

令和4年度

香川県小児生活習慣病予防健診結果の概要

(小学生版)

目次

I 調査の概要

II 結果の概要

1 生活習慣の状況

1-1 食事

1-2 運動

1-3 睡眠

1-4 家族歴

2 肥満の状況

3 血液検査の状況

3-1 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、
Non-HDL コレステロール)

3-2 HbA1c

3-3 肝機能、脂肪肝 (AST、ALT、 γ -GTP)

4 生活習慣と肥満の関係

III 結果の考察

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

参加事業者：17市町（高松市、丸亀市、坂出市、善通寺市、観音寺市、さぬき市、東かがわ市、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）

香川大学教育学部

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（三豊市、観音寺市については10～12時間の絶食）
- ・生活習慣
 - 食事調査 9項目（朝食の摂取、食べるはやさ、食べる量、野菜の摂取、果物の摂取、加糖飲料の摂取、夕食後のおやつ摂取、孤食、食事で気をつけていること）
 - 運動調査 3項目（通学時の徒歩時間、スポーツへの参加、情報メディア等の利用時間）
 - 睡眠時間調査 2項目（平日の就寝と起床時間、早寝早起き朝ごはんの認知度）
 - 家族歴調査 3項目（コレステロール、糖尿病、高血圧）

4 調査の時期

高松市	：令和4年9月～12月	丸亀市	：令和4年6月～7月
坂出市	：令和4年9月～10月	善通寺市	：令和4年9月～10月
観音寺市	：令和4年9月～10月	さぬき市	：令和4年9月～10月
東かがわ市	：令和4年9月～10月	三豊市	：令和4年9月～10月
土庄町	：令和4年6月	小豆島町	：令和4年5月
三木町	：令和4年7月～9月	直島町	：令和4年5月～6月
宇多津町	：令和4年6月	綾川町	：令和4年9月～10月
琴平町	：令和4年10月	多度津町	：令和4年9月～10月
まんのう町	：令和4年10月～11月		
香川大学教育学部	：令和4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等から血液検査、アンケート調査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17市町及び香川大学教育学部の各学校において、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、各学校において血液検査を実施した。
- 2) 生活習慣調査は自記式アンケートとなっており、児童自身が回答した。
- 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、各市町教育委員会又は香川大学教育学部、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) 解析はSPSS ver.28 (IBM)、JMP Pro17 (SAS)、ArcGIS Pro (ESRI) を用いた。頻度の比較にはX二乗検定を行った。また、分割票において各セルの度数が少ない場合（期待値が5以下のセルが全体のセルの20%以上ある）には、Fischerの正確確率検定を用いた。統計的有意差の基準は $p < 0.05$ とした。

6 客体の概要

調査の客体は、小学4年生7,131人であった。

事業者名	児童数	解析対象数	実施率
高松市	3,702	3,240	87.5%
丸亀市	1,049	906	86.4%
坂出市	338	313	92.6%
善通寺市	243	204	84.0%
観音寺市	416	382	91.8%
さぬき市	289	236	81.7%
東かがわ市	189	172	91.0%
三豊市	516	489	94.8%
土庄町	85	73	85.9%
小豆島町	88	73	83.0%
三木町	259	239	92.3%
直島町	19	19	100.0%
宇多津町	149	120	80.5%
綾川町	210	193	91.9%
琴平町	56	49	87.5%
多度津町	157	143	91.1%
まんのう町	159	147	92.5%
香川大学教育学部	174	133	76.4%
合計	8,098	7,131	88.1%

※児童数は令和4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。

※市町別の集計（別冊）に際して、香川大学教育学部については児童の属する市町で集計を行うとともに、香川大学教育学部のみの数値においても再掲した。

7 本調査で用いた判定基準、分類について

1) 肥満

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-令和 3 年度

② BMI Zスコア、パーセンタイル

日本小児内分泌学会が提供している体格指数計算ファイル (taikakushisu_v 3.3) を用いた。

日本小児内分泌学会・日本成長学会成長研究委員会：http://jspe.umin.jp/medical/chart_dl.html

(最終アクセス日：2023年2月22日)

制作 日本小児内分泌学会成長曲線管理委員会・日本成長学会成長研究委員会
大藪恵一、田中敏章、横谷進、加藤則子、伊藤善也、立花克彦、杉原茂孝、
長谷川奉延、大関武彦、加藤則子、村田光範、神崎晋、木下英一、安蔵慎、
磯島豪、井ノ口美香子、鈴木滋
制作責任者：伊藤善也

・BMI (Zスコア)

2SD以上	肥満
1SD以上2SD未満	過体重
-2SD以上1SD未満	普通
-3SD以上2SD未満	やせ
-3SD未満	高度やせ

・BMI (パーセンタイル)

男子では 87 パーセンタイル、女子では 89 パーセンタイル以上を肥満とする。

【文献】

- ・ The Cubic Functions for Spline Smoothed L, S and M Values for BMI Reference Data of Japanese Children. April 2011 Clinical Pediatric Endocrinology 20(2):47-9
DOI: 10.1297/cpe.20.47
- ・ Kato N, Sato K, Takimoto H, Sudo N. BMI for age references for Japanese children--based on the 2000 growth survey. Asia Pac J Public Health. 2008 Oct;20 Suppl:118-27.
- ・ 日本人小児の体格の評価に関する基本的な考え方. 日本小児内分泌学会・日本成長学会合同標準値委員会 (田中敏章、横谷進、加藤則子、伊藤善也、立花克彦、杉原茂孝、長谷川奉延、大関武彦、村田光範)
http://jspe.umin.jp/medical/files/takikaku_hyoka.pdf
- ・ 乳幼児身体発育評価マニュアル

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 \geq 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。

血清総コレステロール	正常域	\leq 190mg/dl (75パーセンタイル)
	境界域	190~219mg/dl
	高 値	\geq 220mg/dl (95パーセンタイル)
血清 LDL コレステロール	正常域	\leq 110mg/dl (75パーセンタイル)
	境界域	110~129mg/dl
	高 値	\geq 130mg/dl \geq 140mg/dl (H29年度より追加)
血清 HDL コレステロール	低 値	$<$ 40mg/dl
血清トリグリセライド (中性脂肪)	高 値	\geq 140mg/dl (95パーセンタイル)
non-HDL コレステロール	低 値	$<$ 80mg/dl
	正常域	80~149mg/dl
	高 値	\geq 150mg/dl

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

【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 2022」

② HbA1c

小児の将来的な糖尿病を発症するリスクとなるような、HbA1cについての報告はない。そこで、成人では以下のような基準が用いられているため、本事業においては「糖尿病の分類と診断基準に関する委員会報告」に準拠し分類した。

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 126mg/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 110~125mg/dl または HbA1c (NGSP) が 6.0~6.4%	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 100~109mg/dl または HbA1c (NGSP) が 5.6~5.9%	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)

令和元年度までは「日本人小児の臨床検査基準値」(小児基準値研究班 1997)を用いてきたが、令和2年度からは、過去の香川県小児生活習慣病調査(2013年-2019年)より求めた97.5パーセンタイル値を基準値とした。

「基準値」 以下の基準に該当する者を「基準値以上の者」とする。(小学校4年生)

	男子	女子
AST	39 以上	35 以上
ALT	38 以上	26 以上
γ -GTP	25 以上	20 以上

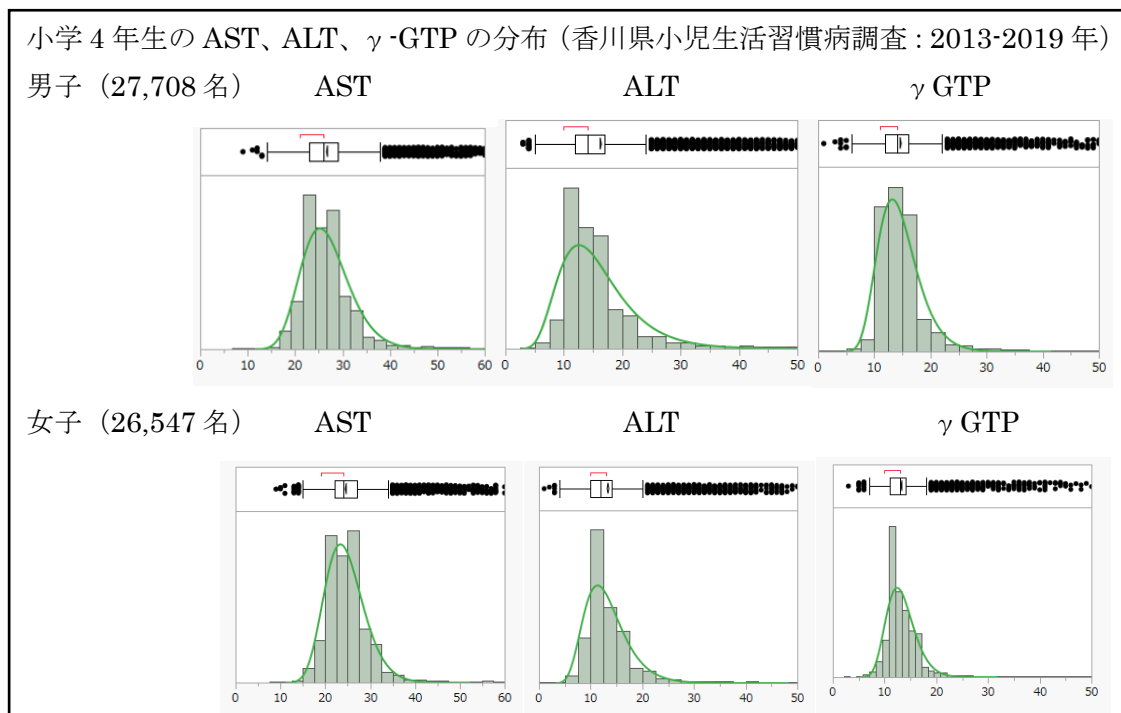
「肝機能異常」

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、

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



【文献】

- ・小児肥満症診療ガイドライン 2017

8 調査票について

本調査では全県において共通の調査票を用いた。

保護者の方へ

これは、子どもが自分で答えることで、良い生活習慣について考えるきっかけにするものです。
お子さまが書くようにお伝えください。難しいところは一緒にご回答ください。

生活習慣調べ

市町名	学校名	学年	組	出席番号

の中にあてはまる数字を書いてください。

(記入日：20__年__月__日)

【食 事】

- ① 朝ごはんは食べていますか。
- 一週間ほとんど毎日食べている (6~7日)
 - 一週間のうち、4~5日食べている
 - 一週間のうち、2~3日食べている
 - ほとんど食べない (0~1日)
- ② 食事はゆっくり食べていますか。
- ゆっくり食べる
 - ふつうに食べる
 - はやく食べる
- ③ いつもおなかいっぱい食べますか。
- はい
 - ときどき
 - いいえ
- ④ 野菜は一日に何回食べていますか。
- ほとんど食べない
 - 一日に1回
 - 一日に2回
 - 一日に3回以上
- ⑤ くだものは一日に何回食べていますか。
- ほとんど食べない
 - 一日に1回
 - 一日に2回
 - 一日に3回以上
- ⑥ ジュースやスポーツドリンクなど、砂糖の入った飲み物はどれくらい飲みますか。
- 毎日2回以上
 - 毎日1回
 - 一週間のうち、3~4回
 - 一週間のうち、1~2回
 - ほとんど飲まない
- ⑦ タごはんの後に、おやつを食べますか。
- 一週間ほとんど毎日食べている (6~7日)
 - 一週間のうち、4~5日食べている
 - 一週間のうち、2~3日食べている
 - ほとんど食べない (0~1日)
- ⑧ 食事は一人で食べることがありますか。
- ほとんどない
 - 一週間のうち、1回ある
 - 一週間のうち、2~3回ある
 - 一週間のうち、4回以上ある
- ⑨ 次のようなことに気をつけて食事していますか。(あてはまる数字を全て選んでください。)
- まず野菜を食べる
 - 赤・緑・黄の栄養バランスを考えて食べる
 - 食事のときはテレビやスマホなどを消しておく
 - おかしやスナック菓子を食べすぎない
 - 塩からいものを食べすぎない
 - 肉も魚もバランスよく食べる
 - どれもあてはまらない

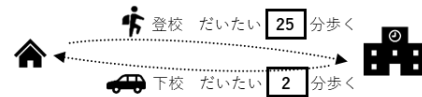
【運 動】

- ① ふだんの通学で実際に歩く時間を教えてください。

登校 だいたい 分歩く

下校 だいたい 分歩く

例：下校で車のおむかえがある人の場合



- ② 地域のスポーツクラブ(スポーツ少年団やスイミングなど)に入っていますか。
- はい
 - いいえ

- ③ 1日のうち、ゲーム機やスマートフォン、テレビ、タブレット、パソコンなどの画面を見ている時間は、あわせてどれくらいですか。

- 3時間以上
- 2~3時間
- 1~2時間
- 1時間未満



【睡眠】

- ① 月曜日から金曜日の、学校のある日に、午後何時何分ごろに寝て午前何時何分ごろに起きますか。

寝る時間 午後 時 分

起きる時間 午前 時 分

- ② 「早ね早おき朝ごはん」が健康に良い理由について知っていることはどれですか。(あてはまる数字を全て選んでください。)

- 早ねをすると、つかれもとれるし体も成長する
- 早おきをすると、早ねをしやすくなる
- 朝ごはんを食べると、頭と体のスイッチが入って午前中から元気にすごせる
- どれもあてはまらない

★ 下の3つの質問はお家の人に聞いて回答してください。

(お家の方へ 差し支えなければ、回答にご協力ください)

【家 族】

ご家族(両親、おじいさん、おばあさん)に、

- ① コレステロールが高い人がいますか？

1 はい 2 いいえ 3 分からない

- ② 糖尿病の人がいますか？

1 はい 2 いいえ 3 分からない

- ③ 高血圧の人がいますか？

1 はい 2 いいえ 3 分からない

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等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

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。

II 結果の概要

1 生活習慣状況について () は令和3年度数値

- ・一週間のうち、朝食を食べない日があるのは、
男子 9.1% (9.6%)、女子 9.1% (8.6%)、合計 9.1% (9.1%)
- ・食事をはやく食べるのは、男子 11.2% (11.4%)、女子 3.0% (3.1%)、合計 7.2% (7.4%)
- ・いつもおなかいっぱい食べるのは、男子 60.1% (62.7%)、女子 60.4% (59.7%)、合計 60.2% (61.3%)
- ・野菜を、ほとんど食べていないのは、男子 3.9% (4.0%)、女子 3.2% (2.5%)、合計 3.5% (3.2%)
- ・果物を、ほとんど食べていないのは、
男子 44.4% (43.4%)、女子 39.1% (37.6%)、合計 41.8% (40.6%)
- ・加糖飲料を、毎日飲んでいるのは、
男子 30.6% (29.1%)、女子 30.1% (26.4%)、合計 30.3% (27.8%)
- ・夕食後のおやつを、ほとんど毎日食べているのは、
男子 11.3% (12.7%)、女子 13.6% (11.1%)、合計 12.4% (11.9%)
- ・一週間のうち、ひとりで食事をとることがあるのは、
男子 11.2% (10.1%)、女子 9.0% (9.0%)、合計 10.1% (9.6%)
- ・食事で気を付けていること6項目中、実施が2項目以下は、
男子 40.7% (40.9%)、女子 39.2% (36.2%)、合計 40.0% (38.7%)
- ・徒歩による通学時間が、往復20分以下は、
男子 35.1% (33.0%)、女子 34.1% (32.4%)、合計 34.6% (32.7%)
- ・地域スポーツ(スポ少やスイミング等)を行っていないのは、
男子 37.2% (37.4%)、女子 55.1% (55.0%)、合計 46.0% (45.9%)
- ・情報メディア等の利用時間(ゲーム、スマホ、テレビ等)が2時間以上は、
男子 55.2% (55.2%)、女子 46.0% (43.5%)、合計 50.6% (49.5%)
- ・睡眠時間が8時間未満は、男子 4.9% (5.3%)、女子 6.3% (6.3%)、合計 5.6% (5.8%)
- ・早寝早起き朝ごはんのうち、知っているのが1項目以下は、
男子 18.4% (16.4%)、女子 14.3% (13.2%)、合計 16.4% (14.8%)

2 検査結果について () は令和3年度数値

- ・肥満(肥満度20%以上)は、男子 14.7% (14.9%)、女子 10.5% (9.9%)、合計 12.7% (12.5%)
- ・やせ(肥満度-20%以下)は、男子 1.5% (1.8%)、女子 1.9% (1.9%)、合計 1.7% (1.8%)
- ・脂質異常は、男子 11.4% (10.2%)、女子 10.0% (9.2%)、合計 10.7% (9.7%)
- ・HbA1c 5.6%以上は、男子 16.0% (13.3%)、女子 16.3% (11.2%)、合計 16.2% (12.3%)
- ・肝機能異常は、男子 6.6% (6.6%)、女子 7.7% (6.7%)、合計 7.1% (6.6%)

3 時系列推移

生活習慣について(過去4年間の推移)

- ・一週間のうち、朝食を食べない日がある割合は、男女ともほぼ変わらない。
- ・食事をはやく食べる割合は、男子はほぼ変わらない、女子は緩やかに減少傾向にある。
- ・いつもおなかいっぱい食べる割合は、男子は緩やかに減少傾向、女子は緩やかに増加傾向にある。
- ・野菜を、ほとんど食べない割合は、男女ともほぼ変わらない。
- ・果物を、ほとんど食べない割合は、男子は緩やかに増加傾向、女子はほぼ変わらない。
- ・加糖飲料を、毎日飲む割合は、男女とも緩やかに増加傾向にある。
- ・夕食後のおやつを、ほとんど毎日食べている割合は、男女とも増加傾向にある。

- ・一週間のうち、ひとりで食事をとることがあるのは、男女ともほぼ変わらない。
- ・食事で気を付けていること 6 項目中、実施が 2 項目以下の割合は男女とも増加傾向にある。
- ・徒歩による通学時間が、往復 20 分以下の割合は、男子はほぼ変わらない、女子は緩やかに増加傾向にある。
- ・地域スポーツを行っていない割合は、男女ともほぼ変わらない。
- ・情報メディア等の利用時間が 2 時間以上の割合は、男女とも増加傾向にある。
- ・睡眠時間が 8 時間未満の割合は、男女ともほぼ変わらない。
- ・早寝早起き朝ごはんのうち、知っているのが 1 項目以下の割合は男女ともほぼ変わらない。

検査について（過去 10 年間の推移）

- ・肥満について、男女とも変化は緩やかであるが増加傾向にある。
- ・やせについて、男女ともほぼ変わらない。
- ・脂質異常について、男子は緩やかに増加傾向、女子はほぼ変わらない。
- ・HbA1c 5.6%以上について、平成 29 年以降、増加傾向にある。
- ・肝機能異常について、男女とも変化は緩やかであるが増加傾向にある。

4 生活習慣と肥満の関連について

食事について

- ・男女とも、はやく食べる方が、肥満が多い。
- ・男子では、おなかいっぱい食べる方が、肥満が多い。
- ・男女とも、野菜を食べない方が、肥満が多い。
- ・男子では、果物を食べない方が、肥満が多い。
- ・男子では、加糖飲料を毎日飲む方が、肥満が多い。
- ・男女とも、食事を一人で食べる方が、肥満が多い。
- ・朝食の摂取、夕食後のおやつについて、肥満との関連は見られなかった。
- ・食事で気をつける 6 項目のうち、「赤・緑・黄の栄養バランスを考えて食べる」、「食事の時はテレビやスマホなどを消しておく」では、気をつけている方が、男女とも肥満が少ない。女子では、「おかしやスナック菓子を食べすぎない」、「塩からいものを食べすぎない」、「肉も魚もバランスよく食べる」に気をつけている方が、肥満が少ない。
- ・男女とも、食事で気をつけている項目数が多い方が、肥満が少ない。

運動について

- ・男子では、スポーツへの参加（スポ少やスイミング等）をしていない方が、肥満が多い。
- ・男女とも情報メディア等の利用時間（ゲーム、スマホ、テレビ等）が長い方が肥満が多い。

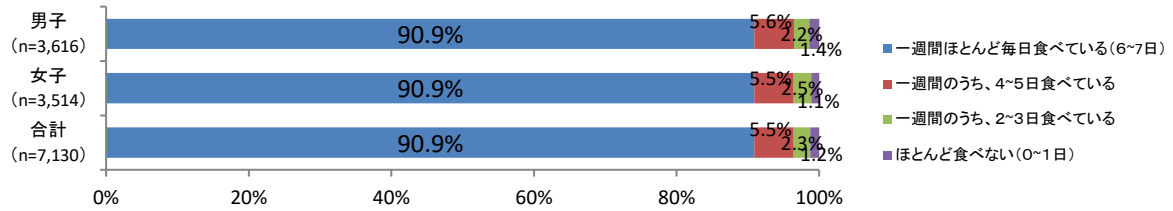
睡眠について

- ・男女とも、睡眠時間が短いほど肥満が多い。起床時間はほぼ決まっていることから、就寝時間が遅いほど肥満が多い。
- ・女子では、早寝早起き朝ごはんの認知項目が多い方が、肥満が少ない。

1 生活習慣の状況

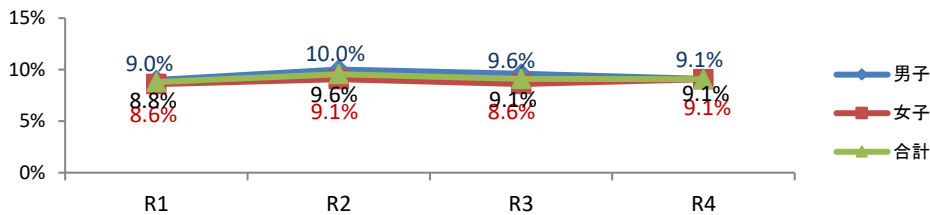
1-1 食事

① 朝食の摂取

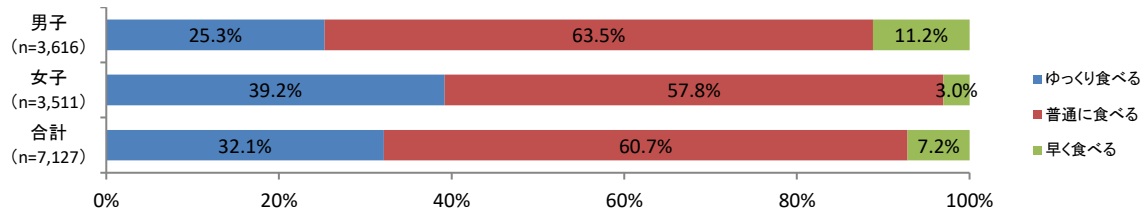


	一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	一週間のうち、4~5日食べている	一週間のうち、2~3日食べている	ほとんど食べない(0~1日)	合計
男子	3,287	201	79	49	3,616
女子	3,195	193	87	39	3,514
合計	6,482	394	166	88	7,130

朝食を食べない日がある者の割合の推移

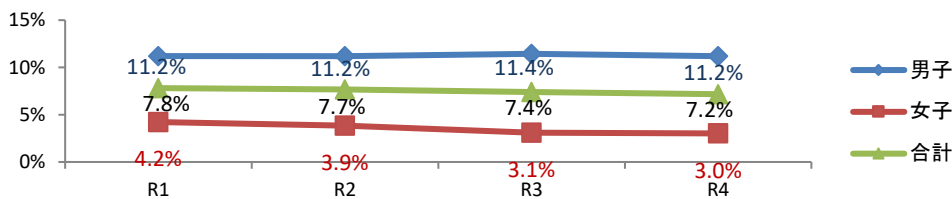


② 食べるはやさ

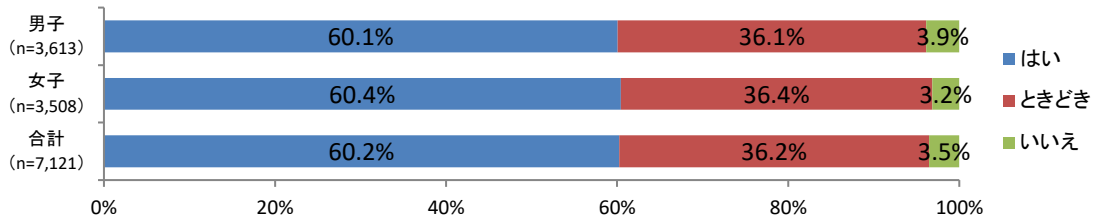


	ゆっくり食べる	普通に食べる	はやく食べる	合計
男子	915	2,296	405	3,616
女子	1,376	2,029	106	3,511
合計	2,291	4,325	511	7,127

はやく食べる割合の推移

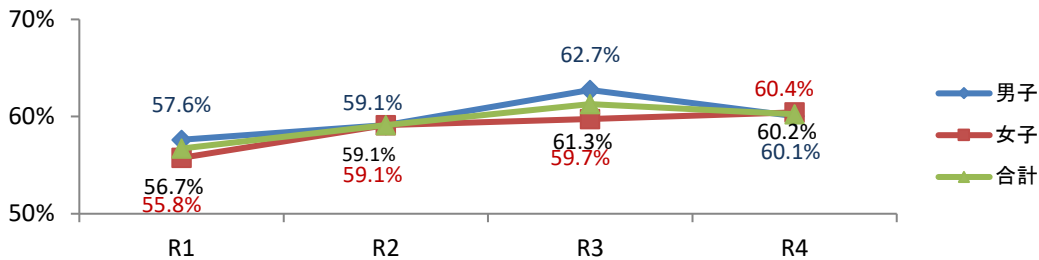


③ 食べる量 (いつもおなかいっぱい食べる)

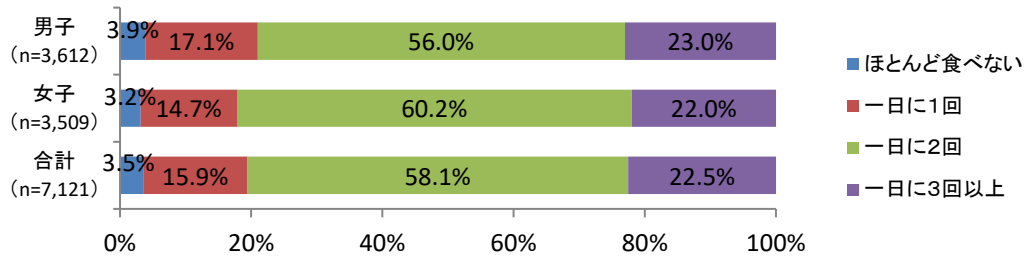


	はい		ときどき		いいえ		合計	
男子	2,170	60.1%	1,303	36.1%	140	3.9%	3,613	100.0%
女子	2,120	60.4%	1,277	36.4%	111	3.2%	3,508	100.0%
合計	4,290	60.2%	2,580	36.2%	251	3.5%	7,121	100.0%

いつもおなかいっぱい食べる割合の推移

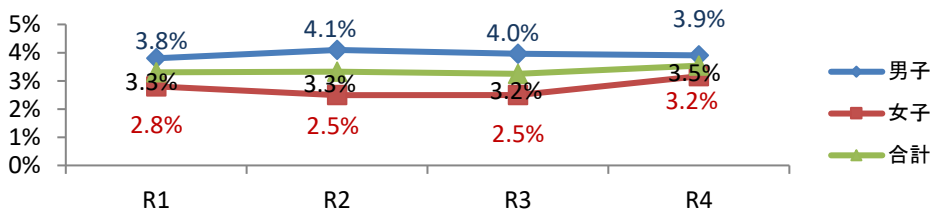


④ 野菜の摂取

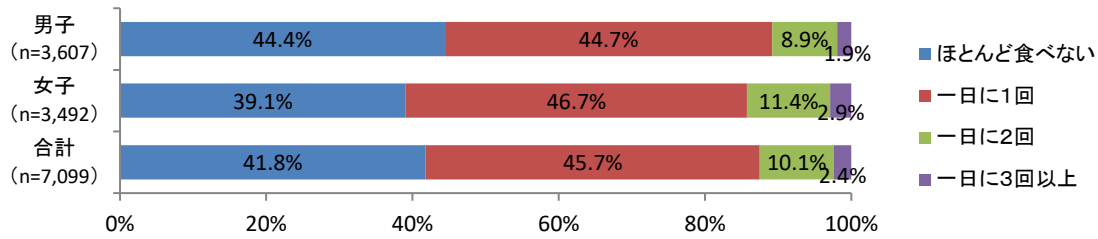


	ほとんど食べない	一日に1回	一日に2回	一日に3回以上	合計
男子	141	617	2,022	832	3,612
女子	111	515	2,112	771	3,509
合計	252	1,132	4,134	1,603	7,121

ほとんど食べない割合の推移

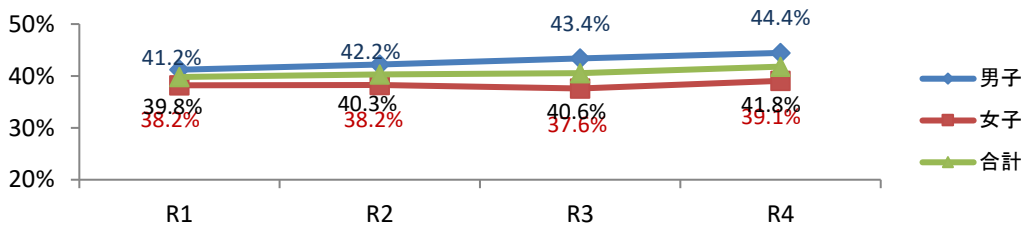


⑤ 果物の摂取

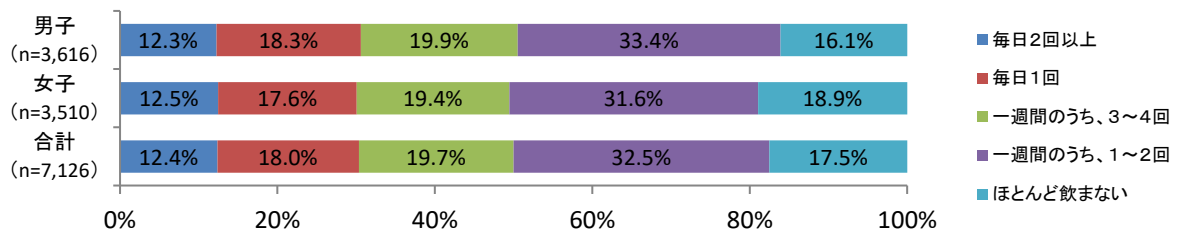


	ほとんど食べない	一日に1回	一日に2回	一日に3回以上	合計
男子	1,603 44.4%	1,613 44.7%	321 8.9%	70 1.9%	3,607 100.0%
女子	1,364 39.1%	1,630 46.7%	397 11.4%	101 2.9%	3,492 100.0%
合計	2,967 41.8%	3,243 45.7%	718 10.1%	171 2.4%	7,099 100.0%

ほとんど食べない割合の推移

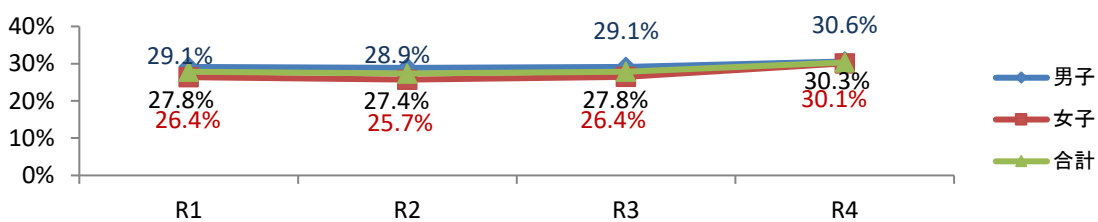


⑥ 加糖飲料の摂取

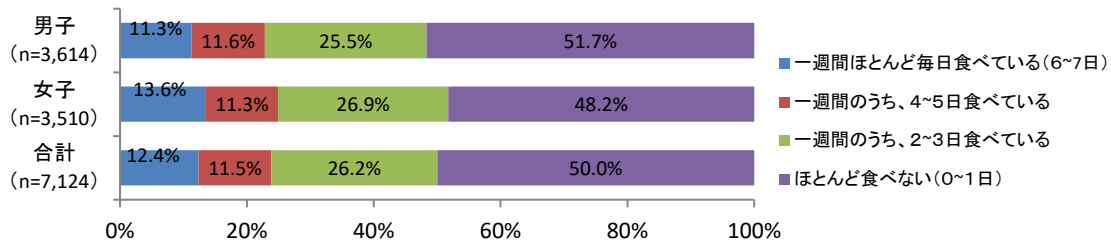


	毎日2回以上	毎日1回	一週間のうち、3~4回	一週間のうち、1~2回	ほとんど飲まない	合計
男子	444 12.3%	662 18.3%	721 19.9%	1,207 33.4%	582 16.1%	3,616 100.0%
女子	437 12.5%	619 17.6%	680 19.4%	1,109 31.6%	665 18.9%	3,510 100.0%
合計	881 12.4%	1,281 18.0%	1,401 19.7%	2,316 32.5%	1,247 17.5%	7,126 100.0%

毎日飲む者の割合の推移

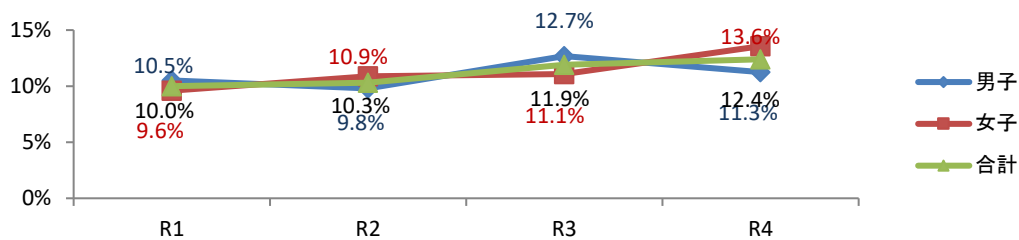


⑦ 夕食後のおやつの摂取

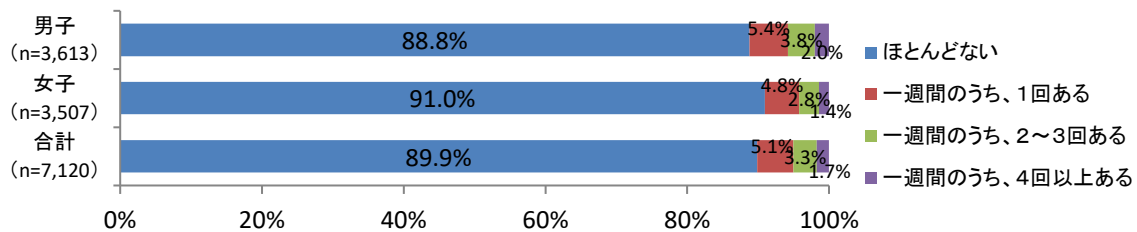


	一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)		一週間のうち、4~5日食べている		一週間のうち、2~3日食べている		ほとんど食べない(0~1日)		合計	
男子	407	11.3%	419	11.6%	921	25.5%	1,867	51.7%	3,614	100.0%
女子	476	13.6%	398	11.3%	943	26.9%	1,693	48.2%	3,510	100.0%
合計	883	12.4%	817	11.5%	1,864	26.2%	3,560	50.0%	7,124	100.0%

ほとんど毎日食べている割合の推移

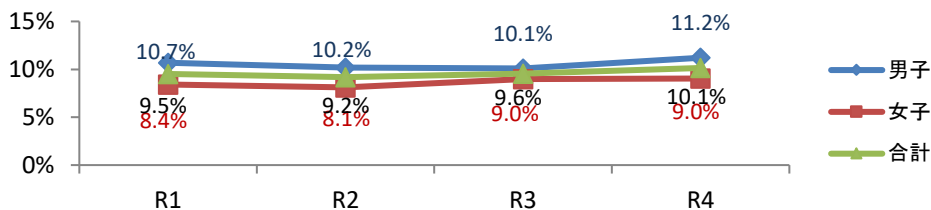


⑧ 孤食

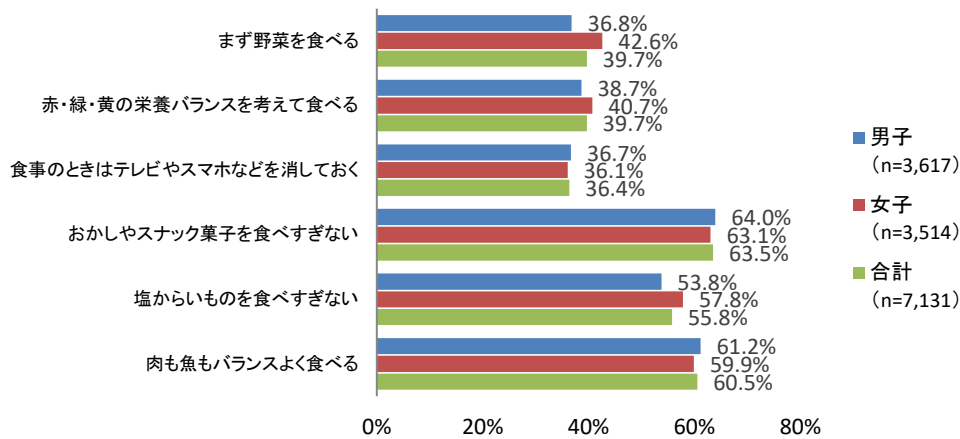


	ほとんどない		一週間のうち、1回ある		一週間のうち、2~3回ある		一週間のうち、4回以上ある		合計	
男子	3,208	88.8%	196	5.4%	137	3.8%	72	2.0%	3,613	100.0%
女子	3,190	91.0%	169	4.8%	98	2.8%	50	1.4%	3,507	100.0%
合計	6,398	89.9%	365	5.1%	235	3.3%	122	1.7%	7,120	100.0%

ひとりで食事をとることがある者の割合の推移



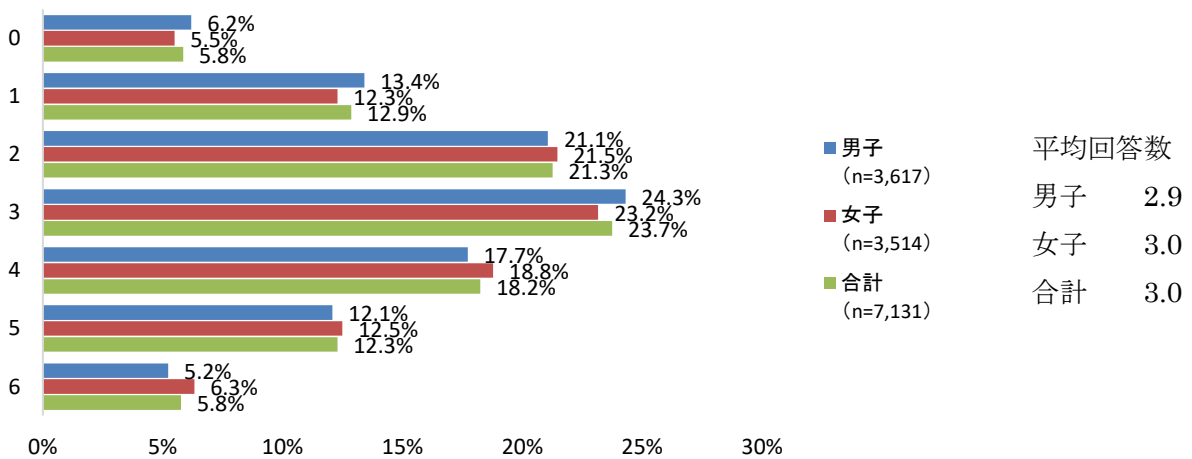
⑨ 食事で気をつけていること（複数回答）



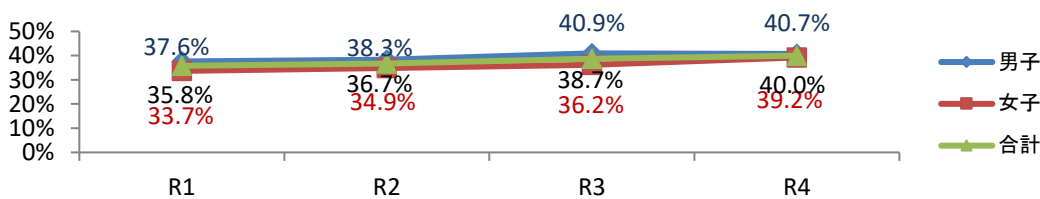
	男子		女子		合計	
まず野菜を食べる	1,332	36.8%	1,498	42.6%	2,830	39.7%
赤・緑・黄の栄養バランスを考えて食べる	1,399	38.7%	1,431	40.7%	2,830	39.7%
食事のときはテレビやスマホなどを消しておく	1,327	36.7%	1,267	36.1%	2,594	36.4%
おかしやスナック菓子を食べすぎない	2,314	64.0%	2,216	63.1%	4,530	63.5%
塩からいものを食べすぎない	1,945	53.8%	2,032	57.8%	3,977	55.8%
肉も魚もバランスよく食べる	2,212	61.2%	2,105	59.9%	4,317	60.5%
総数	3,617		3,514		7,131	

* 総数は回答した人数、%は男女ごとの総数に対する割合を示す。

回答数の分布

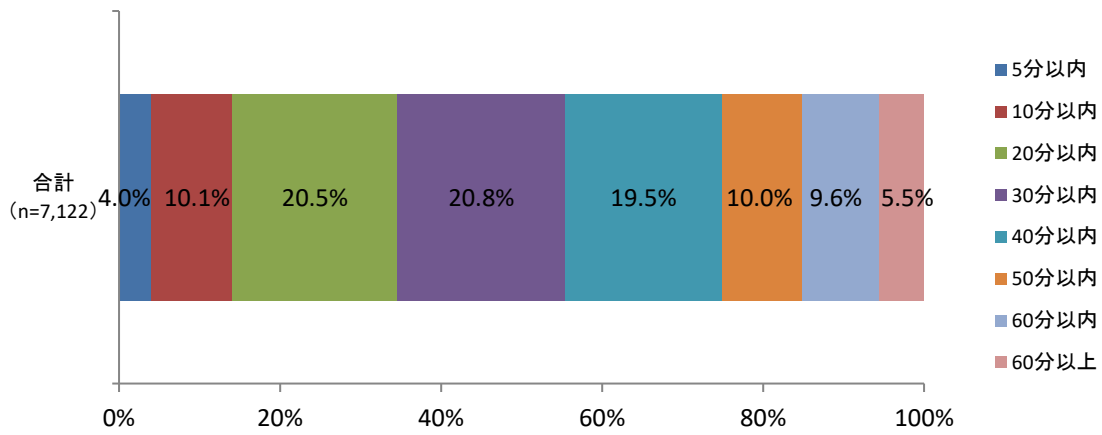


実施が2項目以下の者の割合の推移



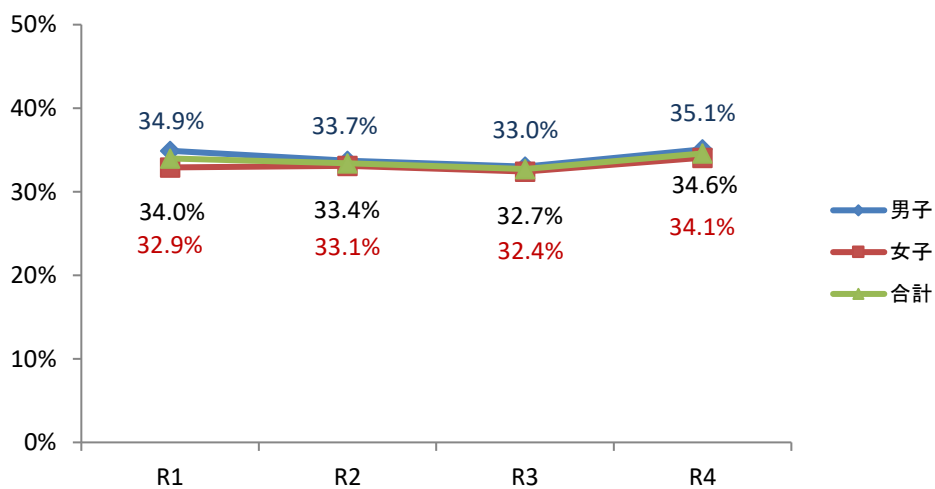
1-2 運動

① 通学時の徒歩時間（往復）

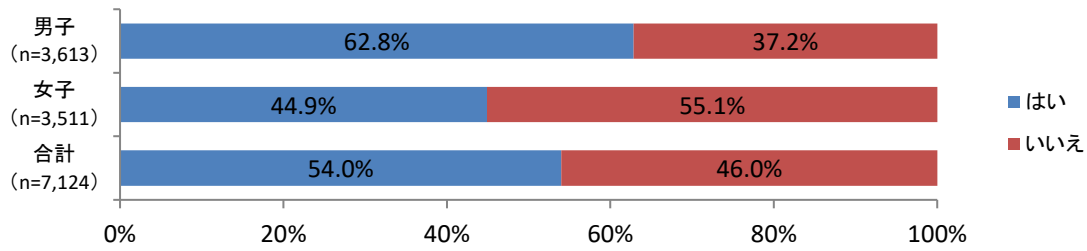


	合計	
5分以内	284	4.0%
10分以内	718	10.1%
20分以内	1,461	20.5%
30分以内	1,484	20.8%
40分以内	1,386	19.5%
50分以内	714	10.0%
60分以内	683	9.6%
60分以上	392	5.5%
合計	7,122	100.0%

往復 20分以下の者の割合の推移

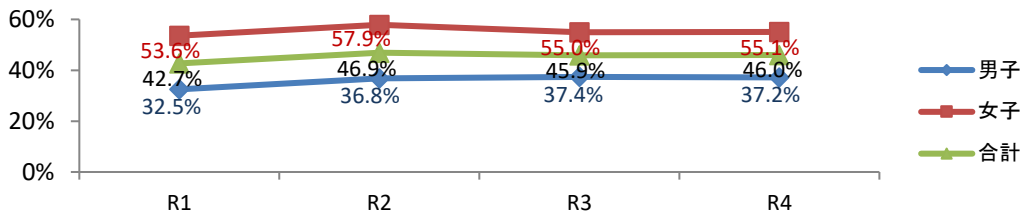


② スポーツへの参加

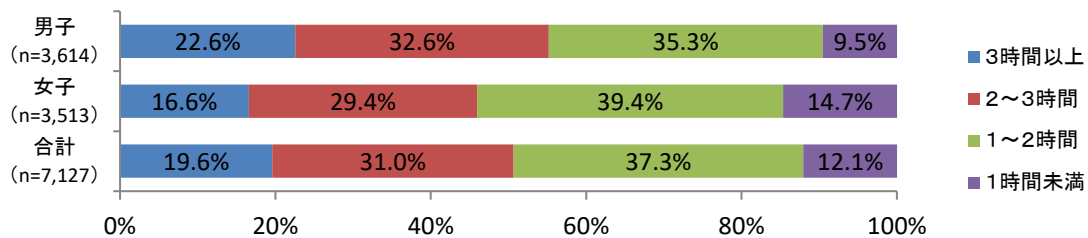


	はい		いいえ		合計	
男子	2,270	62.8%	1,343	37.2%	3,613	100.0%
女子	1,577	44.9%	1,934	55.1%	3,511	100.0%
合計	3,847	54.0%	3,277	46.0%	7,124	100.0%

地域スポーツを行っていない割合の推移

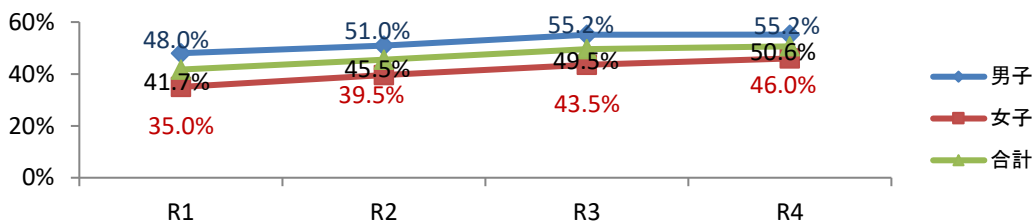


③ 情報メディア等の利用時間（ゲーム、スマホ、テレビなど）



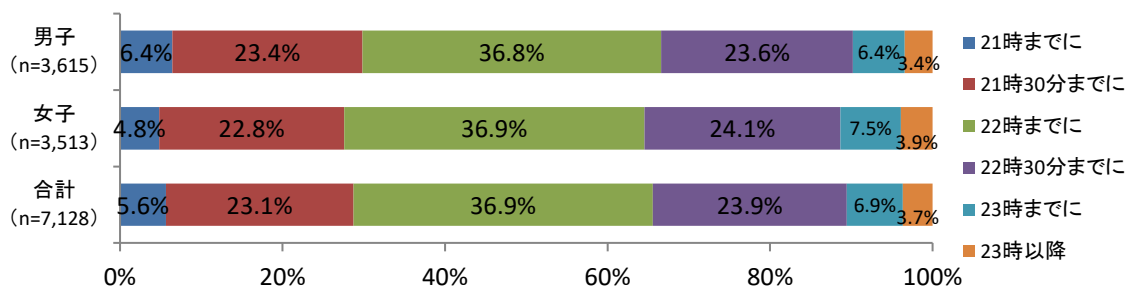
	3時間以上	2～3時間	1～2時間	1時間未満	合計					
男子	815	22.6%	1,179	32.6%	1,275	35.3%	345	9.5%	3,614	100.0%
女子	582	16.6%	1,033	29.4%	1,383	39.4%	515	14.7%	3,513	100.0%
合計	1,397	19.6%	2,212	31.0%	2,658	37.3%	860	12.1%	7,127	100.0%

2時間以上の者の割合の推移



1-3 睡眠

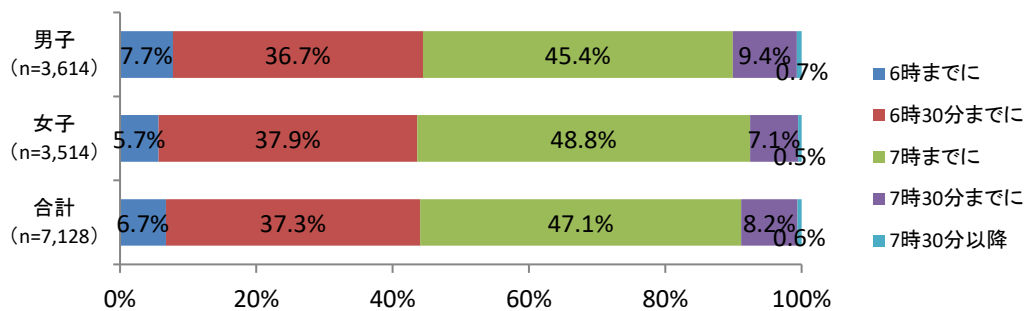
① 平日の就寝時刻



	男子		女子		合計	
21時までに	233	6.4%	169	4.8%	402	5.6%
21時30分までに	845	23.4%	800	22.8%	1,645	23.1%
22時までに	1,329	36.8%	1,298	36.9%	2,627	36.9%
22時30分までに	854	23.6%	847	24.1%	1,701	23.9%
23時までに	230	6.4%	262	7.5%	492	6.9%
23時以降	124	3.4%	137	3.9%	261	3.7%
合計	3,615	100.0%	3,513	100.0%	7,128	100.0%

平均的な就寝時刻
 男子 21時 34分
 女子 21時 37分
 合計 21時 36分

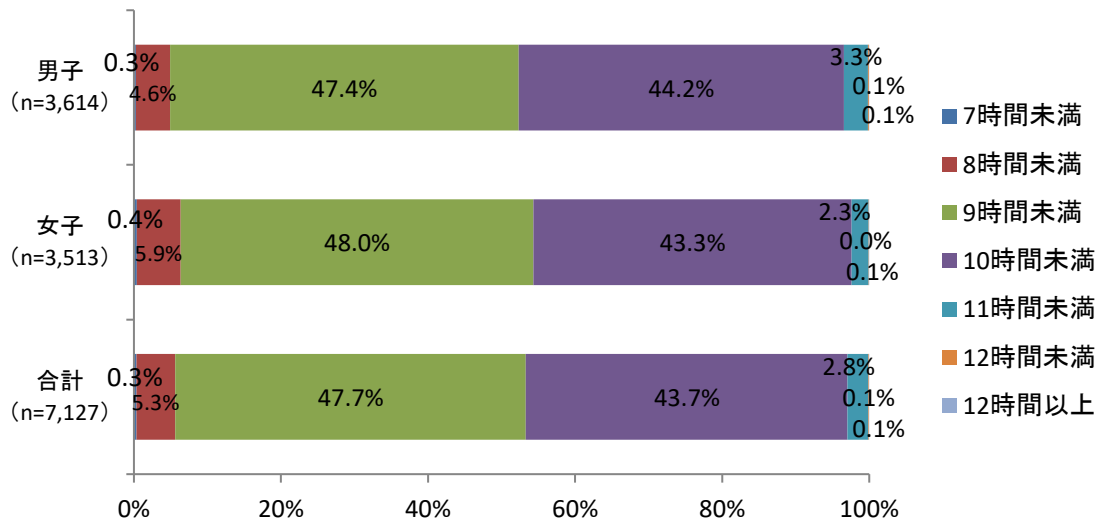
② 平日の起床時刻



	男子		女子		合計	
6時までに	280	7.7%	199	5.7%	479	6.7%
6時30分までに	1,327	36.7%	1,333	37.9%	2,660	37.3%
7時までに	1,642	45.4%	1,716	48.8%	3,358	47.1%
7時30分までに	340	9.4%	248	7.1%	588	8.2%
7時30分以降	25	0.7%	18	0.5%	43	0.6%
合計	3,614	100.0%	3,514	100.0%	7,128	100.0%

平均的な起床時刻
 男子 6時 22分
 女子 6時 23分
 合計 6時 22分

③ 平日の睡眠時間

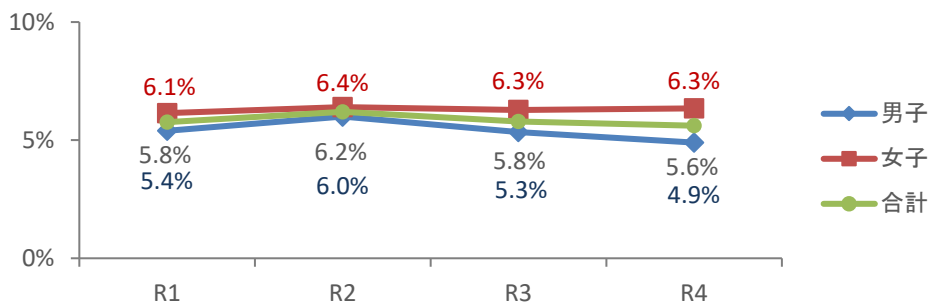


	男子		女子		合計	
7 時間未満	10	0.3%	14	0.4%	24	0.3%
8 時間未満	167	4.6%	209	5.9%	376	5.3%
9 時間未満	1,714	47.4%	1,685	48.0%	3,399	47.7%
10 時間未満	1,598	44.2%	1,520	43.3%	3,118	43.7%
11 時間未満	119	3.3%	82	2.3%	201	2.8%
12 時間未満	4	0.1%	1	0.0%	5	0.1%
12 時間以上	2	0.1%	2	0.1%	4	0.1%
合計	3,614	100.0%	3,513	100.0%	7,127	100.0%

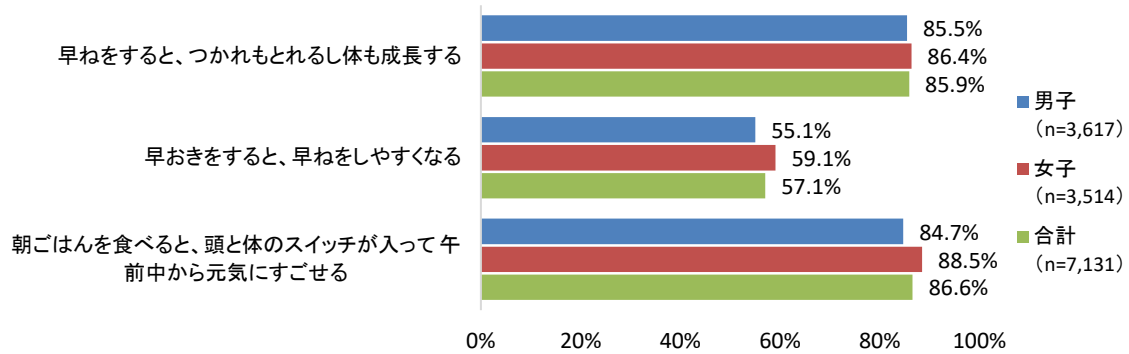
平均的な睡眠時間
 男子 8 時間 48 分
 女子 8 時間 45 分
 合計 8 時間 47 分

*7 時間未満、11 時間未満、12 時間未満、12 時間以上に該当する者が少ないため、クロス集計においてカテゴリを統合した。

睡眠時間が 8 時間未満の者の割合の推移



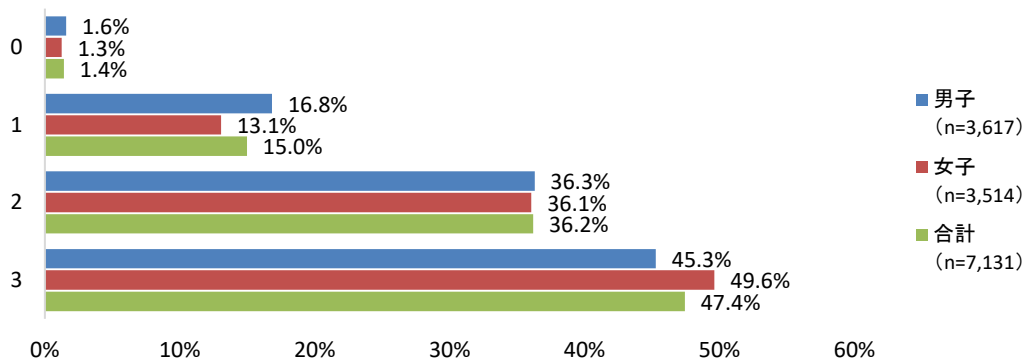
④ 早寝早起き朝ごはんの認知度（複数回答）



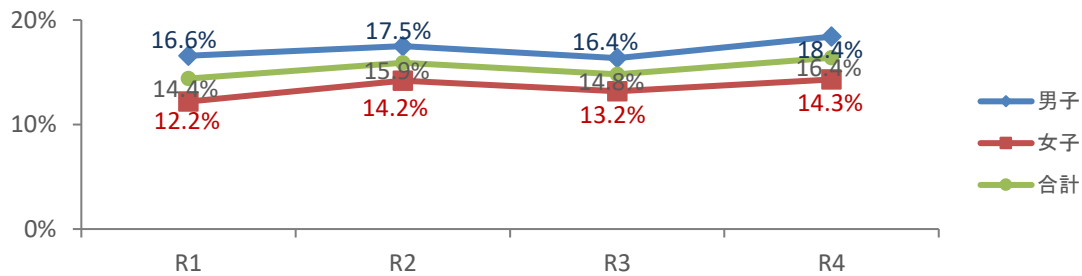
	男子		女子		合計	
	人数	%	人数	%	人数	%
早ねをすると、つかれもとれるし体も成長する	3,092	85.5%	3,036	86.4%	6,128	85.9%
早おきをすると、早ねをしやすくなる	1,992	55.1%	2,078	59.1%	4,070	57.1%
朝ごはんを食べると、頭と体のスイッチが入って午前中から元気にすごせる	3,065	84.7%	3,111	88.5%	6,176	86.6%
総数	3,617		3,514		7,131	

* 総数は回答した人数、%は男女ごとの総数に対する割合を示す。

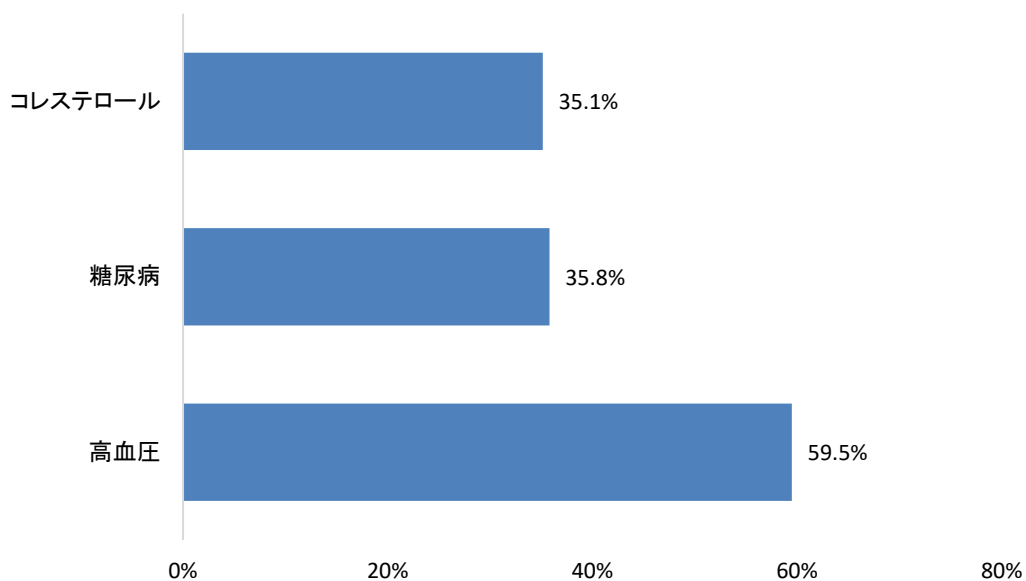
知っている項目数



知っているのが1項目以下の者の割合の推移



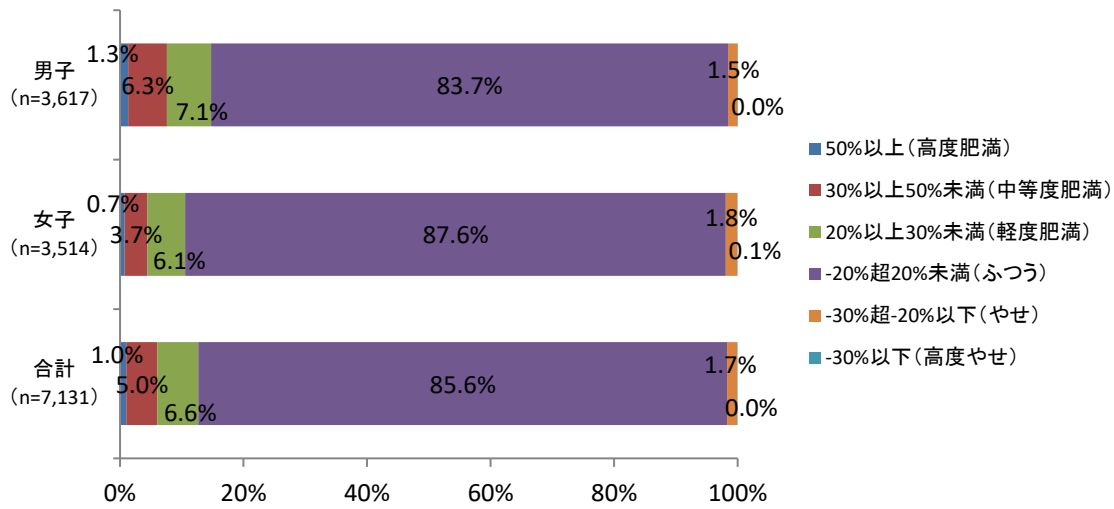
1-4 家族歴



	男子		女子		合計	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
コレステロール n = 男子 : 3,145、女子 : 3,026、 合計 : 6,171	1,104	35.1%	1,065	35.2%	2,169	35.1%
糖尿病 n = 男子 : 3,231、女子 : 3,137、 合計 : 6,368	1,136	35.2%	1,144	36.5%	2,280	35.8%
高血圧 n = 男子 : 3,286、女子 : 3,174、 合計 : 6,460	1,948	59.3%	1,896	59.7%	3,844	59.5%

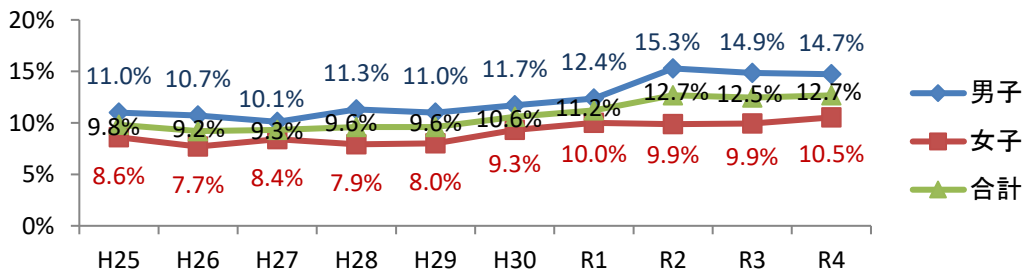
2 肥満の状況

① 肥満の程度（6分類）

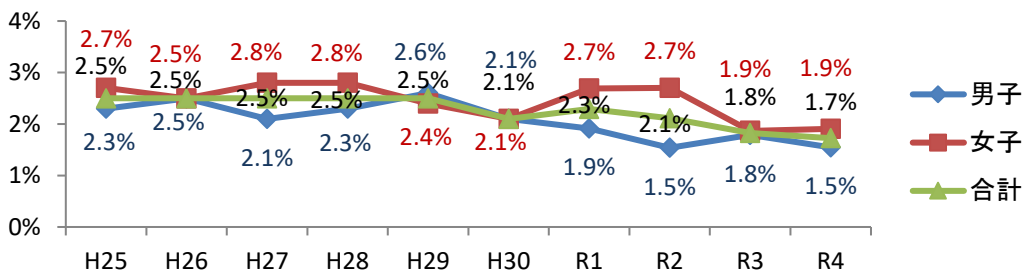


	50%以上 (高度肥満)		30%以上 50%未満 (中等度肥満)		20%以上 30%未満 (軽度肥満)		-20%超~+20%未満 (ふつう)		-30%超-20%以下 (やせ)		-30%以下 (高度やせ)		合計	
男子	47	1.3%	228	6.3%	258	7.1%	3,028	83.7%	55	1.5%	1	0.0%	3,617	100.0%
女子	26	0.7%	130	3.7%	214	6.1%	3,077	87.6%	65	1.8%	2	0.1%	3,514	100.0%
合計	73	1.0%	358	5.0%	472	6.6%	6,105	85.6%	120	1.7%	3	0.0%	7,131	100.0%

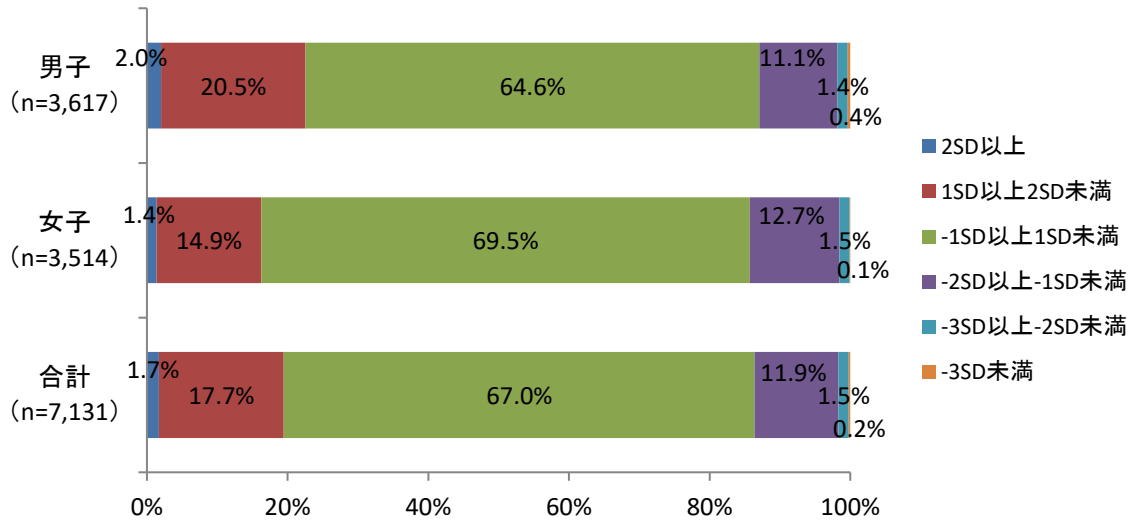
20%以上（肥満）の割合の推移



-20%以下（やせ）の割合の推移

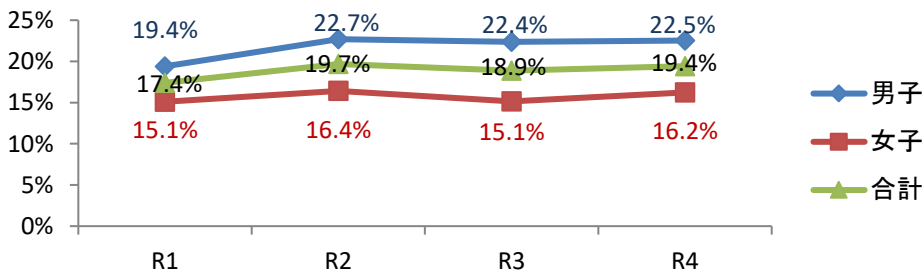


② BMI 分類 (Zスコア)

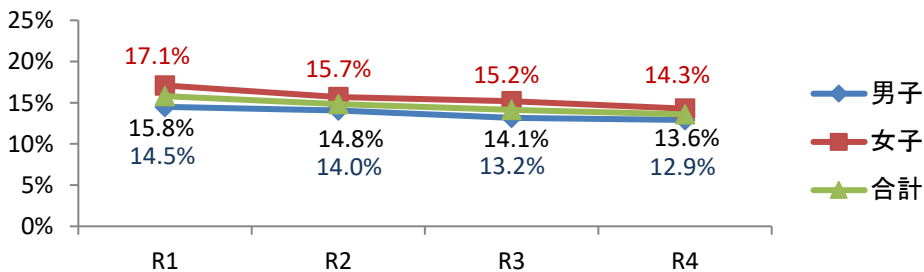


	2SD 以上		1SD 以上 2SD 未満		-1SD 以上 1SD 未満		-2SD 以上 -1SD 未満		-3SD 以上 -2SD 未満		-3SD 未満		合計	
男子	73	2.0%	742	20.5%	2,335	64.6%	401	11.1%	52	1.4%	14	0.4%	3,617	100.0%
女子	48	1.4%	523	14.9%	2,441	69.5%	447	12.7%	52	1.5%	3	0.1%	3,514	100.0%
合計	121	1.7%	1,265	17.7%	4,776	67.0%	848	11.9%	104	1.5%	17	0.2%	7,131	100.0%

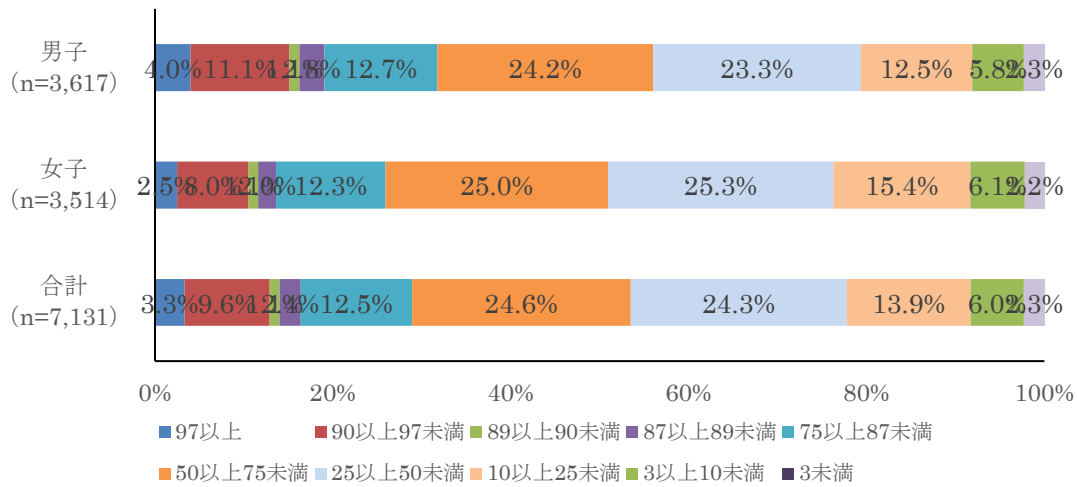
1SD 以上の割合の推移



-1SD 未満の割合の推移

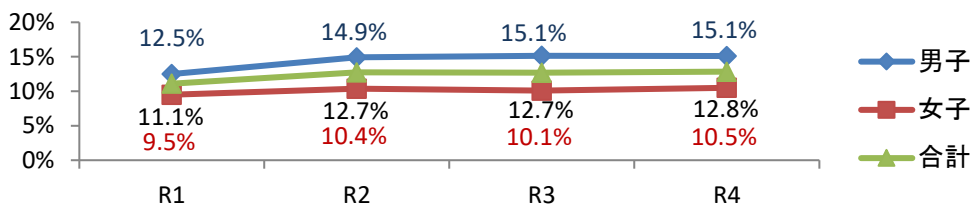


③ BMI 分類（パーセンタイル）

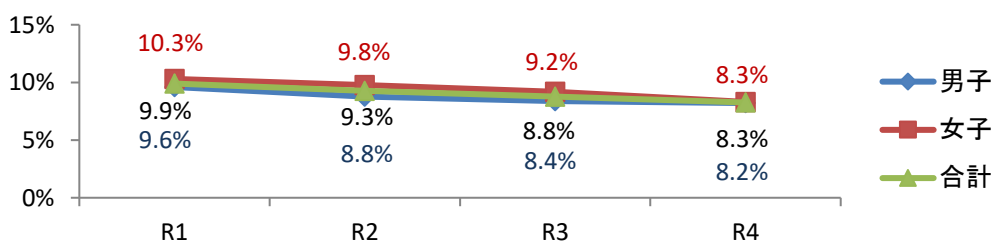


	男子		女子		全体	
97 以上	145	4.0%	87	2.5%	232	3.3%
90 以上 97 未満	402	11.1%	282	8.0%	684	9.6%
89 以上 90 未満	41	1.1%	39	1.1%	80	1.1%
87 以上 89 未満	102	2.8%	72	2.0%	174	2.4%
75 以上 87 未満	458	12.7%	433	12.3%	891	12.5%
50 以上 75 未満	877	24.2%	879	25.0%	1,756	24.6%
25 以上 50 未満	842	23.3%	890	25.3%	1,732	24.3%
10 以上 25 未満	453	12.5%	540	15.4%	993	13.9%
3 以上 10 未満	211	5.8%	215	6.1%	426	6.0%
3 未満	86	2.4%	77	2.2%	163	2.3%
合計	3,617	100.0%	3,514	100.0%	7,131	100.0%

90 以上の割合の推移



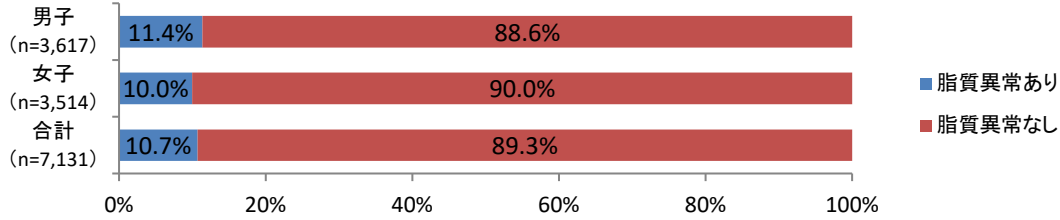
10 未満の割合の推移



3 血液検査の状況

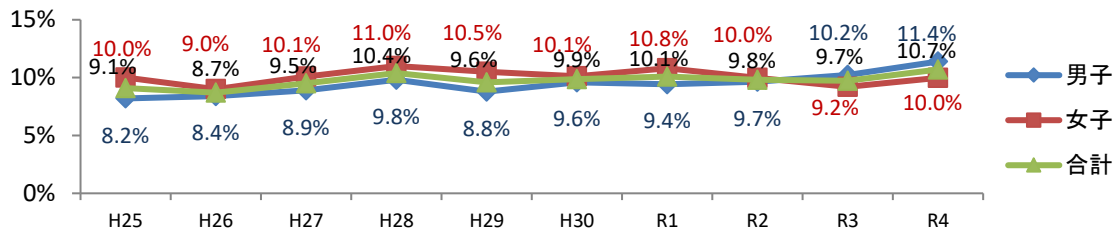
3-1 脂質（総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪）

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）

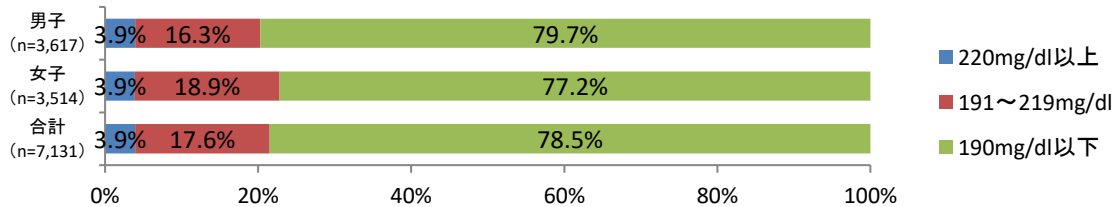


	脂質異常あり		脂質異常なし		合計	
男子	412	11.4%	3,205	88.6%	3,617	100.0%
女子	351	10.0%	3,163	90.0%	3,514	100.0%
合計	763	10.7%	6,368	89.3%	7,131	100.0%

脂質異常ありの割合の推移

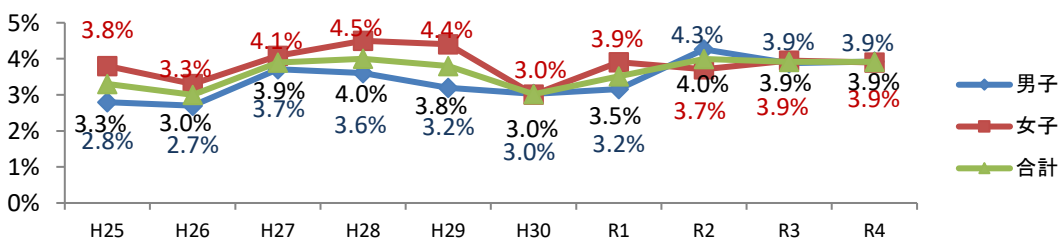


② 総コレステロール

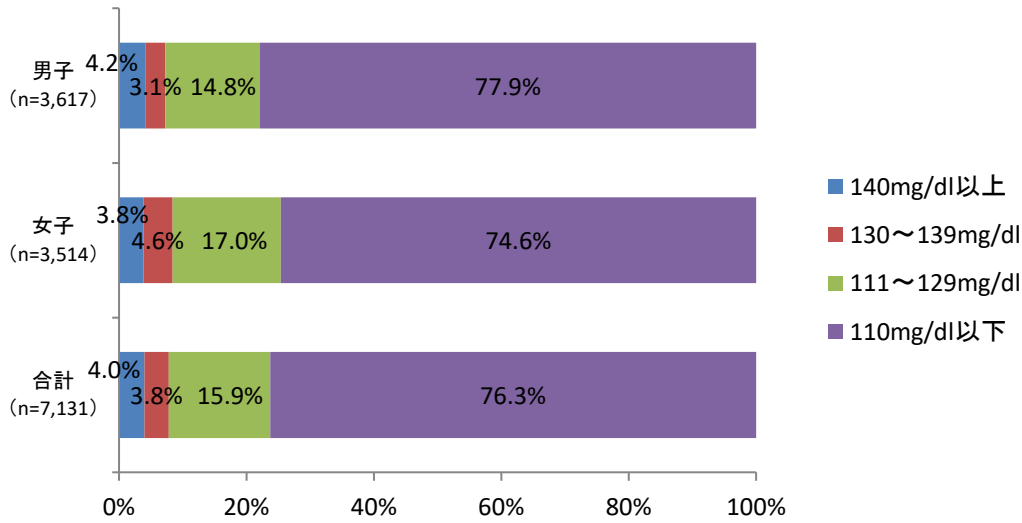


	220mg/dl 以上		191~219mg/dl		190mg/dl 以下		合計	
男子	142	3.9%	591	16.3%	2,884	79.7%	3,617	100.0%
女子	137	3.9%	664	18.9%	2,713	77.2%	3,514	100.0%
合計	279	3.9%	1,255	17.6%	5,597	78.5%	7,131	100.0%

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

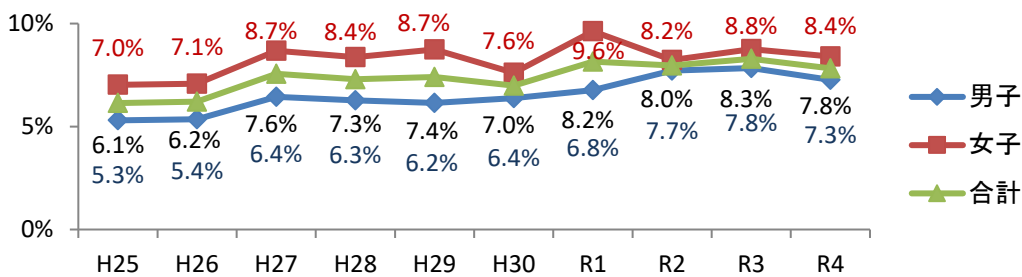


③ LDL コレステロール

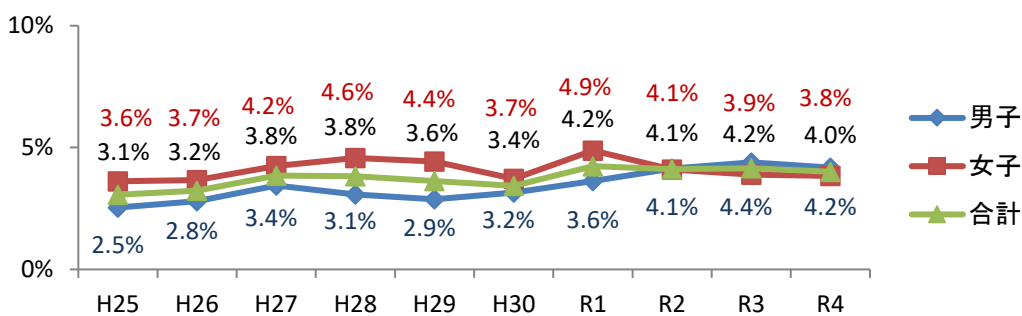


	140mg/dl以上		130~139mg/dl		111~129mg/dl		110mg/dl以下		合計	
男子	151	4.2%	112	3.1%	537	14.8%	2,817	77.9%	3,617	100.0%
女子	135	3.8%	160	4.6%	597	17.0%	2,622	74.6%	3,514	100.0%
合計	286	4.0%	272	3.8%	1,134	15.9%	5,439	76.3%	7,131	100.0%

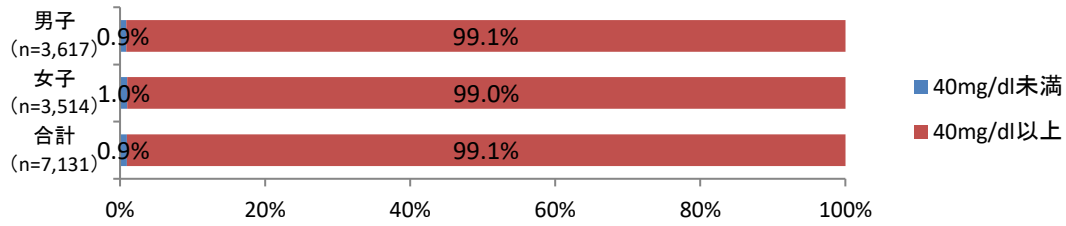
LDL コレステロール 基準値を超える（130mg/dl 以上）者の割合の推移



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

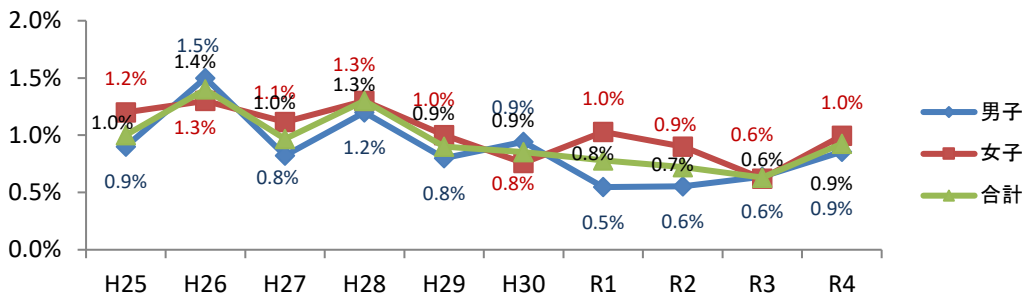


④ HDL コレステロール

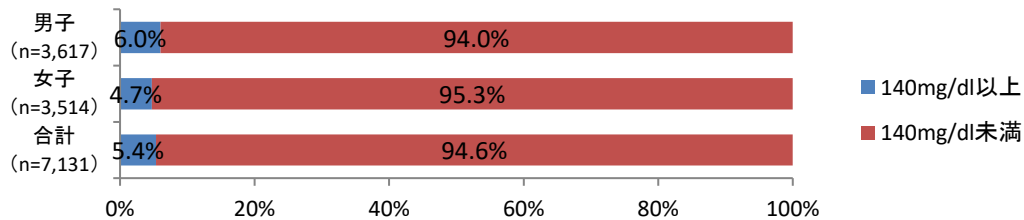


	40mg/dl 未満		40mg/dl 以上		合計	
男子	31	0.9%	3,586	99.1%	3,617	100.0%
女子	35	1.0%	3,479	99.0%	3,514	100.0%
合計	66	0.9%	7,065	99.1%	7,131	100.0%

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

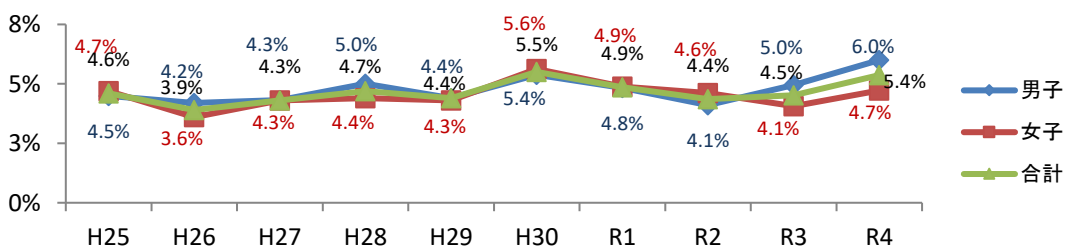


⑤ 中性脂肪



	140mg/dl 以上		140mg/dl 未満		合計	
男子	217	6.0%	3,400	94.0%	3,617	100.0%
女子	166	4.7%	3,348	95.3%	3,514	100.0%
合計	383	5.4%	6,748	94.6%	7,131	100.0%

中性脂肪 基準値を超える（140mg/dl 以上）者の割合の推移

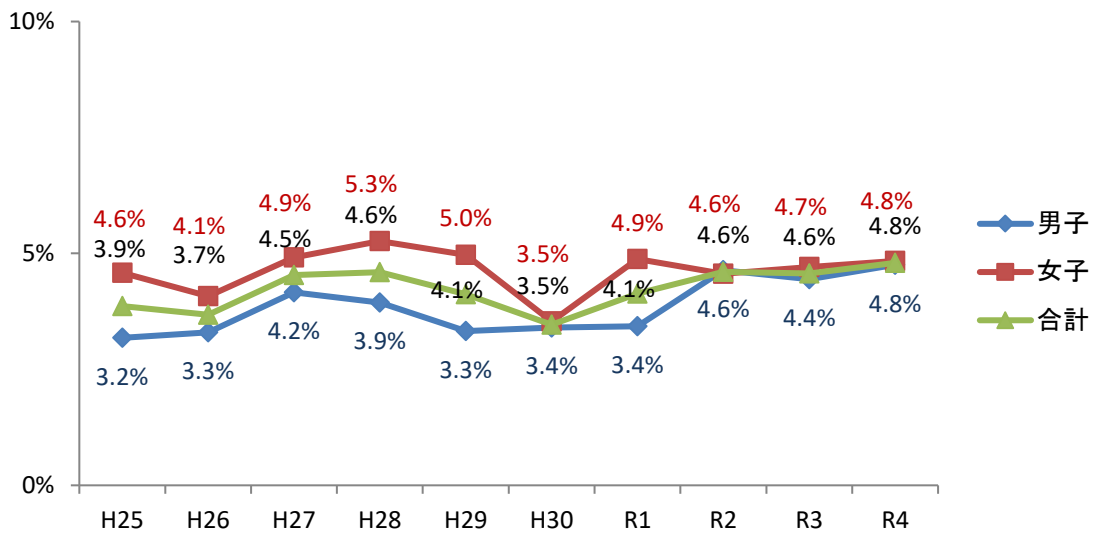


⑥ non-HDL コレステロール

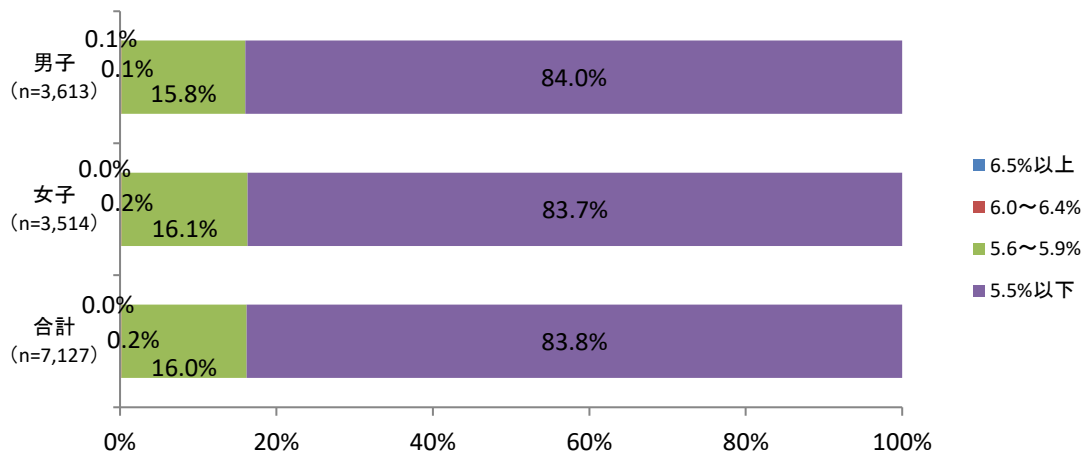


	150mg/dl 以上		80mg/dl 以上 150mg/dl 未満		80mg/dl 未満		合計	
男子	172	4.8%	3,001	83.0%	444	12.3%	3,617	100.0%
女子	170	4.8%	3,020	85.9%	324	9.2%	3,514	100.0%
合計	342	4.8%	6,021	84.4%	768	10.8%	7,131	100.0%

non-HDL コレステロール 基準値を超える（150mg/dl 以上）者の割合の推移

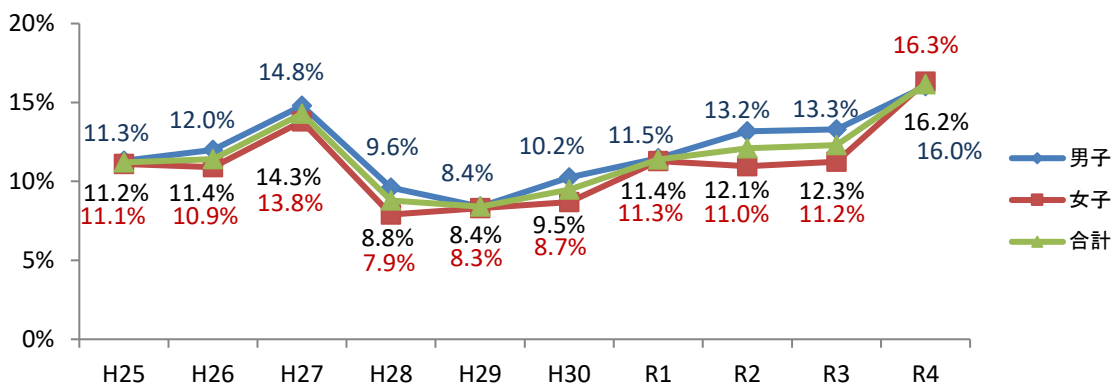


3-2 HbA1c



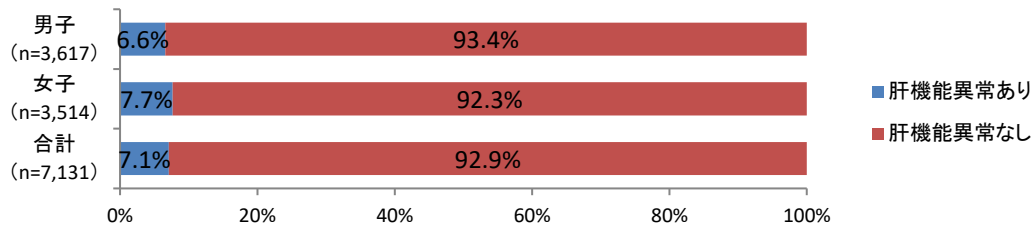
	6.5%以上		6.0~6.4%		5.6~5.9%		5.5%以下		合計	
男子	2	0.1%	5	0.1%	572	15.8%	3,034	84.0%	3,613	100.0%
女子	1	0.0%	6	0.2%	566	16.1%	2,941	83.7%	3,514	100.0%
合計	3	0.0%	11	0.2%	1,138	16.0%	5,975	83.8%	7,127	100.0%

HbA1c 5.6%以上の割合の推移



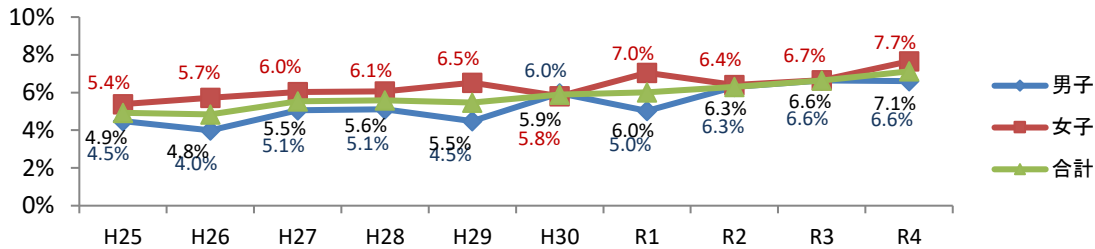
3-3 肝機能、脂肪肝 (AST、ALT、 γ -GTP)

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)

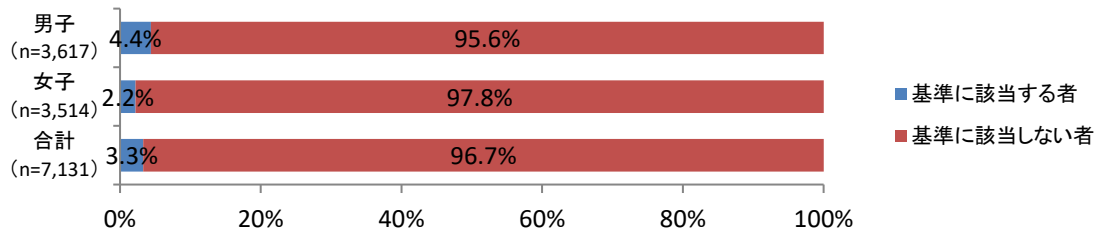


	肝機能異常あり		肝機能異常なし		合計	
男子	239	6.6%	3,378	93.4%	3,617	100.0%
女子	269	7.7%	3,245	92.3%	3,514	100.0%
合計	508	7.1%	6,623	92.9%	7,131	100.0%

肝機能異常ありの割合の推移

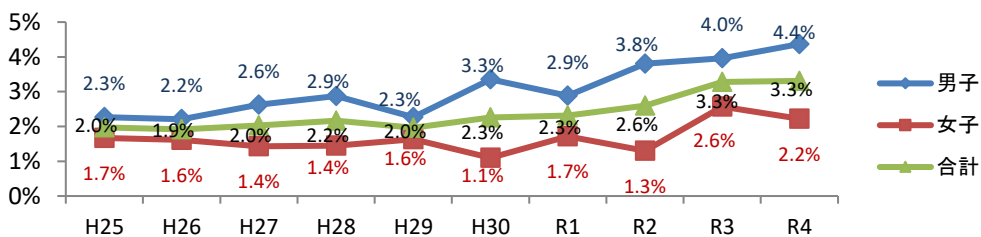


② 脂肪肝 (非アルコール性脂肪性肝疾患 : ALT の異常かつ AST/ALT < 1、または、 γ -GTP の異常かつ AST/ALT < 1 の基準に該当するもの)

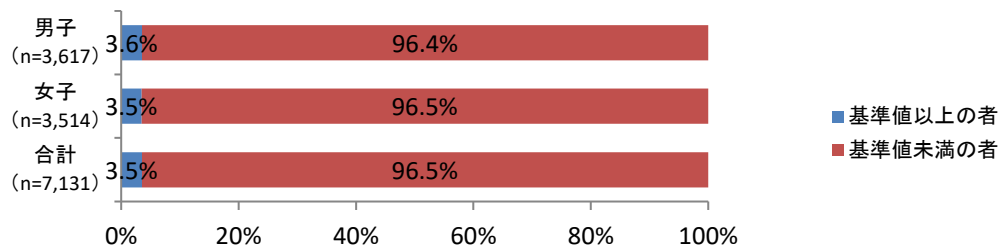


	基準に該当する者		基準に該当しない者		合計	
男子	158	4.4%	3,459	95.6%	3,617	100.0%
女子	78	2.2%	3,436	97.8%	3,514	100.0%
合計	236	3.3%	6,895	96.7%	7,131	100.0%

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

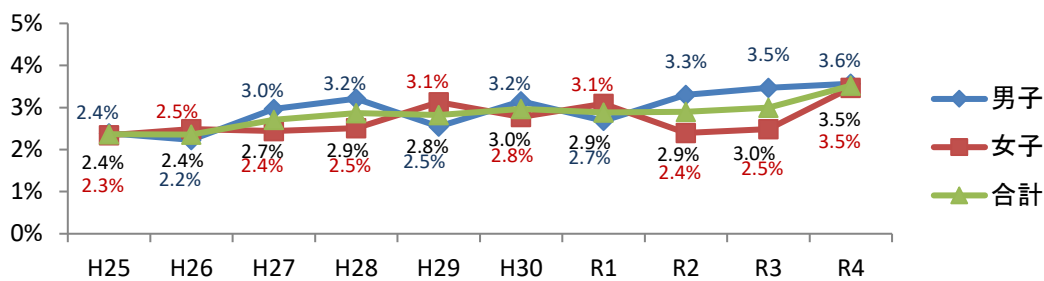


② AST

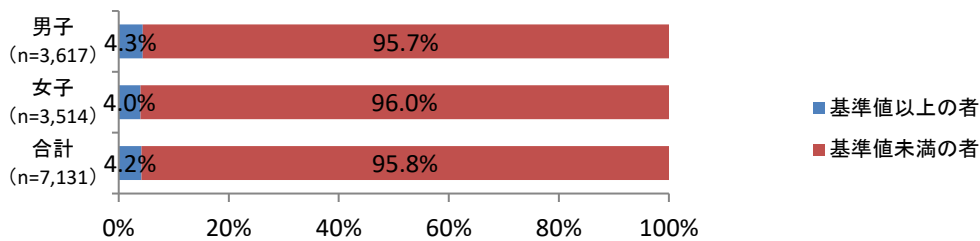


	基準値以上の者		基準値以下の者		合計	
男子	129	3.6%	3,488	96.4%	3,617	100.0%
女子	122	3.5%	3,392	96.5%	3,514	100.0%
合計	251	3.5%	6,880	96.5%	7,131	100.0%

AST 基準値以上の者の割合の推移

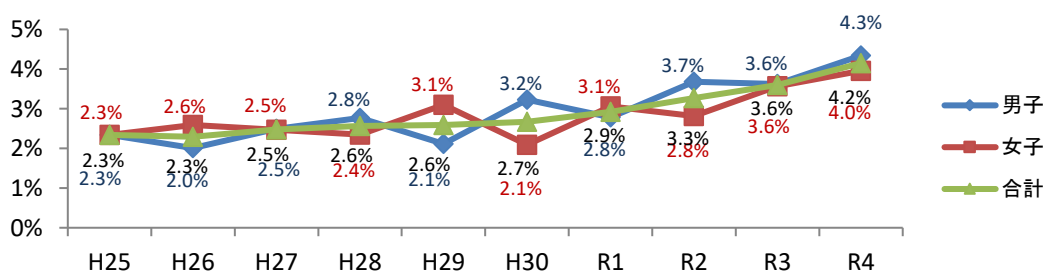


③ ALT

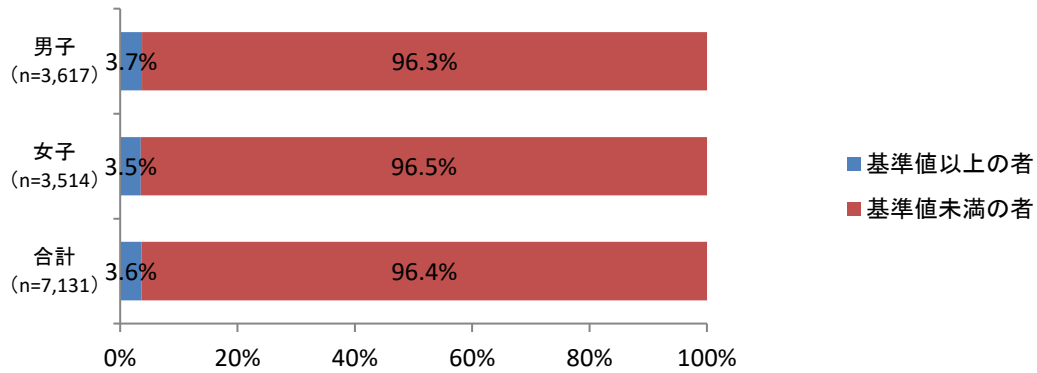


	基準値以上の者		基準値以下の者		合計	
男子	157	4.3%	3,460	95.7%	3,617	100.0%
女子	139	4.0%	3,375	96.0%	3,514	100.0%
合計	296	4.2%	6,835	95.8%	7,131	100.0%

ALT 基準値以上の者の割合の推移

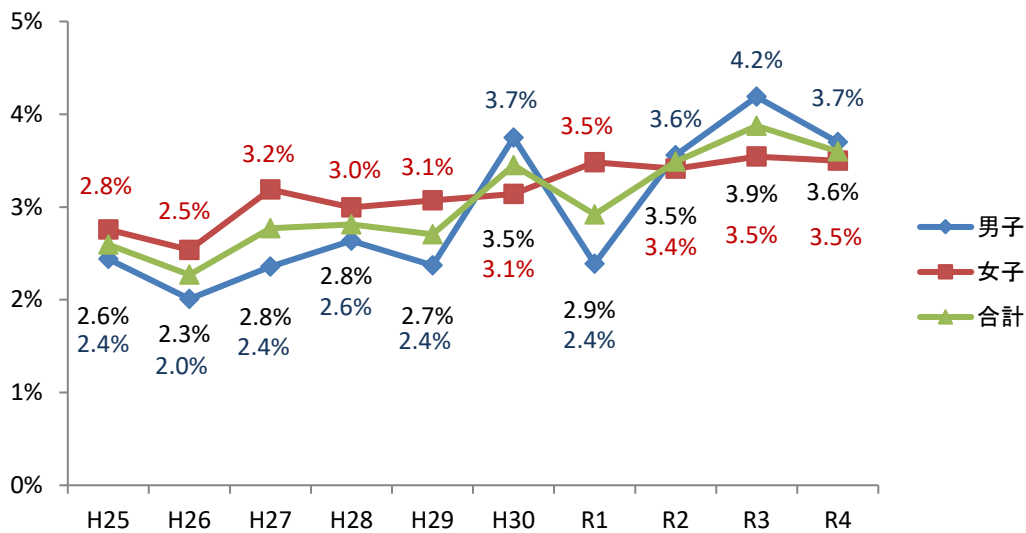


④ γ -GTP



	基準値以上の者		基準値以下の者		合計	
男子	135	3.7%	3,482	96.3%	3,617	100.0%
女子	124	3.5%	3,390	96.5%	3,514	100.0%
合計	259	3.6%	6,872	96.4%	7,131	100.0%

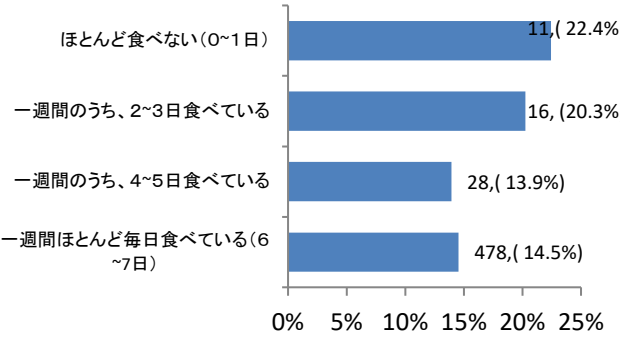
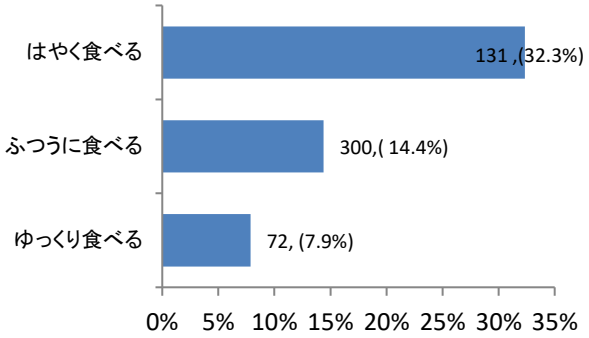
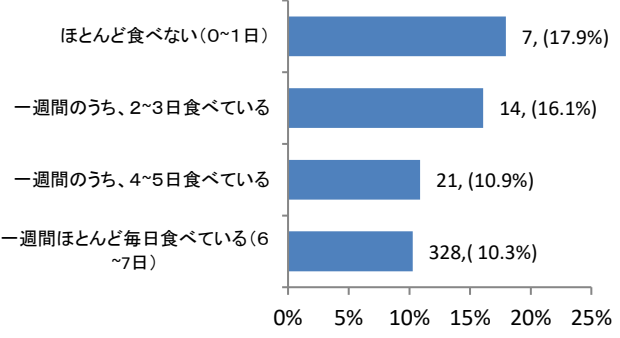
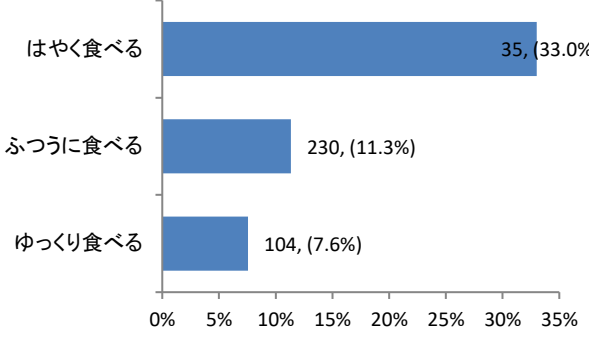
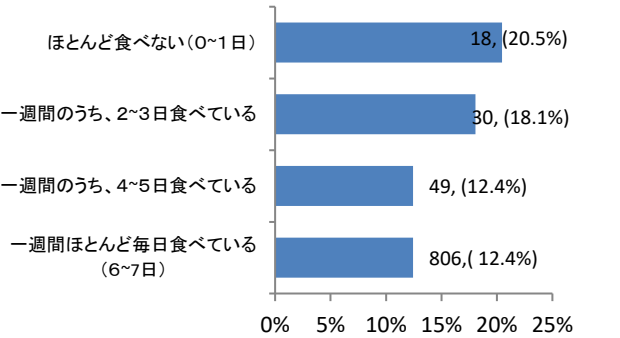
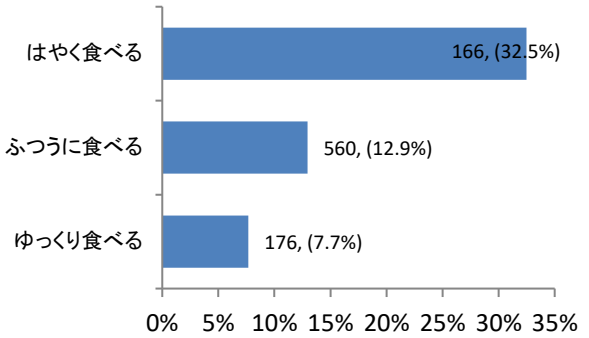
γ -GTP 基準値以上の者の割合の推移



4. 生活習慣と肥満の関係

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

朝食の摂取	食べるはやさ
<p>男子</p>  <p>p=0.218</p>	<p>男子</p>  <p>p<0.001</p>
<p>女子</p>  <p>p=0.145</p>	<p>女子</p>  <p>p<0.001</p>
<p>合計</p>  <p>p=0.023</p>	<p>合計</p>  <p>p<0.001</p>

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

食べる量（いつもおなかいっぱい食べる）	野菜の摂取														
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>いいえ</td><td>9, (6.4%)</td></tr> <tr><td>ときどき</td><td>165, (12.7%)</td></tr> <tr><td>はい</td><td>359, (16.5%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	いいえ	9, (6.4%)	ときどき	165, (12.7%)	はい	359, (16.5%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>99, (11.9%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>271, (13.4%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>131, (21.2%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>32, (22.7%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	一日に3回以上	99, (11.9%)	一日に2回	271, (13.4%)	一日に1回	131, (21.2%)	ほとんど食べない	32, (22.7%)
いいえ	9, (6.4%)														
ときどき	165, (12.7%)														
はい	359, (16.5%)														
一日に3回以上	99, (11.9%)														
一日に2回	271, (13.4%)														
一日に1回	131, (21.2%)														
ほとんど食べない	32, (22.7%)														
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>いいえ</td><td>11, (9.9%)</td></tr> <tr><td>ときどき</td><td>110, (8.6%)</td></tr> <tr><td>はい</td><td>249, (11.7%)</td></tr> </table> <p>p=0.016</p>	いいえ	11, (9.9%)	ときどき	110, (8.6%)	はい	249, (11.7%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>60, (7.8%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>203, (9.6%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>90, (17.5%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>17, (15.3%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	一日に3回以上	60, (7.8%)	一日に2回	203, (9.6%)	一日に1回	90, (17.5%)	ほとんど食べない	17, (15.3%)
いいえ	11, (9.9%)														
ときどき	110, (8.6%)														
はい	249, (11.7%)														
一日に3回以上	60, (7.8%)														
一日に2回	203, (9.6%)														
一日に1回	90, (17.5%)														
ほとんど食べない	17, (15.3%)														
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>いいえ</td><td>20, (8.0%)</td></tr> <tr><td>ときどき</td><td>275, (10.7%)</td></tr> <tr><td>はい</td><td>608, (14.2%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	いいえ	20, (8.0%)	ときどき	275, (10.7%)	はい	608, (14.2%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>159, (9.9%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>474, (11.5%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>221, (19.5%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>49, (19.4%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	一日に3回以上	159, (9.9%)	一日に2回	474, (11.5%)	一日に1回	221, (19.5%)	ほとんど食べない	49, (19.4%)
いいえ	20, (8.0%)														
ときどき	275, (10.7%)														
はい	608, (14.2%)														
一日に3回以上	159, (9.9%)														
一日に2回	474, (11.5%)														
一日に1回	221, (19.5%)														
ほとんど食べない	49, (19.4%)														

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

果物の摂取	加糖飲料の摂取																		
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>9, (12.9%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>29, (9.0%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>230, (14.3%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>262, (16.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.007</p>	一日に3回以上	9, (12.9%)	一日に2回	29, (9.0%)	一日に1回	230, (14.3%)	ほとんど食べない	262, (16.3%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど飲まない</td><td>67, (11.5%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1~2回</td><td>169, (14.0%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、3~4回</td><td>103, (14.3%)</td></tr> <tr><td>毎日1回</td><td>117, (17.7%)</td></tr> <tr><td>毎日2回以上</td><td>117, (17.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.015</p>	ほとんど飲まない	67, (11.5%)	一週間のうち、1~2回	169, (14.0%)	一週間のうち、3~4回	103, (14.3%)	毎日1回	117, (17.7%)	毎日2回以上	117, (17.3%)
一日に3回以上	9, (12.9%)																		
一日に2回	29, (9.0%)																		
一日に1回	230, (14.3%)																		
ほとんど食べない	262, (16.3%)																		
ほとんど飲まない	67, (11.5%)																		
一週間のうち、1~2回	169, (14.0%)																		
一週間のうち、3~4回	103, (14.3%)																		
毎日1回	117, (17.7%)																		
毎日2回以上	117, (17.3%)																		
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>10, (9.9%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>37, (9.3%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>153, (9.4%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>169, (12.4%)</td></tr> </table> <p>p=0.048</p>	一日に3回以上	10, (9.9%)	一日に2回	37, (9.3%)	一日に1回	153, (9.4%)	ほとんど食べない	169, (12.4%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど飲まない</td><td>62, (9.3%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1~2回</td><td>113, (10.2%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、3~4回</td><td>71, (10.4%)</td></tr> <tr><td>毎日1回</td><td>79, (12.8%)</td></tr> <tr><td>毎日2回以上</td><td>45, (10.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.347</p>	ほとんど飲まない	62, (9.3%)	一週間のうち、1~2回	113, (10.2%)	一週間のうち、3~4回	71, (10.4%)	毎日1回	79, (12.8%)	毎日2回以上	45, (10.3%)
一日に3回以上	10, (9.9%)																		
一日に2回	37, (9.3%)																		
一日に1回	153, (9.4%)																		
ほとんど食べない	169, (12.4%)																		
ほとんど飲まない	62, (9.3%)																		
一週間のうち、1~2回	113, (10.2%)																		
一週間のうち、3~4回	71, (10.4%)																		
毎日1回	79, (12.8%)																		
毎日2回以上	45, (10.3%)																		
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>一日に3回以上</td><td>19, (11.1%)</td></tr> <tr><td>一日に2回</td><td>66, (9.2%)</td></tr> <tr><td>一日に1回</td><td>383, (11.8%)</td></tr> <tr><td>ほとんど食べない</td><td>431, (14.5%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	一日に3回以上	19, (11.1%)	一日に2回	66, (9.2%)	一日に1回	383, (11.8%)	ほとんど食べない	431, (14.5%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど飲まない</td><td>129, (10.3%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1~2回</td><td>282, (12.2%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、3~4回</td><td>174, (12.4%)</td></tr> <tr><td>毎日1回</td><td>196, (15.3%)</td></tr> <tr><td>毎日2回以上</td><td>122, (13.8%)</td></tr> </table> <p>p=0.003</p>	ほとんど飲まない	129, (10.3%)	一週間のうち、1~2回	282, (12.2%)	一週間のうち、3~4回	174, (12.4%)	毎日1回	196, (15.3%)	毎日2回以上	122, (13.8%)
一日に3回以上	19, (11.1%)																		
一日に2回	66, (9.2%)																		
一日に1回	383, (11.8%)																		
ほとんど食べない	431, (14.5%)																		
ほとんど飲まない	129, (10.3%)																		
一週間のうち、1~2回	282, (12.2%)																		
一週間のうち、3~4回	174, (12.4%)																		
毎日1回	196, (15.3%)																		
毎日2回以上	122, (13.8%)																		

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

夕食後のおやつの摂取	孤食																
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど食べない(0~1日)</td><td>279, (14.9%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3日食べている</td><td>145, (15.7%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、4~5日食べている</td><td>49, (11.7%)</td></tr> <tr><td>一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)</td><td>60, (14.7%)</td></tr> </table> <p>p=0.274</p>	ほとんど食べない(0~1日)	279, (14.9%)	一週間のうち、2~3日食べている	145, (15.7%)	一週間のうち、4~5日食べている	49, (11.7%)	一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	60, (14.7%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>一週間のうち、4回以上ある</td><td>14, (19.4%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3回ある</td><td>32, (23.4%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1回ある</td><td>27, (13.8%)</td></tr> <tr><td>ほとんどない</td><td>458, (14.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.018</p>	一週間のうち、4回以上ある	14, (19.4%)	一週間のうち、2~3回ある	32, (23.4%)	一週間のうち、1回ある	27, (13.8%)	ほとんどない	458, (14.3%)
ほとんど食べない(0~1日)	279, (14.9%)																
一週間のうち、2~3日食べている	145, (15.7%)																
一週間のうち、4~5日食べている	49, (11.7%)																
一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	60, (14.7%)																
一週間のうち、4回以上ある	14, (19.4%)																
一週間のうち、2~3回ある	32, (23.4%)																
一週間のうち、1回ある	27, (13.8%)																
ほとんどない	458, (14.3%)																
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど食べない(0~1日)</td><td>195, (11.5%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3日食べている</td><td>88, (9.3%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、4~5日食べている</td><td>37, (9.3%)</td></tr> <tr><td>一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)</td><td>49, (10.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.276</p>	ほとんど食べない(0~1日)	195, (11.5%)	一週間のうち、2~3日食べている	88, (9.3%)	一週間のうち、4~5日食べている	37, (9.3%)	一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	49, (10.3%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>一週間のうち、4回以上ある</td><td>13, (26.0%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3回ある</td><td>12, (12.2%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1回ある</td><td>23, (13.6%)</td></tr> <tr><td>ほとんどない</td><td>321, (10.1%)</td></tr> </table> <p>p=0.001</p>	一週間のうち、4回以上ある	13, (26.0%)	一週間のうち、2~3回ある	12, (12.2%)	一週間のうち、1回ある	23, (13.6%)	ほとんどない	321, (10.1%)
ほとんど食べない(0~1日)	195, (11.5%)																
一週間のうち、2~3日食べている	88, (9.3%)																
一週間のうち、4~5日食べている	37, (9.3%)																
一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	49, (10.3%)																
一週間のうち、4回以上ある	13, (26.0%)																
一週間のうち、2~3回ある	12, (12.2%)																
一週間のうち、1回ある	23, (13.6%)																
ほとんどない	321, (10.1%)																
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>ほとんど食べない(0~1日)</td><td>474, (13.3%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3日食べている</td><td>233, (12.5%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、4~5日食べている</td><td>86, (10.5%)</td></tr> <tr><td>一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)</td><td>109, (12.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.182</p>	ほとんど食べない(0~1日)	474, (13.3%)	一週間のうち、2~3日食べている	233, (12.5%)	一週間のうち、4~5日食べている	86, (10.5%)	一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	109, (12.3%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>一週間のうち、4回以上ある</td><td>27, (22.1%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、2~3回ある</td><td>44, (18.7%)</td></tr> <tr><td>一週間のうち、1回ある</td><td>50, (13.7%)</td></tr> <tr><td>ほとんどない</td><td>779, (12.2%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	一週間のうち、4回以上ある	27, (22.1%)	一週間のうち、2~3回ある	44, (18.7%)	一週間のうち、1回ある	50, (13.7%)	ほとんどない	779, (12.2%)
ほとんど食べない(0~1日)	474, (13.3%)																
一週間のうち、2~3日食べている	233, (12.5%)																
一週間のうち、4~5日食べている	86, (10.5%)																
一週間ほとんど毎日食べている(6~7日)	109, (12.3%)																
一週間のうち、4回以上ある	27, (22.1%)																
一週間のうち、2~3回ある	44, (18.7%)																
一週間のうち、1回ある	50, (13.7%)																
ほとんどない	779, (12.2%)																

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

食事でご注意のこと： まず野菜を食べる	食事でご注意のこと： 赤・緑・黄の栄養バランスを考えて食べる								
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>210, (15.8%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>323, (14.1%)</td></tr> </table> <p>p=0.182</p>	はい	210, (15.8%)	いいえ	323, (14.1%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>174, (12.4%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>359, (16.2%)</td></tr> </table> <p>p=0.002</p>	はい	174, (12.4%)	いいえ	359, (16.2%)
はい	210, (15.8%)								
いいえ	323, (14.1%)								
はい	174, (12.4%)								
いいえ	359, (16.2%)								
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>158, (10.5%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>212, (10.5%)</td></tr> </table> <p>p=0.976</p>	はい	158, (10.5%)	いいえ	212, (10.5%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>122, (8.5%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>248, (11.9%)</td></tr> </table> <p>p=0.001</p>	はい	122, (8.5%)	いいえ	248, (11.9%)
はい	158, (10.5%)								
いいえ	212, (10.5%)								
はい	122, (8.5%)								
いいえ	248, (11.9%)								
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>368, (13.0%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>535, (12.4%)</td></tr> </table> <p>p=0.483</p>	はい	368, (13.0%)	いいえ	535, (12.4%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>296, (10.5%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>607, (14.1%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	はい	296, (10.5%)	いいえ	607, (14.1%)
はい	368, (13.0%)								
いいえ	535, (12.4%)								
はい	296, (10.5%)								
いいえ	607, (14.1%)								

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

食事で気をつけていること： 食事のときはテレビやスマホなどを消しておく	食事で気をつけていること： おかしやスナック菓子を食べすぎない								
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>162, (12.2%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>371, (16.2%)</td></tr> </table> <p>p=0.001</p>	はい	162, (12.2%)	いいえ	371, (16.2%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>321, (13.9%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>212, (16.3%)</td></tr> </table> <p>p=0.051</p>	はい	321, (13.9%)	いいえ	212, (16.3%)
はい	162, (12.2%)								
いいえ	371, (16.2%)								
はい	321, (13.9%)								
いいえ	212, (16.3%)								
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>101, (8.0%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>269, (12.0%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	はい	101, (8.0%)	いいえ	269, (12.0%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>216, (9.7%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>154, (11.9%)</td></tr> </table> <p>p=0.048</p>	はい	216, (9.7%)	いいえ	154, (11.9%)
はい	101, (8.0%)								
いいえ	269, (12.0%)								
はい	216, (9.7%)								
いいえ	154, (11.9%)								
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>263, (10.1%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>640, (14.1%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	はい	263, (10.1%)	いいえ	640, (14.1%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>はい</td><td>537, (11.9%)</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>366, (14.1%)</td></tr> </table> <p>p=0.007</p>	はい	537, (11.9%)	いいえ	366, (14.1%)
はい	263, (10.1%)								
いいえ	640, (14.1%)								
はい	537, (11.9%)								
いいえ	366, (14.1%)								

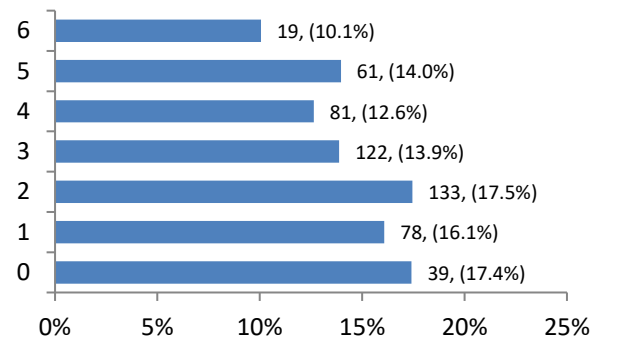
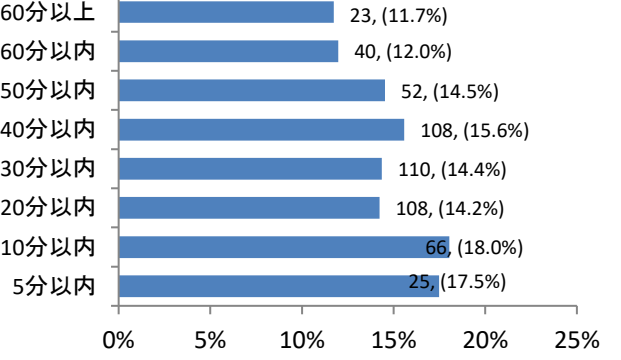
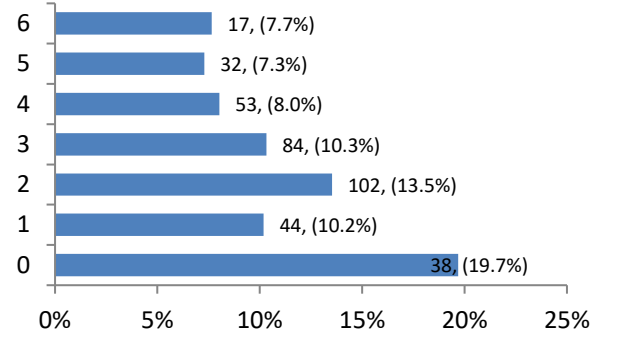
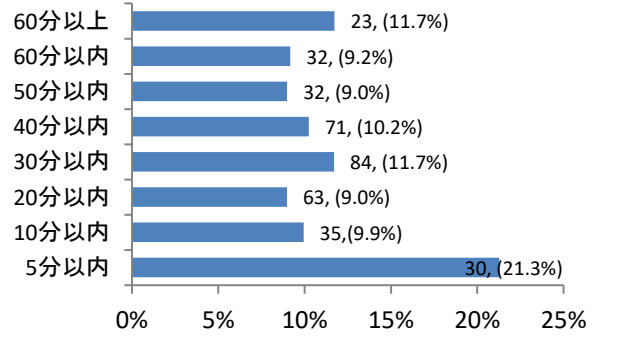
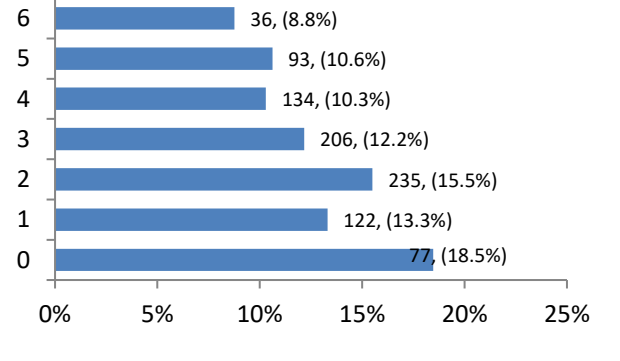
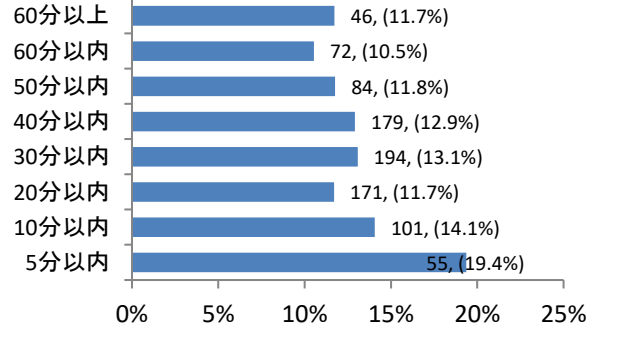
生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

食事で気をつけていること： 塩からいものを食べすぎない	食事で気をつけていること： 肉も魚もバランスよく食べる																		
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>279</td><td>14.3%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>254</td><td>15.2%</td></tr> </table> <p>p=0.474</p>	回答	人数	割合	はい	279	14.3%	いいえ	254	15.2%	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>307</td><td>13.9%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>226</td><td>16.1%</td></tr> </table> <p>p=0.068</p>	回答	人数	割合	はい	307	13.9%	いいえ	226	16.1%
回答	人数	割合																	
はい	279	14.3%																	
いいえ	254	15.2%																	
回答	人数	割合																	
はい	307	13.9%																	
いいえ	226	16.1%																	
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>187</td><td>9.2%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>183</td><td>12.3%</td></tr> </table> <p>p=0.003</p>	回答	人数	割合	はい	187	9.2%	いいえ	183	12.3%	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>190</td><td>9.0%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>180</td><td>12.8%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	回答	人数	割合	はい	190	9.0%	いいえ	180	12.8%
回答	人数	割合																	
はい	187	9.2%																	
いいえ	183	12.3%																	
回答	人数	割合																	
はい	190	9.0%																	
いいえ	180	12.8%																	
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>466</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>437</td><td>13.9%</td></tr> </table> <p>p=0.007</p>	回答	人数	割合	はい	466	11.7%	いいえ	437	13.9%	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>497</td><td>11.5%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>406</td><td>14.4%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	回答	人数	割合	はい	497	11.5%	いいえ	406	14.4%
回答	人数	割合																	
はい	466	11.7%																	
いいえ	437	13.9%																	
回答	人数	割合																	
はい	497	11.5%																	
いいえ	406	14.4%																	

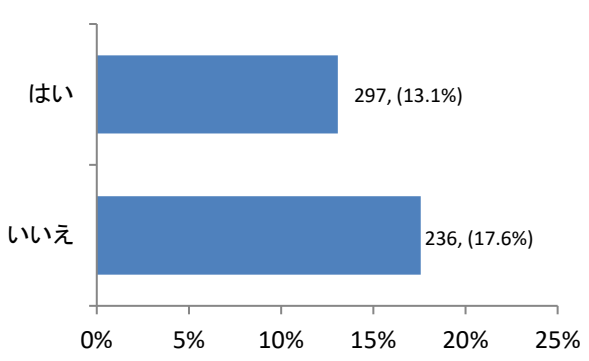
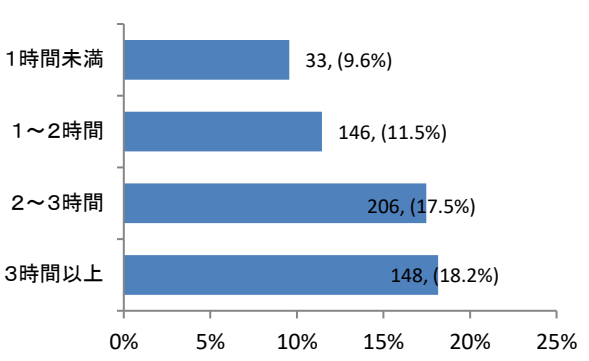
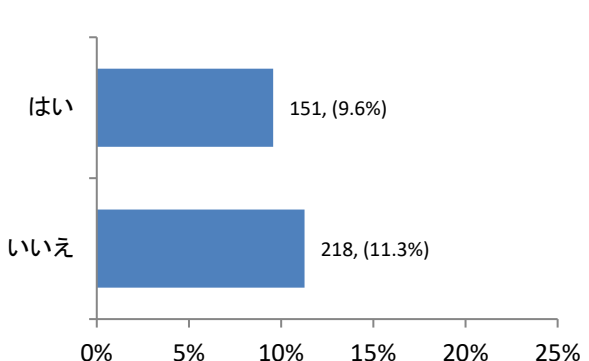
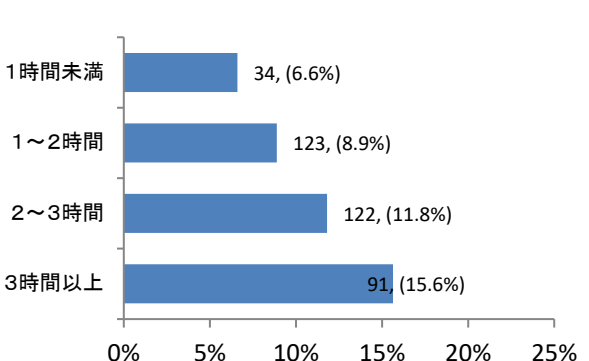
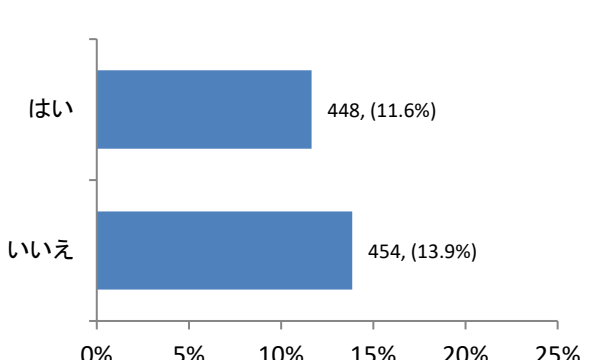
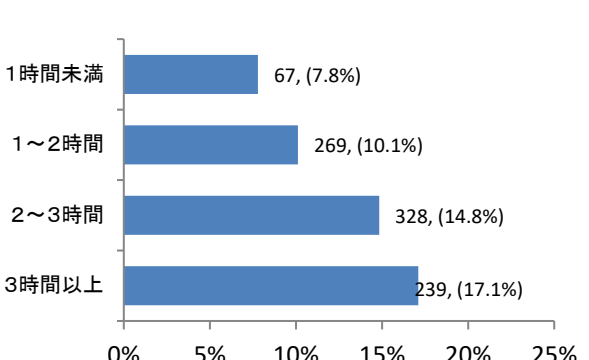
生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

食事でお腹が膨らんでいること： 回答数	通学時の徒歩時間（往復）																																																			
<p>男子</p>  <table border="1"> <tr><th>回数</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>6</td><td>19</td><td>10.1%</td></tr> <tr><td>5</td><td>61</td><td>14.0%</td></tr> <tr><td>4</td><td>81</td><td>12.6%</td></tr> <tr><td>3</td><td>122</td><td>13.9%</td></tr> <tr><td>2</td><td>133</td><td>17.5%</td></tr> <tr><td>1</td><td>78</td><td>16.1%</td></tr> <tr><td>0</td><td>39</td><td>17.4%</td></tr> </table> <p>p=0.048</p>	回数	人数	割合	6	19	10.1%	5	61	14.0%	4	81	12.6%	3	122	13.9%	2	133	17.5%	1	78	16.1%	0	39	17.4%	<p>男子</p>  <table border="1"> <tr><th>徒歩時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>60分以上</td><td>23</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>60分以内</td><td>40</td><td>12.0%</td></tr> <tr><td>50分以内</td><td>52</td><td>14.5%</td></tr> <tr><td>40分以内</td><td>108</td><td>15.6%</td></tr> <tr><td>30分以内</td><td>110</td><td>14.4%</td></tr> <tr><td>20分以内</td><td>108</td><td>14.2%</td></tr> <tr><td>10分以内</td><td>66</td><td>18.0%</td></tr> <tr><td>5分以内</td><td>25</td><td>17.5%</td></tr> </table> <p>p=0.323</p>	徒歩時間	人数	割合	60分以上	23	11.7%	60分以内	40	12.0%	50分以内	52	14.5%	40分以内	108	15.6%	30分以内	110	14.4%	20分以内	108	14.2%	10分以内	66	18.0%	5分以内	25	17.5%
回数	人数	割合																																																		
6	19	10.1%																																																		
5	61	14.0%																																																		
4	81	12.6%																																																		
3	122	13.9%																																																		
2	133	17.5%																																																		
1	78	16.1%																																																		
0	39	17.4%																																																		
徒歩時間	人数	割合																																																		
60分以上	23	11.7%																																																		
60分以内	40	12.0%																																																		
50分以内	52	14.5%																																																		
40分以内	108	15.6%																																																		
30分以内	110	14.4%																																																		
20分以内	108	14.2%																																																		
10分以内	66	18.0%																																																		
5分以内	25	17.5%																																																		
<p>女子</p>  <table border="1"> <tr><th>回数</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>6</td><td>17</td><td>7.7%</td></tr> <tr><td>5</td><td>32</td><td>7.3%</td></tr> <tr><td>4</td><td>53</td><td>8.0%</td></tr> <tr><td>3</td><td>84</td><td>10.3%</td></tr> <tr><td>2</td><td>102</td><td>13.5%</td></tr> <tr><td>1</td><td>44</td><td>10.2%</td></tr> <tr><td>0</td><td>38</td><td>19.7%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	回数	人数	割合	6	17	7.7%	5	32	7.3%	4	53	8.0%	3	84	10.3%	2	102	13.5%	1	44	10.2%	0	38	19.7%	<p>女子</p>  <table border="1"> <tr><th>徒歩時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>60分以上</td><td>23</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>60分以内</td><td>32</td><td>9.2%</td></tr> <tr><td>50分以内</td><td>32</td><td>9.0%</td></tr> <tr><td>40分以内</td><td>71</td><td>10.2%</td></tr> <tr><td>30分以内</td><td>84</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>20分以内</td><td>63</td><td>9.0%</td></tr> <tr><td>10分以内</td><td>35</td><td>9.9%</td></tr> <tr><td>5分以内</td><td>30</td><td>21.3%</td></tr> </table> <p>p=0.002</p>	徒歩時間	人数	割合	60分以上	23	11.7%	60分以内	32	9.2%	50分以内	32	9.0%	40分以内	71	10.2%	30分以内	84	11.7%	20分以内	63	9.0%	10分以内	35	9.9%	5分以内	30	21.3%
回数	人数	割合																																																		
6	17	7.7%																																																		
5	32	7.3%																																																		
4	53	8.0%																																																		
3	84	10.3%																																																		
2	102	13.5%																																																		
1	44	10.2%																																																		
0	38	19.7%																																																		
徒歩時間	人数	割合																																																		
60分以上	23	11.7%																																																		
60分以内	32	9.2%																																																		
50分以内	32	9.0%																																																		
40分以内	71	10.2%																																																		
30分以内	84	11.7%																																																		
20分以内	63	9.0%																																																		
10分以内	35	9.9%																																																		
5分以内	30	21.3%																																																		
<p>合計</p>  <table border="1"> <tr><th>回数</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>6</td><td>36</td><td>8.8%</td></tr> <tr><td>5</td><td>93</td><td>10.6%</td></tr> <tr><td>4</td><td>134</td><td>10.3%</td></tr> <tr><td>3</td><td>206</td><td>12.2%</td></tr> <tr><td>2</td><td>235</td><td>15.5%</td></tr> <tr><td>1</td><td>122</td><td>13.3%</td></tr> <tr><td>0</td><td>77</td><td>18.5%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	回数	人数	割合	6	36	8.8%	5	93	10.6%	4	134	10.3%	3	206	12.2%	2	235	15.5%	1	122	13.3%	0	77	18.5%	<p>合計</p>  <table border="1"> <tr><th>徒歩時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>60分以上</td><td>46</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>60分以内</td><td>72</td><td>10.5%</td></tr> <tr><td>50分以内</td><td>84</td><td>11.8%</td></tr> <tr><td>40分以内</td><td>179</td><td>12.9%</td></tr> <tr><td>30分以内</td><td>194</td><td>13.1%</td></tr> <tr><td>20分以内</td><td>171</td><td>11.7%</td></tr> <tr><td>10分以内</td><td>101</td><td>14.1%</td></tr> <tr><td>5分以内</td><td>55</td><td>19.4%</td></tr> </table> <p>p=0.012</p>	徒歩時間	人数	割合	60分以上	46	11.7%	60分以内	72	10.5%	50分以内	84	11.8%	40分以内	179	12.9%	30分以内	194	13.1%	20分以内	171	11.7%	10分以内	101	14.1%	5分以内	55	19.4%
回数	人数	割合																																																		
6	36	8.8%																																																		
5	93	10.6%																																																		
4	134	10.3%																																																		
3	206	12.2%																																																		
2	235	15.5%																																																		
1	122	13.3%																																																		
0	77	18.5%																																																		
徒歩時間	人数	割合																																																		
60分以上	46	11.7%																																																		
60分以内	72	10.5%																																																		
50分以内	84	11.8%																																																		
40分以内	179	12.9%																																																		
30分以内	194	13.1%																																																		
20分以内	171	11.7%																																																		
10分以内	101	14.1%																																																		
5分以内	55	19.4%																																																		

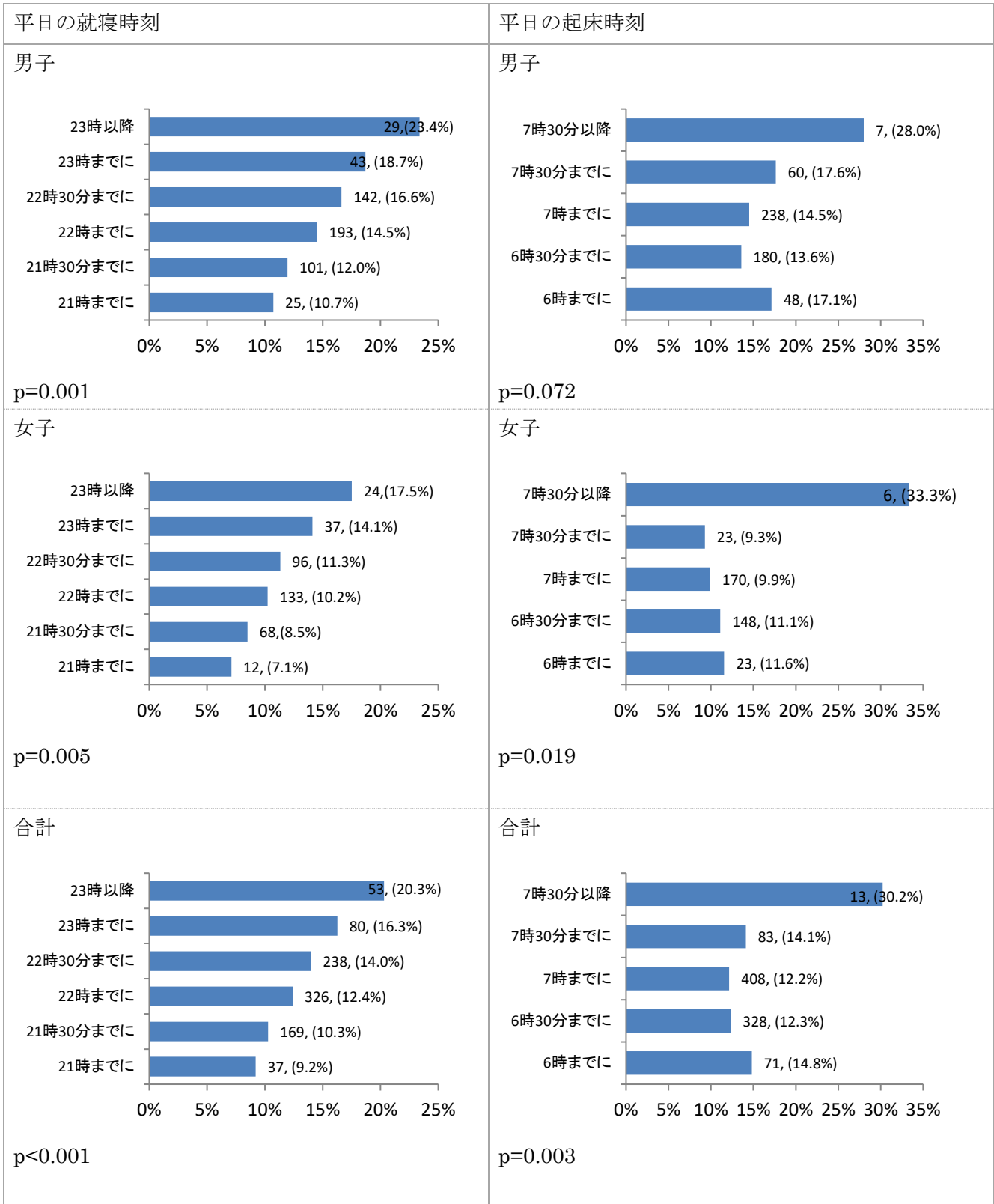
生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

スポーツへの参加	画面を見ている時間（ゲーム、スマホ、テレビなど）																								
<p>男子</p>  <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>297</td><td>13.1%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>236</td><td>17.6%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	回答	人数	割合	はい	297	13.1%	いいえ	236	17.6%	<p>男子</p>  <table border="1"> <tr><th>時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>1時間未満</td><td>33</td><td>9.6%</td></tr> <tr><td>1~2時間</td><td>146</td><td>11.5%</td></tr> <tr><td>2~3時間</td><td>206</td><td>17.5%</td></tr> <tr><td>3時間以上</td><td>148</td><td>18.2%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	時間	人数	割合	1時間未満	33	9.6%	1~2時間	146	11.5%	2~3時間	206	17.5%	3時間以上	148	18.2%
回答	人数	割合																							
はい	297	13.1%																							
いいえ	236	17.6%																							
時間	人数	割合																							
1時間未満	33	9.6%																							
1~2時間	146	11.5%																							
2~3時間	206	17.5%																							
3時間以上	148	18.2%																							
<p>女子</p>  <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>151</td><td>9.6%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>218</td><td>11.3%</td></tr> </table> <p>p=0.103</p>	回答	人数	割合	はい	151	9.6%	いいえ	218	11.3%	<p>女子</p>  <table border="1"> <tr><th>時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>1時間未満</td><td>34</td><td>6.6%</td></tr> <tr><td>1~2時間</td><td>123</td><td>8.9%</td></tr> <tr><td>2~3時間</td><td>122</td><td>11.8%</td></tr> <tr><td>3時間以上</td><td>91</td><td>15.6%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	時間	人数	割合	1時間未満	34	6.6%	1~2時間	123	8.9%	2~3時間	122	11.8%	3時間以上	91	15.6%
回答	人数	割合																							
はい	151	9.6%																							
いいえ	218	11.3%																							
時間	人数	割合																							
1時間未満	34	6.6%																							
1~2時間	123	8.9%																							
2~3時間	122	11.8%																							
3時間以上	91	15.6%																							
<p>合計</p>  <table border="1"> <tr><th>回答</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>はい</td><td>448</td><td>11.6%</td></tr> <tr><td>いいえ</td><td>454</td><td>13.9%</td></tr> </table> <p>p=0.005</p>	回答	人数	割合	はい	448	11.6%	いいえ	454	13.9%	<p>合計</p>  <table border="1"> <tr><th>時間</th><th>人数</th><th>割合</th></tr> <tr><td>1時間未満</td><td>67</td><td>7.8%</td></tr> <tr><td>1~2時間</td><td>269</td><td>10.1%</td></tr> <tr><td>2~3時間</td><td>328</td><td>14.8%</td></tr> <tr><td>3時間以上</td><td>239</td><td>17.1%</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	時間	人数	割合	1時間未満	67	7.8%	1~2時間	269	10.1%	2~3時間	328	14.8%	3時間以上	239	17.1%
回答	人数	割合																							
はい	448	11.6%																							
いいえ	454	13.9%																							
時間	人数	割合																							
1時間未満	67	7.8%																							
1~2時間	269	10.1%																							
2~3時間	328	14.8%																							
3時間以上	239	17.1%																							

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)



生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

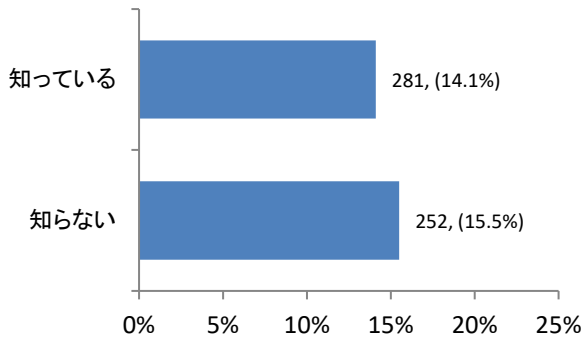
平日の睡眠時間	早寝早起き朝ごはんの認知度（複数回答）：早ねをすると、つかれもとれるし体も成長する												
<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>10時間以上</td><td>11, (8.8%)</td></tr> <tr><td>10時間未満</td><td>222, (13.9%)</td></tr> <tr><td>9時間未満</td><td>258, (15.1%)</td></tr> <tr><td>8時間未満</td><td>42, (23.7%)</td></tr> </table> <p>p=0.001</p>	10時間以上	11, (8.8%)	10時間未満	222, (13.9%)	9時間未満	258, (15.1%)	8時間未満	42, (23.7%)	<p>男子</p> <table border="1"> <tr><td>知っている</td><td>441, (14.3%)</td></tr> <tr><td>知らない</td><td>92, (17.5%)</td></tr> </table> <p>p=0.051</p>	知っている	441, (14.3%)	知らない	92, (17.5%)
10時間以上	11, (8.8%)												
10時間未満	222, (13.9%)												
9時間未満	258, (15.1%)												
8時間未満	42, (23.7%)												
知っている	441, (14.3%)												
知らない	92, (17.5%)												
<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>10時間以上</td><td>7, (8.2%)</td></tr> <tr><td>10時間未満</td><td>128, (8.4%)</td></tr> <tr><td>9時間未満</td><td>198, (11.8%)</td></tr> <tr><td>8時間未満</td><td>37, (16.6%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	10時間以上	7, (8.2%)	10時間未満	128, (8.4%)	9時間未満	198, (11.8%)	8時間未満	37, (16.6%)	<p>女子</p> <table border="1"> <tr><td>知っている</td><td>301, (9.9%)</td></tr> <tr><td>知らない</td><td>69, (14.4%)</td></tr> </table> <p>p=0.003</p>	知っている	301, (9.9%)	知らない	69, (14.4%)
10時間以上	7, (8.2%)												
10時間未満	128, (8.4%)												
9時間未満	198, (11.8%)												
8時間未満	37, (16.6%)												
知っている	301, (9.9%)												
知らない	69, (14.4%)												
<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>10時間以上</td><td>18, (8.6%)</td></tr> <tr><td>10時間未満</td><td>350, (11.2%)</td></tr> <tr><td>9時間未満</td><td>456, (13.4%)</td></tr> <tr><td>8時間未満</td><td>79, (19.8%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	10時間以上	18, (8.6%)	10時間未満	350, (11.2%)	9時間未満	456, (13.4%)	8時間未満	79, (19.8%)	<p>合計</p> <table border="1"> <tr><td>知っている</td><td>742, (12.1%)</td></tr> <tr><td>知らない</td><td>161, (16.1%)</td></tr> </table> <p>p<0.001</p>	知っている	742, (12.1%)	知らない	161, (16.1%)
10時間以上	18, (8.6%)												
10時間未満	350, (11.2%)												
9時間未満	456, (13.4%)												
8時間未満	79, (19.8%)												
知っている	742, (12.1%)												
知らない	161, (16.1%)												

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

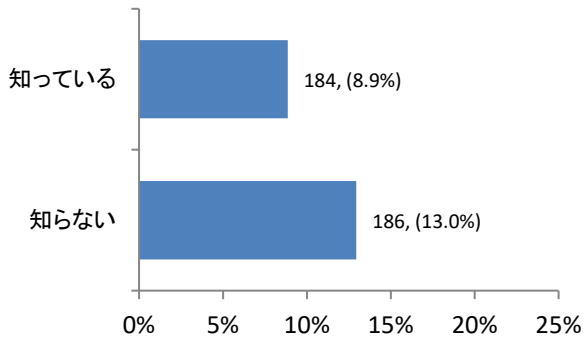
早寝早起き朝ごはんの認知度（複数回答）：早おきをする、早ねをしやすくなる

男子



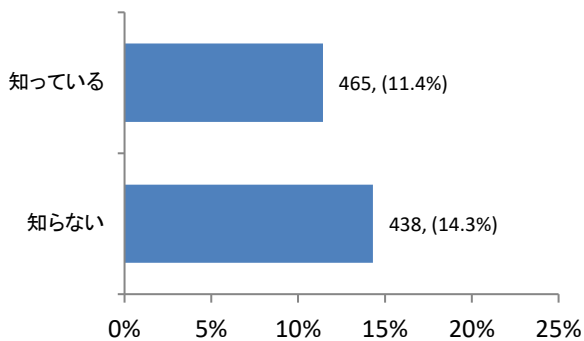
p=0.237

女子



p<0.001

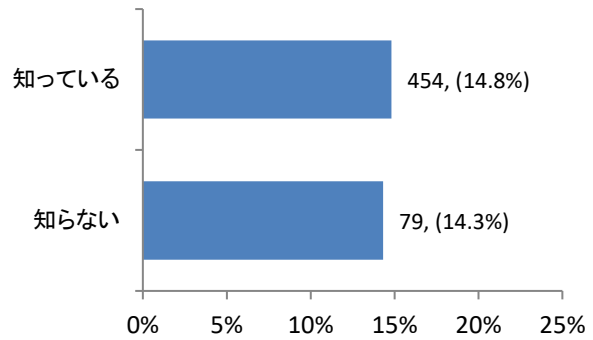
合計



p<0.001

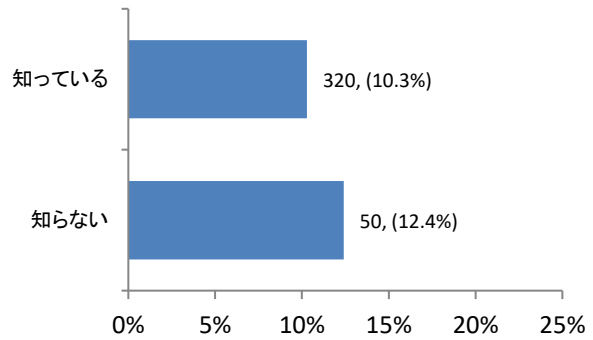
早寝早起き朝ごはんの認知度（複数回答）：朝ごはんを食べると、頭と体のスイッチが入って 午前中から元気にすごせる

男子



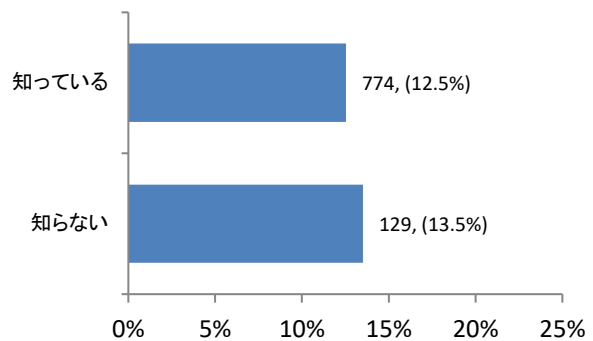
p=0.760

女子



p=0.192

合計



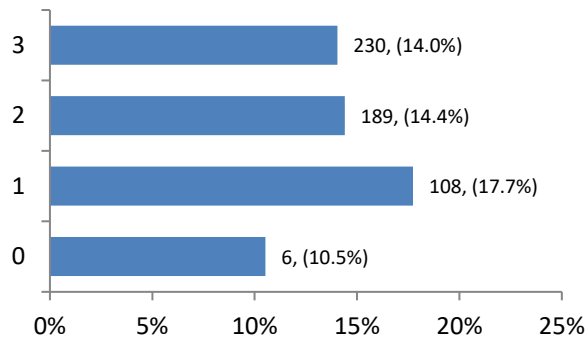
p=0.399

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合

単位：人(%)

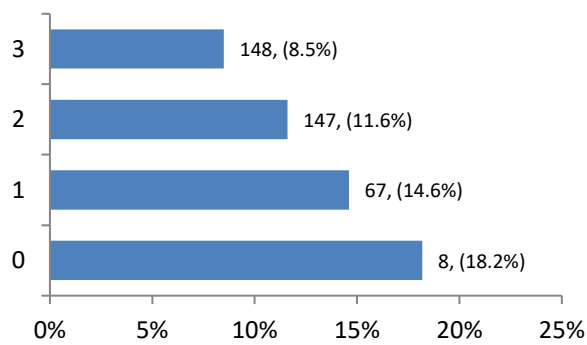
早寝早起き朝ごはんの認知度（複数回答）：回答数

男子



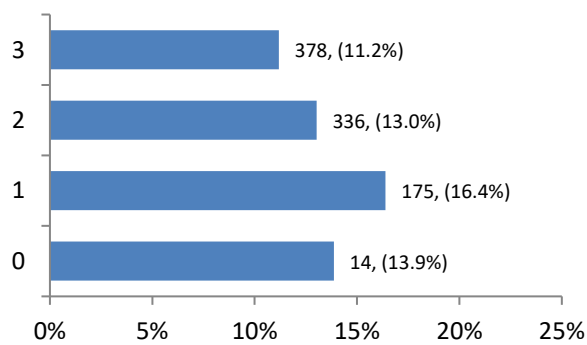
p=0.116

女子



p<0.001

合計



p<0.001

Ⅲ 結果の考察

令和4年度香川県小児生活習慣病予防健診には、県内17市町および香川大学教育学部の各学校から小学4年生7,131人が参加し、実施率88.1%であった。

■ 生活習慣

食事について、「食事をはやく食べる」割合、「いつもおなかいっぱい食べる」割合は昨年度からほぼ変わりはない一方、「加糖飲料を毎日飲む」割合、「夕食後のおやつをほとんど毎日食べている」割合は昨年度からやや増加した。また、「食事で気を付けていること6項目中の実施が2項目以下」の割合、「早寝早起き朝ごはんのうち知っているのが1項目以下」の割合も昨年度からやや増加していた。

運動について、「地域スポーツを行っていない」割合は昨年度からほぼ変わりはない。

余暇の過ごし方について、「情報メディア等の利用時間が2時間以上」の割合は女子でやや増加し、令和元年度以降で最も高い値であった。「平日の睡眠時間が8時間未満」の割合はこれまでとほぼ変わりはない。

■ 検査

体格について、「肥満（肥満度20%以上）」の割合は12.7%（男子14.7%、女子10.5%）で「やせ（肥満度-20%以下）」の割合は1.7%（男子1.5%、女子1.9%）であり、ともに昨年度とほぼ変わりはない。直近10年間でみると、「肥満（肥満度20%以上）」の割合は令和2年度以降12%台に増加、「やせ（肥満度-20%以下）」の割合は令和3年度以降1%台に減少していた。この傾向は男女ともにみられたが、とくに男子で肥満の増加がみられた。

血液検査について、脂質代謝では、「脂質異常（一つでも基準値を超えたもの）」の割合は10.7%（男子11.4%、女子10.0%）で、昨年度からやや増加した。内訳では、LDLコレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪、non-HDLコレステロールで基準値を超えた割合がやや増加した。直近10年間でみると、以前は基準値を超えた割合は男子よりも女子で多くみられたが、令和2年度頃より男子での割合が増加し、男女間の差が縮小している。

糖代謝では、「HbA1c 5.6%以上」の割合は16.2%（男子16.0%、女子16.3%）と、昨年度から増加し、直近10年間で最も高い割合となった。とくに「HbA1c 5.6～5.9%」での増加が大きかった。ただしHbA1c値には測定法による僅かな差があるため、事業者により測定法が異なることに留意する必要がある。

なお「LDL-C140 mg/dl以上」や「HbA1c 6.5%以上」は疾患（小児家族性高コレステロール血症、糖尿病など）の未治療者を含むおそれがあり、医療機関での精査が勧められる。これらの割合は、昨年度とほぼ変わりはない。

肝機能では、「肝機能異常（一つでも基準値を超えたもの）」の割合は7.1%（男子6.6%、女子7.7%）で、昨年度からやや増加した。このうち、「脂肪肝疑い（ALTの異常かつAST/ALT<1、または、γ-GTPの異常かつAST/ALT<1）」の割合は3.3%（男子4.4%、女子2.2%）で、男子で昨年度からの増加がみられた。

■ 生活習慣と肥満

生活習慣調べの各選択肢における「肥満（肥満度 20%以上）」の割合について検討したところ、「肥満」群では「食べるのがはやい」「おなかいっぱい食べる」「野菜の摂取が少ない」「孤食の回数が多い」「食事で気をつける項目が少ない」「情報メディア等の視聴時間が多い」「平日の就寝時刻が遅い」「平日の睡眠時間が短い」「早寝早起き朝ごはんの認知度が低い」との傾向がみられた。昨年度との比較ではほぼ同様であったが、「孤食の回数が多い」については昨年度の有意な傾向ではなかった。

令和 4 年度の生活習慣調べから、間食の摂り方や食習慣に対する意識の変化、情報メディア等の利用時間が増加している可能性が示唆された。さらに、孤食の回数が多い群で肥満の割合が増えていることが新たな傾向としてみられた。また、近年の傾向である肥満群の増加は今年度も続いており、脂質代謝、糖代謝、肝機能において基準値を超える割合も増加傾向が続いていた。

近年の小児生活習慣病予防健診結果から、本県の子どもたちの生活習慣病の発症リスクは増悪傾向にあると言える。小児期から生活習慣病への関心を高め、将来の生活習慣病の発症を防ぐ取り組みをより一層強化していく必要がある。本県では親世代での肥満の増加も課題である。子どもだけでなく、家族で生活習慣を見直し、生活習慣病対策に取り組んでいくことが望まれる。また、要指導や要受診の対象者が速やかに必要な指導や治療を受けられるよう、健診後の勧奨、関係機関での連携を強化していくことが望まれる。

令和 2 年初めから始まった新型コロナウイルス感染症のパンデミックに伴う生活の変化は、生活習慣や肥満の増悪因子としてはたらいた可能性がある。新型コロナウイルス感染症は令和 5 年 5 月に 5 類感染症となり、生活はパンデミック以前に戻りつつある。子どもたちの生活習慣もパンデミック以前のように戻っていく期待もあるが、いったん形成された生活習慣がそのまま続いていくおそれもある。今回のパンデミックがもたらした中長期的な影響について、引き続き経過をみていく必要がある。