

第8章 資料編

1. 自由記載の概要

(1) 幼年期の回答者による食育に関する主な意見・要望について

食育に関する回答者（幼年期）の主な意見・要望は下記の通りです。

図表 517 食育に関する主な意見・要望（幼年期の回答者）

（食育に関するイベントについて）

- 地域で気軽に楽しめる食のイベント（例：餅つき大会、豚汁会）を用意してほしい。
- 幼稚園等、子どもを預かってもらえる時間帯に食育に関する講演会等を実施してほしい。
- 学校等で食育に関する講習会を開催してほしい。
- 学校の給食に関する試食会を開催してほしい。
- 講習だけでなく、体験型のセミナーや農業体験、調理体験の場を設けてほしい。
- 栄養士さんによる離乳食のメニューに関する勉強会を開催してほしい。
- 週末や夕方の時間帯に参加できる食育イベントを実施してほしい。
- 家族で休みに参加できるイベントを開催してもらえるよう希望する。
- 子ども向けに芋掘り体験等、季節ごとにイベントを設けてほしい。
- 幼稚園児向けのイベントはあるものの、2歳児くらいから参加できるイベントも必要である。

（食材の購入について）

- 価格が高くても安全な食品を購入できる環境が必要である。
- スーパー等でアレルギー対応食品が手に入るようにしてほしい。
- 地元産の食材が購入できる場を増やしてほしい。

（食育に関する情報発信の方法について）

- 豊中市のHP等で食育に関する実践的な情報発信をしてほしい。
- 市内のスーパー等で市の食育に関するイベントの案内をしてはどうか。
- 学校や保育園を活用して情報発信を行ってはどうか。
- コラボ等の施設を使って情報発信してほしい。
- 子育て世代に無料でいろいろなパンフレットを配布してほしい。
- 小さい子ども連れで参加するイベントでは子どもを抱えながら情報をメモするのは難しく、レジュメ等を提供するような配慮が必要である。

（食育に関する情報発信の内容について）

- 栄養バランスを考えたメニュー、1か月の献立表等の情報を発信してほしい。
- 原発の影響等から食の安全性について気になるようになった。行政にも食の安全性について調査をして情報発信をしてほしい。

- 食物アレルギーに関する情報をもっと提供してほしい。
- 離乳食に関するレシピに悩んでいるので、レシピ情報を提供してほしい。

(歯科保健について)

- 幼稚園で虫歯予防のためのフッ化塗布を実施してほしい。
- 小学校での歯みがきの習慣づけを徹底してほしい。
- 虫歯予防のためのフッ化物塗布に関する情報がほしい。

(給食について)

- 費用がかかると思うが、中学校は（自校）給食にして、よりおいしい昼食を用意することで食育にも良い影響を及ぼした方がよい。
- また、給食費は子ども手当てから差し引く等、ちゃんと支払われるような配慮が必要である。
- 給食を導入すると苦手な食べ物に挑戦しないといけない環境ができ、子どもの好き嫌い防止にも役立つ。
- 市の保育園や小学校では減農薬の食物が使われていると思う。これを継続してほしい。

(2) 少年期の回答者による食育に関する主な意見・要望について

食育に関する回答者（少年期）の主な意見・要望は下記の通りです。

図表 518 食育に関する主な意見・要望（少年期の回答者）

(食育に関するイベントについて)

- 中学生向けの料理教室を行ってほしい。
- 食育に関する出前授業を行ってほしい。
- 学校で野菜を育てて、皆で調理をして食べるような取組を実施したい。

(食材の購入について)

- 原発の影響もあり、安全な地元産の食材の生産・提供を推進してほしい。

(食育に関する情報発信の内容について)

- 食育を推進することで、どのようなメリットが得られるのかを伝えることが重要である。

(給食について)

- 中学校は（自校）給食を導入すべきである。もしくは、購買部のように昼食が購入できる場所を用意すべきである。
- 学校給食の食べ合わせを見直した方が良い。
- 給食の質・量を見直してほしい。
- 給食費をしっかりと徴収する仕組みを設けるべきである。
- 食物アレルギーの子ども用の給食メニューを充実させてほしい。
- 地元産の食材や果物を増やしてほしい。
- 給食ではなく、親が弁当を作ることも食育にとっては重要である。
- 給食と弁当の選択制を採用できないか。
- 給食の食器をきれいな物にしてほしい。

(3) 青年・壮年・中年期の回答者による食育に関する主な意見・要望について

食育に関する回答者（青年・壮年・中年期）の主な意見・要望は下記の通りです。

図表 519 食育に関する主な意見・要望（青年・壮年・中年期の回答者）

(食育に関するイベントについて)

- 男子にも参加しやすい料理教室を開催してほしい。
- 若い世代が参加できる料理教室を開催してほしい。
- 大学生向けの食育に関するセミナー等も重要ではないか。
- 子どもがいても参加できる託児付き料理セミナー等を開催してほしい。
- 子どもが食事のマナーを学べる機会を設けてはどうか。
- 働く主婦等向けに土日祝日に開催される食育イベントを増やしてほしい。
- 農業体験イベントを実施してほしい。
- メタボリックシンドロームや生活習慣病に関するセミナーを実施してほしい。
- 高齢者層の孤食や低栄養、若い女子の極端なダイエット、生活習慣病等に関し、栄養の偏りを改善するために、気軽に参加できるセミナーを開催してほしい。

(食材の購入について)

- 豊中産の食材を販売する機会を増やしてほしい。
- 徒歩圏内にスーパーマーケットがない地域では高齢者には買物が不便である。

(食育に関する情報発信の方法について)

- 食育に関する記事が掲載された雑誌を増やしてほしい。
- 小中学校の家庭科の授業で食育を実施することが重要である。
- 学校で食を通じた人や家族との触れ合いの重要性を教えることが重要である。

(食育に関する情報発信の内容について)

- わかりやすい情報発信が必要である。
- 市内の和食の店に関する情報発信を行ってはどうか。
- 健康づくり応援団、ヘルシーメニューがある飲食店の情報を提供してほしい。
- 食事バランスガイド等に基づき、具体的なレシピを示してほしい。

(給食について)

- 中学校は（自校）給食を導入すべきである。
- 小学校の給食内容を質・量ともに見直すべきである。
- 給食への地元産品の積極的な利用を進めるべきである。
- 給食にも和食をもっと増やした方が良い。
- 学校給食の食器を改善できないか。アルミだと食欲が減退する。
- 食物アレルギーに対応した給食等の必要性を感じる。

（４） 高年期の回答者による食育に関する主な意見・要望について

食育に関する回答者（高年期）の主な意見・要望は下記の通りです。

図表 520 食育に関する主な意見・要望（高年期の回答者）

（食材の提供場所・内容について）

- 農産物の直売所を設けてはどうか。
- 農家と連携して旬の食材を提供する場を設けてほしい。
- 安い品物を提供してもらえたい場がほしい。
- 地産の食材を普及させてほしい。
- 有機作物の普及に力をいれてほしい。

（食の宅配サービスについて）

- 高齢者が自分で調理することが難しくなった際に、健康食の宅配サービスがもっと利用できるようにしてほしい。

（食に関する教育について）

- 今後は子ども向けに食育、食に関する教育を推進していくことが重要である。
- 年齢に適した食育を行ってほしい。

（食育関連の市施策に関する情報発信について）

- 食育推進計画の存在について知らなかった。もっと積極的に情報発信を行ってほしい。
- 健康増進のためにも食育の大切さについて、継続的に啓もう活動を行ってほしい。
- 豊中市の広報誌を使った情報提供を行ってほしい。
- 校区の社協が実施している食事会等で食育に関する情報発信を行ってはどうか。
- 豊中産の食材に関する情報発信を行ってほしい。
- レシピのレパトリーを増やせるように情報発信を望んでいる。

（給食について）

- 中学校は（自校）給食を導入した方がよい。

2. アンケート調査票見本

記入される方についておたずねします。

性別・年齢・居住地域(町名)・家族構成・職業についておたずねします。

お子さんとの関係	1. 父 3. その他 ()	2. 母 ()
あなた(記入者)の年齢 [平成23年(2011年)10月1日現在の満年齢 でお答えください]	()歳	
居住する町名(例：岡上の町2丁目)	()町()丁目	
同居している家族(お子さんとの除別) (あてはまるものすべてに○)	1. 母 2. 父 3. 祖母 4. 祖父 5. 姉 6. 兄 7. 妹 8. 弟 9. その他 ()	
職業(記入者)	1. 自営業 2. 会社員・公務員 3. 学生 4. パート・アルバイト 5. 農林漁業 6. 無職 7. その他 ()	

問1 家庭で食事づくりを担当しているのは、お子さんからみて主に誰ですか(あてはまるもの1つに○)

1. 父 2. 母 3. 祖父 4. 祖母
5. その他 ()

問2 前問で食事づくりを担当している方は就労していますか(あてはまるもの1つに○)

1. はい 2. いいえ →次は問3へ

問2-1 前問で「はい」と答えた方におたずねします。どのような勤務形態ですか(あてはまるもの1つに○をつき、具体的な勤務時間等も記入ください)

1. 常勤(1日____時間) 2. パート・アルバイト(週____日、1日____時間)
3. 自営業(1日____時間) 4. 不定時勤務(曜日、時間が決まっていない)
5. その他 ()

問3 食料を買ったときに気にしていることは何ですか(あてはまるものすべてに○)

1. 価格 2. 安全・安心 3. 産地 4. 賞味(消費)期限
5. 鮮度 6. 持たない 7. その他 ()

みんなのご家庭の食生活やお子さんの食事についておたずねします。

【お問合せ】
豊中市健康福祉部 健康推進課(中部保健センター)
〒560-0023 豊中市岡上の町2丁目1番15号
電話：6858-2800 FAX：6846-6022
担当：増上・三浦

**えがおも
おいしい
おかずだね!!
みんなで食育をすすめてよう**

豊中市食育推進計画

白ごころから健康増進行政について、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。
豊中市では、市民一人ひとりが生涯を通じて健康で豊かな生活ができるように「市民目
らから」に関する正しい知識と意を啓発し、健全な食生活を支援できるため、
の食育を推進するため、平成20年(2008年)3月に「豊中市食育推進計画」を策定し、行政を
はじめ、家庭、保育所(園)、幼稚園、学校、地域、事業者、団体など様々な関係機関が協力し、
食育を推進してきています。

この「豊中市食育推進計画」は平成21年度(2010年度)が最終年度にあたり、そこで、
今後、市民の食生活や生活習慣などに對する意識などを伺い、今後の食育推進に役立てるた
めにアンケート調査を実施いたします。

この調査では、豊中市個人情報保護条例に基づき、豊中市情報公開・個人情報保護審議
委員会の承認を得て、住民基本台帳および外国人登録簿等を利用し、平成23年(2011年)10
月1日現在、就学前のお子さんをお持ちの方を対象に出したものです。調査は無償
であり、ご記入いただいた内容については、統計的に処理し、個々の調査票を公表したり、調査
の目的以外に使用することは一切ございません。

つきましては、貴府等でご協力をお願いいたします。

ご協力くださいますようお願いいたします。

<ご回答にあたってお願い>

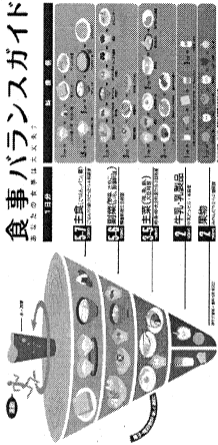
① 封筒のあて先にはおたずねされたお子さんのことについてご回答ください。
② ご回答は、選択式に○をつけていただく場合と数字などを記入していただく場合があります。
③ 選択式の場、お選びいただく数が多い場合は、ご注意ください。
④ 封筒によって、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、こわり書きや
矢印にしたがついてご回答ください。
⑤ ご記入いただいた調査票は、同時の返信用封筒(必ず不要)に入れて**10月17日(月)**
までにご投函ください。

問4 あなたは、日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか
(あてはまるものすべてに○)

- 1. 食事バランスガイド
- 2. 食生活指針
- 3. 日本人の食事摂取基準
- 4. 6つの基礎食品
- 5. 3色分類
- 6. その他の指針
- 7. 参考にしていない

☆問4の指針の例☆

「食事バランスガイド」:「何を」「どれだけ」食べたら良いかをわかりやすくコマで示したもの



「食生活指針」:「食事を楽しもう。」、「1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。」
「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」など10項目からなる 望ましい
食生活を実践するための指針

「日本人の食事摂取基準」:1日に必要なエネルギーや栄養素の摂取量の目安を示したもの

「6つの基礎食品」:栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの

「3色分類」:食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの

6つの基礎食品		主な働き
1群 肉、魚介類、卵、大豆	3色分類	主な働き
2群 牛乳、乳製品、骨ごと食べられる魚、海藻	赤	血や肉や骨となる
3群 緑黄色野菜	緑	体の調子を整える
4群 その他の野菜、果物		
5群 米、パン、めん、いも	黄	体温・エネルギーの源となる
6群 油脂		

問5 賞味期限が切れたり、料理・食品として調理されずに廃棄すること(たとえば、買いたぎた野菜を腐らせて捨ててしまうこと)を「直接廃棄」といいますが、そのような理由で食べ物を捨てることありますか(あてはまるもの1つに○)

- 1. よくある
- 2. 時々ある
- 3. あまりない
- 4. 全くない

問6 食べ残しを減らす努力をしていますか(あてはまるもの1つに○)

- 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

問7 食生活で環境に配慮して気をつけていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

- 1. 食べきれない量だけ作る
- 2. 必要な量だけ買う
- 3. なるべく産地の近いものを買う
- 4. 旬の食材を使う
- 5. 野菜の皮や、調理くずをたい肥にする
- 6. 食材や調理済み食品を適切に保存し、食べきる
- 7. 家族がそろって食べるようにする
- 8. その他()
- 9. 特に気をつけていることはない

問8 お子さんに食事のお手伝いをさせていますか(あてはまるもの1つに○)

- 1. 手伝いをさせている
- 2. 手伝いをさせていない
- 3. まだできない

⇒次は問9へ

問8-1 前問で「1. 手伝いをさせている」と答えた方におたずねします。具体的にどんなお手伝いをしますか(あてはまるものすべてに○)

- 1. ひとりもしくは一緒に買い物に行く
- 2. 食材を手でちぎったり、包丁で切る
- 3. 炒めたり煮たりする(火を使うお手伝い)
- 4. できた料理をお皿に盛り付ける
- 5. 盛り付けたものを食卓に出す
- 6. 食器を並べる
- 7. 食べ終わった食器を引き上げる
- 8. 食器を洗う
- 9. その他()

問9 家族と一緒に食事をする人が、それぞれ別のメニューを食べることがありますか(あてはまるもの1つに○)(例:子どもはハンバーグを食べ、大人は焼き魚を食べる)

- 1. よくある
- 2. 時々ある
- 3. あまりない



身長

cm

体重

kg

問22 お子さんの身長と体重を下欄に記入ください(小数第1位まで)

1. 太りすぎ

2. 太り気味

3. 普通

4. やせ気味

5. やせすぎ

問23 お子さんの現在の体型をどう思いますか(あてはまるもの1つに○)

1. とても健康である

2. まあまあ健康である

3. あまり健康ではない

4. 健康でない

問24 お子さんの健康についてどう考えますか(あてはまるもの1つに○)

1. 決まっている

2. 決まっていない

問25 お子さんの朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか。決まっている場合は、その時間を教えてください(24時間制で記入ください)

① 起きる時間

時

分

② 寝る時間

時

分

問26 お子さんは朝食を食べますか(あてはまるもの1つに○)

1. 週に6、7日食べる

2. 週に4、5日食べる

3. 週に2、3日食べる

4. 週に1、2日食べる

5. 食べない

6. まだ食べていない

問26-1 前問で「1. 週に6、7日食べる」「2. 週に4、5日食べる」「3. 週に2、3日食べる」と答えた方におたずねします。朝食は週と一緒にご食べますか(あてはまるもの1つに○)

1. 家族全員で食べる

2. 家族の誰かかと食べる

3. ひとりで食べる

4. その他()

問26-2 前問で「4. 週に1、2日食べる」「5. 食べない」と答えた方におたずねします。その最も大きな理由は何ですか(あてはまるもの1つに○)

1. 朝食を用意する時間がない

2. お子さんの食欲がない

3. 朝食を食べる時間にお子さんが起きない

4. 朝食を食べる習慣がない

5. その他()

1. 内容もよく知っている

2. 聞いたことはある

3. 知らなかった

問19 平成20年3月「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、あなたはこの計画のことを知っていましたか(あてはまるもの1つに○)

1. 食育に関する情報を正しく理解するようになった

2. 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を営めるように心がけるようになった

3. 食を選択する力をつけるようになった

4. おいしく、楽しく、食事をするように心がけるようになった

5. 食べる物を大切にするように心がけるようになった

6. 歯や口の健康に関心を持つようになった

7. 地域の食文化などを学んだり、周りの人に教えたりするようになった

8. 食に関するイベントや学習会などに参加するようになった

9. 特にない

10. その他()

問19-1 前問で「1. 内容もよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、この2、3年で、あなたの食生活に対する意識の変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 食育に関する正しい情報を得られやすくなった

2. 外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった

3. 食に関するイベントなどに参加しやすくなった

4. おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた

5. 食べる物を大切にしている人が多くなった

6. 歯や口の健康についての情報を得やすくなった

7. 食の安全面で信頼できるお店や生産者が増えた

8. 特にない

9. その他()

問19-2 前問で「1. 内容もよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、この2、3年で、あなたの食生活を取り巻く環境に何か変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 平成

2. 西暦

3. 生まれ

4. 月

5. 生まれ

問20 お子さんの誕生日はいつですか

1. 保育園(園)

2. 幼稚園

3. 通っていない

問21 お子さんは保育園(園)か幼稚園に通っていますか(あてはまるもの1つに○)

問27 お子さんの夕食は何時ごろですか(あてはまるもの1つに○)

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. 食べない

11. まだ食べていない

12. その他 ()

問28 家族がいっしょに暮らしているのに、ひとりで食事をすることを「孤食」と言いますが、夕食の時、家にいる人全員で食事をしますか(あてはまるもの1つに○)

1. 全員で食べている

2. 全員そろわないこともある

3. 全員そろわないことが多い

4. その他 ()

問29 お子さんは主食(ご飯やパン、めん類など)、主菜(肉や魚など)、副菜(野菜のあえものやサラダ、味噌汁など)のそろった食事を1日に何回していますか(あてはまるもの1つに○)

1. 0回

2. 1回

3. 2回

4. 3回

4. まだ食べていない

問29-1 前問で「0回」と答えた方におたずねします。お子さんが主食、主菜、副菜がそろった食事をとらないのはなぜですか(あてはまるもの1つに○)

1. お子さんの好き嫌いのため

2. お子さんや家族のアレルギーや病気のため

3. 食事を準備できないため

4. その他 ()

問30 お子さんのおやつは時間や量を決めていますか(あてはまるもの1つに○)

1. 時間や量を決めている

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. その他 ()

6. まだ食べていない

問31 お子さんは、よく噛んで食べていると思いますか(あてはまるもの1つに○)

1. 思う

2. 思わない

3. わからない

4. まだ食べていない

問32 家族で外食をすることがありますか(あてはまるもの1つに○)

1. 週の半分以上する

2. 週に1、2回する

3. 月に1、2回する

4. 年に数回する

5. ほとんどしない

問33 お子さんの食事で困っていることはありますか(あてはまるもの1つに○)

1. ある

2. ない

問33-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。具体的にどのようなことでお困りですか(あてはまるものすべてに○)

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. その他 ()

問34 お子さんは食事の前に手を洗いますか(あてはまるもの1つに○)

1. はい

2. いいえ

3. まだ食べていない

問35 お子さんは食事の前後に、「いただきます」「ごちそうさま」といったあいさつをしていますか(あてはまるもの1つに○)

1. どちらもする

2. 「いただきます」など食後のあいさつのみ

3. 「ごちそうさま」など食後のあいさつのみ

4. どちらもしない

5. まだ食べていない

問36 離乳食で困ったことはありましたか(あてはまるもの1つに○)

1. あった

2. なかった

3. 覚えていない

4. まだ、はじめていない

問36-1 前問で「1. あった」と答えた方におたずねします。具体的にどのようなことでお困りでしたか(あてはまるものすべてに○)

1. 作るのが苦痛・面倒

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. 食べものの種類が偏っている

6. 食べるのをいやがる

7. 食べさせるのが苦痛・面倒

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 ()

問37 お子さんの妊娠をきっかけに、食への意識は変わりましたか(あてはまるもの1つに○)

1. 妊娠を知ってから変わった

2. 子どもが生まれてから変わった

3. 子どもがいなかったときと変わっていない

4. その他 ()

286

お子さんの飲口の習慣についての答えねしませ。

問38 お子さんの食べ方で驚くことはありますか(あてはまるもの1つに○)

1. ある

2. ない

3. まだ食べていない

→次は問39へ

問38-1 前問で1. あると答えた方におたずねします。具体的にどのようなことが驚になりますか(あてはまるものすべてに○)

1. 片側ばかりで噛む

2. 食物を口の中に溜める

3. 硬いものを避ける

4. あまり噛まずにすぐに飲み込む

5. その他()

問39 お子さんの噛む力にあわせた食事を心がけていますか(いずれかに○)

1. はい

2. いいえ

問40 お子さんはむし歯予防のためのフッ化物歯塗布を受けていますか(あてはまるもの1つに○)

1. 受けている

2. 受けていない

3. 受けてみたい

問41 お子さんは定期的な歯科健診を受けていますか(いずれかに○)

1. 受けている

2. 受けていない

問42 お子さんはむし歯がありましたが(いずれかに○)

1. ない

2. むし歯があったが、治療済み

3. むし歯があるが治療していない

食育に関するご意見・ご要望があれば、記入してください

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

10月17日(月)までに、同封の返信用封筒(切手不要)で
ご返送をお願いいたします。

287

食生活と生活習慣に関するアンケート調査ご協力をお願い

少年期

平成23年 (2011年) 10月

豊中市健康福祉部 健康支援室

日ごろから健康福祉行政について、ご理解とご協力をいただきありがとうございます。
豊中市では、市民一人ひとりが生涯を通じて健康で心豊かな生活ができるように「市民目
がけ」に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を営んでいただくため
の食育を推進するため、平成20年(2008年)3月に「豊中市食育推進計画」を策定し、行政を
はじめ、家庭、保育所(園)、幼稚園、学校、地域、事業者、団体など様々な関係機関が協働し、
食育を推進してきています。

この「豊中市食育推進計画」は平成24年度(2012年度)が最終年度にあたります。そこで、
今回、市民の食生活や生活習慣などに対する意識などを知り、今後の食育推進に役立てるた
めにアンケート調査を実施いたします。

この調査では、豊中市個人情報保護条例に基づき、豊中市情報公開・個人情報保護推進
委員会の承認を得て、住民基本台帳および外国人登録原簿を利用し、平成23年(2011年)10
月1日現在、小学校6年生または中学校3年生のお子さんがおられるご家庭を対象に抽出
いたしました。調査は無記名であり、ご記入いただいた内容については、統計的に処理し、個々
の調査票を公表したり、調査の目的以外に使用することは一切ございません。
つきましては、大変お忙しいところ恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力く
ださいませようお願いします。

＜ご回答にあたってのお願い＞

- ① 封筒のあて名に書かれたお子さんのことについてご回答ください。
保護者の方にご記入いただくところ(P2～6)と、お子さん自身がご記入いただく
ところ(P7～11)があります。
- ② ご回答は、選択肢に○をつけていただく場合と数字などをご記入していただく場合が
あります。
- ③ 選択肢の場合、お選びいただく数に制限はありません。ご注意ください。
- ④ 数値によって、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、ご回答を書き
入印にしたりしてご回答ください。
- ⑤ ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒(切手不要)に入れて10月17日(月)
までにご返送ください。



えがお
おいしい
おかずだね!!
みんなが食育をすすめるよう
豊中市食育推進計画

【お問い合わせ】
豊中市健康福祉部 健康支援室 (中部保健センター)
〒560-0023 豊中市岡上の町2丁目1番15号
電話：6858-2800 FAX：6846-6022
担当：池上・三原

保護者の方におたずねします。

性別(年齢・居住地域(町名)・家族構成・職業)についておたずねします。

お子さんとの関係 あなた(記入者)の年齢 (平成23年(2011年)10月1日現在の年齢 でお答えください)	1. 父 () 2. 母 () 3. その他 ()
居住の町名(例：岡上の町2丁目) 同居している家族(お子さんとの続柄) (あてはまるものすべてに○)	1. 母 () 2. 父 () 3. 祖母 () 4. 祖父 () 5. 姉 () 6. 兄 () 7. 妹 () 8. 弟 () 9. その他 ()
職業(記入者)	1. 自営業 () 2. 会社員・公務員 () 3. 学生 () 4. パート・アルバイト () 5. 無職 () 6. 無職 () 7. その他 ()

問1 家庭で食事づくりを担当しているのは、お子さんからみて主にだれですか(あてはまるもの1つに○)

1. 父 () 2. 母 () 3. 祖父 ()	4. 祖母 () 5. その他 ()
--------------------------------------	----------------------------

問2 前問で食事づくりを担当している方は就労していますか(いずれかに○)

1. はい () 2. いいえ ()

問2-1 前問で「はい」と答えた方におたずねします。どのような勤務形態ですが(あてはまるもの1つに○をつけ、具体的な勤務時間等もご記入ください)

1. 常勤(1日 () 時間) () 2. パート・アルバイト(週 () 日、1日 () 時間) () 3. 自営業(1日 () 時間) () 4. 不定制業務(曜日、時間が決まっていない) () 5. その他 ()
--

問3 お子さんの身長と体重を教えてください(下記に数字を記入ください)(小数点第1位まで)

身長 () cm	体重 () kg
--------------	--------------

問4 お子さんの現在の体形をどう思いますか(あてはまるもの1つに○)

1. 太りすぎ () 2. 太り気味 () 3. 普通 () 4. やせ気味 () 5. やせすぎ ()
--

みんなのご家庭の食生活やお子さんの食事についておたずねします。

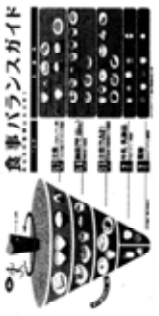
問5 食料を買った時に気にしていることは何ですか(あてはまるものすべてに○)

1. 価格	2. 安全・安心	3. 産地	4. 賞味(消費)期限
5. 鮮度	6. 特にない	7. その他()	

問6 あなたは、日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか(あてはまるものすべてに○)

1. 食事バランスガイド	2. 食生活指針
3. 日本人の食事摂取基準	4. 6つの基礎食品
5. 3色分類	6. その他の指針
7. 参考にしない	

「食事バランスガイド」が何とどれだけ食べたら良いかをわかりやすくコマで示したものを「食事バランスガイド」



「食生活指針」が「食事を楽しむよう」、「1日の食事のリズムから、豊かな食生活リズムを」、「主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを」、「10項目からなる、楽しい食生活を実践するための指針」

「日本人の食事摂取基準」1日に必要なエネルギーや栄養素の摂取量の目安を示したもの

「6つの基礎食品」: 栄養成分の類似している食品を6群に分けて示したもの

「3色分類」: 食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの

6つの基礎食品		3色分類		主な働き	
1群	肉、魚介類、卵、大豆				
2群	牛乳、乳製品、発酵食品				
3群	緑黄色野菜				
4群	その他の野菜、果物				
5群	米、パン、めん、いも				
6群	油類				

問7 賞味期限が切れたり、料理・食品として調理されずに廃棄すること(たとえば、買いすぎた野菜を腐らせて捨ててしまうこと)を「廃棄廃棄」といいますが、そのような理由で食べ物を捨てることがありますか(あてはまるもの1つに○)

1. よくある	2. 時々ある
3. あまりない	4. 全くない

問8 食べ残しを減らす努力をしていますか(あてはまるもの1つに○)

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

問9 食生活で環境に配慮して食をつけていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

1. 食べられる量だけ作る	2. 必要な量だけ買う
3. なるべく産地の近いものを買う	4. 旬の食材を使う
5. 野菜の皮や、調理くずをたい肥にする	
6. 食材や調理済み食品を適切に保存し、食べきる	
7. 家族がそろって食べるようにする	
8. その他()	
9. 特に気にしていない	

問10 家族と一緒に食事をする人が、それぞれ別のメニューを食べることがありますか(あてはまるもの1つに○)(例: 子どもはハンバーグを食べ、大人は焼き魚を食べる)

1. よくある	2. 時々ある	3. あまりない
---------	---------	----------

問11 お子さんと一緒に家族で外食をすることがありますか(あてはまるもの1つに○)

1. 週の半分以上する	2. 週に1、2回する	3. 月に1、2回する
4. 年に数回する	5. ほとんどしない	

問12 ご家庭でお子さんの食事のことで困っていることは何ですか(あてはまるもの1つに○)

1. 少ない	2. 食べ過ぎる	3. 量などで食事が一緒にできない
4. 好き嫌いが多い	5. 特になし	6. その他()

問13 お子さんは、定期的な歯科健診を受けていますか(いずれかに○)

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

食料や食品に関する情報などについておたずねします。

問14 「食育」に関心がありますか(あてはまるもの1つに○)

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	

※「食育」が心身の健康の増進に重要な役割を果たすために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を営むことができる人間を育てることです。その中には、健康に良い食生活や食生活習慣/バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じてコミュニケーションやマナー、あいづつなどの食に関する価値を身に付けたり、食の楽しみへの誘いや食に関する文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

289

問15 食育に関する情報をどこから入手しますか(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|--------------------|------------|
| 1. テレビ・ビデオ | 2. 新聞・雑誌 |
| 3. 知人 | 4. 家族 |
| 5. 府や市の広報や講演会・健康教室 | 6. インターネット |
| 7. 特に入手していない | |

問16 豊中産の農作物を食べたことがありますか(あてはまるもの1つに○)

- | | | |
|-------|-------|----------|
| 1. ある | 2. ない | 3. わからない |
|-------|-------|----------|

問17 豊中産の農作物を購入したいと思えますか(あてはまるもの1つに○)

- | | | |
|-------|---------|----------|
| 1. 思う | 2. 思わない | 3. わからない |
|-------|---------|----------|

問18 お子さんと一緒に農体験をしたことがありますか(いずれかに○)

- | | | |
|-------|-------|---------|
| 1. ある | 2. ない | ⇒次は問19へ |
|-------|-------|---------|

問18-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。どんな農体験をしましたか(あてはまるものすべてに○)

- | |
|----------------------------------|
| 1. 栽培開始時期の作業体験 (田植えや野菜の種まき、定植など) |
| 2. 栽培途中の作業体験 (除草やぶどうの袋かけなど) |
| 3. 収穫作業の体験 (稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など) |
| 4. 収穫後の加工体験 (稲わら細工や餅つき、みそづくりなど) |
| 5. その他 () |

問19 農体験に興味がありますか(いずれかに○)

- | | | |
|-------|-------|---------|
| 1. ある | 2. ない | ⇒次は問20へ |
|-------|-------|---------|

問19-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。どんな農体験がしてみたいですか(あてはまるものすべてに○)

- | |
|----------------------------------|
| 1. 栽培開始時期の作業体験 (田植えや野菜の種まき、定植など) |
| 2. 栽培途中の作業体験 (除草やぶどうの袋かけなど) |
| 3. 収穫作業の体験 (稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など) |
| 4. 収穫後の加工体験 (稲わら細工や餅つき、みそづくりなど) |
| 5. その他 () |

問20 豊中市の中学校の給食に関する食育の取り組みとして、あなたのお考えに一番近いものはどれですか(あてはまるもの1つに○)

- | |
|---|
| 1. 生徒が弁当を持参するか、または学校でパンを販売すれば良い (現状のまま) |
| 2. 学校で給食を実施し、生徒全員が給食を食べれば良い |
| 3. 学校で給食を実施し、生徒が「学校給食」と「現状のまま」から選択できるのが良い |
| 4. わからない |

問21 万一の災害に備えて、ご家庭で災害用の非常食^{※1}・保存食^{※2}・飲料を家族全員分として、どれくらい備蓄していますか(あてはまるものすべてに○)

- | |
|------------------------------|
| 1. 非常食の備蓄が3日以上ある |
| 2. 非常食の備蓄が1～2日分ある |
| 3. 保存食の備蓄が3日以上ある |
| 4. 保存食の備蓄が1～2日分ある |
| 5. 飲料の備蓄が3日以上ある |
| 6. 飲料の備蓄が1～2日分ある |
| 7. 保存食や飲料はあるが、災害用としては備蓄していない |
| 8. まったく家庭に置いていない |

※1 非常食:アルファ米、カンパネなどの災害に備えて備蓄しておく食料のこと
※2 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。

問22 あなたの住んでいる地域や地域の人々についておうかがいします(それぞれあてはまるもの1つに○)

1. あてはまる	2. はい、まあはあて	3. いまなとも	4. はい、まあはあて	5. はい、まあはあて
①この地域では、必要な食料をスーパー、商店街などで購入することができたり、買い物に行くための交通手段が整っているなど、日常の買い物に不便を感じることはない	1	2	3	4
②この地域は、食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれている	1	2	3	4
③食の栄養面や安全面に対する地域の人々の関心が高い	1	2	3	4
④この地域では、食の文化や伝統、季節性などを大切にしようという雰囲気がある	1	2	3	4
⑤この地域では、お昼分けなど、互いに食べ物を気軽に交換し合う関係がある	1	2	3	4
⑥この地域では、食に関する必要な情報が得られる	1	2	3	4
⑦この地域では食をテーマにした取り組みやイベントが活発である	1	2	3	4

問23 平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、あなたはこの計画のことを知っていましたか(あてはまるもの1つに○)
 1. 内容がよく知っている
 2. 聞いたことはある
 3. 知らなかった

→ 2次は問24へ

問23-1 前問で「1. 内容がよく知っている」、「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活に対する意識の変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)
 1. 食育に関する情報を正しく理解するようになった
 2. 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現するようになった
 3. 食を選択する力をつけようとなった
 4. おいしく、楽しく、食事をしようと思った
 5. 食べる物を大切にしようと思った
 6. 歯や口の健康に関心を持つようになった
 7. 地域の食文化などを学んだ
 8. 食に関するイベントや学術会などに参加するようになった
 9. 特にな
 10. その他()

→ 問23-2

問23-2 前問で「1. 内容がよく知っている」、「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活を取り巻く環境に何か変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)
 1. 食育に関する正しい情報を得られやすくなった
 2. 外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった
 3. 食に関するイベントなどに参加しやすくなった
 4. おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた
 5. 食べる物を大切にしようと思った
 6. 歯や口の健康についての情報を得やすくなった
 7. 食の安全面で信頼できるお店や生産者が増えた
 8. 特にな
 9. その他()

→ 食育に関するご意見・ご要望があれば11ページにお書きください

これで保護者の方への質問は終わります。お疲れ様でした。

次のページからは、お子さんへの質問が始まります。

小学校6年生までは中学校3年生の皆さんにおたずねします。
 問24 学年と性別は次のうちどれですか(あてはまるもの1つに○)
 1. 小学校6年生 男子
 2. 小学校6年生 女子
 3. 中学校3年生 男子
 4. 中学校3年生 女子

生活リズムについておたずねします。
 問25 あなたは普段、ご自身の健康についてどう考えていますか(あてはまるもの1つに○)
 1. とても健康である
 2. まあまあ健康である
 3. あまり健康ではない
 4. 健康でない

問26 あなたはご自身の現在の体形をどう思いますか(あてはまるもの1つに○)
 1. 太りすぎ
 2. 太り気味
 3. 普通
 4. やせ気味
 5. やせすぎ

問27 学校がある日の朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか、決まっている場合は、その時間を教えてください(24時間制で記入ください)
 1. 決まっている
 2. 決まっていない
 ① 起きる時間 時 分
 ② 寝る時間 時 分

問28 あなたは今、ストレスがありますか(あてはまるもの1つに○)
 1. ある
 2. ない

→ 問28-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。自分なりのストレス解消法がありますか(あてはまるもの1つに○)
 1. ある
 2. ない

問29 学校で眠くなることがありますか(あてはまるもの1つに○)
 1. ほぼ毎日眠くなる
 2. 週に2～3日眠くなる
 3. ほとんどない

7

問30 朝食を食べますが(あてはまるもの1つに○) 1. 週に6、7日食べる 2. 週に4、5日食べる 3. 週に2、3日食べる 4. 週に1、2日食べる 5. 食べない ⇒次は問30-2へ	問30-1 前問で「1. 週に6、7日食べる」「2. 週に4、5日食べる」「3. 週に2、3日食べる」と答えた方におたずねします。朝食はだれと一緒に食べますが(あてはまるもの1つに○) 1. 家族全員で食べる 2. 家族のだけかと食べる 3. ひとり食べる 4. その他()	問30-2 問30で「4. 週に1、2日食べる」「5. 食べない」と答えた方におたずねします。その最も大きな理由は何か(あてはまるもの1つに○) 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 4. やせるため 5. 朝食が用意されていない 6. 朝食を食べる習慣がない 7. その他()	問31 夕食は何時ごろですか(あてはまるもの1つに○) 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. 食べない 11. その他()	問32 家族がいつもに暮らしているのに、ひとり夕食をすることを「孤食」と言いますが、夕食の時、家にいる人全員で食事をしますが(あてはまるもの1つに○) 1. 全員で食べている 2. 全員そろわないこともある 3. 全員そろわないことが多い 4. その他()	問33 主食(ご飯やパン、めん類など)、主菜(肉や魚など)、副菜(野菜のあえものやサラダ、味噌汁などのそろった食事を1日に何回していますか(あてはまるもの1つに○) 1. 0回 2. 1回 3. 2回 4. 3回 ⇒次は問34へ	問33-1 前問で「0回」と答えた方におたずねします。主菜、副菜がそろった食事をとらないのはなぜですか。 1. 自分の好き嫌いのため 2. やせるため 3. 自分や家族のアレルギーや病気のため 4. 家族が食事を準備できないため 5. その他()							
食事をおやつにつけておたずねします。 問34 食事で、大切なと思うことは何ですか(あてはまるものすべてに○) 1. 栄養のバランスがよいこと 2. 自分で作った料理を食べること 3. 好き嫌いをしないこと 4. 食事のマナーを守ること 5. 楽しく食べること 6. おいしく食べること 7. 残さず食べること 8. おなかがいっぱいになること 9. 特にな 10. その他()							問35 食事が楽しいと思うのはいつですか(あてはまるものすべてに○) 1. 朝食 2. 学校の屋食(給食・お弁当など) 3. 夕食 4. 外食をするとき 5. 楽しくない	問36 食事の時間におながすいていますか(あてはまるもの1つに○) 1. いつもすいている 2. すいていないことがある 3. すいていないことが多い	問37 好き嫌いがありますか(あてはまるもの1つに○) 1. ない 2. 少しある 3. 多いものたくさんある ⇒次は問38へ	問37-1 前問で「2. 少しある」「3. 多いものたくさんある」と答えた方におたずねします。嫌いなものが出てきたとき、どうしますか(あてはまるもの1つに○) 1. がまんして食べる 2. 学校では食べるが、家では食べない 3. 学校では食べないが、家では食べる 4. 食べない 5. その他()	問38 学校の給食や家庭での食事を食べ残すことがありますか(あてはまるもの1つに○) 1. ある 2. 時々ある 3. ほとんどない 4. 全くない	問39 おやつを自分で作ることがありますか(あてはまるもの1つに○) 1. ある 2. 時々ある 3. ほとんどない 4. 全くない	問40 おやつを自分で買うことがありますか(あてはまるもの1つに○) 1. ある 2. ない

問41 おやつは時間や量を決めていますが(あてはまるもの1つに○)

1. 時間や量を決めていない

2. 時間は決めていないが、量は決めていない

3. 時間は決めていないが、量は決めていない

4. 時間も量も決めていない

5. その他()

問42 みなさんはもともと大きく育つ時期ですが、今、心がけていることは何ですか(あてはまるものをすべてに○)

1. 食事量を減らすこと

2. おやつ(おかし)を食べ過ぎないこと

3. 早寝早起きをする

4. 勉強をすること

5. 家の人の手伝いをすること

6. 友だちと楽しく過ごすこと

7. 家族と楽しく過ごすこと

8. 運動をすること

9. 特になし

10. その他()

問43 食事の前に手を洗いますが(いずれかに○)

1. はい

2. いいえ

問44 食事の前後に、「いただきます」「ごちそうさま」といったあいさつをしていますか(あてはまるもの1つに○)

1. どちらもする

2. 「いただきます」など食事のあいさつのみ

3. 「ごちそうさま」など食事のあいさつのみ

4. どちらもしない

問45 食事について、お手伝いをしますが(いずれかに○)

1. する

2. しない

問46 1. 食材(肉や魚や野菜など)の買い物に行く 2. 包丁で肉や野菜を切る 3. 炒めたり煮たりする(火を使うお手伝い) 4. できた料理をお皿に盛り付ける 5. 盛り付けたものを食卓に出す 6. 食器を洗う 7. 食べ終わった食器を引き上げる 8. 食器を洗う 9. その他()

問46 1. 田植え 2. 野菜の収穫 3. 草刈り 4. 水やり 5. 稲刈り 6. 芋ほり 7. 野菜の収穫 8. 稲刈り 9. 餅つき

問47 小学校6年生の方のみにおたずねします。給食に豊中市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(いずれかに○)

1. 知っている

2. 知らない

問48 1日何回歯みがきを行っていますか(あてはまるもの1つに○)

1. 0回

2. 1回

3. 2回

4. 3回以上

問49 むし歯予防のためにあなたが使っているものは何ですか(あてはまるものをすべてに○)

1. フッ素入り歯みがき剤

2. デンタルリンス(漱口液、液体歯みがきなどの口を洗うための液体)

3. デンタルフロス(歯と歯の間をお掃除する糸)

4. キシリトールガム、キシリトールタブレット

5. すべて使っていない

問50 歯医者さん(歯科医院)で歯みがき指導を受けたことがありますか(いずれかに○)

1. ある

2. ない

問51 あなたはむし歯がありますが(いずれかに○)

1. ない

2. むし歯があったが、治療済み

3. むし歯があるが治療していない

食育に関するご意見・ご要望があれば、記入してください

質問は以上です。ご協力ありがとうございます。

10月17日(月)までに、同封の返信用封筒(切手不要)で
ご返送をお願いいたします。

293

食生活と生活習慣に関するアンケート調査にご協力をお願い

平成23年(2011年)10月

豊中市健康福祉部
健康支援室

日ごろから健康福祉行政について、ご理解とご協力をお願いいたします。

豊中市では、市民一人ひとりが生涯を通じて健康で心豊かな生活ができるように「市民目線」を大切にし、健康で心豊かな生活を送ることができるように「食」に関する正しい知識と食を選択する力を習得し、健康な食生活を意識できる」ために「食育推進」を推進する。また、食育推進の推進策として、食育推進計画を策定し、行政を軸に、食育推進所（園）、幼稚園、学校、地域、事業所、団体と様々な関係機関が協働し、食育を推進してまいります。

この「豊中市食育推進計画」は平成24年度（2012年度）が最終年度にあたります。そこで、今後、市民の食生活や生活習慣などに対する意識などを知り、今後の食育推進に役立てるためにアンケート調査を実施いたします。

この調査では、重中市個人情報保護条例に基づき、重中市個人情報保護委員会から提供された個人情報を活用し、平成22年（2011年）10月1日現在、10歳から64歳の方を対象に抽出いたしました。調査は無記名であり、ご記入いただいた情報は、統計的に処理し、個々の調査票を公表したり、調査の目的以外に使用することは一切ございません。

重中市個人情報保護委員会
重中市個人情報公開・個人情報保護課

つきましては、大変お忙しいところ恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力ください。

＜ご回答にあたってのお願い＞

- ① 回答は、選択肢に○をつけていただく場合と数字などを記入していただく場合があります。
- ② 選択肢の場合、お選びいただく数か記号によって異なります。ご注意ください。
- ③ 設問によって、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、ごわり書きや矢印にしたがってご回答ください。
- ④ ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒(切手不要)に入れて**10月17日(月)**までにご返附ください。



今日の食事が、
明日のチカラ。

豊中市食育推進計画
 などで食育をすすめよう

【お問合せ】
 豊中市健康福祉部 健康支援室 (中部保健センター)
 〒560-0023 豊中市岡上の町2丁目1番15号
 豊中市すこやかプラザ1階
 電話: 6858-2800 FAX: 6846-6022
 担当: 池上・三原

性別・年齢・居住地(町名)・家族構成・職業についておたずねします。

性別	1. 男性	2. 女性
あなたの年齢 〔平成 23 年（2011 年）10 月 1 日現在の満年齢 でお答えください〕	() 歳	
居住の町名（例：岡上の町 2 丁目）	() 町 () 丁目	
同居している家族 （あてはまるものすべてに○）	1. 母 4. 子ども 7. 祖父 9. いなし	3. 配偶者 6. 祖母 8. その他 ()
職業	1. 自営業 3. 学生 5. 農林漁業 7. その他 ()	2. 会社員・公務員 4. パート・アルバイト 6. 無職

問1 身長と体重をご記入ください(下記に数字を記入ください)(小数点第1位まで)

身長	cm	体重	kg

問2 現在の体形をどう思いますか(あてはまるもの1つに○)

1. 太りすぎ 2. 太り気味 3. 普通 4. やせ気味 5. やせすぎ

問3 あなたは普段、ご自身の健康についてどうお考えですか(あてはまるもの1つに○)

1. とても健康である
2. まあまあ健康である
3. あまり健康ではない
4. 健康でない

問4 家庭で食事づくりを担当しているのは、主にだれですか(あてはまるもの1つに○)

1. 本人
2. 配偶者
3. 父
4. 母
5. 子
6. その他 ()

問5 前問で食事づくりを担当している方は就労していますか(いずれかに○)

1. はい

問5-1 前問で「1. はい」と答えた方におたずねします。どのような勤務形態ですか(あてはまるもの1つに○をつけ、具体的な勤務時間等もご記入ください)

- ・常勤(1日____時間)
2. パート・アルバイト(週____日、1日____時間)
3. 自営業(1日____時間)
4. 不定期業務(曜日、時間が決まっていない)

生活リズムについておたずねします。

問6 ふだん、朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか。決まっている場合は、その時間を教えてください(24時間制で記入ください)

1. 決まっている	2. 決まっていない
① 起きる時間 時 分 ② 寝る時間 時 分	

問7 朝食を食べますが(あてはまるもの1つに○)

1. 週に6、7日食べる 2. 週に4、5日食べる 3. 週に2、3日食べる
4. 週に1、2日食べる 5. 食べない

⇒次は問7-2へ

問7-1 前問で「1. 週に6、7日食べる」「2. 週に4、5日食べる」「3. 週に2、3日食べる」と答えた方におたずねします。朝食はだれと一緒に食べますが(あてはまるもの1つに○)

1. 家族全員で食べる 2. 家族のどれかと食べる
3. ひとりで食べる 4. その他 ()

問7-2 問7で「4. 週に1、2日食べる」「5. 食べない」と答えた方におたずねします。その最も大きな理由は何か(あてはまるもの1つに○)

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. 朝食が用意されていない 6. 朝食を食べる習慣がない
7. その他 ()

問8 夕食は何時ごろですか(あてはまるもの1つに○)

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. 食べない 11. その他 ()

問9 2人以上でお住まいの方におたずねします。家族が一緒に暮らしているのに、ひとりで食事をするのを「孤食」と言いますが、夕食の時、家にいる人全員で食事をしますか。あてはまるもの1つに○)

1. 全員で食べている 2. 全員そろわないこともある
3. 全員そろわないことが多い 4. その他 ()



2

問10 「メタボリック・シンドローム」※(内臓脂肪症候群)を知っていますか(あてはまるもの1つに○)

1. 内容を知っている
2. 言葉を知っているが、内容は知らない
3. 知らない

※メタボリック・シンドローム：内臓の周囲に脂肪がたまり、それに加えて高血糖・高血圧・高脂血・高コレステロールの症状のいくつかを複数併発する状態。放置すると、糖尿病・動脈硬化・心臓病などを起こしやすくなります。

食事についておたずねします。

問11 食材を買うときに気にしていることは何ですか(あてはまるものすべてに○)

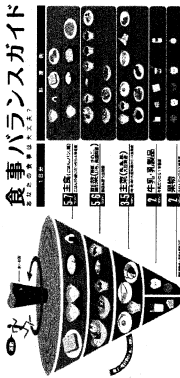
1. 価格 2. 安全・安心 3. 産地 4. 賞味(消費)期限
5. 鮮度 6. 特にない 7. その他 ()

問12 あなたは、日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか(あてはまるものすべてに○)

1. 食事バランスガイド 2. 食生活指針
3. 日本人の食事摂取基準 4. 6つの基礎食品
5. 3色分類 6. その他の指針
7. 参考にしていない

問12の指針の例

「食事バランスガイド」何を「どれだけ」食べたら良いかをわかりやすくコマで示したもの



「食生活指針」：「食事を楽しみよう。」、「1日の食事のリズムを、穏やかな生活リズムを。」主食、主菜、副菜を基本に、食卓のパランスを、だいたい10項目からなる、望ましい食生活を実践するための指針

「日本人の食事摂取基準」：1日に必要なエネルギーや栄養素の摂取量の目安を示したもの

「6つの基礎食品」：栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの

「3色分類」：食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの

6つの基礎食品		3色分類	
1群	肉、魚介類、卵、大豆	主な働き	
2群	牛乳、乳製品、骨ごと食べられる魚、海藻	赤	血や肉や骨となる
3群	緑黄色野菜	緑	体の臓子を養える
4群	その他の野菜、果物		
5群	米、パン、めん、いも	黄	体温・エネルギーの源となる
6群	油類		

3

問13 賞味期間が切れたり、料理・食品として調理されずに廃棄すること（たとえば、買ひ置きな野菜を腐らせて捨ててしまうこと）を「菌性廃棄」といいますが、そのような理由で食べ物を捨てることがありますか（あてはまるもの1つに○）

1. よくある
2. 時々ある
3. あまりない
4. 全くない

問14 食べ残しを減らす努力をしていますか(あてはまるもの1つに○)

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

問15 食生活で環境に配慮して気をつけていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

1. 食べられる量だけ作る
2. 必要の量だけ買う
3. なるべく産地の近いものを買う
4. 旬の食材を使う
5. 野菜の皮や、調理くずを大切に型にする
6. 食材や調理済みの食品を適切に保存し、食べきる
7. 家族がそろって食べるようにする
8. その他

問16 2人以上でお住まいの方におたずねします。家庭で一緒に食事をする人が、それぞれ別のメニューを食べることがありますが(あてはまるもの1つに○)〔例:子どもはハンバーグを食べ、大人は焼き魚を食べる〕

1. よくある
2. 時々ある
3. あまりない

問17 主食(ご飯やパン、めん類など)、主菜(肉や魚など)、副菜(野菜のあえものやサラダ、味噌汁など)のそろった食事を1日に何回していますか(あてはまるもの1つに○)

-
2. 1回 3. 2回 4. 3回
⇒次は間18へ

問17-1 前問で〇図と答えた方におたずねします。主食、主菜、副菜がそろった食事をとらないのはなぜですか(あてはまるもの1つに〇)

1. 自分の好き嫌いのため
2. やせるため
3. 自分や家族のアレルギーや病気のため
4. 自分や家族が食事を準備できないため
5. その他（ ）

問18 お弁当やお惣菜を買いますか(あてはまるもの1つに○)

1. よく習う
2. 時々習う
3. ほとんど習わない

4

問19 あなたのふだんの食生活はどうですか、(それぞれあてはまるもの1つに○)

- | | 1. 食べはまる | 2. 食べはまる
はまる | 3. 食べはまる
いへは | 4. 食べはまる
はまるは | 5. 食べはまる
は |
|---------------|----------|-----------------|-----------------|------------------|---------------|
| ①食事の時間が長い | 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食事の雰囲気は明るい | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ⑤食べたいものを食べている | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| ⑥日々の食事に満足している | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

食育につもいておたずねします。

問20「食育[®]」に関心がありますか(あてはまるもの1つに○)

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

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認識する力に力をつけ、健全な食生活を実践できるように指導することです。その中には、健康王冠（食生活や食習慣バランスのとれた食事など）を築き出すために、食を認めたゴキニケーションやマナ、あいさつなどの食に関する基礎食に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的食文化などへの理解を深めたりすることが含まれます。

図21 食育に関する情報をどこから入手しますか(あてはまるものすべてに○)

1. テレビ・ビデオ
2. 新聞・雑誌
3. 知人
4. 家族
5. 府や市の広報や講演会・健康教室
6. インターネット
7. 特に入手していない

問22 豊中座の農作物を食べたことがありますか(あてはまるもの1つに○)

1. ある
2. ない
3. わからない

図23 豊中産の農作物を購入したいと思えますか(あてはまるもの1つに○)

1. 思う 2. 思わない 3. わからない



5

問24 農体験に興味がありますか(いずれかに○)

1. ある

2. ない

→次は問25へ

問24-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。どんな農体験がしてみたいですか(あてはまるものすべてに○)

1. 栽培開始時期の作業体験 (田植えや野菜の種まき、定植など)

2. 栽培途中の作業体験 (除草やぶどうの皮かけなど)

3. 収穫作業の体験 (箱入りや学ばり、野菜の収穫など)

4. 収穫後の加工体験 (福わら細工や餅つき、みそづくりなど)

5. その他 ()

問25 貴校の中学校の給食に関する食育の取り組みとして、あなたのお考えに一番近いものはどれですか(あてはまるもの1つに○)

1. 生徒が弁当を持参するか、または学校でパンを販売すれば良い (現状のまま)

2. 学校で給食を実施し、生徒全員が給食を食べれば良い

3. 学校で給食を実施し、生徒が「学校給食」と「現状のまま」から選択できるのが良い

4. わからない

問26 万一の災害に備えて、ご家庭で災害用の非常食^{※1}・保存食^{※2}・飲料を家族全員分として、どれくらい備蓄していますか(あてはまるものすべてに○)

1. 非常食の備蓄が3日以上ある

2. 非常食の備蓄が1～2日分ある

3. 保存食の備蓄が3日以上ある

4. 保存食の備蓄が1～2日分ある

5. 飲料の備蓄が3日以上ある

6. 飲料の備蓄が1～2日分ある

7. 保存食や飲料はあるが、災害用としては備蓄していない

8. まったく家庭に置いていない

※1 非常食(アルファ米、カンパシなどの災害に備えて準備しておく食料のこと)

※2 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)

問27 1人で1回分の食事の準備ができますか(あてはまるもの1つに○)

1. 買い物から調理までできる

2. 買ったお弁当やお惣菜などで準備ができる

3. できない

4. その他 ()

問28 日常の食事のメニューや調理方法は主に誰から教わりましたか(あてはまるもの1つに○)

1. 母親

2. 父親

3. 祖母

4. 祖父

5. 配偶者

6. 親せきの人

7. 知人・近所の人

8. 学校の先生

9. 料理教室の先生

10. テレビ・インターネットを見て

11. 料理本を見て

12. その他 ()

13. 誰からも教わっていない

14. 作れない

問29 日常の食事のメニューや調理方法を誰かに教えることはありますが(あてはまるものすべてに○)

1. 自分の子ども

2. 孫

3. 知人・近所の人

4. 趣味の教室

5. 地域の子どもたち

6. その他 ()

7. 特に教えることはない

問30 食事の側に手を渡しますが(いずれかに○)

1. はい

2. いいえ

問31 食事の前後に、「いただきます」「ごちそうさま」といったあいさつをしていますか(あてはまるもの1つに○)

1. どちらもする

2. 「いただきます」など食前のあいさつのみ

3. 「ごちそうさま」など食後のあいさつのみ

4. どちらもしない

問32 食事が楽しいと思うのはどれですか(あてはまるものすべてに○)

1. 家での食事

2. 友人との会食

3. 別居している兄弟(姉妹)や親せきとの会食

4. 外食

5. ない

6. その他 ()

外食についておたずねします。

問33 外食はどの頻度しますが(あてはまるもの1つに○)

1. ほぼ毎日

2. 週3日以上

3. 週1～2日

4. 月に数回

5. ごくまれにする

6. まったくしない

問34 外食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店」という右のマークのついたお店を見ることがありますか(いずれかに○)

1. ある

2. ない

※ ヘルシーメニュー：エネルギー・脂質・塩分がかりとらえられていたり、カルシウム・鉄分・野菜がたっぷり含まれるメニューです。

問35 外食等でヘルシーメニューの提供を希望しますが(いずれかに○)

1. はい

2. いいえ

7

297

お口の健康についておたずねします。

問36 噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか(あてはまるもの1つに○)

1. 関心がある 2. どちらかというと関心がある
3. どちらかというと関心がない 4. 関心がない 5. わからない

問37 日頃、よく噛んで、味わって食べていますか(あてはまるもの1つに○)

1. 食べている 2. 食べていない 3. わからない

問38 しっかりよく噛んで食べると肥満予防になることを知っていますか(いずれかに○)

1. 知っている 2. 知らない

問39 糖尿病と歯周病は互いに影響しあい、それぞれが悪化する原因となることを知っていますか(いずれかに○)

1. 知っている 2. 知らない

問40 定期的な歯科検診を受けていますか(いずれかに○)

1. 受けている 2. 受けていない

豊中市の食環境の状況や「豊中市食育推進計画」についておたずねします。

問41 あなたが住んでいる地域や地域の人々についておたずねします。(それぞれあてはまるもの1つに○)

	1. 全くはまる	2. はいとほまる	3. どちらともいえない	4. はいとほまる	5. 全くはまる
①この地域では、必要な食料品をスーパー、食料品店などで購入することができたり、買い物に行くための交通手段が揃っているなど、日常の買い物に不便を感じることはない	1	2	3	4	5
②この地域は、食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれている	1	2	3	4	5
③食の栄養面や安全面に対する地域の人々の関心が高い	1	2	3	4	5
④この地域では、食の文化や伝統、季節性などを大切にしようという雰囲気がある	1	2	3	4	5
⑤この地域では、お節分けなど、互いに食べ物を気軽に交換し合う風習がある	1	2	3	4	5
⑥この地域では、食に関する必要な情報が得られる	1	2	3	4	5
⑦この地域では食をテーマにした取り組みやイベントが活発である	1	2	3	4	5

問42 平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、あなたはこの計画のことを知っていましたか(あてはまるもの1つに○)

1. 内容もよく知っている
2. 聞いたことはある
3. 知らない

問42-1 前問で「1. 内容もよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活に対する意識の変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 食育に関する情報を正しく理解するようになった
2. 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実践するよう心がけるようになった
3. 食を遊ぶ楽しさや食を身につけるようになった
4. おいしく、楽しく、食事をすることができるようになった
5. 食べる物を大切にすることができるようになった
6. 歯や口の健康に関心を持つようになった
7. 地域の食文化などを学んだり、周りの人から教えられるようになった
8. 食に関するイベントや学習会などに参加するようになった
9. 特にない
10. その他()

問42-2 前問で「1. 内容もよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活を取り巻く環境に何か変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 食育に関する正しい情報を得られやすくなった
2. 外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった
3. 食に関するイベントなどに参加しやすくなった
4. おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた
5. 食べる物を大切にすることができるようになった
6. 歯や口の健康についての情報を得やすくなった
7. 食の安全面で信頼できるお店や生産者が増えた
8. 特にない
9. その他()



食育に関するご意見・ご要望があれば、記入してください

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。
10月17日（月）までに、同封の返信用封筒（切手不要）で
ご返送をお願いいたします。

性別・年齢・居住地域(町名)・家族構成・職業についておたずねします。

性別	1. 男性	2. 女性
あなたの年齢 (平成23年(2011年)10月1日現在の満年齢 でお答えください)	() 歳	
居住の町名 (例: 岡上の町2丁目)	() 町 () 丁目	
同居している家族 (あてはまるものすべてに○)	1. 母 2. 父 3. 配偶者 4. 子ども 5. きょうだい 6. 祖母 7. 祖父 8. その他 () 9. いなし	
職業	1. 自営業 2. 会社員・公務員 3. 学生 4. パート・アルバイト 5. 農林漁業 6. 無職 7. その他 ()	

問1 身長と体重をご記入ください(下記に数字を記入ください)【小数点第1位まで】

身長	cm	体重	kg
□. □. □	cm	□. □. □	kg

問2 現在の体形をどう思いますか(あてはまるもの1つに○)

1. 太りすぎ 2. 太り気味 3. 普通 4. やせ気味 5. やせすぎ

問3 あなたは普段、ご自身の健康についてどう考えですか(あてはまるもの1つに○)

1. とても健康である 2. まあまあ健康である
3. あまり健康ではない 4. 健康でない

問4 家庭で食事づくりを担当しているのは、主にだれですか(あてはまるもの1つに○)

1. 本人 2. 配偶者
3. 子・子の配偶者 4. その他 ()



高年期

食生活と生活習慣に関するアンケート調査ご協力をお願いします

平成23年(2011年)10月
臺中市健康福祉部 健康政策室

日ごろから健康福祉行政について、ご理解とご協力をいただいております。臺中市では、市民一人ひとりが健康で豊かな生活ができるように「市民自らが食に関わる正しい知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実現できる」ための食育を推進するため、平成20年(2008年)3月に「臺中市食育推進計画」を策定し、行政をはじめ、家庭、保育所(園)、幼稚園、学校、地域、事業者、団体など様々な関係機関が協働し、食育を推進してきております。

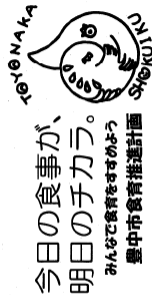
この「臺中市食育推進計画」は平成24年度(2012年度)が最終年度にあたります。そこで、今回、市民の食生活や生活習慣などに對する意識などを知り、今後の食育推進に役立てるためにアンケート調査を実施いたします。

この調査では、臺中市個人情報保護条例に基づき、臺中市情報公開・個人情報保護推進委員会承認を得て、住民基本台帳および外国人登録原票を利用し、平成23年(2011年)10月1日現在、65歳以上の方を対象に出いたしました。調査は無記名であり、ご記入いただいた内容については、統計的に処理し、個々の調査票を公表したり、調査の目的以外に使用することは一切ございません。

つきましては、大変お忙しいところ恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

＜ご回答にあたってのお願い＞

- ① ご回答は、選択肢に○をつけていただく場合と数字などをご記入していただく場合があります。
- ② 選択肢の場合、お選びいただく数が設問によって異なります。ご注意ください。
- ③ 設問によって、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、ことわり書きや矢印にしたがってご回答ください。
- ④ ご記入いただいた調査票は、同封の返信用封筒(切手不要)に入れて10月17日(月)までにご投函ください。



【お問合せ】
臺中市健康福祉部 健康政策室 (中部保健センター)
〒560-0023 臺中市岡上の町2丁目1番15号
電話：6858-2800 FAX：6846-6022
担当：池上・三原

問8 夕食は何時ごろですか(あてはまるもの1つに○)

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. 食べない
11. その他 ()

問9 2人以上でお住まいの方におたずねします。家族がいっしょに暮らしているのに、ひとり食事をするのを「孤食」と言いますが、夕食の時、家にいる人全員で食事をしますが、(あてはまるもの1つに○)

1. 全員で食べている
2. 全員そろわないこともある
3. 全員そろわないことが多い
4. その他 ()

問10 「メタボリック・シンдрーム*」(内臓脂肪症候群)を知っていますが(あてはまるもの1つに○)

1. 内容を知っている
2. 言葉を聞いたことはあるが、内容は知らない
3. 知らない

※ メタボリック・シンдрーム：内臓の周囲に脂肪がたまり、それに加えて高血圧・高脂血症・高血糖・高尿酸・高コレステロールの5項目のうち2つ以上を同時に持つ状態。放置すると、糖尿病・動脈硬化・心臓病などを起こしやすくなります。

食料についておたずねします。

問11 食料を買うときに気にしていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

1. 価格
2. 安全・安心
3. 産地
4. 賞味(消費)期限
5. 鮮度
6. 特にない
7. その他 ()



問5 前問で食事づくりを担当している方は就労していますか(いずれかに○)

1. はい
2. いいえ

⇒次は問6へ

問5-1 前問で「1. はい」と答えた方におたずねします。どのような勤務形態ですか(あてはまるもの1つに○をつけ、具体的な勤務時間等もご記入ください)

1. 常勤(1日____時間)
2. パート・アルバイト(週____日、1日____時間)
3. 自営業(1日____時間)
4. 不定労働(曜日、時間が決まっていない)
5. その他()

生活リズムについておたずねします。

問6 ふだん、朝起きる時間と夜寝る時間は決まっていますか。決まっている場合は、その時間を教えてください(24時間制でご記入ください)

1. 決まっている

2. 決まっていない

① 起きる時間 時 分
② 寝る時間 時 分

問7 朝食を食べますが(あてはまるもの1つに○)

1. 週に6、7日食べる 2. 週に4、5日食べる 3. 週に2、3日食べる
4. 週に1、2日食べる } ⇒次は問7-2へ
5. 食べない

問7-1 前問で「1. 週に6、7日食べる」、「2. 週に4、5日食べる」、「3. 週に2、3日食べる」と答へられた方におたずねします。朝食は誰と一緒に食べますが(あてはまるもの1つに○)

1. 家族全員で食べる
2. 家族の誰れかと食べる
3. ひとりで食べる
4. その他()

問7-2 前問で「4. 週に1、2日食べる」、「5. 食べない」と答へられた方におたずねします。その最大な理由は何か(あてはまるもの1つに○)

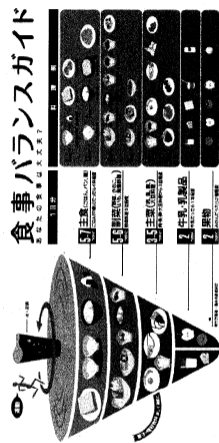
1. 時間がいない
2. 食欲がわかない
3. 朝食を食べるより寝たい
4. やせるため
5. 朝食が用意されていない
6. 朝食を食べる習慣がない
7. その他()

問12 あなたは、日頃の健全な食生活を実践するため、どのような指針等を参考にしていますか
(あてはまるものすべてに○)

- 1. 食事バランスガイド
- 2. 食生活指針
- 3. 日本人の食事摂取基準
- 4. 6つの基礎食品
- 5. 3色分類
- 6. その他の指針
- 7. 参考にしていない

☆問12の指針の例☆

「食事バランスガイド」:「何を」「どれだけ」食べたら良いかをわかりやすくコマで示したもの



「食生活指針」:「食事を楽しみましょう。」「1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。」「主食・食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」など10項目からなる 望ましい食生活を実践するための指針

「日本人の食事摂取基準」:1日に必要なエネルギーや栄養素の摂取量の目安を示したもの

「6つの基礎食品」:栄養成分の類似している食品を6群に分類したもの

「3色分類」:食品の体内での主な働きを3つに分けて、主な食品を分類したもの

6つの基礎食品		3色分類		主な働き
1群	肉、魚介類、卵、大豆	赤	血や肉や骨となる	
2群	牛乳、乳製品、骨ごと食べられる魚、海藻			
3群	緑黄色野菜	緑	体の調子を整える	
4群	その他の野菜、果物			
5群	米、パン、めん、いも	黄	体温・エネルギーの源となる	
6群	油類			

問13 賞味期限が切れたり、料理・食品として調理されずに廃棄すること(たとえば、買すぎた野菜を断らせて捨ててしまうこと)を「無駄廃棄」といいますが、そのような理由で食べ物を捨てることがありますか(あてはまるもの1つに○)

- 1. よくある
- 2. 時々ある
- 3. あまりない
- 4. 全くない

問14 食べ残しを減らす努力をしていますか(あてはまるもの1つに○)

- 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

問15 食生活で環境に配慮して食をつけていることはありますか(あてはまるものすべてに○)

- 1. 食べきれない量だけ作る
- 2. 必要な量だけ買う
- 3. なるべく産地の近いものを買う
- 4. 旬の食材を使う
- 5. 野菜の皮や、調理くずをたい肥にする
- 6. 食材や調理済み食品を適切に保存し、食べきる
- 7. 家族がそろって食べるようにする
- 8. その他()
- 9. 特に気をつけていることはない

問16 2人以上でお住まいの方におたずねします。家庭で一緒に食事をする人が、それぞれ別のメニューを食べることがありますか(あてはまるもの1つに○)(例:子どもはハンバーグを食べ、大人は焼き魚を食べる)

- 1. よくある
- 2. 時々ある
- 3. あまりない

問17 主食(ご飯やパン、めん類など)、主菜(肉や魚など)、副菜(野菜のあえものやサラダ、味噌汁など)のそろった食事を1日に何回していますか(あてはまるもの1つに○)

- 1. 0回
- 2. 1回
- 3. 2回
- 4. 3回

⇒次は問18へ

問17-1 前問で「0回」と答えた方におたずねします。主食、主菜、副菜がそろった食事をとらないのはなぜですか(あてはまるもの1つに○)

- 1. 自分の好き嫌いのため
- 2. やせるため
- 3. 自分や家族のアレルギーや病気のため
- 4. 自分や家族が食事を準備できないため
- 5. その他()

問18 お弁当やお惣菜を買いますか(あてはまるもの1つに○)

- 1. よく買う
- 2. 時々買う
- 3. ほとんど買わない

問19 あなたのふだんの食生活はどうですか。(それぞれあてはまるもの1つに○)

	1. あてはまる	2. いえ、あてはまる	3. いえ、あてはまる	4. いえ、あてはまる	5. あてはまる
①食卓の時間が長い	1	2	3	4	5
②食卓がおいしく食べられる	1	2	3	4	5
③食卓の時間が短い	1	2	3	4	5
④食卓の雰囲気は悪い	1	2	3	4	5
⑤食べたいものを食べている	1	2	3	4	5
⑥日々の食事に満足している	1	2	3	4	5

問20 「食育」に関心がありますか(あてはまるもの1つに○)

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

※ 「食育」は食の知識の習得と食の文化の理解のために、食に関する知識や食の選択に付け、様々な食生活を営むことができる人間を育てることです。その中には、食の安全・衛生や食の文化・食の楽しみなど多岐にわたります。食の楽しみは食文化の中心であり、食の楽しみは食文化の中心であり、食の楽しみは食文化の中心です。

問21 食育に関する情報どこから入手しますか(あてはまるものすべてに○)

1. テレビ・ビデオ 2. 新聞・雑誌 3. 知人
4. 家族 5. 市や市の広報や講演会・健康教室 6. インターネット
7. 特に入手していない

問22 型中産の農作物を食べることがありますか(あてはまるもの1つに○)

1. ある 2. ない 3. わからない

問23 型中産の農作物を購入したいと思いませんか(あてはまるもの1つに○)

1. 思う 2. 思わない 3. わからない

問24 農作物に興味がありますか(いずれかに○)

1. ある 2. ない 3. どちらかといえば興味がある

問24-1 前問で「1. ある」と答えた方におたずねします。どんな農作物に興味がありますか(あてはまるものすべてに○)

1. 栽培開始時期の作業体験 (田植えや野菜の植え、定植など)
2. 栽培途中の作業体験 (除草やぶどうの皮かけなど)
3. 収穫作業の体験 (稲刈りや芋ほり、野菜の収穫など)
4. 収穫後の加工体験 (稲わら加工や餅つき、みそづくりなど)
5. その他 ()

問25 型中産の農作物の生産に関する食育の取り組みとして、あなたのお考えに一層近いものはどれですか(あてはまるもの1つに○)

1. 生徒が弁当を持参するか、または学校で弁当を販売すれば良い (現状のまま)
2. 学校で給食を実施し、生徒全員が給食を食べられるようにすれば良い
3. 学校で給食を実施し、生徒が「学校給食」と「現状のまま」から選択できるのが良い
4. わからない

問26 万一の災害に備えて、ご家庭で災害用の非常食^{※1}・保存食^{※2}・飲料を家族全員分として、どれくらい備蓄していますか(あてはまるものすべてに○)

1. 非常食の備蓄が3日以上ある
2. 非常食の備蓄が1～2日分ある
3. 保存食の備蓄が3日以上ある
4. 保存食の備蓄が1～2日分ある
5. 飲料の備蓄が3日以上ある
6. 飲料の備蓄が1～2日分ある
7. 保存食や飲料はあるが、災害用としては備蓄していない
8. まったく家庭に置いていない

※1 非常食：アルファ米、カンパネなどの災害に備えて準備しておく食料のこと。
※2 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。

問27 1人で1回分の食事の準備ができますか(あてはまるもの1つに○)

1. 買い物から調理までできる 2. 買ったお弁当やお惣菜などで準備ができる
3. できない 4. その他 ()

問28 日常の食事のメニューや調理方法は主に誰から教わりましたが(あてはまるもの1つに○)

- | | | | |
|-----------------|--------------------|------------|----------|
| 1. 母親 | 2. 父親 | 3. 祖母 | 4. 祖父 |
| 5. 配偶者 | 6. 姪せきの人 | 7. 知人・近所の人 | 8. 学校の先生 |
| 9. 料理教室の先生 | 10. テレビ・インターネットを見て | 11. 料理本を見て | |
| 12. その他 () | | | |
| 13. 誰からも教わっていない | 14. 作れない | | |

問29 日常の食事のメニューや調理方法を誰かに教えることはありますが(あてはまるものすべてに○)

- | | | | |
|-------------|------------|---------------|----------|
| 1. 自分の子ども | 2. 孫 | 3. 知人・近所の人 | 4. 趣味の教室 |
| 5. 地域の子どもたち | 6. その他 () | 7. 特に教えることはない | |

問30 食事の前に手を洗いますか(いずれかに○)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問31 食事の前後に、「いただきます」や「ごちそうさま」といったあいさつをしていますか(あてはまるもの1つに○)

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. どちらもする | 2. 「いただきます」など食前のあいさつのみ |
| 3. 「ごちそうさま」など食後のあいさつのみ | 4. どちらもしない |

問32 食事が楽しいと思うのはどれですが(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------------|------------|
| 1. 家での食事 | 2. 友人との会食 |
| 3. 別居している兄弟(姉妹)や親せきとの会食 | 4. 外食 |
| 5. ない | 6. その他 () |

問33 外食をすることがありますが(あてはまるもの1つに○)

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 週の半分以上する | 2. 週に1、2回する | 3. 月に1、2回する |
| 4. 年に数回する | 5. ほとんどしない | |

問34 外食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」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(いずれかに○)

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

* ヘルシーメニュー：エネルギー・脂質・塩分がひかえられていたり、カルシウム・鉄分・野菜がたっぷり含まれるメニューです。



問35 外食等でヘルシーメニューの提供を希望しますか(いずれかに○)

- | | |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

介護予防についておたずねします。

問36 からだを維持する「たんぱく質」活動するための「エネルギー」が不足した状態を意味する「低栄養」とい言葉を知っていますか(いずれかに○)

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

問37 食事は1日何回ですか(あてはまるもの1つに○)

- | | | | |
|-------|-------|-------|------------|
| 1. 3回 | 2. 2回 | 3. 1回 | 4. 決まっていない |
|-------|-------|-------|------------|

お口の健康についておたずねします。

問38 食事を楽しむために80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという「8020(ハチマルニイマル)運動」とい言葉を知っていますか(いずれかに○)

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

問39 定期的な歯科健診を受けていますか(いずれかに○)

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

問40 具体的に口のお手入れの習慣がついているのは何ですか(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|------------|--------------|------------|
| 1. 歯 | 2. 舌 | 3. 歯肉 |
| 4. 義歯(入れ歯) | 5. 習慣がついていない | 6. その他 () |

問41 本来気管に入ってはいけない食べ物(嚥^{のど}食)が気管に入り(誤嚥)、そのために生じた肺炎のことを「誤嚥性肺炎」といいますが、その言葉を知っていますか(いずれかに○)

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

問42 噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか(あてはまるもの1つに○)

- | | | |
|------------------|------------------|----------|
| 1. 関心がある | 2. どちらかというと関心がある | |
| 3. どちらかというと関心がない | 4. 関心がない | 5. わからない |

問43 日頃、よく噛んで、味わって食べていますか(あてはまるもの1つに○)

- | | | |
|----------|-----------|----------|
| 1. 食べている | 2. 食べていない | 3. わからない |
|----------|-----------|----------|

問44 食べたり飲んだりする時に、次のようなことがありますか(あてはまるものすべてに○)

1. むせる	2. 噛みにくい	3. 飲み込みにくい
4. 特にない	5. その他 ()	

問45 口の渾きが気になることがありますか(いずれかに○)

1. 気になる	2. 気にならない
---------	-----------

豊中市の食環境の状況や「豊中市食育推進計画」についてお答えください。

問46 あなたが住んでいる地域や地域の人々についてお答えください(それぞれあてはまるもの1つに○)

	1. あてはまる	2. はいどくらいあてはまるか	3. はいどくらいあてはまるか	4. はいどくらいあてはまるか	5. 当てはまらない
①この地域では、必要な食料品をスーパー、商店街などで購入することができたり、買い物に行くための交通手段が整っているなど、日常の買い物に不便を感じることはない	1	2	3	4	5
②この地域は、食の安全面で、信頼できるお店や生産者に恵まれている	1	2	3	4	5
③食の栄養面や安全面に対する地域の人々の関心が高い	1	2	3	4	5
④この地域では、食の文化や伝統、季節性などを大切にしようという雰囲気がある	1	2	3	4	5
⑤この地域では、お祭りなど、互いに食べ物を気軽に交換し合う関係がある	1	2	3	4	5
⑥この地域では、食に関する必要な情報が得られる	1	2	3	4	5
⑦この地域では食をテーマにした取り組みやイベントが活発である	1	2	3	4	5



問47 平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、あなたはこの計画のことを知っていましたか(あてはまるもの1つに○)

1. 内容がよく知っている
2. 聞いたことはある
3. 知らなかった

問47-1 前問で「1. 内容がよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。
平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活に対する意識の変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 食育に関する情報を正しく理解するようになった
2. 生活リズムを整え、バランスのとれた食生活を実現するようになった
3. 食を選択する力を身につけるようになった
4. おいしく、楽しく、食事をするように心がけるようになった
5. 食べる物を大切にできるように心がけるようになった
6. 歯や口の健康に関心を持つようになった
7. 地域の食文化などを学んだり、周りの人に教えたりするようになった
8. 食に関するイベントや学習会などに参加するようになった
9. 特にない
10. その他 ()

問47-2 問47で「1. 内容がよく知っている」「2. 聞いたことはある」と答えた方におたずねします。
平成20年3月に「豊中市食育推進計画」を策定しましたが、それ以降、あなたの食生活を取り巻く環境に何か変化はありましたか(あてはまるものすべてに○)

1. 食育に関する正しい情報を得られやすくなった
2. 外食などでバランスのとれた食事を取りやすくなった
3. 食に関するイベントなどに参加しやすくなった
4. おいしく、楽しく、食事ができる機会が増えた
5. 食べる物を大切にしている人が多くなった
6. 歯や口の健康についての情報を得やすくなった
7. 食の安全面で信頼できるお店や生産者が増えた
8. 特にない
9. その他 ()

食育に関するご意見・ご要望があれば、記入してください

--

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。
10月17日(月)までに、同封の返信用封筒(切手不要)で
ご返送をお願いいたします。