

平成 25 年度

香川県小児生活習慣病予防健診結果の概要

目 次

I 調査の概要

II 結果の概要

1. 肥満の状況

2. 血液検査の状況

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

2.2 HbA1c

2.3 肝機能（AST、ALT、 γ -GTP）

3. 生活習慣の状況

3.1 食事（規則性、食べる量、食べる速さ）

3.2 食事（朝食、昼食、夜食）

3.3 食事（好き嫌い、肉と魚、既製品、健康上の注意）

3.4 運動

3.5 ゲーム

3.6 睡眠

3.7 食事時間

4. 生活習慣と肥満傾向の関係

5. 生活習慣と脂質異常の関係

6. 生活習慣と糖尿病の関係

7. 生活習慣と肝機能異常の関係

I. 調査の概要

1. 調査の目的

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

2. 調査対象および客体

対象：小学4年生

参加市町：16市町

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

3. 調査の時期

高松市 : 平成25年9月～11月
丸亀市 : 平成25年9月～12月
坂出市 : 平成25年9月
善通寺市 : 平成25年9月～10月
観音寺市 : 平成25年10月～11月
さぬき市 : 平成25年6月、9月～11月
三豊市 : 平成25年9月～11月
土庄町 : 平成25年6月
小豆島町 : 平成25年6月
三木町 : 平成25年9月～10月
直島町 : 平成25年5月
宇多津町 : 平成25年6月
綾川町 : 平成25年9月～10月
琴平町 : 平成25年10月～11月
多度津町 : 平成26年1月
まんのう町 : 平成25年6月～7月

4. 調査項目

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

5. 調査の方法

1) 上記香川県内の16市町の各学校において、小児生活習慣病予防健診について保護者に説明したうえで、健診受診の希望調査などを行い、保護者に対して生活習慣調査用紙を配布した。生活習慣調査

は自記式アンケートとなっており、後日回収した。

2) その後、各学校において血液検査を実施した。

3) 血液検査のデータ・体格調査・生活習慣調査等のデータは、各市町教育委員会および香川県健康福祉部健康福祉総務課を経由して集積され、解析に供された。

4) データ解析は SPSS ver.20 (IBM 社)、Stata SE ver13 (STATA 社) を用いた。頻度の比較にはカイ自乗検定を行った。また分割表において各セルの度数が少ない場合 (期待値が 5 以下のセルが全体のセルの 20%以上ある) には、Fischer の正確確率検定を用いた。統計的有意差の基準は $p<0.05$ とした。

6. 客体の概要

調査の客体は、小学 4 年生 7,907 人であった。

市町名	対象者	実施人数	実施率
高松市	3,952	3,650	92.4%
丸亀市	1,103	905	82.0%
坂出市	432	396	91.7%
善通寺市	270	226	83.7%
観音寺市	553	503	91.0%
さぬき市	463	431	93.1%
三豊市	605	597	98.7%
土庄町	82	81	98.8%
小豆島町	87	78	89.7%
三木町	250	250	100.0%
直島町	18	17	94.4%
宇多津町	192	173	90.1%
綾川町	211	209	99.1%
琴平町	70	68	97.1%
多度津町	200	182	91.0%
まんのう町	148	141	95.3%
合計	8,636	7,907	91.6%

※対象者数は、香川県教育委員会「学校一覧」における小学 4 年生の児童数 (平成 25 年 5 月 1 日現在)

7. 本調査で用いた判定基準、分類について

1) 肥満度

小児では、肥満を評価するのに文部科学省方式の「肥満度」を用いることが多く、本調査においてもこれに従った。標準体重の算出には身長、体重の他に年齢と性別の情報が必要であるが、一部に計測時の年齢が記載されていないものがあった。そこで、年齢が記載されているものはその年齢を用いて、記載されていないものについては、各学年に該当する二つの年齢（例えば、小学校4年生であれば9歳と10歳）について標準体重を算出し、両者の平均値を用いた。

肥満度分類 文部科学省方式		
肥満度	分類	痩身傾向・肥満傾向
-20%以下	やせ	痩身傾向
20%以上30%未満	軽度肥満	肥満傾向
30%以上50%未満	中等度肥満	
50%以上	高度肥満	

肥満度（過体重度）

$$= [\text{実測体重(kg)} - \text{身長別標準体重(kg)}] \div \text{身長別標準体重(kg)} \times 100 (\%)$$

*
$$\text{身長別標準体重(kg)} = a \times \text{実測身長(cm)} - b$$

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

【文献】

- ・財団法人日本学校保健会『児童生徒の健康診断マニュアル（改訂版）平成18年』
- ・学校保健統計調査-平成25年度（速報）

2) 血液検査について

①脂質

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

また「脂質異常」については、総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうち、どれかひとつでも異常値を示したものを「脂質異常」として分類した。

脂質

「小児（学齢期）の高脂血症の判定基準」虚血性心疾患の一次予防ガイドライン（2012年改定版）

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

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

「脂質異常」

総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうち、どれかひとつでも異常値（高値及び低値）を示したものを「脂質異常」として分類した。

【文献】

・虚血性心疾患の一次予防ガイドライン（2012年改定版）

http://www.j-circ.or.jp/guideline/pdf/JCS2012_shimamoto_h.pdf

②HbA1c

糖尿病に関する HbA1c 値については、国際標準化された NGSP 値 (National Glycohemoglobin Standardization Program : 国際標準値) が採用されている。本調査においては、2010 年 6 月に日本糖尿病学会が公表した「糖尿病の分類と診断基準に関する委員会報告」に準拠し分類した。

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

【文献】

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

③肝機能 (AST、ALT、 γ -GTP)

AST、ALT、 γ -GTPについては、複数の判定基準が存在する。本調査においては、「日本人小児の臨床検査基準値」(小児基準値研究班)の10歳を用いた。平成24年度から若干の変更を行ったが、本報告書では平成24年度分について再集計した数値を掲載している。

また「肝機能異常」については、AST、ALT、 γ -GTPのうち、どれかひとつでも異常値を示したものを「肝機能異常」として分類した。

肝機能

日本人小児の臨床検査基準値 (小児基準値研究班)

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

それぞれ2.5パーセンタイル値 - 97.5パーセンタイル値

「肝機能異常」

AST、ALT、 γ -GTPのうち、どれかひとつでも異常値を示したものを「肝機能異常」として分類した。

【文献】

日本人小児の臨床検査基準値. 小児基準値研究班編. 日本公衆衛生協会. 東京. 1997

Ⅱ. 結果の概要

1. 肥満の状況

肥満とやせ

平成 24 年度に比べて、男女とも肥満傾向はわずかに減少、痩身傾向はわずかに増加した。ただし、傾向としては大きな変化はない。

・肥満傾向（20%以上）と痩身傾向（-20%以下）の割合

平成 25 年度

男子 肥満傾向 11.0%、痩身傾向 2.3%

女子 肥満傾向 8.6%、痩身傾向 2.7%

平成 24 年度

男子 肥満傾向 11.7%、痩身傾向 1.9%

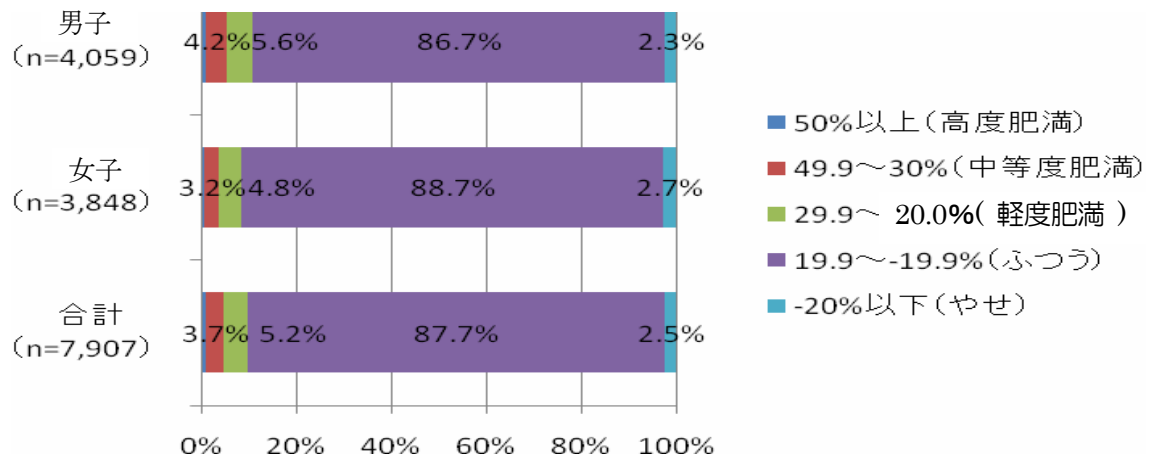
女子 肥満傾向 9.3%、痩身傾向 2.4%

参考値 平成 25 年度香川県学校保健統計調査

9 歳	男子（香川県）肥満傾向 7.95%、痩身傾向 2.28%
	（全 国）肥満傾向 8.90%、痩身傾向 1.78%
女子（香川県）肥満傾向 10.51%、痩身傾向 1.86%	（全 国）肥満傾向 7.58%、痩身傾向 1.90%
	10 歳
	（全 国）肥満傾向 10.90%、痩身傾向 2.48%
	女子（香川県）肥満傾向 7.64%、痩身傾向 2.92%
	（全 国）肥満傾向 7.96%、痩身傾向 2.89%

注：年齢構成、調査時期が異なるため、本調査と「平成 25 年度香川県学校保健統計調査」を比較することはできない。ここでは、参考値として「平成 25 年度香川県学校保健統計調査」の全国値、香川県値を記載した。

肥満の程度（5 分類）



2. 血液検査の状況

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

脂質

平成 24 年度に比べて、女子では脂質異常を示す割合がわずかに増加した。男子では大きな変化はなかった。

・脂質異常の割合

平成 25 年度 (男子) 10.2% (女子) 12.5%

平成 24 年度 (男子) 10.3% (女子) 12.0%

・総コレステロール 異常値 (220mg/dl 以上) の割合

平成 25 年度 (男子) 2.8% (女子) 3.8%

平成 24 年度 (男子) 3.3% (女子) 3.5%

・LDL コレステロール 異常値 (130mg/dl 以上) の割合

平成 25 年度 (男子) 5.3% (女子) 7.0%

平成 24 年度 (男子) 5.8% (女子) 6.6%

・HDL コレステロール 異常値 (40mg/dl 未満) の割合

平成 25 年度 (男子) 0.9% (女子) 1.2%

平成 24 年度 (男子) 0.8% (女子) 1.2%

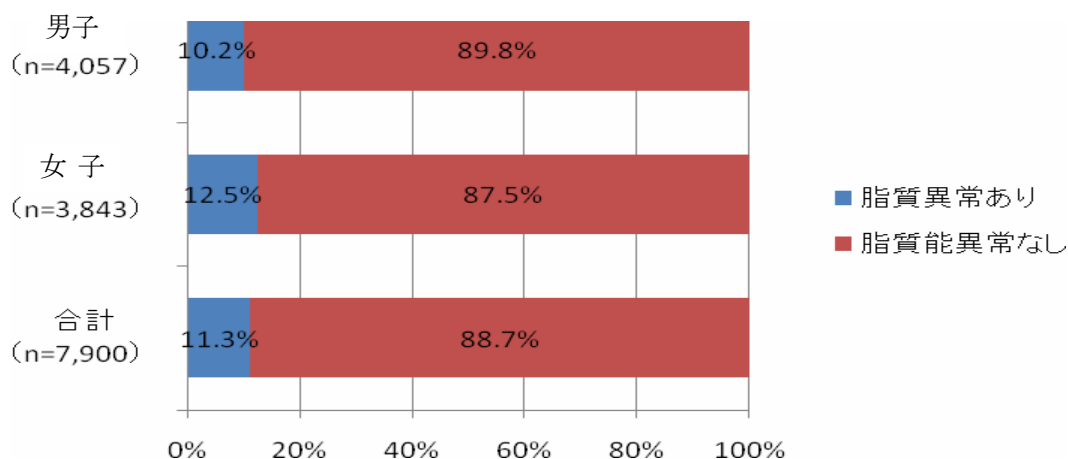
・中性脂肪 異常値 (140mg/dl 以上) の割合

平成 25 年度 (男子) 4.5% (女子) 4.7%

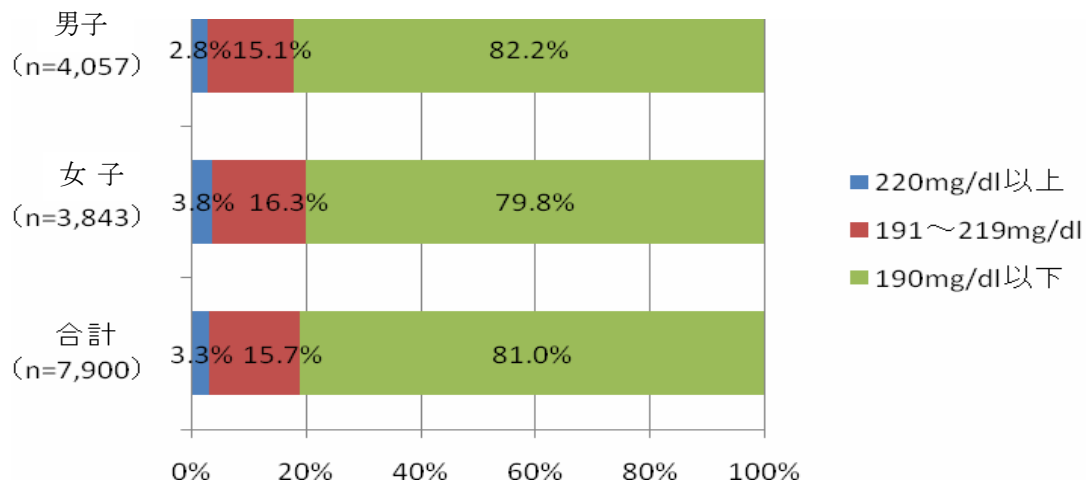
平成 24 年度 (男子) 3.8% (女子) 4.2%

注：本調査における「脂質異常」の定義は、「総コレステロール、LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪のうちいずれか一つでも異常値（高値及び低値）を示したもの」とした。

①脂質異常



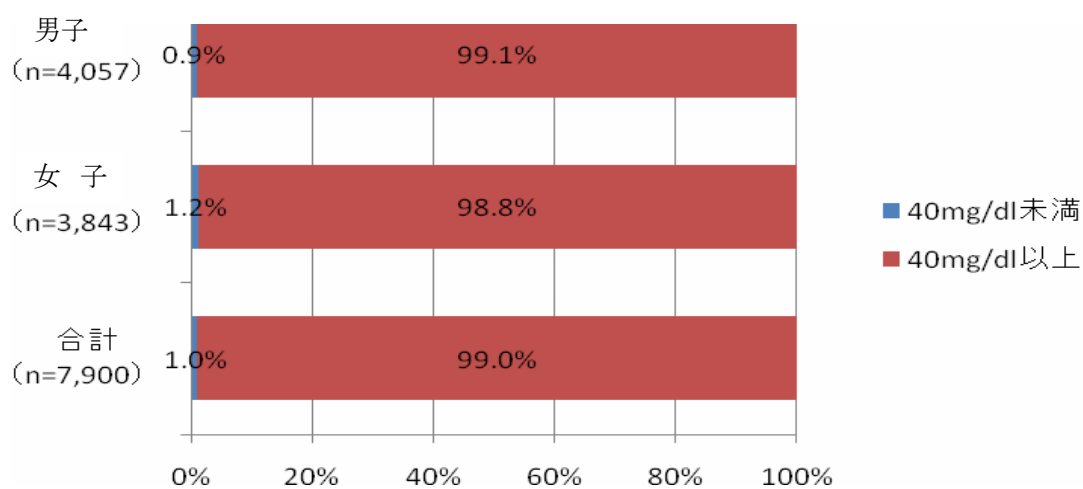
②総コレステロール



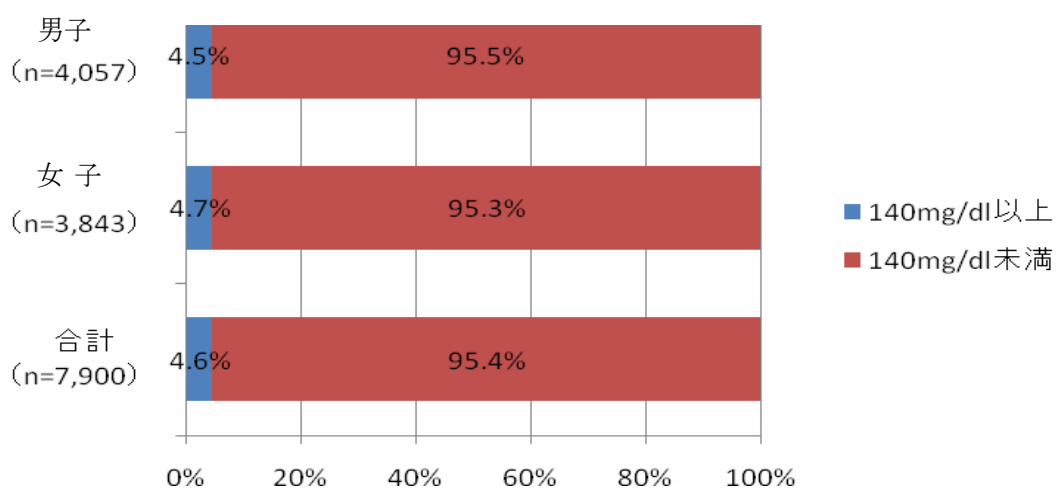
③LDL コレステロール



④HDL コレステロール



⑤中性脂肪



2.2 HbA1c

糖尿病

平成 24 年度に比べて、男女とも糖尿病の疑い、あるいは発症リスクの高い人の割合は、男子で 0.8 ポイント、女子で 2.2 ポイント増加した。ただし、年度間で検査手法、検査時期等が異なっており、さらなる経年的観察の後に判断することが望ましい。

- ・糖尿病が強く疑われる人 (HbA1c \geq 6.5%)
本調査では、該当者はわずかであった。
- ・糖尿病の疑いがある人 (HbA1c:6.0~6.4%)
平成 25 年度 (男子) 0.1% (女子) 0.1%
平成 24 年度 (男子) 0.4% (女子) 0.3%
- ・糖尿病を発症するリスクが高い人 (HbA1c:5.6~5.9%)
平成 25 年度 (男子) 11.2% (女子) 10.9%
平成 24 年度 (男子) 10.1% (女子) 8.5%
- ・糖尿病の疑い、あるいは発症リスクの高い人 (上記を合わせたもの)
平成 25 年度 (男子) 11.3% (女子) 11.1%
平成 24 年度 (男子) 10.5% (女子) 8.9%

注：

糖尿病が強く疑われる人 (HbA1c \geq 6.5%)

糖尿病が強く疑われるので、直ちに医療機関を受診させる。

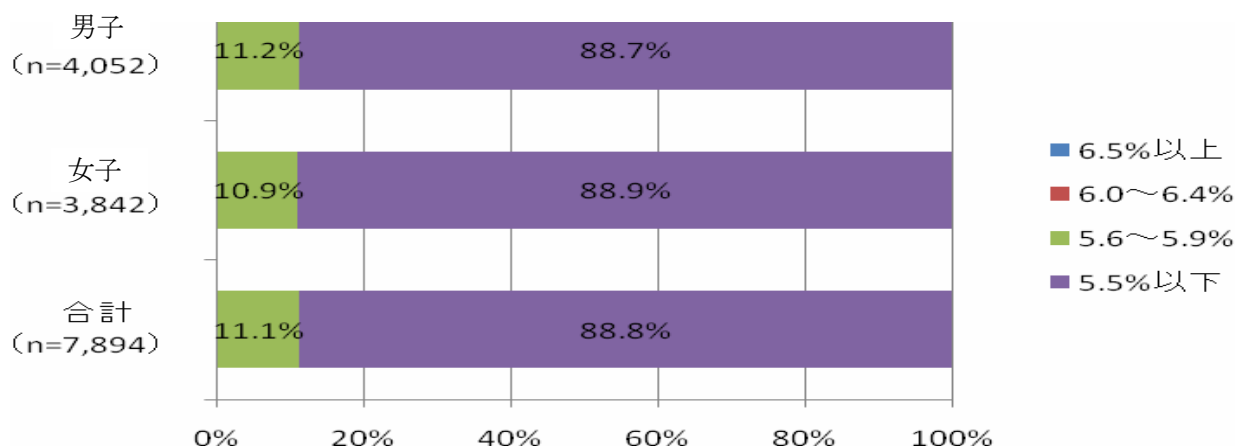
糖尿病の疑いがある人 (HbA1c:6.0~6.4%)

できるだけ OGTT を行う。その結果、境界型であれば追跡あるいは生活習慣指導を行い、糖尿病型であれば医療機関を受診させる。

糖尿発症のリスクが高い人 (HbA1c:5.6~5.9%)

将来の糖尿病発症や動脈硬化発症リスクが高いと考えられるので、他のリスク (家族歴、肥満、高血圧、脂質異常症など) も勘案して、情報提供、追跡あるいは OGTT を行う。

HbA1c



2.3 肝機能 (AST、ALT、 γ -GTP)

肝機能

平成 24 年度に比べて、男女とも肝機能異常の割合は減少した。個々の項目においても同様である。基準値について若干の変更を行ったため、平成 24 年度についても変更後の基準値で再集計している。

・肝機能異常の割合

平成 25 年度	(男子) 12.2%	(女子) 8.7%
平成 24 年度 (再集計)	(男子) 14.5%	(女子) 9.9%

・AST 異常値 (男子 36IU 以上、女子 33IU 以上) の割合

平成 25 年度	(男子) 3.9%	(女子) 3.7%
平成 24 年度 (再集計)	(男子) 4.9%	(女子) 4.3%

・ALT 異常値 (男子 22IU 以上、女子 21IU 以上) の割合

平成 25 年度	(男子) 9.6%	(女子) 4.8%
平成 24 年度 (再集計)	(男子) 11.3%	(女子) 5.7%

・ γ -GTP 異常値 (男子 22IU 以上、女子 19IU 以上) の割合

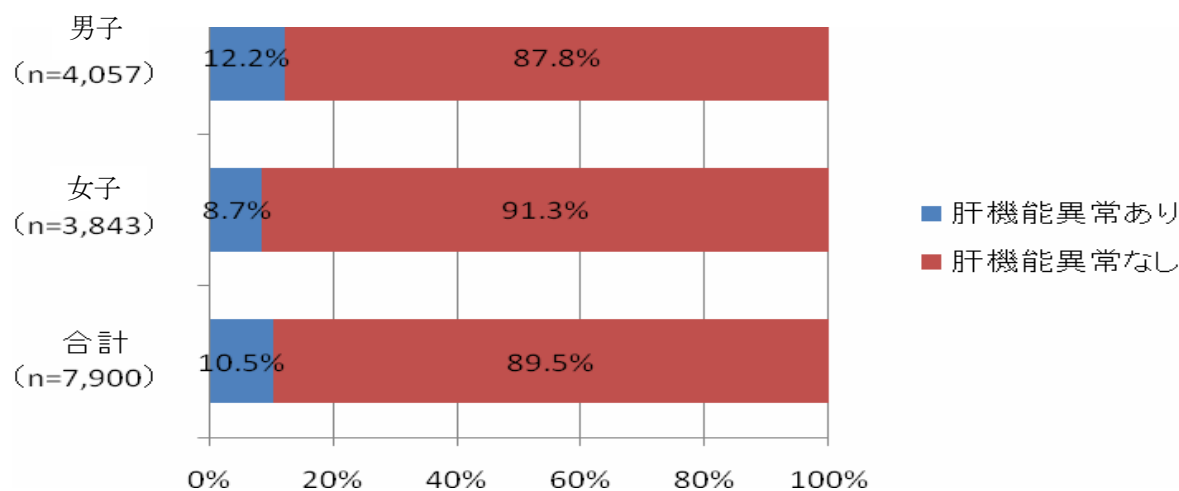
平成 25 年度	(男子) 4.1%	(女子) 3.7%
平成 24 年度 (再集計)	(男子) 4.7%	(女子) 3.8%

注：本調査における「肝機能異常」の定義は、「AST、ALT、 γ -GTP のうちいずれか一つでも異常値を示したもの」とした。

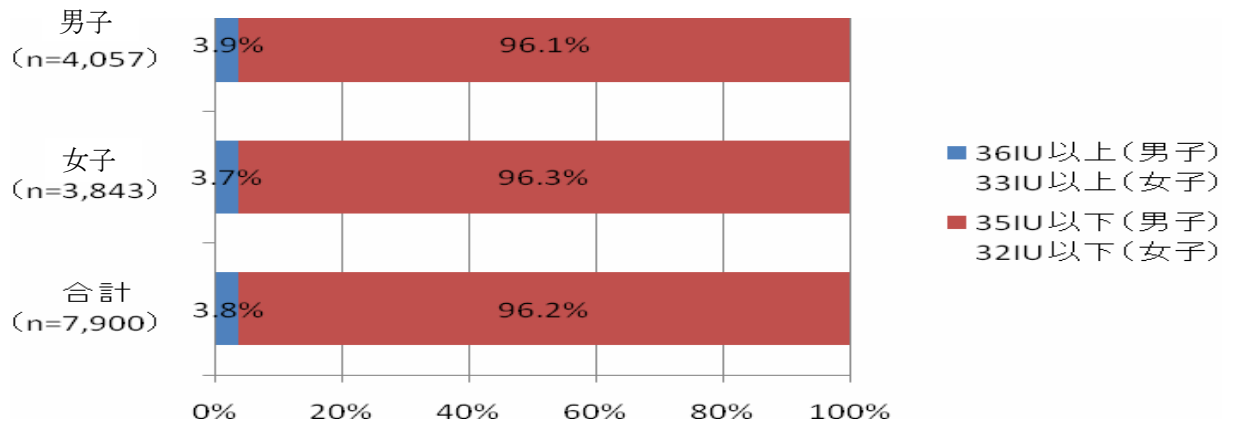
【文献】

日本人小児の臨床検査基準値. 小児基準値研究班編. 日本公衆衛生協会. 東京. 1997

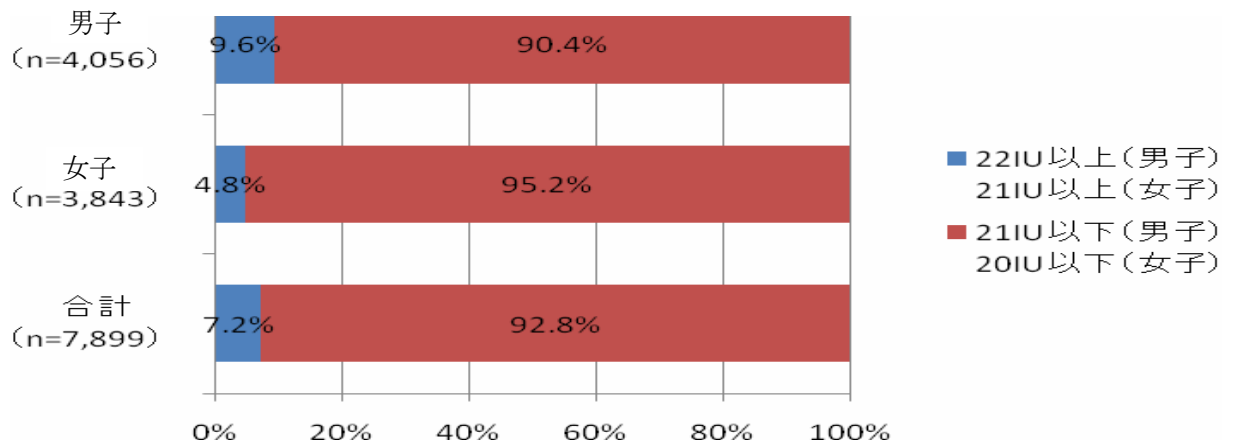
①肝機能異常



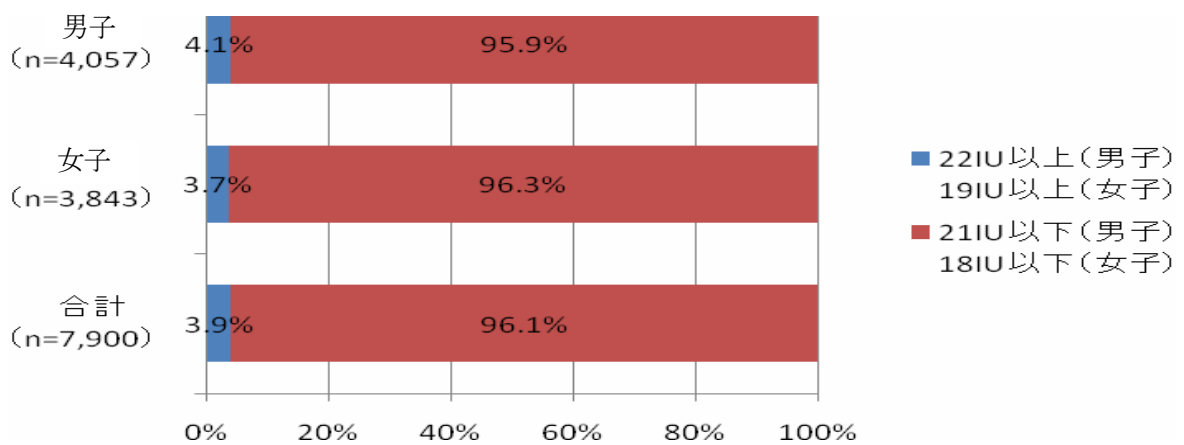
②AST



③ALT



④γ-GTP



3. 生活習慣の状況

3.1 食事（規則性、食べる量、食べる速さ）

食事（規則性、食べる量、食べる速さ）

平成 24 年度に比べて、傾向に大きな変化はみられなかった。

「食事を規則的にとっている」割合は、男女とも約 86%であった。

「腹八分目に食べる」と答えた割合は、男子 27.0%、女子 34.9%と女子が高く、「毎日腹一杯食べる」と答えた割合は、男子 18.2%、女子 15.0%と男子がやや高かった。

「ゆっくりよくかんで食べる」と答えた割合は、男子 14.4%、女子 24.7%と女子の割合が高く、「早く食べる」（いわゆる早食い）と答えた割合は、男子 13.8%、女子 4.7%と男子の割合が高かった。

・「食事を規則的にとっている」と答えた割合

平成 25 年度 （男子） 86.4% （女子） 86.3%

平成 24 年度 （男子） 86.5% （女子） 85.1%

・「腹八分目に食べる」と答えた割合

平成 25 年度 （男子） 27.0% （女子） 34.9%

平成 24 年度 （男子） 28.1% （女子） 38.6%

・「毎日腹一杯食べる」と答えた割合

平成 25 年度 （男子） 18.2% （女子） 15.0%

平成 24 年度 （男子） 19.6% （女子） 15.1%

・「ゆっくりよくかんで食べる」と答えた割合

平成 25 年度 （男子） 14.4% （女子） 24.7%

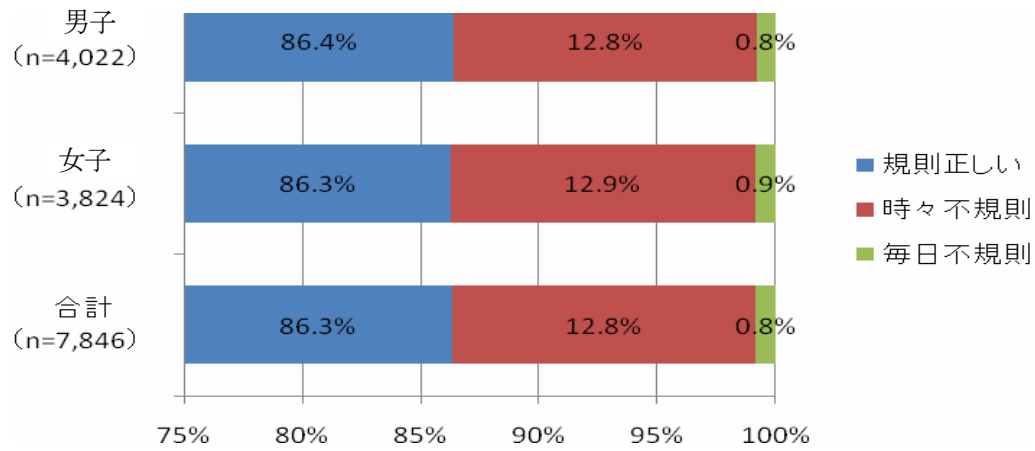
平成 24 年度 （男子） 14.0% （女子） 26.3%

・「早く食べる」と答えた割合（いわゆる早食い）

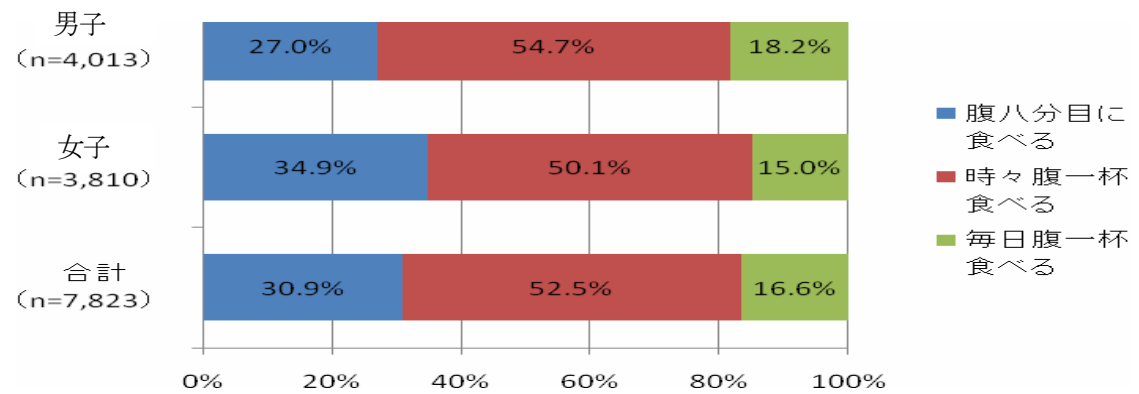
平成 25 年度 （男子） 13.8% （女子） 4.7%

平成 24 年度 （男子） 12.9% （女子） 4.9%

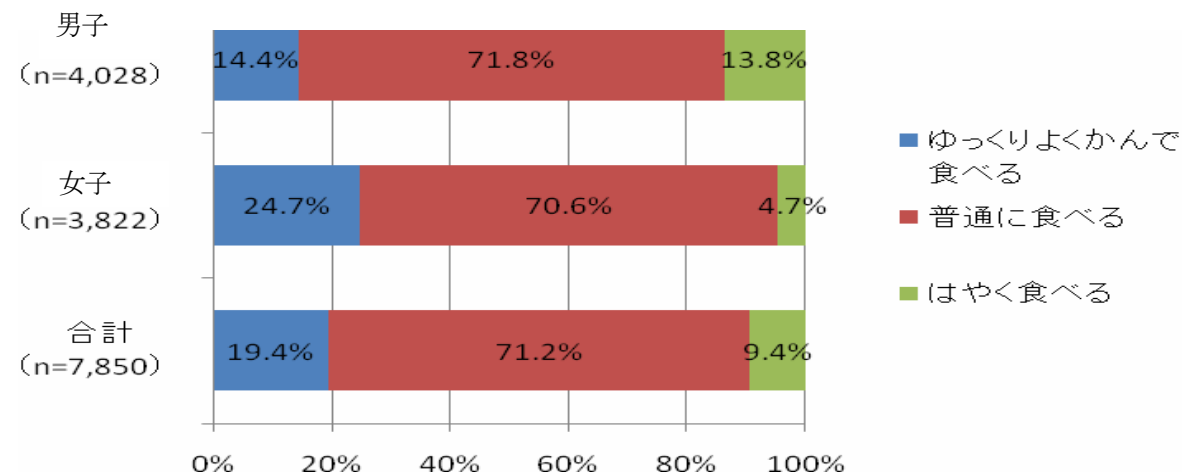
食事の規則性



食事量



食事の速さ



3.2 食事（朝食、昼食、夜食）

食事（朝食、昼食、夜食）

平成 24 年度に比べて、傾向に大きな変化はみられなかった。

「朝食を毎日食べている」割合は、男女とも約 90%であった。「ほとんど食べない」と回答したのは、男子 1.3%、女子 1.0%であった。

昼食（給食を除く）では、男女とも主食のついた食事をとっていた。

男女とも、約 1/4 が夜食を「時々」、または「ほとんど毎日」食べていた。

・朝食を毎日食べている割合

平成 25 年度 （男子） 89.7% （女子） 89.5%

平成 24 年度 （男子） 90.3% （女子） 89.7%

・朝食をほとんど食べない割合

平成 25 年度 （男子） 1.3% （女子） 1.0%

平成 24 年度 （男子） 1.2% （女子） 1.0%

・昼食に主食のついた食事を食べる割合

平成 25 年度 （男子） 99.8% （女子） 99.7%

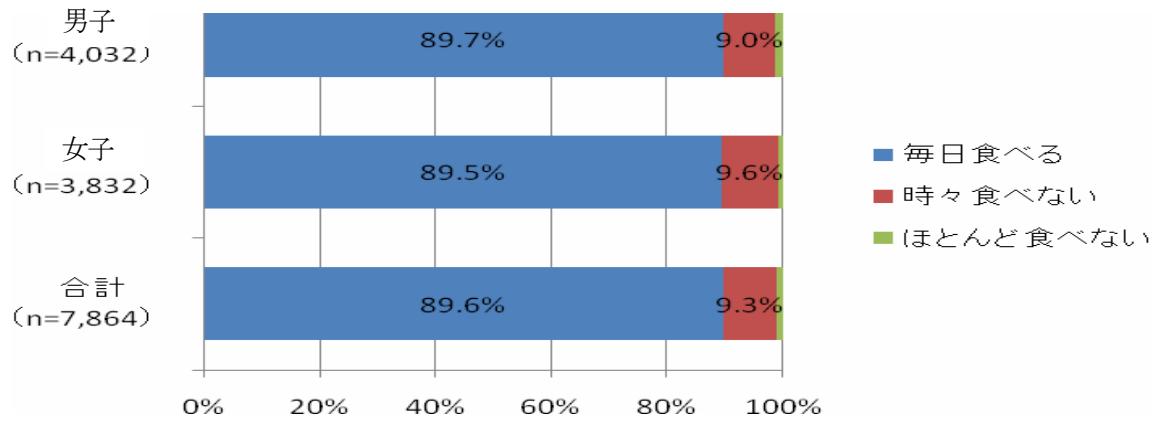
平成 24 年度 （男子） 99.8% （女子） 99.7%

・夜食を食べている割合（時々食べる、ほとんど毎日食べる）

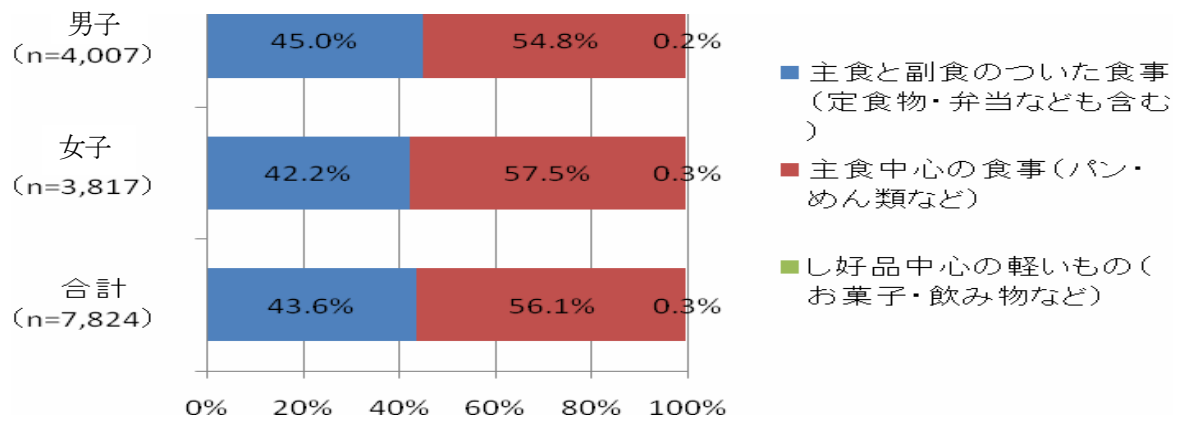
平成 25 年度 （男子） 26.4% （女子） 23.5%

平成 24 年度 （男子） 25.4% （女子） 23.9%

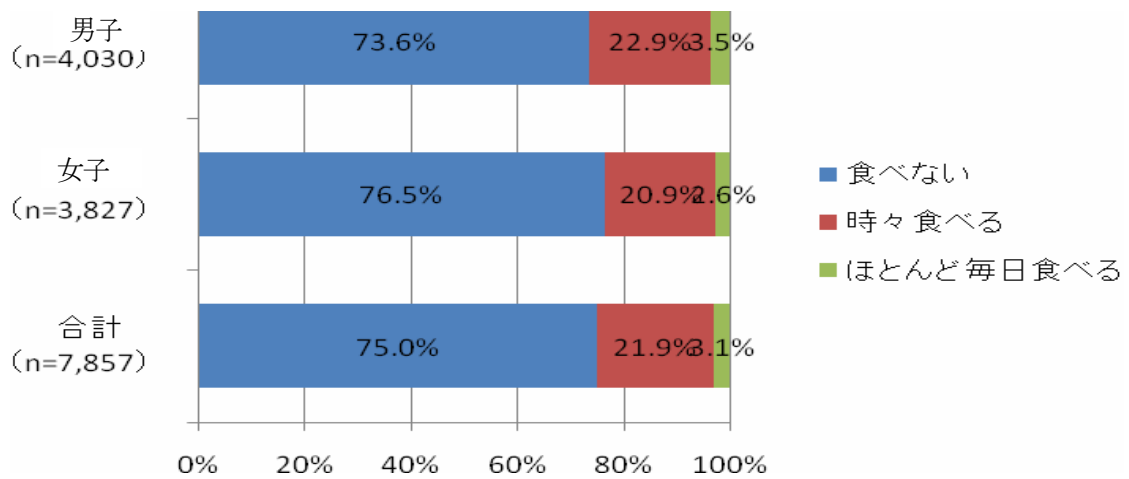
朝食の摂取



昼食の内容



夜食の摂取



3.3 食事（好き嫌い、肉と魚、既製品、健康上の注意）

食事（好き嫌い、肉と魚、既製品、健康上の注意）

平成 24 年度に比べて、「好き嫌いはない」と答えた割合は男子で 3.4 ポイント、女子で 2.7 ポイント減少した。「嫌いなものが多い」と答えた割合は男女ともわずかに増加した。その他の項目（肉と魚、既製品、健康上の注意）では、平成 24 年度に比べて傾向に大きな変化はみられなかった。

男女ともに魚類よりも肉類を多く食べる傾向が見られた。

「既製品（コロッケ・サラダ・和え物等）を週三回以上使用している」と答えた割合は、男女とも約 6%であった。

「健康上食事に特に注意している」と答えた割合は男女とも約 23%であった。

・「好き嫌いはない」と答えた割合

平成 25 年度	（男子） 25.8%	（女子） 21.7%
平成 24 年度	（男子） 29.2%	（女子） 24.4%

・「嫌いなものが多い」と答えた割合

平成 25 年度	（男子） 10.3%	（女子） 10.5%
平成 24 年度	（男子） 9.7%	（女子） 10.1%

・「肉より魚を食べる」と答えた割合

平成 25 年度	（男子） 6.9%	（女子） 9.2%
平成 24 年度	（男子） 7.0%	（女子） 8.7%

・「魚より肉を食べる」と答えた割合

平成 25 年度	（男子） 49.5%	（女子） 41.7%
平成 24 年度	（男子） 48.3%	（女子） 40.3%

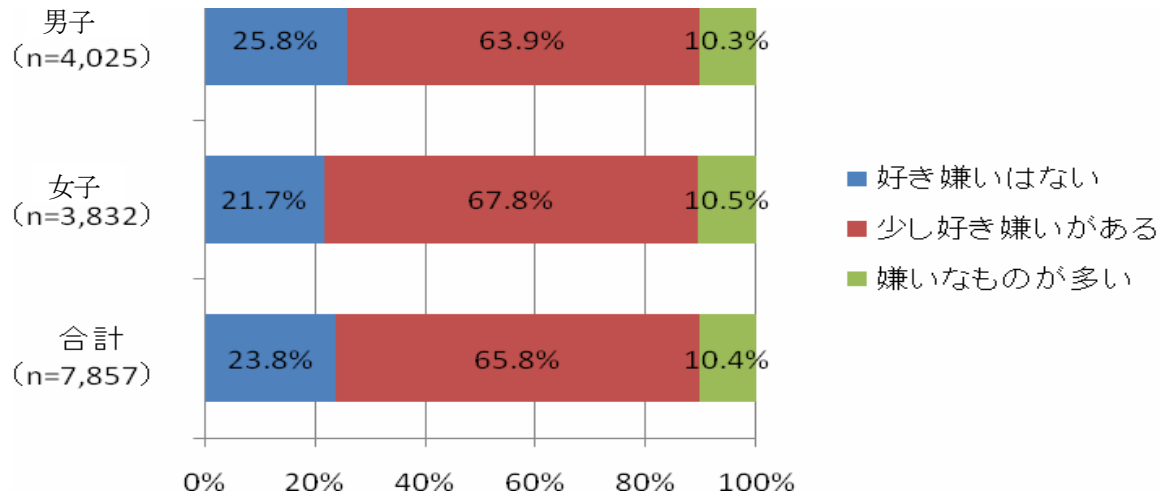
・「既製品」（コロッケ・サラダ・和え物等）を週三回以上使用していると答えた割合

平成 25 年度	（男子） 5.4%	（女子） 6.1%
平成 24 年度	（男子） 6.1%	（女子） 5.8%

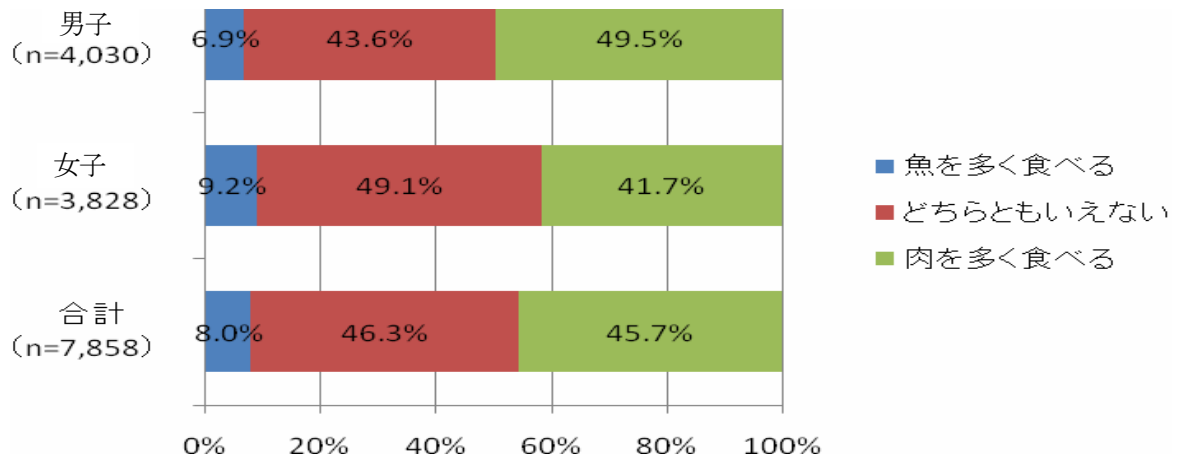
・「健康上食事に特に注意している」と答えた割合

平成 25 年度	（男子） 22.8%	（女子） 22.9%
平成 24 年度	（男子） 23.2%	（女子） 23.9%

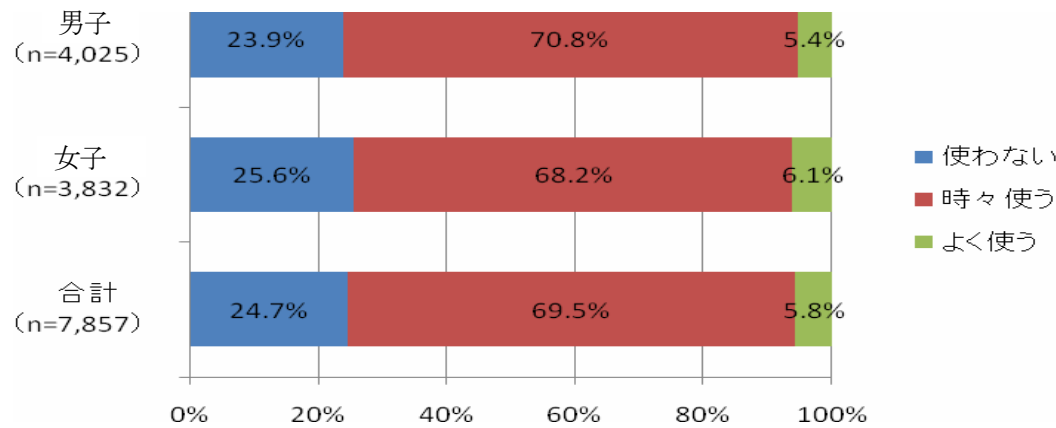
食事の好き嫌い



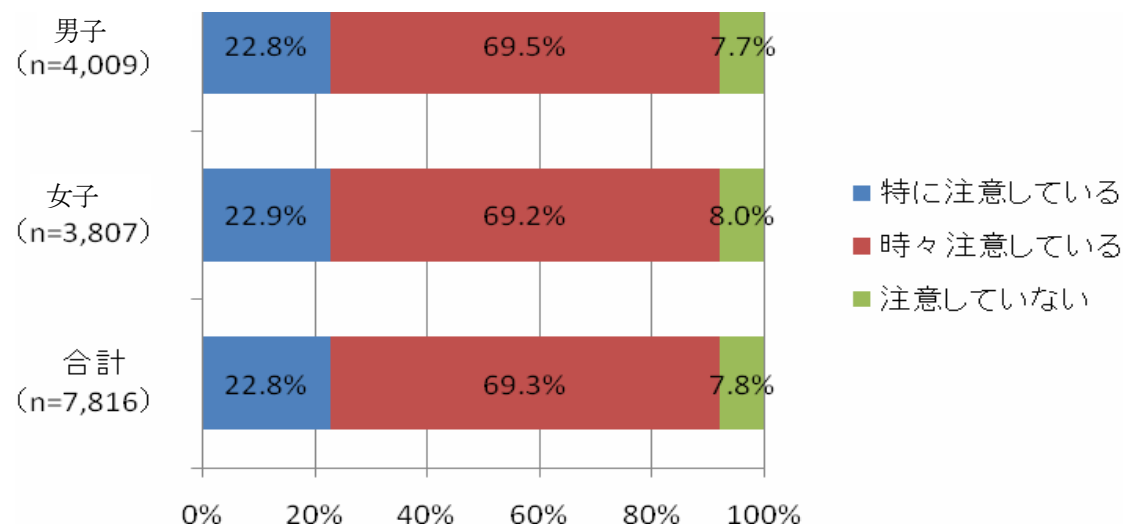
肉と魚の割合



「既製品」(コロッケ・サラダ・和え物等)の使用



健康上食事に注意しているか



3.4 運動

運動

「自動車で送り迎えしている」と回答したのは 4.3%であった。往復の通学時間は、「10～20分以内」26.7%、「20～30分以内」21.1%の順に多かった。

「休日や放課後に、屋外で体を動かす遊びをしている」と回答した割合は、男子 51.2%、女子 37.7%で、平成 24 年度に比べて男子で 2.4 ポイント、女子で 5.1 ポイント増加した。

スポーツ少年団などの「特別な運動」をしているのは、男子で 73.1%、女子で 53.3%であった。

・自動車で送り迎えしている割合

平成 25 年度	4.3%	平成 24 年度	5.2%
----------	------	----------	------

・往復の通学時間（自動車を除く）

平成 25 年度	(10～20 分)	26.7%	(20～30 分)	21.1%
平成 24 年度	(10～20 分)	27.3%	(20～30 分)	21.8%

「休日や放課後に、体を動かす外遊び」と答えた割合（高松市を除く）

平成 25 年度	(男子)	51.2%	(女子)	37.7%
平成 24 年度	(男子)	48.8%	(女子)	32.6%

「休日や放課後は、時々外で遊ぶ、ほとんど外で遊ぶ」と答えた割合（高松市）

平成 25 年度	(男子)	90.1%	(女子)	84.7%
平成 24 年度	(男子)	91.3%	(女子)	85.3%

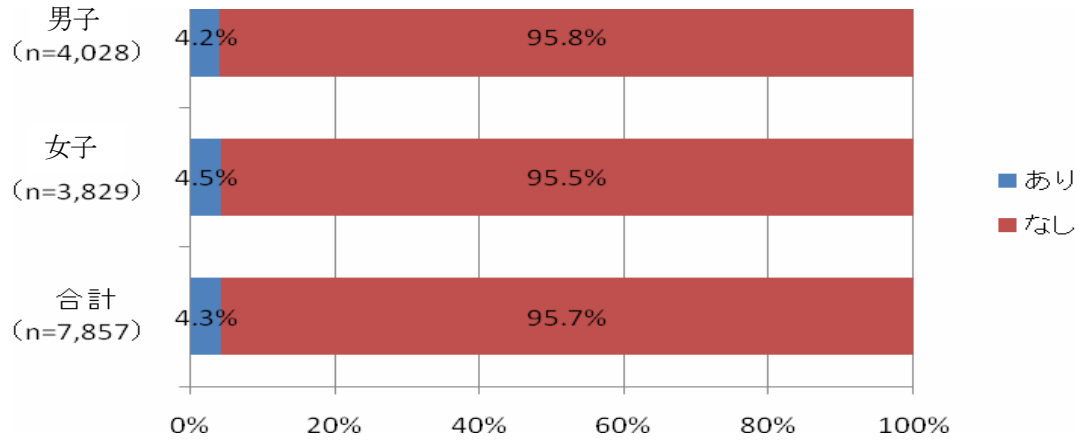
特別な運動をしている割合

平成 25 年度	(男子)	73.1%	(女子)	53.3%
平成 24 年度	(男子)	70.9%	(女子)	54.3%

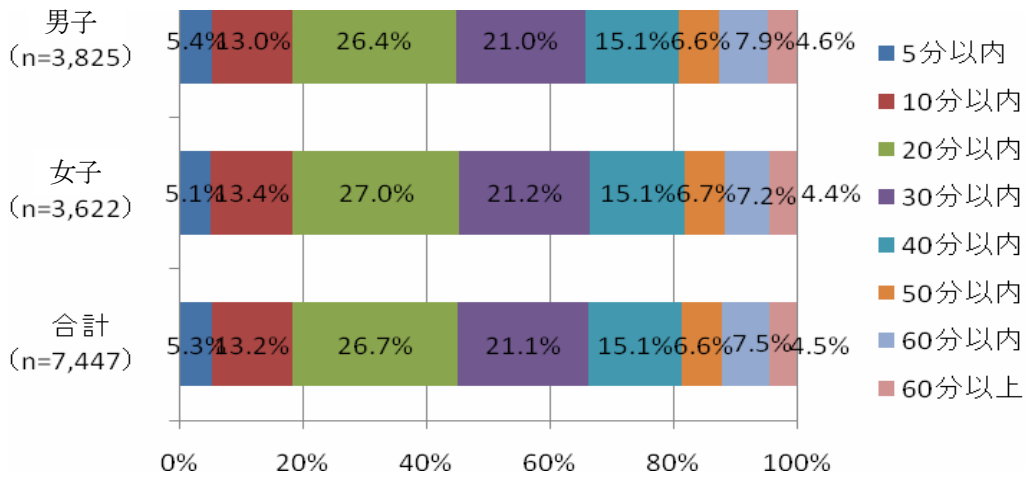
特別な運動の種目（複数回答）

男子	水泳 (25.9%)、サッカー (21.7%)、野球 (12.0%)、空手 (6.2%)、
	テニス (3.2%)
女子	水泳 (21.4%)、ダンス (7.0%)、バレーボール (6.0%)、
	バドミントン (3.5%)、バレエ (3.3%)

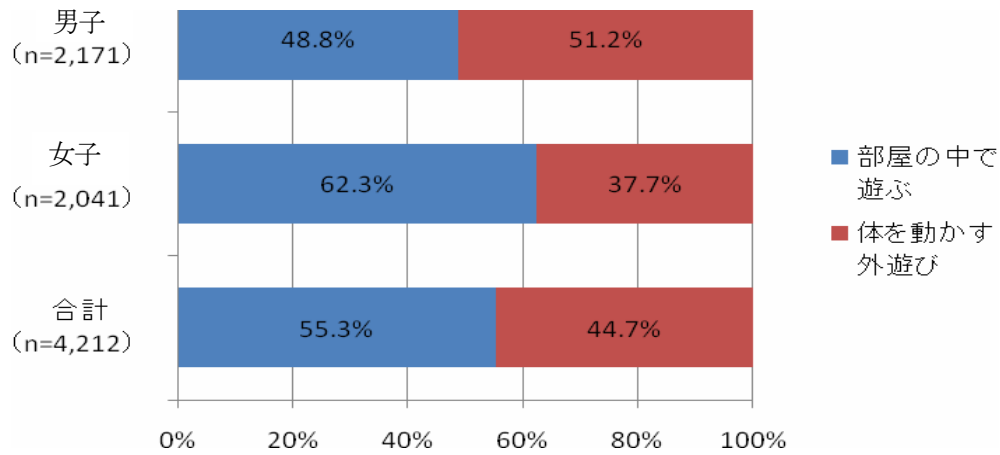
通学時の自動車による送り迎え



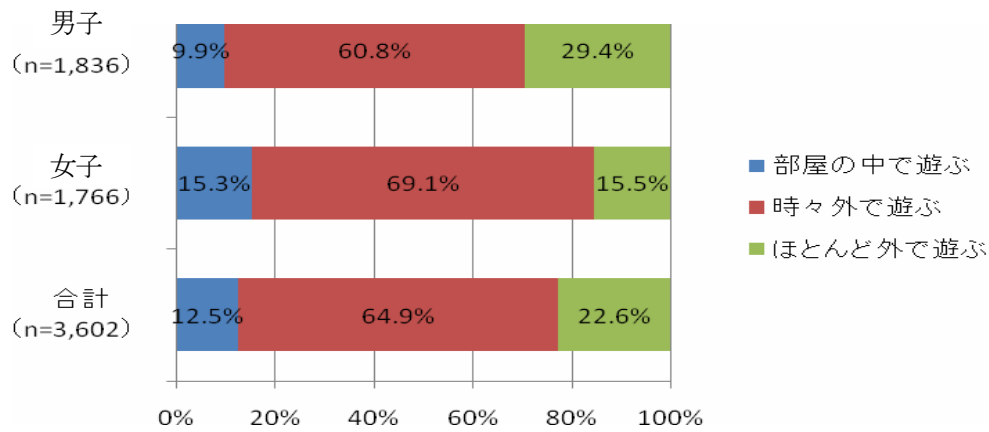
徒歩による往復の通学時間（自動車による送り迎えを除く）



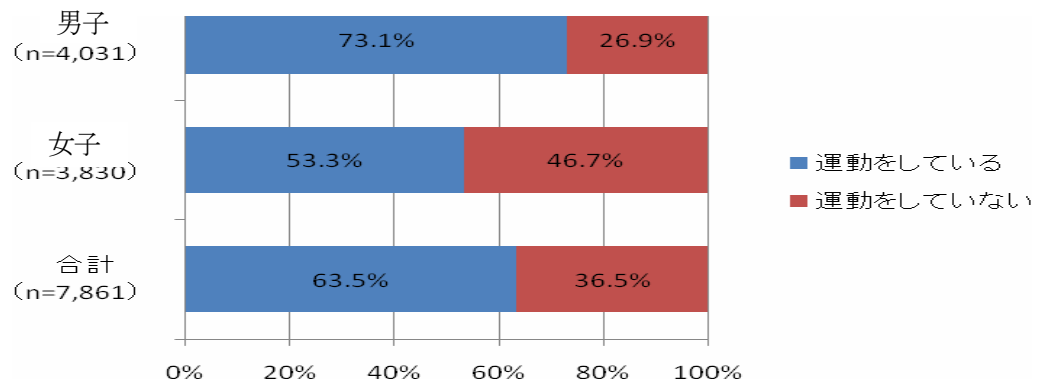
休日や放課後の過ごし方
高松市を除く



休日や放課後の過ごし方
高松市



特別な運動



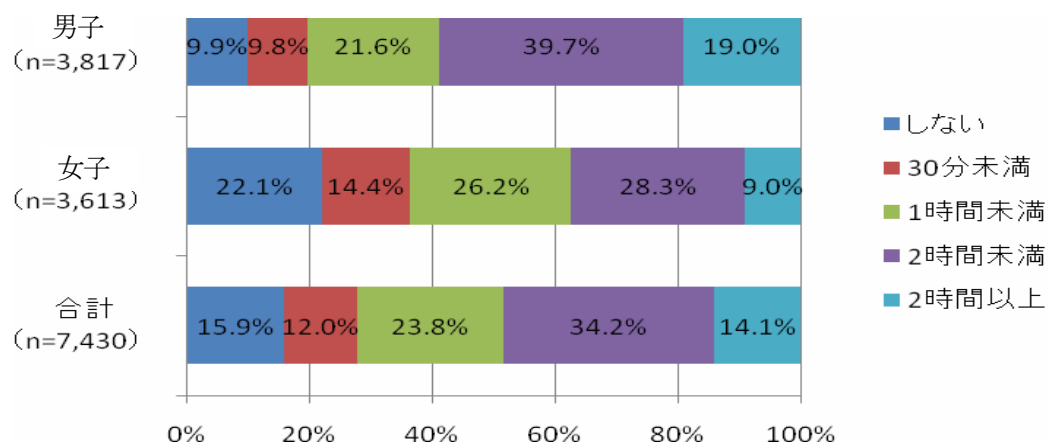
3.5 ゲーム

ゲーム

平成 25 年度調査より加わった新項目である。ゲームをしているのは男子で 90.1%、女子で 77.9%であった。また一日のゲーム時間では、男女とも 1～2 時間が多く、次いで 30 分～1 時間であった。

一日に 2 時間以上ゲームをしているのは、男子 19.0%、女子 9.0%であった。

一日のゲーム時間



3.6 睡眠

睡眠

平成24年度に比べて、傾向に大きな変化はみられなかった。

平日は22時までに就寝すると答えた割合は、男女とも60%弱であった。

平日は7時までに起床すると答えた割合は、男女とも90%強であった。

睡眠時間が7時間未満の人はほとんどいなかった。

なお、就寝時間、起床時間について分類方法を一部改めたため、平成24年度数値についても変更後の分類方法で再集計している。

- ・平日の就寝時間は「22時までに」と答えた割合

平成25年度	(男子) 58.9%	(女子) 57.8%
平成24年度(再集計)	(男子) 57.7%	(女子) 56.9%

- ・平日の起床時間は「7時までに」と答えた割合

平成25年度	(男子) 91.1%	(女子) 91.2%
平成24年度(再集計)	(男子) 88.0%	(女子) 90.1%

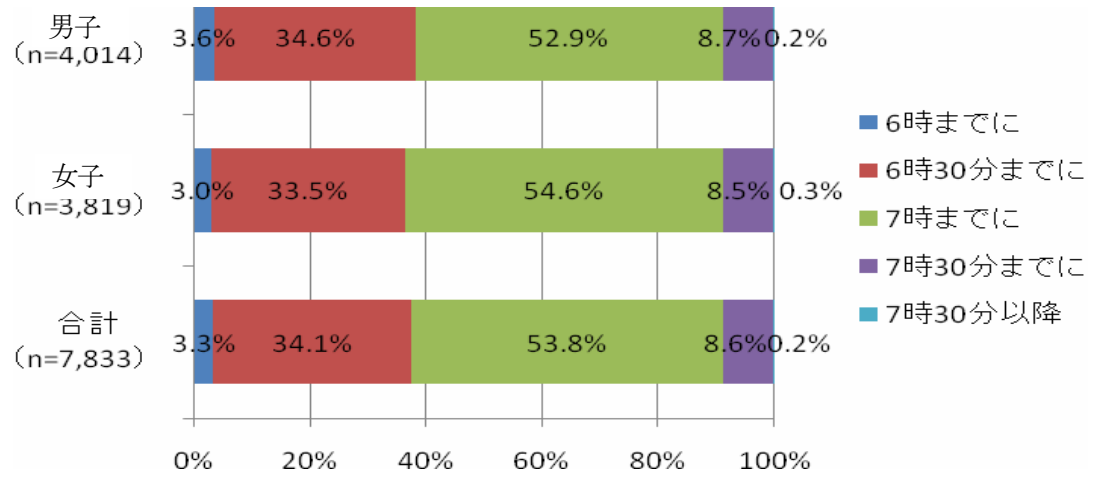
- ・平日の睡眠時間が7時間未満である割合

平成25年度	(男子) 0.1%	(女子) 0.1%
平成24年度	(男子) 0.3%	(女子) 0.2%

平日の就寝時間



平日の起床時間



平日の睡眠時間



3.7 食事時間

食事時間

朝食開始時間はほとんどが7時30分より前であった。

夕食開始時間が20時以降の割合は、平成24年度と比べて減少していた。

なお、分類方法を一部改めたため、平成24年度数値についても変更後の分類方法で再集計している。

平日の朝食開始時間は「7時30分以降」と答えた割合

平成25年度 (男子) 1.2% (女子) 0.9%

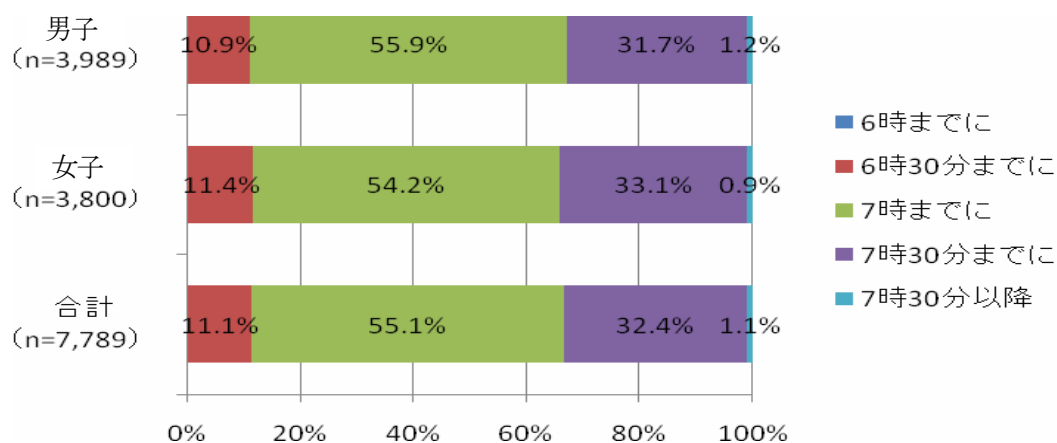
平成24年度(再集計) (男子) 0.3% (女子) 0.5%

平日の夕食開始時間は「20時以降」と答えた割合

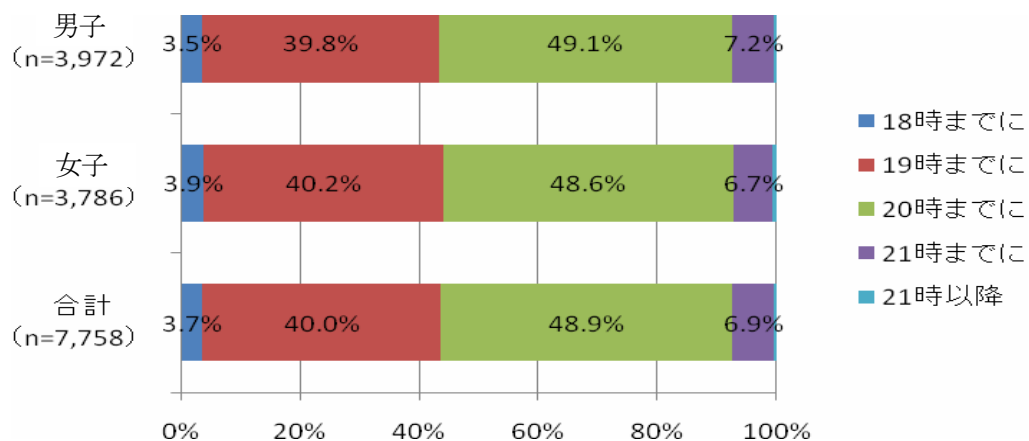
平成25年度 (男子) 7.6% (女子) 7.4%

平成24年度(再集計) (男子) 10.4% (女子) 10.0%

朝食開始時間



夕食開始時間



4. 生活習慣と肥満傾向の関係

1 規則正しい食事、食事の量、食事の速さ

- ・男女とも、食事が不規則な人、腹一杯食べる人、早く食べる（早食い）人ほど、肥満傾向が多い。

2 朝食、昼食、夜食

- ・男女とも、朝食を食べない人ほど、肥満傾向が多い。
- ・男子では、お菓子や飲み物などの嗜好品中心の昼食をとる人に、肥満傾向が多い。
- ・男子では、夕食後に夜食を食べない人で、肥満傾向が少ない。

3 好き嫌い、魚と肉の好み、既製食品の使用、健康上の注意

- ・男子では、魚より肉を多く食べる人ほど、肥満傾向が多い。
- ・女子では、既製食品をよく使う人ほど、肥満傾向が多い。
- ・男女とも、健康上、食事に注意している人ほど、肥満傾向が少ない。

4 休日の過ごし方、特別な運動

- ・男子では、外遊びをする人ほど、肥満傾向が少ない。
- ・男女とも、特別な運動をしている人は、肥満傾向が少ない。

5 ゲーム

- ・男女とも、一日のゲーム時間が長い人（例えば2時間以上）で、肥満傾向が多い。

6 睡眠時間、食事の時間

- ・男女とも、就寝時間が遅い人ほど、肥満傾向が多い。
- ・男女とも、睡眠時間が短い人ほど、肥満傾向が多い。

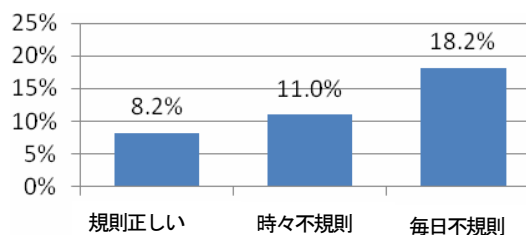
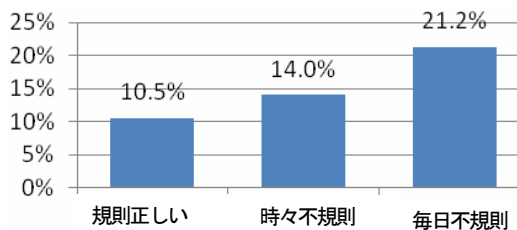
生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

規則正しい食事

食事は規則的にとっていますか

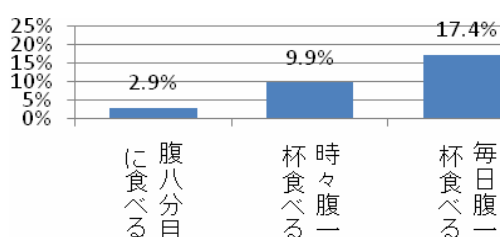
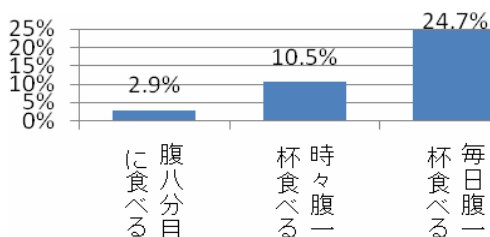


p=0.01

p=0.017

食事の量

腹八分目に食べていますか



p=0.00

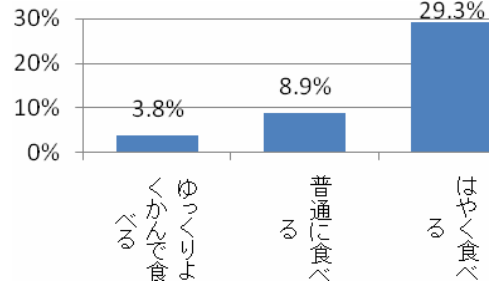
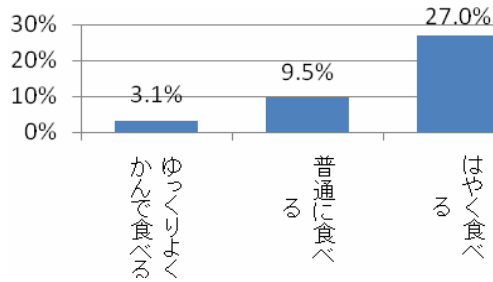
p=0.00

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

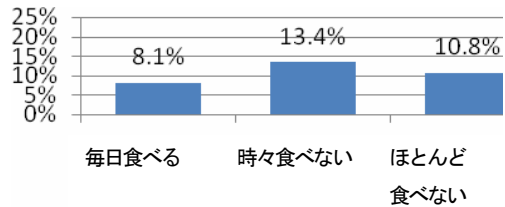
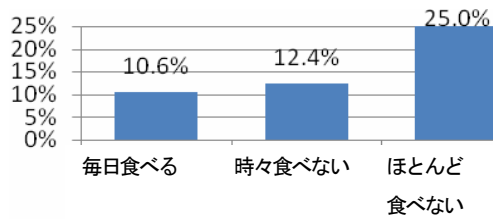
食事の速さ 食事はゆっくり食べていますか



p=0.00

p=0.00

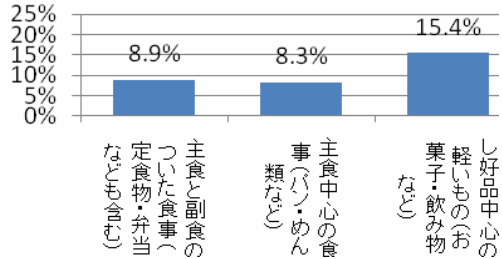
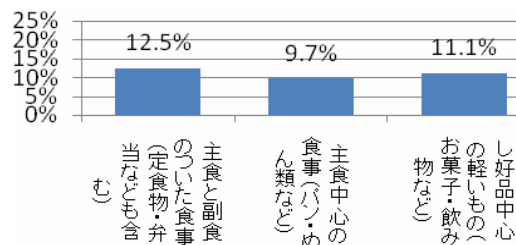
朝食 朝食は食べていますか



p=0.003

p=0.003

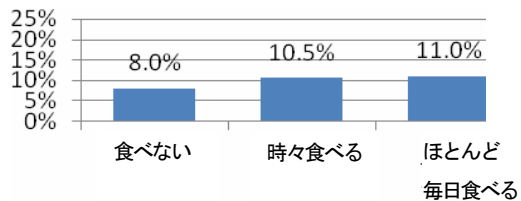
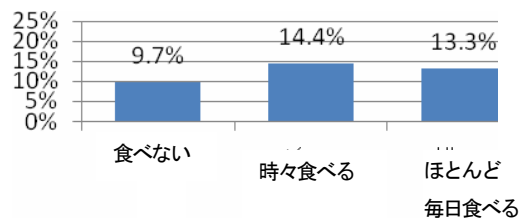
昼食の内容 昼食（給食を除く）の内容は主にどのようなものですか



p=0.389

p=0.011

夕食 夕食後に夜食は食べますか



p=0.057

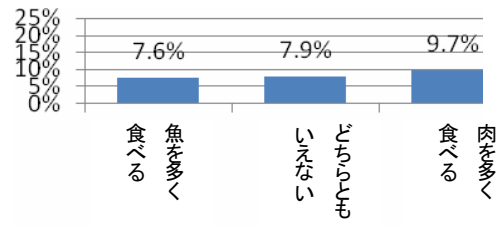
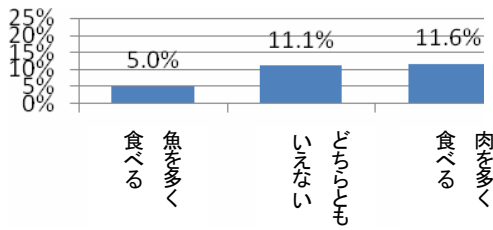
p=0.00

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

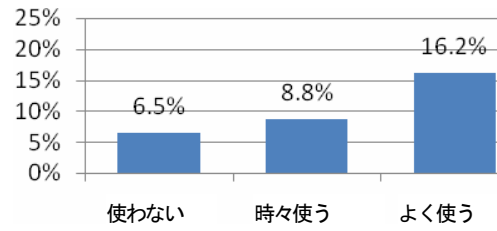
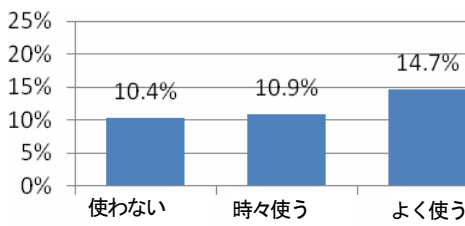
魚と肉の好み 魚と肉どちらを多く食べますか



p=0.004

p=0.125

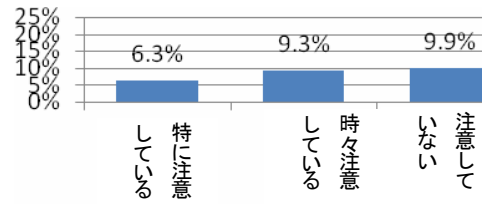
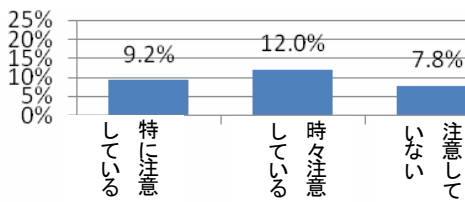
既製食品の使用 そのまま食べられる「既製品」（コロッケ・サラダ・和え物等）を使いますか



p=0.175

p=0.00

食事に対する注意 健康上、食事に注意していますか

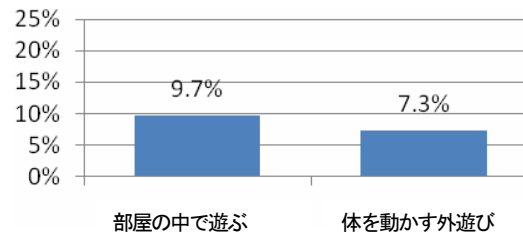
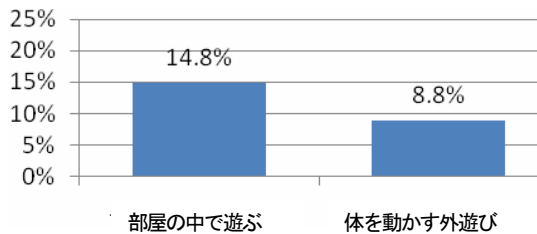


p= 0.011

p= 0.019

休日や放課後の過ごし方 休日や放課後、おもにどのようにして過ごしていますか

高松市以外



p=0.00

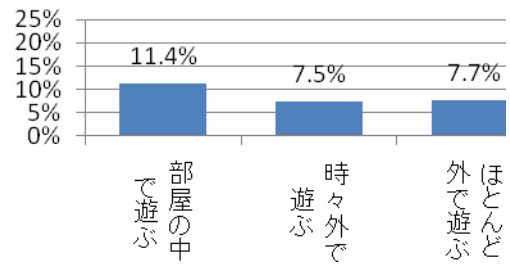
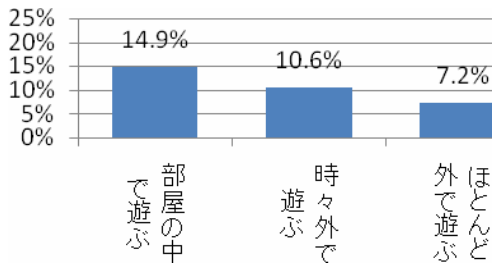
p=0.057

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

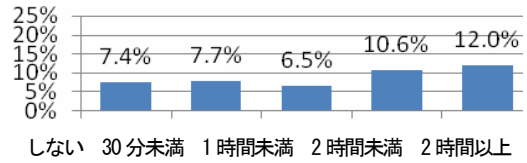
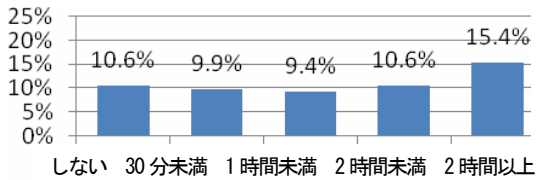
高松市



p=0.007

p=0.099

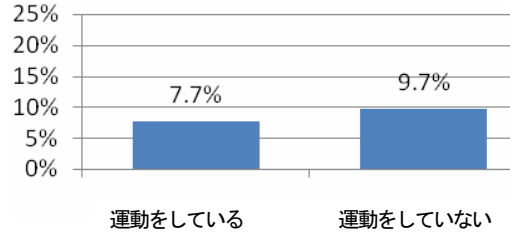
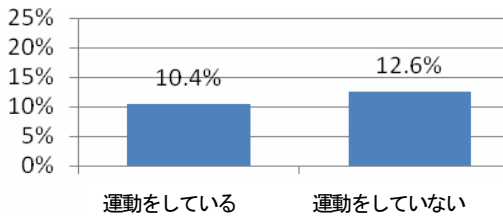
1日にテレビゲーム（コンピュータゲーム、携帯式ゲームも含む）をどのくらいしますか



p=0.002

p=0.002

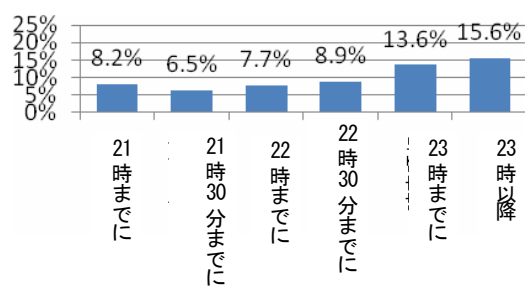
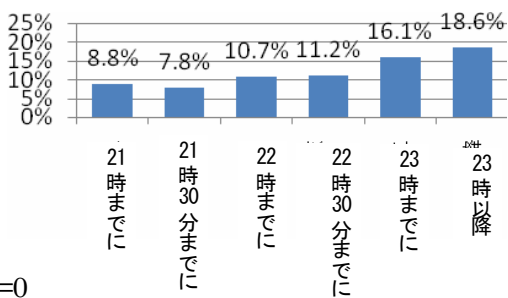
特別な運動 特別な運動をしていますか



p=0.04

p=0.028

就寝時刻



p=0

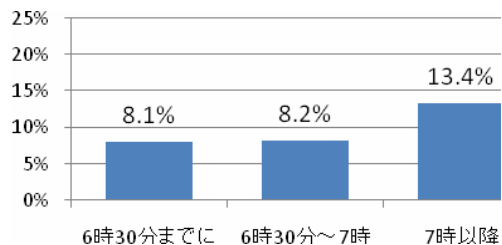
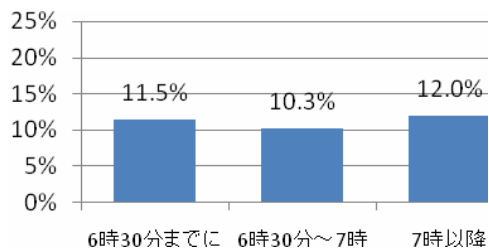
p=0

生活習慣と肥満傾向（肥満度 20%以上）の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

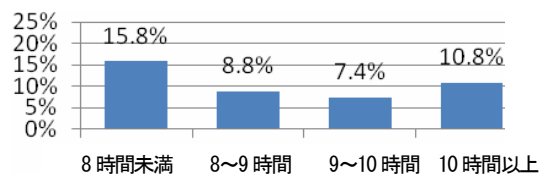
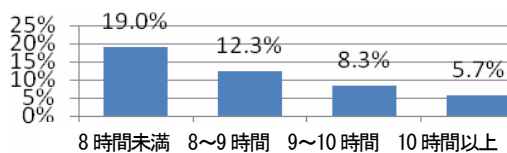
起床時刻



p=0.387

p=0.004

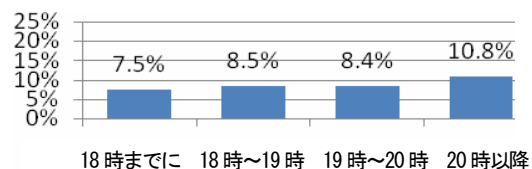
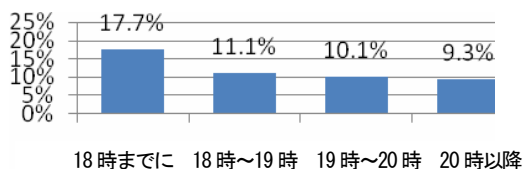
睡眠時間



p=0

p=0.002

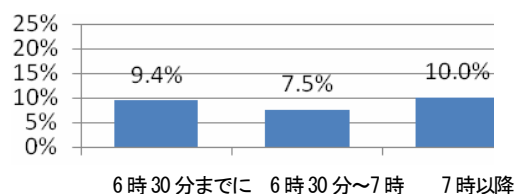
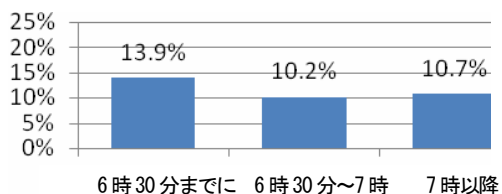
夕食時刻



p=0.03

p=0.559

朝食時刻



p=0.068

p=0.033

5. 生活習慣と脂質異常の関係

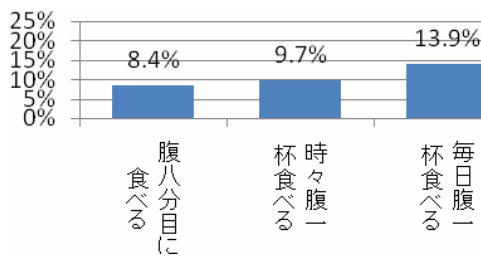
- 1 規則正しい食事、食事の量、食事の速さ
 - ・男女とも、毎日腹一杯食べる人ほど、脂質異常が多い。
 - ・男女とも、早く食べる人ほど、脂質異常が多い。
- 2 朝食、昼食、夜食
 - ・男子では、朝食を食べない人に、脂質異常が多い
- 3 休日の過ごし方、特別な運動
 - ・男子では、外遊びをする人ほど、脂質異常が少ない。
 - ・男女とも、特別な運動をしている人に、脂質異常が少ない。
- 4 ゲーム
 - ・男女とも、一日のゲーム時間が長い人（例えば2時間以上）に、脂質異常が多い。
- 5 睡眠時間、食事の時間
 - ・男子では、就寝時間が遅い人に、脂質異常が多い。

生活習慣と脂質異常の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

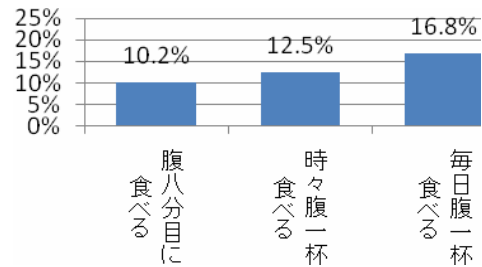
男子

女子

食事の量 腹八分目に食べていますか

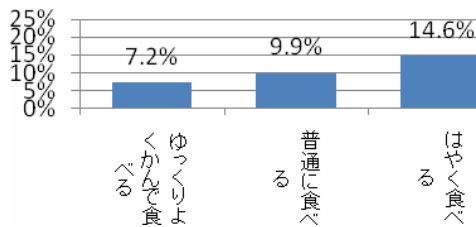


p=0.00

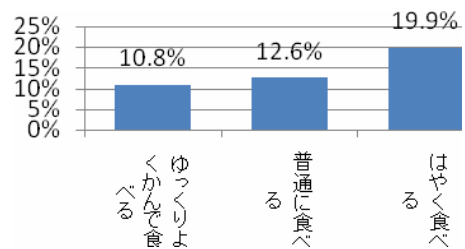


p=0.00

食事の速さ 食事はゆっくり食べていますか



p=0.00



p=0.003

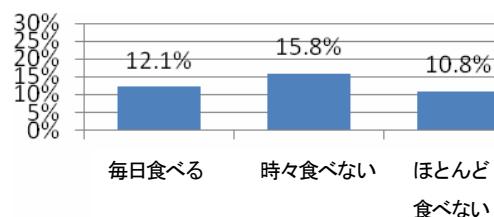
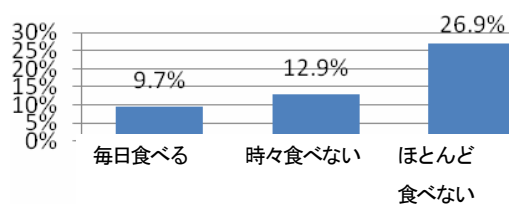
生活習慣と脂質異常の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

朝食

朝食は食べていますか

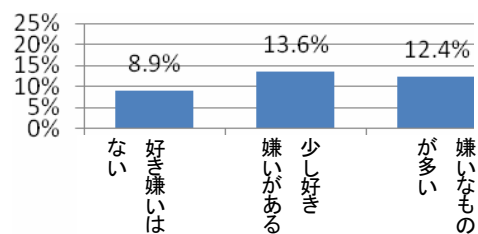
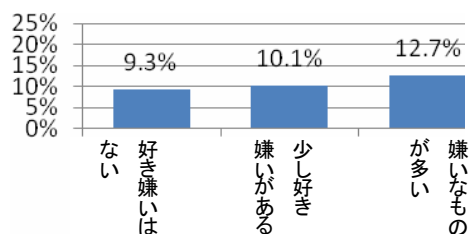


p=0.00

p=0.129

好き嫌いの有無

好き嫌いがありますか

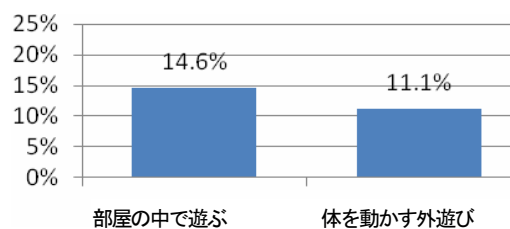
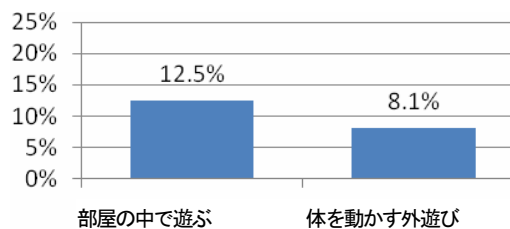


p=0.139

p=0.002

休日や放課後の過ごし方 休日や放課後、おもにどのようにして過ごしていますか

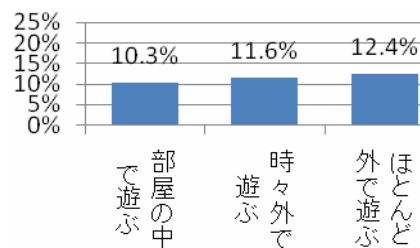
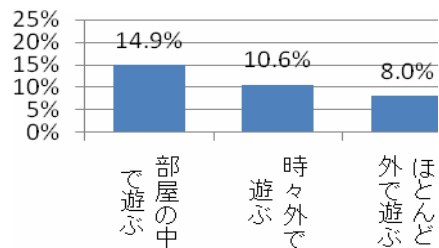
高松市以外



p=0.001

p=0.026

高松市



p=0.024

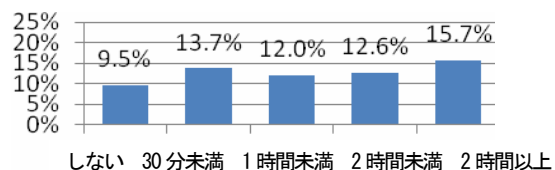
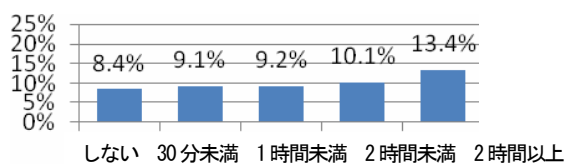
p=0.741

生活習慣と脂質異常の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

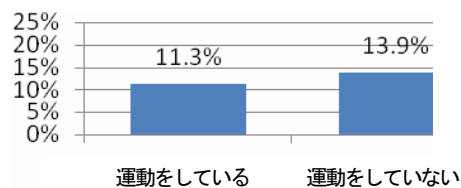
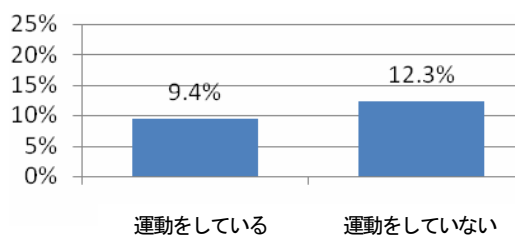
1日にテレビゲーム（コンピュータゲーム、携帯式ゲームも含む）をどのくらいしますか



p=0.032

p=0.035

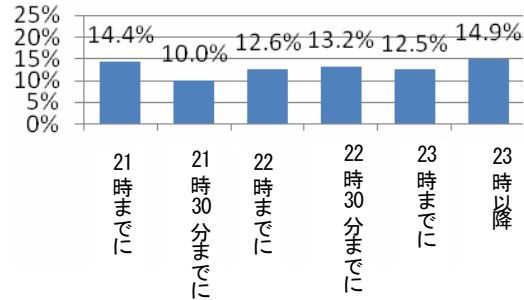
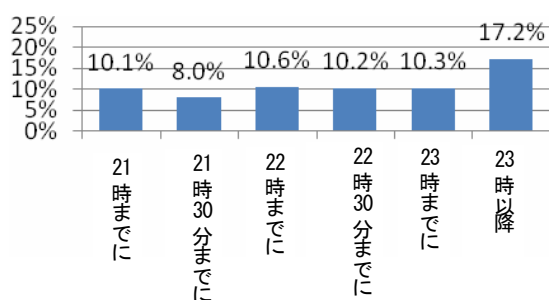
特別な運動 特別な運動をしていますか



p=0.007

p=0.014

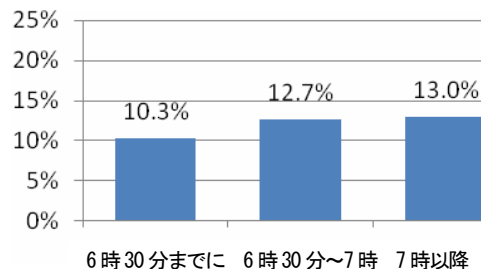
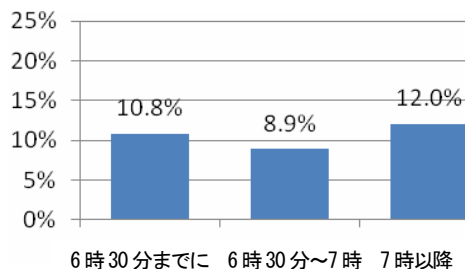
就寝時刻



p=0.026

p=0.272

朝食時刻



p=0.014

p=0.323

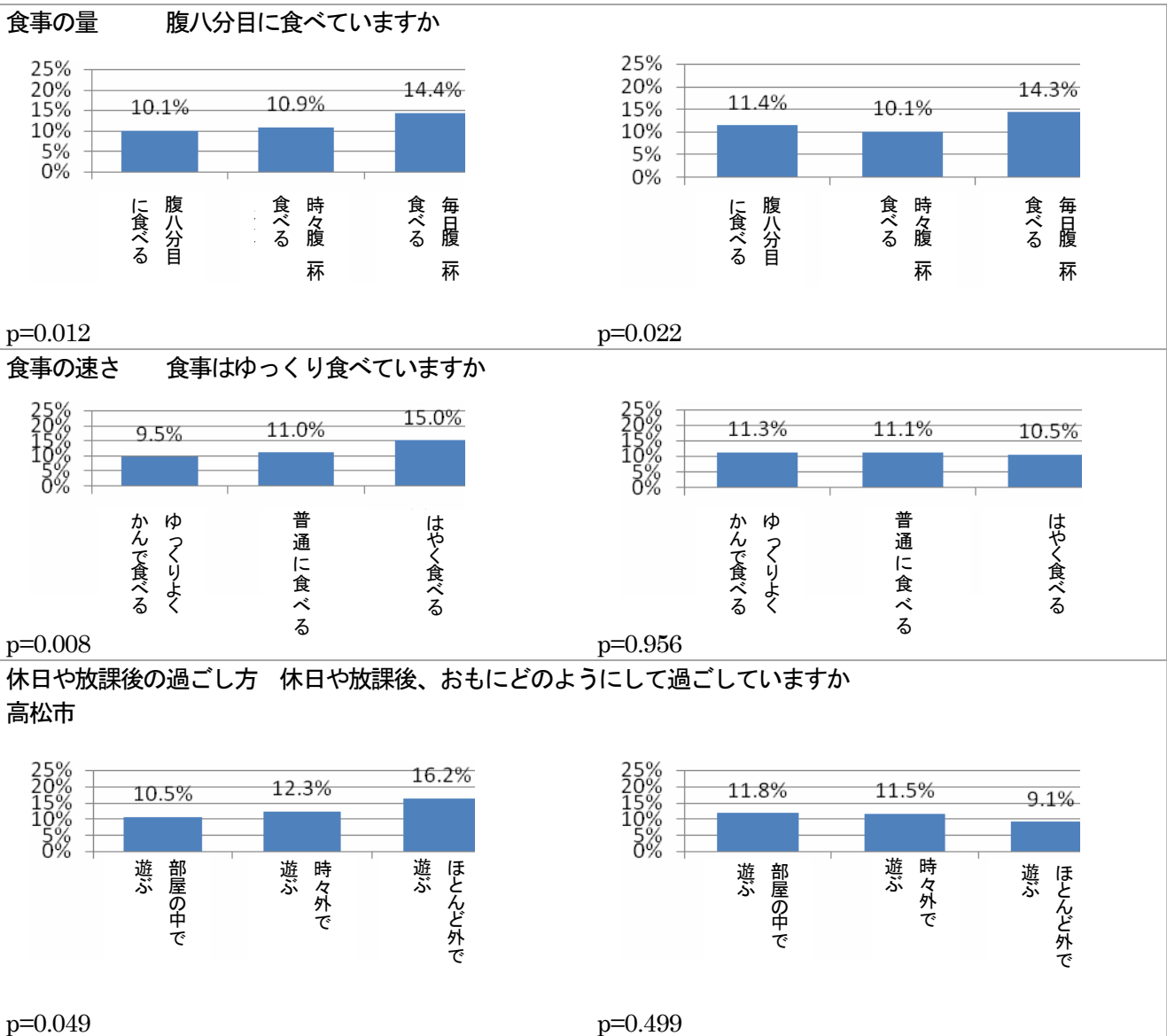
6. 生活習慣と糖尿病の関係

- ・男女とも、毎日腹一杯食べる人に、糖尿病の疑い、あるいは発症のリスクの高いものが多い。
- ・男子では、早く食べる（早食い）人に、糖尿病の疑い、あるいは発症のリスクの高いものが多い。
- ・男子では、特別な運動をしている人に、糖尿病の疑い、あるいは発症のリスクの高いものが多い。

生活習慣と糖尿病の疑い・ハイリスクの割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

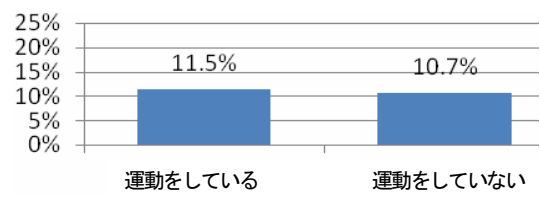
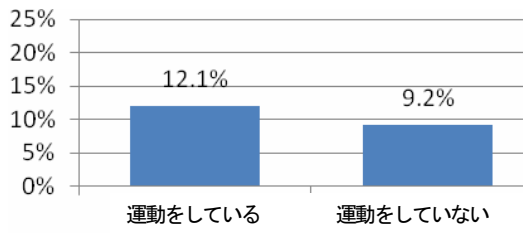


生活習慣と糖尿病の疑い・ハイリスクの割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

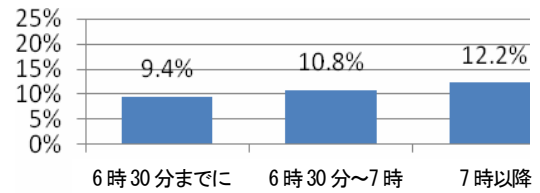
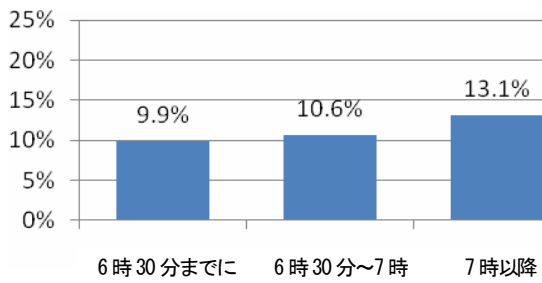
特別な運動 特別な運動をしていますか



p=0.011

p=0.46

朝食時刻



p=0.04

p=0.216

7. 生活習慣と肝機能異常の関係

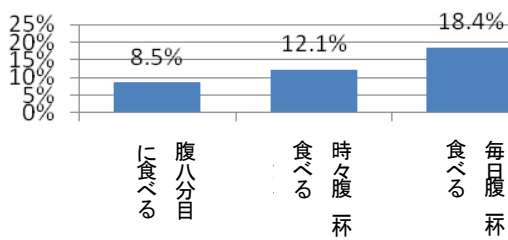
- ・男女とも、腹一杯食べる人ほど、肝機能異常が多い。
- ・男女とも、早く食べる（早食い）人ほど、肝機能異常が多い。
- ・男子では、朝食をほとんど食べない人ほど、肝機能異常が多い。
- ・男子では、睡眠時間が短い人に、肝機能異常が多い。
- ・男子では、就寝時間が遅い人に、肝機能異常が多い。

生活習慣と肝機能異常の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

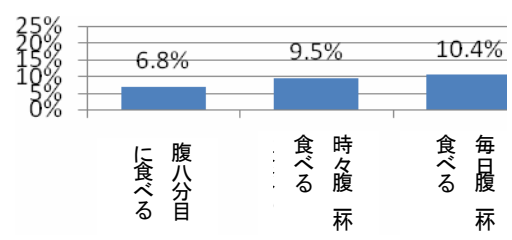
男子

女子

食事の量 腹八分目に食べていますか

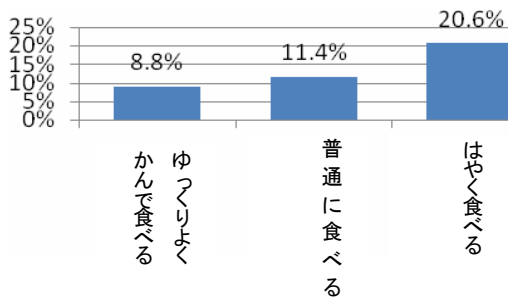


p=0.00

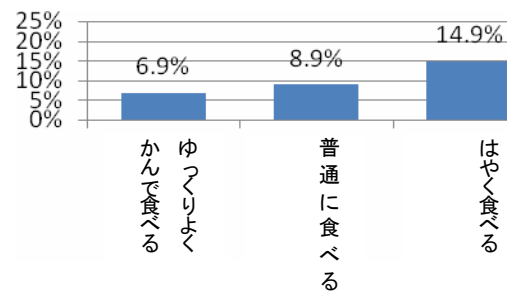


p=0.01

食事の速さ 食事はゆっくり食べていますか



p=0.00



p=0.002

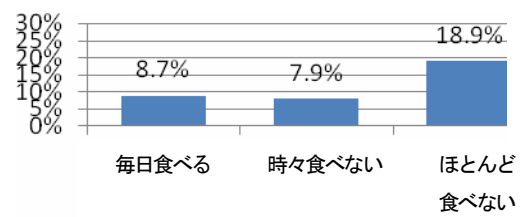
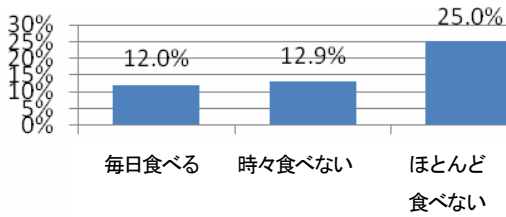
生活習慣と肝機能異常の割合（男女のいずれかに有意性のある項目のみ）

男子

女子

朝食

朝食は食べていますか

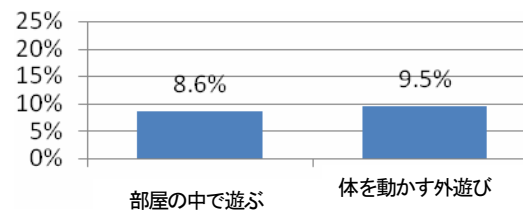
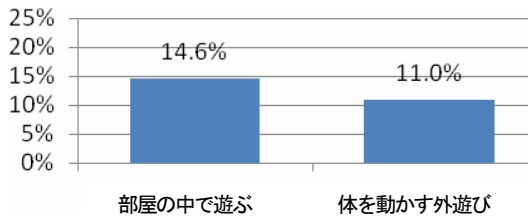


p=0.017

p=0.090

休日や放課後の過ごし方 休日や放課後、おもにどのようにして過ごしていますか。

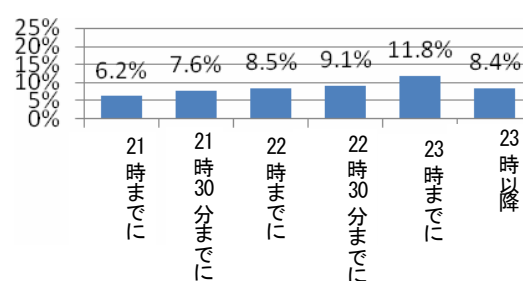
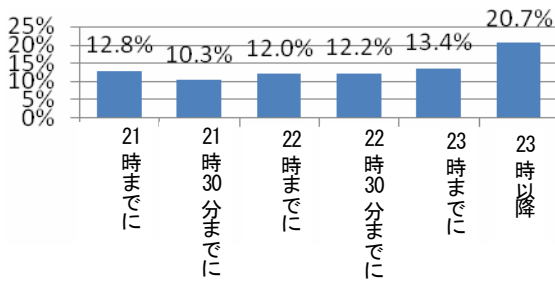
高松市以外



p=0.012

p=0.465

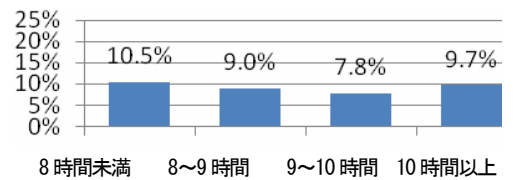
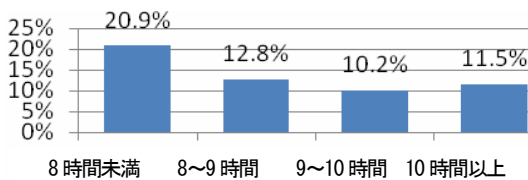
就寝時刻



p=0.023

p=0.271

睡眠時間



p=0

p=0.456