

第7回 子どもの 健康・生活 実態調査



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、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、令和3年10月に第7回「子どもの健康・生活実態調査」を実施しました。コロナ禍にも関わらず、調査にご協力いただき誠にありがとうございました。

本調査の結果を踏まえ、「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）」を通して、引き続き好ましい生活習慣の定着を図ってまいります。

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：区立の小学校に在籍する1年生全員 5,003名（69校）
- ◇ 調査時期：令和3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4,001名（有効回答率80.0%） ※回答者の約90%は子どもの母親

調査から見てきたこと

男子・女子ともに肥満傾向児*が増加

令和3年度の小学1年生は、男子・女子ともに、令和元年度と比べて肥満傾向にある子どもの割合が高くなりました（P2 グラフ①）。

*肥満傾向児とは？

P2 ■肥満傾向

お子さまの肥満度を調べてみましょう を参照

むし歯のない子ども、野菜から食べる子どもは年々増加

むし歯が1本もない子どもの割合は大幅に増えています（P2 グラフ②）。食事を野菜から食べる（ベジ・ファースト）子どもの割合も年々増えています（P2 グラフ④）。

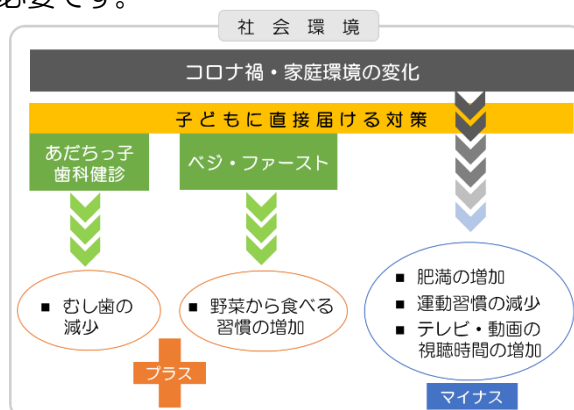
運動・読書習慣は減少、テレビ・動画の視聴時間や睡眠時間も課題

運動習慣のない子どもの割合は平成27年度から少しずつ増える一方、月に4冊以上本を読んでいる子どもの割合は年々減っています（P3 グラフ⑤⑥）。また、テレビ・動画を一日1時間以上視聴している子どもの割合は、令和元年度から4.5ポイント増え、午後10時以降に就寝している子どもの割合も4ポイント増えました（P3 グラフ⑦⑧）。

子どもに直接届ける対策が決め手

新型コロナウイルス感染症の拡大による自粛生活の影響により、運動する機会が減ったため、肥満傾向にある子どもが増えていると考えられます。一方で、全ての子どもが受診できる「あだちっ子歯科健診」の実施により、むし歯のない子どもは増え、保育園や幼稚園、学校給食等での「いただきます。野菜から」に重点を置いた食育により、ベジ・ファーストを実践している子どもも増えました。今回の調査でも、子どもに直接届ける対策の重要性、有効性が明らかになりました。

今後は効果の見えない施策に対して、対策の中身にも着目し、「自分でも出来た！」と思える成功体験を通じて、習慣化につなげるアプローチ等の検討が必要です。



子どもの健康・生活の状況（調査項目の一部抜粋）

足立区立小学校に在籍する1年生の健康・生活の実態は以下のとおりです。平成27年度・29年度・令和元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。

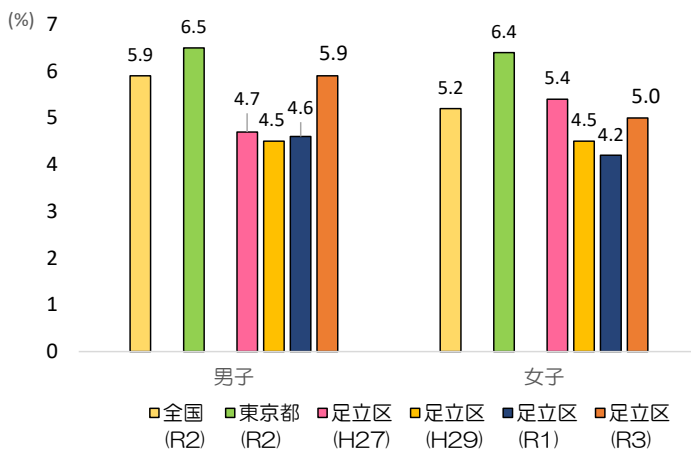
足立区 子ども健康調査 🔍 検索

（令和4年4月下旬以降に掲載予定）

※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



- ① 令和3年度の肥満傾向の子どもの割合は、東京都全体と比較すると低いものの、令和元年度の足立区小学1年生と比べると、男子は1.3ポイント、女子は0.8ポイント高くなりました。



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

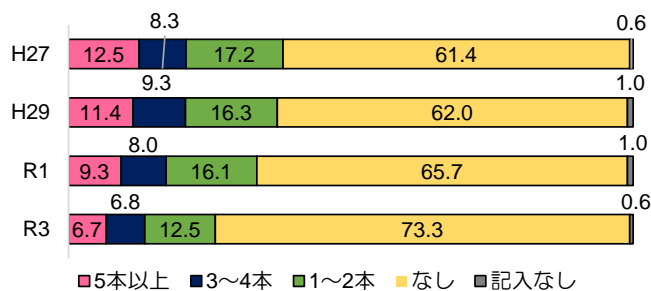
学童用 肥満度判定曲線

をクリック

子どもの肥満度は、性別、年齢別、身長別標準体重から求められ、肥満度が、20%以上の子どもが肥満傾向児とされています。

■むし歯

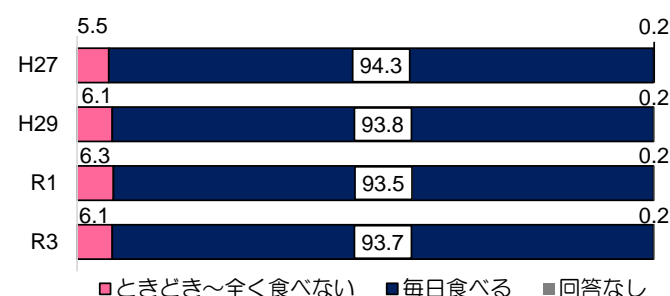
- ② むし歯が1本もない子どもの割合は73.3%で、令和元年度より7.6ポイント増えました。



食生活について

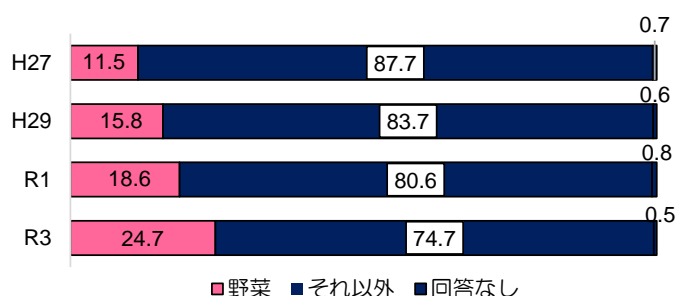
■朝食

- ③ 朝食を毎日食べている子どもの割合は、93.7%で平成27年度、29年度、令和元年度から変化はなく、朝食をときどき〜全く食べない子どもは、約6%います。



■食べる順番

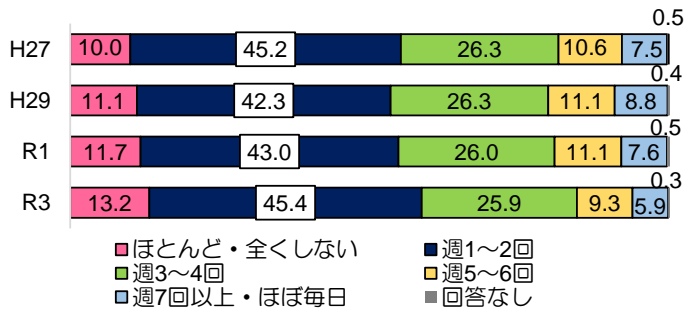
- ④ 食事を野菜から食べている（ベジ・ファースト）子どもの割合は24.7%で、令和元年度より6.1ポイント増え、ベジ・ファーストは年々大幅に増加してきています。



家庭生活について

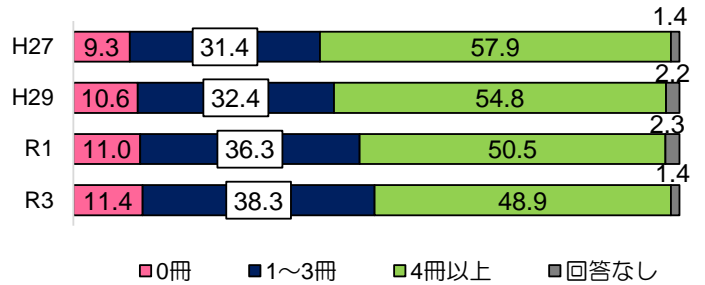
運動

- ⑤ 一週間でほとんど・全く運動しない子どもの割合は13.2%で、令和元年度より1.5ポイント増え、年々増加しています。



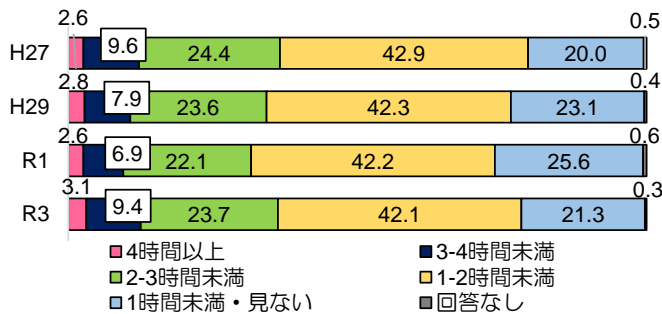
読書

- ⑥ 最近1か月で4冊以上本を読んでいる子どもの割合は、48.9%で、令和元年度より1.6ポイント増え、年々大幅に減少してきています。



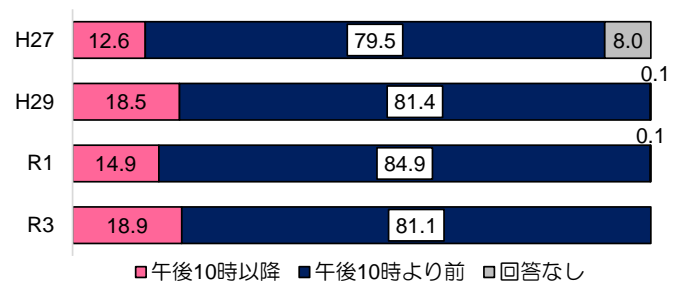
テレビ・動画

- ⑦ テレビ・動画を一日1時間以上視聴している子どもの割合は、78.3%で、平成27年度より年々減少傾向にありましたが、令和3年度は令和元年度より4.5ポイント増えました。



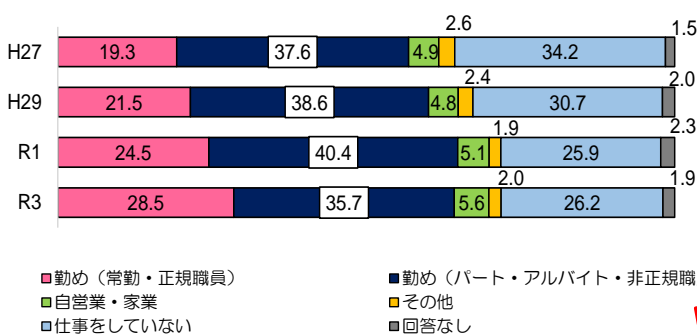
平日の就寝時間

- ⑧ 午後10時以降に就寝している子どもは18.9%で、令和元年度より4ポイント増えました。



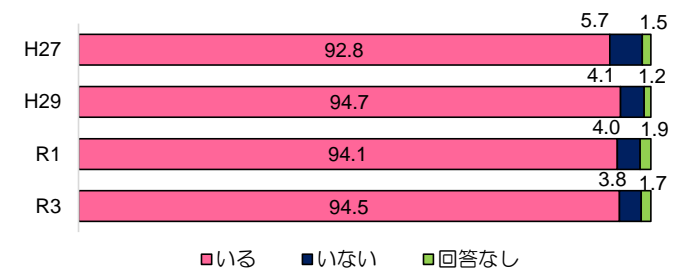
母親の就業状況

- ⑨ 母親が常勤・正規職員として働いている世帯が年々増えており、平成27年度より9.2ポイント増えました。



保護者の相談相手の有無

- ⑩ 保護者に相談相手がいる割合は、平成27年度より1.7ポイント増加しました。



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（予防接種の受診率や自己肯定感等）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3年度の「生活困難*」世帯の該当件数は、668世帯(16.7%)で、令和元年度の19.7%から、3ポイント減少しました。

*「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2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

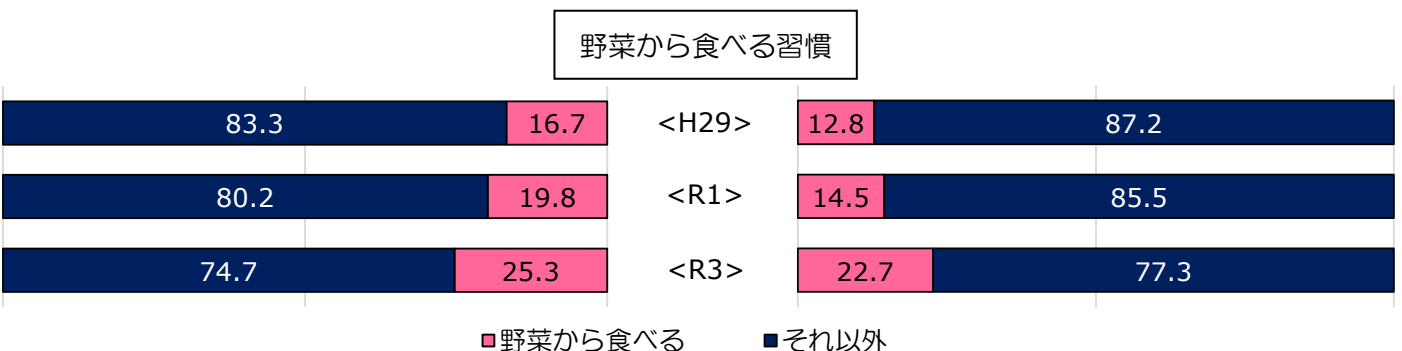
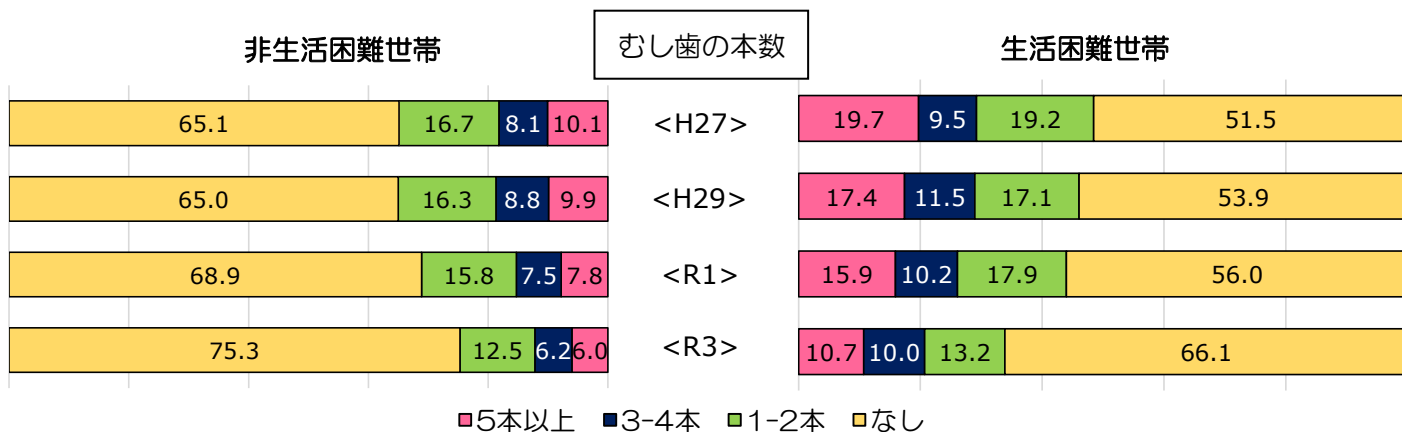
非生活困難世帯と生活困難世帯の比較

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（75.3%）、生活困難世帯（66.1%）ともに

年々増え、大幅に改善されてきています。

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（25.3%）、生活困難世帯（22.7%）ともに増えてきています。



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

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■

子どものことや心身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。

●子ども・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3年度報告書本編は、
令和4年4月下旬以降に
掲載予定

発行：足立区・足立区教育委員会（令和4年3月）
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
問合せ：03-3880-5433（足立区衛生部こころとからだの健康づくり課）