

# 第9回 子どもの 健康・生活 実態調査



## 令和5年度 報告書 【概要版】

足立区と足立区教育委員会は、全ての子どもたちが生まれ育った環境に左右されることなく、自分の将来に夢や希望が持てる地域社会の実現を目指しています。そのためには、できる限り正確に子どもの健康と生活の実態を把握することが重要と考え本調査を実施してまいりました。

平成27年度にスタートした本調査は、当初計画していた9年間の調査最終年を迎えました。ご協力頂いてきた全ての皆様に感謝申し上げますとともに、これまでの調査結果を踏まえ、子どもたちのレジリエンスの向上や、健康増進に効果が見込まれる具体的な支援策の充実に、尚一層注力して参ります。

足立区長 近藤 やよい  
足立区教育委員会 教育長 大山 日出夫

### 調査の概要

- ◇ 調査対象：区立の小学校に在籍する1年生全員 4,584名（67校）
- ◇ 調査時期：令和5年10月
- ◇ 実施方法：無記名アンケート方式により、区が学校を通じて質問票を配付・回収
- ◇ 回答状況：有効回答3,460名（有効回答率75.5%） ※回答者の約90%は子どもの母親

### 調査から見えてきたこと

#### ■ 男子は肥満傾向が減少・女子は増加

令和5年度の小学1年生は、男子は令和3年度より肥満傾向が減少し全国平均を下回りましたが、女子は増加傾向にあります。

#### ■ むし歯のない子ども、野菜から食べる子どもは年々増加

むし歯が1本もない子どもの割合は年々増えています。食事を野菜から食べる（ベジ・ファースト）子どもの割合も着実に増加しています。

#### ■ 運動・読書習慣に課題

運動・読書習慣のない子どもは年々増えている一方、今回、月に4冊以上本を読んでいる子どもも増加しました。

#### ■ テレビ・動画の視聴時間は変化なし、就寝時間は改善

テレビ・動画を一日1時間以上視聴している子どもは令和3年度と比較して同程度でした。午後10時以前に就寝している子どもは増加しました。



#### 子どもに直接届ける対策の成果

全ての子どもが受診できる「あだちっ子歯科健診」の実施や、保育園や幼稚園、学校給食等での「ベジ・ファースト」の実践により、小学1年生のむし歯のない児童の割合や、野菜から食べる児童の割合は着実に高くなっています。家庭、学校、地域社会が協力して子どもたちに直接働きかけ、成果を継続していくことが必要です。

### 子どもの健康を守り育てるために

9年間の調査から、子どもたちの健康に重要なエッセンスを得ることができました。

#### ● 子どものレジリエンス（逆境を乗り越える力）向上のために

子どもが5つの好ましい生活習慣（一口目は野菜から食べる・毎日朝ご飯を食べる・決まった時間に寝る・適度な運動を行う・歯みがきを習慣化する）を身につけ、地域活動に積極的に

参加して、経験・体験を積み、ロールモデルとなる大人と関わることでレジリエンスを高めるためには重要です。

#### ● 保護者に相談相手がいることが大切

保護者が困ったときに相談する相手がいると、子どもの健康面に良い影響をあたえることが明らかになっており、生活困難の影響も軽減できる可能性があります。

# 子どもの健康・生活の状況（調査項目の一部抜粋）

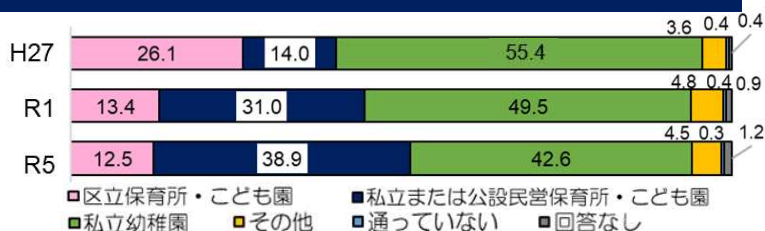
足立区立小学校に在籍する1年生の健康・生活の実態は以下のとおりです。平成27年度から隔年（平成27年度・平成29年度・令和元年度・令和3年度）で調査した結果と比較を行っています。

ここでは、代表的な項目についてのみ記載しています。詳細は、足立区公式ホームページをご覧ください。[足立区 子ども健康調査](#) 🔍 検索  
（令和6年4月下旬以降に掲載予定）

※各グラフは、令和5年度と過去の小学1年生を比較しています。数字は、パーセンテージです。

## 小学校入学前施設の状況

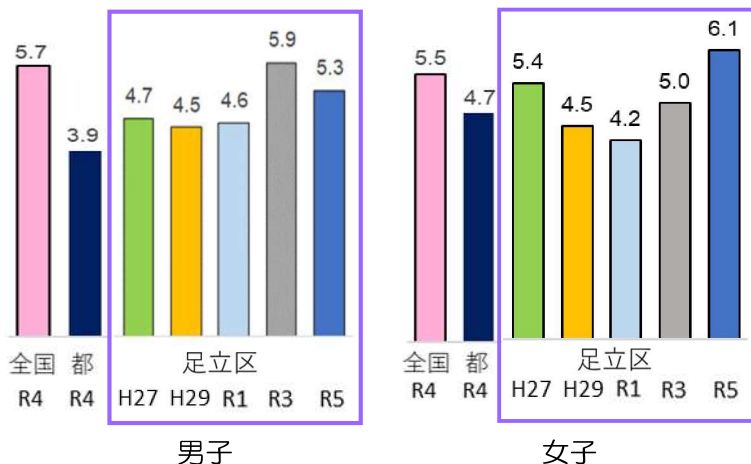
入学前に通っていた施設は調査当初と比べると保育所の割合が増加しており、令和5年度の小学1年生では全体の約半分となっています。



## 健康について

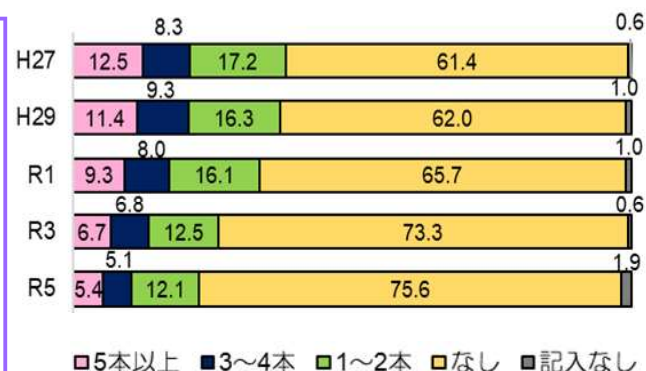
### 【肥満傾向】

令和5年度の男子は肥満傾向が全国と比較して低くなりましたが、女子は1.1ポイント高くなりました。調査当初からみると、男子は令和3年度が一番高くなっています。女子は令和元年度を機に増加傾向にあります。



### 【むし歯】

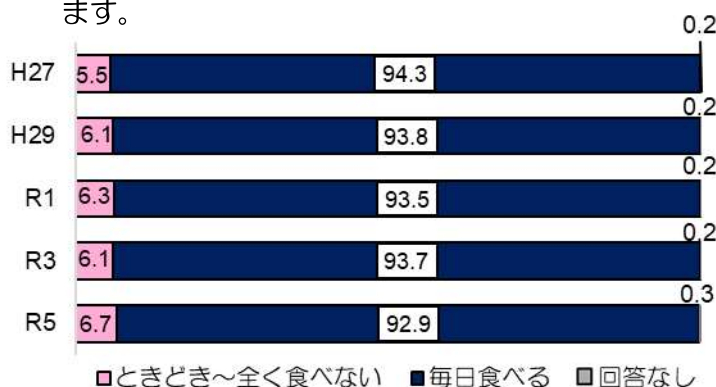
むし歯が1本もない子どもの割合は前回より2.3ポイント増えました。調査当初から比べるとその割合は14.2ポイントと大幅に増加しており、むし歯の本数も着実に減少しています。



## 食生活について

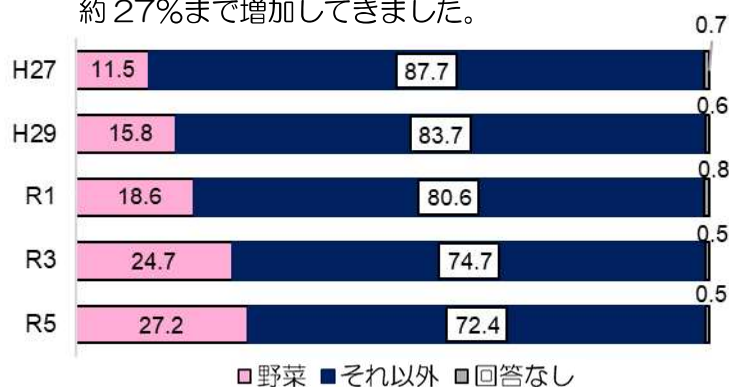
### 【朝食】

朝食を毎日食べている子どもの割合は92.9%で、前回より0.8ポイント減りましたが、調査当初から朝食を食べる子どもは高い割合を維持しています。



### 【食べる順番】

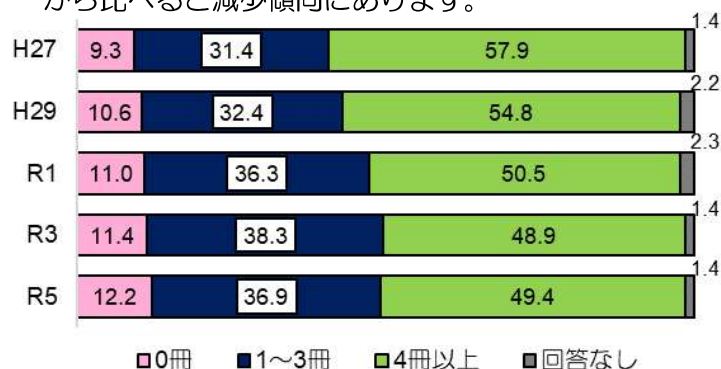
食事を野菜から食べている（ベジ・ファースト）子どもの割合は27.2%で、2.5ポイント増えました。調査当初では約12%でしたが、現在は約27%まで増加してきました。



## 家庭生活について

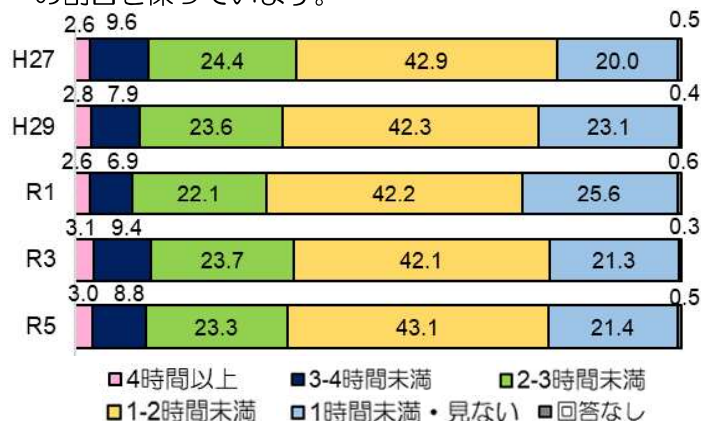
### 【読書】

最近1か月で4冊以上本を読んでいる子どもの割合は49.4%で、0.5ポイント増えましたが、調査当初から比べると減少傾向にあります。



### 【テレビ・動画】

テレビ・動画の視聴が1時間未満・見ない子どもの割合は21.4%でした。調査当初から比べて同程度の割合を保っています。



### 【保護者の相談相手の有無】

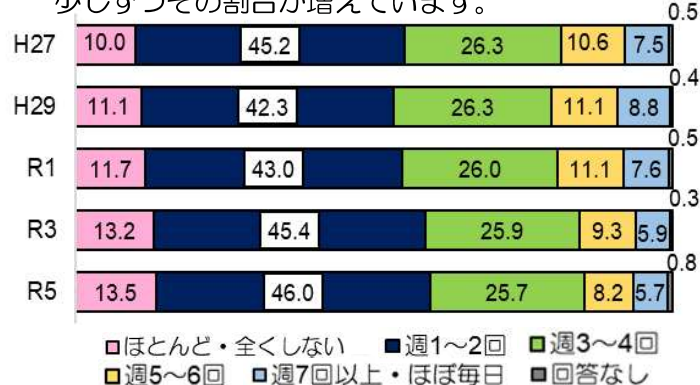
保護者に相談相手がいる割合は前回より1.6ポイント減りましたが、調査期間を通して相談相手がいる割合は90%を超えています。



これまでの調査結果から、保護者が困ったときに相談できる相手がいる世帯は、子どもの健康面（予防接種の受診率や自己肯定感等）に良い影響を与えることが明らかとなっています。

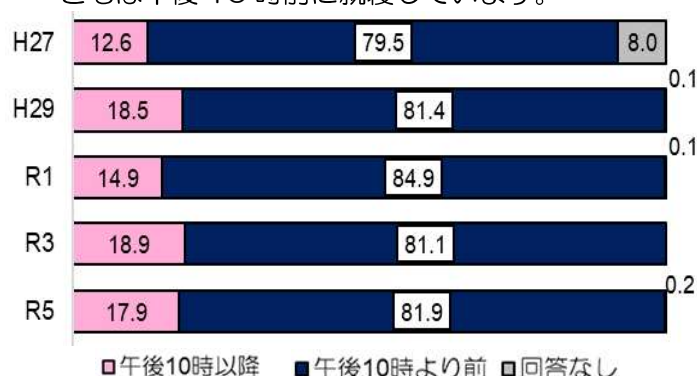
### 【運動】

1週間のうち、ほとんど・全く運動しない子どもの割合は13.5%でした。調査当初から比べて少しずつその割合が増えています。



### 【平日の就寝時間】

午後10時より前に就寝している子どもの割合は81.9%でした。調査当初から約80%以上の子どもは午後10時前に就寝しています。



## 「心理的な虐待（子どもの心を傷つける不適切な言動）」がもたらす影響

子どもに対する虐待には、①「身体的な虐待」②「ネグレクト（育児放棄）」③「心理的な虐待」があります。子どもの成長に対して、「傷つくことを繰り返し言う」といった「ことばによる心理的な暴力」が悪影響を及ぼすことが分かってきました。「心理的な虐待」が「他人を思いやる行動の低下」などの問題行動に大きく関わってくる事を、保護者だけではなく、多くの大人に知ってもらうことが大切です。

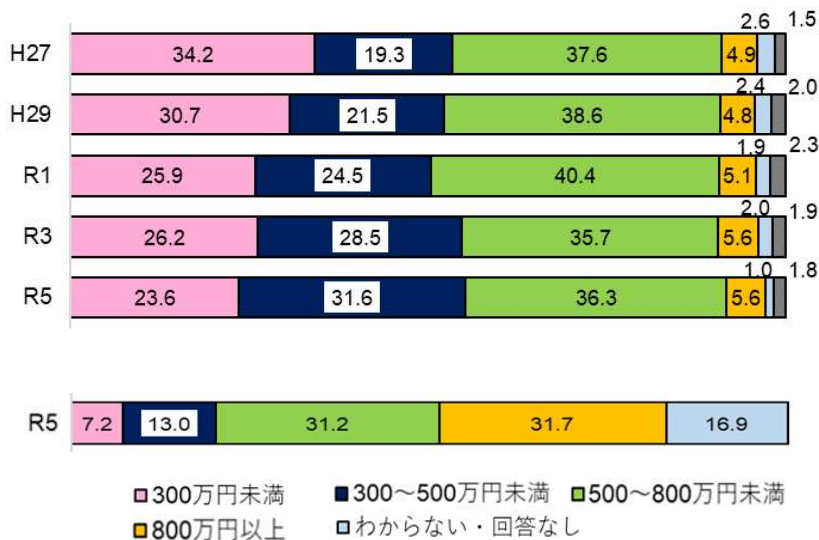


「心理的な虐待」は、「身体的な虐待」と同じくらい「問題行動」を増やす傾向が見られます。

〈論文〉 Isumi A, Doi S, Ochi M, Kato T, Fujiwara T.  
Am J Epidemiol. 2022 Mar 24;191(4):655-664.



## 保護者の生活



### 【母親の就業状況】

仕事をしていない母親の割合は23.6%で、前回より2.6ポイント減りました。仕事をしている割合は年々増加しています。

- 仕事をしていない
- 勤め（常勤・正規職員）
- 勤め（パート・アルバイト・非正規職員）
- 自営業・家業
- その他
- 回答なし

### 【世帯の経済状況】

令和5年度の世帯年収が300万円未満の世帯は7.2%でした。調査当初の平成27年度は11.4%であり、その割合は減少傾向にあります。

## 非生活困難世帯と生活困難世帯の比較

生活困難が、子どもの健康・生活にどの程度関連があるかを調べるため、非生活困難世帯と生活困難世帯を比較しました。

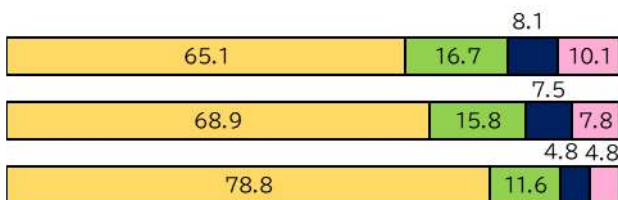
むし歯が1本もない子どもの割合は、非生活困難世帯、生活困難世帯ともに改善されています。

### \*「生活困難」とは、

以下のA・B・Cのいずれか一つでも該当する場合と定義しています。

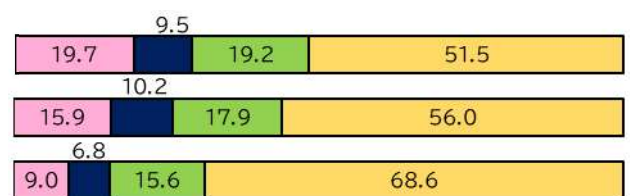
- A 世帯年収300万円未満の世帯（年収は、令和5年の状況）
- B 生活必需品の非所有世帯（子どもの生活において必要と思われる物品や急な出費に備えた5万円以上の貯金がないなど）
- C 水道・ガスなどのライフラインの支払い困難経験世帯

### 非生活困難世帯



### むし歯の本数

### 生活困難世帯



■ 5本以上 ■ 3-4本 ■ 1-2本 ■ なし

## 窓口のご案内

子どものことや心身のことでお悩みの方は、下記の相談窓口をご利用ください。

### ●子ども・子育てについて悩みがあるとき

<子ども支援センターげんき>

子育てに関すること 03-3852-3535  
発達に関すること 03-5681-0134  
不登校に関すること 03-3852-2872

### ●生活や仕事、家庭の悩み、複数の困りごと、相談先がわからないとき

R6.3月までくらしとしごとの相談センター>

R6.4月から福祉まるごと相談課>

03-3880-5705

### ●なんとなく心や体が不調なとき

江北保健センター 03-3896-4011

※「すこやかプラザ あだち」内にR7.1月中旬移転予定

千住保健センター 03-3888-4278

竹の塚保健センター 03-3855-5093

中央本町地域・保健総合支援課

03-3880-5352

東部保健センター 03-3606-4171

### ●どんな相談でも

<よりそいホットライン> 0120-279-338

### ●パートナーからの暴力や嫌がらせ 性的指向及び性自認に関する悩み

<男女参画プラザ>

女性DV・男性DV・LGBT

相談（予約制） 03-3880-5222



◆詳しい調査結果は、足立区公式ホームページをご覧ください。

※令和5年度報告書本編は、令和6年4月以降に掲載予定

発行：足立区・足立区教育委員会（令和6年3月）

編集：足立区衛生部こころとからだの健康づくり課

国立大学法人東京医科歯科大学 大学院医歯学総合研究科 国際健康推進医学分野

国立研究開発法人 国立成育医療研究センター研究所 社会医学研究部

問合：03-3880-5433（足立区衛生部こころとからだの健康づくり課）