

Ⅱ 調査結果の概要

○ 調査票の内容の項目から、第1部から第5部に分け、調査結果をまとめた。

第1部 子どもの生活習慣や健康状態に関すること

- ・起床時刻は、子が6時台、保護者が6時前、就寝時刻は、子が21時台、保護者が22時台で最も多かった。保護者の就寝時刻が遅ければ遅いほど、子どもの就寝時刻も遅くなる傾向が見られた。
- ・朝食の状況は、ほぼ毎日食べる子どもの起床時刻では6時台が最も多く、就寝時刻では21時台が最も多かった。(p8、図6～7)
- ・夕食の状況は、就寝時刻が遅ければ遅いほど、夕食を食べる時刻も遅い傾向が見られた。また、食事づくり担当者を就労状況別に比較すると、フルタイムの場合夕食が出来合いや外食を利用する割合が多い傾向が見られた。(p9～10、図9～11)
- ・運動習慣の状況は、平日の運動頻度については年齢が上がるにつれて運動頻度が高い傾向が見られたが、休日では年齢別での差は見られなかった。(p11、図12～13)
- ・子どもの肥満度は、ふつうより肥満度が高い子ども、ふつうより肥満度が低い子どもともに全国の数値よりも高い傾向にあった。(p13、表1)
- ・肥満傾向児とやせ傾向児について、おやつを与える状況を見ると、15～17時までの間は5割以上の回答者がおやつの量を決めていたが、夕食の直前(1時間前くらい)及び夕食の後から寝るまでの間については、おやつの量を決めていないと回答した者が6割を越えていた。(p16、図21)
- ・むし歯の状況は、要治療者では、21時前の早い時間帯に就寝している子どもの割合が最も少なく、おやつの量を決めていないと回答した者は55.7%、ジュース・甘い飲み物の摂取頻度が週3～5日程度又はそれ以上摂取していると回答した者は63.7%と高い傾向が見られた。(p18、図24～26)

第2部 子どもの食事に関すること

- ・子どもの主要な食物の摂取頻度では、果物、大豆・大豆製品、海藻類、芋類、魚介類、肉類において、「週2～3日程度」と回答した者の割合が最も多かった。ジュース・甘い飲み物、揚げ物においては、「週1～2日程度」が最も多く、外食、インスタント食品においては、「月1～2日程度」が最も多かった。間食の状況では、「夕食の直前」、「夕食の後から寝るまで」と答えた者の多くで、おやつの量を決めないで与えているという傾向が見られた。(p20～24、図29～32)
- ・野菜の入手方法では、「自家栽培」や「購入と自家栽培の半々」と回答した者の割合は、震災前の状況に比べ、震災後の減少が見られた。(p23、図34)

第3部 保護者の精神健康度と子どもとの関連に関すること

- ・保護者の精神健康度については、保護者の約3人に1人が精神健康度が低い傾向が見られた。(p29、図50)
- ・子どもの食生活との関連では、精神健康度が低い保護者の子どもでは、「野菜をほとんど食べない」、「外食を週1回以上利用する」、「インスタント食品を週1回以上利用する」、「おやつの量を決めていない」という特徴を持っている傾向が見られた。(p31～32、図51～54)
- ・保護者の気持ちとの関連では、精神健康度が低い保護者では、「食事づくりが苦になる」、「楽しく食事をしていない」、「健康ではない」という傾向が見られた。(p33～34、図55～57)

第4部 保護者の子育てに関すること

- ・子育て家庭に必要な地域サポートでは、「遊び場の提供」が最も多く、「安心できる野菜の直売」、「簡単レシピの紹介」の順で多かった。(p35、図58)
- ・保護者の食やスポーツに関するイベントの参加状況では、ともに「0回」と答えた者が最も多かった。(p37、図60～61)

第5部 施設の食育推進に関すること

- ・保健業務（身体測定、歯科検診）の状況では、身体測定では「年12回」と答えた施設が最も多く、歯科検診では「年1回」と答えた施設が最も多かった。(p39、図62,64)
- ・食育の取組状況では、食育計画を策定している施設は約9割だった。(p41、図63)
- ・食育や保健に関する会議の開催状況は、約6割の施設で開催している。会議の内容については、「食育の実施に関すること」が最も多い。その他、「子どもたちの肥満傾向ややせ傾向に関すること」と回答した施設も約5割あることから、子どもたちの肥満ややせの課題について施設の意識も高い状況がうかがえた。(p42、図73)
- ・食に関するお話については、「その他」を除く全ての項目（「食べ物の名前について」「食べ物のはたらきについて」「食事のマナーについて」「食べ物の大切さについて」「行事食・郷土料理について」「食べ物の好き・嫌いについて」「よく噛んで食べることについて」）において6割以上の施設が行っていた。(p43、図68)
- ・食に関する活動・体験の内容は、野菜作りが約6割と一番多く、次いでお菓子作り、料理教室という結果だった。(p44、図69)
- ・運動や外遊びの状況では、屋内での運動時間では「1時間以上2時間未満」、屋外での運動時間では「1時間未満」と回答した施設が最も多かった。(p47、図73)
- ・運動に対する考え方については、「運動の必要性を感じていない」と回答する施設はなかった。また、「もっとさせたいが、できない状況である」と回答した施設は約1割、「今後もっとさせていきたい」と回答した施設が一番多いものの、「現在の状況を継続させたい」と回答した施設も約4割ある状況だった。(p48、図75)