

身長・体重平均値の比較 (H13年4月現在)

区分	年齢	身長			体重		
		鶴田町	県	全国	鶴田町	県	全国
男 幼児	3	98.0	-	-	15.7	-	-
	4	105.5	-	-	17.9	-	-
	5	111.1	111.5	110.7	19.9	19.9	19.2
	6	117.7	117.6	116.7	23.3	22.8	21.7
	7	123.4	123.7	122.4	25.1	25.5	24.3
男 小学生	8	129.2	129.1	128.2	29.9	29.7	27.6
	9	133.3	135.0	133.5	32.5	34.0	31.1
	10	140.3	140.5	138.9	36.0	37.9	35.0
	11	146.5	147.4	145.3	40.3	42.6	39.5
	12	155.3	154.4	152.9	48.7	47.7	45.4
男 中学生	13	161.2	161.3	160.2	52.2	52.9	50.6
	14	167.6	166.5	165.5	61.3	58.4	55.5
女 幼児	3	97.8	-	-	16.0	-	-
	4	103.6	-	-	16.9	-	-
	5	109.3	110.9	109.9	19.1	19.6	18.8
	6	117.0	116.6	115.9	23.3	21.9	21.2
	7	124.1	123.0	121.7	25.4	25.3	23.7
女 小学生	8	129.0	129.2	127.5	28.6	29.0	26.9
	9	135.0	134.4	133.5	33.1	31.6	30.5
	10	141.2	142.4	140.3	36.7	37.3	34.7
	11	148.5	148.8	147.1	41.6	42.4	40.1
	12	153.6	153.1	152.2	46.7	47.2	44.9
女 中学生	13	155.9	155.9	155.2	50.1	50.3	48.3
	14	157.1	157.0	156.8	53.5	52.6	50.9

●青森県

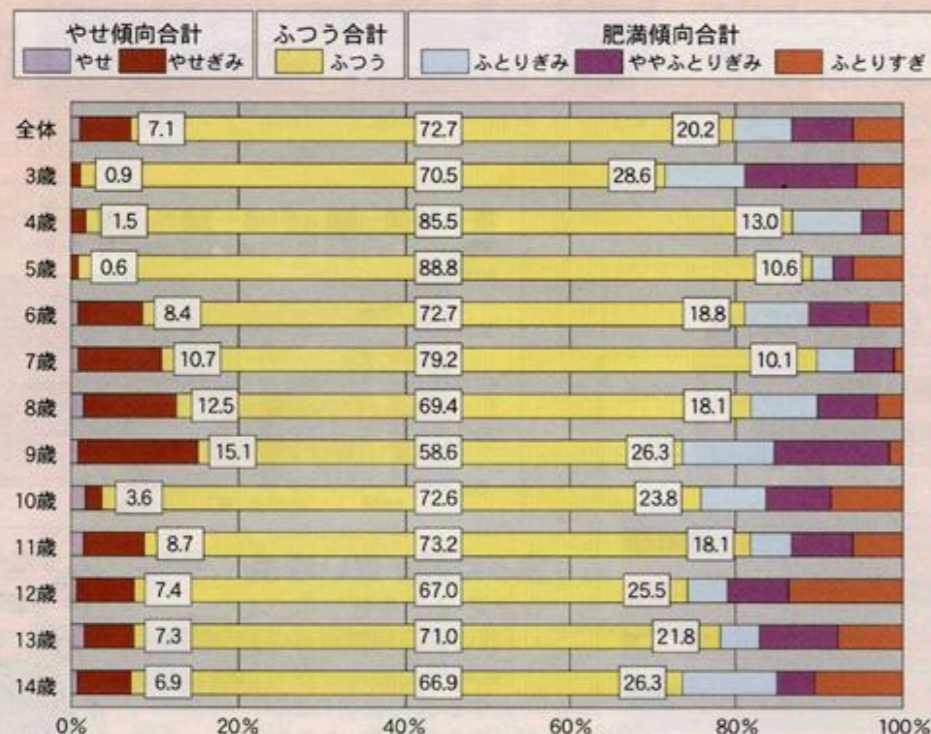
☆全年齢で全国値より高い

●町

☆年齢別では約半数が県の平均値よりさらに高い



肥満度判定による年齢別比較



「肥満傾向」の割合

- ☆幼児では3歳児が約3割と多い
- ☆11歳を除く9歳以上では全体平均の約2割より多い
- ☆9歳児は「ふつう」の割合が約6割と少ない「やせ傾向」「肥満傾向」の割合が他の年齢より多い
- ☆「ふとりすぎ」は医師の相談等が必要な子どもである



鶴田町の子どもたちのすがた

●H13年度「食生活状況アンケート」より●



この調査は、健康つるた21「鶴の里健康長寿目標」に掲げている「子どもの頃からの正しい食習慣の普及に努めます」の目標達成の現況把握のため、各保育所・幼稚園・小中学校と役場が連携して、3歳以上15歳未満の児童・生徒の状況について保護者の方に記入していただいた結果です。

回収状況

対象	回収	回収率
男	987人	94.7%
女	914人	95.2%
計	1,901人	95.0%

記入者

母	1,626人	90.1%
父	63人	3.5%
その他	116人	6.4%

就業状況(記入者)

就業している	862人	47.8%
家事または内職	472人	26.1%
就業していない	355人	19.7%
その他	116人	6.4%

《特徴》



- ①朝食を食べない子どもの割合は全国より多い
- ②朝食を子どもだけで食べているのは3人に1人
好きな時間におやつを食べている子どもは4人に3人
- ③夜食を食べる子どもは4人に3人
- ④夜10時以降に寝る子どもは3人に1人
- ⑤10人に7人は何らかの健康上の不調がある
- ⑥5人に1人は太りすぎか太りぎみ

まとめ

今回のアンケート及び肥満調査結果から、鶴田町の子どもたちの食生活や身体状況に関する実態がある程度見えてきました。発育途中という非常に大切な時期にある子どもたちにとって、毎日の食事が心や体に及ぼす影響の大きさを考えると、子どもの頃から生活習慣病の予防や心の健康づくりを図る必要があるようです。それには現在の生活リズム、おやつ・夜食のとり方や食環境の改善が求められます。

肥満状況については、小中学校・保育所・幼稚園と連携しながら追跡調査を毎年継続して行うことにしています。また、今後の取り組みは食生活状況と合わせて分析し、考えていく予定です。

今回の調査結果をふまえて、子どもたち、家庭、学校、幼稚園、保育所、地域がそれぞれの立場でできることを一緒に考え実行し、21世紀の町を担う子どもたちをみんなで育てていきたいと思ひます。

鶴田町:子どもの頃からの肥満予防支援プロジェクトチーム
(問い合わせ先:鶴田町役場保健福祉課)



※今回の調査で比較している全国とは平成5年国民栄養調査結果です

朝食について

朝食は毎回食べますか(子ども)

- ☆「食べない」「時々食べない」をあわせて約1割が朝食を食べないことがある(全国の割合より高い)
- ☆幼児を除けば、年齢が上がるにつれて欠食する割合が高くなる傾向にある

朝食を食べない理由(子ども)

- ☆「食べたくない」が約7割、「時間がない」が約3割で大多数を占めている

朝食は毎回食べますか(主に母親)

- ☆「食べない」「時々食べない」をあわせて約2割が欠食している(子どもの割合より高い)

朝食を食べない理由(主に母親)

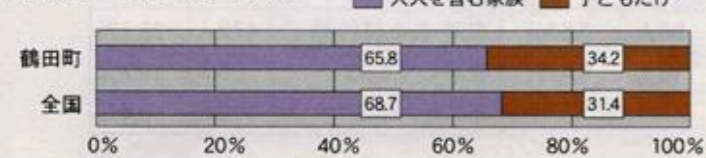
- ☆「食欲がない」「忙しい」で9割を占めている



朝食は誰と食べますか

- ☆「子どもだけで食べる」が3割以上ある(全国と比べるとやや高い)
- ☆特に中学生では約4割が「子どもだけで食べる」という状態にある(孤食の傾向が強い)

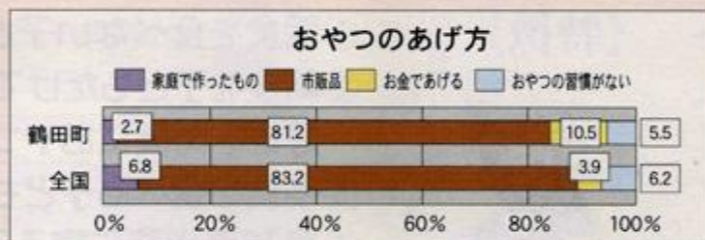
朝食を一緒に食べる人



おやつについて

おやつのあげ方はどうですか

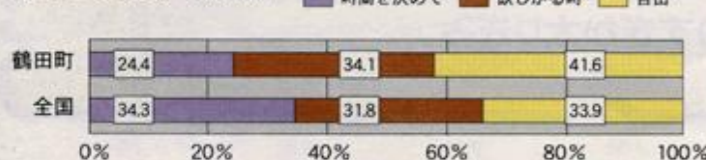
- ☆「市販品」が8割を占める(全国と大差ない)
- ☆「お金であげる」が1割(全国のはほぼ2倍)
- ☆「手作り」は少ない(全国の約半分)



おやつをあげる時間はいつ頃ですか

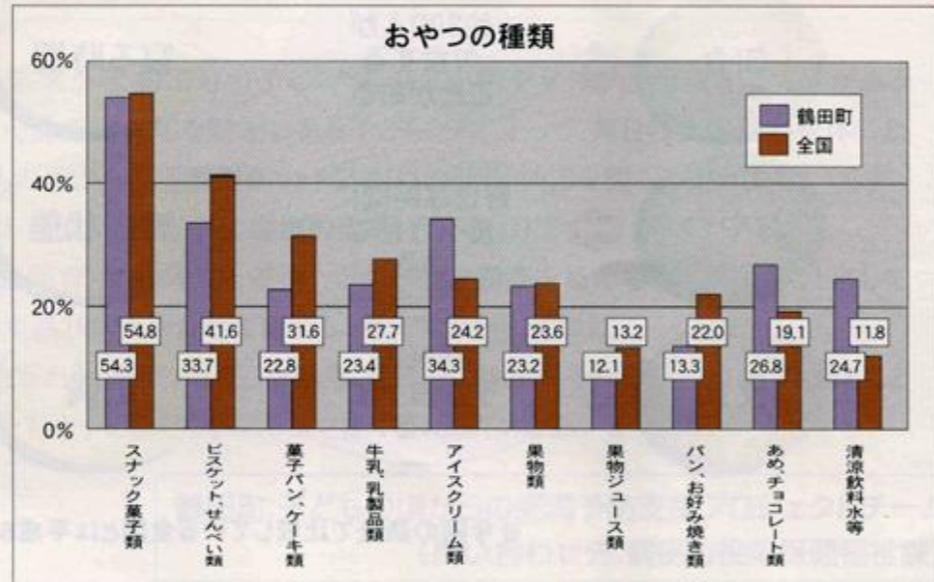
- ☆「欲しがるとき」「自由」を合わせて好きな時間におやつを食べている子どもが7割いる(「時間を決めている」が全国より少ない)

おやつをあげる時間



よく食べるおやつ

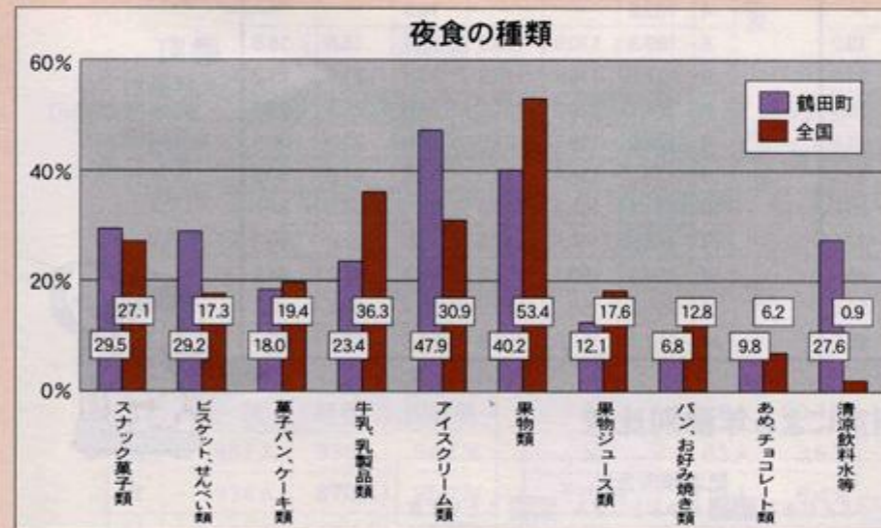
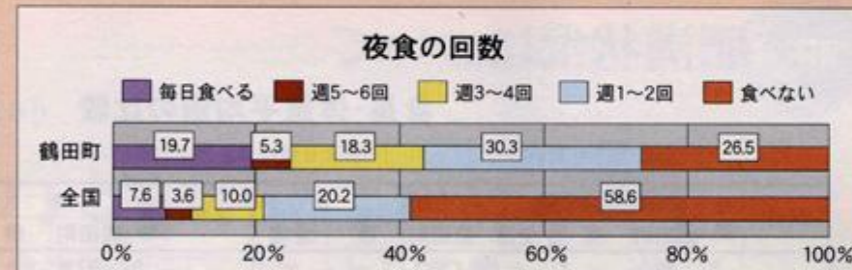
- (町) ①スナック菓子類 ②アイスクリーム類 ③ビスケット・せんべい類
- (全国) ①スナック菓子 ②ビスケット・せんべい類 ③菓子パン・ケーキ類
- (全国より多かったおやつ) ①清涼飲料水等 ②アイスクリーム類 ③あめ・チョコレート類



夜食について

ふだんの夜食の状況はどうですか

- ☆7割の子どもの夜食をとっている(全国4割と比べて非常に高い)



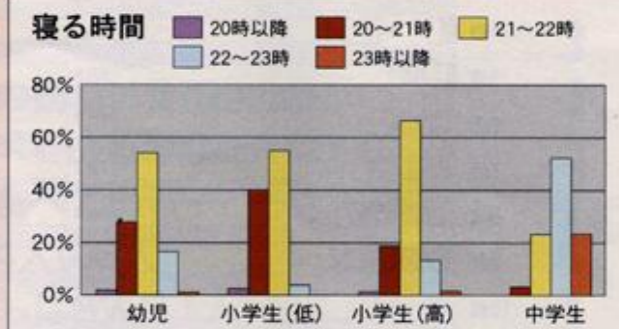
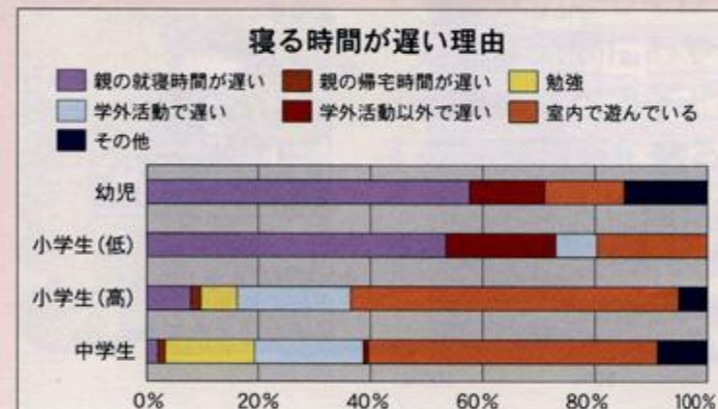
よく食べる夜食

- (町) ①アイスクリーム類 ②果物類 ③スナック菓子類
- (全国) ①果物類 ②牛乳・乳製品類 ③アイスクリーム類
- (全国より多かった夜食) ①アイスクリーム類 ②清涼飲料水等
- (全国より少なかった夜食) ①果物類 ②牛乳・乳製品類

寝る時間について

寝る時間は何時頃ですか

- ☆「22時以前」が7割「22時以降」が3割
- ☆中学生では「22時以降」が約8割を占めている



寝る時間が遅い理由

- ☆幼児・小学生低学年では「親の就寝時間が遅い」が約6割「親の帰宅時間が遅い」が約2割と大半が親の都合による
- ☆小学生高学年・中学生では「勉強」「学外活動」合わせて約3割「室内で遊んでいる」が5割を占めている



健康状態について

ふだんの健康状態や体調は?

- (全体) ①アレルギー症状がある ②かぜをひきやすい(全国では1位) ③太りぎみ(全国より若干高い)
- (年齢階級別) ☆幼児「かぜをひきやすい」 ☆小学生低学年「太りぎみ」 ☆小学生高学年「アレルギー症状がある」 ☆中学生「かぜをひきやすい」 「たびたび下痢や腹痛をうったえる」

