

# 幼児の生活習慣に関する調査報告書

静岡県総合健康センター

平成 16 年 3 月

はじめに

静岡県では、平成12年3月に新健康づくり計画『しずおか健康創造21』を策定し、この指針を効果的に推進する行動計画として、『しずおか健康創造21アクションプラン』を作成しました。

この計画の中では、8つのライフステージに合わせた健康づくりを基本にしながら、それを支える地域活動の充実強化と、環境整備を進めることで、いきいきとした健康社会の実現を目指しています。

生活リズムの乱れ、食生活の変化、運動不足など、ライフスタイルの変化により「肥満」「高コレステロール」の子どもが年々増加しているといわれています。

生活習慣病の予防は成人になってからでは遅く、幼児期からの取り組みが緊急の課題となっています。しかし、県内では、幼児期の生活習慣を把握する全県的な調査は行われておらず、実態を把握しきれていないのが現状です。

この度、県からの委託を受けて、8つのライフステージの中の1つである乳幼児期（0歳から5歳まで）の生活習慣の現状を把握するために、3歳児健康診査を受診した子どもとその保護者を対象にアンケート調査を実施しました。

今回得られた結果は、『しずおか健康創造21アクションプラン』のいくつかの目標値のベースラインとして活用される予定です。

乳幼児期は、人格や生活習慣の基礎を確立する大切な時期であり、その育児にあたる家族、特に父親、母親の生活習慣の影響を大きく受けることになります。

今回の結果が、現在子育てをしている保護者の皆さんには“現在の子育てを振り返り、子どものよい生活習慣について考える機会となること”を、また市町村等においては、乳幼児健康診査・育児相談などの保健指導等に活用されることを期待しております。

なお、多忙な健診業務の中で配布・回収にご協力いただきました市町村職員の皆様、調査実施にあたり細部にわたり議論をいただきました検討委員の皆様、そして、とりわけ混雑する3歳児健康診査の中でアンケート記入にご協力いただきました保護者の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成16年3月

静岡県総合健康センター  
所長 武田 良次

# 目 次

はじめに	
概 要	1
I 目 的	3
II 方 法	3
III 結 果	5
1 属 性	5
1) 性・月齢別内訳	5
2) 出生順位	5
2 家庭環境	6
1) 同居人数	6
2) 同居者の続柄	6
3) 住まいの状況	7
3 保護者の状況	7
1) 年 齢	7
2) 職 業	8
3) 健康状態	8
4 児の健康状態	9
1) 体の心配の有無	9
2) 排便の状況	10
5 児の生活習慣	11
1) 起床時間	11
2) 就寝時間	12
3) 寝る時にしていること	12
6 児の食生活	13
1) 食 事	13
(1) 食事の摂り方	13
(2) 食事の時間が決まっている児の状況	13
(3) 食事をする時間の状況	14
(4) 食事を一緒にする家族の状況	15
2) 食事の困りごとの有無	16
(1) 困りごとの有無	16
(2) 困りごとの内容	16
3) 食品の摂り方	17
4) ファーストフードの利用状況	19
(1) 利用の有無	19
(2) 利用頻度	19
5) 既成食品（惣菜、冷凍食品、レトルト食品など）の利用状況	19
(1) 利用の有無	19
(2) 利用頻度	20

6) 間食	20
(1) 間食の有無	20
(2) 間食の内容	20
(3) 間食の時間	21
(4) 間食の量	21
7 遊び	22
1) 遊ぶ場所	22
2) 外遊びの時間	22
3) 遊び相手	23
4) 遊びの内容	24
5) テレビ・ビデオ	24
(1) 視聴の有無	24
(2) 視聴の時間	25
8 お稽古事	26
1) お稽古事の有無	26
2) お稽古事の内容	26
9 育児環境	27
1) 昼間の保育者	27
2) 昼間の保育場所	27
10 父親・母親の生活習慣	28
1) 起床時間	28
2) 就寝時間	29
3) 食事	30
(1) 朝食	30
(2) 昼食	31
(3) 夕食	33
11 児との関わり	35
1) 児と遊ぶ時間	35
2) 体を動かす遊びの好き嫌い	36
3) 児とする遊び	36
12 父親の育児(家事)協力	37
13 母親の育児の楽しさ	38
14 家族の喫煙	39
IV まとめ	40
V 考察	41
VI おわりに	44
VII 参考文献	45
VIII 数値表	46
IX クロス集計表	69
X 調査票	75

## 概 要

### 1. 目 的

本調査は、幼児の生活習慣及び保護者の意識等について調査を行い、幼児の生活習慣の実態を把握し、子どもの頃からの生活習慣病予防の取り組みに資することを目的とし、その資料を作成する。

### 2. 方 法

#### (1) 対 象

県内73市町村において、平成15年6月から10月までの間に3歳児健康診査の対象となった幼児および保護者。

#### (2) 対象者数の算出

各市町村の平成12年出生数(平成15年3歳児健康診査対象児)に対し回収率を70%として算出した。総数は5,143人。

#### (3) 調査内容

##### 3歳児健康診査対象児とその保護者の生活習慣に関する調査

- ① 児に関すること：属性・家族構成、健康状態、排便、起床・就寝・食事時間、食事、間食、遊び、お稽古ごと
- ② 保護者に関すること：年齢、職業、健康状態、起床・就寝・食事時間、遊び、父親の育児(家事)協力・育児の楽しさ・喫煙について

### 3. 結 果

回答があった4,206件のうち有効回答4,146件について分析を行った。また、結果の有意差検定は、カイ二乗検定で行った。

児の生活時間は、起床・就寝時間が「決まっている」児がほとんどであったが、就寝時間が「決まっている」児の中で「21時以降」に寝る児が34.5%あった。

食事は、朝食を「毎日食べる」児は85.8%であり、朝食を「毎日食べない」児が12.2%あった。また、朝食は、昼食や夕食に比べて食べる時間が「決まっていない」児や、食べる時間が「8時以降」の児が多かった。食事を「一人で」している子どもは朝食が4.4%と昼食・夕食に比べて多く、朝食を「子どもだけ」で食べる児が10.4%であった。食事の困り事では、「困り事がある」は男児68.4%、女児64.9%であり、内容としては、「途中で遊ぶ」「ムラがある」「好き嫌いがある」が男児・女児ともに多かった。ファーストフードを利用している者が82.2%、既成食品を利用している者が88.2%であった。間食については、ほとんどの児が間食をしており、間食の量を決めている保護者は82.7%であったが、時間を決めている保護者は45.9%であった。間食の内容は、お菓子が90.7%、次いで牛乳・乳飲料が61.3%であった。

遊びについては、遊ぶ場所は「自分の家の中」「自分の家の周り」が多かった。1時間以上外遊びをする児は47.0%であった。遊び相手は父親、母親、兄弟姉妹が多く、遊びの内容は「テ

レビ・ビデオ」「本・絵本をみる」「ボール・すべり台・ブランコなどの運動遊び」「ままごと・ごっこあそび」が多かった。

テレビ・ビデオは、ほとんどの児が見ており、1日「1時間以上3時間未満」の児が多かった。保育の状況は、「自宅」で保育されている児が61.7%で、「保育園など」が25.0%であった。

父親、母親の生活時間は、起床時間が「決まっている」父親、母親が多かった。就寝時間の「決まっている」父親が68.4%、母親が77.7%であった。このうち「24時前に就寝する」父親は60.1%、母親は71.1%であった。朝食を「毎日食べる」父親は67.2%、まったく朝食を「食べない」父親は14.1%であった。また、朝食を「8時以降」に食べている母親が30.6%であった。夕食の時間が「決まっていない」保護者は父が38.6%、母が8.8%であった。父親の夕食時間は「20時以降」が33.5%あった。

平日に父親が児と遊ぶ時間は、「1時間未満」が35.2%、「1時間以上2時間未満」が32.9%であった。母が児と遊ぶ時間は「2時間以上4時間未満」が34.7%であった。休日は父親、母親とも遊ぶ時間が増加していた。

育児協力は、「育児に協力する」父親が85.7%あった。協力内容は、「子どもの入浴」、「子どもと一緒に遊ぶ」が多かった。父親の育児協力で「満足している」母親は61.8%であった。

育児について母親は、「楽しい」が28.8%、「どちらかといえば楽しい」が52.5%であった。

家族の喫煙状況は、「吸う」が父親55.2%、母親15.4%であり、児の前で「吸う」父親は50.5%、母親が55.4%であった。

クロス集計の結果から、

- ① 児の生活リズムには保護者の生活リズムが影響している、
  - ② 生活リズムの整っている児は、排便の整っている児が多く、食事の困り事も少ない、
  - ③ 間食の量・時間が決まっている児は食事の困り事が少ない、
  - ④ 父親が育児、家事に協力している母親は、育児が楽しいと感じる者が多い、
- ということが推察された。

#### 4. 今後について

今回の結果は、報告書およびリーフレットにまとめて、市町村等に資料還元する予定である。それらを各市町村で実施されている乳幼児健康診査・育児相談等の指導の際に活用され、幼児期のよい生活習慣の確立や父親の育児協力の必要性などについて指導する資料となれば幸いである。

## 概 要

### 1. 目的

本調査は、幼児の生活習慣及び保護者の意識等について調査を行い、幼児の生活習慣の実態を把握し、子どもの頃からの生活習慣病予防の取り組みに資することを目的とし、その資料を作成する。

### 2. 方法

#### (1) 対 象

県内73市町村において、平成15年6月から10月までの間に3歳児健康診査の対象となった幼児および保護者。

#### (2) 対象者数の算出

各市町村の平成12年出生数（平成15年3歳児健康診査対象児）に対し回収率を70%として算出した。総数は5,143人。

#### (3) 調査内容

3歳児健康診査対象児とその保護者の生活習慣に関する調査

- ① 児に関すること：属性・家族構成、健康状態、排便、起床・就寝・食事時間、食事、間食、遊び、お稽古事
- ② 保護者に関すること：年齢、職業、健康状態、起床・就寝・食事時間、遊び、父親の育児(家事)協力・育児の楽しさ・喫煙について

### 3. 結 果

回答があった4,206件のうち有効回答4,146件について分析を行った。また、結果の有意差検定は、カイ二乗検定で行った。

児の生活時間は、起床・就寝時間が「決まっている」児がほとんどであったが、就寝時間が「決まっている」児の中で「21時以降」に寝る児が34.5%あった。

食事は、朝食を「毎日食べる」児は85.8%であり、朝食を「毎日食べない」児が12.2%あった。また、朝食は、昼食や夕食に比べて食べる時間が「決まっていない」児や、食べる時間が「8時以降」の児が多かった。食事を「一人で」している子どもは朝食が4.4%と昼食・夕食に比べて多く、朝食を「子どもだけ」で食べる児が10.4%であった。食事の困り事では、「困り事がある」は 男児68.4%、女児64.9%であり、内容としては、「途中で遊ぶ」「ムラがある」「好き嫌いがある」が男児・女児ともに多かった。ファーストフードを利用している者が82.2%、既成食品を利用している者が88.2%であった。間食については、ほとんどの児が間食をしており、間食の量を決めている保護者は82.7%であったが、時間を決めている保護者は45.9%であった。間食の内容は、お菓子が90.7%、次いで牛乳・乳飲料が61.3%であった。

遊びについては、遊ぶ場所は「自分の家の中」「自分の家の周り」が多かった。1時間以上外遊びをする児は47.0%であった。遊び相手は父親、母親、兄弟姉妹が多く、遊びの内容は「テ

## 平成 15 年度

### 1) 幼児の生活習慣に関する調査の実施

#### ①対象者

県内 73 市町村において平成 15 年 6 月から 10 月の間に 3 歳児健康診査の対象となった幼児及び保護者。

#### ②対象者数の算出

各市町村の平成 12 年出生数（平成 15 年の 3 歳児健康診査対象）に対し回収率 70%を予想して算出した。総数は 5,143 人となった。

#### ③調査項目

対 象	項 目
児	属性、家族構成、健康状態、排便、起床・就寝時間、食事、間食、遊び・お稽古事
保護者	年齢、職業、健康状態、起床・就寝時間、食事、遊び、父親の育児協力・育児の楽しさ

#### ④実施方法

各市町村に対して、3 歳児健康診査対象児の保護者に抽出数分のアンケート用紙を配布し、健診会場で回収して、総合健康センターに送付するよう依頼した。

#### ⑤調査期間

平成 15 年 6 月から 10 月まで。

#### ⑥回収状況

対象者 5,143 人に配布し、71 市町村 4,206 人回収された。回収率は 81.8%であった。

#### ⑦分析対象

回答者 4,206 人のうち有効回答 4,146 人について分析を行った。

#### ⑧集計分析

集計分析は、性別で行った。有意差検定は、不明回答を除いてカイ二乗検定で行った。

#### ⑨インフォームド・コンセント

本調査の目的以外に使用しない旨をアンケート用紙に明示し、調査票記入をもって承諾がえられたものとした。

### 2) 集計・分析の実施。

### 3) 平成 15 年度幼児の生活習慣に関する調査検討委員会の開催

調査実施結果及びアンケート集計結果・考察の検討及びリーフレットの検討を行った。

### 4) 「幼児の生活習慣に関する調査報告書」およびリーフレットの作成。



### Ⅲ 結果

#### 1 属性

##### 1) 性・月齢別内訳

有効回答4,146人のうち男児は2,139人(50.4%)、女児は2,007人(49.6%)であった。月齢は、3歳6ヶ月までの児が全体の94.9%であり、うち3歳0ヶ月の児が49.0%、3歳1ヶ月の児が30.0%であった。

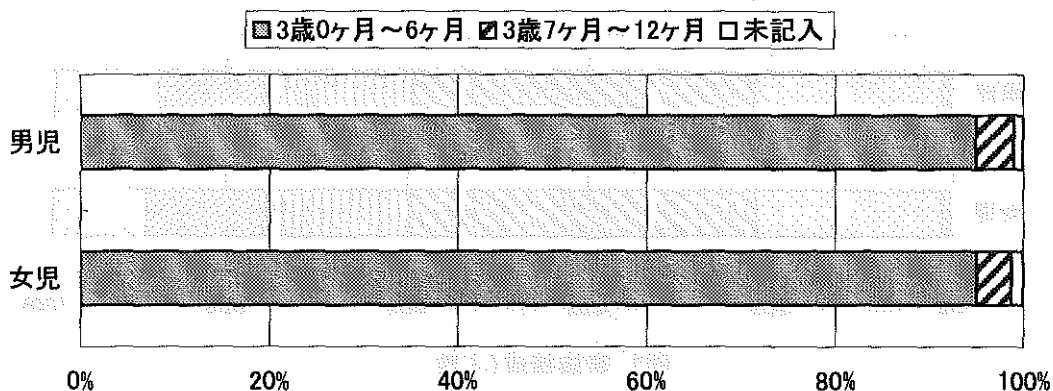


図1 対象者の月齢

##### 2) 出生順位

第1子が男児は52.1%、女児は52.3%で最も多く、第1子と第2子の合計は男児は88.4%、女児は88.1%であった。

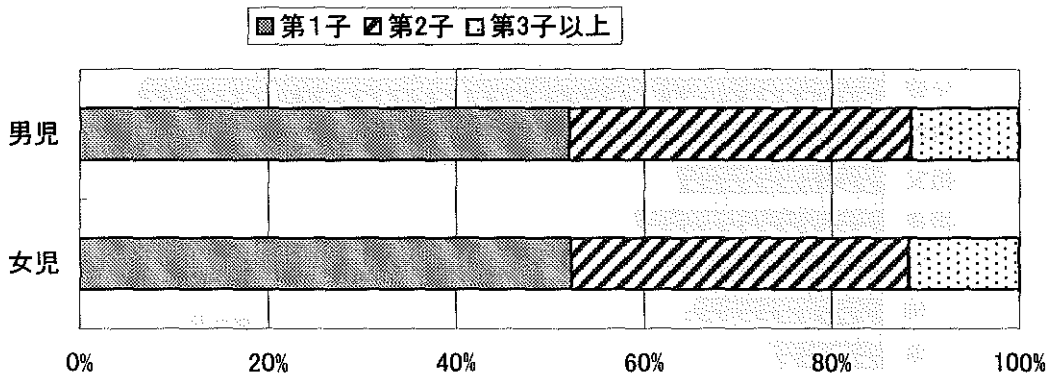


図2 出生順位

## 2 家庭環境

### 1) 同居人数

4人が男児は37.5%、女児は38.1%で最も多く、次が3人で男児は20.7%、女児は20.6%であった。

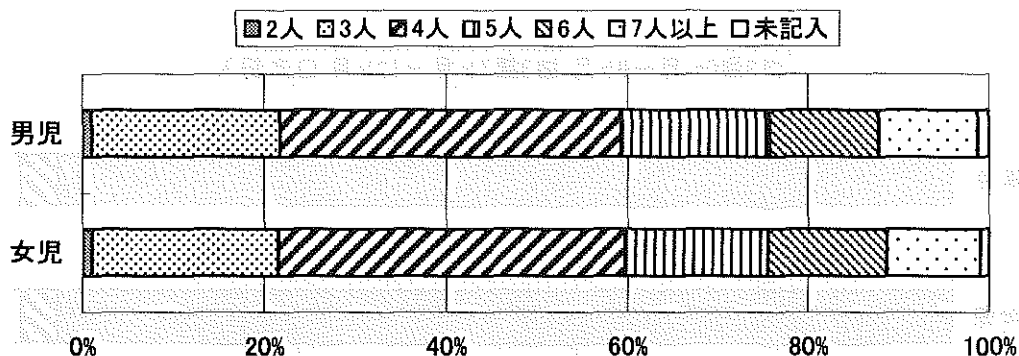


図3 家族構成(人数)

### 2) 同居者の続柄

父母と同居している児は男児93.3%、女児94.4%であった。家族の形態でみると図4-2のように核家族(両親と児のみの家庭)が男児62.6%、女児63.7%、3世代同居(祖父母と親と児の家庭)が男児33.4%、女児33.1%であった。兄弟のいる児は男児40.8%、女児41.5%、弟妹のいる児は男児22.1%、女児22.7%、兄弟姉妹のいる児は男児6.2%、女児5.6%、本人のみ(一人っ子)は男児30.9%、女児30.2%であった。

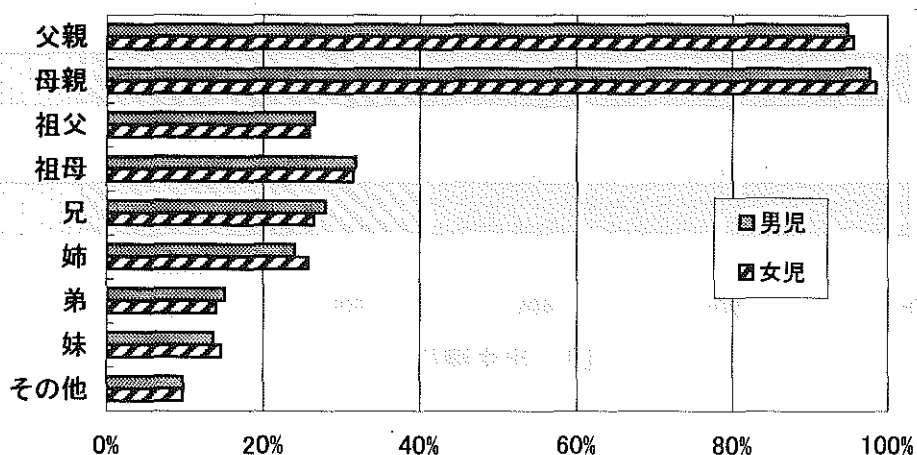


図4-1 同居者の続柄(複数回答)

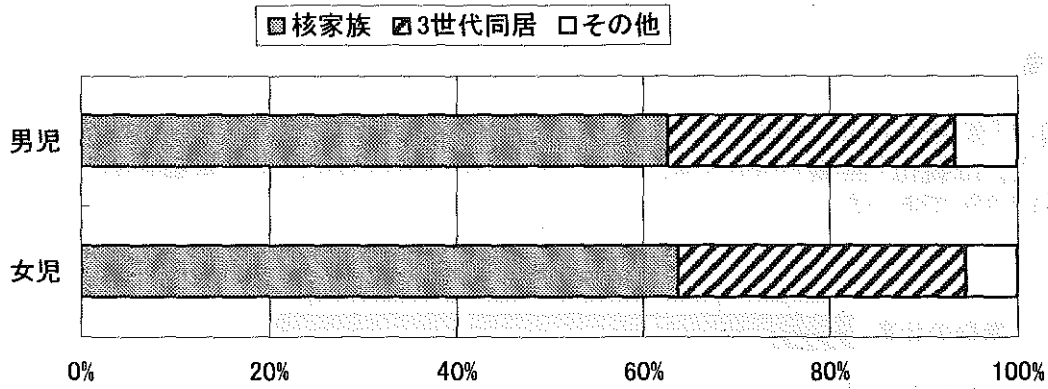


図4-2 家族の形態

### 3) 住まいの状況

一戸建てに住んでいる男児が57.8%、女児が57.5%、集合住宅が男児が39.3%、女児が39.9%であった。

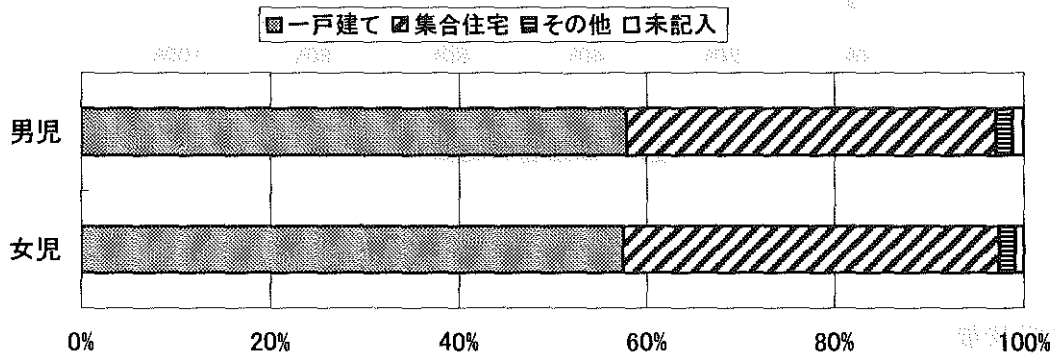


図5 住居の状況

### 3 保護者の状況

#### 1) 年齢

保護者の年齢は、父母とも30歳～34歳が最も多く、次に父親は35歳～39歳が多く、母親は25歳～29歳、35歳～39歳が多かった。25歳未満の父親は2.0%、母親は3.5%であった。父親の平均年齢は34.4歳、母親の平均年齢は31.9歳であった。

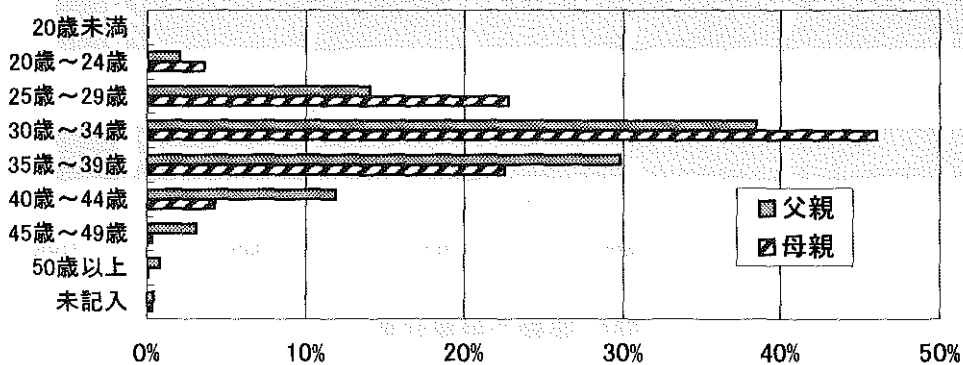


図6 保護者の年齢(全体)

## 2) 職業

父親は「常勤の仕事」が85.2%であり、「自営業・家業・内職」を含めると97.4%であった。母親は「無職」が60.8%、「パート・アルバイト」が15.2%、「常勤の仕事」が12.3%であった。

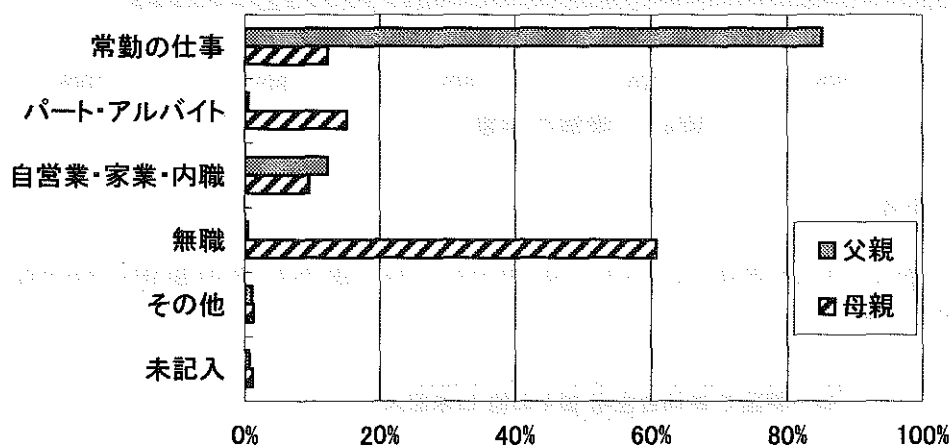


図7 保護者の職業

## 3) 健康状態

「心身とも健康」は父親が90.6%、母親が88.7%であった。「体の調子が良いが精神的に不調」は父親が1.7%、母親が2.5%であった。「精神的には良いが体が不調」は父親が2.4%、母親が2.7%であった。

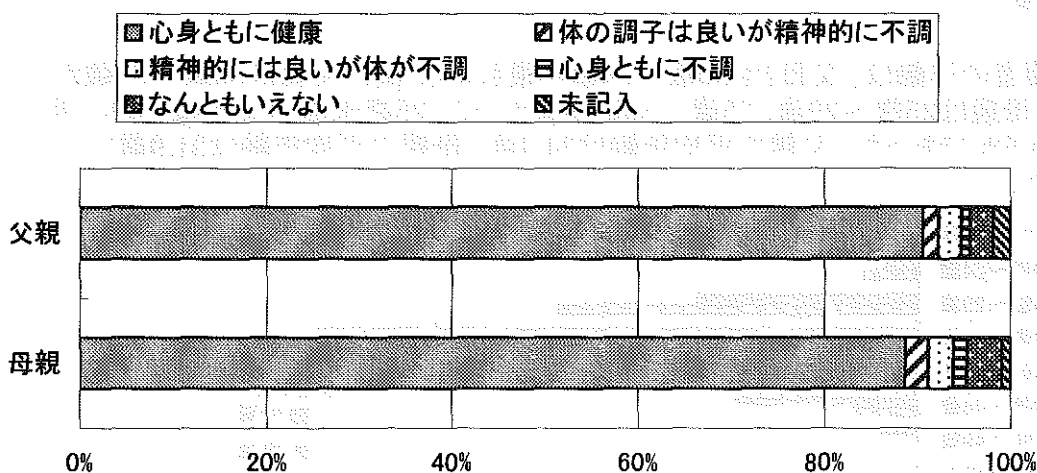


図8 両親の健康状態

#### 4 児の健康状態

##### 1) 体の心配の有無

心配なこと「あり」は男児が20.1%、女児が20.4%、「なし」は男児が76.8%、女児が77.0%であった。

健康面で心配なことが「ある」児の心配な内容は、「風邪をひきやすい」が男児36.0%、女児31.7%で最も多く、次いで「治療中の病気がある」は男児が23.0%、女児が22.7%であった。

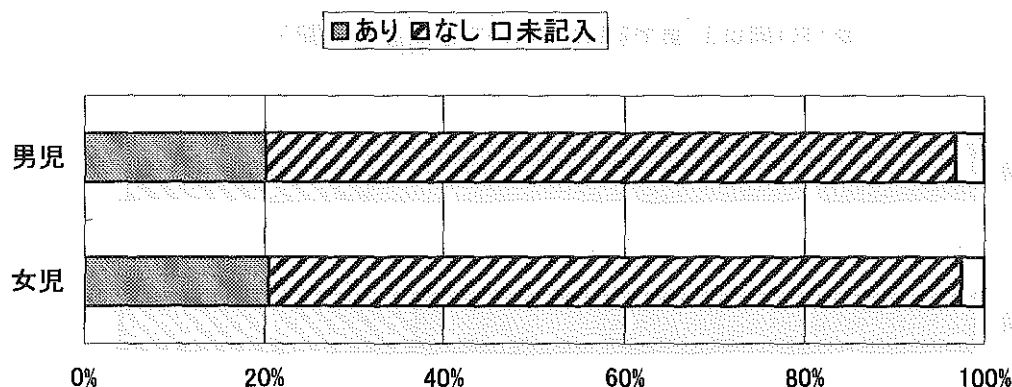


図9 健康面での心配事の有無

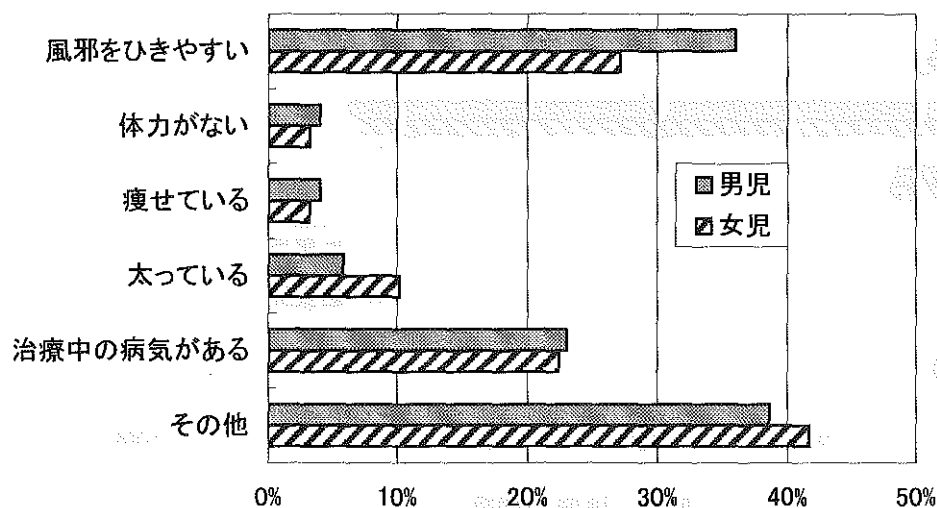


図10 心配事の内容(複数回答)

## 2) 排便の状況

排便の状況は、「1日1回以上」が男児69.8%、女児64.3%であった。「でる日とでない日がある」は男児が27.7%、女児が33.9%で女児に多かった。(図11)

「でる日とでない日がある」児の排便の間隔は「2日に1回」が男児75.0%、女児73.7%、「3日に1回」が男児10.5%、女児11.0%、「4日以上」の児が男児3.3%、女児3.2%であった。(図12)

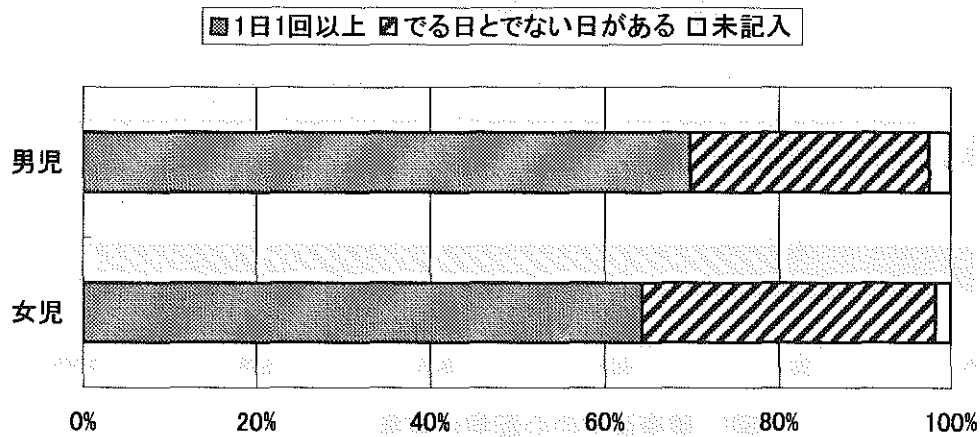


図11 排便の回数

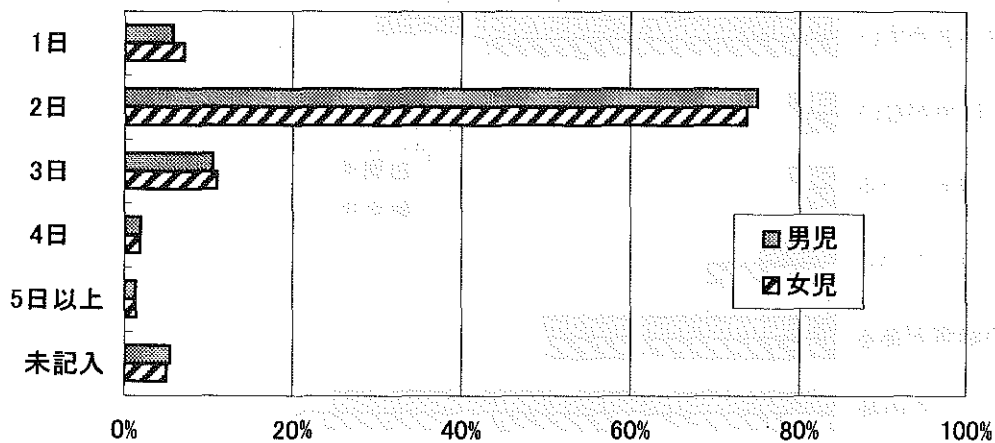


図12 排便の間隔

## 5 児の生活習慣

### 1) 起床時間

起床時間が「決まっている」は男児91.8%、女児91.9%、「決まっていない」は男児5.9%、女児6.2%であった。「決まっている」児の起きる時間は図13-2のように「8時前に起床」している児が男児79.5%、女児77.5%、「8時以降に起床」するは男児20.5%、女児22.5%であった。

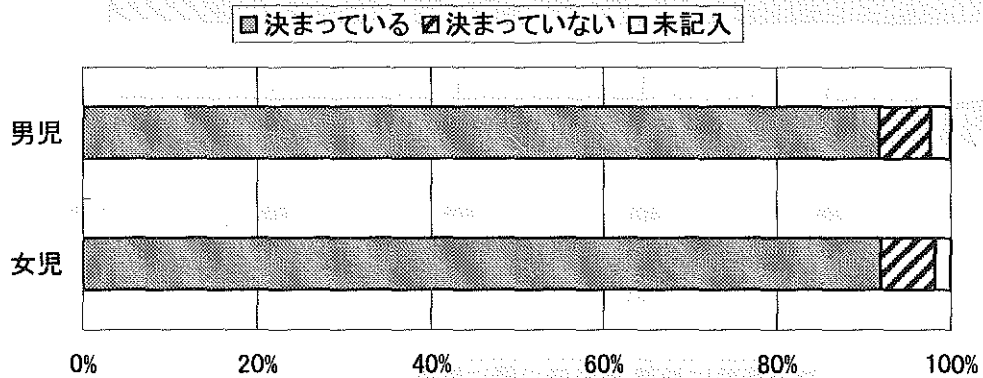


図13-1 定時に起きる時間

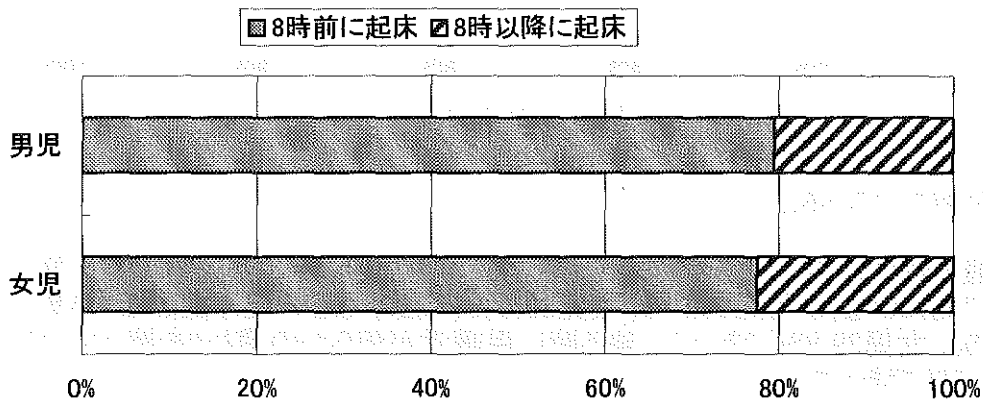


図13-2 起きる時間

## 2) 就寝時間

寝る時間が「決まっている」児は男児85.7%、女児86.2%であり、「決まっていない」児は男児、女児ともに11.7%であった。決まっている児の中で、「夜21時までに就寝」している児は65.7%、女児65.3%、「21時以降に就寝」している児は男児34.3%、女児34.7%であり、就寝時間が特に遅い児は「1時以降」という児があった。

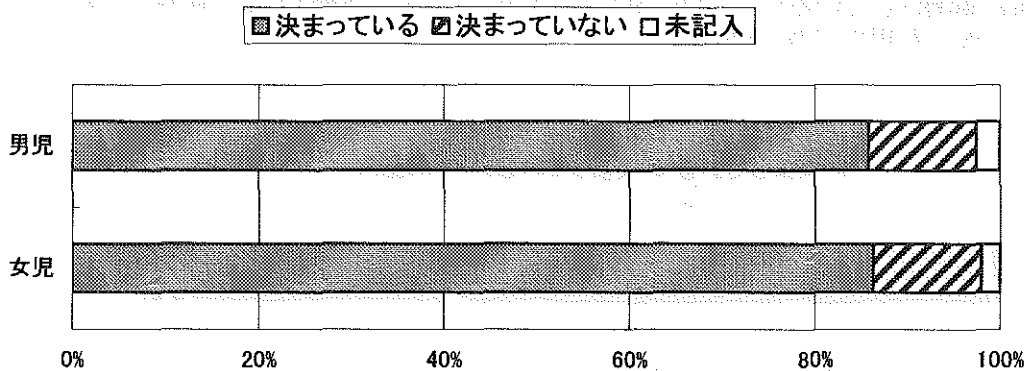


図14-1 定時に寝る時間

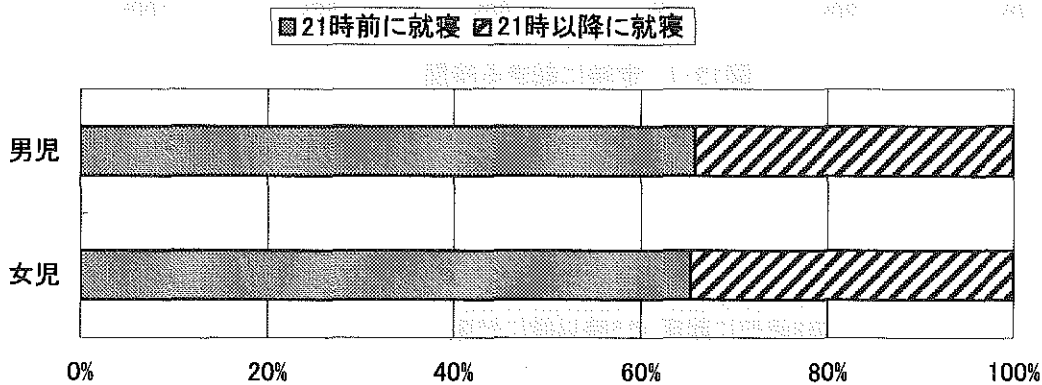


図14-2 就寝時間

## 3) 寝る時にしていること

児の寝る時にしていることは「添い寝をする」が男児61.9%、女児58.9%、「寝つくまで側にいる」が男児48.9%、女児50.0%、「絵本などの読み聞かせ」が男児36.8%、女児39.8%であった。寝る時に保護者が何らかの関わりを持っている児は94.6%であった。

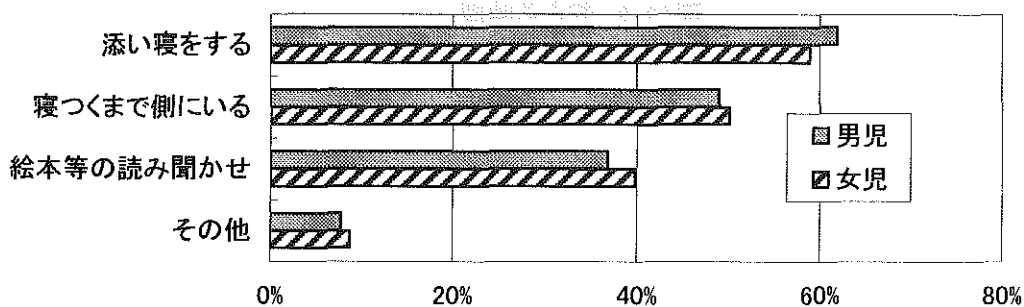


図15 寝るときにしていること(複数回答)



## 6 児の食生活

### 1) 食事

#### (1) 食事の摂り方

図16のように「朝食を毎日食べる」が男児85.4%、女児86.2%、「週4～6日食べる」が男児8.5%、女児8.4%、「週1～3日」が男児3.1%、女児3.3%、「食べない」が男児1.0%、女児0.2%であった。昼食は「毎日食べる」が男児94.2%、女児94.9%であり、「週4～6日」が男児3.3%、女児2.6%、「週1～3日」が男児0.5%、女児0.5%、「食べない」が1人であった。夕食は「毎日食べる」が男児94.8%、女児95.2%、「週4～6日」が男児、女児とも2.9%、「週1～3日」男児0.4%、女児0.1%、「食べない」1人であった。朝食を毎日食べない児が3食の中で多くあった。

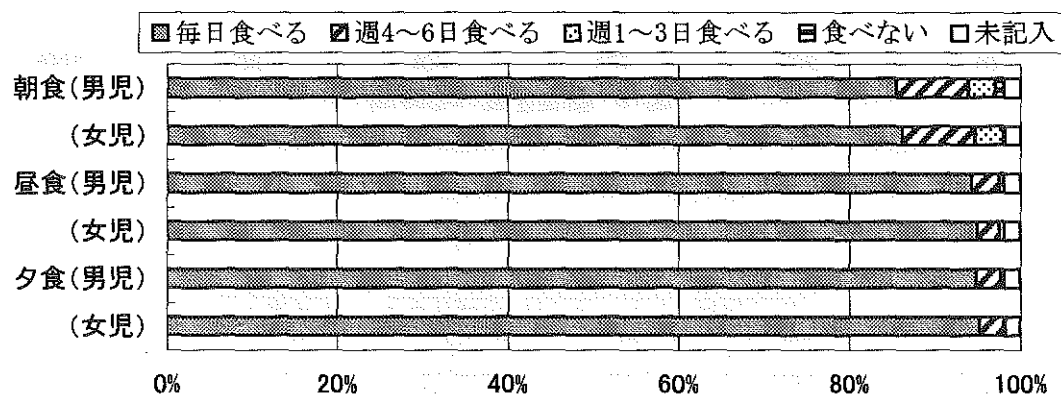


図16 食事を毎日食べる児の割合

#### (2) 食事の時間が決まっている児の状況

食事の時間が「決まっている」児は、朝食が男児90.6%、女児90.3%、昼食が男児94.0%、女児93.4%、夕食が男児93.0%、女児93.7%であった。(図17)

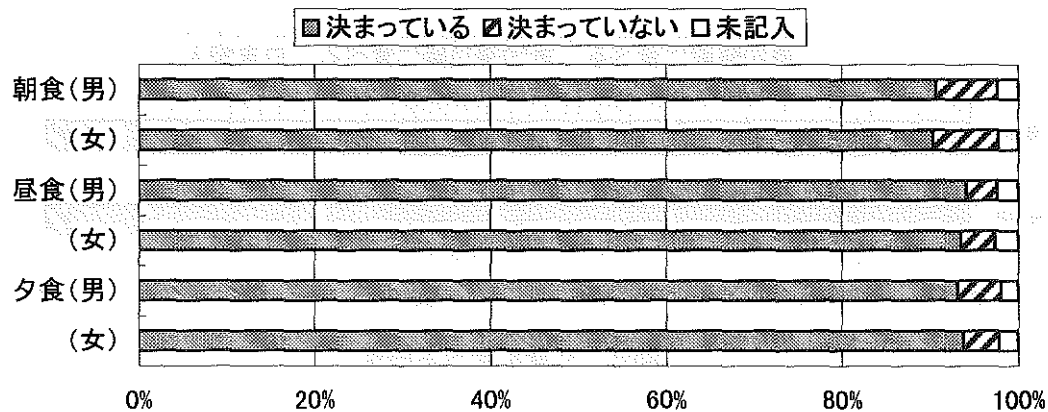


図17 食事の時間が決まっている児の状況

(3) 食事をする時間の状況

食事をする時間は、朝食を「8時前」に食べている児が男児、女児とも89.5%、昼食を「13時前」に食べている児が男児92.2%、女児92.1%、「夕食を20時前」に食べている児が男児97.7%、女児97.5%であった。朝食を「8時以降」に食べている児が多かった。

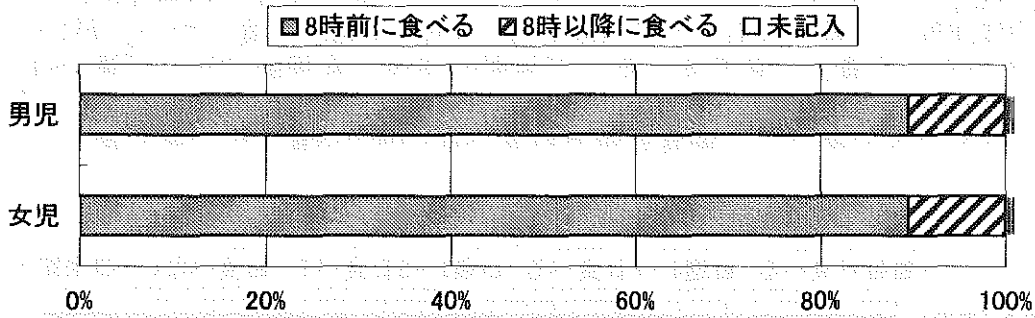


図18 朝食を食べる時間

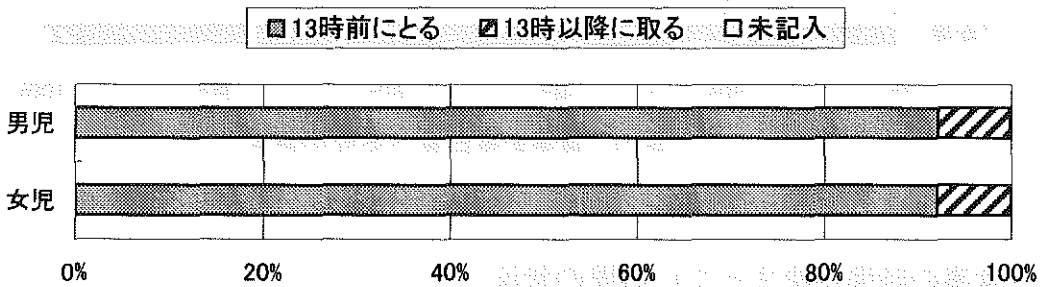


図19 昼食を食べる時間

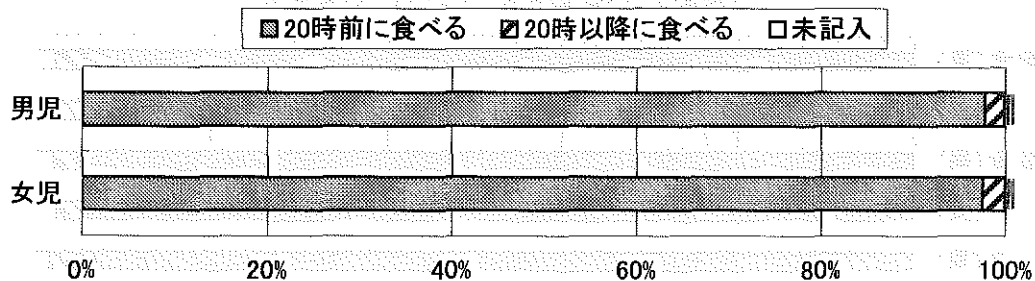


図20 夕食を食べる時間

(4) 食事を一緒にする家族の状況

食事を一緒にする家族の状況は、3食とも「大人と一緒に」が最も多かった。「家族全員」は朝食が男児19.9%、女児18.8%、夕食が男児37.7%、女児40.3%であった。「一人で食べる」児は、朝食が男児4.5%、女児4.4%と最も多く、昼食が男児0.1%、女児0.2%、夕食が男児0.1%、女児0.2%であった。3食とも「子どもだけ」または「一人で」食べている児は0.2%であった。

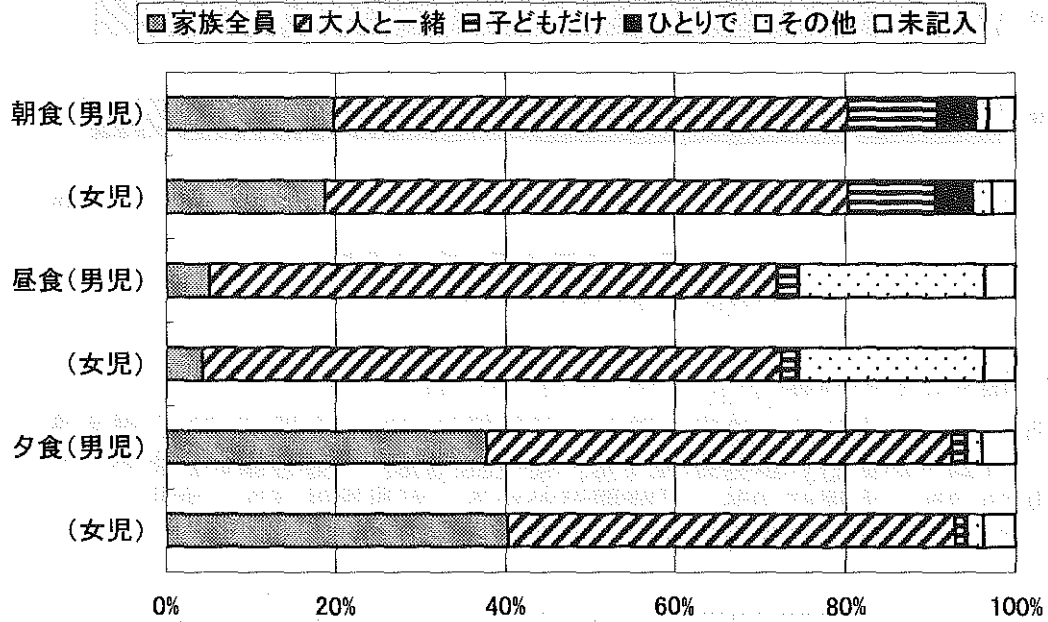


図21 食事を一緒にとる人

※昼食のその他 (21.8%) は保育園・幼稚園での昼食が含まれている。

## 2) 食事の困りごとの有無

### (1) 困りごとの有無

食事の困りごとの「ある」は男児68.4%、女児64.9%で、困りごとが「ない」は男児29.1%、女児32.5%であった。

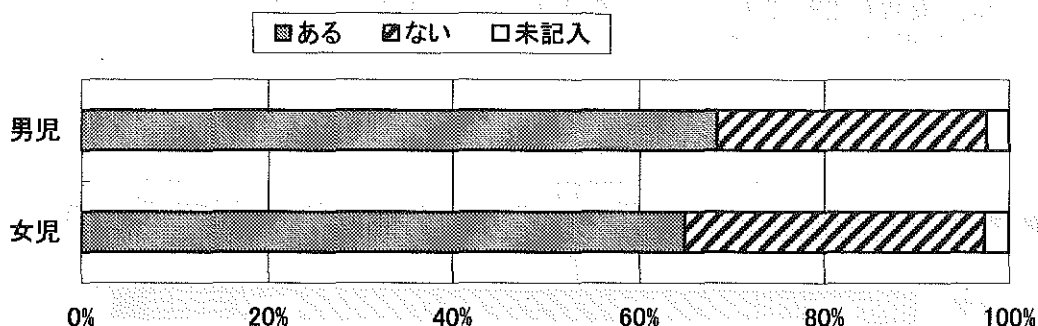


図22 食事の困りごとの有無

### (2) 困りごとの内容

困りごとの内容は「途中で遊ぶ」が男児56.2%、女児55.5%と最も多く、「ムラがある」が男児54.7%、女児53.5%、「好き嫌いがある」が男児50.3%、女児47.0%、「時間がかかる」が男児26.6%、女児33.6%、「少食」が男児21.4%、女児23.4%であった。

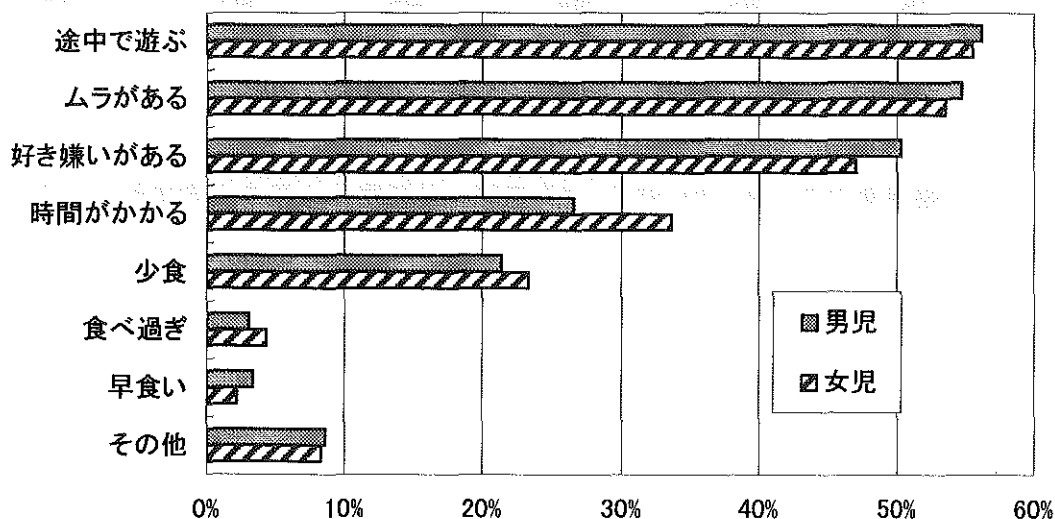


図23 困りごとの内容(複数回答)

### 3) 食品の摂り方

それぞれの食品について、食べる頻度を調査した結果を示す。

野菜は、「1日2回以上」が男児が51.4%、女児が54.2%で最も多く、次いで「1日1回」が男児32.4%、女児32.5%であった。1度も野菜を食べない日のある児は、男児が14.2%、女児が11.3%あり、そのうちほとんど食べない児は、男児5.8%、女児4.5%であった。

肉類は「1日1回」が男児43.6%、女児47.3%で最も多く、次いで「1日2回以上」が男児33.3%、女児30.7%であった。

魚介類は「1日1回」が男児39.9%、女児42.9%で最も多く、次いで「2～3日に1回」が男児39.1%、女児36.5%であった。

大豆・大豆製品は「1日1回」が男児43.2%、女児43.5%と最も多く、次いで「2～3日に1回」が男児34.5%、女児35.1%であった。

牛乳・乳製品は「1日2回以上」が男児48.7%、女児46.0%と最も多く、次いで「1日1回」が男児34.8%女児36.3%であった。

たまごは「1日1回」が男児46.5%、女児49.2%で最も多く、次いで「2～3日に1回」が男児37.5%、女児37.6%であった。

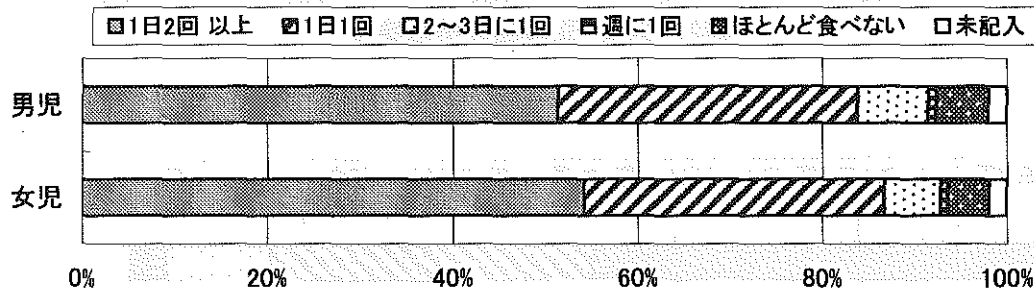


図24 野菜の摂取頻度

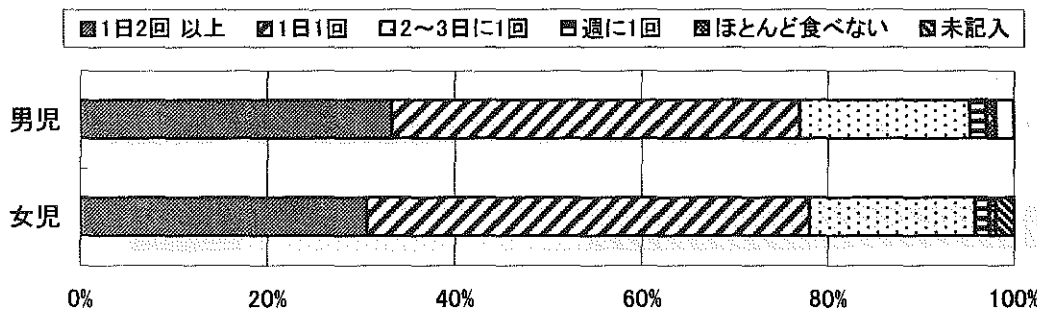


図25 肉類の摂取頻度

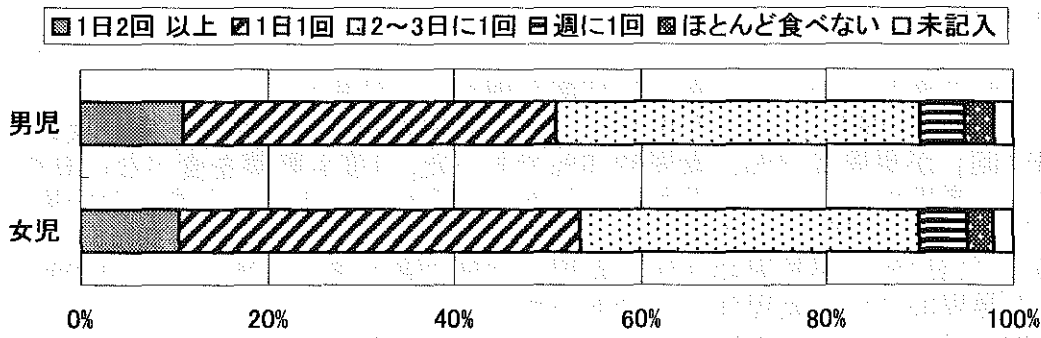


図26 魚介類の摂取頻度

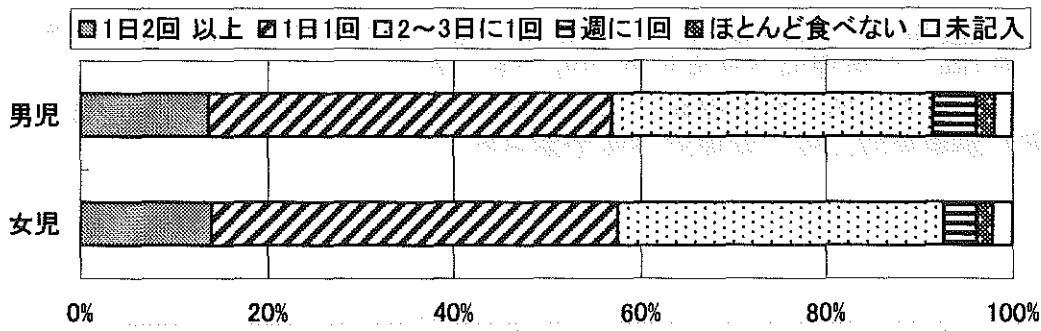


図27 大豆・豆製品の摂取頻度

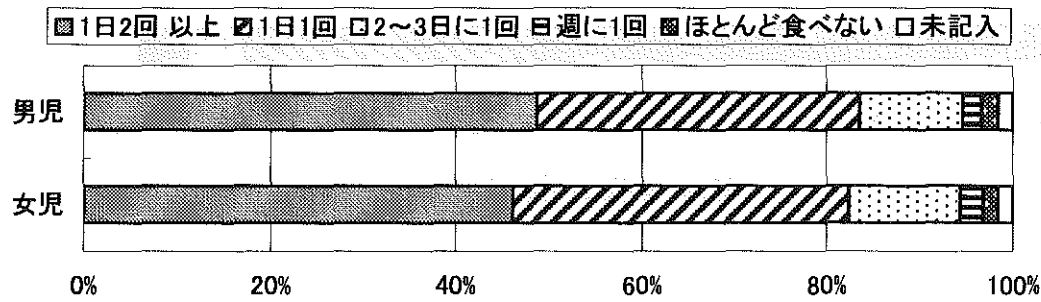


図28 牛乳・乳製品の摂取頻度

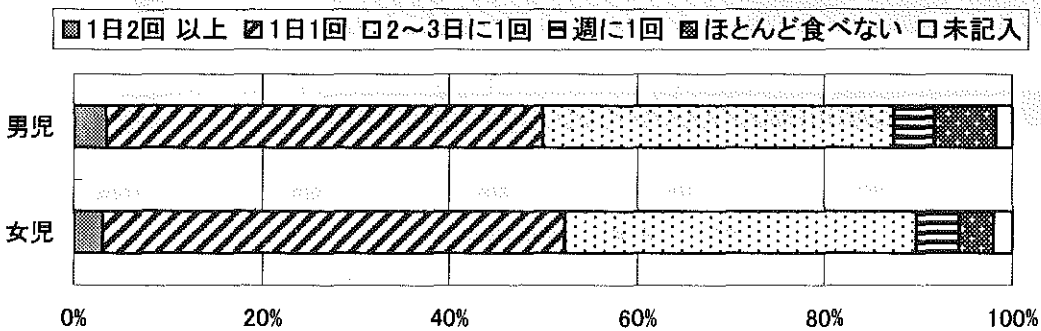


図29 たまごの摂取頻度

#### 4) ファーストフードの利用状況

##### (1) 利用の有無

ファーストフードの利用について、「ある」は男児が82.8%、女児が81.4%、「ない」は男児が15.8%、女児が17.1%であった。

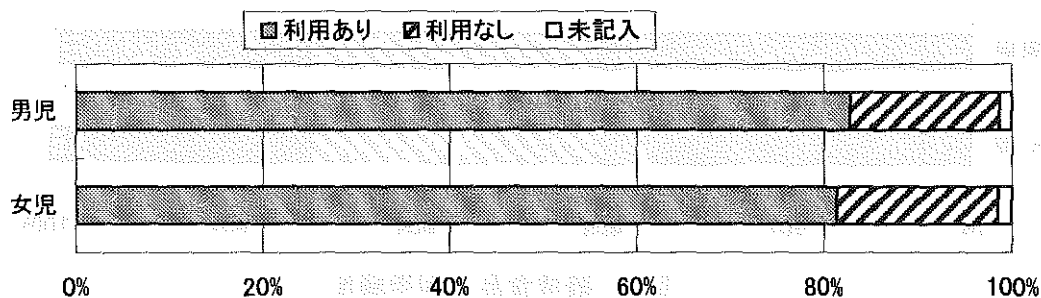


図30 ファーストフードの利用の有無

##### (2) 利用頻度

利用する頻度について、「週1回未満」は男児が88.0%、女児が89.7%、「週1回」は男児が8.5%、女児が8.3%であった。

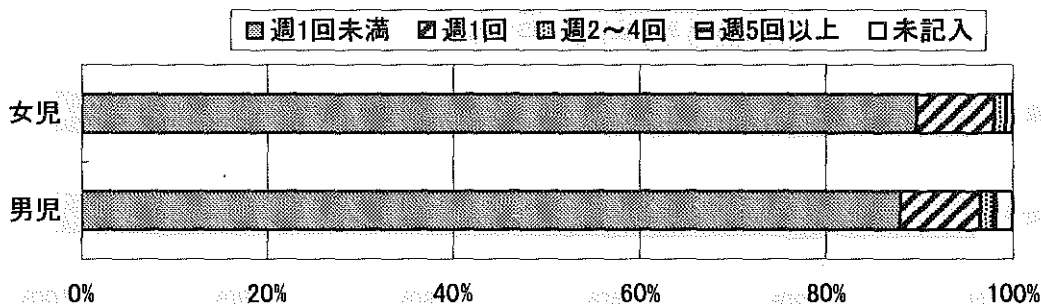


図31 ファーストフードの利用頻度

#### 5) 既成食品（惣菜・冷凍食品・レトルト食品など）の利用状況

##### (1) 利用の有無

既成食品の利用について、「ある」は男児が88.4%、女児が88.0%、「ない」は男児、女児とも10.6%であった。

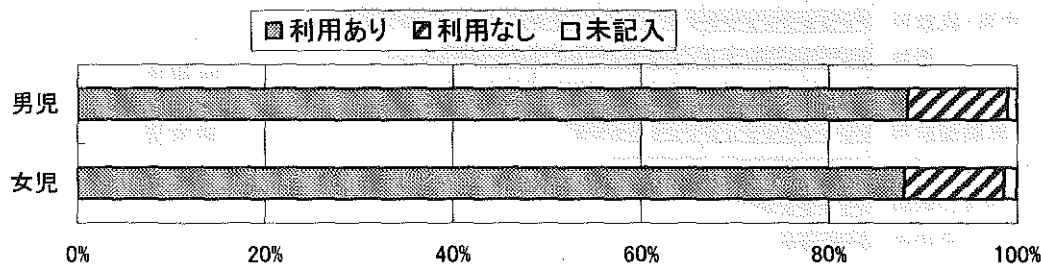


図32 既成食品の利用の有無

(2) 利用頻度

利用頻度は、「週1回未満」が男児40.3%、女児39.6%、「週2～4回」は男児が31.0%、女児が31.5%、「週1回」は男児が24.7%、女児が26.3%であった。

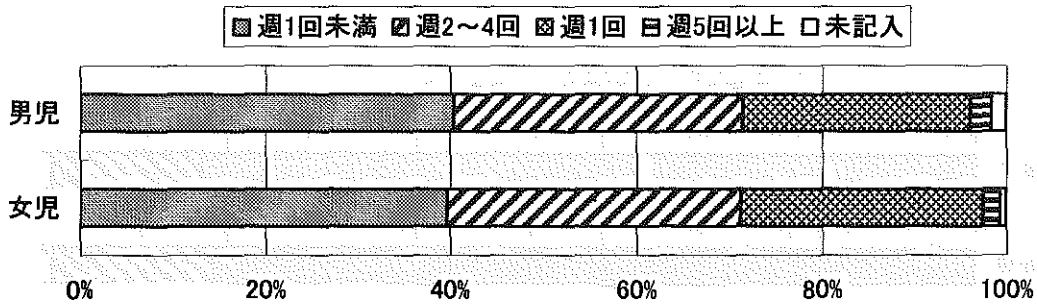


図33 既成食品の利用頻度

6) 間食

(1) 間食の有無

間食を「する」は男児が97.2%、女児が96.8%で、「しない」は男児が1.6%、女児が1.3%であった。

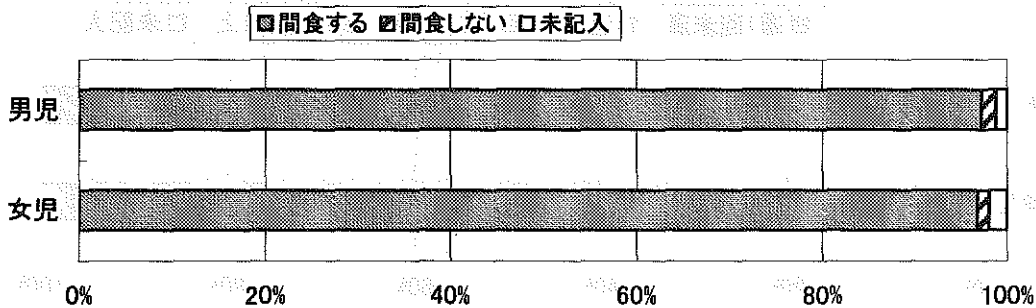


図34 間食の有無

(2) 間食の内容

間食の内容は「お菓子」は男児が90.4%、女児が91.0%、「牛乳・乳飲料」は男児が62.6%、女児が60.0%、「果物」は男児52.6%、女児57.5%、「ジュース」は男児が51.1%、女児が52.0%であった。

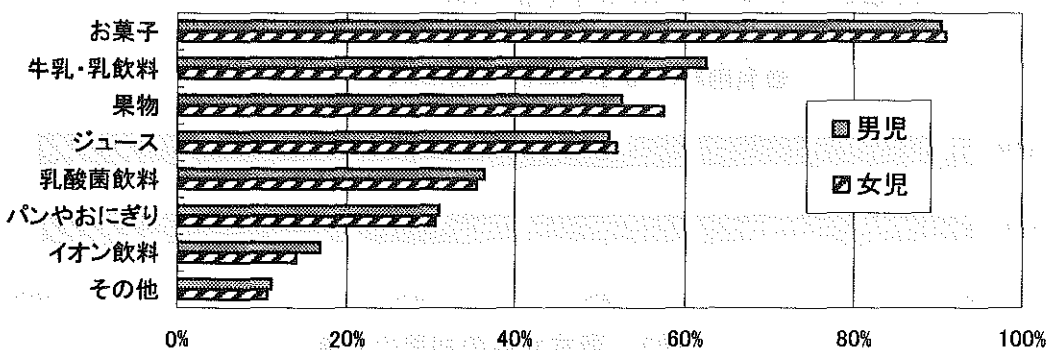


図35 間食の内容(複数回答)



### (3) 間食の時間

間食の「時間を決めている」は男児が44.8%、女児が47.0%、「決めていない」は男児が48.6%、女児が46.6%であった。

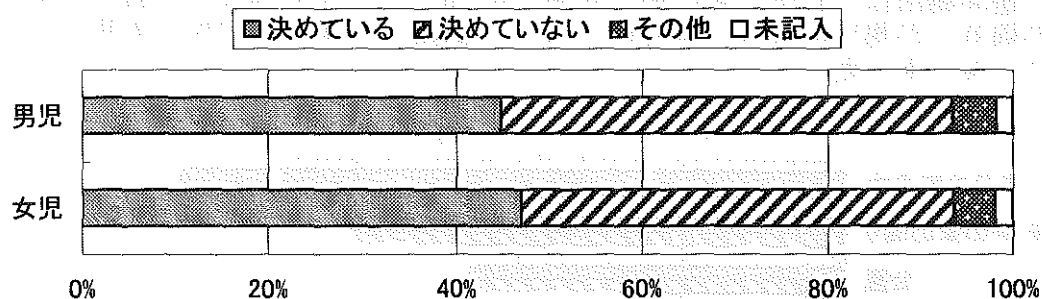


図36 間食の時間を決めている割合

### (4) 間食の量

間食の量は「大人が決めた量」が男児82.4%、女児83.0%、「子どもが欲しいだけ」が男児13.9%、女児12.4%であった。時間も量も「決めている」が男児27.1%、女児29.1%であった。

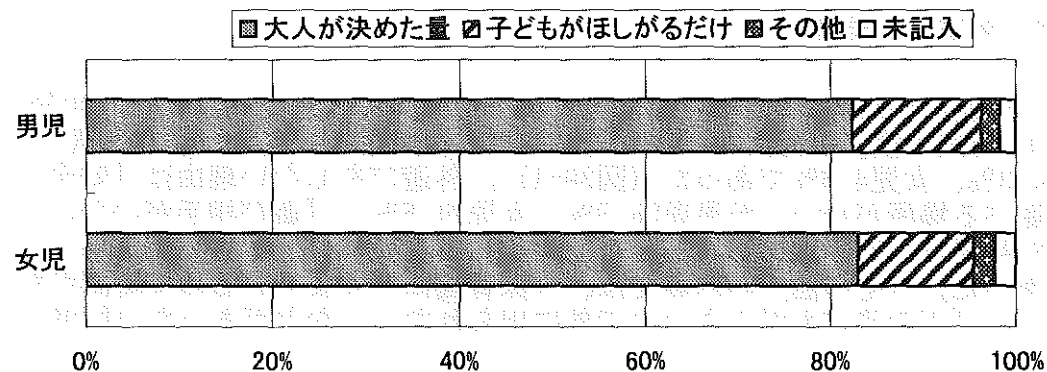


図37 間食の量

## 7 遊び

### 1) 遊ぶ場所

遊ぶ場所は「自分の家の中」が男児81.6%、女児83.4%、「自分の家の周り」が男児61.5%、女児60.2%、「公園」が男児46.0%、女児47.1%であった。

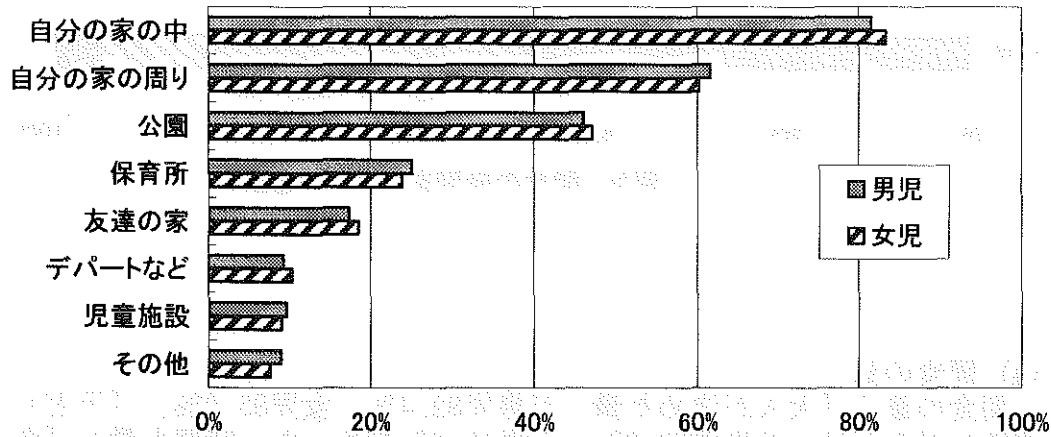


図38 遊ぶ場所(複数回答)

### 2) 外遊びの時間

外遊びの時間は、「1時間以上」が男児49.4%、女児44.4%、「30分以上1時間未満」が男児30.0%女児33.1%、「外遊びはしない」が男児4.3%、女児4.6%であった(図39-1)。外遊びをしない理由は「安全に遊べる場所がない」が男児25.3%、女児21.5%、「遊び相手がいない」が男児15.4%、女児24.7%、「その他」が男児73.6%、女児64.5%であった。「その他」の内容では、「保育園に夕方までいるので時間がない」「下の子どもが小さいので外に出られない」などがあつた(図39-2)。

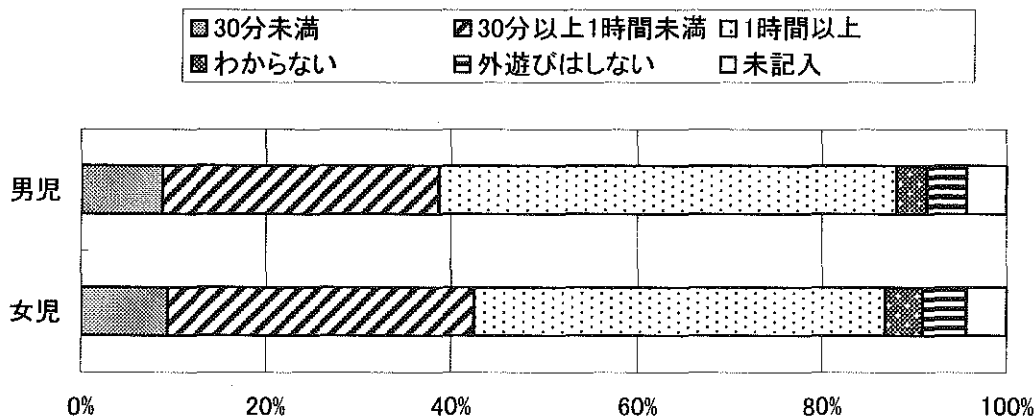


図39-1 外遊びの時間

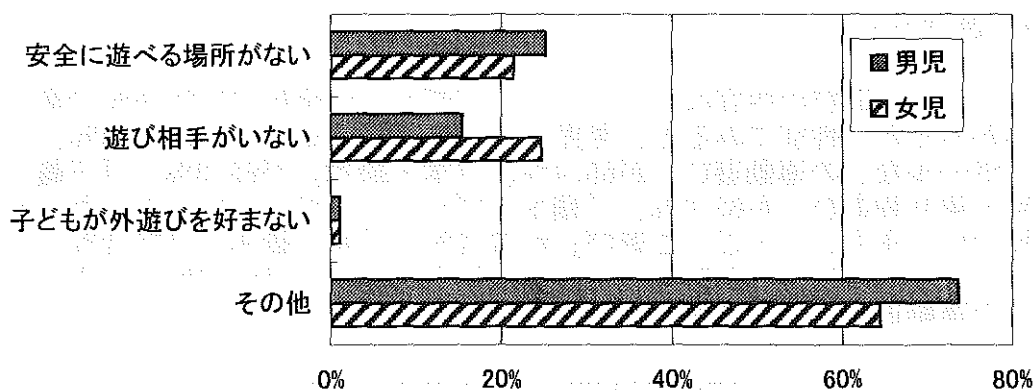


図39-2 外遊びをしない理由

### 3) 遊び相手

遊び相手は、「父母」が男児78.8%、女児76.8%と最も多く、「兄弟姉妹」が男児53.9%、女児53.6%、「近所の友達」が男児42.3%、女児43.1%、「祖父母」が男児35.4%、女児39.4%であり、家族が遊び相手である児が多かった。

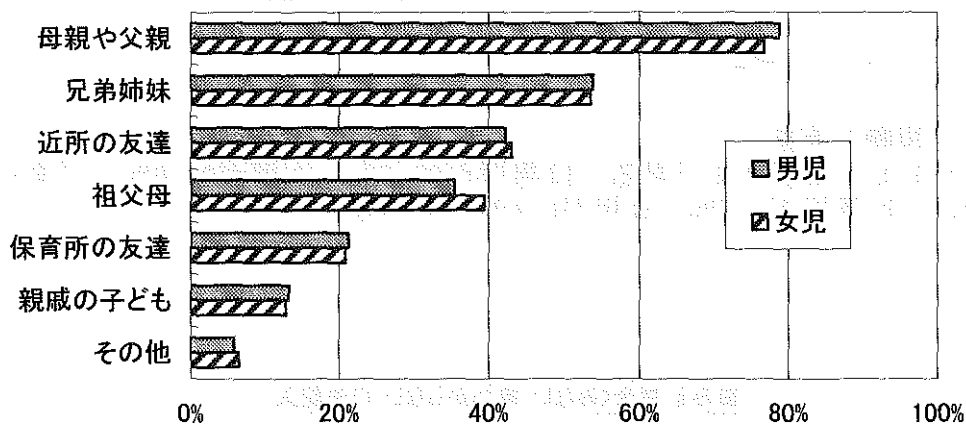


図40 遊び相手(複数回答)

#### 4) 遊びの内容

ふだんの遊びの内容は、「テレビ・ビデオ」が全体では72.6%で最も多かったが、性別でみると、男児は、「テレビ・ビデオ」が73.4%、「ボールなどの運動遊び」が65.4%、「本・絵本」が63.3%、「三輪車・乗り物遊び」が63.0%、「積木・ブロック」が54.7%であった。女児では「ままごと・ごっこ遊び」が77.2%、「本・絵本」が73.2%、「テレビ・ビデオ」が71.7%、「お絵描き・粘土」が65.0%、「ボール等の運動遊び」が64.9%であった。

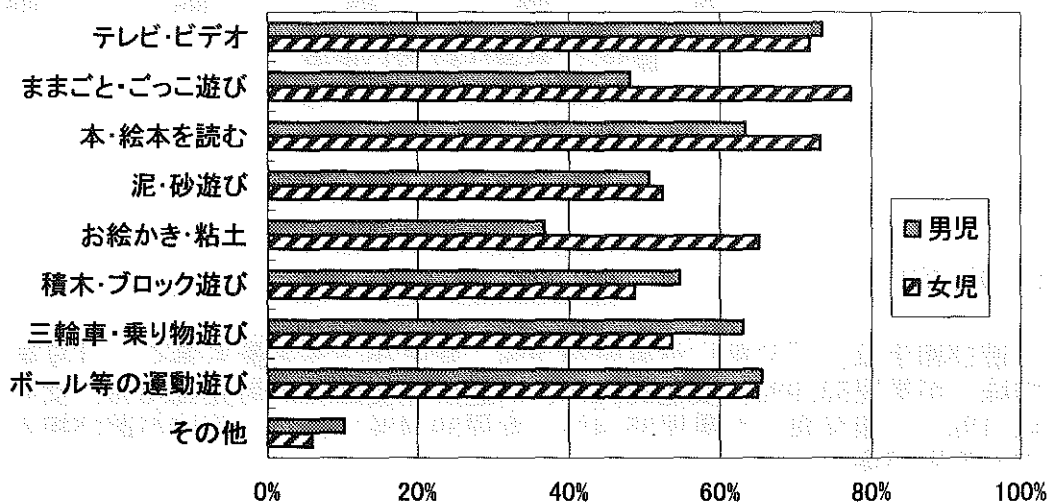


図41 遊びの内容(複数回答)

#### 5) テレビ・ビデオ

##### (1) 視聴の有無

テレビ・ビデオを「見る」は男児が89.5%、女児が90.6%、「全く見ない」は男児が0.7%、女児が0.4%であった。

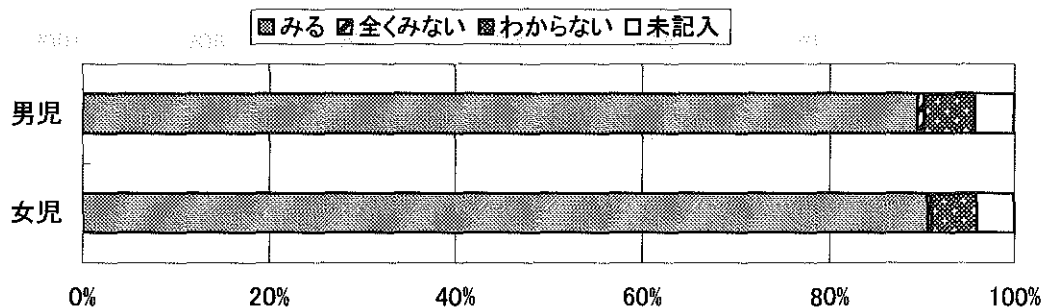


図42 テレビ・ビデオの視聴の有無

(2) 視聴の時間

テレビを見る時間は「1～3時間」が男児63.0%、女児64.2%で最も多く、次いで「3時間以上5時間未満」が男児27.4%、女児25.5%で、「5時間以上」が男児4.4%、女児4.8%であった。「1時間未満」は男児4.0%、女児4.7%であった。

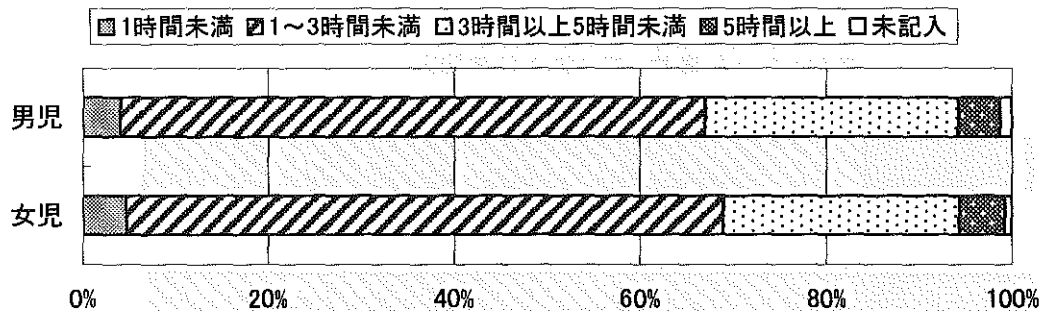


図43 テレビ・ビデオの視聴時間

## 8 お稽古事

### 1) お稽古事の有無

お稽古事を「やっている」が男児18.0%、女児21.0%であり、「やっていない」が男児77.0%、女児74.3%であった。

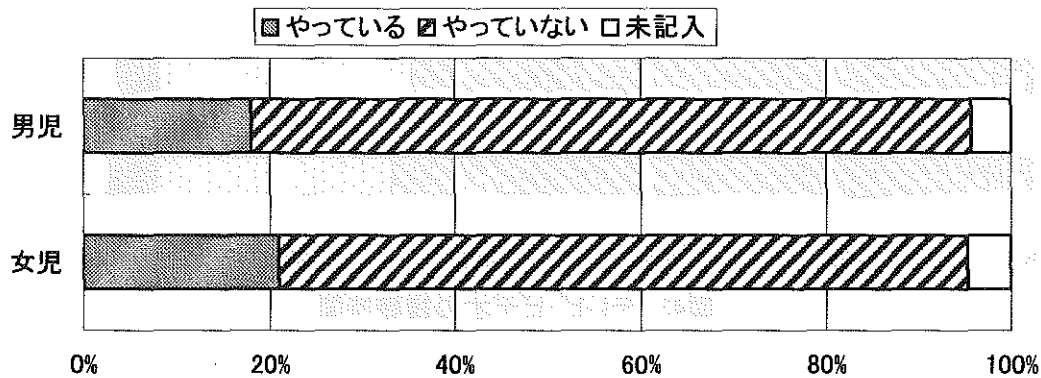


図44 お稽古事をしている子どもの割合

### 2) お稽古事の内容

お稽古事の内容は「体操等」が男児39.6%、女児40.8%、「英会話」が男児31.5%、女児26.5%、「水泳」が男児24.2%、女児17.3%であった。

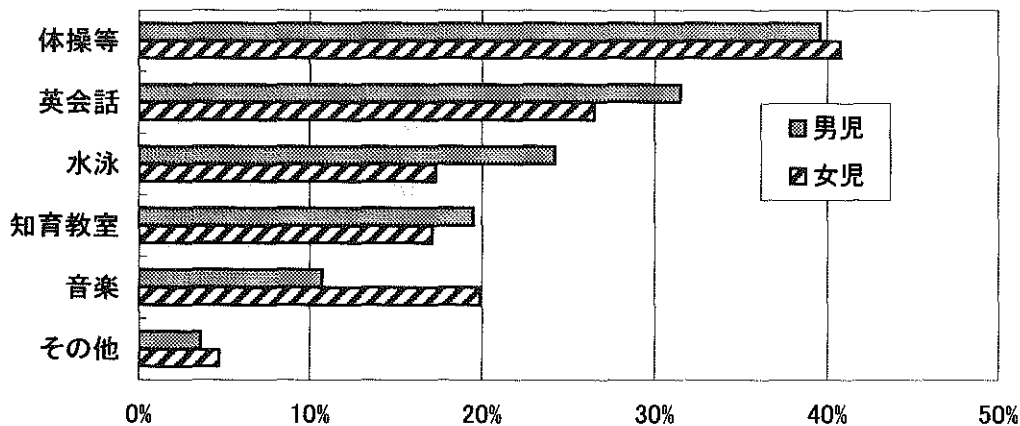


図45 お稽古事の内容(複数回答)

\* 「体操等」は体操・体育教室・バレエ・リトミックを指す。

## 9 育児環境

### 1) 昼間の保育者

昼間の保育者は「母親」が男児63.7%、女児63.4%、「保育士や託児所の職員」が男児24.6%、女児23.3%、「祖父母」が男児3.7%、女児4.7%であった。

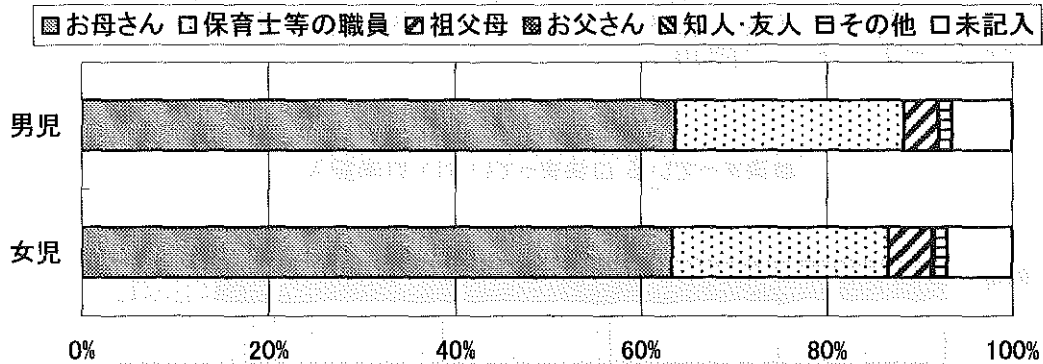


図46 昼間の保育者

### 2) 昼間の保育場所

保育場所は、「自宅」が男児61.6%、女児61.8%、「認可保育所」が男児24.4%、女児23.0%、「祖父母の家」が男児3.5%、女児4.3%であった。

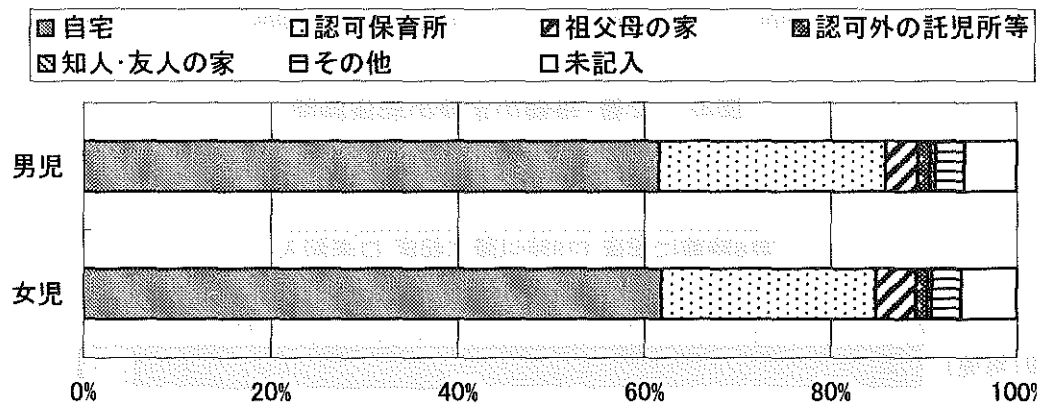


図47 昼間過ごす場所

## 10 父親、母親の生活習慣

### 1) 起床時間

起床時間が「決まっている」は父親が86.8%（男児、女児ともに86.8%）、母親が93.6%（男児93.7%、女児93.6%）、「決まっていない」は父親が9.5%（男児9.8%、女児9.2%）、母親が4.0%（男児4.1%、女児3.9%）であった。（図48）起床時刻は「8時前に起床」は父親が93.3%（男児93.5%、女児93.0%）、母親が96.4%（男児96.5%、女児96.3%）であった。（図49）

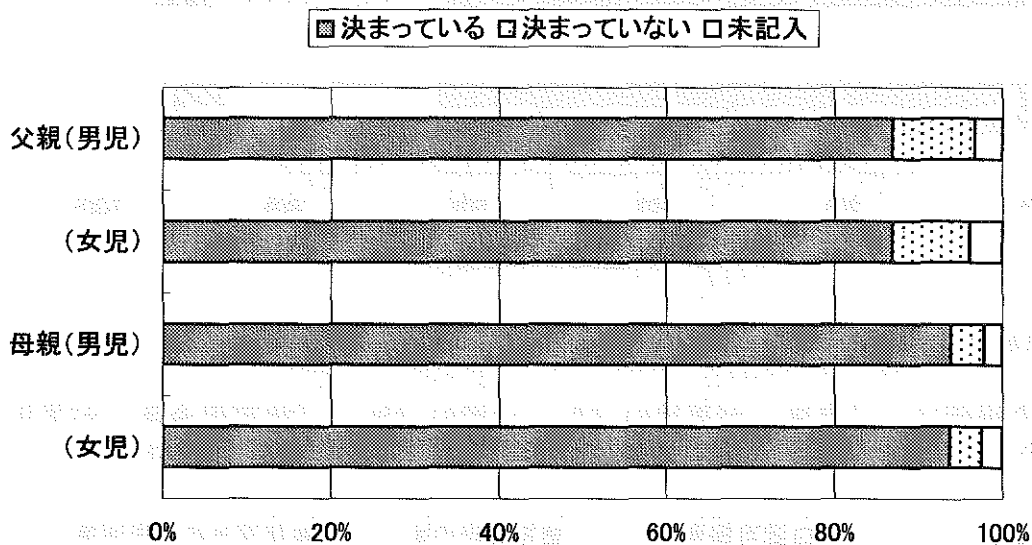


図48 父親・母親の定時の起床時間

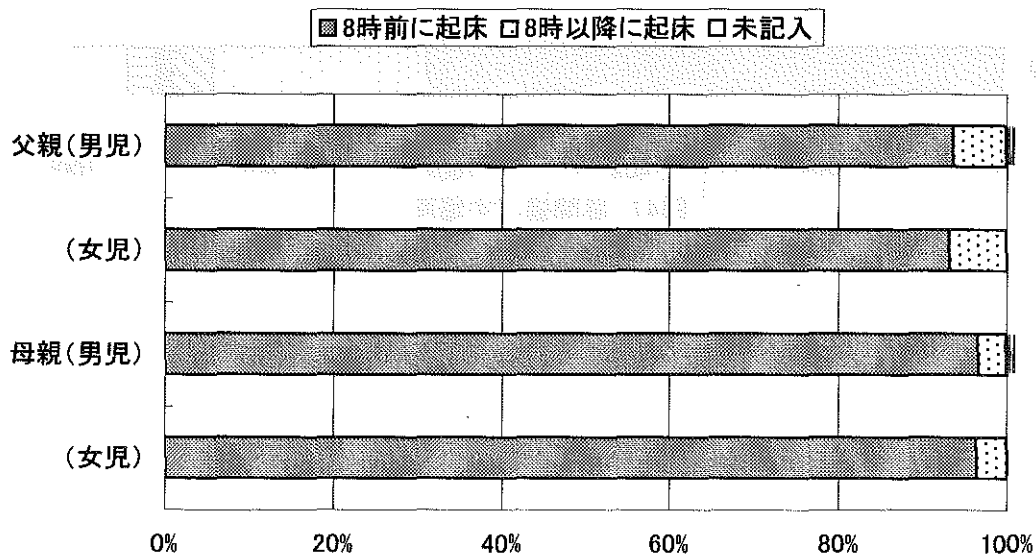


図49 父親・母親の起床時間



## 2) 就寝時間

就寝時間が「決まっている」は父親が68.4%（男児67.8%、女児69.0%）、母親が77.7%（男児77.5%、女児77.8%）であり、「決まっていない」は父親が26.5%（男児27.4%、女児25.6%）、母親が19.0%（男児19.2%、女児18.8%）であった。（図50）就寝時刻は「24時前に就寝」は父親が60.1%（男児60.6%、女児59.7%）、母親が71.1%（男児71.8%、女児70.4%）であり、「24時以降に就寝」は父親が39.9%（男児39.4%、女児40.3%）、母親が28.9%（男児28.2%、女児29.6%）であった（図51）。

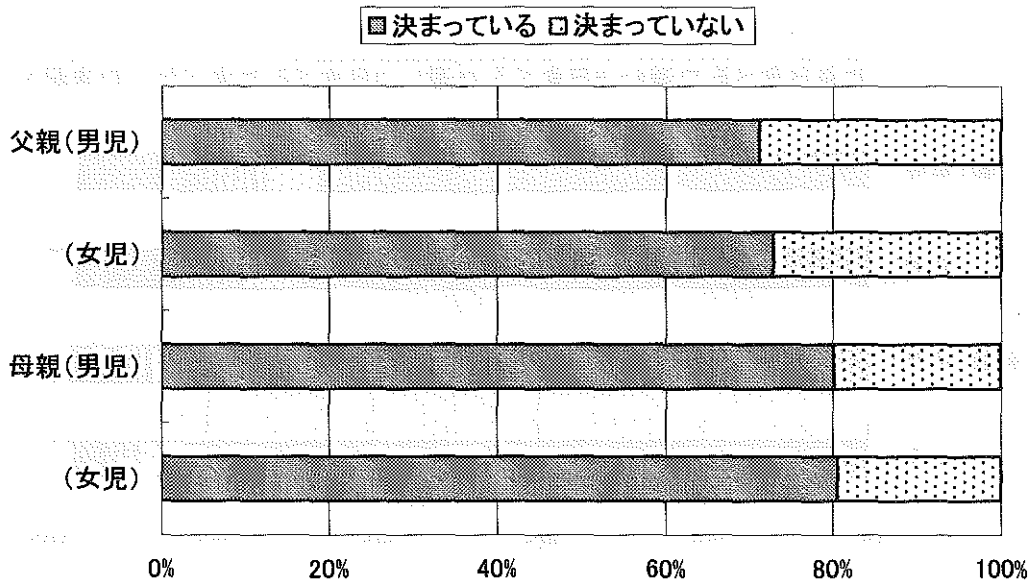


図50 父親・母親の定時の就寝時間

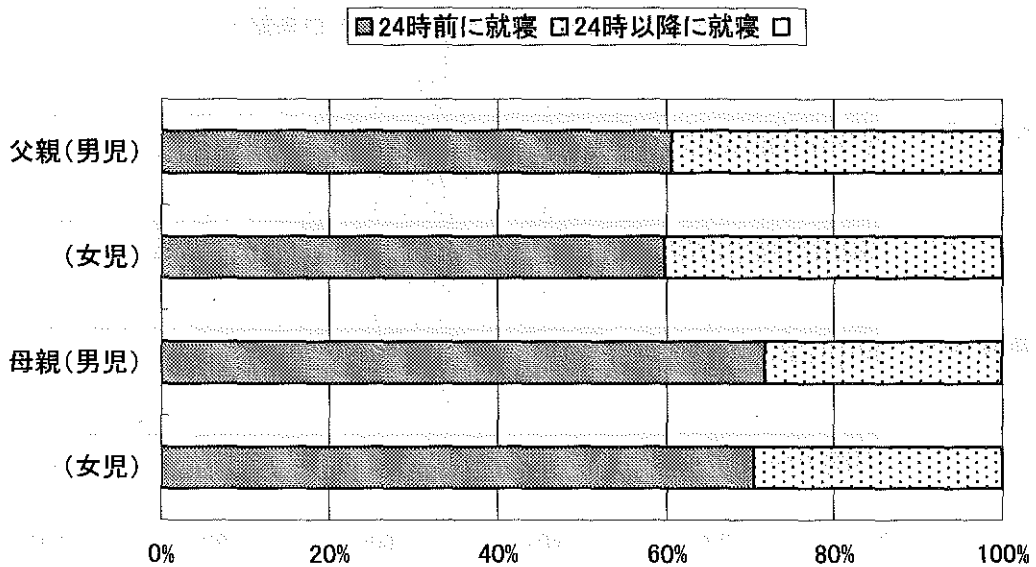


図51 父親・母親の就寝時間

### 3) 食事

#### (1) 朝食

朝食を「毎日食べる」は父親が67.2%（男児66.3%、女児68.2%）、母親が82.5%（男児82.1%、女児83.0%）であり、「食べない」は父親が14.1%（男児15.3%、女児12.8%）で3食のうち最も多かった（図52）。朝食の時間が「決まっている」は父親が67.9%（男児67.2%、女児68.6%）、母親が81.3%（男児81.3%、女児81.4%）であった（図53）。食事をする時間は「8時前までに食べている」父親が88.0%（男児88.6%、女児87.3%）、母親が69.3%（男児69.7%、女児68.9%）であった。（図54）

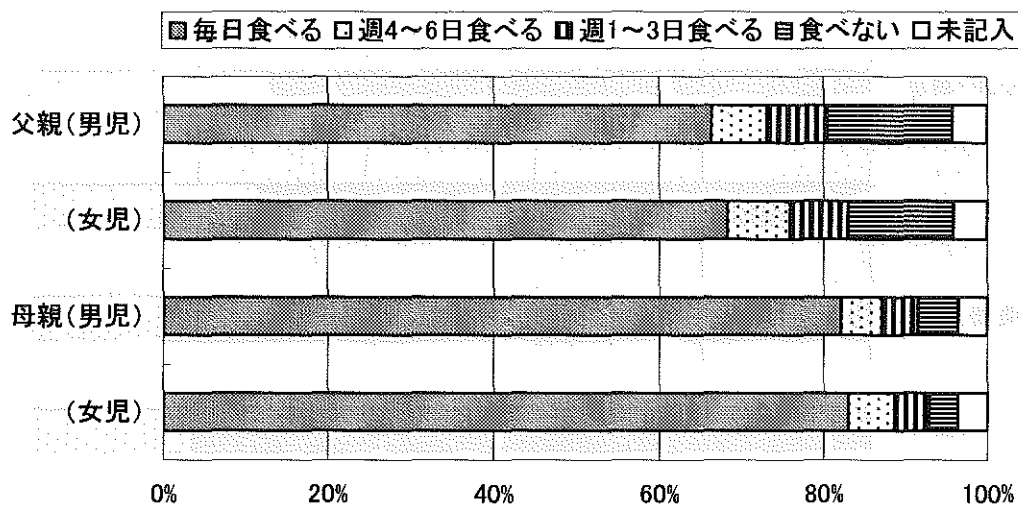


図52 父親・母親の朝食摂取状況

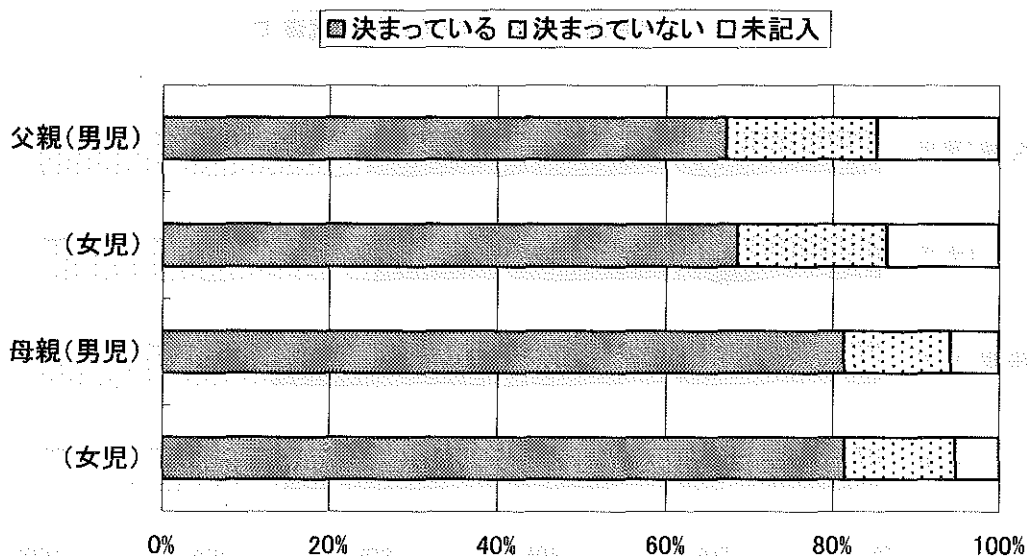


図53 父親、母親の朝食時間

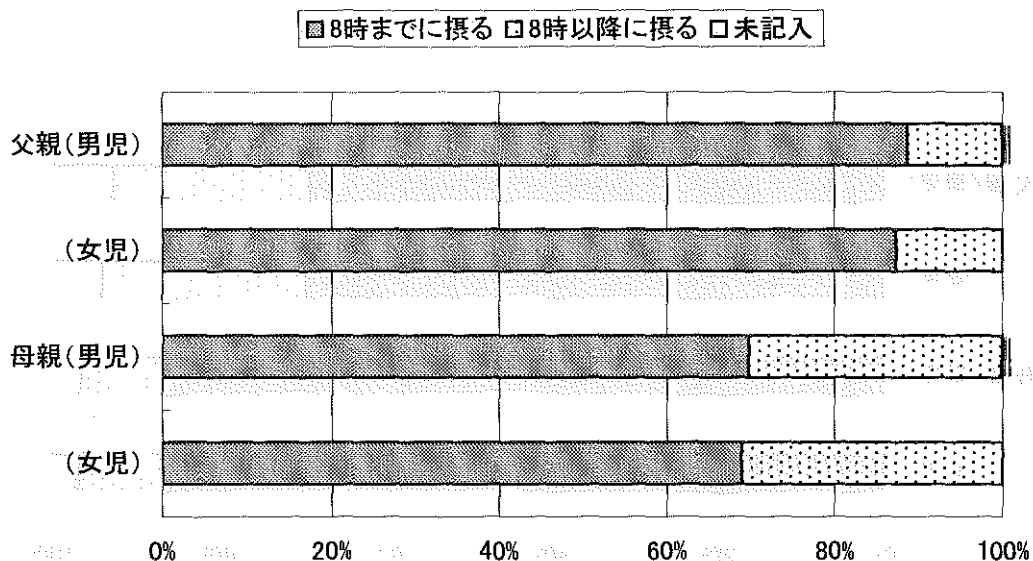


図54 父親、母親の朝食を摂る時間

(2) 昼食

昼食を「毎日食べる」は父親が89.9% (男児90.3%、女児89.4%)、母親が90.3% (男児、女児とも90.3%) であり、「全く食べない」は父親が0.6% (男児0.2%、女児0.9%)、母親が0.4% (男児、女児とも0.4%) であった。(図55) 食べる時間が「決まっている」は父親が69.1% (男児68.9%、女児69.3%)、母親が85.9% (男児86.1%、女児85.5%) であった(図56)。時刻では、「13時前に摂る」は父親が93.9% (男児94.2%、女児93.5%)、母親が89.1% (男児89.0%、女児90.0%) であった。(図57)

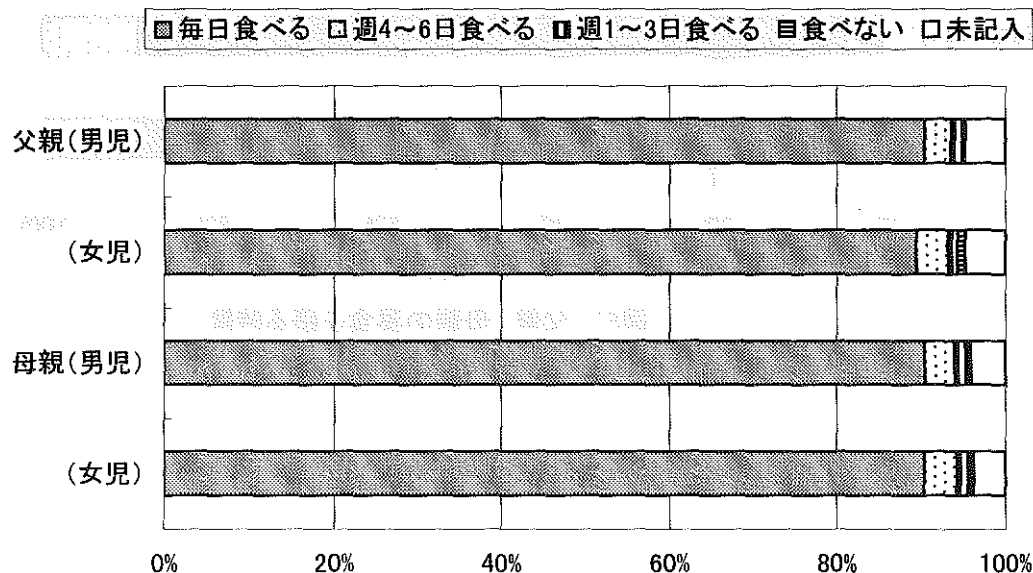


図55 父親・母親の昼食摂取状況

■ 決まっている □ 決まっていない □ 未記入

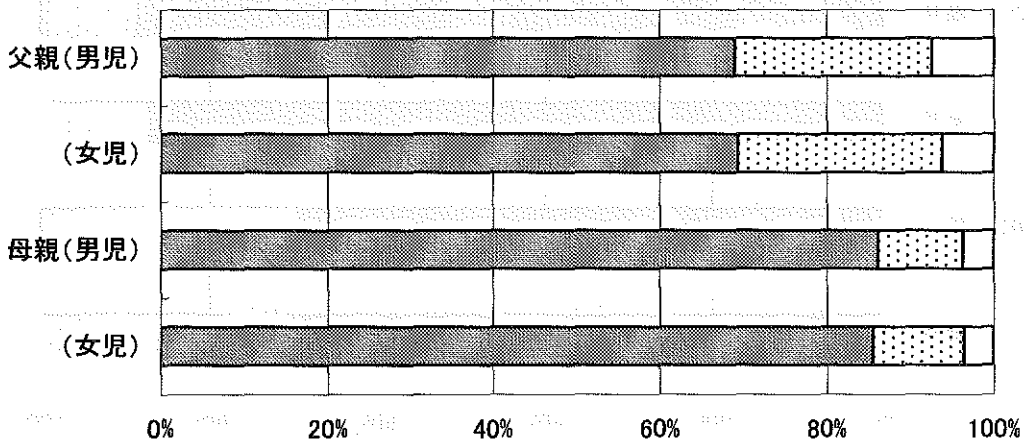


図56 父親、母親の昼食時間

■ 13時前に摂る □ 13時以降に摂る □ 不明

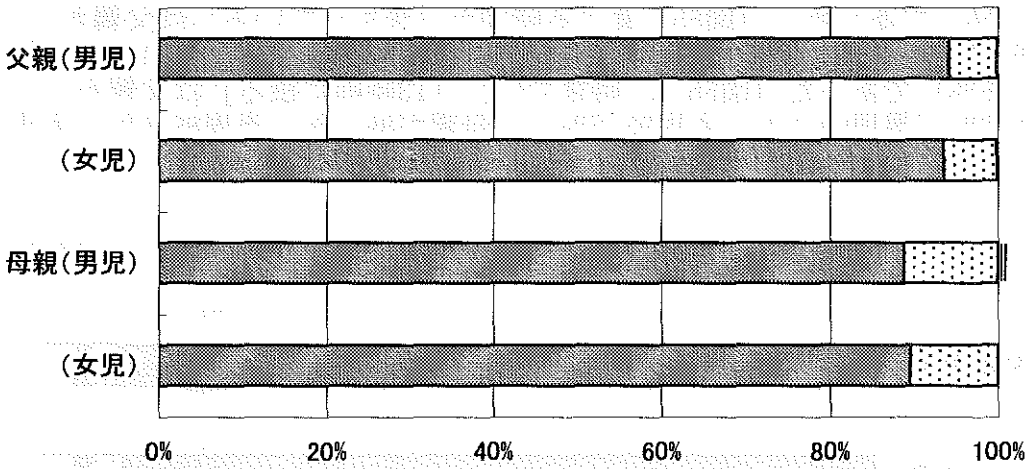


図57 父親、母親の昼食を摂る時間

(3) 夕食

夕食を「毎日食べる」は父親が92.8%（男児92.7%、女児93.0%）、母親が94.2%（男児94.4%、女児94.0%）であった（図58）。食べる時間が「決まっている」は父親が56.1%（男児56.0%、女児56.2%）、母親が87.6%（男児87.0%、女児88.2%）であり、「決まっていない」は父親が38.6%（男児38.5%、女児38.7%）、母親が8.8%（男児9.5%、女児8.1%）であり（図59）、食べる時間で「20時前に摂る」は父親が66.4%（男児65.1%、女児67.9%）、母親は95.2%（男児94.9%、女児95.5%）であった。（図60）

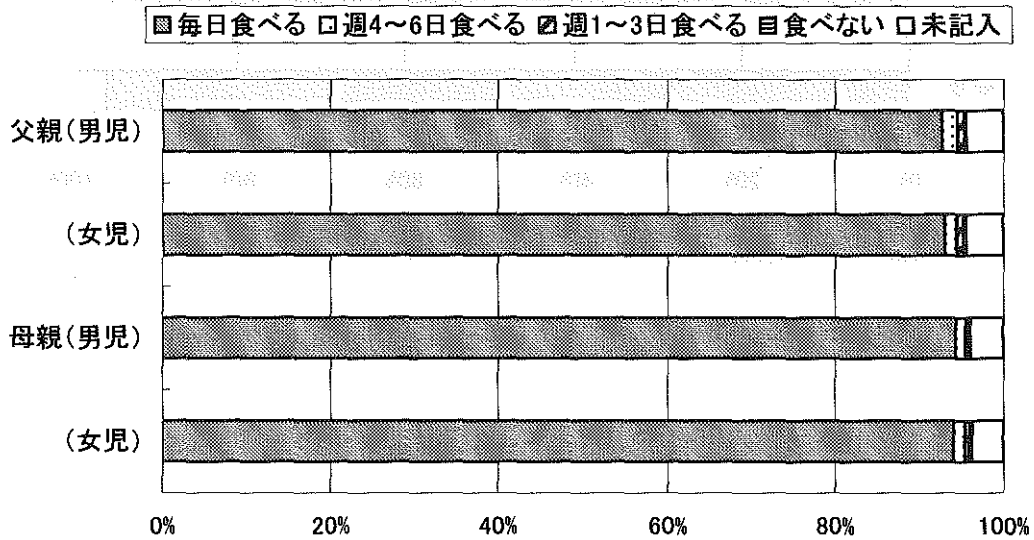


図58 父・母の夕食摂取状況

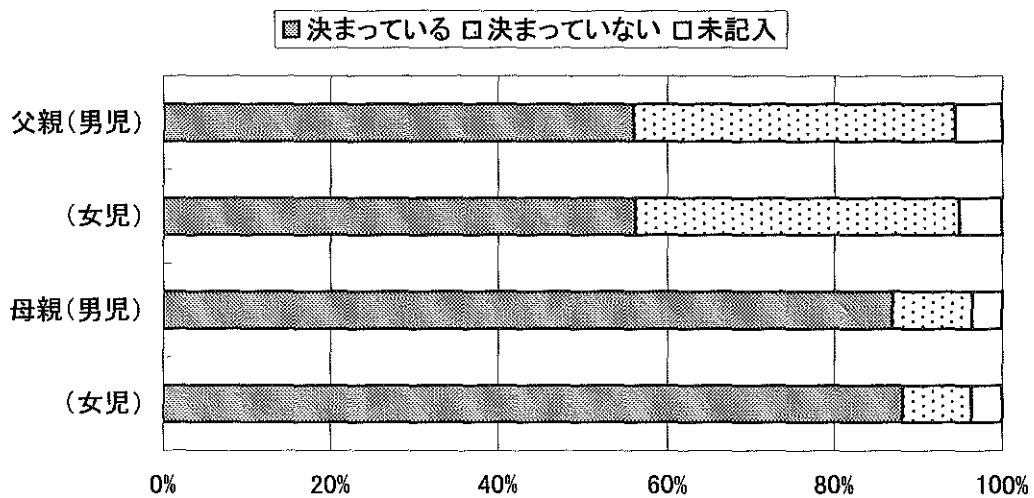


図59 父親、母親の夕食時間

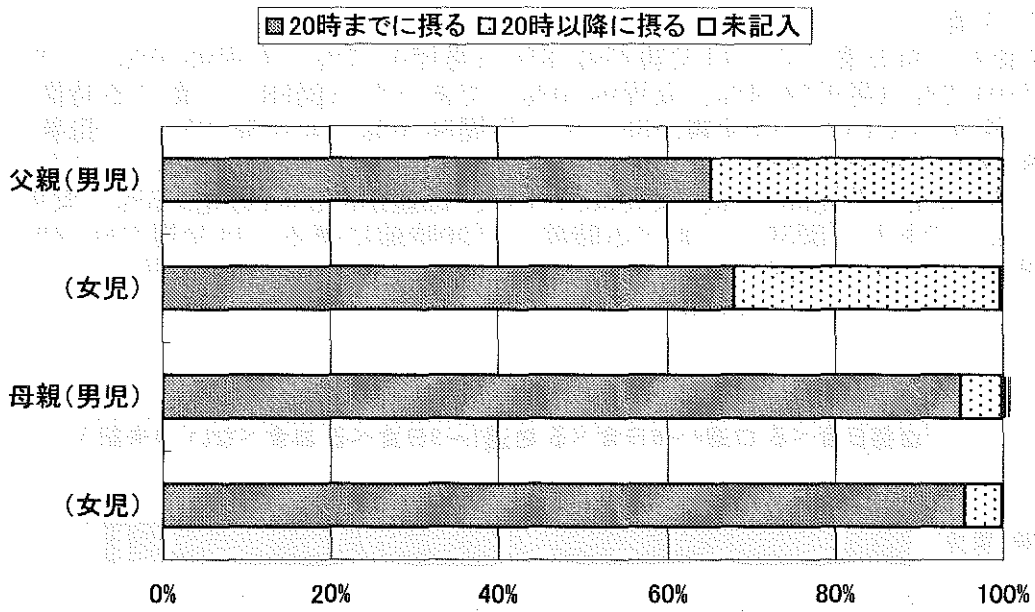


図60 父親、母親の夕食を摂る時間

## 11 児との関わり

### 1) 児と遊ぶ時間

児と遊ぶ時間は平日で、父親は「1時間以上2時間未満」が32.9%（男児34.1%、女児31.8%）と最も多く、次いで「1時間未満」が19.5%（男児18.5%、女児20.5%）で、「0時間」が15.7%（男児15.4%、女児16.1%）であった。母親は「2時間以上4時間未満」が34.7%（男児34.1%、女児35.4%）と最も多く、次いで「1時間以上2時間未満」が17.4%（男児17.3%、女児17.6%）、「4時間以上6時間未満」が16.8%（男児17.4%、女児16.1%）であった（図61）。

休日で父親は、「2時間以上4時間未満」が33.2%（男児33.4%、女児33.1%）、「4時間以上6時間未満」が19.7%（男児20.2%、女児19.2%）、「6時間以上」が15.1%（男児16.4%、女児13.8%）と平日と比べて遊ぶ時間が長くなっていた。母親も、「2時間以上4時間未満」が29.7%（男児29.3%、女児30.1%）、「4時間以上6時間未満」が20.8%（男児21.0%、女児20.5%）、「6時間以上」が16.6%（男児16.7%、女児16.4%）で、平日より遊ぶ時間が長くなっていた。（図62）

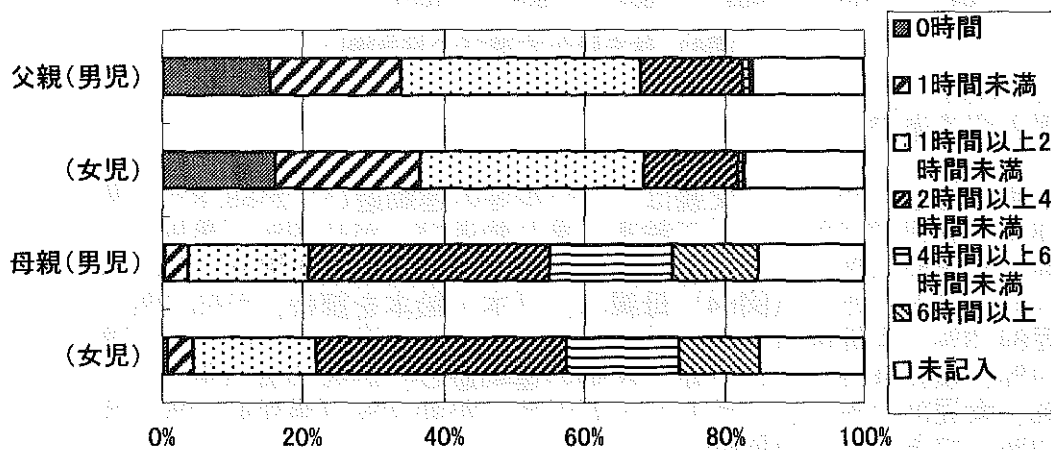


図61 児と遊ぶ時間(平日)

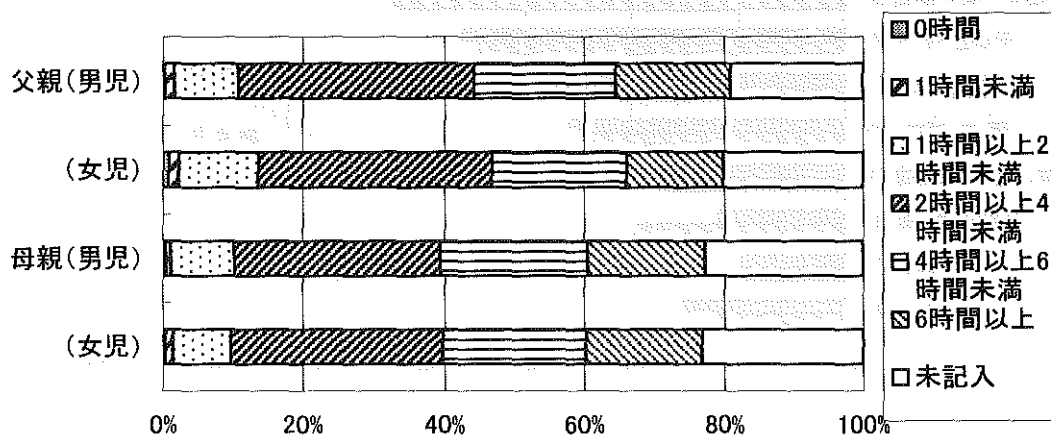


図62 児と遊ぶ時間(休日)

## 2) 体を動かす遊びの好き嫌い

体を動かす遊びが「好き」と「どちらかといえば好き」の合計は父親が66.9%（男児60.6%、女児73.6%）、母親が66.4%（男児67.4%、女児65.4%）であった。「あまり好きでない」と「どちらとも言えない」の合計は父親が20.6%（男児19.6%、女児21.6%）、母親が29.3%（男児28.1%、女児30.7%）であった。

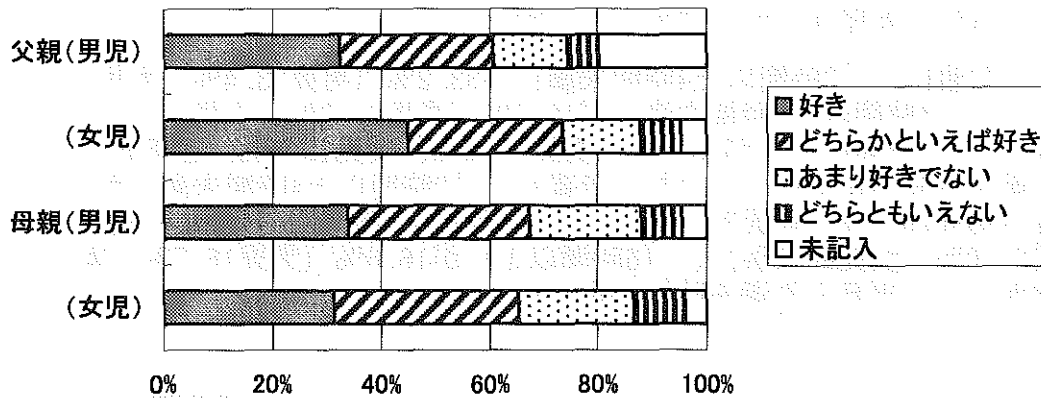


図63 体を動かす遊びの好き嫌い

## 3) 児とする遊び

児とする遊びについて、父親は「ボール等の運動遊び」が58.8%（男児59.8%、女児57.6%）、「三輪車・乗り物遊び」が43.9%（男児44.6%、女児43.1%）、「テレビ・ビデオ」が35.2%（男児36.0%、女児34.4%）であった。（図64）母親は、「本・絵本を読む」が65.2%（男児64.3%、女児66.1%）、「ままごと・ごっこ遊び」が44.8%（男児33.4%、女児56.9%）、「ボール等の運動遊び」が40.7%（男児43.2%、女児38.1%）、「テレビ・ビデオ」が40.2%（男児42.0%、女児38.3%）であった。（図65）

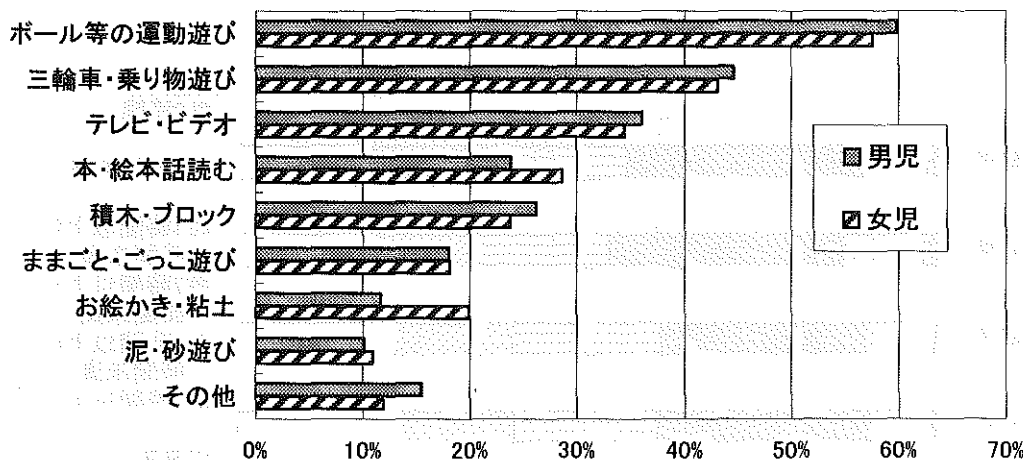


図64 児と遊ぶときよくする遊び(父親)(複数回答)



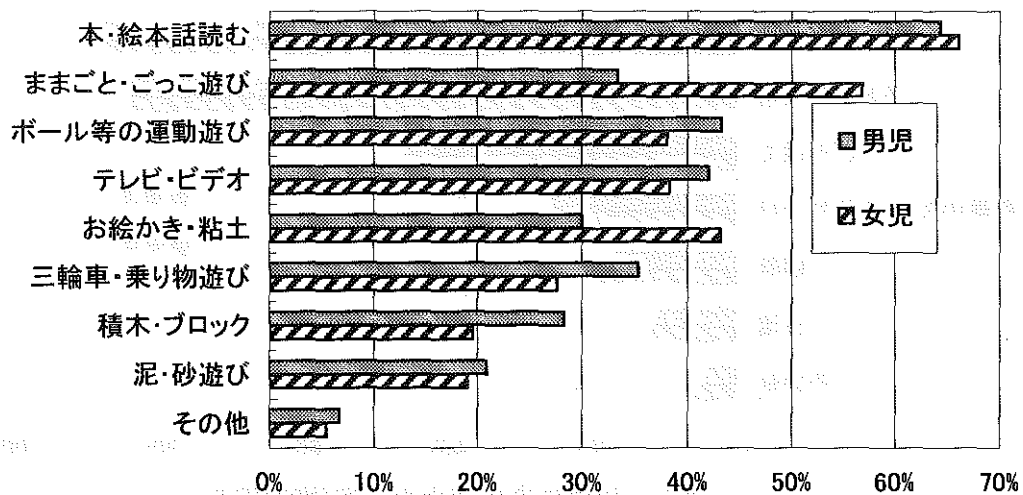


図65 児と遊ぶときよくする遊び(母親)(複数回答)

## 12 父親の育児(家事)協力

育児協力は、「よく協力する」と「時々協力する」の合計が85.7% (男児86.3%、女児84.9%)であった。「ほとんど協力しない」は7.3% (男児6.5%、女児8.1%)、「何とも言えない」は2.2% (男児2.3%、女児2.0%)であった(図66)。協力している内容は、「子どもと一緒に遊ぶ」が89.2% (男児89.3%、女児89.0%)、「子どもの入浴」が84.4% (男児84.5%、女児84.2%)、「ごみ捨て」が45.6% (男児45.0%、女児46.2%)であった(図67)。育児(家事)協力に対して、「満足している」と「ほぼ満足している」母親の合計は61.8% (男児62.8%、女児60.7%)であり、「やや不満」と「不満」の母親の合計は30.3% (男児28.8%、女児31.9%)であった。(図68)

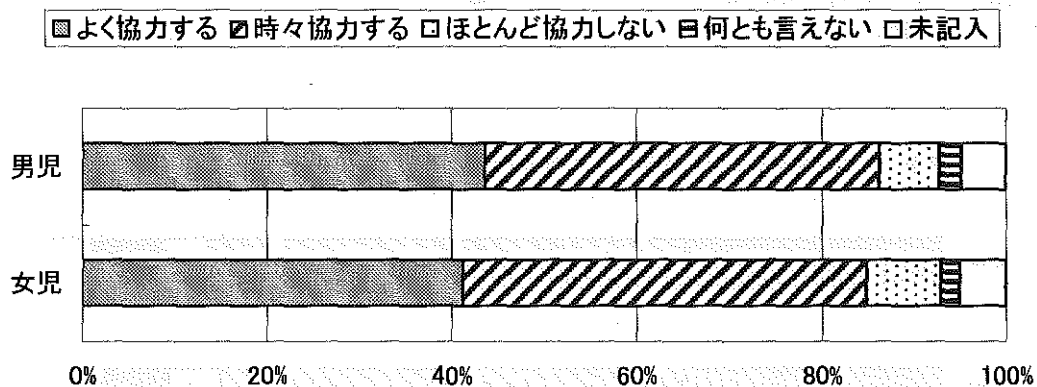


図66 父親の育児協力

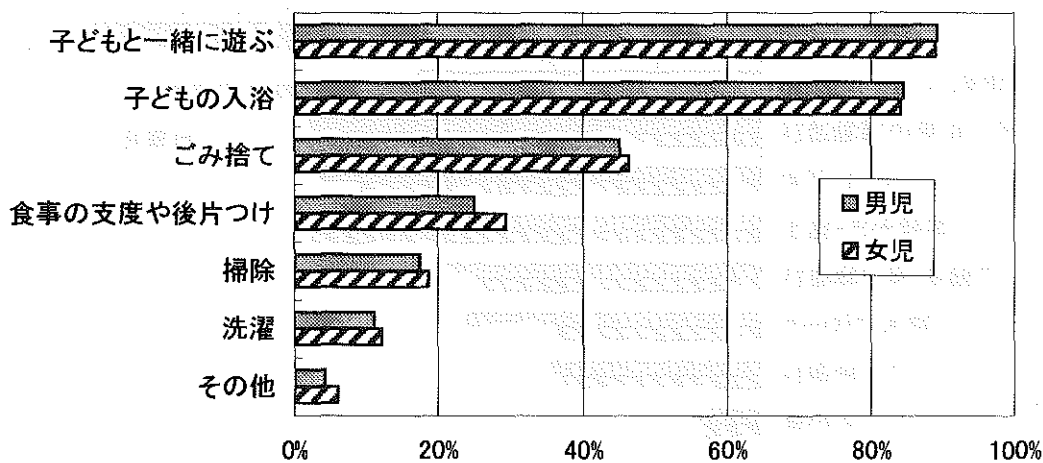


図67 父親の育児協力の内容(複数回答)

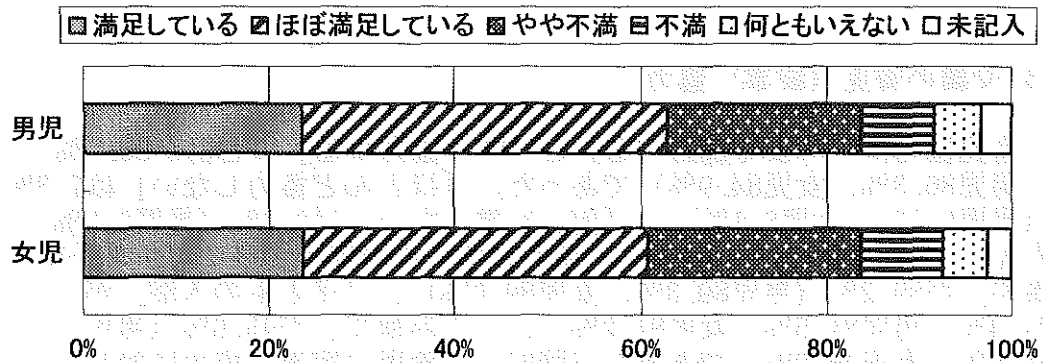


図68 育児協力の満足度

### 13 母親の育児の楽しさ

育児が「楽しい」と「どちらかといえば楽しい」母親の合計は、男児が82.1%、女児が80.4%で、「あまり楽しくない」と「どちらともいえない」母親の合計は男児が13.4%、女児が15.8%であった(図69)。

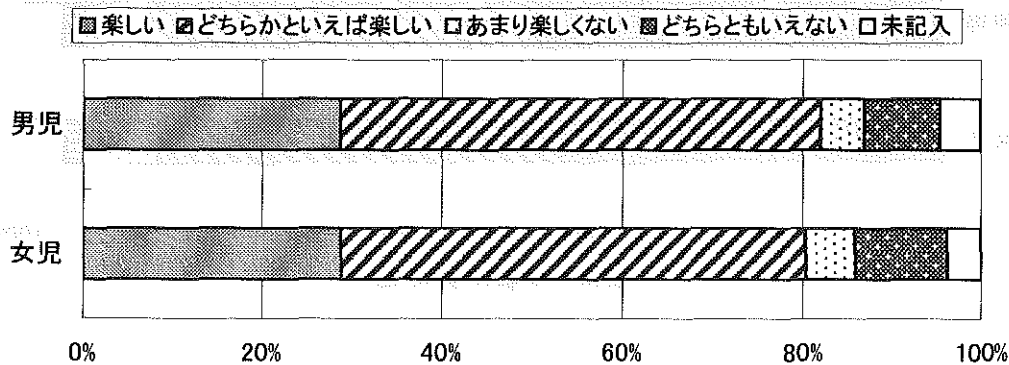


図69 育児の楽しさ

## 14 家族の喫煙

現在たばこを「吸う」は、父親が55.2% (男児55.6%、女児54.8%)、母親が15.4% (男児、女児とも15.4%)、祖父が38.0% (男児39.3%、女児36.6%)、祖母が8.2% (男児9.1%、女児7.3%)、その他が18.2% (男児20.5%、女児15.8%)であった (図70)。

現在たばこを吸っている家族の中で、たばこを児の前で「吸う」、は父親が50.5% (男児52.3%、女児48.6%)、母親が55.4% (男児55.6%、女児55.3%)、祖父が62.0% (男児60.1%、女児64.2%)、祖母が55.6% (男児56.5%、女児54.3%)、その他が56.8% (男児44.2%、女児74.2%)であった (図71)。

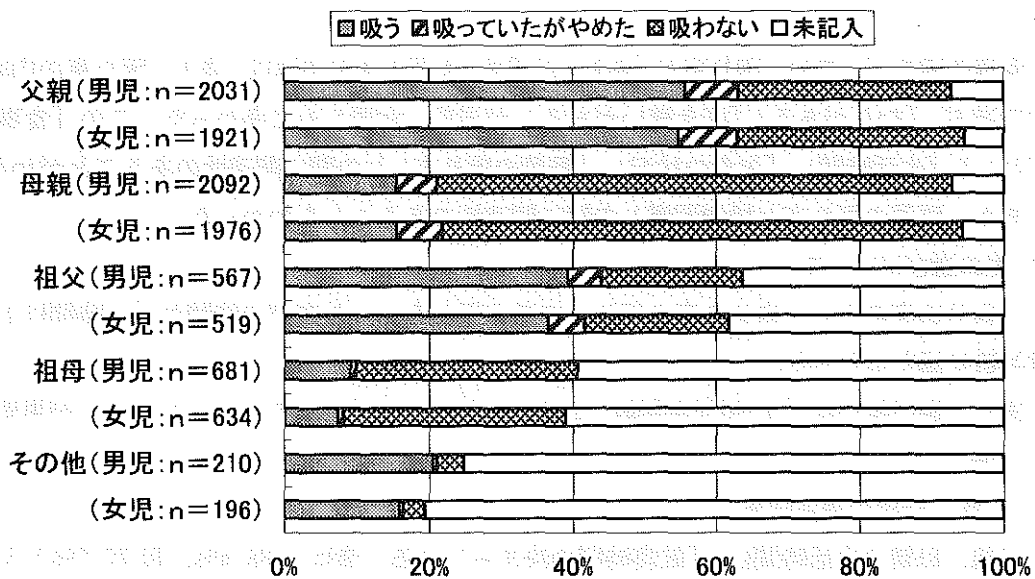


図70 家族の喫煙状況

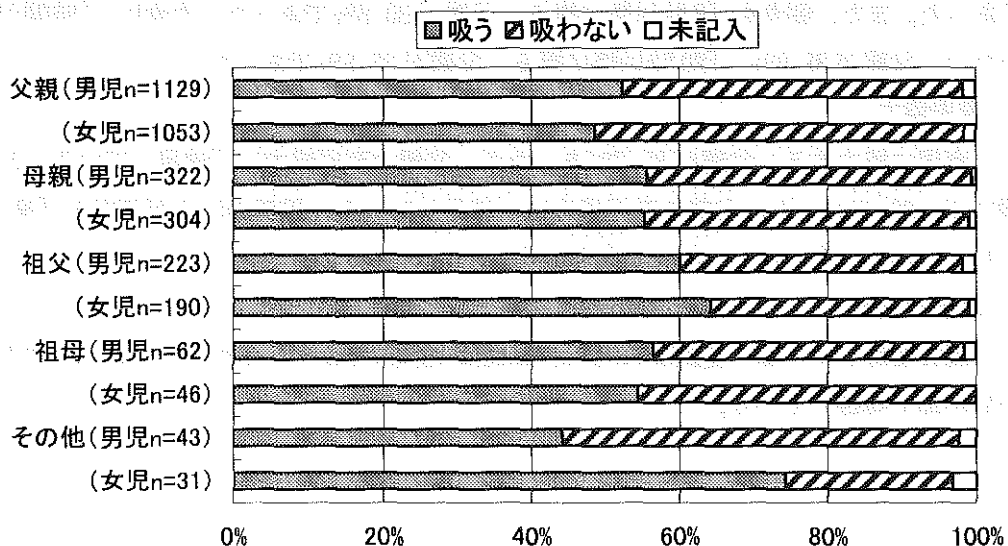


図71 児の前での喫煙の有無

#### IV まとめ

今回の調査を実施し、3歳児の生活習慣および保護者の生活習慣の状況を把握したところ以下のような結果が得られた。

##### 1) 児の生活時間について

起床・就寝時間が「決まっている」児がほとんどであったが、その中で「21時以降」に寝ている児が34.5%あった。

##### 2) 児の食事について

朝食を「毎日食べない」児が12.2%あり、3食の中で「欠食する」児が最も多くあった。

また、食べる時間も昼食、夕食に比べて「時間が決まっていない」「摂る時間が8時以降」の児が多くあった。食事を「ひとりで食べる」児が、3回の食事の中で朝食が4.4%と最も多かった。

食事の困りごとでは、困り事が「ある」が男児、女児ともに60%以上あり、困り事の内容で「途中で遊ぶ」「むらがある」「好き嫌いがある」が男児、女児ともに多かった。この「食事の困りごと」と「生活時間」、「欠食の状況」、「野菜の摂り方」との間に関連性のあることがわかった。

また、野菜の摂り方と排便習慣との間に関連性のあることもわかった。

##### 3) 児の遊びについて

「自分の家の中」、「自分の家の周り」で遊ぶ児が多く、外遊びの時間が「1時間以上」の児は半数に満たなかった。

また、遊び相手は「父・母兄弟姉妹」が多く、遊びの内容は「テレビ・ビデオ」が男児・女児とも多かった。

##### 4) 父親、母親の調査結果

父親、母親の生活時間は、「就寝時間の決まっている」者は父68.4%、母77.7%と父親が特に少なく、「24時前に寝ている」者は父60.1%、母71.1%であり、「24時以降に寝ている」父親、母親は3~4割にも及んだ。

食事は、朝食を「毎日摂る」父親が67.2%であった。「全く朝食を摂らない」父親が14.1%であった。また、朝食を「8時以降に摂る」母親が30.6%であった。夕食は、「時間が決まっていない」父親が38.6%、「20時以降に摂る」父親が33.5%であった。

##### 5) 育児協力

「育児に協力する」父親が85.7%あったが、父親の育児協力を「満足している」と答えた母親は61.8%であった。父親の育児協力を「満足している」母親のほうが育児を「楽しい」「どちらかといえば楽しい」と答えた母親が多くあった。

##### 6) 家族の喫煙

「現在喫煙している」父親は55.2%、母親は15.4%であり、そのうち半数以上の父親、母親が児の前で喫煙していた。

## V 考察

検討委員会において立てられた仮説を基に、クロス集計結果より各要因相互の関連をみるために検定を行った結果から、以下のようなことがわかった。

### 1) 生活リズムとの比較

子どもの生活時間について、「8時までに起きる」「21時までに寝る」「3食毎日食べる」の3項目全て当てはまる児を「生活リズムが整っている」と定義し、それ以外の児を「生活リズムが整っていない」とした。

父親、母親の生活時間については、「朝8時までに起床」「夜24時までに就寝」「3食毎日食べる」の3項目全て当てはまる父親、母親を「生活リズムが整っている」と定義し、それ以外の父親・母親を「生活リズムが整っていない」とした。

排便の回数が「1日1回以上」の児を、「排便が整っている」と定義し、それ以外の児を「排便が整っていない」とした。児の食事のことで困り事が「ある」を「困りごとあり」、「ない」を「困りごとなし」とした。

#### (1) 「生活リズム」と「排便」

「生活リズムが整っている」児と、「生活リズムが整っていない」児と、「排便が整っている」児と、「整っていない」児の関連をみたところ、「生活リズムが整っている」男児は、「生活リズムが整っていない」男児と比べて「排便が整っている」男児が多かった ( $P < 0.01$ )。女児には明らかな差はなかった。

#### (2) 生活リズムと食事の困りごと

「生活リズムが整っている」児と「整っていない」児と、食事のことで「困りごとあり」の児と、「困りごとなし」の児について関連をみたところ、「生活リズムの整っている」児は、「生活リズムの整っていない」児と比べて、食事の「困りごとなし」の児が多かった (男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )。

また、困りごとのそれぞれの内容と「生活リズム」との関連をみたところ、困りごとの内容では、「生活リズムの整っていない」児は「生活リズムが整っている」児と比べて、「好き嫌いがあがる」(男児： $P < 0.05$ 、女児： $P < 0.01$ )、「途中で遊ぶ」(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )、「ムラがある」(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.05$ )、「時間がかかる」(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )、「少食」(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )が多かった。

#### (3) 児と保護者の生活リズム

「生活リズムが整っている」児と、「整っていない」児と、「生活リズムが整っている」父親、母親と、「生活リズムが整っていない」父親、母親との関連をみたところ、「生活リズムが整っている」父親、母親の児は、「生活リズムが整っていない」父親、母親の児と比べて、「生活リズムが整っている」児が多かった(父親・男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ 、母親・男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )。

### 2) 朝食の欠食

朝食を「毎日食べる」と答えた児・父親・母親を「朝食を毎日食べる」と定義して、それ以外を「欠食あり」とし、「起床・就寝時間が決まっている」児を「決まっている」と定義して、それ以外を「決まっていない」とした。

### (1) 「起床・就寝時間」と「朝食の欠食」

起床・就寝時間が「決まっている」児、「決まっていない」児と、朝食を「毎日食べる」児、「欠食する」児との関連をみたところ、起床・就寝時間が「決まっている」児の方が、朝食を「毎日食べる」児が男児・女児ともに多かった(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )。

### (2) 父親・母親と児の「欠食」

朝食を「毎日食べる」父親・母親、「欠食する」父親・母親と、朝食を「毎日食べる」児、「欠食する」児との関連をみたところ、朝食を「毎日食べる」父親・母親の児の方が、「欠食する」父親・母親の児と比べて、朝食を「毎日食べる」児が多かった(父親・男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ 、母親・男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )。

## 3) 排便

排便の回数が「1日1回以上」の児を「排便が整っている」と定義して、それ以外を「整っていない」とし、野菜を「1日2回以上」食べる児を「よく食べる」と定義して、それ以外を「あまり食べない」とした。

### (1) 「排便」と「野菜の摂り方」

「排便が整っている」児、「整っていない」児と、野菜を「よく食べる」児、「あまり食べない」児との関連をみたところ、「排便が整っている」児は、「整っていない」児と比べて野菜を「よく食べる」児が多かった。(男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )

## 4) 食事の困りごと

野菜を「1日2回以上」食べる児を「よく食べる」と定義して、それ以外を「あまり食べない」とした。また、朝食・昼食・夕食を毎日食べる児を「3食食べる」と定義して、それ以外を「3食食べない」とした。

### (1) 野菜の摂り方と食事の困りごと

野菜を「よく食べる」児、「あまり食べない」児と、「食事の困りごとの有無」、「困りごとの内容」との関連をみたところ、野菜を「あまり食べない」児は、野菜を「よく食べる」児と比べて、「食事の困りごと」の全体、「好き嫌いがある」、「ムラがある」、「少食」で男児、女児ともに多く(いずれも男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )、「途中で遊ぶ」で男児が多く(男児： $P < 0.01$ )、「その他」で女児が多かった(女児： $P < 0.01$ )。

### (2) 3食と食事の困りごと

食事を「3食食べる」児、「3食食べない」児と、「食事の困りごとの有無」、「困りごとの内容」との関連をみたところ、「3食食べない」児の方が、「3食食べる」児より、「食事の困りごとの有無」、「途中で遊ぶ」「ムラがある」「少食」で男児、女児ともに多く(いずれも男児： $P < 0.01$ 、女児： $P < 0.01$ )、「好き嫌いがある」で女児が多かった(女児： $P < 0.01$ )。

## 5) 間食の時間、量と食事

間食の時間について「時間を決めている」児を「時間を決めている」と定義して、決めていない児を「時間を決めていない」とした。また、間食の量について「決めている」児を「量を決めている」と定義して、「決めていない」児を「量を決めていない」とした。朝食・昼食・

夕食を毎日食べる児を「3食食べる」、それ以外を「3食食べない」とした。

(1) 「間食の時間」と「3食」

間食の「時間を決めている」児、「時間を決めていない」児と、食事を「3食食べる」児、「3食食べない」児との関連をみたところ、間食の「時間を決めている」児の方が食事を「3食食べる」児が多かった(男児： $P < 0.01$  女児： $P < 0.01$ )。

(2) 「間食の量」と「3食」

間食の「量を決めている」児、「量を決めていない」児と、食事を「3食食べる」児、「3食食べない」児との関連をみたところ、間食の「量を決めている」児の方が食事を「3食食べる」児が多かった(男児： $P < 0.01$  女児： $P < 0.01$ )。

6) 母親の「育児の楽しさ」と「父親の育児協力」

育児が「楽しい」・「どちらかといえば楽しい」と答えた母親を「楽しい」と定義して、それ以外の母親を「楽しくない」とした。父親の育児協力の内容として、「平日1時間以上」児と遊ぶ父親を「1時間以上遊ぶ」と定義して、それより少ない遊び時間の父親を「1時間未満遊ぶ」とした。また、父親の「育児協力について」「よく協力する」・「時々協力する」と答えた母親を「育児協力あり」と定義して、それ以外を「育児協力なし」とした。父親の育児協力について「満足している」・「ほぼ満足している」母親を「満足」と定義して、「やや不満」「不満」「何とも言えない」の母親を「不満」とした。

(1) 「父親が児と遊ぶ時間」と母親の「育児の楽しさ」

平日「1時間以上遊ぶ」父親、「1時間未満遊ぶ」父親と、育児が「楽しい」母親、「楽しくない」母親との関連をみたところ、平日「1時間以上遊ぶ」父親の方が、「1時間未満遊ぶ」父親よりも、育児が「楽しい」と感じる母親は多かった( $P < 0.01$ )。

(2) 「父親の育児協力」と母親の「育児の楽しさ」

「育児協力あり」の父親、「育児協力なし」の父親と、育児が「楽しい」母親、「楽しくない」母親との関連をみたところ、父親の「育児協力あり」の母親の方が、「育児協力なし」の母親よりも「育児が楽しい」と答えた母親は多かった( $P < 0.01$ )。

(3) 母親の「父親の育児協力に対する満足度」と「育児の楽しさ」

父親の育児協力を「満足」している母親、「不満」の母親と、育児が「楽しい」母親、「楽しくない」母親との関連をみたところ、「満足」している母親は、「不満」の母親と比べて、育児が「楽しい」と答えた母は多かった。(  $P < 0.01$  )

今回の調査結果より、就寝時間の遅い児や、朝食を食べない児がみられた。

朝食は、午前中の体、特に脳のエネルギー源として必要なものであり、幼児の成長に必要な栄養としても大切である。食事を3食摂ることはもちろん、間食も3食の捕食として内容、量を考えていく必要がある。

幼児期の生活習慣は保護者の生活習慣の影響を受けており就寝時刻の遅い児は、起床時間も遅くなることが多く、朝食の欠食や間食の増加、日中の活動時間の短縮などにつながっていくことが予測される。

乳幼児期は、大人の関わりや方向づけをそのまま受け入れる時期でもあるため、児の生活習

慣の形成において、この時期に関わる大人は重要な役割を持っているといえる。今回の調査実施者の60%以上が自宅で母親に保育されている児であったため、特に、母親の生活習慣や食に対する考え方、行動は児に影響すると考えられる。

現在の母親は地域から孤立し、育児ストレスも多いといわれる。今回の結果から、父親の育児協力が満足している母親は「育児を楽しみ」と感じる者が多かったことから、父親に対して「母親の満足する育児協力」をするような配慮の必要性も併せて指導する必要があると思われる。

幼児の生活習慣は、幼稚園などで集団生活に入ることにより、起床時間、就寝時間、排便習慣などは改善されてくることが言われているが、今回の調査結果が、児の生活習慣全体の基礎をつくる家庭での父親、母親の関わりや生活習慣が、児の生活習慣の形成に影響をおよぼすことを、乳幼児を持つ保護者や関係者にデータを基に伝えていく資料となると思われる。

## VI おわりに

静岡県における3歳児とその保護者の生活習慣について調査した結果を報告した。この結果は、静岡県の3歳児の生活習慣を表すものとして『しずおか健康創造21アクションプラン』の課題のうち、いくつかの目標値のベースラインとして活用される予定である。

この結果が、県及び各市町村で実施する乳幼児を対象とした健康診査・相談等の母子保健事業に利用され、幼児期からの生活習慣病予防の資料として役立てられることを期待する。

なお、ご協力いただいた市町村には、この報告書とともに別に作成したリーフレットを配布する予定である。



Ⅶ 参考文献

- 1) 大川匡子. 体内時計の発達. 食べ物文化. 芽ばえ社, 1999 ; 4 : 10-23
- 2) 安藤節子. 幼児の食事大切にしたいこと. 食べ物文化. 芽ばえ社, 1996 ; 7 : 9-20
- 3) 三池 輝久. 子どもの生活リズムの生理. 教育と医学. 慶応義塾大学出版会, 1997 ; 7 : 615-622
- 4) 菅野 純. 子どもの生活リズムの乱れとその回復. 教育と医学. 慶応大学出版会, 1997 ; 7 : 623-630
- 5) 坂本元子. 心と体をはぐくむ食との出会い. 食生活, 2002 ; 5
- 6) 日本小児保健協会. 幼児健康度調査報告書. 日本小児保健協会, 2001
- 7) 厚生労働省大臣官房統計情報部. 第2回21世紀出生児縦断調査の概要. 2003
- 8) 静岡県立大学調理科学研究室, 清水市保健福祉部保健センター. 幼児の健康と生活習慣調査. 2001
- 9) 静岡県北遠健康福祉センター. 静岡県北遠地域における子どもの健康と食生活. 2001
- 10) 中村晴信, 甲田勝康, 中村留美子, 他. 幼児期の生活習慣の変化についての縦断的研究. 小児保健研究, 1999 ; 58 : 690-695
- 11) 村田光範. 小児期からの総合的な健康づくりに関する研究. (厚生科学研究費補助金 総合的プロジェクト研究分野 子ども家庭総合研究事業). 1999 ; 11

年齢	性別	年齢	性別	年齢	性別	年齢	性別
3歳	男	3歳	女	3歳	男	3歳	女
4歳	男	4歳	女	4歳	男	4歳	女
5歳	男	5歳	女	5歳	男	5歳	女
6歳	男	6歳	女	6歳	男	6歳	女
7歳	男	7歳	女	7歳	男	7歳	女
8歳	男	8歳	女	8歳	男	8歳	女
9歳	男	9歳	女	9歳	男	9歳	女
10歳	男	10歳	女	10歳	男	10歳	女
11歳	男	11歳	女	11歳	男	11歳	女
12歳	男	12歳	女	12歳	男	12歳	女
13歳	男	13歳	女	13歳	男	13歳	女
14歳	男	14歳	女	14歳	男	14歳	女
15歳	男	15歳	女	15歳	男	15歳	女
16歳	男	16歳	女	16歳	男	16歳	女
17歳	男	17歳	女	17歳	男	17歳	女
18歳	男	18歳	女	18歳	男	18歳	女
19歳	男	19歳	女	19歳	男	19歳	女
20歳	男	20歳	女	20歳	男	20歳	女

Ⅷ 数値表

1対象者の概要

1)年齢区分 男児n=2139 女児n=2007

		3歳0ヶ月 ～6ヶ月	3歳7ヶ月 ～12ヶ月	未記入
男児	人	2030	87	22
	%	94.9	4.1	1.0
女児	人	1906	75	26
	%	95.0	3.7	1.3
計	人	3936	162	48
	%	94.9	3.9	1.2

2)出生順位(第6子は該当なし)

		第1子	第2子	第3子	第4子	第5子	第7子	未記入
男児	人	1114	776	208	26	2	0	13
	%	52.1	36.3	9.7	1.2	0.1	0.0	0.6
女児	人	1049	719	201	29	4	3	2
	%	52.3	35.8	10.0	1.4	0.2	0.1	0.1
計	人	2163	1495	409	55	6	3	15
	%	52.2	36.1	9.9	1.3	0.1	0.1	0.4

3)家族構成

(1)同居人数

		2人	3人	4人	5人	6人	7人	8人
男児	人	22	443	802	352	261	145	59
	%	1.0	20.7	37.5	16.5	12.2	6.8	2.8
女児	人	20	413	764	318	267	139	50
	%	1.0	20.6	38.1	15.8	13.3	6.9	2.5
計	人	42	856	1566	670	528	284	109
	%	1.0	20.6	37.8	16.2	12.7	6.8	2.6
		9人	10人	11人	未記入			
男児	人	24	4	1	26			
	%	1.1	0.2	0.0	1.2			
女児	人	15	2	0	19			
	%	0.7	0.1	0.0	0.9			
計	人	39	6	1	45			
	%	0.9	0.1	0.0	1.1			

## (2)同居者の続柄

		父	母	祖父	祖母	兄	姉	弟	妹
男児	人	2031	2092	567	681	598	512	322	291
	%	95.0	97.8	26.5	31.8	28.0	23.9	15.1	13.6
女児	人	1921	1976	519	634	531	516	279	294
	%	95.7	98.5	25.9	31.6	26.5	25.7	13.9	14.6
計	人	3952	4068	1086	1315	1129	1028	601	585
	%	95.3	98.1	26.2	31.7	27.2	24.8	14.5	14.1
		その他							
男児	人	210							
	%	9.8							
女児	人	196							
	%	9.8							
計	人	406							
	%	9.8							

## (2)-2同居者の構成(両親・祖父)

続柄	男児	女児	計	%
父・母のみ	1338	1278	2616	63.1
父・母・祖父母	479	445	924	22.3
父・母・祖母	143	140	283	6.8
父・母・祖父	36	31	67	1.6
父のみ	23	22	45	1.1
父と祖父母	10	3	13	0.3
父・祖母	2	1	3	0.1
母・祖父母	36	37	73	1.8
母・祖母	8	7	15	0.4
母・祖父	4	2	6	0.1
母のみ	48	35	83	2.0
祖母	1	0	1	0.0
祖父母	2	1	3	0.1
家族なし	9	4	13	0.3
不明	0	1	1	0.0
計	2139	2007	4146	100.0

## (2)-3同居者の構成(兄弟姉妹)

続柄	男児	女児	計	%
兄のみ	409	377	786	19.0
姉のみ	361	357	718	17.3
兄・姉	103	98	201	4.8
弟のみ	242	219	461	11.1
妹のみ	225	235	460	11.1
弟・妹	6	2	8	0.2
兄・姉・妹	0	1	1	0.0
兄・姉・弟	2	2	4	0.1
兄・弟	48	28	76	1.8
兄・妹	35	24	59	1.4
姉・弟	22	26	48	1.2
姉・妹	23	30	53	1.3
姉・妹・弟	1	1	2	0.0
兄・妹・弟	1	0	1	0.0
兄・姉・妹・弟	0	1	1	0.0
兄弟姉妹なし	661	606	1267	30.6
計	2139	2007	4146	100.0

#### 4) 住居の状況

		一戸建て	集合住宅	その他	未記入
男児	人	1237	840	37	25
	%	57.8	39.3	1.7	1.2
女児	人	1154	801	34	18
	%	57.5	39.9	1.7	0.9
計	人	2391	1641	71	43
	%	57.7	39.6	1.7	1.0

### 2 保護者の状況

#### 1) 父親の年齢 父親: 男児n=2031 女児n=1921

		20歳～24歳	25歳～29歳	30歳～34歳	35歳～39歳	40歳～44歳	45歳～49歳	50歳以上	未記入
男児	人	37	296	796	592	231	59	14	6
	%	1.8	14.6	39.2	29.1	11.4	2.9	0.7	0.3
女児	人	43	255	717	580	236	62	17	11
	%	2.2	13.3	37.3	30.2	12.3	3.2	0.9	0.6
計	人	80	551	1513	1172	467	121	31	17
	%	2.0	13.9	38.3	29.7	11.8	3.1	0.8	0.4

#### 2) 父親の労働状況

		常勤の仕事	パート・アルバイト	自営業・家業・内職	無職	その他	未記入
男児	人	1727	7	248	10	24	15
	%	85.0	0.3	12.2	0.5	1.2	0.7
女児	人	1640	14	235	7	14	11
	%	85.4	0.7	12.2	0.4	0.7	0.6
計	人	3367	21	483	17	38	26
	%	85.2	0.5	12.2	0.4	1.0	0.7

#### 3) 父親の健康状態

		心身ともに健康	体の調子は良いが精神的に不調	精神的には良いが体が不調	心身ともに不調	なんともいえない	未記入
男児	人	1832	36	45	21	53	44
	%	90.2	1.8	2.2	1.0	2.6	2.2
女児	人	1748	30	51	17	46	29
	%	91.0	1.6	2.7	0.9	2.4	1.5
計	人	3580	66	96	38	99	73
	%	90.6	1.7	2.4	1.0	2.5	1.8

4) 母親の年齢

母親: 男児n=2092 女児n=1976

		20歳未満	20歳～24歳	25歳～29歳	30歳～34歳	35歳～39歳	39歳～44歳	44歳～49歳
男児	人	1	79	488	959	471	82	3
	%	0.0	3.8	23.3	45.8	22.5	3.9	0.1
女児	人	1	65	439	916	447	90	10
	%	0.1	3.3	22.2	46.4	22.6	4.6	0.5
計	人	2	144	927	1875	918	172	13
	%	0.0%	3.5%	22.8%	46.1%	22.6%	4.2%	0.3%
		50歳～以上	未記入					
男児	人	2	7					
	%	0.1	0.3					
女児	人	1	7					
	%	0.1	0.4					
計	人	3	14					
	%	0.1	0.3					

5) 母親の労働状況

		常勤の仕事	パート・アルバイト	自営業・家業・内職	無職	その他	未記入
男児	人	247	332	192	1276	25	20
	%	11.8	15.9	9.2	61.0	1.2	1.0
女児	人	253	285	195	1197	23	23
	%	12.8	14.4	9.9	60.6	1.2	1.2
計	人	500	617	387	2473	48	43
	%	12.3	15.2	9.5	60.8	1.2	1.1

6) 母親の健康状態

		心身ともに健康	体の調子は良いが精神的に不調	精神的には良いが体が不調	心身ともに不調	なんともいえない	未記入
男児	人	1868	48	56	28	70	22
	%	89.3	2.3	2.7	1.3	3.3	1.1
女児	人	1741	52	52	31	83	17
	%	88.1	2.6	2.6	1.6	4.2	0.9
計	人	3609	100	108	59	153	39
	%	88.7	2.5	2.7	1.5	3.8	1.0

3子どもの健康状態や生活習慣について

1)現在、お子さんの健康面で心配なことはありますか。

		ある	ない	未記入
男児	人	430	1642	67
	%	20.1	76.8	3.1
女児	人	410	1545	52
	%	20.4	77.0	2.6
計	人	840	3187	119
	%	20.3	76.9	2.9

1)-2どのようなことが心配ですか。1)であると答えた男児n=430 女児n=410(複数回答)

		風邪をひきやすい	体力がな	痩せてい	太ってい	治療中の	その他
		い	る	る	る	病気があ	
		る				る	
男児	人	155	17	17	25	99	166
	%	36.0	4.0	4.0	5.8	23.0	38.6
女児	人	111	13	13	42	92	171
	%	27.1	3.2	3.2	10.2	22.4	41.7
計	人	266	30	30	67	191	337
	%	31.7	3.6	3.6	8.0	22.7	40.1

2)お子さんの排便の回数はどのくらいですか。

(1)排便の回数

		1日1回以上	でる日とでない日がある	未記入
男児	人	1494	592	53
	%	69.8	27.7	2.5
女児	人	1291	680	36
	%	64.3	33.9	1.8
計	人	2785	1272	89
	%	67.2	30.7	2.1

(2)排便の間隔 (1)ででる日と出ない日があると答えた男児n=592 女児n=680の回答結果

		1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	未記入
男児	人	34	444	62	11	5	2	2	32
	%	5.7	75.0	10.5	1.9	0.8	0.3	0.3	5.4
女児	人	48	501	75	12	6	1	3	34
	%	7.1	73.7	11.0	1.8	0.9	0.1	0.4	5.0
計	人	82	945	137	23	11	3	5	66
	%	6.4	74.3	10.8	1.8	0.9	0.2	0.4	5.2

3) お子さんの朝起きる時間と夜寝る時間は何時ごろですか。

(1) こどもの起床時間

		決まっ ている	決まっ てい ない	未記入
男児	人	1963	126	50
	%	91.8	5.9	2.3
女児	人	1845	125	37
	%	91.9	6.2	1.8
計	人	3808	251	87
	%	91.8	6.1	2.1

(2) こどもの起床時刻 (1)で決まっ  
ていると答えた男児n=1963女児n=1845の回答  
結果

		8時前 に 起床	8時以 降 に 起床	未記入
男	人	1560	403	0
	%	79.5	20.5	0.0
女	人	1430	415	0
	%	77.5	22.5	0.0
計	人	2990	818	0
	%	78.5	21.5	0.0

(3) こどもの就寝時間

		決まっ ている	決まっ てい ない	未記入
男児	人	1834	251	54
	%	85.7	11.7	2.5
女児	人	1731	235	41
	%	86.2	11.7	2.0
計	人	3565	486	95
	%	86.0	11.7	2.3

(4) こどもの就寝時刻 (3)で決まっ  
ていると答えた男児n=1834女児n=1731の回答結果

		21時前 に 就寝	21時以 降 に 就寝	未記入
男	人	1205	629	0
	%	65.7	34.3	0.0
女	人	1130	601	0
	%	65.3	34.7	0.0
計	人	2335	1230	0
	%	65.5	34.5	0.0

4) お子さんが寝る時保護者の方がしてあげていることはありますか。(複数回答)

		添い寝を する	寝つくま で側にい る	絵本等の 読み聞か せ	その他
男児	人	1325	1046	788	167
	%	61.9	48.9	36.8	7.8
女児	人	1182	1003	798	176
	%	58.9	50.0	39.8	8.8
計	人	2507	2049	1586	343
	%	60.5	49.4	38.3	8.3

4) 子どもの食生活について

1) お子さんは、朝・昼・夜の食事を毎日食べますか。

(1) 朝食の摂取状況

		毎日食 べ る	週4~6日 食 べる	週1~3日 食 べる	食 べ ない	未 記 入
男児	人	1827	181	67	22	42
	%	85.4	8.5	3.1	1.0	2.0
女児	人	1730	169	67	4	37
	%	86.2	8.4	3.3	0.2	1.8
計	人	3557	350	134	26	79
	%	85.8	8.4	3.2	0.6	1.9

(2) 昼食の摂取状況

		毎日食べる	週4~6日食べる	週1~3日食べる	食べない	未記入
男児	人	2016	70	11	0	42
	%	94.2	3.3	0.5	0.0	2.0
女児	人	1905	52	11	1	38
	%	94.9	2.6	0.5	0.0	1.9
計	人	3921	122	22	1	80
	%	94.6	2.9	0.5	0.0	1.9

(3) 夕食の摂取状況

		毎日食べる	週4~6日食べる	週1~3日食べる	食べない	未記入
男児	人	2027	62	8	1	41
	%	94.8	2.9	0.4	0.0	1.9
女児	人	1911	58	3	0	35
	%	95.2	2.9	0.1	0.0	1.7
計	人	3938	120	11	1	76
	%	95.0	2.9	0.3	0.0	1.8

2) お子さんはふだん食事を何時ごろ食べますか。

(1) 子朝食時間

		決まっている	決まっていない	未記入
男児	人	1938	149	52
	%	90.6	7.0	2.4
女児	人	1812	149	46
	%	90.3	7.4	2.3
計	人	3750	298	98
	%	90.4	7.2	2.4

(3) 子昼食時間

		決まっている	決まっていない	未記入
男児	人	2011	76	52
	%	94.0	3.6	2.4
女児	人	1875	78	54
	%	93.4	3.9	2.7
計	人	3886	154	106
	%	93.7	3.7	2.6

(5) 子夕食時間

		決まっている	決まっていない	未記入
男児	人	1990	107	42
	%	93.0	5.0	2.0
女児	人	1881	82	44
	%	93.7	4.1	2.2
計	人	3871	189	86
	%	93.4	4.6	2.1

(2) 子朝食時刻 (1)で決まっていると答えた者  
男児n=1938女児n=1812の回答

		8時前に食べる	8時以降に食べる	未記入
男児	人	1735	202	1
	%	89.5	10.4	0.1
女児	人	1621	190	1
	%	89.5	10.5	0.1
計	人	3356	392	2
	%	89.5	10.5	0.1

(4) 子昼食時刻 (3)で決まっていると答えた者  
男児n=2011女児n=1875の回答

		13時前にとる	13時以降に取る	未記入
男児	人	1854	155	2
	%	92.2	7.7	0.1
女児	人	1726	149	0
	%	92.1	7.9	0.0
計	人	3580	304	2
	%	92.1	7.8	0.1

(6) 子夕食時刻 (5)で決まっていると答えた者  
男児n=1990女児n=1881の回答

		20時前に食べる	20時以降に食べる	未記入
男児	人	1945	44	1
	%	97.7	2.2	0.1
女児	人	1834	46	1
	%	97.5	2.4	0.1
計	人	3779	90	2
	%	97.6	2.3	0.1



3) お子さんはふだん食事を誰と一緒に食べますか。

(1) 朝食

		家族全員	大人と一緒	子どもだけ	ひとりで	その他	未記入
男児	人	425	1292	226	96	32	68
	%	19.9	60.4	10.6	4.5	1.5	3.2
女児	人	377	1235	206	88	46	55
	%	18.8	61.5	10.3	4.4	2.3	2.7
計	人	802	2527	432	184	78	123
	%	19.3	61.0	10.4	4.4	1.9	3.0

(2) 昼食

		家族全員	大人と一緒	子どもだけ	ひとりで	その他	未記入
男児	人	109	1433	52	2	467	76
	%	5.1	67.0	2.4	0.1	21.8	3.6
女児	人	87	1369	36	5	436	74
	%	4.3	68.2	1.8	0.2	21.7	3.7
計	人	196	2802	88	7	903	150
	%	4.7	67.6	2.1	0.2	21.8	3.6

(3) 夕食

		家族全員	大人と一緒	子どもだけ	ひとりで	その他	未記入
男児	人	807	1171	34	3	39	85
	%	37.7	54.7	1.6	0.1	1.8	4.0
女児	人	808	1056	23	5	40	75
	%	40.3	52.6	1.1	0.2	2.0	3.7
計	人	1615	2227	57	8	79	160
	%	39.0	53.7	1.4	0.2	1.9	3.9

4) お子さんの食事のことで困っていることはありますか。

		ある	ない	未記入
男児	人	1464	623	52
	%	68.4	29.1	2.4
女児	人	1302	652	53
	%	64.9	32.5	2.6
計	人	2766	1275	105
	%	66.7	30.8	2.5

#### 4)-2 食事に関する困り事の内容

4)で困っていることがあると答えた男児n=1464女児n=1302の回答(複数回答)

		好き嫌い がある	途中で遊 ぶ	ムラがあ る	時間がか かる	早食い	少食	食べ過ぎ	その他
男児	人	736	823	801	389	48	314	44	126
	%	50.3	56.2	54.7	26.6	3.3	21.4	3.0	8.6
女児	人	612	723	696	438	29	305	56	108
	%	47.0	55.5	53.5	33.6	2.2	23.4	4.3	8.3
計	人	1348	1546	1497	827	77	619	100	234
	%	48.7	55.9	54.1	29.9	2.8	22.4	3.6	8.5

#### 5) お子さんは次の食品をどのくらい食べていますか。

##### (1) 野菜

		1日2回 以上	1日1回	2~3日に 1回	週に1回	ほとんど 食べない	未記入
男児	人	1099	694	163	18	123	42
	%	51.4	32.4	7.6	0.8	5.8	2.0
女児	人	1087	652	123	15	91	39
	%	54.2	32.5	6.1	0.7	4.5	1.9
計	人	2186	1346	286	33	214	81
	%	52.7	32.5	6.9	0.8	5.2	2.0

##### (2) 肉類(ハム・ウィンナーも含む)

		1日2回 以上	1日1回	2~3日に 1回	週に1回	ほとんど 食べない	未記入
男児	人	713	933	391	39	22	41
	%	33.3	43.6	18.3	1.8	1.0	1.9
女児	人	616	949	358	30	15	39
	%	30.7	47.3	17.8	1.5	0.7	1.9
計	人	1329	1882	749	69	37	80
	%	32.1	45.4	18.1	1.7	0.9	1.9

##### (3) 魚介類(かまぼこ・ちくわも含む)

		1日2回 以上	1日1回	2~3日に 1回	週に1回	ほとんど 食べない	未記入
男児	人	236	854	837	101	68	43
	%	11.0	39.9	39.1	4.7	3.2	2.0
女児	人	212	861	733	103	56	42
	%	10.6	42.9	36.5	5.1	2.8	2.1
計	人	448	1715	1570	204	124	85
	%	10.8	41.4	37.9	4.9	3.0	2.1

(4)大豆・大豆製品(豆腐・油揚げなど)

		1日2回以上	1日1回	2~3日に1回	週に1回	ほとんど食べない	未記入
男児	人	294	924	739	99	42	41
	%	13.7	43.2	34.5	4.6	2.0	1.9
女児	人	282	873	704	71	34	43
	%	14.1	43.5	35.1	3.5	1.7	2.1
計	人	576	1797	1443	170	76	84
	%	13.9	43.3	34.8	4.1	1.8	2.0

(5)牛乳・乳製品(ヨーグルト・チーズなど)

		1日2回以上	1日1回	2~3日に1回	週に1回	ほとんど食べない	未記入
男児	人	1042	745	237	43	39	33
	%	48.7	34.8	11.1	2.0	1.8	1.5
女児	人	924	729	240	49	33	32
	%	46.0	36.3	12.0	2.4	1.6	1.6
計	人	1966	1474	477	92	72	65
	%	47.4	35.6	11.5	2.2	1.7	1.6

(6)たまご

		1日2回以上	1日1回	2~3日に1回	週に1回	ほとんど食べない	未記入
男児	人	74	994	802	92	140	37
	%	3.5	46.5	37.5	4.3	6.5	1.7
女児	人	61	988	754	89	75	40
	%	3.0	49.2	37.6	4.4	3.7	2.0
計	人	135	1982	1556	181	215	77
	%	3.3	47.8	37.5	4.4	5.2	1.9

6)お子さんを連れてファーストフード(ハンバーガーなどのお店)を利用することはありますか。

		利用する	利用しない	未記入
男児	人	1772	338	29
	%	82.8	15.8	1.4
女児	人	1634	343	30
	%	81.4	17.1	1.5
計	人	3406	681	59
	%	82.2	16.4	1.4

6)-2利用頻度

6)で利用すると答えた者男児n=1772女児n=1634の回答

		週5回以上	週2~4回	週1回	週1回未満	未記入
男児	人	4	27	150	1559	32
	%	0.2	1.5	8.5	88.0	1.8
女児	人	2	19	135	1466	12
	%	0.1	1.2	8.3	89.7	0.7
計	人	6	46	285	3025	44
	%	0.2	1.4	8.4	88.8	1.3

7) 既成食品(お惣菜・冷凍食品・レトルト食品など)を利用することはありますか。

		利用する	利用しない	未記入
男児	人	1891	226	22
	%	88.4	10.6	1.0
女児	人	1767	212	28
	%	88.0	10.6	1.4
計	人	3658	438	50
	%	88.2	10.6	1.2

7)-2利用頻度

7)で利用すると答えた者男児n=1891女児n=1767の回答

		週5回以上	週2~4回	週1回	週1回未満	未記入
男児	人	43	587	467	763	31
	%	2.3	31.0	24.7	40.3	1.6
女児	人	32	557	465	700	13
	%	1.8	31.5	26.3	39.6	0.7
計	人	75	1144	932	1463	44
	%	2.1	31.3	25.5	40.0	1.2

8) お子さんは間食(3度の食事以外)をしますか。

(1) 間食の有無

		間食する	間食しない	未記入
男児	人	2079	35	25
	%	97.2	1.6	1.2
女児	人	1942	27	38
	%	96.8	1.3	1.9
計	人	4021	62	63
	%	97.0	1.5	1.5

(1)-2間食にどんなものを食べたり飲んだりしますか。

(1)で間食すると答えた者男児n=2079女児n=1942の回答(複数回答)

		お菓子	果物	パンやおにぎり	牛乳・乳飲料	乳酸菌飲料	イオン飲料	ジュース	その他
男児	人	1879	1093	645	1301	757	350	1063	230
	%	90.4	52.6	31.0	62.6	36.4	16.8	51.1	11.1
女児	人	1767	1117	594	1165	687	272	1010	206
	%	91.0	57.5	30.6	60.0	35.4	14.0	52.0	10.6
計	人	3646	2210	1239	2466	1444	622	2073	436
	%	90.7	55.0	30.8	61.3	35.9	15.5	51.6	10.8

(2) お家での間食の時間はどのようにしていますか。

		時間を決めている	時間は決めていない	その他	未記入
男児	人	959	1040	101	39
	%	44.8	48.6	4.7	1.8
女児	人	944	935	90	38
	%	47.0	46.6	4.5	1.9
計	人	1903	1975	191	77
	%	45.9	47.6	4.6	1.9

(3) お家での、間食の量はどのようにしていますか。

		大人が決めた量	子どもがほしがるだけ	その他	未記入
男児	人	1762	298	42	37
	%	82.4	13.9	2.0	1.7
女児	人	1666	249	47	45
	%	83.0	12.4	2.3	2.2
計	人	3428	547	89	82
	%	82.7	13.2	2.1	2.0

5 遊びについて

1) お子さんがふだんよく遊ぶ場所はどこですか。(複数回答)

		自分の家の中	自分の家の周り	友達の家	公園	児童施設	保育所	デパートやショッピングセンター	その他
男児	人	1746	1315	369	984	205	536	198	193
	%	81.6	61.5	17.3	46.0	9.6	25.1	9.3	9.0
女児	人	1673	1209	372	945	181	477	208	152
	%	83.4	60.2	18.5	47.1	9.0	23.8	10.4	7.6
計	人	3419	2524	741	1929	386	1013	406	345
	%	82.5	60.9	17.9	46.5	9.3	24.4	9.8	8.3

2) お子さんはふだんのくらい外で遊びますか。

		30分未満	30分以上1時間未満	1時間以上	わからない	外遊びはしない	未記入
男児	人	187	641	1057	71	91	92
	%	8.7	30.0	49.4	3.3	4.3	4.3
女児	人	187	665	891	83	93	88
	%	9.3	33.1	44.4	4.1	4.6	4.4
計	人	374	1306	1948	154	184	180
	%	9.0	31.5	47.0	3.7	4.4	4.3

2) 2外遊びをしない理由はなんですか。

2)で外遊びはしないと答えた者男児n=91女児n=93の回答(複数回答)

		安全に遊べる場所がない	遊び相手がいない	子どもが外遊びを好まない	その他
男児	人	23	14	1	67
	%	25.3	15.4	1.1	73.6
女児	人	20	23	1	60
	%	21.5	24.7	1.1	64.5
計	人	43	37	2	127
	%	23.4	20.1	1.1	69.0

3) お子さんの主な遊び相手は誰ですか。(複数回答)

		母親や父親	兄弟姉妹	近所の友達	保育所の友達	親戚の子ども	祖父母	その他
男児	人	1685	1152	905	453	284	757	126
	%	78.8	53.9	42.3	21.2	13.3	35.4	5.9
女児	人	1542	1076	865	419	258	791	130
	%	76.8	53.6	43.1	20.9	12.9	39.4	6.5
計	人	3227	2228	1770	872	542	1548	256
	%	77.8	53.7	42.7	21.0	13.1	37.3	6.2

4) お子さんはふだんどんな遊びをしていますか。(複数回答)

		テレビ・ビデオ	ままごと・ごっこ遊び	本・絵本をみる、読む	泥・砂遊び	お絵かき・粘土	積木・ブロック遊び	三輪車・乗り物遊び	ボール・すべり台・ブランコ等の運動遊び
男児	人	1569	1030	1353	1082	784	1170	1347	1399
	%	73.4	48.2	63.3	50.6	36.7	54.7	63.0	65.4
女児	人	1440	1549	1469	1051	1305	980	1078	1303
	%	71.7	77.2	73.2	52.4	65.0	48.8	53.7	64.9
計	人	3009	2579	2822	2133	2089	2150	2425	2702
	%	72.6	62.2	68.1	51.4	50.4	51.9	58.5	65.2
		その他							
男児	人	218							
	%	10.2							
女児	人	120							
	%	6.0							
計	人	338							
	%	8.2							

5) お子さんはふだんのくらいテレビやビデオをんでいますか。

		みる	全くみない	わからない	未記入
男児	人	1915	16	116	92
	%	89.5	0.7	5.4	4.3
女児	人	1818	9	97	83
	%	90.6	0.4	4.8	4.1
計	人	3733	25	213	175
	%	90.0	0.6	5.1	4.2

5)-2 テレビやビデオを見ている時間

5) でテレビをみると答えた者男児n=1915女児n=1818の回答

		1時間未満	1~3時間未満	3時間以上5時間未満	5時間以上	未記入
男児	人	76	1206	524	84	25
	%	4.0	63.0	27.4	4.4	1.3
女児	人	85	1167	464	88	14
	%	4.7	64.2	25.5	4.8	0.8
計	人	161	2373	988	172	39
	%	4.3	63.6	26.5	4.6	1.0

6) お子さんは現在、お稽古事をやっていますか。

		やっている	やっていない	未記入
男児	人	384	1663	92
	%	18.0	77.7	4.3
女児	人	422	1491	94
	%	21.0	74.3	4.7
計	人	806	3154	186
	%	19.4	76.1	4.5

6)-2 お稽古事の内容

6) でやっていると答えた者男児n=384女児n=422の回答(複数回答)

		知育教室	英会話	音楽	水泳	体操・体育教室・バレエ・リトミック	その他
男児	人	75	121	41	93	152	14
	%	19.5	31.5	10.7	24.2	39.6	3.6
女児	人	72	112	84	73	172	20
	%	17.1	26.5	19.9	17.3	40.8	4.7
計	人	147	233	125	166	324	34
	%	18.2	28.9	15.5	20.6	40.2	4.2

6 昼間、お子さんを主に保育しているのは誰ですか。

		母	父	祖父母	知人・友人	保育士や託児所の職員	その他	未記入
男児	人	1363	0	79	1	527	30	139
	%	63.7	0.0	3.7	0.0	24.6	1.4	6.5
女児	人	1272	4	95	1	467	27	141
	%	63.4	0.2	4.7	0.0	23.3	1.3	7.0
計	人	2635	4	174	2	994	57	280
	%	63.6	0.1	4.2	0.0	24.0	1.4	6.8

7 昼間お子さんは主にどこで過ごしますか。

		自宅	祖父母の家	知人・友人の家	認可保育所	認可外の託児所・ベビーホテル等	その他	未記入
男児	人	1317	74	11	522	28	68	119
	%	61.6	3.5	0.5	24.4	1.3	3.2	5.6
女児	人	1241	87	8	462	25	65	119
	%	61.8	4.3	0.4	23.0	1.2	3.2	5.9
計	人	2558	161	19	984	53	133	238
	%	61.7	3.9	0.5	23.7	1.3	3.2	5.7

8 保護者の生活習慣について

1) お父さん、お母さんのふだん朝起きる時間と、夜寝る時間は何時ごろですか。

(1) 保護者の起床時間

(2) 起床時刻 (1)で決まっていると答えた者父: 男児n=1762女児n=1667母: 男児n=1960女児=1849の回答

		決まっている	決まっていない	未記入	
父	男児	人	1762	200	69
		%	86.8	9.8	3.4
	女児	人	1667	177	77
		%	86.8	9.2	4.0
計	人	3429	377	146	
	%	86.8	9.5	3.7	
母	男児	人	1960	85	47
		%	93.7	4.1	2.2
	女児	人	1849	77	50
		%	93.6	3.9	2.5
計	人	3809	162	97	
	%	93.6	4.0	2.4	

		8時前に起床	8時以降に起床	未記入	
父	男児	人	1647	114	1
		%	93.5	6.5	0.1
	女児	人	1551	116	0
		%	93.0	7.0	0.0
計	人	3198	230	1	
	%	93.3	6.7	0.0	
母	男児	人	1892	67	1
		%	96.5	3.4	0.1
	女児	人	1780	69	0
		%	96.3	3.7	0.0
計	人	3672	136	1	
	%	96.4	3.6	0.0	



(3) 保護者の就寝時間

			決ま っている	決ま っていない	未記入
父	男児	人	1377	556	98
		%	67.8	27.4	4.8
	女児	人	1325	492	104
		%	69.0	25.6	5.4
	計	人	2702	1048	202
		%	68.4	26.5	5.1
母	男児	人	1622	402	68
		%	77.5	19.2	3.3
	女児	人	1538	372	66
		%	77.8	18.8	3.3
	計	人	3160	774	134
		%	77.7	19.0	3.3

(4) 就寝時刻 (3)で決まっていると答えた者父:男児n=1377女児n=1325母:男児n=1622女児n=1538  
の回答

			24時前 に就寝	24時以 降に就 寝	未記入
父	男児	人	834	543	0
		%	60.6	39.4	0
	女児	人	791	534	0
		%	59.7	40.3	0
	計	人	1625	1077	0
		%	60.1	39.9	0
母	男児	人	1165	457	0
		%	71.8	28.2	0
	女児	人	1083	455	0
		%	70.4	29.6	0
	計	人	2248	912	0
		%	71.1	28.9	0

2) お父さん、お母さんは、朝昼夕の食事を毎日たべていますか。

(1) 父親の朝食・昼食・夕食の摂取状況

			毎日食 べる	週4~ 6日食 べる	週1~ 3日食 べる	食べな い	未記入
朝食	男児	人	1346	137	150	310	88
		%	66.3	6.7	7.4	15.3	4.3
	女児	人	1311	147	136	246	81
		%	68.2	7.7	7.1	12.8	4.2
	計	人	2657	284	286	556	169
		%	67.2	7.2	7.2	14.1	4.3
昼食	男児	人	1835	65	28	5	98
		%	90.3	3.2	1.4	0.2	4.8
	女児	人	1717	73	21	17	93
		%	89.4	3.8	1.1	0.9	4.8
	計	人	3552	138	49	22	191
		%	89.9	3.5	1.2	0.6	4.8
夕食	男児	人	1882	39	17	4	89
		%	92.7	1.9	0.8	0.2	4.4
	女児	人	1787	29	15	5	85
		%	93.0	1.5	0.8	0.3	4.4
	計	人	3669	68	32	9	174
		%	92.8	1.7	0.8	0.2	4.4

(2) 母親の朝食・昼食・夕食の摂取状況

		毎日食べる	週4~6日食べる	週1~3日食べる	食べない	未記入	
朝食	男児	人	1718	103	93	102	76
		%	82.1	4.9	4.4	4.9	3.6
	女児	人	1640	111	84	68	73
		%	83.0	5.6	4.3	3.4	3.7
	計	人	3358	214	177	170	149
		%	82.5	5.3	4.4	4.2	3.7
昼食	男児	人	1890	75	32	9	86
		%	90.3	3.6	1.5	0.4	4.1
	女児	人	1785	77	32	7	75
		%	90.3	3.9	1.6	0.4	3.8
	計	人	3675	152	64	16	161
		%	90.3	3.7	1.6	0.4	4.0
夕食	男児	人	1974	25	8	4	81
		%	94.4	1.2	0.4	0.2	3.9
	女児	人	1858	29	10	5	74
		%	94.0	1.5	0.5	0.3	3.7
	計	人	3832	54	18	9	155
		%	94.2	1.3	0.4	0.2	3.8

3) お父さん、お母さんはふだん食事を何時ごろ食べますか。

(1) 父朝食時間

父と同居している者:

男児n=2031 女児n=1921

		決まっている	決まっていない	未記入
男児	人	1365	367	299
	%	67.2	18.1	14.7
女児	人	1317	345	259
	%	68.6	18.0	13.5
計	人	2682	712	558
	%	67.9	18.0	14.1

(2) 父朝食時刻 (1) 決まっていると答えた者男児n=1365 女児n=1317の回答

		8時までにとる	8時以降にとる	未記入
男児	人	1210	154	1
	%	88.6	11.3	0.1
女児	人	1150	167	0
	%	87.3	12.7	0.0
計	人	2360	321	1
	%	88.0	12.0	0.0

(3) 父昼食時間

		決まっている	決まっていない	未記入
男児	人	1399	481	151
	%	68.9	23.7	7.4
女児	人	1331	471	119
	%	69.3	24.5	6.2
計	人	2730	952	270
	%	69.1	24.1	6.8

(4) 父昼食時刻 (3) で決まっていると答えた者男児n=1399 女児n=1331の回答

		13時前にとる	13時以降にとる	不明
男児	人	1318	79	2
	%	94.2	5.6	0.1
女児	人	1245	84	2
	%	93.5	6.3	0.2
計	人	2563	163	4
	%	93.9	6.0	0.1

(5)父夕食時間

		決ま て い る	決ま て い な い	未 記 入
男児	人	1137	781	113
	%	56.0	38.5	5.6
女児	人	1080	744	97
	%	56.2	38.7	5.0
計	人	2217	1525	210
	%	56.1	38.6	5.3

(6)父夕食時刻 (5)で決まっていると答えた男児n=1137女児n=1080の回答

		20時 ま で に と る	20時 以 降 に と る	未 記 入
男児	人	740	397	0
	%	65.1	34.9	0.0
女児	人	733	344	3
	%	67.9	31.9	0.3
計	人	1461	736	3
	%	66.4	33.5	0.1

(7)母朝食時間 母と同居している者男児n=2092女児n=1976の回答

		決ま て い る	決ま て い な い	未 記 入
男児	人	1701	269	122
	%	81.3	12.9	5.8
女児	人	1608	264	104
	%	81.4	13.4	5.3
計	人	3309	523	236
	%	81.3	12.9	5.8

(8)母朝食時刻 (7)で決まっていると答えた者男児n=1701女児n=1608の回答

		8時 ま で に と る	8時 以 降 に と る	未 記 入
男児	人	1186	514	1
	%	69.7	30.2	0.1
女児	人	1108	500	0
	%	68.9	31.1	0.0
計	人	2294	1014	1
	%	69.3	30.6	0.0

(9)母昼食時間

		決ま て い る	決ま て い な い	未 記 入
男児	人	1801	214	77
	%	86.1	10.2	3.7
女児	人	1690	217	69
	%	85.5	11.0	3.5
計	人	3491	431	146
	%	85.9	10.6	3.6

(10)母昼食時刻 (9)で決まっていると答えた者男児n=1801女児n=1690の回答

		13時 前 に と る	13時 以 降 に と る	未 記 入
男児	人	1598	202	1
	%	88.7	11.2	0.1
女児	人	1513	177	0
	%	89.5	10.5	0.0
計	人	3111	379	1
	%	89.1	10.9	0.0

(11)母夕食時間

		決ま て い る	決ま て い な い	未 記 入
男児	人	1820	198	74
	%	87.0	9.5	3.5
女児	人	1742	161	73
	%	88.2	8.1	3.7
計	人	3562	359	147
	%	87.6	8.8	3.6

(12)母夕食時刻 (11)で決まっていると答えた者男児n=1820女児n=1742の回答

		20時 ま で に と る	20時 以 降 に と る	未 記 入
男児	人	1728	91	1
	%	94.9	5.0	0.1
女児	人	1663	77	2
	%	95.5	4.4	0.1
計	人	3391	168	3
	%	95.2	4.7	0.1

9 子どもとのかかわりについて

1) お父さん、お母さんはお子さんと一緒に遊びますか。

(1) 平日遊ぶ時間 父: 男児n=2031 女児n=1921 母: 男児n=2092 女児n=1976の回答

			0時間	1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上4時間未満	4時間以上6時間未満	6時間以上	未記入
父	男児	人	312	375	692	297	21	8	326
		%	15.4	18.5	34.1	14.6	1.0	0.4	16.1
	女児	人	309	394	610	259	14	5	330
		%	16.1	20.5	31.8	13.5	0.7	0.3	17.2
	計	人	621	769	1302	556	35	13	656
		%	15.7	19.5	32.9	14.1	0.9	0.3	16.6
母	男児	人	7	69	361	713	365	257	320
		%	0.3	3.3	17.3	34.1	17.4	12.3	15.3
	女児	人	13	72	348	700	318	227	298
		%	0.7	3.6	17.6	35.4	16.1	11.5	15.1
	計	人	20	141	709	1413	683	484	618
		%	0.5	3.5	17.4	34.7	16.8	11.9	15.2

(2) 休日遊ぶ時間

			0時間	1時間未満	1時間以上2時間未満	2時間以上4時間未満	4時間以上6時間未満	6時間以上	未記入
父	男児	人	5	27	188	678	411	333	389
		%	0.2	1.3	9.3	33.4	20.2	16.4	1.9
	女児	人	15	27	221	636	368	265	389
		%	0.8	1.4	11.5	33.1	19.2	13.8	20.2
	計	人	20	54	409	1314	779	598	778
		%	0.5	1.4	10.3	33.2	19.7	15.1	19.7
母	男児	人	9	12	192	612	440	350	477
		%	0.4	0.6	9.2	29.3	21.0	16.7	22.8
	女児	人	7	20	164	595	405	325	460
		%	0.4	1.0	8.3	30.1	20.5	16.4	23.3
	計	人	16	32	356	1207	845	675	937
		%	0.4	0.8	8.8	29.7	20.8	16.6	23.0

2) お父さん、お母さんは体を動かして遊ぶのは好きですか。

			好き	どちらか といえば 好き	あまり好 きでない	どちらとも いえない	未記入
父	男児	人	659	573	280	118	401
		%	32.4	28.2	13.8	5.8	19.7
	女児	人	862	551	275	141	92
		%	44.9	28.7	14.3	7.3	4.8
	計	人	1521	1124	555	259	493
		%	38.5	28.4	14.0	6.6	12.5
母	男児	人	710	700	432	154	96
		%	33.9	33.5	20.7	7.4	4.6
	女児	人	620	671	419	187	79
		%	31.4	34.0	21.2	9.5	4.0
	計	人	1330	1371	851	341	175
		%	32.7	33.7	20.9	8.4	4.3

3) お父さん、お母さんはお子さんと一緒に遊ぶ時、どんな遊びをよくしますか。(複数回答)

			テレビ・ビ デオ	ままごと・ ごっこ遊 び	本・絵本 話読む	泥・砂遊 び	お絵かき・ 粘土	積木・ブ ロック	三輪車・ 乗り物遊 び	ボール・ 滑り台・ブ ランコなど の運動遊 び
父	男児	人	731	365	484	206	238	532	906	1215
		%	36.0	18.0	23.8	10.1	11.7	26.2	44.6	59.8
	女児	人	661	347	549	210	382	458	827	1107
		%	34.4	18.1	28.6	10.9	19.9	23.8	43.1	57.6
	計	人	1392	712	1033	416	620	990	1733	2322
		%	35.2	18.0	26.1	10.5	15.7	25.1	43.9	58.8
母	男児	人	878	698	1345	438	628	592	741	903
		%	42.0	33.4	64.3	20.9	30.0	28.3	35.4	43.2
	女児	人	756	1125	1307	376	852	386	545	753
		%	38.3	56.9	66.1	19.0	43.1	19.5	27.6	38.1
	計	人	1634	1823	2652	814	1480	978	1286	1656
		%	40.2	44.8	65.2	20.0	36.4	24.0	31.6	40.7
			その他							
父	男児	人	315							
		%	15.5							
	女児	人	228							
		%	11.9							
	計	人	543							
		%	13.7							
母	男児	人	143							
		%	6.8							
	女児	人	109							
		%	5.5							
	計	人	252							
		%	6.2							

10育児について

1)お父さんは育児(家事も含む)に協力していますか。

		よく協力する	時々協力する	ほとんど協力しない	何ともいえない	未記入
男児	人	886	867	132	47	99
	%	43.6	42.7	6.5	2.3	4.9
女児	人	792	839	155	38	97
	%	41.2	43.7	8.1	2.0	5.0
計	人	1678	1706	287	85	196
	%	42.5	43.2	7.3	2.2	5.0

1)-2)どんなことに協力していますか。

1)でよく協力する、時々協力すると答えた者男児n=1753女児n=1631の回答(複数回答)

		子どもの入浴	子どもと一緒に遊ぶ	食事の支度や後片づけ	洗濯	掃除	ごみ捨て	その他
男児	人	1482	1565	438	197	306	789	76
	%	84.5	89.3	25.0	11.2	17.5	45.0	4.3
女児	人	1374	1452	480	200	305	754	100
	%	84.2	89.0	29.4	12.3	18.7	46.2	6.1
計	人	2856	3017	918	397	611	1543	176
	%	84.4	89.2	27.1	11.7	18.1	45.6	5.2

2)お父さんの育児(家事も含む)への協力に対して、お母さんはどのように感じていますか。父・母と同居している子ども男児n=1996女児n=1895の回答

		満足している	ほぼ満足している	やや不満	不満	何ともいえない	未記入
男児	人	471	783	418	157	101	66
	%	23.6	39.2	20.9	7.9	5.1	3.3
女児	人	450	701	436	168	91	49
	%	23.7	37.0	23.0	8.9	4.8	2.6
計	人	921	1484	854	325	192	115
	%	23.7	38.1	21.9	8.4	4.9	3.0

3)お母さんは育児を楽しんでいますか。母のいる子ども男児n=2092女児n=1976の回答

		楽しい	どちらかといえば楽しい	あまり楽しくない	どちらともいえない	未記入
男児	人	602	1115	103	177	95
	%	28.8	53.3	4.9	8.5	4.5
女児	人	569	1019	111	202	75
	%	28.8	51.6	5.6	10.2	3.8
計	人	1171	2134	214	379	170
	%	28.8	52.5	5.3	9.3	4.2

11 一緒に住んでいる家族の、たばこを吸う習慣についてうかがいます。

1) 喫煙者の状況

			吸う	吸っていたがやめた	吸わない	未記入	総計
父	男児	人	1129	152	606	144	2031
		%	55.6	7.5	29.8	7.1	100.0
	女児	人	1053	159	608	101	1921
		%	54.8	8.3	31.7	5.3	100.0
	計	人	2182	311	1214	244	3951
		%	55.2	7.9	30.7	6.2	100.0
母	男児	人	322	120	1502	148	2092
		%	15.4	5.7	71.8	7.1	100.0
	女児	人	304	127	1434	111	1976
		%	15.4	6.4	72.6	5.6	100.0
	計	人	626	247	2936	259	4068
		%	15.4	6.1	72.2	6.4	100.0
祖父	男児	人	223	26	112	206	567
		%	39.3	4.6	19.8	36.3	100.0
	女児	人	190	26	105	198	519
		%	36.6	5.0	20.2	38.2	100.0
	計	人	413	52	217	404	1086
		%	38.0	4.8	20.0	37.2	100.0
祖母	男児	人	62	5	210	404	681
		%	9.1	0.7	30.8	59.3	100.0
	女児	人	46	5	195	388	634
		%	7.3	0.8	30.8	61.2	100.0
	計	人	108	10	405	792	1315
		%	8.2	0.8	30.8	60.2	100.0
その他	男児	人	43	1	8	158	210
		%	20.5	0.5	3.8	75.2	100.0
	女児	人	31	1	6	158	196
		%	15.8	0.5	3.1	80.6	100.0
	計	人	74	2	14	316	406
		%	18.2	0.5	3.4	77.8	100.0

1)-(1)お子さんの前で吸いますか。1)でタバコを吸うと答えた者の回答

			吸う	吸わない	未記入	総計	
父	男児	人	590	519	20	1129	父:男児n=1129 女児n=1053
		%	52.3	46.0	1.8	100.0	
	女児	人	512	524	17	1053	
		%	48.6	49.8	1.6	100.0	
計	人	1102	1043	37	2182		
	%	50.5	47.8	1.7	100.0		
母	男児	人	179	141	2	322	母:男児n=322 女児n=304
		%	55.6	43.8	0.6	100.0	
	女児	人	168	133	3	304	
		%	55.3	43.8	1.0	100.0	
計	人	347	274	5	626		
	%	55.4	43.8	0.8	100.0		
祖父	男児	人	134	85	4	223	祖父:男児n=223 女児n=190
		%	60.1	38.1	1.8	100.0	
	女児	人	122	66	2	190	
		%	64.2	34.7	1.1	100.0	
計	人	256	151	6	413		
	%	62.0	36.6	1.5	100.0		
祖母	男児	人	35	26	1	62	祖母:男児n=62 女児n=46
		%	56.5	41.9	1.6	100.0	
	女児	人	25	21	0	46	
		%	54.3	45.7	0.0	100.0	
計	人	60	47	1	108		
	%	55.6	43.5	0.9	100.0		
その他	男児	人	19	23	1	43	その他:男児n=43 女児n=31
		%	44.2	53.5	2.3	100.0	
	女児	人	23	7	1	31	
		%	74.2	22.6	3.2	100.0	
計	人	42	30	2	74		
	%	56.8	40.5	2.7	100.0		

12 身長と体重(肥満度)

		~-20%	-19~ -11%	-10~ +14%	15~ +29%	30%~	総計	全体に対する 回答者の割合
男児	人	1	63	1224	29	3	1320	1320/2039
	%	0.1	4.8	92.7	2.2	0.2	100.0	64.7%
女児	人	3	74	1123	34	2	1236	1236/2007
	%	0.2	6.0	90.9	2.8	0.2	100.0	61.6%
計	人	4	137	2347	63	5	2556	2556/4046
	%	0.2	5.4	91.8	2.5	0.2	100.0	63.2%

※肥満度は幼児肥満度計算尺(日本家族計画協会制作)にて算出した。



IXクロス集計表

検定は、カイ二乗検定で行い、検定結果で有意差のないものは「n. s.」、5%の危険率で有意差のあるものは「\*」、1%の危険率で有意差のあるものは「\*\*」として表した。

(1) 生活リズムと排便

※数値は人 (%)

		排便が整っている	排便が整っていない	検定結果		
生活リズム	男児	整っている	750 (75.2)	247 (24.8)	**	
		整っていない	557 (69.3)	247 (30.7)		
	女児	整っている	611 (66.8)	303 (33.2)		n. s.
		整っていない	509 (65.1)	273 (34.9)		
合計	整っている	1361 (71.2)	550 (28.7)	*		
	整っていない	1066 (67.2)	520 (32.8)			

(2) 生活リズムと食事の困りごとの有無

生活リズム×困りごとの

※数値は人 (%)

		困りごとあり	困りごとなし	検定結果		
生活リズム	男児	整っている	635 (64.1)	355 (35.9)	**	
		整っていない	588 (73.0)	217 (27.0)		
	女児	整っている	530 (58.5)	376 (41.5)		**
		整っていない	564 (73.0)	209 (27.0)		
合計	整っている	1165 (61.4)	731 (38.6)	**		
	整っていない	1152 (73.0)	426 (27.0)			

生活リズム×困りごとの内容

※数値は人 (%)

		生活リズム整っている	生活リズム整っていない	検定結果		
好き嫌い	男児	ある	315 (51.2)	300 (48.8)	*	
		ない	684 (57.3)	509 (42.7)		
	女児	ある	253 (48.7)	267 (51.3)		**
		ない	665 (56.3)	516 (43.7)		
合計	ある	568 (50.0)	567 (50.0)	**		
	ない	1349 (56.8)	1025 (43.2)			
途中で遊ぶ	男児	ある	351 (51.1)	336 (48.9)	**	
		ない	648 (57.8)	473 (42.2)		
	女児	ある	266 (44.6)	330 (55.4)		**
		ない	652 (59.0)	453 (41.0)		
合計	ある	617 (48.1)	666 (51.9)	**		
	ない	1300 (58.4)	926 (41.6)			
ムラがある	男	ある	321 (49.1)	333 (50.9)	**	
		ない	678 (58.8)	476 (41.2)		
	女	ある	288 (50.1)	287 (49.9)		*
		ない	630 (56.0)	496 (44.0)		
合計	ある	609 (49.6)	620 (50.4)	**		
	ない	1308 (57.3)	973 (42.7)			
時間がかかる	男	ある	155 (47.5)	171 (52.5)	**	
		ない	844 (57.0)	638 (43.0)		
	女	ある	163 (44.4)	204 (55.6)		**
		ない	755 (56.6)	579 (43.4)		
合計	ある	318 (45.9)	375 (54.1)	**		
	ない	1599 (56.8)	1217 (43.2)			

早食い	男	ある	20 (52.6)	18 (47.4)	n. s.
		ない	979 (55.3)	791 (44.7)	
	女	ある	14 (53.8)	12 (46.2)	n. s.
		ない	904 (54.0)	771 (46.0)	
合計		ある	34 (53.1)	30 (46.9)	n. s.
		ない	1883 (54.7)	1562 (45.3)	
少食	男	ある	106 (42.6)	143 (57.4)	**
		ない	893 (57.3)	666 (42.7)	
	女	ある	102 (39.5)	156 (60.5)	**
		ない	816 (56.5)	627 (43.5)	
合計		ある	208 (41.0)	299 (59.0)	**
		ない	1709 (56.9)	1293 (43.1)	
過食	男	ある	24 (60.0)	16 (40.0)	n. s.
		ない	975 (55.1)	793 (44.9)	
	女	ある	32 (66.7)	16 (33.3)	n. s.
		ない	886 (53.6)	767 (46.4)	
合計		ある	56 (63.6)	32 (36.4)	n. s.
		ない	1861 (54.4)	1560 (45.6)	
その他	男	ある	55 (51.9)	51 (48.1)	n. s.
		ない	944 (55.5)	958 (56.3)	
	女	ある	44 (48.4)	47 (56.4)	n. s.
		ない	874 (54.3)	736 (45.7)	
合計		ある	99 (50.3)	98 (49.7)	n. s.
		ない	1818 (51.8)	1694 (48.2)	

### (3) 児と保護者の生活リズム

#### 児の生活リズム×父親の生活リズム

※数値は人 (%)

		児の生活リズム		検定結果
		整っている	整っていない	
父親の 生活リ ズム	男児	整っている	320 (60.2)	212 (39.8)
		整っていない	330 (50.9)	318 (49.1)
	女児	整っている	319 (59.7)	215 (40.3)
		整っていない	302 (48.6)	320 (51.4)
合計		整っている	639 (59.9)	427 (40.1)
		整っていない	632 (49.8)	638 (50.2)

#### 児の生活リズム×母親の生活リズム

※数値は人 (%)

		児の生活リズム		検定結果
		整っている	整っていない	
母親の 生活リ ズム	男児	整っている	553 (61.0)	353 (39.0)
		整っていない	224 (44.5)	279 (55.5)
	女児	整っている	513 (60.6)	333 (39.4)
		整っていない	218 (43.5)	283 (56.5)
合計		整っている	1066 (60.8)	686 (39.2)
		整っていない	442 (44.0)	562 (56.0)

(4) 起床・就寝時間と朝食の欠食

			※数値は人 (%)		
			朝食を毎日食べる	欠食あり	検定結果
起床・ 就寝時 間	男児	決まっている	1022 (93.8)	68 (6.2)	
		決まっていない	588 (82.1)	128 (17.9)	
	女児	決まっている	942 (94.2)	58 (5.8)	
		決まっていない	583 (83.6)	114 (16.4)	
	合計	決まっている	1964 (94.0)	126 (6.0)	
		決まっていない	1171 (82.9)	242 (17.1)	

(5) 父親・母親と児の朝食の欠食

児の朝食×父親の朝食			※数値は人 (%)		
			父朝食毎日食べる	欠食する	検定結果
児の朝 食	男児	毎日食べる	1284 (73.3)	467 (26.7)	
		欠食する	73 (34.6)	138 (65.4)	
	女児	毎日食べる	1240 (74.3)	428 (35.7)	
		欠食する	82 (44.1)	104 (55.9)	
	合計	毎日食べる	2524 (73.8)	895 (26.2)	
		欠食する	155 (39.0)	242 (61.0)	

子ども朝食×母朝食			※数値は人 (%)		
			母朝食毎日食べる	欠食する	検定結果
児の朝 食	男児	毎日食べる	1747 (95.9)	74 (4.1)	
		欠食する	0	227 (100.0)	
	女児	毎日食べる	1661 (95.7)	75 (4.3)	
		欠食する	0	193 (100.0)	
	合計	毎日食べる	3408 (95.8)	149 (4.2)	
		欠食する	0	420 (100.0)	

(6) 排便と野菜の摂り方

排便×野菜の摂り方			※数値は人 (%)		
			よく食べる	あまり食べない	検定結果
排便	男児	整っている	814 (55.5)	653 (44.5)	
		整っていない	256 (43.8)	329 (56.2)	
	女児	整っている	739 (58.2)	530 (41.8)	
		整っていない	326 (48.8)	342 (51.2)	
	合計	整っている	1553 (56.8)	1183 (43.2)	
		整っていない	582 (46.4)	671 (53.6)	

(7) 食事の困りごとと食事

食事の困りごと×野菜の摂取状況

※数値は人 (%)

			よく食べる	あまり食べない	検定結果
食事困りごとの有無	男児	ある	390 (63.9)	220 (36.1)	
		ない	675 (46.9)	765 (53.1)	**
	女児	ある	412 (64.2)	230 (35.8)	
		ない	644 (50.4)	635 (49.6)	**
合計	ある	802 (64.1)	450 (35.9)		
	ない	1319 (50.2)	1310 (49.8)	**	
好き嫌い	男児	ある	257 (35.5)	466 (64.5)	
		ない	842 (61.3)	532 (38.7)	**
	女児	ある	226 (37.5)	376 (62.5)	
		ない	861 (63.0)	505 (37.0)	**
合計	ある	483 (36.5)	842 (63.5)		
	ない	1703 (62.2)	1037 (37.8)	**	
途中で遊ぶ	男児	ある	376 (46.3)	436 (53.7)	
		ない	723 (56.3)	562 (43.7)	**
	女児	ある	378 (53.4)	330 (46.6)	
		ない	709 (56.3)	551 (43.7)	n. s.
合計	ある	754 (49.6)	766 (50.4)		
	ない	1432 (56.3)	1113 (43.7)	**	
ムラがある	男児	ある	344 (43.5)	447 (56.5)	
		ない	755 (57.8)	551 (42.2)	**
	女児	ある	329 (48.3)	352 (51.7)	
		ない	758 (58.9)	529 (41.1)	**
合計	ある	673 (45.7)	799 (54.3)		
	ない	1513 (58.3)	1080 (41.7)	**	
時間がかかる	男児	ある	192 (49.7)	194 (50.3)	
		ない	907 (53.0)	804 (47.0)	n. s.
	女児	ある	243 (56.3)	189 (43.8)	
		ない	844 (54.9)	692 (45.1)	n. s.
合計	ある	435 (53.2)	383 (46.8)		
	ない	1751 (53.9)	1496 (46.1)	n. s.	
早食い	男児	ある	21 (45.7)	25 (54.3)	
		ない	1078 (52.6)	973 (47.4)	n. s.
	女児	ある	13 (46.4)	15 (53.6)	
		ない	1074 (55.4)	866 (44.6)	n. s.
合計	ある	34 (45.9)	40 (54.1)		
	ない	2152 (53.9)	1839 (46.1)	n. s.	
少食	男児	ある	110 (35.4)	201 (64.6)	
		ない	989 (55.4)	797 (44.6)	**
	女児	ある	135 (45.2)	164 (54.8)	
		ない	952 (57.0)	717 (43.0)	**
合計	ある	245 (40.2)	365 (59.8)		
	ない	1941 (56.2)	1514 (43.8)	**	
過食	男児	ある	24 (55.8)	19 (44.2)	
		ない	1075 (52.3)	979 (47.7)	n. s.
	女児	ある	24 (43.6)	31 (56.4)	
		ない	1063 (55.6)	850 (44.4)	n. s.
合計	ある	48 (49.0)	50 (51.0)		
	ない	2138 (53.9)	1829 (46.1)	n. s.	
その他	男児	ある	70 (56.0)	55 (44.0)	
		ない	1029 (52.2)	943 (47.8)	n. s.
	女児	ある	75 (70.8)	31 (29.2)	
		ない	1012 (54.4)	850 (45.6)	**
合計	ある	145 (62.8)	86 (37.2)		
	ない	2041 (53.2)	1793 (46.8)	**	

食事の困りごと×3食摂取状況

※数値は人 (%)

			3食食べる	3食食べない	検定結果
食事困りごとの有無	男児	ある	1202 (82.1)	262 (17.9)	**
		ない	561 (90.2)	61 (9.8)	
	女児	ある	1064 (81.8)	236 (18.2)	**
		ない	598 (91.9)	53 (8.1)	
合計	ある	2266 (82.0)	498 (18.0)	**	
	ない	1159 (91.0)	114 (9.0)		
好き嫌い	男児	ある	609 (82.7)	127 (12.3)	n. s.
		ない	1167 (85.6)	197 (14.4)	
	女児	ある	497 (81.3)	114 (18.7)	**
		ない	1183 (86.8)	180 (13.2)	
合計	ある	1106 (82.1)	241 (17.9)	**	
	ない	2350 (86.2)	377 (13.8)		
途中で遊ぶ	男児	ある	661 (80.4)	161 (19.6)	**
		ない	1115 (87.2)	163 (12.8)	
	女児	ある	575 (79.5)	148 (20.5)	**
		ない	1105 (88.3)	146 (11.7)	
合計	ある	1236 (80.0)	309 (20.0)	**	
	ない	2220 (87.8)	309 (12.2)		
ムラがある	男児	ある	624 (77.9)	177 (22.1)	**
		ない	1152 (88.7)	147 (11.3)	
	女児	ある	552 (79.4)	143 (20.6)	**
		ない	1128 (88.2)	151 (11.8)	
合計	ある	1176 (78.6)	320 (21.4)	**	
	ない	2280 (88.4)	298 (11.6)		
時間がかかる	男児	ある	324 (83.3)	65 (16.7)	n. s.
		ない	1452 (84.9)	259 (15.1)	
	女児	ある	367 (84.0)	70 (16.0)	n. s.
		ない	1313 (85.4)	224 (14.6)	
合計	ある	691 (83.7)	135 (16.3)	n. s.	
	ない	2765 (85.1)	483 (14.9)		
早食い	男児	ある	41 (85.4)	7 (14.6)	n. s.
		ない	1735 (84.6)	317 (15.4)	
	女児	ある	25 (86.2)	4 (13.8)	n. s.
		ない	1655 (85.1)	290 (14.9)	
合計	ある	66 (85.7)	11 (14.3)	n. s.	
	ない	3390 (84.8)	607 (15.2)		
少食	男児	ある	239 (76.1)	75 (23.9)	**
		ない	1537 (86.1)	249 (13.9)	
	女児	ある	234 (76.7)	71 (23.3)	**
		ない	1446 (86.6)	223 (13.4)	
合計	ある	473 (76.4)	146 (23.6)	**	
	ない	2983 (86.3)	472 (13.7)		
過食	男児	ある	37 (84.1)	7 (15.9)	n. s.
		ない	1739 (84.6)	317 (15.4)	
	女児	ある	49 (87.5)	7 (12.5)	n. s.
		ない	1631 (85.0)	287 (15.0)	
合計	ある	86 (86.0)	14 (14.0)	n. s.	
	ない	3370 (84.8)	604 (15.2)		
その他	男児	ある	101 (80.8)	24 (19.2)	n. s.
		ない	1675 (84.8)	300 (15.2)	
	女児	ある	88 (81.5)	20 (18.5)	n. s.
		ない	1592 (85.3)	274 (14.7)	
合計	ある	189 (81.1)	44 (18.9)	n. s.	
	ない	3267 (85.1)	574 (14.9)		

(8) 間食の時間と量と3食摂取状況

間食の時間×3食

				※数値は人 (%)	
		3食食べる	3食食べない	検定結果	
間食の 時間	男児	決めている	864 (91.2)	83 (8.8)	**
		決めていない	797 (78.4)	220 (21.6)	
	女児	決めている	857 (92.2)	72 (7.8)	
		決めていない	717 (78.4)	197 (21.6)	
合計	決めている	1721 (91.7)	155 (8.3)	**	
	決めていない	1514 (78.4)	417 (21.6)		

間食の量×3食

				※数値は人 (%)	
		3食食べる	3食食べない	検定結果	
間食の 量	男児	決めている	1530 (88.2)	205 (11.8)	**
		決めていない	191 (65.9)	99 (34.1)	
	女児	決めている	1436 (87.8)	199 (12.2)	
		決めていない	172 (70.5)	72 (29.5)	
合計	決めている	2966 (88.0)	404 (12.0)	**	
	決めていない	363 (68.0)	171 (32.0)		

(9) 母親の育児の楽しさと父親の育児協力①

				※数値は人 (%)	
		楽しい	楽しくない	検定結果	
父親の 平日遊 ぶ時間	男児	1時間未満	561 (83.4)	112 (16.6)	**
		1時間以上	876 (88.8)	111 (11.2)	
	女児	1時間未満	564 (81.9)	125 (18.1)	
		1時間以上	749 (86.4)	118 (13.6)	
合計	1時間未満	1125 (82.6)	237 (17.4)	**	
	1時間以上	1625 (87.6)	229 (12.4)		

(9) 母親の育児の楽しさと父親の育児協力②

				※数値は人 (%)	
		楽しい	楽しくない	検定結果	
父親の 育児協 力	男児	あり	1523 (87.3)	221 (12.7)	**
		なし	142 (75.1)	47 (24.9)	
	女児	あり	1386 (85.1)	243 (14.9)	
		なし	142 (72.4)	54 (27.6)	
合計	あり	2909 (86.2)	464 (13.8)	**	
	なし	284 (73.8)	101 (26.2)		

(10) 父親の育児協力に対する満足度と母親の育児の楽しさ

				※数値は人 (%)	
		楽しい	楽しくない	検定結果	
満足度	男児	満足	1150 (90.9)	115 (9.1)	**
		不満足	165 (51.9)	153 (48.1)	
	女児	満足	1034 (88.8)	130 (11.2)	
		不満足	524 (75.4)	171 (24.6)	
合計	満足	2184 (89.9)	245 (10.1)	**	
	不満足	689 (68.0)	324 (32.0)		

このアンケート用紙は、御記入の上健診会場に用意した封筒に入れてお出しいただくようお願い致します。

## 3歳児の生活習慣に関するアンケート

このアンケートは、3歳のお子さんの生活習慣を知り、健康づくりを考えていくために行なうものです。今回、3歳児健診の対象になっているお子さんのことについてお答えください。

お  
ね  
が  
い

- ・できるだけ、ふだんお子さんと一緒に過ごしている方がご記入ください。
- ・○をつけて回答する場合は「全てにつける」「1つにつける」「3つまでつける」など質問によって違うものがありますので、注意してご記入ください。
- ※ご家庭の状況等で、回答が難しい質問（例：様子がわからない、父あるいは母がいない、問題の意味がわからない等）については未記入のままでもかまいません。

●アンケートに記入をしてくださる方はどなたですか（対象のお子さんからみた続柄に○）

→ 1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. その他（ ）

●アンケート記入日… 平成 年 月 日

●お子さんは…

年齢	性別	生まれた順番
3歳 か月	男 ・ 女	第 子

●家族構成（お子さんと同居している家族）

・お子さんを含めて（ ）人家族

↓

※お子さんと一緒に住んでいる人全てに○をつけてください（お子さんからみた続柄に○）

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母 5. 兄 6. 姉 7. 弟 8. 妹 9. その他

●住まい

1. 一戸建て 2. アパート、マンション等の集合住宅 3. その他（ ）

●保護者のかたは…

保護者の方（父・母）の年齢、労働状況、健康状態についてそれぞれお答えください。

父 年齢… 歳

労働状況… 1. 常勤の仕事 2. パート・アルバイト 3. 自営業・家業・内職 4. 無職  
5. その他（ ）

健康状態… 1. 心身ともに健康 2. からだの調子は良いが精神的に不調  
3. 精神的には良いがからだの不調 4. 心身ともに不調 5. 何とも言えない

母 年齢… 歳

労働状況… 1. 常勤の仕事 2. パート・アルバイト 3. 自営業・家業・内職 4. 無職  
5. その他（ ）

健康状態… 1. 心身ともに健康 2. からだの調子は良いが精神的に不調  
3. 精神的には良いがからだの不調 4. 心身ともに不調 5. 何とも言えない

お子さんの健康状態や生活状況についてお伺いします

Q1. 現在、お子さんの健康面で心配なことはありますか。

1. ある 2. ない

↓

Q1-2. どのようなことが心配ですか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 風邪をひきやすい 2. 体力がない 3. 痩せている 4. 太っている  
5. 治療中の病気がある 6. その他 ( )

Q2. お子さんの排便の回数は、どのくらいですか。

1. 1日1回以上 2. できる日とできない日がある→ ( ) 日に1回くらい

Q3. お子さんの、ふだん（休日ではない日）の朝起きる時間と、夜寝る時間は何時頃ですか。

- 朝起きる… 1. ( ) 時 ( ) 分頃 2. 決まっていない  
●夜寝る… 1. ( ) 時 ( ) 分頃 2. 決まっていない

Q4. お子さんが寝る時、保護者の方がしてあげていることはありますか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 添い寝をする 2. 寝つくまで側にいる 3. 絵本等の読み聞かせ 4. その他 ( )

Q5. お子さんは、朝・昼・夕の食事を毎日食べますか。それぞれ当てはまるもの1つに○をつけてください。

- 朝食… 1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない  
●昼食… 1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない  
●夕食… 1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない

Q6. お子さんは、ふだん（休日でない日）、食事を何時頃食べますか。それぞれご記入ください。

- 朝食… 1. ( ) 時 ( ) 分頃 2. 決まっていない  
●昼食… 1. ( ) 時 ( ) 分頃 2. 決まっていない  
●夕食… 1. ( ) 時 ( ) 分頃 2. 決まっていない

Q7. お子さんはふだん（休日でない日）、食事を誰と一緒に食べますか。それぞれ当てはまるもの1つに○をつけてください。

- 朝食… 1. 家族全員 2. 大人と一緒に 3. 子どもだけ 4. 一人で 5. その他 ( )  
●昼食… 1. 家族全員 2. 大人と一緒に 3. 子どもだけ 4. 一人で 5. その他 ( )  
●夕食… 1. 家族全員 2. 大人と一緒に 3. 子どもだけ 4. 一人で 5. その他 ( )

Q8. お子さんの食事のことで、困っていることはありますか。

1. ある 2. ない

↓

Q8-2. どんなことで困っていますか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 好き嫌いがある 2. 途中で遊ぶ 3. むらがある 4. 時間がかかる 5. 早食い  
6. 少食 7. 食べ過ぎ 8. その他 ( )



Q9. お子さんは、次の食品をどのくらい食べますか。それぞれ当てはまるもの1つに○をつけてください。

●野菜

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

●肉類 (ハム・ウインナーも含む)

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

●魚介類 (かまぼこ・ちくわも含む)

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

●大豆・大豆製品 (豆腐・油揚げなど)

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

●牛乳・乳製品 (ヨーグルト・チーズなど)

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

●たまご

1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない

Q10. お子さんを連れて、ファーストフード (ハンバーガーなどのお店) を利用することはありますか。

1. ある 2. ない



Q10-2. どのくらい利用しますか。1食=1回としてお答えください。

1. 週5回以上 2. 週2~4回 3. 週1回 4. 週1回未満

Q11. 既成食品 (お惣菜、冷凍食品、レトルト食品など) を利用することはありますか。

1. ある 2. ない



Q11-2. どのくらい利用しますか。1食=1回としてお答えください。

1. 週5回以上 2. 週2~4回 3. 週1回 4. 週1回未満

Q12. お子さんは間食 (3度の食事以外) をしますか。

1. する 2. しない



Q12-2. 間食にどんなものを食べたり飲んだりしますか。よく食べたり、飲んだりするもの全てに○をつけてください。

1. お菓子 2. 果物 3. パンやおにぎり 4. 牛乳・乳飲料 5. 乳酸菌飲料  
6. イオン飲料 7. ジュース 8. その他 ( )



Q13. お家での、間食の時間はどのようにしていますか。当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. 時間を決めている 2. 時間は決めていない 3. その他 ( )

Q14. お家での、間食の量はどのようにしていますか。当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. 大人が決めた量 2. 子どもが欲しがるだけ 3. その他 ( )

Q15. お子さんが、ふだんよく遊ぶ場所はどこですか。よく遊ぶ場所、3つまで○をつけてください。

1. 自分の家の中
2. 自分の家の周り
3. お友達の家
4. 公園
5. 児童館などの児童施設
6. 保育所
7. デパートやショッピングセンター
8. その他 ( )

Q16. お子さんは、ふだん(休日でない日)、どのくらい外(屋外)で遊びますか。ご家庭での1日の平均的な外遊びの時間について、当てはまるもの1つに○をつけてください。(保育園などでの外遊び時間を除きます)

1. 30分未満
2. 30分以上1時間未満
3. 1時間以上
4. わからない
5. 外遊びはしない

↓

Q16-2. 外遊びをしない理由は何ですか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 安全に遊べる場所がない
2. 遊び相手がいない
3. 子どもが外遊びを好まない
4. その他 ( )

Q17. お子さんの主な遊び相手は誰ですか。よく遊ぶ相手を3つ選んで○をつけてください。

1. 母親や父親
2. 兄弟姉妹
3. 近所の友達
4. 保育所の友達
5. 親戚の子ども
6. 祖父母
7. その他 ( )

Q18. お子さんはふだん、どんな遊びをしていますか。よくする遊び全てに○をつけてください。

1. テレビ・ビデオ
2. ままごと・ごっこ遊び
3. 本・絵本を読む(みる)
4. 泥・砂遊び
5. お絵描き・粘土
6. 積み木・ブロック遊び
7. 三輪車・乗り物遊び
8. ボール・すべり台・ブランコ等の運動遊び
9. その他 ( )

Q19. お子さんはふだん、どのくらいテレビやビデオをみていますか。1日の平均的なテレビやビデオを見る時間(1日分の合計)について、当てはまるもの1つに○をつけてください。

1. みる一約 ( ) 時間
2. 全くみない
3. わからない

Q20. お子さんは、現在、お稽古事をやっていますか。

1. やっている
2. やっていない

↓

Q20-2. やっているお稽古事全てに○をつけてください。

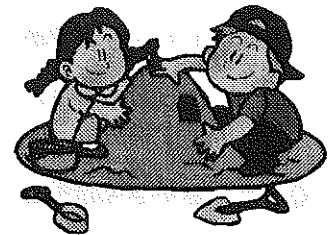
1. 幼児(知育)教室
2. 英会話
3. 音楽(ピアノなど)
4. 水泳
5. 体操・体育教室・バレエ・リトミック
6. その他 ( )

Q21. 昼間、お子さんを主に保育しているのは誰ですか。1つに○をつけてください。

1. お母さん
2. お父さん
3. 祖父母
4. 知人・友人
5. 保育士や託児所の職員
6. その他 ( )

Q22. 昼間、お子さんは主にどこで過ごしますか。最もよくいる場所1つに○をつけてください。

1. 自宅
2. 祖父母の家
3. 知人・友人の家
4. 認可(公立・私立)保育所
5. 認可外の託児所、ベビーホテル等
6. その他 ( )



ここからは、保護者の方のことをおうかがいします。

Q23. お父さん、お母さんのふだん（休日ではない日）の朝起きる時間と、夜寝る時間は何時頃ですか。  
わからない場合は空欄で構いません。

お父さん : 朝起きる … 1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない  
夜寝る …… 1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない  
お母さん : 朝起きる … 1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない  
夜寝る …… 1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない

Q24. お父さん、お母さんは、朝、昼、夕の食事を毎日食べていますか。それぞれ当てはまるものに○をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
お父さん	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない
お母さん	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない	1. 毎日食べる 2. 週4~6日食べる 3. 週1~3日食べる 4. 食べない

Q25. お父さん、お母さんは、ふだん（休日でない日）、食事を何時頃食べますか。それぞれご記入ください。  
食べないところは未記入で構いません。

	朝 食	昼 食	夕 食
さんお父	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない
さんお母	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない	1. ( 時 分) 頃 2. 決まっていない

Q26. お父さん、お母さんは、お子さんと一緒に遊びますか。お子さんと一緒に遊ぶ平均的な時間を、平日、休日それぞれ記入してください。

お父さん : 平日は1日 ( ) 時間位、 休日は1日 ( ) 時間位  
お母さん : 平日は1日 ( ) 時間位、 休日は1日 ( ) 時間位

Q27. お父さん、お母さんはからだを動かして遊ぶのは好きですか。

お父さん : 1. 好き 2. どちらかといえば好き 3. あまり好きではない 4. どちらとも言えない  
お母さん : 1. 好き 2. どちらかといえば好き 3. あまり好きではない 4. どちらとも言えない

Q28. お父さん、お母さんはお子さんと一緒に遊ぶ時、どんな遊びをよくしますか。よくする遊びを、3つまで選んで○をつけてください。

お父さん : 1. テレビ・ビデオ 2. ままごと・ごっこ遊び 3. 本・絵本を読む 4. 泥・砂遊び  
5. お絵描き・粘土 6. 積み木・ブロック遊び 7. 三輪車・乗り物遊び  
8. ボール・すべり台・ブランコ等の運動遊び 9. その他 ( )

お母さん : 1. テレビ・ビデオ 2. ままごと・ごっこ遊び 3. 本・絵本を読む 4. 泥・砂遊び  
5. お絵描き・粘土 6. 積み木・ブロック遊び 7. 三輪車・乗り物遊び  
8. ボール・すべり台・ブランコ等の運動遊び 9. その他 ( )

Q29. お父さんは育児(家事も含む)に協力していますか。

1. よく協力する    2. 時々協力する    3. ほとんど協力しない    4. 何とも言えない



Q29-2. どんなことに協力していますか。当てはまるもの全てに○をつけてください。

1. 子どもの入浴    2. 子どもと一緒に遊ぶ    3. 食事の支度や後片付け    4. 洗濯  
5. 掃除    6. ごみ捨て    7. その他( )

Q30. お父さんの育児(家事も含む)への協力に対して、お母さんはどのように感じていますか。

1. 満足している    2. ほぼ満足している    3. やや不満    4. 不満    5. 何ともいえない

Q31. お母さんは、育児を楽しんでいると思いますか。

1. 楽しい    2. どちらかといえば楽しい    3. あまり楽しくない    4. どちらとも言えない

Q32. 一緒に住んでいるご家族の、たばこを吸う習慣についておうかがいします。

注：お父さん、お母さん以外に同居のご家族(大人)がいる場合は、( )に続柄(お子さんからみて)を記入の上、たばこを吸う習慣についてお答えください。

●お父さんはたばこを： 1. 吸う → お子さんの前で吸いますか： 1. 吸う    2. 吸わない  
2. 吸っていたがやめた  
3. 吸わない

●お母さんはたばこを： 1. 吸う → お子さんの前で吸いますか： 1. 吸う    2. 吸わない  
2. 吸っていたがやめた  
3. 吸わない

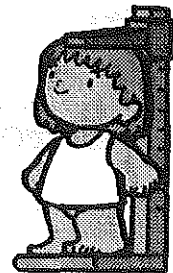
●( )はたばこを： 1. 吸う → お子さんの前で吸いますか： 1. 吸う    2. 吸わない  
2. 吸っていたがやめた  
3. 吸わない

●( )はたばこを： 1. 吸う → お子さんの前で吸いますか： 1. 吸う    2. 吸わない  
2. 吸っていたがやめた  
3. 吸わない

Q33. (本日の)3歳児健診で測った、お子さんの身長、体重を御記入ください。

身長： \_\_\_\_\_ cm

体重： \_\_\_\_\_ kg



最後に、記入もれがないか、ご確認ください。

長時間にわたり、御協力いただき、誠にありがとうございました。

【編集者】健康科学課 久保田晃生  
赤堀摩弥  
○鈴木和子  
渡辺訓子  
藤田信

幼児の生活習慣に関する調査報告書

---

平成16年3月発行

発行 静岡県総合健康センター  
〒411-0801 静岡県三島市谷田2276番地  
電話 055-973-7001  
FAX 055-973-7010  
E-mail info@sukoyaka.or.jp