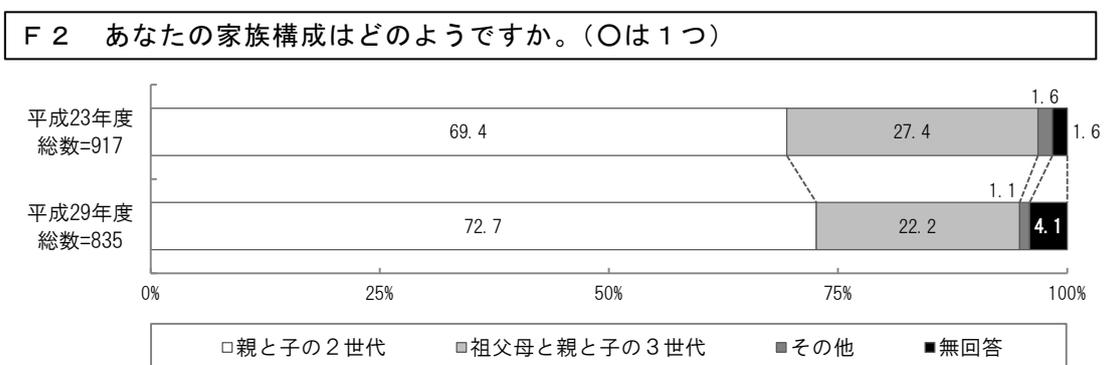
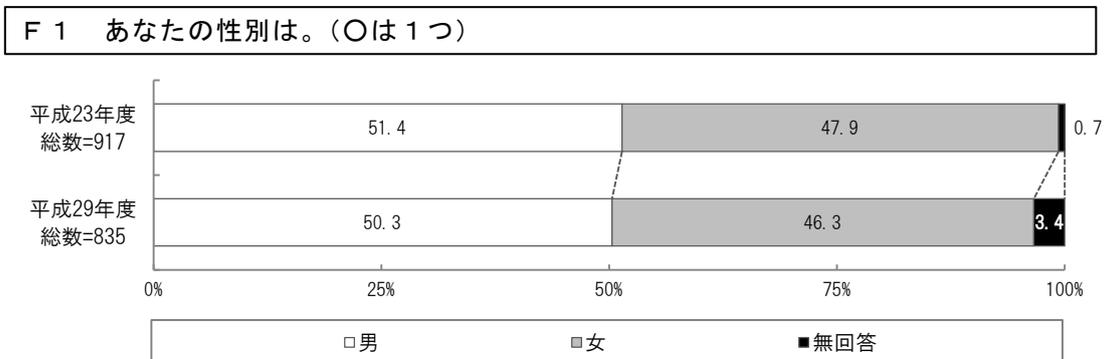


# 《中学生の調査結果》

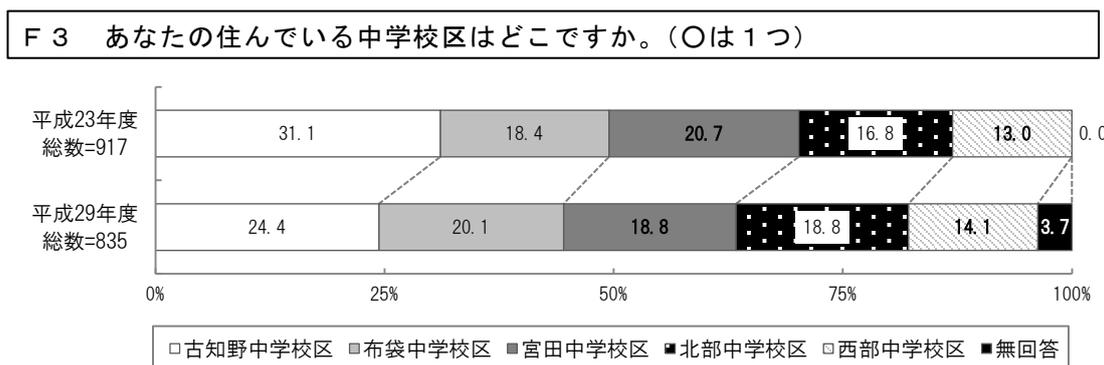


## 7 中学生の調査結果

### (1) 回答者の属性



- 「親と子の2世代」が 3.3 ポイント増加し、「祖父母と親と子の3世代」が 5.2 ポイント減少しています。

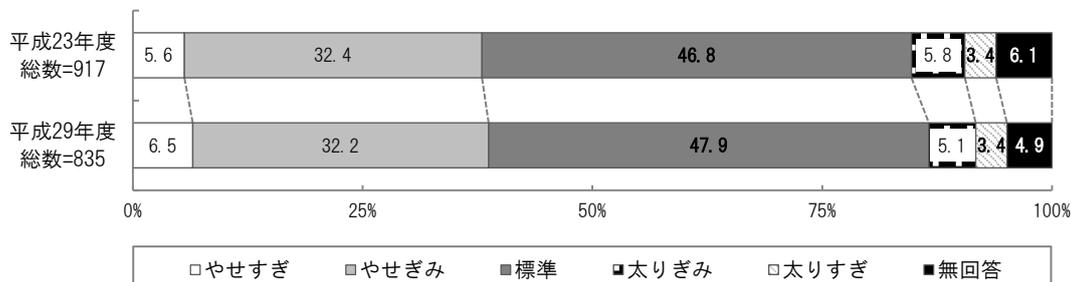


- 「布袋中学校区」が 1.7 ポイント増加し、「古知野中学校区」が 6.7 ポイント減少しています。

## (2) 健康全般について

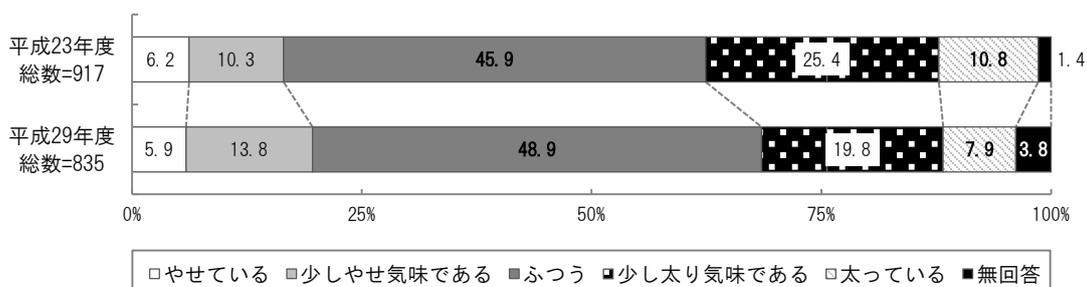
### 問1 身長・体重はどのくらいですか。(数字を記入)

※身長・体重より肥満度を算出しました。判定は、成長期の子どもの肥満を示すのに適しているといわれるローレル指数により判定しました。



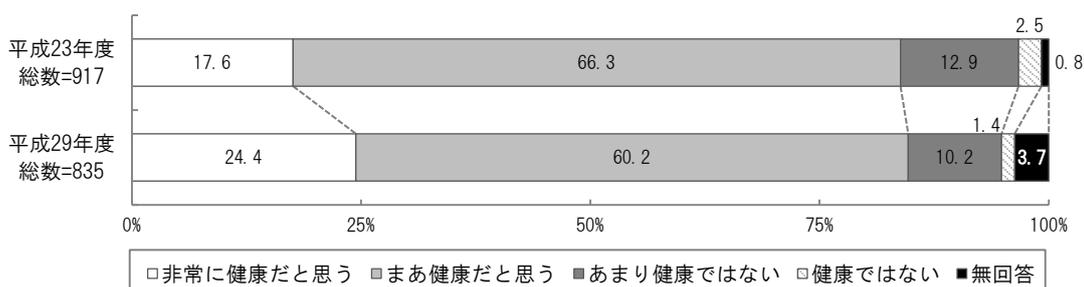
- 「標準」が1.1ポイント増加し、「太りぎみ」が0.7ポイント減少しています。

### 問2 あなたは、現在の自分の体格についてどう考えていますか。(〇は1つ)



- 「少しやせ気味である」が3.5ポイント増加し、「少し太り気味である」が5.6ポイント減少しています。

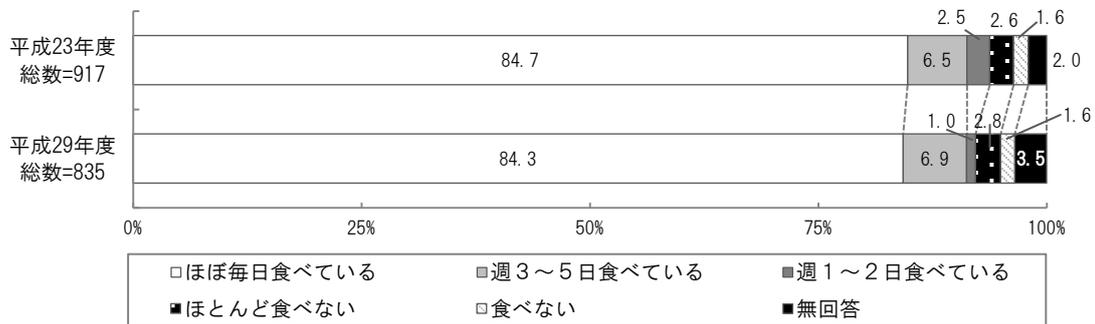
### 問3 あなたは、現在の自分の健康状態をどう感じていますか。(〇は1つ)



- 「非常に健康だと思う」が6.8ポイント増加し、「まあ健康だと思う」が6.1ポイント減少しています。

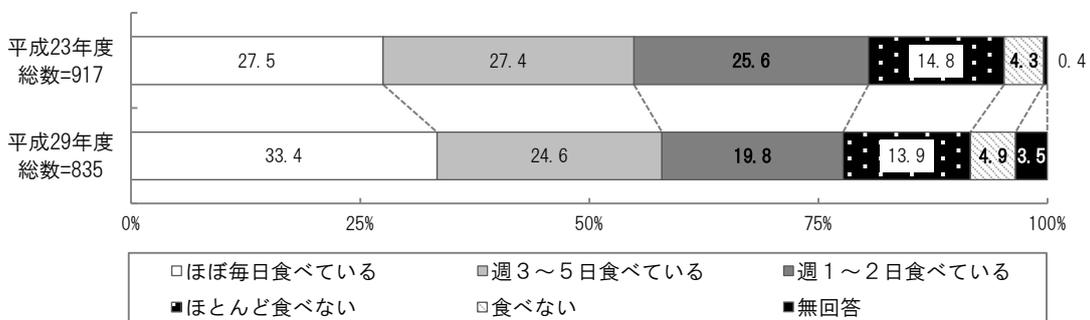
### (3) 食生活について

問4 あなたは、朝食を食べていますか。(〇は1つ)



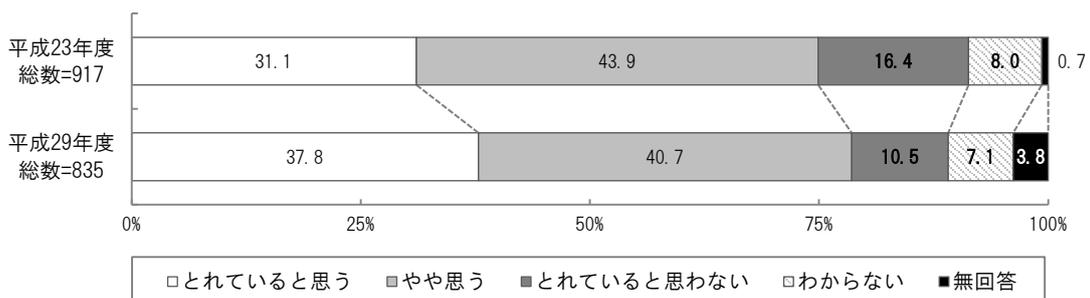
●「ほぼ毎日食べている」が0.4ポイント減少しています。

問5 あなたは、朝食、昼食、夕食以外に間食や夜食を食べますか。(〇は1つ)



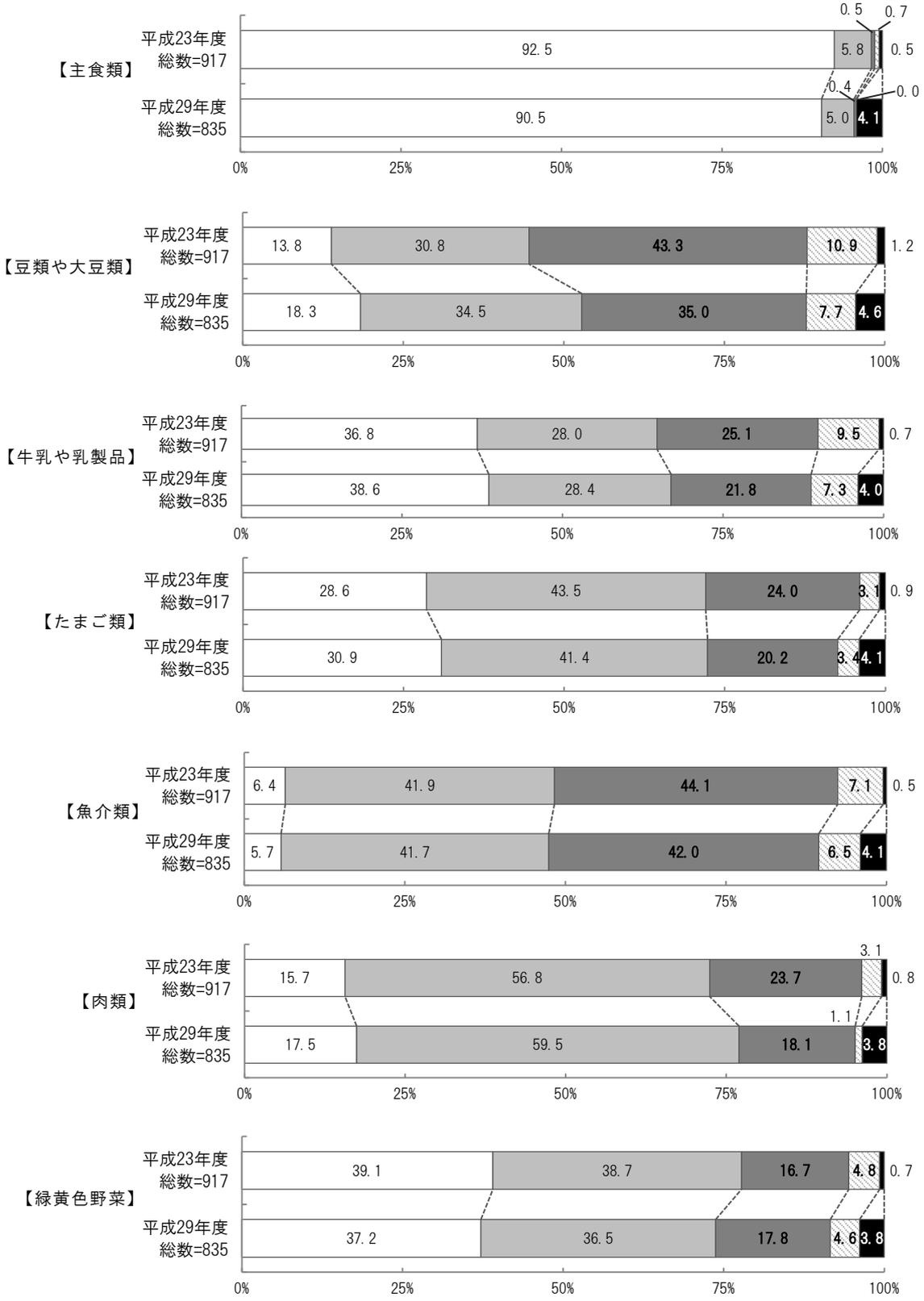
●「ほぼ毎日食べている」が5.9ポイント増加し、「週1～2日食べている」が5.8ポイント減少しています。

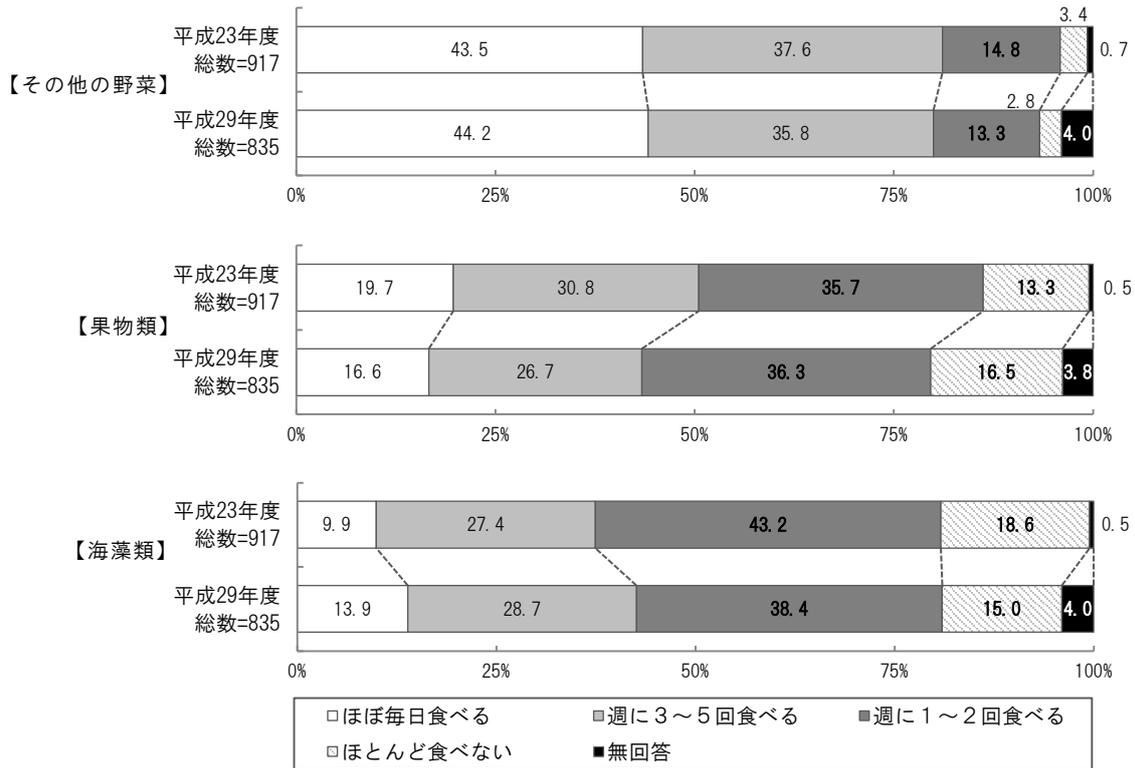
問6 あなたの家の食事はバランスがとれていると思いますか。(〇は1つ)



●「とれていると思う」が6.7ポイント増加し、「とれていないと思う」が5.9ポイント減少しています。

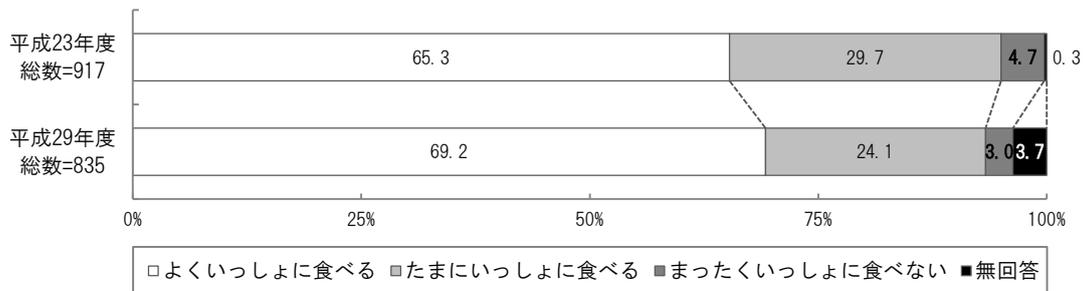
問7 あなたは、家庭の食事で以下の食べ物を週に何回食べますか。  
(○はそれぞれ1つ)





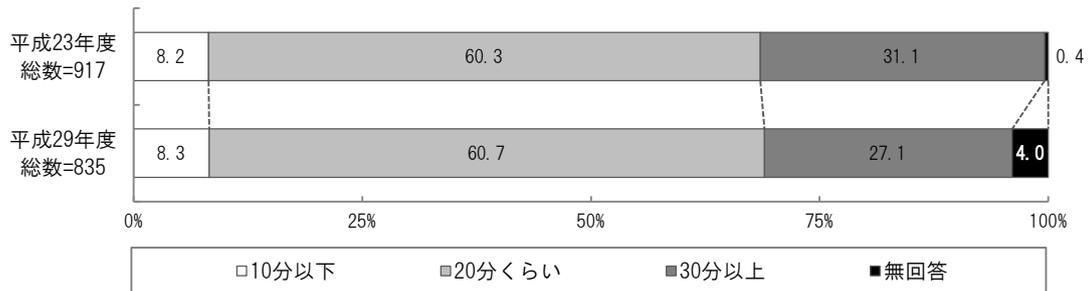
●「ほぼ毎日食べる」において、「豆類や大豆類」（4.5ポイント）、「牛乳や乳製品」（1.8ポイント）、「たまご類」（2.3ポイント）、「肉類」（1.8ポイント）、「その他の野菜」（0.7ポイント）、「海藻類」（4.0ポイント）が増加しています。

**問8 あなたは、夕食を家族といっしょに食べていますか。（○は1つ）**



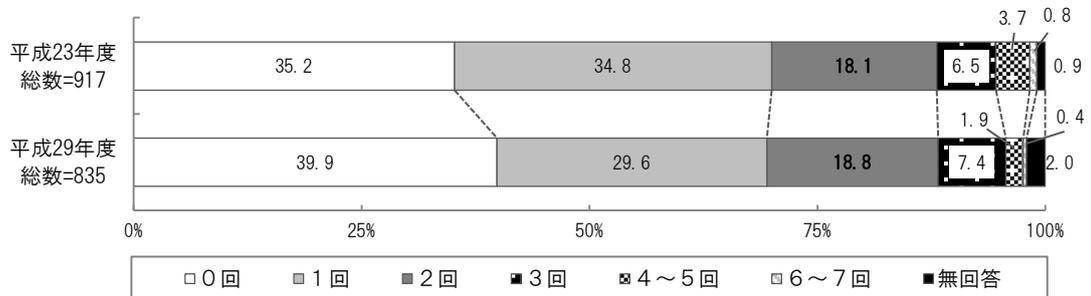
●「よくいっしょに食べる」が3.9ポイント増加し、「たまにいっしょに食べる」が5.6ポイント減少しています。

問9 あなたは、夕食をどれくらいの時間をかけて食べていますか。(〇は1つ)



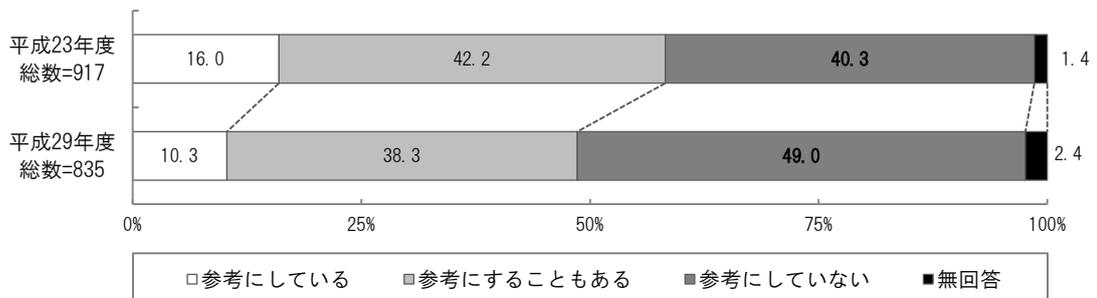
●「20分くらい」が0.4ポイント増加し、「30分以上」が4.0ポイント減少しています。

問10 あなたは、この1週間の夕食を、できあいの食品ですませたり、食堂やレストランで食べたりしたことが何回ありましたか。(〇は1つ)



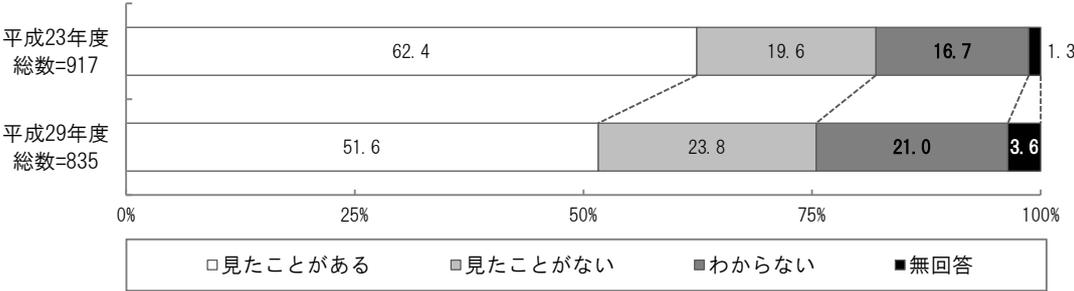
●「0回」が4.7ポイント増加し、「1回」が5.2ポイント減少しています。

問11 あなたは、食品を購入するときに、栄養成分表示を参考にしますか。(〇は1つ)



●「参考にしていない」が8.7ポイント増加し、「参考にしている」が5.7ポイント減少しました。

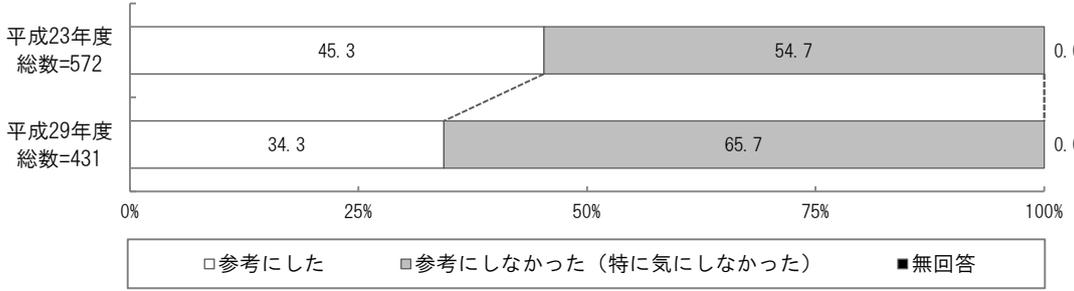
問12 あなたは、食堂やレストランでメニューにカロリーなどの栄養成分が表示されているのを見たことがありますか。(〇は1つ)



●「わからない」が 4.3 ポイント増加し、「見たことがある」が 10.8 ポイント減少しています。

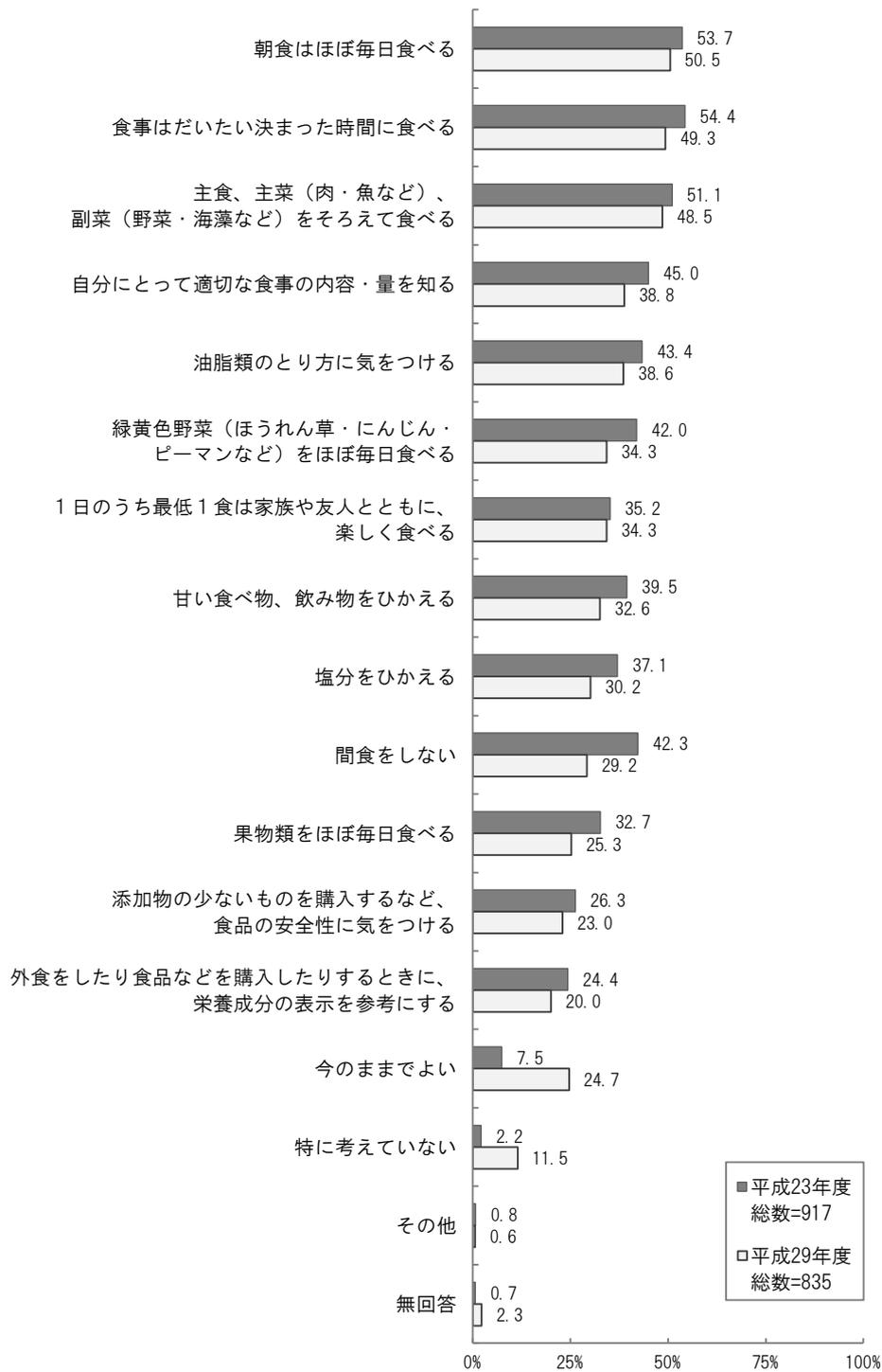
<問12で「見たことがある」と答えた方へ>

問12-1 メニューを選ぶとき、栄養成分表示を参考にしましたか。(〇は1つ)



●「参考にしなかった (特に気にしなかった)」が 11.0 ポイント増加し、「参考にした」が 11.0 ポイント減少しています。

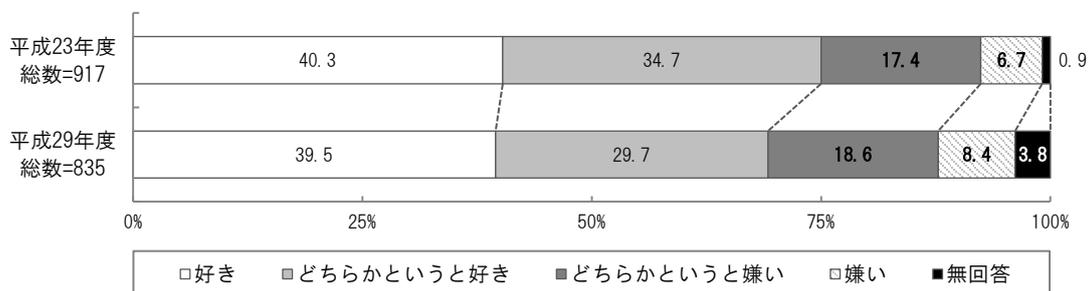
問13 今後、あなたの食生活をどのようにしたいですか。(〇はいくつでも)



●「今のままでよい」が17.2ポイント増加し、「間食をしない」が13.1ポイント減少しています。

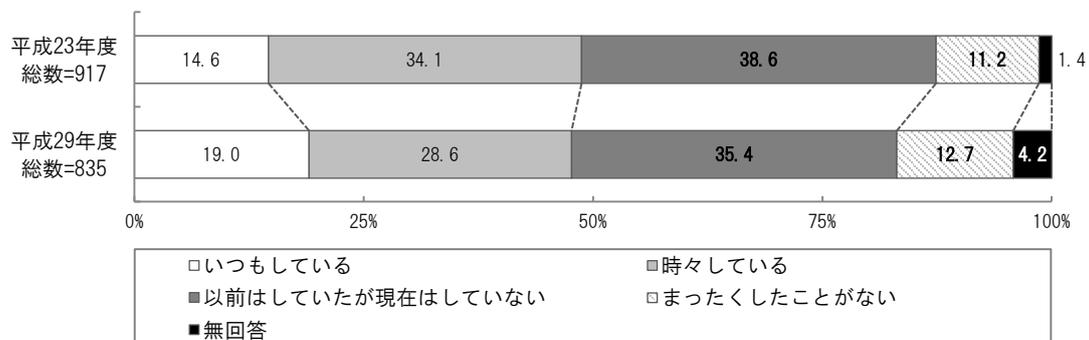
#### (4) 運動について

問14 あなたは、身体を動かすことが好きですか。(〇は1つ)



●「嫌い」が1.7ポイント増加し、「どちらかという好き」が5.0ポイント減少しています。

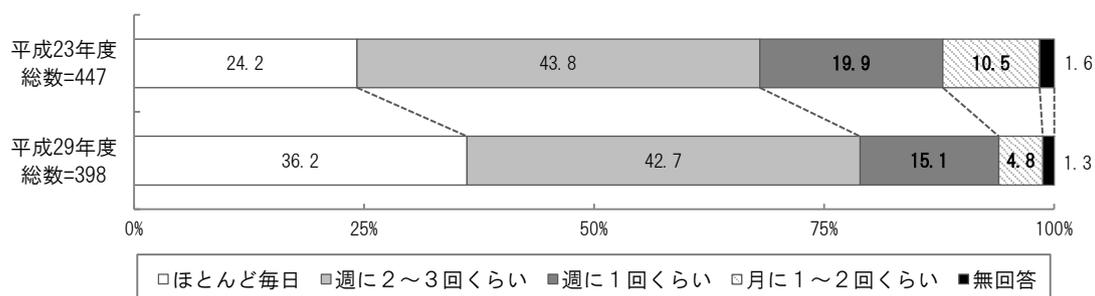
問15 あなたは日頃から、運動部の部活をはじめとして、意識的に身体を動かすなどの運動をしていますか。(学校の体育の授業は除く)(〇は1つ)



●「いつもしている」が4.4ポイント増加し、「時々している」が5.5ポイント減少しています。

<問15で「いつもしている」「時々している」と答えた方へ>

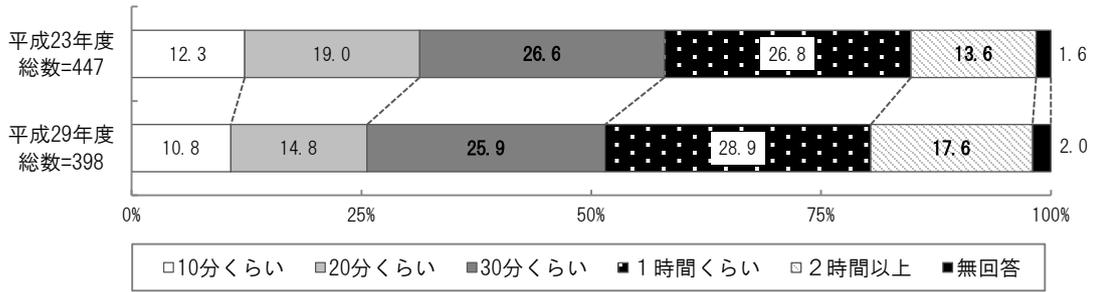
問15-1 平均してどのくらい運動を行っていますか。(〇は1つ)



●「ほとんど毎日」が12.0ポイント増加し、「月に1~2回くらい」が5.7ポイント減少しています。

<問15で「いつもしている」「時々している」と答えた方へ>

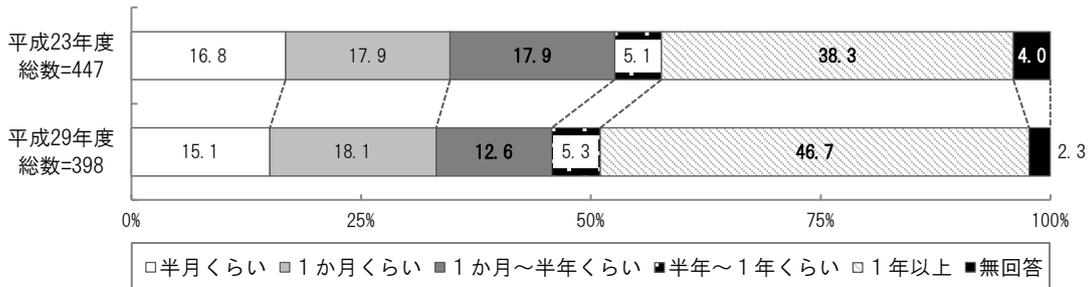
問15-2 1回当たりの運動の時間はどのくらいですか。(〇は1つ)



●「2時間以上」が4.0ポイント増加し、「20分くらい」が4.2ポイント減少しています。

<問15で「いつもしている」「時々している」と答えた方へ>

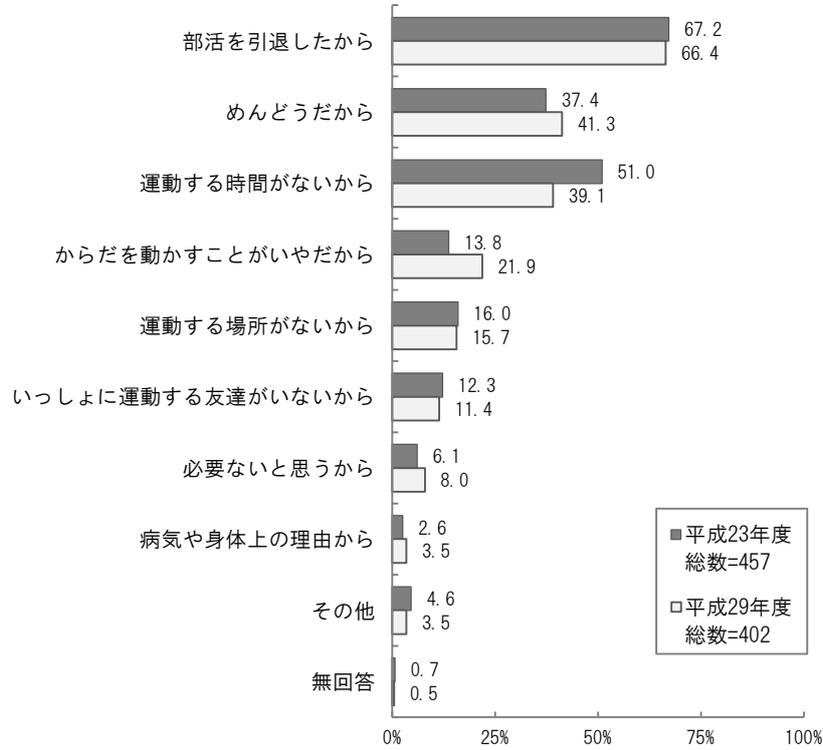
問15-3 その運動を続けてどのくらいになりますか。(〇は1つ)



●「1年以上」が8.4ポイント増加し、「1か月～半年くらい」が5.3ポイント減少しています。

<問15で「以前はしていたが現在はしていない」「まったくしたことがない」と答えた方へ>

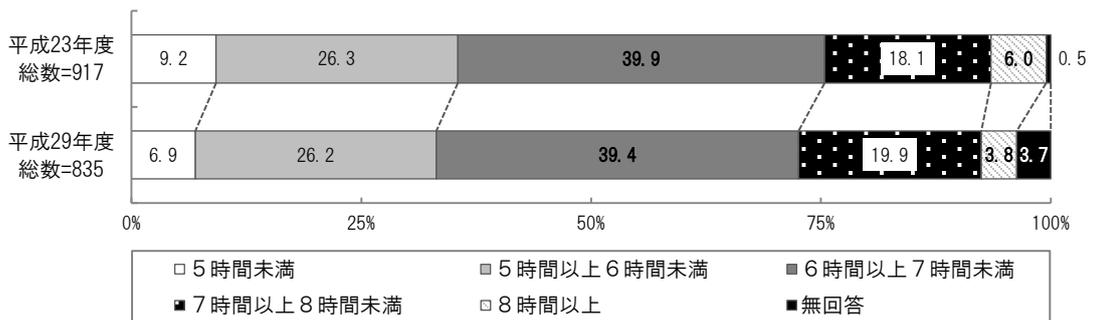
問15-4 運動していない理由は何ですか。(〇はいくつでも)



●「からだを動かすことがいやだから」が 8.1 ポイント増加し、「運動する時間がないから」が 11.9 ポイント減少しています。

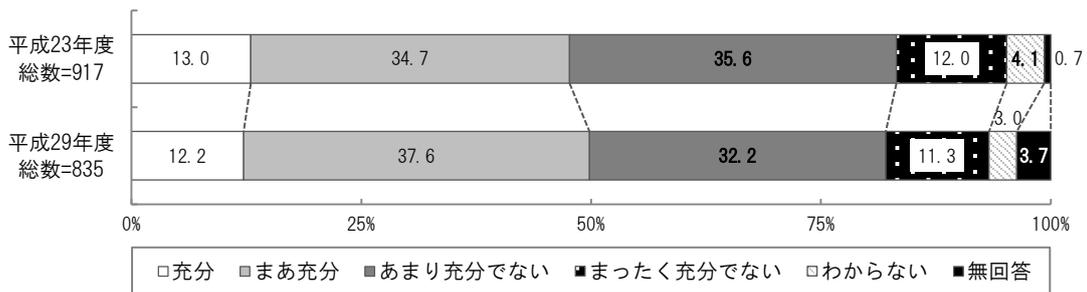
(5) 休養・こころの健康について

問16 あなたの1日当たりの平均睡眠時間は何時間くらいですか。(〇は1つ)



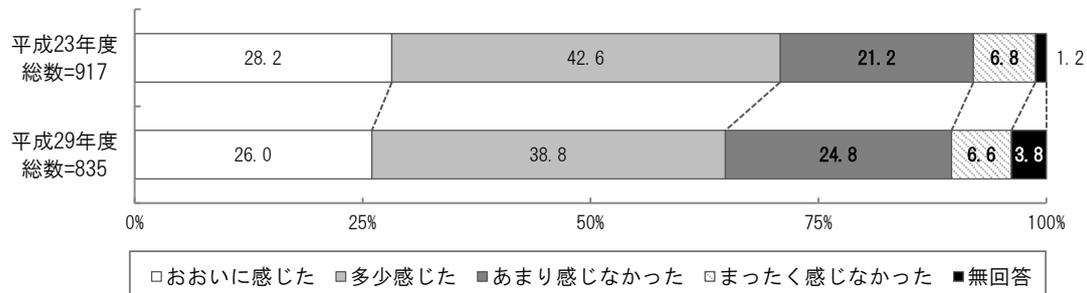
●「7時間以上8時間未満」が 1.8 ポイント増加し、「5時間未満」が 2.3 ポイント減少しています。

問17 あなたは、いつもの睡眠時間で休養が充分だと思いますか。(〇は1つ)



●「まあ充分」が2.9ポイント増加し、「あまり充分でない」が3.4ポイント減少しています。

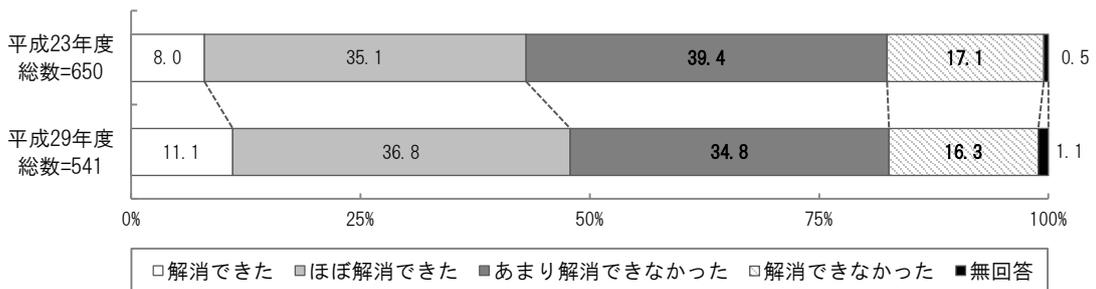
問18 あなたは、最近1か月間にストレスや悩みを感じたことがありますか。(〇は1つ)



●「あまり感じなかった」が3.6ポイント増加し、「多少感じた」が3.8ポイント減少しています。

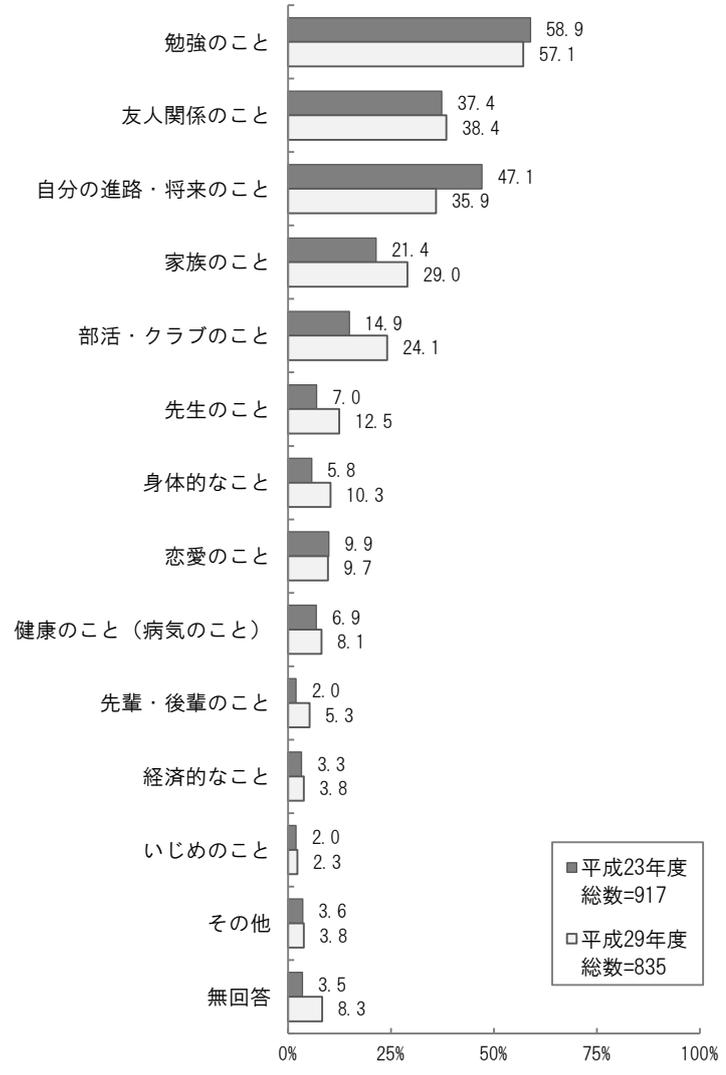
<問18で「おおいに感じた」「多少感じた」と答えた方へ>

問18-1 あなたは、そのストレスを解消することができましたか。(〇は1つ)



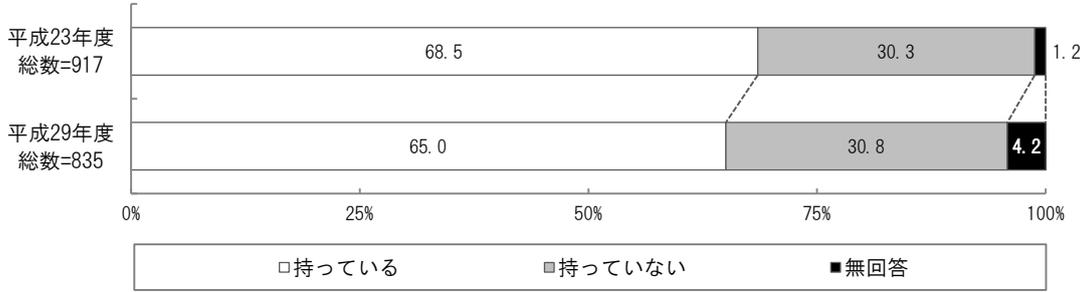
●「解消できた」が3.1ポイント増加し、「あまり解消できなかった」が4.6ポイント減少しています。

問19 あなたが今までに感じたストレスは主にどんなことが原因でしたか。  
(○は3つまで)



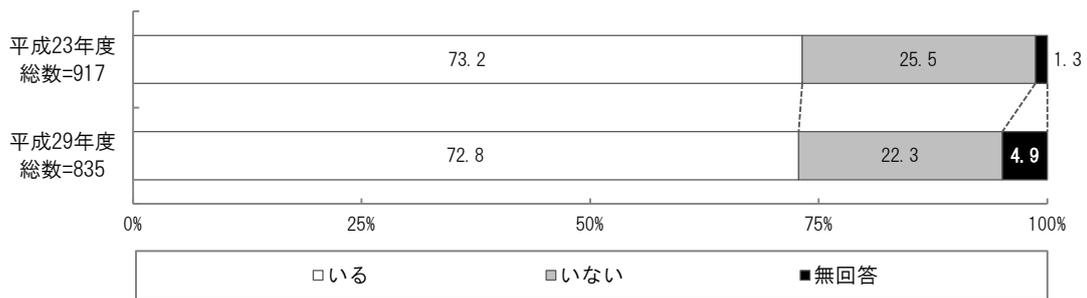
●「部活・クラブのこと」が 9.2 ポイント増加し、「自分の進路・将来のこと」が 11.2 ポイント減少しています。

問20 あなたは、自分なりのストレス解消法を持っていますか。(○は1つ)



●「持っていない」が 0.5 ポイント増加し、「持っている」が 3.5 ポイント減少しています。

問21 あなたはストレスを感じた時、相談できる相手がありますか。(○は1つ)

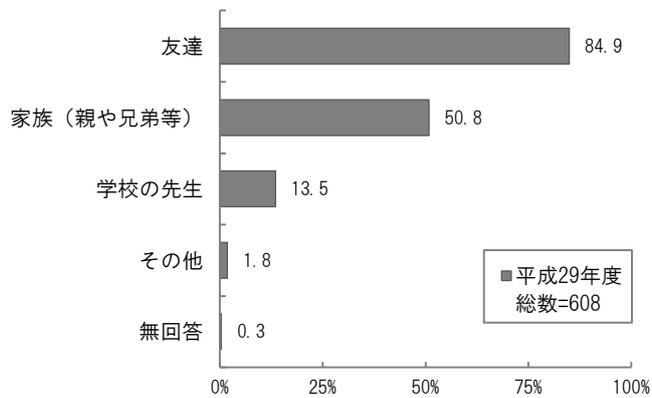


●「無回答」が増加し、「いる」「いない」ともに減少しています。

<問21で「いる」と答えた方へ>

問21-1 それは誰ですか。(○はいくつでも)

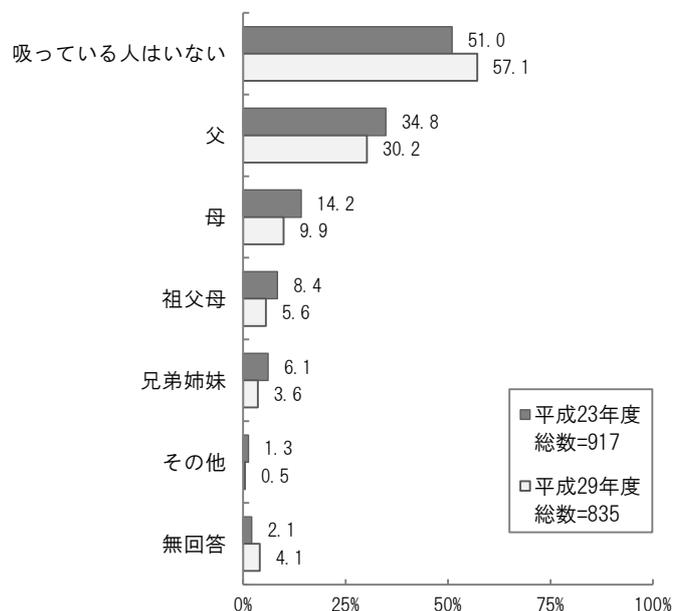
※平成29年度からの設問になります。



●「友達」(84.9%)が最も多く、次いで「家族(親や兄弟等)」(50.8%)、「学校の先生」(13.5%)の順に高くなっています。

## (6) たばこについて

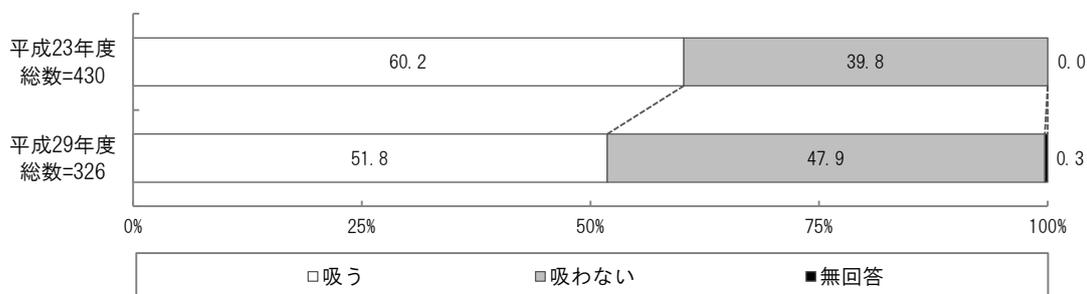
問22 一緒に住んでいる家族の中に、たばこを吸っている人はいますか。  
(○はいくつでも)



- 「吸っている人はいない」が6.1ポイント増加し、「父」が4.6ポイント減少しています。

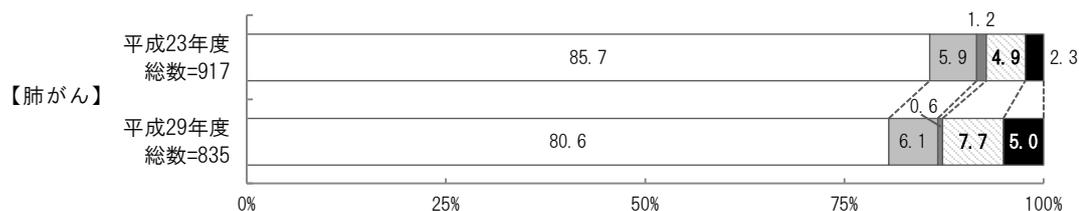
<問22で「父」「母」「祖父母」「兄弟姉妹」「その他」と答えた方へ>

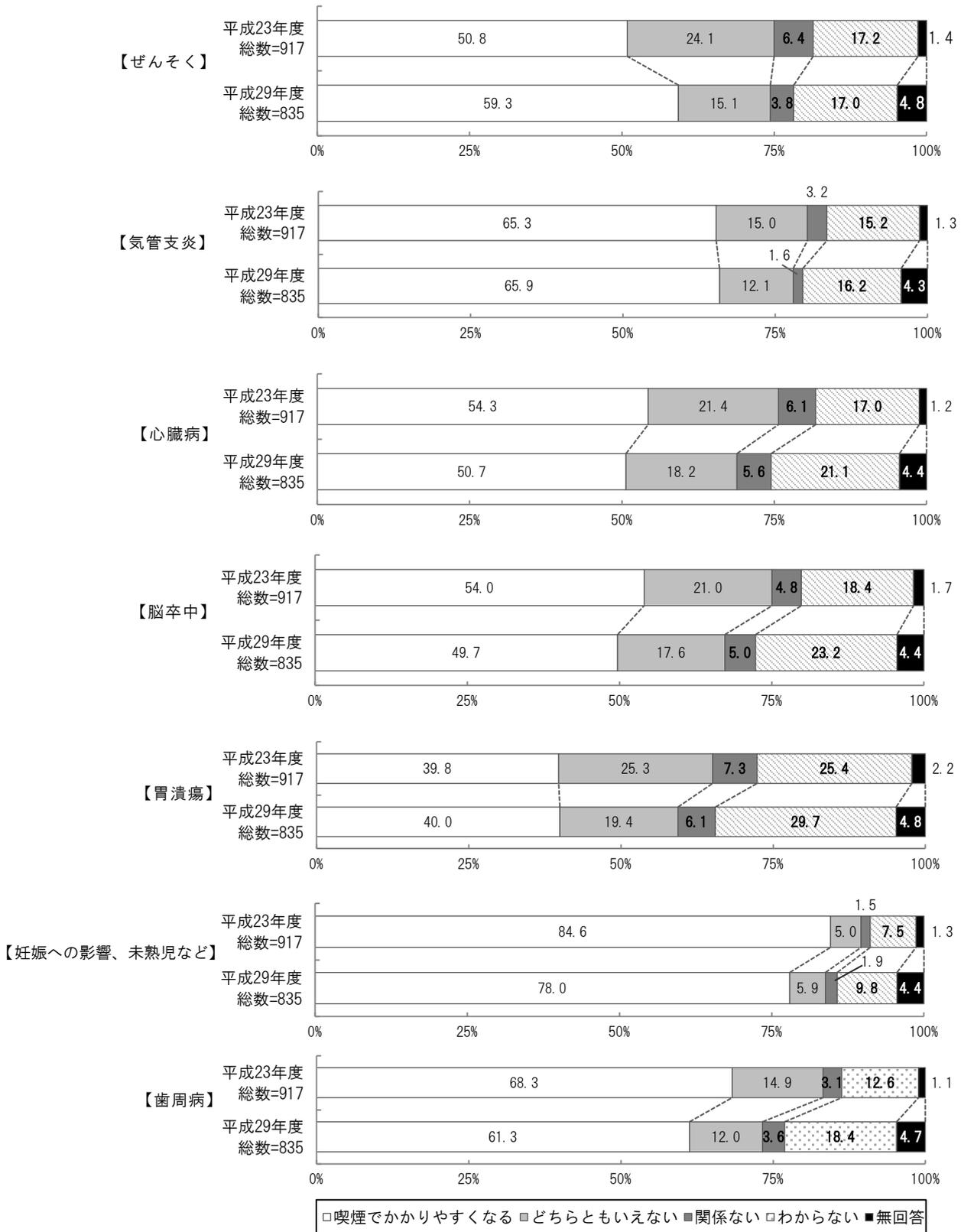
問22-1 家族はあなたがいる場所でたばこを吸いますか。(○は1つ)



- 「吸わない」が8.1ポイント増加し、「吸う」が8.4ポイント減少しています。

問23 たばこを吸うことが健康に与える影響について、どう思いますか。  
(○はそれぞれ1つ)

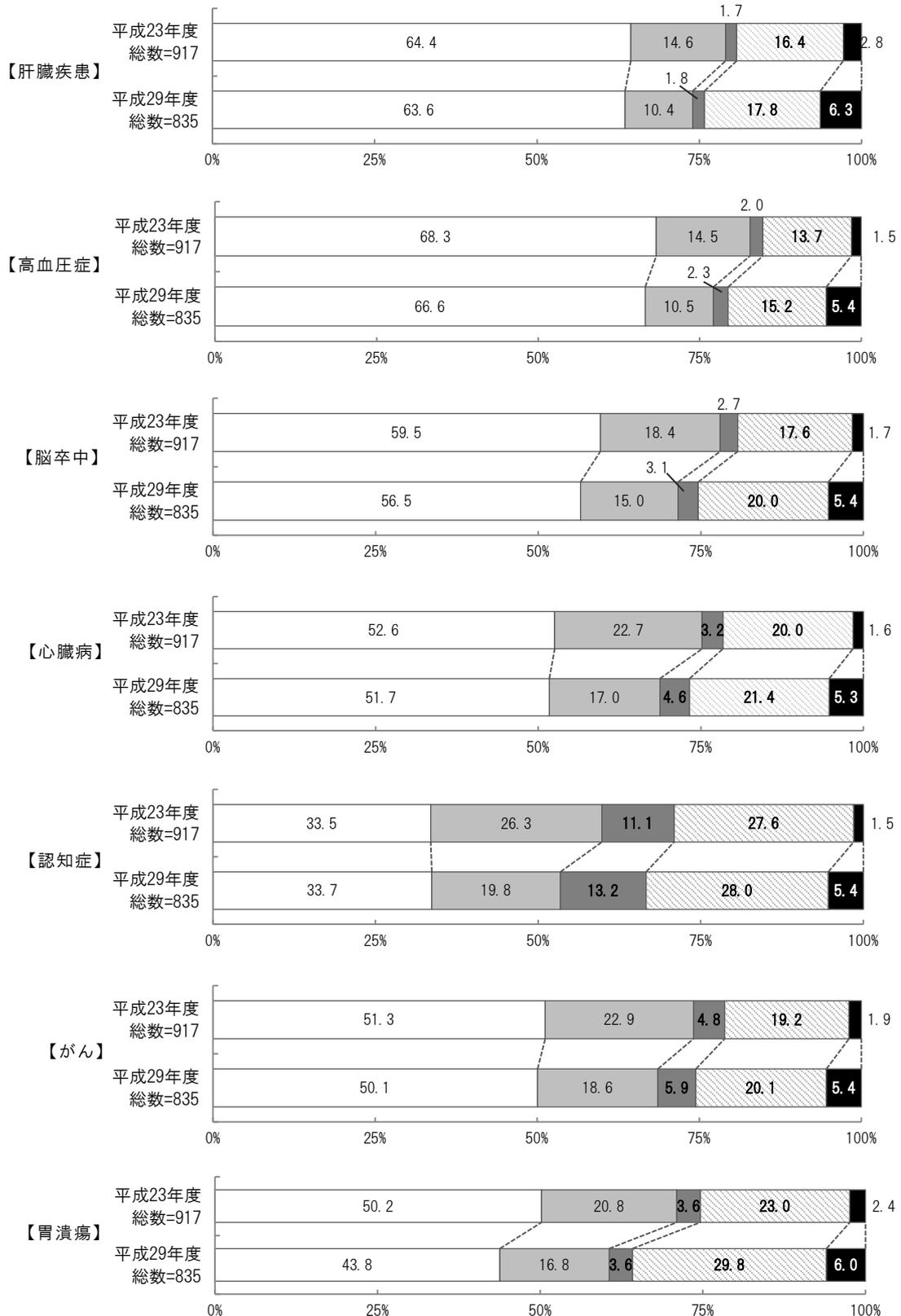


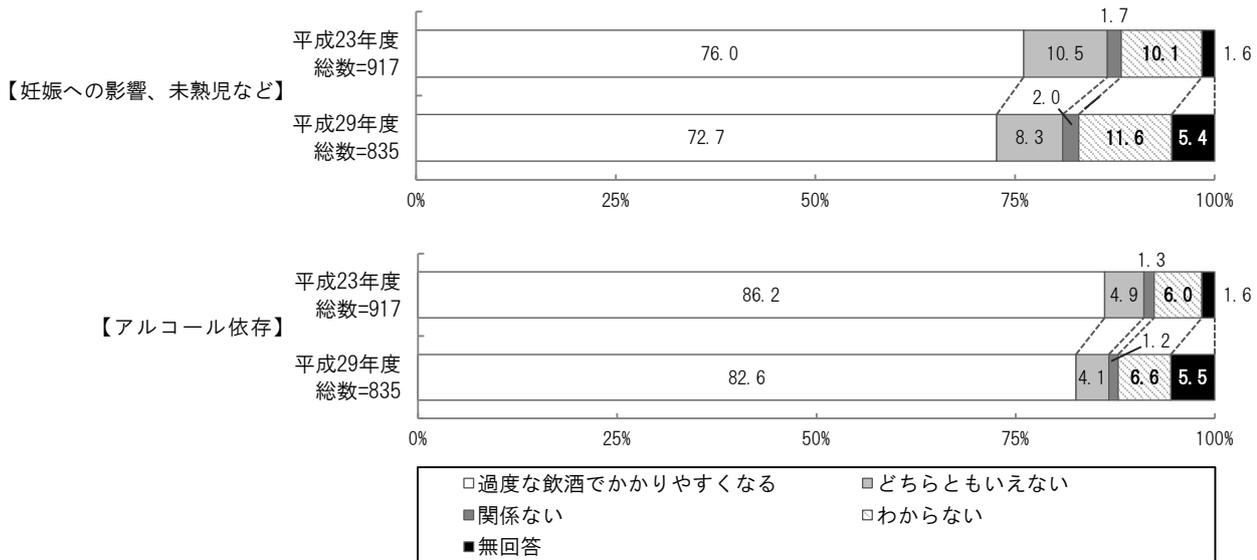


● 「ぜんそく」「気管支炎」「胃潰瘍」において「喫煙でかかりやすくなる」の認知度が上がっています。

## (7) アルコールについて

問24 過度な飲酒が健康に与える影響について、どう思いますか。(〇はそれぞれ1つ)

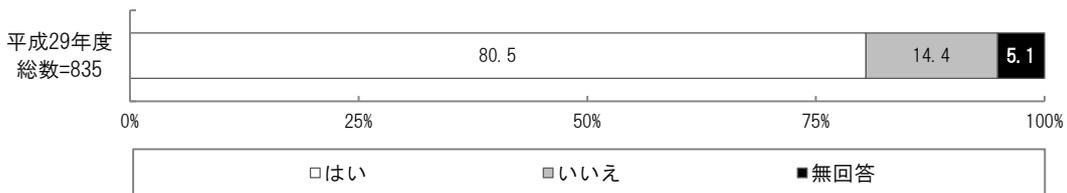




●「認知症」を除き「過度な飲酒でかかりやすくなる」の認知度が下がっています。

問25 未成年者の飲酒は、脳の細胞を壊したり、骨の成長が遅れる原因となることを知っていますか。(○は1つ)

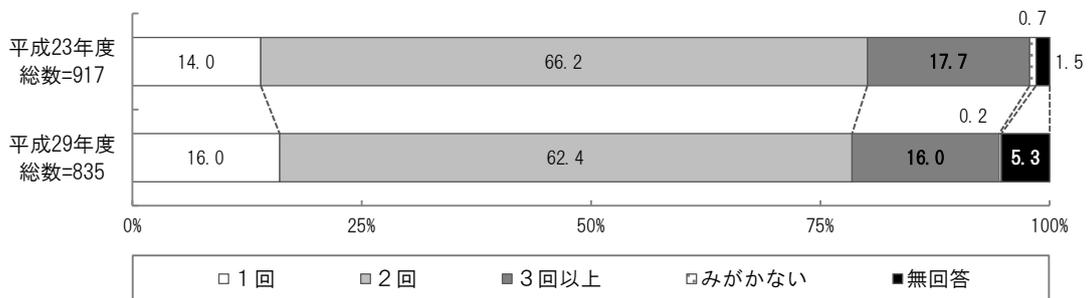
※平成29年度からの設問になります。



●「はい」が80.5%となっています。

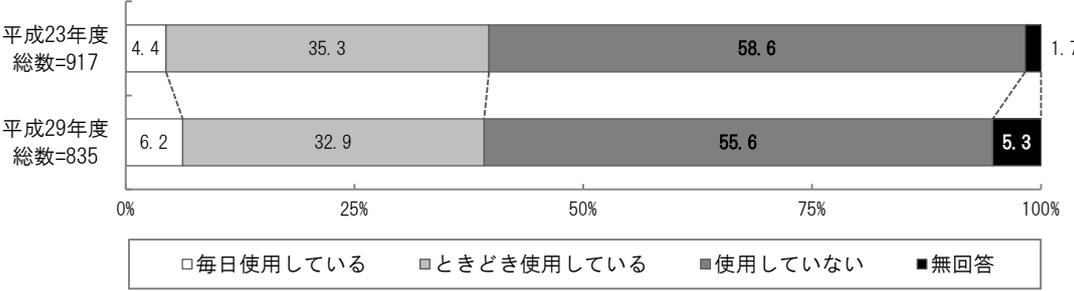
### (8) 歯の健康について

問26 あなたは、1日に何回歯みがきをしますか。(○は1つ)



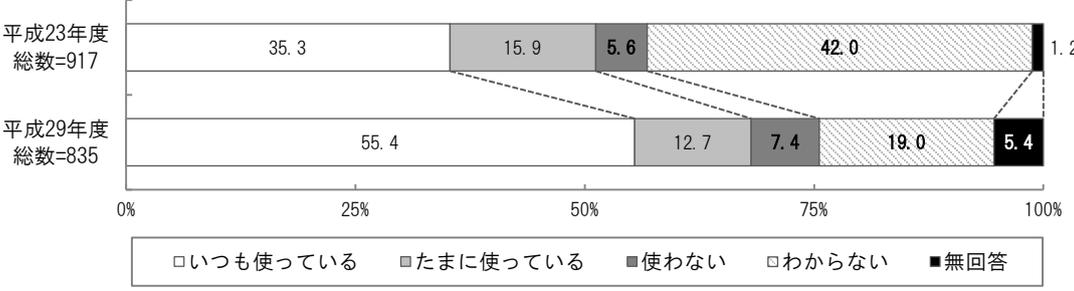
●「1回」が2.0ポイント増加し、「2回」が3.8ポイント減少しています。

問27 あなたは、歯間清掃用具（糸ようじ、デンタルフロスなど）を使用していますか。（○は1つ）



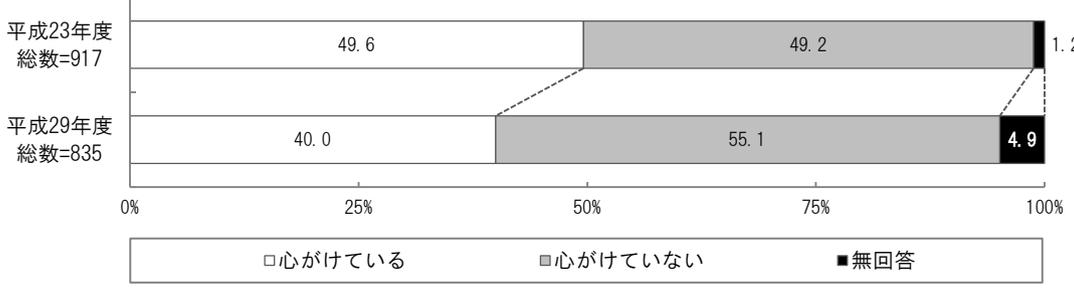
●「毎日使用している」が 1.8 ポイント増加し、「使用していない」が 3.0 ポイント減少しています。

問28 あなたはフッ化物（フッ素）が配合されている歯みがき剤を使用していますか。（○は1つ）



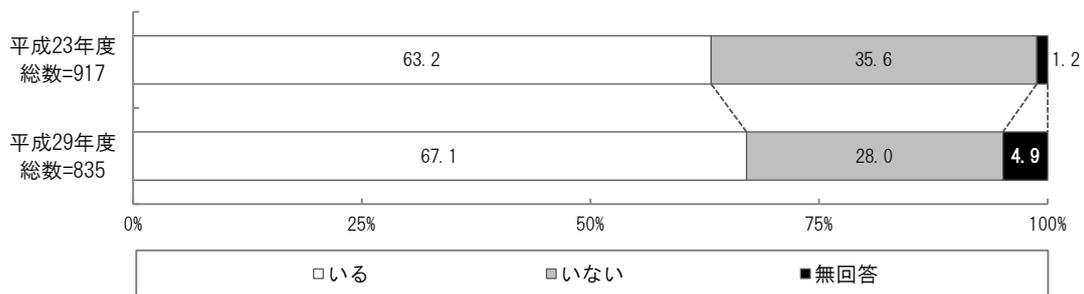
●「いつも使っている」が 20.1 ポイント増加し、「わからない」が 23.0 ポイント減少しています。

問29 あなたは、食べ物をよくかむことを心がけていますか。（○は1つ）



●「心がけていない」が 5.9 ポイント増加し、「心がけている」を上回っています。

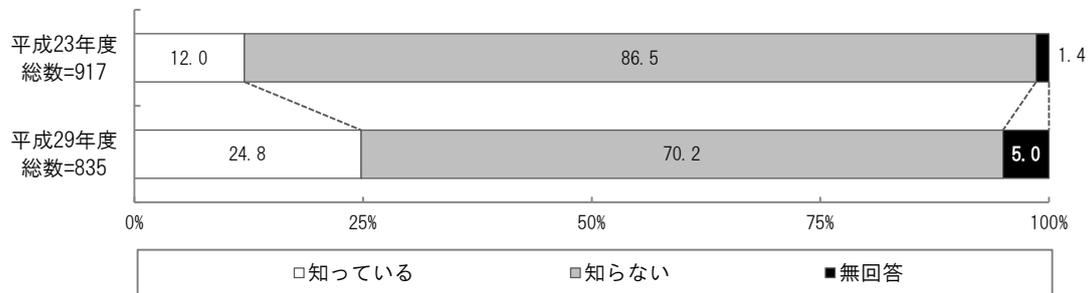
問30 あなたには、かかりつけの歯科医がいますか。(〇は1つ)



●「いる」が3.9ポイント増加し、「いない」が7.6ポイント減少しています。

問31 あなたは、歯周病（歯そうのうろ等）の予防法を知っていますか。(〇は1つ)

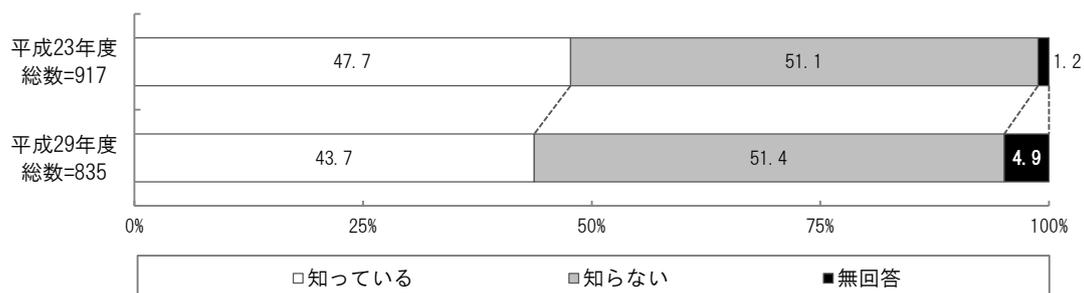
※平成23年度は「あまり知らない」「知らない」となっていたため、「知らない」に合算してあります。



●「知っている」が12.8ポイント増加し、「知らない」が16.3ポイント減少しています。

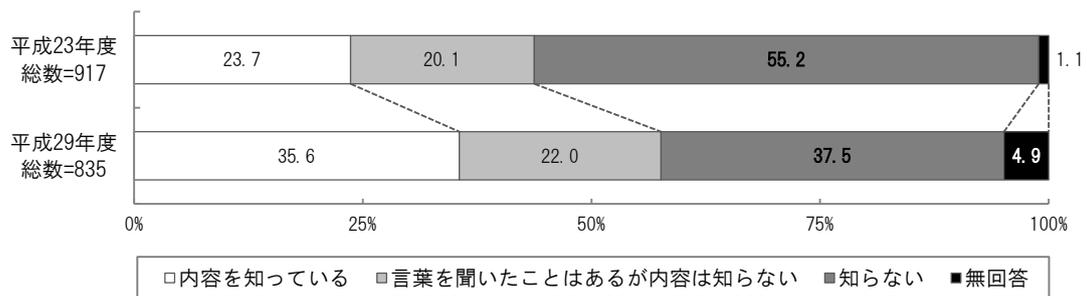
問32 あなたは、歯の健康が全身の健康に大きな影響があることを知っていますか。(〇は1つ)

※平成23年度は「知っている」「少し知っている」となっていたため、「知っている」に合算してあります。



●「知らない」が0.3ポイント増加し、「知っている」が4.0ポイント減少しています。

問33 あなたは、8020運動を知っていますか。(〇は1つ)



- 「内容を知っている」が11.9ポイント増加し、「知らない」が17.7ポイント減少しています。

