

資料 2

「食に関する実態調査」経年比較

中学校全学年集計

(単位：人)

回 答 人 数	H29	H30
	590	549

問 1 朝食についておたずねします。

1-1 朝食を食べますか。

(単位：%)

内 容	H29	H30	比較
①必ず毎日食べる	83.05	86.70	↑
②1週間に2～3日食べないことがある	11.53	8.93	↓
③1週間に4～5日食べないことがある	2.37	1.82	↓
④ほとんど食べない	3.22	2.55	↓

1-2 朝食の内容は、だいたい次のどれに近いですか。

内 容	H29	H30	比較
①主食のみ（ごはん・パン・めん・シリアル等の炭水化物）	30.85	24.41	↓
②主食と、みそ汁またはスープ（汁物）	14.07	15.48	↑
③主食と主菜とみそ汁又はスープ（汁物）	13.73	21.31	↑
④主食と主菜（肉、魚、卵、大豆等のタンパク質）	14.92	12.75	↓
⑤主食と副菜（野菜etc. パナナ、果物類も副菜に含む）	6.1	5.65	↓
⑥みそ汁・スープ・飲み物（牛乳）等だけ	0.85	2.55	↑
⑦主菜 又は 副菜だけ	1.02	1.28	↑
⑧主食・主菜・副菜のそろったもの	4.24	5.46	↑
⑨主食・主菜・副菜・汁物のすべてそろったもの	8.31	5.83	↓
⑩その他（上の9つに当てはまらない）	4.07	4.55	↑

主食：ごはん、パン、めん等を主材料とする料理で、炭水化物の供給源

主菜：肉、魚、卵、大豆製品などを主材料とする料理で、タンパク質の供給源

副菜：野菜、芋、豆類、きのこ、海藻などを主材料とする料理で、主に、

ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源（バナナ、果物類も含む）

その他：ヨーグルトだけ、お菓子など

問 2 運動についておたずねします。

○運動しますか。（部活動を含む）

内 容	H29	H30	比較
①毎日する	44.41	44.81	↑
②ほとんど毎日（週3～5日くらい）する	18.98	21.31	↑
③時々（週に1～2日くらい）する	25.93	15.30	↓
④しない	10.68	18.40	↑