

# 鶴田町の子どもたちのすがた

●H16年度「食生活状況調査」より●



この調査は、朝ごはん条例の基本方針「ごはんを中心とした食生活の改善」「早寝・早起き運動の推進」の現状把握のため、保育所・幼稚園・小中学校と町が連携して、3歳以上15歳未満の「子どもたち」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	幼児	小学生 (低)	小学生 (高)	中学生	全 体	
対象者数	453人	443人	456人	453人	1,805人	
回 収	376人	437人	429人	390人	1,632人	
回 収 率	83.0%	98.6%	94.1%	86.1%	90.4%	
性 別	男	170人	223人	215人	189人	797人
	女	182人	211人	209人	190人	792人
	不明	24人	3人	5人	11人	43人
就業状況	している	208人	225人	224人	227人	884人
	家業など	73人	112人	128人	102人	415人
	していない	79人	85人	64人	52人	280人
不 明	16人	15人	13人	9人	53人	

## 特徴

- ①朝食は「毎日食べる」が増えている。
- ②朝食内容では主食は8割以上がごはんを食べており、副菜は野菜が少ない。
- ③起床時間は早くなったが、就寝時間は遅くなり、睡眠時間が減っている。
- ④おやつをあげる時間は「時間を決めて」が増えている。
- ⑤夜食は「食べない」は増えているが、食べている子どもの「あげる時間」は遅くなっている。
- ⑥「肥満傾向」の子どもが減っている。

※今回の調査で比較している平成13年とは平成13年度に実施した「食生活状況調査結果」、全国とは平成5年「国民栄養調査結果」です。

## 朝食について

### 朝食の摂取状況



### 朝食は毎日食べますか(子ども)

☆町全体でみると、「毎日食べる」は平成13年88.6%、平成16年91.6%と3ポイント増加している。  
☆全国と比較して1.2ポイント多い。

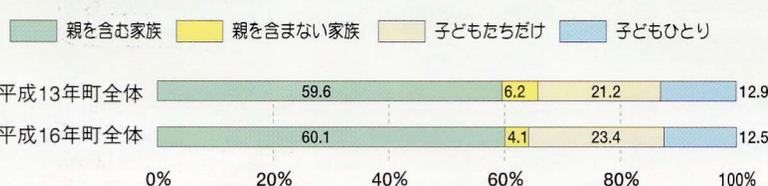
### 朝食は毎日食べますか(主に母親)

☆「毎日食べる」は平成13年78.6%、平成16年76.5%と1.9ポイント減少している。

### 朝食を食べないときの理由(子ども)

☆「食べたくない」は平成13年68.5%、平成16年60.4%と8.1ポイント減少している。  
☆「時間がない」は平成13年27.0%、平成16年23.8%と3.2ポイント減少している。  
☆「その他」では「休みだから」などの意見があった。

### 朝食の共食状況



### 朝食を食べないときの理由(主に母親)

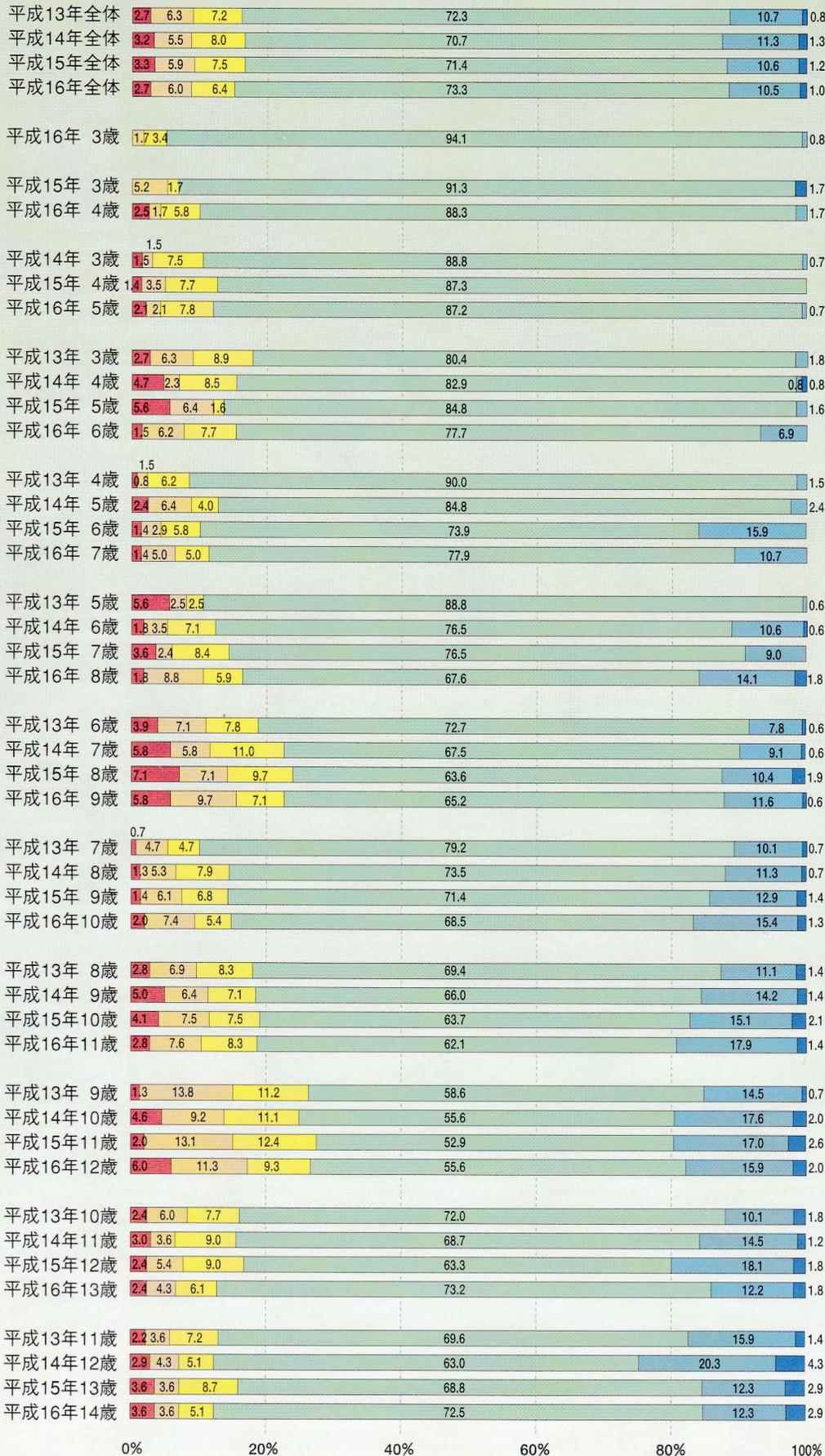
☆「食欲がない」、「忙しい」が83.1%となっている。

### 朝食はだれと食べますか。

☆ほとんど変化はないが、「子どもたちだけ」が増加している。  
☆「親を含む家族」の割合は平成13年59.6%、平成16年60.1%と0.5ポイント増加している。



# 肥満状況について



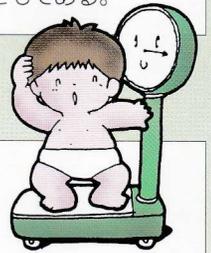
## 肥満状況結果

☆全体では「肥満傾向」は平成15年16.7%、平成16年15.1%と1.6ポイント減少している。

☆3歳児をみると「肥満傾向」は平成13年3歳児17.9%、平成16年3歳児5.1%と12.8ポイント減少している。

☆平成16年の結果では「肥満傾向」は12歳(26.6%)、9歳(22.6%)、11歳(18.8%)の順で多い。

☆「ふとりすぎ」は医師に相談などが必要な子どもである。



## まとめ

「朝ごはんを食べる」、「早く起きる」、「夜食を食べずに早く寝る」ということを目標に、朝ごはん運動に取り組んできました。

今回の調査からは、子どもたちは全体的に早く起きて、朝ごはんを食べるようになってきています。

一方、親の都合などで就寝時間が遅くなり、各年齢層で睡眠時間が減ってきています。

「早寝・早起き」は小さい頃から習慣づけていくことが大切です。

今後とも、「朝ごはん条例」に基づき、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えます。

鶴田町  
朝ごはん運動推進本部  
(問い合わせ先)  
鶴田町役場保健福祉課  
衛生係 内線137

