令和元年度　親子保健計画中間評価アンケート結果【概要】

調査対象　市内０～18 歳の子どもを持つ保護者
調 査 日　令和元年９～10 月
抽 出 式　配布者 1,916 名　回答者 1,525 名

結果の概要

１　総評

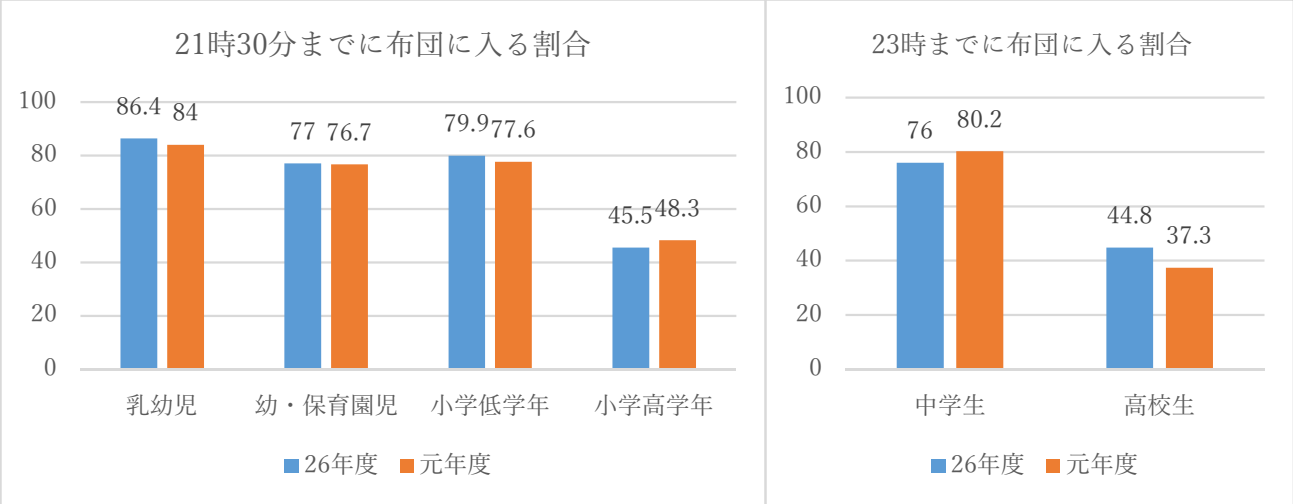
糸魚川市で平成 18 年度から取り組んできた「早寝、早起き、おいしい朝ごはん」の生活習慣は、ある程度は家庭に浸透し、効果をあげている。しかし、それを上回る勢いで電子メディアが家庭に普及し、多くの子どもが毎日のように利用しており、携帯電話・スマートフォンの所持率は未就学児で３割に届こうとしている。電子メディアの普及は、新型コロナウイルス感染症予防対策のためのデジタル化推進により、これからますます進むと考えられ、使用を禁止することは不可能であり、上手に付き合っていく方法等を啓発していかなければならない。また、あわせて「早寝、早起き、おいしい朝ごはん」の生活リズム改善を引き続き行っていく。

２　項目別概要

（１）生活リズムについて

①小学校低学年までは、おおむね 80%が 21 時 30 分までに就寝

市が推進する 21:30 までの就寝は小学校低学年までは概ね 80%と高いが、高学年になると 50%を割り込んでいる。中学生は 23:00 までの就寝は 80%となっているが、高校生になると 40%まで落ちる。



②就寝が遅くなる理由は、未就学児・小学生では「テレビ」「親の帰宅時間」、中・高校生では「メール・インターネット」

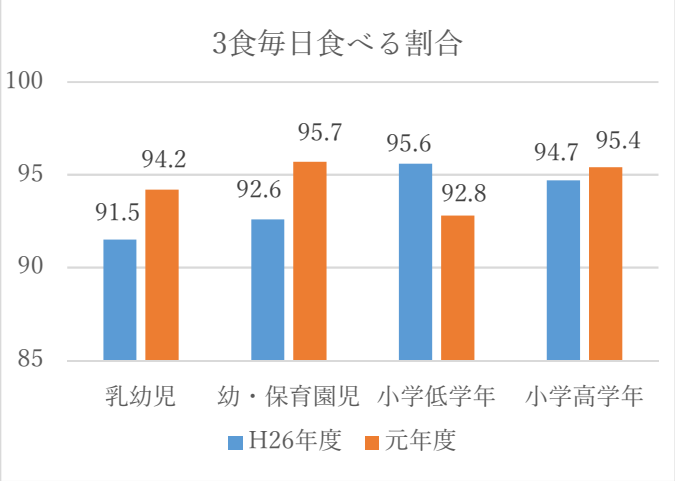
就寝が遅い理由としては、親の帰宅時間が遅いことがあがるが、習い事や塾などは一時期に比べ理由となっておらず、テレビやゲーム、携帯電話などの電子メディア利用が理由としてあがっている。

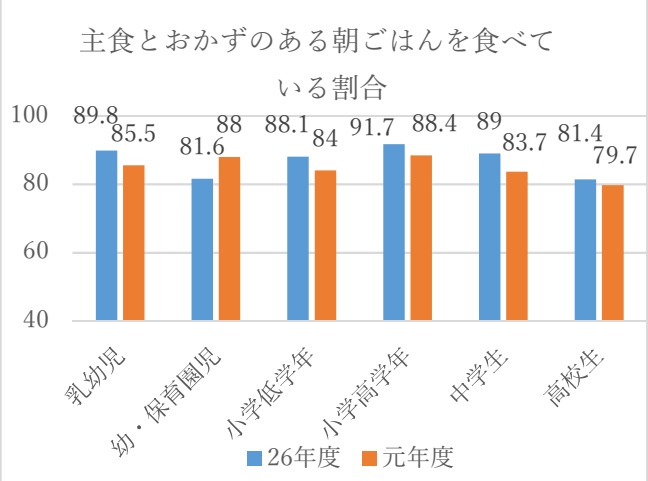
21 時 30 分以降に布団に入る理由は何ですか。（中・高は 22 時 30 分以降）

	1 位	2 位	3 位
未就学児	親の帰宅時間が遅い	テレビを見ている	習い事に通っている
小学生	テレビを見ている	親の帰宅時間が遅い	スポーツクラブに通っている
中学生	勉強をしている	テレビを見ている	メール・インターネットをしている
高校生	勉強をしている	メール・インターネットをしている	ゲームをしている

③毎日３食、おいしい朝ごはんを食べることは習慣づいている

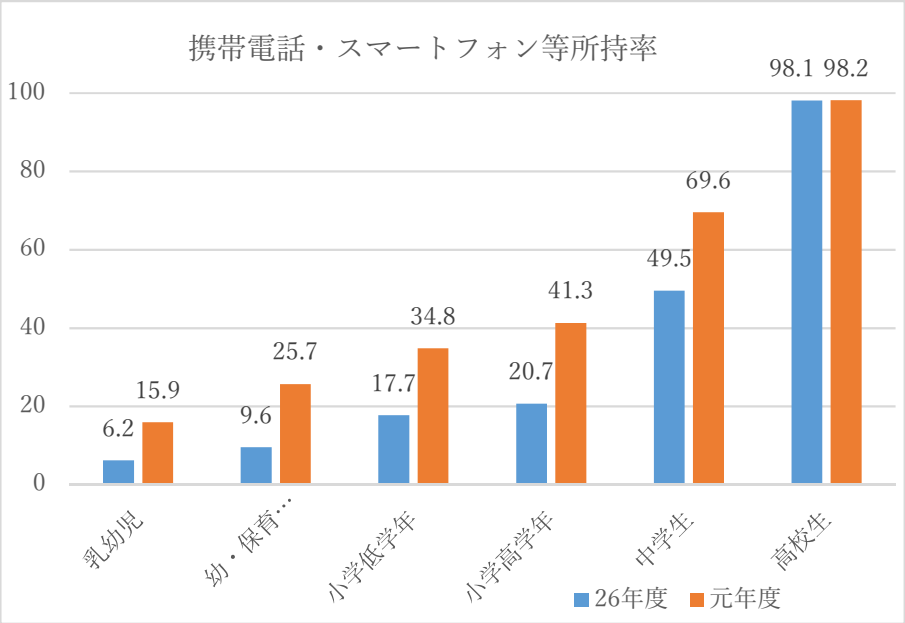
毎日３食を食べている子どもの割合は９割以上であり、主食とおかずのある朝食を食べている割合は８割を超えている。「おいしい朝ごはん」を食べることは習慣づいていると言える。



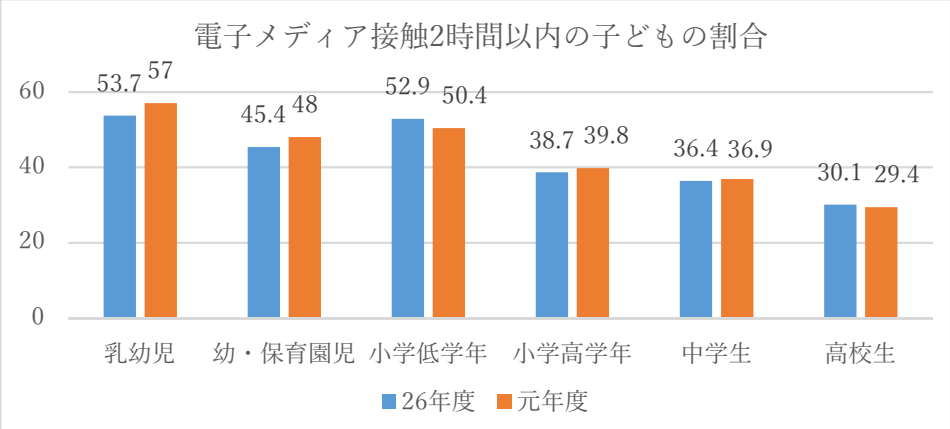


④携帯・スマホ等の所持率は増加傾向

携帯電話、スマートフォン、タブレットの所持率は、保護者との共有も含めて未就学児で 21.6%、小学生では 38.1%、中学生 69.6％、高校生は 98.2%となっており、中学生以上の所持は当たり前となっている。また、低年齢層の所持率が上がっている。

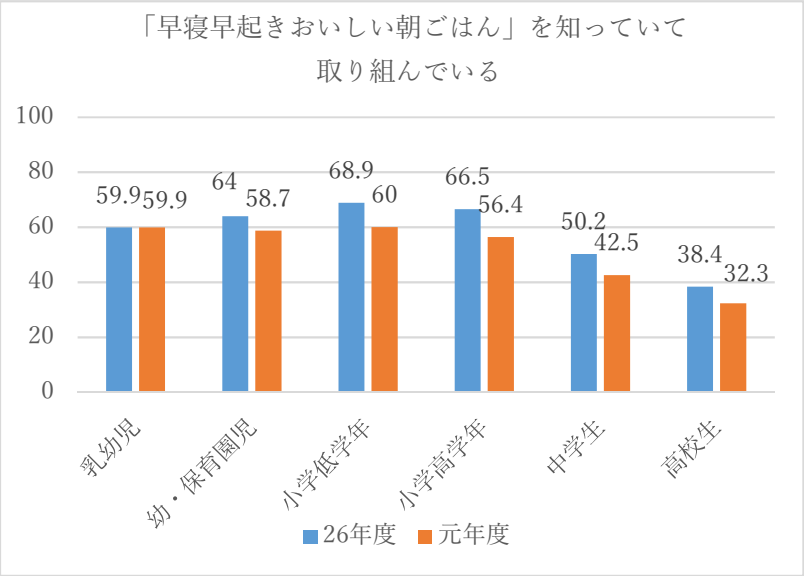


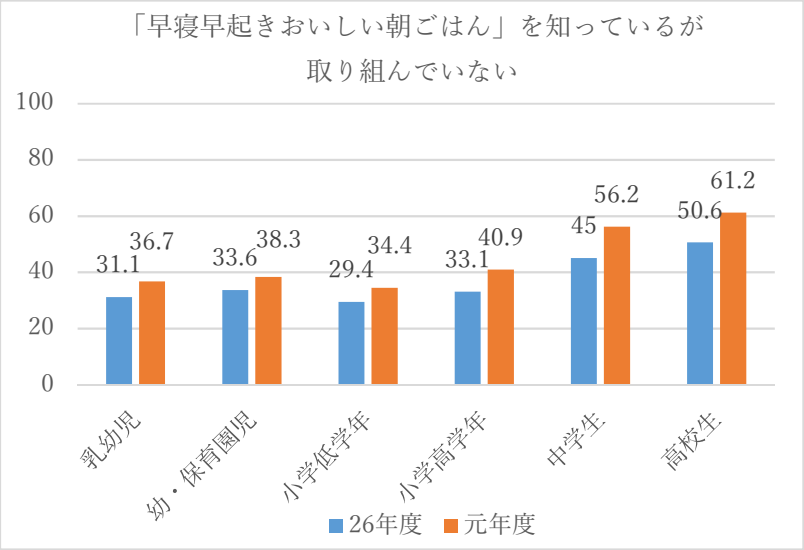
⑤電子メディア接触２時間以内の子どもの割合は多い



利用については、２時間以内にとどめようと努力していることがわかる。電子メディアの普及は日々進んでいることから、これを食い止めるのは難しく、今後はどうつきあっていくかを考えていかなければならない。

⑥「早寝早起きおいしい朝ごはん」の認知は 90%以上だが、取り組んでいる保護者は減少傾向

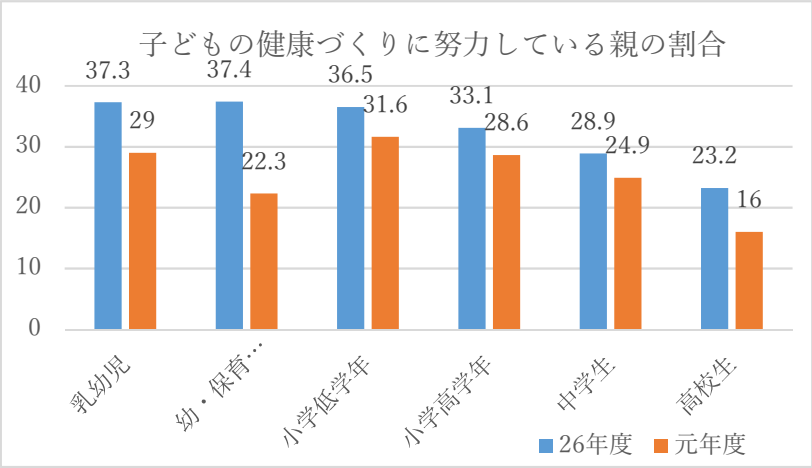




「早寝早起きおいしい朝ごはん」事業について、知っていると答えた保護者は９割を超えているが、「取り組んでいる」保護者になると前回の調査の時から割合が下がっている。中学生以上の子どもの保護者は半数以上が知っているが取り組んでいないと答えている。同様に子どもの健康づくりに努力している保護者の割合も前回から下がっている。

一方で、「早寝早起きおいしい朝ごはん」に取り組んで良かったことを聞いた問いにはたくさんの回答が寄せられた。

多かったのは、「体調が良くなった、風邪をひきにくい、ケガがない」というものや「イライラしない、ぐっすり眠れる」という身体的なものだが、「子どものリズムを気にかけることで親のリズムも整い、家族全員の体調が良くなり団らんが増えた」という意見もあった。また、ほかにも「お手伝いをするようになった」「学校の成績があがった」「取り組んでいるときは苦労があったが、習慣づけがで

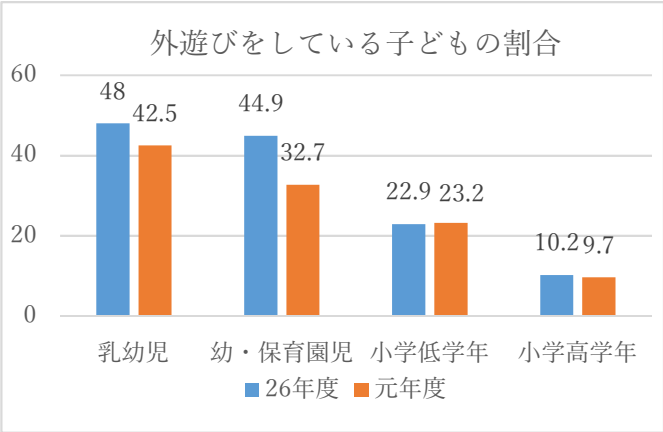


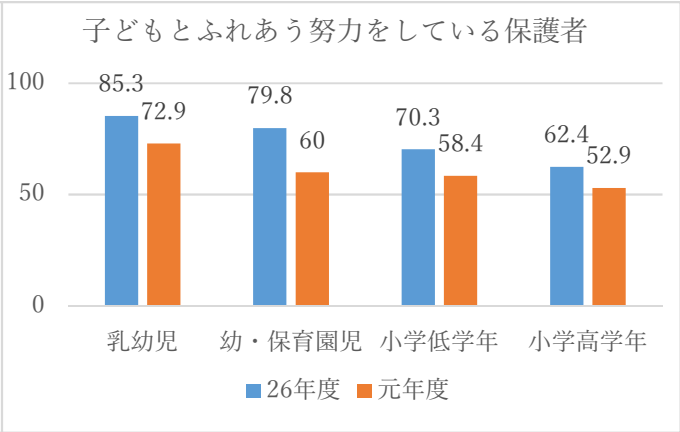
きたら親も子も結果的に楽になった」など多くの意見があった。

（２）遊びについて

①外遊びをしている子どもの割合は減少

外遊びをしているかという問いに対しては、特に未就学児でしている割合が減っている。かわりに低年齢のうちからメディア視聴を遊びとしている子どもが増えている。また、子どもとふれあう努力をしている保護者の割合も減っている。





お子さんがしている遊びを教えてください。※乳幼児は１歳６か月以上のお子さんのみ

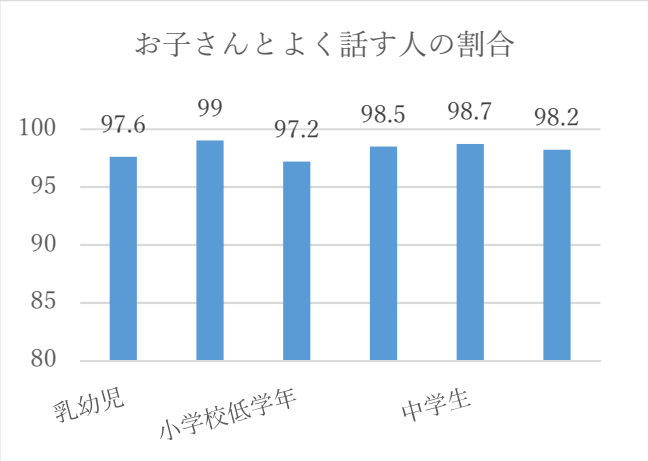
	１位	２位	３位
未就学児	絵などをかく	メディア視聴	ふれあい遊び
小学生	メディア視聴	ゲーム機	トランプ・オセロ・カードゲーム
中学生	メディア視聴	ゲーム機	アウトドア関係
高校生	メディア視聴	メール	ゲーム機

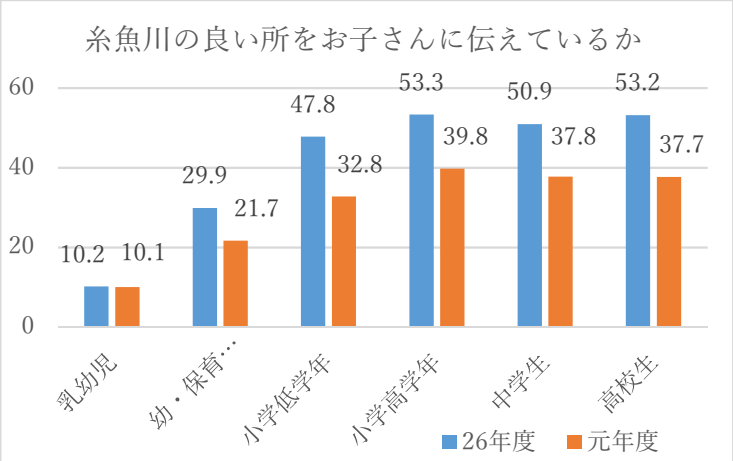
（３）子育てについて

①親子のコミュニケーションはよくとれている

子どもとよく話すと答えた保護者は各年代で 97%を超えており、親子のコミュニケーションはよ

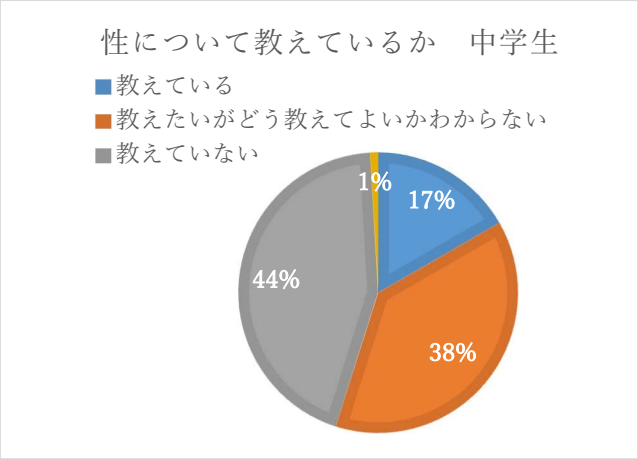
くとれていると言える。ところが、糸魚川の良い所を伝えているか、という問いには伝えている割合が４割に届いておらず、前回調査からも大幅にダウンしている。

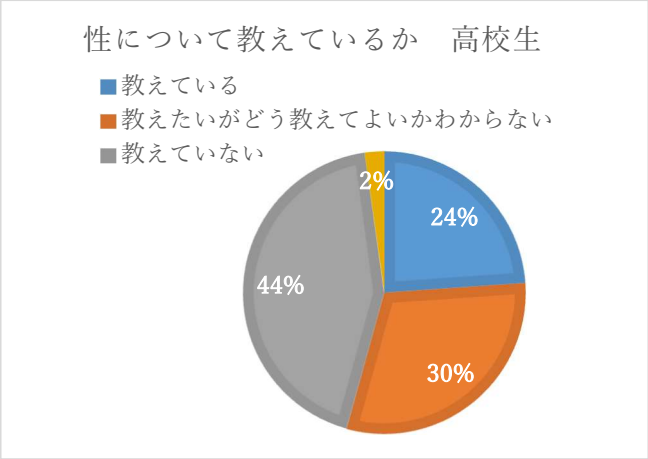




②性については保護者の 44%が教えていない

家庭で性について教えている割合は中学生では 16.7%、高校生では 23.9%で、どちらも約 44%は教えていないと答えている。





③子どもに身につけて欲しいことでは「コミュニケーション能力」が増加

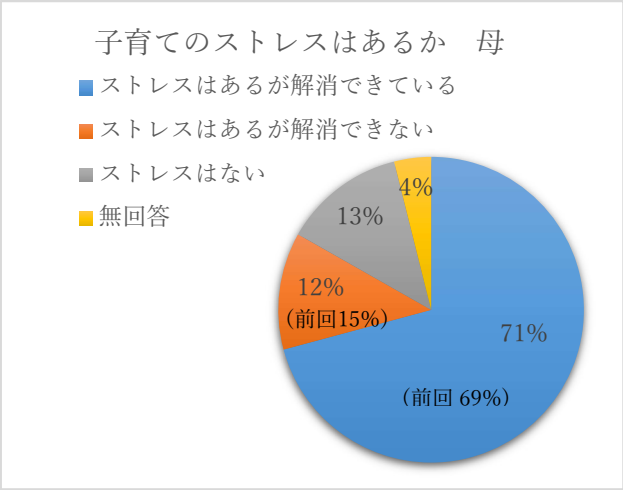
子どもに身につけて欲しいことで、「挨拶・礼儀」に続き「コミュニケーション能力」をあげる保護者が多い。

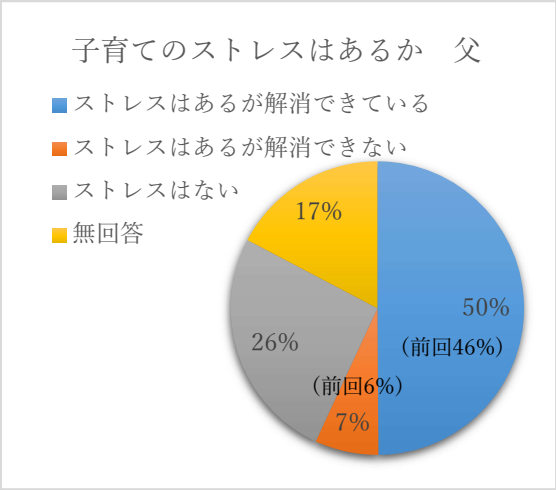
お子さんに身につけて欲しいことは何ですか。

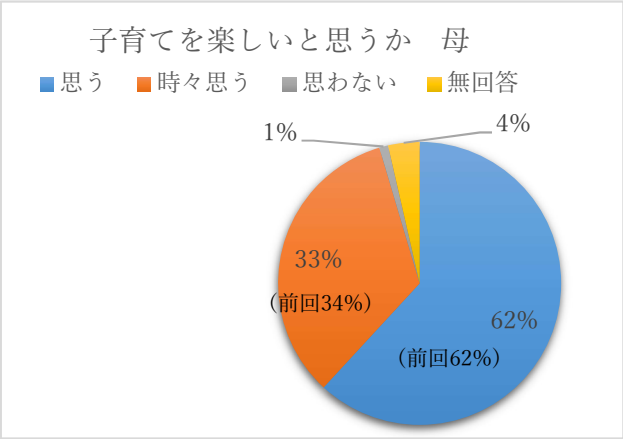
	1 位	2 位	3 位
未就学児	挨拶・礼儀	他人とのコミュニケーション能力	規則を守る
小学生	挨拶・礼儀	他人とのコミュニケーション能力	規則を守る
中学生	挨拶・礼儀	他人とのコミュニケーション能力	学力
高校生	挨拶・礼儀	他人とのコミュニケーション能力	学力

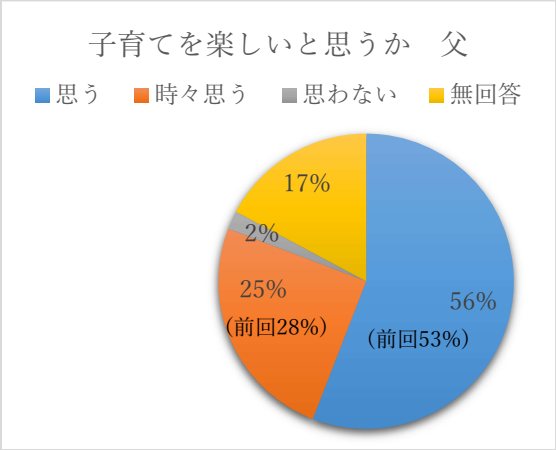
④子育てのストレスは母親の８割、父親の６割が感じている

母親では約８割、父親では約６割が子育てにストレスを感じている。子育てを楽しいと思うか、という問いに対しても父親は８割を超えて「思う」「時々思う」と答えていて、「思う」は前回調査より割合が増えている。





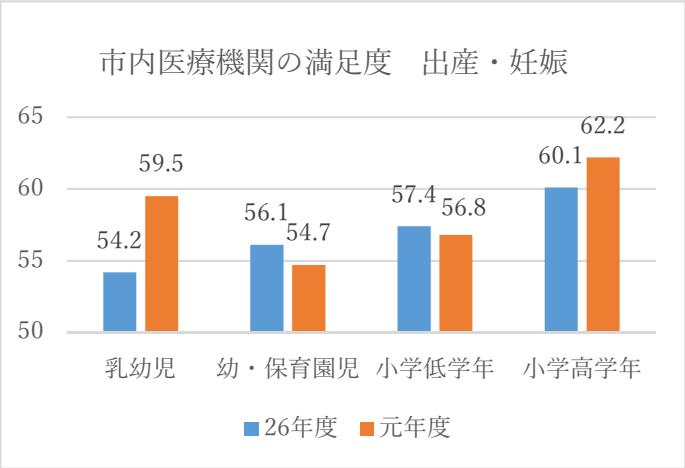


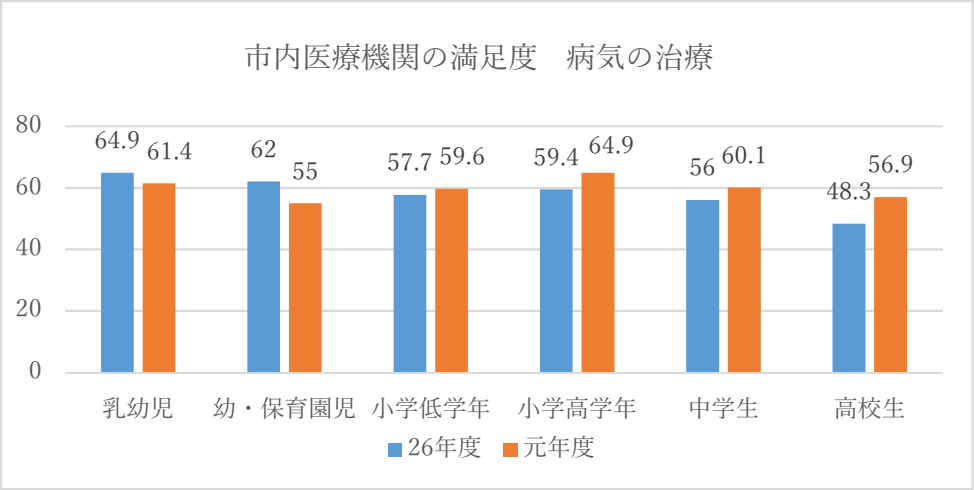


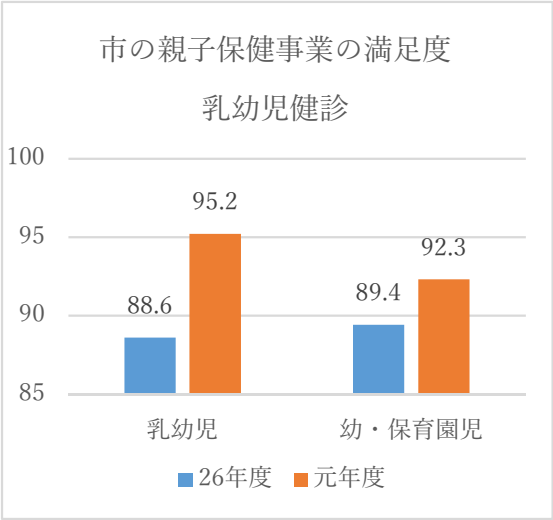
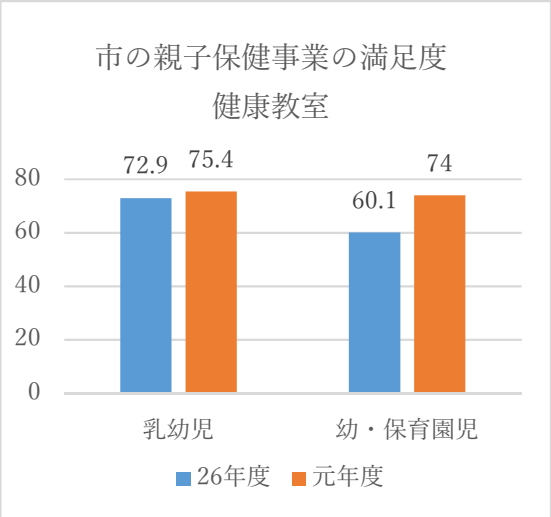
（４）保健・医療について

①市内の医療機関の満足度は約 60%

市内の医療機関については、妊娠出産は 58.1%、病気の治療は 59.4%が満足であると回答している。近年、市内の産婦人科が糸魚川総合病院しかなくなったが、妊娠出産について満足であるという回答が前回よりも増えている。また、病気の治療の方も、未就学児の保護者の回答を除けば前回よりも満足であると回答した人が増えている。





②親子保健事業の満足度は高い

市の親子保健事業について、特に乳幼児健康診査は一部医療機関に委託しているものの集団方式を継続しており、満足度は非常に高い。マタニティスクール、すくすく赤ちゃん広場、ステップアップ離乳食講座等、健康教室も前回より満足と答えた保護者が多くなっている。