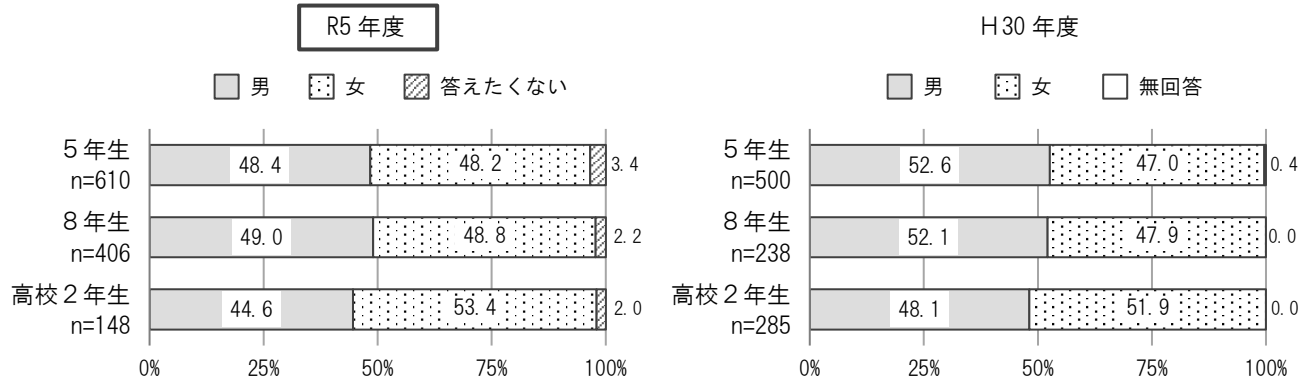


IV. 児童・生徒調査結果

1. 対象者自身のこと

問 1-1 あなたの性別を教えてください。（○は1つ）

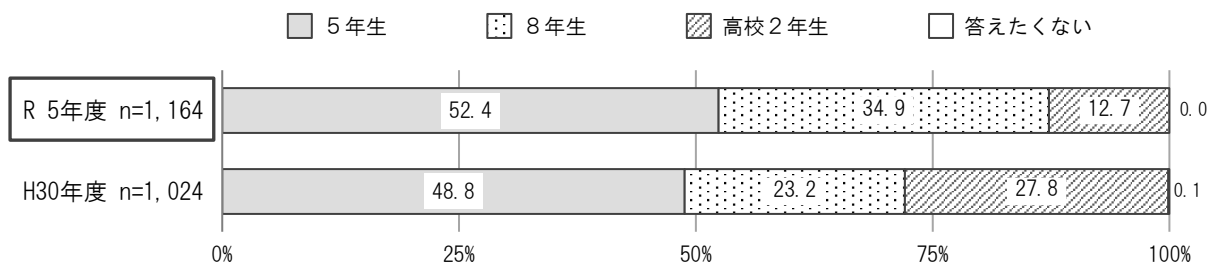
図表 4-1-1 性別【全体・経年比較】



※R5 年度調査では、「無回答」はない。

問 1-2 あなたの学年を教えてください。（○は1つ）

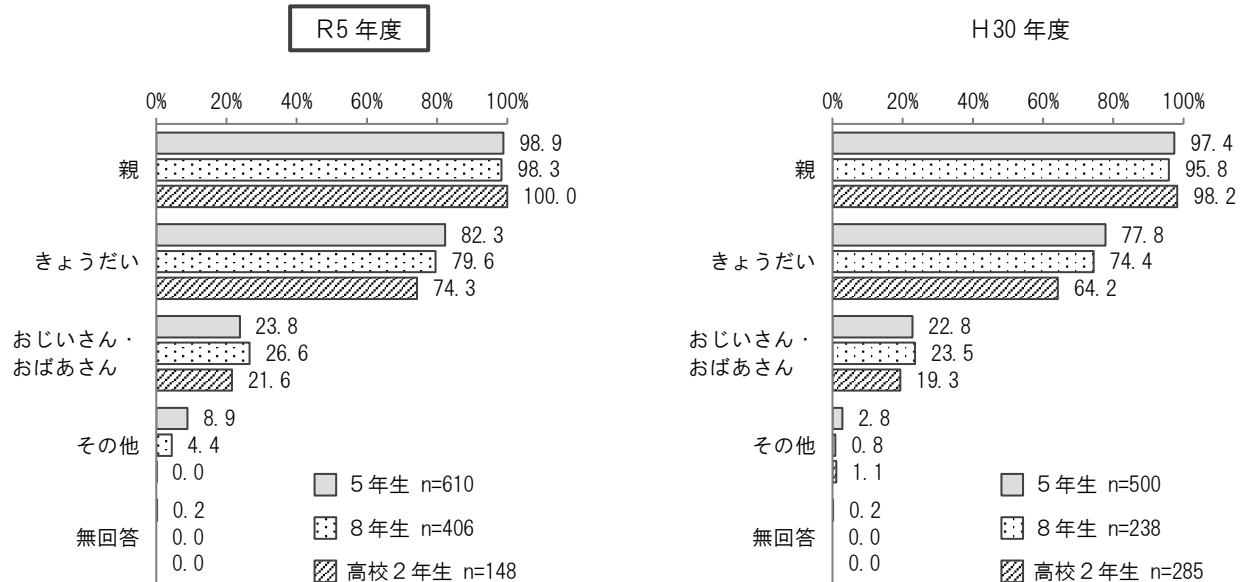
図表 4-1-2 学年【全体・経年比較】



問2 あなたの家族は誰がいますか。（誰と一緒に住んでいますか）（○はいくつでも）

・平成30年度調査と比べると、いずれの学年も「その他（叔母・いとこなど）」と一緒に住んでいる割合が増えています。「親」「きょうだい」「おじいさん・おばあさん」といっしょに住んでいる割合に大きな差はありません。

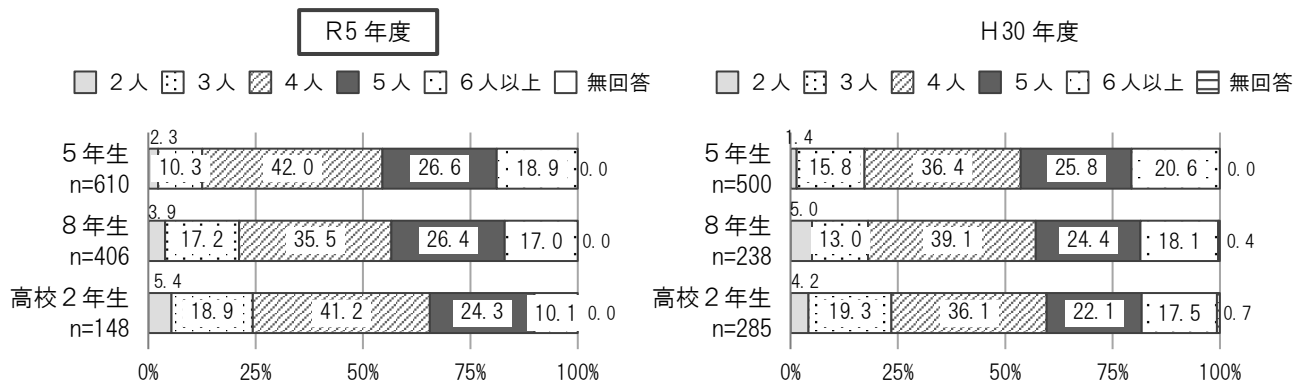
図表4-2 いっしょに住んでいる人（複数回答）【学年別・経年比較】



問3 あなたは今、自分をふくめて何人でくらしていますか。（○は1つ）

・家族の数は、いずれの学年も「4人」が最も高く、次いで「5人」となっています。
 ・平成30年度調査と比べると、5年生では「3人」が5.5ポイント低く、「4人」が5.6ポイント高くなっています。8年生では「4人」が3.6ポイント低く、「3人」が4.2ポイント高くなっています。高校2年生では「6人以上」が7.4ポイント低くなっています。

図表4-3 家族の数【学年別・経年比較】

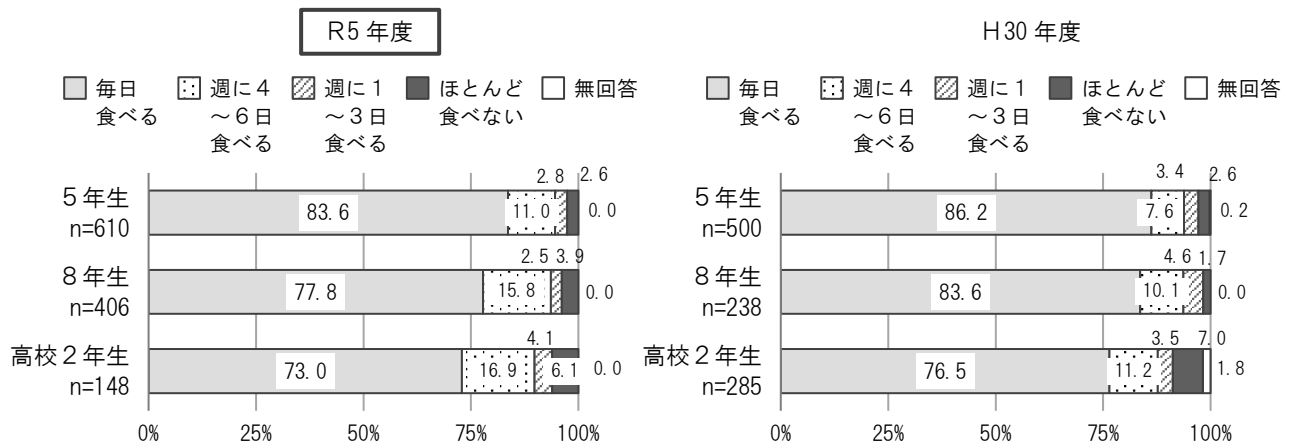


2. 食生活について

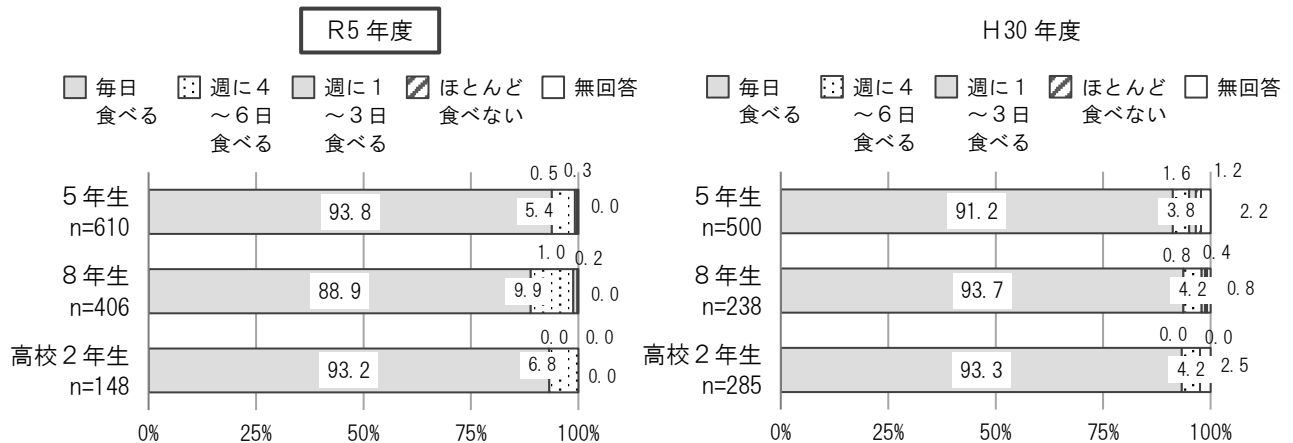
問4 1日3食を食べていますか。(○は1つ)

- ・朝食を「毎日食べる」割合は、5年生では83.6%、8年生では77.8%、高校2年生では73.0%となっています。
- ・昼食を「毎日食べる」割合は、いずれの学年も88%を超えています。
- ・夕食を「毎日食べる」割合は、いずれの学年も88%を超えています、高校2年生では欠食することがある割合を合計すると、11.5%となっています。

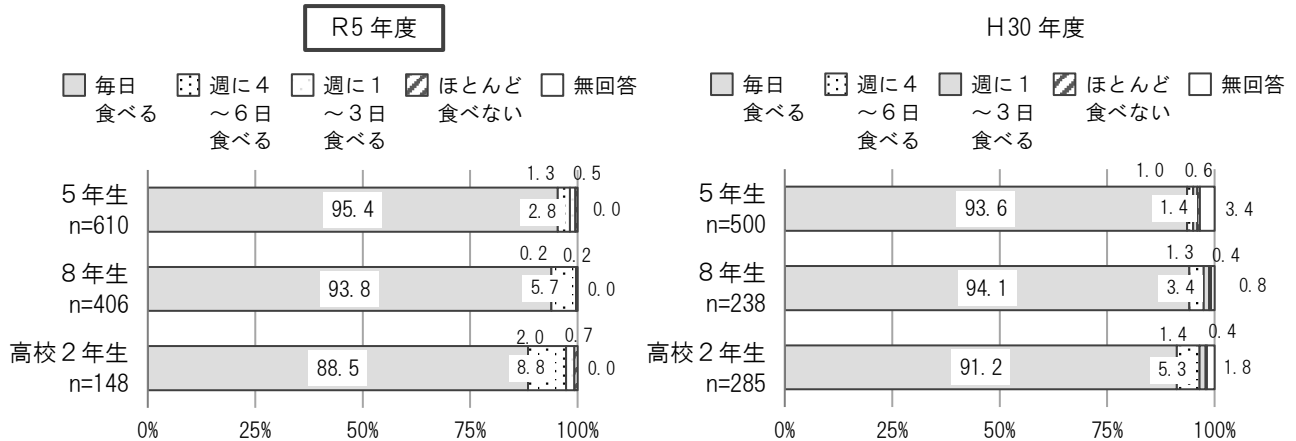
図表 4-4-1 朝食を食べる頻度【学年別・経年比較】



図表 4-4-2 昼食を食べる頻度【学年別・経年比較】



図表 4-4-3 夕食を食べる頻度【学年別・経年比較】



◆図表 4-4-4 毎日朝食を食べる児童・生徒の割合

	ベース値 平成 30 年 (2018)	目標値 令和 6 年 (2024)	現状値 令和 5 年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
5 年生	86.2%	100%	83.6%	-2.6ポイント	△
8 年生	83.6%	100%	77.8%	-5.8ポイント	×
高校 2 年生	76.5%	100%	73.0%	-3.5ポイント	△

《参考・国 第3次食育推進基本計画》

◇朝食を欠食する子供の割合（「あまり食べていない」「全く食べていない」小学6年生）
：2017 年度 4.6% ⇒2020 年度 目標値0%

データソース：平成 29 年度「全国学力・学習状況調査」（文部科学省）

《参考・国 健康日本21（第二次）》

◇朝・昼・夕の三食を必ず食べることに気をつけて食事をしている子どもの割合の増加（小学5年生）：2010 年度 89.4% ⇒2022 年度 100%に近づく

データソース：平成 22 年度「児童生徒の食事状況等調査」（（独）日本スポーツ振興センター）

《参考・県 第3次健康いばらき21プラン》

◇いつも（毎日）朝食を食べる子どもの割合

：小学生 2016 年度 87.5% ⇒2023 年度 100%に近づく
：中学生 2016 年度 83.0% ⇒2023 年度 100%に近づく
：高校生 2016 年度 73.5% ⇒2023 年度 100%に近づく

データソース：茨城県保健体育課

合言葉は



《参考・県 茨城県食育推進計画（第三次）》

◇いつも朝食を食べる子どもの割合

：小学生 2016 年度 87.5% ⇒2023 年度 100%に近づく
：中学生 2016 年度 83.0% ⇒2023 年度 100%に近づく
：高校生 2016 年度 73.5% ⇒2023 年度 100%に近づく

データソース：茨城県保健体育課

問5 朝食は何時に食べていますか。（時間を記入してください）

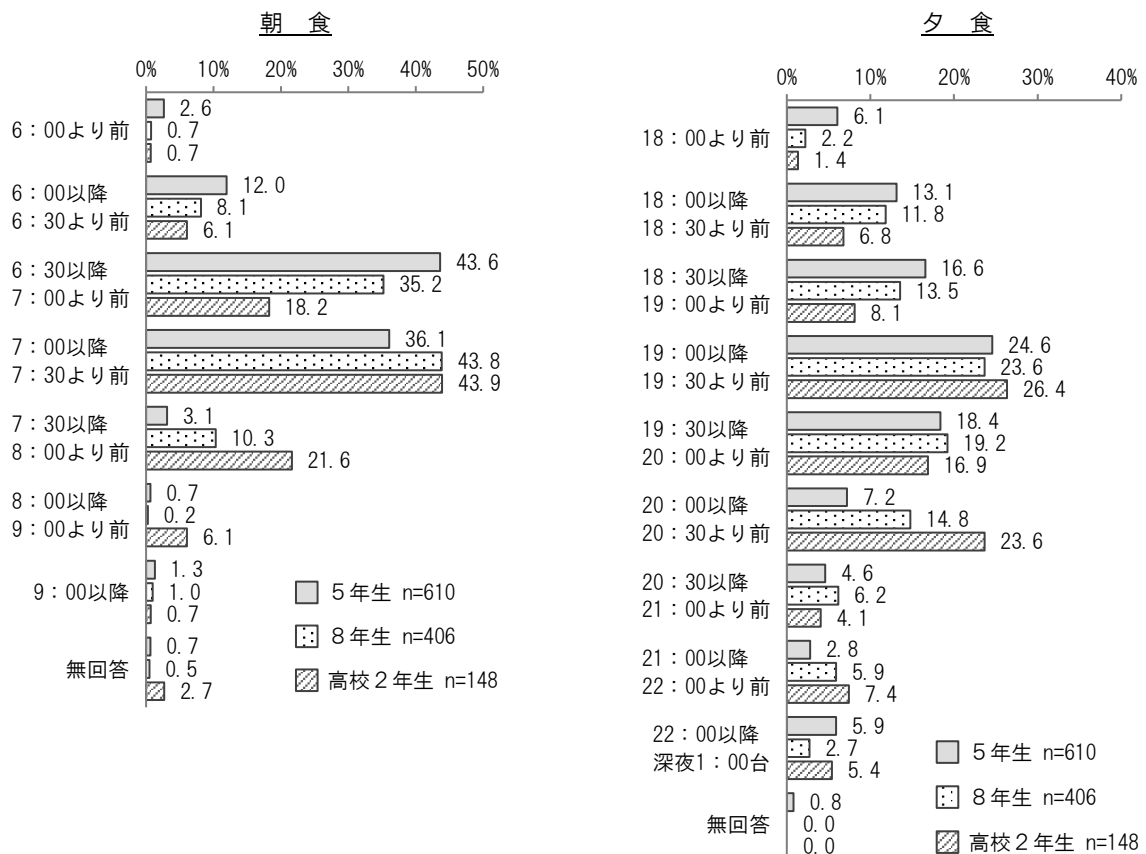
問6 夕食は何時に食べていますか。（時間を記入してください）

・朝食を食べる時間は、多い順に

5年生では「6：30以降7：00より前」が43.6%、「7：00以降7：30より前」が36.1%、
8年生では「7：00以降7：30より前」が43.8%、「6：30以降7：00より前」が35.2%、
高校2年生では「7：00以降7：30より前」が43.9%、「7：30以降8：00より前」が21.6%
となっています。

・夕食を食べる時間は、いずれの学年も「19：00以降19：30より前」が最も多くなっています。高校2年生では「20：00以降20：30より前」が23.6%、20：30以降が15%を超えています。

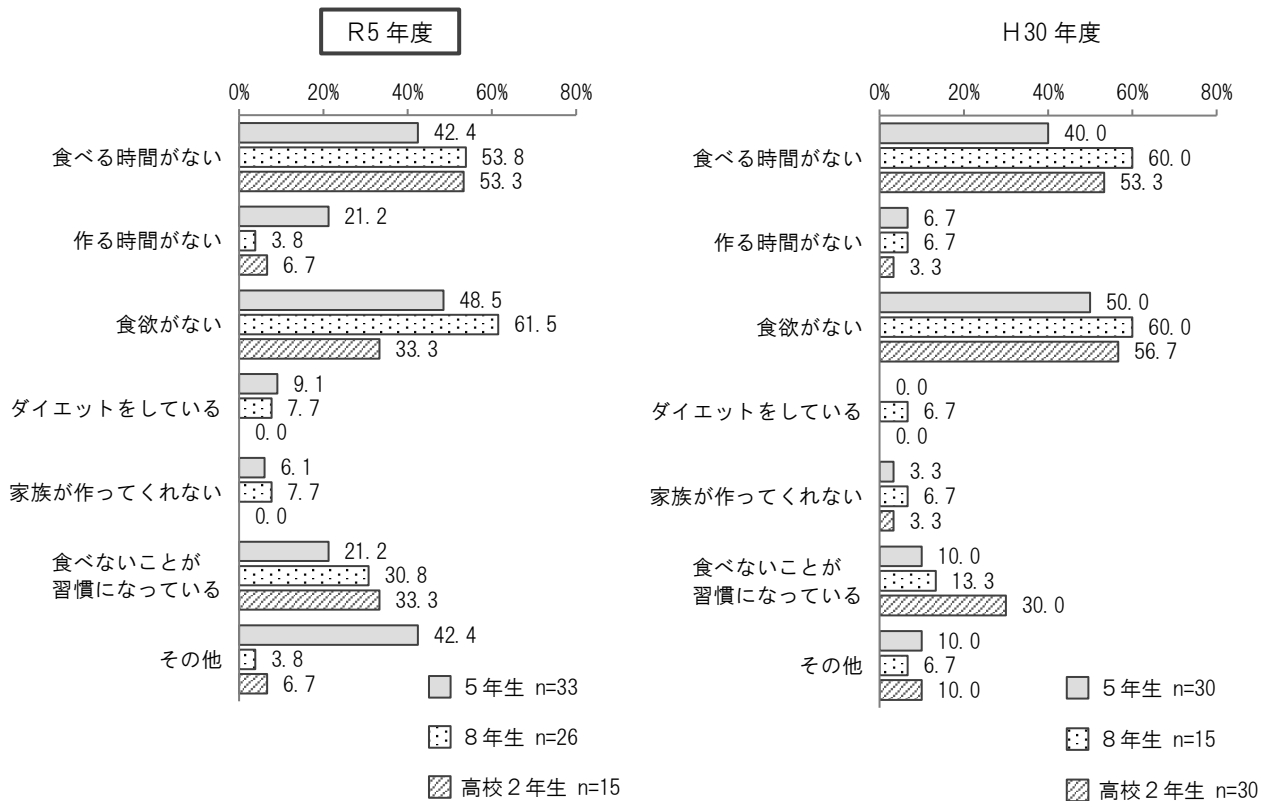
図表 4-5、4-6 食事の時間【学年別】



問7 問4の朝食で「週に1～3日食べる」「ほとんど食べない」と答えた方、朝食を毎日食べない理由は何ですか。（〇はいくつでも）

- ・朝食を毎日食べない理由は、平成30年度調査と同様に「食欲がない」「食べる時間がない」が上位2項目となっています。
- ・高校2年生では「食べないことが習慣になっている」が33.3%で「食欲がない」と同率になっています。

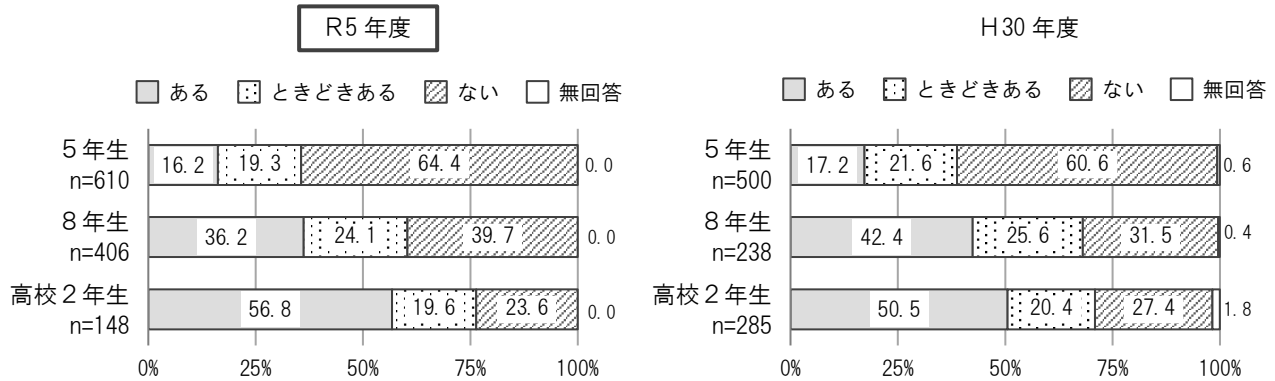
図表 4-7 朝食を毎日食べない理由（複数回答）【学年別・経年比較】



問 8-1 朝食を一人で食べることがありますか。(○は1つ)

・朝食を一人で食べることが「ある」割合は、5年生が16.2%、8年生が36.2%、高校2年生が56.8%となっています。平成30年度調査と比べると、いずれの学年も「ある」割合が減っています。

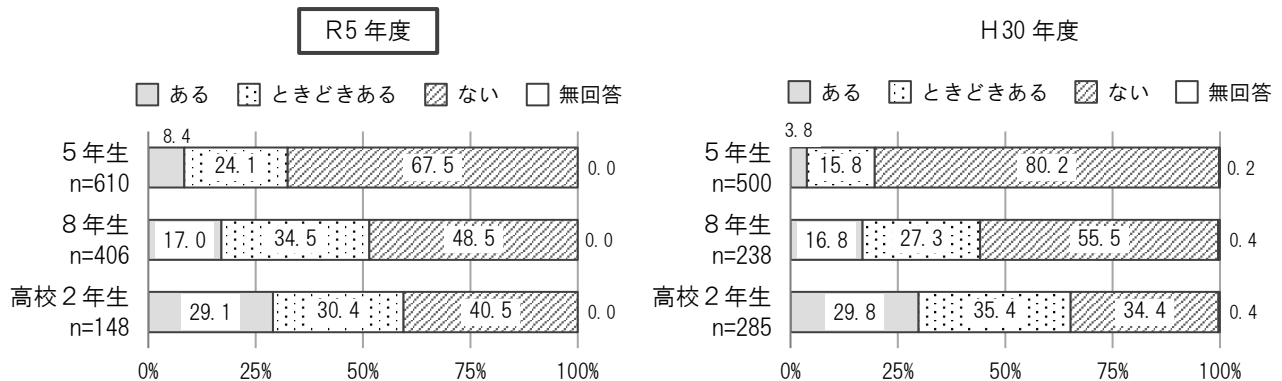
図表 4-8-1 朝食を一人で食べる事【学年別・経年比較】



問 8-2 夕食を一人で食べることがありますか。(○は1つ)

・夕食を一人で食べることが「ある」割合は、5年生が8.4%、8年生が17.0%、高校2年生が29.1%となっています。

図表 4-8-2 夕食を一人で食べる事【学年別・経年比較】



《参考・国 健康日本21（第二次）》

◇共食の増加（食事を1人で食べる子どもの割合の減少）

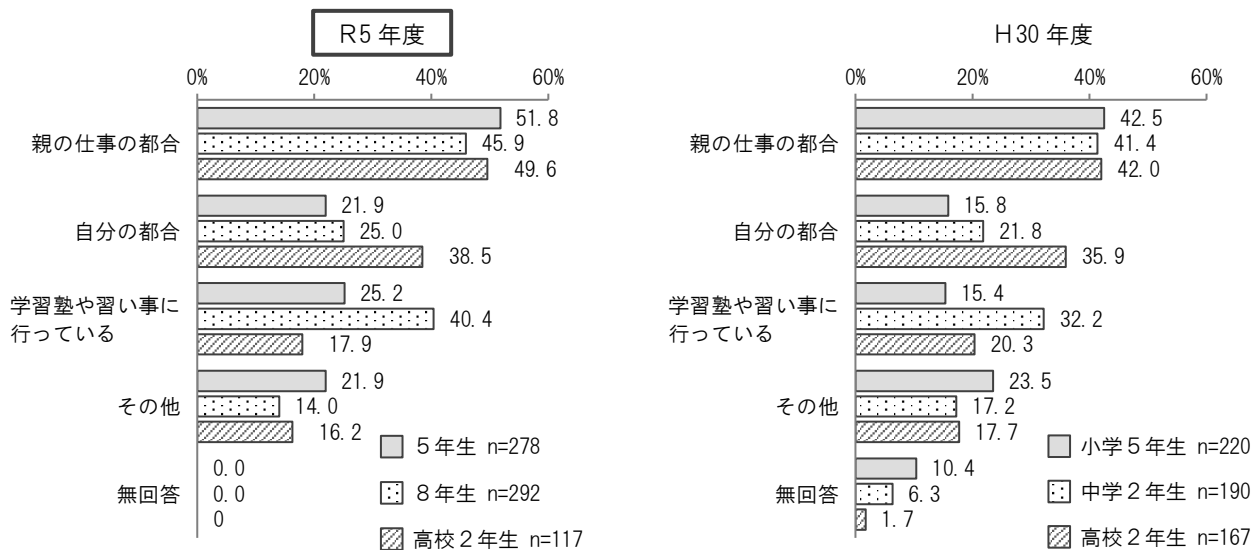
- ：朝食 小学生 2014年度 11.3% ⇒2022年度 減少傾向へ
- ：朝食 中学生 2014年度 31.9% ⇒2022年度 減少傾向へ
- ：夕食 小学生 2014年度 1.9% ⇒2022年度 減少傾向へ
- ：夕食 中学生 2014年度 7.1% ⇒2022年度 減少傾向へ

データソース：平成26年度「食事摂取基準を用いた食生活改善に資するエビデンスの構築に関する研究」

問9 問8で「ある」「ときどきある」と答えた方、その理由は何ですか。（〇はいくつでも）

- ・朝食や夕食を一人で食べる理由は、いずれの学年も「親の仕事の都合」が45%を超えて最も高くなっています。
- ・8年生では「学習塾や習い事に行っている」が40.4%で2番目に高く、高校2年生では「自分の都合」が38.5%で2番目に高くなっています。
- ・「その他」の理由は、「家族の時間が違う」「兄弟の都合」、8年生・高校2年生では「部活」などとなっています。

図表 4-9-1 朝食や夕食を一人で食べる理由（複数回答）【学年別・経年比較】



図表 4-9-2 その他の主な内容

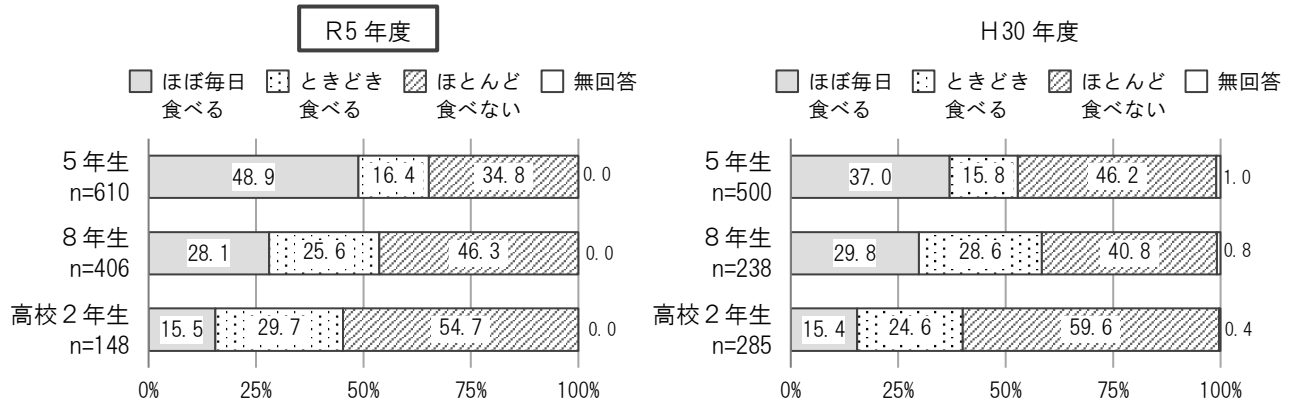
単位：件

その他の主な内容	5年生	8年生	高校2年生	計
家族の時間が違う	29	15	5	49
兄弟の都合	12	4	1	17
寝ているから	7	4	0	11
部活	0	2	6	8
習慣がない	4	3	0	7

問 10 夜食を食べますか。(○は1つ)

- ・夜食を「ほぼ毎日食べる」割合は5年生が48.9%、8年生が28.1%、高校2年生が15.5%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、5年生の「ほぼ毎日食べる」割合が11.9ポイント高くなっています。

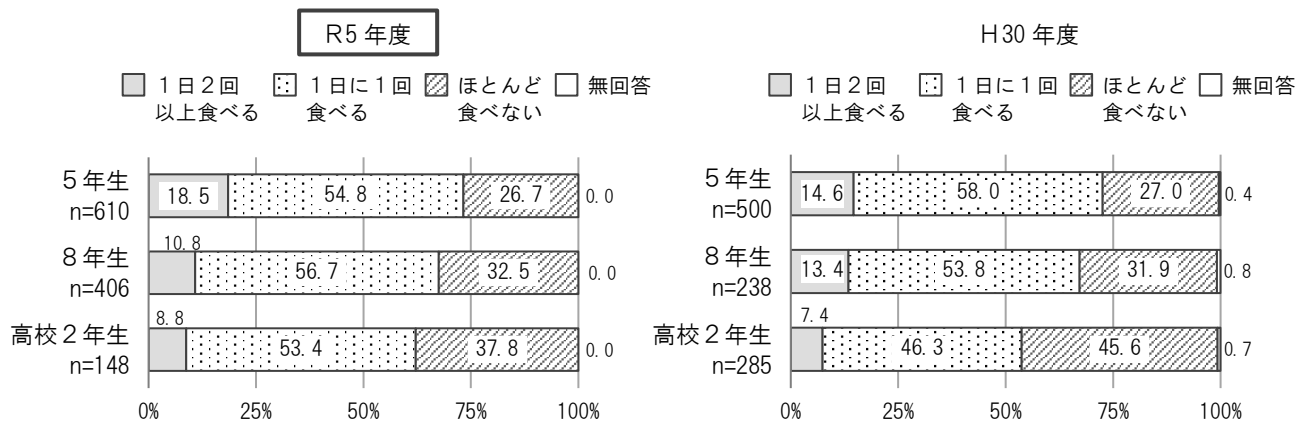
図表 4-10 夜食を食べる頻度【学年別・経年比較】



問 11 間食をしますか。(○は1つ)

- ・間食を「1日2回以上食べる」と「1日に1回食べる」を合わせると、5年生が73.3%、8年生が67.5%、高校2年生が62.2%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、5年生では「1日2回以上食べる」が3.9ポイント高くなっています。高校2年生では「ほとんど食べない」が7.8ポイント低くなっています。

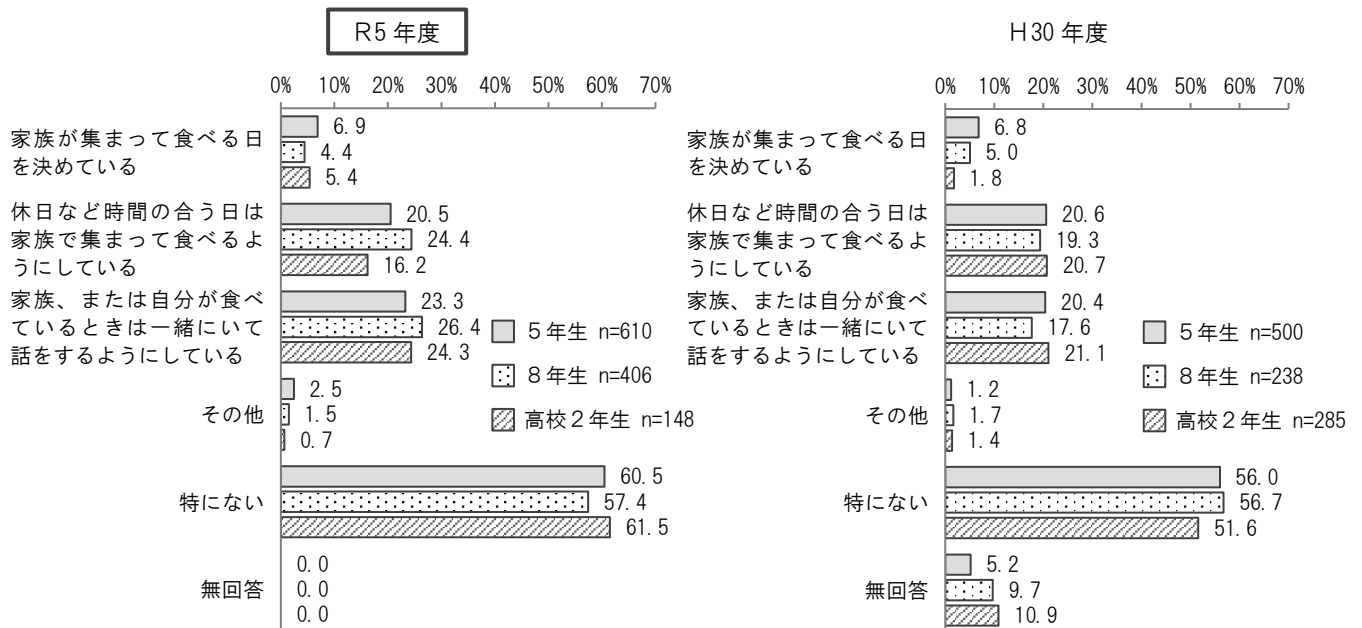
図表 4-11 間食をする頻度【学年別・経年比較】



問 1 2 朝食や夕食を家族などと一緒に食べている方で、以下のような工夫をしていることはありますか。（〇はいくつでも）

- ・家族と一緒に食事について工夫していることは、いずれの学年も「休日など時間の合う日は家族で集まって食べるようにしている」「家族、または自分が食べているときは一緒にいて話をするようにしている」の順に高くなっています。
- ・「特にない」がいずれの学年も 55%を超えています。

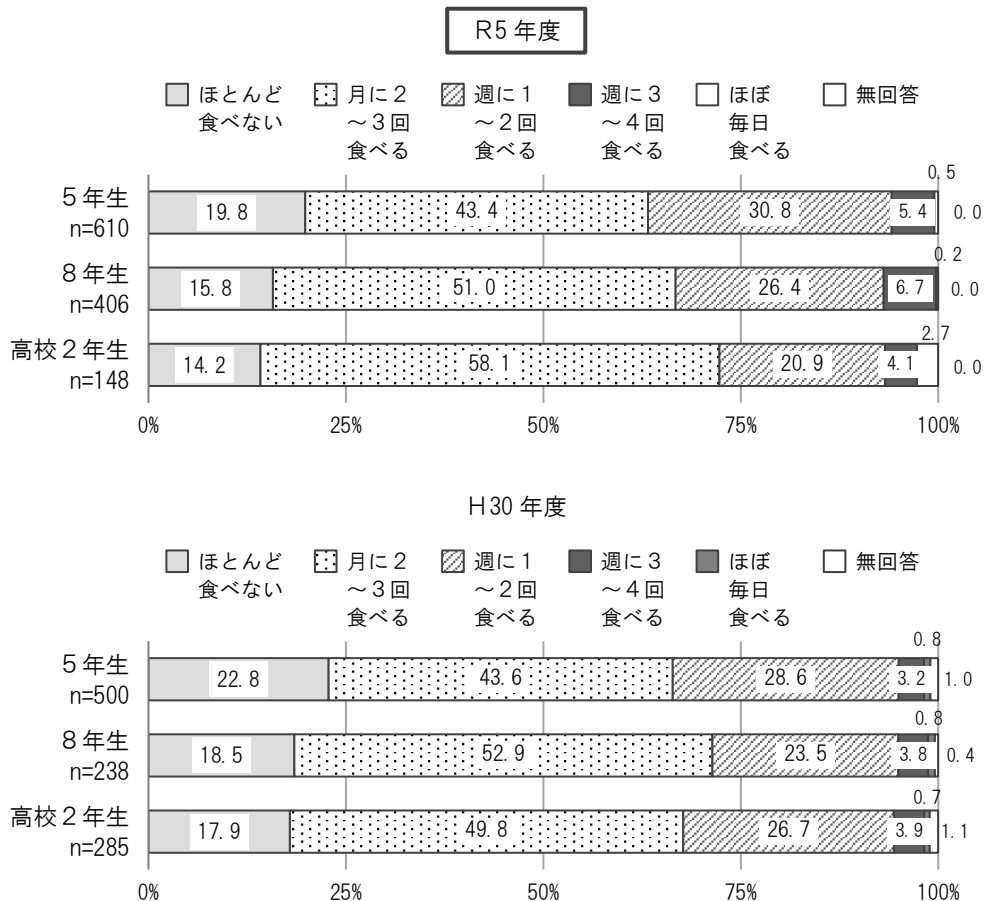
図表 4-12 家族と一緒に食事について工夫していること（複数回答）【学年別・経年比較】



問 13 普段どのくらい、レストランなどの飲食店や、コンビニエンスストアの弁当、ハンバーガーなどを食べたりしますか。（○は1つ）

- ・ 外食や中食の頻度は、「ほとんど食べない」割合は、平成 30 年度調査と比べると、いずれの学年も低くなっています。
- ・ 週に 1 回以上食べる割合は、平成 30 年度調査と比べると 5 年生が 4.1 ポイント高く、8 年生が 5.1 ポイント高くなっています。一方、高校 2 年生は 3.5 ポイント低くなっています。

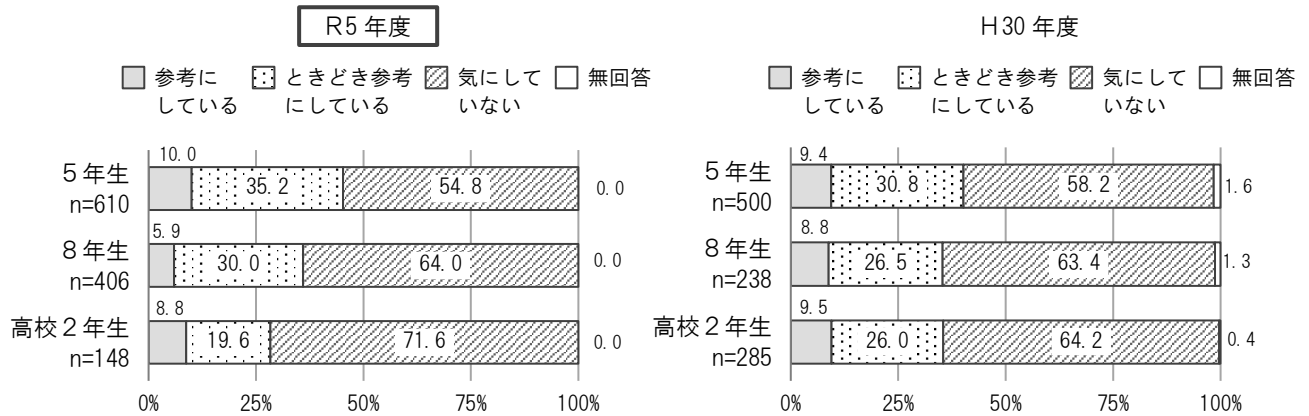
図表 4-13 外食や中食の頻度【学年別・経年比較】



問 1 4 普段レストランなどの飲食店で食べたり、食べ物をお店で買うとき、栄養や産地の表示を参考にしますか。（○は1つ）

・外食や中食の際に栄養や産地表示を「参考にしている」割合は、5年生が10.0%、8年生が5.9%、高校2年生が8.8%となっています。

図表 4-14-1 栄養成分表示や産地表示を参考にするか【学年別・経年比較】



◆図表 4-14-2 栄養成分表示や産地表示を参考にする児童・生徒の割合

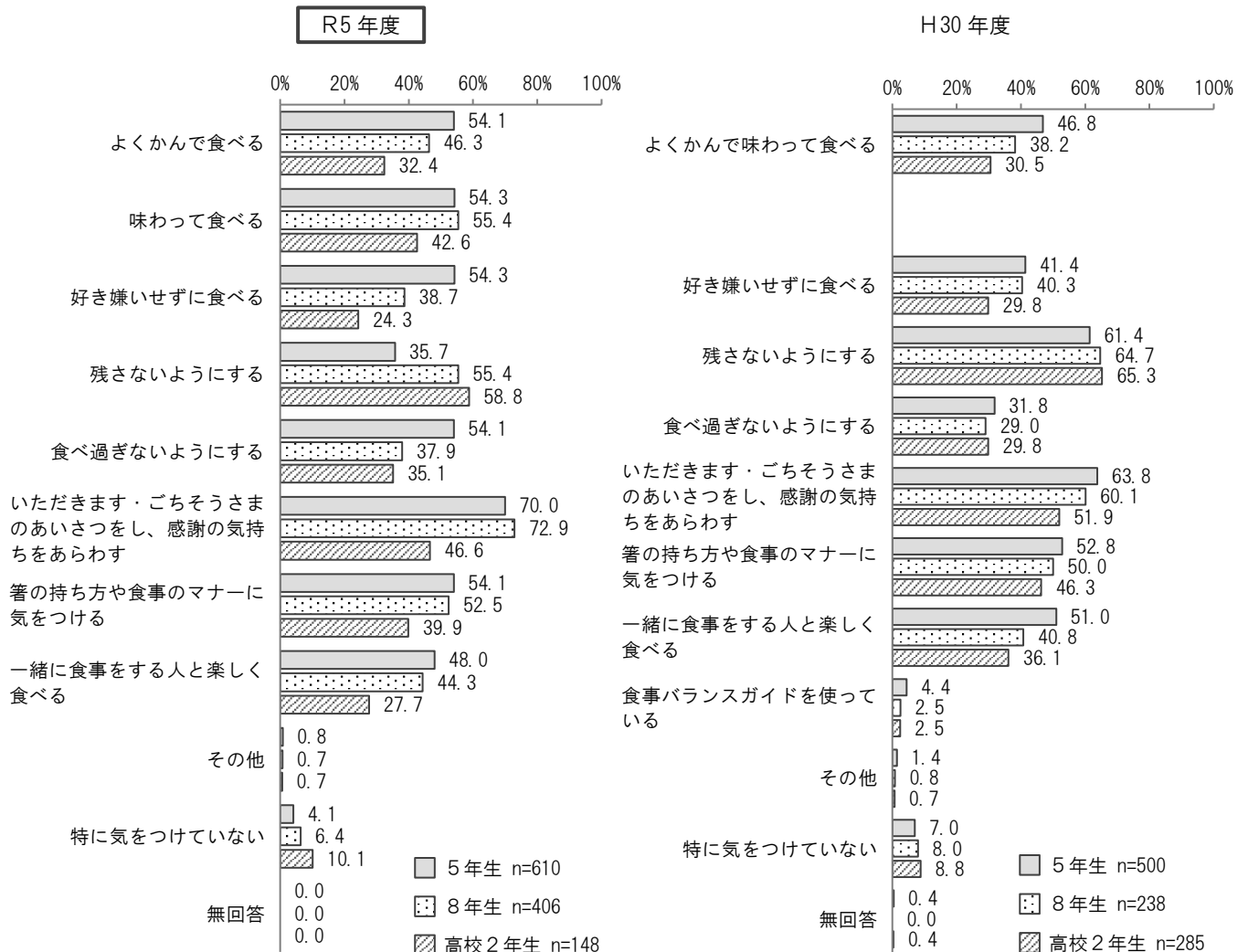
	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5年生)	9.4%	増加	10.0%	+0.6ポイント	◎
中学生 (8年生)	8.8%	増加	5.9%	-2.9ポイント	△
高校生 (高校2年生)	9.5%	増加	8.8%	-0.7ポイント	△



問15 食事をとるときに気をつけていることは何ですか。（〇はいくつでも）

・食事をとるときに気を付けていることは、いずれの学年も「いただきます・ごちそうさまのあいさつをし、感謝の気持ちをあらわす」が1番高くなっています。また、いずれの学年も平成30年度調査と比べると「食べ過ぎないようにする」が高くなっています。

図表 4-15-1 食事をとるときに気を付けていること（複数回答）【学年別・経年比較】



◆図表 4-15-2 食事を残さないように気をつけている児童・生徒の割合

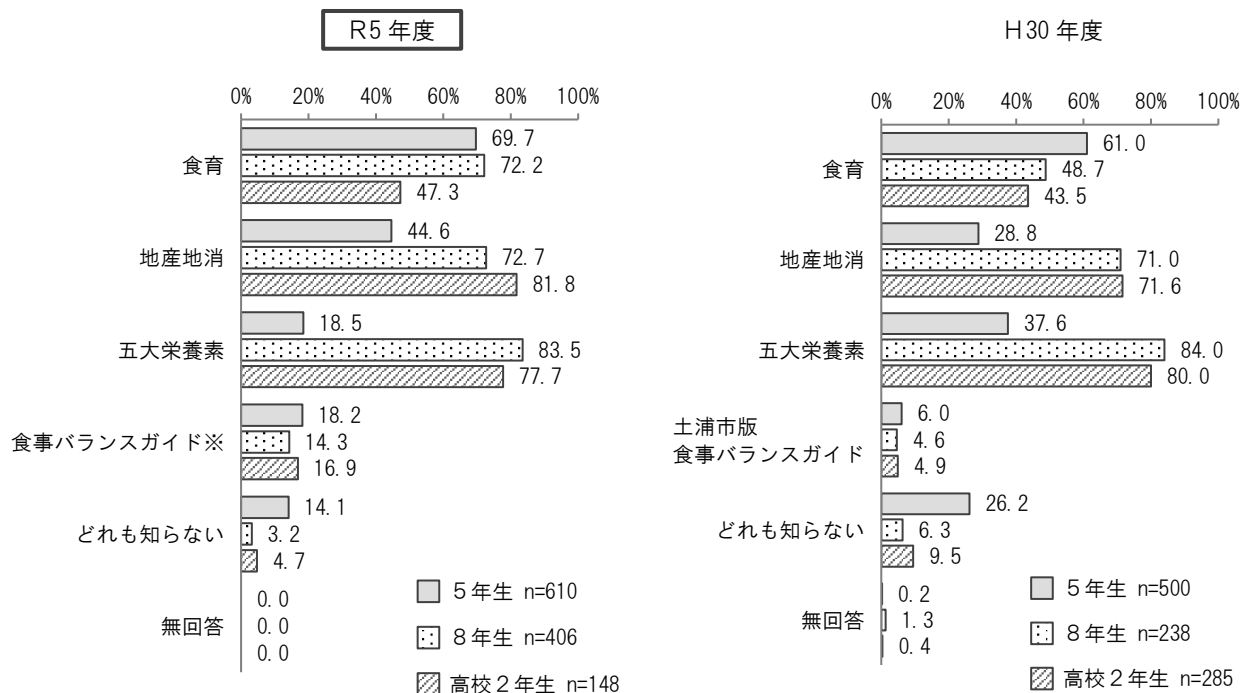
	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5年生)	61.4%	70%以上	35.7%	-25.7ポイント	×
中学生 (8年生)	64.7%	70%以上	55.4%	-9.3ポイント	×



問 16 次の中であなたが知っているものはどれですか。（○はいくつでも）

- ・「食育」の認知度は5年生が 69.7%、8年生が 72.2%となっており、高校2年生より 20ポイント以上高くなっています。
- ・「地産地消」の認知度は8年生が 72.7%、高校2年生が 81.8%、「五大栄養素」の認知度は8年生が 83.5%、高校2年生が 77.7%となっています。
- ・平成 30 年度調査と比べると、5年生は「食育」「地産地消」「食事バランスガイド」の認知度が高くなっており、8年生、高校2年生は「地産地消」「五大栄養素」の認知度が高くなっています。

図表 4-16 食に関して知っているもの（複数回答）【学年別・経年比較】



※平成 30 年度選択肢は「土浦市版食事バランスガイド」

問 17 「地元名産の食べ物」や「地元の料理」と聞いたとき、何を思い浮かべますか。（具体的にいくつでも記入してください。）

- ・いずれの学年も、上位 4 項目は、「れんこん」「納豆」「メロン」「カレー（ツェッペリンカレー）」の順番となっています。

図表 4-17-1 地元名産・料理（複数回答）上位 10 項目

単位：件

主な内容	5 年生	8 年生	高校 2 年生	計
れんこん	397	304	103	804
納豆	164	122	26	312
メロン	180	102	15	297
カレー（ツェッペリンカレー）	76	61	29	166
れんこん料理・お菓子	43	29	7	79
あんこう・あんこう鍋	24	13	5	42
干し芋	19	15	3	37
さつまいもなどの芋	17	10	4	31
ピーマン	17	11	0	28
米	16	7	1	24



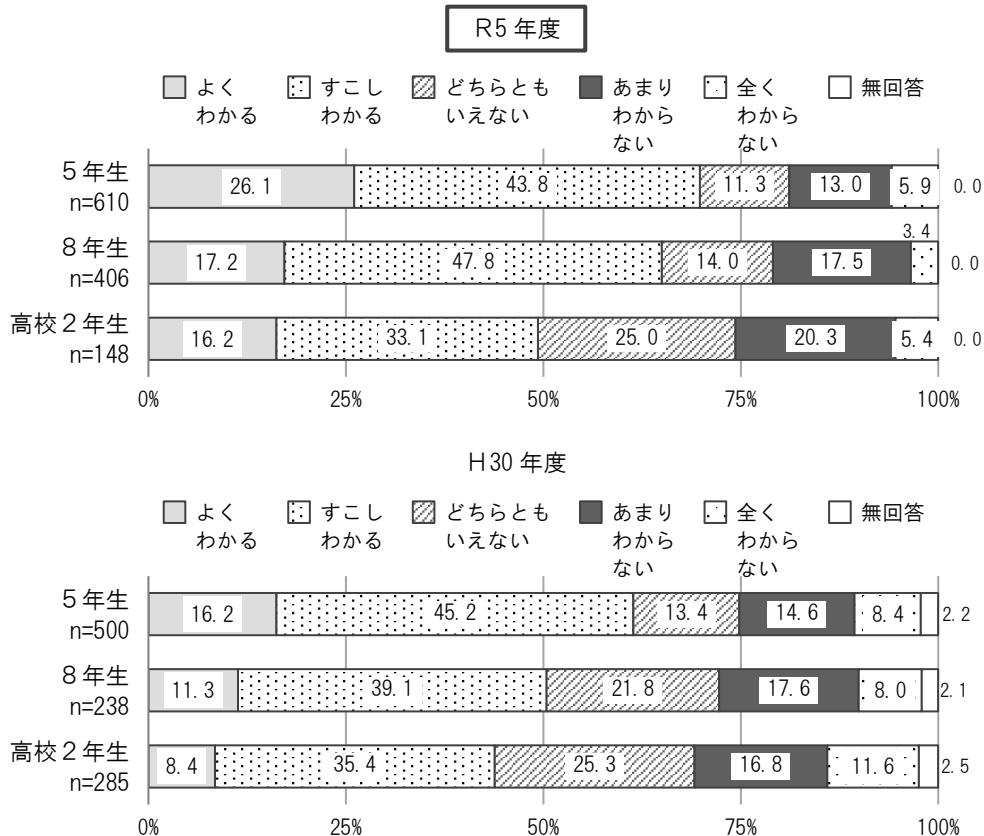
◆図表 4-17-2 地元名産の食べ物や地元の料理を思い浮かべられる人の割合

	ベース値 平成 30 年 (2018)	目標値 令和 6 年 (2024)	現状値 令和 5 年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5 年生)	78.2%	80%以上	89.0%	+10.8 ポイント	◎
中学生 (8 年生)	84.5%	90%以上	94.3%	+9.8 ポイント	◎
高校 2 年生	89.8%	90%以上	89.3%	-0.5 ポイント	△

問 18 毎日を健康に過ごすために、何をどれだけ食べればよいか、わかりますか。
(○は 1 つ)

・いずれの学年も、平成 30 年度調査に比べると、健康に過ごすための食事について「よくわかる」割合が高くなっています。一方、「あまりわからない」と「全くわからない」を合わせた割合が低くなっています。

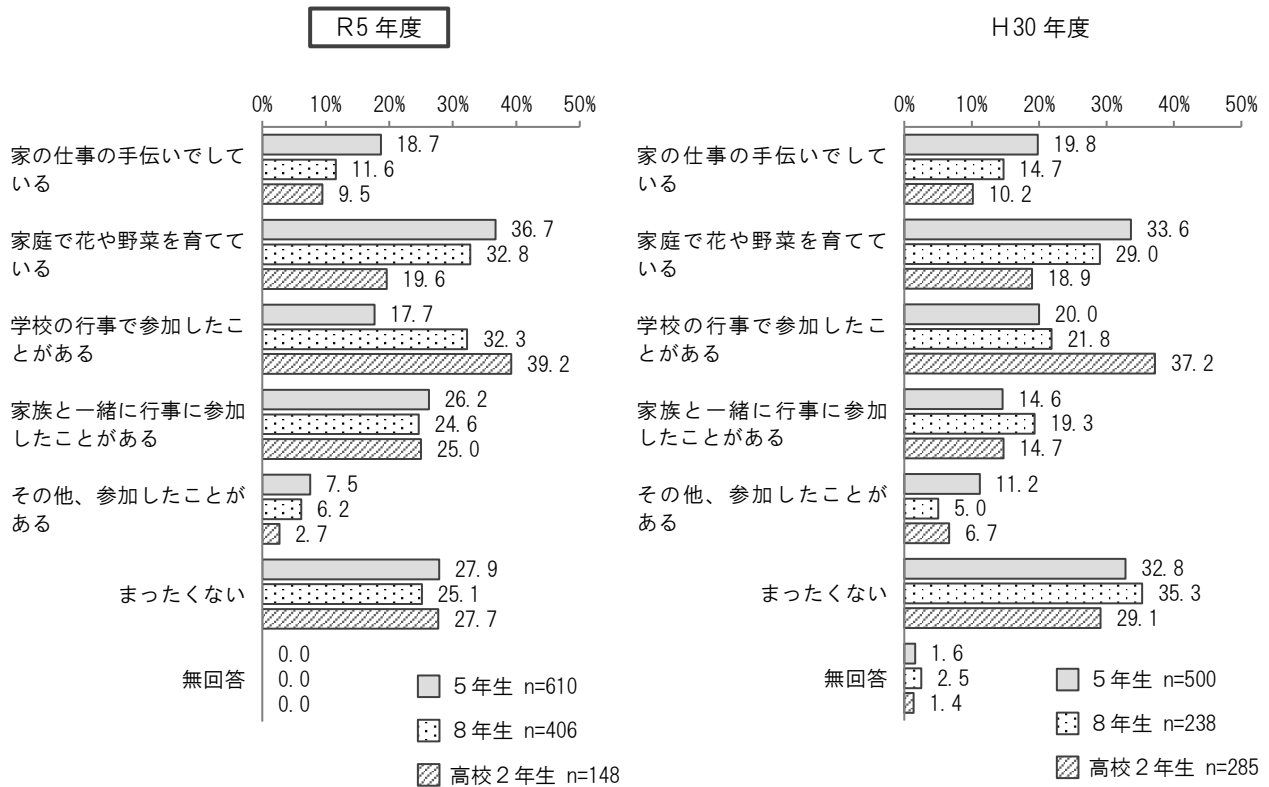
図表 4-18 健康に過ごすための食事についての知識【学年別・経年比較】



問 19 田畑や山で種まきや収穫をしたり、川や海で魚や貝を取って食べたりといった体験をしたことがありますか。（○はいくつでも）

- ・種まきや収穫等の体験について、いずれの学年も「家庭で花や野菜を育てている」「学校の行事で参加したことがある」「家族と一緒に行事に参加したことがある」が上位3項目で、「家の仕事の手伝いでしている」は低くなっています。
- ・一方、いずれの学年も「まったくない」が25%を超えています。

図表 4-19 種まきや収穫等の体験（複数回答）【学年別・経年比較】

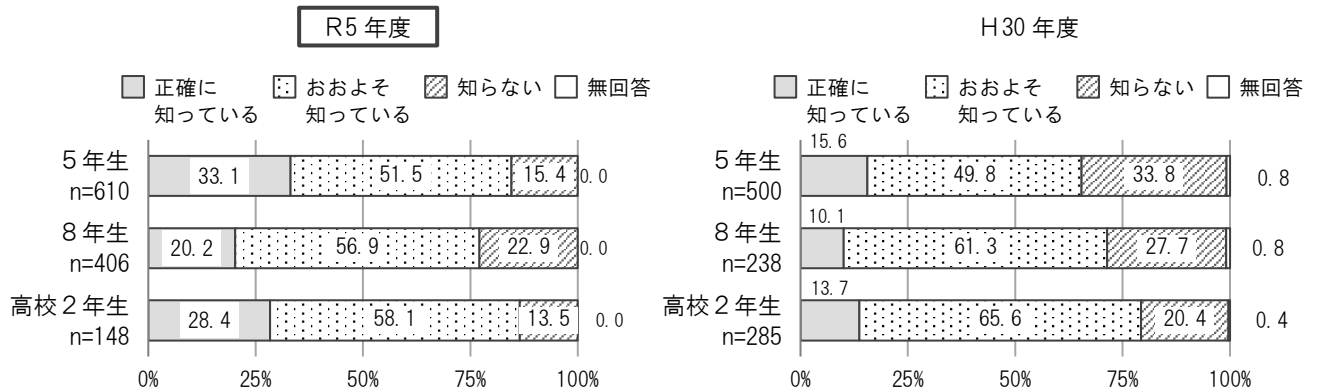


3. 健康について

問20 あなたは、自分の適性体重を知っていますか。（○は1つ）

- ・自分の適性体重を「正確に知っている」割合は、5年生が33.1%、8年生が20.2%、高校2年生が28.4%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、いずれの学年も「正確に知っている」割合が10ポイント以上高くなり、「知らない」割合が低くなっています。

図表 4-20 自分の標準体重を知っているか【学年別・経年比較】

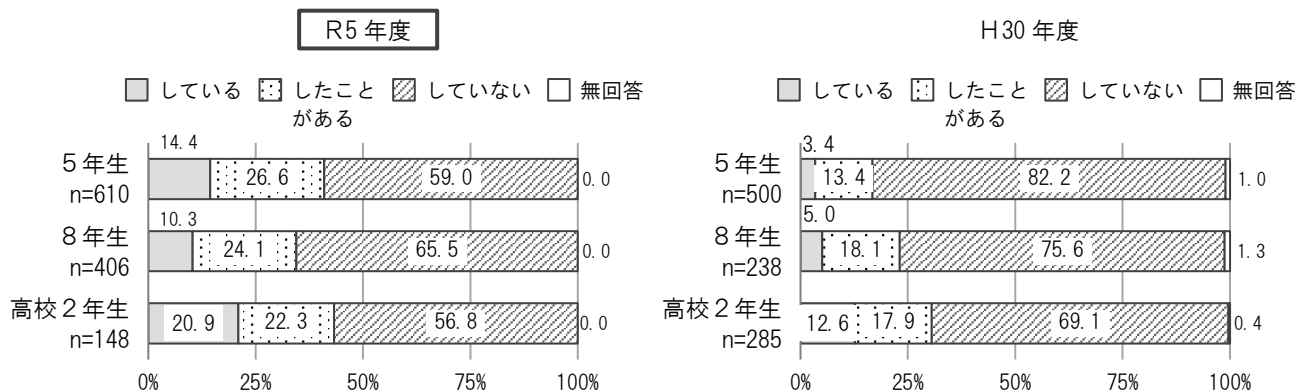


注：平成30年度調査の設問は「自分の標準体重を知っていますか。」

問21 ダイエットをしていますか。または、したことがありますか。（○は1つ）

- ・平成30年度調査と比べると、いずれの学年もダイエットを「している」「したことがある」が高くなっています。また、「していない（したことがない）」は、いずれの学年も低くなっています。

図表 4-21 ダイエットの経験【学年別・経年比較】





◆図表 4-21-2 肥満傾向者の割合（肥そう度 20.1%以上の児童・生徒の割合）

	ベース値 平成 30 年 (2018)	目標値 令和 6 年 (2024)	現状値 令和 5 年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5 年生)	10.5%	10%以下	18.2%	+7.7 ^{ポイント}	×
中学生 (8 年生)	10.0%	8%以下	13.4%	+3.4 ^{ポイント}	△



《参考・国 健康日本 21（第二次）》

◇肥満傾向にある子どもの割合の減少

：2022 年度小学 5 年生 10.96%

男子 12.58%、女子 9.26% ⇒2024 年度 目標値 7%

データソース：学校保健統計調査（文部科学省）

※第三次の目標値は、再 2 次成育医療等基本方針に合わせて設定



《参考・県 第 3 次健康いばらき 21 プラン》

◇子どもの肥満傾向者（肥そう度 20.1%以上の小学生）の割合

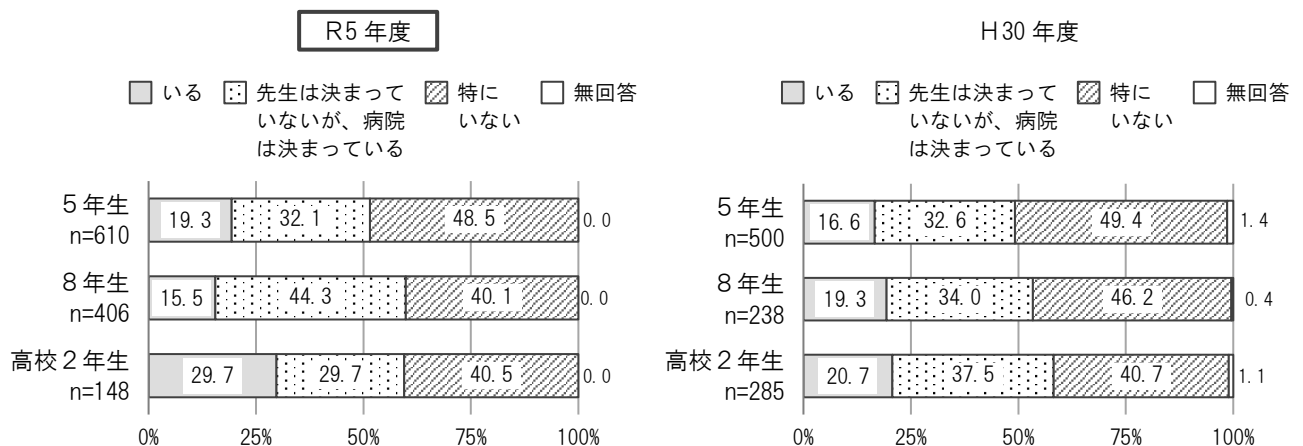
：2016 年度 9.4% ⇒2023 年度 目標値 8.6%

データソース：茨城県保健体育課

問 2 2 病気になったときに「この医者にみてもらう」という“かかりつけの医者”はいますか。（○は 1 つ）

・かかりつけの医者が「いる」割合は、5 年生が 19.3%、8 年生が 15.5%、高校 2 年生が 29.7%となっています。平成 30 年度調査と比べると、いずれの学年も「特にいない」が低くなっています。

図表 4-22 かかりつけ医の有無【学年別・経年比較】

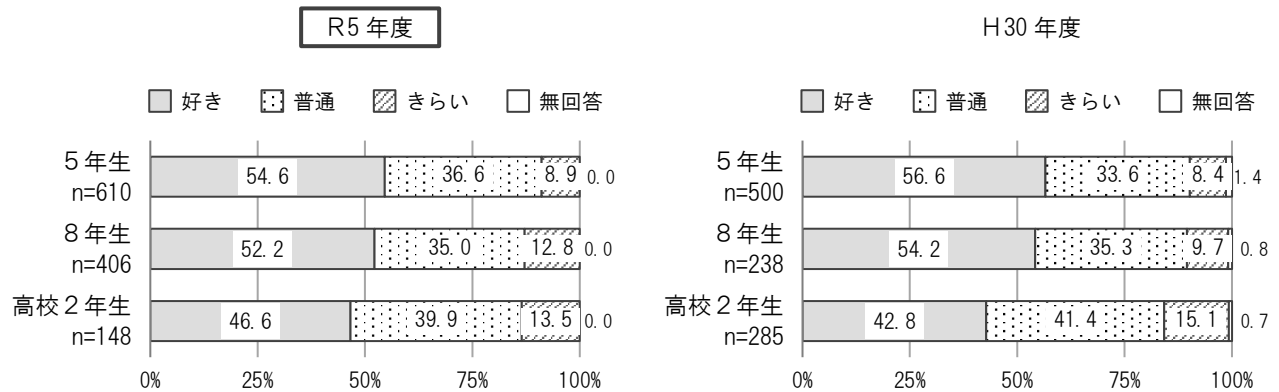


4. 運動について

問 2 3 運動をするのは好きですか。（○は1つ）

・運動をするのが「好き」の割合は、学年が上がるほど低くなっており、5年生が54.6%、8年生が52.2%、高校2年生が46.6%となっています。

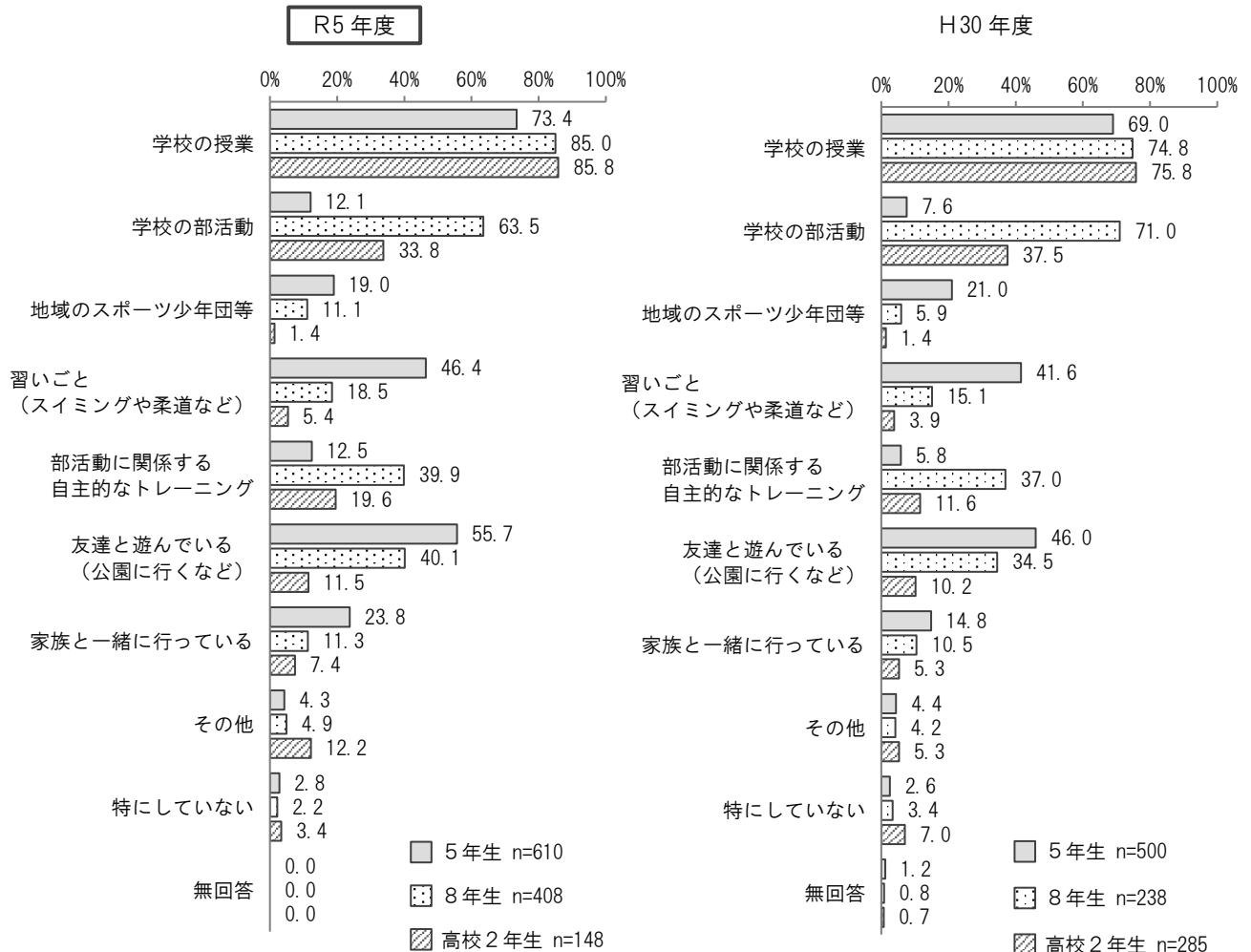
図表 4-23 運動することの好き嫌い【学年別・経年比較】



問 2 4 普段している運動は次のどれですか。（○はいくつでも）

・運動の種類は、いずれの学年も「学校の授業」が最も高くなっています。次いで、5年生では「友達と遊んでいる」が55.7%、「習いごと」が46.4%、8年生では「学校の部活動」が63.5%、「友達と遊んでいる」が40.1%、高校2年生では、「学校の部活動」が33.8%、「部活動に関係する自主的なトレーニング」が19.6%となっています。

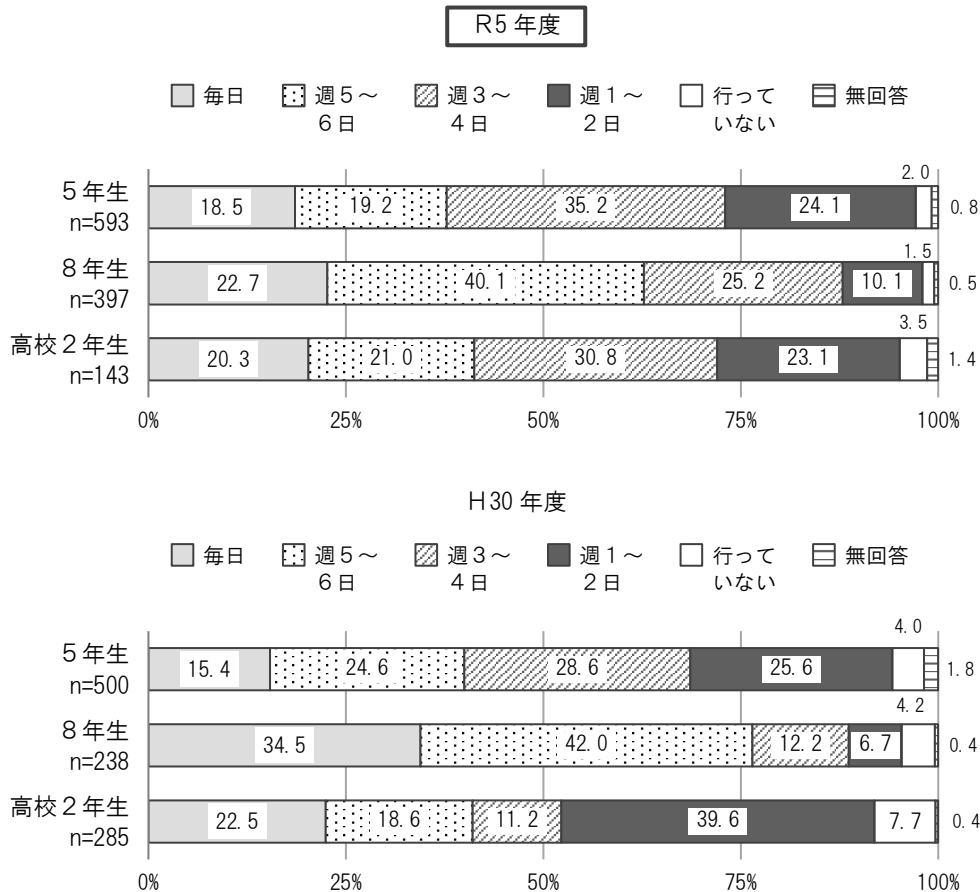
図表 4-24 運動の種類（複数回答）【学年別・経年比較】



問25 問24の運動は、合わせてどれぐらいしていますか。(〇は1つ)

- ・運動を「毎日」する割合は、5年生が18.5%、8年生が22.7%、高校2年生が20.3%となっています。8年生では「週5～6日」を合わせると62.8%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、いずれの学年も週3日以上運動する割合が高くなっています。

図表 4-25 運動時間【学年別・経年比較】



《参考・国 健康日本21（第二次）》

◇運動やスポーツを習慣的にしている子どもの割合の増加（参考値）週3日以上

：小学5年生男子 2010年度 61.5% ⇒2022年度 増加傾向へ

：小学5年生女子 2010年度 35.9% ⇒2022年度 増加傾向へ

データソース：平成22年度「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」（文部科学省）



《参考・県 第3次健康いばらき21プラン》

◇週3日以上授業以外で運動やスポーツをする児童生徒の割合

：小学5年生男子 2016年度 59.2% ⇒2023年度 目標値 40%

：小学5年生女子 2016年度 33.6% ⇒2023年度 目標値 40%

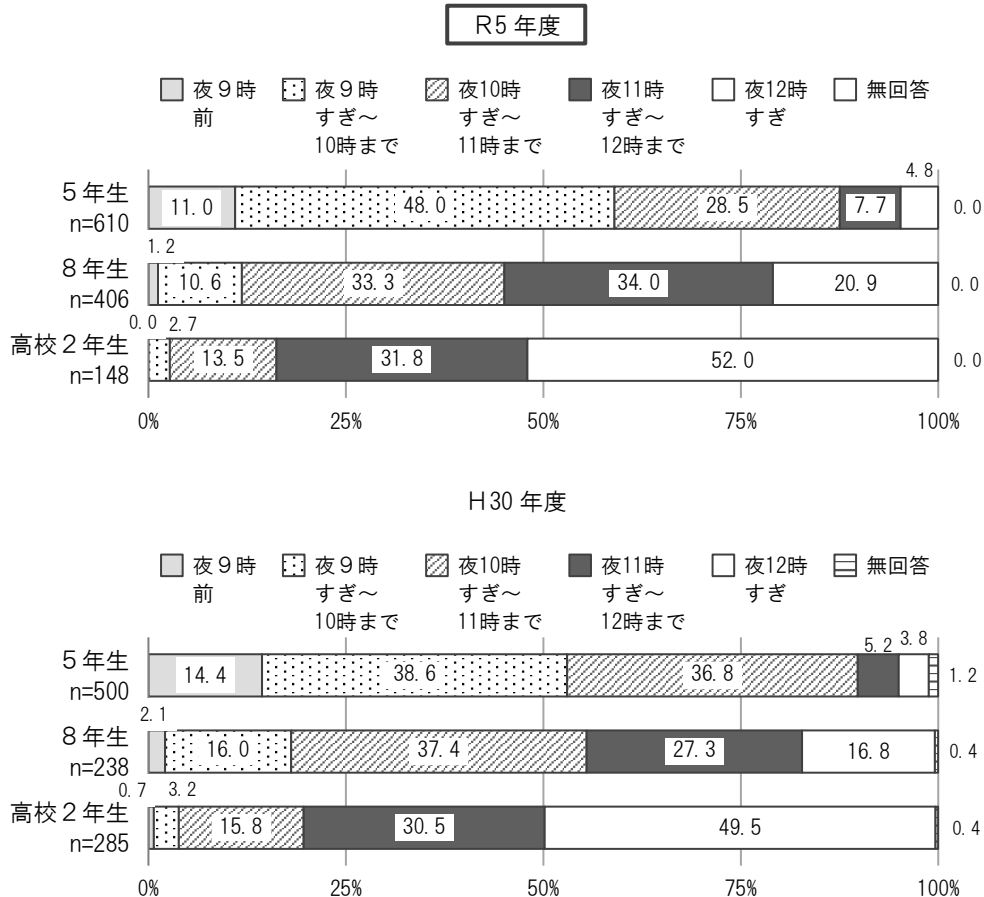
データソース：茨城県保健体育課

5. 睡眠について

問 2 6 何時に寝ますか。(○は1つ)

・就寝時刻は、5年生では夜10時までが59.0%となっていますが、夜11時以降も12.5%となっています。8年生では夜11時までが45.1%となっていますが、「夜12時すぎ」が20.9%となっています。高校2年生では夜12時までが48.0%、「夜12時すぎ」が52.0%となっています。

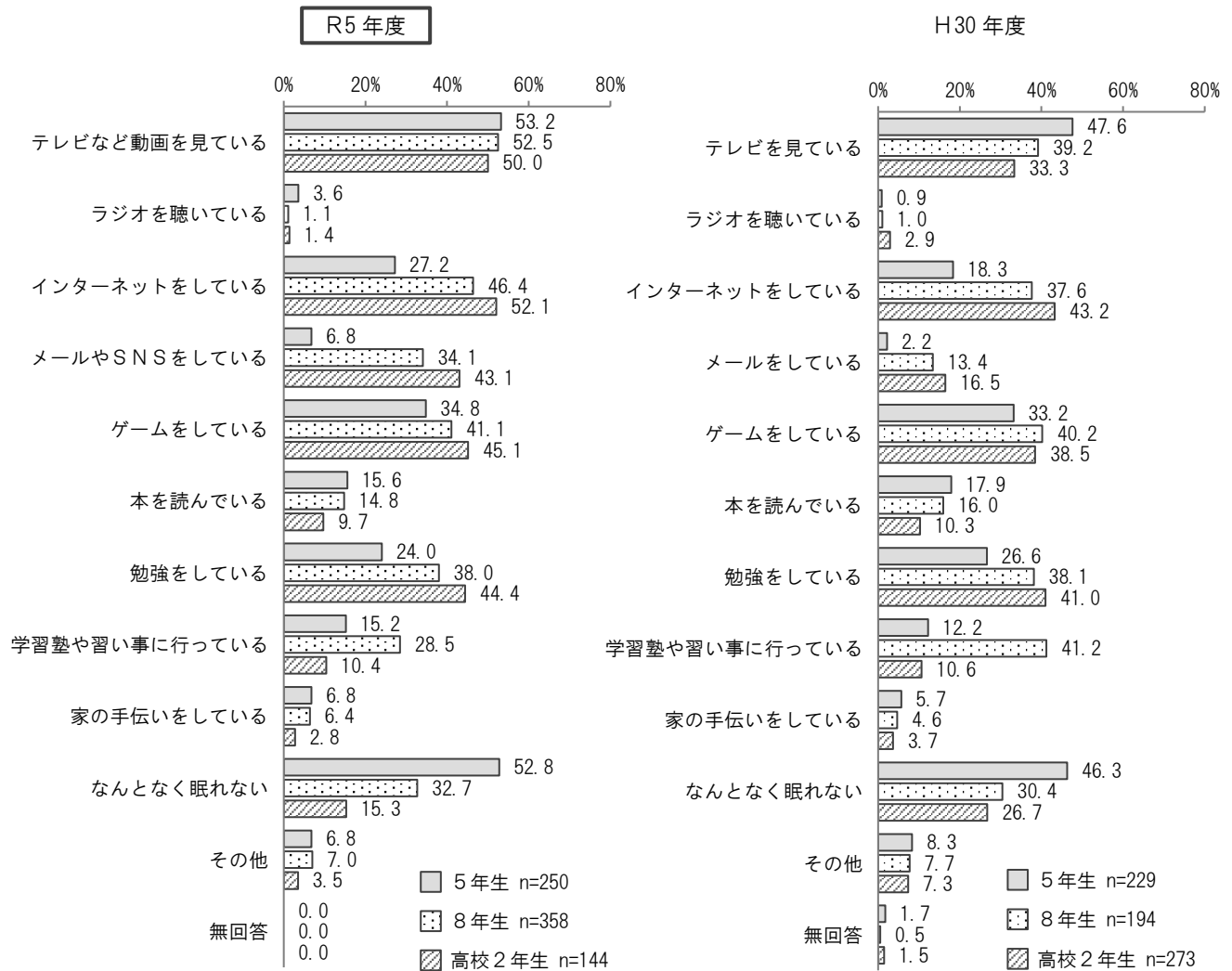
図表 4-26 就寝時刻【学年別・経年比較】



問 2 7 問 2 6 で夜 1 0 時すぎに寝ていると答えた方、その理由は何ですか。
(○はいくつでも)

- ・夜 10 時以降に就寝する理由は、いずれの学年も「テレビなど動画を見ている」が 50.0% を超えています。
- ・また、5 年生では「なんとなく眠れない」が 52.8% と高く、高校 2 年生では「インターネットをしている」が 52.1% と高くなっています。

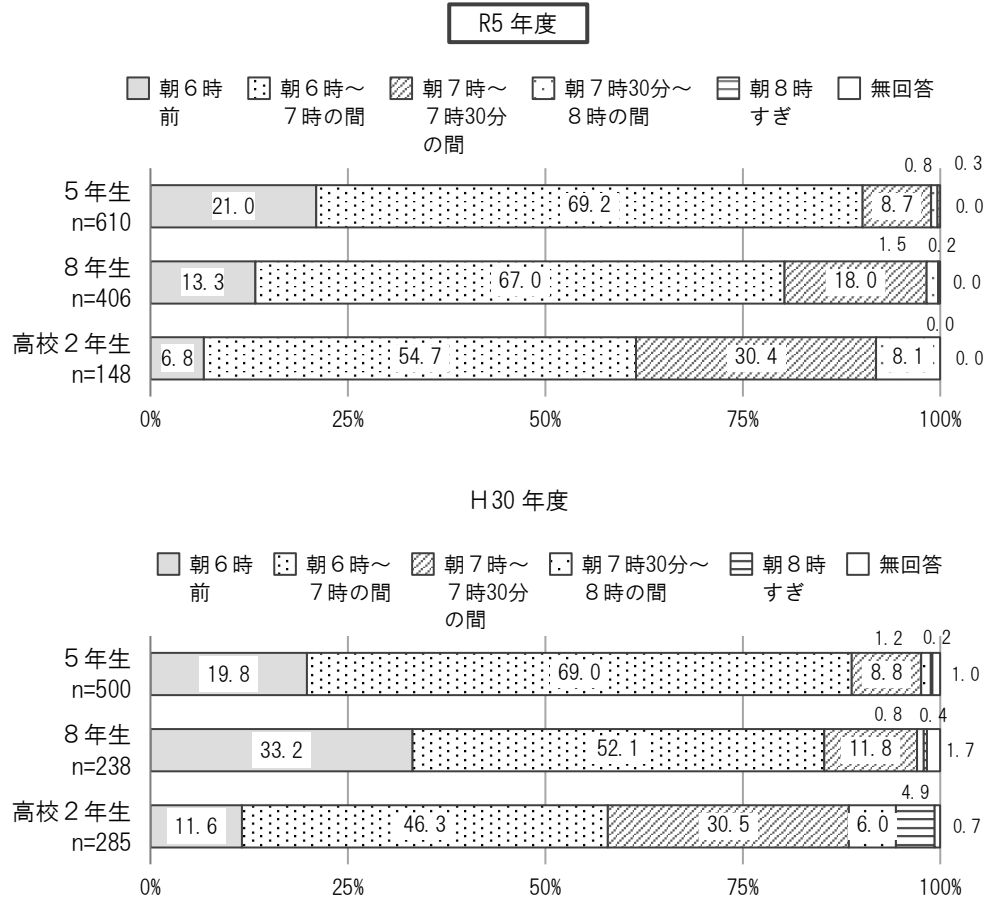
図表 4-27 夜 10 時以降に就寝する理由（複数回答）【学年別・経年比較】



問 28 学校に行くときは、何時に起きますか。（○は1つ）

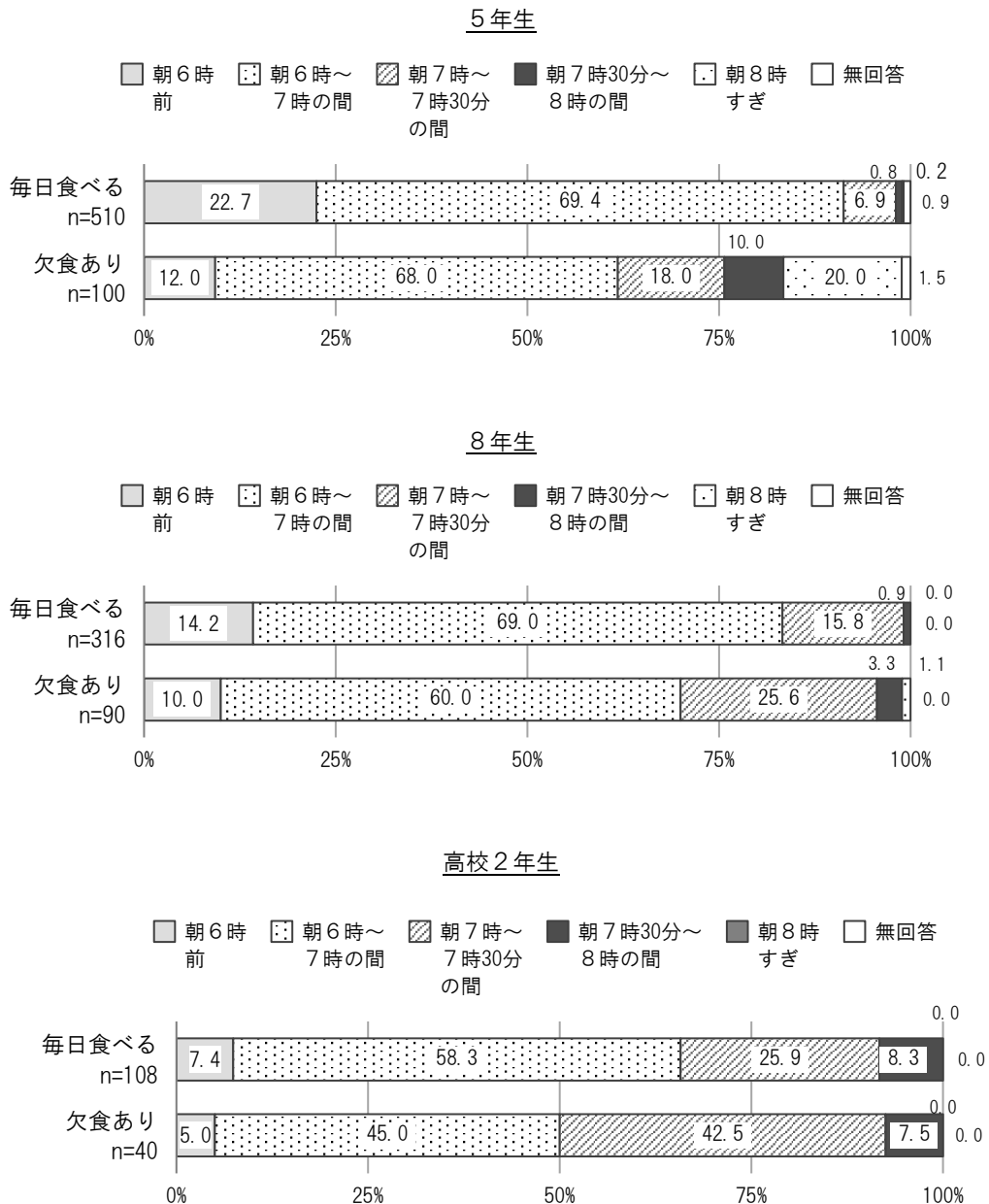
・学校がある日の起床時刻は、5年生と8年生では「朝6時～7時の間」が最も高く、次いで「朝6時前」が高くなっています。高校2年生では「朝6時～7時の間」が最も高く、次いで「朝7時～7時30分の間」が高くなっています。

図表 4-28-1 学校がある日の起床時刻【学年別・経年比較】



- ・起床時刻を朝食の頻度別にみると、5年生の「欠食あり」では「朝6時～7時の間」が68.0%、「朝7時～7時30分の間」が18.0%となっています。
- ・8年生の「欠食あり」では「朝6時～7時の間」が60.0%、「朝7時～7時30分の間」が25.6%となっています。
- ・高校2年生の「欠食あり」では「朝6時～7時の間」が45.0%、「朝7時～7時30分の間」が42.5%となっています。

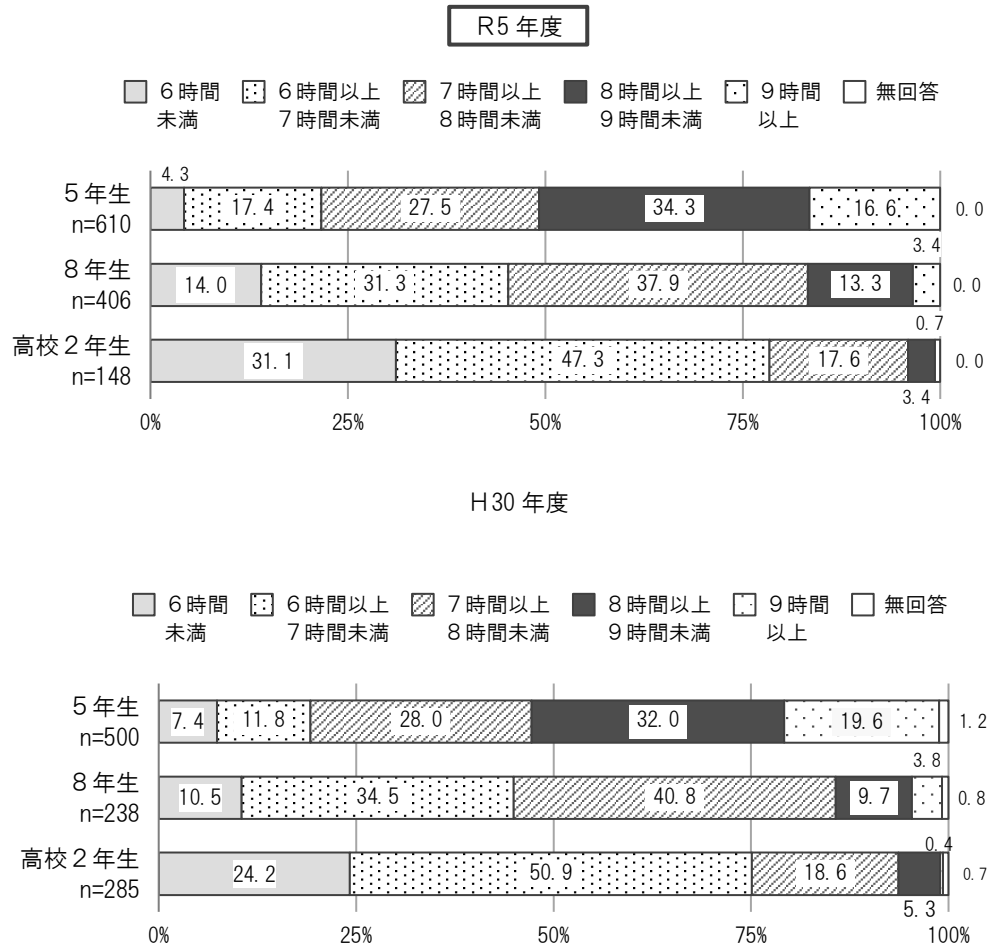
図表 4-28-2 学校がある日の起床時刻【朝食の頻度別】



問 2 9 普段何時間くらい寝ていますか。(○は1つ)

- ・睡眠時間は、5年生では8時間以上が50.9%となっていますが、7時間未満が21.7%となっています。8年生では7時間以上が54.6%となっていますが、「6時間未満」が14.0%となっています。高校2年生では6時間以上が68.9%、「6時間未満」が31.1%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、8年生と高校2年生の「6時間未満」の割合が高くなっています。

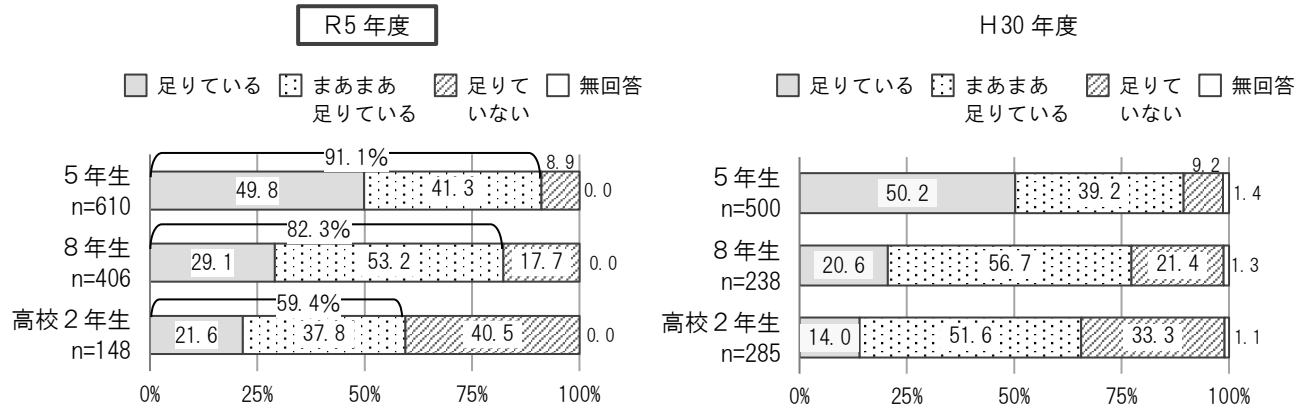
図表 4-29 睡眠時間【学年別・経年比較】



問30 あなたの睡眠時間は足りていますか。(○は1つ)

・睡眠時間が「足りている」割合は、学年が上がるほど低くなっており、高校2年生では「足りていない」が40.5%となっています。

図表 4-30-1 睡眠時間の充足度【学年別・経年比較】

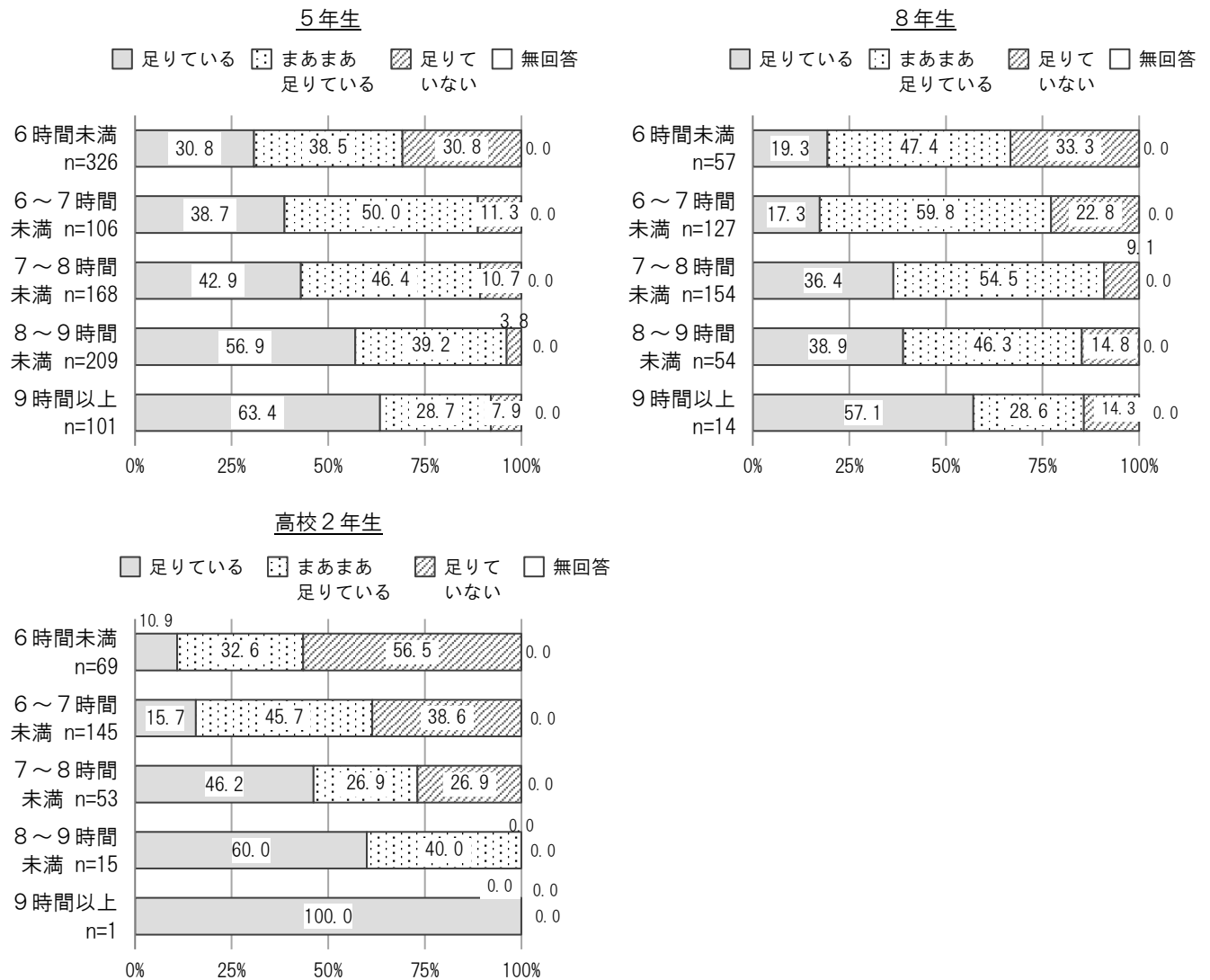


◆図表 4-30-2 睡眠が足りている（「足りている」「まあまあ足りている」）児童・生徒の割合

	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5年生)	89.4%	90%	91.1%	+1.7ポイント	◎
中学生 (8年生)	77.3%	90%	82.3%	+5.0ポイント	○
高校生 (高校2年生)	65.6%	90%	59.4%	-6.2ポイント	×

・睡眠時間の充足度を睡眠時間別にみると、5年生と高校2年生では8時間以上で「足りている」が50%を超え、8年生では「9時間以上」で57.1%となっています。

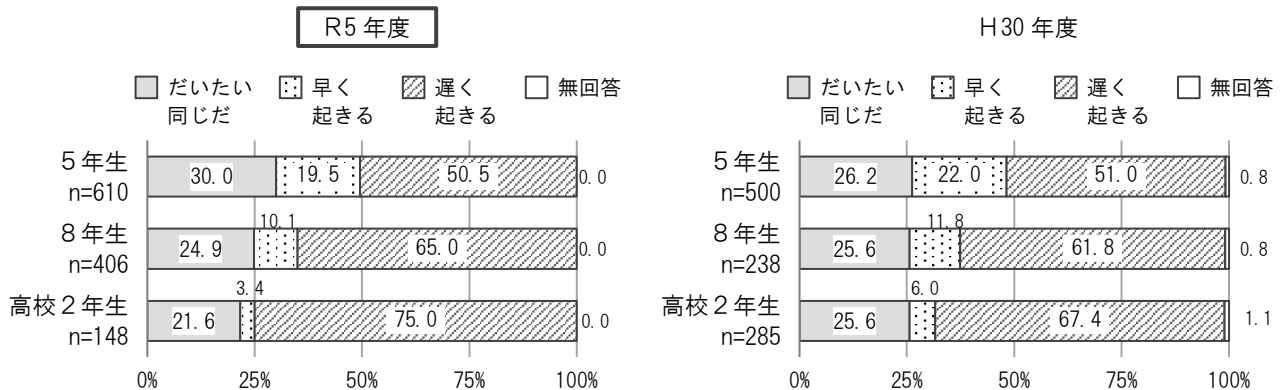
図表 4-30-3 睡眠時間の充足度【睡眠時間別】



問3 1 休日の朝の起きる時間は、学校に行くときと違いますか。(○は1つ)

・休日の起床時刻は、いずれの学年も「遅く起きる」が最も高く、学年が上がるほど割合も高くなっています。

図表 4-31 休日の起床時刻【学年別・経年比較】

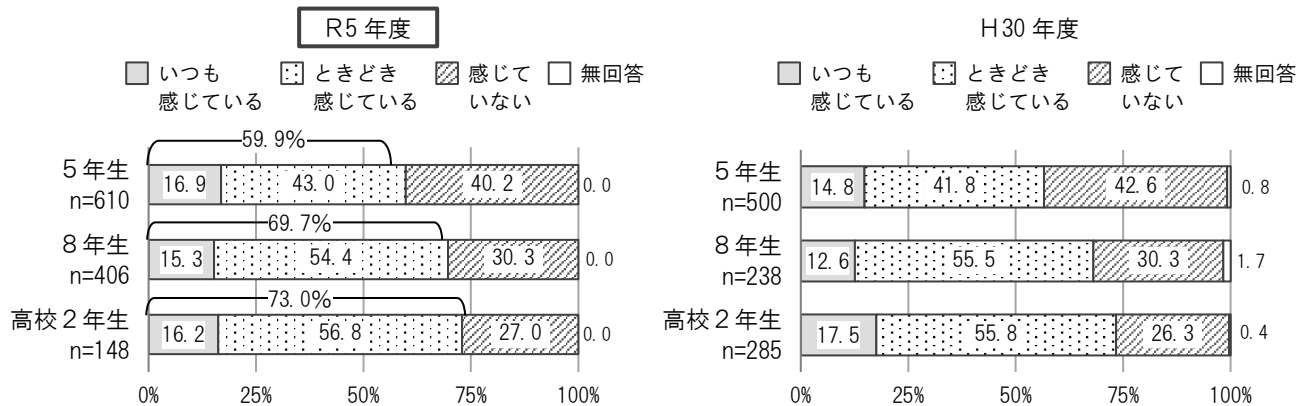


6. ストレスや悩みについて

問32 ストレスや悩み、イライラなどを感じますか。（○は1つ）

・ストレスや悩み等を「いつも感じている」と「ときどき感じている」を合わせると、5年生が59.9%、8年生が69.7%、高校2年生が73.0%となっています。また、いずれの学年も「いつも感じている」割合が15%を超えています。

図表 4-32-1 ストレス等の有無【学年別・経年比較】



◆図表 4-32-2 ストレスや悩みがある（「いつも感じている」「ときどき感じている」）児童・生徒の割合

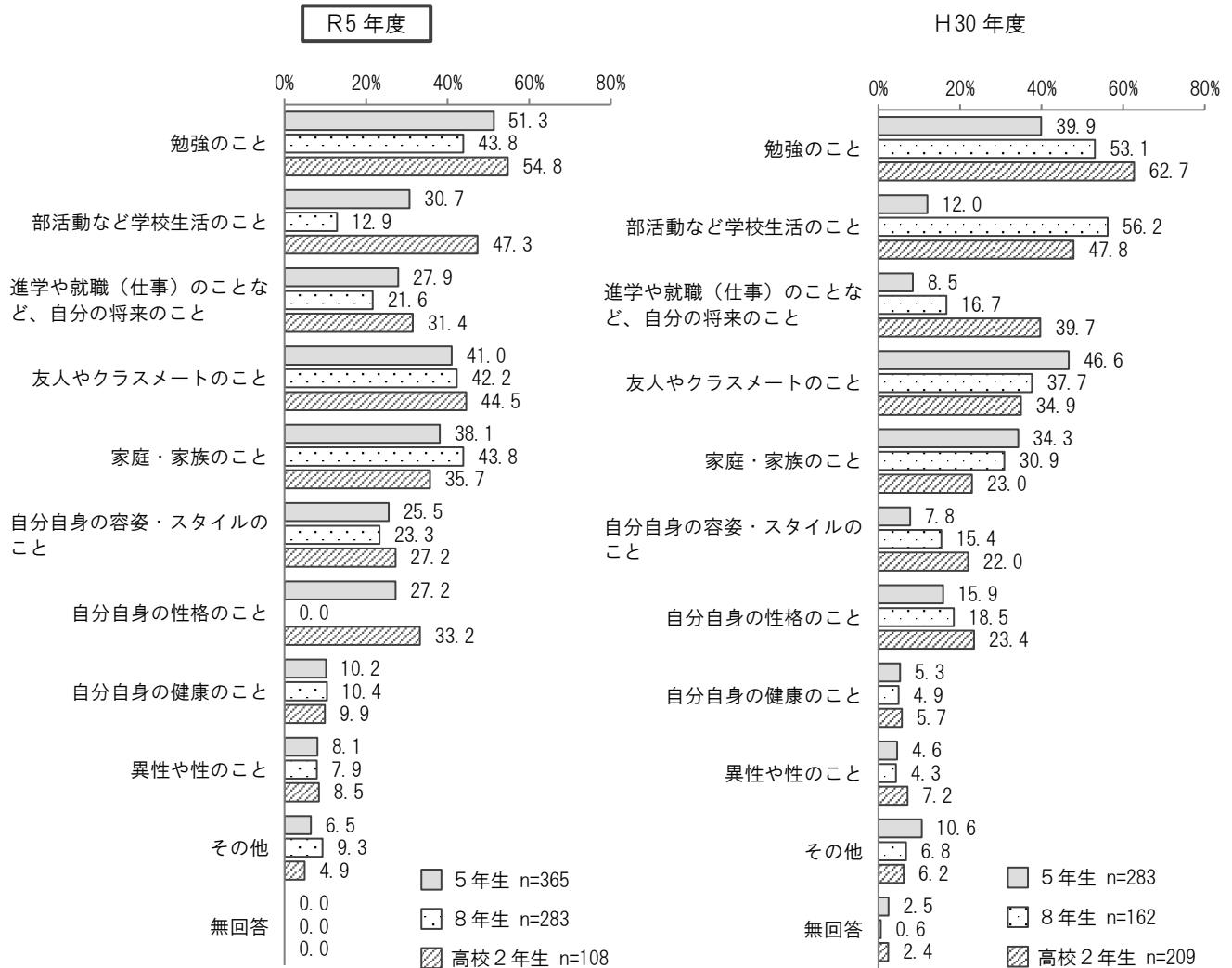
	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5年生)	56.6%	50%以下	59.9%	+3.3 ^{ポイント}	△
中学生 (8年生)	68.1%	50%以下	69.7%	+1.6 ^{ポイント}	△
高校生 (高校2年生)	73.3%	50%以下	73.0%	-0.3 ^{ポイント}	△



問33 問32で「いつも感じている」「ときどき感じている」と答えた方、ストレスや悩み、イライラの内容は何ですか。（〇はいくつでも）

・ストレスや悩み等の内容は、いずれの学年も「勉強のこと」が最も高くなっています。次いで、5年生は「友人やクラスメートのこと」、8年生では「家庭・家族のこと」、高校2年生は「部活動など学校生活のこと」となっています。

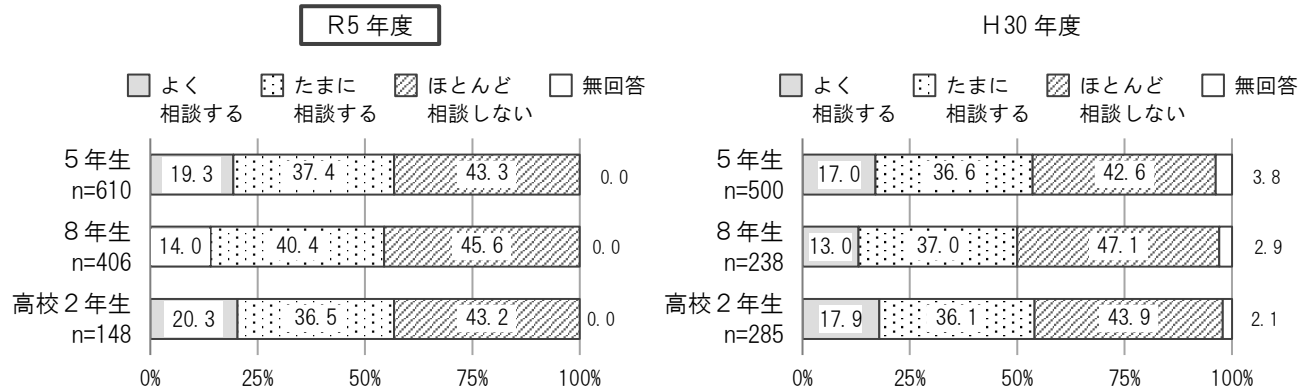
図表 4-33 ストレス等の内容（複数回答）【学年別・経年比較】



問34 悩みごとがあるとき、家族などに相談しますか。(○は1つ)

・悩みごとを家の人に「ほとんど相談しない」割合は、いずれの学年も 40%を超えています。

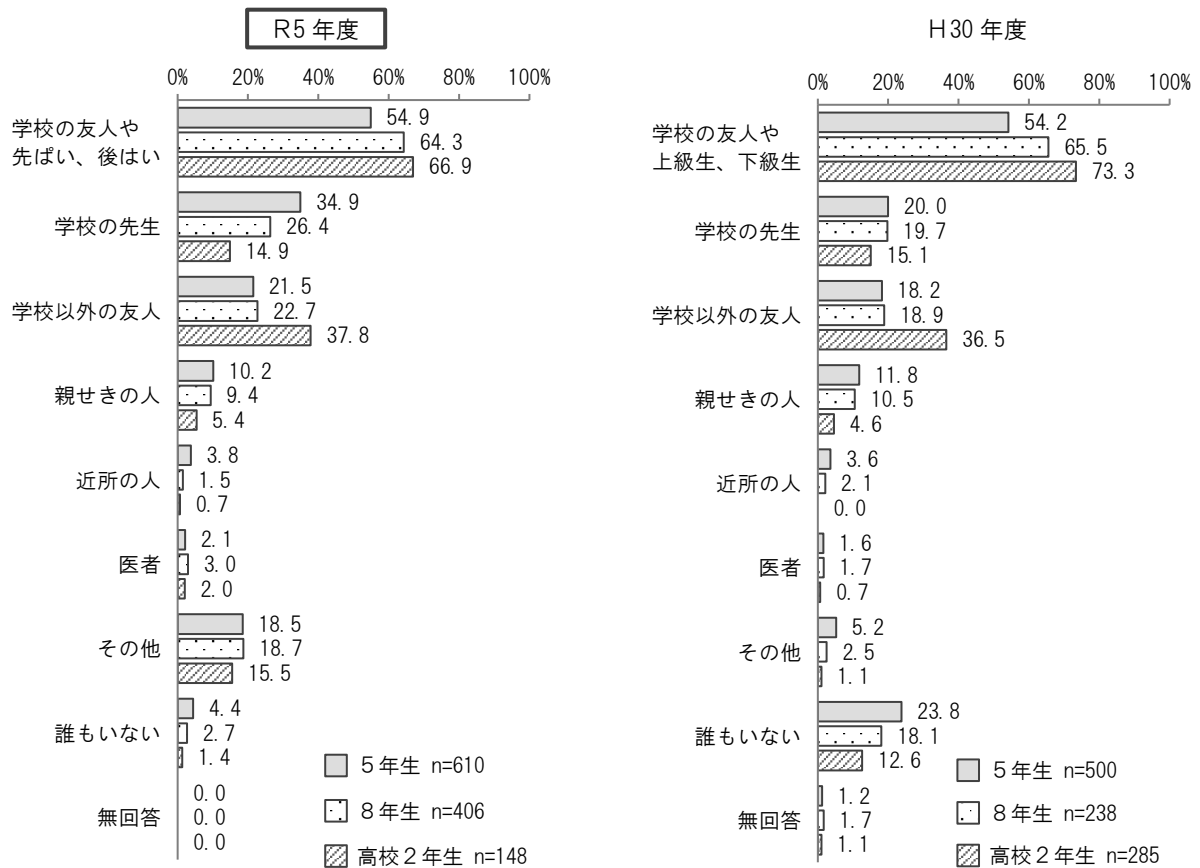
図表 4-34 悩みごとの家族への相談【学年別・経年比較】



問35 家族以外に相談できる人はいますか。（〇はいくつでも）

- ・家の人以外に相談できる人は、いずれの学年も「学校の友人や先輩、後はい」が最も高くなっています。5年生、8年生では「学校の先生」が25%を超え、「学校以外の友人」が20%程度となっています。高校2年生では「学校以外の友人」が37.8%で2番目に高くなっています。
- ・平成30年度調査と比べると「誰もいない」割合が低くなっています。

図表 4-35-1 家族以外に相談できる人（複数回答）【学年別・経年比較】



◆図表 4-35-2 ストレスや悩みを相談する相手がいない（家の人に「ほとんど相談しない」かつ家の人以外に相談できる人が「誰もいない」）児童・生徒の割合

	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生 (5年生)	13.0%	減少	12.5%	-0.5ポイント	◎
中学生 (8年生)	12.6%	減少	12.8%	+0.2ポイント	△
高校生 (高校2年生)	9.5%	減少	9.5%	±0.0ポイント	△

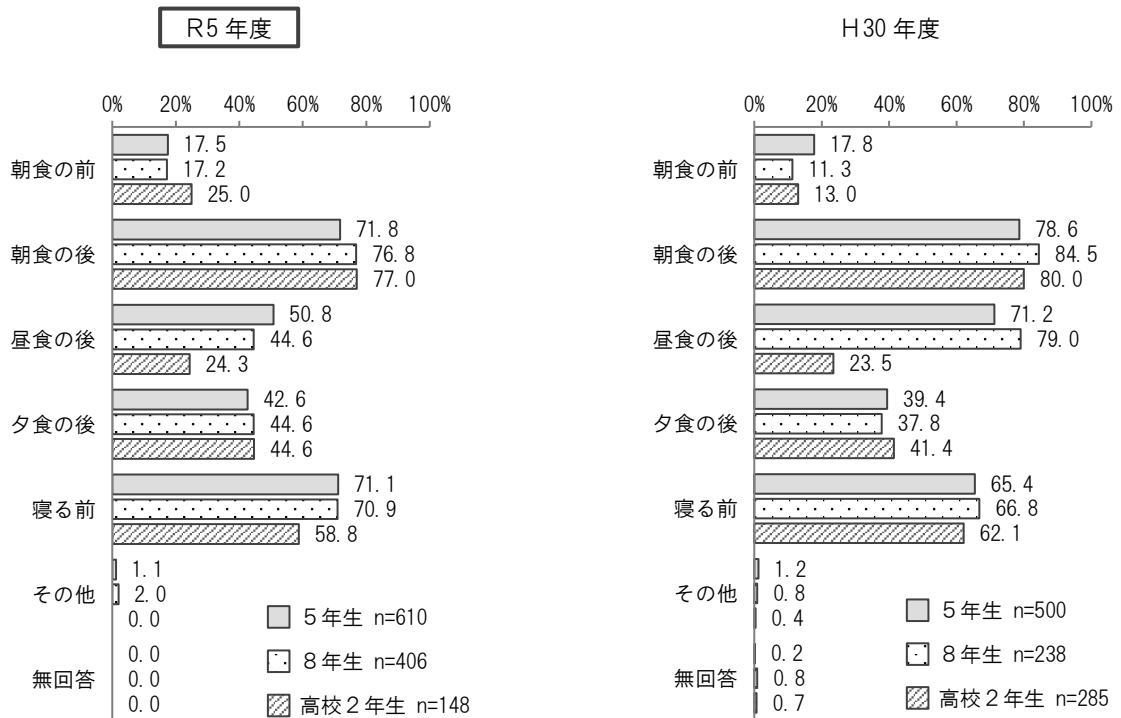


7. 歯の健康について

問36 歯みがきをいつ行っていますか。(○はいくつでも)

- ・歯みがきをするのは、いずれの学年も「朝食の後」が最も高く、次いで「寝る前」となっています。
- ・平成30年度調査と比べると5年生・8年生の「昼食の後」が低くなっています。

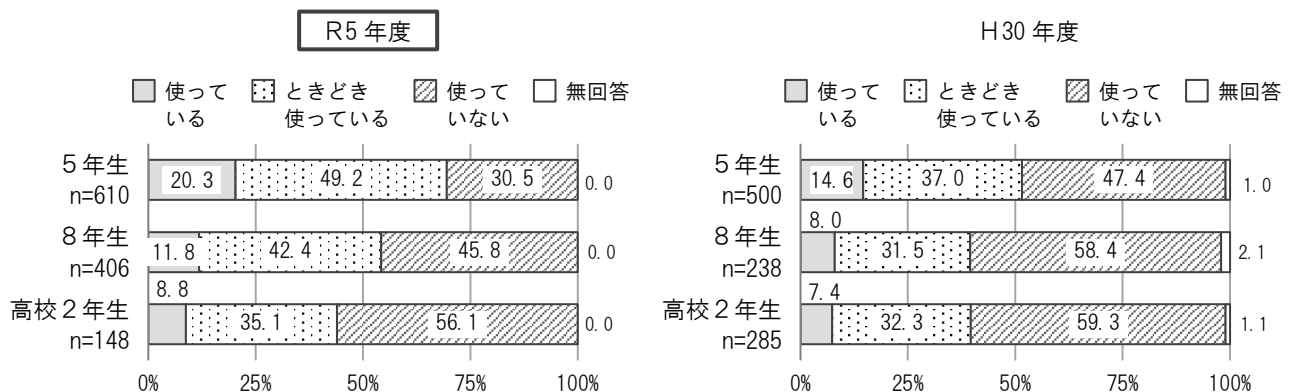
図表4-36 歯みがきをする時(複数回答)【学年別・経年比較】



問37 歯をみがくときに、糸ようじ(デンタルフロス)や歯間ブラシのような、歯と歯の間をきれいにするための用具を使用していますか。(○は1つ)

- ・歯間清掃の用具を「使っている」と「ときどき使っている」を合わせると、5年生が69.5%、8年生が54.2%、高校2年生が43.9%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、5年生は17.9ポイント、8年生は14.7ポイント、高校2年生は4.2ポイント高くなっています。

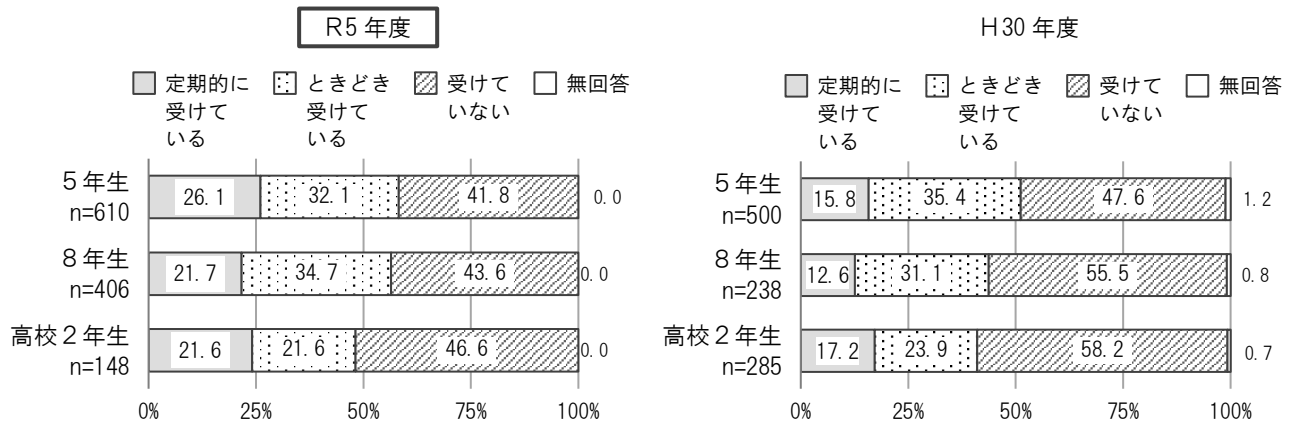
図表4-37 歯間清掃用具の使用【学年別・経年比較】



問38 学校の歯科健診以外で、定期的に歯の健診（歯石を取りのぞく等）を受けていますか。（○は1つ）

- ・歯の健診を「定期的に受けている」と「ときどき受けている」を合わせると、5年生が58.2%、8年生が56.4%、高校2年生が43.2%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、5年生は7.0ポイント、8年生は12.7ポイント高くなっています。

図表 4-38-1 定期的な歯科健診【学年別・経年比較】



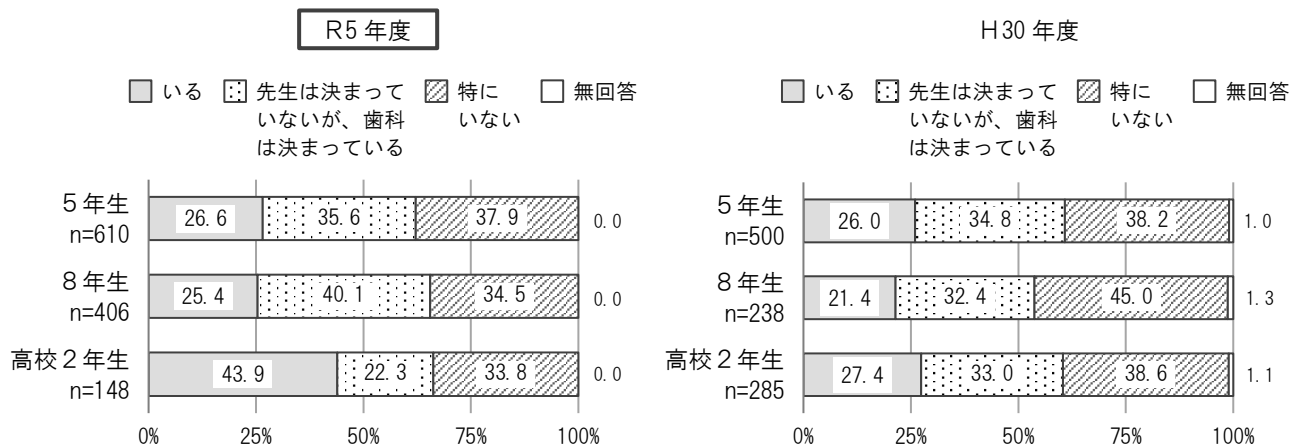
◆図表 4-38-2 定期的に歯の健診を受けている児童・生徒の割合

	ベース値 平成30年 (2018)	目標値 令和6年 (2024)	現状値 令和5年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
小学生（5年生）	15.8%	30%	26.1%	+10.3ポイント	○
中学生（8年生）	12.6%	30%	21.7%	+9.1ポイント	○
高校生（高校2年生）	17.2%	30%	21.6%	+4.4ポイント	△

問39 「この歯医者にみてもらう」という“かかりつけの歯科医”はいますか。（○は1つ）

- ・かかりつけの歯科医が「いる」割合は、5年生が26.6%、8年生が25.4%、高校2年生が43.9%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、いずれの学年も「いる」割合は高くなり、「特にいない」の割合は低くなっています。

図表 4-39-1 かかりつけ歯科医の有無【学年別・経年比較】





◆図表 4-39-2 むし歯のない子どもの割合

	ベース値 平成 30 年 (2018)	目標値 令和 6 年 (2024)	現状値 令和 5 年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
3 歳児	87.5%	90%	91.4%	+3.9 ^{ポイント}	◎
小学生	54.8%	60%	63.0%	+8.2 ^{ポイント}	◎
中学生	55.4%	60%	56.4%	+1.0 ^{ポイント}	△



＜参考・国 健康日本 21（第二次）＞

◇3歳でう蝕がない者の割合が80%以上である都道府県の増加

：2015年度 26 都道府県 ⇒2022年度 目標値 47 都道府県

データソース：厚生労働省

◇12歳児の一人平均う歯数が1.0 歯未満である都道府県の増加

：2016年度 28 都道府県 ⇒2022年度 目標値 47 都道府県

データソース：学校保健統計調査（文部科学省）



＜参考・県 第3次健康いばらき21プラン＞

◇3歳児でむし歯のない者の増加

：2015年度 81.5% ⇒2023年度 目標値 85%

データソース：地域保健・健康増進事業報告

◇12歳児でむし歯のない者の増加

：2016年度 60.1% ⇒2023年度 目標値 65%

データソース：学校保健統計調査（文部科学省）

合言葉は



＜参考・県 茨城県食育推進計画（第三次）＞

◇3歳児のむし歯のない者の割合

：2013年度 79.8% ⇒2020年度 目標値 85%

データソース：母子保健事業実施状況調査

◇12歳児のむし歯のない者の割合

：2013年度 54.8% ⇒2020年度 目標値 60%

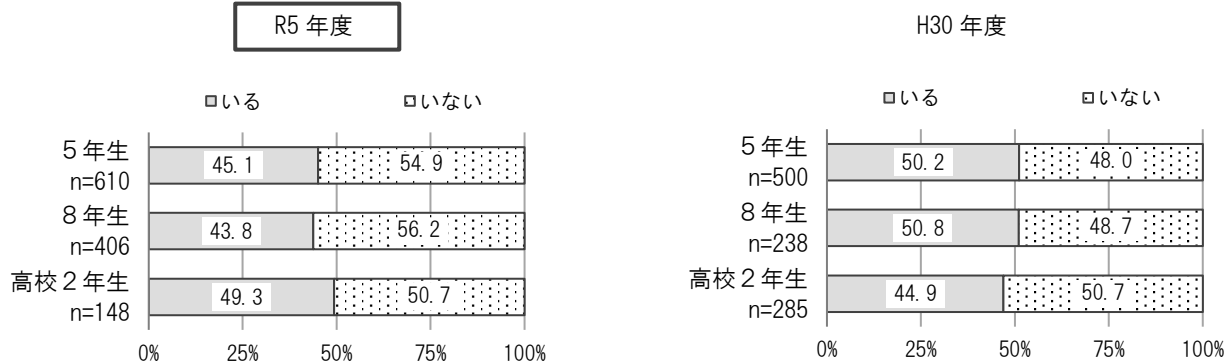
データソース：学校保健統計調査（文部科学省）

8. たばこやお酒について

問40 あなたの家族に、たばこを吸う人はいますか。(〇は1つ)

・家族にたばこを吸う人が「いる」割合は、H30年度調査よりどの学年も5ポイント低くなっています。

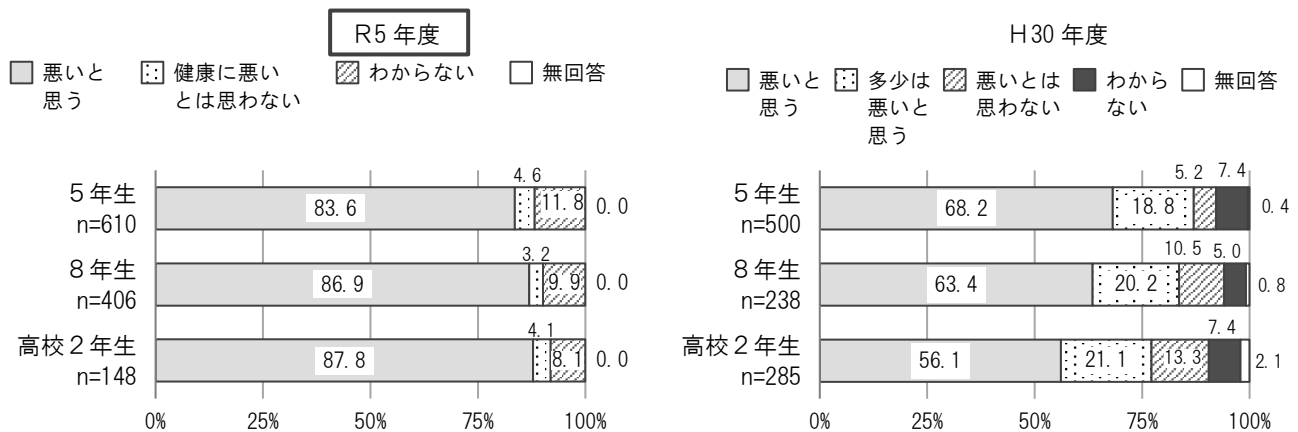
図表 4-40 家族の喫煙者について【学年別・経年比較】



問41 たばこを吸うことについてどう思いますか。(〇は1つ)

・たばこを吸うことについて、「悪いと思う」割合は、5年生が83.6%、8年生が86.9%、高校2年生が87.8%となっています。平成30年度調査と比べると、いずれの学年も高くなっています。

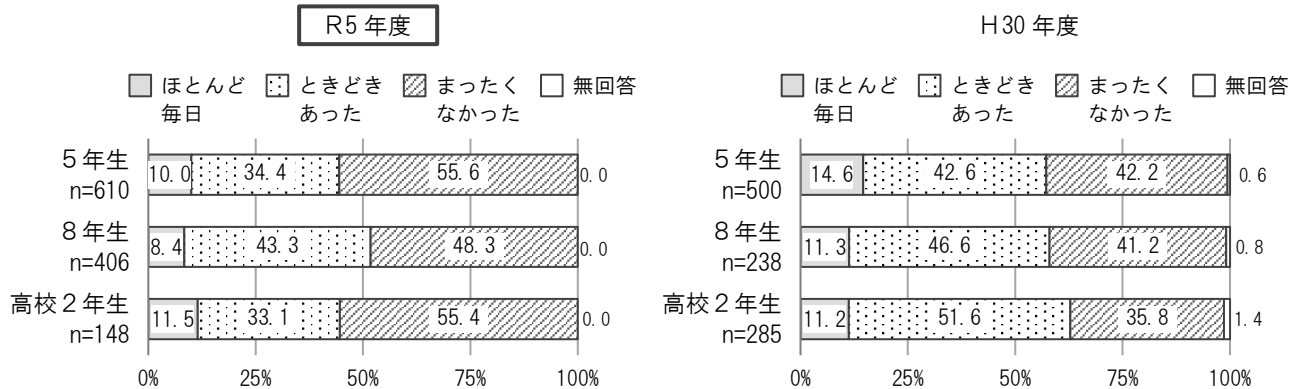
図表 4-41 喫煙について【学年別・経年比較】



問42 この1ヵ月間にあなたは他の人のたばこの煙を吸うことがありましたか。
(○は1つ)

- ・他の人のたばこの煙を吸うことが「ほとんど毎日」あった割合は、5年生が10.0%、8年生が8.4%、高校2年生が11.5%となっています。
- ・平成30年度調査と比べると、5年生、8年生の割合は低くなっています。

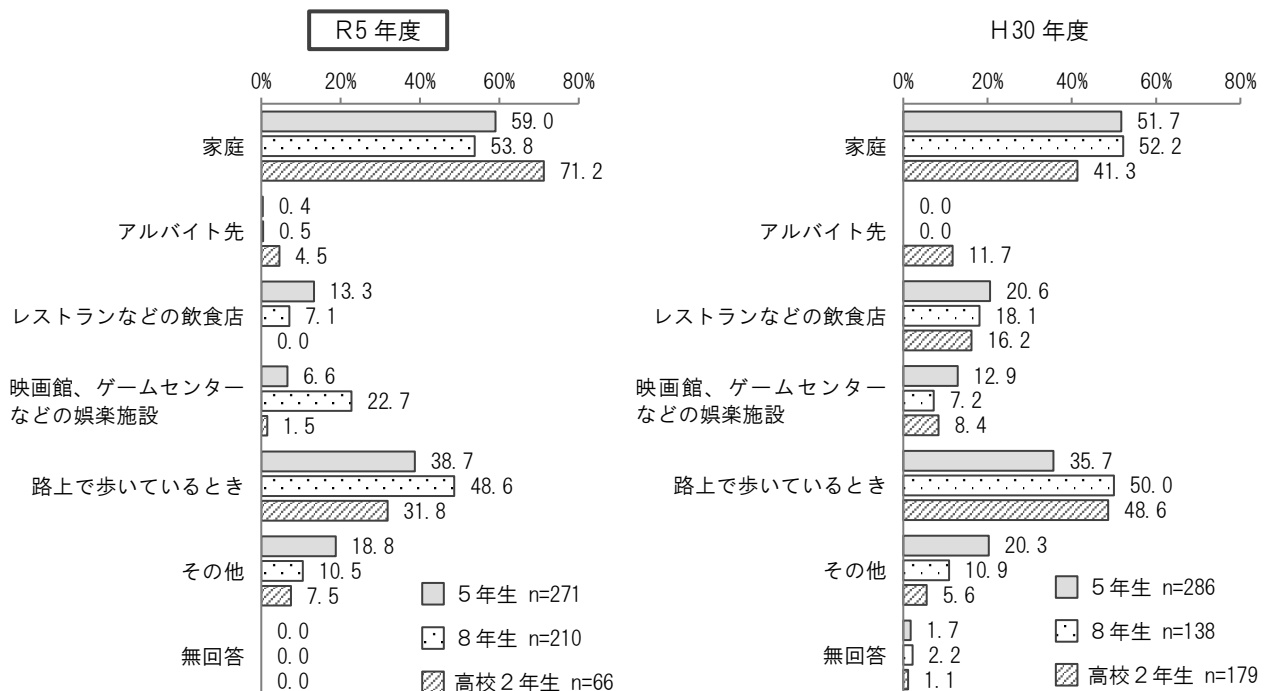
図表4-42 受動喫煙の機会【学年別・経年比較】



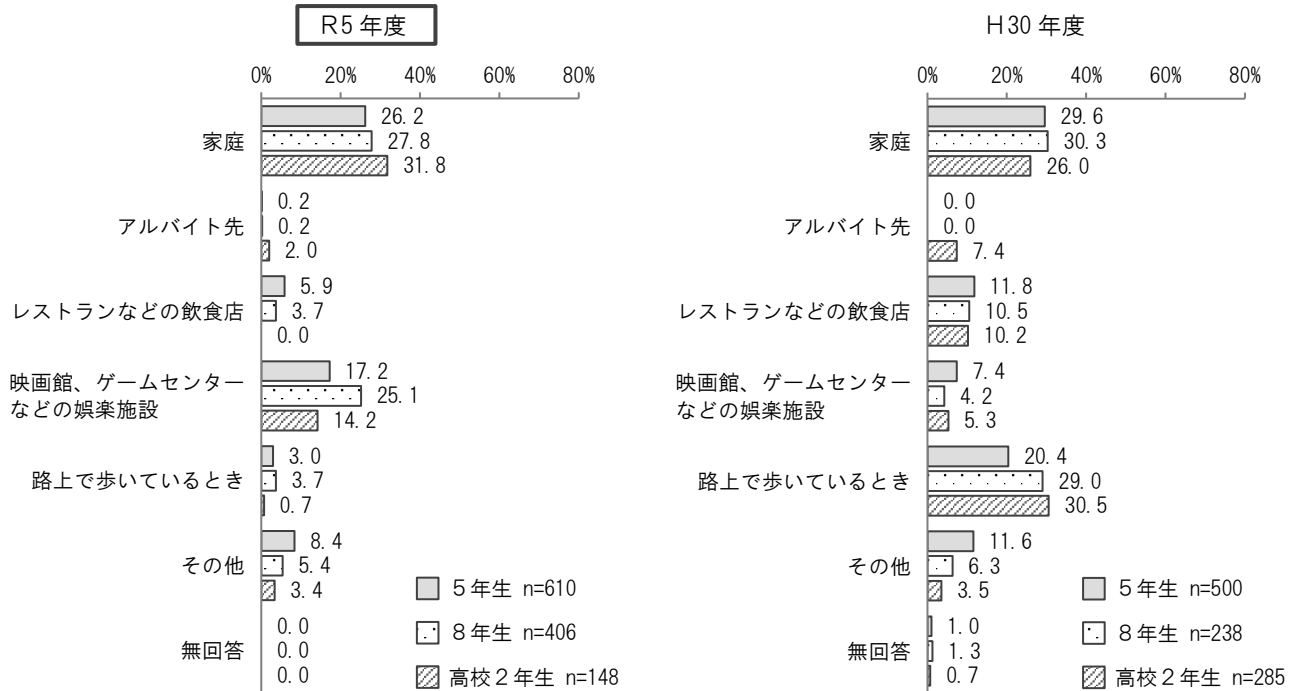
問43 問42で「ほとんど毎日」「ときどきあった」と答えた方、それはどこですか。
(○はいくつでも)

- ・他の人のたばこの煙を吸うことがあった場所は、すべての年齢で「家庭」が最も高く、次いで「路上で歩いているとき」となっています。
- ・「その他」の場所は、「車の中」「親せきの家」「習いごと、スポーツクラブで」などとなっています。

図表4-43-1 受動喫煙の場所（複数回答）【学年別・経年比較】



図表 4-43-2 受動喫煙の場所（複数回答）【受動喫煙がなかった人も含めて母数とした場合】



図表 4-43-3 その他の主な内容

単位：件

その他の主な内容	計
車の中	13
親せきの家	11
習い事、スポーツクラブで	9
コンビニエンスストア	9
家族	5

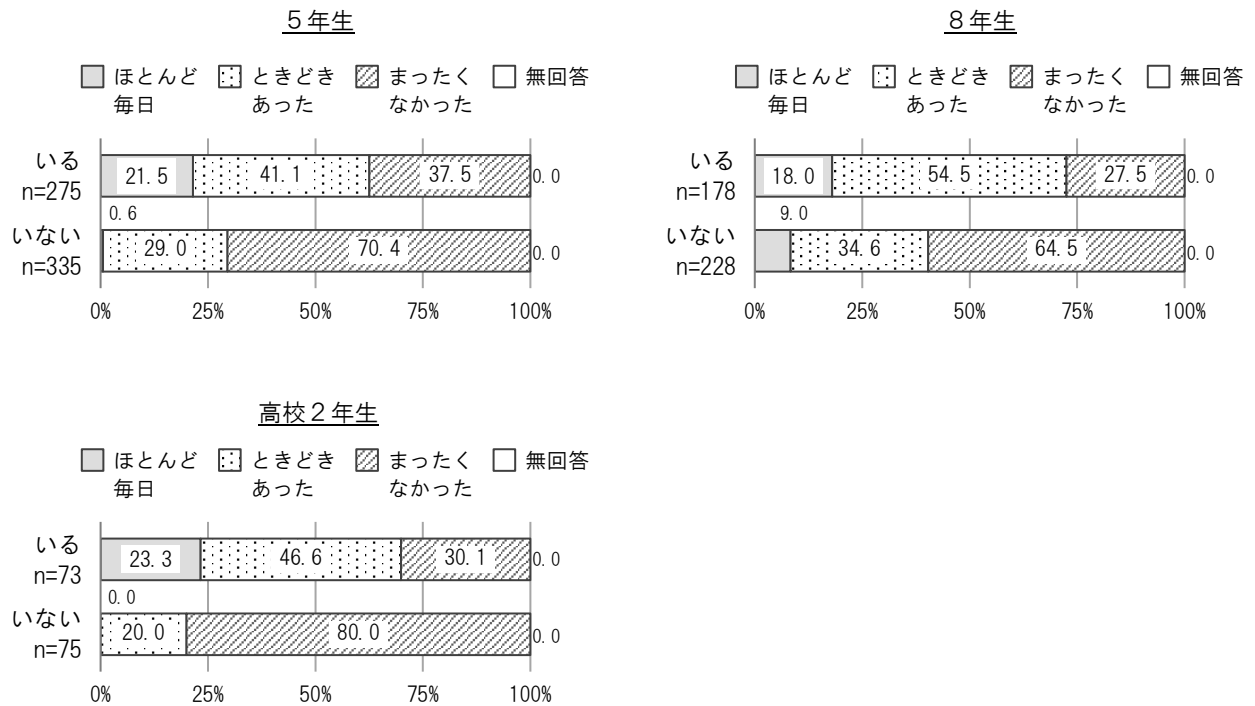
◆図表 4-43-4 受動喫煙の機会があった児童・生徒の割合

		ベース値 平成 30 年 (2018)	目標値 令和 6 年 (2024)	現状値 令和 5 年 (2023)	現状値 － ベース値	達成度
飲食店	小学生 (5 年生)	11.8%	5%	5.9%	-5.8 ^{ポイント}	○
	中学生 (8 年生)	10.5%	5%	3.7%	-6.8 ^{ポイント}	◎
	高校生 (高校 2 年生)	10.2%	5%	0.0%	-10.2 ^{ポイント}	◎
家庭	小学生 (5 年生)	29.6%	15%	26.0%	-3.6 ^{ポイント}	△
	中学生 (8 年生)	30.3%	15%	27.8%	-2.5 ^{ポイント}	△
	高校生 (高校 2 年生)	26.0%	15%	31.8%	+5.8 ^{ポイント}	×



・受動喫煙の機会を家族内の喫煙者有無別にみると、いずれの学年も、家族内に喫煙者が「いる」では「ほとんど毎日」が約20%となっています。

図表 4-43-5 受動喫煙の機会【家族内の喫煙者有無別】



・受動喫煙の場所を家族内の喫煙者有無別にみると、いずれの学年も家庭内喫煙者が「いる」では「家庭」が最も高くなっており、家庭内喫煙者が「いない」では「路上で歩いているとき」が最も高くなっています。

図表 4-43-6 受動喫煙の場所（複数回答）【家族内の喫煙者有無別】

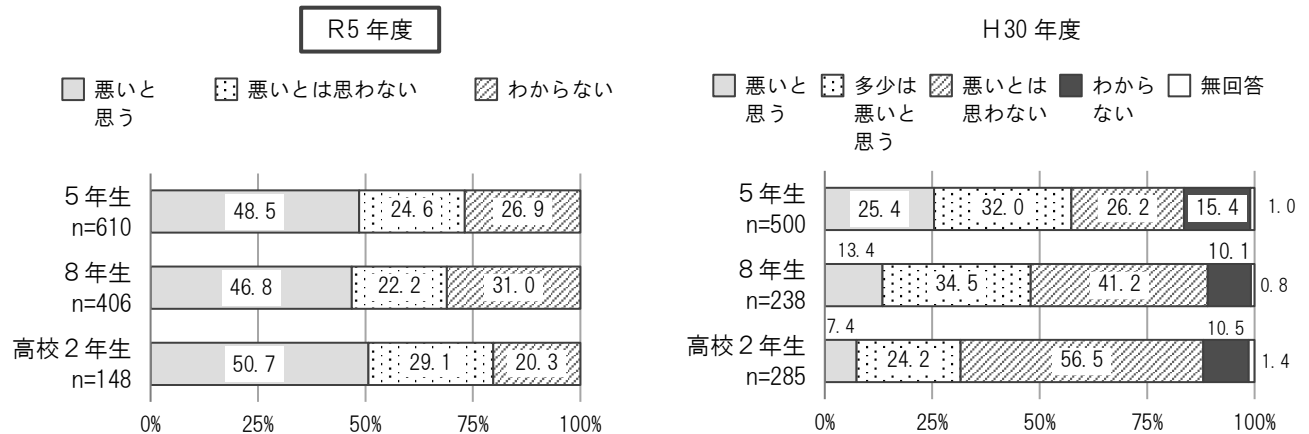
単位：％

		n (人)	家庭	アルバイト先	飲食店 レストランなどの	映画館、ゲームセンターなどの 娯楽施設	路上で歩いているとき	その他
5年生	家庭内喫煙者がいる	172	89.0	0.6	7.6	4.7	20.9	12.8
	家庭内喫煙者がいない	99	7.1	0.0	23.2	10.1	69.7	29.3
8年生	家庭内喫煙者がいる	129	78.0	0.0	13.2	4.4	31.9	8.8
	家庭内喫煙者がいない	81	2.1	0.0	27.7	12.8	85.1	14.9
2年生 高校	家庭内喫煙者がいる	51	90.2	2.0	0	0	21.6	3.9
	家庭内喫煙者がいない	15	6.7	13.3	0	6.7	66.7	20.0

問 4 4 あなたは、お酒を飲むことについてどう思いますか。（○は1つ）

- ・お酒を飲むことについて、「健康に悪いと思う」割合は、5年生が48.5%、8年生が46.8%、高校2年生が50.7%となっています。平成30年度調査と比べると、高校2年生の割合が非常に高くなっています。
- ・一方、「わからない」割合は、5年生が26.9%、8年生が31.0%、高校2年生が29.1%となっています。平成30年度調査と比べると、いずれの学年も高くなっています。

図表 4-44 飲酒について【学年別・経年比較】



9. 自由意見

問 4 5 あなたやあなたのまわりの人が元気に毎日を送るために、どうすればよいと思いますか。

- ・元気に毎日を送るためにどうすればよいと思うかについて、5年生では「3食きちんと食べるなど、食生活に気をつける」が131件でも最も多く、「早寝早起きなど規則正しい生活をする」が92件、次いで「タバコを吸わない・控える・受動喫煙防止」が62件、「健康に気をつける・元気に過ごす」が57件となっています。
- ・8年生では「早寝早起きなど規則正しい生活をする」が63件で最も多く、「3食きちんと食べるなど、食生活に気をつける」が59件「楽しく過ごす・明るく過ごす・ストレスをためない」が43件となっています。
- ・高校2年生では「早寝早起きなど規則正しい生活をする」が11件で最も多く、次いで「楽しく過ごす・明るく過ごす・ストレスをためない」が8件、「健康に気をつける・元気に過ごす」「運動をする、日光を浴びる」が7件となっています。

図表 4-45 元気に毎日を送るためにどうすればよいと思うか（上位10項目）

単位：件

主な内容	5年生	8年生	高校 2年生	計
3食きちんと食べるなど、食生活に気をつける	131	59	6	196
よく寝る、早寝早起きなど規則正しい生活をする	92	63	11	166
タバコを吸わない・控える・受動喫煙防止	62	37	3	102
健康に気を付ける・元気に過ごす	57	30	7	94
運動をする、日光を浴びる	47	39	7	93
楽しく過ごす・明るく過ごす、ストレスをためない	31	43	8	82
他人を思いやる等	33	28	4	65
お酒を飲み過ぎない・やめる	42	22	1	65
あいさつをする	32	25	5	62
健康や清潔を意識した生活をする	37	16	5	58