



# 參考資料 調查票

# 1 幼年期調査 調査票

幼年期用

## 豊中市 食と健康に関するアンケート調査

\*\*\* 調査ご協力のお願い \*\*\*

日頃から、市政全般にわたり格別のご支援、ご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。  
豊中市では、市民の健康づくりや食育の推進について、市民一人ひとりが生涯を通してこころ豊かに生活できる、活気ある社会の実現をめざして、「豊中市健康づくり計画」及び「第3期豊中市食育推進計画」を策定しています。このたび、これらの計画の見直し・推進に向けて、市内にお住まいの皆さまが健康づくりに関してどのような意識をお持ちであるかをおたずねし、健康課題に合わせた取り組みべき目標や指標の現状値を把握するため、市内にお住いの方、9,000人を対象に無記名のアンケート調査を行わせていただくこととしました。

本調査への回答は任意です。いただいたご回答は、調査の趣旨に沿ってすべて統計的に集計・分析しますので、個々の回答を他に漏らしたり、そのままの形で公表することはありません。

ご多忙のところ大変恐縮に存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、アンケートにご協力くださいますようお願いいたします。

令和4年10月 豊中市長 長内 繁樹

\*\*\* アンケートの回答にあたって \*\*\*

### (1) アンケートの回答方法

- この調査は、インターネットでの回答（回答にかかる通信費はご自身の負担になります）も可能です。  
下記のURLもしくは右のQRコードからアクセスしていただき、アンケートフォームに直接回答を入力してください。  
※回答には封筒宛名の右上に記載のIDの入力が必要になります。  
<URL> <https://www15.webcas.net/form/pub/srcoosaka/toyonakakz>
- この調査は、封筒宛名の**お子さんを主として保育されている方**がご回答ください。
- この調査は、**令和4年10月1日**を基準日として記入してください。
- ご回答は、回答欄のあてはまる番号を○で囲んでください。ご回答が「その他」の場合は、番号に○をつけ、( )内に具体的に記入してください。
- をつける数は、設問ごとに示してあります。「○はひとつだけ」「○はいくつでも」などの○をつける数にご注意ください。



ご記入いただいた調査票は、**令和4年10月28日（金）**までに、同封の封筒に入れて、切手を貼らずにご返送くださるようお願いいたします。

\*\*\* 調査についてのお問い合わせ \*\*\*

調査の回答の仕方等については、下記のコールセンターにご連絡ください。

《調査委託先》(株)サーベイリサーチセンター

☎ 0120-186-189 (平日(祝日除く) 9:00~12:00/13:00~17:00)

【調査実施主体】

豊中市保健所 健康政策課 健康戦略係 (〒561-0881 大阪府豊中市中桜塚4-11-1)

☎ 06-6858-2879・2292 (平日(祝日除く) 9:00~17:15)

■ 封筒宛名ラベルの右上に記載のIDをご記入ください。

( \_\_\_\_\_ )

### 宛名のお子さんのことについてお伺いします

問1 お子さん（封筒の宛名のお子さん/以下同じ）の昼間の主な保育者はどなたですか。

（○はひとつだけ）

- |                                     |     |       |
|-------------------------------------|-----|-------|
| 1 母                                 | 2 父 | 3 祖父母 |
| 4 保育施設（認定こども園、保育園（所）、幼稚園、認可外保育施設など） |     |       |
| 5 その他（具体的に： _____）                  |     |       |

問2 お子さんの性別をお聞かせください。（○はひとつだけ）

- |      |      |           |
|------|------|-----------|
| 1 男児 | 2 女児 | 3 どちらでもない |
|------|------|-----------|

問3 お子さんの生年月をお聞かせください。

西暦（ \_\_\_\_\_ ）年（ \_\_\_\_\_ ）月生まれ

問4 お子さんは、何人きょうだいの何番目ですか。

（ \_\_\_\_\_ ）人きょうだいの（ \_\_\_\_\_ ）番目

問5 同居家族をお子さんからみた続柄でお聞かせください。（○はいくつでも）

また、お子さんのご両親については令和4年10月1日現在の満年齢もお聞かせください。

- |               |               |                    |
|---------------|---------------|--------------------|
| 1 母（ _____ 歳） | 2 父（ _____ 歳） | 3 祖母               |
| 4 祖父          | 5 姉           | 6 兄                |
| 7 妹           | 8 弟           | 9 その他（具体的に： _____） |

問6 同居している家族の人数を、あなたを含めてお聞かせください。

自分を含めて（ \_\_\_\_\_ ）人

問7 お子さんの身長と体重を教えてください。※小数第1位までご記入ください。

身長（ \_\_\_\_\_ ）cm / 体重（ \_\_\_\_\_ ）kg

問8 お子さんの体形をどう思いますか。（○はひとつだけ）

- |        |        |       |
|--------|--------|-------|
| 1 太りすぎ | 2 太り気味 | 3 ふつう |
| 4 やせ気味 | 5 やせすぎ |       |

# 1 幼年期調査 調査票

問9 お子さんの健康状態はいかがですか。(○はひとつだけ)

- |           |        |       |
|-----------|--------|-------|
| 1 よい      | 2 まあよい | 3 ふつう |
| 4 あまりよくない | 5 よくない |       |

問10 お子さんの食事の様子をお聞かせください。(○はひとつだけ)

- |                                       |
|---------------------------------------|
| 1 普通食を食べている(離乳食は終了)                   |
| 2 離乳食を食べている(母乳やミルクと混合) ⇒ 問18へ進んでください。 |
| 3 離乳食を始めていない(母乳やミルクだけ) ⇒ 問20へ進んでください。 |

問11~17は、問10で「1」と回答した方のみ

問11 食事の作法・慣習として、お子さんに教えていることはありますか。(○はいくつでも)

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 食事の前に手洗い(お手ふき)をする               |
| 2 食事の前後に「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをする |
| 3 残さず食べる                          |
| 4 箸の正しい使い方                        |
| 5 その他(具体的に: _____)                |

問12 お子さんは週に何日くらい朝食をとりますか。(○はひとつだけ)

- |                  |             |             |
|------------------|-------------|-------------|
| 1 ほとんど毎日(週に6~7日) | 2 週に4~5日くらい | 3 週に2~3日くらい |
| 4 週に1日くらい        | 5 朝食は食べていない |             |

問12で「2」~「5」のいずれかを回答した方のみ

問12-1 お子さんが朝食を食べていない理由をお聞かせください。(○はいくつでも)

- |                     |               |
|---------------------|---------------|
| 1 朝食を用意する時間がない      | 2 子どもの食欲がない   |
| 3 朝食を食べる時間に子どもが起きない | 4 朝食を食べる習慣がない |
| 5 その他(具体的に: _____)  |               |

問12で「1」~「4」のいずれかを回答した方のみ

問12-2 お子さんは朝食を家族と食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                            |
|----------------------------|
| 1 だいたい家族と食べている             |
| 2 一人で食べることもあるが、家族と食べることが多い |
| 3 家族と食べることもあるが、一人で食べるが多い   |
| 4 だいたい一人で食べている             |
| 5 その他(具体的に: _____)         |

問13 お子さんは夕食を何時頃にとっていますか。(○はひとつだけ)

- |            |                             |             |
|------------|-----------------------------|-------------|
| 1 午後5時以前   | 2 午後5時台                     | 3 午後6時台     |
| 4 午後7時台    | 5 午後8時台                     | 6 午後9時台     |
| 7 午後10時台以降 | 8 時間は決まっていない(日にちによって時間が変わる) | 9 夕食は食べていない |

問13で「1」~「8」のいずれかを回答した方のみ

問13-1 お子さんは夕食を家族と食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                          |
|--------------------------|
| 1 だいたい家族と食べている           |
| 2 一人で食べることもあるが、家族と食べるが多い |
| 3 家族と食べることもあるが、一人で食べるが多い |
| 4 だいたい一人で食べている           |
| 5 その他(具体的に: _____)       |

問14 お子さんは主食・主菜・副菜\*のそろった食事を1日に何回していますか。

※主食: ご飯やパン、めん類など 主菜: 肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理  
副菜: 野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理

1日に(\_\_\_\_\_)回

問15 お子さんに主食・主菜・副菜をそろえて準備することを、負担に感じることはありますか。(○はひとつだけ)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 負担に感じることもある | 2 負担に感じることはない |
|---------------|---------------|

問15で「1」を回答した方のみ

問15-1 どのようなところに負担がかかると感じますか。(○はいくつでも)

- |                                |
|--------------------------------|
| 1 準備するのに時間がかかる                 |
| 2 準備するのにお金がかかる                 |
| 3 どのように準備していいかわからない(知識・経験がない)  |
| 4 準備しても子どもが食べない(子どもの好き嫌い・少食など) |
| 5 準備しても子どもがアレルギーや病気で食べられない     |
| 6 その他(具体的に: _____)             |

# 1 幼年期調査 調査票

問 16 食事についてお子さんにあてはまるものをすべてお選びください。(〇はいくつでも)

- |               |                |               |
|---------------|----------------|---------------|
| 1 遊び食い        | 2 偏食           | 3 むら食い        |
| 4 食べるのに時間がかかる | 5 よくかまない       | 6 口から出す       |
| 7 少食          | 8 食べすぎる        | 9 食欲がない       |
| 10 早食い        | 11 食べ物を口の中でためる | 12 あてはまるものはない |

問 17 お子さんのおやつは時間や量を決めていますか。(〇はひとつだけ)

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 1 時間と量を決めている        | 2 時間は決めているが量は決めていない |
| 3 時間は決めていないが量は決めている | 4 時間も量も決めていない       |
| 5 食べていない            |                     |

問 18・19 は、問 10 で「1」または「2」と回答した方のみ

問 18 お子さんの離乳食で困った(困っている)ことはありますか。(〇はいくつでも)

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 1 作るのが面倒・苦痛      | 2 作り方がわからない           |
| 3 食べる量が少ない       | 4 食べる量が多い             |
| 5 食べるものの種類が偏っている | 6 食べるのを嫌がる            |
| 7 食べさせるのが面倒・苦痛   | 8 食物アレルギーで食べられないものがある |
| 9 相談する人がいない      | 10 その他(具体的に: )        |
| 11 困ったことはない      |                       |

問 19 食物アレルギー(疑い含む)で受診したことがありますか。(〇はひとつだけ)

- |             |
|-------------|
| 1 受診したことがある |
| 2 受診したことはない |

問 19 で「2」を回答した方のみ

問 19-1 受診しない理由を教えてください。(〇はいくつでも)

- |                    |
|--------------------|
| 1 受診する必要がないと判断した   |
| 2 どこに受診すればいいかわからない |
| 3 その他(具体的に: )      |

## ご家庭の食生活についてお聞きします

問 20 食育<sup>※</sup>に関心がありますか。(〇はひとつだけ)

※食育とは…心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを含みます。

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1 関心がある         | 2 どちらかといえば関心がある |
| 3 どちらかといえば関心がない | 4 関心がない         |
| 5 わからない         |                 |

問 21 食事の時間を楽しいと感じられますか。(〇はひとつだけ)

- |              |                      |
|--------------|----------------------|
| 1 楽しいと感じられる  | 2 どちらかといえば楽しいと感じられる  |
| 3 どちらともいえない  | 4 どちらかといえば楽しいと感じられない |
| 5 楽しいと感じられない |                      |

問 22 万一の災害に備えて家族全員分の非常食や飲料等を備蓄していますか。(〇はいくつでも)

- |   |
|---|
| 1 災害用の非常食を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか? ( _____ ) 日分 |
| 2 災害用の飲料を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか? ( _____ ) 日分  |
| 3 災害用にカセットコンロなどの熱源を用意している                     |
| 4 保存食 <sup>※</sup> 、飲料、熱源はあるが、災害用としては備蓄していない  |
| 5 非常食、飲料、熱源のいずれも、まったく家庭に置いていない                |

※保存食とは…缶詰、インスタント食品、フリーズドライなど、日持ちするよう加工された食品のこと。

# 1 幼年期調査 調査票

## 妊娠、出産とその前後についてお聞きます

問 23-1 お子さんを妊娠中に、お母さんはタバコを吸っていましたか。(○はひとつだけ)

- |                   |                         |
|-------------------|-------------------------|
| 1 もともと吸わない        | 2 妊娠がわかってすぐにやめた         |
| 3 妊娠初期(妊娠4か月)でやめた | 4 妊娠中期～後期(妊娠5か月～出産)でやめた |
| 5 妊娠前と同様に吸っていた    | 6 わからない                 |

問 23-2 お子さんを妊娠中に、お母さん以外の家族はタバコを吸っていましたか。

(○はひとつだけ)

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| 1 もともと吸わない       | 2 妊娠がわかってやめた   |
| 3 妊娠前より減らして吸っていた | 4 妊娠前と同様に吸っていた |
| 5 わからない          |                |

問 24 お子さんを妊娠中にお母さんは飲酒していましたか。(○はひとつだけ)

- |            |              |         |
|------------|--------------|---------|
| 1 もともと飲まない | 2 妊娠がわかってやめた | 3 時々飲んだ |
| 4 頻繁に飲んだ   | 5 わからない      |         |

問 25 お子さんが生後1か月のとき、母乳を与えていましたか。(○はひとつだけ)

- |         |         |         |
|---------|---------|---------|
| 1 与えていた | 2 与えてない | 3 わからない |
|---------|---------|---------|

問 26 お子さんを出産したあと、お母さんはマタニティブルー<sup>※</sup>になりましたか。

(○はひとつだけ)

※マタニティブルーとは…出産後ちょっとしたことで悲しくなったり不安になったり、涙もろくなったりする状態のこと。

- |       |          |         |
|-------|----------|---------|
| 1 なった | 2 ならなかった | 3 わからない |
|-------|----------|---------|

問 26 で「1」を回答した方のみ

問 26-1 そのときどこ(誰)に相談しましたか。(○はいくつでも)

- |                            |        |
|----------------------------|--------|
| 1 家族                       | 2 友人   |
| 3 保健センター・保健所               | 4 産婦人科 |
| 5 心療内科や精神科                 |        |
| 6 相談したかったが、相談するところがわからなかった |        |
| 7 その他(具体的に: )              |        |
| 8 相談しようと思わなかった             |        |

## 育児についてお聞きます

問 27 現在、お子さんと同居する家族はタバコを吸っていますか。(○はひとつだけ)

- |                    |                       |
|--------------------|-----------------------|
| 1 誰も吸わない           | 2 誰も家では吸わない           |
| 3 誰も子どもと同じ部屋では吸わない | 4 子どもと同じ部屋で吸っている家族がいる |

問 28 お子さんにはかかりつけの医師や歯科医師はいますか。

かかりつけになっているものをすべてお選びください。(○はいくつでも)

- |                         |                           |
|-------------------------|---------------------------|
| 1 かかりつけ医師 <sup>※1</sup> | 2 かかりつけ歯科医師 <sup>※2</sup> |
| 3 かかりつけ薬局 <sup>※3</sup> | 4 かかりつけになっていないものはない       |

※1 かかりつけ医師とは…病気の治療だけでなく健診や健康づくりについて相談できる医師

※2 かかりつけ歯科医師とは…歯科治療だけでなく健診や歯や口の健康づくりについて相談できる歯科医師

※3 かかりつけ薬局とは…薬の服用歴の管理や、適切で安全な服薬の相談ができる薬局

問 29 休日や夜間に診察や治療をしてくれる小児の救急医療機関<sup>※</sup>、または「こども医療電話相談(#8000)」を知っていますか。(○はひとつだけ)

※小児救急病院医療機関とは…豊能広域こども急病センターや休日診療所

- |                                      |
|--------------------------------------|
| 1 救急医療機関も「こども医療電話相談(#8000)」どちらも知っている |
| 2 救急医療機関のみ知っている                      |
| 3 「こども医療電話相談(#8000)」のみ知っている          |
| 4 知らない                               |

問 30 子どもの事故防止のための対策としてどのようなことをしてきましたか。

(○はいくつでも)

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1 タバコや灰皿を置かない      | 2 危ないものを置かない      |
| 3 熱湯に気をつける         | 4 階段や台所の出入り口に柵をする |
| 5 口に入れると危険なものを置かない | 6 お風呂の水を抜く        |
| 7 交通ルールを教える        | 8 その他(具体的に: )     |
| 9 特に何もしていない        |                   |

問 31 お子さんが朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか。(○はいくつでも)

決まっている場合はその時間(24時間制)もお聞かせください。

- |                       |
|-----------------------|
| 1 朝起きる時間が決まっている( : )頃 |
| 2 夜寝る時間が決まっている( : )頃  |
| 3 どちらも決まっていない         |



# 1 幼年期調査 調査票

問 32 1歳までお子さんをどのように寝かせていましたか。お子さんが0歳の場合は、現在のどのよう)に寝かせていますか。(○はひとつだけ)

- |          |               |
|----------|---------------|
| 1 おおむけ   | 2 うつぶせ        |
| 3 決めていない | 4 その他(具体的に: ) |

問 33 お子さんが、テレビやスマートフォン、パソコンを見ているスクリーンタイムは、1日何時間ですか。(○はひとつだけ)

- |         |              |         |
|---------|--------------|---------|
| 1 3時間未満 | 2 3時間以上5時間未満 | 3 5時間以上 |
|---------|--------------|---------|

問 34 新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で、スクリーンタイムは変わりましたが。(○はひとつだけ)

- |       |       |         |          |
|-------|-------|---------|----------|
| 1 増えた | 2 減った | 3 変わらない | 4 比較できない |
|-------|-------|---------|----------|

問 35 子どもの健やかな成長を育むために、どのようなことに気をつけていますか。(○はいくつでも)

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 子どもとのコミュニケーションにつとめている           |
| 2 子どもの気持ちや考えを聴き、共感するようにしている       |
| 3 子どもができていることを見つけて褒めるようにしている      |
| 4 子どものごころの健康について知識をもつようにしている      |
| 5 子どものごころの不調(気になる様子)に気を付けるようにしている |
| 6 子どもの睡眠や食事など規則正しい生活を心掛けるようにしている  |
| 7 気をつけたいと思うが、どうすればよいかわからない        |
| 8 その他(具体的に: )                     |
| 9 特に気をつけたいと思わない                   |

問 36 半日程度、子どもを預かってもらえる人や場所はありますか。(○はいくつでも)

- |                               |
|-------------------------------|
| 1 自分や配偶者(またはパートナー)の実家         |
| 2 親戚                          |
| 3 近所の人                        |
| 4 友人・育児仲間                     |
| 5 認定こども園・保育所(園)・幼稚園等の一時保育サービス |
| 6 ファミリーサポートセンター               |
| 7 民間ベビーシッター                   |
| 8 その他(具体的に: )                 |
| 9 預かってもらえる人や場所はない             |

問 37 育児に関する不安や悩みを相談できる場所はどこ(誰)ですか。(○はいくつでも)

- |                         |
|-------------------------|
| 1 配偶者(またはパートナー)         |
| 2 子どもの祖父母など親族           |
| 3 近所の人                  |
| 4 友人・育児仲間               |
| 5 認定こども園・保育所(園)・幼稚園等の先生 |
| 6 子育て支援センターの職員          |
| 7 かかりつけ医                |
| 8 保健センター(千里・中部・庄内)      |
| 9 薬局・デパートなどの育児相談        |
| 10 育児書・育児雑誌の相談コーナー      |
| 11 インターネット(SNSを含む)・アプリ  |
| 12 テレビ・ラジオ等の相談コーナー      |
| 13 相談したいが相談できる場所がない     |
| 14 その他(具体的に: )          |
| 15 誰にも相談したくない           |

問 38 育児に関する知識や情報をどこから入手していますか。(○はいくつでも)

- |                                      |
|--------------------------------------|
| 1 配偶者(またはパートナー)                      |
| 2 子どもの祖父母など親族                        |
| 3 近所の人                               |
| 4 友人・育児仲間                            |
| 5 認定こども園・保育所(園)・幼稚園等の先生              |
| 6 子育て支援センターの職員                       |
| 7 受診している医療機関                         |
| 8 保健センター(千里・中部・庄内)                   |
| 9 薬局・デパートなどの育児相談                     |
| 10 育児書・育児雑誌                          |
| 11 テレビ                               |
| 12 新聞・雑誌(育児雑誌以外)                     |
| 13 豊中市のホームページ                        |
| 14 豊中市以外のインターネット・アプリ(SNS、動画配信サイトを含む) |
| 15 講演会・育児教室                          |
| 16 その他(具体的に: )                       |
| 17 情報を入手していない                        |

# 1 幼年期調査 調査票

問 39 子育てに関する交流や相談の場（子育てサロン、子育て支援センターなど）で参加したことがあるものをお選びください。（〇はいくつでも）

- |             |                    |
|-------------|--------------------|
| 1 子育てサロン    | 2 子育て支援センター        |
| 3 子育てサークル   | 4 その他（具体的に： _____） |
| 5 参加したことはない |                    |

問 39 で「1」～「4」を回答した方のみ

問 39-1 子育てに関する交流や相談の場に参加した目的をお聞かせください。

（〇はいくつでも）

- |              |                    |
|--------------|--------------------|
| 1 保護者仲間をつくる  | 2 息抜きをする           |
| 3 子育てなどの情報交換 | 4 子どもとの関わり方や遊びを学ぶ  |
| 5 子どもの友達づくり  | 6 その他（具体的に： _____） |

全員におたずねします

問 40 子どもに関するテーマの講座やイベントで、参加したことがあるものをお選びください。

（〇はいくつでも）

- |                             |
|-----------------------------|
| 1 保健センターの講座・教室（離乳食、アレルギーなど） |
| 2 公民館・公民分館の講座、イベント          |
| 3 市以外が主催する講座、イベント           |
| 4 その他（具体的に： _____）          |
| 5 参加したことはない                 |

問 41 豊中市の乳幼児健診（4か月、1歳6か月、3歳6か月）にはどの程度満足していますか。（〇はひとつだけ）

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| 1 とても満足     | 2 まあ満足           |
| 3 どちらともいえない | 4 やや不満           |
| 5 とても不満     | 6 まだ乳幼児健診を受けていない |

問 42 ゆっくりと子どもの相手ができる時間がありますか。（〇はひとつだけ）

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 十分ある  | 2 少しはある  |
| 3 あまりない | 4 まったくない |

問 43 育児を楽しんでいると感じていますか。（〇はひとつだけ）

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 1 楽しいと感じることが多い    | 2 楽しいと感じることが少しはある  |
| 3 楽しいと感じることはあまりない | 4 楽しいと感じることはまったくない |

問 44 子育てに自信が持てなくなったことがありますか。（〇はひとつだけ）

- |           |         |
|-----------|---------|
| 1 たびたびあった | 2 時々あった |
| 3 なかった    |         |

問 44 で「1」または「2」を回答した方のみ

問 44-1 子育てに関して自信が持てなくなるのはどのようなときですか。（〇はいくつでも）

- |                    |                  |
|--------------------|------------------|
| 1 子どもの要求がわからないとき   | 2 他の子どもと比べたとき    |
| 3 自分の思うようにならないとき   | 4 育児書通りになっていないとき |
| 5 専門家から指摘を受けたとき    | 6 家族から指摘を受けたとき   |
| 7 その他（具体的に： _____） |                  |

全員におたずねします

問 45 （ご記入いただいている方の）心や体の調子はいかがですか。（〇はひとつだけ）

- |                     |
|---------------------|
| 1 心も体も調子がいい         |
| 2 心の調子がいいが体の調子はよくない |
| 3 体の調子がいいが心の調子はよくない |
| 4 心も体も調子がよくない       |

問 46 これまでに、自身がお子さんを虐待しているのではないかと思うことがありましたか。

（〇はひとつだけ）

- |           |          |
|-----------|----------|
| 1 たびたびあった | 2 何回かあった |
| 3 なかった    |          |

問 46 で「1」または「2」を回答した方のみ

問 46-1 そのときどのように対処しましたか。（〇はいくつでも）

- |                               |
|-------------------------------|
| 1 家族や友人に相談した                  |
| 2 相談機関（市役所、保健センター、児童相談所）に相談した |
| 3 一時保育などに預けた                  |
| 4 対処の仕方がわからなかった               |
| 5 その他（具体的に： _____）            |
| 6 特に何もしなかった                   |

# 1 幼年期調査 調査票

## お子さんの歯についてお聞きします

問 47 お子さんの噛む力にあわせた食事を心がけていますか。(○はひとつだけ)

- 1 いつも心がけている      2 時々心がけている      3 あまり心がけていない

問 48 お子さんは歯みがき（ガーゼで拭くなどのケアを含む）をしていますか。

(○はひとつだけ)

- 1 している      2 していない

問 48 で「1」を回答した方のみ

問 48-1 お子さんは歯みがき（ガーゼで拭くなどのケアを含む）をいつしていますか。

(○はいくつでも)

- 1 朝（起床時）      2 朝食後      3 昼食後  
4 夕食後      5 夜（就寝前）      6 その他（具体的に：      ）

全員におたずねします

問 49 お子さんは定期的な歯科検診を受けていますか。(○はひとつだけ)

- 1 受けている      2 受けていたが、コロナの影響で受診を控えている  
3 もともと受けていない

問 50 お子さんにむし歯予防のためのフッ化物塗布を受けさせていますか。(○はひとつだけ)

- 1 受けさせている      2 受けさせたいが、受けさせていない  
3 受けさせていないし、受けさせたいと思わない

問 51 お子さんはむし歯がありますか。(○はひとつだけ)

- 1 むし歯はない      2 むし歯があったが治療した  
3 むし歯があるので治療する予定      4 むし歯があるが治療は考えていない  
5 むし歯があるかどうかわからない

問 52 お子さんの歯や口について、あてはまるものをお選びください。(○はいくつでも)

- 1 歯ならびが悪い      2 かみあわせが悪い  
3 歯みがきをすると歯ぐきから血が出る      4 歯ぐきが赤くはれてぶよぶよする  
5 コロナ禍でマスク生活になってから口呼吸になっている  
6 この中にあてはまるものはない  
7 わからない

## ご記入いただいている方についてお聞きします

問 53 お子さんからみた、ご記入いただいている方の続柄をお聞かせください。

(○はひとつだけ)

- 1 母      2 父      3 祖母  
4 祖父      5 その他（具体的に：      ）

問 54 年齢をお聞かせください。

(      ) 歳

問 55 お住まい地域の郵便番号をご記入ください。

〒 (      ) - (      )

問 56 豊中市には何年お住まいですか。

約 (      ) 年住んでいる

問 57 ご家庭では、ご家族（同居、別居を問わず）を介護していますか。(○はひとつだけ)

- 1 介護している      2 介護していない

問 58 ご職業をお聞かせください。(○はひとつだけ)

- 1 会社員・公務員      2 会社役員・会社経営者      3 自営業（商工農林漁）  
4 自由業      5 専業主婦（夫）      6 パート・アルバイト  
7 学生      8 無職      9 その他（具体的に：      ）

仕事をしていると回答した方のみ

問 58-1 仕事をしている日数と時間をお聞かせください。

だいたい週 (      ) 日、1日に (      ) 時間勤務している

問 58 で「1」と回答した方のみ

問 58-2 雇用形態をお聞かせください。(○はひとつだけ)

- 1 正規（常勤）      2 派遣社員      3 契約・嘱託職員      4 その他



# 1 幼年期調査 調査票

全員におたずねします

問 59 最後に卒業した学校をお聞かせください。(○はひとつだけ)

- |             |               |
|-------------|---------------|
| 1 中学校       | 2 高等学校        |
| 3 短期大学(2年間) | 4 短期大学部(3年間)  |
| 5 専門学校      | 6 大学          |
| 7 大学院       | 8 その他(具体的に: ) |

問 60 世帯の収入(同居者合計)は以下のどれにあてはまりますか。(○はひとつだけ)

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 1 200万円未満            | 2 200万円以上400万円未満     |
| 3 400万円以上600万円未満     | 4 600万円以上900万円未満     |
| 5 900万円以上1,200万円未満   | 6 1,200万円以上1,500万円未満 |
| 7 1,500万円以上2,000万円未満 | 8 2,000万円以上          |

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

記入漏れがないか確認の上、同封の返信用封筒に入れて

**10月28日(金)**までにご投函ください。(切手は不要です)

## 2 少年期調査 調査票

少年期用

### 豊中市 食と健康に関するアンケート調査

\*\*\* 調査ご協力のお願い \*\*\*

日頃から、市政全般にわたり格別のご支援、ご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

豊中市では、市民の健康づくりや食育の推進について、市民一人ひとりが生涯を通して豊かに生活できる、活気ある社会の実現をめざして、「豊中市健康づくり計画」及び「第3期豊中市食育推進計画」を策定しています。このたび、これらの計画の見直し・推進に向けて、市内にお住まいの皆さまが健康づくりに関してどのような意識をお持ちであるかをおたずねし、健康課題に合わせた取り組みべき目標や指標の現状値を把握するため、市内にお住いの方、9,000人を対象に無記名のアンケート調査を行わせていただくこととしました。

本調査への回答は任意です。いただいたご回答は、調査の趣旨に沿ってすべて統計的に集計・分析しますので、個々の回答を他に漏らしたり、そのままの形で公表することはありません。

ご多忙のところ大変恐縮に存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、アンケートにご協力くださいますようお願いいたします。

令和4年10月 豊中市長 長内 繁樹

\*\*\* アンケートの回答にあたって \*\*\*

#### (1) アンケートの回答方法

- この調査は、インターネットでの回答（回答にかかる通信費はご自身の負担になります）も可能です。  
下記のURLもしくは右のQRコードからアクセスしていただき、アンケートフォームに直接回答を入力してください。  
※回答には封筒宛名の右上に記載のIDの入力が必要になります。  
<URL> <https://www15.webcas.net/form/pub/srccosaka/toyonakakz>
- この調査は、問1～問24は封筒宛名のお子さんご自身、問25～問41はそのお子さんの主な保護者の方がご回答ください。
- この調査は、令和4年10月1日を基準日として記入してください。
- ご回答は、回答欄のあてはまる番号を○で囲んでください。ご回答が「その他」の場合は、番号に○をつけ、( )内に具体的に記入ください。
- をつける数は、設問ごとに示してあります。「○はひとつだけ」「○はいくつでも」などの○をつける数にご注意ください。



ご記入いただいた調査票は、令和4年10月28日（金）までに、同封の封筒に入れて、切手を貼らずにご返送くださるようお願いいたします。

\*\*\* 調査についてのお問い合わせ \*\*\*

調査の回答の仕方等については、下記のコールセンターにご連絡ください。

《調査委託先》(株)サーベイリサーチセンター

☎ 0120-186-189 (平日(祝日除く) 9:00~12:00/13:00~17:00)

【調査実施主体】

豊中市保健所 健康政策課 健康戦略係 (〒561-0881 大阪府豊中市中塚桜4-11-1)

☎ 06-6858-2879・2292 (平日(祝日除く) 9:00~17:15)

■ 封筒宛名ラベルの右上に記載のIDをご記入ください。

( \_\_\_\_\_ )

#### お子さんご自身が記入してください

問1 普段の生活の中で心がけていることはありますか。(○はいくつでも)

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1 食事をきちんととること      | 2 おやつ(おかし)を食べすぎないこと |
| 3 早寝早起きをする         | 4 勉強をする             |
| 5 家の人のお手伝いをする      | 6 友だちと楽しく過ごす        |
| 7 家族と楽しく過ごす        | 8 運動をする             |
| 9 その他(具体的に: _____) |                     |
| 10 特になし            |                     |

問2 朝ごはんを食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| 1 ほとんど毎日(週に6~7日)食べている |                   |
| 2 週に4~5日くらいは食べている     | 3 週に2~3日くらいしか食べない |
| 4 週に1日くらいしか食べない       | 5 食べない            |

問2で「2」~「5」のいずれかを回答した方のみ

問2-1 朝ごはんを食べないことがあるのはなぜですか。(○はいくつでも)

- |                    |                 |
|--------------------|-----------------|
| 1 時間がない            | 2 食欲がわかない       |
| 3 朝ごはんを食べるより寝ていたい  | 4 やせるため         |
| 5 朝ごはんを用意する人がいない   | 6 朝ごはんを食べる習慣がない |
| 7 その他(具体的に: _____) |                 |

問2で「1」~「4」のいずれかを回答した方のみ

問2-2 朝ごはんを家族と食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                          |
|--------------------------|
| 1 だいたい家族と食べている           |
| 2 一人で食べることもあるが、家族と食べるが多い |
| 3 家族と食べることもあるが、一人で食べるが多い |
| 4 だいたい一人で食べている           |

## 2 少年期調査 調査票

全員におたずねします

問3 タごはんは何時ごろに食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 1 午後5時よりも前          | 2 午後5時から6時のあいだ   |
| 3 午後6時から7時のあいだ      | 4 午後7時から8時のあいだ   |
| 5 午後8時から9時のあいだ      | 6 午後9時から10時のあいだ  |
| 7 午後10時から11時のあいだ    | 8 午後11時から12時のあいだ |
| 9 夜中12時よりもおそくに食べている | 10 時間は決まっていない    |
| 11 タごはんを食べない        |                  |

問3で「1」～「10」のいずれかを回答した方のみ

問3-1 タごはんを家族と食べていますか。(○はひとつだけ)

- |                            |
|----------------------------|
| 1 だいたい家族と食べている             |
| 2 一人で食べることもあるが、家族と食べることが多い |
| 3 家族と食べることもあるが、一人で食べるが多い   |
| 4 だいたい一人で食べている             |

全員におたずねします

問4 食事を楽しいと思うのはどんなときですか。(○はいくつでも)

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1 好きなメニューのとき       | 2 ごちそうや珍しいメニューのとき |
| 3 家族と一緒に食事するとき     | 4 ともだちと一緒に食事するとき  |
| 5 外食するとき           | 6 給食を食べるとき        |
| 7 お弁当を食べるとき        | 8 キャンプなどで外で食事するとき |
| 9 その他(具体的に: _____) |                   |
| 10 食事が楽しいと思うことはない  |                   |

問5 食事をするうえで大切なことは何だと思えますか。(○はいくつでも)

- |                    |               |
|--------------------|---------------|
| 1 栄養のバランスよく食べる     | 2 手づくりの料理を食べる |
| 3 好き嫌いをしない         | 4 行儀よく食べる     |
| 5 残さず食べる           | 6 おなかいっぱい食べる  |
| 7 楽しく食べる           |               |
| 8 その他(具体的に: _____) |               |
| 9 大切なことは特にないと思う    |               |

問6 主食(ごはん、パン、めん類など)・主菜(肉、魚、卵など)・副菜(野菜のあえものやサラダ、みそ汁など)がそろった食事は、1日に何回ありますか。

1日に( \_\_\_\_\_ )回

問7 食事のマナーとして気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

- |                                   |
|-----------------------------------|
| 1 食事の前に手洗いをする                     |
| 2 食事の前後に「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをする |
| 3 残さず食べる                          |
| 4 箸を正しく使う                         |
| 5 その他(具体的に: _____)                |

問8 食事の準備などの手伝いをしていますか。(○はひとつだけ)

- |            |            |
|------------|------------|
| 1 いつもしている  | 2 ときどきしている |
| 3 あまりしていない |            |

問8で「1」または「2」を回答した方のみ

問8-1 どんな手伝いをしていますか。(○はいくつでも)

- |                           |
|---------------------------|
| 1 食材(肉や魚や野菜など)の買い物に行く     |
| 2 肉や野菜を切る(包丁で切る、または手でちぎる) |
| 3 米を洗う                    |
| 4 炒めたり煮たりする(火を使うお手伝い)     |
| 5 できた料理をお皿に盛り付ける          |
| 6 盛り付けたものを食卓に出す           |
| 7 食器を並べる                  |
| 8 食べ終わった食器を引き上げる          |
| 9 食器を洗う                   |
| 10 その他(具体的に: _____)       |

## 2 少年期調査 調査票

全員におたずねします

問9 学校の給食に、豊中市内で作られた農作物が使われていることを知っていますか。

(○はひとつだけ)

- |         |        |
|---------|--------|
| 1 知っている | 2 知らない |
|---------|--------|

問10 やったことのある農業体験はありますか。(○はいくつでも)

- |                    |                     |
|--------------------|---------------------|
| 1 田植え              | 2 稲かり               |
| 3 野菜の種まき           | 4 水やり               |
| 5 草ぬき              | 6 野菜のしゅうかく (いもほりなど) |
| 7 もちつき             | 8 稲わら細工             |
| 9 その他(具体的に: _____) |                     |
| 10 農業体験をしたことはない    |                     |

問11 おやつは時間や量を決めていますか。(○はひとつだけ)

- |                    |
|--------------------|
| 1 時間と量を決めている       |
| 2 時間は決めているが量は決めている |
| 3 時間は決めているが量は決めている |
| 4 時間も量も決めている       |
| 5 食べていない           |

問12 歯みがきをしていますか。(○はひとつだけ)

- |        |         |
|--------|---------|
| 1 している | 2 していない |
|--------|---------|

問12で「1」を回答した方のみ

問12-1 歯みがきをいつしていますか。(○はいくつでも)

- |          |                    |
|----------|--------------------|
| 1 朝(起床時) | 2 朝食後              |
| 3 昼食後    | 4 夕食後              |
| 5 夜(就寝前) | 6 その他(具体的に: _____) |

全員におたずねします

問13 むし歯がありますか。(○はひとつだけ)

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| 1 むし歯はない           | 2 むし歯があったが治療した    |
| 3 むし歯があるので治療しようと思う | 4 むし歯があるが治療はしたくない |
| 5 むし歯があるかどうかわからない  |                   |

問14 次のなかにあてはまるものはありますか。(○はいくつでも)

- |                     |                   |
|---------------------|-------------------|
| 1 歯ならびが悪い           | 2 かみあわせが悪い        |
| 3 歯みがきをすると歯ぐきから血が出る | 4 歯ぐきが赤くはれてぶよぶよする |
| 5 この中にあてはまるものはない    |                   |

問15 むし歯予防のためにあなたが使っているものはありますか。(○はいくつでも)

- |                 |                   |
|-----------------|-------------------|
| 1 フッ素入りの歯みがき剤   | 2 液体歯みがき(デンタルリンス) |
| 3 デンタルフロス(糸ようじ) | 4 どれも使ってない        |

問16 朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか。(○はいくつでも)

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 1 朝起きる時間が決まっている | 2 夜寝る時間が決まっている |
| 3 どちらも決まっていない   |                |

問17 1日にだいたい何時間くらい寝ていますか。

1日にだいたい( \_\_\_\_\_ )時間くらい

問18 テレビやスマートフォン、パソコンを見ているスクリーンタイムは、1日何時間ですか。

(○はひとつだけ)

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1 3時間未満       | 2 3時間以上、5時間未満  |
| 3 5時間以上、8時間未満 | 4 8時間以上、11時間未満 |
| 5 11時間以上      |                |

問18-1 新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で、スクリーンタイムは変わりましたか。

(○はひとつだけ)

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 増えた   | 2 減った    |
| 3 変わらない | 4 比較できない |

## 2 少年期調査 調査票

問 19 不安や悩みがありますか。(○はひとつだけ)

- |      |        |
|------|--------|
| 1 ある | 2 少しある |
| 3 ない |        |

問 19-1・問 19-2は、問 19で「1」または「2」と回答した方のみ

問 19-1 不安や悩みで体の調子が悪くなることがありますか。(○はひとつだけ)

- |        |          |      |
|--------|----------|------|
| 1 よくある | 2 ときどきある | 3 ない |
|--------|----------|------|

問 19-2 不安や悩みを相談できる場所はどこ(だれ)ですか。(○はいくつでも)

- |                             |
|-----------------------------|
| 1 家族                        |
| 2 ともだち                      |
| 3 病院・医院                     |
| 4 学校の先生                     |
| 5 スクールカウンセラー                |
| 6 学校以外の相談場所                 |
| 7 テレビ・ラジオ等の相談コーナー           |
| 8 インターネット(SNSを含む)・アプリ       |
| 9 その他(具体的に: )               |
| 10 相談したいけど、どこに相談すればいいかわからない |
| 11 だれにも相談したくない              |

全員におたずねします

問 20 知っている人からタバコをすすめられたら「いや」と、ことわるができますか。(○はひとつだけ)

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1 ことわる自信がある       | 2 たぶん、ことわるができると思う |
| 3 すすめられてみないとわからない | 4 たぶん、ことわれないと思う   |
| 5 すすんで吸ってしまうと思う   |                   |

問 21 大人になったらタバコを吸ってみたいと思いますか。(○はひとつだけ)

- |          |          |
|----------|----------|
| 1 吸ってみたい | 2 吸いたくない |
| 3 わからない  |          |

問 22 この1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。(○はひとつだけ)

- |       |        |
|-------|--------|
| 1 あった | 2 なかった |
|-------|--------|

問 22で「1」と回答した方のみ

問 22-1 受動喫煙の機会があった場所を教えてください。(○はいくつでも)

- |                        |
|------------------------|
| 1 家の中                  |
| 2 飲食店(レストラン・カフェ・居酒屋など) |
| 3 遊技場(ゲームセンター・カラオケなど)  |
| 4 みちばた                 |
| 5 屋外の空間(通学路・公園など)      |
| 6 その他(具体的に: )          |

全員におたずねします

問 23 あなたは健康だと思いますか。(○はひとつだけ)

- |          |             |
|----------|-------------|
| 1 とても健康  | 2 まあまあ健康    |
| 3 ふつう    | 4 あまり健康ではない |
| 5 健康ではない | 6 わからない     |

問 24 自分の体形をどう思いますか。(○はひとつだけ)

- |        |        |
|--------|--------|
| 1 太りすぎ | 2 太りぎみ |
| 3 ふつう  | 4 やせぎみ |
| 5 やせすぎ |        |

ここまで書いたら、アンケートをおうちの人に渡してください。



## 2 少年期調査 調査票

### お子さんについてお聞きします

問 25 お子さんの学年を教えてください。(○はひとつだけ)

- 1 小学校6年生                      2 中学校3年生

問 26 お子さんの性別を教えてください。(○はひとつだけ)

- 1 男子                      2 女子                      3 どちらでもない

問 27 お子さんの身長と体重を教えてください。※小数第1位までご記入ください。

身長 ( \_\_\_\_\_ ) cm / 体重 ( \_\_\_\_\_ ) kg

問 28 食事についてお子さんにあてはまるものをすべてお選びください。(○はいくつでも)

- 1 少食                      2 食べ過ぎる  
3 偏食                      4 よくかまない  
5 食べるのに時間がかかる                      6 早食い  
7 食欲がない                      8 塾などで食事が一緒にできない  
9 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )  
10 どれもあてはまらない

問 29 お子さんにはかかりつけの医師や歯科医師はいますか。(○はいくつでも)

- 1 かかりつけ医師<sup>※1</sup>                      2 かかりつけ歯科医師<sup>※2</sup>  
3 かかりつけ薬局<sup>※3</sup>                      4 かかりつけになっているものはない

※1 かかりつけ医師とは…病気の治療だけでなく健診や健康づくりについて相談できる医師

※2 かかりつけ歯科医師とは…歯科治療だけでなく健診や歯や口の健康づくりについて相談できる歯科医師

※3 かかりつけ薬局とは…薬の服用歴の管理や、適切で安全な服薬の相談ができる薬局

問 30 お子さんの歯や口の健康について、あてはまるものはありますか。(○はいくつでも)

- 1 歯ならびが悪い                      2 かみあわせが悪い  
3 歯をみがくと歯ぐきから血が出る                      4 歯ぐきが赤くはれてぶよぶよする  
5 どれもあてはまらない                      6 わからない

### ご記入いただいている方やご家庭のことについてお聞きします

問 31 あなた(保護者の方)は食育<sup>※</sup>に関心がありますか。(○はひとつだけ)

※食育とは…心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを含みます。

- 1 関心がある                      2 どちらかといえば関心がある  
3 どちらかといえば関心がない                      4 関心がない  
5 わからない

問 32 万一の災害に備えて家族全員分の非常食や飲料を備蓄していますか。(○はいくつでも)

- 1 災害用の非常食を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか? ( \_\_\_\_\_ ) 日分  
2 災害用の飲料を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか? ( \_\_\_\_\_ ) 日分  
3 災害用にカセットコンロなどの熱源を用意している  
4 保存食、飲料、熱源はあるが、災害用としては備蓄していない  
5 非常食、飲料、熱源のいずれも、まったく家庭に置いていない

※保存食とは…缶詰、インスタント食品、フリーズドライなど、日持ちするよう加工された食品のこと。

問 33 お子さんからみた、ご記入いただいている方の続柄をお聞かせください。

(○はひとつだけ)

- 1 母                      2 父  
3 祖母                      4 祖父  
5 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )

問 34 同居家族をお子さんからみた続柄でお聞かせください。(○はいくつでも)

また、お子さんのご両親については令和4年10月1日現在の満年齢もお聞かせください。

- 1 母 ( \_\_\_\_\_ 歳)                      2 父 ( \_\_\_\_\_ 歳)  
3 祖母                      4 祖父  
5 姉                      6 兄  
7 妹                      8 弟  
9 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )

## 2 少年期調査 調査票

問 35 同居している家族の人数を、あなたを含めてお聞かせください。

自分を含めて ( \_\_\_\_\_ ) 人

問 36 ご家庭では、ご家族（同居、別居を問わず）を介護していますか。（○はひとつだけ）

1 介護している                      2 介護していない

問 37 お住まい地域の郵便番号をご記入ください。（居住地域）

〒 ( \_\_\_\_\_ ) - ( \_\_\_\_\_ )

問 38 豊中市には何年お住まいですか。

約 ( \_\_\_\_\_ ) 年住んでいる

問 39 あなた（保護者の方）のご職業をお聞かせください。（○はひとつだけ）

1 会社員・公務員	2 会社役員・会社経営者
3 自営業（商工農林漁）	4 自由業
5 専業主婦（夫）	6 パート・アルバイト
7 学生	8 無職
9 その他（具体的に： _____ )	

**仕事をしていると回答した方のみ**

問 39-1 仕事をしている日数と時間をお聞かせください。

だいたい週 ( \_\_\_\_\_ ) 日、1日に ( \_\_\_\_\_ ) 時間勤務している

**問 39 で「1」と回答した方のみ**

問 39-2 雇用形態をお聞かせください。（○はひとつだけ）

1 正規（常勤）    2 派遣社員    3 契約・嘱託職員    4 その他

**全員におたずねします**

問 40 あなた（保護者の方）が最後に卒業した学校をお聞かせください。（○はひとつだけ）

1 中学校	2 高等学校
3 短期大学（2年間）	4 短期大学部（3年間）
5 専門学校	6 大学
7 大学院	8 その他（具体的に： _____ )

問 41 世帯の収入（同居者合計）は以下のどれにあてはまりますか。（○はひとつだけ）

1 200万円未満	2 200万円以上400万円未満
3 400万円以上600万円未満	4 600万円以上900万円未満
5 900万円以上1,200万円未満	6 1,200万円以上1,500万円未満
7 1,500万円以上2,000万円未満	8 2,000万円以上

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

記入漏れがないか確認の上、同封の返信用封筒に入れて

**10月28日（金）まで**にご投函ください。（切手は不要です）

# 3 青年期以降年代別調査 調査票

青年・壮年・中年・高年期用

## 豊中市 食と健康に関するアンケート調査

### \*\*\* 調査ご協力をお願い \*\*\*

日頃から、市政全般にわたり格別のご支援、ご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

豊中市では、市民の健康づくりや食育の推進について、市民一人ひとりが生涯を通してこころ豊かに生活できる、活気ある社会の実現をめざして、「豊中市健康づくり計画」及び「第3期豊中市食育推進計画」を策定しています。このたび、これらの計画の見直し・推進に向けて、市内にお住まいの皆さまが健康づくりに関してどのような意識をお持ちであるかをおたずねし、健康課題に合わせた取り組み目標や指標の現状値を把握するため、市内にお住いの方、9,000人を対象に無記名のアンケート調査を行わせていただくこととしました。

本調査への回答は任意です。いただいたご回答は、調査の趣旨に沿ってすべて統計的に集計・分析しますので、個々の回答を他に漏らしたり、そのままの形で公表することはありません。

ご多忙のところ大変恐縮に存じますが、調査の趣旨をご理解いただき、アンケートにご協力くださいますようお願いいたします。

令和4年10月 豊中市長 長内 繁樹

### \*\*\* アンケートの回答にあたって \*\*\*

#### (1) アンケートの回答方法

- この調査は、インターネットでの回答（回答にかかる通信費はご自身の負担になります）も可能です。  
下記のURLもしくは右のQRコードからアクセスしていただき、アンケートフォームに直接回答を入力してください。  
※回答には封筒宛名の右上に記載のIDの入力が必要になります。  
<URL> <https://www15.webcas.net/form/pub/srcoasaka/toyonakakz>
- この調査には、封筒宛名のご本人さまがご回答ください。
- この調査は、令和4年10月1日を基準日として記入してください。
- ご回答は、回答欄のあてはまる番号を○で囲んでください。ご回答が「その他」の場合は、番号に○をつけ、( )内に具体的に記入してください。
- をつける数は、設問ごとに示してあります。「○は1つ」「○はいくつでも」などの○をつける数にご注意ください。



ご記入いただいた調査票は、令和4年10月14日（金）までに、同封の封筒に入れて、切手を貼らずにご返送くださるようお願いいたします。

### \*\*\* 調査についてのお問い合わせ \*\*\*

調査の回答の仕方等については、下記のコールセンターにご連絡ください。

《調査委託先》(株)サーベイリサーチセンター

☎ 0120-186-189 (平日(祝日除く) 9:00~12:00/13:00~17:00)

【調査実施主体】

豊中市保健所 健康政策課 健康戦略係 (〒561-0881 大阪府豊中市中桜塚4-11-1)

☎ 06-6858-2879・2292 (平日(祝日除く) 9:00~17:15)

■ 封筒宛名ラベルの右上に記載のIDをご記入ください。

( \_\_\_\_\_ )

### 食生活・食育についてお聞きます

問1 1日に何回、食事をしますか。

だいたい1日に( \_\_\_\_\_ )回、食事をします

問2 週に何日くらい朝食をとりますか。(○は1つ)

1 ほとんど毎日(週に6~7日)	3 週に2~3日くらい
2 週に4~5日くらい	4 週に1日くらい
5 朝食は食べない	

問2で「2」~「5」のいずれかを回答した方のみ

問2-1 朝食を毎日食べていない理由をお聞かせください。(○はいくつでも)

1 時間がない	2 食欲がわかない
3 朝食を食べるより寝ていたい	4 やせるため
5 朝食を用意する人がいない	6 朝食の準備が面倒
7 朝食を食べる習慣がない	8 夕食・夜食を食べすぎる
9 節約のため	10 その他(具体的に: _____)

全員におたずねします

問3 夕食はだいたい何時頃にとっていますか。(○は1つ)

1 午後5時以前	2 午後5時台	3 午後6時台
4 午後7時台	5 午後8時台	6 午後9時台
7 午後10時台	8 午後11時台	9 深夜12時以降
10 時間は決まっていない(日によって時間が変わる)	11 夕食は食べない	

問4 朝食・夕食はどなたと食べていますか。(それぞれ○は1つずつ)

	だいたい家族と食べている	一人で食べることもあるが家族と食べることが多い	家族と食べることもあるが一人で食べる人が多い	だいたい一人で食べている	食べない
① 朝食	1	2	3	4	5
② 夕食	1	2	3	4	5

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問5 食事に関する次の①～⑤について、それぞれどの程度当てはまりますか。  
(それぞれ○は1つずつ)

	あてはまる	あてはまる どちらかといえば	どちらともいえない	あてはまらない どちらかといえば	あてはまらない
① 食事の時間が楽しい	1	2	3	4	5
② 食事がおいしく食べられる	1	2	3	4	5
③ 食事の時間が待ち遠しい	1	2	3	4	5
④ 食卓の雰囲気は明るい	1	2	3	4	5
⑤ 日々の食事に満足している	1	2	3	4	5

問6 食事の用意(買い物・調理・後片付け)をすることはありますか。(○は1つ)

- 1 ほとんどしている                      2 時々している  
3 あまりないが、たまにすることはある      4 まったくない

問6で「1」または「2」を回答した方のみ

問6-1 食料品を買うときにどんなことを気にしていますか。(○はいくつでも)

- 1 価格                      2 製造元・会社                      3 産地  
4 賞味(消費)期限                      5 鮮度                      6 原材料  
7 栄養成分                      8 アレルギー物質                      9 宅配の可否  
10 その他(具体的に: )  
11 特に気にしていることはない                      12 自分で食料品を買うことはあまりない

問6-1で「7」と回答した方のみ

問6-2 栄養成分で気になるのはどのようなことですか。(○はいくつでも)

- 1 エネルギー(カロリー)                      2 炭水化物  
3 脂質                      4 たんぱく質  
5 ビタミン                      6 カルシウム等のミネラル  
7 食物繊維                      8 食塩相当量(塩分)  
9 その他(具体的に: )

全員におたずねします

問7 食生活において、環境に配慮して気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

- 1 食べられる量だけ作る  
2 必要な量だけ買う  
3 賞味(消費)期限に気をつける  
4 できるだけ近くの産地のものを買う  
5 フェアトレード<sup>®</sup>の原材料や、有機農産物を買う  
6 旬の食材を使う  
7 野菜の皮や調理くずをたい肥にする  
8 食材や調理済みの食品を適切に管理・保存して食べる  
9 家族が同じ時間に食べるようにする  
10 その他(具体的に: )  
11 特に気をつけていることはない

※フェアトレード<sup>®</sup>認証食品…発展途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に取引された商品のこと。

問8 主食・主菜・副菜<sup>®</sup>のそろった食事を、1日に何回していますか。

※主食: ご飯やパン、めん類など      主菜: 肉・魚・卵・大豆製品などを使ったメインの料理  
副菜: 野菜・きのこ・いも・海藻などを使った小鉢・小皿の料理

1日に( )回

問9 主食・主菜・副菜をそろえて食べることを、負担に感じることはありますか。

(○はいくつでも)

- 1 用意が面倒  
2 用意にかかる時間がない  
3 用意に費用がかかる  
4 家に用意する人がいない・自分で用意することができない  
5 外食店やコンビニ等でも3つを用意するのが難しい  
6 自分や家族がアレルギーのため3つを用意するのが難しい  
7 3つそろえて食べることの大事さや利点がわからない  
8 その他(具体的に: )  
9 負担に感じることはない

問10 食べ残しを減らす努力をしていますか。(○は1つ)

- 1 必ずしている                      2 時々している  
3 あまりしていない                      4 全くしていない



### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問 11 メニューの栄養成分表示やヘルシーメニューの提供をしている「うちのお店も健康づくり応援団」や「減塩協力店」という右のマークのついたお店を見たことがありますか。(〇は1つ)



1 ある 2 ない

問 12 外食店でヘルシーメニュー※1 (塩分控えめメニュー※2含む) が提供されていたら、利用したいと思いますか。(〇は1つ)

※1 ヘルシーメニュー：エネルギー・脂質・塩分を控えたメニューや、カルシウム・鉄分・野菜がたっぷり含まれるメニュー

※2 塩分控えめメニュー：1食あたり食塩相当量3g未満や調味料別添えなど

1 ぜひ利用したい 2 利用してもよい 3 利用したいと思わない

問 13 塩分を控えた食事を心がけていますか。(〇は1つ)

1 いつも心がけている 2 時々心がけている 3 あまり心がけていない

問 14 成人の食塩摂取目標量が、男性が7.5グラム未満・女性が6.5グラム未満であることを知っていますか。(〇は1つ)

1 知っている 2 知らない

問 15 あなたは野菜不足だと思いますか。(〇は1つ)

1 思う 2 思わない

問 15で「1」と回答した方のみ

問 15-1 野菜不足になっているのはなぜだと思いますか。(〇はいくつでも)

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 1 自分が野菜を好きではない    | 2 家族が野菜を好きではない |
| 3 お金がかかる          | 4 作るのが面倒       |
| 5 野菜料理のレパートリーが少ない | 6 外食が多い        |
| 7 野菜が必要だと思わない     |                |
| 8 その他 (具体的に: )    |                |

全員におたずねします

問 16 成人の1日の野菜摂取量の目標が350グラム以上ということを知っていますか。

(〇は1つ)

1 知っている 2 知らない

問 17 健康食品やサプリメントを利用していますか。(〇は1つ)

1 毎日利用している 2 時々利用している  
3 利用していない

問 17で「1」または「2」と回答した方のみ

問 17-1 利用する目的は何ですか。(〇はいくつでも)

- |                |            |
|----------------|------------|
| 1 健康の保持・増進     | 2 たんぱく質の補充 |
| 3 ビタミンの補充      | 4 ミネラルの補充  |
| 5 その他 (具体的に: ) |            |

全員におたずねします

問 18 食育※に関心がありますか。(〇は1つ)

※食育：心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎を身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを含みます。

1 関心がある 2 どちらかといえば関心がある  
3 どちらかといえば関心がない 4 関心がない  
5 わからない

問 19 健康や食育に関する情報をどこから入手していますか。(〇はいくつでも)

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 1 テレビ・ラジオ           | 2 新聞・雑誌             |
| 3 書籍                | 4 受診している医療機関        |
| 5 府や市の広報            | 6 講演会・健康教室          |
| 7 インターネット・SNS       | 8 YouTube など動画配信サイト |
| 9 家族・知人             | 10 その他 (具体的に: )     |
| 11 健康・食育の情報は収集していない |                     |



### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問 20 次の①～⑦について、あなたが住んでいる地域やその住民はどの程度あてはまると思われますか。(それぞれ○は1つずつ)

	あてはまる	あてはまる どちらかといえば	どちらともいえない	あてはまらない どちらかといえば	あてはまらない
① 食料品など日常の買い物に不便はない	1	2	3	4	5
② 食の安全について信頼できる店や生産者が多い	1	2	3	4	5
③ 栄養や食の安全に対する関心が高い	1	2	3	4	5
④ 食文化や伝統、季節感を大切にしている	1	2	3	4	5
⑤ 隣近所へのおすそ分けの習慣がある	1	2	3	4	5
⑥ 食に関する情報が得られやすい	1	2	3	4	5
⑦ 食をテーマにしたイベントが多い	1	2	3	4	5

問 21 ご家庭では、家族で別のメニュー（子どもはハンバーグ、大人は焼き魚など）を食べることがありますか。(○は1つ)

- 1 だいたい同じメニューを食べている
- 2 別のメニューを食べることもあるが、同じメニューを食べることが多い
- 3 同じメニューを食べることもあるが、別のメニューを食べることが多い
- 4 だいたい別のメニューを食べている
- 5 同居している家族はいない

問 22 食事の作法・慣習として気をつけていることはありますか。(○はいくつでも)

- 1 食事の前に手洗いをする
- 2 食事の前後に「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつをする
- 3 残さず食べる
- 4 箸の持ち方に気を付ける
- 5 その他（具体的に： \_\_\_\_\_ )
- 6 特になし

問 23 郷土料理や伝統料理<sup>※1</sup>など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法<sup>※2</sup>など、あなたはこれらを受け継いでいると思いますか。(○は1つ)

※1 郷土料理や伝統料理…その地域に特有の料理や、年越しそばなど古くから受け継がれている料理。いわゆる「おふくろの味」など、その家庭で受け継がれてきた家庭料理も含む。

※2 食べ方・作法…お椀を手に持つ、迷い箸をしない、音をたてないなど、日常の食事の際のマナーや、食事の際のあいさつである「いただきます」や「ごちそうさまでした」など。

- 1 受け継いでいる
- 2 ある程度受け継いでいる
- 3 受け継いでいない

問 23 で「1」または「2」と回答した方のみ

問 23-1 これらの料理や味、作法などを、地域や次世代（子どもや孫を含む）に伝えていこうと思いますか。(○は1つ)

- 1 積極的に伝えていきたい
- 2 機会があれば伝えていきたい
- 3 特に伝えていきたいとは思わない

全員におたずねします

問 24 豊中産の農作物を食べたことがありますか。(○は1つ)

- 1 よく食べている
- 2 食べたことはある
- 3 食べたことはない(覚えていない)

問 25 農業体験に興味がありますか、また、農業体験をしたことがありますか。(○は1つ)

- 1 興味があり、体験したことがある
- 2 興味はあるが、体験したことはない
- 3 興味が無い

問 26 万一の災害に備えて家族全員分の非常食や飲料を備蓄していますか。(○はいくつでも)

- 1 災害用の非常食を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか？( \_\_\_\_\_ )日分
- 2 災害用の飲料を備蓄している ⇒ 何日分、備蓄していますか？( \_\_\_\_\_ )日分
- 3 災害用にカセットコンロなどの熱源を用意している
- 4 保存食<sup>※</sup>、飲料、熱源はあるが、災害用としては備蓄していない
- 5 非常食、飲料、熱源のいずれも、まったく家庭に置いていない

※保存食…缶詰、インスタント食品、フリーズドライなど、日持ちするよう加工された食品のこと。

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問 27 この2～3年における、(1)新型コロナウイルス感染症拡大、(2)ライフスタイルの変化による、あなたの食生活に対する意識や行動の変化について教えてください。

(1) 新型コロナウイルス感染症の影響 (それぞれ○は1つずつ)

	増えた	変わらない	減った
① 外食の利用	1	2	3
② 持ち帰り弁当や惣菜の利用	1	2	3
③ フードデリバリーサービスの利用	1	2	3
④ その他 ( )	1	2	3

(2) ライフスタイルの変化 (家族構成の変化など) (それぞれ○は1つずつ)

	増えた	変わらない	減った
① 外食の利用	1	2	3
② 持ち帰り弁当や惣菜の利用	1	2	3
③ フードデリバリーサービスの利用	1	2	3
④ その他 ( )	1	2	3

問 28 食中毒を予防するため、家庭で気を付けていることは何かありますか。(○はいくつでも)

- 1 調理前に手洗いする
- 2 用途別に包丁・まな板を分けている (肉用、魚用、野菜用など)
- 3 食品を適切な温度で保存する
- 4 肉はしっかり加熱する (生食はしない)
- 5 その他 (具体的に: )
- 6 特になし

#### 健康への取り組みについてお聞きします

問 29 日ごろから運動・スポーツをしていますか。(○は1つ)

※体力や健康の保持・増進、介護予防等を目的としたラジオ体操やウォーキングなどの軽い運動を含む

- 1 している ⇒ 問 29-2へお進みください。
- 2 していないが、始めたいと思っている
- 3 していたが、中断している
- 4 していないし、始める予定もない

問 29で「2」～「4」のいずれかを回答した方のみ

問 29-1 運動・スポーツをしないのはなぜですか。(○はいくつでも)

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1 必要ないと思う       | 2 時間に余裕がない      |
| 3 体を動かすのが嫌い     | 4 効果があると思えない    |
| 5 体を動かす場所がない    | 6 始めるきっかけがない    |
| 7 方法がわからない      | 8 体の調子が悪い       |
| 9 コロナの影響で自粛している | 10 その他 (具体的に: ) |

問 29で「1」と回答した方のみ

問 29-2 どのくらいの頻度で運動・スポーツを行っていますか。(○は1つ)

- 1 ほぼ毎日 ⇒ 週に ( ) 回、1回に ( ) 分くらい
- 2 週に1回以上 ⇒ 週に ( ) 回、1回に ( ) 分くらい
- 3 月に1回以上 ⇒ 月に ( ) 回、1回に ( ) 分くらい
- 4 月に1回未満

問 29で「1」と回答した方のみ

問 29-3 その運動・スポーツは、どれくらい前から続けていますか。

だいたい ( ) 年 ( ) か月前から続けている

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

#### 社会生活についてお聞きます

問 30 ボランティア活動などの地域活動に参加していますか。(○は1つ)

- 1 よく参加している      2 参加したことはある  
3 参加したことはない

問 30 で「1」または「2」と回答した方のみ

問 30-1 この2～3年における、新型コロナウイルス感染症拡大、ライフスタイルの変化（家族構成が変わった等）による、あなたの地域活動への参加状況の変化について教えてください。（それぞれ○は1つずつ）

	増えた	変わらない	減った
① 新型コロナウイルス感染症の影響	1	2	3
② ライフスタイルの変化	1	2	3

#### 全員におたずねします

問 31 新型コロナウイルス感染症の感染防止対策が十分にとられているという前提で、地域やコミュニティ（職場等を含む）の食事会等があれば参加したいと思いますか。(○は1つ)

- 1 ぜひ参加したい      2 機会があれば参加してもよい  
3 あまり参加したいと思わない      4 参加したくない

問 32 行動を共にしたり、話をしたりする友人や仲間が身近にいますか。(○は1つ)

- 1 多くの友人・仲間が身近にいる  
2 少数だが友人・仲間が身近にいる  
3 友人・仲間はいるが、身近にはいない  
4 友人・仲間はいるが、コロナの影響で会えなくなった  
5 友人・仲間はいない

#### 喫煙習慣、受動喫煙についてお聞きます

問 33 たばこを吸っていますか。(○は1つ)

- 1 毎日吸っている  
2 時々吸う日がある  
3 以前吸っていたがやめた ⇒ 問 33-5へお進みください。  
4 以前から吸っていない ⇒ 問 34へお進みください。

問 33-1～問 33-4は、問 33 で「1」または「2」と回答した方のみ

問 33-1 たばこを1日に何本吸いますか。(○は1つ)

- 1 31本以上      2 21～30本      3 11～20本      4 10本以下

問 33-2 たばこをやめたいと思いますか。(○は1つ)

- 1 やめたい      2 本数を減らしたい      3 やめたいと思わない

問 33-3 何があれば禁煙できると思いますか。(○はいくつでも)

- 1 家族のサポート      2 禁煙環境  
3 医療機関のサポート      4 お金  
5 その他（具体的に： )

問 33-4 家の中で分煙ができていると思いますか。(○は1つ)

- 1 十分できている      2 だいたいできている  
3 あまりできていない      4 まったくできていない  
5 同居人がいないので必要ない

問 33 で「3」と回答した方のみ

問 33-5 たばこをやめた理由をお選びください。(○はいくつでも)

- 1 家族や主治医等にやめるよう勧められた  
2 健康に悪いと思った  
3 吸いたくなくなった  
4 コロナ感染時の重症化リスクを防ぐため  
5 家族が妊娠した  
6 お金がかかる  
7 その他（具体的に： )

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

全員におたずねします

問 34 この1か月間に、望まずに自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会（受動喫煙）がありましたか。(○は1つ)

- 1 あった                      2 なかった

問 34 で「1」と回答した方のみ

問 34-1 受動喫煙の機会があった場所を教えてください。(○はいくつでも)

- |                           |                            |
|---------------------------|----------------------------|
| 1 家庭                      | 2 職場                       |
| 3 学校                      | 4 飲食店                      |
| 5 遊技場（ゲームセンター、パチンコ、競馬場など） | 6 行政機関（市役所、公民館など）          |
| 7 医療機関                    | 8 公共交通機関                   |
| 9 路上                      | 10 子どもが利用する屋外の空間（公園、通学路など） |
| 11 その他（具体的に： _____）       |                            |

全員におたずねします

問 35 たばこを吸うことや受動喫煙によって発症・悪化の危険があると思う病気をすべてお選びください。(○はいくつでも)

- |                |                 |                 |
|----------------|-----------------|-----------------|
| 1 肺がん          | 2 喘息            | 3 気管支炎          |
| 4 心臓病          | 5 脳卒中           | 6 胃潰瘍           |
| 7 妊娠への影響       | 8 歯周病（歯肉炎・歯槽膿漏） | 9 コロナ感染時の重症化リスク |
| 10 どれも喫煙とは関係ない |                 |                 |

#### アルコール習慣についてお聞きします

問 36 普段、どれくらいお酒を飲みますか。(○は1つ)

- 1 ほとんど毎日（6～7日）    2 週に4～5日くらい    3 週に2～3日くらい  
4 週に1日くらい              5 月に数回  
6 ごくまれに飲む・飲まない

問 36 で「1」～「5」のいずれかに回答した方のみ

問 36-1 1日に飲むお酒の量はどれくらいですか。

日本酒に換算して（ \_\_\_\_\_ ）合分くらい

※日本酒（清酒）1合（180ml）と同等のアルコール量  
ビール・発泡酒（約500ml）  
焼酎20度（135ml） 25度（110ml）  
35度（80ml）  
酎ハイ7度（350ml）  
ワイングラス2杯（240ml）  
ウイスキーダブル1杯（60ml）

全員におたずねします

問 37 1日の適度な飲酒量が、日本酒1合未満であることを知っていますか。(○は1つ)

- 1 知っている                      2 知らない

#### 歯や口の健康についてお聞きします

問 38 歯みがきをしていますか。(○は1つ)

- 1 している                      2 していない

問 38 で「1」と回答した方のみ

問 38-1 歯みがきをいつしていますか。(○はいくつでも)

- |          |          |                    |
|----------|----------|--------------------|
| 1 朝（起床時） | 2 朝食後    | 3 昼食後              |
| 4 夕食後    | 5 夜（就寝前） | 6 その他（具体的に： _____） |

全員におたずねします

問 39 歯間ブラシやデンタルフロス（歯間掃除用の糸）を使っていますか。(○は1つ)

- 1 使っている                      2 時々使っている                      3 使っていない

問 40 定期的な歯科検診を受けていますか。(○は1つ)

- 1 受けている                      2 受けていない

問 41 ものを食べるときによく噛んで味わって食べるように心がけていますか。(○は1つ)

- 1 常に心がけている                      2 気を付けているが、できていないときがある  
3 特に気を付けていない

問 42 何でも噛んで食べることができますか。(○は1つ)

- 1 何でも噛んで食べることができる    2 噛めない食べ物少しある  
3 噛めない食べ物が多い                      4 まったく噛めない

問 43 自分の歯<sup>※</sup>は何本ありますか。

※自分の歯：さし歯は含む 親しらず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。  
永久歯（大人の歯）：親しらずを除くと全部で28本ですが、個人差があります。

自分の歯は（ \_\_\_\_\_ ）本

問 44 入れ歯を利用していますか。(○は1つ)

- 1 総入れ歯                      2 部分入れ歯                      3 入れ歯は利用していない

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問 45 この1年間に、歯や歯ぐきのことが原因で、仕事・家事・食事・睡眠に支障が出たことがありますか。(○は1つ)

- 1 よくあった    2 時々あった    3 なかった

問 46 次のような症状がありますか。(○はいくつでも)

- 1 歯をみがくと歯ぐきから血が出る    2 歯ぐきが赤くはれてぶよぶよする・痛む  
3 歯が浮いた感じがする    4 歯がぐらぐらする  
5 いずれの症状もない

問 47 ものを食べるうえで、気になることはありますか。(○はいくつでも)

- 1 むせる    2 飲み込みにくい  
3 口の渴きが気になる    4 その他(具体的に: )  
5 気になることはない

問 48 むし歯や歯周病、誤嚥性肺炎が、口腔内細菌が関係する感染症であることを知っていますか。(○は1つ)

- 1 知っている    2 知らない

問 49 マスク生活になって気づいた変化はありますか。(○はいくつでも)

- 1 口の締めまりが緩くなった気がする(口呼吸になっている)  
2 口臭が気になった  
3 むし歯が増えた  
4 歯並びが気になりだした  
5 歯みがきをしなくなった  
6 その他(具体的に: )

#### こころの健康についてお聞きします

問 50 悩みやストレスについて、誰かに相談していますか。(○はいくつでも)

- 1 家族    2 友人・知人  
3 民生委員・児童委員    4 病院・医院  
5 職場の上司・同僚や学校の先生・先輩    6 保健所  
7 保健所以外の公的機関    8 民間の相談機関  
9 テレビ・ラジオ等の相談コーナー    10 インターネット(SNSを含む)・アプリ  
11 その他(具体的に: )  
12 相談したいがどこに相談してよいかわからない  
13 誰にも相談したくない

問 51 ストレスを和らげるため飲むことがあるものをすべてお選びください。(○はいくつでも)

- 1 安定剤    2 睡眠剤  
3 アルコール    4 サプリメント  
5 機能性表示食品    6 どれも飲むことはない

問 52 この1か月にストレスによる心や体の不調がありましたか。(○は1つ)

- 1 よくあった    2 時々あった    3 なかった

問 53 「メンタルヘルス」という言葉を知っていますか。(○は1つ)

- 1 言葉の意味まで知っている    2 意味は知らないが、言葉は知っている  
3 言葉も知らない

問 54 「こころの健康」のために、心がけていることはありますか。(○はいくつでも)

- 1 不調に早く気づくことができるように、こころの病気について知識をもつ  
2 こころの不調を感じたら、身近な人に相談する  
3 こころの不調を感じたら、早めに精神科診療所や内科などのかかりつけ医を受診する  
4 人や社会とのかかわりをもち、孤立や孤独を防ぐ  
5 ストレスの対処方法を身に付ける  
6 睡眠や日中活動など規則正しい生活を送る  
7 自分は大切な存在であるという自覚をもつ  
8 その他(具体的に: )  
9 心がけていることはない



### 3 青年期以降年代別調査 調査票

#### 健康状態についてお聞きます

問 56 身長と体重を教えてください。※小数第1位までご記入ください。

身長 ( \_\_\_\_\_ ) cm / 体重 ( \_\_\_\_\_ ) kg

問 57 3年前の新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べて体重の変化はありますか。(○は1つ)

1 増えた      2 減った      3 変わらない

問 58 自分の体形をどう思いますか。(○は1つ)

1 太りすぎ      2 太り気味      3 ふつう  
4 やせ気味      5 やせすぎ

問 59 自分の適正体重を知っていますか。(○は1つ)

1 知っている      2 知らない

問 60 健康状態はいかがですか。(○は1つ)

1 よい      2 まあよい      3 ふつう  
4 あまりよくない      5 よくない

問 61 ご自身が「フレイル※」だと感じることはありませんか。(○は1つ)

※フレイル…健康な状態と要介護の間にある虚弱な状態。筋力や認知機能の低下がみられる

1 感じる      2 感じない

問 62 1日の平均睡眠時間は何時間くらいですか。

平均でだいたい ( \_\_\_\_\_ ) 時間 ( \_\_\_\_\_ ) 分くらい

問 63 睡眠は十分とれていると思いますか。(○は1つ)

1 十分とれている      2 だいたいとれている  
3 あまりとれていない      4 まったくとれていない

問 64 テレビやスマートフォン、パソコンを見ているスクリーンタイムは、1日何時間ですか。(○は1つ)

1 3時間未満      2 3時間以上5時間未満      3 5時間以上8時間未満  
4 8時間以上11時間未満      5 11時間以上

問 65 新型コロナウイルス感染症の感染防止による影響で、スクリーンタイムは変わりましたか。(○は1つ)

1 増えた      2 減った      3 変わらない

問 66 現在、治療中の病気はありますか。すでに治療したものも含めてお聞かせください。(○はいくつでも)

1 がん      2 心臓病      3 貧血      4 肝臓病  
5 糖尿病      6 腎臓病      7 高血圧      8 脂質異常症(高脂血症)  
9 高尿酸血症      10 認知症      11 うつ病      12 アルコール依存症  
13 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )  
14 治療が必要な病気はない

問 67 生涯にわたって、あなたがかかるかもしれないと思う病気をすべてお選びください。(○はいくつでも)

1 がん      2 心臓病      3 肝臓病      4 糖尿病  
5 腎臓病      6 高血圧      7 脂質異常症(高脂血症)      8 認知症  
9 うつ病      10 アルコール依存症      11 どれもかからないと思う

問 68 健康上の問題が日常生活に影響していることはありますか。(○はいくつでも)

1 日常生活動作      2 外出      3 仕事      4 家事  
5 学業      6 運動      7 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )  
8 影響していることはない

問 69 この1年間に健診・検診を受けましたか。(○はいくつでも)

1 内科健診・人間ドック      2 胃がん検診  
3 肺がん検診      4 大腸がん検診  
5 子宮がん検診(過去2年以内を含む)      6 乳がん検診(過去2年以内を含む)  
7 その他(具体的に: \_\_\_\_\_ )  
8 この1年間は健診・検診を受けていない

問 70 生活習慣(食事・運動・ストレスなど)の影響によって発症・悪化の危険があると思う状態や病気をすべてお選びください。(○はいくつでも)

1 肥満      2 糖尿病      3 高血圧  
4 脂質異常症(高脂血症)      5 脳卒中      6 心臓病  
7 がん      8 歯周病      9 どれも生活習慣とは関係ない

### 3 青年期以降年代別調査 調査票

問 70 次の中から、かかりつけになっているものをすべてお選びください。(〇はいくつでも)

- |           |                    |
|-----------|--------------------|
| 1 かかりつけ医師 | 2 かかりつけ歯科医師        |
| 3 かかりつけ薬局 | 4 かかりつけになっているものはない |

問 71 ご自身が服薬している薬の数や種類を把握していますか。(〇は1つ)

- |          |           |             |
|----------|-----------|-------------|
| 1 把握している | 2 把握していない | 3 薬を服用していない |
|----------|-----------|-------------|

#### あなたご自身のことについてお聞きします

問 72 生活の中で優先しているものは何ですか。上位3つまで選んでください。

- |          |       |                |               |
|----------|-------|----------------|---------------|
| 1 趣味     | 2 仕事  | 3 健康           | 4 家族・子ども      |
| 5 経済(お金) | 6 教育  | 7 恋人・大切な人      | 8 名誉・名声・社会的地位 |
| 9 達成感    | 10 審美 | 11 その他(具体的に: ) |               |

問 73 性別についてお聞かせください。(〇は1つ)

- |      |      |           |
|------|------|-----------|
| 1 男性 | 2 女性 | 3 どちらでもない |
|------|------|-----------|

問 74 年齢についてお聞かせください。

( \_\_\_\_\_ ) 歳

問 75 お住まい地域の郵便番号をご記入ください。

〒 ( \_\_\_\_\_ ) - ( \_\_\_\_\_ )

問 76 ご職業をお聞かせください。(〇は1つ)

- |           |              |               |
|-----------|--------------|---------------|
| 1 会社員・公務員 | 2 会社役員・会社経営者 | 3 自営業(商工農林漁)  |
| 4 自由業     | 5 専業主婦(夫)    | 6 パート・アルバイト   |
| 7 学生      | 8 無職         | 9 その他(具体的に: ) |

問 76-1・問 76-2は、問 76で「1」～「3」と回答した方のみ

問 76-1 仕事をしている日数と時間をお聞かせください。

だいたい週( \_\_\_\_\_ )日、1日に( \_\_\_\_\_ )時間勤務している

問 76-2 勤務形態をお聞かせください。(〇は1つ)

- |          |        |           |       |
|----------|--------|-----------|-------|
| 1 正規(常勤) | 2 派遣社員 | 3 契約・嘱託職員 | 4 その他 |
|----------|--------|-----------|-------|

全員におたずねします

問 77 最後に卒業した学校をお聞かせください。(〇は1つ)

- |              |               |             |
|--------------|---------------|-------------|
| 1 中学校        | 2 高等学校        | 3 短期大学(2年間) |
| 4 短期大学部(3年間) | 5 専門学校        | 6 大学        |
| 7 大学院        | 8 その他(具体的に: ) |             |

問 78 あなたを含めて、同居している家族の人数をお聞かせください。

( \_\_\_\_\_ ) 人

問 79 同居している家族の構成をお聞かせください。(〇は1つ)

- |              |               |            |
|--------------|---------------|------------|
| 1 ひとり暮らし     | 2 夫婦のみ        | 3 親と子(二世帯) |
| 4 親と子と孫(三世帯) | 5 その他(具体的に: ) |            |

問 80 同居している家族に次の方はいらっしゃるでしょうか。あなたからみた関係性でお答えください。(〇はいくつでも)

- |                    |                  |
|--------------------|------------------|
| 1 乳幼児(0歳～未就学児)の子ども | 2 乳幼児(0歳～未就学児)の孫 |
| 3 小学1～3年生の子ども      | 4 小学1～3年生の孫      |
| 5 小学4～6年生の子ども      | 6 小学4～6年生の孫      |
| 7 中学生の子ども          | 8 中学生の孫          |
| 9 65～74歳の親         | 10 65～74歳の祖父母    |
| 11 75歳以上の親         | 12 75歳以上の祖父母     |
| 13 これらの同居家族はいない    |                  |

問 81 世帯の収入(同居者合計)は以下のどれにあてはまりますか。(〇は1つ)

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 1 200万円未満            | 2 200万円以上400万円未満     |
| 3 400万円以上600万円未満     | 4 600万円以上900万円未満     |
| 5 900万円以上1,200万円未満   | 6 1,200万円以上1,500万円未満 |
| 7 1,500万円以上2,000万円未満 | 8 2,000万円以上          |

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

記入漏れがないか確認の上、同封の返信用封筒に入れて

**10月14日(金)まで**にご投函ください。(切手は不要です)