

## 平成26年度 3歳児（保護者）の食生活等実態調査報告書

### 1 目的

平成19年度から「岐阜県食育推進基本計画」に基づき、「3歳児・小学生・中学生の朝食欠食率0%」を目標指標に掲げ、子どもたちの望ましい生活習慣を確立するとともに、平成24年度からの「第2次岐阜県食育推進基本計画」では3歳児の保護者にあたる青年期層への食育についても重点施策として推進している。

平成26年度についても、3歳児と保護者の食生活等の実態を調査し、今後の食育施策の検討に役立てることとする。

### 2 調査時期

平成26年11月中旬から 1月中旬のうちの1か月間

### 3 調査対象

岐阜県内の市町村で実施された3歳児健康診査受診者及び保護者

### 4 調査方法

- (1) 調査期間内に実施する3歳児健康診査において、子どもの朝食摂取状況を中心とした食生活実態及び保護者の朝食摂取状況等を把握
- (2) 同様の調査内容で把握している場合は、調査期間外に実施された3歳児健康診査における結果でも可とする

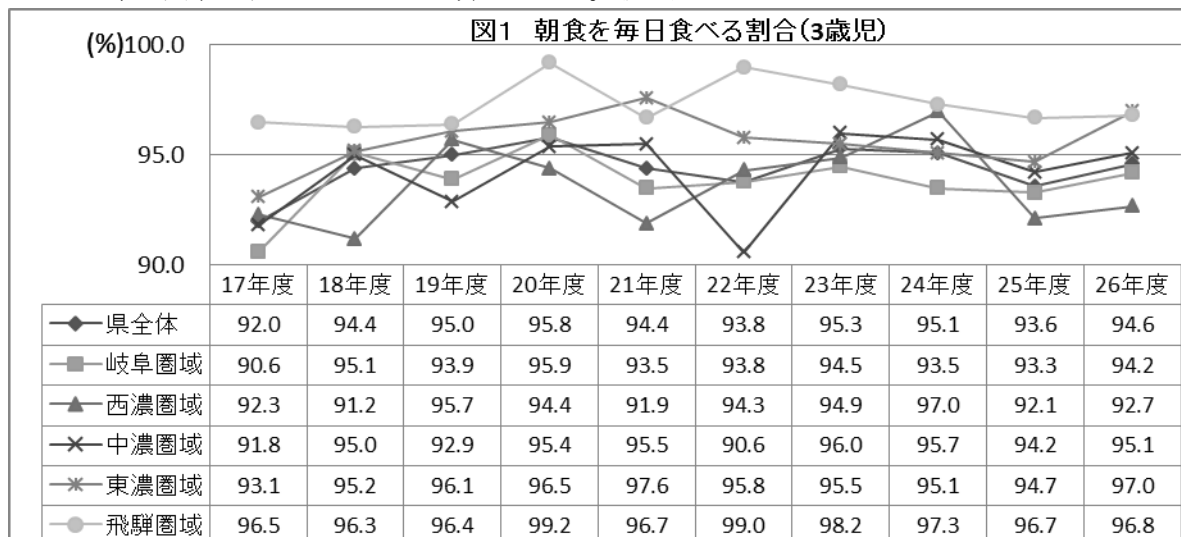
### 5 調査結果

(1) 調査実施数 3歳児 1,643名、保護者 1,643名から回答を得た。

		岐阜	西濃	中濃	東濃	飛騨	計
3歳児		641	330	344	233	95	1,643
保護者	10歳代	1	2	4	0	0	7
	20歳代	98	58	58	45	18	277
	30歳代	451	230	219	151	62	1,113
	40歳代	75	32	40	28	13	188
	50歳代	4	2	0	0	2	8
	無回答	12	6	23	9	0	50
	総計	641	330	344	233	95	1,643

### (2) 子どもの朝食摂取状況

朝食を毎日食べる人の割合は、県全体で94.6%と前年度より1.0ポイント上昇しているとともに、5圏域のすべてにおいて上昇している。(図1)

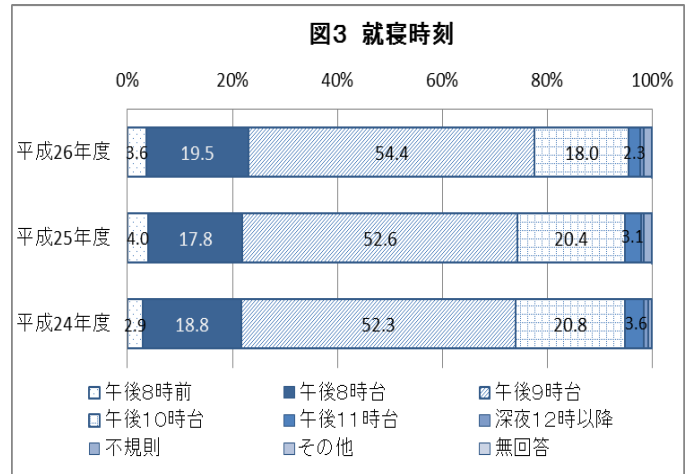
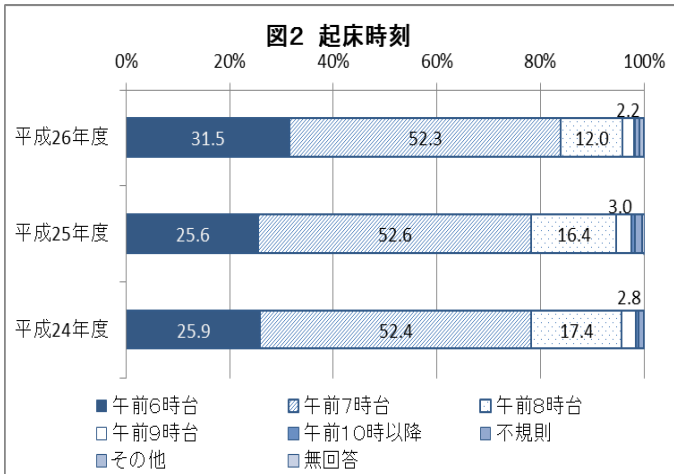


(3) 市町村別朝食摂取状況

	3歳児									保護者								
	平成24年度		平成25年度		平成26年度					平成24年度		平成25年度		平成26年度				
	ほぼ毎日食べる				週に4,5日 食べる	週に2,3日 食べる	ほとんど食 べない	無回答	計	ほぼ毎日食べる				週に4,5日 食べる	週に2,3日 食べる	ほとんど食 べない	無回答	計
岐阜市	92.9	93.4	94.3	214	10	3			227	89.2	86.7	89.0	202	7	5	9	4	227
羽島市	97.1	90.7	97.4	37	1				38	91.4	79.1	89.5	34	1		2	1	38
各務原市	95.3	92.1	94.9	75	2	2			79	94.3	91.0	92.4	73	1		2	3	79
山県市	100.0	93.8	96.0	24	1				25	83.3	0.0	72.0	18	2	3	2		25
瑞穂市	100.0	97.4	93.8	15			1		16	91.4	97.4	87.5	14				2	16
本巣市	93.0	94.7	85.0	17		2	1		20	93.0	78.9	95.0	19			1		20
岐南町	90.3	92.9	93.9	201	10	2	1		214	88.9	85.0	86.0	184	12	6	8	4	214
笠松町	96.2	91.7	100.0	7					7	92.3	91.7	100.0	7					7
北方町	85.7	100.0	93.3	14		1			15	100.0	71.4	86.7	13		2			15
園城	93.5	93.3	94.2	604	24	10	3		641	90.6	82.7	88.0	564	23	16	24	14	641
大垣市	98.5	92.9	90.1	91	4	5	1		101	92.5	87.6	90.1	91	4	4	2		101
海津市	94.4	88.9	100.0	14					14	77.8	88.9	71.4	10	1	2	1		14
養老町	87.5	100.0	100.0	23					23	87.5	100.0	95.7	22			1		23
垂井町	87.5	91.7	100.0	24					24	75.0	58.3	100.0	24					24
関ヶ原町	100.0	80.0	85.7	6	1				7	100.0	60.0	100.0	7					7
神戸町	94.7	88.6	85.2	23	3	1			27	84.2	85.7	85.2	23	1			3	27
輪之内町	100.0	94.1	90.0	9	1				10	80.0	70.6	90.0	9		1			10
安八町	100.0	88.2	92.9	26	1	1			28	95.0	94.1	89.3	25	1			2	28
揖斐川町	100.0	95.8	90.5	19	1		1		21	100.0	83.3	85.7	18			3		21
大野町	100.0	94.7	96.2	50		2			52	97.1	94.7	90.4	47	1	2	2		52
池田町	96.4	90.5	91.3	21	2				23	89.3	85.7	82.6	19	2	1		1	23
園城	97.0	92.1	92.7	306	13	9	2		330	90.6	85.6	89.4	295	10	10	9	6	330
関市	95.8	94.1	94.5	52	2	1			55	87.5	94.1	85.5	47	3	1	1	3	55
美濃市	96.0	95.2	91.7	22	1	1			24	92.0	100.0	83.3	20	1	2		1	24
郡上市	92.5	95.1	97.7	43		1			44	92.5	87.8	100.0	44					44
美濃加茂市	98.0	0.0	92.2	47	1	2		1	51	88.2	0.0	88.2	45	1			5	51
可児市	95.1	96.9	96.1	73	3				76	92.7	90.8	85.5	65	4	1	1	5	76
坂祝町	100.0	87.5	92.6	25	2				27	100.0	68.8	77.8	21		1		5	27
富加町	100.0	92.9	100.0	11					11	83.3	100.0	90.9	10		1			11
川辺町	100.0	100.0	91.7	11	1				12	91.7	86.7	91.7	11	1				12
七宗町	100.0	100.0	100.0	4					4	100.0	100.0	100.0	4					4
八百津町	92.3	100.0	100.0	12					12	84.6	87.5	83.3	10	1			1	12
白川町	92.3	0.0	100.0	7					7	46.2	0.0	42.9	3				4	7
東白川村	100.0	100.0	100.0	7					7	100.0	75.0	100.0	7					7
御嵩町	87.5	82.6	92.9	13	1				14	100.0	95.7	78.6	11	1	1	1		14
園城	95.7	94.2	95.1	327	11	5		1	344	89.3	90.5	86.6	298	12	7	3	24	344
多治見市	97.1	92.9	100.0	70					70	92.9	87.5	88.6	62	2	3	3		70
瑞浪市	100.0	94.7	92.0	23		1	1		25	100.0	94.7	96.0	24	1				25
土岐市	95.7	95.8	94.3	33	1	1			35	95.7	100.0	85.7	30	2	2		1	35
中津川市	93.1	94.3	95.8	68	2	1			71	80.6	88.6	93.0	66	1	1	1	2	71
恵那市	92.9	97.2	100.0	32					32	90.5	88.9	75.0	24	3			5	32
園城	95.1	94.7	97.0	226	3	3	1		233	89.3	90.6	88.4	206	9	6	4	8	233
高山市	98.0	97.7	93.3	42	3				45	92.0	88.6	88.9	40	4	1			45
飛騨市	100.0	93.3	100.0	7					7	90.0	86.7	100.0	7					7
下呂市	95.9	100.0	100.0	41					41	93.9	93.1	85.4	35	3		3		41
白川村	100.0	66.7	100.0	2					2	100.0	100.0	100.0	2					2
園城	97.3	96.7	96.8	92	3				95	92.7	90.1	88.4	84	7	1	3		95
計	95.1	93.6	94.6	1,555	54	27	6	1	1,643	90.3	85.8	88.1	1,447	61	40	43	52	1,643

(4) 子どもの起床・就寝時刻

生活リズムとして、午前7時台に起床し、午後9時台に就寝する割合が一番多く、3年間同じ傾向にあるが午前6時台に起床する割合が増加しており、午後10時台に就寝する子どもの割合が減少している。(図2,3)

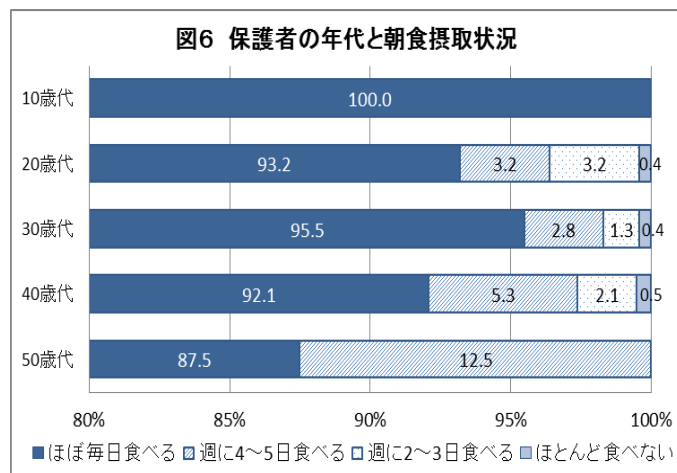
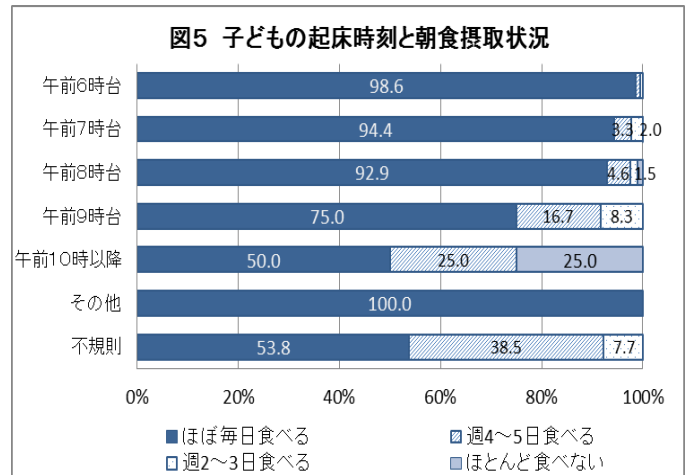
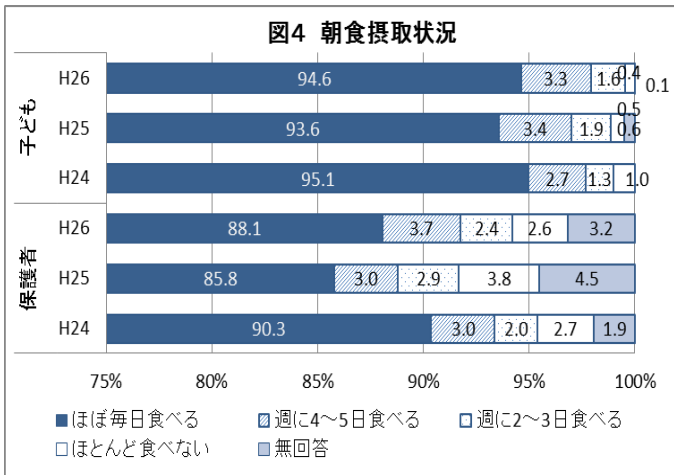


(5) 子どもと保護者の朝食摂取状況

①朝食を「ほぼ毎日食べる」人の割合は、子どもが94.6%、保護者が88.1%であり、いずれも平成25年度より増加している。朝食を「ほとんど食べない」保護者が2.6%いる。(図4)

②午前6時台に起床する子どもでは朝食を「ほぼ毎日食べる」割合が98%を超えているが、午前9時台の起床では75.0%に低下し、午前10時台では50.0%と半数まで低くなっている。(図5)

③保護者の年代別に見ると、10歳代の保護者で朝食を「ほぼ毎日食べる」割合が100%と高く、次いで30代の95.5%となっている。40歳代、50歳代と割合が低くなり50歳代が最も低く、87.5%であった。(図6)

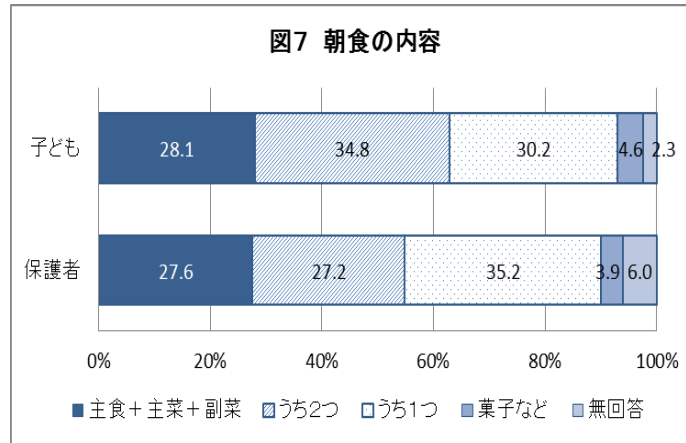


(6) 朝食内容

①朝食の内容として、「主食・主菜・副菜のそろった朝食」を食べているのは、子どもの28.1%、保護者の27.6%であった。

②最も多い食べ方は「主食」「主菜」「副菜」のいずれか1つであった。(図7)

③子どもの食事内容は保護者の食事内容に影響され、子どもも保護者も「主食のみ」という人が最も多い。次いで「主食+主菜+副菜」のそろった食事となっている。



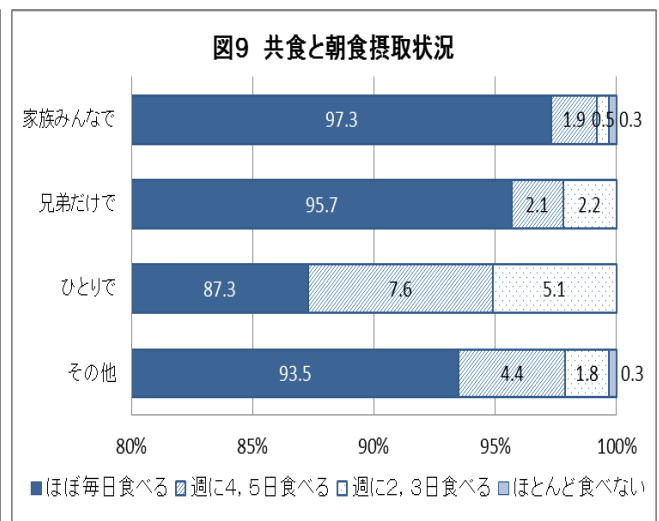
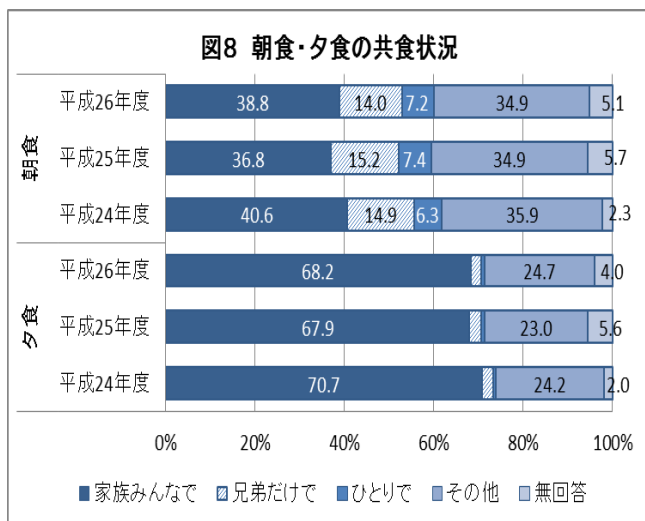
朝食の内容		3歳児										
		主食+主菜+副菜	主食+主菜	主食+副菜	主菜+副菜	主食のみ	主菜のみ	副菜のみ	菓子など	ほとんど食べない	無回答	計
保護者	主食+主菜+副菜	319	57	28	3	30	2		3		1	443
	主食+主菜	21	145	1	2	28	4	1	4		1	207
	主食+副菜	49	22	106	3	36	2		5			223
	主菜+副菜	3		1	1	2						7
	主食のみ	36	98	41	2	323	4	2	33	2	4	545
	主菜のみ		2	1			1		1			5
	副菜のみ	4	1	3	1	2		3	1			15
	菓子など	7	9	4		20	1		22			63
	ほとんど食べない	7	6	4	1	11			1	4	4	38
	無回答	13	19	8		21	1		5	2	28	97
計	459	359	197	13	473	15	6	75	8	38	1,643	

(7) 共食の状況

①「家族みんなで」食事をとる割合は、朝食で38.8%、夕食で68.2%であり、平成24年度以降あまり変化はない。(図8)

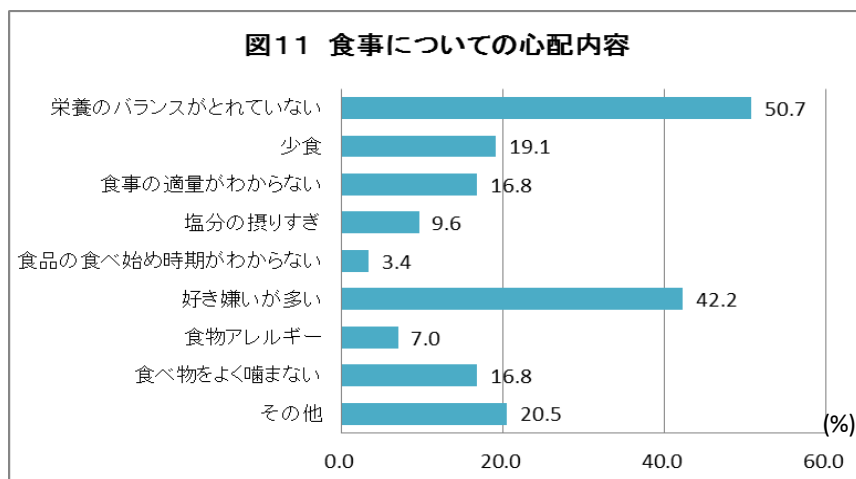
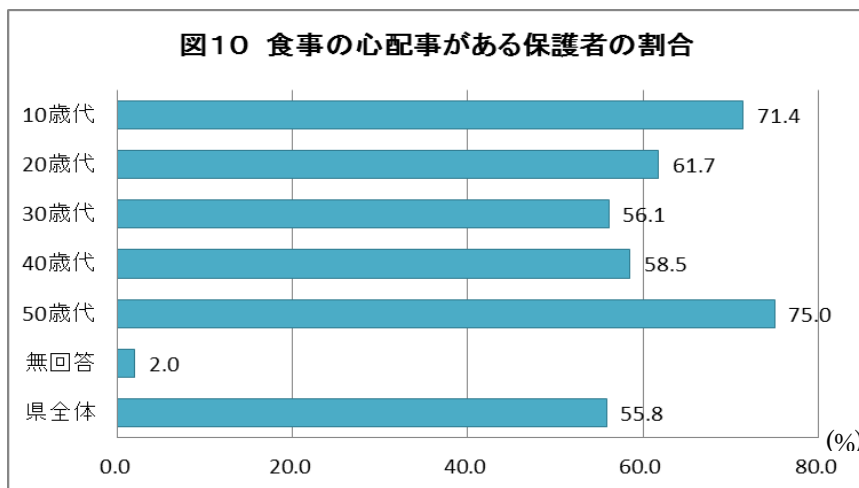
②朝食を「ひとりで」とる割合は7.2%と前年度とほぼ同様である。

③家族みんなで食事をとる人の方が、ほぼ毎日朝食をとる割合が高い。(図9)



(8) 食事についての心配事について

- ①食事について心配がある割合は 55.8%で半数以上の人がか心配事を持っている。(図 10)
- ②年代別では 10 歳代、50 歳代の保護者がほかの年代より心配事を持っている。
- ③心配している内容は、「栄養のバランスがとれていない」が 50.7%、「好き嫌いが多い」が 42.2%と、他の項目に比べ割合が高い。(図 11)



6 まとめ

平成 24 年度から実施している「第 2 次岐阜県食育推進基本計画」においても、子どもの望ましい生活習慣の確立を重点施策として推進しており、県民の指標項目として「朝食欠食者の減少」を設定している。この中でも、3 歳児、小学生及び中学生については「欠食 0%」を掲げており、すべての子どもたちが毎日朝食を食べることをめざしている。

本調査において、3 歳児の朝食摂取状況を把握することとしており、平成 17 年度からの状況を見ると、朝食を毎日食べる人の割合は全体として 2.6 ポイント増加している。しかし、地域差や年度ごとの差もあり、一様に増加しているわけではないため、朝食摂取習慣の定着への取り組みを継続していく必要がある。

朝食摂取と共食の状況を見ると、朝食を家族みんなで食べる子どもは朝食をほぼ毎日食べている割合が高いが、ひとりで食べる子どもは朝食を毎日食べる割合が少ない。また、朝 8 時台までに起床する子どもはほぼ毎日朝食を摂取している割合が高いことから、家族そろって朝食が食べられる時間に起床するなど生活リズムを整えることで朝食を食べる習慣につなげることが必要である。

朝食内容は「主食のみ」のものが最も多かったが、「主食、主菜、副菜」のそろった食事も増加している。食事内容は保護者が食べている内容に影響されることから、保護者に意識づけをするとともに家族の健康を担う役割として実践できるように取り組む必要がある。

【 参考 】 3歳児の朝食摂取状況

	県全体										岐阜圏域										西濃圏域									
	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度
ほぼ毎日食べる	92.0	94.4	95.0	95.8	94.4	93.8	95.3	95.1	93.6	94.6	90.6	95.1	93.9	95.9	93.5	93.8	94.5	93.5	93.3	94.2	92.3	91.2	95.7	94.4	91.9	94.3	94.9	97.0	92.1	92.7
週4.5日食べる	5.0	3.2	3.2	2.8	3.3	3.5	3.2	2.7	3.4	3.3	5.3	2.4	4.2	2.4	3.4	3.3	4.1	3.8	3.8	3.7	3.8	5.0	1.9	4.2	5.9	3.4	3.3	0.6	3.1	3.9
週2.3日食べる	2.2	1.2	1.1	0.9	1.5	1.8	1.1	1.3	1.9	1.6	3.9	1.0	1.1	1.1	1.9	1.7	0.9	1.2	2.0	1.6	1.5	1.7	1.9	0.8	1.1	1.7	1.5	1.5	3.4	2.7
ほとんど食べない	0.8	1.2	0.7	0.5	0.8	0.8	0.3	1.0	0.6	0.4	0.2	1.5	0.8	0.6	1.2	1.0	0.3	1.5	0.8	0.5	2.4	2.1	0.5	0.6	1.1	0.6	0.3	0.9	0.7	0.6
無回答	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	-	0.5	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0.2	-	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.7	0.0
小計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.1	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	99.9

	中濃圏域										東濃圏域										飛騨圏域									
	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度
ほぼ毎日食べる	91.8	95.0	92.9	95.4	95.5	90.6	96.0	95.7	94.2	95.1	93.1	95.2	96.1	96.5	97.6	95.8	95.5	95.1	94.7	97.0	96.5	96.3	96.4	99.2	96.7	99.0	98.2	97.3	96.7	96.8
週4.5日食べる	6.3	4.0	5.2	3.6	2.3	4.7	2.4	2.3	3.7	3.2	5.3	2.8	2.6	1.9	1.2	4.2	3.5	2.7	2.9	1.3	2.6	2.2	2.4	0.0	2.6	0.0	0.0	2.7	2.2	3.2
週2.3日食べる	1.1	0.8	1.1	0.5	1.7	3.2	1.3	1.7	1.2	1.5	1.2	1.0	0.9	0.8	1.2	0.0	0.5	1.3	0.6	1.3	0.9	1.5	0.6	0.8	0.7	1.0	0.9	0.0	0.0	0.0
ほとんど食べない	0.8	0.2	0.8	0.5	0.5	1.5	0.3	0.3	0.0	0.0	0.4	1.0	0.4	0.8	0.0	0.0	0.5	0.9	1.2	0.4	0.0	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
無回答	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.8	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	-	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	-	1.1	0.0
小計	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	99.9	100.1	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

