

## 参 考 資 料

表1 朝食を食べているか (人)

学 校	毎 日 食 べ る	週 5～ 6 回 食 べ る	週 3～ 4 回 食 べ る	週 1～ 2 回 食 べ る	食 べ な い	無 回 答	無 効	総 計
小 学 生	6,069	268	126	91	41	11	0	6,606
中 学 生	1,689	176	65	60	50	2	0	2,042
高 校 生	297	45	24	16	24	0	0	406
岡山県計	8,055	489	215	167	115	13	0	9,054

表2 朝食を毎日食べる子どもの割合経年変化 (%)

学 校	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度
小 学 校	92.2	92.3	91.7	91.2	91.9
中 学 校	86.3	83.8	85.3	84.9	82.7
高 校	82.3	80.2	81.9	85.2	73.2
岡山県計	90.5	90.0	89.8	89.5	89.0

表3 朝食は誰と食べるか (人)

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総 計
小 学 生	1,491	3,617	1,315	49	84	9	6,565
中 学 生	267	1,134	571	15	3	2	1,992
高 校 生	31	168	170	13	0	0	382
岡山県計	1,789	4,919	2,056	77	87	11	8,939

表4 朝食を一緒に食べる人と摂取状況の関係

(人)

	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総計
毎日	1,732	4,475	1,702	66	79	1	8,055
週5・6回	34	277	172	3	3	0	489
週4回以下	23	167	182	8	2	0	382
無回答	4	5	1	0	3	0	13
岡山県計	1,793	4,924	2,057	77	87	1	8,939

表5 朝食の組み合わせ

(人)

学 校	ご飯・おにぎりのみ	パンのみ	ご飯+味噌汁	パン+牛乳	ご飯+味噌汁+おかず	パン+牛乳+おかず	その他	無回答	無効	総計
小学生	566	1,092	584	881	1,402	580	1,329	29	0	6,463
中学生	151	343	208	252	446	153	370	7	0	1,930
高校生	45	76	42	27	91	32	53	0	0	366
岡山県計	762	1,511	834	1,160	1,939	765	1,752	36	0	8,759

表6 朝食をとらない理由(複数回答あり)

(人)

学 校	いつも食べ ないから	時間がない から	お腹が空い ていない	ご飯が用 意されて ない	その他	無回答	無効	総 計
小 学 生	11	59	57	14	7	26	0	174
中 学 生	25	45	73	9	11	5	0	168
高 校 生	11	21	12	8	2	3	0	57
岡山県計	47	125	142	31	20	34	0	399

表7 朝食摂取状況と体の調子(複数回答あり)

(人)

	元 気	風 邪 を ひ き や す い	体 が だ る く な り や す い	便 秘 し や す い	下 痢 し や す い	よ く 頭 が 痛 く な る	よ く お 腹 が 痛 く な る	午 前 中 ぼ ん や り す る	よ く め ま い が す る	そ の 他	無 回 答	無 効	岡 山 県 計
毎日 食べる	6,878	538	817	329	194	643	940	509	267	231	33	0	11,379
週5・6 回 食べる	337	46	107	24	27	73	96	63	37	19	4	0	833
週4回 以下	243	36	98	21	12	78	80	46	41	18	4	0	677
食べ ない	70	9	30	4	5	27	25	19	15	8	0	0	212
無回答	10	0	1	1	0	1	0	0	0	0	2	0	15
合計	7,538	629	1,053	379	238	822	1,141	637	360	276	43	0	13,116

表8 夕食は誰と食べるか

(人)

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総 計
小 学 生	3,681	2,316	464	53	90	2	6,606
中 学 生	1,094	816	118	14	0	0	2,042
高 校 生	146	159	93	8	0	0	406
岡山県計	4,921	3,291	675	75	90	2	9,054

表9 食事を楽しく食べているか

(人)

学 校	は い	いいえ	どちらとも 言えない	無回答	無効	総 計
小 学 生	5,371	262	949	22	2	6,606
中 学 生	1,551	61	427	3	0	2,042
高 校 生	293	12	100	1	0	406
岡山県計	7,215	335	1,476	26	2	9,054

表 10 起床時刻と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6回 食べる	週3・4回 食べる	週1・2回 食べる	食べ ない	無回答	無効	総 計
5時59分以前	498	37	5	7	6	1	0	554
6時台	5,910	278	117	84	39	8	0	6,436
7時台	1,592	166	85	75	64	4	0	1,986
8時以降	40	7	7	1	6	0	0	61
無回答	15	1	1	0	0	0	0	17
無効	0	0	0	0	0	0	0	0
岡山県計	8,055	489	215	167	115	13	0	9,054

表 11 睡眠時間と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6回 食べる	週3・4回 食べる	週1・2回 食べる	食べ ない	無回答	無効	総 計
7時間未満	458	67	21	36	35	0	0	617
7時間台	1,135	119	59	31	38	1	0	1,383
8時間台	2,712	166	65	45	27	4	0	3,019
9時間台	3,031	104	56	39	9	6	0	3,245
10時間台	586	25	13	11	2	2	0	639
11時間台	87	4	0	4	2	0	0	97
12時間以上	12	0	0	0	1	0	0	13
無効	34	4	1	1	1	0	0	41
岡山県計	8,055	489	215	167	115	13	0	9,054