

【資料 1】 中学生の食生活の実態について

■アンケート結果

家庭での食習慣（朝食の摂取）

① 朝食は食べますか（回答：生徒）

内容	平成 23 年度		平成 28 年度	
	回答数	割合	回答数	割合
必ず食べる	861	83.92%	1,070	85.40%
1 週間に 4 日から 6 日食べる	75	7.31%	100	7.98%
1 週間に 2 日から 3 日食べる	47	4.58%	31	2.47%
ほとんど食べない	43	4.19%	37	2.95%
全く食べない	—	—	15	1.20%

② 朝食は主に何を食べますか（回答：生徒）

内容	平成 23 年度		平成 28 年度	
	回答数	割合	回答数	割合
主食とおかずと飲み物	338	36.38%	661	53.57%
パン、ご飯、麺類など主食だけ	549	59.10%	491	39.79%
飲み物だけ	13	1.40%	13	1.05%
果物、デザートだけ	8	0.86%	16	1.30%
その他	21	2.26%	53	4.29%

- ・ 前回（平成 23 年度）と今回（平成 28 年度）比較すると、前回の調査より朝食を毎日食べている生徒の割合は増加している。平成 28 年度調査で、「必ず食べる」85.40%、「1 週間に 4 日から 6 日食べる」生徒を加えると、約 93% の生徒がほぼ毎朝、朝食を食べている。一方で、全く朝食を食べない生徒も僅かではあるが、認められる。また、朝食の内容についても、前回の調査より、「主食とおかずと飲み物」を喫食している生徒が増加し、食意識の高さが伺える。

中学校での昼食について

① 普段、学校で食べる昼食の状況（回答：生徒）

回答	家庭弁当	市販弁当	市販のパン おにぎり	デリバリー 弁当	食べていない	その他
全体（人数） （1,251 人中）	1,229 人	4 人	6 人	6 人	3 人	3 人
全体（%）	98.24%	0.32%	0.48%	0.48%	0.24%	0.24%

② 弁当を持ってくる生徒の状況（回答：生徒）

回答	毎日	週 4 日	週 3 日	週 2 日	週 1 日	持っていない
全体（人数） （1,249 人中）	1,145 人	88 人	0 人	3 人	2 人	11 人
全体（％）	91.67％	7.05％	0.00％	0.24％	0.16％	0.88％

平成 29 年 1 月に実施した「中学生の食生活と中学校昼食に関するアンケート」の結果によれば、98.24％の生徒が、普段、家庭弁当を持参している。家庭弁当を持参生徒の内、デリバリー弁当を利用している生徒は 0.48％で、他は市販の弁当持参 0.32％、市販のパン、おにぎり持参 0.48％、食べていない 0.24％の回答となった。家庭弁当持参以外の昼食はいずれも 1.0％未満の割合で、家庭弁当を持参している生徒が圧倒的に多い。

また、家庭弁当の持参状況について、毎日持参する生徒が 91.67％で、週 4 日持参する生徒 7.05％と併せると 98.72％の生徒がほぼ毎日、家庭弁当を持参している。このような生徒は、ほとんどがデリ弁当は利用しないし、必要制も乏しい。

■家庭弁当の役割

1	子どもの健康管理や健全な発育	・保護者が子どもの心身の状態を把握できる
		・個人に合った適量の食事、栄養の配慮ができる
		・保護者が子どもの体調に合わせた食事を作ることから健康管理ができる
		・個人の嗜好や食物アレルギーに対応できる
2	保護者・子どもの相互理解と信頼関係	・保護者と子どもの間でコミュニケーションを図ることができる
		・保護者の愛情が子どもに伝わる一助となる
		・子どもが保護者に感謝の気持ちを持つことができる
3	学校と家庭との連携	・家庭でできることは家庭で担当し、学校と家庭で役割分担することで、子どもの健康管理についてお互いに情報共有を図り、学校と家庭との相互関係を深めることができる
		・学校で生徒の弁当持参状況により、生徒の生活環境の変化などを早期に発見できる

■現状と課題

今日、生徒や保護者の食物に対する関心は高くなっている。食べることの大切さや必要量など自分に合った食事について、保護者とのコミュニケーションの中で作られることは非常に大切なことであり、家庭からの持参弁当は「食育」の面でも、

給食とは異なる効果があるものと考えている。

しかし、一方では、近年の社会環境の変化に伴い、核家族化や共働き世帯、一人親世帯の増加、家庭の生活時間の個別化などにより、不規則な食事、伝統食の喪失、栄養の偏りなどの問題が顕在化している。また食物アレルギー対策についても課題である。家庭のあり方が様々な中で、何らかの事情で家庭弁当を持参できない子どもたちに対する配慮が必要である。