

令和 4 年度県民健康・栄養調査報告書

(高校生資料編)

【クロス分析結果】

令和 6 (2024) 年 3 月

栃 木 県

目 次

No.1 BMI と自己体格評価の関係	1
No.2 BMI と自己体格願望の関係	2
No.3 BMI と間食の摂取状況の関係	3
No.4 健康状態と心の健康状態の関係	4
No.5 睡眠と心の健康状態の関係	5
No.6 朝食の摂取状況と欠食の時期の関係	6
No.7 朝食の摂取状況と欠食の理由の関係	7
No.8 朝食の摂取状況と自己体格願望の関係	8
No.9 朝食の摂取状況と健康状態の関係	9
No.10-1 朝食の摂取状況(父親) と(本人) の関係	10
No.10-2 朝食の摂取状況(母親) と(本人) の関係	11
No.11 自己体格願望と主食・主菜・副菜の摂取状況の関係	12
No.12 食習慣の食事の質と主食・主菜・副菜の摂取状況の関係	13
No.13 自己体格評価と間食の摂取状況の関係	14
No.14 自己体格願望と間食の摂取状況の関係	15
No.15 自己体格評価と食事の量及び質に関する意識の関係	16
No.16 自己体格願望と食事の量及び質に関する意識の関係	17
No.17 自己体格評価と塩分に関する意識の関係	18
No.18 自己体格願望と塩分に関する意識の関係	19
No.19 自己体格評価と油脂に関する意識の関係	20
No.20 自己体格願望と油脂に関する意識の関係	21
No.21 自己体格評価と野菜摂取に関する意識の関係	22
No.22 自己体格願望と野菜摂取に関する意識の関係	23
No.23 自己体格願望と健康食品の利用状況の関係	24
No.24 間食の摂取状況と健康食品の利用状況の関係	25
No.25-1 食生活の改善意識と健康食品の利用の関係	26
No.25-2 運動の改善意識と健康食品の利用の関係	27
No.26-1 食生活の改善意識と健康状態の関係	28
No.26-2 運動の改善意識と健康状態の関係	29
No.27 健康状態と1日の運動量の関係	30
No.28 睡眠の状況と健康状態の関係	31
No.29 睡眠の状況と睡眠時間の関係	32
No.30 睡眠時間と朝食摂取状況の関係	33
No.31 喫煙(本人)と家庭内喫煙者の関係	34

No.32 喫煙(家族)と家庭内喫煙者(受動喫煙)の関係	35
No.33 飲酒と喫煙の関係	36
No.34 情報機器の平日の利用時間と健康状態の関係	37
No.35 情報機器の平日の利用時間と心の状態の関係	38
No.36 情報機器の平日の利用時間と睡眠の状況の関係.....	39
No.37 情報機器の平日の利用時間と睡眠時間の関係	40
No.38 情報機器の平日の利用時間と運動量の関係	41
No.39-1 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係（勉強・学習）	42
No.39-2 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係（娯楽）	43
No.39-3 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係（SNS 等）	44
No.39-4 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係（その他）	45

本資料中の数値は四捨五入のため、内訳合計が総数と合わないことがある。

No.1 BMIと自己体格評価の関係
BMI × 問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。

		総数		1 太っている		2 少し太っている		3 ちょうどよい(ふつう)		4 少しやせている		5 やせている	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2354	100.0	372	15.8	672	28.5	841	35.7	250	10.6	219	9.3
	やせ(BMI18.5未満)	464	100.0	11	2.4	38	8.2	154	33.2	110	23.7	151	32.5
	普通(BMI18.5以上25未満)	1681	100.0	221	13.1	573	34.1	681	40.5	139	8.3	67	4.0
	肥満(BMI25以上)	209	100.0	140	67.0	61	29.2	6	2.9	1	0.5	1	0.5
男子	総数	1175	100.0	121	10.3	254	21.6	434	36.9	186	15.8	180	15.3
	やせ(BMI18.5未満)	224	100.0	4	1.8	7	3.1	33	14.7	64	28.6	116	51.8
	普通(BMI18.5以上25未満)	813	100.0	37	4.6	196	24.1	396	48.7	121	14.9	63	7.7
	肥満(BMI25以上)	138	100.0	80	58.0	51	37.0	5	3.6	1	0.7	1	0.7
女子	総数	1179	100.0	251	21.3	418	35.5	407	34.5	64	5.4	39	3.3
	やせ(BMI18.5未満)	240	100.0	7	2.9	31	12.9	121	50.4	46	19.2	35	14.6
	普通(BMI18.5以上25未満)	868	100.0	184	21.2	377	43.4	285	32.8	18	2.1	4	0.5
	肥満(BMI25以上)	71	100.0	60	84.5	10	14.1	1	1.4	0	0.0	0	0.0

No.2 BMIと自己体格願望の関係
BMI x 問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。

		総数		1 やせたい		2 今のままでよい		3 太りたい		4 わからない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2354	100.0	1253	53.2	672	28.5	320	13.6	109	4.6
	やせ(BMI18.5未満)	464	100.0	108	23.3	195	42.0	128	27.6	33	7.1
	普通(BMI18.5以上25未満)	1681	100.0	979	58.2	453	26.9	183	10.9	66	3.9
	肥満(BMI25以上)	209	100.0	166	79.4	24	11.5	9	4.3	10	4.8
男子	総数	1174	100.0	367	31.3	452	38.5	288	24.5	67	5.7
	やせ(BMI18.5未満)	224	100.0	14	6.3	93	41.5	101	45.1	16	7.1
	普通(BMI18.5以上25未満)	812	100.0	255	31.4	337	41.5	178	21.9	42	5.2
	肥満(BMI25以上)	138	100.0	98	71.0	22	15.9	9	6.5	9	6.5
女子	総数	1180	100.0	886	75.1	220	18.6	32	2.7	42	3.6
	やせ(BMI18.5未満)	240	100.0	94	39.2	102	42.5	27	11.3	17	7.1
	普通(BMI18.5以上25未満)	869	100.0	724	83.3	116	13.3	5	0.6	24	2.8
	肥満(BMI25以上)	71	100.0	68	95.8	2	2.8	0	0.0	1	1.4

No.3 BMIと間食の摂取状況の関係
BMI × 問5 あなたは、間食（3食以外に食べるもの）として甘い飲み物やお菓子1日何回とりますか。

		総数		1 0回		2 1回		3 2回		4 3回		5 4回以上		6 決まっていない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2353	100.0	185	7.9	705	30.0	420	17.8	152	6.5	74	3.1	817	34.7
	やせ(BMI18.5未満)	465	100.0	32	6.9	129	27.7	91	19.6	41	8.8	22	4.7	150	32.3
	普通(BMI18.5以上25未満)	1679	100.0	131	7.8	518	30.9	303	18.0	97	5.8	44	2.6	586	34.9
	肥満(BMI25以上)	209	100.0	22	10.5	58	27.8	26	12.4	14	6.7	8	3.8	81	38.8
男子	総数	1175	100.0	107	9.1	337	28.7	200	17.0	86	7.3	43	3.7	402	34.2
	やせ(BMI18.5未満)	224	100.0	11	4.9	64	28.6	45	20.1	26	11.6	10	4.5	68	30.4
	普通(BMI18.5以上25未満)	813	100.0	77	9.5	236	29.0	139	17.1	53	6.5	28	3.4	280	34.4
	肥満(BMI25以上)	138	100.0	19	13.8	37	26.8	16	11.6	7	5.1	5	3.6	54	39.1
女子	総数	1178	100.0	78	6.6	368	31.2	220	18.7	66	5.6	31	2.6	415	35.2
	やせ(BMI18.5未満)	241	100.0	21	8.7	65	27.0	46	19.1	15	6.2	12	5.0	82	34.0
	普通(BMI18.5以上25未満)	866	100.0	54	6.2	282	32.6	164	18.9	44	5.1	16	1.8	306	35.3
	肥満(BMI25以上)	71	100.0	3	4.2	21	29.6	10	14.1	7	9.9	3	4.2	27	38.0

No.4 健康状態と心の健康状態の関係
問2 現在の健康状態はいかがですか。× 問10 最近の心身の状態はいかがですか。

		総数		1 眠れないことがある		2 寝起きが悪い		3 だるい・疲れやすい		4 頭が痛いことが多い		5 お腹が痛いことが多い		6 気持ちが集中できないことがある		7 いろいろなことがち		8 くよくよしがち		9 特にない		10 その他	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2497	100.0	492	19.7	1028	41.2	1231	49.3	458	18.3	474	19.0	701	28.1	508	20.3	284	11.4	569	22.8	85	3.4
	1 とてもよい	697	100.0	73	10.5	196	28.1	196	28.1	59	8.5	64	9.2	91	13.1	59	8.5	31	4.4	290	41.6	14	2.0
	2 よい	792	100.0	129	16.3	317	40.0	354	44.7	108	13.6	126	15.9	190	24.0	145	18.3	78	9.8	176	22.2	20	2.5
	3 ふつう	824	100.0	202	24.5	400	48.5	530	64.3	203	24.6	187	22.7	312	37.9	221	26.8	125	15.2	99	12.0	34	4.1
	4 あまりよくない	170	100.0	80	47.1	105	61.8	140	82.4	79	46.5	89	52.4	97	57.1	73	42.9	43	25.3	3	1.8	15	8.8
	5 よくない	14	100.0	8	57.1	10	71.4	11	78.6	9	64.3	8	57.1	11	78.6	10	71.4	7	50.0	1	7.1	2	14.3
男子	総数	1171	100.0	202	17.3	424	36.2	469	40.1	154	13.2	203	17.3	261	22.3	175	14.9	87	7.4	341	29.1	39	3.3
	1 とてもよい	369	100.0	36	9.8	82	22.2	83	22.5	23	6.2	36	9.8	37	10.0	25	6.8	11	3.0	176	47.7	10	2.7
	2 よい	383	100.0	52	13.6	140	36.6	146	38.1	43	11.2	61	15.9	77	20.1	55	14.4	25	6.5	101	26.4	10	2.6
	3 ふつう	334	100.0	79	23.7	155	46.4	174	52.1	57	17.1	67	20.1	100	29.9	61	18.3	34	10.2	60	18.0	9	2.7
	4 あまりよくない	77	100.0	32	41.6	42	54.5	61	79.2	25	32.5	35	45.5	41	53.2	29	37.7	15	19.5	3	3.9	9	11.7
	5 よくない	8	100.0	3	37.5	5	62.5	5	62.5	6	75.0	4	50.0	6	75.0	5	62.5	2	25.0	1	12.5	1	12.5
女子	総数	1326	100.0	290	21.9	604	45.6	762	57.5	304	22.9	271	20.4	440	33.2	333	25.1	197	14.9	228	17.2	46	3.5
	1 とてもよい	328	100.0	37	11.3	114	34.8	113	34.5	36	11.0	28	8.5	54	16.5	34	10.4	20	6.1	114	34.8	4	1.2
	2 よい	409	100.0	77	18.8	177	43.3	208	50.9	65	15.9	65	15.9	113	27.6	90	22.0	53	13.0	75	18.3	10	2.4
	3 ふつう	490	100.0	123	25.1	245	50.0	356	72.7	146	29.8	120	24.5	212	43.3	160	32.7	91	18.6	39	8.0	25	5.1
	4 あまりよくない	93	100.0	48	51.6	63	67.7	79	84.9	54	58.1	54	58.1	56	60.2	44	47.3	28	30.1	0	0.0	6	6.5
	5 よくない	6	100.0	5	83.3	5	83.3	6	100.0	3	50.0	4	66.7	5	83.3	5	83.3	5	83.3	0	0.0	1	16.7

No.5 睡眠と心の健康状態の関係
問11 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分とれていますか。× 問10 最近の心身の状態はいかがですか。

		総数		1 眠れないことがある		2 寝起きが悪い		3 だるい・疲れやすい		4 頭が痛いことが多い		5 お腹が痛いことが多い		6 気持ちが集中できないことがある		7 いろいろなしがち		8 くよくよしがち		9 特にない		10 その他	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2500	100.0	492	19.7	1029	41.2	1233	49.3	458	18.3	473	18.9	701	28.0	509	20.4	283	11.3	571	22.8	85	3.4
	1 充分にとれている	376	100.0	18	4.8	54	14.4	75	19.9	27	7.2	37	9.8	39	10.4	34	9.0	16	4.3	212	56.4	4	1.1
	2 まあまあとれている	1290	100.0	200	15.5	501	38.8	579	44.9	203	15.7	221	17.1	323	25.0	228	17.7	132	10.2	289	22.4	50	3.9
	3 あまりとれていない	778	100.0	245	31.5	436	56.0	529	68.0	202	26.0	193	24.8	305	39.2	217	27.9	119	15.3	68	8.7	29	3.7
	4 まったくとれていない	56	100.0	29	51.8	38	67.9	50	89.3	26	46.4	22	39.3	34	60.7	30	53.6	16	28.6	2	3.6	2	3.6
男子	総数	1172	100.0	201	17.2	425	36.3	469	40.0	154	13.1	203	17.3	261	22.3	175	14.9	86	7.3	342	29.2	39	3.3
	1 充分にとれている	192	100.0	12	6.3	19	9.9	28	14.6	10	5.2	14	7.3	11	5.7	9	4.7	4	2.1	123	64.1	3	1.6
	2 まあまあとれている	618	100.0	83	13.4	215	34.8	223	36.1	76	12.3	105	17.0	129	20.9	81	13.1	39	6.3	173	28.0	21	3.4
	3 あまりとれていない	332	100.0	92	27.7	172	51.8	193	58.1	55	16.6	74	22.3	107	32.2	73	22.0	39	11.7	44	13.3	14	4.2
	4 まったくとれていない	30	100.0	14	46.7	19	63.3	25	83.3	13	43.3	10	33.3	14	46.7	12	40.0	4	13.3	2	6.7	1	3.3
女子	総数	1328	100.0	291	21.9	604	45.5	764	57.5	304	22.9	270	20.3	440	33.1	334	25.2	197	14.8	229	17.2	46	3.5
	1 充分にとれている	184	100.0	6	3.3	35	19.0	47	25.5	17	9.2	23	12.5	28	15.2	25	13.6	12	6.5	89	48.4	1	0.5
	2 まあまあとれている	672	100.0	117	17.4	286	42.6	356	53.0	127	18.9	116	17.3	194	28.9	147	21.9	93	13.8	116	17.3	29	4.3
	3 あまりとれていない	446	100.0	153	34.3	264	59.2	336	75.3	147	33.0	119	26.7	198	44.4	144	32.3	80	17.9	24	5.4	15	3.4
	4 まったくとれていない	26	100.0	15	57.7	19	73.1	25	96.2	13	50.0	12	46.2	20	76.9	18	69.2	12	46.2	0	0.0	1	3.8

No.6 朝食の摂取状況と欠食の時期の関係
問7 朝食を食べますか。x 問7-1 いつ頃から朝食を食べないことがあるようになりましたか。

		総数		1 小学校入学前		2 小学生頃		3 中学生頃		4 高校生になって		5 わからない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	460	100.0	17	3.7	64	13.9	212	46.1	149	32.4	18	3.9
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	192	100.0	9	4.7	21	10.9	82	42.7	74	38.5	6	3.1
	3 週4～5日食べない	55	100.0	1	1.8	8	14.5	30	54.5	15	27.3	1	1.8
	4 ほとんど食べない	213	100.0	7	3.3	35	16.4	100	46.9	60	28.2	11	5.2
男子	総数	223	100.0	7	3.1	35	15.7	103	46.2	67	30.0	11	4.9
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	79	100.0	3	3.8	9	11.4	31	39.2	32	40.5	4	5.1
	3 週4～5日食べない	23	100.0	0	0.0	5	21.7	10	43.5	7	30.4	1	4.3
	4 ほとんど食べない	121	100.0	4	3.3	21	17.4	62	51.2	28	23.1	6	5.0
女子	総数	237	100.0	10	4.2	29	12.2	109	46.0	82	34.6	7	3.0
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	113	100.0	6	5.3	12	10.6	51	45.1	42	37.2	2	1.8
	3 週4～5日食べない	32	100.0	1	3.1	3	9.4	20	62.5	8	25.0	0	0.0
	4 ほとんど食べない	92	100.0	3	3.3	14	15.2	38	41.3	32	34.8	5	5.4

No.7 朝食の摂取状況と欠食の理由の関係
問7 朝食を食べますか。x 問7-2 朝食を食べない理由はどれですか。

		総数		1 食べる時間がない		2 食欲がない		3 睡眠時間をとりたい		4 食べると太るから		5 食事の用意がない		6 一緒に食べる人がいない		7 朝食を食べる習慣がない		8 その他	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	464	100.0	277	59.7	233	50.2	178	38.4	13	2.8	32	6.9	1	0.2	39	8.4	43	9.3
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	190	100.0	122	64.2	82	43.2	68	35.8	6	3.2	9	4.7	0	0.0	8	4.2	13	6.8
	3 週4～5日食べない	56	100.0	39	69.6	27	48.2	19	33.9	3	5.4	6	10.7	0	0.0	3	5.4	5	8.9
	4 ほとんど食べない	218	100.0	116	53.2	124	56.9	91	41.7	4	1.8	17	7.8	1	0.5	28	12.8	25	11.5
男子	総数	226	100.0	130	57.5	112	49.6	92	40.7	1	0.4	15	6.6	0	0.0	22	9.7	19	8.4
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	79	100.0	50	63.3	30	38.0	23	29.1	1	1.3	1	1.3	0	0.0	6	7.6	5	6.3
	3 週4～5日食べない	24	100.0	15	62.5	13	54.2	10	41.7	0	0.0	2	8.3	0	0.0	1	4.2	2	8.3
	4 ほとんど食べない	123	100.0	65	52.8	69	56.1	59	48.0	0	0.0	12	9.8	0	0.0	15	12.2	12	9.8
女子	総数	238	100.0	147	61.8	121	50.8	86	36.1	12	5.0	17	7.1	1	0.4	17	7.1	24	10.1
	1 ほとんど毎日食べる	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 週2～3日食べない	111	100.0	72	64.9	52	46.8	45	40.5	5	4.5	8	7.2	0	0.0	2	1.8	8	7.2
	3 週4～5日食べない	32	100.0	24	75.0	14	43.8	9	28.1	3	9.4	4	12.5	0	0.0	2	6.3	3	9.4
	4 ほとんど食べない	95	100.0	51	53.7	55	57.9	32	33.7	4	4.2	5	5.3	1	1.1	13	13.7	13	13.7

No.8 朝食の摂取状況と自己体格願望の関係
問7 朝食を食べますか。× 問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。

		総数		1 やせたい		2 今のままでよい		3 太りたい		4 わからない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2472	100.0	1358	54.9	679	27.5	317	12.8	118	4.8
	1 ほとんど毎日食べる	1994	100.0	1078	54.1	556	27.9	262	13.1	98	4.9
	2 週2～3日食べない	202	100.0	113	55.9	58	28.7	24	11.9	7	3.5
	3 週4～5日食べない	58	100.0	36	62.1	12	20.7	7	12.1	3	5.2
	4 ほとんど食べない	218	100.0	131	60.1	53	24.3	24	11.0	10	4.6
男子	総数	1165	100.0	362	31.1	452	38.8	283	24.3	68	5.8
	1 ほとんど毎日食べる	933	100.0	280	30.0	366	39.2	233	25.0	54	5.8
	2 週2～3日食べない	84	100.0	22	26.2	37	44.0	21	25.0	4	4.8
	3 週4～5日食べない	25	100.0	9	36.0	7	28.0	7	28.0	2	8.0
	4 ほとんど食べない	123	100.0	51	41.5	42	34.1	22	17.9	8	6.5
女子	総数	1307	100.0	996	76.2	227	17.4	34	2.6	50	3.8
	1 ほとんど毎日食べる	1061	100.0	798	75.2	190	17.9	29	2.7	44	4.1
	2 週2～3日食べない	118	100.0	91	77.1	21	17.8	3	2.5	3	2.5
	3 週4～5日食べない	33	100.0	27	81.8	5	15.2	0	0.0	1	3.0
	4 ほとんど食べない	95	100.0	80	84.2	11	11.6	2	2.1	2	2.1

No.9 朝食の摂取状況と健康状態の関係
問7 朝食を食べますか。× 問2 現在の健康状態はいかがですか。

		総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2476	100.0	690	27.9	785	31.7	820	33.1	168	6.8	13	0.5
	1 ほとんど毎日食べる	1999	100.0	592	29.6	664	33.2	623	31.2	109	5.5	11	0.6
	2 週2～3日食べない	200	100.0	37	18.5	55	27.5	87	43.5	21	10.5	0	0.0
	3 週4～5日食べない	58	100.0	12	20.7	13	22.4	25	43.1	8	13.8	0	0.0
	4 ほとんど食べない	219	100.0	49	22.4	53	24.2	85	38.8	30	13.7	2	0.9
男子	総数	1165	100.0	365	31.3	380	32.6	336	28.8	76	6.5	8	0.7
	1 ほとんど毎日食べる	934	100.0	311	33.3	319	34.2	251	26.9	47	5.0	6	0.6
	2 週2～3日食べない	82	100.0	20	24.4	23	28.0	33	40.2	6	7.3	0	0.0
	3 週4～5日食べない	25	100.0	6	24.0	6	24.0	10	40.0	3	12.0	0	0.0
	4 ほとんど食べない	124	100.0	28	22.6	32	25.8	42	33.9	20	16.1	2	1.6
女子	総数	1311	100.0	325	24.8	405	30.9	484	36.9	92	7.0	5	0.4
	1 ほとんど毎日食べる	1065	100.0	281	26.4	345	32.4	372	34.9	62	5.8	5	0.5
	2 週2～3日食べない	118	100.0	17	14.4	32	27.1	54	45.8	15	12.7	0	0.0
	3 週4～5日食べない	33	100.0	6	18.2	7	21.2	15	45.5	5	15.2	0	0.0
	4 ほとんど食べない	95	100.0	21	22.1	21	22.1	43	45.3	10	10.5	0	0.0

No.10-1 朝食の摂取状況(父親)と(本人)の関係
問8 あなたの保護者は朝食を食べる習慣はありますか。【父親】× 問7 朝食を食べますか。

		総数		1 ほとんど毎日食べる		2 週2～3日食べない		3 週4～5日食べない		4 ほとんど食べない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2271	100.0	1845	81.2	180	7.9	49	2.2	197	8.7
	1 ほとんど毎日食べる	1439	100.0	1247	86.7	90	6.3	23	1.6	79	5.5
	2 週2～3日食べない	71	100.0	54	76.1	10	14.1	1	1.4	6	8.5
	3 週4～5日食べない	23	100.0	18	78.3	3	13.0	2	8.7	0	0.0
	4 ほとんど食べない	263	100.0	180	68.4	34	12.9	8	3.0	41	15.6
	5 わからない	475	100.0	346	72.8	43	9.1	15	3.2	71	14.9
男子	総数	1073	100.0	865	80.6	73	6.8	21	2.0	114	10.6
	1 ほとんど毎日食べる	688	100.0	598	86.9	41	6.0	7	1.0	42	6.1
	2 週2～3日食べない	29	100.0	24	82.8	1	3.4	1	3.4	3	10.3
	3 週4～5日食べない	6	100.0	5	83.3	1	16.7	0	0.0	0	0.0
	4 ほとんど食べない	102	100.0	66	64.7	12	11.8	2	2.0	22	21.6
	5 わからない	248	100.0	172	69.4	18	7.3	11	4.4	47	19.0
女子	総数	1198	100.0	980	81.8	107	8.9	28	2.3	83	6.9
	1 ほとんど毎日食べる	751	100.0	649	86.4	49	6.5	16	2.1	37	4.9
	2 週2～3日食べない	42	100.0	30	71.4	9	21.4	0	0.0	3	7.1
	3 週4～5日食べない	17	100.0	13	76.5	2	11.8	2	11.8	0	0.0
	4 ほとんど食べない	161	100.0	114	70.8	22	13.7	6	3.7	19	11.8
	5 わからない	227	100.0	174	76.7	25	11.0	4	1.8	24	10.6

No.10-2 朝食の摂取状況(母親)と(本人)の関係
問8 あなたの保護者は朝食を食べる習慣はありますか。【母親】× 問7 朝食を食べますか。

		総数		1 ほとんど毎日食べる		2 週2～3日食べない		3 週4～5日食べない		4 ほとんど食べない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2364	100.0	1928	81.6	176	7.4	52	2.2	208	8.8
	1 ほとんど毎日食べる	1670	100.0	1448	86.7	103	6.2	21	1.3	98	5.9
	2 週2～3日食べない	127	100.0	95	74.8	16	12.6	6	4.7	10	7.9
	3 週4～5日食べない	34	100.0	27	79.4	1	2.9	1	2.9	5	14.7
	4 ほとんど食べない	190	100.0	117	61.6	28	14.7	10	5.3	35	18.4
	5 わからない	343	100.0	241	70.3	28	8.2	14	4.1	60	17.5
男子	総数	1104	100.0	893	80.9	72	6.5	22	2.0	117	10.6
	1 ほとんど毎日食べる	790	100.0	675	85.4	51	6.5	9	1.1	55	7.0
	2 週2～3日食べない	43	100.0	33	76.7	2	4.7	1	2.3	7	16.3
	3 週4～5日食べない	12	100.0	10	83.3	0	0.0	0	0.0	2	16.7
	4 ほとんど食べない	77	100.0	47	61.0	8	10.4	4	5.2	18	23.4
	5 わからない	182	100.0	128	70.3	11	6.0	8	4.4	35	19.2
女子	総数	1260	100.0	1035	82.1	104	8.3	30	2.4	91	7.2
	1 ほとんど毎日食べる	880	100.0	773	87.8	52	5.9	12	1.4	43	4.9
	2 週2～3日食べない	84	100.0	62	73.8	14	16.7	5	6.0	3	3.6
	3 週4～5日食べない	22	100.0	17	77.3	1	4.5	1	4.5	3	13.6
	4 ほとんど食べない	113	100.0	70	61.9	20	17.7	6	5.3	17	15.0
	5 わからない	161	100.0	113	70.2	17	10.6	6	3.7	25	15.5

No.11 自己体格願望と主食・主菜・副菜の摂取状況の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問6 主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる食べ方が1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。

		総数		1 ほとんど毎日		2 週に4～5日		3 週に2～3日		4 ほとんどない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2515	100.0	1398	55.6	556	22.1	391	15.5	170	6.8
	1 やせたい	1382	100.0	700	50.7	315	22.8	256	18.5	111	8.0
	2 今のままでよい	687	100.0	410	59.7	155	22.6	83	12.1	39	5.7
	3 太りたい	326	100.0	221	67.8	57	17.5	34	10.4	14	4.3
	4 わからない	120	100.0	67	55.8	29	24.2	18	15.0	6	5.0
男子	総数	1190	100.0	717	60.3	239	20.1	157	13.2	77	6.5
	1 やせたい	372	100.0	203	54.6	75	20.2	63	16.9	31	8.3
	2 今のままでよい	456	100.0	276	60.5	100	21.9	53	11.6	27	5.9
	3 太りたい	291	100.0	200	68.7	47	16.2	30	10.3	14	4.8
	4 わからない	71	100.0	38	53.5	17	23.9	11	15.5	5	7.0
女子	総数	1325	100.0	681	51.4	317	23.9	234	17.7	93	7.0
	1 やせたい	1010	100.0	497	49.2	240	23.8	193	19.1	80	7.9
	2 今のままでよい	231	100.0	134	58.0	55	23.8	30	13.0	12	5.2
	3 太りたい	35	100.0	21	60.0	10	28.6	4	11.4	0	0.0
	4 わからない	49	100.0	29	59.2	12	24.5	7	14.3	1	2.0

No.12 食習慣の食事の質と主食・主菜・副菜の摂取状況の関係

問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【ア 食事の質(栄養のバランス)や量】× 問6 主食、主菜、副菜の3つを組み合わせる食べ方が1日に2回以上あるのは週に何日ありますか。

		総数		1 ほとんど毎日		2 週に4～5日		3 週に2～3日		4 ほとんどない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2473	100.0	1368	55.3	555	22.4	386	15.6	164	6.6
	1 はい	1811	100.0	1096	60.5	397	21.9	243	13.4	75	4.1
	2 いいえ	662	100.0	272	41.1	158	23.9	143	21.6	89	13.4
男子	総数	1165	100.0	701	60.2	236	20.3	154	13.2	74	6.4
	1 はい	798	100.0	539	67.5	147	18.4	82	10.3	30	3.8
	2 いいえ	367	100.0	162	44.1	89	24.3	72	19.6	44	12.0
女子	総数	1308	100.0	667	51.0	319	24.4	232	17.7	90	6.9
	1 はい	1013	100.0	557	55.0	250	24.7	161	15.9	45	4.4
	2 いいえ	295	100.0	110	37.3	69	23.4	71	24.1	45	15.3

No.13 自己体格評価と間食の摂取状況の関係

問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。× 問5 あなたは、間食(3食以外に食べるもの)として甘い飲み物やお菓子1日何回とりますか。

		総数		1 0回		2 1回		3 2回		4 3回		5 4回以上		6 決まっていない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2506	100.0	195	7.8	746	29.8	440	17.6	161	6.4	77	3.1	887	35.4
	1 太っている	410	100.0	33	8.0	129	31.5	54	13.2	18	4.4	11	2.7	165	40.2
	2 少し太っている	729	100.0	56	7.7	229	31.4	146	20.0	35	4.8	14	1.9	249	34.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	891	100.0	76	8.5	258	29.0	145	16.3	58	6.5	32	3.6	322	36.1
	4 少しやせている	251	100.0	12	4.8	71	28.3	56	22.3	16	6.4	9	3.6	87	34.7
	5 やせている	225	100.0	18	8.0	59	26.2	39	17.3	34	15.1	11	4.9	64	28.4
男子	総数	1192	100.0	110	9.2	339	28.4	202	16.9	88	7.4	43	3.6	410	34.4
	1 太っている	123	100.0	17	13.8	30	24.4	16	13.0	6	4.9	2	1.6	52	42.3
	2 少し太っている	259	100.0	30	11.6	68	26.3	51	19.7	12	4.6	8	3.1	90	34.7
	3 ちょうどよい(ふつう)	439	100.0	40	9.1	136	31.0	65	14.8	28	6.4	19	4.3	151	34.4
	4 少しやせている	187	100.0	7	3.7	55	29.4	39	20.9	13	7.0	6	3.2	67	35.8
	5 やせている	184	100.0	16	8.7	50	27.2	31	16.8	29	15.8	8	4.3	50	27.2
女子	総数	1314	100.0	85	6.5	407	31.0	238	18.1	73	5.6	34	2.6	477	36.3
	1 太っている	287	100.0	16	5.6	99	34.5	38	13.2	12	4.2	9	3.1	113	39.4
	2 少し太っている	470	100.0	26	5.5	161	34.3	95	20.2	23	4.9	6	1.3	159	33.8
	3 ちょうどよい(ふつう)	452	100.0	36	8.0	122	27.0	80	17.7	30	6.6	13	2.9	171	37.8
	4 少しやせている	64	100.0	5	7.8	16	25.0	17	26.6	3	4.7	3	4.7	20	31.3
	5 やせている	41	100.0	2	4.9	9	22.0	8	19.5	5	12.2	3	7.3	14	34.1

No.14 自己体格願望と間食の摂取状況の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問5 あなたは、間食(3食以外に食べるもの)として甘い飲み物やお菓子1日何回とりますか。

		総数		1 0回		2 1回		3 2回		4 3回		5 4回以上		6 決まっていない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2516	100.0	196	7.8	749	29.8	440	17.5	162	6.4	77	3.1	892	35.5
	1 やせたい	1381	100.0	109	7.9	424	30.7	246	17.8	69	5.0	29	2.1	504	36.5
	2 今のままでよい	688	100.0	54	7.8	225	32.7	115	16.7	45	6.5	22	3.2	227	33.0
	3 太りたい	326	100.0	25	7.7	72	22.1	62	19.0	42	12.9	24	7.4	101	31.0
	4 わからない	121	100.0	8	6.6	28	23.1	17	14.0	6	5.0	2	1.7	60	49.6
男子	総数	1191	100.0	110	9.2	338	28.4	202	17.0	88	7.4	43	3.6	410	34.4
	1 やせたい	372	100.0	45	12.1	96	25.8	72	19.4	19	5.1	7	1.9	133	35.8
	2 今のままでよい	457	100.0	37	8.1	157	34.4	68	14.9	29	6.3	14	3.1	152	33.3
	3 太りたい	291	100.0	23	7.9	64	22.0	54	18.6	38	13.1	20	6.9	92	31.6
	4 わからない	71	100.0	5	7.0	21	29.6	8	11.3	2	2.8	2	2.8	33	46.5
女子	総数	1325	100.0	86	6.5	411	31.0	238	18.0	74	5.6	34	2.6	482	36.4
	1 やせたい	1009	100.0	64	6.3	328	32.5	174	17.2	50	5.0	22	2.2	371	36.8
	2 今のままでよい	231	100.0	17	7.4	68	29.4	47	20.3	16	6.9	8	3.5	75	32.5
	3 太りたい	35	100.0	2	5.7	8	22.9	8	22.9	4	11.4	4	11.4	9	25.7
	4 わからない	50	100.0	3	6.0	7	14.0	9	18.0	4	8.0	0	0.0	27	54.0

No.15 自己体格評価と食事の量及び質に関する意識の関係

問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【ア 食事の質(栄養のバランス)や量】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2459	100.0	1801	73.2	658	26.8
	1 太っている	406	100.0	287	70.7	119	29.3
	2 少し太っている	708	100.0	518	73.2	190	26.8
	3 ちょうどよい(ふつう)	877	100.0	670	76.4	207	23.6
	4 少しやせている	248	100.0	173	69.8	75	30.2
	5 やせている	220	100.0	153	69.5	67	30.5
男子	総数	1165	100.0	798	68.5	367	31.5
	1 太っている	120	100.0	67	55.8	53	44.2
	2 少し太っている	252	100.0	168	66.7	84	33.3
	3 ちょうどよい(ふつう)	429	100.0	310	72.3	119	27.7
	4 少しやせている	185	100.0	128	69.2	57	30.8
	5 やせている	179	100.0	125	69.8	54	30.2
女子	総数	1294	100.0	1003	77.5	291	22.5
	1 太っている	286	100.0	220	76.9	66	23.1
	2 少し太っている	456	100.0	350	76.8	106	23.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	448	100.0	360	80.4	88	19.6
	4 少しやせている	63	100.0	45	71.4	18	28.6
	5 やせている	41	100.0	28	68.3	13	31.7

No.16 自己体格願望と食事の量及び質に関する意識の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【ア 食事の質(栄養のバランス)や量】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2468	100.0	1807	73.2	661	26.8
	1 やせたい	1350	100.0	1003	74.3	347	25.7
	2 今のままでよい	681	100.0	474	69.6	207	30.4
	3 太りたい	317	100.0	235	74.1	82	25.9
	4 わからない	120	100.0	95	79.2	25	20.8
男子	総数	1164	100.0	797	68.5	367	31.5
	1 やせたい	360	100.0	231	64.2	129	35.8
	2 今のままでよい	450	100.0	302	67.1	148	32.9
	3 太りたい	284	100.0	210	73.9	74	26.1
	4 わからない	70	100.0	54	77.1	16	22.9
女子	総数	1304	100.0	1010	77.5	294	22.5
	1 やせたい	990	100.0	772	78.0	218	22.0
	2 今のままでよい	231	100.0	172	74.5	59	25.5
	3 太りたい	33	100.0	25	75.8	8	24.2
	4 わからない	50	100.0	41	82.0	9	18.0

No.17 自己体格評価と塩分に関する意識の関係

問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【イ 塩分をひかえること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2414	100.0	1132	46.9	1282	53.1
	1 太っている	397	100.0	201	50.6	196	49.4
	2 少し太っている	696	100.0	327	47.0	369	53.0
	3 ちょうどよい(ふつう)	858	100.0	408	47.6	450	52.4
	4 少しやせている	244	100.0	106	43.4	138	56.6
	5 やせている	219	100.0	90	41.1	129	58.9
男子	総数	1143	100.0	479	41.9	664	58.1
	1 太っている	117	100.0	53	45.3	64	54.7
	2 少し太っている	249	100.0	100	40.2	149	59.8
	3 ちょうどよい(ふつう)	417	100.0	175	42.0	242	58.0
	4 少しやせている	181	100.0	76	42.0	105	58.0
	5 やせている	179	100.0	75	41.9	104	58.1
女子	総数	1271	100.0	653	51.4	618	48.6
	1 太っている	280	100.0	148	52.9	132	47.1
	2 少し太っている	447	100.0	227	50.8	220	49.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	441	100.0	233	52.8	208	47.2
	4 少しやせている	63	100.0	30	47.6	33	52.4
	5 やせている	40	100.0	15	37.5	25	62.5

No.18 自己体格願望と塩分に関する意識の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【イ 塩分をひかえること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2424	100.0	1135	46.8	1289	53.2
	1 やせたい	1330	100.0	642	48.3	688	51.7
	2今のままでよい	666	100.0	309	46.4	357	53.6
	3 太りたい	309	100.0	121	39.2	188	60.8
	4 わからない	119	100.0	63	52.9	56	47.1
男子	総数	1142	100.0	478	41.9	664	58.1
	1 やせたい	359	100.0	151	42.1	208	57.9
	2今のままでよい	436	100.0	185	42.4	251	57.6
	3 太りたい	277	100.0	108	39.0	169	61.0
	4 わからない	70	100.0	34	48.6	36	51.4
女子	総数	1282	100.0	657	51.2	625	48.8
	1 やせたい	971	100.0	491	50.6	480	49.4
	2今のままでよい	230	100.0	124	53.9	106	46.1
	3 太りたい	32	100.0	13	40.6	19	59.4
	4 わからない	49	100.0	29	59.2	20	40.8

No.19 自己体格評価と油脂に関する意識の関係

問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【ウ 油や脂肪分をひかえること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2423	100.0	1369	56.5	1054	43.5
	1 太っている	400	100.0	251	62.8	149	37.3
	2 少し太っている	698	100.0	417	59.7	281	40.3
	3 ちょうどよい(ふつう)	861	100.0	504	58.5	357	41.5
	4 少しやせている	246	100.0	113	45.9	133	54.1
	5 やせている	218	100.0	84	38.5	134	61.5
男子	総数	1149	100.0	528	46.0	621	54.0
	1 太っている	118	100.0	56	47.5	62	52.5
	2 少し太っている	250	100.0	112	44.8	138	55.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	421	100.0	223	53.0	198	47.0
	4 少しやせている	182	100.0	72	39.6	110	60.4
	5 やせている	178	100.0	65	36.5	113	63.5
女子	総数	1274	100.0	841	66.0	433	34.0
	1 太っている	282	100.0	195	69.1	87	30.9
	2 少し太っている	448	100.0	305	68.1	143	31.9
	3 ちょうどよい(ふつう)	440	100.0	281	63.9	159	36.1
	4 少しやせている	64	100.0	41	64.1	23	35.9
	5 やせている	40	100.0	19	47.5	21	52.5

No.20 自己体格願望と油脂に関する意識の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【ウ 油や脂肪分をひかえること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2432	100.0	1373	56.5	1059	43.5
	1 やせたい	1335	100.0	847	63.4	488	36.6
	2 今のままでよい	667	100.0	341	51.1	326	48.9
	3 太りたい	311	100.0	118	37.9	193	62.1
	4 わからない	119	100.0	67	56.3	52	43.7
男子	総数	1148	100.0	527	45.9	621	54.1
	1 やせたい	363	100.0	185	51.0	178	49.0
	2 今のままでよい	437	100.0	203	46.5	234	53.5
	3 太りたい	278	100.0	103	37.1	175	62.9
	4 わからない	70	100.0	36	51.4	34	48.6
女子	総数	1284	100.0	846	65.9	438	34.1
	1 やせたい	972	100.0	662	68.1	310	31.9
	2 今のままでよい	230	100.0	138	60.0	92	40.0
	3 太りたい	33	100.0	15	45.5	18	54.5
	4 わからない	49	100.0	31	63.3	18	36.7

No.21 自己体格評価と野菜摂取に関する意識の関係

問3 あなたは、太っていると思いますか。やせていると思いますか。x 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【エ 野菜を1日350g(小鉢5皿)程度食べること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2418	100.0	900	37.2	1518	62.8
	1 太っている	400	100.0	149	37.3	251	62.8
	2 少し太っている	698	100.0	264	37.8	434	62.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	857	100.0	331	38.6	526	61.4
	4 少しやせている	245	100.0	79	32.2	166	67.8
	5 やせている	218	100.0	77	35.3	141	64.7
男子	総数	1143	100.0	417	36.5	726	63.5
	1 太っている	118	100.0	37	31.4	81	68.6
	2 少し太っている	248	100.0	85	34.3	163	65.7
	3 ちょうどよい(ふつう)	417	100.0	165	39.6	252	60.4
	4 少しやせている	182	100.0	64	35.2	118	64.8
	5 やせている	178	100.0	66	37.1	112	62.9
女子	総数	1275	100.0	483	37.9	792	62.1
	1 太っている	282	100.0	112	39.7	170	60.3
	2 少し太っている	450	100.0	179	39.8	271	60.2
	3 ちょうどよい(ふつう)	440	100.0	166	37.7	274	62.3
	4 少しやせている	63	100.0	15	23.8	48	76.2
	5 やせている	40	100.0	11	27.5	29	72.5

No.22 自己体格願望と野菜摂取に関する意識の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問9 あなたは食事についてどのようなことに気を付けていますか。【エ 野菜を1日350g(小鉢5皿)程度食べること】

		総数		1 はい		2 いいえ	
		人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2429	100.0	903	37.2	1526	62.8
	1 やせたい	1336	100.0	503	37.6	833	62.4
	2今のままでよい	665	100.0	242	36.4	423	63.6
	3 太りたい	309	100.0	112	36.2	197	63.8
	4 わからない	119	100.0	46	38.7	73	61.3
男子	総数	1142	100.0	416	36.4	726	63.6
	1 やせたい	360	100.0	130	36.1	230	63.9
	2今のままでよい	435	100.0	155	35.6	280	64.4
	3 太りたい	277	100.0	103	37.2	174	62.8
	4 わからない	70	100.0	28	40.0	42	60.0
女子	総数	1287	100.0	487	37.8	800	62.2
	1 やせたい	976	100.0	373	38.2	603	61.8
	2今のままでよい	230	100.0	87	37.8	143	62.2
	3 太りたい	32	100.0	9	28.1	23	71.9
	4 わからない	49	100.0	18	36.7	31	63.3

No.23 自己体格願望と健康食品の利用状況の関係

問4 あなたは、今やせたい(太りたい)と思っていますか。× 問20 あなたは、サプリメントのような健康食品(健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品)を食べたり、飲んだりしていますか。

		総数		1 はい		2 いいえ(20-1は無回答)		3 いいえ または 無回答だが20-1に回答あり	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2506	100.0	568	22.7	1932	77.1	6	0.2
	1 やせたい	1383	100.0	322	23.3	1059	76.6	2	0.1
	2今のままでよい	682	100.0	121	17.7	558	81.8	3	0.4
	3 太りたい	324	100.0	95	29.3	228	70.4	1	0.3
	4 わからない	117	100.0	30	25.6	87	74.4	0	0.0
男子	総数	1179	100.0	264	22.4	911	77.3	4	0.3
	1 やせたい	371	100.0	87	23.5	283	76.3	1	0.3
	2今のままでよい	452	100.0	76	16.8	374	82.7	2	0.4
	3 太りたい	289	100.0	85	29.4	203	70.2	1	0.3
	4 わからない	67	100.0	16	23.9	51	76.1	0	0.0
女子	総数	1327	100.0	304	22.9	1021	76.9	2	0.2
	1 やせたい	1012	100.0	235	23.2	776	76.7	1	0.1
	2今のままでよい	230	100.0	45	19.6	184	80.0	1	0.4
	3 太りたい	35	100.0	10	28.6	25	71.4	0	0.0
	4 わからない	50	100.0	14	28.0	36	72.0	0	0.0

No.24 間食の摂取状況と健康食品の利用状況の関係

問5 あなたは、間食(3食以外に食べるもの)として甘い飲み物やお菓子1日何回とりますか。× 問20 あなたは、サプリメントのような健康食品(健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品)を食べたり、飲んだりしていますか。

		総数		1 はい		2 いいえ(20-1は無回答)		3 いいえ または 無回答だが20-1に回答あり	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2513	100.0	566	22.5	1941	77.2	6	0.2
	1 0回	196	100.0	60	30.6	136	69.4	0	0.0
	2 1回	747	100.0	147	19.7	597	79.9	3	0.4
	3 2回	437	100.0	99	22.7	336	76.9	2	0.5
	4 3回	161	100.0	27	16.8	134	83.2	0	0.0
	5 4回以上	77	100.0	25	32.5	52	67.5	0	0.0
	6 決まっていない	895	100.0	208	23.2	686	76.6	1	0.1
男子	総数	1182	100.0	264	22.3	914	77.3	4	0.3
	1 0回	110	100.0	32	29.1	78	70.9	0	0.0
	2 1回	336	100.0	62	18.5	272	81.0	2	0.6
	3 2回	200	100.0	50	25.0	149	74.5	1	0.5
	4 3回	87	100.0	13	14.9	74	85.1	0	0.0
	5 4回以上	43	100.0	16	37.2	27	62.8	0	0.0
	6 決まっていない	406	100.0	91	22.4	314	77.3	1	0.2
女子	総数	1331	100.0	302	22.7	1027	77.2	2	0.2
	1 0回	86	100.0	28	32.6	58	67.4	0	0.0
	2 1回	411	100.0	85	20.7	325	79.1	1	0.2
	3 2回	237	100.0	49	20.7	187	78.9	1	0.4
	4 3回	74	100.0	14	18.9	60	81.1	0	0.0
	5 4回以上	34	100.0	9	26.5	25	73.5	0	0.0
	6 決まっていない	489	100.0	117	23.9	372	76.1	0	0.0

No.25-1 食生活の改善意識と健康食品の利用の関係

問22 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。【ア 食事】× 問20 あなたは、サプリメントのような健康食品（健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品）を食べたり、飲んだりしていますか。

		総数		1 はい		2 いいえ（20-1は無回答）		3 いいえ または 無回答だが20-1に回答あり	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2507	100.0	566	22.6	1935	77.2	6	0.2
	1 はい	1799	100.0	429	23.8	1367	76.0	3	0.2
	2 いいえ	708	100.0	137	19.4	568	80.2	3	0.4
男子	総数	1179	100.0	263	22.3	912	77.4	4	0.3
	1 はい	778	100.0	192	24.7	584	75.1	2	0.3
	2 いいえ	401	100.0	71	17.7	328	81.8	2	0.5
女子	総数	1328	100.0	303	22.8	1023	77.0	2	0.2
	1 はい	1021	100.0	237	23.2	783	76.7	1	0.1
	2 いいえ	307	100.0	66	21.5	240	78.2	1	0.3

No.25-2 運動の改善意識と健康食品の利用の関係

問22 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。【イ 運動】× 問20 あなたは、サプリメントのような健康食品（健康の維持・増進に役立つと言われる成分を含む、錠剤、カプセル、粉末状、液状などに加工された食品）を食べたり、飲んだりしていますか。

		総数		1 はい		2 いいえ（20-1は無回答）		3 いいえ または 無回答だが20-1に回答あり	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2505	100.0	568	22.7	1931	77.1	6	0.2
	1 はい	1478	100.0	370	25.0	1105	74.8	3	0.2
	2 いいえ	1027	100.0	198	19.3	826	80.4	3	0.3
男子	総数	1181	100.0	264	22.4	913	77.3	4	0.3
	1 はい	774	100.0	203	26.2	569	73.5	2	0.3
	2 いいえ	407	100.0	61	15.0	344	84.5	2	0.5
女子	総数	1324	100.0	304	23.0	1018	76.9	2	0.2
	1 はい	704	100.0	167	23.7	536	76.1	1	0.1
	2 いいえ	620	100.0	137	22.1	482	77.7	1	0.2

No.26-1 食生活の改善意識と健康状態の関係

問22 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。【ア 食事】× 問2 現在の健康状態はいかがですか。

		総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2506	100.0	703	28.1	797	31.8	823	32.8	170	6.8	13	0.5
	1 はい	1800	100.0	568	31.6	602	33.4	529	29.4	95	5.3	6	0.3
	2 いいえ	706	100.0	135	19.1	195	27.6	294	41.6	75	10.6	7	1.0
男子	総数	1180	100.0	372	31.5	388	32.9	335	28.4	77	6.5	8	0.7
	1 はい	780	100.0	283	36.3	264	33.8	190	24.4	41	5.3	2	0.3
	2 いいえ	400	100.0	89	22.3	124	31.0	145	36.3	36	9.0	6	1.5
女子	総数	1326	100.0	331	25.0	409	30.8	488	36.8	93	7.0	5	0.4
	1 はい	1020	100.0	285	27.9	338	33.1	339	33.2	54	5.3	4	0.4
	2 いいえ	306	100.0	46	15.0	71	23.2	149	48.7	39	12.7	1	0.3

No.26-2 運動の改善意識と健康状態の関係

問22 あなたは自分の健康のために、食事や運動に気をつけた生活を送っていますか。【イ 運動】× 問2 現在の健康状態はいかがですか。

		総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2504	100.0	703	28.1	795	31.7	823	32.9	170	6.8	13	0.5
	1 はい	1479	100.0	516	34.9	497	33.6	384	26.0	77	5.2	5	0.3
	2 いいえ	1025	100.0	187	18.2	298	29.1	439	42.8	93	9.1	8	0.8
男子	総数	1182	100.0	373	31.6	388	32.8	336	28.4	77	6.5	8	0.7
	1 はい	775	100.0	289	37.3	267	34.5	175	22.6	41	5.3	3	0.4
	2 いいえ	407	100.0	84	20.6	121	29.7	161	39.6	36	8.8	5	1.2
女子	総数	1322	100.0	330	25.0	407	30.8	487	36.8	93	7.0	5	0.4
	1 はい	704	100.0	227	32.2	230	32.7	209	29.7	36	5.1	2	0.3
	2 いいえ	618	100.0	103	16.7	177	28.6	278	45.0	57	9.2	3	0.5

No.27 健康状態と1日の運動量の関係

問2 現在の健康状態はいかがですか。x 問1-4 学校の保健体育の授業以外で、運動やスポーツを合計で1日およどのくらいしますか。

		総数		1 1時間未満		2 1時間以上2時間未満		3 2時間以上3時間未満		4 3時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2518	100.0	1288	51.2	434	17.2	481	19.1	315	12.5
	1 とてもよい	703	100.0	297	42.2	120	17.1	167	23.8	119	16.9
	2 よい	803	100.0	365	45.5	160	19.9	174	21.7	104	13.0
	3 ふつう	827	100.0	507	61.3	128	15.5	116	14.0	76	9.2
	4 あまりよくない	171	100.0	110	64.3	26	15.2	22	12.9	13	7.6
	5 よくない	14	100.0	9	64.3	0	0.0	2	14.3	3	21.4
男子	総数	1189	100.0	445	37.4	248	20.9	271	22.8	225	18.9
	1 とてもよい	373	100.0	107	28.7	75	20.1	98	26.3	93	24.9
	2 よい	392	100.0	130	33.2	89	22.7	102	26.0	71	18.1
	3 ふつう	338	100.0	161	47.6	65	19.2	61	18.0	51	15.1
	4 あまりよくない	78	100.0	43	55.1	19	24.4	9	11.5	7	9.0
	5 よくない	8	100.0	4	50.0	0	0.0	1	12.5	3	37.5
女子	総数	1329	100.0	843	63.4	186	14.0	210	15.8	90	6.8
	1 とてもよい	330	100.0	190	57.6	45	13.6	69	20.9	26	7.9
	2 よい	411	100.0	235	57.2	71	17.3	72	17.5	33	8.0
	3 ふつう	489	100.0	346	70.8	63	12.9	55	11.2	25	5.1
	4 あまりよくない	93	100.0	67	72.0	7	7.5	13	14.0	6	6.5
	5 よくない	6	100.0	5	83.3	0	0.0	1	16.7	0	0.0

No.28 睡眠の状況と健康状態の関係

問11 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分とれていますか。 x 問2 現在の健康状態はいかがですか。

		総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2520	100.0	704	27.9	804	31.9	828	32.9	170	6.7	14	0.6
	1 充分にとれている	382	100.0	225	58.9	95	24.9	50	13.1	12	3.1	0	0.0
	2 まあまあとれている	1302	100.0	331	25.4	486	37.3	430	33.0	51	3.9	4	0.3
	3 あまりとれていない	780	100.0	138	17.7	215	27.6	327	41.9	93	11.9	7	0.9
	4 まったくとれていない	56	100.0	10	17.9	8	14.3	21	37.5	14	25.0	3	5.4
男子	総数	1187	100.0	373	31.4	391	32.9	338	28.5	77	6.5	8	0.7
	1 充分にとれている	195	100.0	118	60.5	49	25.1	22	11.3	6	3.1	0	0.0
	2 まあまあとれている	627	100.0	177	28.2	238	38.0	184	29.3	27	4.3	1	0.2
	3 あまりとれていない	335	100.0	73	21.8	100	29.9	121	36.1	36	10.7	5	1.5
	4 まったくとれていない	30	100.0	5	16.7	4	13.3	11	36.7	8	26.7	2	6.7
女子	総数	1333	100.0	331	24.8	413	31.0	490	36.8	93	7.0	6	0.5
	1 充分にとれている	187	100.0	107	57.2	46	24.6	28	15.0	6	3.2	0	0.0
	2 まあまあとれている	675	100.0	154	22.8	248	36.7	246	36.4	24	3.6	3	0.4
	3 あまりとれていない	445	100.0	65	14.6	115	25.8	206	46.3	57	12.8	2	0.4
	4 まったくとれていない	26	100.0	5	19.2	4	15.4	10	38.5	6	23.1	1	3.8

No.29 睡眠の状況と睡眠時間の関係

問11 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分とれていますか。× 問12 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。

		総数		1 5時間未満		2 5時間以上6時間未満		3 6時間以上7時間未満		4 7時間以上8時間未満		5 8時間以上9時間未満		6 9時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2515	100.0	350	13.9	947	37.7	801	31.8	300	11.9	83	3.3	34	1.4
	1 充分にとれている	380	100.0	18	4.7	61	16.1	139	36.6	113	29.7	33	8.7	16	4.2
	2 まあまあとれている	1299	100.0	80	6.2	502	38.6	503	38.7	158	12.2	42	3.2	14	1.1
	3 あまりとれていない	780	100.0	220	28.2	369	47.3	153	19.6	27	3.5	7	0.9	4	0.5
	4 まったくとれていない	56	100.0	32	57.1	15	26.8	6	10.7	2	3.6	1	1.8	0	0.0
男子	総数	1182	100.0	127	10.7	419	35.4	395	33.4	189	16.0	36	3.0	16	1.4
	1 充分にとれている	194	100.0	9	4.6	28	14.4	63	32.5	70	36.1	15	7.7	9	4.6
	2 まあまあとれている	625	100.0	33	5.3	216	34.6	251	40.2	99	15.8	19	3.0	7	1.1
	3 あまりとれていない	333	100.0	71	21.3	166	49.8	77	23.1	18	5.4	1	0.3	0	0.0
	4 まったくとれていない	30	100.0	14	46.7	9	30.0	4	13.3	2	6.7	1	3.3	0	0.0
女子	総数	1333	100.0	223	16.7	528	39.6	406	30.5	111	8.3	47	3.5	18	1.4
	1 充分にとれている	186	100.0	9	4.8	33	17.7	76	40.9	43	23.1	18	9.7	7	3.8
	2 まあまあとれている	674	100.0	47	7.0	286	42.4	252	37.4	59	8.8	23	3.4	7	1.0
	3 あまりとれていない	447	100.0	149	33.3	203	45.4	76	17.0	9	2.0	6	1.3	4	0.9
	4 まったくとれていない	26	100.0	18	69.2	6	23.1	2	7.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0

No.30 睡眠時間と朝食摂取状況の関係

問12 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。× 問7 朝食を食べますか。

		総数		1 ほとんど毎日食べる		2 週2～3日食べない		3 週4～5日食べない		4 ほとんど食べない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2470	100.0	1996	80.8	199	8.1	57	2.3	218	8.8
	1 5時間未満	341	100.0	240	70.4	31	9.1	10	2.9	60	17.6
	2 5時間以上6時間未満	929	100.0	737	79.3	79	8.5	28	3.0	85	9.1
	3 6時間以上7時間未満	788	100.0	673	85.4	59	7.5	9	1.1	47	6.0
	4 7時間以上8時間未満	296	100.0	255	86.1	18	6.1	4	1.4	19	6.4
	5 8時間以上9時間未満	83	100.0	68	81.9	8	9.6	2	2.4	5	6.0
	6 9時間以上	33	100.0	23	69.7	4	12.1	4	12.1	2	6.1
男子	総数	1159	100.0	930	80.2	82	7.1	24	2.1	123	10.6
	1 5時間未満	123	100.0	81	65.9	8	6.5	4	3.3	30	24.4
	2 5時間以上6時間未満	408	100.0	312	76.5	35	8.6	12	2.9	49	12.0
	3 6時間以上7時間未満	390	100.0	330	84.6	27	6.9	3	0.8	30	7.7
	4 7時間以上8時間未満	186	100.0	165	88.7	8	4.3	2	1.1	11	5.9
	5 8時間以上9時間未満	36	100.0	31	86.1	2	5.6	0	0.0	3	8.3
	6 9時間以上	16	100.0	11	68.8	2	12.5	3	18.8	0	0.0
女子	総数	1311	100.0	1066	81.3	117	8.9	33	2.5	95	7.2
	1 5時間未満	218	100.0	159	72.9	23	10.6	6	2.8	30	13.8
	2 5時間以上6時間未満	521	100.0	425	81.6	44	8.4	16	3.1	36	6.9
	3 6時間以上7時間未満	398	100.0	343	86.2	32	8.0	6	1.5	17	4.3
	4 7時間以上8時間未満	110	100.0	90	81.8	10	9.1	2	1.8	8	7.3
	5 8時間以上9時間未満	47	100.0	37	78.7	6	12.8	2	4.3	2	4.3
	6 9時間以上	17	100.0	12	70.6	2	11.8	1	5.9	2	11.8

No.31 喫煙(本人)と家庭内喫煙者の関係

問13 今までにたばこを一口でも吸ったことがありますか。× 問14 あなたが同居している家族のうち喫煙する人はいますか。

		総数		1 父		2 母		3 祖父		4 祖母		5 その他		6 喫煙者はいない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2443	100.0	907	37.1	388	15.9	164	6.7	78	3.2	103	4.2	1259	51.5
	1 ない	2401	100.0	888	37.0	373	15.5	159	6.6	74	3.1	99	4.1	1243	51.8
	2 ある	42	100.0	19	45.2	15	35.7	5	11.9	4	9.5	4	9.5	16	38.1
男子	総数	1147	100.0	441	38.4	169	14.7	68	5.9	32	2.8	45	3.9	605	52.7
	1 ない	1115	100.0	426	38.2	158	14.2	63	5.7	28	2.5	42	3.8	592	53.1
	2 ある	32	100.0	15	46.9	11	34.4	5	15.6	4	12.5	3	9.4	13	40.6
女子	総数	1296	100.0	466	36.0	219	16.9	96	7.4	46	3.5	58	4.5	654	50.5
	1 ない	1286	100.0	462	35.9	215	16.7	96	7.5	46	3.6	57	4.4	651	50.6
	2 ある	10	100.0	4	40.0	4	40.0	0	0.0	0	0.0	1	10.0	3	30.0

No.32 喫煙(家族)と家庭内喫煙者(受動喫煙)の関係

問14-1 喫煙する人のうち家の中で喫煙する人はいですか。× 問14 あなたが同居している家族のうち喫煙する人はい
ますか。

		総数		1 父		2 母		3 祖父		4 祖母		5 その他		6 喫煙者はいない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	1168	100.0	900	77.1	383	32.8	166	14.2	76	6.5	99	8.5	0	0.0
	1 いる	609	100.0	453	74.4	285	46.8	84	13.8	54	8.9	62	10.2	0	0.0
	2 いない	559	100.0	447	80.0	98	17.5	82	14.7	22	3.9	37	6.6	0	0.0
男子	総数	530	100.0	435	82.1	165	31.1	69	13.0	30	5.7	42	7.9	0	0.0
	1 いる	270	100.0	223	82.6	115	42.6	35	13.0	20	7.4	27	10.0	0	0.0
	2 いない	260	100.0	212	81.5	50	19.2	34	13.1	10	3.8	15	5.8	0	0.0
女子	総数	638	100.0	465	72.9	218	34.2	97	15.2	46	7.2	57	8.9	0	0.0
	1 いる	339	100.0	230	67.8	170	50.1	49	14.5	34	10.0	35	10.3	0	0.0
	2 いない	299	100.0	235	78.6	48	16.1	48	16.1	12	4.0	22	7.4	0	0.0

No.33 飲酒と喫煙の関係

問16 あなたはお酒をどれくらいの頻度で飲みますか。× 問13-1 たばこについて、今の様子に最も近いものはどれですか。

		総数		1 たばこを吸ったことはあるが、現在は吸っていない		2 ときどきたばこを吸っている		3 習慣的にたばこを吸っている	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	37	100.0	28	75.7	6	16.2	3	8.1
	1 飲まない	10	100.0	9	90.0	1	10.0	0	0.0
	2 年に1、2回	9	100.0	8	88.9	1	11.1	0	0.0
	3 月に1、2回	14	100.0	10	71.4	4	28.6	0	0.0
	4 週に1回以上	4	100.0	1	25.0	0	0.0	3	75.0
男子	総数	29	100.0	22	75.9	4	13.8	3	10.3
	1 飲まない	9	100.0	8	88.9	1	11.1	0	0.0
	2 年に1、2回	8	100.0	7	87.5	1	12.5	0	0.0
	3 月に1、2回	9	100.0	7	77.8	2	22.2	0	0.0
	4 週に1回以上	3	100.0	0	0.0	0	0.0	3	100.0
女子	総数	8	100.0	6	75.0	2	25.0	0	0.0
	1 飲まない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0
	2 年に1、2回	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0
	3 月に1、2回	5	100.0	3	60.0	2	40.0	0	0.0
	4 週に1回以上	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0

No.34 情報機器の平日の利用時間と健康状態の関係

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。x 問2 現在の健康状態はいかがですか。

		総数		1 とてもよい		2 よい		3 ふつう		4 あまりよくない		5 よくない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2509	100.0	702	28.0	799	31.8	825	32.9	169	6.7	14	0.6
	1 全く見ない・使用していない	13	100.0	8	61.5	2	15.4	2	15.4	1	7.7	0	0.0
	2 1時間未満	47	100.0	18	38.3	14	29.8	12	25.5	3	6.4	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	274	100.0	87	31.8	101	36.9	67	24.5	18	6.6	1	0.4
	4 2時間以上3時間未満	502	100.0	147	29.3	171	34.1	159	31.7	24	4.8	1	0.2
	5 3時間以上4時間未満	540	100.0	159	29.4	183	33.9	160	29.6	35	6.5	3	0.6
	6 4時間以上5時間未満	389	100.0	108	27.8	122	31.4	133	34.2	24	6.2	2	0.5
	7 5時間以上6時間未満	256	100.0	68	26.6	79	30.9	101	39.5	7	2.7	1	0.4
	8 6時間以上7時間未満	193	100.0	48	24.9	59	30.6	70	36.3	15	7.8	1	0.5
	9 7時間以上	295	100.0	59	20.0	68	23.1	121	41.0	42	14.2	5	1.7
男子	総数	1180	100.0	372	31.5	388	32.9	336	28.5	76	6.4	8	0.7
	1 全く見ない・使用していない	12	100.0	7	58.3	2	16.7	2	16.7	1	8.3	0	0.0
	2 1時間未満	19	100.0	8	42.1	6	31.6	5	26.3	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	124	100.0	45	36.3	45	36.3	26	21.0	8	6.5	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	241	100.0	81	33.6	77	32.0	72	29.9	10	4.1	1	0.4
	5 3時間以上4時間未満	255	100.0	82	32.2	94	36.9	60	23.5	18	7.1	1	0.4
	6 4時間以上5時間未満	171	100.0	59	34.5	51	29.8	48	28.1	11	6.4	2	1.2
	7 5時間以上6時間未満	103	100.0	33	32.0	35	34.0	32	31.1	3	2.9	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	96	100.0	26	27.1	34	35.4	31	32.3	5	5.2	0	0.0
	9 7時間以上	159	100.0	31	19.5	44	27.7	60	37.7	20	12.6	4	2.5
女子	総数	1329	100.0	330	24.8	411	30.9	489	36.8	93	7.0	6	0.5
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	10	35.7	8	28.6	7	25.0	3	10.7	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	150	100.0	42	28.0	56	37.3	41	27.3	10	6.7	1	0.7
	4 2時間以上3時間未満	261	100.0	66	25.3	94	36.0	87	33.3	14	5.4	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	285	100.0	77	27.0	89	31.2	100	35.1	17	6.0	2	0.7
	6 4時間以上5時間未満	218	100.0	49	22.5	71	32.6	85	39.0	13	6.0	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	153	100.0	35	22.9	44	28.8	69	45.1	4	2.6	1	0.7
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	22	22.7	25	25.8	39	40.2	10	10.3	1	1.0
	9 7時間以上	136	100.0	28	20.6	24	17.6	61	44.9	22	16.2	1	0.7

No.35 情報機器の平日の利用時間と心の状態の関係
問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。× 問10 最近の心身の状態はいかがですか。

		総数		1 眠れないことがある		2 寝起きが悪い		3 だるい・疲れやすい		4 頭が痛いことが多い		5 お腹が痛いことが多い		6 気持ちが集中できないことがある		7 いらいらしがり		8 くよくよしがち		9 特にない		10 その他	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2488	100.0	489	19.7	1024	41.2	1227	49.3	459	18.4	474	19.1	700	28.1	508	20.4	284	11.4	567	22.8	85	3.4
	1 全く見ない・使用していない	12	100.0	5	41.7	3	25.0	4	33.3	2	16.7	4	33.3	2	16.7	3	25.0	2	16.7	2	16.7	1	8.3
	2 1時間未満	45	100.0	2	4.4	16	35.6	14	31.1	2	4.4	3	6.7	12	26.7	8	17.8	6	13.3	14	31.1	1	2.2
	3 1時間以上2時間未満	271	100.0	30	11.1	100	36.9	114	42.1	43	15.9	43	15.9	67	24.7	46	17.0	24	8.9	74	27.3	5	1.8
	4 2時間以上3時間未満	498	100.0	63	12.7	191	38.4	213	42.8	71	14.3	85	17.1	123	24.7	81	16.3	44	8.8	136	27.3	11	2.2
	5 3時間以上4時間未満	536	100.0	96	17.9	214	39.9	270	50.4	88	16.4	95	17.7	145	27.1	104	19.4	68	12.7	126	23.5	24	4.5
	6 4時間以上5時間未満	388	100.0	92	23.7	164	42.3	186	47.9	84	21.6	72	18.6	113	29.1	88	22.7	46	11.9	82	21.1	13	3.4
	7 5時間以上6時間未満	255	100.0	56	22.0	108	42.4	145	56.9	48	18.8	42	16.5	69	27.1	48	18.8	26	10.2	50	19.6	12	4.7
	8 6時間以上7時間未満	193	100.0	51	26.4	82	42.5	106	54.9	40	20.7	45	23.3	64	33.2	49	25.4	25	13.0	34	17.6	9	4.7
	9 7時間以上	290	100.0	94	32.4	146	50.3	175	60.3	81	27.9	85	29.3	105	36.2	81	27.9	43	14.8	49	16.9	9	3.1
男子	総数	1164	100.0	199	17.1	421	36.2	465	39.9	154	13.2	203	17.4	261	22.4	175	15.0	87	7.5	340	29.2	39	3.4
	1 全く見ない・使用していない	11	100.0	4	36.4	3	27.3	4	36.4	2	18.2	4	36.4	2	18.2	3	27.3	2	18.2	2	18.2	1	9.1
	2 1時間未満	18	100.0	1	5.6	6	33.3	6	33.3	1	5.6	2	11.1	5	27.8	2	11.1	1	5.6	5	27.8	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	123	100.0	11	8.9	39	31.7	43	35.0	17	13.8	19	15.4	26	21.1	12	9.8	7	5.7	41	33.3	2	1.6
	4 2時間以上3時間未満	237	100.0	28	11.8	85	35.9	74	31.2	21	8.9	31	13.1	38	16.0	28	11.8	10	4.2	82	34.6	5	2.1
	5 3時間以上4時間未満	252	100.0	31	12.3	93	36.9	106	42.1	28	11.1	42	16.7	53	21.0	41	16.3	23	9.1	69	27.4	11	4.4
	6 4時間以上5時間未満	170	100.0	35	20.6	54	31.8	60	35.3	23	13.5	25	14.7	36	21.2	24	14.1	16	9.4	55	32.4	7	4.1
	7 5時間以上6時間未満	102	100.0	21	20.6	36	35.3	47	46.1	14	13.7	18	17.6	21	20.6	11	10.8	4	3.9	30	29.4	7	6.9
	8 6時間以上7時間未満	96	100.0	22	22.9	31	32.3	41	42.7	13	13.5	22	22.9	26	27.1	17	17.7	9	9.4	26	27.1	3	3.1
	9 7時間以上	155	100.0	46	29.7	74	47.7	84	54.2	35	22.6	40	25.8	54	34.8	37	23.9	15	9.7	30	19.4	3	1.9
女子	総数	1324	100.0	290	21.9	603	45.5	762	57.6	305	23.0	271	20.5	439	33.2	333	25.2	197	14.9	227	17.1	46	3.5
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	27	100.0	1	3.7	10	37.0	8	29.6	1	3.7	1	3.7	7	25.9	6	22.2	5	18.5	9	33.3	1	3.7
	3 1時間以上2時間未満	148	100.0	19	12.8	61	41.2	71	48.0	26	17.6	24	16.2	41	27.7	34	23.0	17	11.5	33	22.3	3	2.0
	4 2時間以上3時間未満	261	100.0	35	13.4	106	40.6	139	53.3	50	19.2	54	20.7	85	32.6	53	20.3	34	13.0	54	20.7	6	2.3
	5 3時間以上4時間未満	284	100.0	65	22.9	121	42.6	164	57.7	60	21.1	53	18.7	92	32.4	63	22.2	45	15.8	57	20.1	13	4.6
	6 4時間以上5時間未満	218	100.0	57	26.1	110	50.5	126	57.8	61	28.0	47	21.6	77	35.3	64	29.4	30	13.8	27	12.4	6	2.8
	7 5時間以上6時間未満	153	100.0	35	22.9	72	47.1	98	64.1	34	22.2	24	15.7	48	31.4	37	24.2	22	14.4	20	13.1	5	3.3
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	29	29.9	51	52.6	65	67.0	27	27.8	23	23.7	38	39.2	32	33.0	16	16.5	8	8.2	6	6.2
	9 7時間以上	135	100.0	48	35.6	72	53.3	91	67.4	46	34.1	45	33.3	51	37.8	44	32.6	28	20.7	19	14.1	6	4.4

No.36 情報機器の平日の利用時間と睡眠の状況の関係

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。× 問11 ここ1ヶ月間、睡眠で休養が充分とれていますか。

		総数		1 充分にとれている		2 まあまあとれている		3 あまりとれていない		4 まったくとれていない	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2511	100.0	381	15.2	1295	51.6	779	31.0	56	2.2
	1 全く見ない・使用していない	12	100.0	4	33.3	5	41.7	2	16.7	1	8.3
	2 1時間未満	47	100.0	10	21.3	20	42.6	16	34.0	1	2.1
	3 1時間以上2時間未満	272	100.0	47	17.3	134	49.3	89	32.7	2	0.7
	4 2時間以上3時間未満	503	100.0	87	17.3	270	53.7	133	26.4	13	2.6
	5 3時間以上4時間未満	541	100.0	86	15.9	281	51.9	166	30.7	8	1.5
	6 4時間以上5時間未満	389	100.0	54	13.9	211	54.2	118	30.3	6	1.5
	7 5時間以上6時間未満	259	100.0	40	15.4	147	56.8	68	26.3	4	1.5
	8 6時間以上7時間未満	194	100.0	17	8.8	102	52.6	67	34.5	8	4.1
	9 7時間以上	294	100.0	36	12.2	125	42.5	120	40.8	13	4.4
男子	総数	1180	100.0	194	16.4	623	52.8	333	28.2	30	2.5
	1 全く見ない・使用していない	11	100.0	3	27.3	5	45.5	2	18.2	1	9.1
	2 1時間未満	19	100.0	2	10.5	12	63.2	4	21.1	1	5.3
	3 1時間以上2時間未満	123	100.0	20	16.3	63	51.2	39	31.7	1	0.8
	4 2時間以上3時間未満	241	100.0	43	17.8	133	55.2	56	23.2	9	3.7
	5 3時間以上4時間未満	255	100.0	41	16.1	129	50.6	81	31.8	4	1.6
	6 4時間以上5時間未満	171	100.0	28	16.4	95	55.6	45	26.3	3	1.8
	7 5時間以上6時間未満	105	100.0	22	21.0	66	62.9	15	14.3	2	1.9
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	14	14.4	49	50.5	31	32.0	3	3.1
	9 7時間以上	158	100.0	21	13.3	71	44.9	60	38.0	6	3.8
女子	総数	1331	100.0	187	14.0	672	50.5	446	33.5	26	2.0
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	8	28.6	8	28.6	12	42.9	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	149	100.0	27	18.1	71	47.7	50	33.6	1	0.7
	4 2時間以上3時間未満	262	100.0	44	16.8	137	52.3	77	29.4	4	1.5
	5 3時間以上4時間未満	286	100.0	45	15.7	152	53.1	85	29.7	4	1.4
	6 4時間以上5時間未満	218	100.0	26	11.9	116	53.2	73	33.5	3	1.4
	7 5時間以上6時間未満	154	100.0	18	11.7	81	52.6	53	34.4	2	1.3
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	3	3.1	53	54.6	36	37.1	5	5.2
	9 7時間以上	136	100.0	15	11.0	54	39.7	60	44.1	7	5.1

No.37 情報機器の平日の利用時間と睡眠時間の関係

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。× 問12 ここ1ヶ月間、あなたの1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。

		総数		1 5時間未満		2 5時間以上6時間未満		3 6時間以上7時間未満		4 7時間以上8時間未満		5 8時間以上9時間未満		6 9時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2505	100.0	348	13.9	944	37.7	797	31.8	299	11.9	83	3.3	34	1.4
	1 全く見ない・使用していない	13	100.0	4	30.8	3	23.1	4	30.8	1	7.7	0	0.0	1	7.7
	2 1時間未満	46	100.0	6	13.0	14	30.4	17	37.0	5	10.9	4	8.7	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	273	100.0	26	9.5	87	31.9	96	35.2	47	17.2	13	4.8	4	1.5
	4 2時間以上3時間未満	502	100.0	47	9.4	188	37.5	171	34.1	72	14.3	15	3.0	9	1.8
	5 3時間以上4時間未満	539	100.0	62	11.5	200	37.1	193	35.8	65	12.1	14	2.6	5	0.9
	6 4時間以上5時間未満	389	100.0	55	14.1	161	41.4	120	30.8	36	9.3	14	3.6	3	0.8
	7 5時間以上6時間未満	258	100.0	43	16.7	110	42.6	67	26.0	25	9.7	9	3.5	4	1.6
	8 6時間以上7時間未満	193	100.0	29	15.0	82	42.5	53	27.5	21	10.9	5	2.6	3	1.6
	9 7時間以上	292	100.0	76	26.0	99	33.9	76	26.0	27	9.2	9	3.1	5	1.7
男子	総数	1176	100.0	126	10.7	419	35.6	391	33.2	188	16.0	36	3.1	16	1.4
	1 全く見ない・使用していない	12	100.0	3	25.0	3	25.0	4	33.3	1	8.3	0	0.0	1	8.3
	2 1時間未満	18	100.0	1	5.6	7	38.9	6	33.3	3	16.7	1	5.6	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	124	100.0	9	7.3	33	26.6	46	37.1	29	23.4	5	4.0	2	1.6
	4 2時間以上3時間未満	240	100.0	12	5.0	80	33.3	88	36.7	44	18.3	9	3.8	7	2.9
	5 3時間以上4時間未満	254	100.0	19	7.5	98	38.6	86	33.9	43	16.9	5	2.0	3	1.2
	6 4時間以上5時間未満	171	100.0	19	11.1	65	38.0	59	34.5	21	12.3	7	4.1	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	104	100.0	19	18.3	36	34.6	28	26.9	16	15.4	3	2.9	2	1.9
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	13	13.4	41	42.3	29	29.9	12	12.4	2	2.1	0	0.0
	9 7時間以上	156	100.0	31	19.9	56	35.9	45	28.8	19	12.2	4	2.6	1	0.6
女子	総数	1329	100.0	222	16.7	525	39.5	406	30.5	111	8.4	47	3.5	18	1.4
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	5	17.9	7	25.0	11	39.3	2	7.1	3	10.7	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	149	100.0	17	11.4	54	36.2	50	33.6	18	12.1	8	5.4	2	1.3
	4 2時間以上3時間未満	262	100.0	35	13.4	108	41.2	83	31.7	28	10.7	6	2.3	2	0.8
	5 3時間以上4時間未満	285	100.0	43	15.1	102	35.8	107	37.5	22	7.7	9	3.2	2	0.7
	6 4時間以上5時間未満	218	100.0	36	16.5	96	44.0	61	28.0	15	6.9	7	3.2	3	1.4
	7 5時間以上6時間未満	154	100.0	24	15.6	74	48.1	39	25.3	9	5.8	6	3.9	2	1.3
	8 6時間以上7時間未満	96	100.0	16	16.7	41	42.7	24	25.0	9	9.4	3	3.1	3	3.1
	9 7時間以上	136	100.0	45	33.1	43	31.6	31	22.8	8	5.9	5	3.7	4	2.9

No.38 情報機器の平日の利用時間と運動量の関係

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。x 問1-4 学校の保健体育の授業以外で、運動やスポーツを合計で1日およそのくらいしますか。

		総数		1 1時間未満		2 1時間以上2時間未満		3 2時間以上3時間未満		4 3時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2507	100.0	1282	51.1	432	17.2	480	19.1	313	12.5
	1 全く見ない・使用していない	13	100.0	4	30.8	0	0.0	2	15.4	7	53.8
	2 1時間未満	46	100.0	19	41.3	8	17.4	11	23.9	8	17.4
	3 1時間以上2時間未満	274	100.0	123	44.9	57	20.8	60	21.9	34	12.4
	4 2時間以上3時間未満	501	100.0	233	46.5	94	18.8	105	21.0	69	13.8
	5 3時間以上4時間未満	539	100.0	266	49.4	82	15.2	112	20.8	79	14.7
	6 4時間以上5時間未満	388	100.0	204	52.6	65	16.8	73	18.8	46	11.9
	7 5時間以上6時間未満	258	100.0	144	55.8	38	14.7	47	18.2	29	11.2
	8 6時間以上7時間未満	194	100.0	104	53.6	43	22.2	31	16.0	16	8.2
	9 7時間以上	294	100.0	185	62.9	45	15.3	39	13.3	25	8.5
男子	総数	1181	100.0	439	37.2	248	21.0	271	22.9	223	18.9
	1 全く見ない・使用していない	12	100.0	3	25.0	0	0.0	2	16.7	7	58.3
	2 1時間未満	19	100.0	4	21.1	4	21.1	5	26.3	6	31.6
	3 1時間以上2時間未満	124	100.0	37	29.8	32	25.8	31	25.0	24	19.4
	4 2時間以上3時間未満	240	100.0	78	32.5	54	22.5	58	24.2	50	20.8
	5 3時間以上4時間未満	255	100.0	91	35.7	46	18.0	62	24.3	56	22.0
	6 4時間以上5時間未満	170	100.0	62	36.5	43	25.3	38	22.4	27	15.9
	7 5時間以上6時間未満	105	100.0	44	41.9	18	17.1	25	23.8	18	17.1
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	38	39.2	23	23.7	22	22.7	14	14.4
	9 7時間以上	159	100.0	82	51.6	28	17.6	28	17.6	21	13.2
女子	総数	1326	100.0	843	63.6	184	13.9	209	15.8	90	6.8
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	27	100.0	15	55.6	4	14.8	6	22.2	2	7.4
	3 1時間以上2時間未満	150	100.0	86	57.3	25	16.7	29	19.3	10	6.7
	4 2時間以上3時間未満	261	100.0	155	59.4	40	15.3	47	18.0	19	7.3
	5 3時間以上4時間未満	284	100.0	175	61.6	36	12.7	50	17.6	23	8.1
	6 4時間以上5時間未満	218	100.0	142	65.1	22	10.1	35	16.1	19	8.7
	7 5時間以上6時間未満	153	100.0	100	65.4	20	13.1	22	14.4	11	7.2
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	66	68.0	20	20.6	9	9.3	2	2.1
	9 7時間以上	135	100.0	103	76.3	17	12.6	11	8.1	4	3.0

No.39-1 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係(勉強・学習)

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。× 問19 スマートフォンやタブレット、パソコンの平日の利用内容と利用時間はいかがですか。【ア 勉強・学習】

		総数		1 全く見ない・使用していない		2 1時間未満		3 1時間以上2時間未満		4 2時間以上3時間未満		5 3時間以上4時間未満		6 4時間以上5時間未満		7 5時間以上6時間未満		8 6時間以上7時間未満		9 7時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2453	100.0	973	39.7	999	40.7	329	13.4	97	4.0	34	1.4	9	0.4	5	0.2	4	0.2	3	0.1
	1 全く見ない・使用していない	10	100.0	10	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	46	100.0	15	32.6	25	54.3	3	6.5	2	4.3	1	2.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	268	100.0	84	31.3	128	47.8	29	10.8	18	6.7	7	2.6	2	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	494	100.0	159	32.2	225	45.5	78	15.8	19	3.8	9	1.8	2	0.4	1	0.2	0	0.0	1	0.2
	5 3時間以上4時間未満	528	100.0	194	36.7	208	39.4	95	18.0	19	3.6	8	1.5	3	0.6	0	0.0	1	0.2	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	375	100.0	150	40.0	158	42.1	51	13.6	12	3.2	2	0.5	1	0.3	1	0.3	0	0.0	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	255	100.0	105	41.2	110	43.1	26	10.2	11	4.3	0	0.0	1	0.4	2	0.8	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	188	100.0	94	50.0	58	30.9	23	12.2	7	3.7	4	2.1	0	0.0	0	0.0	2	1.1	0	0.0
	9 7時間以上	289	100.0	162	56.1	87	30.1	24	8.3	9	3.1	3	1.0	0	0.0	1	0.3	1	0.3	2	0.7
男子	総数	1148	100.0	507	44.2	413	36.0	150	13.1	47	4.1	19	1.7	5	0.4	1	0.1	3	0.3	3	0.3
	1 全く見ない・使用していない	9	100.0	9	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	18	100.0	7	38.9	7	38.9	2	11.1	1	5.6	1	5.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	122	100.0	37	30.3	56	45.9	13	10.7	11	9.0	4	3.3	1	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	237	100.0	94	39.7	87	36.7	39	16.5	8	3.4	6	2.5	2	0.8	0	0.0	0	0.0	1	0.4
	5 3時間以上4時間未満	248	100.0	109	44.0	81	32.7	41	16.5	11	4.4	4	1.6	2	0.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	165	100.0	67	40.6	70	42.4	22	13.3	5	3.0	1	0.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	101	100.0	46	45.5	39	38.6	10	9.9	5	5.0	0	0.0	0	0.0	1	1.0	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	93	100.0	48	51.6	26	28.0	13	14.0	3	3.2	1	1.1	0	0.0	0	0.0	2	2.2	0	0.0
	9 7時間以上	155	100.0	90	58.1	47	30.3	10	6.5	3	1.9	2	1.3	0	0.0	0	0.0	1	0.6	2	1.3
女子	総数	1305	100.0	466	35.7	586	44.9	179	13.7	50	3.8	15	1.1	4	0.3	4	0.3	1	0.1	0	0.0
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	8	28.6	18	64.3	1	3.6	1	3.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	146	100.0	47	32.2	72	49.3	16	11.0	7	4.8	3	2.1	1	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	257	100.0	65	25.3	138	53.7	39	15.2	11	4.3	3	1.2	0	0.0	1	0.4	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	280	100.0	85	30.4	127	45.4	54	19.3	8	2.9	4	1.4	1	0.4	0	0.0	1	0.4	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	210	100.0	83	39.5	88	41.9	29	13.8	7	3.3	1	0.5	1	0.5	1	0.5	0	0.0	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	154	100.0	59	38.3	71	46.1	16	10.4	6	3.9	0	0.0	1	0.6	1	0.6	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	95	100.0	46	48.4	32	33.7	10	10.5	4	4.2	3	3.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	9 7時間以上	134	100.0	72	53.7	40	29.9	14	10.4	6	4.5	1	0.7	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0

No.39-2 平日の利用時間とインターネット利用内容の関係(娯楽)

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。x 問19 スマートフォンやタブレット、パソコンの平日の利用内容と利用時間はいかがですか。【イ 娯楽(ゲーム・動画視聴(YouTube 等)等)】

		総数		1 全く見ない・使用していない		2 1時間未満		3 1時間以上2時間未満		4 2時間以上3時間未満		5 3時間以上4時間未満		6 4時間以上5時間未満		7 5時間以上6時間未満		8 6時間以上7時間未満		9 7時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2494	100.0	50	2.0	382	15.3	730	29.3	538	21.6	327	13.1	171	6.9	98	3.9	66	2.6	132	5.3
	1 全く見ない・使用していない	7	100.0	7	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	47	100.0	8	17.0	38	80.9	1	2.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	273	100.0	16	5.9	129	47.3	120	44.0	5	1.8	1	0.4	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
	4 2時間以上3時間未満	501	100.0	11	2.2	109	21.8	263	52.5	108	21.6	7	1.4	1	0.2	1	0.2	0	0.0	1	0.2
	5 3時間以上4時間未満	536	100.0	2	0.4	62	11.6	202	37.7	177	33.0	81	15.1	10	1.9	1	0.2	0	0.0	1	0.2
	6 4時間以上5時間未満	383	100.0	1	0.3	26	6.8	85	22.2	126	32.9	84	21.9	53	13.8	6	1.6	1	0.3	1	0.3
	7 5時間以上6時間未満	259	100.0	3	1.2	14	5.4	28	10.8	60	23.2	70	27.0	42	16.2	32	12.4	7	2.7	3	1.2
	8 6時間以上7時間未満	194	100.0	1	0.5	3	1.5	13	6.7	37	19.1	44	22.7	30	15.5	31	16.0	30	15.5	5	2.6
	9 7時間以上	294	100.0	1	0.3	1	0.3	18	6.1	25	8.5	40	13.6	34	11.6	27	9.2	28	9.5	120	40.8
男子	総数	1170	100.0	16	1.4	119	10.2	336	28.7	254	21.7	171	14.6	94	8.0	57	4.9	42	3.6	81	6.9
	1 全く見ない・使用していない	6	100.0	6	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	19	100.0	2	10.5	16	84.2	1	5.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	123	100.0	4	3.3	43	35.0	72	58.5	3	2.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.8
	4 2時間以上3時間未満	241	100.0	2	0.8	34	14.1	124	51.5	75	31.1	4	1.7	0	0.0	1	0.4	0	0.0	1	0.4
	5 3時間以上4時間未満	252	100.0	0	0.0	16	6.3	92	36.5	87	34.5	49	19.4	6	2.4	1	0.4	0	0.0	1	0.4
	6 4時間以上5時間未満	168	100.0	0	0.0	7	4.2	30	17.9	47	28.0	48	28.6	33	19.6	2	1.2	1	0.6	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	105	100.0	1	1.0	2	1.9	6	5.7	17	16.2	34	32.4	22	21.0	17	16.2	5	4.8	1	1.0
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	1	1.0	0	0.0	4	4.1	18	18.6	20	20.6	14	14.4	17	17.5	20	20.6	3	3.1
	9 7時間以上	159	100.0	0	0.0	1	0.6	7	4.4	7	4.4	16	10.1	19	11.9	19	11.9	16	10.1	74	46.5
女子	総数	1324	100.0	34	2.6	263	19.9	394	29.8	284	21.5	156	11.8	77	5.8	41	3.1	24	1.8	51	3.9
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	6	21.4	22	78.6	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	150	100.0	12	8.0	86	57.3	48	32.0	2	1.3	1	0.7	1	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	260	100.0	9	3.5	75	28.8	139	53.5	33	12.7	3	1.2	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	284	100.0	2	0.7	46	16.2	110	38.7	90	31.7	32	11.3	4	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	215	100.0	1	0.5	19	8.8	55	25.6	79	36.7	36	16.7	20	9.3	4	1.9	0	0.0	1	0.5
	7 5時間以上6時間未満	154	100.0	2	1.3	12	7.8	22	14.3	43	27.9	36	23.4	20	13.0	15	9.7	2	1.3	2	1.3
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	0	0.0	3	3.1	9	9.3	19	19.6	24	24.7	16	16.5	14	14.4	10	10.3	2	2.1
	9 7時間以上	135	100.0	1	0.7	0	0.0	11	8.1	18	13.3	24	17.8	15	11.1	8	5.9	12	8.9	46	34.1

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。x 問19 スマートフォンやタブレット、パソコンの平日の利用内容と利用時間はいかがですか。【ウ SNS 等(LINE・Twitter・Facebook 等)】

		総数		1 全く見ない・使用していない		2 1時間未満		3 1時間以上2時間未満		4 2時間以上3時間未満		5 3時間以上4時間未満		6 4時間以上5時間未満		7 5時間以上6時間未満		8 6時間以上7時間未満		9 7時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2472	100.0	137	5.5	1094	44.3	648	26.2	288	11.7	142	5.7	48	1.9	34	1.4	16	0.6	65	2.6
	1 全く見ない・使用していない	7	100.0	7	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	47	100.0	9	19.1	38	80.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	268	100.0	24	9.0	196	73.1	46	17.2	0	0.0	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.4
	4 2時間以上3時間未満	496	100.0	30	6.0	287	57.9	158	31.9	20	4.0	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	533	100.0	28	5.3	249	46.7	174	32.6	57	10.7	22	4.1	2	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.2
	6 4時間以上5時間未満	381	100.0	17	4.5	127	33.3	118	31.0	80	21.0	22	5.8	11	2.9	4	1.0	1	0.3	1	0.3
	7 5時間以上6時間未満	256	100.0	8	3.1	73	28.5	56	21.9	65	25.4	37	14.5	7	2.7	9	3.5	0	0.0	1	0.4
	8 6時間以上7時間未満	193	100.0	9	4.7	53	27.5	39	20.2	25	13.0	37	19.2	14	7.3	7	3.6	6	3.1	3	1.6
	9 7時間以上	291	100.0	5	1.7	71	24.4	57	19.6	41	14.1	22	7.6	14	4.8	14	4.8	9	3.1	58	19.9
男子	総数	1156	100.0	104	9.0	571	49.4	272	23.5	97	8.4	52	4.5	16	1.4	8	0.7	8	0.7	28	2.4
	1 全く見ない・使用していない	6	100.0	6	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	19	100.0	4	21.1	15	78.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	122	100.0	17	13.9	87	71.3	17	13.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.8
	4 2時間以上3時間未満	238	100.0	24	10.1	136	57.1	70	29.4	7	2.9	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	249	100.0	22	8.8	138	55.4	60	24.1	15	6.0	12	4.8	1	0.4	0	0.0	0	0.0	1	0.4
	6 4時間以上5時間未満	168	100.0	13	7.7	70	41.7	47	28.0	26	15.5	6	3.6	5	3.0	0	0.0	1	0.6	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	102	100.0	8	7.8	41	40.2	24	23.5	12	11.8	11	10.8	2	2.0	4	3.9	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	96	100.0	5	5.2	36	37.5	19	19.8	13	13.5	14	14.6	4	4.2	1	1.0	2	2.1	2	2.1
	9 7時間以上	156	100.0	5	3.2	48	30.8	35	22.4	24	15.4	8	5.1	4	2.6	3	1.9	5	3.2	24	15.4
女子	総数	1316	100.0	33	2.5	523	39.7	376	28.6	191	14.5	90	6.8	32	2.4	26	2.0	8	0.6	37	2.8
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	28	100.0	5	17.9	23	82.1	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	146	100.0	7	4.8	109	74.7	29	19.9	0	0.0	1	0.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	258	100.0	6	2.3	151	58.5	88	34.1	13	5.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	284	100.0	6	2.1	111	39.1	114	40.1	42	14.8	10	3.5	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	213	100.0	4	1.9	57	26.8	71	33.3	54	25.4	16	7.5	6	2.8	4	1.9	0	0.0	1	0.5
	7 5時間以上6時間未満	154	100.0	0	0.0	32	20.8	32	20.8	53	34.4	26	16.9	5	3.2	5	3.2	0	0.0	1	0.6
	8 6時間以上7時間未満	97	100.0	4	4.1	17	17.5	20	20.6	12	12.4	23	23.7	10	10.3	6	6.2	4	4.1	1	1.0
	9 7時間以上	135	100.0	0	0.0	23	17.0	22	16.3	17	12.6	14	10.4	10	7.4	11	8.1	4	3.0	34	25.2

問18 あなたは平日にスマートフォンやタブレット、パソコンをどれくらい利用しますか。× 問19 スマートフォンやタブレット、パソコンの平日の利用内容と利用時間はいかがですか。【エ その他】

		総数		1 全く見ない・使用していない		2 1時間未満		3 1時間以上2時間未満		4 2時間以上3時間未満		5 3時間以上4時間未満		6 4時間以上5時間未満		7 5時間以上6時間未満		8 6時間以上7時間未満		9 7時間以上	
		人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%	人数	%
総数	総数	2116	100.0	1194	56.4	602	28.4	160	7.6	73	3.4	36	1.7	8	0.4	11	0.5	6	0.3	26	1.2
	1 全く見ない・使用していない	10	100.0	10	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	41	100.0	25	61.0	16	39.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	228	100.0	151	66.2	62	27.2	12	5.3	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	0.9
	4 2時間以上3時間未満	447	100.0	261	58.4	151	33.8	27	6.0	6	1.3	1	0.2	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.2
	5 3時間以上4時間未満	437	100.0	266	60.9	126	28.8	27	6.2	14	3.2	4	0.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	332	100.0	177	53.3	91	27.4	32	9.6	15	4.5	10	3.0	5	1.5	1	0.3	0	0.0	1	0.3
	7 5時間以上6時間未満	218	100.0	119	54.6	60	27.5	15	6.9	11	5.0	6	2.8	2	0.9	5	2.3	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	159	100.0	67	42.1	45	28.3	22	13.8	11	6.9	8	5.0	1	0.6	1	0.6	3	1.9	1	0.6
	9 7時間以上	244	100.0	118	48.4	51	20.9	25	10.2	15	6.1	7	2.9	0	0.0	4	1.6	3	1.2	21	8.6
男子	総数	1008	100.0	601	59.6	250	24.8	75	7.4	32	3.2	22	2.2	5	0.5	6	0.6	4	0.4	13	1.3
	1 全く見ない・使用していない	9	100.0	9	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	15	100.0	10	66.7	5	33.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	103	100.0	68	66.0	25	24.3	7	6.8	1	1.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	2	1.9
	4 2時間以上3時間未満	215	100.0	126	58.6	68	31.6	15	7.0	5	2.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	0.5
	5 3時間以上4時間未満	213	100.0	131	61.5	60	28.2	12	5.6	7	3.3	3	1.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	146	100.0	83	56.8	30	20.5	15	10.3	6	4.1	7	4.8	4	2.7	1	0.7	0	0.0	0	0.0
	7 5時間以上6時間未満	91	100.0	58	63.7	16	17.6	4	4.4	5	5.5	4	4.4	1	1.1	3	3.3	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	81	100.0	39	48.1	22	27.2	9	11.1	4	4.9	4	4.9	0	0.0	1	1.2	2	2.5	0	0.0
	9 7時間以上	135	100.0	77	57.0	24	17.8	13	9.6	4	3.0	4	3.0	0	0.0	1	0.7	2	1.5	10	7.4
女子	総数	1108	100.0	593	53.5	352	31.8	85	7.7	41	3.7	14	1.3	3	0.3	5	0.5	2	0.2	13	1.2
	1 全く見ない・使用していない	1	100.0	1	100.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	2 1時間未満	26	100.0	15	57.7	11	42.3	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	3 1時間以上2時間未満	125	100.0	83	66.4	37	29.6	5	4.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	4 2時間以上3時間未満	232	100.0	135	58.2	83	35.8	12	5.2	1	0.4	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	5 3時間以上4時間未満	224	100.0	135	60.3	66	29.5	15	6.7	7	3.1	1	0.4	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
	6 4時間以上5時間未満	186	100.0	94	50.5	61	32.8	17	9.1	9	4.8	3	1.6	1	0.5	0	0.0	0	0.0	1	0.5
	7 5時間以上6時間未満	127	100.0	61	48.0	44	34.6	11	8.7	6	4.7	2	1.6	1	0.8	2	1.6	0	0.0	0	0.0
	8 6時間以上7時間未満	78	100.0	28	35.9	23	29.5	13	16.7	7	9.0	4	5.1	1	1.3	0	0.0	1	1.3	1	1.3
	9 7時間以上	109	100.0	41	37.6	27	24.8	12	11.0	11	10.1	3	2.8	0	0.0	3	2.8	1	0.9	11	10.1