

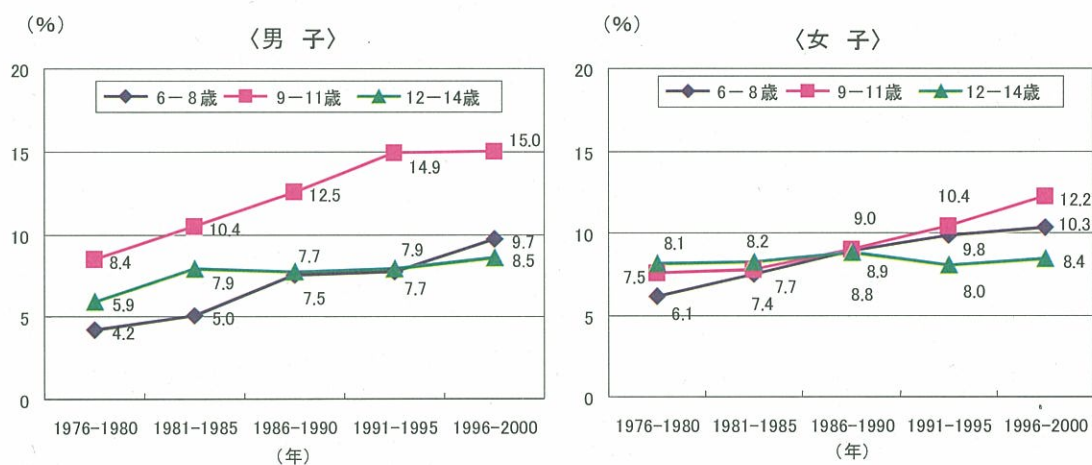
# 1 子どもの食をめぐる現状と課題

## 1) 子どもの変化

### ◆小児期における肥満の増加と思春期やせの発現

6～14歳における肥満の割合について、1976年から2000年までの年次推移をみると、男女とも、9～11歳でその増加が大きく、1996～2000年では男子で15.0%、女子で12.2%となっています。他の年齢においても、肥満の割合は8～10%みられます（図1）。また、12歳の男子において肥満の程度別に総コレステロール値や血圧の状況の関連をみた調査結果では、肥満群では正常群に比べいずれも高値を示しているという報告<sup>1)</sup>もあります。

図1 肥満の年次推移（6～14歳）



（「日比式による標準体重20%以上」を肥満とした）

資料：厚生労働省「国民栄養調査」

一方、「健やか親子 21」という21世紀の母子保健分野の主要な取組を示した計画の中には、指標の一つとして「15歳の女性の思春期やせ症の発生頻度」が盛り込まれています。平成14年度に全国規模の調査が行われましたが、中学1年から高校3年までの思春期やせ症の発症率は2.3%、さらに、成長曲線を一定の基準以上に外れるような急激なやせ方をしている「不健康やせ」の割合が中学3年で5.5%、高校3年で13.4%みられました<sup>2)</sup>。心の問題と密接に関連した健康課題の一つであり、骨量の減少や不妊といった将来的な健康に深刻な影響をもたらすことも懸念されます。

また、自分の体型に対して、「やせたい」とする者の割合は女子で高く、小学校5、6年生で約5割、高校生では約9割にのぼり、高校生ではこのうち半数が“かなりやせたい”と回答しており、瘦身願望が強い傾向もうかがえます<sup>3)</sup>。

特に、15-19歳の女子では、平成10年と平成14年を比較すると、体型に対する自己評価について、現実の体重が「普通」「低体重（やせ）」でありながら「太っている」と評価する者が増加しています（図2）。また、「太っている」と評価する理由については、「他人と比べて」が65.8%と高率を占めています。

図2 現実の体型別 体型に対する自己評価  
(15-19歳女子)



資料：厚生労働省「国民栄養調査」

◆幼児期にもみられる朝食の欠食

朝食の状況については、1～6歳においても“週に1～2回しか食べない”子どもが2%前後みられます（表1）。“週に1～2回めく”“週に3～4回めく”をあわせると10%前後になり、朝食の欠食の問題も低年齢化しています。

表1 幼児の朝食の喫食状況

	1歳	2歳	3歳	4歳	5-6歳
毎日食べる	89.3	85.0	83.6	87.8	89.6
週に1～2回めく	6.3	10.5	10.3	7.2	6.9
週に3～4回めく	0.4	1.0	1.5	0.6	0.7
週に1～2回しか食べない	1.6	2.0	2.0	2.2	1.6
その他	2.3	1.3	2.1	1.9	1.0
無記入・不明	0.1	0.2	0.6	0.2	0.2

資料：(社)日本小児保健協会「平成12年幼児健康度調査」

小学生及び中学生において、平成7年と12年を比較してみると、“必ず食べる”生徒の割合が若干減少し、“ほとんど食べない”生徒の割合が増加しています。中学生では“ほとんど食べない”生徒が男女ともに5%みられます<sup>4)</sup>。

◆増える通塾率

小、中学生の通塾率の推移をみると、いずれの学年においても増加しています。また学年が上がるにつれ通塾率は高くなり、小学6年生で4割、中学3年生では7割近くを占めています<sup>5)</sup>。学校以外での子どもの活動が増え、夕食も含め、食事リズムや生活リズムを規則的にすることがますます難しくなっています。

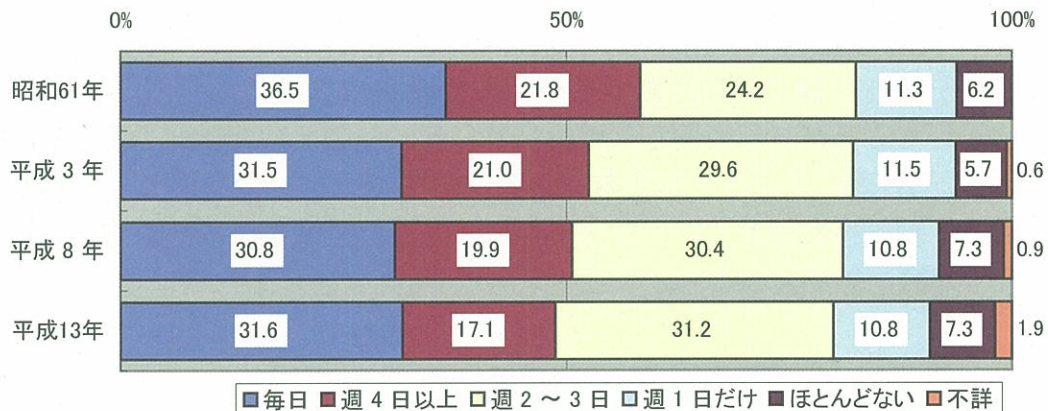


## 2) 親、親子のかかわり、家庭の変化

### ◆家族揃って夕食をとる頻度の減少

家族揃って夕食をとる頻度について、昭和61年から平成13年までの年次推移をみると、“毎日食べる”、“週4日以上食べる”が減少しており、家族揃って夕食を食べる機会は減少しています(図3)。また、子どもがひとりだけで食べる、いわゆる孤食も増えています<sup>6)</sup>。社会環境やライフスタイルの変化にともない、家族揃って食べる機会が少なくなっているからこそ、家族揃って食べる貴重な機会をどう活かすか、その質のあり方がいっそう重要になってきます。

図3 家族揃って夕食をとる頻度



資料：厚生労働省「児童環境調査」

### ◆おやつとのえ方について“時間を決めて”が激減

幼児におけるおやつとのえ方について、平成2年と平成12年を比較してみると、平成2年に比べて平成12年では、“特に気をつけていない”と回答している者の割合が10~20%高くなっています。一方、“時間を決めて”与えるという回答は、20~30%減少しています。さらに、“欲しがる時に”与えるという回答については、平成2年では子どもの年齢が上がるに従ってその割合は下がっていますが、平成12年においては年齢が上がるに従ってその割合が増えています(図4)。おやつというものの一つをとってみても、家庭のなかでの対応の仕方が大きく変わってきています。