

# 古賀市健康づくりの推進に関するアンケート調査(高校生)

## あなた自身のことについて

### 問1 性別

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 男性    | 220    | 41.8  | 187    | 38.2  | 193    | 38.7  |
| 女性    | 306    | 58.2  | 303    | 61.8  | 301    | 60.3  |
| 男女不明  | 0      | 0.0   | 3      | 0.6   | 5      | 1     |
| サンプル数 | 526    | 100.0 | 490    | 100.0 | 499    | 100.0 |

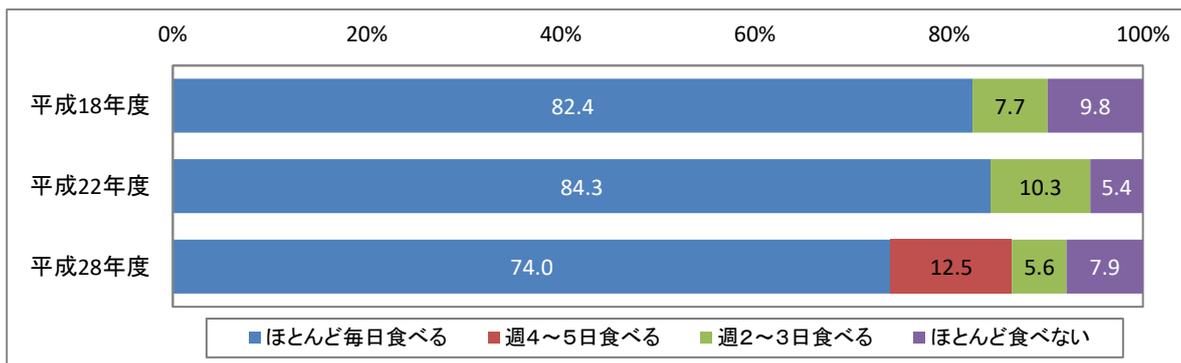
### 問2 居住校区

|        | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|--------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|        | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 青柳小校区  | —      | —     | 9      | 1.9   | 4      | 0.8   |
| 小野小校区  | —      | —     | 15     | 3.1   | 12     | 2.4   |
| 古賀東小校区 | —      | —     | 21     | 4.4   | 22     | 4.4   |
| 古賀西小校区 | —      | —     | 14     | 2.9   | 22     | 4.4   |
| 花鶴小校区  | —      | —     | 11     | 2.3   | 12     | 2.4   |
| 千鳥小校区  | —      | —     | 13     | 2.7   | 8      | 1.6   |
| 花見小校区  | —      | —     | 20     | 4.2   | 23     | 4.6   |
| 舞の里小校区 | —      | —     | 18     | 3.7   | 27     | 5.4   |
| 市 外    | —      | —     | 360    | 74.8  | 369    | 73.9  |
| サンプル数  | —      | —     | 481    | 100.0 | 499    | 100.0 |

## 食事について

### 問3 朝食を週にどのくらい食べていますか。

|           | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日食べる | 427    | 82.4  | 403    | 84.3  | 367    | 74.0  |
| 週4~5日食べる  | —      | —     | —      | —     | 62     | 12.5  |
| 週2~3日食べる  | 40     | 7.7   | 49     | 10.3  | 28     | 5.6   |
| ほとんど食べない  | 51     | 9.8   | 26     | 5.4   | 39     | 7.9   |
| サンプル数     | 518    | 100.0 | 478    | 100.0 | 496    | 100.0 |



問3で「2. 週4～5日食べる」、「3. 週2～3日食べる」、「4. ほとんど食べない」と回答した方にお尋ねします。

問3-1 朝食を食べない理由は何ですか。(複数回答)

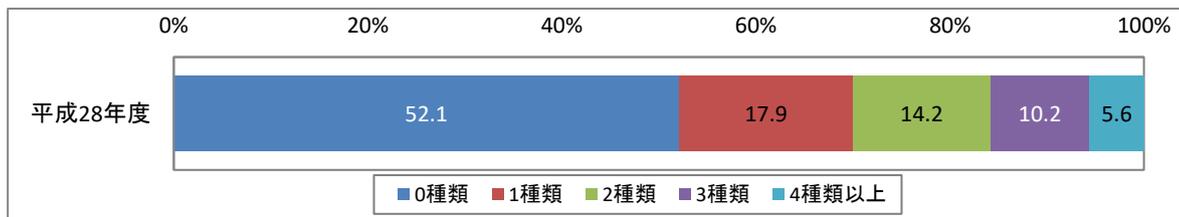
|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| 食べる時間がない  | 94     | 79.7  |
| 太りたくない    | 30     | 25.4  |
| 用意されていない  | 29     | 24.6  |
| 食べる習慣がない  | 28     | 23.7  |
| 準備する時間がない | 24     | 20.3  |
| 食欲がない     | 11     | 9.3   |
| 眠っていたい    | 2      | 1.7   |
| その他       | 1      | 0.8   |
| サンプル数     | 118    | 100.0 |

問4 朝食はどんなものを食べていますか。(複数回答)

|                 | 平成28年度 |       |
|-----------------|--------|-------|
|                 | 全体(件)  | 割合(%) |
| ごはん             | 346    | 69.3  |
| 食パン             | 261    | 52.3  |
| 菓子パン(甘いもの)      | 202    | 40.5  |
| 牛乳・乳製品          | 146    | 29.3  |
| 卵               | 127    | 25.5  |
| シリアル類(コーンフレーク等) | 107    | 21.4  |
| 惣菜パン(甘くないもの)    | 101    | 20.2  |
| 肉               | 83     | 16.6  |
| 果物              | 82     | 16.4  |
| 野菜(漬物以外)        | 78     | 15.6  |
| 魚               | 48     | 9.6   |
| 豆類・大豆製品         | 43     | 8.6   |
| めん類             | 30     | 6.0   |
| 海藻類             | 21     | 4.2   |
| 栄養補助食品・サプリメント   | 13     | 2.6   |
| きのこ類            | 10     | 2.0   |
| お菓子             | 7      | 1.4   |
| いも類             | 6      | 1.2   |
| その他             | 26     | 5.2   |
| サンプル数           | 499    | 100.0 |

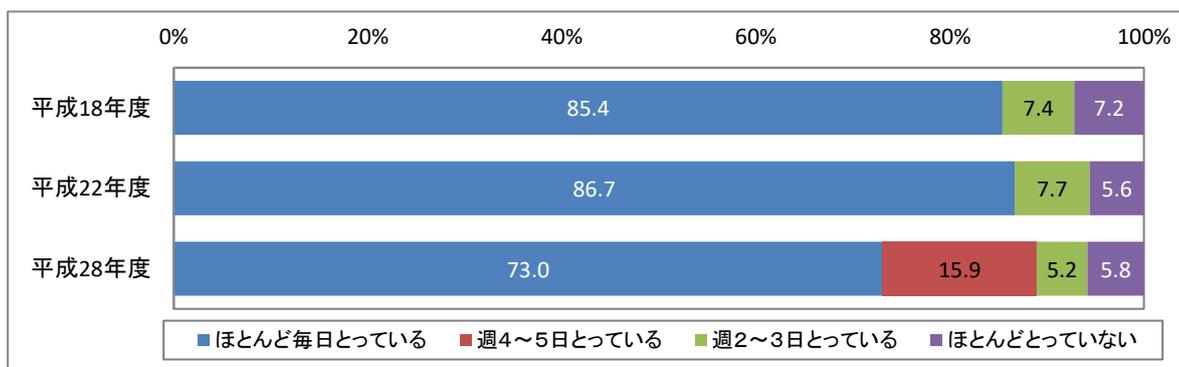
問5 今日の朝食に野菜は何種類入っていますか。(漬物以外)

|       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) |
| 0種類   | 250    | 52.1  |
| 1種類   | 86     | 17.9  |
| 2種類   | 68     | 14.2  |
| 3種類   | 49     | 10.2  |
| 4種類以上 | 27     | 5.6   |
| サンプル数 | 480    | 100.0 |



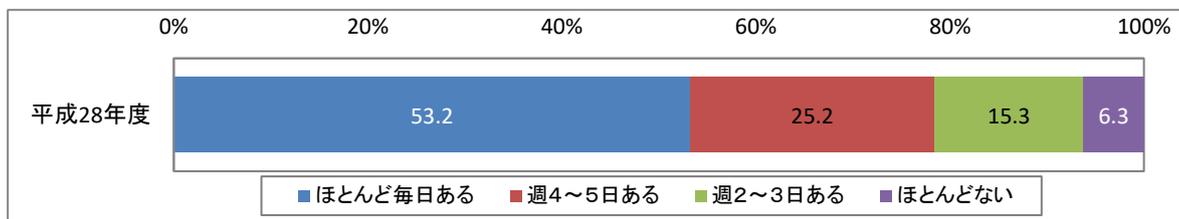
問6 1日に3食食事をとっていますか。

|             | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|             | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日とっている | 440    | 85.4  | 403    | 86.7  | 363    | 73.0  |
| 週4~5日とっている  | —      | —     | —      | —     | 79     | 15.9  |
| 週2~3日とっている  | 38     | 7.4   | 36     | 7.7   | 26     | 5.2   |
| ほとんどとっていない  | 37     | 7.2   | 26     | 5.6   | 29     | 5.8   |
| サンプル数       | 515    | 100.0 | 465    | 100.0 | 497    | 100.0 |



問7 主食・主菜・副菜がそろって食べることが1日に2回以上ありますか。

|          | 平成28年度 |       |
|----------|--------|-------|
|          | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日ある | 264    | 53.2  |
| 週4～5日ある  | 125    | 25.2  |
| 週2～3日ある  | 76     | 15.3  |
| ほとんどない   | 31     | 6.3   |
| サンプル数    | 496    | 100.0 |



問8 朝食・昼食・夕食ではどんなものを食べていますか。(複数回答)

朝食

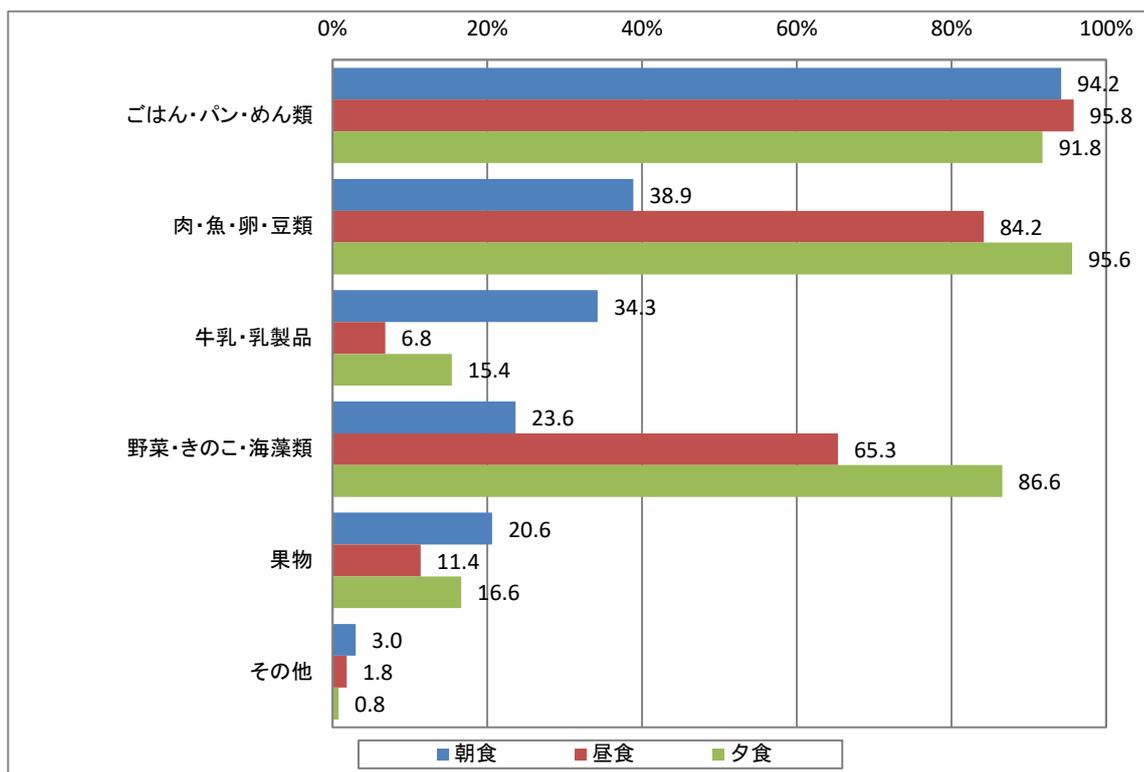
|            | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) |
| ごはん・パン・めん類 | 470    | 94.2  |
| 肉・魚・卵・豆類   | 194    | 38.9  |
| 牛乳・乳製品     | 171    | 34.3  |
| 野菜・きのこ・海藻類 | 118    | 23.6  |
| 果物         | 103    | 20.6  |
| その他        | 15     | 3.0   |
| サンプル数      | 499    | 100.0 |

昼食

|            | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) |
| ごはん・パン・めん類 | 478    | 95.8  |
| 肉・魚・卵・豆類   | 420    | 84.2  |
| 野菜・きのこ・海藻類 | 326    | 65.3  |
| 果物         | 57     | 11.4  |
| 牛乳・乳製品     | 34     | 6.8   |
| その他        | 9      | 1.8   |
| サンプル数      | 499    | 100.0 |

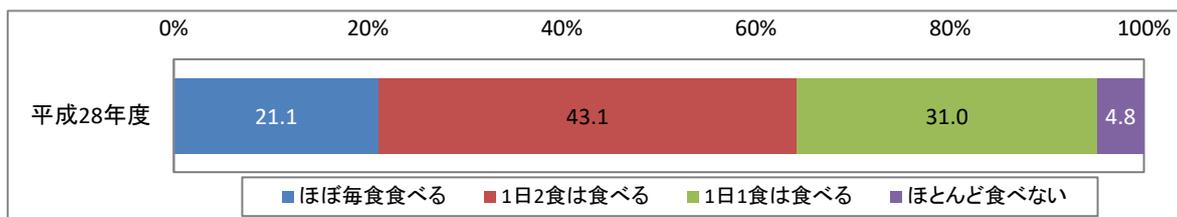
夕食

|            | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) |
| 肉・魚・卵・豆類   | 477    | 95.6  |
| ごはん・パン・めん類 | 458    | 91.8  |
| 野菜・きのこ・海藻類 | 432    | 86.6  |
| 果物         | 83     | 16.6  |
| 牛乳・乳製品     | 77     | 15.4  |
| その他        | 4      | 0.8   |
| サンプル数      | 499    | 100.0 |



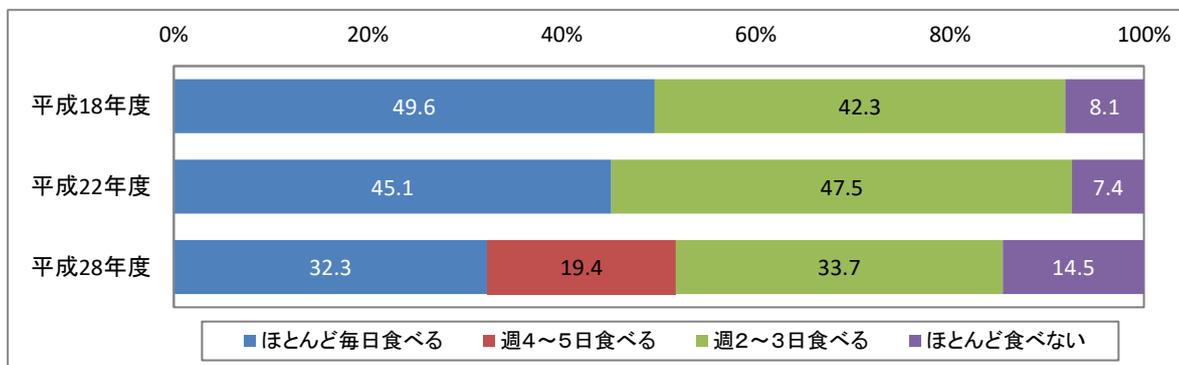
問9 1日3食のうち野菜を何食食べますか。(漬物以外)

|          | 平成28年度 |       |
|----------|--------|-------|
|          | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほぼ毎食食べる  | 105    | 21.1  |
| 1日2食は食べる | 214    | 43.1  |
| 1日1食は食べる | 154    | 31.0  |
| ほとんど食べない | 24     | 4.8   |
| サンプル数    | 497    | 100.0 |



問10 間食は、週に何日食べますか。

|           | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日食べる | 226    | 49.6  | 189    | 45.1  | 160    | 32.3  |
| 週4～5日食べる  | —      | —     | —      | —     | 96     | 19.4  |
| 週2～3日食べる  | 193    | 42.3  | 199    | 47.5  | 167    | 33.7  |
| ほとんど食べない  | 37     | 8.1   | 31     | 7.4   | 72     | 14.5  |
| サンプル数     | 456    | 100.0 | 419    | 100.0 | 495    | 100.0 |

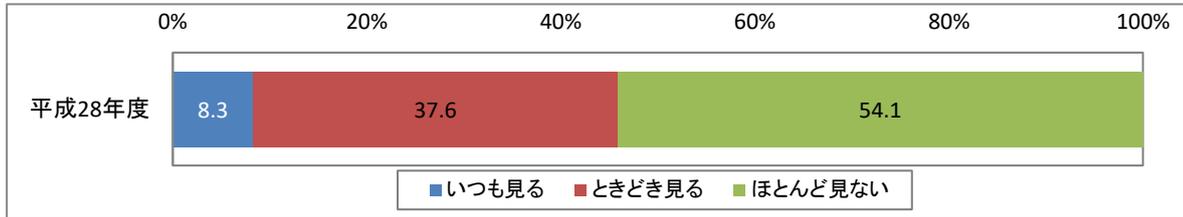


問11 間食はどんなものを食べますか。(複数回答)

|            | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) |
| スナック菓子     | 213    | 42.7  |
| アイスクリーム    | 199    | 39.9  |
| チョコレート     | 178    | 35.7  |
| あめ         | 169    | 33.9  |
| 清涼飲料水      | 156    | 31.3  |
| ビスケット・クッキー | 136    | 27.3  |
| 菓子パン       | 130    | 26.1  |
| おにぎり       | 124    | 24.8  |
| プリン・ゼリー    | 111    | 22.2  |
| ヨーグルト      | 81     | 16.2  |
| 果物         | 72     | 14.4  |
| コーヒー       | 55     | 11.0  |
| せんべい       | 46     | 9.2   |
| その他        | 17     | 3.4   |
| サンプル数      | 499    | 100.0 |

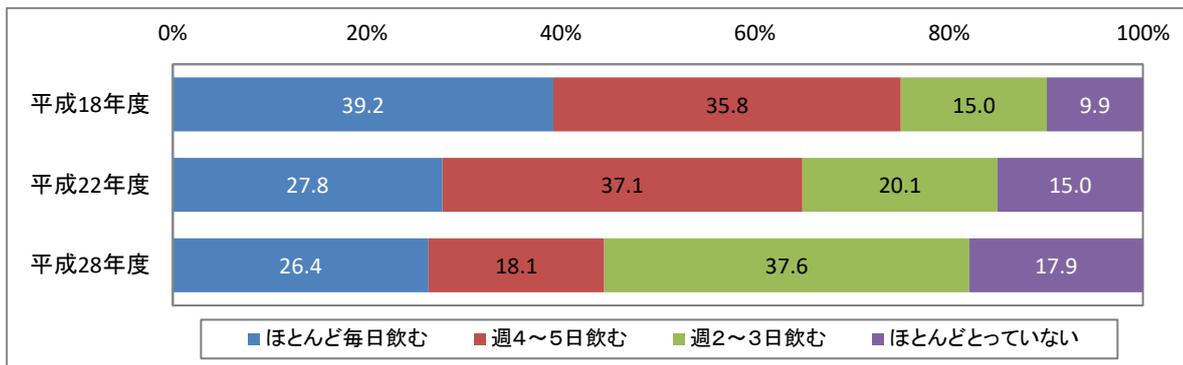
問12 栄養成分表示を気にしていますか。

|         | 平成28年度 |       |
|---------|--------|-------|
|         | 全体(件)  | 割合(%) |
| いつも見る   | 41     | 8.3   |
| ときどき見る  | 186    | 37.6  |
| ほとんど見ない | 268    | 54.1  |
| サンプル数   | 495    | 100.0 |



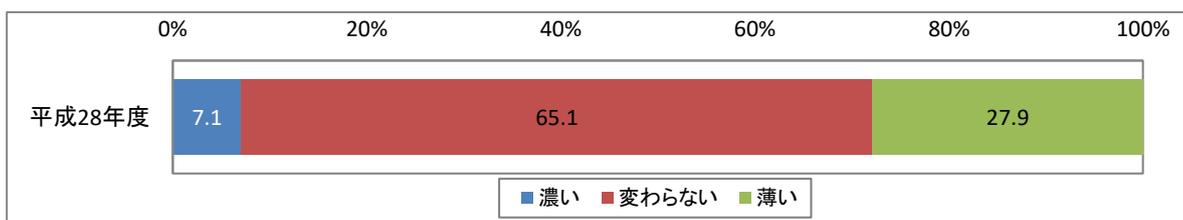
問13 清涼飲料水(ジュース、スポーツドリンク、砂糖入りのコーヒーなど)を週にどのくらい飲みますか。

|            | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日飲む   | 206    | 39.2  | 137    | 27.8  | 131    | 26.4  |
| 週4~5日飲む    | 188    | 35.8  | 183    | 37.1  | 90     | 18.1  |
| 週2~3日飲む    | 79     | 15.0  | 99     | 20.1  | 187    | 37.6  |
| ほとんどとっていない | 52     | 9.9   | 74     | 15.0  | 89     | 17.9  |
| サンプル数      | 525    | 100.0 | 493    | 100.0 | 497    | 100.0 |



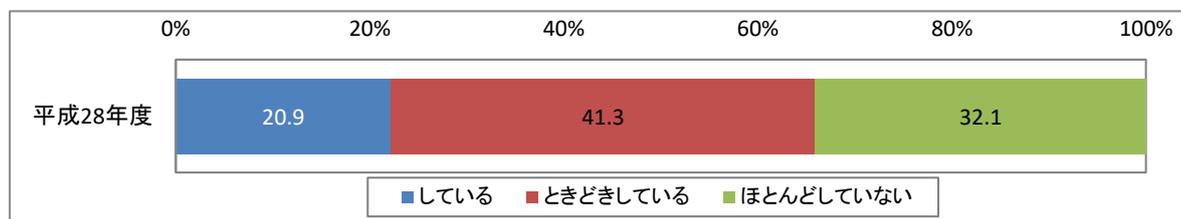
問14 外食と比べて家庭の味は濃いですか。

|       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) |
| 濃い    | 35     | 7.1   |
| 変わらない | 322    | 65.1  |
| 薄い    | 138    | 27.9  |
| サンプル数 | 495    | 100.0 |



問15 塩味の濃いものを食べ過ぎないようにしていますか。

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| している      | 110    | 20.9  |
| ときどきしている  | 217    | 41.3  |
| ほとんどしていない | 169    | 32.1  |
| サンプル数     | 496    | 94.3  |



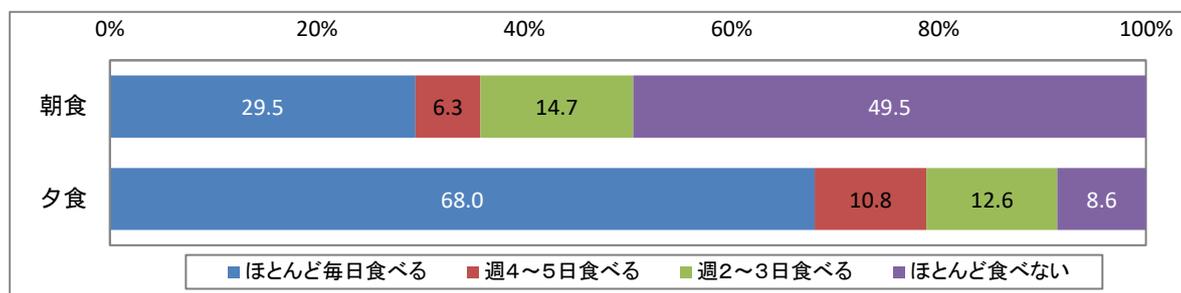
問16 家族・友人など誰かと一緒に朝食や夕食を食べていますか。

朝食

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日食べる | 146    | 29.5  |
| 週4~5日食べる  | 31     | 6.3   |
| 週2~3日食べる  | 73     | 14.7  |
| ほとんど食べない  | 245    | 49.5  |
| サンプル数     | 495    | 100.0 |

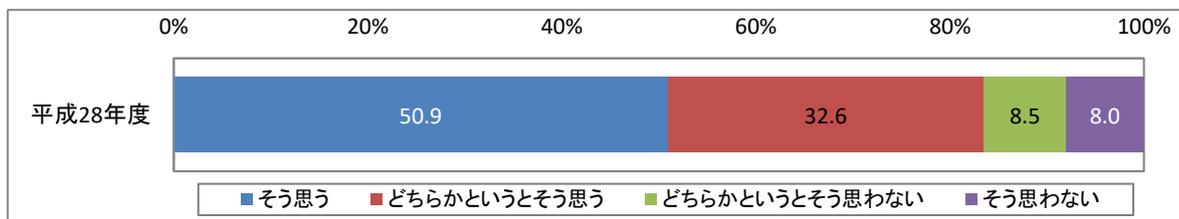
夕食

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日食べる | 334    | 68.0  |
| 週4~5日食べる  | 53     | 10.8  |
| 週2~3日食べる  | 62     | 12.6  |
| ほとんど食べない  | 42     | 8.6   |
| サンプル数     | 491    | 100.0 |



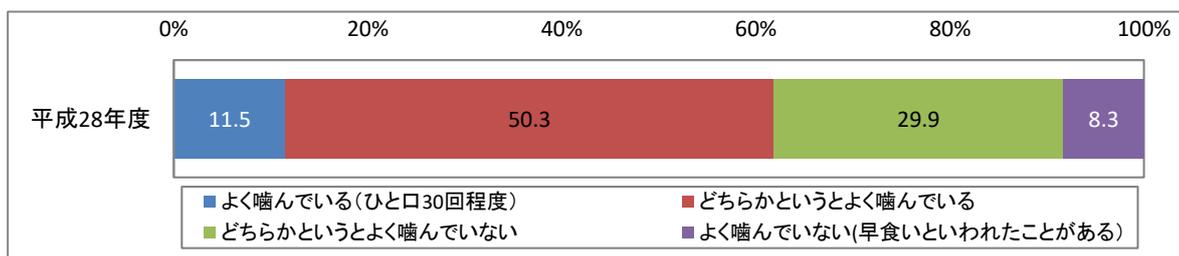
問17 誰かと一緒に食事をしたいと思いますか。

|              | 平成28年度 |       |
|--------------|--------|-------|
|              | 全体(件)  | 割合(%) |
| そう思う         | 253    | 50.9  |
| どちらかというと思う   | 162    | 32.6  |
| どちらかというと思わない | 42     | 8.5   |
| そう思わない       | 40     | 8.0   |
| サンプル数        | 497    | 100.0 |



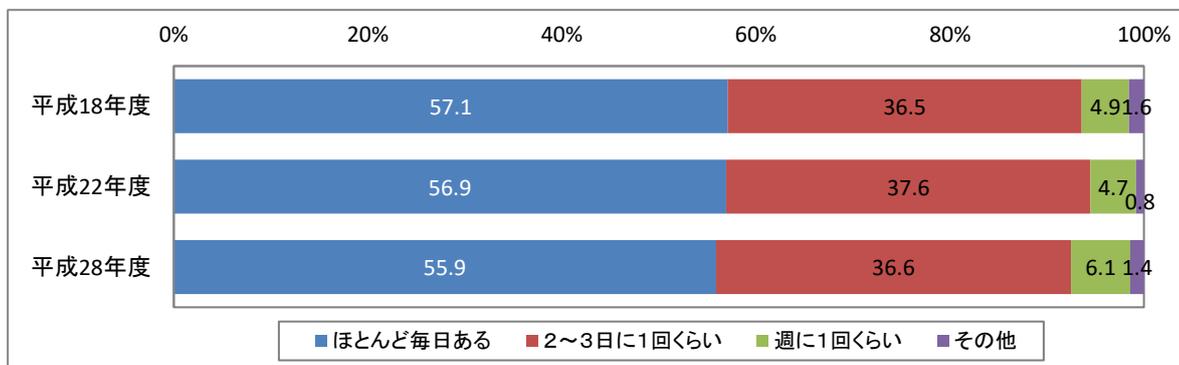
問18 あなたはよく噛むほうですか。

|                         | 平成28年度 |       |
|-------------------------|--------|-------|
|                         | 全体(件)  | 割合(%) |
| よく噛んでいる(ひと口30回程度)       | 57     | 11.5  |
| どちらかというによく噛んでいる         | 249    | 50.3  |
| どちらかというによく噛んでいない        | 148    | 29.9  |
| よく噛んでいない(早食いといわれたことがある) | 41     | 8.3   |
| サンプル数                   | 495    | 100.0 |



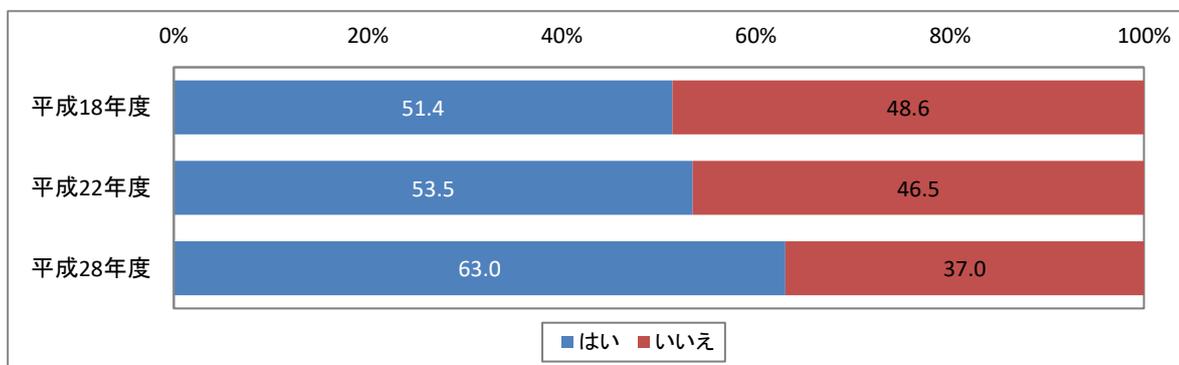
問19 毎日排便(うんち)がありますか。

|            | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど毎日ある   | 294    | 57.1  | 279    | 56.9  | 275    | 55.9  |
| 2～3日に1回くらい | 188    | 36.5  | 184    | 37.6  | 180    | 36.6  |
| 週に1回くらい    | 25     | 4.9   | 23     | 4.7   | 30     | 6.1   |
| その他        | 8      | 1.6   | 4      | 0.8   | 7      | 1.4   |
| サンプル数      | 515    | 100.0 | 490    | 100.0 | 492    | 100.0 |



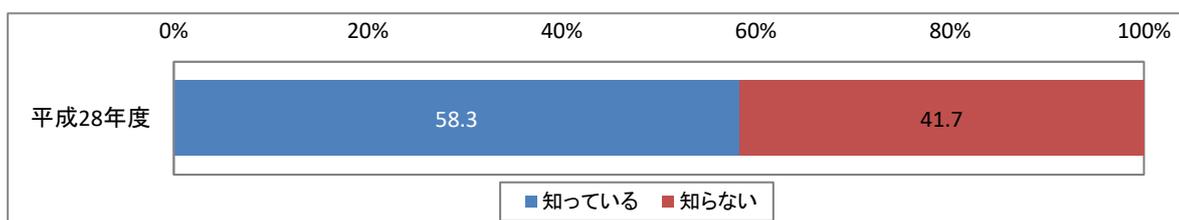
問20 嫌いなものがあっても食べるようにしていますか。

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 220    | 51.4  | 207    | 53.5  | 312    | 63.0  |
| いいえ   | 208    | 48.6  | 180    | 46.5  | 183    | 37.0  |
| サンプル数 | 428    | 100.0 | 387    | 100.0 | 495    | 100.0 |



問21 自分の適正体重を知っていますか。

|       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) |
| 知っている | 288    | 58.3  |
| 知らない  | 206    | 41.7  |
| サンプル数 | 494    | 100.0 |

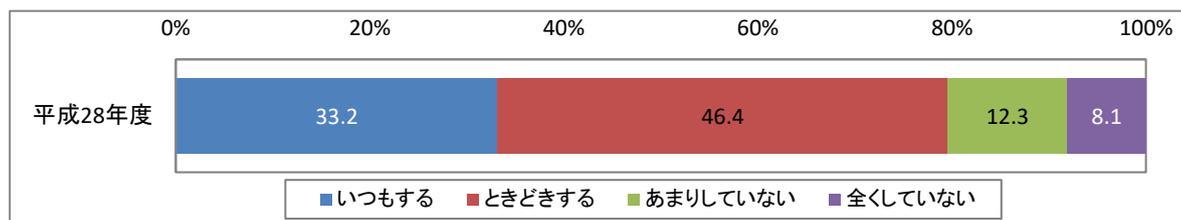


問22 食事や健康に関する情報をどこで入手していますか。(複数回答)

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| テレビ・ラジオ   | 374    | 74.9  |
| インターネット   | 210    | 42.1  |
| 家族        | 139    | 27.9  |
| 本・雑誌      | 108    | 21.6  |
| 友人・知人     | 105    | 21.0  |
| 学校        | 105    | 21.0  |
| 病院        | 17     | 3.4   |
| 新聞        | 15     | 3.0   |
| 市役所等の公的機関 | 2      | 0.4   |
| その他       | 9      | 1.8   |
| サンプル数     | 499    | 100.0 |

問23 食事のときにお手伝い(調理の手伝い、食器の準備、テーブルの準備、片付けなど)をしていますか。

|          | 平成28年度 |       |
|----------|--------|-------|
|          | 全体(件)  | 割合(%) |
| いつもする    | 164    | 33.2  |
| ときどきする   | 229    | 46.4  |
| あまりしていない | 61     | 12.3  |
| 全くしていない  | 40     | 8.1   |
| サンプル数    | 494    | 100.0 |



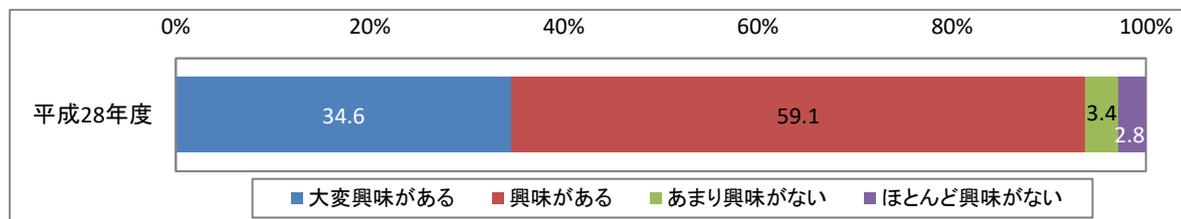
問23で「3 あまりしていない」、「4 全くしていない」と回答した方にお尋ねします。

問23-1 お手伝いをしない理由は何ですか。

|               | 平成28年度 |       |
|---------------|--------|-------|
|               | 全体(件)  | 割合(%) |
| 面倒だから         | 42     | 37.5  |
| する時間がないから     | 39     | 34.8  |
| 家族から言われないから   | 23     | 20.5  |
| 必要がないと思っているから | 3      | 2.7   |
| その他           | 5      | 4.5   |
| サンプル数         | 112    | 100.0 |

問24 食べることや食べ物に興味がありますか。

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| 大変興味がある   | 171    | 34.6  |
| 興味がある     | 292    | 59.1  |
| あまり興味がない  | 17     | 3.4   |
| ほとんど興味がない | 14     | 2.8   |
| サンプル数     | 494    | 100.0 |



問24で「3 あまり興味がない」、「4 ほとんど興味がない」と回答した方にお尋ねします。

問24-1 興味がない理由をご記入下さい。(自由記述)

|                             |
|-----------------------------|
| (食べ物)があったら食べる程度の興味しかない      |
| あまり食べる方じゃないから               |
| 生きている程度で食べられればそれでいいから       |
| いつも美味しいごはんを作ってくれているから       |
| 意味がわからない                    |
| 興味がないから                     |
| 興味がないから。                    |
| 興味がないのに理由がない                |
| 興味を持ったことがないから               |
| 嫌いや苦手なものの方が多いから。            |
| 詳しく知らないから                   |
| 食わず嫌いなものが多いから               |
| こだわらないから                    |
| 質問の意味が分からなかった。              |
| 食欲がでない                      |
| 食べ物には興味があるけれど、食べることには興味がない  |
| 食べ物は栄養をとるものとしか考えてない         |
| 食べること以外の興味の方がつよい            |
| 食べるのがめんどくさい                 |
| 食べるだけだから                    |
| 食べる時に動くというのが、めんどろ。          |
| 食べるものがあれば食べるがなければ食べなくてもいいから |
| どうでもいい                      |
| 特になし                        |
| 別に食べれたら何でも。興味なし！            |
| ポケモンが大事                     |
| 理由とかないです                    |

問25 家庭で食べている料理を1品でも自分ひとりで作ることができますか。

|       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) |
| できる   | 435    | 88.1  |
| できない  | 59     | 11.9  |
| サンプル数 | 494    | 100.0 |

問26 料理できるものを教えてください。(複数回答)

|             | 平成28年度 |       |
|-------------|--------|-------|
|             | 全体(件)  | 割合(%) |
| おにぎり        | 430    | 86.2  |
| ご飯を炊く       | 414    | 83.0  |
| 卵料理         | 382    | 76.6  |
| サラダ         | 360    | 72.1  |
| 汁物(みそ汁、スープ) | 325    | 65.1  |
| 野菜炒め        | 324    | 64.9  |
| その他         | 40     | 8.0   |
| できない        | 10     | 2.0   |
| サンプル数       | 499    | 100.0 |

問27 「まごたちわやさしい」を知っていますか。

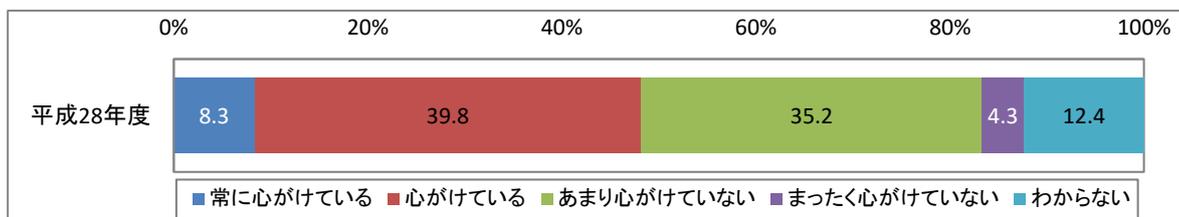
|       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) |
| 知っている | 198    | 40.0  |
| 知らない  | 297    | 60.0  |
| サンプル数 | 495    | 100.0 |

問28 「野菜もりもり応援店」を知っていますか。

|             | 平成28年度 |       |
|-------------|--------|-------|
|             | 全体(件)  | 割合(%) |
| 知っている       | 8      | 1.6   |
| 利用したことがある   | 3      | 0.6   |
| 名前は聞いたことがある | 10     | 2.0   |
| 知らない        | 474    | 95.8  |
| サンプル数       | 495    | 100.0 |

問29 バランスの取れた食事を心がけていますか。

|             | 平成28年度 |       |
|-------------|--------|-------|
|             | 全体(件)  | 割合(%) |
| 常に心がけている    | 41     | 8.3   |
| 心がけている      | 196    | 39.8  |
| あまり心がけていない  | 173    | 35.2  |
| まったく心がけていない | 21     | 4.3   |
| わからない       | 61     | 12.4  |
| サンプル数       | 492    | 100.0 |



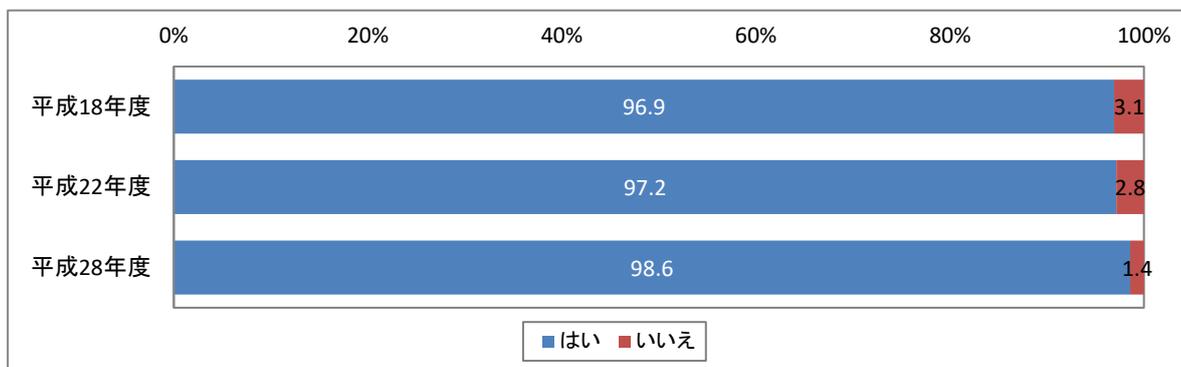
問30 食生活で心がけていることは何ですか。(複数回答)

|                        | 平成28年度 |       |
|------------------------|--------|-------|
|                        | 全体(件)  | 割合(%) |
| 夜遅くに食べない               | 245    | 49.1  |
| 油っこいものを食べすぎない          | 190    | 38.1  |
| たくさん食べ過ぎないようにする        | 169    | 33.9  |
| 間食を控える                 | 143    | 28.7  |
| 味の濃いものを食べすぎない          | 142    | 28.5  |
| 野菜をたっぷり食べる             | 135    | 27.1  |
| 栄養バランスを考えた食事をする        | 121    | 24.2  |
| 旬(その季節にとれる食べもの)のものを食べる | 52     | 10.4  |
| その他                    | 20     | 4.0   |
| サンプル数                  | 499    | 100.0 |

# 歯の健康について

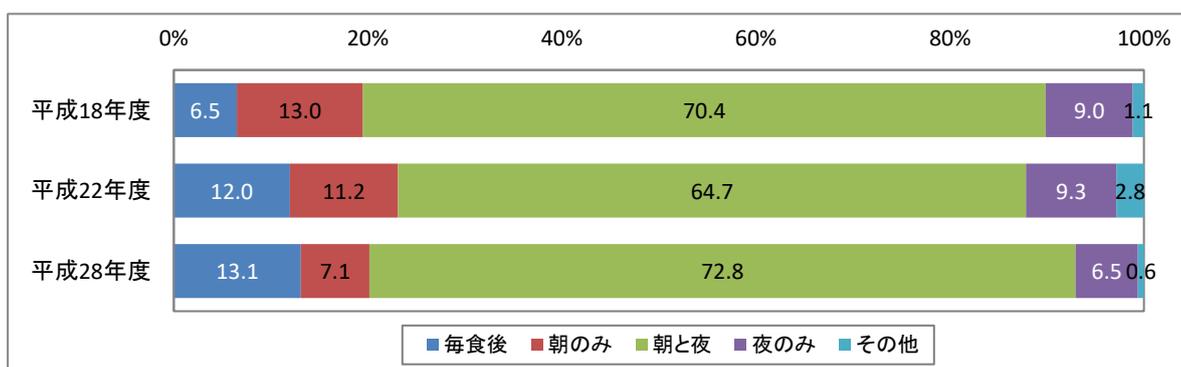
問31 歯みがきは毎日していますか。

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 507    | 96.9  | 479    | 97.2  | 488    | 98.6  |
| いいえ   | 16     | 3.1   | 14     | 2.8   | 7      | 1.4   |
| サンプル数 | 523    | 100.0 | 493    | 100.0 | 495    | 100.0 |



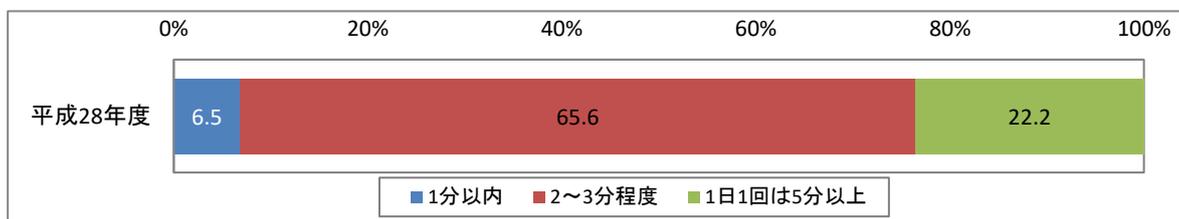
問32 歯みがきはいつしていますか。

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 毎食後   | 34     | 6.5   | 59     | 12.0  | 65     | 13.1  |
| 朝のみ   | 68     | 13.0  | 55     | 11.2  | 35     | 7.1   |
| 朝と夜   | 368    | 70.4  | 319    | 64.7  | 361    | 72.8  |
| 夜のみ   | 47     | 9.0   | 46     | 9.3   | 32     | 6.5   |
| その他   | 6      | 1.1   | 14     | 2.8   | 3      | 0.6   |
| サンプル数 | 523    | 100.0 | 493    | 100.0 | 496    | 100.0 |



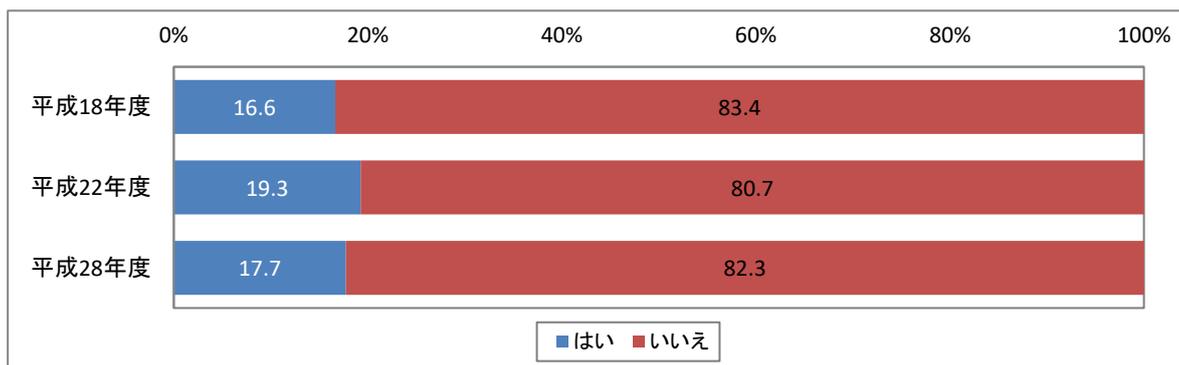
問33 歯を磨く時間は、1回あたりどのくらいですか。

|           | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) |
| 1分以内      | 34     | 6.5   |
| 2～3分程度    | 345    | 65.6  |
| 1日1回は5分以上 | 117    | 22.2  |
| サンプル数     | 496    | 94.3  |



問34 定期的に歯医者へ行っていますか。

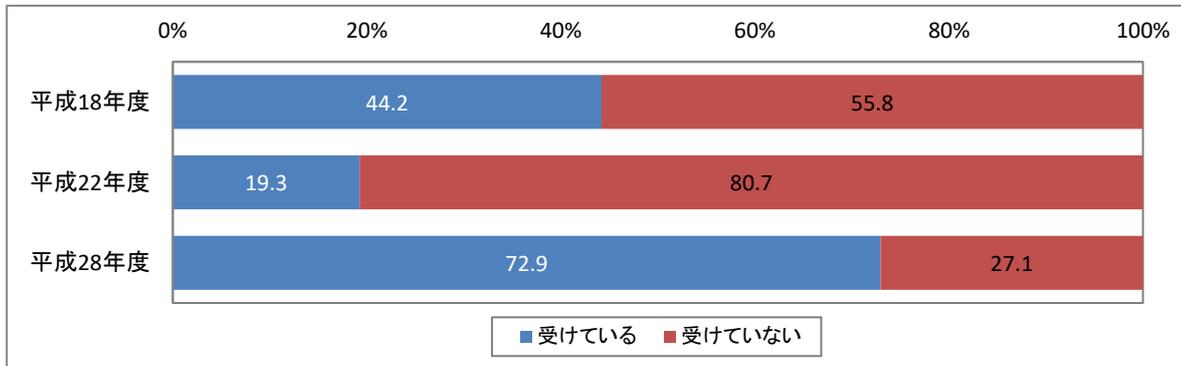
|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 87     | 16.6  | 95     | 19.3  | 88     | 17.7  |
| いいえ   | 436    | 83.4  | 398    | 80.7  | 408    | 82.3  |
| サンプル数 | 523    | 100.0 | 493    | 100.0 | 496    | 100.0 |



問34で「1 はい」と回答した方にお尋ねします。

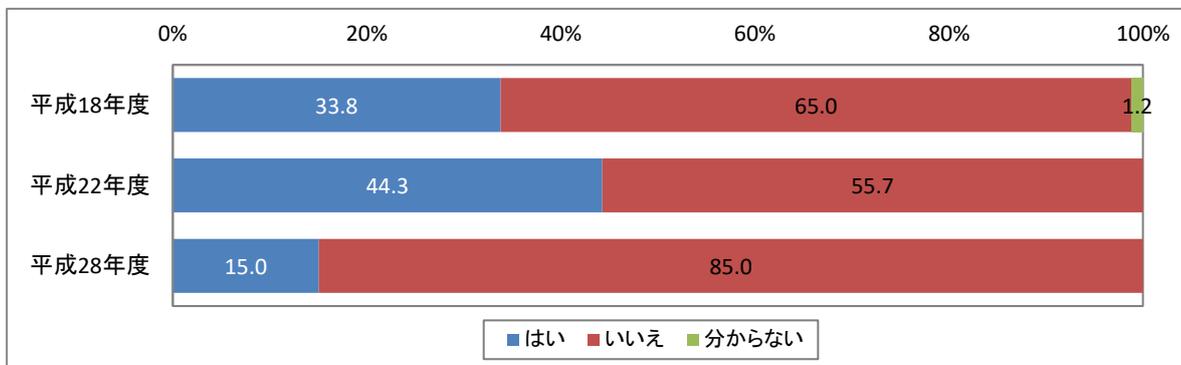
問34-1 歯医者に行った時は歯みがきの指導を受けていますか。

|        | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|--------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|        | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 受けている  | 229    | 44.2  | 95     | 19.3  | 62     | 72.9  |
| 受けていない | 289    | 55.8  | 398    | 80.7  | 23     | 27.1  |
| サンプル数  | 518    | 100.0 | 493    | 100.0 | 85     | 100.0 |



問35 フッ素塗布(むし歯予防のために歯にぬること)を定期的(年3~4回)にしていますか。

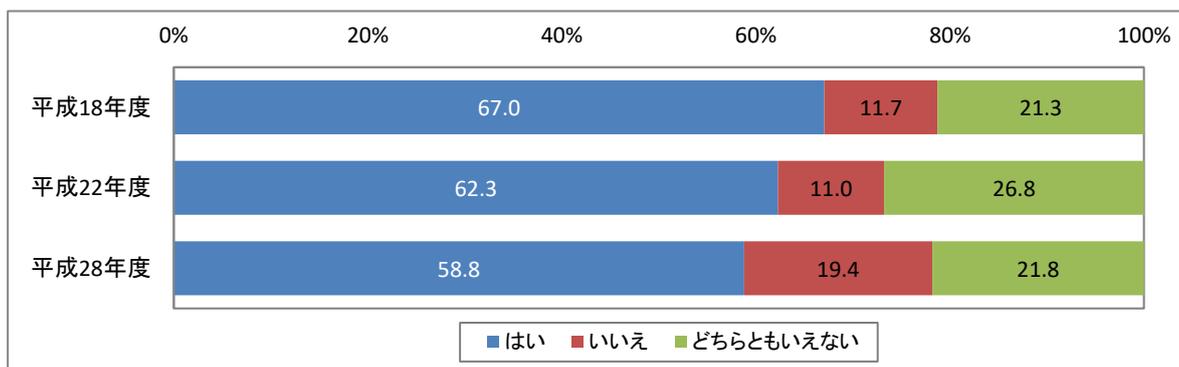
|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 172    | 33.8  | 208    | 44.3  | 74     | 15.0  |
| いいえ   | 331    | 65.0  | 262    | 55.7  | 418    | 85.0  |
| 分からない | 6      | 1.2   | —      | —     | —      | —     |
| サンプル数 | 509    | 100.0 | 470    | 100.0 | 492    | 100.0 |



## 運動について

問36 運動は好きですか。

|           | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい        | 350    | 67.0  | 307    | 62.3  | 291    | 58.8  |
| いいえ       | 61     | 11.7  | 54     | 11.0  | 96     | 19.4  |
| どちらともいえない | 111    | 21.3  | 132    | 26.8  | 108    | 21.8  |
| サンプル数     | 522    | 100.0 | 493    | 100.0 | 495    | 100.0 |



問37 放課後や休日の過ごし方を教えてください。

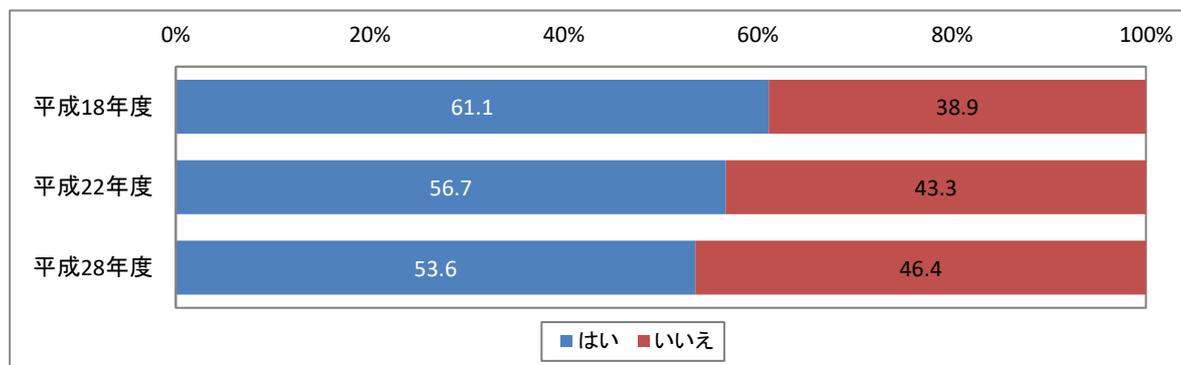
|               | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|               | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 運動をする(部活・クラブ) | 179    | 34.3  | 213    | 37.8  | 161    | 32.5  |
| 家の中でテレビやゲーム   | 74     | 14.2  | 104    | 18.5  | 129    | 26.1  |
| 外で遊ぶ          | 109    | 20.9  | 88     | 15.6  | 116    | 23.4  |
| 家の手伝い         | 21     | 4.0   | 21     | 3.7   | 16     | 3.2   |
| 本を読む          | 22     | 4.2   | 22     | 3.9   | 14     | 2.8   |
| 塾・習い事へ行く      | 12     | 2.3   | 14     | 2.5   | 9      | 1.8   |
| 何もしない         | 58     | 11.1  | 50     | 8.9   | 33     | 6.7   |
| その他           | 47     | 9.0   | 51     | 9.1   | 17     | 3.4   |
| サンプル数         | 522    | 100.0 | 563    | 100.0 | 495    | 100.0 |

問38 放課後や休日は誰と遊ぶことが多いですか。

|           | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|           | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 友達        | 350    | 67.7  | 304    | 55.7  | 314    | 63.7  |
| 部活やクラブの仲間 | 76     | 14.7  | 118    | 21.6  | 71     | 14.4  |
| 一人        | 50     | 9.7   | 69     | 12.6  | 63     | 12.8  |
| 家族        | 32     | 6.2   | 45     | 8.2   | 37     | 7.5   |
| その他       | 9      | 1.7   | 10     | 1.8   | 8      | 1.6   |
| サンプル数     | 517    | 100.0 | 546    | 100.0 | 493    | 100.0 |

問39 定期的に運動をしていますか。(週1回以上の割合で)

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 319    | 61.1  | 279    | 56.7  | 263    | 53.6  |
| いいえ   | 203    | 38.9  | 213    | 43.3  | 228    | 46.4  |
| サンプル数 | 522    | 100.0 | 492    | 100.0 | 491    | 100.0 |



問39で「1 はい」と回答した方にお尋ねします。

問39-1 運動の種類を多いものから順に3つ選択してください。

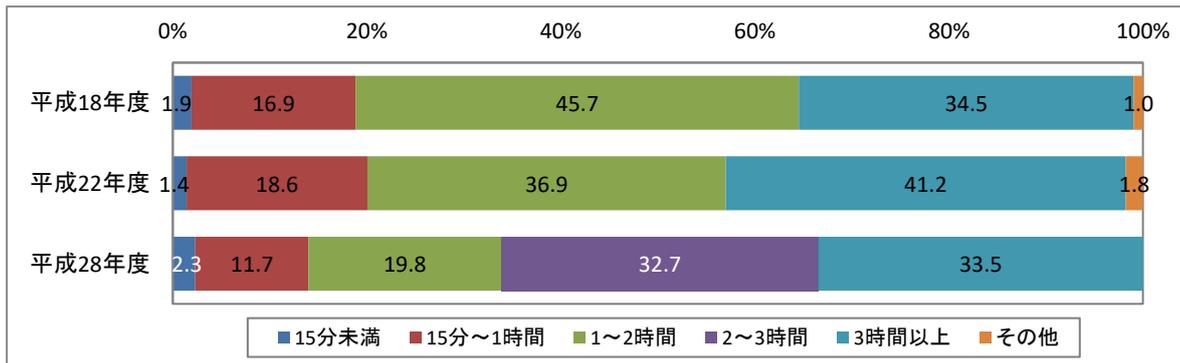
合計

|            | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|            | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| マラソン・ランニング | 117    | 16.9  | 170    | 27.2  | 109    | 18.0  |
| 外遊び        | —      | —     | —      | —     | 83     | 13.7  |
| バスケットボール   | 89     | 12.8  | 79     | 12.7  | 69     | 11.4  |
| 野球         | 72     | 10.4  | 70     | 11.2  | 58     | 9.6   |
| サッカー       | 84     | 12.1  | 65     | 10.4  | 56     | 9.2   |
| バレーボール     | 76     | 11.0  | 35     | 5.6   | 43     | 7.1   |
| ダンス系       | 63     | 9.1   | 28     | 4.5   | 41     | 6.8   |
| テニス        | 33     | 4.8   | 39     | 6.3   | 26     | 4.3   |
| 卓球         | 35     | 5.0   | 21     | 3.4   | 15     | 2.5   |
| 水泳         | 6      | 0.9   | 6      | 1.0   | 4      | 0.7   |
| その他        | 119    | 17.1  | 111    | 17.8  | 103    | 17.0  |
| サンプル数      | 694    | 100.0 | 624    | 100.0 | 607    | 100.0 |

問39で「1 はい」と回答した方にお尋ねします。

問39-2 連続的に運動している時間はどれくらいですか。

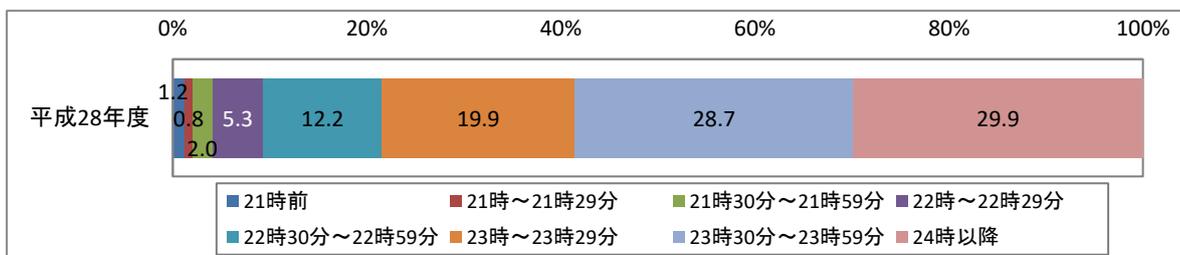
|         | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|         | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 15分未満   | 6      | 1.9   | 4      | 1.4   | 6      | 2.3   |
| 15分～1時間 | 53     | 16.9  | 52     | 18.6  | 30     | 11.7  |
| 1～2時間   | 143    | 45.7  | 103    | 36.9  | 51     | 19.8  |
| 2～3時間   | —      | —     | —      | —     | 84     | 32.7  |
| 3時間以上   | 108    | 34.5  | 115    | 41.2  | 86     | 33.5  |
| その他     | 3      | 1.0   | 5      | 1.8   | 0      | 0.0   |
| サンプル数   | 313    | 100.0 | 279    | 100.0 | 257    | 100.0 |



## 休養や心の健康づくりについて

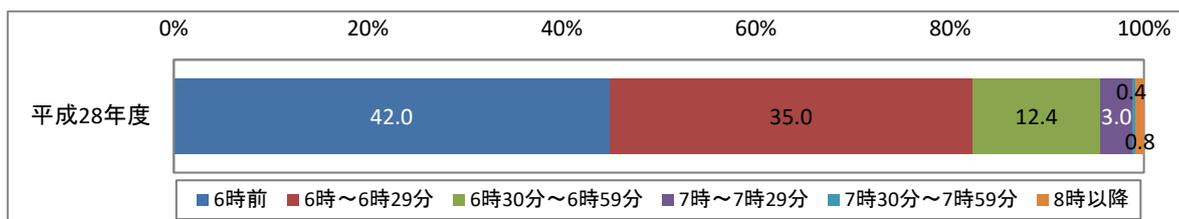
問40 いつも何時に寝ますか。(布団やベッドに入る時間)

|               | 平成28年度 |       |
|---------------|--------|-------|
|               | 全体(件)  | 割合(%) |
| 21時前          | 6      | 1.2   |
| 21時～21時29分    | 4      | 0.8   |
| 21時30分～21時59分 | 10     | 2.0   |
| 22時～22時29分    | 26     | 5.3   |
| 22時30分～22時59分 | 60     | 12.2  |
| 23時～23時29分    | 98     | 19.9  |
| 23時30分～23時59分 | 141    | 28.7  |
| 24時以降         | 147    | 29.9  |
| サンプル数         | 492    | 100.0 |



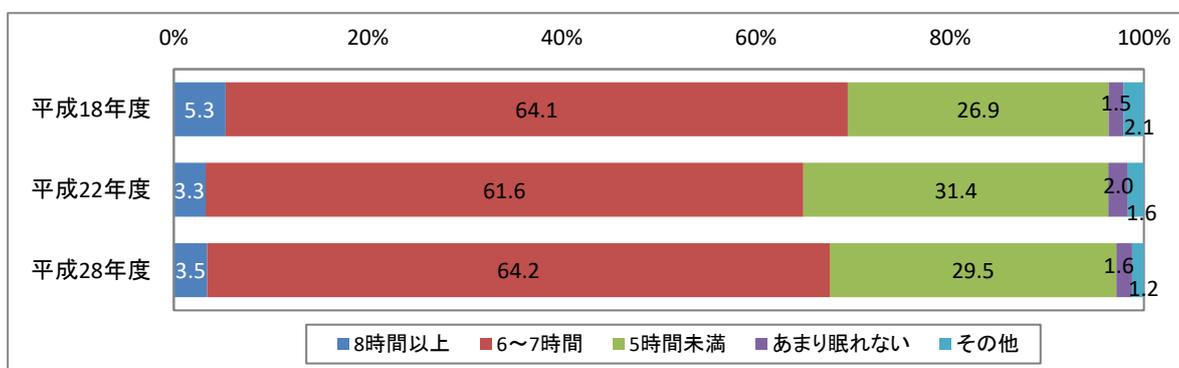
問41 いつも何時に起きていますか。(布団やベッドから出る時間)

|             | 平成28年度 |       |
|-------------|--------|-------|
|             | 全体(件)  | 割合(%) |
| 6時前         | 221    | 42.0  |
| 6時～6時29分    | 184    | 35.0  |
| 6時30分～6時59分 | 65     | 12.4  |
| 7時～7時29分    | 16     | 3.0   |
| 7時30分～7時59分 | 2      | 0.4   |
| 8時以降        | 4      | 0.8   |
| サンプル数       | 492    | 93.5  |



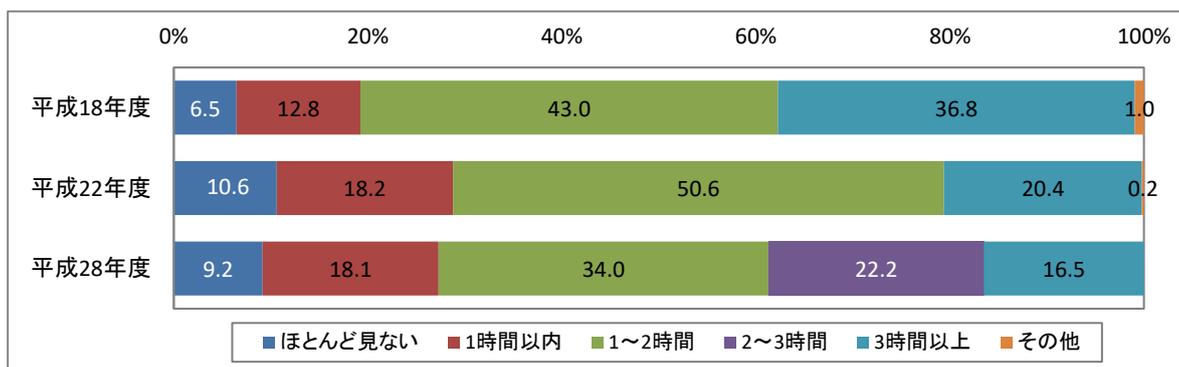
問42 平日の睡眠時間はどれくらいですか。

|         | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|         | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 8時間以上   | 28     | 5.3   | 16     | 3.3   | 17     | 3.5   |
| 6～7時間   | 336    | 64.1  | 302    | 61.6  | 315    | 64.2  |
| 5時間未満   | 141    | 26.9  | 154    | 31.4  | 145    | 29.5  |
| あまり眠れない | 8      | 1.5   | 10     | 2.0   | 8      | 1.6   |
| その他     | 11     | 2.1   | 8      | 1.6   | 6      | 1.2   |
| サンプル数   | 524    | 100.0 | 490    | 100.0 | 491    | 100.0 |



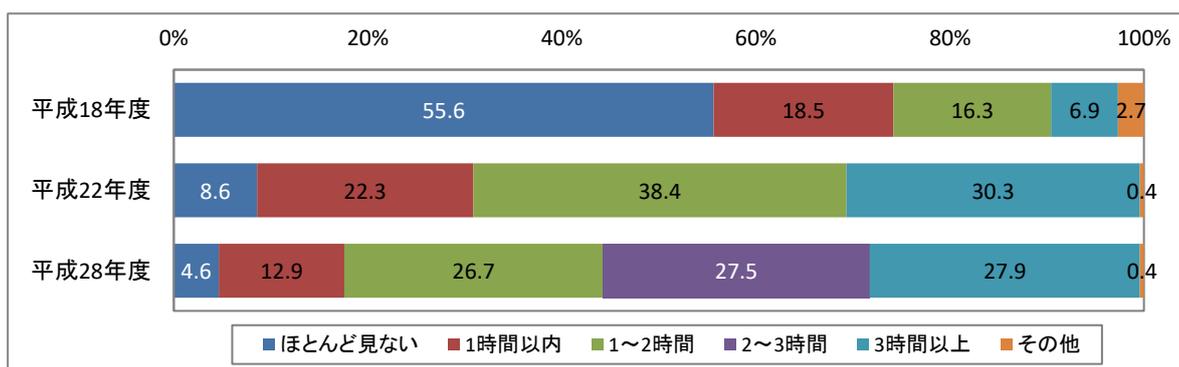
問43 テレビ等(DVD、YouTubeも含む)の視聴時間はどれくらいですか。(1日平均)

|         | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|         | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど見ない | 34     | 6.5   | 52     | 10.6  | 45     | 9.2   |
| 1時間以内   | 67     | 12.8  | 89     | 18.2  | 89     | 18.1  |
| 1～2時間   | 226    | 43.0  | 248    | 50.6  | 167    | 34.0  |
| 2～3時間   | —      | —     | —      | —     | 109    | 22.2  |
| 3時間以上   | 193    | 36.8  | 100    | 20.4  | 81     | 16.5  |
| その他     | 5      | 1.0   | 1      | 0.2   | 0      | 0.0   |
| サンプル数   | 525    | 100.0 | 490    | 100.0 | 491    | 100.0 |



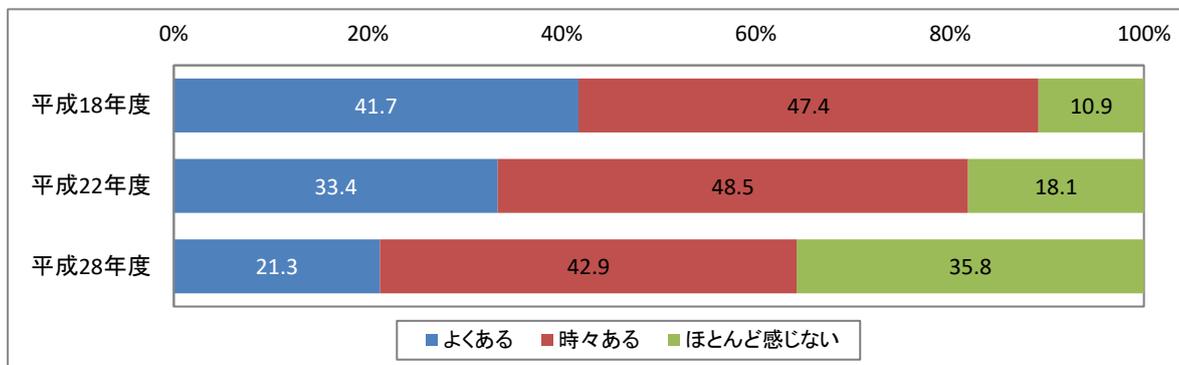
問44 ゲーム機やスマートフォン(スマホ)などを使ったゲームやインターネットをする時間はどれくらいですか。(1日平均)

|         | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|         | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ほとんど見ない | 291    | 55.6  | 42     | 8.6   | 23     | 4.6   |
| 1時間以内   | 97     | 18.5  | 109    | 22.3  | 64     | 12.9  |
| 1～2時間   | 85     | 16.3  | 188    | 38.4  | 132    | 26.7  |
| 2～3時間   | —      | —     | —      | —     | 136    | 27.5  |
| 3時間以上   | 36     | 6.9   | 148    | 30.3  | 138    | 27.9  |
| その他     | 14     | 2.7   | 2      | 0.4   | 2      | 0.4   |
| サンプル数   | 523    | 100.0 | 489    | 100.0 | 495    | 100.0 |



問45 普段の生活や学校などでイライラしたり悩みすぎたり、心配しすぎたりしますか。

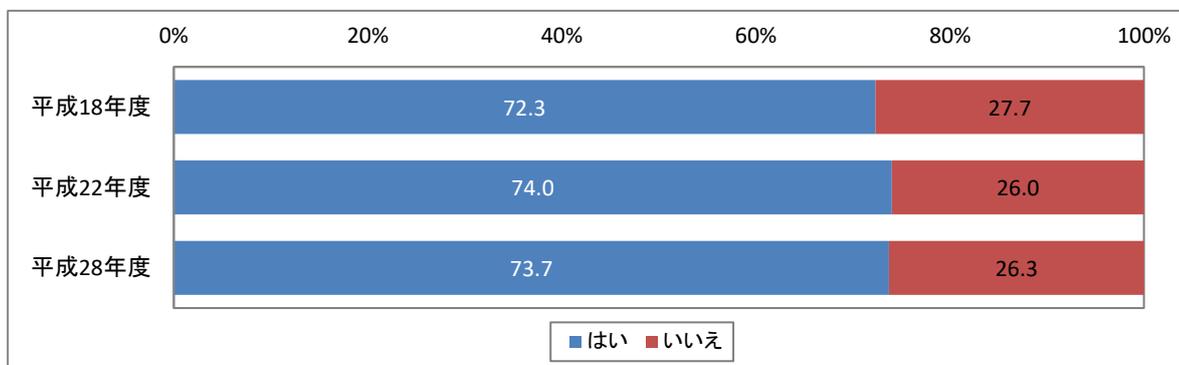
|          | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|----------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|          | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| よくある     | 219    | 41.7  | 164    | 33.4  | 104    | 21.3  |
| 時々ある     | 249    | 47.4  | 238    | 48.5  | 210    | 42.9  |
| ほとんど感じない | 57     | 10.9  | 89     | 18.1  | 175    | 35.8  |
| サンプル数    | 525    | 100.0 | 491    | 100.0 | 489    | 100.0 |



問45で「1 よくある」、「2 時々ある」と回答した方にお尋ねします。

問45-1 イライラや悩みはうまく解消できていますか。

|       | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|-------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|       | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| はい    | 337    | 72.3  | 296    | 74.0  | 230    | 73.7  |
| いいえ   | 129    | 27.7  | 104    | 26.0  | 82     | 26.3  |
| サンプル数 | 466    | 100.0 | 400    | 100.0 | 312    | 100.0 |



問45-1で「1 はい」と回答した方にお尋ねします。

問45-1-1 解消法を下記より全て選択してください。(複数回答)

|                  | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|------------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|                  | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 音楽を聴く            | 235    | 24.7  | 208    | 23.0  | 183    | 54.3  |
| 遊ぶ(友達などと)        | 201    | 21.2  | 183    | 20.2  | 119    | 35.3  |
| 思い切り笑う(楽しいことをする) | 130    | 13.7  | 138    | 15.3  | 89     | 26.4  |
| 食べる(甘い物、好きなもの)   | 94     | 9.9   | 109    | 12.1  | 88     | 26.1  |
| 家族や友達に相談         | 112    | 11.8  | 119    | 13.2  | 81     | 24.0  |
| 運動               | 138    | 14.5  | 115    | 12.7  | 75     | 22.3  |
| その他              | 40     | 4.2   | 32     | 3.5   | 22     | 6.5   |
| サンプル数            | 950    | 100.0 | 904    | 100.0 | 337    | 100.0 |

問45-1で「2 いいえ」と回答した方にお尋ねします。

問45-1-2 理由を下記より全て選択してください。(複数回答)

|                | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|----------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|                | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| ストレス発散が苦手      | 54     | 31.4  | 39     | 28.7  | 37     | 28.7  |
| 時間・暇がない        | 39     | 22.7  | 36     | 26.5  | 31     | 24.0  |
| 相談しても理解してくれない  | 24     | 14.0  | 16     | 11.8  | 14     | 10.9  |
| 相談・遊び相手がいない    | 15     | 8.7   | 15     | 11.0  | 11     | 8.5   |
| 周りの人が話を聞いてくれない | 4      | 2.3   | 5      | 3.7   | 8      | 6.2   |
| その他            | 36     | 20.9  | 25     | 18.4  | 13     | 10.1  |
| サンプル数          | 172    | 100.0 | 136    | 100.0 | 129    | 100.0 |

問46 友達が落ち込んでいたり、悩んでいる時はどうしますか。

|                     | 平成18年度 |       | 平成22年度 |       | 平成28年度 |       |
|---------------------|--------|-------|--------|-------|--------|-------|
|                     | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) | 全体(件)  | 割合(%) |
| 相談にのってあげる           | 362    | 70.0  | 363    | 72.6  | 386    | 79.3  |
| 気づいてもそっとしておく        | 105    | 20.3  | 99     | 19.8  | 71     | 14.6  |
| 自分さえ良ければ良い(関わりたくない) | 9      | 1.7   | 7      | 1.4   | 8      | 1.6   |
| 他の人を心配する余裕がない       | 28     | 5.4   | 14     | 2.8   | 12     | 2.5   |
| その他                 | 13     | 2.5   | 17     | 3.4   | 10     | 2.1   |
| サンプル数               | 517    | 100.0 | 500    | 100.0 | 487    | 100.0 |

