

**結果 1. 【5歳児及び保護者】**

問1. あなた（回答いただく方）のことに教えて教えてください。

(1) 性別

性別	男	女	総計
人数(人)	5	125	130
割合(%)	3.8	96.2	100.0

(2) 年代

年代	20代	30代	40代	50代	60～64歳	65歳以上	総計
人数(人)	10	79	41	0	0	0	130
割合(%)	7.7	60.8	31.5	0	0	0	100.0

(3) 職業

職業	農業	自営業	会社員・公務員	パート・アルバイト	その他	不明	総計
人数(人)	0	10	60	33	24	3	130
割合(%)	0	7.7	46.2	25.4	18.5	2.3	100.0

(4) 子どもの関係

統括	父親	母親	兄弟姉妹	祖父母	その他	不明	総計
人数(人)	5	123	0	0	0	2	130
割合(%)	3.8	94.6	0	0	0	1.5	100.0

(5) 家族構成(複数回答)

家族構成	父親	母親	兄弟・姉妹	祖父母	その他	不明
人数(人)	114	129	98	26	6	1
割合(%)	87.7	99.2	75.4	20.0	4.6	0.8

お子様のことについて伺います

問2. お子さんの平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。

(1) 起きる時間

起床時間	5～6時	6～7時	7～8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	15	86	29	0	0	130
割合(%)	11.5	66.2	22.3	0	0	100.0

(2) 寝る時間

就寝時間	20～21時	21～22時	22～23時	23～24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	25	85	16	2	0	2	130
割合(%)	19.2	65.4	12.3	1.5	0	1.5	100.0

問4. お子さんは朝食を食べますか？

朝食喫食	① 毎日食べる	② 週に4～5回食べる	③ 週に2～3回食べる	④ ほとんど食べない	総計
人数(人)	123	5	1	1	130
割合(%)	94.6	3.8	0.8	0.8	100.0

(1) ②、③、④の方に伺います。朝食を食べない理由としてあてはまるものに1つ○をつけてください。(n=7)

朝食欠食理由	時間がなから	食欲がなから	用意がなから	ダイエットのため	食べる習慣がないから	その他	不明	総計
人数(人)	1	4	0	0	0	0	2	7
割合(%)	14.3	57.1	0	0	0	0	28.6	100.0

問5. 朝食を残さず食べますか？

朝食	① いつも残さず食べる	② ときどき残す	③ 残すことが多い	不明	総計
人数(人)	33	85	11	1	130
割合(%)	25.4	65.4	8.5	0.8	100.0

(1) ②、③と回答した方にお聞きします。朝食を残す理由として当てはまるものに1つ○をつけてください。(n=96)

残食理由	時間がない	食欲がない	すきらいがある	量が多い	ダイエットのため	その他	不明	総計
人数(人)	6	44	20	19	0	3	4	96
割合(%)	6.3	45.8	20.8	19.8	0	3.1	4.2	100.0

問6. 朝食は家族と同じものを食べますか。

同じ献立	はい(食べる)	いいえ(食べない)	不明	総計
人数(人)	93	36	1	130
割合(%)	71.5	27.7	0.8	100.0

問7. お子さんはいつも誰と一緒に食事をしていますか。

(1) 朝食の時

朝食共食者	家族全員で	大人のだけ	子どもだけで	ひとり	不明	総計
人数(人)	26	71	27	2	4	130
割合(%)	20.0	54.6	20.8	1.5	3.1	100.0

(2) 夕食の時

夕食共食者	家族全員で	大人のだけ	子どもだけで	ひとり	不明	総計
人数(人)	75	49	4	0	2	130
割合(%)	57.7	37.7	3.1	0	1.5	100.0

問8. いつも朝食を何時ごろしますか。(当てはまるものすべてに○) (n=130)

朝食時間	起床後	夕食前	夕食後	就寝前	朝食はしない	その他	不明
人数(人)	83	15	44	1	14	4	1
割合(%)	63.8	11.5	33.8	0.8	10.8	3.1	0.8

問9. 夕食を残さず食べますか。

夕食	いつも残さず食べる	ときどき残す	残すことが多い	不明	総計
人数(人)	39	76	14	1	130
割合(%)	30.0	58.5	10.8	0.8	100.0

問10. 夕食を残す理由として当てはまるものに1つ○をつけてください。(n=90)

残食理由	時間が足りない	食欲がない	すきらいがある	すきらいが多い	ダイエットのため	その他	不明	総計
人数(人)	0	6	52	30	0	1	1	90
割合(%)	0	6.7	57.8	33.3	0	1.1	1.1	100.0

問11. お子さんがいつもしているお手伝いはどれですか。(当てはまるものすべてに○) (n=130)

手伝内容	一緒に買い物に行く	野菜を洗う	野菜などの皮をむく	野菜などをちぎる・切る	食料をまぜる	お米をとぐ	味見をする	料理を盛り付ける
人数(人)	87	12	22	34	36	23	32	10
割合(%)	66.9	9.2	16.9	26.2	27.7	17.7	24.6	7.7

手伝内容	テーブルを拭く	箸や食器を並べる	出た料理を運ぶ	食べ終わった食器を下げる	下げた食器を洗う	洗った食器を拭く	その他	何もしていない
人数(人)	48	63	58	104	19	8	9	0
割合(%)	36.9	48.5	44.6	80.0	14.6	6.2	6.2	0

問12. 食事の時に気をつけているマナーは次のうちどれですか。(しているものすべてに○) (n=130)

マナー	いただきますごちそうさまのあいさつ	正しいお箸の持ち方	姿勢よく食べる	食事前の手洗い	その他
人数(人)	105	54	80	38	13
割合(%)	80.8	41.5	61.5	29.2	10.0

問13. お子さんは嫌いな食べ物がありますか。

好き嫌い	①ある	②ない	不明	総計
人数(人)	112	17	1	130
割合(%)	86.2	13.1	0.8	100.0

(1) 問13で①と答えられた方に伺います。お子さんが食べない時あなたはどうしますか。(n=112)

対処手段	一口は食べさせるように促す	頑固に食べるように促す	食べられるような工夫をする	無理して食べさせない	特に何もしない	不明
人数(人)	60	47	43	20	6	1
割合(%)	53.6	42.0	38.4	17.9	5.4	0.9

次に、あなた（大人の方）のことにについて伺います。

問1. あなたの平日の生活リズムを教えてください。

(1) 起床時間

起床時間	5～6時	6～7時	7～8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	65	60	4	1	0	130
割合(%)	50.0	46.2	3.1	0.8	0	100.0

(2) 就寝時間

就寝時間	20～21時	21～22時	22～23時	23～24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	2	35	44	32	15	2	130
割合(%)	1.5	26.9	33.8	24.6	11.5	1.5	100.0

問2. あなたは朝食を食べますか？

朝食喫食	①毎日食べる	②週4～5回食べる	③週2～3回食べる	④ほとんど食べない	不明	総計
人数(人)	105	8	6	10	1	130
割合(%)	80.8	6.2	4.6	7.7	0.8	100.0

(1) 問2で②③④と回答した方にお聞きします。当てはまるもの1つに○をつけてください。

(n=24)

欠食理由	時間がない	食欲がない	用意がされていない	ダイエットのため	食べる習慣がない	不明	総計
人数(人)	13	5	0	1	3	2	24
割合(%)	54.2	20.8	0	4.2	12.5	8.3	100.0

問3. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

食事内容	主食と副食と副菜	主食と副食	主食のみ	主食と副菜	主食と副食と副菜	不明(未回答)	総計
朝食(人)	32	35	5	44	1	12	130
割合(%)	24.6	26.9	3.8	33.8	0.8	9.2	100.0
昼食(人)	64	22	6	27	1	8	130
割合(%)	49.2	16.9	4.6	20.8	0.8	6.2	100.0
夕食(人)	103	8	0	2	12	4	130
割合(%)	79.2	6.2	0	1.5	9.2	3.1	100.0

※1 1日目の副菜摂取回数

副菜回数	0回	1回	2回	3回	4回	総計
人数(人)	5	47	53	25	0	130
割合(%)	3.8	36.2	40.8	19.2	0	100.0

問4. 野菜を多く使った料理(例:お浸し、野菜サラダ、葉物煮、具沢山の味噌汁など)は1日に何皿食べますか。

野菜皿数	0皿	1～2皿	3～4皿	5皿以上	不明	総計
人数(人)	3	92	28	6	1	130
割合(%)	2.3	70.8	21.5	4.6	0.8	100.0

問5. 1日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は1日に必要な量をお書きください。

野菜量知識	知っている	知らない	不明	総計
人数(人)	26	100	4	130
割合(%)	20.0	76.9	3.1	100.0

※1 1日目の野菜量の正解率 (n=26:知っていると答えた方)

正解状況	正解(350g以上)	不正解	総計
人数(人)	21	5	26
割合(%)	80.8	19.2	100.0

問6. 買い物に行って食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。(n=130)

買物行動	値段(価値)など	鮮度(色)など	原産地	量	消費・賞味期限	栄養成分表示	特に関心していない	その他	不明(回答がない)
人数(人)	82	87	40	19	50	3	1	3	25
割合(%)	63.1	66.9	30.8	14.6	38.5	2.3	0.8	2.3	19.2

問7. 「食育」という言葉を知っていますか。

周知度	知っている	言葉は知っているが意味は知らない	言葉も意味も知らない	不明	総計
人数(人)	96	29	1	4	130
割合(%)	73.8	22.3	0.8	3.1	100.0

問 8. 地場産品を普段の食事に利用しますか。

地場産品	大いに利用する	ときどき利用する	ほとんど利用しない	不明	総計
人数 (人)	36	77	15	2	130
割合 (%)	27.7	59.2	11.5	1.5	100.0

問9. 家庭で行事食を食べますか。

行事食	①はい (食べる)	②いいえ (食べない)	不明	総計
人数 (人)	79	48	3	130
割合 (%)	60.8	36.9	2.3	100.0

※ 1 ①はい と答えた方に訪ねた「どんな料理ですか」の回答内容

行事等	料理内容	件数
正月料理	おせち、もち、雑煮、七草粥、他	37
桃の節句	ちらし寿司、ひなまつり	35
端午の節句	子どもの日	3
お盆・お彼岸	おはぎ	2
節分	恵方巻き、節分、他	16
お月見	だんご	7
冬至	冬至かぼちゃ	4
クリスマス	クリスマスケーキ	18
お祝い	誕生日	5
その他	土用のうなぎ、七夕、他	16

問 10. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。

(n=130)

健康実践行動	主食半減 副菜を組み合わせ て食べる	野菜を食べる	肉類を減らすときは 時間と量 を考える	禁煙する	サプリメントをとる	お酒を控える	禁煙も していない	その他	不明 （あつ以上の 回答をとり 除く）
人数 (人)	70	97	43	9	17	8	14	6	7
割合 (%)	53.8	74.6	33.1	16.9	13.1	16.2	10.8	4.6	5.4

## 結果2. [小学5年生]

問1. あなたのことにについて教えてください。

【性別】

性別	男	女	総計
人数(人)	118	105	223
割合(%)	52.9	47.1	100.0

【一緒に住んでいる人】

(n=223)

家族	お父さん	お母さん	兄弟・姉妹	おじいさん	おばあさん	その他	不明
人数(人)	193	217	184	33	51	3	0
割合(%)	86.5	97.3	82.5	14.8	22.9	1.3	0

問2. 平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。

(1) 起きる時間

起床時間	5～6時	6～7時	7～8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	76	138	8	1	0	223
割合(%)	34.1	61.9	3.6	0.4	0	100.0

(2) 寝る時間

就寝時間	20～21時	21～22時	22～23時	23～24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	46	124	42	7	1	3	223
割合(%)	20.6	55.6	18.8	3.1	0.4	1.3	100.0

問3. あなたは朝食を食べますか。

朝食喫食	①毎日食べる	②週に4～5回食べる	③週に2～3回食べる	④ほとんど食べない	総計
人数(人)	195	14	4	10	223
割合(%)	84.7	6.3	1.8	4.5	100.0

(1) ②、③、④と答えた方について教えてください。朝食を食べない理由としてあげはまるものに1つ○をつけてください。

(n=28)

朝食欠食理由	時間がな いから	食欲がな いから	邪魔がされて いないから	夕エイト のため	食べ習慣 がないから	その他	不明	総計
人数(人)	8	1.3	1	0	1	3	2	28
割合(%)	28.6	46.4	3.6	0	3.6	10.7	7.1	100.0

問4. 朝食を残さず食べますか？

朝食	①いつも残さず食べる	②ときどき残す	③残すことが多い	不明	総計
人数(人)	125	86	11	1	223
割合(%)	56.1	38.6	4.9	0.4	100.0

(1) ②、③と答えた方にお聞きします。朝食を残す理由としてあげはまるものに1つ○をつけてください。(n=97)

残食理由	時間がな いから	食欲がな いから	すき いがある	量が多 いから	ダイエツ トのため	その他	不明	総計
人数(人)	11	24	11	32	0	4	15	97
割合(%)	11.3	24.7	11.3	33.0	0	4.1	15.5	100.0

問5. 朝食は家族と同じものを食べますか？

同じ献立	はい (食べる)	いいえ (食べない)	不明	総計
人数(人)	132	84	7	223
割合(%)	59.2	37.7	3.1	100.0

問6. 食事はいつも誰と一緒に食べていますか？

(1) 朝食の時

(n=223)

朝食喫食者	家族全員で	大人のたれかと	子どもだけで	ひとりで	不明	総計
人数(人)	60	64	50	42	7	223
割合(%)	26.9	28.7	22.4	18.8	3.1	100.0

(2) 夕食の時

(n=223)

夕食喫食者	家族全員で	大人のたれかと	子どもだけで	ひとりで	不明	総計
人数(人)	131	60	3	5	24	223
割合(%)	58.7	26.9	1.3	2.2	10.8	100.0

問7. 給食は残さず食べますか？

給食喫食	①残さない	②ときどき残す	③残すことが多い	不明	総計
人数(人)	93	75	55	0	223
割合(%)	41.7	33.6	24.7	0	100.0

(1) ②③と答えた方にお聞きします。特に何を残しますか？あてはまるものに○をつけてください。(2つまで) (n=130)

残すもの	牛乳	ごはん	パン	野菜のおかず	果物	魚のおかず	肉のおかず	不明
人数(人)	21	48	16	56	9	32	16	3
割合(%)	16.2	36.9	12.3	43.1	6.9	24.6	12.3	2.3

問8. いつもおやつを何時ごろ食べますか？あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=223)

間食時間	学校から帰ってすぐ食べる	夕食前	夕食後	寝る前	おやつを食べない	不明
人数(人)	102	50	21	2	59	0
割合(%)	45.7	22.4	9.4	0.9	26.5	0

問9. 夕食を残さず食べますか？

夕食	残すことが多い	残すことが多い	不明	総計
人数(人)	122	86	7	223
割合(%)	54.7	38.6	3.1	100.0

問10. 楽しいと思う食事の時間はどれですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=223)

楽しい食事	朝食	給食	夕食	外食	その他
人数(人)	33	77	112	147	8
割合(%)	14.8	34.5	50.2	65.9	3.6

(1) 問10で選んだ食事の時間を楽しいと思う理由は何ですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=223)

楽しい理由	食事がおいしいから	たくさん会話があるから	テレビを見ながら食べるから	好きな物が食べられるから	ひとりで食べるから	好きなだけ食べられる	その他	不明
人数(人)	122	112	28	75	1	31	17	0
割合(%)	54.7	50.2	12.6	33.6	0.4	13.9	7.6	0

問11. 自分から進んで食事のお手伝いをしていますか。

手伝い	はい	いいえ	不明	総計
人数(人)	157	61	5	223
割合(%)	70.4	27.4	2.2	100.0

問12. どんなお手伝いをしていますか。あてはまるものに○をつけてください。(いくつでもよい) (n=223)

手伝い内容	一緒に買い物に行く	野菜を洗う	野菜などの皮をむく	野菜などをちぎる・切る	食材をまぜる	お米をとぐ	味見をする	料理を盛り付ける	テーブルを拭く
人数(人)	79	47	54	71	45	92	68	60	138
割合(%)	35.4	21.1	24.2	31.8	20.2	41.3	30.5	26.9	61.9
手伝い内容	箸や食器を並べる	出来た料理を運ぶ	食べ終わった食器を下げる	下げた食器を洗う	沈んだ食器を拭く	その他	何もしない	不明	
人数(人)	146	160	136	51	45	11	8	1	
割合(%)	65.5	71.7	61.0	22.9	20.2	4.9	3.6	0.4	

問13. 食事の時に気をつけているマナーは次のうちどれですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=223)

マナー	いただきますごちそうさまのあいさつ	正しいお箸の持ち方	姿勢よく食べる	食事前の手洗い	その他	不明
人数(人)	179	104	66	86	15	0
割合(%)	80.3	46.6	29.6	38.6	6.7	0

問14. 食べた後に歯みがきをしますか。

歯磨き行動	はい	ときどき	いいえ	不明	総計
人数(人)	175	40	7	1	223
割合(%)	78.5	17.9	3.1	0.4	100.0

問15. あなたが参加したいイベントはありますか。すべてに○をつけてください。(n=223)

イベント	料理コンクール	料理やお菓子作り教室	野菜・果物作り	田植えや稲刈り	野外キャンプ	特産品の販売	参加したくない	その他
人数(人)	26	90	44	52	88	26	53	7
割合(%)	11.7	40.4	19.7	23.3	39.5	11.7	23.8	3.1

### 結果3. [中学2年生]

問1. あなたのことにについて教えてください。

[性別]

性別	男	女	総計
人数(人)	106	106	212
割合(%)	50.0	50.0	100.0

【一緒に住んでいる人】 (n=212)

家族	父親	母親	兄弟・姉妹	祖父	祖母	その他
人数(人)	189	206	184	39	57	2
割合(%)	89.2	97.2	86.8	18.4	26.9	0.9

問2. 平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。

(1) 起きる時間

起床時間	5～6時	6～7時	7～8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	40	150	22	0	0	212
割合(%)	18.9	70.8	10.4	0	0	100.0

(2) 寝る時間

就寝時間	20～21時	21～22時	22～23時	23～24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	1	29	91	60	31	0	212
割合(%)	0.5	13.7	42.9	28.3	14.6	0	100.0

問3. あなたは朝食を食べますか？

朝食喫食	①毎日食べる	②週に4～5回食べる	③週に2～3回食べる	④ほとんど食べない	総計
人数(人)	178	20	7	7	212
割合(%)	84.0	9.4	3.3	3.3	100.0

(1) ②、③、④と答えた方に向います。朝食を食べない理由としてあてはまるものに1つ○をつけてください。

(n=34)

朝食欠食理由	時間がな いから	食欲がな いから	用事がされて いないから	夕食の準備 がなから	その他	総計
人数(人)	12	17	2	1	2	34
割合(%)	35.3	50.0	5.9	2.9	5.9	100.0

問4. 朝食を残さず食べますか？

朝食	①いつも残さず食べる	②ときどき残す	③残すことが多い	不明	総計
人数(人)	145	57	10	0	212
割合(%)	68.4	26.9	4.7	0	100.0

(1) ②、③と答えた方にお聞きします。朝食を残す理由としてあてはまるものに1つ○をつけてください。

(n=67)

残食理由	時間がな いから	食欲がな いから	すきさ らがある	量が多 いから	ダイエツ トのため	その他	不明	総計
人数(人)	20	35	4	7	0	0	1	67
割合(%)	29.9	52.2	6.0	10.4	0	0	1.5	100.0

問5. 朝食は家族と同じものを食べますか？

同じ献立	はい (食べる)	いいえ (食べない)	不明	総計
人数(人)	128	83	1	212
割合(%)	60.4	39.2	.5	100.0

問6. 食事はいつも誰と一緒に食べていますか？

(1) 朝食の時

朝食喫食者	家族全員で	大人のだれ かと	子どもだけ で	ひとりで	不明	総計
人数(人)	55	51	32	72	2	212
割合(%)	25.9	24.1	15.1	34.0	0.9	100.0

(2) 夕食の時

夕食喫食者	家族全員で	大人のだれ かと	子どもだけ で	ひとりで	不明	総計
人数(人)	141	46	4	16	5	212
割合(%)	66.5	21.7	1.9	7.5	2.4	100.0

問7. 給食は残さず食べますか？

給食残食	①残さない	②ときどき残す	③残すことが多い	総計
人数(人)	110	71	31	212
割合(%)	51.9	33.5	14.6	100.0

(1) ②③と答えただけの方にお聞きします。特に何を残しますか？当てはまるものに○をつけてください。(2つまで) (n=102)

残すもの	牛乳	ごはん	パン	野菜のおかず	果物	魚のおかず	肉のおかず	不明
人数(人)	20	37	24	41	6	23	6	2
割合(%)	19.6	36.3	23.5	40.2	5.9	22.5	5.9	2.0

問8. いつも間食を何時ごろしますか？(夜食を含む) (n=212)

間食時間	帰宅後すぐ食べる	夕食前	夕食後	寝る前	間食をしない	不明
人数(人)	82	30	43	5	65	0
割合(%)	38.7	14.2	20.3	2.4	30.7	0

問9. 夕食がちゃんと食べられないことがありますか？

夕食	ない	ときどきある	いつもある	不明	総計
人数(人)	177	32	2	1	212
割合(%)	83.5	15.1	0.9	0.5	100.0

問10. 楽しいと思う食事の時間はどれですか？当てはまるものに○をつけてください。(n=212)

楽しい食事	朝食	給食	夕食	外食	その他
人数(人)	31	71	128	132	15
割合(%)	14.6	33.5	60.4	62.3	7.1

(1) 問10で選んだ食事の時間を楽しいと思う理由は何ですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。(n=212)

楽しい理由	食事がおいしいから	たくさん話せるから	テレビが見ながら食べられるから	好きな物が食べられるから	ひとり食べられるから	好きなだけ食べられる	その他	総計
人数(人)	120	94	48	82	9	28	13	0
割合(%)	56.6	44.3	22.6	37.8	4.2	13.2	6.1	0

Q1. タイズです。主食・主菜・副菜に含まれる栄養の働きについて説明しているものを下から選び番号を記入してください。



①主にエネルギーになる ②主に体の調子を整える ③主に体の組織をつくる

知識	正解者	不正解者	不明	総計
人数(人)	175	32	5	212
割合(%)	82.5	15.1	2.4	100.0

問11. あなたの食生活をふりかえり、気をつけたいと思うことは何ですか。3つまで○をつけてください。(n=212)

気をつけたいと思うこと	主食・主菜・副菜を組み合わせる	牛乳や乳製品を積極的に取る	野菜を食べる	朝食を食べる	間食をするときは時間や量を考える	早寝・早起の習慣を身につける	特に思わない
人数(人)	89	50	96	33	67	101	3
割合(%)	42.0	23.6	45.3	15.6	31.6	47.6	1.4

問12. 食べ物を買うとき気にして見るものは何ですか。3つまで○をつけてください。(n=212)

買物行動	値段	鮮度(色など)	原産地	量	消費・賞味期限	栄養成分表示	特に気にしていない	その他	不明
人数(人)	140	77	32	69	112	37	30	8	3
割合(%)	66.0	36.3	15.1	32.5	52.8	17.5	14.2	3.8	1.4



問13. あなたが自分で作ることができる料理はありますか。できるものすべてに○をつけてください。 (いくつでもよい)

(1) 主食		(n=212)			
主食	ごはん	うどん・そば類	パスタ類	ラーメン	トースト
人数(人)	161	96	95	123	161
割合(%)	79.7	47.5	47.0	60.9	79.7

(2) 主菜		(n=212)					
主菜	目玉焼き	卵焼き	豚肉の生妻焼き	鶏の唐揚げ	ハンバーグ	焼き魚	煮魚
総計	177	153	65	48	92	65	26
割合(%)	83.5	72.2	30.7	22.6	43.4	30.7	12.3

(3) 副菜・汁物		(n=212)					
副菜	グリーンサラダ	お浸し	ポテトサラダ	野菜炒め	肉じゃが	味噌汁	スープ
人数(人)	79	57	76	117	51	155	99
割合(%)	37.3	26.9	35.8	55.2	24.1	73.1	46.7

問15. あなたはいつも家でどんなお手伝いをしていますか。当てはまるものに○をつけてください。 (いくつでもよい) (n=212)

手伝内容	買い物に行く	野菜を洗う	野菜などの皮をむく	野菜などを切る・切る	食材をまぜる	お米をとぐ	味噌をすり付ける	料理を盛り付ける	テーブルを拭く
人数(人)	48	37	44	42	35	73	62	51	119
割合(%)	22.6	17.5	20.8	19.8	16.5	34.4	29.2	24.1	56.1

手伝内容	箸や食器を並べる	出来た料理を運ぶ	食べ終わった食器を下げる	下げた食器を洗う	洗った食器を拭く	その他	不明
人数(人)	138	141	141	53	46	7	1
割合(%)	65.1	66.5	66.5	25.0	21.7	3.3	0.5

問16. あなたの家庭の食事の食事に地元でとれた野菜が使われていますか?

地元野菜	はい	ときどき	いいえ	わからない	不明	総計
人数(人)	34	54	8	115	1	212
割合(%)	16.0	25.5	3.8	54.2	0.5	100.0

問17. あなたの町の特産品は何でしょう。 (n=212)

特産品	梅	米	ブルーベリー	ももぶた(豚肉)	ゆず	枝豆	ずんだ	アスパラガス	萩の月
人数(人)	72	45	38	26	13	12	11	11	10
割合(%)	34.0	21.7	17.9	12.3	6.1	5.7	5.2	5.2	4.7

問14. あなたは調理技術を主に誰から教わりましたか? 当てはまるものに○をつけてください。 (3つまで) (n=212)

調理技術	父親	母親	祖父	祖母	学校の先生	本	インターネット	その他
人数(人)	35	177	1	58	50	26	72	16
割合(%)	16.5	83.5	0.5	27.4	23.6	12.3	34.0	7.5

結果 4. 【小学5年生・中学2年生保護者】

問1. あなた(回答いただく方)のことに教えてください。

(1) 性別

性別	男	女	総計
人数(人)	20	319	339
割合(%)	5.9	94.1	100.0

(2) 年代

年代	20代	30代	40代	50代	60~64歳	総計
人数(人)	0	118	198	22	1	339
割合(%)	0	34.8	58.4	6.5	0.3	100.0

(3) 職業

職業	農業	自営業	会社員・公務員	パート・アルバイト	その他	不明	総計
人数(人)	1	13	160	125	38	2	339
割合(%)	0.3	3.8	47.2	36.9	11.2	0.6	100.0

(4) お子さんと同居されている方すべてに○をつけてください。続柄はあなたからみた関係です。

(n=339)

家族構成	父親	母親	妻	子ども	祖父母	孫	その他
人数(人)	39	59	272	26	329	12	8
割合(%)	11.5	17.4	80.2	7.7	97.1	3.5	2.4

問2. あなたの平日の生活リズムを教えてください。

(1) 起床時間

起床時間	5~6時	6~7時	7~8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	193	143	3	0	0	339
割合(%)	56.9	42.2	0.9	0	0	100.0

(2) 就寝時間

就寝時間	20~21時	21~22時	22~23時	23~24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	2	23	126	136	50	2	339
割合(%)	0.6	6.8	37.2	40.1	14.7	0.6	100.0

問3. あなたは朝食を食べますか?

朝食喫食	①毎日食べる	②週4~5回食べる	③週2~3回食べる	④ほとんど食べない	不明	総計
人数(人)	253	28	19	39	0	339
割合(%)	74.6	8.3	5.6	11.5	0	100.0

(1) 問3で②、③、④と回答した方にお聞きします。当てはまるものに1つに○をつけてください。(n=86)

欠食理由	時間がない	食欲がない	用事がさされていない	ダイエットのため	食べる習慣がない	その他	不明(未回答)	総計
人数(人)	37	19	0	1	15	8	6	86
割合(%)	43.0	22.1	0	1.2	17.4	9.3	7.0	100.0

問4. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

食事内容	主食と主菜と副菜	主食と副菜	主食と主菜	主食のみ	主菜と副菜	その他	不明(未回答)	総計
朝食(人)	110	91	11	82	0	3	42	339
割合(%)	32.4	26.8	3.2	24.2	0	0.9	12.4	100.0
昼食(人)	159	66	21	63	10	4	16	339
割合(%)	46.9	19.5	6.2	18.6	2.9	1.2	4.7	100.0
夕食(人)	264	18	5	3	32	12	5	339
割合(%)	77.9	5.3	1.5	0.9	9.4	3.5	1.6	100.0

※1 1日の副菜摂取回数

副菜回数	0回	1回	2回	3回	4回	総計
人数(人)	15	104	141	79	0	339
割合(%)	4.4	30.7	41.6	23.3	0	100.0

問5. 野菜を多く使った料理(例:お浸し、野菜サラダ、菜前煮、具沢山の味噌汁など)は1日に何皿食べますか。

野菜皿数	0皿	1~2皿	3~4皿	5皿以上	不明	総計
人数(人)	8	226	87	18	0	339
割合(%)	2.4	66.7	25.7	5.3	0.0	100.0

問6. 1日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は1日に必要な量をお書きください。

野菜量知識	知っている	知らない	不明	総計
人数(人)	92	240	7	339
割合(%)	27.1	70.8	2.1	100.0

※1 1日の野菜量の正解率 (n=92; 知っていると答えた方)

正解状況 (350g以上)	正解	不正解	総計
人数(人)	77	15	92
割合(%)	83.7	16.3	100.0

問7. 買い物に行って食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。(n=339)

買物行動	値段	鮮度 (色など)	原産地	量	消費・ 賞味期限	栄養成 分表示	特に気に していない	その他	不明
人数(人)	261	242	127	72	165	17	8	4	22
割合(%)	77.0	71.4	37.5	21.2	48.7	5.0	2.4	1.2	6.5

問8. 「食育」という言葉を知っていますか。

周知度	知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も知 らない	不明	総計
人数(人)	275	58	4	2	339
割合(%)	81.1	17.1	1.2	0.6	100.0

問9. 地場産品を普段の食事に利用しますか。

地場産品	大いに利用する	ときどき利用する	ほとんど利用しない	不明	総計
人数(人)	102	207	29	1	339
割合(%)	30.1	61.1	8.6	0.3	100.0

問10. 家庭で行事食を食べますか。

行事食	①はい (食べる)	②いいえ (食べない)	不明	総計
人数(人)	220	117	2	339
割合(%)	64.9	34.5	0.6	100.0

※1 ①はいと答えた方に訪ねた「どんな料理ですか」の回答

行事等	料理内容	件数
正月料理	おせち、もち、雑煮、七草粥、他	137
桃の節句	ちらし寿司、お吸い物、ひなまつり、他	122
端午の節句	柏餅、子どもの日、他	22
お盆・お彼岸	おはぎ、おくずかけ、お盆、ぼたもち、他	20
節分	恵方巻き、節分、他	49
お月見	だんご	15
冬至	冬至かぼちゃ	15
クリスマス	クリスマスケーキ、チキン、他	42
その他	誕生日、土用のうなぎ、七夕、年越しそば等	87

問11. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。(n=339)

健康実践 行動	主食・野菜 副菜を組 み合わせて 食べる	間食をす るときは 時間と量 を考える	野菜を 食べる	間食をす るときは 時間を考 える	サブリ メント をとる	お酒を 控える	特に何 もしな い	その他	不明 (①以上の 回答を待たず)
人数(人)	203	110	255	11	46	38	33	23	5
割合(%)	59.9	32.4	75.2	3.2	13.6	11.2	9.7	6.8	1.5

## 結果 5. 【一般成人】

問 1. あなたはあなた(回答いただく方)のことについて教えてください。

(1) 性別

性別	男	女	総計
人数(人)	272	423	695
割合(%)	39.1	60.9	100.0

(2) 年代

年代	20代	30代	40代	50代	60~64歳	65歳以上	総計
人数(人)	0	0	147	98	89	361	695
割合(%)	0	0	21.2	14.1	12.8	51.9	100.0

(3) 職業

職業	農業	自営業	会社員・公務員	パート・アルバイト	その他	不明	総計
人数(人)	21	58	101	167	309	39	695
割合(%)	3.0	8.3	14.5	24.0	44.5	5.6	100.0

(4) あなたはあなたと同居されている方すべてに○をつけてください。総額はあなたからみた関係です。

(n=695)

家族構成	父親	母親	妻	子ども	祖父母	孫	その他
人数(人)	51	105	314	209	358	14	49
割合(%)	7.3	15.1	45.2	30.1	51.5	2.0	7.1

問 2. あなたの平日の生活リズムを教えてください。

(1) 起床時間

起床時間	5~6時	6~7時	7~8時	8時以降	不明	総計
人数(人)	337	272	66	15	5	695
割合(%)	48.5	39.1	9.5	2.2	0.7	100.0

(2) 就寝時間

就寝時間	20~21時	21~22時	22~23時	23~24時	24時以降	不明	総計
人数(人)	29	143	232	188	57	46	695
割合(%)	4.2	20.6	33.4	27.1	8.2	6.6	100.0

問 3. あなたは朝食を食べますか?

朝食喫食	①毎日食べる	②週4~5回食べる	③週2~3回食べる	④ほとんど食べない	不明	総計
人数(人)	625	18	23	29	0	695
割合(%)	89.9	2.6	3.3	4.2	0	100.0

(1) 問3で②、③、④と回答した方にお聞きします。当てはまるものに1つに○をつけてください。(n=70)

欠食理由	時間がない	食欲がない	用事がさされていない	ダイエットのため	食べる習慣がない	その他	不明(未回答)	総計
人数(人)	19	19	2	1	18	6	5	70
割合(%)	27.1	27.1	2.9	1.4	25.7	8.6	7.1	100.0

問 4. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

食事内容	主食と主菜と副菜	主食と副菜	主食と主菜	主食のみ	主菜と副菜	その他	不明(未回答)	総計
朝食(人)	308	127	50	140	3	8	59	695
割合(%)	44.3	18.3	7.2	20.1	0.4	1.2	8.5	100.0
昼食(人)	208	117	81	160	12	27	90	695
割合(%)	29.9	16.8	11.7	23.0	1.7	3.9	12.9	100.0
夕食(人)	406	69	29	17	89	35	50	695
割合(%)	58.4	9.9	4.2	2.4	12.8	5.0	7.2	100.0

※1 1日の副菜摂取回数

副菜回数	0回	1回	2回	3回	4回	総計
人数(人)	74	205	234	181	1	695
割合(%)	10.6	29.5	33.7	26.0	0.1	100.0

問 5. 野菜を多く使った料理(例:お浸し、野菜サラダ、菜前煮、具沢山の味噌汁など)は1日に何皿食べますか。

野菜皿数	0皿	1~2皿	3~4皿	5皿以上	不明	総計
人数(人)	26	499	145	19	6	695
割合(%)	3.7	71.8	20.9	2.7	0.9	100.0

問6. 1日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は1日に必要な量をお書きください。

野菜量知識	知っている	知らない	不明	総計
人数(人)	165	489	41	695
割合(%)	23.7	70.4	5.9	100.0

※1 1日の野菜量の正解率 (n=165:知っていると答えた方)

正解状況 (350g以上)	正解	不正解	総計
人数(人)	103	62	165
割合(%)	62.4	37.6	100.0

問7. 買い物物によって食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。(n=695)

買物行動	値段 (色など)	産地	量	消費・ 賞味期限	栄養成 分表示	特に関心し ていない	その他	不明 (n=695)
人数(人)	392	464	199	74	362	67	47	62
割合(%)	56.4	66.8	28.6	10.6	52.1	9.6	6.8	8.9

問8. 「食育」という言葉を知っていますか。

周知度	知っている	言葉は知っている が意味は知らない	言葉も意味も知 らない	不明	総計
人数(人)	399	230	50	16	695
割合(%)	57.4	33.1	7.2	2.3	100.0

問9. 地場産品を普段の食事にご利用しますか。

地場産品	大いに利用する	ときどき利用する	ほとんど利用しない	不明	総計
人数(人)	225	417	45	8	695
割合(%)	32.4	60.0	6.5	1.2	100.0

問10. 家庭で行事食を食べますか。

行事食	①はい (食べる)	②いいえ (食べない)	不明	総計
人数(人)	285	377	33	695
割合(%)	41.0	54.2	4.7	100.0

※1 ①はいと答えた方に訪ねた「どんな料理ですか」の回答

行事等	料理内容	件数
正月料理	おせち、もち、雑煮、七草粥、他	98
桃の節句	ちらし寿司、桜もち	65
端午の節句	ちまき	9
お盆・お彼岸	おはぎ、おくずかけ、お盆	50
節分	恵方巻き	14
お月見	だんご	7
冬至	冬至かぼちゃ	11
クリスマス	クリスマスケーキ	22
お祝い	お赤飯、誕生日、他	27
その他	おこわ、変わりご飯、上用のうなぎ、はらこ飯、他	65

問11. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。当てはまるもの3つまで○をつけてください。(n=695)

健康実践 行動	主食主菜 副菜を組 み合わせ て食べる	野菜を 食べる	間食をす るときは 時間を量 を考える	継続す る	サプリ メント をとる	お酒を 控える	特に何 もしな い	その他	不明 (n=695)
人数(人)	451	498	194	53	89	75	72	19	25
割合(%)	64.9	71.7	27.9	7.6	12.8	10.8	10.4	2.7	3.6

# 食生活アンケート



(幼稚園・保育所)

問1. あなた(回答いただく方)のことについて教えてください。

- 【性別】 ① 男 ② 女  
 【年代】 ① 20代 ② 30代 ③ 40代 ④ 50代 ⑤ 60～64歳 ⑥ 65歳以上  
 【職業】 ① 職業 ② 自営業 ③ 会社員・公務員 ④ パート・アルバイト ⑤ その他( )  
 【子どもとの関係】 ① 父親 ② 母親 ③ 祖父 ④ 祖母 ⑤ その他( )  
 【家族構成】 お子さんと同居されている方すべてに○をつけてください。姉妹はお子さんからかた順です。  
 ① 父親 ○ 母親 ○ 兄弟姉妹 ④ 祖父母 ⑤ その他( )

**お子様のことについて伺います**

- 問2. お子さんの性別を教えてください  
 ① 男 ② 女
- 問3. お子さんの平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。  
 【起きる時間】 ① 午前5～6時 ② 午前6～7時 ③ 午前7～8時 ④ 午前8時以降
- 【寝る時間】 ① 午後8～9時 ② 午後9～10時 ③ 午後10時～11時 ④ 午後11時～0時  
 ⑤ 深夜0時以降

- 問4. お子さんは朝食を食べますか。  
 ① 毎日食べる ② 週に4～5回食べる ③ 週に2～3回食べる ④ ほとんど食べない
- (1) 問4で ② ③ ④と回答した方にお聞きします。朝食を食べない理由として当てはまるものに120をつけてください。  
 ① 時間がないから ② 食欲がないから ③ 用意がされていないから ④ ダイエットのため  
 ⑤ 食べる習慣がないから ⑥ その他( )

- 問5. 朝食を残さず食べますか。  
 ① いつも残さず食べる ② ととき残す ③ 残すことが多い
- (1) 問5で ② ③と回答した方にお聞きします。朝食を残す理由として当てはまるものに120をつけてください。  
 ① 時間がないから ② 食欲がないから ③ すきらいがある ④ 量が多いから  
 ⑤ ダイエットのため ⑥ その他( )

問6. 朝食は家族と同じものを食べますか。  
 ① はい ② いいえ

- 問7. お子さんはいつも誰と一緒に食事をしていますか。  
 【朝食の時】 ① 家族全員で ② 大人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとり  
 【夕食の時】 ① 家族全員で ② 大人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとり
- 問8. いつも朝食を何時ごろしますか。(当てはまるものすべてに○)  
 ① 帰園後 ② 夕食前 ③ 夕食後 ④ 就寝前 ⑤ 朝食はしない ⑥ その他( )

問9. 夕食を残さず食べますか。  
 ① いつも残さず食べる ② ととき残す ③ 残すことが多い

- 問10. 夕食を残す理由として当てはまるものに120をつけてください。  
 ① 時間がないから ② 食欲がないから ③ すきらいがある ④ 量が多いから  
 ⑤ ダイエットのため ⑥ その他( )

- 問11. お子さんがいつもしているお手伝いはどれですか。(当てはまるものすべてに○)  
 ① 一緒に買い物に行く ② 野菜を洗う ③ 野菜などの皮をむく ④ 野菜などをちぎる・切る  
 ⑤ 食料をまぜる ⑥ お米をとぐ ⑦ 味噌を作る ⑧ 料理を盛り付ける  
 ⑨ テーブルを拭く ⑩ 箸や食器を並べる ⑪ 出来た料理を運ぶ  
 ⑫ 食べ終わった食器を下げる ⑬ 下げた食器を洗う ⑭ 洗った食器を拭く  
 ⑮ その他( ) ⑯ なにもしていない

- 問12. 食事の時に気をつけているマナーは次のうちどれですか。(しているものすべてに○)  
 ① いただきます・ごちそうさまのあいさつ ② 正しいお箸の持ち方  
 ③ 姿勢よく食べる ④ 食事前の手洗い ⑤ その他( )

- 問13. お子さんは嫌いな食べ物がありますか。  
 ① ある ② ない
- (1) 問13で ①と回答した方にお聞きします。お子さんが食べない時あなたはどのようにしますか。(当てはまるものすべてに○)  
 ① 一口は食べさせるようにする ② 頑張って食べるように促す ③ 食べられるような工夫をする  
 ④ 無理して食べさせない ⑤ 特に何もしない

次に、あなた（大人の方）のことについて伺います。

問1. あなたの平日の生活のリズムを教えてください。

【起床時間】 ① 午前5～6時 ② 午前6～7時 ③ 午前7～8時 ④ 午前8時以降

【就寝時間】 ① 午後8～9時 ② 午後9～10時 ③ 午後10時～11時 ④ 午後11時～0時  
⑤ 深夜0時以降

問2. あなたは朝食を食べますか？

① 毎日食べる ② 週に4～5回食べる ③ 週に2～3回食べる ④ ほとんど食べない

(1) 問2で ② ③ ④と回答した方にお聞きします。**当てはまるものに1つ**○をつけてください。

① 時間がなから ② 食欲がないから ③ 用事がされていない ④ ダイエットのため  
⑤ 食べる習慣がない ⑥ その他 ( )

問3. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

	朝	昼	夕	間食	分からない場合はこちらに料理名を記入してください。
主食 (ご飯またはパンなど)					
主菜 (肉や魚、卵、大豆を主に使ったおかず)					
副菜 (野菜などを主に使ったおかず)					
汁物 (味噌汁やスープ)					
果物					
乳製品 (牛乳、チーズ、ヨーグルトなど)					
菓子類					

※ 1品料理の記入の仕方

「カレーライス」のときは、主食 と 主菜 と 副菜 の3つに ○をつけます。

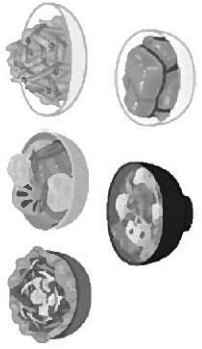
「えびのてんぷらそば」のときは、主食 と 主菜 の2つに ○をつけます。

「チーズトースト」のときは、主食 と 乳製品 の2つに ○をつけます。

問4. 野菜を多く使った料理 (粥おぼろし、野菜サラダ、鍋前煮、具沢山の味噌汁など) は一日に何皿食べますか。

① 0皿 ② 1～2皿 ③ 3～4皿 ④ 5皿以上

※野菜1皿の目安 (およそ70g位です)



問5. 一日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は一日に必要な量をお書きください。

① 知っている ( ) 以上 ( ) 以下 ② 知らない

問6. 買い物に行って食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。**当てはまるもの3つまで**○をつけてください。

① 値段 ② 鮮度 (色など) ③ 原産地 ④ 量 ⑤ 消費・賞味期限  
⑥ 栄養成分表示 (カロリー、塩分など) ⑦ 特に気にしていない ⑧ その他 ( )

問7. 「食育」という言葉を知っていますか。

① 知っている ② 言葉は知っているが意味は知らない ③ 言葉も意味も知らない

問8. 地場産品を普段の食事に利用しますか。

① 大いに利用する ② ときどき利用する ③ ほとんど利用しない

問9. 家庭で行事食を食べますか。(縁の節句、端午の節句など)

① はい (⇒どんな料理ですか) ( )  
② いいえ ( )

問10. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。**当てはまるもの3つまで**○をつけてください。

① 主食・主菜・副菜を組み合わせる ② 野菜を食べる  
③ 間食をするときは時間と量を考える ④ 禁煙する ⑤ サプリメントをとる (健康食品等)  
⑥ お酒を控える ⑦ 特に何もしていない ⑧ その他 ( )

**アンケートはこれで終わりです。ご協力ありがとうございました。**

# 食生活アンケート



(小学5年生)

問1. あなたのことに教えてください。

(性別) ① 男 ② 女  
(一緒に住んでいる人)

① お父さん ② お母さん ③ 兄弟・姉妹 ④ おじいさん ⑤ おばあさん ⑥ その他 ( )

問2. 平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。

(起きる時間) ① 午前5～6時 ② 午前6～7時 ③ 午前7～8時 ④ 午前8時以降

(寝る時間) ① 午後8～9時 ② 午後9～10時 ③ 午後10時～11時 ④ 午後11時～0時

⑤ 深夜0時以降

問3. あなたは朝食を食べますか?

① 毎日食べる ② 週に4～5回食べる ③ 週に2～3回食べる ④ ほとんど食べない

(1) ② ③ ④と答えた方にお聞きします。朝食を食べない理由としてあてはまるものに1,2をつけてください。

① 時間がないから ② 食欲がないから ③ 用意がされていないから ④ ダイエットのため  
⑤ 食べる習慣がないから ⑥ その他 ( )

問4. 朝食を遅く食べますか?

① いつも遅く食べます ② ときどき遅く ③ 遅くことが多い

(1) ② ③と答えた方にお聞きします。朝食を遅くする理由としてあてはまるものに1,2をつけてください。

① 時間がないから ② 食欲がないから ③ すききらいがある ④ 量が足りないから  
⑤ ダイエットのため ⑥ その他 ( )

問5. 朝食は家族と同じものを食べますか?

① はい ② いいえ

問6. 食事はいつも誰と一緒に食べますか?

(朝食の時) ① 家族全員で ② 夫一人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとりで  
(夕食の時) ① 家族全員で ② 夫一人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとりで

問7. 朝食は遅く食べますか?

① 遅くない ② ときどき遅く ③ 遅くことが多い

(1) ② ③と答えた方にお聞きします。遅い理由を教えてください。

あてはまるもの2つまでに○をつけてください。

① 牛乳 ② ごはん ③ パン ④ 野菜のおかず ⑤ 菓物 ⑥ 鶏のおかず ⑦ 肉のおかず

問8. いつもおやつを何時ごろ食べますか?あてはまるものすべてに○をつけてください。

① 学校から帰ってすぐ食べる ② 夕食前 ③ 夕食後 ④ 寝る前 ⑤ おやつを食べない

問9. 夕食を遅く食べますか?

① いつも遅く食べる ② ときどき遅く ③ 遅くことが多い

問10. 楽しいと思う食事の時間は何ですか?あてはまるものすべてに○をつけてください。

① 朝食 ② 昼食 ③ 夕食 ④ 外食 ⑤ その他

(1) 問10で選んだ食事の時間を楽しいと思う理由は何ですか?あてはまるものすべてに○をつけてください。

① 食事がおいしいから ② たくさん会話があるから ③ テレビを見ながら食べられるから  
④ 好きなものが食べられるから ⑤ ひとりで食べられるから ⑥ 好きだけ食べられるから  
⑦ その他 ( )

問11. 自分から選んで食事のお手伝いをしていますか。

① はい ② いいえ

問12. どんなお手伝いをしていますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(いくつでもよい)

① 買い物に行く ② 野菜を洗う ③ 野菜などの皮をむく ④ 野菜などをちぎる・切る  
⑤ 食料をまぜる ⑥ お米をどぐ ⑦ 味見をする ⑧ 調理を盛り付ける  
⑨ テーブルを拭く ⑩ 箸や箸置きを並べる ⑪ できた料理を運ぶ  
⑫ 食べ終わった食器を下げる ⑬ 下げた食器を洗う ⑭ 洗った食器を拭く  
⑮ その他 ( ) ⑯ なにもしていない

問13. 食事の場に鼻をつけているマナーは次のうちどれですか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

① いただきます・ごちそうさまのあいさつ ② 正しいお箸の持ち方  
③ 姿勢よく食べる ④ 食事前の手洗い ⑤ その他 ( )

問14. 食べた後に歯みがきをしますか。

① はい ② ときどき ③ いいえ

問15. あなたが参加したいイベントはありますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。

① 料理コンクール ② 料理やお菓子作りの教室 ③ 野菜・菓物作り ④ 由緒や縁起  
⑤ 野外キャンプ ⑥ 特産品の販売体験 ⑦ 参加したくない ⑧ その他 ( )

**アンケートはこれで終わりです。ご協力ありがとうございました。**



# 食生活アンケート

(中学2年生)

問1. あなたのことに教えてください。

[性別] ① 男 ② 女

[家族構成] ① 父親 ② 母親 ③ 兄弟・姉妹 ④ 祖父 ⑤ 祖母 ⑥ その他 ( )

問2. 平日の起きる時間、寝る時間を教えてください。

[起きる時間] ① 午前5～6時 ② 午前6～7時 ③ 午前7～8時 ④ 午前8時以降

[寝る時間] ① 午後8～9時 ② 午後9～10時 ③ 午後10時～11時 ④ 午後11時～0時

⑤ 深夜0時以降

問3. あなたは朝食を食べますか？

① 毎日食べる ② 週に4～5回食べる ③ 週に2～3回食べる ④ ほとんど食べない

(1) ② ③ ④と答えた方にお聞きします。朝食を食べない理由としてあひはるものに1.2.0をつけてください。

① 時間がないから ② 食欲がないから ③ 用意がされていないから ④ ダイエットのため  
⑤ 食べる習慣がないから ⑥ その他 ( )

問4. 朝食を残さず食べますか？

① いつも残さず食べる ② ときどき残す ③ 残すことが多い

(1) ② ③と答えた方にお聞きします。朝食を残す理由としてあひはるものに1.2.0をつけてください。

① 時間がないから ② 食欲がないから ③ すきらいがある ④ 量が多いから  
⑤ ダイエットのため ⑥ その他 ( )

問5. 朝食は家族と同じものを食べますか？

① はい ② いいえ

問6. 食事はいつも誰と一緒に食べていますか？

[朝食の時] ① 家族全員で ② 大人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとりで

[夕食の時] ① 家族全員で ② 大人のだけかと ③ 子どもだけで ④ ひとりで

問7. 給食は残さず食べますか？

① 残さない ② ときどき残す ③ 残すことが多い

(1) ② ③と答えた方にお聞きします。特に何を残しますか？  
当てはまるものに○をつけてください。(2つまで)

① 牛乳 ② ごはん ③ パン ④ 野菜のおかず ⑤ 果物 ⑥ 魚のおかず ⑦ 肉のおかず

問8. いつも朝食を何時ごろしますか？(朝食を含む)

① 帰宅後すぐ食べる ② 夕食前 ③ 夕食後 ④ 寝る前 ⑤ 朝食をしない

問9. 夕食がちゃんと食べられないことがありますか？

① ない ② ときどきある ③ いつもある

問10. 楽しいと思う食事の時間はどれですか？あひはるものに○をつけてください。

① 朝食 ② 給食 ③ 夕食 ④ 外食 ⑤ その他

(1) 問10で選んだ食事の時間を楽しいと思う理由は何ですか？あひはるものに○をつけてください。

① 食事がおいしいから ② たくさん会話があるから ③ テレビを見ながら食べられるから  
④ 好きなものが食べられるから ⑤ ひとりで食べられるから ⑥ 好きだけ食べられるから  
⑦ その他 ( )

Q1. クイズです！

主食・主菜・副菜に含まれる米類の働きについて説明しているものを下から選び番号を記入してください。



(黄)



(赤)



(緑)

① 主にエネルギーになる ② 主に体の調子を整える ③ 主に体の組織をつくる

問11. あなたの食生活をふりかえり、気をつけたいと思うことは何ですか。3.2.0をつけてください。

① 主食・主菜・副菜を組み合わせる ② 牛乳や乳製品を積極的にとる ③ 野菜を食べる  
④ 朝食を食べる ⑤ 朝食をするときは時間や量を考える ⑥ 早寝・早起きの習慣を身につける  
⑦ その他 ( ) ⑧ 特に思わない

問12. 食べ物を買うとき気にして見るものは何ですか。3.2.0をつけてください。

① 値段 ② 鮮度(色など) ③ 原産地 ④ 量 ⑤ 消費・賞味期限  
⑥ 栄養成分表示(カロリー、塩分など) ⑦ 特に気にしない ⑧ その他 ( )

裏もありません

問13. あなたが自分で作ることができる料理はありますか。できるものをすべてに○をつけてください。  
(いくつでもよい)

主食	主菜	副菜	汁物	お菓子類	その他
①ごはん ②うどん・そば類 ③パスタ類 ④ラーメン ⑤トースト	①目玉焼き ②卵焼き ③豚肉の生姜焼き ④鶏の唐揚げ ⑤ハンバーグ ⑥焼き魚 ⑦煮魚	①グリーンサラダ ②お浸し ③ポテトサラダ ④野菜炒め ⑤肉じゃが	①味噌汁 ②スープ	①ホットケーキ ②ケーキ ③クッキー ④プリン	

問14. あなたは調理を主に誰から教わりましたか？3つまで○をつけてください。

- ① 父親    ② 母親    ③ 祖父    ④ 祖母    ⑤ 学校の先生    ⑥ 本  
⑦ インターネット・テレビ    ⑧ その他 (                    )

問15. あなたはいつも家でどんなお手伝いをしていますか。当てはまるものをすべてに○をつけてください。  
(いくつでもよい)

- ① 買い物に行く    ② 野菜を洗う    ③ 野菜などの皮をむく    ④ 野菜などをちぎる・切る  
⑤ 食材をまぜる    ⑥ お米をとぐ    ⑦ 味見をする    ⑧ 料理を盛り付ける  
⑨ テーブルを拭く    ⑩ 箸や食器を並べる    ⑪ 出来た料理を運ぶ  
⑫ 食べ終わった食器を下げる    ⑬ 下げた食器を洗う    ⑭ 洗った食器を拭く  
⑮ その他 (                    )    ⑯ なにもしていない

問16. あなたの家庭の食事に地元でとれた野菜が使われていますか？

- ① はい    ② ときどき    ③ いいえ    ④ わからない

問17. あなたの町の地場産品・特産品は何でしょう。

(                    ) (                    ) (                    )

**アンケートはこれで終わりです。ご協力ありがとうございました。**

# 食生活アンケート



(小学5年生・中学2年生保護者用)

問1. あなた(回答いただく方)のことに教えてください。

- [性別] ① 男 ② 女  
 [年代] ① 20代 ② 30代 ③ 40代 ④ 50代 ⑤ 60～64歳 ⑥ 65歳以上  
 [職業] ① 農業 ② 自営業 ③ 会社員・公務員 ④ パート・アルバイト ⑤ その他( )  
 [家族構成] あなたと同居されている方すべてに○をつけてください。結婚はあなたからみた国産です。  
 ① 父親 ② 母親 ③ 夫 ④ 妻 ⑤ 子ども ⑥ 祖父母 ⑦ 孫 ⑧ その他( )

問2. あなたの平日の生活のリズムを教えてください。

- [起床時間] ① 午前5～6時 ② 午前6～7時 ③ 午前7～8時 ④ 午前8時以降  
 [就寝時間] ① 午後8～9時 ② 午後9～10時 ③ 午後10時～11時 ④ 午後11時～0時  
 ⑤ 深夜0時以降

問3. あなたは朝食を食べますか?

- ① 毎日食べる ② 週に4～5回食べる ③ 週に2～3回食べる ④ ほとんど食べない

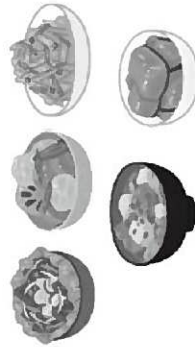
(1) 問3で ② ③ ④と回答した方にお聞きします。**当では食べるものに2つ**○をつけてください。

- ① 時間がないから ② 食欲がないから ③ 用事がされていない ④ ダイエットのため  
 ⑤ 食べる習慣がない ⑥ その他( )

問4. 野菜を多く使った料理(例お浸し、野菜サラダ、筑前煮、具沢山の味噌汁など)は一日に何回食べますか。

- ① 0皿 ② 1～2皿 ③ 3～4皿 ④ 5皿以上

※野菜1皿の目安 (おおよそ70g位です)



問5. 一日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は一日に必要な量をお書きください。

- ① 知っている( )g以上 ② 知らない

問6. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

	朝	昼	夕	間食	分らない場合はこちらに料理名を記入してください。
主食(ご飯またはパンなど)					
主菜(肉や魚、卵、大豆を主に使ったおかず)					
副菜(野菜などを主に使ったおかず)					
汁物(味噌汁やスープ)					
果物					
乳製品(牛乳、チーズ、ヨーグルトなど)					
菓子類					

※ 1品料理の記入の仕方

「カレーライス」のときは、主食 と 主菜 と 副菜 の3つに ○をつけます。  
 「えびのてんぷらそば」のときは 主食 と 主菜 の2つに ○をつけます。  
 「チーズトースト」のときは、主食 と 乳製品 の2つに ○をつけます。

問7. 買い物に行って食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。**当では食べるものに3つまで**○をつけてください。

- ① 値段 ② 鮮度(色など) ③ 原産地 ④ 量 ⑤ 消費・賞味期限  
 ⑥ 栄養成分表示(カロリー、塩分など) ⑦ 特に気にしていない ⑧ その他( )

問8. 「食育」という言葉を知っていますか。

- ① 知っている ② 言葉は知っているが意味は知らない ③ 言葉も意味も知らない

問9. 地場産品を普段の食事に利用しますか。

- ① 大いに利用する ② ときどき利用する ③ ほとんど利用しない

問10. 家庭で行事食を食べますか。(縁の節句、端午の節句など)

- ① はい(⇒どんな料理ですか)  
 ② いいえ

問11. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。**当では食べるものに3つまで**○をつけてください。

- ① 主食・主菜・副菜を組み合わせる ② 野菜を食べる  
 ③ 間食をするときは時間と量を考える ④ 禁煙する ⑤ サプリメントをとる(健康食品等)  
 ⑥ お酒を控える ⑦ 特に何もしていない ⑧ その他( )

**アンケートはこれで終わりです。ご協力ありがとうございました。**

# 食生活アンケート



(一般成人用)

町民の皆さまには日頃から町政にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。  
 さて、町では、平成28年に「第2期食育推進計画」を策定し、町民の誰もが健全な食生活を実践できる  
 よう、「『おおがわら』食で育むところから」をスローガンに様々な食育事業を推進してきました。  
 このたび、計画の中間評価と見直しを行うため、食生活アンケートを実施し、食育に関わる関係者が取り  
 組むべき課題の整理を行います。  
 お答えいただいた回答はすべて統計的に処理し、調査の目的以外に使用することはありませんので、ぜひ、  
 ご協力ください。

令和2年9月  
 大河原町

問1. あなた(回答いただく方)のことについて教えてください。

- [性別] ① 男 ② 女  
 [年代] ① 40代 ② 50代 ③ 60歳~64歳 ④ 65歳~74歳 ⑤ 75歳以上  
 [職業] ① 農業 ② 自営業 ③ 会社員・公務員 ④ パート・アルバイト ⑤ その他( )  
 [家族構成] あなたと同居されている方すべてに○をつけてください。未婚はあなたのみから回答です。  
 ① 父親 ② 母親 ③ 夫 ④ 妻 ⑤ 子ども ⑥ 祖父母 ⑦ 孫 ⑧ その他( )

問2. あなたの平日の生活のリズムを教えてください。

- [起床時間] ① 午前5~6時 ② 午前6~7時 ③ 午前7~8時 ④ 午前8時以降  
 [就寝時間] ① 午後8~9時 ② 午後9~10時 ③ 午後10時~11時 ④ 午後11時~0時  
 ⑤ 深夜0時以降

問3. あなたは朝食を食べますか?

- ① 毎日食べる ② 週に4~5回食べる ③ 週に2~3回食べる ④ ほとんど食べない

(1) 問3で ② ③ ④と回答した方にお聞きします。当アンケートに120をつけてください。

- ① 時間がないから ② 食欲がないから ③ 用意がされていない ④ ダイエットのため  
 ⑤ 食べる習慣がない ⑥ その他( )

問4. 野菜を多く使った料理(例えば漬物、野菜サラダ、筑前煮、具沢山の味噌汁など)は一日に何回食べますか。

- ① 0回 ② 1~2回 ③ 3~4回 ④ 5回以上

※野菜1皿の目安 (おおよそ70g位です)

問5. 一日に必要な野菜の量を知っていますか。知っている方は一日に必要な量をお書きください。

- ① 知っている( )g以上 ② 知らない

問6. 昨日の朝・昼・夕の食事、間食で食べているものすべてに○をつけてください。

	朝	昼	夕	間食	分らない場合はこちらに料理名を記入してください。
主食(ご飯またはパンなど)					
主菜(肉や魚、卵、大豆を主に使ったおかず)					
副菜(野菜などを主に使ったおかず)					
汁物(味噌汁やスープ)					
果物					
乳製品(牛乳、チーズ、ヨーグルトなど)					
菓子類					

※1品料理の記入の仕方

「カレーライス」のときは、主食 と 主菜 と 副菜 の3つに ○をつけます。  
 「えびのてんぷらそば」のときは、主食 と 主菜 の2つに ○をつけます。  
 「チーズトースト」のときは、主食 と 乳製品 の2つに ○をつけます。

問7. 買い物に行って食材や食品を選ぶときは何に気をつけて選びますか。当アンケートをつけてください。

- ① 値段 ② 鮮度(色など) ③ 産地 ④ 量 ⑤ 消費・賞味期限  
 ⑥ 栄養成分表示(カロリー、塩分など) ⑦ 特に関心していない ⑧ その他( )

問8. 「食育」という言葉を知っていますか。

- ① 知っている ② 言葉は知っているが意味は知らない ③ 言葉も意味も知らない

問9. 地場産品を普段の食事に利用しますか。

- ① 大いに利用する ② ときどき利用する ③ ほとんど利用しない

問10. 家で行事食を食べますか。(縁の節句、端午の節句など)

- ① はい(⇒どんな料理ですか)  
 ② いいえ

問11. 健康を維持する上であなたが実践していることはありますか。当アンケートをつけてください。

- ① 主食・主菜・副菜を組み合わせる ② 野菜を食べる  
 ③ 間食をするときは時間と量を守る ④ 蒸す ⑤ サプリメントをとる(健康食品等)  
 ⑥ お酒を抑える ⑦ 特に関心していない ⑧ その他( )

○アンケートはこれで終わりです。

ご協力ありがとうございました。

---

## 第 2 期 大 河 原 町 食 育 推 進 計 画

### 中 間 評 価 報 告 書

【令和 2 年度】

発 行 日 令和 3 年 3 月

編 集 ・ 発 行 大 河 原 町 健 康 推 進 課

〒989-1295 宮城県柴田郡大河原町字新南 1 9 番地

電話 ( 0 2 2 4 ) 5 1 - 8 6 2 3 FAX ( 0 2 2 4 ) 5 3 - 3 8 1 8

ホ-ムペ-ジ <http://www.town.ogawara.miyagi.jp/>

---