

参考資料 2

平成 27 年 10 月実施「新島村の子どもの食生活状況調査」

平成 27 年 10 月実施「新島村の子どもがいる家庭の食生活状況調査」より

1 調査の目的と方法

新島村の保育園児～高校生、および保育園、小学校、中学校に通うお子さんがいる家庭の保護者の食生活の状況を把握し、平成 28 年に改定予定の、第 2 次新島村食育推進計画の食育目標やプログラムの検討に反映させ、すべての世代の食育の推進に資すること、また、今回の調査結果を前回の調査結果と比較し、今後の食育の展開の評価に活用すること等を目的とした。

2 調査の対象・時期

新島村の保育園児から高校生までは全員、および保育園児、小学生、中学生がいる各家庭の保護者 2 名を対象とした。(お子さんが複数いる家庭は一番小さなお子さんの通う施設で回答をお願いした)

調査時期は平成 27 年 10 月後半に実施した。

3 アンケート配布数と回収率

	子ども（保育園児は保護者が回答）			保護者			
	在籍数	回収数	回収率	家庭数	配布数	回収数	回収率※1
新島保育園	53	43	81.1%	50	100	67	67.0%
式根島保育園	16	16	100.0%	13	26	25	96.2%
保育園計	69	59	85.5%	63	126	92	73.0%
新島小学校	103	92	89.3%	61	122	80	65.6%
式根島小学校	22	22	100.0%	8	16	14	87.5%
小学校計	125	114	91.2%	69	138	94	68.1%
新島中学校	57	55	96.5%	31	62	45	72.6%
式根島中学校	10	10	100.0%	6	12	8	66.7%
中学校計	67	65	97.0%	37	74	53	71.6%
新島高校	53	53	100.0%				
総計	314	291	92.7%	169	338	239	70.7%

※1) 各家庭の保護者数を全て 2 名（配布数）とした場合（実際にはもっと高いと想定される）

4 調査方法

調査用紙によるアンケートを実施した。

(1) 保育園児

保育園の協力を得て、園を通じて封筒に入れた調査用紙を各家庭に配布して園児の保護者に回答を依頼し、記入後保育園を通じて回収した。

(2) 小学生～高校生

各学校の協力を得て、学校において調査用紙を配布し、児童生徒本人が回答・記入した。

(3) 保護者

保育園、小中学校の協力を得て、調査用紙を各家庭に2部配布し、各家庭の主な保護者2名（主な保護者が1名の場合は1名）に調査用紙への回答を依頼し、記入後保育園、小中学校を通じて回収した。

5 調査項目

(1) 保育園児～高校生

基本属性 ①年齢（学年） ②性別

- 1 朝食欠食の有無と食事内容
- 2 家族と一緒に食事の状況（共食）
- 3 間食摂取の有無と内容
- 4 食事づくり、手伝いの状況
- 5 簡単な栄養知識（栄養バランス）の有無
- 6 赤・黄・緑（または主食・主菜・副菜）の意味を知っているか
- 7 食事を楽しんでいるか
- 8 自分は健康（元気）だと思うか
- 9 食事に関する知識・技術の有無
- 10 食習慣を身につけるのに必要な事項

(2) 保護者

基本属性 ①年齢 ②性別 ③お子さんとの関係

- 1 朝食欠食の有無と食事内容
- 2 家族と一緒に食事の状況（共食）
- 3 間食摂取の有無と内容
- 4 飲み物の種類別の摂取状況、常備状況、買える環境
- 5 味の好み
- 6 食事を楽しんでいるか
- 7 地産地消、郷土料理について
- 8 栄養等の知識について
- 9 運動について（1日の平均歩数、運動習慣）
- 10 喫煙状況
- 11 自分は健康だと思うか
- 12 お子さんの給食献立表をみているか
- 13 健康的な食習慣を身につけるために必要なこと
- 14 飲食店や食材店に希望すること
- 15 今後の食生活で力をいれたいこと

6 調査結果の概要

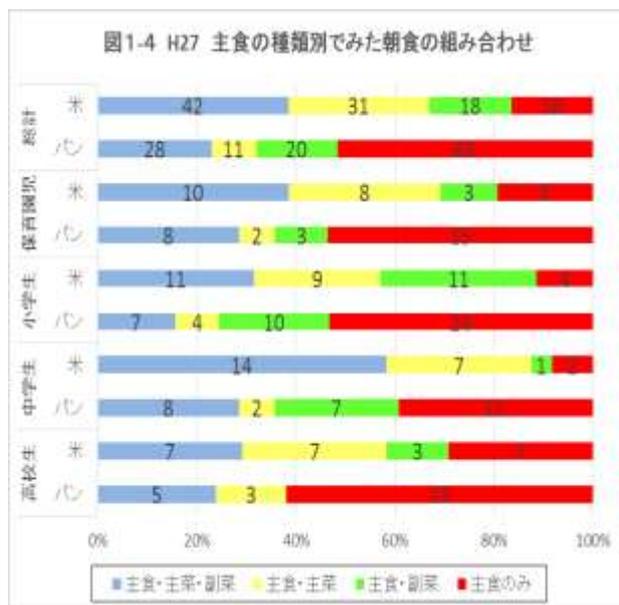
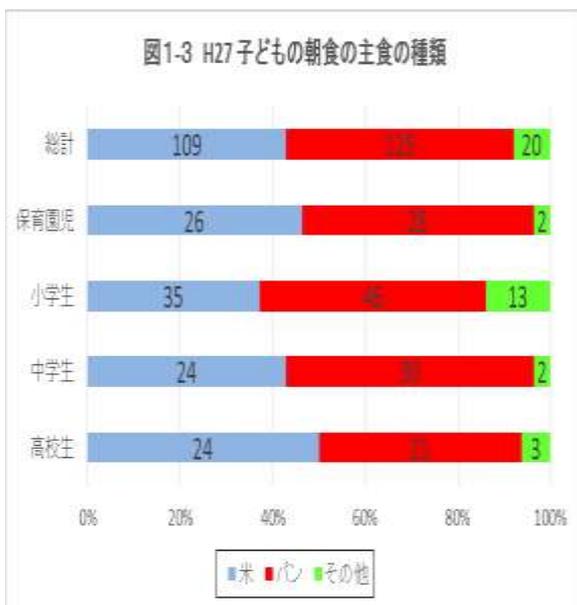
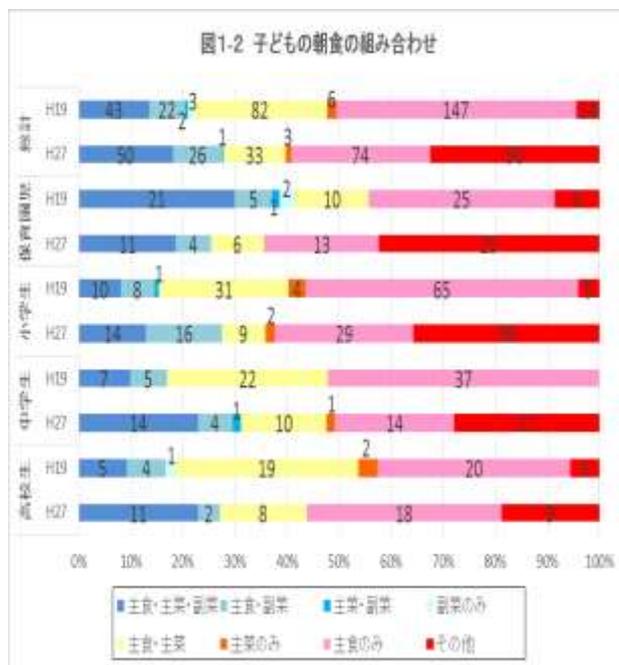
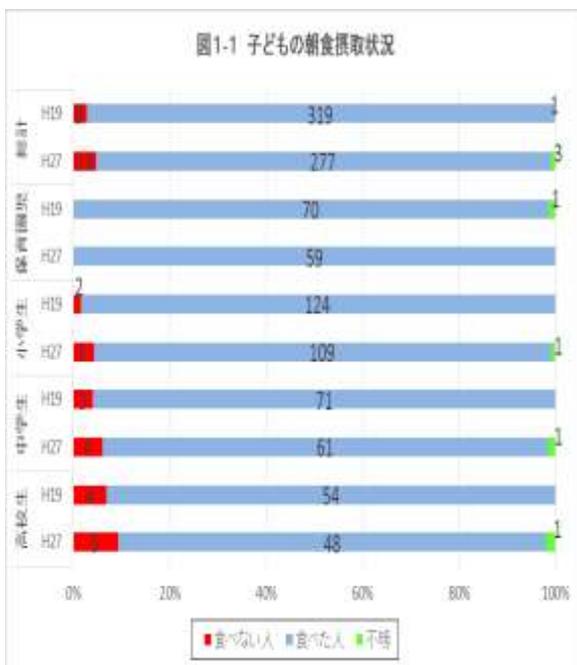
(1) 保育園児～高校生

1 主食が米の場合、主食・主菜・副菜が揃った朝ごはんを食べている子どもが多い

95%の子どもが朝ごはんを食べていましたが、内容をみると主食・主菜・副菜が揃っている子どもは18%で、副菜（野菜、芋料理等）を食べた子どもは28%でした。前回の調査結果と比べると、その他（栄養補助食品、菓子、ゼリー飲料など）の割合が31%に増えました。

主食がパン類であった子どもは44%で、米は39%でした。主食が米の場合、主食・主菜・副菜がそろっていた子どもは39%でしたが、パン類の場合は23%でした。また、米の場合、主食のみの食事の子どもが17%でしたが、パン類の場合は52%でした。

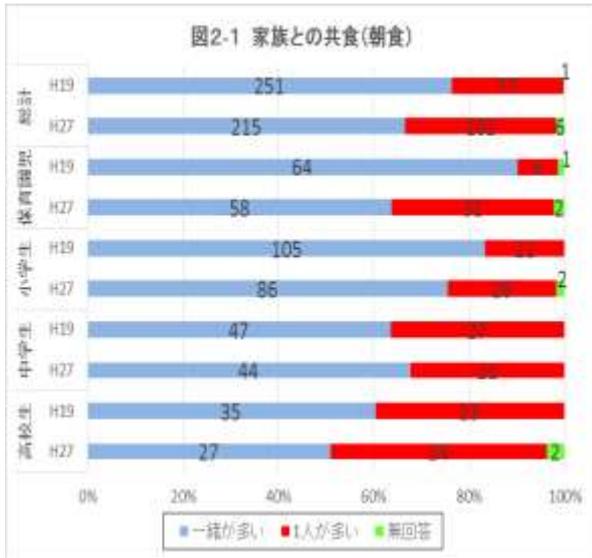
食の多様化が進む中、新島村では、「朝食の欠食を減らす」の一步先、栄養的なバランスを考慮した朝食へのステップアップが、より一層望まれます。



2 家族と一緒に食事をしている子どもは多いものの減少傾向

家族と一緒に食事をする子どもが多い様ですが、朝食を家族と一緒に食べる子どもは全体で68%、夕食を家族と一緒に食べる子どもは全体では93%でした。

新島村では、食事の時間が通勤時間に左右されることは少ないため、都市部と比べると比較的高い割合と推察されるものの、前回調査と比べると、家族で食卓を囲む機会が全体的に減少傾向がみられます。家族と一緒に食事をとることは、一緒に食べる楽しさを知り、食事のマナーを習得できる機会としても重要だと考えます。



3 不規則で菓子類が多い間食

間食の時間が決まっている子どもはおおよそ38%で、間食の内容は約70%が菓子類でした。

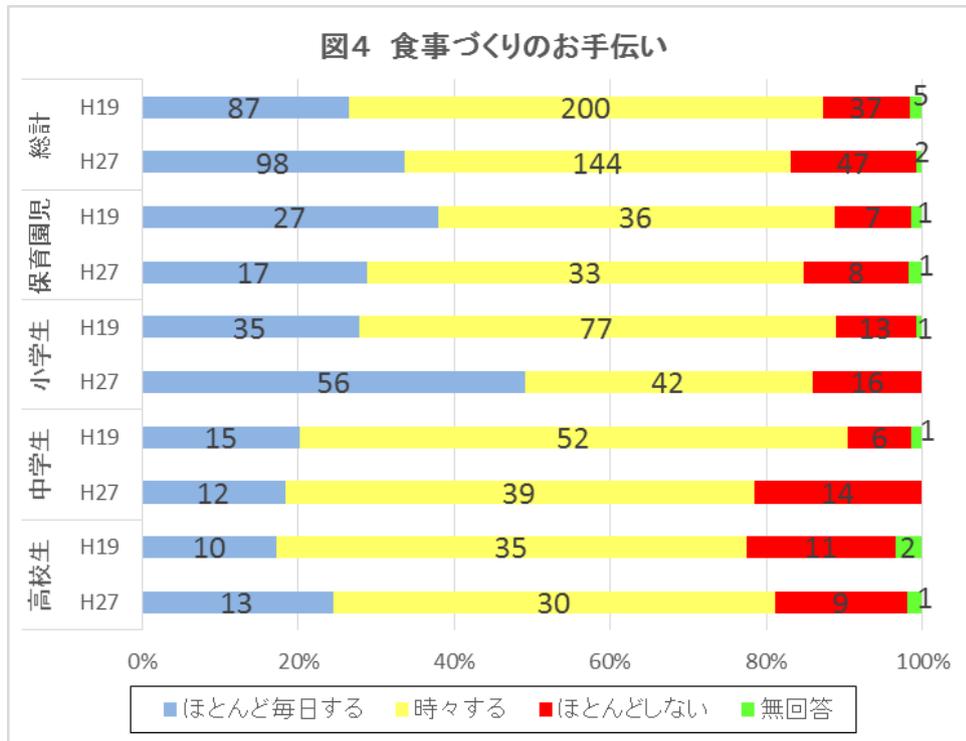
お菓子を食べる事は心の栄養にもなりますが、間食の摂取時間と内容によっては、その目的を果たせなくなり、また虫歯の罹患率を高めることにもつながってきます。

間食の時間を決めて食べる習慣をつけることに加え、内容も市販の菓子類に偏らず、乳製品・果物・芋類など間食に適した食品や、簡単にできる手作りの間食を大切していきたいものです。



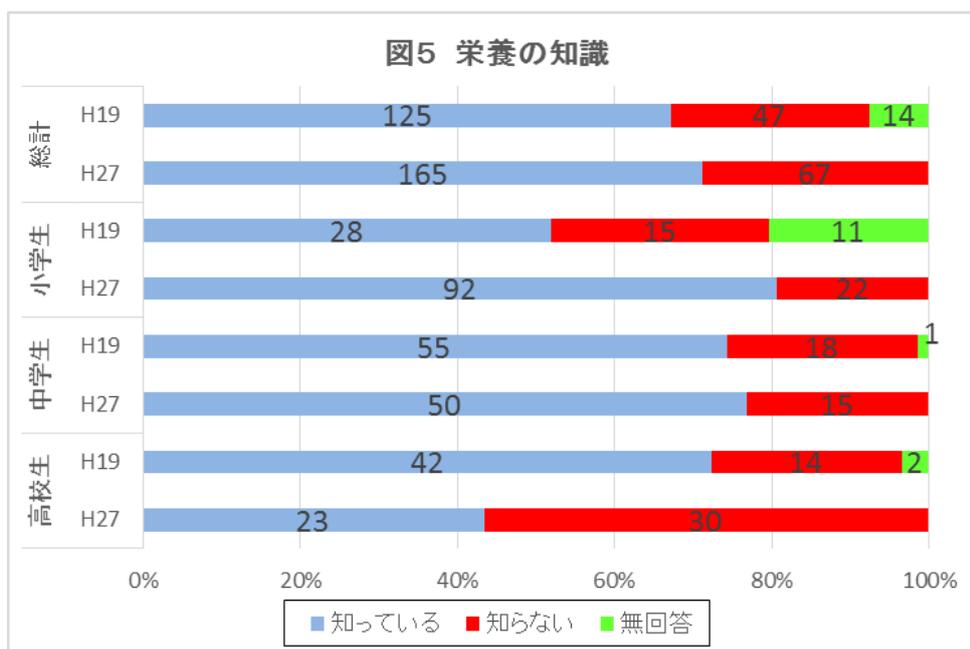
4 食事づくりの手伝いをしている子どもが多い

食事づくりをほとんど毎日手伝う子どもは、34%と前回調査より8%増え、時々手伝いをする子どもも含めると、83%が食事作りの手伝いをしているようです。



5 栄養バランスがわかる子どもは約7割

簡単な栄養バランスについて、知っていると回答した子ども（小学生以上が対象）は全体で71%でした。新島村では、食育推進計画策定後、「食を選ぶ力」を身につけるために、乳幼児期からの食育教室に力を入れていますが、今後も年齢にあった栄養知識をもてるような取組が必要とされています。

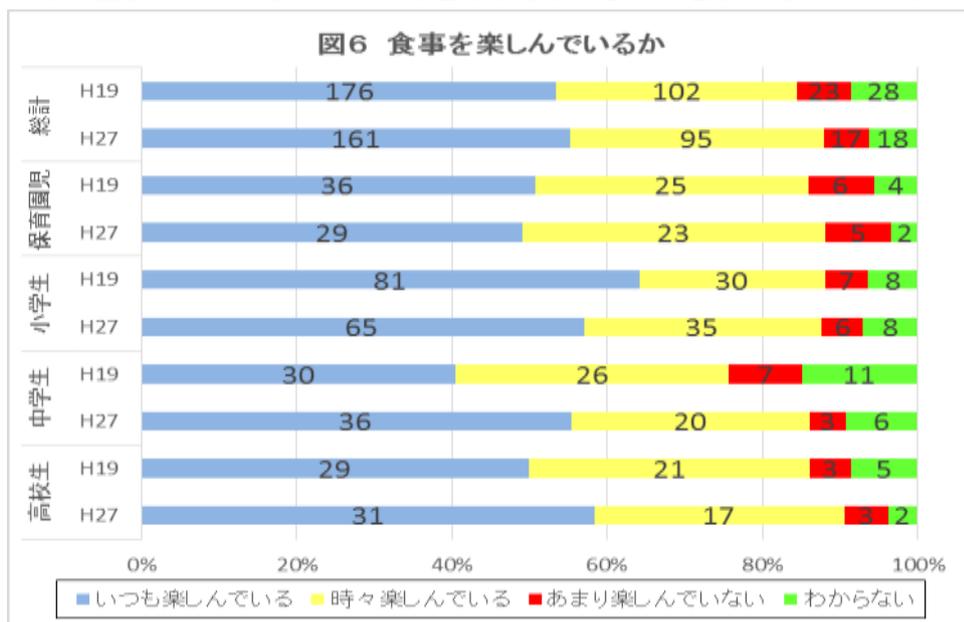


6 食事を楽しんでいる子どもが多いが、そうでない子どもも12%いる

いつもまたは時々食事を楽しんでいる子どもは88%で、前回調査より6%増えています。しかし、あまり楽しんでいない、わからない子どもも12%いました。

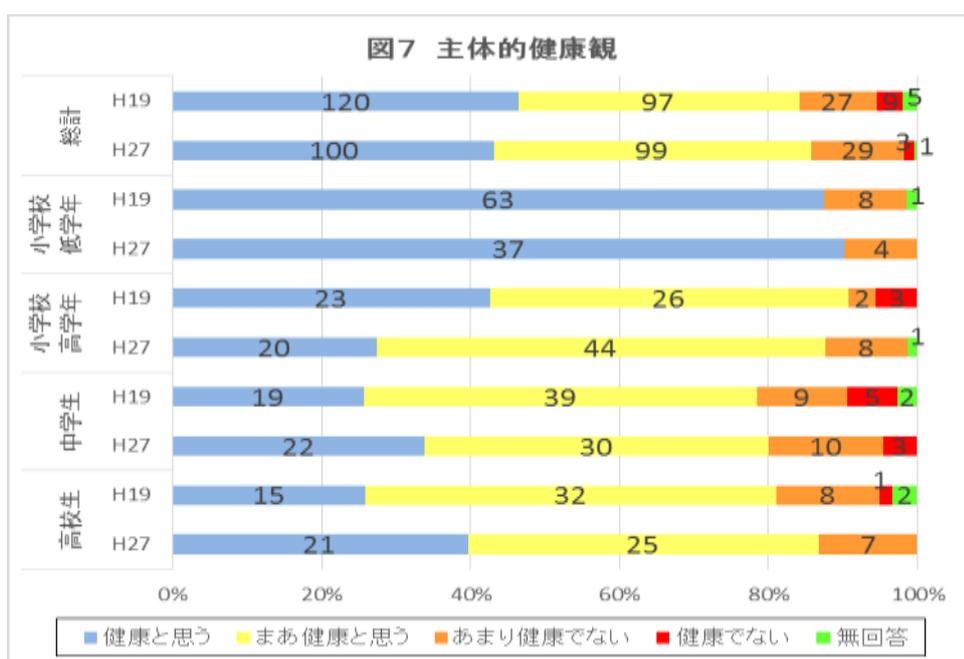
食に関わる中で、作る喜びを知り、色々な味覚を味わい、他者との交流を深めながら楽しく食事ができることが望まれます。

また、食品そのものに対して命をいただくことへの感謝、食品を栽培・収穫してくれる人、調理してくれる人への感謝など、自然の恵みや関わる人々への感謝を理解できるようになることが望まれ、これは栽培・収穫をはじめとする体験を通じたアプローチが有効と思われます。



7 主体的健康観は年齢が上がると低下傾向

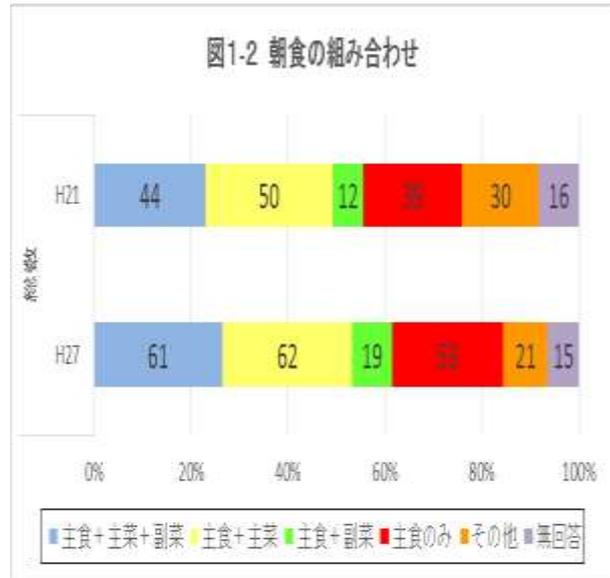
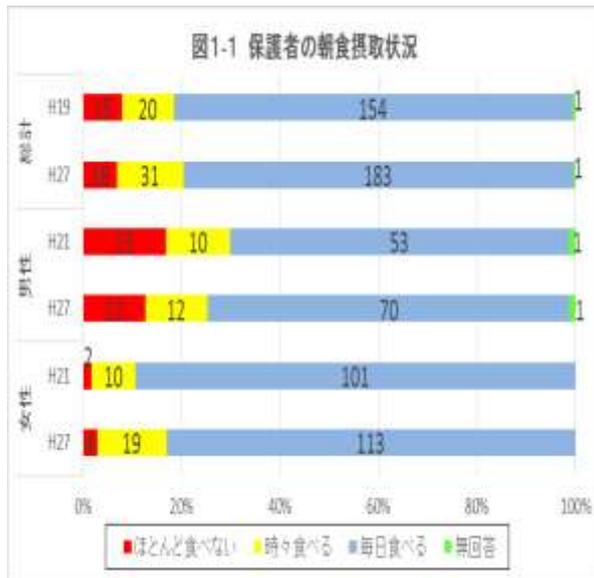
自分は健康だと思うかという質問に、「あまり健康でない」「健康でない」と回答した子どもは、前回、今回調査とも13%でしたが、年齢があがると多くなる傾向も変わらないようです。



(2) 保護者

1 主食・主菜・副菜が揃った朝ごはんを食べていた保護者は26%

朝食をほとんど食べない保護者は全体で7%でした。また、内容をみると主食・主菜・副菜が揃っていたのは26%で、副菜（野菜、芋料理等）を食べたのは35%と、どちらも増加傾向がみられたものの、主食のみの食事でも23%に増えています。栄養バランスの良い朝食は、子どもだけでなく、大人も眠った身体を起し、一日に必要な栄養素を補給するのに必要です。



2 間食の内容は菓子類が多い

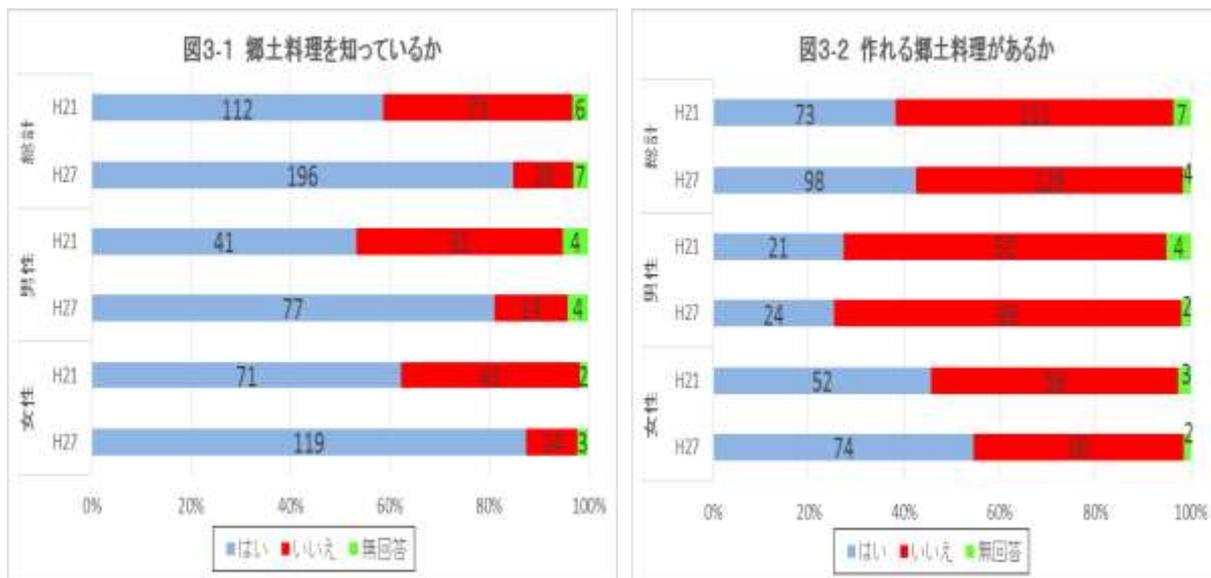
間食の内容について、菓子類（スナック菓子、せんべい、アイスクリーム、ケーキ類）の占める割合が70%でした。間食は菓子類だけでなく、3食で摂りきれない栄養を補う補食であることを知り、上手に取り入れることが大切と思われます。



3 郷土料理を知っている保護者の割合が大幅増

新島・式根島の郷土料理を知っている、と答えたのは85%と、前回調査（59%）よりも大幅に増えました。ここ数年、保育園や小・中学校で、地域の方を招いて郷土料理を教わる機会が増え、その様子を島外から赴任してきた家族に伝えられ、郷土料理を知る割合が増えたことが考えられます。新島・式根島の郷土料理を作ることができる、と答えたのは42%でした。

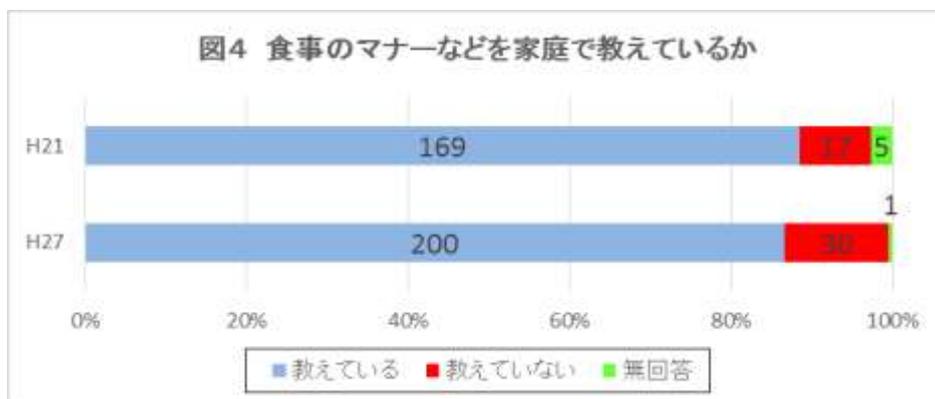
自分たちの住む、新島村の風土に適した食文化を知り、後世に伝えていくためにも、この調査結果から、これからも伝統的な郷土料理に接する機会を少しでも多く作り、続けることが大切と考えられます。



4 お子さんに食事マナーや料理などを教えている家庭は87%

家庭でお子さんに食事のマナーや栄養知識、料理などを教えている保護者は87%と前回調査と変わりませんでした。教えていないと回答した保護者は13%と、前回調査より増えています。

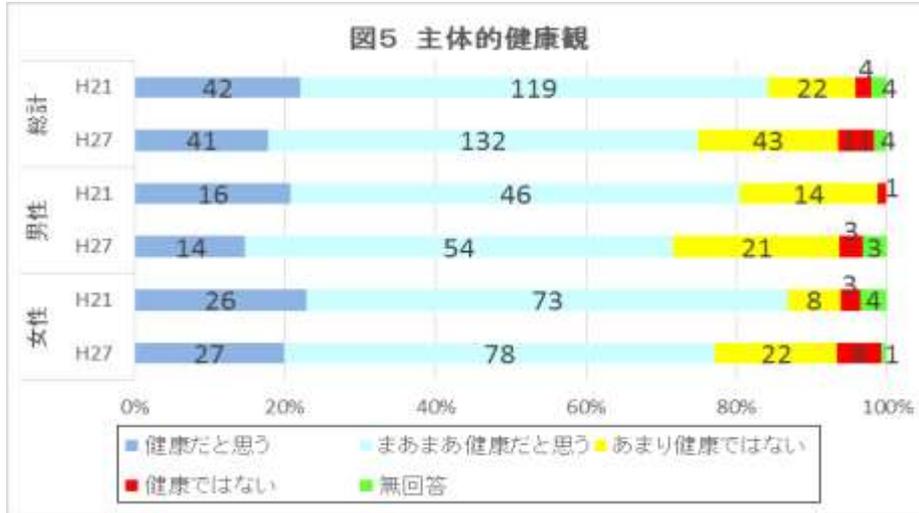
新島村の食育の関心の高さが実践に結び付けられるよう、家庭でも積極的な取組が必要とされています。



5 主体的健康観は前回調査より低下

前回調査に比べて、「健康だと思う」「まあまあ健康だと思う」と回答した保護者は 75%と減少し、「あまり健康ではない」「健康ではない」と回答した保護者は 23%に増加しています。

家庭の中心的役割を担う保護者自身が健康であることは、子どもにとって不可欠です。食生活はもちろん、運動や喫煙、睡眠などの生活習慣の見直す機会が必要とされています。



6 健康的な食習慣を身につける場を家庭としたのは92%

健康的な食習慣を身につけるために必要なのは「家庭での働きかけ」が最も多く、次いで「保育所・学校での食育」でした（複数回答）。

食に関する情報の入手先として、最も多かった回答は「テレビ」で、次に多かったのが「インターネット」でした。どちらも手軽に情報が得られるものの、根拠のないものも多く、あふれる情報を正しく選択する力も求められています。

調査結果からは家庭で積極的に取り組む姿勢がみられますが、保育所や学校のみならず、様々な機関や団体と連携を取りながら、村全体で正しい情報提供を行っていくことが求められます。

