

食育に関するアンケート調査

【小中学生用】

みなさん、こんにちは。

「食べること」は、私たちの命や健康のもとになるだけでなく、豊かな心をはぐくむためにも大切なことです。また、みなさんにとって「食べること」は、将来の夢に向かって羽ばたく力を身につけるためにも大切なことです。

現在、匝瑳市では、一人ひとりの食生活をよくするためのまちづくりに取り組んでいます。そこで、みんなで協力して匝瑳市の「食」に関する問題を解決していくための計画を作ることになりました。

このアンケート調査では、みなさんの「食べること」についての考えや、ふだん取り組んでいることなどについて意見を聞いて、この計画作りに生かしていきたいと考えていますので、あなたが思ったとおりに答えてください。

ご協力をお願いします。

平成 28 年 7 月

匝瑳市長 太田 安規

～ご記入に際してのお願い～

- 1 濃い鉛筆又は黒のボールペンで記入してください。
- 2 お答えは、特に説明のない限り、あてはまる番号を○で囲んでください。

ご記入が終わったら、先生の指示があるまでお待ちください。

【調査をしているところ】 匝瑳市 産業振興課 農政班
電話：0479-73-0089（直通）

《以下の質問について、あてはまるものに○をつけてください。》

以下の説明文をご覧ください。

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です。

その中には、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が含まれます。

質問1 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか。(回答はひとつだけ)

- 1 言葉も意味も知っていた
- 2 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
- 3 言葉も意味も知らなかった

質問2 あなたは、ふだん朝ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- 1 ほとんど毎日食べる → **質問3、4**へ
- 2 週4～5日食べる → **質問3、4**へ
- 3 週2～3日食べる → **質問5**へ
- 4 ほとんど食べない → **質問5**へ

【質問2で1、2を選んだ方のみ】

質問3 あなたはふだんどのような朝ご飯を食べていますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|---------------------|------------------|
| 1 ごはん・パン・めん | 5 くだもの |
| 2 肉・魚・卵・納豆などの大豆料理 | 6 お菓子類(菓子パン含む) |
| 3 野菜・いも料理・野菜たっぷりの汁物 | 7 コーヒー・紅茶・ジュースなど |
| 4 牛乳・乳製品 | 8 その他() |

【質問2で1、2を選んだ方のみ】

質問4 あなたは家族と一緒に朝ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- 1 家族そろって食べることが多い
- 2 家族の誰かと食べるが多い
- 3 一人で食べるが多い
(理由：家族が仕事で遅い・塾や習い事がある・その他)
- 4 その他()

⇒ **質問6**へ

【質問2で3、4を選んだ方のみ】

質問5 あなたが朝ご飯を食べない理由について、あてはまるものをすべてお選びください。
(回答はいくつでも)

- | |
|------------------------------|
| 1 朝はできるだけ長く寝たいから |
| 2 朝ご飯を用意したりすすめてくれる人が身近にいないから |
| 3 朝は食欲がないから |
| 4 ダイエットをしているから |
| 5 以前から朝ご飯を食べる習慣がないから |
| 6 食べない方が体調がいいから |
| 7 朝ご飯を食べなくても特に困らないから |
| 8 その他 () |

質問6 あなたはふだん学校のある日は、朝何時くらいに起きますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|----------|----------|
| 1 6時より前 | 4 7時くらい |
| 2 6時くらい | 5 7時半くらい |
| 3 6時半くらい | 6 8時くらい |

質問7 あなたはふだん学校のある日は、夜何時くらいに寝ますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1 午後8時より前 | 5 午後11時台 |
| 2 午後8時台 | 6 午後12時台 |
| 3 午後9時台 | 7 午前1時台 |
| 4 午後10時台 | 8 午前1時より後 |

質問8 あなたは朝すっきり目が覚めますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|-----------------|
| 1 すっきり目が覚める |
| 2 少し眠い |
| 3 眠くてなかなか起きられない |

質問9 あなたは家族と一緒に夜ご飯を食べますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|---|
| 1 家族そろって食べることが多い |
| 2 家族の誰かと食べることが多い |
| 3 一人で食べることが多い
(理由：家族が仕事で遅い・塾や習い事がある・その他) |
| 4 その他 () |

質問10 あなたは夜ご飯を何時くらいに食べますか。(回答はひとつだけ)

- | | |
|------------|------------|
| 1 午後6時より前 | 5 午後7時半～8時 |
| 2 午後6時～6時半 | 6 午後8時～8時半 |
| 3 午後6時半～7時 | 7 午後8時半～9時 |
| 4 午後7時～7時半 | 8 午後9時より後 |

質問11 あなたは食事の際、家族と会話をしますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|--------------|
| 1 たくさん会話をする |
| 2 少し会話をする |
| 3 ほとんど会話をしない |
| 4 全く会話をしない |

質問12 あなたはできるだけ食事を残さないようにしていますか。(回答はひとつだけ)

- | |
|------------|
| 1 必ずしている |
| 2 ほとんどしている |
| 3 時々している |
| 4 あまりしていない |
| 5 全くしていない |

質問13 あなたは給食の時間が楽しいですか。(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------|
| 1 とても楽しい |
| 2 まあ楽しい |
| 3 あまり楽しくない |
| 4 ぜんぜん楽しくない |

質問14 あなたは家での食事の時間が楽しいですか。(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------|
| 1 とても楽しい |
| 2 まあ楽しい |
| 3 あまり楽しくない |
| 4 ぜんぜん楽しくない |

質問15 あなたはご飯とパンのどちらが好きですか。(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------|
| 1 ご飯 |
| 2 パン |
| 3 両方好き |
| 4 両方嫌い |
| 5 どちらとも言えない |

質問16 あなたは魚と肉(牛肉・豚肉・鶏肉)のどちらが好きですか(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------|
| 1 魚 |
| 2 肉 |
| 3 両方好き |
| 4 両方嫌い |
| 5 どちらとも言えない |

質問17 あなたがふだんよく食べるおやつはどんなものですか。(回答はいくつでも)

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 スナック菓子・チョコレート菓子 | 7 ケーキ・クッキー |
| 2 プリン・ゼリー・ヨーグルト | 8 あめ・ガム |
| 3 せんべい | 9 自分・家族が作るおにぎり |
| 4 まんじゅう | 10 芋・とうもろこし等の野菜 |
| 5 くだもの | 11 その他() |
| 6 アイスクリーム | 12 食べない |

質問18 あなたはふだんのどが渴いたときに何を飲みますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|--------------|-----------------|
| 1 水 | 6 野菜・果汁100%ジュース |
| 2 牛乳 | 7 乳酸菌飲料 |
| 3 炭酸飲料 | 8 コーヒー |
| 4 スポーツ・イオン飲料 | 9 その他() |
| 5 お茶 | |

質問19 あなたはコンビニの弁当やおにぎりなど、出来合いのものをどのくらい食べますか。
(回答はひとつだけ)

- | |
|-------------|
| 1 ほとんど毎日食べる |
| 2 週4~5日食べる |
| 3 週2~3日食べる |
| 4 ほとんど食べない |

質問20 あなたがふだん心がけているものを選んでください。(回答はいくつでも)

- | | |
|----------------------|--|
| 1 睡眠を十分にとる | |
| 2 朝ご飯を毎日食べる | |
| 3 間食をしない | |
| 4 栄養のバランスや食べる量に気をつける | |
| 5 太りすぎない | |
| 6 やせすぎない | |
| 7 運動をする | |
| 8 その他() | |
| 9 特にない | |

質問21 あなたが知っている、匝瑳市の郷土料理や特産品を選んでください。(回答はいくつでも)

- | | |
|---------|---------------------|
| 1 太巻き寿司 | 10 お米 |
| 2 手作り味噌 | 11 棒もち(性学もち) |
| 3 落花生みそ | 12 つみれ汁 |
| 4 大浦ごぼう | 13 落花煎餅 |
| 5 ハス | 14 初夢(漬け) |
| 6 セリ | 15 海草(海草を煮溶かし固めた料理) |
| 7 赤ピーマン | 16 米粉パン |
| 8 ネギ | 17 その他() |
| 9 いちご | 18 知らない |

質問22 食事をするとき、あなたは以下のようなことをしていますか。(回答はいくつでも)

- | | |
|---------------------------------|--|
| 1 「いただきます」「ごちそうさま」を言う | |
| 2 好き嫌いをしない | |
| 3 食事を残さない | |
| 4 食べ物や自然への感謝の気持ちを持つ | |
| 5 食事を作ってくれた人への感謝の気持ちを持つ | |
| 6 食器を並べたり、一緒に料理したりするなど、手伝いをしている | |
| 7 自分だけで料理を作ることがある | |
| 8 その他() | |
| 9 特にしていない | |

質問23 あなたは食物のことを知るために、してみたいことはありますか（回答はいくつでも）

- 1 農業体験（田んぼや畑で野菜などを作る仕事）
- 2 漁業体験（海で魚・貝・コンブなどをとる仕事）
- 3 牛や馬などの家畜の世話
- 4 料理教室
- 5 加工体験（農産物や魚かい類等を加工して商品をつくる仕事）
- 6 生産現場見学や生産者の話を聞きたい
- 7 その他()
- 8 特にない

質問24 あなたは、ふだんからどのようなお手伝いなどを行っていますか（回答はいくつでも）

- 1 料理の手伝い（野菜の皮むき、パンの生地をこねるなどを含む）
- 2 テーブルを拭く
- 3 食べ終わった食器を片づける
- 4 食器を洗う
- 5 おやつなどを自分で作る
- 6 ゴミを出す
- 7 おつかいをする
- 8 その他()
- 9 特にない

