

令和5年度生活習慣病予防支援システム（学校保健対象事業領域）

単純集計結果（速報）

1 協力学校数

令和5年度、本システムに協力いただいた学校数は、小学校169校（参加率62.8%）、中学校80校（参加率55.9%）、高等学校56校（参加率84.8%）、合計305校であった。

2 対象者の性別及び学年区分

上述した協力校から提出されたデータ数は19,262名分。そのうち、住所地が他県であって、岩手県内の高等学校に通学している生徒40名分のデータを除外した男女計19,222名を対象とした。

（1）性別、学年区分別対象者数及び構成割合

学校区分	学年区分	男子	女子	計	男子	女子	学年別割合
小学校	計	3,169	2,991	6,160	51.4%	48.6%	32.0%
	1年生	1,493	1,419	2,912	51.3%	48.7%	47.3%
	4年生	1,676	1,572	3,248	51.6%	48.4%	52.7%
中学校	計	3,897	3,715	7,612	51.2%	48.8%	39.6%
	1年生	1,986	1,819	3,805	52.2%	47.8%	50.0%
	3年生	1,911	1,896	3,807	50.2%	49.8%	50.0%
高校	3年生	2,879	2,571	5,450	52.8%	47.2%	28.4%
計		9,945	9,277	19,222	51.7%	48.3%	100.0%

（2）地域区分別対象者数

（単位：人）

	小学1年生			小学4年生			中学1年生			中学3年生			高校3年生			合計		
	男子	女子	計	男子	女子	計	男子	女子	計	男子	女子	計	男子	女子	計	男子	女子	計
計	1,493	1,419	2,912	1,676	1,572	3,248	1,986	1,819	3,805	1,911	1,896	3,807	2,879	2,571	5,450	9,945	9,277	19,222
県央	337	350	687	373	352	725	677	637	1,314	610	596	1,206	884	746	1,630	2,881	2,681	5,562
中部	178	188	366	238	226	464	360	299	659	350	358	708	668	604	1,272	1,794	1,675	3,469
奥州	218	191	409	233	232	465	125	116	241	126	105	231	335	293	628	1,037	937	1,974
一関	71	75	146	106	88	194	30	29	59	28	47	75	263	237	500	498	476	974
大船渡	164	149	313	167	148	315	168	137	305	151	142	293	152	175	327	802	751	1,553
釜石	67	70	137	55	71	126	80	95	175	98	99	197	95	89	184	395	424	819
宮古	223	188	411	202	208	410	225	219	444	264	242	506	135	130	265	1,049	987	2,036
久慈	100	93	193	125	111	236	147	117	264	135	130	265	181	173	354	688	624	1,312
二戸	135	115	250	177	136	313	174	170	344	149	177	326	166	124	290	801	722	1,523

3 実施期間

令和5年4月～令和5年9月末日

4 実施方法

各小学校・中学校・高等学校では、定期健康診断時に行われる身体計測終了後、生活習慣に関する質問用紙を配付又はオンライン調査用回答フォームを共有し、児童の保護者又は生徒が回答した。得られた情報は、連結不可能匿名化した上で、各学校においてエクセルファイルに入力した後、市町村教育委員会、県保健所を經由して環境保健研究センターに提出された。

環境保健研究センターでは、「環境保健総合情報システム」によりデータの集計及び分析を行った。

5 調査内容

別紙、質問様式のとおり

6 その他

- (1) 図表の数値は、小数点第2位を四捨五入して算出した。したがって回答率を合計しても100%にならない場合がある。
- (2) 比率(%)は、その設問の実回答者数を基数nとして算出した。
- (3) 地域区分は、令和5年4月現在の県保健所単位の区分とした。(盛岡市保健所は、県央保健所管内に含めた。)

集計結果の概要

1 肥満及びやせの状況

対象者の身長と体重のデータから村田式※による肥満度を算出し、判定した。

「肥満」の割合は、男女ともに小学4年生が最も高く、男子17.8%、女子14.6%である。

「やせ」の割合は、男女ともに中学1年生が最も高く、男子23.2%、女子21.8%である。

また、「肥満」の割合の年次推移は、小学4年生、中学1年生では平成16年度以降最も高くなっている。

表1 肥満及びやせの状況

	男子		女子	
	肥満 (20%以上)	やせ (-10%以下)	肥満 (20%以上)	やせ (-10%以下)
小1	9.5%	10.5%	8.9%	11.7%
小4	17.8%	18.2%	14.6%	18.6%
中1	16.5%	23.2%	13.5%	21.8%
中3	13.7%	20.1%	8.4%	19.1%
高3	15.4%	16.1%	9.8%	16.5%
全体	14.8%	17.8%	10.9%	17.7%

※村田式標準体重による肥満度判定

対象者の体重と村田式で求められた標準体重とを比較して、次の表のとおり判定した。

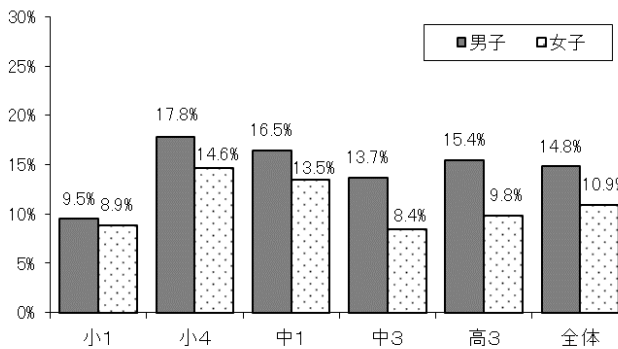
判定	やせ		普通	肥満		
	やせ すぎ	やせ	普通	軽度 肥満	中等度 肥満	高度 肥満
肥満度	-20% 以下	-10%以下 -20%より 大きい	20%未満 -10%より 大きい	20%以上 30%未満	30%以上 50%未満	50% 以上

■肥満度(%) = (体重(kg) - 標準体重(kg)) ÷ 標準体重(kg) × 100

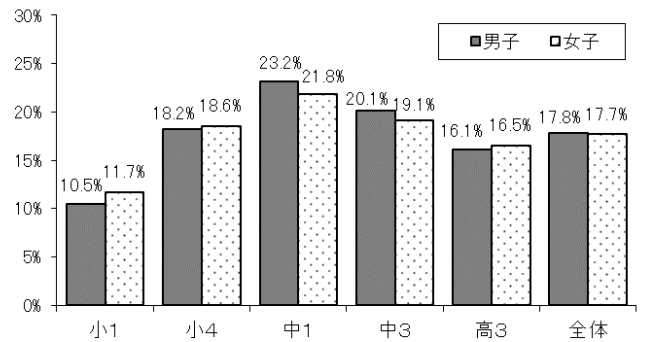
■村田式標準体重算出方法

男子		女子	
小1(6歳)	標準体重(kg) = 0.461 × 身長(cm) - 32.382	小1(6歳)	標準体重(kg) = 0.458 × 身長(cm) - 32.079
小4(9歳)	標準体重(kg) = 0.687 × 身長(cm) - 61.390	小4(9歳)	標準体重(kg) = 0.652 × 身長(cm) - 56.992
中1(12歳)	標準体重(kg) = 0.783 × 身長(cm) - 75.642	中1(12歳)	標準体重(kg) = 0.796 × 身長(cm) - 76.934
中3(14歳)	標準体重(kg) = 0.832 × 身長(cm) - 83.695	中3(14歳)	標準体重(kg) = 0.594 × 身長(cm) - 43.264
高3(17歳)	標準体重(kg) = 0.672 × 身長(cm) - 53.642	高3(17歳)	標準体重(kg) = 0.598 × 身長(cm) - 42.339

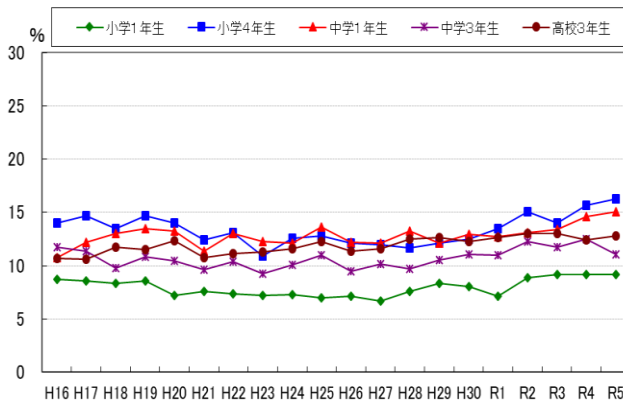
肥満(肥満度20%以上)の割合(性・学年別)



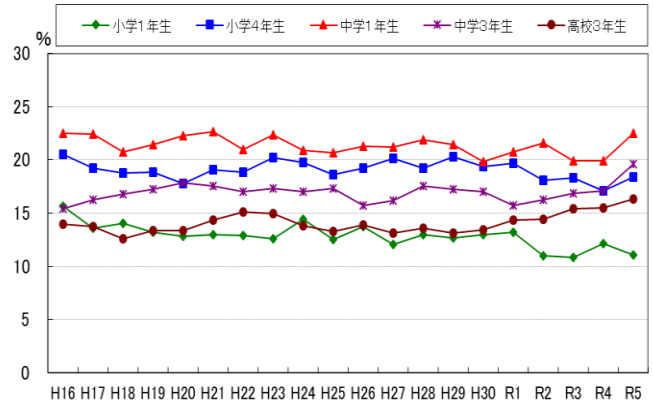
やせ(肥満度-10%以下)の割合(性・学年別)



肥満割合の年次推移(岩手県 学年別)



やせ割合の年次推移(岩手県 学年別)



2 食生活の状況

(1) 朝食の摂取状況

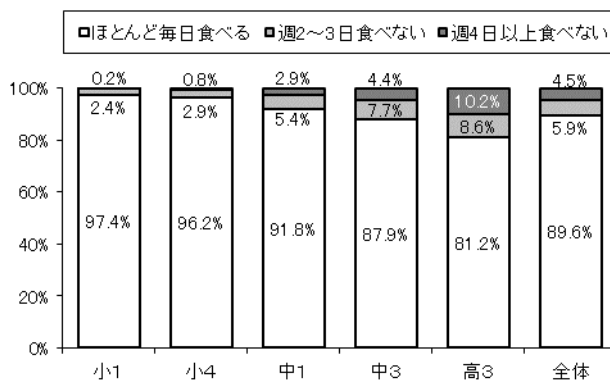
朝食をほとんど毎日食べる者の割合は、男女ともに小学1年生で最も高く、男子97.4%、女子97.2%であり、学年が上がるにつれて低くなっている。

また、朝食をほとんど毎日食べる者の割合の年次推移は、平成16年度以降増加していたが、平成23年度以降、中学生、高校生では減少傾向にある。

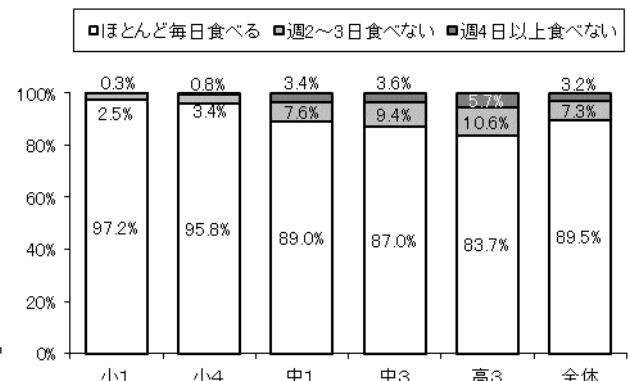
表2 朝食摂取状況

	男子			女子		
	ほとんど毎日食べる	週2～3日食べない	週4日以上食べない	ほとんど毎日食べる	週2～3日食べない	週4日以上食べない
小1	97.4%	2.4%	0.2%	97.2%	2.5%	0.3%
小4	96.2%	2.9%	0.8%	95.8%	3.4%	0.8%
中1	91.8%	5.4%	2.9%	89.0%	7.6%	3.4%
中3	87.9%	7.7%	4.4%	87.0%	9.4%	3.6%
高3	81.2%	8.6%	10.2%	83.7%	10.6%	5.7%
全体	89.6%	5.9%	4.5%	89.5%	7.3%	3.2%

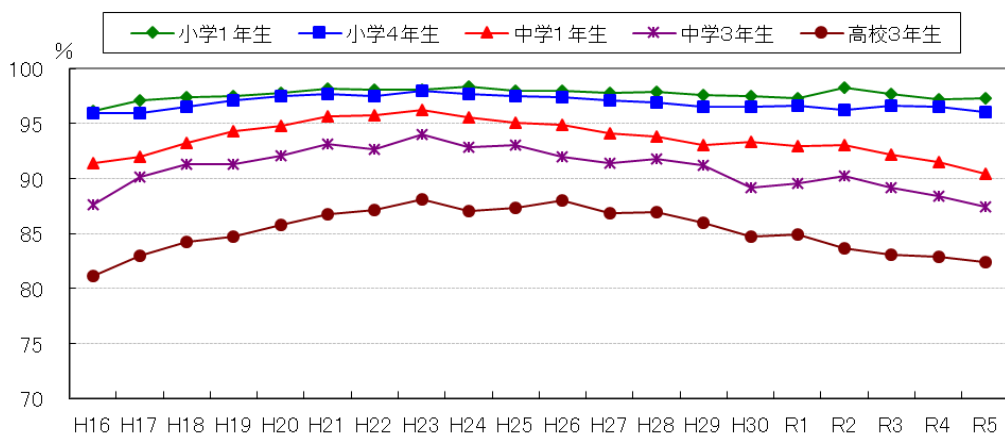
朝食摂取状況(男子 学年別)



朝食摂取状況(女子 学年別)



朝食をほとんど毎日食べる者の割合の年次推移(岩手県 学年別)



(2) 甘い食べ物や飲み物の摂取状況

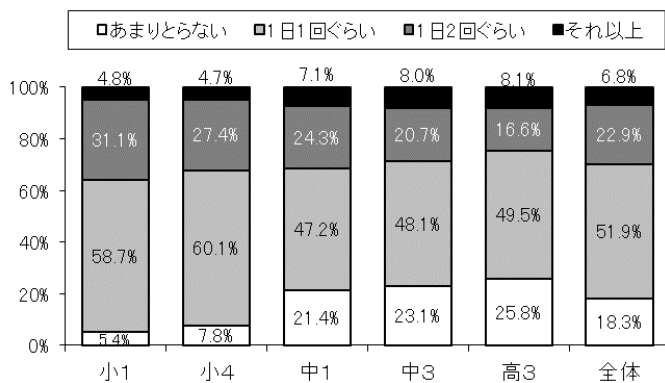
甘い食べ物や飲み物をおやつとして1日にとる回数は、男女ともに1日1回ぐら
いとる者の割合が最も高く、男子51.9%、女子56.4%である。

また、甘い食べ物や飲み物が1日1回以下の者の割合の年次推移は、小学1年生、
4年生では平成16年度以降最も低くなっている。

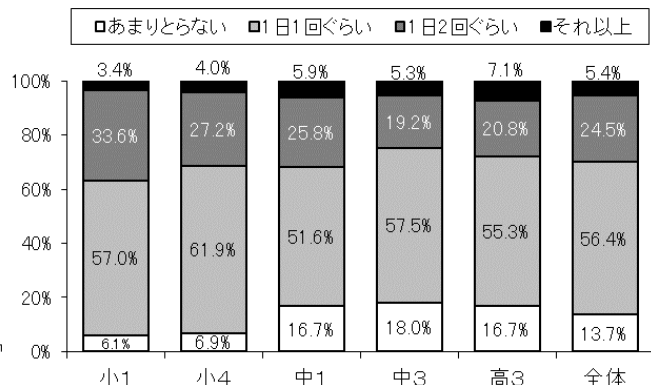
表3 甘い食べ物や飲み物をおやつとして1日にとる回数

	男子				女子			
	あまりとらない	1日1回ぐらい	1日2回ぐらい	それ以上	あまりとらない	1日1回ぐらい	1日2回ぐらい	それ以上
小1	5.4%	58.7%	31.1%	4.8%	6.1%	57.0%	33.6%	3.4%
小4	7.8%	60.1%	27.4%	4.7%	6.9%	61.9%	27.2%	4.0%
中1	21.4%	47.2%	24.3%	7.1%	16.7%	51.6%	25.8%	5.9%
中3	23.1%	48.1%	20.7%	8.0%	18.0%	57.5%	19.2%	5.3%
高3	25.8%	49.5%	16.6%	8.1%	16.7%	55.3%	20.8%	7.1%
全体	18.3%	51.9%	22.9%	6.8%	13.7%	56.4%	24.5%	5.4%

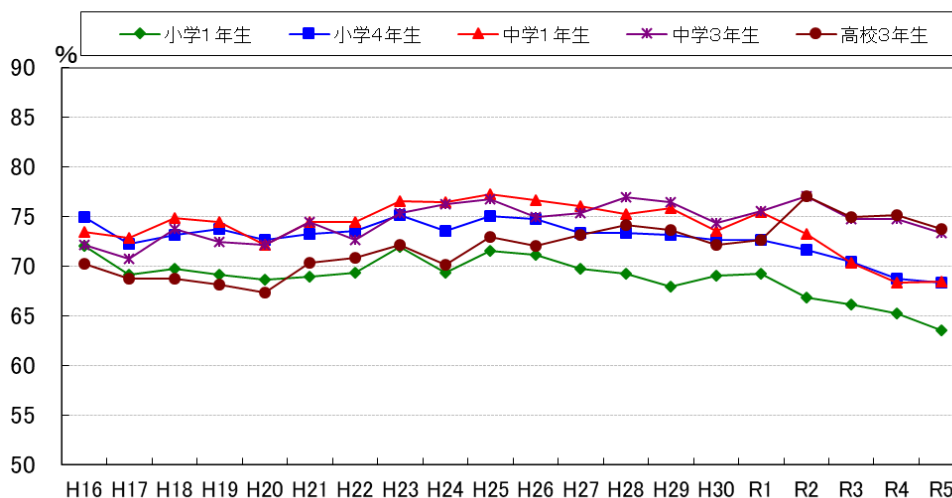
甘い食べ物や飲み物の摂取状況(男子 学年別)



甘い食べ物や飲み物の摂取状況(女子 学年別)



甘い食べ物や飲み物が1日1回以下の者の割合の年次推移
(岩手県 学年別)



(3) 食べない食品群の有無

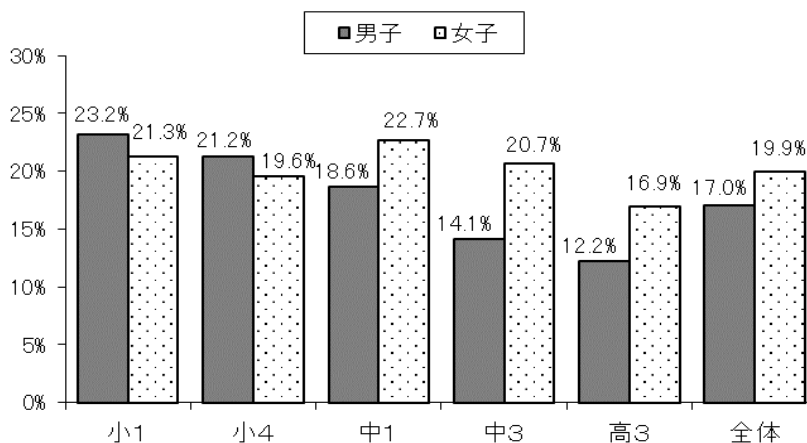
食べない食品群がある者の割合は、男子 17.0%、女子 19.9%である。

男子は小学1年生が最も高く、学年が上がるにつれて低くなり、一方、女子は中学1年生が最も高く、高校3年生が最も低くなっている。

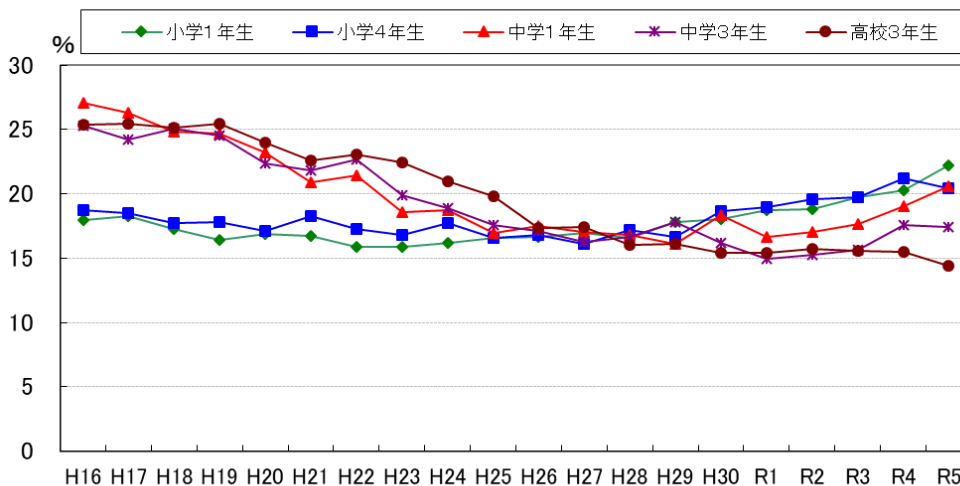
表4 食べない食品群の有無

	男子		女子	
	ある	ない	ある	ない
小1	23.2%	76.8%	21.3%	78.7%
小4	21.2%	78.8%	19.6%	80.4%
中1	18.6%	81.4%	22.7%	77.3%
中3	14.1%	85.9%	20.7%	79.3%
高3	12.2%	87.8%	16.9%	83.1%
全体	17.0%	83.0%	19.9%	80.1%

食べない食品群がある者の割合(性・学年別)



食べない食品群がある者の割合の年次推移(岩手県 学年別)



3 歯磨きの状況

歯を毎日2回以上磨く者の割合は、男子89.5%、女子93.0%である。
また、毎日3回以上磨く者の割合は、男女ともに中学3年生が最も高い。

表5 歯磨きの状況

		毎日3回以上磨く	毎日2回磨く	毎日1回磨く	時々磨く	磨かない
男子	小1	42.4%	46.5%	9.5%	1.5%	0.0%
	小4	43.7%	43.2%	9.9%	2.9%	0.2%
	中1	41.9%	49.2%	7.3%	1.5%	0.2%
	中3	43.9%	47.9%	6.5%	1.5%	0.1%
	高3	24.2%	64.5%	9.6%	1.6%	0.1%
	全体	37.5%	52.0%	8.6%	1.8%	0.1%
女子	小1	47.7%	41.7%	8.7%	1.8%	0.1%
	小4	48.1%	40.7%	9.4%	1.8%	0.0%
	中1	50.4%	44.2%	4.5%	0.8%	0.2%
	中3	53.4%	42.6%	3.5%	0.5%	0.0%
	高3	34.3%	59.8%	5.2%	0.7%	0.0%
	全体	45.8%	47.2%	5.9%	1.0%	0.0%

表6 歯磨き剤の使用状況

		使っていない	フッ素入りのものを買うようにしている	フッ素入りであるない気にしないで買う	フッ素入りでないものを買うようにしている
男子	中1	10.6%	36.8%	50.2%	2.4%
	中3	7.2%	35.8%	55.2%	1.7%
	高3	4.7%	35.8%	56.8%	2.7%
	全体	7.1%	36.1%	54.4%	2.3%
女子	中1	6.3%	37.7%	54.2%	1.7%
	中3	4.2%	37.6%	57.0%	1.2%
	高3	2.4%	38.0%	57.6%	2.0%
	全体	4.1%	37.8%	56.5%	1.7%

表7 歯間用具の使用状況

		毎日使っている	1週間に1回以上使っている	時々使っている	使わない
男子	中1	7.5%	10.9%	34.5%	47.1%
	中3	5.9%	10.2%	34.6%	49.4%
	高3	3.0%	6.9%	30.3%	59.7%
	全体	5.1%	9.0%	32.7%	53.1%
女子	中1	8.5%	11.8%	38.2%	41.5%
	中3	5.6%	10.9%	40.6%	42.9%
	高3	4.8%	8.7%	33.9%	52.6%
	全体	6.1%	10.3%	37.2%	46.5%

表8 歯を治療する歯科医院が決まっているか

	男子		女子	
	はい	いいえ	はい	いいえ
小1	86.1%	13.9%	88.3%	11.7%
小4	92.9%	7.1%	93.0%	7.0%
中1	75.1%	24.9%	82.7%	17.3%
中3	75.5%	24.5%	86.5%	13.5%
高3	77.5%	22.5%	84.4%	15.6%
全体	80.5%	19.5%	86.5%	13.5%

4 身体活動の状況

(1) 運動の実施状況

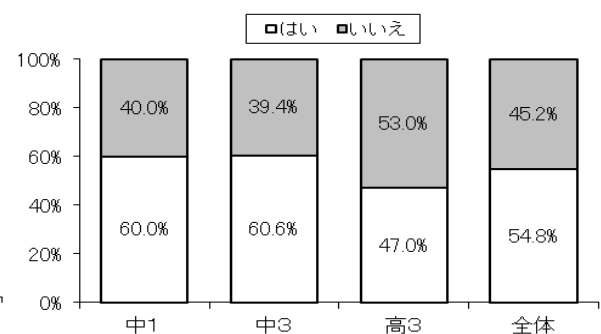
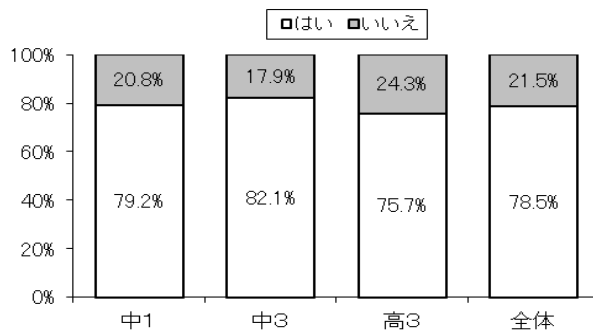
運動を実施している者の割合は、男子 78.5%、女子 54.8%である。

表9 1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施しているか

	男子		女子	
	はい	いいえ	はい	いいえ
中1	79.2%	20.8%	60.0%	40.0%
中3	82.1%	17.9%	60.6%	39.4%
高3	75.7%	24.3%	47.0%	53.0%
全体	78.5%	21.5%	54.8%	45.2%

1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施しているか(男子 学年別)

1回30分以上の汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施しているか(女子 学年別)



(2) 身体活動の状況

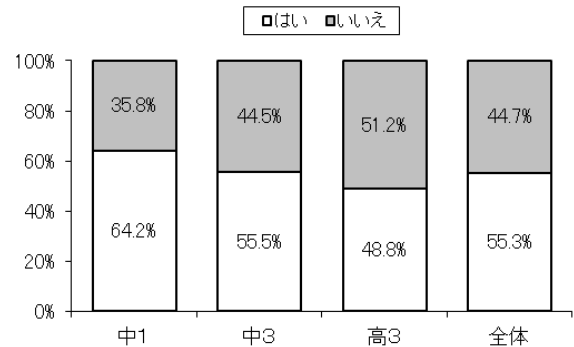
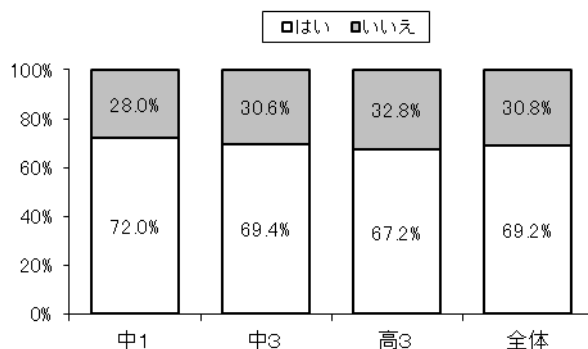
日常生活で歩行又は同様の身体活動をしている者の割合は、男子 69.2%、女子 55.3%である。女子では学年が上がるにつれて、実施している者の割合が低くなっている。

表10 日常生活において歩行又は同様の身体活動を1日に1時間以上実施しているか

	男子		女子	
	はい	いいえ	はい	いいえ
中1	72.0%	28.0%	64.2%	35.8%
中3	69.4%	30.6%	55.5%	44.5%
高3	67.2%	32.8%	48.8%	51.2%
全体	69.2%	30.8%	55.3%	44.7%

日常生活において歩行又は同様の身体活動を1日に1時間以上実施しているか(男子 学年別)

日常生活において歩行又は同様の身体活動を1日に1時間以上実施しているか(女子 学年別)



5 悩みを相談できるところ（人や場所）の有無

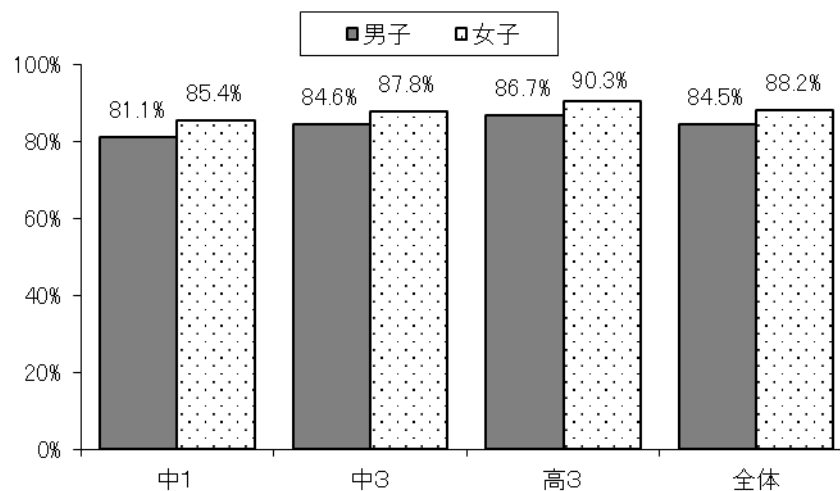
悩みや問題を抱えたとき相談できる人や場所がある者の割合は、男子 84.5%、女子 88.2%である。

男女ともに学年が上がるにつれて、相談できる人や場所がある者の割合が高くなっている。

表 11 相談できるところ(人・場所)の有無

	男子		女子	
	ある	ない	ある	ない
中1	81.1%	18.9%	85.4%	14.6%
中3	84.6%	15.4%	87.8%	12.2%
高3	86.7%	13.3%	90.3%	9.7%
全体	84.5%	15.5%	88.2%	11.8%

相談できるところ(人・場所)がある者の割合(性・学年別)



6 睡眠の状況

起床時間は、男女とも「午前6時から6時半より前の間」の者の割合が最も高い。女子より男子で朝7時以降に起床する者の割合が高い。

就寝時間は、中学生以上で「午後11時以降」に就寝する者の割合が大きく増加。

睡眠時間が「7時間未満」の者の割合は、就寝時間同様に中学生以上で増加し、学年が上がるにつれて高くなっている。また、男子よりも女子で割合が高い。

表 12 平日、学校がある日の起床時間

		午前6時より前	午前6時から 6時半より前の間	午前6時半から 7時より前の間	午前7時から 7時半より前の間	午前7時半から 8時より前の間	午前8時以降
男子	小1	12.4%	51.4%	32.9%	2.8%	0.4%	0.1%
	小4	15.1%	46.6%	34.7%	3.0%	0.4%	0.1%
	中1	19.4%	40.9%	27.5%	9.4%	2.5%	0.4%
	中3	14.4%	32.3%	31.8%	16.9%	3.6%	1.0%
	高3	17.9%	31.3%	28.1%	16.8%	4.9%	1.0%
	全体	16.2%	39.0%	30.5%	10.9%	2.8%	0.6%
女子	小1	8.8%	54.3%	33.2%	3.2%	0.6%	0.0%
	小4	9.8%	49.0%	37.8%	3.0%	0.3%	0.1%
	中1	17.2%	45.3%	28.6%	6.7%	1.6%	0.6%
	中3	13.4%	34.6%	36.0%	12.8%	2.5%	0.7%
	高3	23.5%	33.5%	28.1%	11.8%	2.3%	0.7%
	全体	15.6%	41.8%	32.2%	8.2%	1.6%	0.5%

朝7時以降に起床する者の割合(性・学年別)

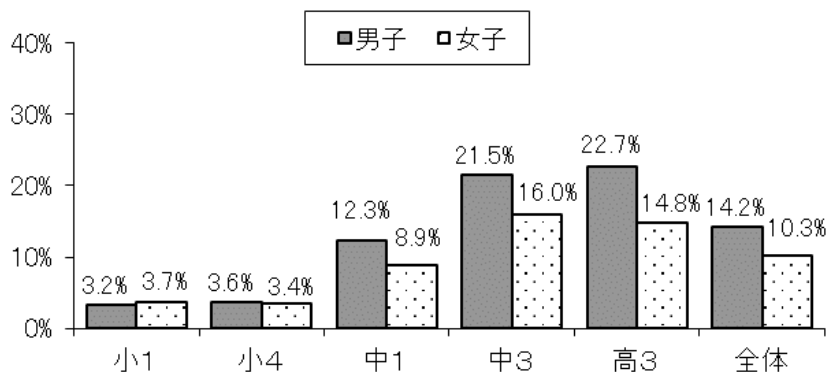


表 13 平日、学校がある日の就寝時間

		午後8時より前	午後8時台	午後9時台	午後10時台	午後11時台	午前0時以降
男子	小1	1.5%	23.2%	66.0%	8.9%	0.5%	0.0%
	小4	0.4%	7.8%	65.8%	24.4%	1.4%	0.1%
	中1	1.1%	2.6%	25.8%	47.6%	19.1%	3.8%
	中3	0.8%	0.5%	8.4%	32.2%	42.4%	15.8%
	高3	0.4%	0.5%	1.4%	12.4%	44.8%	40.5%
	全体	0.8%	5.6%	28.2%	24.7%	25.2%	15.5%
女子	小1	0.6%	22.2%	65.6%	11.2%	0.4%	0.0%
	小4	0.1%	8.7%	64.2%	25.0%	1.8%	0.2%
	中1	0.6%	2.0%	20.6%	46.0%	24.5%	6.3%
	中3	0.4%	0.2%	6.3%	26.6%	45.9%	20.6%
	高3	0.4%	0.3%	1.6%	11.2%	45.4%	41.1%
	全体	0.4%	5.4%	26.7%	23.5%	27.1%	16.9%

午後11時以降に就寝する者の割合(性・学年別)

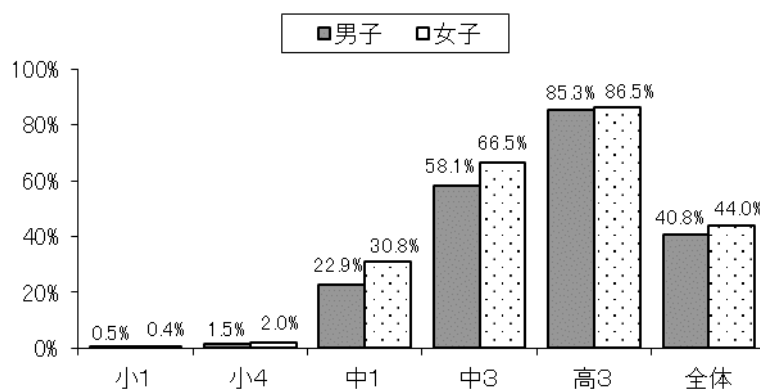


表 14 平日、学校がある日の睡眠時間

		6時間未満	6時間台	7時間台	8時間台	9時間台	10時間以上
男子	小1	0.1%	0.5%	2.6%	33.7%	57.8%	5.4%
	小4	0.4%	0.5%	6.9%	48.8%	42.0%	1.4%
	中1	2.8%	8.5%	24.3%	41.6%	20.4%	2.5%
	中3	6.9%	17.9%	38.4%	27.4%	7.8%	1.6%
	高3	15.7%	38.1%	35.1%	9.3%	1.1%	0.7%
	全体	6.5%	16.3%	23.9%	29.5%	21.6%	2.1%
女子	小1	0.2%	0.1%	3.0%	33.2%	58.2%	5.3%
	小4	0.1%	0.3%	6.6%	50.0%	41.0%	2.0%
	中1	4.2%	10.5%	27.5%	39.5%	16.0%	2.3%
	中3	9.2%	22.7%	39.7%	23.0%	4.3%	1.1%
	高3	20.8%	40.5%	28.8%	8.5%	1.1%	0.3%
	全体	8.5%	18.0%	23.1%	28.3%	20.2%	1.9%

睡眠時間が7時間未満の者の割合(性・学年別)

