

## 参 考 資 料

表1 朝食を食べているか (人)

学 校	毎日 食べる	週5~6 回食べる	週3~4 回食べる	週1~2 回食べる	食べない	無回答	無 効	総 計
小 学 生	6,798	379	175	160	90	10	0	7,612
中 学 生	1,803	205	80	74	64	3	0	2,229
高 校 生	579	67	40	24	39	1	0	750
岡山県計	9,180	651	295	258	193	14	0	10,591

表2 朝食を毎日食べる子どもの割合の経年変化 (%)

学 校	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
小 学 生	91.0	90.5	88.8	87.7	89.3
中 学 生	83.1	83.6	82.3	80.8	80.9
高 校 生	78.9	74.1	75.4	70.8	77.2
岡山県計	88.6	88.2	87.1	85.1	86.7

表3 朝食は誰と食べるか (人)

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無 効	総 計*
小 学 生	1,743	4,413	1,196	59	101	0	7,512
中 学 生	302	1,185	651	14	10	0	2,162
高 校 生	66	313	297	34	0	0	710
岡山県計	2,111	5,911	2,144	107	111	0	10,384

表4 朝食を一緒に食べる人と摂取状況の関係

(人)

	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総計
毎日	2,013	5,330	1,664	91	82	0	9,180
週5・6回	66	350	221	8	6	0	651
週4回以下	32	231	259	8	23	0	553
無回答	2	3	1	0	8	0	14
岡山県計	2,113	5,914	2,145	107	119	0	10,398

表5 朝食の組み合わせ

(人)

学 校	ご飯・おにぎりのみ	パンのみ	ご飯+味噌汁	パン+牛乳	ご飯+味噌汁+おかず	パン+牛乳+おかず	その他	無回答	無効	総計
小学生	825	1,464	503	1,153	1,104	561	1,710	32	0	7,352
中学生	208	413	183	264	419	162	434	5	0	2,088
高校生	104	110	77	62	151	46	134	2	0	686
岡山県計	1,137	1,987	763	1,479	1,674	769	2,278	39	0	10,126

表6 朝食をとらない理由（複数回答あり）

(人)

学 校	いつも食べないから	時間がなから	お腹が空いていない	ご飯が用意されていない	その他	無回答	無効	総計
小学生	50	90	89	26	9	48	0	312
中学生	35	55	69	6	16	10	0	191
高校生	18	19	25	2	6	9	0	79
岡山県計	103	164	183	34	31	67	0	582

表7 朝食摂取状況と体の調子（複数回答あり）

（人）

	元気	風邪をひきやすい	体がだるく なのやすい	便秘しやすい	下痢しやすい	よく頭が痛くなる	よくお腹が痛くなる	午前中 ぼんやりする	よくめまいがする	その他	無回答	無効	岡山県計
毎日 食べる	7,858	540	898	377	212	824	1,125	525	275	311	32	32	13,009
週5・ 6回食 べる	463	40	140	41	21	120	140	79	39	29	3	0	1,115
週4 回以下	198	27	71	15	12	51	64	40	21	14	2	1	516
食べ ない	119	13	54	15	13	40	46	35	22	11	0	0	368
無回答	10	0	2	0	0	1	3	3	1	0	0	0	20
合計	8,648	620	1,165	448	258	1,036	1,378	682	358	365	37	33	15,028

表8 夕食は誰と食べるか

（人）

学 校	家族全員	家族の誰か	ひとり	その他	無回答	無効	総計
小 学 生	4,551	2,756	165	49	91	0	7,612
中 学 生	1,250	860	96	15	8	0	2,229
高 校 生	319	335	63	33	0	0	750
岡山県計	6,120	3,951	324	97	99	0	10,591

表9 食事を楽しく食べているか

(人)

学 校	は い	いいえ	どちらとも 言えない	無回答	無効	総 計
小 学 生	6,183	265	1,117	47	0	7,612
中 学 生	1,719	49	459	2	0	2,229
高 校 生	596	18	134	2	0	750
岡山県計	8,498	332	1,710	51	0	10,591

表10 起床時刻と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6 回食べる	週3・4 回食べる	週1・2 回食べる	食べない	無回答	無効	総 計
5時59 分以前	729	53	31	15	10	1	0	839
6時台	6,341	366	139	113	65	9	0	7,033
7時台	1,988	220	113	118	103	3	0	2,545
8時台	53	8	5	8	12	0	0	86
無回答	47	1	1	4	3	1	0	57
無効	22	3	6	0	0	0	0	31
岡山県計	9,180	651	295	258	193	14	0	10,591

表 11 睡眠時間と朝食摂取の関係

(人)

	毎日 食べる	週5・6 回食べる	週3・4 回食べる	週1・2 回食べる	食べない	無回答	無効	総計
7時間未満	177	28	13	8	7	0	0	233
7時間台	1,125	107	52	36	15	3	0	1,338
8時間台	3,073	197	81	72	53	2	0	3,478
9時間台	3,378	162	67	55	25	4	0	3,691
10時間台	642	30	16	15	12	3	0	718
11時間台	102	5	3	4	5	0	0	119
12時間以上	30	1	0	0	1	0	0	32
無効	653	121	63	68	75	2	0	982
岡山県計	9,180	651	295	258	193	14	0	10,591