

おやつについて

おやつのあげ方はどうですか。

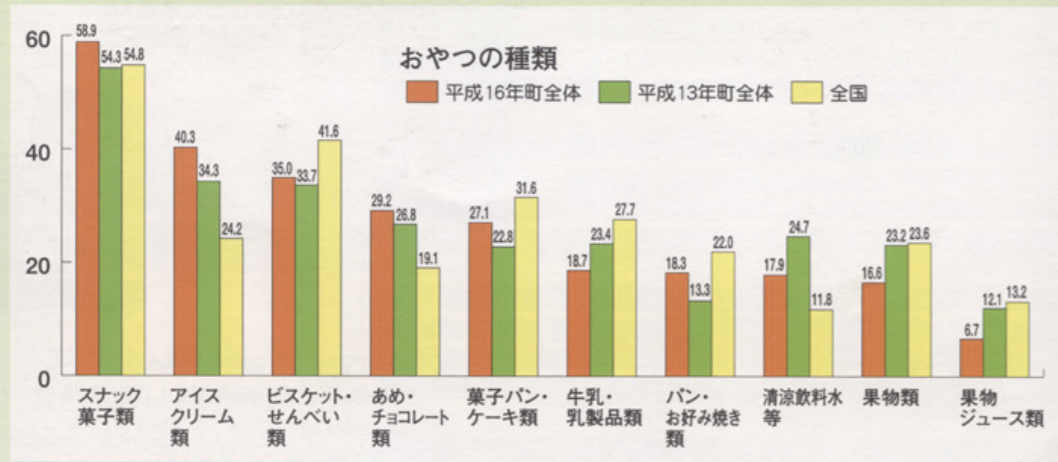
- ★「家で作ったもの」は平成13年は2.7%、平成16年は2.1%と0.6ポイント減少し、全国の6.8%より4.7ポイント少ない。
- ★「お金をあげる」は平成13年は10.5%、平成16年は6.9%と3.6ポイント減少している。全国の3.9%より3ポイント多い。
- ★「おやつの習慣がない」は平成13年5.5%、平成16年8.1%と2.6ポイント増加している。

おやつをあげる時間はどうですか。

- ★「時間を決めて」は平成13年24.4%、平成16年31.8%と7.4ポイント増加している。全国の34.3%より2.5ポイント少ない。
- ★「欲しがる分」は平成13年34.1%、平成16年28.4%と5.7ポイント減少している。
- ★「自由」は平成13年41.6%、平成16年39.9%と1.7ポイント減少している。

おやつをあげる量はどうですか。

- ★「量を決めて」は平成13年63.4%、平成16年63.1%と0.3ポイント減少している。全国の73.6%より10.5ポイント少ない。

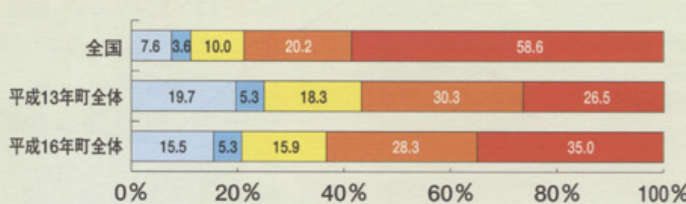


よく食べるおやつの種類(複数回答)

- 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
- 【全国より多かったおやつ】
- ①アイスクリーム類
 - ②あめ・チョコ類
 - ③清涼飲料水等
- 【減っているおやつ】
- ①牛乳・乳製品類
 - ②果物類
 - ③清涼飲料水等

夜食について

夜食の状況



夜食は食べますか。

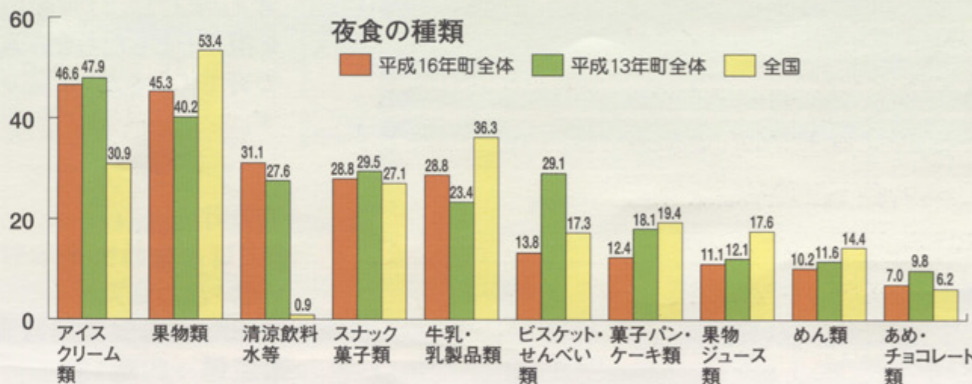
- ★「食べない」は平成13年26.5%、平成16年35.0%と8.5ポイント増加している。全国の58.6%より23.6ポイント少ない。
- ★「毎日食べる」は平成13年19.7%、平成16年15.5%と4.2ポイント減少している。全国の7.6%より7.9ポイント多い。

夜食をあげる時間はどうですか。

- ★「夕食直後」は平成13年41.9%、平成16年39.6%と2.3ポイント減少している。
- ★「21時以降」は平成13年14.8%、平成16年18.0%と3.2ポイント増加している。

★「21時以降」は各年齢層で増加している。

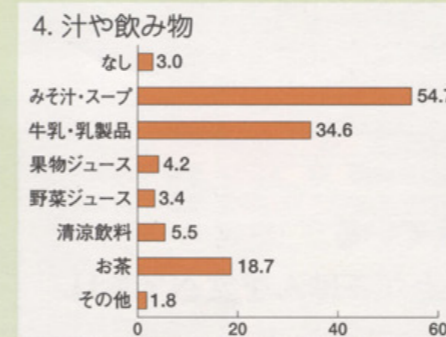
	平成13年	平成16年
幼児	8.4%	8.9%
小学生(低)	0.5%	1.1%
小学生(高)	6.7%	16.4%
中学生	34.3%	38.2%



よく食べる夜食の種類(複数回答)

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

朝食の内容(複数回答)

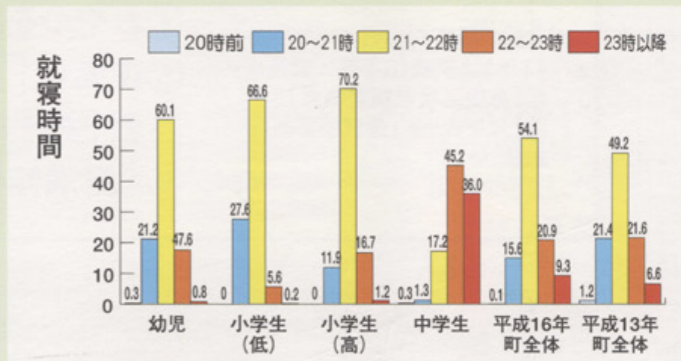
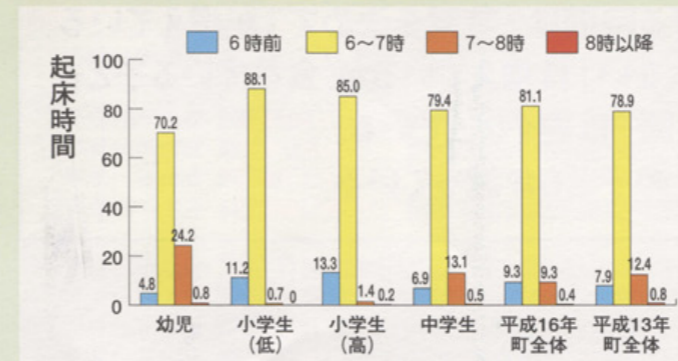


朝食の内容でよく食べるものは何ですか。

- 〈主食的な物〉 「ごはん」は84.1%、「パン」は22.1%となっている。
- 〈主菜的なもの〉 「卵類」は50.8%、「大豆製品」30.3%、「肉類」18.7%、「なし」10.9%となっている。
- 〈副菜的なもの〉 「のり・ふりかけ」は46.6%、「魚卵類」23.4%、「なし」12.2%、「果物」12%となっている。
- 〈汁や飲み物〉 「みそ汁・スープ」は54.7%、「牛乳・乳製品」34.6%、「お茶」18.7%となっている。



起床時間・就寝時間について



何時に起床しますか。

- ★小学生(高)を除いて、「7時前」に起床している子が全体的に増加している。
- ★町全体で見ると、「7時前」は平成13年86.8%、平成16年90.4%と3.6ポイント増加している。
- ★目標の「6時前」は小学生(高)と中学生で増加し、町全体では1.4ポイント増加している。

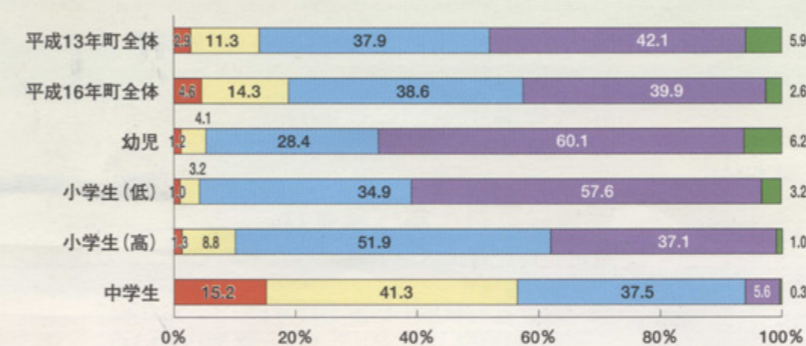
就寝時間は何時頃ですか。

- ★幼児の「20時前」は平成13年1.9%、平成16年0.3%と1.6ポイント減少している。
- ★小学生の「21時前」は平成13年(低)41.8%、(高)19.4%、平成16年(低)27.6%、(高)11.9%とそれぞれ(低)14.2ポイント、(高)7.5ポイント減少している。
- ★中学生の「23時以降」は平成13年22.6%、平成16年36.0%と13.4ポイント増加している。

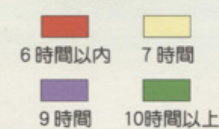
就寝時間が遅くなる理由

- ★幼児、小学生(低)は「親の寝る時間が遅い」、「親の帰宅時間が遅い」が多い。
- ★小学生(高)は「室内で遊んでいるから」、「文化・スポーツ活動のため帰宅時間が遅くなるから」が多い。
- ★中学生は「文化・スポーツ活動のため帰宅時間が遅くなるから」、「勉強しているから」が多い。
- ★どの年齢も「室内で遊んでいるから」が多い。

睡眠時間について



睡眠時間



睡眠時間

- ★幼児の「9時間以上」は平成13年72.9%、平成16年66.3%と6.6ポイント減少している。
- ★中学生の「7時間以上」は平成13年91.0%、平成16年84.7%と6.3ポイント減少している。

