾向）	.808	.072	－.134	.031	－.094
Q27－15　頭が痛くなることがある（ODおよび「身体的訴え」）	.813	－.059	－.045	.086	－.092
Q27－16　乗り物に酔いやすい（OD）	.255	.101	.090	.082	－.265
Q28－１将来やってみたいことがある（「自己効力感」）	.115	.114	－.025	.791	－.137
Q28－２　「やればできる」と思う（「自己効力感」）	.027	－.013	－.018	.846	.006
Q28－３　何をやってもうまくいかない気がする（「不安傾向」）	.076	.580	－.005	－.219	－.172
Q28－４　みんなとなかよくできないと感じる（「不安傾向」）	－.111	.666	.094	－.050	－.164
Q28－５　急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする（「行動」および気分の調節不全傾向）	－.057	.775	.012	.175	－.073
Q28－６　ちょっとしたことでかっとなる（「行動」および気分の調節不全傾向）	－.202	.862	.008	.129	.054
学年（小学校１・２年生＝１～高校生＝５）	－.585	－.014	.183	.119	.356
性別（男子＝１、女子＝２）	.019	－.048	－.064	－.081	.670
因子抽出法：主成分分析　回転法：Kaiserの正規化を伴うプロマックス法 註：因子負荷量の絶対値が0.3以上の数値に下線を引いた.					

COLUMN

コラム

児童生徒のストレス状態の評価方法

児童生徒の生活の中には、学校、家庭、地域、友人関係といったさまざまな場所にストレッサーが潜んでおり、心とからだにさまざまな反応を引き起こすことが知られている。一方、児童生徒のストレスの感じ方には大きな個人差があり、学校保健関係者は、そのような個人差を良く認識して、対処する必要がある。

ストレスにうまく対処できないとさまざまな心身の問題が生じるが、児童生徒の心身の不調は、成人に比べて、以下のような特徴があるとされている。

①　個々の身体的・精神的発達による差が大きい。
②　予想外の変化の可能性に富んでいる。
③　環境や社会の影響を受けやすい。
④　本人からの訴えがはっきりとしない場合がある。

このように児童生徒のストレス状態を把握することは簡単ではないため、多くの学校現場で、各種の評価尺度を補助的に用いている。さまざまな評価方法が知られているが、日本学校保健会「児童生徒の健康状態サーベイランス」で用いられているいくつかの指標も、学校現場で活用することができる。本サーベイランス事業報告書は 2 年ごとに発行されており、その時点での全国平均と比較することも可能であろう。

各指標の内容の詳細は、本文第 6 章に譲るが、「心の健康を把握する 4 指標」では、「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）、「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）、「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）、「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 つの下位尺度得点について、単純加算方式で簡単に求めることができる。

また、「気分の調節不全傾向」尺度は、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作成された指標であり、フローチャートを参照して、陽性か陰性かを判断することが出来る。この指標から、例えば、以下のようにストレスと生活習慣の関係が明らかになった。

①　パソコンやテレビゲームをした時間と心の不調

男女とも、一日のパソコンやテレビゲームをした時間が90分以上になると気分の調節不全傾向の陽性率が増加する傾向がある。パソコンやテレビゲームをする時間は、一日あたり90分以内に抑える方がよい。

②　テレビやビデオの視聴時間と心の不調

男女とも、一日のテレビやビデオの視聴時間が 4 時間以上になると気分の調節不全傾向の陽性率が増加する傾向がある。テレビやビデオの視聴時間は、一日あたり 4 時間以内に抑える方がよい。さらに就寝時刻や起床時刻などの生活時間のリズムのことを考えると、テレビやビデオの視聴時間は 2 時間以内が望ましい。

こうした自記式質問票の評価結果は、メンタルヘルス疾患の診断の代わりとなるものではないが、児童生徒が感じているストレス状態把握の一助となりうるだろう。上記の指標（評価方法）は項目数も少なく、短時間で実施でき、児童生徒にあまり負荷をかけないため、上手に学校現場で用いられることが望まれる。

参考：「改訂版　ゆたかな体と心を育むための　望ましい生活習慣作り」日本学校保健会、平成17年

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必らずしも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。なお今まで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ている。

今回の調査項目は前年度までと若干の変更はあるものの内容自体は変わらないので了承していただきたい。

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について

1.1 「現在（１年以内）アレルギーと言われている」の有無（表Ⅲ－１、表Ⅲ－２）

「現在（１年以内）アレルギーと言われている」と答えた者は21.5％である。

学年別にみると、小学校１・２年生は21.7％、小学校３・４年生は22.4％、小学校５・６年生は25.9％、中学生は18.4％、高校生は20.5％である。

男女でみると高校生を除いて男子の割合が高い。

1.2 「以前にアレルギーと言われたことがある」の有無（表Ⅲ－１、表Ⅲ－２）

「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者の割合は28.9％である。

学年別にみると、小学校１・２年生は23.9％、小学校３・４年生は26.5％、小学校５・６年生は27.9％、中学生は33.2％、高校生は30.4％である。

男女別でみると各学年とも男子の割合が高い。

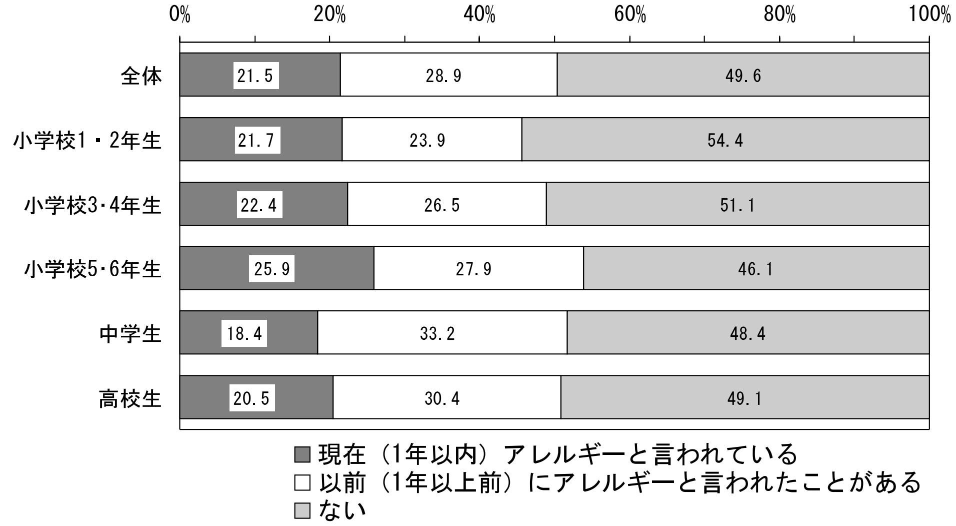


図７－１－１　医師からアレルギーと言われたことの有無

1.3　経年変化

「現在（１年以内）アレルギーと言われている」と答えた者の出現率は平成12年が17.1%、平成14年が19.2%、平成16年が18.8%でこれらと比較すると、今回の調査では18年度は高くなっている。「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者の出現率はほぼ横ばいである。

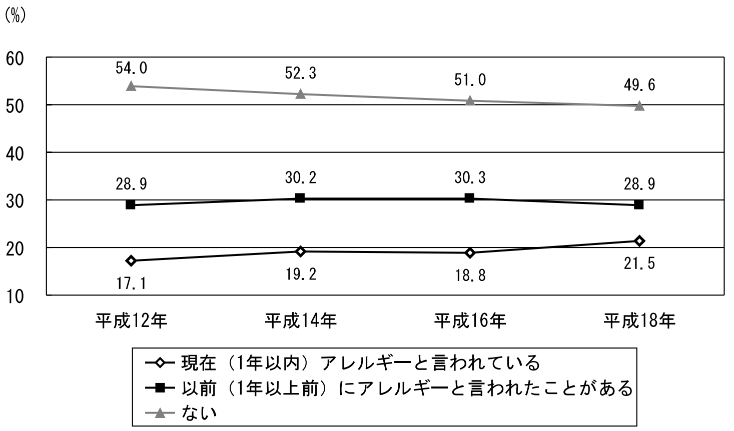


図７－１－２　出現率の経年変化

2 ▶ アレルギー症状について

2.1　「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症状について（表Ⅲ-11、表Ⅲ-12）

「現在アレルギーと言われている」と答えた者にその症状名を尋ねた結果は、全体を分母としてみると、アレルギー性鼻炎が16.5%、アトピー性皮膚炎が6.1%、ぜんそくが5.6%、アレルギー性結膜炎が4.9%、じんましんが2.3%である。

学年別では、アレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎が小学５、６年生で高く、アトピー性皮膚炎とぜんそくでは低年が低い傾向である。じんましんでは学年による変化は少ない。

男女別に見ると、アレルギー性鼻炎とぜんそくは男子が高く、アトピー性皮膚炎とアレルギー性結膜炎は男女同じで、じんましんは女子が高い。

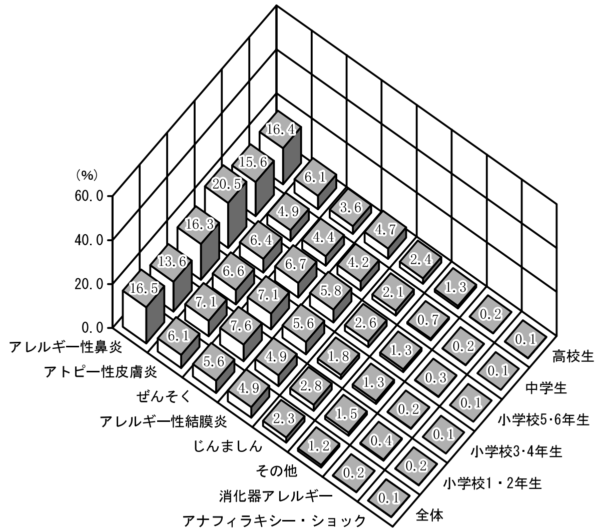


図７－２－１　「現在アレルギーと言われている」と答えた者のアレルギーの症状（複数回答）（学年全体を分母として集計）

2.2 「以前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症状について（表Ⅲ-13、表Ⅲ-14）

「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者にその症状名を尋ねた結果は、全体を分母としてみると、アレルギー性鼻炎が16.3%、アトピー性皮膚炎が9.8%、ぜんそくが7.2%、アレルギー性結膜炎が4.7%、じんましんが3.7%である。

「現在アレルギーと言われている」と答えた者と比較すると、アトピー性皮膚炎とぜんそくとじんましんは高く、アレルギー性鼻炎とアレルギー性結膜炎は変わらない。

学年別では、アレルギー性鼻炎は中学生が高い。アトピー性皮膚炎は学年が進むにつれて高くなる。ぜんそくは小学校１、２年生と中学生で高い。アレルギー性結膜炎は小学校１、２年生が低く、じんましんでは変化がない。

男女に見ると、ぜんそくが男子で高い。

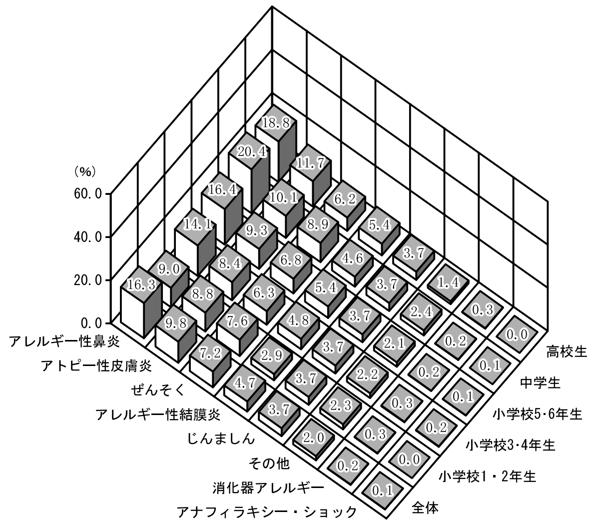


図７－２－２　「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者のアレルギーの症状（複数回答）（学年全体を分母として集計）

2.3 経年変化について

ぜんそくは、平成12年度3.8%、平成14年度3.9%、平成16年度4.4%、平成18年度5.6%であり、今回の調査では増加傾向が見られた。

アレルギー性鼻炎は、平成12年度12.0%、平成14年度13.1%、平成16年度13.8%、平成18年度16.5%であり今回の調査では増加した。

アトピー性皮膚炎は、平成12年度6.4%、平成14年度5.8%、平成16年度5.8%、平成18年度6.1%であり、今回の調査ではほとんど変化は見られなかった。

アレルギー性結膜炎は、平成12年度3.8%、平成14年度3.8%、平成16年度4.1%、平成18年度4.9%であるので、今回の調査ではやや増加傾向があるといえよう。

じんましんは、平成12年度1.8%、平成14年度1.9%、平成16年度2.1%、平成18年度2.3%であるので、今回の調査では若干の増加傾向があるといえよう。

2.4　他の調査データとの比較

日本学校保健会のアレルギー疾患に関する調査研究委員会が平成19年３月に発表した平成16年度の調査結果によると、ぜん息5.7%、アトピー性皮膚炎5.5%、アレルギー性鼻炎9.2%、アレルギー性結膜炎3.5%、食物アレルギー2.6%、アナフィラキシーショック0.14%であった。この、本サーベイランス調査の平成18年度報告は平成17年度に実施されているものであるがこの平成18年度の調査結果と比較すると、ぜんそくとアナフィラキシーショックはほぼ同じ、アトピー性皮膚炎は0.6%本調査が高め、アレルギー性鼻炎は7.3%高め、アレルギー性結膜炎は1.4%高めである。なお食物アレルギーとして本調査は行っていないために比較はできない。全体としては同じような傾向だが、アレルギー性鼻炎だけは本調査ではやや高めになっている。

3 ▶ 症状の初発時期（表Ⅲ−15、16）

3.1「現在アレルギーと言われている」と答えた者

「現在アレルギーと言われている」と答えた者に、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2,057名）、初発時期が「０歳のころ」は14.0%、「１、２歳のころ」は15.7%、「３歳から就学前までのころ」は29.6%、「小学生時」は33.8%、「中学生以降」は6.9%である。３歳までに３分の１、３歳から就学前までに３分の１、小学校で３分の１初発することがわかる

学年別では、小学１、２年生が０歳で４分の１、１、２歳が４分の１、３歳から就学前が４分の１、小学校が４分の１である。学年がすすむにつれて０歳ごろが低くなり小学校と中学校以降が高くなる。年齢がすすむにつれて発症するので小さい頃の初発者の割合が薄まると思われる。

男女では、女子で１歳から就学前の初発が男子に比べて低い。

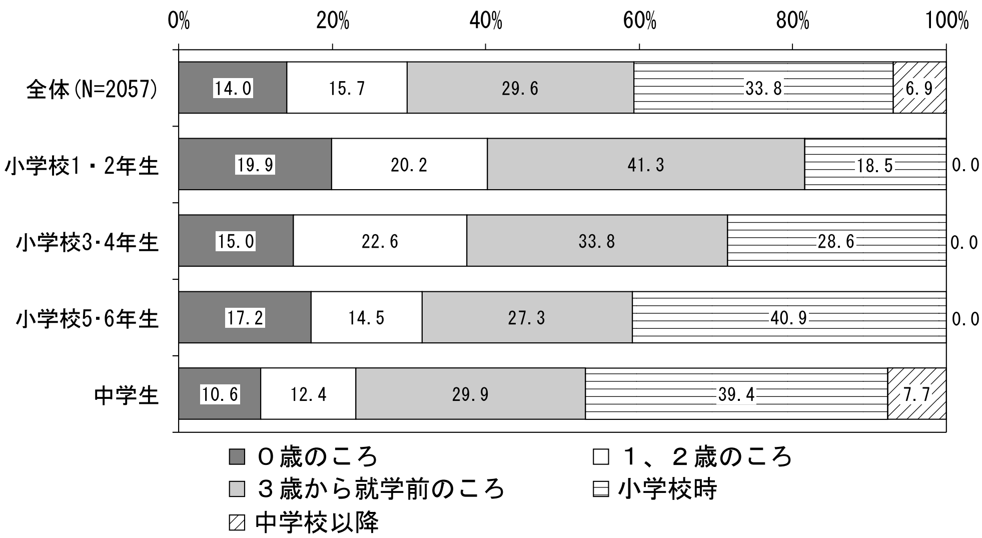


図７−３−１　症状の初発時期（「現在アレルギーと言われている」と答えた者の回答）

3.2　「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者

「以前にアレルギーと言われたことがある」と答えた者に（有効回答2,749名）の初発時期は「０歳のころ」は15.0%、「１、２歳のころ」は19.0%、「３歳から就学前までのころ」は30.6%、「小学生時」は31.2%、「中学生以降」は4.3%である。３歳までに３分の１強、３歳から就学前までに３分の１、小学校で３分の１初発することがわかる。「現在アレルギーと言われている」という者より１、２才頃の発症がやや高い。

学年別では、小学校１、２年生が０歳で４分の１、１、２歳が４分の１強、３歳から就学前が半分弱、小学校が4.9%である。学年がすすむにつれて就学前までの初発が低くなり、小学校と中学校以降が高くなる。年齢がすすむにつれて発症するので小さい頃の初発者の相対的な割合が低くなると思われる。

男女に見ると、女子で小学校の初発が男子に比べて高い。

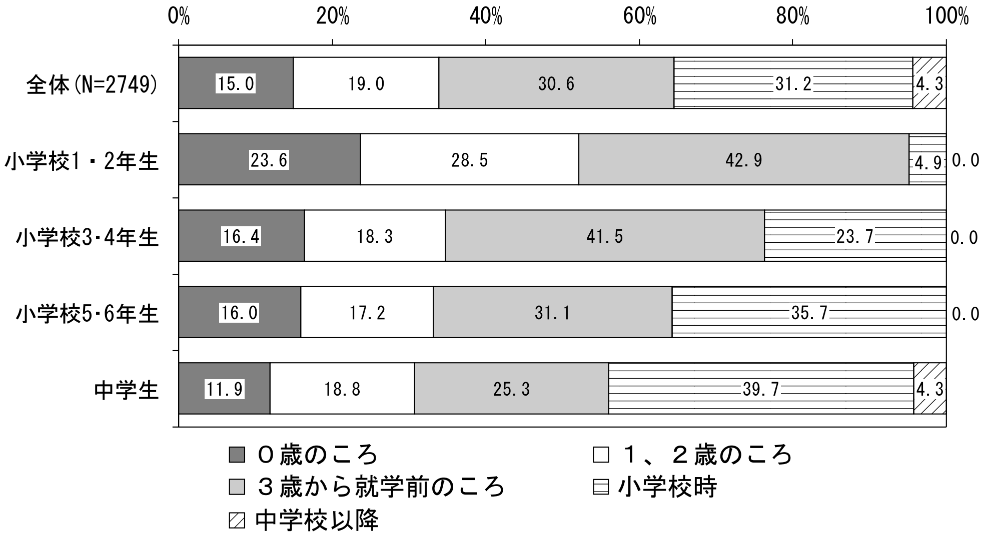


図７－３－２　症状の初発時期（「以前アレルギーと言われたことがある」と答えた者の回答）

3.3　経年変化について

平成12年度、平成14年度、平成16年度、平成18年度とその傾向はほとんど変わりがない。

4 ▶ 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について（表Ⅲ-17、表Ⅲ-18）

4.1　「現在アレルギーと言われている」と答えた者

「現在アレルギーと言われている」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７－４）。

「花粉類」は60.3%、「ほこり」は50.0%、「わからない」は16.7%、「ペット類」は16.3%、「食物類」は11.2%、「カビ類」は9.9%、「薬物類」は1.9%である。

学年別では、「花粉類」は中学生が高く、「ほこり」と「ペット類」は小学校３、４年生が高く、「食物類」と「カビ類」は学年が進むにつれて低くなる。

男女別に見ると、男子のほうが高い。

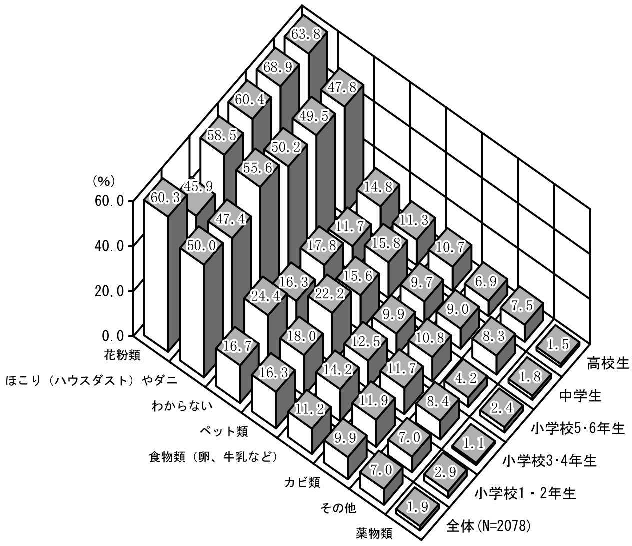


図７－４　医師よりアレルゲンと言われたもの（複数回答）（「現在アレルギーと言われている」と答えた者の回答）

4.2　経年変化について

ほこりは平成12年度44.1%、平成14年度46.2%、平成16年度45.8%、平成18年度50.0%で、増加傾向にある。

花粉類も平成12年度49.0%、平成14年度52.7%、平成16年度53.4%、平成18年度60.3%で、増加傾向にある。

薬物類は平成12年度2.5%、平成14年度1.2%、平成16年度1.2%、平成18年度1.9%で、前回調査よりわずかに増加した。

カビ類は平成12年度6.0%、平成14年度6.9%、平成16年度6.9%、平成18年度9.9%で前回調査より増加した。

ペット類は平成12年度12.1%、平成14年度13.5%、平成16年度12.9%、平成18年度16.3%で、やや増加傾向にある。

食物類は平成12年度9.2%、平成14年度8.8%、平成16年度7.9%、平成18年度11.2%で、前回調査より増加した。

5 ▶ アレルギー様症状が起こるきっかけ

5.1　「現在アレルギーと言われている」と答えた者（表Ⅲ−19、表Ⅲ−20）

「現在アレルギーと言われている」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７－５である。「四季の変化」で71.9%、「風邪」が30.6%、「わからない」が9.1%、「けむり」が8.5%、「運動」が7.9%、「心理的緊張」が6.4%、「入浴」が2.8%である。

学年別では、「四季の変化」で小学校１、２年生で低く、「風邪」は小学校１、２年生と３、４年生で高く、学年とともに低くなる。

男女別に見ると、「風邪」が男子に高い。

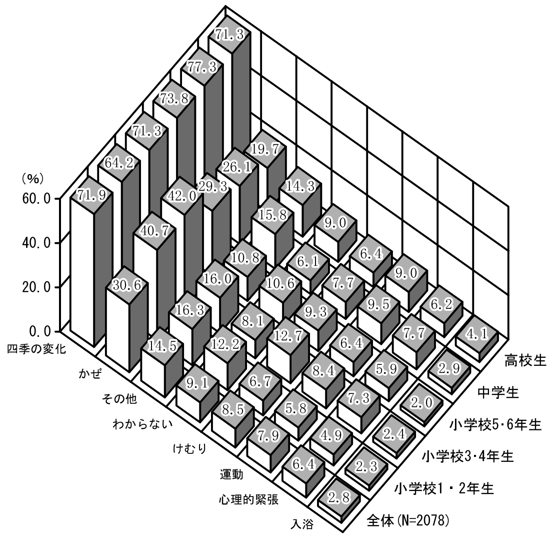


図７−５　アレルギー様症状が起こるきっかけ（複数回答）（「現在アレルギーと言われている」と答えた者の回答）

5.2　経年変化について

明らかな変化はないが、四季の変化とかぜは増加傾向にあり、入浴と心理的緊張が減少傾向にあるといえよう。

6 ▶ 学校での薬の使用

6.1 「現在アレルギーと言われている」と答えた者（表Ⅲ-21、表Ⅲ-22）

学校で薬を使うことが「よくある」との回答が6.4%、「たまにある」が29.4%である。学年別では学年が進むにつれて高くなる。

男女では、女子のほうが高い。

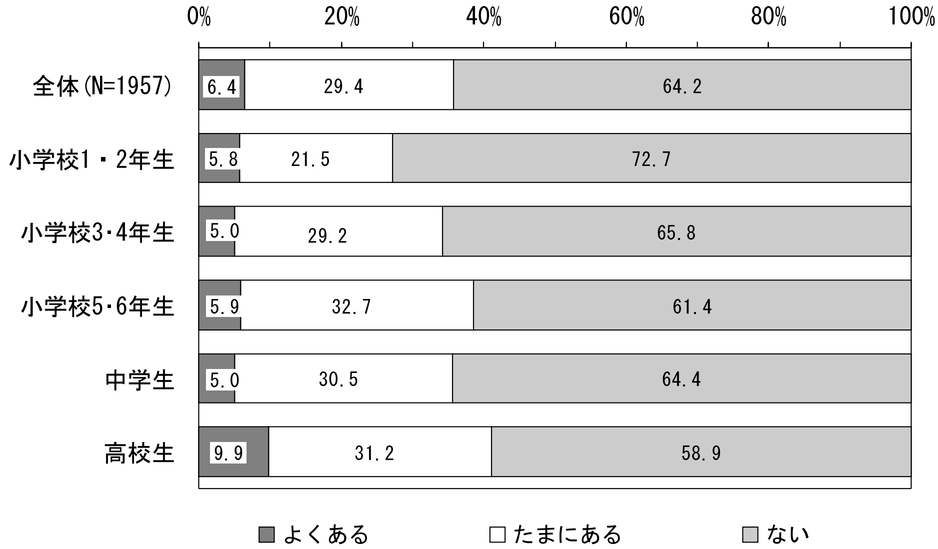


図７−６　学校での薬の使用（「現在アレルギーと言われている」と答えた者の回答）

6.2　経年変化について

学校での薬の使用は「よくある」も「たまにある」も増加傾向にある。

7 ▶ 学校生活での支障について（表Ⅲ−23、24）

7.1　「現在アレルギーと言われている」と答えた者

「欠席したことがある」と答えた者は17.5%、「体育（実技）の授業に出られなかったことがある」は13.6%、「給食などの学校での食事に困ったことがある」は3.7%、「体育以外の授業にでられなかったことがある」は3.2%、「日帰りなど校外学習に参加できなかったことがある」は1.3%、「宿泊など校外学習に参加できなかったことがある」は0.2%である。

学年別では、「欠席」は小学校に高く、「給食」も同様に小学校でやや高い。また「体育の授業」への影響は中高生でやや高くなっている。

男女別に見ると、男子が高い。

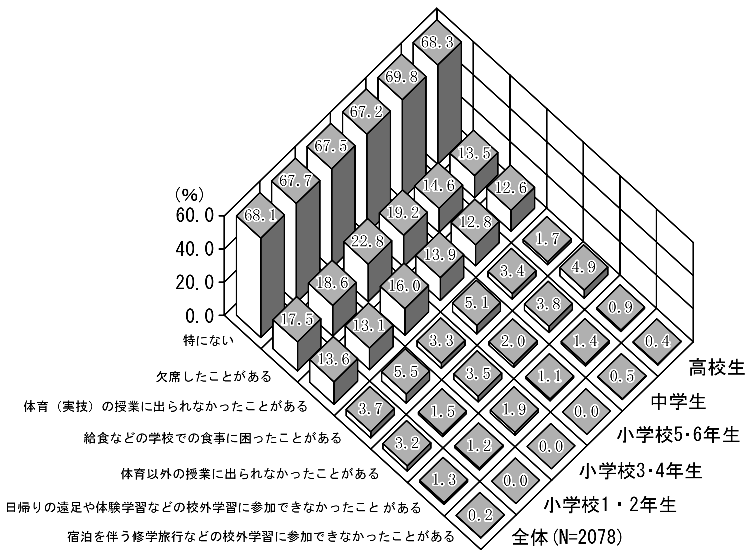


図７−７　学校生活での問題（複数回答）（「現在アレルギーと言われている」と答えた者の回答）

7.2　経年変化について

特徴的な経年変化はみられない。

8 ▶ アレルギー症状が起きた時相談する人について

8.1　「学校生活に支障があった」と答えた者（表Ⅲ−25、26）

「主治医」に相談する者が46.3%、「学級担任」と答えた者が22.1%、「養護教諭」が2.7%、「学校医」が1.7%である。

「自分で対応」したり、「相談する人がいなかった」り、上記者以外の人に相談する人を合計すると40.9%になる。

学年別では、「主治医」が学年が進むとともに低くなり、「学級担任」、「養護教諭」、「学校医」は逆に高くなる。

男女に見ると、「学級担任」と「主治医」が男子で高く、「自分で対応する」のは女子が高い。

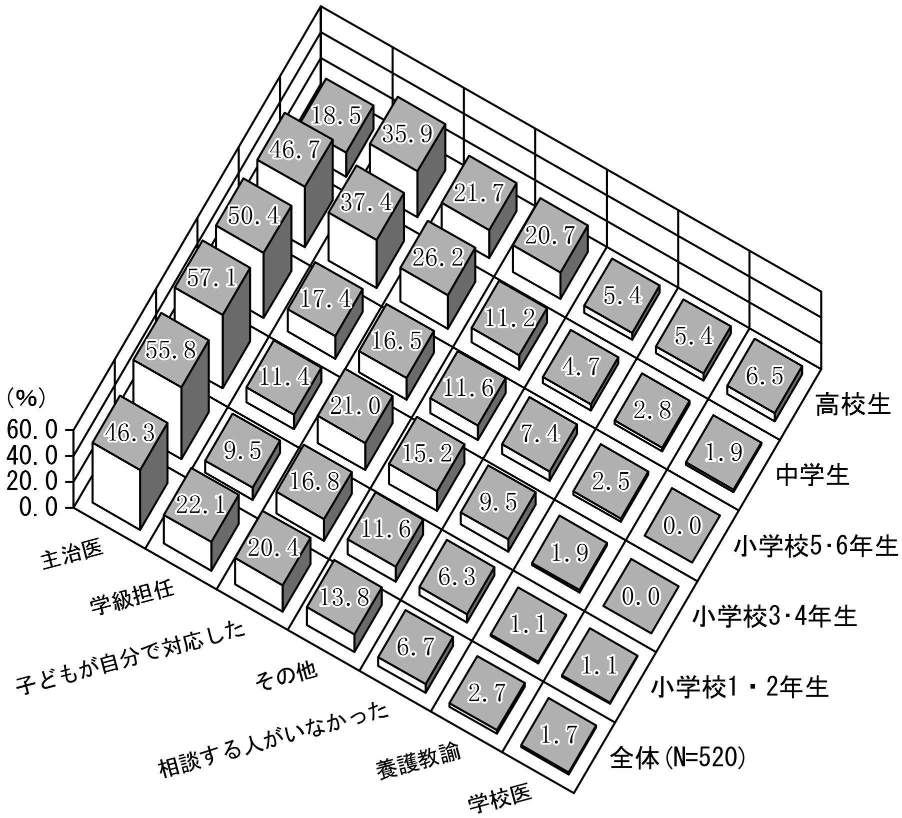


図７－８　アレルギー症状が起きた時相談する人（複数回答）(「現在アレルギーと言われている」と答えた者でかつ、学校生活に支障があった者のみ回答)

8.2　経年変化について

「学級担任」と「養護教諭」と「主治医」は減少傾向、「学校医」は増加傾向で、「相談する人がいなかった」も増加傾向にある。子供が「自分で対応した」が激減しているがその他が増加している。

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 18 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 1・2年生	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	792	857	916	1208	891	4664
	平均値	121.7	132.9	142.7	159.3	169.3	
	標準偏差	6.8	6.5	8.1	8.8	5.7	
	25パーセンタイル値	117.0	129.0	137.0	153.0	165.0	
	中央値	122.0	133.0	142.0	160.0	169.0	
	75パーセンタイル値	126.0	137.0	147.0	166.0	173.0	
女子	標本数	832	838	889	1239	1427	5225
	平均値	120.6	133.5	144.7	154.8	157.9	
	標準偏差	6.3	7.5	7.8	5.6	5.4	
	25パーセンタイル値	116.0	128.0	139.0	151.0	154.0	
	中央値	120.0	133.0	145.0	155.0	158.0	
	75パーセンタイル値	125.0	138.0	150.0	158.0	162.0	
計	標本数	1624	1695	1805	2447	2318	9889

表Ⅰ-2 体重(kg)

		小学校 1・2年生	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	792	857	916	1206	891	4662
	平均値	24.0	30.6	37.1	49.7	60.2	
	標準偏差	5.2	6.9	9.0	11.3	10.0	
	25パーセンタイル値	21.0	26.0	31.0	42.0	54.0	
	中央値	23.0	29.0	35.0	48.0	59.0	
	75パーセンタイル値	26.0	34.0	42.0	56.0	64.0	
女子	標本数	832	837	889	1239	1427	5224
	平均値	23.2	30.0	37.5	47.3	52.6	
	標準偏差	4.3	6.8	8.1	7.9	7.9	
	25パーセンタイル値	20.0	25.0	32.0	42.0	47.0	
	中央値	22.0	29.0	36.0	46.0	52.0	
	75パーセンタイル値	25.0	33.0	42.0	52.0	57.0	
計	標本数	1624	1694	1805	2445	2318	9886

表Ⅰ－3 BMI※

		小学校 1・2年生	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	792	857	916	1206	891	4662
	平均値	16.1	17.2	18.0	19.4	20.9	
	標準偏差	2.3	2.9	3.1	3.2	3.1	
	25パーセンタイル値	14.7	15.3	15.9	17.3	18.9	
	中央値	15.6	16.5	17.1	18.7	20.4	
	75パーセンタイル値	16.7	18.4	19.3	20.8	22.1	
女子	標本数	832	837	889	1239	1427	5224
	平均値	15.9	16.7	17.7	19.7	21.1	
	標準偏差	1.8	2.6	2.7	3.0	2.8	
	25パーセンタイル値	14.6	15.0	16.0	17.7	19.1	
	中央値	15.5	16.1	17.1	19.3	20.7	
	75パーセンタイル値	16.6	17.7	19.0	21.2	22.4	
計	標本数	1624	1694	1805	2445	2318	9886

※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 1・2年生			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%	N	%	累積%
11	2	0.3	0.3	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
12	6	0.8	1.0	3	0.4	0.4	1	0.1	0.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
13	65	8.2	9.2	34	4.0	4.3	14	1.5	1.6	8	0.7	0.7	1	0.1	0.1
14	182	23.0	32.2	122	14.2	18.6	74	8.1	9.7	26	2.2	2.8	1	0.1	0.2
15	229	28.9	61.1	189	22.1	40.6	157	17.1	26.9	78	6.5	9.3	7	0.8	1.0
16	132	16.7	77.8	159	18.6	59.2	181	19.8	46.6	136	11.3	20.6	27	3.0	4.0
17	68	8.6	86.4	104	12.1	71.3	132	14.4	61.0	191	15.8	36.4	68	7.6	11.7
18	45	5.7	92.0	82	9.6	80.9	109	11.9	72.9	222	18.4	54.8	127	14.3	25.9
19	16	2.0	94.1	51	6.0	86.8	65	7.1	80.0	169	14.0	68.8	154	17.3	43.2
20	19	2.4	96.5	29	3.4	90.2	46	5.0	85.0	97	8.0	76.9	144	16.2	59.4
21	11	1.4	97.9	19	2.2	92.4	37	4.0	89.1	62	5.1	82.0	131	14.7	74.1
22	5	0.6	98.5	17	2.0	94.4	28	3.1	92.1	61	5.1	87.1	60	6.7	80.8
23	1	0.1	98.6	14	1.6	96.0	17	1.9	94.0	44	3.6	90.7	61	6.8	87.7
24	4	0.5	99.1	9	1.1	97.1	17	1.9	95.9	31	2.6	93.3	33	3.7	91.4
25	1	0.1	99.2	7	0.8	97.9	14	1.5	97.4	22	1.8	95.1	20	2.2	93.6
26	0	0.0	99.2	7	0.8	98.7	6	0.7	98.0	24	2.0	97.1	15	1.7	95.3
27	3	0.4	99.6	6	0.7	99.4	6	0.7	98.7	7	0.6	97.7	10	1.1	96.4
28				3	0.4	99.8	1	0.1	98.8	11	0.9	98.6	4	0.4	96.9
29				2	0.2	100.0	5	0.5	99.3	4	0.3	98.9	10	1.1	98.0
30							3	0.3	99.7	6	0.5	99.4	6	0.7	98.7
31										2	0.2	99.6	1	0.1	98.8
32										1	0.1	99.7	3	0.3	99.1
33										4	0.3	100.0	8	0.9	100.0
	792	100.0		857	100.0		916	100.0		1206	100.0		891	100.0	

表Ｉ-5 BMIの分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
11	0	0.0	0.0	1	0.1	0.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
12	12	1.4	1.4	6	0.7	0.8	2	0.2	0.2	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
13	78	9.4	10.8	63	7.5	8.4	23	2.6	2.8	4	0.3	0.3	0	0.0	0.0
14	192	23.1	33.9	130	15.5	23.9	80	9.0	11.8	16	1.3	1.6	0	0.0	0.0
15	238	28.6	62.5	205	24.5	48.4	120	13.5	25.3	64	5.2	6.8	7	0.5	0.5
16	141	16.9	79.4	144	17.2	65.6	181	20.4	45.7	104	8.4	15.2	37	2.6	3.1
17	80	9.6	89.1	97	11.6	77.2	148	16.6	62.3	178	14.4	29.5	99	6.9	10.0
18	37	4.4	93.5	74	8.8	86.0	112	12.6	74.9	194	15.7	45.2	177	12.4	22.4
19	23	2.8	96.3	30	3.6	89.6	63	7.1	82.0	195	15.7	60.9	226	15.8	38.3
20	14	1.7	98.0	29	3.5	93.1	54	6.1	88.1	148	11.9	72.9	233	16.3	54.6
21	9	1.1	99.0	24	2.9	95.9	42	4.7	92.8	113	9.1	82.0	205	14.4	69.0
22	4	0.5	99.5	10	1.2	97.1	25	2.8	95.6	77	6.2	88.2	180	12.6	81.6
23	1	0.1	99.6	5	0.6	97.7	8	0.9	96.5	47	3.8	92.0	100	7.0	88.6
24	3	0.4	100.0	4	0.5	98.2	16	1.8	98.3	35	2.8	94.8	55	3.9	92.4
25				6	0.7	98.9	5	0.6	98.9	20	1.6	96.4	36	2.5	95.0
26				1	0.1	99.0	3	0.3	99.2	18	1.5	97.9	21	1.5	96.4
27				5	0.6	99.6	2	0.2	99.4	10	0.8	98.7	18	1.3	97.7
28				1	0.1	99.8	2	0.2	99.7	7	0.6	99.3	10	0.7	98.4
29				2	0.2	100.0	1	0.1	99.8	2	0.2	99.4	9	0.6	99.0
30				0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	1	0.1	99.5	3	0.2	99.2
31							0	0.0	99.9	3	0.2	99.8	1	0.1	99.3
32							1	0.1	100.0	1	0.1	99.8	7	0.5	99.8
33										2	0.2	100.0	3	0.2	100.0
	832	100.0		837	100.0		889	100.0		1239	100.0		1427	100.0	

表Ｉ-6 収縮期血圧(mmHg)

		小学校 1・2年生	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	89	364	210	593	418	1674
	平均値	95.5	106.5	108.8	109.6	120.2	
	標準偏差	12.6	11.6	12.2	12.2	13.0	
	25パーセンタイル値	85.0	98.0	101.0	102.0	112.0	
	中央値	94.0	106.0	108.0	110.0	120.0	
	75パーセンタイル値	105.0	114.0	117.0	118.0	128.0	
女子	標本数	113	398	200	647	701	2059
	平均値	97.7	105.6	108.8	106.3	110.6	
	標準偏差	11.9	11.4	11.6	11.7	12.3	
	25パーセンタイル値	89.0	97.0	100.5	99.0	102.0	
	中央値	96.0	105.0	108.5	106.0	110.0	
	75パーセンタイル値	105.0	114.0	117.0	114.0	119.0	
計	標本数	202	762	410	1240	1119	3733

表Ｉ-7 拡張期血圧(mmHg)

		小学校 1・2年生	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	89	364	211	593	418	1675
	平均値	50.6	57.3	57.1	59.1	64.7	
	標準偏差	8.5	8.5	7.6	8.4	9.8	
	25パーセンタイル値	45.0	51.0	52.0	53.0	58.0	
	中央値	50.0	56.0	58.0	60.0	64.0	
	75パーセンタイル値	54.0	62.0	62.0	64.0	71.0	
女子	標本数	113	398	200	647	700	2058
	平均値	51.7	57.7	58.3	58.9	62.7	
	標準偏差	7.9	7.9	8.3	8.3	8.3	
	25パーセンタイル値	48.0	53.0	52.5	52.0	57.0	
	中央値	52.0	57.0	58.0	59.0	62.0	
	75パーセンタイル値	55.0	62.0	63.0	64.0	68.0	
計	標本数	202	762	411	1240	1118	3733

表Ｉ-8 平均血圧(mmHg)

		小学校 1・2年生	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	89	364	210	593	418	1674
	平均値	65.5	73.7	74.4	75.9	83.2	
	標準偏差	8.5	8.4	8.3	8.5	10.1	
	25パーセンタイル値	60.0	67.7	67.3	70.0	76.3	
	中央値	65.3	73.0	75.0	76.0	82.7	
	75パーセンタイル値	70.0	79.0	80.0	81.7	89.3	
女子	標本数	113	398	200	647	700	2058
	平均値	67.1	73.6	75.2	74.7	78.7	
	標準偏差	7.9	8.1	8.6	8.3	8.6	
	25パーセンタイル値	62.3	68.3	69.7	68.7	72.7	
	中央値	66.7	72.7	75.0	74.7	78.0	
	75パーセンタイル値	71.3	79.0	80.3	80.7	84.7	
計	標本数	202	762	410	1240	1118	3732

表Ⅰ-9 収縮期血圧の分布(男子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
65 - 69	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.2	0	0.0	0.0
70 - 74	2	2.2	2.2	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.3	0	0.0	0.0
75 - 79	2	2.2	4.5	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.5	0	0.0	0.0
80 - 84	17	19.1	23.6	6	1.6	1.6	4	1.9	1.9	5	0.8	1.3	0	0.0	0.0
85 - 89	12	13.5	37.1	22	6.0	7.7	9	4.3	6.2	9	1.5	2.9	3	0.7	0.7
90 - 94	13	14.6	51.7	30	8.2	15.9	13	6.2	12.4	55	9.3	12.1	1	0.2	1.0
95 - 99	11	12.4	64.0	45	12.4	28.3	23	11.0	23.3	47	7.9	20.1	16	3.8	4.8
100 - 104	9	10.1	74.2	62	17.0	45.3	27	12.9	36.2	93	15.7	35.8	22	5.3	10.0
105 - 109	8	9.0	83.1	58	15.9	61.3	33	15.7	51.9	76	12.8	48.6	44	10.5	20.6
110 - 114	8	9.0	92.1	57	15.7	76.9	34	16.2	68.1	96	16.2	64.8	54	12.9	33.5
115 - 119	3	3.4	95.5	26	7.1	84.1	27	12.9	81.0	78	13.2	77.9	66	15.8	49.3
120 - 124	2	2.2	97.8	29	8.0	92.0	18	8.6	89.5	61	10.3	88.2	72	17.2	66.5
125 - 129	2	2.2	100.0	16	4.4	96.4	10	4.8	94.3	33	5.6	93.8	52	12.4	78.9
130 - 134				12	3.3	99.7	11	5.2	99.5	28	4.7	98.5	36	8.6	87.6
135 - 139				1	0.3	100.0	1	0.5	100.0	8	1.3	99.8	22	5.3	92.8
140 - 144										0	0.0	99.8	16	3.8	96.7
145 - 149										1	0.2	100.0	4	1.0	97.6
150 - 154													3	0.7	98.3
155 - 159													3	0.7	99.0
160 -													4	1.0	100.0
合計	89	100.0		364	100.0		210	100.0		593	100.0		418	100.0	

表Ⅰ-10 収縮期血圧の分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
65 - 69	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.1	0.1
70 - 74	2	1.8	1.8	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.2	1	0.1	0.3
75 - 79	0	0.0	1.8	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.2	2	0.3	0.6
80 - 84	12	10.6	12.4	8	2.0	2.0	4	2.0	2.0	22	3.4	3.6	5	0.7	1.3
85 - 89	16	14.2	26.5	21	5.3	7.3	4	2.0	4.0	23	3.6	7.1	21	3.0	4.3
90 - 94	20	17.7	44.2	41	10.3	17.6	14	7.0	11.0	65	10.0	17.2	39	5.6	9.8
95 - 99	20	17.7	61.9	58	14.6	32.2	24	12.0	23.0	56	8.7	25.8	52	7.4	17.3
100 - 104	13	0.0	73.5	68	17.1	49.2	29	14.5	37.5	130	20.1	45.9	103	14.7	32.0
105 - 109	14	0.0	85.8	62	15.6	64.8	32	16.0	53.5	85	13.1	59.0	105	15.0	46.9
110 - 114	5	0.0	90.3	46	11.6	76.4	31	15.5	69.0	116	17.9	77.0	116	16.5	63.5
115 - 119	4	0.0	93.8	46	11.6	87.9	26	13.0	82.0	72	11.1	88.1	83	11.8	75.3
120 - 124	2	0.0	95.6	23	5.8	93.7	18	9.0	91.0	40	6.2	94.3	75	10.7	86.0
125 - 129	5	0.0	100.0	17	4.3	98.0	8	4.0	95.0	21	3.2	97.5	45	6.4	92.4
130 - 134				8	2.0	100.0	8	4.0	99.0	8	1.2	98.8	42	6.0	98.4
135 - 139							2	1.0	100.0	7	1.1	99.8	9	1.3	99.7
140 - 144										1	0.2	100.0	1	0.1	99.9
145 - 149													0	0.0	99.9
150 - 154													1	0.1	100.0
155 - 159															
160 -															
	113	0.0		398	100.0		200	100.0		647	100.0		701	100.0	

表Ⅰ-11 拡張期血圧の分布(男子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 29	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.2	0	0.0	0.0
30 － 34	1	1.1	1.1	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.2	0.3	1	0.2	0.2
35 － 39	2	2.2	3.4	1	0.3	0.3	0	0.0	0.0	1	0.2	0.5	2	0.5	0.7
40 － 44	15	16.9	20.2	18	4.9	5.2	12	5.7	5.7	20	3.4	3.9	3	0.7	1.4
45 － 49	22	24.7	44.9	46	12.6	17.9	19	9.0	14.7	31	5.2	9.1	6	1.4	2.9
50 － 54	28	31.5	76.4	84	23.1	40.9	48	22.7	37.4	123	20.7	29.8	54	12.9	15.8
55 － 59	12	13.5	89.9	84	23.1	64.0	51	24.2	61.6	117	19.7	49.6	63	15.1	30.9
60 － 64	2	2.2	92.1	63	17.3	81.3	47	22.3	83.9	159	26.8	76.4	84	20.1	51.0
65 － 69	3	3.4	95.5	30	8.2	89.6	22	10.4	94.3	72	12.1	88.5	76	18.2	69.1
70 － 74	2	2.2	97.8	25	6.9	96.4	8	3.8	98.1	47	7.9	96.5	66	15.8	84.9
75 － 79	2	2.2	100.0	11	3.0	99.5	4	1.9	100.0	15	2.5	99.0	35	8.4	93.3
80 － 84				1	0.3	99.7				5	0.8	99.8	18	4.3	97.6
85 － 89				1	0.3	100.0				1	0.2	100.0	4	1.0	98.6
90 － 94													4	1.0	99.5
95 － 99													2	0.5	100.0
100 －															
合計	89	100.0		364	100.0		211	100.0		593	100.0		418	100.0	

表Ⅰ-12 拡張期血圧の分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 29	1	0.9	0.9	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
30 － 34	2	1.8	2.7	1	0.3	0.3	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
35 － 39	1	0.9	3.5	0	0.0	0.3	1	0.5	0.5	0	0.0	0.0	2	0.3	0.3
40 － 44	12	0.0	14.2	14	3.5	3.8	9	4.5	5.0	27	4.2	4.2	10	1.4	1.7
45 － 49	21	18.6	32.7	35	8.8	12.6	16	8.0	13.0	35	5.4	9.6	12	1.7	3.4
50 － 54	43	38.1	70.8	88	22.1	34.7	41	20.5	33.5	148	22.9	32.5	87	12.4	15.9
55 － 59	21	18.6	89.4	120	30.2	64.8	42	21.0	54.5	123	19.0	51.5	145	20.7	36.6
60 － 64	7	6.2	95.6	65	16.3	81.2	48	24.0	78.5	157	24.3	75.7	180	25.7	62.3
65 － 69	3	2.7	98.2	37	9.3	90.5	25	12.5	91.0	79	12.2	87.9	114	16.3	78.6
70 － 74	2	1.8	100.0	27	6.8	97.2	8	4.0	95.0	51	7.9	95.8	94	13.4	92.0
75 － 79				9	2.3	99.5	10	5.0	100.0	19	2.9	98.8	39	5.6	97.6
80 － 84				2	0.5	100.0				7	1.1	99.8	14	2.0	99.6
85 － 89										1	0.2	100.0	2	0.3	99.9
90 － 94													0	0.0	99.9
95 － 99													0	0.0	99.9
100 －													1	0.1	100.0
合計	113	100.0		398	100.0		200	100.0		647	100.0		700	100.0	

表Ⅰ-13 総コレステロール(mg/dl)

		小学校 1・2年生	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	21	306	329	705	534	1895
	平均値	168.5	171.0	174.6	164.9	163.8	
	標準偏差	21.6	23.8	28.0	26.5	25.2	
	25パーセンタイル値	158.0	155.0	156.0	146.0	145.0	
	中央値	163.0	170.0	173.0	162.0	164.0	
	75パーセンタイル値	183.0	186.0	189.0	181.0	181.0	
女子	標本数	17	334	335	764	813	2263
	平均値	169.5	173.4	174.0	171.8	181.0	
	標準偏差	15.2	24.7	28.7	26.3	29.0	
	25パーセンタイル値	157.0	157.0	155.0	153.5	160.0	
	中央値	166.0	171.0	172.0	170.5	178.0	
	75パーセンタイル値	180.0	190.0	190.0	188.0	198.0	
計	標本数	38	640	664	1469	1347	4158

表Ⅰ-14 HDLコレステロール(mg/dl)

		小学校 1・2年生	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	20	291	329	571	293	1504
	平均値	63.8	65.6	67.4	64.9	61.4	
	標準偏差	9.8	13.2	14.0	13.1	12.2	
	25パーセンタイル値	55.0	55.0	56.0	56.0	53.0	
	中央値	64.5	66.0	66.0	64.0	61.0	
	75パーセンタイル値	68.5	75.0	78.0	72.0	69.0	
女子	標本数	17	318	335	634	490	1794
	平均値	63.4	64.0	64.9	65.6	68.5	
	標準偏差	10.3	13.4	13.1	13.7	13.1	
	25パーセンタイル値	58.0	54.0	55.0	57.0	60.0	
	中央値	64.0	62.0	64.0	65.0	67.0	
	75パーセンタイル値	67.0	73.0	73.0	72.0	76.0	
計	標本数	37	609	664	1205	783	3298

表Ⅰ-15 総コレステロールの分布(男子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
90 - 99	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.1	0.1	0	0.0	0.0
100 - 109	0	0.0	0.0	1	0.3	0.3	2	0.6	0.6	1	0.1	0.3	3	0.6	0.6
110 - 119	0	0.0	0.0	3	1.0	1.3	4	1.2	1.8	18	2.6	2.8	7	1.3	1.9
120 - 129	0	0.0	0.0	8	2.6	3.9	7	2.1	4.0	25	3.5	6.4	35	6.6	8.4
130 - 139	2	9.5	9.5	10	3.3	7.2	20	6.1	10.0	74	10.5	16.9	56	10.5	18.9
140 - 149	2	9.5	19.0	31	10.1	17.3	26	7.9	17.9	90	12.8	29.6	65	12.2	31.1
150 - 159	3	14.3	33.3	49	16.0	33.3	41	12.5	30.4	115	16.3	46.0	76	14.2	45.3
160 - 169	7	33.3	66.7	47	15.4	48.7	40	12.2	42.6	98	13.9	59.9	77	14.4	59.7
170 - 179	1	4.8	71.4	53	17.3	66.0	57	17.3	59.9	95	13.5	73.3	72	13.5	73.2
180 - 189	2	9.5	81.0	41	13.4	79.4	52	15.8	75.7	67	9.5	82.8	59	11.0	84.3
190 - 199	2	9.5	90.5	31	10.1	89.5	27	8.2	83.9	53	7.5	90.4	41	7.7	91.9
200 - 209	1	4.8	95.2	11	3.6	93.1	17	5.2	89.1	30	4.3	94.6	21	3.9	95.9
210 - 219	1	4.8	100.0	16	5.2	98.4	15	4.6	93.6	19	2.7	97.3	14	2.6	98.5
220 - 229				2	0.7	99.0	13	4.0	97.6	10	1.4	98.7	5	0.9	99.4
230 - 239				1	0.3	99.3	3	0.9	98.5	2	0.3	99.0	0	0.0	99.4
240 - 249				1	0.3	99.7	2	0.6	99.1	2	0.3	99.3	3	0.6	100.0
250 - 259				1	0.3	100.0	1	0.3	99.4	1	0.1	99.4			
260 - 269							0	0.0	99.4	1	0.1	99.6			
270 - 279							1	0.3	99.7	2	0.3	99.9			
280 - 289							0	0.0	99.7	1	0.1	100.0			
290 - 299							0	0.0	99.7						
310 - 319							1	0.3	100.0						
350 -															
合計	21	100.0	200.0	306	100.0		329	100.0		705	100.0		534	100.0	

表Ⅰ-16 総コレステロールの分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
90 - 99	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
100 - 109	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	1	0.3	0.3	1	0.1	0.1	1	0.1	0.1
110 - 119	0	0.0	0.0	1	0.3	0.3	5	1.5	1.8	2	0.3	0.4	2	0.2	0.4
120 - 129	0	0.0	0.0	5	1.5	1.8	10	3.0	4.8	18	2.4	2.7	10	1.2	1.6
130 - 139	0	0.0	0.0	21	6.3	8.1	17	5.1	9.9	57	7.5	10.2	29	3.6	5.2
140 - 149	1	5.9	5.9	27	8.1	16.2	37	11.0	20.9	73	9.6	19.8	59	7.3	12.4
150 - 159	4	23.5	29.4	42	12.6	28.7	33	9.9	30.7	106	13.9	33.6	93	11.4	23.9
160 - 169	4	23.5	52.9	58	17.4	46.1	51	15.2	46.0	115	15.1	48.7	107	13.2	37.0
170 - 179	3	0.0	70.6	57	17.1	63.2	43	12.8	58.8	127	16.6	65.3	123	15.1	52.2
180 - 189	4	23.5	94.1	36	10.8	74.0	46	13.7	72.5	91	11.9	77.2	90	11.1	63.2
190 - 199	0	0.0	94.1	38	11.4	85.3	35	10.4	83.0	70	9.2	86.4	109	13.4	76.6
200 - 209	1	5.9	100.0	22	6.6	91.9	23	6.9	89.9	52	6.8	93.2	64	7.9	84.5
210 - 219				13	3.9	95.8	15	4.5	94.3	20	2.6	95.8	55	6.8	91.3
220 - 229				8	2.4	98.2	8	2.4	96.7	21	2.7	98.6	29	3.6	94.8
230 - 239				5	1.5	99.7	4	1.2	97.9	4	0.5	99.1	14	1.7	96.6
240 - 249				0	0.0	99.7	1	0.3	98.2	4	0.5	99.6	14	1.7	98.3
250 - 259				1	0.3	100.0	4	1.2	99.4	1	0.1	99.7	6	0.7	99.0
260 - 269							0	0.0	99.4	0	0.0	99.7	2	0.2	99.3
270 - 279							1	0.3	99.7	1	0.1	99.9	1	0.1	99.4
280 - 289							0	0.0	99.7	0	0.0	99.9	1	0.1	99.5
290 - 299							1	0.3	100.0	0	0.0	99.9	3	0.4	99.9
310 - 319										0	0.0	99.9	0	0.0	99.9
350 -										1	0.1	100.0	1	0.1	100.0
合計	17	100.0		334	100.0		335	100.0		764	100.0		813		

表Ⅰ-17 HDLコレステロールの分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
25 - 29	0	0.0	0.0	1	0.3	0.3	0	0.0	0.0	1	0.2	0.2	0	0.0	0.0
30 - 34	0	0.0	0.0	0	0.0	0.3	1	0.3	0.3	1	0.2	0.4	0	0.0	0.0
35 - 39	0	0.0	0.0	1	0.3	0.7	1	0.3	0.6	2	0.4	0.7	6	2.0	2.0
40 - 44	0	0.0	0.0	14	4.8	5.5	6	1.8	2.4	20	3.5	4.2	17	5.8	7.8
45 - 49	1	5.0	5.0	12	4.1	9.6	22	6.7	9.1	38	6.7	10.9	21	7.2	15.0
50 - 54	3	15.0	20.0	35	12.0	21.6	34	10.3	19.5	63	11.0	21.9	46	15.7	30.7
55 - 59	3	15.0	35.0	35	12.0	33.7	42	12.8	32.2	79	13.8	35.7	43	14.7	45.4
60 - 64	3	15.0	50.0	43	14.8	48.5	44	13.4	45.6	87	15.2	51.0	57	19.5	64.8
65 - 69	6	30.0	80.0	35	12.0	60.5	43	13.1	58.7	93	16.3	67.3	32	10.9	75.8
70 - 74	1	5.0	85.0	41	14.1	74.6	35	10.6	69.3	62	10.9	78.1	23	7.8	83.6
75 - 79	2	10.0	95.0	34	11.7	86.3	29	8.8	78.1	51	8.9	87.0	22	7.5	91.1
80 - 84	0	0.0	95.0	18	6.2	92.4	28	8.5	86.6	32	5.6	92.6	12	4.1	95.2
85 - 89	1	5.0	100.0	15	5.2	97.6	28	8.5	95.1	17	3.0	95.6	10	3.4	98.6
90 - 94				3	1.0	98.6	5	1.5	96.7	14	2.5	98.1	4	1.4	100.0
95 - 99				2	0.7	99.3	5	1.5	98.2	6	1.1	99.1			
100 - 104				0	0.0	99.3	3	0.9	99.1	2	0.4	99.5			
105 - 109				1	0.3	99.7	3	0.9	100.0	0	0.0	99.5			
110 - 114				1	0.3	100.0				2	0.4	99.8			
115 - 119										1	0.2	100.0			
120 -															
合計	20	100.0		291	100.0		329	100.0		571	100.0		293	100.0	

表Ⅰ-18 HDLコレステロールの分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
25 - 29	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
30 - 34	0	0.0	0.0	1	0.3	0.3	2	0.6	0.6	1	0.2	0.2	0	0.0	0.0
35 - 39	0	0.0	0.0	4	1.3	1.6	3	0.9	1.5	5	0.8	0.9	4	0.8	0.8
40 - 44	0	0.0	0.0	10	3.1	4.7	5	1.5	3.0	11	1.7	2.7	8	1.6	2.4
45 - 49	2	11.8	11.8	22	6.9	11.6	25	7.5	10.4	36	5.7	8.4	12	2.4	4.9
50 - 54	2	11.8	23.5	43	13.5	25.2	42	12.5	23.0	75	11.8	20.2	33	6.7	11.6
55 - 59	2	0.0	35.3	51	16.0	41.2	46	13.7	36.7	77	12.1	32.3	61	12.4	24.1
60 - 64	3	17.6	52.9	48	15.1	56.3	53	15.8	52.5	105	16.6	48.9	76	15.5	39.6
65 - 69	4	0.0	76.5	33	10.4	66.7	47	14.0	66.6	109	17.2	66.1	87	17.8	57.3
70 - 74	0	0.0	76.5	41	12.9	79.6	37	11.0	77.6	80	12.6	78.7	71	14.5	71.8
75 - 79	3	17.6	94.1	27	8.5	88.1	35	10.4	88.1	59	9.3	88.0	60	12.2	84.1
80 - 84	1	5.9	100.0	15	4.7	92.8	15	4.5	92.5	30	4.7	92.7	25	5.1	89.2
85 - 89				13	4.1	96.9	8	2.4	94.9	22	3.5	96.2	25	5.1	94.3
90 - 94				5	1.6	98.4	9	2.7	97.6	11	1.7	97.9	9	1.8	96.1
95 - 99				2	0.6	99.1	4	1.2	98.8	6	0.9	98.9	7	1.4	97.6
100 - 104				1	0.3	99.4	3	0.9	99.7	2	0.3	99.2	6	1.2	98.8
105 - 109				0	0.0	99.4	1	0.3	100.0	0	0.0	99.2	2	0.4	99.2
110 - 114				0	0.0	99.4				3	0.5	99.7	1	0.2	99.4
115 - 119				0	0.0	99.4				1	0.2	99.8	1	0.2	99.6
120 -				2	0.6	100.0	0	0.0		1	0.2	100.0	2	0.4	100.0
合計	17	100.0		318	100.0		335	100.0		634	100.0		490	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 1・2年生	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	790	857	915	1196	888	4646
	平均値	21:23	21:43	22:00	23:10	0:04	22:32
	標準偏差	0:38	0:40	0:41	1:11	1:14	1:22
	25パーセンタイル値	21:00	21:00	21:30	22:30	23:00	21:30
	中央値	21:30	21:50	22:00	23:00	0:00	22:00
	75パーセンタイル値	22:00	22:00	22:30	23:55	1:00	23:30
女子	標本数	833	838	884	1235	1424	5214
	平均値	21:23	21:42	22:10	23:30	0:12	22:50
	標準偏差	0:37	0:40	0:46	1:08	1:19	1:30
	25パーセンタイル値	21:00	21:15	21:30	23:00	23:30	21:40
	中央値	21:30	21:42	22:00	23:30	0:00	22:30
	75パーセンタイル値	22:00	22:00	22:40	0:00	1:00	0:00
計	標本数	1623	1695	1799	2431	2312	9860

表Ⅱ-2 起床時刻

		小学校 1・2年生	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	787	852	913	1191	878	4621
	平均値	6:42	6:42	6:44	6:42	6:43	6:43
	標準偏差	0:24	0:27	0:26	0:36	0:41	0:32
	25パーセンタイル値	6:30	6:30	6:30	6:30	6:20	6:30
	中央値	6:40	6:45	6:45	6:45	6:40	6:45
	75パーセンタイル値	7:00	7:00	7:00	7:00	7:10	7:00
女子	標本数	826	831	879	1220	1404	5160
	平均値	6:41	6:42	6:44	6:38	6:29	6:38
	標準偏差	0:23	0:29	0:27	0:34	0:43	0:34
	25パーセンタイル値	6:30	6:30	6:30	6:20	6:00	6:25
	中央値	6:40	6:40	6:45	6:35	6:30	6:40
	75パーセンタイル値	7:00	7:00	7:00	7:00	7:00	7:00
計	標本数	1613	1683	1792	2411	2282	9781

表Ⅱ-3 睡眠時間

		小学校 1・2年生	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	786	851	913	1182	874	4606
	平均値	9h18m	8h59m	8h43m	7h33m	6h39m	8h10m
	標準偏差	0h37m	0h37m	0h39m	1h11m	1h15m	1h21m
	25パーセンタイル値	9h00m	8h30m	8h20m	7h00m	6h00m	7h30m
	中央値	9h20m	9h00m	8h50m	7h31m	6h40m	8h30m
	75パーセンタイル値	9h40m	9h30m	9h05m	8h15m	7h30m	9h05m
女子	標本数	826	831	875	1216	1399	5147
	平均値	9h18m	8h59m	8h34m	7h08m	6h17m	7h47m
	標準偏差	0h36m	0h38m	0h46m	1h08m	1h19m	1h33m
	25パーセンタイル値	9h00m	8h30m	8h00m	6h30m	5h30m	6h45m
	中央値	9h20m	9h00m	8h30m	7h15m	6h15m	8h00m
	75パーセンタイル値	9h40m	9h30m	9h00m	7h55m	7h10m	9h00m
計	標本数	1612	1682	1788	2398	2273	9753

表Ⅱ-4 寝起きの状況(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 すっきり目が覚めた	292	36.9	318	37.1	282	30.8	209	17.4	133	14.9	1234	26.5
2 少し眠かった	409	51.7	448	52.2	489	53.4	716	59.5	539	60.5	2601	55.8
3 眠くてなかなか起きられなかった	90	11.4	92	10.7	144	15.7	279	23.2	219	24.6	824	17.7
合計	791	100.0	858	100.0	915	100.0	1204	100.0	891	100.0	4659	100.0

表Ⅱ-5 寝起きの状況(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 すっきり目が覚めた	301	36.1	250	29.8	229	25.8	173	14.0	199	14.0	1152	22.0
2 少し眠かった	422	50.7	453	54.1	511	57.5	743	59.9	803	56.3	2932	56.1
3 眠くてなかなか起きられなかった	110	13.2	135	16.1	148	16.7	324	26.1	424	29.7	1141	21.8
合計	833	100.0	838	100.0	888	100.0	1240	100.0	1426	100.0	5225	100.0

表Ⅱ-6 睡眠不足の状況(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 感じている	180	22.7	249	29.0	320	35.0	683	56.8	542	60.9	1974	42.4
2 感じていない	612	77.3	609	71.0	593	65.0	520	43.2	348	39.1	2682	57.6
合計	792	100.0	858	100.0	913	100.0	1203	100.0	890	100.0	4656	100.0

表Ⅱ-7 睡眠不足の状況(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 感じている	219	26.3	279	33.3	384	43.2	824	66.6	1001	70.1	2707	51.8
2 感じていない	613	73.7	559	66.7	505	56.8	414	33.4	427	29.9	2518	48.2
合計	832	100.0	838	100	889	100.0	1238	100.0	1428	100.0	5225	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 1・2年生		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	%	N	%
1 なんとなく夜ふかししてしまう	65	36.1	92	36.9	144	45.0	393	57.5	286	52.8	980	49.6
2 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	23	12.8	64	25.7	68	21.3	296	43.3	166	30.6	617	31.3
3 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	70	38.9	82	32.9	124	38.8	64	9.4	22	4.1	362	18.3
4 深夜テレビやビデオを見ている	22	12.2	33	13.3	65	20.3	206	30.2	146	26.9	472	23.9
5 深夜放送を聞いている	0	0.0	0	0.0	3	0.9	28	4.1	13	2.4	44	2.2
6 パソコンやテレビゲームをしている	32	17.8	53	21.3	62	19.4	193	28.3	88	16.2	428	21.7
7 電話・メールをしている	0	0.0	0	0.0	1	0.3	109	16.0	161	29.7	271	13.7
8 なかなか眠れない	31	17.2	35	14.1	44	13.8	202	29.6	104	19.2	416	21.1
9 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	18	10.0	27	10.8	39	12.2	96	14.1	150	27.7	330	16.7
10 その他	33	18.3	39	15.7	37	11.6	71	10.4	69	12.7	249	12.6
無効回答	14	7.8	16	6.4	17	5.3	1	0.1	4	0.7	52	2.6
合計	180		249		320		683		542		1974	

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 1・2年生		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	%	N	%
1 なんとなく夜ふかししてしまう	73	33.3	121	43.4	198	51.6	458	55.6	521	52.0	1371	50.6
2 宿題や勉強で寝る時間が遅くなる	34	15.5	78	28.0	147	38.3	419	50.8	472	47.2	1150	42.5
3 家族みんなの寝る時間が遅いので寝るのが遅い	84	38.4	88	31.5	108	28.1	80	9.7	53	5.3	413	15.3
4 深夜テレビやビデオを見ている	30	13.7	36	12.9	85	22.1	282	34.2	193	19.3	626	23.1
5 深夜放送を聞いている	1	0.5	2	0.7	1	0.3	43	5.2	14	1.4	61	2.3
6 パソコンやテレビゲームをしている	15	6.8	19	6.8	38	9.9	116	14.1	74	7.4	262	9.7
7 電話・メールをしている	1	0.5	1	0.4	11	2.9	203	24.6	349	34.9	565	20.9
8 なかなか眠れない	37	16.9	51	18.3	83	21.6	245	29.7	212	21.2	628	23.2
9 帰宅時間が遅いので寝るのが遅い	29	13.2	48	17.2	71	18.5	102	12.4	227	22.7	477	17.6
10 その他	39	17.8	36	12.9	37	9.6	86	10.4	138	13.8	336	12.4
無効回答	10	4.6	15	5.4	9	2.3	4	0.5	4	0.4	42	1.6
合計	219		279		384		824		1001		2707	

表Ⅱ-10 排便の習慣(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 毎日ほとんど同じころに出る	291	36.9	362	42.3	402	44.1	439	36.5	394	44.5	1888	40.6
2 毎日出るが、同じころではない	241	30.5	250	29.2	256	28.1	426	35.4	295	33.3	1468	31.6
3 ときどき出ないことがある	215	27.2	207	24.2	224	24.6	283	23.5	167	18.8	1096	23.6
4 数日出ないことがある	42	5.3	37	4.3	30	3.3	54	4.5	30	3.4	193	4.2
合計	789	100.0	856	100.0	912	100.0	1202	100.0	886	100.0	4645	100.0

表Ⅱ-11 排便の習慣(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 毎日ほとんど同じころに出る	249	30.1	213	25.7	227	25.7	211	17.1	246	17.3	1146	22.1
2 毎日出るが、同じころではない	265	32.0	270	32.5	261	29.6	422	34.3	330	23.2	1548	29.8
3 ときどき出ないことがある	270	32.6	287	34.6	304	34.5	445	36.1	583	41.1	1889	36.4
4 数日出ないことがある	43	5.2	60	7.2	90	10.2	154	12.5	261	18.4	608	11.7
合計	827	100.0	830	100.0	882	100.0	1232	100.0	1420	100.0	5191	100.0

表Ⅱ-12 朝食の摂取状況(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 毎日食べる	729	93.0	778	91.3	808	89.8	999	83.1	726	81.5	4040	87.3
2 食べる日の方が多い	35	4.5	52	6.1	60	6.7	115	9.6	86	9.7	348	7.5
3 食べない日の方が多い	15	1.9	18	2.1	24	2.7	48	4.0	35	3.9	140	3.0
4 ほとんど食べない	5	0.6	4	0.5	8	0.9	40	3.3	44	4.9	101	2.2
合計	784	100.0	852	100.0	900	100.0	1202	100.0	891	100.0	4629	100.0

表Ⅱ-13 朝食の摂取状況(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 毎日食べる	757	92.1	776	93.2	810	91.3	1053	85.3	1156	81.4	4552	87.6
2 食べる日の方が多い	37	4.5	35	4.2	42	4.7	120	9.7	167	11.8	401	7.7
3 食べない日の方が多い	22	2.7	17	2.0	25	2.8	37	3.0	63	4.4	164	3.2
4 ほとんど食べない	6	0.7	5	0.6	10	1.1	25	2.0	35	2.5	81	1.6
合計	822	100.0	833	100.0	887	100.0	1235	100.0	1421	100.0	5198	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 1・2年生		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	%	N	%
1 朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない	10	50.0	8	36.4	12	37.5	39	44.3	36	46.2	105	43.8
2 食欲がない	6	30.0	11	50.0	17	53.1	27	30.7	22	28.2	83	34.6
3 ふだんから朝は食事をしない	1	5.0	2	9.1	1	3.1	17	19.3	13	16.7	34	14.2
4 太りたくない	0	0.0	0	0.0	1	3.1	0	0.0	0	0.0	1	0.4
5 食事が用意されていない	0	0.0	0	0.0	0	0.0	3	3.4	3	3.8	6	2.5
6 その他	3	15.0	1	4.5	1	3.1	2	2.3	4	5.1	11	4.6
合計	20	100.0	22	100.0	32	100.0	88	100.0	78	100.0	240	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 1・2年生		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	%	N	%
1 朝、起きるのが遅いので、食べる時間がない	12	44.4	4	19.0	13	37.1	27	43.5	40	40.8	96	39.5
2 食欲がない	12	44.4	12	57.1	18	51.4	23	37.1	33	33.7	98	40.3
3 ふだんから朝は食事をしない	2	7.4	3	14.3	0	0.0	7	11.3	13	13.3	25	10.3
4 太りたくない	0	0.0	0	0.0	1	2.9	1	1.6	1	1.0	3	1.2
5 食事が用意されていない	0	0.0	1	4.8	1	2.9	2	3.2	4	4.1	8	3.3
6 その他	1	3.7	1	4.8	2	5.7	2	3.2	7	7.1	13	5.3
合計	27	100.0	21	100.0	35	100.0	62	100.0	98	100.0	243	100.0

表Ⅱ-16 朝食を一人で食べている状況(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	76	9.7	76	8.9	84	9.4	358	29.9	419	47.2	1013	21.9
2 ときどきある	45	5.7	43	5.0	69	7.7	149	12.4	111	12.5	417	9.0
3 たまにある	38	4.8	44	5.2	65	7.2	141	11.8	99	11.2	387	8.4
4 ほとんどない	625	79.7	689	80.9	680	75.7	551	46.0	258	29.1	2803	60.7
合計	784	100.0	852	100.0	898	100.0	1199	100.0	887	100.0	4620	100.0

表Ⅱ-17 朝食を一人で食べている状況(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	68	8.3	61	7.3	95	10.8	380	30.8	681	48.0	1285	24.8
2 ときどきある	46	5.6	43	5.2	52	5.9	152	12.3	171	12.0	464	8.9
3 たまにある	52	6.3	44	5.3	61	6.9	138	11.2	162	11.4	457	8.8
4 ほとんどない	656	79.8	683	82.2	675	76.4	564	45.7	406	28.6	2984	57.5
合計	822	100.0	831	100.0	883	100.0	1234	100.0	1420	100.0	5190	100.0

表Ⅱ-18 夕食を一人で食べる状況(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	2	0.3	4	0.5	4	0.4	77	6.4	183	20.6	270	5.8
2 ときどきある	13	1.7	17	2.0	25	2.8	114	9.5	182	20.5	351	7.6
3 たまにある	16	2.0	30	3.5	59	6.6	184	15.3	161	18.1	450	9.7
4 ほとんどない	753	96.0	800	94.0	810	90.2	828	68.8	363	40.8	3554	76.8
合計	784	100.0	851	100.0	898	100.0	1203	100.0	889	100.0	4625	100.0

表Ⅱ-19 夕食を一人で食べる状況(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	3	0.4	1	0.1	15	1.7	56	4.5	259	18.2	334	6.4
2 ときどきある	6	0.7	17	2.0	25	2.8	130	10.5	205	14.4	383	7.4
3 たまにある	14	1.7	29	3.5	54	6.1	169	13.7	262	18.4	528	10.2
4 ほとんどない	799	97.2	784	94.3	791	89.4	879	71.2	696	48.9	3949	76.0
合計	822	100.0	831	100.0	885	100.0	1234	100.0	1422	100.0	5194	100.0

表Ⅱ-20 夕食後、食事をとる状況（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	8	1.0	9	1.1	10	1.1	106	8.8	88	9.9	221	4.8
2 ときどきある	47	6.0	49	5.8	72	8.0	177	14.7	176	19.8	521	11.3
3 たまにある	95	12.1	103	12.1	119	13.2	276	23.0	223	25.0	816	17.6
4 ほとんどない	634	80.9	690	81.1	698	77.6	643	53.5	404	45.3	3069	66.3
合計	784	100.0	851	100.0	899	100.0	1202	100.0	891	100.0	4627	100.0

表Ⅱ-21 夕食後、食事をとる状況（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	10	1.2	7	0.8	12	1.4	67	5.4	84	5.9	180	3.5
2 ときどきある	26	3.2	33	4.0	50	5.6	124	10.0	142	10.0	375	7.2
3 たまにある	72	8.8	72	8.7	118	13.3	236	19.1	278	19.6	776	14.9
4 ほとんどない	714	86.9	720	86.5	706	79.7	807	65.4	917	64.5	3864	74.4
合計	822	100.0	832	100.0	886	100.0	1234	100.0	1421	100.0	5195	100.0

表Ⅱ-22 食事を残す状況（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	67	8.5	43	5.1	55	6.1	55	4.6	30	3.4	250	5.4
2 ときどきある	150	19.1	125	14.7	108	12.0	173	14.4	111	12.5	667	14.4
3 たまにある	243	31.0	246	29.0	209	23.2	268	22.3	159	17.8	1125	24.3
4 ほとんどない	324	41.3	435	51.2	529	58.7	704	58.7	591	66.3	2583	55.8
合計	784	100.0	849	100.0	901	100.0	1200	100.0	891	100.0	4625	100.0

表Ⅱ-23 食事を残す状況（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	99	12.1	71	8.5	48	5.4	130	10.5	129	9.1	477	9.2
2 ときどきある	163	19.9	152	18.3	128	14.4	250	20.2	291	20.5	984	18.9
3 たまにある	266	32.4	241	29.0	244	27.5	353	28.6	348	24.5	1452	27.9
4 ほとんどない	293	35.7	367	44.2	466	52.6	502	40.6	654	46.0	2282	43.9
合計	821	100.0	831	100.0	886	100.0	1235	100.0	1422	100.0	5195	100.0

表Ⅱ-24 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 1・2年生		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	%	N	%
1 食欲がない	13	6.1	19	11.7	13	8.3	38	17.3	45	32.8	128	14.4
2 太りたくない	1	0.5	2	1.2	0	0.0	1	0.5	0	0.0	4	0.4
3 嫌いなものがある	122	57.3	80	49.1	96	61.5	98	44.5	39	28.5	435	48.9
4 量が多い	57	26.8	39	23.9	35	22.4	59	26.8	40	29.2	230	25.9
5 時間がない	5	2.3	6	3.7	1	0.6	13	5.9	4	2.9	29	3.3
6 その他	15	7.0	17	10.4	11	7.1	11	5.0	9	6.6	63	7.1
合計	213	100.0	163	100.0	156	100.0	220	100.0	137	100.0	889	100.0

表Ⅱ-25 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 1・2年生		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	%	N	%
1 食欲がない	21	8.1	14	6.4	17	10.0	60	15.9	70	16.8	182	12.6
2 太りたくない	1	0.4	2	0.9	1	0.6	15	4.0	29	7.0	48	3.3
3 嫌いなものがある	126	48.6	111	50.7	73	42.9	149	39.4	126	30.2	585	40.5
4 量が多い	82	31.7	72	32.9	63	37.1	122	32.3	163	39.1	502	34.8
5 時間がない	7	2.7	9	4.1	4	2.4	13	3.4	12	2.9	45	3.1
6 その他	22	8.5	11	5.0	12	7.1	19	5.0	17	4.1	81	5.6
合計	259	100.0	219	100.0	170	100.0	378	100.0	417	100.0	1443	100.0

表Ⅱ-26 菓子類の食べ方(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	47	6.0	58	6.8	60	6.7	220	18.3	133	15.0	518	11.2
2 ときどきある	108	13.8	116	13.6	176	19.6	290	24.1	242	27.3	932	20.2
3 たまにある	206	26.3	236	27.7	235	26.1	391	32.6	292	32.9	1360	29.4
4 ほとんどない	423	54.0	442	51.9	429	47.7	300	25.0	221	24.9	1815	39.2
合計	784	100.0	852	100.0	900	100.0	1201	100.0	888	100.0	4625	100.0

表Ⅱ-27 菓子類の食べ方(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	39	4.7	44	5.3	65	7.3	248	20.1	319	22.4	715	13.8
2 ときどきある	101	12.3	132	15.9	160	18.0	338	27.4	407	28.6	1138	21.9
3 たまにある	219	26.6	210	25.2	214	24.1	376	30.5	426	30.0	1445	27.8
4 ほとんどない	463	56.3	446	53.6	448	50.5	271	22.0	270	19.0	1898	36.5
合計	822	100.0	832	100.0	887	100.0	1233	100.0	1422	100.0	5196	100.0

表Ⅱ-28 自分の体型のイメージ（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 かなりやせたいと思っている	29	3.7	35	4.1	45	5.0	84	7.0	58	6.5	251	5.4
2 少しだけやせたいと思っている	107	13.7	194	22.8	191	21.3	345	28.7	274	30.8	1111	24.0
3 今のままがよいと思っている	530	68.0	477	56.0	533	59.4	544	45.2	318	35.7	2402	52.0
4 少しふとりたいと思っている	105	13.5	133	15.6	119	13.3	208	17.3	210	23.6	775	16.8
5 かなりふとりたいと思っている	8	1.0	13	1.5	9	1.0	22	1.8	31	3.5	83	1.8
合計	779	100.0	852	100.0	897	100.0	1203	100.0	891	100.0	4622	100.0

表Ⅱ-29 自分の体型のイメージ（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 かなりやせたいと思っている	34	4.1	47	5.7	55	6.2	316	25.6	586	41.2	1038	20.0
2 少しだけやせたいと思っている	163	19.9	226	27.2	331	37.4	625	50.6	678	47.7	2023	39.0
3 今のままがよいと思っている	554	67.6	487	58.6	442	49.9	257	20.8	135	9.5	1875	36.1
4 少しふとりたいと思っている	63	7.7	69	8.3	55	6.2	35	2.8	18	1.3	240	4.6
5 かなりふとりたいと思っている	6	0.7	2	0.2	3	0.3	1	0.1	5	0.4	17	0.3
合計	820	100.0	831	100.0	886	100.0	1234	100.0	1422	100.0	5193	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 1・2年生		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	%	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	6	0.8	8	1.0	12	1.4	10	0.8	5	0.6	41	0.9
2 やせたいと思って実行した	22	2.9	39	4.7	55	6.2	96	8.0	97	11.0	309	6.8
3 したいと思ったが、まだ実行していない	54	7.1	96	11.6	103	11.7	155	12.9	128	14.6	536	11.8
4 思ったことはない	680	89.2	685	82.7	711	80.7	937	78.2	649	73.8	3662	80.5
合計	762	100.0	828	100.0	881	100.0	1198	100.0	879	100.0	4548	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 1・2年生		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	%	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	4	0.5	8	1.0	8	0.9	5	0.4	6	0.4	31	0.6
2 やせたいと思って実行した	29	3.6	52	6.3	82	9.5	268	21.7	592	41.6	1023	19.8
3 したいと思ったが、まだ実行していない	91	11.2	158	19.3	206	23.8	572	46.3	656	46.1	1683	32.7
4 思ったことはない	685	84.7	602	73.4	569	65.8	391	31.6	170	11.9	2417	46.9
合計	809	100.0	820	100.0	865	100.0	1236	100.0	1424	100.0	5154	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）
（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 1・2年生		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	%	N	%
1 食事の量を減らす	5	17.9	14	29.8	28	41.8	30	28.3	33	32.4	110	31.4
2 食事の内容を変える	7	25.0	21	44.7	19	28.4	20	18.9	30	29.4	97	27.7
3 おやつを減らす	10	35.7	25	53.2	36	53.7	50	47.2	43	42.2	164	46.9
4 運動する	17	60.7	39	83.0	48	71.6	91	85.8	81	79.4	276	78.9
5 やせるためのクスリをのむ	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.9	2	2.0	4	1.1
6 ダイエット食品をとる	0	0.0	0	0.0	1	1.5	8	7.5	2	2.0	11	3.1
7 その他	3	10.7	3	6.4	3	4.5	7	6.6	6	5.9	22	6.3
無効回答	5	17.9	2	4.3	5	7.5	4	3.8	6	5.9	22	6.3
合計	28		47		67		106		102		350	

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）
（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 1・2年生		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	%	N	%
1 食事の量を減らす	5	15.2	23	38.3	21	23.3	95	34.8	299	50.0	443	42.0
2 食事の内容を変える	7	21.2	20	33.3	17	18.9	74	27.1	215	36.0	333	31.6
3 おやつを減らす	16	48.5	37	61.7	37	41.1	197	72.2	454	75.9	741	70.3
4 運動する	22	66.7	48	80.0	63	70.0	203	74.4	396	66.2	732	69.4
5 やせるためのクスリをのむ	0	0.0	1	1.7	1	1.1	5	1.8	20	3.3	27	2.6
6 ダイエット食品をとる	1	3.0	2	3.3	3	3.3	26	9.5	59	9.9	91	8.6
7 その他	2	6.1	1	1.7	2	2.2	32	11.7	41	6.9	78	7.4
無効回答	4	12.1	2	3.3	11	12.2	12	4.4	40	6.7	69	6.5
合計	33		60		90		273		598		1054	

表Ⅱ-34 ダイエットの実施期間(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｣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 1・2年生	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	14	30	44	89	83	260
	平均値	2.1	6.1	6.1	3.9	5.6	
	標準偏差	1.4	9.0	9.7	4.7	11.4	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	1.5	3.5	2.0	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	4.0	8.0	4.0	4.0	4.0	
女子	標本数	17	42	56	224	491	830
	平均値	4.9	6.6	4.3	4.0	4.7	
	標準偏差	6.5	8.5	9.0	8.5	8.4	
	25パーセンタイル値	1.0	2.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	3.0	3.0	2.0	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	4.0	6.0	4.0	3.0	4.0	
計	標本数	31	72	100	313	574	1090

表Ⅱ-35 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｣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 1・2年生	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	11	22	36	86	79	234
	平均値	1.5	1.7	2.3	3.2	4.2	
	標準偏差	0.9	0.9	2.6	2.3	3.5	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	2.0	
	中央値	1.0	1.0	1.0	3.0	3.0	
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	3.0	5.0	6.0	
女子	標本数	8	31	36	216	477	768
	平均値	1.6	1.4	1.8	2.3	2.7	
	標準偏差	1.4	1.0	1.3	1.7	1.9	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	1.5	2.0	2.0	3.0	3.0	
計	標本数	19	53	72	302	556	1002

表Ⅱ-36 一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｣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 1・2年生	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	11	22	36	85	79	233
	平均値	0.9	0.6	0.8	1.4	1.5	
	標準偏差	0.5	0.4	0.9	1.3	1.6	
	25パーセンタイル値	0.5	0.3	0.3	0.5	0.5	
	中央値	1.0	0.6	0.6	1.0	1.0	
	75パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	2.0	1.7	
女子	標本数	8	30	36	215	475	764
	平均値	0.6	0.5	0.8	1.2	1.1	
	標準偏差	0.4	0.4	0.6	1.1	0.8	
	25パーセンタイル値	0.3	0.2	0.4	0.5	0.5	
	中央値	0.4	0.3	0.5	1.0	1.0	
	75パーセンタイル値	1.0	0.7	1.0	1.5	1.3	
計	標本数	19	52	72	300	554	997

表Ⅱ-37 ダイエットの実施期間(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 1・2年生	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	8	25	37	81	80	231
	平均値	1.8	6.3	4.6	3.5	5.6	
	標準偏差	1.4	9.7	8.4	4.0	11.6	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	1.0	3.0	2.0	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	2.5	8.0	4.0	4.0	4.0	
女子	標本数	15	38	51	220	486	810
	平均値	4.6	6.6	3.3	4.0	4.7	
	標準偏差	6.7	8.7	6.8	8.5	8.5	
	25パーセンタイル値	1.0	2.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	3.0	3.0	1.0	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	4.0	6.0	4.0	3.0	4.0	
計	標本数	23	63	88	301	566	1041

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 1・2年生	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	6	17	30	79	76	208
	平均値	1.0	1.5	1.9	2.9	4.3	
	標準偏差	0.0	0.7	1.4	2.0	3.6	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	2.0	
	中央値	1.0	1.0	1.0	2.0	3.0	
	75パーセンタイル値	1.0	2.0	2.0	5.0	6.0	
女子	標本数	7	30	32	212	472	753
	平均値	1.7	1.4	1.6	2.3	2.7	
	標準偏差	1.5	1.0	0.7	1.7	1.9	
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	
	中央値	1.0	1.0	1.5	2.0	2.0	
	75パーセンタイル値	2.0	1.0	2.0	3.0	3.0	
計	標本数	13	47	62	291	548	961

表Ⅱ-39 一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 1・2年生	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	6	17	30	79	76	208
	平均値	0.9	0.6	0.8	1.4	1.5	1.3
	標準偏差	0.3	0.4	0.9	1.3	1.6	1.4
	25パーセンタイル値	1.0	0.2	0.3	0.5	0.5	0.5
	中央値	1.0	0.5	0.7	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	2.0	1.8	1.5
女子	標本数	7	29	32	211	470	749
	平均値	0.7	0.5	0.8	1.2	1.1	1.1
	標準偏差	0.4	0.4	0.6	1.1	0.8	0.9
	25パーセンタイル値	0.3	0.3	0.5	0.5	0.5	0.5
	中央値	0.5	0.3	0.6	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	1.0	0.7	1.0	1.5	1.3	1.3
計	標本数	13	46	62	290	546	957

表Ⅱ-40 ダイエットの期間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
1週間	7	50.0	50.0	9	30.0	30.0	15	34.1	34.1	33	37.1	37.1	25	30.1	30.1	89	34.2	34.2
2週間	2	14.3	64.3	5	16.7	46.7	8	18.2	52.3	13	14.6	51.7	17	20.5	50.6	45	17.3	51.5
3週間	1	7.1	71.4	1	3.3	50.0	4	9.1	61.4	9	10.1	61.8	6	7.2	57.8	21	8.1	59.6
4週間	4	28.6	100.0	6	20.0	70.0	7	15.9	77.3	17	19.1	80.9	17	20.5	78.3	51	19.6	79.2
5週間				0	0.0	70.0	0	0.0	77.3	3	3.4	84.3	1	1.2	79.5	4	1.5	80.8
6週間				0	0.0	70.0	0	0.0	77.3	2	2.2	86.5	2	2.4	81.9	4	1.5	82.3
7週間				0	0.0	70.0	0	0.0	77.3	0	0.0	86.5	2	2.4	84.3	2	0.8	83.1
8週間				3	10.0	80.0	4	9.1	86.4	2	2.2	88.8	1	1.2	85.5	10	3.8	86.9
9週間				0	0.0	80.0	0	0.0	86.4	1	1.1	89.9	0	0.0	85.5	1	0.4	87.3
10週間				0	0.0	80.0	0	0.0	86.4	4	4.5	94.4	0	0.0	85.5	4	1.5	88.8
12週間				4	13.3	93.3	0	0.0	86.4	1	1.1	95.5	5	6.0	91.6	10	3.8	92.7
13週間				0	0.0	93.3	0	0.0	86.4	0	0.0	95.5	0	0.0	91.6	0	0.0	92.7
14週間				2	6.7	100.0	6	13.6	100.0	4	4.5	100.0	7	8.4	100.0	19	7.3	100.0
合計	14	100.0		30	100.0		44	100.0		89	100.0		83	100.0		260	100.0	

表Ⅰ-41 ダイエットの期間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
1週間	5	29.4	29.4	8	19.0	19.0	27	48.2	48.2	80	35.7	35.7	151	30.8	30.8	271	32.7	32.7
2週間	0	0.0	29.4	11	26.2	45.2	10	17.9	66.1	57	25.4	61.2	121	24.6	55.4	199	24.0	56.6
3週間	4	23.5	52.9	6	14.3	59.5	1	1.8	67.9	37	16.5	77.7	52	10.6	66.0	100	12.0	68.7
4週間	5	29.4	82.4	5	11.9	71.4	10	17.9	85.7	20	8.9	86.6	74	15.1	81.1	114	13.7	82.4
5週間	0	0.0	82.4	0	0.0	71.4	1	1.8	87.5	9	4.0	90.6	11	2.2	83.3	21	2.5	84.9
6週間	0	0.0	82.4	2	4.8	76.2	0	0.0	87.5	2	0.9	91.5	7	1.4	84.7	11	1.3	86.3
7週間	1	5.9	88.2	0	0.0	76.2	0	0.0	87.5	0	0.0	91.5	2	0.4	85.1	3	0.4	86.6
8週間	0	0.0	88.2	0	0.0	76.2	3	5.4	92.9	1	0.4	92.0	19	3.9	89.0	23	2.8	89.4
9週間	0	0.0	88.2	0	0.0	76.2	1	1.8	94.6	0	0.0	92.0	1	0.2	89.2	2	0.2	89.6
10週間	0	0.0	88.2	0	0.0	76.2	0	0.0	94.6	4	1.8	93.8	2	0.4	89.6	6	0.7	90.4
12週間	1	5.9	94.1	3	7.1	83.3	1	1.8	96.4	4	1.8	95.5	23	4.7	94.3	32	3.9	94.2
13週間	0	0.0	94.1	1	2.4	85.7	0	0.0	96.4	0	0.0	95.5	0	0.0	94.3	1	0.1	94.3
14週間	1	5.9	100.0	6	14.3	100.0	2	3.6	100.0	10	4.5	100.0	28	5.7	100.0	47	5.7	100.0
合計	17	100.0		42	100.0		56	100.0		224	100.0		491	100.0		830	100.0	

表Ⅱ-42 ダイエットによる体重の減少量の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
1Kg	7	63.6	63.6	12	54.5	54.5	20	55.6	55.6	23	26.7	26.7	16	20.3	20.3	78	33.3	33.3
2Kg	3	27.3	90.9	5	22.7	77.3	5	13.9	69.4	19	22.1	48.8	17	21.5	41.8	49	20.9	54.3
3Kg	0	0.0	90.9	4	18.2	95.5	6	16.7	86.1	12	14.0	62.8	12	15.2	57.0	34	14.5	68.8
4Kg	1	9.1	100.0	1	4.5	100.0	0	0.0	86.1	7	8.1	70.9	4	5.1	62.0	13	5.6	74.4
5Kg							3	8.3	94.4	15	17.4	88.4	8	10.1	72.2	26	11.1	85.5
6Kg							1	2.8	97.2	2	2.3	90.7	6	7.6	79.7	9	3.8	89.3
7Kg							0	0.0	97.2	3	3.5	94.2	3	3.8	83.5	6	2.6	91.9
8Kg							0	0.0	97.2	2	2.3	96.5	4	5.1	88.6	6	2.6	94.4
9Kg							0	0.0	97.2	0	0.0	96.5	1	1.3	89.9	1	0.4	94.9
10Kg							0	0.0	97.2	3	3.5	100.0	6	7.6	97.5	9	3.8	98.7
15Kg							1	2.8	100.0				1	1.3	98.7	2	0.9	99.6
20Kg													1	1.3	100.0	1	0.4	100.0
合計	11	100.0		22	100.0		36	100.0		86	100.0		79	100.0		234	100.0	

表Ⅱ-43 ダイエットによる体重の減少量の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
1Kg	6	75.0	75.0	23	74.2	74.2	18	50.0	50.0	80	37.0	37.0	143	30.0	30.0	270	35.2	35.2
2Kg	1	12.5	87.5	7	22.6	96.8	12	33.3	83.3	75	34.7	71.8	131	27.5	57.4	226	29.4	64.6
3Kg	0	0.0	87.5	0	0.0	96.8	4	11.1	94.4	34	15.7	87.5	99	20.8	78.2	137	17.8	82.4
4Kg	0	0.0	87.5	0	0.0	96.8	0	0.0	94.4	8	3.7	91.2	35	7.3	85.5	43	5.6	88.0
5Kg	1	12.5	100.0	0	0.0	96.8	1	2.8	97.2	9	4.2	95.4	32	6.7	92.2	43	5.6	93.6
6Kg				1	3.2	100.0	0	0.0	97.2	4	1.9	97.2	10	2.1	94.3	15	2.0	95.6
7Kg							1	2.8	100.0	2	0.9	98.1	10	2.1	96.4	13	1.7	97.3
8Kg										2	0.9	99.1	7	1.5	97.9	9	1.2	98.4
9Kg										0	0.0	99.1	2	0.4	98.3	2	0.3	98.7
10Kg										1	0.5	99.5	8	1.7	100.0	9	1.2	99.9
15Kg										1	0.5	100.0				1	0.1	100.0
20Kg																		
合計	8	100.0		31	100.0		36	100.0		216	100.0		477	100.0		768	100.0	

表Ⅱ-44 通常の片道の通学時間

		小学校 1・2年生	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	327	340	322	734	644	2367
	平均値	19m19s	19m18s	19m18s	18m17s	30m29s	21m21s
	標準偏差	10m10s	10m10s	11m11s	11m11s	18m18s	14m14s
	25パーセンタイル値	10m09s	10m09s	10m09s	10m09s	15m14s	11m10s
	中央値	15m14s	15m14s	15m14s	15m14s	25m24s	20m19s
	75パーセンタイル値	25m24s	25m24s	25m24s	20m19s	40m39s	30m29s
女子	標本数	350	339	351	723	952	2715
	平均値	22m22s	19m19s	18m18s	19m19s	36m36s	26m25s
	標準偏差	15m14s	11m10s	10m10s	11m11s	20m20s	17m17s
	25パーセンタイル値	15m14s	15m14s	10m09s	10m09s	20m19s	15m14s
	中央値	20m19s	20m19s	15m14s	20m19s	30m29s	20m19s
	75パーセンタイル値	30m29s	25m24s	25m24s	25m24s	50m49s	30m29s
計	標本数	677	679	673	1457	1596	5082

表Ⅱ-45 通常の片道の通学時間に占める歩行+自転車時間

		小学校 1・2年生	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	262	274	261	520	543	1860
	平均値	19m19s	17m17s	18m18s	17m16s	23m22s	19m19s
	標準偏差	10m10s	9m09s	10m10s	10m10s	13m13s	11m11s
	25パーセンタイル値	10m09s	10m09s	10m09s	10m09s	15m14s	10m09s
	中央値	20m19s	15m14s	15m14s	15m14s	20m19s	15m14s
	75パーセンタイル値	30m29s	20m19s	25m24s	20m19s	30m29s	25m24s
女子	標本数	291	276	271	515	793	2146
	平均値	20m20s	18m18s	18m17s	18m18s	23m23s	20m20s
	標準偏差	12m11s	10m09s	10m09s	11m11s	12m12s	11m11s
	25パーセンタイル値	12m11s	12m11s	10m09s	10m09s	15m14s	13m12s
	中央値	20m19s	15m14s	15m14s	15m14s	20m19s	20m19s
	75パーセンタイル値	30m29s	25m24s	25m24s	25m24s	30m29s	30m29s
計	標本数	553	550	532	1035	1336	4006

表Ⅱ-46 家族の仕事の分担状況(男子) (複数回答)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 食事の用意やかたづけ	487	61.3	554	64.3	577	63.0	636	52.6	439	49.3	2693	57.7
2 そうじ	212	26.7	256	29.7	292	31.9	441	36.5	340	38.2	1541	33.0
3 衣類などの整理整頓	149	18.8	186	21.6	189	20.6	237	19.6	183	20.5	944	20.2
4 お使い	114	14.4	166	19.3	185	20.2	222	18.4	108	12.1	795	17.0
5 家の職業の手伝い	17	2.1	17	2.0	25	2.7	58	4.8	45	5.1	162	3.5
6 家族の世話	104	13.1	107	12.4	104	11.4	95	7.9	52	5.8	462	9.9
7 動物の世話	112	14.1	141	16.4	187	20.4	305	25.2	175	19.6	920	19.7
8 植物の世話	27	3.4	23	2.7	27	2.9	62	5.1	19	2.1	158	3.4
9 その他	77	9.7	96	11.1	139	15.2	87	7.2	35	3.9	434	9.3
無効回答	119	15.0	108	12.5	104	11.4	186	15.4	156	17.5	673	14.4
合計	794		861		916		1209		891		4671	

表Ⅱ-47 家族の仕事の分担状況(女子) (複数回答)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 食事の用意やかたづけ	599	71.8	585	69.7	606	68.1	793	63.9	938	65.7	3521	67.3
2 そうじ	261	31.3	241	28.7	321	36.1	457	36.8	526	36.8	1806	34.5
3 衣類などの整理整頓	299	35.9	238	28.4	326	36.6	421	33.9	524	36.7	1808	34.6
4 お使い	108	12.9	150	17.9	173	19.4	168	13.5	138	9.7	737	14.1
5 家の職業の手伝い	17	2.0	15	1.8	23	2.6	49	3.9	48	3.4	152	2.9
6 家族の世話	162	19.4	130	15.5	136	15.3	104	8.4	90	6.3	622	11.9
7 動物の世話	106	12.7	147	17.5	188	21.1	312	25.1	281	19.7	1034	19.8
8 植物の世話	38	4.6	26	3.1	36	4.0	45	3.6	30	2.1	175	3.3
9 その他	84	10.1	76	9.1	103	11.6	92	7.4	61	4.3	416	8.0
無効回答	82	9.8	93	11.1	69	7.8	114	9.2	180	12.6	538	10.3
合計	834		839		890		1241		1428		5232	

表Ⅱ-48 読書や音楽など室内で遊んだ時間

		小学校 1・2年生	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	491	470	473	826	644	2904
	平均値	0h59m	0h52m	0h55m	1h16m	1h27m	1h08m
	標準偏差	0h49m	0h41m	0h44m	1h05m	1h16m	1h01m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	0h50m	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	1h30m
女子	標本数	590	544	574	866	876	3450
	平均値	0h59m	0h55m	1h01m	1h25m	1h30m	1h13m
	標準偏差	0h48m	0h45m	0h51m	1h18m	1h14m	1h05m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	1h00m	0h30m	0h55m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h10m	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	1h30m
計	標本数	1081	1014	1047	1692	1520	6354

表Ⅱ-49 コンピュータゲームやテレビゲームをした時間

		小学校 1・2年生	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	540	650	659	662	349	2860
	平均値	1h03m	1h07m	1h13m	1h17m	1h24m	1h12m
	標準偏差	0h40m	0h43m	0h48m	1h00m	1h05m	0h51m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	1h07m	1h30m	1h30m	2h00m	2h00m	1h30m
女子	標本数	393	394	398	292	132	1609
	平均値	0h46m	0h48m	0h50m	1h02m	1h07m	0h52m
	標準偏差	0h31m	0h33m	0h34m	0h55m	1h04m	0h41m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	0h30m	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h30m
	75パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
計	標本数	933	1044	1057	954	481	4469

表Ⅱ-50　インターネットや携帯メールをした時間

		小学校 1・2年生	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	31	60	145	513	705	1454
	平均値	0h38m	0h30m	0h37m	1h10m	1h21m	1h10m
	標準偏差	0h40m	0h21m	0h36m	1h13m	1h21m	1h14m
	25パーセンタイル値	0h15m	0h10m	0h15m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	0h20m	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h50m
	75パーセンタイル値	1h00m	0h40m	1h00m	1h30m	2h00m	1h30m
女子	標本数	17	79	197	714	1192	2199
	平均値	0h20m	0h30m	0h41m	1h29m	1h35m	1h26m
	標準偏差	0h17m	0h39m	0h44m	1h28m	1h30m	1h27m
	25パーセンタイル値	0h10m	0h10m	0h15m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	0h10m	0h20m	0h30m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	0h30m	0h30m	1h00m	2h00m	2h00m	2h00m
計	標本数	48	139	342	1227	1897	3653

表Ⅱ-51　テレビやビデオやDVDを見た時間

		小学校 1・2年生	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	738	787	845	1046	748	4164
	平均値	1h34m	1h43m	1h49m	1h56m	1h54m	1h48m
	標準偏差	0h53m	0h58m	1h02m	1h16m	1h22m	1h08m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	1h30m	1h30m	2h00m	2h00m	1h30m	1h30m
	75パーセンタイル値	2h00m	2h00m	2h00m	2h42m	2h30m	2h00m
女子	標本数	749	771	818	1095	1177	4610
	平均値	1h37m	1h46m	1h56m	2h10m	1h51m	1h54m
	標準偏差	0h56m	1h01m	1h11m	1h25m	1h15m	1h13m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	1h30m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	2h00m	2h00m	2h30m	3h00m	2h30m	2h30m
計	標本数	933	1044	1057	954	481	4469

表Ⅱ-52　調査前日、帰宅後、家で勉強した時間

		小学校 1・2年生	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	758	782	838	977	582	3937
	平均値	0h34m	0h42m	0h45m	1h40m	1h31m	1h03m
	標準偏差	0h20m	0h29m	0h29m	1h12m	1h10m	0h56m
	25パーセンタイル値	0h20m	0h30m	0h30m	1h00m	0h30m	0h30m
	中央値	0h30m	0h30m	0h30m	1h30m	1h00m	0h40m
	75パーセンタイル値	0h40m	1h00m	1h00m	2h00m	2h00m	1h00m
女子	標本数	797	790	838	1072	1054	4551
	平均値	0h36m	0h46m	0h55m	1h54m	1h58m	1h19m
	標準偏差	0h19m	0h33m	0h40m	1h18m	1h25m	1h10m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	1h00m	1h00m	0h30m
	中央値	0h30m	0h30m	0h52m	1h30m	2h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	0h45m	1h00m	1h00m	2h30m	3h00m	2h00m
計	標本数	1555	1572	1676	2049	1636	8488

表Ⅱ-53　調査前日、帰宅後、室内で過ごした時間合計
（読書・音楽鑑賞＋コンピューターゲーム・テレビゲーム＋携帯メール・インターネット＋テレビ・ビデオ・DVD）

		小学校 1・2年生	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	783	840	897	1175	877	4572
	平均値	2h51m	3h00m	3h11m	3h52m	4h20m	3h29m
	標準偏差	1h25m	1h31m	1h34m	2h26m	2h57m	2h11m
	25パーセンタイル値	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h15m	2h00m
	中央値	2h40m	3h00m	3h00m	3h30m	3h42m	3h00m
	75パーセンタイル値	3h30m	4h00m	4h00m	5h00m	5h30m	4h30m
女子	標本数	808	817	868	1219	1396	5108
	平均値	2h36m	2h44m	3h03m	4h06m	3h59m	3h26m
	標準偏差	1h23m	1h25m	1h41m	2h39m	2h48m	2h19m
	25パーセンタイル値	1h30m	1h45m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
	中央値	2h30m	2h30m	3h00m	3h30m	3h20m	3h00m
	75パーセンタイル値	3h30m	3h30m	4h00m	5h30m	5h00m	4h30m
計	標本数	1591	1657	1765	2394	2273	9680

表Ⅱ−54 家で過ごした時間への回答率
（各設問の回答数の割合を示したもの）

		小学校 1・2年生		小学校 3･4年生		小学校 5･6年生		中学生		高校生		全体	
		回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%	回答数	%
読書や音楽鑑賞など室内での遊びをした時間	男子	491	61.8	470	54.6	473	51.6	826	68.3	644	72.3	2904	62.2
	女子	590	70.7	544	64.8	574	64.5	866	69.8	876	61.3	3450	65.9
コンピュータゲームやテレビゲームをした時間	男子	540	68.0	650	75.5	659	71.9	662	54.8	349	39.2	2860	61.2
	女子	393	47.1	394	47.0	398	44.7	292	23.5	132	9.2	1609	30.8
インターネットや携帯メールをした時間	男子	31	3.9	60	7.0	145	15.8	513	42.4	705	79.1	1454	31.1
	女子	17	2.0	79	9.4	197	22.1	714	57.5	1192	83.5	2199	42.0
テレビやビデオやDVDを観た時間	男子	738	92.9	787	91.4	845	92.2	1046	86.5	748	84.0	4164	89.1
	女子	749	89.8	771	91.9	818	91.9	1095	88.2	1177	82.4	4610	88.1
有効サンプル	男子	794		861		916		1209		891		4671	
	女子	834		839		890		1241		1428		5232	

表Ⅱ-55 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 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	303	38.2	38.2	391	45.4	45.4	443	48.4	48.4	383	31.7	31.7	247	27.7	27.7	1767	37.8	37.8
- 29	92	11.6	49.7	109	12.7	58.1	84	9.2	57.5	101	8.4	40.0	57	6.4	34.1	443	9.5	47.3
30 - 59	154	19.4	69.1	158	18.4	76.4	179	19.5	77.1	231	19.1	59.1	132	14.8	48.9	854	18.3	65.6
60 - 89	133	16.8	85.9	117	13.6	90.0	117	12.8	89.8	226	18.7	77.8	210	23.6	72.5	803	17.2	82.8
90 - 119	23	2.9	88.8	19	2.2	92.2	21	2.3	92.1	52	4.3	82.1	39	4.4	76.9	154	3.3	86.1
120 - 149	55	6.9	95.7	47	5.5	97.7	50	5.5	97.6	110	9.1	91.2	113	12.7	89.6	375	8.0	94.1
150 - 179	9	1.1	96.9	6	0.7	98.4	2	0.2	97.8	22	1.8	93.1	13	1.5	91.0	52	1.1	95.2
180 - 209	15	1.9	98.7	12	1.4	99.8	13	1.4	99.2	36	3.0	96.0	36	4.0	95.1	112	2.4	97.6
210 - 239	2	0.3	99.0	0	0.0	99.8	0	0.0	99.2	7	0.6	96.6	6	0.7	95.7	15	0.3	97.9
240 - 269	6	0.8	99.7	1	0.1	99.9	7	0.8	100.0	22	1.8	98.4	11	1.2	97.0	47	1.0	99.0
270 - 299	0	0.0	99.7	1	0.1	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	98.6	1	0.1	97.1	4	0.1	99.0
300 - 329	2	0.3	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	10	0.8	99.4	11	1.2	98.3	23	0.5	99.5
330 - 359	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.4	0	0.0	98.3	0	0.0	99.5
360 - 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	6	0.5	99.9	9	1.0	99.3	15	0.3	99.9
390 - 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.3	0	0.0	99.9
420 - 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	2	0.2	99.6	3	0.1	99.9
450 - 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.7	1	0.0	99.9
480 -	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.3	100.0	3	0.1	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ-56 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 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	244	29.3	29.3	295	35.2	35.2	316	35.5	35.5	375	30.2	30.2	552	38.7	38.7	1782	34.1	34.1
- 29	109	13.1	42.3	105	12.5	47.7	93	10.4	46.0	96	7.7	38.0	73	5.1	43.8	476	9.1	43.2
30 - 59	184	22.1	64.4	181	21.6	69.2	194	21.8	67.8	226	18.2	56.2	188	13.2	56.9	973	18.6	61.8
60 - 89	156	18.7	83.1	151	18.0	87.2	164	18.4	86.2	221	17.8	74.0	268	18.8	75.7	960	18.3	80.1
90 - 119	36	4.3	87.4	28	3.3	90.6	21	2.4	88.5	63	5.1	79.0	51	3.6	79.3	199	3.8	83.9
120 - 149	70	8.4	95.8	51	6.1	96.7	56	6.3	94.8	112	9.0	88.1	139	9.7	89.0	428	8.2	92.1
150 - 179	6	0.7	96.5	3	0.4	97.0	9	1.0	95.8	28	2.3	90.3	13	0.9	89.9	59	1.1	93.2
180 - 209	18	2.2	98.7	18	2.1	99.2	26	2.9	98.8	54	4.4	94.7	75	5.3	95.2	191	3.7	96.9
210 - 239	1	0.1	98.8	2	0.2	99.4	1	0.1	98.9	8	0.6	95.3	7	0.5	95.7	19	0.4	97.2
240 - 269	6	0.7	99.5	3	0.4	99.8	6	0.7	99.6	18	1.5	96.8	26	1.8	97.5	59	1.1	98.4
270 - 299	2	0.2	99.8	0	0.0	99.8	0	0.0	99.6	5	0.4	97.2	4	0.3	97.8	11	0.2	98.6
300 - 329	2	0.2	100.0	2	0.2	100.0	2	0.2	99.8	17	1.4	98.5	19	1.3	99.1	42	0.8	99.4
330 - 359	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	4	0.3	98.9	1	0.1	99.2	6	0.1	99.5
360 - 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	6	0.5	99.4	8	0.6	99.7	15	0.3	99.8
390 - 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	99.6	0	0.0	99.7	3	0.1	99.8
420 - 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.7	2	0.1	99.9	3	0.1	99.9
450 - 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.8	0	0.0	99.9	1	0.0	99.9
480 -	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	100.0	2	0.1	100.0	5	0.1	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ−57 コンピューターゲームやテレビゲームをした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	254	32.0	32.0	211	24.5	24.5	257	28.1	28.1	547	45.2	45.2	542	60.8	60.8	1811	38.8	38.8
− 29	41	5.2	37.2	43	5.0	29.5	38	4.1	32.2	47	3.9	49.1	25	2.8	63.6	194	4.2	42.9
30 − 59	157	19.8	56.9	177	20.6	50.1	165	18.0	50.2	181	15.0	64.1	71	8.0	71.6	751	16.1	59.0
60 − 89	211	26.6	83.5	261	30.3	80.4	243	26.5	76.7	205	17.0	81.1	119	13.4	85.0	1039	22.2	81.2
90 − 119	34	4.3	87.8	49	5.7	86.1	56	6.1	82.9	54	4.5	85.5	28	3.1	88.1	221	4.7	86.0
120 − 149	73	9.2	97.0	80	9.3	95.4	106	11.6	94.4	105	8.7	94.2	59	6.6	94.7	423	9.1	95.0
150 − 179	6	0.8	97.7	9	1.0	96.4	7	0.8	95.2	10	0.8	95.0	5	0.6	95.3	37	0.8	95.8
180 − 209	14	1.8	99.5	25	2.9	99.3	33	3.6	98.8	37	3.1	98.1	27	3.0	98.3	136	2.9	98.7
210 − 239	0	0.0	99.5	1	0.1	99.4	1	0.1	98.9	2	0.2	98.3	2	0.2	98.5	6	0.1	98.9
240 − 269	3	0.4	99.9	2	0.2	99.7	7	0.8	99.7	9	0.7	99.0	6	0.7	99.2	27	0.6	99.4
270 − 299	0	0.0	99.9	0	0.0	99.7	0	0.0	99.7	1	0.1	99.1	0	0.0	99.2	1	0.0	99.5
300 − 329	1	0.1	100.0	2	0.2	99.9	1	0.1	99.8	2	0.2	99.3	3	0.3	99.6	9	0.2	99.7
330 − 359	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	1	0.1	99.9	2	0.2	99.4	0	0.0	99.6	3	0.1	99.7
360 − 389	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	100.0	6	0.5	99.9	2	0.2	99.8	10	0.2	99.9
390 − 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9
420 − 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	99.9	2	0.0	100.0
450 − 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
480 −	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.0	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ−58 コンピューターゲームやテレビゲームをした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	441	52.9	52.9	445	53.0	53.0	492	55.3	55.3	949	76.5	76.5	1296	90.8	90.8	3623	69.2	69.2
− 29	50	6.0	58.9	65	7.7	60.8	67	7.5	62.8	40	3.2	79.7	16	1.1	91.9	238	4.5	73.8
30 − 59	188	22.5	81.4	157	18.7	79.5	151	17.0	79.8	102	8.2	87.9	44	3.1	95.0	642	12.3	86.1
60 − 89	117	14.0	95.4	126	15.0	94.5	117	13.1	92.9	84	6.8	94.7	43	3.0	98.0	487	9.3	95.4
90 − 119	11	1.3	96.8	11	1.3	95.8	23	2.6	95.5	18	1.5	96.1	1	0.1	98.0	64	1.2	96.6
120 − 149	20	2.4	99.2	28	3.3	99.2	33	3.7	99.2	25	2.0	98.1	17	1.2	99.2	123	2.4	98.9
150 − 179	2	0.2	99.4	3	0.4	99.5	3	0.3	99.6	5	0.4	98.5	2	0.1	99.4	15	0.3	99.2
180 − 209	4	0.5	99.9	2	0.2	99.8	3	0.3	99.9	11	0.9	99.4	2	0.1	99.5	22	0.4	99.7
210 − 239	0	0.0	99.9	1	0.1	99.9	0	0.0	99.9	2	0.2	99.6	1	0.1	99.6	4	0.1	99.7
240 − 269	1	0.1	100.0	0	0.0	99.9	1	0.1	100.0	2	0.2	99.8	5	0.4	99.9	9	0.2	99.9
270 − 299	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9	1	0.0	99.9
300 − 329	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	99.9	0	0.0	99.9	2	0.0	100.0
330 − 359	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
360 − 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
390 − 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
420 − 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
450 − 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0
480 −	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	100.0	2	0.0	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ-59　インターネットや携帯メールをした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	763	96.1	96.1	801	93.0	93.0	771	84.2	84.2	696	57.6	57.6	186	20.9	20.9	3217	68.9	68.9
－ 29	16	2.0	98.1	22	2.6	95.6	54	5.9	90.1	101	8.4	65.9	125	14.0	34.9	318	6.8	75.7
30 － 59	7	0.9	99.0	25	2.9	98.5	52	5.7	95.7	153	12.7	78.6	175	19.6	54.5	412	8.8	84.5
60 － 89	4	0.5	99.5	12	1.4	99.9	29	3.2	98.9	120	9.9	88.5	184	20.7	75.2	349	7.5	92.0
90 － 119	2	0.3	99.7	0	0.0	99.9	1	0.1	99.0	18	1.5	90.0	22	2.5	77.7	43	0.9	92.9
120 － 149	0	0.0	99.7	1	0.1	100.0	7	0.8	99.8	60	5.0	95.0	82	9.2	86.9	150	3.2	96.1
150 － 179	1	0.1	99.9	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	9	0.7	95.7	7	0.8	87.7	17	0.4	96.5
180 － 209	1	0.1	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	25	2.1	97.8	57	6.4	94.1	84	1.8	98.3
210 － 239	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	2	0.2	97.9	1	0.1	94.2	3	0.1	98.3
240 － 269	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	7	0.6	98.5	16	1.8	96.0	23	0.5	98.8
270 － 299	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	98.5	0	0.0	96.0	0	0.0	98.8
300 － 329	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	9	0.7	99.3	20	2.2	98.2	30	0.6	99.5
330 － 359	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.3	1	0.1	98.3	1	0.0	99.5
360 － 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	5	0.4	99.7	10	1.1	99.4	15	0.3	99.8
390 － 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.7	0	0.0	99.4	0	0.0	99.8
420 － 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	99.9	5	0.6	100.0	8	0.2	100.0
450 － 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0
480 －	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	0	0.0	100.0	1	0.0	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ-60　インターネットや携帯メールをした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	817	98.0	98.0	760	90.6	90.6	693	77.9	77.9	527	42.5	42.5	236	16.5	16.5	3033	58.0	58.0
－ 29	11	1.3	99.3	40	4.8	95.4	75	8.4	86.3	138	11.1	53.6	178	12.5	29.0	442	8.4	66.4
30 － 59	4	0.5	99.8	25	3.0	98.3	62	7.0	93.3	151	12.2	65.8	265	18.6	47.5	507	9.7	76.1
60 － 89	2	0.2	100.0	12	1.4	99.8	34	3.8	97.1	155	12.5	78.2	279	19.5	67.1	482	9.2	85.3
90 － 119	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	12	1.3	98.4	40	3.2	81.5	47	3.3	70.4	99	1.9	87.2
120 － 149	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	7	0.8	99.2	86	6.9	88.4	150	10.5	80.9	243	4.6	91.9
150 － 179	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	1	0.1	99.3	15	1.2	89.6	18	1.3	82.1	34	0.6	92.5
180 － 209	0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	3	0.3	99.7	57	4.6	94.2	118	8.3	90.4	179	3.4	95.9
210 － 239	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	2	0.2	99.9	4	0.3	94.5	9	0.6	91.0	15	0.3	96.2
240 － 269	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	24	1.9	96.5	52	3.6	94.7	76	1.5	97.7
270 － 299	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	4	0.3	96.8	4	0.3	95.0	8	0.2	97.8
300 － 329	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	0	0.0	99.9	17	1.4	98.1	34	2.4	97.3	52	1.0	98.8
330 － 359	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	1	0.1	98.2	3	0.2	97.5	4	0.1	98.9
360 － 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	14	1.1	99.4	20	1.4	98.9	35	0.7	99.6
390 － 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	99.5	2	0.1	99.1	4	0.1	99.6
420 － 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	99.8	8	0.6	99.6	11	0.2	99.8
450 － 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	0	0.0	99.6	0	0.0	99.8
480 －	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	100.0	5	0.4	100.0	8	0.2	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ-61　テレビやビデオやDVDを観た時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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％	N	％	累積％
0	56	7.1	7.1	74	8.6	8.6	71	7.8	7.8	163	13.5	13.5	143	16.0	16.0	507	10.9	10.9
－ 29	17	2.1	9.2	15	1.7	10.3	15	1.6	9.4	29	2.4	15.9	23	2.6	18.6	99	2.1	13.0
30 － 59	103	13.0	22.2	88	10.2	20.6	76	8.3	17.7	129	10.7	26.6	98	11.0	29.6	494	10.6	23.5
60 － 89	236	29.7	51.9	217	25.2	45.8	243	26.5	44.2	265	21.9	48.5	210	23.6	53.2	1171	25.1	48.6
90 － 119	81	10.2	62.1	84	9.8	55.5	81	8.8	53.1	75	6.2	54.7	50	5.6	58.8	371	7.9	56.6
120 － 149	181	22.8	84.9	227	26.4	81.9	227	24.8	77.8	250	20.7	75.4	177	19.9	78.7	1062	22.7	79.3
150 － 179	26	3.3	88.2	28	3.3	85.1	27	2.9	80.8	39	3.2	78.6	17	1.9	80.6	137	2.9	82.2
180 － 209	68	8.6	96.7	82	9.5	94.7	113	12.3	93.1	137	11.3	89.9	89	10.0	90.6	489	10.5	92.7
210 － 239	4	0.5	97.2	8	0.9	95.6	11	1.2	94.3	17	1.4	91.3	4	0.4	91.0	44	0.9	93.6
240 － 269	17	2.1	99.4	25	2.9	98.5	32	3.5	97.8	48	4.0	95.3	32	3.6	94.6	154	3.3	96.9
270 － 299	1	0.1	99.5	2	0.2	98.7	3	0.3	98.1	9	0.7	96.0	0	0.0	94.6	15	0.3	97.3
300 － 329	4	0.5	100.0	9	1.0	99.8	13	1.4	99.6	30	2.5	98.5	23	2.6	97.2	79	1.7	99.0
330 － 359	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	1	0.1	99.7	3	0.2	98.8	2	0.2	97.4	6	0.1	99.1
360 － 389	0	0.0	100.0	2	0.2	100.0	3	0.3	100.0	6	0.5	99.3	16	1.8	99.2	27	0.6	99.7
390 － 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.3	1	0.1	99.3	2	0.0	99.7
420 － 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	7	0.6	99.9	4	0.4	99.8	11	0.2	99.9
450 － 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9
480 －	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	2	0.2	100.0	3	0.1	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ-62　テレビやビデオやDVDを観た時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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％	N	％	累積％
0	85	10.2	10.2	68	8.1	8.1	72	8.1	8.1	146	11.8	11.8	251	17.6	17.6	622	11.9	11.9
－ 29	13	1.6	11.8	20	2.4	10.5	12	1.3	9.4	27	2.2	13.9	24	1.7	19.3	96	1.8	13.7
30 － 59	103	12.4	24.1	82	9.8	20.3	89	10.0	19.4	104	8.4	22.3	173	12.1	31.4	551	10.5	24.3
60 － 89	237	28.4	52.5	210	25.0	45.3	197	22.1	41.6	241	19.4	41.7	319	22.3	53.7	1204	23.0	47.3
90 － 119	67	8.0	60.6	65	7.7	53.0	62	7.0	48.5	91	7.3	49.1	71	5.0	58.7	356	6.8	54.1
120 － 149	195	23.4	83.9	218	26.0	79.0	229	25.7	74.3	234	18.9	67.9	272	19.0	77.7	1148	21.9	76.0
150 － 179	29	3.5	87.4	26	3.1	82.1	38	4.3	78.5	56	4.5	72.4	36	2.5	80.3	185	3.5	79.5
180 － 209	68	8.2	95.6	98	11.7	93.8	108	12.1	90.7	152	12.2	84.7	173	12.1	92.4	599	11.4	91.0
210 － 239	6	0.7	96.3	8	1.0	94.8	9	1.0	91.7	29	2.3	87.0	6	0.4	92.8	58	1.1	92.1
240 － 269	25	3.0	99.3	30	3.6	98.3	37	4.2	95.8	68	5.5	92.5	55	3.9	96.6	215	4.1	96.2
270 － 299	0	0.0	99.3	1	0.1	98.5	2	0.2	96.1	19	1.5	94.0	5	0.4	97.0	27	0.5	96.7
300 － 329	4	0.5	99.8	10	1.2	99.6	24	2.7	98.8	40	3.2	97.3	24	1.7	98.7	102	1.9	98.7
330 － 359	0	0.0	99.8	2	0.2	99.9	2	0.2	99.0	6	0.5	97.7	1	0.1	98.7	11	0.2	98.9
360 － 389	2	0.2	100.0	0	0.0	99.9	7	0.8	99.8	13	1.0	98.8	9	0.6	99.4	31	0.6	99.5
390 － 419	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	3	0.2	99.0	0	0.0	99.4	3	0.1	99.5
420 － 449	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	2	0.2	100.0	7	0.6	99.6	3	0.2	99.6	13	0.2	99.8
450 － 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.7	1	0.1	99.6	2	0.0	99.8
480 －	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	4	0.3	100.0	5	0.4	100.0	9	0.2	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ-63 勉強をした時間の分布(男子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	36	4.5	4.5	79	9.2	9.2	78	8.5	8.5	232	19.2	19.2	309	34.7	34.7	734	15.7	15.7
- 29	202	25.4	30.0	142	16.5	25.7	118	12.9	21.4	57	4.7	23.9	34	3.8	38.5	553	11.8	27.6
30 - 59	418	52.6	82.6	398	46.2	71.9	419	45.7	67.1	171	14.1	38.0	138	15.5	54.0	1544	33.1	60.6
60 - 89	120	15.1	97.7	182	21.1	93.0	231	25.2	92.4	251	20.8	58.8	163	18.3	72.3	947	20.3	80.9
90 - 119	9	1.1	98.9	26	3.0	96.1	33	3.6	96.0	100	8.3	67.1	41	4.6	76.9	209	4.5	85.4
120 - 149	7	0.9	99.7	24	2.8	98.8	25	2.7	98.7	184	15.2	82.3	95	10.7	87.5	335	7.2	92.5
150 - 179	1	0.1	99.9	4	0.5	99.3	1	0.1	98.8	30	2.5	84.8	15	1.7	89.2	51	1.1	93.6
180 - 209	0	0.0	99.9	4	0.5	99.8	8	0.9	99.7	103	8.5	93.3	47	5.3	94.5	162	3.5	97.1
210 - 239	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	1	0.1	99.8	19	1.6	94.9	7	0.8	95.3	27	0.6	97.7
240 - 269	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	2	0.2	100.0	22	1.8	96.7	25	2.8	98.1	49	1.0	98.7
270 - 299	0	0.0	99.9	1	0.1	99.9	0	0.0	100.0	9	0.7	97.4	4	0.4	98.5	14	0.3	99.0
300 - 329	1	0.1	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	100.0	20	1.7	99.1	7	0.8	99.3	28	0.6	99.6
330 - 359	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.2	1	0.1	99.4	3	0.1	99.7
360 - 389	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	6	0.5	99.7	3	0.3	99.8	9	0.2	99.9
390 - 419	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.7	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9
420 - 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	4	0.3	100.0	2	0.2	100.0	6	0.1	100.0
450 - 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0
480 -	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ-64 勉強をした時間の分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	37	4.4	4.4	49	5.8	5.8	52	5.8	5.8	169	13.6	13.6	374	26.2	26.2	681	13.0	13.0
- 29	159	19.1	23.5	104	12.4	18.2	62	7.0	12.8	42	3.4	17.0	21	1.5	27.7	388	7.4	20.4
30 - 59	451	54.1	77.6	412	49.1	67.3	358	40.2	53.0	158	12.7	29.7	185	13.0	40.6	1564	29.9	50.3
60 - 89	155	18.6	96.2	191	22.8	90.1	288	32.4	85.4	239	19.3	49.0	248	17.4	58.0	1121	21.4	71.8
90 - 119	22	2.6	98.8	39	4.6	94.8	67	7.5	92.9	118	9.5	58.5	71	5.0	63.0	317	6.1	77.8
120 - 149	9	1.1	99.9	27	3.2	98.0	37	4.2	97.1	194	15.6	74.1	201	14.1	77.0	468	8.9	86.8
150 - 179	1	0.1	100.0	7	0.8	98.8	8	0.9	98.0	64	5.2	79.3	46	3.2	80.3	126	2.4	89.2
180 - 209	0	0.0	100.0	5	0.6	99.4	9	1.0	99.0	109	8.8	88.1	127	8.9	89.1	250	4.8	93.9
210 - 239	0	0.0	100.0	2	0.2	99.6	1	0.1	99.1	35	2.8	90.9	19	1.3	90.5	57	1.1	95.0
240 - 269	0	0.0	100.0	1	0.1	99.8	2	0.2	99.3	54	4.4	95.2	58	4.1	94.5	115	2.2	97.2
270 - 299	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	2	0.2	99.6	15	1.2	96.5	10	0.7	95.2	27	0.5	97.7
300 - 329	0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	0	0.0	99.6	25	2.0	98.5	39	2.7	98.0	65	1.2	99.0
330 - 359	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	1	0.1	99.7	6	0.5	99.0	3	0.2	98.2	10	0.2	99.2
360 - 389	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	1	0.1	99.8	9	0.7	99.7	16	1.1	99.3	26	0.5	99.7
390 - 419	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	99.9	0	0.0	99.7	1	0.1	99.4	3	0.1	99.7
420 - 449	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	2	0.2	99.8	7	0.5	99.9	10	0.2	99.9
450 - 479	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9
480 -	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	100.0	2	0.1	100.0	4	0.1	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ-65 室内で過ごした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	11	1.4	1.4	21	2.4	2.4	19	2.1	2.1	34	2.8	2.8	14	1.6	1.6	99	2.1	2.1
- 29	7	0.9	2.3	7	0.8	3.3	8	0.9	2.9	14	1.2	4.0	10	1.1	2.7	46	1.0	3.1
30 - 59	33	4.2	6.4	34	3.9	7.2	33	3.6	6.6	46	3.8	7.8	31	3.5	6.2	177	3.8	6.9
60 - 89	51	6.4	12.8	62	7.2	14.4	60	6.6	13.1	89	7.4	15.1	51	5.7	11.9	313	6.7	13.6
90 - 119	91	11.5	24.3	80	9.3	23.7	56	6.1	19.2	66	5.5	20.6	62	7.0	18.9	355	7.6	21.2
120 - 149	133	16.8	41.1	121	14.1	37.7	107	11.7	30.9	122	10.1	30.7	72	8.1	26.9	555	11.9	33.1
150 - 179	89	11.2	52.3	89	10.3	48.1	114	12.4	43.3	93	7.7	38.4	65	7.3	34.2	450	9.6	42.7
180 - 209	121	15.2	67.5	147	17.1	65.2	151	16.5	59.8	127	10.5	48.9	96	10.8	45.0	642	13.7	56.5
210 - 239	76	9.6	77.1	72	8.4	73.5	97	10.6	70.4	118	9.8	58.6	60	6.7	51.7	423	9.1	65.5
240 - 269	74	9.3	86.4	83	9.6	83.2	89	9.7	80.1	109	9.0	67.7	86	9.7	61.4	441	9.4	75.0
270 - 299	30	3.8	90.2	44	5.1	88.3	47	5.1	85.3	54	4.5	72.1	46	5.2	66.6	221	4.7	79.7
300 - 329	39	4.9	95.1	53	6.2	94.4	56	6.1	91.4	77	6.4	78.5	65	7.3	73.8	290	6.2	85.9
330 - 359	10	1.3	96.3	8	0.9	95.4	13	1.4	92.8	43	3.6	82.1	24	2.7	76.5	98	2.1	88.0
360 - 389	14	1.8	98.1	16	1.9	97.2	31	3.4	96.2	65	5.4	87.4	43	4.8	81.4	169	3.6	91.6
390 - 419	5	0.6	98.7	6	0.7	97.9	11	1.2	97.4	15	1.2	88.7	18	2.0	83.4	55	1.2	92.8
420 - 449	4	0.5	99.2	5	0.6	98.5	11	1.2	98.6	28	2.3	91.0	26	2.9	86.3	74	1.6	94.4
450 - 479	2	0.3	99.5	6	0.7	99.2	2	0.2	98.8	29	2.4	93.4	6	0.7	87.0	45	1.0	95.3
480 - 509	1	0.1	99.6	1	0.1	99.3	6	0.7	99.5	27	2.2	95.6	23	2.6	89.6	58	1.2	96.6
510 - 539	0	0.0	99.6	1	0.1	99.4	1	0.1	99.6	10	0.8	96.4	11	1.2	90.8	23	0.5	97.1
540 - 569	2	0.3	99.9	3	0.3	99.8	2	0.2	99.8	10	0.8	97.3	17	1.9	92.7	34	0.7	97.8
570 - 599	0	0.0	99.9	0	0.0	99.8	0	0.0	99.8	4	0.3	97.6	8	0.9	93.6	12	0.3	98.1
600 - 629	1	0.1	100.0	1	0.1	99.9	1	0.1	99.9	5	0.4	98.0	17	1.9	95.5	25	0.5	98.6
630 - 659	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	5	0.4	98.4	5	0.6	96.1	10	0.2	98.8
660 - 689	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	4	0.3	98.8	9	1.0	97.1	13	0.3	99.1
690 - 719	0	0.0	100.0	0	0.0	99.9	0	0.0	99.9	3	0.2	99.0	3	0.3	97.4	6	0.1	99.2
720 - 749	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	100.0	1	0.1	99.1	6	0.7	98.1	9	0.2	99.4
750 - 779	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	99.3	0	0.0	98.1	3	0.1	99.5
780 - 809	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.3	7	0.8	98.9	7	0.1	99.6
810 - 839	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.3	0	0.0	98.9	0	0.0	99.6
840 - 869	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	99.5	1	0.1	99.0	3	0.1	99.7
870 - 899	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.6	1	0.1	99.1	2	0.0	99.7
900 -	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	5	0.4	100.0	8	0.9	100.0	13	0.3	100.0
	794	100.0		861	100.0		916	100.0		1209	100.0		891	100.0		4671	100.0	

表Ⅱ-66 室内で過ごした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	26	3.1	3.1	22	2.6	2.6	22	2.5	2.5	22	1.8	1.8	32	2.2	2.2	124	2.4	2.4
– 29	11	1.3	4.4	10	1.2	3.8	15	1.7	4.2	19	1.5	3.3	27	1.9	4.1	82	1.6	3.9
30 – 59	49	5.9	10.3	41	4.9	8.7	37	4.2	8.3	51	4.1	7.4	54	3.8	7.9	232	4.4	8.4
60 – 89	90	10.8	21.1	92	11.0	19.7	76	8.5	16.9	78	6.3	13.7	123	8.6	16.5	459	8.8	17.1
90 – 119	98	11.8	32.9	80	9.5	29.2	82	9.2	26.1	90	7.3	21.0	107	7.5	24.0	457	8.7	25.9
120 – 149	123	14.7	47.6	130	15.5	44.7	118	13.3	39.3	103	8.3	29.3	146	10.2	34.2	620	11.9	37.7
150 – 179	114	13.7	61.3	96	11.4	56.1	102	11.5	50.8	98	7.9	37.1	104	7.3	41.5	514	9.8	47.6
180 – 209	105	12.6	73.9	127	15.1	71.3	115	12.9	63.7	115	9.3	46.4	138	9.7	51.2	600	11.5	59.0
210 – 239	57	6.8	80.7	68	8.1	79.4	72	8.1	71.8	77	6.2	52.6	83	5.8	57.0	357	6.8	65.8
240 – 269	65	7.8	88.5	66	7.9	87.2	73	8.2	80.0	123	9.9	62.5	116	8.1	65.1	443	8.5	74.3
270 – 299	33	4.0	92.4	30	3.6	90.8	39	4.4	84.4	64	5.2	67.7	59	4.1	69.3	225	4.3	78.6
300 – 329	33	4.0	96.4	37	4.4	95.2	68	7.6	92.0	71	5.7	73.4	106	7.4	76.7	315	6.0	84.6
330 – 359	10	1.2	97.6	11	1.3	96.5	20	2.2	94.3	58	4.7	78.1	32	2.2	78.9	131	2.5	87.1
360 – 389	8	1.0	98.6	13	1.5	98.1	13	1.5	95.7	62	5.0	83.1	55	3.9	82.8	151	2.9	90.0
390 – 419	6	0.7	99.3	8	1.0	99.0	12	1.3	97.1	40	3.2	86.3	20	1.4	84.2	86	1.6	91.7
420 – 449	3	0.4	99.6	3	0.4	99.4	7	0.8	97.9	41	3.3	89.6	51	3.6	87.7	105	2.0	93.7
450 – 479	0	0.0	99.6	2	0.2	99.6	5	0.6	98.4	17	1.4	91.0	11	0.8	88.5	35	0.7	94.3
480 – 509	2	0.2	99.9	2	0.2	99.9	9	1.0	99.4	22	1.8	92.7	54	3.8	92.3	89	1.7	96.0
510 – 539	1	0.1	100.0	1	0.1	100.0	0	0.0	99.4	13	1.0	93.8	14	1.0	93.3	29	0.6	96.6
540 – 569	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.6	22	1.8	95.6	29	2.0	95.3	52	1.0	97.6
570 – 599	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.6	11	0.9	96.5	11	0.8	96.1	22	0.4	98.0
600 – 629	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.7	10	0.8	97.3	22	1.5	97.6	33	0.6	98.6
630 – 659	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.8	4	0.3	97.6	4	0.3	97.9	9	0.2	98.8
660 – 689	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	99.9	4	0.3	97.9	8	0.6	98.5	13	0.2	99.1
690 – 719	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	100.0	2	0.2	98.1	3	0.2	98.7	6	0.1	99.2
720 – 749	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	6	0.5	98.5	4	0.3	98.9	10	0.2	99.4
750 – 779	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	1	0.1	98.6	2	0.1	99.1	3	0.1	99.4
780 – 809	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	9	0.7	99.4	3	0.2	99.3	12	0.2	99.7
810 – 839	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	99.4	1	0.1	99.4	1	0.0	99.7
840 – 869	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	99.6	0	0.0	99.4	3	0.1	99.7
870 – 899	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	2	0.2	99.8	0	0.0	99.4	2	0.0	99.8
900 –	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	0	0.0	100.0	3	0.2	100.0	9	0.6	100.0	12	0.2	100.0
	834	100.0		839	100.0		890	100.0		1241	100.0		1428	100.0		5232	100.0	

表Ⅱ-67 学習塾に通っているかどうか(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 通っている	139	17.7	243	28.7	299	33.0	563	47.0	221	24.9	1465	31.7
2 通っていない	646	82.3	604	71.3	607	67.0	636	53.0	667	75.1	3160	68.3
合計	785	100.0	847	100.0	906	100.0	1199	100.0	888	100.0	4625	100.0

表Ⅱ-68 学習塾に通っているかどうか(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 通っている	137	16.8	257	31.18932039	313	35.5	547	44.4	370	26.0	1624	31.4
2 通っていない	677	83.2	567	68.81067961	569	64.5	686	55.6	1052	74.0	3551	68.6
合計	814	100.0	824	100	882	100.0	1233	100.0	1422	100.0	5175	100.0

表Ⅱ-69 おけいこごと(スポーツを除く)に通っているか(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 通っている	268	34.3	336	39.8	296	33.1	114	9.8	39	4.4	1053	23.1
2 通っていない	514	65.7	508	60.2	597	66.9	1047	90.2	842	95.6	3508	76.9
合計	782	100.0	844	100.0	893	100.0	1161	100.0	881	100.0	4561	100.0

表Ⅱ-70 おけいこごと(スポーツを除く)に通っているか(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 通っている	474	58.2	541	65.65533981	504	57.4	424	34.9	268	18.9	2211	43.0
2 通っていない	341	41.8	283	34.34466019	374	42.6	791	65.1	1147	81.1	2936	57.0
合計	815	100.0	824	100	878	100.0	1215	100.0	1415	100.0	5147	100.0

表Ⅱ-71 学習塾に通っている回数

		小学校 1・2年生	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	136	239	291	562	218	1446
	平均値	1.9	2.0	2.2	2.4	2.3	2.2
	標準偏差	0.6	0.7	0.9	1.0	1.1	0.9
	25パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0
	中央値	2.0	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	3.0	3.0	3.0
女子	標本数	136	252	309	542	360	1599
	平均値	1.9	2.1	2.2	2.3	2.1	2.2
	標準偏差	0.8	0.7	1.0	1.0	1.1	1.0
	25パーセンタイル値	1.0	2.0	2.0	2.0	1.0	2.0
	中央値	2.0	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	3.0	3.0	3.0
計	標本数	272	491	600	1104	578	3045

表Ⅱ-72 学習塾にいる時間

		小学校 1・2年生	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	134	237	284	556	214	1425
	平均値	2h25m	3h28m	3h50m	5h27m	5h35m	4h32m
	標準偏差	1h30m	2h45m	3h13m	4h01m	4h03m	3h40m
	25パーセンタイル値	1h30m	2h00m	2h00m	3h00m	3h00m	2h00m
	中央値	2h00m	2h40m	3h00m	4h30m	5h00m	4h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	4h00m	4h30m	6h30m	7h03m	6h00m
女子	標本数	136	246	307	538	362	1589
	平均値	2h21m	3h28m	4h11m	5h32m	4h36m	4h28m
	標準偏差	1h27m	2h47m	3h38m	4h25m	3h22m	3h45m
	25パーセンタイル値	1h12m	2h00m	2h00m	3h00m	2h00m	2h00m
	中央値	2h00m	3h00m	3h00m	4h30m	3h30m	3h30m
	75パーセンタイル値	3h00m	4h00m	4h30m	6h30m	6h00m	5h25m
計	標本数	270	483	591	1094	576	3014

表Ⅱ-73 おけいこごとに通っている回数

		小学校 1・2年生	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	260	331	288	109	37	1025
	平均値	1.8	1.8	1.7	1.4	1.4	1.7
	標準偏差	1.0	1.1	1.0	0.9	0.9	1.0
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	中央値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	1.0	1.0	2.0
女子	標本数	473	534	501	423	266	2197
	平均値	1.8	1.8	1.8	1.3	1.3	1.6
	標準偏差	1.1	1.0	1.1	0.6	0.8	1.0
	25パーセンタイル値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	中央値	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0
	75パーセンタイル値	2.0	2.0	2.0	1.0	1.0	2.0
計	標本数	733	865	789	532	303	3222

表Ⅱ-74 おけいこごとにかかる時間

		小学校 1・2年生	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	258	330	283	108	37	1016
	平均値	2h09m	2h15m	2h24m	1h55m	2h12m	2h14m
	標準偏差	2h21m	1h44m	2h21m	2h14m	3h16m	2h12m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	0h40m	1h00m
	中央値	1h35m	2h00m	1h30m	1h25m	1h00m	1h30m
	75パーセンタイル値	2h32m	3h00m	3h00m	2h00m	2h00m	3h00m
女子	標本数	471	536	500	423	265	2195
	平均値	1h45m	1h59m	2h13m	1h43m	1h59m	1h56m
	標準偏差	1h25m	1h55m	2h32m	1h59m	2h26m	2h04m
	25パーセンタイル値	0h40m	0h50m	1h00m	0h40m	1h00m	0h50m
	中央値	1h20m	1h30m	1h30m	1h10m	1h00m	1h30m
	75パーセンタイル値	2h30m	2h30m	3h00m	2h00m	2h00m	2h30m
計	標本数	729	866	783	531	302	3211

表Ⅱ-75　部活動やその他の自由時間に、体を動かす遊びをしているか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 している	633	80.7	722	84.5	727	80.1	965	80.4	624	70.3	3671	79.2
2 していない	151	19.3	132	15.5	181	19.9	235	19.6	263	29.7	962	20.8
合計	784	100.0	854	100.0	908	100.0	1200	100.0	887	100.0	4633	100.0

表Ⅱ-76　部活動やその他の自由時間に、体を動かす遊びをしているか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 している	630	76.3	649	78.1	558	63.3	769	62.4	590	41.5	3196	61.6
2 していない	196	23.7	182	21.9	323	36.7	464	37.6	830	58.5	1995	38.4
合計	826	100.0	831	100	881	100.0	1233	100.0	1420	100.0	5191	100.0

表Ⅱ-77 強い運動の時間

		小学校 1・2年生	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	425	547	521	804	518	2815
	平均値	3h04m	4h24m	4h37m	6h40m	8h33m	5h39m
	標準偏差	3h09m	4h23m	4h25m	6h29m	8h33m	6h08m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h20m	1h00m	1h30m	2h00m	1h00m
	中央値	2h00m	3h00m	3h00m	4h00m	4h00m	3h00m
	75パーセンタイル値	4h00m	6h00m	7h00m	10h30m	15h00m	8h00m
女子	標本数	426	451	381	530	369	2157
	平均値	2h00m	3h17m	4h12m	6h01m	10h00m	5h01m
	標準偏差	2h41m	4h34m	5h41m	6h01m	9h09m	6h27m
	25パーセンタイル値	0h30m	1h00m	1h00m	1h00m	2h00m	1h00m
	中央値	1h00m	1h30m	2h00m	4h00m	9h00m	2h00m
	75パーセンタイル値	2h00m	4h00m	5h00m	9h10m	17h00m	6h30m
計	標本数	851	998	902	1334	887	4972

表Ⅱ-78 中等度の運動の時間

		小学校 1・2年生	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	512	578	571	758	462	2881
	平均値	3h39m	4h58m	4h37m	4h21m	6h27m	4h44m
	標準偏差	3h54m	5h01m	4h59m	5h40m	9h24m	6h00m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	中央値	2h30m	3h00m	3h00m	2h00m	2h20m	2h30m
	75パーセンタイル値	5h00m	7h00m	6h00m	5h00m	7h00m	6h00m
女子	標本数	501	510	420	622	426	2479
	平均値	2h47m	3h22m	3h12m	4h11m	5h04m	3h43m
	標準偏差	3h04m	4h25m	3h41m	5h22m	6h26m	4h49m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	1h00m	0h55m	1h00m	1h00m
	中央値	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h30m	2h00m
	75パーセンタイル値	3h30m	5h00m	4h00m	5h30m	6h00m	5h00m
計	標本数	1013	1088	991	1380	888	5360

表Ⅱ-79 軽い運動の時間

		小学校 1・2年生	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	393	342	457	291	1861
	平均値	2h36m	2h25m	2h06m	1h40m	1h48m	2h07m
	標準偏差	3h03m	2h52m	3h07m	3h13m	2h10m	2h58m
	25パーセンタイル値	1h00m	1h00m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	2h00m	2h00m	2h00m	2h00m
女子	標本数	418	352	288	361	263	1682
	平均値	2h04m	2h14m	1h27m	1h11m	1h45m	1h46m
	標準偏差	2h38m	3h06m	1h46m	1h31m	2h29m	2h25m
	25パーセンタイル値	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m	0h30m
	中央値	1h00m	1h00m	1h00m	0h30m	1h00m	1h00m
	75パーセンタイル値	3h00m	3h00m	2h00m	1h04m	2h00m	2h00m
計	標本数	796	745	630	818	554	3543

表Ⅱ-80 運動時間の合計

		小学校 1・2年生	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	625	719	718	957	618	3637
	平均値	6h39m	8h40m	8h02m	9h51m	12h51m	9h13m
	標準偏差	6h40m	7h08m	7h39m	8h56m	11h54m	8h50m
	25パーセンタイル値	2h00m	3h00m	2h30m	2h45m	3h00m	2h30m
	中央値	4h30m	7h00m	6h00m	8h00m	10h00m	6h30m
	75パーセンタイル値	9h40m	13h00m	11h00m	14h30m	20h00m	14h00m
女子	標本数	626	642	551	762	584	3165
	平均値	4h58m	6h13m	6h07m	8h11m	10h48m	7h16m
	標準偏差	5h40m	7h13m	6h15m	7h35m	9h55m	7h43m
	25パーセンタイル値	1h15m	1h30m	1h30m	2h10m	2h30m	1h40m
	中央値	3h00m	3h42m	4h00m	6h00m	7h00m	4h00m
	75パーセンタイル値	7h00m	9h00m	8h30m	12h00m	18h00m	10h50m
計	標本数	1251	1361	1269	1719	1202	6802

表Ⅱ-81　強い運動をした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	187	44.0	44.0	178	32.5	32.5	175	33.6	33.6	221	27.5	27.5	119	23.0	23.0	880	31.3	31.3
2 － 4	115	27.1	71.1	123	22.5	55.0	115	22.1	55.7	173	21.5	49.0	132	25.5	48.5	658	23.4	54.6
4 － 6	64	15.1	86.1	93	17.0	72.0	54	10.4	66.0	64	8.0	57.0	28	5.4	53.9	303	10.8	65.4
6 － 8	27	6.4	92.5	59	10.8	82.8	54	10.4	76.4	45	5.6	62.6	28	5.4	59.3	213	7.6	73.0
8 － 10	5	1.2	93.6	35	6.4	89.2	45	8.6	85.0	49	6.1	68.7	8	1.5	60.8	142	5.0	78.0
10 － 12	10	2.4	96.0	22	4.0	93.2	40	7.7	92.7	70	8.7	77.4	22	4.2	65.1	164	5.8	83.8
12 － 14	7	1.6	97.6	9	1.6	94.9	12	2.3	95.0	47	5.8	83.2	27	5.2	70.3	102	3.6	87.5
14 － 16	7	1.6	99.3	12	2.2	97.1	10	1.9	96.9	62	7.7	90.9	37	7.1	77.4	128	4.5	92.0
16 － 18	2	0.5	99.8	3	0.5	97.6	6	1.2	98.1	20	2.5	93.4	21	4.1	81.5	52	1.8	93.9
18 － 20	1	0.2	100.0	4	0.7	98.4	4	0.8	98.8	14	1.7	95.1	19	3.7	85.1	42	1.5	95.3
20 － 22				4	0.7	99.1	4	0.8	99.6	18	2.2	97.4	41	7.9	93.1	67	2.4	97.7
22 － 24				1	0.2	99.3	1	0.2	99.8	7	0.9	98.3	4	0.8	93.8	13	0.5	98.2
24 － 26				2	0.4	99.6	1	0.2	100.0	5	0.6	98.9	12	2.3	96.1	20	0.7	98.9
26 － 28				1	0.2	99.8				0	0.0	98.9	3	0.6	96.7	4	0.1	99.0
28 － 30				0	0.0	99.8				2	0.2	99.1	4	0.8	97.5	6	0.2	99.3
30 － 32				1	0.2	100.0				4	0.5	99.6	4	0.8	98.3	9	0.3	99.6
32 － 34										1	0.1	99.8	3	0.6	98.8	4	0.1	99.7
34 － 36										0	0.0	99.8	4	0.8	99.6	4	0.1	99.9
36 － 38										2	0.2	100.0	2	0.4	100.0	4	0.1	100.0
38 － 40																		
40 －																		
	425	100.0		547	100.0		521	100.0		804	100.0		518	100.0		2815	100.0	

表Ⅱ−82　強い運動をした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	268	62.9	62.9	248	55.0	55.0	180	47.2	47.2	163	30.8	30.8	88	23.8	23.8	947	43.9	43.9
2 － 4	102	23.9	86.9	89	19.7	74.7	78	20.5	67.7	99	18.7	49.4	71	19.2	43.1	439	20.4	64.3
4 － 6	29	6.8	93.7	34	7.5	82.3	30	7.9	75.6	48	9.1	58.5	18	4.9	48.0	159	7.4	71.6
6 － 8	13	3.1	96.7	28	6.2	88.5	28	7.3	82.9	50	9.4	67.9	4	1.1	49.1	123	5.7	77.3
8 － 10	4	0.9	97.7	12	2.7	91.1	13	3.4	86.4	41	7.7	75.7	8	2.2	51.2	78	3.6	80.9
10 － 12	5	1.2	98.8	8	1.8	92.9	14	3.7	90.0	37	7.0	82.6	19	5.1	56.4	83	3.8	84.8
12 － 14	0	0.0	98.8	4	0.9	93.8	7	1.8	91.9	24	4.5	87.2	16	4.3	60.7	51	2.4	87.2
14 － 16	0	0.0	98.8	8	1.8	95.6	7	1.8	93.7	30	5.7	92.8	29	7.9	68.6	74	3.4	90.6
16 － 18	2	0.5	99.3	11	2.4	98.0	5	1.3	95.0	11	2.1	94.9	29	7.9	76.4	58	2.7	93.3
18 － 20	0	0.0	99.3	2	0.4	98.4	4	1.0	96.1	11	2.1	97.0	25	6.8	83.2	42	1.9	95.2
20 － 22	2	0.5	99.8	4	0.9	99.3	5	1.3	97.4	4	0.8	97.7	29	7.9	91.1	44	2.0	97.3
22 － 24	0	0.0	99.8	0	0.0	99.3	3	0.8	98.2	5	0.9	98.7	7	1.9	93.0	15	0.7	98.0
24 － 26	0	0.0	99.8	1	0.2	99.6	1	0.3	98.4	1	0.2	98.9	11	3.0	95.9	14	0.6	98.6
26 － 28	1	0.2	100.0	1	0.2	99.8	1	0.3	98.7	0	0.0	98.9	1	0.3	96.2	4	0.2	98.8
28 － 30				0	0.0	99.8	5	1.3	100.0	0	0.0	98.9	4	1.1	97.3	9	0.4	99.2
30 － 32				0	0.0	99.8				5	0.9	99.8	3	0.8	98.1	8	0.4	99.6
32 － 34				1	0.2	100.0				1	0.2	100.0	0	0.0	98.1	2	0.1	99.7
34 － 36													4	1.1	99.2	4	0.2	99.9
36 － 38													3	0.8	100.0	3	0.1	100.0
38 － 40																		
40 －																		
	426	100.0		451	100.0		381	100.0		530	100.0		369	100.0		2157	100.0	

表Ⅱ-83　中等度の運動をした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	194	37.9	37.9	185	32.0	32.0	185	32.4	32.4	357	47.1	47.1	169	36.6	36.6	1090	37.8	37.8
2 － 4	133	26.0	63.9	132	22.8	54.8	140	24.5	56.9	160	21.1	68.2	117	25.3	61.9	682	23.7	61.5
4 － 6	80	15.6	79.5	75	13.0	67.8	90	15.8	72.7	63	8.3	76.5	37	8.0	69.9	345	12.0	73.5
6 － 8	47	9.2	88.7	52	9.0	76.8	44	7.7	80.4	36	4.7	81.3	26	5.6	75.5	205	7.1	80.6
8 － 10	18	3.5	92.2	33	5.7	82.5	31	5.4	85.8	10	1.3	82.6	10	2.2	77.7	102	3.5	84.1
10 － 12	19	3.7	95.9	35	6.1	88.6	34	6.0	91.8	34	4.5	87.1	23	5.0	82.7	145	5.0	89.2
12 － 14	6	1.2	97.1	18	3.1	91.7	13	2.3	94.0	28	3.7	90.8	6	1.3	84.0	71	2.5	91.6
14 － 16	6	1.2	98.2	23	4.0	95.7	10	1.8	95.8	23	3.0	93.8	17	3.7	87.7	79	2.7	94.4
16 － 18	0	0.0	98.2	5	0.9	96.5	4	0.7	96.5	11	1.5	95.3	6	1.3	89.0	26	0.9	95.3
18 － 20	2	0.4	98.6	7	1.2	97.8	6	1.1	97.5	10	1.3	96.6	9	1.9	90.9	34	1.2	96.5
20 － 22	3	0.6	99.2	9	1.6	99.3	5	0.9	98.4	16	2.1	98.7	8	1.7	92.6	41	1.4	97.9
22 － 24	1	0.2	99.4	1	0.2	99.5	3	0.5	98.9	2	0.3	98.9	4	0.9	93.5	11	0.4	98.3
24 － 26	2	0.4	99.8	1	0.2	99.7	2	0.4	99.3	2	0.3	99.2	1	0.2	93.7	8	0.3	98.5
26 － 28	0	0.0	99.8	0	0.0	99.7	1	0.2	99.5	1	0.1	99.3	2	0.4	94.2	4	0.1	98.7
28 － 30	0	0.0	99.8	1	0.2	99.8	1	0.2	99.6	1	0.1	99.5	6	1.3	95.5	9	0.3	99.0
30 － 32	1	0.2	100.0	0	0.0	99.8	1	0.2	99.8	3	0.4	99.9	4	0.9	96.3	9	0.3	99.3
32 － 34				1	0.2	100.0	0	0.0	99.8	0	0.0	99.9	3	0.6	97.0	4	0.1	99.4
34 － 36							0	0.0	99.8	0	0.0	99.9	0	0.0	97.0	0	0.0	99.4
36 － 38							1	0.2	100.0	1	0.1	100.0	14	3.0	100.0	16	0.6	100.0
38 － 40																		
40 －																		
	512	100.0		578	100.0		571	100.0		758	100.0		462	100.0		2881	100.0	

表Ⅱ-84　中等度の運動をした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	242	48.3	48.3	235	46.1	46.1	183	43.6	43.6	287	46.1	46.1	159	37.3	37.3	1106	44.6	44.6
2 － 4	138	27.5	75.8	114	22.4	68.4	118	28.1	71.7	129	20.7	66.9	111	26.1	63.4	610	24.6	69.2
4 － 6	52	10.4	86.2	70	13.7	82.2	49	11.7	83.3	54	8.7	75.6	42	9.9	73.2	267	10.8	80.0
6 － 8	36	7.2	93.4	43	8.4	90.6	32	7.6	91.0	36	5.8	81.4	29	6.8	80.0	176	7.1	87.1
8 － 10	9	1.8	95.2	18	3.5	94.1	12	2.9	93.8	21	3.4	84.7	8	1.9	81.9	68	2.7	89.8
10 － 12	12	2.4	97.6	11	2.2	96.3	12	2.9	96.7	38	6.1	90.8	21	4.9	86.9	94	3.8	93.6
12 － 14	6	1.2	98.8	2	0.4	96.7	1	0.2	96.9	15	2.4	93.2	7	1.6	88.5	31	1.3	94.9
14 － 16	3	0.6	99.4	4	0.8	97.5	4	1.0	97.9	18	2.9	96.1	12	2.8	91.3	41	1.7	96.5
16 － 18	0	0.0	99.4	4	0.8	98.2	1	0.2	98.1	4	0.6	96.8	10	2.3	93.7	19	0.8	97.3
18 － 20	0	0.0	99.4	2	0.4	98.6	2	0.5	98.6	5	0.8	97.6	7	1.6	95.3	16	0.6	97.9
20 － 22	2	0.4	99.8	3	0.6	99.2	4	1.0	99.5	5	0.8	98.4	7	1.6	96.9	21	0.8	98.8
22 － 24	0	0.0	99.8	1	0.2	99.4	2	0.5	100.0	1	0.2	98.6	4	0.9	97.9	8	0.3	99.1
24 － 26	0	0.0	99.8	0	0.0	99.4				4	0.6	99.2	2	0.5	98.4	6	0.2	99.4
26 － 28	1	0.2	100.0	0	0.0	99.4				0	0.0	99.2	0	0.0	98.4	1	0.0	99.4
28 － 30				0	0.0	99.4				1	0.2	99.4	2	0.5	98.8	3	0.1	99.5
30 － 32				1	0.2	99.6				3	0.5	99.8	1	0.2	99.1	5	0.2	99.7
32 － 34				1	0.2	99.8				0	0.0	99.8	0	0.0	99.1	1	0.0	99.8
34 － 36				0	0.0	99.8				0	0.0	99.8	0	0.0	99.1	0	0.0	99.8
36 － 38				1	0.2	100.0				1	0.2	100.0	4	0.9	100.0	6	0.2	100.0
38 － 40																		
40 －																		
	501	100.0		510	100.0		420	100.0		622	100.0		426	100.0		2479	100.0	

表Ⅱ-85　軽い運動をした時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	217	57.4	57.4	226	57.5	57.5	216	63.2	63.2	337	73.7	73.7	192	66.0	66.0	1188	63.8	63.8
2 － 4	74	19.6	77.0	97	24.7	82.2	71	20.8	83.9	80	17.5	91.2	63	21.6	87.6	385	20.7	84.5
4 － 6	33	8.7	85.7	28	7.1	89.3	32	9.4	93.3	21	4.6	95.8	18	6.2	93.8	132	7.1	91.6
6 － 8	27	7.1	92.9	15	3.8	93.1	12	3.5	96.8	5	1.1	96.9	8	2.7	96.6	67	3.6	95.2
8 － 10	7	1.9	94.7	6	1.5	94.7	2	0.6	97.4	4	0.9	97.8	4	1.4	97.9	23	1.2	96.5
10 － 12	11	2.9	97.6	14	3.6	98.2	5	1.5	98.8	2	0.4	98.2	4	1.4	99.3	36	1.9	98.4
12 － 14	3	0.8	98.4	2	0.5	98.7	0	0.0	98.8	2	0.4	98.7	1	0.3	99.7	8	0.4	98.8
14 － 16	5	1.3	99.7	3	0.8	99.5	2	0.6	99.4	3	0.7	99.3	1	0.3	100.0	14	0.8	99.6
16 － 18	0	0.0	99.7	0	0.0	99.5	0	0.0	99.4	0	0.0	99.3				0	0.0	99.6
18 － 20	0	0.0	99.7	0	0.0	99.5	0	0.0	99.4	0	0.0	99.3				0	0.0	99.6
20 － 22	1	0.3	100.0	2	0.5	100.0	1	0.3	99.7	0	0.0	99.3				4	0.2	99.8
22 － 24							0	0.0	99.7	0	0.0	99.3				0	0.0	99.8
24 － 26							0	0.0	99.7	0	0.0	99.3				0	0.0	99.8
26 － 28							0	0.0	99.7	1	0.2	99.6				1	0.1	99.8
28 － 30							0	0.0	99.7	0	0.0	99.6				0	0.0	99.8
30 － 32							0	0.0	99.7	1	0.2	99.8				1	0.1	99.9
32 － 34							0	0.0	99.7	0	0.0	99.8				0	0.0	99.9
34 － 36							0	0.0	99.7	0	0.0	99.8				0	0.0	99.9
36 － 38							1	0.3	100.0	1	0.2	100.0				2	0.1	100.0
38 － 40																		
40 －																		
	378	100.0		393	100.0		342	100.0		457	100.0		291	100.0		1861	100.0	

表Ⅱ-86 軽い運動をした時間の分布（女子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
－ 2	261	62.4	62.4	215	61.1	61.1	210	72.9	72.9	287	79.5	79.5	187	71.1	71.1	1160	69.0	69.0
2 － 4	92	22.0	84.4	80	22.7	83.8	58	20.1	93.1	54	15.0	94.5	52	19.8	90.9	336	20.0	88.9
4 － 6	25	6.0	90.4	21	6.0	89.8	13	4.5	97.6	11	3.0	97.5	7	2.7	93.5	77	4.6	93.5
6 － 8	26	6.2	96.7	19	5.4	95.2	2	0.7	98.3	6	1.7	99.2	6	2.3	95.8	59	3.5	97.0
8 － 10	6	1.4	98.1	4	1.1	96.3	1	0.3	98.6	1	0.3	99.4	5	1.9	97.7	17	1.0	98.0
10 － 12	2	0.5	98.6	6	1.7	98.0	2	0.7	99.3	1	0.3	99.7	3	1.1	98.9	14	0.8	98.9
12 － 14	1	0.2	98.8	2	0.6	98.6	1	0.3	99.7	0	0.0	99.7	1	0.4	99.2	5	0.3	99.2
14 － 16	2	0.5	99.3	0	0.0	98.6	1	0.3	100.0	1	0.3	100.0	1	0.4	99.6	5	0.3	99.5
16 － 18	1	0.2	99.5	0	0.0	98.6							0	0.0	99.6	1	0.1	99.5
18 － 20	0	0.0	99.5	0	0.0	98.6							0	0.0	99.6	0	0.0	99.5
20 － 22	2	0.5	100.0	5	1.4	100.0							1	0.4	100.0	8	0.5	100.0
22 － 24																		
24 － 26																		
26 － 28																		
28 － 30																		
30 － 32																		
32 － 34																		
34 － 36																		
36 － 38																		
38 － 40																		
40 －																		
	418	100.0		352	100.0		288	100.0		361	100.0		263	100.0		1682	100.0	

表Ⅱ-87　1週間の総運動時間の分布（男子）

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	8	1.3	1.3	3	0.4	0.4	9	1.2	1.2	8	0.8	0.8	6	1.0	1.0	34	0.9	0.9
－ 2	154	24.3	25.6	110	15.2	15.7	136	18.7	19.9	137	14.2	15.0	79	12.7	13.6	616	16.8	17.7
2 － 4	119	18.8	44.4	118	16.3	32.0	107	14.7	34.7	180	18.7	33.7	129	20.7	34.3	653	17.8	35.5
4 － 6	90	14.2	58.6	87	12.0	44.0	92	12.7	47.3	90	9.3	43.0	51	8.2	42.5	410	11.2	46.7
6 － 8	63	10.0	68.6	66	9.1	53.2	84	11.6	58.9	70	7.3	50.3	27	4.3	46.8	310	8.4	55.1
8 － 10	45	7.1	75.7	68	9.4	62.6	62	8.5	67.4	50	5.2	55.4	18	2.9	49.7	243	6.6	61.7
10 － 12	34	5.4	81.0	65	9.0	71.6	72	9.9	77.3	85	8.8	64.2	23	3.7	53.4	279	7.6	69.3
12 － 14	30	4.7	85.8	40	5.5	77.1	37	5.1	82.4	66	6.8	71.1	30	4.8	58.2	203	5.5	74.9
14 － 16	31	4.9	90.7	55	7.6	84.8	37	5.1	87.5	78	8.1	79.2	39	6.3	64.4	240	6.5	81.4
16 － 18	15	2.4	93.0	25	3.5	88.2	21	2.9	90.4	48	5.0	84.1	30	4.8	69.2	139	3.8	85.2
18 － 20	14	2.2	95.3	23	3.2	91.4	20	2.8	93.1	49	5.1	89.2	34	5.4	74.7	140	3.8	89.0
20 － 22	9	1.4	96.7	19	2.6	94.0	16	2.2	95.3	29	3.0	92.2	36	5.8	80.4	109	3.0	92.0
22 － 24	3	0.5	97.2	10	1.4	95.4	7	1.0	96.3	17	1.8	94.0	13	2.1	82.5	50	1.4	93.3
24 － 26	4	0.6	97.8	8	1.1	96.5	7	1.0	97.2	13	1.3	95.3	17	2.7	85.3	49	1.3	94.7
26 － 28	5	0.8	98.6	10	1.4	97.9	6	0.8	98.1	10	1.0	96.4	14	2.2	87.5	45	1.2	95.9
28 － 30	2	0.3	98.9	4	0.6	98.5	2	0.3	98.3	9	0.9	97.3	16	2.6	90.1	33	0.9	96.8
30 － 32	2	0.3	99.2	5	0.7	99.2	4	0.6	98.9	5	0.5	97.8	18	2.9	92.9	34	0.9	97.7
32 － 34	0	0.0	99.2	2	0.3	99.4	1	0.1	99.0	6	0.6	98.4	13	2.1	95.0	22	0.6	98.3
34 － 36	3	0.5	99.7	3	0.4	99.9	1	0.1	99.2	3	0.3	98.8	4	0.6	95.7	14	0.4	98.7
36 － 38	0	0.0	99.7	1	0.1	100.0	1	0.1	99.3	3	0.3	99.1	4	0.6	96.3	9	0.2	98.9
38 － 40	0	0.0	99.7				1	0.1	99.4	3	0.3	99.4	1	0.2	96.5	5	0.1	99.1
40 － 42	0	0.0	99.7				1	0.1	99.6	0	0.0	99.4	2	0.3	96.8	3	0.1	99.2
42 － 44	0	0.0	99.7				0	0.0	99.6	0	0.0	99.4	6	1.0	97.8	6	0.2	99.3
44 － 46	1	0.2	99.8				0	0.0	99.6	2	0.2	99.6	2	0.3	98.1	5	0.1	99.5
46 － 48	1	0.2	100.0				0	0.0	99.6	0	0.0	99.6	2	0.3	98.4	3	0.1	99.5
48 － 50							1	0.1	99.7	0	0.0	99.6	0	0.0	98.4	1	0.0	99.6
50 － 52							2	0.3	100.0	4	0.4	100.0	10	1.6	100.0	16	0.4	100.0
	633	100.0		722	100.0		727	100.0		965	100.0		624	100.0		3671	100.0	

表Ⅱ-88　1週間の総運動時間の分布(女子)

	小学校 1・2年生			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%	N	%	累積%
0	4	0.6	0.6	7	1.1	1.1	7	1.3	1.3	7	0.9	0.9	6	1.0	1.0	31	1.0	1.0
－ 2	219	34.8	35.4	195	30.0	31.1	150	26.9	28.1	155	20.2	21.1	102	17.3	18.3	821	25.7	26.7
2 － 4	139	22.1	57.5	128	19.7	50.8	116	20.8	48.9	141	18.3	39.4	137	23.2	41.5	661	20.7	47.3
4 － 6	70	11.1	68.6	72	11.1	61.9	79	14.2	63.1	68	8.8	48.2	32	5.4	46.9	321	10.0	57.4
6 － 8	64	10.2	78.7	54	8.3	70.3	57	10.2	73.3	63	8.2	56.4	27	4.6	51.5	265	8.3	65.7
8 － 10	35	5.6	84.3	44	6.8	77.0	33	5.9	79.2	70	9.1	65.5	19	3.2	54.7	201	6.3	72.0
10 － 12	31	4.9	89.2	39	6.0	83.1	27	4.8	84.1	67	8.7	74.3	20	3.4	58.1	184	5.8	77.7
12 － 14	20	3.2	92.4	25	3.9	86.9	17	3.0	87.1	48	6.2	80.5	26	4.4	62.5	136	4.3	82.0
14 － 16	18	2.9	95.2	31	4.8	91.7	16	2.9	90.0	38	4.9	85.4	33	5.6	68.1	136	4.3	86.2
16 － 18	12	1.9	97.1	18	2.8	94.5	10	1.8	91.8	33	4.3	89.7	34	5.8	73.9	107	3.3	89.6
18 － 20	3	0.5	97.6	13	2.0	96.5	15	2.7	94.4	22	2.9	92.6	30	5.1	79.0	83	2.6	92.2
20 － 22	4	0.6	98.3	6	0.9	97.4	16	2.9	97.3	17	2.2	94.8	44	7.5	86.4	87	2.7	94.9
22 － 24	3	0.5	98.7	2	0.3	97.7	4	0.7	98.0	5	0.7	95.4	20	3.4	89.8	34	1.1	96.0
24 － 26	1	0.2	98.9	2	0.3	98.0	3	0.5	98.6	8	1.0	96.5	11	1.9	91.7	25	0.8	96.7
26 － 28	1	0.2	99.0	6	0.9	98.9	2	0.4	98.9	7	0.9	97.4	8	1.4	93.1	24	0.8	97.5
28 － 30	1	0.2	99.2	0	0.0	98.9	1	0.2	99.1	5	0.7	98.0	9	1.5	94.6	16	0.5	98.0
30 － 32	1	0.2	99.4	1	0.2	99.1	4	0.7	99.8	5	0.7	98.7	9	1.5	96.1	20	0.6	98.6
32 － 34	1	0.2	99.5	1	0.2	99.2	1	0.2	100.0	5	0.7	99.3	4	0.7	96.8	12	0.4	99.0
34 － 36	1	0.2	99.7	0	0.0	99.2				1	0.1	99.5	7	1.2	98.0	9	0.3	99.3
36 － 38	0	0.0	99.7	0	0.0	99.2				1	0.1	99.6	5	0.8	98.8	6	0.2	99.5
38 － 40	0	0.0	99.7	0	0.0	99.2				0	0.0	99.6	1	0.2	99.0	1	0.0	99.5
40 － 42	0	0.0	99.7	2	0.3	99.5				0	0.0	99.6	4	0.7	99.7	6	0.2	99.7
42 － 44	1	0.2	99.8	0	0.0	99.5				1	0.1	99.7	0	0.0	99.7	2	0.1	99.7
44 － 46	0	0.0	99.8	0	0.0	99.5				0	0.0	99.7	1	0.2	99.8	1	0.0	99.8
46 － 48	0	0.0	99.8	0	0.0	99.5				1	0.1	99.9	1	0.2	100.0	2	0.1	99.8
48 － 50	0	0.0	99.8	0	0.0	99.5				0	0.0	99.9				0	0.0	99.8
50 － 52	1	0.2	100.0	3	0.5	100.0				1	0.1	100.0				5	0.2	100.0
	630	100.0		649	100.0		558	100.0		769	100.0		590	100.0		3196	100.0	

表Ⅱ-89 体重1kgあたりの運動によるエネルギー消費量

		小学校 1・2年生	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	625	719	718	956	618	3636
	平均値	8.1	9.5	8.5	10.0	11.5	9.5
	標準偏差	8.2	8.0	8.0	9.2	10.6	8.9
	25パーセンタイル値	2.1	3.1	2.5	2.7	2.6	2.6
	中央値	5.5	7.8	6.2	7.7	7.7	7.0
	75パーセンタイル値	11.4	13.7	12.5	15.1	19.3	14.2
女子	標本数	626	642	551	762	584	3165
	平均値	5.5	6.2	6.3	7.7	9.2	7.0
	標準偏差	6.3	7.4	7.4	7.6	9.4	7.8
	25パーセンタイル値	1.5	1.4	1.5	1.8	1.7	1.5
	中央値	3.4	3.4	3.6	5.6	4.2	3.8
	75パーセンタイル値	7.2	8.6	8.2	11.2	16.3	10.0
計	標本数	1251	1361	1269	1718	1202	6801

表Ⅱ-90 運動によるエネルギー消費量

		小学校 1・2年生	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	624	715	718	955	618	3630
	平均値	197.4	291.9	306.1	487.1	696.2	398.6
	標準偏差	208	262	302	470	661	447
	25パーセンタイル値	48	89	90	135	150	95
	中央値	132.6	235.3	219.6	361.2	452.8	240.9
	75パーセンタイル値	284	421	440	697	1115	527
女子	標本数	624	640	551	761	584	3160
	平均値	127.1	186.3	229.6	363.2	494.1	281.7
	標準偏差	151	230	273	367	520	357
	25パーセンタイル値	32	38	51	85	87	51
	中央値	70.0	101.0	131.8	244.7	234.3	136.6
	75パーセンタイル値	178	252	293	520	842	365
計	標本数	1248	1355	1269	1716	1202	6790

表Ⅱ-91 金曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	9	1.1	9	1.1	9	1.0	61	5.1	42	4.7	130	2.8
2 平日と同じぐらいに寝る	413	52.4	448	52.3	470	51.6	548	45.5	452	50.8	2331	50.1
3 平日より遅く寝る	366	46.4	400	46.7	432	47.4	595	49.4	396	44.5	2189	47.1
合計	788	100.0	857	100.0	911	100.0	1204	100.0	890	100.0	4650	100.0

表Ⅱ-92 金曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	4	0.5	2	0.2	15	1.7	46	3.7	91	6.4	158	3.0
2 平日と同じぐらいに寝る	453	54.5	391	46.9	401	45.2	527	42.6	684	48.1	2456	47.1
3 平日より遅く寝る	374	45.0	440	52.8	472	53.2	663	53.6	647	45.5	2596	49.8
合計	831	100.0	833	100.0	888	100.0	1236	100.0	1422	100.0	5210	100.0

表Ⅱ-93 土曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	8	1.0	17	2.0	27	3.0	60	5.0	65	7.3	177	3.8
2 平日と同じぐらいに寝る	327	41.5	368	43.0	379	41.6	424	35.2	367	41.2	1865	40.1
3 平日より遅く寝る	453	57.5	471	55.0	504	55.4	719	59.8	458	51.5	2605	56.1
合計	788	100.0	856	100.0	910	100.0	1203	100.0	890	100.0	4647	100.0

表Ⅱ-94 土曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	9	1.1	7	0.8	22	2.5	49	4.0	106	7.4	193	3.7
2 平日と同じぐらいに寝る	358	43.1	328	39.3	360	40.5	426	34.5	559	39.3	2031	39.0
3 平日より遅く寝る	464	55.8	499	59.8	506	57.0	761	61.6	758	53.3	2988	57.3
合計	831	100.0	834	100.0	888	100.0	1236	100.0	1423	100.0	5212	100.0

表Ⅱ-95　日曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	53	6.7	81	9.5	90	9.9	153	12.7	131	14.7	508	10.9
2 平日と同じぐらいに寝る	702	89.1	738	86.2	779	85.7	885	73.5	669	75.2	3773	81.2
3 平日より遅く寝る	33	4.2	37	4.3	40	4.4	166	13.8	90	10.1	366	7.9
合計	788	100.0	856	100.0	909	100.0	1204	100.0	890	100.0	4647	100.0

表Ⅱ-96　日曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝るか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く寝る	77	9.3	63	7.6	82	9.2	180	14.6	210	14.8	612	11.7
2 平日と同じぐらいに寝る	725	87.2	734	88.0	757	85.2	949	76.8	1051	73.9	4216	80.9
3 平日より遅く寝る	29	3.5	37	4.4	49	5.5	106	8.6	162	11.4	383	7.3
合計	831	100.0	834	100.0	888	100.0	1235	100.0	1423	100.0	5211	100.0

表Ⅱ-97 土曜日の朝、平日と同じように起きるか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く起きる	100	12.7	140	16.4	124	13.6	198	16.4	74	8.3	636	13.7
2 平日と同じぐらいに起きる	296	37.6	313	36.6	279	30.6	342	28.4	312	35.1	1542	33.2
3 平日より遅く起きる	392	49.7	403	47.1	508	55.8	664	55.1	504	56.6	2471	53.2
合計	788	100.0	856	100.0	911	100.0	1204	100.0	890	100.0	4649	100.0

表Ⅱ-98 土曜日の朝、平日と同じように起きるか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く起きる	51	6.1	54	6.5	60	6.8	63	5.1	71	5.0	299	5.7
2 平日と同じぐらいに起きる	266	32.0	206	24.7	189	21.3	296	24.0	435	30.6	1392	26.7
3 平日より遅く起きる	514	61.9	573	68.8	639	72.0	876	70.9	917	64.4	3519	67.5
合計	831	100.0	833	100.0	888	100.0	1235	100.0	1423	100.0	5210	100.0

表Ⅱ-99 日曜日の朝、平日と同じように起きるか（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く起きる	141	17.9	162	18.9	155	17.0	173	14.4	70	7.9	701	15.1
2 平日と同じぐらいに起きる	274	34.8	305	35.6	253	27.8	283	23.5	257	28.9	1372	29.5
3 平日より遅く起きる	373	47.3	389	45.4	503	55.2	748	62.1	563	63.3	2576	55.4
合計	788	100.0	856	100.0	911	100.0	1204	100.0	890	100.0	4649	100.0

表Ⅱ-100 日曜日の朝、平日と同じように起きるか（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 平日より早く起きる	96	11.6	77	9.2	83	9.3	51	4.1	66	4.6	373	7.2
2 平日と同じぐらいに起きる	218	26.2	189	22.7	158	17.8	203	16.4	353	24.8	1121	21.5
3 平日より遅く起きる	517	62.2	567	68.1	647	72.9	981	79.4	1004	70.6	3716	71.3
合計	831	100.0	833	100.0	888	100.0	1235	100.0	1423	100.0	5210	100.0

表Ⅱ-101 土曜日の過ごし方(男子)(3つまで回答)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 家でゆっくり休む	212	26.7	229	26.6	234	25.5	560	46.3	524	58.8	1759	37.7
2 読書や音楽鑑賞など室内の遊びをする	102	12.8	78	9.1	84	9.2	227	18.8	212	23.8	703	15.1
3 コンピュータゲームやテレビゲームをする	471	59.3	518	60.2	596	65.1	523	43.3	252	28.3	2360	50.5
4 インターネットや携帯メールをする	6	0.8	10	1.2	40	4.4	251	20.8	260	29.2	567	12.1
5 テレビやビデオやDVDを見る	326	41.1	329	38.2	371	40.5	327	27.0	242	27.2	1595	34.1
6 家や図書館などで勉強する	38	4.8	33	3.8	28	3.1	103	8.5	63	7.1	265	5.7
7 家の外で遊ぶ	396	49.9	341	39.6	339	37.0	253	20.9	118	13.2	1447	31.0
8 クラブ活動や部活動・スポーツクラブへ行く	207	26.1	406	47.2	407	44.4	744	61.5	579	65.0	2343	50.2
9 学習塾や補習に行く	24	3.0	37	4.3	42	4.6	149	12.3	64	7.2	316	6.8
10 おけいこごとに行く	101	12.7	78	9.1	64	7.0	34	2.8	13	1.5	290	6.2
11 家族や友人と出かける	389	49.0	356	41.3	365	39.8	315	26.1	238	26.7	1663	35.6
12 地域の行事やボランティア活動に参加する	5	0.6	10	1.2	8	0.9	4	0.3	3	0.3	30	0.6
13 家の手伝いをする	42	5.3	54	6.3	55	6.0	58	4.8	26	2.9	235	5.0
無効回答	4	0.5	7	0.8	6	0.7	9	0.7	3	0.3	29	0.6
計	794		861		916		1209		891		1246	

表Ⅱ-102 土曜日の過ごし方(女子)(3つまで回答)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 家でゆっくり休む	275	33.0	287	34.2	398	44.7	540	43.5	827	57.9	2327	44.5
2 読書や音楽鑑賞など室内の遊びをする	180	21.6	150	17.9	196	22.0	361	29.1	359	25.1	1246	23.8
3 コンピュータゲームやテレビゲームをする	306	36.7	293	34.9	273	30.7	142	11.4	81	5.7	1095	20.9
4 インターネットや携帯メールをする	2	0.2	20	2.4	60	6.7	424	34.2	548	38.4	1054	20.1
5 テレビやビデオやDVDを見る	368	44.1	330	39.3	364	40.9	440	35.5	458	32.1	1960	37.5
6 家や図書館などで勉強する	50	6.0	55	6.6	56	6.3	125	10.1	176	12.3	462	8.8
7 家の外で遊ぶ	392	47.0	285	34.0	210	23.6	77	6.2	120	8.4	1084	20.7
8 クラブ活動や部活動・スポーツクラブへ行く	114	13.7	213	25.4	227	25.5	706	56.9	698	48.9	1958	37.4
9 学習塾や補習に行く	22	2.6	53	6.3	55	6.2	160	12.9	136	9.5	426	8.1
10 おけいこごとに行く	171	20.5	197	23.5	158	17.8	148	11.9	77	5.4	751	14.4
11 家族や友人と出かける	458	54.9	422	50.3	469	52.7	428	34.5	600	42.0	2377	45.4
12 地域の行事やボランティア活動に参加する	16	1.9	17	2.0	9	1.0	5	0.4	8	0.6	55	1.1
13 家の手伝いをする	69	8.3	83	9.9	85	9.6	95	7.7	79	5.5	411	7.9
無効回答	7	0.8	8	1.0	3	0.3	8	0.6	8	0.6	34	0.6
合計	834		839		890		1241		1428		5232	

表Ⅱ−103　日曜日の過ごし方（男子）（3つまで回答）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 家でゆっくり休む	246	31.0	254	29.5	262	28.6	656	54.3	572	64.2	1990	42.6
2 読書や音楽鑑賞など室内の遊びをする	86	10.8	63	7.3	76	8.3	245	20.3	217	24.4	687	14.7
3 コンピュータゲームやテレビゲームをする	430	54.2	481	55.9	556	60.7	515	42.6	255	28.6	2237	47.9
4 インターネットや携帯メールをする	5	0.6	14	1.6	40	4.4	275	22.7	274	30.8	608	13.0
5 テレビやビデオやDVDを見る	330	41.6	333	38.7	366	40.0	379	31.3	257	28.8	1665	35.6
6 家や図書館などで勉強する	28	3.5	25	2.9	34	3.7	148	12.2	98	11.0	333	7.1
7 家の外で遊ぶ	415	52.3	349	40.5	321	35.0	259	21.4	133	14.9	1477	31.6
8 クラブ活動や部活動・スポーツクラブへ行く	125	15.7	308	35.8	343	37.4	459	38.0	416	46.7	1651	35.3
9 学習塾や補習に行く	3	0.4	4	0.5	9	1.0	53	4.4	23	2.6	92	2.0
10 おけいこごとに行く	13	1.6	20	2.3	13	1.4	15	1.2	5	0.6	66	1.4
11 家族や友人と出かける	564	71.0	531	61.7	499	54.5	455	37.6	305	34.2	2354	50.4
12 地域の行事やボランティア活動に参加する	7	0.9	12	1.4	8	0.9	3	0.2	4	0.4	34	0.7
13 家の手伝いをする	54	6.8	68	7.9	71	7.8	67	5.5	30	3.4	290	6.2
無効回答	7	0.9	13	1.5	17	1.9	11	0.9	6	0.7	54	1.2
計	794		861		916		1209		891		1235	

表Ⅱ−104　日曜日の過ごし方（女子）（3つまで回答）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 家でゆっくり休む	308	36.9	356	42.4	438	49.2	698	56.2	916	64.1	2716	51.9
2 読書や音楽鑑賞など室内の遊びをする	154	18.5	137	16.3	185	20.8	377	30.4	382	26.8	1235	23.6
3 コンピュータゲームやテレビゲームをする	286	34.3	286	34.1	275	30.9	150	12.1	78	5.5	1075	20.5
4 インターネットや携帯メールをする	2	0.2	18	2.1	69	7.8	435	35.1	537	37.6	1061	20.3
5 テレビやビデオやDVDを見る	387	46.4	361	43.0	388	43.6	499	40.2	501	35.1	2136	40.8
6 家や図書館などで勉強する	30	3.6	52	6.2	67	7.5	179	14.4	229	16.0	557	10.6
7 家の外で遊ぶ	433	51.9	300	35.8	213	23.9	98	7.9	139	9.7	1183	22.6
8 クラブ活動や部活動・スポーツクラブへ行く	37	4.4	132	15.7	159	17.9	298	24.0	456	31.9	1082	20.7
9 学習塾や補習に行く	1	0.1	9	1.1	15	1.7	56	4.5	58	4.1	139	2.7
10 おけいこごとに行く	24	2.9	36	4.3	30	3.4	34	2.7	33	2.3	157	3.0
11 家族や友人と出かける	619	74.2	578	68.9	568	63.8	668	53.8	698	48.9	3131	59.8
12 地域の行事やボランティア活動に参加する	17	2.0	23	2.7	17	1.9	5	0.4	6	0.4	68	1.3
13 家の手伝いをする	108	12.9	110	13.1	116	13.0	128	10.3	104	7.3	566	10.8
無効回答	10	1.2	9	1.1	10	1.1	16	1.3	16	1.1	61	1.2
合計	834		839		890		1241		1428		5232	

表Ⅱ-105 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	2	0.3	7	0.8	9	1.0	214	17.7	154	17.3	386	8.3
2 ときどき感じている	3	0.4	11	1.3	28	3.1	172	14.2	170	19.1	384	8.2
3 たまに感じている	13	1.6	29	3.4	66	7.2	254	21.0	226	25.4	588	12.6
4 感じていない	765	96.3	804	93.4	799	87.2	559	46.2	338	37.9	3265	69.9
無効回答	11	1.4	10	1.2	14	1.5	10	0.8	3	0.3	48	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-106 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	4	0.5	8	1.0	35	3.9	261	21.0	339	23.7	647	12.4
2 ときどき感じている	7	0.8	16	1.9	59	6.6	248	20.0	353	24.7	683	13.1
3 たまに感じている	11	1.3	43	5.1	119	13.4	288	23.2	394	27.6	855	16.3
4 感じていない	798	95.7	763	90.9	671	75.4	437	35.2	333	23.3	3002	57.4
無効回答	14	1.7	9	1.1	6	0.7	7	0.6	9	0.6	45	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-107 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	0	0.0	3	0.3	0	0.0	17	1.4	9	1.0	29	0.6
2 ときどき感じている	2	0.3	1	0.1	1	0.1	18	1.5	18	2.0	40	0.9
3 たまに感じている	2	0.3	12	1.4	10	1.1	71	5.9	57	6.4	152	3.3
4 感じていない	779	98.1	835	97.0	890	97.2	1094	90.5	804	90.2	4402	94.2
無効回答	11	1.4	10	1.2	15	1.6	9	0.7	3	0.3	48	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-108 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	1	0.1	1	0.1	2	0.2	16	1.3	12	0.8	32	0.6
2 ときどき感じている	0	0.0	3	0.4	5	0.6	45	3.6	40	2.8	93	1.8
3 たまに感じている	8	1.0	9	1.1	27	3.0	121	9.8	160	11.2	325	6.2
4 感じていない	810	97.1	816	97.3	850	95.5	1051	84.7	1207	84.5	4734	90.5
無効回答	15	1.8	10	1.2	6	0.7	8	0.6	9	0.6	48	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-109 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	0	0.0	2	0.2	1	0.1	16	1.3	8	0.9	27	0.6
2 ときどき感じている	2	0.3	1	0.1	2	0.2	22	1.8	15	1.7	42	0.9
3 たまに感じている	6	0.8	6	0.7	11	1.2	56	4.6	47	5.3	126	2.7
4 感じていない	775	97.6	842	97.8	888	96.9	1106	91.5	818	91.8	4429	94.8
無効回答	11	1.4	10	1.2	14	1.5	9	0.7	3	0.3	47	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-110 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	0	0.0	2	0.2	1	0.1	12	1.0	12	0.8	27	0.5
2 ときどき感じている	0	0.0	2	0.2	9	1.0	27	2.2	25	1.8	63	1.2
3 たまに感じている	6	0.7	23	2.7	28	3.1	97	7.8	123	8.6	277	5.3
4 感じていない	814	97.6	802	95.6	846	95.1	1098	88.5	1259	88.2	4819	92.1
無効回答	14	1.7	10	1.2	6	0.7	7	0.6	9	0.6	46	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-111 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	2	0.3	8	0.9	12	1.3	44	3.6	37	4.2	103	2.2
2 ときどき感じている	9	1.1	6	0.7	12	1.3	57	4.7	52	5.8	136	2.9
3 たまに感じている	21	2.6	26	3.0	30	3.3	161	13.3	142	15.9	380	8.1
4 感じていない	750	94.5	811	94.2	848	92.6	938	77.6	657	73.7	4004	85.7
無効回答	12	1.5	10	1.2	14	1.5	9	0.7	3	0.3	48	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-112 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	5	0.6	8	1.0	12	1.3	63	5.1	99	6.9	187	3.6
2 ときどき感じている	5	0.6	9	1.1	21	2.4	92	7.4	122	8.5	249	4.8
3 たまに感じている	20	2.4	39	4.6	66	7.4	224	18.0	358	25.1	707	13.5
4 感じていない	790	94.7	773	92.1	785	88.2	855	68.9	840	58.8	4043	77.3
無効回答	14	1.7	10	1.2	6	0.7	7	0.6	9	0.6	46	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-113 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	12	1.5	16	1.9	23	2.5	108	8.9	82	9.2	241	5.2
2 ときどき感じている	24	3.0	17	2.0	46	5.0	117	9.7	116	13.0	320	6.9
3 たまに感じている	68	8.6	98	11.4	140	15.3	219	18.1	178	20.0	703	15.1
4 感じていない	679	85.5	720	83.6	693	75.7	756	62.5	511	57.4	3359	71.9
無効回答	11	1.4	10	1.2	14	1.5	9	0.7	4	0.4	48	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-114 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	22	2.6	19	2.3	32	3.6	146	11.8	181	12.7	400	7.6
2 ときどき感じている	20	2.4	24	2.9	56	6.3	143	11.5	247	17.3	490	9.4
3 たまに感じている	66	7.9	103	12.3	131	14.7	261	21.0	316	22.1	877	16.8
4 感じていない	712	85.4	684	81.5	664	74.6	683	55.0	675	47.3	3418	65.3
無効回答	14	1.7	9	1.1	7	0.8	8	0.6	9	0.6	47	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-115 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	6	0.8	15	1.7	12	1.3	81	6.7	69	7.7	183	3.9
2 ときどき感じている	17	2.1	20	2.3	41	4.5	133	11.0	111	12.5	322	6.9
3 たまに感じている	51	6.4	83	9.6	111	12.1	248	20.5	187	21.0	680	14.6
4 感じていない	709	89.3	733	85.1	739	80.7	738	61.0	520	58.4	3439	73.6
無効回答	11	1.4	10	1.2	13	1.4	9	0.7	4	0.4	47	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-116 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	12	1.4	16	1.9	20	2.2	139	11.2	168	11.8	355	6.8
2 ときどき感じている	22	2.6	19	2.3	62	7.0	166	13.4	247	17.3	516	9.9
3 たまに感じている	64	7.7	107	12.8	146	16.4	297	23.9	368	25.8	982	18.8
4 感じていない	721	86.5	687	81.9	655	73.6	630	50.8	636	44.5	3329	63.6
無効回答	15	1.8	10	1.2	7	0.8	9	0.7	9	0.6	50	1.0
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-117 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	8	1.0	4	0.5	3	0.3	27	2.2	28	3.1	70	1.5
2 ときどき感じている	10	1.3	6	0.7	25	2.7	44	3.6	51	5.7	136	2.9
3 たまに感じている	41	5.2	60	7.0	53	5.8	121	10.0	107	12.0	382	8.2
4 感じていない	724	91.2	781	90.7	819	89.4	1008	83.4	701	78.7	4033	86.3
無効回答	11	1.4	10	1.2	16	1.7	9	0.7	4	0.4	50	1.1
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-118 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	4	0.5	8	1.0	5	0.6	54	4.4	75	5.3	146	2.8
2 ときどき感じている	9	1.1	5	0.6	27	3.0	84	6.8	143	10.0	268	5.1
3 たまに感じている	31	3.7	61	7.3	94	10.6	178	14.3	305	21.4	669	12.8
4 感じていない	776	93.0	754	89.9	758	85.2	917	73.9	896	62.7	4101	78.4
無効回答	14	1.7	11	1.3	6	0.7	8	0.6	9	0.6	48	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-119 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	12	1.5	11	1.3	19	2.1	53	4.4	44	4.9	139	3.0
2 ときどき感じている	26	3.3	34	3.9	37	4.0	93	7.7	104	11.7	294	6.3
3 たまに感じている	134	16.9	149	17.3	175	19.1	263	21.8	177	19.9	898	19.2
4 感じていない	611	77.0	657	76.3	670	73.1	789	65.3	563	63.2	3290	70.4
無効回答	11	1.4	10	1.2	15	1.6	11	0.9	3	0.3	50	1.1
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-120 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	17	2.0	13	1.5	20	2.2	64	5.2	64	4.5	178	3.4
2 ときどき感じている	31	3.7	27	3.2	44	4.9	131	10.6	144	10.1	377	7.2
3 たまに感じている	121	14.5	121	14.4	156	17.5	325	26.2	390	27.3	1113	21.3
4 感じていない	651	78.1	669	79.7	665	74.7	713	57.5	821	57.5	3519	67.3
無効回答	14	1.7	9	1.1	5	0.6	8	0.6	9	0.6	45	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-121 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	8	1.0	10	1.2	10	1.1	57	4.7	51	5.7	136	2.9
2 ときどき感じている	11	1.4	15	1.7	26	2.8	132	10.9	94	10.5	278	6.0
3 たまに感じている	55	6.9	84	9.8	108	11.8	252	20.8	179	20.1	678	14.5
4 感じていない	708	89.2	737	85.6	756	82.5	749	62.0	558	62.6	3508	75.1
無効回答	12	1.5	15	1.7	16	1.7	19	1.6	9	1.0	71	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-122 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	1	0.1	5	0.6	18	2.0	106	8.5	112	7.8	242	4.6
2 ときどき感じている	22	2.6	38	4.5	45	5.1	189	15.2	254	17.8	548	10.5
3 たまに感じている	66	7.9	98	11.7	135	15.2	315	25.4	400	28.0	1014	19.4
4 感じていない	731	87.6	686	81.8	684	76.9	613	49.4	648	45.4	3362	64.3
無効回答	14	1.7	12	1.4	8	0.9	18	1.5	14	1.0	66	1.3
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-123 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	8	1.0	23	2.7	28	3.1	219	18.1	222	24.9	500	10.7
2 ときどき感じている	31	3.9	38	4.4	81	8.8	242	20.0	248	27.8	640	13.7
3 たまに感じている	109	13.7	171	19.9	232	25.3	305	25.2	218	24.5	1035	22.2
4 感じていない	633	79.7	614	71.3	558	60.9	424	35.1	194	21.8	2423	51.9
無効回答	13	1.6	15	1.7	17	1.9	19	1.6	9	1.0	73	1.6
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-124 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	10	1.2	21	2.5	47	5.3	307	24.7	456	31.9	841	16.1
2 ときどき感じている	29	3.5	43	5.1	81	9.1	312	25.1	442	31.0	907	17.3
3 たまに感じている	114	13.7	163	19.4	230	25.8	339	27.3	363	25.4	1209	23.1
4 感じていない	667	80.0	600	71.5	525	59.0	265	21.4	153	10.7	2210	42.2
無効回答	14	1.7	12	1.4	7	0.8	18	1.5	14	1.0	65	1.2
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-125 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	6	0.8	18	2.1	16	1.7	123	10.2	88	9.9	251	5.4
2 ときどき感じている	29	3.7	37	4.3	69	7.5	168	13.9	168	18.9	471	10.1
3 たまに感じている	102	12.8	172	20.0	187	20.4	283	23.4	215	24.1	959	20.5
4 感じていない	645	81.2	619	71.9	628	68.6	616	51.0	411	46.1	2919	62.5
無効回答	12	1.5	15	1.7	16	1.7	19	1.6	9	1.0	71	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-126 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	18	2.2	25	3.0	37	4.2	217	17.5	279	19.5	576	11.0
2 ときどき感じている	28	3.4	43	5.1	83	9.3	248	20.0	372	26.1	774	14.8
3 たまに感じている	123	14.7	179	21.3	225	25.3	339	27.3	408	28.6	1274	24.4
4 感じていない	651	78.1	580	69.1	537	60.3	418	33.7	355	24.9	2541	48.6
無効回答	14	1.7	12	1.4	8	0.9	19	1.5	14	1.0	67	1.3
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-127 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	33	4.2	64	7.4	66	7.2	209	17.3	129	14.5	501	10.7
2 ときどき感じている	55	6.9	66	7.7	98	10.7	147	12.2	109	12.2	475	10.2
3 たまに感じている	116	14.6	165	19.2	203	22.2	241	19.9	193	21.7	918	19.7
4 感じていない	578	72.8	552	64.1	533	58.2	593	49.0	450	50.5	2706	57.9
無効回答	12	1.5	14	1.6	16	1.7	19	1.6	10	1.1	71	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-128 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	51	6.1	79	9.4	131	14.7	307	24.7	290	20.3	858	16.4
2 ときどき感じている	45	5.4	95	11.3	110	12.4	176	14.2	250	17.5	676	12.9
3 たまに感じている	140	16.8	196	23.4	243	27.3	277	22.3	339	23.7	1195	22.8
4 感じていない	587	70.4	456	54.4	400	44.9	463	37.3	535	37.5	2441	46.7
無効回答	11	1.3	13	1.5	6	0.7	18	1.5	14	1.0	62	1.2
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-129　OD陽性率(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ODである	5	0.6	11	1.3	15	1.6	200	16.5	159	17.8	390	8.3
2 ODでない	789	99.4	850	98.7	901	98.4	1009	83.5	732	82.2	4281	91.7
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-130　OD陽性率(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ODである	8	1.0	17	2.0	48	5.4	299	24.1	420	29.4	792	15.1
2 ODでない	826	99.0	822	98.0	842	94.6	942	75.9	1008	70.6	4440	84.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-131 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	282	35.5	347	40.3	361	39.4	538	44.5	379	42.5	1907	40.8
2 あてはまる	229	28.8	272	31.6	259	28.3	295	24.4	243	27.3	1298	27.8
3 あまりあてはまらない	147	18.5	130	15.1	184	20.1	222	18.4	186	20.9	869	18.6
4 あてはまらない	122	15.4	97	11.3	96	10.5	137	11.3	77	8.6	529	11.3
無効回答	14	1.8	15	1.7	16	1.7	17	1.4	6	0.7	68	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-132 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	340	40.8	384	45.8	394	44.3	599	48.3	708	49.6	2425	46.3
2 あてはまる	287	34.4	271	32.3	288	32.4	310	25.0	383	26.8	1539	29.4
3 あまりあてはまらない	105	12.6	108	12.9	124	13.9	199	16.0	227	15.9	763	14.6
4 あてはまらない	91	10.9	63	7.5	76	8.5	120	9.7	100	7.0	450	8.6
無効回答	11	1.3	13	1.5	8	0.9	13	1.0	10	0.7	55	1.1
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-133 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	272	34.3	312	36.2	274	29.9	380	31.4	308	34.6	1546	33.1
2 あてはまる	383	48.2	396	46.0	462	50.4	461	38.1	354	39.7	2056	44.0
3 あまりあてはまらない	100	12.6	121	14.1	129	14.1	266	22.0	179	20.1	795	17.0
4 あてはまらない	27	3.4	19	2.2	34	3.7	85	7.0	45	5.1	210	4.5
無効回答	12	1.5	13	1.5	17	1.9	17	1.4	5	0.6	64	1.4
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-134 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	305	36.6	324	38.6	316	35.5	314	25.3	407	28.5	1666	31.8
2 あてはまる	419	50.2	389	46.4	427	48.0	535	43.1	656	45.9	2426	46.4
3 あまりあてはまらない	80	9.6	93	11.1	112	12.6	286	23.0	287	20.1	858	16.4
4 あてはまらない	21	2.5	21	2.5	30	3.4	93	7.5	67	4.7	232	4.4
無効回答	9	1.1	12	1.4	5	0.6	13	1.0	11	0.8	50	1.0
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-135 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	15	1.9	16	1.9	19	2.1	86	7.1	75	8.4	211	4.5
2 あてはまる	49	6.2	72	8.4	78	8.5	199	16.5	216	24.2	614	13.1
3 あまりあてはまらない	272	34.3	325	37.7	379	41.4	516	42.7	390	43.8	1882	40.3
4 あてはまらない	442	55.7	434	50.4	424	46.3	391	32.3	204	22.9	1895	40.6
無効回答	16	2.0	14	1.6	16	1.7	17	1.4	6	0.7	69	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-136 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	11	1.3	21	2.5	18	2.0	105	8.5	135	9.5	290	5.5
2 あてはまる	51	6.1	58	6.9	90	10.1	284	22.9	378	26.5	861	16.5
3 あまりあてはまらない	278	33.3	313	37.3	327	36.7	592	47.7	712	49.9	2222	42.5
4 あてはまらない	485	58.2	435	51.8	449	50.4	247	19.9	192	13.4	1808	34.6
無効回答	9	1.1	12	1.4	6	0.7	13	1.0	11	0.8	51	1.0
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-137 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	20	2.5	27	3.1	26	2.8	54	4.5	53	5.9	180	3.9
2 あてはまる	58	7.3	40	4.6	54	5.9	112	9.3	123	13.8	387	8.3
3 あまりあてはまらない	190	23.9	194	22.5	227	24.8	361	29.9	354	39.7	1326	28.4
4 あてはまらない	511	64.4	585	67.9	592	64.6	665	55.0	356	40.0	2709	58.0
無効回答	15	1.9	15	1.7	17	1.9	17	1.4	5	0.6	69	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-138 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	13	1.6	14	1.7	20	2.2	69	5.6	76	5.3	192	3.7
2 あてはまる	59	7.1	63	7.5	74	8.3	171	13.8	226	15.8	593	11.3
3 あまりあてはまらない	211	25.3	209	24.9	238	26.7	466	37.6	654	45.8	1778	34.0
4 あてはまらない	541	64.9	540	64.4	551	61.9	522	42.1	461	32.3	2615	50.0
無効回答	10	1.2	13	1.5	7	0.8	13	1.0	11	0.8	54	1.0
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-139 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	49	6.2	42	4.9	31	3.4	103	8.5	107	12.0	332	7.1
2 あてはまる	121	15.2	111	12.9	98	10.7	198	16.4	136	15.3	664	14.2
3 あまりあてはまらない	204	25.7	194	22.5	222	24.2	331	27.4	282	31.6	1233	26.4
4 あてはまらない	405	51.0	501	58.2	549	59.9	559	46.2	360	40.4	2374	50.8
無効回答	15	1.9	13	1.5	16	1.7	18	1.5	6	0.7	68	1.5
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-140 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	46	5.5	37	4.4	51	5.7	215	17.3	286	20.0	635	12.1
2 あてはまる	147	17.6	112	13.3	122	13.7	261	21.0	392	27.5	1034	19.8
3 あまりあてはまらない	198	23.7	216	25.7	209	23.5	337	27.2	440	30.8	1400	26.8
4 あてはまらない	433	51.9	460	54.8	500	56.2	415	33.4	299	20.9	2107	40.3
無効回答	10	1.2	14	1.7	8	0.9	13	1.0	11	0.8	56	1.1
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-141 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	53	6.7	71	8.2	64	7.0	127	10.5	104	11.7	419	9.0
2 あてはまる	174	21.9	193	22.4	184	20.1	208	17.2	180	20.2	939	20.1
3 あまりあてはまらない	238	30.0	212	24.6	285	31.1	378	31.3	309	34.7	1422	30.4
4 あてはまらない	315	39.7	372	43.2	367	40.1	478	39.5	292	32.8	1824	39.0
無効回答	14	1.8	13	1.5	16	1.7	18	1.5	6	0.7	67	1.4
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-142 「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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくあてはまる	52	6.2	49	5.8	87	9.8	158	12.7	171	12.0	517	9.9
2 あてはまる	159	19.1	151	18.0	184	20.7	224	18.0	441	30.9	1159	22.2
3 あまりあてはまらない	216	25.9	248	29.6	259	29.1	416	33.5	454	31.8	1593	30.4
4 あてはまらない	396	47.5	378	45.1	353	39.7	430	34.6	351	24.6	1908	36.5
無効回答	11	1.3	13	1.5	7	0.8	13	1.0	11	0.8	55	1.1
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-143 「身体的訴え」の単純加算得点

		小学校 1・2年生	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	794	861	916	1209	891	4671
	平均値	0.09	0.13	0.16	0.55	0.61	
	標準偏差	0.38	0.48	0.49	0.93	0.97	
女子	標本数	834	839	890	1241	1428	5232
	平均値	0.11	0.17	0.27	0.87	0.99	
	標準偏差	0.42	0.51	0.68	1.16	1.15	

表Ⅱ-144 「自己効力感」の単純加算得点

		小学校 1・2年生	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	794	861	916	1209	891	4671
	平均値	2.17	2.31	2.17	2.14	2.21	
	標準偏差	1.31	1.29	1.28	1.35	1.32	
女子	標本数	834	839	890	1241	1428	5232
	平均値	2.39	2.47	2.40	2.15	2.29	
	標準偏差	1.22	1.24	1.21	1.28	1.28	

表Ⅱ-145 「不安傾向」の単純加算得点

		小学校 1・2年生	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	794	861	916	1209	891	4671
	平均値	0.22	0.23	0.24	0.49	0.67	
	標準偏差	0.61	0.59	0.63	0.85	0.98	
女子	標本数	834	839	890	1241	1428	5232
	平均値	0.19	0.23	0.27	0.65	0.72	
	標準偏差	0.55	0.60	0.62	0.97	0.99	

表Ⅱ-146 「行動」の単純加算得点

		小学校 1・2年生	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	794	861	916	1209	891	4671
	平均値	0.63	0.62	0.52	0.72	0.83	
	標準偏差	1.03	1.00	0.91	1.08	1.17	
女子	標本数	834	839	890	1241	1428	5232
	平均値	0.60	0.52	0.65	0.99	1.22	
	標準偏差	0.99	0.94	1.05	1.26	1.30	

表Ⅱ-147 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

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	21	2.6	25	2.9	36	3.9	190	15.7	200	22.4	472	10.1
2 ときどき感じている	42	5.3	41	4.8	78	8.5	212	17.5	208	23.3	581	12.4
3 たまに感じている	87	11.0	148	17.2	184	20.1	309	25.6	259	29.1	987	21.1
4 感じていない	633	79.7	637	74.0	605	66.0	487	40.3	222	24.9	2584	55.3
無効回答	11	1.4	10	1.2	13	1.4	11	0.9	2	0.2	47	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-148 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	17	2.0	29	3.5	51	5.7	314	25.3	477	33.4	888	17.0
2 ときどき感じている	27	3.2	52	6.2	76	8.5	287	23.1	432	30.3	874	16.7
3 たまに感じている	103	12.4	138	16.4	192	21.6	372	30.0	368	25.8	1173	22.4
4 感じていない	672	80.6	612	72.9	564	63.4	259	20.9	142	9.9	2249	43.0
無効回答	15	1.8	8	1.0	7	0.8	9	0.7	9	0.6	48	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-149 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	12	1.5	24	2.8	26	2.8	175	14.5	104	11.7	341	7.3
2 ときどき感じている	31	3.9	30	3.5	50	5.5	179	14.8	99	11.1	389	8.3
3 たまに感じている	79	9.9	114	13.2	156	17.0	263	21.8	201	22.6	813	17.4
4 感じていない	661	83.2	683	79.3	671	73.3	583	48.2	484	54.3	3082	66.0
無効回答	11	1.4	10	1.2	13	1.4	9	0.7	3	0.3	46	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-150 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	11	1.3	30	3.6	54	6.1	200	16.1	195	13.7	490	9.4
2 ときどき感じている	17	2.0	36	4.3	62	7.0	173	13.9	212	14.8	500	9.6
3 たまに感じている	88	10.6	122	14.5	143	16.1	309	24.9	311	21.8	973	18.6
4 感じていない	703	84.3	642	76.5	625	70.2	552	44.5	701	49.1	3223	61.6
無効回答	15	1.8	9	1.1	6	0.7	7	0.6	9	0.6	46	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-151 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	109	13.7	100	11.6	93	10.2	185	15.3	129	14.5	616	13.2
2 ときどき感じている	54	6.8	70	8.1	87	9.5	178	14.7	156	17.5	545	11.7
3 たまに感じている	193	24.3	181	21.0	189	20.6	301	24.9	258	29.0	1122	24.0
4 感じていない	429	54.0	500	58.1	534	58.3	535	44.3	346	38.8	2344	50.2
無効回答	9	1.1	10	1.2	13	1.4	10	0.8	2	0.2	44	0.9
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-152 気分の調節不全傾向に関連する自覚症状(女子)
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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	66	7.9	59	7.0	52	5.8	158	12.7	172	12.0	507	9.7
2 ときどき感じている	50	6.0	65	7.7	56	6.3	197	15.9	269	18.8	637	12.2
3 たまに感じている	161	19.3	155	18.5	151	17.0	340	27.4	433	30.3	1240	23.7
4 感じていない	542	65.0	551	65.7	625	70.2	538	43.4	545	38.2	2801	53.5
無効回答	15	1.8	9	1.1	6	0.7	8	0.6	9	0.6	47	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-153 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	97	12.2	97	11.3	85	9.3	207	17.1	140	15.7	626	13.4
2 ときどき感じている	89	11.2	107	12.4	113	12.3	227	18.8	207	23.2	743	15.9
3 たまに感じている	235	29.6	244	28.3	279	30.5	355	29.4	296	33.2	1409	30.2
4 感じていない	363	45.7	402	46.7	425	46.4	410	33.9	245	27.5	1845	39.5
無効回答	10	1.3	11	1.3	14	1.5	10	0.8	3	0.3	48	1.0
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-154 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 1・2年生		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	%	N	%
1 しばしば感じている	69	8.3	74	8.8	85	9.6	215	17.3	328	23.0	771	14.7
2 ときどき感じている	80	9.6	79	9.4	84	9.4	310	25.0	386	27.0	939	17.9
3 たまに感じている	218	26.1	281	33.5	270	30.3	415	33.4	492	34.5	1676	32.0
4 感じていない	452	54.2	395	47.1	445	50.0	293	23.6	213	14.9	1798	34.4
無効回答	15	1.8	10	1.2	6	0.7	8	0.6	9	0.6	48	0.9
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

表Ⅱ-155　気分の調節不全傾向(男子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
0 陰性	787	99.1	851	98.8	904	98.7	1142	94.5	829	93.0	4513	96.6
1 陽性	7	0.9	10	1.2	12	1.3	67	5.5	62	7.0	158	3.4
合計	794	100.0	861	100.0	916	100.0	1209	100.0	891	100.0	4671	100.0

表Ⅱ-156　気分の調節不全傾向(女子)

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
0 陰性	825	98.9	832	99.2	881	99.0	1156	93.2	1305	91.4	4999	95.5
1 陽性	9	1.1	7	0.8	9	1.0	85	6.8	123	8.6	233	4.5
合計	834	100.0	839	100.0	890	100.0	1241	100.0	1428	100.0	5232	100.0

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診断されたことの有無（男子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 現在（1年以内）アレルギーと言われている	178	23.2	208	25.0	265	29.8	243	20.4	166	18.9	1060	23.3
2 以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある	210	27.3	228	27.4	254	28.5	415	34.9	273	31.1	1380	30.3
3 ない	380	49.5	395	47.5	371	41.7	531	44.7	440	50.1	2117	46.5
合計	768	100.0	831	100.0	890	100.0	1189	100.0	879	100.0	4557	100.0

表Ⅲ−2 医師からアレルギーと診断されたことの有無（女子）

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 現在（1年以内）アレルギーと言われている	166	20.3	161	19.6	189	22.0	201	16.5	301	21.5	1018	19.9
2 以前（1年以上前）にアレルギーと言われたことがある	169	20.7	210	25.6	235	27.3	385	31.6	419	29.9	1418	27.7
3 ない	481	58.9	449	54.8	437	50.8	634	52.0	680	48.6	2681	52.4
合計	816	100.0	820	100.0	861	100.0	1220	100.0	1400	100.0	5117	100.0

表Ⅲ-3 アレルギーの症状(男子)(複数回答)

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	144	37.1	138	31.7	157	30.3	201	30.5	98	22.3	738	30.2
2 アレルギー性鼻炎	203	52.3	279	64.0	383	73.8	472	71.7	322	73.3	1659	68.0
3 アトピー性皮膚炎	129	33.2	137	31.4	152	29.3	183	27.8	136	31.0	737	30.2
4 アレルギー性結膜炎	65	16.8	91	20.9	102	19.7	124	18.8	72	16.4	454	18.6
5 じんましん	54	13.9	43	9.9	51	9.8	68	10.3	39	8.9	255	10.5
6 消化器アレルギー	4	1.0	5	1.1	3	0.6	6	0.9	2	0.5	20	0.8
7 アナフィラキシー・ショック	2	0.5	1	0.2	2	0.4	3	0.5	2	0.5	10	0.4
8 その他	29	7.5	25	5.7	30	5.8	34	5.2	20	4.6	138	5.7
無効回答	2	0.5	4	0.9	1	0.2	6	0.9	2	0.5	15	0.6
合計	388		436		519		658		439		2440	

表Ⅲ-4 アレルギーの症状(女子)(複数回答)

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	96	28.7	84	22.6	79	18.6	119	20.3	125	17.4	503	20.6
2 アレルギー性鼻炎	154	46.0	222	59.8	263	62.0	394	67.2	480	66.7	1513	62.1
3 アトピー性皮膚炎	123	36.7	111	29.9	123	29.0	178	30.4	269	37.4	804	33.0
4 アレルギー性結膜炎	58	17.3	80	21.6	94	22.2	87	14.8	158	21.9	477	19.6
5 じんましん	48	14.3	48	12.9	60	14.2	72	12.3	100	13.9	328	13.5
6 消化器アレルギー	7	2.1	4	1.1	5	1.2	2	0.3	8	1.1	26	1.1
7 アナフィラキシー・ショック	1	0.3	4	1.1	1	0.2	1	0.2	1	0.1	8	0.3
8 その他	31	9.3	33	8.9	29	6.8	41	7.0	40	5.6	174	7.1
無効回答	4	1.2	5	1.3	4	0.9	0	0.0	5	0.7	18	0.7
合計	335		371		424		586		720		2436	

表Ⅲ-5 アレルギーの症状（男子）（複数回答）

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	66	37.1	74	35.6	82	30.9	67	27.6	32	19.3	321	30.3
2 アレルギー性鼻炎	119	66.9	155	74.5	219	82.6	215	88.5	145	87.3	853	80.5
3 アトピー性皮膚炎	51	28.7	64	30.8	69	26.0	64	26.3	42	25.3	290	27.4
4 アレルギー性結膜炎	43	24.2	57	27.4	56	21.1	56	23.0	34	20.5	246	23.2
5 じんましん	20	11.2	11	5.3	23	8.7	23	9.5	16	9.6	93	8.8
6 消化器アレルギー	3	1.7	3	1.4	2	0.8	3	1.2	1	0.6	12	1.1
7 アナフィラキシー・ショック	2	1.1	0	0.0	0	0.0	2	0.8	2	1.2	6	0.6
8 その他	9	5.1	9	4.3	13	4.9	8	3.3	9	5.4	48	4.5
無効回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4	1	0.6	2	0.2
合計	178		208		265		243		166		1060	

表Ⅲ-6 アレルギーの症状（女子）（複数回答）

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	54	32.5	44	27.3	35	18.5	39	19.4	49	16.3	221	21.7
2 アレルギー性鼻炎	96	57.8	114	70.8	140	74.1	160	79.6	229	76.1	739	72.6
3 アトピー性皮膚炎	61	36.7	45	28.0	43	22.8	53	26.4	97	32.2	299	29.4
4 アレルギー性結膜炎	34	20.5	35	21.7	46	24.3	44	21.9	73	24.3	232	22.8
5 じんましん	24	14.5	19	11.8	23	12.2	28	13.9	39	13.0	133	13.1
6 消化器アレルギー	4	2.4	1	0.6	3	1.6	1	0.5	3	1.0	12	1.2
7 アナフィラキシー・ショック	1	0.6	1	0.6	1	0.5	0	0.0	0	0.0	3	0.3
8 その他	14	8.4	12	7.5	10	5.3	10	5.0	20	6.6	66	6.5
無効回答	0	0.0	1	0.6	2	1.1	0	0.0	1	0.3	4	0.4
合計	166		161		189		201		301		1018	

表Ⅲ-7 アレルギーの症状(男子) (複数回答)

「Q1」で「2.以前にアレルギーと言われた」と答えた人のみ

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	78	37.1	64	28.1	75	29.5	134	32.3	66	24.2	417	30.2
2 アレルギー性鼻炎	84	40.0	124	54.4	164	64.6	257	61.9	177	64.8	806	58.4
3 アトピー性皮膚炎	78	37.1	73	32.0	83	32.7	119	28.7	94	34.4	447	32.4
4 アレルギー性結膜炎	22	10.5	34	14.9	46	18.1	68	16.4	38	13.9	208	15.1
5 じんましん	34	16.2	32	14.0	28	11.0	45	10.8	23	8.4	162	11.7
6 消化器アレルギー	1	0.5	2	0.9	1	0.4	3	0.7	1	0.4	8	0.6
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	1	0.4	2	0.8	1	0.2	0	0.0	4	0.3
8 その他	20	9.5	16	7.0	17	6.7	26	6.3	11	4.0	90	6.5
無効回答	2	1.0	4	1.8	1	0.4	5	1.2	1	0.4	13	0.9
合計	210		228		254		415		273		1380	

表Ⅲ-8 アレルギーの症状(女子) (複数回答)

「Q1」で「2.以前にアレルギーと言われた」と答えた人のみ

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	42	24.9	40	19.0	44	18.7	80	20.8	76	18.1	282	19.9
2 アレルギー性鼻炎	58	34.3	108	51.4	123	52.3	234	60.8	251	59.9	774	54.6
3 アトピー性皮膚炎	62	36.7	66	31.4	80	34.0	125	32.5	172	41.1	505	35.6
4 アレルギー性結膜炎	24	14.2	45	21.4	48	20.4	43	11.2	85	20.3	245	17.3
5 じんましん	24	14.2	29	13.8	37	15.7	44	11.4	61	14.6	195	13.8
6 消化器アレルギー	3	1.8	3	1.4	2	0.9	1	0.3	5	1.2	14	1.0
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	3	1.4	0	0.0	1	0.3	1	0.2	5	0.4
8 その他	17	10.1	21	10.0	19	8.1	31	8.1	20	4.8	108	7.6
無効回答	4	2.4	4	1.9	2	0.9	0	0.0	4	1.0	14	1.0
合計	169		210		235		385		419		1418	

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)

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	144	18.8	138	16.6	157	17.6	201	16.9	98	11.1	738	16.2
2 アレルギー性鼻炎	203	26.4	279	33.6	383	43.0	472	39.7	322	36.6	1659	36.4
3 アトピー性皮膚炎	129	16.8	137	16.5	152	17.1	183	15.4	136	15.5	737	16.2
4 アレルギー性結膜炎	65	8.5	91	11.0	102	11.5	124	10.4	72	8.2	454	10.0
5 じんましん	54	7.0	43	5.2	51	5.7	68	5.7	39	4.4	255	5.6
6 消化器アレルギー	4	0.5	5	0.6	3	0.3	6	0.5	2	0.2	20	0.4
7 アナフィラキシー・ショック	2	0.3	1	0.1	2	0.2	3	0.3	2	0.2	10	0.2
8 その他	29	3.8	25	3.0	30	3.4	34	2.9	20	2.3	138	3.0
無効回答	2	0.3	4	0.5	1	0.1	6	0.5	2	0.2	15	0.3
合計	768		831		890		1189		879		4557	

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)

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	96	11.8	84	10.2	79	9.2	119	9.8	125	8.9	503	9.8
2 アレルギー性鼻炎	154	18.9	222	27.1	263	30.5	394	32.3	480	34.3	1513	29.6
3 アトピー性皮膚炎	123	15.1	111	13.5	123	14.3	178	14.6	269	19.2	804	15.7
4 アレルギー性結膜炎	58	7.1	80	9.8	94	10.9	87	7.1	158	11.3	477	9.3
5 じんましん	48	5.9	48	5.9	60	7.0	72	5.9	100	7.1	328	6.4
6 消化器アレルギー	7	0.9	4	0.5	5	0.6	2	0.2	8	0.6	26	0.5
7 アナフィラキシー・ショック	1	0.1	4	0.5	1	0.1	1	0.1	1	0.1	8	0.2
8 その他	31	3.8	33	4.0	29	3.4	41	3.4	40	2.9	174	3.4
無効回答	4	0.5	5	0.6	4	0.5	0	0.0	5	0.4	18	0.4
合計	816		820		861		1220		1400		5117	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	66	8.6	74	8.9	82	9.2	67	5.6	32	3.6	321	7.0
2 アレルギー性鼻炎	119	15.5	155	18.7	219	24.6	215	18.1	145	16.5	853	18.7
3 アトピー性皮膚炎	51	6.6	64	7.7	69	7.8	64	5.4	42	4.8	290	6.4
4 アレルギー性結膜炎	43	5.6	57	6.9	56	6.3	56	4.7	34	3.9	246	5.4
5 じんましん	20	2.6	11	1.3	23	2.6	23	1.9	16	1.8	93	2.0
6 消化器アレルギー	3	0.4	3	0.4	2	0.2	3	0.3	1	0.1	12	0.3
7 アナフィラキシー・ショック	2	0.3	0	0.0	0	0.0	2	0.2	2	0.2	6	0.1
8 その他	9	1.2	9	1.1	13	1.5	8	0.7	9	1.0	48	1.1
無効回答	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.1	1	0.1	2	0.0
合計	768		831		890		1189		879		4557	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	54	6.6	44	5.4	35	4.1	39	3.2	49	3.5	221	4.3
2 アレルギー性鼻炎	96	11.8	114	13.9	140	16.3	160	13.1	229	16.4	739	14.4
3 アトピー性皮膚炎	61	7.5	45	5.5	43	5.0	53	4.3	97	6.9	299	5.8
4 アレルギー性結膜炎	34	4.2	35	4.3	46	5.3	44	3.6	73	5.2	232	4.5
5 じんましん	24	2.9	19	2.3	23	2.7	28	2.3	39	2.8	133	2.6
6 消化器アレルギー	4	0.5	1	0.1	3	0.3	1	0.1	3	0.2	12	0.2
7 アナフィラキシー・ショック	1	0.1	1	0.1	1	0.1	0	0.0	0	0.0	3	0.1
8 その他	14	1.7	12	1.5	10	1.2	10	0.8	20	1.4	66	1.3
無効回答	0	0.0	1	0.1	2	0.2	0	0.0	1	0.1	4	0.1
合計	816		820		861		1220		1400		5117	

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」で「2.以前にアレルギーと言われた」と答えた人のみ

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	78	10.2	64	7.7	75	8.4	134	11.3	66	7.5	417	9.2
2 アレルギー性鼻炎	84	10.9	124	14.9	164	18.4	257	21.6	177	20.1	806	17.7
3 アトピー性皮膚炎	78	10.2	73	8.8	83	9.3	119	10.0	94	10.7	447	9.8
4 アレルギー性結膜炎	22	2.9	34	4.1	46	5.2	68	5.7	38	4.3	208	4.6
5 じんましん	34	4.4	32	3.9	28	3.1	45	3.8	23	2.6	162	3.6
6 消化器アレルギー	1	0.1	2	0.2	1	0.1	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	0.1	2	0.2	1	0.1	0	0.0	4	0.1
8 その他	20	2.6	16	1.9	17	1.9	26	2.2	11	1.3	90	2.0
無効回答	2	0.3	4	0.5	1	0.1	5	0.4	1	0.1	13	0.3
合計	768		831		890		1189		879		4557	

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」で「2.以前にアレルギーと言われた」と答えた人のみ

	小学校 1・2年生		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	%	N	%
1 ぜんそく	42	5.1	40	4.9	44	5.1	80	6.6	76	5.4	282	5.5
2 アレルギー性鼻炎	58	7.1	108	13.2	123	14.3	234	19.2	251	17.9	774	15.1
3 アトピー性皮膚炎	62	7.6	66	8.0	80	9.3	125	10.2	172	12.3	505	9.9
4 アレルギー性結膜炎	24	2.9	45	5.5	48	5.6	43	3.5	85	6.1	245	4.8
5 じんましん	24	2.9	29	3.5	37	4.3	44	3.6	61	4.4	195	3.8
6 消化器アレルギー	3	0.4	3	0.4	2	0.2	1	0.1	5	0.4	14	0.3
7 アナフィラキシー・ショック	0	0.0	3	0.4	0	0.0	1	0.1	1	0.1	5	0.1
8 その他	17	2.1	21	2.6	19	2.2	31	2.5	20	1.4	108	2.1
無効回答	4	0.5	4	0.5	2	0.2	0	0.0	4	0.3	14	0.3
合計	816		820		861		1220		1400		5117	

表Ⅲ-15 症状の初発時期（男子）

「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 1・2年生		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	%	N	%
1 0歳のころ	82	21.4	78	18.2	90	17.5	85	13.1	48	11.1	383	15.9
2 1、2歳のころ	97	25.3	82	19.2	89	17.3	116	17.8	60	13.9	444	18.4
3 3歳から就学前のころ	163	42.6	163	38.1	154	30.0	184	28.3	89	20.6	753	31.3
4 小学校時	41	10.7	105	24.5	181	35.2	234	36.0	163	37.7	724	30.1
5 中学校以降	0	0.0	0	0.0	0	0.0	31	4.8	72	16.7	103	4.3
合計	383		428		514		650		432		2407	

表Ⅲ-16 症状の初発時期（女子）

「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 1・2年生		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	%	N	%
1 0歳のころ	73	22.4	47	12.9	64	15.4	56	9.6	78	11.0	318	13.3
2 1、2歳のころ	77	23.6	79	21.6	59	14.2	88	15.1	97	13.7	400	16.7
3 3歳から就学前のころ	136	41.7	138	37.8	118	28.4	148	25.4	155	21.8	695	29.0
4 小学校時	40	12.3	101	27.7	174	41.9	254	43.6	259	36.5	828	34.5
5 中学校以降	0	0.0	0	0.0	0	0.0	37	6.3	121	17.0	158	6.6
合計	326		365		415		583		710		2399	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ほこり（ハウスダスト）やダニ	91	51.1	114	54.8	139	52.5	136	56.0	83	50.0	563	53.1
2 花粉類	81	45.5	119	57.2	161	60.8	174	71.6	108	65.1	643	60.7
3 薬物類	5	2.8	3	1.4	3	1.1	6	2.5	4	2.4	21	2.0
4 カビ類	20	11.2	29	13.9	32	12.1	21	8.6	9	5.4	111	10.5
5 ペット類	33	18.5	43	20.7	40	15.1	38	15.6	18	10.8	172	16.2
6 食物類（卵、牛乳など）	22	12.4	27	13.0	28	10.6	25	10.3	22	13.3	124	11.7
7 その他	13	7.3	16	7.7	9	3.4	17	7.0	8	4.8	63	5.9
8 わからない	37	20.8	35	16.8	52	19.6	26	10.7	19	11.4	169	15.9
無効回答	0	0.0	2	1.0	1	0.4	4	1.6	3	1.8	10	0.9
合計	178		208		265		243		166		1060	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 ほこり（ハウスダスト）やダニ	72	43.4	91	56.5	89	47.1	84	41.8	140	46.5	476	46.8
2 花粉類	77	46.4	97	60.2	113	59.8	132	65.7	190	63.1	609	59.8
3 薬物類	5	3.0	1	0.6	8	4.2	2	1.0	3	1.0	19	1.9
4 カビ類	21	12.7	14	8.7	17	9.0	19	9.5	23	7.6	94	9.2
5 ペット類	29	17.5	39	24.2	31	16.4	32	15.9	35	11.6	166	16.3
6 食物類（卵、牛乳など）	27	16.3	19	11.8	17	9.0	18	9.0	28	9.3	109	10.7
7 その他	11	6.6	15	9.3	10	5.3	20	10.0	27	9.0	83	8.2
8 わからない	47	28.3	25	15.5	29	15.3	26	12.9	50	16.6	177	17.4
無効回答	2	1.2	2	1.2	4	2.1	2	1.0	3	1.0	13	1.3
合計	166		161		189		201		301		1018	

表Ⅲ-19 アレルギーが起きるきっかけ（男子）（複数回答）

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 運動	11	6.2	19	9.1	16	6.0	20	8.2	13	7.8	79	7.5
2 かぜ	75	42.1	86	41.3	92	34.7	71	29.2	39	23.5	363	34.2
3 四季の変化	112	62.9	152	73.1	191	72.1	184	75.7	115	69.3	754	71.1
4 けむり	14	7.9	23	11.1	23	8.7	21	8.6	10	6.0	91	8.6
5 入浴	2	1.1	4	1.9	7	2.6	6	2.5	4	2.4	23	2.2
6 心理的緊張	12	6.7	14	6.7	12	4.5	22	9.1	9	5.4	69	6.5
7 その他	29	16.3	37	17.8	28	10.6	36	14.8	19	11.4	149	14.1
8 わからない	21	11.8	13	6.3	31	11.7	13	5.3	17	10.2	95	9.0
無効回答	27	15.2	19	9.1	44	16.6	29	11.9	31	18.7	150	14.2
合計	178		208		265		243		166		1060	

表Ⅲ-20 アレルギーが起きるきっかけ（女子）（複数回答）

「Q1」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 1・2年生		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	%	N	%
1 運動	9	5.4	12	7.5	13	6.9	22	10.9	29	9.6	85	8.3
2 かぜ	65	39.2	69	42.9	41	21.7	45	22.4	53	17.6	273	26.8
3 四季の変化	109	65.7	111	68.9	144	76.2	159	79.1	218	72.4	741	72.8
4 けむり	9	5.4	24	14.9	19	10.1	13	6.5	20	6.6	85	8.3
5 入浴	6	3.6	5	3.1	2	1.1	7	3.5	15	5.0	35	3.4
6 心理的緊張	5	3.0	13	8.1	15	7.9	12	6.0	20	6.6	65	6.4
7 その他	27	16.3	22	13.7	21	11.1	34	16.9	48	15.9	152	14.9
8 わからない	21	12.7	17	10.6	17	9.0	14	7.0	25	8.3	94	9.2
無効回答	27	16.3	20	12.4	28	14.8	24	11.9	49	16.3	148	14.5
合計	166		161		189		201		301		1018	

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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	10	6.0	9	4.4	12	4.8	9	4.0	14	9.2	54	5.4
2 たまにある	34	20.2	53	26.1	80	32.1	59	26.3	42	27.5	268	26.9
3 ない	124	73.8	141	69.5	157	63.1	156	69.6	97	63.4	675	67.7
合計	168		203		249		224		153		997	

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 1・2年生		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	%	N	%
1 よくある	9	5.6	9	5.7	13	7.4	12	6.3	28	10.3	71	7.4
2 たまにある	37	22.8	52	33.1	59	33.5	68	35.4	91	33.3	307	32.0
3 ない	116	71.6	96	61.1	104	59.1	112	58.3	154	56.4	582	60.6
合計	162		157		176		192		273		960	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 欠席したことがある	40	22.5	48	23.1	59	22.3	40	16.5	27	16.3	214	20.2
2 体育（実技）の授業に出られなかったことがある	25	14.0	32	15.4	39	14.7	27	11.1	18	10.8	141	13.3
3 体育以外の授業に出られなかったことがある	3	1.7	9	4.3	6	2.3	7	2.9	10	6.0	35	3.3
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	2.2	3	1.4	3	1.1	5	2.1	2	1.2	17	1.6
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	0	0.0	1	0.4	1	0.6	2	0.2
6 給食などの学校での食事に困ったことがある	5	2.8	5	2.4	12	4.5	7	2.9	4	2.4	33	3.1
7 特にない	121	68.0	139	66.8	174	65.7	168	69.1	111	66.9	713	67.3
無効回答	9	5.1	10	4.8	16	6.0	17	7.0	19	11.4	71	6.7
合計	178		208		265		243		166		1060	

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」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 1・2年生		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	%	N	%
1 欠席したことがある	24	14.5	36	22.4	28	14.8	25	12.4	36	12.0	149	14.6
2 体育（実技）の授業に出られなかったことがある	20	12.0	27	16.8	24	12.7	30	14.9	41	13.6	142	13.9
3 体育以外の授業に出られなかったことがある	2	1.2	4	2.5	3	1.6	10	5.0	13	4.3	32	3.1
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	0	0.0	4	2.5	2	1.1	1	0.5	2	0.7	9	0.9
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	0	0.0	1	0.5	1	0.3	2	0.2
6 給食などの学校での食事に困ったことがある	14	8.4	7	4.3	11	5.8	8	4.0	4	1.3	44	4.3
7 特にない	112	67.5	110	68.3	131	69.3	142	70.6	208	69.1	703	69.1
無効回答	7	4.2	5	3.1	12	6.3	10	5.0	37	12.3	71	7.0
合計	166		161		189		201		301		1018	

表Ⅲ-25 学校でアレルギー症状が起きた時に相談する人(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 1・2年生		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	%	N	%
1 学級担任	29	60.4	37	62.7	37	49.3	27	46.6	9	25.0	139	50.4
2 養護教諭	11	22.9	14	23.7	15	20.0	11	19.0	6	16.7	57	20.7
3 学校医	1	2.1	1	1.7	2	2.7	3	5.2	1	2.8	8	2.9
4 主治医	26	54.2	27	45.8	36	48.0	27	46.6	11	30.6	127	46.0
5 子どもが自分で対応した	4	8.3	5	8.5	14	18.7	22	37.9	8	22.2	53	19.2
6 相談する人がいなかった	1	2.1	0	0.0	0	0.0	2	3.4	4	11.1	7	2.5
7 その他	3	6.3	4	6.8	4	5.3	2	3.4	2	5.6	15	5.4
無効回答	3	6.3	6	10.2	10	13.3	5	8.6	9	25.0	33	12.0
合計	48		59		75		58		36		276	

表Ⅲ-26 学校でアレルギー症状が起きた時に相談する人(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 1・2年生		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	%	N	%
1 学級担任	24	51.1	23	50.0	24	52.2	23	46.9	8	14.3	102	41.8
2 養護教諭	5	10.6	8	17.4	5	10.9	17	34.7	14	25.0	49	20.1
3 学校医	0	0.0	1	2.2	1	2.2	0	0.0	4	7.1	6	2.5
4 主治医	24	51.1	18	39.1	23	50.0	18	36.7	17	30.4	100	41.0
5 子どもが自分で対応した	5	10.6	7	15.2	7	15.2	18	36.7	25	44.6	62	25.4
6 相談する人がいなかった	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	3.6	2	0.8
7 その他	3	6.4	6	13.0	5	10.9	3	6.1	3	5.4	20	8.2
無効回答	8	17.0	10	21.7	4	8.7	7	14.3	10	17.9	39	16.0
合計	47		46		46		49		56		244	

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	1241	739	426	252	137	18	8	43		1241
と答えた者	列%	100.0%	59.5%	34.3%	20.3%	11.0%	1.5%	0.6%	3.5%		25.5%
	行%	100.0%	23.3%	27.6%	27.1%	23.5%	39.1%	44.4%	13.8%		
	全%	25.5%	15.2%	8.7%	5.2%	2.8%	0.4%	0.2%	0.9%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	739	3172	755	661	286	24	10	90		3172
鼻炎」と	列%	23.3%	100.0%	23.8%	20.8%	9.0%	0.8%	0.3%	2.8%		65.1%
答えた者	行%	59.5%	100.0%	49.0%	71.0%	49.1%	52.2%	55.6%	28.8%		
	全%	15.2%	65.1%	15.5%	13.6%	5.9%	0.5%	0.2%	1.8%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	426	755	1541	283	168	13	8	43		1541
皮膚炎」と	列%	27.6%	49.0%	100.0%	18.4%	10.9%	0.8%	0.5%	2.8%		31.6%
答えた者	行%	34.3%	23.8%	100.0%	30.4%	28.8%	28.3%	44.4%	13.8%		
	全%	8.7%	15.5%	31.6%	5.8%	3.4%	0.3%	0.2%	0.9%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	252	661	283	931	128	14	6	34		931
結膜炎」と	列%	27.1%	71.0%	30.4%	100.0%	13.7%	1.5%		3.7%		19.1%
答えた者	行%	20.3%	20.8%	18.4%	100.0%	22.0%	30.4%		10.9%		
	全%	5.2%	13.6%	5.8%	19.1%	2.6%	0.3%		0.7%		
「じんましん」	N	137	286	168	128	583	13	9	36		583
と答えた者	列%	23.5%	49.1%	28.8%	22.0%	100.0%	2.2%	1.5%	6.2%		12.0%
	行%	11.0%	9.0%	10.9%	13.7%	100.0%	28.3%	50.0%	11.5%		
	全%	2.8%	5.9%	3.4%	2.6%	12.0%	0.3%	0.2%	0.7%		
「消化器	N	18	24	13	14	13	46	5	2		46
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	39.1%	52.2%	28.3%	30.4%	28.3%	100.0%		4.3%		0.9%
答えた者	行%	1.5%	0.8%	0.8%	1.5%	2.2%	100.0%		0.6%		
	全%	0.4%	0.5%	0.3%	0.3%	0.3%	0.9%		0.0%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N	8	10	8	6	9	5	18			18
ｼｮｯｸ」と	列%	44.4%	55.6%	44.4%		50.0%		100.0%			0.4%
答えた者	行%	0.6%	0.3%	0.5%		1.5%		100.0%			
	全%	0.2%	0.2%	0.2%		0.2%		0.4%			
「その他」と	N	43	90	43	34	36	2		312		312
と答えた者	列%	13.8%	28.8%	13.8%	10.9%	11.5%	0.6%		100.0%		6.4%
	行%	3.5%	2.8%	2.8%	3.7%	6.2%	4.3%		100.0%		
	全%	0.9%	1.8%	0.9%	0.7%	0.7%	0.0%		6.4%		
無回答	N									33	33
	列%									100.0%	0.7%
	行%									100.0%	
	全%									0.7%	
計	N	1241	3172	1541	931	583	46	18	312	33	4876

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	738	453	248	147	79	10	4	18		738
と答えた者	列%	100.0%	61.4%	33.6%	19.9%	10.7%	1.4%	0.5%	2.4%		30.2%
	行%	100.0%	27.3%	33.6%	32.4%	31.0%	50.0%	40.0%	13.0%		
	全%	30.2%	18.6%	10.2%	6.0%	3.2%	0.4%	0.2%	0.7%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	453	1659	392	350	128	11	7	37		1659
鼻炎」と	列%	27.3%	100.0%	23.6%	21.1%	7.7%	0.7%	0.4%	2.2%		68.0%
答えた者	行%	61.4%	100.0%	53.2%	77.1%	50.2%	55.0%	70.0%	26.8%		
	全%	18.6%	68.0%	16.1%	14.3%	5.2%	0.5%	0.3%	1.5%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	248	392	737	131	83	3	4	23		737
皮膚炎」と	列%	33.6%	53.2%	100.0%	17.8%	11.3%	0.4%	0.5%	3.1%		30.2%
答えた者	行%	33.6%	23.6%	100.0%	28.9%	32.5%	15.0%	40.0%	16.7%		
	全%	10.2%	16.1%	30.2%	5.4%	3.4%	0.1%	0.2%	0.9%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	147	350	131	454	49	5	2	15		454
結膜炎」と	列%	32.4%	77.1%	28.9%	100.0%	10.8%	1.1%	0.4%	3.3%		18.6%
答えた者	行%	19.9%	21.1%	17.8%	100.0%	19.2%	25.0%	20.0%	10.9%		
	全%	6.0%	14.3%	5.4%	18.6%	2.0%	0.2%	0.1%	0.6%		
「じんましん」	N	79	128	83	49	255	1	5	10		255
と答えた者	列%	31.0%	50.2%	32.5%	19.2%	100.0%	0.4%	2.0%	3.9%		10.5%
	行%	10.7%	7.7%	11.3%	10.8%	100.0%	5.0%	50.0%	7.2%		
	全%	3.2%	5.2%	3.4%	2.0%	10.5%	0.0%	0.2%	0.4%		
「消化器	N	10	11	3	5	1	20	2	1		20
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	50.0%	55.0%	15.0%	25.0%	5.0%	100.0%	10.0%	5.0%		0.8%
答えた者	行%	1.4%	0.7%	0.4%	1.1%	0.4%	100.0%	20.0%	0.7%		
	全%	0.4%	0.5%	0.1%	0.2%	0.0%	0.8%	0.1%	0.0%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N	4	7	4	2	5	2	10			10
ｼｮｯｸ」と	列%	40.0%	70.0%	40.0%	20.0%	50.0%	20.0%	100.0%			0.4%
答えた者	行%	0.5%	0.4%	0.5%	0.4%	2.0%	10.0%	100.0%			
	全%	0.2%	0.3%	0.2%	0.1%	0.2%	0.1%	0.4%			
「その他」と	N	18	37	23	15	10	1		138		138
と答えた者	列%	13.0%	26.8%	16.7%	10.9%	7.2%	0.7%		100.0%		5.7%
	行%	2.4%	2.2%	3.1%	3.3%	3.9%	5.0%		100.0%		
	全%	0.7%	1.5%	0.9%	0.6%	0.4%	0.0%		5.7%		
無回答	N									15	15
	列%									100.0%	0.6%
	行%									100.0%	
	全%									0.6%	
計	N	738	1659	737	454	255	20	10	138	15	2440

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	503	286	178	105	58	8	4	25		503
と答えた者	列%	100.0%	56.9%	35.4%	20.9%	11.5%	1.6%	0.8%	5.0%		20.6%
	行%	100.0%	18.9%	22.1%	22.0%	17.7%	30.8%	50.0%	14.4%		
	全%	20.6%	11.7%	7.3%	4.3%	2.4%	0.3%	0.2%	1.0%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	286	1513	363	311	158	13	3	53		1513
鼻炎」と	列%	18.9%	100.0%	24.0%	20.6%	10.4%	0.9%	0.2%	3.5%		62.1%
答えた者	行%	56.9%	100.0%	45.1%	65.2%	48.2%	50.0%	37.5%	30.5%		
	全%	11.7%	62.1%	14.9%	12.8%	6.5%	0.5%	0.1%	2.2%		
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	178	363	804	152	85	10	4	20		804
皮膚炎」と	列%	22.1%	45.1%	100.0%	18.9%	10.6%	1.2%	0.5%	2.5%		33.0%
答えた者	行%	35.4%	24.0%	100.0%	31.9%	25.9%	38.5%	50.0%	11.5%		
	全%	7.3%	14.9%	33.0%	6.2%	3.5%	0.4%	0.2%	0.8%		
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	105	311	152	477	79	9	4	19		477
結膜炎」と	列%	22.0%	65.2%	31.9%	100.0%	16.6%	1.9%	0.8%	4.0%		19.6%
答えた者	行%	20.9%	20.6%	18.9%	100.0%	24.1%	34.6%	50.0%	10.9%		
	全%	4.3%	12.8%	6.2%	19.6%	3.2%	0.4%	0.2%	0.8%		
「じんましん」	N	58	158	85	79	328	12	4	26		328
と答えた者	列%	17.7%	48.2%	25.9%	24.1%	100.0%	3.7%	1.2%	7.9%		13.5%
	行%	11.5%	10.4%	10.6%	16.6%	100.0%	46.2%	50.0%	14.9%		
	全%	2.4%	6.5%	3.5%	3.2%	13.5%	0.5%	0.2%	1.1%		
「消化器	N	8	13	10	9	12	26	3	1		26
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	30.8%	50.0%	38.5%	34.6%	46.2%	100.0%	11.5%	3.8%		1.1%
答えた者	行%	1.6%	0.9%	1.2%	1.9%	3.7%	100.0%	37.5%	0.6%		
	全%	0.3%	0.5%	0.4%	0.4%	0.5%	1.1%	0.1%	0.0%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N	4	3	4	4	4	3	8			8
ｼｮｯｸ」と	列%	50.0%	37.5%	50.0%	50.0%	50.0%	37.5%	100.0%			0.3%
答えた者	行%	0.8%	0.2%	0.5%	0.8%	1.2%	11.5%	100.0%			
	全%	0.2%	0.1%	0.2%	0.2%	0.2%	0.1%	0.3%			
「その他」と	N	25	53	20	19	26	1		174		174
と答えた者	列%	14.4%	30.5%	11.5%	10.9%	14.9%	0.6%		100.0%		7.1%
	行%	5.0%	3.5%	2.5%	4.0%	7.9%	3.8%		100.0%		
	全%	1.0%	2.2%	0.8%	0.8%	1.1%	0.0%		7.1%		
無回答	N									18	18
	列%									100.0%	0.7%
	行%									100.0%	
	全%									0.7%	
計	N	503	1513	804	477	328	26	8	174	18	2436

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」と答えた者	N	397	284	14	101	164	93	50	70	2	542
	列%	73.2%	52.4%	2.6%	18.6%	30.3%	17.2%	9.2%	12.9%	0.4%	26.1%
	行%	38.2%	22.7%	35.0%	49.3%	48.5%	39.9%	34.2%	20.2%	8.7%	
	全%	19.1%	13.7%	0.7%	4.9%	7.9%	4.5%	2.4%	3.4%	0.1%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性鼻炎」と答えた者	N	865	1170	25	175	280	157	88	180	10	1592
	列%	54.3%	73.5%	1.6%	11.0%	17.6%	9.9%	5.5%	11.3%	0.6%	76.6%
	行%	83.3%	93.5%	62.5%	85.4%	82.8%	67.4%	60.3%	52.0%	43.5%	
	全%	41.6%	56.3%	1.2%	8.4%	13.5%	7.6%	4.2%	8.7%	0.5%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性皮膚炎」と答えた者	N	347	297	13	92	123	125	67	114	4	589
	列%	58.9%	50.4%	2.2%	15.6%	20.9%	21.2%	11.4%	19.4%	0.7%	28.3%
	行%	33.4%	23.7%	32.5%	44.9%	36.4%	53.6%	45.9%	32.9%	17.4%	
	全%	16.7%	14.3%	0.6%	4.4%	5.9%	6.0%	3.2%	5.5%	0.2%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性結膜炎」と答えた者	N	248	332	10	61	101	71	34	73	2	478
	列%	51.9%	69.5%	2.1%	12.8%	21.1%	14.9%	7.1%	15.3%	0.4%	23.0%
	行%	23.9%	26.5%	25.0%	29.8%	29.9%	30.5%	23.3%	21.1%	8.7%	
	全%	11.9%	16.0%	0.5%	2.9%	4.9%	3.4%	1.6%	3.5%	0.1%	
「じんましん」と答えた者	N	105	124	16	25	47	75	39	31	1	226
	列%	46.5%	54.9%	7.1%	11.1%	20.8%	33.2%	17.3%	13.7%	0.4%	10.9%
	行%	10.1%	9.9%	40.0%	12.2%	13.9%	32.2%	26.7%	9.0%	4.3%	
	全%	5.1%	6.0%	0.8%	1.2%	2.3%	3.6%	1.9%	1.5%	0.0%	
「消化器ｱﾚﾙｷﾞｰ」と答えた者	N	16	14	4	7	7	17	2	1		24
	列%	66.7%	58.3%	16.7%	29.2%	29.2%	70.8%	8.3%	4.2%		1.2%
	行%	1.5%	1.1%	10.0%	3.4%	2.1%	7.3%	1.4%	0.3%		
	全%	0.8%	0.7%	0.2%	0.3%	0.3%	0.8%	0.1%	0.0%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰｼｮｯｸ」と答えた者	N	6	6	1	1	5	7	2			9
	列%	66.7%	66.7%	11.1%	11.1%	55.6%	77.8%	22.2%			0.4%
	行%	0.6%	0.5%	2.5%	0.5%	1.5%	3.0%	1.4%			
	全%	0.3%	0.3%	0.0%	0.0%	0.2%	0.3%	0.1%			
「その他」とと答えた者	N	44	45	8	14	22	35	19	16		114
	列%	38.6%	39.5%	7.0%	12.3%	19.3%	30.7%	16.7%	14.0%		5.5%
	行%	4.2%	3.6%	20.0%	6.8%	6.5%	15.0%	13.0%	4.6%		
	全%	2.1%	2.2%	0.4%	0.7%	1.1%	1.7%	0.9%	0.8%		
無回答	N	1								5	6
	列%	16.7%								83.3%	0.3%
	行%	0.1%								21.7%	
	全%	0.0%								0.2%	
計	N	1039	1252	40	205	338	233	146	346	23	2078

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	236	172	7	56	89	52	28	35	1	321
と答えた者	列%	73.5%	53.6%	2.2%	17.4%	27.7%	16.2%	8.7%	10.9%	0.3%	30.3%
	行%	41.9%	26.7%	33.3%	50.5%	51.7%	41.9%	44.4%	20.7%	10.0%	
	全%	22.3%	16.2%	0.7%	5.3%	8.4%	4.9%	2.6%	3.3%	0.1%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	485	614	12	96	149	86	41	104	6	853
鼻炎」と	列%	56.9%	72.0%	1.4%	11.3%	17.5%	10.1%	4.8%	12.2%	0.7%	80.5%
答えた者	行%	86.1%	95.5%	57.1%	86.5%	86.6%	69.4%	65.1%	61.5%	60.0%	
	全%	45.8%	57.9%	1.1%	9.1%	14.1%	8.1%	3.9%	9.8%	0.6%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	182	146	5	56	56	68	29	55	1	290
皮膚炎」と	列%	62.8%	50.3%	1.7%	19.3%	19.3%	23.4%	10.0%	19.0%	0.3%	27.4%
答えた者	行%	32.3%	22.7%	23.8%	50.5%	32.6%	54.8%	46.0%	32.5%	10.0%	
	全%	17.2%	13.8%	0.5%	5.3%	5.3%	6.4%	2.7%	5.2%	0.1%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	141	178	4	43	56	41	15	28		246
結膜炎」と	列%	57.3%	72.4%	1.6%	17.5%	22.8%	16.7%	6.1%	11.4%		23.2%
答えた者	行%	25.0%	27.7%	19.0%	38.7%	32.6%	33.1%	23.8%	16.6%		
	全%	13.3%	16.8%	0.4%	4.1%	5.3%	3.9%	1.4%	2.6%		
「じんましん」	N	41	48	5	10	17	37	8	15	1	93
と答えた者	列%	44.1%	51.6%	5.4%	10.8%	18.3%	39.8%	8.6%	16.1%	1.1%	8.8%
	行%	7.3%	7.5%	23.8%	9.0%	9.9%	29.8%	12.7%	8.9%	10.0%	
	全%	3.9%	4.5%	0.5%	0.9%	1.6%	3.5%	0.8%	1.4%	0.1%	
「消化器	N	7	7	1	1	3	9		1		12
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	58.3%	58.3%	8.3%	8.3%	25.0%	75.0%		8.3%		1.1%
答えた者	行%	1.2%	1.1%	4.8%	0.9%	1.7%	7.3%		0.6%		
	全%	0.7%	0.7%	0.1%	0.1%	0.3%	0.8%		0.1%		
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N	3	5	1	1	3	4	2			6
ｼｮｯｸ」と	列%	50.0%	83.3%	16.7%	16.7%	50.0%	66.7%	33.3%			0.6%
答えた者	行%	0.5%	0.8%	4.8%	0.9%	1.7%	3.2%	3.2%			
	全%	0.3%	0.5%	0.1%	0.1%	0.3%	0.4%	0.2%			
「その他」と	N	20	23	4	6	9	14	7	5		48
と答えた者	列%	41.7%	47.9%	8.3%	12.5%	18.8%	29.2%	14.6%	10.4%		4.5%
	行%	3.6%	3.6%	19.0%	5.4%	5.2%	11.3%	11.1%	3.0%		
	全%	1.9%	2.2%	0.4%	0.6%	0.8%	1.3%	0.7%	0.5%		
無回答	N									2	2
	列%									100.0%	0.2%
	行%									20.0%	
	全%									0.2%	
計	N	563	643	21	111	172	124	63	169	10	1060

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」	N	161	112	7	45	75	41	22	35	1	221
と答えた者	列%	72.9%	50.7%	3.2%	20.4%	33.9%	18.6%	10.0%	15.8%	0.5%	21.7%
	行%	33.8%	18.4%	36.8%	47.9%	45.2%	37.6%	26.5%	19.8%	7.7%	
	全%	15.8%	11.0%	0.7%	4.4%	7.4%	4.0%	2.2%	3.4%	0.1%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	380	556	13	79	131	71	47	76	4	739
鼻炎」と	列%	51.4%	75.2%	1.8%	10.7%	17.7%	9.6%	6.4%	10.3%	0.5%	72.6%
答えた者	行%	79.8%	91.3%	68.4%	84.0%	78.9%	65.1%	56.6%	42.9%	30.8%	
	全%	37.3%	54.6%	1.3%	7.8%	12.9%	7.0%	4.6%	7.5%	0.4%	
「ｱﾄﾋﾟｰ性	N	165	151	8	36	67	57	38	59	3	299
皮膚炎」と	列%	55.2%	50.5%	2.7%	12.0%	22.4%	19.1%	12.7%	19.7%	1.0%	29.4%
答えた者	行%	34.7%	24.8%	42.1%	38.3%	40.4%	52.3%	45.8%	33.3%	23.1%	
	全%	16.2%	14.8%	0.8%	3.5%	6.6%	5.6%	3.7%	5.8%	0.3%	
「ｱﾚﾙｷﾞｰ性	N	107	154	6	18	45	30	19	45	2	232
結膜炎」と	列%	46.1%	66.4%	2.6%	7.8%	19.4%	12.9%	8.2%	19.4%	0.9%	22.8%
答えた者	行%	22.5%	25.3%	31.6%	19.1%	27.1%	27.5%	22.9%	25.4%	15.4%	
	全%	10.5%	15.1%	0.6%	1.8%	4.4%	2.9%	1.9%	4.4%	0.2%	
「じんましん」	N	64	76	11	15	30	38	31	16		133
と答えた者	列%	48.1%	57.1%	8.3%	11.3%	22.6%	28.6%	23.3%	12.0%		13.1%
	行%	13.4%	12.5%	57.9%	16.0%	18.1%	34.9%	37.3%	9.0%		
	全%	6.3%	7.5%	1.1%	1.5%	2.9%	3.7%	3.0%	1.6%		
「消化器	N	9	7	3	6	4	8	2			12
ｱﾚﾙｷﾞｰ」と	列%	75.0%	58.3%	25.0%	50.0%	33.3%	66.7%	16.7%			1.2%
答えた者	行%	1.9%	1.1%	15.8%	6.4%	2.4%	7.3%	2.4%			
	全%	0.9%	0.7%	0.3%	0.6%	0.4%	0.8%	0.2%			
「ｱﾅﾌｨﾗｷｼｰ	N	3	1			2	3				3
ｼｮｯｸ」と	列%	100.0%	33.3%			66.7%	100.0%				0.3%
答えた者	行%	0.6%	0.2%			1.2%	2.8%				
	全%	0.3%	0.1%			0.2%	0.3%				
「その他」と	N	24	22	4	8	13	21	12	11		66
と答えた者	列%	36.4%	33.3%	6.1%	12.1%	19.7%	31.8%	18.2%	16.7%		6.5%
	行%	5.0%	3.6%	21.1%	8.5%	7.8%	19.3%	14.5%	6.2%		
	全%	2.4%	2.2%	0.4%	0.8%	1.3%	2.1%	1.2%	1.1%		
無回答	N	1								3	4
	列%	25.0%								75.0%	0.4%
	行%	0.2%								23.1%	
	全%	0.1%								0.3%	
計	N	476	609	19	94	166	109	83	177	13	1018

『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、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、常に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。

本調査は、集計に際し統計処理を行うことに限られており、個人情報・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〇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☐内に〇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。あてはまるものに〇印をつけてください。(〇はいくつでも可)

「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	〇
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	〇
7. 電話・メールをしている	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「〇」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	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、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。

② 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。

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

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、2 2 時 0 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。あてはまるものに〇印をつけてください。（〇はいくつでも可）

「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・メールをしている　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. 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

25

Q9. 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

26

Q10. 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

27

10–1.「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

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、薬の形に似たもののことをいいます。
＊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。
どの程度の期間ダイエットをし、その効果はどうでしたか。

□□ 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、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、自転車と歩く時間の合計が □□ 分
43 44 46

Q15. 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	□ 48
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	□ 56

＊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。

Q16. 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
57 58

＊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 時間 00 分 と記入してください。

Q17. 昨日、学校から家へ帰って、コンピュータゲームやテレビゲームを何時間くらいしましたか。

＊テレビやビデオを見た時間は除いてください。

約 □ 時間 □□ 分
60 61

Q18. 昨日、学校から家へ帰って、インターネットや携帯メールを何時間くらいしましたか。

約 □ 時間 □□ 分
63 64

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

約 □ 時間 □□ 分
66 67

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。

＊家で勉強した時間には、家庭教師による勉強も含めます。

約 □ 時間 □□ 分
69 70

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　　□
72

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
73

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 □□ 分
74 76

＊家庭教師による勉強、及び、おけいこごとは除きます。

Q22. おけいこごと（スポーツを除く）に通っていますか。

1. 通っている　　2. 通っていない　　□
78

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
79

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 □□ 分
80 82

＊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。

Q23. ふだん、部活動やその他の自由時間に、体を動かす遊びをしていますか。

1. している　　2. していない　□ 84

23–1.「1. している」を選んだ人だけお答えください。
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。

23–1–1. 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
85 87

23–1–2. 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
89 91

23–1–3. 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
93 95

＊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。

Q24. 金～日曜日の夜、平日（月曜日から木曜日）と同じように寝ますか。

24–1. 金曜日の夜

1. 平日より早く寝る　2. 平日と同じぐらいに寝る　3. 平日より遅く寝る　□ 97

24–2. 土曜日の夜

1. 平日より早く寝る　2. 平日と同じぐらいに寝る　3. 平日より遅く寝る　□ 98

24–3. 日曜日の夜

1. 平日より早く寝る　2. 平日と同じぐらいに寝る　3. 平日より遅く寝る　□ 99

Q25. 土曜日もしくは日曜日の朝、平日と同じように起きますか。

25–1. 土曜日の朝

1. 平日より早く起きる　2. 平日と同じぐらいに起きる　3. 平日より遅く起きる　□ 100

25–2. 日曜日の朝

1. 平日より早く起きる　2. 平日と同じぐらいに起きる　3. 平日より遅く起きる　□ 101

Q26. 土曜日や日曜日はどのように過ごしますか。もっともよく行うことを下から それぞれ 3 つ選び番号を記入してください。

26–1. 土曜日によく行うこと □□□ 102

26–2. 日曜日によく行うこと □□□ 105

1.家でゆっくり休む	8. クラブ活動や部活動・スポーツクラブへ行く
2.読書や音楽鑑賞など室内の遊びをする	9. 学習塾や補習に行く
3.コンピュータゲームやテレビゲームをする	10. おけいこごとに行く
4.インターネットや携帯メールをする	11. 家族や友人と出かける
5.テレビやビデオや DVD を見る	12. 地域の行事やボランティア活動に参加する
6. 家や図書館などで勉強する	13. 家の手伝いをする
7. 家の外で遊ぶ	

Q27. 次にあげることがらについて、日ごろ感じていますか。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.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	□ 108
2. よく眠れないことがある	□ 109
3. 落ち着かなくて、じっとしていられないことがある	□ 110
4. 集中したり、すばやく考えたりできないことがある	□ 111
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	□ 112
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	□ 113
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	□ 114
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	□ 115
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	□ 116
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	□ 117
11.「顔色が悪い（青白い）」と言われることがある	□ 118
12. 食欲がないことがある	□ 119

13.「おなか」が刺すように痛くなることがある	120
14. 身体の「だるさ」や「疲れやすさ」を感じることがある	121
15. 頭が痛くなることがある	122
16. 乗り物に酔いやすい	123

Q28. 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.あてはまる ・・・ 2
3.あまりあてはまらない ・・・ 3
4.あてはまらない ・・・ 4

	記入欄
1. 将来やってみたいことがある	124
2.「やればできる」と思う	125
3. 何をやってもうまくいかない気がする	126
4. みんなとなかよくできないと感じる	127
5. 急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする	128
6. ちょっとしたことでかっとなる	129

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

□ 130

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	□	131
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	□	138

＊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

□ 139

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	□	140
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	□	147

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	□	148
2. 風邪（かぜ）	2	□	
3. 四季の変化	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	□	155

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、吸入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　□ 156

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	□	157
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	□	163

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	□	164
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	□	170

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。この数値は統計を取るためのみに用いられ、個人情報として使用されることはありません。）

【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 (171)	□□月
B.体重		□□□kg (176)	□□月
C.血圧	最高血圧 □□□mmHg (181) ／	最低血圧 □□□mmHg (184)	□□月
D.血中脂質（総コレステロール）		□□□mg/dl (189)	□□月
E.血中脂質（HDL コレステロール）		□□□mg/dl (194)	□□月
学校（1.小学校　2.中学校　3.高等学校）		□ (199)	
学年		□年 (200)	
性別（1.男　　2.女）	□ (201)		
誕生月	□□月 (202)		
都道府県番号	□□ (204)		
学校番号	□□ (206)		

ご協力ありがとうございました。

キリトリ線

※提出の際、学校側で切り取ること。

名前＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

この報告書は、財団法人日本学校保健会が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」として、下記の委員会が編集作成した。

児童生徒の健康状態サーベイランス事業委員会
（平成 18 年～19 年度）

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	笠井　直美	新潟大学教育人間科学部准教授
	國土　将平	神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授
	竹内　一夫	埼玉大学教育学部学校保健学講座教授
	辻　　和男	元横浜国立大学保健管理センター校医
	平山　宗宏	高崎健康福祉大学大学院健康福祉学研究科長教授 （社福）恩賜財団母子愛育会日本子ども家庭総合研究所名誉所長
	村田　光範	東京女子医科大学名誉教授 和洋女子大学客員研究員

なお、報告書の作成にあたり下記の方々に多大のご援助とご助言をいただきました。

高山　　研	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課専門官
今関　豊一	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官
北垣　邦彦	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官
采女 智津江	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官
成瀬　幸宏	文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課保健指導係長

平成18年度 児童生徒の健康状態サーベイランス 事業報告書

平成20年7月31日　発行

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
電話 03-3501-0968

印刷製本　勝美印刷株式会社