

平成 29 年度

香川県小児生活習慣病予防健診結果の概要

目次

I 調査の概要

II 結果の概要

1 肥満の状況

2 血液検査の状況

2-1 脂質

(総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪)

2-2 HbA1c

2-3 肝機能、脂肪肝 (AST、ALT、 γ -GTP)

3 生活習慣の状況

3-1 食事 (規則性、食べる量、食べる速さ)

3-2 食事 (朝食、昼食、夜食)

3-3 食事 (好き嫌い、魚と肉、既製品、健康上の注意)

3-4 運動

3-5 ゲーム

3-6 睡眠

3-7 食事時間

I 調査の概要

1 調査の目的

香川県内の児童・生徒の肥満及び肥満に起因する小児生活習慣病に関する実態を把握するとともに、早期発見と今後の予防・対策のための基礎資料とする。

2 調査対象および客体

対象：小学4年生

参加市町：16市町

高松市、丸亀市、坂出市、善通寺市、観音寺市、さぬき市、三豊市、土庄町、小豆島町、三木町、直島町、宇多津町、綾川町、琴平町、多度津町、まんのう町

3 調査項目

- ・身長、体重
 - ・血液検査（総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪、HbA1c、AST、ALT、 γ -GTP）、食後3時間以上
 - ・生活習慣
 - 食事調査10項目
（食事の規則性、食事の量、食事の速さ、朝食の有無、昼食の内容、夜食の有無、好き嫌いの有無、魚と肉の好み、既製食品の使用、健康上の注意）
 - 運動調査4項目
（徒歩による通学時間、休日や放課後の過ごし方、ゲームの時間、特別な運動の有無）
 - 睡眠時間調査2項目
（平日の就寝と起床の時間、平日の夕食と朝食の時間）
- 調査内容の細部は実施市町により異なるため、後述の「8. 調査票について」、及び参考資料「生活習慣調べ」（香川県の共通調査票）を参照のこと。

4 調査の時期

高松市	：平成29年9月～11月
丸亀市	：平成29年6月～7月
坂出市	：平成29年9月
善通寺市	：平成29年9月～10月
観音寺市	：平成29年10月
さぬき市	：平成29年9月～11月
三豊市	：平成29年9月～10月
土庄町	：平成29年6月
小豆島町	：平成29年5月～6月
三木町	：平成29年9月～10月
直島町	：平成29年5月
宇多津町	：平成29年6月
綾川町	：平成29年9月～11月
琴平町	：平成29年9月～10月
多度津町	：平成29年6月
まんのう町	：平成29年10月～11月

5 調査の方法

小学生を対象とした小児生活習慣病予防健診を実施している市町から血液検査等のデータ提供を受けて集計分析を行った。

- 1) 上記香川県内の 16 市町の各学校において、小児生活習慣病予防健診について保護者に説明したうえで、健診受診の希望調査などを行い、保護者に対して生活習慣調査用紙を配布した。生活習慣調査は自記式アンケートとなっており、後日回収した。
- 2) その後、各学校において血液検査を実施した。
- 3) 血液検査のデータ・体格調査・生活習慣調査等のデータは、各市町教育委員会および香川県健康福祉部健康福祉総務課を經由して集積され、解析に供された。
- 4) データ解析は SPSS ver.24 (IBM 社) を用いた。

6 客体の概要

調査の客体は、小学 4 年生 7,647 人であった。

市町名	児童数	分析対象者数	実施率
高松市	3,893	3,598	92.4%
丸亀市	1,056	917	86.8%
坂出市	391	375	95.9%
善通寺市	280	261	93.2%
観音寺市	503	463	92.0%
さぬき市	374	336	89.8%
三豊市	487	462	94.9%
土庄町	102	99	97.1%
小豆島町	93	81	87.1%
三木町	274	254	92.7%
直島町	19	18	94.7%
宇多津町	197	176	89.3%
綾川町	192	188	97.9%
琴平町	63	63	100.0%
多度津町	223	209	93.7%
まんのう町	159	147	92.5%
合計	8,306	7,647	92.1%

※児童数は平成 29 年 5 月 1 日現在の小学 4 年生の児童数（香川県教育委員会）である。

※分析対象者数は、健診を実施した児童数から、本調査への参加同意を得られなかった人を除いた人数である。

7 本調査で用いた判定基準、分類について

1) 肥満度

文部科学省方式の「肥満度分類」を用いた。

肥満度分類		
文部科学省方式		
肥満度	分類	やせ傾向・肥満傾向
-30%以下	高度やせ	やせ傾向
-30%超-20%以下	やせ	
-20%超~+20%未満	ふつう	
20%以上30%未満	軽度肥満	肥満傾向
30%以上50%未満	中等度肥満	
50%以上	高度肥満	

肥満度 = [実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)]

÷ 身長別標準体重(kg) × 100 (%)

* 身長別標準体重(kg) = a × 実測身長(cm) - b

年齢	男		女	
	a	b	a	b
5	0.386	23.699	0.377	22.750
6	0.461	32.382	0.458	32.079
7	0.513	38.878	0.508	38.367
8	0.592	48.804	0.561	45.006
9	0.687	61.390	0.652	56.992
10	0.752	70.461	0.730	68.091
11	0.782	75.106	0.803	78.846
12	0.783	75.642	0.796	76.934
13	0.815	81.348	0.655	54.234
14	0.832	83.695	0.594	43.264
15	0.766	70.989	0.560	37.002
16	0.656	51.822	0.578	39.057
17	0.672	53.642	0.598	42.339

【文献】

- ・ 日本肥満学会. 小児肥満症診療ガイドライン 2017
- ・ 財団法人日本学校保健会 『児童生徒の健康診断マニュアル』平成 27 年度改訂
- ・ 学校保健統計調査-平成 29 年度 (速報)

2) 血液検査について

①脂質

小児期の脂質（総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪）については、複数の判定基準が存在する。本調査では「小児（学齢期）の高脂血症の判定基準」虚血性心疾患の一次予防ガイドライン（2012年改定版）の判定基準を用いた。

また、LDL コレステロールの高値については「小児（小中学生）の脂質異常症の基準（空腹時採血）」動脈硬化性疾患予防ガイドライン（2017年版）の基準値（未治療時の LDL-C ≥ 140 mg/dL）を用いた。

「脂質異常」

総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうち、どれかひとつでも基準値を超えたものを「脂質異常」として分類した。

脂質		
血清総コレステロール	正常域	≤ 190 mg/dl (75 パーセントイル)
	境界域	190~219mg/dl
	高 値	≥ 220 mg/dl (95 パーセントイル)
血清 LDL コレステロール	正常域	≤ 110 mg/dl (75 パーセントイル)
	境界域	110~129mg/dl
	高 値	≥ 130 mg/dl ≥ 140 mg/dl ※
血清 HDL コレステロール	低 値	< 40 mg/dl
血清トリグリセライド (中性脂肪)	高 値	≥ 140 mg/dl (95 パーセントイル)

・ HDL コレステロールの 5 パーセントイル値は ≤ 40 mg/dl となっているが、ここでは < 40 mg/dl とした。

※：平成 29 年度より LDL コレステロールの高値区分に 140mg/dl 以上を新たに追加

【文献】

- ・「小児（学齢期）の高脂血症の判定基準」虚血性心疾患の一次予防ガイドライン（2012年改定版）http://www.j-circ.or.jp/guideline/pdf/JCS2012_shimamoto_h.pdf
- ・日本動脈硬化学会. 「小児（小中学生）の脂質異常症の基準（空腹時採血）」動脈硬化性疾患予防ガイドライン（2017年版）
- ・「小児家族性高コレステロール血症診療ガイド 2017」

②HbA1c

「糖尿病の分類と診断基準に関する委員会報告」（2010年6月日本糖尿病学会が公表）に準拠し分類した。

「糖尿病を発症するリスク」

HbA1c5.6以上のものを「糖尿病を発症するリスクがある」と分類した。

糖尿病	
糖尿病の分類と診断基準に関する委員会報告（国際標準化対応版） 日本糖尿病学会	
1) 空腹時血糖値 $\geq 126\text{mg/dl}$ または HbA1c (NGSP) $\geq 6.5\%$	糖尿病が強く疑われるので、直ちに医療機関を受診させる。
2) 空腹時血糖値が $110\sim 125\text{mg/dl}$ または HbA1c (NGSP) が $6.0\sim 6.4\%$	できるだけ OGTT を行う。その結果、境界型であれば追跡あるいは生活習慣指導を行い、糖尿病型であれば医療機関を受診させる。
3) 空腹時血糖値が $100\sim 109\text{mg/dl}$ または HbA1c (NGSP) が $5.6\sim 5.9\%$	それ未満の場合に比べ将来の糖尿病発症や動脈硬化発症リスクが高いと考えられるので、他のリスク（家族歴、肥満、高血圧、脂質異常症など）も勘案して、情報提供、追跡あるいは OGTT を行う。

※OGTT・・・75g 経口ブドウ糖負荷試験

【文献】

・糖尿病診断基準に関する調査検討委員会. 清野 裕、南條輝志男、田嶋尚子、門脇 孝、柏木厚典、荒木栄一、伊藤千賀子、稲垣暢也、岩本安彦、春日雅人、花房俊昭、羽田勝計、植木浩二郎. 糖尿病の分類と診断基準に関する委員会報告（国際標準化対応版）. 糖尿病 55 (7) : 485-504. 2012.

③肝機能 (AST、ALT、 γ -GTP)

AST、ALT、 γ -GTPについては、複数の判定基準が存在する。本調査においては、「日本人小児の臨床検査基準値」(小児基準値研究班)を用いた。

「肝機能異常」

AST、ALT、 γ -GTPのうち、どれかひとつでも基準値を超えたものを「肝機能異常」として分類した。

「脂肪肝 (非アルコール性脂肪性肝疾患)」

非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD) を示唆する検査所見として、

- ① ALTの異常かつAST/ALT < 1、または、② γ -GTPの異常かつAST/ALT < 1を用いて、「脂肪肝 (非アルコール性脂肪性肝疾患)」と分類した。

肝機能

日本人小児の臨床検査基準値 (小児基準値研究班)

項目	単位	男性	女性
AST (GOT)	IU/l	(9歳) 16-36	(9歳) 14-33
		(10歳) 15-35	(10歳) 13-32
		(11歳) 15-34	(11歳) 13-31
		(12歳) 14-33	(12歳) 12-30
		(13歳) 14-32	(13歳) 12-29
ALT (GPT)	IU/l	(9歳) 3-22	(9歳) 4-21
		(10歳) 3-21	(10歳) 3-20
		(11歳) 3-21	(11歳) 3-19
		(12歳) 3-20	(12歳) 3-18
		(13歳) 3-20	(13歳) 3-18
γ -GTP	IU/l	(9歳) 6-20	(9歳) 6-17
		(10歳) 6-21	(10歳) 6-18
		(11歳) 7-22	(11歳) 6-18
		(12歳) 7-23	(12歳) 6-18
		(13歳) 7-24	(13歳) 6-19

それぞれ 2.5 パーセンタイル値 - 97.5 パーセンタイル値

【文献】

- ・日本人小児の臨床検査基準値. 小児基準値研究班編. 日本公衆衛生協会. 東京. 1997
- ・小児肥満症診療ガイドライン 2017

8 調査票について

本調査においては、共通の質問票を用いたが、一部市町では以前より同様の調査を行っており、そのため調査項目が若干異なっている。集計にあたっては以下のような解釈を行ったので、利用にあたっては以下の注意点を参照されたい。

以下の質問項目において、高松市で「時々外で遊ぶ」の選択肢があったため、本項目は高松市と高松市以外を分けて解析を行った。

【運動調査】(高松市)

(共通調査票)

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| ② 休日や放課後、おもにどのようにして過ごしていますか | ② 休日や放課後、主にどのようにして過ごしていますか |
| 1. 部屋の中で遊ぶ | 1. 部屋の中で遊ぶ |
| 2. 時々外で遊ぶ | 2. 体を動かす外遊び 具体的に () |
| 3. ほとんど外で遊ぶ | |

以下の質問項目において、三木町の選択肢が細かく分かれていたが、下記のとおりそれぞれ共通調査票の選択肢にまとめて解析を行った。

【食事調査】(三木町)

(共通調査票)

- | | |
|--------------------------------|---------------------------------|
| ② 食事の量はどうか | ② 腹八分目に食べていますか |
| 1. 少ない | 1. 腹八分目に食べる |
| 2. 腹八分目に食べる | |
| 3. 時々腹いっぱい食べる | 2. 時々腹一杯食べる |
| 4. よく腹いっぱい食べる | |
| 5. 毎日腹一杯食べる | 3. 毎日腹一杯食べる |
| ③ 食事を食べる速さはどうか | ③ 食事はゆっくり食べていますか |
| 1. ゆっくりとよくかむ | 1. ゆっくりよくかんで食べる |
| 2. ややゆっくりめに食べる | |
| 3. ふつう | 2. 普通に食べる |
| 4. やや早く食べる | 3. 早く食べる |
| 5. 早く食べる | |
| ⑤ 昼食(給食を除く)の内容は主にどのようなものが多いですか | ⑤ 昼食(給食を除く)の内容は主にどのようなものですか |
| 1. 主食と副食
(赤・緑・黄がそろっている) | 1. 主食と副食のついた食事
(定食物・弁当なども含む) |
| 2. 主食と副食
(赤・緑のどちらかがある) | |
| 3. 主食中心
(惣菜パン・炒飯など) | 2. 主食中心の食事
(パン・めん類など) |
| 4. 主食のみ
(ごはんのみ・麺のみ) | |
| 5. 嗜好品のみ(菓子・飲み物) | 3. し好品中心の軽いもの
(お菓子・飲み物など) |

【食事調査】（三木町）

（共通調査票）

⑦ 好き嫌いがありますか

⑦ 好き嫌いがありますか

- | | | |
|------------------------|---|--------------|
| 1. ない | → | 1. 好き嫌いはない |
| 2. 嫌いな物少しあるが
いつも食べる | } | 2. 少し好き嫌いがある |
| 3. 嫌いな物少しあり、時々残す | | |
| 4. 嫌いな物が多く、時々残す | } | 3. 嫌いなものが多い |
| 5. 嫌いな物が多く、よく残す | | |

⑧ 魚と肉どちらを多く食べますか

⑧ 魚と肉どちらを多く食べますか

- | | | | |
|--------------|---|--------------|------------|
| 1. 魚が多い | } | → | 1. 魚を多く食べる |
| 2. 魚の方が少し多い | | | |
| 3. どちらも同じくらい | → | 2. どちらともいえない | |
| 4. 肉の方が少し多い | } | → | 3. 肉を多く食べる |
| 5. 肉が多い | | | |

⑩ 健康上、食事に気をつけていますか

⑩ 健康上、食事に注意をしていますか

- | | | | |
|-----------------|---|-------------|-------------|
| 1. かなり気をつけている | } | → | 1. 特に注意している |
| 2. まあまあ気をつけている | | | |
| 3. ふつう | → | 2. 時々注意している | |
| 4. あまり気をつけていない | } | → | 3. 注意していない |
| 5. ほとんど気をつけていない | | | |

【運動調査】（三木町）

（共通調査票）

② 休日や放課後、主にどのように
過ごしていますか？

② 休日や放課後、主にどのように
にして過ごしていますか

- | | | | |
|-----------------|---|---|-------------|
| 1. いつも外で遊ぶ・運動する | } | → | 2. 体を動かす外遊び |
| 2. 外で過ごすことが多い | | | |
| 3. 家の中で過ごすことが多い | } | → | 1. 部屋の中で遊ぶ |
| 4. いつも家の中で遊ぶ | | | |

以下の質問項目において、三木町で登下校方法に 5 つの選択肢があった。この項目については、共通調査票と合わせて「車の送り迎え：あり・なし」の 2 択として解析を行った。

【運動調査】（三木町）

（車の送り迎え）

（共通調査票）

① 学校までどのように登下校
していますか

① 学校まで歩いて何分ぐらい
かかりますか（往復）

- | | | | | | |
|-----------------|---|----|----|----------------|-----------------|
| 1. 登下校とも歩く | } | → | なし | ← | 1. 歩いて 分ぐらい（往復） |
| 2. どちらかは歩く | | | | | |
| 3. 登下校ともに自転車を使う | | | | | |
| 4. どちらかは自転車を使う | | | | | |
| 5. 登下校ともに車を使う | → | あり | ← | 2. 車で送り迎えをしている | |

参考資料「生活習慣調べ」（香川県の共通調査票）



生活習慣調べ

市町名	学校名	学年	組	出席番号

該当する記号に○をつけ、必要なところは()の中に記入してください

【食 事 調 査】

質 問	回 答 欄		
① 食事は規則的に行っていますか	1. 規則正しい	2. 時々不規則 (週 回)	3. 毎日不規則
② 腹八分目に食べていますか	1. 腹八分目に食べる	2. 時々腹一杯食べる	3. 毎日腹一杯食べる
③ 食事はゆっくり食べていますか	1. ゆっくりよくかんで食べる	2. 普通に食べる	3. 早く食べる
④ 朝食は食べていますか	1. 毎日食べる	2. 時々食べない (食べる回数: 週 回)	3. ほとんど食べない 理由()
⑤ 昼食(給食を除く)の内容は主にどのようなものですか	1. 主食と副食のついた食事 (定食物・弁当なども含む)	2. 主食中心の食事 (パン・めん類など)	3. し好品中心の軽いもの (お菓子・飲み物など)
⑥ 夕食後に夜食は食べますか	1. 食べない	2. 時々食べる (週 回)	3. ほとんど毎日食べる
⑦ 好き嫌いがありますか	1. 好き嫌いはない	2. 少し好き嫌いがある	3. 嫌いなものが多い
⑧ 魚と肉どちらを多く食べますか	1. 魚を多く食べる	2. どちらともいえない	3. 肉を多く食べる
⑨ そのまま食べられる「既製品」 (コロッケ・サラダ・和え物等)を使いますか	1. 使わない	2. 時々使う (週1~2回)	3. よく使う (週3回以上)
⑩ 健康上、食事に注意をしていますか	1. 特に注意している	2. 時々注意している	3. 注意していない

【運 動 調 査】

質 問	回 答 欄	
① 学校まで歩いて何分ぐらいかかりますか(往復)	1. 歩いて 分くらい(往復)	2. 車で送り迎えをしている
② 休日や放課後、主にどのようにして過ごしていますか	1. 部屋の中で遊ぶ	2. 体を動かす外遊び 具体的に()
③ 1日にテレビゲーム(コンピュータゲーム、携帯式ゲームも含む)をどのくらいしますか	1. (時間 分)くらい	2. まったくしない
④ 特別な運動をしていますか 例: 野球を、2時間、週に2回している 例: 水泳を、1時間、週に1回している	1 運動をしている を、 時間、週に 回している を、 時間、週に 回している を、 時間、週に 回している	2. 運動をしていない

【睡 眠 時 間 調 査】

質 問	回 答 欄	
① 平日の就寝時間と起床時間は何時ですか	就寝時間 時 分頃	起床時間 時 分頃
② 平日の朝食と夕食の時間は何時ですか	夕食の時間 時 分頃	朝食の時間 時 分頃

9 利用にあたっての注意

①血液検査について

本調査で行った血液検査はそれぞれの市町において実施されたが、実施時期、検査機関が複数に渡っており、個々の結果について誤差が生じる可能性がある。

②基準値について

脂質、肝機能について、各種ガイドライン等をもとに設定したもので、集団としてのリスクを把握することを目的としている。従って本調査で基準値を超えたものが、直ちに疾病の有無を示すものではない。

③生活習慣調べ

共通の調査票を用いているが、一部の市町においては質問項目や選択肢が異なっており、結果の解釈に注意を要するところがある。

Ⅱ 結果の概要

1 肥満の状況

【肥満とやせ】

平成 28 年度に比べて、肥満傾向の割合は、男子 0.3 ポイント減少、女子 0.1 ポイント増加。痩身傾向の割合は、男子 0.3 ポイント増加、女子 0.4 ポイント減少。

・肥満傾向（20%以上）

平成 29 年度 （男子） 11.0% （女子） 8.0%

平成 28 年度 （男子） 11.3% （女子） 7.9%

・痩身傾向（-20%以下）

平成 29 年度 （男子） 2.6% （女子） 2.4%

平成 28 年度 （男子） 2.3% （女子） 2.8%

参考値 平成 29 年度学校保健統計

9 歳 男子 （香川県） 肥満傾向 8.91%、痩身傾向 1.50%

（全国） 肥満傾向 9.52%、痩身傾向 1.57%

女子 （香川県） 肥満傾向 6.99%、痩身傾向 1.40%

（全国） 肥満傾向 7.70%、痩身傾向 1.86%

10 歳 男子 （香川県） 肥満傾向 6.61%、痩身傾向 1.87%

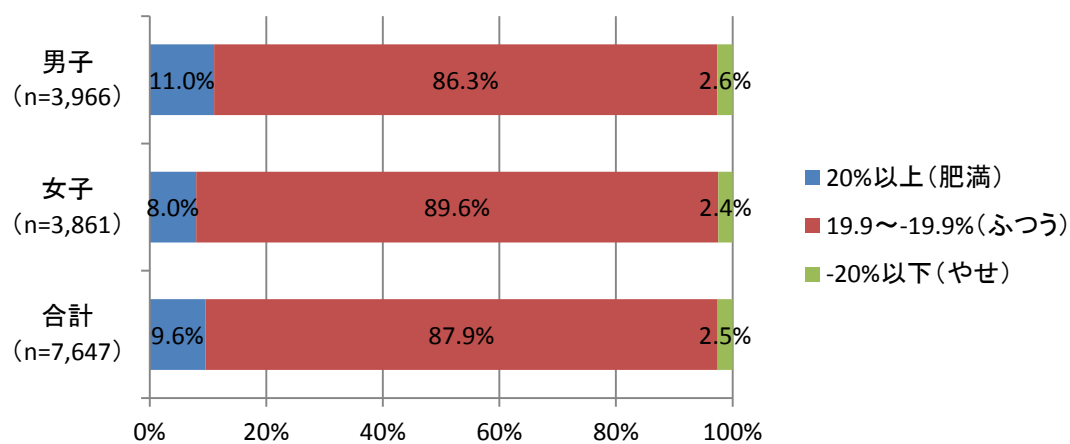
（全国） 肥満傾向 9.99%、痩身傾向 2.66%

女子 （香川県） 肥満傾向 8.08%、痩身傾向 2.64%

（全国） 肥満傾向 7.74%、痩身傾向 2.43%

注：年齢構成、調査時期が異なるため、本調査と「学校保健統計」を比較することはできない。ここでは、参考値として「平成 29 年度学校保健統計」の全国値、香川県値を記載した。

肥満の程度（3分類）

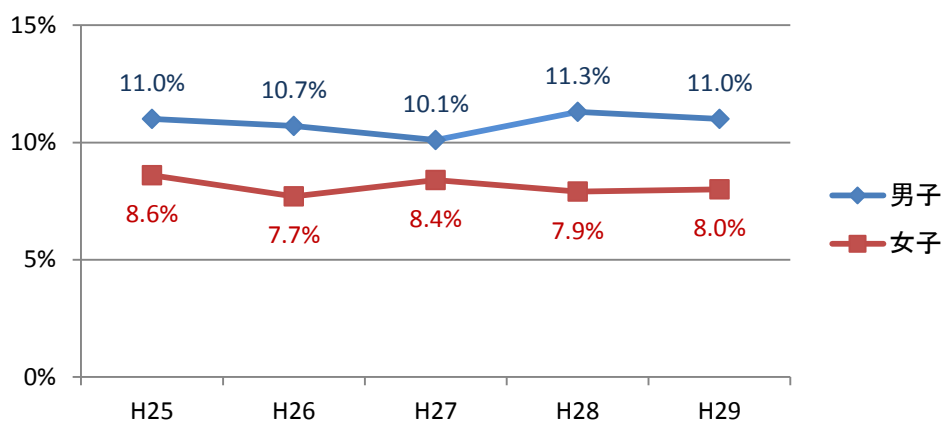


	20%以上 (肥満)		19.9~-19.9% (ふつう)		-20%以下 (やせ)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	438	11.0%	3,424	86.3%	104	2.6%	3,966	100.0%
女子	293	8.0%	3,298	89.6%	90	2.4%	3,681	100.0%
合計	731	9.6%	6,722	87.9%	194	2.5%	7,647	100.0%

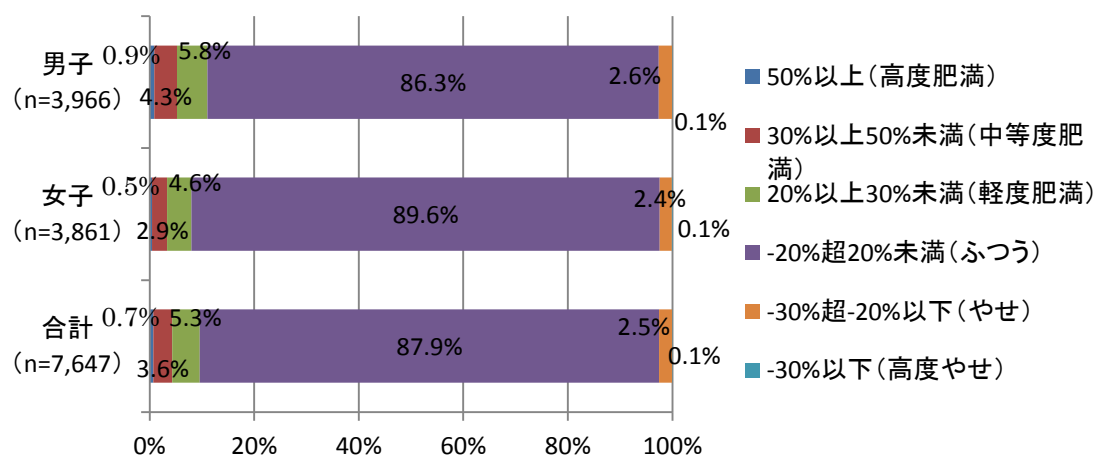
参考値（平成 28 年度）

	20%以上 (肥満)		19.9~-19.9% (ふつう)		-20%以下 (やせ)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	434	11.3%	3,308	86.4%	88	2.3%	3,830	100.0%
女子	295	7.9%	3,343	89.4%	103	2.8%	3,741	100.0%
合計	729	9.6%	6,651	87.8%	191	2.5%	7,571	100.0%

20%以上（肥満）の割合の推移



肥満の程度（6分類）

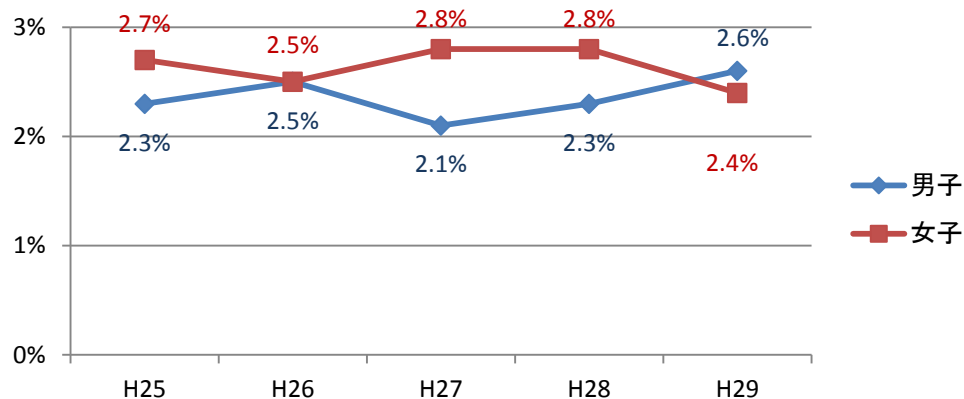


	50%以上 (高度肥満)		30%以上 50%未満 (中等度肥満)		20%以上 30%未満 (軽度肥満)		-20%超~+20%未満 (ふつう)		-30%超~20%以下 (やせ)		-30%以下 (高度やせ)		合計	
男子	35	0.9%	172	4.3%	231	5.8%	3,424	86.3%	102	2.6%	2	0.1%	3,966	100.0%
女子	17	0.5%	105	2.9%	171	4.6%	3,298	89.6%	87	2.4%	3	0.1%	3,681	100.0%
合計	52	0.7%	277	3.6%	402	5.3%	6,722	87.9%	189	2.5%	5	0.1%	7,647	100.0%

参考値（平成 28 年度）

	50%以上 (高度肥満)		30%以上 50%未満 (中等度肥満)		20%以上 30%未満 (軽度肥満)		-20%超~+20%未満 (ふつう)		-30%超~20%以下 (やせ)		-30%以下 (高度やせ)		合計	
男子	43	1.1%	158	4.1%	233	6.1%	3,308	86.4%	87	2.3%	1	0.0%	3,830	100.0%
女子	23	0.6%	119	3.2%	153	4.1%	3,343	89.4%	99	2.6%	4	0.1%	3,741	100.0%
合計	66	0.9%	277	3.7%	386	5.1%	6,651	87.8%	186	2.5%	5	0.1%	7,571	100.0%

-20%以下（やせ）の割合の推移



2 血液検査の状況

2-1 脂質（総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪）

【脂質】

平成 28 年度に比べて、脂質異常の割合は、男子 1.0 ポイント減少、女子 0.5 ポイント減少。

・脂質異常の割合

平成 29 年度	(男子)	8.8%	(女子)	10.5%
平成 28 年度	(男子)	9.8%	(女子)	11.0%

・総コレステロール 基準値を超える（220mg/dl 以上）者の割合

平成 29 年度	(男子)	3.2%	(女子)	4.4%
平成 28 年度	(男子)	3.6%	(女子)	4.5%

・LDL コレステロール 基準値を超える（130mg/dl 以上）者の割合

平成 29 年度	(男子)	6.2%	(女子)	8.7%
平成 28 年度	(男子)	6.3%	(女子)	8.4%

・LDL コレステロール 基準値を超える（140mg/dl 以上）者の割合

平成 29 年度	(男子)	2.9%	(女子)	4.4%
平成 28 年度	(男子)	3.1%	(女子)	4.6%

注：平成 29 年度より、LDL コレステロールの高値に 140mg/dl 以上を新たに追加

・HDL コレステロール 基準値を超える（40mg/dl 未満）者の割合

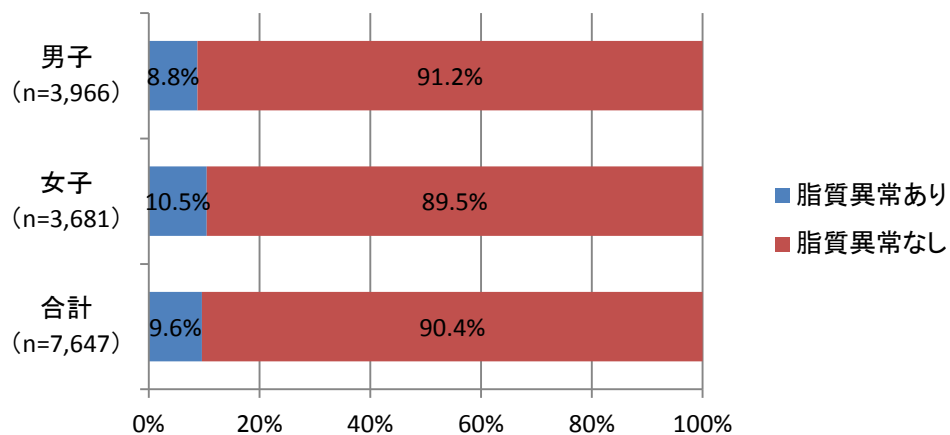
平成 29 年度	(男子)	0.8%	(女子)	1.0%
平成 28 年度	(男子)	1.2%	(女子)	1.3%

・中性脂肪 基準値を超える（140mg/dl 以上）者の割合

平成 29 年度	(男子)	4.4%	(女子)	4.3%
平成 28 年度	(男子)	5.0%	(女子)	4.4%

注：本調査における「脂質異常」の定義は、「総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうちいずれか一つでも基準値を超えたもの」とした。

① 脂質異常（総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうちいずれか一つでも基準値を超えたもの）

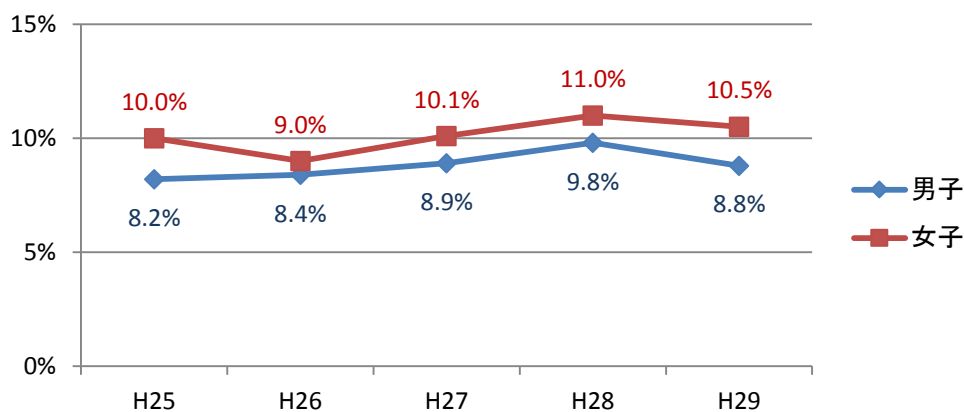


	脂質異常あり		脂質異常なし		合計	
男子	349	8.8%	3,617	91.2%	3,966	100.0%
女子	385	10.5%	3,296	89.5%	3,681	100.0%
合計	734	9.6%	6,913	90.4%	7,647	100.0%

参考値（平成 28 年度）

	脂質異常あり		脂質異常なし		合計	
男子	375	9.8%	3,455	90.2%	3,830	100.0%
女子	413	11.0%	3,328	89.0%	3,741	100.0%
合計	788	10.4%	6,783	89.6%	7,571	100.0%

脂質異常の割合の推移



②総コレステロール

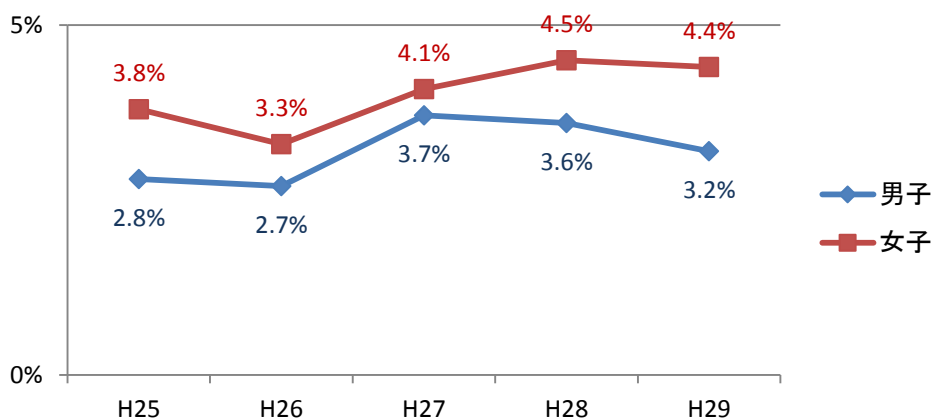


	220mg/dl 以上		191~219mg/dl		190mg/dl 以下		合計	
男子	126	3.2%	659	16.6%	3,181	80.2%	3,966	100.0%
女子	161	4.4%	639	17.4%	2,881	78.3%	3,681	100.0%
合計	287	3.8%	1,298	17.0%	6,062	79.3%	7,647	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	220mg/dl 以上		191~219mg/dl		190mg/dl 以下		合計	
男子	138	3.6%	611	16.0%	3,081	80.4%	3,830	100.0%
女子	168	4.5%	662	17.7%	2,911	77.8%	3,741	100.0%
合計	306	4.0%	1,273	16.8%	5,992	79.1%	7,571	100.0%

総コレステロール 基準値を超える (220mg/dl 以上) 者の割合の推移



③ LDL コレステロール

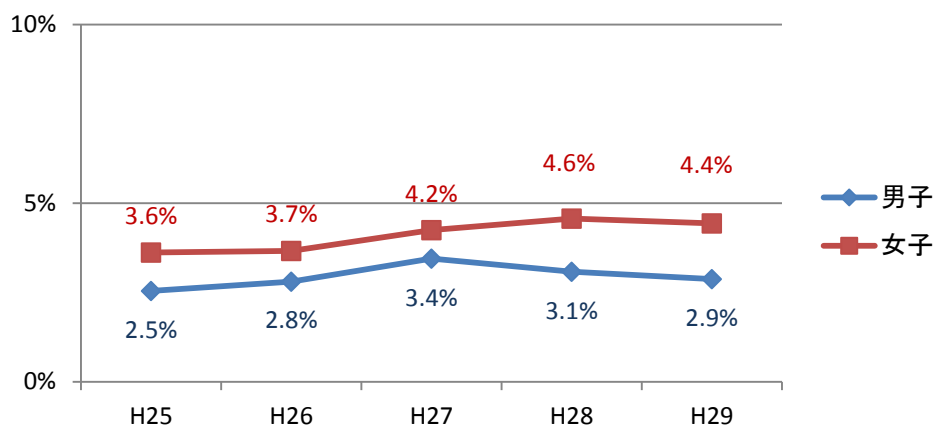


	140mg/dl 以上		130~ 139mg/dl		111~ 129mg/dl		110mg/dl 以下		合計	
男子	114	2.9%	130	3.3%	596	15.0%	3,126	78.8%	3,966	100.0%
女子	163	4.4%	159	4.3%	621	16.9%	2,738	74.4%	3,681	100.0%
合計	277	3.6%	289	3.8%	1,217	15.9%	5,864	76.7%	7,647	100.0%

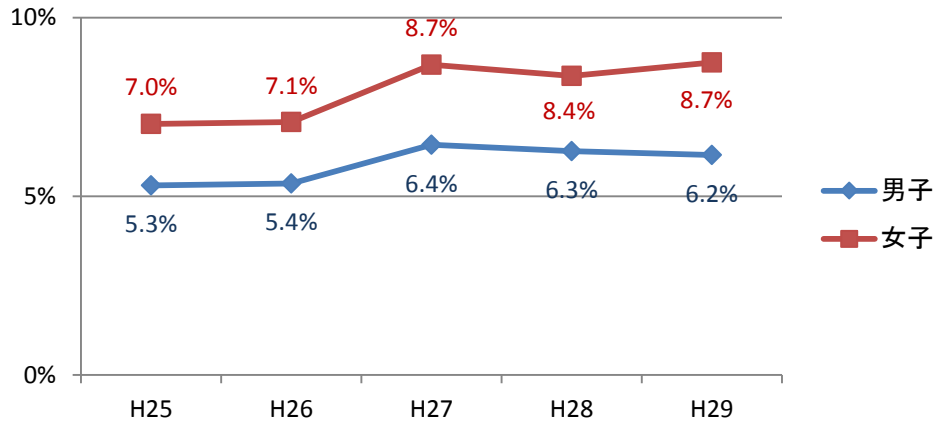
参考値 (平成 28 年度)

	140mg/dl 以上		130~ 139mg/dl		111~ 129mg/dl		110mg/dl 以下		合計	
男子	118	3.1%	122	3.2%	530	13.8%	3,060	79.9%	3,830	100.0%
女子	171	4.6%	142	3.8%	627	16.8%	2,801	74.9%	3,741	100.0%
合計	289	3.8%	264	3.5%	1,157	15.3%	5,861	77.4%	7,571	100.0%

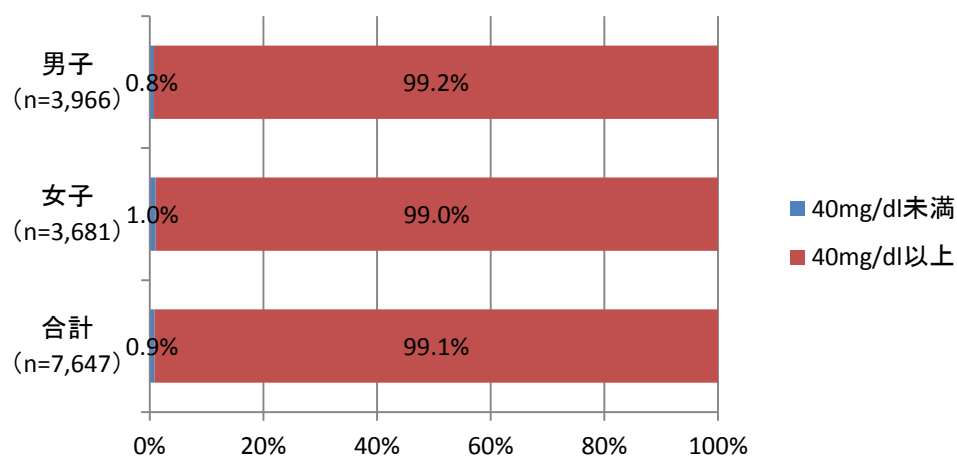
LDL コレステロール 基準値を超える (140mg/dl 以上) 者の割合の推移



LDL コレステロール 基準値を超える（130mg/dl 以上）者の割合の推移



④HDL コレステロール

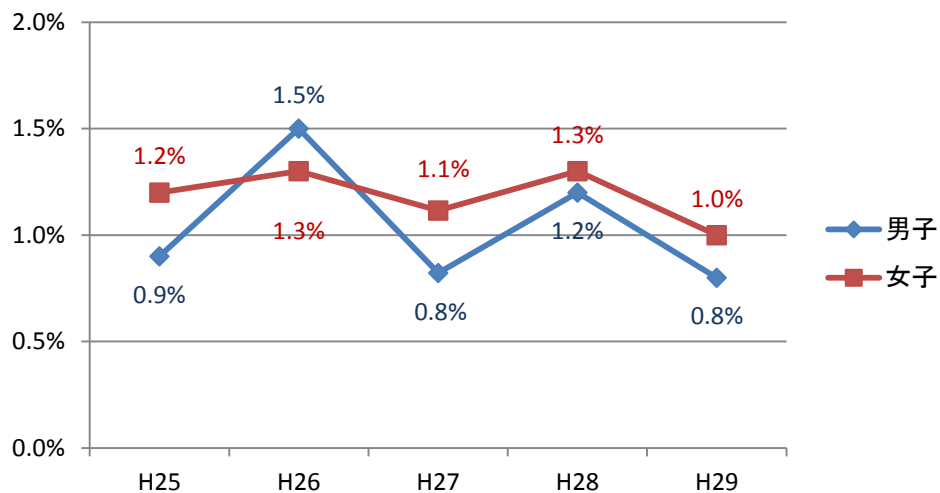


	40mg/dl 未満		40mg/dl 以上		合計	
男子	30	0.8%	3,936	99.2%	3,966	100.0%
女子	38	1.0%	3,643	99.0%	3,681	100.0%
合計	68	0.9%	7,579	99.1%	7,647	100.0%

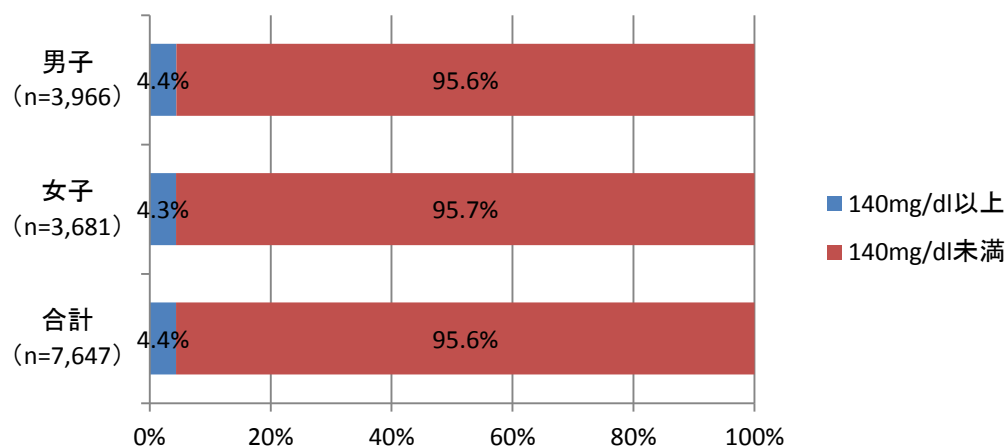
参考値 (平成 28 年度)

	40mg/dl 未満		40mg/dl 以上		合計	
男子	46	1.2%	3,784	98.8%	3,830	100.0%
女子	50	1.3%	3,691	98.7%	3,741	100.0%
合計	96	1.3%	7,475	98.7%	7,571	100.0%

HDL コレステロール 基準値を超える (40mg/dl 未満) 者の割合の推移



⑤中性脂肪

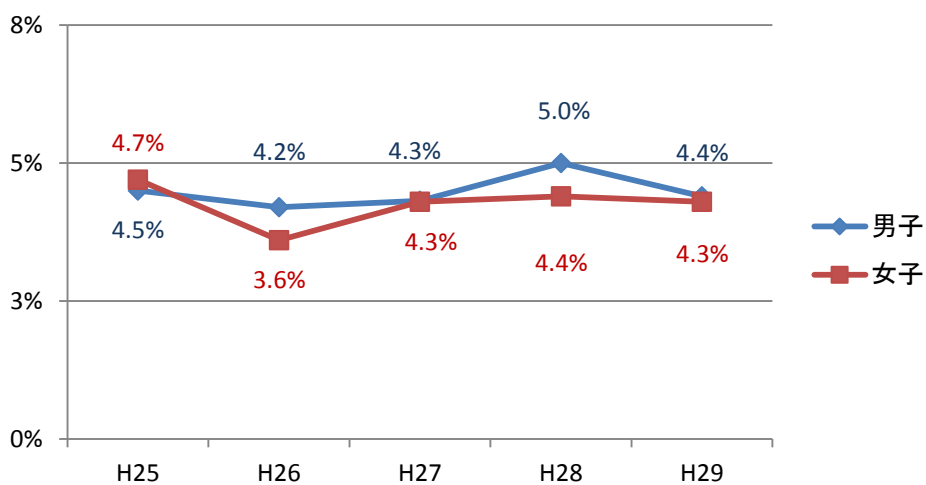


	140mg/dl 以上		140mg/dl 未満		合計	
男子	175	4.4%	3,791	95.6%	3,966	100.0%
女子	160	4.3%	3,521	95.7%	3,681	100.0%
合計	335	4.4%	7,312	95.6%	7,647	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	140mg/dl 以上		140mg/dl 未満		合計	
男子	190	5.0%	3,640	95.0%	3,830	100.0%
女子	163	4.4%	3,578	95.6%	3,741	100.0%
合計	353	4.7%	7,218	95.3%	7,571	100.0%

中性脂肪 基準値を超える (140mg/dl 以上) 者の割合の推移



2-2 HbA1c

【糖尿病】

平成 28 年度に比べて、糖尿病を発症するリスクがある人 (HbA1c5.6%以上) の割合は、男子 1.2 ポイント減少、女子 0.4 ポイント増加。

- ・糖尿病が強く疑われる人 (HbA1c \geq 6.5%)

平成 29 年度	(男子)	0.0%	(女子)	0.0%
----------	------	------	------	------

平成 28 年度	(男子)	0.0%	(女子)	0.0%
----------	------	------	------	------

- ・糖尿病の疑いがある人 (HbA1c:6.0~6.4%)

平成 29 年度	(男子)	0.1%	(女子)	0.1%
----------	------	------	------	------

平成 28 年度	(男子)	0.1%	(女子)	0.1%
----------	------	------	------	------

- ・糖尿病を発症するリスクが高い人 (HbA1c:5.6~5.9%)

平成 29 年度	(男子)	8.3%	(女子)	8.2%
----------	------	------	------	------

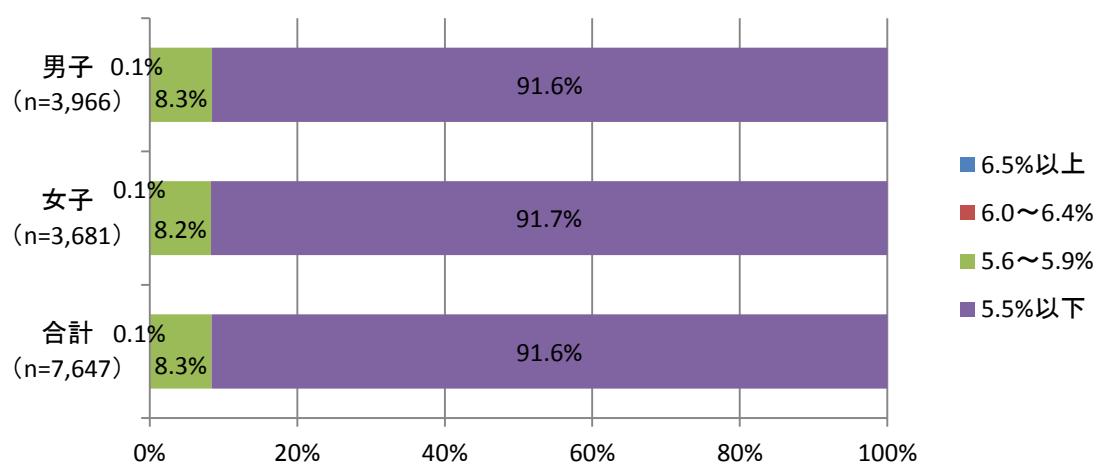
平成 28 年度	(男子)	9.5%	(女子)	7.8%
----------	------	------	------	------

- ・糖尿病を発症するリスクがある人 (HbA1c5.6%以上)

平成 29 年度	(男子)	8.4%	(女子)	8.3%
----------	------	------	------	------

平成 28 年度	(男子)	9.6%	(女子)	7.9%
----------	------	------	------	------

HbA1c

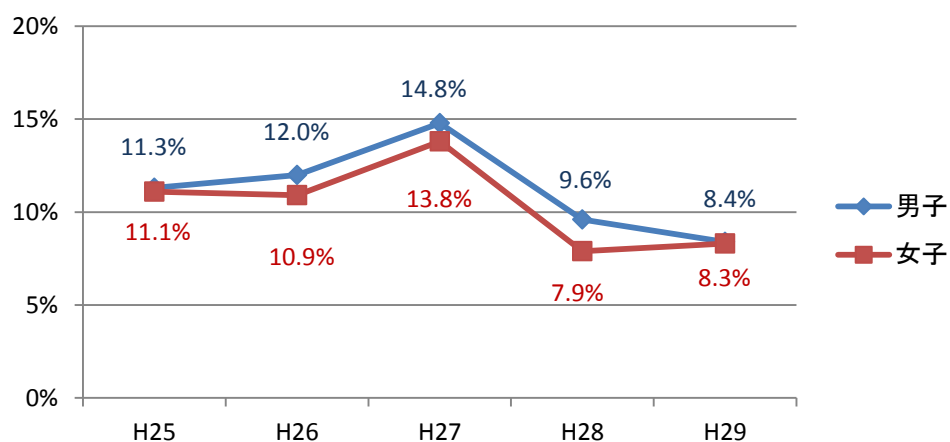


	6.5%以上		6.0~6.4%		5.6~5.9%		5.5%以下		合計	
男子	1	0.0%	4	0.1%	330	8.3%	3,631	91.6%	3,966	100.0%
女子	0	0.0%	4	0.1%	301	8.2%	3,376	91.7%	3,681	100.0%
合計	1	0.0%	8	0.1%	631	8.3%	7,007	91.6%	7,647	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	6.5%以上		6.0~6.4%		5.6~5.9%		5.5%以下		合計	
男子	1	0.0%	4	0.1%	364	9.5%	3,461	90.4%	3,830	100.0%
女子	1	0.0%	2	0.1%	293	7.8%	3,445	92.1%	3,741	100.0%
合計	2	0.0%	6	0.1%	657	8.7%	6,906	91.2%	7,571	100.0%

HbA1c 5.6%以上の割合の推移



2-3 肝機能、脂肪肝（AST、ALT、 γ -GTP）

【肝機能】

平成 28 年度に比べて、肝機能異常の割合は、男子 0.4 ポイント増加、女子 1.7 ポイント増加。

・肝機能異常の割合

平成 29 年度	（男子） 13.3%	（女子） 11.5%
平成 28 年度	（男子） 12.9%	（女子） 9.8%

注：本調査における「肝機能異常」の定義は、「AST、ALT、 γ -GTP のうちいずれか一つでも基準値を超えたもの」とした。

【脂肪肝（非アルコール性脂肪性肝疾患）】

平成 28 年度に比べて、脂肪肝（非アルコール性脂肪性肝疾患）のリスクのある者の割合は、男子 0.7 ポイント減少、女子 0.2 ポイント増加。

・脂肪肝（非アルコール性脂肪性肝疾患）のリスクのある者の割合

平成 29 年度	（男子） 3.6%	（女子） 1.8%
平成 28 年度	（男子） 4.3%	（女子） 1.6%

注：非アルコール性脂肪性肝疾患（NAFLD）を示唆する検査所見として、①ALT の異常かつ AST/ALT < 1、または、② γ -GTP の異常かつ AST/ALT < 1 を用いた。

・AST 基準値を超える者の割合

平成 29 年度 (男子) 4.0% (女子) 4.1%

平成 28 年度 (男子) 4.5% (女子) 3.6%

・ALT 基準値を超える者の割合

平成 29 年度 (男子) 10.4% (女子) 6.4%

平成 28 年度 (男子) 9.9% (女子) 4.6%

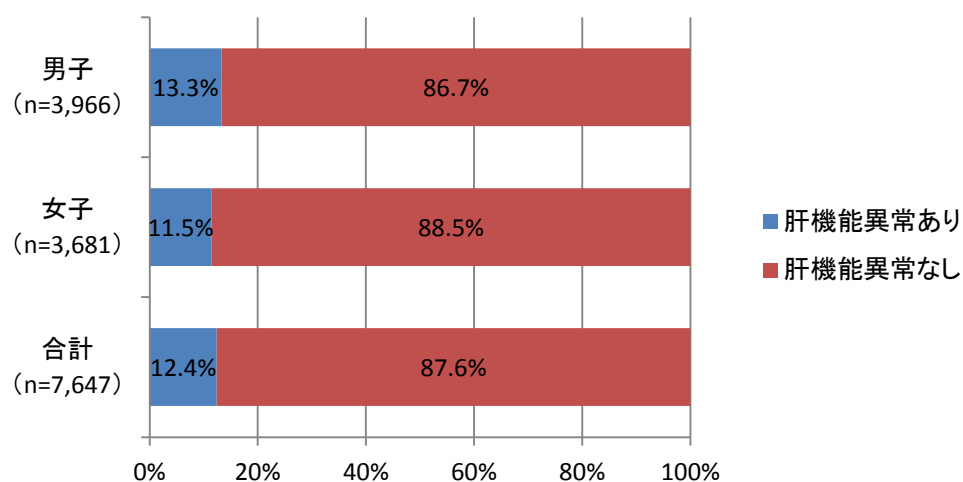
・ γ -GTP 基準値を超える者の割合

平成 29 年度 (男子) 4.8% (女子) 5.4%

平成 28 年度 (男子) 5.0% (女子) 4.9%

項目	単位	男性	女性
AST (GOT)	IU/l	(9歳)16-36 (10歳)15-35 (11歳)15-34 (12歳)14-33 (13歳)14-32	(9歳)14-33 (10歳)13-32 (11歳)13-31 (12歳)12-30 (13歳)12-29
ALT (GPT)	IU/l	(9歳)3-22 (10歳)3-21 (11歳)3-21 (12歳)3-20 (13歳)3-20	(9歳)4-21 (10歳)3-20 (11歳)3-19 (12歳)3-18 (13歳)3-18
γ -GTP	IU/l	(9歳)6-20 (10歳)6-21 (11歳)7-22 (12歳)7-23 (13歳)7-24	(9歳)6-17 (10歳)6-18 (11歳)6-18 (12歳)6-18 (13歳)6-19

①肝機能異常（AST、ALT、 γ -GTPのうちいずれか一つでも基準値を超えたもの）

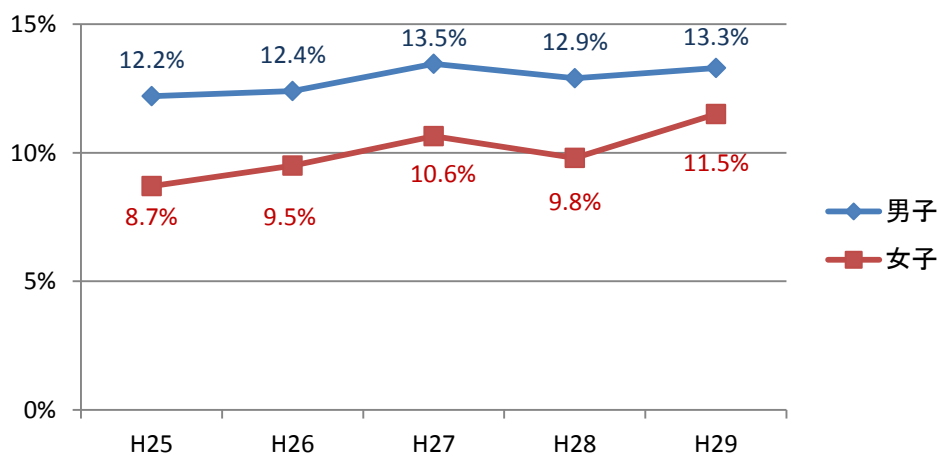


	肝機能異常あり		肝機能異常なし		合計	
男子	528	13.3%	3,438	86.7%	3,966	100.0%
女子	422	11.5%	3,259	88.5%	3,681	100.0%
合計	950	12.4%	6,697	87.6%	7,647	100.0%

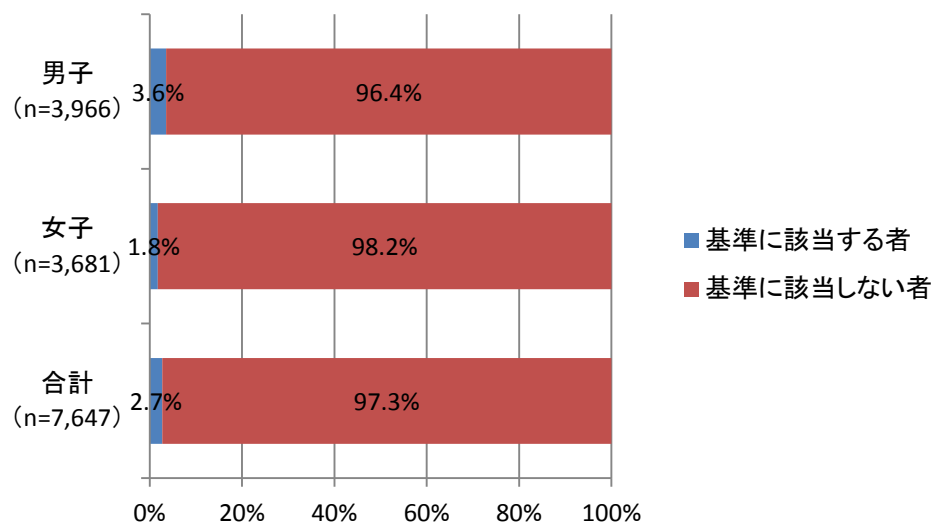
参考値（平成 28 年度）

	肝機能異常あり		肝機能異常なし		合計	
男子	493	12.9%	3,337	87.1%	3,830	100.0%
女子	368	9.8%	3,373	90.2%	3,741	100.0%
合計	861	11.4%	6,710	88.6%	7,571	100.0%

肝機能異常ありの割合の推移



② 脂肪肝（非アルコール性脂肪性肝疾患：ALT の異常かつ AST/ALT < 1、または、 γ -GTP の異常かつ AST/ALT < 1 の基準に該当するもの）

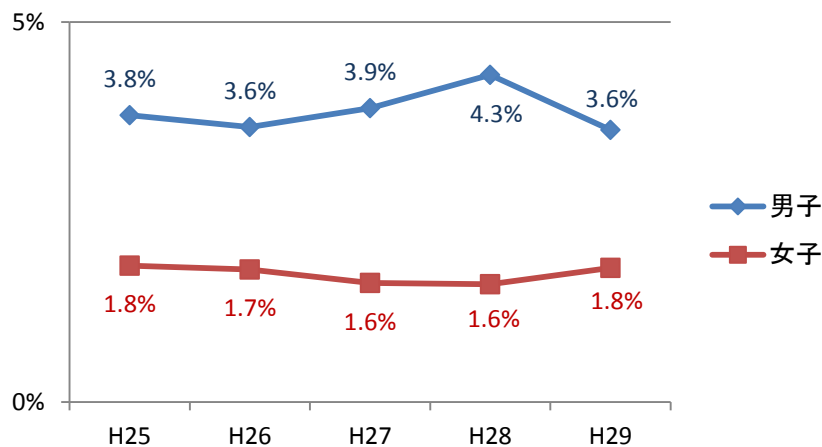


	基準に該当する者		基準に該当しない者		合計	
男子	142	3.6%	3,824	96.4%	3,966	100.0%
女子	65	1.8%	3,616	98.2%	3,681	100.0%
合計	207	2.7%	7,440	97.3%	7,647	100.0%

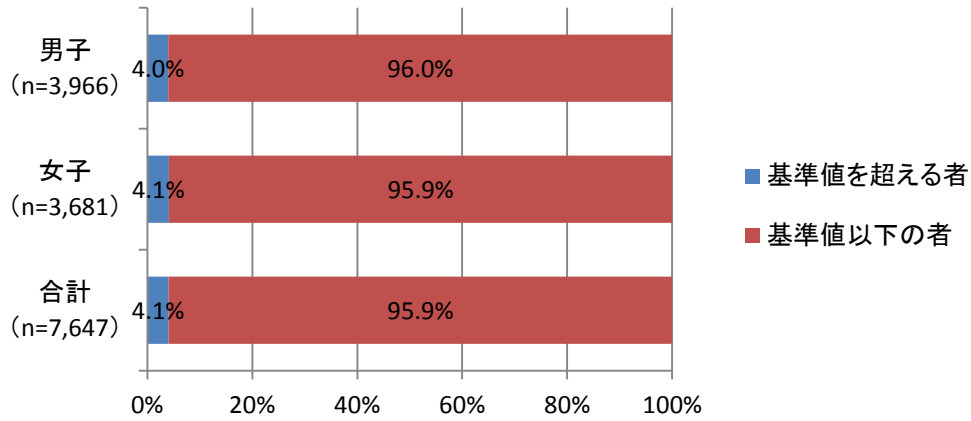
参考値（平成 28 年度）

	基準に該当する者		基準に該当しない者		合計	
男子	165	4.3%	3,665	87.1%	3,830	100.0%
女子	58	1.6%	3,683	90.2%	3,741	100.0%
合計	223	2.9%	7,348	88.6%	7,571	100.0%

脂肪肝（非アルコール性脂肪性肝疾患）のリスクのある者の割合の推移



③AST

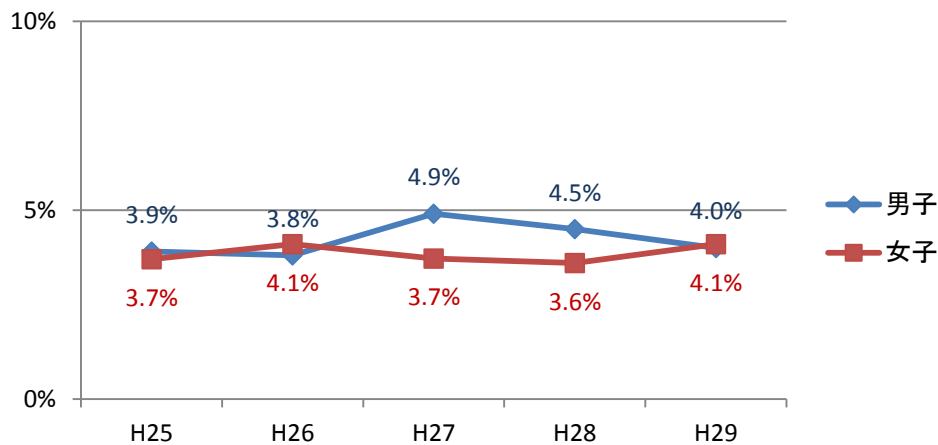


	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)
男子	159	4.0%	3,807	96.0%	3,966	100.0%
女子	152	4.1%	3,529	95.9%	3,681	100.0%
合計	311	4.1%	7,336	95.9%	7,647	100.0%

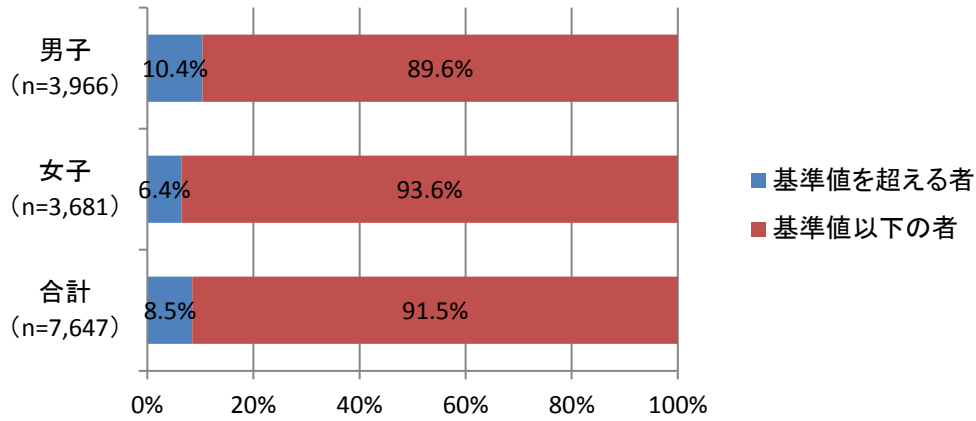
参考値 (平成 28 年度)

	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)
男子	171	4.5%	3,659	95.5%	3,830	100.0%
女子	134	3.6%	3,607	96.4%	3,741	100.0%
合計	305	4.0%	7,266	96.0%	7,571	100.0%

AST 基準値を超える者の割合の推移



④ALT

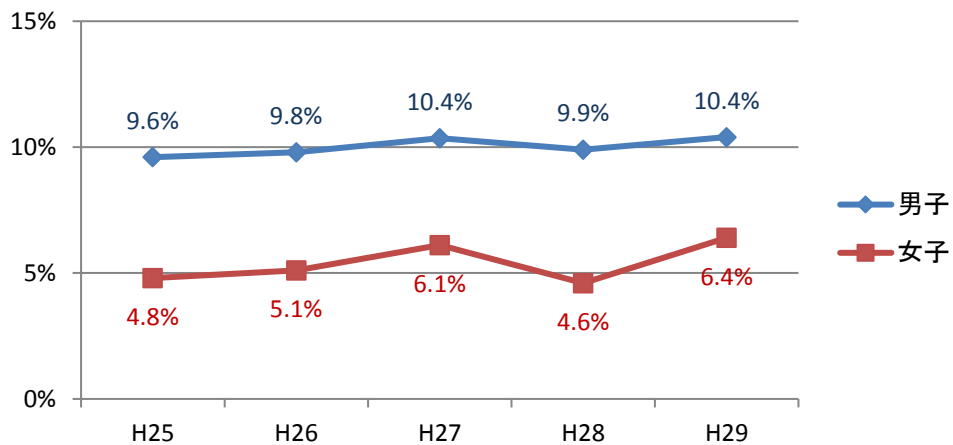


	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
男子	412	10.4%	3,554	89.6%	3,966	100.0%
女子	237	6.4%	3,444	93.6%	3,681	100.0%
合計	649	8.5%	6,998	91.5%	7,647	100.0%

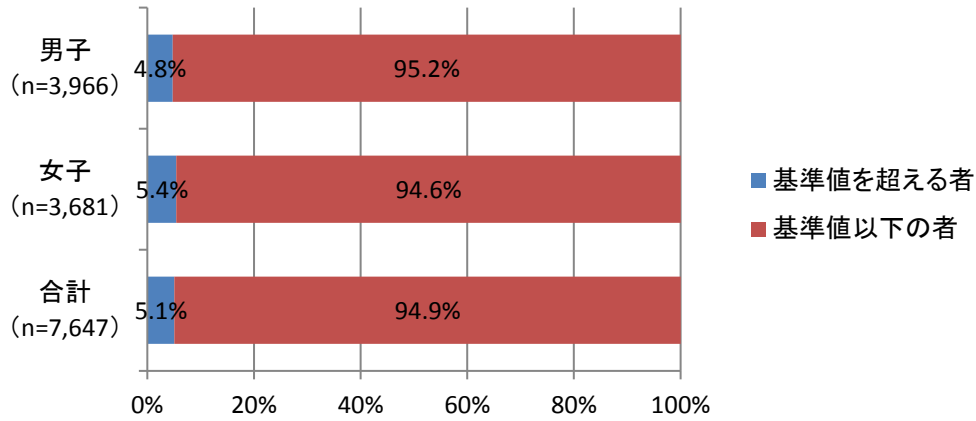
参考値 (平成 28 年度)

	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
男子	380	9.9%	3,450	90.1%	3,830	100.0%
女子	173	4.6%	3,568	95.4%	3,741	100.0%
合計	553	7.3%	7,018	92.7%	7,571	100.0%

ALT 基準値を超える者の割合の推移



⑤ γ -GTP

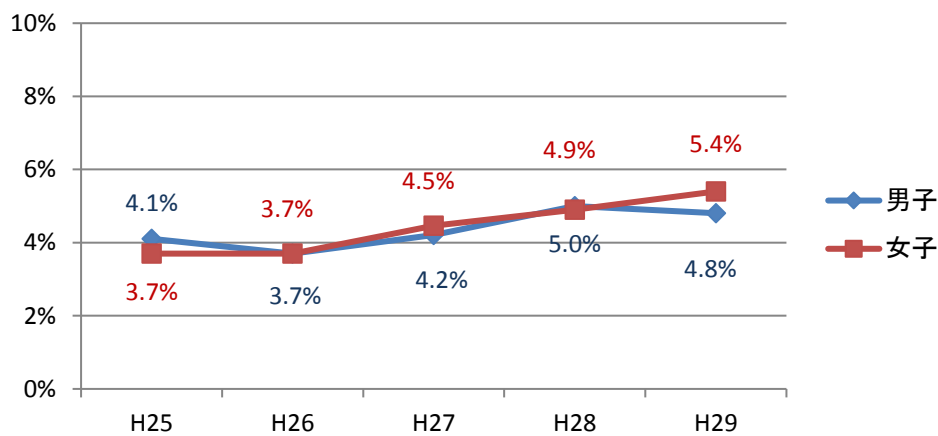


	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
男子	189	4.8%	3,777	95.2%	3,966	100.0%
女子	200	5.4%	3,481	94.6%	3,681	100.0%
合計	389	5.1%	7,258	94.9%	7,647	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	基準値を超える者		基準値以下の者		合計	
男子	192	5.0%	3,638	95.0%	3,830	100.0%
女子	185	4.9%	3,556	95.1%	3,741	100.0%
合計	377	5.0%	7,194	95.0%	7,571	100.0%

γ -GTP 基準値を超える者の割合の推移



3 生活習慣の状況

3-1 食事（規則性、食べる量、食べる速さ）

【食事（規則性、食べる量、食べる速さ）】

平成 28 年度に比べて、「食事を規則的にとっている」と答えた割合は、男子 0.5 ポイント減少、女子 0.8 ポイント増加。

「腹八分目に食べる」と答えた割合は、男子 0.6 ポイント減少、女子 0.5 ポイント増加。

「ゆっくりよくかんで食べる」と答えた割合は、男子 0.8 ポイント減少、女子 1.8 ポイント減少。

・「食事を規則的にとっている」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 85.9% (女子) 87.5%

平成 28 年度 (男子) 86.4% (女子) 86.7%

・「腹八分目に食べる」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 29.4% (女子) 36.9%

平成 28 年度 (男子) 30.0% (女子) 36.4%

・「毎日腹一杯食べる」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 18.9% (女子) 13.0%

平成 28 年度 (男子) 17.6% (女子) 13.8%

・「ゆっくりよくかんで食べる」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 13.5% (女子) 24.0%

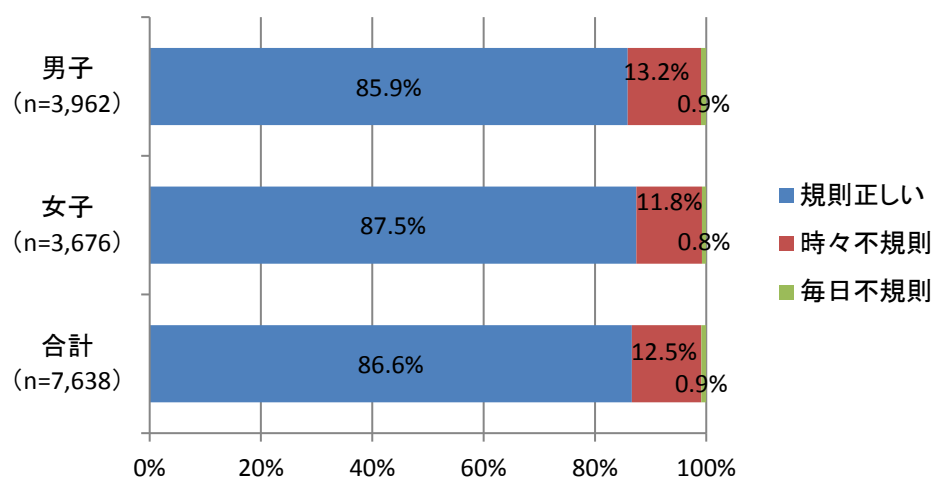
平成 28 年度 (男子) 14.3% (女子) 25.8%

・「早く食べる」と答えた割合（いわゆる早食い）

平成 29 年度 (男子) 13.7% (女子) 4.4%

平成 28 年度 (男子) 13.0% (女子) 4.4%

① 食事の規則性

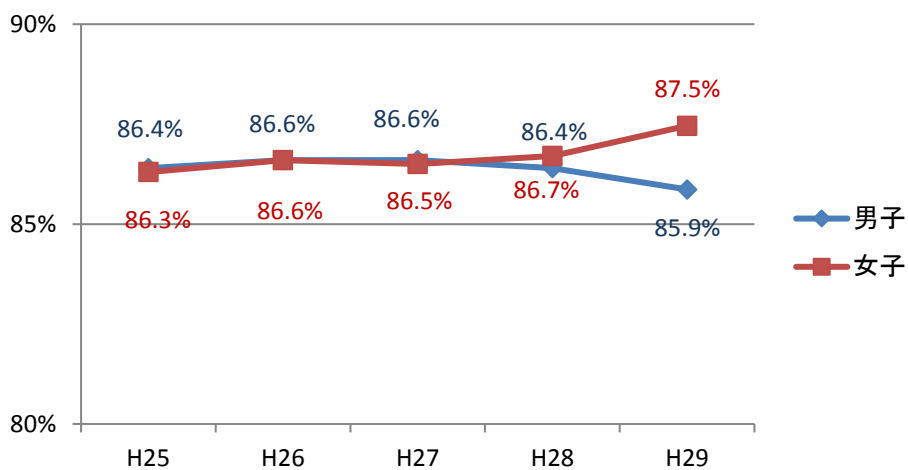


	規則正しい		時々不規則		毎日不規則		合計	
男子	3,402	85.9%	523	13.2%	37	0.9%	3,962	100.0%
女子	3,215	87.5%	432	11.8%	29	0.8%	3,676	100.0%
合計	6,617	86.6%	955	12.5%	66	0.9%	7,638	100.0%

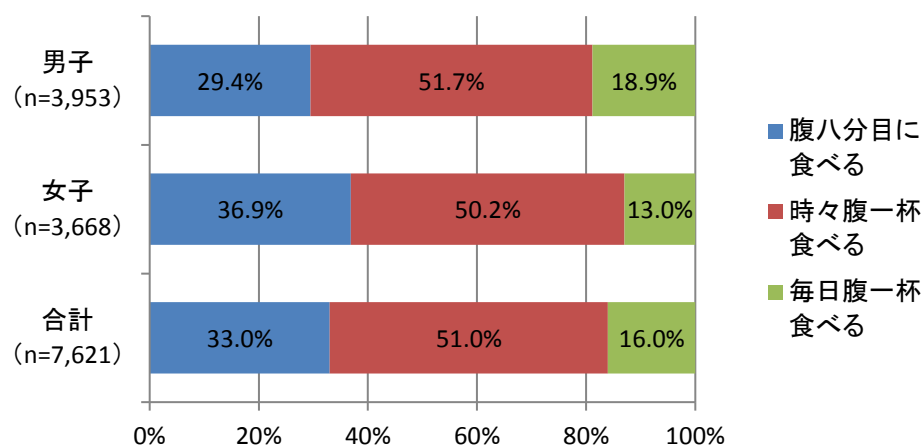
参考値（平成 28 年度）

	規則正しい		時々不規則		毎日不規則		合計	
男子	3,304	86.4%	486	12.7%	32	0.8%	3,822	100.0%
女子	3,237	86.7%	474	12.7%	23	0.6%	3,734	100.0%
合計	6,541	86.6%	960	12.7%	55	0.7%	7,556	100.0%

規則正しい割合の推移



② 食事量

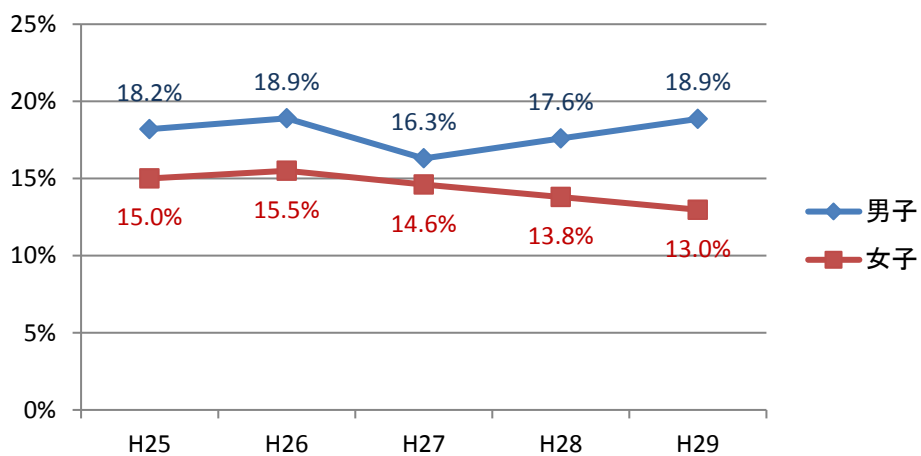


	腹八分目に食べる		時々腹一杯食べる		毎日腹一杯食べる		合計	
男子	1,164	29.4%	2,043	51.7%	746	18.9%	3,953	100.0%
女子	1,352	36.9%	1,840	50.2%	476	13.0%	3,668	100.0%
合計	2,516	33.0%	3,883	51.0%	1,222	16.0%	7,621	100.0%

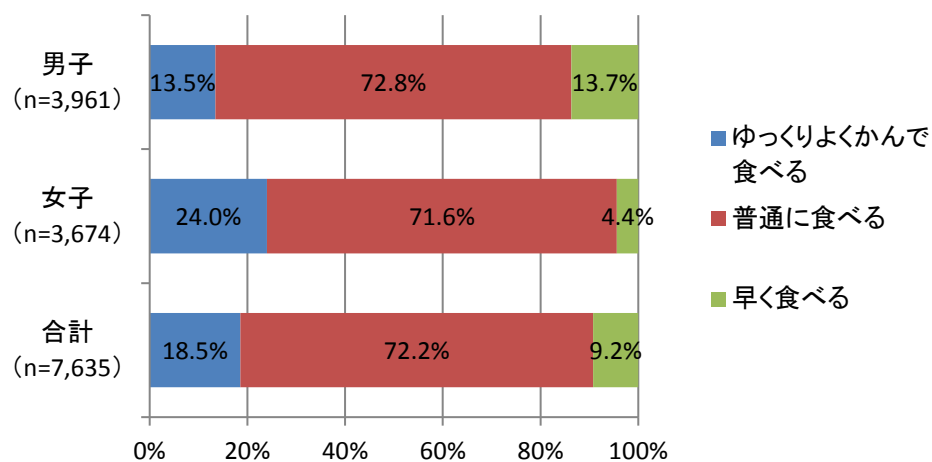
参考値 (平成 28 年度)

	腹八分目に食べる		時々腹一杯食べる		毎日腹一杯食べる		合計	
男子	1,145	30.0%	2,002	52.4%	671	17.6%	3,818	100.0%
女子	1,357	36.4%	1,854	49.8%	515	13.8%	3,726	100.0%
合計	2,502	33.2%	3,856	51.1%	1,186	15.7%	7,544	100.0%

毎日腹一杯食べる割合の推移



③ 食事の速さ

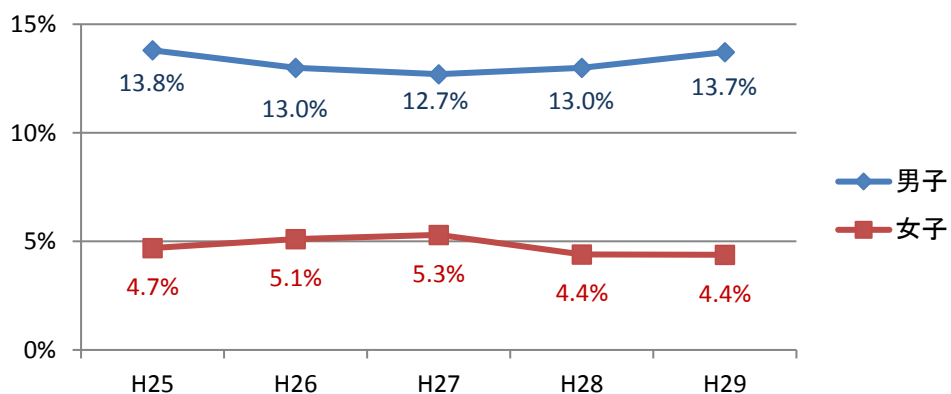


	ゆっくりよくかんで食べる		普通に食べる		早く食べる		合計	
男子	533	13.5%	2,885	72.8%	543	13.7%	3,961	100.0%
女子	882	24.0%	2,631	71.6%	161	4.4%	3,674	100.0%
合計	1,415	18.5%	5,516	72.2%	704	9.2%	7,635	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	ゆっくりよくかんで食べる		普通に食べる		早く食べる		合計	
男子	546	14.3%	2,781	72.7%	496	13.0%	3,823	100.0%
女子	962	25.8%	2,604	69.8%	166	4.4%	3,732	100.0%
合計	1,508	20.0%	5,385	71.3%	662	8.8%	7,555	100.0%

早く食べる割合の推移



3-2 食事（朝食、昼食、夜食）

【食事（朝食、昼食、夜食）】

平成 28 年度に比べて、「朝食を毎日食べている」と答えた割合は、男子 0.3 ポイント増加、女子 0.3 ポイント減少。

「昼食（給食を除く）に主食と副食のついた食事をとっている」と答えた割合は、男子 1.7 ポイント減少、女子 0.9 ポイント減少。

「夜食を食べている」と答えた割合は、男子 1.6 ポイント増加、女子 0.5 ポイント増加。

・朝食を毎日食べている割合

平成 29 年度	（男子） 89.0%	（女子） 89.5%
平成 28 年度	（男子） 88.7%	（女子） 89.8%

・朝食をほとんど食べない割合

平成 29 年度	（男子） 1.5%	（女子） 1.0%
平成 28 年度	（男子） 1.2%	（女子） 0.8%

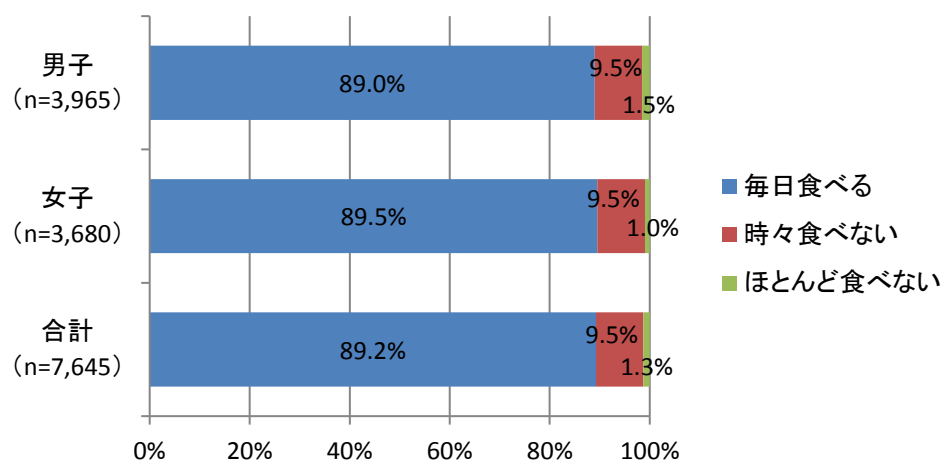
・昼食に主食と副食のついた食事をとっている割合

平成 29 年度	（男子） 43.0%	（女子） 43.3%
平成 28 年度	（男子） 44.7%	（女子） 44.2%

・夜食を食べている割合（時々食べる、ほとんど毎日食べる）

平成 29 年度	（男子） 25.9%	（女子） 24.0%
平成 28 年度	（男子） 24.3%	（女子） 23.5%

① 朝食の摂取

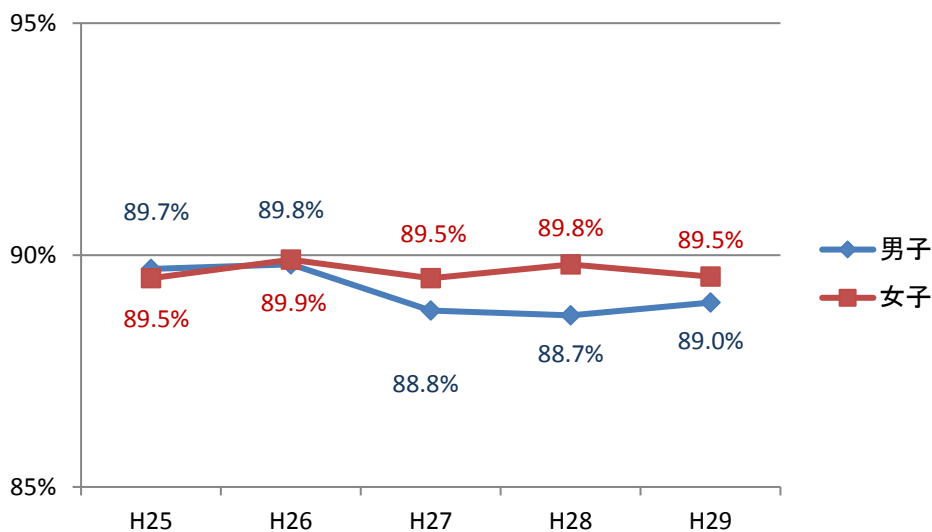


	毎日食べる		時々食べない		ほとんど食べない		合計	
男子	3,528	89.0%	376	9.5%	61	1.5%	3,965	100.0%
女子	3,295	89.5%	349	9.5%	36	1.0%	3,680	100.0%
合計	6,823	89.2%	725	9.5%	97	1.3%	7,645	100.0%

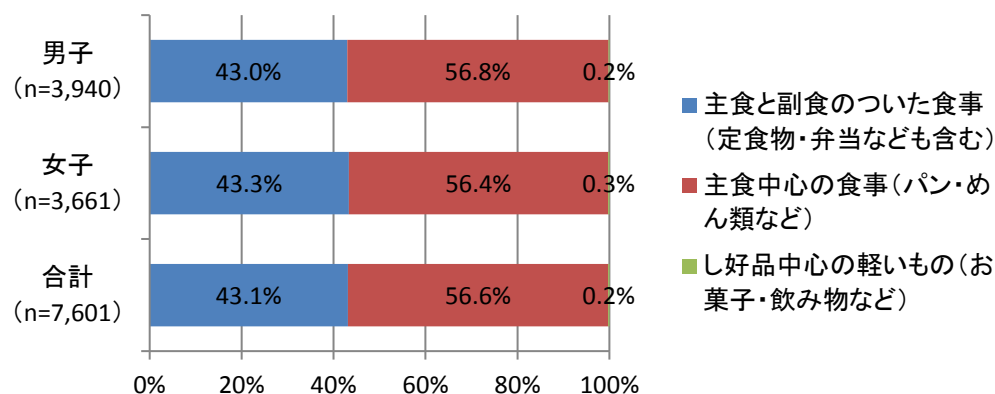
参考値 (平成 28 年度)

	毎日食べる		時々食べない		ほとんど食べない		合計	
男子	3,395	88.7%	389	10.2%	45	1.2%	3,829	100.0%
女子	3,357	89.8%	351	9.4%	30	0.8%	3,738	100.0%
合計	6,752	89.2%	740	9.8%	75	1.0%	7,567	100.0%

朝食を毎日食べる割合の推移



② 昼食の内容

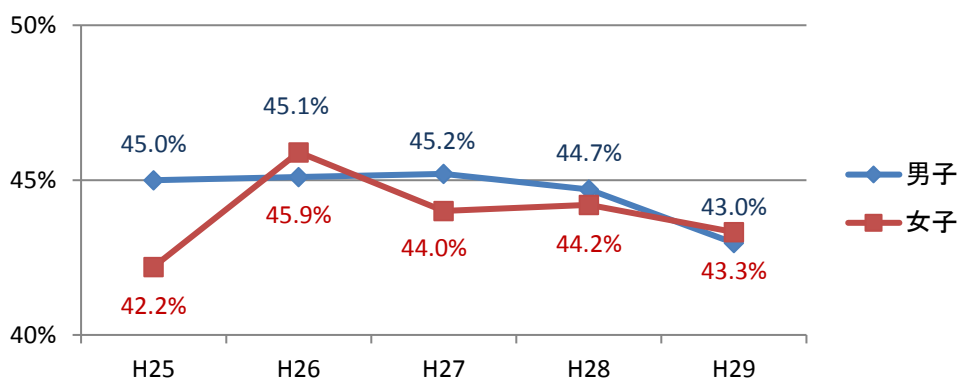


	主食と副食のついた食事 (定食物・弁当なども含む)		主食中心の食事(パン・めん類など)		し好品中心の軽いもの(お菓子・飲み物など)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	1,693	43.0%	2,239	56.8%	8	0.2%	3,940	100.0%
女子	1,586	43.3%	2,064	56.4%	11	0.3%	3,661	100.0%
合計	3,279	43.1%	4,303	56.6%	19	0.2%	7,601	100.0%

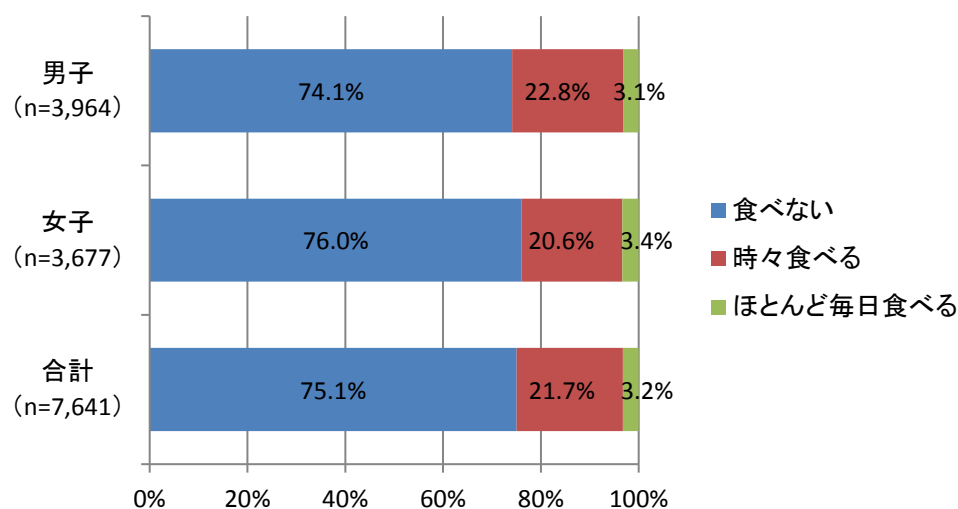
参考値 (平成 28 年度)

	主食と副食のついた食事 (定食物・弁当なども含む)		主食中心の食事(パン・めん類など)		し好品中心の軽いもの(お菓子・飲み物など)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	1,701	44.7%	2,098	55.1%	9	0.2%	3,808	100.0%
女子	1,641	44.2%	2,060	55.5%	12	0.3%	3,713	100.0%
合計	3,342	44.4%	4,158	55.3%	21	0.3%	7,521	100.0%

昼食に主食と副食のついた食事 (定食物・弁当なども含む) 割合の推移



③ 夜食の摂取

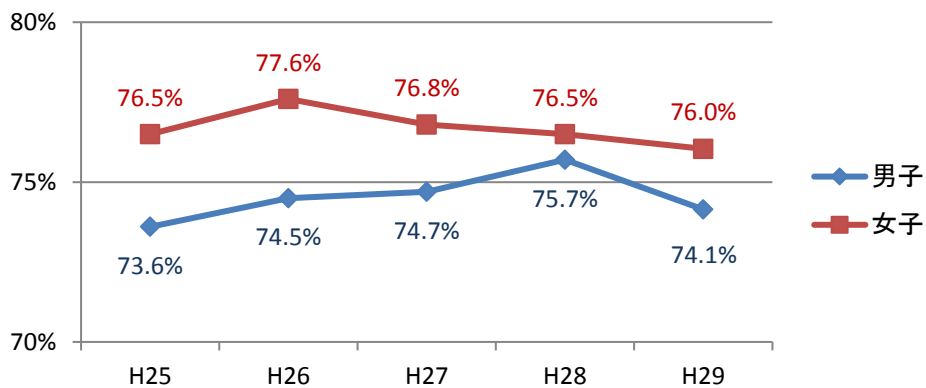


	食えない		時々食べる		ほとんど毎日食べる		合計	
男子	2,939	74.1%	902	22.8%	123	3.1%	3,964	100.0%
女子	2,796	76.0%	757	20.6%	124	3.4%	3,677	100.0%
合計	5,735	75.1%	1,659	21.7%	247	3.2%	7,641	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	食えない		時々食べる		ほとんど毎日食べる		合計	
男子	2,897	75.7%	820	21.4%	109	2.8%	3,826	100.0%
女子	2,856	76.5%	743	19.9%	136	3.6%	3,735	100.0%
合計	5,753	76.1%	1,563	20.7%	245	3.2%	7,561	100.0%

夜食を食べない割合の推移



3-3 食事（好き嫌い、魚と肉、既製品、健康上の注意）

【食事（好き嫌い、魚と肉、既製品、健康上の注意）】

平成 28 年度に比べて、「好き嫌いはない」と答えた割合は、男子 1.5 ポイント減少、女子 0.8 ポイント増加。

「肉より魚を食べる」と答えた割合は、男子 0.2 ポイント減少、女子 0.5 ポイント減少。

「健康上食事に特に注意している」と答えた割合は、男子 0.5 ポイント減少、女子 0.5 ポイント減少。

・「好き嫌いはない」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 24.8% (女子) 22.4%

平成 28 年度 (男子) 26.3% (女子) 21.6%

・「嫌いなものが多い」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 11.9% (女子) 10.8%

平成 28 年度 (男子) 11.3% (女子) 10.4%

・「肉より魚を食べる」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 5.8% (女子) 7.8%

平成 28 年度 (男子) 6.0% (女子) 8.3%

・「魚より肉を食べる」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 54.8% (女子) 48.5%

平成 28 年度 (男子) 52.6% (女子) 45.7%

・「既製品」（コロッケ・サラダ・和え物等）を週三回以上使用していると答えた割合

平成 29 年度 (男子) 8.3% (女子) 8.1%

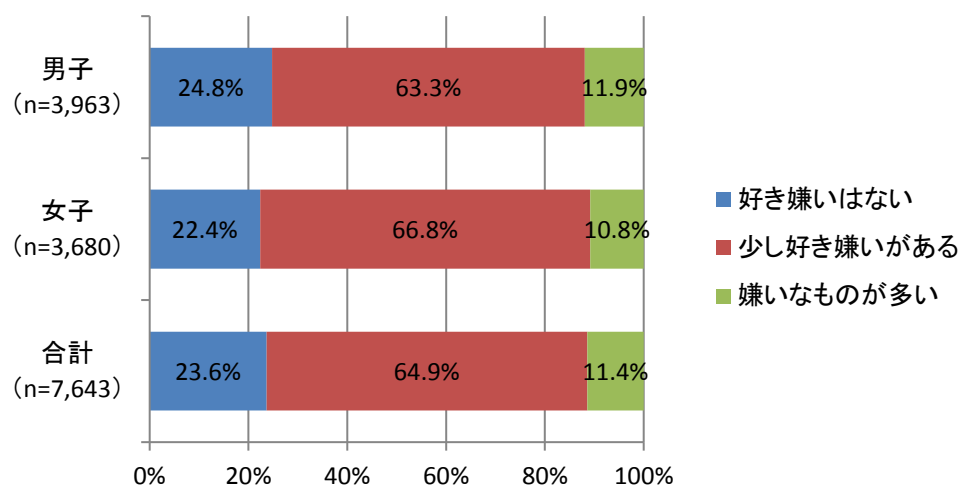
平成 28 年度 (男子) 7.5% (女子) 6.7%

・「健康上食事に特に注意している」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 20.5% (女子) 20.2%

平成 28 年度 (男子) 21.0% (女子) 20.7%

①食事の好き嫌い

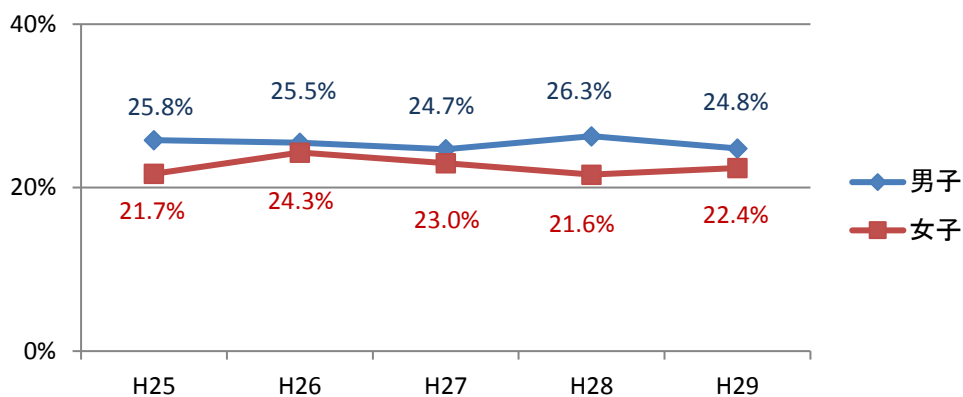


	好き嫌いはない		少し好き嫌いがある		嫌いなものが多い		合計	
男子	983	24.8%	2,507	63.3%	473	11.9%	3,963	100.0%
女子	824	22.4%	2,457	66.8%	399	10.8%	3,680	100.0%
合計	1,807	23.6%	4,964	64.9%	872	11.4%	7,643	100.0%

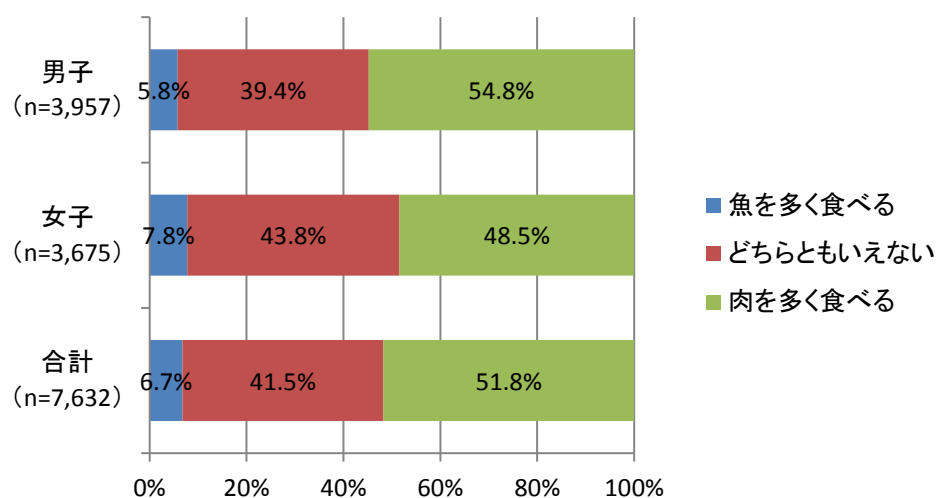
参考値 (平成 28 年度)

	好き嫌いはない		少し好き嫌いがある		嫌いなものが多い		合計	
男子	1,005	26.3%	2,386	62.4%	434	11.3%	3,825	100.0%
女子	808	21.6%	2,544	68.0%	387	10.4%	3,739	100.0%
合計	1,813	24.0%	4,930	65.2%	821	10.9%	7,564	100.0%

好き嫌いはない割合の推移



②魚と肉の割合

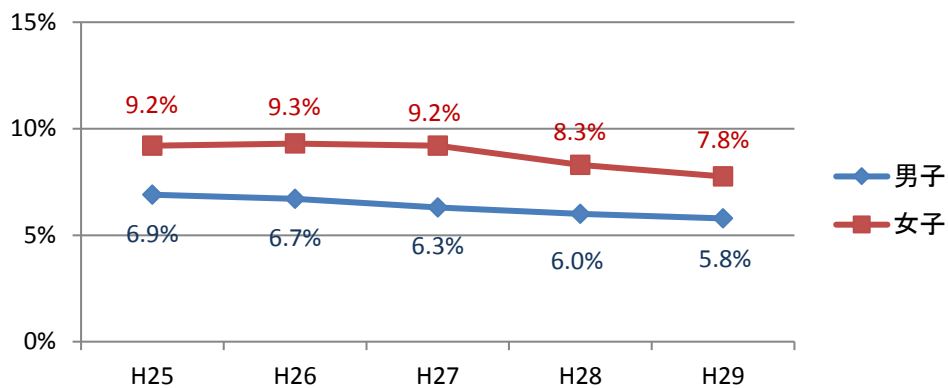


	魚を多く食べる		どちらともいえない		肉を多く食べる		合計	
男子	229	5.8%	1,559	39.4%	2,169	54.8%	3,957	100.0%
女子	285	7.8%	1,609	43.8%	1,781	48.5%	3,675	100.0%
合計	514	6.7%	3,168	41.5%	3,950	51.8%	7,632	100.0%

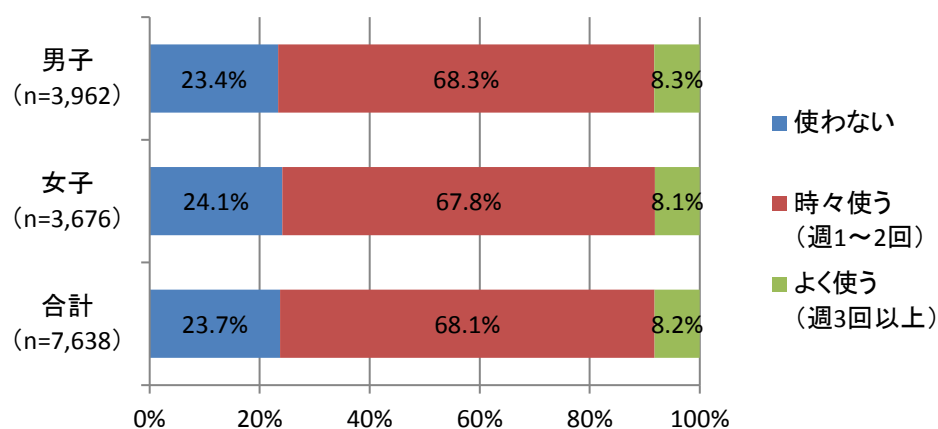
参考値（平成 28 年度）

	魚を多く食べる		どちらともいえない		肉を多く食べる		合計	
男子	228	6.0%	1,587	41.5%	2,012	52.6%	3,827	100.0%
女子	312	8.3%	1,717	45.9%	1,709	45.7%	3,738	100.0%
合計	540	7.1%	3,304	43.7%	3,721	49.2%	7,565	100.0%

魚を多く食べる割合の推移



③「既製品」(コロッケ・サラダ・和え物等)の使用

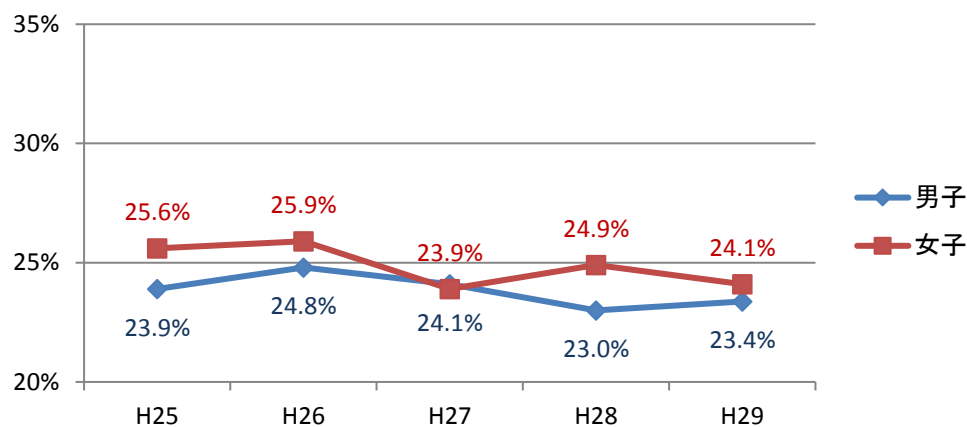


	使わない		時々使う (週 1~2 回)		よく使う (週 3 回以上)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	926	23.4%	2,708	68.3%	328	8.3%	3,962	100.0%
女子	886	24.1%	2,491	67.8%	299	8.1%	3,676	100.0%
合計	1,812	23.7%	5,199	68.1%	627	8.2%	7,638	100.0%

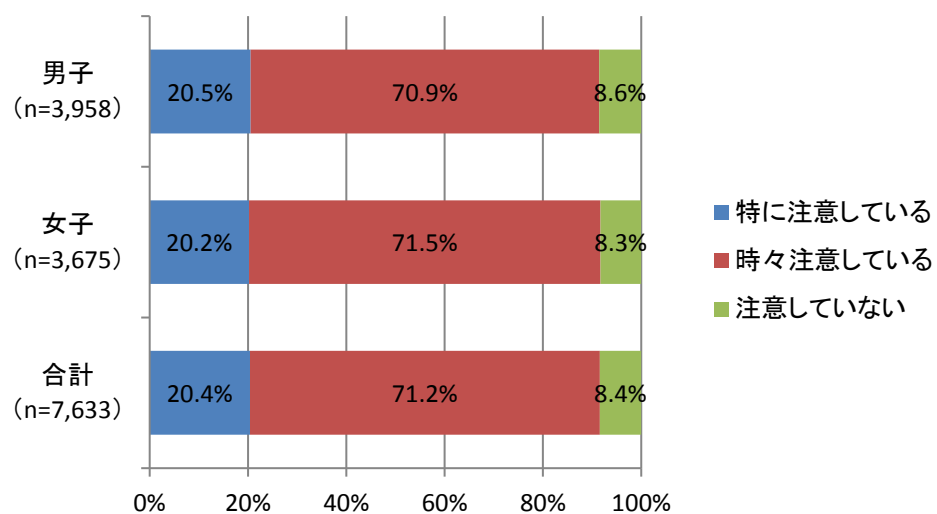
参考値 (平成 28 年度)

	使わない		時々使う (週 1~2 回)		よく使う (週 3 回以上)		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合	人数	割合
男子	881	23.0%	2,658	69.4%	289	7.5%	3,828	100.0%
女子	929	24.9%	2,558	68.5%	250	6.7%	3,737	100.0%
合計	1,810	23.9%	5,216	68.9%	539	7.1%	7,565	100.0%

「既製品」(コロッケ・サラダ・和え物等)使わない割合の推移



④健康上食事に注意しているか

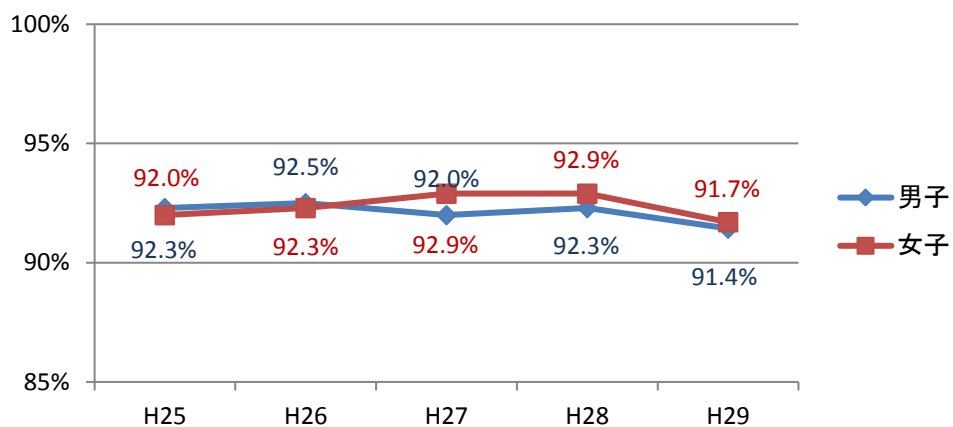


	特に注意している		時々注意している		注意していない		合計	
男子	813	20.5%	2,806	70.9%	339	8.6%	3,958	100.0%
女子	743	20.2%	2,627	71.5%	305	8.3%	3,675	100.0%
合計	1,556	20.4%	5,433	71.2%	644	8.4%	7,633	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	特に注意している		時々注意している		注意していない		合計	
男子	803	21.0%	2,724	71.3%	294	7.7%	3,821	100.0%
女子	770	20.7%	2,692	72.2%	266	7.1%	3,728	100.0%
合計	1,573	20.8%	5,416	71.7%	560	7.4%	7,549	100.0%

食事に注意している (特に注意している、時々注意している) 割合の推移



3-4 運動

【運動】

平成 28 年度に比べて、「自動車で送り迎えしている」と答えた割合は、0.2 ポイント増加。

「休日や放課後に、屋外で体を動かす遊びをしている」と答えた割合（高松市を除く）は、男子 0.5 ポイント減少、女子 1.9 ポイント増加。

スポーツ少年団などの「特別な運動をしている」と答えた割合は、男子 0.7 ポイント減少、女子で 0.7 ポイント減少。

・通学時に自動車で送り迎えしている割合

平成 29 年度 7.8%

平成 28 年度 7.6%

・徒歩による往復の通学時間（自動車による送り迎えを除く）

平成 29 年度（10～20 分） 29.6% （20～30 分） 21.4%

平成 28 年度（10～20 分） 30.3% （20～30 分） 20.7%

・「休日や放課後に、体を動かす外遊び」と答えた割合（高松市を除く）

平成 29 年度（男子） 49.6% （女子） 38.3%

平成 28 年度（男子） 50.1% （女子） 36.4%

・「休日や放課後は、時々外で遊ぶ、ほとんど外で遊ぶ」と答えた割合（高松市）

平成 29 年度（男子） 86.1% （女子） 85.6%

平成 28 年度（男子） 87.6% （女子） 85.9%

・特別な運動をしている割合

平成 29 年度（男子） 72.9% （女子） 55.6%

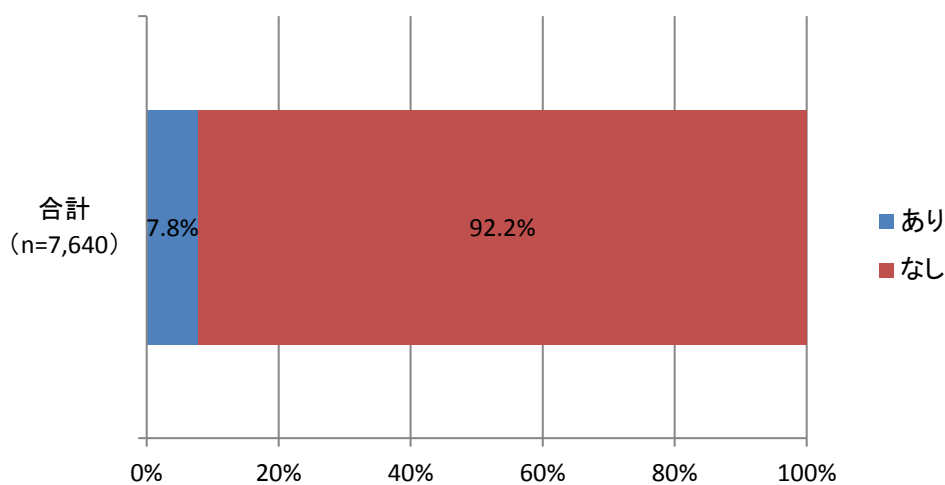
平成 28 年度（男子） 73.6% （女子） 56.3%

・特別な運動の種目（複数回答）

男子 水泳（28.9%）、サッカー（18.0%）、野球（11.4%）、空手（5.2%）、
テニス（4.7%）

女子 水泳（22.2%）、ダンス（6.7%）、バレーボール（4.8%）、
バスケットボール（4.5%）、バドミントン（4.4%）

① 通学時の自動車による送り迎え

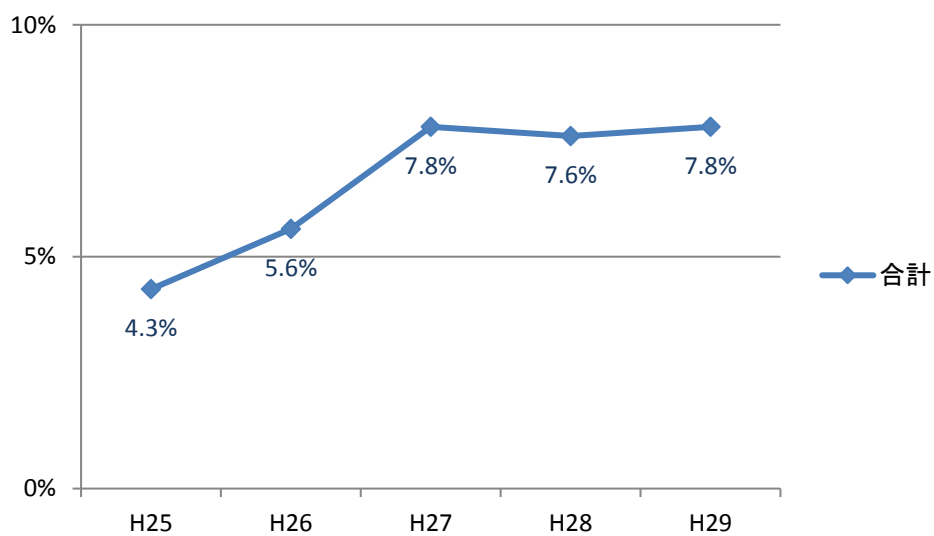


	あり		なし		合計	
合計	595	7.8%	7,045	92.2%	7,640	100.0%

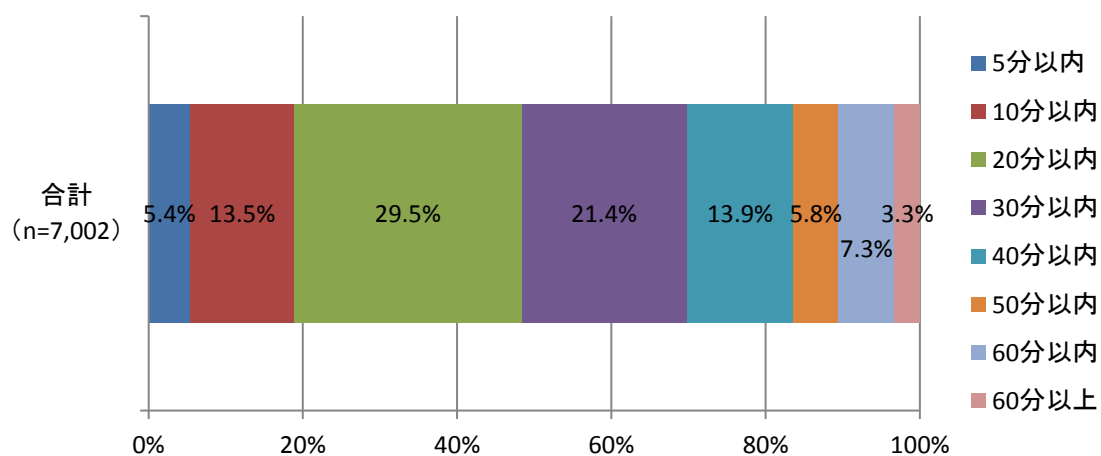
参考値 (平成 28 年度)

	あり		なし		合計	
合計	573	7.6%	6,983	92.4%	7,556	100.0%

送り迎えありの割合の推移



② 徒歩による往復の通学時間（自動車による送り迎えを除く）



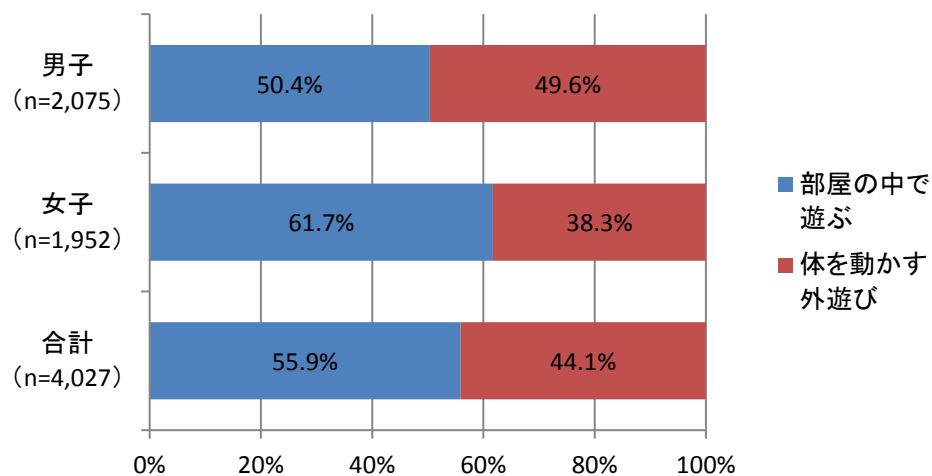
	合計	
5分以内	386	5.4%
10分以内	961	13.5%
20分以内	2,103	29.5%
30分以内	1,521	21.4%
40分以内	987	13.9%
50分以内	415	5.8%
60分以内	518	7.3%
60分以上	232	3.3%
合計	7,123	100.0%

参考値（平成28年度）

	合計	
5分以内	339	4.8%
10分以内	931	13.2%
20分以内	2,127	30.2%
30分以内	1,457	20.7%
40分以内	997	14.2%
50分以内	451	6.4%
60分以内	486	6.9%
60分以上	245	3.5%
合計	7,033	100.0%

③休日や放課後の過ごし方

高松市を除く

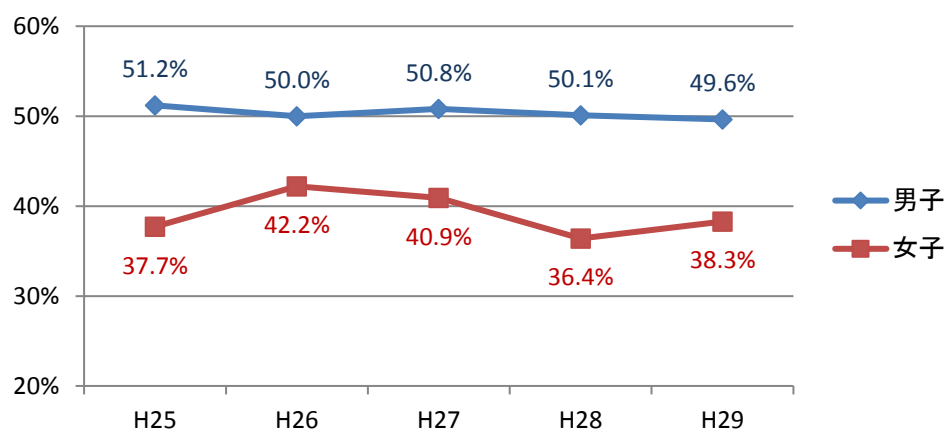


	部屋の中で遊ぶ		体を動かす外遊び		合計	
男子	1,045	50.4%	1,030	49.6%	2,075	100.0%
女子	1,205	61.7%	747	38.3%	1,952	100.0%
合計	2,250	55.9%	1,777	44.1%	4,027	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

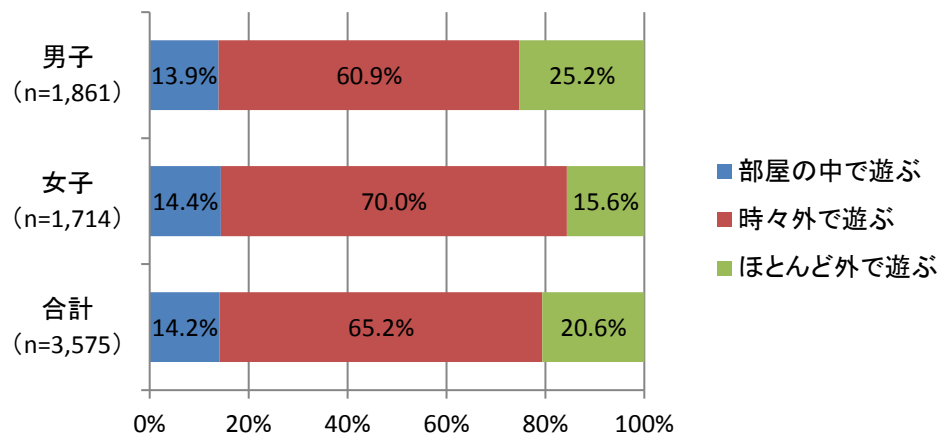
	部屋の中で遊ぶ		体を動かす外遊び		合計	
男子	1,021	49.9%	1,027	50.1%	2,048	100.0%
女子	1,261	63.6%	721	36.4%	1,982	100.0%
合計	2,282	56.6%	1,748	43.4%	4,030	100.0%

体を動かす外遊びの割合の推移



④休日や放課後の過ごし方

高松市

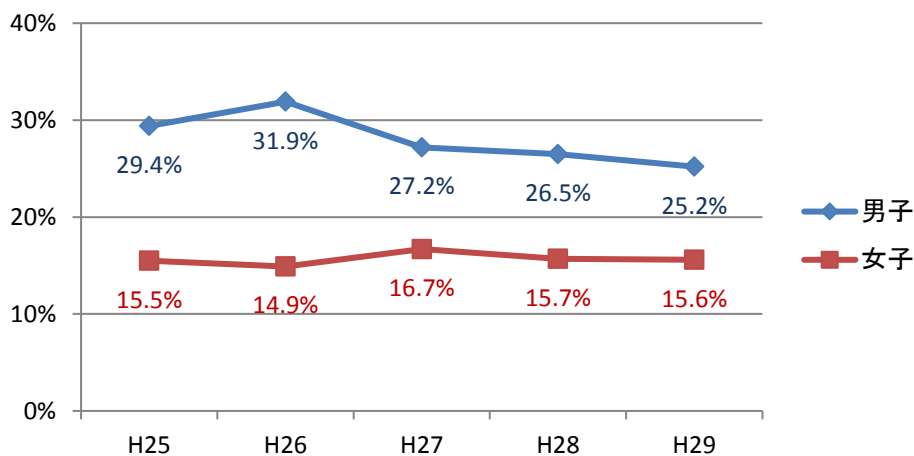


	部屋の中で遊ぶ		時々外で遊ぶ		ほとんど外で遊ぶ		合計	
男子	259	13.9%	1,133	60.9%	469	25.2%	1,861	100.0%
女子	247	14.4%	1,199	70.0%	268	15.6%	1,714	100.0%
合計	506	14.2%	2,332	65.2%	737	20.6%	3,575	100.0%

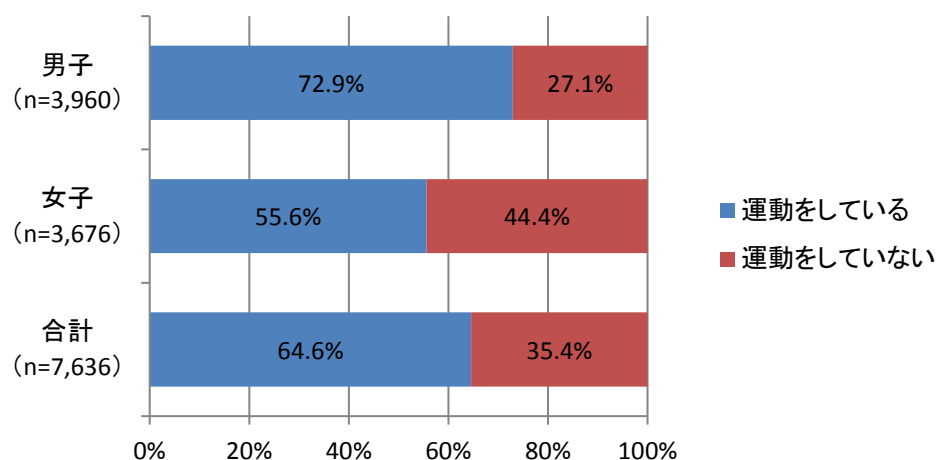
参考値 (平成 28 年度)

	部屋の中で遊ぶ		時々外で遊ぶ		ほとんど外で遊ぶ		合計	
男子	219	12.4%	1,084	61.2%	469	26.5%	1,772	100.0%
女子	246	14.1%	1,226	70.2%	275	15.7%	1,747	100.0%
合計	465	13.2%	2,310	65.6%	744	21.1%	3,519	100.0%

ほとんど外で遊ぶ割合の推移



⑤特別な運動

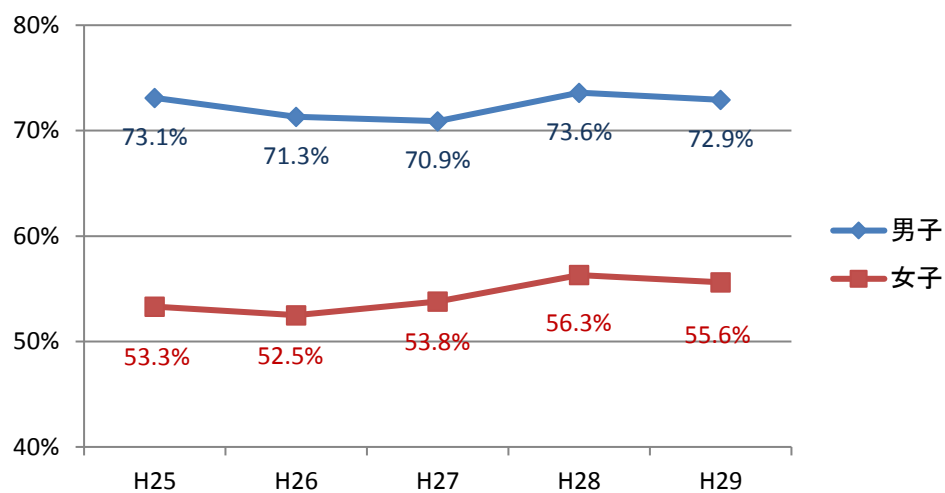


	運動をしている		運動をしていない		合計	
	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)
男子	2,888	72.9%	1,072	27.1%	3,960	100.0%
女子	2,045	55.6%	1,631	44.4%	3,676	100.0%
合計	4,933	64.6%	2,703	35.4%	7,636	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	運動をしている		運動をしていない		合計	
	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)	人数	割合 (%)
男子	2,815	73.6%	1,009	26.4%	3,824	100.0%
女子	2,103	56.3%	1,635	43.7%	3,738	100.0%
合計	4,918	65.0%	2,644	35.0%	7,562	100.0%

運動をしている割合の推移



特別な運動の種目（複数回答）

男子

種目	人数	特別な運動をしていると回答した人 (n=2,888)に対する割合	全員(n=3,960)に対する割合
水泳	1,144	39.6%	28.9%
サッカー	711	24.6%	18.0%
野球	452	15.7%	11.4%
空手	205	7.1%	5.2%
テニス	186	6.4%	4.7%
バスケットボール	149	5.2%	3.8%
剣道	117	4.1%	3.0%
ソフトボール	107	3.7%	2.7%
バドミントン	101	3.5%	2.6%
陸上競技	80	2.8%	2.0%
ドッジボール	64	2.2%	1.6%
バレーボール	64	2.2%	1.6%
体操	59	2.0%	1.5%
柔道	52	1.8%	1.3%
少林寺拳法	49	1.7%	1.2%
ダンス	41	1.4%	1.0%
卓球	35	1.2%	0.9%
ハンドボール	25	0.9%	0.6%
フットサル	22	0.8%	0.6%
体操教室	15	0.5%	0.4%
ラグビー	12	0.4%	0.3%
器械体操	12	0.4%	0.3%
トランポリン	11	0.4%	0.3%
レスリング	10	0.3%	0.3%
合気道	9	0.3%	0.2%

女子

種目	人数	特別な運動をしていると回答した人 (n=2,045)に対する割合	全員(n=3,676)に対する割合
水泳	817	40.0%	22.2%
ダンス	245	12.0%	6.7%
バレーボール	175	8.6%	4.8%
バスケットボール	164	8.0%	4.5%
バドミントン	161	7.9%	4.4%
テニス	142	6.9%	3.9%
バレエ	104	5.1%	2.8%
陸上競技	93	4.5%	2.5%
空手	74	3.6%	2.0%
新体操	67	3.3%	1.8%
サッカー	61	3.0%	1.7%
体操	60	2.9%	1.6%
剣道	46	2.2%	1.3%
柔道	32	1.6%	0.9%
ソフトボール	25	1.2%	0.7%
野球	24	1.2%	0.7%
ドッジボール	22	1.1%	0.6%
ハンドボール	20	1.0%	0.5%
チアダンス	19	0.9%	0.5%
卓球	19	0.9%	0.5%
少林寺拳法	15	0.7%	0.4%
体操教室	12	0.6%	0.3%
バトントワリング	12	0.6%	0.3%
走る	11	0.5%	0.3%
器械体操	10	0.5%	0.3%

3-5 ゲーム

【ゲーム】

平成 28 年度に比べて「ゲームをする」と答えた割合は、男子 0.4 ポイント増加、女子 0.4 ポイント減少。また「1 日のゲーム時間が 2 時間以上」と答えたの割合は、男子 1.4 ポイント増加、女子 1.7 ポイント増加。

・ ゲームをする割合

平成 29 年度 (男子) 90.6% (女子) 75.9%

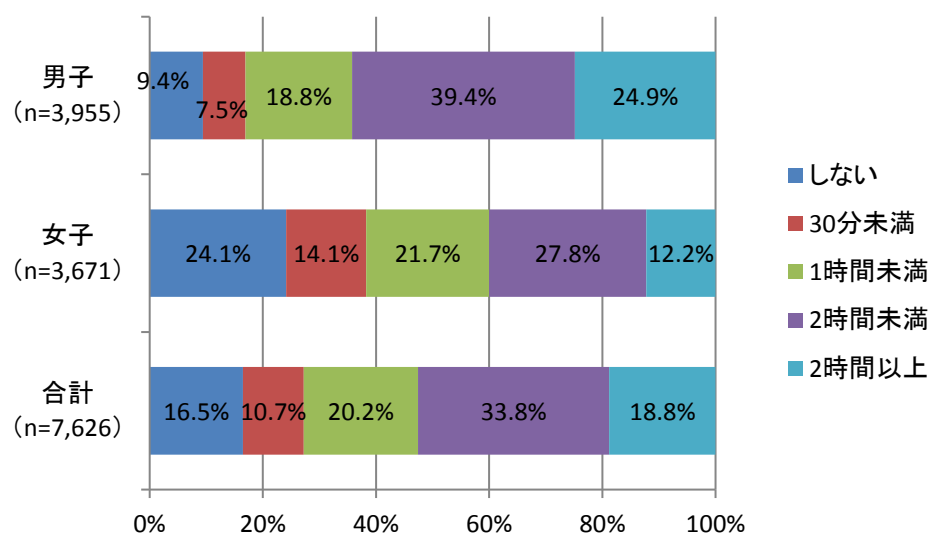
平成 28 年度 (男子) 90.2% (女子) 76.3%

・ 1 日のゲーム時間が 2 時間以上の割合

平成 29 年度 (男子) 24.9% (女子) 12.2%

平成 28 年度 (男子) 23.5% (女子) 10.5%

1日のゲーム時間

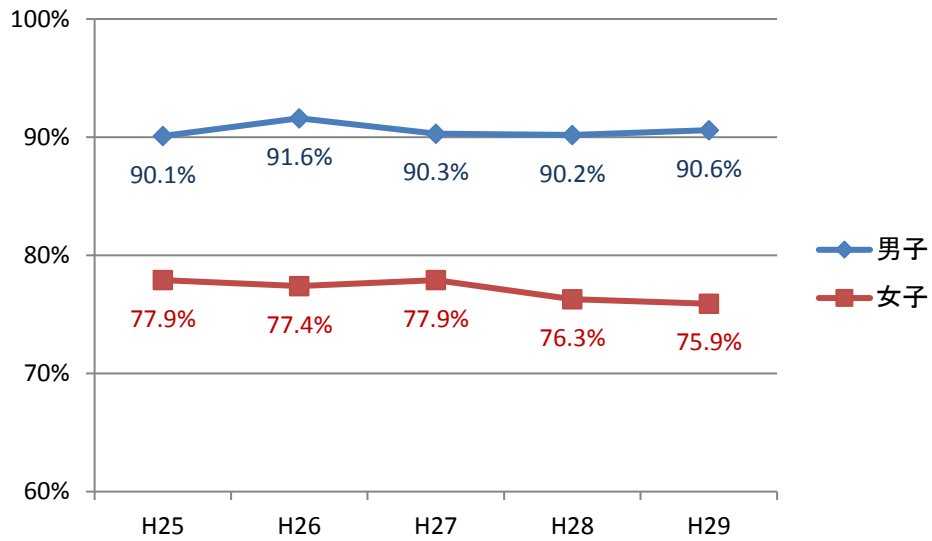


	男子		女子		合計	
しない	372	9.4%	886	24.1%	1,258	16.5%
30分未満	298	7.5%	519	14.1%	817	10.7%
1時間未満	744	18.8%	796	21.7%	1,540	20.2%
2時間未満	1,558	39.4%	1,021	27.8%	2,579	33.8%
2時間以上	983	24.9%	449	12.2%	1,432	18.8%
合計	3,955	100.0%	3,671	100.0%	7,626	100.0%

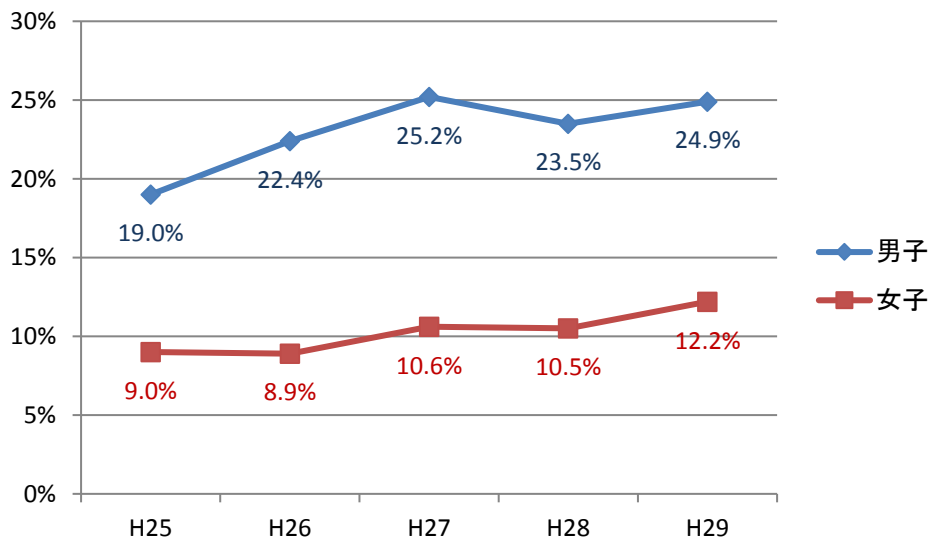
参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
しない	373	9.8%	883	23.7%	1,256	16.7%
30分未満	316	8.3%	601	16.2%	917	12.2%
1時間未満	735	19.2%	854	23.0%	1,589	21.1%
2時間未満	1,499	39.2%	988	26.6%	2,487	33.0%
2時間以上	899	23.5%	392	10.5%	1,291	17.1%
合計	3,822	100.0%	3,718	100.0%	7,540	100.0%

ゲームをする割合の推移



ゲームを2時間以上する割合の推移



※ゲームについては、平成25年度は宇多津町とまんのう町では調査していない。

3-6 睡眠

【睡眠】

平成 28 年度に比べて、平日は「22 時までに」就寝すると答えた割合は、男子 2.8 ポイント増加、女子 3.0 ポイント増加。平日は「7 時までに」起床すると答えた割合は、男子 0.1 ポイント減少、女子 0.5 ポイント増加。

- ・ 平日の就寝時刻は「22 時までに」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 63.2% (女子) 61.6%

平成 28 年度 (男子) 60.4% (女子) 58.6%

- ・ 平日の起床時刻は「7 時までに」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 90.8% (女子) 93.4%

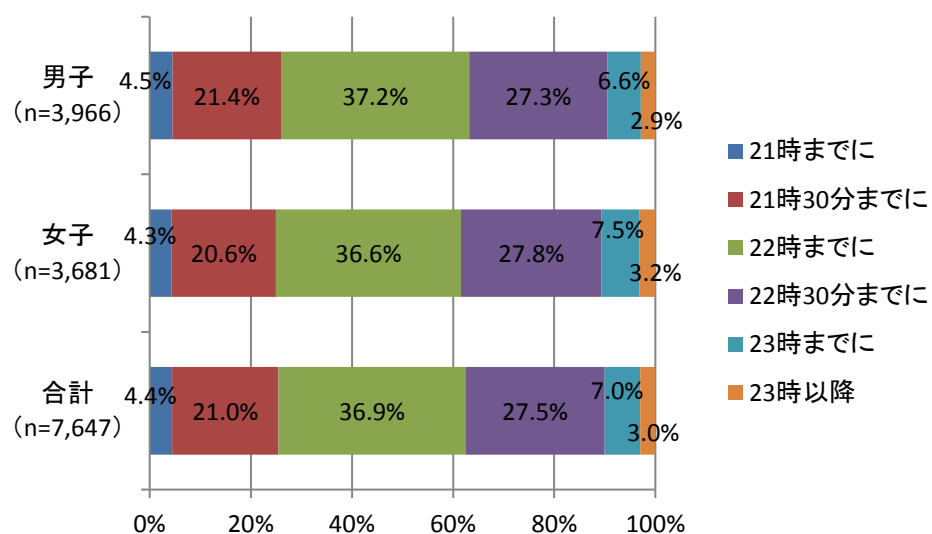
平成 28 年度 (男子) 90.9% (女子) 92.9%

- ・ 平日の睡眠時間が 7 時間未満である割合

平成 29 年度 (男子) 0.1% (女子) 0.1%

平成 28 年度 (男子) 0.1% (女子) 0.2%

①平日の就寝時刻

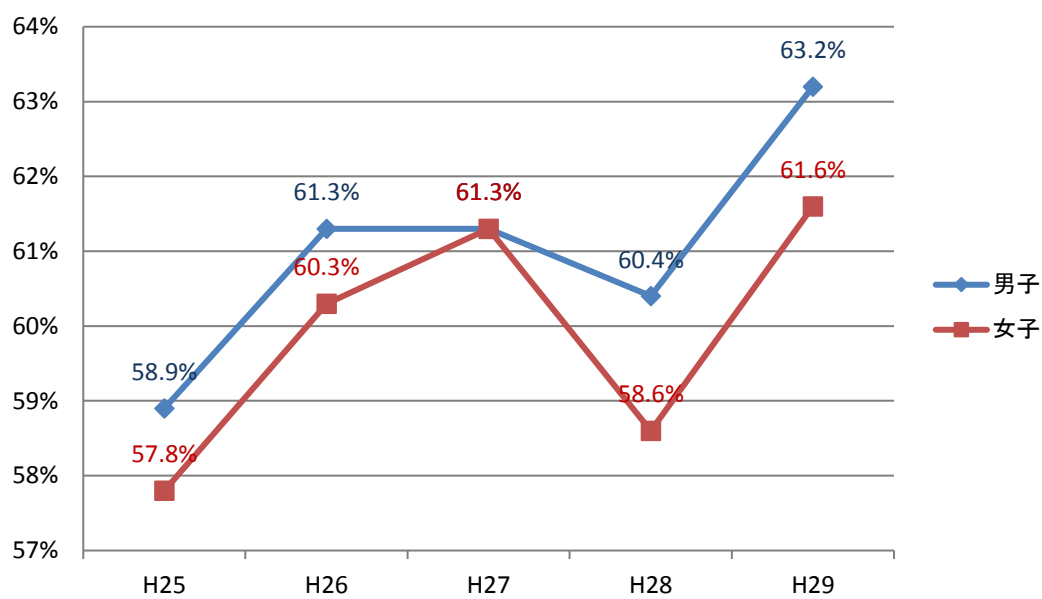


	男子		女子		合計	
21時までに	180	4.5%	160	4.3%	340	4.4%
21時30分までに	850	21.4%	759	20.6%	1,609	21.0%
22時までに	1,477	37.2%	1,347	36.6%	2,824	36.9%
22時30分までに	1,082	27.3%	1,023	27.8%	2,105	27.5%
23時までに	263	6.6%	275	7.5%	538	7.0%
23時以降	114	2.9%	117	3.2%	231	3.0%
合計	3,966	100.0%	3,681	100.0%	7,647	100.0%

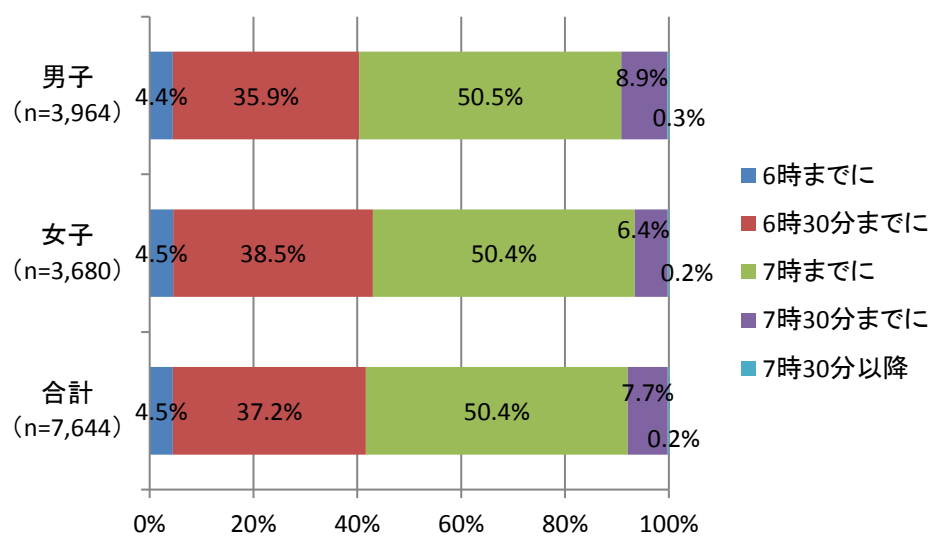
参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
21時までに	163	4.3%	132	3.5%	295	3.9%
21時30分までに	866	22.6%	733	19.6%	1,599	21.1%
22時までに	1,285	33.6%	1,327	35.5%	2,612	34.5%
22時30分までに	1,115	29.1%	1,150	30.8%	2,265	29.9%
23時までに	274	7.2%	285	7.6%	559	7.4%
23時以降	126	3.3%	111	3.0%	237	3.1%
合計	3,829	100.0%	3,738	100.0%	7,567	100.0%

平日の睡眠時刻が 22 時までの割合の推移



② 平日の起床時刻

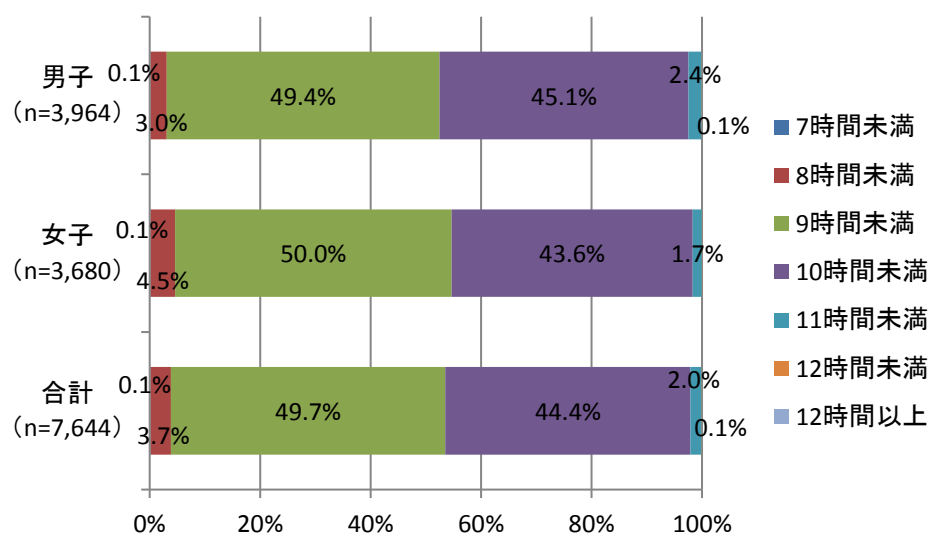


	男子		女子		合計	
6時までに	176	4.4%	166	4.5%	342	4.5%
6時30分までに	1,424	35.9%	1,417	38.5%	2,841	37.2%
7時までに	2,001	50.5%	1,855	50.4%	3,856	50.4%
7時30分までに	352	8.9%	234	6.4%	586	7.7%
7時30分以降	11	0.3%	8	0.2%	19	0.2%
合計	3,964	100.0%	3,680	100.0%	7,644	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
6時までに	145	3.8%	124	3.3%	269	3.6%
6時30分までに	1,390	36.3%	1,384	37.0%	2,774	36.7%
7時までに	1,942	50.7%	1,964	52.6%	3,906	51.6%
7時30分までに	339	8.9%	261	7.0%	600	7.9%
7時30分以降	11	0.3%	4	0.1%	15	0.2%
合計	3,827	100.0%	3,737	100.0%	7,564	100.0%

③ 平日の睡眠時間

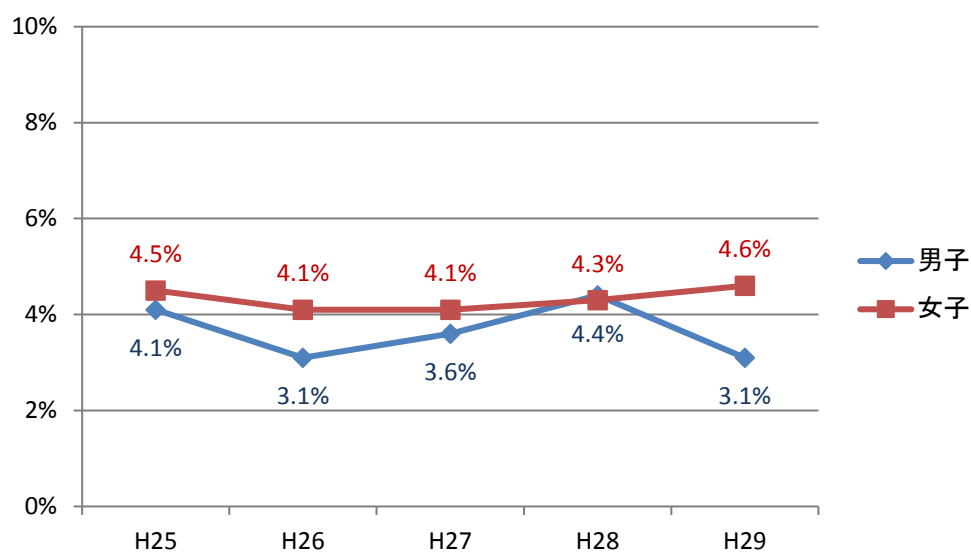


	男子		女子		合計	
7 時間未満	5	0.1%	4	0.1%	9	0.1%
8 時間未満	117	3.0%	166	4.5%	283	3.7%
9 時間未満	1,958	49.4%	1,841	50.0%	3,799	49.7%
10 時間未満	1,787	45.1%	1,606	43.6%	3,393	44.4%
11 時間未満	94	2.4%	62	1.7%	156	2.0%
12 時間未満	3	0.1%	1	0.0%	4	0.1%
12 時間以上	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	3,964	100.0%	3,680	100.0%	7,644	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
7 時間未満	2	0.1%	7	0.2%	9	0.1%
8 時間未満	165	4.3%	154	4.1%	319	4.2%
9 時間未満	1,880	49.1%	1,932	51.7%	3,812	50.4%
10 時間未満	1,690	44.2%	1,576	42.2%	3,266	43.2%
11 時間未満	87	2.3%	67	1.8%	154	2.0%
12 時間未満	3	0.1%	1	0.0%	4	0.1%
12 時間以上	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
合計	3,827	100.0%	3,737	100.0%	7,564	100.0%

平日の睡眠時間が8時間未満の割合の推移



3-7 食事時刻

【食事時刻】

平成 28 年度に比べて、平日の朝食開始時刻は「7 時 30 分以降」と答えた割合は、男子 0.1 ポイント減少、女子 0.4 ポイント減少。平日の夕食開始時刻は「20 時以降」と答えた割合は、男子 0.9 ポイント減少、女子 0.6 ポイント減少。

平日の朝食開始時刻は「7 時 30 分以降」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 1.2% (女子) 0.8%

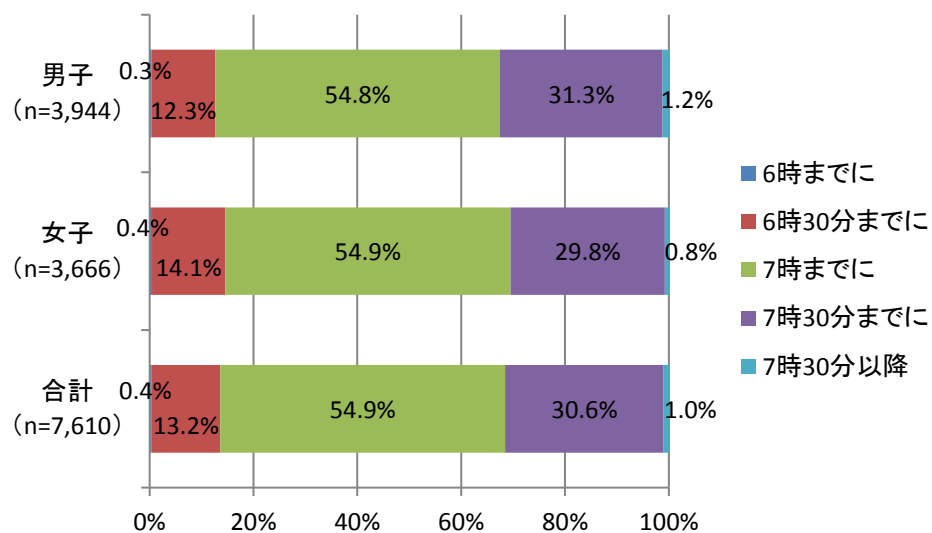
平成 28 年度 (男子) 1.3% (女子) 1.2%

平日の夕食開始時刻は「20 時以降」と答えた割合

平成 29 年度 (男子) 7.8% (女子) 7.4%

平成 28 年度 (男子) 8.7% (女子) 8.0%

① 朝食開始時刻

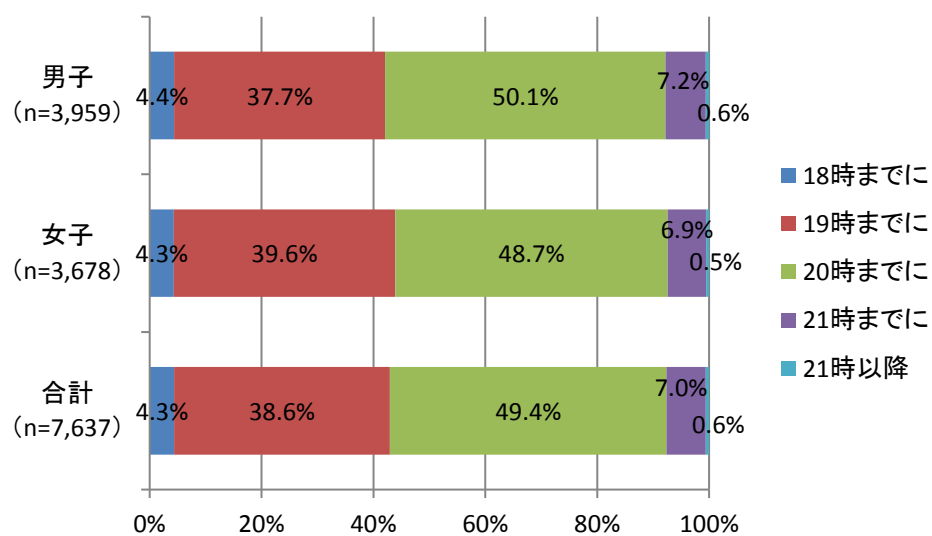


	男子		女子		合計	
6時までに	13	0.3%	16	0.4%	29	0.4%
6時30分までに	486	12.3%	518	14.1%	1,004	13.2%
7時までに	2,163	54.8%	2,013	54.9%	4,176	54.9%
7時30分までに	1,234	31.3%	1,091	29.8%	2,325	30.6%
7時30分以降	48	1.2%	28	0.8%	76	1.0%
合計	3,944	100.0%	3,666	100.0%	7,610	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
6時までに	10	0.3%	10	0.3%	20	0.3%
6時30分までに	457	12.0%	451	12.1%	908	12.1%
7時までに	2,076	54.5%	2,086	56.1%	4,162	55.3%
7時30分までに	1,218	32.0%	1,125	30.3%	2,343	31.1%
7時30分以降	48	1.3%	46	1.2%	94	1.2%
合計	3,809	100.0%	3,718	100.0%	7,527	100.0%

② 夕食開始時刻



	男子		女子		合計	
18時までに	174	4.4%	158	4.3%	332	4.3%
19時までに	1,493	37.7%	1,456	39.6%	2,949	38.6%
20時までに	1,984	50.1%	1,791	48.7%	3,775	49.4%
21時までに	284	7.2%	254	6.9%	538	7.0%
21時以降	24	0.6%	19	0.5%	43	0.6%
合計	3,959	100.0%	3,678	100.0%	7,637	100.0%

参考値 (平成 28 年度)

	男子		女子		合計	
18時までに	164	4.3%	143	3.8%	307	4.1%
19時までに	1,550	40.5%	1,523	40.8%	3,073	40.7%
20時までに	1,775	46.4%	1,768	47.4%	3,543	46.9%
21時までに	313	8.2%	275	7.4%	588	7.8%
21時以降	21	0.5%	22	0.6%	43	0.6%
合計	3,823	100.0%	3,731	100.0%	7,554	100.0%

