

# 第2期 第1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本調査を実施しており、昨年度に当初予定していた第1期の9年間の調査を終了しました。

今年度からは、これまでの調査結果を踏まえ実施してきた施策等の効果を確認するとともに、コロナ禍による生活スタイルの変化がもたらした児童・生徒の生活習慣、学習習慣への影響を明らかにし、より効果的な取り組みを実施するため、第2期調査をスタートいたしました。調査結果を踏まえて、今後も子どもたちの未来につながる施策を構築してまいります。

足立区長 近藤 やよい  
足立区教育委員会 教育長 中村 明慶

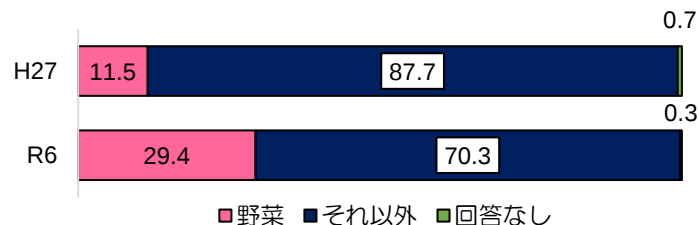
## 調査の概要

- ◇ 調査対象：区立の小学校に在籍する1年生の保護者 4,581名（67校）
- ◇ 調査時期：令和6年10月
- ◇ 実施方法：オンライン回答 区が学校を通じて調査案内（回答フォームへの二次リンク）を配付
- ◇ 回答状況：回答件数 2,913名（回収率63.6%） 有効回答 2,603名
- ◇ 有効回答率：89.4%（有効回答/回答件数） 57.0%（有効回答/調査対象）※ 回答者の約90%は子どもの母親

平成27年度と令和6年度の「小学1年生」を比較するとこんなに大きく変わりました～

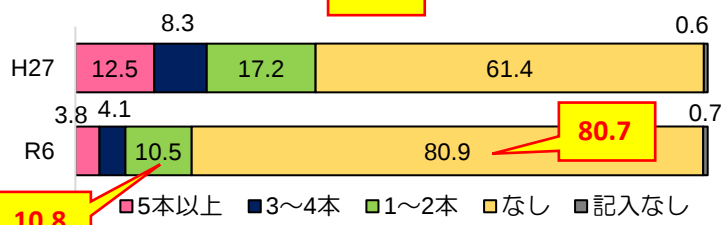
### 【野菜から食べる子どもは増加傾向】

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29.4%で、調査当初より17.9ポイント増加しました。



### 【むし歯のない子どもの増加】

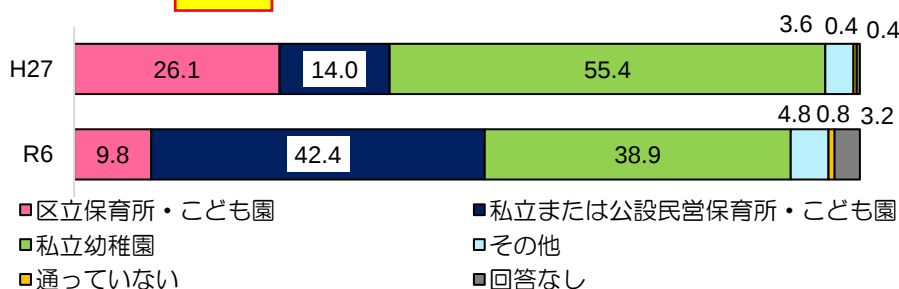
むし歯が1本もない子どもの割合は調査当初から比べると19.5ポイント増加し、現在は80%を超えています。



### 【小学校入学前に通っていた施設】

入学前に通っていた施設は調査当初と比べると保育所・こども園の割合が増加しています。

共働き家庭の増加に伴い保育ニーズが拡大してきた結果と言えます。



これまでの9年間で  
見えてきました

## 子どもの健康・レジリエンス(逆境を乗り越える力)にとって大切なこと

### 保護者に「困ったときに相談できる相手がいる」と子どもの健康リスクが軽減する

これまでの調査から、保護者が困ったときに相談できる相手がいると、子どもの健康面によい影響をあたえることが明らかになっています。保護者が地域と繋がり、子どもたちが地域活動に積極的に参加できるような環境づくりに取り組むことが重要です。詳しくは本概要版3ページをご覧ください。

### 子どもが望ましい生活習慣を身につけるとレジリエンスを育てる

また、5つの望ましい生活習慣（①一口目は野菜から食べる ②毎日朝ご飯を食べる ③決まった時間に寝る ④適度な運動を行う ⑤歯磨きを習慣化する）の定着は、子どもたちの自己肯定感や自己制御能力などレジリエンスの向上に大きく影響することも分かっています。

# 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。

調査開始当初の平成27年度（一部は平成29年度）と令和6年度の結果を比較しています。

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 子どもの健康調査** 🔍 検索  
（令和7年5月以降に掲載予定）

※ 各グラフは、令和6年度と過去の「小学1年生」を比較しています。数字は、パーセンテージです。

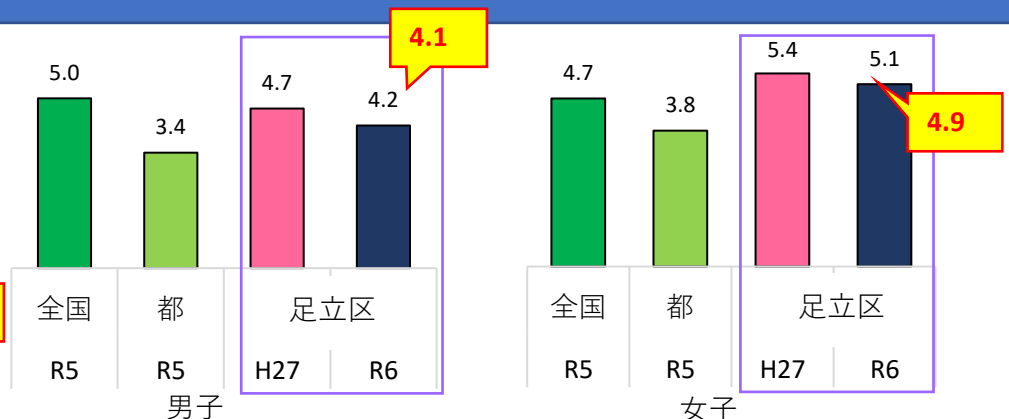
## 健康について

### 【肥満傾向】

令和6年度は調査当初と比較すると、女子は0.3ポイント、男子も0.5ポイント肥満傾向が低くなりました。男子については全国と比較しても低くなっています。

0.5

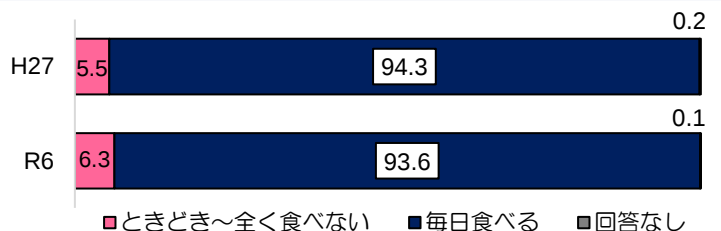
0.6



## 食生活について

### 【朝食】

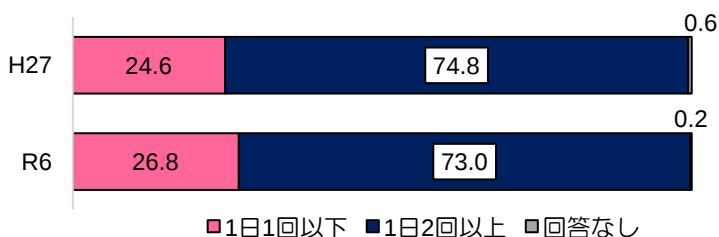
朝食を毎日食べている子どもの割合は93.6%で、調査当初から朝食を食べる子どもは高い割合を維持しています。



## 家庭生活について

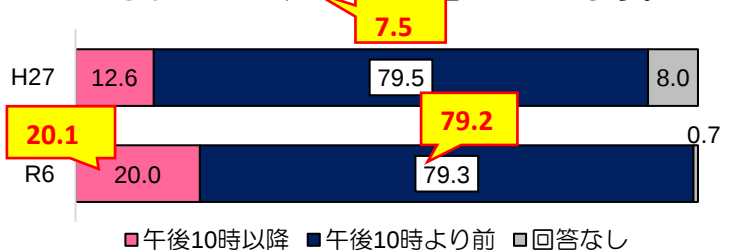
### 【歯みがき】

一日2回以上歯みがきをしている子どもは、調査当初から7割以上を維持しています。



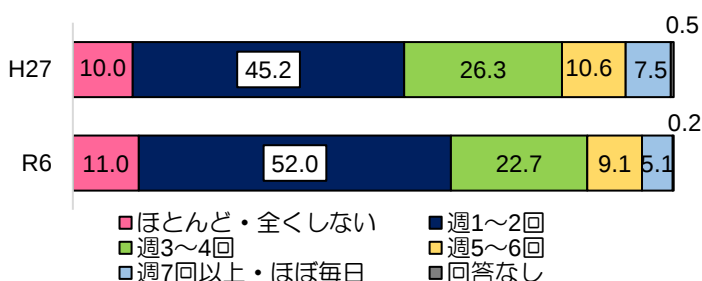
### 【平日の就寝時間】

調査当初と比較すると、午後10時以降に就寝している子どもが7.4ポイント増加しています。



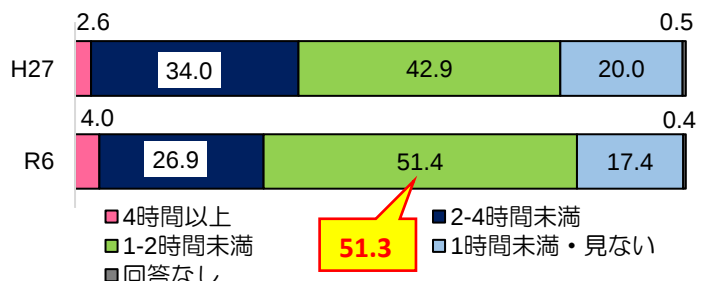
### 【運動】

1週間のうち、週3回以上運動する子どもは減少し、週1～2回運動する子どもが増加しています。



### 【テレビ・動画】

テレビ・動画の一日の視聴時間は約51%の子どもが1～2時間ですが、4時間以上視聴している子どもの割合が1.4ポイント増加しています。



## 【保護者の相談相手の有無】

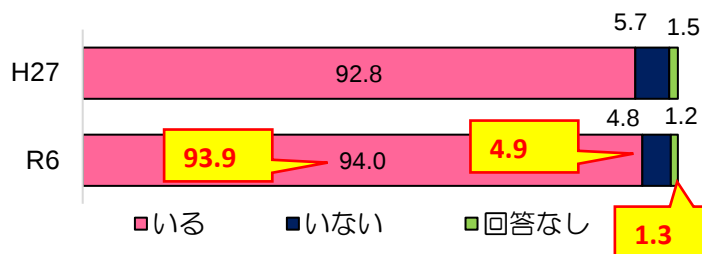
約

保護者に相談相手がいる割合は94%となっています。調査当初から相談相手がいる割合は90%を超えています。

また相談できる人数は1人～2人と回答した割合が約51%となっています。

## 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。



## 参考

【子どもについての悩みや心配事を相談する相手の有無】

父 83.6% 母 94.2%

※対象者は小学生までの子どもを養育する世帯

（出典：令和4年度 東京都福祉保健基礎調査「東京の子供と家庭」）

## NEW

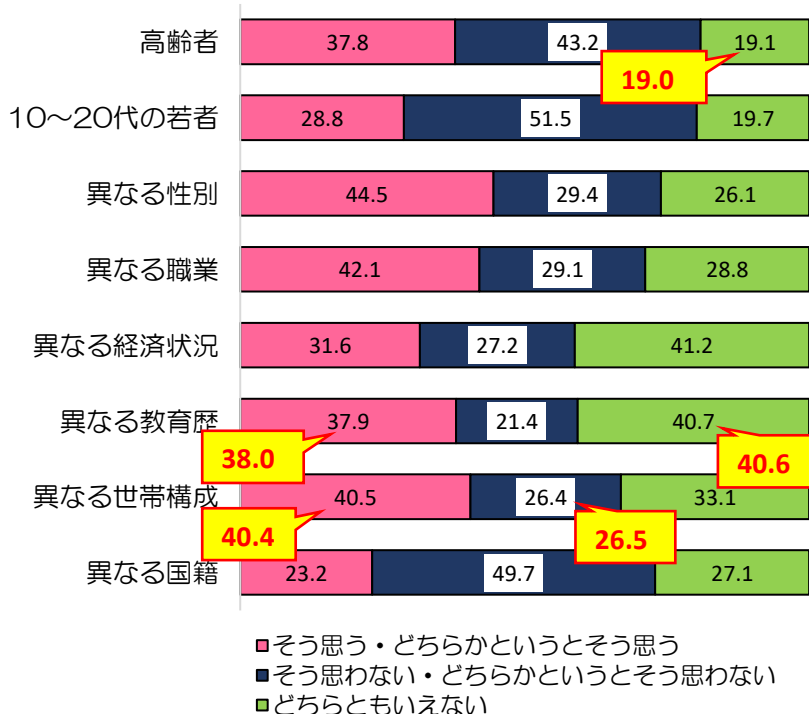
## 【普段の生活における交流の多様性】

保護者の仕事上も含めた普段の生活の中で、どのような特徴を持つ人たちと交流があるかについて調査しました。

交流の対象者は、左記の8つの特徴の人になります。

今回の調査の結果、「保護者が6つ以上の特性の人々と交流がある場合に、子どものレジリエンス（逆境を乗り越える力）が高くなる可能性がある」ことが見えてきました。

## ＜保護者が普段の生活で交流することが多い人＞



## ソーシャルキャピタルの影響

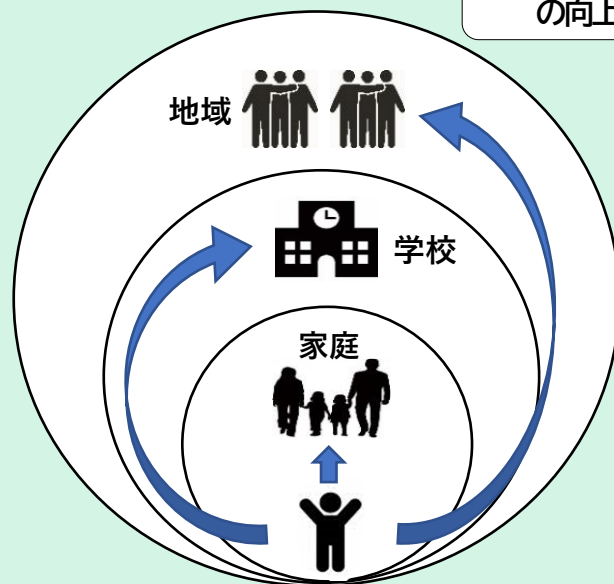
レジリエンスの向上

これまでの調査を通して、家族との関係性や社会的つながりと、子どもたちの行動（問題行動または思いやりを示す行動）との関連について分析しました。

その結果、それぞれのソーシャルキャピタルが醸成されると、子どもたちのレジリエンスを高めることにつながっていくことが分かりました。

## ソーシャルキャピタルとは

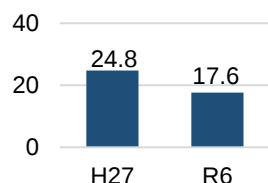
人と人との関係性や結びつきを資源として捉える考え方です。人々が信頼し合って助け合うことで問題が解決され、社会全体を安定させる力となります。



## 非生活困難世帯と生活困難世帯の比較

生活困難世帯の割合は7.2ポイント減少しました。

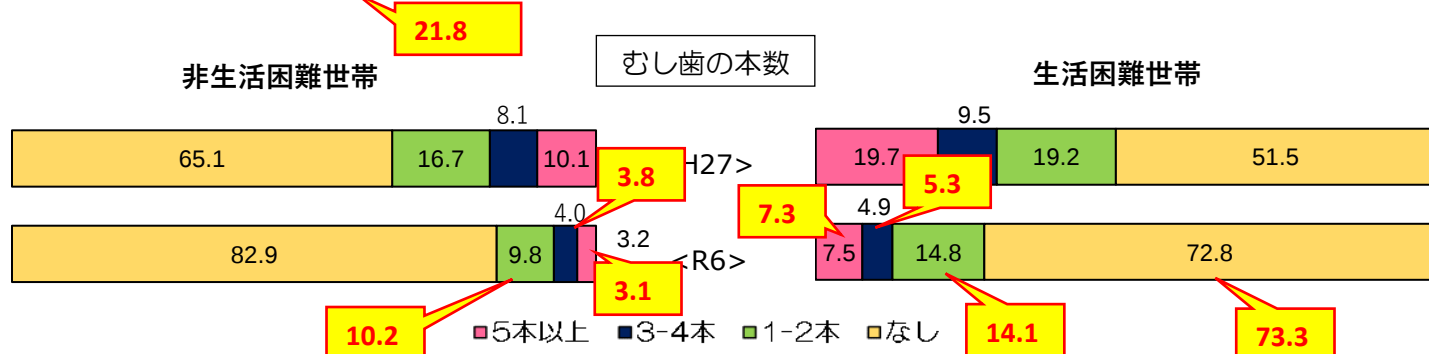
### 「生活困難」世帯の割合



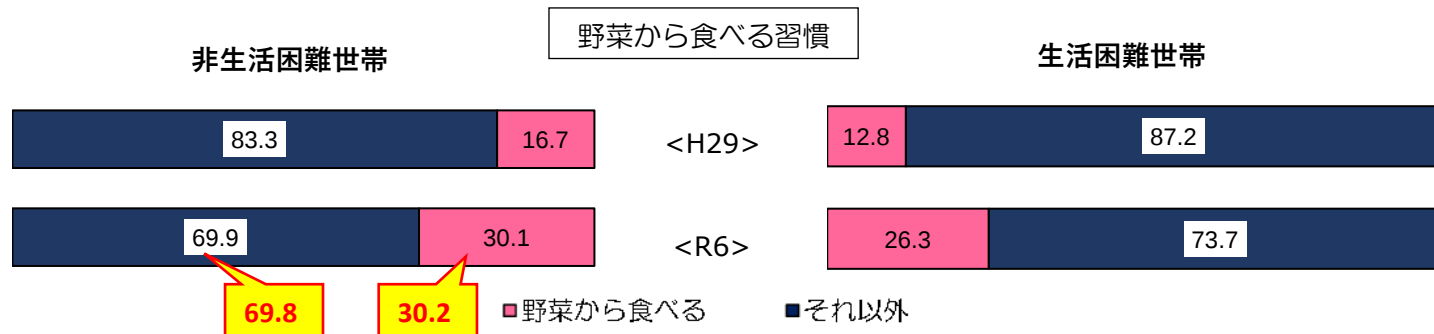
本調査では、子どもの貧困状態を経済的な困窮だけでなく、家庭環境全体で把握すべきと考えており、「生活困難」世帯について、以下のA・B・Cのいずれか一つでも該当する場合と定義しています。

- A 世帯年収300万円未満の世帯（年収は、2023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

むし歯が1本もない子どもの割合は、調査当初と比べて非生活困難世帯では17.8ポイント、生活困難世帯では21.3ポイント増加しています。



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、非生活困難世帯では約30%、生活困難世帯では約26%で調査当初と比べてそれぞれ約13ポイント増加しています。



## 窓口のご案内

子どものことや心身のこと等で悩みの方は、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

＜子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

### ●生活全般の悩み・困りごとがあるとき

＜福祉まるごと相談課＞

足立区役所 別館1階 03-3880-5705  
すこやかプラザ あだち3階※ 03-5888-4571  
※ 令和7年4月21日OPEN

### ●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  
(「すこやかプラザ あだち」内に令和7年4月21日移転)  
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DV・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6年度報告書本編は、令和7年5月以降に掲載予定です。

発行：足立区・足立区教育委員会（令和7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

国立大学法人東京科学大学 大学院医歯学総合研究科 公衆衛生学分野

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）

