

8. 食生活状況

平成5年における食生活状況調査は、3歳以上15歳以下の児童・生徒の状況について、母親（またはこれに代わる方）にお子さんのふだんの食事状況等について質問調査を行ったが、結果の概要は次のとおりである。

朝食を子供だけで食べる割合は11年前に比べて8.7ポイント増加

ふだん、子供が「朝食をだれと一緒に食べるか」という問いに対する回答は図57のとおり、「両親と一緒に食べる」が全体の27.4%で、次いで「母親と一緒に」が33.1%、「子供だけで食べる」が31.4%となっており、57年調査と比べ「両親と一緒に食べる」が11.9ポイント減り、「子供だけで食べる」が8.7ポイント増加している。

また、「子供だけで食べる」と回答した人だけを年齢階級別にみると図58のとおり、高学年ほど子供だけで食べる割合が多く、57年調査と比べると小学生高学年及び中学生での増加が目立っている。

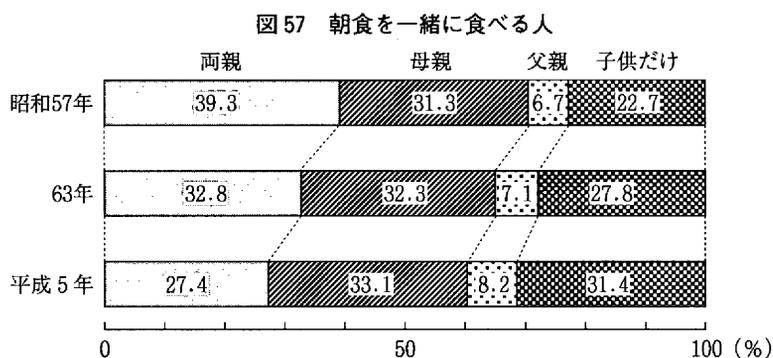
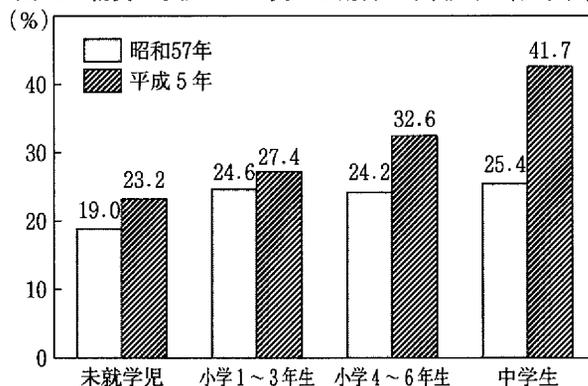
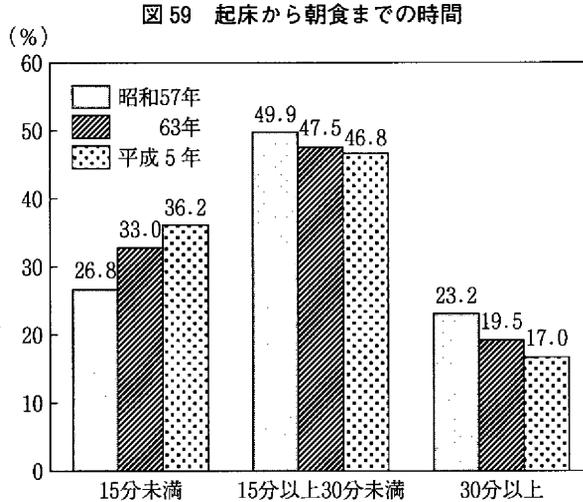


図58 朝食を子供だけで食べる割合の年次比較（就学別）



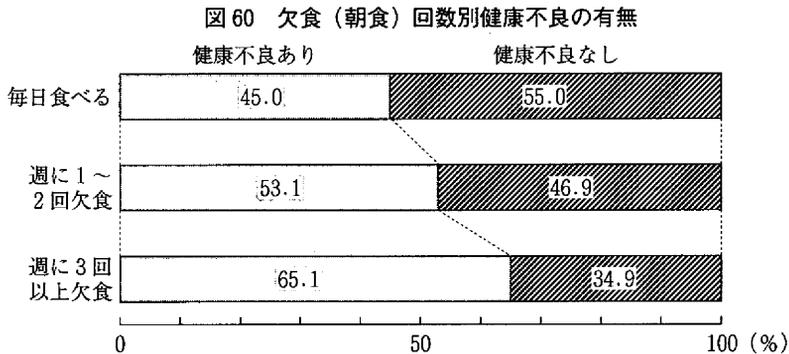
朝起きてから朝食までの時間が15分未満の子供が3人に1人以上

子供が「朝起きてから朝食までの時間」の問いに対する回答は図59のとおり、「15分未満」が36.2%、「15分以上30分未満」が46.8%で、「30分以上」が17.0%となっており、57年調査と比べ「15分以上30分未満」が3.1ポイント、「30分以上」が6.2ポイント減り、「15分未満」が9.4ポイント増加している。



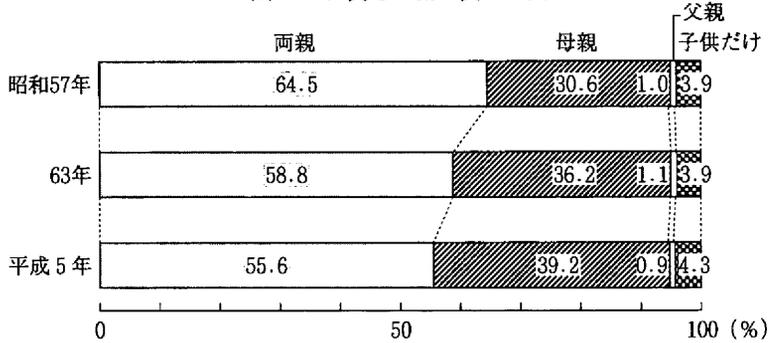
朝食の欠食回数が多いほど健康不良を訴えるものが多い

子供のふだんの健康状態について朝食の欠食状況別にみたところ図60のとおり、欠食が多い子供ほど疲れやすい、下痢や腹痛、頭痛などの健康不良を訴えるものが多くなっている。



夕食を両親と一緒に食べているのは2人に1人

図 61 夕食を一緒に食べる人



「夕食をだれと一緒に食べるか」という問いに対する回答は図61のとおり、「両親と一緒に食べる」が55.6%、「母親と一緒に食べる」が39.2%、「子供だけで食べる」が4.3%となっており、

57年調査と比べ「両親と一緒に食べる」が8.9ポイント減り、「母親と一緒に食べる」が8.6ポイント増加している。

好きな時間におやつを食べているのは3人に1人

おやつの与え方等についての問いに対する回答は図62、63のとおり、「家庭で作ったものを与えることが多い」と回答したものは全体の6.8%、「市販品を与えることが多い」が83.1%、「おやつ代としてお金を与えることが多い」が3.9%となっており、57年調査に比べ「市販品を与えることが多い」が5.2ポイント増加し、

「おやつ代としてお金を与えることが多い」が逆に3.3ポイント減少している。

また、おやつを与える時間については「決めている」のが31.7%、「欲しがる時」が34.4%、「自由」が33.9%と、57年調査に比べ「自由」が9.1ポイント増加しており、子供の自由気ままな時間に与えることが多くなっている。

図 62 おやつの内容

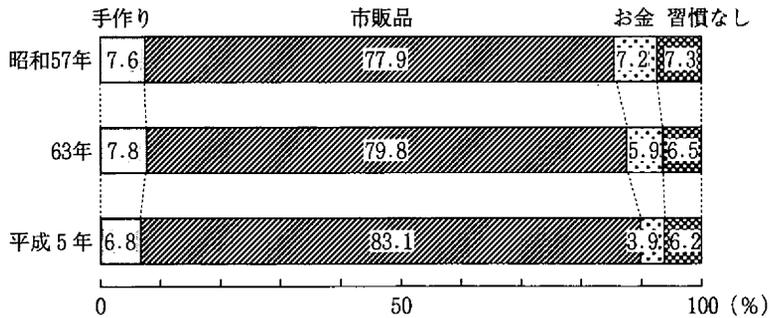
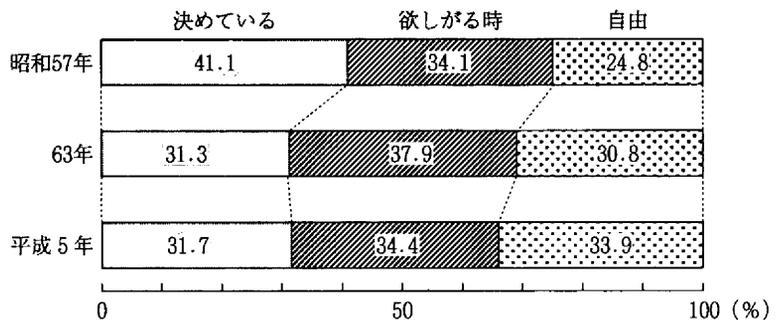


図 63 おやつの時間



おやつとして与えるものは5年前に比べて果物が減り、果物ジュースが増加

子供におやつとして与える頻度の高いものを3品あげてもらったところ図64のとおり、最も上位を占めたのはスナック菓子類で54.8%、以下、ビスケット・せんべい類41.6%、菓子パン・ケーキ類31.6%の順になっており、63年調査に比べ、果物が大幅に減り、果物ジュースが増加している。

図64 おやつの種類別の年次比較

