

# 第8回 子どもの 健康・生活 実態調査



## 令和4年度 報告書 【概要版】

足立区と足立区教育委員会は、全ての子どもたちが生まれ育った環境に左右されることなく、自分の将来に夢や希望が持てる地域社会の実現を目指しています。そのためにはまず、できる限り正確に子どもの健康と生活の実態を把握することが重要と考え、本調査を実施してまいりました。

今回は、小学1年生から継続調査をしてきた子どもたちが、中学2年生となった節目の回です。長年に渡り、本調査にご協力をいただき、誠にありがとうございました。

この8年間の成果を活かし、引き続き子ども・若者への支援・育成に注力してまいります。

足立区長 近藤やよい  
足立区教育委員会教育長 大山日出夫

## 調査の概要

◆調査対象：区立の中学校に在籍する2年生全員 4,396名（35校）

◆調査時期：令和4年10月

◆実施方法：無記名アンケート方式により、区が学校を通じて質問票を配付・回収

◆回答状況：有効回答 3,233名（有効回答率 73.5%）

※第6回調査（令和2年度小6時に実施）では対象者 5,355人であったことから、959人（18%）は、区立中学以外に進学したと考えられる。

## 今回の調査結果・8年間の成果

### ■男子は肥満傾向、女子は全国同程度に改善

令和4年度の中学2年生は、男子はやや肥満傾向にあるものの、女子は全国と同程度でした（P2グラフ①）。

### ■食習慣、むし歯は良い結果

年齢が上がるにつれて、食事を野菜から食べる「ベジ・ファースト」を実践している割合は増加しています（P2グラフ④）。また、小学6年生の時と比較して、むし歯がある子どもの割合は中学2年生になっても増加していません（P2グラフ②）。

### ■ひとりで簡単な朝食がつくれるは前回より増加

ひとりで簡単な朝食がつくれる子どもの割合は約8割で、令和2年度の中学2年生と比較して1.8ポイント増加しています（P3グラフ⑤）。

### ■運動習慣は維持・読書習慣は増加

令和2年度の中学2年生と比べると、運動していない子どもの割合は同程度で、コロナ禍の中でも増加傾向は見られません。また、月に4冊以上読書をする子どもの割合は2.1ポイント増えていきます（P3グラフ⑥⑦）。

### 💡子どもに直接届ける対策の継続で成果

区では、子どもの頃からの望ましい生活習慣の定着が将来の健康につながると考え、小学1年生の頃から「ベジ・ファースト」や食後の歯磨き指導等に取り組んできました。その結果、中学2年生になった子どもたちの野菜から食べる割合は約3倍増、乳歯が生え変わる年齢になってもむし歯のない割合は高止まりする結果が出ています。

### 💡健康に生き抜く実践力で夢や希望を実現

基本的な生活習慣は、家庭・学校・地域の関わり合いの中で育まれます。今後も区は各場面において、子どもたちが経験や体験を積む機会の充実に努めてまいります。また、将来の夢や希望を実現するための土台は「健康」です。好ましい生活習慣を自ら選択して、健康に生き抜く力を身につけられるよう、「未来へつなぐあだちプロジェクト（足立区子どもの貧困対策実施計画）」を一層充実させてまいります。

# 子どもの健康・生活の状況（調査項目の一部抜粋）

足立区立中学校に在籍する2年生の健康・生活の実態は以下のとおりです。平成28年度・30年度・令和2年度の結果と比較を行っています。

ここでは代表的な項目についてのみ記載しています。詳細は、足立区公式ホームページをご覧ください。  
(令和5年度掲載予定) 足立区 子ども健康調査 🔍 検索

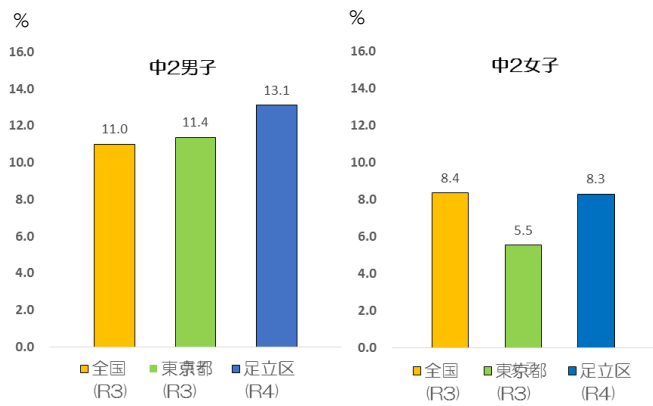
※各グラフの数字は、パーセンテージです。

健康について ※肥満傾向は東京都・全国の中2と比較

※むし歯の本数は同じ集団の小6時等と比較

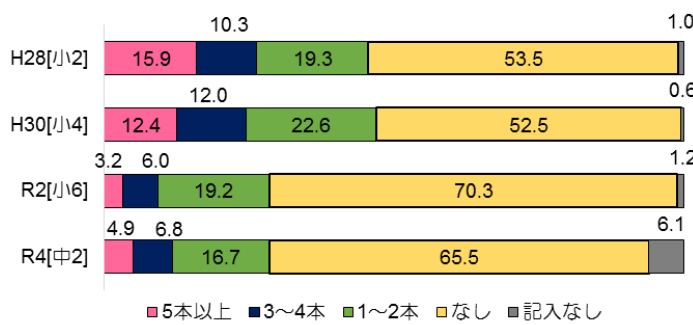
### 【肥満傾向】

① 令和4年度の肥満傾向の子どもの割合は、男子は13.1%で、令和3年度の全国と東京都のデータ（文部科学省による最新の統計データ）と比較して、やや高めの傾向です。女子は8.3%で、東京都より高いものの全国と比較すると同程度です。



### 【むし歯の本数】

② むし歯が1本もない子どもの割合は65.5%で、小6から中2にかけて、むし歯のない割合は高いまま維持しています。



☀️ お子さまの肥満度を調べてみましょう。



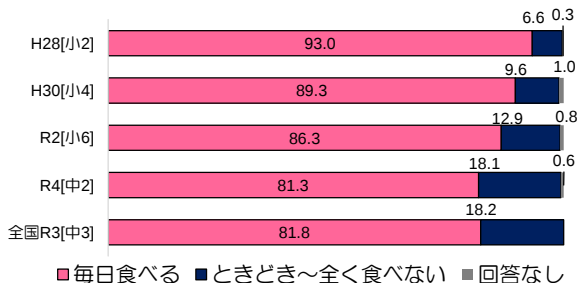
※リンク先  
一般社団法人 日本小児内分泌学会  
「子どもの肥満」

▲詳しくは、上記サイトの男子用 女子用

食生活について ※同じ集団の小6時等と比較

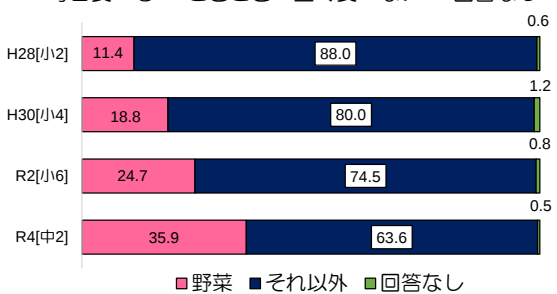
### 【朝食習慣】

③ 朝食を毎日食べている子どもの割合は81.3%と年齢が上がるにつれて減っています。全国（文部科学省による最新の統計データ・中3）と比較すると、同程度です。



### 【食べる順番】

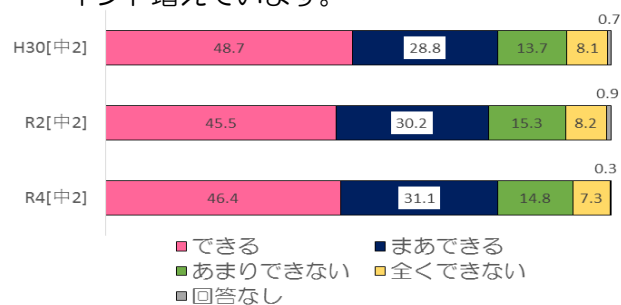
④ 食事を野菜から食べている（ベジ・ファースト）子どもの割合は35.9%で、年齢が上がるにつれて増えています。



## 家庭生活について ※過年度の中2と比較

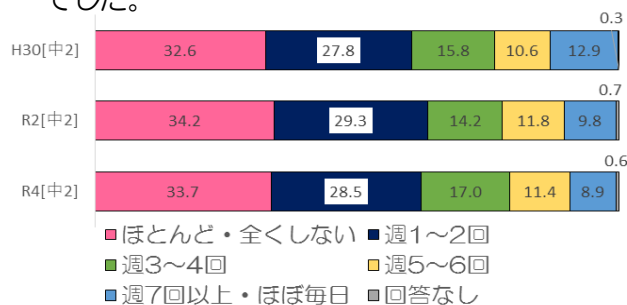
### ■ひとりで簡単な朝食が作れる

- ⑤ ひとりで簡単な朝食が作れる子どもの割合は77.5%で、令和2年度（中2）より1.8ポイント増えています。



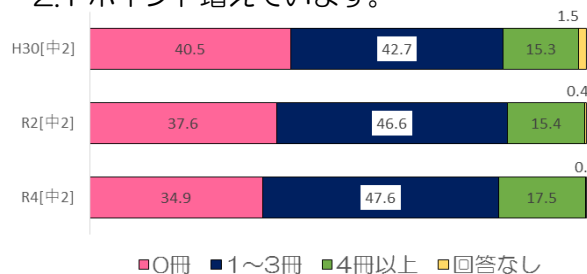
### ■運動

- ⑥ 1週間でほとんど・全く運動しない子どもの割合は33.7%で、コロナ禍においても増加しませんでした。



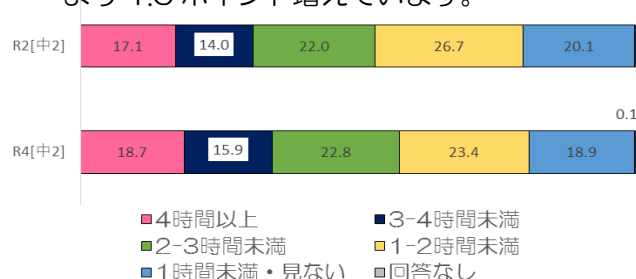
### ■読書

- ⑦ 最近1か月で4冊以上本を読んでいる子どもの割合は17.5%で、令和2年度（中2）より2.1ポイント増えています。



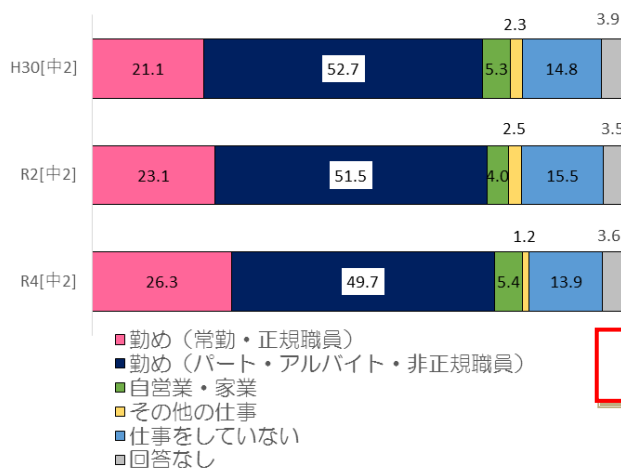
### ■テレビ・動画

- ⑧ テレビ・動画を1日4時間以上視聴している子どもの割合は18.7%で、令和2年度（中2）より1.6ポイント増えています。



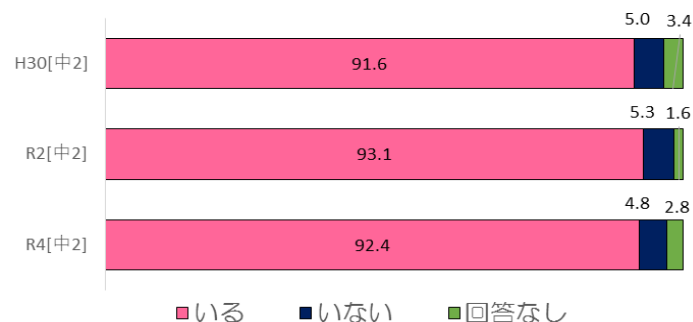
### ■母親の就業状況

- ⑨ 母親が常勤・正規職員として働いている世帯の割合は26.3%で、令和2年度（中2）より3.2ポイント増えています。



### ■保護者の相談相手の有無

- ⑩ 保護者に相談相手がない割合は4.8%で、コロナ禍においても変化はありませんでした。



◎ポイント

これまでの調査結果から、保護者が困ったときに相談できる相手がいる世帯は、子どもの健康面（予防接種の接種率や自己肯定感等）に良い影響を与えることが明らかとなっています。

## 非生活困難世帯と生活困難世帯の比較

本調査では、子どもの貧困状態を経済的な困窮だけでなく、家庭環境全体で把握すべきであると考えています。令和4年度の「生活困難」世帯\*の該当件数は、702世帯（21.7%）で、令和2年度（小6）の19.5%から、2.2ポイント増加しました。

\*「生活困難」とは、

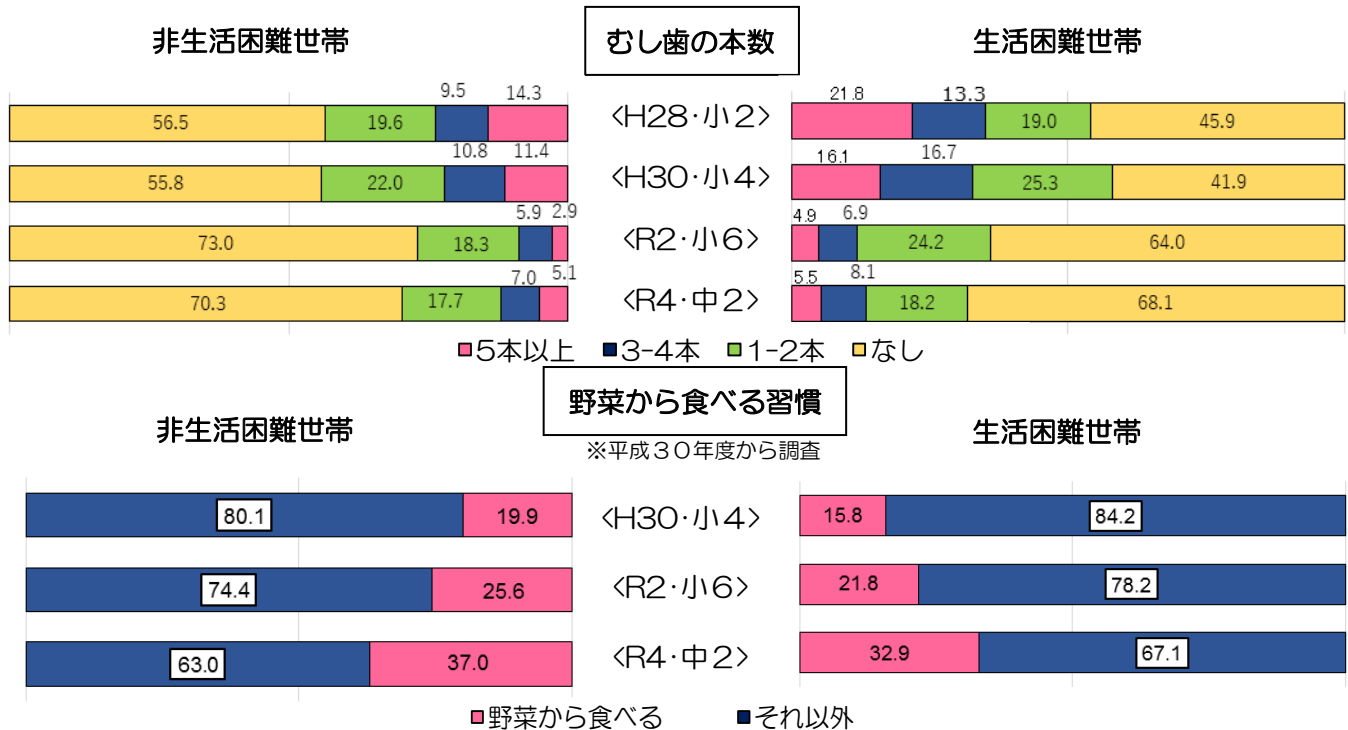
以下のA・B・Cのいずれか一つでも該当する場合と定義しています。

- A 世帯年収300万円未満の世帯 ※年収は令和3年の状況
- B 生活必需品の非所有世帯（子どもの生活において必要と思われる物品や急な出費に備えた5万円以上の貯金がないなど）
- C 水道・ガスなどのライフラインの支払い困難経験世帯

## 非生活困難世帯と生活困難世帯の比較 ※同じ集団の小6時等と比較

生活困難が、子どもの健康・生活にどの程度関連があるかを調べるため、非生活困難世帯と生活困難世帯を比較しました。むし歯が1本もない子どもの割合は、非生活困難世帯が70.3%、生活困難世帯が68.1%と、調査当初と比較してその差が大幅に改善

されました。また、食事を野菜から食べている（ベジ・ファースト）子どもの割合も、非生活困難世帯が37.0%、生活困難世帯が32.9%と、それぞれ増えています。



## ご利用ください

「未来へつなぐあだちプロジェクト」では、本調査の実施以外にも、以下の活動等に取り組んでいます。

★子ども食堂 MAP  
子どもを中心とした  
みんなの食と居場所



★応援アプリ  
ひとり親家庭の暮らしに役立つ  
情報をお届け

足立区 豆の木 で検索！

★「早うま！かんたん  
ベジレシピ」

管理栄養士が考案した  
かんたんベジレシピを掲載



## ■窓口のご案内■

子どものことや心や身体のこと等でお悩みの方は、下記の相談窓口をご利用ください。

●こども・子育てについて悩みがあるとき  
＜こども支援センターげんき＞  
子育てに関すること 03-3852-3535  
発達に関すること 03-5681-0134  
不登校に関すること 03-3852-2872

●生活や仕事に悩みがあるとき  
＜くらしとしごとの相談センター＞  
03-3880-5705

●なんとなく心や身体が不調なとき  
江北保健センター 03-3896-4011  
千住保健センター 03-3888-4278  
竹の塚保健センター 03-3855-5093  
中央本町地域・保健総合支援課  
03-3880-5352  
東部保健センター 03-3606-4171

●どんな相談でも  
＜よりそいホットライン＞  
0120-279-338

●パートナーからの暴力や嫌がらせ  
性的指向及び性自認に関する悩み  
＜男女参画プラザ＞  
女性・男性DV・LGBT  
相談（予約制） 03-3880-5222



◆詳しい調査結果は、  
足立区公式ホームページを  
ご覧ください。

※令和4年度報告書本編は、  
令和5年度掲載予定

発行：足立区・足立区教育委員会（令和5年3月） ※令和5年9月一部訂正  
編集：足立区衛生部こころとからだの健康づくり課  
国立大学法人東京医科歯科大学 大学院医歯学総合研究科 国際健康推進医学分野  
国立研究開発法人 国立成育医療研究センター研究所 社会医学研究部  
問合：03-3880-5433（足立区衛生部こころとからだの健康づくり課）