


仙台市健やかな体の育成プラン の検証（H22～H27）

本プラン策定時の平成 22 年度の状況を元に、「食育（学校給食）」「学校体育」「学校保健」の 3 つの領域において、5 年後の指標が示されている。

ここでは、平成 22 年度から 27 年度までの状況を指標の到達度を用いて検証する。

※本プランの実施は、震災の影響のため平成 23 年度は見送り、平成 24 年度から実施している。

※グラフ中の  は、各指標における目標値。

1

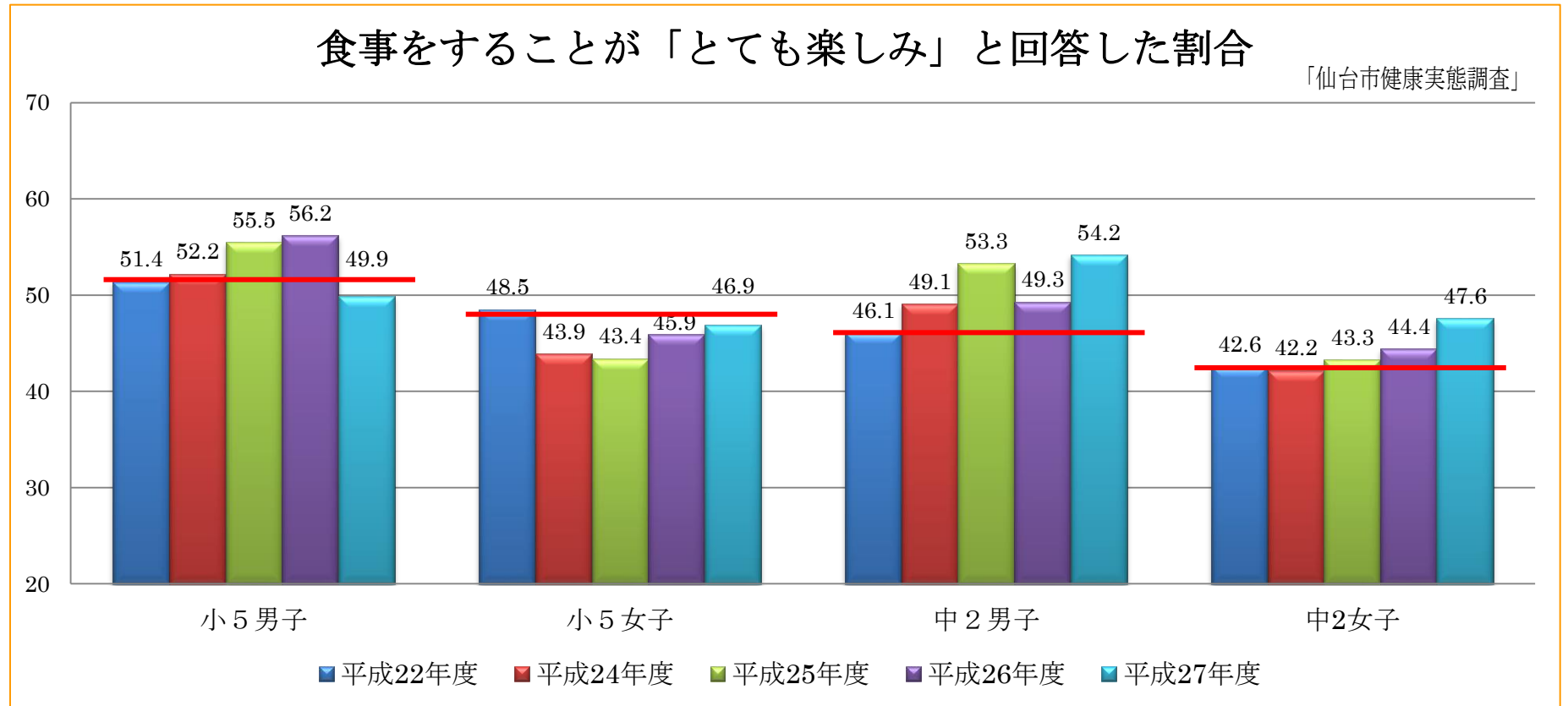
1日3食をバランスよく食べる 食習慣

(1) 「5年後の主な指標」について

- ① 健康のために毎日の食事を大切にしようとする児童生徒の増加
(食事をすることが楽しみな児童生徒の増加)
- ② 朝食を毎日食べる児童生徒の増加
(100%に近づける)
- ③ 朝食の内容の改善 (主食・主菜・副菜を一緒に食べる児童生徒の増加)
(「主食・主菜・副菜を摂る割合」を「主食を摂る割合」に近づける)
- ④ 栄養のバランスがとれた給食を残さずに食べる児童生徒の増加
(「残さず食べる」「食べることが多い」男子5ポイント、女子10ポイント増加)

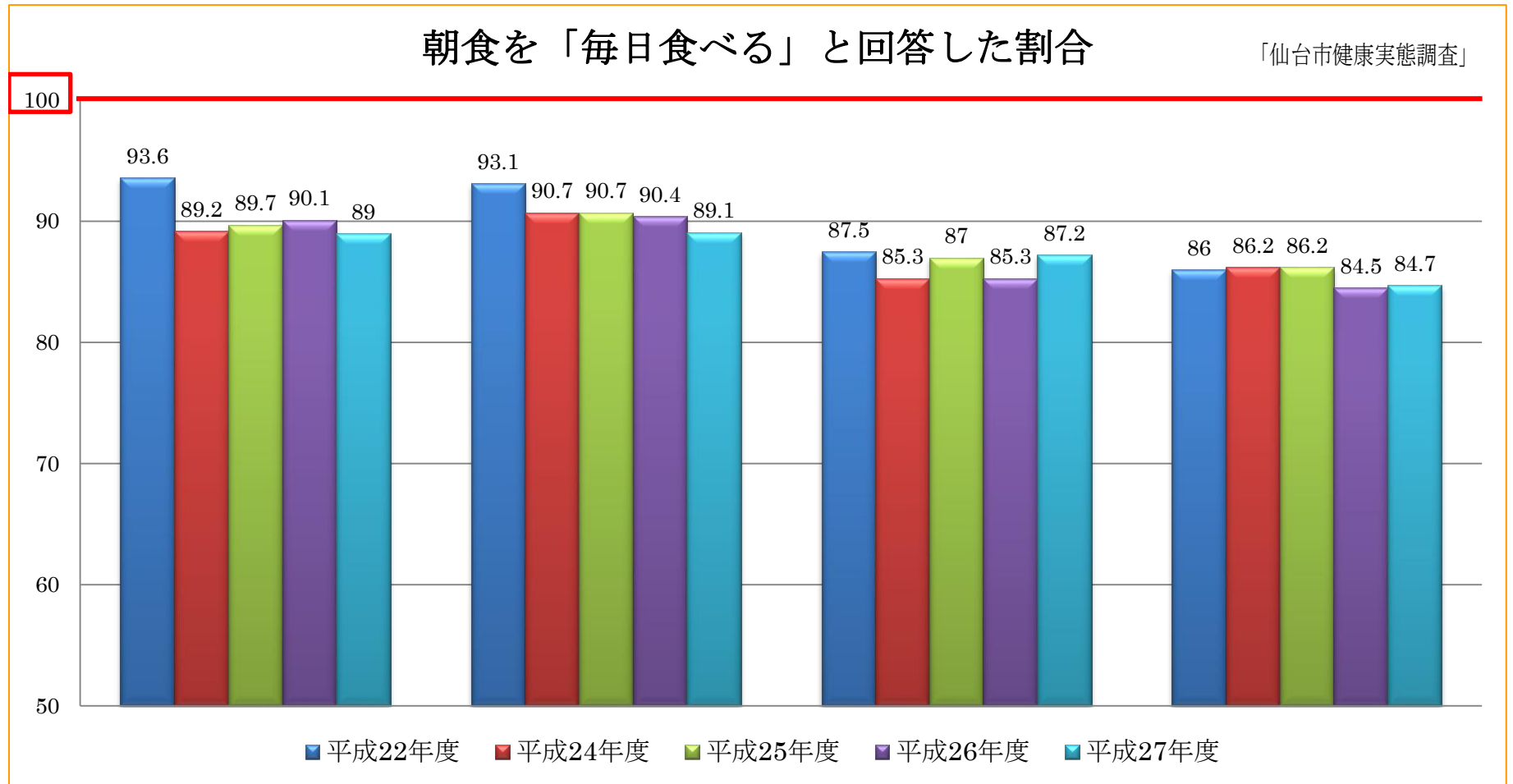
① 健康のために毎日の食事を大切にしようとする児童生徒の増加

(食事をすることが楽しみな児童生徒の増加)



小学5年では、食事をすることをとても楽しみにしている児童の増加は見られなかった。一方、中学2年生徒については、男女ともに増加傾向がみられた。

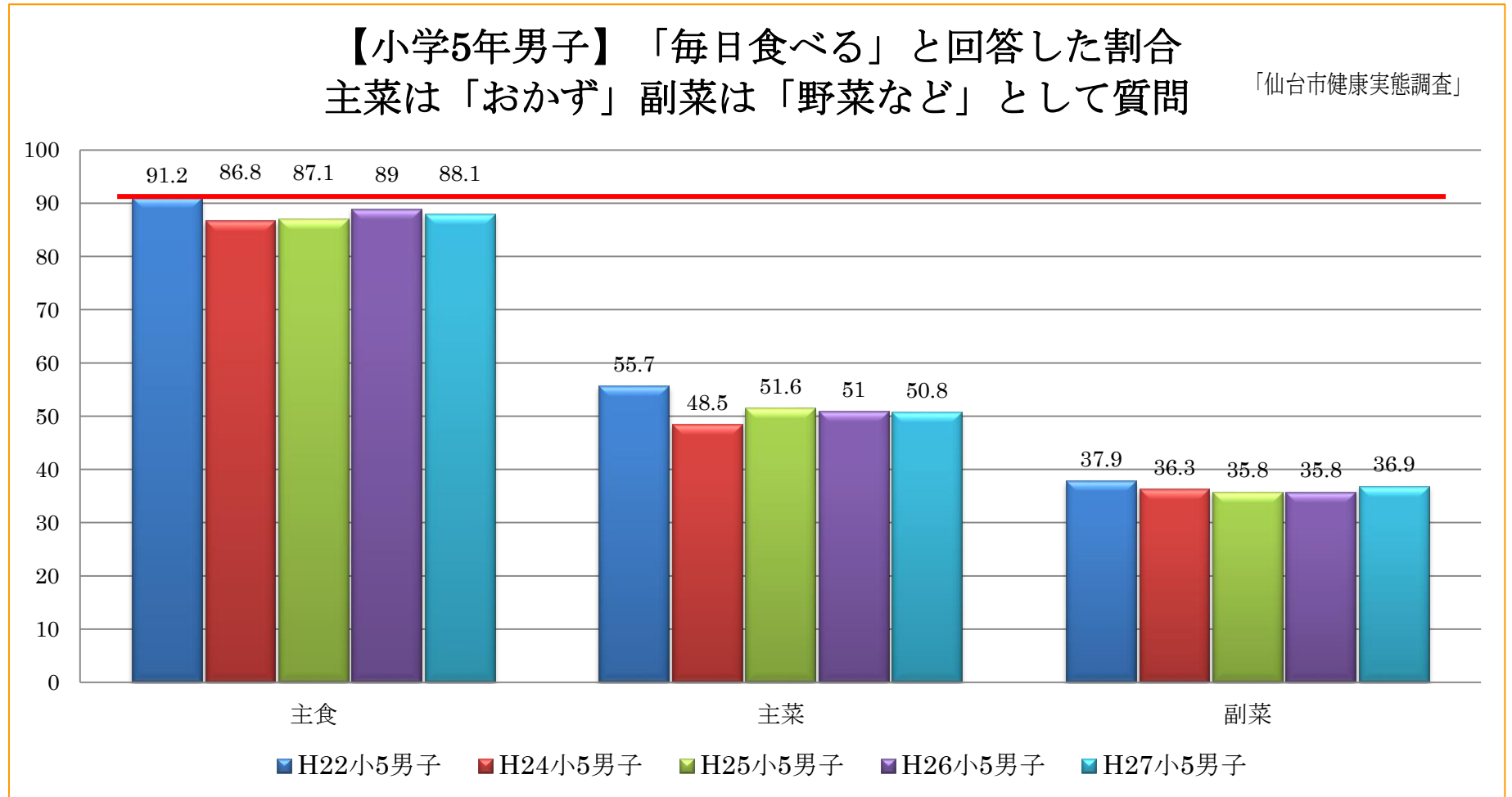
② 朝食を毎日食べる児童生徒の増加（100%に近づける）



朝食を毎日食べる児童生徒の割合は、小学5年児童、中学2年生徒ともに、平成22年度より減少傾向にある。中学2年生徒が1%前後の減少であるのに対し、小学5年児童は約4%減少した。目標値である100%に近づいていない。

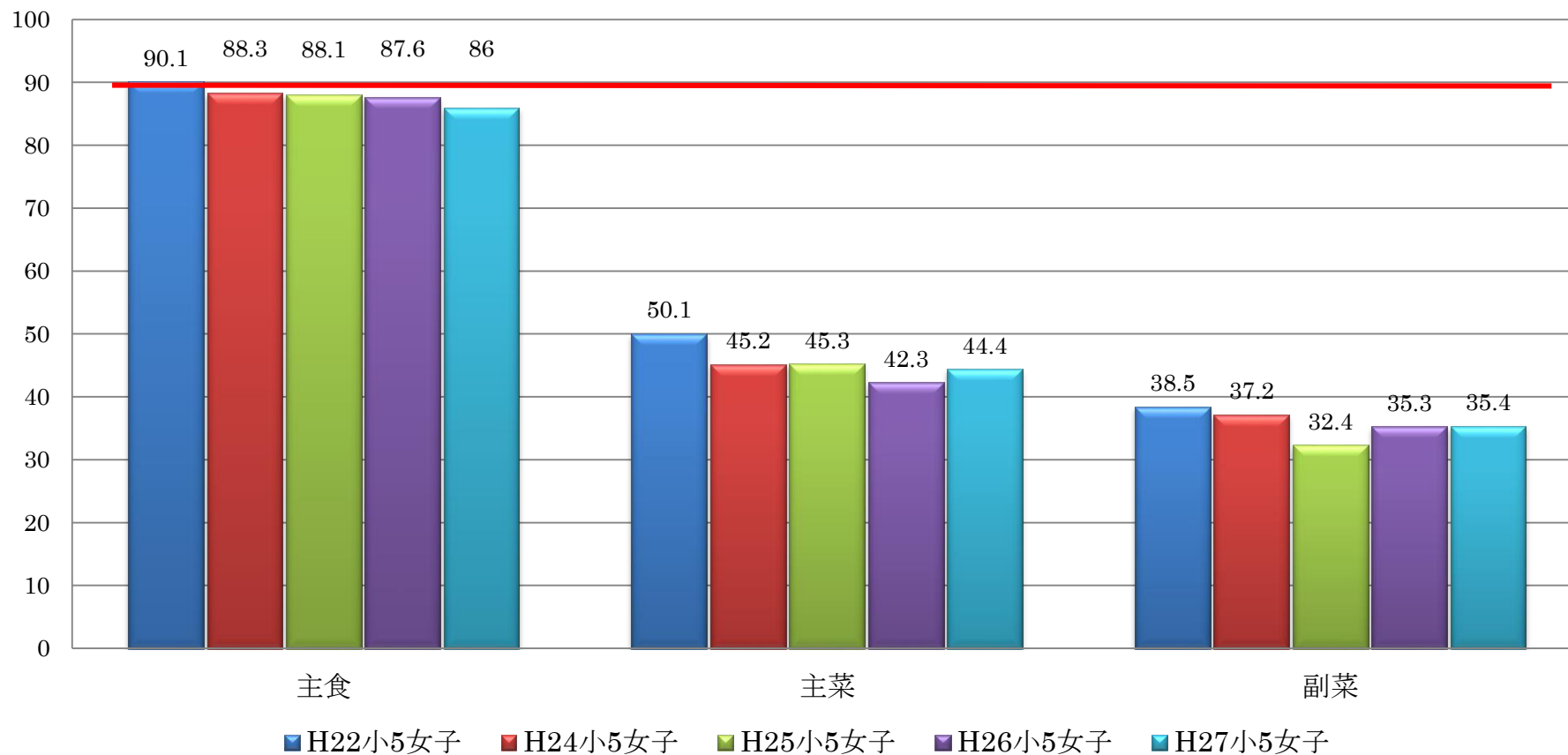
③ 朝食の内容の改善（主食・主菜・副菜を一緒に食べる児童生徒の増加）

（「主食・主菜・副菜を摂る割合」を「主食を摂る割合」に近づける）



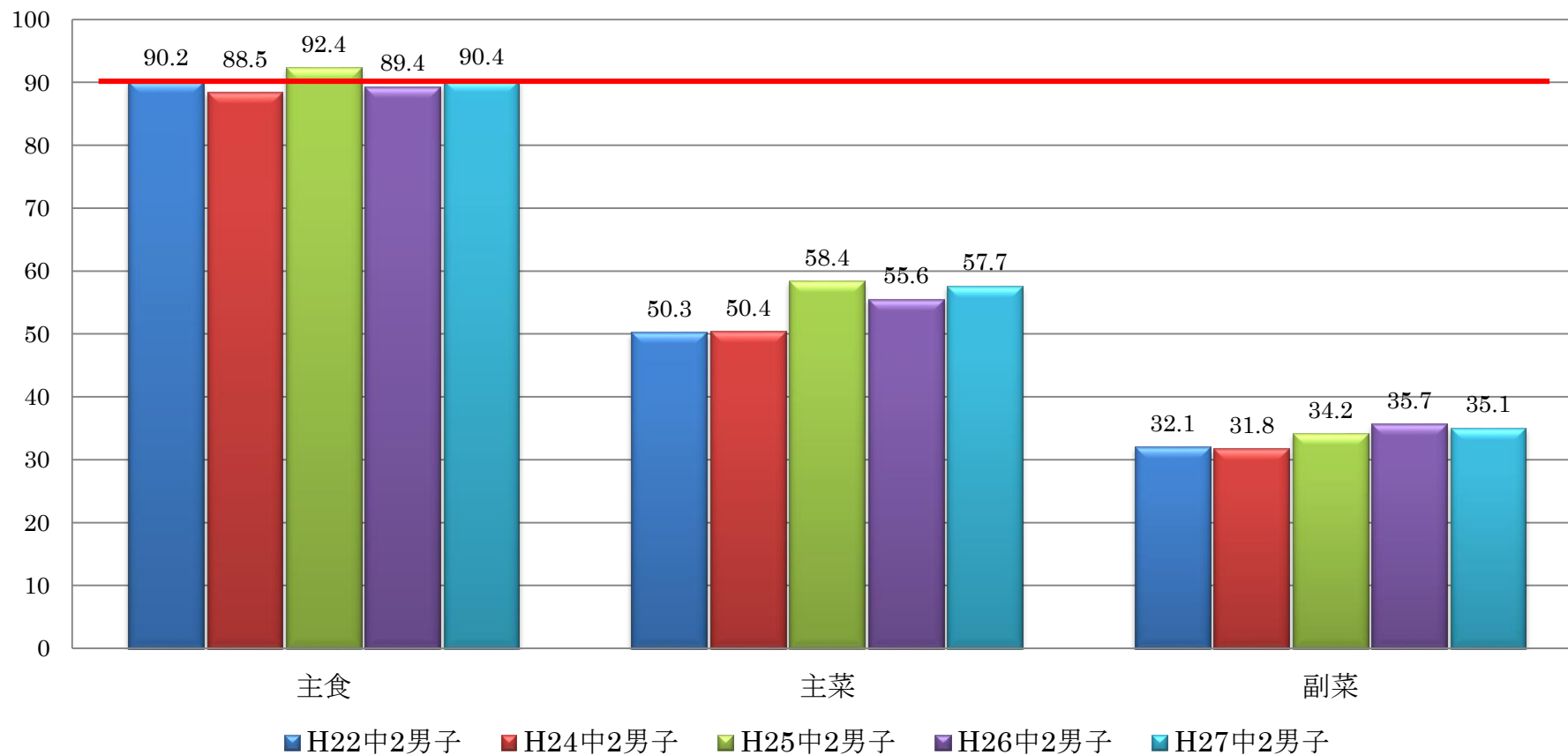
【小学5年女子】「毎日食べる」と回答した割合 主菜は「おかず」副菜は「野菜など」として質問

「仙台市健康実態調査」



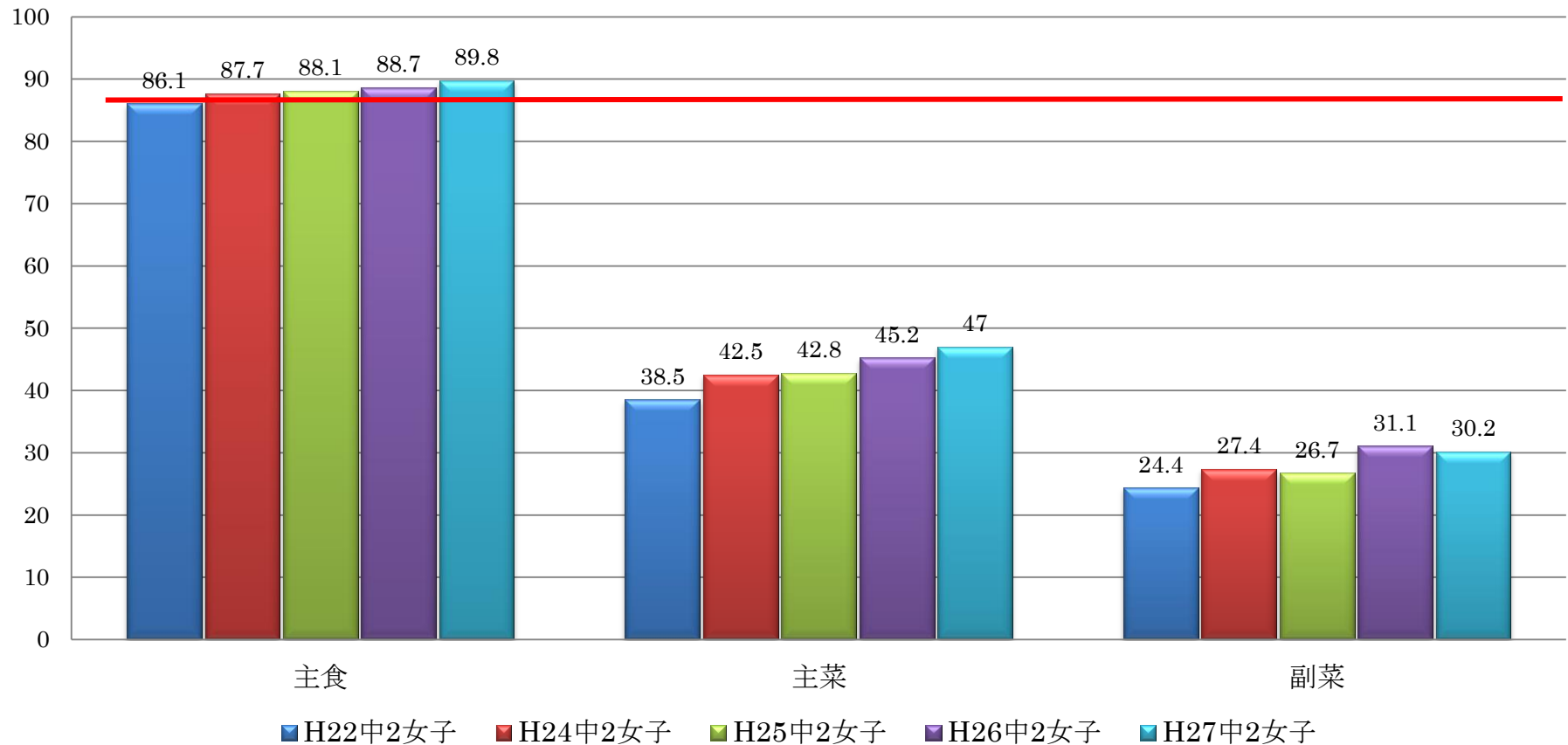
【中学2年男子】「毎日食べる」と回答した割合
主菜は「おかず」副菜は「野菜など」として質問

「仙台市健康実態調査」



【中学2年女子】「毎日食べる」と回答した割合
主菜は「おかず」副菜は「野菜など」として質問

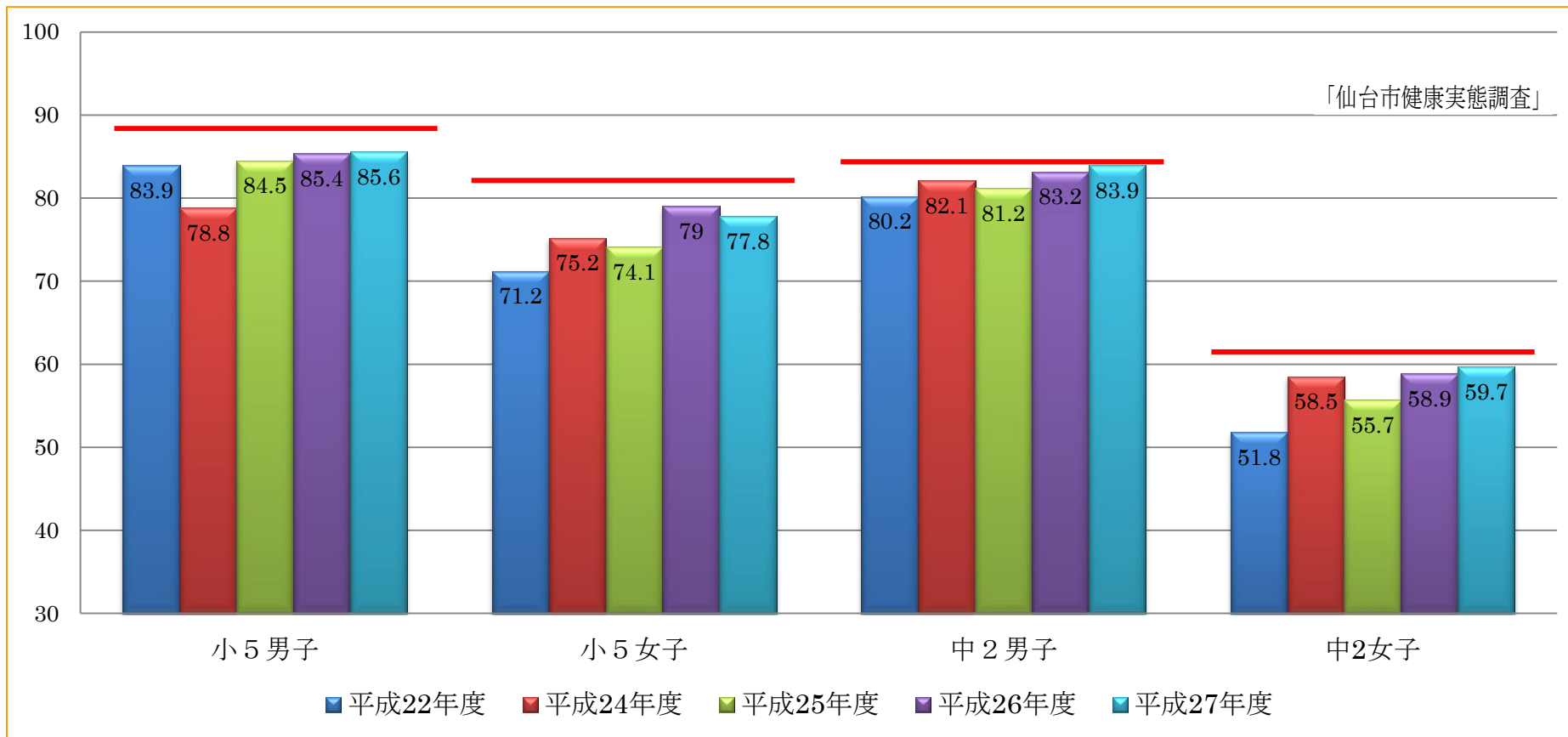
「仙台市健康実態調査」



小学5年児童，中学2年生徒ともに，約9割の児童生徒が主食を摂っているのに対し，主食・主菜・副菜をとる割合は，多くても約5割にとどまっている。主食，主菜，副菜をとる割合が小学5年児童でやや減少したが，中学2年生徒では増加した。

④ 栄養のバランスがとれた給食を残さずに食べる児童生徒の増加

(「残さず食べる」「食べることが多い」男子5ポイント，女子10ポイント増加)



給食を「残さず食べる」「残さず食べるが多い」児童生徒の割合は，小学5年児童，中学2年生徒ともに平成22年度より増加した。しかし，目標である男子5ポイント，女子10ポイントアップには達しなかった。

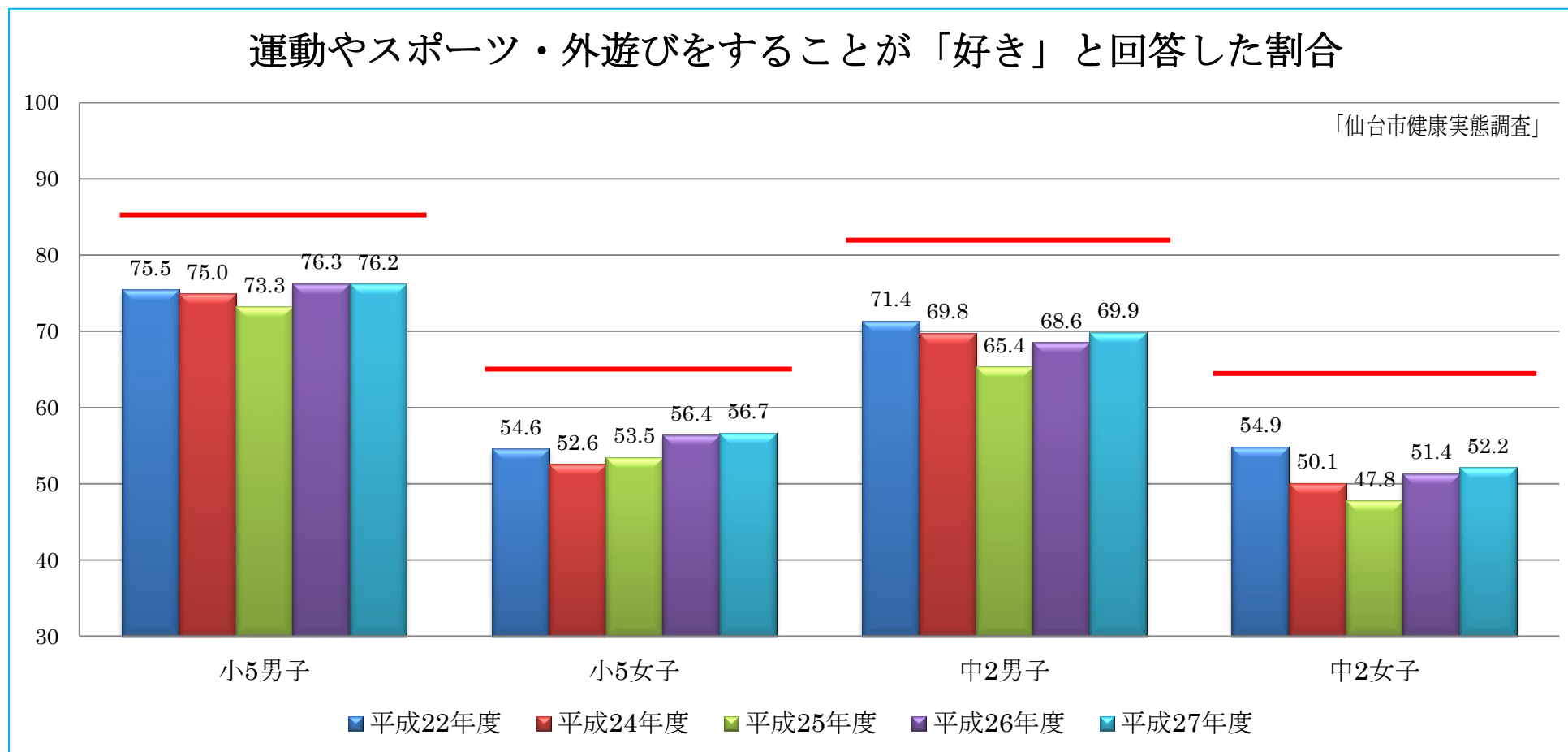
2

体力向上につながる運動習慣

(1) 「5年後の主な指標」について

- ① 運動が好きな児童生徒の増加（関心面「好き」10ポイント増加）
- ② 運動をもっとしたいと思う児童生徒の増加（意欲面「やりたい」10ポイント増加）
- ③ ほとんど毎日（週3日以上）運動する児童生徒の増加
- ④ 1日の運動時間が1時間以上の児童生徒の増加
- ⑤ 実技調査（全144項目）の測定結果について、全国平均値を上回る率を35%以上にする

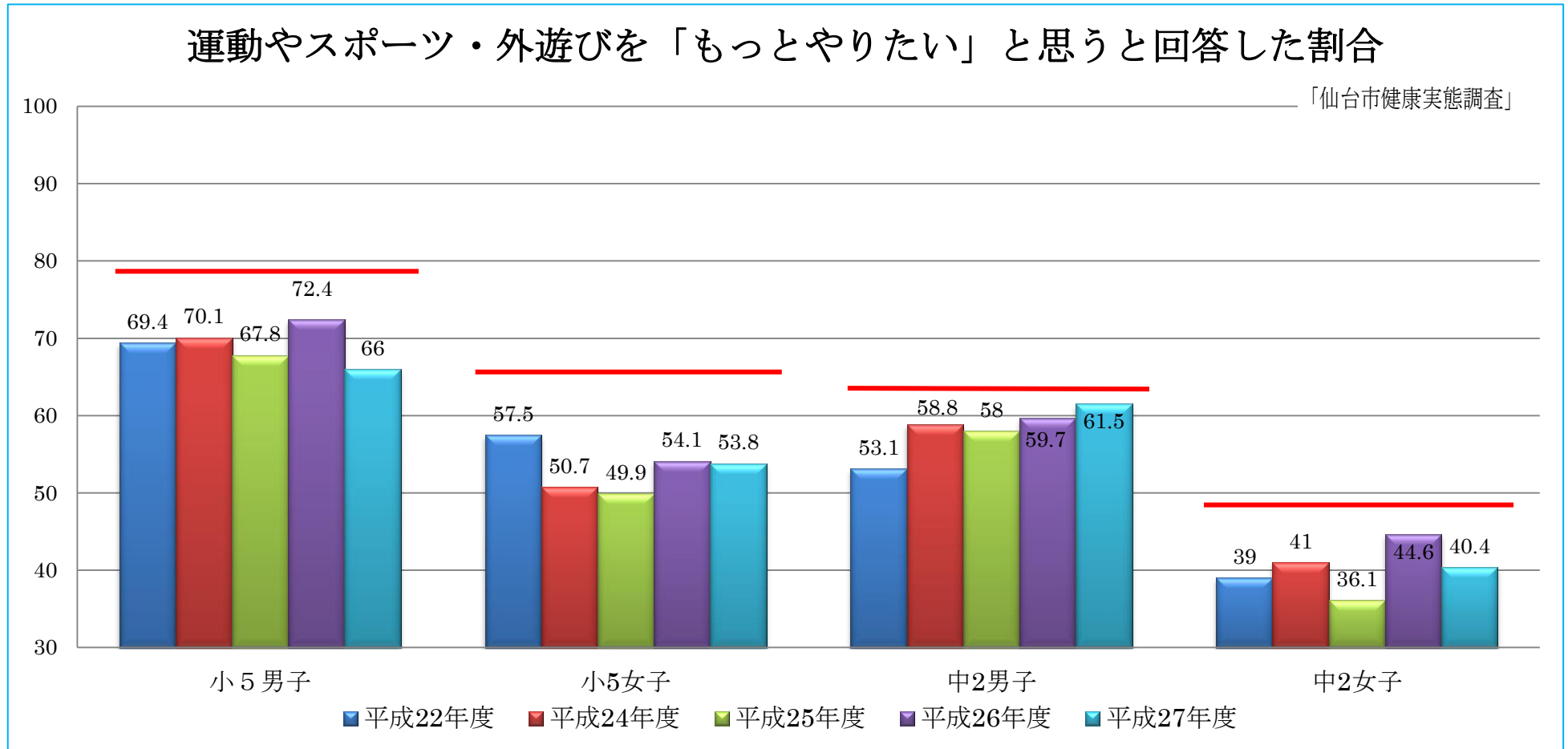
① 運動が好きな児童生徒の増加（関心面「好き」10ポイント増加）



調査は、標本数の多い全国体力・運動能力、運動習慣等調査で比較した。

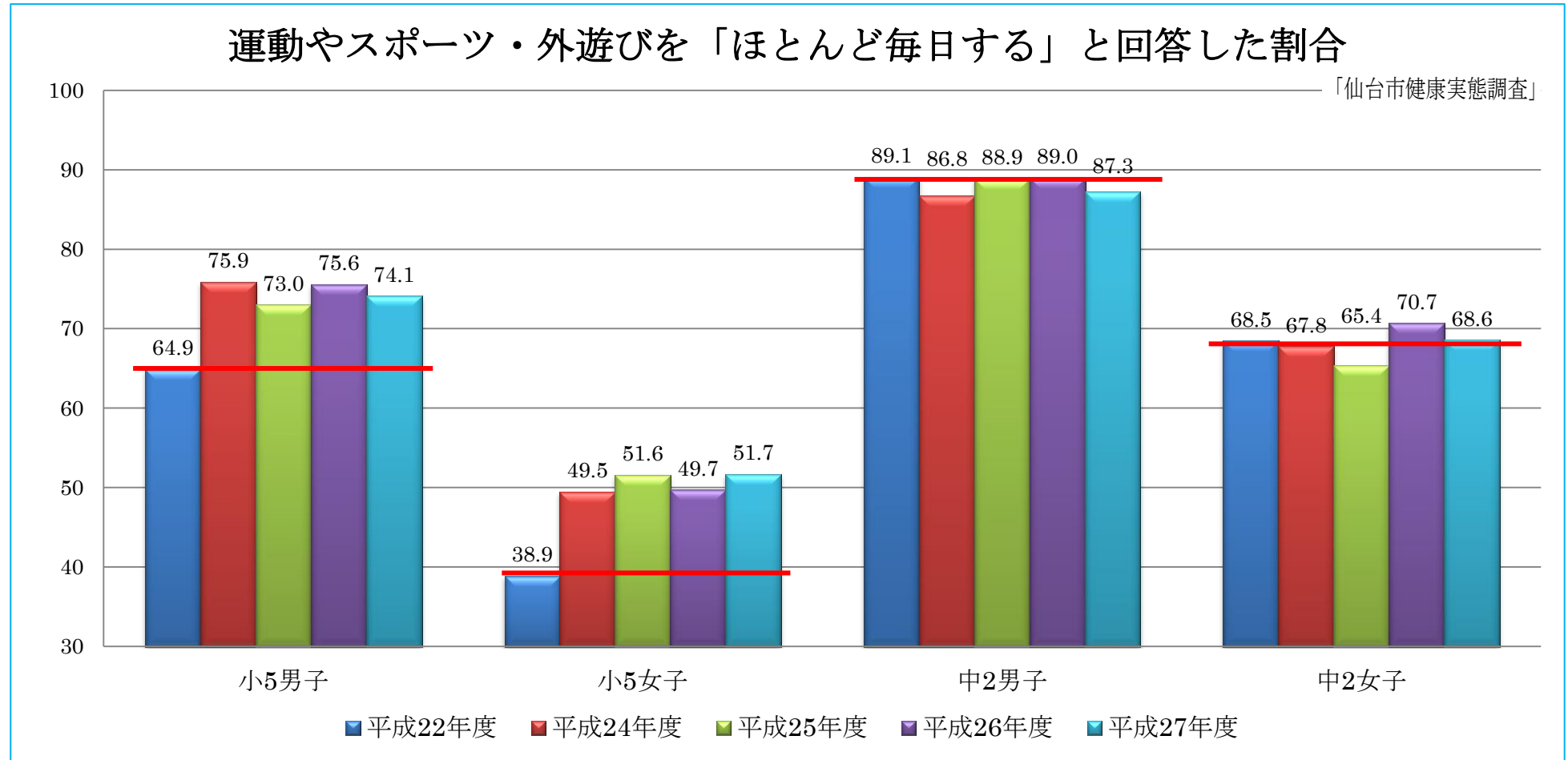
結果は、小5女子を除き、平成25年度に最も低下したが、その後は回復傾向にある。しかし、指標には及んでいない。

② 運動をもっとしたいと思う児童生徒の増加（意欲面「やりたい」10ポイント増加）



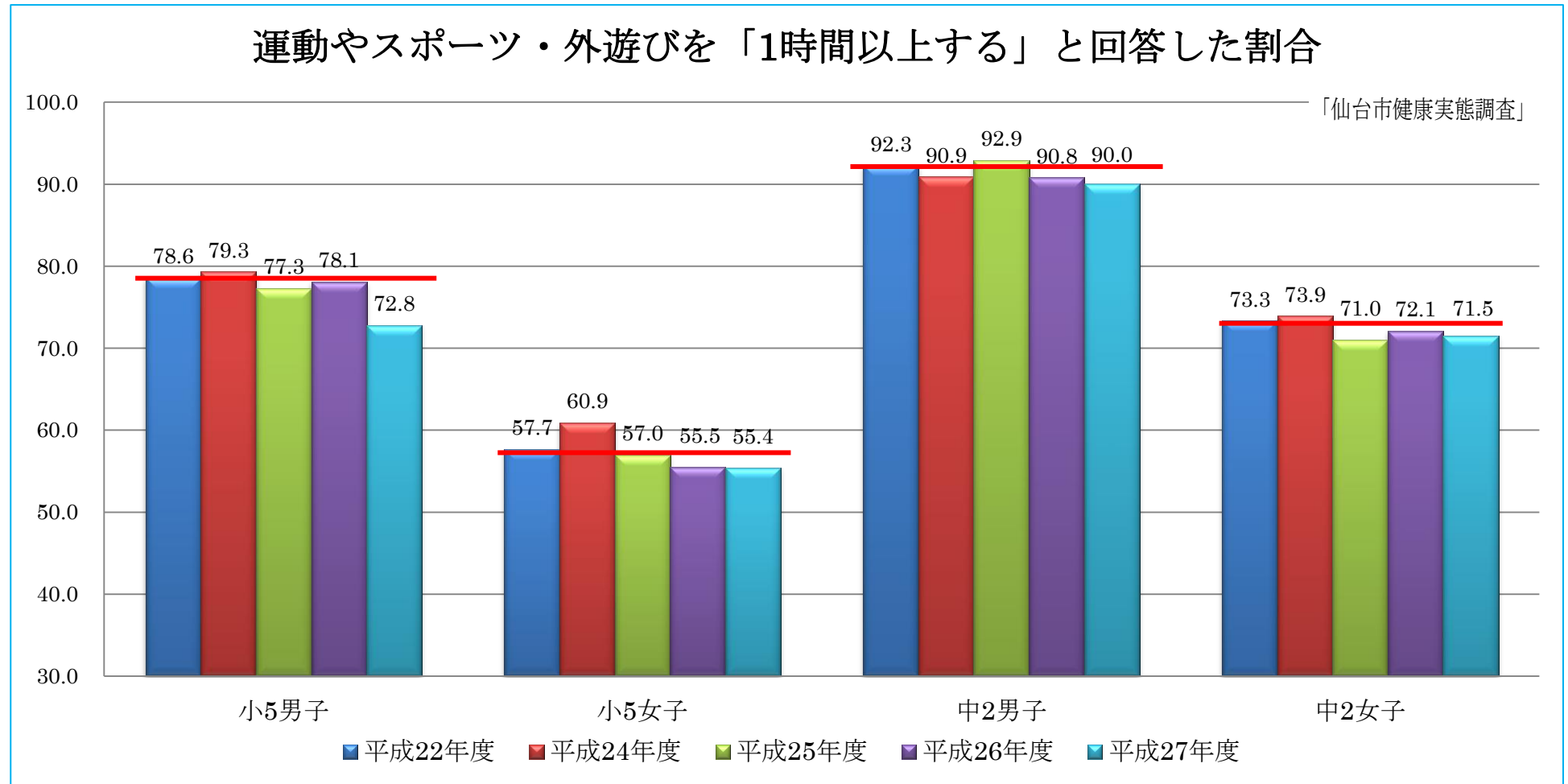
結果は、全ての校種、学年で指標を下回った。中学2年男子生徒は向上傾向にあるが、その他は年によりばらつきがある。

③ ほとんど毎日（週3日以上）運動する児童生徒の増加



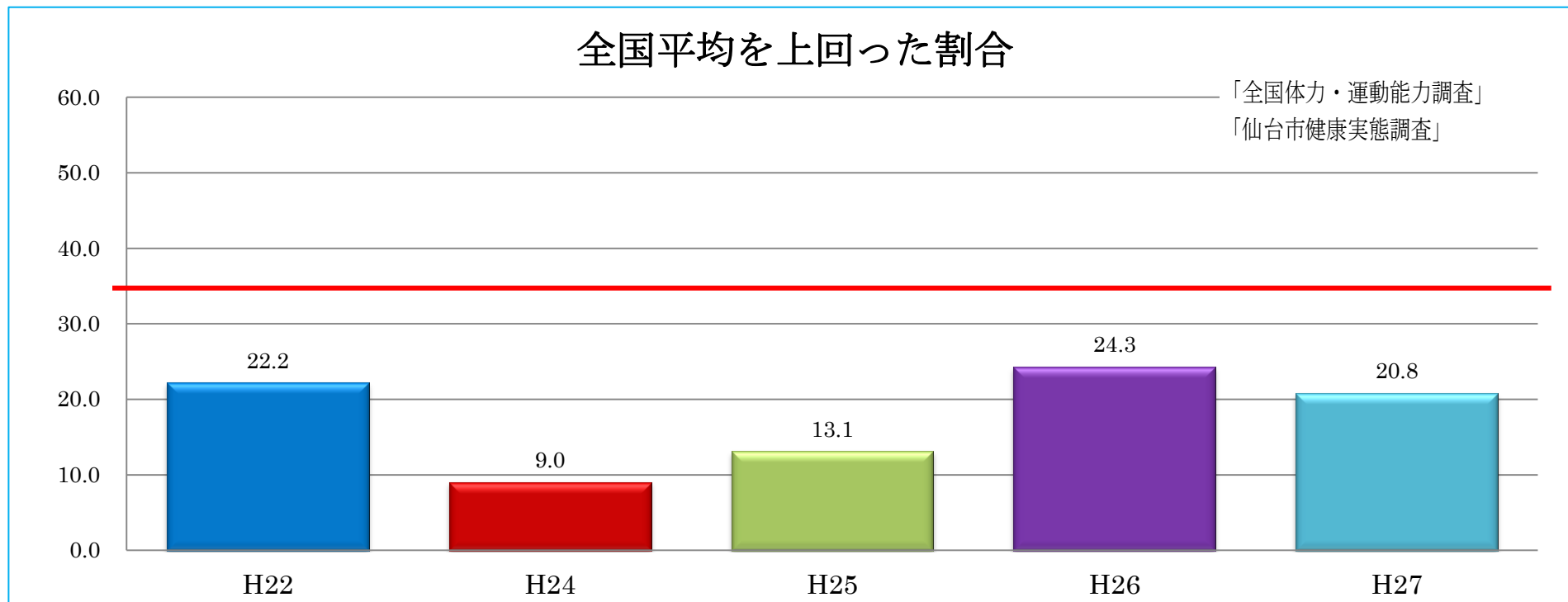
結果は、小学校の男女児童は、平成22年度より約10%前後で増加した。中学男子生徒は2.3%以内で、中学女子生徒は5.3%以内で増減を繰り返している。

④ 1日の運動時間が1時間以上の児童生徒の増加



中学2年男子を除き、平成24年度が最も高い数値であった。また、中学2年女子生徒を除き、平成27年度が最も低下した。

⑤ 実技調査（全 144 項目＝8（1 学年 8 種目）×9（小 1～中 3）×2（男女））の測定結果について、全国平均値を上回る率を 35%（50.4 項目）以上にする。



結果は、5 年間を通して、指標を下回った。H24 が最も低下したが、その後は回復傾向となりつつある。

■ 平成 22 年	32 項目 / 144 項目	(22.2%)
■ 平成 24 年	13 項目 / 144 項目	(9.0%)
■ 平成 25 年	19 項目 / 144 項目	(13.1%)
■ 平成 26 年	35 項目 / 144 項目	(24.3%)
■ 平成 27 年	30 項目 / 144 項目	(20.8%)

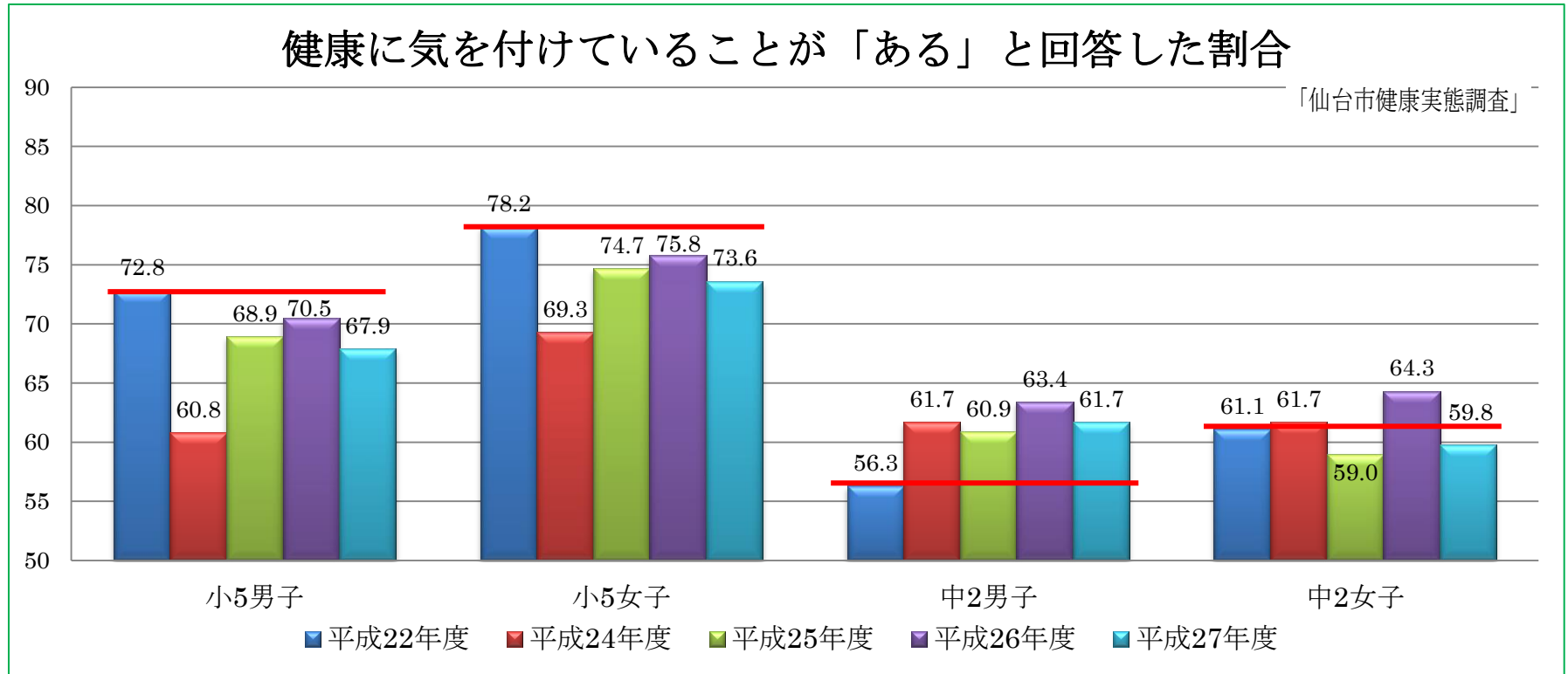
3

規則正しい生活習慣

(1) 「5年後の主な指標」について

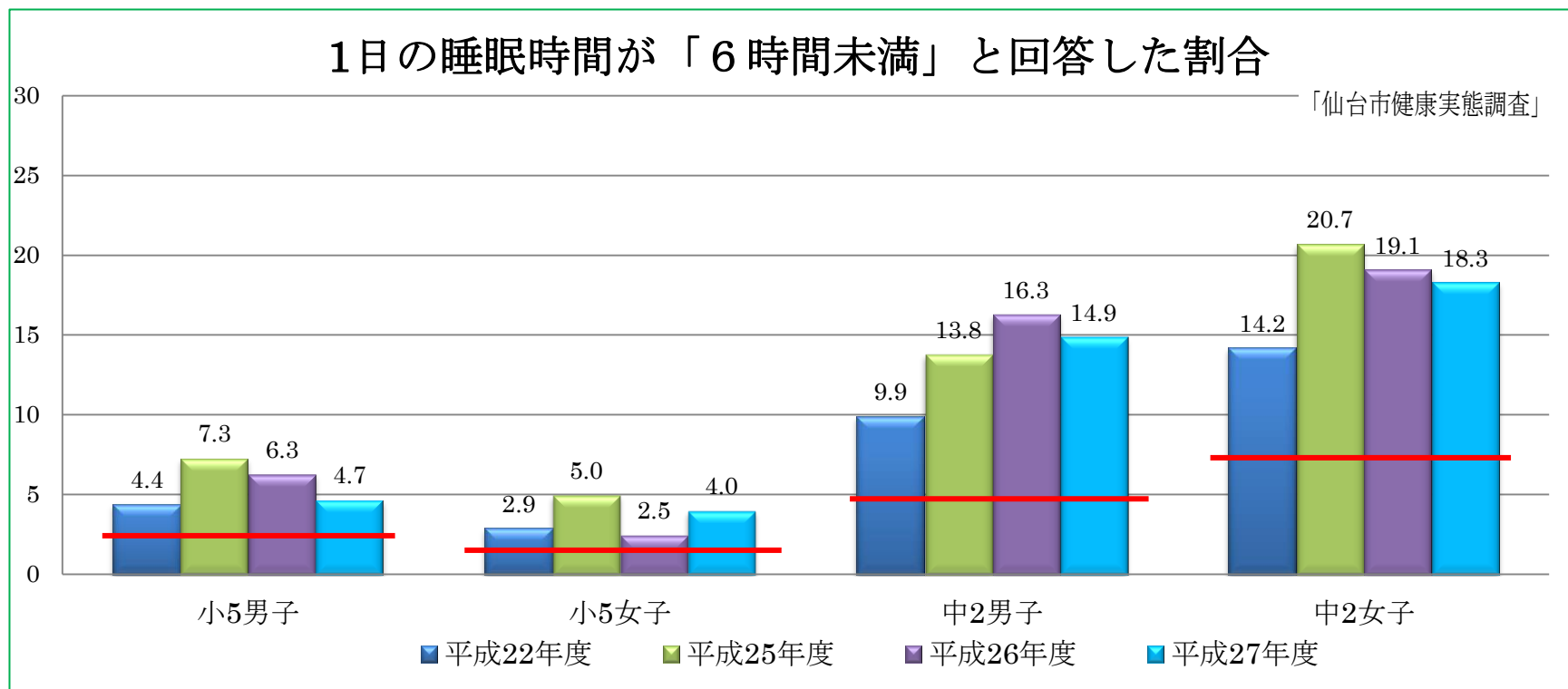
- ① 自分の体や健康に関心を持つ児童生徒の増加
- ② 睡眠時間が6時間未満の児童生徒の減少（平成22年度の半数以下）
- ③ テレビやゲーム等のメディア接触時間が3時間以上の児童生徒の減少（全国平均値を下回る）
- ④ 肥満傾向児の出現率の低下（全国平均値を下回る）

① 自分の体や健康に関心を持つ児童生徒の増加



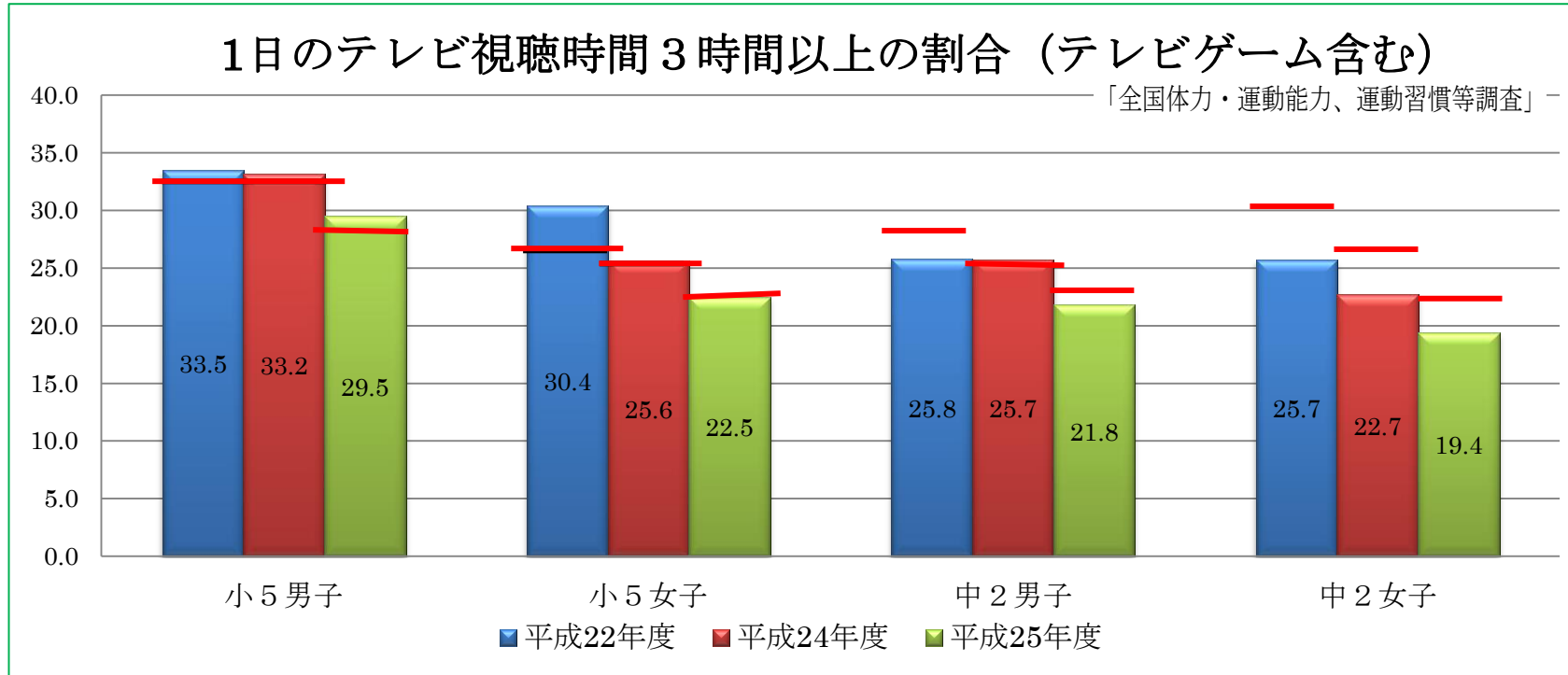
- 健康に関心を持つ児童生徒の割合は、小学生で高く中学生で低下傾向にある。
- 小学生女子はいずれの年度でも高い。
- 平成 24 年度は小学生男女とも極端に低下している。
- 平成 26 年度は震災後ピークを迎えている。
- 中学校 2 年生男子では徐々に増加している。

② 睡眠時間が6時間未満の児童生徒の減少（平成22年度の半数以下）



- ※平成23年度・平成24年度の健康実態調査には上記の質問項目がないためデータなし
- ・睡眠時間6時間未満の児童生徒の割合は、どの学年でも目標値には届かない結果だった。
 - ・小学生と比較すると、中学生でその割合が増加している。
 - ・いずれの年も中学校2年生女子で高い。
 - ・平成25年度をピークに、小学校5年生女子を除き減少傾向である。
 - ・平成25年度をピークに、小学校5年生男子・中学校2年生は減少している。

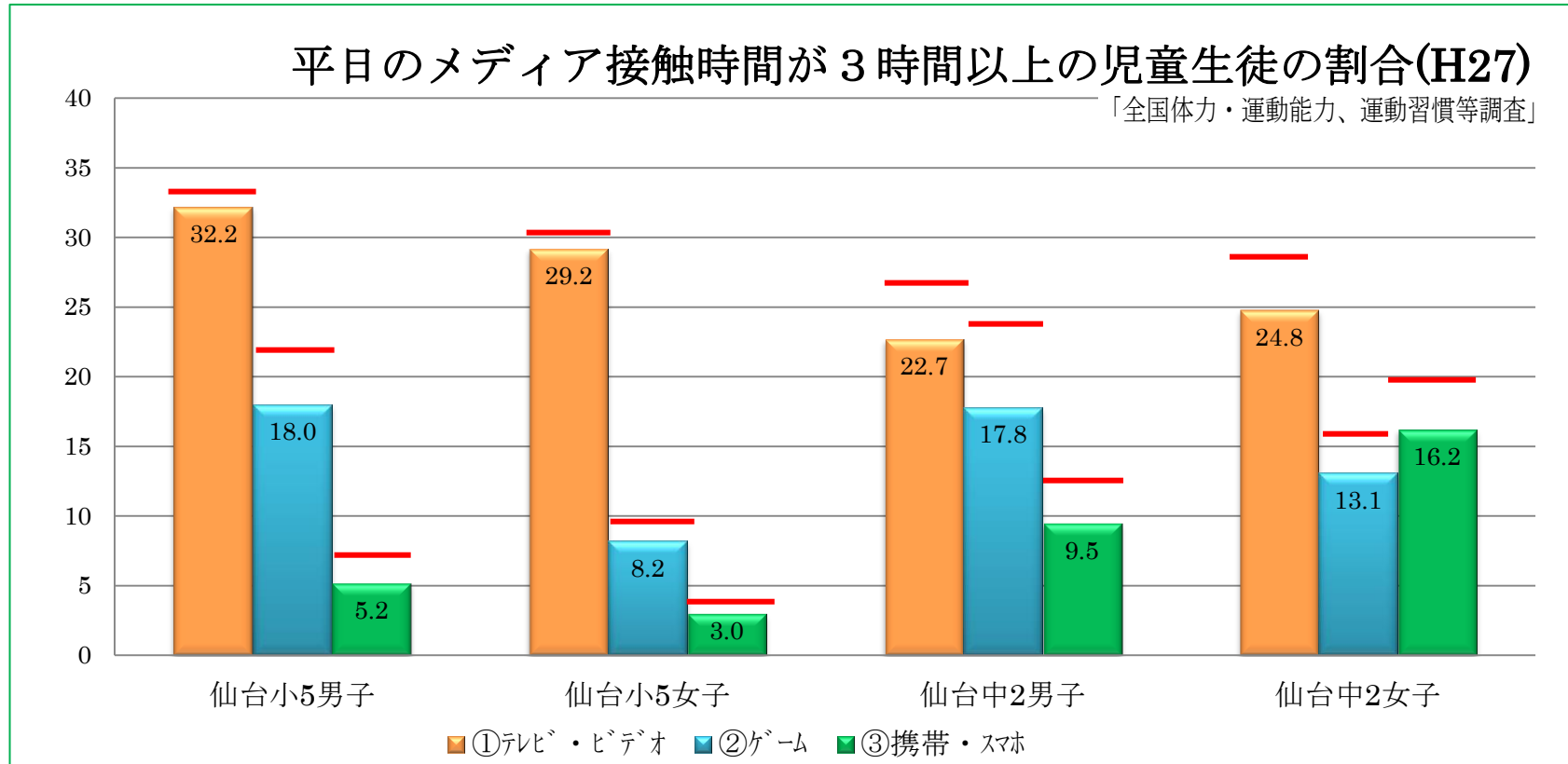
③ テレビやゲーム等のメディア接触時間が3時間以上の児童生徒の減少（全国平均値を下回る）



※平成23年度データなし。平成26年度，質問項目に入っていないためデータなし。

- ・平成22年度から，小学生では減少傾向にある。
- ・全国・仙台市の小学校5年生男子だけを見ると，減少はしているものの，全体の割合としては高い。
- ・仙台市小学校5年生女子では，平成22年度は高い割合であったが顕著に低下している。
- ・男子のほうが女子よりもメディア接触時間3時間以上の割合が高い。
- ・平成22年度から，中学生でも減少傾向にある。
- ・仙台市中学校2年生女子でも，顕著に低下している。

③ テレビやゲーム等のメディア接触時間が3時間以上の児童生徒の減少 (全国平均値を下回る)



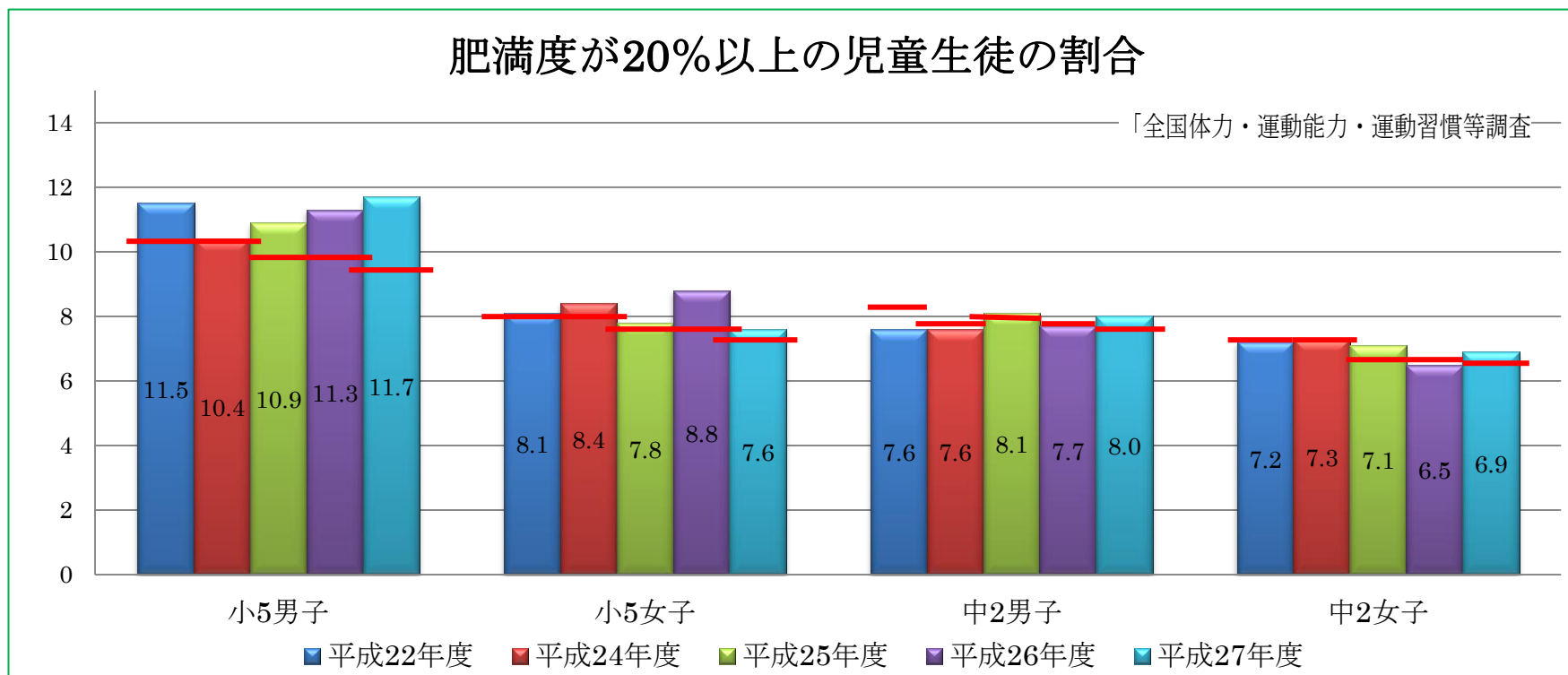
※質問①テレビやビデオ・DVDを見たり聞いたりしますか？(テレビゲームの時間は除く)

※質問②テレビゲームをしますか？(コンピュータゲーム・携帯ゲーム・携帯電話やスマートフォンを使ったゲームを含む)

※質問③携帯電話やスマートフォンで通話やメール、インターネットをしますか？(携帯電話やスマートフォンを使ってのゲームは除く)

- ・いずれの項目でも全国平均より本市の児童生徒の割合が低いことがわかる。
- ・①については小学生で多い。②については小学生男子・中学生男子で高い。③については中学生女子で顕著に高い。
- ・携帯、スマートフォンの所持率によるが、インターネットが身近なものになっていることが伺える。

④ 肥満傾向児の出現率の低下（全国平均値を下回る）



- ・肥満傾向（肥満度 20%以上）の児童生徒は全国的に年々減少している。
- ・本市では特に小学校男子において全国平均値を上回り、肥満傾向の割合が多い。平成 24 年度には減少したもののその割合は増加している。
- ・女子では平成 26 年度を除き全国平均とほぼ同等の割合である。
- ・肥満傾向（肥満度 20%以上）の児童生徒は全国的に年々減少している。
- ・平成 27 年度を除き、男子では全国平均とほぼ同等の割合である。
- ・女子は、減少の仕方が顕著であり、本市においても全国とほぼ同等の割合である