

## 第5章 幼兒保護者調查



# 第5章 幼児保護者調査

## 1 調査回答者の属性

### (1) 子どもの身長・体重・肥満度

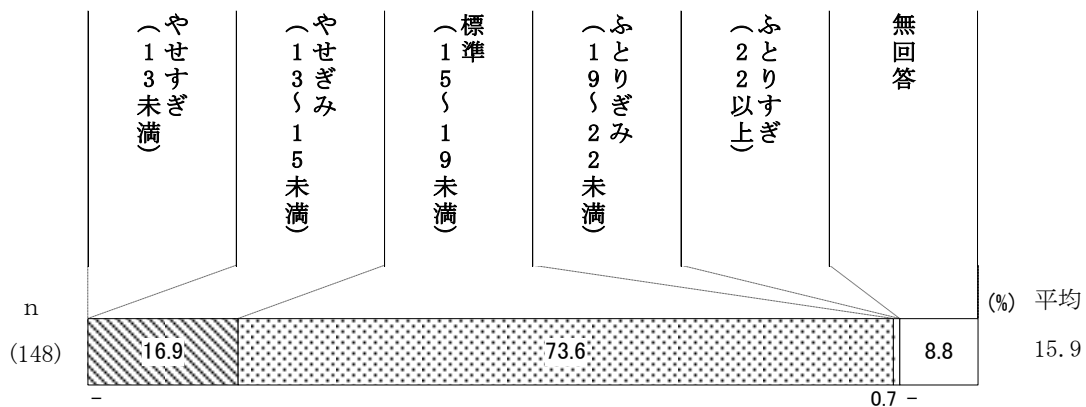
※身長・体重は肥満度を求めるものとし非掲載としている。

#### ■ 肥満度

身長と体重の結果をもとに肥満度を算出した結果、平均は15.9となっている。

比率は、「やせぎみ (13~15未満)」が16.9%、「標準 (15~19未満)」が73.6%、「ふとりぎみ (19~22未満)」が0.7%である。(図表1-1)

<図表1-1> 肥満度



※肥満度 (カウプ指数) とは、

幼児の体格の判定について広く用いられている指標で、次の式で導くことができる。

$$\text{肥満度 (カウプ指数)} = 10 \times \text{体重 (kg)} \div (\text{身長 (cm)} \times \text{身長 (cm)})$$

## 2 幼児の食事・食生活について

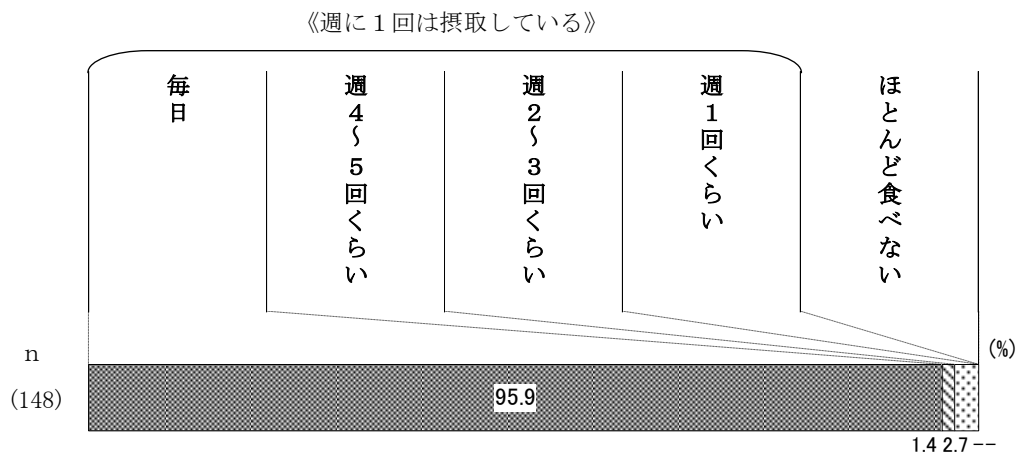
※調査時において保護者にたずねた設問だが、内容は幼児の実態についてである。そのため、図表及び文章については、おおむね就学前児童を主体として記載している。  
ただし、一部、保護者の意識等をたずねている設問も含まれており、その場合は保護者の視点で図表化及び文章の記述を行っている。

### (1) 朝食の摂取状況

問1 お子さんは、朝食を食べていますか。(○は1つだけ)

朝食の摂取状況は、「毎日」が95.9%となっている。ここへ「週4～5回くらい」(1.4%)、「週2～3回くらい」(2.7%)、「週1回くらい」(0.0%)を合わせると、「週に1回は摂取している」(100.0%)は全員である。(図表2-1)

<図表2-1> 朝食の摂取状況



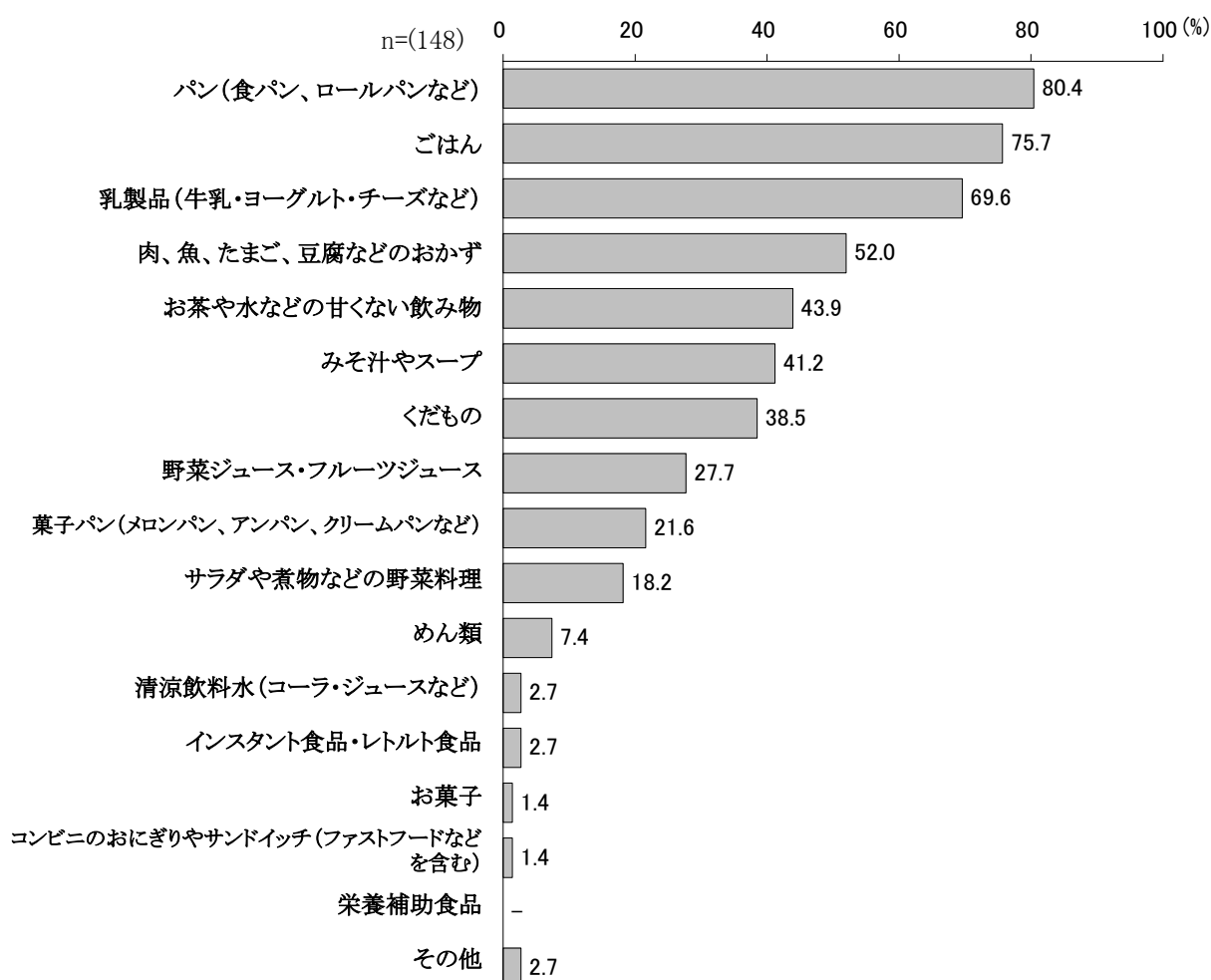
## (1-1) 主に食べている朝食

(問1で「1」～「4」とお答えの方におたずねします。)

問1-1 お子さんは、主にどのような朝食を食べますか。(〇はいくつでも)

朝食の摂取状況で《週に1回は摂取している》と回答した方に、主に食べている朝食をたずねた。その結果、「パン(食パン、ロールパンなど)」が80.4%で最も高く、次いで「ごはん」が75.7%、「乳製品(牛乳・ヨーグルト・チーズなど)」が69.6%となっている。このほか、「肉、魚、たまご、豆腐などのおかず」が52.0%となっている。(図表2-2)

<図表2-2>主に食べている朝食



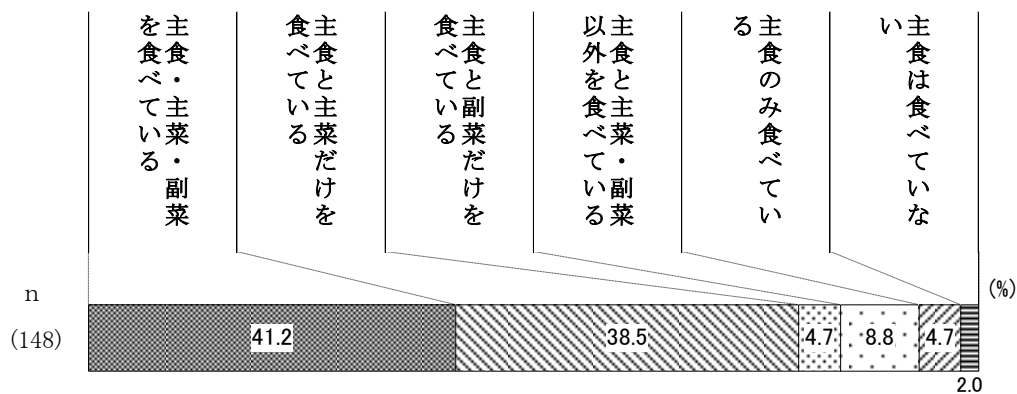
### 【主食・主菜・副菜の摂取状況】

主に食べている朝食の回答状況を、主食・主菜・副菜等の観点から、次のような定義づけを行い区分し、主食・主菜・副菜の摂取状況を把握した。

分類	選択肢の内訳
主食	「ごはん」「めん類」、「パン（食パン、ロールパンなど）」のいずれかを回答
主菜	「肉、魚、たまご、豆腐などのおかず」、「乳製品（牛乳・ヨーグルト・チーズなど）」のいずれかを回答
副菜	「みそ汁やスープ」、「サラダや煮物などの野菜料理」のいずれかを回答
主食・主菜・副菜以外	「くだもの」、「菓子パン（メロンパン、アンパン、クリームパンなど）」、「お菓子」、「お茶や水などの甘くない飲み物」、「野菜ジュース・フルーツジュース」、「清涼飲料水（コーラ・ジュースなど）」、「コンビニのおにぎりやサンドイッチ（ファストフードなどを含む）」、「インスタント食品・レトルト食品」、「栄養補助食品」「その他」

その結果、「主食・主菜・副菜を食べている」が41.2%、「主食と主菜だけを食べている」が38.5%と、おおむね並んでいる。（図表2-3）

<図表2-3> 主食・主菜・副菜の摂取状況



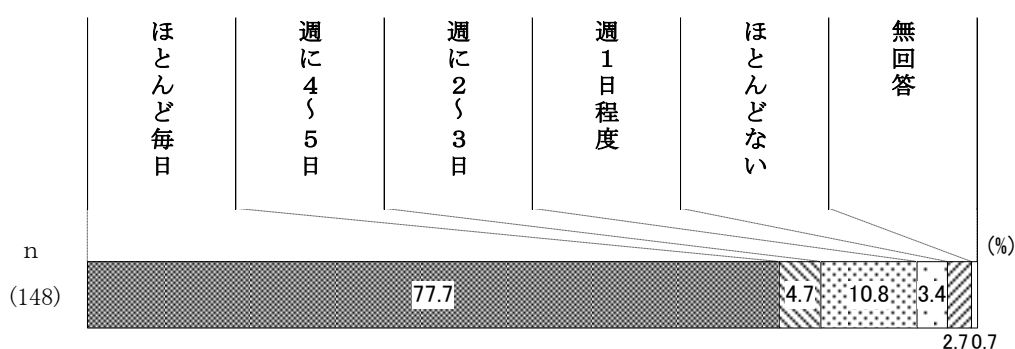
## (1-2) 朝食を家族と摂る頻度

問1-2 お子さんは、朝食を家族と一緒に食べることがどのくらいありますか。

(○は1つだけ)

朝食の摂取状況で《週に1回は摂取している》と回答した方に、家族と摂る頻度をたずねた。その結果、「ほとんど毎日」が77.7%で最も高くなっている。ただし、「週に2～3日」(10.8%)、「週1日程度」(3.4%)といった週の半分に満たないケースや、「ほとんどない」(2.7%)という回答もみられる。(図表2-4)

<図表2-4> 朝食を家族と摂る頻度

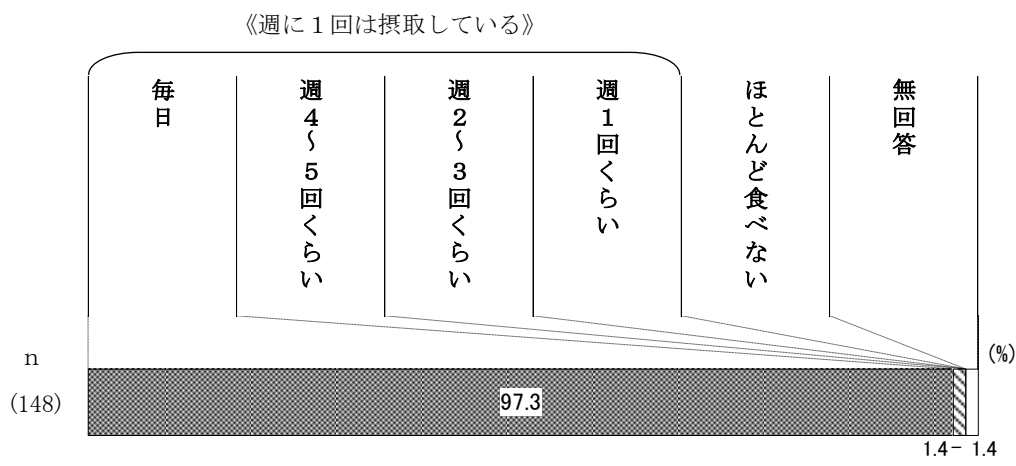


## (2) 夕食の摂取状況

問2 お子さんは、夕食を食べていますか。(○は1つだけ)

夕食の摂取状況は、「毎日」が97.3%となっている。ここへ「週4～5回くらい」(1.4%)、「週2～3回くらい」(0.0%)、「週1回くらい」(0.0%)を合わせると、《週に1回は摂取している》(98.7%)はおおむね全員である。(図表2-5)

<図表2-5> 夕食の摂取状況



## (2-1) 主に食べている夕食

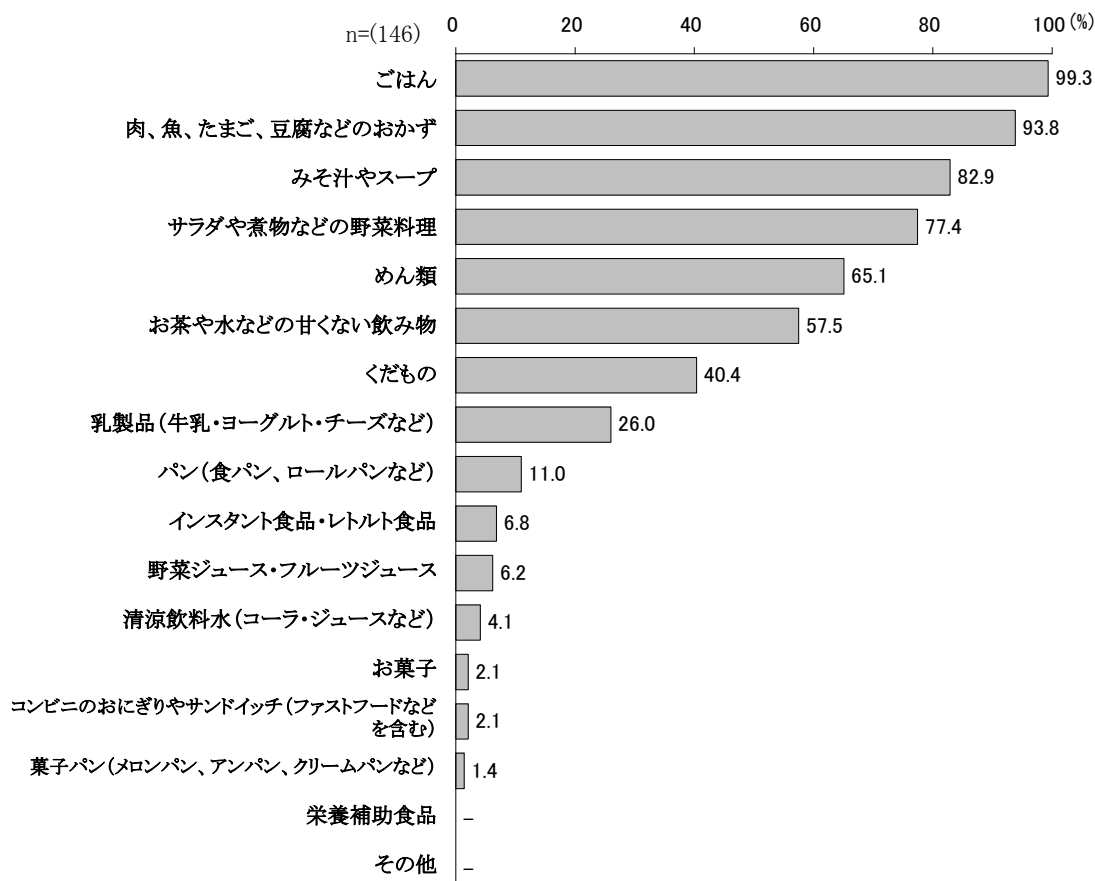
(問2で「1」～「4」とお答えの方におたずねします。)

問2-1 お子さんは、主にどのような夕食を食べますか。(〇はいくつでも)

朝食の摂取状況で《週に1回は摂取している》と回答した方に、主に食べている夕食をたずねた。その結果、「ごはん」が99.3%で最も高く、次いで「肉、魚、たまご、豆腐などのおかず」が93.8%、「みそ汁やスープ」が82.9%となっている。このほか、「サラダや煮物などの野菜料理」が77.4%、「めん類」が65.1%、「お茶や水などの甘くない飲み物」が57.5%である。

この設問の回答状況を、主食・主菜・副菜等の観点から区分してみたところ、「主食・主菜・副菜を食べている」が74.7%で最も高くなっている。次いで「主食と主菜だけを食べている」が19.2%である。(図表2-6)

<図表2-6> 主に食べている夕食





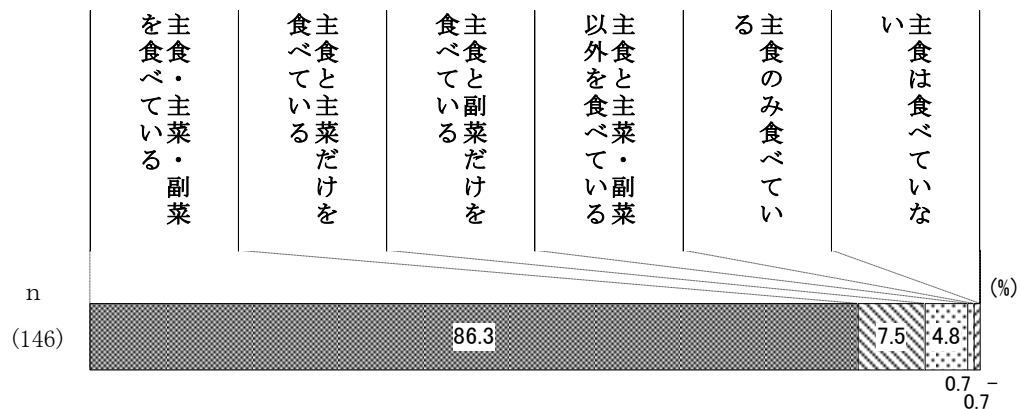
### 【主食・主菜・副菜の摂取状況】

主に食べている夕食の回答状況を、主食・主菜・副菜等の観点から、次のような定義づけを行い区分し、主食・主菜・副菜の摂取状況を把握した。

分類	選択肢の内訳
主食	「ごはん」「めん類」、「パン（食パン、ロールパンなど）」のいずれかを回答
主菜	「肉、魚、たまご、豆腐などのおかず」、「乳製品（牛乳・ヨーグルト・チーズなど）」のいずれかを回答
副菜	「みそ汁やスープ」、「サラダや煮物などの野菜料理」のいずれかを回答
主食・主菜・副菜以外	「くだもの」、「菓子パン（メロンパン、アンパン、クリームパンなど）」、「お菓子」、「お茶や水などの甘くない飲み物」、「野菜ジュース・フルーツジュース」、「清涼飲料水（コーラ・ジュースなど）」、「コンビニのおにぎりやサンドイッチ（ファストフードなどを含む）」、「インスタント食品・レトルト食品」、「栄養補助食品」「その他」

その結果、「主食・主菜・副菜を食べている」が86.3%と最も高くなっている。（図表2-7）

<図表2-7> 主食・主菜・副菜の摂取状況



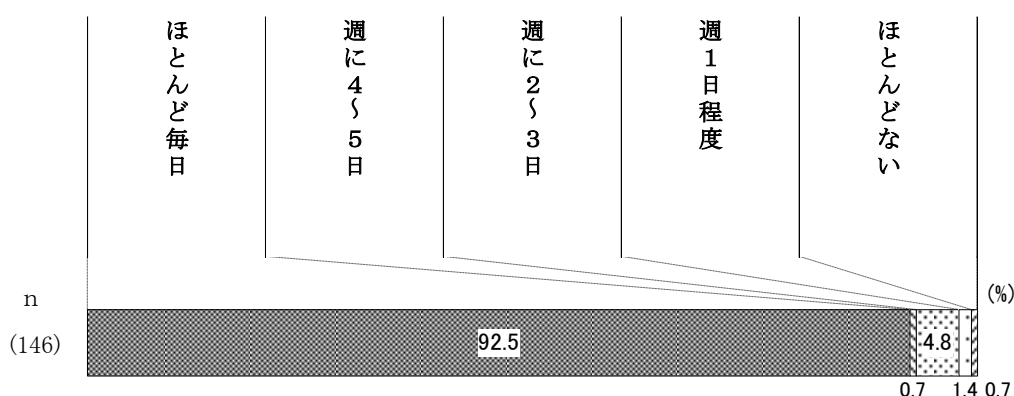
## (2-2) 夕食を家族と摂る頻度

問2-2 お子さんは、夕食を家族と一緒に食べることがどのくらいありますか。

(○は1つだけ)

夕食の摂取状況で《週に1回は摂取している》と回答した方に、家族と摂る頻度をたずねた。その結果、「ほとんど毎日」が92.5%で最も高くなっている。ただし、「週に2～3日」(4.8%)、「週1日程度」(1.4%)といった週の半分に満たないケースや、「ほとんどない」(0.7%)という回答もみられる。(図表2-8)

<図表2-8> 夕食を家族と摂る頻度

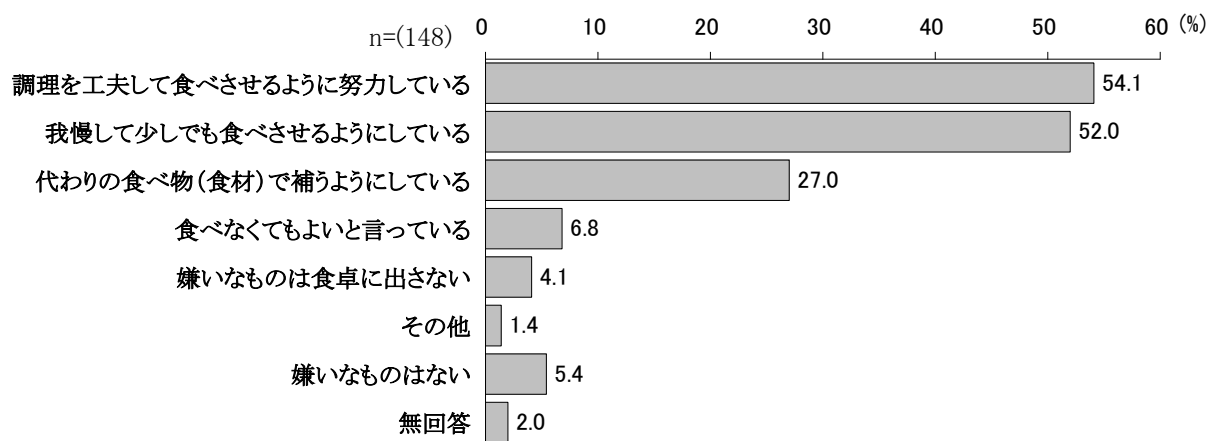


## (3) 子どもの嫌いなものへの対応

問3 あなたは、お子さんの嫌いなものについてどのようにしていますか。(○はいくつでも)

子どもの嫌いなものへの対応は、「調理を工夫して食べさせるように努力している」が54.1%で最も高く、次いで「我慢して少しでも食べさせるようにしている」が52.0%となっている。(図表2-9)

<図表2-9> 子どもの嫌いなものへの対応

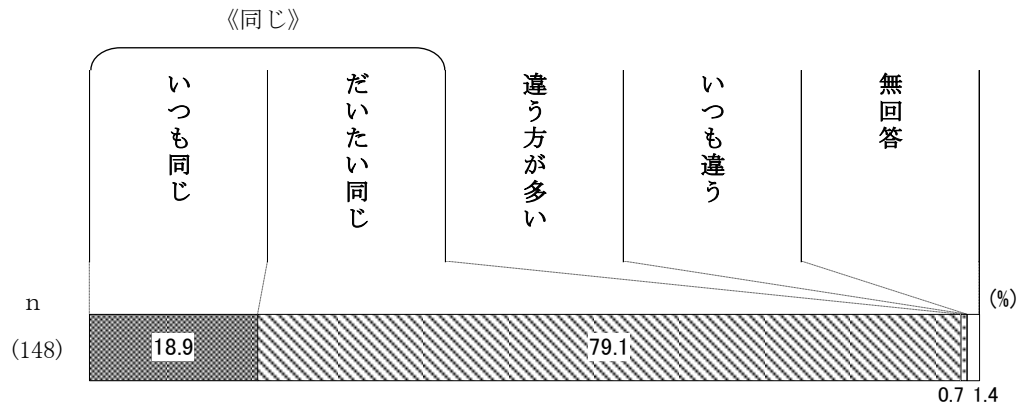


#### (4) 食事の時間

問4 お子さんは、食事の時間は決まっていますか。(○は1つだけ)

食事の時間は、「いつも同じ」が18.9%で、「だいたい同じ」が79.1%と最も高くなっている。これらを合わせると、《同じ》(98.0%)はおおむね全員である。(図表2-10)

<図表2-10> 食事の時間



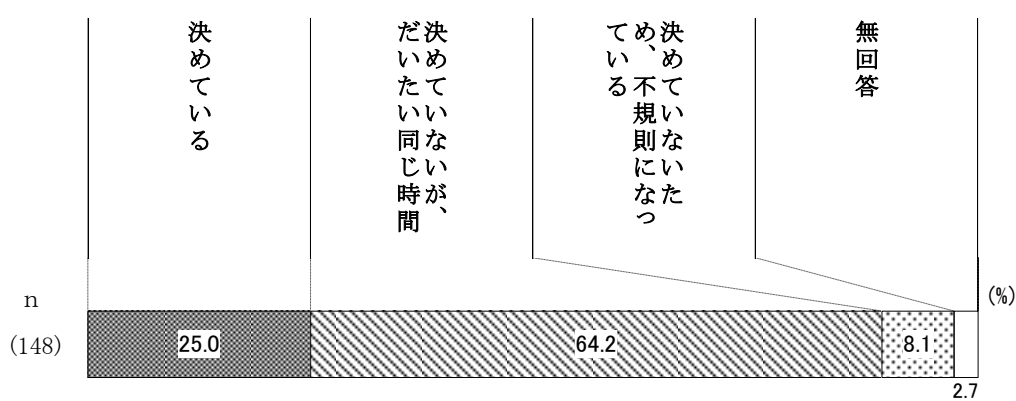
## (5) おやつを食べるときの時間・おやつの量

問5 お子さんは、おやつを食べるときの時間（昼食後夕食までの間）や量を決めて食べていますか。（○はそれぞれ1つだけ）

### ■ おやつを食べるときの時間

おやつの時間を「決めている」は25.0%で、「決めていないが、だいたい同じ時間」が64.2%と高くなっている。（図表2-11）

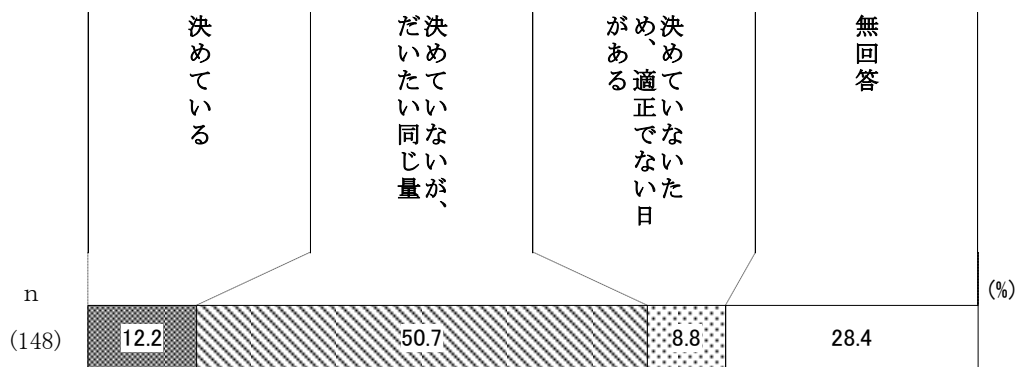
<図表2-11> おやつを食べるときの時間



### ■ おやつを食べるときの量

おやつの量を「決めている」は12.2%で、「決めていないが、だいたい同じ量」が50.7%と高くなっている。（図表2-12）

<図表2-12> おやつを食べるときの量

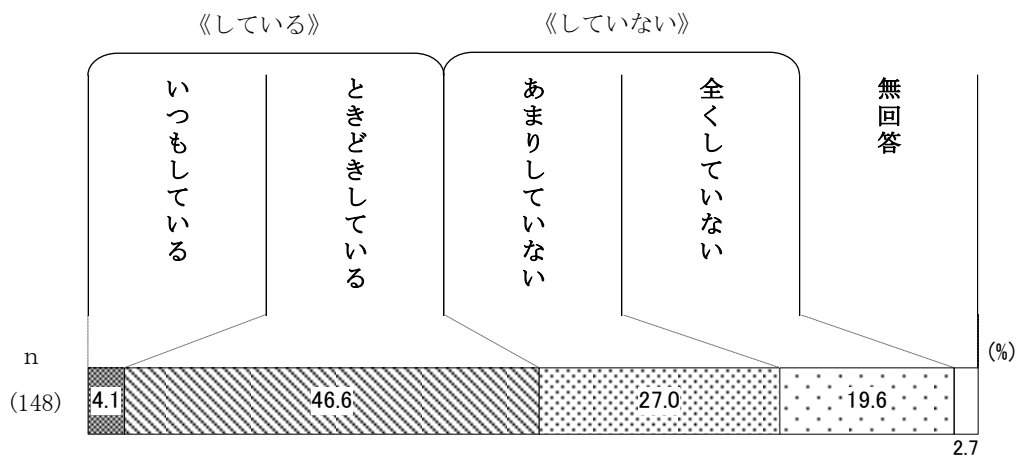


## (6) 子どもと一緒に台所に立つ(料理の手伝い)頻度

問6 お子さんと一緒に台所に立つこと(料理の手伝い)はありますか。(○は1つだけ)

子どもと一緒に台所に立つ(料理の手伝い)頻度は、「いつもしている」が4.1%で、「ときどきしている」が46.6%と最も高くなっている。これらを合わせると、「《している》」(50.7%)は5割である。一方、「あまりしていない」(27.0%)と「全くしていない」(19.6%)を合わせた、「《していない》」(46.6%)は4割台半ばとなっている。(図表2-13)

<図表2-13>子どもと一緒に台所に立つ(料理の手伝い)頻度

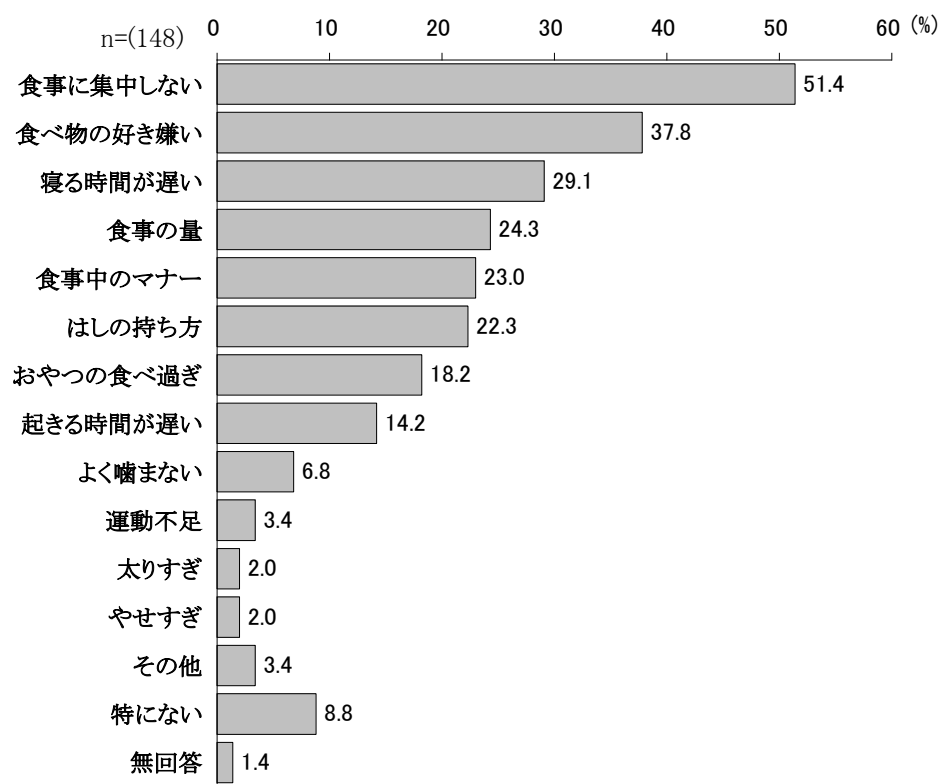


## (7) 子どもの生活習慣や食事について気になること

問7 お子さんの生活習慣や食事について気になることはありますか。(〇はいくつでも)

子どもの生活習慣や食事について気になることは、「食事に集中しない」が51.4%で最も高く、次いで「食べ物の好き嫌い」が37.8%となっている。このほか、「寝る時間が遅い」が29.1%、「食事の量」が24.3%、「食事のマナー」が23.0%、「はしの持ち方」が22.3%と続く。(図表2-14)

<図表2-14>子どもの生活習慣や食事について気になること



## (8) 子どもの食について家庭で伝えたいこと

問8 お子さんに食に関して家庭で伝えたいことは何ですか。(〇はいくつでも)

子どもの食について家庭で伝えたいことは、「食事のマナー」が85.1%で最も高く、次いで「食の楽しさ(団らん)」が72.3%となっている。このほか、「食に関する感謝の心」が48.6%、「栄養や食品についての知識」が39.9%、「望ましい食習慣の基礎」が34.5%と続く。(図表2-15)

<図表2-15>子どもの食について家庭で伝えたいこと

