

健康づくり・食育に関するアンケート調査 【小・中学生】

— ご協力をお願いします —

和泉市では、今年「第4次健康都市いずみ21・食育推進計画」を作ることになりました。このアンケートは、みなさんの日頃の「健康」や「食」についての考えをお聞きするもので、計画づくりの参考にします。ご協力をお願いいたします。

令和6年7月

和泉市長 辻 宏康

健康に関する調査項目

問1 あなたの性別についておたずねします。(ひとつだけに○)

- | | | |
|------|------|----------|
| 1. 男 | 2. 女 | 3. 回答しない |
|------|------|----------|

問2 あなたの運動についてお聞きします。体育の授業以外に、体を使う遊びや運動（学校の部活動や体そう教室など）をしていますか。(ひとつだけに○)

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

問3 問2で「1. はい」と答えた人にお聞きします。どれくらいの頻度で運動をしていますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|-----------|----------|-----------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週1～2回 | 3. 月に1～2回 |
|-----------|----------|-----------|

問4 平日は、何時ごろに起きますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|---------------|---------------|---------------|
| 1. 午前6時まで | 2. 午前6時～6時30分 | 3. 午前6時30分～7時 |
| 4. 午前7時～7時30分 | 5. 午前7時30分～8時 | 6. 午前8時以降 |

問5 平日は、何時ごろに寝ますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|-----------|-----------|----------------|
| 1. 午後8時まで | 2. 午後8時台 | 3. 午後9時台 |
| 4. 午後10時台 | 5. 午後11時台 | 6. 午後（深夜）12時以降 |

問6 1日に何回歯みがきをしていますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|--------------|--------------|--------------|
| 1. 1日3回以上みがく | 2. 1日2回以上みがく | 3. 1日1回以上みがく |
| 4. とくときみがく | 5. みがかない | |

問7 たばこについてお聞きします。たばこを吸うと次の病気にかかりやすくなったり、^{えいきょう}影響があるといわれていますが、あなたが知っていたものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|---|
| 1. 心臓、脳の血管、胃、肺、歯ぐきの病気になりやすい |
| 2. 妊娠中にたばこを吸うと、赤ちゃんが予定より早く生まれたり、
標準より体重の小さい赤ちゃんが生まれやすい |
| 3. たばこの煙は周りの人の健康にも害を与える |
| 4. この中に知っていたものはない |

問8 お酒についてお聞きします。お酒は飲み方によって、次のようになり、^{えいきょう}影響があると
言われていますが、あなたが知っているものはどれですか。（あてはまるものすべてに○）

1. 短時間で多量飲酒（一気飲み）するとアルコール中毒となり死亡することもある
2. 長期間多量飲酒すると、^{かんぞう}肝臓や^{いそん}脳の血管の病気、がんになりやすい
3. 長期間多量飲酒すると、アルコール^{いそん}依存をおこす
4. 未成年者の飲酒は、脳や体の発達を妨げる
5. ^{にんしん}妊娠中の飲酒は赤ちゃんにも影響がある
6. この中に知っていたものはない

問9 BMI（[体重（kg）]÷[身長（m）×身長（m）]で計算した値）が18.5以上25未満の体
重を「^{てき}適正体重」といい、最も病気になりにくく健康的な体重とされています。あなたは^{てき}適
正体重について知っていましたか。（ひとつだけに○）

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 知っていた | 2. 知らなかった |
|----------|-----------|

問10 あなたの現在の健康状態をお答えください。（ひとつだけに○）

- | | | |
|------------|---------|--------|
| 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11 問10で「4. あまりよくない」「5. よくない」と答えた人にお聞きします。そう思うの
はなぜですか。下の欄に自由^{らん}に書いてください。

--

問12 現在、あなたはどの程度「幸せ」だと感じていますか。（ひとつだけに○）

- | | | |
|---------------|----------------|-----------------|
| 1. とてもあてはまる | 2. ややあてはまる | 3. どちらにもあてはまらない |
| 4. あまりあてはまらない | 5. まったくあてはまらない | |

問13 あなたが「幸せ」かどうかを判断する際に、重視した事項は何ですか。（あてはまるものす
べてに○）

- | | |
|---------------|------------------------------|
| 1. 健康状態 | 2. 家族関係 |
| 3. 友人関係 | 4. 地域や近所の人たちとのかかわり |
| 5. 精神的なゆとり | 6. 自由な時間 |
| 7. 下校後や休日の充実 | 8. ^{しゆ} 趣味や部活動などの充実 |
| 9. 勉強の充実感 | |
| 10. その他（具体的に： | ） |

食育に関する調査項目

食育とは…食べ物や食べることの大切さを学んで生活に活かせるようにすること

問 14 あなたはふだん朝食を食べますか。(ひとつだけに○)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. ほぼ毎日食べる | 2. 週4～5日は食べる |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない |

問 15 問 14 で「4. ほとんど食べない」と答えた人にお聞きします。その理由は何ですか。(ひとつだけに○)

- | | |
|---------------|---------------------------|
| 1. 食欲がないから | 2. 太りたくないから |
| 3. 食べる時間がないから | 4. 食べる習慣がないから (いつも食べないから) |
| 5. 用意されていないから | 6. その他 (具体的に:) |

問 16 大人の家族と一緒に朝食や夕食を食べることがどのくらいありますか。

①朝食 (ひとつだけに○)	1. ほぼ毎日	2. 週4～5日	3. 週2～3日
	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	
②夕食 (ひとつだけに○)	1. ほぼ毎日	2. 週4～5日	3. 週2～3日
	4. 週に1日程度	5. ほとんどない	

問 17 食事に嫌いなものがでたとき、どうしますか。(ひとつだけに○)

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1. がんばって食べる | 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 |

問 18 食事をつくったり、手伝ったりしますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|------------|------------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. たまにしている | 3. ほとんどしていない |
|------------|------------|--------------|

問 19 よく噛んで、味わって食べていますか。(ひとつだけに○)

- | | | |
|-------|--------|----------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. わからない |
|-------|--------|----------|

問 20 朝食や夕食の時に「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(ひとつだけに○)

- | | |
|-----------|--------------|
| 1. 必ずしている | 2. ほとんどしている |
| 3. 時々している | 4. まったくしていない |

問 21 食について、動植物の命をいただくことや、食材に関わった人・調理をしてくれた人などに対する感謝の気持ちを感じていますか。(ひとつだけに○)

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. いつも感じている | 2. よく感じている |
| 3. あまり感じていない | 4. まったく感じていない |

問 22 これまでに、どのような農業に関する体験をしたことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---|------------------------|
| 1. 田植えや野菜の種まき、 ^{なえ} 苗植えなど | 2. 草引きや水やりなど |
| 3. ^{いね} 稲刈りや ^{いも} 芋ほり、野菜の ^{しゅうかく} 収穫など | 4. 育てた作物を使った料理やものづくりなど |
| 5. その他(具体的に： | 6. なにもしたことがない |

問 23 問 22 で「1」～「5」と答えた人にお聞きします。農業に関する体験をして好きになった食べ物はありますか。(ひとつだけに○)

- | | |
|--------------------|---|
| 1. はい → (好きになった理由： |) |
| 2. いいえ | |

問 24 問 22 で「6. なにもしたことがない」と答えた人にお聞きします。農業に関する体験を試みたいですか。(ひとつだけに○)

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

問 25 和泉市の^{とう}伝統料理や^{きょう}郷土料理(茶がゆ、白みそ^{そうに}雑煮など)を知っていますか。(ひとつだけに○)

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

問 26 あなたは食事のマナーについて教えてもらったことはありますか。(ひとつだけに○)

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

問 27 問 26 で「1. はい」と答えた人にお聞きします。食事のマナーについて、どこで教えてもらいましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | | |
|-------|-------|---------|---|
| 1. 家庭 | 2. 学校 | 3. その他(|) |
|-------|-------|---------|---|

問 28 学校で食育に関する勉強を受け、あなたはどのように感じていますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|-------------------------------|---------------------|---|
| 1. 食育に興味を持った | 2. 残さず食べようと思った | |
| 3. 感謝の ^{しゃ} 気持ちが高まった | 4. 地元でとれたものを買おうと思った | |
| 5. 家族にも教えてあげようと思った | 6. 食事の大切さがわかった | |
| 7. 自分でも何かをしてみようと思った | 8. その他(具体的に： |) |

問 29 学校給食は好きですか。(ひとつだけに○)

- | | |
|-----------------------------|---------------------|
| 1. 大好き | 2. どちらかという好き |
| 3. どちらかという ^{きら} 嫌い | 4. ^{きら} 嫌い |

その理由は何ですか。(あてはまるもの3つまでに○)

1. 給食がおいしいから
- 2.好きなものが食べられるから
3. みんなと一緒に食べられるから
4. みんなと同じものが食べられるから
- 5.家で食べられない料理が食べられるから
- 6.栄養バランスのとれた食事が食べられるから
7. その他（具体的に： ）

(ひとつだけに〇)

1. はい 2. いいえ

思うことがない場合は、書かなくてもよいです。

--

以上でアンケートは終わりです。ご協力ありがとうございました。