

令和元年度
「食事や生活、心についてのアンケート」
調査結果報告書



長崎県学校栄養士会

はじめに

長崎県学校栄養士会では、「令和元年度 食事や生活、心についてのアンケート」調査結果報告書をまとめました。

この調査は、児童生徒の実態等を把握するとともに、前回の調査結果との比較により、成果と課題を明確にし、各学校・地域や家庭における食育の基礎資料とすることを目的としています。

平成 22 年度、平成 25 年度の調査については、県教育委員会の食育推進事業の一環として実施され、平成 28 年度からは、長崎県学校栄養士会が主体となりました。実施に際しては、長崎県教育委員会、市町教育委員会のご指導、ご協力を賜りました。

アンケートの実施及び集計は、長崎県学校栄養士会の全会員の協力により速やかに実施することができました。活水女子大学永田耕司先生、長浦敏典先生に集計データの分析を依頼し、結果のまとめについては「食に関する指導研究部」で行い、報告書を作成しました。

また、集計データのホームページへの掲載等に関しましては、長崎県学校給食会に多大なるご協力をいただきました。

この調査結果が授業や給食時間における食に関する指導、試食会、食育だより、教職員の校内研修などあらゆる場で活用され、県内の食育がなお一層推進されることを願っております。

おわりに、長崎県学校栄養士会の活動にご協力、ご理解をいただきました長崎県学校給食会理事長様はじめ関係各位の皆様にご心よりお礼申し上げます。

令和 2 年 6 月

長崎県学校栄養士会

会長 喜多由紀子

目次

ページ

はじめに

目次

I	令和元年度 食事や生活、心についてのアンケート概要	...	1
II	令和元年度 食事や生活、心についてのアンケート調査結果 (単純集計)		
問1	学校のある日、何時ごろ起きて、何時ごろ寝ますか。	...	2
問2	起きてから登校するまでの時間はどのくらいありますか。	...	4
問3	あなたが食事をしていて、一番楽しいと思うのはどんな時ですか。	...	5
問4	毎日朝ごはんを食べていますか。	...	5
問5	問4で①②③と答えた人に聞きます。今日の朝ごはんを食べたものを、 飲み物も含めて全部書いてください。(使われている材料も書いてください。)	...	7
問6	問4で②③④と答えた人に聞きます。食べない主な理由は何ですか。	...	11
問7	朝ごはんは、主に誰と食べていますか。	...	12
問8	晩ごはんは、主に誰と食べていますか。	...	13
問9	朝ごはん・晩ごはんを魚や野菜を食べていますか。	...	14
問10	あなたは、家できれいな食べ物がでた時どうしていますか。	...	16
問11	あなたは、学校できれいな食べ物がでた時どうしていますか。	...	17
問12	晩ごはんを食べてから寝るまでの間に夜食を食べますか。	...	18
問13	排便についておたずねします。	...	18
問14	次のようなことを感じるまたは考えることはありますか。 1 体がだるい	...	20
	2 すぐにつかれる	...	21
	3 何もやる気が起こらない	...	22
	4 いらいらする	...	23
	5 すぐかっとなる	...	24
	6 自分の健康を考えて食事している	...	25
	7 ふだん食べている食品の安全について考えている	...	26
問15	あなたは、今の自分が好きですか。	...	27
問16	家で食事をするときに「いただきます」「ごちそうさま」の あいさつをしていますか。	...	28
問17	あなたは食事作りや片づけの手伝いをしていますか	...	29
問18	あなたは、はしを正しく持って使えますか。	...	30
問19	あなたは自分の住んでいる地域でとれる食べ物や地元の料理を知って いますか。	...	31

III	食事や生活、心についてのアンケート調査結果（クロス集計）		
1	問2「起きてから登校するまでの時間」と問1「就寝時間」との関係について	...	32
2	問1「就寝時間」と問4「朝ごはんの摂取状況」との関係について	...	32
3	問1「就寝時間・睡眠時間」と問15「自分が好きではない」との関係について	...	33
4	問1「就寝時間」と問14「生活習慣」との関係について	...	34
5	問2「起きてから登校するまでの時間」と問14「生活習慣」との関係について	...	35
6	問7「朝ごはんの摂取状況」と問14「生活習慣」との関係について	...	37
7	問4「朝ごはんの摂取状況」と問14「自覚症状」との関係について	...	38
8	問5「朝ごはんの内容」と問14「自覚症状」との関係について	...	39
9	問5朝ごはんを食べたものの「主食の種類」と「朝ごはんの内容」との関係について	...	40
10	問7「朝ごはんを主に誰と食べますか（共食）」と問14「自覚症状」との関係について	...	41
11	問8「晩ごはんを主に誰と食べますか（共食）」と問14「食習慣等」との関係について	...	42
12	問8「晩ごはんを主に誰と食べますか」と問14「自覚症状」との関係について	...	43
13	問9「魚の摂取状況」と問14「自覚症状」との関係について	...	44
14	問9「野菜・魚の摂取状況」と問13「排便」との関係について	...	45
15	問9「野菜の摂取状況」と問14「自覚症状」との関係について	...	46
16	問10「家で嫌いな食べ物が出たとき」と問13「排便」との関係について	...	47
17	問10「家で嫌いな食べ物が出たとき」と問14「自覚症状」との関係について	...	48
18	問12「夜食の摂取」と問14「自覚症状」との関係について	...	49
19	問13「排便」と問14「自覚症状」との関係について	...	50
20	問15「今の自分が好きですか（自己肯定感）」と問14「自覚症状」との関係について	...	51
IV	調査用紙	...	52

I 令和元年度 食事や生活、心についてのアンケート概要

1 調査目的

平成17年に食育基本法が施行され、学習指導要領の総則には食育の推進が明記され14年あまり経過している。

「食育」という言葉の認知度は高くなり、食の重要性に対する理解も社会的に高まっているように感じるが、一方で食事の重要性に関する理解と実践が伴わない場合が多いのが現状である。

よって、児童・生徒の生活や学習の基盤として、食に関する指導の一層の充実が求められている。

そこで、本県における児童生徒の食への意識や心身の状態、生活等の実態を把握した上で課題を整理し、学校における食育の充実を図る資料とするために本調査を実施した。

2 調査内容

「食事や生活、心についてのアンケート」

今回の調査も前回(平成28年度)同様、食に関する指導の目標に照らし合わせ、6つの目標について到達度を把握するように整理した。

【食事の重要性】……問3、問4、問14-1~5、問15

【心身の健康】……問4、問5、問6、問9、問10、問11、問12、問13

【食品を選択する能力】…問5、問6、問9、問10、問11、問14-6~7

【感謝の心】……問10、問11、問16

【社会性】……問16、問17、問18

【食文化】……問18、問19、問20

※設問によっては、複数の目標に関連がある。

3 調査時期

令和元年6~7月

4 調査対象

県内公立小学校5年生6, 608名及び公立中学校2年生4, 335名の計10, 943名

5 調査及び集計方法

県教育委員会及び市町教育委員会を通して調査を依頼し、各学校において、アンケート用紙に無記名自記式により回答する。

調査の集計は「長崎県学校栄養士会」にて実施。集計データの分析を活水女子大学教授永田耕司先生、助手長浦敏典先生に依頼し、結果の考察については「食に関する調査研究部」で実施した。

6 備考

単純集計については、各項目グラフを作成している。平成19年以降に行った同様の調査結果については、経年変化を見るために比較のグラフで示している。

クロス集計結果分析に当たっては、1つの単純集計の結果を2群に分け、その項目と他の項目の関連性・有意性を検証している。グラフの見方については、クロス集計結果一覧の始めに記載している。