

# 「児童生徒の食生活とライフスタイルに関する調査」の結果報告について

——スポーツ健康課——

平成七年度に実施した本調査の結果について、概要を報告します。(平成八年六月公表)

☆ 調査の目的：近年の社会環境、生活様式の変化に伴い、児童生徒の体位の向上には著しいものがありますが、他方では児童生徒の健康に変化が現われてきています。

小・中学生の頃からの生活習慣は将来の健康状態に大きな影響を及ぼすとされており、このため生涯にわたり、児童生徒が健康的な生活を実践できる能力を育成することを目指す健康教育の推進が重要となっています。

二十一世紀を担う児童生徒が、健康を基礎として心豊かにたくましく飛躍することを願い、その環境づくりや、施策並びに健康教育を具体化する基礎資料とするため、この調査を実施しました。

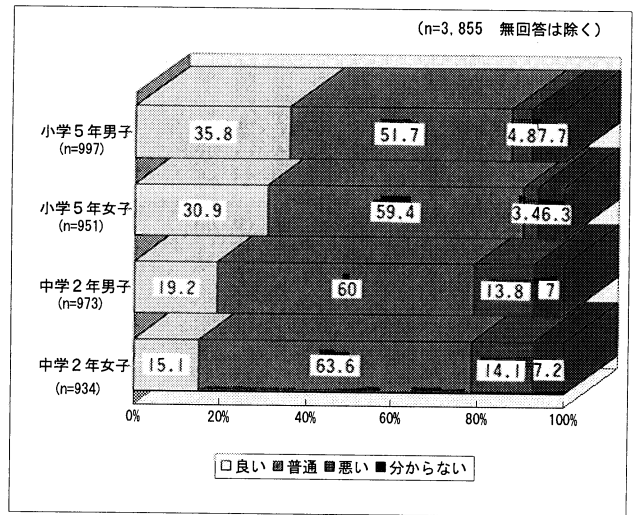
なお、この調査は、文部省から指定された「栄養教育推進モデル事業」の関連調査としても位置づけています。

☆ 調査対象：小学校五年生(一、九九六八)  
 中学校二年生(二、〇三二一)

☆ 回収結果：小学校一、九六五人(九八・四%)  
 中学校一、九三五人(九五・三%)

回収率：九六・八%(全体)

図表 I 主観的健康感



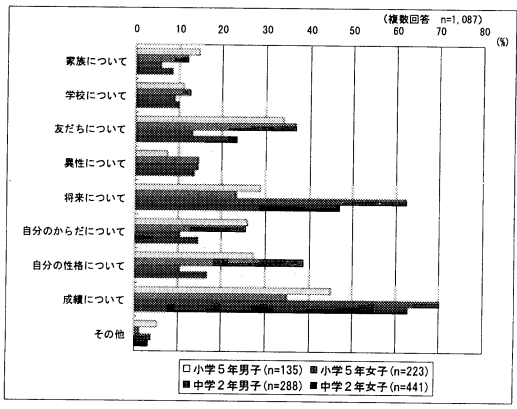
☆ 調査結果の概要

『健康に関することや心配』

【問1】現在の健康状態の自己評価は図表Iである。

質問項目は、『健康に関することや心配ごと』、『余暇時間と余暇活動』、『課外活動』、『睡眠』、『食生活』で主問二十一項目、付問二十問で調査しました。

図表 II 心配ごとや悩みの内容



【問5】困ったときの相談相手がいるかどうかでは、小学生で八四・五%、中学生で七七・一%が「いる」と答えており、その主な相談相

【問2】「からだがだるい」など各種自覚症状について、「ある」と答えた者は、小学生より中学生が多く、男子よりも女子のほうが多かった。

【問3】普段心がけていることについては、「朝食を毎日食べる」と答えた者が最も多く、次に「太りすぎない」、「歯を大切にする」の順番であった。また、健康志向行動は中学生より小学生のほうが多かった。

【問4】現在、心配ごとや悩みが「ある」と答えた者の割合は、小学生で三四・五%、中学生で六〇・六%、その内容は、図表IIである。