

本市の児童生徒の現状

～「岡山県学校保健概要調査」及び
「児童生徒の食生活についての
アンケート調査(津山市)」結果から～



津山市食育推進キャラクター
「しょくたん」

令和6年2月5日(月)

津山市教育委員会
保健給食課

本日の内容

I 児童生徒の肥満・痩身(やせ)について

- ① 肥満の状況
- ② 痩身(やせ)の状況

II 児童生徒の食生活について【小学生・中学生】

- ① 朝食摂取率
- ② 朝食の摂取状況(回数の内訳)
- ③ 朝食を食べない理由
- ④ 起床時間(平日・休日)
- ⑤ 就寝時間(平日・休日)
- ⑥ クロス集計(朝食摂取頻度と起床・就寝時間)
- ⑦ 給食は残さず食べているか
- ⑧ 給食を残す理由

III 課題と今後の取組

I 児童生徒の肥満・痩身(やせ)について

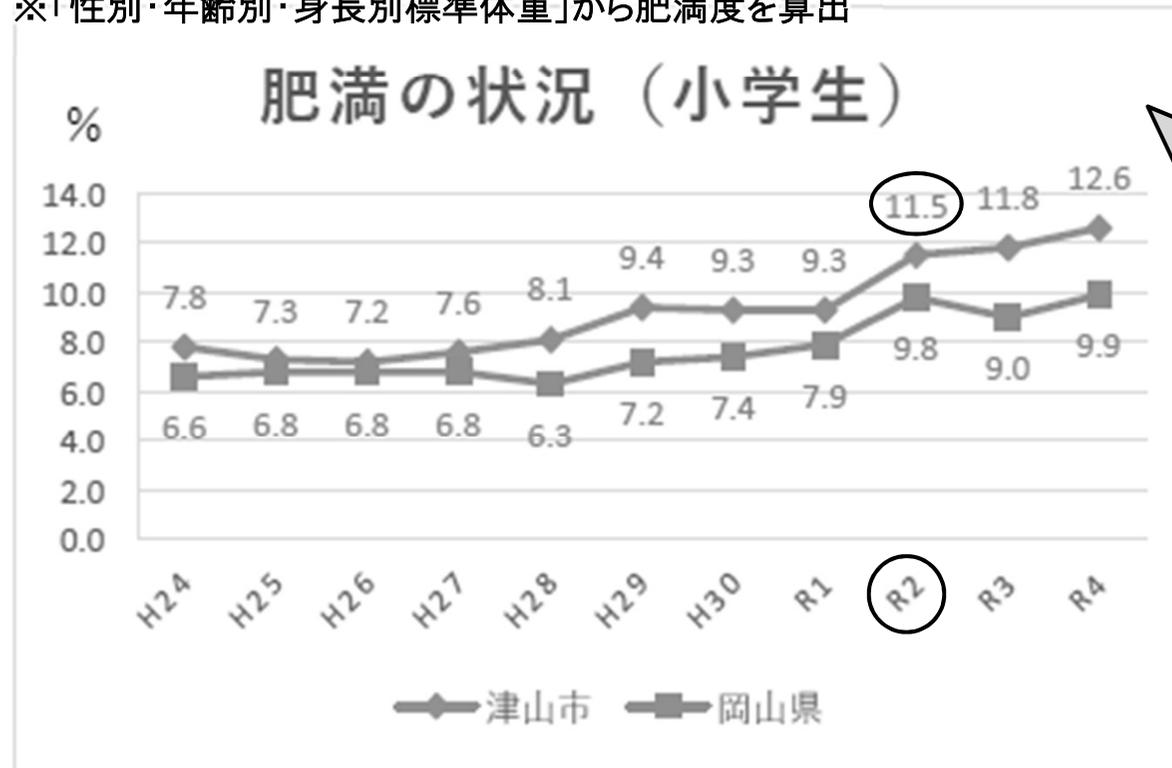
① 肥満の状況 (小学生)

肥満：肥満度20%以上

【小学生】*目標値「津山市教育振興基本計画(第3期)」(%)

	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	*目標値
津山市	7.0	7.8	7.3	7.2	7.6	8.1	9.4	9.3	9.3	11.5	11.8	12.6	8%以内
岡山県	6.5	6.6	6.8	6.8	6.8	6.3	7.2	7.4	7.9	9.8	9.0	9.9	

※「性別・年齢別・身長別標準体重」から肥満度を算出



【津山市】
令和2年度から
年々増加傾向。

【岡山県】
平成29年度から
増加傾向。

【出典】学校保健概要調査(岡山県教育委員会)

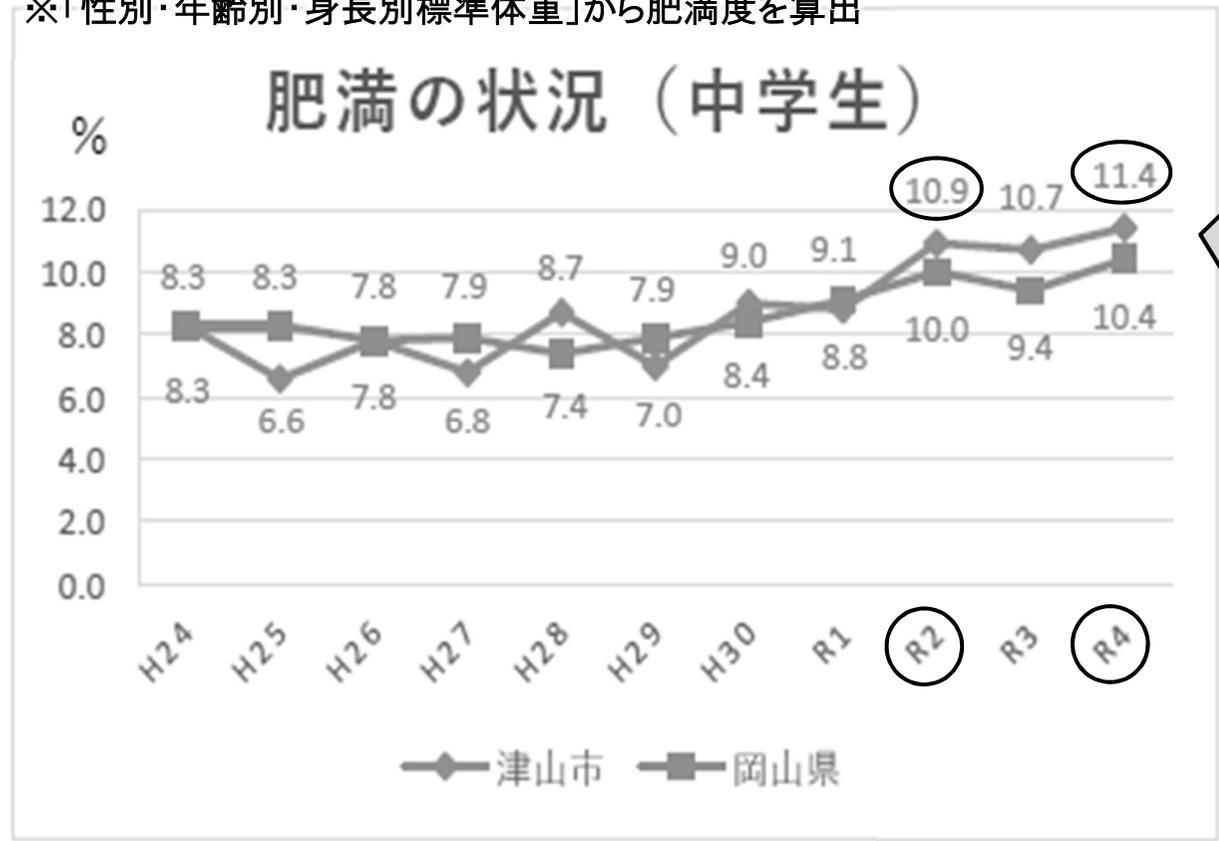
① 肥満の状況（中学生）

肥満：肥満度20%以上

【中学生】 *目標値「津山市教育振興基本計画(第3期)」 (%)

	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	*目標値
津山市	9.2	8.3	6.6	7.8	6.8	8.7	7.0	9.0	8.8	10.9	10.7	11.4	8%以内
岡山県	8.4	8.3	8.3	7.8	7.9	7.4	7.9	8.4	9.1	10.0	9.4	10.4	

※「性別・年齢別・身長別標準体重」から肥満度を算出



【津山市】
令和2年度に大きな増加、
令和4年度には過去10年間で
最大値。

【岡山県】
 平成29年度から増加傾向。

【出典】学校保健概要調査(岡山県教育委員会)

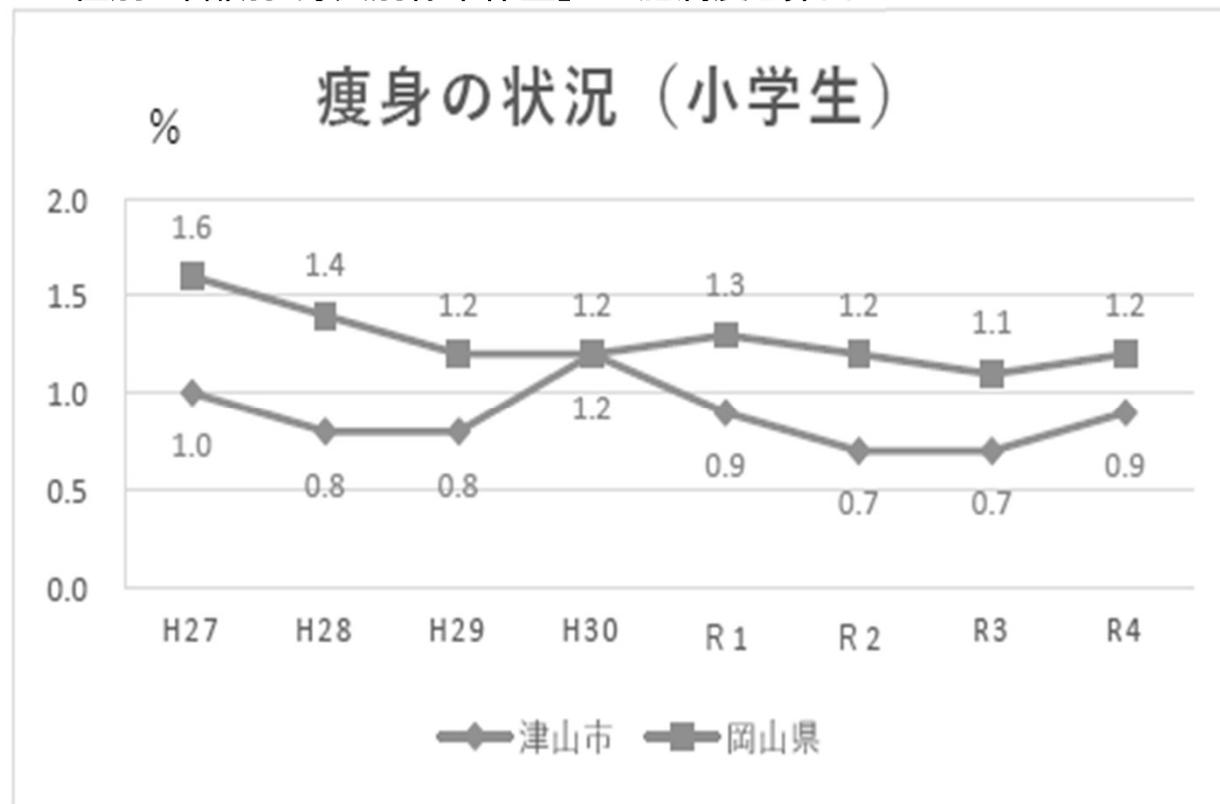
② 痩身(やせ)の状況 (小学生)

痩身：肥満度－20%以下

【小学生】

	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
津山市	1.0	0.8	0.8	1.2	0.9	0.7	0.7	0.9
岡山県	1.6	1.4	1.2	1.2	1.3	1.2	1.1	1.2

※「性別・年齢別・身長別標準体重」から肥満度を算出



津山市・岡山県
ともに、全体としてほぼ横ばい。



【出典】学校保健概要調査(岡山県教育委員会)

② 痩身(やせ)の状況 (中学生)

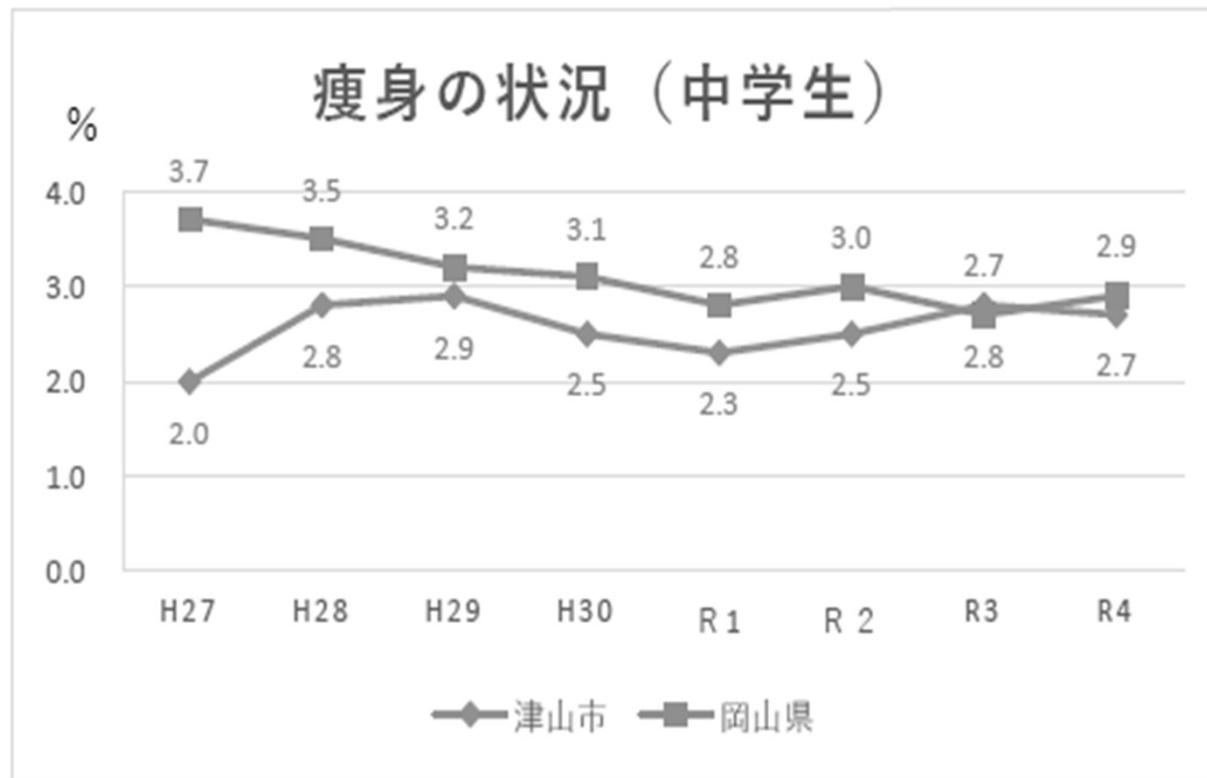
痩身：肥満度－20%以下

【中学生】

(%)

	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4
津山市	2.0	2.8	2.9	2.5	2.3	2.5	2.8	2.7
岡山県	3.7	3.5	3.2	3.1	2.8	3.0	2.7	2.9

※「性別・年齢別・身長別標準体重」から肥満度を算出



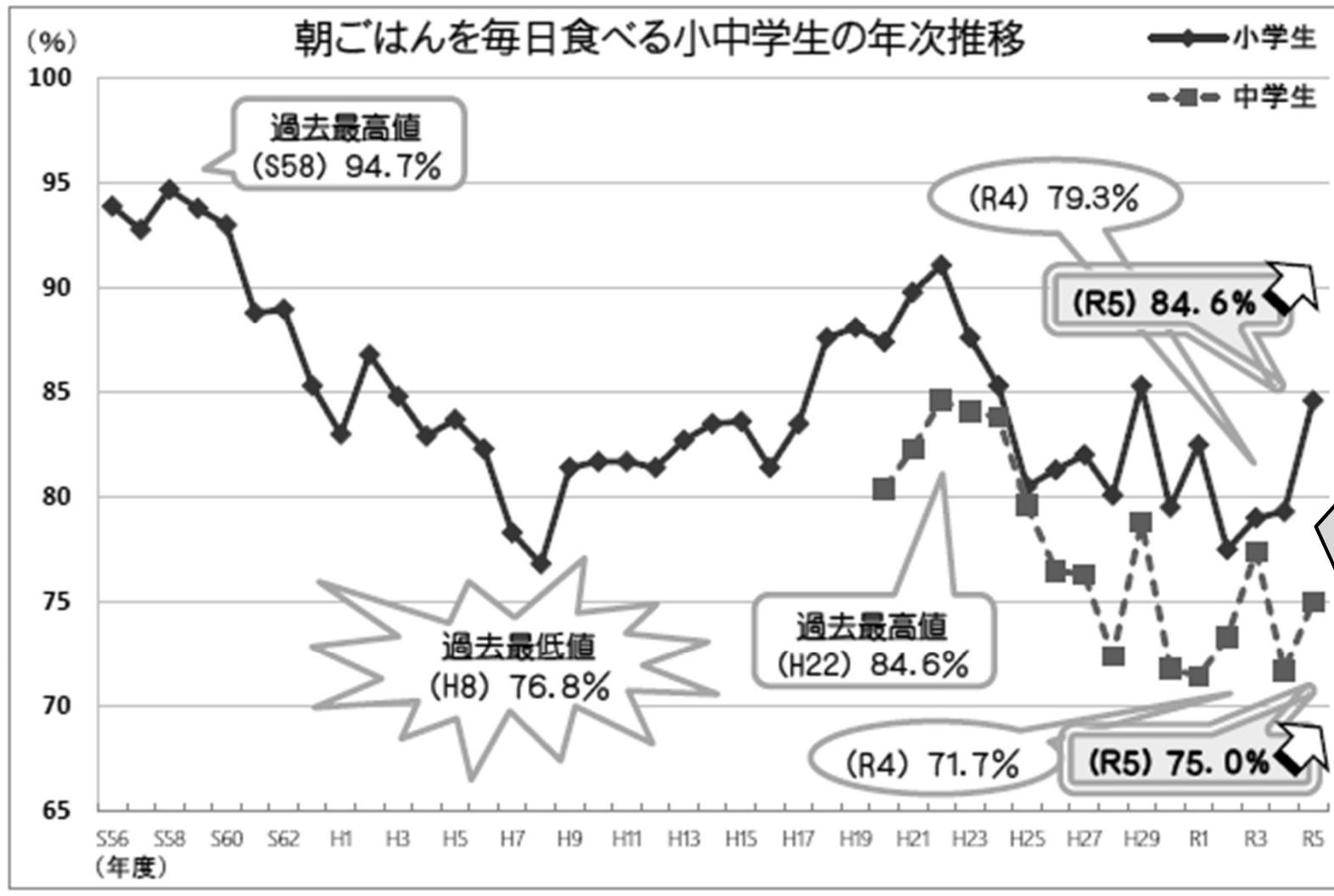
【津山市】
増減を繰り返しながら全体として
ほぼ横ばい。

【岡山県】
緩やかな減少傾向。
ここ数年は ほぼ
横ばい。

【出典】学校保健概要調査(岡山県教育委員会)

Ⅱ 児童生徒の食生活について

① 朝食摂取率



小学生・中学生ともに、例年増減を繰り返す。
R5は増加。

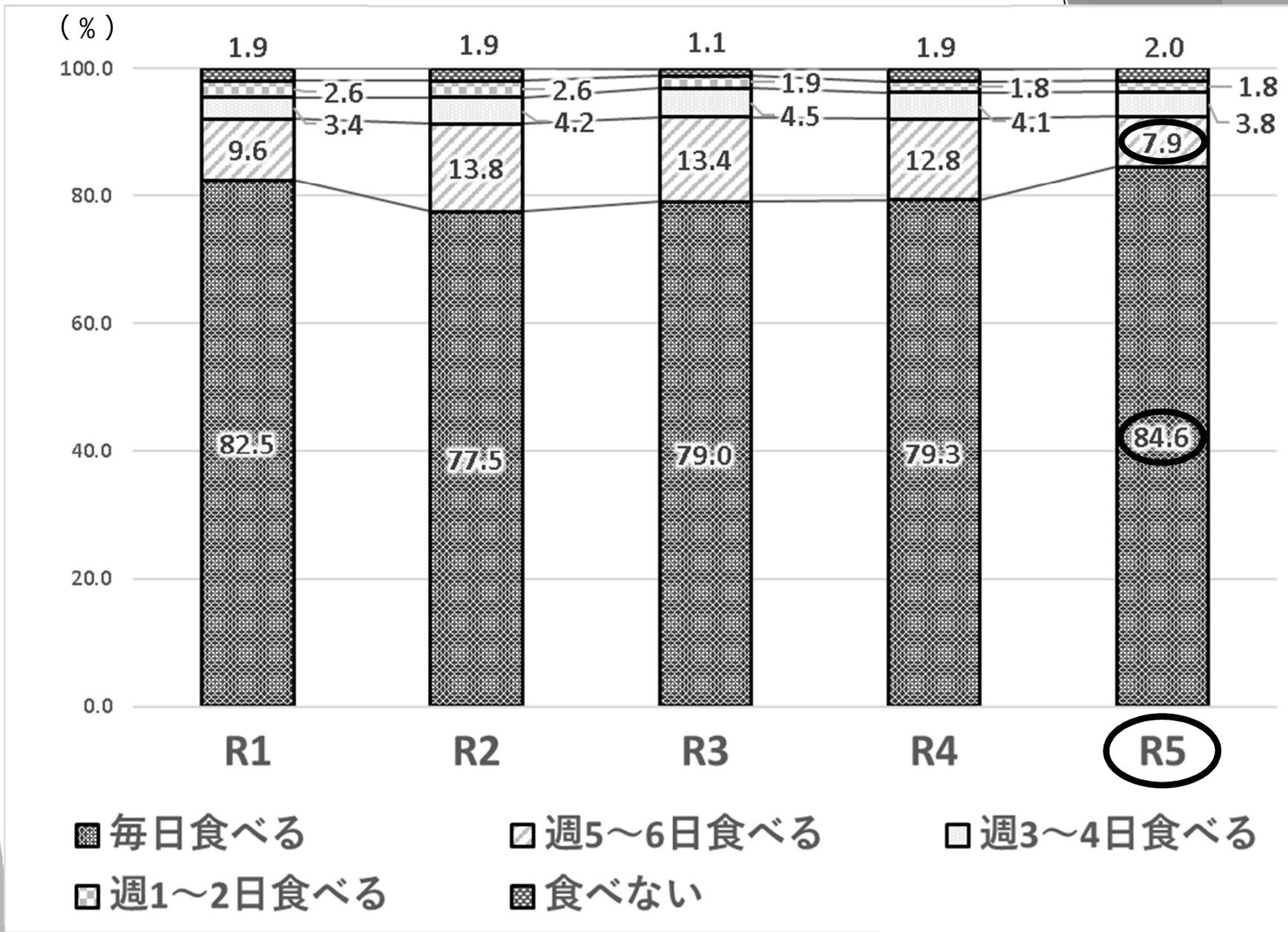
【出典】食生活についてのアンケート R1～R5 (津山市教育委員会)

小学生の現状

(R1～R5の調査結果より)

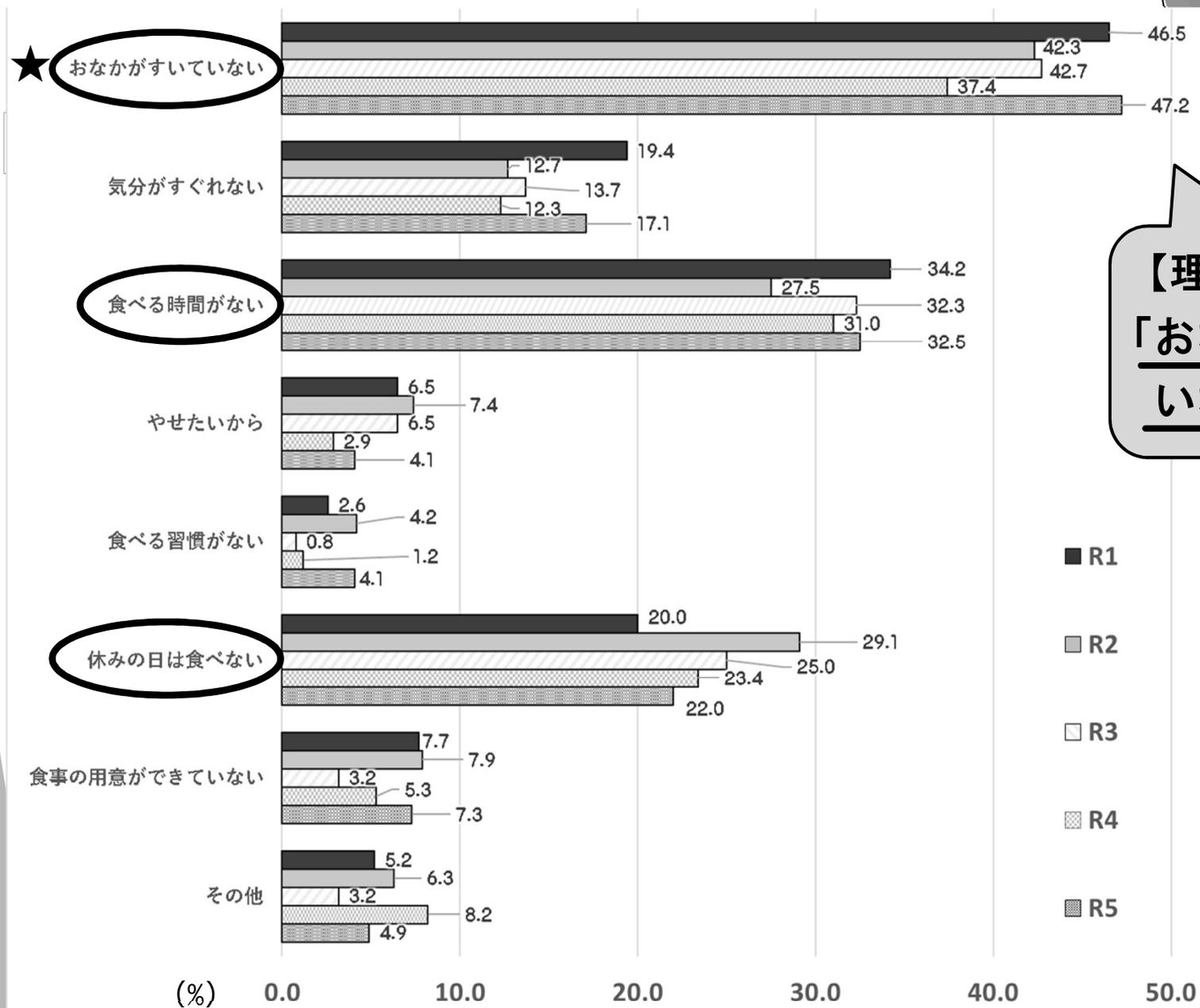
対象：全小学校5年生

② 朝食の摂取状況（回数の内訳：小学生）



【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

③ 朝食を食べない理由（小学生）



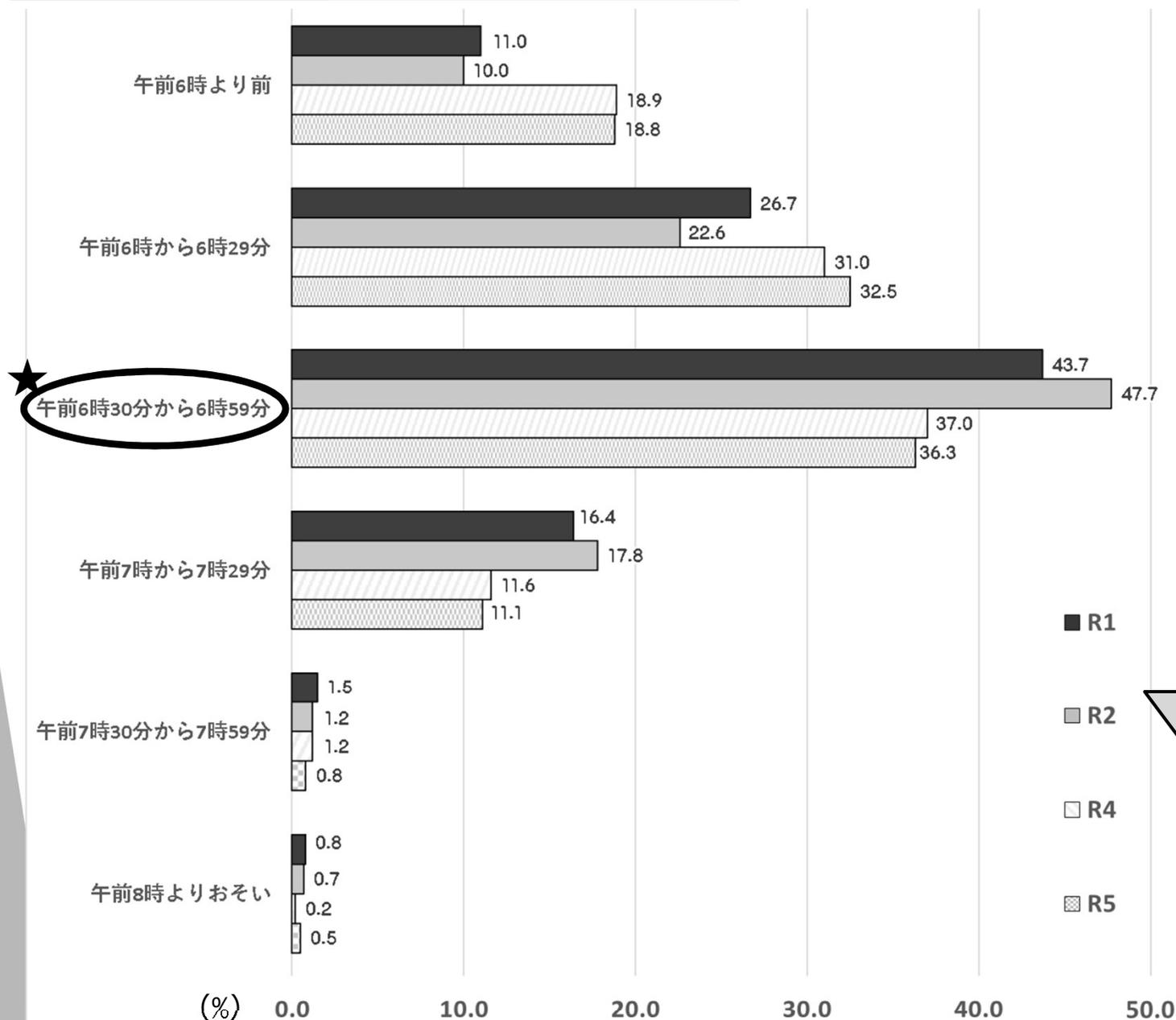
【理由の1位】
「おなかがすいていない」

■ R1
■ R2
■ R3
■ R4
■ R5

【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

※朝食を食べない日がある人のみ回答

④ 起床時間（平日：小学生）

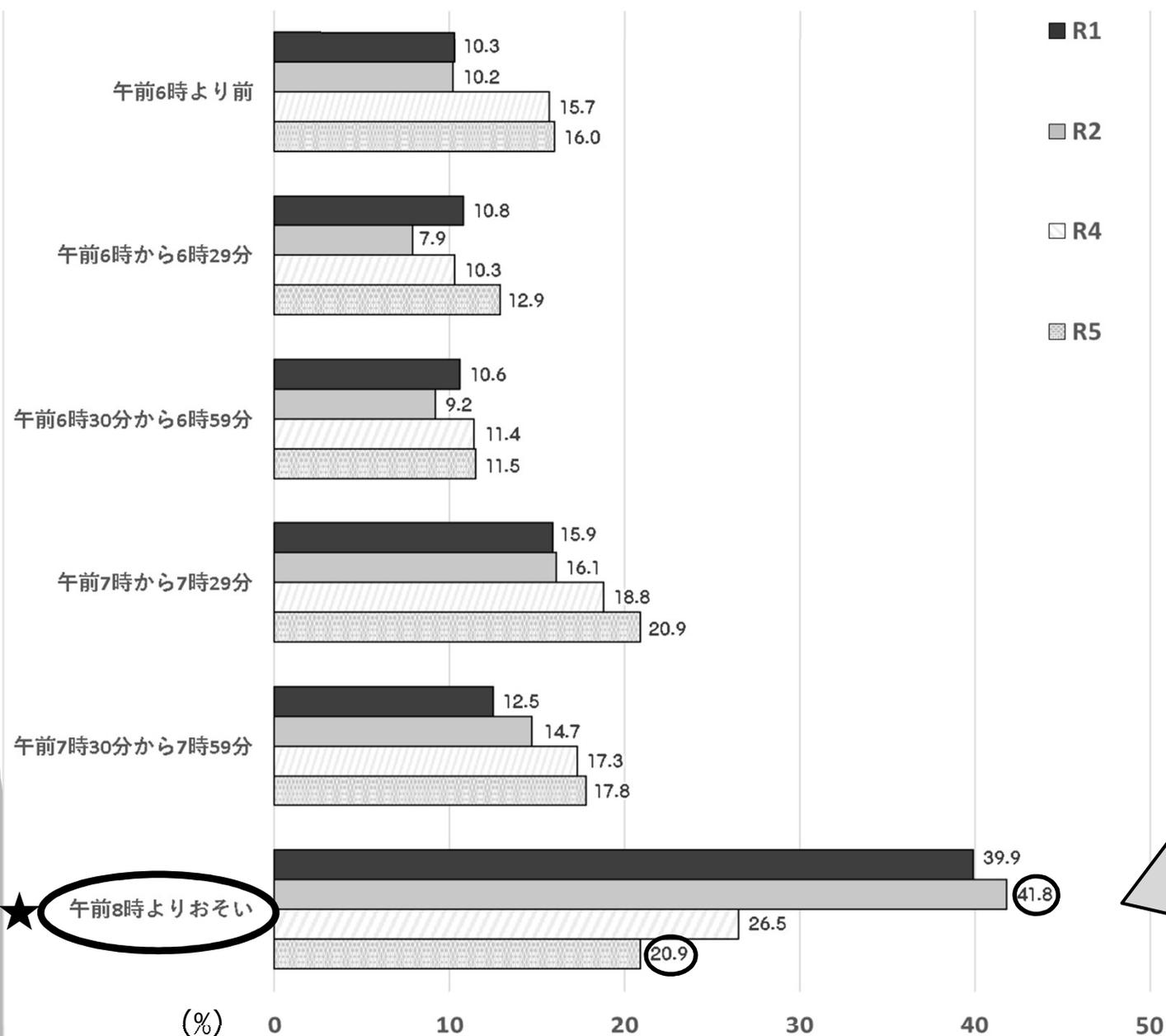


* 起床・就寝時間について、令和3年度は調査なし。

午前7時30分以降に起床する児童は全体の2%程度。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

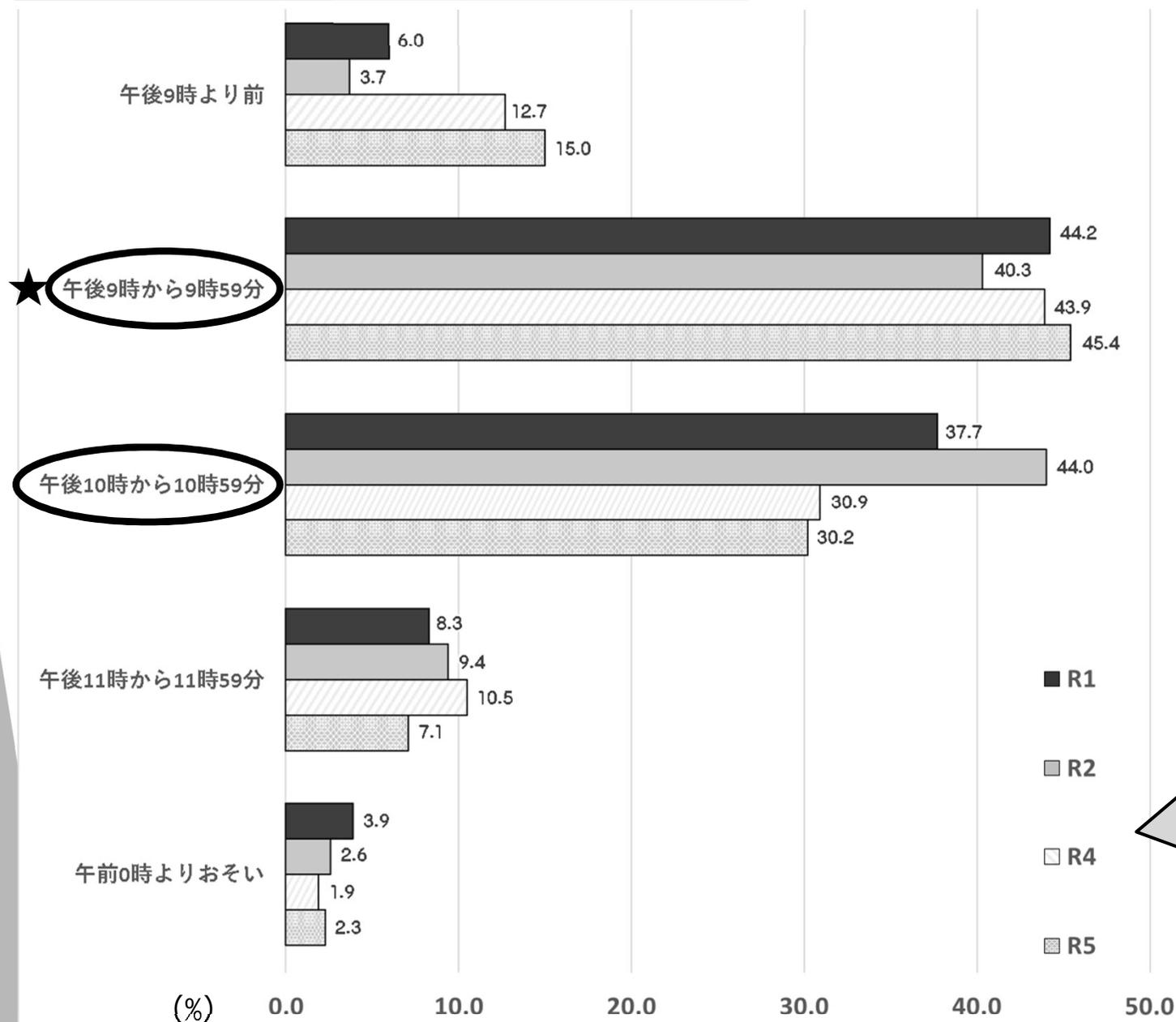
④ 起床時間（休日：小学生）



午前8時より遅く起床すると答えた児童について、令和5年度は令和2年度と比較し全体の1/2程度。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

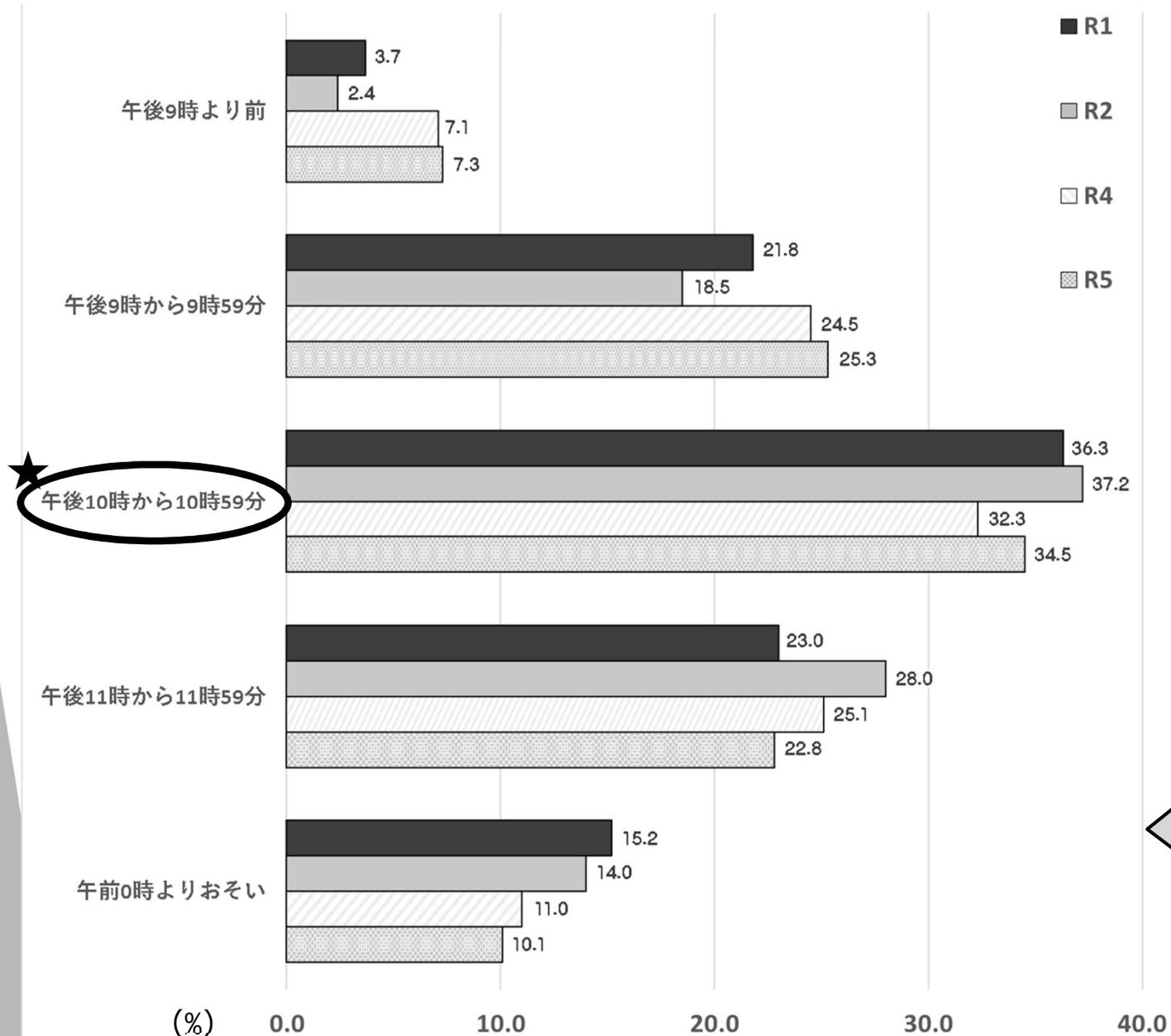
⑤ 就寝時間（平日：小学生）



午前0時より
遅く寝る児童
は、2%程度で
推移。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2、R4～R5（津山市教育委員会）

⑤ 就寝時間（休日：小学生）

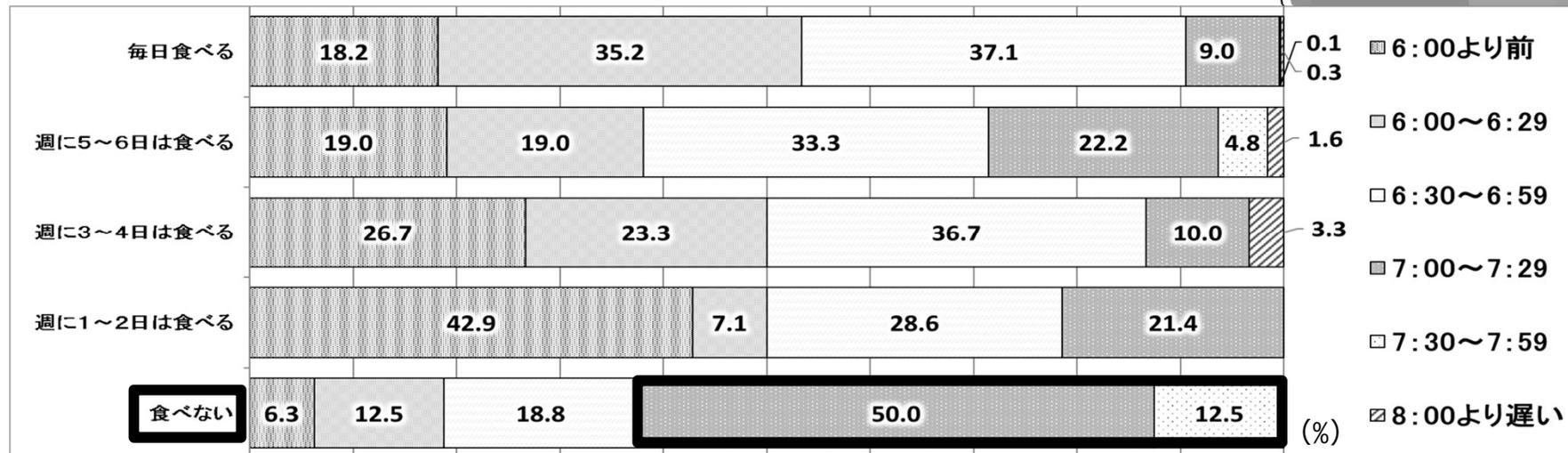


午前0時より遅く就寝する児童は、平日と比較し多いが減少傾向。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

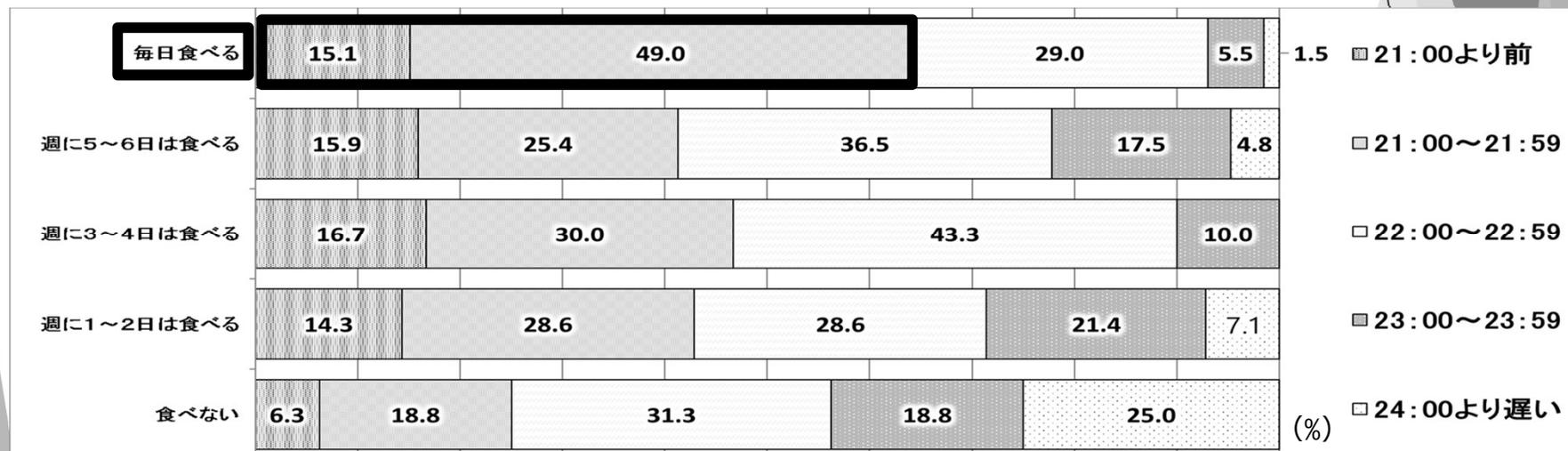
⑥ クロス集計（朝食摂取頻度と起床・就寝時間【平日】）

●朝食摂取頻度と平日起床時間（小学生）



→朝食をいつも食べない人の60%以上が、7時より遅く起床している。

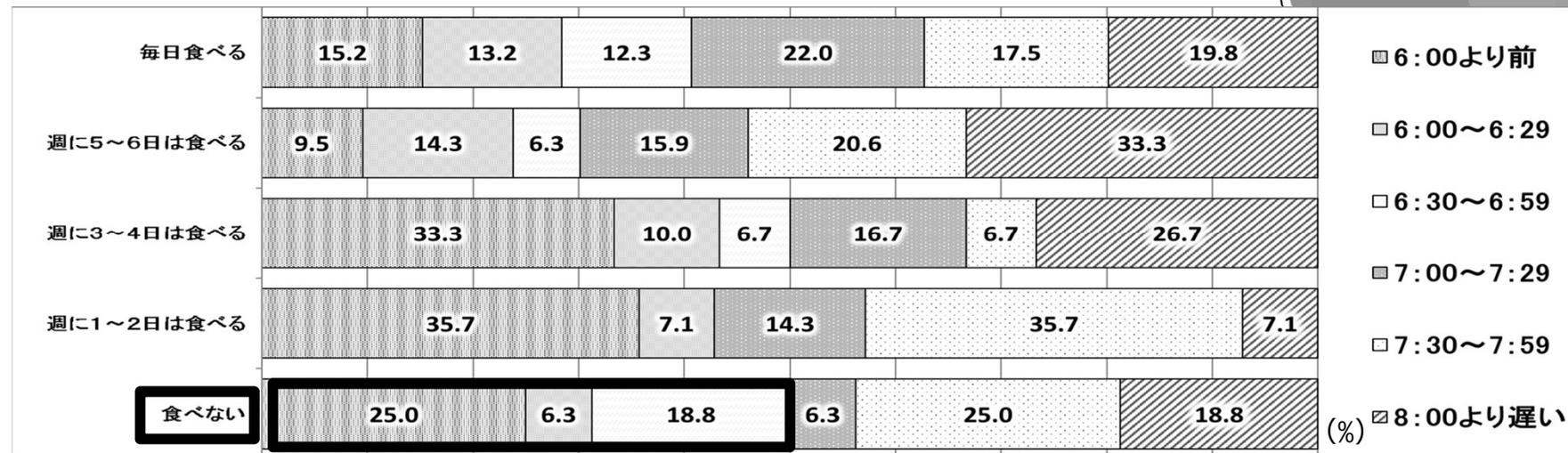
●朝食摂取頻度と平日就寝時間（小学生）



→朝食を毎日食べる児童ほど早く就寝している。

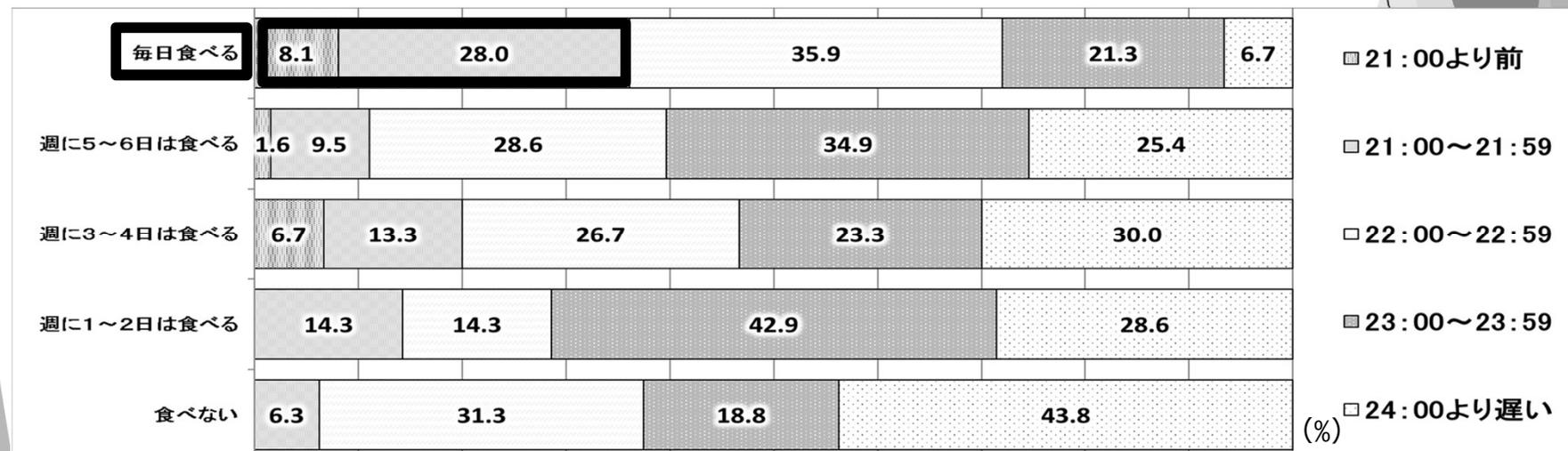
⑥ クロス集計（朝食摂取頻度と起床・就寝時間【休日】）

●朝食摂取頻度と休日起床時間（小学生）



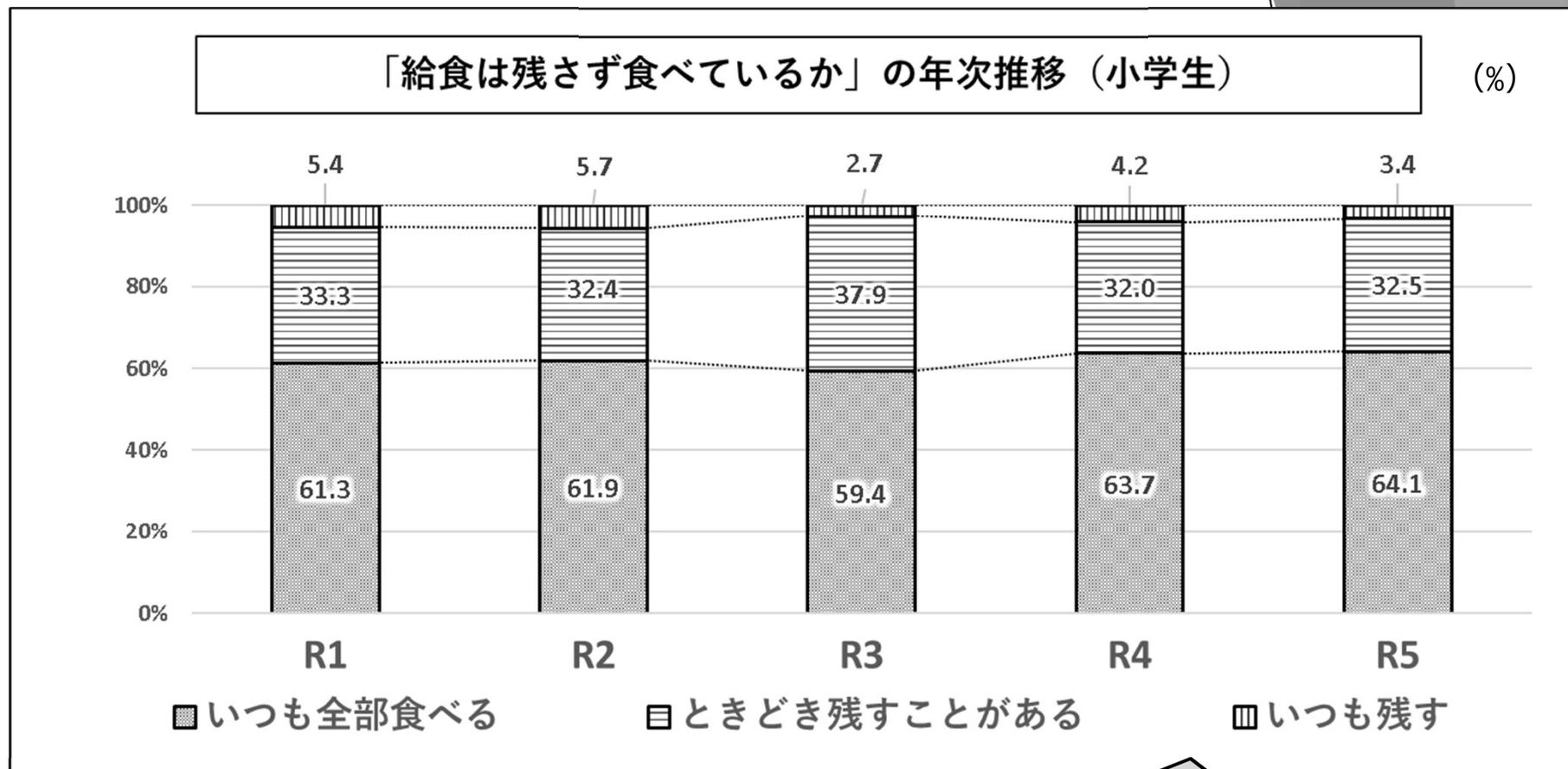
→休日早く起床していても、朝食を食べない日がある児童がみられる。

●朝食摂取頻度と休日就寝時間（小学生）



→朝食を毎日食べている児童ほど、早く寝ている傾向である。

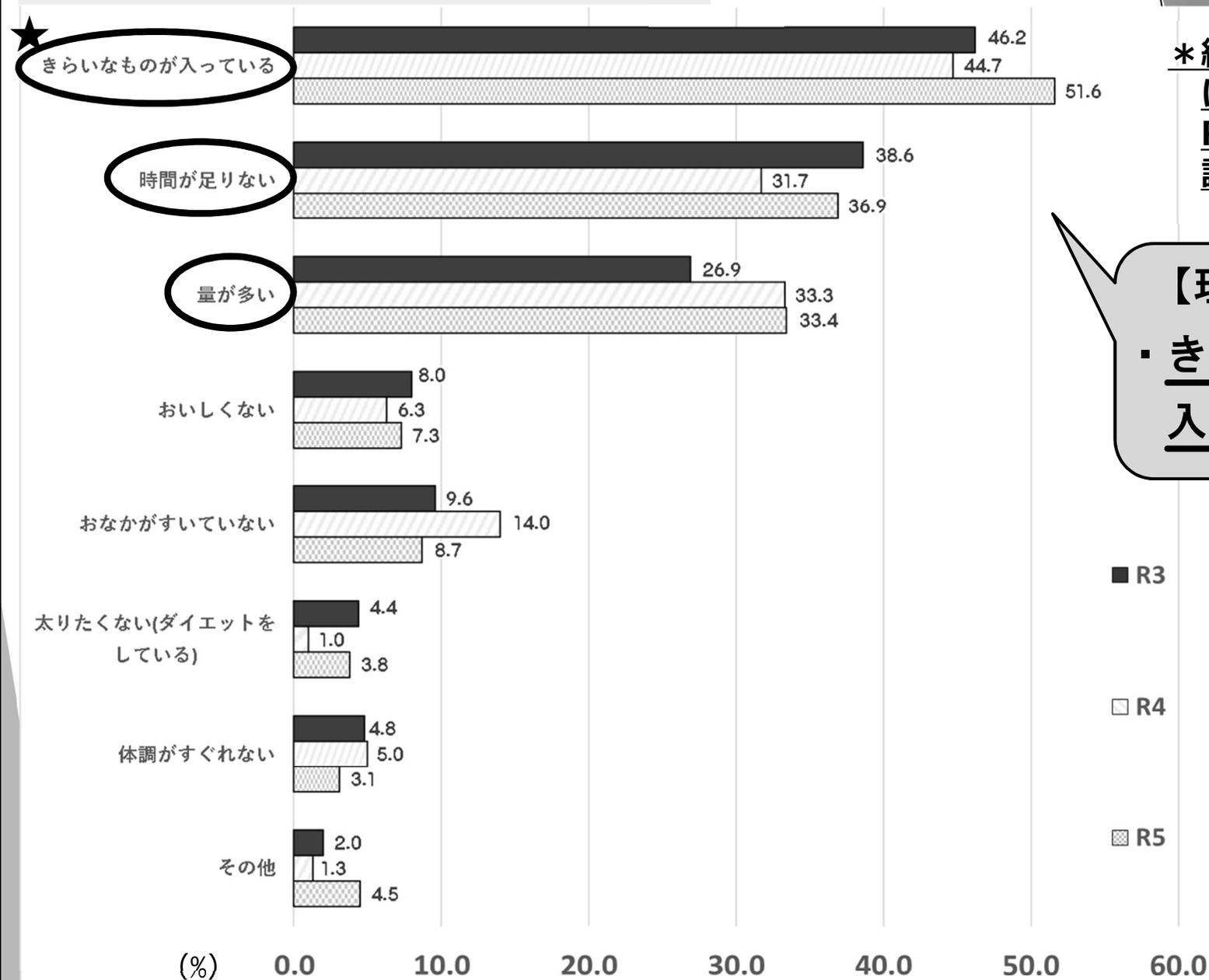
⑦ 給食は残さず食べているか（小学生）



【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

小学生で、「いつも全部食べる」はR3年度を除き60%を超えている。「いつも残す」については、増減を繰り返している。

⑧ 給食を残す理由（小学生）



* 給食を残す理由については、R3年度から調査開始。

【理由の1位】

- ・ きれいなものが入っている

■ R3

▨ R4

▩ R5

【出典】食生活についてのアンケート R3～R5（津山市教育委員会）

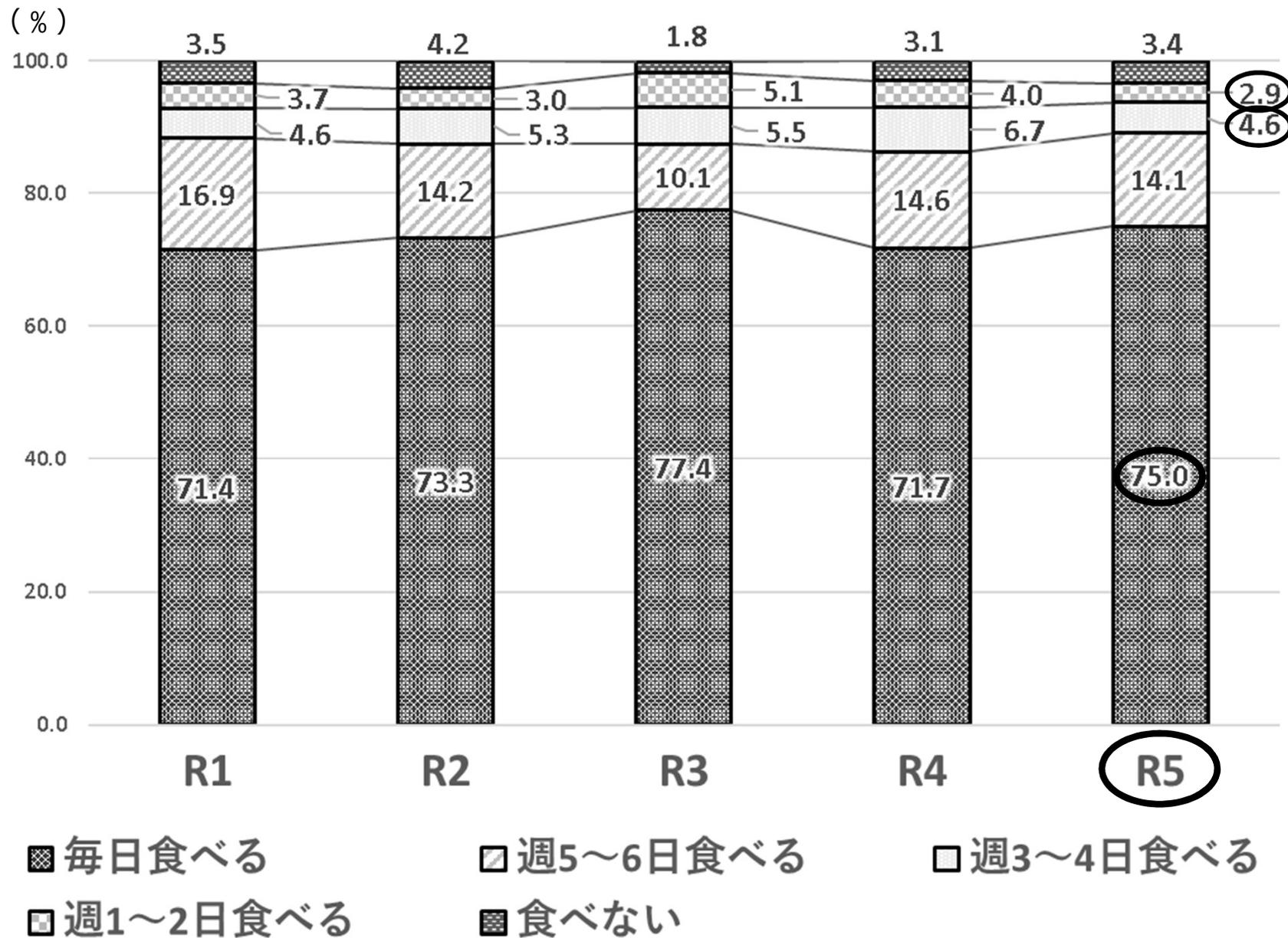
※給食を残すことがある人のみ回答

中学生の現状

(R1～R5の調査結果より)

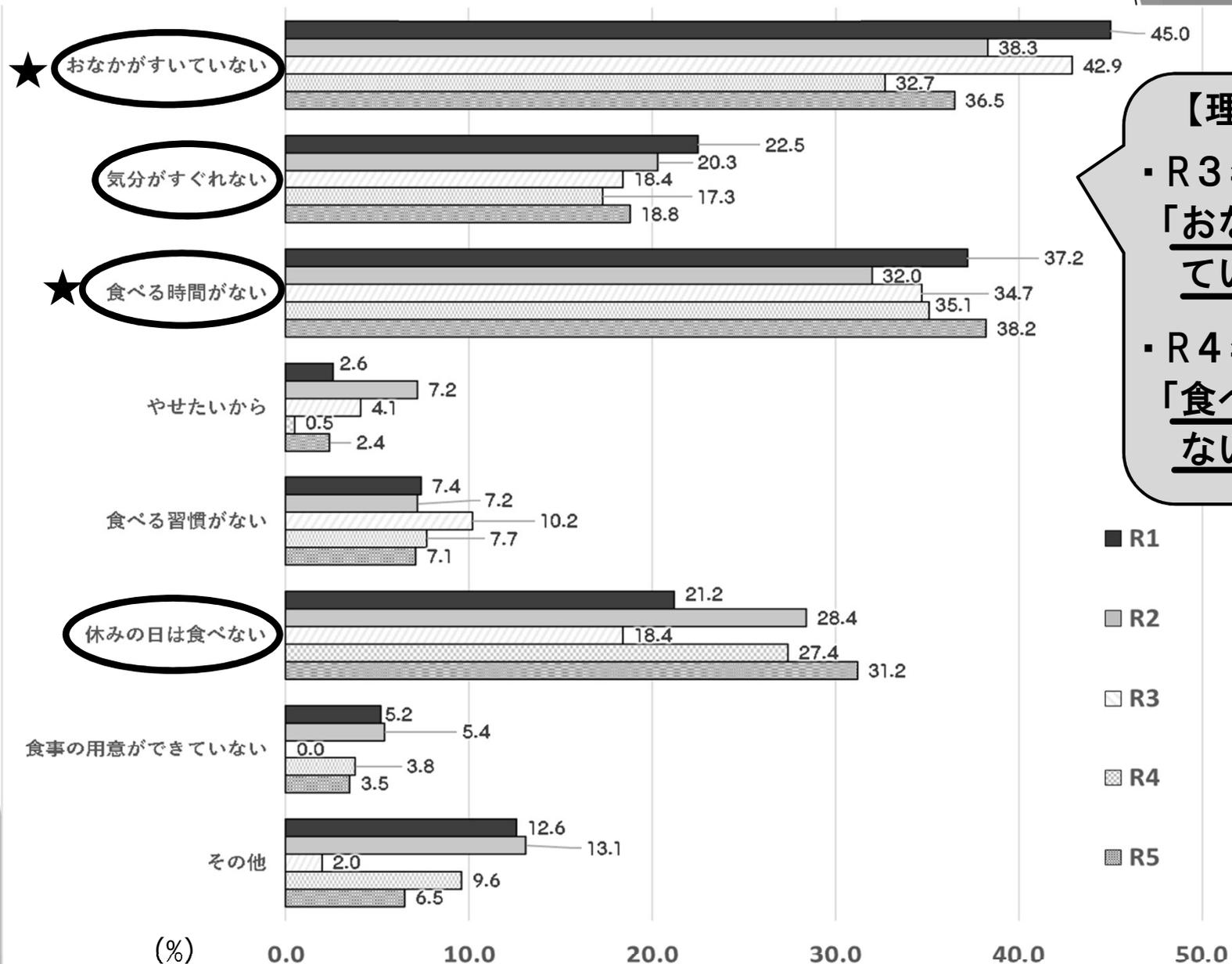
対象：全中学校2年生

② 朝食の摂取状況（回数の内訳：中学生）



【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

③ 朝食を食べない理由（中学生）



【理由の1位】

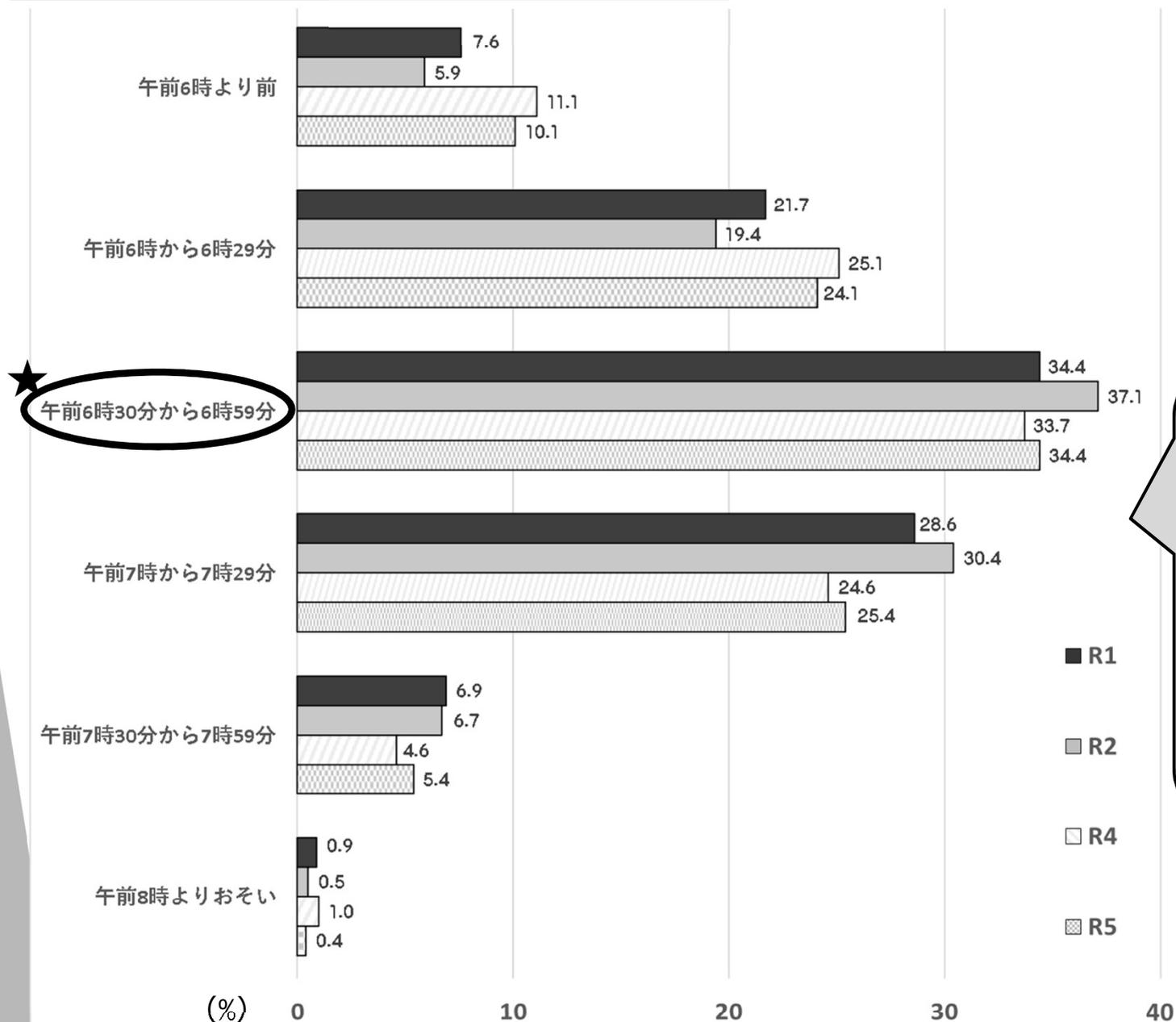
- ・ R3年度まで「おなかがすいていない」
- ・ R4年度から「食べる時間がない」

■ R1
 ■ R2
 □ R3
 ▨ R4
 ▩ R5

【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

※朝食を食べない日がある人のみ回答

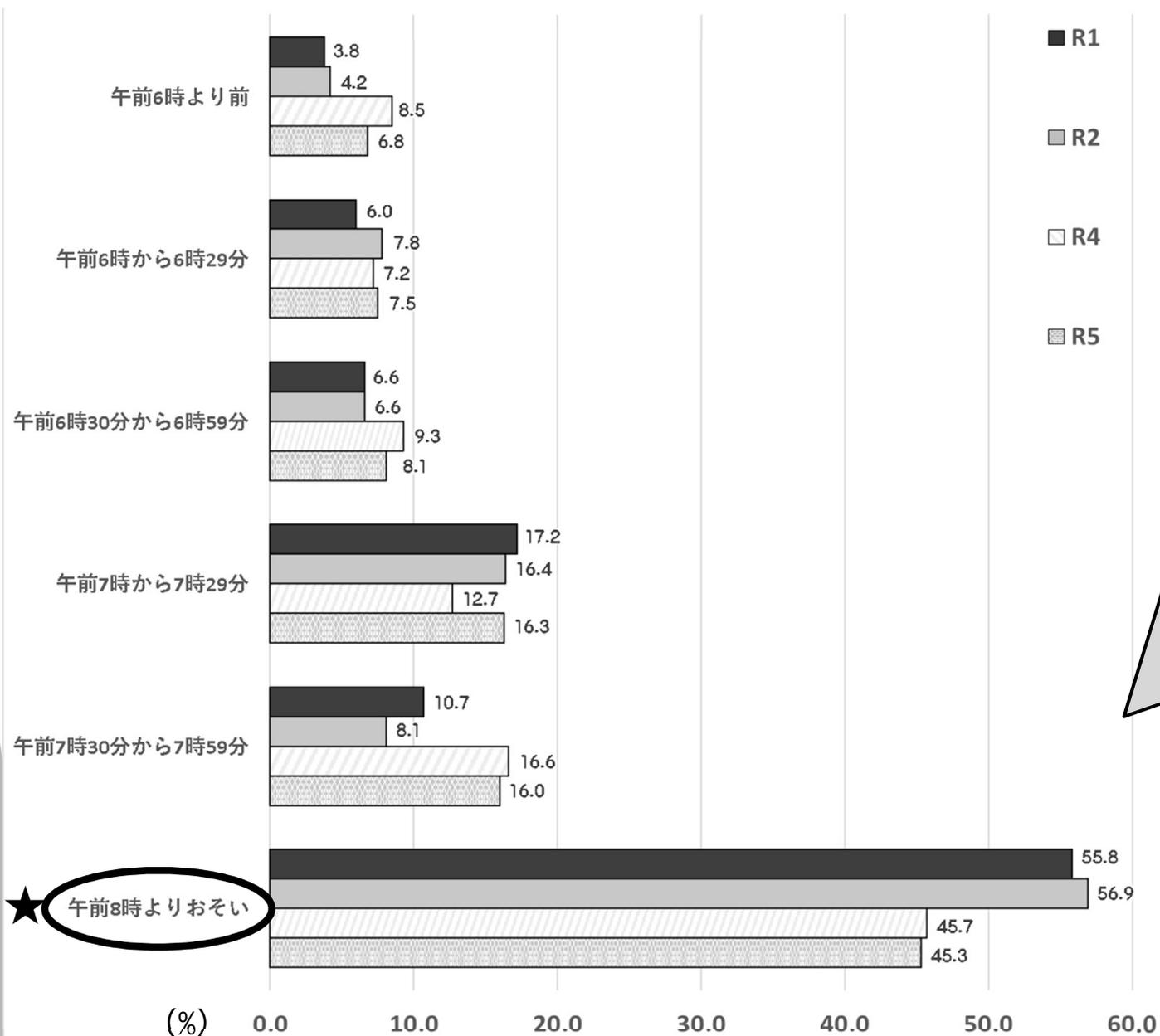
④ 起床時間（平日：中学生）



- ・ 午前7時30分以降に起床する生徒は5%前後で推移。
- ・ 小学生と比較して高い割合。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

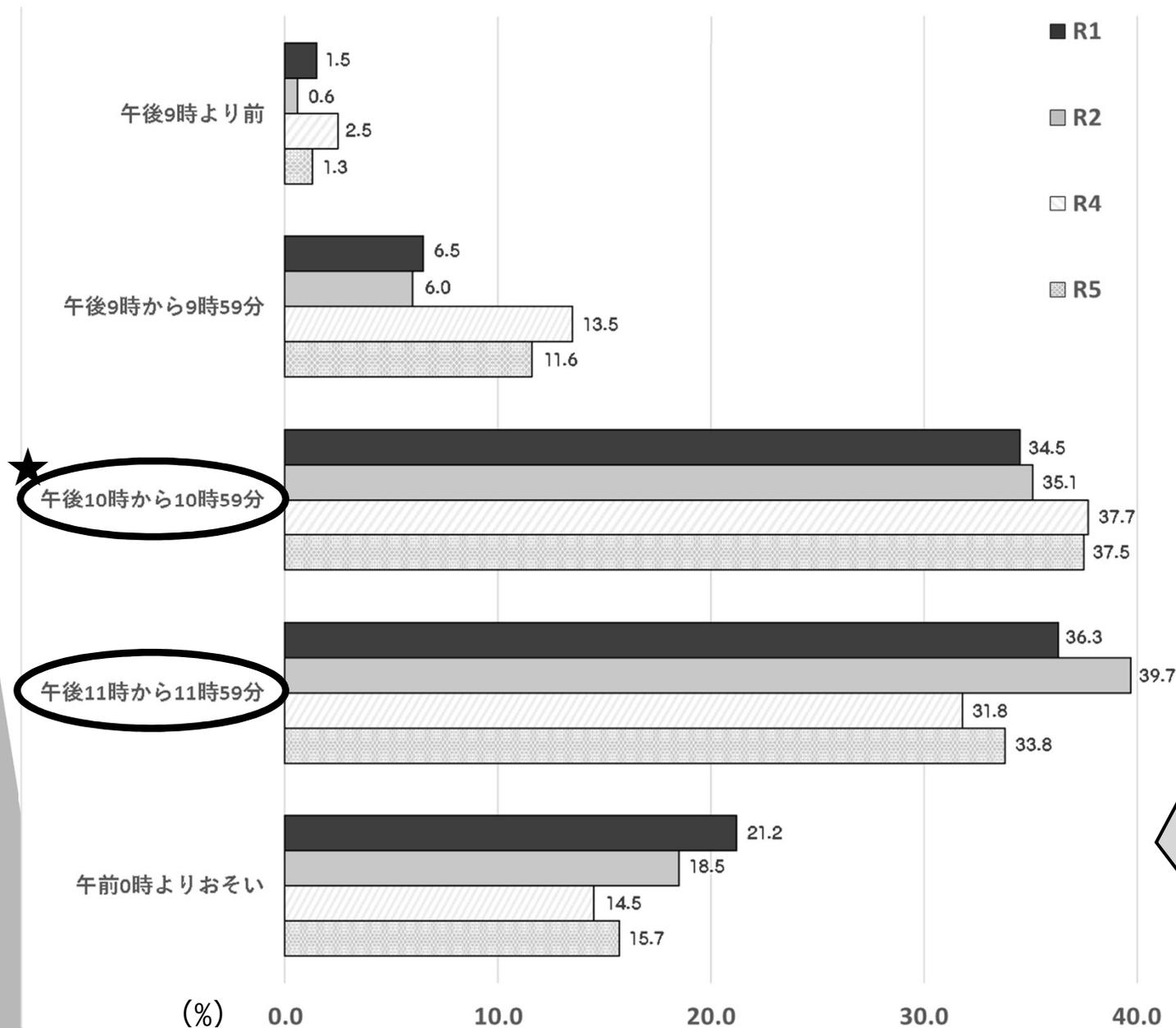
④ 起床時間（休日：中学生）



午前8時より遅く
起床する生徒は、
R2年度までは
50%を超えて
いたが、R4年度
からは50%を
下回った。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

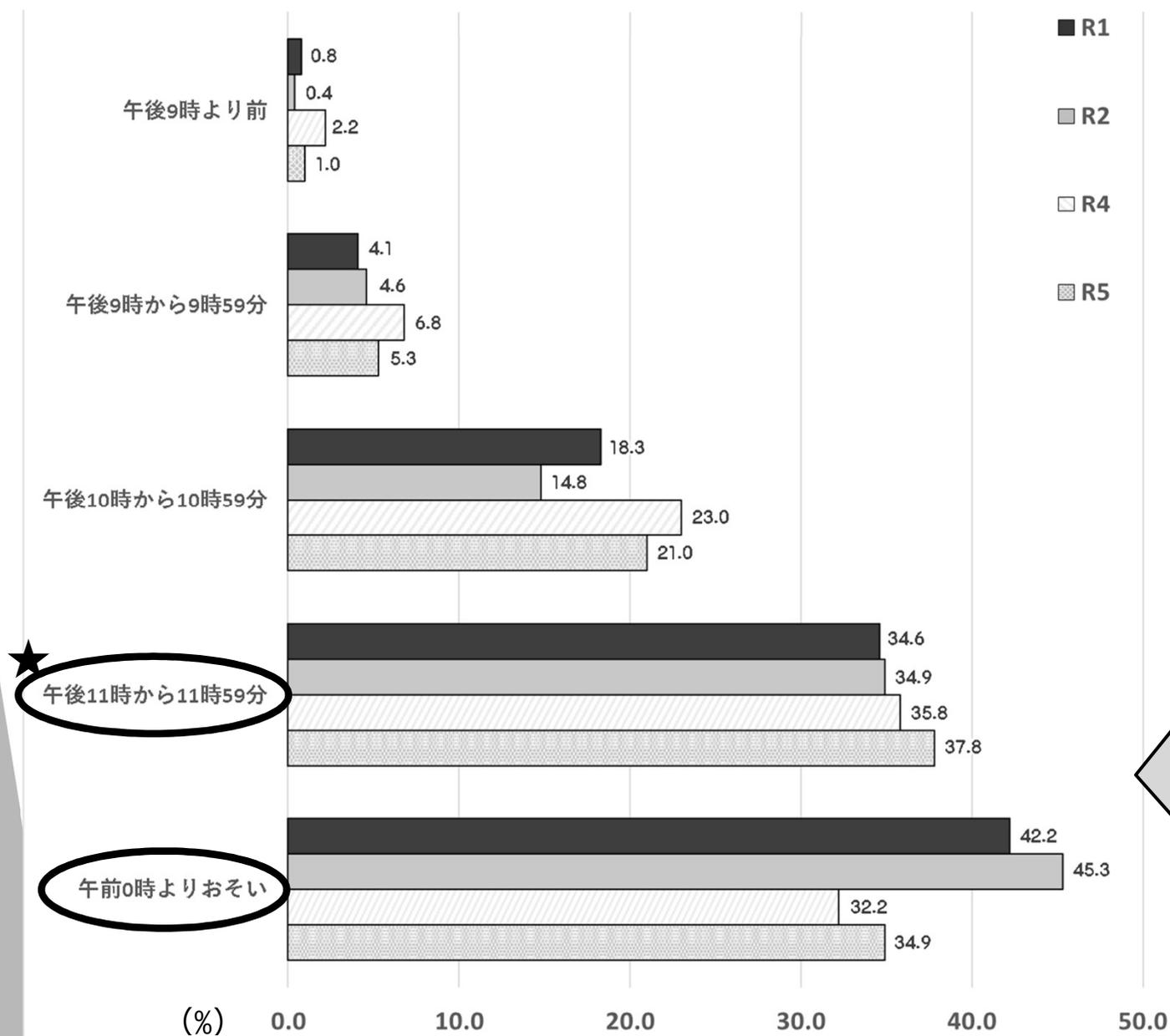
⑤ 就寝時間（平日：中学生）



- ・ 午前0時より遅く就寝する生徒は、約15%～約20%で推移。
- ・ 小学生と比較し、中学生は10%以上高い。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

⑤ 就寝時間（休日：中学生）

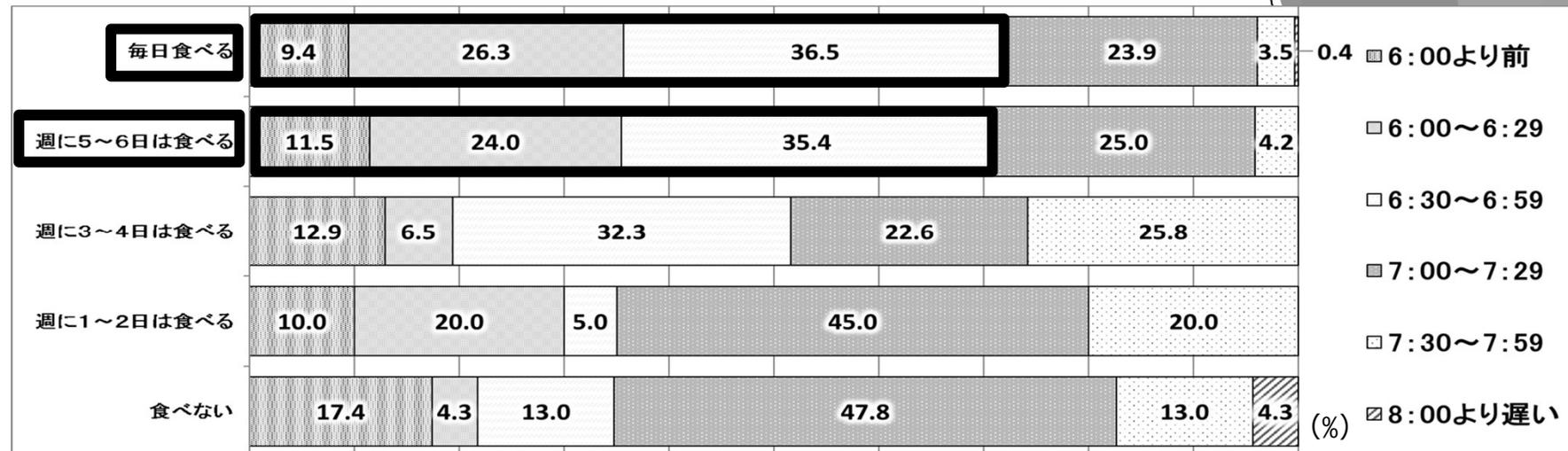


午前0時より遅く就寝する生徒は、R2年度まで40%を超えていたが、R4年度からは35%未満で推移。

【出典】食生活についてのアンケート R1～R2, R4～R5（津山市教育委員会）

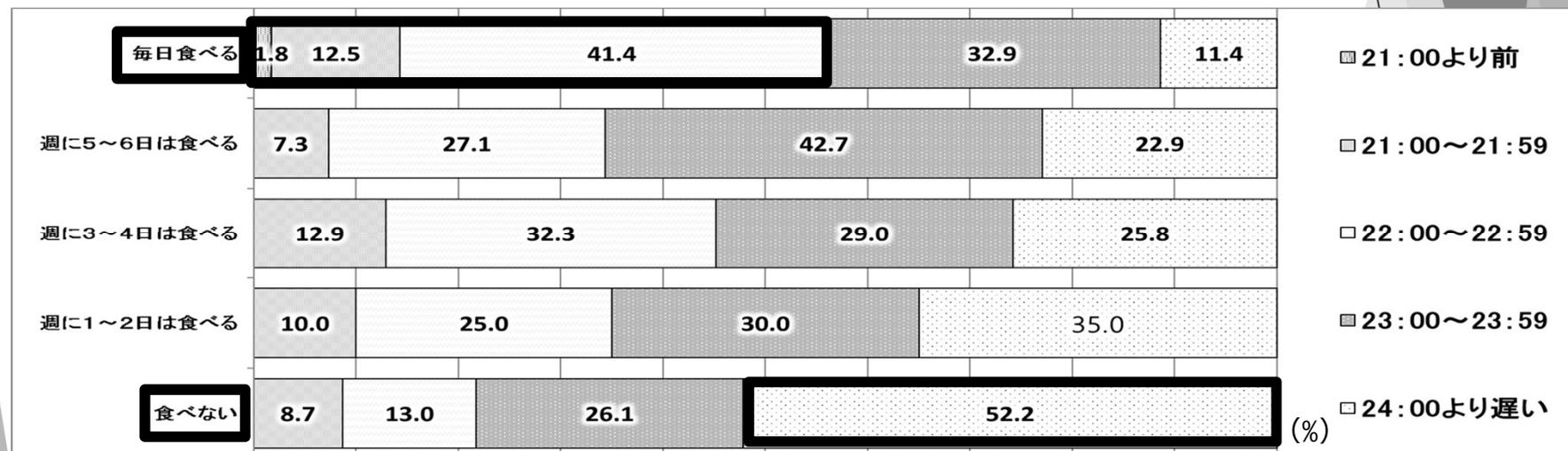
⑥ クロス集計（朝食摂取頻度と起床・就寝時間【平日】）

●朝食摂取頻度と平日起床時間（中学生）



→朝食摂取頻度が高い生徒ほど、平日早く起床している傾向。

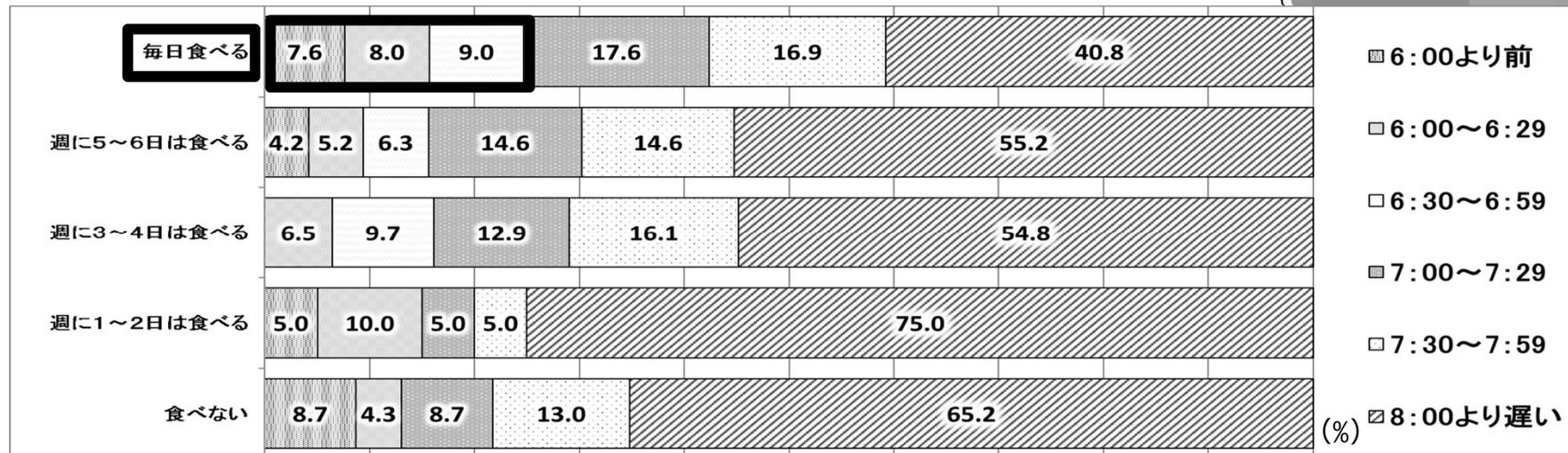
●朝食摂取頻度と平日就寝時間（中学生）



→朝食をいつも食べない生徒の半数以上が、24時より遅く就寝している。

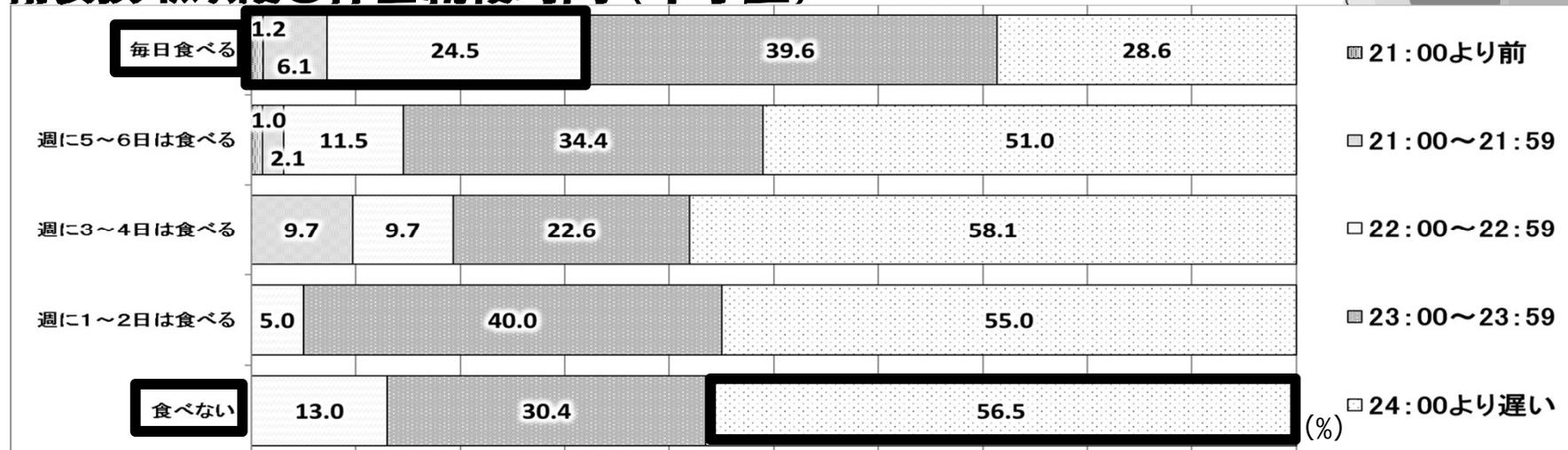
⑥ クロス集計（朝食摂取頻度と起床・就寝時間【休日】）

●朝食摂取頻度と休日起床時間（中学生）



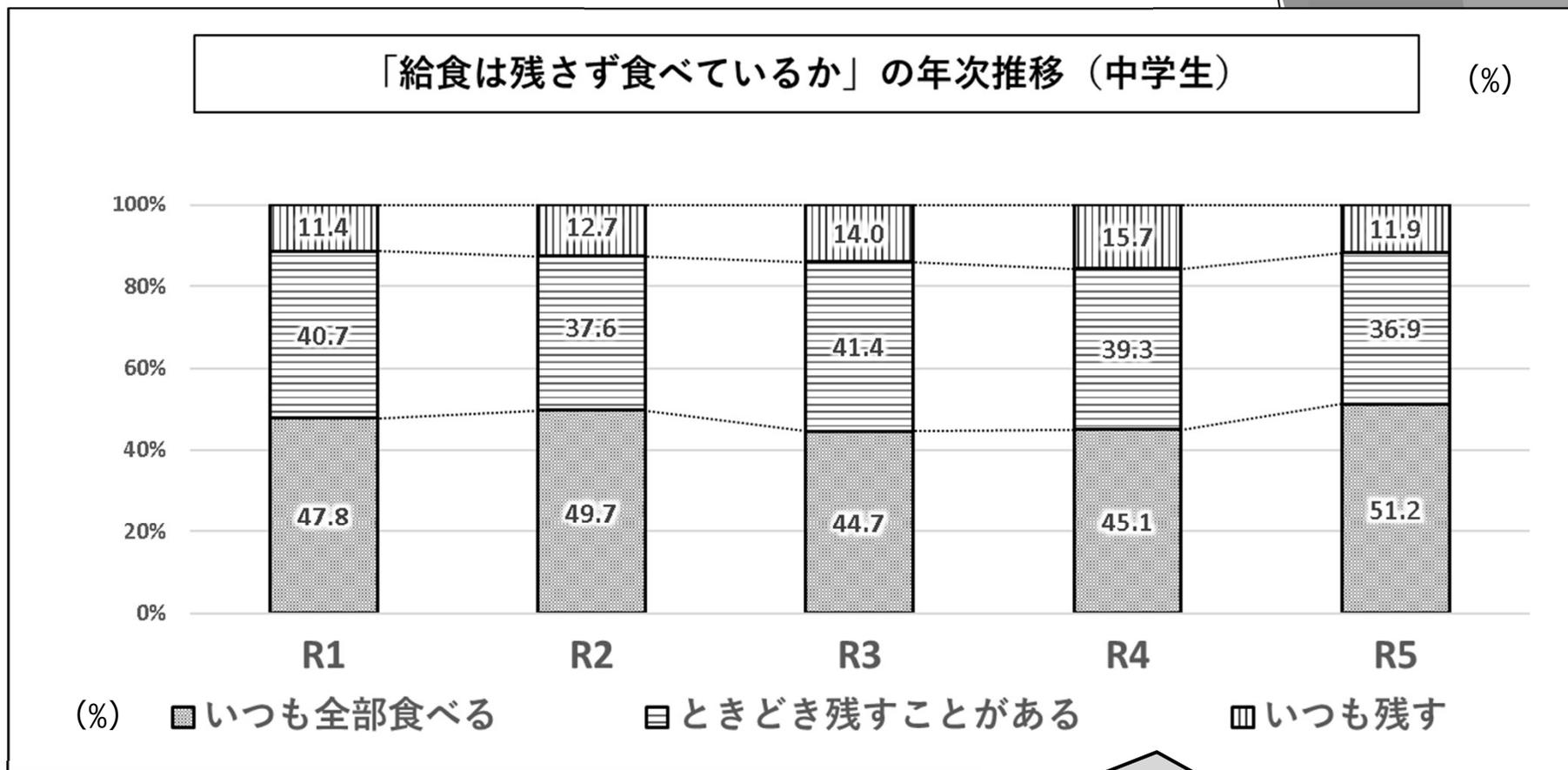
→朝食摂取頻度が高い生徒ほど、平日に早く起床している。

●朝食摂取頻度と休日就寝時間（中学生）



→朝食摂取頻度が高い生徒ほど、休日に早く就寝している。

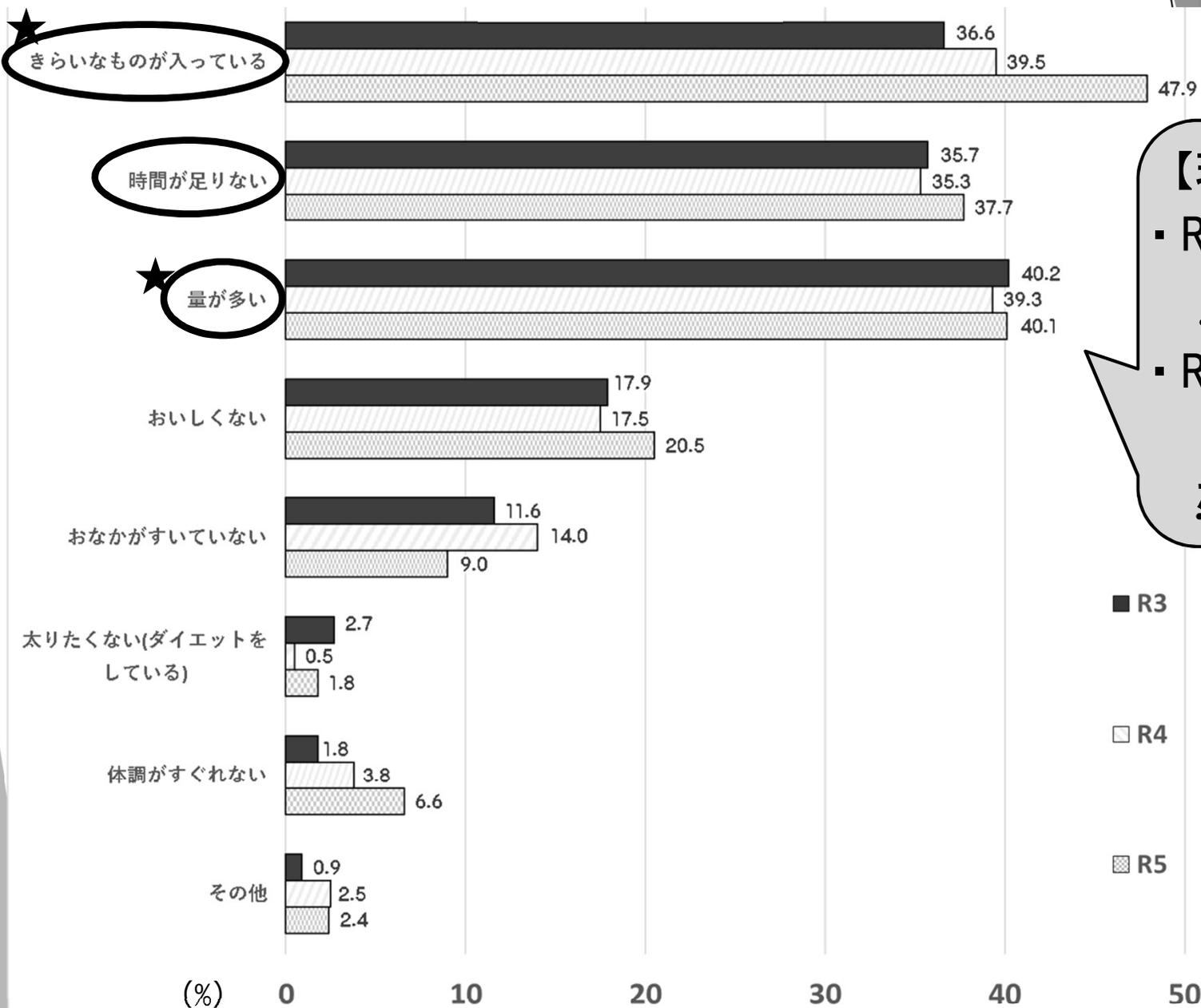
⑦ 給食は残さず食べているか（中学生）



【出典】食生活についてのアンケート R1～R5（津山市教育委員会）

中学生では、「いつも全部食べる」についてR4年度まで50%未満、R5年度には50%を超えた。「いつも残す」については10%以上で推移しており、R5年度は減少。

⑧ 給食を残す理由（中学生）



【理由の1位】

- ・ R3年度
「量が多い」
- ・ R4年度～
「きれいなものが入っている」

■ R3

▨ R4

▩ R5

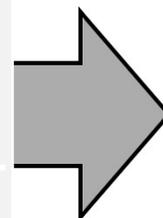
【出典】食生活についてのアンケート R3～R5（津山市教育委員会）

※給食を残すことがある人のみ回答

Ⅲ 課題と今後の取組

*目標値「津山市教育振興基本計画(第3期)」

	現状値	目標値 (R7)
朝食を毎日食べる子 【小学生】	84.6 % (R5)	90.0 %
朝食を毎日食べる子 【中学生】	75.0 % (R5)	85.0 %
肥満割合 【小学生】	12.6 % (R4)	8%以内
肥満割合 【中学生】	11.4 % (R4)	8%以内



【課題】

生活習慣・食習慣
の改善が必要

【今後の取組】

児童生徒が生活習慣の
改善の必要性に気づき、
行動を変えることが
出来るようにする

*参考：食生活についてのアンケートR5 (津山市教育委員会)

- ・ 学校給食をいつも残す
人の割合【小学生】 ... 3.4%
- ・ 学校給食をいつも残す
人の割合【中学生】 ... 14.2%

学校・保護者・
関係機関が連携し、
継続した取組が必要