

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	6,158	310	130	98	48	20	4	6,768
中 学 生	2,014	202	93	51	59	3	1	2,423
高 校 生	217	22	13	12	11	0	0	275
岡山県計	8,389	534	236	161	118	23	5	9,466

表2 朝食を毎日食べる子どもの割合経年変化 (%)

学 校	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
小 学 校	92.3	91.7	91.2	91.9	91.0
中 学 校	83.8	85.3	84.9	82.7	83.2
高 校	80.2	81.9	85.2	73.2	78.9
岡山県計	90.0	89.8	89.5	89.0	88.7

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	1,615	4,122	869	60	37	14	6,717
中 学 生	373	1,418	547	23	10	2	2,373
高 校 生	35	132	91	6	0	0	264
岡山県計	2,023	5,672	1,507	89	47	16	9,354

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	1,946	5,139	1,203	70	31	0	8,389
週5・6回	40	324	156	8	5	1	534
週4回以下	36	206	145	9	1	0	397
無回答	5	7	2	1	8	0	23
岡山県計	2,027	5,676	1,506	88	45	1	9,343

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	576	1,121	582	986	1,260	632	1,368	58	15	6,598
中学生	150	442	216	293	590	225	382	11	0	2,309
高校生	28	48	17	27	57	23	50	2	0	252
岡山県計	754	1,611	815	1,306	1,907	880	1,800	71	15	9,159

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	24	51	55	19	12	1	0	162
中 学 生	30	37	62	6	9	1	0	145
高 校 生	7	9	7	1	3	2	0	29
岡山県計	61	97	124	26	24	4	0	336

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	7,207	625	817	391	185	731	1,040	520	267	274	28	0	12,085
週5・6 回 食べる	369	56	115	35	24	96	120	67	43	30	2	0	957
週4回 以下	265	43	95	25	30	58	90	44	33	23	2	0	708
食べ ない	80	11	28	8	3	23	25	12	11	5	1	0	207
無回答	14	1	1	1	0	3	0	0	1	1	6	0	28
合計	7,935	736	1,056	460	242	911	1,275	643	355	333	39	0	13,985

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	3,900	2,565	197	63	37	2	6,764
中 学 生	1,348	978	68	19	8	1	2,422
高 校 生	122	80	66	5	2	0	275
岡山県計	5,370	3,623	331	87	47	3	9,461

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	5,450	286	972	55	1	6,764
中 学 生	1,883	62	472	5	0	2,422
高 校 生	211	5	57	2	0	275
岡山県計	7,544	353	1,501	62	1	9,461

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以前	510	32	11	11	3	2	0	569
6時台	6,171	320	112	71	36	10	0	6,720
7時台	1,622	176	105	71	73	4	0	2,051
8時以降	45	3	7	6	6	1	0	68
無回答	33	3	1	2	0	6	0	45
無効	8	0	0	0	0	0	0	8
岡山県計	8,389	534	236	161	118	23	0	9,461

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	427	71	33	21	29	0	0	581
7時間台	1,161	131	54	27	36	1	0	1,410
8時間台	2,858	181	78	50	27	3	0	3,197
9時間台	3,172	129	49	39	23	6	0	3,418
10時間台	616	15	18	18	1	2	0	670
11時間台	89	3	2	2	1	1	0	98
12時間以上	18	1	0	2	1	1	0	23
無効	48	3	2	2	0	9	0	64
岡山県計	8,389	534	236	161	118	23	0	9,461