

日本における孤食および朝食欠食 の現状

～社会生活基本調査の結果から～

菊地慶子

浜松医科大学医学部地域看護学講座



1.日本における孤食の現状



1.日本における孤食の現状

- 近年では個々のライフスタイルの多様化に伴い、様々な食行動が見られるようになった
- 核家族化や共稼ぎの増加、一人で食事することへの抵抗感の減少などから孤食化が進んでいることが懸念される
- 孤食は、人との関わりを持たないことからコミュニケーションの低下などの問題につながる可能性がある

データ

社会生活基本調査（総務省、平成13年）

一橋大学経済研究所附属社会科学統計情報研究センターのマイクロデータ試行的提供を利用

- 標本数：291,148
- 対象：無作為抽出された10歳以上の者

行動内容

睡眠、身の回りの用事、**食事**、通勤・通学、仕事、学業、家事、介護・看護、育児、買い物、移動、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌、休養・くつろぎ、学習・研究、趣味・娯楽、スポーツ、ボランティア活動・社会参加活動、交際・つきあい、受診・療養、その他

一緒にいた人

一人、家族、学校・職場の人、その他の人

社会生活基本調査:調査票

秘 指定統計第114号
社会生活基本統計

01

平成13年社会生活基本調査
調査票 A

平成13年10月20日
総務省統計局

○この調査票は、統計以外の目的には使用しませんから、ありのままを記入してください。
○10歳以上の人は、一人1冊ずつ記入してください。
○10歳未満の人については、世帯主が記入する調査票の最終ページに記入してください。

記入上の注意

記入する前に、下記にお配りした「調査票を記入する前に」をこらしてください。
記入には必ず黒の鉛筆またはシャープペンシルを使用し、まちがえた場合は消しゴムできれいに消してください。
答えを記入する欄が○の場合は当てはまる○を●のように一つだけ(当てはまるものすべてを記入する欄は除く。)ぬりつぶしてください。
□に数字を記入する場合は、右の例のように一文字ずつ、右つめて記入してください。
この調査票は機械にかけますので、よこさないでください。

記入例: 0 | 2 8 4 5 6 7 8 9

調査員記入欄

| | | | | | |
|------|------|------|------|------|------|
| 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 |
| 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 | 調査員名 |

世帯主の調査票の5人に1人は10歳未満の児童の世帯主の調査票

21 本日の行動について

01

10月 日 (曜日)

午前

午後

行動の種類

1 寝

2 身の回りの用事

3 食

4 一人

5 家族

6 学校・職場の人

7 その他の人

行動の種類

0時 30 1 30 2 30 3

1 寝

2 身の回りの用事

3 食

一緒にいた人

a 一人

b 家族

c 学校・職場の人

d その他の人

0時

方法

孤食の定義

孤食とは、『食事』の時間帯で、一緒にいた人の併記項目に『一人で』に記入している者

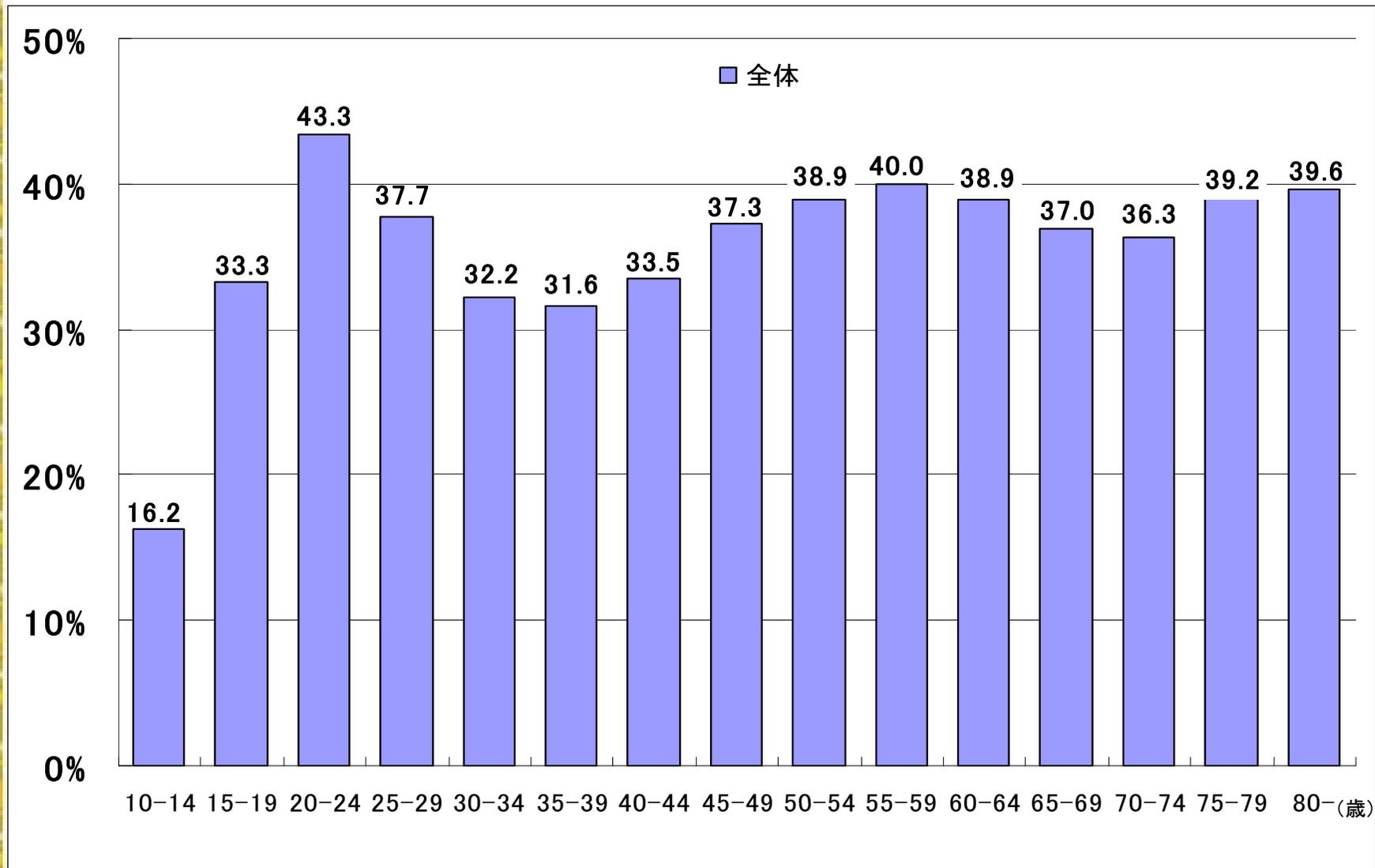
全体の『孤食』の有無によって2群分け
性別・年齢別の比較(クロス集計)

SPSS Ver.17.0を使用

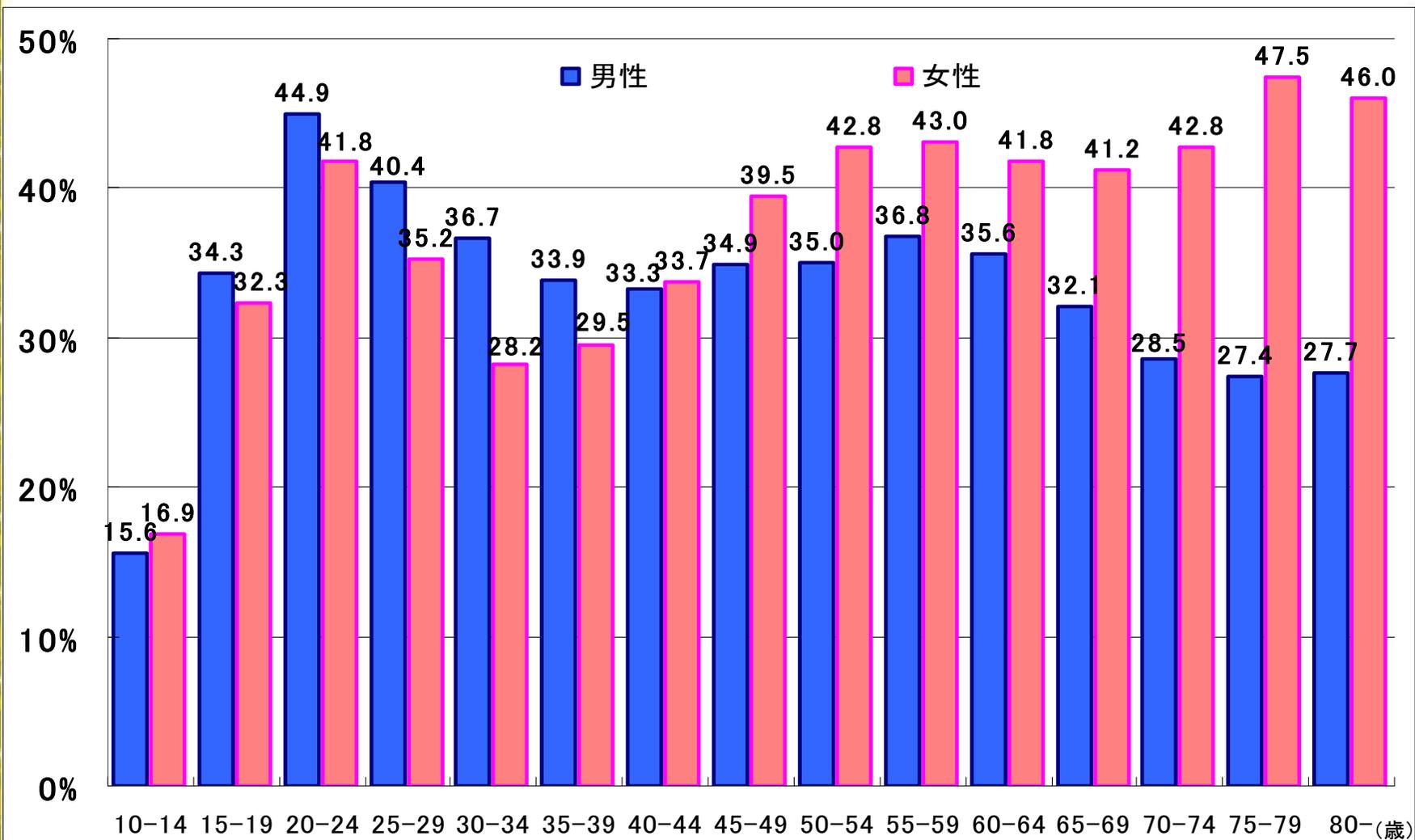
孤食有無の状況

| | 孤食あり | 孤食なし |
|----|-------|-------|
| 男性 | 33.6% | 66.4% |
| 女性 | 37.7% | 62.3% |
| 全体 | 35.8% | 64.2% |

年齢階級別の孤食割合



年齢階級別の孤食割合(男女別)



考察

- 20代は親から独立して一人暮らしの生活を開始することが多く、個人中心のライフスタイルになるため
- 50代以上の女性は子どもの独立や独居高齢者が多いため

課題

- 一人で食事をしなければならない社会的背景（曜日・就労・介護・孤食の多い時間帯等）や孤食と関わる要因を明らかにしていく必要がある
- 実際に孤食が増えているか否かについての時系列による分析が必要である

2.児童・生徒による朝食の欠食状況



2.児童・生徒による朝食の欠食状況

- 朝食欠食などの食習慣の乱れが痩せや肥満などの健康問題に関連
- 日本の児童、生徒における朝食欠食の記述疫学像を明らかにする

データ

社会生活基本調査（総務省、平成13年）

- ・平成13年10月の2日間で実施
- ・約8割のリサンプリングを行ったマイクロデータを利用
- 対象：小学校、中学校、高等学校に在籍中の10歳以上の者
- 標本数：30,825（小学生：8,082、中学生：11,192、高校生：11,551）

方法

性別、学校種別、日付別(平日、土日)、
休みの日(休暇・休日など)、地域、世帯の
家族類型、住宅の種類、等価所得の各項目
毎についてクロス集計して朝食欠食者の
割合を算出

定義

朝食欠食

朝食欠食とは、午前5～11時の時間帯で『食事』の行動がなかった者

等価所得

各世帯の所得を世帯員数の平方根で除したものの

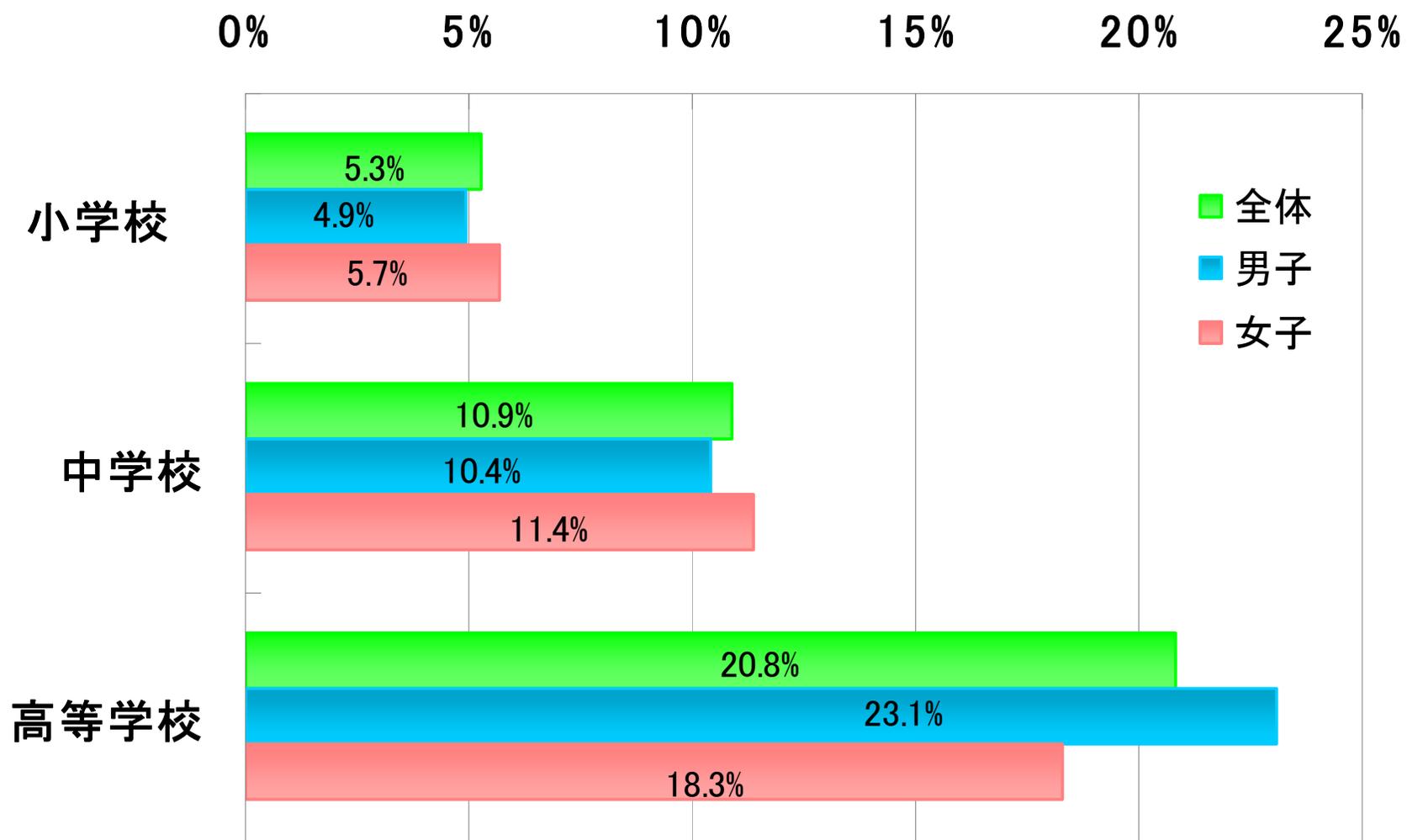


図1 学校別・性別朝食欠食率

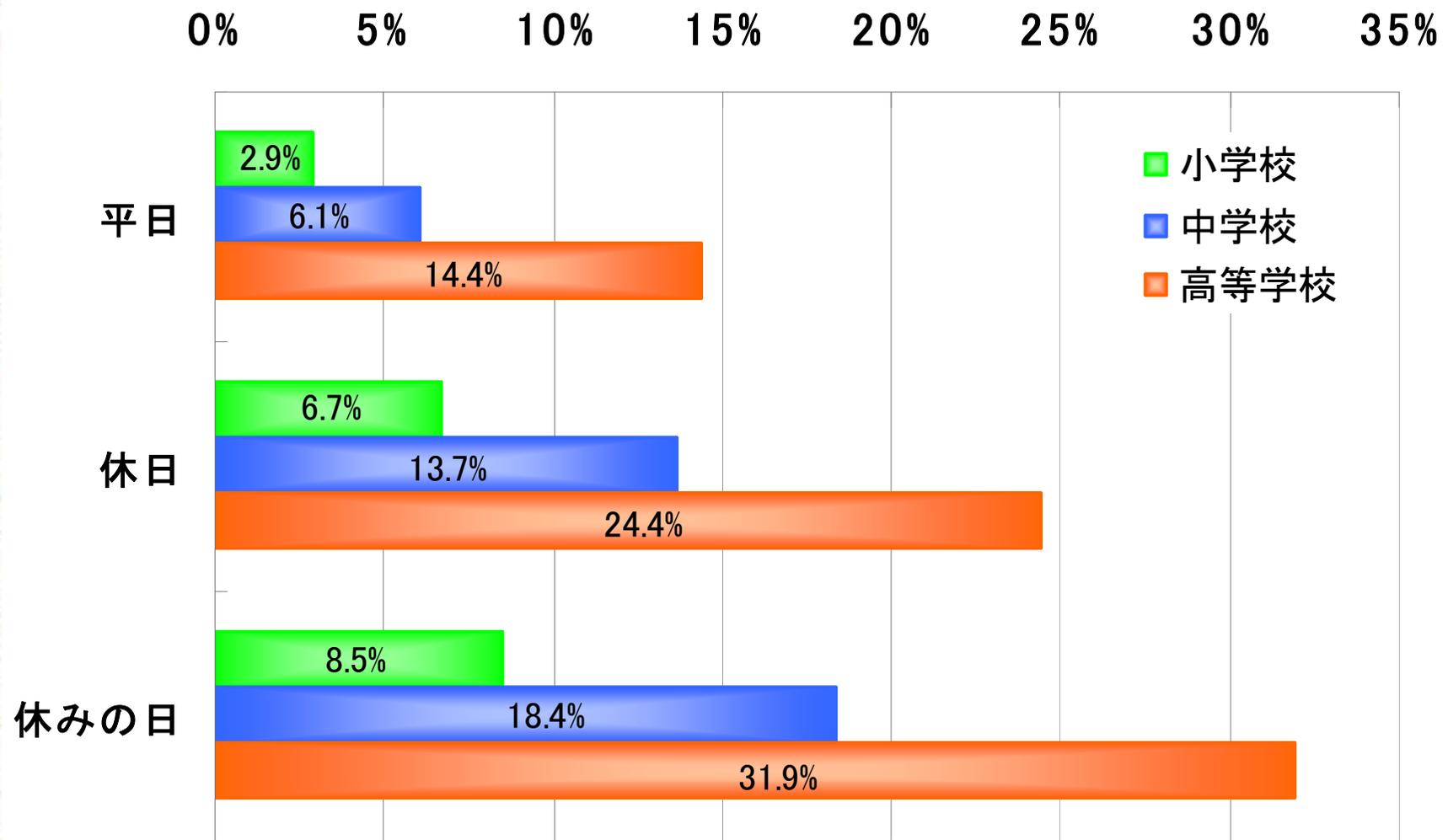


図2 学校別・日程別朝食欠食率

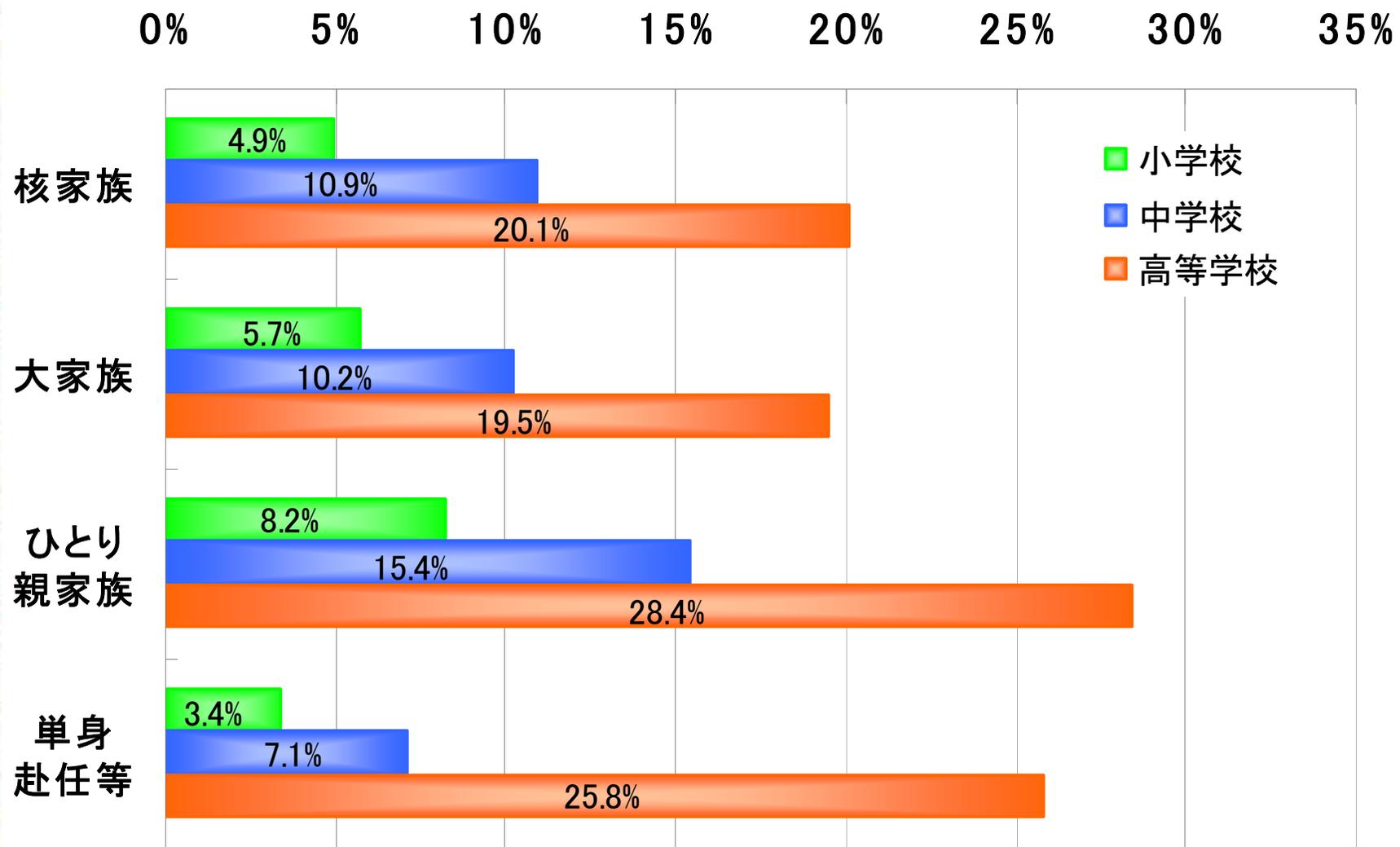


図3 学校別・家族類型別朝食欠食率

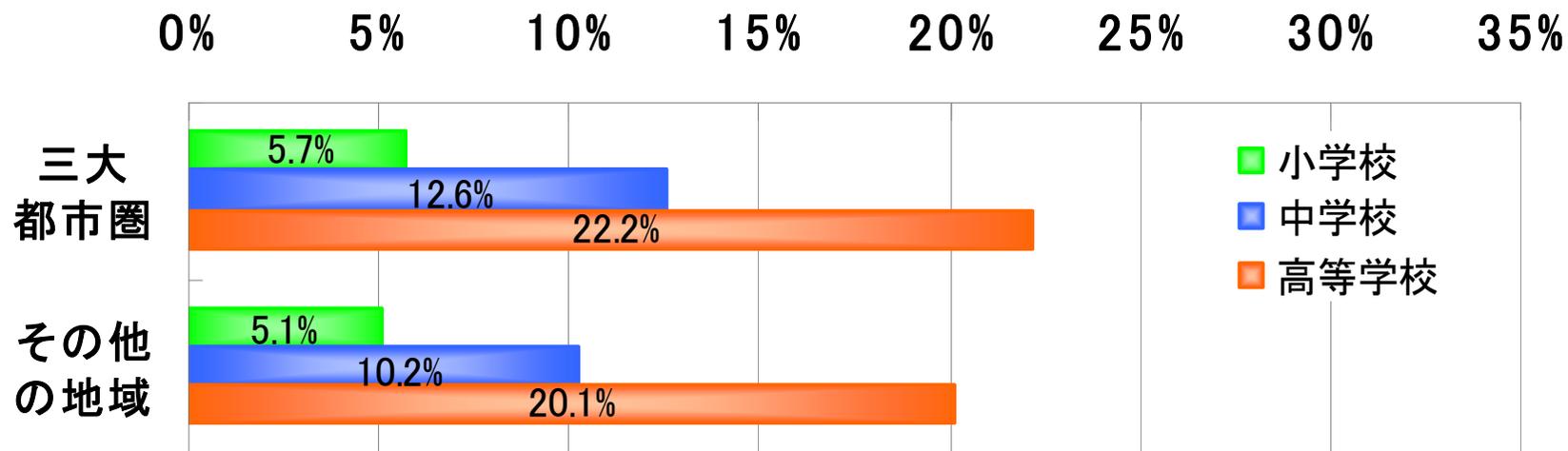


図4 学校別・地域別朝食欠食率

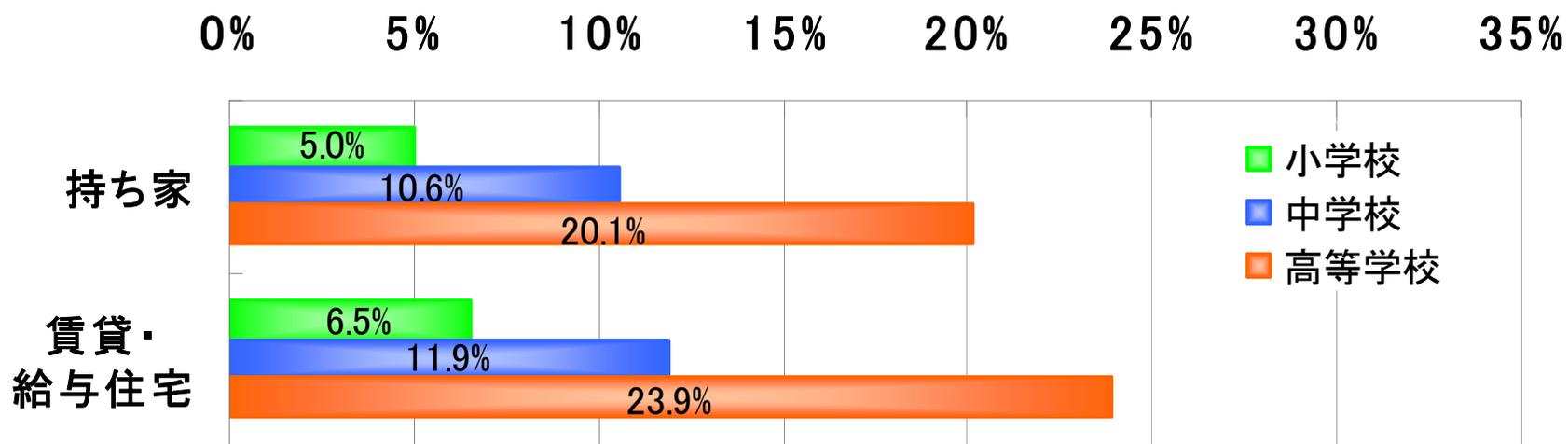


図5 学校別・住居類型別朝食欠食率

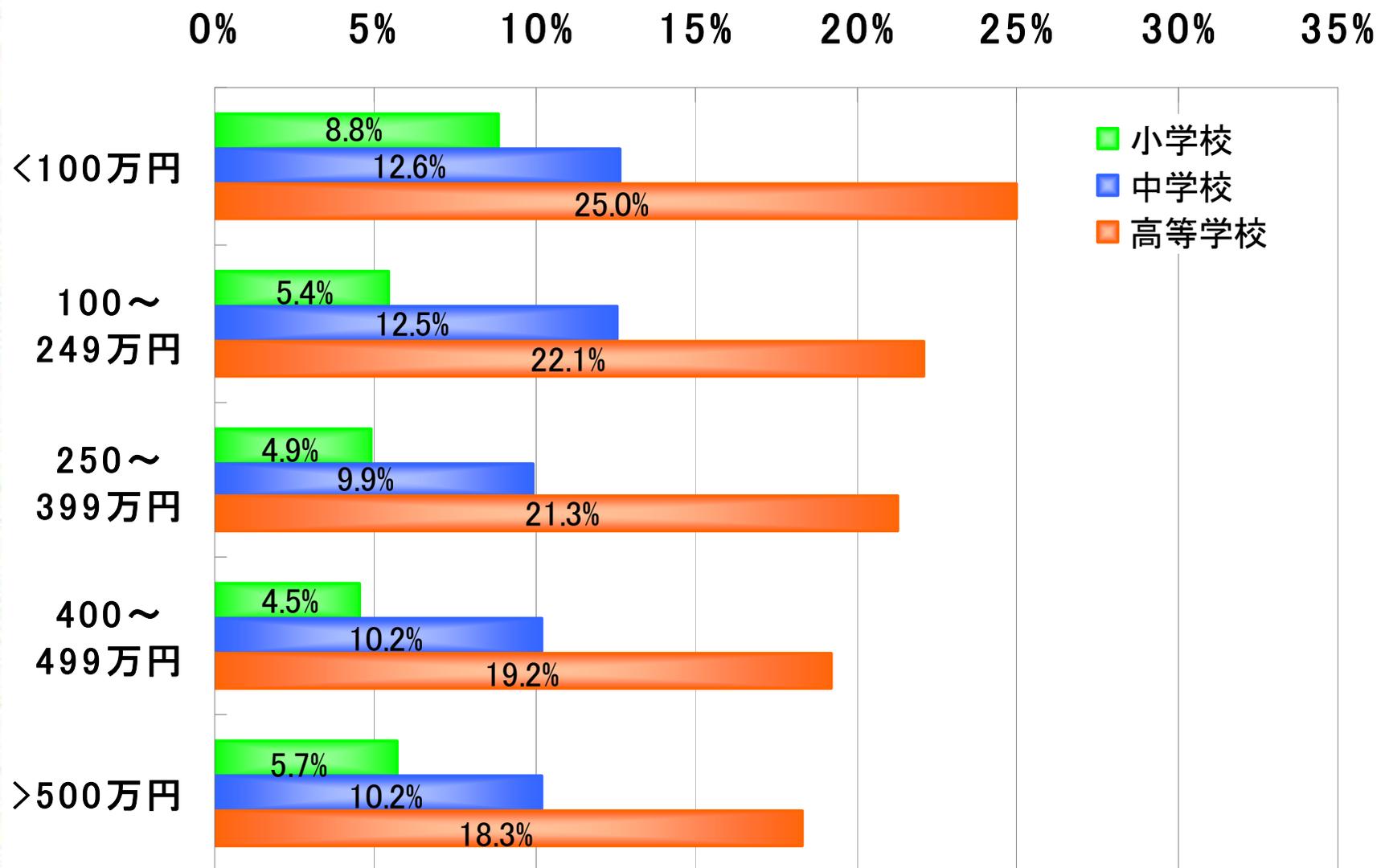


図6 学校別・等価所得金額別朝食欠食率

結果

- 小学校⇒中学校⇒高等学校と学校が上がるにつれ、子どもの朝食欠食の割合が多い
- ひとり親世帯や賃貸・給与住宅居住、等価所得200万円未満などの社会的支援が必要と思われる世帯に朝食欠食が比較的多い

考察

- 部活や勉強、趣味による夜更かしなどにより、朝食摂取の時間が取りにくくなっていることが考えられる。
- 朝食摂取の優先度には、家庭環境も影響していると考えられる。

方策

- 社会的支援が必要な世帯に朝食欠食が多いことの要因を明らかにすべき。
- 生活習慣(特に食事)に関する知識の提供や養育時間の確保、生活費の助成等の支援を検討していくことが好ましい。

ご清聴ありがとうございました



考える人間の最も美しい幸福は、究め得るものを究めてしまし、究め得ないものを静かに崇(あが)めることである。
〔格言と反省〕から