

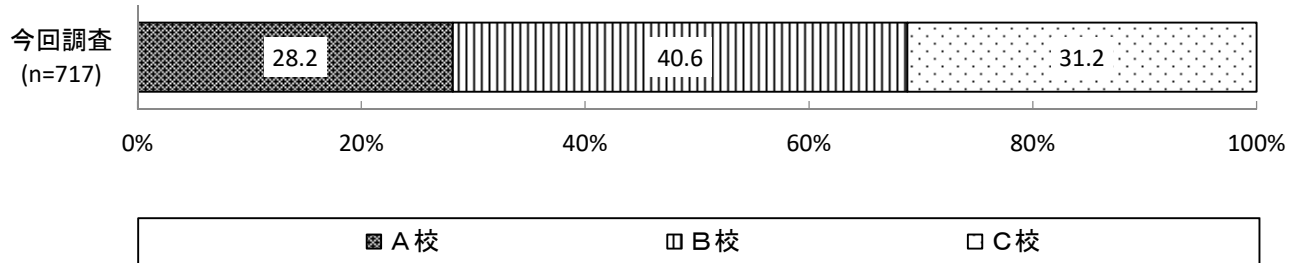
## IV 中学校2年生調査の結果



## 1 回答者について

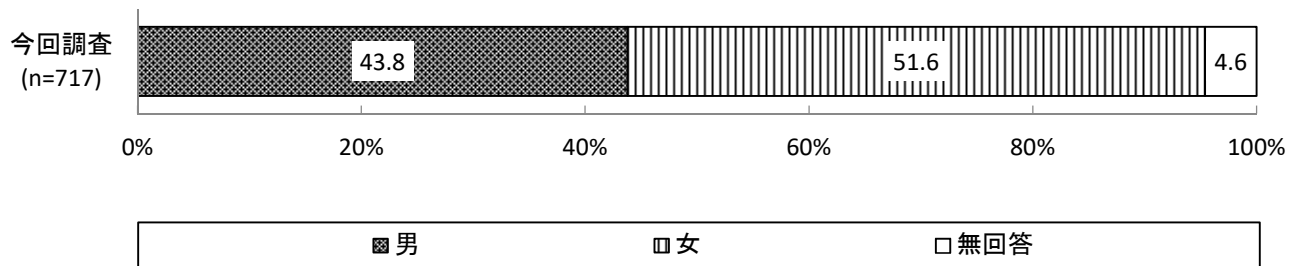
### F1 中学校

「A校」が28.2%、「B校」が40.6%、「C校」が31.2%となっています。



### F2 性別

「男」が43.8%、「女」が51.6%となっています。



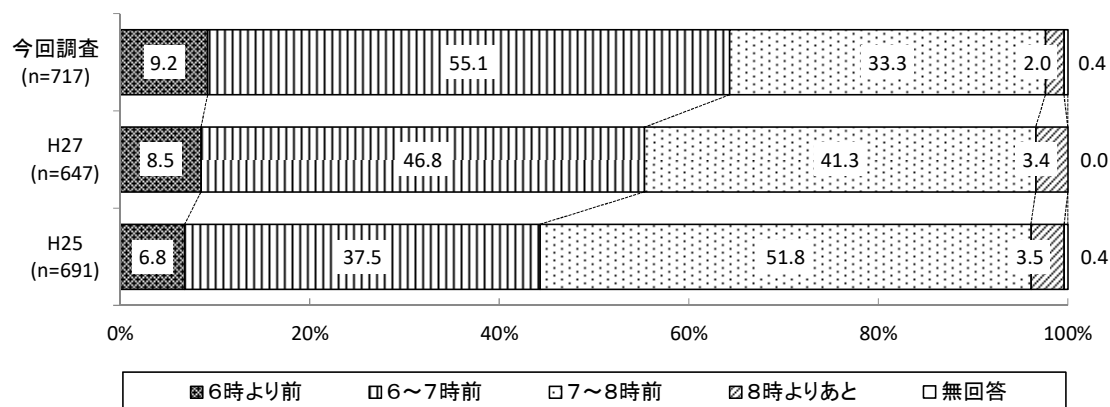
## 2 すいみん時間等について

### 問1 起床時間

#### ふだん何時に起きますか？

「6～7時前」が最も高く、55.1%となっています。次いで「7～8時前」が33.3%、「6時より前」が9.2%と続いています。

平成27年と比べて「6～7時前」が9.7ポイント高くなっています。一方、「7～8時前」が8.0ポイント低くなっています。

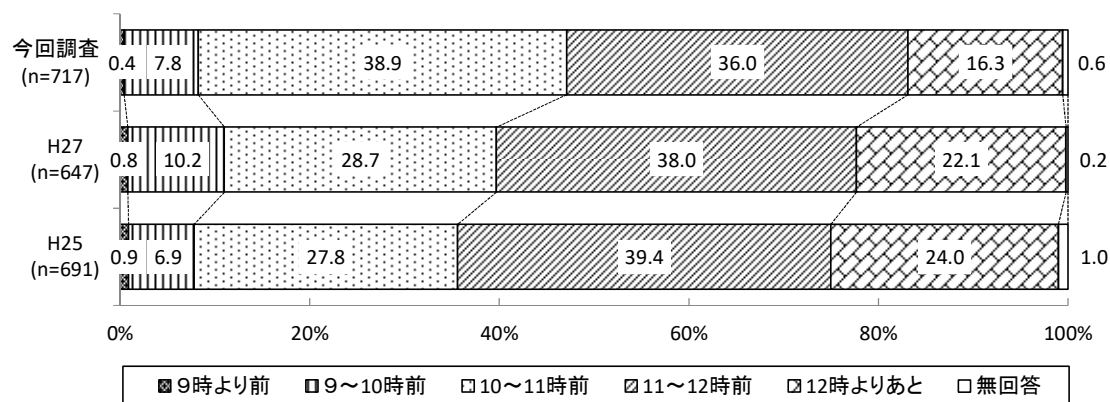


### 問2 就寝時間

#### ふだん何時にねますか？

「10～11時前」が最も高く、38.9%となっています。次いで「11～12時前」が36.0%、「12時よりあと」が16.3%と続いています。

平成27年と比べて「10～11時前」が10.2ポイント高くなっています。一方、「12時よりあと」が5.8ポイント低くなっています。

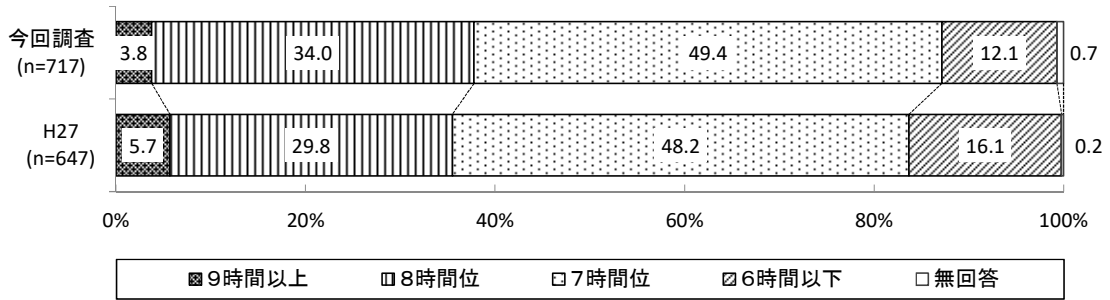


問3 睡眠時間

すいみん時間は、毎日何時間位ですか？

「7時間位」が最も高く、49.4%となっています。次いで「8時間位」が34.0%、「6時間以下」が12.1%と続いています。

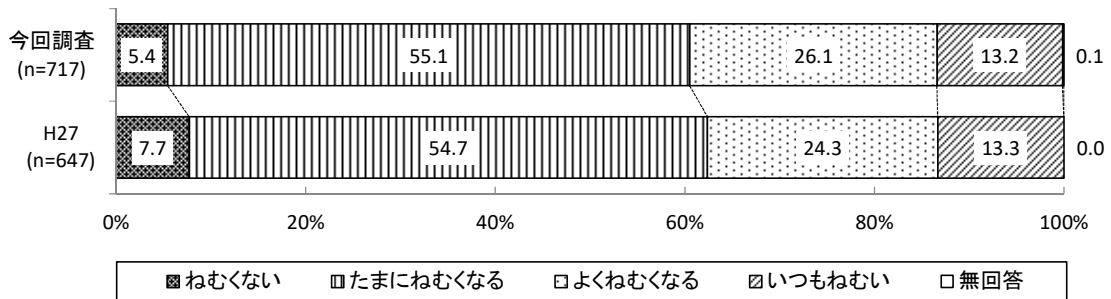
平成27年と比べて「8時間位」が4.2ポイント高くなっています。一方、「6時間以下」が4.0ポイント低くなっています。



問4 学校でねむくなることがあるか

学校でねむくなることがありますか？

「たまにねむくなる」が最も高く、55.1%となっています。次いで「よくねむくなる」が26.1%、「いつもねむい」が13.2%と続いています。



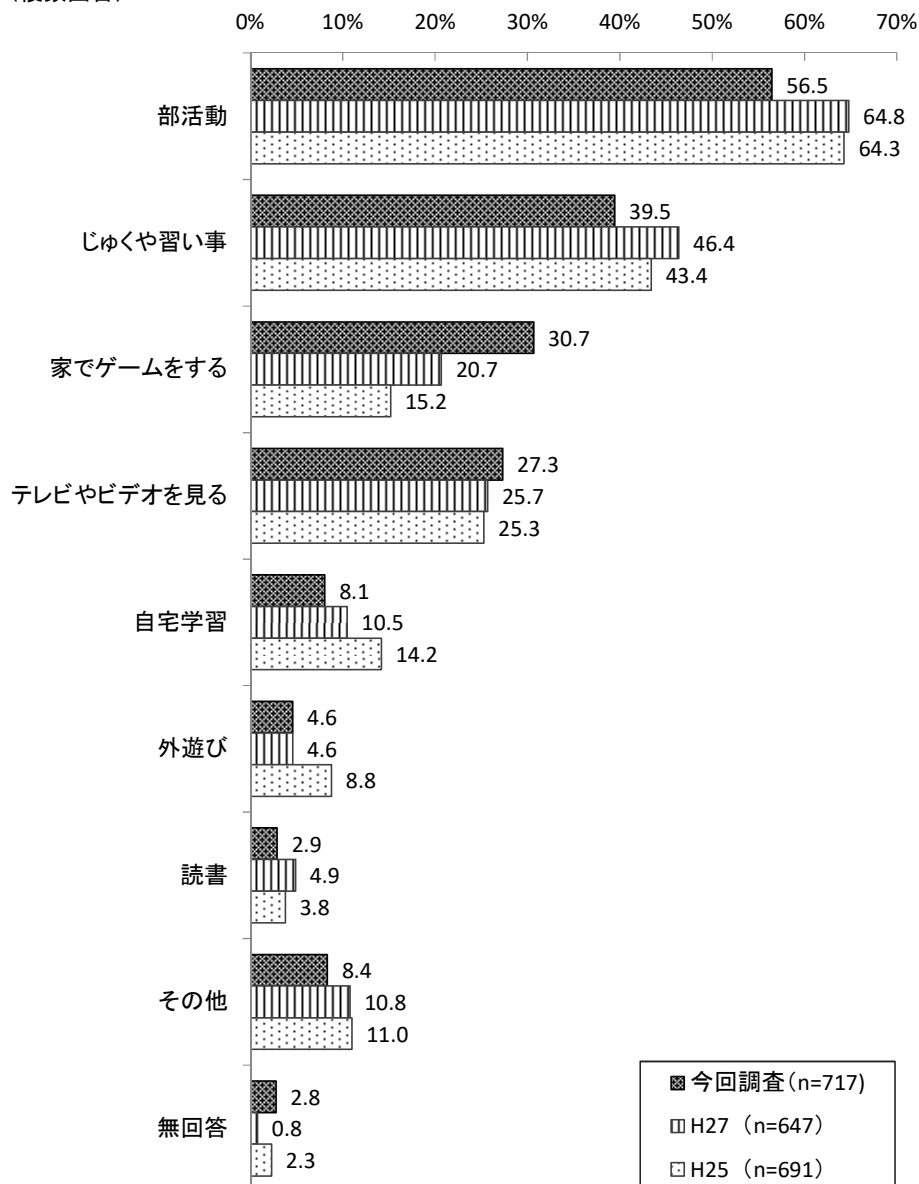
#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問5 放課後の過ごし方

放課後または家に帰ってから、ふだんどんなことをして過ごしますか？  
 (多いものを2つ選んでください)

「部活動」が最も高く、56.5%となっています。次いで「じゅくや習いごと」が39.5%、「家でゲームをする」が30.7%、「テレビやビデオを見る」が27.3%と続いています。平成27年と比べて「家でゲームをする」が10.0ポイント高くなっています。一方、「部活動」が8.3ポイント、「じゅくや習い事」が6.9ポイント低くなっています。

(複数回答)

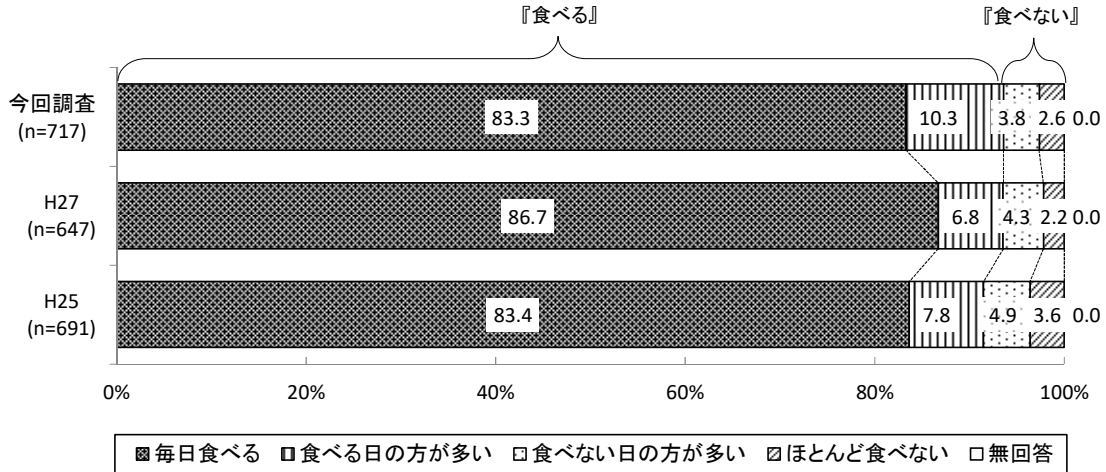


### 3 朝食について

#### 問6 朝食を食べているか

あなたは朝食を食べていますか？

「毎日食べる」が最も高く、83.3%となっており、「食べる日のほうが多い」が10.3%と続いています。

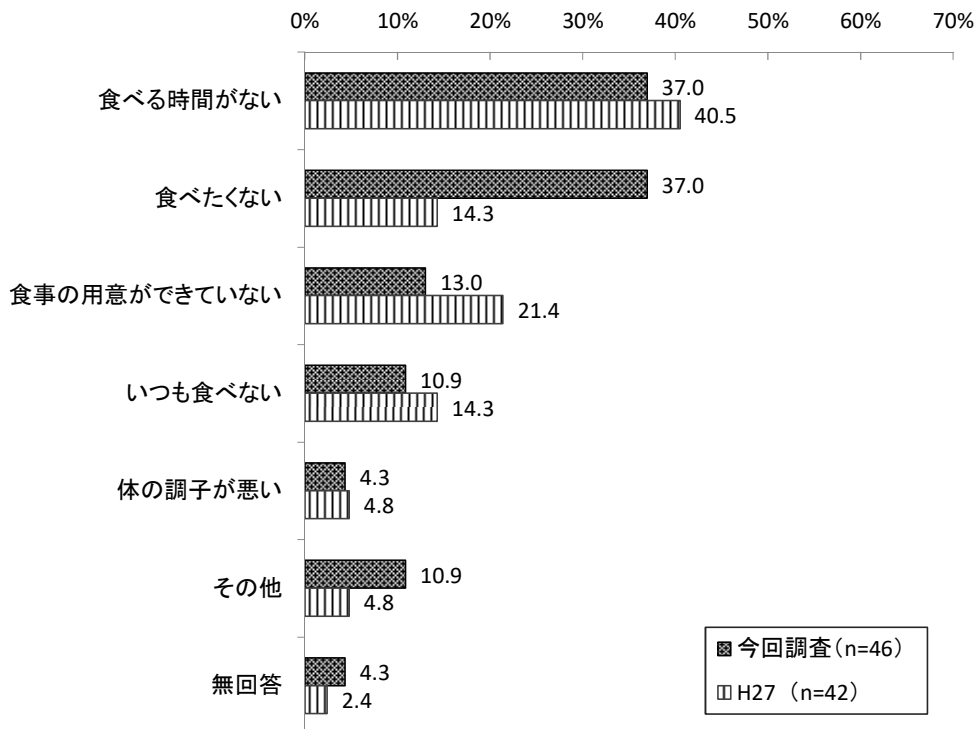


#### 問7 朝食を食べていない理由

問6で「食べない日のほうが多い」「ほとんど食べない」と答えた人にお聞きします。食べない理由は何ですか？

「食べる時間がない」と「食べたくない」が最も高く、37.0%となっています。次いで「食事の用意ができていない」が13.0%、「いつも食べない」が10.9%と続いています。

平成27年と比べて「食べたくない」が22.7ポイント高くなっています。一方、「食事の用意ができていない」が8.4ポイント低くなっています。

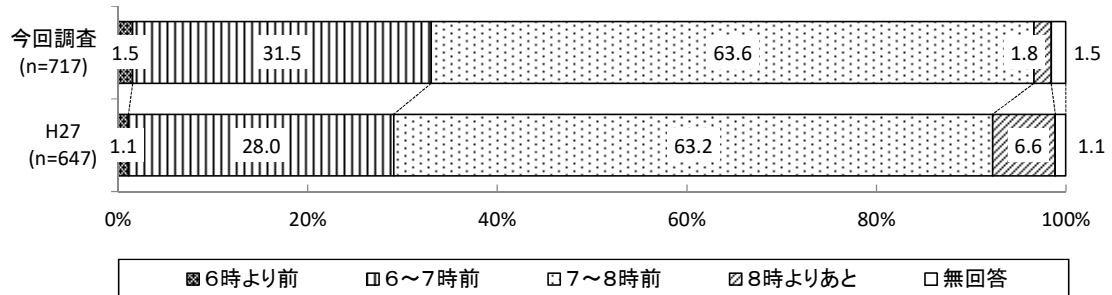


#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問8 朝食の時間帯

###### 朝食はふだん何時に食べますか？

「7～8時前」が最も高く、63.6%となっており、「6～7時前」が31.5%と続いています。  
平成27年と比べて「8時よりあと」が4.8ポイント低くなっています。

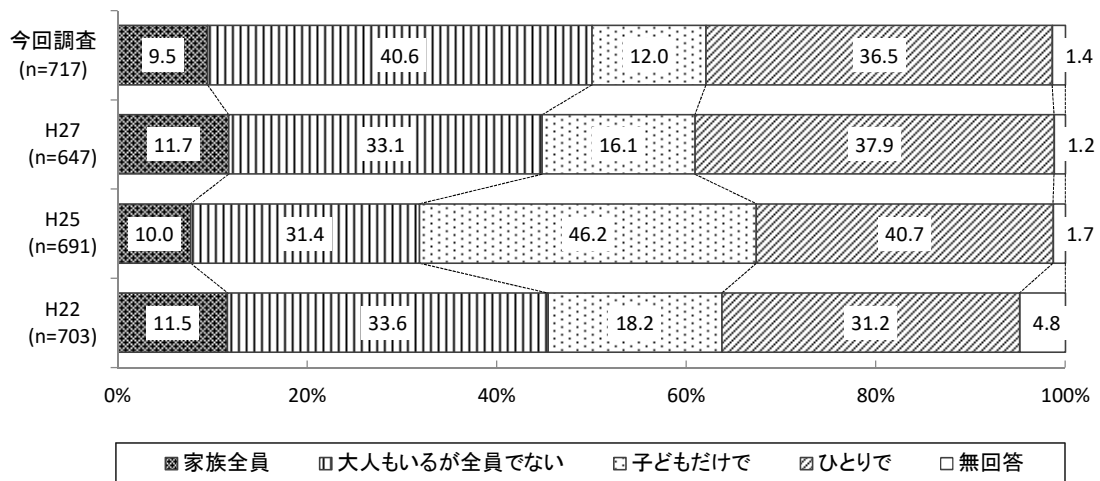


##### 問9 朝食を誰と食べているか

###### 朝食は、ふだんだれといっしょに食べますか？

「大人もいるが全員でない」が最も高く、40.6%となっています。次いで「ひとりで」が36.5%、「子どもだけで」が12.0%、「家族全員」が9.5%となっています。

平成27年と比べて「大人もいるが全員でない」が7.5ポイント高くなっています。一方、「子どもだけで」が4.1ポイント低くなっています。

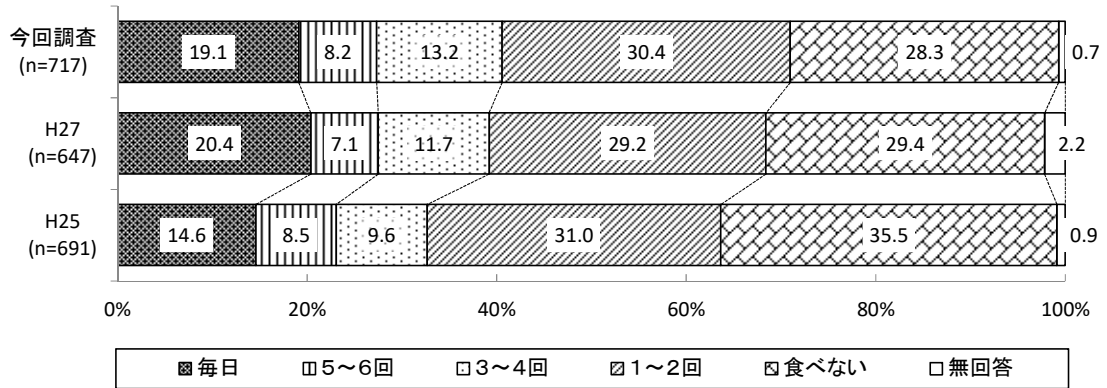




## 問10 朝食を家族と食べる頻度

## 朝食を家族と食べるのは、週に何回位ですか？

「1～2回」が最も高く、30.4%となっています。次いで「食べない」が28.3%、「毎日」が19.1%、「3～4回」が13.2%と続いています。



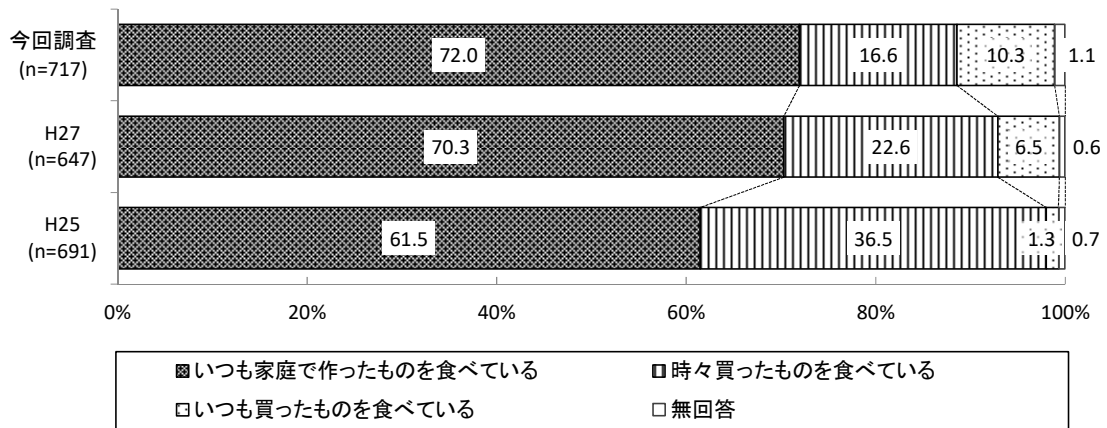
## 4 昼食（お弁当）について

### 問11 どのような昼食を食べているか

お弁当の内容は、次のどれですか？

「いつも家庭で作ったものを食べている」が最も高く、72.0%となっており、「時々買ったものを食べている」が16.6%と続いています。

平成27年と比べて「時々買ったものを食べている」が6.0ポイント低くなっています。一方、「いつも買ったものを食べている」が3.8ポイント高くなっています。

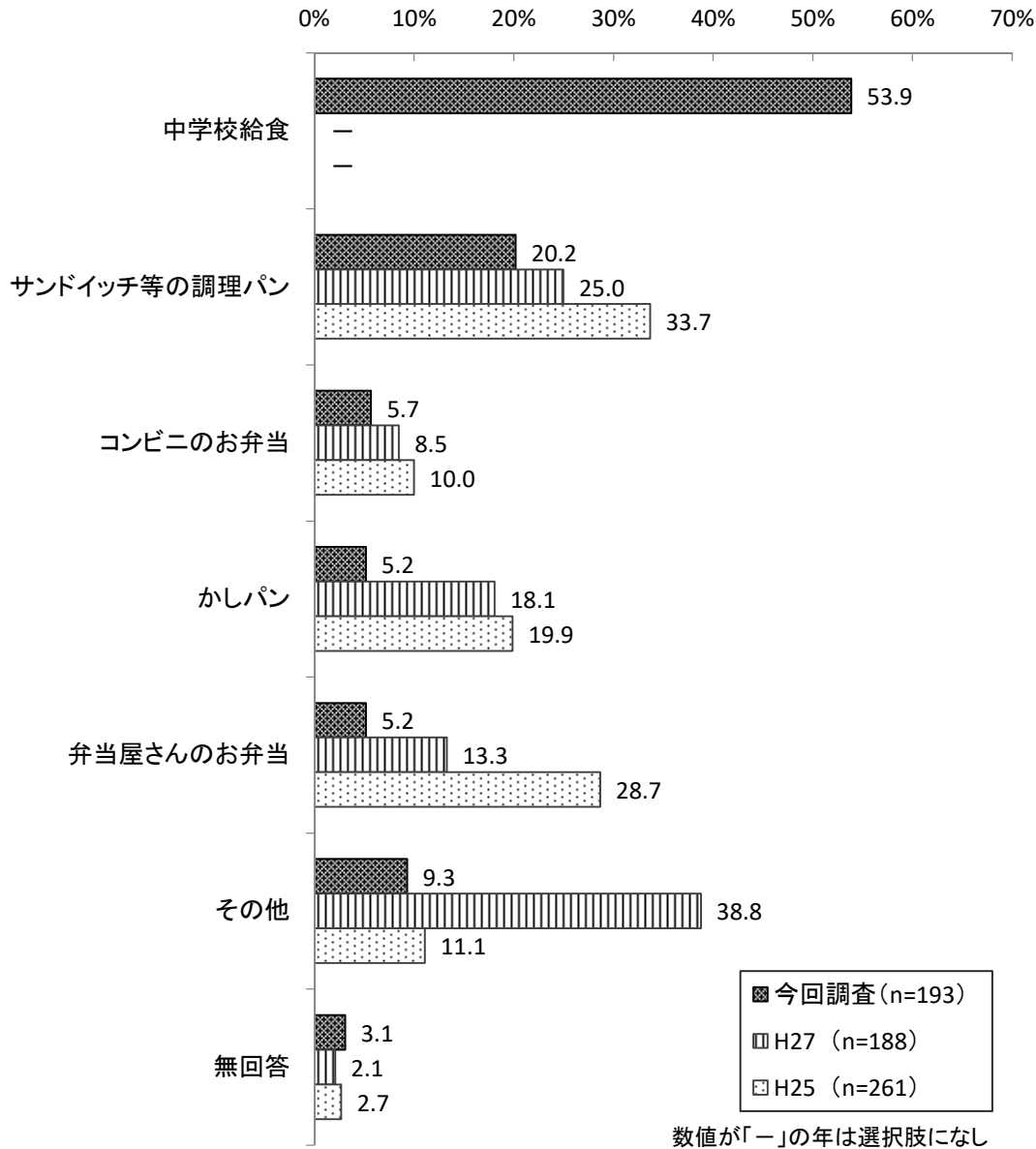


問12 買って食べているものの種類

問 11 で「時々買ったものを食べている」「いつも買ったものを食べている」と答えた人にお聞きします。次のどれを買って食べる人が多いですか？

「中学校給食」が最も高く、53.9%となっており、「サンドイッチ等の調理パン」が20.2%と続いています。平成27年と比べて「かしパン」が12.9ポイント、「弁当屋さんのお弁当」が8.1ポイント低くなっています。

(複数回答)



(※「中学校給食」は今回調査での新規選択項目です)

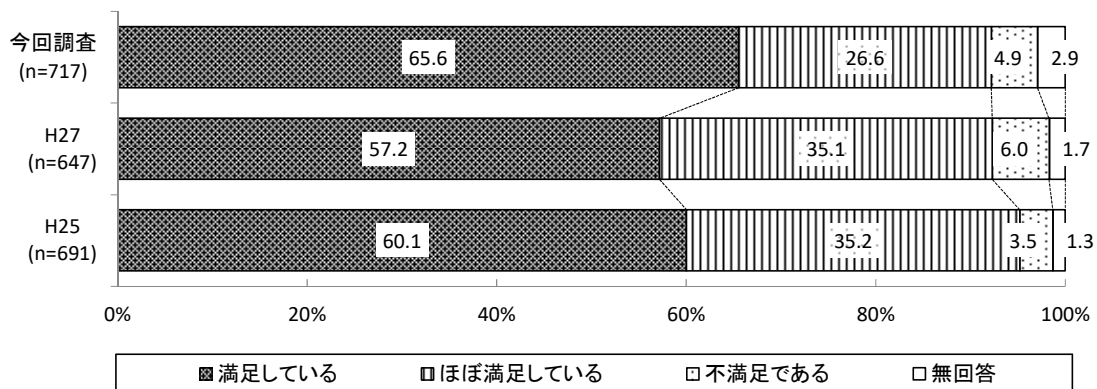
#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問13 昼食に満足しているか

###### お弁当の内容に満足していますか？

「満足している」が最も高く、65.6%となっています。次いで「ほぼ満足している」が26.6%、「不満足である」が4.9%と続いています。

平成27年と比べて「満足している」が9.4ポイント高くなっています。一方、「ほぼ満足している」が8.5ポイント低くなっています。



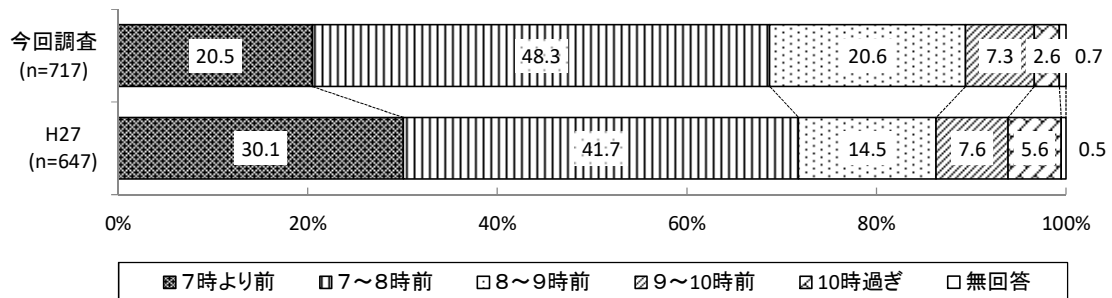
## 5 夕食について

### 問14 夕食の時間帯

夕食は、ふだん何時に食べますか？

「7～8時前」が最も高く、48.3%となっています。次いで「8～9時前」が20.6%、「7時前」が20.5%と続いています。

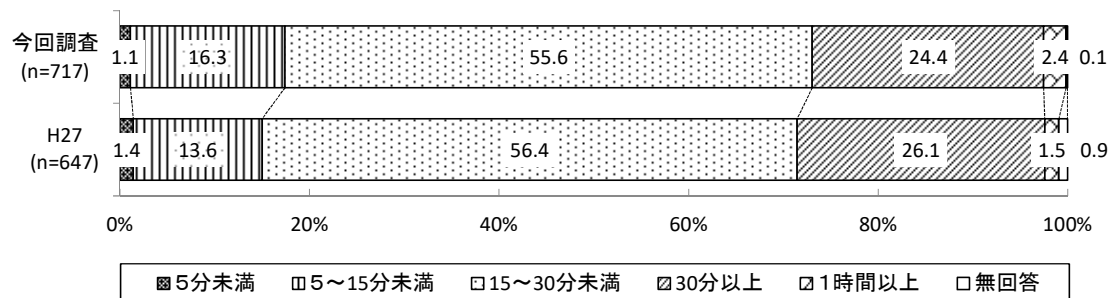
平成27年と比べて「7時より前」が9.6ポイント低くなっています。一方、「7～8時前」が6.6ポイント、「8～9時前」が6.1ポイント高くなっています。



### 問15 どの位の時間をかけて夕食を食べているか

夕食はふだんどの位の時間がかかりますか？

「15～30分未満」が最も高く、55.6%となっています。次いで「30分以上」が24.4%、「5～15分未満」が16.3%と続いています。

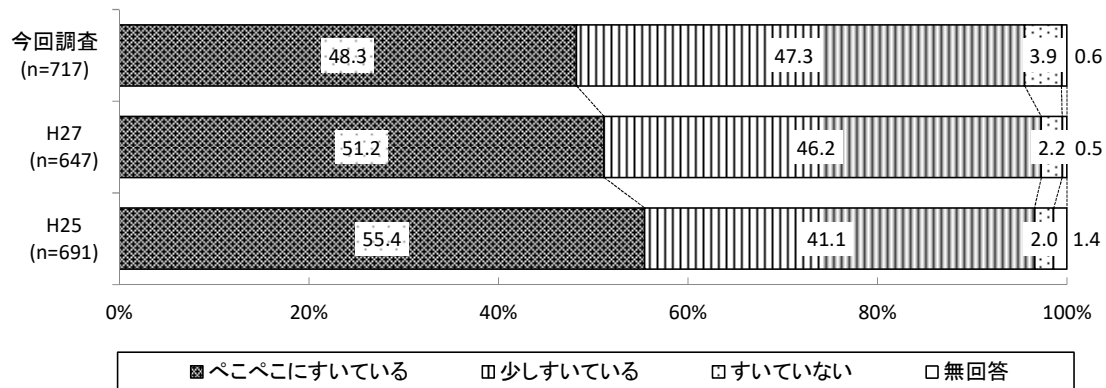


#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問16 夕食時の空腹感

夕食を食べる時は、おなかがすいていますか？

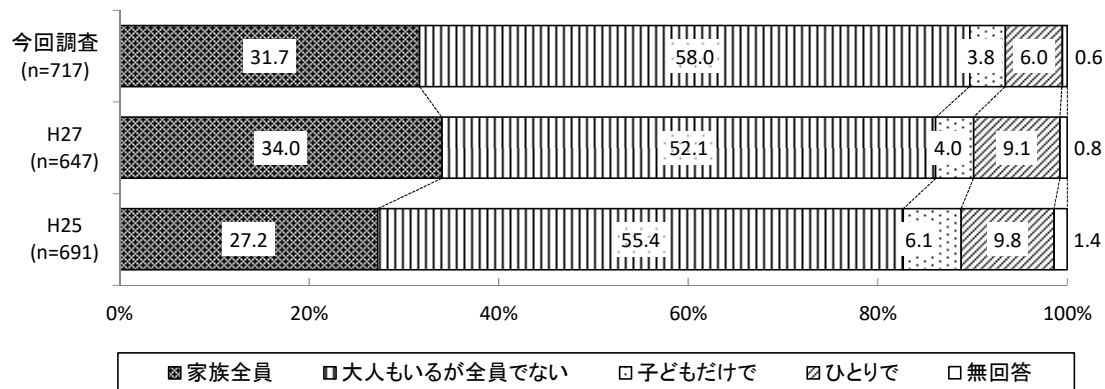
「ぺこぺこにすいている」が最も高く、48.3%となっており、「少しすいている」が47.3%と続いています。



##### 問17 夕食を誰と食べているか

夕食はふだんだれといっしょに食べますか？

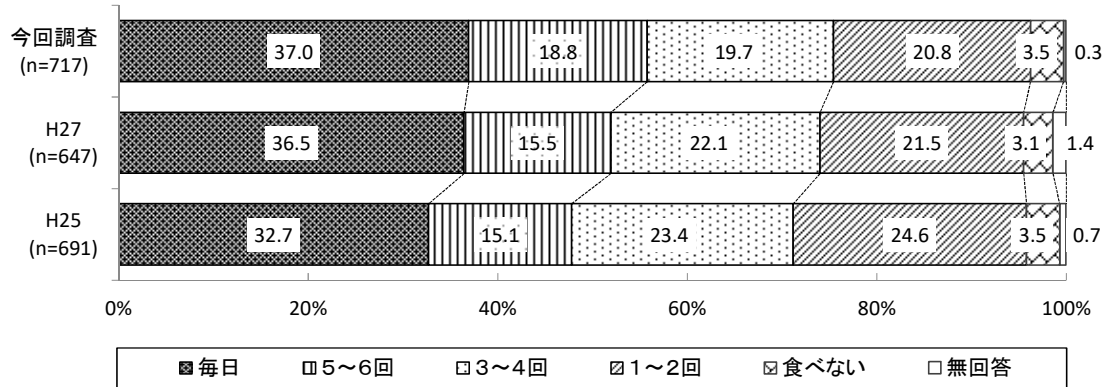
「大人もいるが全員でない」が最も高く、58.0%となっており、「家族全員」が31.7%と続いています。



## 問18 夕食を家族と食べる頻度

## 夕食を家族と食べるのは、週に何回位ですか？

「毎日」が最も高く、37.0%となっています。次いで「1～2回」が20.8%、「3～4回」が19.7%、「5～6回」が18.8%と続いています。

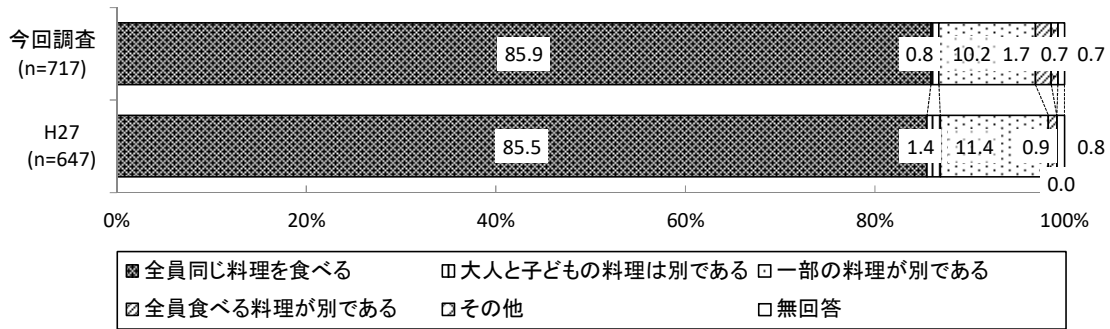


## 6 食生活全般について

### 問19 家族そろって食事をする際、同じ料理を食べているか

**家族そろって食事をする時、同じ料理を食べますか？**

「全員同じ料理を食べる」が最も高く、85.9%となっており、「一部の料理が別である」が10.2%と続いています。

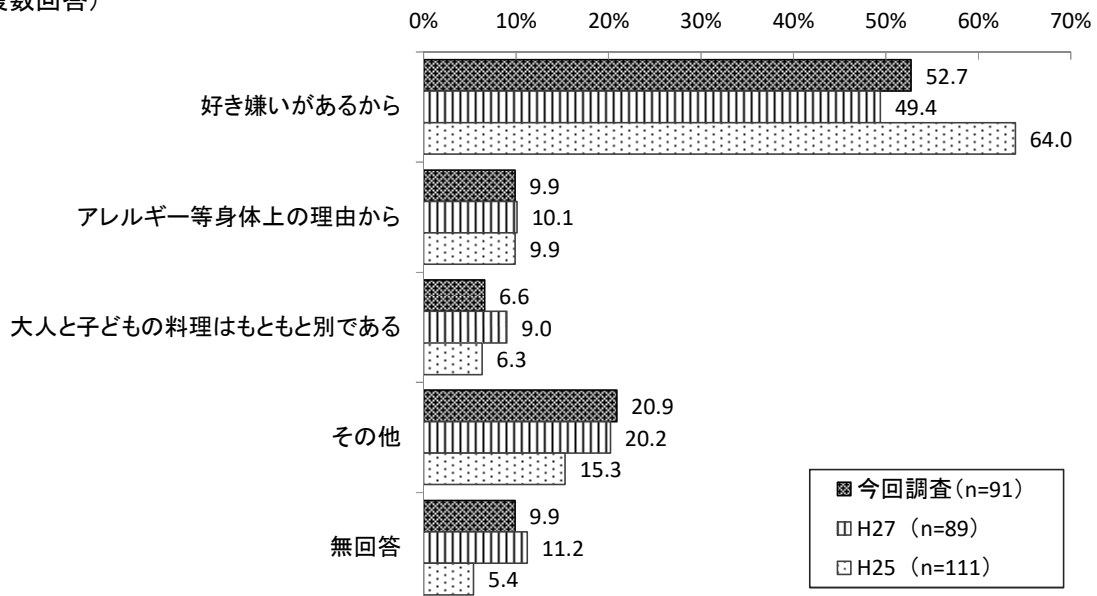


### 問20 家族が別々の料理を食べている理由

**問 19 で「大人と子どもの料理は別である」「一部の料理が別である」「全員食べる料理が別である」と答えた人にお聞きします。家族が別々の料理を食べる理由は次のどれですか？**

「好き嫌いがあるから」が最も高く、52.7%となっています。次いで「アレルギー等身体上の理由から」が9.9%、「大人と子どもの料理はもともと別である」が6.6%と続いています。

(複数回答)

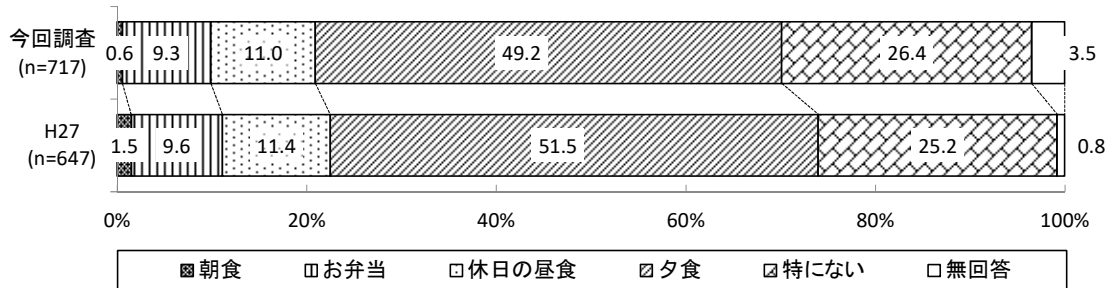




問21 楽しい食事

楽しい食事は次のどれですか？

「夕食」が最も高く、49.2%となっています。次いで「休日の昼食」が11.0%、「お弁当」が9.3%と続いています。なお、「特にない」は26.4%となっています。



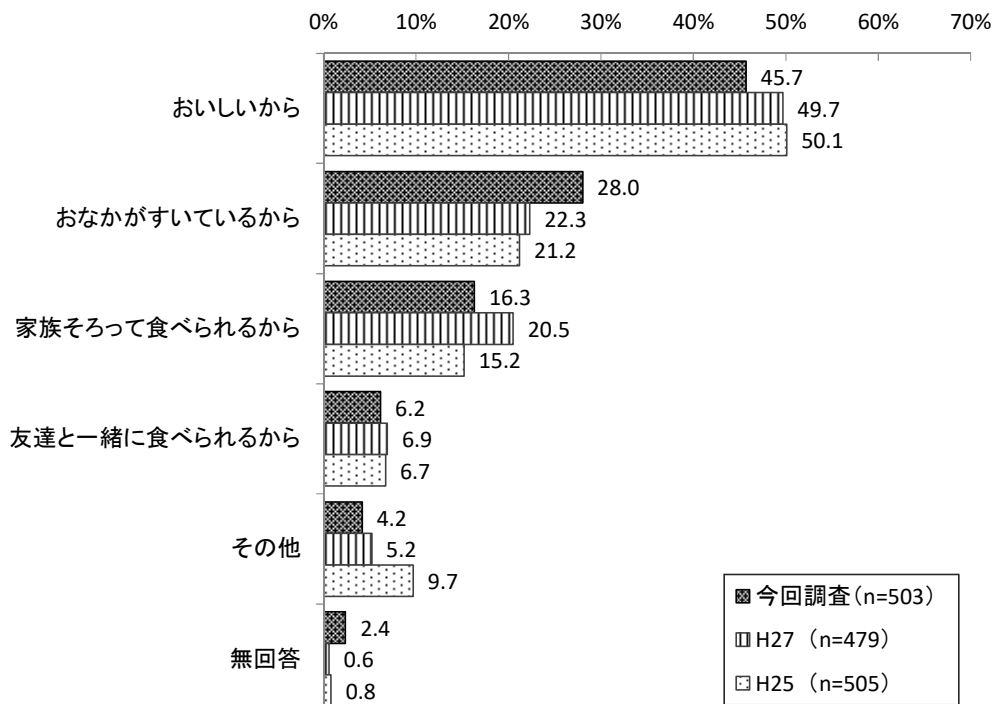
問22 楽しい理由(楽しい食事別)

問 21 で「朝食」「お弁当」「休日の昼食」「夕食」と答えた人にお聞きします。その理由は次のどれですか？

「おいしいから」が最も高く、45.7%となっています。次いで「おなかですいているから」が28.0%、「家族そろって食べられるから」が16.3%と続いています。

平成27年と比べて「おなかですいているから」が5.7ポイント高くなっています。一方、「家族そろって食べられるから」が4.2ポイント、「おいしいから」が4.0ポイント低くなっています。

(複数回答)

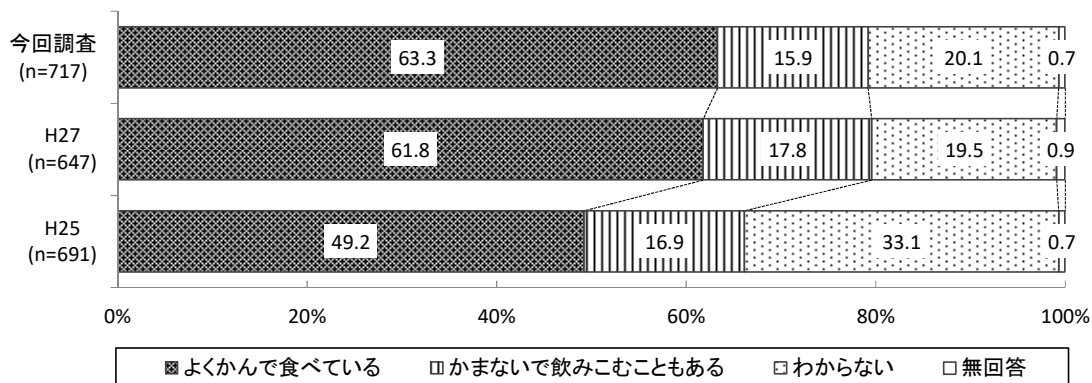


#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問23 よくかんで食べているか

食事は、奥歯でよくかんで食べていますか？

「よくかんで食べている」が最も高く、63.3%となっています。次いで「わからない」が20.1%、「かまないで飲みこむこともある」が15.9%と続いています。

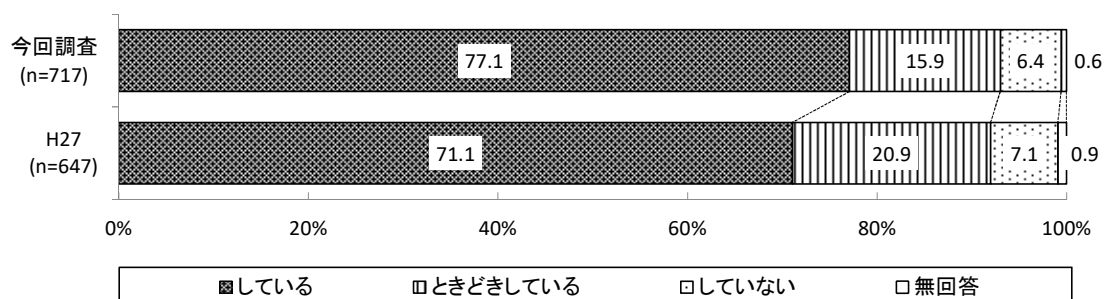


##### 問24 家庭で“いただきます”“ごちそうさま”のあいさつをしているか

家庭で、食事の時“いただきます”“ごちそうさま”のあいさつをしていますか？

「している」が最も高く、77.1%となっています。次いで「ときどきしている」が15.9%、「していない」が6.4%となっています。

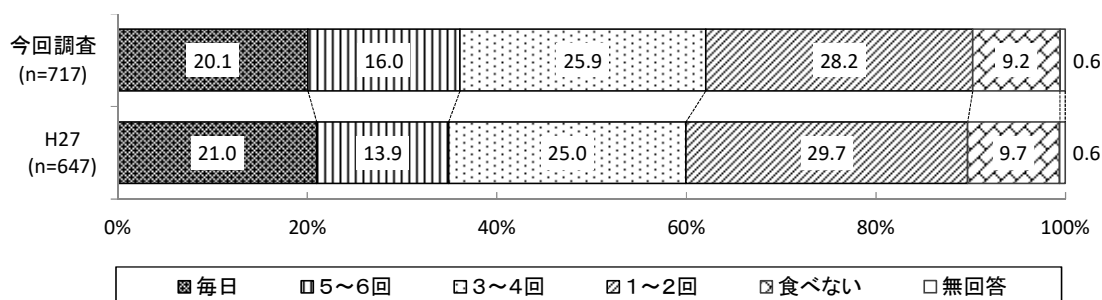
平成27年と比べて「している」が6.0ポイント高くなっています。一方、「ときどきしている」が5.0ポイント低くなっています。



##### 問25 おやつを食べる頻度

おやつを週に何回位食べますか？

「1~2回」が最も高く、28.2%となっています。次いで「3~4回」が25.9%、「毎日」が20.1%と続いています。





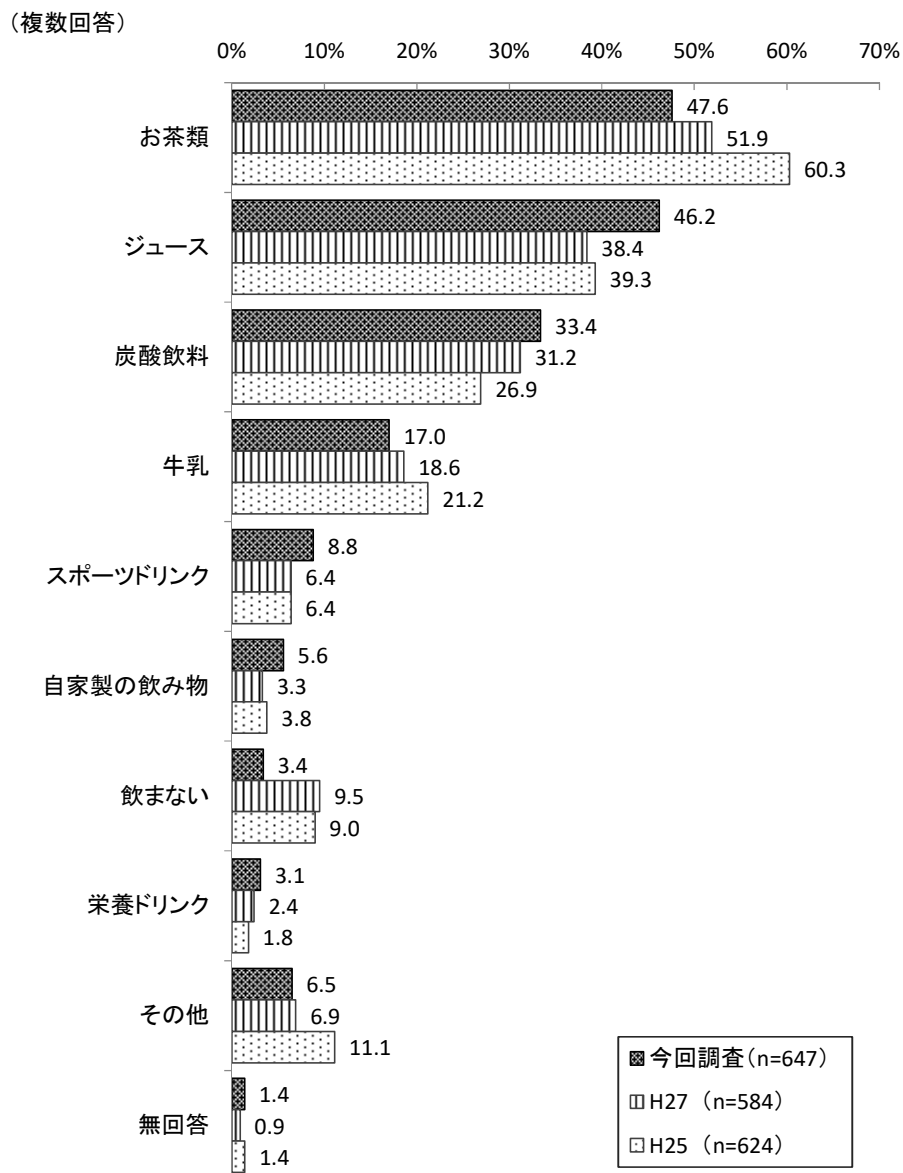
#### IV 中学校2年生調査の結果

#### 問26 どのようなおやつを食べているか

問 25 で「毎日」「5～6回」「3～4回」「1～2回」と答えた人にお聞きします。どんなおやつをよく食べますか？(多いものを2つ選んでください)

#### 【どのようなおやつを食べているか 飲み物】

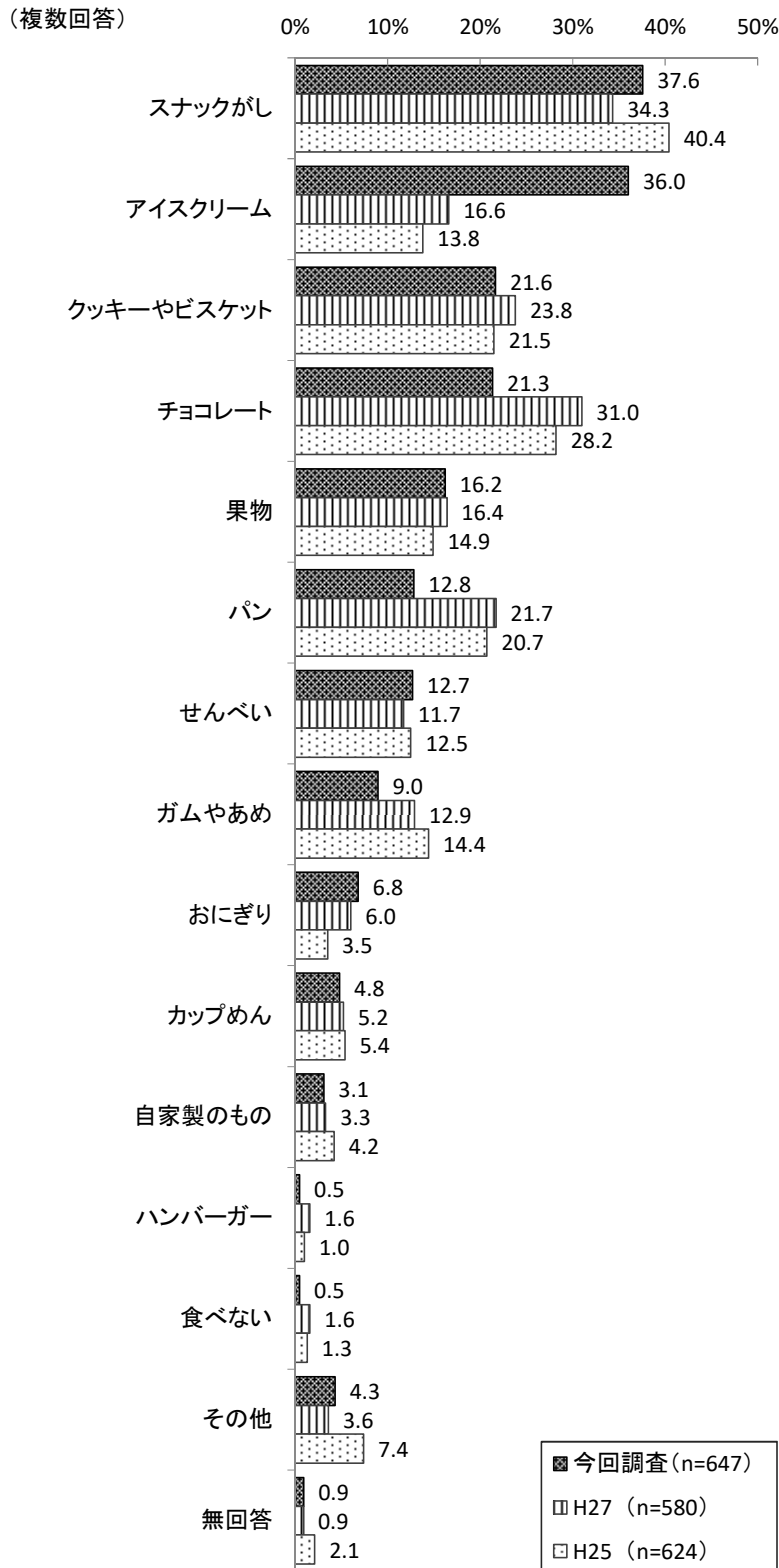
「お茶類」が最も高く、47.6%となっています。次いで「ジュース」が46.2%、「炭酸飲料」が33.4%、「牛乳」が17.0%と続いています。平成27年と比べて「ジュース」が7.8ポイント高くなっています。一方、「飲まない」が6.1ポイント、「お茶類」が4.3ポイント低くなっています。



【どのようなおやつを食べているか 食べ物】

「スナックがし」が最も高く、37.6%となっています。次いで「アイスクリーム」が36.0%、「クッキーやビスケット」が21.6%、「チョコレート」が21.3%と続いています。

平成27年と比べて「アイスクリーム」が19.4ポイント高くなっています。一方、「チョコレート」が9.7ポイント低くなっています。

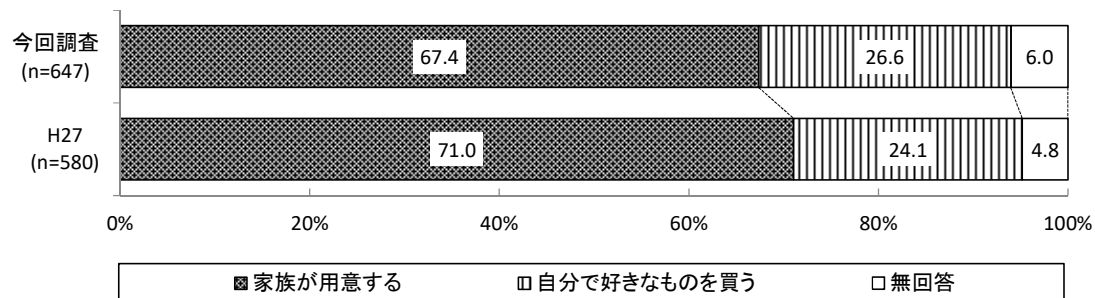


#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問27 おやつを用意する人

問 25 で「毎日」「5～6回」「3～4回」「1～2回」と答えた人にお聞きします。おやつは、主にだれが用意することが多いですか？

「家族が用意している」が最も高く、67.4%となっており、「自分で好きなものを買う」が26.6%となっています。



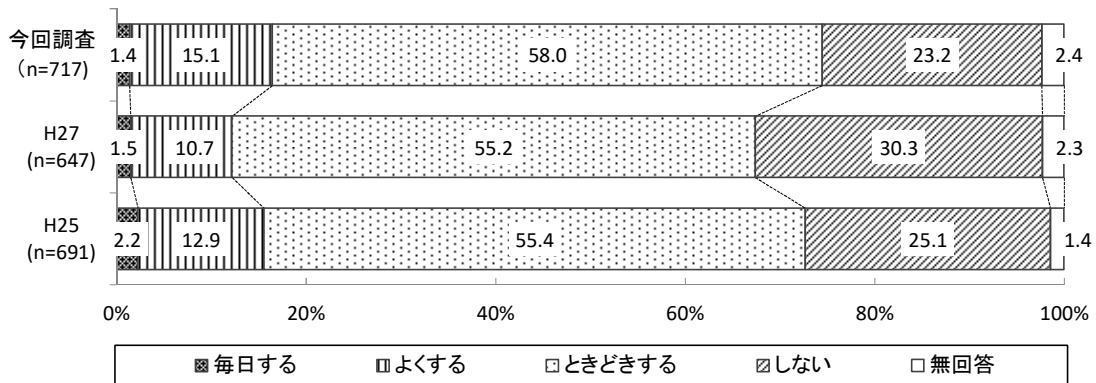
問28 手伝いをするか

次の手伝いをしますか？(ア～エそれぞれから1つ選んで○をつけてください)

【手伝いをするか 買い物】

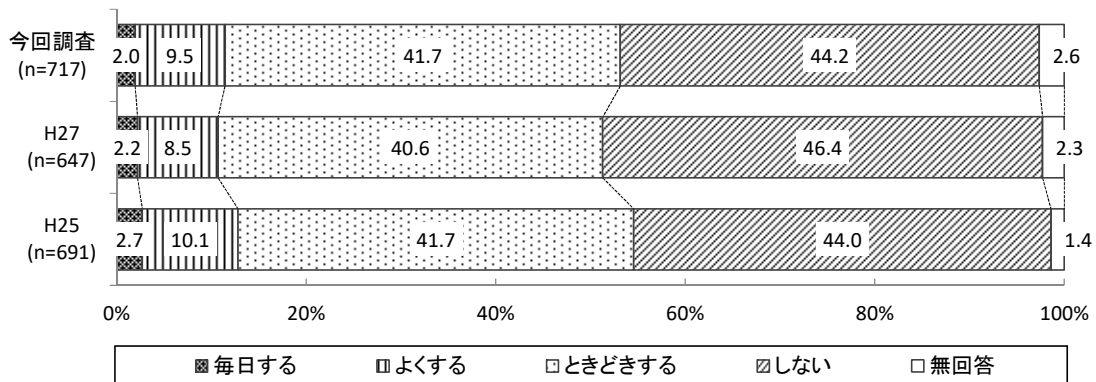
「ときどきする」が最も高く、58.0%となっています。次いで「しない」が23.2%、「よくする」が15.1%と続いています。

平成27年と比べて「よくする」が4.4ポイント高くなっています。一方、「しない」が7.1ポイント低くなっています。



【手伝いをするか 料理をつくる】

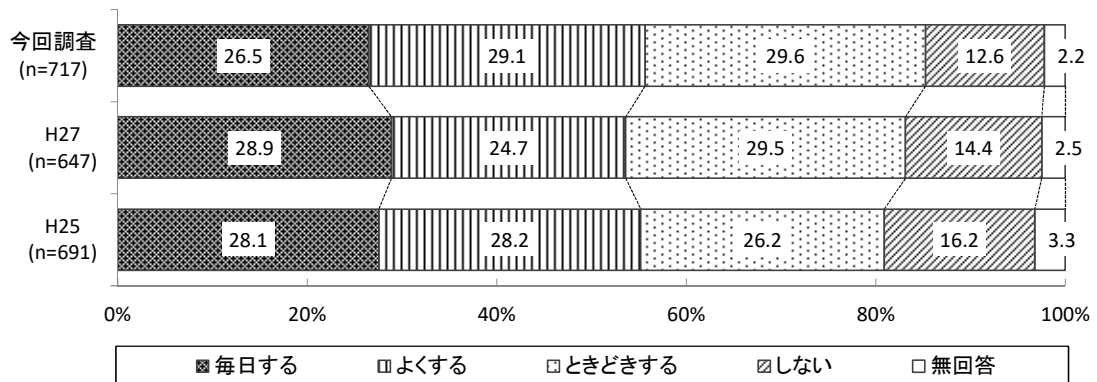
「しない」が最も高く、44.2%となっており、「ときどきする」が41.7%と続いています。



#### IV 中学校2年生調査の結果

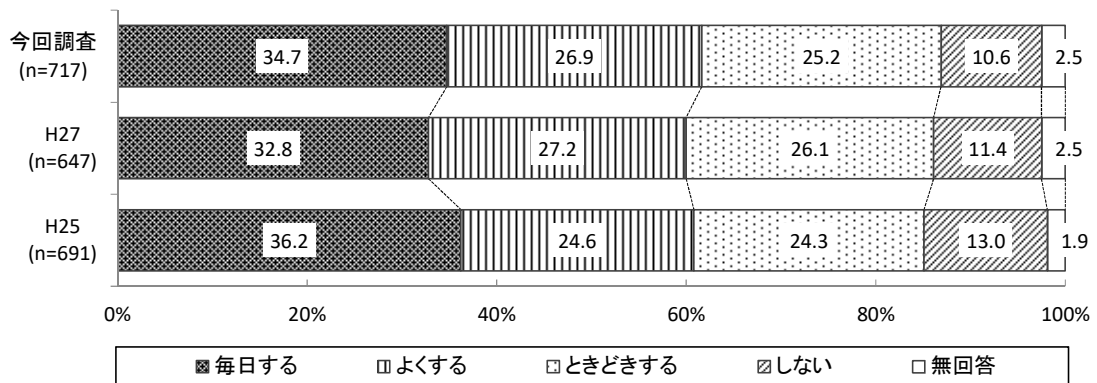
##### 【手伝いをするか 食事前の準備】

「ときどきする」が最も高く、29.6%となっています。次いで「よくする」が29.1%、「毎日する」が26.5%と続いています。



##### 【手伝いをするか かたづけ】

「毎日する」が最も高く、34.7%となっています。次いで「よくする」が26.9%、「ときどきする」が25.2%、「しない」が10.6%となっています。





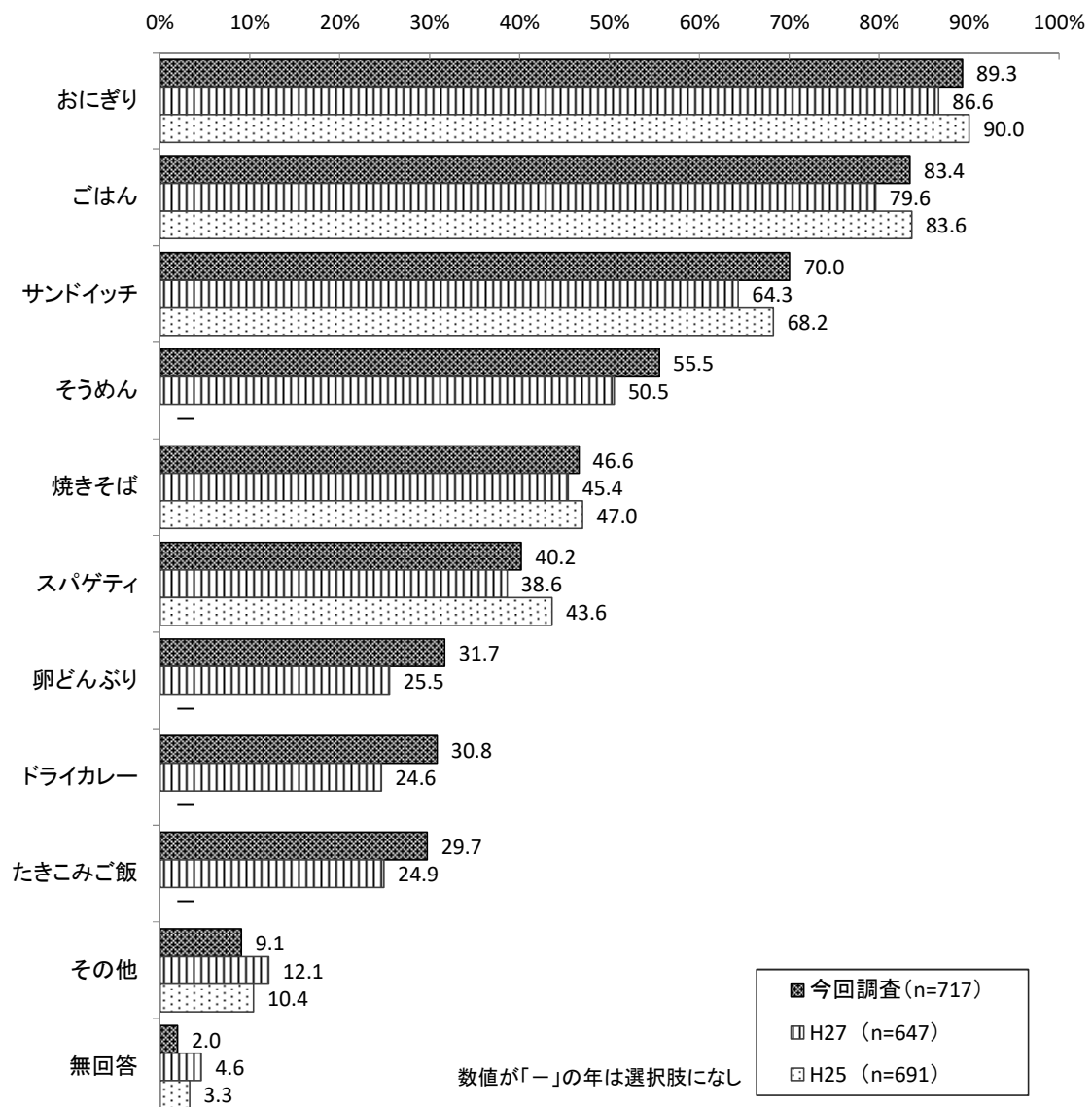
## 問29 どんな料理をつくれるか

あなたは、自分でどんな料理を手作りできますか？(手作りできる料理全てに○をつけてください)

## 【どんな料理をつくれるか 主食(米・パン・めんなどの料理)】

「おにぎり」が最も高く、89.3%となっています。次いで「ごはん」が83.4%、「サンドイッチ」が70.0%、「そうめん」が55.5%と続いています。平成27年と比べて「ドライカレー」と「卵どんぶり」が6.2ポイント、「サンドイッチ」が5.7ポイント、「そうめん」が5.0ポイント高くなっています。

(複数回答)



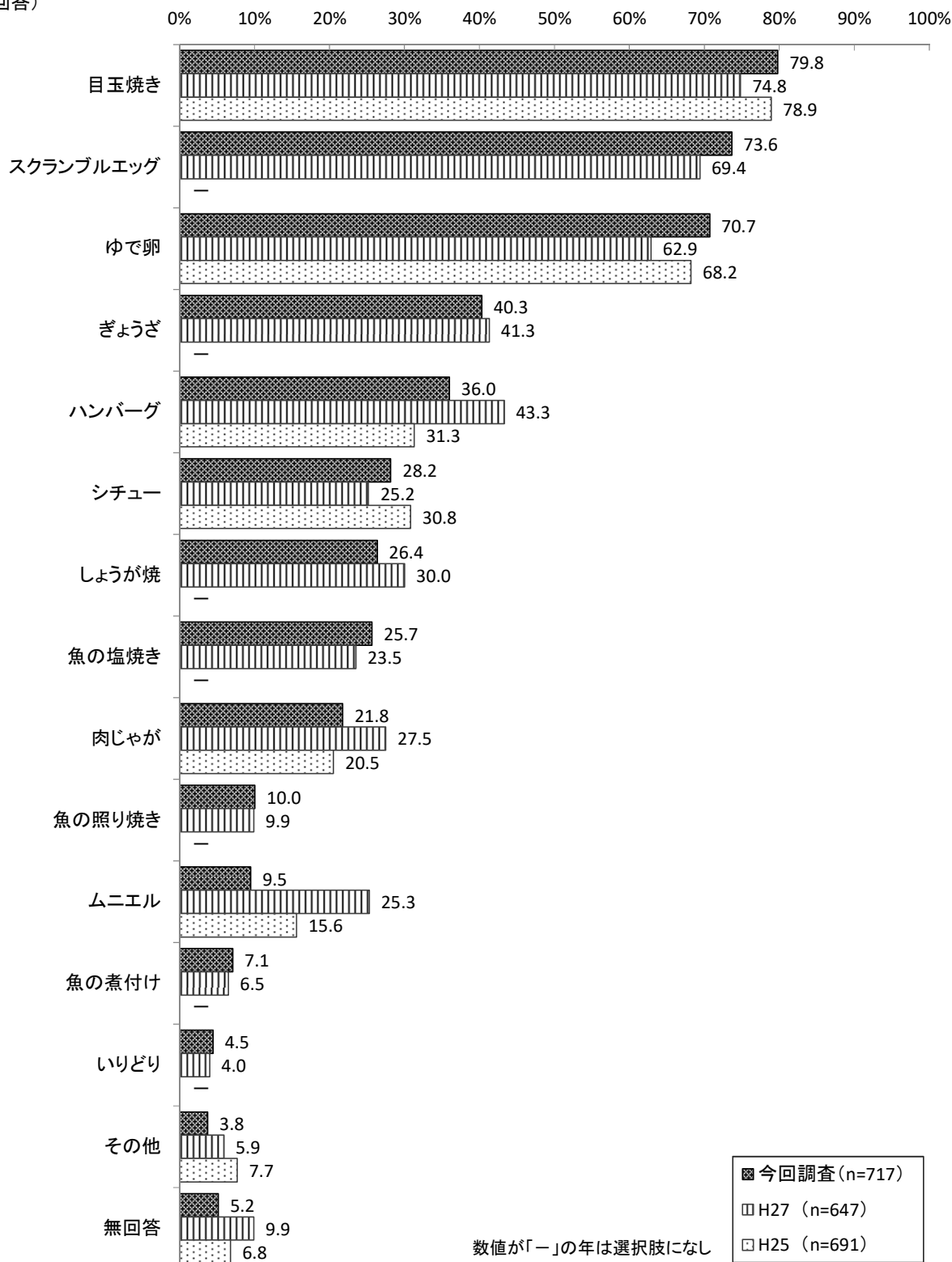
#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 【どんな料理をつくれるか 主菜(肉・魚・卵・大豆を主材料にした料理)】

「目玉焼き」が最も高く、79.8%となっています。次いで「スクランブルエッグ」が73.6%、「ゆで卵」が70.7%、「ぎょうざ」が40.3%と続いています。

平成27年と比べて「ムニエル」が14.8ポイント、「ハンバーグ」が7.3ポイント、「肉じゃが」が5.7ポイント低くなっています。一方、「ゆで卵」が7.8ポイント、「目玉焼き」が5.0ポイント高くなっています。

(複数回答)

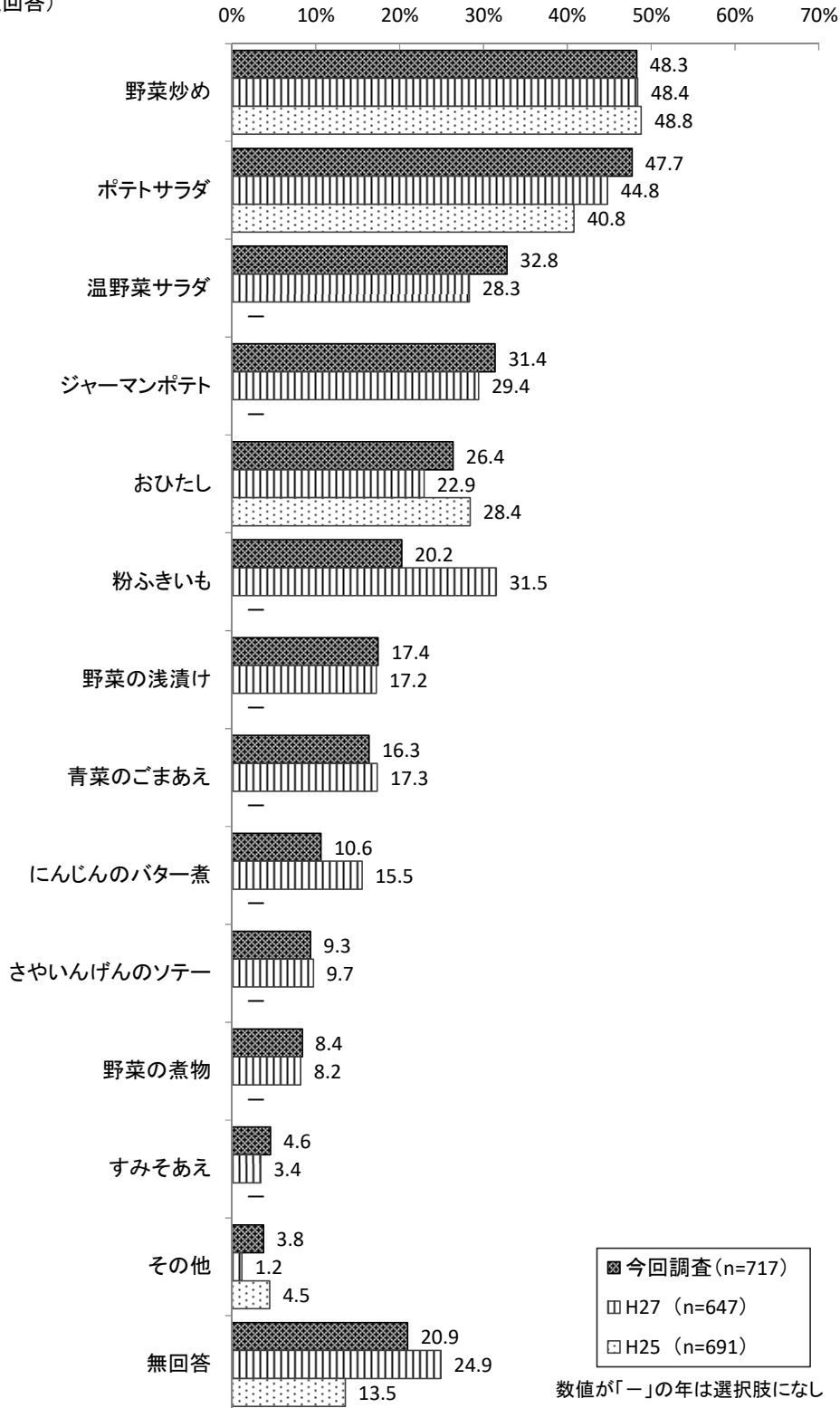


【どんな料理をつくれるか 副菜(主食・主菜以外の料理)】

「野菜炒め」が最も高く、48.3%となっています。次いで「ポテトサラダ」が47.7%、「温野菜サラダ」が32.8%、「ジャーマンポテト」が31.4%と続いています。

平成27年と比べて「粉ふきいも」が11.3ポイント低くなっています。

(複数回答)



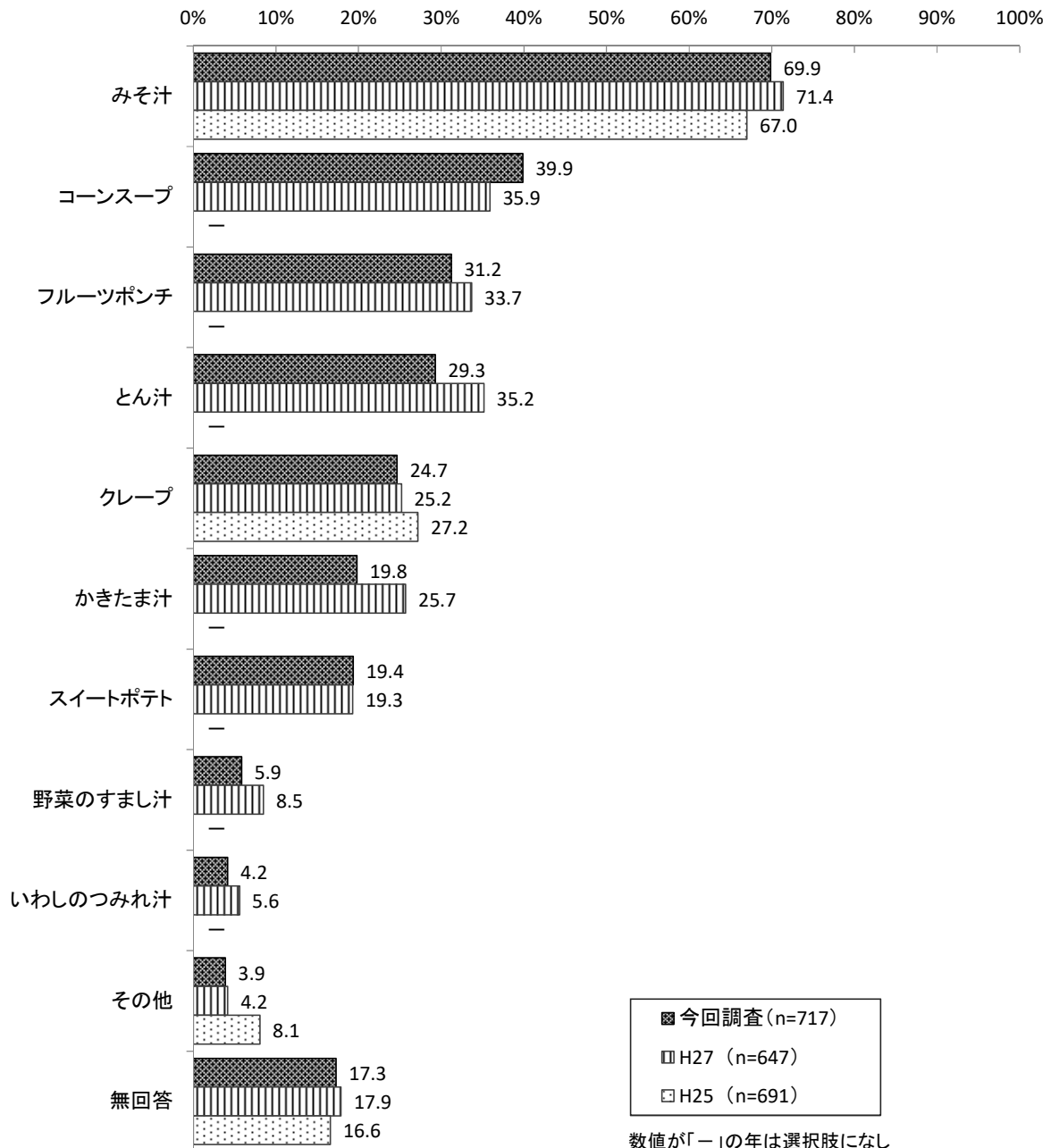
#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 【どんな料理をつくれるか その他】

「みそ汁」が最も高く、69.9%となっています。次いで「コーンスープ」が39.9%、「フルーツポンチ」が31.2%、「とん汁」が29.3%と続いています。

平成27年と比べて「とん汁」と「かきたま汁」が5.9ポイント低くなっています。

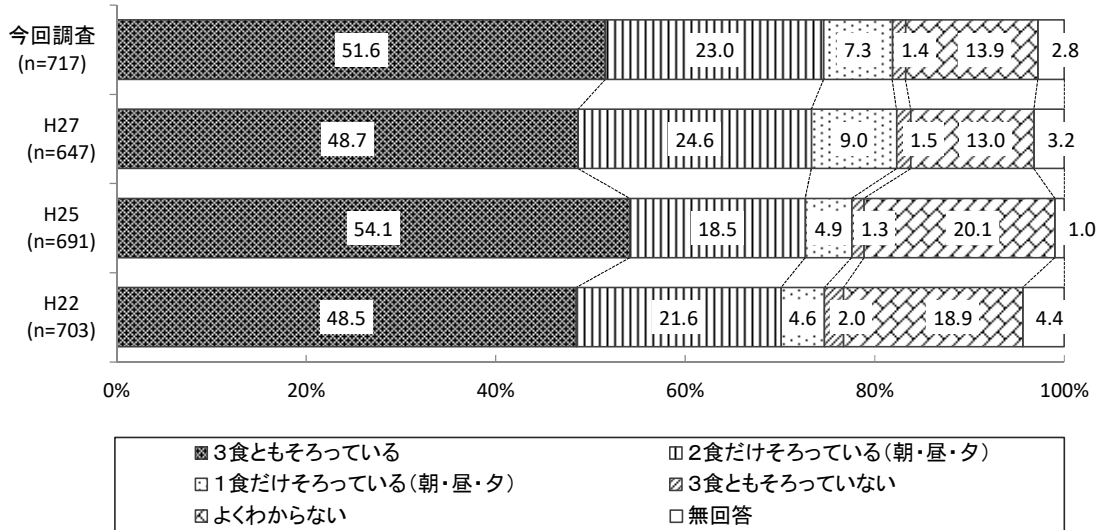
(複数回答)



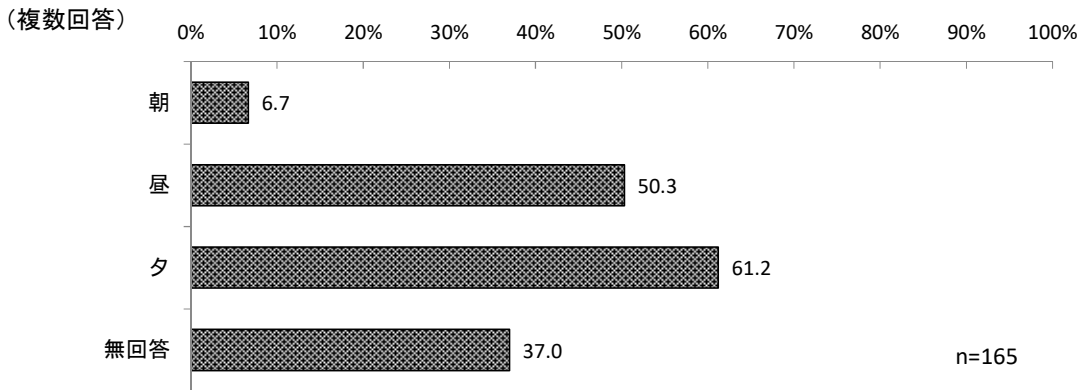
問30 主食、主菜、副菜がそろった食事をしているか

ふだん主食、主菜、副菜のそろった食事を食べていますか？

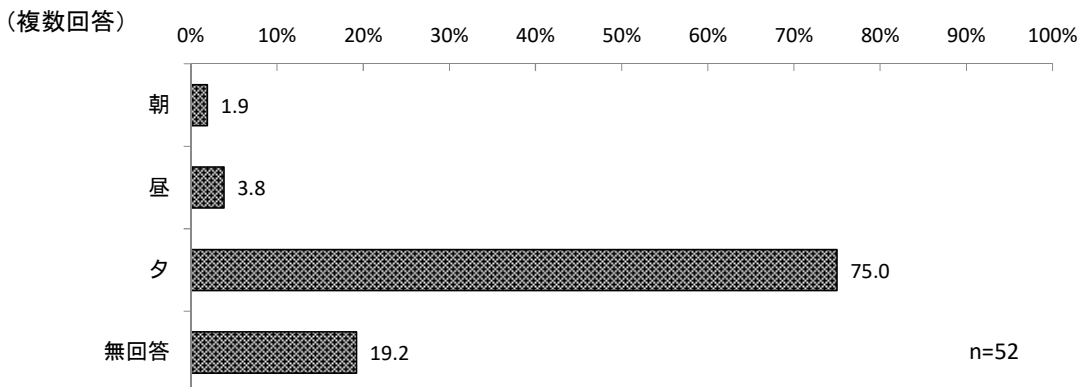
「朝・昼・夕の3食ともそろっている」が最も高く、51.6%となっています。次いで「2食だけそろっている」が23.0%、「よくわからない」が13.9%と続いています。「2食だけそろっている」のうち2食を複数回答で選んでもらったところ、「朝」が6.7%、「昼」が50.3%、「夕」が61.2%と、「昼」と「夕」が高くなっています。



【主食、主菜、副菜がそろった食事をしているか 2食だけそろっている】



【主食、主菜、副菜がそろった食事をしているか 1食だけそろっている】



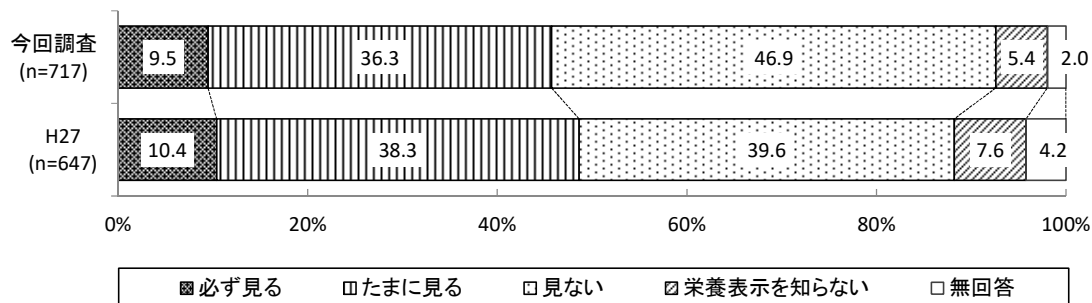
#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問31 加工食品を使用(こう入)するとき、栄養表示を見るか

加工食品を使用(こう入)する時、栄養表示(カロリー等の表示)を見ますか？

「見ない」が最も高く、46.9%となっています。次いで「たまに見る」が36.3%、「必ず見る」が9.5%と続いています。

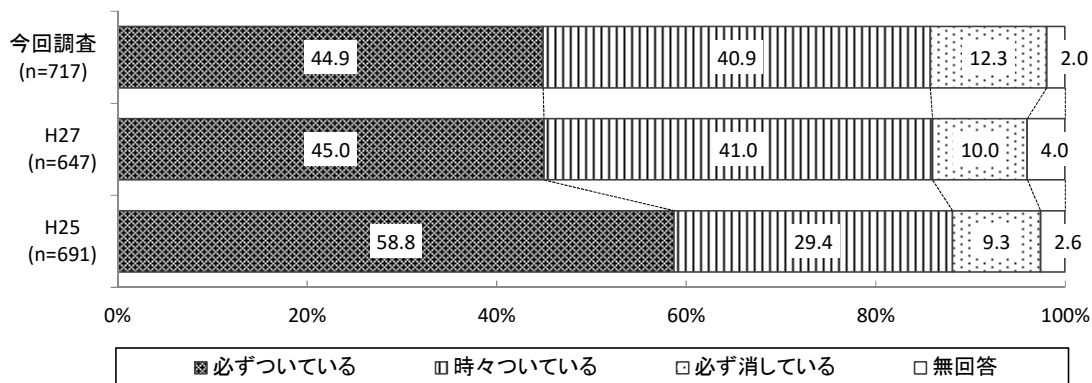
平成27年と比べて「見ない」が7.3ポイント高くなっています。



##### 問32 食事の際にテレビをつけているか

食事の時にいつもテレビがついていますか？

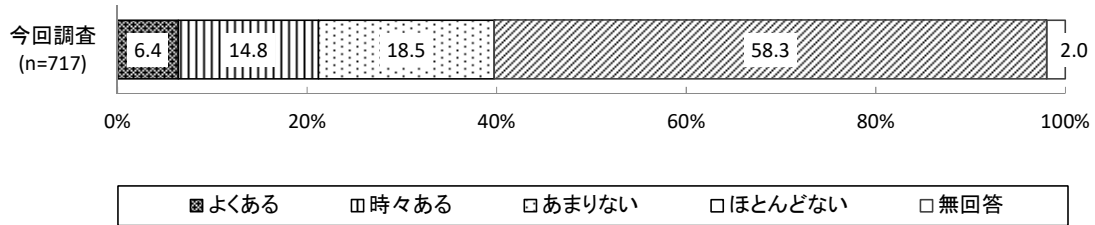
「必ずついている」が最も高く、44.9%となっています。次いで「時々ついている」が40.9%、「必ず消している」が12.3%と続いています。



## 問33 食事の際にスマホ・携帯の習慣があるか

食事の時にスマートフォンや携帯電話を使う習慣がありますか？

「ほとんどない」が最も高く、58.3%となっています。次いで「あまりない」が18.5%、「時々ある」が14.8%と続いています。



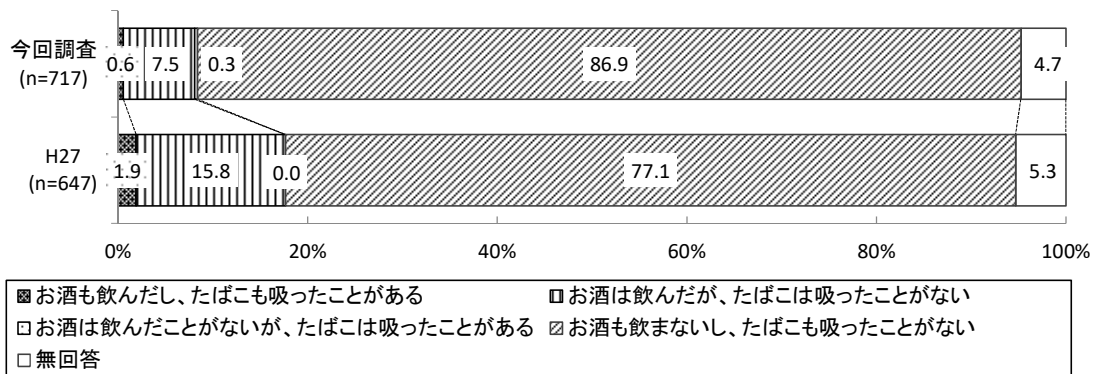
## 7 お酒とたばこについて

### 問 34 お酒を飲んだり、たばこを吸ったりしたことがあるか

あなたはお酒を飲んだり、たばこを吸ったりしたことはありますか？

「お酒も飲まないし、たばこも吸ったことがない」が最も高く、86.9%となっており、「お酒は飲んだが、たばこは吸ったことがない」が7.5%と続いています。お酒を飲んだことがある人は8.1%、たばこを吸ったことがある人は0.9%となっています。

平成27年と比べて、お酒を飲んだことがある人、たばこを吸ったことがある人は、いずれも減少しています。

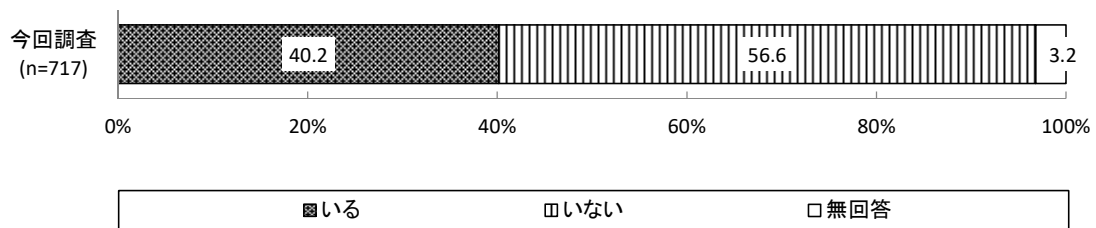


### 問 35 家族の中でたばこを吸う人がいるか

家族の中でたばこを吸う人はいますか？

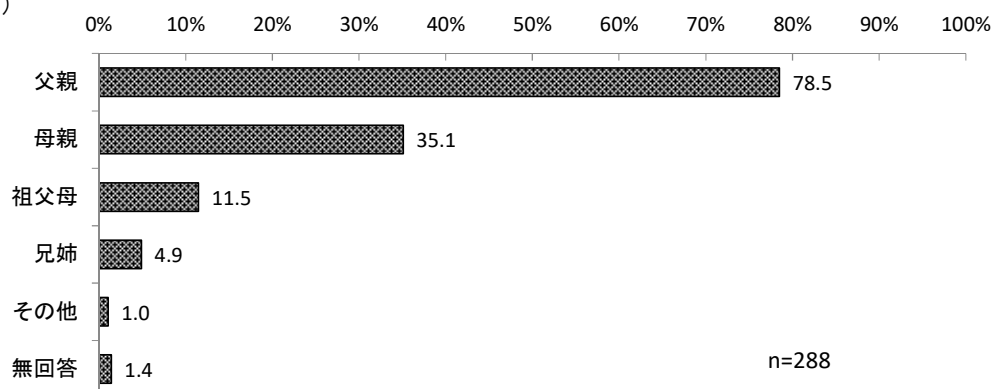
「いる」が40.2%、「いない」が56.5%となっています。

たばこを吸う人との続柄は「父親」が最も高く78.5%となっています。次いで「母親」が35.1%、「祖父母」が11.5%と続いています。



#### 【たばこを吸う人との続柄】

(複数回答)





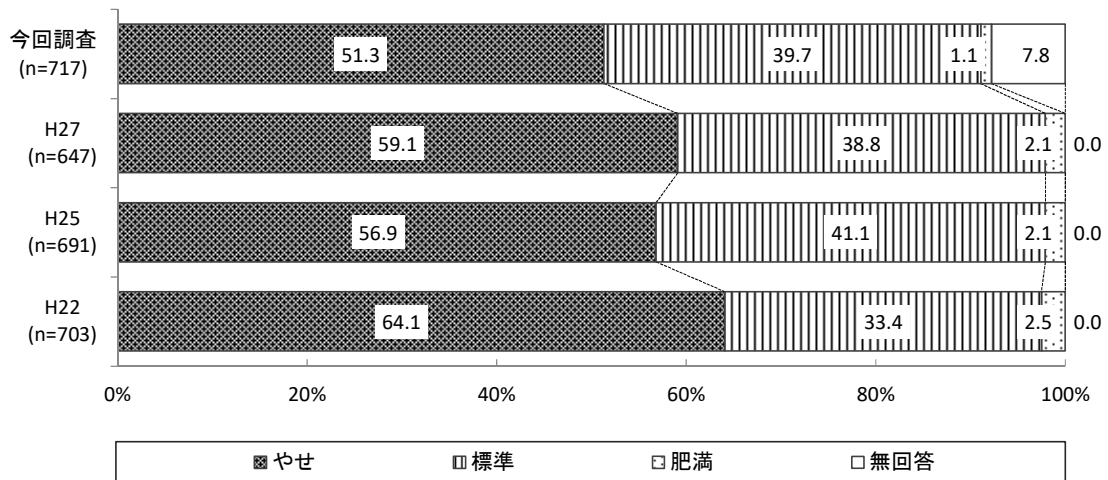
## 8 健康のことについて

## 問36 BMI

あなたの身長と体重をおしえてください。

「やせ」が最も高く、51.3%となっており、「標準」が39.7%と続いています。

平成27年と比べて「やせ」が7.8ポイント低くなっています。



BMI・・・体重と身長の関係から肥満度を表す体格指数

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

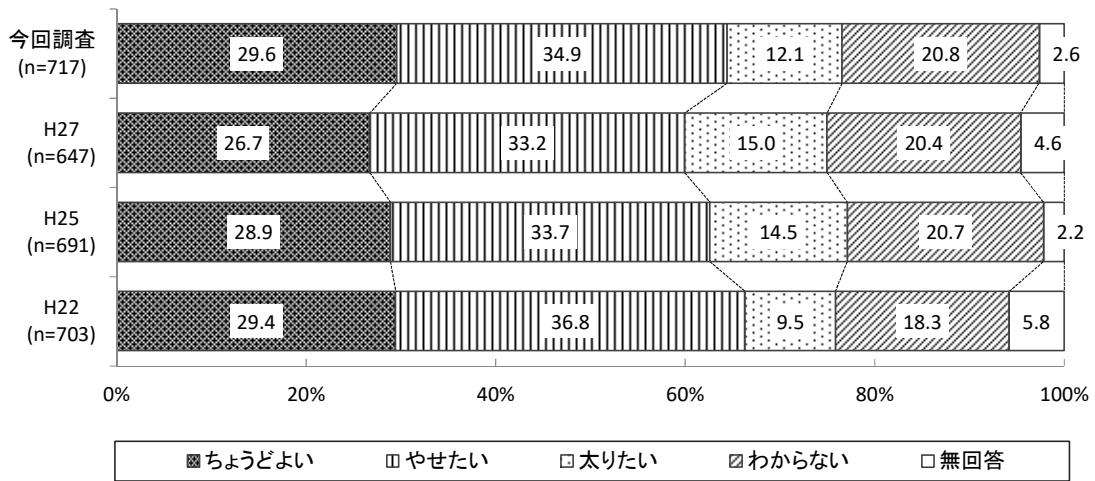
やせ < 18.5      標準 < 25.0 ≤ 肥

#### IV 中学校2年生調査の結果

##### 問37 自分の体重に対する感じ方

あなたは現在の体重をどのように思いますか？

「やせたい」が最も高く、34.9%となっており、「ちょうどよい」が29.6%と続いています。

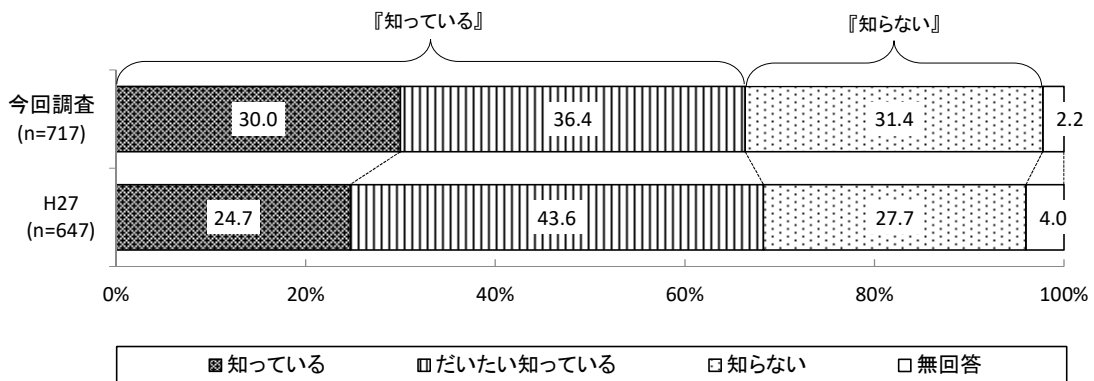


##### 問38 生活習慣病を知っているか

生活習慣病のことを知っていますか？

「だいたい知っている」が最も高く、36.4%となっています。次いで「知らない」が31.4%、「知っている」が30.0%と続いています。

平成27年と比べて「だいたい知っている」が7.2ポイント低くなっています。一方、「知っている」が5.3ポイント高くなっています。



## 問39 生活習慣病予防に努めているか

問 38 で「知っている」「だいたい知っている」と答えた人にお聞きします。生活習慣病の予防に努めていますか？

「生活習慣病にならないよう食事等に注意している」が最も高く、45.4%となっています。次いで「特にするつもりはない」が 27.1%、「まだ若いので、大人になったら注意しようと思っている」が 25.6%と続いています。

平成 27 年と比べて「生活習慣病にならないよう食事等に注意している」が 13.5 ポイント、「まだ若いので、大人になったら注意しようと思っている」が 6.1 ポイント高くなっています。一方、「特にするつもりはない」が 20.9 ポイント低くなっています。

