

日本調查低所得家庭小學生易有不吃早餐的傾向

駐日本代表處教育組

根據日本厚生勞働省（衛生福利勞動部）一項針對約 900 名小學生實施的調查，低所得家庭的小孩在假日時沒吃早餐、飲食中缺少蔬菜、經常食用速食調理品的傾向。

相關人士向來懷疑孩童於家中是否有得到妥善的飲食。厚生勞働省首次針對家庭的經濟狀況與飲食生活間的關聯性實施調查，並試圖透過學校的營養午餐改善孩童的營養攝取。

此次調查係由新潟縣立大學村山伸子教授團隊自 2013 年 9 月至 12 月期間，從東日本地區 4 縣 6 市町村中，針對 923 名國小五年級生及家長，進行孩童的飲食內容及家長的收入情況實施調查。將低於標準收入一半以下的家庭視為低所得家庭，並將其與一般家庭的孩童進行對照。

調查結果顯示，低所得家庭的孩童回答「假日沒吃早餐，或偶而沒吃早餐情況」者是一般家庭孩童的 1.6 倍。另外「家中不常吃蔬菜（週 2、3 次以下）」為 2 倍，「每週有 1 次以上吃速食麵或杯麵」則是 2.7 倍，皆與一般家庭有著極大差距。

村山教授表示，經濟狀況較差的家庭的孩童，飲食有偏向主食的傾向，可能會造成營養失調。今後將針對家長對於飲食的知識程度進行分析，並研擬對策。

資料來源： 103 年 8 月 2 日 日本經濟新聞