

**枚方市**  
**小・中学生の生活習慣や歯と口の**  
**健康に関するアンケート結果報告書**  
**（食に関する部分のみ抜粋）**

**令和6年3月**

**枚 方 市**



# 目 次

<b>第1章 調査の概要</b> .....	1
1. 調査目的 .....	1
2. 実施要領 .....	1
3. 報告書の見方 .....	1
<b>第2章 調査結果</b> .....	2
(1) 現在健康状態 .....	2
(2) 平日の就寝時間 .....	3
(3) 平日の起床時間 .....	4
(4) 平日の睡眠時間 .....	5
(5) 平日のゲーム・SNSの利用時間 .....	6
(6) 休日のゲーム・SNSの利用時間 .....	7
(7) 食生活に関すること .....	8



# 第1章 調査の概要

## 1. 調査目的

この調査は、平成30年3月に策定した第3次枚方市食育推進計画策定の最終評価に係る基礎資料とするため実施したものです。

## 2. 実施要領

調査対象	配布数	回収数	回収率	調査期間	調査方法
枚方市内の公立 小学校（8校） 中学校（4校） に在学中の生徒	1,558人 小学校：8校 742人 中学校：4校 816人	1,073件 小学校：572件 中学校：501件	68.9% 小学校：77.1% 中学校：61.4%	令和4年 12月5日 ～ 令和5年 2月28日	インターネット

## 3. 報告書の見方

- ・回答は各質問の回答者数（n）を基数とした百分率（%）で示しています。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方をしているため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、不明なものや無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・また、図表において回答の割合が0.0%の選択肢がある場合、その選択肢の図示を省略する場合があります。

## 第2章 調査結果

### (1) 現在健康状態

問1 現在の健康状態はいかがですか

#### 【全体】

現在の健康状態については、「とても関心がある」が56.8%で最も高く、次いで「どちらかといえば関心がある」が21.5%、「あまり関心がない」が17.1%と続いています。

また、『関心がある（「とても関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）』については、78.3%となっています。

#### 【小学生】

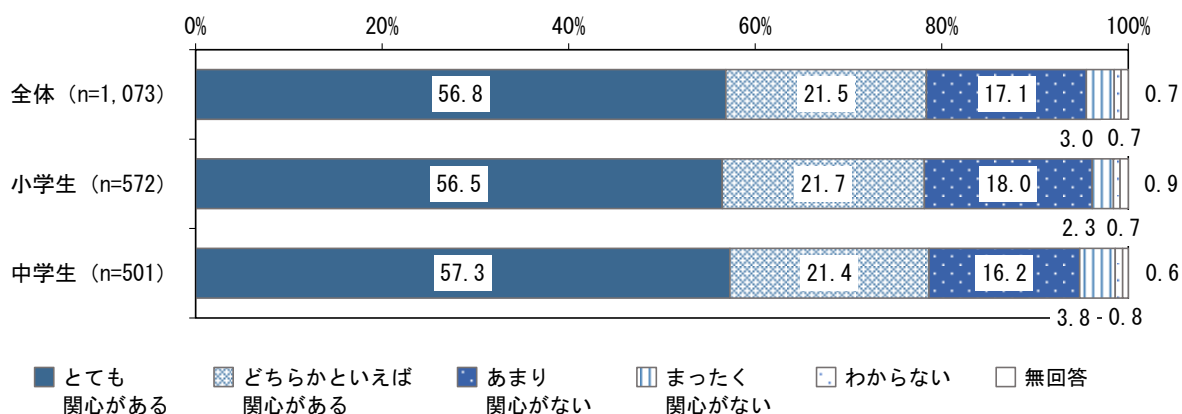
小学生では、「とても関心がある」が56.5%で最も高く、次いで「どちらかといえば関心がある」が21.7%、「あまり関心がない」が18.0%と続いています。

また、『関心がある（「とても関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）』については、78.2%となっています。

#### 【中学生】

中学生では、「とても関心がある」が57.3%で最も高く、次いで「どちらかといえば関心がある」が21.4%、「あまり関心がない」が16.2%と続いています。

また、『関心がある（「とても関心がある」と「どちらかといえば関心がある」の合計）』については、78.7%となっています。



## (2) 平日の就寝時間

問2

ふだん（月曜日から金曜日）、何時ごろにねますか。当てはまるものに○をつけてください。（○はひとつ）

### 【全体】

平日の就寝時間については、「午後10時以こう、午後11時より前」が31.1%で最も高く、次いで「午後11時以こう、午前0時より前」が27.4%、「午後9時以こう、午後10時より前」が19.2%と続いています。

### 【小学生】

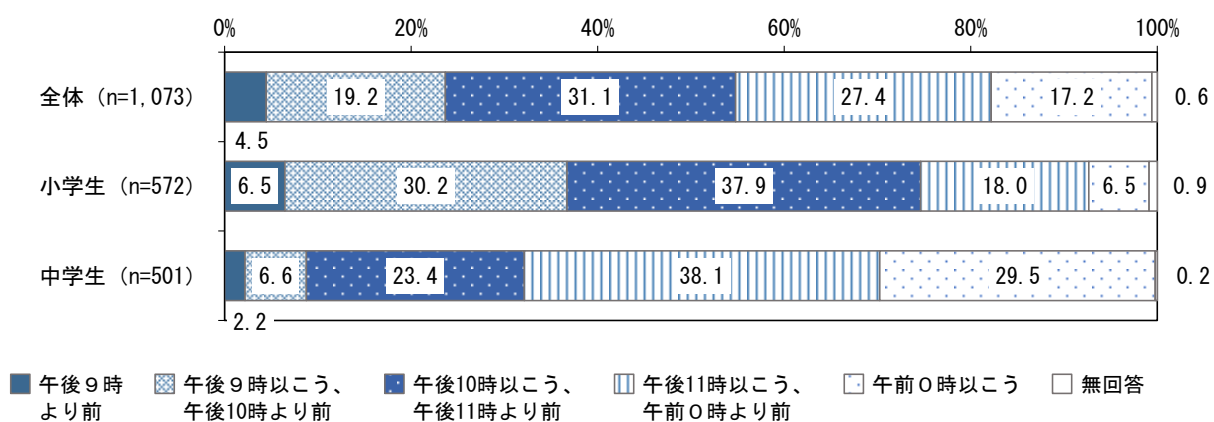
小学生では、「午後10時以こう、午後11時より前」が37.9%で最も高く、次いで「午後9時以こう、午後10時より前」が30.2%、「午後11時以こう、午前0時より前」が27.4%と続いています。

また、『午後11時より前（「午後9時より前」と「午後9時以こう、午後10時より前」と「午後11時以こう、午前0時より前」の合計）』では、74.6%となっています。

### 【中学生】

中学生では、「午後11時以こう、午前0時より前」が38.1%で最も高く、次いで「午前0時以こう」が29.5%、「午後10時以こう、午後11時より前」が23.4%と続いています。

また、『午後11時以こう（「午後11時以こう、午前0時より前」と「午前0時以こう」の合計）』では、67.6%となっています。



### (3) 平日の起床時間

問3

ふだん（月曜日から金曜日）、何時ごろに起きますか。当てはまるものに○をつけてください。（○はひとつ）

#### 【全体】

平日の起床時間については、「午前7時以こう、午前7時30分より前」が38.4%で最も高く、次いで「午前6時30分以こう、午前7時より前」が28.9%、「午前6時以こう、午前6時30分より前」が14.2%と続いています。

#### 【小学生】

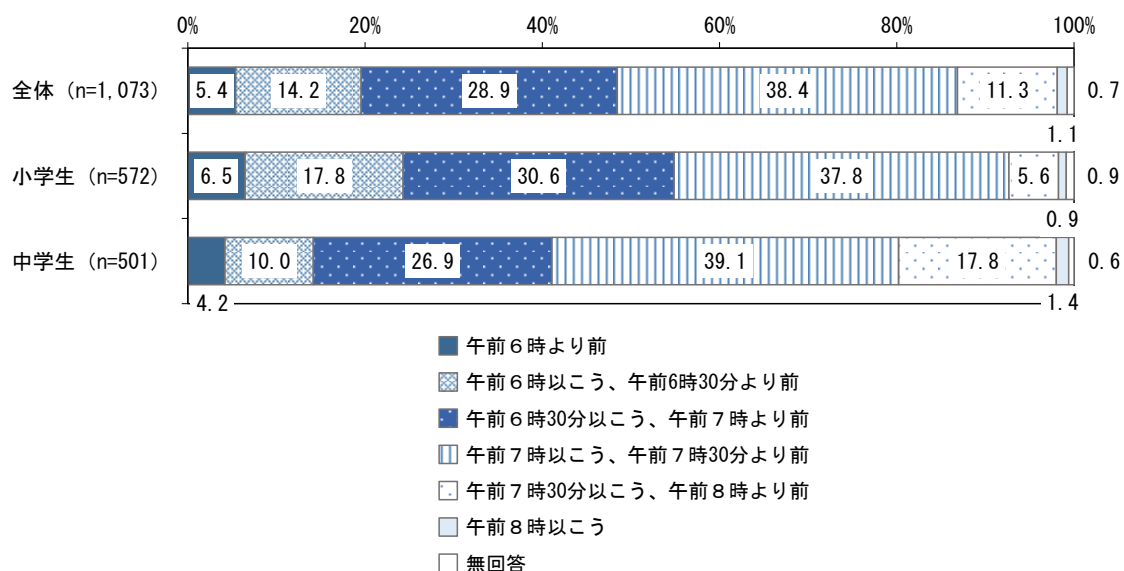
小学生では、「午前7時以こう、午前7時30分より前」が37.8%で最も高く、次いで「午前6時30分以こう、午前7時より前」が30.6%、「午前6時以こう、午前6時30分より前」が17.8%と続いています。

また、『午前7時より前（「午前6時より前」と「午前6時以こう、午前6時30分より前」と「午前6時30分以こう、午前7時より前」の合計）』では、54.9%となっています。

#### 【中学生】

中学生では、「午前7時以こう、午前7時30分より前」が39.1%で最も高く、次いで「午前6時30分以こう、午前7時より前」が26.9%、「午前7時30分以こう、午前8時より前」が17.8%と続いています。

また、『午前7時以こう（「午前7時以こう、午前7時30分より前」と「午前7時30分、午前8時より前」と「午前8時以こう」の合計）』では、58.3%となっています。





#### (4) 平日の睡眠時間

問 4

ふだん（月曜日から金曜日）、1日にどれくらいの時間すいみんをとることが最も多いですか。当てはまるものに○をつけてください。（○はひとつ）

##### 【全体】

平日の睡眠時間については、「7時間以上、8時間より少ない」が26.0%で最も高く、次いで「8時間以上、9時間より少ない」が24.5%、「9時間以上、10時間より少ない」が18.5%と続いています。

##### 【小学生】

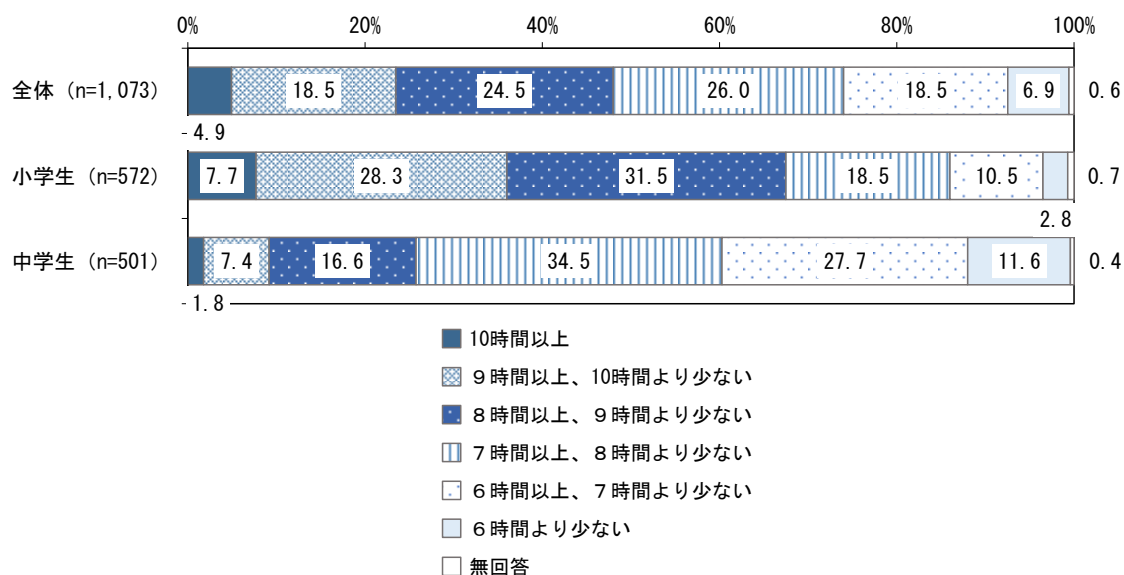
小学生では、「8時間以上、9時間より少ない」が31.5%で最も高く、次いで「9時間以上、10時間より少ない」が28.3%、「7時間以上、8時間より少ない」が18.5%と続いています。

また、『8時間以上（「10時間以上」と「9時間以上、10時間より少ない」と「8時間以上、9時間より少ない」の合計）』では、67.5%となっています。

##### 【中学生】

中学生では、「7時間以上、8時間より少ない」が34.5%で最も高く、次いで「6時間以上、7時間より少ない」が27.7%、「8時間以上、9時間より少ない」が16.6%と続いています。

また、『8時間未満（「7時間以上、8時間より少ない」と「6時間以上、7時間より少ない」と「6時間より少ない」の合計）』では73.8%となっています。



## (5) 平日のゲーム・SNSの利用時間

問5

ふだん（月曜日から金曜日）、ゲーム・SNS（ライン、ツイッター等）をする時間や動画を見る時間はどれくらいですか。当てはまるものに○をつけてください。（○はひとつ）

### 【全体】

平日のゲーム・SNSの利用時間については、「1時間以上、2時間より少ない」が26.9%で最も高く、次いで「2時間以上、3時間より少ない」が23.5%、「1時間より少ない」が17.1%と続いています。

### 【小学生】

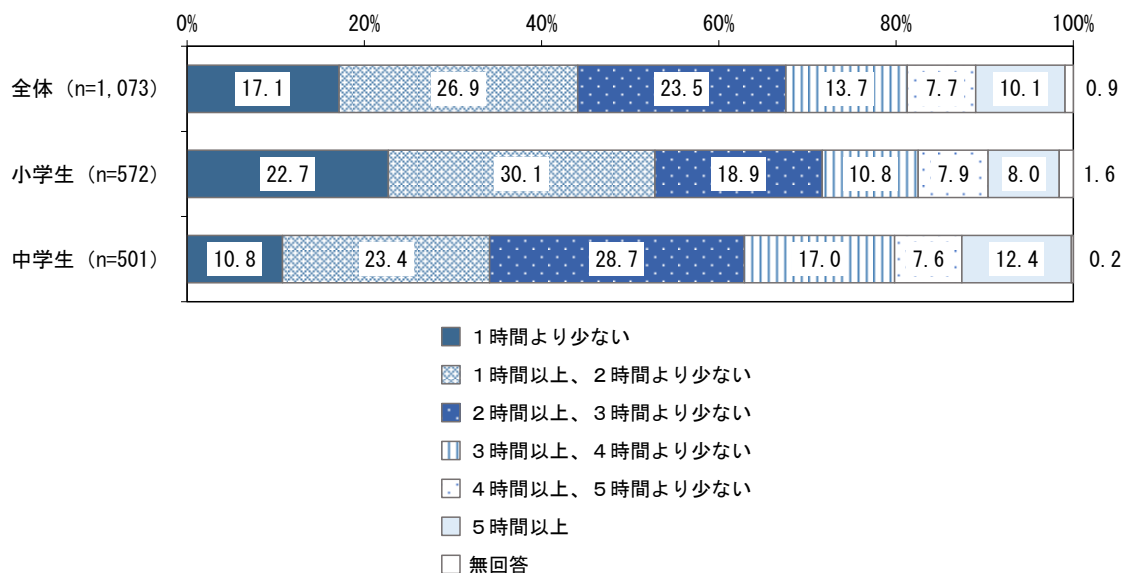
小学生では、「1時間以上、2時間より少ない」が30.1%で最も高く、次いで「1時間より少ない」が22.7%、「2時間以上、3時間より少ない」が18.9%と続いています。

また、『2時間未満（「1時間より少ない」と「1時間以上、2時間より少ない」の合計）』では、52.8%となっています。

### 【中学生】

中学生では、「2時間以上、3時間より少ない」が28.7%で最も高く、次いで「1時間以上、2時間より少ない」が23.4%、「3時間以上、4時間より少ない」が17.0%と続いています。

また、『2時間以上（「2時間以上、3時間より少ない」と「3時間以上、4時間より少ない」と「4時間以上、5時間より少ない」と「5時間以上」の合計）』では、65.7%となっています。



## (6) 休日のゲーム・SNSの利用時間

問 6

学校が休み（土曜日、日曜日、祝日）の時は、ゲーム・SNS（ライン、ツイッター等）をする時間や動画を見る時間はどれくらいですか。当てはまるものに○をつけてください。（○はひとつ）

### 【全体】

休日のゲーム・SNSの利用時間については、「5時間以上」が23.8%で最も高く、次いで「1時間以上、2時間より少ない」が18.8%、「2時間以上、3時間より少ない」が18.3%と続いています。

### 【小学生】

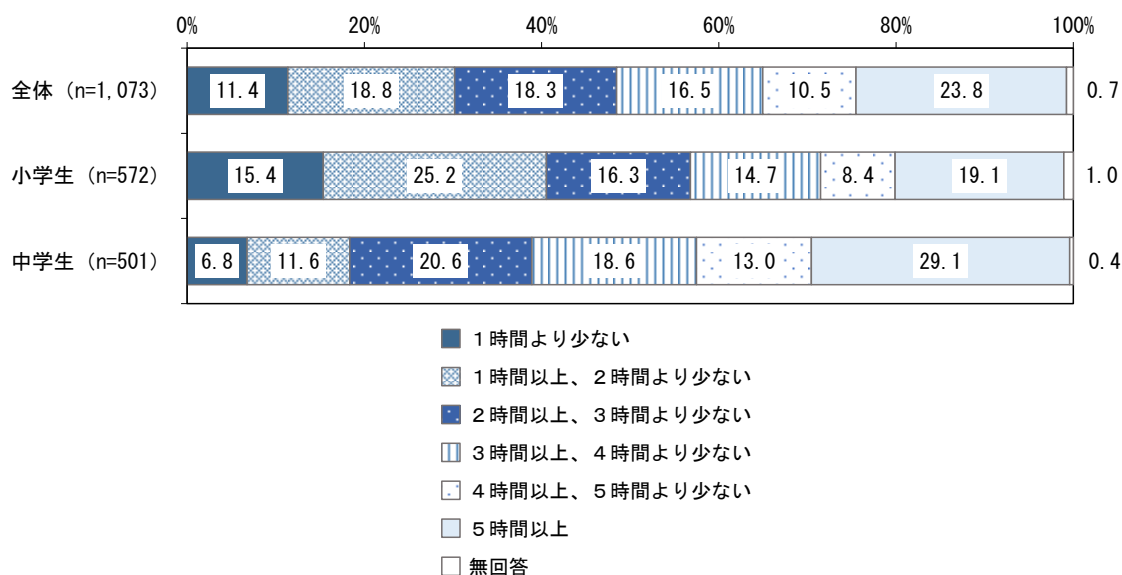
小学生では、「1時間以上、2時間より少ない」が25.2%で最も高く、次いで「5時間以上」が19.1%、「2時間以上、3時間より少ない」が16.3%と続いています。

また、『2時間未満（「1時間より少ない」と「1時間以上、2時間より少ない」の合計）』では、40.7%となっており、平日（52.8%）より12.1ポイント低くなっています。

### 【中学生】

中学生では、「5時間以上」が29.1%で最も高く、次いで「2時間以上、3時間より少ない」が20.6%、「3時間以上、4時間より少ない」が18.6%と続いています。

また、『2時間以上（「2時間以上、3時間より少ない」と「3時間以上、4時間より少ない」と「4時間以上、5時間より少ない」と「5時間以上」の合計）』では、81.2%となっており、平日（65.7%）より15.5ポイント高くなっています。



## (7) 食生活に関すること

問7

次の食生活に関することであなたが当てはまるものすべてに○をつけてください。  
(○はいくつでも)

### 【全体】

食生活に関することについては、「1日に朝昼夕に食事をしている」が85.0%、次いで「よくかんで食事をするようにしている」が1.9%、「夕食の時間が決まっていない」が39.9%と続いています。

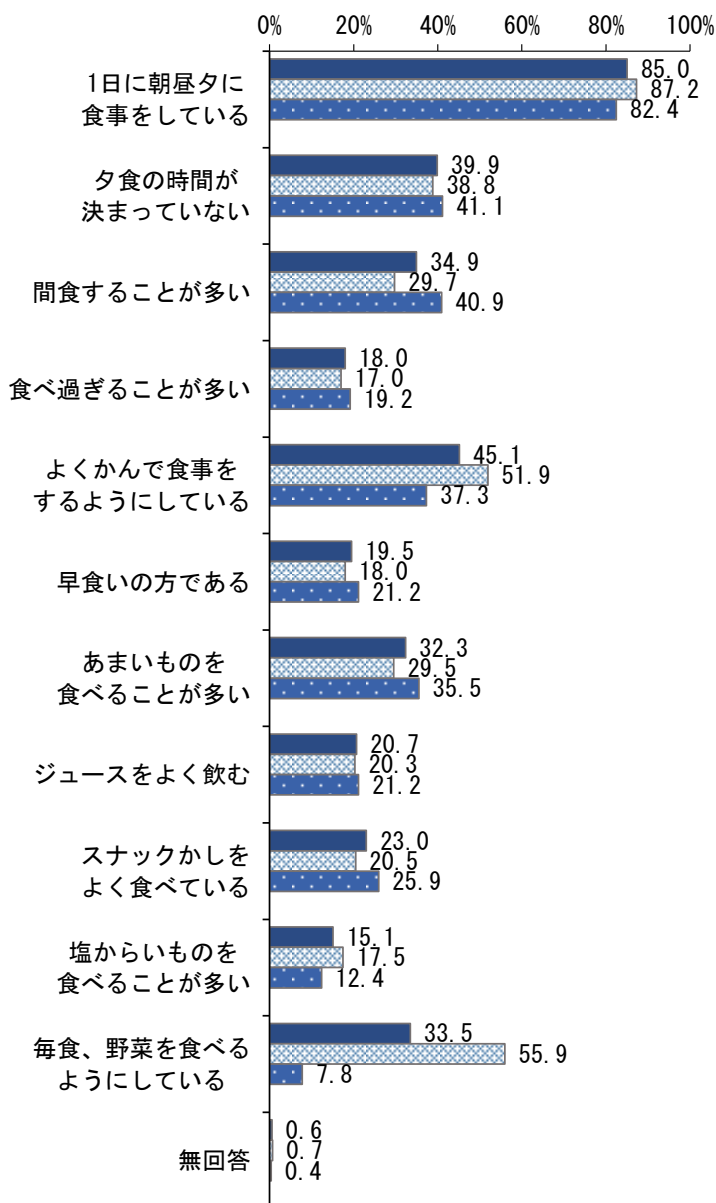
### 【小学生】

小学生では、「1日に朝昼夕に食事をしていいる」が87.2%、次いで「毎食、野菜を食べるようにしている」が55.9%、「よくかんで食事をするようにしている」が51.9%と続いています。

また、「毎食、野菜を食べるようにしている」では、小学生(55.9%)が中学生(7.8%)より48.1ポイント高くなっています。

### 【中学生】

中学生では、「1日に朝昼夕に食事をしていいる」が82.4%、次いで「夕食の時間が決まっていない」が41.1%、「間食することが多い」が40.9%と続いています。



■ 全体 (n=1,073)   ■ 小学生 (n=572)   ■ 中学生 (n=501)