

調査の概要

1. 調査の目的

児童生徒の食生活等に関する実態を把握し、県の健康施策、食環境づくりの推進に活用するための基礎資料を得ることを目的とする。

2. 調査の対象

調査は小学校 10 施設、中学校 10 施設、高等学校 7 施設で実施した。有効回答数は、小学生 1597 人、中学生 959 人、高校生 1601 人であった。学年別、性別の人数を表 1 に示す。(次項参照)

3. 調査時期と方法

令和 4 年 11 月から令和 5 年 3 月に調査を実施した。調査方法は、小学校 3 年生以下については、保護者の記入による質問紙調査を実施した。小学校 4 年生以上から中学生については、教員立会いのもと質問紙調査を実施した。高校生については、Microsoft 社の Forms を使用し、ウェブフォームにより回答を得た。

4. 調査内容

調査内容は、朝食・夕食・間食・夜食の状況、就寝時刻と起床時刻、運動・遊びの状況である。

5. 集計分析方法について

調査内容について、小学校低学年児童、小学校高学年児童、中学生、高校生別に集計し、分析を行った。クロス集計のうち、体型と食生活習慣の項目については記述式調査票とマークシート式調査票の突合ができた対象者を分析に用いたが、他の項目については全対象者を分析に用いた。欠損値は、項目ごとに除外した。

6. 調査票の様式

調査票の様式を 44～45 頁に示す。

表1 小学生の食生活・身体状況調査票分析対象数

	施設番号	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		合計		
		調査票	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況
小学校 低学年	1年生	男	13	11	14	14	17	17	19	19	14	11	26	26	12	12	14	14	9	8	0	0	138	132
		女	13	12	23	22	18	18	2	2	15	15	43	43	10	10	28	28	8	8	0	0	160	158
	2年生	男	16	16	0	0	0	0	8	8	18	18	0	0	10	10	18	18	12	11	39	39	121	120
		女	19	19	0	0	0	0	11	11	17	17	0	0	13	13	25	25	6	6	30	30	121	121
	3年生	男	5	5	15	15	19	19	19	19	16	14	0	0	16	14	0	0	15	15	0	0	105	101
		女	13	13	22	21	22	22	12	11	19	18	0	0	11	10	0	0	8	8	0	0	107	103
小学校 高学年	4年生	男	19	19	19	19	0	0	11	11	17	17	0	0	15	15	26	26	15	15	0	0	122	122
		女	15	15	10	10	0	0	10	10	19	19	0	0	11	11	24	24	16	16	0	0	105	105
	5年生	男	14	14	22	22	18	18	16	16	0	0	36	36	11	11	0	0	15	14	35	35	167	166
		女	14	14	22	21	18	18	11	11	0	0	51	51	16	16	0	0	15	15	40	40	187	186
	6年生	男	24	24	0	0	26	26	13	13	25	25	0	0	12	12	29	29	12	12	0	0	141	141
		女	18	18	0	0	20	20	10	10	21	21	0	0	14	14	19	19	11	11	0	0	113	113
学年・性別不明			1	0	0	0	4	1	2	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	10	3
合計			184	180	147	144	162	159	144	141	181	175	157	156	152	149	183	183	143	140	144	144	1,597	1,571

表2 中学生の食生活・身体状況調査票分析対象数

	施設番号	11		12		13		14		15		16		17		18		19		20		合計		
		調査票	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況
中学校	1年生	男	29	28	25	25	16	21	18	18	33	33	9	9	23	23	25	25	24	24	23	23	225	229
		女	30	30	32	32	24	26	16	16	20	20	10	10	19	19	23	23	20	20	24	24	218	220
	2年生	男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	10	0	0	0	0	0	0	0	0	10	10
		女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	6	0	0	0	0	0	0	0	0	6	6
	3年生	男	32	32	28	28	17	21	28	28	24	23	7	7	32	32	19	18	24	25	28	28	239	242
		女	25	25	29	29	26	28	24	24	35	35	8	8	33	34	13	13	21	20	32	32	246	248
学年・性別不明			2	2	0	0	2	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	6	4	
合計			118	117	114	114	85	96	86	86	112	112	50	50	108	108	80	79	90	90	107	107	950	959

表3 高校生の食生活・身体状況調査票分析対象数

	施設番号	21		22		23		24		25		26		27		施設不明		合計		
		調査票	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況	食生活状況	身体状況
高校	1年生	男	0	0	29	29	69	69	0	0	0	0	2	2	66	66	11	11	177	177
		女	0	0	72	72	54	54	2	2	0	0	3	3	104	104	17	17	252	252
	2年生	男	0	0	17	17	38	38	0	0	1	1	0	0	79	79	10	10	145	145
		女	0	0	42	42	43	43	3	3	0	0	0	0	132	132	7	7	227	227
	3年生	男	64	64	13	13	1	1	40	40	70	70	51	51	66	66	19	19	324	324
		女	70	70	35	35	0	0	90	90	78	78	57	57	113	113	33	33	476	476
学年・性別不明			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計			134	134	208	208	205	205	135	135	149	149	113	113	560	560	97	97	1,601	1,601



令和4年度県民栄養調査
子どもの食生活状況調査票

(小学1～小学3年生まで：保護者の方が記入してください。)

(小学4～6年生まで：本人が記入してください。)

性別	男・女						
区分	小学校	1年	2年	3年	4年	5年	6年

この調査は、みなさんが健康にすごせるようになるにはどのようにすればよいかを知るために行うものです。結果にみなさんの氏名などを掲載することはありません。みなさんの答えていることや心遣いのようさをそのままで伝えてください。

【最近測った身長と体重を記入してください】

身長 (身長)	cm	体重 (体重)	kg
------------	----	------------	----

ここまでの質問に答えたら、マークシートの質問に答えてください。
マークシートの質問については、あてはまるものを1つだけ選んで、回答の左側の口に入れてください。

HB以上の濃さのえんぴつまたはシャープペンシルで書いてください。

【マークシートの質問文の「主食・主菜・副菜」についての説明】
主食…ごはんやパン、めん類
主菜…魚や肉、たまごやだいごなどを多く使ったおかず
副菜…野菜やきのこ、いもや海藻類などを多く使ったおかず

令和4年度県民栄養調査 子どもの食生活状況調査票 小学生用	施設番号 ()	男	女
下記の問いに対して、あてはまるものを1つだけ選んで、左側の口に入れてください。			
問1 スポーツクラブに入っていますか。	<input type="checkbox"/> 入っている	<input type="checkbox"/> 入っていない	<input type="checkbox"/>
問2 学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをどのくらいしていますか。	<input type="checkbox"/> 週に3日以上	<input type="checkbox"/> 週に1～2日程度	<input type="checkbox"/> 月に1～3日程度
問3 問2で「週に3日以上」、「週に1～2日程度」、「月に1～3日程度」にチェックした方のみ回答してください。学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか。	<input type="checkbox"/> 30分以上	<input type="checkbox"/> 1時間未満	<input type="checkbox"/> 2時間以上
問4 外で遊ぶ、運動することは好きですか。	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい好き	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい嫌い	<input type="checkbox"/> 嫌い
問5 平日にテレビを見たり、テレビゲームをしたり、コンピュータ(携帯・スマートフォンを含む)を使用する時間は、1日に合計してどれくらいですか。	<input type="checkbox"/> 30分未満	<input type="checkbox"/> 30分以上1時間未満	<input type="checkbox"/> 2時間以上3時間未満
問6 朝は何時ごろ起きますか。	<input type="checkbox"/> 6時前	<input type="checkbox"/> 6時から6時30分	<input type="checkbox"/> 6時30分から7時
問7 朝食は何時ごろ食べますか。	<input type="checkbox"/> 6時前	<input type="checkbox"/> 6時から6時30分	<input type="checkbox"/> 6時30分から7時
問8 朝食を毎日食べますか。	<input type="checkbox"/> ほとんど毎日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に4～5日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に2～3日食べる
問9 朝食は主食・主菜・副菜がそろった食事をどのくらい食べますか。	<input type="checkbox"/> ほとんど毎日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に4～5日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に2～3日食べる
問10 朝食はだれと食べますか。	<input type="checkbox"/> 家族そろって食べる	<input type="checkbox"/> 大人の家で一人だけ食べる	<input type="checkbox"/> 子どもだけで食べる

問11 夕食は何時ごろ食べますか。	<input type="checkbox"/> 夜7時前	<input type="checkbox"/> 夜7時から8時	<input type="checkbox"/> 夜8時から9時	<input type="checkbox"/> 夜9時から10時	<input type="checkbox"/> 夜10時以降
問12 夕食はだれと食べますか。	<input type="checkbox"/> 家族そろって食べる	<input type="checkbox"/> 大人の家で一人だけ食べる	<input type="checkbox"/> 子どもだけで食べる	<input type="checkbox"/> 一人で食べる	<input type="checkbox"/> その他
問13 夕食は主食・主菜・副菜がそろった食事をどのくらい食べますか。	<input type="checkbox"/> ほとんど毎日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に4～5日食べる	<input type="checkbox"/> 1週間に2～3日食べる	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない	<input type="checkbox"/>
問14 夜は何時ごろ寝ますか。	<input type="checkbox"/> 夜9時前	<input type="checkbox"/> 夜9時から10時	<input type="checkbox"/> 夜10時から11時	<input type="checkbox"/> 夜11時から12時	<input type="checkbox"/> 夜12時以降
問15 よくかんで食べるようにしていますか。	<input type="checkbox"/> そう思う	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい思う	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい思わない	<input type="checkbox"/> そう思わない	<input type="checkbox"/>
問16 噛みものを食べるようにしていますか。	<input type="checkbox"/> そう思う	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい思う	<input type="checkbox"/> どちらかというくらい思わない	<input type="checkbox"/> そう思わない	<input type="checkbox"/>
問17 午前中身体が重いと感じることがありますか。	<input type="checkbox"/> 感じることはない	<input type="checkbox"/> たまに感じる(週1, 2回程度)	<input type="checkbox"/> ときどき感じる(週3, 4回程度)	<input type="checkbox"/> よく感じる(週4, 5回程度)	<input type="checkbox"/>
問18 身体のだるさや疲れやすさを感じることがありますか。	<input type="checkbox"/> 感じることはない	<input type="checkbox"/> たまに感じる(週1, 2回程度)	<input type="checkbox"/> ときどき感じる(週3, 4回程度)	<input type="checkbox"/> よく感じる(週4, 5回程度)	<input type="checkbox"/>
問19 やる気が落ちると感じることはありますか。	<input type="checkbox"/> 感じることはない	<input type="checkbox"/> たまに感じる(週1, 2回程度)	<input type="checkbox"/> ときどき感じる(週3, 4回程度)	<input type="checkbox"/> よく感じる(週4, 5回程度)	<input type="checkbox"/>
問20 イライラすると感じることはありますか。	<input type="checkbox"/> 感じることはない	<input type="checkbox"/> たまに感じる(週1, 2回程度)	<input type="checkbox"/> ときどき感じる(週3, 4回程度)	<input type="checkbox"/> よく感じる(週4, 5回程度)	<input type="checkbox"/>



令和4年度県民栄養調査
子どもの食生活状況調査票
(本人が記入してください。)

性別	男・女		
区分	中学校	1年	2年 3年

この調査は、皆さんが健康に過ごせるようにするにはどのようにすればよいかを知るために行うものです。結果に皆さんの氏名などを発表することはありません。皆さんの考えていることやみんなの様子をそのまま答えてください。

【最近測った身長と体重を記入してください】

(身長) _____ cm (体重) _____ kg

ここまでの質問に答えたら、マークシートの質問に答えてください。マークシートの質問については、**あてはまるものを1つだけ選んで、回答の左側の□に☑を入れてください。**
HB以上の濃さの鉛筆またはシャープペンシルで書いてください。

令和4年度県民栄養調査
子どもの食生活状況調査票 中学生用

施設番号 () 男 女

下記の問いに対して、あてはまるものを1つだけ選んで、左側の□に☑を入れてください。

問1 運動部やスポーツクラブに入っていますか。
 入っている 入っていない

問2 学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをどのくらいしていますか。
 週に3日以上 週に1~2日程度 月に1~3日程度 していない

問3 問2で「週に3日以上」、「週に1~2日程度」、「月に1~3日程度」にチェックした方のみ回答してください。学校の保健体育の授業以外で、運動(体を動かす遊びを含む)やスポーツをするときは1日にどのくらいの時間しますか。
 30分以上 20分未満 1時間未満 1時間以上 2時間未満 2時間以上 3時間未満 3時間以上

問4 体を動かしたり、運動することは好きですか。
 好き どちらかというところ好き どちらかというところ嫌い 嫌い

問5 平日にテレビを見たり、テレビゲームをしたり、コンピュータ(携帯・スマートフォンを含む)を使用する時間は、1日に合計してどれくらいですか。
 30分未満 30分以上 1時間未満 1時間以上 2時間未満 2時間以上 3時間以上

問6 朝は何時ごろ起きますか。
 6時前 6時から6時30分 6時30分から7時 7時から7時30分 7時30分以上

問7 朝食は何時ごろ食べますか。
 6時前 6時から6時30分 6時30分から7時 7時から7時30分 7時30分以上

問8 朝食を毎日食べますか。
 ほとんど毎日食べる 1週間に4~5日食べる 1週間に2~3日食べる ほとんど食べない

問9 朝食は主食・主菜・副菜がそろった食事をどのくらい食べますか。
 ほとんど毎日食べる 1週間に4~5日食べる 1週間に2~3日食べる ほとんど食べない

問10 朝食はだれと食べますか。
 家族そろって食べる 大人の家族のだけかと食べる 子どもだけで食べる 一人で食べる その他

問11 夕食は何時ごろ食べますか。
 夜7時前 夜7時から8時 夜8時から9時 夜9時から10時 夜10時以降

問12 夕食はだれと食べますか。
 家族そろって食べる 大人の家族のだけかと食べる 子どもだけで食べる 一人で食べる その他

問13 夕食は主食・主菜・副菜がそろった食事をどのくらい食べますか。
 ほとんど毎日食べる 1週間に4~5日食べる 1週間に2~3日食べる ほとんど食べない

問14 夜は何時ごろ寝ますか。
 夜9時前 夜9時から10時 夜10時から11時 夜11時から12時 夜12時以降

問15 よくかんで食べるようにしていますか。
 そう思う どちらかというところ思う どちらかというところ思わない そう思わない

問16 平成24年・25年の国民健康・栄養調査で、山梨県民は、男性・女性とも食塩摂取量が全国平均よりも高い結果でした。山梨県民の食塩摂取量が多いことを知っていましたか。
 知っていた 知らなかった

問17 ダイエット(減量)をしたことがありますか。
 現在している 以前したことある したことない

問18 問17で「現在している」、「以前したことある」とチェックした方のみ回答してください。ダイエットはどのような方法で行いましたか。以下の方法のうち、行った方法すべてをチェックしてください。
 食事を減らす・食べない 朝食や夜食を減らす・食べない 運動量を増やす・運動する ダイエット食品やサプリメントを使う その他

問19 あなたは、今までに一度でもたばこを吸ったことがありますか。
 ある ない

問20 問19で「ある」とチェックした方のみ回答してください。最近、1か月以内にたばこを吸いましたか。
 はい いいえ

問21 あなたは、最近1年間にお酒を飲みましたか。 問21 1. はい 2. いいえ

右側の該当する□に☑を入れてください。
※「お酒」とは日本語のことだけでなく、ビール、焼酎、ワイン、ウイスキーといったアルコール類をままとめたものです。

問22 問21で「はい」とチェックした方のみ回答してください。最近1か月の間に、お酒を飲んだ日数は、合計何日ですか。 問22 4. 1~2日 5. 3~5日 6. 6~9日 7. 10~19日 8. 20~29日 9. 30日 10. 飲んでいない

右側の該当する□に☑を入れてください。