

甲州市

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

報告書

令和 6 年度

令和 7（2025）年 2 月

甲州市 健康増進課

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座

はじめに

本年も甲州市思春期調査の報告書を発行することができました。ひとえに、甲州市健康増進課、教育委員会、各学校の先生方のご尽力によるものです。心から敬意を表します。

甲州市思春期調査は、2007（平成 19）年 2 月に文部科学省の「児童生徒の生活習慣と健康等に関する実践調査研究」の対象地域として実施された調査が、第 1 回目の調査でした。2008（平成 20）年度から今年度に至るまで毎年実施されています。新型コロナウイルス感染症による健康危機の中にあっても、児童生徒の健康を守るための重要な調査として実施されました。

子どもたちが自分の持っている力を十二分に発揮して、健やかに育ち、成長していくことはみんなの願いです。思春期調査はそれを支援するために、その時々 of 児童生徒の生活習慣や健康状態を把握することで、学校保健活動の基礎資料となっています。また、甲州市では 26 年前から乳幼児健診の情報を分析して、科学的根拠に基づく母子保健活動を行っており、思春期調査の情報と突合することで経時的に健康に関連する要因を明らかにすることができます。

これまで、朝食欠食の実態、肥満ややせに関連する要因、心の問題を抱えている児童生徒の状況などを報告してきました。近年では、ゲームやインターネットの利用と健康との関連などの新たな課題にも取り組んでいます。これらは、学校保健の現場で活用され、広報を通じて市民の皆様にも報告しています。また、学術論文として世界に発信するなど社会貢献にも繋がっています。

甲州市思春期調査は、「継続」「還元」「発信」をキーワードとして、市民の皆様の理解を得ながら、現実のデータによる科学的根拠に基づいて子どもたちの健康増進に寄与できるように今後もお手伝いができればと思います。

2025 年 2 月

国立成育医療研究センター成育こどもシンクタンク 副所長
山梨大学大学院附属出生コホート研究センター 特任教授
山縣 然太朗

－ 甲州市児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 プロジェクトメンバー －

■ 甲州市教育委員会

■ 甲州市健康増進課

■ 山梨大学大学院 総合研究部 医学域

《社会医学講座》

准教授	大岡 忠生
技術補佐員	今井 小絵
技術補佐員	川村 由美子
技術補佐員	青木 ゆきみ

《疫学・環境医学講座》

教授	横道 洋司
准教授	三宅 邦夫
助教	堀内 清華

《出生コホート研究センター》

センター長	篠原 亮次
教授	山縣 然太郎
講師	小田和 早苗
助教	由井 秀樹
助教	久島 萌
技術補佐員	岡田 あゆみ（表・グラフ作成等）

■ 山梨県立大学 看護学部 看護関連科学領域

准教授	山北 満哉（集計・解析・報告書作成担当）
-----	----------------------

目 次

第Ⅰ章 調査実施概要	1
1. 調査の目的	3
2. 調査の対象	3
3. 調査方法	3
4. データの入力ならびに集計方法	3
第Ⅱ章 調査結果概要	5
1. 対象者数と回答率	7
2. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査結果について	8
1) 睡眠時間（平日と休日の睡眠時間）	8
2) 運動習慣	10
3) スクリーンタイム	11
4) 抑うつ症状の有無	12
5) ネット依存傾向	13
6) 各生活習慣と抑うつ傾向の関連	14
まとめ	15
第Ⅲ章 調査結果集計表・グラフ	17
1. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査	19
2. 身体データ	59
第Ⅳ章 学校別集計グラフ	63
第Ⅴ章 甲州市思春期調査に関する研究	81
甲州市思春期調査に関する研究成果物	83
付録	85
「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（小学生用）」	
「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（中学生用）」	

第 I 章 調査実施概要

第Ⅰ章 調査実施概要

1. 調査の目的

思春期の子ども達の生活習慣と心の健康を把握することにより、現在の子ども達を取り巻く問題や個々の問題を推測し、その対応を考えるべく調査を実施した。また、甲州市における学校教育と地域の連携を推進するための基礎資料を作成することも主な目的である。

2. 調査の対象

甲州市全域の小学校 4 年生から 6 年生、および中学校 1 年生から 3 年生までの 17 小中学校の全児童生徒を対象とした。

3. 調査方法

本年度は、事前に健康増進課より各学校へ回答用の URL を通知し、Google フォームを用いて 7 月に調査を実施した。実施期間は 8 月 2 日までとした。

また、併せて身体データも各学校で取りまとめ、健康増進課へ提出の依頼をされた。

4. データの入力ならびに集計方法

Google フォームでの回答データを市で取りまとめ、山梨大学大学院社会医学講座において、集計・解析作業を行った。

第Ⅱ章 調査結果概要

第Ⅱ章 調査結果概要

1. 対象者数と回答率

		対象者数	回答数	回答率 (%)
児童生徒の心の 健康と生活習慣 に関する調査	小学生	649	614	94.6
	中学生	652	580	89.0
	合計	1,301	1,194	91.8

≪回答数内訳≫

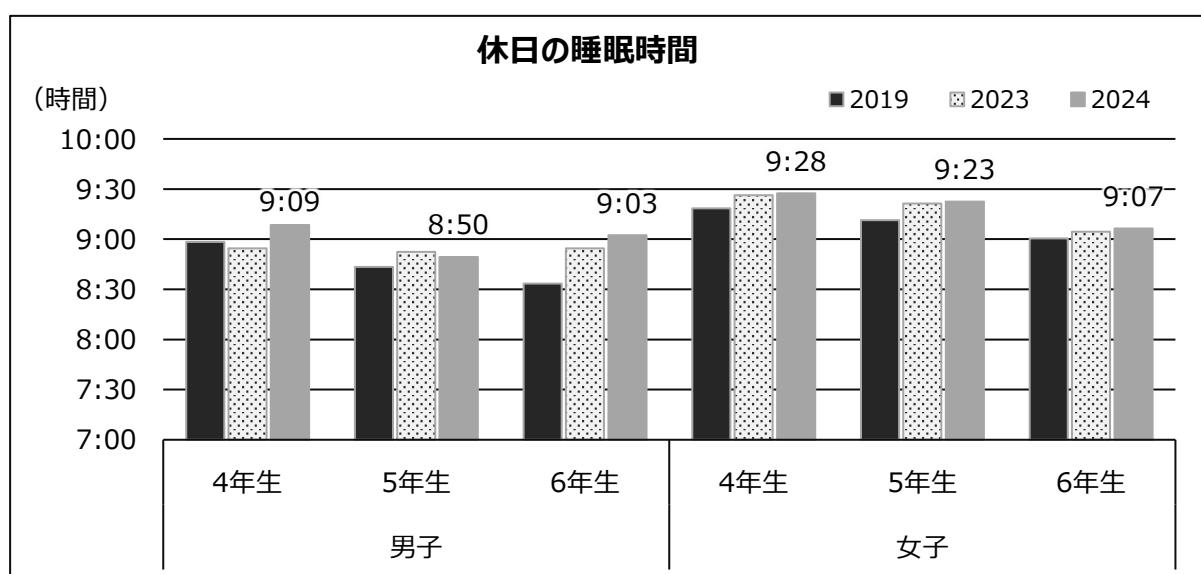
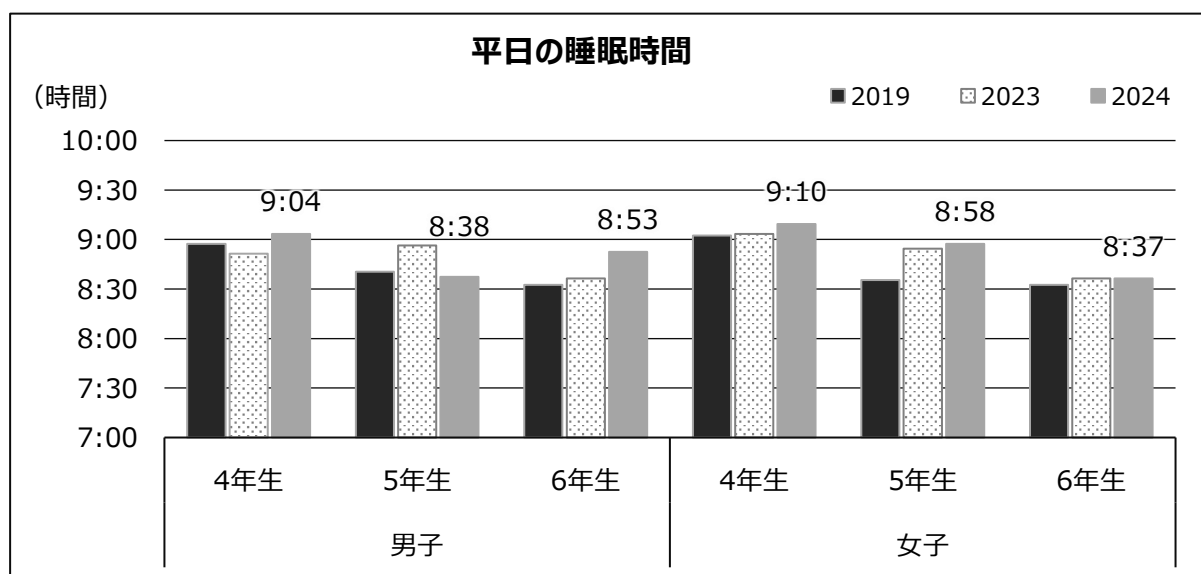
学校名	対象者数	未回答数	回答数	回答率 (%)
塩山南小学校	175	6	169	96.6
塩山北小学校	51	2	49	96.1
奥野田小学校	64	4	60	93.8
大藤小学校	22	1	21	95.5
神金小学校	17	0	17	100.0
玉宮小学校	10	0	10	100.0
松里小学校	46	2	44	95.7
井尻小学校	47	3	44	93.6
勝沼小学校	69	8	61	88.4
祝小学校	48	0	48	100.0
東雲小学校	59	0	59	100.0
菱山小学校	20	2	18	90.0
大和小学校	21	7	14	66.7
塩山中学校	350	49	301	86.0
塩山北中学校	27	4	23	85.2
松里中学校	51	7	44	86.3
勝沼中学校	224	12	212	94.6
合計	1,301	107	1,194	91.8

2. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査結果について

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査につきまして、新型コロナウイルス感染症拡大前（2019 年度）と 5 類移行後 2 年間（2023 年度と 2024 年度）の生活習慣の特徴をお示しました。また、それぞれの生活習慣と抑うつ傾向の関連についても検討しました。今後のご指導にご活用いただければ幸いです。

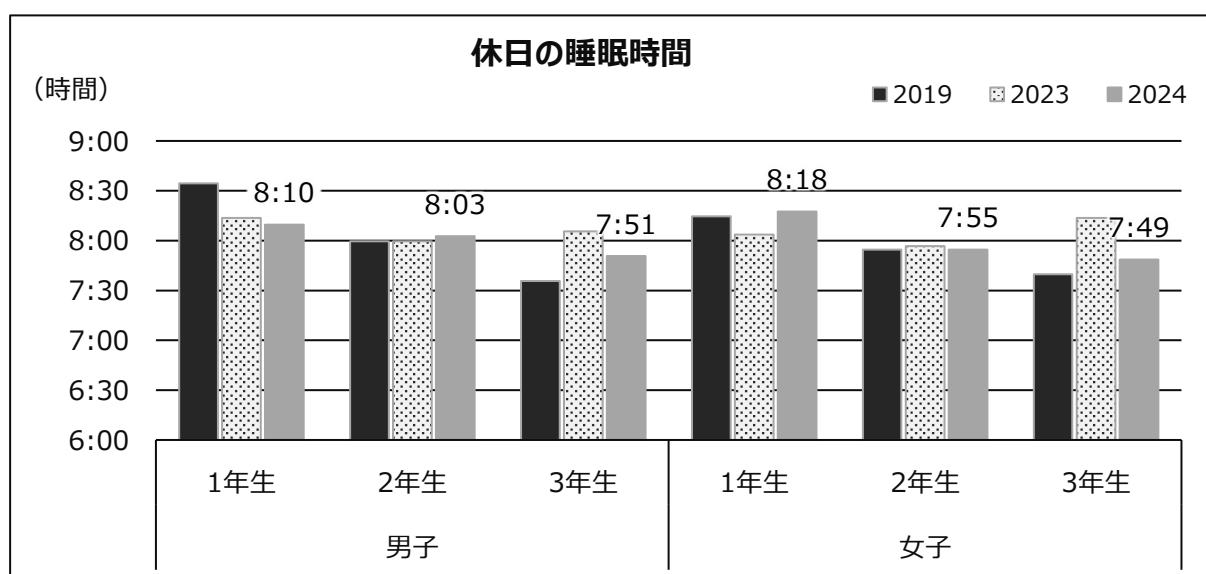
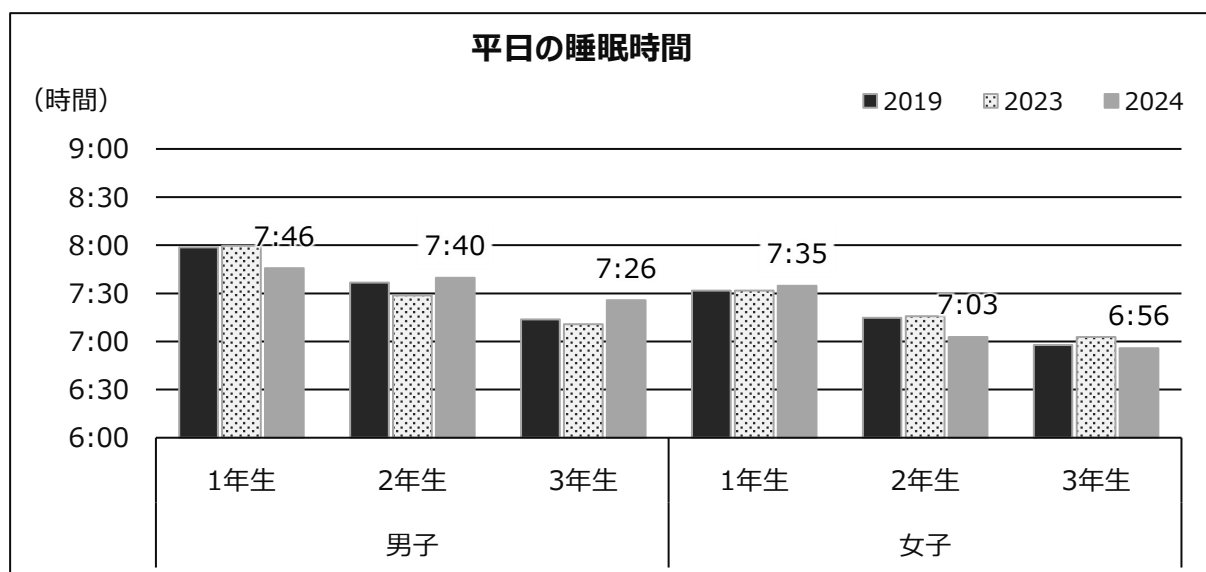
1) 睡眠時間

■小学生



➔ 健康づくりのための睡眠ガイド 2023 では、小学生は 9～12 時間の睡眠時間の確保が推奨されていますが、平日では 4 年生のみが男女ともに睡眠時間を満たしていました。休日については、5 年生の男子を除き、9 時間以上の睡眠を満たしていました。

■中学生

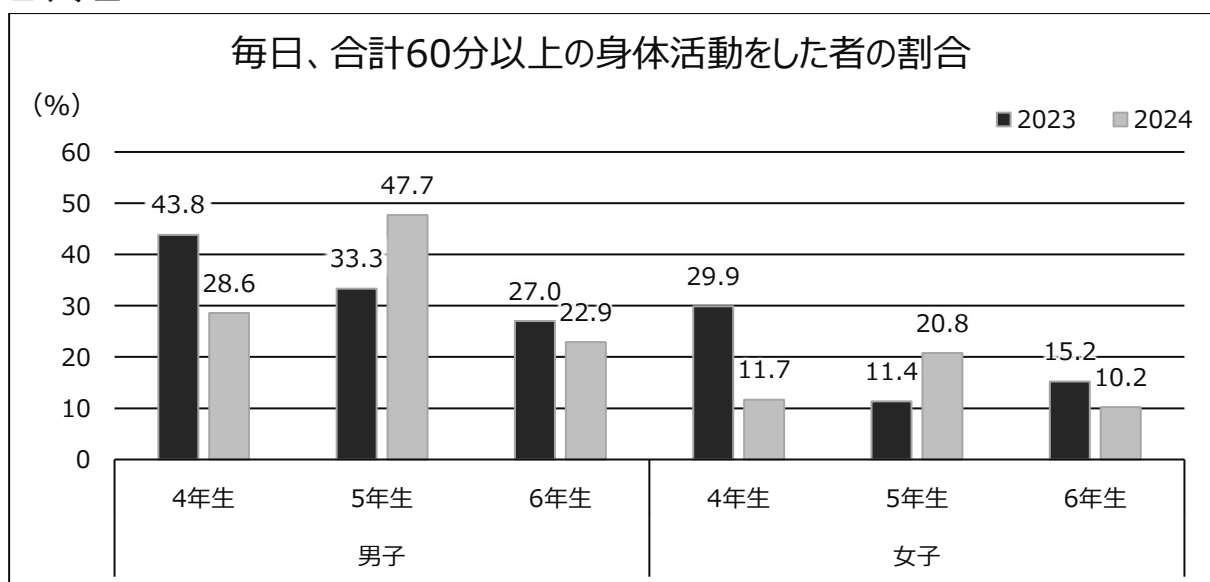


➔ これまでと同様に学年があがるに従って睡眠時間が短くなる傾向がみられます。健康づくりのための睡眠ガイド 2023 では、中学生が確保すべき睡眠時間として8~10時間が推奨されていますので、平日では男女ともに睡眠時間が十分ではない状況で、中学3年生の女子においては、1時間ほど不足しています。休日では、1年生のみが男女ともに8時間以上を満たしていました。

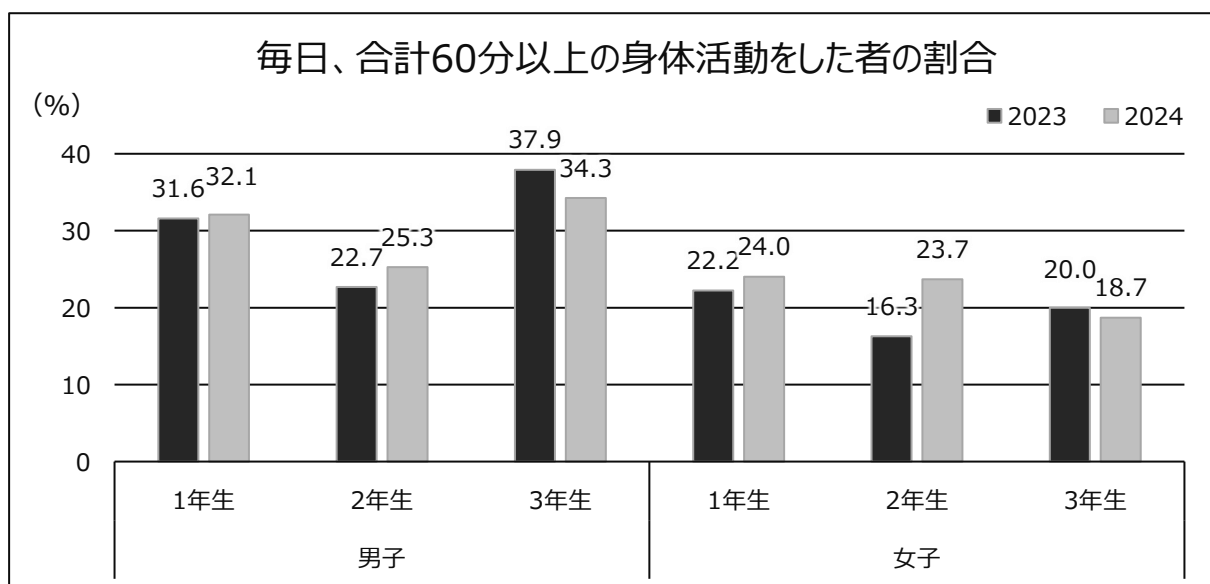
2) 運動習慣

運動習慣については、昨年（2023 年）度から設問を国際的に用いられている設問に変更しましたので、昨年度と今年度の 2 年間の結果をお示しします。身体活動ガイドラインで推奨されている「毎日 60 分（7 時間/週）以上の身体活動」をした者の割合をお示しました。

■小学生



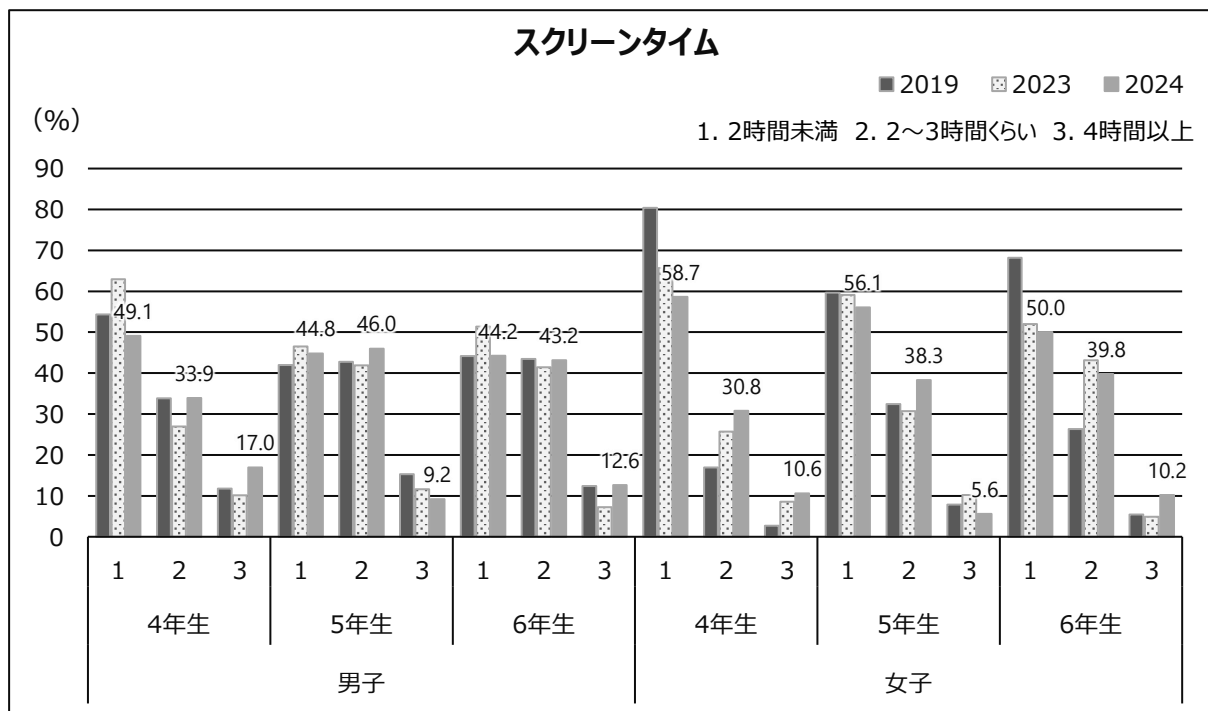
■中学生



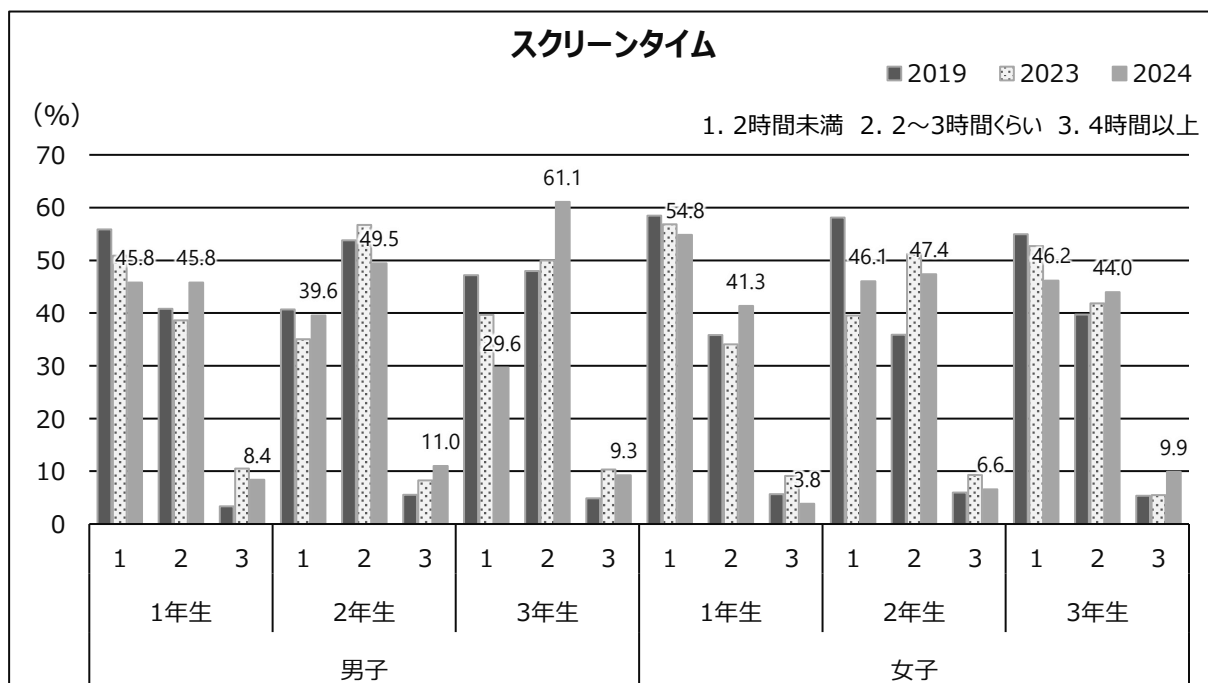
➔ これまでの結果と同様に、女子より男子でガイドラインを満たす割合が多い傾向がみられました。小学生では、5 年生の男子で多いものの、女子では 20%以下の学年も多く、ガイドラインを満たす割合は、小中学生ともに少ない状況でした。

3) スクリーンタイム ※TV ゲームやパソコン、スマホで遊んだり、メールをしたりする時間

■小学生



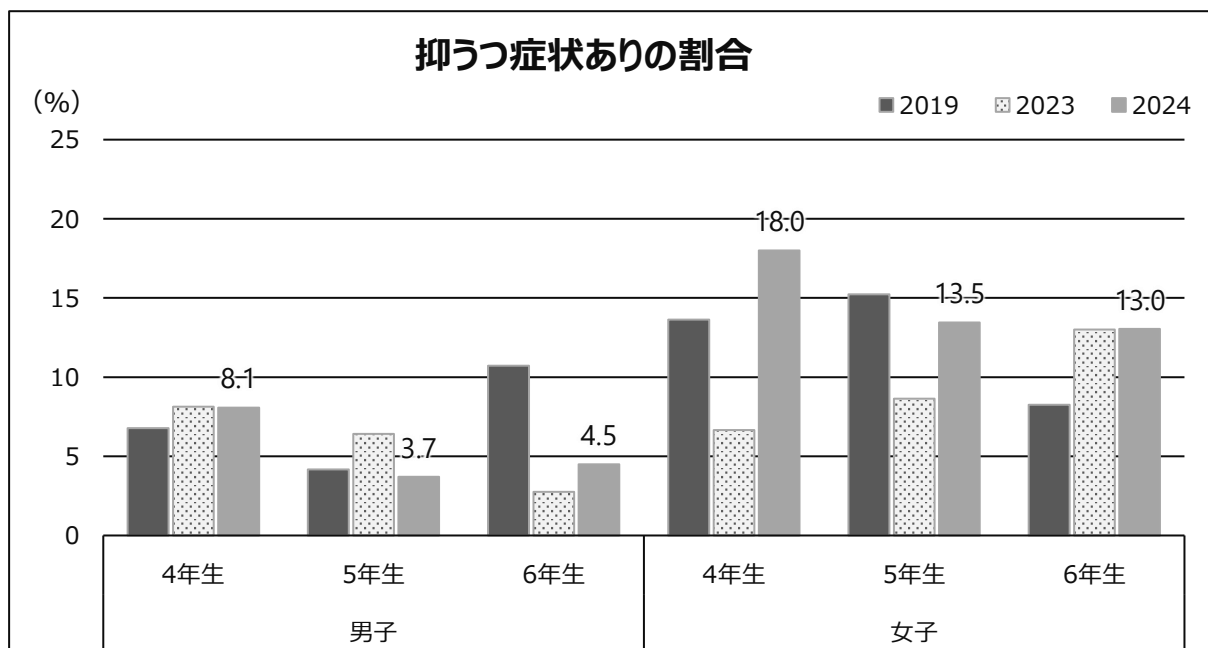
■中学生



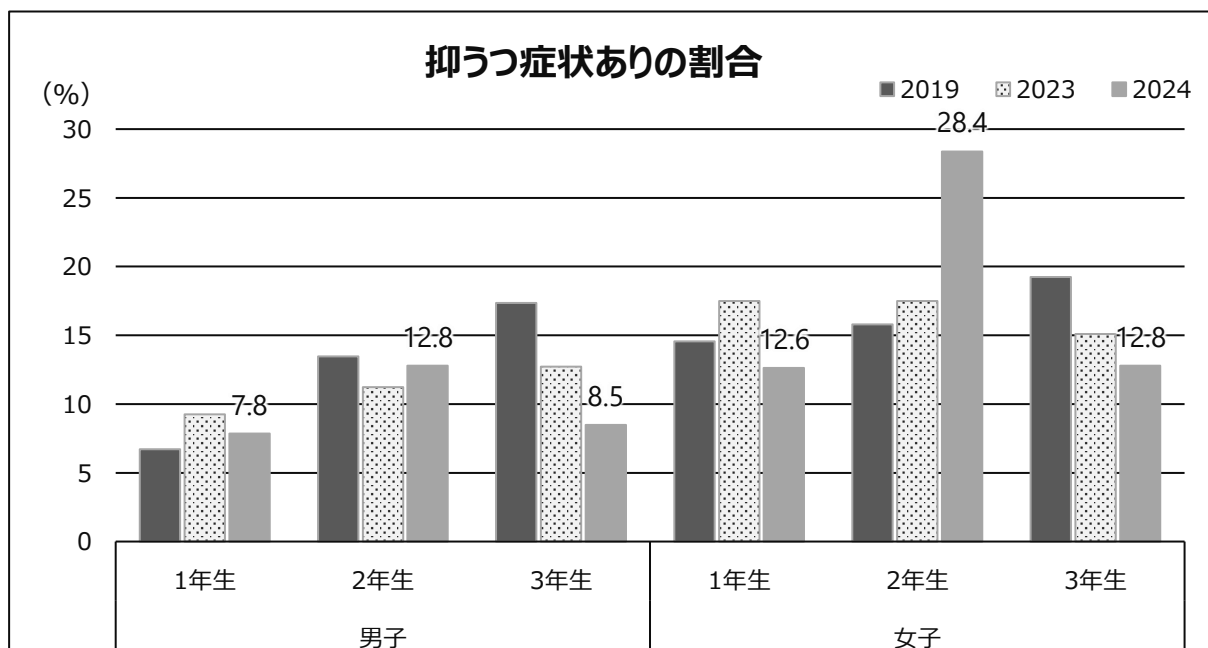
➔ 小学6年生の女子と中学2年生の男子を除き、昨年度と比較して「2～3時間くらい」の割合が増加しました。バラツキはあるものの、「4時間以上」の割合が増加している学年が多く、全体としてスクリーンタイムが長くなっている傾向がみられます。

4) 抑うつ症状の有無

■小学生



■中学生

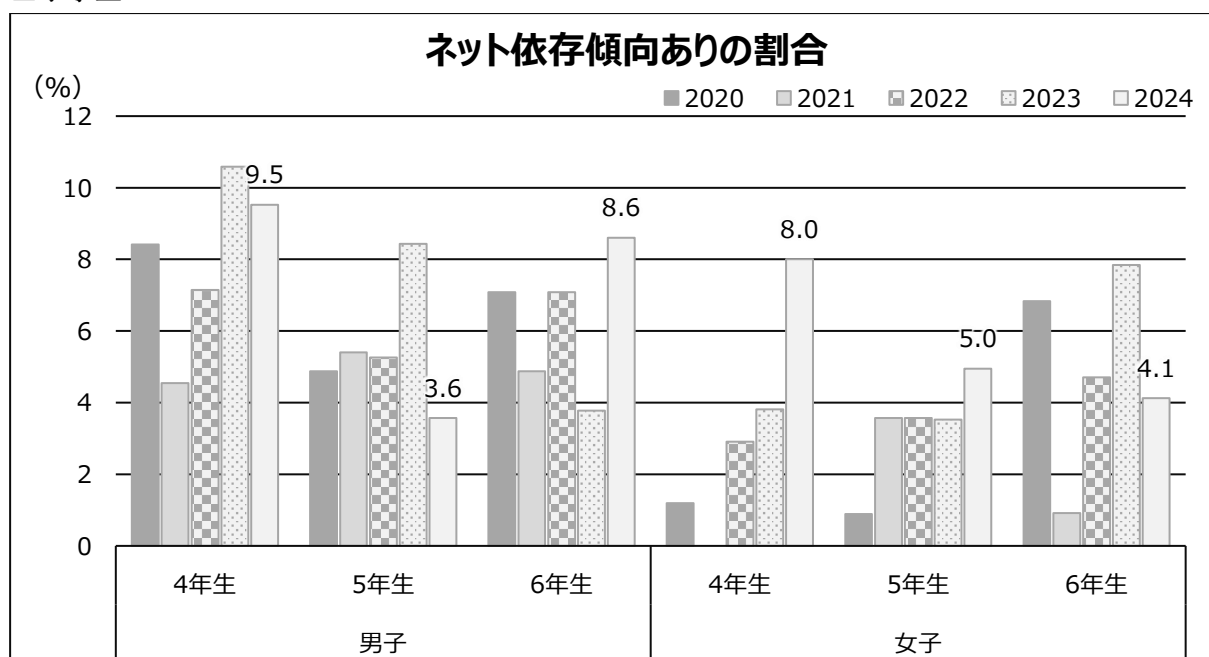


➔ どの学年も男子と比較して女子で多い傾向がみられました。今年度は、中学2年生の女子で高い割合がみられました（原因はわかりません）。小学生では、学年が上がるに従って少なくなる傾向がみられ、中学生では中学2年が最も多い状況でした。

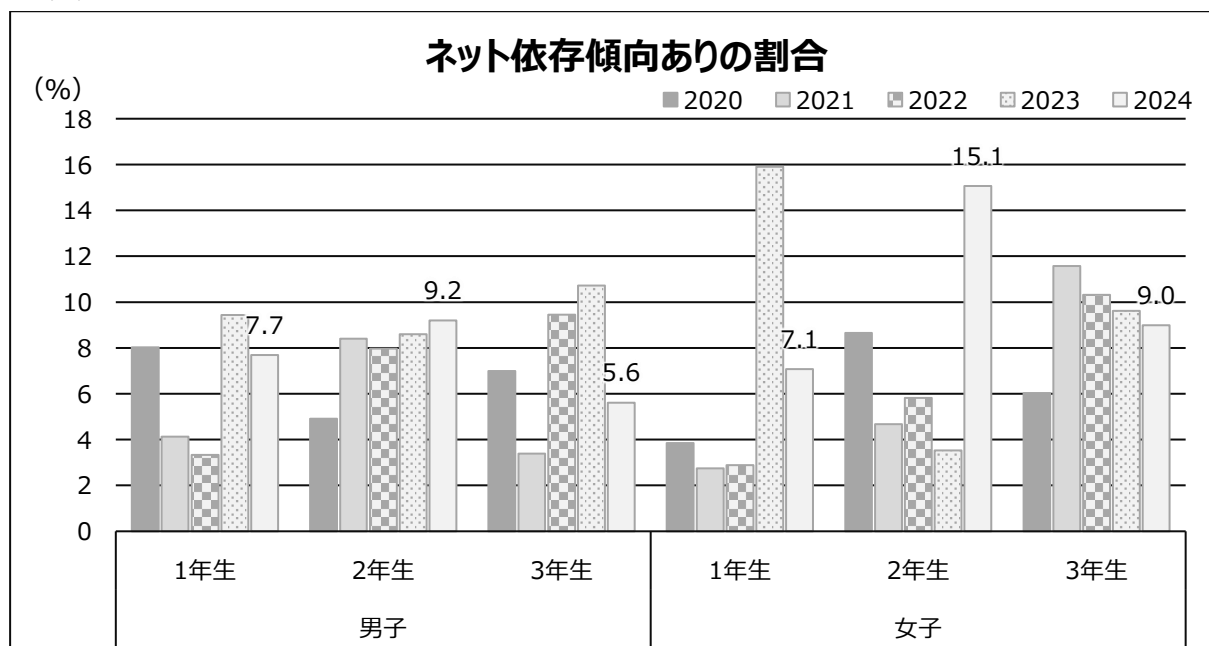
5) ネット依存的傾向

世界的に使用されているネット依存を評価する質問項目である Young8 で評価しました。Young8 での評価は 2020 年からですので、2020～2024 年の 5 年間の結果をお示しします。なお、8 つの質問項目のうち、5 つ以上に「はい」と回答した場合をネット依存的傾向ありとしています。

■小学生

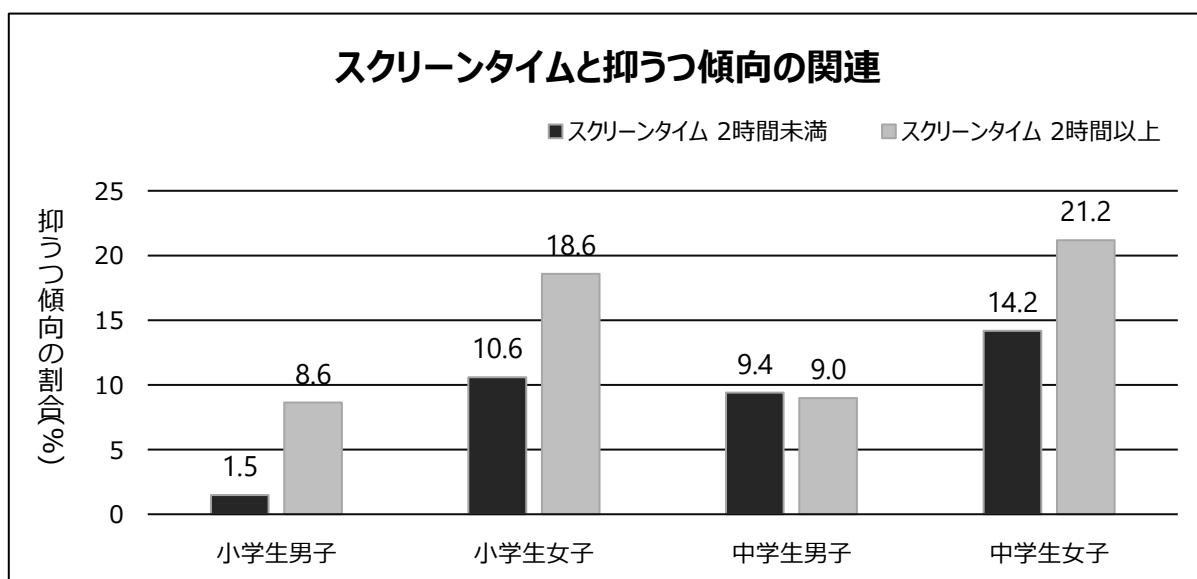
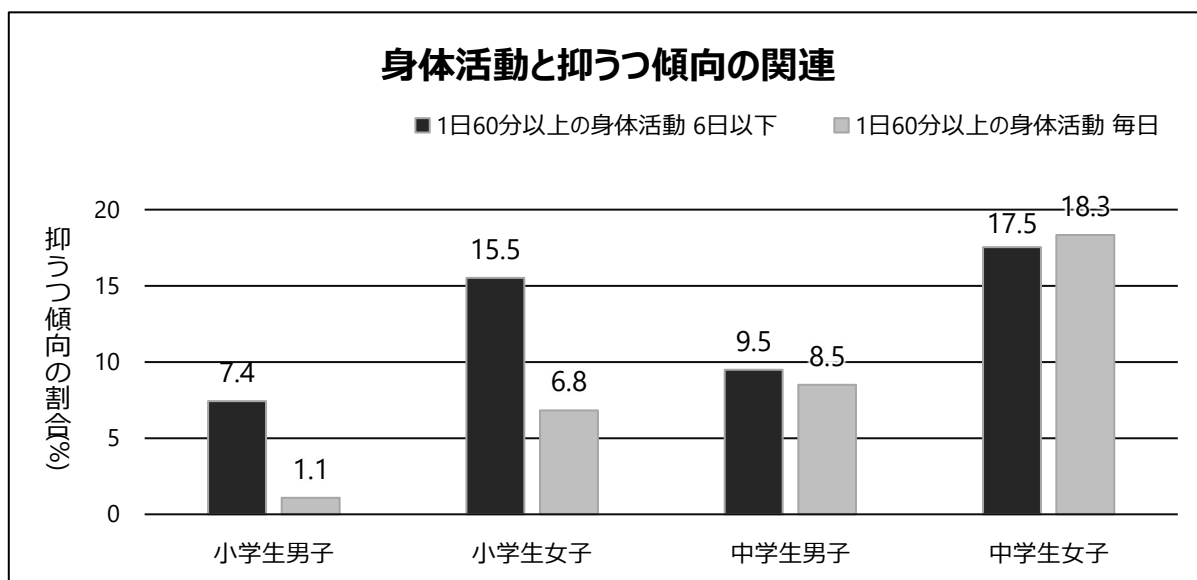
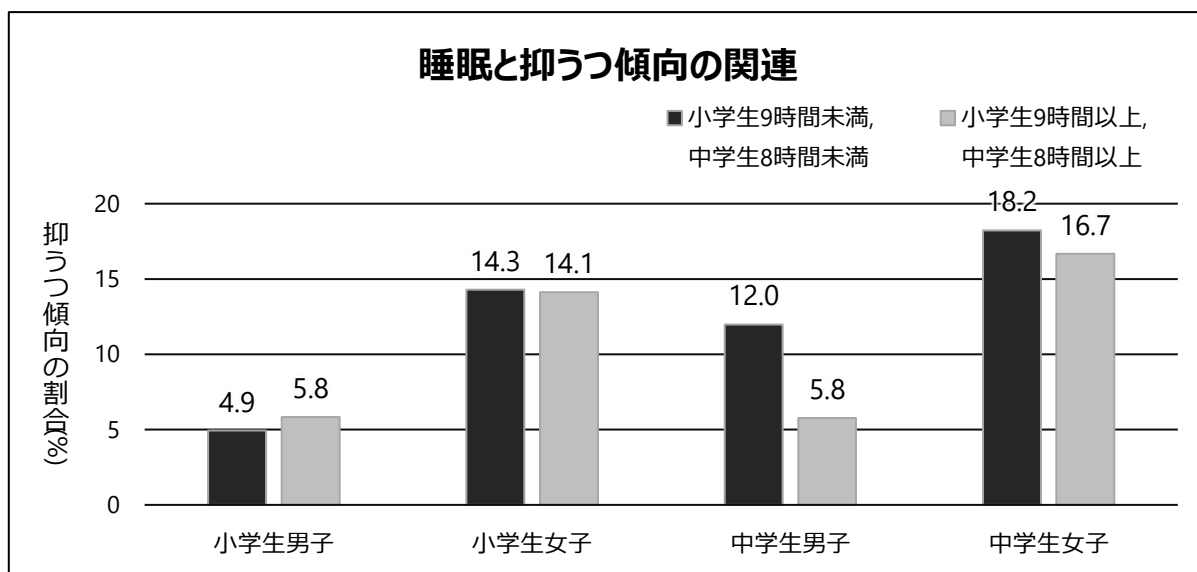


■中学生



➔ 昨年度割合が多かった学年は今年度も高い傾向にあるため、学年の特徴があるのかもしれませんが（今年度の小 6 男子と中 2 女子）。小学 4 年生と 5 年生の女子、中学 2 年生の男子では増加傾向にあることがうかがえます。一方で、中学 3 年生の女子は減少傾向がみられます。

6) 各生活習慣と抑うつ傾向の関連



まとめ

■ 睡眠時間

大きな変動はみられませんでした。平日では推奨される睡眠時間（小学生は9～12時間、中学生は8～10時間）を十分に満たしていませんでした。

■ 運動・スクリーンタイム（身体活動・座位時間）

運動については、昨年と比較して増加した学年はあったものの、全体的にガイドライン（毎日、合計 60 分以上の身体活動）を満たす者の割合が少ない状況でした。特に女子においてその割合が少ない傾向がみられます。

スクリーンタイムについては、「2～3 時間くらい」や「4 時間以上」の割合が増えている学年が多く、全体的に増加傾向にあることがうかがえました。

■ 抑うつ・ネット依存（メンタルヘルス）

抑うつ傾向の経年変化にはバラつきがあり、明確な傾向は見出せませんでした。小中学校を合わせた全体の割合は昨年と比較して微増していました（昨年度 10%→今年度 11.8%）。

ネット依存についても明確な傾向はみられませんでした。小中学校を合わせた全体の割合は 2020 年度の 5.4%と比較して今年度は 8.2%であり、増加傾向がみられます。

◇ 睡眠、運動、スクリーンタイムと抑うつに関連をみたところ、睡眠との明確な関連はみられませんでした。身体活動では活動時間が長いほど抑うつは少なく、スクリーンタイムの時間が長いほど抑うつが多い傾向がみられました。

◇ メンタルヘルスには多くの要因が関連しているため、1つの行動や生活習慣をターゲットにするのではなく、身体活動、睡眠、スクリーンタイムなどの生活習慣に対する複合的な取り組みが必要ですが、これまでの先行研究の結果も考慮すると、スクリーンタイムの長時間化は重要な課題であることが示唆されます。

※各生活習慣と抑うつ傾向との関連については、その他の関連要因の影響を考慮していませんので、結果の解釈には注意が必要です。

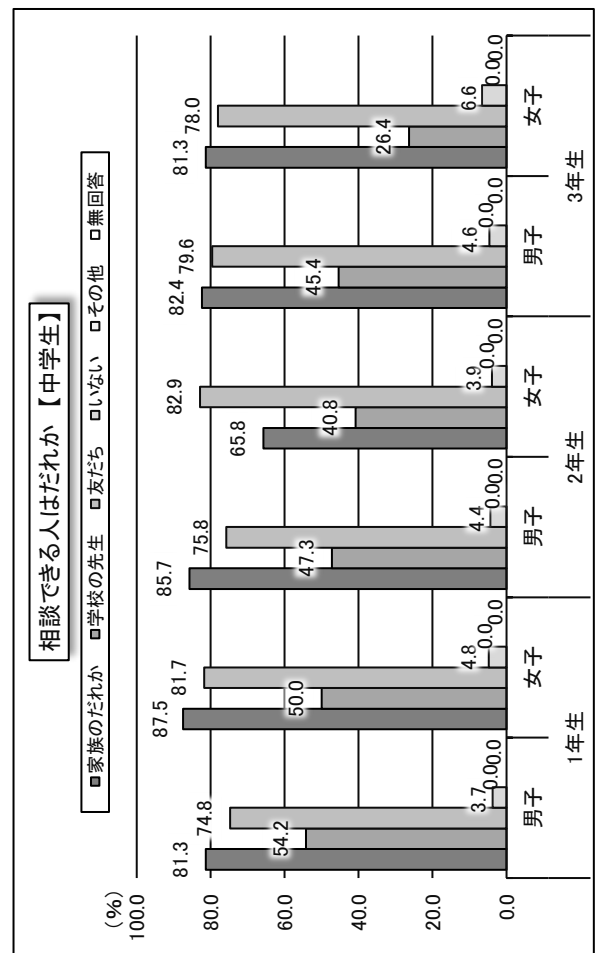
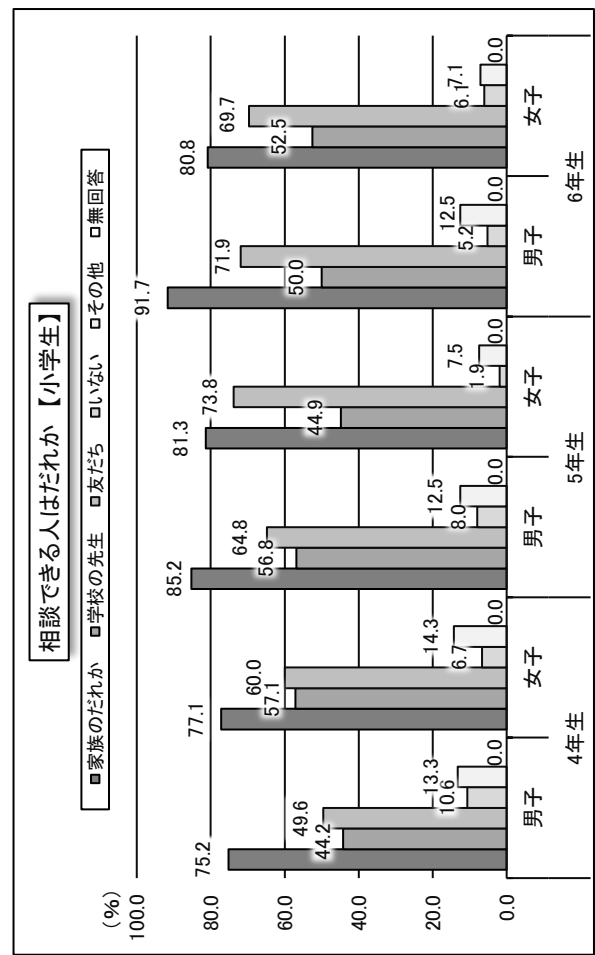
第Ⅲ章 調査結果集計表・グラフ

1. 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

【小学生用調査票・中学生用調査票：問1】(以下、【小・中：問1】)

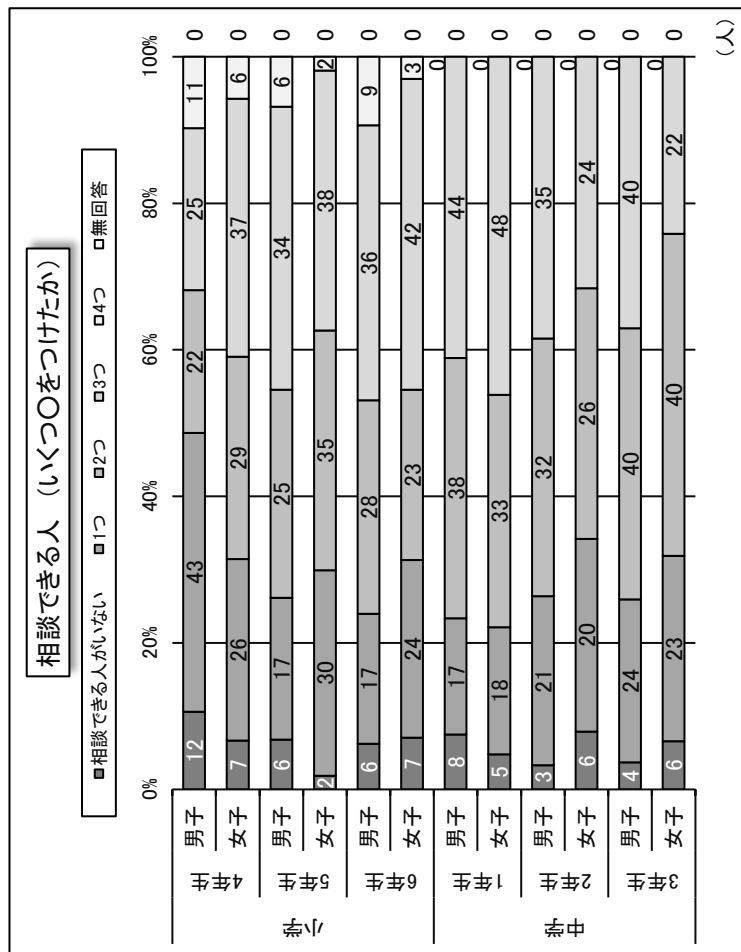
あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(複数回答)

		家族のだけか		学校の先生		友だち		いない		その他		無回答		
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小 学	4年生	男子	85	75.2	50	44.2	56	49.6	12	10.6	15	13.3	0	0.0
		女子	81	77.1	60	57.1	63	60.0	7	6.7	15	14.3	0	0.0
	5年生	男子	75	85.2	50	56.8	57	64.8	7	8.0	11	12.5	0	0.0
		女子	87	81.3	48	44.9	79	73.8	2	1.9	8	7.5	0	0.0
	6年生	男子	88	91.7	48	50.0	69	71.9	5	5.2	12	12.5	0	0.0
		女子	80	80.8	52	52.5	69	69.7	6	6.1	7	7.1	0	0.0
中 学	1年生	男子	87	81.3	58	54.2	80	74.8	4	3.7	0	0.0	0	0.0
		女子	91	87.5	52	50.0	85	81.7	5	4.8	0	0.0	0	0.0
	2年生	男子	78	85.7	43	47.3	69	75.8	4	4.4	0	0.0	0	0.0
		女子	50	65.8	31	40.8	63	82.9	3	3.9	0	0.0	0	0.0
	3年生	男子	89	82.4	49	45.4	86	79.6	5	4.6	0	0.0	0	0.0
		女子	74	81.3	24	26.4	71	78.0	6	6.6	0	0.0	0	0.0



相談できる人の数(いくつ〇をつけたか)

	相談できる人がいない												計		
	1つ		2つ		3つ		4つ		無回答						
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小 学	4年生 男子	12	10.6	43	38.1	22	19.5	25	22.1	11	9.7	0	0.0	113	100.0
	4年生 女子	7	6.7	26	24.8	29	27.6	37	35.2	6	5.7	0	0.0	105	100.0
	5年生 男子	6	6.8	17	19.3	25	28.4	34	38.6	6	6.8	0	0.0	88	100.0
	5年生 女子	2	1.9	30	28.0	35	32.7	38	35.5	2	1.9	0	0.0	107	100.0
	6年生 男子	6	6.3	17	17.7	28	29.2	36	37.5	9	9.4	0	0.0	96	100.0
	6年生 女子	7	7.1	24	24.2	23	23.2	42	42.4	3	3.0	0	0.0	99	100.0
	1年生 男子	8	7.5	17	15.9	38	35.5	44	41.1	0	0.0	0	0.0	107	100.0
	1年生 女子	5	4.8	18	17.3	33	31.7	48	46.2	0	0.0	0	0.0	104	100.0
	2年生 男子	3	3.3	21	23.1	32	35.2	35	38.5	0	0.0	0	0.0	91	100.0
	2年生 女子	6	7.9	20	26.3	26	34.2	24	31.6	0	0.0	0	0.0	76	100.0
	3年生 男子	4	3.7	24	22.2	40	37.0	40	37.0	0	0.0	0	0.0	108	100.0
	3年生 女子	6	6.6	23	25.3	40	44.0	22	24.2	0	0.0	0	0.0	91	100.0



【小：問2-1・中：問2】

あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(単回答)

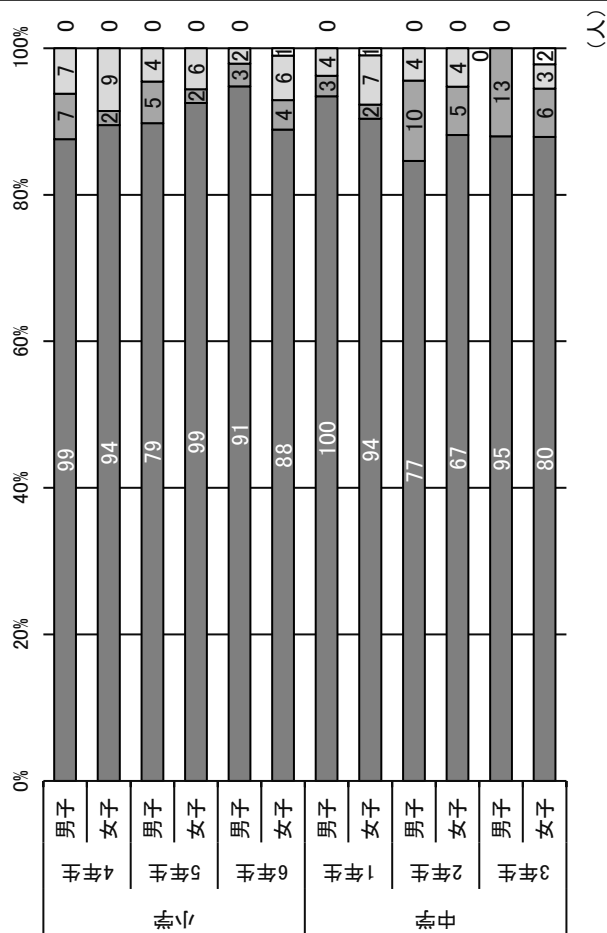
	はい		いいえ		わからない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小 学	男子	99	87.6	7	6.2	7	6.2	0	0.0	113	100.0
	4年生 女子	94	89.5	2	1.9	9	8.6	0	0.0	105	100.0
	男子	79	89.8	5	5.7	4	4.5	0	0.0	88	100.0
	5年生 女子	99	92.5	2	1.9	6	5.6	0	0.0	107	100.0
	男子	91	94.8	3	3.1	2	2.1	0	0.0	96	100.0
	6年生 女子	88	88.9	4	4.0	6	6.1	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	100	93.5	3	2.8	4	3.7	0	0.0	107	100.0
	女子	94	90.4	2	1.9	7	6.7	1	1.0	104	100.0
中 学	男子	77	84.6	10	11.0	4	4.4	0	0.0	91	100.0
	2年生 女子	67	88.2	5	6.6	4	5.3	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	95	88.0	13	12.0	0	0.0	0	0.0	108	100.0
	女子	80	87.9	6	6.6	3	3.3	2	2.2	91	100.0

【小：問2-2・中：問3】

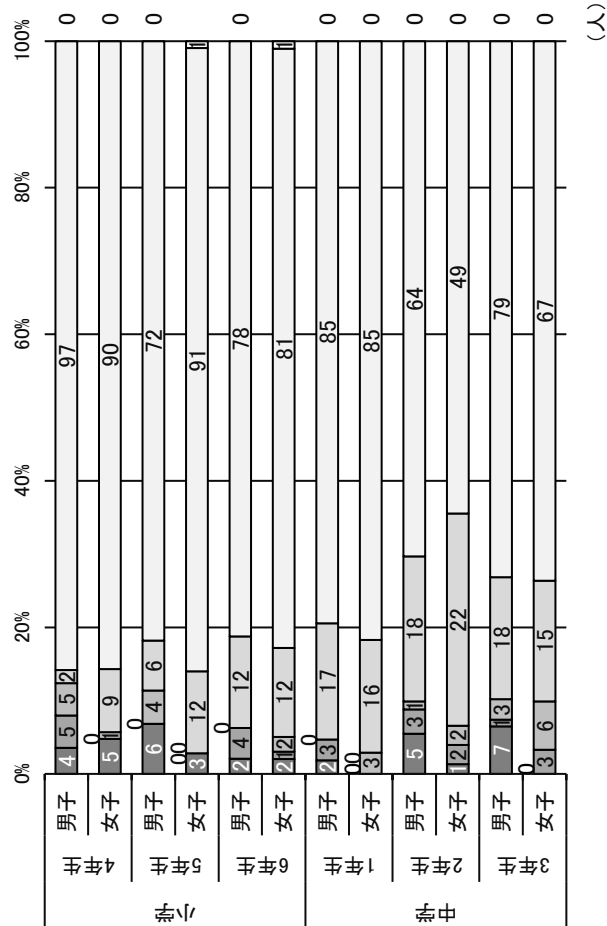
あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(単回答)

		毎朝食べない		5～6回は 食べない		3～4回は 食べない		1～2回は 食べない		毎朝食べる		無回答		計		
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小 学	4年生	男子	4	3.5	5	4.4	5	4.4	2	1.8	97	85.8	0	0.0	113	100.0
		女子	5	4.8	0	0.0	1	1.0	9	8.6	90	85.7	0	0.0	105	100.0
	5年生	男子	6	6.8	0	0.0	4	4.5	6	6.8	72	81.8	0	0.0	88	100.0
		女子	3	2.8	0	0.0	0	0.0	12	11.2	91	85.0	1	0.9	107	100.0
	6年生	男子	2	2.1	4	4.2	0	0.0	12	12.5	78	81.3	0	0.0	96	100.0
		女子	2	2.0	1	1.0	2	2.0	12	12.1	81	81.8	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	2	1.9	3	2.8	0	0.0	17	15.9	85	79.4	0	0.0	107	100.0	
	女子	0	0.0	0	0.0	3	2.9	16	15.4	85	81.7	0	0.0	104	100.0	
中 学	男子	5	5.5	3	3.3	1	1.1	18	19.8	64	70.3	0	0.0	91	100.0	
	女子	1	1.3	2	2.6	2	2.6	22	28.9	49	64.5	0	0.0	76	100.0	
3年生	男子	7	6.5	1	0.9	3	2.8	18	16.7	79	73.1	0	0.0	108	100.0	
	女子	0	0.0	3	3.3	6	6.6	15	16.5	67	73.6	0	0.0	91	100.0	

三食を必ず食べるように気をつけているか

☐ はい
☐ いいえ
☐ わからない
☐ 無回答


1週間で朝食をとらないことがあるか

☐ 毎朝食べない
☐ 5～6回は食べない
☐ 3～4回は食べない
☐ 1～2回は食べない
☐ 毎朝食べる
☐ 無回答


【小：問3-1・中：問4-1】

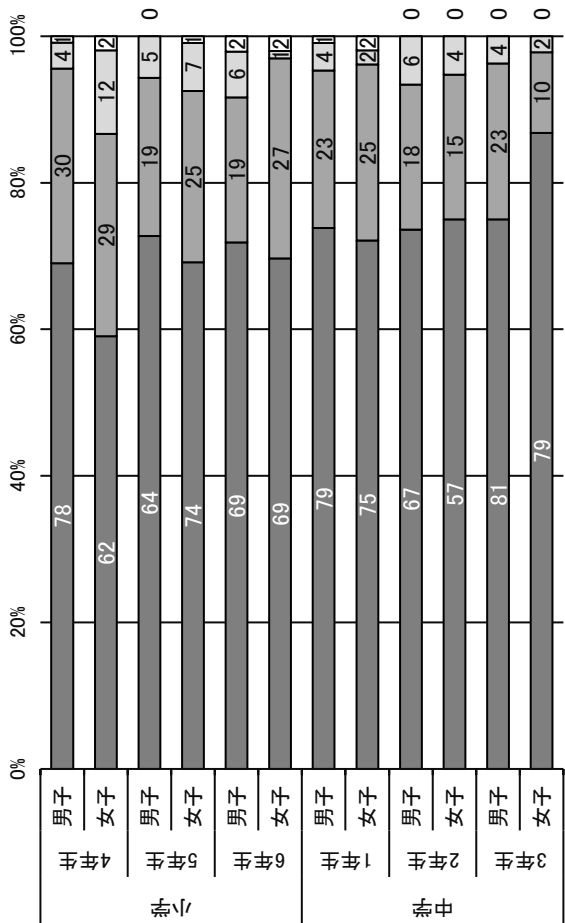
あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

朝の歯みがきについて(単回答)

	毎朝、歯みがきをしている			歯みがきをしなかったり、歯みがきをしていない			無回答			計		
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%	
4年生	男子	78	69.0	30	26.5	4	3.5	1	0.9	113	100.0	
	女子	62	59.0	29	27.6	12	11.4	2	1.9	105	100.0	
小 5年生	男子	64	72.7	19	21.6	5	5.7	0	0.0	88	100.0	
	女子	74	69.2	25	23.4	7	6.5	1	0.9	107	100.0	
6年生	男子	69	71.9	19	19.8	6	6.3	2	2.1	96	100.0	
	女子	69	69.7	27	27.3	1	1.0	2	2.0	99	100.0	
1年生	男子	79	73.8	23	21.5	4	3.7	1	0.9	107	100.0	
	女子	75	72.1	25	24.0	2	1.9	2	1.9	104	100.0	
中 2年生	男子	67	73.6	18	19.8	6	6.6	0	0.0	91	100.0	
	女子	57	75.0	15	19.7	4	5.3	0	0.0	76	100.0	
3年生	男子	81	75.0	23	21.3	4	3.7	0	0.0	108	100.0	
	女子	79	86.8	10	11.0	2	2.2	0	0.0	91	100.0	

朝、歯みがきをするか

□毎朝、歯みがきをしている □歯みがきをしなかったり、しなかったりする □朝は歯みがきをししない □無回答



(人)

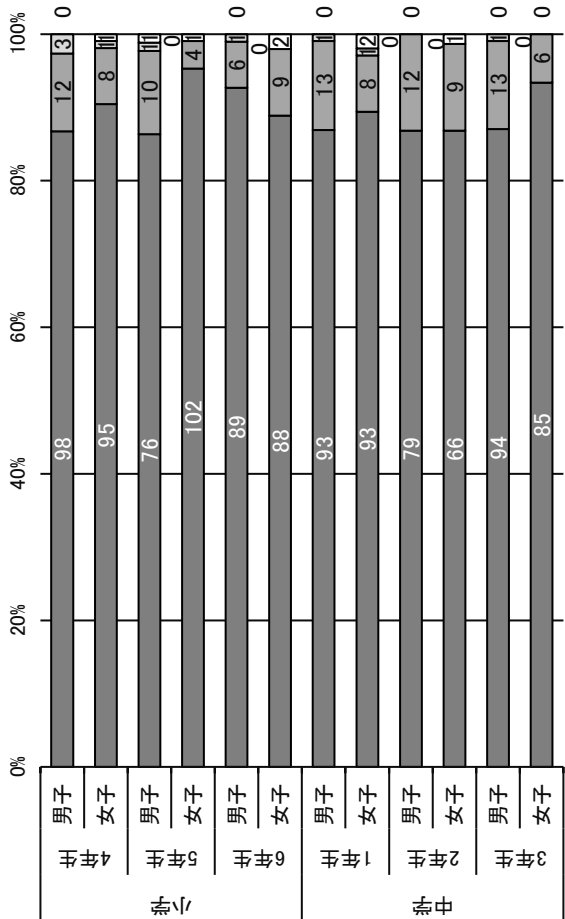
【小：問3-2・中：問4-2】

夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(単回答)

	毎晩、歯みがきをしている			歯みがきをしなかったり、歯みがきをしていない			無回答			計		
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%	
4年生	男子	98	86.7	12	10.6	3	2.7	0	0.0	113	100.0	
	女子	95	90.5	8	7.6	1	1.0	1	1.0	105	100.0	
小 5年生	男子	76	86.4	10	11.4	1	1.1	1	1.1	88	100.0	
	女子	102	95.3	4	3.7	0	0.0	1	0.9	107	100.0	
6年生	男子	89	92.7	6	6.3	1	1.0	0	0.0	96	100.0	
	女子	88	88.9	9	9.1	0	0.0	2	2.0	99	100.0	
1年生	男子	93	86.9	13	12.1	1	0.9	0	0.0	107	100.0	
	女子	93	89.4	8	7.7	1	1.0	2	1.9	104	100.0	
中 2年生	男子	79	86.8	12	13.2	0	0.0	0	0.0	91	100.0	
	女子	66	86.8	9	11.8	0	0.0	1	1.3	76	100.0	
3年生	男子	94	87.0	13	12.0	1	0.9	0	0.0	108	100.0	
	女子	85	93.4	6	6.6	0	0.0	0	0.0	91	100.0	

夜、歯みがきをするか

□毎晩、歯みがきをしている □歯みがきをしなかったり、しなかったりする □夜は歯みがきをししない □無回答



(人)

【小：問4-1・中：問5-1】

あなたの運動習慣について教えてください。

あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（単回答）

	楽しい			やや楽しい			どちらともいえない			あまり楽しくない			まったく楽しくない			無回答			計		
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%	
4年生	92	81.4	10	8.8	9	8.0	0	0.0	1	0.9	1	0.9	113	1000							
5年生	75	85.2	9	10.2	3	3.4	1	1.1	0	0.0	0	0.0	88	1000							
6年生	81	84.4	8	8.3	6	6.3	1	1.0	0	0.0	0	0.0	96	1000							
男子	80	74.8	17	15.9	6	5.6	1	0.9	3	2.8	0	0.0	107	1000							
1年生	54	59.3	28	30.8	5	5.5	4	4.4	0	0.0	0	0.0	91	1000							
2年生	54	59.3	28	30.8	5	5.5	4	4.4	0	0.0	0	0.0	91	1000							
3年生	73	67.6	19	17.6	15	13.9	1	0.9	0	0.0	0	0.0	108	1000							
4年生	73	69.5	17	16.2	10	9.5	2	1.9	2	1.9	1	1.0	105	1000							
5年生	77	72.0	17	15.9	5	4.7	5	4.7	2	1.9	1	0.9	107	1000							
6年生	54	54.5	25	25.3	12	12.1	5	5.1	2	2.0	1	1.0	99	1000							
女子	54	51.9	25	24.0	17	16.3	6	5.8	2	1.9	0	0.0	104	1000							
1年生	30	39.5	27	35.5	12	15.8	7	9.2	0	0.0	0	0.0	76	1000							
2年生	30	39.5	27	35.5	12	15.8	7	9.2	0	0.0	0	0.0	76	1000							
3年生	45	49.5	27	29.7	11	12.1	7	7.7	1	1.1	0	0.0	91	1000							

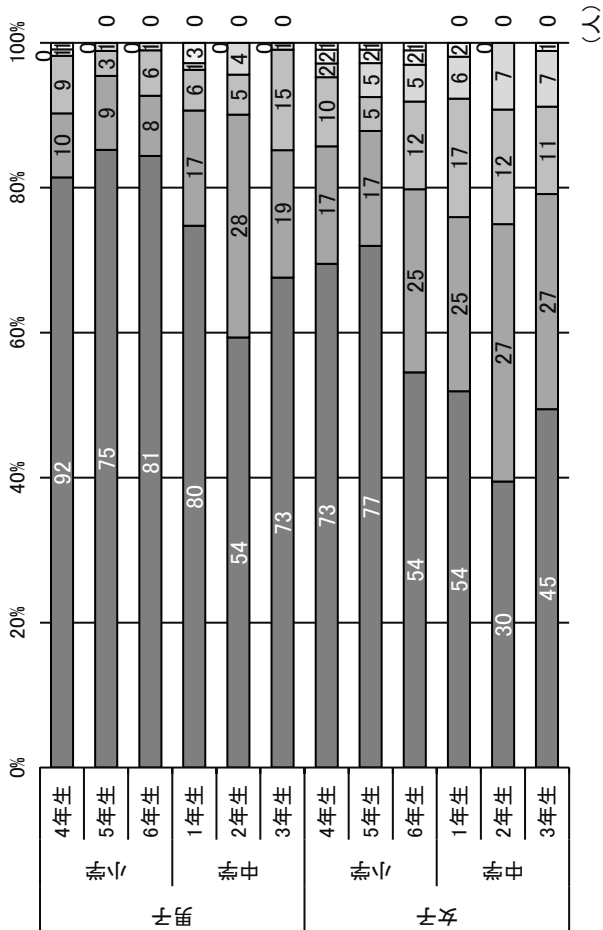
【小：問4-2・中：問5-2】

あなたは、最近の7日間に、1日当たり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。（単回答）

	0日			1日			2日			3日			4日			5日			6日			7日			無回答			計
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		
男子	4年生	7	6.2	7	6.2	9	8.0	16	14.2	10	8.8	18	15.9	13	11.5	32	28.3	1	0.9	113	1000							
	小学	1	1.1	2	2.3	4	4.5	8	9.1	6	6.8	16	18.2	8	9.1	41	46.6	2	2.3	88	1000							
	5年生	3	3.1	3	3.1	8	8.3	13	13.5	11	11.5	21	21.9	15	15.6	22	22.9	0	0.0	96	1000							
	1年生	5	4.7	0	0.0	3	2.8	11	10.3	5	4.7	23	21.5	25	23.4	34	31.8	1	0.9	107	1000							
	中学	3	3.3	2	2.2	2	2.2	1	1.1	15	16.5	21	23.1	24	26.4	23	25.3	0	0.0	91	1000							
	3年生	7	6.5	2	1.9	9	8.3	11	10.2	9	8.3	16	14.8	17	15.7	37	34.3	0	0.0	108	1000							
女子	4年生	5	4.8	12	11.4	10	9.5	13	12.4	20	19.0	24	22.9	7	6.7	12	11.4	2	1.9	105	1000							
	小学	3	2.8	7	6.5	12	11.2	12	11.2	16	15.0	17	15.9	17	15.9	22	20.6	1	0.9	107	1000							
	6年生	7	7.1	7	7.1	10	10.1	14	14.1	21	21.2	21	21.2	8	8.1	10	10.1	1	1.0	99	1000							
	1年生	4	3.8	3	2.9	5	4.8	11	10.6	7	6.7	19	18.3	30	28.8	25	24.0	0	0.0	104	1000							
	2年生	6	7.9	5	6.6	9	11.8	7	9.2	5	6.6	11	14.5	15	19.7	18	23.7	0	0.0	76	1000							
	3年生	5	5.5	7	7.7	8	8.8	11	12.1	15	16.5	14	15.4	14	15.4	17	18.7	0	0.0	91	1000							

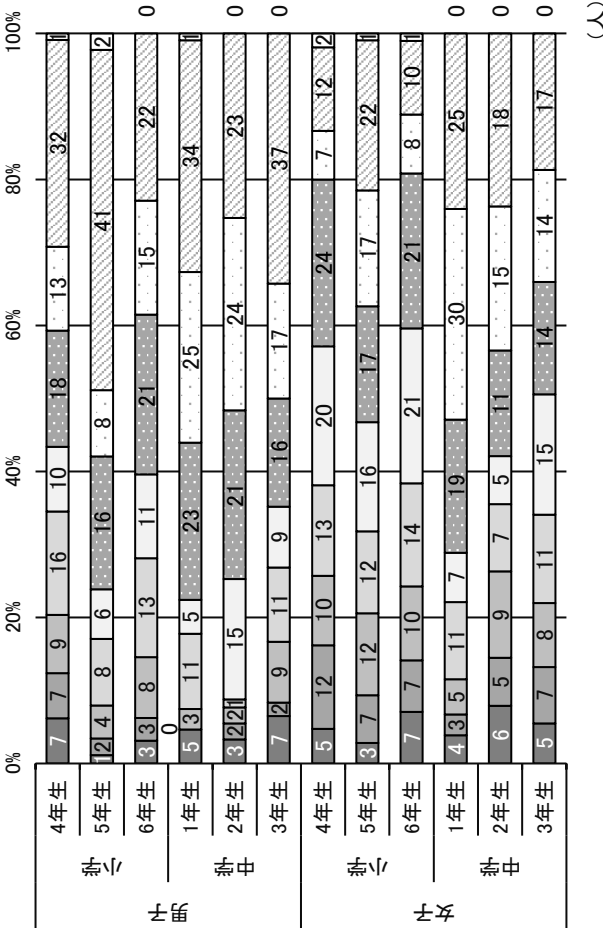
運動をすることは楽しいか

□楽しい □やや楽しい □どちらともいえない □あまり楽しくない □まったく楽しくない □無回答



最近の7日間に1日当たり合計60分以上の身体活動をした日数

□0日 □1日 □2日 □3日 □4日 □5日 □6日 □7日 □無回答



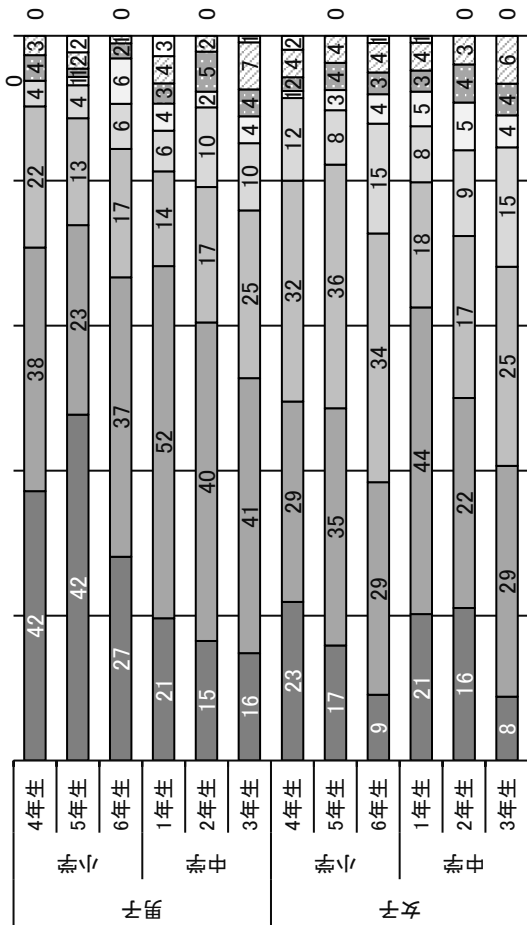
【小：問4-3・中：問5-3】

授業以外：あなた、ふだん、自由な時間に、息切れをしたり汗をかく回数を何回しますか。

	毎日		週に4～6回		週に2～3回		週に1回		月に1回		月に1回未満		まったくしない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男子	4年生	42	37.2	38	33.6	22	19.5	4	3.5	0	0.0	4	3.5	3	2.7	0	0.0	113	100.0
	小学5年生	42	47.7	23	26.1	13	14.8	4	4.5	1	1.1	1	1.1	2	2.3	2	2.3	88	100.0
	6年生	27	28.1	37	38.5	17	17.7	6	6.3	6	6.3	2	2.1	1	1.0	0	0.0	96	100.0
	1年生	21	19.6	52	48.6	14	13.1	6	5.6	4	3.7	3	2.8	4	3.7	3	2.8	107	100.0
	2年生	15	16.5	40	44.0	17	18.7	10	11.0	2	2.2	5	5.5	2	2.2	0	0.0	91	100.0
	3年生	16	14.8	41	38.0	25	23.1	10	9.3	4	3.7	4	3.7	7	6.5	1	0.9	108	100.0
女子	4年生	23	21.9	29	27.6	32	30.5	12	11.4	1	1.0	2	1.9	4	3.8	2	1.9	105	100.0
	小学5年生	17	15.9	35	32.7	36	33.6	8	7.5	3	2.8	4	3.7	4	3.7	0	0.0	107	100.0
	6年生	9	9.1	29	29.3	34	34.3	15	15.2	4	4.0	3	3.0	4	4.0	1	1.0	99	100.0
	1年生	21	20.2	44	42.3	18	17.3	8	7.7	5	4.8	3	2.9	4	3.8	1	1.0	104	100.0
	2年生	16	21.1	22	28.9	17	22.4	9	11.8	5	6.6	4	5.3	3	3.9	0	0.0	76	100.0
	3年生	8	8.8	29	31.9	25	27.5	15	16.5	4	4.4	4	4.4	6	6.6	0	0.0	91	100.0

授業以外：自由な時間に息切れを何回しますか。

運動を何回しますか。

☐毎日 ☐週に4～6回 ☐週に2～3回 ☐週に1回 ☐週に1回未満 ☐月に1回未満 ☐まったくしない ☐無回答


(人)

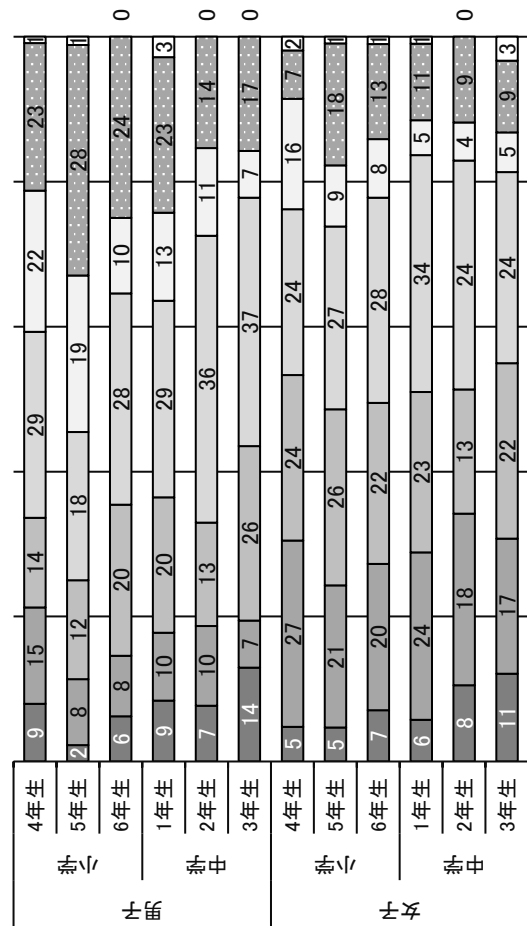
【小：問4-4・中：問5-4】

授業以外：あなた、ふだん、自由な時間に、息切れをしたり汗をかく回数を1週間に何時間しますか。

	ぜんぜんしない		およそ30分		およそ1時間		およそ2～3時間		およそ4～6時間		およそ7時間以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
男子	4年生	9	8.0	15	13.3	14	12.4	29	25.7	22	19.5	23	20.4	1	0.9	113	100.0
	小学5年生	2	2.3	8	9.1	12	13.6	18	20.5	19	21.6	28	31.8	1	1.1	88	100.0
	6年生	6	6.3	8	8.3	20	20.8	28	29.2	10	10.4	24	25.0	0	0.0	96	100.0
	1年生	9	8.4	10	9.3	20	18.7	29	27.1	13	12.1	23	21.5	3	2.8	107	100.0
	2年生	7	7.7	10	11.0	13	14.3	36	39.6	11	12.1	14	15.4	0	0.0	91	100.0
	3年生	14	13.0	7	6.5	26	24.1	37	34.3	7	6.5	17	15.7	0	0.0	108	100.0
女子	4年生	5	4.8	27	25.7	24	22.9	24	22.9	16	15.2	7	6.7	2	1.9	105	100.0
	小学5年生	5	4.7	21	19.6	26	24.3	27	25.2	9	8.4	18	16.8	1	0.9	107	100.0
	6年生	7	7.1	20	20.2	22	22.2	28	28.3	8	8.1	13	13.1	1	1.0	99	100.0
	1年生	6	5.8	24	23.1	23	22.1	34	32.7	5	4.8	11	10.6	1	1.0	104	100.0
	2年生	8	10.5	18	23.7	13	17.1	24	31.6	4	5.3	9	11.8	0	0.0	76	100.0
	3年生	11	12.1	17	18.7	22	24.2	24	26.4	5	5.5	9	9.9	3	3.3	91	100.0

授業以外：自由な時間に息切れを何回しますか。

運動を1週間に何時間しますか。

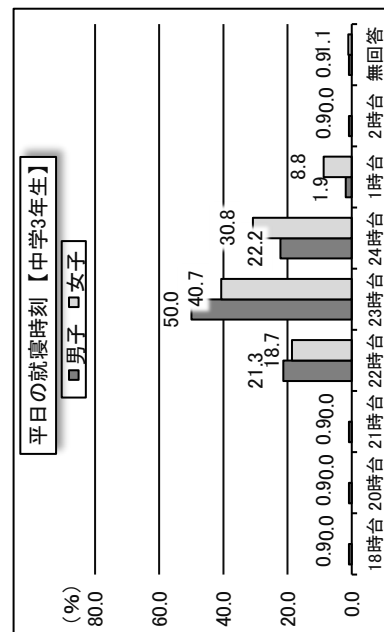
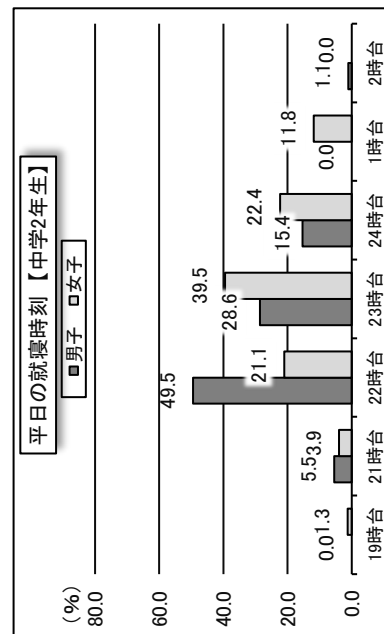
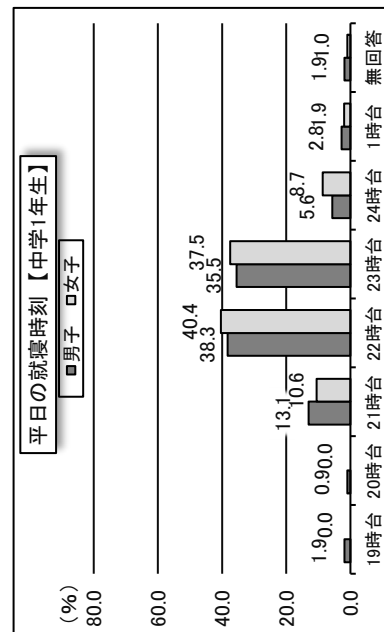
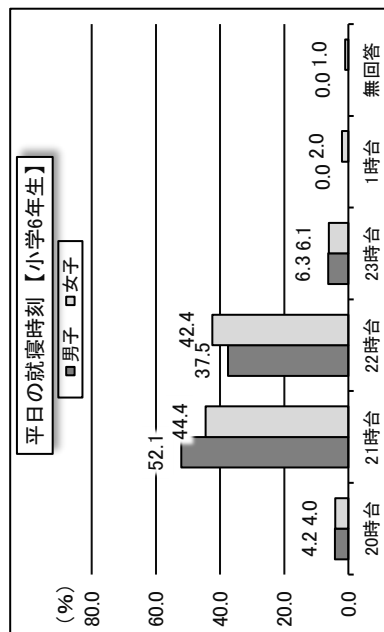
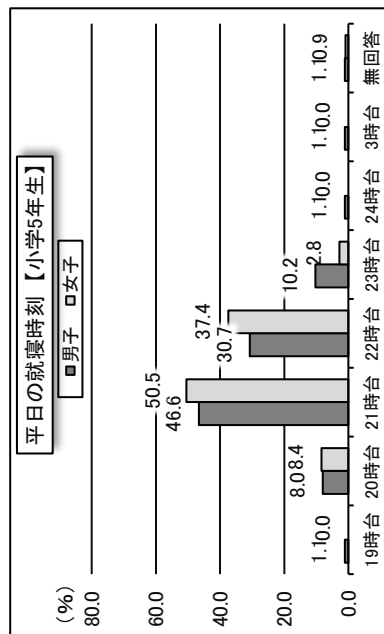
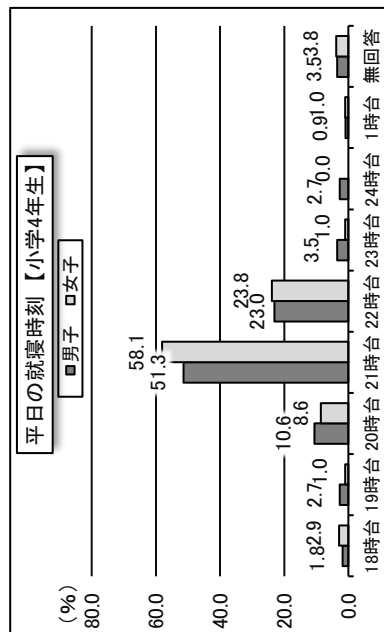
☐ぜんぜんしない ☐およそ30分 ☐およそ1時間 ☐およそ2～3時間 ☐およそ4～6時間 ☐およそ7時間以上 ☐無回答


(人)

【小：問5-3・中：問6-1】

あなたの平日の就寝時刻を教えてください。

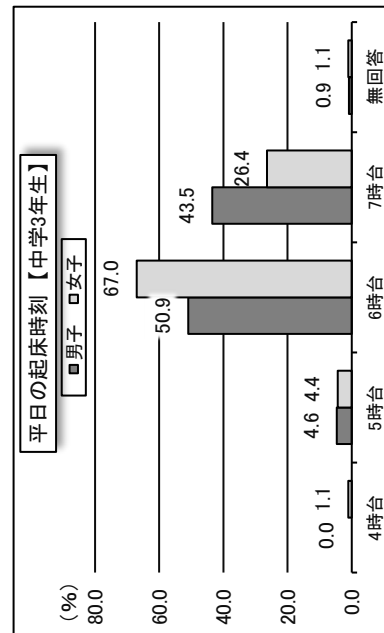
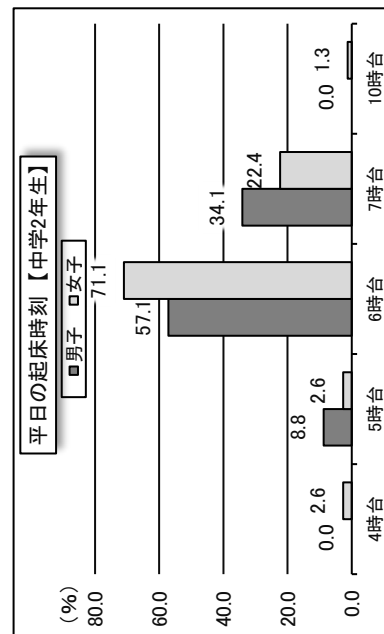
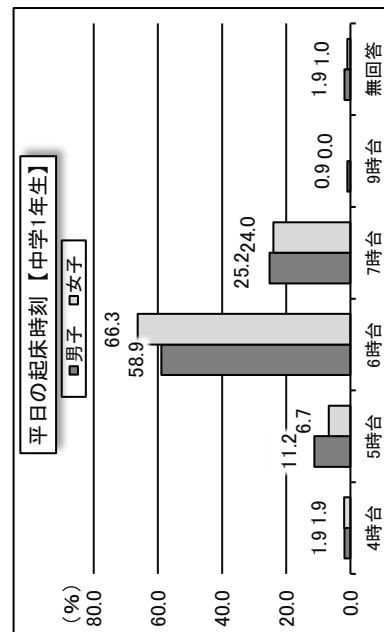
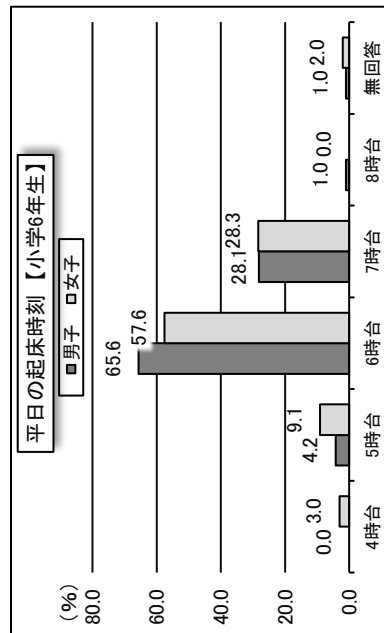
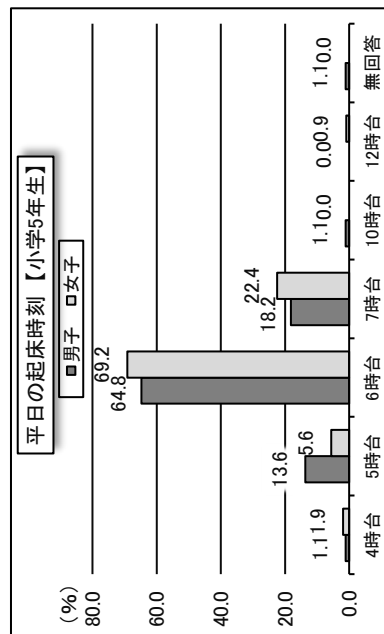
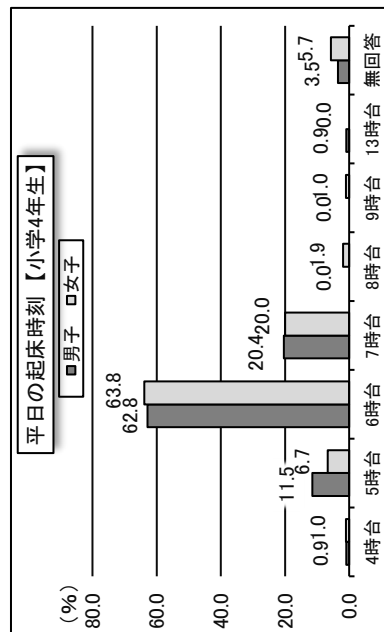
	18時台		19時台		20時台		21時台		22時台		23時台		24時台		1時台		2時台		3時台		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	2	1.8	3	2.7	12	10.6	58	51.3	26	23.0	4	3.5	3	2.7	1	0.9	0	0.0	0.0	0.0	4	3.5	113	100.0
4年生 女子	3	2.9	1	1.0	9	8.6	61	58.1	25	23.8	1	1.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0.0	0.0	4	3.8	105	100.0
小5年生 男子	0	0.0	1	1.1	7	8.0	41	46.6	27	30.7	9	10.2	1	1.1	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	1.1	88	98.9
小学 女子	0	0.0	0	0.0	9	8.4	54	50.5	40	37.4	3	2.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	0.9	107	100.0
6年生 男子	0	0.0	0	0.0	4	4.2	50	52.1	36	37.5	6	6.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	0	0.0	0	0.0	4	4.0	44	44.4	42	42.4	6	6.1	0	0.0	2	2.0	0	0.0	0.0	0.0	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	0	0.0	2	1.9	1	0.9	14	13.1	41	38.3	38	35.5	6	5.6	3	2.8	0	0.0	0.0	0.0	2	1.9	107	100.0
1年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	11	10.6	42	40.4	39	37.5	9	8.7	2	1.9	0	0.0	0.0	0.0	1	1.0	104	100.0
中学 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	5.5	45	49.5	26	28.6	14	15.4	0	0.0	1	1.1	0.0	0.0	0	0.0	91	100.0
中学 女子	0	0.0	1	1.3	0	0.0	3	3.9	16	21.1	30	39.5	17	22.4	9	11.8	0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	1	0.9	0	0.0	1	0.9	1	0.9	23	21.3	54	50.0	24	22.2	2	1.9	1	0.9	0.0	0.0	1	0.9	108	100.0
3年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	17	18.7	37	40.7	28	30.8	8	8.8	0	0.0	0.0	0.0	1	1.1	91	100.0



【小:5-1・中:問6-2】

あなたの平日の起床時刻を教えてください。

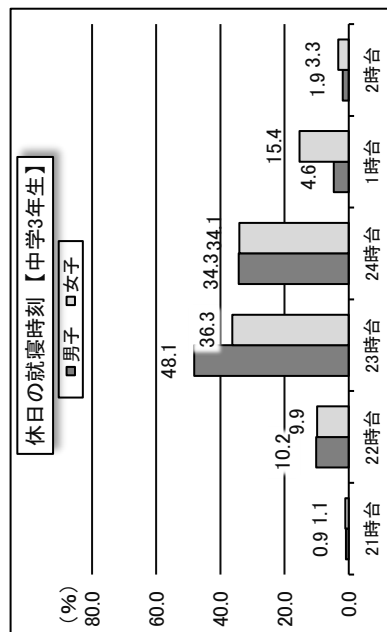
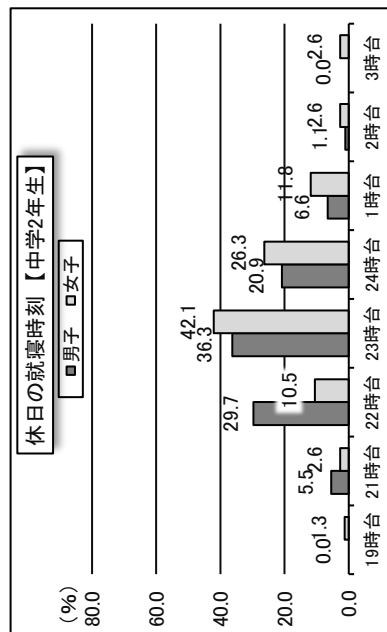
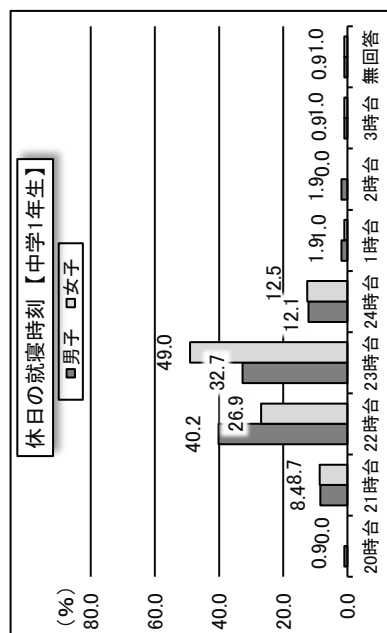
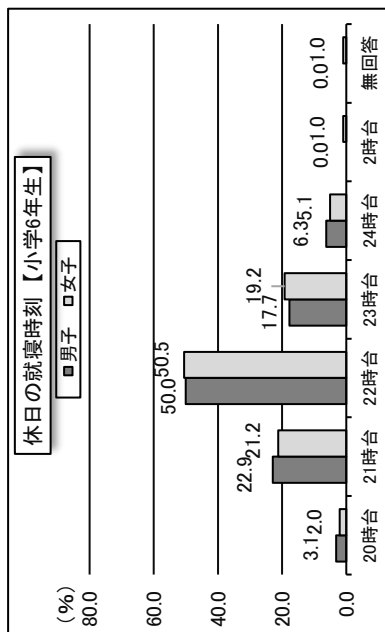
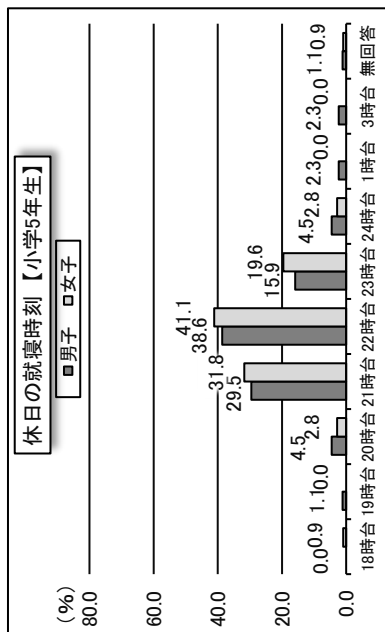
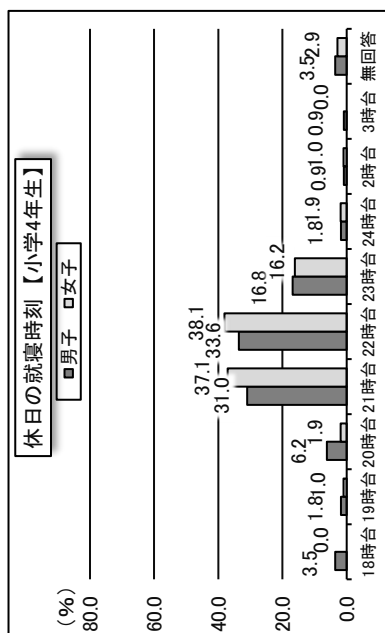
		4時台		5時台		6時台		7時台		8時台		9時台		10時台		12時台		13時台		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	男子	1	0.9	13	11.5	71	62.8	23	20.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1.0	0.9	4	3.5	113	99.1
	女子	1	1.0	7	6.7	67	63.8	21	20.0	2	1.9	1	1.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	6	5.7	105	100.0
小5年生	男子	1	1.1	12	13.6	57	64.8	16	18.2	0	0.0	0	0.0	1	1.1	0	0.0	0.0	0.0	1	1.1	88	100.0
	女子	2	1.9	6	5.6	74	69.2	24	22.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	0.0	0.0	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	0	0.0	4	4.2	63	65.6	27	28.1	1	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	1.0	96	100.0
	女子	3	3.0	9	9.1	57	57.6	28	28.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	2	2.0	99	100.0
1年生	男子	2	1.9	12	11.2	63	58.9	27	25.2	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	2	1.9	107	100.0
	女子	2	1.9	7	6.7	69	66.3	25	24.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	1.0	104	100.0
中2年生	男子	0	0.0	8	8.8	52	57.1	31	34.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	91	100.0
	女子	2	2.6	2	2.6	54	71.1	17	22.4	0	0.0	0	0.0	1	1.3	0	0.0	0.0	0.0	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	0	0.0	5	4.6	55	50.9	47	43.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	0.9	108	100.0
	女子	1	1.1	4	4.4	61	67.0	24	26.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	1	1.1	91	100.0



【小・5-4・中・問6-3】

あなたの休日の就寝時刻を教えてください。

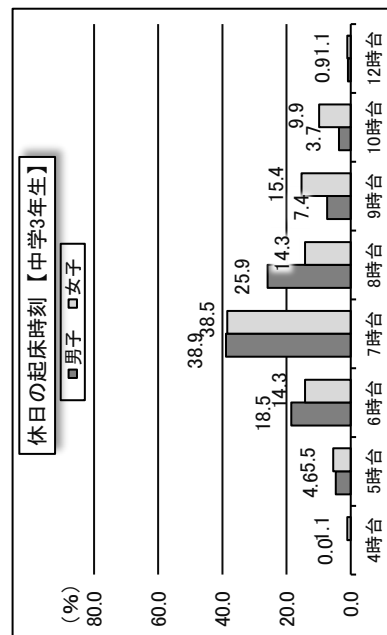
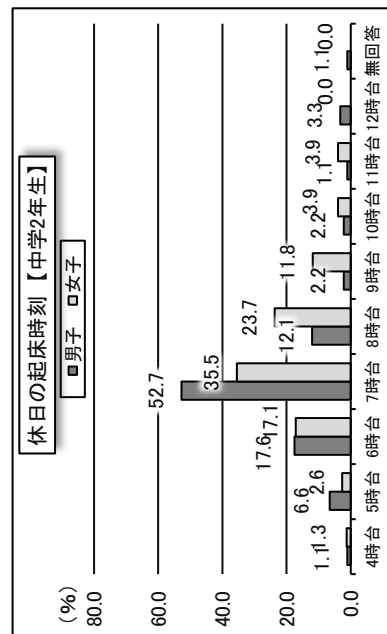
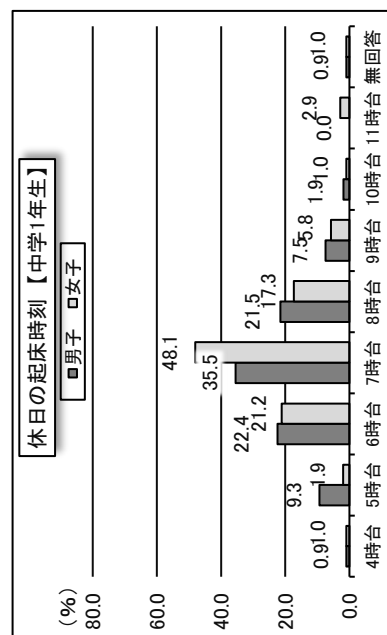
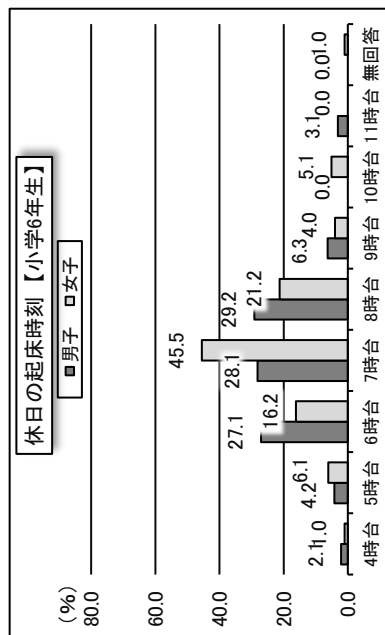
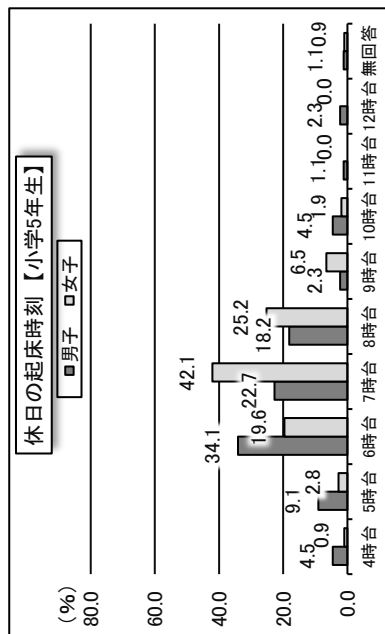
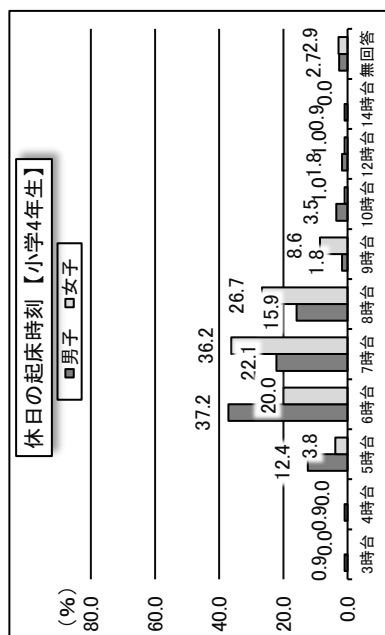
	18時台		19時台		20時台		21時台		22時台		23時台		24時台		1時台		2時台		3時台		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	4	3.5	2	1.8	7	6.2	35	31.0	38	33.6	19	16.8	2	1.8	0	0.0	1	0.9	1	0.9	4	3.5	113	100.0
4年生 女子	0	0.0	1	1.0	2	1.9	39	37.1	40	38.1	17	16.2	2	1.9	0	0.0	1	1.0	0	0.0	3	2.9	105	100.0
小5年生 男子	0	0.0	1	1.1	4	4.5	26	29.5	34	38.6	14	15.9	4	4.5	2	2.3	0	0.0	2	2.3	1	1.1	88	100.0
小5年生 女子	1	0.9	0	0.0	3	2.8	34	31.8	44	41.1	21	19.6	3	2.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	107	100.0
6年生 男子	0	0.0	0	0.0	3	3.1	22	22.9	48	50.0	17	17.7	6	6.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	0	0.0	0	0.0	2	2.0	21	21.2	50	50.5	19	19.2	5	5.1	0	0.0	1	1.0	0	0.0	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	0	0.0	0	0.0	1	0.9	9	8.4	43	40.2	35	32.7	13	12.1	2	1.9	2	1.9	1	0.9	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	9	8.7	28	26.9	51	49.0	13	12.5	1	1.0	0	0.0	1	1.0	1	1.0	104	100.0
中2年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	5	5.5	27	29.7	33	36.3	19	20.9	6	6.6	1	1.1	0	0.0	0	0.0	91	100.0
中2年生 女子	0	0.0	1	1.3	0	0.0	2	2.6	8	10.5	32	42.1	20	26.3	9	11.8	2	2.6	0	0.0	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	11	10.2	52	48.1	37	34.3	5	4.6	2	1.9	0	0.0	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.1	9	9.9	33	36.3	31	34.1	14	15.4	3	3.3	0	0.0	0	0.0	91	100.0



【小・5-2・中・問6-4】

あなたの休日の起床時刻を教えてください。

	3時台		4時台		5時台		6時台		7時台		8時台		9時台		10時台		11時台		12時台		14時台		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	1	0.9	1	0.9	14	12.4	42	37.2	25	22.1	18	15.9	2	1.8	4	3.5	0	0.0	2	1.8	1	0.9	3	2.7	113	98.2
4年生 女子	0	0.0	0	0.0	4	3.8	21	20.0	38	36.2	28	26.7	9	8.6	1	1.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	3	2.9	105	100.0
小 5年生 男子	0	0.0	4	4.5	8	9.1	30	34.1	20	22.7	16	18.2	2	2.3	4	4.5	1	1.1	2	2.3	0	0.0	1	1.1	88	100.0
小学 女子	0	0.0	1	0.9	3	2.8	21	19.6	45	42.1	27	25.2	7	6.5	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	107	100.0
6年生 男子	0	0.0	2	2.1	4	4.2	26	27.1	27	28.1	28	29.2	6	6.3	0	0.0	3	3.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	0	0.0	1	1.0	6	6.1	16	16.2	45	45.5	21	21.2	4	4.0	5	5.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	0	0.0	1	0.9	10	9.3	24	22.4	38	35.5	23	21.5	8	7.5	2	1.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	0	0.0	1	1.0	2	1.9	22	21.2	50	48.1	18	17.3	6	5.8	1	1.0	3	2.9	0	0.0	0	0.0	1	1.0	104	100.0
中 2年生 男子	0	0.0	1	1.1	6	6.6	16	17.6	48	52.7	11	12.1	2	2.2	2	2.2	1	1.1	3	3.3	0	0.0	1	1.1	91	100.0
中学 女子	0	0.0	1	1.3	2	2.6	13	17.1	27	35.5	18	23.7	9	11.8	3	3.9	3	3.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	0	0.0	0	0.0	5	4.6	20	18.5	42	38.9	28	25.9	8	7.4	4	3.7	0	0.0	1	0.9	0	0.0	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	0	0.0	1	1.1	5	5.5	13	14.3	35	38.5	13	14.3	14	15.4	9	9.9	0	0.0	1	1.1	0	0.0	0	0.0	91	100.0



【小：問6・中：問7】

ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(単回答)

	すぐ眠りにつけ る		すぐにはない が、少しの時間 で眠りにつける		なかなか眠れ ない		明け方まで眠 れない		眠れない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	26	23.0	59	52.2	23	20.4	2	1.8	2	1.8	1	0.9	113	100.0
	女子	22	21.0	61	58.1	15	14.3	1	1.0	5	4.8	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	25	28.4	53	60.2	7	8.0	1	1.1	0	0.0	2	2.3	88	100.0
	女子	19	17.8	68	63.6	20	18.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	19	19.8	64	66.7	13	13.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	96	100.0
	女子	25	25.3	61	61.6	12	12.1	0	0.0	0	0.0	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	29	27.1	69	64.5	9	8.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	107	100.0
	女子	32	30.8	61	58.7	11	10.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	104	100.0
中2年生	男子	22	24.2	62	68.1	6	6.6	0	0.0	1	1.1	0	0.0	91	100.0
	女子	16	21.1	48	63.2	12	15.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	35	32.4	65	60.2	7	6.5	0	0.0	0	0.0	1	0.9	108	100.0
	女子	32	35.2	49	53.8	9	9.9	0	0.0	0	0.0	1	1.1	91	100.0

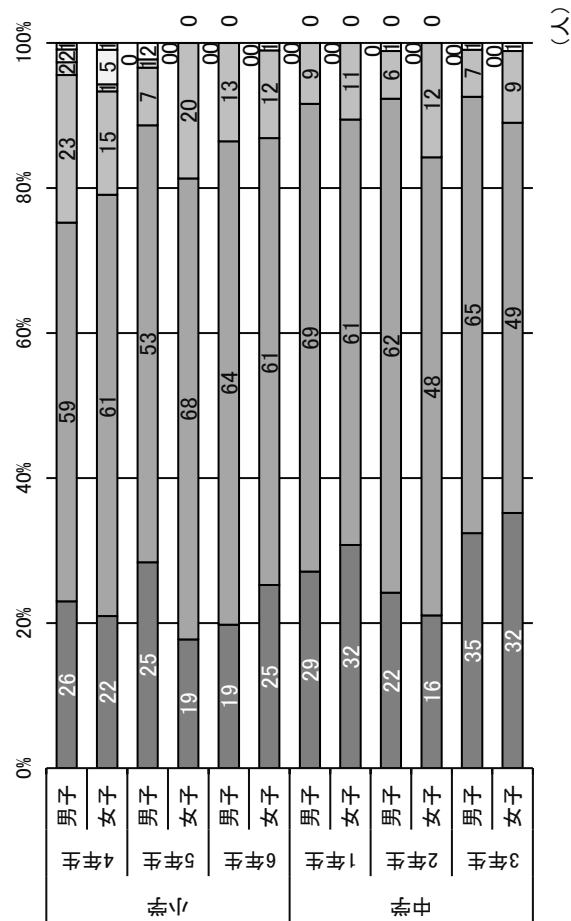
【小：問7・中：問8】

朝はすっきり目が覚めますか。(単回答)

	すっきり目が覚める	少し眠い		眠くてなかなか起きられない		無回答		計			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小 学	4年生 男子	40	35.4	64	56.6	8	7.1	1	0.9	113	100.0
	4年生 女子	20	19.0	64	61.0	19	18.1	2	1.9	105	100.0
	5年生 男子	34	38.6	46	52.3	6	6.8	2	2.3	88	100.0
	5年生 女子	23	21.5	69	64.5	15	14.0	0	0.0	107	100.0
	6年生 男子	27	28.1	63	65.6	6	6.3	0	0.0	96	100.0
	6年生 女子	18	18.2	62	62.6	18	18.2	1	1.0	99	100.0
中 学	1年生 男子	24	22.4	56	52.3	27	25.2	0	0.0	107	100.0
	1年生 女子	12	11.5	69	66.3	23	22.1	0	0.0	104	100.0
	2年生 男子	12	13.2	61	67.0	18	19.8	0	0.0	91	100.0
	2年生 女子	7	9.2	45	59.2	23	30.3	1	1.3	76	100.0
3年生	3年生 男子	15	13.9	72	66.7	21	19.4	0	0.0	108	100.0
	3年生 女子	14	15.4	54	59.3	23	25.3	0	0.0	91	100.0

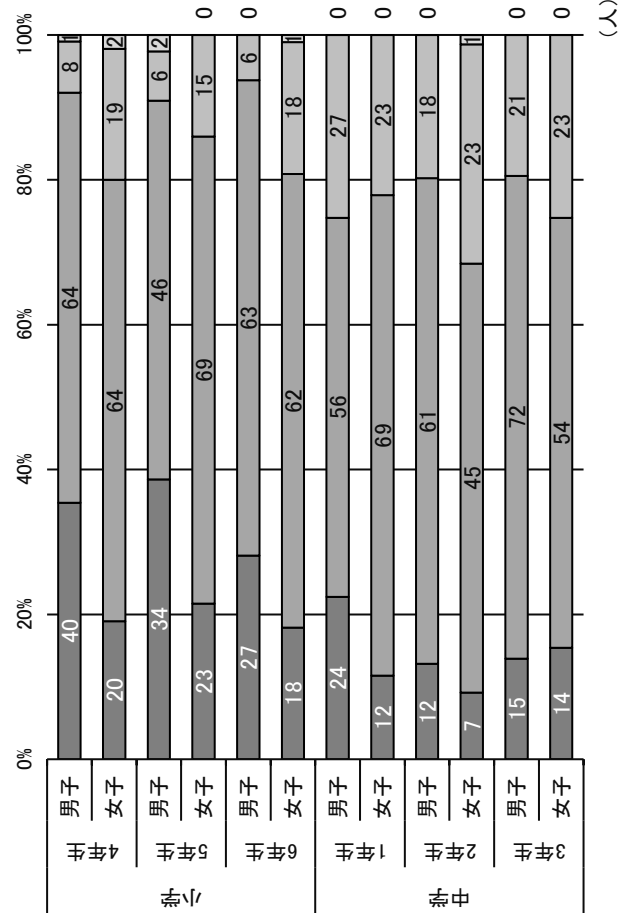
床についてすぐ眠りにつくことができるか

☐ すぐ眠りにつける
☐ なかなか眠れない
☐ 眠れない



朝はすっきり目が覚めるか

☐ すっきり目が覚める
☐ 少し眠い
☐ 眠くてなかなか起きられない
☐ 無回答



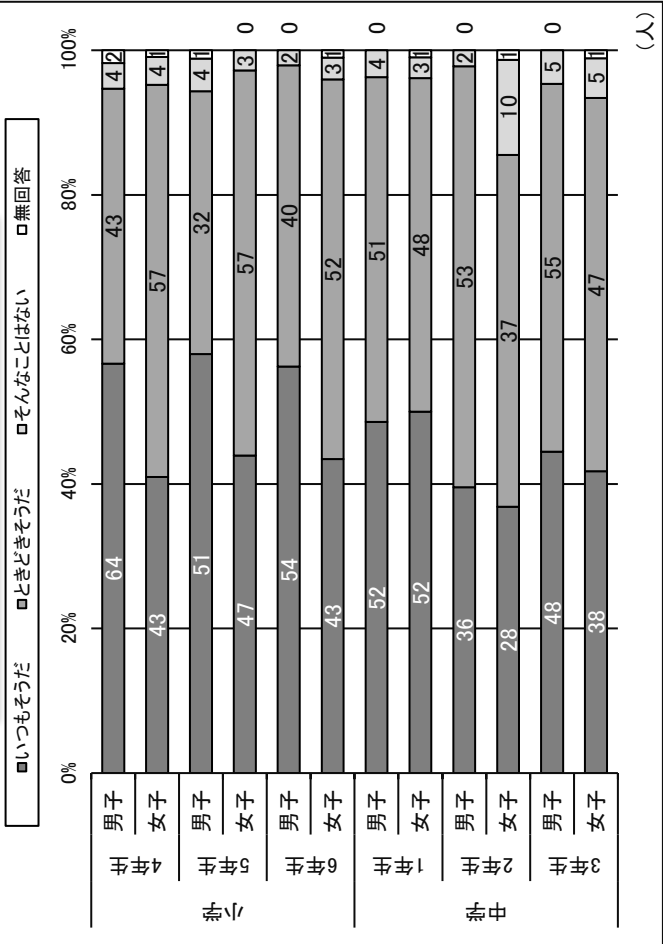
【小：問8、中：問11】

私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。
みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものをえらんでください。

《1. 楽しみにしていることがたくさんある》

		いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	男子	64	56.6	43	38.1	4	3.5	2	1.8	113	100.0
	女子	43	41.0	57	54.3	4	3.8	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	51	58.0	32	36.4	4	4.5	1	1.1	88	100.0
	女子	47	43.9	57	53.3	3	2.8	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	54	56.3	40	41.7	2	2.1	0	0.0	96	100.0
	女子	43	43.4	52	52.5	3	3.0	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	52	48.6	51	47.7	4	3.7	0	0.0	107	100.0
	女子	52	50.0	48	46.2	3	2.9	1	1.0	104	100.0
中2年生	男子	36	39.6	53	58.2	2	2.2	0	0.0	91	100.0
	女子	28	36.8	37	48.7	10	13.2	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	48	44.4	55	50.9	5	4.6	0	0.0	108	100.0
	女子	38	41.8	47	51.6	5	5.5	1	1.1	91	100.0

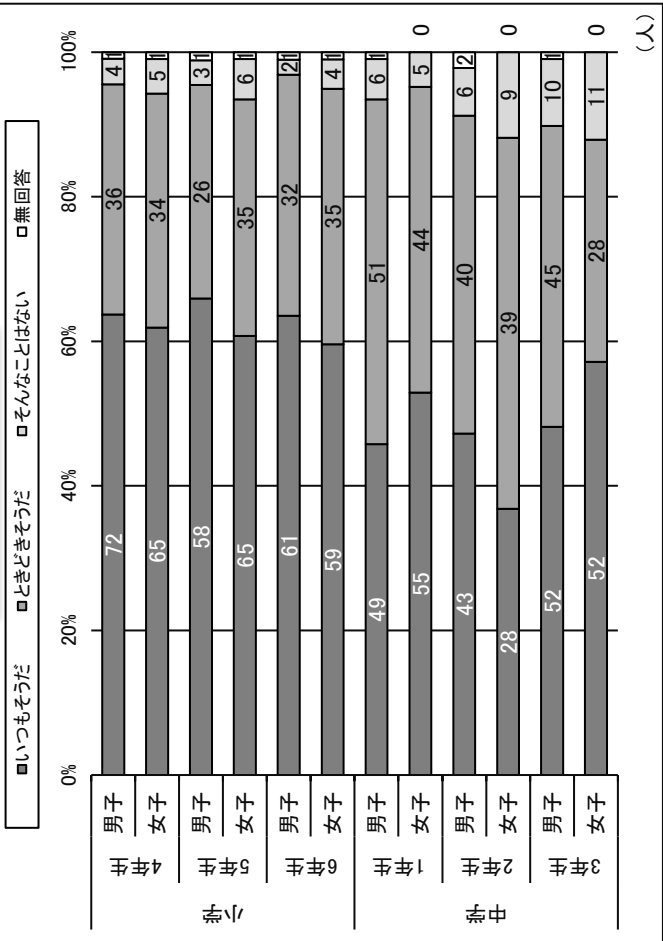
DEP-1. 楽しみにしていることがたくさんある



《2. とてもよく眠れる》

		いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	男子	72	63.7	36	31.9	4	3.5	1	0.9	113	100.0
	女子	65	61.9	34	32.4	5	4.8	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	58	65.9	26	29.5	3	3.4	1	1.1	88	100.0
	女子	65	60.7	35	32.7	6	5.6	1	0.9	107	100.0
6年生	男子	61	63.5	32	33.3	2	2.1	1	1.0	96	100.0
	女子	59	59.6	35	35.4	4	4.0	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	49	45.8	51	47.7	6	5.6	1	0.9	107	100.0
	女子	55	52.9	44	42.3	5	4.8	0	0.0	104	100.0
中2年生	男子	43	47.3	40	44.0	6	6.6	2	2.2	91	100.0
	女子	28	36.8	39	51.3	9	11.8	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	52	48.1	45	41.7	10	9.3	1	0.9	108	100.0
	女子	52	57.1	28	30.8	11	12.1	0	0.0	91	100.0

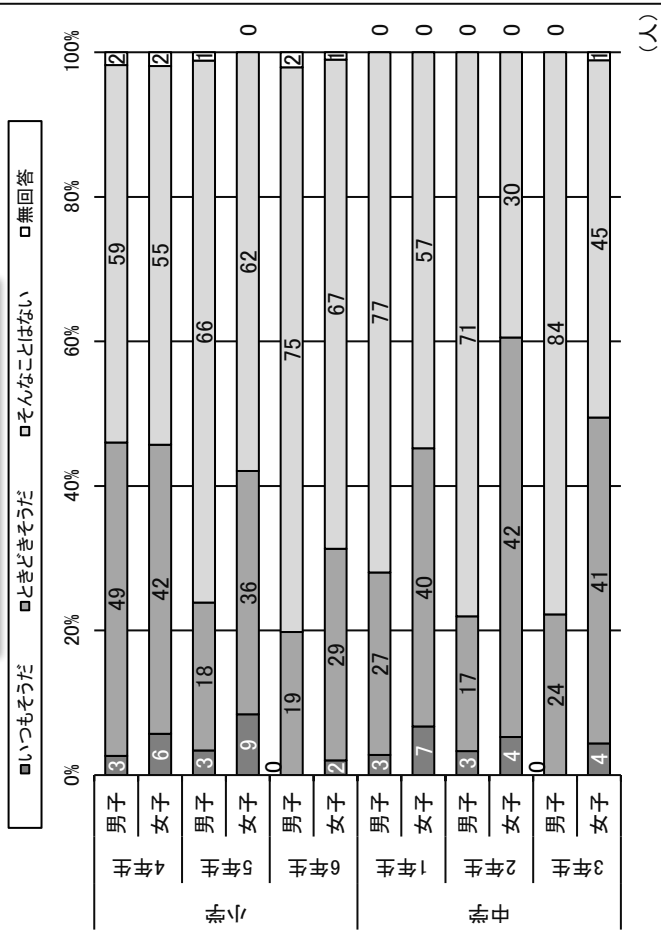
DEP-2. とてもよく眠れる



《3. 泣きたいような気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	3	2.7	49	43.4	59	52.2	2	1.8	113	100.0
4年生 女子	6	5.7	42	40.0	55	52.4	2	1.9	105	100.0
小 5年生 男子	3	3.4	18	20.5	66	75.0	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	9	8.4	36	33.6	62	57.9	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	0	0.0	19	19.8	75	78.1	2	2.1	96	100.0
6年生 女子	2	2.0	29	29.3	67	67.7	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	3	2.8	27	25.2	77	72.0	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	7	6.7	40	38.5	57	54.8	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	3	3.3	17	18.7	71	78.0	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	4	5.3	42	55.3	30	39.5	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	0	0.0	24	22.2	84	77.8	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	4	4.4	41	45.1	45	49.5	1	1.1	91	100.0

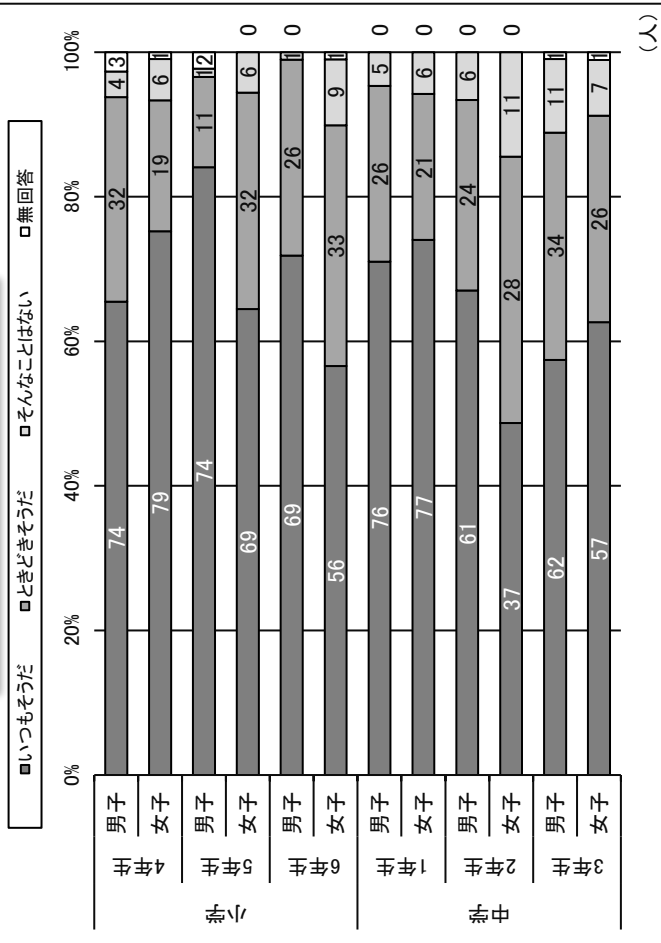
DEP-3. 泣きたいような気がする



《4. 遊びに出かけるのが好きだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	74	65.5	32	28.3	4	3.5	3	2.7	113	100.0
4年生 女子	79	75.2	19	18.1	6	5.7	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	74	84.1	11	12.5	1	1.1	2	2.3	88	100.0
小 5年生 女子	69	64.5	32	29.9	6	5.6	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	69	71.9	26	27.1	1	1.0	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	56	56.6	33	33.3	9	9.1	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	76	71.0	26	24.3	5	4.7	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	77	74.0	21	20.2	6	5.8	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	61	67.0	24	26.4	6	6.6	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	37	48.7	28	36.8	11	14.5	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	62	57.4	34	31.5	11	10.2	1	0.9	108	100.0
3年生 女子	57	62.6	26	28.6	7	7.7	1	1.1	91	100.0

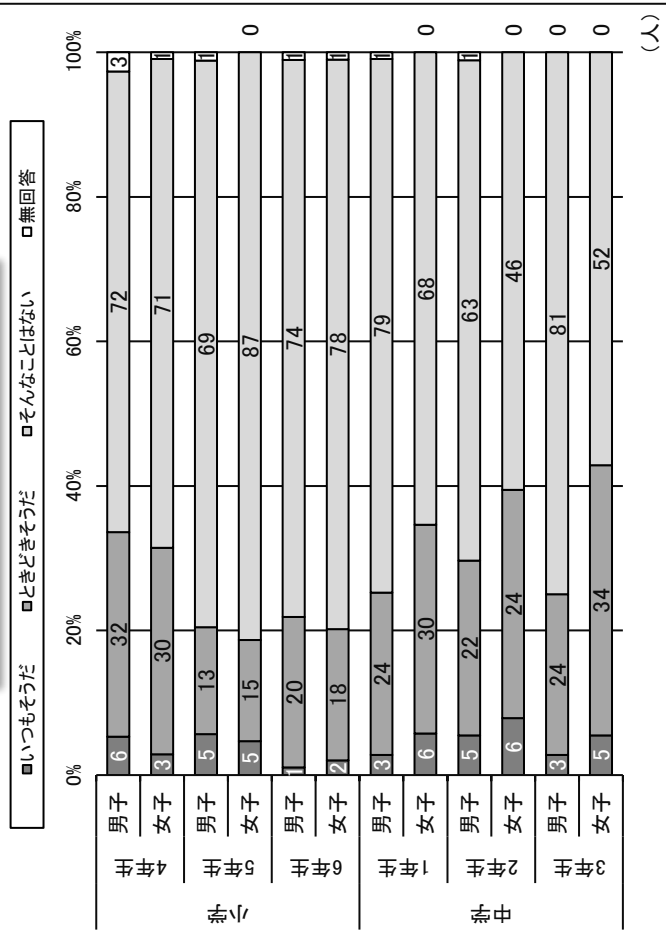
DEP-4. 遊びに出かけるのが好きだ



《5. 逃げ出したいような気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	6	5.3	32	28.3	72	63.7	3	2.7	113	100.0
4年生 女子	3	2.9	30	28.6	71	67.6	1	1.0	105	100.0
男子	5	5.7	13	14.8	69	78.4	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	5	4.7	15	14.0	87	81.3	0	0.0	107	100.0
男子	1	1.0	20	20.8	74	77.1	1	1.0	96	100.0
6年生 女子	2	2.0	18	18.2	78	78.8	1	1.0	99	100.0
男子	3	2.8	24	22.4	79	73.8	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	6	5.8	30	28.8	68	65.4	0	0.0	104	100.0
男子	5	5.5	22	24.2	63	69.2	1	1.1	91	100.0
中 2年生 女子	6	7.9	24	31.6	46	60.5	0	0.0	76	100.0
男子	3	2.8	24	22.2	81	75.0	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	5	5.5	34	37.4	52	57.1	0	0.0	91	100.0

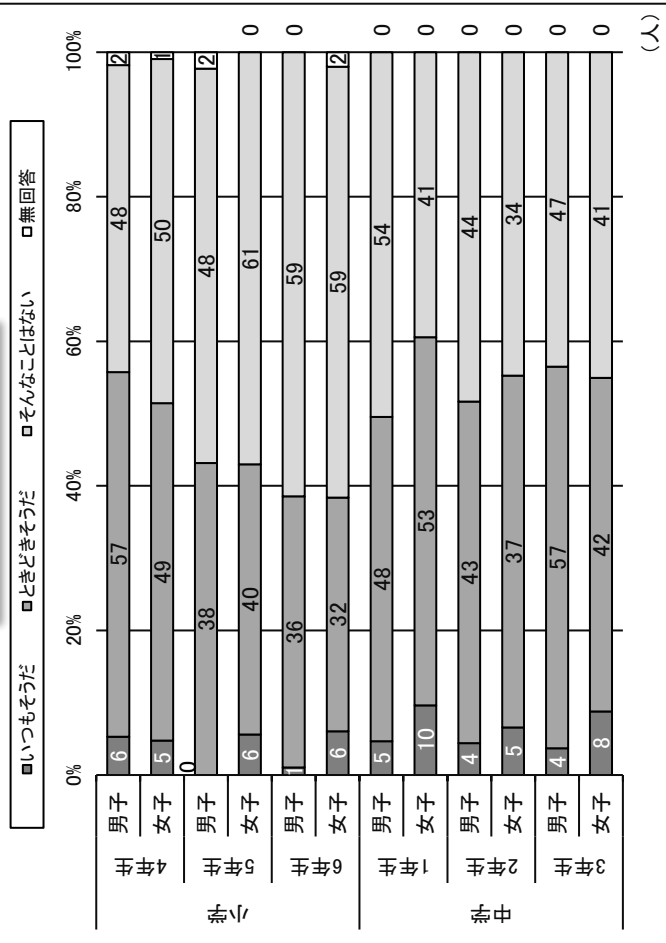
DEP-5. 逃げ出したいような気がする



《6. おなかが痛くなる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	6	5.3	57	50.4	48	42.5	2	1.8	113	100.0
4年生 女子	5	4.8	49	46.7	50	47.6	1	1.0	105	100.0
男子	0	0.0	38	43.2	48	54.5	2	2.3	88	100.0
小 5年生 女子	6	5.6	40	37.4	61	57.0	0	0.0	107	100.0
男子	1	1.0	36	37.5	59	61.5	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	6	6.1	32	32.3	59	59.6	2	2.0	99	100.0
男子	5	4.7	48	44.9	54	50.5	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	10	9.6	53	51.0	41	39.4	0	0.0	104	100.0
男子	4	4.4	43	47.3	44	48.4	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	5	6.6	37	48.7	34	44.7	0	0.0	76	100.0
男子	4	3.7	57	52.8	47	43.5	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	8	8.8	42	46.2	41	45.1	0	0.0	91	100.0

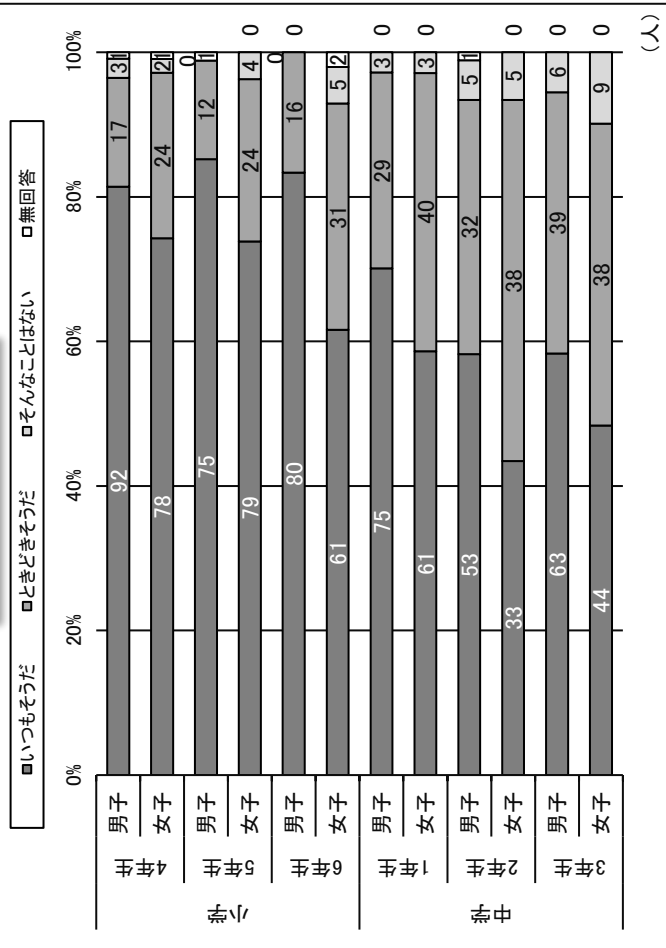
DEP-6. おなかが痛くなる



《7. 元氣いっぱいだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	92	81.4	17	15.0	3	2.7	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	78	74.3	24	22.9	2	1.9	1	1.0	105	100.0
男子	75	85.2	12	13.6	0	0.0	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	79	73.8	24	22.4	4	3.7	0	0.0	107	100.0
男子	80	83.3	16	16.7	0	0.0	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	61	61.6	31	31.3	5	5.1	2	2.0	99	100.0
男子	75	70.1	29	27.1	3	2.8	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	61	58.7	40	38.5	3	2.9	0	0.0	104	100.0
男子	53	58.2	32	35.2	5	5.5	1	1.1	91	100.0
中 2年生 女子	33	43.4	38	50.0	5	6.6	0	0.0	76	100.0
男子	63	58.3	39	36.1	6	5.6	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	44	48.4	38	41.8	9	9.9	0	0.0	91	100.0

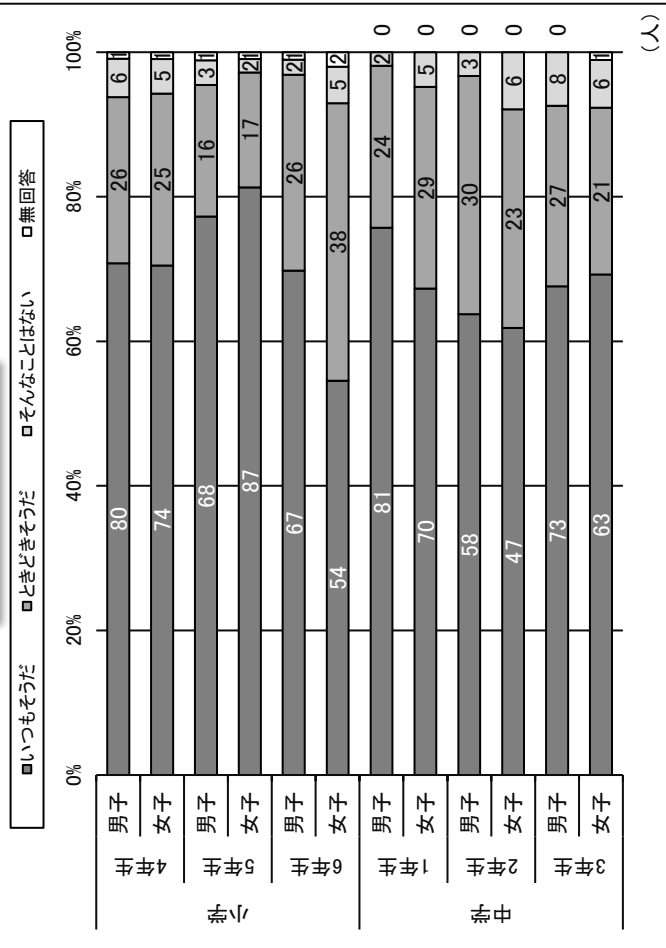
DEP-7. 元氣いっぱいだ



《8. 食事が楽しい》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	80	70.8	26	23.0	6	5.3	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	74	70.5	25	23.8	5	4.8	1	1.0	105	100.0
男子	68	77.3	16	18.2	3	3.4	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	87	81.3	17	15.9	2	1.9	1	0.9	107	100.0
男子	67	69.8	26	27.1	2	2.1	1	1.0	96	100.0
6年生 女子	54	54.5	38	38.4	5	5.1	2	2.0	99	100.0
男子	81	75.7	24	22.4	2	1.9	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	70	67.3	29	27.9	5	4.8	0	0.0	104	100.0
男子	58	63.7	30	33.0	3	3.3	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	47	61.8	23	30.3	6	7.9	0	0.0	76	100.0
男子	73	67.6	27	25.0	8	7.4	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	63	69.2	21	23.1	6	6.6	1	1.1	91	100.0

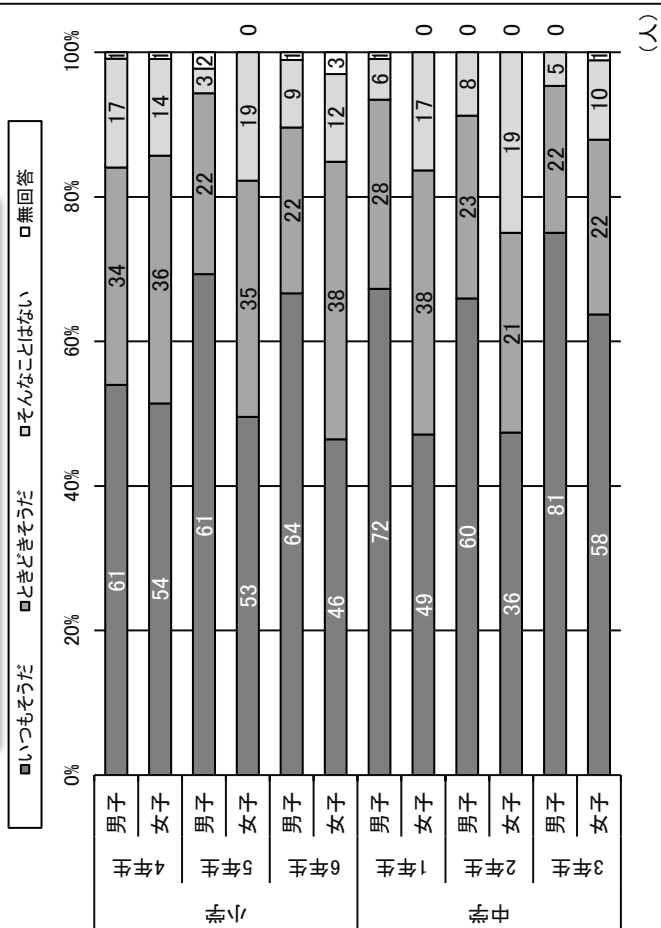
DEP-8. 食事が楽しい



《9. いじめられても自分で「やめて」といえる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	61	54.0	34	30.1	17	15.0	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	54	51.4	36	34.3	14	13.3	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	61	69.3	22	25.0	3	3.4	2	2.3	88	100.0
小 5年生 女子	53	49.5	35	32.7	19	17.8	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	64	66.7	22	22.9	9	9.4	1	1.0	96	100.0
6年生 女子	46	46.5	38	38.4	12	12.1	3	3.0	99	100.0
1年生 男子	72	67.3	28	26.2	6	5.6	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	49	47.1	38	36.5	17	16.3	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	60	65.9	23	25.3	8	8.8	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	36	47.4	21	27.6	19	25.0	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	81	75.0	22	20.4	5	4.6	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	58	63.7	22	24.2	10	11.0	1	1.1	91	100.0

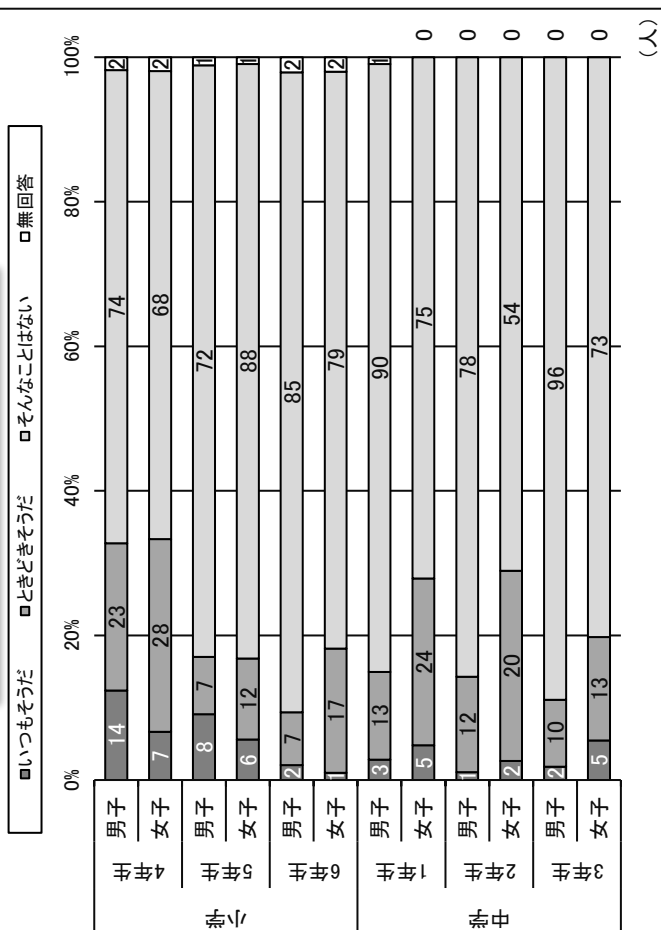
DEP-9. いじめられても自分で「やめて」といえる



《10. 生きていても仕方ないと思う》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	14	12.4	23	20.4	74	65.5	2	1.8	113	100.0
4年生 女子	7	6.7	28	26.7	68	64.8	2	1.9	105	100.0
小 5年生 男子	8	9.1	7	8.0	72	81.8	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	6	5.6	12	11.2	88	82.2	1	0.9	107	100.0
6年生 男子	2	2.1	7	7.3	85	88.5	2	2.1	96	100.0
6年生 女子	1	1.0	17	17.2	79	79.8	2	2.0	99	100.0
1年生 男子	3	2.8	13	12.1	90	84.1	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	5	4.8	24	23.1	75	72.1	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	1	1.1	12	13.2	78	85.7	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	2	2.6	20	26.3	54	71.1	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	2	1.9	10	9.3	96	88.9	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	5	5.5	13	14.3	73	80.2	0	0.0	91	100.0

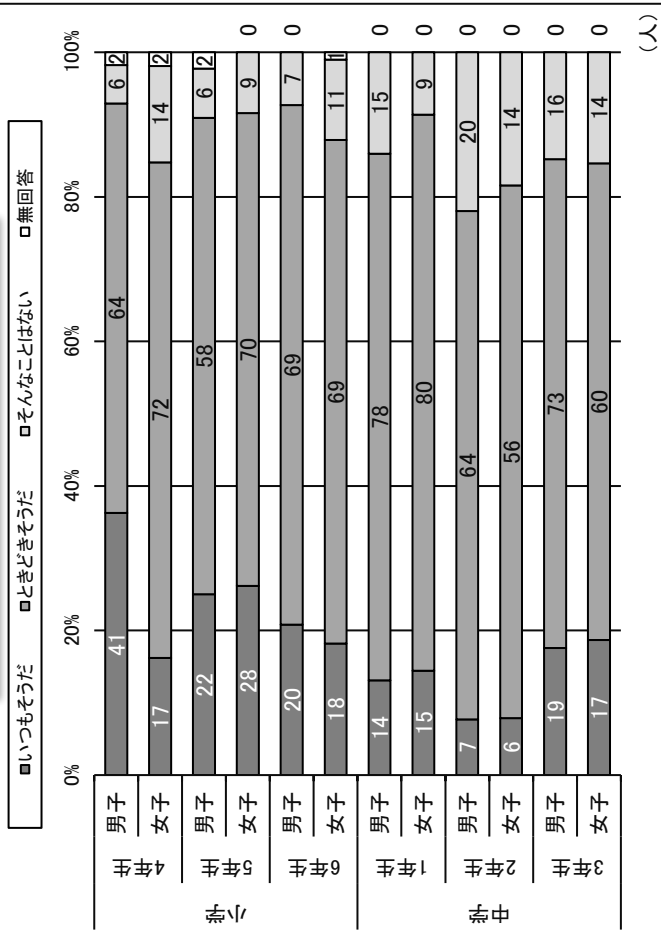
DEP-10. 生きていても仕方ないと思う



《11. やろうと思ったことがうまくできる》

		いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
小 学	4年生 男子	41	36.3	64	56.6	6	5.3	2	1.8	113	100.0
	4年生 女子	17	16.2	72	68.6	14	13.3	2	1.9	105	100.0
	5年生 男子	22	25.0	58	65.9	6	6.8	2	2.3	88	100.0
	5年生 女子	28	26.2	70	65.4	9	8.4	0	0.0	107	100.0
	6年生 男子	20	20.8	69	71.9	7	7.3	0	0.0	96	100.0
	6年生 女子	18	18.2	69	69.7	11	11.1	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	14	13.1	78	72.9	15	14.0	0	0.0	107	100.0
	女子	15	14.4	80	76.9	9	8.7	0	0.0	104	100.0
中 学	2年生 男子	7	7.7	64	70.3	20	22.0	0	0.0	91	100.0
	2年生 女子	6	7.9	56	73.7	14	18.4	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	19	17.6	73	67.6	16	14.8	0	0.0	108	100.0
	女子	17	18.7	60	65.9	14	15.4	0	0.0	91	100.0

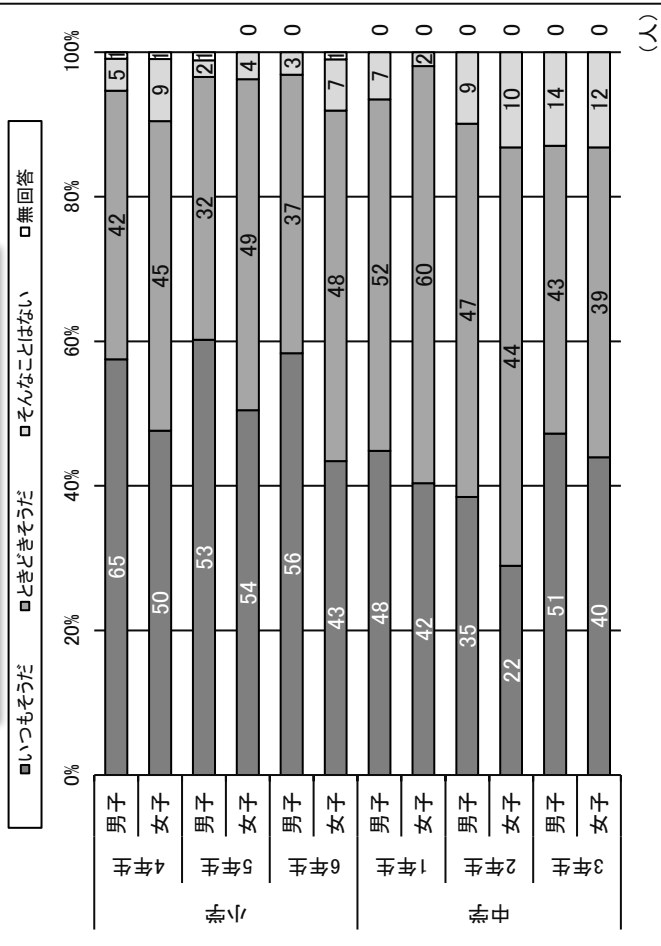
DEP-11. やろうと思ったことがうまくできる



《12. いつものように何をしても楽しい》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小 学	4年生 男子	65	57.5	42	37.2	5	4.4	1	0.9	113	100.0
	4年生 女子	50	47.6	45	42.9	9	8.6	1	1.0	105	100.0
	5年生 男子	53	60.2	32	36.4	2	2.3	1	1.1	88	100.0
	5年生 女子	54	50.5	49	45.8	4	3.7	0	0.0	107	100.0
	6年生 男子	56	58.3	37	38.5	3	3.1	0	0.0	96	100.0
	6年生 女子	43	43.4	48	48.5	7	7.1	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	48	44.9	52	48.6	7	6.5	0	0.0	107	100.0
	女子	42	40.4	60	57.7	2	1.9	0	0.0	104	100.0
中 学	2年生 男子	35	38.5	47	51.6	9	9.9	0	0.0	91	100.0
	2年生 女子	22	28.9	44	57.9	10	13.2	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	51	47.2	43	39.8	14	13.0	0	0.0	108	100.0
	女子	40	44.0	39	42.9	12	13.2	0	0.0	91	100.0

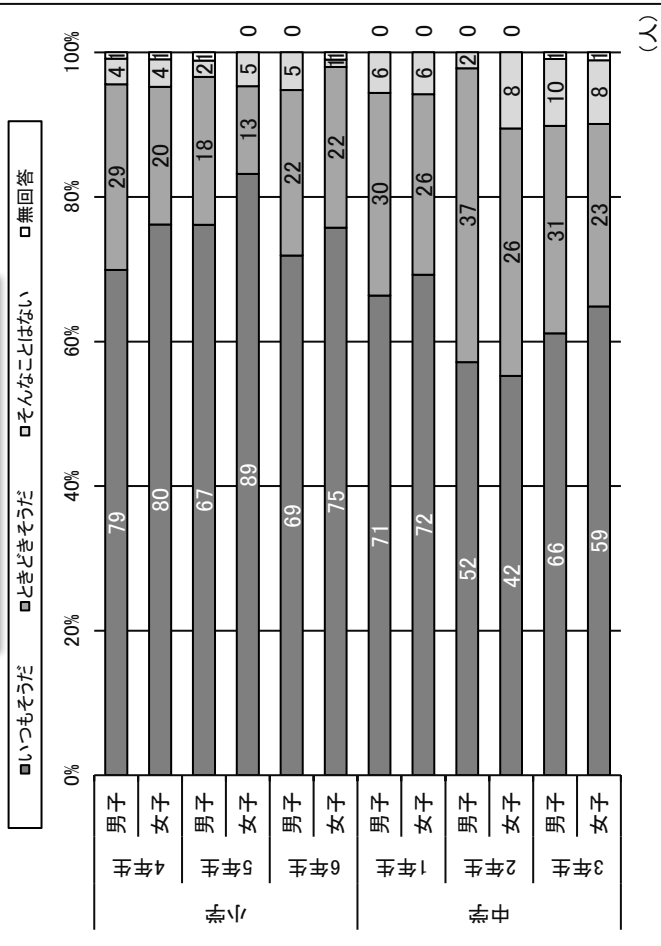
DEP-12. いつものように何をしても楽しい



《13. 家族と話すのが好きだ》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	79	69.9	29	25.7	4	3.5	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	80	76.2	20	19.0	4	3.8	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	67	76.1	18	20.5	2	2.3	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	89	83.2	13	12.1	5	4.7	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	69	71.9	22	22.9	5	5.2	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	75	75.8	22	22.2	1	1.0	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	71	66.4	30	28.0	6	5.6	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	72	69.2	26	25.0	6	5.8	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	52	57.1	37	40.7	2	2.2	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	42	55.3	26	34.2	8	10.5	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	66	61.1	31	28.7	10	9.3	1	0.9	108	100.0
3年生 女子	59	64.8	23	25.3	8	8.8	1	1.1	91	100.0

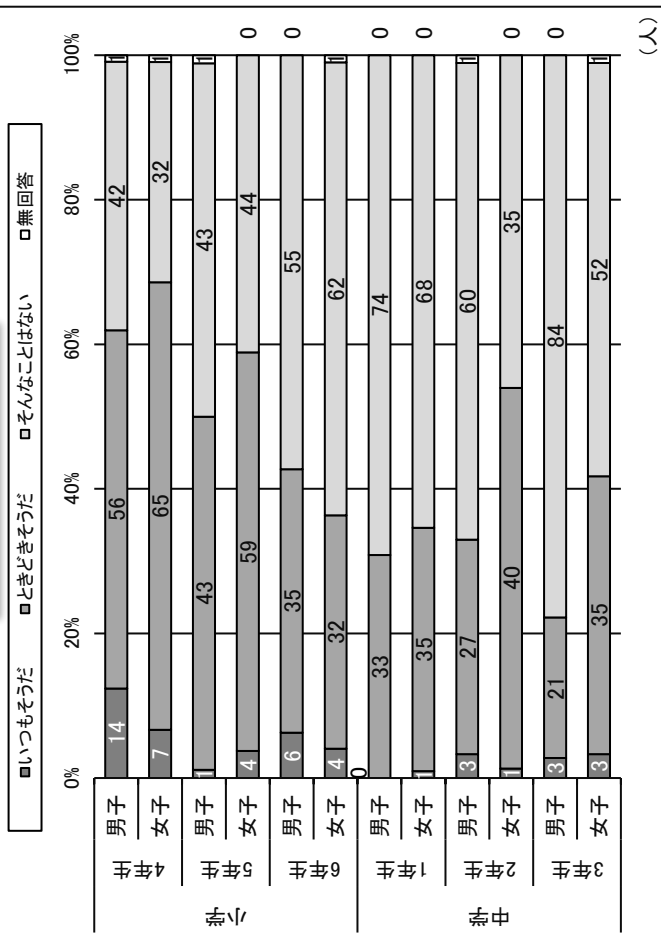
DEP-13. 家族と話すのが好きだ



《14. こわい夢を見る》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	14	12.4	56	49.6	42	37.2	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	7	6.7	65	61.9	32	30.5	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	1	1.1	43	48.9	43	48.9	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	4	3.7	59	55.1	44	41.1	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	6	6.3	35	36.5	55	57.3	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	4	4.0	32	32.3	62	62.6	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	0	0.0	33	30.8	74	69.2	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	1	1.0	35	33.7	68	65.4	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	3	3.3	27	29.7	60	65.9	1	1.1	91	100.0
中 2年生 女子	1	1.3	40	52.6	35	46.1	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	3	2.8	21	19.4	84	77.8	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	3	3.3	35	38.5	52	57.1	1	1.1	91	100.0

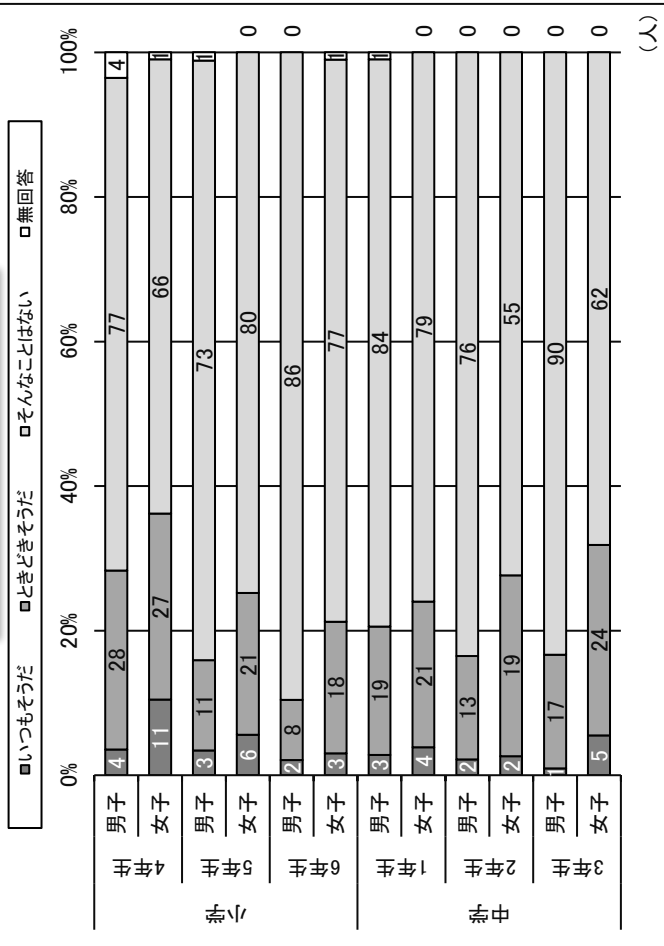
DEP-14. こわい夢を見る



《15. 独りぼっちの気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	4	3.5	28	24.8	77	68.1	4	3.5	113	100.0
4年生 女子	11	10.5	27	25.7	66	62.9	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	3	3.4	11	12.5	73	83.0	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	6	5.6	21	19.6	80	74.8	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	2	2.1	8	8.3	86	89.6	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	3	3.0	18	18.2	77	77.8	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	3	2.8	19	17.8	84	78.5	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	4	3.8	21	20.2	79	76.0	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	2	2.2	13	14.3	76	83.5	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	2	2.6	19	25.0	55	72.4	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	1	0.9	17	15.7	90	83.3	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	5	5.5	24	26.4	62	68.1	0	0.0	91	100.0

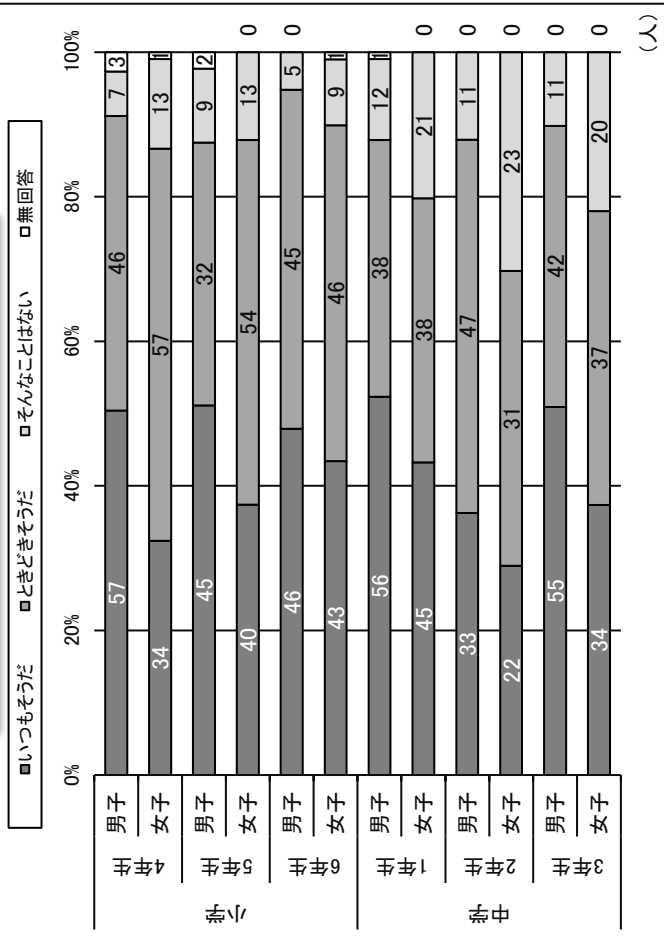
DEP-15. 独りぼっちの気がする



《16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	57	50.4	46	40.7	7	6.2	3	2.7	113	100.0
4年生 女子	34	32.4	57	54.3	13	12.4	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	45	51.1	32	36.4	9	10.2	2	2.3	88	100.0
小 5年生 女子	40	37.4	54	50.5	13	12.1	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	46	47.9	45	46.9	5	5.2	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	43	43.4	46	46.5	9	9.1	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	56	52.3	38	35.5	12	11.2	1	0.9	107	100.0
1年生 女子	45	43.3	38	36.5	21	20.2	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	33	36.3	47	51.6	11	12.1	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	22	28.9	31	40.8	23	30.3	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	55	50.9	42	38.9	11	10.2	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	34	37.4	37	40.7	20	22.0	0	0.0	91	100.0

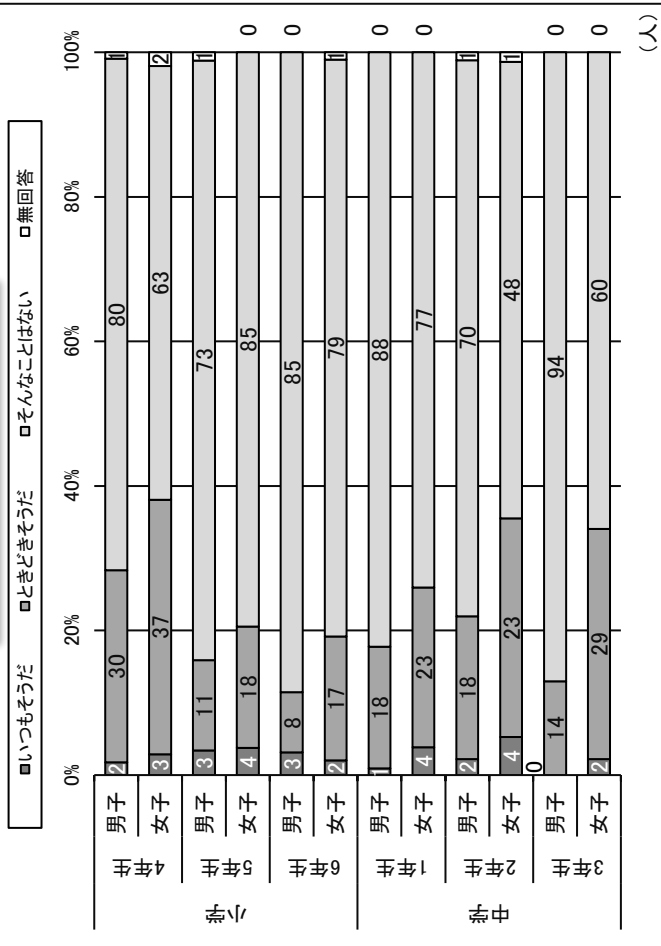
DEP-16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる



《17. とても悲しい気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	2	1.8	30	26.5	80	70.8	1	0.9	113	100.0
4年生 女子	3	2.9	37	35.2	63	60.0	2	1.9	105	100.0
小 5年生 男子	3	3.4	11	12.5	73	83.0	1	1.1	88	100.0
小 5年生 女子	4	3.7	18	16.8	85	79.4	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	3	3.1	8	8.3	85	88.5	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	2	2.0	17	17.2	79	79.8	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	1	0.9	18	16.8	88	82.2	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	4	3.8	23	22.1	77	74.0	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	2	2.2	18	19.8	70	76.9	1	1.1	91	100.0
中 2年生 女子	4	5.3	23	30.3	48	63.2	1	1.3	76	100.0
3年生 男子	0	0.0	14	13.0	94	87.0	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	2	2.2	29	31.9	60	65.9	0	0.0	91	100.0

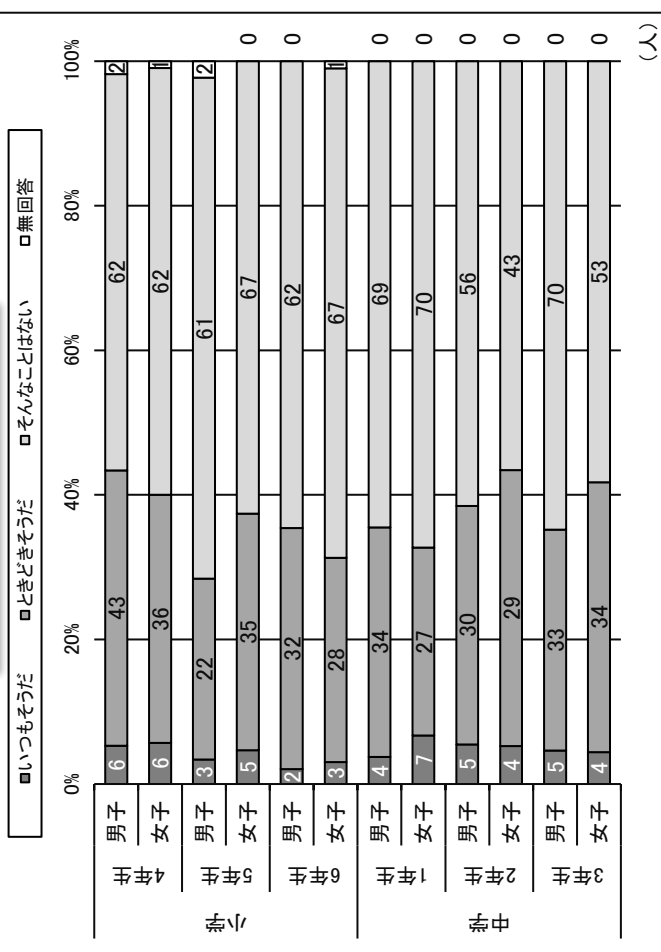
DEP-17. とても悲しい気がする



《18. とても退屈な気がする》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生 男子	6	5.3	43	38.1	62	54.9	2	1.8	113	100.0
4年生 女子	6	5.7	36	34.3	62	59.0	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	3	3.4	22	25.0	61	69.3	2	2.3	88	100.0
小 5年生 女子	5	4.7	35	32.7	67	62.6	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	2	2.1	32	33.3	62	64.6	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	3	3.0	28	28.3	67	67.7	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	4	3.7	34	31.8	69	64.5	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	7	6.7	27	26.0	70	67.3	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	5	5.5	30	33.0	56	61.5	0	0.0	91	100.0
中 2年生 女子	4	5.3	29	38.2	43	56.6	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	5	4.6	33	30.6	70	64.8	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	4	4.4	34	37.4	53	58.2	0	0.0	91	100.0

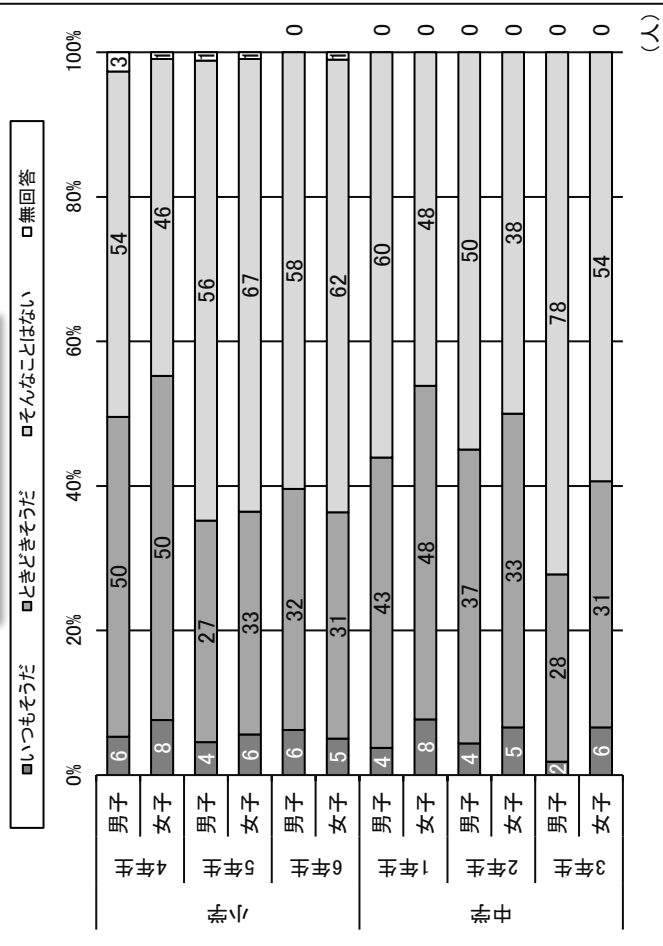
DEP-18. とても退屈な気がする



《19. いらいらしている》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	6	5.3	50	44.2	54	47.8	3	2.7	113	100.0
4年生 女子	8	7.6	50	47.6	46	43.8	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	4	4.5	27	30.7	56	63.6	1	1.1	88	100.0
学 5年生 女子	6	5.6	33	30.8	67	62.6	1	0.9	107	100.0
6年生 男子	6	6.3	32	33.3	58	60.4	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	5	5.1	31	31.3	62	62.6	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	4	3.7	43	40.2	60	56.1	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	8	7.7	48	46.2	48	46.2	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	4	4.4	37	40.7	50	54.9	0	0.0	91	100.0
学 2年生 女子	5	6.6	33	43.4	38	50.0	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	2	1.9	28	25.9	78	72.2	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	6	6.6	31	34.1	54	59.3	0	0.0	91	100.0

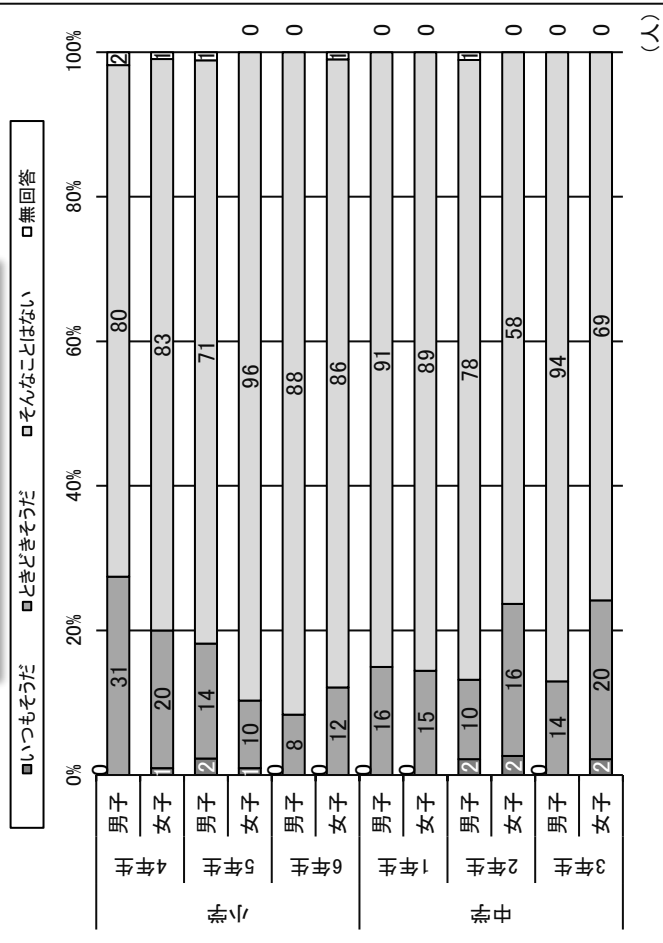
DEP-19. いらいらしている



《20. 吐き気がする。気持ち悪い》

	いつもそうだ		ときどきそうだ		そんなことはない		無回答		計	
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
男子	0	0.0	31	27.4	80	70.8	2	1.8	113	100.0
4年生 女子	1	1.0	20	19.0	83	79.0	1	1.0	105	100.0
小 5年生 男子	2	2.3	14	15.9	71	80.7	1	1.1	88	100.0
学 5年生 女子	1	0.9	10	9.3	96	89.7	0	0.0	107	100.0
6年生 男子	0	0.0	8	8.3	88	91.7	0	0.0	96	100.0
6年生 女子	0	0.0	12	12.1	86	86.9	1	1.0	99	100.0
1年生 男子	0	0.0	16	15.0	91	85.0	0	0.0	107	100.0
1年生 女子	0	0.0	15	14.4	89	85.6	0	0.0	104	100.0
中 2年生 男子	2	2.2	10	11.0	78	85.7	1	1.1	91	100.0
学 2年生 女子	2	2.6	16	21.1	58	76.3	0	0.0	76	100.0
3年生 男子	0	0.0	14	13.0	94	87.0	0	0.0	108	100.0
3年生 女子	2	2.2	20	22.0	69	75.8	0	0.0	91	100.0

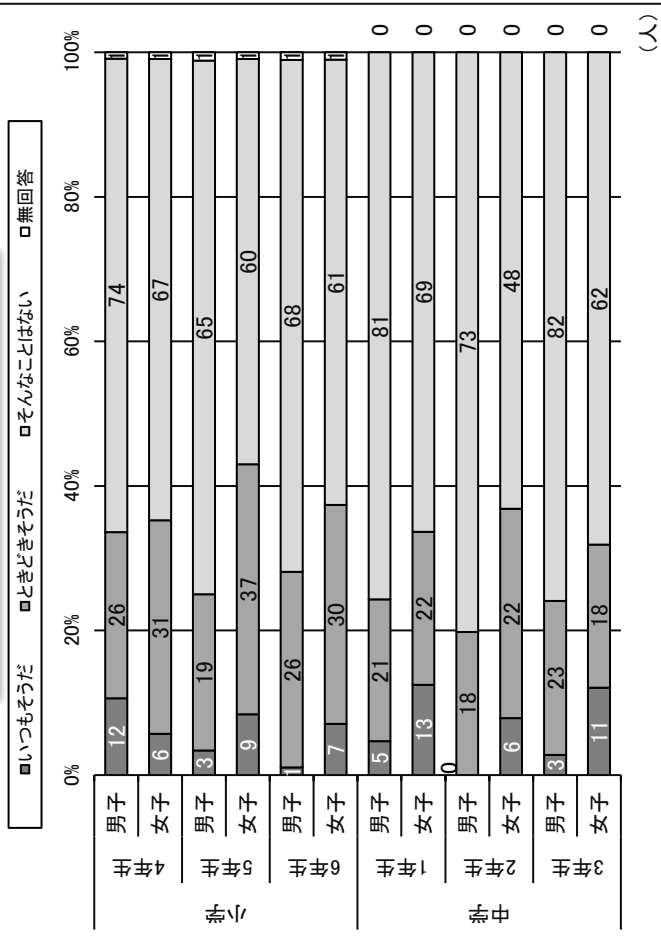
DEP-20. 吐き気がする。気持ち悪い



《21. 排便のリズムがくずれやすい》

	いつもそうだ			ときどきそうだ			そんなことはない			無回答			計		
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%	
4年生	男子	12	10.6	26	23.0	74	65.5	1	0.9	113	100.0				
	女子	6	5.7	31	29.5	67	63.8	1	1.0	105	100.0				
小5年生	男子	3	3.4	19	21.6	65	73.9	1	1.1	88	100.0				
	女子	9	8.4	37	34.6	60	56.1	1	0.9	107	100.0				
6年生	男子	1	1.0	26	27.1	68	70.8	1	1.0	96	100.0				
	女子	7	7.1	30	30.3	61	61.6	1	1.0	99	100.0				
1年生	男子	5	4.7	21	19.6	81	75.7	0	0.0	107	100.0				
	女子	13	12.5	22	21.2	69	66.3	0	0.0	104	100.0				
中2年生	男子	0	0.0	18	19.8	73	80.2	0	0.0	91	100.0				
	女子	6	7.9	22	28.9	48	63.2	0	0.0	76	100.0				
3年生	男子	3	2.8	23	21.3	82	75.9	0	0.0	108	100.0				
	女子	11	12.1	18	19.8	62	68.1	0	0.0	91	100.0				

DEP-21. 排便のリズムがくずれやすい

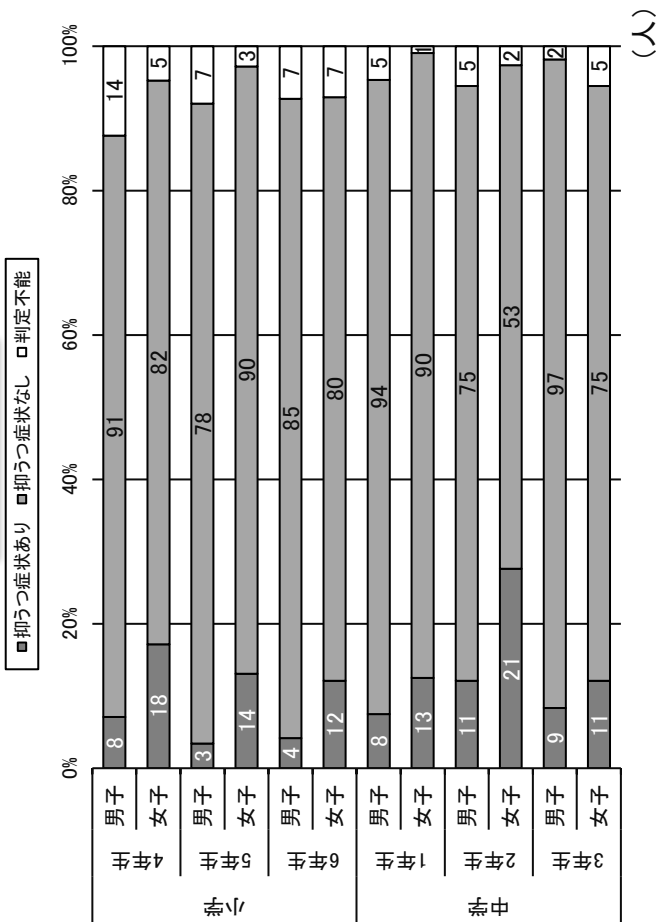


【小：問8・中：問11】

抑うつ症状の有無

	抑うつ症状あり			抑うつ症状なし			判定不能			計		
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%	
4年生	男子	8	7.1	91	80.5	14	12.4	113	100.0			
	女子	18	17.1	82	78.1	5	4.8	105	100.0			
小5年生	男子	3	3.4	78	88.6	7	8.0	88	100.0			
	女子	14	13.1	90	84.1	3	2.8	107	100.0			
6年生	男子	4	4.2	85	88.5	7	7.3	96	100.0			
	女子	12	12.1	80	80.8	7	7.1	99	100.0			
1年生	男子	8	7.5	94	87.9	5	4.7	107	100.0			
	女子	13	12.5	90	86.5	1	1.0	104	100.0			
中2年生	男子	11	12.1	75	82.4	5	5.5	91	100.0			
	女子	21	27.6	53	69.7	2	2.6	76	100.0			
3年生	男子	9	8.3	97	89.8	2	1.9	108	100.0			
	女子	11	12.1	75	82.4	5	5.5	91	100.0			

抑うつ症状の有無



起立性調節障害(OD)について

【中：問12】

あなたの体調について教えてください。

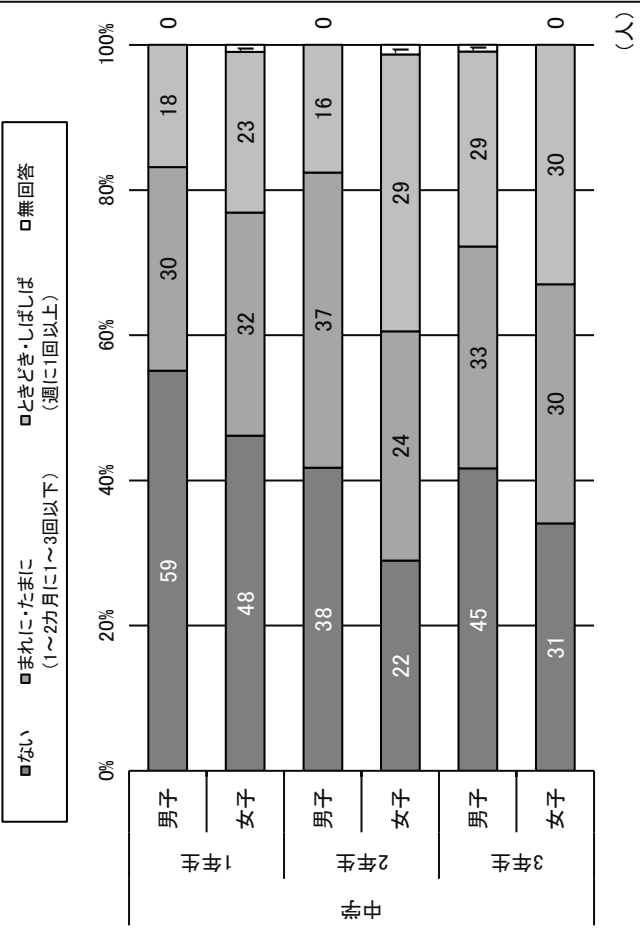
《1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす（目の前が真っ暗になる）》

	ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	59	55.1	30	28.0	18	16.8	0	0.0	107	100.0
	女子	48	46.2	32	30.8	23	22.1	1	1.0	104	100.0
中 2年生	男子	38	41.8	37	40.7	16	17.6	0	0.0	91	100.0
	女子	22	28.9	24	31.6	29	38.2	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	45	41.7	33	30.6	29	26.9	1	0.9	108	100.0
	女子	31	34.1	30	33.0	30	33.0	0	0.0	91	100.0

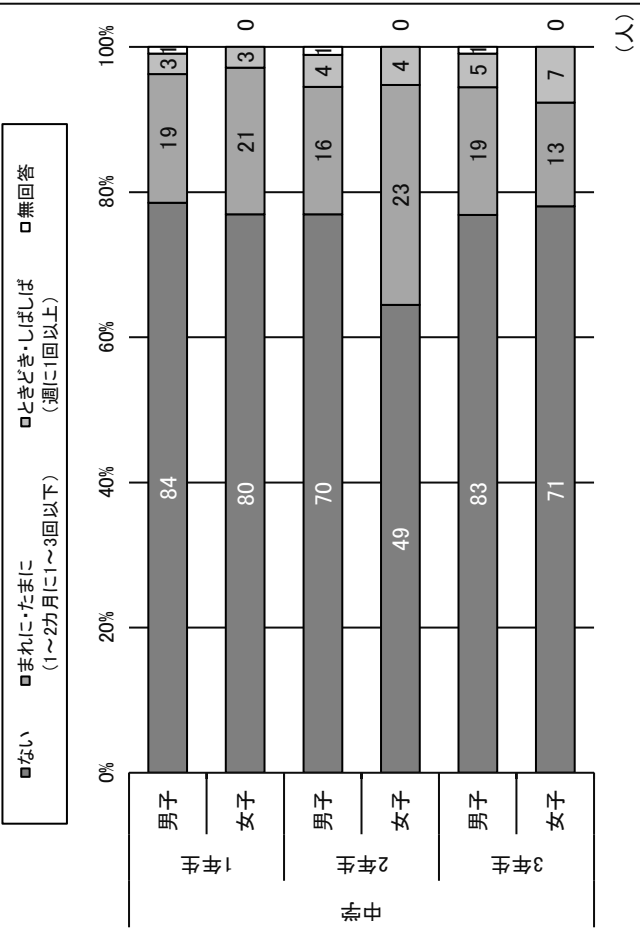
《2. 立っていると気持ちが悪くなる》

	ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	男子	84	78.5	19	17.8	3	2.8	1	0.9	107	100.0
	女子	80	76.9	21	20.2	3	2.9	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	70	76.9	16	17.6	4	4.4	1	1.1	91	100.0
	女子	49	64.5	23	30.3	4	5.3	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	83	76.9	19	17.6	5	4.6	1	0.9	108	100.0
	女子	71	78.0	13	14.3	7	7.7	0	0.0	91	100.0

OD-1. 立ちくらみ、めまいを起こす



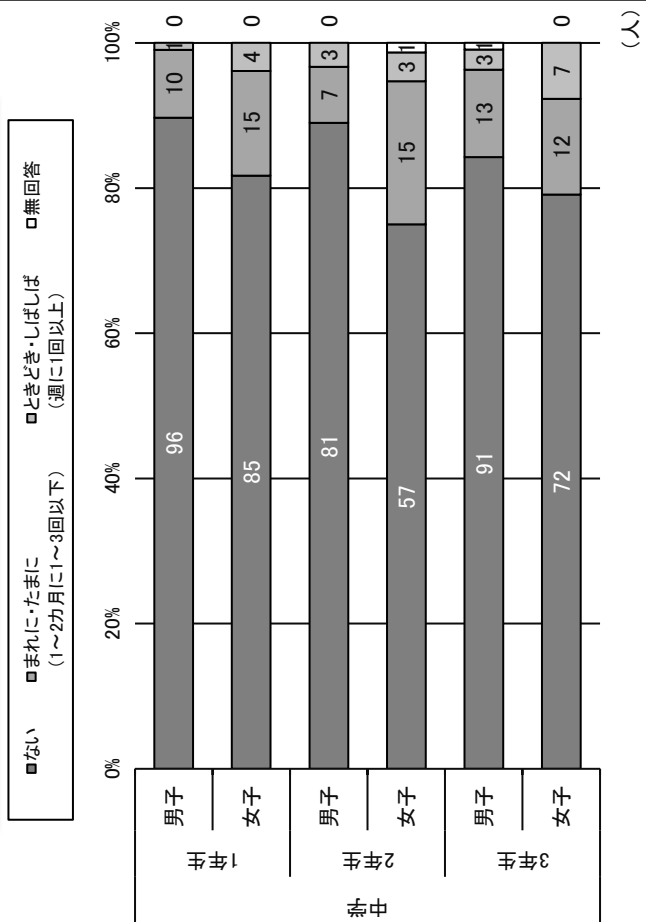
OD-2. 立っていると気持ちが悪くなる



《3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる》

	ない	まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
1年生	男子	96	89.7	10	9.3	1	0.9	0	0.0	107	100.0
	女子	85	81.7	15	14.4	4	3.8	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	81	89.0	7	7.7	3	3.3	0	0.0	91	100.0
	女子	57	75.0	15	19.7	3	3.9	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	91	84.3	13	12.0	3	2.8	1	0.9	108	100.0
	女子	72	79.1	12	13.2	7	7.7	0	0.0	91	100.0

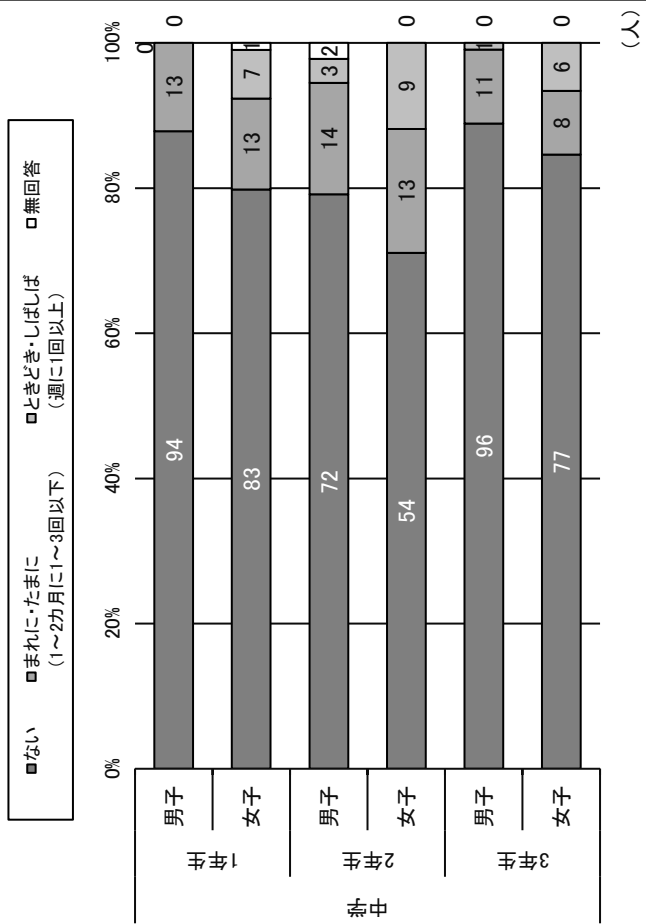
OD-3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる



《4. 少し動くときと動悸(心臓がばくばくする)あるいは、息切れがする》

	ない	まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
1年生	男子	94	87.9	13	12.1	0	0.0	0	0.0	107	100.0
	女子	83	79.8	13	12.5	7	6.7	1	1.0	104	100.0
2年生	男子	72	79.1	14	15.4	3	3.3	2	2.2	91	100.0
	女子	54	71.1	13	17.1	9	11.8	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	96	88.9	11	10.2	1	0.9	0	0.0	108	100.0
	女子	77	84.6	8	8.8	6	6.6	0	0.0	91	100.0

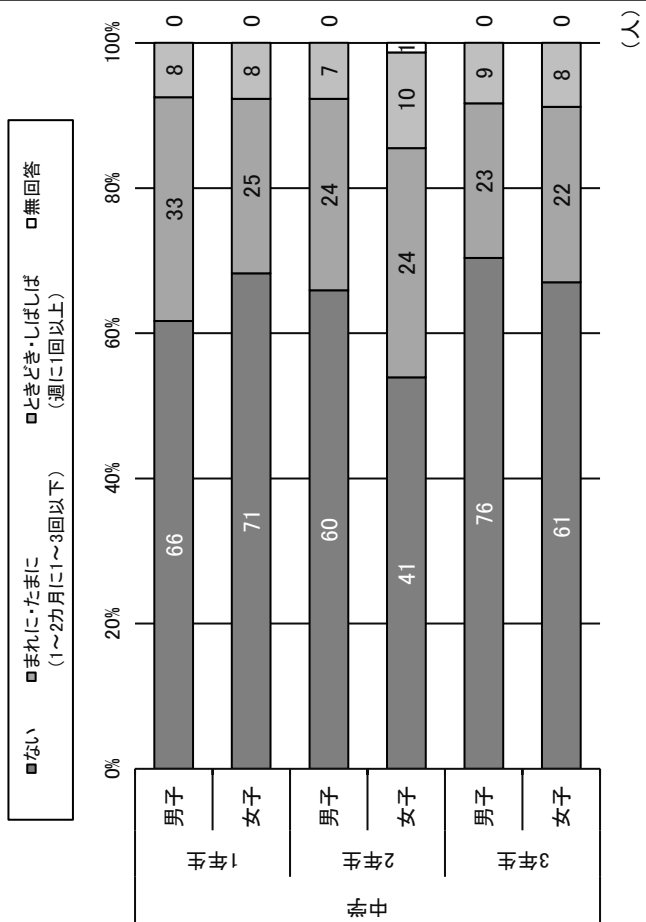
OD-4. 少し動くときと動悸あるいは、息切れがする



《5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い》

		ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	男子	66	61.7	33	30.8	8	7.5	0	0.0	107	100.0
	女子	71	68.3	25	24.0	8	7.7	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	60	65.9	24	26.4	7	7.7	0	0.0	91	100.0
	女子	41	53.9	24	31.6	10	13.2	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	76	70.4	23	21.3	9	8.3	0	0.0	108	100.0
	女子	61	67.0	22	24.2	8	8.8	0	0.0	91	100.0

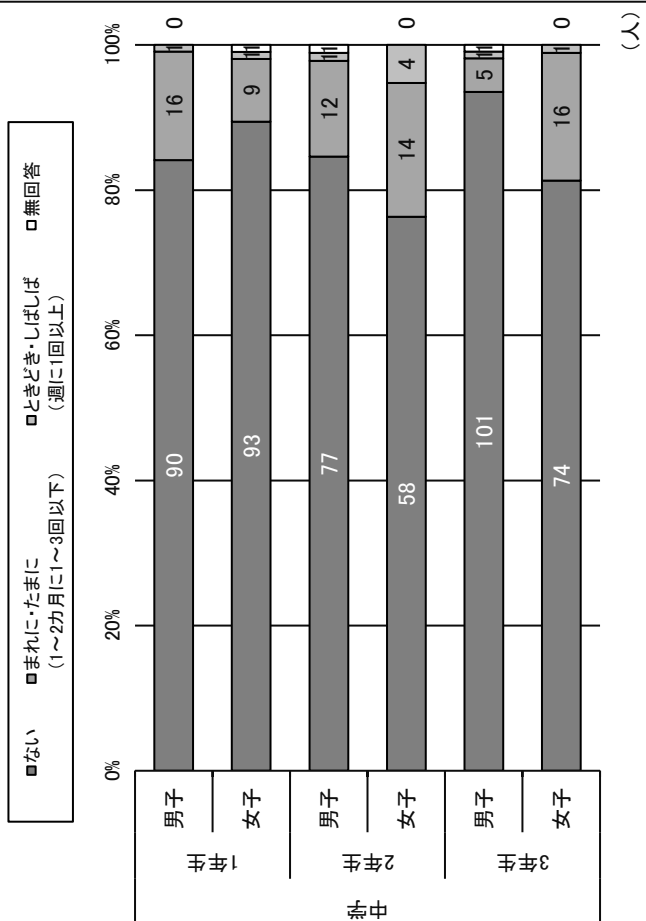
OD-5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い



《6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う》

	ない	まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
1年生	男子	90	84.1	16	15.0	1	0.9	0	0.0	107	100.0
	女子	93	89.4	9	8.7	1	1.0	1	1.0	104	100.0
2年生	男子	77	84.6	12	13.2	1	1.1	1	1.1	91	100.0
	女子	58	76.3	14	18.4	4	5.3	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	101	93.5	5	4.6	1	0.9	1	0.9	108	100.0
	女子	74	81.3	16	17.6	1	1.1	0	0.0	91	100.0

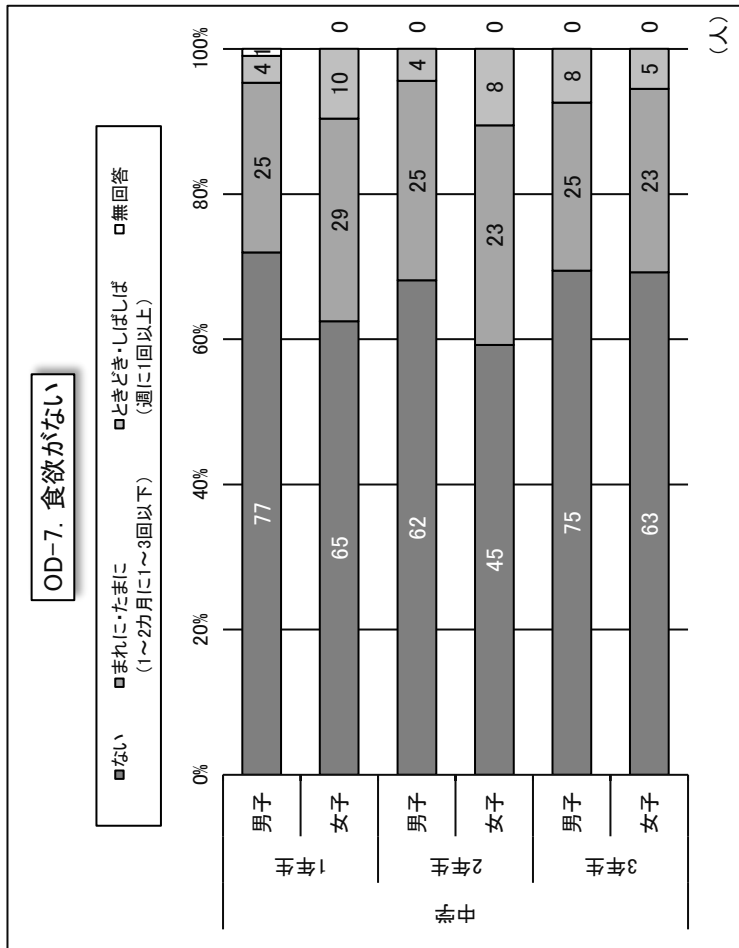
OD-6. 顔色が青白いと言われる、あるいは自分でそう思う



《7. 食欲がない》

		ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	男子	77	72.0	25	23.4	4	3.7	1	0.9	107	100.0
	女子	65	62.5	29	27.9	10	9.6	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	62	68.1	25	27.5	4	4.4	0	0.0	91	100.0
	女子	45	59.2	23	30.3	8	10.5	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	75	69.4	25	23.1	8	7.4	0	0.0	108	100.0
	女子	63	69.2	23	25.3	5	5.5	0	0.0	91	100.0

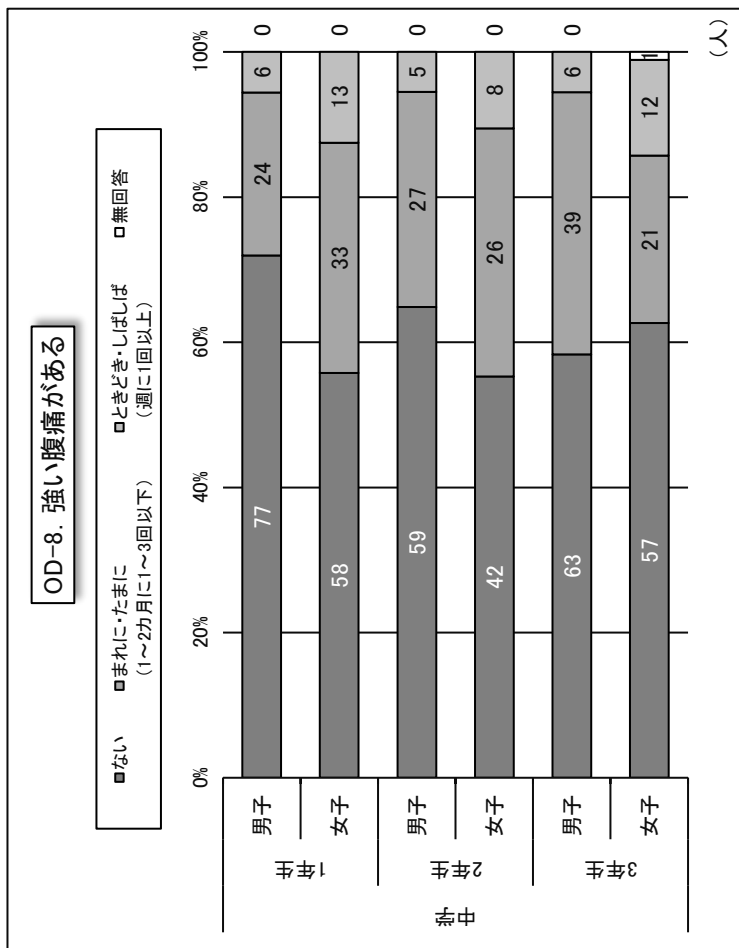
OD-7. 食欲がない



《8. 強い腹痛がある》

		ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	男子	77	72.0	24	22.4	6	5.6	0	0.0	107	100.0
	女子	58	55.8	33	31.7	13	12.5	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	59	64.8	27	29.7	5	5.5	0	0.0	91	100.0
	女子	42	55.3	26	34.2	8	10.5	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	63	58.3	39	36.1	6	5.6	0	0.0	108	100.0
	女子	57	62.6	21	23.1	12	13.2	1	1.1	91	100.0

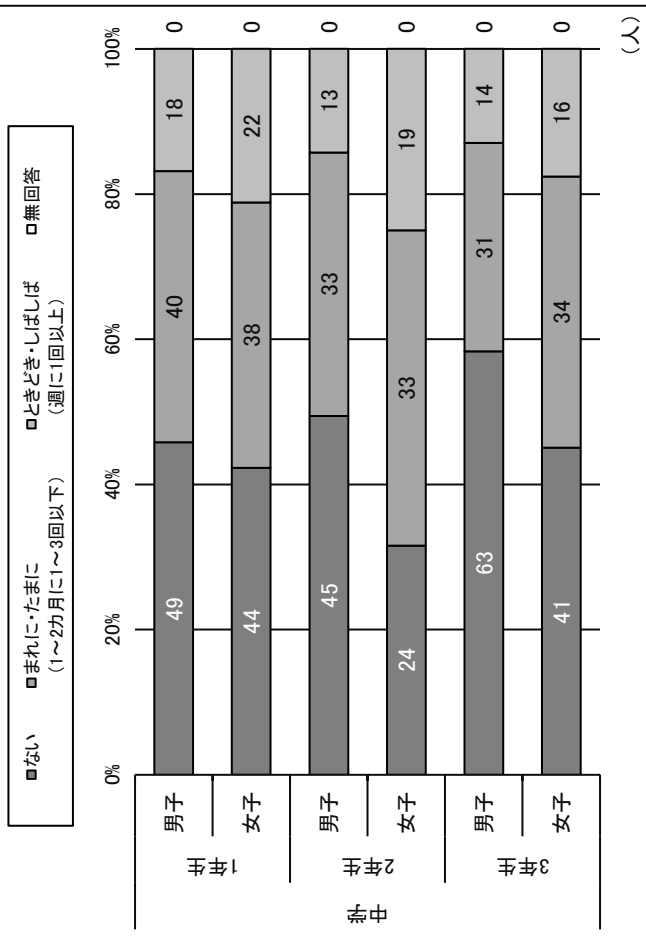
OD-8. 強い腹痛がある



《9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい》

		ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	男子	49	45.8	40	37.4	18	16.8	0	0.0	107	100.0
	女子	44	42.3	38	36.5	22	21.2	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	45	49.5	33	36.3	13	14.3	0	0.0	91	100.0
	女子	24	31.6	33	43.4	19	25.0	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	63	58.3	31	28.7	14	13.0	0	0.0	108	100.0
	女子	41	45.1	34	37.4	16	17.6	0	0.0	91	100.0

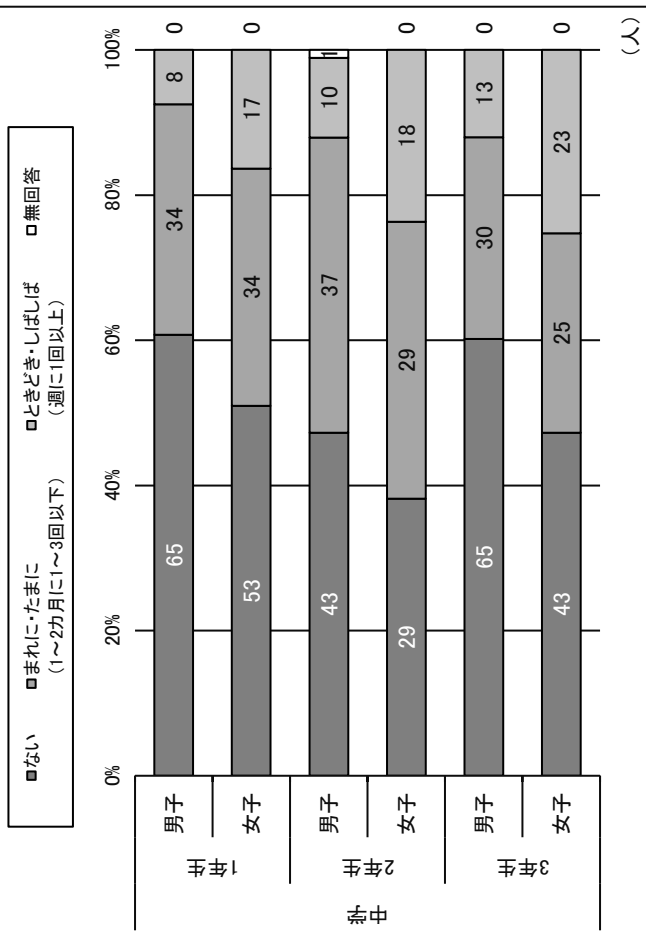
OD-9. 倦怠あるいは、疲れやすい



《10. 頭痛がする》

	ない	まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計			
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
1年生	男子	65	60.7	34	31.8	8	7.5	0	0.0	107	100.0
	女子	53	51.0	34	32.7	17	16.3	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	43	47.3	37	40.7	10	11.0	1	1.1	91	100.0
	女子	29	38.2	29	38.2	18	23.7	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	65	60.2	30	27.8	13	12.0	0	0.0	108	100.0
	女子	43	47.3	25	27.5	23	25.3	0	0.0	91	100.0

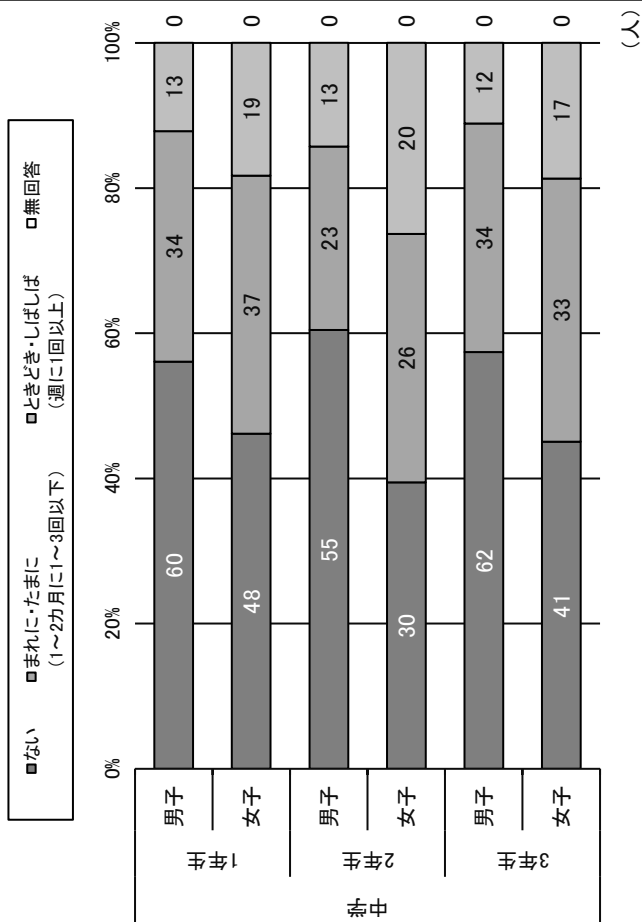
OD-10. 頭痛がする



《11. 乗り物に酔う》

		ない		まれに・たまに (1～2カ月に 1～3回以下)		ときどき・しばしば (週に1回以上)		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
1年生	男子	60	56.1	34	31.8	13	12.1	0	0.0	107	100.0
	女子	48	46.2	37	35.6	19	18.3	0	0.0	104	100.0
2年生	男子	55	60.4	23	25.3	13	14.3	0	0.0	91	100.0
	女子	30	39.5	26	34.2	20	26.3	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	62	57.4	34	31.5	12	11.1	0	0.0	108	100.0
	女子	41	45.1	33	36.3	17	18.7	0	0.0	91	100.0

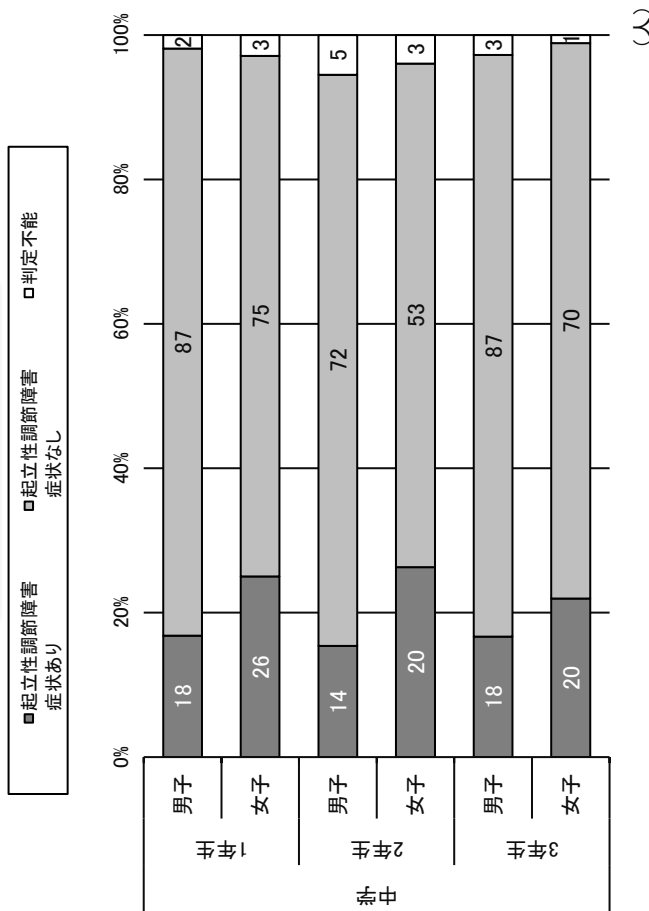
OD-11. 乗り物に酔う



起立性調節障害(OD)の有無

	起立性調節障害 症状あり		起立性調節障害 症状なし		判定不能		計		
	人数	%	人数	%	人数	%			
1年生	男子	18	16.8	87	81.3	2	1.9	107	100.0
	女子	26	25.0	75	72.1	3	2.9	104	100.0
2年生	男子	14	15.4	72	79.1	5	5.5	91	100.0
	女子	20	26.3	53	69.7	3	3.9	76	100.0
3年生	男子	18	16.7	87	80.6	3	2.8	108	100.0
	女子	20	22.0	70	76.9	1	1.1	91	100.0

起立性調節障害症状の有無



【小：問9、中：問9】

あなたは自分の体型をどう思いますか？（単回答）

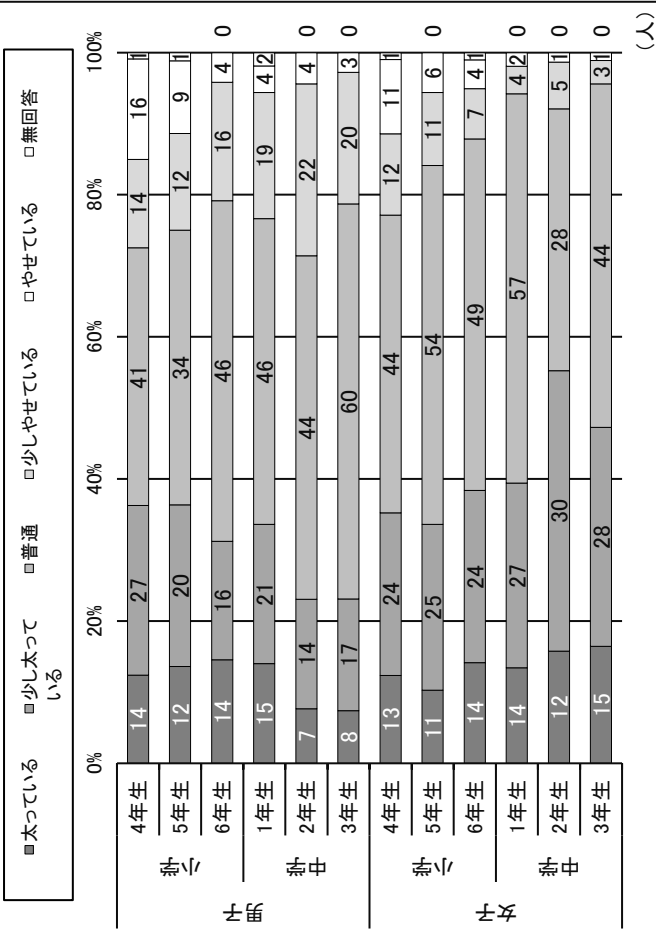
	太っている		少し太っている		普通		少しやせている		やせている		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%			
男子	4年生	14	12.4	27	23.9	41	36.3	14	12.4	16	14.2	1	0.9	113	100.0
	小学 5年生	12	13.6	20	22.7	34	38.6	12	13.6	9	10.2	1	1.1	88	100.0
	6年生	14	14.6	16	16.7	46	47.9	16	16.7	4	4.2	0	0.0	96	100.0
	1年生	15	14.0	21	19.6	46	43.0	19	17.8	4	3.7	2	1.9	107	100.0
	中学 2年生	7	7.7	14	15.4	44	48.4	22	24.2	4	4.4	0	0.0	91	100.0
	3年生	8	7.4	17	15.7	60	55.6	20	18.5	3	2.8	0	0.0	108	100.0
女子	4年生	13	12.4	24	22.9	44	41.9	12	11.4	11	10.5	1	1.0	105	100.0
	小学 5年生	11	10.3	25	23.4	54	50.5	11	10.3	6	5.6	0	0.0	107	100.0
	6年生	14	14.1	24	24.2	49	49.5	7	7.1	4	4.0	1	1.0	99	100.0
	1年生	14	13.5	27	26.0	57	54.8	4	3.8	2	1.9	0	0.0	104	100.0
	中学 2年生	12	15.8	30	39.5	28	36.8	5	6.6	1	1.3	0	0.0	76	100.0
	3年生	15	16.5	28	30.8	44	48.4	3	3.3	1	1.1	0	0.0	91	100.0

【小：問10、中：問10】

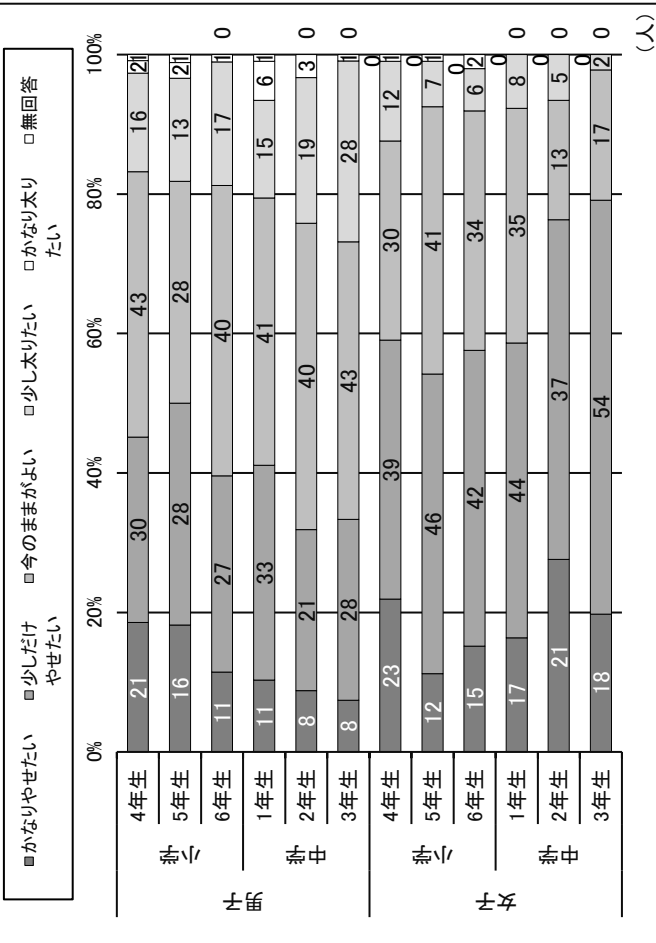
あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？（単回答）

	かなりやせたい			少しだけやせたい			今のままだよい			少し太りたい			かなり太りたい			無回答			計
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		
男子	4年生	21	18.6	30	26.5		43	38.1		16	14.2	2	1.8		1	0.9	113	100.0	
	5年生	16	18.2	28	31.8		28	31.8		13	14.8	2	2.3		1	1.1	88	100.0	
	6年生	11	11.5	27	28.1		40	41.7		17	17.7	1	1.0		0	0.0	96	100.0	
	1年生	11	10.3	33	30.8		41	38.3		15	14.0	6	5.6		1	0.9	107	100.0	
	2年生	8	8.8	21	23.1		40	44.0		19	20.9	3	3.3		0	0.0	91	100.0	
	3年生	8	7.4	28	25.9		43	39.8		28	25.9	1	0.9		0	0.0	108	100.0	
小学	4年生	23	21.9	39	37.1		30	28.6		12	11.4	0	0.0		1	1.0	105	100.0	
	5年生	12	11.2	46	43.0		41	38.3		7	6.5	0	0.0		1	0.9	107	100.0	
	6年生	15	15.2	42	42.4		34	34.3		6	6.1	0	0.0		2	2.0	99	100.0	
女子	1年生	17	16.3	44	42.3		35	33.7		8	7.7	0	0.0		0	0.0	104	100.0	
	2年生	21	27.6	37	48.7		13	17.1		5	6.6	0	0.0		0	0.0	76	100.0	
	3年生	18	19.8	54	59.3		17	18.7		2	2.2	0	0.0		0	0.0	91	100.0	

【あなたは自分の体型をどう思うか（男女別）】



【「やせたい」もしくは「太りたい」（男女別）】



【小：問11、中：問13】

学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？（単回答）

	はい		いいえ		無回答		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小 学	4年生	男子	40	35.4	72	63.7	1	0.9	113	100.0
		女子	32	30.5	71	67.6	2	1.9	105	100.0
	5年生	男子	25	28.4	62	70.5	1	1.1	88	100.0
		女子	33	30.8	74	69.2	0	0.0	107	100.0
	6年生	男子	25	26.0	71	74.0	0	0.0	96	100.0
		女子	26	26.3	71	71.7	2	2.0	99	100.0
中 学	1年生	男子	39	36.4	68	63.6	0	0.0	107	100.0
		女子	39	37.5	65	62.5	0	0.0	104	100.0
	2年生	男子	50	54.9	41	45.1	0	0.0	91	100.0
		女子	35	46.1	41	53.9	0	0.0	76	100.0
	3年生	男子	53	49.1	53	49.1	2	1.9	108	100.0
		女子	50	54.9	41	45.1	0	0.0	91	100.0

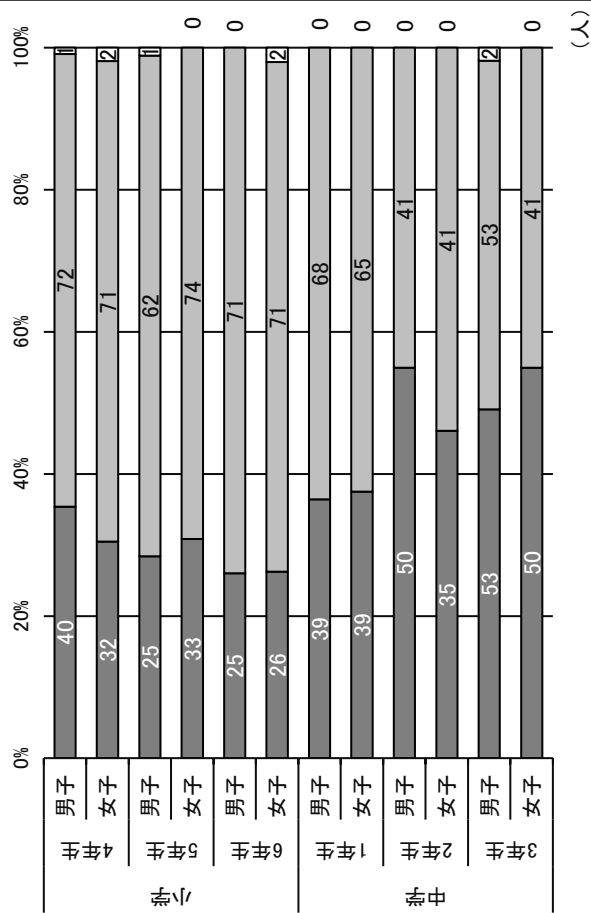
【小：問12、中：問14】

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。
学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。（単回答）

	3時間以上		2時間以上、 3時間より少ない		1時間以上、 2時間より少ない		30分以上、 1時間より少ない		30分より少ない		まったくしない		無回答		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小学	4年生	男子	9	8.0	16	14.2	21	18.6	43	38.1	19	16.8	4	3.5	1	0.9	113	100.0
		女子	5	4.8	5	4.8	38	36.2	38	36.2	13	12.4	5	4.8	1	1.0	105	100.0
	5年生	男子	7	8.0	9	10.2	31	35.2	27	30.7	9	10.2	4	4.5	1	1.1	88	100.0
		女子	5	4.7	15	14.0	44	41.1	38	35.5	5	4.7	0	0.0	0	0.0	107	100.0
	6年生	男子	5	5.2	11	11.5	36	37.5	27	28.1	15	15.6	2	2.1	0	0.0	96	100.0
		女子	4	4.0	12	12.1	41	41.4	34	34.3	5	5.1	2	2.0	1	1.0	99	100.0
中学	1年生	男子	7	6.5	18	16.8	41	38.3	28	26.2	8	7.5	4	3.7	1	0.9	107	100.0
		女子	12	11.5	33	31.7	46	44.2	13	12.5	0	0.0	0	0.0	0	0.0	104	100.0
	2年生	男子	7	7.7	23	25.3	36	39.6	18	19.8	5	5.5	2	2.2	0	0.0	91	100.0
		女子	6	7.9	22	28.9	25	32.9	19	25.0	3	3.9	1	1.3	0	0.0	76	100.0
	3年生	男子	3	2.8	20	18.5	49	45.4	23	21.3	11	10.2	2	1.9	0	0.0	108	100.0
		女子	16	17.6	26	28.6	34	37.4	10	11.0	5	5.5	0	0.0	0	0.0	91	100.0

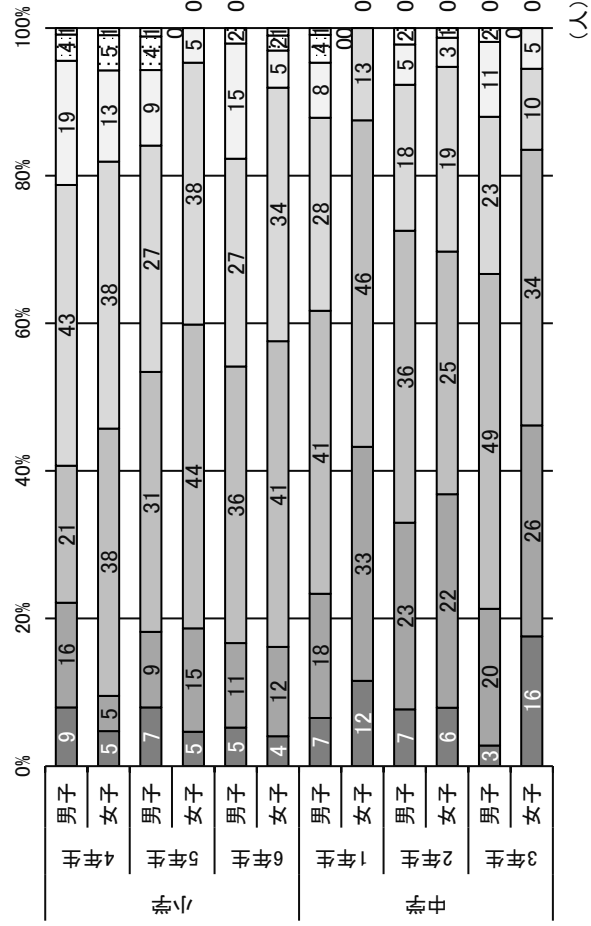
学習塾に通ったり、家庭教師に教わったりしているか

□はい □いいえ □無回答



学校の授業時間以外に1日あたりどれくらい勉強をしているか（平日）

□3時間以上 □2時間以上、
3時間より少ない □1時間以上、
2時間より少ない □30分以上、
30分より少ない □まったりしない □無回答



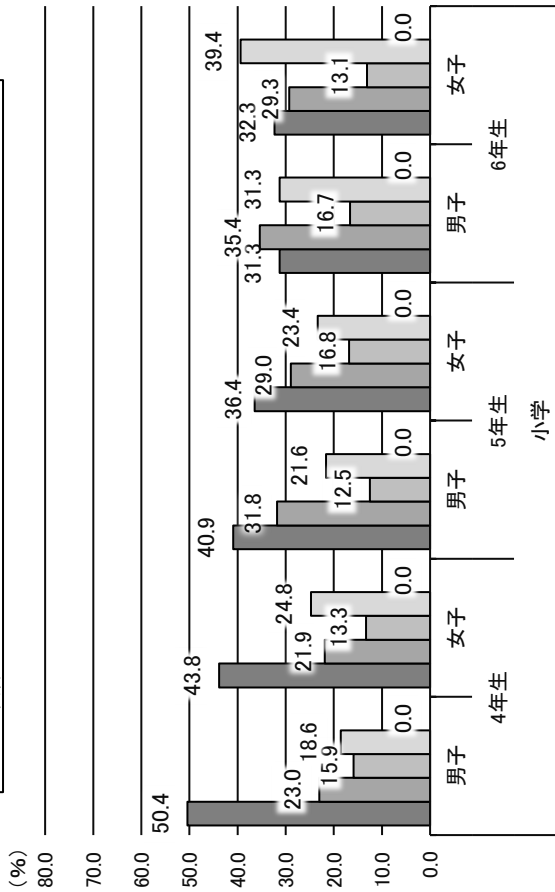
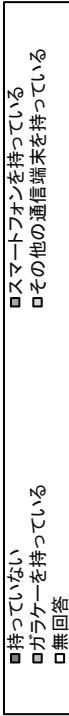
【小：問13、中：問15】

あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？（複数回答）

		持っていない		スマートフォンを持っている		ガラケーを持っている		その他の通信端末を持っている		無回答		回答者数	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小 学	4年生	男子	57	50.4	26	23.0	18	15.9	21	18.6	0	0.0	113
		女子	46	43.8	23	21.9	14	13.3	26	24.8	0	0.0	105
	5年生	男子	36	40.9	28	31.8	11	12.5	19	21.6	0	0.0	88
		女子	39	36.4	31	29.0	18	16.8	25	23.4	0	0.0	107
	6年生	男子	30	31.3	34	35.4	16	16.7	30	31.3	0	0.0	96
		女子	32	32.3	29	29.3	13	13.1	39	39.4	0	0.0	99
中 学	1年生	男子	30	28.0	67	62.6	0	0.0	30	28.0	0	0.0	107
		女子	21	20.2	65	62.5	0	0.0	34	32.7	0	0.0	104
	2年生	男子	17	18.7	66	72.5	0	0.0	23	25.3	0	0.0	91
		女子	14	18.4	55	72.4	0	0.0	20	26.3	0	0.0	76
	3年生	男子	13	12.0	82	75.9	1	0.9	20	18.5	0	0.0	108
		女子	16	17.6	67	73.6	2	2.2	23	25.3	0	0.0	91

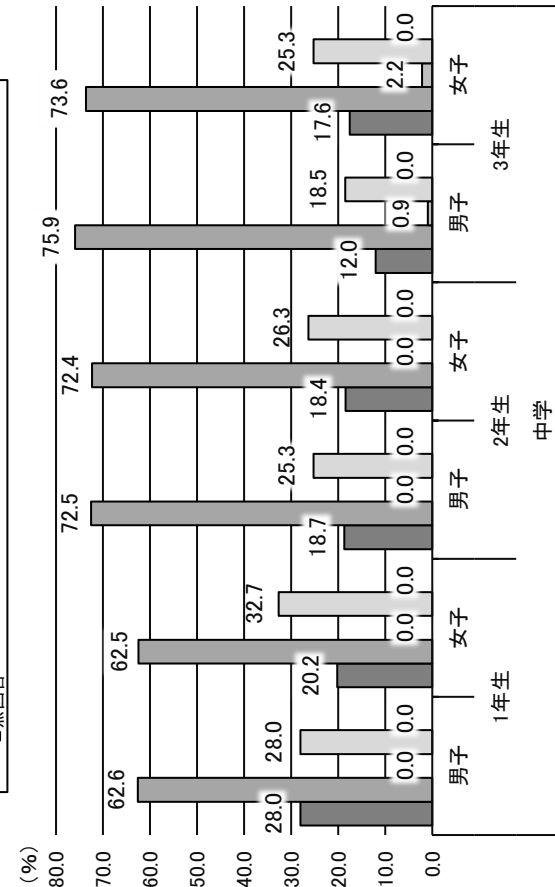
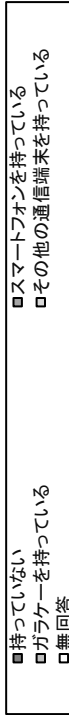
携帯電話やスマートフォンを持っているか（複数回答）

【小学生】



携帯電話やスマートフォンを持っているか（複数回答）

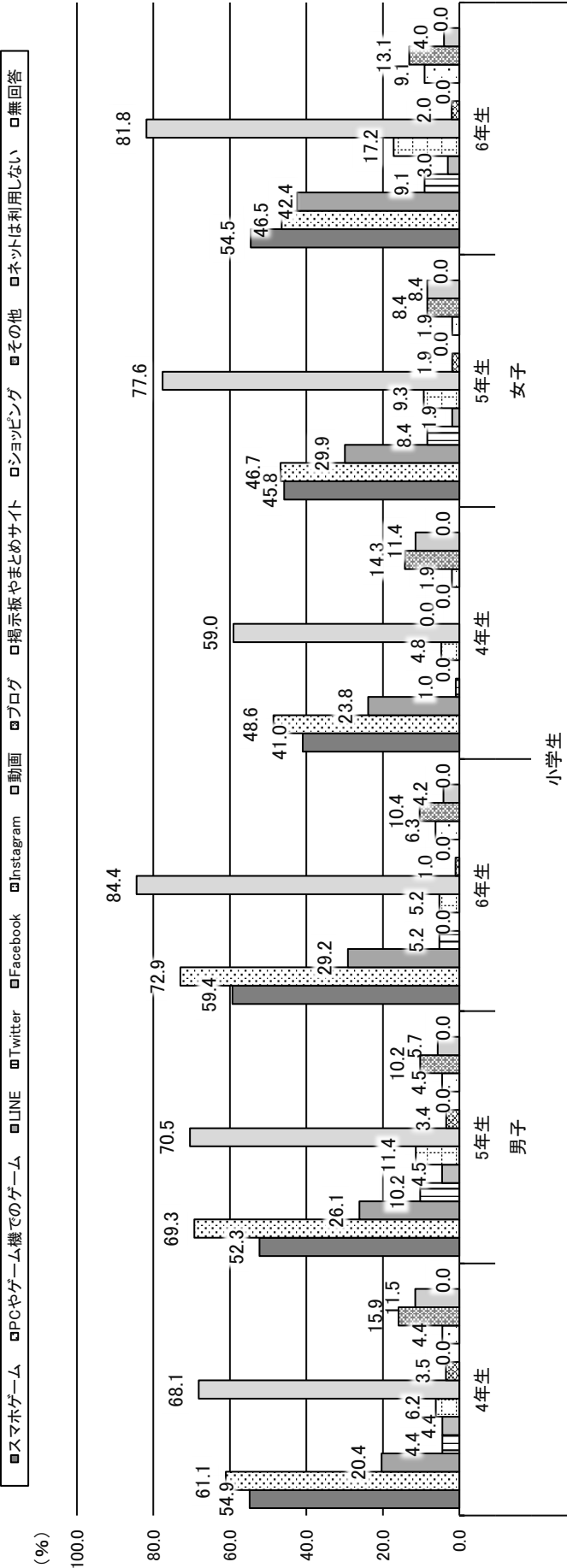
【中学生】



【小：問14】
ネットで利用するものがあれば、あてはまるすべてのものをえらんでください。（無回答可）

	スマホゲーム		パソコンやゲーム機でのゲーム		LINE		Twitter		Facebook		Instagram (インスタグラム)		動画 (YouTube・ニコニコ 動画・SHOWROOM など)		ブログ		掲示板やまとめ サイト		ショッピング (オークション参加や 音楽のダウンロード 購入も含む)		その他		ネットは利用しない		無回答		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	62	54.9	69	61.1	23	20.4	5	4.4	5	4.4	7	6.2	77	68.1	4	3.5	0	0.0	5	4.4	18	15.9	13	11.5	0	0.0	113
男子	46	52.3	61	69.3	23	26.1	9	10.2	4	4.5	10	11.4	62	70.5	3	3.4	0	0.0	4	4.5	9	10.2	5	5.7	0	0.0	88
5年生	57	59.4	70	72.9	28	29.2	5	5.2	0	0.0	5	5.2	81	84.4	1	1.0	0	0.0	6	6.3	10	10.4	4	4.2	0	0.0	96
6年生	43	41.0	51	48.6	25	23.8	1	1.0	0	0.0	5	4.8	62	59.0	0	0.0	0	0.0	2	1.9	15	14.3	12	11.4	0	0.0	105
女子	49	45.8	50	46.7	32	29.9	9	8.4	2	1.9	10	9.3	83	77.6	2	1.9	0	0.0	2	1.9	9	8.4	9	8.4	0	0.0	107
小学生	54	54.5	46	46.5	42	42.4	9	9.1	3	3.0	17	17.2	81	81.8	2	2.0	0	0.0	9	9.1	13	13.1	4	4.0	0	0.0	99

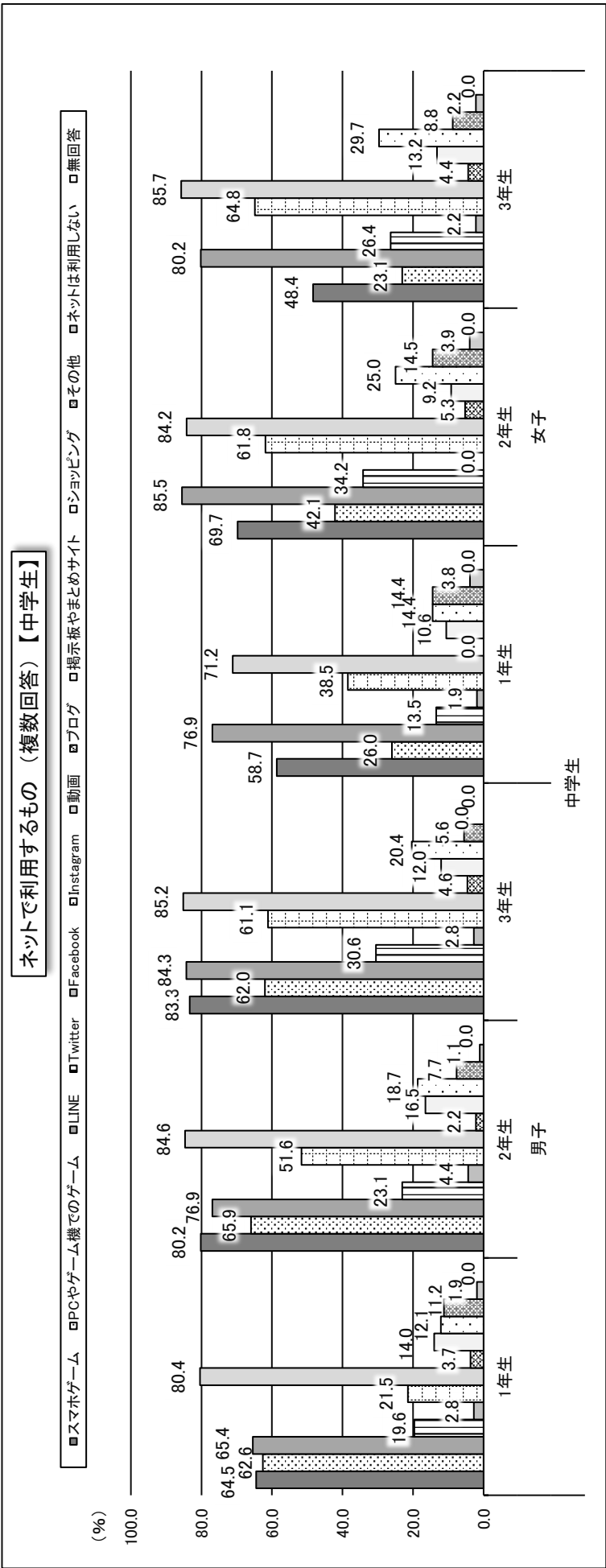
ネットで利用するもの（複数回答）【小学生】



【中：問16】

下の欄の中で、ネットを利用するものがあれば、すべてのものに▽をつけてください。（無回答可）

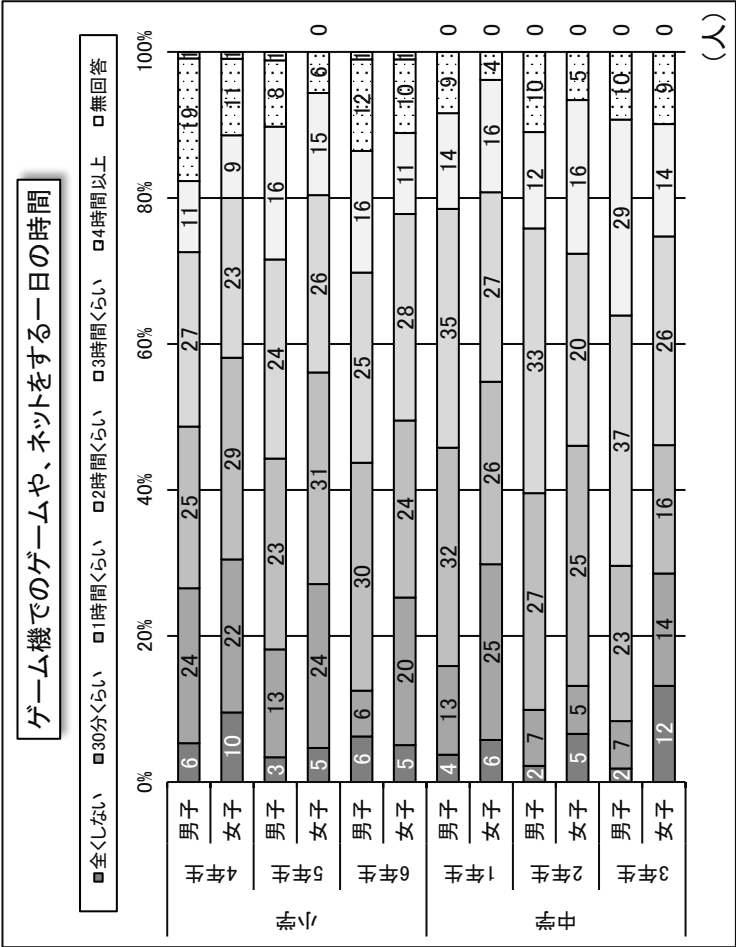
	スマホゲーム		パソコンやゲーム機でのゲーム		LINE		Twitter		Facebook		Instagram (インスタグラム)		動画 (YouTube・ニコニコ 動画・SHOWROOM など)		ブログ		掲示板やまとめ サイト		ショッピング (オークション参加や 音楽のダウンロード 購入も含む)		その他		ネットは利用しない		無回答		人数
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
1年生	69	64.5	67	62.6	70	65.4	21	19.6	3	2.8	23	21.5	86	80.4	4	3.7	15	14.0	13	12.1	12	11.2	2	1.9	0	0.0	107
男子 2年生	73	80.2	60	65.9	70	76.9	21	23.1	4	4.4	47	51.6	77	84.6	2	2.2	15	16.5	17	18.7	7	7.7	1	1.1	0	0.0	91
男子 3年生	90	83.3	67	62.0	91	84.3	33	30.6	3	2.8	66	61.1	92	85.2	5	4.6	13	12.0	22	20.4	6	5.6	0	0.0	0	0.0	108
女子 1年生	61	58.7	27	26.0	80	76.9	14	13.5	2	1.9	40	38.5	74	71.2	0	0.0	11	10.6	15	14.4	15	14.4	4	3.8	0	0.0	104
女子 2年生	53	69.7	32	42.1	65	85.5	26	34.2	0	0.0	47	61.8	64	84.2	4	5.3	7	9.2	19	25.0	11	14.5	3	3.9	0	0.0	76
女子 3年生	44	48.4	21	23.1	73	80.2	24	26.4	2	2.2	59	64.8	78	85.7	4	4.4	12	13.2	27	29.7	8	8.8	2	2.2	0	0.0	91



【小：問15、中：問17】

ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、一日のうちのどのくらいですか。(単回答)

	全くしない		30分くらい		1時間くらい		2時間くらい		3時間くらい		4時間以上		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	6	5.3	24	21.2	25	22.1	27	23.9	11	9.7	19	16.8	1	0.9	113	100.0
	女子	10	9.5	22	21.0	29	27.6	23	21.9	9	8.6	11	10.5	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	3	3.4	13	14.8	23	26.1	24	27.3	16	18.2	8	9.1	1	1.1	88	100.0
	女子	5	4.7	24	22.4	31	29.0	26	24.3	15	14.0	6	5.6	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	6	6.3	6	6.3	30	31.3	25	26.0	16	16.7	12	12.5	1	1.0	96	100.0
	女子	5	5.1	20	20.2	24	24.2	28	28.3	11	11.1	10	10.1	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	4	3.7	13	12.1	32	29.9	35	32.7	14	13.1	9	8.4	0	0.0	107	100.0
	女子	6	5.8	25	24.0	26	25.0	27	26.0	16	15.4	4	3.8	0	0.0	104	100.0
中2年生	男子	2	2.2	7	7.7	27	29.7	33	36.3	12	13.2	10	11.0	0	0.0	91	100.0
	女子	5	6.6	5	6.6	25	32.9	20	26.3	16	21.1	5	6.6	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	2	1.9	7	6.5	23	21.3	37	34.3	29	26.9	10	9.3	0	0.0	108	100.0
	女子	12	13.2	14	15.4	16	17.6	26	28.6	14	15.4	9	9.9	0	0.0	91	100.0

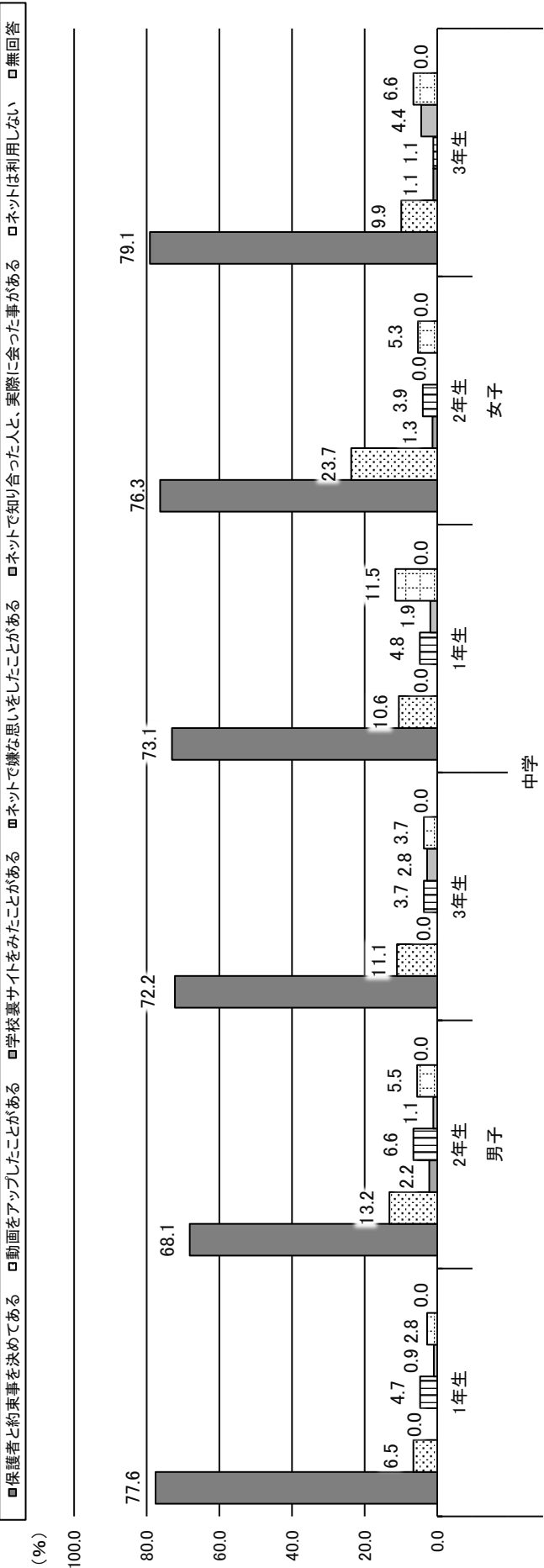


【中：問18】

ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに☑をつけてください。(無回答可)

	ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある			動画をアップしたことがある			学校裏サイトをみたことがある			ネットで嫌な思いをしたことがある			ネットで知り合った人と、実際に会ったことがある			ネットは利用しない			無回答			人数
	人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		人数	%		
1年生	83	77.6		7	6.5		0	0.0		5	4.7		1	0.9		3	2.8		0	0.0		107
男子 2年生	62	68.1		12	13.2		2	2.2		6	6.6		1	1.1		5	5.5		0	0.0		91
3年生	78	72.2		12	11.1		0	0.0		4	3.7		3	2.8		4	3.7		0	0.0		108
女子 1年生	76	73.1		11	10.6		0	0.0		5	4.8		2	1.9		12	11.5		0	0.0		104
2年生	58	76.3		18	23.7		1	1.3		3	3.9		0	0.0		4	5.3		0	0.0		76
3年生	72	79.1		9	9.9		1	1.1		1	1.1		4	4.4		6	6.6		0	0.0		91

ネット利用についてあてはまるもの（複数回答）



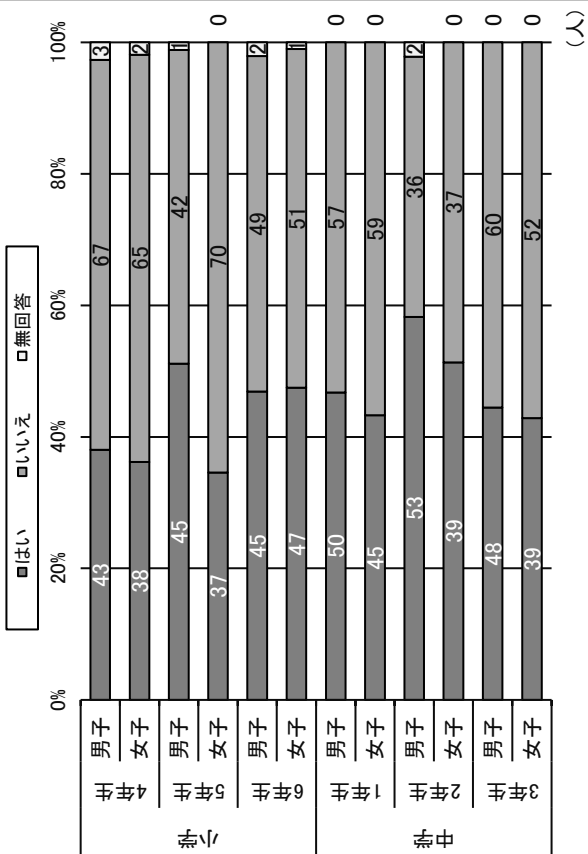
【小：問16、中：問19】

ネットの利用について、あてはまる方に☑をしてください

《1. あなたはインターネットに夢中になっていると感じますか？（たとえば、前回到インターネットでしたことを考えたり、次回インターネットをすることを待ち望んだり、など）》

	はい		いいえ		無回答		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小学	4年生	男子	43	38.1	67	59.3	3	2.7	113	100.0
		女子	38	36.2	65	61.9	2	1.9	105	100.0
	5年生	男子	45	51.1	42	47.7	1	1.1	88	100.0
		女子	37	34.6	70	65.4	0	0.0	107	100.0
	6年生	男子	45	46.9	49	51.0	2	2.1	96	100.0
		女子	47	47.5	51	51.5	1	1.0	99	100.0
中学	1年生	男子	50	46.7	57	53.3	0	0.0	107	100.0
		女子	45	43.3	59	56.7	0	0.0	104	100.0
	2年生	男子	53	58.2	36	39.6	2	2.2	91	100.0
		女子	39	51.3	37	48.7	0	0.0	76	100.0
	3年生	男子	48	44.4	60	55.6	0	0.0	108	100.0
		女子	39	42.9	52	57.1	0	0.0	91	100.0

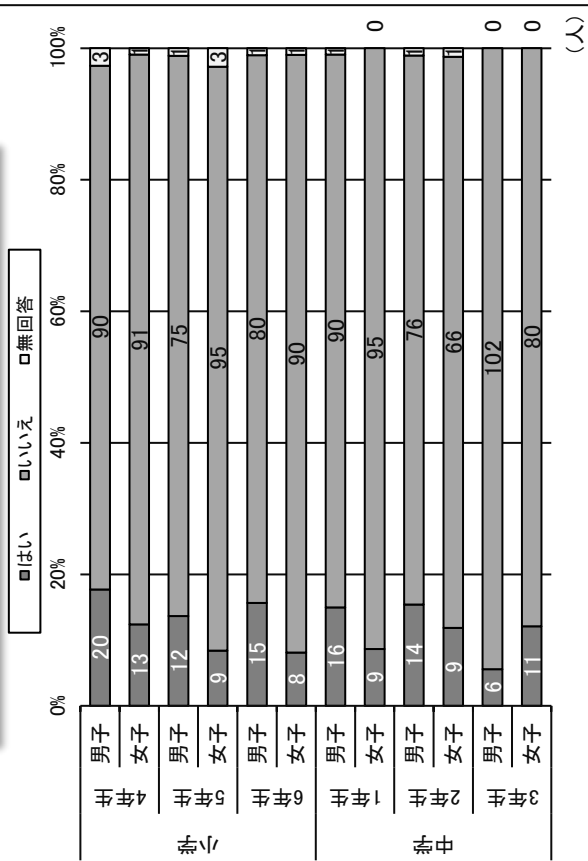
Young8-1. インターネットに夢中になっていると感じる



《2. あなたは、満足を得るために、インターネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
小学	4年生 男子	20	17.7	90	79.6	3	2.7	113	100.0
	4年生 女子	13	12.4	91	86.7	1	1.0	105	100.0
	5年生 男子	12	13.6	75	85.2	1	1.1	88	100.0
	5年生 女子	9	8.4	95	88.8	3	2.8	107	100.0
	6年生 男子	15	15.6	80	83.3	1	1.0	96	100.0
	6年生 女子	8	8.1	90	90.9	1	1.0	99	100.0
中学	1年生 男子	16	15.0	90	84.1	1	0.9	107	100.0
	1年生 女子	9	8.7	95	91.3	0	0.0	104	100.0
	2年生 男子	14	15.4	76	83.5	1	1.1	91	100.0
	2年生 女子	9	11.8	66	86.8	1	1.3	76	100.0
	3年生 男子	6	5.6	102	94.4	0	0.0	108	100.0
	3年生 女子	11	12.1	80	87.9	0	0.0	91	100.0

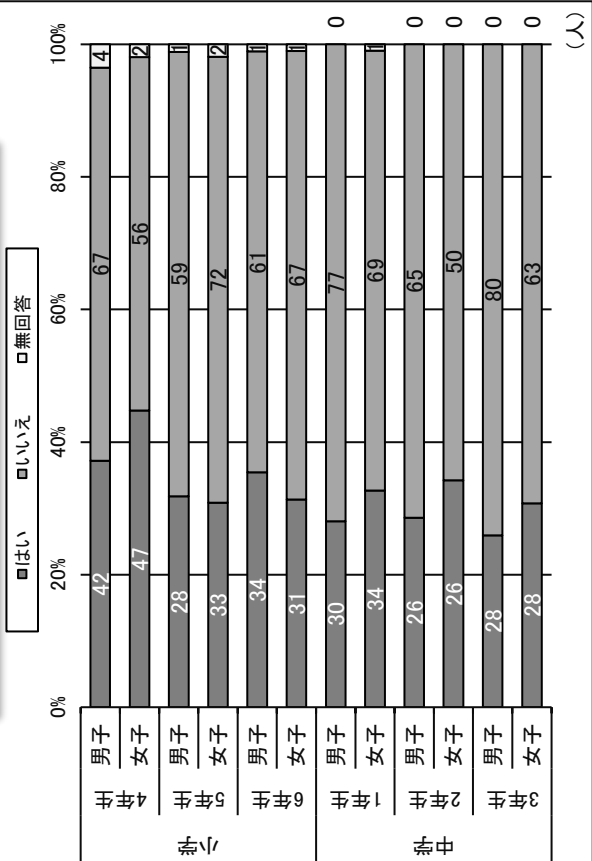
Young8-2. 満足を得るために、インターネットを使う時間を長くしていかなければならないと感じている



《3. あなたは、インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか》

		はい		いいえ		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	男子	42	37.2	67	59.3	4	3.5	113	100.0
	女子	47	44.8	56	53.3	2	1.9	105	100.0
小5年生	男子	28	31.8	59	67.0	1	1.1	88	100.0
	女子	33	30.8	72	67.3	2	1.9	107	100.0
6年生	男子	34	35.4	61	63.5	1	1.0	96	100.0
	女子	31	31.3	67	67.7	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	30	28.0	77	72.0	0	0.0	107	100.0
	女子	34	32.7	69	66.3	1	1.0	104	100.0
中2年生	男子	26	28.6	65	71.4	0	0.0	91	100.0
	女子	26	34.2	50	65.8	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	28	25.9	80	74.1	0	0.0	108	100.0
	女子	28	30.8	63	69.2	0	0.0	91	100.0

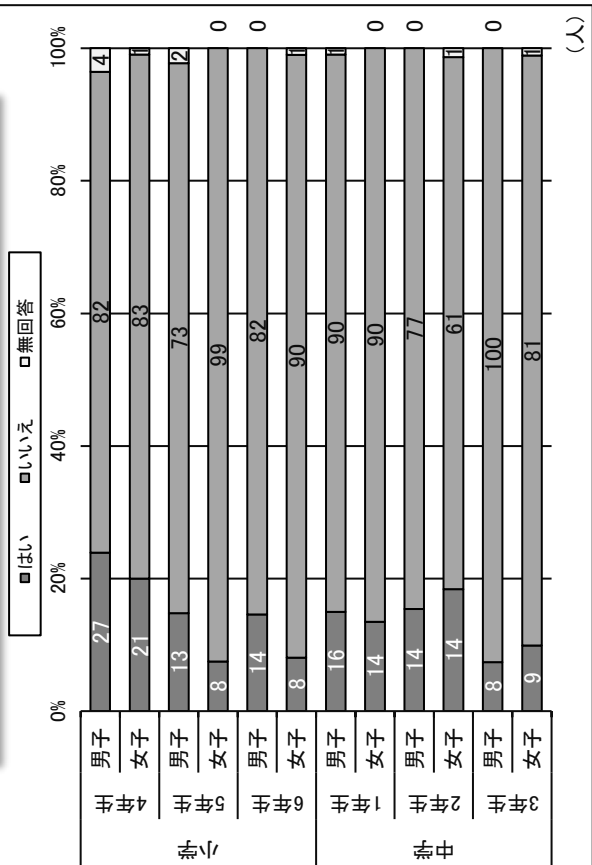
Young8-3. インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがあった



《4. インターネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じましたか》

		はい		いいえ		無回答		計	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
4年生	男子	27	23.9	82	72.6	4	3.5	113	100.0
	女子	21	20.0	83	79.0	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	13	14.8	73	83.0	2	2.3	88	100.0
	女子	8	7.5	99	92.5	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	14	14.6	82	85.4	0	0.0	96	100.0
	女子	8	8.1	90	90.9	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	16	15.0	90	84.1	1	0.9	107	100.0
	女子	14	13.5	90	86.5	0	0.0	104	100.0
中2年生	男子	14	15.4	77	84.6	0	0.0	91	100.0
	女子	14	18.4	61	80.3	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	8	7.4	100	92.6	0	0.0	108	100.0
	女子	9	9.9	81	89.0	1	1.1	91	100.0

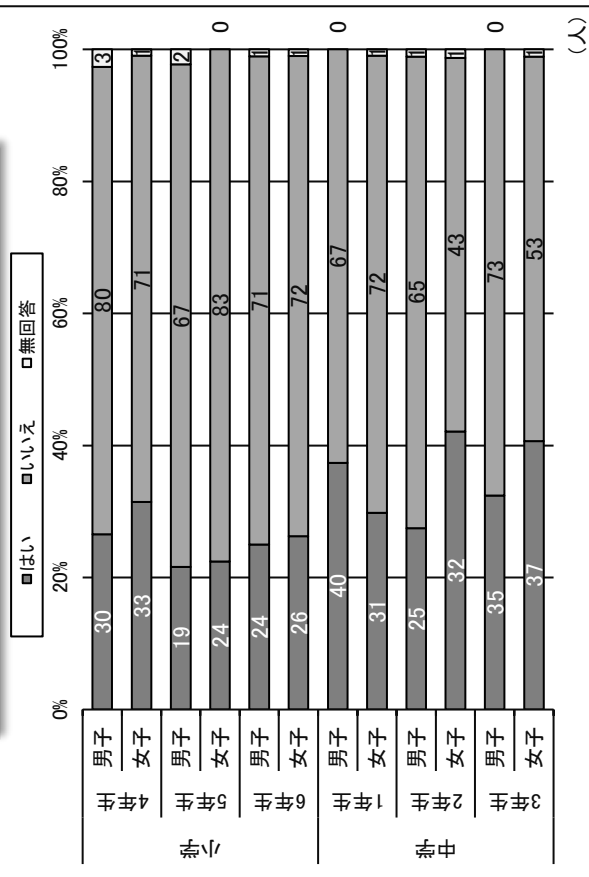
Young8-4. インターネット使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなどを感じた



《5. あなたは、使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態で見ますか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	30	26.5	80	70.8	3	2.7	113	100.0
	女子	33	31.4	71	67.6	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	19	21.6	67	76.1	2	2.3	88	100.0
	女子	24	22.4	83	77.6	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	24	25.0	71	74.0	1	1.0	96	100.0
	女子	26	26.3	72	72.7	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	40	37.4	67	62.6	0	0.0	107	100.0
	女子	31	29.8	72	69.2	1	1.0	104	100.0
中2年生	男子	25	27.5	65	71.4	1	1.1	91	100.0
	女子	32	42.1	43	56.6	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	35	32.4	73	67.6	0	0.0	108	100.0
	女子	37	40.7	53	58.2	1	1.1	91	100.0

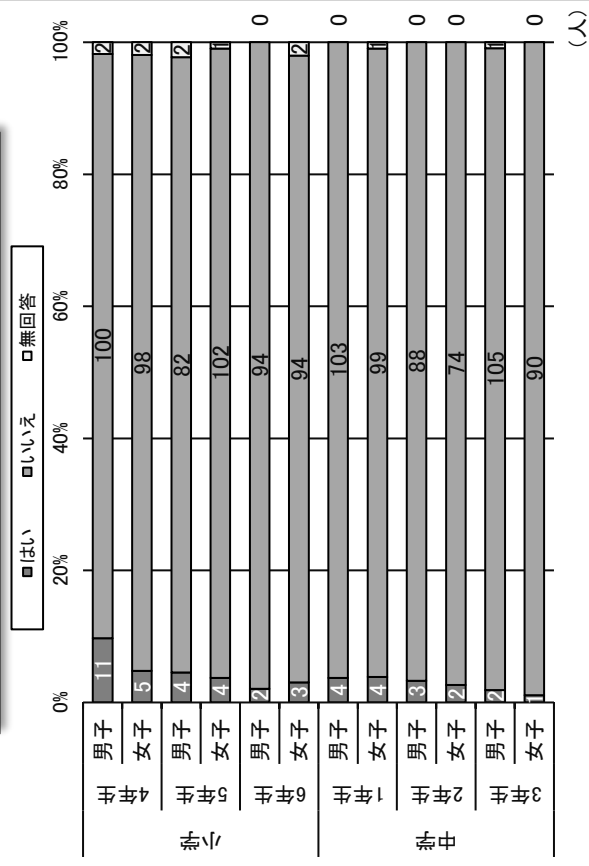
Young8-5. 使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態で見



《6. あなたは、インターネットのために大切な人間関係、学校のことや、部活動のことにしたり、あやうくするようないことがありましたか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	11	9.7	100	88.5	2	1.8	113	100.0
	女子	5	4.8	98	93.3	2	1.9	105	100.0
小5年生	男子	4	4.5	82	93.2	2	2.3	88	100.0
	女子	4	3.7	102	95.3	1	0.9	107	100.0
6年生	男子	2	2.1	94	97.9	0	0.0	96	100.0
	女子	3	3.0	94	94.9	2	2.0	99	100.0
1年生	男子	4	3.7	103	96.3	0	0.0	107	100.0
	女子	4	3.8	99	95.2	1	1.0	104	100.0
中2年生	男子	3	3.3	88	96.7	0	0.0	91	100.0
	女子	2	2.6	74	97.4	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	2	1.9	105	97.2	1	0.9	108	100.0
	女子	1	1.1	90	98.9	0	0.0	91	100.0

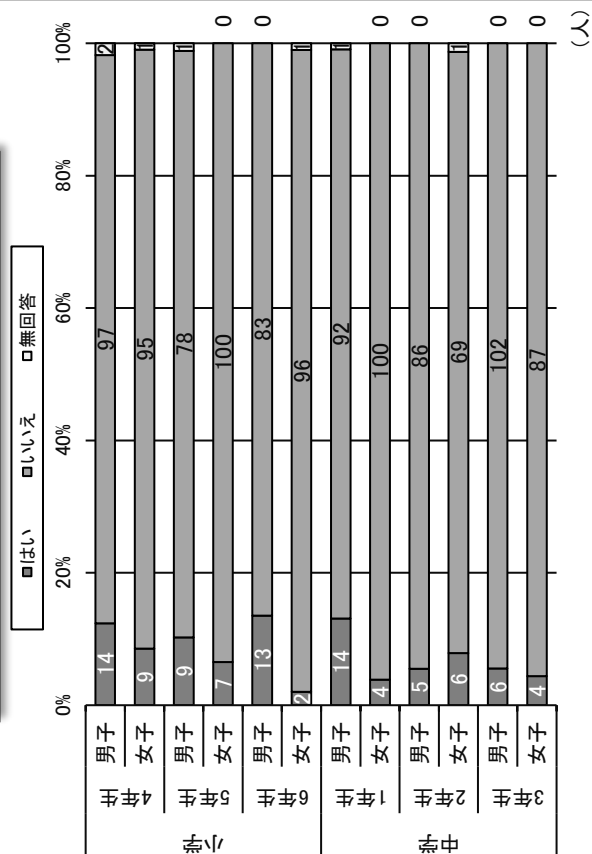
Young8-6. インターネットのために大切な人間関係、学校のことや部活動のことにしたり、あやうくするようないことがあった



《7. あなたは、インターネットへの熱中のしずぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか》

	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	14	12.4	97	85.8	2	1.8	113	100.0
	女子	9	8.6	95	90.5	1	1.0	105	100.0
小5年生	男子	9	10.2	78	88.6	1	1.1	88	100.0
	女子	7	6.5	100	93.5	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	13	13.5	83	86.5	0	0.0	96	100.0
	女子	2	2.0	96	97.0	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	14	13.1	92	86.0	1	0.9	107	100.0
	女子	4	3.8	100	96.2	0	0.0	104	100.0
中2年生	男子	5	5.5	86	94.5	0	0.0	91	100.0
	女子	6	7.9	69	90.8	1	1.3	76	100.0
3年生	男子	6	5.6	102	94.4	0	0.0	108	100.0
	女子	4	4.4	87	95.6	0	0.0	91	100.0

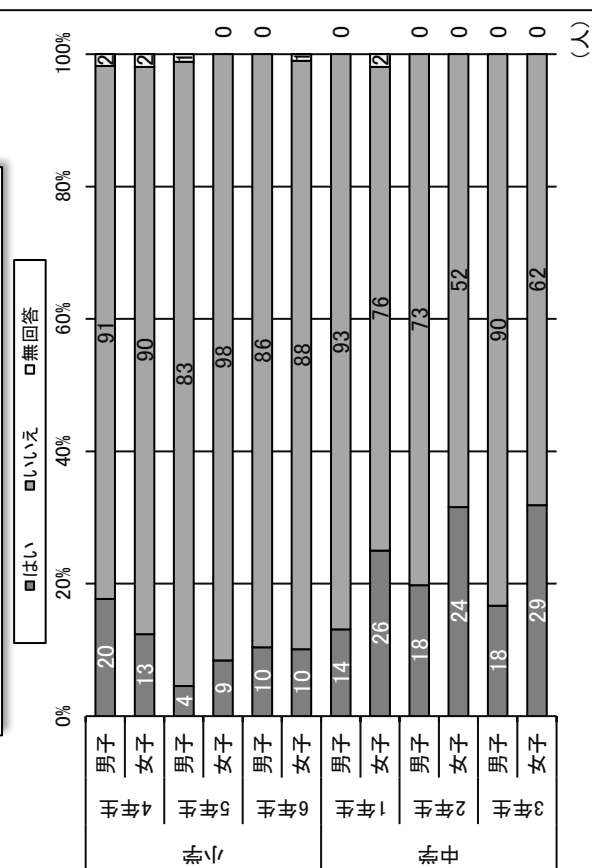
Young8-7. インターネットへの熱中のしずぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがある



《8. あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、インターネットを使いますか》

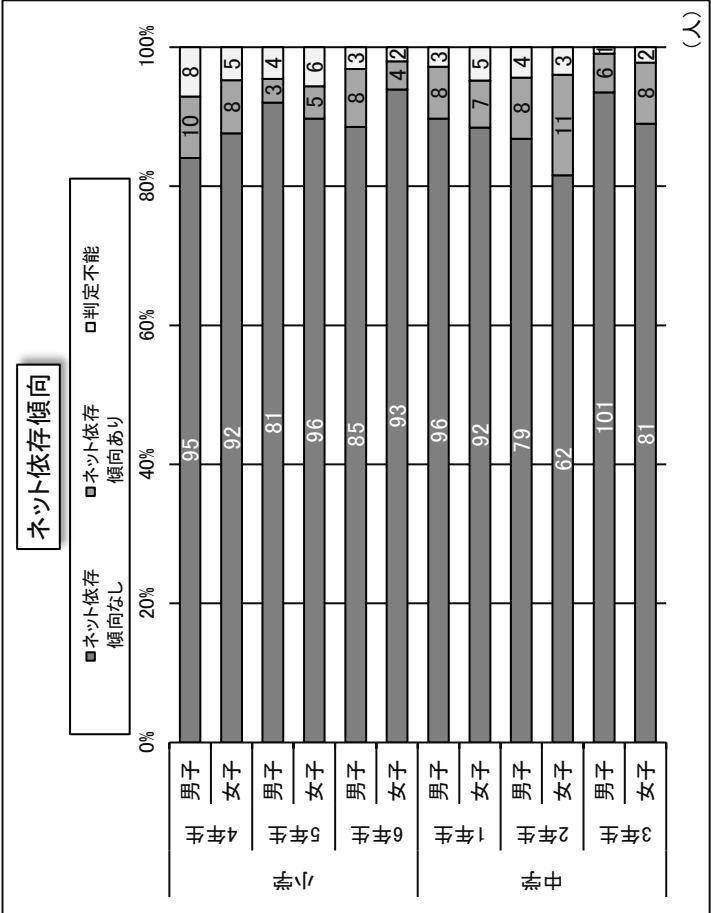
	はい		いいえ		無回答		計		
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	
4年生	男子	20	17.7	91	80.5	2	1.8	113	100.0
	女子	13	12.4	90	85.7	2	1.9	105	100.0
小5年生	男子	4	4.5	83	94.3	1	1.1	88	100.0
	女子	9	8.4	98	91.6	0	0.0	107	100.0
6年生	男子	10	10.4	86	89.6	0	0.0	96	100.0
	女子	10	10.1	88	88.9	1	1.0	99	100.0
1年生	男子	14	13.1	93	86.9	0	0.0	107	100.0
	女子	26	25.0	76	73.1	2	1.9	104	100.0
中2年生	男子	18	19.8	73	80.2	0	0.0	91	100.0
	女子	24	31.6	52	68.4	0	0.0	76	100.0
3年生	男子	18	16.7	90	83.3	0	0.0	108	100.0
	女子	29	31.9	62	68.1	0	0.0	91	100.0

Young8-8. 問題から逃げるために、または、いやな気持ちから逃げるために、インターネットを使う



ネット依存傾向の有無(キンバリー・ヤング博士による)

	ネット依存 傾向なし		ネット依存 傾向あり		判定不能		計			
	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%		
小学	4年生	男子	95	84.1	10	8.8	8	7.1	113	100.0
		女子	92	87.6	8	7.6	5	4.8	105	100.0
	5年生	男子	81	92.0	3	3.4	4	4.5	88	100.0
		女子	96	89.7	5	4.7	6	5.6	107	100.0
	6年生	男子	85	88.5	8	8.3	3	3.1	96	100.0
		女子	93	93.9	4	4.0	2	2.0	99	100.0
	1年生	男子	96	89.7	8	7.5	3	2.8	107	100.0
		女子	92	88.5	7	6.7	5	4.8	104	100.0
中学	2年生	男子	79	86.8	8	8.8	4	4.4	91	100.0
		女子	62	81.6	11	14.5	3	3.9	76	100.0
	3年生	男子	101	93.5	6	5.6	1	0.9	108	100.0
		女子	81	89.0	8	8.8	2	2.2	91	100.0



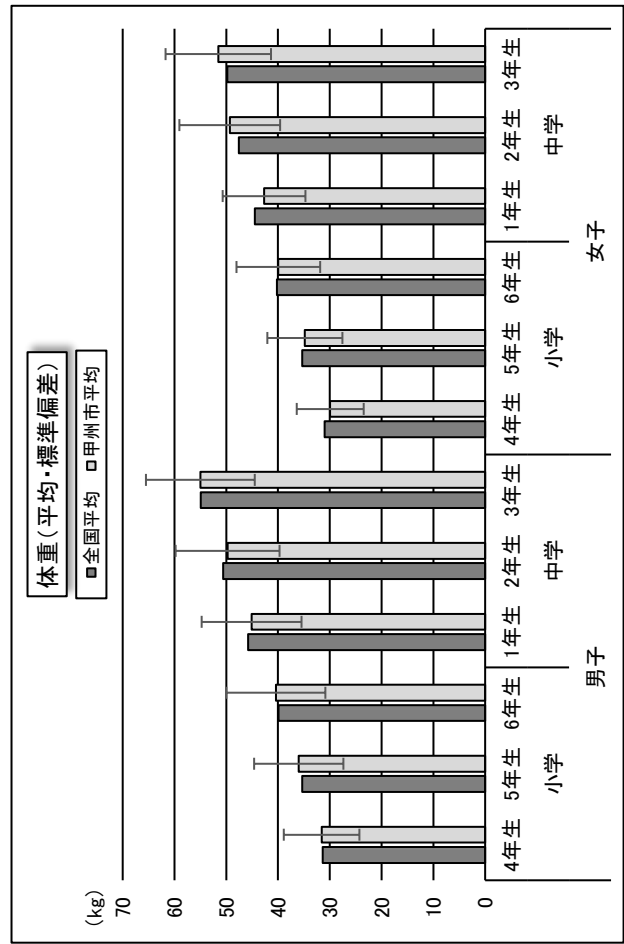
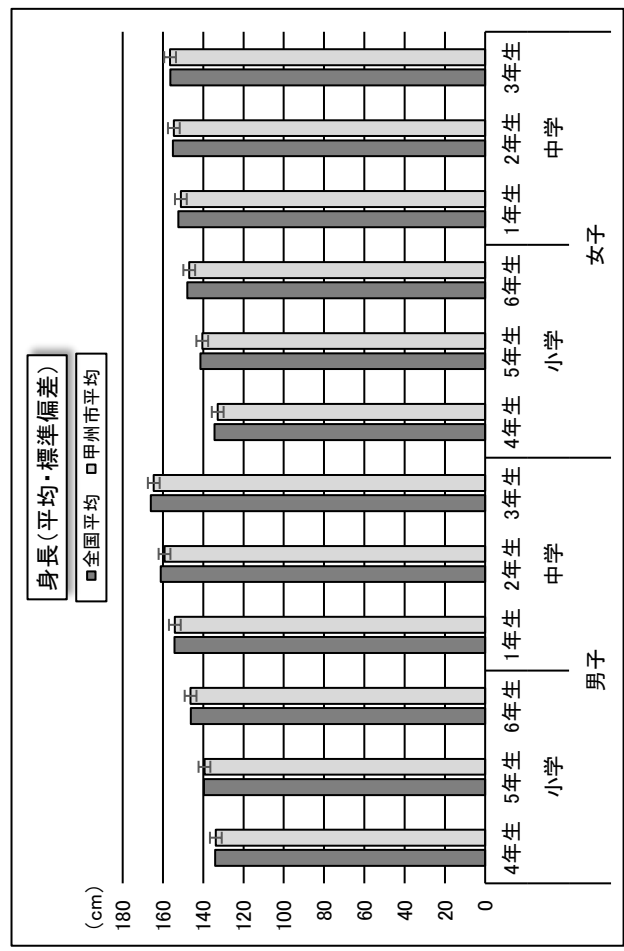
2. 身体データ

身長・体重

	身長			体重		
	全国平均	甲州市平均	標準偏差	全国平均	甲州市平均	標準偏差
4年生	134.1	133.7	5.5	31.4	31.6	7.3
5年生	139.6	139.4	6.3	35.3	36.0	8.6
6年生	146.2	146.3	7.5	39.9	40.4	9.6
1年生	154.2	154.1	8.7	45.8	45.1	9.6
2年生	161.1	159.2	7.0	50.6	49.7	10.0
3年生	166.0	164.6	7.4	54.9	55.0	10.5
4年生	134.4	132.8	6.0	31.0	29.9	6.5
5年生	141.4	140.5	7.2	35.3	34.8	7.2
6年生	147.9	147.0	6.3	40.2	39.9	8.1
1年生	152.3	151.1	6.6	44.5	42.7	8.0
2年生	155.0	154.6	4.8	47.6	49.3	9.7
3年生	156.4	156.5	5.2	49.8	51.5	10.2

※全国値は文部科学省、令和5年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く



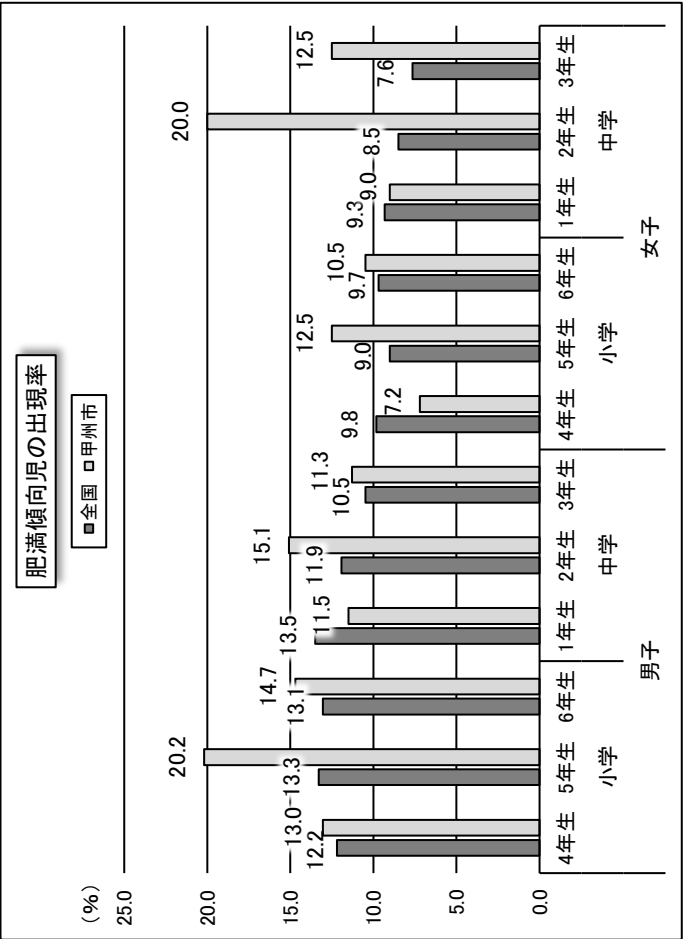
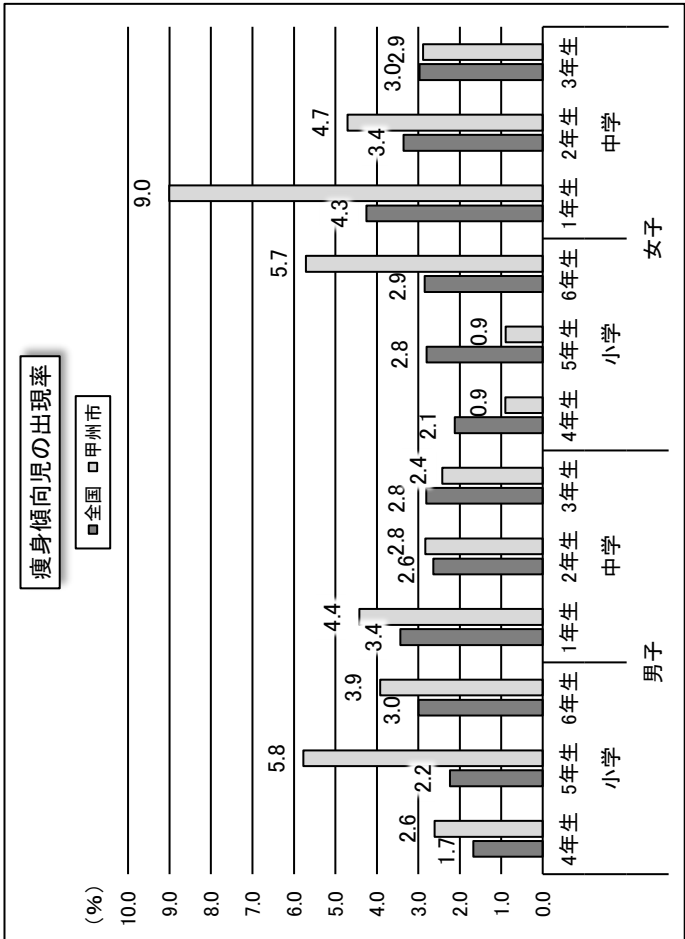
肥満傾向児・痩身傾向児の出現率(有効%)

	瘦身傾向児			標準範囲内			肥満傾向児			
	全国(%)	甲州市(%)	甲州市(人数)	全国(%)	甲州市(%)	甲州市(人数)	全国(%)	甲州市(%)	甲州市(人数)	
男子	4年生	1.7	2.6	3	86.1	84.3	97	12.2	13.0	15
	5年生	2.2	5.8	6	84.5	74.0	77	13.3	20.2	21
	6年生	3.0	3.9	4	84.0	81.4	83	13.1	14.7	15
	1年生	3.4	4.4	5	83.1	84.1	95	13.5	11.5	13
	2年生	2.6	2.8	3	85.4	82.1	87	11.9	15.1	16
	3年生	2.8	2.4	3	86.7	86.3	107	10.5	11.3	14
小学	4年生	2.1	0.9	1	88.1	91.9	102	9.8	7.2	8
	5年生	2.8	0.9	1	88.2	86.6	97	9.0	12.5	14
	6年生	2.9	5.7	6	87.5	83.8	88	9.7	10.5	11
女子	1年生	4.3	9.0	10	86.4	82.0	91	9.3	9.0	10
	2年生	3.4	4.7	4	88.1	75.3	64	8.5	20.0	17
	3年生	3.0	2.9	3	89.4	84.6	88	7.6	12.5	13

※全国値は文部科学省、令和5年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く

- 肥満傾向児:肥満度20%以上
- 痩身傾向児:肥満度－20%以下

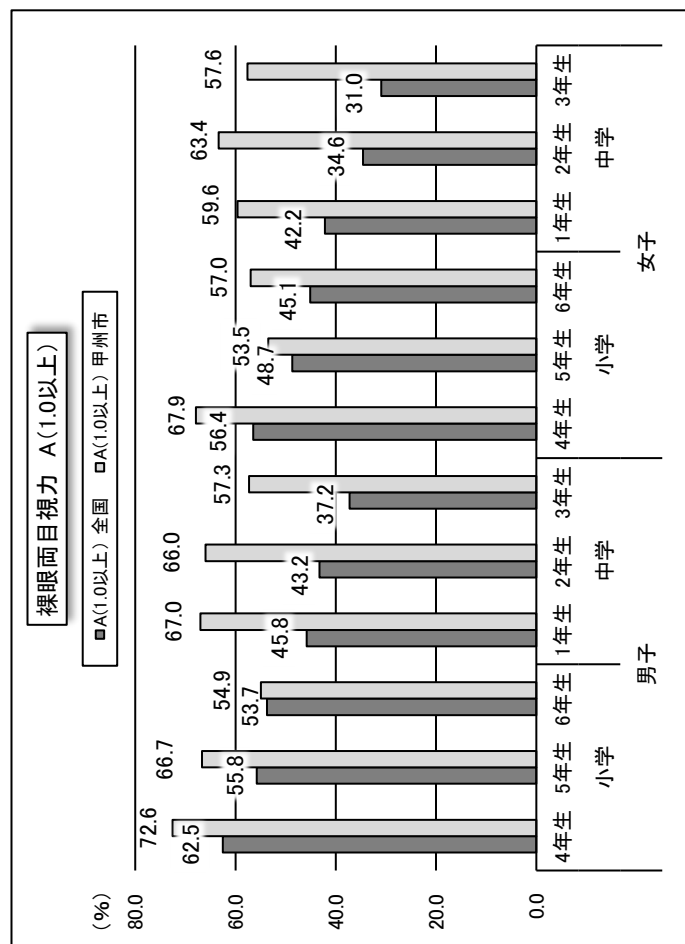


裸眼両目視力(有効%)

A(1.0以上)			B			C			D		
全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)
4年生	62.5	72.6	11.4	8.8	10	15.3	10.6	12	10.8	8.0	9
5年生	55.8	66.7	10.5	9.4	9	16.0	13.5	13	17.7	10.4	10
6年生	53.7	54.9	9.2	8.8	8	18.1	13.2	12	19.1	23.1	21
1年生	45.8	67.0	12.4	10.4	11	19.1	17.0	18	22.8	5.7	6
2年生	43.2	66.0	13.3	10.6	10	19.5	18.1	17	24.0	5.3	5
3年生	37.2	57.3	12.3	13.6	15	21.0	16.4	18	29.5	12.7	14
4年生	56.4	67.9	12.2	10.4	11	17.7	11.3	12	13.7	10.4	11
5年生	48.7	53.5	13.4	10.9	11	18.6	18.8	19	19.3	16.8	17
6年生	45.1	57.0	10.8	12.9	12	21.1	18.3	17	22.9	11.8	11
1年生	42.2	59.6	13.2	10.6	11	18.8	19.2	20	25.9	10.6	11
2年生	34.6	63.4	13.4	14.1	10	19.6	19.7	14	32.4	2.8	2
3年生	31.0	57.6	13.9	14.1	12	19.1	23.5	20	36.0	4.7	4
計											

※全国値は文部科学省、令和5年度 学校保健統計(確定値)

※データ欠損者は除く

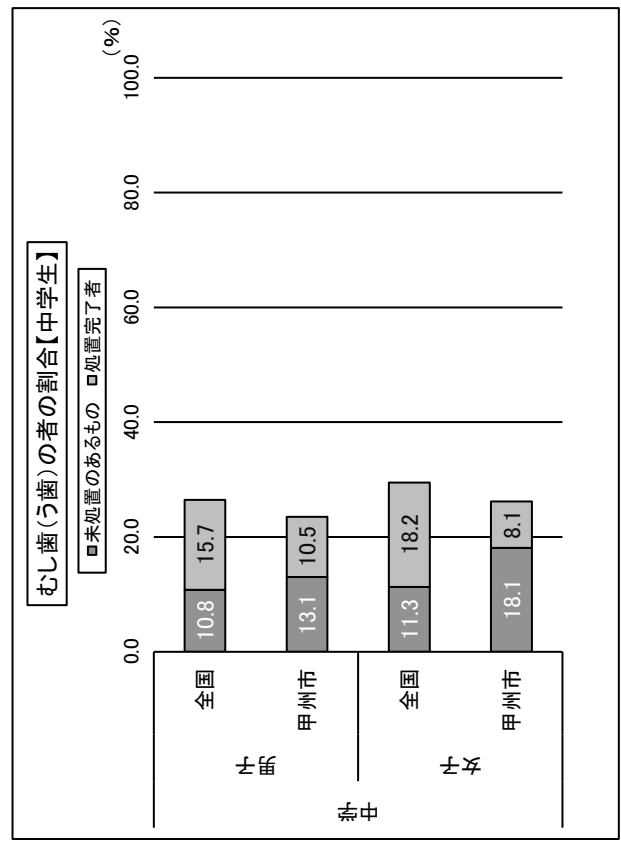
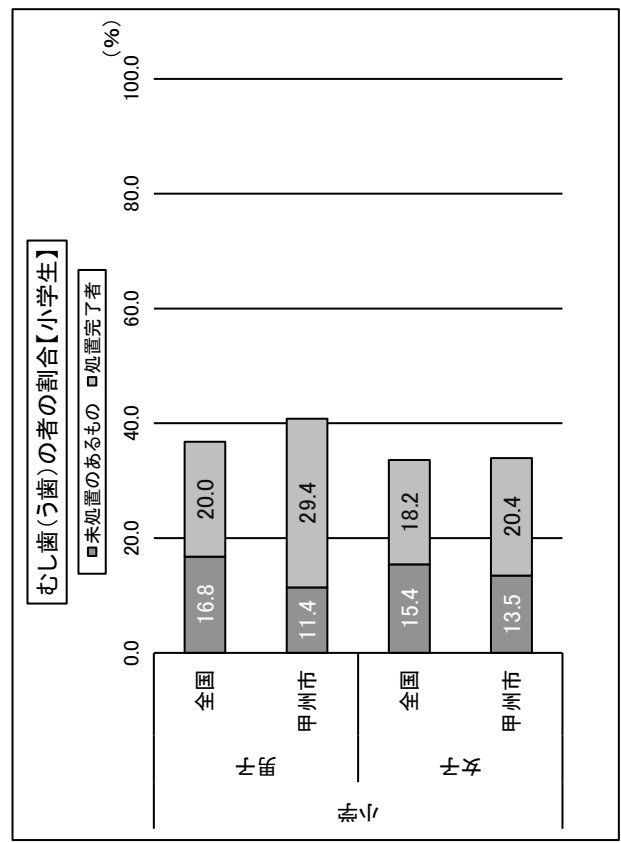


むし歯(う歯)

	未処置歯のある者			処置完了者			計		
	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)	全国	甲州市	甲州市(人数)
4年生	19.9	16.1	18	22.8	28.6	32	42.8	44.6	50
5年生	17.3	9.2	9	20.7	31.6	31	38.0	40.8	40
6年生	13.1	9.0	9	16.5	28.0	28	29.6	37.0	37
男子									
1年生	10.4	10.0	11	15.1	9.1	10	25.5	19.1	21
2年生	10.2	12.5	12	14.8	8.3	8	25.0	20.8	20
3年生	11.8	16.7	19	17.1	14.0	16	28.9	30.7	35
4年生	18.4	14.5	16	20.4	26.4	29	38.8	40.9	45
5年生	15.8	18.2	20	18.5	14.5	16	34.3	32.7	36
6年生	12.2	7.8	8	15.6	20.4	21	27.8	28.2	29
女子									
1年生	10.6	8.2	9	17.1	5.5	6	27.7	13.6	15
2年生	11.0	21.2	18	17.1	9.4	8	28.1	30.6	26
3年生	12.2	25.0	24	20.4	9.4	9	32.6	34.4	33

※全国値は文部科学省・令和5年度 学校保健統計(確定値)

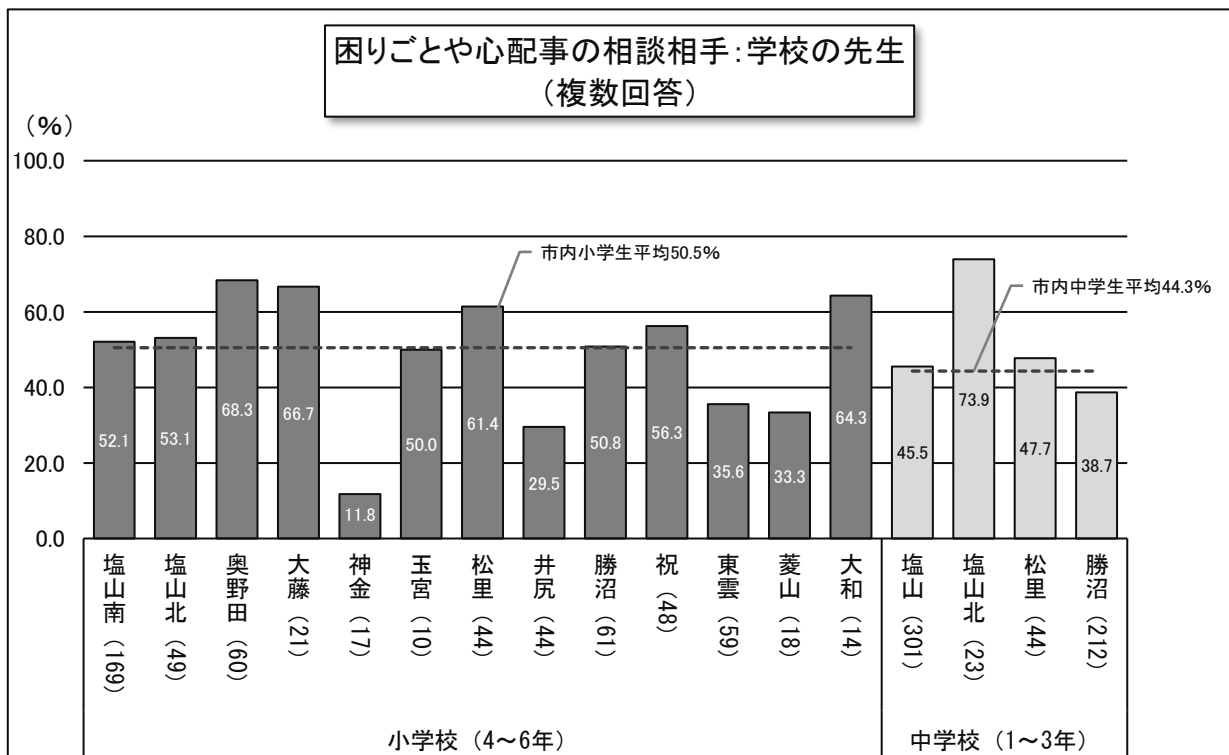
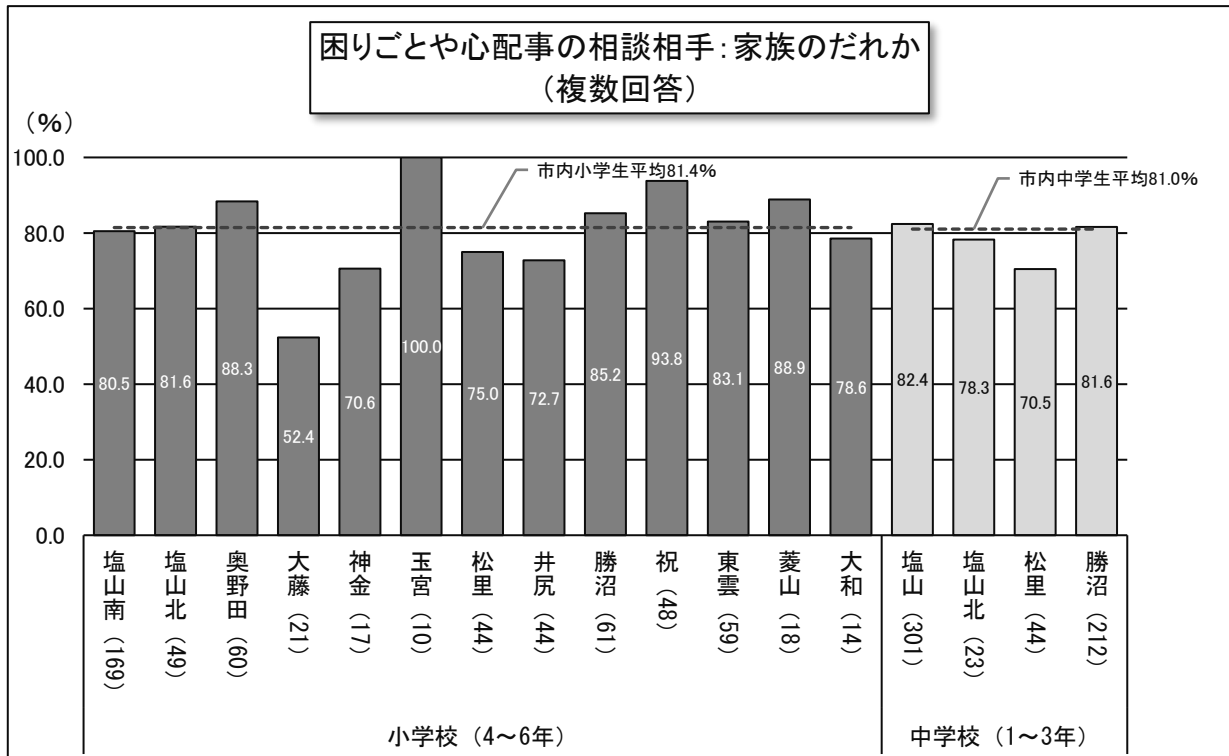
※データ欠損者は除く

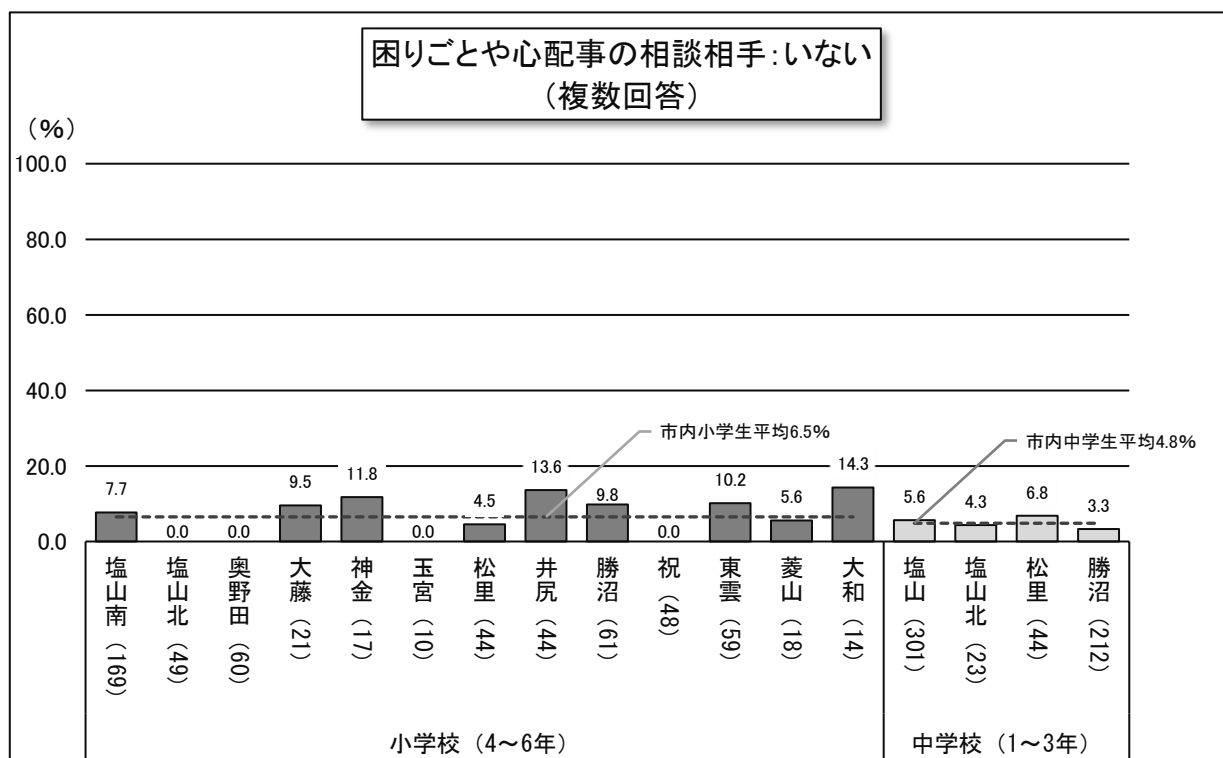
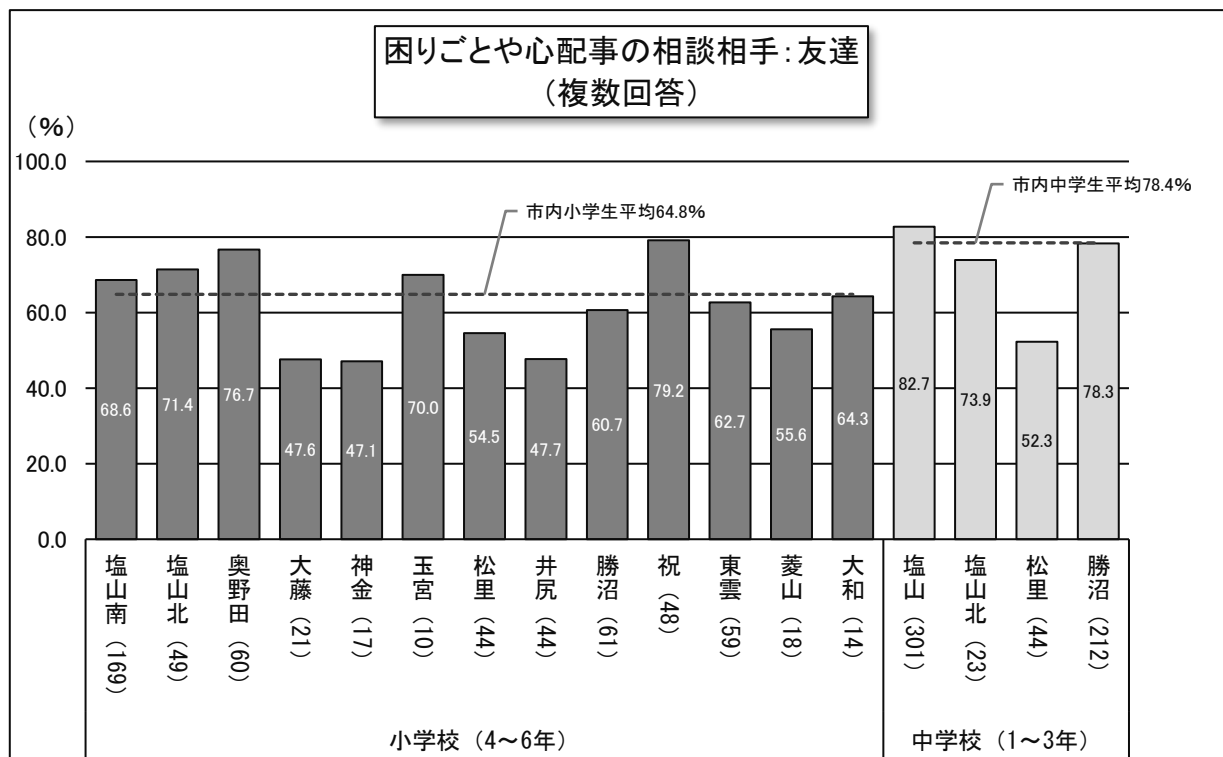


第Ⅳ章 学校別集計グラフ

【小・中：問1】

あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに☑)
(家族のだれか・学校の先生・友だち・いない・その他)

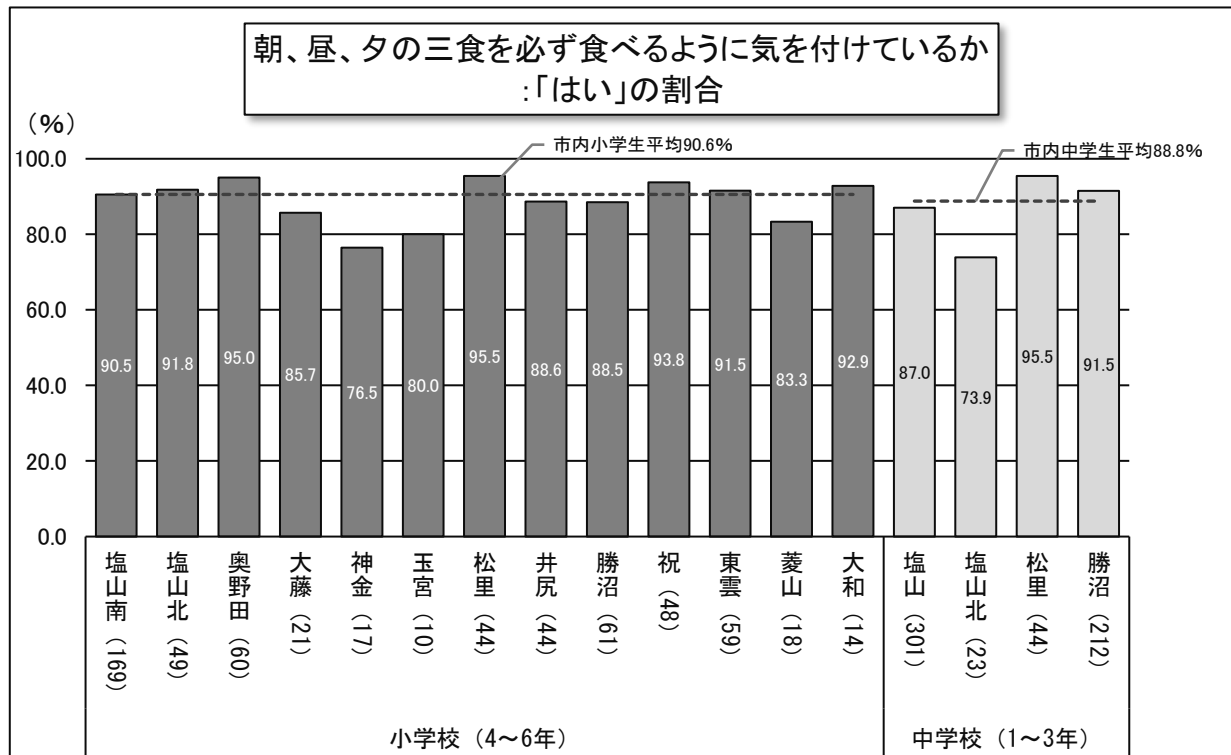




【小：問 2-1、中：問 2】

あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。

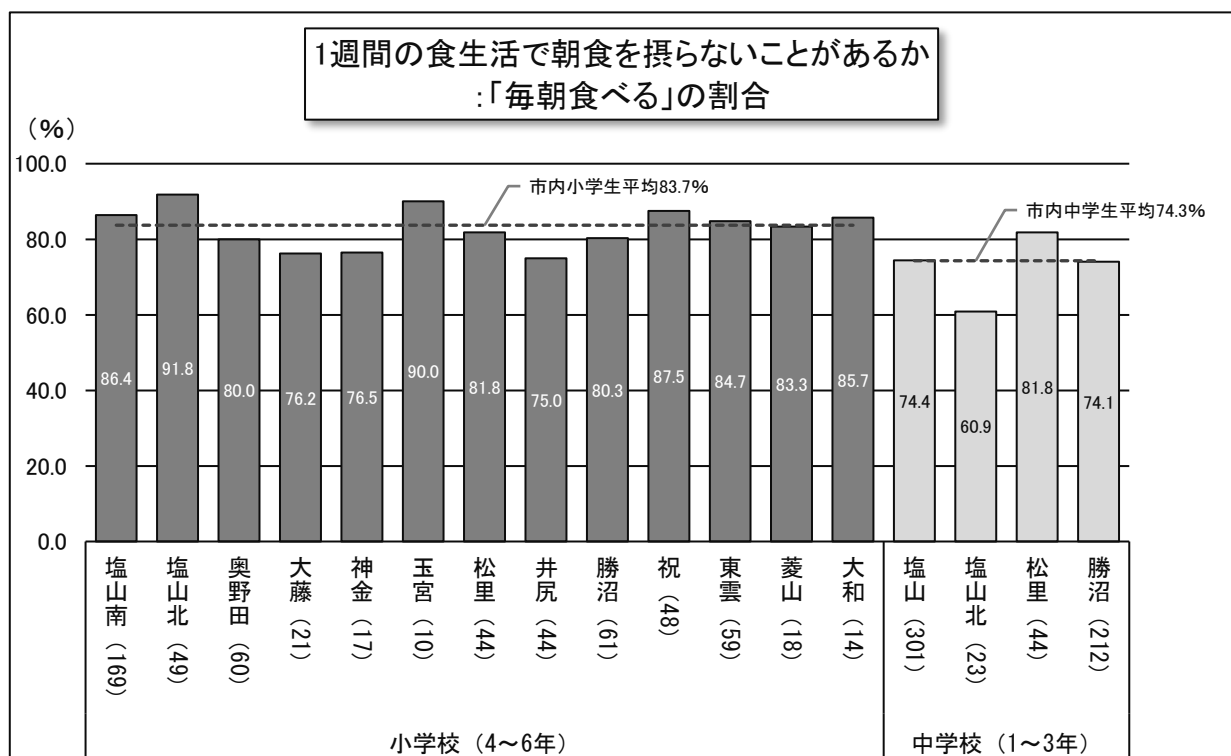
(はい・いいえ・わからない)



【小：問 2-2、中：問 3】

あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。

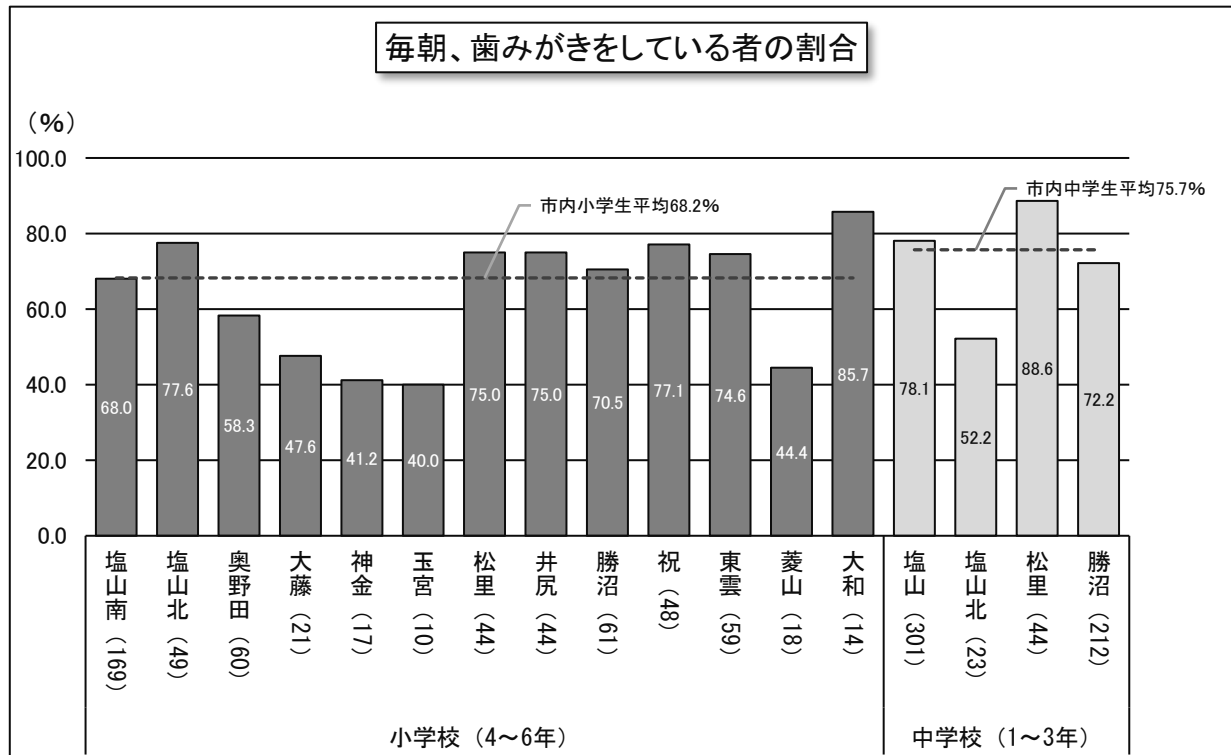
(毎朝食べない・5～6回は食べない・3～4回は食べない・1～2回は食べない・毎朝食べる)



【小：問 3-1、中：問 4-1】

朝の歯みがきについて

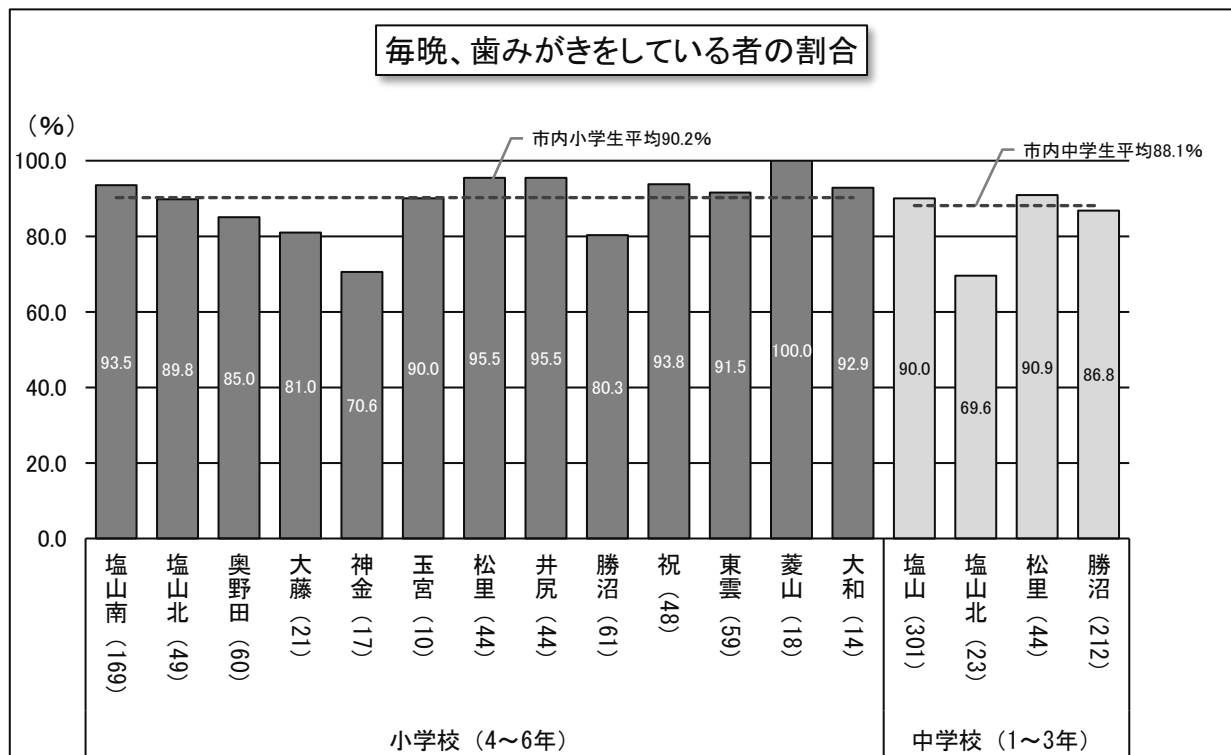
(毎朝、歯みがきをしている・歯みがきをしたり、しなかったりする・朝は歯みがきをしない)



【小：問 3-2、中：問 4-2】

夕食後または夜寝る前の歯みがきについて

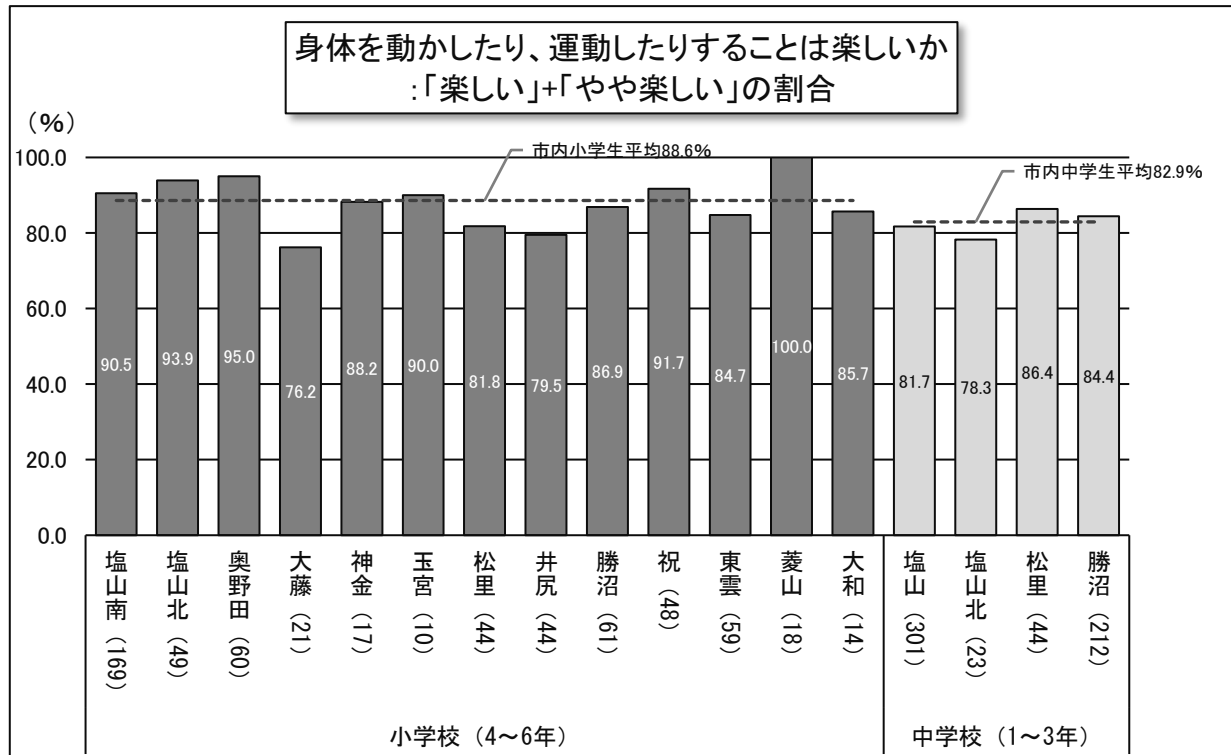
(毎晩、歯みがきをしている・歯みがきをしたり、しなかったりする・夜は歯みがきをしない)



【小：問 4-1、中：問 5-1】

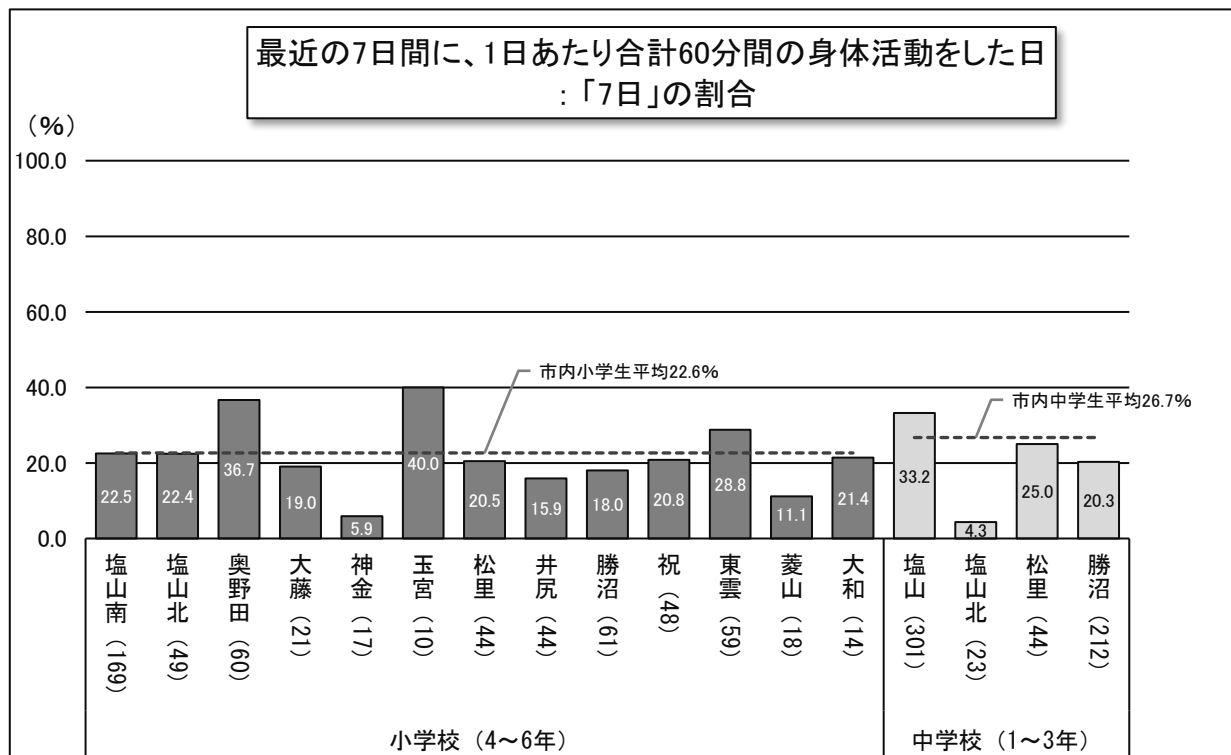
あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。

(楽しい・やや楽しい・どちらともいえない・あまり楽しくない・まったく楽しくない)



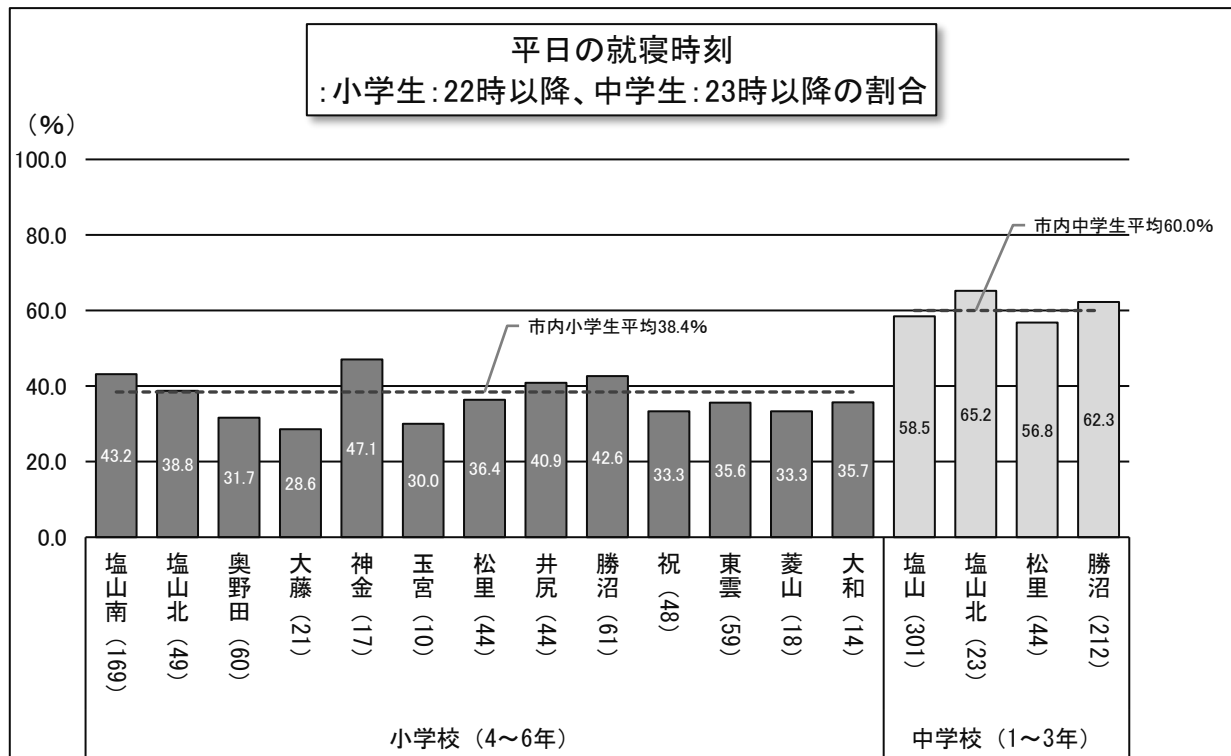
【小：問 4-2、中：問 5-2】

あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は何日ありましたか。(0日・1日・2日・3日・4日・5日・6日・7日)



【小：問 5-3、中：問 6-1】

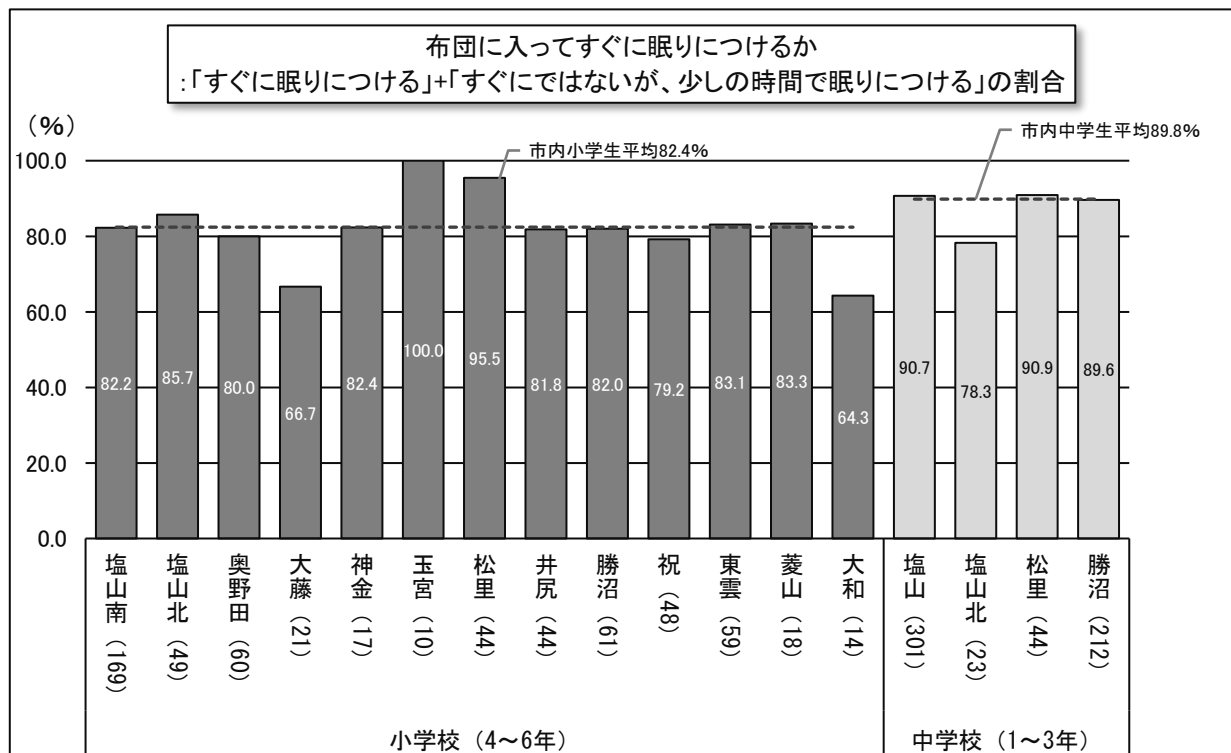
あなたの平日の就寝時刻を教えてください



【小：問 6、中：問 7】

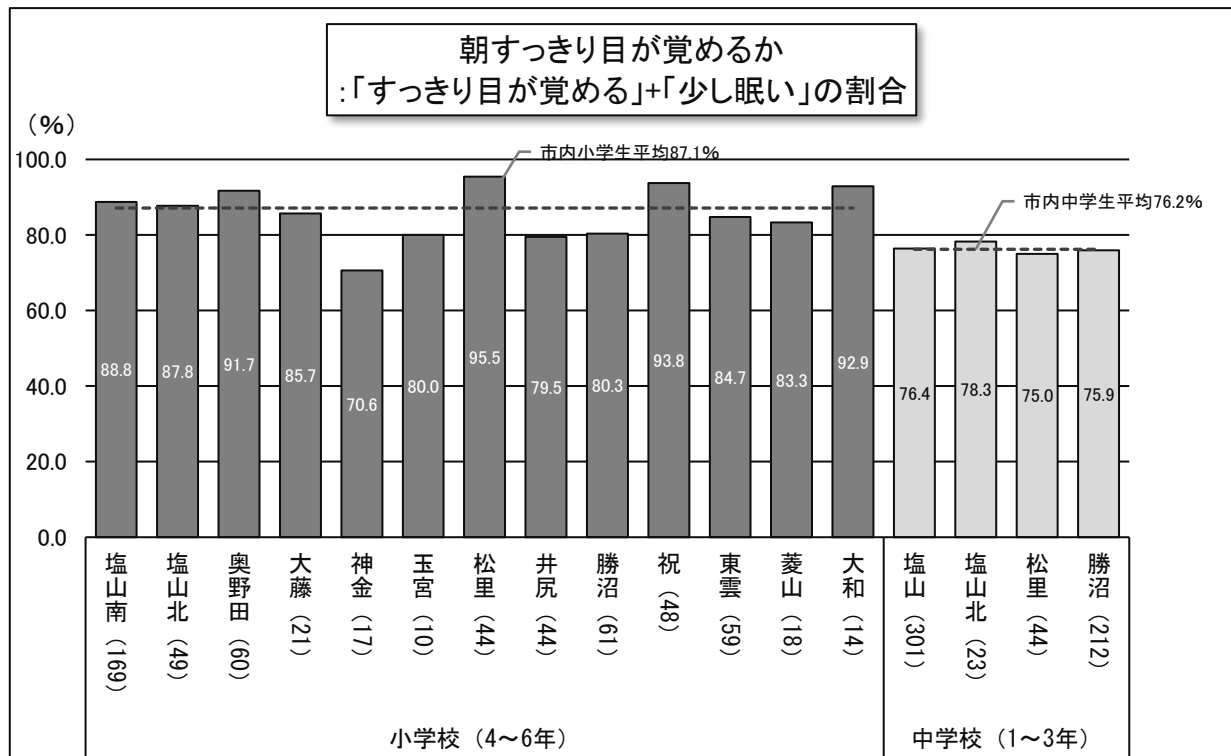
ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか

(すぐに眠りにつける・すぐにではないが、少しの時間で眠りにつける・なかなか眠れない・明け方まで眠れない・眠れない)



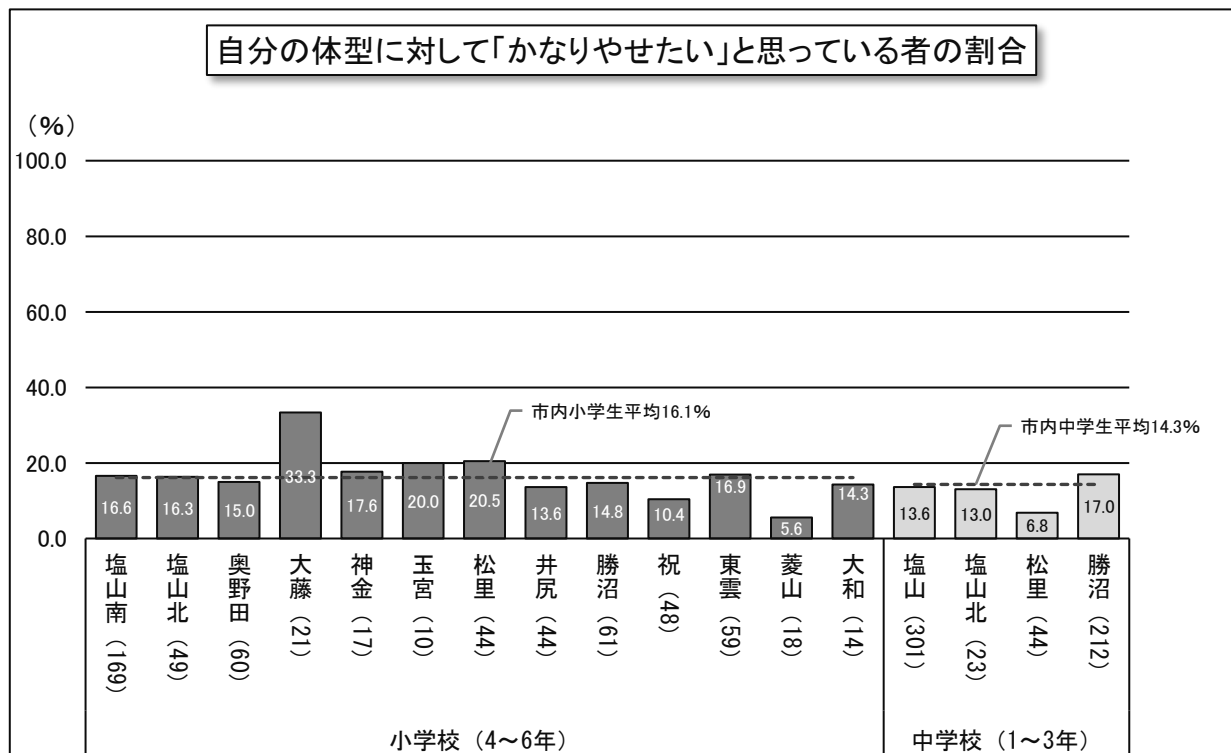
【小：問7、中：問8】

朝はすっきり目が覚めますか （ すっきり目が覚める・少し眠い・眠くてなかなか起きられない ）



【小・中：問10】

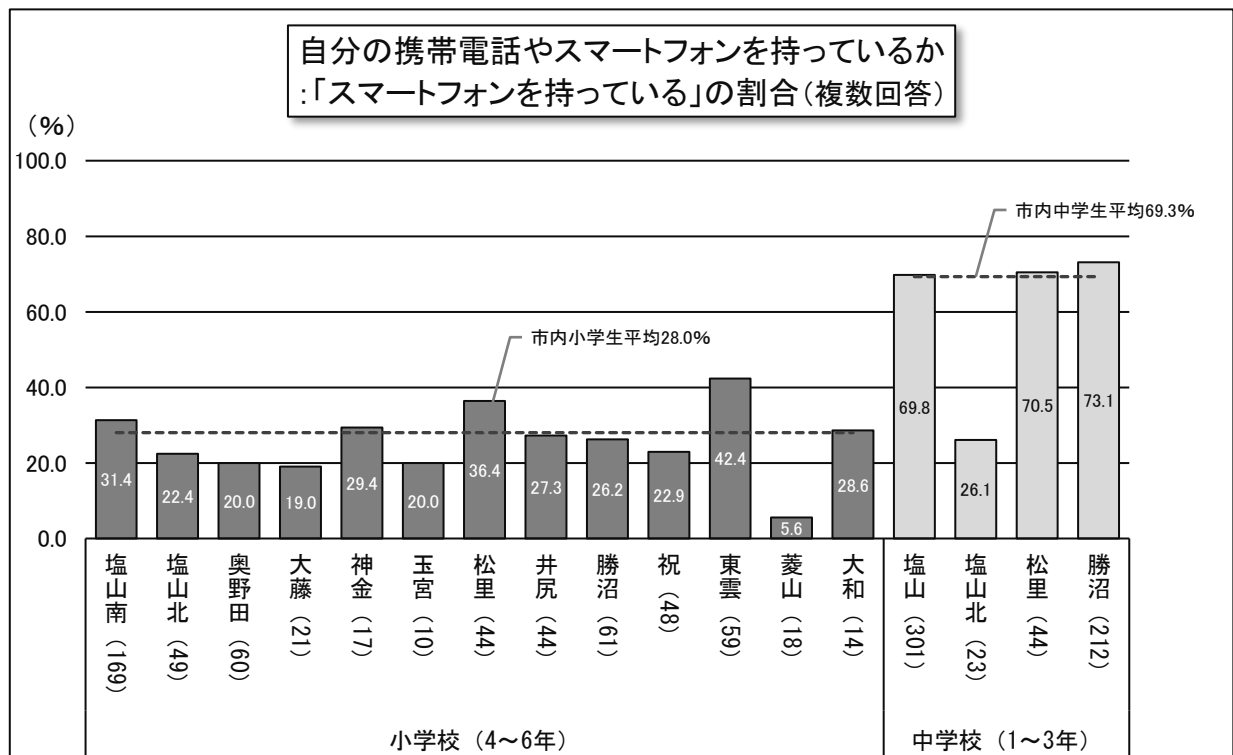
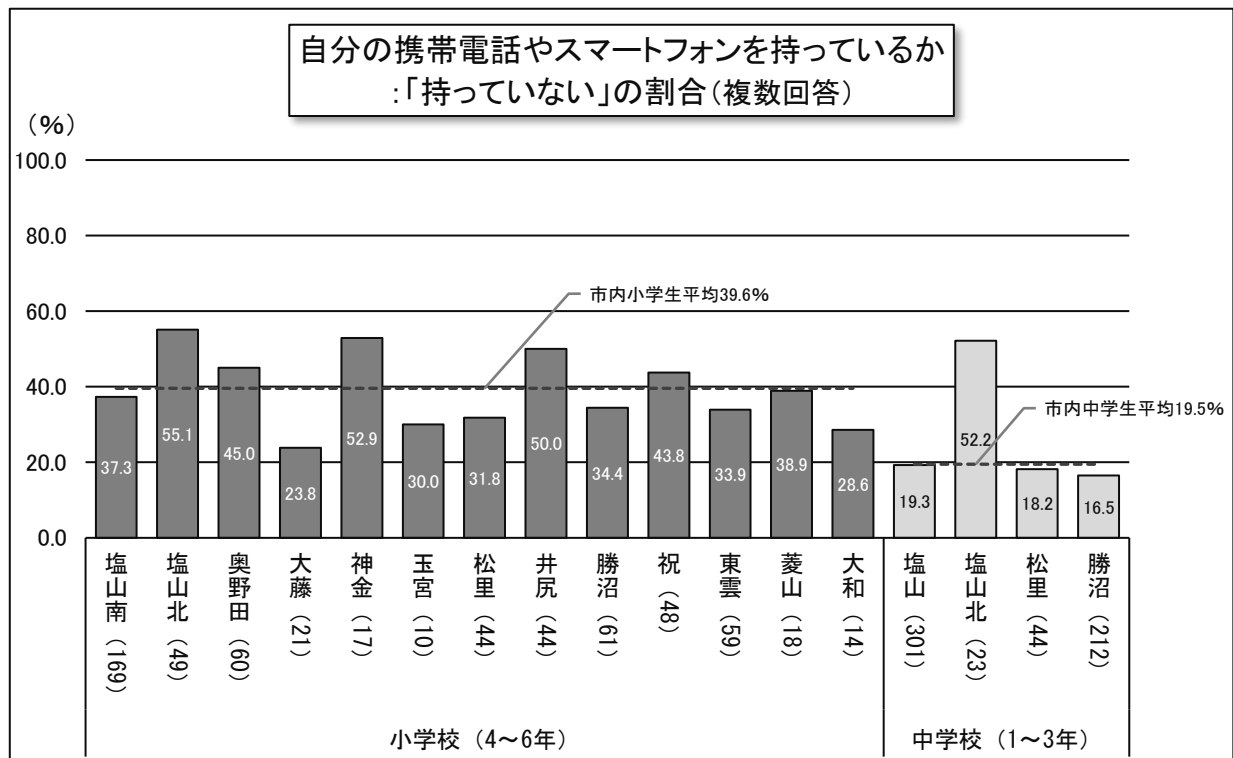
あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか
（ かなりやせたい・少しだけやせたい・今のままだよい・少し太りたい・かなり太りたい ）

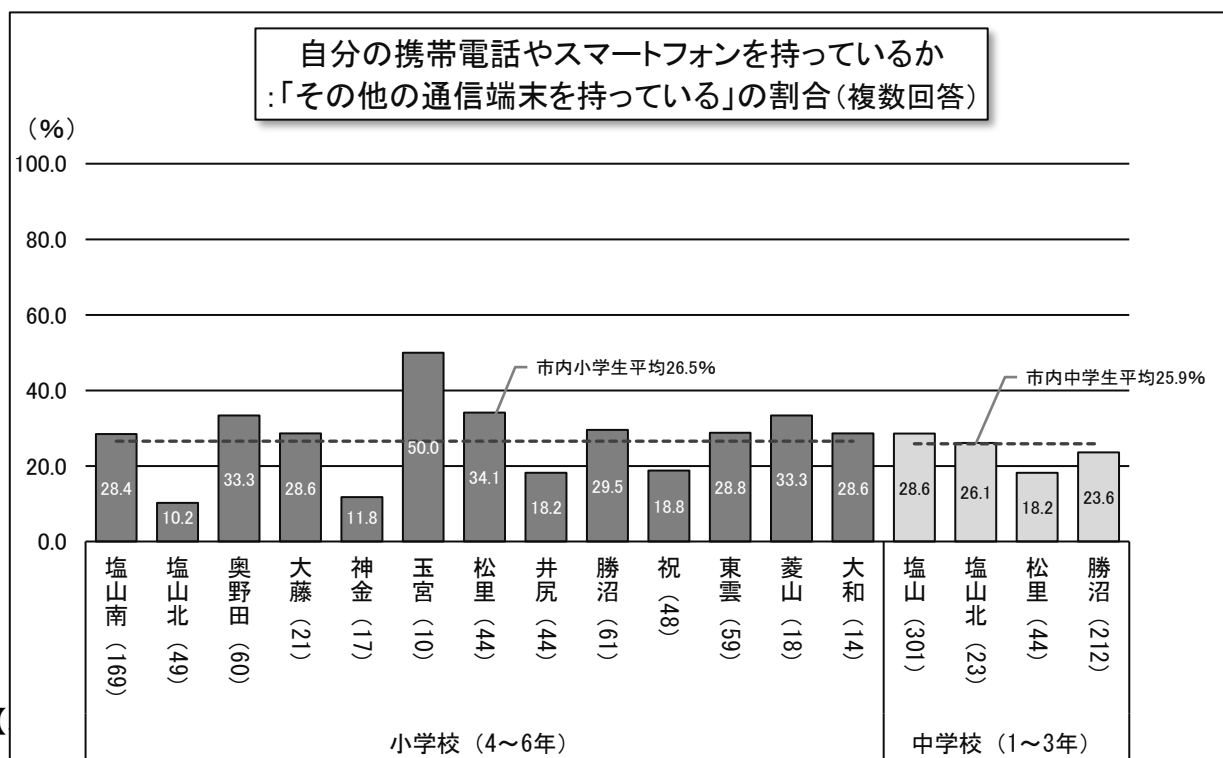
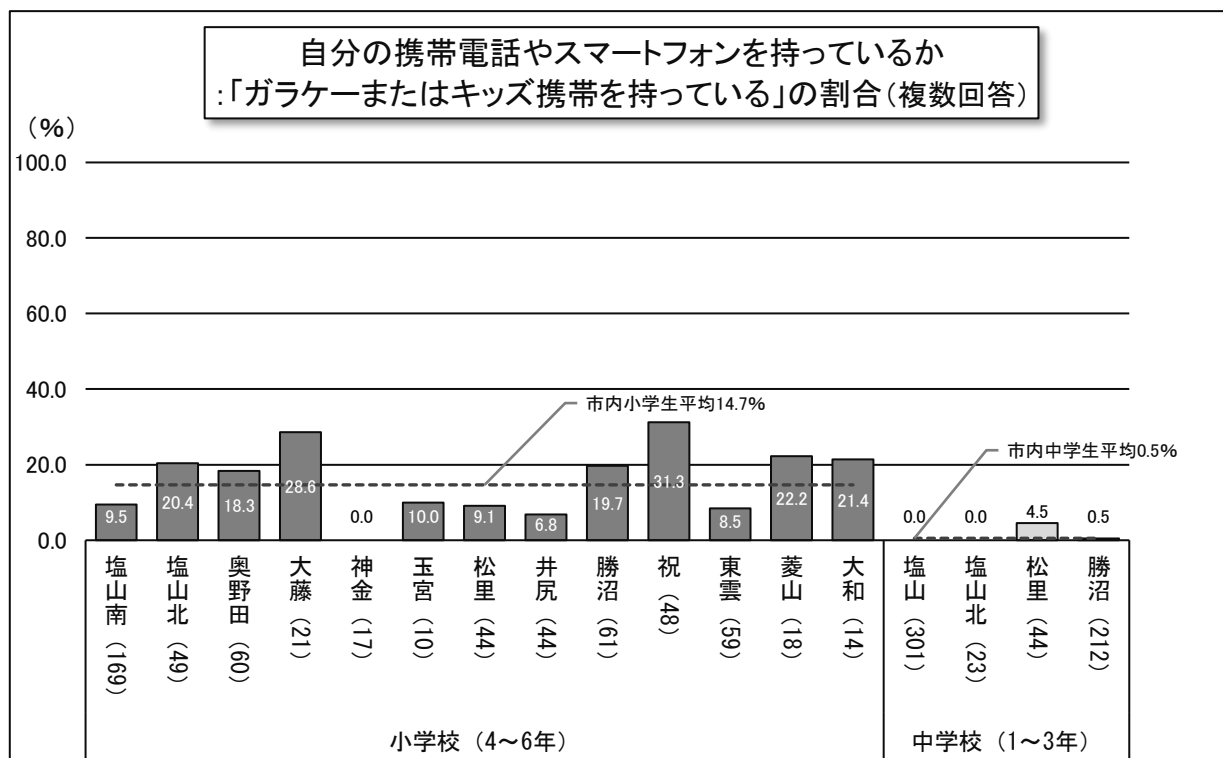


【小：問 13、中：問 15】

あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか

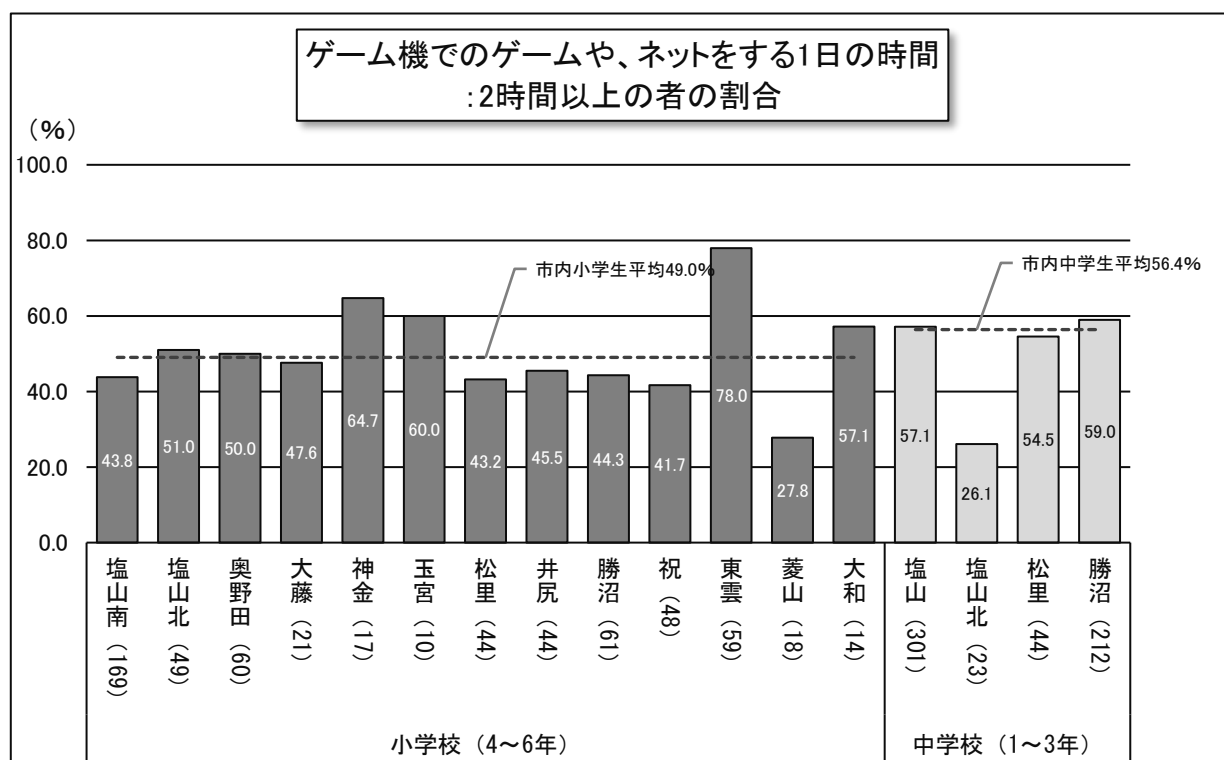
（ 持っていない・スマートフォンを持っている・ガラケーまたはキッズ携帯を持っている・その他の通信端末を持っている（iPad やタブレット、契約切れスマートフォンなど） ）





ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちのどのくらいですか

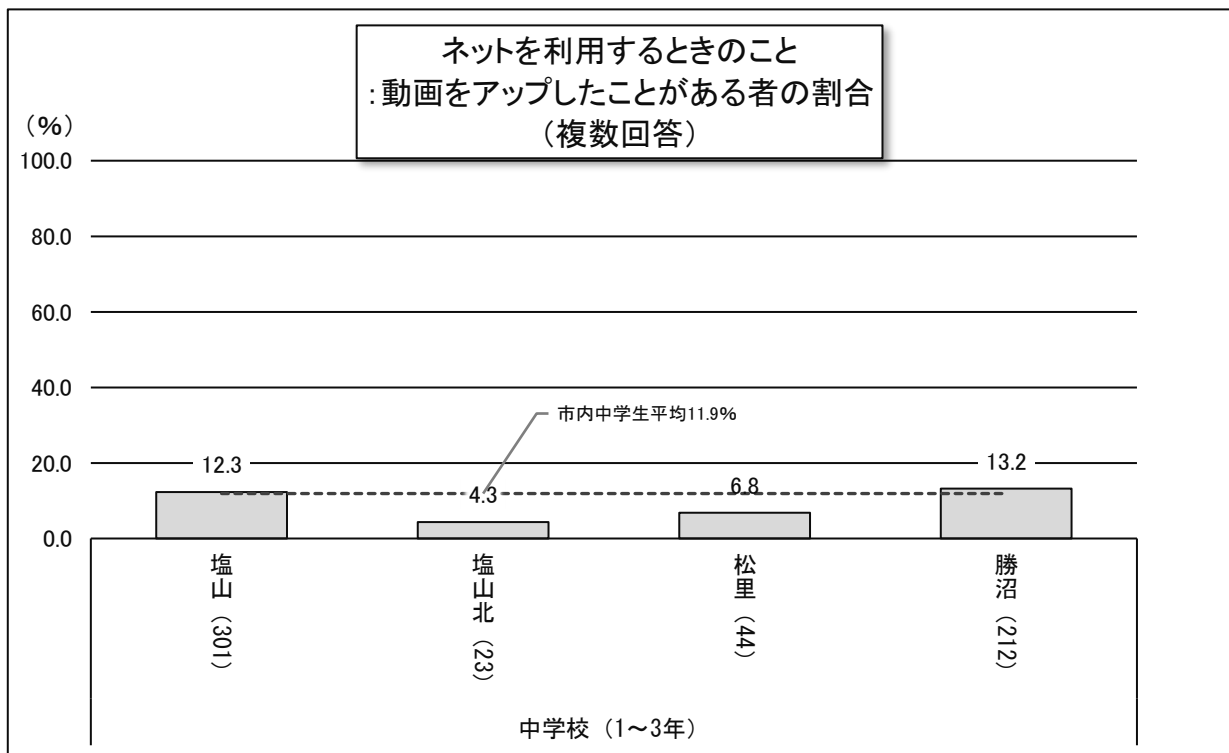
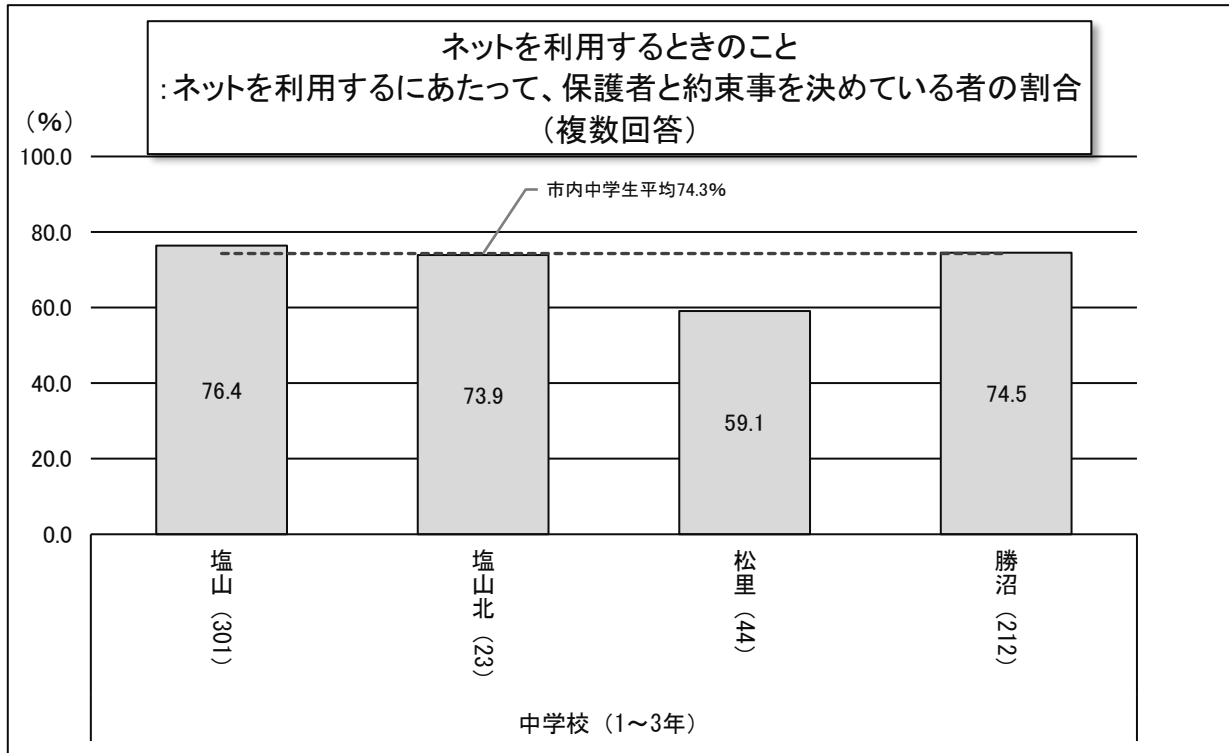
(全くしない・30分くらい・1時間くらい・2時間くらい・3時間くらい・4時間以上)

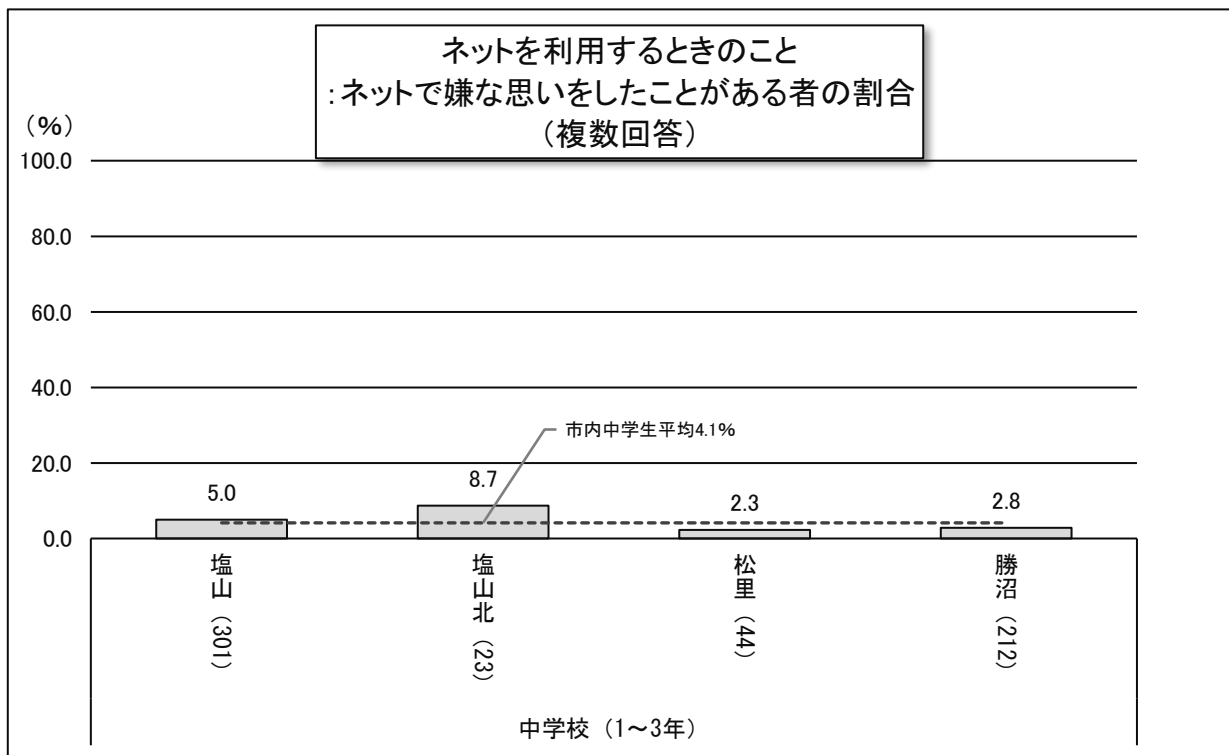
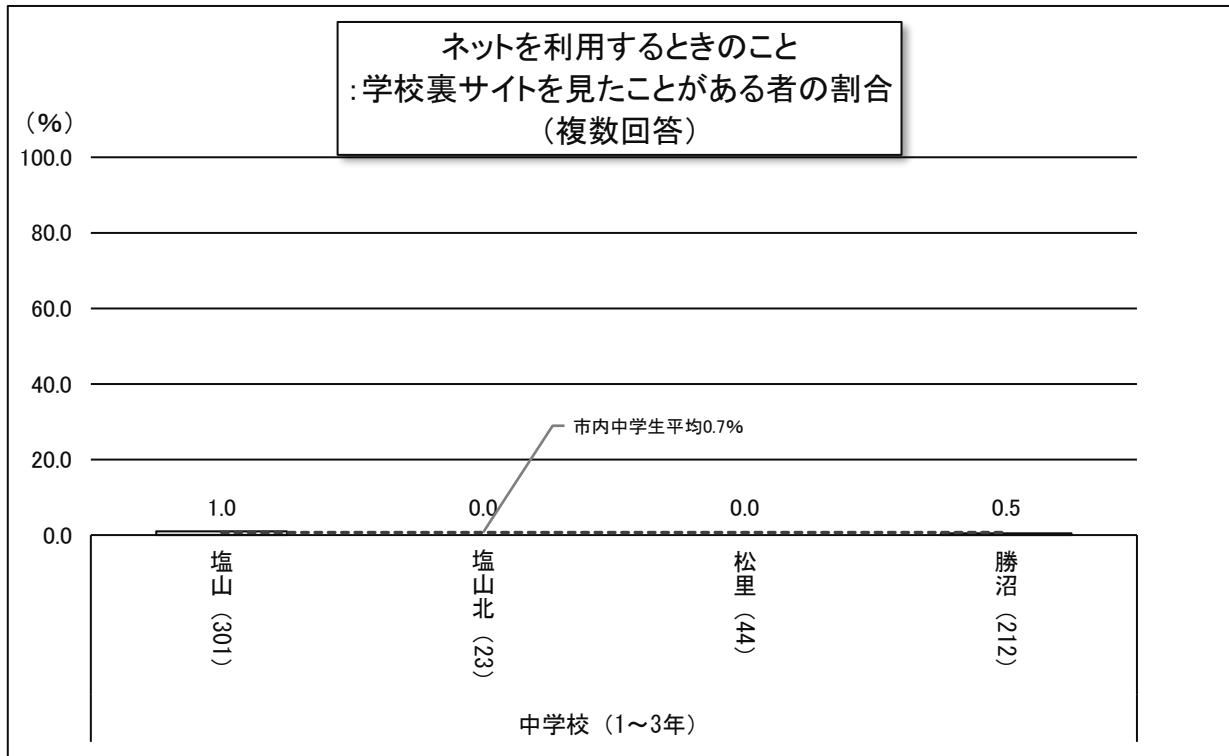


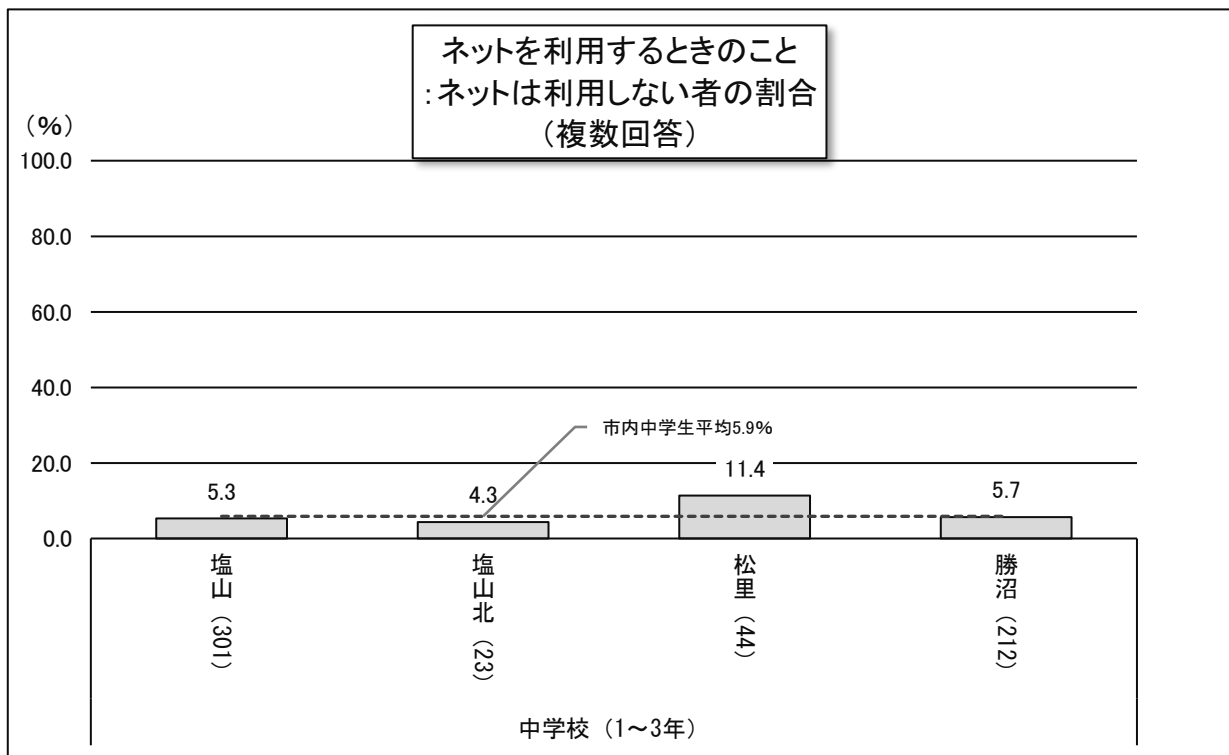
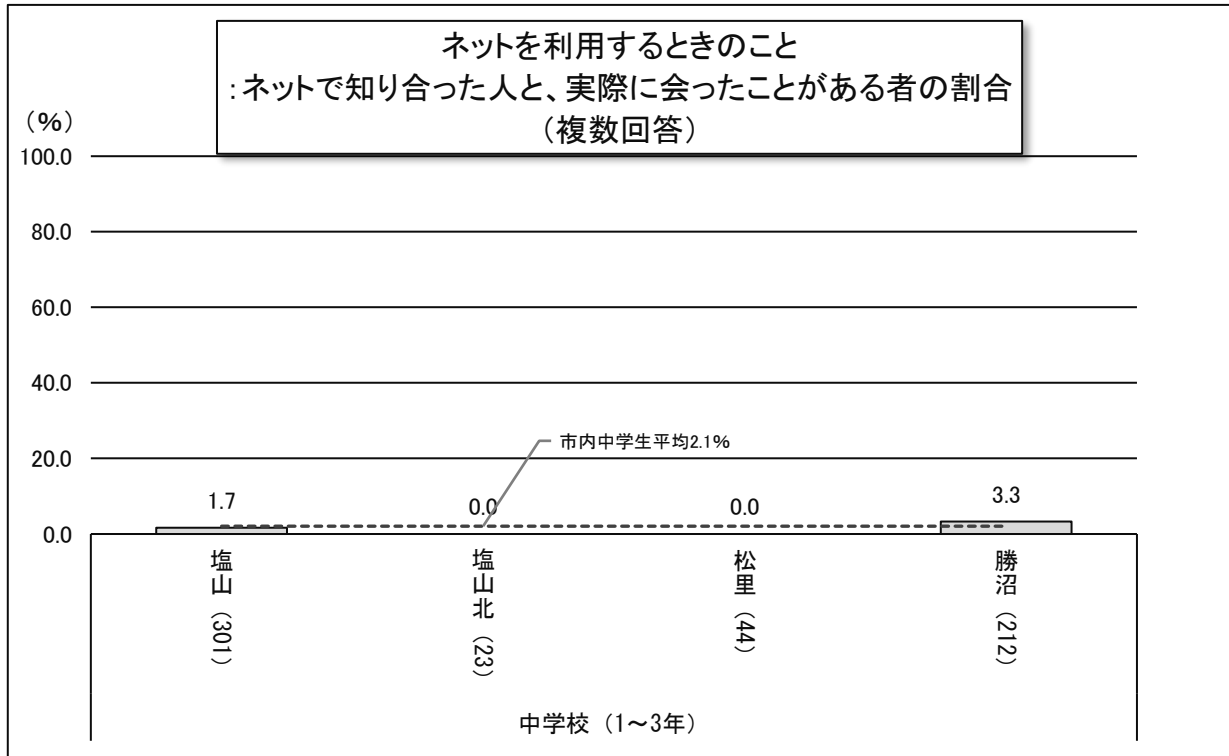
【中：問18】

ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに☑をつけてください

（ ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある・動画をアップしたことがある・学校裏サイトをみたことがある・ネットで嫌な思いをしたことがある・ネットで知り合った人と、実際に会った事がある・ネットは利用しない ）

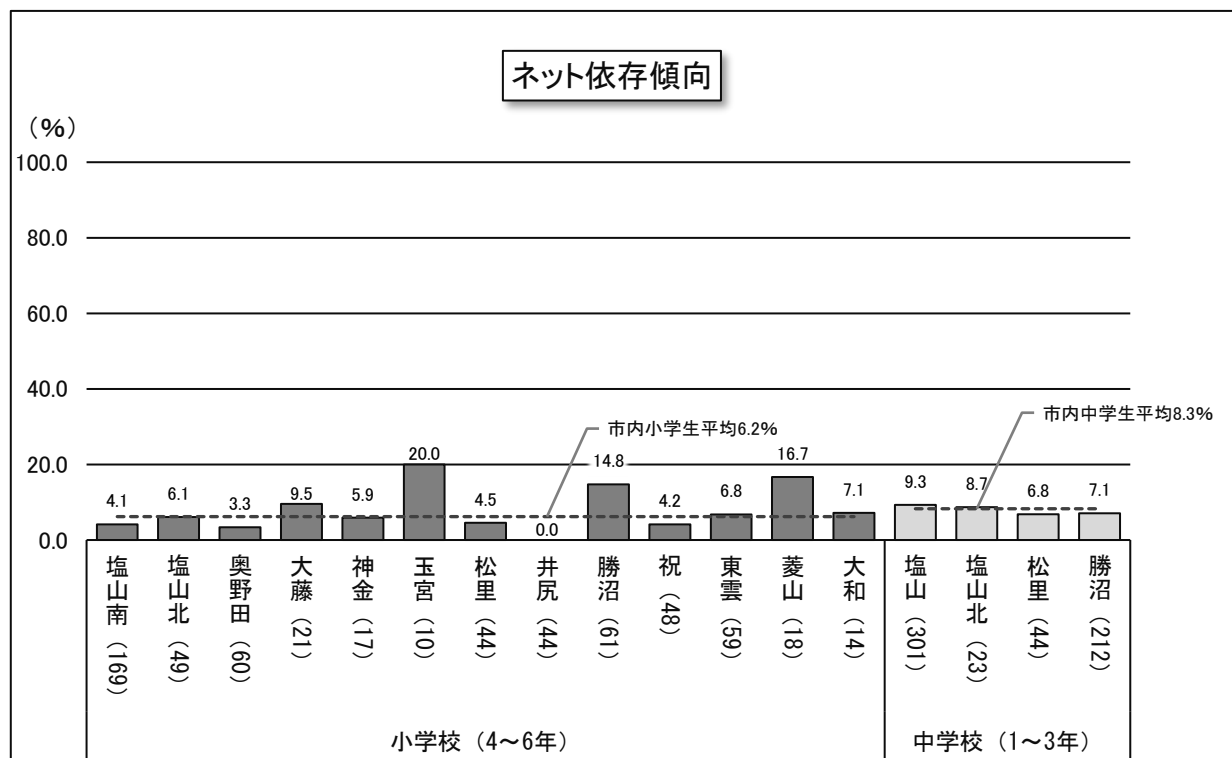




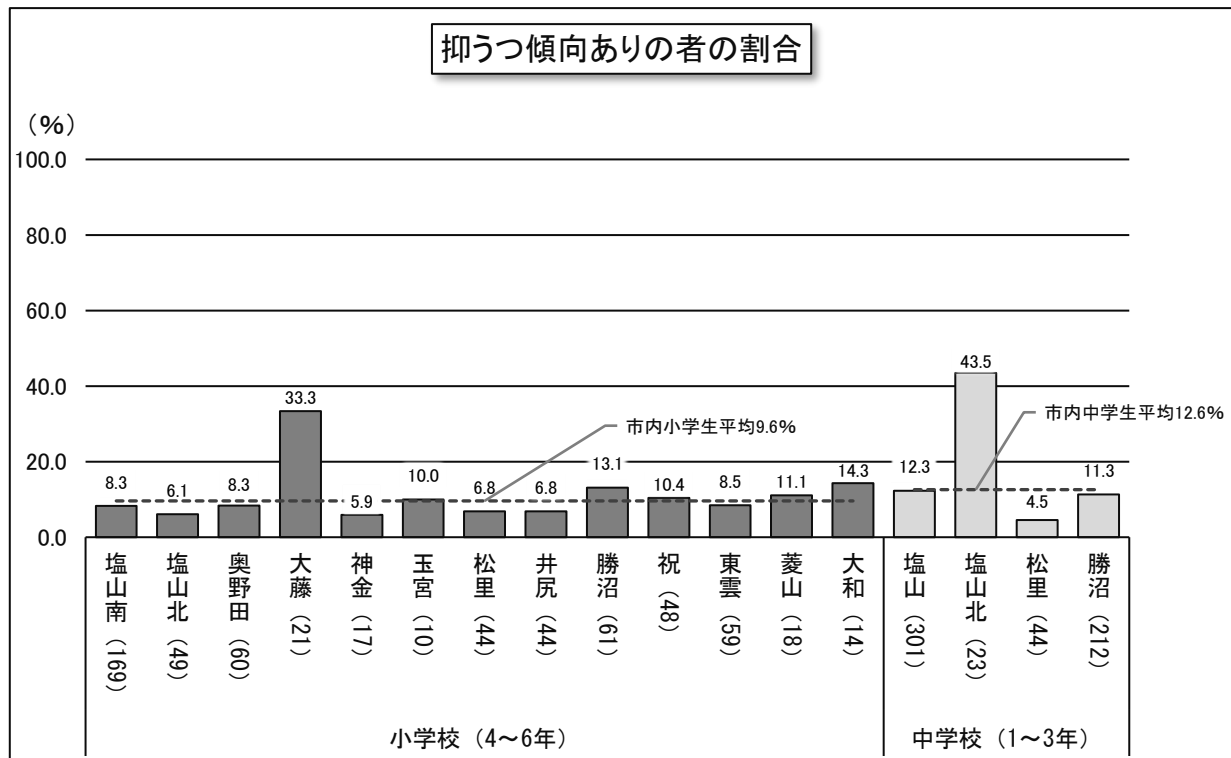


ネット依存傾向（キンバリー・ヤング博士による）

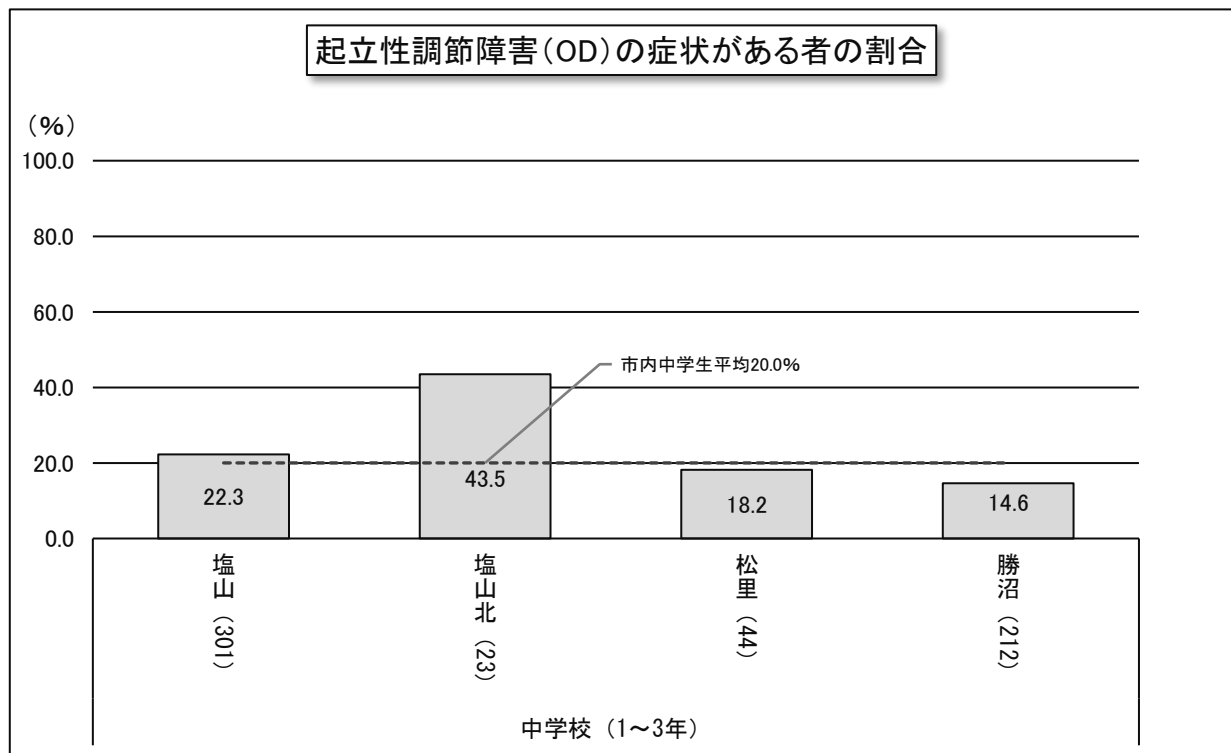
5つ以上「はい」があれば（5点以上）＝ ネット依存傾向



抑うつ症状判定



起立性調節障害 (OD) 判定 (中学生)



第Ⅴ章 甲州市思春期調査に関する主な研究

母親の妊娠初期の飲酒と子どもの抑うつ傾向との関連

淡路桃子¹⁾, 秋山有佳²⁾, 由井秀樹³⁾, 大岡忠生¹⁾, 山縣然太郎³⁾

1)山梨大学大学院 総合研究部 医学域 社会医学講座 2)山梨学院大学 健康栄養学部
3)山梨大学大学院 総合研究部附属 出生コホートセンター



背景・目的

母親の妊娠初期の飲酒の影響は子どもの発育・発達に大きな影響を及ぼすとされている。子どもの抑うつ傾向は、母親の妊娠期における喫煙は影響が証明されているが、飲酒による影響に関する研究結果は乏しい。そこで、本研究では、甲州市母子保健縦断調査（甲州プロジェクト）に参加し2007年度～2009年度に生まれ、小学6年生時に「児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（以下、思春期調査）」に参加した子どもとその母親を対象に、母親の妊娠初期の飲酒と子どもの抑うつ傾向との関連を検討した。

方法

1. 対象者

・甲州市において2007年度～2009年度に生まれ、小学6年生時に思春期調査に参加した子どもとその母親。

2. 調査方法

・母子健康手帳交付時調査票
：妊娠前の母親の飲酒状況を含む生活習慣等に関する自記式質問票。
・児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査
：生活習慣、運動状況、心の健康等に関する自記式質問票。
→調査用紙を各健診の受診予定者に検診案内とともに予め郵送、記入の上、健診時に持参。

3. 解析方法

1) 日本語版児童用抑うつ性尺度※
(Birlerson Depression self-rating scale for children : DSR-C、36点満点) 得点を算出。※村田, 1996

2) 解析対象者

対象者のうち、目的変数である小学6年生時の抑うつ傾向と、説明変数である妊娠初期の母親の飲酒状況について欠損している子どもを除外した318人。

3) ロジスティック回帰分析

【目的変数】

・抑うつ症状の有無 (DSRS-C $\geq$ 16点:あり/DSRS-C<16点:なし)

【説明変数】

・妊娠初期の母親の飲酒状況

(飲む・妊娠を機にやめた/妊娠前からやめていた・以前から全く飲まない)

【調整変数】

・妊娠初期の母親の気分の浮き沈みや憂鬱な気持ちの有無 (はい/いいえ)

・母親の喫煙状況

(吸う・妊娠を機にやめた/妊娠前からやめていた/以前から全く吸わない)

・子どもの出生順位 (第1子/第2子以降)

甲州プロジェクトについて ～1988年から35年以上にわたり実施されている縦断調査～



甲州市(旧塩山市)が主体となり、山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座(旧山梨医科大学保健学II講座)が専門家として携わる、昭和63年(1988年)から35年以上にわたり実施されている追跡調査。

目的 地域の人の一生の健康問題を明らかにする

【対象】

妊娠届出時、乳児健診(3ヶ月、7ヶ月)、幼児健診(1歳6ヶ月児、3歳、5歳)

思春期調査：小学4年生から中学3年生(2007-)

結果

1. 記述統計

- 解析対象者は、男子162名、女子156名であった。
- 児童用抑うつ性尺度得点の男女別の分布と平均値と及び標準偏差を図1、2に示す。また、抑うつ症状があると判断された子どもは男女合わせて25名(7.9%)であった。
- 妊娠初期の母親の飲酒は、318名中49名(15.4%)が飲酒していた。(図3参照)

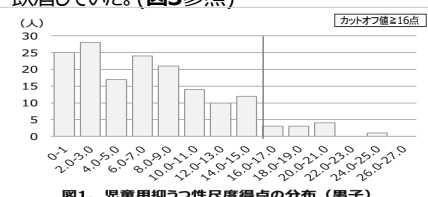


図1. 児童用抑うつ性尺度得点の分布 (男子)

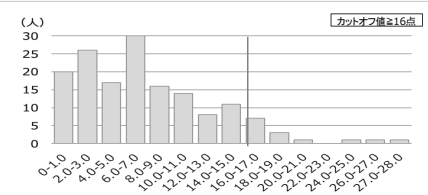
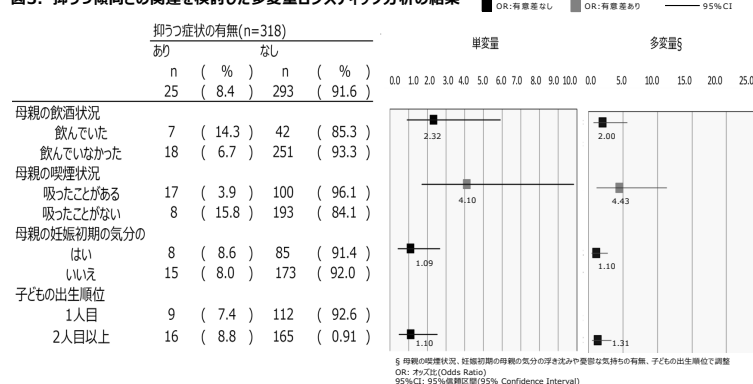


図2. 児童用抑うつ性尺度得点の分布 (女子)

2. 妊娠初期の飲酒と子どもの抑うつ傾向の有無の検討結果

- 単変量解析では、妊娠初期に飲酒歴のある母親を持つ子どもの方が、そうでない子どもよりも、抑うつ症状のリスクがあるという傾向が見られたが、有意差は認められなかった。(オッズ比2.32, 95%信頼区間0.92-5.90)
- 多変量解析の点推定値においても、単変量解析の時と同様の傾向が見られた。(オッズ比2.00, 95%信頼区間0.72-5.61)

図3. 抑うつ傾向との関連を検討した多変量ロジスティック分析の結果



結論

母親の妊娠初期の飲酒と子どもの小学6年生時点での抑うつを検討した結果、妊娠初期に飲酒をしている母親を持つ子どもは、そうでない子どもと比較して、抑うつ症状を示す傾向が見られたが、有意差は認められない結果となった。

P05-32

妊娠前の母親の高脂肪食摂取と
思春期の子どもの抑うつ傾向との関連齊藤 祐希¹⁾ 大岡 忠生¹⁾ 山縣 然太郎²⁾

1) 山梨大学大学院 総合研究部 医学域 社会医学講座
2) 山梨大学大学院 総合研究部附属 出生コホート研究センター

背景・目的

妊娠中の母親の高脂肪食摂取が、中枢シグナル伝達経路を変化させることにより子どものメンタルヘルス障害リスクを高めることが、数々の動物実験から示されている。Ceasrine et al.(2022)により、母親マウスの妊娠前の高脂肪食摂取が胎児組織にエンドトキシンの蓄積を引き起こし、その後の周産期における炎症が、子どもの不安障害、うつ病といった神経精神障害の発症に関する感受性を高めることが示唆された。

ヒトを対象とする研究では、母親の栄養過多による肥満が、子どもの不安やうつ病と関連することが示唆されている(Van Lieshout et al., 2013)。しかしながらこれらの疫学研究では、母親の高脂肪食摂取自体による子どもの抑うつ傾向への直接的な関連については調べられていない。

本研究では、山梨県甲州市に住む母親の妊娠前的高脂肪食摂取と、その子どもの思春期における抑うつ傾向との関連について調べた。

方法

1. 対象者

甲州プロジェクト思春期調査に参加した、2007年～2009年生まれの子どもの母親

調査参加者	538人
曝露・アウトカム	未回答 130人除外
解析対象者	408人

2. 調査方法

- ・ 母子健康手帳交付時調査票
 - ・ 妊娠前の母親の生活習慣等に関する自記式質問票
 - ・ 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査
 - ・ 子どもの生活習慣、心の健康等に関する自記式質問票
- ⇒調査票を健診前に予め郵送、記入の上健診時に持参してもらう

3. 解析方法・変数

【解析手法】単変量・多変量ロジスティック回帰分析
【解析モデル】

甲州プロジェクト
(甲州市母子保健長期縦断研究)

山梨県甲州市と山梨大学医学部社会医学講座が、1988年から35年以上にわたり実施。子どもの発育・発達を、母親の妊娠届出時から中学校3年生まで追跡している。目的は甲州市の母子保健・学校保健の現状を把握し、よりよい母子保健行政を実施すること。

【曝露】
母親の妊娠前
高脂肪食摂取
「妊娠前に動物性脂肪を
控えていたか」
母子健康手帳交付時に調査
はい / いいえ・どちらとも

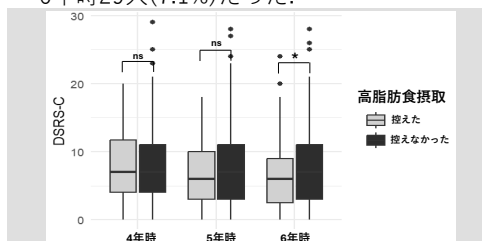
【アウトカム】
子どもの抑うつ傾向
日本語版パルソン児童用
抑うつ性尺度(DSRS-C)
小学4, 5, 6年時それぞれで調査
抑うつ傾向あり:
いずれかの学年で ≥ 16 点

【交絡因子】母の学歴、抑うつ傾向、喫煙歴、年齢、子どもの性別

結果

1. 記述統計

- ・ 動物性脂肪を控えた群116人中14人(12.1%)、控えなかった群292人中51人(17.5%)に、子どもの抑うつ傾向がみられた。
- ・ 子どもの抑うつ傾向がみられた時期は、4年時に最大で39人(9.6%)、5年時23人(5.6%)、6年時29人(7.1%)だった。



【図1】学年毎の児童用抑うつ尺度(DSRS-C)スコア

2. ロジスティック回帰分析

- ・ 単変量解析では、動物性脂肪を控えなかった群は控えた群よりも、子どもが抑うつになりやすい傾向がみられたが、二群間に有意差は認められなかった(OR 1.54 [0.82 - 2.9])。
- ・ 交絡因子を含めた多変量解析でも、単変量解析と同様の傾向がみられた(OR 1.61 [0.76 - 3.42])。

	抑うつなし n (%)	抑うつあり n (%)	単変量 OR	95%CI	多変量 OR	95%CI
動物性脂肪を 控えたか	はい 102 (29.7)	いいえ・どちらとも 14 (21.5)	ref		ref	
	はい 241 (70.3)	いいえ・どちらとも 51 (78.5)	1.54	[0.82, 2.91]	1.61	[0.76, 3.42]
母の学歴	中・高卒 114 (31.8)	30 (44.1)	ref			
	専門・短大・大学・院 244 (68.2)	38 (55.9)	0.59	[0.35, 1.00]		
母の気分の 落ち込み	はい 124 (36.0)	25 (38.5)	ref			
	吸ったことがない 217 (63.1)	39 (59.1)	1.11	[0.64, 1.91]		
母の喫煙歴	吸ったことがある 127 (36.9)	27 (40.9)	ref			
	29歳以下 137 (39.9)	29 (42.0)	1.18	[0.69, 2.02]		
	30歳以上 206 (60.1)	40 (58.0)	0.92	[0.54, 1.55]		
母の年齢	男 251 (56.4)	39 (41.9)	ref			
子の性別	女 194 (43.6)	54 (58.1)	1.79	[1.14, 2.82]		

【表1】
単変量・
多変量ロジ
スティック
回帰分析の
結果

結論

妊娠前の母親の高脂肪食摂取と子どもの思春期の抑うつ傾向との関連を検討した。回帰分析の結果、高脂肪食摂取を控えた群と控えなかった群との間に有意差は認められなかったが、妊娠前に高脂肪食摂取を控えなかった母親を持つ子どもの方が、より抑うつになりやすい傾向がみられた。

妊娠前の母親の高脂肪食摂取は、子どもの思春期の抑うつ傾向と関連する可能性がある。今後、母親の妊娠前の食事内容や子どもの食事内容も加味した、さらなる研究が必要である。



演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業などはありません。

付 録

次のフォームにご記入ください:

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

みなさんへのおねがい。

みなさん、元気(げんき)に学校(がっこう)に通(かよ)っていますか。

わたしたちはいま、甲州市(こうしゅうし)の児童生徒(じどうせい)とみなさんが、楽(たの)しくいきいきした毎日(まいにち)をすごすには何(なに)が大切(たいせつ)か、学校(がっこう)の先生(せんせい)がみなさんに対(たい)してできる手助(てす)けはどのようなものか、一生懸命(いっしょうけんめい)に考(かんが)えています。

この調査(ちょうさ)はその参考(さんこう)とさせていただくため、ふだんの生活(せいかつ)の様子(ようす)や感(かん)じていること、体調(たいちょう)について、お聞(き)きするものです。あまり深(ふか)く考(かんが)えずに感(かん)じたままにお答(こた)えください。ご協力(きょうりょく)をおねがいします。

<お答(こた)えになる前(まえ)に必(かなら)ずお読(よ)みください>

●書(か)いてある文(ぶん)をよく読(よ)んでから、お答(こた)えください。

●この調査(ちょうさ)は皆(みな)さんの健康支援(けんこうしえん)のために使用(しよう)します。個人情報(こじんじょうほう)は守(まも)りますが、担任(たんにん)の先生(せんせい)や養護(ようご)の先生(せんせい)たちが支援(しえん)のために使(つか)います。

●調査結果(ちょうさけっか)は山梨大学(やまなしだいがく)の先生(せんせい)たちと協力(きょうりょく)してまとめ、学術集会(がくじゅつしゅうかい)などで発表(はっぴよう)することがありますが、個人(こじん)は特定(とくてい)されませんので安心(あんしん)してお答(こた)えください。

学年(がくねん)を教(おし)えてください

- 4年生(ねんせい)
- 5年生(ねんせい)
- 6年生(ねんせい)

クラスを教(おし)えてください *

- 1くみ(Aくみ)
- 2くみ(Bくみ)
- 3くみ(Cくみ)

出席番号(しゅっせきばんごう)を教(おし)えてください 数字(すうじ)は全角(ぜんかく)で入力(にゅうりょく)してください *

性別(せいべつ)を教(おし)えてください

- 男(おとこ)
- 女(おんな)

問1 あなたは今(いま)、困(こま)ったことや心配(しんぱい)ごとを相談(そうだん)できる人(ひと)がいますか。

あてはまるものすべてえらんでください

- 家族(かぞく)のだれか
- 学校(がっこう)の先生(せんせい)

- ともだち
- いない
- その他(た)

問2-1 あなたは、朝(あさ)、昼(ひる)、夕(ゆう)の3食(しょく)をかならず食(た)べるように気(き)をつけていますか

- はい
- いいえ
- わからない

問2-2 あなたは、ひごろの1週間(しゅうかん)の食生活(しょくせいかつ)で、朝食(ちょうしょく)をとらないことがありますか

- 毎朝(まいあさ)食(た)べない
- 5～6回(かい)は食(た)べない
- 3～4回(かい)は食(た)べない
- 1～2回(かい)は食(た)べない
- 毎朝(まいあさ)食(た)べる

問3-1 あなたは、ひごろから朝(あさ)の歯(は)みがきをしていますか

- 毎朝(まいあさ)、歯(は)みがきをしている
- 歯(は)みがきをしたり、しなったりする
- 朝(あさ)は歯(は)みがきしない

問3-2 夕食後(ゆうしょくご)または、ねる前(まえ)の歯(は)みがきをしていますか

- 毎晩(まいばん)、歯(は)みがきをしている
- 歯(は)みがきをしたり、しなかったりする
- 夜(よる)は歯(は)みがきしない

問4 あなたの運動習慣(うんどうしゅうかん)について伺(うかが)います

問4-1 あなたは、からだを動(うご)かしたり、運動(うんどう)したりすることは楽(たの)しいですか

- 楽(たの)しい
- やや楽(たの)しい
- どちらともいえない
- あまり楽(たの)しくない
- まったく楽(たの)しくない

身体活動(しんたいかつどう)についての説明(せつめい)

身体活動(しんたいかつどう)とは、心臓(しんぞう)がドキドキしたり息切(いきぎ)れしたりするような全(すべて)ての活動(かつどう)のことです。身体活動(しんたいかつどう)は、スポーツや友(とも)だちと遊(あそ)ぶこと、学校(がっこう)へ歩(ある)いて通(かよ)うことも入(はい)ります。身体活動(しんたいかつどう)のいくつかの例(れい)として、ランニング、速歩(はやある)き、ローラースケート、自転車(じてんしゃ)、ダンス、スケートボード、水泳(すいえい)、サッカー、バスケットボール、サーフィンなどがあります。

問4-2 あなたは、最近(さいきん)の7日間(にちかん)に、1日あたり少なくとも合計(ごうけい)60分間(ぷんかん)の身体活動(しんたいかつどう)をした日は、何日(なんにち)ありましたか。

それぞれの日に、あなたが身体活動(しんたいかつどう)に費(つい)やすすべての時間(じかん)を合計(ごうけい)してください

- 0日
- 1日
- 2日
- 3日
- 4日
- 5日
- 6日
- 7日

問4-3 授業以外(じゅぎょういがい):あなたは、ふだん、自由(じゆう)な時間(じかん)に、息切(いきぎ)れしたり汗(あせ)をかいたりするくらいの運動(うんどう)を何回(なんかい)しますか

- 毎日(まいにち)
- 週(しゅう)に4～6回(かい)
- 週(しゅう)に2～3回(かい)
- 週(しゅう)に1回(かい)
- 月(つき)に1回(かい)
- 月(つき)に1回未満(かいみまん)
- まったくしない

問4-4 授業以外(じゅぎょういがい):あなたは、ふだん、自由(じゆう)な時間(じかん)に、息切(いきぎ)れしたり汗(あせ)をかいたりするくらいの運動(うんどう)を1週間(しゅうかん)に何時間(なんじかん)しますか

- ぜんぜんしない
- およそ30分(ふん)
- およそ1時間(じかん)
- およそ2～3時間(じかん)
- およそ4～6時間(じかん)
- およそ7時間以上(じかんいじょう)

問5-1 あなたの平日(へいじつ)の起(お)きる時間(じかん)を教(おし)えてください

数字(すうじ)は全角(ぜんかく)で入力(にゅうりよく)してください

(れい:6時30分)

問5-2 あなたの週末(しゅうまつ)の起(お)きる時間(じかん)を教(おし)えてください。

数字(すうじ)は全角(せんかく)で入力(にゅうりよく)してください

(れい:7時)

問5-3 あなたの平日(へいじつ)のねる時間(じかん)を教(おし)えてください。数字(すうじ)は全角(ぜんかく)で入力(にゅうりよく)してください

(れい:9時)

問5-4 あなたの週末(しゅうまつ)のねる時間(じかん)を教(おし)えてください。

数字(すうじ)は全角(ぜんかく)で入力(にゅうりよく)してください

(れい:10時)

問6 ふとんに入(はい)って、すぐにねむりにつくことができますか

- すぐにねむりにつける
- すぐにではないが、すこしの時間(じかん)でねむりにつける
- なかなかねむれない
- 明け方(あけがた)までねむれない
- ねむれない

問7 朝(あさ)はすっきり目(め)がさめますか

- すっきり目(め)がさめる
- すこしねむい
- ねむくてなかなか起(お)きられない

わたしたちは、楽(たの)しい日(ひ)ばかりではなく、ちょっとさみしい日(ひ)も、楽(たの)しくない日(ひ)もあります。みなさんがこの1週間(しゅうかん)、どんな気持(きも)ちだったか、当(あ)てはまるものをえらんでください。

良(よい)い答(こた)え、悪(わる)い答(こた)えはありません。思(おも)ったとおりに答(こた)えてください。

問8-1 楽(たの)しみにしていることがたくさんある

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-2 とてもよくねむれる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-3 泣(な)きたいような気(き)がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-4 遊(あそ)びにでかけるのが好(す)きだ

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-5 逃(に)げ出(だ)したいような気(き)がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-6 おなかが痛(いた)くなる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-7 元氣(げんき)いっぱいだ

- いつもそうだ

- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-8 食事(しょくじ)が楽(たの)しい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-9 いじめられても自分(じぶん)で「やめて」といえる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-10 生(い)きていても仕方(しかた)ないとおもう

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-11 やろうと思(おも)ったことがうまくできる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-12 いつものように何(なに)をしても楽(たの)しい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-13 家族(かぞく)と話(はな)すのが好(す)きだ

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-14 こわい夢(ゆめ)を見(み)る

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-15 ひとりぼっちの気(き)がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-16 おちこんでいてもすぐに元気(げんき)になる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-17 とても悲(かな)しい気(き)がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-18 とてもたいくつな気(き)がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-19 いらいらしている

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-20 吐(は)き気(け)がする。気持(きも)ち悪(わる)い

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問8-21 排便(はいべん)のリズムがくずれやすい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問9 あなたは自分(じぶん)の体型(たいけい)をどう思(おも)いますか

- 太(ふと)っている
- すこし太(ふと)っている
- ふつう
- すこしやせている
- やせている

問10 あなたは自分(じぶん)の体型(たいけい)にたいして、「やせたい」もしくは「太(ふと)りたい」と思(おも)っていますか

- かなりやせたい
- すこしだけやせたい
- 今(いま)のままだよい
- すこし太(ふと)りたい
- かなり太(ふと)りたい

問11 学習塾(がくしゅうじゅく)にかよったり、家庭教師(かていきょうし)の先生(せんせい)に教(おそ)わったりしていますか

- はい
- いいえ

問12 学校以外(がっこういがい)での勉強(べんきょう)について教(おし)えてください。

学校(がっこう)の授業以外(じゅぎょういがい)に平日(へいじつ)1日(いち)あたりどれくらいの時間勉強(じかんべんきょう)していますか。

学習塾(がくしゅうじゅく)で勉強(べんきょう)している時間(じかん)や、家庭教師(かていきょうし)に教(おそ)わっている時間(じかん)もふくみます

- 3時間以上(じかんいじょう)
- 2時間以上(じかんいじょう)、3時間(じかん)よりすくない
- 1時間以上(じかんいじょう)、2時間(じかん)よりすくない
- 30分以上(ふんいじょう)、1時間(じかん)よりすくない

- 30分(ふん)よりすくない
- まったくしない

問13 あなたは、自分(じぶん)の携帯電話(けいたいでんわ)やスマートフォンを持(も)っていますか

- もっていない
- スマートフォンをもっている
- ガラケーまたはキッズ携帯(けいたい)をもっている
- その他(た)の通信端末(つうしんたんまつ)をもっている(iPad やタブレット、けいやくぎれのスマートフォンなど)

問14 ネットで利用(りよう)するものがあれば、あてはまるすべてのものをえらんでください。ネットとはメール、ゲーム、アプリ、サイトを見(み)るなど、パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話(けいたいでんわ)でおこなうものすべてのことをさします。

- スマホゲーム
- パソコンやゲーム機(き)でのゲーム
- LINE(ライン)
- Twitter(ツイッター)
- Facebook(フェイスブック)
- Instagram(インスタグラム)
- 動画(どうが)＜ユーチューブ、ニコニコ動画、ショウルーム、ティックトックなど＞
- ブログ
- ショッピング(オークション参加(さんか)や、音楽のダウンロード購入(こうにゆう)も含む)
- その他
- ネットは利用しない

問15 ゲーム機(き)でのゲームや、ネットをする時間(じかん)は1日(にち)のうちどのくらいですか

- 全(まった)くしない
- 30分(ふん)くらい
- 1時間(じかん)くらい
- 2時間(じかん)くらい
- 3時間(じかん)くらい
- 4時間以上(じかんいじょう)

問16-1 あなたはインターネットに夢中(むちゅう)になっていると感(かん)じますか？

くたとえば前回(ぜんかい)にインターネットでしたことを考(かんが)えたり、次回(じかい)インターネットをすることをまちのぞんでいたりなど>

- はい
- いいえ

問16-2 あなたは満足(まんぞく)をえるために、インターネットをつかう時間(じかん)をだんだん長(なが)くしていかなければならないと感(かん)じていますか

- はい
- いいえ

問16-3 あなたは、インターネット使用(しよう)を制限(せいげん)したり、時間(じかん)を減(へ)らしたり、完全(かんぜん)にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか

- はい
- いいえ

問16-4 インターネットの使用時間(しょうじかん)を短(みじか)くしたり、完全(かんぜん)にやめようとした時(とき)、おちつかなかったり、不機嫌(ふきげん)やおちこみ、またはイライラなどを感(かん)じましたか

- はい
- いいえ

問16-5 あなたは、つかいはじめに決(き)めた時間(じかん)よりも長(なが)い時間(じかん)インターネットを接続(せつぞく)した状態(じょうたい)でいますか

- はい
- いいえ

問16-6 あなたは、インターネットのために大切(たいせつ)な人間関係(にんげんかんけい)、学校のことや、部活動(ぶかつどう)のことをだいにしにしたり、あやうくするようなことがありましたか

- はい
- いいえ

問16-7 あなたは、インターネットへの熱中(ねっちゅう)のしすぎをかくすために、家族(かぞく)、学校(がっこう)の先生(せんせい)やその他(た)の人(ひと)たちにうそをついたことがありますか

- はい
- いいえ

問16-8 あなたは、問題(もんだい)から逃(に)げるために、または、絶望的(ぜつぼうてき)な気持ち(きもち)、罪悪感(ざいあくかん)、不安(ふあん)、おちこみなどといった嫌(いや)な気持ち(きもち)から逃(に)げるためにインターネットをつかいますか

- はい
- いいえ

質問は以上です。ありがとうございました。

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査(中学生用)

みなさん、元気に学校に通っていますか。

わたしたちは今、甲州市の児童生徒のみなさんが、楽しくいきいきした毎日過ごすには何が大切か、学校の先生がみなさんに対してできる手助けはどのようなものか、一生懸命に考えています。

この調査は、その参考とさせていただくため、普段の生活の様子や感じていること、体調などについて、お聞きするものです。

あまり深く考えずに、感じたままにお答えください。

ご協力をお願いいたします。

＜お答えになる前に必ずお読みください＞

- 書いてある文をよく読んでから、お答えください
- この調査はみなさんの健康支援のために使用します。個人情報を守りますが、担任の先生や養護の先生たちが支援のために使います。
- 調査の結果は山梨大学の先生たちと協力してまとめ、学術集会などで公表することがありますが、個人は特定されませんので安心してお答えください。

学年を教えてください

- 1 年
- 2 年
- 3 年

クラスを教えてください

- 1 組(A 組)
- 2 組(B 組)
- 3 組(C 組)
- 4 組(D 組)
- 5 組(E 組)

出席番号を教えてください

性別を教えてください

- 男
- 女

問 1 あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに☑してください)

- 家族のだれか
- 学校の先生
- 友だち
- いない
- その他:

問 2 あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。

- はい
- いいえ

- わからない

問 3 あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。

- 毎朝食べない
- 5～6回は食べない
- 3～4回は食べない
- 1～2回は食べない
- 毎朝食べる

問 4 あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1 朝の歯みがきについて

- 毎朝、歯みがきをしている
- 歯みがきをしたり、しなかったりする
- 朝は歯みがきをしない

問 4-2 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて

- 毎晩、歯みがきをしている
- 歯みがきをしたり、しなかったり
- 夜は歯みがきをしない

問 5 あなたの運動習慣について教えてください

問 5-1 あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。

- 楽しい
- やや楽しい
- どちらともいえない
- あまり楽しくない
- まったく楽しくない

「身体活動」についての説明

身体活動とは、心臓がドキドキしたり息切れしたりするような全ての活動のことです。身体活動は、スポーツや友だちと遊ぶこと、学校へ徒歩で通うことも入ります。

身体活動のいくつかの例として、ランニング、速歩き、ローラースケート、自転車、ダンス、スケートボード、水泳、サッカー、バスケットボール、サーフィンなどがあります。

問 5-2 あなたは、最近の7日間に、1日あたり少なくとも合計60分間の身体活動をした日は、何日ありましたか。

それぞれの日に、あなたが身体活動に費やすすべての時間を合計してください

- 0日
- 1日
- 2日
- 3日
- 4日
- 5日
- 6日
- 7日

問 5-3 授業以外:あなたは、ふだん、自由な時間に、息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を何回しますか

- 毎日
- 週に 4～6 回
- 週に 2～3 回
- 週に 1 回
- 月に 1 回
- 月に 1 回未満
- まったくしない

問 5-4 授業以外:あなたは、ふだん、自由な時間に、息切れしたり汗をかいたりするくらいの運動を1週間に何時間しますか

- ぜんぜんしない
- およそ 30 分
- およそ 1 時間
- およそ 2～3 時間
- およそ 4～6 時間
- およそ 7 時間以上

問 6-1 あなたの平日の就寝時刻を教えてください(記載例:数字は全角で11時30分)

問 6-2 あなたの平日の起床時刻を教えてください(記載例:数字は全角で6時)

問 6-3 あなたの週末の就寝時刻を教えてください(記載例:数字は全角で11時30分)

問 6-4 あなたの週末の起床時刻を教えてください(記載例:数字は全角で7時)

問 7 布団に入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか

- すぐに眠りにつける
- すぐにではないが、少しの時間で眠りにつける
- なかなか眠れない
- 明け方まで眠れない
- 眠れない

問 8 朝はすっきり目が覚めますか

- すっきり目が覚める
- 少し眠い
- 眠くてなかなか起きられない

問 9 あなたは自分の体型をどう思いますか

- 太っている
- 少し太っている
- 普通
- 少しやせている
- やせている

問 10 あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか

- かなりやせたい
- 少しだけやせたい
- 今のままだよい
- 少し太りたい

- かなり太りたい

私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに☑をつけてください。良い答え、悪い答えはありません 思ったとおりに答えてください

問 11-1 楽しみにしていることがたくさんある

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-2 とても良く眠れる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-3 泣きたいような気がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-4 遊びに出かけるのが好きだ

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-5 逃げ出したいような気がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-6 おなかが痛くなる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-7 元気いっぱいだ

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-8 食事が楽しい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-9 いじめられても自分で「やめて」といえる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-10 生きていても仕方がないと思う

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-11 やろうと思ったことがうまくできる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-12 いつものように何をしてても楽しい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-13 家族と話すのが好きだ

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-14 こわい夢を見る

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-15 一人ぼっちの気がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-16 落ち込んでいてもすぐに元気になる

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-17 とても悲しい気がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-18 とても退屈な気がする

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-19 いらいらしている

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

問 11-20 吐き気がする 気持ちが悪い

- いつもそうだ
- ときどきそうだ

- そんなことはない

問 11-21 排便のリズムがくずれやすい

- いつもそうだ
- ときどきそうだ
- そんなことはない

あなたの体調について教えてください

問 12-1 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-2 立っていると気持ちが悪くなる

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-3 入浴時あるいは、嫌なことを見聞きすると気持ちが悪くなる

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-4 少し動くと動悸(心臓がばくばくする)あるいは、息切れがする

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-5 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-6 顔色が青白いと言われる あるいは自分でそう思う

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-7 食欲がない

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-8 強い腹痛がある

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-9 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-10 頭痛がする

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 12-11 乗り物に酔う

- ない
- まれに・たまにある(1～2ヶ月に1～3回以下)
- ときどき・しばしばある(週に1回以上)

問 13 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか

- はい
- いいえ

問 14 学校の授業時間以外に、平日 1 日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか(学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間も含みます)

- 3 時間以上
- 2 時間以上、3 時間より少ない
- 1 時間以上、2 時間より少ない
- 30 分以上、1 時間より少ない
- 30 分より少ない
- まったくしない

問 15 あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか

- 持っていない
- スマートフォンを持っている
- ガラケーを持っている
- その他の通信端末を持っている(iPad やタブレット、契約切れスマートフォンなど)

ここからは、あなたのインターネットの使用について教えて下さい。

ここでいう「ネット」とはメール・ゲーム・アプリ・サイトを見るなどの「パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話」で行うすべてのことを指します。

問 16 下の欄の中で、ネットで利用するものがあれば、すべてのものに☑をつけてください

- スマホゲーム
- パソコンやゲーム機でのゲーム
- LINE(ライン)
- Twitter(ツイッター)
- Facebook(フェイスブック)
- Instagram(インスタグラム)
- 動画(youtube ニコニコ動画 SHOWROOM TikToku など)
- ブログ
- 掲示板やまとめサイト
- ショッピング(オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む)
- その他
- ネットは利用しない

問 17 ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1 日のうちのどのくらいですか

- 全くしない

- 30 分くらい
- 1 時間くらい
- 2 時間くらい
- 3 時間くらい
- 4 時間以上

問 18 ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに☑をつけてください

- ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある
- 動画をアップしたことがある
- 学校裏サイトをみたことがある
- ネットで嫌な思いをしたことがある
- ネットで知り合った人と、実際に会った事がある
- ネットは利用しない

ネットの利用について、あてはまる方に☑をしてください

問 19-1 あなたはインターネットに夢中になっていると感じますか(たとえば、前回にインターネットでしたことを考えたり、次回インターネットをすることを待ち望んでいたり、など)

- いいえ
- はい

問 19-2 あなたは、満足を得るために、インターネットを使う時間をだんだん長くしていかなければならないと感じていますか？

- いいえ
- はい

問 19-3 あなたは、インターネット使用を制限したり、時間を減らしたり、完全にやめようとしたが、うまくいかなかったことがたびたびありましたか？

- いいえ
- はい

問 19-4 インターネットの使用時間を短くしたり、完全にやめようとした時、落ち着かなかったり、不機嫌や落ち込み、またはイライラなど感じましたか？

- いいえ
- はい

問 19-5 あなたは、使いはじめに意図したよりも長い時間インターネットを接続した状態でいますか？

- いいえ
- はい

問 19-6 あなたは、インターネットのために大切な人間関係、学校のことや、部活動のことを台無しにしたり、あやうくするようなことがありましたか？

- いいえ
- はい

問 19-7 あなたは、インターネットへの熱中のしすぎをかくすために、家族、学校の先生やその他の人たちにうそをついたことがありますか？

- いいえ
- はい

問 19-8 あなたは、問題から逃げるために、または、絶望的な気持ち、罪悪感、不安、落ち込みなどといったいやな気持ちから逃げるために、インターネットを使いますか？

- いいえ
- はい

質問は以上になります。ありがとうございました。

甲州市

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 報告書

令和 6 年度

令和 7（2025）年 2 月発行

－ 編集・発行 －

甲州市 健康増進課

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座

〒409-3898 山梨県中央市下河東 1110

TEL：055-273-9566 FAX：055-273-7882

山梨大学大学院 総合研究部 社会医学講座