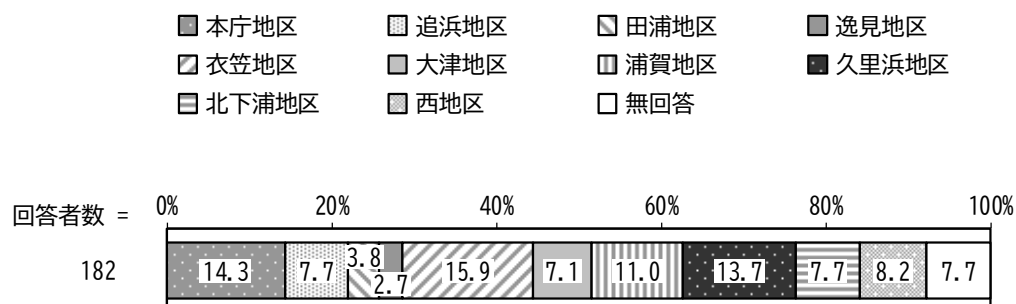


2 中学生・高校生

(1) 回答者属性

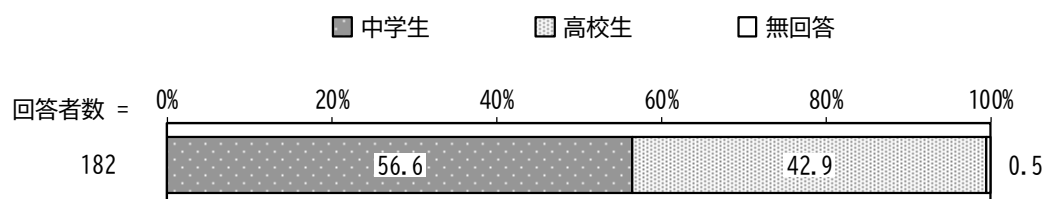
問1 お住まいはどちらの地区ですか

「衣笠地区」の割合が15.9%と最も高く、次いで「本庁地区」の割合が14.3%、「久里浜地区」の割合が13.7%となっています。



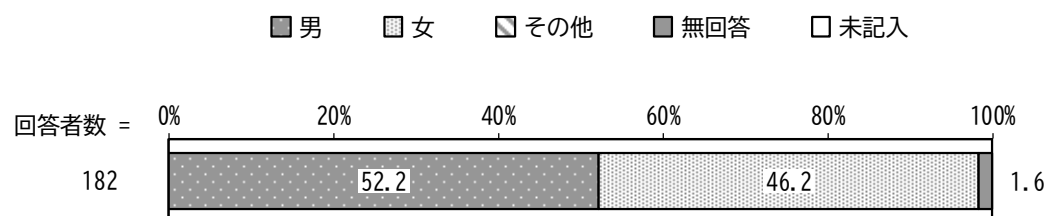
問2 年齢をご記入ください（記入時現在）

「中学生」の割合が56.6%、「高校生」の割合が42.9%となっています。



問3 性別をご記入ください

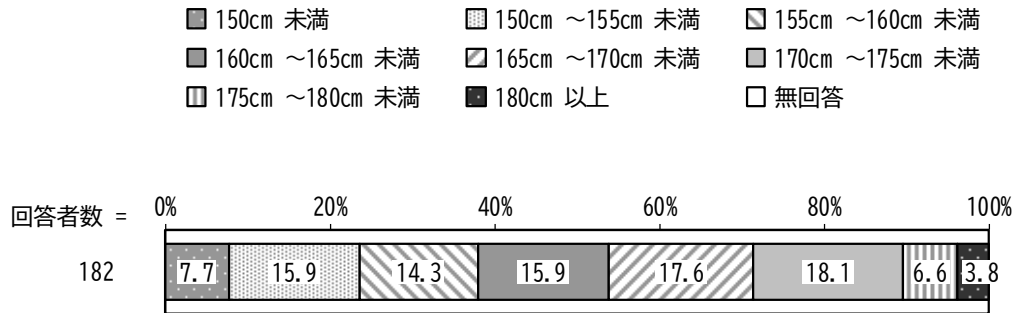
「男」の割合が52.2%、「女」の割合が46.2%となっています。



問4 身長と体重をご記入ください

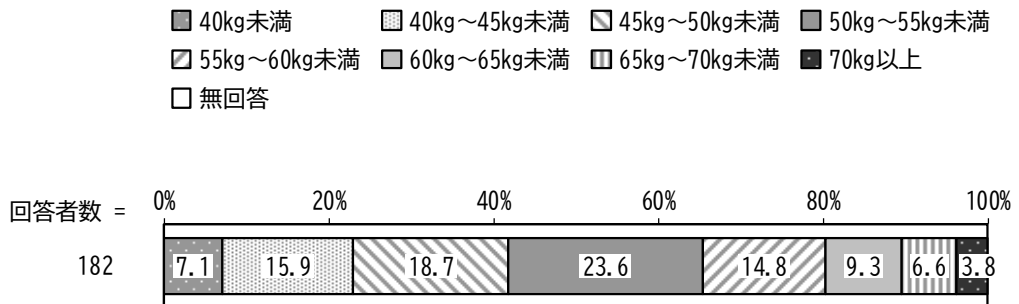
身長区分

「170cm～175cm 未満」の割合が18.1%と最も高く、次いで「165cm～170cm 未満」の割合が17.6%、「150cm～155cm 未満」、「160cm～165cm 未満」の割合が15.9%となっています。



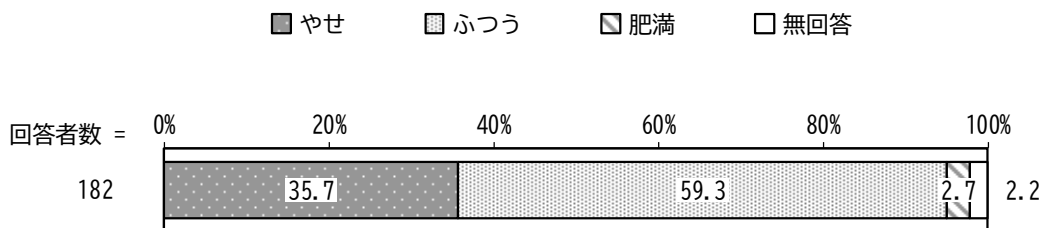
体重区分

「50kg～55kg 未満」の割合が23.6%と最も高く、次いで「45kg～50kg 未満」の割合が18.7%、「40kg～45kg 未満」の割合が15.9%となっています。



BMI区分

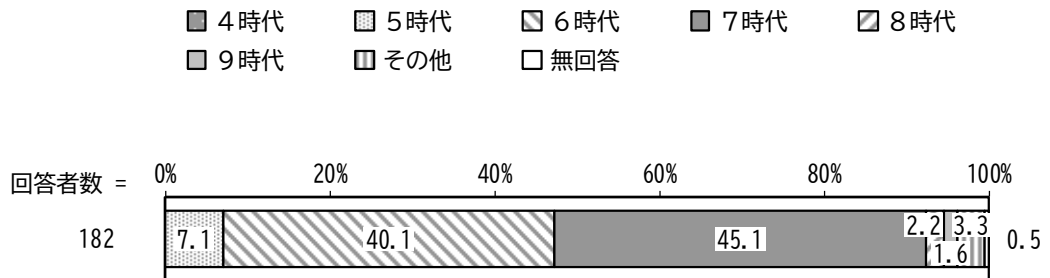
「ふつう」の割合が59.3%と最も高く、次いで「やせ」の割合が35.7%となっています。



問5 普段、何時に起きて何時に寝ていますか

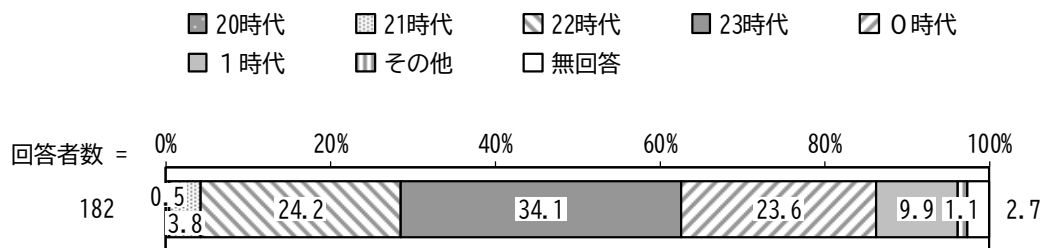
起床時刻

「7時代」の割合が45.1%と最も高く、次いで「6時代」の割合が40.1%となっています。



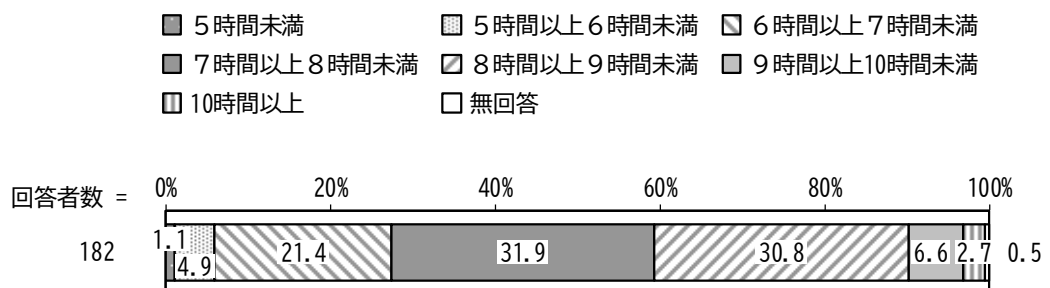
就寝時刻

「23時代」の割合が34.1%と最も高く、次いで「22時代」の割合が24.2%、「0時代」の割合が23.6%となっています。



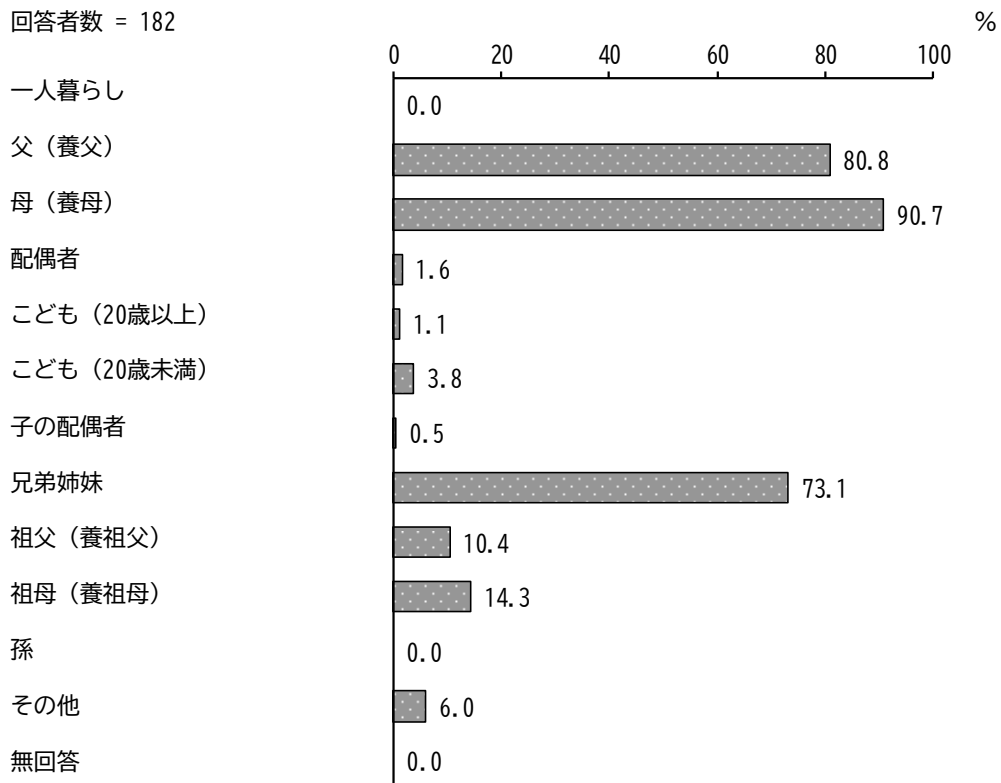
睡眠時間

「7時間以上8時間未満」の割合が31.9%と最も高く、次いで「8時間以上9時間未満」の割合が30.8%、「6時間以上7時間未満」の割合が21.4%となっています。



問6 あなたの家族構成について、あなたと一緒に暮らしているかたに「○」をつけてください（いくつでも）

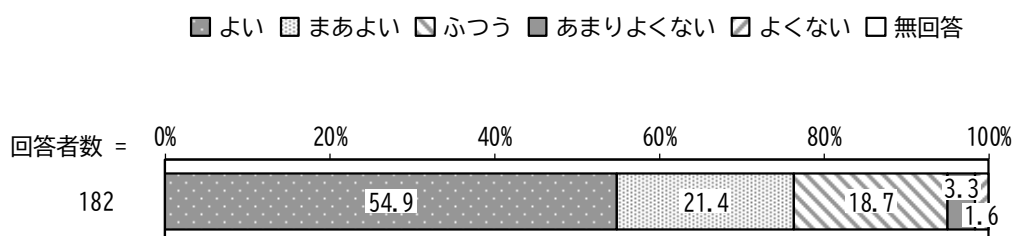
「母（養母）」の割合が90.7%と最も高く、次いで「父（養父）」の割合が80.8%、「兄弟姉妹」の割合が73.1%となっています。



(2) 健康について

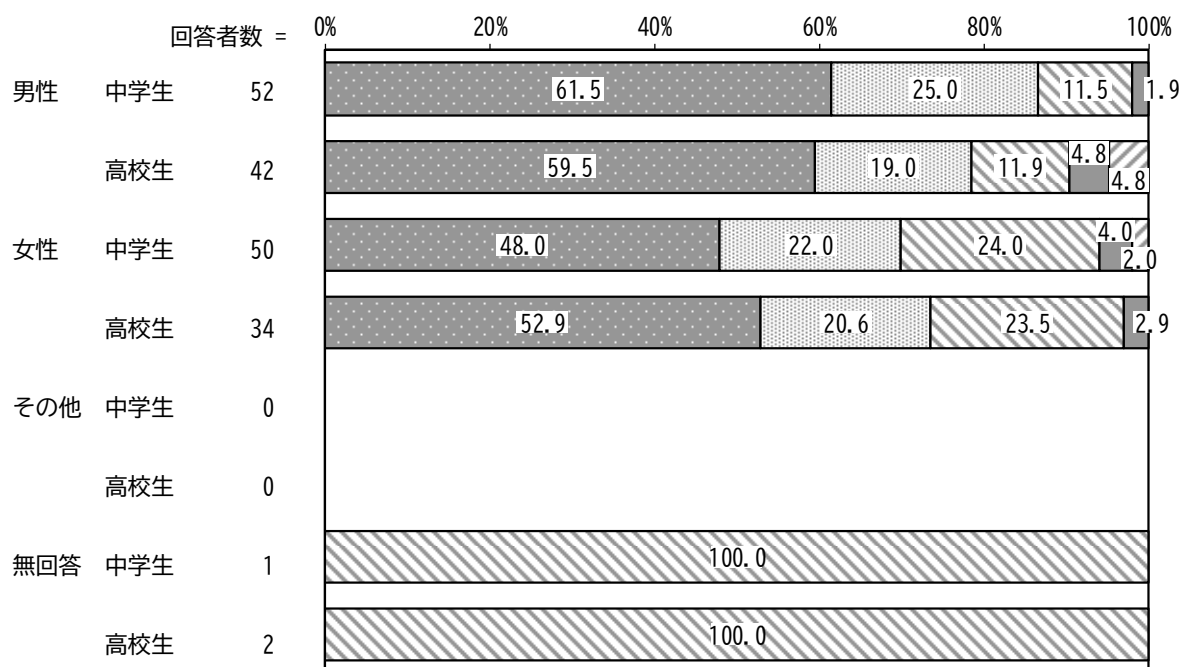
問7 あなたの現在の健康状態はいかがですか

「よい」の割合が54.9%と最も高く、次いで「まあよい」の割合が21.4%、「ふつう」の割合が18.7%となっています。



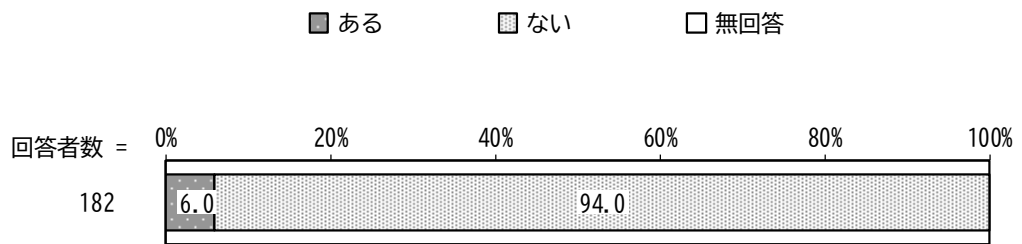
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性中学生で「よい」の割合が、女性中学生で「ふつう」の割合が高くなっています。



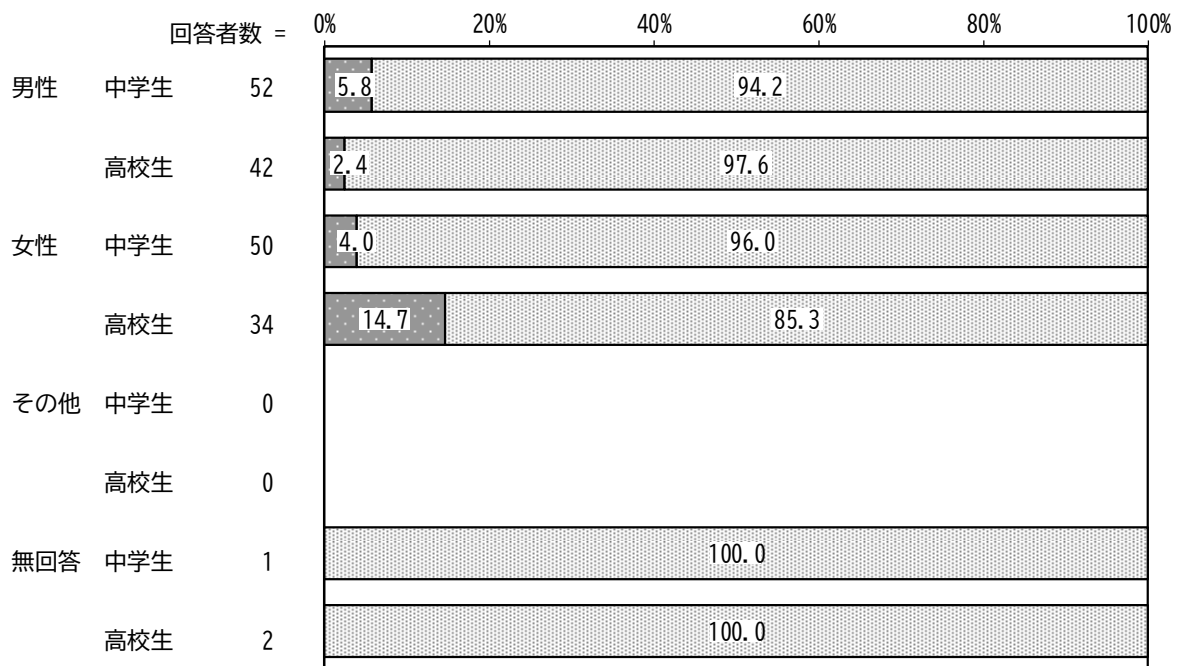
問8 現在、健康上の問題で日常生活に何か影響がありますか

「ある」の割合が6.0%、「ない」の割合が94.0%となっています。



【性・年齢別】

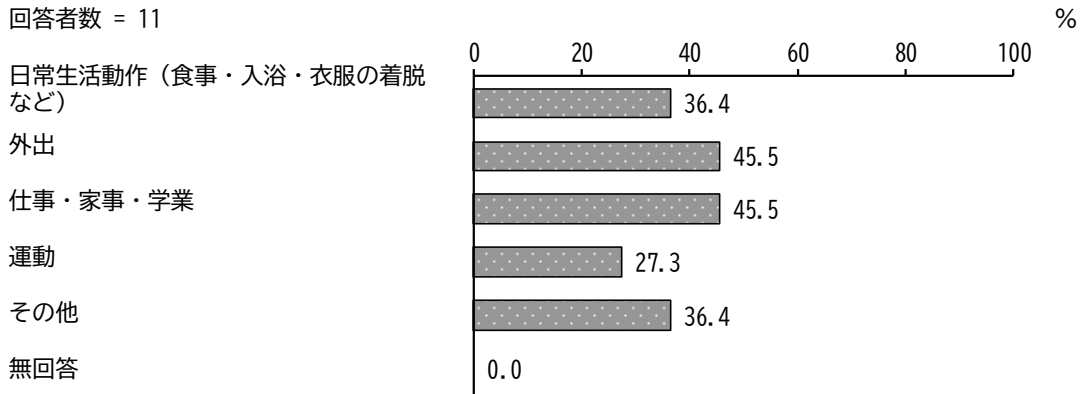
性・年齢別にみると、大きな差はみられません。



【問8で「1 ある」と答えた方のみ】

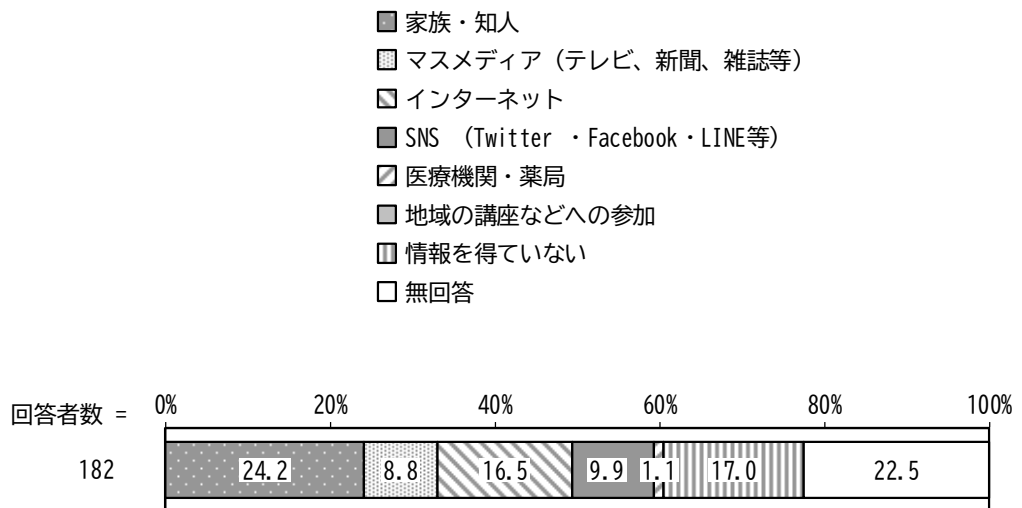
問8-1 どのようなことに影響がありますか (いくつでも)

「外出」、「仕事・家事・学業」の割合が45.5%と最も高く、次いで「日常生活動作（食事・入浴・衣服の着脱など）」の割合が36.4%となっています。



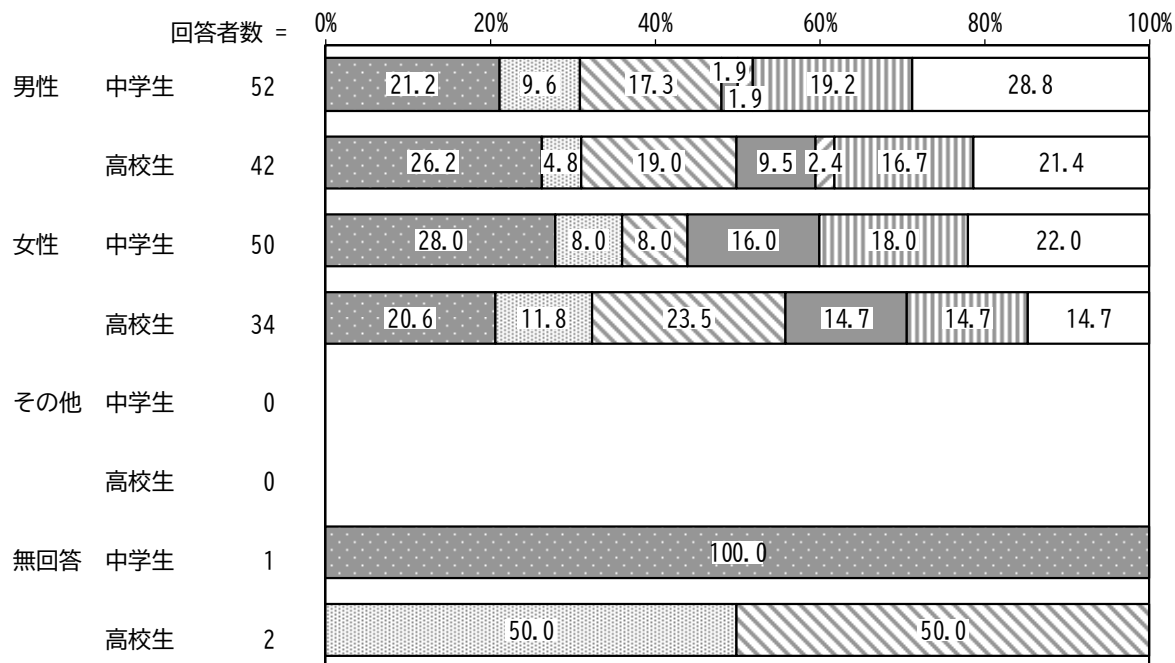
問9 健康づくりに関する情報は主にどこから得ていますか

「家族・知人」の割合が24.2%と最も高く、次いで「情報を得ていない」の割合が17.0%、「インターネット」の割合が16.5%となっています。



【性・年齢別】

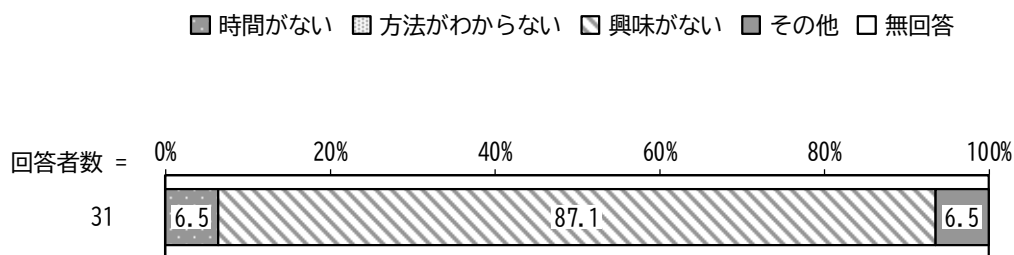
性・年齢別にみると、女性高校生で「インターネット」の割合が高くなっています。



【問9で「7 情報を得ていない」と答えた方のみ】

問9-1 健康づくりに関する情報を得ていない理由は何ですか

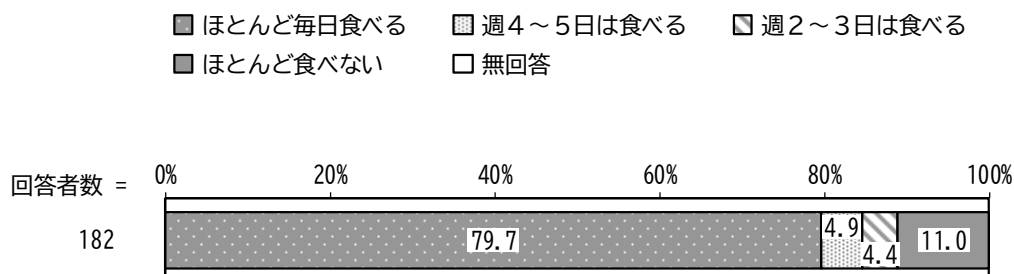
「興味がない」の割合が87.1%と最も高くなっています。



(3) あなたの食事の状況について

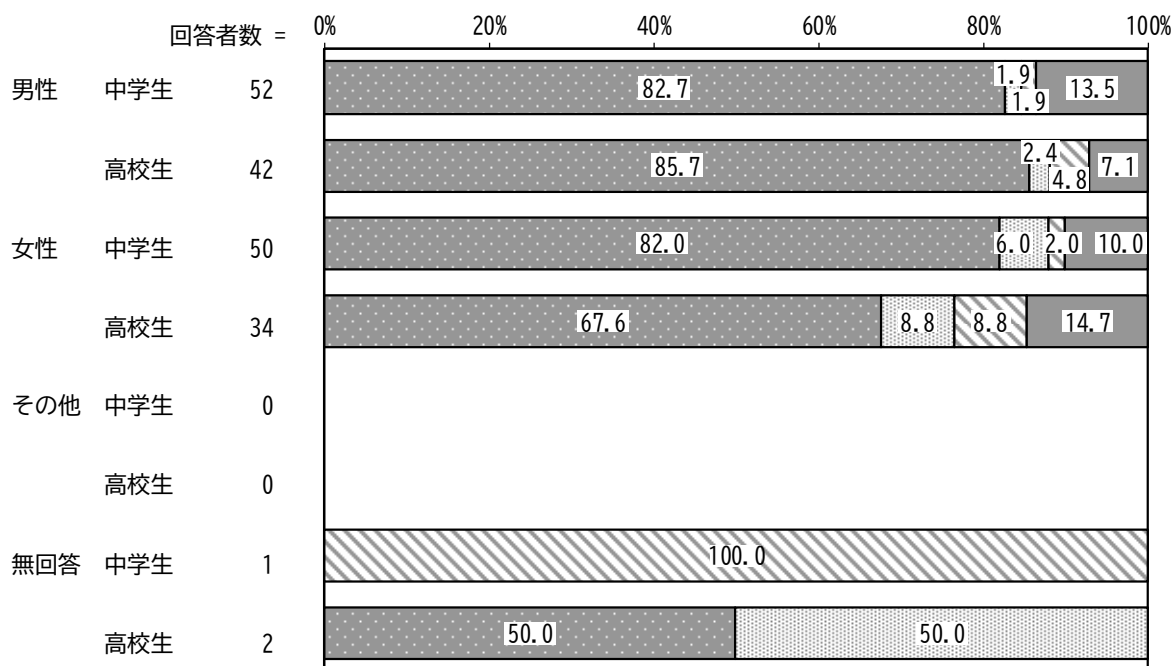
問10 普段、朝食を食べますか

「ほとんど毎日食べる」の割合が79.7%と最も高く、次いで「ほとんど食べない」の割合が11.0%となっています。



【性・年齢別】

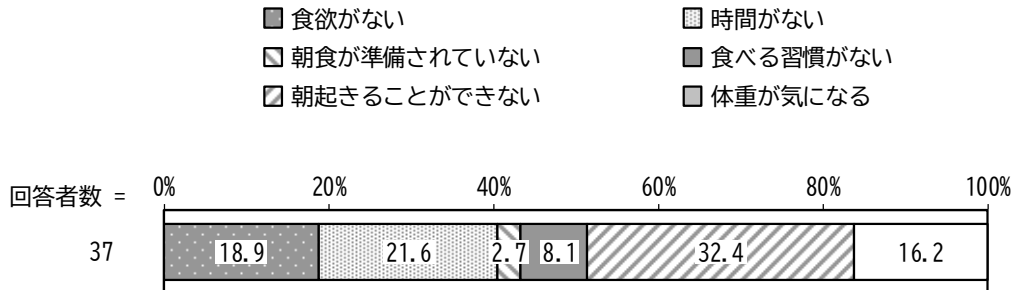
性・年齢別にみると、男性高校生で「ほとんど毎日食べる」の割合が高くなっています。



【問10で「2 週4～5日は食べる」～「4 ほとんど食べない」と答えた方のみ】

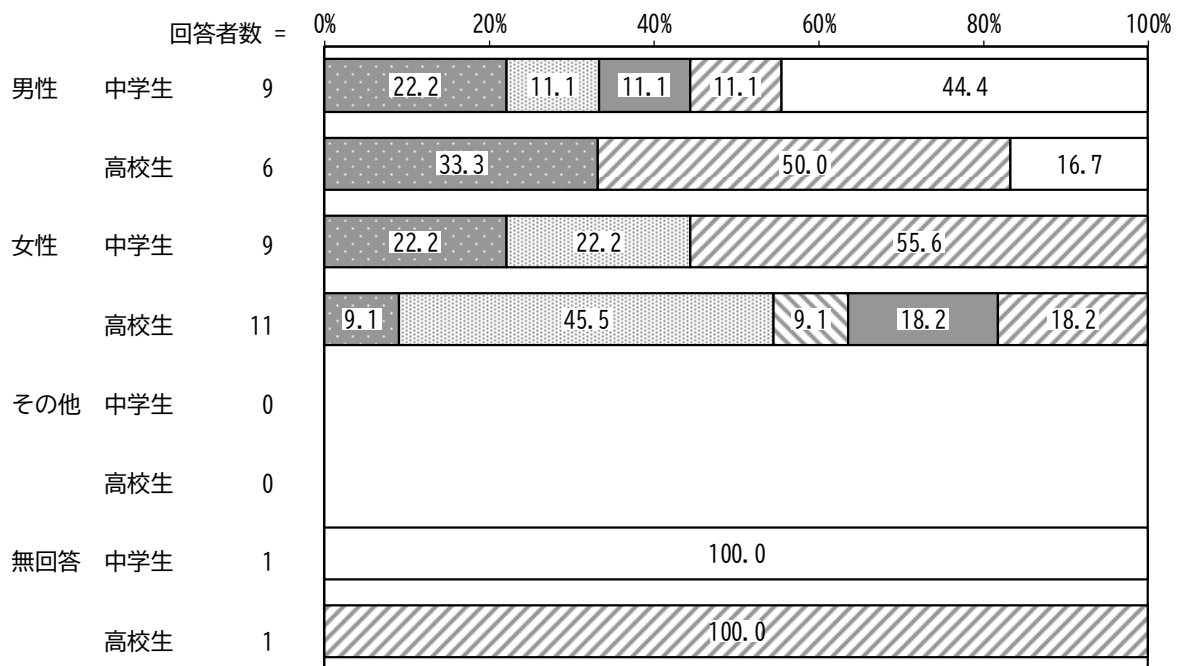
問10-1 毎日朝食を食べない主な理由は何ですか

「朝起きることができない」の割合が32.4%と最も高く、次いで「時間がない」の割合が21.6%、「食欲がない」の割合が18.9%となっています。



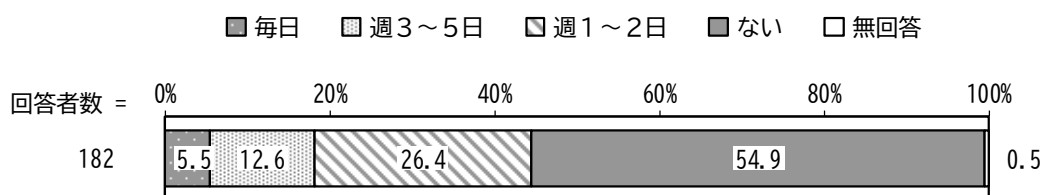
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高校生で「時間がない」の割合が高くなっています。



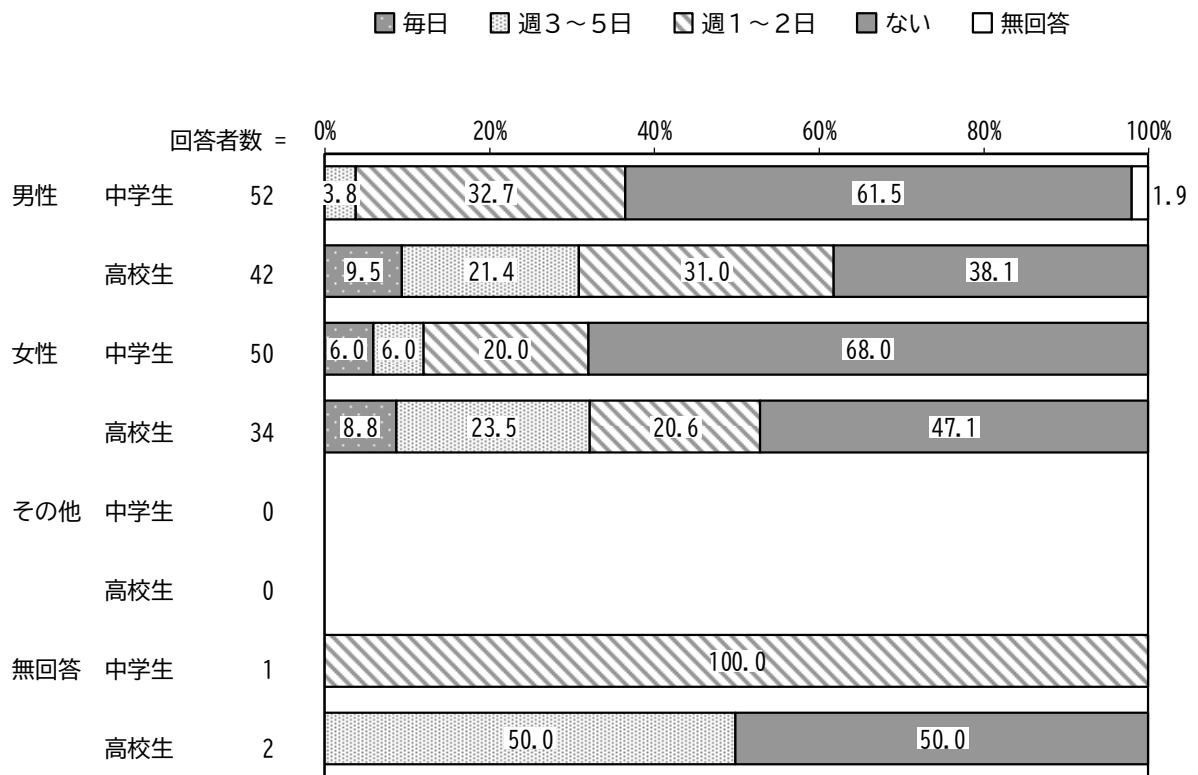
問11 1日に1回以上ひとりで食事をすることがありますか

「ない」の割合が54.9%と最も高く、次いで「週1～2日」の割合が26.4%、「週3～5日」の割合が12.6%となっています。



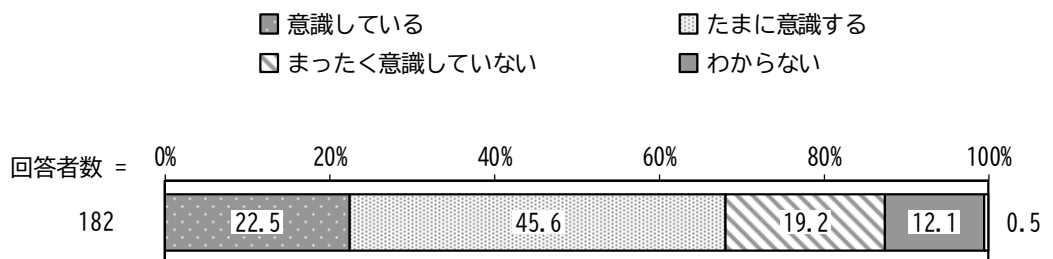
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性中学生で「ない」の割合が、女性高校生で「週3～5日」の割合が高くなっています。



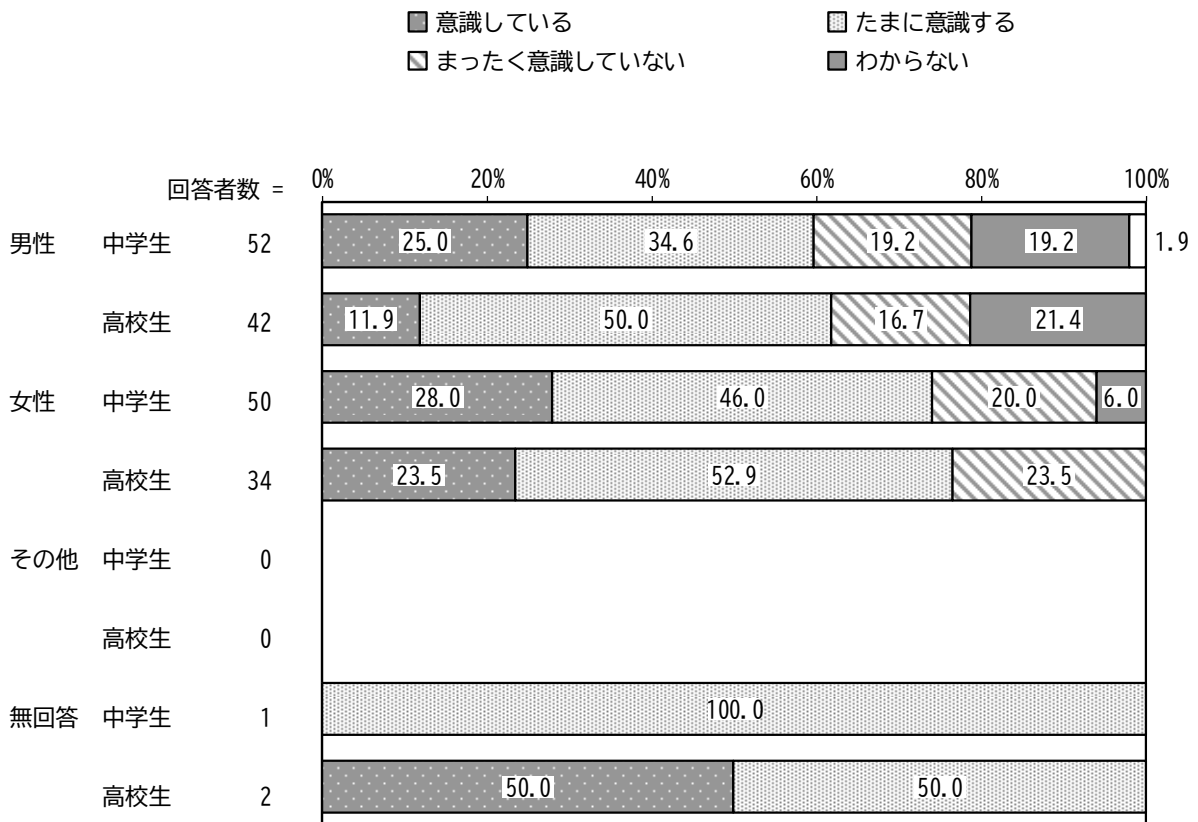
問12 健康を維持するために、栄養のバランスや自分に適した食事量を意識していますか

「たまに意識する」の割合が45.6%と最も高く、次いで「意識している」の割合が22.5%、「まったく意識していない」の割合が19.2%となっています。



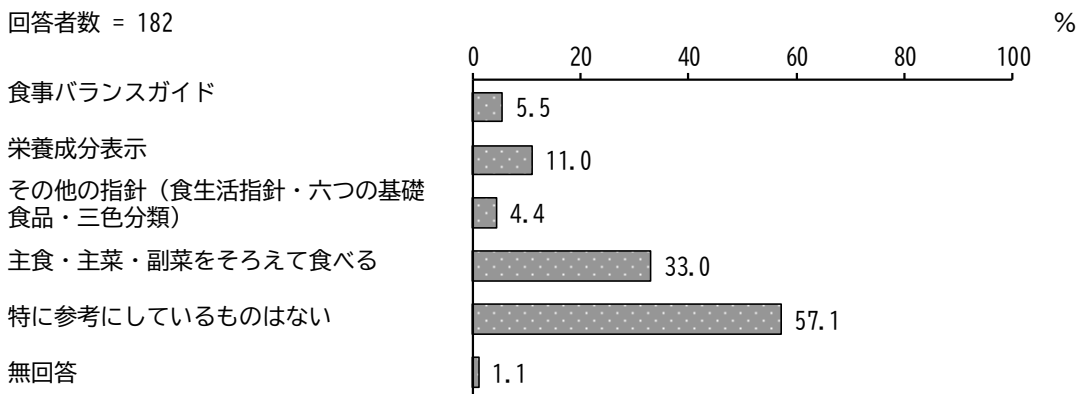
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性高校生で「わからない」「たまに意識する」の割合が、男性中学生で「わからない」の割合が高くなっています。



問 13 1食の量や栄養のバランスを考える時に、参考にしているものはありますか (いくつでも)

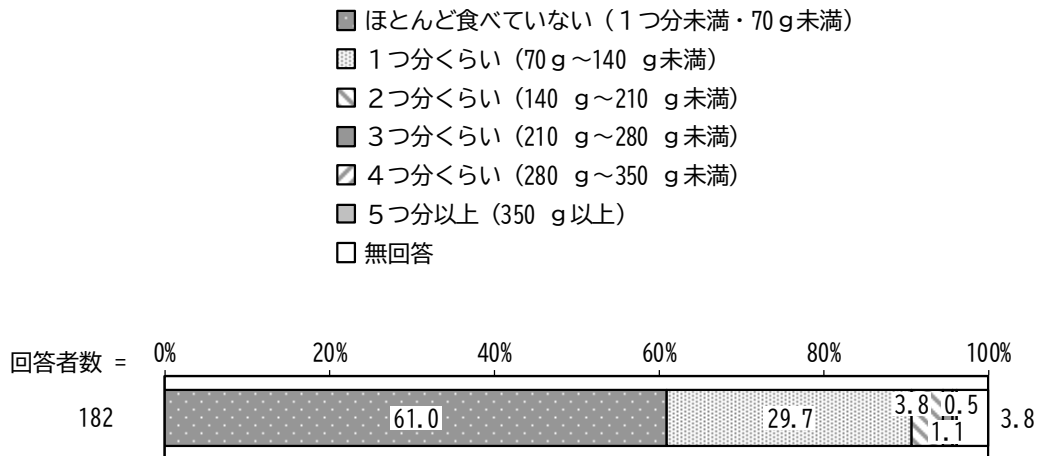
「特に参考にしているものはない」の割合が57.1%と最も高く、次いで「主食・主菜・副菜をそろえて食べる」の割合が33.0%、「栄養成分表示」の割合が11.0%となっています。



問 14 1日に野菜をどのくらい食べていますか（漬け物は除きます）料理例を参考に
 て、各食事で平均的に食べる野菜の量をお答えください
 ※小皿や小鉢に入った野菜料理1皿分が「1つ」くらい
 中皿や中鉢に入ったものは「2つ」くらい

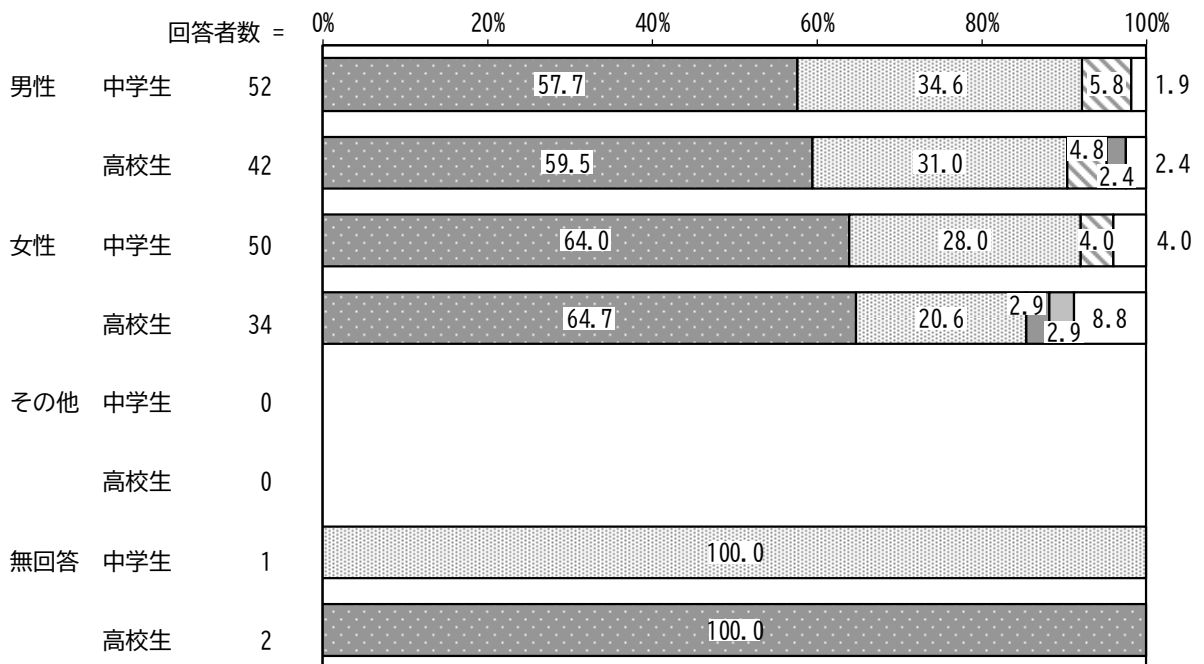
朝食

「ほとんど食べていない（1つ分未満・70g未満）」の割合が61.0%と最も高く、次いで「1つ分くらい（70g～140g未満）」の割合が29.7%となっています。



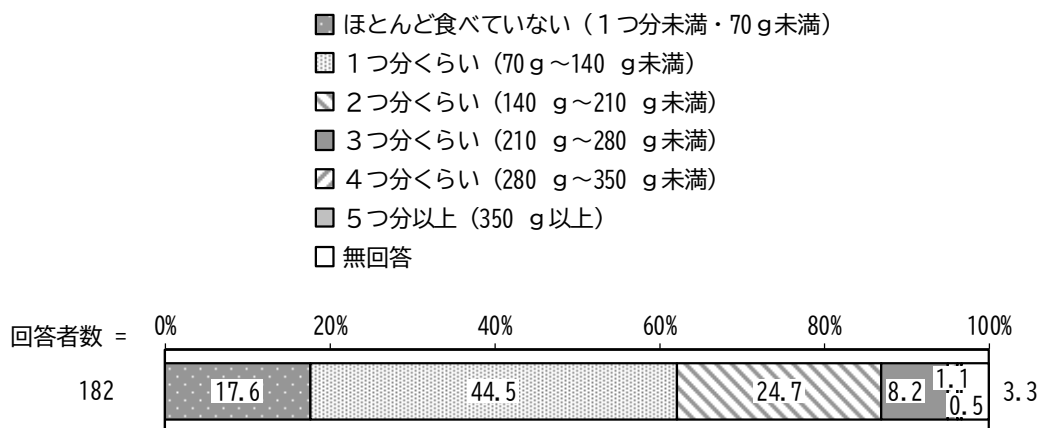
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、大きな差はみられません。



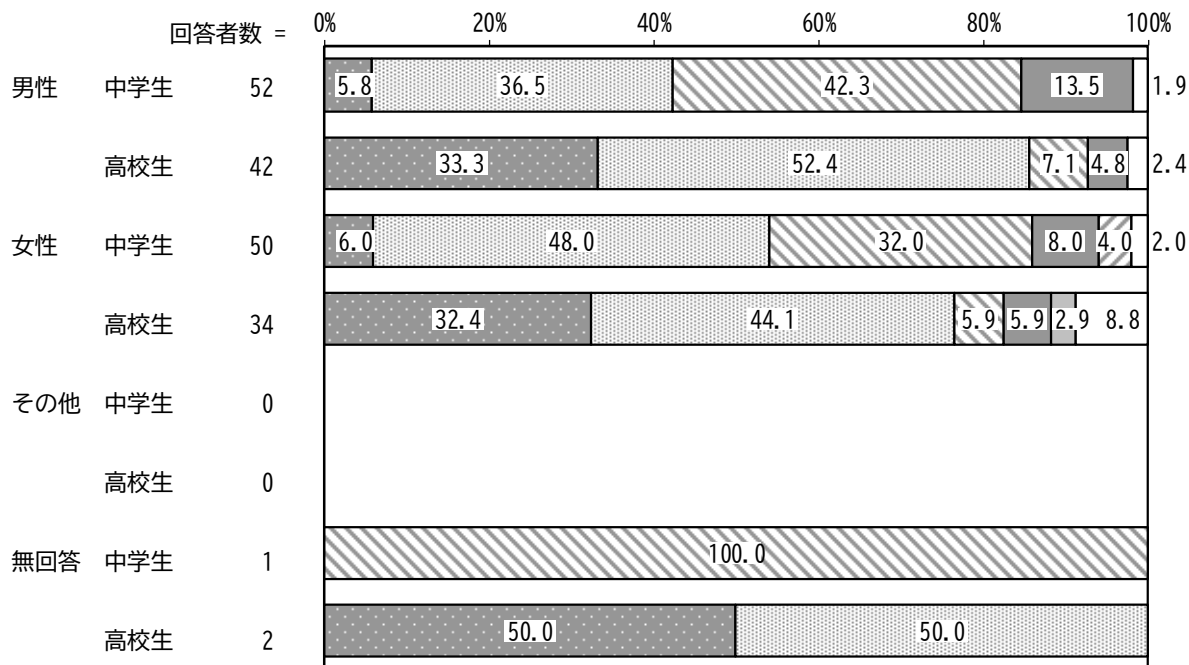
昼食

「1つ分くらい (70g～140g未満)」の割合が44.5%と最も高く、次いで「2つ分くらい (140g～210g未満)」の割合が24.7%、「ほとんど食べていない (1つ分未満・70g未満)」の割合が17.6%となっています。



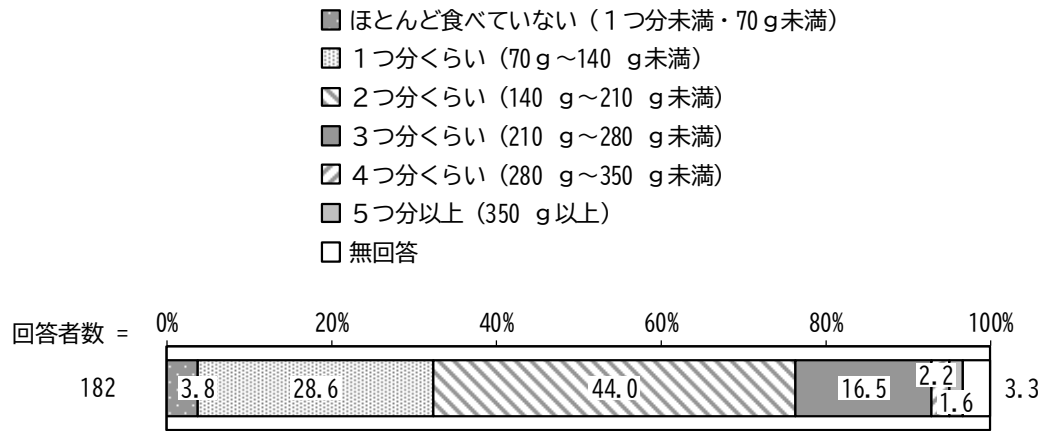
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性中学生で「2つ分くらい (140g～210g未満)」の割合が、女性高校生で「ほとんど食べていない (1つ分未満・70g未満)」の割合が高くなっています。



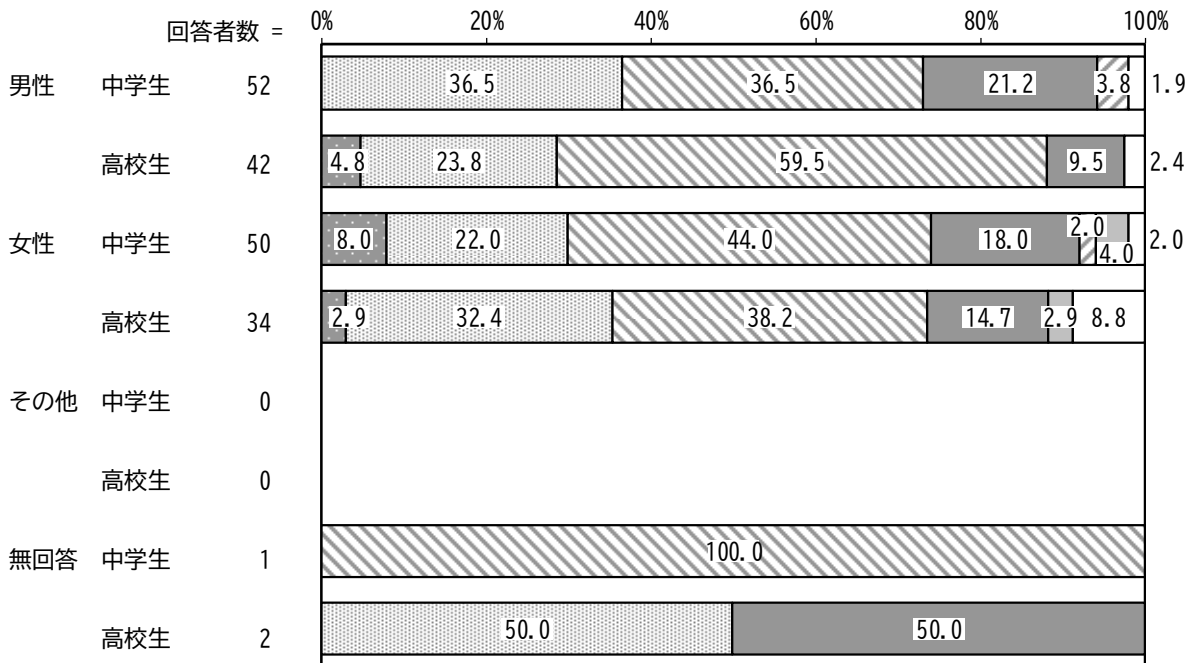
夕食

「2つ分くらい (140g～210g未満)」の割合が44.0%と最も高く、次いで「1つ分くらい (70g～140g未満)」の割合が28.6%、「3つ分くらい (210g～280g未満)」の割合が16.5%となっています。



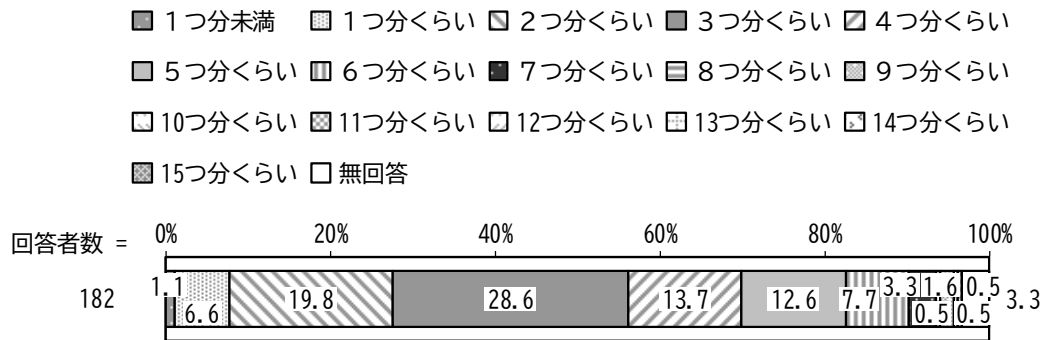
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性高校生で「2つ分くらい (140g～210g未満)」の割合が、男性中学生で「1つ分くらい (70g～140g未満)」の割合が高くなっています。



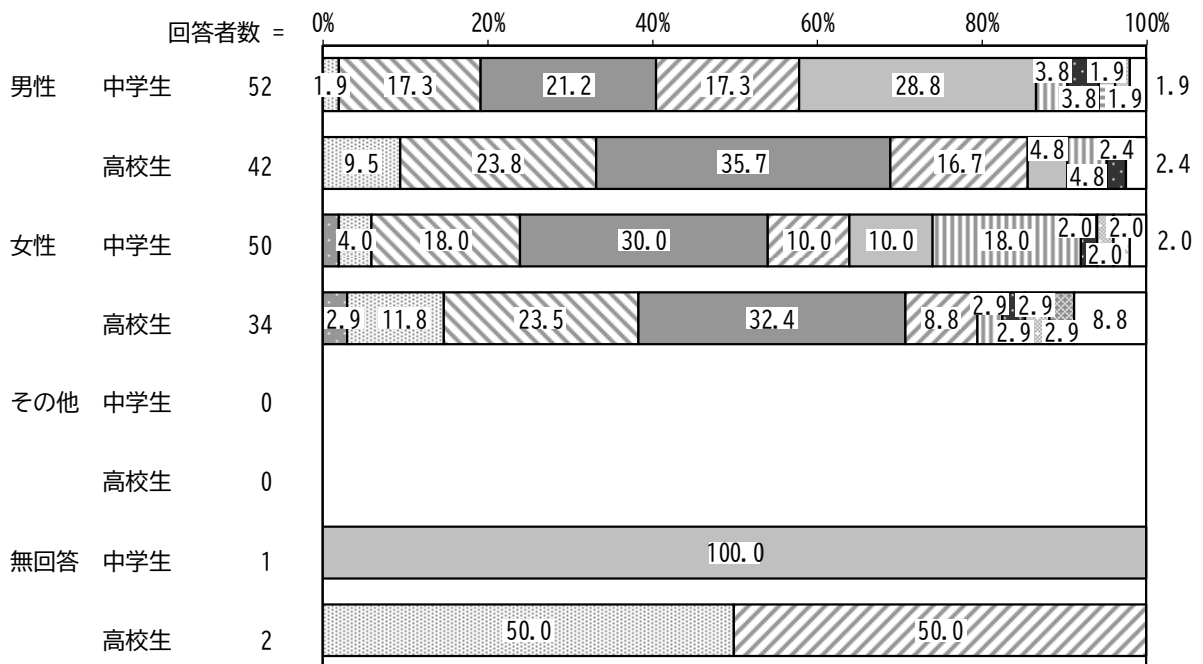
3 食合計野菜量

「3つ分くらい」の割合が28.6%と最も高く、次いで「2つ分くらい」の割合が19.8%、「4つ分くらい」の割合が13.7%となっています。



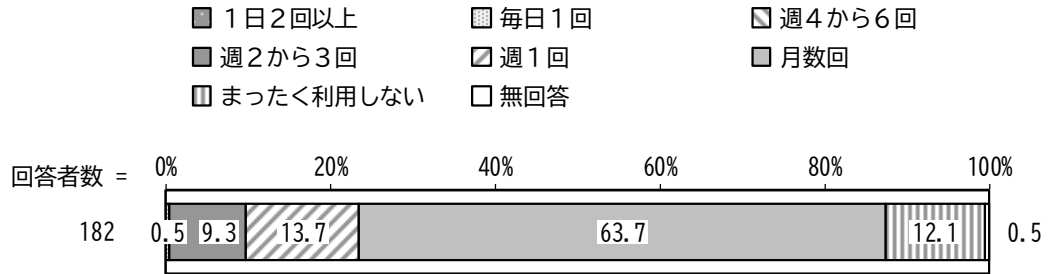
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性中学生で「5つ分くらい」の割合が、男性高校生で「3つ分くらい」の割合が高くなっています。



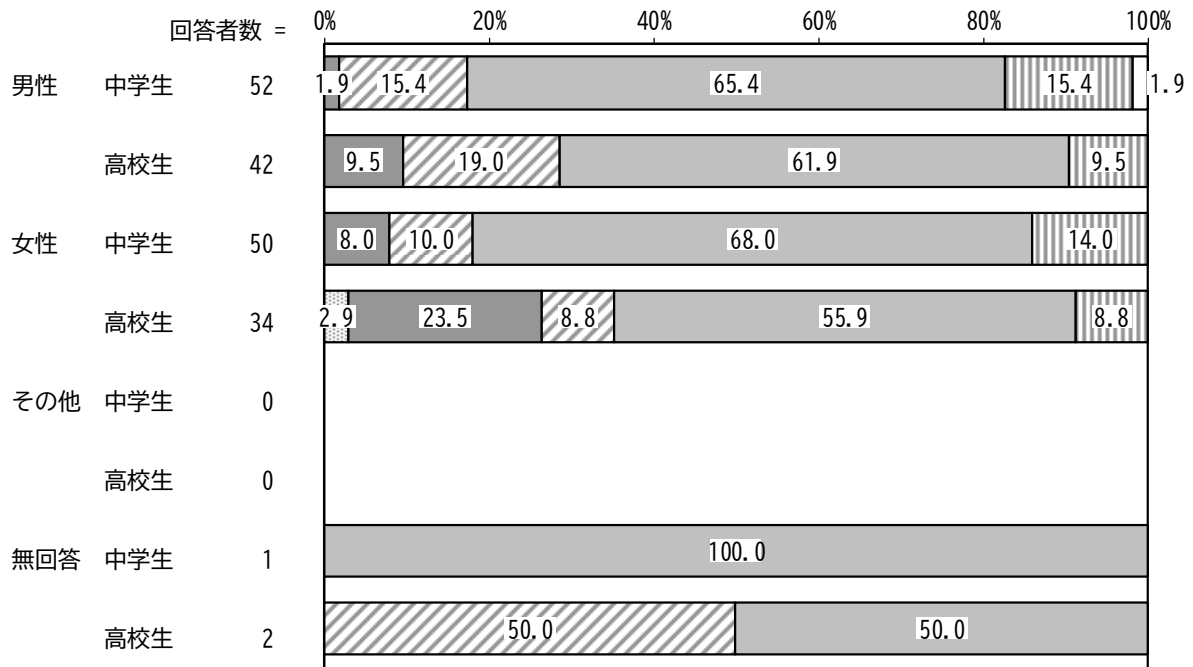
問 15 外食（飲食店での食事）をどのくらい利用していますか

「月数回」の割合が63.7%と最も高く、次いで「週1回」の割合が13.7%、「まったく利用しない」の割合が12.1%となっています。



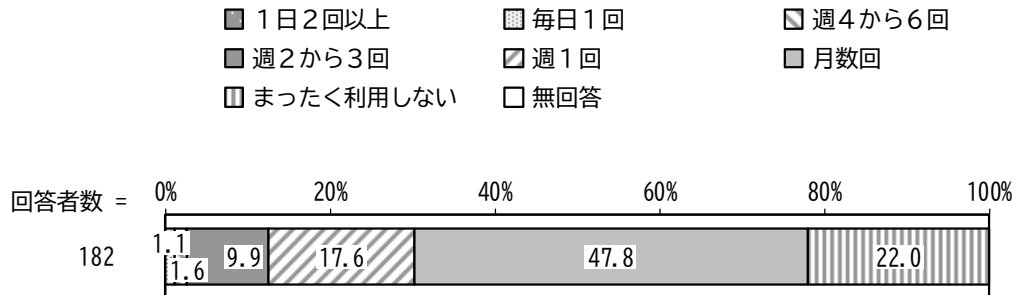
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、男性高校生で「週1回」の割合が高くなっています。



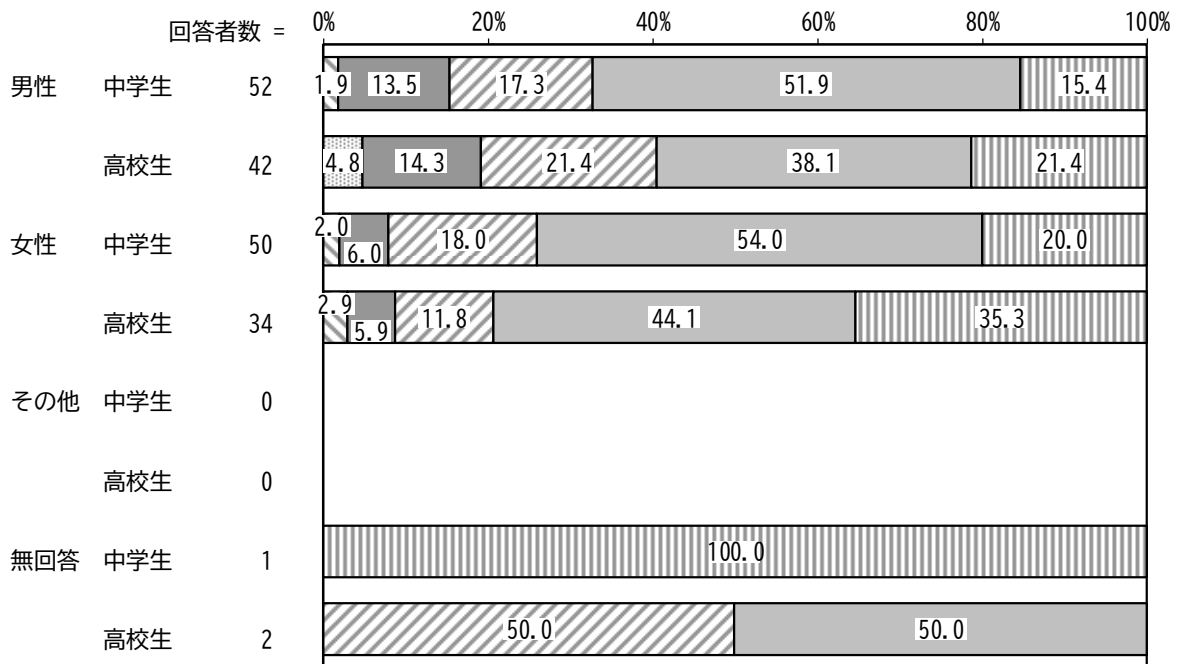
問 16 持ち帰りの弁当や惣菜（インスタント食品、出前、デリバリーを含む）をどのくらい利用していますか

「月数回」の割合が47.8%と最も高く、次いで「まったく利用しない」の割合が22.0%、「週1回」の割合が17.6%となっています。



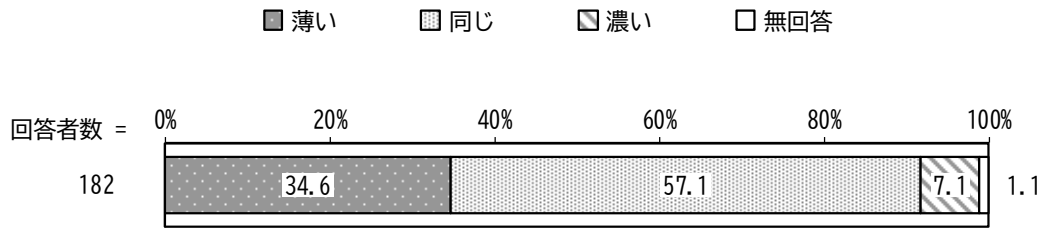
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高校生で「まったく利用しない」の割合が、女性中学生で「月数回」の割合が高くなっています。



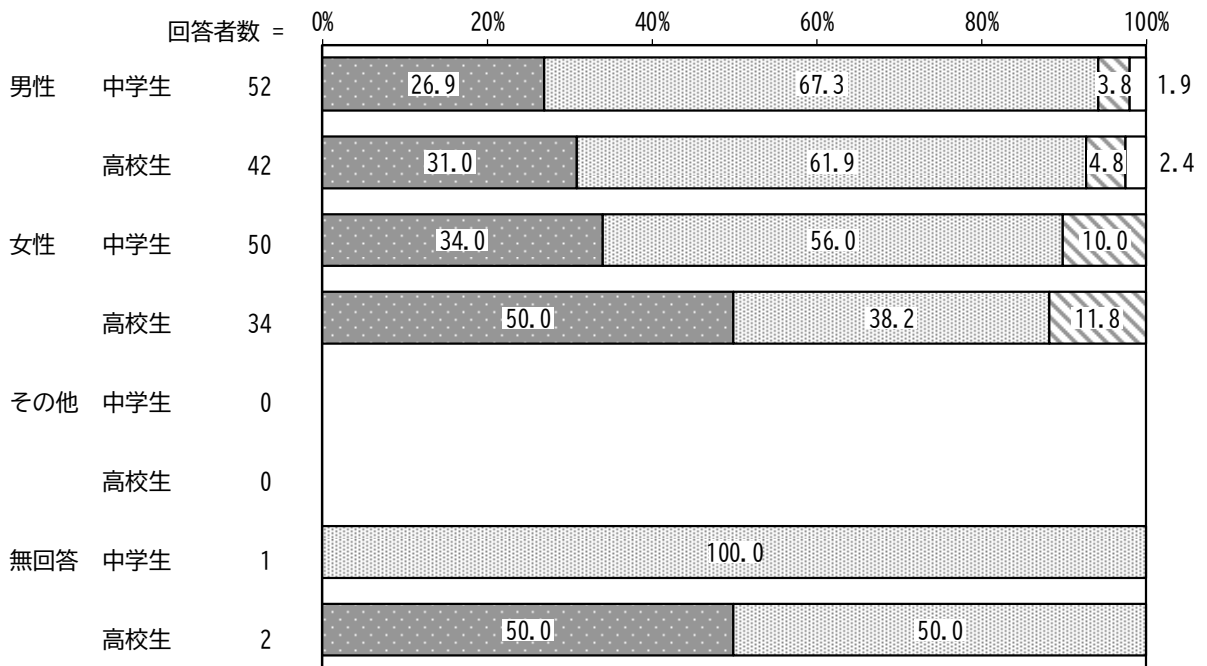
問 17 家庭での味付けは外食と比較していかがですか

「同じ」の割合が 57.1%と最も高く、次いで「薄い」の割合が 34.6%となっています。



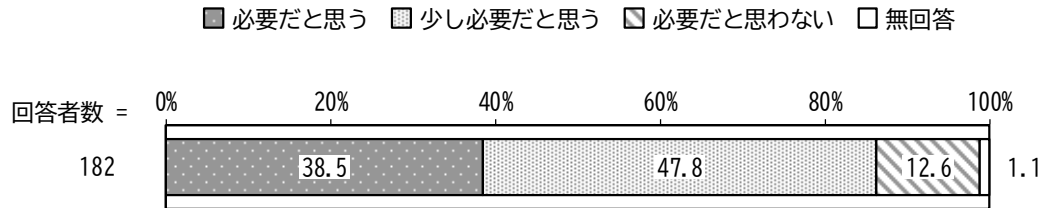
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高校生で「薄い」の割合が、男性中学生で「同じ」の割合が高くなっています。



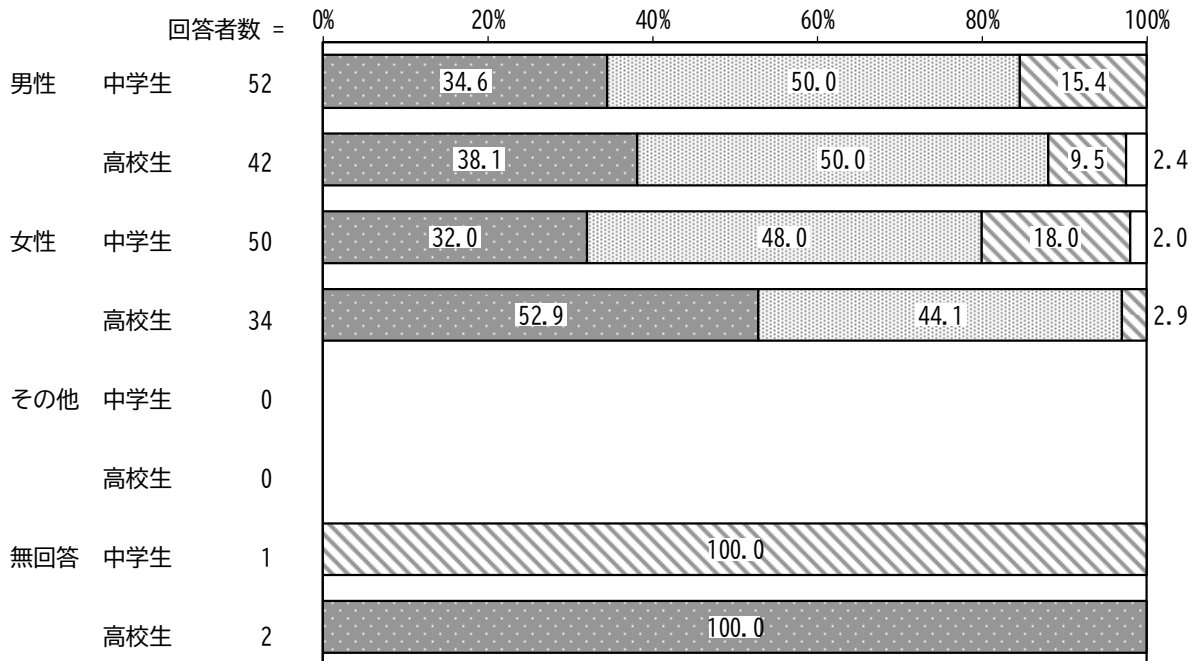
問 18 外食時や弁当・惣菜などに栄養成分表示が必要だと思いますか

「少し必要だと思う」の割合が 47.8%と最も高く、次いで「必要だと思う」の割合が 38.5%、「必要だと思わない」の割合が 12.6%となっています。



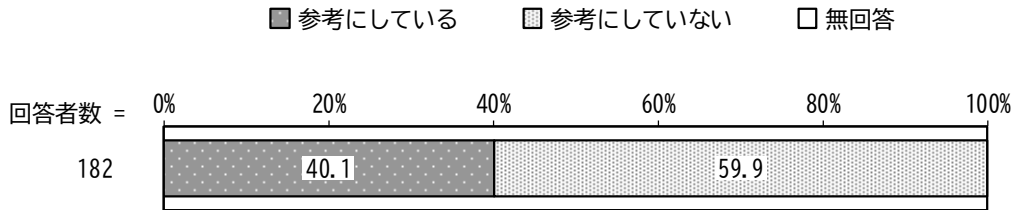
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高校生で「必要だと思う」の割合が、女性中学生で「必要だと思わない」の割合が高くなっています。



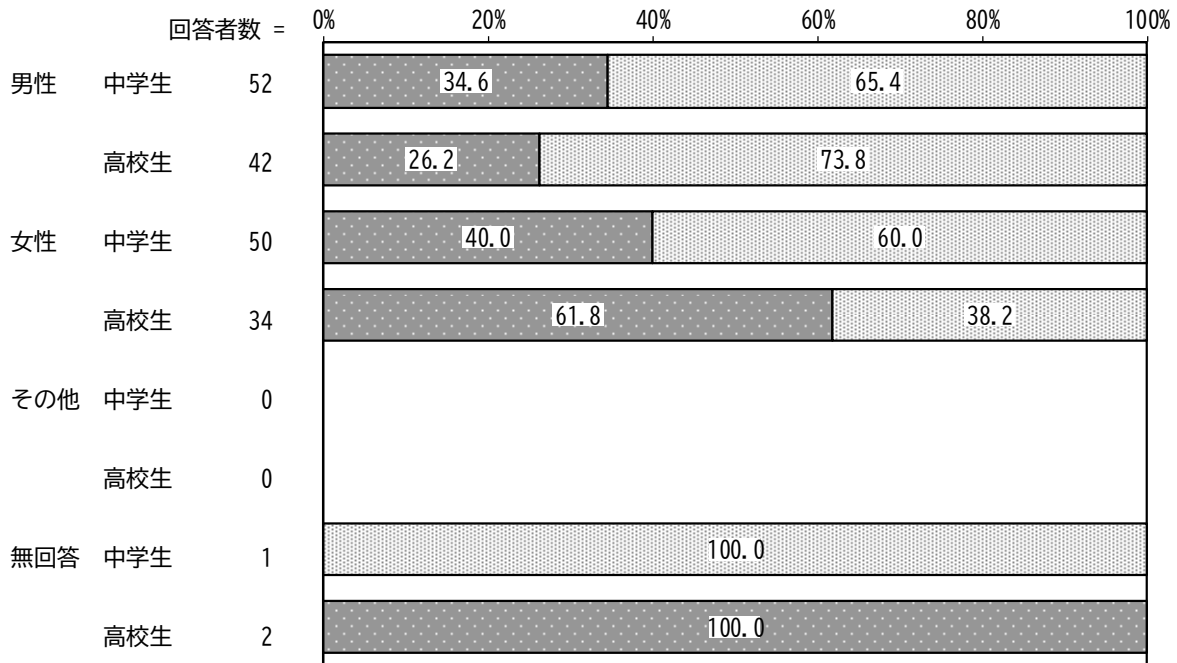
問 19 食品購入時に食品のパッケージの栄養成分表示を参考にしていますか

「参考にしている」の割合が 40.1%、「参考にしていない」の割合が 59.9%となっています。



【性・年齢別】

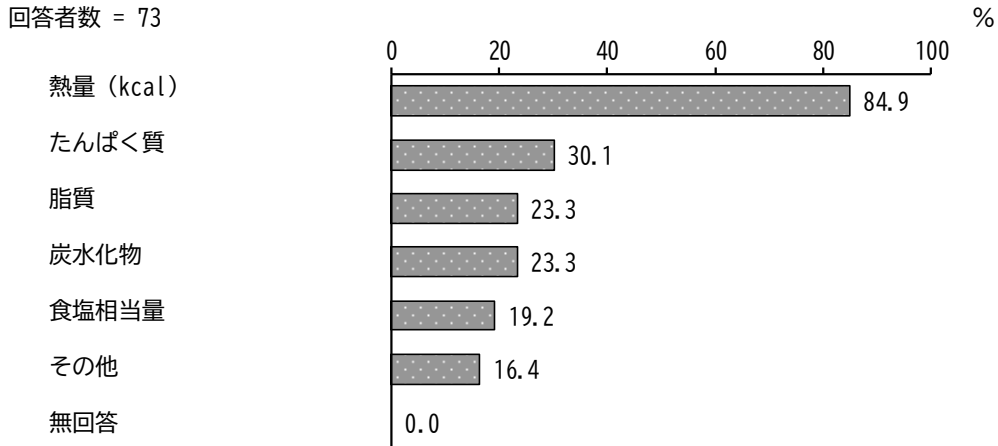
性・年齢別にみると、女性高校生で「参考にしている」の割合が、男性高校生で「参考にしていない」の割合が高くなっています。



【問 19 で「1 参考にしている」と答えた方のみ】

問 19-1 参考にしている項目を教えてください (いくつでも)

「熱量 (kcal)」の割合が 84.9%と最も高く、次いで「たんぱく質」の割合が 30.1%、「脂質」、「炭水化物」の割合が 23.3%となっています。



【問 19 で「2 参考にしていない」と答えた方のみ】

問 19-2 参考にしていない理由を教えてください (いくつでも)

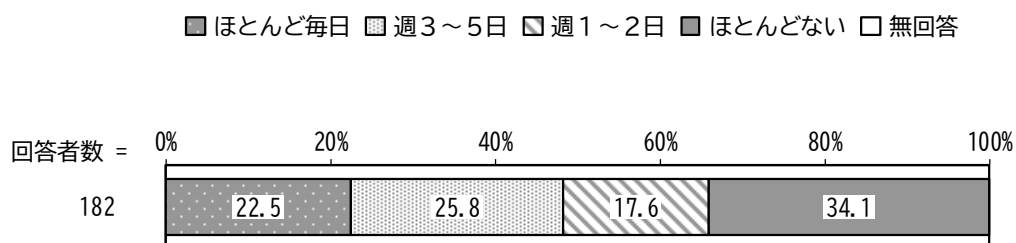
「興味がない」の割合が 62.4%と最も高く、次いで「自分の必要量がわからない」の割合が 30.3%となっています。



(4) あなたの運動の状況について

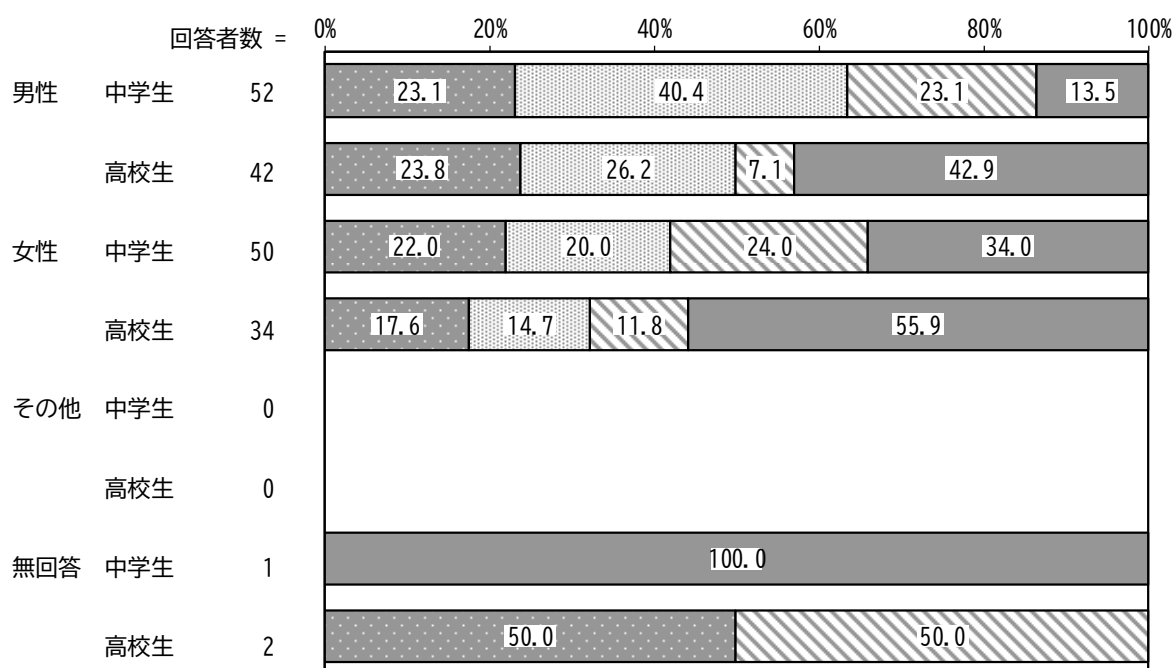
問 20 学校の授業以外で運動（部活等を含む）をしていますか

「ほとんどない」の割合が34.1%と最も高く、次いで「週3～5日」の割合が25.8%、「ほとんど毎日」の割合が22.5%となっています。



【性・年齢別】

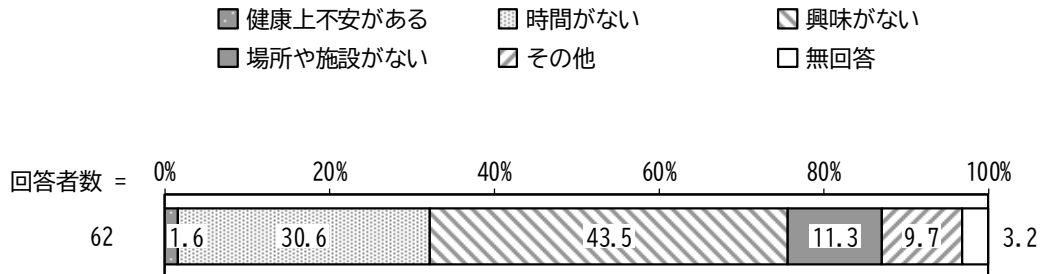
性・年齢別にみると、女性高校生で「ほとんどない」の割合が、男性中学生で「週3～5日」の割合が高くなっています。



【問 20 で「4ほとんどない」と回答された方のみ】

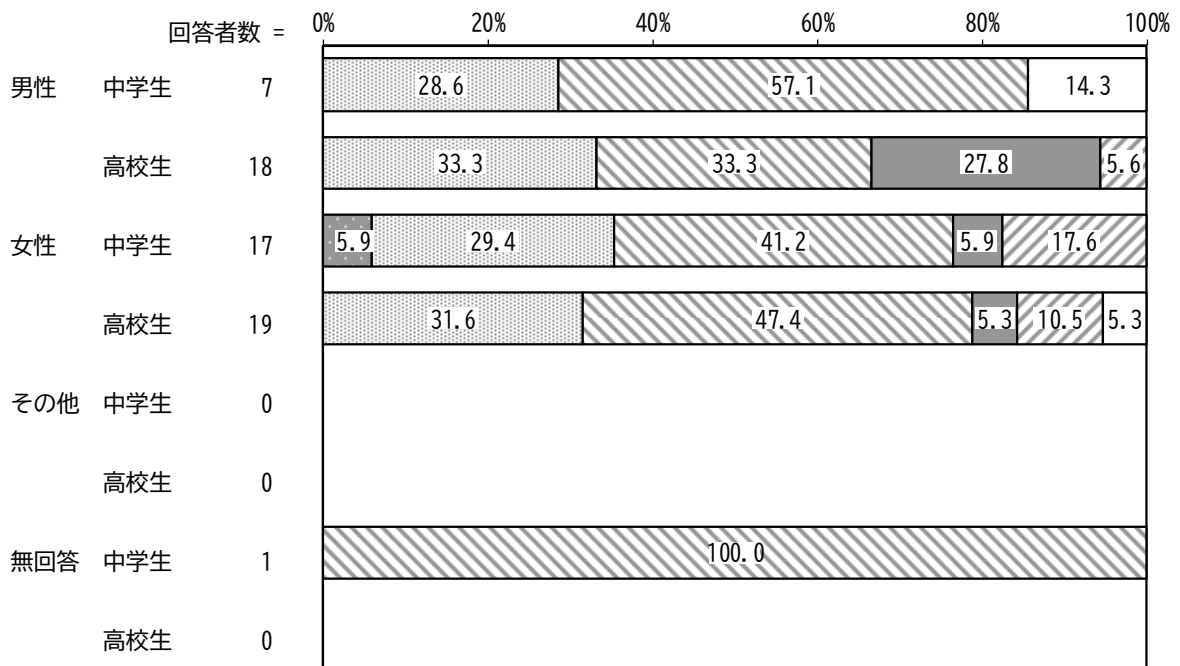
問 20-1 運動することがほとんどない理由を教えてください

「興味がない」の割合が 43.5%と最も高く、次いで「時間がない」の割合が 30.6%、「場所や施設がない」の割合が 11.3%となっています。



【性・年齢別】

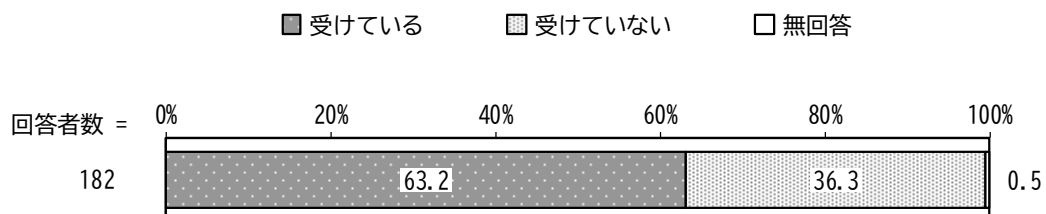
性・年齢別にみると、男性高校生で「場所や施設がない」の割合が高くなっています。



(5) 歯や口の健康について

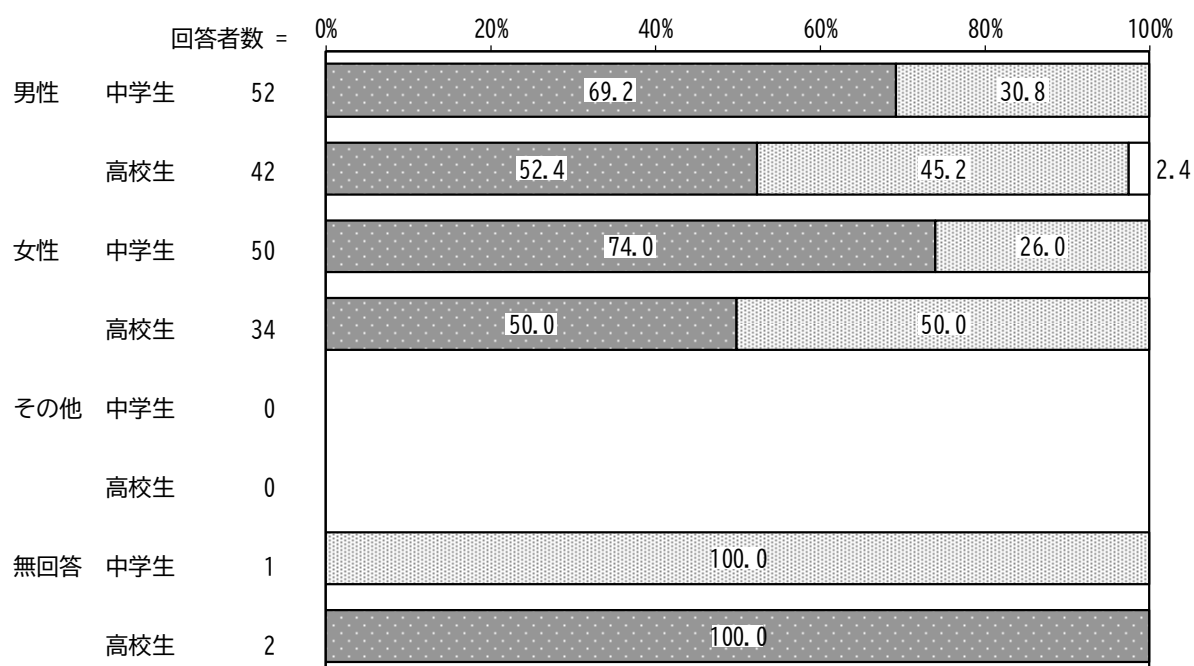
問 21 年に1回以上、歯科健診（学校の歯科健診以外）を受けていますか

「受けている」の割合が63.2%、「受けていない」の割合が36.3%となっています。



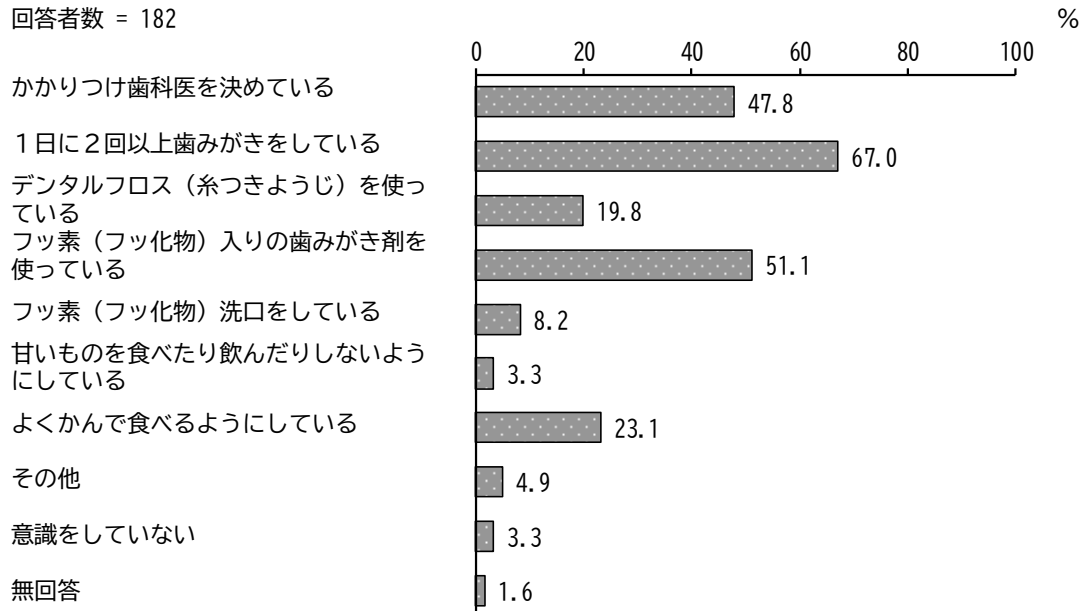
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性高校生で「受けていない」の割合が、女性中学生で「受けている」の割合が高くなっています。



問 22 歯・口の健康について、普段からどのようなことを意識（注意）していますか（いくつでも）

「1日に2回以上歯みがきをしている」の割合が67.0%と最も高く、次いで「フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を使っている」の割合が51.1%、「かかりつけ歯科医を決めている」の割合が47.8%となっています。



【性・年齢別】

性・年齢別にみると、女性中学生で「フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を使っている」「かかりつけ歯科医を決めている」の割合が、女性高校生で「デンタルフロス（糸つきようじ）を使っている」の割合が高くなっています。

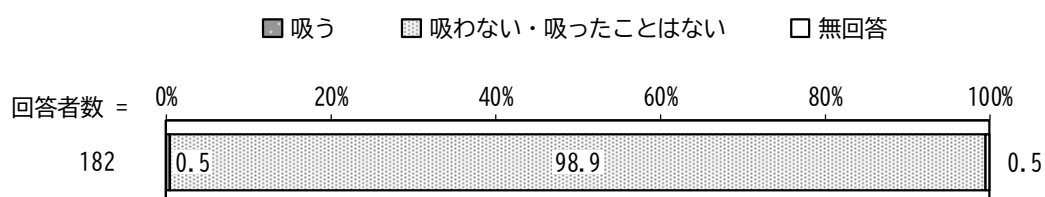
単位：%

区分	回答者数（件）	かかりつけ歯科医を決めている	1日に2回以上歯みがきをしている	デンタルフロス（糸つきようじ）を使っている	フッ素（フッ化物）入りの歯みがき剤を使っている	フッ素（フッ化物）洗口をしている	甘いものを食べたり飲んだりしないようにしている	よくかんで食べるようにしている	その他	意識をしていない	無回答
男性 中学生	52	48.1	69.2	9.6	50.0	3.8	7.7	21.2	—	3.8	1.9
高校生	42	40.5	57.1	19.0	47.6	11.9	—	19.0	9.5	4.8	4.8
女性 中学生	50	60.0	66.0	26.0	64.0	12.0	4.0	28.0	4.0	—	—
高校生	34	38.2	73.5	26.5	32.4	2.9	—	26.5	5.9	5.9	—
その他 中学生	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
高校生	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
無回答 中学生	1	—	100.0	—	100.0	—	—	—	—	—	—
高校生	2	100.0	100.0	—	100.0	—	—	—	50.0	—	—

(6) タバコやお酒について

問 23 タバコを吸いますか

「吸う」の割合が 0.5%、「吸わない・吸ったことはない」の割合が 98.9%となっています。



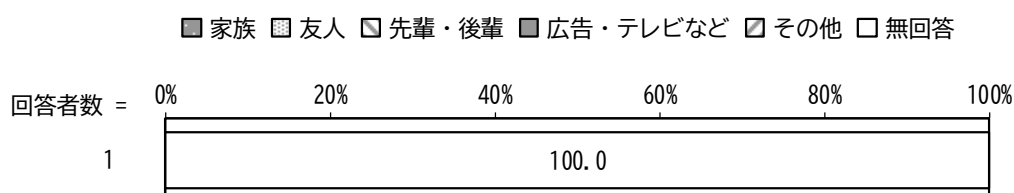
【問 23 で「1 吸う」と答えた方のみ】

問 23-1 タバコを吸い始めたのは何歳のときですか

有効回答がありませんでした。

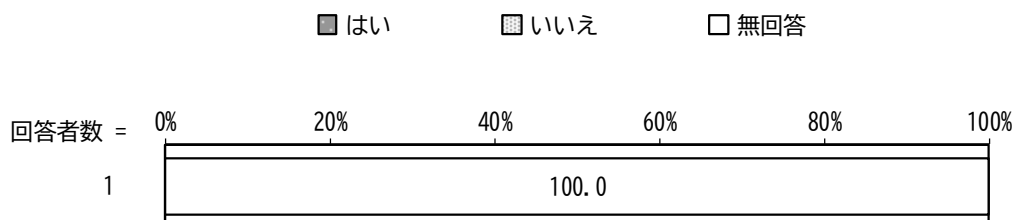
問 23-2 タバコを吸い始めたきっかけは何ですか

有効回答がありませんでした。



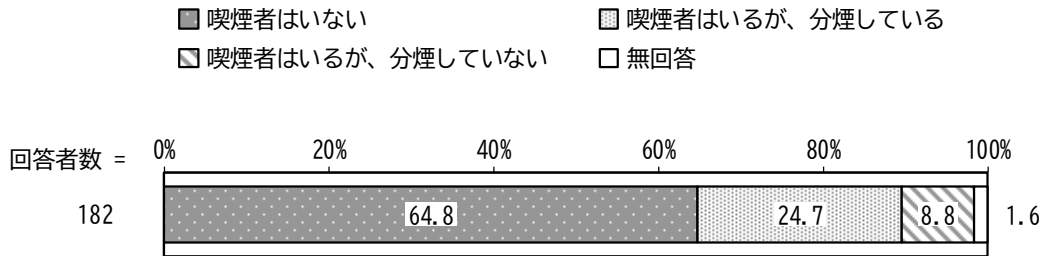
問 23-3 禁煙したいと思いますか

有効回答がありませんでした。



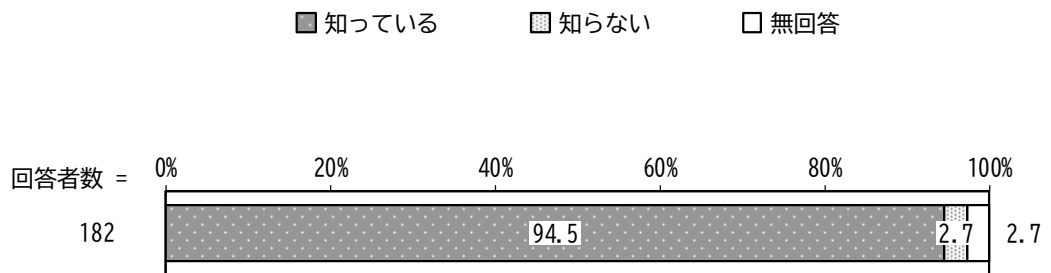
問 24 あなたの家での喫煙・分煙状況を教えてください

「喫煙者はいない」の割合が 64.8%と最も高く、次いで「喫煙者はあるが、分煙している」の割合が 24.7%となっています。



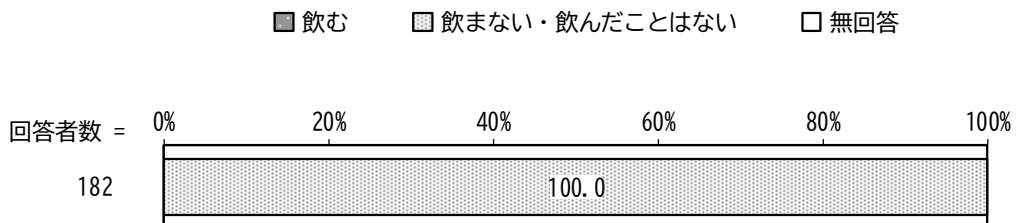
問 25 喫煙・受動喫煙の害を知っていますか

「知っている」の割合が 94.5%、「知らない」の割合が 2.7%となっています。



問 26 お酒を飲みますか

「飲まない・飲んだことはない」の割合が 100.0%となっています。



【問 26 で「1 飲む」と答えた方のみ】

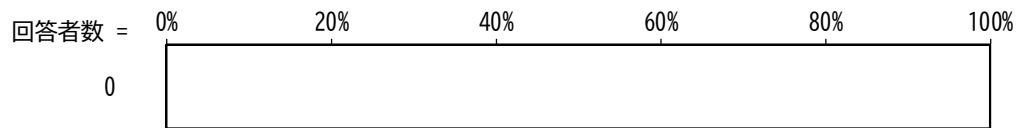
問 26-1 お酒を飲み始めたのは何歳のときですか

有効回答がありませんでした。

問 26-2 お酒を飲み始めたきっかけは何ですか

有効回答がありませんでした。

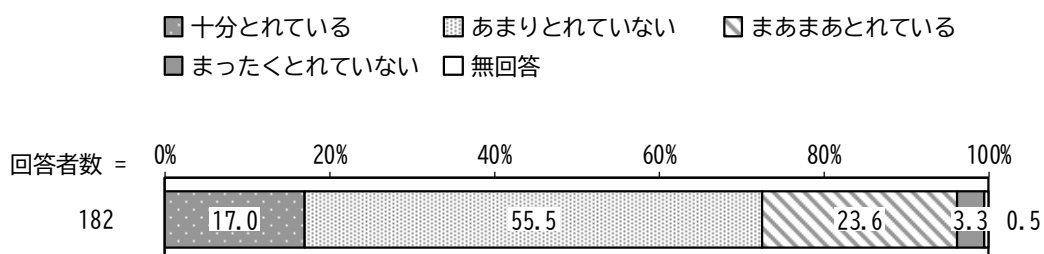
家族 友人 先輩・後輩 広告・テレビなど その他 無回答



(7) 休養・心の健康について

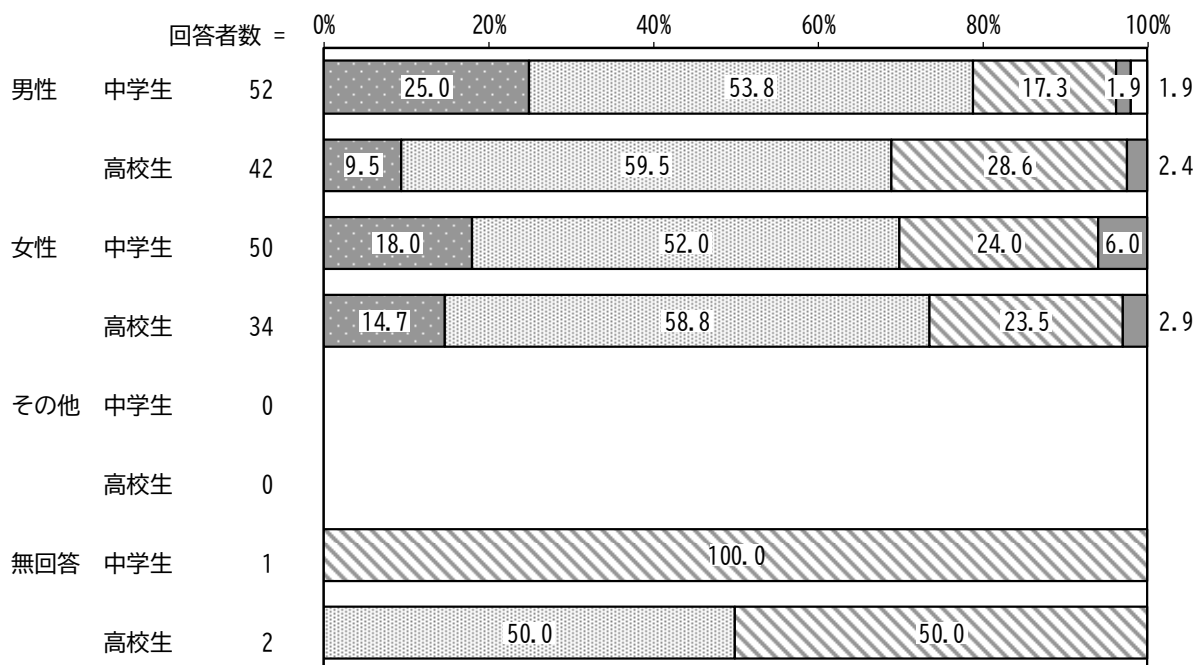
問 27 いつもとっている睡眠で、休養が十分とれていると思いますか

「あまりとれていない」の割合が55.5%と最も高く、次いで「まあまあとれている」の割合が23.6%、「十分とれている」の割合が17.0%となっています。



【性・年齢別】

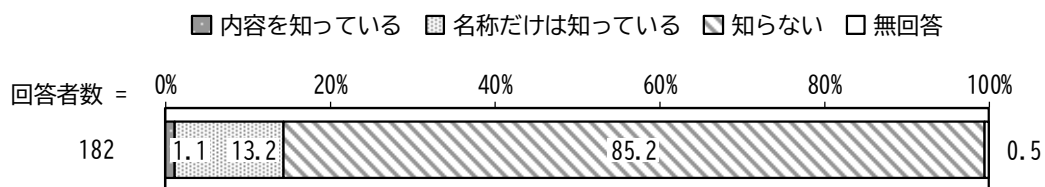
性・年齢別にみると、男性中学生で「十分とれている」の割合が、男性高校生で「まあまあとれている」の割合が高くなっています。



(8) その他について

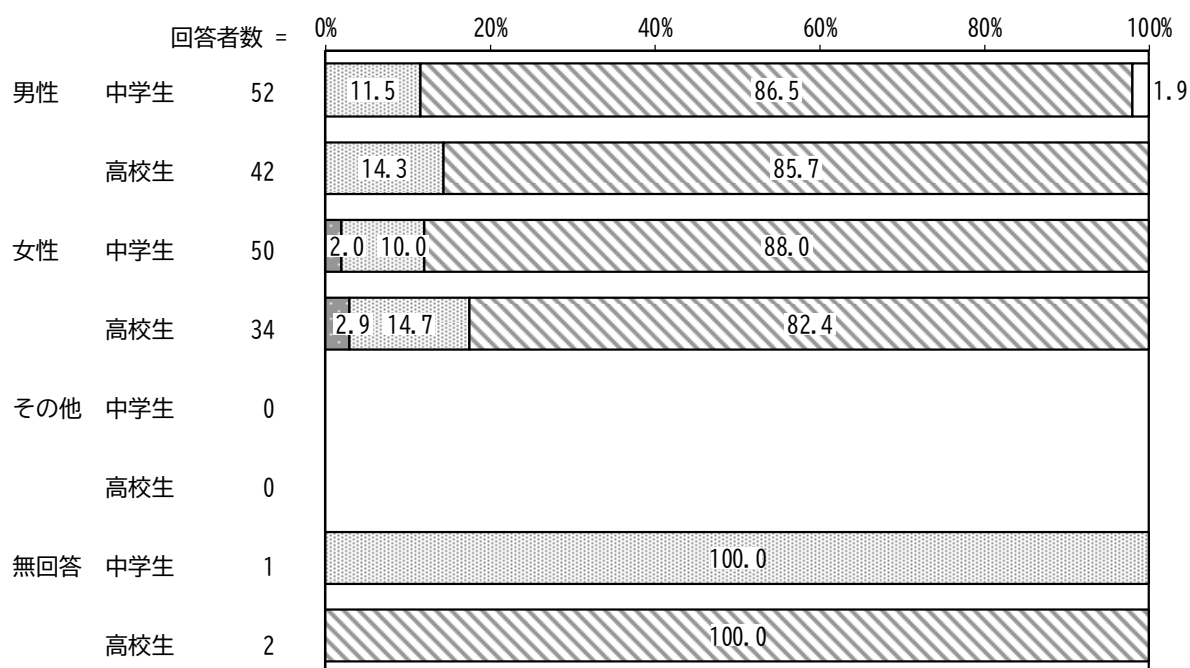
問28 「未病 (ME-BYO)」について知っていますか

「知らない」の割合が85.2%と最も高く、次いで「名称だけは知っている」の割合が13.2%となっています。



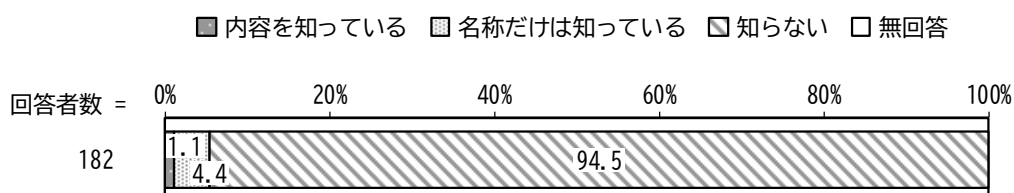
【性・年齢別】

性・年齢別にみると、大きな差はみられません。



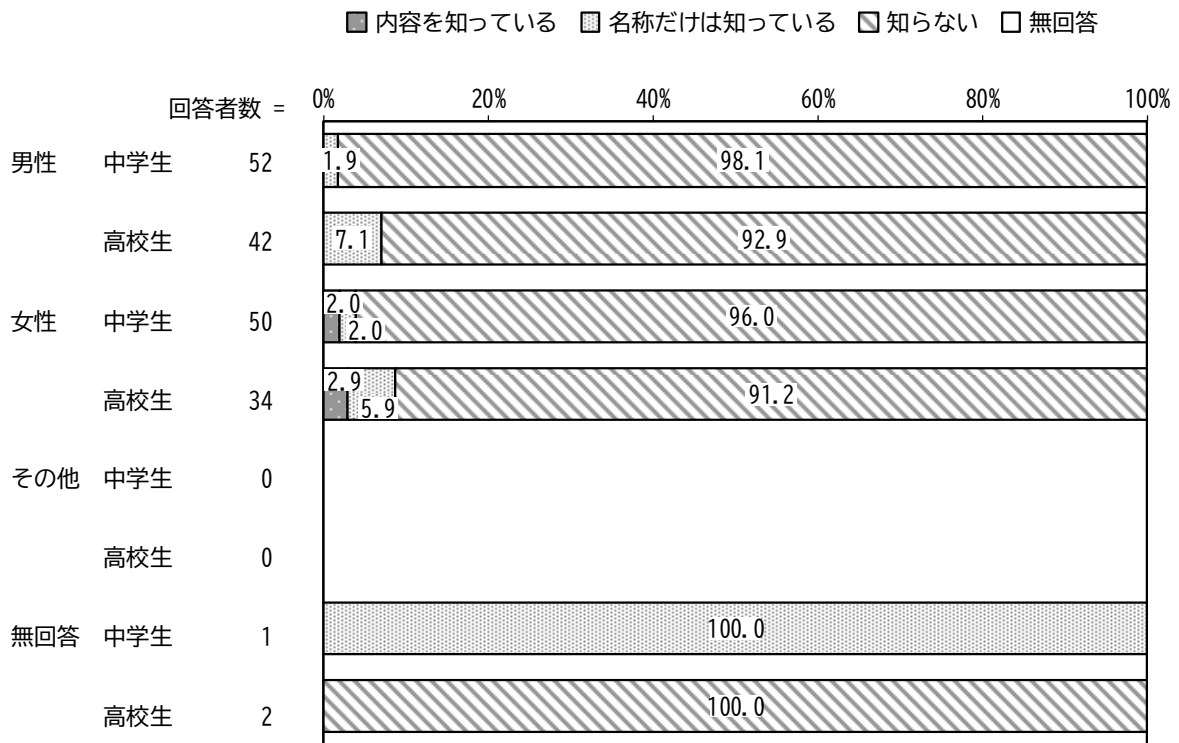
問29 「プレコンセプションケア」について知っていますか

「知らない」の割合が94.5%と最も高くなっています。



【性・年齢別】

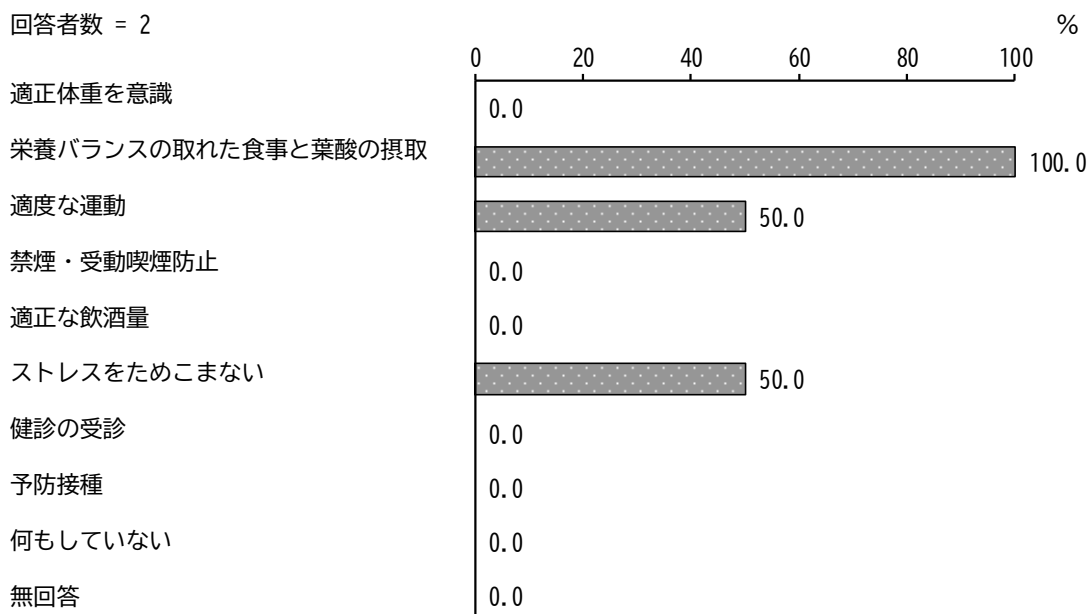
性・年齢別にみると、大きな差はみられません。



【問 29 で「1 内容を知っている」と答えた方のみ】

問 29-1 プレコンセプションケアで取り組んでいることはありますか (いくつでも)

「栄養バランスの取れた食事と葉酸の摂取」が 2 件となっています。「適度な運動」、「ストレスをためこまない」が 1 件となっています。



問 30 「健康・食育推進プランよこすか」（横須賀市健康増進計画・横須賀市食育推進計画）を知っていますか

「知らない」の割合が 89.6%と最も高くなっています。

