

公的統計のマイクロデータの利用に関する研究集会 2012

**児童・生徒の朝食と平日の学習時間：  
欠食・孤食・共食による違い**

浜松医科大学

野田 龍也

# 背景

朝食を食べない子どもは、食べる子どもに比べて:

- 精神的な負荷やフラストレーションが高い
- 短期的な認知機能、注意力および記憶の想起のスコアが低い
- 学力試験の得点が低い

子どもがひとりで食事を摂る「孤食」についても、社会-心理状態の低さと関連があるとの報告が増加。

→ 孤食がどのようによくないのか、よくないとすれば、孤食をもたらす個人的あるいは家庭上の要因との関連を検討する必要がある。

# 目 的

1. 自己裁量性が大きいと思われる「学習」時間を  
選び、朝食孤食者が、朝食共食者と朝食欠食  
者のいずれに近い性質を有するかを記述的に  
示す。
2. 朝食孤食に関連する個人的あるいは家庭上の  
要因を予備的に探る。

# 方法 (1)

## 【利用データ】

社会生活基本調査マイクロデータ (2006年10月、総務省)

## 【分析対象者】

総計 6201名 (男子3217名 女子2984名)

小学生 (10歳以上) 1760名 (男児 928名 女児 832名)

中学生 2212名 (男子1146名 女子1066名)

高校生 2229名 (男子1143名 女子1086名)

# 方法 (2)

## 【対象日】

特別な行事等\*が行われていない平日の通学日1日

\* 旅行、行楽、半日以上参加する行事、出張・研修、療養のいずれか

## 【朝食形態の定義】

欠食 朝4時～11時に食事を摂らなかった者

孤食 朝4時～11時に一人で食事を摂った者

共食 朝4時～11時に誰かと食事を摂った者

# 方法 (3)

## 【学習時間】

平日に学業に費やした時間(総学習時間)

(学校内学習時間(小学生:7:45~17:00、中高生:7:45~18:00)と  
学校外学習時間にも二分した)

## 【朝食形態と学習時間の比較】

朝食欠食、孤食、共食の各群の学習時間の差を算出した。群間の対比較はSteel-Dwass検定を用いた。

# 結果 (1) - 1 小学生 (10歳以上)

## 男女計

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	44	377.4	361.4	16.0
孤食	81	405.9	390.9	15.0
共食	1635	398.1	376.7	21.4

## 男児

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	20	403.5	387.8	15.8
孤食	54	415.8	401.9	13.9
共食	854	391.4	370.9	20.4

## 女児

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	24	355.6	339.4	16.3
孤食	27	386.1	368.9	17.2
共食	781	405.4	382.9	22.5

# 結果 (1) - 2 小学生 (10歳以上)

## 男女計

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食 - 欠食	20.7	15.3	5.4
孤食 - 欠食	28.5	29.6	-1.0
共食 - 孤食	-7.9	-14.3	6.4

## 男児

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食 - 欠食	-12.1	-16.8	4.7
孤食 - 欠食	12.3	14.2	-1.9
共食 - 孤食	-24.5	-31.0 p=0.035	6.6

## 女児

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食 - 欠食	49.8	43.6	6.2
孤食 - 欠食	30.5	29.5	1.0
共食 - 孤食	19.3	14.0	5.2

(Steel-Dwass検定で有意な差を認めたペアにp値を示す。)

# 結果 (2) - 1 中学生

## 男女計

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	128	392.5	375.2	17.2
孤食	196	450.2	413.7	36.4
共食	1888	451.6	414.3	37.3

## 男子

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	75	371.2	359.8	11.4
孤食	92	436.0	404.3	31.6
共食	979	449.4	412.5	37.0

## 女子

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	53	422.5	397.1	25.5
孤食	104	462.7	422.0	40.7
共食	909	453.8	416.2	37.6

# 結果 (2) - 2 中学生

## 男女計

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	59.1 p=0.005	39.1	20.0 P<0.001
孤食－欠食	57.7 p=0.030	38.5	19.2 p=0.005
共食－孤食	1.4	0.6	0.8

## 男子

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	78.2 p=0.003	52.7	25.6 P<0.001
孤食－欠食	64.8	44.5	20.2 p=0.013
共食－孤食	13.5	8.1	5.3

## 女子

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	31.3	19.2	12.1
孤食－欠食	40.1	24.9	15.2
共食－孤食	-8.9	-5.8	-3.1

(Steel-Dwass検定で有意な差を認めたペアにp値を示す。)

# 結果 (3) - 1 高校生

## 男女計

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	245	393.9	362.0	31.9
孤食	329	418.6	377.3	41.3
共食	1655	436.4	386.7	49.7

## 男子

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	122	412.5	377.5	35.0
孤食	170	423.8	381.4	42.4
共食	851	433.5	384.0	49.5

## 女子

朝食形態	人数	総学習時間(分)	学校内学習時間(分)	学校外学習時間(分)
欠食	123	375.5	346.7	28.8
孤食	159	413.0	372.8	40.2
共食	804	439.6	389.6	49.9

# 結果 (3) - 2 高校生

## 男女計

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	42.5 p=0.023	24.7	17.8 p=0.036
孤食－欠食	24.7	15.3	9.4
共食－孤食	17.9	9.4	8.4

## 男子

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	21.0	6.5	14.5
孤食－欠食	11.3	4.0	7.3
共食－孤食	9.7	2.5	7.2

## 女子

	総学習時間の差(分)	学校内学習時間の差(分)	学校外学習時間の差(分)
共食－欠食	64.1 p=0.002	42.9 (p=0.080)	21.2 p=0.020
孤食－欠食	37.5	26.1	11.4
共食－孤食	26.6	16.8	9.8

(Steel-Dwass検定で有意な差を認めたペアにp値を示す。)

# 結果 (4) 起床時刻と世帯年収

## 小学生 (10歳以上)

朝食形態	人数	平均起床時刻	世帯年収(中央値)	世帯年収(最頻値)
欠食	44	6:53	400~499万	400~499万
孤食	81	6:43	500~599万	300~399万
共食	1635	6:39	500~599万	500~599万

## 中学生

朝食形態	人数	平均起床時刻	世帯年収(中央値)	世帯年収(最頻値)
欠食	128	7:05	500~599万	500~599万
孤食	196	6:41	500~599万	500~599万
共食	1888	6:38	500~599万	500~599万

## 高校生

朝食形態	人数	平均起床時刻	世帯年収(中央値)	世帯年収(最頻値)
欠食	245	6:58	500~599万	500~599万
孤食	329	6:42	500~599万	400~499万
共食	1655	6:32	500~599万	500~599万

# 要約

- 小学校高学年では、朝食摂取形態と学習時間との間に明確な関連性は認めない。
- 中学生では、学習時間との関連について、孤食者は共食者とほぼ同じように振る舞い、「朝食を食べたか否か」が分かれ目である。
- 高校生では、学習時間との関連について、孤食者は共食者と欠食者の中間的な性質を有する。
- 朝食摂取形態の違いによる起床時刻の差は20～30分間である。
- 世帯年収の分布は、おおむね共食＞孤食＞欠食の傾向を示したが、強い関連をうかがわせるほどではない。

# 結 語

- 起床時刻が遅い子どもほど、朝食共食→朝食孤食→朝食欠食となる傾向があり、朝食形態は起床時刻(早起き・寝坊)と他の生活時間の関連において、中間段階の可能性がある。
- 朝食摂取形態と家庭の社会経済状態との間に強い関連を推定できる結果は得られなかった。
- 食事の摂取形態(特に孤食)と行動時間または社会-心理状態の関連を探索する際は、朝食ではなく、昼食や夕食(の孤食)との関連を観察したほうがよい可能性がある。