

子どもの食に関するアンケート調査結果より(抜粋)

※有効回答のみ表示

- ◆ 実施期間:平成30年6月15日～6月29日
- ◆ 対象者:小学6年生 124人
 中学3年生 118人
- ◆ 有効回答数(率):小学6年生 108人(87.1%)
 中学3年生 89人(75.4%)

【小中学生】

普段の起床時間について教えてください

項 目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
～6:00	21 (19.4%)	8 (9.0%)
6:00～6:30	42 (38.9%)	24 (27.0%)
6:30～7:00	41 (38.0%)	46 (51.7%)
7:00～7:30	4 (3.7%)	10 (11.2%)
7:30～8:00	0 (0.0%)	0 (0.0%)
8:00～	0 (0.0%)	0 (0.0%)

普段の就寝状況について教えてください

項 目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
～20:00	2 (1.9%)	1 (1.1%)
20:00～21:00	10 (9.3%)	2 (2.2%)
21:00～22:00	73 (67.6%)	11 (12.4%)
22:00～23:00	21 (19.4%)	49 (55.1%)
23:00～24:00	1 (0.9%)	25 (28.1%)
24:00～	0 (0.0%)	0 (0.0%)

朝食の内容(小学生)

項 目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	99 (91.7%)	3 (2.8%)	3 (2.8%)	0 (0.0%)
肉類	23 (21.3%)	18 (16.7%)	36 (33.3%)	16 (14.8%)
魚類	13 (12.0%)	8 (7.4%)	37 (34.3%)	32 (29.6%)
卵・納豆・豆腐	53 (49.1%)	17 (15.7%)	21 (19.4%)	12 (11.1%)
副菜(野菜)	47 (43.5%)	17 (15.7%)	17 (15.7%)	18 (16.7%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	50 (46.3%)	13 (12.0%)	18 (16.7%)	20 (18.5%)

朝食の内容(中学生)

項 目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	79 (88.8%)	4 (4.5%)	5 (5.6%)	1 (1.1%)
肉類	17 (19.1%)	10 (11.2%)	33 (37.1%)	15 (16.9%)
魚類	6 (6.7%)	6 (6.7%)	24 (27.0%)	37 (41.6%)
卵・納豆・豆腐	30 (33.7%)	16 (18.0%)	19 (21.3%)	12 (13.5%)
副菜(野菜)	22 (24.7%)	14 (15.7%)	25 (28.1%)	15 (16.9%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	41 (46.1%)	13 (14.6%)	17 (19.1%)	9 (10.1%)

夕食の内容(小学生)

項 目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	97 (89.8%)	5 (4.6%)	0 (0.0%)	1 (0.9%)
肉類	37 (34.3%)	35 (32.4%)	27 (25.0%)	1 (0.9%)
魚類	21 (19.4%)	18 (16.7%)	52 (48.1%)	8 (7.4%)
卵・納豆・豆腐	53 (49.1%)	17 (15.7%)	21 (19.4%)	12 (11.1%)
副菜(野菜)	59 (54.6%)	19 (17.6%)	16 (14.8%)	6 (5.6%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	38 (35.2%)	19 (17.6%)	21 (19.4%)	15 (13.9%)

夕食の内容(中学生)

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4-5日食べる	週2-3日食べる	ほとんど食べない
主食	82 (92.1%)	2 (2.2%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
肉類	31 (34.8%)	28 (31.5%)	24 (27.0%)	0 (0.0%)
魚類	14 (15.7%)	11 (12.4%)	43 (48.3%)	11 (12.4%)
卵・納豆・豆腐	22 (24.7%)	13 (14.6%)	34 (38.2%)	8 (9.0%)
副菜(野菜)	38 (42.7%)	20 (22.5%)	22 (24.7%)	2 (2.2%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	33 (37.1%)	12 (13.5%)	24 (27.0%)	11 (12.4%)

朝食は誰と食べていますか

	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
家族そろって食べている	27 (25.0%)	19 (21.3%)
時間の合う家族と食べている	56 (51.9%)	40 (44.9%)
一人で食べている	8 (7.4%)	10 (11.2%)

食事を作るお手伝いすることはありますか

項目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
よく手伝う	16 (14.8%)	11 (12.4%)
時々手伝う	74 (68.5%)	41 (46.1%)
手伝わない	18 (16.7%)	36 (40.4%)

食事の準備のお手伝いすることはありますか

項目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
よく手伝う	44 (40.7%)	20 (22.5%)
時々手伝う	49 (45.4%)	48 (53.9%)
手伝わない	14 (13.0%)	20 (22.5%)

ゆっくりよく噛んで食べていますか

項目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
よく噛んで食べている	32 (29.6%)	24 (27.0%)
できるだけよく噛むようにしている	54 (50.0%)	41 (46.1%)
あまり噛んでいない	15 (13.9%)	12 (13.5%)
気を付けていない	7 (6.5%)	11 (12.4%)

どんなおやつを食べますか(おやつを食べる子供のみ回答 3つまで)

項目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
おにぎり	6 (6.0%)	3 (4.0%)
パン	14 (14.0%)	23 (30.7%)
スナック菓子	51 (51.0%)	43 (57.3%)
チョコレート類	35 (35.0%)	26 (34.7%)
せんべい類	33 (33.0%)	16 (21.3%)
カップ麺	3 (3.0%)	6 (8.0%)
アイスクリーム	50 (50.0%)	40 (53.3%)
果物	24 (24.0%)	13 (17.3%)
クッキー・ビスケット類	43 (43.0%)	17 (22.7%)
その他	6 (6.0%)	5 (6.7%)

よく飲む飲み物は何ですか(2つまで)

項 目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
水	24 (22.2%)	17 (19.1%)
牛乳	28 (25.9%)	35 (39.3%)
スポーツドリンク	19 (17.6%)	12 (13.5%)
ジュース・炭酸飲料	45 (41.7%)	38 (42.7%)
コーヒー・紅茶飲料	4 (3.7%)	11 (12.4%)
麦茶・ウーロン茶・お茶	76 (70.4%)	54 (60.7%)
その他	(0.0%)	1 (1.1%)

どのようなことに気をつけて食事をしていますか(複数回答)

項 目	人(%)	
	小学6年生	中学3年生
家族との会話を楽しむ	30 (27.8%)	33 (37.1%)
よくかんで食べる	32 (29.6%)	21 (23.6%)
三食必ず食べる	40 (37.0%)	37 (41.6%)
できるだけ多くの食品を食べる	16 (14.8%)	17 (19.1%)
ジュースを飲みすぎない	24 (22.2%)	11 (12.4%)
菓子類を食べ過ぎない	26 (24.1%)	18 (20.2%)
箸や食器の持ち方、姿勢	26 (24.1%)	11 (12.4%)
牛乳や小魚を食べる	9 (8.3%)	6 (6.7%)
好き嫌いしない	39 (36.1%)	34 (38.2%)
あいさつ	49 (45.4%)	27 (30.3%)
特に気をつけていない	7 (6.5%)	10 (11.2%)
その他	1 (0.9%)	2 (2.2%)

【小中学生保護者】

普段、家族がそろって一緒に食事をするのはいつですか(複数回答)

人(%)

項 目	小学生保護者	中学生保護者
朝食	58 (53.7%)	34 (38.2%)
昼食	2 (1.9%)	3 (3.4%)
夕食	96 (88.9%)	81 (91.0%)
そろわない	11 (10.2%)	7 (7.9%)

日頃食事を作る際に気をつけていることは何ですか(2つまで)

人(%)

項 目	小学生保護者	中学生保護者
家族の好きなもの	42 (38.9%)	30 (33.7%)
栄養のバランス	71 (65.7%)	50 (56.2%)
多くの食べ物を使う	28 (25.9%)	32 (36.0%)
安全な食べ物を使う	11 (10.2%)	15 (16.9%)
地元の食べ物を使う	7 (6.5%)	6 (6.7%)
旬の食べ物を使う	34 (31.5%)	19 (21.3%)
調理の手間のかからないもの	18 (16.7%)	12 (13.5%)
あまり高価でないもの	10 (9.3%)	4 (4.5%)
特にない	5 (4.6%)	0 (0.0%)
その他	2 (1.9%)	1 (1.1%)

日頃の食事に野菜や米など地産食材(置賜産)は使用しますか

人(%)

項 目	小学生保護者	中学生保護者
いつも使用する	68 (63.0%)	49 (55.1%)
時々使用する	17 (15.7%)	19 (21.3%)
たまに使用する	12 (11.1%)	9 (10.1%)
あまり使用しない	0 (0.0%)	3 (3.4%)
手に入ったとき使用する	11 (10.2%)	3 (3.4%)
意識していない	6 (5.6%)	6 (6.7%)
その他	0 (0.0%)	0 (0.0%)

地産食材を使用する理由を教えてください(2つまで)

人(%)

項 目	小学生保護者	中学生保護者
新鮮だから	20 (18.5%)	20 (22.5%)
家庭で作っているから	49 (45.4%)	44 (49.4%)
おいしいから	31 (28.7%)	25 (28.1%)
安心安全だから	27 (25.0%)	18 (20.2%)
手ごろな価格だから	6 (5.6%)	4 (4.5%)
頂き物がある	17 (15.7%)	12 (13.5%)
地域の活性化につながる	6 (5.6%)	0 (0.0%)
その他	0 (0.0%)	1 (1.1%)

「食育」という言葉や意味を知っていますか

人(%)

項 目	小学生保護者	中学生保護者
言葉も意味も知っている	84 (77.8%)	71 (79.8%)
言葉は知っているが意味は知らない	28 (25.9%)	17 (19.1%)
言葉も意味も知らない	0 (0.0%)	0 (0.0%)

食に関して実践していることは何ですか(複数回答)

人(%)

項目	小学生保護者	中学生保護者
栄養バランス	73 (67.6%)	58 (65.2%)
減塩	34 (31.5%)	24 (27.0%)
食べ過ぎない	22 (20.4%)	8 (9.0%)
生活リズムを整える	38 (35.2%)	30 (33.7%)
できるだけ家族と食事する	73 (67.6%)	59 (66.3%)
食事のマナーを教える	85 (78.7%)	40 (44.9%)
むし歯・歯周病予防	13 (12.0%)	6 (6.7%)
栽培体験	19 (17.6%)	10 (11.2%)
調理を教える	38 (35.2%)	19 (21.3%)
郷土料理を教える	7 (6.5%)	5 (5.6%)
安心安全な食材購入	29 (26.9%)	19 (21.3%)
その他	2 (1.9%)	1 (1.1%)

子どもの食に関するアンケート調査結果より(抜粋)

※有効回答のみ表示

- ◆ 実施期間:平成30年6月4日～6月29日
- ◆ 対象者:山形県立置賜農業高等学校3年生 107人
- ◆ 有効回答数(率): 107人(100%)

【高校3年生】

普段の起床時間について教えてください

項目	人(%)
～6:00	23 (21.5%)
6:00～6:30	32 (29.9%)
6:30～7:00	32 (29.9%)
7:00～7:30	14 (13.1%)
7:30～8:00	6 (5.6%)
8:00～	0 (0.0%)

登校日の朝食時間について教えてください

項目	人(%)
6:00～6:30	15 (14.0%)
6:30～7:00	26 (24.3%)
7:00～7:30	26 (24.3%)
7:30～8:00	16 (15.0%)
8:00～	1 (0.9%)

登校日の夕食時間について教えてください

項目	人(%)
～19:30	39 (36.4%)
19:30～20:00	34 (31.8%)
20:00～20:30	20 (18.7%)
20:30～21:00	9 (8.4%)
21:00～	4 (3.7%)

普段の就寝状況について教えてください

項目	人(%)
～20:00	0 (0.0%)
20:00～21:00	4 (3.7%)
21:00～22:00	3 (2.8%)
22:00～23:00	38 (35.5%)
23:00～24:00	46 (43.0%)
24:00～	16 (15.0%)

朝食の内容

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	75 (70.1%)	11 (10.3%)	10 (9.3%)	10 (9.3%)
肉類	25 (23.4%)	15 (14.0%)	23 (21.5%)	33 (30.8%)
魚類	9 (8.4%)	8 (7.5%)	30 (28.0%)	48 (44.9%)
卵・納豆・豆腐	27 (25.2%)	9 (8.4%)	26 (24.3%)	37 (34.6%)
副菜(野菜)	23 (21.5%)	10 (9.3%)	26 (24.3%)	41 (38.3%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	33 (30.8%)	11 (10.3%)	22 (20.6%)	36 (33.6%)

夕食の内容

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	84 (78.5%)	9 (8.4%)	6 (5.6%)	5 (4.7%)
肉類	40 (37.4%)	34 (31.8%)	23 (21.5%)	5 (4.7%)
魚類	22 (20.6%)	19 (17.8%)	37 (34.6%)	23 (21.5%)
卵・納豆・豆腐	33 (30.8%)	23 (21.5%)	33 (30.8%)	11 (10.3%)
副菜(野菜)	44 (41.1%)	24 (22.4%)	22 (20.6%)	12 (11.2%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	25 (23.4%)	13 (12.1%)	31 (29.0%)	32 (29.9%)

朝食内容すべて「ほとんど食べない」を選択した学生(10人)の食べない理由

項目	人(%)
時間がない	6 (60.0%)
食欲がない	4 (40.0%)
用意されていない	4 (40.0%)
太りたくない	0 (0.0%)
習慣になっている	6 (60.0%)
その他	0 (0.0%)

自分の食事を作る(調理)することは
ありますか

項目	人(%)
作ることがある	48 (44.9%)
朝食	11 (10.3%)
昼食	26 (24.3%)
夕食	26 (24.3%)
ほとんどつづらない	59 (55.1%)

家族の食事を作ったり(調理)、
準備を手伝うことはありますか

項目	人(%)
作ることがある	22 (20.6%)
朝食	4 (3.7%)
昼食	3 (2.8%)
夕食	16 (15.0%)
手伝うことがある	53 (49.5%)
ほとんどしない	31 (29.0%)

どんなおやつを食べますか

(おやつを食べる学生80名の回答 3つまで)

項目	人(%)
おにぎり	6 (7.5%)
パン	12 (15.0%)
スナック菓子	45 (56.3%)
チョコレート類	39 (48.8%)
せんべい類	16 (20.0%)
カップ麺	5 (6.3%)
アイスクリーム	31 (38.8%)
果物	15 (18.8%)
クッキー・ビスケット類	16 (20.0%)
肉類の焼物・揚物	0 (0.0%)
その他	6 (7.5%)

よく飲む飲み物は何ですか(2つまで)

項目	人(%)
水	21 (19.6%)
牛乳	16 (15.0%)
スポーツドリンク	5 (4.7%)
ジュース・炭酸飲料	45 (42.1%)
コーヒー・紅茶飲料	19 (17.8%)
麦茶・ウーロン茶・お茶	78 (72.9%)
その他	0 (0.0%)

ゆっくりよく噛んで食べていますか

項目	人(%)
よく噛んで食べている	10 (9.3%)
できるだけよく噛むようにしている	60 (56.1%)
あまり噛んでいない	13 (12.1%)
気を付けていない	24 (22.4%)

どのようなことに気をつけて食事をしていますか(3つまで)

項目	人(%)
家族との会話を楽しむ	33 (30.8%)
よくかんで食べる	20 (18.7%)
三食必ず食べる	35 (32.7%)
できるだけ多くの食品を食べる	23 (21.5%)
ジュースを飲みすぎない	22 (20.6%)
菓子類を食べ過ぎない	28 (26.2%)
箸や食器の持ち方、姿勢	19 (17.8%)
牛乳や小魚を食べる	9 (8.4%)
好き嫌いしない	33 (30.8%)
あいさつ	49 (45.8%)
特に気をつけていない	14 (13.1%)
その他	0 (0.0%)

成人の食生活に関するアンケート調査結果より(抜粋)

※有効回答のみ表示

- ◆ 実施期間:平成30年1月15日～1月28日
- ◆ 対象者数:男538人 女540人 計1,078人(19歳～79歳 無作為抽出)
- ◆ 有効回答数:825人(回収率76.5%)

朝食を食べていますか

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
ほぼ毎日食べている	532 (82.0%)	690 (83.6%)
週2～3日食べない	35 (5.4%)	34 (4.1%)
週4～5回食べない	9 (1.4%)	37 (4.5%)
ほとんど食べない	47 (7.2%)	59 (7.2%)

朝食を毎日食べない理由を選んでください。

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
家族で食べる人がいない	1 (0.9%)	1 (0.8%)
交代勤務で時間がずれる	6 (5.1%)	8 (6.2%)
作るのが面倒	15 (12.8%)	3 (2.3%)
作る人がいない	1 (0.9%)	1 (0.8%)
時間がない	36 (30.8%)	38 (29.2%)
習慣	17 (14.5%)	25 (19.2%)
食べるのが面倒	35 (29.9%)	4 (3.1%)
食欲がない	33 (28.2%)	17 (13.1%)
痩せたい	2 (1.7%)	2 (1.5%)
特に理由はない	11 (9.4%)	22 (16.9%)
その他	6 (5.1%)	5 (3.8%)

朝食を食べなくなった時期はいつからですか

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
10代前半	8 (6.8%)	11 (8.5%)
10代後半	16 (13.7%)	20 (15.4%)
20代	33 (28.2%)	46 (35.4%)
その他	14 (12.0%)	31 (23.8%)

朝食の内容

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	680 (82.4%)	34 (4.1%)	45 (5.5%)	54 (6.5%)
肉類	76 (9.2%)	52 (6.3%)	175 (21.2%)	205 (24.8%)
魚類	86 (10.4%)	58 (7.0%)	208 (25.2%)	195 (23.6%)
卵・納豆・豆腐	354 (42.9%)	105 (12.7%)	175 (21.2%)	89 (10.8%)
副菜(野菜)	365 (44.2%)	93 (11.3%)	109 (13.2%)	120 (14.5%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	299 (36.2%)	55 (6.7%)	129 (15.6%)	173 (21.0%)

昼食の内容

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4～5日食べる	週2～3日食べる	ほとんど食べない
主食	704 (85.3%)	35 (4.2%)	20 (2.4%)	19 (2.3%)
肉類	129 (15.6%)	116 (14.1%)	247 (29.9%)	81 (9.8%)
魚類	106 (12.8%)	59 (7.2%)	251 (30.4%)	124 (15.0%)
卵・納豆・豆腐	144 (17.5%)	67 (8.1%)	191 (23.2%)	121 (14.7%)
副菜(野菜)	313 (37.9%)	96 (11.6%)	152 (18.4%)	63 (7.6%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	139 (16.8%)	58 (7.0%)	152 (18.4%)	189 (22.9%)

夕食の内容

項目	人(%)			
	ほぼ毎日食べる	週4-5日食べる	週2-3日食べる	ほとんど食べない
主食	664 (80.5%)	27 (3.3%)	38 (4.6%)	47 (5.7%)
肉類	209 (25.3%)	193 (23.4%)	302 (36.6%)	17 (2.1%)
魚類	164 (19.9%)	128 (15.5%)	366 (44.4%)	28 (3.4%)
卵・納豆・豆腐	193 (23.4%)	113 (13.7%)	247 (29.9%)	45 (5.5%)
副菜(野菜)	426 (51.6%)	147 (17.8%)	140 (17.0%)	9 (1.1%)
牛乳・ヨーグルト・くだもの	191 (23.2%)	70 (8.5%)	178 (21.6%)	153 (18.5%)

塩分摂取量の傾向

項目	人(%)
塩分摂取が少なめ	56 (6.8%)
塩分摂取は平均的	245 (29.7%)
塩分摂取が多め	362 (43.9%)
塩分摂取はかなり多い	102 (12.4%)

普段、家庭で家族と一緒に食べるのはいつですか

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
朝食	251 (38.7%)	254 (30.8%)
昼食	84 (12.9%)	117 (14.2%)
夕食	507 (78.1%)	450 (54.5%)
一人で食べている	35 (5.4%)	36 (4.4%)
その他	17 (2.6%)	12 (1.5%)

日頃の食事に野菜や米など地産食材(置賜産)は使用しますか

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
いつも使用する	431 (66.4%)	526 (63.8%)
時々使用する	—	112 (13.6%)
たまに使用する	71 (10.9%)	29 (3.5%)
あまり使用しない	2 (0.3%)	8 (1.0%)
手に入ったとき使用する	33 (5.1%)	20 (2.4%)
意識していない	38 (5.9%)	74 (9.0%)
その他	2 (0.3%)	6 (0.7%)

地産食材は主にどこから入手しますか

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
家庭で栽培している	336 (51.8%)	421 (66.0%)
産地直売所	101 (15.6%)	138 (21.6%)
町内小売店	128 (19.7%)	194 (30.4%)
町外小売店	25 (3.9%)	46 (7.2%)
その他	52 (8.0%)	78 (12.2%)

地産食材を使用する理由を教えてください(2つまで)

項目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
新鮮だから	215 (33.1%)	209 (32.8%)
家庭で作っているから	252 (38.8%)	383 (60.0%)
おいしいから	101 (15.6%)	127 (19.9%)
安心安全だから	139 (21.4%)	195 (30.6%)
手ごろな価格だから	47 (7.2%)	68 (10.7%)
いただきものがあるから	—	61 (9.6%)
地域の活性化につながるから	26 (4.0%)	34 (5.3%)
その他	4 (0.6%)	3 (0.5%)

「食育」という言葉や意味を知っていますか

項 目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
言葉も意味も知っている	345 (53.2%)	443 (53.7%)
言葉は知っているが意味は知らない	168 (25.9%)	246 (29.8%)
言葉も意味も知らない	32 (4.9%)	43 (5.2%)

食に関して実践していることは何ですか(複数回答)

項 目	平成24年度調査	平成29年度調査
	人(%)	人(%)
栄養バランスのとれた食生活	189 (29.1%)	397 (48.1%)
家族や友人と食卓を囲む機会を持つ	255 (39.3%)	314 (38.1%)
持続的な農作物の生産	26 (4.0%)	287 (34.8%)
食に対し感謝の気持ちを持つ	26 (4.0%)	210 (25.5%)
食の安心安全に理解を深める	18 (2.8%)	176 (21.3%)
食事のマナー	8 (1.2%)	84 (10.2%)
食文化の継承	12 (1.8%)	45 (5.5%)
地産地消の推進	5 (0.8%)	93 (11.3%)
むし歯・歯周疾患の予防	—	69 (8.4%)
その他	14 (2.2%)	12 (1.5%)