

---

---

**食と咀嚼に対する  
実態等の調査委員会  
報告書**

---

---



財団法人日本学校保健会

## ま え が き

近年、都市化、少子高齢化、情報化、国際化などによる社会環境や生活環境の急激な変化は、子どもの心身の健康にも大きな影響を与えており、学校生活においても生活習慣の乱れ、いじめ、不登校、児童虐待などのメンタルヘルスに関する課題、アレルギー疾患、性の問題行動や薬物乱用、感染症など、新たな課題が顕在化してきています。また、このような現代的な健康課題の解決を図るためには、健康に関する課題を単に個人的な課題とするのではなく、学校、家庭、地域社会が連携して、社会全体で子どもの健康づくりに取り組んでいくことが求められています。そのため、学校においては、地域の実情に即しつつ、子どもの教育に第一義的な責任を持つ家庭と、疾病の治療・予防にあたる医療機関をはじめとする地域の関係機関などと適切な役割分担の下に、相互に連携を深めながら子どもの心身の健康の保持増進を目指す学校保健を推進することが必要となってきました。

このような中、学校歯科保健においては、地域の実情を踏まえ、創意工夫した取組が精力的に展開されてきました。本会では、それらの成果や課題を元に「児童生徒等歯・口の健康づくり実践事例集」や「歯・口の健康と食べる機能Ⅱ－食べることから健康な生活を考える－」といった啓発資料を多数発刊し、各学校の児童生徒等の歯と口の健康づくりに多大の成果を収めることができました。

本調査は、これらの成果及び新たに課題となってきたことを踏まえて、「食生活」の中の「食と咀嚼」に注目し、今後の歯・口の健康づくりの推進に向けて調査を行ったものです。

各学校におかれては、本報告書の内容を十分に参考とし、児童生徒等の歯・口の健康づくりの一層の充実に活用されるよう念願しております。

末尾ではありますが、本調査の作成に当りご尽力いただきました食と咀嚼に対する実態等の調査委員会の諸先生、調査に協力いただきました各教育委員会及び学校など関係の皆様には深甚なる謝意を表します。

平成22年2月

財団法人 日本学校保健会  
会 長 唐 澤 祥 人



## 報告書目次

「食と咀嚼に対する実態等の調査」報告書の概要 .....	1
I. 調査報告編	
1. 「食と咀嚼に対する実態等の調査」の事業の概要 .....	6
2. 「食と咀嚼に対する実態等の調査」結果 .....	6
(1) 単純集計部分 .....	8
ア 小学生とその保護者へのアンケート .....	8
イ 中学生とその保護者へのアンケート .....	29
ウ 小中学生で差が大きい項目について .....	50
(2) 質問項目間の関連について .....	53
ア 児童生徒の項目間の関連 .....	53
イ 保護者の項目間の関連 .....	55
ウ 児童生徒と保護者との関連 .....	57
エ アンケート項目間の関連から .....	58
II. 資料編	
1. 依頼文・アンケート調査票 .....	61
2. 集計数値データ表 .....	68
(1) 基本統計量 .....	69
(2) クロス集計 .....	74



## **-結果報告の概要　－ダイジェスト－**

この報告書は、Ⅰ部の調査報告編とⅡ部の資料編で構成されている。

Ⅰ部では、今回の調査の事業概要並びに調査結果の単純集計及びクロス集計によって示した部分からなっている。

### **Ⅰ．調査報告編**

#### **【目的】**

学校歯科保健での食生活関連の調査としては、平成 7 年度に「口の機能と食生活に関する調査」を日本学校保健会が実施した。12 年経過した現在の実態の再調査を一つの目的として、歯・口の健康の視点から、児童生徒及びその保護者を対象とし、「食生活」の中の「食する」を中心とした「かむ」ことや「咀嚼く」に注目し、これらに関連する意識及び実態等の調査を行い、今後の歯・口の健康の推進に寄与し、学校歯科保健活動の充実を図ることを目的とした。

#### **【調査方法・回収状況】**

今回の調査では、平成 20 年 2 月に、食と咀嚼くとの関連に対する児童生徒及び保護者の意識、食べ方等に関する実態について検討を加えた。

アンケートの中で、児童生徒とその保護者が同様の質問についても検討できるよう、全国の都道府県・政令指定都市教育委員会の協力のもと、調査対象校に、児童生徒と保護者分をセットでアンケートの回収を依頼した。

調査票の回収数は、小学校児童・保護者各 5,343 名分、中学校生徒・保護者各 5,654 名分であった。また、児童生徒とその保護者との連結でアンケートがとれたものは 7,570 件であった。

#### **【調査結果】**

今回の調査でのアンケート項目別に、小学校・中学校別に児童生徒及び保護者ごとの単純集計結果の簡単なコメントをした。この部分では、新規の考察はほとんどなかったが、従来から、…であろうと言われてきた部分を、今回の調査結果から数値で裏付けできた部分が多く、その意味では大きな意義があった。

#### **<今回の調査からみえてきたもの>**

調査結果については、単純集計はもちろん、児童生徒の項目間、保護者の項目間、保護者と児童生徒の項目間でクロス集計をし、それぞれの回答についての関連をみている。

その結果、主に次のようなことが示唆された。

1. 毎日朝食を食べる割合や就寝時間について良好な児童が多かった。
2. 意識してよくかんで食べようとしている児童生徒は、かむことが体によいという意識をもっており、季節の食材を楽しみ、食事への感謝の気持ちをもつ傾向があった。
3. 歯ごたえのある食事が出たときによく食べる児童生徒は、食べ物の味やにおいを楽しみ、食べていることに満足感を得ている傾向があった。
4. 保護者が食事のあいさつをしていると思っている児童生徒は、食事への感謝の気持ちを持ち、食事の手伝いをする傾向があった。

#### ＜小中学生で差が大きい項目＞

小・中学校間で大きく結果が異なっている項目で小学生と中学生で差がみられた質問項目は、児童生徒では 25 項目の質問中 11 項目（44.0%）、保護者では 16 項目の質問中 6 項目（37.5%）であった。これらについては表 1 に示した。

なお、本報告書の質問番号についている C は児童生徒への質問項目であり、P は保護者への質問項目を示している。

表 1 小学生と中学生の比較で差のみられた質問

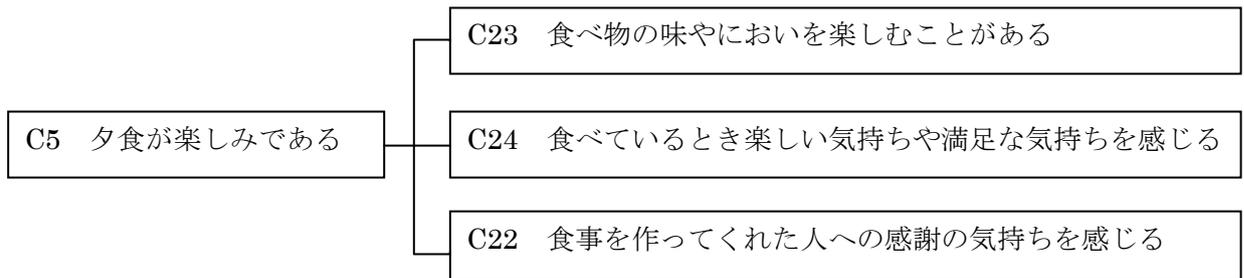
児童生徒	保護者
<b>◎食事の様子や普段の生活について</b>	
C2 「朝食を食べていますか」	P5 「お子さんは、食事中ゲームやメールをすることがありますか」
C5 「夕食は、楽しみですか」	P6 「お子さんの食べ方や食事のマナーについて、お子さんによく話をしますか」
C10 「いつも寝るのは何時ごろですか」	P7 「お子さんに、よくかんで食べるように話をしていますか」
<b>◎かむことについて</b>	
C11 「食事では、意識してよくかんで食べようとしていますか」	P10 「お子さんの食べる速さについてどう感じますか」
C12 「よくかんで食べると体に良いと思いますか」	
C15 「ご飯（白米）を一口食べた時、何回くらいかんでいますか」	
<b>◎食事の内容について</b>	
C16 「季節の野菜やくだものを意識することがありますか」	
C18 「栄養のバランスを考えて食事をしていますか」	
<b>◎食に対する心の面で</b>	
C22 「食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じますか」	P14 「お子さんは、食事の始めと終わりに「いただきます」「ごちそうさま」を言いますか」
C24 「食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちを感じますか」	P16 「お子さんは、食事の手伝い（準備や後かたづけ）をしますか」
C25 「食事の準備や片付けを手伝いますか」	

### <項目間の関連>

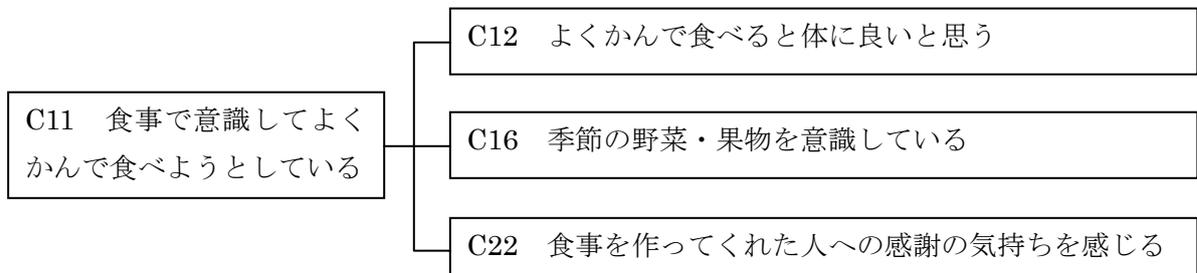
今回の調査から、各項目間の関連性について検討を加えた。この関連性については、複雑ではあるが、注目すべき結果が得られた。ここに、今調査のエッセンスが凝縮されていると考える。特に食と咀嚼に関連が深いとみられた項目とその考察を以下に示す。

#### 質問番号の C は児童生徒への、P は保護者への質問項目

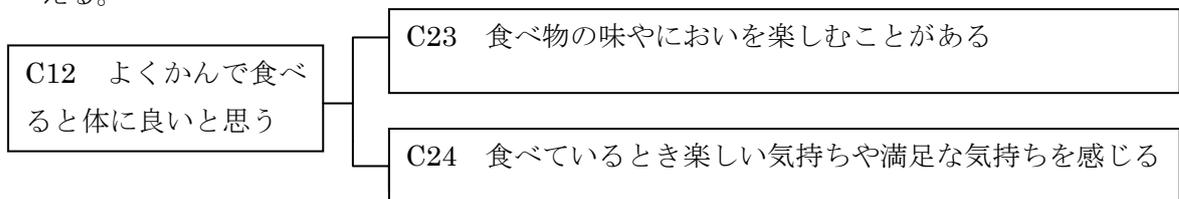
##### (1) 児童生徒の項目間



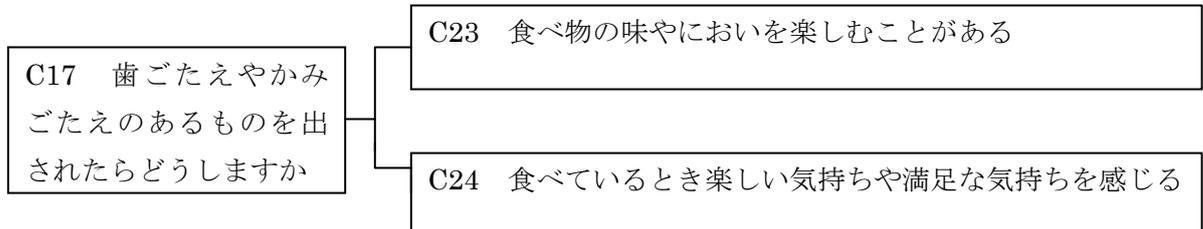
◎夕食がとても楽しみという児童生徒は、味やにおいを楽しみ、食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになるという者が明らかに多く、食事で五感が満たされ、精神的な満足を得られることが、食事への期待感をひきおこすものと思われる。また、夕食が楽しみな児童生徒は、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じる者の割合が高い。



◎意識してよくかむ児童生徒は、よくかむことは体に良いと思っている者の割合が明らかに高い。よくかむ習慣をつけるためには、咀嚼が体に良いものであるという認識が重要と思われる。また、意識してよくかむ児童生徒は、季節の野菜・果物への意識も高く、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じているものが明らかに多い。よくかもうと意識することが、旬の味を楽しんだり、食への感謝の気持ちに結びついていることがうかがえる。

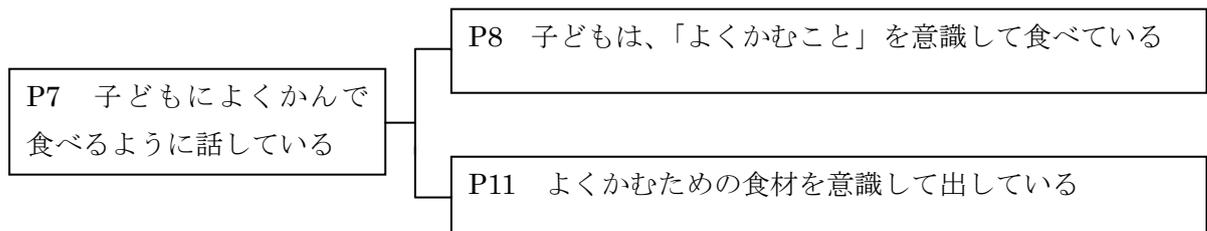


◎よくかむことは体に良いと思っている児童生徒は、食べ物の味やにおいを楽しむ者が多く、食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる者の割合が高い。咀嚼を自分の健康と結びつけて考えることで、食の楽しみや満足感が高まるものと推察される。

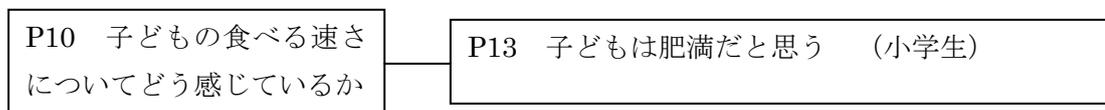


◎歯ごたえやかみごたえのある食べ物を出されたときに「よく食べる」と答えた児童生徒は、食べているときに楽しい気持ちになったり満足な気持ちになる者が多く、食べ物の味やにおいを楽しむ者も多い。食を楽しむ気持ちが、咀嚼への意欲にもつながるものと思われる。

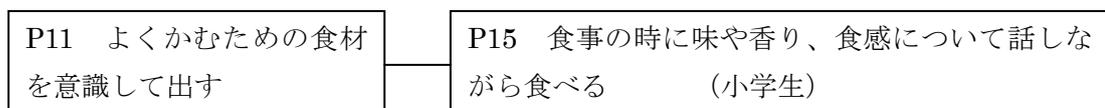
## (2) 保護者の項目間



◎保護者が児童生徒によくかむように話している場合、よくかむことを意識している児童生徒が多い。また、よくかむように話している保護者は、よくかむための食材を意識して出している。

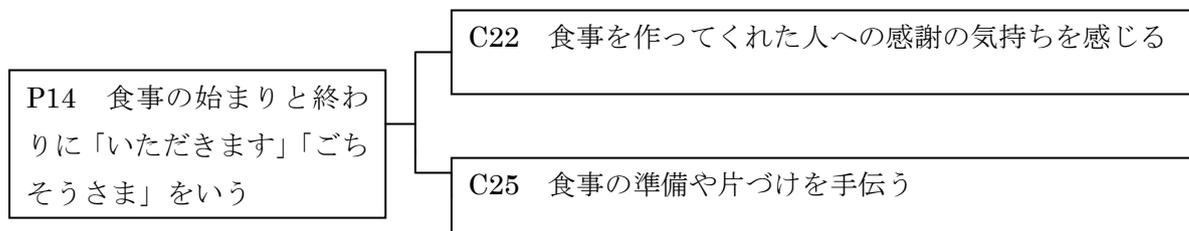


◎保護者が食べる速さが速いと思っている児童生徒は、肥満気味な者の割合が高く、小学生でも早食いが肥満に結びつく傾向がみられる。



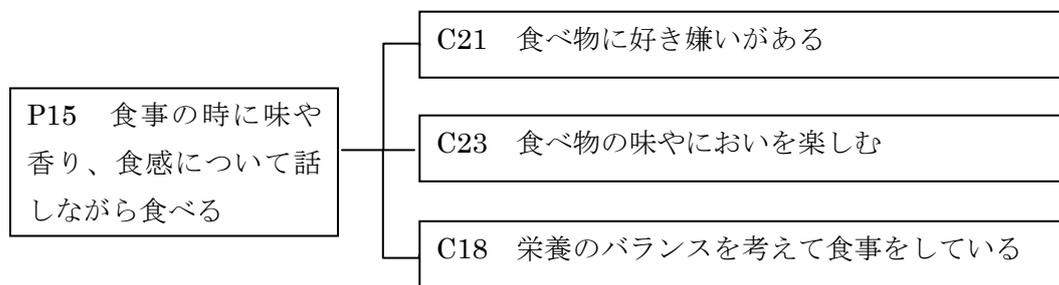
◎保護者がよくかむための食材を意識して出している場合、味や香り、食感について話しながら食べる者の割合が高く、咀嚼習慣形成への配慮が豊かな食生活につながるものと思われる。

### (3) 保護者と児童生徒の項目間



◎保護者が食事の前後にきちんとあいさつをしていると思っている児童生徒は、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じており、また、食事の準備や後片付けを行う者が多い。

保護者が食事のあいさつを身に付くように育てることが、食への感謝の気持ちや食事の手伝いをしようという意欲を育てるものと思われる。



◎保護者が児童生徒に味や香りなどについて話しながら食べていると、児童生徒の好き嫌いは少なく、味やにおいを楽しんで食べ、栄養のバランスを考えて食べている割合が高い。

保護者の積極的なアプローチが児童生徒の良好な食行動と結びついていると考えられる。

## II. 資料編

ここでは、本調査に当たっての依頼文やアンケート調査票等を掲載した。また、アンケート項目別の集計数値表のみならず、本報告書で検討した部分について、クロス集計表も掲載し、その後の活用の参考になるようにした。

## 1. 「食と咀嚼に対する実態等の調査」の事業概要

### (1) 調査の目的

児童生徒を取り巻く社会環境は、この10年に大きく変化してきている。学校歯科保健領域を中心にみても、う蝕の大幅な減少、視覚的評価から機能的評価へなど枚挙にいとまがない。また、食の問題は、日本社会全体の大きな問題として取り上げられるようになり、学校現場でも例外ではない。そのような中で、児童生徒の時期における「食育」は、食育基本法にもうたわれているように知育、徳育、体育の基礎に位置付けられており、児童生徒等が自らの歯・口の健康を認識する中で、食生活の自己管理ができるようになることが、「生きる力」の育成につながるものと考えられている。児童生徒の状況把握だけでなく、その保護者の意識等も調査の対象としたのは親子の調査用紙の関連性が明らかになれば更なる成果が得られるものと考えたからである。

口腔領域における食生活関連の調査としては、平成7年度に「口の機能と食生活に関する調査」を財団法人日本学校保健会口腔機能発達研究委員会が実施した。その後、前述のような大きな社会環境の変化があり、12年経過した現在の実態の再調査を一つの目的とした。さらに、歯・口の健康の視点から、児童生徒及びその保護者を対象とし、「食生活」の中の「食する」を中心とした「かむ」ことや「咀嚼」に注目して、これらに関連する意識及び実態等を調査し、今後の歯・口の健康の推進に寄与し、学校歯科保健活動の充実を図ることを目的として、この調査を行った。

なお、食と咀嚼に対する実態調査等の調査委員会は、実態調査を実施するために大学関係者、学校歯科医、各学校で歯・口の健康づくり活動の中心的役割を果たしてきた教諭など15名で構成されている。

### (2) アンケートの作成とアンケート調査のプレテスト

児童生徒及びその保護者を対象とした「食育」の中の「食する」を中心とした「咀嚼」に関連する意識及び実態を調査するアンケートを作成した。

小学校4校、中学校1校の児童生徒及びその保護者を対象に、「食と咀嚼に関する調査」のプレテストを実施した。

次いで、このプレテスト結果の分析及び内容の妥当性を検討し、再度、全項目の表現まで踏み込んで見直し、本調査実施のためのアンケートを作成した。

### (3) 調査の対象及び方法

全国の小中学校でアンケートを実施するために、調査は平成20年2月に、各都道府県及び指定都市教育委員会の協力の下に、調査協力者のプライバシー保護に十分な配慮を配りながら都道府県・指定都市ごとに、小学校1校、中学校1校を抽出して行った。当該校の小学校では4・5年生の児童とその保護者全員を、中学校では1・2年生の生徒とその保護者全員を対象としたアンケート調査を、上記学校保健会へ依頼し、実施した。

調査方法は、学級で指導に当たる先生方への「アンケート実施へのお願い」の中に質問に対する簡便なマニュアルを組み込み、調査に当たってもらった。保護者には、「食と咀嚼

やくについてのアンケート調査のお願い」を了解していただいた後、無記名で記入し、かつ封筒に入れて提出していただいた。

依頼文及びアンケート調査票等については、資料編に示した。

従来の歯科保健にかかわるアンケートは、う蝕、歯周病または歯口の清掃に関する項目を調査してきたが、今回のアンケートではこれらの項目は調査しなかった。アンケート内容については、食と咀嚼との関連に対する児童生徒及び保護者の意識、食べ方等に関する実態、咀嚼と肥満との関連性について調査した。

アンケートの中で、児童生徒とその保護者が同様の質問について、どのように回答しているかについても検討できるように、原則的に児童生徒と保護者分をセットでアンケートの回収を依頼した。

#### **(4) アンケート調査の集計**

アンケート調査については、平成 20 年 2 月 25 日付けで依頼し、調査書返却期限が平成 20 年 3 月 15 日までと短い期間にもかかわらず、41 都道府県及び 17 指定都市学校保健会からの協力が得られた。

平成 20 年 4 月以降は、まず、上記で回収できたアンケートの精査を行った後コンピュータにデータベースとして入力管理を行った。

アンケート項目が多いのみならず、調査件数も多く、精査にかなりの時間を要した。

調査票の回収数は、小学校児童と保護者各 5,343 名分、中学校生徒・保護者各 5,654 名分であった。また、児童生徒とその保護者との連結でアンケートがとれたものは 7570 件であった。このうち、回答に欠損のあるものを除いて集計及び分析を行った。

#### **(5) アンケート結果の分析・検討**

児童生徒、児童保護者、生徒保護者別に、各アンケート項目に対する単純集計を行い、それぞれの項目について分析を行った。

さらに、アンケート項目間の関連因子や児童生徒と保護者との関連についても統計的検討も加えて行った。

この検討結果をもとに、全体委員会で学校現場での経験や各委員の想定していた結果と差異などについても検討を加えた。

さらに、従来あまり行うことができなかった児童または生徒と保護者の同一内容に対する意識の差異についての分析も並行して行った。

## 2. 「食と咀嚼に対する実態等の調査」結果等

### (1) 単純集計部分

#### ア 小学生とその保護者へのアンケート

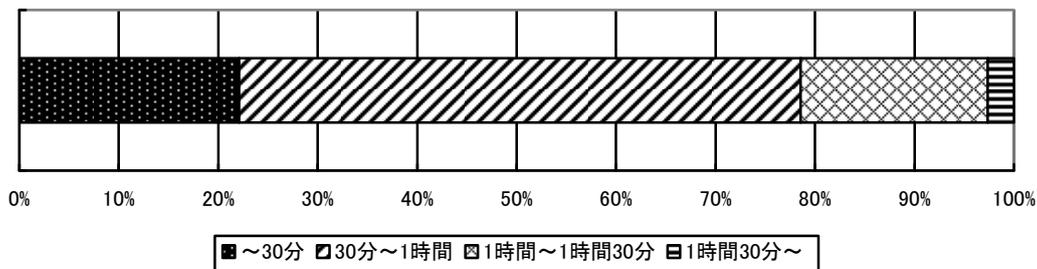
質問番号の C は児童生徒への、P は保護者への質問項目

【小学生】

#### C1 朝起きてから家を出るまでの時間はどのくらいですか

起床から登校までの時間を見るものである。起床から登校までの時間が 30 分以上の児童は 77.9%、30 分以内の児童は 22%であった。

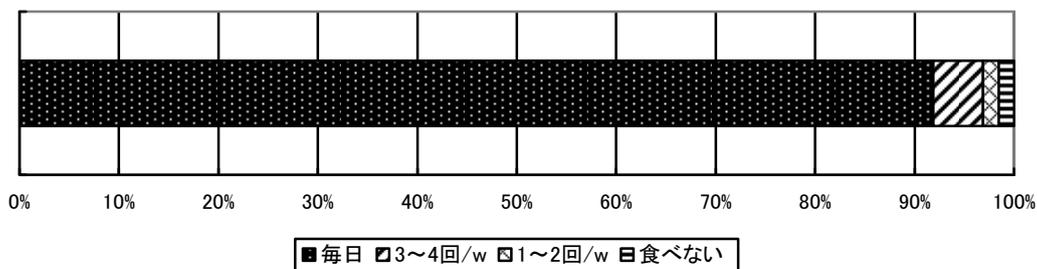
登校まで 30 分以内の児童は、朝食を食べていない児童が多く、朝の生活にゆとりがもてないため、朝食・歯みがき・排便といった基本的な生活習慣が整わず、一日のいいスタートが切れないのではないかとと思われる。家庭における夜型の生活習慣を見直し、登校の 1 時間前には起床し、ゆとりをもって朝の生活を過ごすことが大切になるとと思われる。



#### C2 朝食を食べていますか

朝食の摂取状況を調査することにより、夜型の生活リズムの影響や、食事（朝食）に関わる内容・量・時間・咀嚼などの課題対策のための基本的な質問である。91.9%とほとんどの児童が毎朝朝食を摂っているが、8.2%の児童は、全く食べない、食べない日がある。

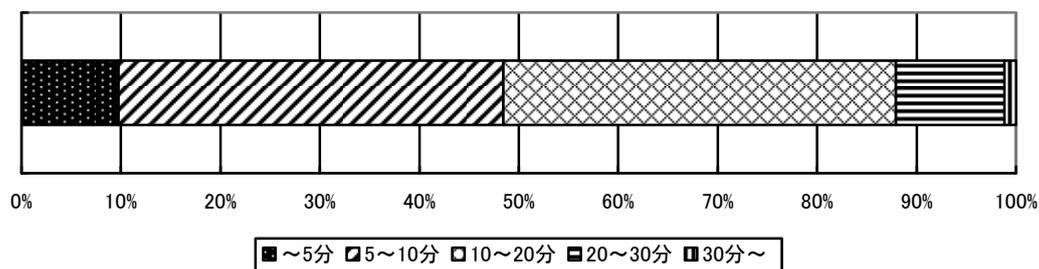
朝食の大切さについて、発達段階に応じた指導を行うとともに、家庭への啓発活動を進めていく必要がある。



### C3 朝食にかかる時間はどれくらいですか

朝食はどれくらい時間をかけて食べているのか、食事の内容や咀嚼状況との関係からもみていきたい。朝食にかかる時間は10～20分以内が39.5%、5～10分が38.7%、5分以内が9.8%であった。年齢が上がるにつれて朝食にかかる時間が少なくなっていく傾向であった。

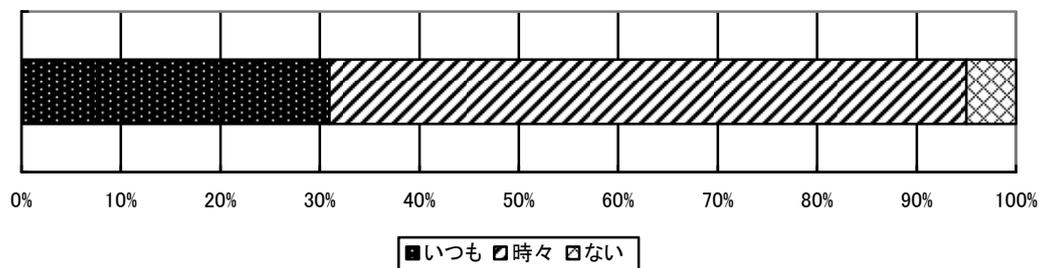
20分間かけて食べている児童は、食事内容も咀嚼状況もよいのではないかと推測されるが、5～10分以内の児童が良くかんで食べることは難しいと思われる。



### C4 学校から帰って夕食までに、何か食べることはありますか

おやつ摂取状況と夕食の食欲状態の関係、塾通いなど生活の多様化などから、間食を食べる児童が多いと考えられることから、中間食についての指導の必要性を探るための質問である。夕食前にいつも食べる児童が31%、時々食べるが64%で、ほとんどの児童が夕食前に間食をしている。

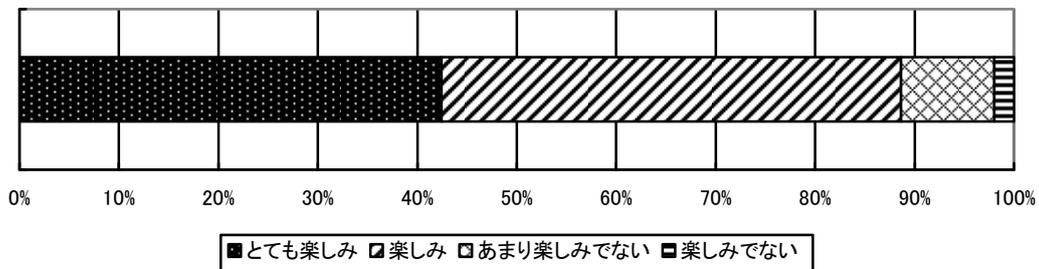
そのため、夕食の食欲に影響、スナック菓子や糖分の取りすぎ過ぎなども心配される。おやつを食べる時間やおやつの内容について、いつ、どのようなものをどのように摂るのが良いかを児童に考えさせることが必要だと考える。



### C5 夕食は楽しみですか

夕食を楽しみにしている児童は、食への関心も高く、好き嫌いも少なく良くかんで食べ、感謝の心も育っているのではないかと推測し調査をした。夕食が楽しみだと答えている児童は 88.6%と高かった。一方、楽しみを感じない児童は 11.4%であった。あまり楽しみを感じない児童は、食事そのものよりも環境面など他に原因があると思われる。また夕食を楽しみに感じている児童は「意識してかむ」「かむことが良いことと感じている」「夕食時にテレビを見ない」「食欲がある」「感謝の気持ちが高い」「食事の手伝いを行う」の調査項目と相関が見られた。

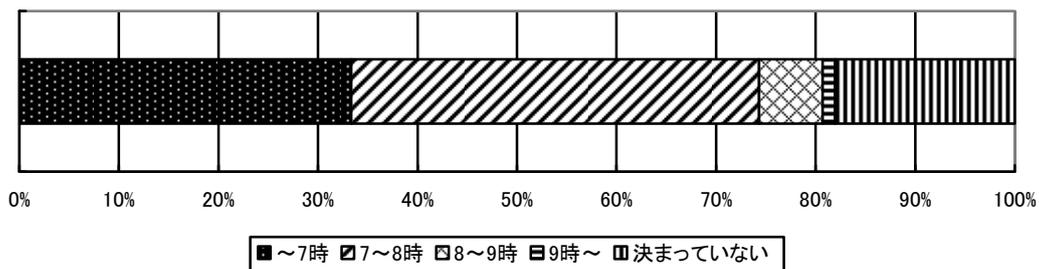
夕食が楽しみになるような生活リズムの改善、食事内容の工夫、良くかむこと、季節感を味わうこと、感謝の心を育てること、楽しく会話しながら食べることも必要になってくると思われる。



### C6 夕食を食べ始める時間はいつ頃ですが。

生活の多様化にともない、夕食を食べ始める時間も多様性を示すと考え質問した。7時前に食べ始める児童は 33.3%、8時までに食べ始める児童は 41%、8時以降に食べ始める児童は 7.6%であった。

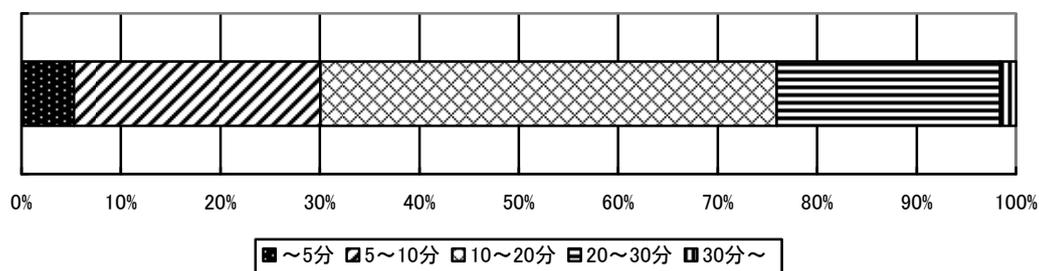
9時以降に食べ始めるという回答も見られ、児童の生活が夜型になり、生活リズムの乱れなど児童の生活に悪影響が危ぶれる。就寝時間が遅くなると、起床時間や朝食の時間、朝食の食欲等生活リズムの乱れにつながり、一日のいいスタートが切れなくなる。夕食を何時頃に食べ始めるのが良いか、児童に考えさせるなどの工夫が考えられる。



### C7 夕食にかかる時間はどのくらいですか

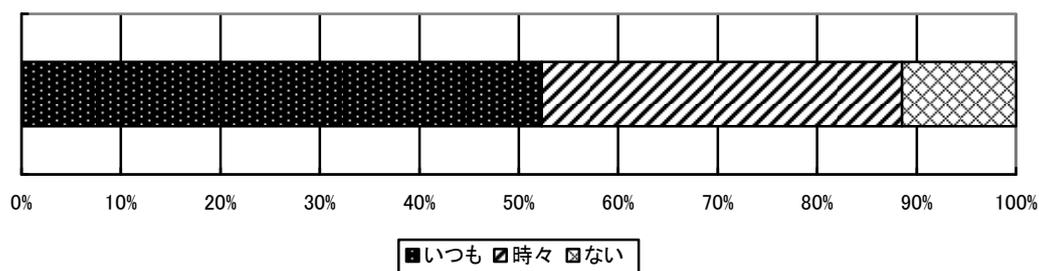
朝食時間と合わせて調査したかった項目である。一日の食事の中で一番時間に余裕のある夕食で、家族との団らんがあるのか、図るものである。朝食に比べると平均時間は長い  
が、20分以上の回答は24%、10分以内の回答が30%であることから、夕食もあまりゆとり  
をもたずに食べている児童が少なくない。

楽しいはずの夕食が意外に短く、家族の団らんがなくなってきているのか、孤食も増え  
ている可能性もある。夕食を大切に、ゆっくり食べる日を家族全員で意識してつくるよ  
うにすること、食と咀しゃく、食への関心を高めることなどが考えられる。



### C8 夕食を食べるとき、テレビを見ながら食べていますか

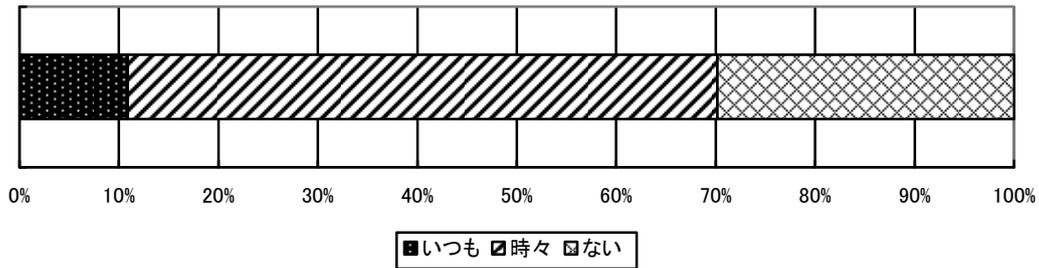
夕食中のテレビ視聴実態を知るための質問である。テレビを見て食事をしている児童は  
88.5%と高く、家庭での会話の欠如やテレビに気を取られながらの夕食の様子がうかがえる。  
ただ、テレビが家族の団らんの中で話題提供になっていることも考えられる。



### C9 夕食を食べてから寝るまでに、何か食べることがありますか。

就寝前の飲食は朝食の欠食や食欲、肥満との関連があると思われ、また、児童のライフスタイルの調査の一つとして質問した。結果は、70%の児童が寝るまでに間食をしていた。

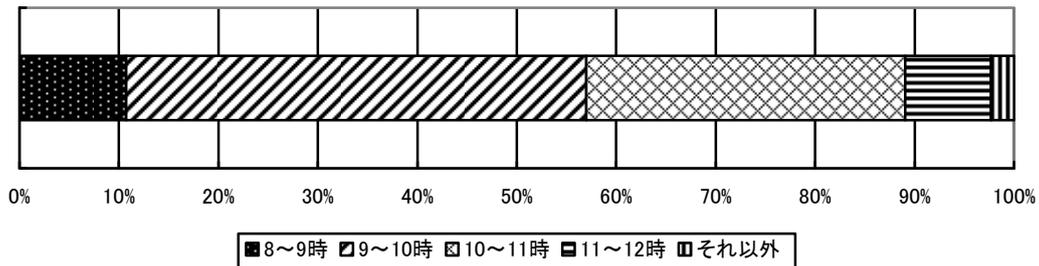
児童たちのライフスタイルが深夜化してしまうと夕食後から就寝までの時間が長くなり、再食をする可能性が増加すると思われる。早寝、早起きの生活習慣を整えることが夕食後の再食をなくすためには重要となってくる。



### C10 いつも寝るのは何時ごろですか

就寝時間が遅いと起床時間も遅くなり、朝の生活行動に余裕がなくなる。その結果、朝食も欠食になる傾向があり、その内容も乏しくなると考えられる。就寝時間の実態を把握するために調査した。結果は、就寝時間が11時過ぎという回答が11%あり、夜型の生活で、睡眠時間が十分でない児童がいる。

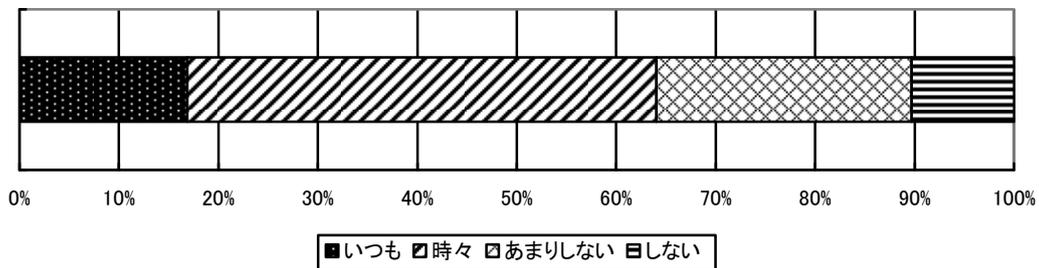
身体的な発育時期であり、健康上の正しい情報を保護者や児童へ発信しなければならない。



### C11 食事では、意識してよくかんで食べようとしていますか

現代の児童はよくかむ習慣がないといわれることから、かむことへの意識の実態を知るために質問した。かむことを意識していると回答した児童は約 64%、あまり意識していない児童が 36%、全く意識していないと回答した児童が約 10%であった。

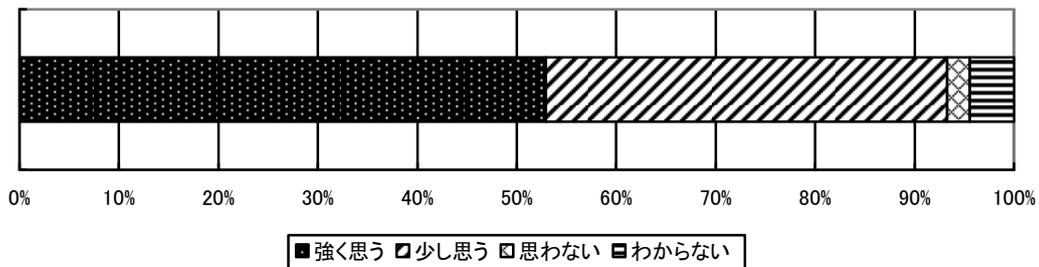
意識して食べる、食べないは、児童を取り巻く、周りの働きかけに大きく影響されると思われる。結果より、周りの働きかけが不十分であることが推察され、かむことの意識は、自分から生まれるものではなく、周りからの働きかけによって意識されることが考えられる。



### C12 よくかんで食べると体に良いと思いますか

咀嚼の効用についての理解、家庭や学校でのかむことについての教育効果を知るための質問である。結果は、かむことを体に良いととらえている児童は 93%とかなり多い。しかし、実際に意識してよくかんでいるかということ、実際にはできていない児童が多いことが分かった。

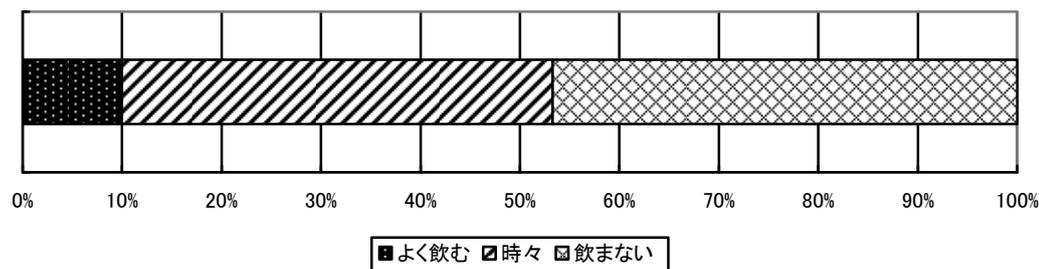
かむことが体に良いという知識を持っている児童は多いが、本当に理解し、実践できている児童は少ない。児童がかむことは体に良いことだと実感できる体験的な学習やよくかむことを意識し、必要性を感じるような食事の在り方の指導の工夫が必要であろう。



### C13 食べものをのみこむとき、水やお茶、牛乳などと一緒に飲みますか

食事中、食べ物を良くかまないで「流し込み食べ」をする児童の頻度を調べるための質問である。「よく飲む」と答えた児童が10%に対して、「飲まない」と答えた児童は47%で、「流し込み食べ」を行っている児童は少なかった。

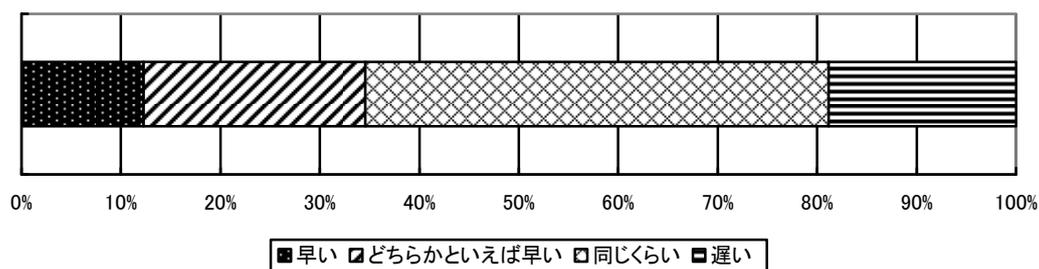
主食の形態や食材との関連性を見ていくことが重要であろう。同時に、よくかみ、唾液と混ぜ合わせて食べるような習慣を付けることが重要である。



### C14 給食の時に他の人よりも早く食べ終わりますか

他の人と比べて、相対的に「早食い」「大食い」の傾向があることを自覚しているかを聞いた。「早い」「どちらかといえば早い」をあわせて34%である。

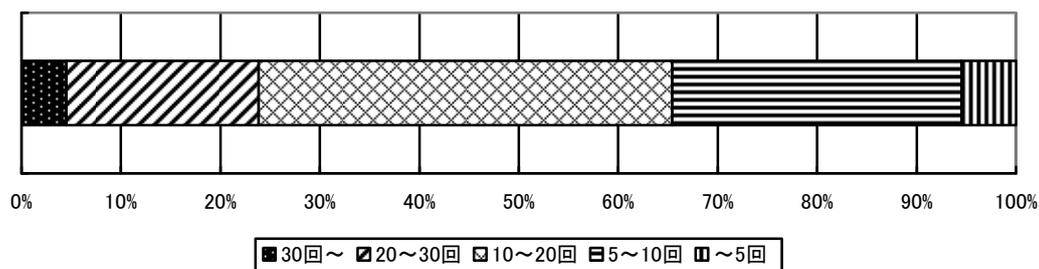
同じ食材を一斉に食べる学校給食をよくかんでゆっくりと食べる咀嚼指導の場とすることの意義は大きい。ゆっくり、よくかんで食べることを指導するとともに、よくかむことを意識できるメニューなどの工夫などが今後必要になると考える。



### C15 ご飯（白米）を一口食べた時に何回くらいかんでいますか

一口のご飯をかむ回数を目安に、よく咀嚼しているかを知るための質問である。30回以上の児童は4.5%と少なく、10回から30回までが61%であった。

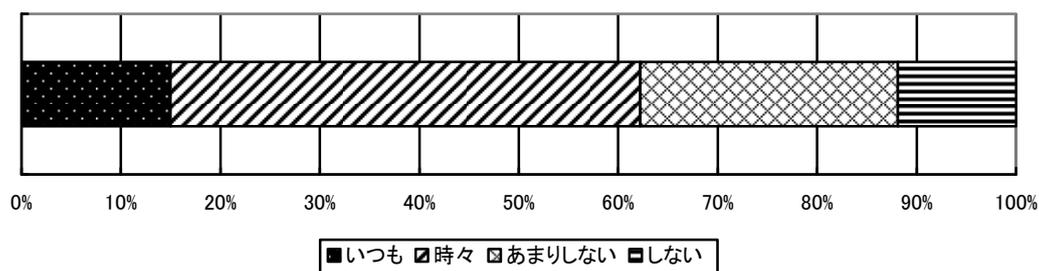
よくかむことの大切さを継続的に指導すること、「良く味わう」「食を楽しむ」「食材を大切に作る」など食育の基本的な要素と関連させて、指導する必要があるだろう。



### C16 季節の野菜や果物を意識することがありますか

食は栄養摂取の面だけでなく、心の面との関係も重要であると考え、児童の食材に対する関心の高さを調べることを目的とした。「いつも」「時々」意識する児童が62%で、意識しない児童が38%という結果である。

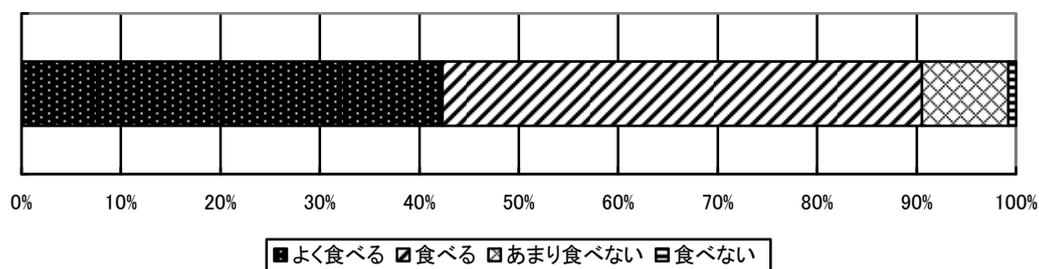
今日、野菜は、年間を通して入手することも可能であり、昔に比べて季節感は薄らいでいる。そのわりには「意識している」児童が6割以上いることから、引き続き家庭での季節感を意識させた食材の提供等も重要になってくると思われる。



### C17 歯ごたえやかみごたえのあるものをだされたらどうしますか

ここでは実際に歯ごたえのある食べものが出たときに児童が積極的に食べているかを知るための質問である。「よく食べる」「食べる」が90%以上と意識してよく食べる児童が多いという結果であった。

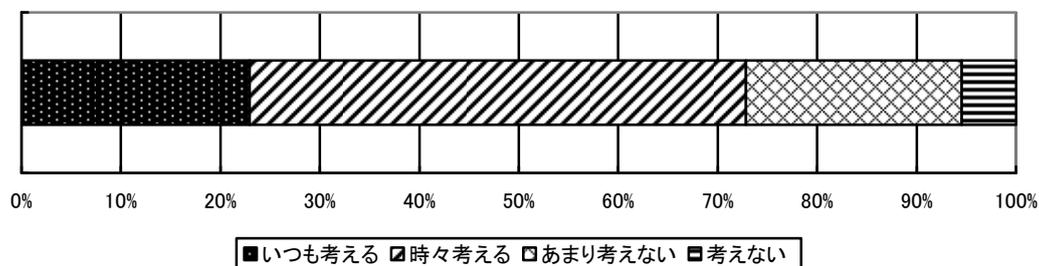
一般的に、児童は軟らかい食べものが好きであるとの先入観を大人がもっているようであるが、児童は「歯ごたえ」のあるものを積極的に食べることが分かった。したがって、食事を提供する側が歯ごたえのある献立を工夫することや、おやつや食事の内容が軟食傾向にならないように努めるようにするための啓発が必要と考える。



### C18 栄養のバランスを考えて食事をしていますか

食事をするときに、どの程度栄養のバランスを考え、その先にある自分の健康に関心をもっているかを知るための質問である。73%の児童が栄養のバランスを「考えて」食事をしているという回答であった。

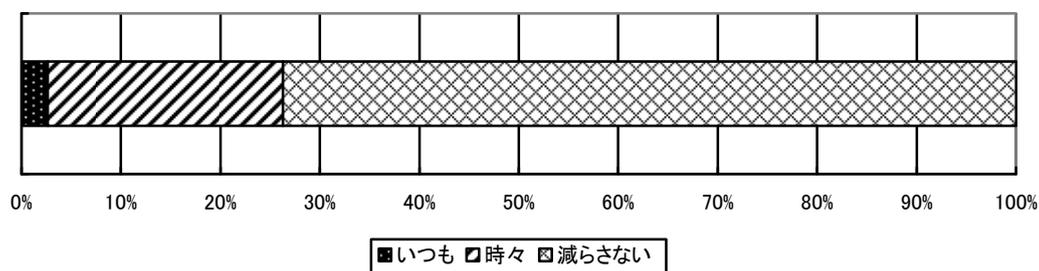
小学生であるから、食の選択をすることは限られていると思うが、多くの児童が「栄養のバランス」を考え、自分の健康に関心をもっていると思われる。栄養のバランスを考える食の選択は、成長していく児童に是非とも身に付けさせたい大切な力である。学校と家庭が連携し、どのような働きかけができるか考えたい。



### C19 体重を減らすために食事を減らすことがありますか

肥満との関係で、児童自身が意識し、その上で食事を減らすことがあるのか、その実態を知る目的で質問した。体重を減らすために、食事を減らすことがあると答えた児童が26.2%みられた。

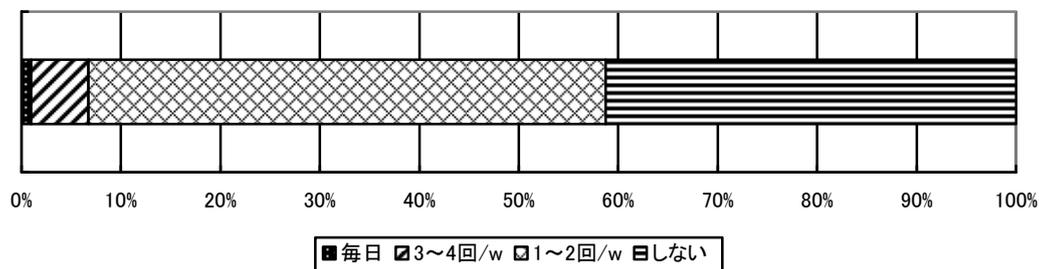
量を減らす前に、まず、自分は食事を減らさなければならない体なのかという実態を把握することが大切で、その上で、食事の内容や食べ方について考えていく必要がある。



### C20 ファーストフードやコンビニの食事をよく利用しますか

夕食等の実態について知るための質問である。週に1～2回の利用が52.0%であり、毎日または週3～4回とよく利用しているが6.8%であった。

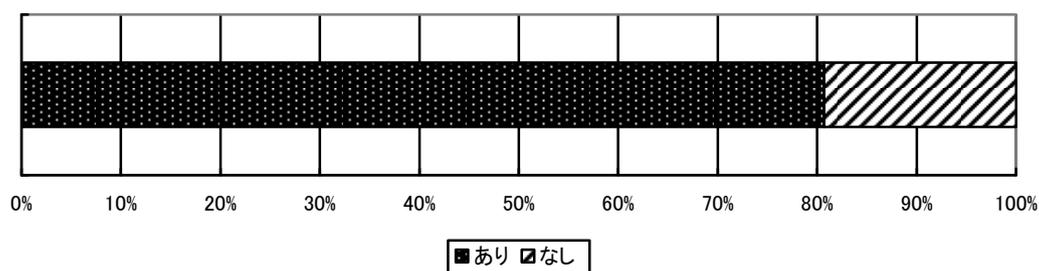
現在、ファーストフードやコンビニの食事内容は多種多様になってきている。したがって、ファーストフードやコンビニ等を利用するときに、食の選択や行動など、児童自身が考え、行動できるような指導を工夫していく必要性があろう。



## C21 食べものにすききらいがありますか

好き嫌いの有無の実態を知るための質問である。さらに副問では、しっかりかむ必要がある食べ物が嫌われる傾向にあるのかを知るための質問である。好き嫌いがあると答えた児童は80.7%と高い値を示した。

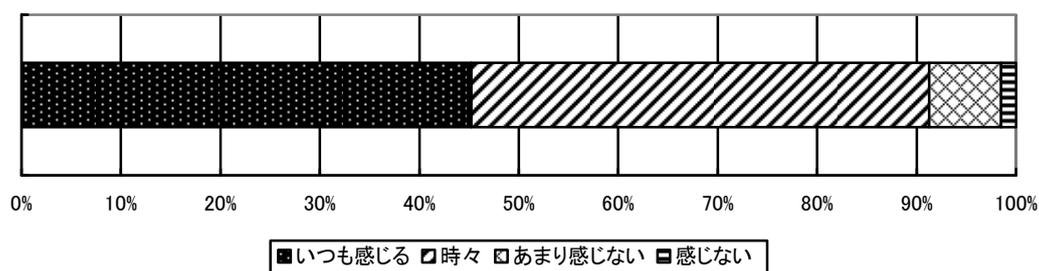
好き嫌いをなくすためには、食材や食事への関心を高めることが必要である。例えば、季節のものを意識させる、歯ごたえのあるものをよくかんで味わう、栄養バランスを考えさせることなどは、食を見直すきっかけとして有効である。



## C22 食事をつくってくれた人への感謝の気持ちを感じますか

食事を作ってくれる人にどのような意識をもっているか、実際に児童が感謝の気持ちを感じているのかを知ることを目的とした質問である。感謝の気持ちを感じると答えた児童は91.3%と高い回答率であった。

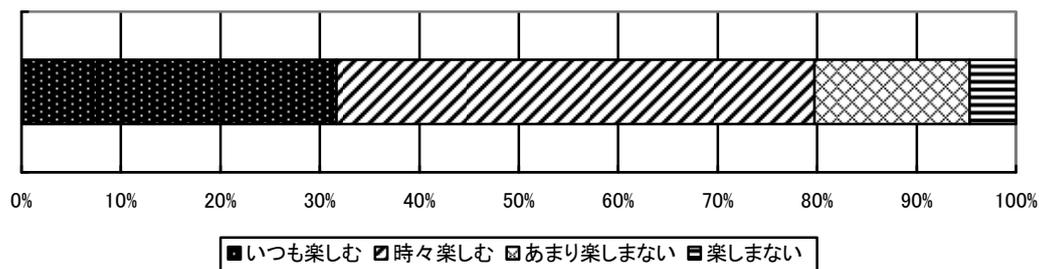
しかし、あまり感じない、感じないと答えた児童もいることから、引き続き学校、家庭生活での感謝の心をもつことを育てていくことが必要であると考えられる。



### C23 食べ物の味やにおいを楽しむことができますか

食を豊かにするためにも、児童がどれだけ味やにおいを楽しんでいるかを知ることが目的とした質問である。味やにおいを楽しんでいる児童は 79.8%と高いが、あまり感じない、感じないと答えた児童は 20.3%みられた。

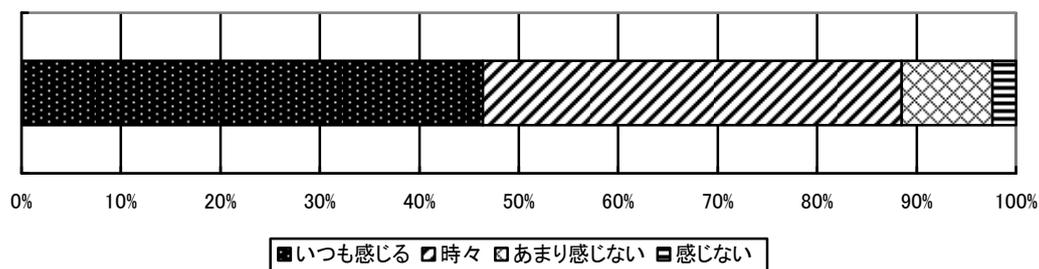
味を楽しむことは食を楽しむことであり、そのためには、よくかんで味わうことがとても重要になってくると考えられる。



### C24 食べているとき楽しい気持ちや満足な気持ちを感じますか

栄養摂取としての食事だけでなく、食事に楽しみや満足感を感じている児童がどのくらいいるのかの実態を知るための質問である。楽しいと感じている児童は 88.5%であり、あまり感じていない児童は 11.5%であった。

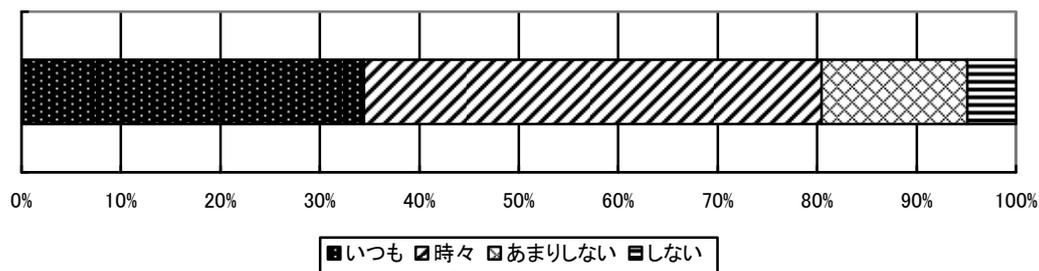
全ての児童が食べることに楽しさや満足感を感じられるために、児童の生活リズムに合わせた家族団らんの食事をする機会を増やすなど、生活環境を整えていくことが大切であると考えられる。



## C25 食事の準備や片付けを手伝いますか

食事の準備や片付け等、児童にどのような実態があるのかを知るための質問である。食事の手伝いをする児童は 80.4%みられた。児童が手伝いをするかしないかは、食事に対する親の意識や取組との関連性が強くでている項目である。

手伝いをすることで食への関心を高め、より食を豊かにしていくことにつながるということが重要になると考えられる。

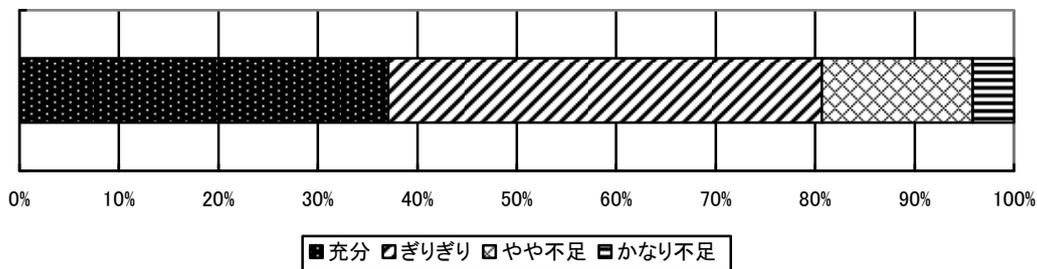


【保護者】

P1 お子さんは起床してから出かけるまでに朝食や準備など必要な時間がとれているとお考えですか

保護者が児童の朝の生活時間についてどのように考え、また関心をもっているのかの実態把握のための質問である。朝の時間が充分足りているととらえていると回答が 37.1%、ゆとりがないが 19.3%であった。保護者は児童が朝の時間にゆとりをもって過ごしていると思っていない家庭が多いことが分かった。

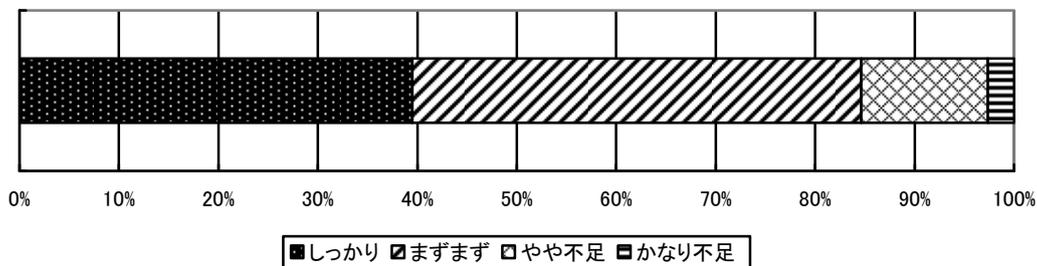
夜型の生活リズムを見直し、朝の生活にゆとりをもつことで一日のいいスタートが切ることができるであろう。



P2 午前中の活動源として、朝食をしっかり食べているとお考えですか。

児童が朝食の摂取の意義と質について、保護者の考えを把握するために質問した。朝食をしっかり摂っていると考えている保護者は 84.6%で、不足気味であると答えた保護者は 15.3%であった。

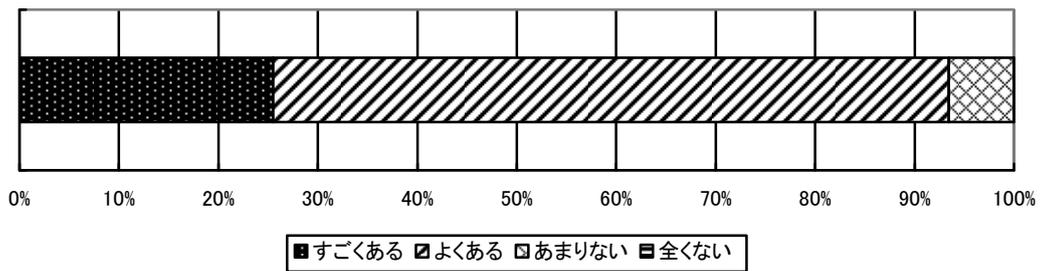
保護者が不足と感じている場合、その原因は時間的要因か食事内容的要因についてかを把握していく必要性があると考えます。



### P3 お子さんの夕食の食欲は平均するとどれくらいであるとお考えですか

児童の夕食における食欲を保護者がどのようにとらえているのかを知り、さらに間食や食事時間との関係を検討することも視野に入れた質問である。保護者は児童が夕食時に食欲があると思っている割合は93.4%であり、食欲があまりないと考えているのは6.5%であった。

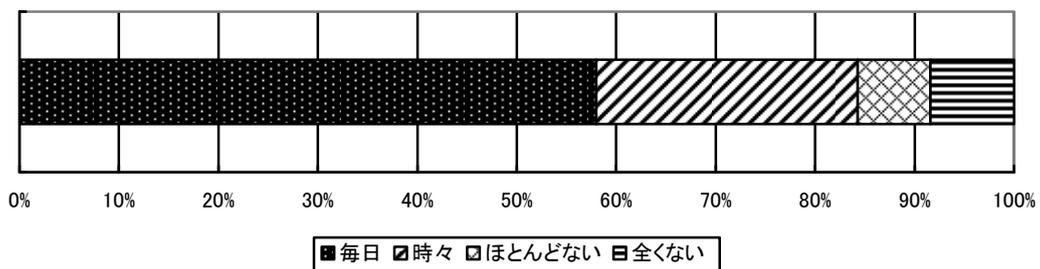
間食内容やその時間、夕食時間の工夫などが必要であると考ええる。



### P4 お子さんは夕食時にテレビを見ながら食べていることはありますか。

食事時のテレビ視聴状況を調査することによって、夕食時の状況を知り、夕食を楽しんだりよくかんで食べたり、家族団らんの場としているのかを知るための質問である。夕食時に毎日テレビを見ている家庭は毎日見ている、時々見ているを合わせると84.3%であり、全く見ていないのは15.7%であった。

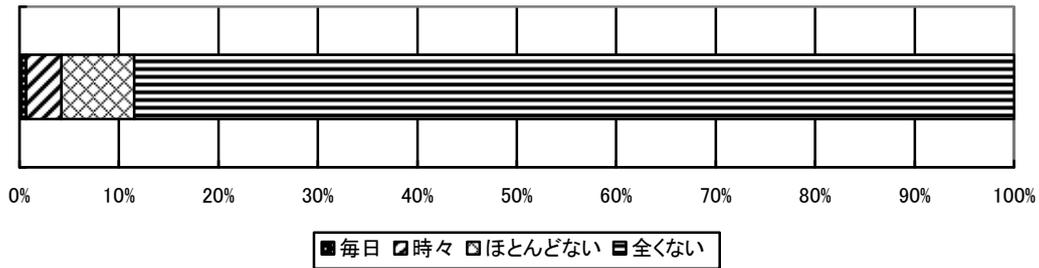
これは児童の調査結果とほぼ同じであり、テレビが家庭の食事に浸透していることが分かる。食事中にテレビがついていることのメリット、デメリットを考えることも必要であろう。



**P5 お子さんは、食事中ゲームやメールをすることがありますか**

テレビと同様のメディアである携帯メールやゲームを比較的時間にゆとりのある夕食時にどの程度使用しているかの実態を知るための質問である。その結果は、小学生では4%と比較的少なかった。

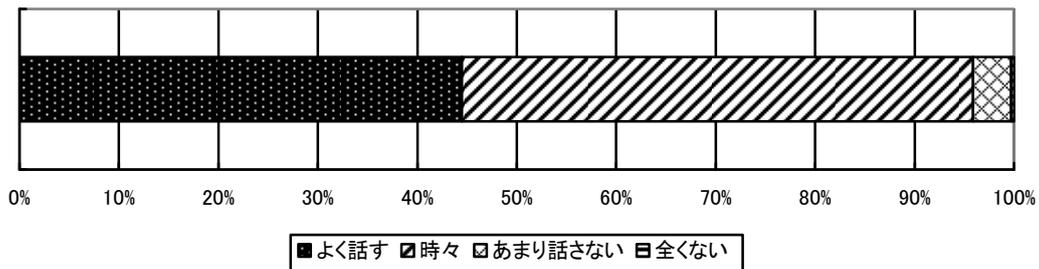
今後、この数値を増加させないためにも、家族団らんでの食事の妨げになること、かむことがおろそかになる可能性、食事上のマナーとしての指導の工夫が重要であると考ええる。



**P6 お子さんの食べ方や食事のマナーについて、お子さんによく話をしますか**

家庭での食に対するしつけについての対応を把握するための質問である。食事のマナーについてはほとんどの家庭で話しているようである。

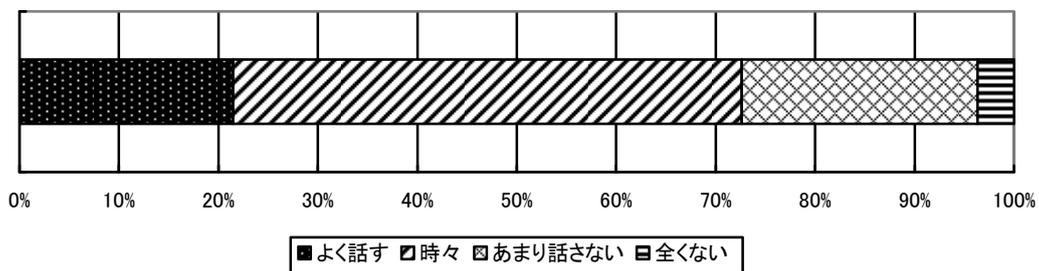
児童が小学生のうちにしっかりとマナーを身につけるようにするため、保護者がかかわりをもつことが大切である。



**P7 お子さんによくかんで食べるように話をしていますか**

家庭で、よくかんで食べることについて話しているかどうか知るための質問である。よくかむことについて「よく話す」「ときどき話す」は73%、「あまり話さない」、「話さない」は27%であった。

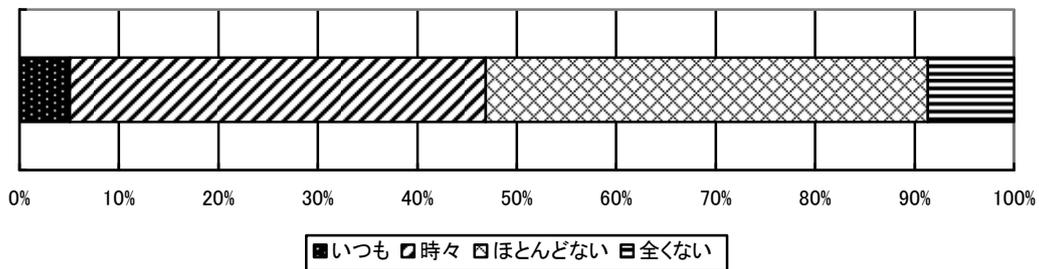
かむことについてしっかりと働きかけることは、児童の意識を高め、味やにおいを感じ、食への関心を高めるためにとても重要であると考えられる。引き続き、家庭の協力を得ることが必要である。



**P8 お子さんは、「よくかむこと」をどの程度意識して食べているとお考えですか**

保護者からみた、児童の「かむこと」に対する意識と実践程度の評価を知るための質問である。結果は、児童がかむことを意識していると捉えている保護者は47%、意識していないと捉えている保護者は53%であった。

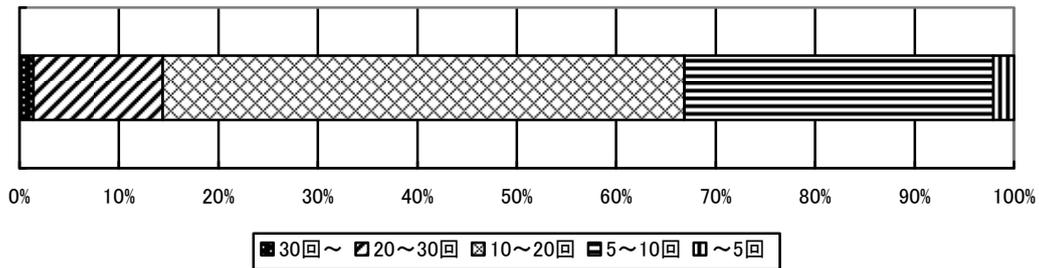
すなわち保護者から見ると、児童はしっかりかんでいないという実態であった。保護者はよくかむように声掛けはしているが、児童自身はよくかむことを十分実践できていないということがうかがえた。



### P9 お子さんは、一口の食べ物で何回くらいかんでいるとお考えですか

保護者は、児童がどのくらい咀嚼していると考えているかを調査した質問である。30回以上というのはほとんどなく、また20～30回も13%であり、10～20回が全体の半数を占めた。

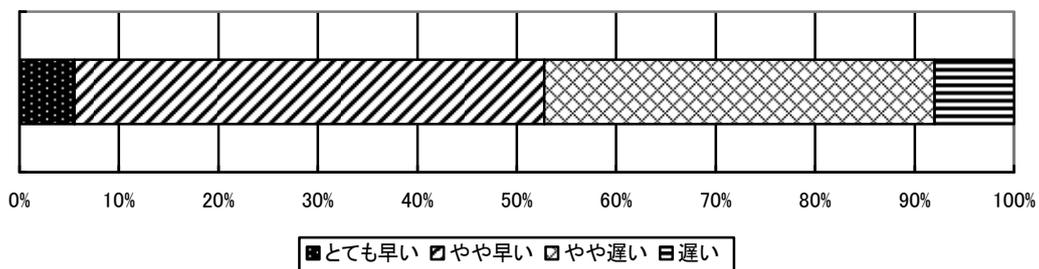
一口の食べもので30回以上咀嚼することを実践するとなると、かなり困難であると考えられる。すなわち、回数だけでなく、よくかむことに意識をもたせ、咀嚼の大切さを様々の方面から児童や家庭、社会に伝えることが重要である。



### P10 お子さんの食べる早さについてどう感じますか

保護者が、児童の食べる早さについてどのような認識をもっているかを調査した質問である。児童の食べる速度が速いと感じている保護者は、52%であり、いわゆる「早食い」傾向の児童が半数を超えていることが分かった。しかし、判断基準が主観的なものであるから結果の判断が難しい面もある。

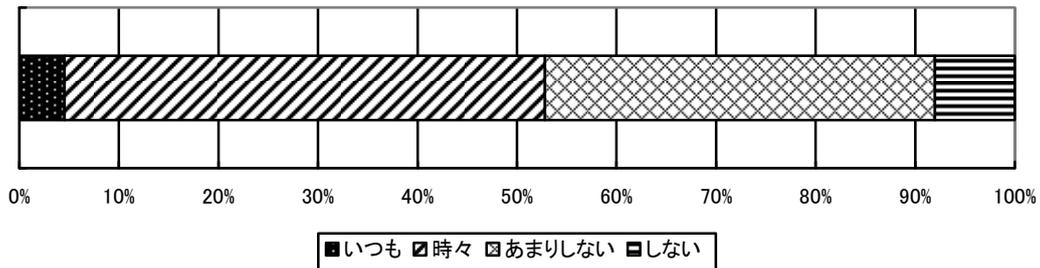
よくかんで食べることの意識や、よく味わって食べることなど五感を感じながら食べることが重要であると考えられる。



**P11 よくかむための食材を意識して出していますか**

保護者が児童に、よくかむことを意識した食材を出しているかの質問である。つまり、保護者がかむことの重要性を意識しているかの調査でもある。よくかむ食材を出している保護者が53%、出していないが47%であり、かむことに対する意識は高いとはいえない状況であった。

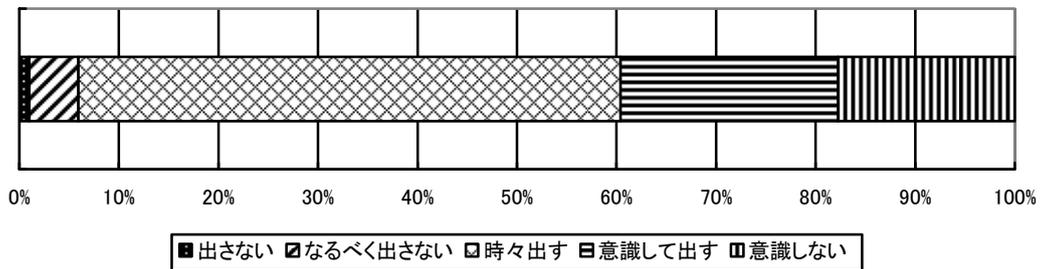
小学生期では、保護者の働きかけが食生活づくりに大きな影響を与える。硬さの異なる食材を経験させるなどの工夫が考えられる。



**P12 お子さんの嫌いな食品についてどうなされていますか**

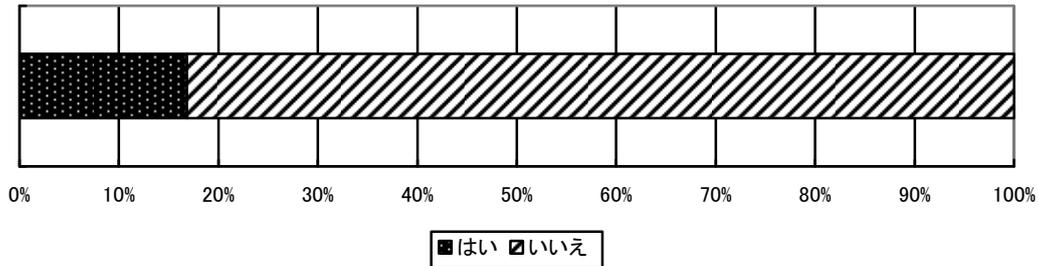
児童が嫌いな食品に対して保護者がどのような対応をしているかの質問である。すなわち児童の好き嫌いに保護者が積極的に関与しているかを調査したものである。嫌いな食べ物を出しているが76%であり、保護者が児童の「好き嫌い」に対応していると考えられる。

食を通して保護者が児童に送るメッセージは重要である。好き嫌いの放置は、将来の児童の食生活や健康にも影響すると考えられる。



**P13 お子さんは肥満ぎみだと思われますか**

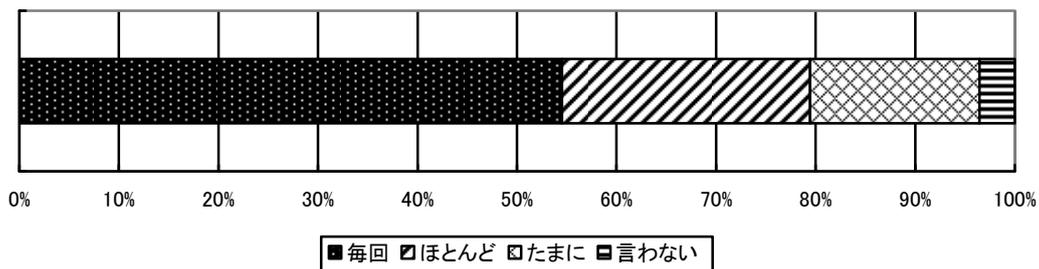
保護者が客観的に見た、自身の児童の肥満の割合を調査するとともに、保護者が肥満と感じている児童の咀嚼回数や食べる早さについても知りたいと考えた質問である。自身の児童が肥満であると感じている保護者は、児童の食事を減らす傾向がみられるなど、保護者の意識が児童の食生活に影響を及ぼすことが推察された。



**P14 お子さんは食事の始めと終わりに「いただきます」「ごちそうさま」を言いますか**

「いただきます」、「ごちそうさま」を言うことから、児童が食事に対して感謝の気持ちをもっているか、食に対する心の面にかかわることを知りたいと考えた質問である。「毎回言う」、「ほとんど言う」の合計は約80%であったが、逆に「たまにしか言わない」、「言わない」を合わせると2割にのぼり、決して少ないとはいえない状況であった。

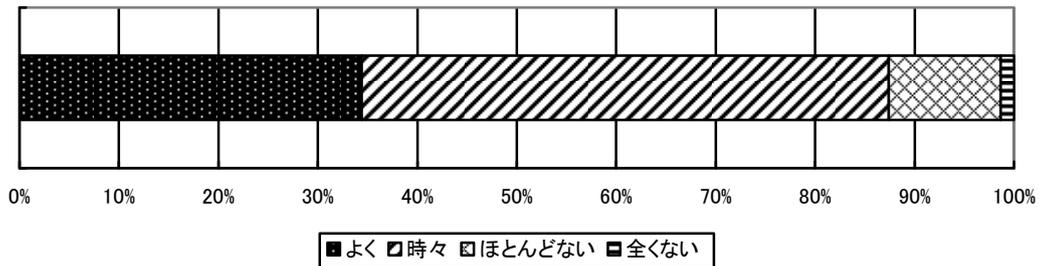
「いただきます」、「ごちそうさま」は食事マナーの基本であることを踏まえ、今後、児童に対して、よくかむこと、食への感謝の気持ちをもたせることなどの食への関心を深める働きかけをしていくことが必要であろう。



**P15 食事の時に味や香り、食感について話しながら食べることがありますか**

保護者が、児童に食を豊かに感じるような働きかけをしているかどうかを知るための質問である。また、食事をする際の心のゆとりが、この質問により窺い知ることができるのではないかと考えた。話をするという保護者は 87.4%と高率の回答であったが、働きかけをしないと答えた保護者が 11.5%みられた。

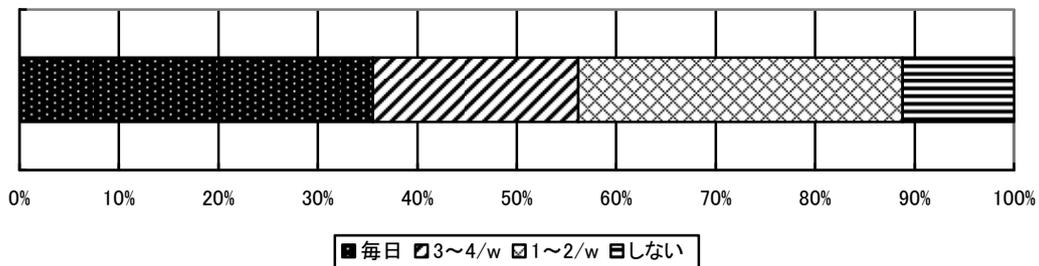
親子の会話が弾むような話題として、よくかんで食べることが香りや食感を楽しむことにつながることを伝えていくことが考えられる。



**P16 お子さんは、食事の手伝い（準備や後かたづけ）をしますか。**

保護者の視点から、児童がどれくらい手伝いをしているか知るための質問である。毎日手伝いをするが 35%であり、手伝いをしないが 11.2%だった。

食事の手伝いをすることは、小さい頃からしつけや親子の触れ合いとして、また、食への感謝の気持ちを育むためにも重要であると考え。さらに、食事の手伝いをするにより、食の大切さや食を楽しむ意識を高め、かむことの大切さなどについて気付かせることにもつながると考えられる。



## イ 中学生とその保護者へのアンケート

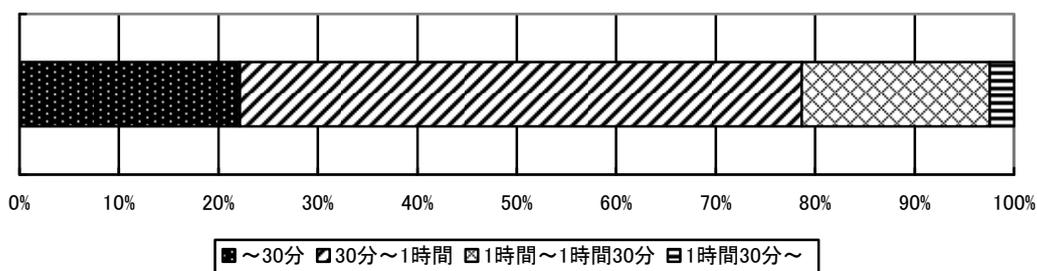
質問番号のCは児童生徒への、Pは保護者への質問項目

【中学生】

### C1 朝、起きてから、家をでるまでの時間はどのくらいですか

毎日、良くかんでの朝食をしっかりと摂るためには、体調以前に物理的な時間の保障が不可欠と考える。慌ただしい朝をおくる生徒の朝食の摂取・内容・時間・咀嚼の現状や、その他の健康生活への影響を調べ、指導の資料とする質問である。22.2%が30分以内であった。

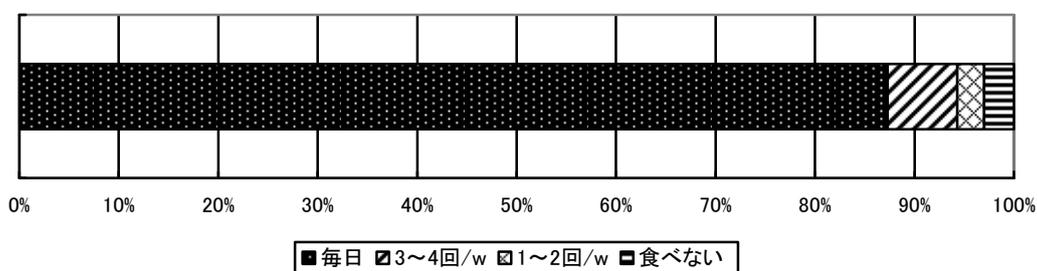
顔を洗う、歯を磨く、朝ご飯を食べる、排便する、いってきます等のあいさつなど、一日のスタートにいずれかが欠けている生徒が少なくないことが危ぶまれる。こうした関連を生徒に気付かせ、咀嚼の大切さと、十分な咀嚼を可能にさせる時間の確保のための正しい生活習慣の身に付け方を指導する必要がある。



### C2 朝食を食べていますか

朝食の摂取状況を把握するための基本的な質問である。大部分の生徒が朝食を食べていた。

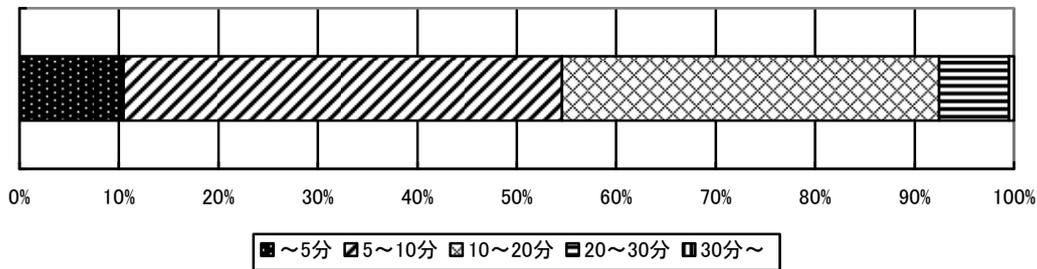
食べていない生徒には、生活全体の中で、どのようにしたら朝食を食べられるのかを一緒に考える姿勢が必要と考える。



### C3 朝食にかける時間はどのくらいですか

朝食は食べている生徒が多いという報告の中、十分な朝食時間を確保できているか、確保するためにはどのような指導が必要かを考える手だてを考察するための質問である。明らかに十分な咀嚼する時間が期待できない生徒が 10.5%、十分な咀嚼のためにもう少し時間をかけてほしい生徒が 44.1%いた。

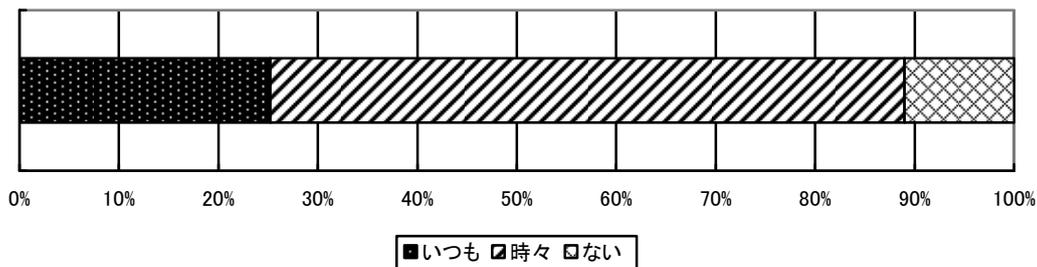
この生徒をより健康的な行動へ変容させていく必要があると思われる。「時間をかけて食べなさい」という指導ではなく、「朝食に時間をかける必要性や有用性」を学ぶ中から、「どうしたら時間をかけられるのか」を考えることが大切と考える。大切な咀嚼には食事（朝食）にかける時間が 10 分以上は必要であり、そのためには家を出るまでの時間の確保から生活リズムをつくるのが大事なことを指導する必要がある。



### C4 学校から帰ってきて夕食までに、何か食べることはありますか

中学生になり、部活動や塾通い等の生活の変化から、夕食までの間に多くの生徒の間食（補食）が予想される。間食についての指導の必要性を探るための質問である。小学生と比べて、「いつも食べる」という生徒が少なくなっている傾向が見られた。

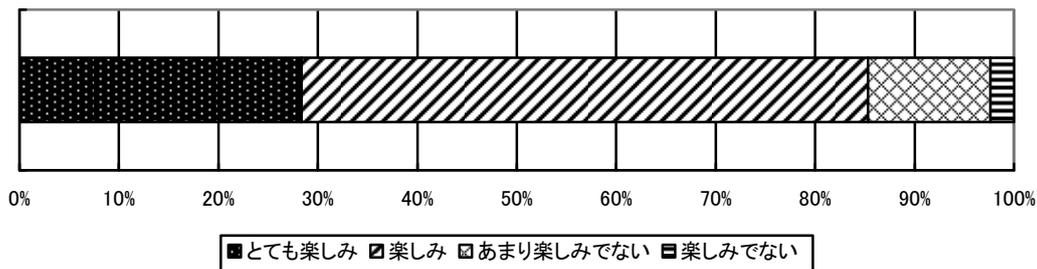
帰宅時間が遅い生徒は、帰宅後すぐ夕食という生活パターンが増えていると考えられる。また、間食もおやつ的なものから補食的なものへと変化があるのではないかと想像される。生徒それぞれの生活パターン（部活動や塾）等も考慮し、栄養学的にも合理性のある間食（補食）について考えることが必要と思われる。



## C5 夕食は、楽しみですか

「食べる」行為の原点と思われる気持ちをどのくらいもっているかを知るための質問である。85.4%の生徒は楽しみにしており、夕食への気持ちに大きな乱れがないことが分かった。

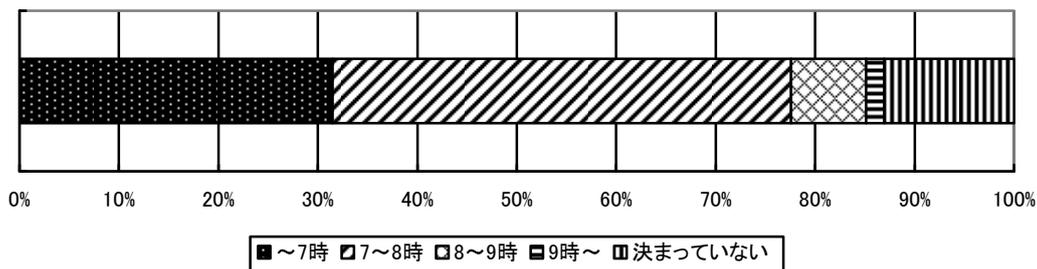
夕食を楽しみにしている生徒は、「夕食時間が長い」「テレビを見ない」「間食をしない」「意識して噛む」「噛むことは体によいと思っている」「感謝の気持ちが強い」等、心豊かな食生活やよく咀嚼しているといったことが期待できることも分かった。また、楽しみでないと答えた生徒が15%あり、個別の対応が必要と思われる。



## C6 夕食を食べ始める時間はいつ頃ですか

中学生になり、部活動や塾通い等の生活の変化や保護者の共働き等、生活の変化が夕食の時間にも影響を及ぼしているのではないかという仮説の質問である。大部分は8時までに夕食を食べていて、小学生と比較しても大きな変化は見られなかった。想定しているよりも、夕食の時間を大切に考えていると思われる。

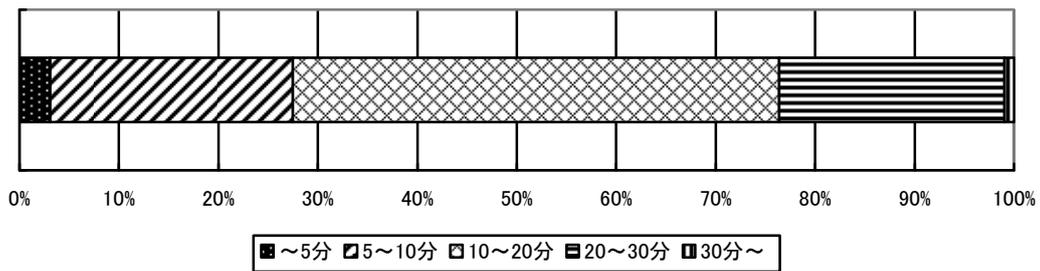
塾や保護者の都合によるまちまちな夕食までの間食（補食）の摂り方も含めた、自分のより良い食生活を考える力を育てる指導が必要と思われる。



### C7 夕食にける時間はどのくらいですか

夕食の時間を調べることにより、心豊かな食生活の基盤や咀嚼の実態を知るための質問である。10分以内で夕食を終えている生徒が27.5%いた。

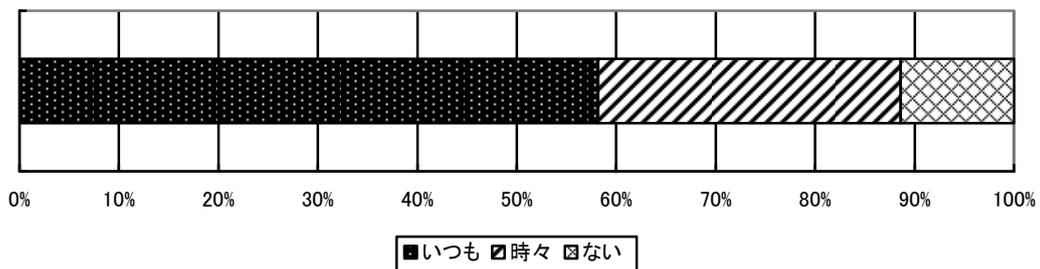
このことは、コミュニケーションや相手に心配りする等の気持ちをもつまでもなく、ものを食べることで終わってしまっているのではないかと、心豊かな食生活の基盤が心配される。家族とのコミュニケーションを考えれば30分以上は必要と考えられる。



### C8 夕食を食べるとき、テレビを見ながら食べていますか

孤食やながら食べ等が指摘されているが、心豊かな食生活や咀嚼に悪影響を与えるテレビを視聴しながらの食事の実態を把握するための質問である。88.6%がいつも、又は時々テレビを見ながら夕食を摂っている。

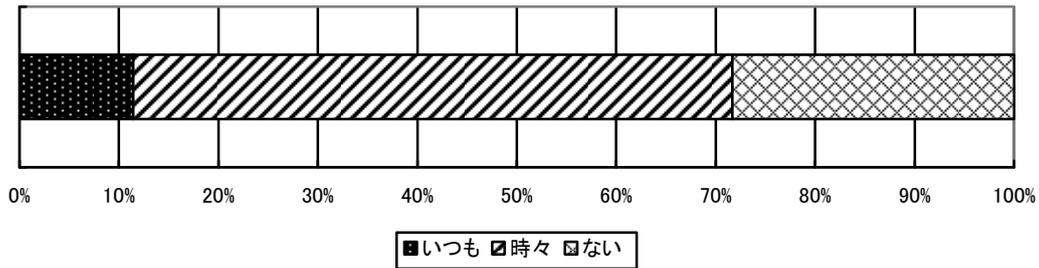
団らん、咀嚼、消化、姿勢、五感を働かせていないのではないかと予測ができる。五感を働かせて食べる楽しみを理解したり、体験したりする工夫が必要ではないかと思われる。



### C9 夕食を食べてから寝るまでに、何か食べることがありますか

実態や肥満（親の意識）との相関を肥満指導の資料とするための質問である。「時々食べる」の回答が約 60%であった。

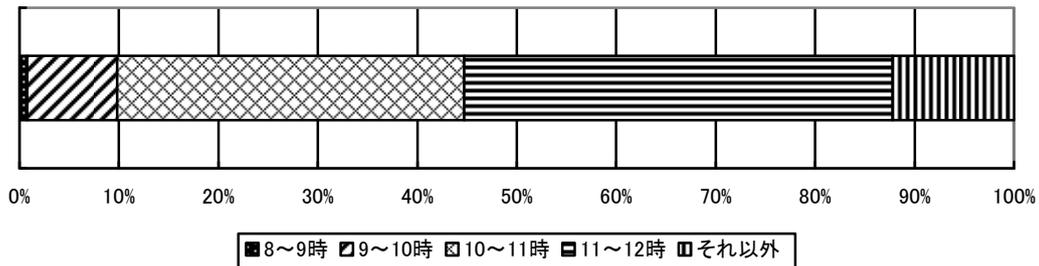
時々がどの程度か教育や指導の中で、生徒自身に考えてもらう必要があるのではないかとと思われる。



### C10 いつも寝るのは何時ごろですか

中学生になり夜型の生活パターンが増えているかの実態を把握するための質問である。12 時を越えている生徒は少ないものの、11 時台が 43%あり、これらは生活リズムも含めて大きな課題である。

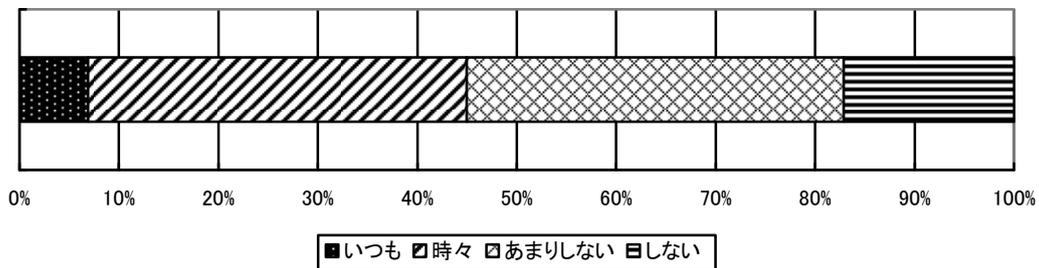
適切な就寝時間は「早寝・早起き・朝ご飯」の出発点であり、成長期に十分な睡眠をとることが大切であることも含めて、工夫した指導が必要と思われる。



### C11 食事では、意識してよくかんで食べようとしていますか

意識してかもうとしている生徒は、かむことが体によいことを知っており、流し食いはせずご飯を何回もかむであろうという実態を把握するための質問である。「意識している」「意識していない」の回答がおおよそ半数ずつである。また、小学生に比べ、「意識していない」割合が増加している。

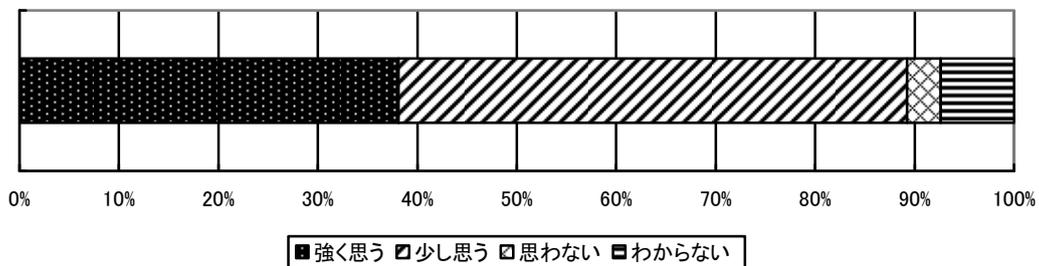
食事時間に余裕がなくなっているからか、あるいはテレビを見ながら等、食事に集中していない等の理由が考えられる。分かりやすい形で、かむことの意義を伝えることが必要と思われる。



### C12 よくかんで食べると体に良いと思いますか

かむことと健康との関連を生徒がどのくらい理解しているのかという実態を把握するための質問である。ほとんどの生徒が知識を有しているものの、かむことを実践していることには結びついていない。

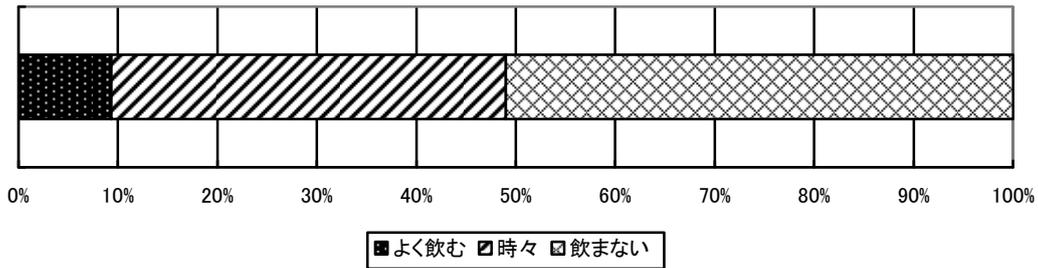
食べることに生徒自身の中で、お腹を満たすということに意識がおかれ、それ以外の健康や五感と結びついていないと考えられる。



**C13 食べ物をのみこむとき、水やお茶、牛乳などを一緒に飲みますか**

食事中よく水、お茶、牛乳を飲む生徒は、咀嚼不足で流し込んでいるのであり、そういう生徒がいるのではないかという実態を把握するための質問である。流し込み食べをしていると思われる生徒が49%いる。

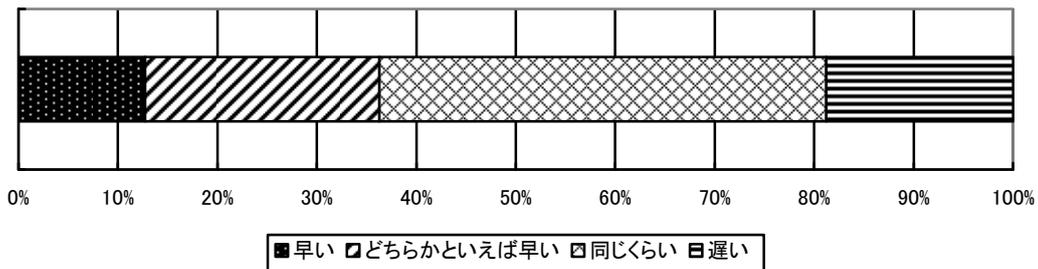
体験授業（唾液の働き）等で、よく咀嚼した後に、水やお茶等を飲むことの大切さの指導をする必要があると思われる。



**C14 給食を食べるとき、他の人と比べて早く食べ終わりますか**

自分自身で食べるのが早いと思っている生徒の実態を調べ、流し込み食べや咀嚼不足の課題を見だし、指導の資料とするための質問である。早いと考えている生徒が12%と、意外に少なかった。

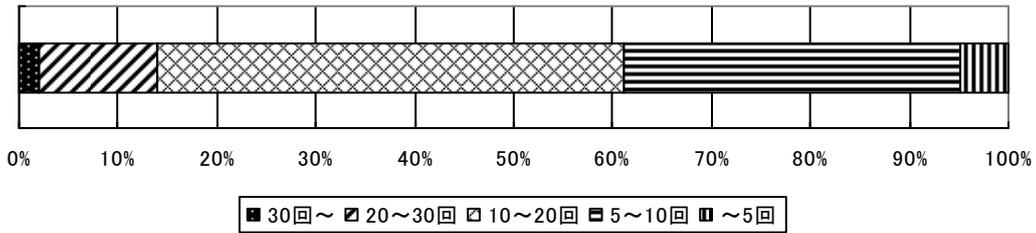
学校給食時におけるよくかむ指導が必要と思われる。



**C15 ご飯（白米）を一口食べた時、何回くらいかんでいますか**

ご飯を食べるときに、どのくらいかんでいるのか実態を把握するための質問である。20回もかんでいない生徒が40%おり、かむことは大切だと理解していても、毎回の食事ですっきりかむことを習慣化していない生徒が多いことが分かった。

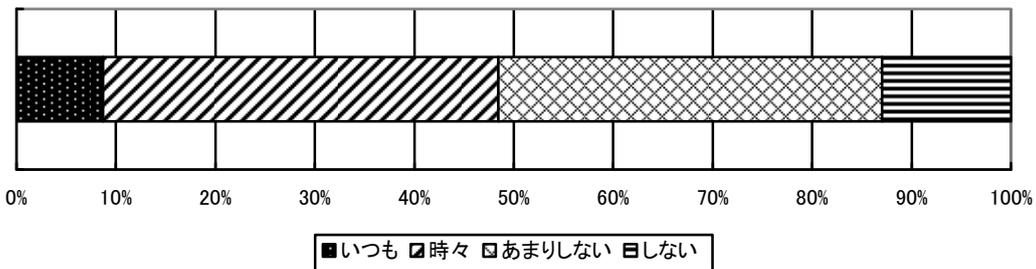
かむ意義を理解し、実践に結びつける指導が必要と思われる。



**C16 季節の野菜やくだものを意識することがありますか**

食材に季節感の乏しい現在、季節の野菜を意識している生徒の実態把握と、味・季節感・香り等、豊かな食生活に関わる関連を調べるための質問である。「意識する」「意識しない」の回答が約半数ずつであった。小学生に比べ意識する割合が低かった。

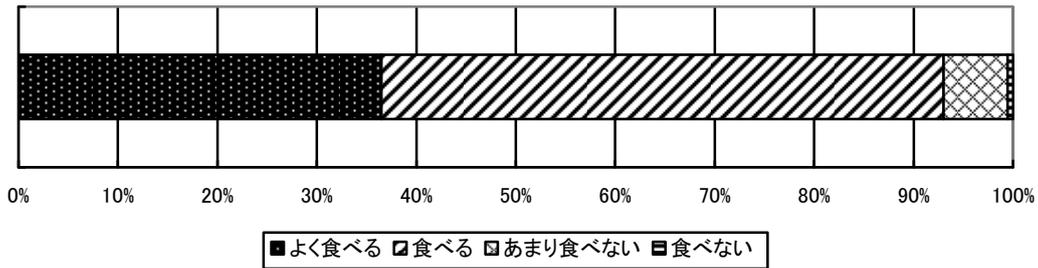
食材を選択する楽しみや、口に入るまでの様々な人のかかわりや、地域の歴史等、多くの背景があることを理解してもらうことが必要と思われる。



C17 歯ごたえやかみごたえのある食べ物を出されたらどうしますか

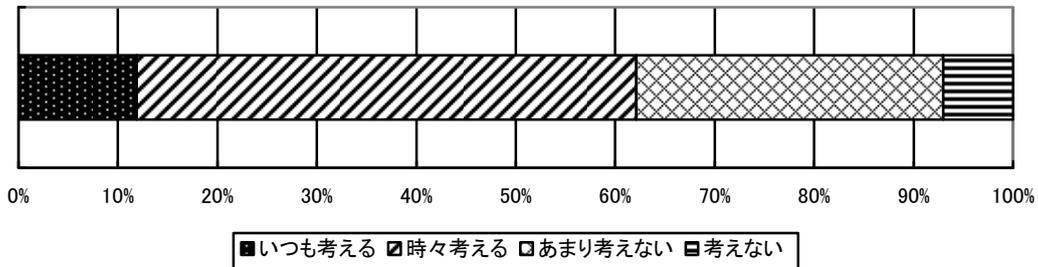
意識して歯ごたえのあるものを食べているかということから咀嚼の意義、咀嚼への意識を見ようとする質問である。

ほとんどの生徒が「食べる」とした結果から、その回数については不明であるが、学校や家庭で、食べごたえのあるものを出すことで、咀嚼への意欲が向上できる可能性が示唆されたと考える。



C18 栄養のバランスを考えて食事をしていますか

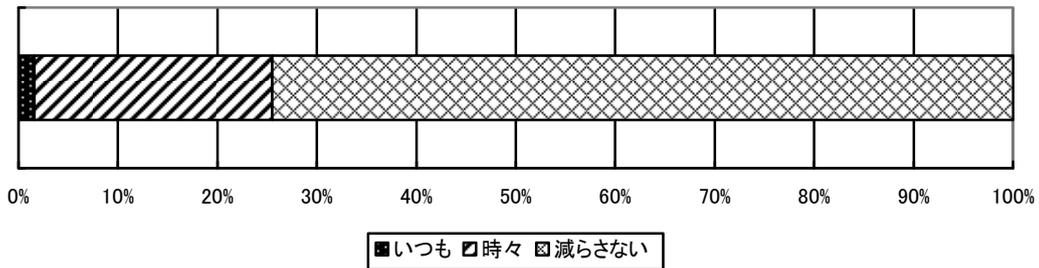
栄養のバランス自分の健康は自分で意識してつくるという生きる力の定着度を見ようとする質問である。6割を超える生徒が考えており、全く考えていないものは少ない。



### C19 体重を減らすために食事を減らすことがありますか

肥満との関係や、容姿を気にしてダイエットを意識しているかをみる質問である。肥満を意識して食事をいつも減らす生徒は少なく、時々減らす生徒を含めても 25%程度であった。

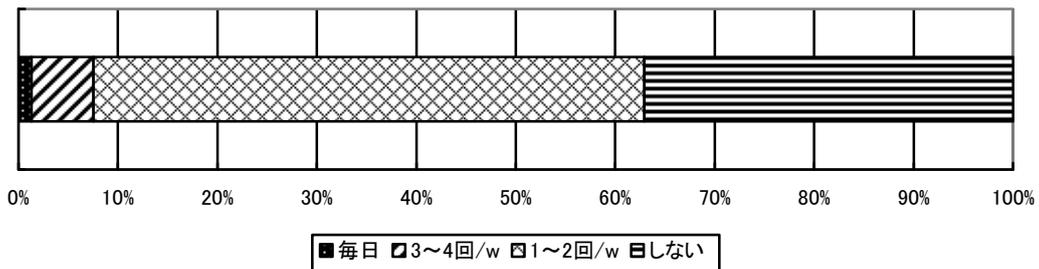
容姿を気にしてのダイエットは心配するほどでなかった。成長期において、正しい摂取カロリー、適度な運動量、しっかりかむことの必要性等を実践できるように指導していく必要がある。



### C20 ファーストフードやコンビニの食事をよく利用しますか

外食等の利用状況を調査した質問である。「利用しない」「週1～2回」で、90%超と、生徒の依存は危惧されるほどではない。

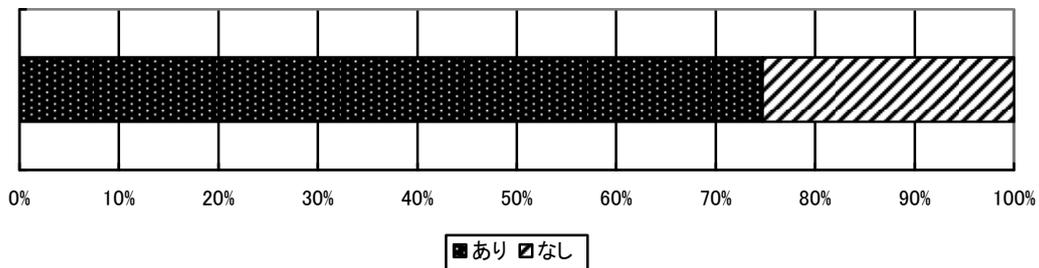
合理的な利用法を考えることも必要である。



## C21 食べ物に好ききらいがありますか

最近指摘されている家庭での食の乱れが、生徒の好き嫌いにも現れているのではないかと、そして、好き嫌いが生徒の食生活全般を推察する目安となるのではないかと想定した質問である。好き嫌いのある生徒は約4分の3と多く、家庭における「食への姿勢」にも考えるべき課題があるのではないかと想像できる。「歯ごたえのあるものを食べない」「季節のものを意識しない」「栄養のバランスを考えない」など他の食習慣との関連もあり、食生活全体を考える糸口になり得ることが示唆された。

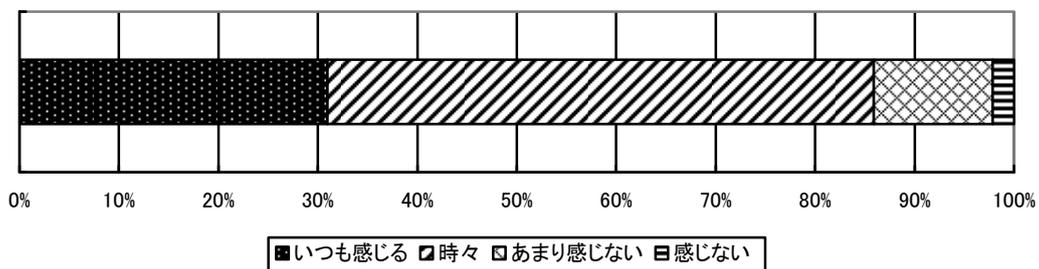
学校給食でいろいろな食材にチャレンジし、その状況を家庭と共有しながら、生徒の意欲と家庭での意識を高めるような働きかけが必要である。



## C22 食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じますか

食事を作ってくれた人への感謝の気持ちについての意識を調査した質問である。感謝の気持ちを感じている生徒は80%を超えていた。

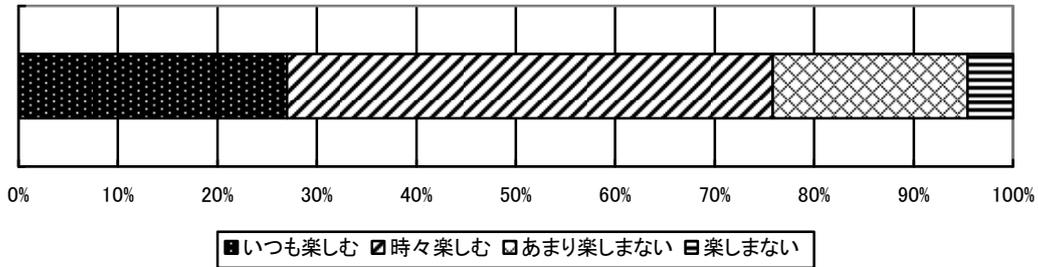
この気持ちを持ち続けさせるために支援できることを考え、感じていない生徒には感謝の気持ちを育む対応が必要である。



### C23 食べ物の味やにおいを楽しむことができますか

豊かな食生活の因子として、五感を使った食べ方が望まれているが、生徒の意識について把握するための質問である。楽しんでいる生徒が76%であった。

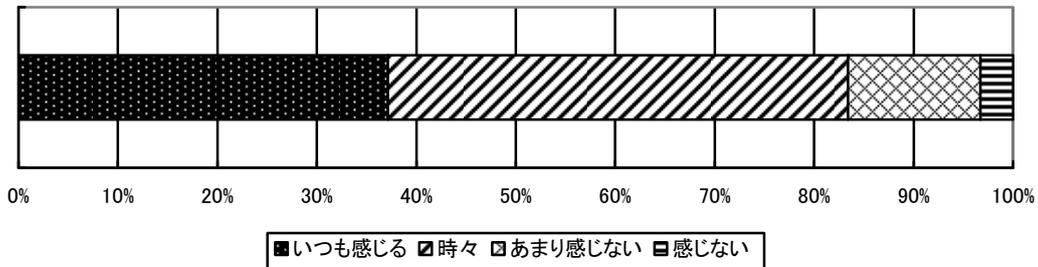
味覚や嗅覚以外の五感をどの程度意識しているのかは今後の検討課題と思われる。



### C24 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちを感じますか

栄養補給だけでない、食事をどのように生徒が感じているかを把握するための質問である。感じていない生徒は20%弱と少なかった。

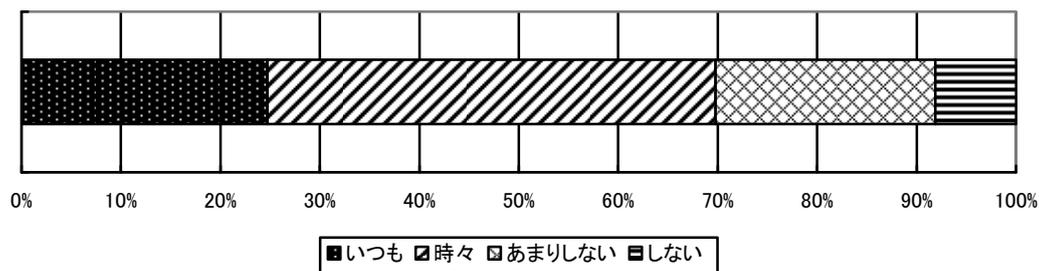
その背景には、家庭での食に対する意識が決して低くはないが、その意識が二極化している可能性もあり、家庭や社会の2極化との関連も検討すべきであろう。



## C25 食事の準備や片付けを手伝いますか

食事の手伝いを経験することは、食事に対する感謝の気持ちや思いやりの気持ちを育むことにつながるのではないかと考えた質問である。約 7 割の生徒が手伝いをしているとしているが、小学生に比べその割合は低かった。

中学生では、手伝う時間的余裕が生活パターンの中で少なくなっていることも予測されるが、作る側に立った体験が必要であるのではないかと考えられた。



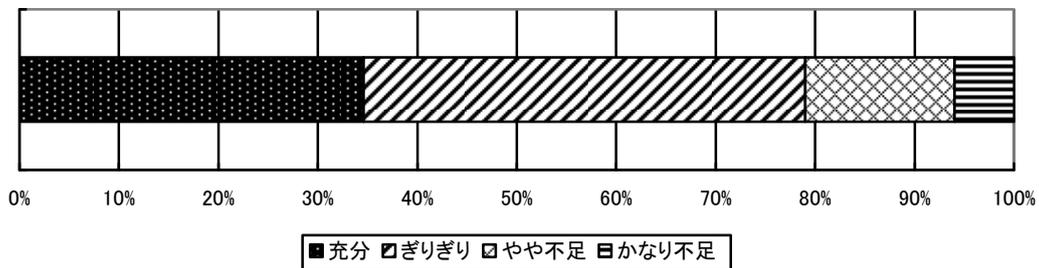
質問番号のCは児童生徒への、Pは保護者への質問項目

【保護者】

P1 お子さんは起床してから出かけるまでに、朝食やその日の準備などの必要な時間がとれているとお考えですか

生活リズムのスタートとなる朝の時間を保護者はどのように捉えているかを把握するための質問である。しっかりとした咀嚼ができないと危ぶまれる30分以内の生徒が約20%いた。

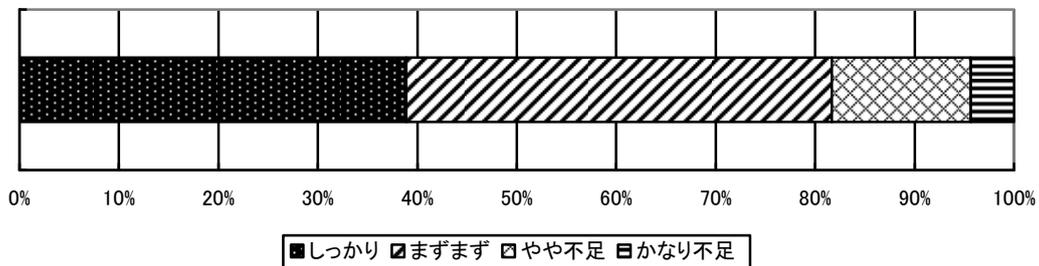
このことから、「咀嚼と健康」を生徒に指導する必要があると考えられた。



P2 午前中の活動の源として、朝食をしっかり食べているとお考えですか

朝食の質について把握する質問である。しっかり食べているが約4割であり、十分な食事を摂っている生徒は多くはない。また、不足・やや不足が約20%である。

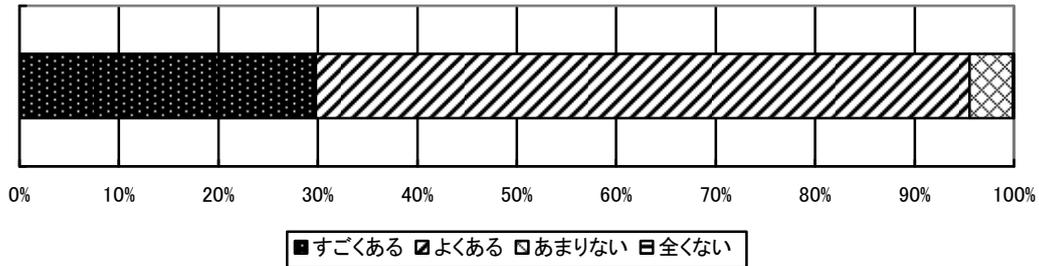
朝食を摂ることはかなり啓発されてきたが、内容の充実に関してはこれからであると考えられ、生涯にわたり、望ましい食習慣を形成できる中学生期に、よくかむメニューを含めた朝食の質の向上を指導することが大切である。



**P3 お子さんの夕食の食欲は、平均するとどのくらいあるとお考えですか**

保護者の視点から見た夕食の摂り方がどのようなものかを調査した質問である。約 95% の生徒が食欲ありと感じている。

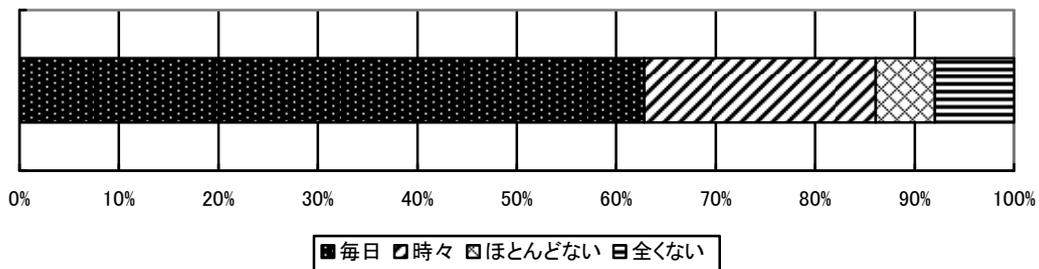
食全体での夕食の位置付けを再考することにより、残りの 5% の生徒にも変化が期待できると思われる。



**P4 お子さんは、夕食時にテレビを見ながら食べていることはありますか**

夕食時を家族団らんの場と捉えているか、また生徒との意識との差をみる質問である。保護者の方が、生徒よりもテレビを見ていると感じている割合が少し高かった。約 6 割で夕食時のテレビ視聴は常態化している。

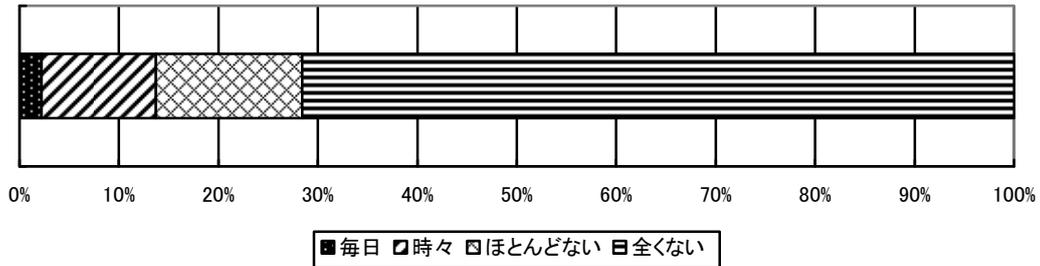
楽しい食事とテレビの視聴についての関連を考えさせる必要がある。



**P5 お子さんは、食事中ゲームやメールをすることがありますか**

中学生の中に浸透してきたゲームやメールの夕食時中での実態を調べた質問である。  
食事中にゲームをしていると保護者が認識しているのは約14%である。

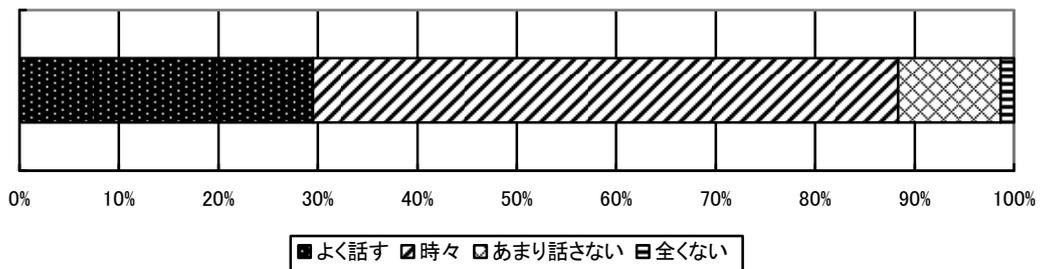
咀嚼への影響、食事のマナー、団らんを通してのコミュニケーション力の養成の各観点から考えていく必要がある。



**P6 お子さんの食べ方や食事のマナーについて、お子さんによく話をしますか**

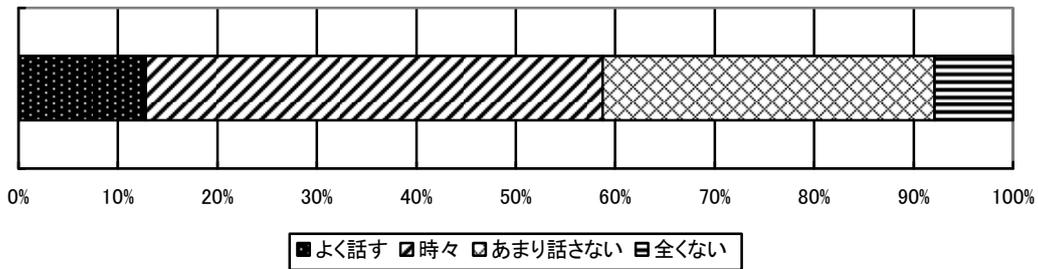
家庭での食事に対する思いやマナーについてしつけをしているかについての質問である。  
約3割の保護者が積極的に、約6割の保護者がときどき話している。

学校でも、生徒がしっかり受け止められるよう連携を図りながら指導していく必要がある。  
ろう。



### P7 お子さんに、よくかんで食べるように話をしていますか

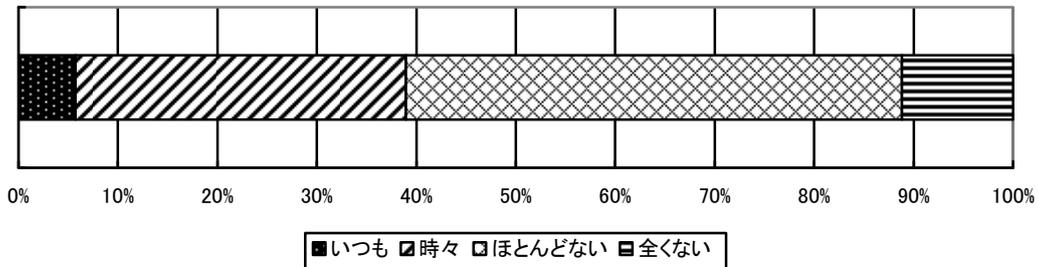
保護者がよくかむことを子どもに意識的に話しているかの質問である。かむことを話す保護者は6割程度で、保護者自身がかむことの重要性についての理解が低いと考えられる。学校が地域と連携し、家庭にかむことの大切さを伝えていく必要がある。



### P8 お子さんは、「よくかむこと」をどの程度意識して食べているとお考えですか

保護者からみて生徒がかむことを意識しているかの質問である。保護者のうち約6割が意識していないとみている。これは、意識してかんでいないと答えた生徒の値とほぼ一致していた。

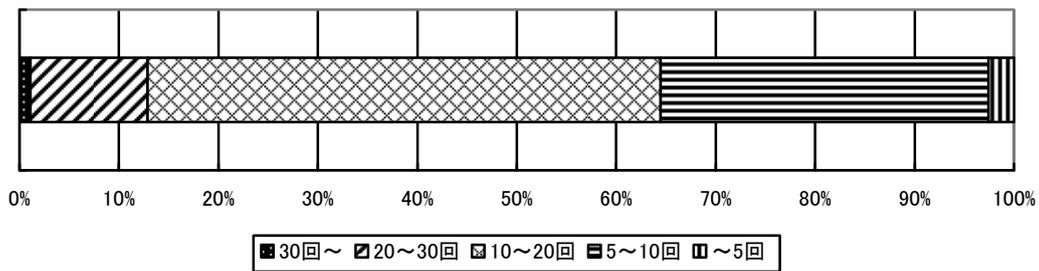
前問同様、「かむことの大切さ」についての意識を普及していく必要がある。



**P9 お子さんは、一口食べ物を口の中に入れて、何回ぐらいかんでいるとお考えですか**

保護者が生徒の咀嚼回数をどのようにみているかを知るための質問である。10回以下の割合は、約35%とかなりの割合を占め、しっかりかんでいない生徒が多いと保護者が認識していると考えられた。

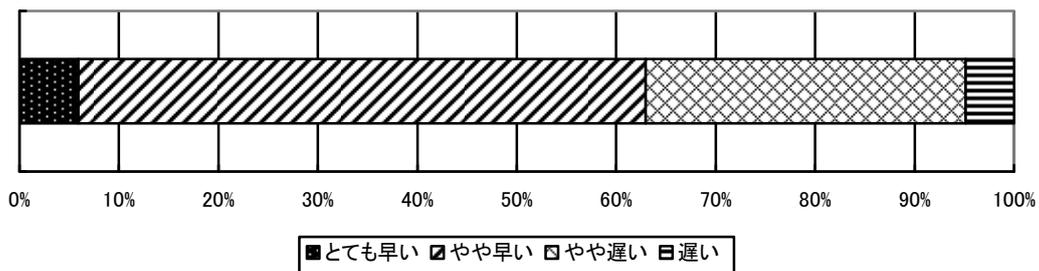
かむことの大切さの知識を有していても、実践にはつなげていない生徒が少なくないと考えられた。



**P10 お子さんの食べる早さについてどう感じますか**

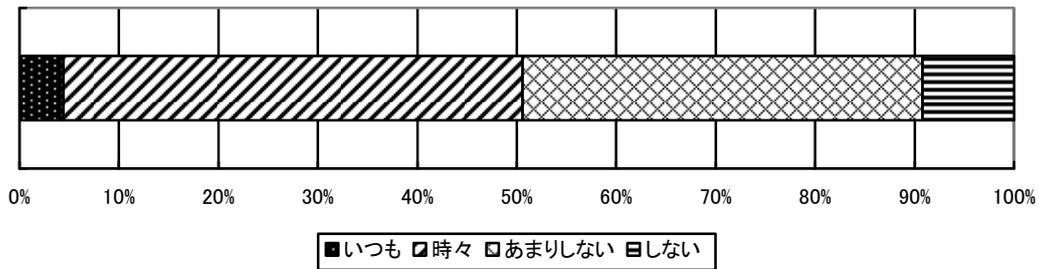
保護者が生徒の食べる早さを認識しているかについての質問である。保護者は「やや遅い」32.2%、「遅い」4.9%と捉えており、生徒の認識と大きな差はなかった。

遅いことが、好ましくないと判断するのではなく、保護者や生徒が、それぞれのとらえ方をきっかけとして「食べ方」を考えていくことが大切であろう。



P11 よくかむための食材を意識して出しますか

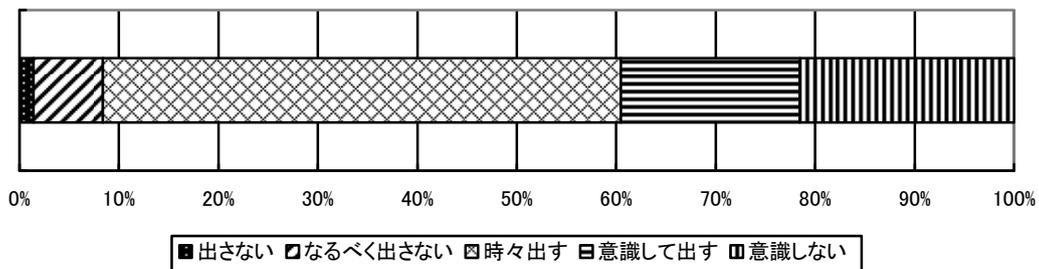
生徒の「よくかむ習慣づくり」に、保護者が関与している状況を知るための質問である。よくかむための食材を出している保護者と出していない保護者はほぼ同数であった。生徒の意識を家庭に伝え、かみ応えのある献立の提供などが大切であると考えられる。



P12 お子さんの嫌いな食品についてどうなされていますか

生徒の好き嫌いの要因が、家庭での対応にあるか否かを検討するための質問である。「時々出す」と「意識して出す」が70%を占め、家庭でも生徒の好き嫌いに何とか対応しようとしていることが推移された。

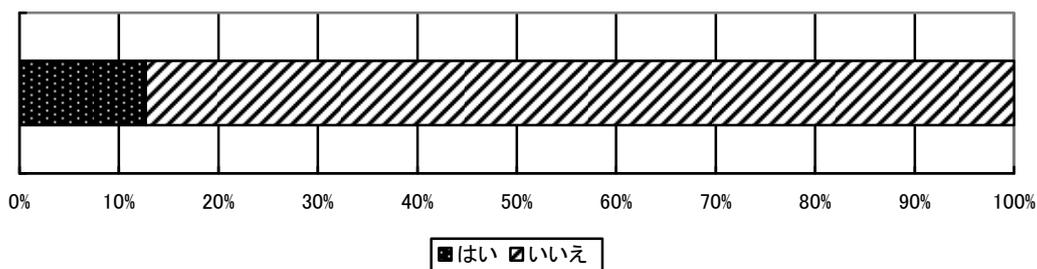
学校給食ではみんなと一緒に食べることから、嫌いなものに取り組みやすい場とも考えられる。一人一人の状況を考慮した取組が求められるであろう。



**P13 お子さんは肥満がみだと思われますか**

保護者が生徒の肥満状況をどのように認識しているかを知るための質問である。肥満だと捉えている保護者は13%にすぎないが、食事を減らすことがあるとした生徒は25%おり、不必要な減量をしようとしている生徒が少なくないことがうかがわれた。

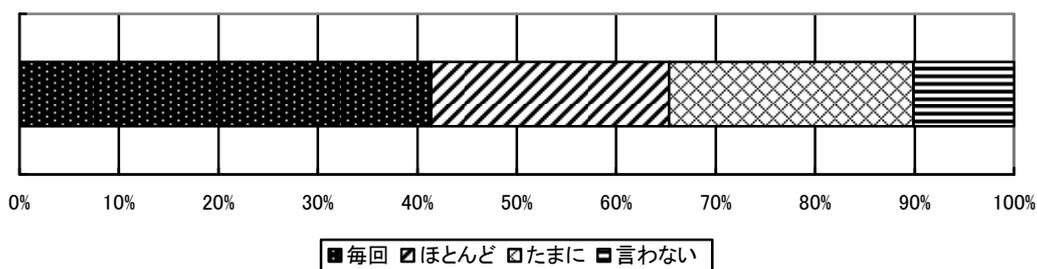
成長期に必要な栄養摂取への理解と、過度のそう身志向への警告も必要であろう。



**P14 お子さんは、食事の始めと終わりに「いただきます」「ごちそうさま」を言いますか**

あいさつ等ができる生徒は、食事としっかり向き合っていると考えられることから、生徒の実態を把握するための質問である。「たまに」あるいは「全くない」が35%であり、基本的なあいさつができない中学生が少なくなかった。

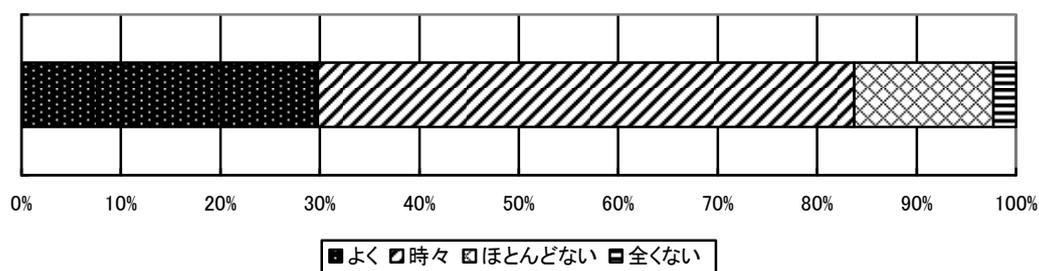
その背景である食環境も考慮し、家庭で「いただきます」をいえるようにすることが必要であろう。



### P15 食事の時に味や香り、食感について話しながら食べることはありますか

家庭で、食に対する「心」を育む姿勢があるか実態を把握するための質問である。「よく話す」と「時々話す」で85%を占め、多くの家庭で実践されていることが示された。

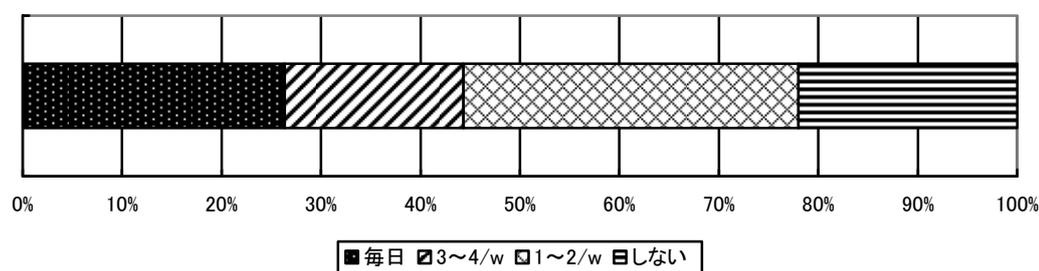
生徒の値が75.8%であったことから、家庭での実践が生徒に好ましい食行動をもたらしていると考えられた。五感を活用した食べ方の獲得には、食体験が大きな要素であろうと考えられる。



### P16 お子さんは、食事の手伝い（準備や後かたづけ）をしますか

手伝いをする生徒は、生活リズムも好ましい傾向があるという仮説に基づいた質問である。「毎日」と「週に3～4回」手伝いをしていると捉えられているのは44.3%であり、生徒の「いつも」と「時々」は69.7%と差がみられたが、保護者とのとらえ方が異なるためであろう。

手伝いには実質的な面だけでなく、相手を思いやるなどの生きる力に結びつく面もあるのではないだろうか。



## ウ 小・中学生で差が大きい項目について

小学生（4年生と5年生）と中学生（1年生と2年生）のアンケート結果を、それぞれの質問ごとに、どのような差がみられるのかを、経年的なデータではないことを考慮して、比較検討した。

小学生と中学生で差がみられた質問項目は、児童生徒では 25 項目の質問中 11 項目（44.0%）、保護者では 16 項目の質問中 6 項目（37.5%）であり、その項目と差の状況を質問群別に以下に示した。

### 【児童生徒】

#### ○食事の様子や普段の生活について

- C2 中学生の方が、毎日朝食を食べる割合が低い
- C5 中学生の方が、夕食をととても楽しみにしている割合が低い
- C10 中学生の方が、就寝時間が遅い

#### ○かむことについて

- C11 中学生の方が、意識してかむ生徒の割合が低い
- C12 中学生の方が、かむことが身体に良いことだと思う割合が低い
- C15 中学生の方が、20~30 回かむ割合が低い

#### ○食事の内容について

- C16 中学生の方が、季節の野菜・果物を意識する割合が低い
- C18 中学生の方が、栄養のバランスを考える割合が低い

#### ○食に対する心の面で

- C22 中学生の方が、感謝の気持ちを感じる割合が低い
- C24 中学生の方が、食事の時は楽しく感じる割合が低い
- C25 中学生の方が、食事の手伝いをする割合が低い

### 【保護者】

#### ○食事の様子や普段の生活について

- P5 中学生の保護者の方が、夕食事にゲームやメールをしていると感じている割合が高い
- P6 中学生の保護者の方が、食事のマナーを話す割合が低い
- P7 中学生の保護者の方が、良くかむように話す割合が低い

#### ○かむことについて

- P10 中学生の保護者の方が、食べる速さがやや速いと感じている割合が高い

## ○食の心理面について

P14 中学生の保護者の方が、「いただきます」や「ごちそうさま」を言わなくなっていると感じている割合が高い

P16 中学生の保護者の方が、食事の手伝いを毎日すると答えた割合が低い

これらの差から、中学生期は、多様になる生活のなかで、いかに食と咀しゃくにかける時間を確保していくか、他律から自律までの移行をどう指導していくかなど、課題が見えてきたと思われる。

もう少し詳しくみてみると、差がみられた項目の中では、「かむことについて」が3項目、「食に対する心の面」が3項目と、他の領域より占める割合が多く、生活が変化する中、他にも心にかかわることがあることが伺える。

「食事の様子や普段の生活」の中の質問項目である「朝食の有無」「夕食が楽しみ」「就寝時間」などの差は、小学生から中学生になり、授業や部活動などの学校生活の変化、さらには塾通いなどの日常生活の変化が、背景にあると考えられる。

一方、「意識してかむ」、「かむ回数」などの行動や「かむことは体に良い」といった知識は、小学生の時に培ったものが、中学生になり確実に身に付いていないように思われる。

「食事の内容」の中では、「季節の野菜・果物を意識する」や「栄養のバランスを考える」など、中学生になり科学的な思考もできるようになり、意識している生徒が増えていることが期待されたが、結果は逆であった。前述したような生活背景の中で、食事の時間が短くなり、ゆとりのある食事ができていないのかもしれない。

「食に対する心の面」では、4項目中3項目で差がみられた。「感謝の気持ち」「食事の時は楽しい」「食事の手伝い」は、日常生活の中で時間的な余裕を持ちにくく、心理的にも変化する時期にある中学生にとって、支援が必要な課題であろう。

全体では、小学生で受けた健康教育により培われた知識や行動が、必ずしも中学生のより良い健康行動に、十分結びついていないように思われる。他律から自律への移行期であることの困難さを理解して、「健康を維持する力」をはぐくむことに結びつくような健康教育の継続的な取り組みを考える必要がある。

一方、保護者においては、差がみられなかった質問項目は、16項目中10項目あった。これらは、児童生徒の行動を評価するものが6項目と児童生徒への働きかけについてが4項目で、中学生になり健康行動がより確かなものになっていると感じていないが、「よくかむ

ための食材を出す」や「嫌いな食品の対応」などでは、保護者が働きかけを続けていると考えられる。

差のみられた項目の中で、「夕食時のゲームやメール」「食べる速さ」「いただきますを言う」「手伝いをする」では、生徒の行動に課題があると考えている保護者が増えているが、「食事のマナーについて話す」「良くかむように話す」が少なくなっていることから、中学生になり自己管理を期待して、積極的な働きかけをしなくなっているのではないかと思われる。

差のみられた質問項目について、児童生徒と保護者の結果を比較してみると、「感謝の気持ち」、「食事の手伝い」では、児童生徒と保護者に同じような差がみられた。これは、児童生徒の認識と保護者が児童生徒の行動から感じているものがほぼ同じであると考えられる。一方、「朝食の有無」、「意識してかむ」、「かむ回数」は、児童生徒の行動の差を、保護者はそれほど意識していないと考えられた。そのため、児童生徒の健康行動を支援するには、学校と家庭とで課題の共有を含めた連携の必要性があると思われる。

## (2) 質問項目間の関連について

質問番号の C は児童生徒への、P は保護者への質問項目

(a、b) は a も b もという意味、(c-d) は c と d の間にとという意味

児童生徒及び児童保護者・生徒保護者別に、アンケート項目間の関連をみるため統計的分析を行った。相関係数が高く、有意な関連がみられた項目を挙げて解説を加えた。また、児童生徒と保護者とのアンケート項目間の関連についても、有意な関連のみられた項目を挙げた。それぞれの結果の代表的なものを資料編のクロス集計に示した。

### ア 児童生徒の項目間の関連

#### (ア) 小学生

- ① 朝、家を出るまでの時間 (C1) と朝食の習慣 (C2) には関連がみられ、朝起きてからの時間が短い児童は朝食を欠食する者が多く、30 分以内の者では「ほとんど食べていない」「週に 1～2 日食べる」と答えた者の割合が多い。起床から登校までの時間の少なさが朝食欠食の一因であることがうかがえる。
- ② 朝、家を出るまでの時間 (C1) と朝食にかかる時間 (C3) との間には高い相関がみられ、朝起きてからの時間が短い児童は朝食にかかる時間が短く、30 分以内では朝食を 10 分以内で食べる者が大半を占めていた。朝の時間を確保することが、しっかり朝食を摂るためには必要と考えられる。
- ③ 朝食にかかる時間 (C3) と夕食にかかる時間 (C7) の関連では、朝食よりは夕食の時間の方が長い傾向はみられるものの、朝食の時間が短い者は明らかに夕食の時間も短く、食事をゆっくり摂る習慣が身に付いていないことが推察される。
- ④ 夕食がとても楽しみという児童は (C5)、味やにおいを楽しみ (C23)、食べている時に楽しい気持ちや満足な気持ちになる (C24) という者が明らかに多く、食事で五感が満たされ、精神的な満足を得られることが、食事への期待感をじゃく起させるものと思われる。また、夕食が楽しみな児童は (C5)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じる者の割合が高い (C22)。
- ⑤ 意識してよくかむ児童は (C11)、よくかむことは体に良いと思っている者の割合が明らかに高い (C12)。よくかむ習慣を身に付けるためには、咀嚼が健康によいものであるという認識が重要と考えられる。また、意識してよくかむ児童は (C11)、季節の野菜・果物への意識も高く (C16)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じている者が明らかに多い (C22)。よくかもうと意識することが、旬の味を楽しんだり、食への感謝の気持ちに結びついていることがうかがえる。

- ⑥ よくかむことは体に良いと思っている児童は (C12)、食べ物の味やにおいを楽しむ者が多く (C23)、また食べている時に楽しい気持ちや満足な気持ちになる者の割合が多い (C24)。咀嚼を自分の健康と結びつけて考えることで、食の楽しみや満足感が高まるものと推察される。
- ⑦ 季節の野菜・果物を意識している児童は (C16)、食べ物の味やにおいを楽しむ者の割合が多く (C23)、また食の満足感も高い傾向にある (C24)。食べ物に対する関心を高めることが、食を楽しむ、食の満足感を高めるために必要と思われる。
- ⑧ 歯ごたえやかみごたえのある食べ物を出された時に「よく食べる」と答えた児童は (C17)、食べている時に楽しい気持ちになったり満足な気持ちになる者が明らかに多く (C24)、また食べ物の味やにおいを楽しむ者も多い (C23)。食を楽しむ気持ちが、咀嚼への意欲にもつながるものと考えられる。
- ⑨ 栄養バランスを考えて食事をしている児童は (C18)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じる者が明らかに多く (C22)、食べ物の味やにおいを楽しむ者も多い (C23)。食事や健康についての認識がある者の方が、食への感謝や楽しみを持ちやすいものと推察される。
- ⑩ 食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じる児童は (C22)、食の楽しみや満足を感じている者が明らかに多く (C24)、また食べ物の味やにおいを楽しむ者も多い (C23)。食への感謝の気持ちは食事を楽しんだり満足感を味わうという豊かな食生活から生まれることがうかがえる。

#### (イ) 中学生

- ① 中学生においては、食への関心がやや低くなる傾向がみられたものの、有意な関連がみられた項目は小学生とほぼ同様であった。
- ② 朝、家を出るまでの時間が少ない生徒の欠食率は小学生より高くなり、起床から登校までの時間 (C1) と朝食を食べる習慣 (C2) との間には、有意な負の相関がみられる。また、朝、家を出るまでの時間が少ない生徒では (C1)、朝食にかける時間が明らかに短く (C3)、夜寝る時間が遅い生徒の方が (C10) 朝食を食べない者が多い結果であった (C2)。朝食をしっかりと食べるためには、早寝早起きの生活リズムを身に付け、朝の時間を確保することが必須と考えられる。
- ③ 朝食にかける時間 (C3) と夕食にかける時間 (C7) との間には高い相関がみられ、朝食を5分以内で食べる生徒は、夕食も20分以内で食べる者が半数を占めている。
- ④ 夕食が楽しみな生徒は (C5)、食べ物の味やにおいを楽しむ者が多く (C23)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちをいつも感じており (C22)、食べている時に楽しい気持

ちや満足な気持ちになる者が多く (C24)、小学生と同様に高い相関がみられた。

- ⑤ 意識してよくかむ生徒は (C11)、よくかむことが体に良いと思っており (C12)、季節の野菜・果物への意識も高く (C16)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちも強い (C22)。咀嚼の重要性を認識していることが、良好な食行動に結びついていることが推察される。
- ⑥ よくかむことは体に良いと思っている生徒は (C12)、食べ物の味やにおいを楽しむ者が有意に多く (C23)、食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる者が多い (C24)。咀嚼と体の健康の関連を理解してよくかむことが、食の楽しみや満足感につながるものと考えられる。
- ⑦ 季節の野菜・果物への意識の高い生徒は (C16)、食べ物の味やにおいを楽しむ者が多く (C23)、食べている時に楽しい気持ちや満足な気持ちを感じている (C24)。小学生と同様に中学生でも食への関心が食の楽しみや満足感に結びつくことが推察される。
- ⑧ 歯ごたえのあるものをよく食べる生徒は (C17)、食べ物の味やにおいを楽しんでおり (C23)、また食事に楽しみや満足を感じている (C24)。栄養のバランスを考えている生徒は (C18)、食事を作ってくれた人への感謝の念を持ち (C22)、食べ物の味やにおいを楽しんでいる (C23)。咀嚼習慣や食の選択力を高めるためには、食べることを楽しみ、感謝するような心豊かな食事の環境が重要であることが示唆される。

## イ 保護者の項目間の関連

(ア) 小学生

- ① 保護者からみて、朝の時間が十分とれている児童は (P1)、朝食をしっかりと食べている者が多い (P2)。朝の時間がかなり不足している者では、朝食をしっかりと食べていると考えられる児童は 3.2%しかいない。起床から登校までの時間と朝食の摂り方との関連は高い。
- ② 夕食の食欲 (P3) と食べる速さ (P10) との間には高い相関がみられ、食欲のある児童の方が食べるのが速い。食欲があつて食べるのが速い児童がよくかんでいるかどうかは疑問だが、食欲が食べ方に結びついているものと思われる。
- ③ 保護者が食べ方や食事のマナーについて子どもによく話していると (P6)、「いただきます」「ごちそうさま」と食事のあいさつをする児童が多い (P14)。また、食べ方や食事のマナーについてよく話す保護者は (P6)、よくかむように話していたり (P7)、食事の時に味や香り、食感について話しながら食べることがよくある者が多い (P15)。保護者の日ごろのアプローチが、児童の食事のマナーに影響を及ぼしていることが推察される。
- ④ 保護者が子どもによくかむように話している場合 (P7)、よくかむことを意識している

児童が多い (P8)。また、よくかむように話している保護者は (P7)、よくかむための食材を意識して出している (P11)。児童がよくかむ習慣を身に付けるためには、保護者の対応が重要と考えられる。

- ⑤ 保護者が食べる速さが速いと思っている児童は (P10)、肥満ぎみな者の割合が高く (P13)、小学生でも早食いが肥満に結びつく可能性がみられる。
- ⑥ 保護者がよくかむための食材を意識して出している場合 (P11)、味や香り、食感について話しながら食べる者の割合が高く (P15)、咀嚼習慣形成への配慮が豊かな食生活につながるものと思われる。
- ⑦ 食事の時にきちんとあいさつをする児童では (P14)、味や香り、食感について話しながら食べることがよくある者が多く (P15)、また、食事の手伝い (準備や後片付け) をする者も多い (P16)。食事のマナーを身に付けることが、食事を楽しんだり、積極的に手伝うことに結びつくものと考えられる。

#### (イ) 中学生

- ① 中学生の保護者において有意な関連がみられた項目は、小学生の保護者とほぼ同様であった。
- ② 朝の時間 (P1) と朝食の摂取状況 (P2) との間には高い相関がみられ、時間不足の場合、保護者からみても朝食が不足しており、朝食をしっかりと食べるためには朝の時間の確保が必要である。
- ③ 保護者が食べ方や食事のマナーについてよく話す割合は、中学生ではやや減少するが、よく話す保護者は (P6)、よくかむようにも話しており (P7)、その子どもは食事のあいさつをきちんとする者の割合が高い (P14)。また、保護者が食べ方やマナーをよく話していると (P6)、食事の時に味や香り、食感について話しながら食べる者が多い (P15)。中学生になっても、保護者の対応が生徒の食事のマナーや食への姿勢に結びついているものと思われる。
- ④ 保護者がよくかむように話している場合 (P7)、生徒のかむことへの意識は高い (P8)。また、よくかむように話す保護者は (P7)、よくかむための食材を意識して出している (P11)。中学生でも咀嚼を意識づけるためには、家庭での保護者のアプローチが重要であろう。
- ⑤ 保護者からみて、食事のあいさつをきちんとする生徒は (P14)、食事の時に味や香り、食感について話す者が多く (P15)、食事の手伝いをする者の割合も高い (P16)。食事への良好な態度が育っているものと思われる。

## ウ 児童生徒と保護者との関連

### (ア) 小学生と保護者

- ① 朝、起床してから登校するまでの時間が十分とれていると保護者が思っている児童は (P1)、ほとんどがきちんと朝食を摂っており (C2)、朝の時間と朝食の摂取状況との間には明らかな関連がみられ、朝の時間の不足が朝食の欠食につながっていることが推察される。また、朝食の摂取状況についての親子の回答はほぼ一致しているが (P2-C2)、児童が朝食を毎日食べていても、午前中の活動源としては不足していると考えられる。親もみられ、朝食の内容にも問題があるのではないと思われる。
- ② 食事中のテレビの視聴 (P4-C8) やよくかむことについての意識 (P8-C11)、食べ物を一口何回かむか (P9-C15)、食事の準備や後片づけを手伝うか (P16-C25) などについては、親子の回答はほぼ一致している。
- ③ 保護者が肥満ぎみだと思っている児童は (P13)、朝食にかける時間が短く (C3)、学校給食も他の児童より早く食べ終わる傾向がある (C14)。また、保護者が児童を肥満ぎみだと思っている場合 (P13)、児童は意識して食事を減らしており (C19)、夕食前や就寝前の間食も控えている (C4、C9)。  
小学校高学年になると、ダイエットの意識もでてきているようである。
- ④ 保護者が食事の前後にきちんとあいさつをしていると思っている児童は (P14)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを感じており (C22)、また食事の準備や後片づけを行うものが多い (C25)。保護者が食事のあいさつを身に付くように育てることが、食への感謝の気持ちや食事の手伝いをしようという意欲を育てるものと思われる。
- ⑤ 保護者が児童に味や香りなどについて話しながら食べていると (P15)、児童の好き嫌いは少なく (C21)、児童も味やにおいを楽しんで食べている者が多く (C23)、栄養のバランスを考えて食べている者も多い (C18)。保護者の積極的なアプローチが子どもの良好な食行動と結びついていると考えられる。
- ⑥ 保護者からみて、食事の手伝いをよくする児童は (P16)、夕食を楽しみにしている (C5)。食への関心が食を楽しむ気持ちにつながっていることが推察される。

### (イ) 中学生と保護者

- ① 中学生の食行動は小学生より良好な者の割合が減少しているが、中学生と保護者の質問項目間で関連がみられたものは、小学生の場合とほぼ同様であった。
- ② 保護者からみて朝の時間が不足している生徒は (P1)、朝食を欠食するものが多く (C2)、小学生よりさらに顕著である。朝食の摂取状況についての親子の回答はかなり一致して

いる (P2-C2)。

- ③ 保護者が肥満がみだと思っている生徒は (P13)、意識して食事を減らしており (C19)、また間食も減らしている (C4、C9)。ダイエットのためと思われる。
- ④ 保護者が食事の前後にきちんとあいさつをしていると思っている生徒は (P14)、食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを持ち (C22)、食事の手伝いもしている (C25)。食事のマナーを身につけることと、食への感謝や食事の準備・後片づけなどへの意欲と関連が深いことが示された。
- ⑤ 中学生になっても、保護者の適切な対応が子どもの食習慣や食行動を育てるのに重要であると思われる。

## エ アンケート項目間の関連から

児童 (小学生) から生徒 (中学生) になると、学校での生活ばかりでなく家庭においても生活習慣に変化がみられ、食事に対する関心が低下している様子が見られた。

児童と生徒で有意な関連のみられた項目はほぼ同様であり、日常生活とかむこと (咀嚼) に対する意識や食への関心・楽しみなどは学齢期を通じて関係が深いことが推察された。また、児童の保護者と生徒の保護者でも、児童生徒とそれぞれの保護者でも、関連のみられた項目はほぼ同様であったことから、食や咀嚼に対する認識は家庭からの影響が大きいことが推測された。特に、児童生徒と保護者との関連からは、保護者の考え方やアプローチが子どもの食行動に多大な影響を及ぼしているものと思われた。

日 学 保第173号  
平成20年2月25日

都道府県・指定都市学校保健会（連合会）会長 様  
指定都市教育委員会教育長 様  
実施小・中学校校長 様

財団法人 日本学校保健会  
会 長 唐 澤 祥 人  
食と咀嚼に対する実態等調査委員会委員長  
尾 崎 哲 則

厳冬の候 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃より児童生徒等の歯・口の健康についてご配慮いただき深く感謝しております。

さて、「食育」は食育基本法にも謳われているように知育、徳育、体育の基礎に位置付けられており、児童生徒等が自らの歯・口の健康を認識する中で、食生活の自己管理ができるようになることが「生きる力」の育成につながるものと考えております。このため、本会の口腔機能発達研究委員会が平成7年度に行った「口の機能と食生活に関する調査」より、12年経過しました。

そこで、現状を把握し、今後の歯・口の健康と「食育」の推進に寄与する方向性を見出し、学校歯科保健活動の充実に資するために、下記に示しました児童生徒等及びその保護者を対象とし「食育」の中の「食する」を中心とした「咀嚼」に関連する意識及び実態等を調査いたしたく、是非ともご協力をお願いする次第であります。

#### 記

調査対象 小学校第4・5学年、中学校1・2学年 児童生徒及び保護者全数  
各学年で40人以上在席の学校での調査をお願いします。

調査方法 ・児童生徒については 学級単位で 教諭指導の下で集団でのアンケート記載をお願いします。

・保護者については 各家庭でアンケート記載を行い、回収用封筒（各学校）で厳封して下さい。

・児童と保護者の個人番号は同じ番号にして下さい。

回収方法 各都道府県・指定都市で回収し、本会宛着払いで送付して下さい。

調査書返送期限 平成20年3月15日

指導をなさる先生方へ

財団法人 日本学校保健会  
食と咀嚼に対する実態等調査委員会

### アンケート実施へのお願い

児童生徒が自らの健康を意識する中で、食生活の自己管理ができることを学校歯科保健活動の目標の一つとしていますが、このアンケートはその資料等の作成に必要な現状を把握するために日本学校保健会が各学校の協力を得て実施するものです。

アンケートを教室等で実施する場合の留意点等について、以下に列記いたしました。これを参考にアンケートを実施していただければ幸いです。

#### <児童用・生徒用>

- 問 2 及び問 3 学校のある日についてきています。
- 問 4-1 牛乳など飲料の場合はその他に○をつけ、「 」内に具体的なものを書いてください。
- 問 5 食べたいと思って待っていますか?という意味も含まれます。
- 問 6 曜日によって大きく異なる場合は、⑤決まっていないに○をつけて下さい。
- 問 8 テレビを凝視することをさし、つけっぱなしの意味ではありません。
- 問 9-1 問 4-1 と同様に扱ってください。
- 問 10 平日の平均的な就寝時間を選択させて下さい。なお、大きな変動がある場合や 12 時以降はそれ以外に○をつけて下さい。
- 問 13 ここできいているのは流し込みをしているかどうかです。
- 問 20 ここは児童や生徒がファーストフードやコンビニの食事を意識しているかをみるものでスーパーの総菜の利用などは関係ありません。

平成 年 月 日

保護者様

## 「食と咀嚼に関するアンケート調査」のお願い

厳冬の候 ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

日頃より本校の健康教育にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。

さて、食育基本法にも謳われているように、児童が自らの健康を認識する中で、食生活の自己管理ができるようになることが大切であります。

そこで、財団法人日本学校保健会では、現状を把握し、今後の歯・口の健康と「食育」の推進に寄与する方向性を見出し、学校歯科保健活動の充実に資するために、標記の調査を行うこととなりました。

本校でも、「食育」の中の「食する」を中心とした「咀嚼」に関連する意識及び実態等の調査に協力することとなりました。

保護者の皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

### 記

- 1 調査対象 第4・5学年 児童及び保護者
- 2 調査方法 児童は、学校でアンケートを行います。  
保護者の皆様は、ご家庭でアンケートに記載いただき、担任にご提出ください。
- 3 提出期限 月 日 ( )
- 4 提出方法 無記名でお願いいたします。  
封筒に入れご提出ください。

## 食と咀嚼に関する調査（児童用・生徒用）

ID：都道府県□□、小

学・中学□年、個人□□番

あてはまるものに、○をつけて下さい。

### <食事の様子や普段の生活について>

1. 朝、起きてから、家をでるまでの時間はどのくらいですか  
(①30分以内 ②30分～1時間 ③1時間～1時間30分 ④それ以上)
  2. 朝食を食べていますか  
(①いつも毎日食べている ②週に3～4日食べる ③週に1～2日食べる ④ほとんど食べていない)
  3. 朝食にかける時間はどのくらいですか  
(①5分以内 ②5分～10分 ③10分～20分 ④20分～30分 ⑤それ以上)
  4. 学校から帰って夕食までに、何か食べることがありますか  
(①いつも食べている ②時々、食べることがある ③食べることはない)  
①または②と答えた人は4-1へ、③と答えた人は5へすすんでください  
4で①または②と答えた人に聞きます
  - 4-1. 食べる場合、それは、どのようなものですか 1つ以上に○をつけてください  
(①あまいお菓子など ②せんべい、ポテトチップなど ③ファーストフード ④くだもの  
⑤ご飯やパンなど ⑥アイスクリーム ⑦その他「」)
  5. 夕食は、楽しみですか  
(①とても楽しみにしている ②楽しみにしている ③あまり楽しみではない ④楽しみではない)
  6. 夕食を食べ始める時間はいつ頃ですか  
(①7時前 ②7時～8時 ③8時～9時 ④9時以降 ⑤決まっていない)
  7. 夕食にかける時間はどのくらいですか  
(①5分～10分 ②10分～20分 ③20分～30分 ④30分～1時間 ⑤それ以上)
  8. 夕食を食べるとき、テレビを見ながら食べていますか  
(①いつも見ながら食べている ②時々、見ながら食べている ③テレビを見ながら食べることはない)
  9. 夕食を食べてから寝るまでに、何か食べることがありますか  
(①いつも食べている ②時々、食べている ③食べることはない)  
①または②と答えた人は9-1へ、③と答えた人は10へすすんでください  
9で①または②と答えた人に聞きます
  - 9-1. 食べる場合、それは、どのようなものですか 1つ以上に○をつけてください  
(①あまいお菓子など ②せんべい、ポテトチップなど ③ファーストフード ④くだもの  
⑤ご飯やパンなど ⑥アイスクリーム ⑦その他「」)
  10. いつも寝るのは何時ごろですか  
(①8時～9時 ②9時～10時 ③10時～11時 ④11時～12時 ⑤それ以外)
- ### <かむことについて>
11. 食事では、意識してよくかんで食べようとしていますか  
(①いつも意識して、よくかんで食べようとしている ②時々、意識している  
③あまり、意識していない ④まったく意識しない)
  12. よくかんで食べると体に良いと思いますか  
(①強く思う ②少し思う ③思わない ④わからない)

----->裏面へ

13. 食べものをのみこむとき、水やお茶、牛乳などと一緒に飲みますか

(①よく飲む ②時々飲む ③飲まない)

14. 給食を食べるとき、他の人と比べて早く食べ終わりますか

(①早い方だと思う ②どちらかといえば早い ③他の人と同じくらい ④他の人と比べると遅い)

15. ごはん(白米)を一口食べた時、何回くらいかんでいきますか

(①30回以上 ②20~30回 ③10~20回 ④5~10回 ⑤5回以下)

### <食事の内容について>

16. 季節の野菜やくだものを意識することがありますか

(①いつも意識している ②時々、意識している ③あまり意識していない ④まったく意識しない)

17. 歯ごたえやかみごたえのある食べ物を出されたらどうしますか

(①よく食べる ②食べる ③あまり食べない ④食べない)

18. 栄養のバランスを考えて食事をしていきますか

(①いつも考えて食べている ②時々、考える ③あまり考えない ④考えたことがない)

19. 体重を減らすために食事を減らすことがありますか

(①いつも食事を減らしている ②時々、減らすことがある ③食事を減らすことはない)

20. ファーストフードやコンビニの食事をよく利用しますか

(①毎日のように利用している ②週のうち、3~4回利用している ③週のうち、1~2回利用している ④利用することはない)

21. 食べ物にすききらいがありますか

(①はい ②いいえ)

①と答えた人は21-1へ、②と答えた人は22へすすんでください

21で①と答えた人に聞きます

21-1. きらいなものは、どのような食べ物ですか AB それぞれに1つ以上○をつけてください

#### A. 食品について

(①パン ②ご飯 ③めん類 ④いも ⑤豆 ⑥トマト、ニンジン、ほうれんそう、ピーマン ⑦きゅうり、大根、たまねぎ

⑧果物 ⑨きのこ ⑩海そう ⑪魚 ⑫貝 ⑬いか、たこ ⑭えび、かに ⑮肉 ⑯たまご ⑰牛乳 ⑱チーズ

⑲その他「 \_\_\_\_\_ 」)

#### B. 味について

(①からいもの ②すっぱいもの ③においが強いもの ④ねばねばするもの ⑤かたいもの

⑥かみ切りにくいもの—弾力のあるもの— ⑦あまいもの ⑧にがいのもの ⑨塩分が強いもの ⑩しぶいもの

⑩その他「 \_\_\_\_\_ 」)

### <食に対する心の面で>

22. 食事をつくってくれた人への感謝の気持ちを感じますか

(①いつも感じる ②時々、感じる ③あまり感じない ④感じない)

23. 食べ物の味やおいを楽しむことがありますか

(①いつも楽しむ ②時々、楽しむ ③あまり楽しまない ④楽しむことはない)

24. 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちを感じますか

(①いつも感じる ②時々、感じる ③あまり感じない ④感じない)

25. 食事の準備や片づけを手伝いますか

(①いつも手伝う ②時々、手伝う ③あまり手伝うことはない ④手伝うことがない)

----- ご協力ありがとうございました -----

## 食と咀嚼に関する調査（保護者用）

ID：都道府県□□、小

学・中学□□年、個人□□番

あてはまるものに、○をつけて下さい。

### <お子さんの食事の様子や普段の生活について>

1. お子さんは起床してから出かけるまでに、朝食やその日の準備などの必要な時間が取れているとお考えですか  
①十分取れている                      ②ぎりぎり取れている  
③やや不足している                      ④かなり不足している
2. 午前中の活動の源として、朝食をしっかり食べているとお考えですか  
①しっかりと食べている                      ②まずまず食べている  
③やや不足している                      ④かなり不足している
3. お子さんの夕食の食欲は、平均するとどれくらいであるとお考えですか  
①すごくある                      ②良くあるほうだ  
③あまりない                      ④全くない
4. お子さんは、夕食時にテレビを見ながら食べていることはありますか  
①ほぼ毎日                      ②時々ある  
③ほとんどない                      ④全くない（消している）
5. お子さんは、食事中ゲームやメールをすることがありますか  
①ほぼ毎日                      ②時々ある  
③ほとんどない                      ④全くない
6. お子さんの食べ方や食事のマナーについて、お子さんによく話をしますか  
①よく話している                      ②時々話を  
③あまり話をしない                      ④全く話をしない
7. お子さんに、よくかんで食べるように話をしていますか  
①よく話している                      ②時々話を  
③あまり話をしない                      ④全く話をしない

### <かむことについて>

8. お子さんは、「よくかむこと」をどの程度意識して食べているとお考えですか  
①いつも意識している                      ②時々、意識している  
③ほとんど意識していない                      ④全く意識していない
9. お子さんは、一口食べ物を口の中に入れて、何回くらいかんでいるとお考えですか  
①30回以上                      ②20～30回                      ③10～20回  
④5～10回                      ⑤5回以下

----->裏面へ



## <調査対象者>

小学校	4年生児童および保護者	2590組
	5年生児童および保護者	2753組
合計		5343組
中学校	1年生生徒および保護者	2872組
	2年生生徒および保護者	2782組
合計		5654組

◎本報告書の質問番号についているCは児童生徒への質問項目であり、Pは保護者への質問項目を示している。  
◎資料編の集計部分での質問項目はスペースの関係で略されており、正確な質問は質問用紙を参考にされたい。

# 1) 基本統計量(回答分布)

## (1) 児童生徒

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計	
C1. 朝家を出 るまでの 時間	① 30分	1067 22.1%	1072 22.2%	2139 22.1%	
	② 30m-1h	2724 56.4%	2729 56.5%	5453 56.4%	
	③ 1h-1h30m	908 18.8%	914 18.9%	1822 18.9%	
	④ 以上	128 2.7%	119 2.5%	247 2.6%	
	合計	4827	4834	9661	
	C2. 朝食を食 べている	① 毎日	4422 91.9%	4218 87.3%	8640 89.6%
		② 3-4回/w	239 5.0%	339 7.0%	578 6.0%
③ 1-2回/w		76 1.6%	131 2.7%	207 2.1%	
④ 食べない		75 1.6%	144 3.0%	219 2.3%	
合計		4812	4832	9644	
C3. 朝食の 時間		① 5分	468 9.8%	502 10.5%	970 10.1%
		② 5-10分	1856 38.7%	2110 44.1%	3966 41.4%
	③ 10-20分	1893 39.5%	1815 37.9%	3708 38.7%	
	④ 20-30分	524 10.9%	337 7.0%	861 9.0%	
	⑤ 以上	55 1.1%	24 0.5%	79 0.8%	
	合計	4796	4788	9584	
	C4.夕食ま での 間食	① いつも	1486 31.0%	1212 25.2%	2698 28.1%
		② 時々	3073 64.0%	3066 63.8%	6139 63.9%
③ ない		240 5.0%	529 11.0%	769 8.0%	
合計		4799	4807	9606	

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計	
C5. 夕食が 楽しみ	① とても楽しみ	1980 42.4%	1351 28.4%	3331 35.3%	
	② 楽しみ	2154 46.2%	2714 57.0%	4868 51.6%	
	③ あまり楽しみで ない	438 9.4%	586 12.3%	1024 10.9%	
	④ 楽しみでない	93 2.0%	114 2.4%	207 2.2%	
	合計	4665	4765	9430	
	C6. 夕食の 開始 時刻	① 7時前	1608 33.3%	1519 31.5%	3127 32.4%
		② 7-8時	1976 41.0%	2226 46.1%	4202 43.5%
③ 8-9時		309 6.4%	364 7.5%	673 7.0%	
④ 9時以降		58 1.2%	87 1.8%	145 1.5%	
⑤ 決まっていない		872 18.1%	632 13.1%	1504 15.6%	
合計		4823	4828	9651	
C7. 夕食の 時間		① 5分	253 5.3%	149 3.1%	402 4.2%
		② 5-10分	1188 24.8%	1173 24.4%	2361 24.6%
	③ 10-20分	2198 45.9%	2351 48.9%	4549 47.4%	
	④ 20-30分	1077 22.5%	1089 22.6%	2166 22.6%	
	⑤ 以上	77 1.6%	47 1.0%	124 1.3%	
	合計	4793	4809	9602	
C8. 夕食時の テレビ	① いつも	2506 52.3%	2809 58.2%	5315 55.3%	
	② 時々	1736 36.2%	1467 30.4%	3203 33.3%	
	③ ない	549 11.5%	551 11.4%	1100 11.4%	
	合計	4791	4827	9618	

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計
C9. 夕食から 就寝まで の間食	①	524	551	1075
	いつも	10.9%	11.4%	11.2%
	②	2849	2905	5754
	時々	59.3%	60.3%	59.8%
	③	1435	1365	2800
	ない	29.8%	28.3%	29.1%
	合計	4808	4821	9629
C10. 就寝時間	①	508	37	545
	8-9前	10.7%	0.8%	5.7%
	②	2195	434	2629
	9-10時	46.3%	9.0%	27.6%
	③	1520	1675	3195
	10-11時	32.1%	34.9%	33.5%
	④	409	2066	2475
	11-12時	8.6%	43.1%	25.9%
⑤	110	586	696	
以外	2.3%	12.2%	7.3%	
	合計	4742	4798	9540
C11. 意識し てかむ	①	815	333	1148
	いつも	16.9%	6.9%	11.9%
	②	2277	1838	4115
	時々	47.2%	38.1%	42.6%
	③	1238	1829	3067
	あまりしない	25.6%	37.9%	31.8%
	④	497	828	1325
しない	10.3%	17.1%	13.7%	
	合計	4827	4828	9655
C12. かむこと は体に 良い	①	2561	1847	4408
	強く思う	52.9%	38.1%	45.5%
	②	1951	2477	4428
	少し思う	40.3%	51.1%	45.7%
	③	110	163	273
	思わない	2.3%	3.4%	2.8%
	④	215	358	573
わからない	4.4%	7.4%	5.9%	
	合計	4837	4845	9682

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計
C13. 水・お 茶・牛乳 を飲む	①	482	451	933
	よく飲む	10.0%	9.3%	9.7%
	②	2090	1917	4007
	時々	43.3%	39.7%	41.5%
	③	2256	2463	4719
	飲まない	46.7%	51.0%	48.9%
	合計	4828	4831	9659
C14. 給食を 早く終える	①	591	613	1204
	早い	12.3%	12.7%	12.5%
	②	1075	1134	2209
	どちらかとい えば	22.3%	23.5%	22.9%
	③	2244	2166	4410
	同じくらい	46.6%	45.0%	45.8%
④	908	904	1812	
遅い	18.8%	18.8%	18.8%	
	合計	4818	4817	9635
C15. ご飯を 何回かむ	①	217	100	317
	30回以上	4.5%	2.1%	3.3%
	②	927	576	1503
	20-30回	19.3%	12.0%	15.6%
	③	1996	2262	4258
	10-20回	41.6%	47.0%	44.3%
	④	1395	1644	3039
5-10回	29.1%	34.2%	31.6%	
⑤	263	231	494	
5回以下	5.5%	4.8%	5.1%	
	合計	4798	4813	9611
C16. 季節の 野菜果 物を意 識する	①	722	420	1142
	いつも	15.0%	8.7%	11.8%
	②	2276	1917	4193
	時々	47.2%	39.7%	43.5%
	③	1249	1860	3109
	あまりしない	25.9%	38.6%	32.2%
④	573	626	1199	
しない	11.9%	13.0%	12.4%	
	合計	4820	4823	9643

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計
C17. 歯ごたえのあるものを食べる	①	2038	1760	3798
	よく食べる	42.3%	36.5%	39.4%
	②	2319	2726	5045
	食べる	48.2%	56.5%	52.4%
	③	419	311	730
	あまり食べない	8.7%	6.4%	7.6%
C18. 栄養のバランスを考える	④	37	26	63
	食べない	0.8%	0.5%	0.7%
	合計	4813	4823	9636
	①	1105	574	1679
	いつも考える	22.9%	11.9%	17.4%
	②	2404	2421	4825
時々考える	49.9%	50.2%	50.1%	
C19. 食事を減らすことがある	③	1045	1489	2534
	あまり考えない	21.7%	30.9%	26.3%
	④	264	338	602
	考えない	5.5%	7.0%	6.2%
	合計	4818	4822	9640
	①	126	78	204
C20. コンビニを利用する	いつも	2.6%	1.6%	2.1%
	②	1133	1147	2280
	時々	23.6%	23.9%	23.8%
	③	3532	3577	7109
	減らさない	73.7%	74.5%	74.1%
	合計	4791	4802	9593
C21. 好き嫌いの有無	①	47	64	111
	毎日	1.0%	1.3%	1.2%
	②	276	298	574
	3-4回/w	5.8%	6.2%	6.0%
	③	2488	2663	5151
	1-2回/w	52.0%	55.4%	53.7%
C22. 感謝の気持ち	④	1976	1784	3760
	しない	41.3%	37.1%	39.2%
	合計	4787	4809	9596
	①	3851	3573	7424
	あり	80.7%	74.7%	77.7%
	②	921	1210	2131
C23. 味やにおいを楽しむ	なし	19.3%	25.3%	22.3%
	合計	4772	4783	9555

質問項目	回答肢	小学校	中学校	合計
C22. 感謝の気持ち	①	2168	1487	3655
	いつも感じる	45.2%	31.0%	38.1%
	②	2208	2638	4846
	時々	46.1%	54.9%	50.5%
	③	346	574	920
	あまり感じない	7.2%	12.0%	9.6%
C23. 味やにおいを楽しむ	④	72	103	175
	感じない	1.5%	2.1%	1.8%
	合計	4794	4802	9596
	①	1520	1296	2816
	いつも楽しむ	31.7%	27.0%	29.3%
	②	2306	2345	4651
C24. 食事の時は楽しい	時々楽しむ	48.1%	48.8%	48.4%
	③	748	941	1689
	あまり楽しまない	15.6%	19.6%	17.6%
	④	224	220	444
	楽しまない	4.7%	4.6%	4.6%
	合計	4798	4802	9600
C25. 食事の手伝い	①	2233	1786	4019
	いつも感じる	46.4%	37.1%	41.8%
	②	2027	2224	4251
	時々	42.1%	46.3%	44.2%
	③	439	640	1079
	あまり感じない	9.1%	13.3%	11.2%
C25. 食事の手伝い	④	114	158	272
	感じない	2.4%	3.3%	2.8%
	合計	4813	4808	9621
	①	1659	1189	2848
	いつも	34.4%	24.7%	29.6%
	②	2216	2166	4382
C25. 食事の手伝い	時々	46.0%	45.0%	45.5%
	③	706	1062	1768
	あまりしない	14.7%	22.1%	18.4%
	④	236	391	627
	しない	4.9%	8.1%	6.5%
	合計	4817	4808	9625

(2)保護者

質問項目		小学校	中学校	合計
P1. 朝家を出る まで充分 な時間 がある	① 充分	1663 37.1%	1551 35.2%	3214 36.2%
	② ぎりぎり	1954 43.6%	1911 43.4%	3865 43.5%
	③ やや不足	681 15.2%	672 15.3%	1353 15.2%
	④ かなり不足	186 4.1%	269 6.1%	455 5.1%
	合計	4484	4403	8887
	P2. 朝食をし っかりと 食べている	① しっかり	1773 39.5%	1713 38.9%
② まずまず	2025 45.1%	1884 42.8%	3909 44.0%	
③ やや不足	572 12.7%	615 14.0%	1187 13.3%	
④ かなり不足	118 2.6%	192 4.4%	310 3.5%	
合計	4488	4404	8892	
P3. 夕食の食欲	① すごくある	1143 25.5%	1312 29.8%	2455 27.6%
	② よくある	3040 67.9%	2894 65.7%	5934 66.8%
	③ あまりない	292 6.5%	193 4.4%	485 5.5%
	④ 全くない	2 0.0%	4 0.1%	6 0.1%
	合計	4477	4403	8880
	P4. 夕食時の テレビ	① 毎日	2600 58.0%	2767 62.8%
② 時々	1179 26.3%	1024 23.3%	2203 24.8%	
③ ほとんどない	328 7.3%	262 5.9%	590 6.6%	
④ 全くない	377 8.4%	351 8.0%	728 8.2%	
合計	4484	4404	8888	

質問項目		小学校	中学校	合計
P5. 夕食時の ゲーム	① 毎日	31 0.7%	98 2.2%	129 1.5%
	② 時々	159 3.5%	506 11.5%	665 7.5%
	③ ほとんどない	327 7.3%	648 14.7%	975 11.0%
	④ 全くない	3969 88.5%	3154 71.6%	7123 80.1%
	合計	4486	4406	8892
	P6. 食事の マナーに ついて話 す	① よく話す	1990 44.5%	1299 29.5%
② 時々	2299 51.4%	2588 58.8%	4887 55.1%	
③ あまり話さない	172 3.8%	453 10.3%	625 7.0%	
④ 全くない	13 0.3%	60 1.4%	73 0.8%	
合計	4474	4400	8874	
P7. よくかむ ように話 す	① よく話す	962 21.5%	562 12.8%	1524 17.2%
	② 時々	2289 51.1%	2020 46.0%	4309 48.6%
	③ あまり話さない	1061 23.7%	1467 33.4%	2528 28.5%
	④ 全くない	165 3.7%	347 7.9%	512 5.8%
	合計	4477	4396	8873
	P8. 子供はか むよう意 識してい る	① いつも	227 5.1%	253 5.7%
② 時々	1874 41.8%	1461 33.2%	3335 37.5%	
③ ほとんどない	1992 44.5%	2196 49.9%	4188 47.1%	
④ 全くない	388 8.7%	492 11.2%	880 9.9%	
合計	4481	4402	8883	

質問項目		小学校	中学校	合計
P9. 食べ物の 咀嚼回数	①	63	48	111
	30回以上	1.4%	1.1%	1.3%
	②	579	515	1094
	20-30回	13.0%	11.8%	12.4%
	③	2337	2255	4592
	10-20回	52.4%	51.6%	52.0%
	④	1384	1441	2825
	5-10回	31.1%	33.0%	32.0%
⑤	94	113	207	
5回以下	2.1%	2.6%	2.3%	
合計	4457	4372	8829	
P10. 子供の 食べる早さ	①	246	259	505
	とても早い	5.5%	5.9%	5.7%
	②	2102	2487	4589
	やや早い	47.2%	57.0%	52.1%
	③	1746	1405	3151
	やや遅い	39.2%	32.2%	35.8%
	④	355	212	567
遅い	8.0%	4.9%	6.4%	
合計	4449	4363	8812	
P11. よくかむため の食材を出 している	①	203	194	397
	いつも	4.5%	4.4%	4.5%
	②	2155	2024	4179
	時々	48.2%	46.1%	47.2%
	③	1750	1764	3514
	あまりしない	39.2%	40.2%	39.7%
	④	359	404	763
しない	8.0%	9.2%	8.6%	
合計	4467	4386	8853	
P12. 嫌いな 食品の対応	①	44	61	105
	出さない	1.0%	1.4%	1.2%
	②	218	302	520
	なるべく出さない	4.9%	7.0%	5.9%
	③	2401	2262	4663
	時々出す	54.5%	52.1%	53.3%
	④	963	780	1743
	意識して出す	21.8%	18.0%	19.9%
⑤	782	935	1717	
意識しない	17.7%	21.5%	19.6%	
合計	4408	4340	8748	

質問項目		小学校	中学校	合計
P13. 子供は 肥満と思 う	①	751	558	1309
	はい	16.8%	12.7%	14.8%
	②	3708	3840	7548
	いいえ	83.2%	87.3%	85.2%
合計	4459	4398	8857	
P14. 「いただき ます」を いう	①	2436	1815	4251
	毎回	54.5%	41.4%	48.0%
	②	1114	1049	2163
	ほとんど	24.9%	23.9%	24.4%
	③	759	1078	1837
	たまに	17.0%	24.6%	20.8%
	④	159	443	602
言わない	3.6%	10.1%	6.8%	
合計	4468	4385	8853	
P15. 味・香り 食感など を話す	①	1539	1311	2850
	よく	34.4%	29.8%	32.1%
	②	2372	2374	4746
	時々	53.0%	53.9%	53.5%
	③	503	615	1118
	ほとんどない	11.2%	14.0%	12.6%
	④	60	101	161
全くない	1.3%	2.3%	1.8%	
合計	4474	4401	8875	
P16. 食事の 手伝い	①	1588	1159	2747
	毎日	35.5%	26.3%	31.0%
	②	924	791	1715
	3-4/w	20.7%	18.0%	19.3%
	③	1457	1482	2939
	1-2/w	32.6%	33.7%	33.1%
	④	501	968	1469
しない	11.2%	22.0%	16.6%	
合計	4470	4400	8870	

## 2)クロス集計

### (1)児童生徒の質問項目間

#### C2.朝食の習慣

C1. 朝家を出るまでの時間			毎 日	週3～ 4日	週1～ 2日	食べ ない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 30分以内	N	908	83	33	37	1061	p= 0.000 r=-0.110***
		%	85.6%	7.8%	3.1%	3.5%		
	2. 30分～1時間	N	2530	115	31	29	2705	
		%	93.5%	4.3%	1.1%	1.1%		
	3.1時間～1時間30分	N	858	30	10	5	903	
		%	95.0%	3.3%	1.1%	0.6%		
	4. それ以上	N	116	8	1	2	127	
		%	91.3%	6.3%	0.8%	1.6%		
合 計		N	4412	236	75	73	4796	
		%	92.0%	4.9%	1.6%	1.5%		
(中学生)	1. 30分以内	N	830	113	48	77	1068	p= 0.000 r=-0.139***
		%	77.7%	10.6%	4.5%	7.2%		
	2. 30分～1時間	N	2433	171	64	54	2722	
		%	89.4%	6.3%	2.4%	2.0%		
	3.1時間～1時間30分	N	842	44	18	8	912	
		%	92.3%	4.8%	2.0%	0.9%		
	4. それ以上	N	103	8	1	5	117	
		%	88.0%	6.8%	0.9%	4.3%		
合 計		N	4208	336	131	144	4819	
		%	87.3%	7.0%	2.7%	3.0%		

#### C3. 朝食にかける時間

C1. 朝家を出るまでの時間			5分以内	5～ 10分	10～ 20分	20～ 30分	30分～	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 30分以内	N	246	546	222	34	1	1049	p= 0.000 r=0.322***
		%	23.5%	52.0%	21.2%	3.2%	0.1%		
	2. 30分～1時間	N	157	1042	1196	293	17	2705	
		%	5.8%	38.5%	44.2%	10.8%	0.6%		
	3.1時間～1時間30分	N	39	239	420	177	27	902	
		%	4.3%	26.5%	46.6%	19.6%	3.0%		
	4. それ以上	N	22	24	51	20	10	127	
		%	17.3%	18.9%	40.2%	15.7%	7.9%		
合 計		N	464	1851	1889	524	55	4783	
		%	9.7%	38.7%	39.5%	11.0%	1.1%		
(中学生)	1. 30分以内	N	287	598	160	11	2	1058	p= 0.000 r=0.378***
		%	27.1%	56.5%	15.1%	1.0%	0.2%		
	2. 30分～1時間	N	170	1215	1135	163	10	2693	
		%	6.3%	45.1%	42.1%	6.1%	0.4%		
	3.1時間～1時間30分	N	30	256	465	148	7	906	
		%	3.3%	28.3%	51.3%	16.3%	0.8%		
	4. それ以上	N	13	36	52	14	4	119	
		%	10.9%	30.3%	43.7%	11.8%	3.4%		
合 計		N	500	2105	1812	336	23	4776	
		%	10.5%	44.1%	37.9%	7.0%	0.5%		

## C11. よく噛もうと意識しない

C1. 朝家を出るまでの時間			いつも意識	時々意識	あまりし ない	全くしな い	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 30分以内	N	203	459	253	144	1059	p= 0.000 r=-0.132
		%	19.2%	43.3%	23.9%	13.6%		
	2. 30分～1時間	N	427	1320	725	245	2717	
		%	15.7%	48.6%	26.7%	9.0%		
	3.1時間～1時間30分	N	149	444	226	87	906	
		%	16.4%	49.0%	24.9%	9.6%		
	4. それ以上	N	31	50	31	16	128	
		%	24.2%	39.1%	24.2%	12.5%		
合 計		N	810	2273	1235	492	4810	
		%	16.8%	47.3%	25.7%	10.2%		
(中学生)	1. 30分以内	N	63	365	406	231	1065	p= 0.000 r=-0.066***
		%	5.9%	34.3%	38.1%	21.7%	100.0%	
	2. 30分～1時間	N	192	1032	1069	430	2723	
		%	7.1%	37.9%	39.3%	15.8%	100.0%	
	3.1時間～1時間30分	N	63	391	318	137	909	
		%	6.9%	43.0%	35.0%	15.1%	100.0%	
	4. それ以上	N	12	45	32	29	118	
		%	10.2%	38.1%	27.1%	24.6%	100.0%	
合 計		N	330	1833	1825	827	4815	
		%	6.9%	38.1%	37.9%	17.2%	100.0%	

## C7. 夕食にかける時間

C3. 朝食にかける時間			5～ 10分	10～ 20分	20～ 30分	30分～ 1時間	1時間～	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 5分以内	N	92	159	152	51	5	459	p= 0.000 r=0.353***
		%	20.0%	34.6%	33.1%	11.1%	1.1%	100.0%	
	2. 5～10分	N	123	646	776	283	12	1840	
		%	6.7%	35.1%	42.2%	15.4%	0.7%	100.0%	
	3. 10～20分	N	28	336	997	479	33	1873	
		%	1.5%	17.9%	53.2%	25.6%	1.8%	100.0%	
	4. 20～30分	N	4	33	249	219	17	522	
		%	0.8%	6.3%	47.7%	42.0%	3.3%	100.0%	
	5. それ以上	N	1	1	9	35	9	55	
		%	1.8%	1.8%	16.4%	63.6%	16.4%	100.0%	
合 計		N	248	1175	2183	1067	76	4749	
		%	5.2%	24.7%	46.0%	22.5%	1.6%	100.0%	
(中学生)	1. 5分以内	N	77	172	162	84	3	498	p= 0.000 r=0.285***
		%	15.5%	34.5%	32.5%	16.9%	0.6%	100.0%	
	2. 5～10分	N	51	689	977	361	14	2092	
		%	2.4%	32.9%	46.7%	17.3%	0.7%	100.0%	
	3. 10～20分	N	14	282	1013	476	19	1804	
		%	0.8%	15.6%	56.2%	26.4%	1.1%	100.0%	
	4. 20～30分	N	2	16	168	140	9	335	
		%	0.6%	4.8%	50.1%	41.8%	2.7%	100.0%	
	5. それ以上	N	1	1	7	12	2	23	
		%	4.3%	4.3%	30.4%	52.2%	8.7%	100.0%	
合 計		N	145	1160	2327	1073	47	4752	
		%	3.1%	24.4%	49.0%	22.6%	1.0%	100.0%	

## C7. 夕食にかける時間

C5. 夕食が楽しみ			5~ 10分	10~ 20分	20~ 30分	30分~ 1時間	以上	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても楽しみ	N	111	450	898	476	31	1966	p= 0.000 r=-0.050**
		%	5.6%	22.9%	45.7%	24.2%	1.6%	1	
	2. 楽しみ	N	92	537	1015	458	25	2127	
		%	4.3%	25.2%	47.7%	21.5%	1.2%	1	
	3.あまり楽しみでない	N	31	134	175	84	10	434	
		%	7.1%	30.9%	40.3%	19.4%	2.3%	1	
	4. 楽しみでない	N	8	32	31	15	6	92	
		%	8.7%	34.8%	33.7%	16.3%	6.5%	1	
合 計		N	242	1153	2119	1033	72	4619	
		%	5.2%	25.0%	45.9%	22.4%	1.6%	1	
(中学生)	1. とても楽しみ	N	28	286	635	380	16	1345	p= 0.000 r=-0.120***
		%	2.1%	21.3%	47.2%	28.3%	1.2%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	57	658	1391	567	20	2693	
		%	2.1%	24.4%	51.7%	21.1%	0.7%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	40	175	256	103	4	578	
		%	6.9%	30.3%	44.3%	17.8%	0.7%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	23	32	34	18	5	112	
		%	20.5%	28.6%	30.4%	16.1%	4.5%	100.0%	
合 計		N	148	1151	2316	1068	45	4728	
		%	3.1%	24.3%	49.0%	22.6%	1.0%	100.0%	

## C11. 意識してよくかむ

C5. 夕食が楽しみ			いつも意 識	時々意 識	あまりし ない	まったく しない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても楽しみ	N	455	942	400	177	1974	p= 0.000 r=0.177***
		%	23.0%	47.7%	20.3%	9.0%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	267	1068	617	197	2149	
		%	12.4%	49.7%	28.7%	9.2%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	36	165	150	84	435	
		%	8.3%	37.9%	34.5%	19.3%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	14	26	27	23	90	
		%	15.6%	28.9%	30.0%	25.6%	100.0%	
合 計		N	772	2201	1194	481	4648	
		%	16.6%	47.4%	25.7%	10.3%	100.0%	
(中学生)	1. とても楽しみ	N	142	568	433	205	1348	p= 0.000 r=0.149***
		%	10.5%	42.1%	32.1%	15.2%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	145	1049	1115	395	2704	
		%	5.4%	38.8%	41.2%	14.6%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	30	163	240	150	583	
		%	5.1%	28.0%	41.2%	25.7%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	4	22	22	65	113	
		%	3.5%	19.5%	19.5%	57.5%	100.0%	
合 計		N	321	1802	1810	815	4748	
		%	6.8%	38.0%	38.1%	17.2%	100.0%	

## C15. ご飯をかむ回数

C5. 夕食が楽しみ			30回以上	20~30回	10~20回	5~10回	5回以下	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても楽しみ	N	117	418	826	495	103	1959	p= 0.000 r=0.111***
		%	6.0%	21.3%	42.2%	25.3%	5.3%	1	
	2. 楽しみ	N	67	405	916	652	97	2137	
		%	3.1%	19.0%	42.9%	30.5%	4.5%	1	
	3.あまり楽しみでない	N	13	58	155	167	39	432	
		%	3.0%	13.4%	35.9%	38.7%	9.0%	1	
	4. 楽しみでない	N	5	9	29	34	13	90	
		%	5.6%	10.0%	32.2%	37.8%	14.4%	1	
合 計		N	202	890	1926	1348	252	4618	
		%	4.4%	19.3%	41.7%	29.2%	5.5%	1	
(中学生)	1. とても楽しみ	N	38	175	654	410	62	1339	p= 0.000 r=0.090***
		%	2.8%	13.1%	48.8%	30.6%	4.6%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	43	327	1295	948	88	2701	
		%	1.6%	12.1%	47.9%	35.1%	3.3%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	12	56	241	222	49	580	
		%	2.1%	9.7%	41.6%	38.3%	8.4%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	3	6	31	44	27	111	
		%	2.7%	5.4%	27.9%	39.6%	24.3%	100.0%	
合 計		N	96	564	2221	1624	226	4731	
		%	2.0%	11.9%	46.9%	34.3%	4.8%	100.0%	

## C23. 味やにおいを楽しむ

C5. 夕食が楽しみ			いつも楽しむ	時々楽しむ	あまり楽しまない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても楽しみ	N	943	843	129	53	1968	p= 0.000 r=0.360***
		%	47.9%	42.8%	6.6%	2.7%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	466	1153	425	82	2126	
		%	21.9%	54.2%	20.0%	3.9%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	41	200	143	52	436	
		%	9.4%	45.9%	32.8%	11.9%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	10	32	23	25	90	
		%	11.1%	35.6%	25.6%	27.8%	100.0%	
合 計		N	1460	2228	720	212	4620	
		%	31.6%	48.2%	15.6%	4.6%	100.0%	
(中学生)	1. とても楽しみ	N	656	554	110	23	1343	p= 0.000 r=0.383***
		%	48.8%	41.3%	8.2%	1.7%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	561	1493	542	89	2685	
		%	20.9%	55.6%	20.2%	3.3%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	46	229	243	61	579	
		%	7.9%	39.6%	42.0%	10.5%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	13	26	31	42	112	
		%	11.6%	23.2%	27.7%	37.5%	100.0%	
合 計		N	1276	2302	926	215	4719	
		%	27.0%	48.8%	19.6%	4.6%	100.0%	

## C24. 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる

C5. 夕食が楽しみ			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても楽しみ	N	1359	535	52	27	1973	p= 0.000 r=0.360***
		%	68.9%	27.1%	2.6%	1.4%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	721	1162	223	29	2135	
		%	33.8%	54.4%	10.4%	1.4%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	58	232	121	25	436	
		%	13.3%	53.2%	27.8%	5.7%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	13	31	21	27	92	
		%	14.1%	33.7%	22.8%	29.3%	100.0%	
合 計		N	2151	1960	417	108	4636	
		%	46.4%	42.3%	9.0%	2.3%	100.0%	
(中学生)	1. とても楽しみ	N	970	337	27	9	1343	p= 0.000 r=0.383***
		%	72.2%	25.1%	2.0%	0.7%	100.0%	
	2. 楽しみ	N	735	1593	318	45	2691	
		%	27.3%	59.2%	11.8%	1.7%	100.0%	
	3.あまり楽しみでない	N	41	240	241	57	579	
		%	7.1%	41.5%	41.6%	9.8%	100.0%	
	4. 楽しみでない	N	11	21	35	45	112	
		%	9.8%	18.8%	31.3%	40.2%	100.0%	
合 計		N	1757	2191	621	156	4725	
		%	37.2%	46.4%	13.1%	3.3%	100.0%	

## C12. よくかむことは体によい

C11. 意識してよくかむ			強く思う	少し思う	思わない	わからない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. いつも意識する	N	660	135	12	6	813	p= 0.000 r=0.353***
		%	81.2%	16.6%	1.5%	0.7%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	1310	895	20	50	2275	
		%	57.6%	39.3%	0.9%	2.2%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	436	693	33	75	1237	
		%	35.2%	56.0%	2.7%	6.1%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	149	221	43	84	497	
		%	30.0%	44.5%	8.7%	16.9%	100.0%	
合 計		N	2555	1944	108	215	4822	
		%	53.0%	40.3%	2.2%	4.5%	100.0%	
(中学生)	1. いつも意識する	N	233	89	3	8	333	p= 0.000 r=0.329***
		%	70.0%	26.7%	0.9%	2.4%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	899	869	25	45	1838	
		%	48.9%	47.3%	1.4%	2.4%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	526	1111	61	131	1829	
		%	28.8%	60.7%	3.3%	7.2%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	180	404	73	171	828	
		%	21.7%	48.8%	8.8%	20.7%	100.0%	
合 計		N	1838	2473	162	355	4828	
		%	38.1%	51.2%	3.4%	7.4%	100.0%	

## C16. 季節の野菜・果物を意識する

C11. 意識してよいか			いつも意識	時々意識	あまり意識しない	まったく意識しない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. いつも意識する	N	269	402	94	46	811	p= 0.000 r=0.356***
		%	33.2%	49.6%	11.6%	5.7%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	313	1250	559	139	2261	
		%	13.8%	55.3%	24.7%	6.1%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	94	495	465	180	1234	
		%	7.6%	40.1%	37.7%	14.6%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	39	121	129	208	497	
		%	7.8%	24.3%	26.0%	41.9%	100.0%	
合 計		N	715	2268	1247	573	4803	
		%	14.9%	47.2%	26.0%	11.9%	100.0%	
(中学生)	1. いつも意識する	N	73	164	81	15	333	p= 0.000 r=0.331***
		%	21.9%	49.2%	24.3%	4.5%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	195	935	595	99	1824	
		%	10.7%	51.3%	32.6%	6.4%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	101	626	910	186	1823	
		%	5.5%	34.3%	49.9%	10.2%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	49	187	265	324	825	
		%	5.9%	22.7%	32.1%	39.3%	100.0%	
合 計		N	418	1912	1851	624	4805	
		%	6.7%	39.8%	38.5%	13.0%	100.0%	

## C22. 食事を作ってくれた人への感謝

C11. 意識してよいか			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	感じない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. いつも意識する	N	575	199	21	8	803	p= 0.000 r=0.294***
		%	71.6%	24.8%	2.6%	1.0%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	1057	1081	100	15	2253	
		%	46.9%	48.0%	4.4%	0.7%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	381	704	125	16	1226	
		%	31.1%	57.4%	10.2%	1.3%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	148	219	97	31	495	
		%	29.9%	44.2%	19.6%	6.3%	100.0%	
合 計		N	2161	2203	343	70	4777	
		%	45.2%	46.1%	7.2%	1.5%	100.0%	
(中学生)	1. いつも意識する	N	206	113	11	1	331	p= 0.000 r=0.275***
		%	62.2%	34.1%	3.3%	0.3%	100.0%	
	2. 時々意識する	N	670	1022	114	14	1820	
		%	36.8%	56.2%	6.3%	0.8%	100.0%	
	3.あまり意識しない	N	437	1098	255	22	1812	
		%	24.1%	60.6%	14.1%	1.2%	100.0%	
	4. まったく意識しない	N	169	395	191	66	821	
		%	20.6%	48.1%	23.3%	8.0%	100.0%	
合 計		N	1482	2628	571	103	4784	
		%	31.0%	54.9%	11.9%	2.2%	100.0%	

## C23. 味やにおいを楽しむ

C12. よくかむことは体に良い			いつも楽しむ	時々楽しむ	あまり楽しまない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
1. 強く思う	N	1033	1183	261	60	2537	p= 0.000 r=0.257***	
	%	40.7%	46.6%	10.3%	2.4%	100.0%		
2. 少し思う	N	414	1014	412	94	1934		
	%	21.4%	52.4%	21.3%	4.9%	100.0%		
3. 思わない	N	23	32	26	27	108		
	%	21.3%	29.6%	24.1%	25.0%	100.0%		
4. わからない	N	48	75	48	43	214		
	%	22.4%	35.0%	22.4%	20.1%	100.0%		
合計	N	1518	2304	747	224	4793		
	%	31.7%	48.1%	15.6%	4.7%	100.0%		
(中学生)	1. 強く思う	N	714	852	226	39	1831	p= 0.000 r=0.273***
	%	39.0%	46.5%	12.3%	2.1%	100.0%		
	2. 少し思う	N	506	1310	549	89	2454	
	%	20.6%	53.4%	22.4%	3.6%	100.0%		
	3. 思わない	N	26	55	46	32	159	
	%	16.4%	34.6%	28.9%	20.1%	100.0%		
	4. わからない	N	49	127	119	60	355	
	%	13.8%	35.8%	33.5%	16.9%	100.0%		
	合計	N	1295	2344	940	220	4799	
	%	27.0%	48.8%	19.6%	4.6%	100.0%		

## C24. 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる

C12. よくかむことは体に良い			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
1. 強く思う	N	1464	897	152	28	2541	p= 0.000 r=0.254***	
	%	57.6%	35.3%	6.0%	1.1%	100.0%		
2. 少し思う	N	667	993	235	47	1942		
	%	34.3%	51.1%	12.1%	2.4%	100.0%		
3. 思わない	N	33	43	17	16	109		
	%	30.3%	39.4%	15.6%	14.7%	100.0%		
4. わからない	N	66	91	34	23	214		
	%	30.8%	42.5%	15.9%	10.7%	100.0%		
合計	N	2230	2024	438	114	4806		
	%	46.4%	42.1%	9.1%	2.4%	100.0%		
(中学生)	1. 強く思う	N	924	708	172	27	1831	p= 0.000 r=0.245***
	%	50.5%	38.7%	9.4%	1.5%	100.0%		
	2. 少し思う	N	750	1297	349	62	2458	
	%	30.50%	52.80%	14.20%	2.50%	100.00%		
	3. 思わない	N	32	64	39	26	161	
	%	19.9%	39.8%	24.2%	16.1%	100.0%		
	4. わからない	N	79	154	79	43	355	
	%	22.3%	43.4%	22.3%	12.1%	100.0%		
	合計	N	1785	2223	639	158	4805	
	%	37.1%	46.3%	13.3%	3.3%	100.0%		

## C23. 味やにおいを楽しむ

C16. 季節の野菜果物を意識する			いつも楽しむ	時々楽しむ	あまり楽しまない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
1. いつも意識する	N	423	232	42	17	714	p= 0.000 r=0.333***	
	%	59.2%	32.5%	5.9%	2.4%	100.0%		
2. 時々意識する	N	748	1223	236	53	2260		
	%	33.1%	54.1%	10.4%	2.3%	100.0%		
3.あまり意識しない	N	235	634	319	51	1239		
	%	19.0%	51.2%	25.7%	4.1%	100.0%		
4. まったく意識しない	N	107	210	148	103	568		
	%	18.8%	37.0%	26.1%	18.1%	100.0%		
合計	N	1513	2299	745	224	4781		
	%	31.6%	48.1%	15.6%	4.7%	100.0%		
(中学生)							p= 0.000 r=0.366***	
1. いつも意識する	N	243	142	25	6	416		
	%	58.4%	34.1%	6.0%	1.4%	100.0%		
2. 時々意識する	N	646	1021	224	18	1909		
	%	33.8%	53.6%	11.7%	0.9%	100.0%		
3.あまり意識しない	N	323	959	497	65	1844		
	%	17.5%	52.0%	27.0%	3.5%	100.0%		
4. まったく意識しない	N	81	217	193	130	621		
	%	13.0%	34.9%	31.1%	20.9%	100.0%		
合計	N	1293	2339	939	219	4790		
	%	27.0%	48.8%	19.6%	4.6%	100.0%		

## C24. 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる

C17. 歯ごたえのあるものを食された			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
1. よく食べる	N	1256	645	91	38	2030	p= 0.000 r=0.284***	
	%	61.9%	31.8%	4.5%	1.9%	100.0%		
2. 食べる	N	854	1149	251	53	2307		
	%	37.0%	49.8%	10.9%	2.3%	100.0%		
3.あまり食べない	N	102	211	85	17	415		
	%	24.6%	50.8%	20.5%	4.1%	100.0%		
4. 食べない	N	11	11	11	4	37		
	%	29.7%	29.7%	29.7%	10.8%	100.0%		
合計	N	2223	2016	438	112	4789		
	%	46.4%	42.1%	9.1%	2.3%	100.0%		
(中学生)							p= 0.000 r=0.267***	
1. よく食べる	N	927	660	137	32	1756		
	%	52.8%	37.6%	7.8%	1.8%	100.0%		
2. 食べる	N	795	1407	413	93	2708		
	%	29.4%	52.0%	15.3%	3.4%	100.0%		
3.あまり食べない	N	56	140	87	25	308		
	%	18.2%	45.5%	28.2%	8.1%	100.0%		
4. 食べない	N	5	10	3	7	25		
	%	20.0%	40.0%	12.0%	28.0%	100.0%		
合計	N	1783	2217	640	157	4797		
	%	37.2%	46.2%	13.3%	3.3%	100.0%		

## C22. 食事を作ってくれた人への感謝

C18. 栄養バランスを考える			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	感じない	合計	有意確率 順位相関係数
1. よく食べる	N	768	303	18	6	1095	p= 0.000 r=0.347***	
	%	70.1%	27.7%	1.6%	0.5%	100.0%		
2. 食べる	N	1057	1207	108	14	2386		
	%	44.3%	50.6%	4.5%	0.6%	100.0%		
3.あまり食べない	N	269	578	163	22	1032		
	%	26.1%	56.0%	15.8%	2.1%	100.0%		
4. 食べない	N	65	113	55	30	263		
	%	24.7%	43.0%	20.9%	11.4%	100.0%		
合 計		N	2159	2201	344	72		4776
		%	45.2%	46.1%	7.2%	1.5%		100.0%
(中学生) 1. よく食べる	N	349	195	19	7	570	p= 0.000 r=0.339***	
	%	61.2%	34.2%	3.3%	1.2%	100.0%		
2. 食べる	N	814	1413	164	18	2409		
	%	33.8%	58.7%	6.8%	0.7%	100.0%		
3.あまり食べない	N	264	888	291	31	1474		
	%	17.9%	60.2%	19.7%	2.1%	100.0%		
4. 食べない	N	57	133	99	47	336		
	%	17.0%	39.6%	29.5%	14.0%	100.0%		
合 計		N	1484	2629	573	103		4789
		%	31.0%	54.9%	12.0%	2.2%		100.0%

## C16. 季節の野菜や果物を意識する

C21. 食べ物の好き嫌い			いつも意識	時々意識	あまりし ない	まったく しない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生) 1. あり	N	512	1779	1058	493	3842	p= 0.000 r=0.177***	
	%	13.3%	46.3%	27.5%	12.8%	100.0%		
2. ない	N	202	468	174	72	916		
	%	22.1%	51.1%	19.0%	7.9%	100.0%		
合 計		N	714	2247	1232	565		4758
		%	15.0%	47.2%	25.9%	11.9%		100.0%
(中学生) 1. あり	N	274	1358	1441	493	3566		p= 0.000 r=0.149***
	%	7.7%	38.1%	40.4%	13.8%	100.0%		
2. ない	N	139	541	395	129	1204		
	%	11.5%	44.9%	32.8%	10.7%	100.0%		
合 計		N	413	1899	1836	622	4770	
		%	8.7%	39.8%	38.5%	13.0%	100.0%	

## C24. 食べているときに楽しい気持ちや満足な気持ちになる

C22. 食事を作ってくれた人への感謝			いつも感じる	時々感じる	あまり感じない	まったくしない	合計	有意確率 順位相関係数
1. いつも感じる	N	1443	643	51	24	2161	2161	p= 0.000 r=0.347***
	%	66.8%	29.8%	2.4%	1.1%	100.0%		
2. 時々感じる	N	721	1178	262	43	2204	2204	
	%	32.7%	53.4%	11.9%	2.0%	100.0%		
3. あまり感じない	N	49	170	105	22	346	346	
	%	14.2%	49.1%	30.3%	6.4%	100.0%		
4. 感じない	N	10	18	19	25	72	72	
	%	13.9%	25.0%	26.4%	34.7%	100.0%		
合 計		N	2223	2009	437	114	4783	
		%	46.5%	42.0%	9.1%	2.4%	100.0%	
(中学生) 1. いつも感じる	N	959	446	67	14	1486	1486	p= 0.000 r=0.339***
	%	64.5%	30.0%	4.5%	0.9%	100.0%		
2. 時々感じる	N	752	1506	345	33	2636	2636	
	%	28.5%	57.1%	13.1%	1.3%	100.0%		
3. あまり感じない	N	59	253	211	51	574	574	
	%	10.3%	44.1%	36.8%	8.9%	100.0%		
4. 感じない	N	14	15	14	59	102	102	
	%	13.7%	14.7%	13.7%	57.8%	100.0%		
合 計		N	1784	2220	637	157	4798	
		%	37.2%	46.3%	13.3%	3.3%	100.0%	

## (2)保護者の質問項目間

		P2. 朝食をしっかり食べている					
P1. 朝の時間が取れている		しっかり食べている	まず食べている	やや不足	かなり不足	合計	有意確率 順位相関係数
	1. 十分取れている	N 1033	552	66	11	1662	p= 0.000 r=0.440***
		% 62.2%	33.2%	4.0%	0.7%	100.0%	
	2. ぎりぎり取れている	N 614	1086	237	16	1953	
		% 31.4%	55.6%	12.1%	0.8%	100.0%	
	3. やや不足	N 115	326	216	24	681	
		% 16.9%	47.9%	31.7%	3.5%	100.0%	
	4. かなり不足	N 6	60	53	67	186	
		% 3.2%	32.3%	28.5%	36.0%	100.0%	
合 計		N 1768	2024	572	118	4482	
		% 39.4%	45.2%	12.8%	2.6%	100.0%	
(中学生)	1. 十分取れている	N 962	505	74	8	1549	p= 0.000 r=0.455***
		% 62.1%	32.6%	4.8%	0.5%	100.0%	
	2. ぎりぎり取れている	N 612	1011	255	29	1907	
		% 32.1%	53.0%	13.4%	1.5%	100.0%	
	3. やや不足	N 120	302	202	46	670	
		% 17.9%	45.1%	30.1%	6.9%	100.0%	
	4. かなり不足	N 15	62	84	107	268	
		% 5.6%	23.1%	31.3%	39.9%	100.0%	
合 計		N 1709	1880	615	190	4394	
		% 38.9%	42.8%	14.0%	4.3%	100.0%	

		P7. よくかむように話す(保護者)					
P6. 食事のマナーについて話す。(保護者)		よく話す	時々話す	あまり話さない	まったく話さない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. よく話す。	N 737	904	304	37	1982	p= 0.000 r=0.349***
		% 37.2%	45.6%	15.3%	1.9%	100.0%	
	2. 時々話す	N 213	1333	654	96	2296	
		% 9.3%	58.1%	28.5%	4.2%	100.0%	
	3.あまり話さない	N 10	42	97	21	170	
		% 5.9%	24.7%	57.1%	12.4%	100.0%	
	4. まったく話さない	N 0	1	2	10	13	
		% 0.0%	7.7%	15.4%	76.9%	100.0%	
合 計		N 960	2280	1057	164	4461	
		% 21.5%	51.1%	23.7%	3.7%	100.0%	
(中学生)	1. よく話す。	N 375	617	256	46	1294	p= 0.000 r=0.381***
		% 29.0%	47.7%	19.8%	3.6%	100.0%	
	2. 時々話す	N 170	1311	924	173	2578	
		% 6.6%	50.9%	35.8%	6.7%	100.0%	
	3.あまり話さない	N 14	80	274	83	451	
		% 3.1%	17.7%	60.8%	18.4%	100.0%	
	4. まったく話さない	N 0	5	10	45	60	
		% 0.0%	8.3%	16.7%	75.0%	100.0%	
合 計		N 559	2013	1464	347	4383	
		% 12.8%	45.9%	33.4%	7.9%	100.0%	

P14. 「いただきます」「ごちそうさま」をいう

P6. 食事のマナーについて話す。(保護者)			毎 回	ほとん	たまに 言う	言わな い	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. よく話す。	N	1290	412	237	43	1982	p= 0.000 r=0.208***
		%	65.1%	20.8%	12.0%	2.2%	100.0%	
	2. 時々話す	N	1077	650	458	95	2280	
		%	47.2%	28.5%	20.1%	4.2%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	54	42	57	19	172	
		%	31.4%	24.4%	33.1%	11.0%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	5	2	5	1	13	
		%	38.5%	15.4%	38.5%	7.7%	100.0%	
合 計		N	2426	1106	757	158	4447	
		%	54.6%	24.9%	17.0%	3.6%	100.0%	
(中学生)	1. よく話す。	N	693	296	231	73	1293	p= 0.000 r=0.217***
		%	53.6%	22.9%	17.9%	5.6%	100.0%	
	2. 時々話す	N	993	645	666	259	2563	
		%	38.7%	25.2%	26.0%	10.1%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	104	96	164	85	449	
		%	23.2%	21.4%	36.5%	18.9%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	17	8	12	23	60	
		%	28.3%	13.3%	20.0%	38.3%	100.0%	
合 計		N	1807	1045	1073	440	4365	
		%	41.4%	23.9%	24.6%	10.1%	100.0%	

P15. 味や香りなどについて話す

P6. 食事のマナーについて話す。(保護者)			よくある	時々	ほとん ど ない	全くない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. よく話す。	N	931	903	132	16	1982	p= 0.000 r=0.261***
		%	47.0%	45.6%	6.7%	0.8%	100.0%	
	2. 時々話す	N	569	1369	313	35	2286	
		%	24.9%	59.9%	13.7%	1.5%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	25	86	54	7	172	
		%	14.5%	50.0%	31.4%	4.1%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	3	6	2	2	13	
		%	23.1%	46.2%	15.4%	15.4%	100.0%	
合 計		N	1528	2364	501	60	4453	
		%	34.3%	53.1%	11.3%	1.3%	100.0%	
(中学生)	1. よく話す。	N	611	575	92	15	1293	p= 0.000 r=0.298***
		%	47.3%	44.5%	7.1%	1.2%	100.0%	
	2. 時々話す	N	635	1528	367	45	2575	
		%	24.7%	59.3%	14.3%	1.7%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	55	237	136	24	452	
		%	12.2%	52.4%	30.1%	5.3%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	4	21	18	17	60	
		%	6.70%	35.00%	30.00%	28.30%	100.00%	
合 計		N	1305	2361	613	101	4380	
		%	29.8%	53.9%	14.0%	2.3%	100.0%	

P8. 「よくかむこと」を意識している

P7. よくかむように話す(保護者)			いつも	時々	ほとんど ない	全くない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. よく話す。	N	121	589	214	37	961	
		%	12.6%	61.3%	22.3%	3.9%	100.0%	
	2. 時々話す	N	76	1071	1031	107	2285	
		%	3.3%	46.9%	45.1%	4.7%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	21	187	685	165	1058	
		%	2.0%	17.7%	64.7%	15.6%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	8	21	60	75	164	
		%	4.9%	12.8%	36.6%	45.7%	100.0%	
	合計	N	226	1868	1990	384	4468	
		%	5.1%	41.8%	44.5%	8.6%	100.0%	
(中学生)	1. よく話す。	N	89	293	140	38	560	p= 0.000 r=0.371***
		%	15.9%	52.3%	25.0%	6.8%	100.0%	
	2. 時々話す	N	97	866	931	121	2015	
		%	4.8%	43.0%	46.2%	6.0%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	44	258	994	168	1464	
		%	3.0%	17.6%	67.9%	11.5%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	22	35	126	164	347	
		%	6.3%	10.1%	36.3%	47.3%	100.0%	
	合計	N	252	1452	2191	491	4386	
		%	5.7%	33.1%	50.0%	11.2%	100.0%	

P11. よくかむための食材を出している

P7. よくかむように話す(保護者)			いつも	時々	ほとんど ない	全くない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. よく話す。	N	122	612	185	38	957	
		%	12.7%	63.9%	19.3%	4.0%	100.0%	
	2. 時々話す	N	66	1197	875	140	2278	
		%	2.9%	52.5%	38.4%	6.1%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	11	297	623	121	1052	
		%	1.0%	28.2%	59.2%	11.5%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	4	37	63	59	163	
		%	2.5%	22.7%	38.7%	36.2%	100.0%	
	合計	N	203	2143	1746	358	4450	
		%	4.6%	48.2%	39.2%	8.0%	100.0%	
(中学生)	1. よく話す。	N	77	331	114	35	557	p= 0.000 r=0.338***
		%	13.8%	59.4%	20.5%	6.3%	100.0%	
	2. 時々話す	N	86	1118	689	106	1999	
		%	4.3%	55.9%	34.5%	5.3%	100.0%	
	3.あまり話さない	N	25	491	821	122	1459	
		%	1.7%	33.7%	56.3%	8.4%	100.0%	
	4. まったく話さない	N	5	74	130	137	346	
		%	1.4%	21.4%	37.6%	39.6%	100.0%	
	合計	N	193	2014	1754	400	4361	
		%	4.4%	46.2%	40.2%	9.2%	100.0%	

## P13. 子供は肥満気味だと思う

P10. 子供の食べる早さ			はい	いいえ	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. とても早い	N	96	150	246	p= 0.000 r=0.212***
		%	39.0%	61.0%	100.0%	
	2. どちらかという早い	N	459	1635	2094	
		%	21.9%	78.1%	100.0%	
	3. どちらかという遅い	N	173	1566	1739	
		%	9.9%	90.1%	100.0%	
	4. 遅い	N	20	331	351	
		%	5.7%	94.3%	100.0%	
合計		N	748	3682	4430	
		%	16.9%	83.1%	100.0%	
(中学生)	1. とても早い	N	73	186	259	p= 0.000 r=0.115***
		%	28.2%	71.8%	100.0%	
	2. どちらかという早い	N	339	2142	2481	
		%	13.7%	86.3%	100.0%	
	3. どちらかという遅い	N	122	1280	1402	
		%	8.7%	91.3%	100.0%	
	4. 遅い	N	19	193	212	
		%	9.0%	91.0%	100.0%	
合計		N	553	3801	4354	
		%	12.7%	87.3%	100.0%	

## P15. 味や香りなどについて話す

P11. よくかむための食材を出している			よくある	時々	ほとんどない	全くない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. いつも	N	140	58	4	1	203	p= 0.000 r=0.240***
		%	69.0%	28.6%	2.0%	0.5%	100.0%	
	2. 時々	N	852	1159	131	13	2155	
		%	39.5%	53.8%	6.1%	0.6%	100.0%	
	3. ほとんどない	N	464	960	298	24	1746	
		%	26.6%	55.0%	17.1%	1.4%	100.0%	
	4. まったくない	N	83	187	68	21	359	
		%	23.1%	52.1%	18.9%	5.8%	100.0%	
合計		N	1539	2364	501	59	4463	
		%	34.5%	53.0%	11.2%	1.3%	100.0%	
(中学生)	1. いつも	N	112	66	13	3	194	p= 0.000 r=0.207***
		%	57.7%	34.0%	6.7%	1.5%	100.0%	
	2. 時々	N	683	1135	183	21	2022	
		%	33.8%	56.1%	9.1%	1.0%	100.0%	
	3. ほとんどない	N	420	976	326	38	1760	
		%	23.9%	55.5%	18.5%	2.2%	100.0%	
	4. まったくない	N	89	186	90	39	404	
		%	22.0%	46.0%	22.3%	9.7%	100.0%	
合計		N	1304	2363	612	101	4380	
		%	29.8%	53.9%	14.0%	2.3%	100.0%	

## P15. 味や香りなどについて話す

P14. 「いただきます」「ごちそうさま」をいう			よくある	時々	ほとんど ない	全くない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 毎 回	N	1129	1142	144	18	2433	p= 0.000 r=0.320***
		%	46.4%	46.9%	5.9%	0.7%	100.0%	
	2. ほとんど言う	N	270	673	161	9	1113	
		%	24.3%	60.5%	14.5%	0.8%	100.0%	
	3. たまに言う	N	117	471	154	17	759	
		%	15.4%	62.1%	20.3%	2.2%	100.0%	
	4. 言わない	N	19	83	41	16	159	
		%	11.9%	52.2%	25.8%	10.1%	100.0%	
合 計		N	1535	2369	500	60	4464	
		%	34.4%	53.1%	11.2%	1.3%	100.0%	
(中学生)	1. いつも	N	819	850	126	19	1814	p= 0.000 r=0.348***
		%	45.1%	46.9%	6.9%	1.0%	100.0%	
	2. 時々	N	284	627	130	8	1049	
		%	27.1%	59.8%	12.4%	0.8%	100.0%	
	3. ほとんどない	N	158	663	225	30	1076	
		%	14.7%	61.6%	20.9%	2.8%	100.0%	
	4. まったくない	N	47	221	129	44	441	
		%	10.7%	50.1%	29.3%	10.0%	100.0%	
合 計		N	1308	2361	610	101	4380	
		%	29.9%	53.9%	13.9%	2.3%	100.0%	

## P16. お子さんは食事の手伝いをする

P14. 「いただきます」「ごちそうさま」をいう			毎 日	週3~4 日	週1~2 日	しない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 毎 回	N	1150	474	639	169	2432	p= 0.000 r=0.304***
		%	47.3%	19.5%	26.3%	6.9%	100.0%	
	2. ほとんど言う	N	287	283	411	130	1111	
		%	25.8%	25.5%	37.0%	11.7%	100.0%	
	3. たまに言う	N	118	144	346	149	757	
		%	15.6%	19.0%	45.7%	19.7%	100.0%	
	4. 言わない	N	27	22	58	52	159	
		%	17.0%	13.8%	36.5%	32.7%	100.0%	
合 計		N	1582	923	1454	500	4459	
		%	35.5%	20.7%	32.6%	11.2%	100.0%	
(中学生)	1. いつも	N	691	338	526	259	1814	p= 0.000 r=0.276***
		%	38.1%	18.6%	29.0%	14.3%	100.0%	
	2. 時々	N	227	238	381	200	1046	
		%	21.7%	22.8%	36.4%	19.1%	100.0%	
	3. ほとんどない	N	167	169	437	304	1077	
		%	15.5%	15.7%	40.6%	28.2%	100.0%	
	4. まったくない	N	69	42	133	199	443	
		%	15.6%	9.5%	30.0%	44.9%	100.0%	
合 計		N	1154	787	1477	962	4380	
		%	26.3%	18.0%	33.7%	22.0%	100.0%	

### (3)子供と保護者の質問項目間

#### C2.朝食の習慣

P1. 朝の時間が取れている			毎 日	週3～ 4日	週1～ 2日	食べ ない	合計	有意確率 順位相関係数
1. 十分取れている	N	1384	38	13	9	1444	p= 0.000 r=0.183***	
	%	95.8%	2.6%	0.9%	0.6%	100.0%		
2. ぎりぎり取れている	N	1642	58	16	23	1739		
	%	94.4%	3.3%	0.9%	1.3%	100.0%		
3. やや不足	N	527	60	18	12	617		
	%	85.4%	9.7%	2.9%	1.9%	100.0%		
4. かなり不足	N	106	32	11	17	166		
	%	63.9%	19.3%	6.6%	10.2%	100.0%		
合 計	N	3659	188	58	61	3966		
	%	92.3%	4.7%	1.5%	1.5%	100.0%		
(中学生)	1. 十分取れている	N	1209	38	9	7	1263	p= 0.000 r=0.257***
	%	95.7%	3.0%	0.7%	0.6%	100.0%		
	2. ぎりぎり取れている	N	1399	109	33	18	1559	
	%	89.7%	7.0%	2.1%	1.2%	100.0%		
	3. やや不足	N	436	58	29	22	545	
	%	80.0%	10.6%	5.3%	4.0%	100.0%		
	4. かなり不足	N	127	26	24	46	223	
	%	57.0%	11.7%	10.8%	20.6%	100.0%		
合 計	N	3171	231	95	93	3590		
	%	88.3%	6.4%	2.6%	2.6%	100.0%		

#### C2.朝食の習慣

P2. 朝食をしっかり食べている			毎 日	週3～ 4日	週1～ 2日	食べ ない	合計	有意確率 順位相関係数
1. しっかり食べている	N	1531	21	4	4	1560	p= 0.000 r=0.283***	
	%	98.1%	1.3%	0.3%	0.3%	100.0%		
2. まずまず食べている	N	1694	72	14	19	1799		
	%	94.2%	4.0%	0.8%	1.1%	100.0%		
3. やや不足	N	392	71	24	17	504		
	%	77.8%	14.1%	4.8%	3.4%	100.0%		
4. かなり不足	N	45	24	16	21	106		
	%	42.5%	22.6%	15.1%	19.8%	100.0%		
合 計	N	3662	188	58	61	3969		
	%	92.3%	4.7%	1.5%	1.5%	100.0%		
(中学生)	1. しっかり食べている	N	1370	30	4	1	1405	p= 0.000 r=0.355***
	%	97.5%	2.1%	0.3%	0.1%	100.0%		
	2. まずまず食べている	N	1393	108	23	14	1538	
	%	90.6%	7.0%	1.5%	0.9%	100.0%		
	3. やや不足	N	357	72	37	22	488	
	%	73.2%	14.8%	7.6%	4.5%	100.0%		
	4. かなり不足	N	51	22	31	56	160	
	%	31.9%	13.8%	19.4%	35.0%	100.0%		
合 計	N	3171	232	95	93	3591		
	%	88.3%	6.5%	2.6%	2.6%	100.0%		

## C14. 給食を早く食べ終わる。

P13. 子供は肥満気味だと思うか			早いほう	どちらか といえ ば早い	おなじく らい	遅い	合計	有意確率 順位相関係数
1. はい	N	111	184	290	80	665	p= 0.000 r=0.111***	
	%	16.7%	27.7%	43.6%	12.0%	100.0%		
2. いいえ	N	355	684	1593	649	3281		
	%	10.8%	20.8%	48.6%	19.8%	100.0%		
合 計	N	466	868	1883	729	3946		
	%	11.8%	22.0%	47.7%	18.5%	100.0%		
(中学生) 1. はい	N	59	145	186	65	455	p= 0.000 r=0.3069***	
	%	13.0%	31.9%	40.9%	14.3%	100.0%		
2. いいえ	N	390	670	1431	628	3119		
	%	12.5%	21.5%	45.9%	20.1%	100.0%		
合 計	N	449	815	1617	693	3574		
	%	12.6%	22.6%	45.2%	19.4%	100.0%		

## C22. 食事を作ってくれた人への感謝

P14. 「いただきます」「ごちそうさま」をいう			いつも感 じる	時々感 じる	あまり感 じない	感じない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生) 1. 毎 回	N	1090	934	104	28	2156	p= 0.000 r=0.149***	
	%	50.6%	43.3%	4.8%	1.3%	100.0%		
2. ほとんど言う	N	404	490	84	8	986		
	%	41.0%	49.7%	8.5%	0.8%	100.0%		
3. たまに言う	N	214	358	79	14	665		
	%	32.2%	53.8%	11.9%	2.1%	100.0%		
4. 言わない	N	57	57	16	5	135		
	%	42.2%	42.2%	11.9%	3.7%	100.0%		
合 計	N	1765	1839	283	55	3942		
	%	44.8%	46.7%	7.2%	1.4%	100.0%		
(中学生) 1. いつも	N	578	754	107	16	1455	p= 0.000 r=0.224***	
	%	39.7%	51.8%	7.4%	1.1%	100.0%		
2. 時 々	N	266	476	102	17	861		
	%	30.9%	55.3%	11.8%	2.0%	100.0%		
3. ほとんどない	N	177	526	144	31	878		
	%	20.2%	59.9%	16.4%	3.5%	100.0%		
4. まったくない	N	64	205	80	13	362		
	%	17.7%	56.6%	22.1%	3.6%	100.0%		
合 計	N	1085	1961	433	77	3556		
	%	30.5%	55.1%	12.2%	2.2%	100.0%		

## C25. 食事の準備や片付けを手伝う

P14. 「いただきます」「ごちそうさま」をいう			いつも	時々	あまりない	ない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 毎 回	N	878	949	258	79	2164	p= 0.000 r=0.183***
		%	40.6%	43.9%	11.9%	3.7%	100.0%	
	2. ほとんど言う	N	310	469	156	52	987	
		%	31.4%	47.5%	15.8%	5.3%	100.0%	
	3. たまに言う	N	132	350	139	45	666	
		%	19.8%	52.6%	20.9%	6.8%	100.0%	
	4. 言わない	N	25	67	33	12	137	
		%	18.2%	48.9%	24.1%	8.8%	100.0%	
合 計		N	1345	1835	586	188	3954	
		%	34.0%	46.4%	14.8%	4.8%	100.0%	
(中学生)	1. いつも	N	468	660	256	71	1455	p= 0.000 r=0.199***
		%	32.2%	45.4%	17.6%	4.9%	100.0%	
	2. 時々	N	196	406	194	65	861	
		%	22.8%	47.2%	22.5%	7.5%	100.0%	
	3. ほとんどない	N	152	392	240	95	879	
		%	17.3%	44.6%	27.3%	10.8%	100.0%	
	4. まったくない	N	60	145	88	69	362	
		%	16.6%	40.1%	24.3%	19.1%	100.0%	
合 計		N	876	1603	778	300	3557	
		%	24.6%	45.1%	21.9%	8.4%	100.0%	

## C25. 食事の準備や片付けを手伝う

P16. お子さんは食事の手伝いをする			いつも	時々	あまりない	ない	合計	有意確率 順位相関係数
(小学生)	1. 毎 日	N	841	466	97	26	1430	p= 0.000 r=0.437***
		%	58.8%	32.6%	6.8%	1.8%	100.0%	
	2. 週3~4日	N	259	445	97	25	826	
		%	31.4%	53.9%	11.7%	3.0%	100.0%	
	3. 週1~2日	N	207	761	240	62	1270	
		%	16.3%	59.9%	18.9%	4.9%	100.0%	
	4. しない	N	43	163	152	74	432	
		%	10.0%	37.7%	35.2%	17.1%	100.0%	
合 計		N	1350	1835	586	187	3958	
		%	34.1%	46.4%	14.8%	4.7%	100.0%	
(中学生)	1. 毎 日	N	499	329	80	19	927	p= 0.000 r=0.492***
		%	53.8%	35.5%	8.6%	2.0%	100.0%	
	2. 週3~4日	N	178	340	105	19	642	
		%	27.7%	53.0%	16.4%	3.0%	100.0%	
	3. 週1~2日	N	163	684	293	77	1217	
		%	13.4%	56.2%	24.1%	6.3%	100.0%	
	4. しない	N	37	256	304	185	782	
		%	4.7%	32.7%	38.9%	23.7%	100.0%	
合 計		N	877	1609	782	300	3568	
		%	24.6%	45.1%	21.9%	8.4%	100.0%	

食と咀嚼に対する実態等調査委員会名簿(五十音順)

◎印 委員長

赤 沼 昇	熊谷市富士見中学校校長
井 上 美津子	昭和大学歯学部教授
今 関 豊 一	順天堂大学スポーツ健康科学部准教授
上 野 弘 子	中央区立泰明小学校養護教諭
◎ 尾 崎 哲 則	日本大学歯学部教授
佐 藤 美也子	二戸市立仁左平中学校教諭
田 中 英 一	田中歯科クリニック院長
田 村 道 子	東京都教育庁地域教育支援部義務教育課歯科保健担当係長
鶴 本 明 久	鶴見大学歯学部教授
福 泉 隆 喜	厚生労働省医政局歯科保健課
温 品 賢 二	山口県平生町立平生小学校教諭
福 田 雅 臣	日本歯科大学生命歯学部准教授
丸 山 進一郎	日本学校歯科医会専務理事
向 井 美 恵	昭和大学歯学部教授
安 井 利 一	明海大学歯学部教授
安 富 和 子	長野県下伊那郡喬木村立喬木第二小学校養護教諭

なお、本書の作成に当たり、森 良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のほか下記の方々から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
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
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

食と咀嚼に対する実態等の調査委員会報告書

初版 平成22年2月18日

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

☎03(3501)3785・0968

印刷所

株式会社千葉印刷

