

小・中学生の健康調査 -地方と都市の中学生の比較-

看護学科：古川照美,谷川涼子,倉内静香
栄養学科：清水亮

目的

●生活習慣調査等と健康診断からなる健康調査を異なる地域で行い、子どもの頃からの生活習慣病の一次予防対策に資する保健活動に示唆を得る。

結果

●青森県内の西部に位置する日本海に面したA町、ほぼ中央に位置し陸奥湾に面したB町、南東の内陸に位置するC町、および東京都D市の中学生を対象に、生活習慣に関する調査を実施し、比較検討した。

<男子>

- 睡眠時間は平日、休日ともに地方より都市部が短かった。
- テレビ・ビデオ視聴時間は地方が長かった。
- 勉強時間は都市部が長かった。
- 運動時間、ゲーム時間は差がなかった。

<女子>

- 睡眠時間は平日、休日ともに地方より都市部が短かった。
 - 勉強時間は都市部が長かった。
 - 運動時間は地方が長かった。
 - テレビ・ビデオ視聴時間、ゲーム時間は差がなかった。
- 男女とも精神的健康状態は、都市部が低かった。



地域による生活習慣に違いがあり、精神的健康状態にも関連していると思われた。
子どもの頃からの生活習慣予防には、地域特性を捉えた保健活動が必要である。