

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ①基礎情報

【実施時期】 令和6年11月1日～30日

【対象と回答数】

市内の県立高校2校の全生徒 対象数：1,820人 回答数：436人

【回答者の属性】

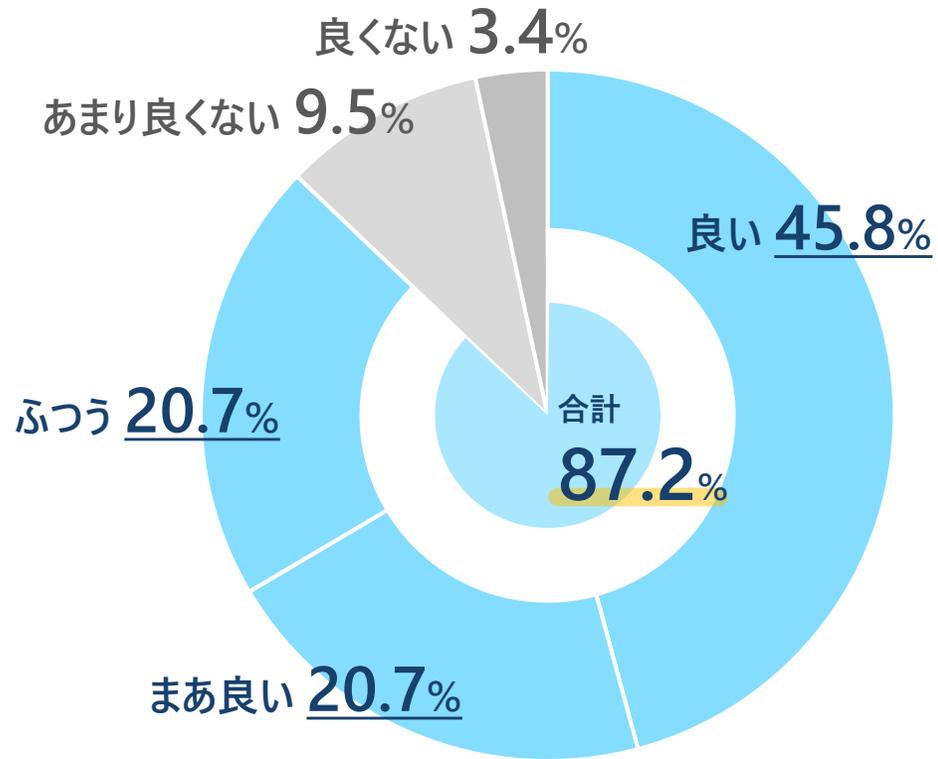
	男子	女子	合計	居住地割合
市内	94	119	213	48.9%
市外	85	138	223	51.1%
合計	179	257	436	100.0%
性別割合	41.1%	58.9%	100.0%	

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ②健康と感じている高校生の割合

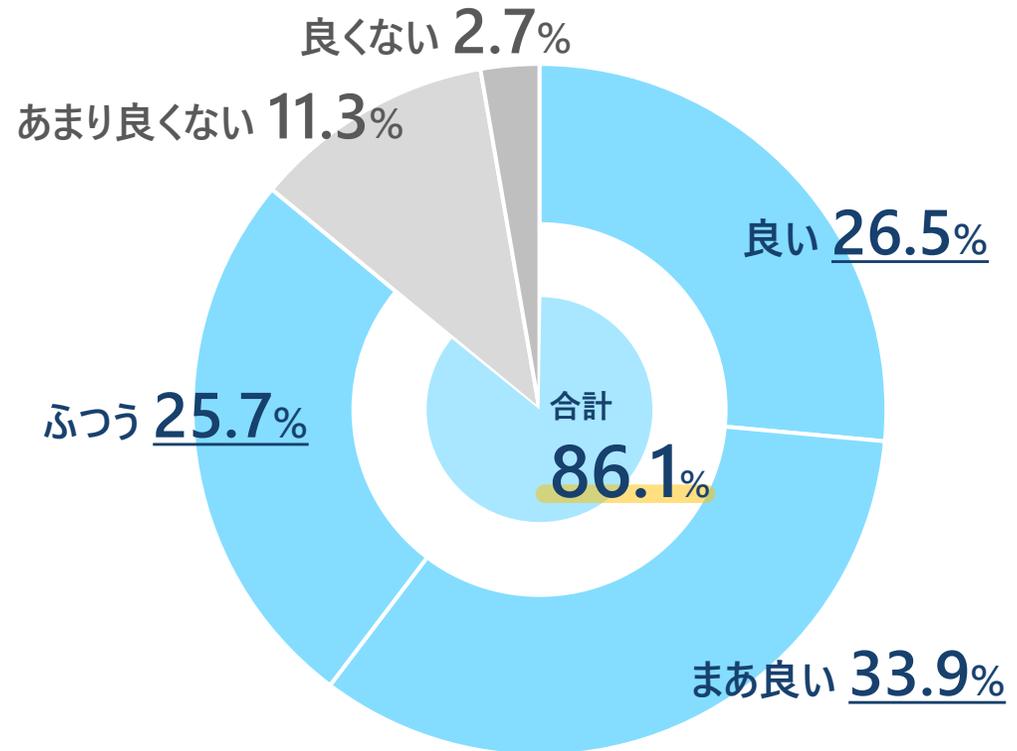
Q. 現在のあなたの健康状態はいかがですか？

A. 「良い」・「まあ良い」・「ふつう」と回答した方を「健康と感じている」とします。

男子



女子

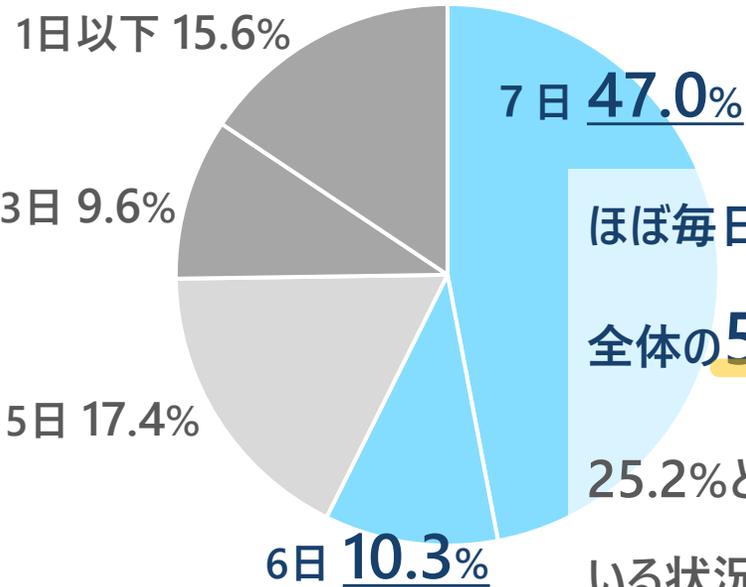


「健康と感じている」割合については、男女間に大きな差はありません。
内訳をみると、「良い」と回答した割合は男子に高い傾向があります。

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ③栄養・食生活

Q. あなたは、ふだん1週間に何日朝食をとりますか？

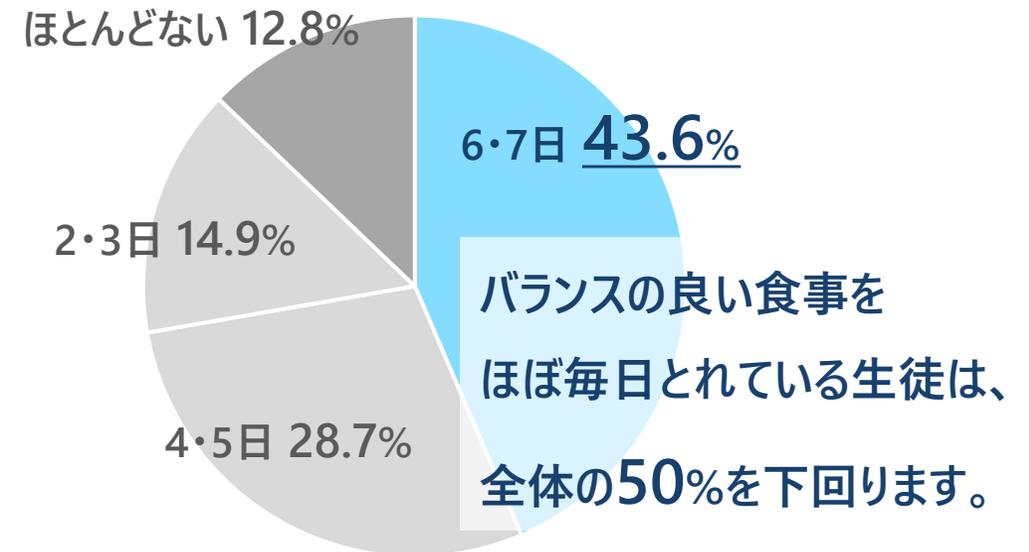
A.



ほぼ毎日朝食をとれている生徒は、
全体の**57.3%**です。
25.2%と**4人に1人**が朝食を欠食して
いる状況は改善が必要です。

Q. あなたは、主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが
1日に2回以上あるのは、1週間に何日ありますか？

A.



バランスの良い食事を
ほぼ毎日とれている生徒は、
全体の**50%**を下回ります。

■高校生の1日の野菜摂取量の平均値

男子	120g
女子	123g

野菜摂取量の目標は1日**350g**です。

1日350gの摂取ができている生徒は全体のわずか**3.0%**でした。

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ④ 身体活動・運動

■ 高校生の1日の歩数の平均値

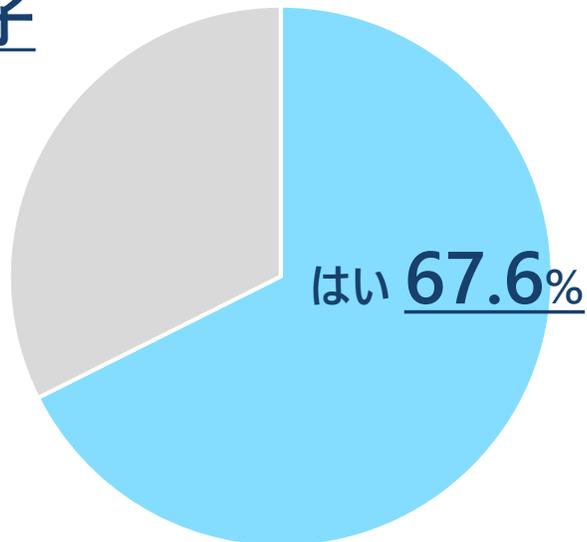
男子	10,354歩
女子	7,387歩

Q. あなたは、1回30分以上の運動を週2回以上、1年以上継続していますか？

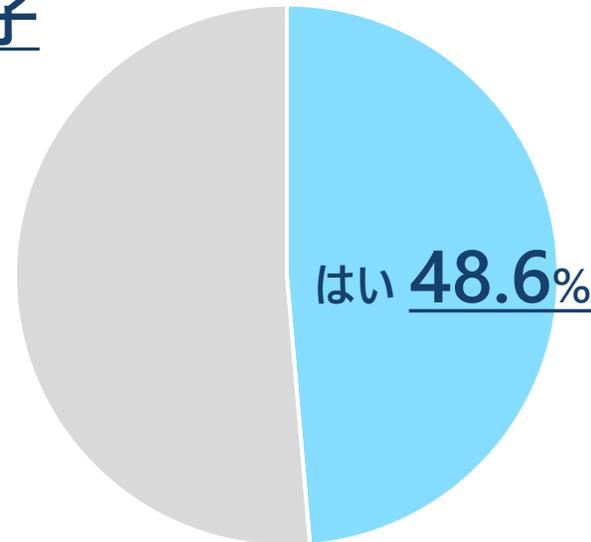
(ウォーキングやストレッチのような軽く汗をかく運動を含みます。)

A.

男子



女子

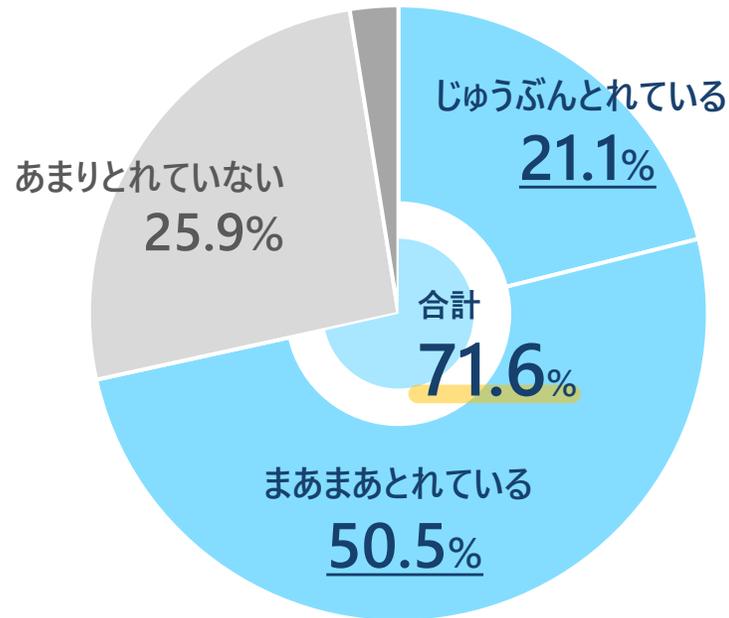


運動習慣がある生徒の割合は男子に高い傾向です。

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ⑤睡眠・休養

Q. この1ヶ月間、あなたは睡眠で休養がとれていますか？

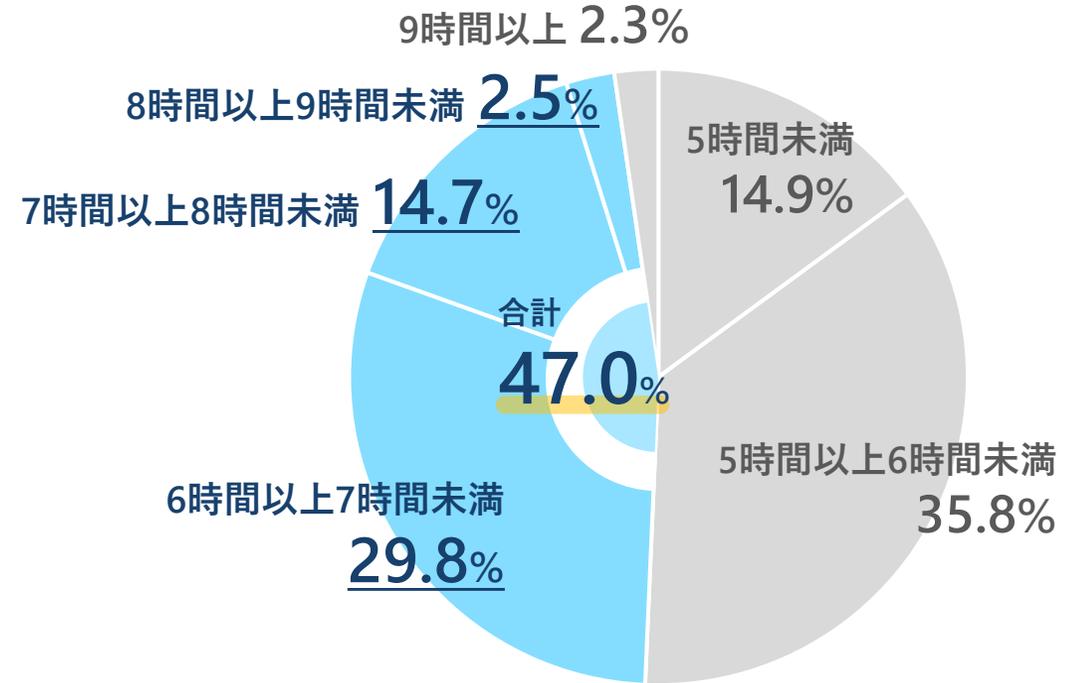
A. 全くとれていない 2.5%



全体の**71.6%**の生徒は、睡眠で休養をとれていると回答しています。

睡眠時間に着目すると、不足している方が多い傾向がみられます。

■睡眠時間をじゅうぶん確保できている高校生の割合



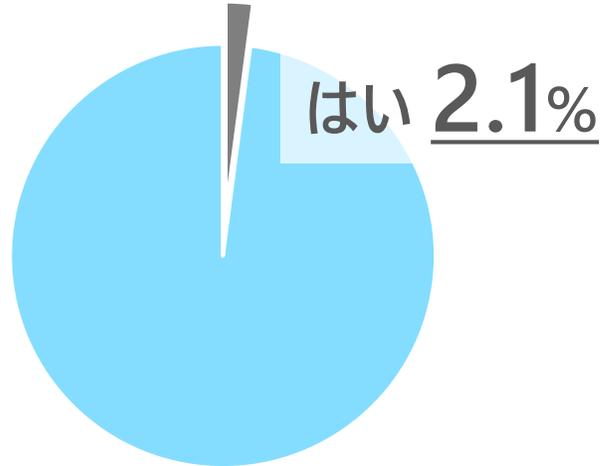
高校生の「じゅうぶんな睡眠時間」の目安は6～9時間です。過不足なく適切な睡眠時間を確保できている生徒は

全体の**47.0%**と半数を下回っています。

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 – ⑥飲酒・喫煙

Q. あなたは、この1ヶ月間で1回でもお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲んだことがありますか？

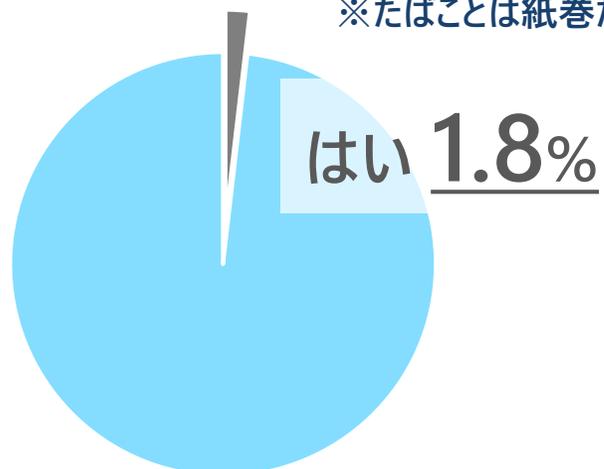
A.



Q. あなたは、この1ヶ月間で1回でもたばこを吸ったことがありますか？

※たばこは紙巻たばこ、加熱式たばこ、その他をいう（電子たばこを含まない）

A.

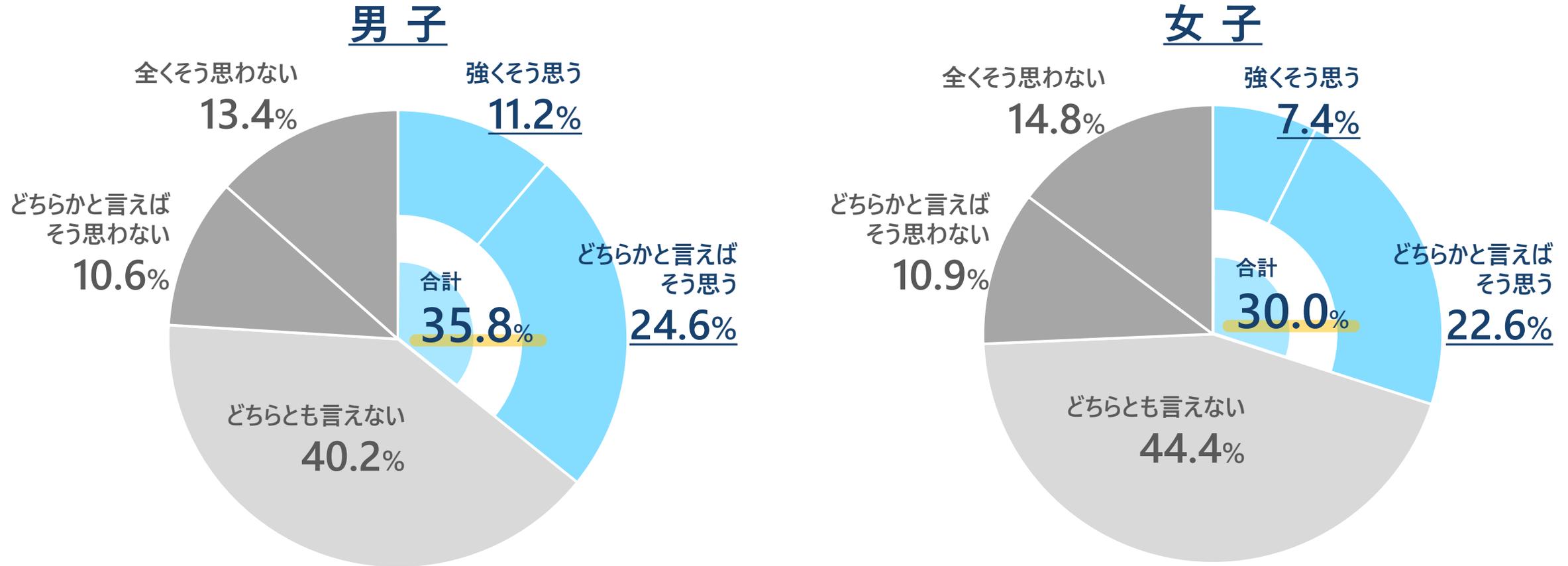


▶ 地域社会全体による未成年者の飲酒・喫煙の防止に向けた取り組みの継続が求められます。

令和6年度市川市の高校生アンケート調査結果 - ⑦地域とのつながり

Q. あなたとあなたのお住まいの地域の人々とのつながりは強いと思いますか？

A.



地域の人々とのつながりが強いと思う生徒の割合は、男女間に大きな差はありません。

男子の方がやや高い傾向です。