

幼児と保護者の健康・食生活・生活習慣に関する研究
～新型コロナウイルス感染症(COVID-19)流行拡大後の実態～

研究分担者 佐々木 溪円（実践女子大学生生活科学部）
鈴木 美枝子（玉川大学教育学部）
多田 由紀（東京農業大学応用生物科学部）
祓川 摩有（聖徳大学児童学部）
船山 ひろみ（鶴見大学歯学部）
研究代表者 衛藤 久美（女子栄養大学栄養学部）
研究協力者 吉池 信男（青森県立保健大学健康科学部）

研究要旨

【目的】新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行下における、幼児と保護者の健康・食生活・生活習慣・子育て状況の実態を把握し、新しい生活様式にも対応可能な「支援ガイド案」を作成する基礎資料を得ること。

【方法】2歳から6歳の幼児に食事を提供している者を対象として、インターネットを用いた横断調査を令和3年2月24日～25日に実施した。対象者は地域ブロック別に合計2000人をリクルートし、無効回答者を除く1982人を解析対象者とした。児に関する質問は、すべて2歳から6歳の幼児のうち、最も年齢の高い児に関する内容として回答を求めた。質問項目は、平成27年乳幼児栄養調査や平成31年食育に関する意識調査等の項目を参考とし、母子保健、小児保健、口腔保健等の視点から検討して作成した。

【結果】COVID-19流行前と比較して、23.8%の対象者が児の身体を動かす機会が減少したと回答し、39.1%の対象者が児のスクリーンタイムが増加したと回答した。朝食摂取頻度が増加した者は、児が5.3%、対象者自身は5.9%であった。また、16.4%の対象者は、児の間食摂取頻度が増加したと回答した。COVID-19の流行前と比較して、摂取頻度が増加した食品は「菓子」、「穀類」が多かった。共食や児が食事づくりに参加する機会は、COVID-19の流行前と比較して増加していた。児の食事に関する困り事については、「食べるのに時間がかかる」、「偏食する」の順に多く、いずれもCOVID-19の流行前と比較して困っている事として多く挙げられていた。

【結論】幼児の食生活におけるCOVID-19の流行拡大による負の影響は、菓子摂取や間食摂取頻度の増加として、正の影響は食育機会の増加として認められた。食の困り事は、COVID-19の流行にかかわらず、食事時間の長さや偏食が挙げられた。これらの現状を考慮した、栄養・食生活支援が必要である。

A. 研究目的

「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド(案)」(支援ガイド案)は、幼児と保護者の健康、食生活、生活習慣等の実態として平成 27 年度乳幼児栄養調査等の結果を参考として作成されている。しかし、令和元年末より新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の流行が拡大したため、住民の行動や生活が変化している^{1,6)}。我が国では、外食頻度の減少に伴う自宅で食事をする機会の増加や食料品の購入量の変化が報告されている^{1,2)}。しかし、これらの調査は、成人を対象として緊急事態宣言が発出された期間や解除直後に実施されたものが多く、COVID-19の流行が親子の生活にどのような影響を与えているかという知見は少ない。

そこで、本研究では COVID-19 の流行が遷延する社会環境における、幼児と保護者の健康・食生活・生活習慣・子育て状況の実態を把握し、新しい生活様式にも対応可能な支援ガイド案を作成する基礎資料を得ることを目的とした。本報告では、この調査で得られた記述統計を示し、各項目間の関連は次年度の報告書に記載する。

B. 方法

1. 対象者と基本属性項目

2 歳から 6 歳の幼児に食事を提供している者を対象として、インターネットを用いた横断調査を令和 3 年 2 月 24 日～25 日に実施した。調査対象者は株式会社クロス・マーケティング(C社)に登録された者である。まず、C社登録者に対してスクリーニング調査を行い、「子どもの有無=あり」、「2 歳から 6 歳の幼児=あり」、「2 歳から 6 歳の幼児のうち、最も年齢の高い児に食事を提供している=はい」に該当する者を対象者と

した。平成 27 年国勢調査における 6 歳未満の者がいる世帯の分布に近似した比率で地域別に対象者数を設定し、その設定人数に達した時点までに回答した者合計 2000 人をリクルートした。以下に、地域ブロックを示す。北海道、東北(青森県・岩手県・宮城県・秋田県・山形県・福島県)、関東 I(埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県)、関東 II(茨城県・栃木県・群馬県・山梨県・長野県)、北陸(新潟県・富山県・石川県・福井県)、東海(岐阜県・愛知県・三重県・静岡県)、近畿 I(京都府・大阪府・兵庫県)、近畿 II(奈良県・和歌山県・滋賀県)、中国(鳥取県・島根県・岡山県・広島県・山口県)、四国(徳島県・香川県・愛媛県・高知県)、北九州(福岡県・佐賀県・長崎県・大分県)、南九州(熊本県・宮崎県・鹿児島県・沖縄県)。また、児に関する質問は、すべて 2 歳から 6 歳の幼児のうち、最も年齢の高い児に関する内容として、回答を求めた。

2. 質問項目

回答者の基本属性として、年齢、居住都府県、就業状況等を設定した。児の基本属性には、年齢、性別、出生順位、主な保育先、離乳完了の有無を設定した。質問項目は、健康、食生活、生活習慣、子育ての現在の状況、COVID-19 の感染拡大で変わったことに関する内容を設定した(表 1)。これらの項目は、平成 27 年度乳幼児栄養調査(厚生労働省)や平成 31 年食育に関する意識調査(農林水産省)等で用いられた調査項目を参考とし、本研究班の班員が母子保健、小児保健、口腔保健等の視点から検討して作成した。

3. 解析対象者

ほぼすべての質問に回答しなかった1人と、回答者の続柄・児の性別・出生順位について回答をしなかった17人を除外し、1982人を解析対象者とした。また、以下に示す矛盾する回答は、各項目において解析から除外した（下線は質問項目、[]は選択肢）。

1) お子さんは、現在どのように朝食を食べていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。に対して[子どもだけで食べる | 一人で食べる]と回答し、ご家庭で次のことをする頻度は、コロナ前と変化がありましたか。／朝食を家族そろって食べる回数に対して[かなり増えた]と回答（7件）、2) お子さんは、現在どのように夕食を食べていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。に対して[子どもだけで食べる | 一人で食べる]と回答し、ご家庭で次のことをする頻度は、コロナ前と変化がありましたか。／夕食を家族そろって食べる回数に対して[かなり増えた]と回答（2件）、3) お子さんは、現在食事づくり（簡単な調理や、おやつ作りを含む）に関わる機会はどのくらいありますか。に対して[ほとんどない]と回答し、ご家庭で次のことをする頻度は、コロナ前と変化がありましたか。／お子さんが食事づくり（簡単な調理や、おやつ作りを含む）に関わる機会に対して[かなり増えた]と回答（2件）、4) お子さんの現在の間食の与え方をどのようにしていますか。に対して、[甘いものは少なくしている]と[甘い飲み物やお菓子が偏ってしまう]を選択（6件）、5) お子さんの現在の間食の与え方をどのようにしていますか。に対して[甘い飲み物やお菓子が偏ってしまう]と回答し、お子さんは、

現在間食（3食以外に食べるもの）として甘い飲み物やお菓子を1日何回とりますか。に対して[0回]と回答（4件）、6) お子さんの食事で、コロナ前に比べて、現在の方が困っていることがありますか。に対して、[小食]と[食べすぎる]を回答（2件）、7) 現在、平日／休日にお子さんが体を動かしている時間は、1日に平均どのくらいですか。に対して[全くしない]と回答し、お子さんが運動をしたり、身体を動かす頻度や時間は、コロナ前と比べて変化がありましたか。に対して[増加]と回答（平日1件、休日1件）、8) 現在、平日／休日にお子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、1日に平均どのくらいですか。に対して[見ない・しない]と回答し、コロナ前と比べて変化がありましたか。に対して[増加]と回答（平日11件、休日10件）、9) お子さんはむし歯がありますか。に対して[ない]と回答し、お子さんの現在の体調や健康面で気になることがありますか。に対して[むし歯が増えた]と回答（1件）、10) あなたは、毎日朝食を食べますか。に対して[必ず食べる]と回答し、あなたが朝食を食べる回数は、コロナ前と比べて変化がありましたか。に対して[やや減った | かなり減った]と回答（7件）。さらに、児の身長と体重については、LSM法⁷⁾から算出した99パーセンタイル値を超過あるいは1パーセンタイル値を下回る値を入力エラーとみなして、肥満度の算出対象から除外した（身長71件、体重33件）。

4. 倫理面への配慮

インターネット調査の実施にあたり、調

査を受けることの同意は、日本マーケティングリサーチ協会による綱領及びガイドラインに基づくC社による説明文と、本調査内容に関する説明文を提示したうえで取得した。説明文には、調査で得られた情報が個人を特定できない内容で統計処理されること、学術報告として発表される場合があること、調査目的以外の利用をしないことなどを含めた。本研究は、女子栄養大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した（承認番号第317号）。

C. 結果

対象者の属性を表2に示した。祖父母2件を除き、児の母親あるいは父親が本調査の回答者であった。対象者の年齢は平均39歳、範囲は21歳から59歳であった。児の属性を表3に示した。日中の主な保育先がない児は13.1%のみであり、ほとんどの児は保育所や幼稚園等で集団生活をしていた。また、児の肥満度は中央値-0.30（第一四分位値-8.95、第三四分位値7.37（n=1779））であった。

親子の生活に関する回答を表4～6に示した。COVID-19流行前との比較に着目すると、「子育てしにくくなった」12.5%、経済的なゆとりが「やや減った」あるいは「かなり減った」23.1%であった（表4）。時間的なゆとりは、「やや減った」あるいは「かなり減った」は15.6%であり、「かなり増えた」あるいは「やや増えた」は15.5%であった。食や健康に関する情報源は、「インターネット」、「テレビ」、「家族」の順に多く使用されており、21.6%が「保育所・幼稚園・子ども園」と回答した（表5）。生活時間についてCOVID-19流行前と比較した質問項目については、児の起床・就寝時間や食事時間、対象者の起床・就寝時間のいずれにおい

ても、「規則的になった」とする者が7～8%、「不規則になった」とする者が3～7%みられた（表6）。一方、23.8%の回答者が、児が身体を動かす頻度や時間は平日あるいは休日に減少したと回答し、39.1%の対象者が、児のスクリーンタイムが平日あるいは休日に増加したと回答した。

朝食、夕食、間食の摂取状況について表7に示した。COVID-19の流行前と比較して、朝食摂取頻度が「やや増えた」あるいは「かなり増えた」者は、児が5.3%、対象者自身は5.9%であった。また、16.4%の対象者は、COVID-19の流行前と比較して児の間食摂取頻度が「やや増えた」あるいは「かなり増えた」と回答した。

児の摂取食品について、表8、9に示した。「インスタント食品」、「ファストフード」を週1回以上摂取している児は、いずれも約21%であった（表8）。COVID-19の流行前と比較して、摂取頻度が増加した食品は「菓子」、「穀類」の順に多く、減少した食品は「ファストフード」、「魚」の順に多く挙げられた（表9）しかし、「ファストフード」、「魚」は、いずれも同等の頻度で摂取頻度が増加したとする者が認められた。また、共食や児が食事づくりに参加する機会は、COVID-19の流行前と比較して増加していた（表10）。

対象者が児の食事で気をつけている点は、「栄養バランス」、「食事のマナー」、「食べる量」の順に多かったが、COVID-19の流行前と比較して気をつけるようになった点は「栄養バランス」、「手洗いやアルコール消毒」、「食事のマナー」の順に多かった（表11）。児の食事に関する困り事については、「食べるのに時間がかかる」、「偏食する」の順に多く、いずれもCOVID-19の流行前と比較して困っている事として多く挙げられ

ていた（表 12）。また、COVID-19 の流行前と比較した食生活の変化については、増加したものは「特になし」、「同居家族との共食」の順に多く、減少したものは「特になし」、「外食」であった（表 14）。

口腔保健に関する項目では、70%以上の者が「仕上げ磨き」をしていた。しかし、保護者と児のいずれも歯みがきをしていない者や、フッ化物の使用等のおしわ予防をしたことがない者が認められた（表 15）。対象者の約半数は、児の体調や健康面で気になることについては「特になし」と回答したが、起床や癩癩等を気になることとして挙げる者が認められた（表 16）。さらに、COVID-19 の流行前と比較した対象者自身の健康面における変化では、「特になし」、「イライラすることが増えた」、「体重が増えた」の順に多くみられた。

D. 考察

本研究では、COVID-19 の流行が遷延する社会環境における、幼児と保護者の健康や食生活等の状況の実態を把握し、支援ガイド案を作成する基礎資料を得ることを目的とした。その結果、COVID-19 の流行は、親子の生活に対して負の影響だけを与えるものではないことが明らかになった。

COVID-19 の流行による負の影響は、児が身体を動かす機会の減少とスクリーンタイムの増加、児の菓子摂取や間食摂取頻度の増加として表れていた。Shinomiya らは、COVID-19 の流行初期に行ったオンライン調査によって、幼児の運動頻度の減少やスクリーンタイムの増加を指摘している⁸⁾。本調査と Shinomiya らの調査の対象者は、同一集団ではない。しかし、本調査は、COVID-19 の流行によって、幼児の健全な成長に必要な「遊び」の機会が長期的に失

われていることを示している。

一方、COVID-19 の流行は、親子ともに朝食摂取頻度が増えるなどの、共食や児が食事づくりに参加する機会の増加として、食生活や食育を高める影響も認められた。この結果は、我が国で発出された緊急事態宣言や外出自粛要請、在宅勤務による在宅時間が、食育推進に活用できることを示している。

児の食事に関する困り事については、COVID-19 の流行にかかわらず、「食べるのに時間がかかる」、「偏食する」等のこれまでの報告でみられた項目が挙げられた。本調査では、対象者の健康面の課題として「イライラすることが増えた」が挙げられた。また、本調査では、育児困難や経済的不安を示す意見も少なくなかった。従って、新しい生活様式においては、幼児の食の困り事の解決を含めた栄養・食生活支援のニーズが高いものと推察される。本調査報告では、記述統計量のみ言及した。本調査項目間の関連を詳細に分析し、その結果を支援ガイド案の活用に取り入れることで、現在の保護者が直面する課題の解決に寄与するものと考えられる。

E. 結論

幼児の食生活における COVID-19 の流行拡大による負の影響は、菓子摂取や間食摂取頻度の増加として、正の影響は食育機会の増加として認められた。食の困り事は、COVID-19 の流行にかかわらず、食事時間の長さや偏食が挙げられた。これらの現状を考慮した、栄養・食生活支援が必要である。

1) 一般社団法人 J ミルク. 新型コロナウイルスの影響に関する食生活動向緊急調査.

<https://www.j-milk.jp/report/trends/h4ogb40000003tso.html> (2021-04-20 アクセス確認)

2) 株式会社マクロミル. コロナ禍で変化する食生活や、さらに高まる健康への意識～全国 2000 人調査～
<https://honote.macromill.com/report/20200709/> (2021-04-20 アクセス確認)

3) Qian K., et al. Influence of the COVID-19 pandemic on household food waste behavior in Japan. *Sustainability*. 2020; 12: 9942.

4) Carrol N., et al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. *Nutrients*. 2020; 12: 2352.

5) Di Renzo L., et al. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: an Italian survey. *J Transl Med*. 2020; 18: 229.

6) Sidor A., et al. Dietary choices and habits during COVID-19 Lockdown: Experience from Poland. *Nutrients*. 2020; 12: 1657.

7) Kato N., et al. Updated Japanese growth references for infants and preschool children, based on historical, ethnic and environmental characteristics. *Acta Paediatr*. 2014; 103: e251-e261.

8) Shinomiya Y., et al. Sleep and the General Behavior of Infants and Parents during the Closure of Schools as a Result of

the COVID-19 Pandemic: Comparison with 2019 Data. *Children*. 2021; 8: 168.

F. 健康危機情報

なし

G. 研究発表

1. 論文発表

佐々木溪円、平澤秋子、山崎嘉久、石川みどり. 幼児期の甘い間食の習慣的な摂取と生活習慣に関する乳幼児健康診査を活用した分析. *日本公衆衛生雑誌* 2021; 68: 12-22.

2. 学会発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

表 1. 調査項目（下線は質問文、[] 内は選択肢、MA は複数選択可とする。※1 等の表記は同一選択肢を示す。新型コロナウイルス感染症はコロナと記載する。）

あなたはお子さんとどのような続柄ですか。

[子どもの母親 | 子どもの父親 | 子どもの祖父母 | それ以外の養育者]

お子さんの性別を教えてください。

[男児 | 女児]

お子さんは何人目のお子さんですか。

[第 1 子 | 第 2 子 | 第 3 子 | 第 4 子以降]

お子さんの日中の保育について、主に保育をお願いしている先としてあてはまるものをすべて選んでください。(MA)

[保育所(園) | 幼稚園 | 認定こども園 | 祖父母や親戚 | その他 | お願いしていない]

お子さんは、離乳を完了していますか。ここでは「離乳」とは、形がある食べ物をかみつぶすことができ、栄養の大部分を食事・間食から摂取していることを意味します。

[はい | いいえ]

現在、お子さんのお母さんは働いていますか。

[働いている | 働いていない | わからない]

前問で「働いている」と回答した方は、現在、どのような形態で働いていますか。

[正規職員・従業員 | パート・アルバイト | 契約社員・嘱託 | 派遣社員 | 会社・団体等の役員 | 自営業主 | 家族従業者 | 家庭内での内職など | その他 | わからない]

お子さんは、現在、毎日朝食を食べますか。

[必ず食べる | 週に 2～3 回食べないことがある | 週に 4～5 回食べないことがある | ほとんど食べない | 全く食べない]

お子さんが朝食を食べる回数は、コロナ前と変化がありましたか。

[かなり増えた | やや増えた | 変わらない | やや減った | かなり減った]

お子さんは、現在、次の食べものをどのくらいの頻度で食べていますか。

穀類(ごはん、パンなど) / 魚 / 肉 / 卵 / 大豆・大豆製品 / 野菜 / 果物 / 牛乳・乳製品 / お茶など甘くない飲料 / 果汁など甘味飲料※主に炭酸飲料類(コーラやサイダー) や果汁飲料等 / 菓子(菓子パンを含む) ※主にあめ、チョコレート、クッキー、アイスクリーム、ケーキ等 / インスタントラーメンやカップ麺 / ファストフード※短時間で調理などされ、すぐに食べることのできるハンバーガーやドーナツ、ピザなどの手軽な食事や食品

[毎日 2 回以上 | 毎日 1 回 | 週に 4～6 回 | 週に 1～3 回 | 週に 1 回未満 | まだ食べていない(飲んでいない)]

お子さんが食べる頻度が、コロナ前よりも「増えた」食品をすべて選択してください。(MA)

[穀類(ごはん、パンなど) | 魚 | 肉 | 卵 | 大豆・大豆製品 | 野菜 | 果物 | 牛乳・乳製品 | お茶など甘くない飲料 | 果汁など甘味飲料 | 菓子(菓子パンを含む) | インスタントラーメンやカップ麺 | ファストフード | 特になし] ※1

お子さんが食べる頻度が、コロナ前よりも「減った」食品をすべて選択してください。(MA) ※1

お子さんは、現在どのように朝食を食べていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。

[家族そろって食べる | おとなの家族の誰かと食べる | 子どもだけで食べる | 一人で食べる | その他]

お子さんは、現在どのように夕食を食べていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。

[家族そろって食べる | おとなの家族の誰かと食べる | 子どもだけで食べる | 一人で食べる | その他]

お子さんは、現在食事づくり(簡単な調理や、おやつ作りを含む)に関わる機会は何のくらいありますか。

[毎日 | 週5、6日 | 週3、4日 | 週1、2日 | ほとんどない]

ご家庭で次のことをする頻度は、コロナ前と変化がありましたか。

朝食を家族そろって食べる回数/夕食を家族そろって食べる回数/お子さんが食事づくり(簡単な調理や、おやつ作りを含む)に関わる機会/お子さんが調理以外の食事の手伝い(テーブルの用意、あと片付けなど)に関わる機会

[かなり増えた | やや増えた | 変わらない | やや減った | かなり減った]

お子さんの現在の間食の与え方をどのようにしていますか。(MA)

[特に気を付けていない | 時間を決めてあげることが多い | 欲しがる時にあげることが多い | 間食でも栄養に注意している | 甘いものは少なくしている | 甘い飲み物やお菓자에偏ってしまう | スナック菓子を与えることが多い | その他]

お子さんは、現在間食(3食以外に食べるもの)として甘い飲み物やお菓子を1日何回とりますか。

[0回 | 1回 | 2回 | 3回 | 4回以上]

お子さんが間食を食べる回数は、コロナ前と変化がありましたか。

[かなり増えた | やや増えた | 変わらない | やや減った | かなり減った]

現在のお子さんの食事特に気をつけていることがありますか。あてはまるものをすべてください。(MA)

[栄養バランス | 食べる量 | 食べものの大きさ、固さ | 料理の味付け | 料理の盛り付け、色どり | 規則正しい時間に食事をする | よくかむこと | 食事のマナー | 一緒に食べる | 楽しく食べる | 一緒に作る | 間食の内容 | 間食の量(間食は適量にする) | 食事の前の手洗いやアルコール消毒 | 飛沫が飛ばないように座る位置等について配慮すること | その他 | 特にない] ※2

お子さんの食事、コロナ前に比べて、現在の方が気を付けるようになったことがありますか。(MA) ※

2

現在のお子さんの食事、困っていることがありますか。(MA)

[食べる(食べもの)に関心がない | 小食 | 食べすぎる | 偏食する | むら食い | 早食い、よくかまない | 食べものを口の中にとめる | 食べものを口から出す | 遊び食べをする | 食べるのに時間がかかる | 食事よりも甘い飲み物やお菓子を欲しがる | 食事前にお腹がすいていない | その他 | 特にない] ※3

お子さんの食事、コロナ前に比べて、現在の方が困っていることがありますか。(MA) ※3

お子さんの現在の平日の起床時刻は何時頃ですか。

[午前6時前 | 午前6時台 | 午前7時台 | 午前8時台 | 午前9時台 | 午前10時以降 | 起床時刻は決まっていない]

※4

お子さんの現在の休日の起床時刻は何時頃ですか。 ※4

お子さんの現在の平日の就寝時刻は何時頃ですか。

[午後8時前 | 午後8時台 | 午後9時台 | 午後10時台 | 午後11時台 | 深夜12時以降 | 就寝時刻は決まっていない] ※5

お子さんの現在の休日の就寝時刻は何時頃ですか。 ※5

お子さんの起床時刻や就寝時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。

[規則的になった | もともと規則的であり、変わっていない | 不規則になった | もともと不規則であり、変わっていない] ※6

お子さんが食事を食べる時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。 ※6

お子さんは、現在保育所等の活動も含め、どのくらい運動(外遊びも含む)をしていますか。

[1週間に5日より多くしている | 1週間に3~4日している | 1週間に1~2日している | していない]

現在、平日にお子さんが体を動かしている時間(※)は、1日に平均どのくらいですか。

[30分未満 | 30分以上1時間未満 | 1時間以上2時間未満 | 2時間以上3時間未満 | 3時間以上 | 全くしない]

※7

現在、休日にお子さんが体を動かしている時間(※)は、1日に平均どのくらいですか。 ※7

※全身を使った遊び・運動(鬼ごっこ、かくれんぼ、ボール遊び、すべり台、砂遊びなど)や、通園時の歩行や散歩などが含まれます。

お子さんが運動をしたり、身体を動かす頻度や時間は、コロナ前と比べて変化がありましたか。

[平日も休日も増えた | 平日のみ増えた | 休日のみ増えた | 平日も休日も減った | 平日のみ減った | 休日のみ減った | 平日も休日も変わっていない] ※8

現在、平日にお子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、1日に平均どのくらいですか。

[見ない・しない | 1時間未満 | 1時間以上2時間未満 | 2時間以上4時間未満 | 4時間以上] ※9

現在、休日にお子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、1日に平均どのくらいですか。 ※9

お子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、コロナ前と比べて変化がありましたか。 ※8

あなたから見て、お子さんは現在健康だと思いますか。

[とても健康 | まあまあ健康 | どちらともいえない | あまり健康ではない | 健康ではない]

お子さんの現在の身長は何 cm ですか。わかる範囲で、整数でお答えください。

お子さんの現在の体重は何 kg ですか。わかる範囲で、整数でお答えください。

お子さんの排便の頻度はどのくらいですか。

[ほぼ毎日排便がある | 2~3日に1回程度 | 4~5日に1回程度 | 週に1回程度 | 不規則である | 便秘の治療を行っている]

お子さんは、これまでに、食事が原因と思われるアレルギーの症状を起こしたことがありますか。

[はい | いいえ]

お子さんの歯磨きについて、保護者が、毎日、仕上げ磨きをしていますか。

[仕上げ磨きをしている（子どもが磨いた後、保護者が仕上げ磨きをしている） | 子どもが自分で磨かずに、保護者だけで磨いている | 子どもだけで磨いている | 子どもも保護者も磨いていない]

お子さんはむし菌がありますか。

[ない | あったが治療した（治療済） | ある（未処置） | わからない]

お子さんのむし菌予防のために行なっている又は行なったことのある項目はありますか。(MA)

[歯磨き剤を使用している | フッ化物の溶液で洗口（ぶぐぶぐうがい）をしている | フッ化物を歯に塗布したことがある | シーラント（歯の溝を削らずに樹脂などで埋める方法）をしたことがある | 間食の与え方に注意している | その他 | 行なっていない]

お子さんの現在の体調や健康面で気になることがありますか。(MA)

[嫌な夢をよくみるようだ | 以前好きだった遊びや、家族や友だちと一緒にしていたことに興味を示したり参加したりしない | すぐにイライラする | なかなか寝つけなかったり、夜中に何度も目が覚めたりすることがあるよう | 自分の体を傷つけたり、家族やペットに暴力をふるう（たたく・けるなど）があるようだ | 朝、ちゃんと目が覚めるのに時間がかかる | 落ち着きがなく、すぐに気が散りやすい | かんしゃくをおこすことがよくあ | 保育所や幼稚園などに行くのを嫌がる | 体重が増えた（太った） | 体重が減った（やせた） | むし菌が増えた | 排便回数が減った（お通じが悪くなった） | その他 | 特にない]

あなたは、毎日朝食を食べますか。

[必ず食べる | 週に2～3回食べないことがある | 週に4～5回食べないことがある | ほとんど食べない | 全く食べない]

あなたが朝食を食べる回数は、コロナ前と比べて変化がありましたか。

[かなり増えた | やや増えた | 変わらない | やや減った | かなり減った]

あなたが、現在ご家庭で次のことをする機会がどのくらいありますか。

同居している家族と食卓を囲むこと / 同居している家族以外の人と食卓を囲むこと / 食事中に会話をする
こと / 食材の買い物に行くこと / 食材の調達に宅配を使うこと / 自ら調理をし食事をつくること / 冷凍食品やインスタント食品を使うこと / スーパーやコンビニ、宅配のお惣菜や弁当を利用すること / 外食をすること

[毎日 | 週5～6日 | 週3～4日 | 週1～2日 | 月1～2回程度 | ほとんどない | 全くない]

コロナ前よりも頻度が「増えた」ことをすべて選択してください。(MA)

[同居している家族と食卓を囲むこと | 同居している家族以外の人と食卓を囲むこと | 食事中に会話をする
こと | 食材の買い物に行くこと | 食材の調達に宅配を使うこと | 自ら調理をし食事をつくること | 冷凍食品やインスタント食品を使うこと | スーパーやコンビニ、宅配のお惣菜や弁当を利用すること | 外食を
すること | 特にない] ※10

コロナ前よりも頻度が「減った」ことをすべて選択してください。(MA) ※10

普段の生活の中で、食や健康に関する情報をどこから得ていますか。(MA)

[保健センターなどの自治体 | 病院・診療所 | 保育所・幼稚園・子ども園 | 地域子育て支援センター | 家族 | 友人・仲間 | テレビ | インターネット | SNS (Facebook、Instagram、Twitter 等) | 育児雑誌 | 育児

アプリ | その他 | 特にない]

あなたの現在の平日の起床時刻は何時頃ですか。 ※4

あなたの現在の休日の起床時刻は何時頃ですか。 ※4

あなたの現在の平日の就寝時刻は何時頃ですか。

[午後9時前 | 午後9時台 | 午後10時台 | 午後11時台 | 午後12時台 | 深夜1時以降 | 就寝時刻は決まっていない] ※11

あなたの現在の休日の就寝時刻は何時頃ですか。 ※11

あなたの起床時刻や就寝時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。 ※6

あなたは現在健康だと思いますか。

[とても健康 | まあまあ健康 | どちらともいえない | あまり健康ではない | 健康ではない]

あなたの現在の身体や心の健康面で、コロナ前から変化したことはどんなことですか。(MA)

[イライラすることが増えた | 夜寝つけないことが増えた | 朝の目覚めが悪くなった | 子どもを叱る回数が増えた | 家族とけんかする機会が増えた | 憂鬱な気分になることが増えた | 体重が増えた(太った) | 体重が減った(やせた) | むし歯が増えた | 風邪をひきにくくなった | 排便回数が減った(お通じが悪くなった) | その他 | 特にない]

お子さんの食事の世話はどなたが行なっていますか。

[自分が中心 | 自分が中心で配偶者や他の家族も協力する | 自分と配偶者や他の家族が平等に行う | 配偶者や他の家族が中心 | 配偶者や他の家族が中心で自分も協力する | その他] ※12

お子さんの食事以外身の回りの世話はどなたが行なっていますか。 ※12

この地域で、今後も子育てをしていきたいですか。

[そう思う | どちらかといえばそう思う | どちらかといえばそう思わない | そう思わない]

地域や家庭での子育てのしやすさは、コロナ前と比べて変化がありましたか。

[子育てしやすくなった | 変わらない | 子育てしにくくなった]

「子育てしやすくなった」「子育てしにくくなった」と回答した方は、そのように回答した理由を教えてください。

お子さんと同居しているご家族について、お子さんからみた続柄であてはまるものをすべて選んでください。(MA)

[母親 | 父親 | 祖父 | 祖母 | 兄姉 | 弟妹 | その他親族等]

現在、同居しているご家族の中で、在宅勤務をされているご家族の方はいらっしゃいますか。お子さんからみた続柄であてはまるものをすべて選んでください。(MA)

[母親 | 父親 | 祖父 | 祖母 | 兄姉 | 弟妹 | その他親族等]

現在のお子さんのご家族の経済的な暮らし向きについて、あてはまるものを1つ選んでください。

[ゆとりがある | ややゆとりがある | どちらともいえない | あまりゆとりはない | 全くゆとりはない] ※13

経済的な暮らし向き(ゆとり)は、コロナ前と変化がありましたか。

[かなり増えた | やや増えた | 変わらない | やや減った | かなり減った]

現在のあなたの生活の中での時間的なゆとりについて、あてはまるものを1つ選んでください。 ※13

時間的なゆとりは、コロナ前と変化がありましたか。

表 2. 対象者の属性

	n	%		n	%
<u>性別</u>			<u>労働形態</u>		
全体	1982		全体	1082	
男性	827	41.7	正規職員・従業員	491	45.4
女性	1155	58.3	パート・アルバイト	461	42.6
<u>児との続柄</u>			契約社員・嘱託	45	4.2
全体	1982		派遣社員	16	1.5
母親	1153	58.2	会社・団体等の役員	7	0.6
父親	827	41.7	自営業主	42	3.9
祖父母	2	0.1	家族従業者	10	0.9
<u>居住地域</u>			家庭内での内職など	7	0.6
全体	1982		その他	3	0.3
北海道	75	3.8	<u>同居家族</u>		
東北	126	6.4	全体	1949	
関東 I	574	29.0	母親	1859	95.4
関東 II	149	7.5	父親	1737	89.1
北陸	79	4.0	祖父	113	5.8
東海	248	12.5	祖母	158	8.1
近畿 I	261	13.2	兄姉	672	34.5
近畿 II	57	2.9	弟妹	509	26.1
中国	116	5.9	その他親族等	10	0.5
四国	56	2.8	<u>在宅勤務者</u>		
北九州	137	6.9	全体	1942	
南九州	104	5.2	母親	231	11.9
<u>母親の就労状況</u>			父親	390	20.1
全体	1973		祖父	9	0.5
就労あり	1079	54.7	祖母	11	0.6
就労なし	892	45.2	兄姉	9	0.5
不明	2	0.1	弟妹	1	0.1
			その他親族等	2	0.1
			なし	1425	73.4

表 3. 児の属性

	n	%		n	%
<u>年齢</u>			<u>主な保育先</u>		
全体	1982		全体	1973	
2歳	280	14.1	保育所（園）	724	36.7
3歳	320	16.1	幼稚園	686	34.8
4歳	393	19.8	認定こども園	286	14.5
5歳	485	24.5	祖父母や親戚	31	1.6
6歳	504	25.4	その他	28	1.4
<u>性別</u>			依頼先なし	258	13.1
全体	1982		<u>離乳完了</u>		
男児	987	49.8	全体	1977	
女児	995	50.2	はい	1952	98.7
<u>出生順位</u>			いいえ	25	1.3
全体	1982				
第1子	1241	62.6			
第2子	528	26.6			
第3子	186	9.4			
第4子以降	27	1.4			

表 4. 子育て、生活状況

	n	%	n	%
<u>この地域で、今後も子育てをしていきたいですか。</u>				
全体	1950			
そう思う	1124	57.6		
どちらかといえばそう思う	666	34.2		
どちらかといえばそう思わない	117	6.0		
そう思わない	43	2.2		
<u>地域や家庭での子育てのしやすさは、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>				
全体	1955			
子育てしやすくなった	101	5.2		
変わらない	1610	82.4		
子育てしにくくなった	244	12.5		
<u>A) 現在のお子さんのご家族の経済的な暮らし向きについて、あてはまるものを1つ選んでください。</u>				
<u>B) 現在のあなたの生活の中での時間的なゆとりについて、あてはまるものを1つ選んでください。</u>				
	A		B	
全体	1968		1968	
ゆとりがある	168	8.5	97	4.9
ややゆとりがある	550	27.9	459	23.3
どちらともいえない	613	31.1	663	33.7
あまりゆとりはない	444	22.6	507	25.8
全くゆとりはない	193	9.8	242	12.3
<u>A) 経済的な暮らし向き（ゆとり）は、コロナ前と変化がありましたか。</u>				
<u>B) 時間的なゆとりは、コロナ前と変化がありましたか。</u>				
	A		B	
全体	1964		1965	
かなり増えた	25	1.3	53	2.7
やや増えた	87	4.4	252	12.8
変わらない	1397	71.1	1353	68.9
やや減った	299	15.2	195	9.9
かなり減った	156	7.9	112	5.7

表 5. 子育て担当者、食や健康に関する情報源

	n	%	n	%
<u>A) お子さんの食事の世話はどなたが行なっていますか。</u>				
<u>B) お子さんの食事以外身の回りの世話はどなたが行なっていますか。</u>				
	A		B	
全体	1937		1939	
自分が中心	825	42.6	760	39.2
自分が中心で配偶者や他の家族も協力する	347	17.9	409	21.1
自分と配偶者や他の家族が平等に行う	240	12.4	287	14.8
配偶者や他の家族が中心	304	15.7	233	12.0
配偶者や他の家族が中心で自分も協力する	217	11.2	248	12.8
その他	4	0.2	2	0.1
<u>普段の生活の中で、食や健康に関する情報をどこから得ていますか（複数回答可）。</u>				
全体	1958			
保健センターなどの自治体	168	8.6		
病院・診療所	176	9.0		
保育所・幼稚園・子ども園	422	21.6		
地域子育て支援センター	117	6.0		
家族	541	27.6		
友人・仲間	407	20.8		
テレビ	796	40.7		
インターネット	928	47.4		
SNS (Facebook、Instagram、Twitter 等)	362	18.5		
育児雑誌	80	4.1		
育児アプリ	91	4.6		
その他	12	0.6		
特になし	433	22.1		

表 6. 生活時間

	n	%	n	%
<u>お子さんの現在の起床時刻は何時頃ですか。</u>				
	平日		休日	
全体	1972		1972	
午前6時前	92	4.7	61	3.1
午前6時台	724	36.7	366	18.6
午前7時台	943	47.8	902	45.7
午前8時台	169	8.6	506	25.7
午前9時台	22	1.1	92	4.7
午前10時以降	5	0.3	17	0.9
起床時刻は決まっていない	17	0.9	28	1.4
<u>お子さんの現在の就寝時刻は何時頃ですか。</u>				
	平日		休日	
全体	1972		1972	
午後8時前	146	7.4	127	6.4
午後8時台	476	24.1	423	21.5
午後9時台	930	47.2	886	44.9
午後10時台	337	17.1	400	20.3
午後11時台	47	2.4	86	4.4
深夜12時以降	16	0.8	25	1.3
就寝時刻は決まっていない	20	1.0	25	1.3
<u>あなたの現在の起床時刻は何時頃ですか。</u>				
	平日		休日	
全体	1965		1963	
午前6時前	638	32.5	278	14.2
午前6時台	809	41.2	493	25.1
午前7時台	409	20.8	719	36.6
午前8時台	68	3.5	330	16.8
午前9時台	11	0.6	93	4.7
午前10時以降	6	0.3	19	1.0
起床時刻は決まっていない	24	1.2	31	1.6

(表 6 続き)

	n	%	n	%	n	%
<u>あなたの現在の就寝時刻は何時頃ですか。</u>						
	平日			休日		
全体	1964		1964			
午後 9 時前	103	5.2	90	4.6		
午後 9 時台	322	16.4	275	14.0		
午後 10 時台	429	21.8	393	20.0		
午後 11 時台	475	24.2	491	25.0		
午後 12 時台	358	18.2	388	19.8		
深夜 1 時以降	198	10.1	239	12.2		
就寝時刻は決まっていない	79	4.0	88	4.5		
<u>A) お子さんの起床時刻や就寝時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>						
<u>B) お子さんが食事を食べる時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>						
<u>C) あなたの起床時刻や就寝時刻は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>						
	A		B		C	
全体	1948		1953		1943	
規則的になった	147	7.5	138	7.1	162	8.3
もともと規則的であり 変わっていない	1450	74.4	1589	81.4	1273	65.5
不規則になった	105	5.4	70	3.6	134	6.9
もともと不規則であり 変わっていない	246	12.6	156	8.0	374	19.2
<u>お子さんは、現在保育所等の活動も含め、どのくらい運動（外遊びも含む）をしていますか。</u>						
全体	1952					
1 週間に 5 日より多くしている	1032	52.9				
1 週間に 3～4 日している	633	32.4				
1 週間に 1～2 日している	212	10.9				
していない	75	3.8				

(表 6 続き)

	n	%	n	%
<u>現在、お子さんが体を動かしている時間は、平日及び休日について、それぞれ1日に平均どのくらいですか。</u>				
			平日	休日
全体	1953		1952	
30分未満	214	11.0	277	14.2
30分以上1時間未満	729	37.3	697	35.7
1時間以上2時間未満	627	32.1	617	31.6
2時間以上3時間未満	200	10.2	235	12.0
3時間以上	167	8.6	110	5.6
全くしない	16	0.8	16	0.8
<u>A) お子さんが運動をしたり、身体を動かす頻度や時間は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>				
<u>B) お子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>				
			A	B
全体	1957		1929	
平日も休日も増えた	106	5.4	420	21.8
平日のみ増えた	71	3.6	65	3.4
休日のみ増えた	147	7.5	269	13.9
平日も休日も減った	203	10.4	32	1.7
平日のみ減った	54	2.8	14	0.7
休日のみ減った	208	10.6	13	0.7
平日も休日も変わっていない	1168	59.7	1116	57.9
<u>現在、お子さんが家でテレビやビデオを見る時間、ゲーム機、スマホやタブレット等を使用する時間は、平日及び休日について、それぞれ1日に平均どのくらいですか。</u>				
			平日	休日
全体	1952		1950	
見ない・しない	168	8.6	132	6.8
1時間未満	645	33.0	494	25.3
1時間以上2時間未満	740	37.9	641	32.9
2時間以上4時間未満	327	16.8	524	26.9
4時間以上	72	3.7	159	8.2

表 7. 朝食、夕食、間食

	n	%	n	%
<u>A)お子さんは、現在、毎日朝食を食べますか。</u>				
<u>B)あなたは、毎日朝食を食べますか。</u>				
	A		B	
全体	1978		1961	
必ず食べる	1837	92.9	1493	76.1
週に2～3回食べないことがある	108	5.5	233	11.9
週に4～5回食べないことがある	11	0.6	59	3.0
ほとんど食べない	20	1.0	129	6.6
全く食べない	2	0.1	47	2.4
<u>A)お子さんが朝食を食べる回数は、コロナ前と変化がありましたか。</u>				
<u>B)あなたが朝食を食べる回数は、コロナ前と比べて変化がありましたか。</u>				
	A		B	
全体	1979		1956	
かなり増えた	34	1.7	38	1.9
やや増えた	72	3.6	79	4.0
変わらない	1855	93.7	1798	91.9
やや減った	18	0.9	29	1.5
かなり減った	0	0.0	12	0.6
<u>お子さんの現在の間食の与え方をどのようにしていますか（複数回答可）。</u>				
全体	1944			
特に気を付けていない	388	20.0		
時間を決めてあげることが多い	946	48.7		
欲しがるときにあげることが多い	340	17.5		
間食でも栄養に注意している	250	12.9		
甘いものは少なくしている	322	16.6		
甘い飲み物やお菓자에偏ってしまう	289	14.9		
スナック菓子を与えることが多い	193	9.9		
その他	25	1.3		

(表 7 続き)

	n	%	n	%
<u>お子さんは、現在間食（3食以外に食べるもの）として甘い飲み物やお菓子を1日何回とりますか。</u>				
	1945			
0回	103	5.3		
1回	1230	63.2		
2回	515	26.5		
3回	76	3.9		
4回以上	21	1.1		
<u>お子さんが間食を食べる回数は、コロナ前と変化がありましたか。</u>				
全体	1966			
かなり増えた	44	2.2		
やや増えた	280	14.2		
変わらない	1606	81.7		
やや減った	32	1.6		
かなり減った	4	0.2		
<u>お子さんは、現在どのように朝食や夕食を食べていますか。日によって異なる場合は最も多いものを1つ選んでください。</u>				
	朝食		夕食	
	1958		1965	
家族そろって食べる	746	38.1	1111	56.5
おとなの家族の誰かと食べる	850	43.4	771	39.2
子どもだけで食べる	306	15.6	64	3.3
一人で食べる	51	2.6	14	0.7
その他	5	0.3	5	0.3
<u>お子さんは、現在食事づくり（簡単な調理や、おやつ作りを含む）に関わる機会はどのくらいありますか。</u>				
全体	1965			
毎日	415	21.1		
週5、6日	81	4.1		
週3、4日	114	5.8		
週1、2日	499	25.4		
ほとんどない	856	43.6		

表 8. 児の摂取食品

	穀類		魚		肉		卵		大豆・大豆製品		野菜		果物	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
全体	1957		1951		1950		1947		1942		1944		1945	
毎日2回以上	1567	80.1	66	3.4	148	7.6	81	4.2	97	5.0	708	36.4	241	12.4
毎日1回	278	14.2	299	15.3	437	22.4	477	24.5	355	18.3	504	25.9	607	31.2
週に4～6回	49	2.5	394	20.2	785	40.3	548	28.1	476	24.5	392	20.2	426	21.9
週に1～3回	46	2.4	961	49.3	514	26.4	659	33.8	709	36.5	251	12.9	435	22.4
週に1回未満	13	0.7	209	10.7	51	2.6	142	7.3	255	13.1	62	3.2	206	10.6
まだ食べていない	4	0.2	22	1.1	15	0.8	40	2.1	50	2.6	27	1.4	30	1.5

	牛乳・乳製品		お茶など 甘くない飲料		果汁など 甘味飲料		菓子 (菓子パンを含む)		インスタント ラーメンや カップ麺		ファストフード	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
全体	1944		1938		1919		1931		1912		1925	
毎日2回以上	533	27.4	1259	65.0	114	5.9	255	13.2	19	1.0	20	1.0
毎日1回	716	36.8	292	15.1	317	16.5	636	32.9	42	2.2	40	2.1
週に4～6回	287	14.8	131	6.8	250	13.0	377	19.5	74	3.9	68	3.5
週に1～3回	275	14.1	128	6.6	472	24.6	389	20.1	279	14.6	282	14.6
週に1回未満	92	4.7	93	4.8	559	29.1	208	10.8	1034	54.1	1337	69.5
まだ食べていない	41	2.1	35	1.8	207	10.8	66	3.4	464	24.3	178	9.2

質問文：お子さんは、現在、次の食べものをどのくらいの頻度で食べていますか（複数回答可）

表 9. 新型コロナウイルス感染症による児の摂取食品の変化

	増えた		減った	
	n	%	n	%
	1951		1954	
穀類（ごはん、パンなど）	211	10.8	8	0.4
魚	97	5.0	67	3.4
肉	102	5.2	33	1.7
卵	67	3.4	35	1.8
大豆・大豆製品	77	3.9	29	1.5
野菜	94	4.8	40	2.0
果物	97	5.0	26	1.3
牛乳・乳製品	128	6.6	24	1.2
お茶など甘くない飲料	59	3.0	11	0.6
果汁など甘味飲料	83	4.3	27	1.4
菓子（菓子パンを含む）	248	12.7	21	1.1
インスタントラーメンやカップ麺	111	5.7	32	1.6
ファストフード	128	6.6	123	6.3
特になし	1356	69.5	1631	83.5

質問文：お子さんが食べる頻度が、コロナ前よりも「増えた」/「減った」食品をすべて選択してください（複数回答可）。

表 10. 家庭における食生活の変化

	朝食を家族そろって食べる回数		夕食を家族そろって食べる回数	
	n	%	n	%
全体	1965		1970	
かなり増えた	103	5.2	154	7.8
やや増えた	184	9.4	340	17.3
変わらない	1653	84.1	1440	73.1
やや減った	21	1.1	30	1.5
かなり減った	4	0.2	6	0.3

	お子さんが食事づくりに関わる機会		お子さんが調理以外の 食事の手伝いに関わる機会	
	n	%	n	%
全体	1968		1972	
かなり増えた	71	3.6	109	5.5
やや増えた	417	21.2	481	24.4
変わらない	1460	74.2	1360	69.0
やや減った	19	1.0	19	1.0
かなり減った	1	0.1	3	0.2

質問文：ご家庭で次のことをする頻度は、コロナ前と変化がありましたか。

表 11. 児の食生活における留意点

	n	%	n	%
A) 現在のお子さんの食事で特に気をつけていることがありますか。あてはまるものをすべてください。				
B) お子さんの食事で、コロナ前に比べて、現在の方が気を付けるようになったことがありますか。				
	A		B	
全体	1960		1774	
栄養バランス	1161	59.2	329	18.5
食べる量	801	40.9	126	7.1
食べものの大きさ、固さ	348	17.8	41	2.3
料理の味付け	548	28.0	51	2.9
料理の盛り付け、色どり	171	8.7	29	1.6
規則正しい時間に食事をする	591	30.2	107	6.0
よくかむこと	371	18.9	69	3.9
食事のマナー	853	43.5	147	8.3
一緒に食べる	701	35.8	118	6.7
楽しく食べる	559	28.5	116	6.5
一緒に作る	97	4.9	30	1.7
間食の内容	243	12.4	35	2.0
間食の量（間食は適量にする）	402	20.5	60	3.4
食事の前の手洗いやアルコール消毒	467	23.8	312	17.6
飛沫が飛ばないように座る位置等について配慮すること	52	2.7	35	2.0
その他	4	0.2	1	0.1
特になし	176	9.0	882	49.7

表 12. 児の食生活における困り事

	n	%	n	%
<u>A) 現在のお子さんの食事で困っていることがありますか (複数回答可)。</u>				
<u>B) お子さんの食事で、コロナ前に比べて、現在の方が困っていることがありますか (複数回答可)。</u>				
			A	B
全体	1961		1497	
食べること (食べもの) に関心がない	147	7.5	50	3.3
小食	253	12.9	61	4.1
食べすぎる	195	9.9	43	2.9
偏食する	550	28.0	140	9.4
むら食い	340	17.3	72	4.8
早食い、よくかまない	168	8.6	44	2.9
食べものを口の中にとめる	111	5.7	18	1.2
食べものを口から出す	82	4.2	14	0.9
遊び食べをする	423	21.6	115	7.7
食べるのに時間がかかる	611	31.2	164	11.0
食事よりも甘い飲み物やお菓子を欲しがる	328	16.7	131	8.8
食事前にお腹がすいていない	64	3.3	19	1.3
その他	29	1.5	12	0.8
特になし	454	23.2	862	57.6
<u>お子さんは、これまでに、食事が原因と思われるアレルギーの症状</u>				
<u>を起こしたことがありますか。</u>				
全体	1958			
はい	247	12.6		
いいえ	1711	87.4		

表 13. 家庭における食行動

	同居している家族 と食卓を囲むこと		同居している家族以外の 人と食卓を囲むこと		食事中に 会話をすること		食材の買い物に行くこと		食材の調達に 宅配を使うこと	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
全体	1952		1951		1953		1952		1914	
毎日	1312	67.2	192	9.8	1412	72.3	219	11.2	94	4.9
週5～6日	267	13.7	112	5.7	226	11.6	167	8.6	64	3.3
週3～4日	157	8.0	73	3.7	135	6.9	456	23.4	80	4.2
週1～2日	171	8.8	147	7.5	108	5.5	939	48.1	368	19.2
月1～2回程度	15	0.8	319	16.4	15	0.8	96	4.9	156	8.2
ほとんどない	25	1.3	732	37.5	38	1.9	53	2.7	291	15.2
全くない	5	0.3	376	19.3	19	1.0	22	1.1	861	45.0
	自ら調理をし 食事をつくること		冷凍食品やインスタント 食品を使うこと		スーパーやコンビニ、宅配の お惣菜や弁当を利用すること		外食をすること			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
全体	1943		1941		1929		1934			
毎日	903	46.5	90	4.6	60	3.1	46	2.4		
週5～6日	287	14.8	153	7.9	75	3.9	43	2.2		
週3～4日	144	7.4	326	16.8	152	7.9	78	4.0		
週1～2日	213	11.0	628	32.4	466	24.2	382	19.8		
月1～2回程度	120	6.2	411	21.2	533	27.6	651	33.7		
ほとんどない	166	8.5	231	11.9	435	22.6	534	27.6		
全くない	110	5.7	102	5.3	208	10.8	200	10.3		

表 14. 新型コロナウイルス感染症による家庭における食行動の変化

	増えた		減った	
	n	%	n	%
	1941		1938	
同居している家族と食卓を囲むこと	487	25.1	25	1.3
同居している家族以外の人と食卓を囲むこと	60	3.1	239	12.3
食事中に会話をする事	135	7.0	69	3.6
食材の買い物に行くこと	168	8.7	304	15.7
食材の調達に宅配を使うこと	114	5.9	39	2.0
自ら調理をし食事をつくること	263	13.5	30	1.5
冷凍食品やインスタント食品を使うこと	201	10.4	35	1.8
スーパーやコンビニ、宅配のお惣菜や弁当を利用すること	195	10.0	58	3.0
外食をすること	34	1.8	644	33.2
特にない	985	50.7	876	45.2

質問文：コロナ前よりも頻度が「増えた」/「減った」ことをすべて選択してください。

表 15. 口腔保健

	n	%
<u>お子さんの歯磨きについて、保護者が、毎日、仕上げ磨きをしていますか。</u>		
全体	1955	
仕上げ磨きをしている（子どもが磨いた後、保護者が仕上げ磨きをしている）	1513	77.4
子どもが自分で磨かずに、保護者だけで磨いている	282	14.4
子どもだけで磨いている	151	7.7
子どもも保護者も磨いていない	9	0.5
<u>お子さんはむし歯がありますか。</u>		
全体	1968	
ない	1528	77.6
あったが治療した（治療済）	297	15.1
ある（未処置）	69	3.5
わからない	74	3.8
<u>お子さんのむし歯予防のために行なっている又は行なったことのある項目はありますか（複数回答可）。</u>		
全体	1961	
歯磨き剤を使用している	1547	78.9
フッ化物の溶液で洗口（ぶぐぶぐうがい）をしている	245	12.5
フッ化物を歯に塗布したことがある	733	37.4
シーラント（歯の溝を削らずに樹脂などで埋める方法）をしたことがある	96	4.9
間食の与え方に注意している	204	10.4
その他	43	2.2
行なっていない	155	7.9

表 16. 対象者と児の健康状況

	n	%	n	%
<u>お子さんの排便の頻度はどのくらいですか。</u>				
全体	1962			
ほぼ毎日排便がある	1388	70.7		
2～3日に1回程度	499	25.4		
4～5日に1回程度	36	1.8		
週に1回程度	14	0.7		
不規則である	16	0.8		
便秘の治療を行っている	9	0.5		
<u>A) あなたから見て、お子さんは現在健康だと思いますか。</u>				
<u>B) あなたは現在健康だと思いますか。</u>				
	A		B	
全体	1969		1960	
とても健康	1052	53.4	307	15.7
まあまあ健康	784	39.8	1121	57.2
どちらともいえない	110	5.6	346	17.7
あまり健康ではない	17	0.9	149	7.6
健康ではない	6	0.3	37	1.9

(表 16 続き)

	n	%
<u>お子さんの現在の体調や健康面で気になることがありますか（複数回答可）。</u>		
全体	1963	
嫌な夢をよくみるようだ	99	5.0
以前好きだった遊びや、家族や友だちと一緒にしていたことに 興味を示したり参加したりしない	55	2.8
すぐにイライラする	227	11.6
なかなか寝つけなかったり、夜中に何度も目が覚めたりすることがあるようだ	124	6.3
自分の体を傷つけたり、家族やペットに暴力をふるう （たたく・けるなど）があるようだ	31	1.6
朝、ちゃんと目が覚めるのに時間がかかる	267	13.6
落ち着きがなく、すぐに気が散りやすい	219	11.2
かんしゃくをおこすことがよくある	261	13.3
保育所や幼稚園などに行くのを嫌がる	108	5.5
体重が増えた（太った）	75	3.8
体重が減った（やせた）	9	0.5
むし歯が増えた	23	1.2
排便回数が減った（お通じが悪くなった）	47	2.4
その他	20	1.0
特にない	1057	53.8

(表 16 続き)

	n	%
<u>あなたの現在の身体や心の健康面で、コロナ前から変化したことはどんなことですか（複数回答可）。</u>		
全体	1965	
イライラすることが増えた	570	29.0
夜寝つけないことが増えた	210	10.7
朝の目覚めが悪くなった	170	8.7
子どもを叱る回数が増えた	342	17.4
家族とけんかする機会が増えた	148	7.5
憂鬱な気分になることが増えた	292	14.9
体重が増えた（太った）	440	22.4
体重が減った（やせた）	38	1.9
むし歯が増えた	33	1.7
風邪をひきにくくなった	205	10.4
排便回数が減った（お通じが悪くなった）	58	3.0
その他	10	0.5
特になし	818	41.6

