

201508022A

厚生労働科学研究費補助金

循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業

未成年者の健康課題および生活習慣に
関する実態調査研究

平成 27 年度 総括研究報告書

研究代表者 大井田 隆

日本大学医学部社会医学系公衆衛生学分野

平成 28 (2016) 年 3 月

目 次

平成 27 年度「未成年者の健康課題および生活習慣に関する実態調査研究」	1
生活習慣についての全国調査（調査票）	5
平成 26-27 年度厚生労働科学研究費補助金 循環器疾患等生活習慣病対策総合政策研究事業 未成年の健康課題および生活習慣に関する実態調査研究	11
性別、中高別、学年別にみた各種の頻度	31
Anger and Impulsivity among Japanese adolescents:A nationwide representative survey	99

厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合
研究事業）

H25-循環器等（生習）-指定-021

平成 27 年度「未成年者の健康課題および生活習慣に関する実態調査 研究」

要旨

わが国の中高生の健康課題と関連要因を明らかにし、対策の評価と推進方策を
検討する。健康日本 21（第 2 次）および健やか親子 21 の中間評価の評価指標を
提出する。

研究代表者

大井田隆 日本大学医学部公衆衛生学分野 教授

分担研究者

尾崎米厚 鳥取大学医学部・環境予防医学分野 教授

兼板佳孝 大分大学・医学部、疫学・公衆衛生学講座 教授

鈴木健二 鈴木メンタルクリニック 院長

樋口進 独立行政法人国立病院機構久里浜アルコール症センター 院長

神田秀幸 島根大学医学部公衆衛生学 教授

井谷修 大分大学・医学部、疫学・公衆衛生学講座 准教授

池田真紀 日本大学・医学部、公衆衛生分野 助教

中込祥 日本大学・医学部、公衆衛生分野 助手

市川宏伸 東京都小児総合医療センター 顧問

A. 研究目的

健康日本 21（第 2 次）および健やか親子 21 の中間・最終評価のための情報を得るためにもこの調査を実施することは時宜を得たものであり、その成果を用いて、わが国の現状と問題点及び解決方法を整理でき、喫煙及び飲酒対策の改善、推進のための方策を提言できる。

B. 研究方法

(1) 2014 年調査

全国学校総覧を用いて全国の中学校より 140 校、高等学校より 124 校を無作為抽出し、対象校に調査票を送付した。調査回答校の在校生徒全員を対象とした調査で、学校の在籍人数に比例して抽出確率を決める抽出方法であるため、この抽出方法は、1 段クラスター確率比例抽出である。

調査実施場所は教室内で、調査方法は、調査票による自記式無記名調査である。各学校の担任教師より調査票を配布して記入後、各生徒が糊付封筒に調査票を入れて、教師が学校分をまとめて、返送してもらった。調査内容は、喫煙・飲酒行動、睡眠状況、生活習慣及びその要因などであった（別紙）。2014 年調査は 9 月までに対象校の抽出し、10 月初旬、調査の依頼、調査票送付をした。対象中学校の 140 校のうち調査に協力したのは 79 校、高等学校 124 校のうち協力したのは 77 校で、有効回答数は 85,931 名であった。

倫理面への配慮では、調査対象者が質問票に記入するときは担任の教師がのぞき込まないようにしたこと、誰がどの質問票を書いたのか不明であるようにしたことにより倫理上の問題はないと判断した。

C. 調査経過

2014 年調査は前年度から 9 月までに対象校の抽出し、10 月初旬、調査の依頼、調査票送付をした。2015 年 1 月に調査終了していない学校に対しては再度電話による依頼を実施した。

D. 考察・結語

調査票と調査結果は別添の通り。喫煙頻度では喫煙経験のある中学生男子；6.6%、高校生男子；11.9%、中学生女子；3.8%、高校生女子；5.8%で、現在の喫煙状況は中学生男子で「30 日間で 1 日でも喫煙」；1.3%、毎日喫煙；0.3%、高校生男子で、「30 日間で 1 日でも喫煙」；3.5%、毎日喫煙；1.6%、中学生女子で「30 日間で 1 日でも喫煙」；0.5%、毎日喫煙；0.1%、高校生女子で「30 日間で 1 日でも喫煙」；1.4%、毎日喫煙；0.5%、であった。経年的に観察して（1996 年、2000 年、2004 年、2008 年、2010 年、2012 年、2014 年）喫煙率は概ね減少していると考えられた。

飲酒頻度では、現在の飲酒状況は中学生男子で「30 日間で 1 日でも飲酒」；5.6%、毎日飲酒；1.0%、高校生男子で、「30 日間で 1 日でも飲酒」；10.4%、毎日飲酒；2.7%、中学生女子で「30 日間で 1 日でも飲酒」；4.6%、毎日飲酒；0.6%、高校生女子で「30 日間で 1 日でも飲酒」；9.1%、毎日飲酒；1.7%、であった。経年的に観察して（1996 年、2000 年、2004 年、2008 年、2010 年、2012 年、2014 年）飲酒率は概ね減少していると考えられた。

F. 健康危機管理情報なし

G. 発表研究

大井田隆、兼板佳孝、井谷修、池田真紀、中込祥

- Yamamoto R, Okaneita Y, Osaki Y, Kanda H, Suzuki K, Higuchi S, Ikeda M, Kondo S, Munezawa T, Ohida T: Irritable bowel syndrome among Japanese adolescent : A nationally representative survey. J Gastroenterol Hepatol. 2015 Sep;30(9):1354-60
- Morioka H, Itani O, Okaneita Y, Ikeda M, Kondo S, Yamamoto R, Osaki Y, Kanda H, Higuchi S, Ohida T: Associations between sleep disturbance and alcohol-drinking: A large-scale epidemiological study of adolescents in Japan. Alcohol 47:619-28, 2013.
- Morioka H, Itani O, Kaneita Y, Iwasa H, Ikeda M, Yamamoto R, Osaki Y, Kanda H, Nakagome S, Ohida T: Factors Affecting Unhappiness at School Among Japanese Adolescents: An Epidemiological Study. PLoS One 9(11): e111844, 2014.
- Ikeda M, Kaneita Y, Itani O, Ohida T: Epidemiological study of sleep habits among four- and a-half-year-old children in Japan. Sleep Medicine 2012. 13: 787-794.
- Itani O, Okaneita Y, Ikeda M, Ohida O: Associations of work hours and actual availability of weekly rest days with cardiovascular risk factors. Journal: Journal of Occupational Health. 55: 11-20, 2013.
- 神田秀幸
- Kanda H, Osaki Y, Ohida T, Kaneita Y, Munezawa T: Age verification cards fail to fully prevent minors from accessing tobacco products. Tobacco Control, 2010, 20:163-165.(財務省、警察庁にタスポの効果に疑問があることを報告)
- Kanda H, Hayakawa T, Koyama K.Preventive behaviours against radiation and related factors among general workers after Fukushima's nuclear disasters. Emerg Med J. 2012 16.
- Kanda H, Wang P, Okamura T, Wuyun G, Wu H, Su X, Hayakawa T, Amamoto K, Ueshima H. Fasting plasma insulin is associated with metabolic syndrome in farmers but not in nomads among the Mongolian population, China. Jtheroscler Thromb. 2011, 18:291-7.
- Kanda H, Osaki Y, Kaneita Y, Itani O, Ikeda M, Ohida T, Higuchi S: Alcohol drinking rates of male between 7th and 11th graders in Japan decreased gradually based on nationwide repeated cross-sectional surveys from 1996 to 2008. Health 5:12-17, 2013
- Kanda H, Osaki Y, Kaneita Y, Itani O, Ikeda M, Ohida T: Smoking rate trends of male 7th and 11th graders in Japan based on repeated, nationwide, cross-sectional surveys every 4 years from 1996 to 2008. Health 5:1241-1246, 2013.
- 尾崎米厚
- Tanihata T, Kanda H, Osaki Y, Ohida T, Minowa M, Wada K, Suzuki K, Hayashi K. Unhealthy Lifestyle, Poor Mental Health, and Its Correlation Among Adolescents: A Nationwide Cross-Sectional Survey. Asia Pac J Public Health. 2012 Jul 18.
- Osaki Y, Ohida T, Kanda H, Kaneita Y, Kishimoto T. Mobile phone use does not discourage adolescent smoking in

Japan. Asian Pac J Cancer Prev.
2012;13(3):1011-4.

- Osaki Y, Taniguchi S, Tahara A, Okamoto M, Kishimoto T. Metabolic syndrome and incidence of liver and breast cancers in Japan. Cancer Epidemiol. 2012 Apr;36(2):141-7. Epub 2011 Sep 3.

鈴木健二

- 鈴木健二, 松下幸生, 木村 充, 武田 綾, 樋口 進: 未成年者飲酒問題コホート研究、10年間の追跡結果. 日本アルコール・薬物医学会雑誌, 2011, 46: 470-485.

- Suzuki K, Takeda A, Yoshino A: Mortality 6 years treatment of female Japanese patients with eating disorders associated with alcoholism. PCN, 2011, 65: 326-332

樋口進

- 鈴木健二, 松下幸生, 木村 充, 武田 綾, ○樋口 進: 未成年者飲酒問題コホート研究, 10年間の追跡結果. 日本アルコール・薬物医学会雑誌, 2011, 46(5): 470-485.

- 松下幸生, ○樋口 進: 自殺予防におけるアルコール対策: アルコールとうつ, 自殺. 精神医学 54(11): 1087-1096, 2012.

- 前園真毅, 三原聡子, ○樋口 進: 韓国におけるインターネット嗜癖(依存)の現状. 精神医学, 2012, 54(9): 915-920.

生活習慣についての全国調査

中学、高校生の生活習慣は、健康と関係があるため厚生労働省がすすめている健康づくり計画である健康日本21(第2次)にも取り上げられています。中学、高校生の生活習慣についての全国調査は1996年から今までに7度行われています。このたび2012年以降にどのように変化したかを知るために全国の中学校、高等学校からくじ引きでそれぞれ140校、124校を選んで全校生徒に対するアンケート調査を実施することになりました。この調査は未成年者のタバコ使用の様子を明らかにするなど、国が健康についての対策を考えるために大変重要な資料になります。この調査は、回答した人に不利益がおよぶようなものでなく、みなさんの健康を守るために使われる大切なものですのでぜひ協力してください。

このアンケートは、個人の秘密を守るために、書いた人が誰かわかるような「名前」等の項目はありません。回答はほとんどが当てはまる項目に○をつけるだけです。学校の先生にもどんな回答をしたかわかりません。回答後は同時に配布した封筒ふうとうにすぐに入れて、のりでフタをして、回収するようにしています。封筒に入ったアンケート用紙は学校では開けずに集計する大学に送られ、その結果は集計表をつくるために使用し、研究以外の目的には利用しません。回答はありのままを正直に教えてください。

なお、このアンケートの質問文にあるお酒とは日本酒のことではなくビール、日本酒、焼酎しょうちゅう、ワイン、ジン、ウイスキー、ブランディー、ウォッカといったアルコール類をまとめた表現だと思ってください。

厚生労働省 未成年者の健康課題および生活習慣に関する全国調査研究グループ
主任研究者 大井田隆 (日本大学医学部 社会医学系 公衆衛生学分野 教授)

(質問1) あなたは男性ですか、女性ですか?あてはまる数字に○をつけてください。

1. 男性 2. 女性

⑩

(質問2) あなたの学年は何年生ですか?あてはまる数字に○をつけてください。

1. 1年生 2. 2年生 3. 3年生

⑪

(質問3) あなたの年齢に○をつけてください。

1. 12才 3. 14才 5. 16才 7. 18才
2. 13才 4. 15才 6. 17才 8. 19才以上

⑫

(質問4) あなたはお酒をどのくらいの頻度で飲みますか?あてはまる数字に1つ○をつけてください。

(このアンケートの質問文にあるお酒とは日本酒のことではなくビール、日本酒、焼酎しょうちゅう、ワイン、ジン、ウイスキー、ブランディー、ウォッカといったアルコール類をまとめた表現だと思ってください。以下も同じです)

1. 飲まない 3. 月に1、2回 5. 週に数回
2. 年に1、2回 4. 週末ごとに 6. 毎日

⑬

(質問5) この30日間に、少しでもお酒を飲んだ日は合計何日になりますか?

1. 0日 3. 3～5日 5. 10～19日 7. 毎日(30日)
2. 1か2日 4. 6～9日 6. 20～29日

⑭

(質問6) あなたは以下のような時にお酒を飲んだことがありますか?あてはまるものをいくつでも○をつけてください。

1. 飲んだことがない
2. 冠婚葬祭(結婚式、お祭り、葬式もろしき、法事、お盆、正月など)の時に飲んだことがある
3. 家族が食事の時にお酒を飲む時にいっしょに飲んだことがある
4. クラス会、打ち上げ、コンパの時に飲んだことがある
5. 居酒屋、カラオケボックス、飲み屋などで仲間といっしょに飲んだことがある
6. 誰かの部屋で仲間といっしょに飲んだことがある
7. ひとりで飲んだことがある

⑮

(質問7) お酒を飲む時にはどのくらいの量を飲みますか?

1. 飲まない 5. コップに3～5杯
2. コップ1杯未満(ほんの少しの量) 6. コップに6杯以上
3. コップに1杯 7. 酔いつぶれるまで
4. コップに2杯

⑯

(質問8) あなたはお酒を飲む時に、たくさん飲むことがどのくらいの頻度でありますか?

(「たくさん」とはビール・甘いお酒サワーだと通常のカン(350ml)で「5本以上」のことです)

1. 飲まない 3. 年に数回 5. 週に1、2回
2. 年に1回以下 4. 月に1、2回 6. 週に3回以上

⑰

- (質問9) 自分からすすんでまたはお酒とわかって初めてお酒を飲んだのは何才ころですか？
1. 一度も飲んだことがない 3. 9か10才 5. 13か14才 7. 17才よりうえ
2. 8才かそれより若く 4. 11か12才 6. 15か16才
- (質問10) 初めて友だちや仲間とお酒を飲んだのは何才ころですか？
1. 一度も飲んだことがない 3. 9か10才 5. 13か14才 7. 17才よりうえ
2. 8才かそれより若く 4. 11か12才 6. 15か16才
- (質問11) よく飲むお酒はどんな種類ですか？あてはまるものをいくつでも○をつけてください。
1. 飲まない 5. 焼酎、サワー類
2. ビール 6. アルコール度が低く甘いお酒（果実酒など）
3. 日本酒 7. ウイスキー、ブランディー、ウォッカなどの強いお酒
4. ワイン
- (質問12) あなたは、アルコールの入っていない（ノンアルコール、アルコールフリー、アルコール0）ビール、カクテル、酎ハイ飲料を飲んでいますか？
1. 飲んだことがない 4. よく飲んでいる
2. 飲んだことはあるが今は飲んでいない 5. わからない
3. 時々飲んでいる
- (質問13) アルコールの入っていない（ノンアルコール、アルコールフリー、アルコール0）ビール、カクテル、酎ハイ飲料とお酒（アルコールの入っている飲料）の両方を飲んだことのある人に聞きます。初めて飲んだのはどちらが先ですか？
1. アルコールの入っていない飲料 4. 一方しか飲んだことがない・どちらも飲んだことがない
2. お酒 5. わからない
3. ほぼ同時
- (質問14) お酒を主にどうやって手に入れていますか？あてはまるものをいくつでも○をつけてください。
1. 一度も飲んだことがない 5. 自動販売機で買う
2. 家にあるお酒を飲む 6. 居酒屋、カラオケボックス、飲み屋などで飲む
3. 友だちや知人からもらう 7. コンビニエンスストア、スーパーマーケットで買う
4. 酒屋で買う 8. その他の方法で
- (質問15) あなたは、この30日間に年齢のためにお酒を売ってもらえなかったことがありましたか？
1. この間、買おうとしなかった 2. 時々売ってもらえなかった 3. いつでも売ってもらえた
- (質問16) あなたは、お父さんかお母さんにお酒を飲むのをすすめられたことがありますか？
1. はい 2. いいえ 3. おぼえていない
- (質問17) あなたは、親がお酒を飲むのを嫌だと思ったことがありますか？
1. ある 2. ない 3. 親はお酒を飲まない
- (質問18) あなたは、未成年者の飲酒禁止をどう思いますか？自分の気持ちに近いもの1つに○をつけてください。
1. 当然だと思う 3. 成人が飲めて、未成年者が飲めないのはおかしいと思う
2. しかたないことだと思う 4. 法律で決める必要はなく、個人の好きにさせればよいと思う
- (質問19) お酒を飲むと身体に害があると思いますか？1つを選んで○をつけてください。
1. かえって健康によいと思う 4. 害があると思う
2. 体に良くも悪くもないと思う 5. わからない
3. 多少はあるだろうが、たいしたことはないと思う
- (質問20) お酒を飲んで失敗したことがありますか？いくつでも選んで○をつけてください。
1. 酔って（よって）はいた 4. 事故やケンカなどで警察につかまった
2. 酔ってケンカをした 5. 親にしかられた
3. 酔って記憶がなくなった 6. 一度も飲んだことがない・失敗したことがない

ここからはタバコについての質問です。

- (質問21) あなたは、今までにタバコを一口でも吸ったことがありますか？
1. ない 2. ある

(質問22) あなたがタバコを初めて吸ったのは何才ころですか？ 1つだけ選んで数字に○をつけてください。

- | | | | | |
|-------------|--------|--------|---------|-----------|
| 1. 吸ったことがない | 4. 9才 | 7. 12才 | 10. 15才 | 13. 18才以上 |
| 2. 7才以下 | 5. 10才 | 8. 13才 | 11. 16才 | |
| 3. 8才 | 6. 11才 | 9. 14才 | 12. 17才 | |

③1

③2

(質問23) この30日間に、何日タバコを吸いましたか？

- | | | | |
|---------|---------|-----------|------------|
| 1. 0日 | 3. 3～5日 | 5. 10～19日 | 7. 毎日(30日) |
| 2. 1か2日 | 4. 6～9日 | 6. 20～29日 | |

③3

(質問24) この30日間に、1日平均どのくらいの本数のタバコを吸いましたか？

- | | | |
|---------------|-----------|-----------|
| 1. この間、吸っていない | 4. 2～5本 | 7. 16～20本 |
| 2. 1日1本に満たない | 5. 6～10本 | 8. 21本以上 |
| 3. 1本 | 6. 11～15本 | |

③4

(質問25) この30日間に、自分の吸うタバコをおもにどのようにして手に入れましたか？
あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

1. この間、吸っていない
2. コンビニエンスストア、スーパーマーケット、ガソリンスタンド等の店で買った
3. 自動販売機で買った
4. タバコ屋で買った
5. 誰かからもらった
6. 家にあるタバコを吸った
7. その他の方法で

③5

(質問26) あなたはタスポを利用してタバコを手に入れたことがありますか？

あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

(タスポとは自動販売機でタバコを買うときに必要な成人であることを証明するカードです)

1. ない(または、タバコを吸わない)
2. 家にあるカードを持ち出して買った
3. 家族から借りて、買った
4. 家族以外の誰から借りて買った
5. 自分自身で手続きをして手に入れて買った
6. その他の方法で手に入れて買った(その方法を具体的に)

③6③7

=SKIP

③8

(質問27) タバコは買いにくくなったと思いますか？その理由を、いくつでも○をつけてください。

- | | |
|------------------------|--------------------|
| 1. タバコを吸った(買った)ことがない | 6. タバコの値段が高くなった |
| 2. 買いにくくなったとは思わない | 7. タバコを吸える場所が減った |
| 3. 年齢確認が厳しくなった | 8. 周りの目が気になるようになった |
| 4. 自販機が使えなくなった(タスポが必要) | 9. その他() |
| 5. 家にタバコがなくなった | |

③9

(質問28) あなたはタバコをやめたいと思いますか？ 1つだけ選んで数字に○をつけてください。

- | | |
|-----------------------|-------------|
| 1. タバコを吸っていない | 4. 本数を減らしたい |
| 2. 実際、やめようと取り組んだことがある | 5. やめたくない |
| 3. やめたいと思う | 6. わからない |

④0

(質問29) あなたはこの30日間に年齢のためにタバコを売ってもらえなかったことがありますか？

- | | |
|------------------|-----------------------------|
| 1. この間、買おうとしなかった | 3. いつでも売ってもらえた(年齢はごまかした) |
| 2. 時々売ってもらえなかった | 4. いつでも売ってもらえた(年齢はごまかしていない) |

④1

(質問30) あなたは、お父さんかお母さんにタバコを吸うことをすすめられたことがありますか？

- | | | |
|-------|--------|------------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. おぼえていない |
|-------|--------|------------|

④2

(質問31) あなたは、親がタバコを吸うのを嫌だと思ったことがありますか？

- | | | |
|-------|-------|---------------|
| 1. ある | 2. ない | 3. 親はタバコを吸わない |
|-------|-------|---------------|

④3

(質問32) あなたの親や兄弟、友だちは禁煙に取り組んでいますか？あてはまるものにいくつでも○をつけてください。

- | | |
|---------------------------|---------------|
| 1. 周りにタバコを吸う人・禁煙している人はいない | 3. 兄弟が禁煙している |
| 2. 親が禁煙している | 4. 友だちが禁煙している |

④4

(質問33) あなたの今の様子を最も近いものを1つだけ選んで、数字に○をつけてください。

- | | |
|----------------------------|------------------|
| 1. 今までにタバコを吸ったことはない | 3. ときどきタバコを吸っている |
| 2. タバコを吸ったことはあるが、現在は吸っていない | 4. 習慣的にタバコを吸っている |

④5

(質問34) あなたは、ふだんタバコをどこで吸いますか？いくつでも○をつけてください。

- | | | |
|-----------------|------------------------|----|
| 1. タバコを吸ったことがない | 6. いろんな集まり | |
| 2. 家で | 7. 公的な場所 | |
| 3. 学校で | (公園、ショッピングセンター、街角、駅など) | ④⑥ |
| 4. 職場・バイト先 | 8. その他 | |
| 5. 友人の家 | | |

(質問35) 朝起きて、すぐにタバコを吸うか、タバコを吸いたいと思ったことはありますか？

- | | | |
|-------------------|----------------------|----|
| 1. タバコを吸ったことがない | 4. ときどき朝吸ったり、吸いたいと思う | |
| 2. 今はタバコを吸っていない | 5. いつも朝吸ったり、吸いたいと思う | ④⑦ |
| 3. 朝吸いたいと思ったことはない | | |

(質問36) タバコを吸うと身体に害があると思いますか？1つを選んで○をつけてください。

- | | | |
|---------------------------|------------|---------|
| 1. 害があるとは思わない | 3. 害があると思う | ④⑧=SKIP |
| 2. 多少はあるだろうが、たいしたことはないと思う | 4. わからない | ④⑨ |

(質問37) あなたがこの30日間、最もよく吸ったタバコの銘柄の名前(商品名)を略さず1つだけ書いてください。吸っていない人は書かないでください。

() ⑤⑩~⑤⑫

(質問38) あなたはガムタバコやパイプタバコなど、紙巻タバコとは異なる種類のタバコを使った(吸った)ことが、この30日間に何日ありますか？

- | | | | | |
|---------|---------|-----------|------------|----|
| 1. 0日 | 3. 3~5日 | 5. 10~19日 | 7. 毎日(30日) | ⑤⑬ |
| 2. 1か2日 | 4. 6~9日 | 6. 20~29日 | | |

(質問39) あなたは、スヌース(小さいふくろを口の中に含んで、においがかぐ煙の出ないタバコ)を使ったことがありますか？

- | | | |
|----------------------|-----------------------|----|
| 1. どんなものか知らない | 4. 現在、時々使っている | |
| 2. 知っているが使ったことはない | 5. 現在、習慣的に使っている(ほぼ毎日) | ⑤⑭ |
| 3. 使ったことはあるが今は使っていない | | |

(質問40) 今までにインターネットを通して、タバコを買ったことがありますか？

- | | | |
|----------------|--------------------|----|
| 1. ない | 3. 買おうと思ったが実行しなかった | |
| 2. 買おうとしたが失敗した | 4. ある(実際手に入れた) | ⑤⑮ |

(質問41) 他人のタバコからの煙はあなたにとって有害であると思いますか？

- | | | | | |
|-----------|---------------|-------------|---------|----|
| 1. そう思わない | 2. おそらくそう思わない | 3. おそらくそう思う | 4. そう思う | ⑤⑯ |
|-----------|---------------|-------------|---------|----|

(質問42) この7日間のうちで、家で、あなたのいるところで、誰かがタバコを吸ったのは何日間になりますか？

- | | | | |
|----------|----------|-------|----|
| 1. 0日 | 3. 3から4日 | 5. 7日 | ⑤⑰ |
| 2. 1から2日 | 4. 5から6日 | | |

(質問43) この7日間のうちで、家以外の場所で、あなたのいるところで、誰かがタバコを吸ったのは何日間になりますか？

- | | | | |
|----------|----------|-------|----|
| 1. 0日 | 3. 3から4日 | 5. 7日 | ⑤⑱ |
| 2. 1から2日 | 4. 5から6日 | | |

あなたの、生活についてお聞きします。

(質問44) あなたは、朝食を毎日食べますか？

- | | | | |
|----------------|----------|-------------|----|
| 1. ほとんど毎日食べている | 2. 時々食べる | 3. ほとんど食べない | ⑤⑲ |
|----------------|----------|-------------|----|

(質問45) この30日間に、間食(夜食を含む)をしたことがありましたか？

- | | | |
|--------------------------------|---------------|----|
| 1. 毎日2回以上(週14回以上)間食をした | 4. 週2回未満間食をした | |
| 2. 毎日1回以上2回未満(週7回以上14回未満)間食をした | 5. 間食しなかった | ⑤⑲ |
| 3. 週2回以上7回未満間食をした | | |

(質問46) この30日間に、外食をしたことがありましたか？

- | | | |
|--------------------------------|---------------|----|
| 1. 毎日2回以上(週14回以上)外食をした | 4. 週2回未満外食をした | |
| 2. 毎日1回以上2回未満(週7回以上14回未満)外食をした | 5. 外食しなかった | ⑤⑲ |
| 3. 週2回以上7回未満外食をした | | |

- (質問47) この30日間に、欠食した(食事を抜いた)ことがありましたか？
- | | | |
|----------------------|--------------|----|
| 1. 毎日1食以上(週7食以上)欠食した | 4. 週2食未満欠食した | ⑥2 |
| 2. 週4食以上7食未満欠食した | 5. 欠食しなかった | |
| 3. 週2食以上4食未満欠食した | | |
- (質問48) この30日間に、家では誰かと一緒に食事をしましたか？
- | | | |
|-------------------|----------------|----|
| 1. 家族そろって食べるが多かった | 3. 一人で食べるが多かった | ⑥3 |
| 2. 家族の誰かと食べるが多かった | 4. その他 | |
- (質問49) この30日間に、家での食事には、主食、主菜、副菜がそろっていましたか？
- | | | |
|----------------|------------------|----|
| 1. 毎食そろっていた | 3. そろっていない方が多かった | ⑥4 |
| 2. 1日1食はそろっていた | 4. 全くそろっていなかった | |
- (質問50) あなたはクラブ活動に参加していますか？
- | | | | |
|---------------|------------------|------------|----|
| 1. 積極的に参加している | 2. 積極的でないが参加している | 3. 参加していない | ⑥5 |
|---------------|------------------|------------|----|
- (質問51) 学校は楽しいですか？
- | | | | |
|--------|--------------|----------|----|
| 1. 楽しい | 2. どちらとも言えない | 3. 楽しくない | ⑥6 |
|--------|--------------|----------|----|
- (質問52) この30日間に、学校の体育の授業以外に、何かスポーツや運動をしましたか？
- | | | | | |
|---------|---------|-----------|------------|----|
| 1. 0日 | 3. 3～5日 | 5. 10～19日 | 7. 毎日(30日) | ⑥7 |
| 2. 1か2日 | 4. 6～9日 | 6. 20～29日 | | |
- (質問53) 将来の進路をどのように考えていますか？今の気持ちに近いもの1つに○をつけてください。
- | | | | | |
|---------|-------|---------------|----------|----|
| 1. 高等学校 | 3. 短大 | 5. 大学院 | 7. わからない | ⑥8 |
| 2. 専門学校 | 4. 大学 | 6. 今の学校卒業後の就職 | | |
- (質問54) この30日間に、あなたの睡眠の質を全体としてどのように評価しますか？
- | | | | | |
|----------|----------|-----------|-----------|----|
| 1. 非常によい | 2. かなりよい | 3. かなりわるい | 4. 非常にわるい | ⑥9 |
|----------|----------|-----------|-----------|----|
- (質問55) この30日間に、1日平均して何時間くらい眠りましたか？
- | | | | |
|------------|------------|------------|----|
| 1. 5時間未満 | 3. 6～7時間未満 | 5. 8～9時間未満 | ⑦0 |
| 2. 5～6時間未満 | 4. 7～8時間未満 | 6. 9時間以上 | |
- (質問56) この30日間に、夜、寝床につく平均時間は何時くらいでしたか？
- | | | | |
|----------------|----------------|--------------|----|
| 1. 午後10時より前 | 3. 午後11～12時より前 | 5. 午前1～2時より前 | ⑦1 |
| 2. 午後10～11時より前 | 4. 午前0～1時より前 | 6. 午前2時以降 | |
- (質問57) この30日間に、朝、起床する平均時間は何時くらいでしたか？
- | | | | |
|--------------|--------------|--------------|----|
| 1. 午前5時より前 | 3. 午前6～7時より前 | 5. 午前8～9時より前 | ⑦2 |
| 2. 午前5～6時より前 | 4. 午前7～8時より前 | 6. 午前9時以降 | |
- (質問58) この30日間に、夜、眠りにつきにくい(なかなか眠れない)ことはありましたか？
- | | | | |
|-------------|------------|----------|----|
| 1. まったくなかった | 3. 時々あった | 5. 常にあった | ⑦3 |
| 2. めったになかった | 4. しばしばあった | | |
- (質問59) この30日間に、夜、いったん眠ってから目がさめましたか(夜中に目がさめましたか)？
- | | | | |
|-------------|------------|----------|----|
| 1. まったくなかった | 3. 時々あった | 5. 常にあった | ⑦4 |
| 2. めったになかった | 4. しばしばあった | | |
- (質問60) この30日間に、朝早く(明け方)目がさめてしまい、もう一度眠ることが難しいことがありましたか？
- | | | | |
|-------------|------------|----------|----|
| 1. まったくなかった | 3. 時々あった | 5. 常にあった | ⑦5 |
| 2. めったになかった | 4. しばしばあった | | |
- (質問61) この30日間に、眠るために睡眠薬や安定剤などの薬を使うことがありましたか？
- | | | | |
|-------------|------------|----------|----|
| 1. まったくなかった | 3. 時々あった | 5. 常にあった | ⑦6 |
| 2. めったになかった | 4. しばしばあった | | |
- (質問62) この30日間に、いつもより自分のしていることに生きがいを感じることはありましたか？
- | | | |
|----------------|-------------|----|
| 1. あった | 3. なかった | ⑦7 |
| 2. いつもと変わらなかった | 4. まったくなかった | |

- (質問63) この30日間に、いつもより気が重くて落ちこむことは、ありましたか？
1. まったくなかった
 2. あまりなかった
 3. あった
 4. たびたびあった
- (78)
- (質問64) あなたは健康でいることに関心がありますか？
1. まったく関心がない
 2. あまり関心がない
 3. どちらでもない
 4. 関心がある
 5. とても関心がある
- (79)
- (質問65) あなたは美容・容姿をよくすることに関心がありますか？
1. まったく関心がない
 2. あまり関心がない
 3. どちらでもない
 4. 関心がある
 5. とても関心がある
- (80)
- (質問66) あなたは、身だしなみを整えることを、ふだんから気をつけていますか？
1. まったく気をつけていない
 2. あまり気をつけていない
 3. どちらでもない
 4. 気をつけている
 5. とても気をつけている
- (81)
- (質問 67-1) この 30 日間に、あなたは学校のある日に1日平均どのくらいの時間、インターネット（パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む）をしましたか？
1. まったくしなかった
 2. 1時間未満
 3. 1～2時間未満
 4. 2～3時間未満
 5. 3～5時間未満
 6. 5時間以上
- (82)
- (質問 67-2) この 30 日間に、あなたは学校の休みの日（部活だけの日も含む）に1日平均どのくらいの時間、インターネット（パソコン、携帯、スマートフォン等を通して使うインターネットサービスで、ゲームやメールなども含む）をしましたか？
1. まったくしなかった
 2. 1時間未満
 3. 1～2時間未満
 4. 2～3時間未満
 5. 3～5時間未満
 6. 5時間以上
- (83)
- (質問 67-3) この 30 日間で、あなたが利用した、インターネットのサービスは何ですか？
当てはまるものをすべて選んでください。
1. 情報やニュースなどの検索（Google・Yahoo など）
 2. メール
 3. チャット・Skype・メッセージ
 4. ブログ・掲示板（2ちゃんねるなど）
 5. SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）（mixi・Twitter・FaceBook など）
 6. オンラインゲーム
 7. 動画サイト（Youtube、ニコニコ動画など）
 8. その他
- (84)
- (質問 67-4) この 30 日間で、あなたがインターネットを利用した時に使用した機器は何ですか？
当てはまるものをすべて選んでください。
1. パソコン
 2. タブレット型パソコン
 3. 携帯ゲーム機
 4. スマートフォン
 5. 携帯電話機
 6. その他
- (85)
- (質問67-5) あなたは、インターネットの使用に関して何かルールを作っていますか？
当てはまるものをすべて選んでください。
1. 使用時間が決まっている
 2. 使用終了時間が決まっている
 3. 使用場所が決まっている
 4. フィルタリングをかけている
 5. その他のルールがある（)
 6. まったく決まりはない
- (86)
- (質問67-6) いままであなたは、インターネットの使いすぎで、何か問題を起こしたことがありますか？
当てはまるものをすべて選んでください。
1. 遅刻
 2. 授業中の居眠り
 3. 成績低下
 4. 欠席
 5. 年間30日以上長期欠席
 6. 友達とのトラブル
 7. 暴言・暴力
 8. その他（)
- (87)

ご協力ありがとうございました

アンケートを折りたたんで封筒（ふうとう）に入れ、封をしてから、先生にわたしてください。

平成26-27年度厚生労働科学研究費補助金
循環器疾患等生活習慣病対策総合政策研究事業

未成年の健康課題および 生活習慣に関する実態調査研究

H25-循環器等(生習)一指定

研究代表者 大井田隆(日本大学・医・公衆衛生)
研究分担者 鈴木健二、樋口進、兼板佳孝、
神田秀幸、尾崎米厚、池田真紀、
井谷修、中込祥、市川宏伸

研究班のミッション

- わが国の中高生の喫煙及び飲酒行動の実態と関連要因を明らかにし、対策の評価と推進方策を検討する。健康日本21(第2次)の中間評価の評価指標を提出する。
- 2014年度全国調査(4年に1度継続実施中の中高生の喫煙及び飲酒行動調査、2008年より2年に1度)
- 喫煙及び飲酒行動に関連する環境要因調査
- 喫煙及び飲酒を取り巻く新たな問題の調査

2014年度調査の方法

未成年飲酒喫煙調査

- 全国の中学校約1万校、高等学校約5千校から無作為に中学校140校、高等学校124校を抽出し、学校長宛に無記名の調査票と密封封筒を送付した。
- 担任の教師が生徒に調査票と封筒を配布し、教室内で記入させた。
- 学校より日本大学に調査票入り封筒をまとめて送付した。
- 従来の6回の調査(96,00,04,08,10,12)では対象者数約14万人、回収数約10万人

全国調査の概要(喫煙、飲酒行動)

年度		全学校数	抽出数	回答数	協力率	回答生徒数
1996	中学	11,194	122	80	66	42,798
	高校	5,330	109	73	67	73,016
2000	中学	11,153	132	99	75	47,246
	高校	5,315	102	77	76	59,051
2004	中学	11,060	131	92	70	39,385
	高校	5,193	109	87	80	63,066
2008	中学	10,882	130	92	71	40,151
	高校	5,115	110	80	73	55,529
2010	中学	10,785	131	89	68	38,552
	高校	4,991	113	81	72	60,315
2012	中学	10,018	140	94	67	38,871
	高校	4,603	124	85	69	62,263
2014	中学	10,547	140	79	56	31,769
	高校	4,807	124	77	62	54,162

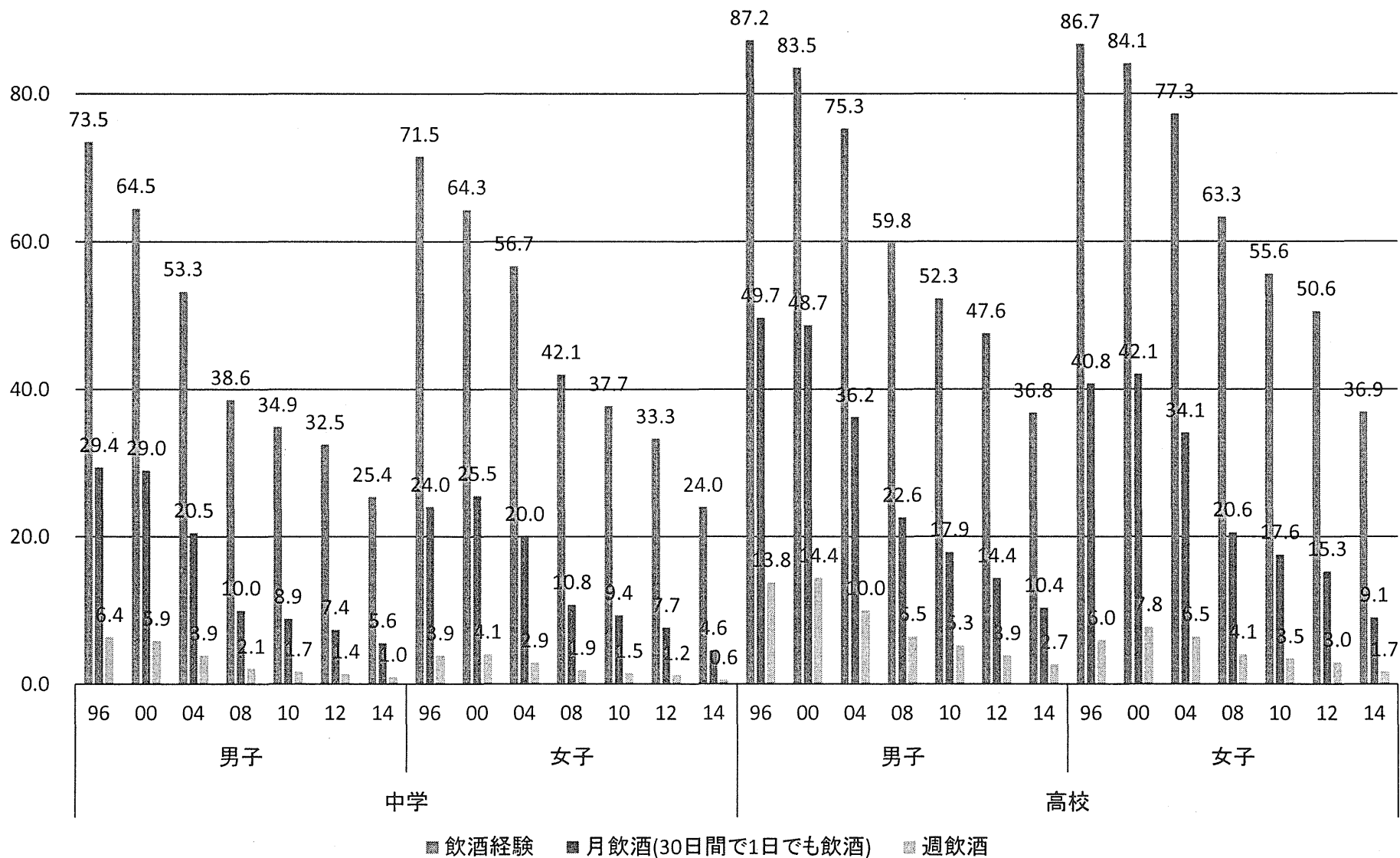
(注:2012年の全学校数:岩手県、宮城県、福島県の数値は含まれていない)

中学生、高校生の飲酒頻度の推移

(%)

100.0

-15-



中学生、高校生の喫煙頻度の推移

(%)

100.0

80.0

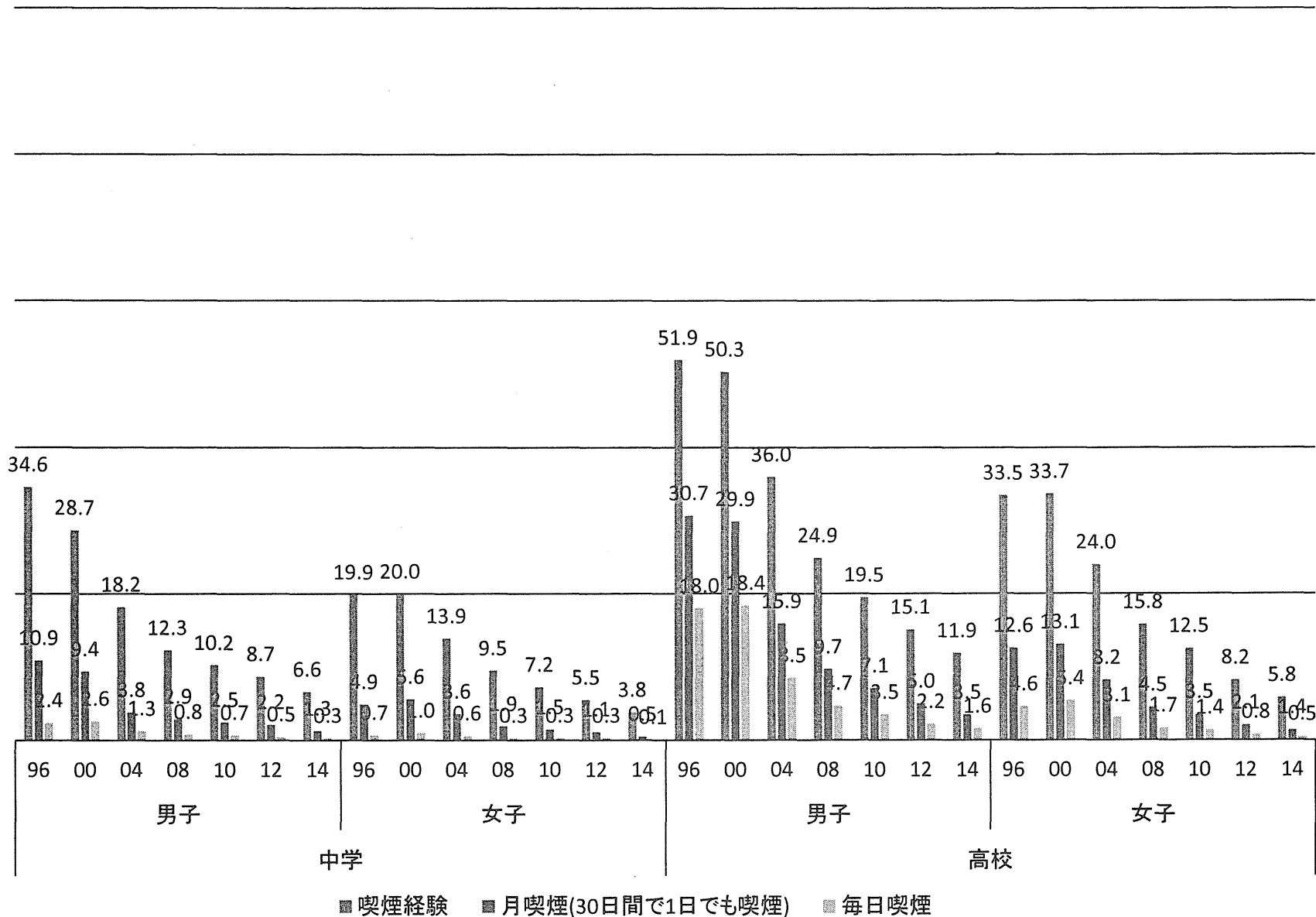
60.0

40.0

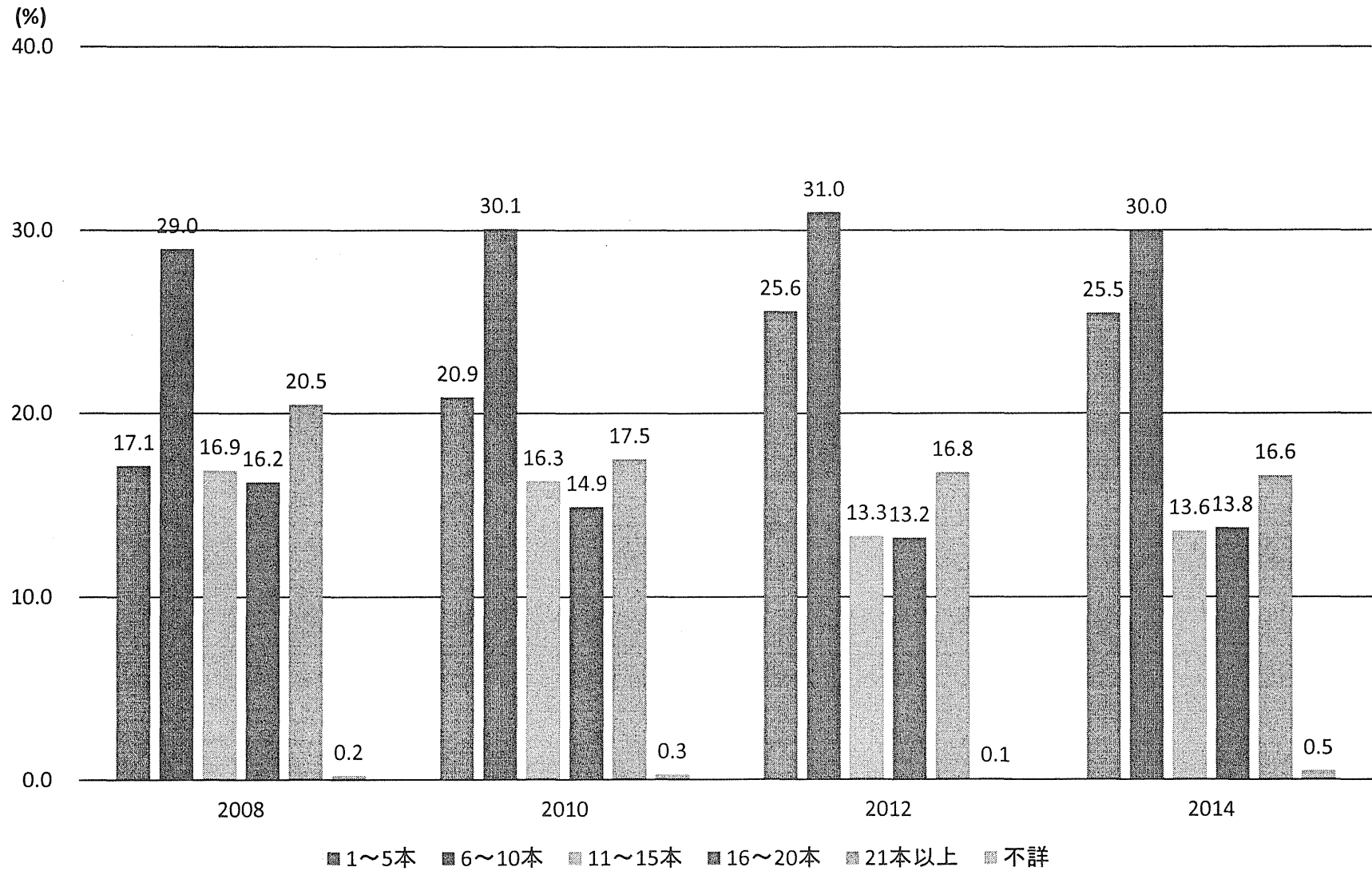
20.0

0.0

-16-



毎日喫煙者における1日平均喫煙本数



タバコが買いにくくなった理由(月喫煙)

