

キッズ・モニターアンケート「食べることについて」実施報告

平成 24 年度第 8 回キッズ・モニターアンケート「食べることについて」の実施結果は以下のとおりでした。

キッズ・モニターのみなさん、ご協力ありがとうございました。

1 実施概要

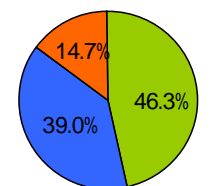
(1) 実施期間 平成 25 年 2 月 7 日～21 日

(2) 回答者数等

	小学生	中学生	高校生	計
モニター登録者数(人)	164	158	53	375
回答者数(人)	88	74	28	190
回答率(%)	53.7	46.8	52.8	50.7
回答者の割合(%)	46.3	39.0	14.7	100

2 アンケート結果

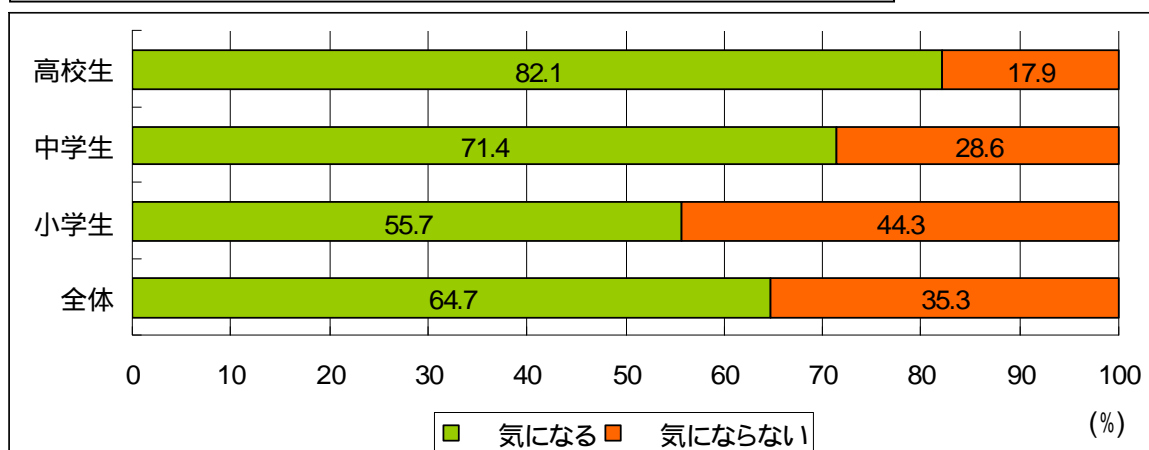
Q1 あなたの年代について
あなたにあてはまるものをえらんでください。
小学生 中学生 高校生



回答者の割合は、小学生が 46.3%、中学生が 39.0%、高校生が 14.7%でした。

■小学生 ■中学生 ■高校生

Q2 あなたの体格について
あなたは自分の体格(身長・体重)が気になりますか。
気になる 気にならない

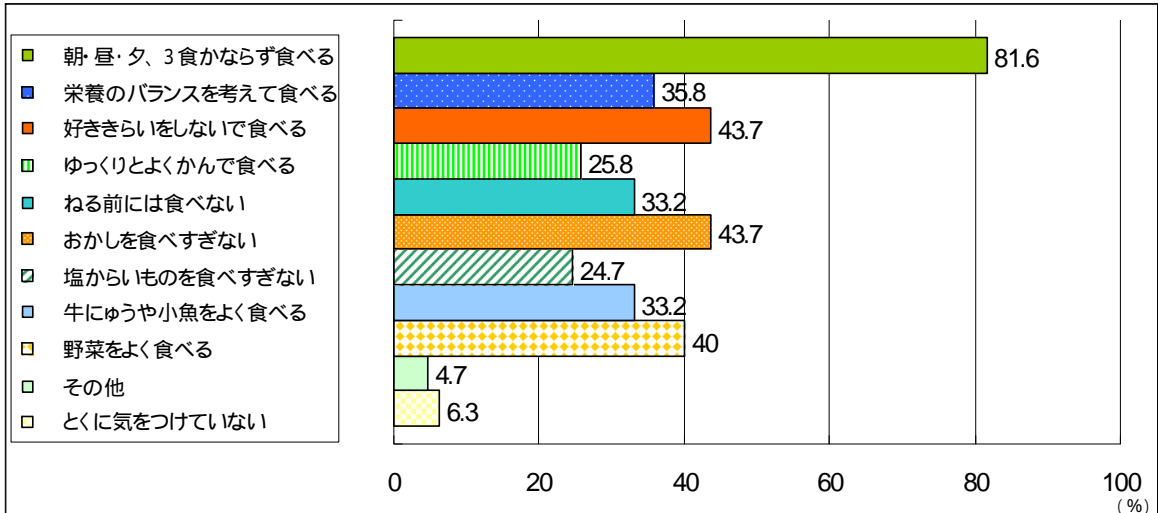


全体では 64.7%の人が自分の体格が気になると答えています。
年齢が上がるほど自分の体格が気になる人の割合が高くなっています。

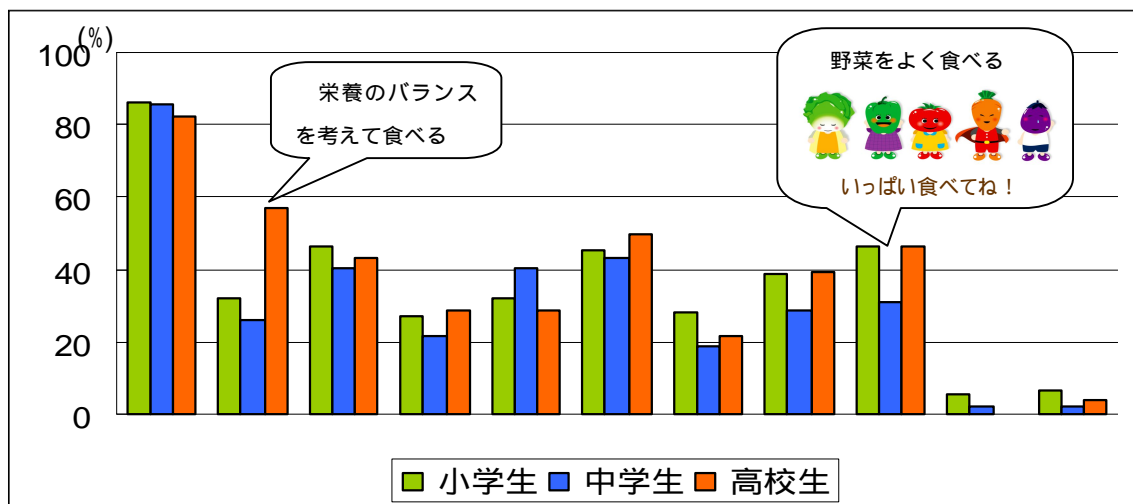
Q3 食べることで気をつけていること

あなたが食べることで気をつけていることをすべて教えてください。

- | | |
|-----------------|--------------------|
| 朝・昼・夕、3食かならず食べる | 栄養のバランスを考えて食べる |
| 好ききらいをしないで食べる | ゆっくりとよくかんで食べる |
| ねる前には食べない | おかしを食べすぎない |
| 塩からいものを食べすぎない | 牛にゅうや小魚をよく食べる |
| 野菜をよく食べる | その他() とくに気をつけていない |



全体では「朝・昼・夕、3食かならず食べる」と回答した人が最も多く81.6%です。ついで「好ききらいをしないで食べる」、「おかしを食べすぎない」が43.7%です。



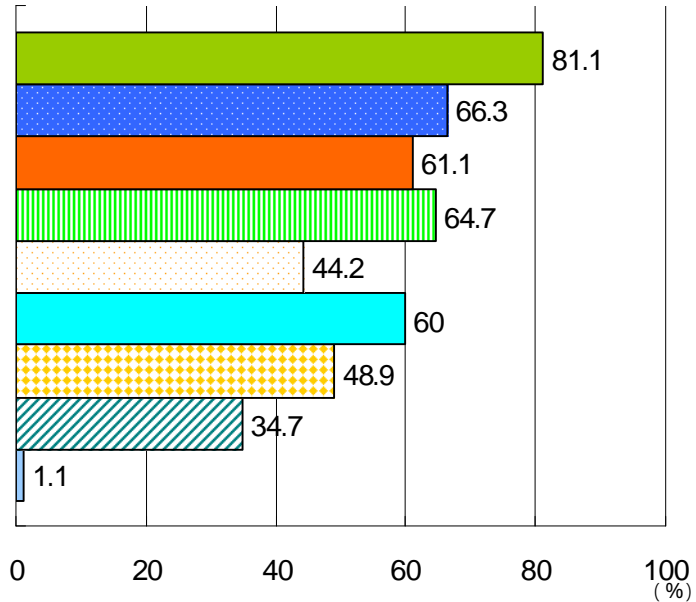
高校生では、「栄養のバランスを考えて食べる」と答えた人が57.1%あり、小学生、中学生にくらべて高い割合になっています。

Q6 食事にかんするマナーについて

あなたがしていることをすべてえらんでください。

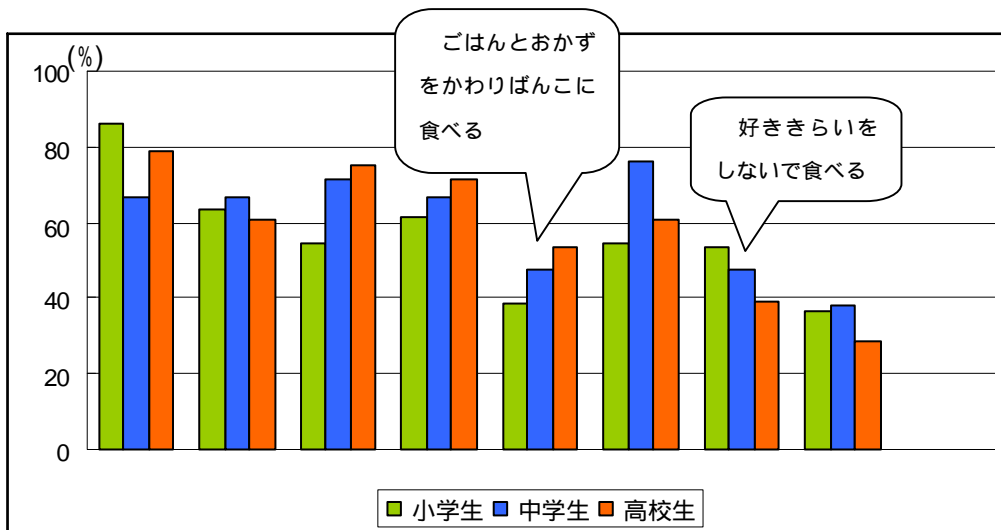
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- おはしを正しく持てる
- テーブルにひじをつかないで食べる
- ごはん茶わんを持って食べる
- ごはんとおかずをかわりばんこに食べる
- 出されたものは残さず食べる
- 好ききらいしないで食べる
- テレビを見ないで食べる
- どれもしていない

- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- おはしを正しく持てる
- テーブルにひじをつかないで食べる
- ごはん茶わんを持って食べる
- ごはんとおかずをかわりばんこに食べる
- 出されたものは残さず食べる
- 好ききらいしないで食べる
- テレビを見ないで食べる
- どれもしていない



全体では81.1%の人が「「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする」と答えています。

「 テレビを見ないで食べる」と答えた人は34.7%です。



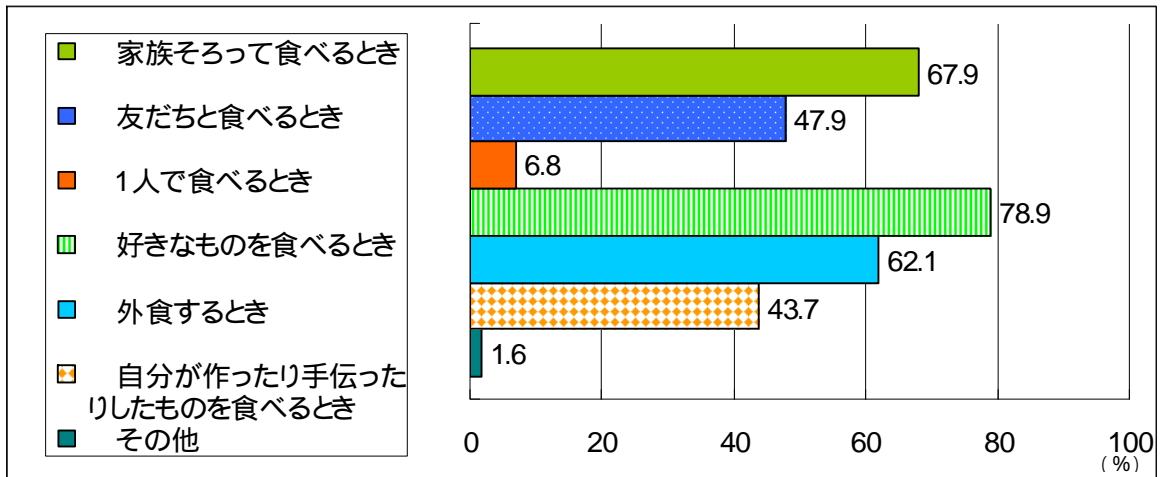
「 ごはんとおかずをかわりばんこに食べる」と答えたのは、小学生38.6%、中学生47.6%、高校生53.6%です。年齢が上がるほど割合が高くなっています。

「 好ききらいしないで食べる」と答えたのは、小学生53.4%、中学生47.6%、高校生39.3%です。年齢が上がるほど割合が低くなっています。

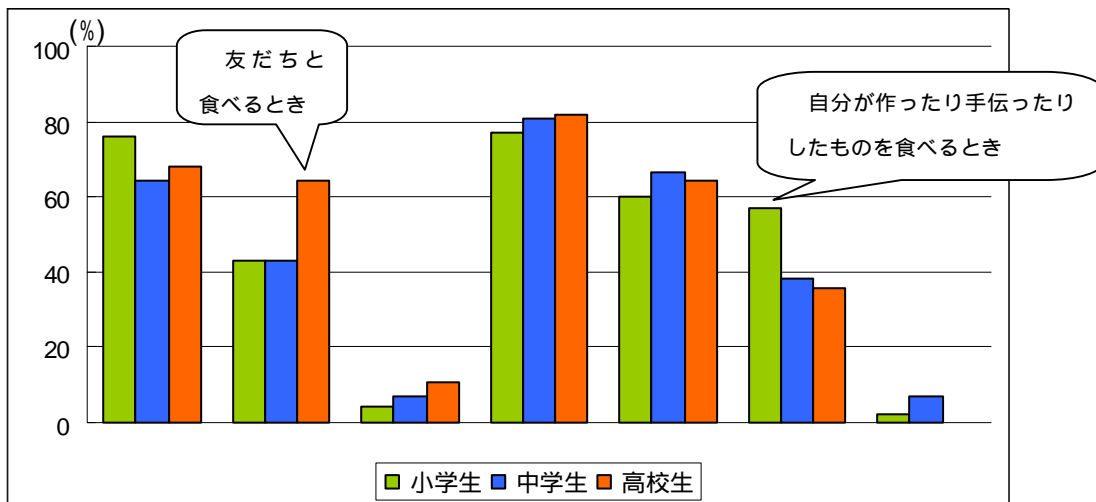
Q7 楽しい食事

あなたが食事を楽しいと感じるのは、どんなときですか。あてはまるものをすべてえらんでください。

- 家族そろって食べる時 友だちと食べる時 一人で食べる時
 好きなものを食べる時 外食するとき
 自分が作ったり手伝ったりしたものを食べる時 その他 ()



全体では78.9%の人が「好きなものを食べる時」と答えています。ついで多いのが「家族そろって食べる時」の67.9%です。



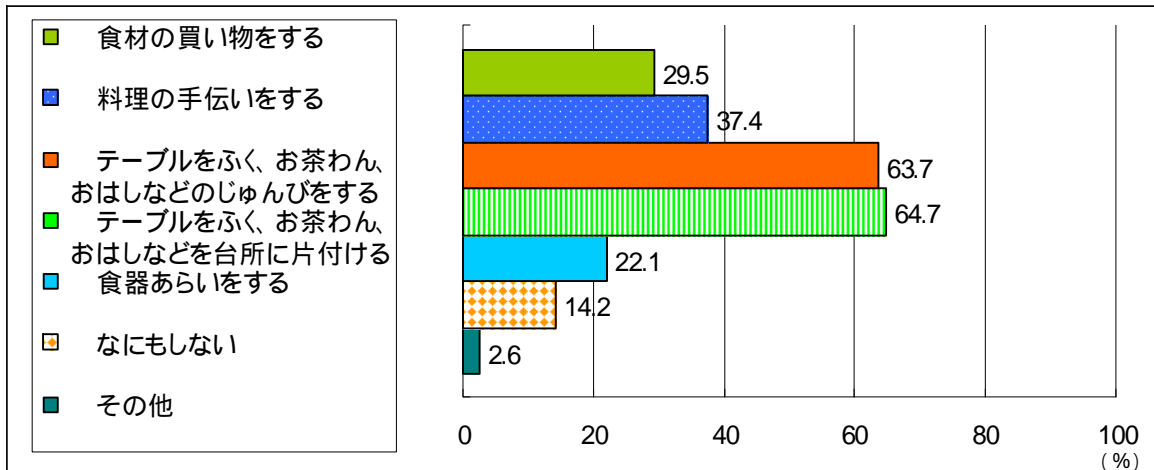
「友だちと食べる時」と答えた人は、小学生43.2%、中学生42.9%、高校生64.3%です。高校生は、小学生、中学生よりも高い割合になっています。

「自分が作ったり手伝ったりしたものを食べる時」と答えた人は、小学生56.8%、中学生38.1%、高校生35.7%です。小学生は、中学生、高校生よりも高い割合になっています。

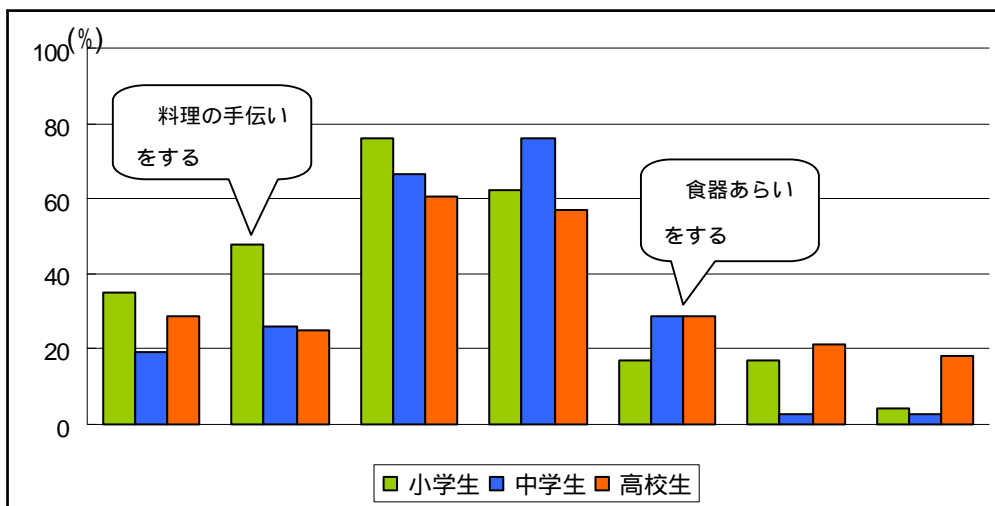
Q 8 食事の手伝い

あなたは、家でどんな食事の手伝いをしますか。あてはまるものをすべてえらんでください。

- 食材の買い物をする 料理の手伝いをする
- テーブルをふく、お茶わん、おはしなどのじゅんぴをする
- テーブルをふく、お茶わん、おはしなどを台所に片付ける
- 食器あらいをする なにもしない その他()



全体では64.7%の人が「テーブルをふく、お茶わん、おはしなどのじゅんぴをする」と答えています。ついで多いのが「テーブルをふく、お茶わん、おはしなどを台所に片付ける」の63.7%です。



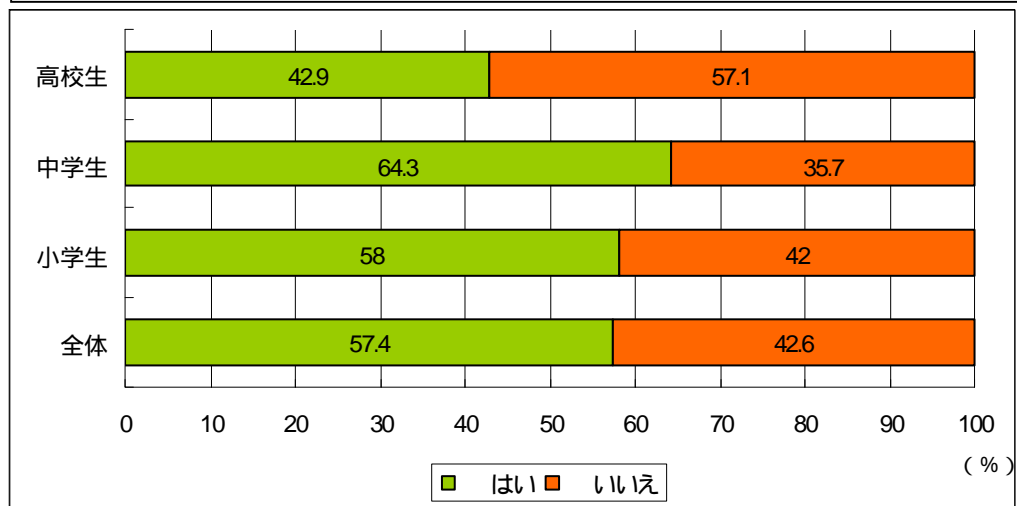
「料理の手伝いをする」と答えた人は、小学生47.7%、中学生26.2%、高校生25.0%です。小学生は、中学生、高校生よりも高い割合になっています。

「食器あらいをする」と答えた人は、小学生17.0%、中学生、高校生ともに28.6%です。中学生、高校生は、小学生よりも高い割合になっています。

Q 9 自分だけで料理を作る

あなたは、自分だけで料理を作ることができますか。

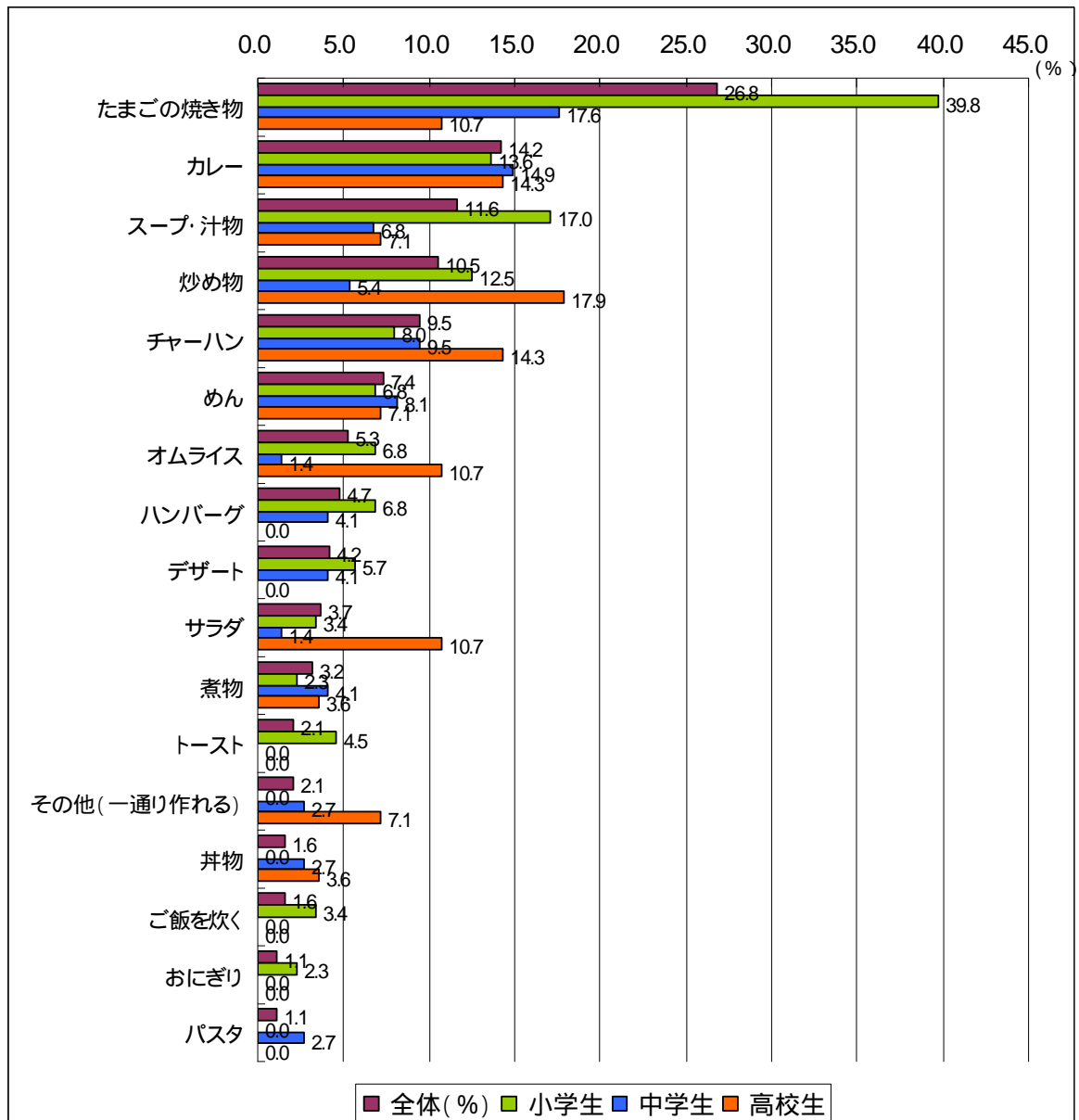
はい いいえ



全体では57.4%の人が「自分だけで料理を作ることができる」と答えています。
高校生のみ「はい」と答えた人の割合が半数を下回っています。

Q10 作ることができる料理

Q9で「はい」と答えた人に聞きます。作ることができる料理を3つまで書いてください。



全体では、自分だけで作ることができる料理で多かったものは、たまごの焼き物、カレー、スープ・汁物の順です。

小学生は、たまごの焼き物、スープ・汁物、カレー、中学生は、たまごの焼き物、カレー、チャーハン、高校生は、炒め物、チャーハン、カレーの順です。

上記以外には、焼き魚、ギョーザ、ラザニア、シチュー、お茶漬け、グラタン、ドリアと答えた人がありました。

3 まとめ

小学生は、中学生、高校生にくらべ、料理の手伝いをする人、テーブルや食器の準備を手伝う人、自分が作ったり手伝ったりしたものを食べるときに楽しいと感じる人、好ききらいしないで食べる人の割合が高くなっていました。

高校生は、小学生、中学生にくらべ、自分の体格が気になる人、栄養のバランスを考えて食べることに気をつけている人、友だちと食べるときに楽しいと感じる人、夕食を子どもだけで食べる人、1人で食べる人の割合が高くなっていました。

このように小学生、中学生、高校生では、それぞれ取り巻く環境、成長段階による感覚、意識等の違いによって食べることに対する傾向に違いがみられました。

また、お菓子の食べ過ぎに気をつけている人が多く、「おやつ」という視点も子どもたちの食を考えるうえで重要です。

三重の健康づくり基本計画では、「子どもの頃から基本的な食習慣を身につけ、生涯にわたる健康的な食習慣の定着を推進する必要がある」としています。幼少期から継続した食育の実践に取り組むことが適正な食習慣の確立につながると考えます。家族が食卓を囲んで共に食事をとりながらコミュニケーションを図る共食は、食育の原点であり、可能な限り推進する必要があります。あわせて、今後も保育所、幼稚園、学校および地域での取組の充実を図っていきます。

今回のアンケート結果については、これからの県の健康づくりや食育の取組に活かしていきたいと考えています。

キッズ・モニターの皆さん、アンケートに回答いただきありがとうございました。