

1 御前崎市健康づくり推進協議会委員名簿

	役職等	氏名
1	御前崎市長	柳澤 重夫
2	西部保健所長	木村 雅芳
3	御前崎市議会文教厚生委員長	櫻井 勝
4	医師会代表	阿部 裕和
5	市立御前崎総合病院長	大橋 弘幸
6	歯科医師会代表	大澤 博己
7	保健委員会会長	山本 一子
8	健康づくり食生活推進協議会会長	山本 康子
9	老人クラブ連合会会長	丸尾 尚良
10	体育協会会長	西島 昌和
11	御前崎市教育長	河原崎 全
12	学校長代表（東小学校）	岡本 敦子
13	榛原薬剤師会	松尾 静男
14	小笠袋井薬剤師会支部	河原崎 茂
15	幼稚園・保育園長代表（白羽幼稚園）	栗林 泰代

事務局：健康福祉部健康づくり課

2 御前崎市健康づくり推進協議会規程

○御前崎市健康づくり推進協議会規程

(平成 16 年 4 月 1 日告示第 59 号)

改正 平成 19 年 3 月 26 日告示第 49 号 平成 28 年 8 月 12 日告示第 100 号

平成 30 年 2 月 19 日告示第 20 号

(設置)

第 1 条 市民の健康づくりに対する意識の高揚を図るため、関係機関、団体等が相互に緊密な連絡を保ち、総合的かつ効果的な健康づくり対策を樹立し、これを推進することを目的として、御前崎市健康づくり推進協議会(以下「協議会」という。)を設置する。

(業務)

第 2 条 この協議会は、次に掲げる事項を協議する。

- (1) 健康づくりを推進するための基本的事項
- (2) 健康づくりを推進するための事業計画、内容等総合調整に関する事項
- (3) 健康増進を図るための健康診断の実施に関する事項
- (4) その他健康づくりの推進に関し必要な事項

(組織)

第 3 条 この協議会は、会長及び副会長並びに委員若干人をもって組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから会長が委嘱する。

- (1) 関係行政機関代表者
- (2) 保険医療関係代表者
- (3) 小、中学校代表者
- (4) 団体及び組織の代表者
- (5) 学識経験者

(委員の任期)

第 4 条 委員の任期は 2 年とする。ただし、その職に基づいて委嘱された委員の任期は、当該職にある期間とし、補欠の委員の任期は前任者の残任期間とする。

(会長及び副会長)

第 5 条 協議会に会長及び副会長を置く。

- 2 会長は、市長をもって充て、副会長は、委員の中から会長が指名する。
- 3 副会長は会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(会議)

第 6 条 この協議会の会議は、委員会とする。

- 2 会議は、会長が招集し、会長が議長となる。

(部会)

第 7 条 この部会は、業務遂行のため必要に応じ、部会を置くことができる。

- 2 部会は、健康づくりの推進に関する基本施策の調査、検討等を行う。

(事務局)

第8条 この協議会の事務局を健康づくり担当課に置き、事務を処理する。

(その他)

第9条 この告示に定めるもののほか、この協議会の運営について必要な事項は、委員会で協議して定める。

附 則

この告示は、平成16年4月1日から施行する。

附 則(平成19年3月26日告示第49号)

この告示は、平成19年4月1日から施行する。

附 則(平成28年8月12日告示第100号)

この告示は、公布の日から施行する。

附 則(平成30年2月19日告示第20号)

この告示は、平成30年4月1日から施行する。

3 アンケート調査票

(1) 成人

1. あなたご自身のことについてうかがいます。

問1 あなたの住む地域の地区(行政区)はどこですか。(○はひとつだけ)

1. 池新田 2. 佐倉(宮内を含む) 3. 高松(徳原新田、合戸、門原)
4. 比木 5. 朝比奈 6. 新野 7. 聖拍崎
8. 白雲

問2 あなたの性別はどちらですか。(○はひとつだけ)

1. 男性 2. 女性

問3 あなたの年代はどれにあてはまりますか。(○はひとつだけ)

1. 20～30歳未満 2. 30～40歳未満 3. 40～50歳未満 4. 50～60歳未満
5. 60～65歳未満 6. 65～70歳未満 7. 70歳以上

問4 あなたの職業は何ですか。(○はひとつだけ)

1. 農林水産業 2. 自営業 3. 会社員、会社役員 4. パート・アルバイト
5. 家事労働 6. 無職 7. 学生 8. その他()

問5 あなたの家族構成はどれにあてはまりますか。(○はひとつだけ)

1. 1人暮らし(単身世帯・学生等も含む) 2. 夫婦のみ
3. 核家族(2世代【親と子ども】) 4. 複核家族(3世代以上【親と子と孫など】)
5. その他()

問6 あなた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. あまりよくない 4. よくない

問7 あなたは自分の自分の血圧を知っていますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

対象：成人

御前崎市の健康づくりについてご意見をお聞かせください

～調査ご協力をお願いします～

この調査は、市民の健康づくりに対する意識や関心、日頃の生活等についてお聞きするもので、20歳以上の互の市中若くは若年層に選ばれていただいた1,000人の方を対象に送付させていただきます。

皆様には、日頃より市政の推進についてご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。近年のがん、虚血性心疾患、脳血管疾患、糖尿病等の生活習慣病の増加を受け、全国的にも生活習慣病予防のための健康づくり運動が推進されています。御前崎市においても、平成26年3月に「御前崎市健康増進計画・御前崎市食育推進計画(後掲計画)」を策定し、市民の健康づくりや食育の推進に向けた取り組みを進めてきました。

今回この計画の見直しに伴い、市民の皆様への健康づくりの取り組みやお考えなどをお聞きしたいと、計画の評価を行うとともに、今後の健康づくり推進に反映させたいと考えています。

この調査は単記名であり、皆様の回答はすべて無目的に処理し、本調査の目的以外には決して使用いたしませんので、思いのままをお答えいただけますようお願い申し上げます。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、この調査の趣意をご理解いただき、調査票にご記入の上、同封の返信用封筒にて、8月20日(水)までにご返願ください。ご協力のこととよろしくお願いたします。

平成30年5月
御前崎市長 橋澤重夫

【ご記入にあたってのお願い】

- あて名をご本人がご記入ください。
- ご本人が記入できない場合は、ご家族等がご本人の考えや思いを代理でご記入ください。
- 回答は、志願する健康増進の項目に記入してください。その他回答については、() 内に内容を具体的に記入してください。
- 特にご記入の要らない項目、全ての質問にお答えください。該当者だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は、質問の説明に従ってお答えください。
- アンケートに関してご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

御前崎市 健康づくり課 健康増進係
電話：0537-85-1123 FAX：0537-29-8731

問8 あなたの身長と体重を記入してください。

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

2. 食生活について あなたの食生活についてうかがいます。

問9 あなたは朝食を週にどのくらい食べますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 週4～6日食べる 3. 週1～3日食べる 4. ほとんど食べない
※選択肢1を選んだ方→問11へ 選択肢2～4を選んだ方→問10へ

問10 <問9で2～4と回答された方にお聞きします。>
 朝食を、毎日食べない理由は何ですか。(○は3つまで)

1. 食欲がない 2. 時間が無い 3. 朝食を食べるより寝たい
 4. 食べる習慣がない 5. タイムスケジュールのため 6. 準備するのが面倒だから
 7. 節約のため 8. (夜間などで)起床時間が遅いから
 9. その他()

問11 <問9で1と回答された方にお聞きします。>

主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、週にどのくらい食べますか。
 (○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6日食べる 3. 週に1～3日食べる
 4. ほとんど食べない
※主食…ご飯、パン、麺など、主菜…肉、魚、卵など、副菜…野菜などを指します。

問12 主食・主菜・副菜を組み合わせる食事が健康に良いということを聞いていますか。
 (○はひとつだけ)

1. 知っていた 2. 知らなかった

問13 毎食野菜を食べていますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べている 2. 1日1食以上は食べている 3. ほとんど食べていない

問14 油をたっぷり料理(揚げ物など)を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいありますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6日食べる 3. 週に1～3日食べる
 4. ほとんど食べない

問15 塩分の多い調味料(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を週にどのくらい食べますか。
 (○はひとつだけ)

1. 好んで食べる 2. 好んではいないがあれは食べる 3. 食べない
※選択肢1、2を選んだ方→問16へ 選択肢3を選んだ方→問17へ

問16 <問15で1、2と回答された方にお聞きします。>
 塩分の多い調味料(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を週にどのくらい食べますか。
 (○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 1日1回以上食べる 3. 週に4～6日食べる
 4. 週に1～3日食べる 5. 食べるのは週に1日以下

問17 1日1回以上、家族(全員でなくても構いません)と共に食事をする日は、週にどのくらいありますか。(○は1つだけ)

1. ほぼ毎日 2. 週に4～6日 3. 週に1～3日 4. ほとんどない

問18 21時以降に夕食を食べる日は、週にどのくらいありますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日 2. 週に4～6日 3. 週に1～3日 4. ほとんどない

問19 朝食(おやつ)または夜食を食べますか。(○はひとつだけ)

1. はい(⇒問20へ) 2. いいえ(⇒問21へ)

問20 <問19で「1. はい」と回答された方にお聞きします。>
 夕食後に間食や夜食を食べる日は、週にどのくらいありますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6日食べる 3. 週に1～3日食べる
 4. 食べるのは週に1日以下 5. 夕食後には食べない

問21 うどん、そば、ラーメンなどのつゆ(スープ)をどのくらい飲みますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ全部飲む 2. 半分くらい飲む 3. ほとんど飲まない

問22 薄味をお好んでいますか。(○はひとつだけ)

1. いつも気にする 2. 外食時は気にする 3. 時々気にする 4. 気にしない

問23 みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日飲む 2. 毎食ではないが1日1回以上は飲む 3. ほとんど飲まない

問24 果物を1日にどのくらい食べますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎食食べる 2. 毎食ではないが1日1回以上は食べる 3. ほとんど食べない

問25 外食をする時またはお弁当や惣菜を購入する時に、気をつけていることは何ですか。(○は3つまで)

1. 外食利用や弁当、惣菜の購入はしない 2. 気をつけていることはない
 3. 野菜の多いものを選ぶ 4. 産地の産地を選ぶ 5. 食品添加物を確認する
 6. 栄養バランスが良さそうなものを選ぶ 7. 膨らこいものは避けて選ぶ
 8. アレルギーマークを確認する 9. カロリー表示を確認する 10. 成分表示を確認する
 11. 食べすぎない量を選ぶ 12. 油が多いものを選ぶ
 13. その他()

問26 次の飲み物を選んでどのくらい飲みますか。(○はそれぞれひとつだけ)

① 緑茶 (お茶の葉から抽出するもの)

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない

② 缶、ペットボトル入りの緑茶

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない

③ 甘みのある(砂糖の入っている)飲み物

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない
※ (3)の具体例：コーラ、ジュース、スポーツドリンク、果汁飲料、乳酸菌飲料、ヨーグルトドリンク、
 無糖ではないコーヒー、無糖ではない紅茶など

問27 食育という言葉の意味を知っていますか。(○はひとつだけ)

1. 言葉も意味も知っている 2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった
 3. 言葉も意味も知らなかった
※食育とは、食事や食生活に関する知識と選択力を身につけ、健全な食生活が送れるようにするための教育のことをいいます。

問28 毎月19日は「食育の日」ということを知っていますか。(○はひとつだけ)

1. 知っていた 2. 「食育の日」は聞いたことはあるが、日には知らなかった
 3. 知らなかった

問29 ここ1年で、野菜の栽培、収穫、魚釣りを体験したことはありますか。(○はひとつだけ)

1. ある 2. ない

問30 食材の買物で意識している(気にしている)点は何か。(○はそれぞれ3つまで)

① 肉 (牛・豚・鶏など)

1. 価格 2. 産地産別 3. 国産かどうか 4. 地元産かどうか 5. 種類(部位)
 6. ブランド 7. 生産者の表示 8. 安全性 9. 見た目 10. 特に意識していない
 11. その他()

② 魚

1. 価格 2. 消費期限 3. 産地かどうか 4. 地元産かどうか 5. 種類(部位)
 6. ブランド 7. 調理しやすいように処理されているか 8. 旬のもの 9. 安全性
 10. 見た目 11. 特に意識していない 12. その他()

③ 野菜・果物

1. 価格 2. 消費期限 3. 国産かどうか 4. 地元産かどうか 5. 品種 6. ブランド
 7. カットの有無 8. 旬のもの 9. 安全性 10. 見た目 11. 生産者の表示
 12. 特に意識していない 13. その他()

問31 個産の魚・肉・農作物に慣れたいことはありますか。(○は3つまで)

1. おいしさ 2. 安全性 3. 安さ 4. 形のよさ 5. 新鮮さ
 6. 回線産であるか 7. 有機栽培等の農産物 8. 栽培・生産履歴がわかること
 9. 高級感・ブランド感 10. 特にない 11. その他()

問32 食に関することで、特に気になることや関心のある事はありますか。(○はひとつだけ)

1. 健康に関すること 2. 食事の作法に関すること 3. 食の安全性 4. 地産地消
 5. 特にない 6. その他()

問33 食や健康に関する情報はどこから得ることが多いですか。(○は3つまで)

1. 新聞 2. インターネット 3. テレビ 4. 書籍・雑誌 5. SNS*
6. クチコミ 7. ラジオ 8. その他 ()
※SNS…Facebook, Twitter, LINE, Instagram, ブログなど

問34 市の情報はどこから得ることが多いですか。(○は3つまで)

1. 広報あまえざき 2. 市のホームページ
3. 市のホームページ以外のインターネット 4. SNS※ 5. 回覧物 6. 新聞
7. クチコミ 8. ケーブルテレビの番組 9. ケーブルテレビの音声告知
10. 公民館 11. 市に直接問い合わせる 12. その他 ()

3. 心の健康、休養について あなたの健康やストレスなどについてうかがいます。

問35 睡眠時間は、平均するとどれくらいですか。(○はひとつだけ)

1. 6時間未満 2. 6時間以上7時間未満 3. 7時間以上8時間未満
4. 8時間以上

問36 ストレスを感じることはありませんか。(○はひとつだけ)

1. ほぼいつも感じる 2. 感じることが多い 3. あまり感じない
4. ほとんど感じない

問37 自分なりのストレス解消法がありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問38 休憩が必須と感じた時、家庭や職場で休みが取れますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問39 ストレスの原因となる悩み等について相談する先はありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問40 助けを求めたり、誰かに相談したいと思うことはありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問41 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ 3. 実施していることを知らぬ

問42 このころの悩みなどの相談窓口について、知っているものはありますか。
(全て目覚めるものすべてに○)

1. このころの健康相談日 2. このころの相談窓口 3. いのちの電話
4. このころの電話 5. 若年ころの悩み相談窓口 6. 知らない

問43 自然環境の変化について、知っているものはありますか。(知っているものすべてに○)

1. すみれ相談 2. 自然環境相談ダイヤル 3. 知らない

4. 身体活動、社会参加について あなたの身体活動や社会参加についてうかがいます。

問44 家事や仕事以外で、1日30分以上の運動をしていますか。(○はひとつだけ)

1. 週に3回以上 2. 週に1~2回 3. 月に数回 4. しない(できない)(≠問45へ)
※運動には、ストレッチやウォーキングなどの軽い運動も含みます。

問45 一緒に運動をする仲間(家族も含みます)がいますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問46 あなたは、「ロコモティブシンドローム※」を知っていますか。(○はひとつだけ)

1. 言葉の意味も知っていた 2. 言葉は聞いたことがあるが意味は知らなかった
3. 言葉の意味も知らなかった
※ロコモティブシンドローム…「運動器疾患」ともい、骨や関節、筋肉などの運動器の機能が低下したため、生活の自立が低下する状態をいいます。このよつは状態のまま、他の疾患もしばいでいると、相乗、介護が必要に陥ったり、寝たきりになるおそれがあります。

問 47 足や腰の痛みがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 48 よく外出する方だと思いますか。(○はひとつだけ)

1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない
4. 思わない

問 49 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか。(○はひとつだけ)

1. そう思う 2. どちらかといえばそう思う 3. どちらかといえばそう思わない
4. 思わない

問 50 地域で健康づくりをすすめていくために、あなたが行い始めることはありますか。
(○は1つだけ)

1. ボランティア活動 2. 健康に関する教室への参加 3. 講演会への参加
4. 公民館活動や町内会活動への参加 5. 知っている健康情報を家族や友人に伝える
6. アプリを使った健康づくり 7. その他()

問 51 この1年の間に、人とつながる地域社会活動(町内会、世帯行事、ボランティアなど)、
趣味やおけいこなどをとおこないましたか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

5. 飲酒について あなたの飲酒状況についてうかがいます。

問 52 アルコールは飲めますか。(○はひとつだけ)

1. 飲む (⇒問 53へ) 2. 飲まない (⇒問 55へ)

問 53 <問 52で1と回答された方にお聞きします。>
アルコールをどのくらい飲みますか。(○はひとつだけ)

1. 毎日 2. 週5～6日 3. 週3～4日 4. 週1～2日 5. 週1日未満

問 54 1日の飲酒でどのくらい飲みますか。(朝/日/夜、焼酎類、ビール、日本酒など)(○はひとつだけ)

[日本酒1合=ビール300ml、焼酎類100ml、ウイスキー・ダブル1杯、ワイングラス2杯として換算してください]

1. 日本酒約1合 2. 日本酒1～2合未満 3. 日本酒2～3合未満
4. 日本酒3合以上

6.喫煙について あなたの喫煙状況についてうかがいます。

問 55 たばこを吸いますか。(○はひとつだけ)

1. 吸う(1日平均()本)(⇒問 56へ) 2. 吸わない(⇒問 57へ)

問 56 <問 55で1と回答された方にお聞きします。>
たばこを今後吸いますか。やめたいですか。(○はひとつだけ)

1. やめるつもりはない 2. 本数を減らしたい 3. 将来的にはやめたい
4. いはずぐやめたい

問 57 禁煙外来を知っていますか。(○はひとつだけ)

1. 言葉も意味も知っていた 2. 言葉は聞いたことがあるが意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった
※禁煙外来…たばこをやめたい人に向けて作られた専門外来です。医師を起用した上で、禁煙補助薬
の処方、治療の経過を見守ってくれます。

問 58 飲酒が影響する状態として知っているものはどれですか。(全てはまるものすべてに○)

1. 酔い 2. ぜんそく 3. 気管支炎 4. 心臓病 5. 脳卒中
6. 胃潰瘍 7. 虚脱病 8. 妊娠に関した異常 9. 知らない

問 59 受動喫煙(自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸われること)が影響する病気として
知っているものはどれですか。(全てはまるものすべてに○)

1. 肺がん 2. ぜんそく 3. 気管支炎 4. 心臓病 5. 脳卒中 6. 胃潰瘍
7. 虚脱病 8. 妊娠に関した異常 9. 赤ちゃんの突然死 10. 知らない

問 60 この1か月間に、受動喫煙（自分以外の人が吸っていたタバコやこの煙を吸われる）機会がありましたか。(すべてはまるものすべてでO)

1. 家庭 2. 職場 3. 飲食店 4. 公共施設（市役所や公民館など）
5. その他（ ） 6. ない

問 61 「COPD*（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか。(Oはひとつだけ)

1. 言葉も意味も知っていた 2. 言葉は聞いたことがあるが意味は知らなかった

3. 言葉も意味も知らなかった

* COPD…空気の通り道である気道（気管支）や、肺葉の交換を行う影などに障害が生じる病気です。患者の90%以上は喫煙者と言われています。

7. 歯の状況について あなたの歯磨きの状況についてうかがいます。

問 62 1日に何回歯を磨きますか。(Oはひとつだけ)

1. 3回以上 2. 2回 3. 1回 4. ほとんど磨かない

問 63 1年に1回以上定期的な歯科検診を受けていますか。(Oはひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 64 歯磨きの時、日ごろから心がけていることはありますか。(すべてはまるものすべてでO)

1. 歯肉後歯を磨く 2. フッ素入り歯みがき粉を使っている
3. 歯間ブラシやデンタルフロス（糸ようじ）を使っている
4. 歯で口の状態を見ながら磨いている 5. 洗口液を使っている
6. その他（ ） 7. 特になし

問 65 かんんで食べるときの状態はどうですか。(Oはひとつだけ)

1. 何でもがんで食べることができる 2. 一部がめめしい物がある
3. がめめしい食べ物が多い 4. かんんで食べることができない

8. 健（検）診の受診状況等について あなたの健（検）診受診状況についてうかがいます。

問 66 1年以上の間、人間ドックや健康の健診、特定健診やがん検診などの健診を受けましたか。(Oはひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 67 どのような検診があればより奨励しやめいでいいですか。(Oは3つまで)

1. 土日を受診できる 2. 受診日が選択できる 3. 一度にまとめて受診できる
4. 知府内でできる 5. 女性医師や女性の医師がいる（婦人科検診など）
6. 安い料金で受診できる 7. 近場で受診できる 8. 開業医で受診できる
9. スマホやネットで申込みができる 10. 受診すると特典がある
11. その他（ ）

9. 薬物について 薬物についてうかがいます。

問 68 麻薬や覚せい剤、覚醒ドアップなどの薬物が体に悪影響を及ぼすことを知っていますか。(Oはひとつだけ)

1. 知っている 2. 知らない

※健康づくりに関してのご意見、ご提案等がありましたら、自由にお書きください。

ご協力ありがとうございました。記入もれがないか、確認をお願いします。
同封の返信用封筒（切手不要）にて6月20日（水）までにポストにご投函ください。

(2) 中学生・高校生等

1. あなた自身のことについてうかがいます。

問1 あなたの住んでいる市区(行政区)はどこですか。(Oはひとつだけ)

1. 池田町	2. 佐倉(区内を含む)	3. 高松(遠藤野田、白戸、門野)
4. 北木	5. 朝比奈	6. 新野
8. 白羽	9. 池原町	7. 野尻町

問2 あなたは以下のうちどれにあてはまりますか。(Oはひとつだけ)

1. 中学生	2. 高校生(専門学校生含む)	3. その他
--------	-----------------	--------

問3 あなたの希望はどちらですか。(Oはひとつだけ)

1. 男	2. 女
------	------

問4 あなたの身長と体重を記入してください。

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問5 あなたの家族構成はどれにあたりますか。(Oはひとつだけ)

1. 1人暮らし(学生等も含む)	2. 核家族(2世代(親と子ども))
3. 複合家族(3世代以上(親と子と孫など))	4. その他()

2. 食生活について あなたの食生活についてうかがいます。

問6 あなたは朝食を朝どのくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる	2. 週に4～5日食べる	3. 週に1～3日食べる	4. ほとんど食べない
※週休2日も週に1回8時～10時、週休3日も週に1回7時～10時			

問7 朝食で2～4と回答された方にお答えください

朝食を、毎日食べる日数は何ですか。(Oは3つまで)	1. 食が足りない	2. 好きな時間がない	3. 食べる習慣がない
	4. 朝食が用意されていない	5. タイエットのため	6. その他()

問8 主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、朝どのくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる	2. 週に4～6日食べる	3. 週に1～3日食べる
4. ほとんど食べない	※主食＝ご飯、パン、麺など、主菜＝肉、魚、卵など、副菜＝野菜など、を指します。	

問9 主食・主菜・副菜を組み合わせる朝食が習慣にないということをお知らせください。(Oはひとつだけ)

1. 知っています	2. 知らなかつた
-----------	-----------

対象：中学生・高校生等

御前崎市の健康づくりについてご意見をお聞かせください

～調査ご協力をお願いします～

皆様には、日頃より市政の推進にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。平成26年3月に「御前崎市健康増進計画・御前崎市食育推進計画(後期計画)」を策定し、市民の健康づくりや食育の推進に向けた取り組みを進めてきました。

今回この計画の見直しに伴い、将来、皆さんがより健康に暮らせる御前崎市にするために、あなたの生活習慣や健康状態についてアンケート調査を実施します。

なお、アンケートは、無記名で行います。個人のプライバシーが他人に伝わることはありませんので、安心してありのままをお答えください。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、この調査の趣意をご理解いただき、調査票にご記入の上、中学生はあて封筒に入れて6月20日(水)までに学校へ提出してください。高校生等は同封の返信用封筒にて、6月20日(水)までにご返送ください。ご協力のほどよろしくお願いたします。

平成30年5月

御前崎市長 柳澤 龍夫

【ご記入にあたってのお願い】

- おて名のご本人がご記入ください。
- ご本人が記入できない場合は、ご家族等が本人の考えや思いを代理でご記入ください。
- 回答は、添てはまる箇所を○で囲んでください。その他回答については、()内に内容を具体的に記入してください。
- 特にことわりのない限り、全ての質問にお答えください。該当者だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は、質問の説明に従ってお答えください。
- アンケートに関してご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

御前崎市 健康づくり課 健康増進係
電話：0537-85-1123 FAX：0537-29-8731

<p>問10 毎朝朝食を食べていますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べます 2. 1日1回以上は食べている 3. ほとんど食べない 4. ほとんど食べない</p>
<p>問11 何を着た料理(納豆、梅干、漬物など)を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいありますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6回食べる 3. 週に1～3回食べる 4. ほとんど食べない</p>
<p>問12 塩分が濃い漬物(漬物、梅干、しょうすけなど)を頻りに食べますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. 好んで食べる 2. 好んではいないが食べられる 3. 食べない ※漬物1、2を漬物だが一問13へ、漬物3を漬物だが一問14へ</p>
<p>問13 週にどのくらい運動(ジョギング、散歩、サイクリングなど)を週にどのくらい行いますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べる 2. 1日1回以上食べる 3. 週に4～6回食べる 4. 週に1～3回食べる 5. 食べるのは週に1日以下</p>
<p>問14 1日1回以上、朝晩(起床後でも構いません)と夜に歯磨きをする日は、週にどのくらいありますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日 2. 週に4～6日 3. 週に1～3日 4. ほとんどない</p>
<p>問15 21時以降に夕食を食べる日は、週にどのくらいありますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日 2. 週に4～6日 3. 週に1～3日 4. ほとんどない</p>
<p>問16 毎食「いただきます、ごちそうさま」のあいさつもしていますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. はい 2. いいえ</p>
<p>問17 納豆(ゆづ)または味噌も食べますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. はい (⇒問18、問19) 2. いいえ (⇒問20へ)</p>
<p>問18 朝で「1. はい」と回答された方にお聞きします。 チョコレートやアイス、クッキー、ゼリー、プリンなどの甘い菓子を週にどのくらい食べますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6回食べる 3. 週に1～3回食べる 4. ほとんど食べない</p>
<p>問19 朝で「1. はい」と回答された方にお聞きします。 夕飯の間食や飲み物を週にどのくらいありますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べる 2. 週に4～6回食べる 3. 週に1～3回食べる 4. 食べるのは週に1日以下 5. 夕飯時には食べない</p>

<p>問20 うどん、そば、ラーメンなどのつゆ(スープ)をどのくらい飲みますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ全部飲む 2. 半分くらい飲む 3. ほとんど飲まない</p>
<p>問21 みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日飲む 2. 1日1回以上飲む 3. ほとんど飲まない</p>
<p>問22 味噌を1日にどのくらい食べますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. ほぼ毎日食べる 2. 1日1回以上食べる 3. ほとんど食べない</p>
<p>問23 食事の間食や手紙をいしますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない 4. 全くしない</p>
<p>問24 外食をする時は持ち帰りや惣菜を購入する前に、裏に書かれていることは読んでみますか。(Oは9つまで)</p> <p>1. 外食利用や弁当、惣菜の購入はしない 2. 気をつけていることはない 3. 野菜の多いものを選び 4. 食料の産地を選び 5. 食品添加物を確認する 6. 栄養バランスが良いものを選び 7. 腸にいいものは避けて選ぶ 8. アレルギー表示を確認する 9. カロリー表示を確認する 10. 塩分表示を確認する 11. 食べ過ぎない量を選び 12. 豆乳が多いものを選び 13. その他()</p>
<p>問25 次の飲み物を1日当たりどのくらい飲みますか。(販売店や学校で飲んだものも含みます) (Oはそれぞれひとつだけ)</p> <p>① 緑茶(お茶の葉から抽出したもの) 1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6回飲む 3. 週1～3回飲む 4. ほとんど飲まない ② 缶、ペットボトル入りの緑茶 1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6回飲む 3. 週1～3回飲む 4. ほとんど飲まない ③ 甘いもの(砂糖が入っている)飲み物 1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6回飲む 3. 週1～3回飲む 4. ほとんど飲まない ※ (注)の具体例: コーヒー、ジュース、スポーツドリンク、果汁飲料、乳飲料、ヨーグルトドリンク、 無糖ではないヨーヨー、新糖ではない缶茶(紙パック)</p>
<p>問26 歯磨きという習慣の癖も変わっていませんか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. 言葉も意味も知っていた 2. 言葉は聞いたことがあるが、意味は知らなかった 3. 言葉も意味も知らなかった</p>
<p>問27 毎月19日は「歯磨の日」ということを知っていますか。(Oはひとっだけ)</p> <p>1. 知っていた 2. 「歯磨の日」は聞いたことはあるが、日にちは知らなかった 3. 知らなかった</p>

問28 あ巻を正しい持ち方で持てますか。(Oはひとつだけ)

1. そつ指う 2. 浜あそつ指う 3. あまほそつ指わない 4. 濱わぬい

問29 ここ1年で、野草の刈込、収穫、剪りのみずけかを体験しましたか。(学校での体験も含みます)
(Oはひとつだけ)

1. ある 2. ぬい

問30 歯に関することで、特に気になることや関心のある事はありますか。(Oはひとつだけ)

1. 歯痛に関すること 2. 食事の作法に関すること 3. 歯の安全性 4. 歯磨き粉
5. 歯にぬい 6. その他()

問31 歯や健康に関する情報はどこから得ることが多いですか。(Oは3つまで)

1. 新聞 2. インターネット 3. テレビ 4. 書籍・雑誌 5. SNS
6. クラウド 7. ラジオ 8. その他()
※ SNS・・・Facebook, Twitter, LINE, Instagram, ブログなど

3. 歯の状況について あなたの歯磨きの状況についてうかがいます。

問32 1日に何回歯を磨きますか。(Oはひとつだけ)

1. 3回以上 2. 2回 3. 1回 4. ほとんど磨けない

問33 歯磨きの粉、日ごころがらが行っていることはありますか。(歯で磨けるものすべてO)

1. 歯後歯磨き粉 2. フッ素入り歯磨き粉を使っている
3. 歯磨ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を使っている
4. 歯でOの状態を自分ながら思っている 5. 歯口液を使っている
6. その他() 7. 特になし

4. 睡眠、休養について あなたの睡眠、休養についてうかがいます。

問34 最後の就寝時間は何時頃ですか。(就寝前など、特別な時は除きます) (Oはひとつだけ)

1. ～22:00 2. 22:01～23:00 3. 23:01～0:00 4. 0:01～1:00
5. 1:01～

問35 最後の起床時間は何時頃ですか。(Oはひとつだけ)

1. ～5:00 2. 5:01～6:00 3. 6:01～6:30 4. 6:31～7:00
5. 7:01～7:30 6. 7:31以降

問36 睡眠時間は平均すると何時間くらいですか。(就寝や起床など、特別な日は除きます) (Oはひとつだけ)

1. 4時間未満 2. 4～5時間未満 3. 5～6時間未満 4. 6～7時間未満
5. 7時間以上

問37 夜はぐっすり寝られますか。(Oはひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問38 朝は気持ちよく起きられますか。(Oはひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

5. 身体活動について あなたの運動や外出、遊びについてうかがいます。

問39 昼食や朝食の活動など、学校の授業以外の運動を前日と比べていますか。(Oはひとつだけ)

1. ほぼ毎日 2. 週に3～5日 3. 週に1～2日 4. 週1日未満
前運動には、朝の身体を使った活動を含みます。遊びであっても構いません。

問40 一緒に遊んだり運動をする仲間(友達、先輩、後輩など)がいますか。(Oはひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問41 携帯テレビゲームや携帯ゲーム、パソコン、スマートフォンなどをやる頻度はどれくらいありますか。(Oはひとつだけ)

1. 3時間以上 2. 2～3時間未満 3. 1～2時間未満
4. 30分～1時間未満 5. 30分未満 6. やらない

6. 体のことについて あなたの体のことについてうかがいます。

問42 あなたの自分の体型のことをどう思いますか。(Oはひとつだけ)

1. 太っていると思う 2. どちらかといえば太っていると思う 3. 標準だと思う
4. どちらかといえばやせていると思う 5. やせていると思う

問43 あなたはダイエットをしたことがありますか。(Oはひとつだけ)

1. はい (→問44へ) 2. いいえ (→問45へ)

問44 《問43で「1」と回答された方にお読みください》
ダイエットの主な目的は何ですか。(Oはひとつだけ)

1. 健康のため 2. スタイル良く(カッコよく)なりたい
3. 太っていると思うから 4. いじめにあう 5. 肥満を指摘された
6. 病気を指摘された 7. なんとなく 8. あまほそつ指うの人がやっているから
9. その他()

7. 生活や自分自身のことについて あなたの生活や就寝についてうかがいます。

問45 今の生活は楽しいと感じていますか。(Oはひとつだけ)

1. 楽しい 2. どちらかといえば楽しい 3. どちらかといえば楽しくない 4. 楽しくない

問 46 自分自身の事についてどう感じますか。(○はひとつだけ)

1. 好き 2. まあまあ好き 3. あまり好きではない 4. 好きではない

8. ストレスについて あなたのストレスについてうかがいます。

問 47 ストレスを感じることはありませんか。(○はひとつだけ)

1. いつも感じる 2. たまに感じる 3. あまり感じない 4. 感じない
※選択肢 1, 2 を選ぶと質問 48へ、選択肢 3, 4 を選ぶと質問 49へ

問 48 <問 47で「1」「2」と回答された方にのみお聞きします>
ストレスの原因は何ですか。(注:おもに3つ以内で○)

1. 勉強のこと 2. 言語・クラブ 3. 家族 4. 友人関係 (友達・先輩)
5. 先生 6. いじめ 7. 自分の将来 8. 体型・容姿 9. 健康 (病気)
10. お金・お小遣いなど 11. 恋愛 12. 仕事・バイト 13. その他 ()

問 49 自分自身のストレス解消法が異なりますか。(○はひとつだけ)

1. はい (⇒問 50へ) 2. いいえ (⇒問 51へ)

問 50 <問 47で「1」「2」と答えた方にお聞きします>
ストレスをどのように解消していますか。(○は最もものをすべて○)

1. スポーツ 2. 趣味 3. 食べる 4. 寝る 5. 友人と話す 6. 家族と話す
7. その他 ()

問 51 助けを求めたり、誰かに相談したいと思うことはありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 52 悩みなどを相談する相手がいいますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 53 思っても相談することができな人がまわりにいますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 54 学校行事に同じ学年の友達や先輩と一緒に参加したことがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ 3. 実行していることを知らない

問 55 このころの悩みなどの相談窓口について知っているものはありますか。(○は最もものをすべて○)

1. このころの健康相談 2. このころの相談窓口 3. いのちの電話
4. このころの電話 5. 昔年このころの悩み相談窓口 6. 知らない

9. 喫煙、飲酒について あなたの喫煙や飲酒の状況についてうかがいます。

問 56 同年代の中でタバコを吸う人はいいますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 57 喫煙が身体に与える影響を知っていますか。(○は最もものをすべて○)

1. 肺がん 2. ぜんそく 3. 気管支炎 4. 心臓病 5. 脳卒中
6. 腎臓病 7. 歯周病 8. 妊娠に間違った影響 9. 死なない

問 58 受動喫煙 (自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸うこと) が影響する病気として知っているものはどれですか。(○は最もものをすべて○)

1. 肺がん 2. ぜんそく 3. 気管支炎 4. 心臓病 5. 脳卒中 6. 腎臓病
7. 歯周病 8. 妊娠に間違った影響 9. 赤ちゃんの突然死 10. 死なない

問 59 この1か月間に、受動喫煙 (自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸うこと) がありませんか。(○は最もものをすべて○)

1. 家庭 2. 商店街 3. 公共施設 (市役所や公民館など)
4. その他 () 5. はい

問 60 2回以上タバコを吸ったことがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

問 61 2回以上お酒 (アルコール飲料) を飲んだことがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい 2. いいえ

10. 薬物について 薬物についてうかがいます。

問 62 シンナー、洗剤、ドラッグなどの薬物が体に悪影響を及ぼす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

※健康づくりに対する要望、意見、相談など自由に記入してください。

ご協力ありがとうございます。記入もれがないか、確認をお願いします。

(3) 幼児・小学生

対象：幼児・小学生

御前崎市の健康づくりについてご意見をお聞かせください
 ～調査で協力をお願いします～

皆様には、日頃より市政の推進についてご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。平成26年3月に「御前崎市健康増進計画・御前崎市食育推進計画（後期計画）」を策定し、市民の健康づくりや食育の推進に向けた取り組みを進めてきました。

今回この計画を見直し、2次計画の策定に役立てる資料とさせていただきます。市内にお住まいで幼児や小学生の皆さんを持つ保護者の皆様にあ子女さんの生活習慣や自身の健康状態などを把握するために、アンケート調査を実施することになりました。

なお、アンケートは、すべて統計的に処理いたしますので、個人にご迷惑をおかけすることは決してありません。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、この調査の趣旨をご理解いただき、調査票にご記入の上、お渡した封筒に入れて、6月20日（水）までに園または学校へ提出してください。ご協力のほどよろしくお願いたします。

平成30年5月
 御前崎市長 柳澤 重夫

【ご記入にあたってのお願い】

- 保護者の方がご記入ください。
- 回答は、必ずはる番号を○で囲んでください。その他回答については、() 内に内容を具体的に記入してください。
- 特にことわりのない限り、全ての質問にお答えください。該当だけにお答えいただく質問もありますが、その場合は、質問の説明に添ってお答えください。
- アンケートに關してご不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

御前崎市 健康づくり課 健康増進係
 電話：0537-85-1123 FAX：0537-29-8731

回答者は保護者

1. このアンケートをお持ち帰ったお子様のことについてうかがいます。

問1 お子様がお住まいの地区（行政区）はどこですか。（○はひとつだけ）

1. 池新田 2. 佐倉（宮内を含む） 3. 高松（塩原新田、合戸、門聖）
 4. 比木 5. 朝比奈 6. 新野 7. 御前崎
 8. 白羽

問2 このアンケートの記入者はどなたですか。（○はひとつだけ）

1. 父 2. 母 3. 祖父母
 4. その他（ ）

問3 お子様該当するものを○をつけてください。（○はひとつだけ）

1. 幼稚園 2. ことろ園 3. 保育園 4. 小学校

問4 お子様の性別はどちらですか。（○はひとつだけ）

1. 男 2. 女

問5 お子様の身長と体重を記入してください。

身長 cm 体重 kg

問6 家族構成はどれに当てはまりますか。（○はひとつだけ）

1. 核家族（2世代「親と子ども」） 2. 複合家族（3世代以上「親と子どもなど」）
 3. その他（ ）

2. お子様の食生活について このアンケートをお持ち帰ったお子様のことについてうかがいます。

問7 お子様は、朝食をどのくらい食べますか。（○はひとつだけ）

1. ほほ毎日食べる 2. 週に4～6日食べる 3. 週に1～3日食べる
 4. ほとんど食べない 5. わからない
 ※選択肢1、5を選んだ方→問9へ 選択肢2～4を選んだ方→問8へ

1

問8 <問7で2～4と回答された方にお聞きします。>
朝食を、毎日食べない理由は何だと思いますか。(Oは3つまで)

- 1. 食欲がない
- 2. 起きる時間が遅い
- 3. 食べる習慣がない
- 4. 朝食が用意されていない
- 5. タイエットののため
- 6. わけられない
- 7. その他 ()

問9 お子様は、主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、週にどのくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎日食べる
 - 2. 週に4～6日食べる
 - 3. 週に1～3日食べる
 - 4. ほとんど食べない
- *主菜→ご飯、パン、麺など、主菜→肉、魚、卵など、副菜→野菜などを指します。

問10 お子様は、毎朝野菜を摂っていますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎食摂っている
- 2. 1日1食以上は摂っている
- 3. ほとんど摂っていない

問11 お子様は、油を使った料理(揚げ物、揚げ餅、揚げうどん)を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいですか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎日食べる
- 2. 週に4～6日食べる
- 3. 週に1～3日食べる
- 4. ほとんど食べない

問12 お子様は、糖分の多い副菜(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を、毎日食べるかどうか。(Oはひとつだけ)

- 1. 好んで食べる
 - 2. 好んではいないがおれば食べる
 - 3. 食べない
- *漬物類1、2を選んだ方→問13へ、漬物類3を選んだ方→問14へ

問13 <問12で1、2と回答された方にお聞きします。>
糖分の多い副菜(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を週にどのくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎日食べる
- 2. 1日1回以上食べる
- 3. 週に4～6日食べる
- 4. 週に1～3日食べる
- 5. 食べるのは週に1日以下

問14 お子様は、1日1回以上家族(全員でなくても構いません)と共に食事をする日は、週にどのくらいありますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎日
- 2. 週に4～6日
- 3. 週に1～3日
- 4. ほとんどない

問15 お子様は、毎食「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしますか。(Oはひとつだけ)

- 1. はい
- 2. いいえ

問16 お子様のおやつ回数や量を決めていきますか。(Oはひとつだけ)

- 1. 決めている
- 2. 決めていない
- 3. 祖父母に任せている

問17 お子様は、チョコレートやアイス、クッキー、ゼリー、プリンなどの甘い菓子を週にどのくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎日食べる
- 2. 週に4～6日食べる
- 3. 週に1～3日食べる
- 4. ほとんど食べない

問18 お子様は、うどん、そば、ラーメンなどを食べる時、つゆ(スープ)をどのくらい飲めますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ全部飲む
- 2. 半分くらい飲む
- 3. ほとんど飲まない

問19 お子様は、ここ1年で、野菜の栽培、収穫、魚釣りのいずれかを体験しましたか。(園や学校での体験も含みます。)(Oはひとつだけ)

- 1. ある
- 2. ない

問20 お子様は、家で料理や食事の手伝いをしますか。(Oはひとつだけ)

- 1. よく手伝う
- 2. 時々手伝う
- 3. やらせていない

問21 お子様は、お湯を正しい持ち方で持てますか。(Oはひとつだけ)

- 1. できると思う
- 2. できない
- 3. よくわからぬ

問22 お子様は、みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲めますか。(Oはひとつだけ)

- 1. ほぼ毎食飲む
- 2. 1日1回以上は飲む
- 3. ほとんど飲まない

問23 お子様は、果物を1日にとのぐくらい食べますか。(Oはひとつだけ)

1. ほぼ毎日食べる 2. 1日1回以上は食べる 3. ほとんど食べない

問24 お子様は、次の飲み物を週にとのぐくらい飲みますか。(朝食など園や学校で飲んだものも含みます。)(Oはそれぞれ1つだけ)

① 緑茶 (お茶の葉から抽出するもの)

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない

② 缶、ペットボトル入りの緑茶

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない

③ 甘みのある(砂糖の入っている)飲み物

1. ほぼ毎日飲む 2. 週4～6杯飲む 3. 週1～3杯飲む 4. ほとんど飲まない

※ (③の具体例: コーラ、ジュース、スポーツドリンク、果汁飲料、乳飲料、乳脂肪飲料、ヨーグルトドリンク、無糖ではないコーヒー、無糖ではない紅茶など)

問25 お子様の食生活で困ったこと、心配なことは何ですか。(Oは3つまで)

1. 栄養のバランスが取れているか 2. 少食 3. 過食 4. 偏食
 5. 行儀が悪い 6. よく噛んで食べない 7. 時間がかかる
 8. 子どもの食生活の相談相手がいらない 9. 箸を上手に使えない
 10. 献立(メニュー)を覚えること 11. だし遣
 12. 困ったこと・心配なことはない 13. その他()

問26 お子様の食や健康に関する情報は、どこから得ることが多いですか。(住まもの3つまでO)

1. 新聞 2. インターネット 3. テレビ 4. 雑誌 5. SNS※
 6. クラウドミ 7. ラジオ 8. その他()

※ SNS … Facebook, Twitter, LINE, Instagram, ブログなど

問27 お子様に関する市の情報はどこから得ることが多いですか。(Oは3つまで)

1. 広報あまえさぎ 2. 市のホームページ
 3. 市のホームページ以外のインターネット 4. SNS 5. 回覧物 6. 新聞
 7. クラウドミ 8. ケーブルテレビの番組 9. ケーブルテレビの音声告知
 10. 公民館 11. 市に直接問い合わせる 12. その他()

3. お子様の睡眠について

このアンケートを持ち帰ったお子様の睡眠についてうかがいます。

問28 お子様の普段の就寝時間はどのくらいですか。(Oはひとつだけ)

1. ～20:00 2. 20:01～21:00 3. 21:01～22:00
 4. 22:01～23:00 5. 23:01～

問29 お子様の普段の起床時間はどのくらいですか。(Oはひとつだけ)

1. ～5:00 2. 5:01～6:00 3. 6:01～6:30
 4. 6:31～7:00 5. 7:01～7:30 6. 7:31～

問30 お子様の睡眠時間は平均するとどのくらいですか。(Oはひとつだけ)

1. 7時間未満 2. 7～8時間未満 3. 8～9時間未満 4. 9時間以上

4. 歯の健康について

このアンケートを持ち帰ったお子様の歯の健康の状況についてうかがいます。

問31 1日に何回歯磨きをしていますか。(Oはひとつだけ)

1. 3回以上 2. 2回 3. 1回 4. ほとんど磨かない

問32 歯磨きの様、日ごころから心がけていることはありますか。(全てはまるものすべてO)

1. 毎食後歯を磨く 2. フッ素入り歯磨き粉を使っている
 3. デンタルフロス(糸ようじ)を使っている
 4. フッ素塗布やフッ素洗口を行っている 5. 仕上げ磨きをしている
 6. その他() 7. 特になし

5. 子育てを主にしている方のストレス等について

このアンケートを持ち帰ったお子様の子育てについて
うかがいます。

問33 お子様の子育てを主としていてストレスを感じることがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい
2. 感じる人が多い
3. あまり感じない
4. ほとんど感じない

※選択肢1, 2を選んだ方→問34へ、選択肢3, 4を選んだ方→問35へ

問34 <問33で1, 2と回答された方にお聞きします。>
そのストレスの原因は何ですか。(主なものをひとつに○)

1. しつけ
2. 園や学校のこと
3. 保護者間のこと
4. 家族の協力
5. 船運のこと
6. 子どもの健康のこと
7. 金銭面のこと
8. その他()

問35 お子様の子育てについて相談できる人はいますか。(○はひとつだけ)

1. はい
2. いいえ

問36 お子様の家族は、子育てや家事に積極的に参加していますか。(○はひとつだけ)

1. そう思う
2. どちらかといえばそう思う
3. どちらかといえばそう思わない
4. 思わない

6. 喫煙について

このアンケートを持ち帰ったお子様のまわりの喫煙状況についてうかがいます。

問37 お子様の親居家族の中でタバコを吸う人はいますか。(○はひとつだけ)

1. はい
2. いいえ (⇒問39へ)

問38 <問37で「1, はい」と答えられた方にお聞きします。>
その人がお子様の近くでタバコを吸うことがありますか。(○はひとつだけ)

1. はい
2. いいえ

問39 この1か月にお子様の受動喫煙(他人が吸っていたらばこの煙を吸うこと)がありましたか。(○はひとつだけ)

1. はい
2. いいえ (⇒問41へ)

問40 <問39で「1, はい」と答えられた方にお聞きします。>
どこで受動喫煙がありましたか。(全てはまるものすべてに○)

1. 家庭
2. 飲食店
3. 公共施設(市役所や公民館)
4. その他()
5. わからない

7. 遊びや運動について

このアンケートを持ち帰ったお子様の遊びや運動についてうかがいます。

問41 園や学校での活動以外に運動やスポーツを普段どのくらいしていますか。(○はひとつだけ)

1. ほぼ毎日
2. 週に3~5日
3. 週に1~2日
4. 週1日未満
前運動には、筋力や体力を使う活動をあめます。遊びであってもかまいません。

問42 テレビゲームや携帯型ゲーム、パソコン、スマートフォンで遊ぶ時間を決めていますか。(○はひとつだけ)

1. 決めていない
2. 決めていない
3. 遊ばせていない

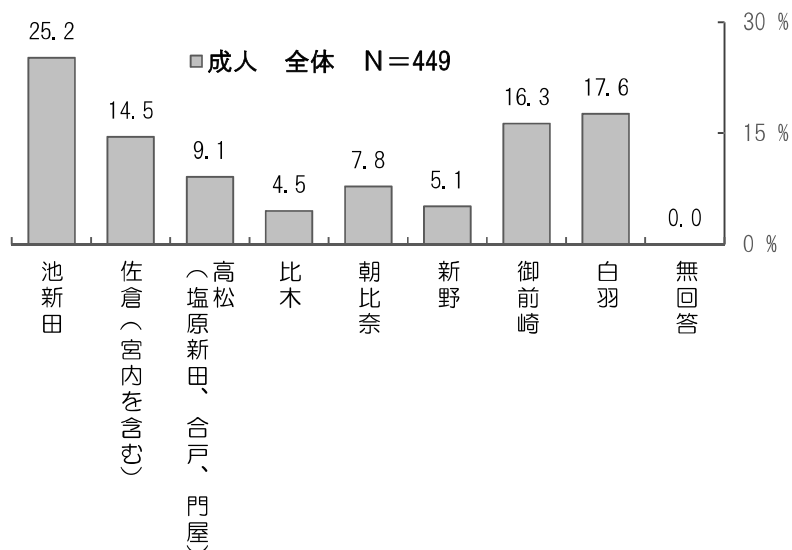
※市の保健行政への要望、調査、相談など自由に記入してください。

ご協力ありがとうございました。記入もれがないか、確認をお願いします。
調査票は封筒に入れて、園または学校へ提出してください。

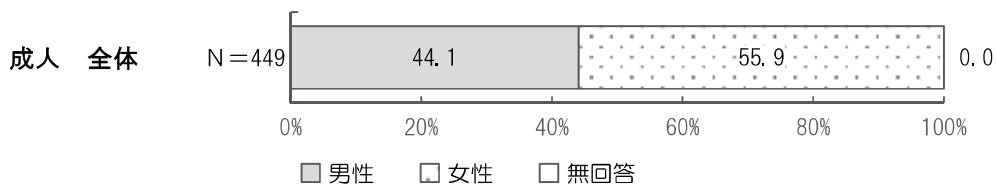
4 アンケート調査結果一覧

(1) 成人調査結果

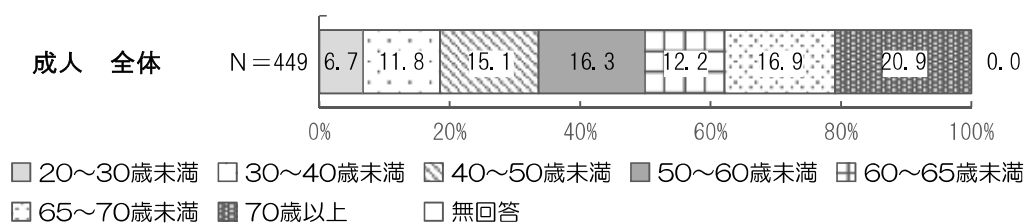
問1 あなたがお住まいの地区（行政区）はどこですか。（〇はひとつだけ）



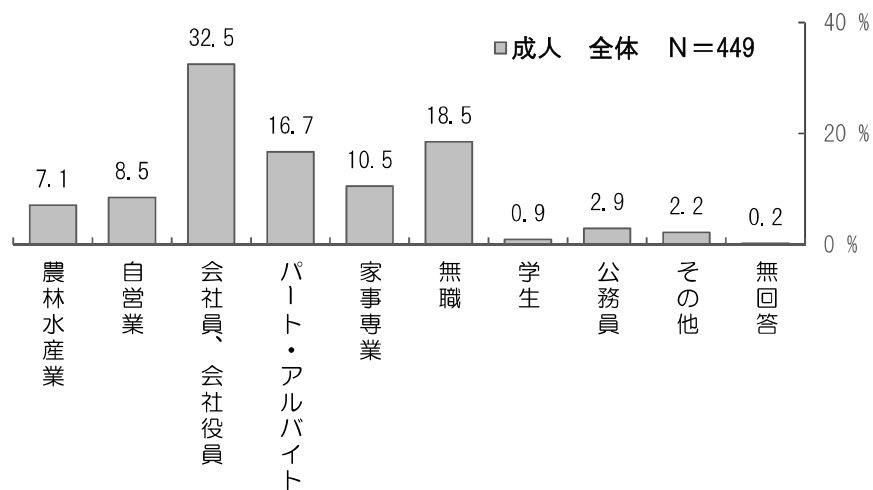
問2 あなたの性別はどちらですか。（〇はひとつだけ）



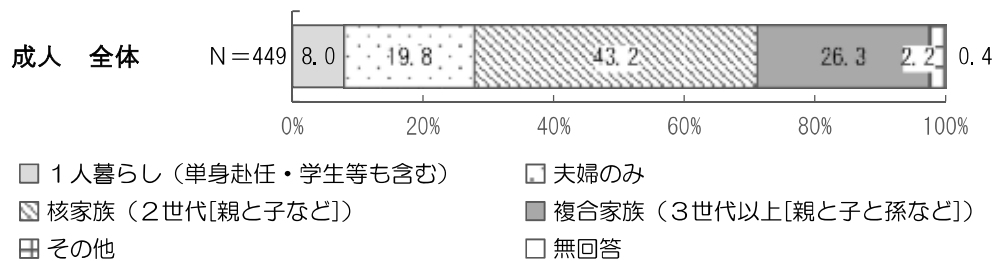
問3 あなたの年代はどれにあてはまりますか。（〇はひとつだけ）



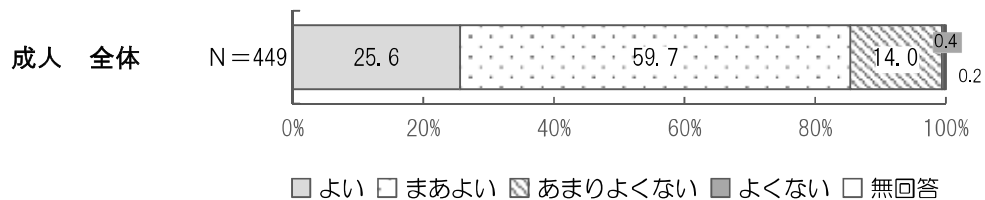
問4 あなたの職業は何ですか。(〇はひとつだけ)



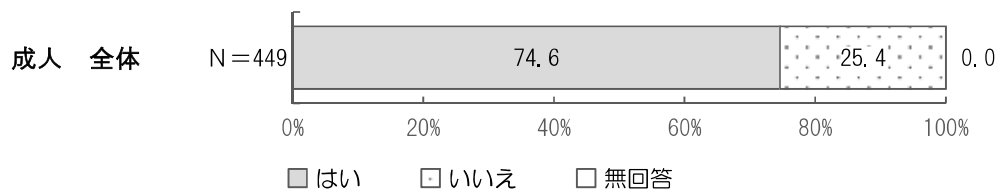
問5 あなたの家族構成はどれにあたりますか。(〇はひとつだけ)



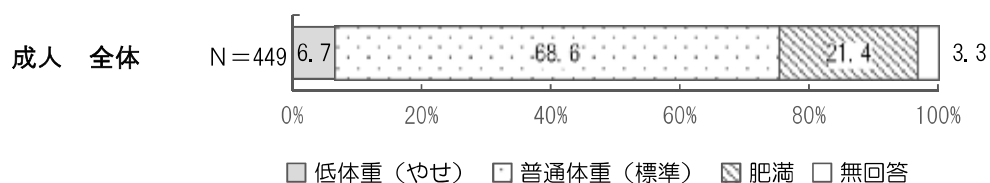
問6 あなたの健康状態はいかがですか。(〇はひとつだけ)



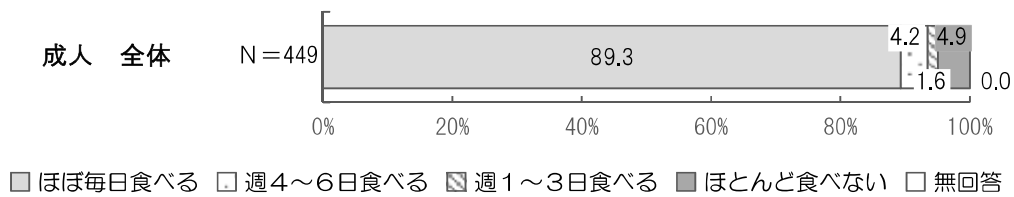
問7 あなたは普段の自分の血圧を知っていますか。(〇はひとつだけ)



問8 BMI判定

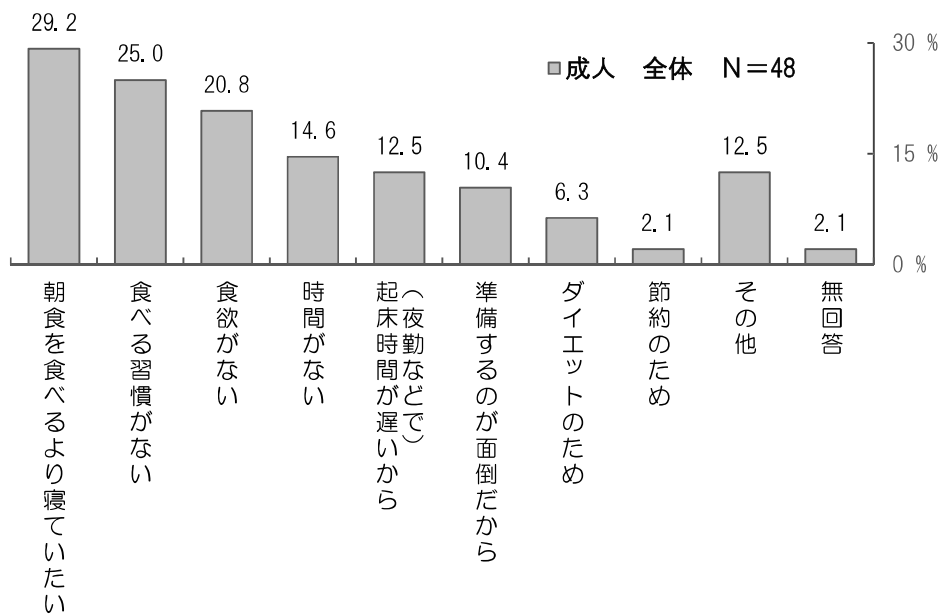


問9 あなたは朝食を週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)



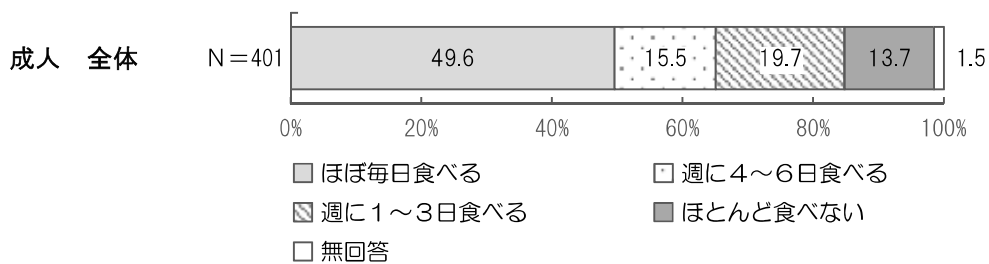
問9で「週4~6日食べる」「週1~3日食べる」「ほとんど食べない」と回答された方にお聞きます。

問10 朝食を、毎日食べない理由は何ですか。(〇は3つまで)



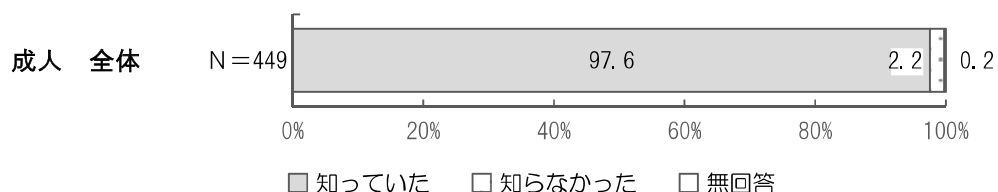
問9で「ほぼ毎日食べる」と回答された方にお聞きます。

問11 主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

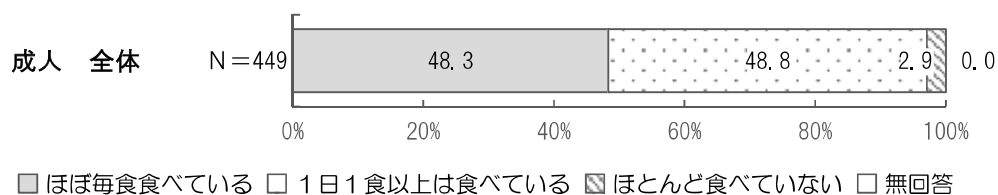


問 12 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が健康に良いということを知っていますか。

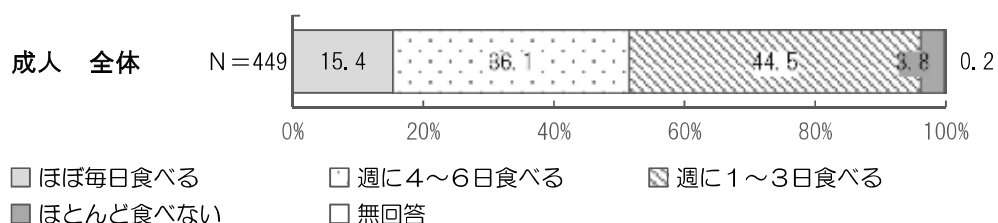
(○はひとつだけ)



問 13 毎食野菜を食べていますか。(○はひとつだけ)

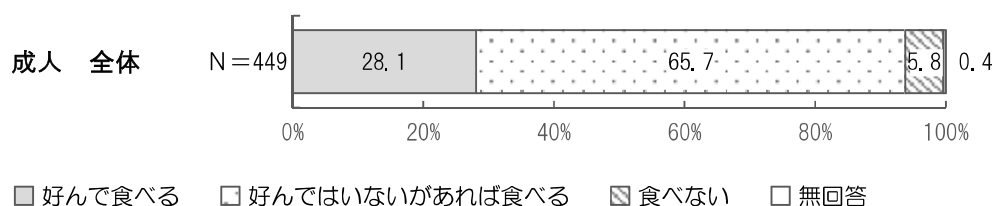


問 14 油を使った料理(炒め物、揚げ物など)を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいありますか。(○はひとつだけ)



問 15 塩分の多い副菜(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を好んで食べますか。

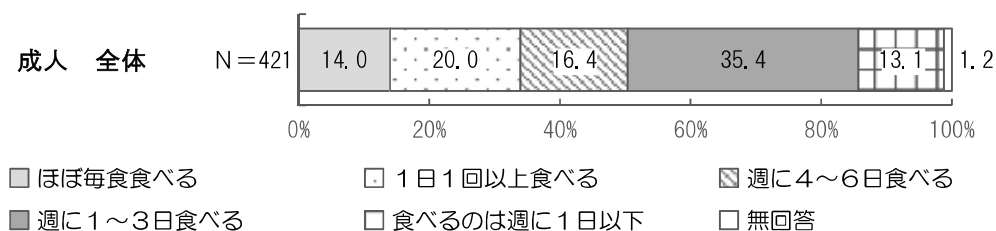
(○はひとつだけ)



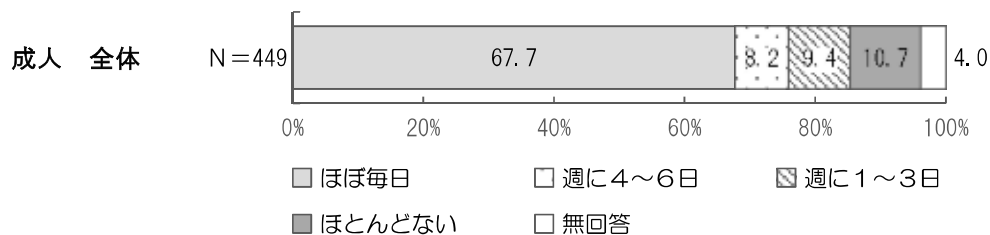
問 15 で「好んで食べる」「好んではいないがあれば食べる」と回答された方にお聞きします。

問 16 塩分の多い副菜(漬け物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を週にどのくらい食べますか。

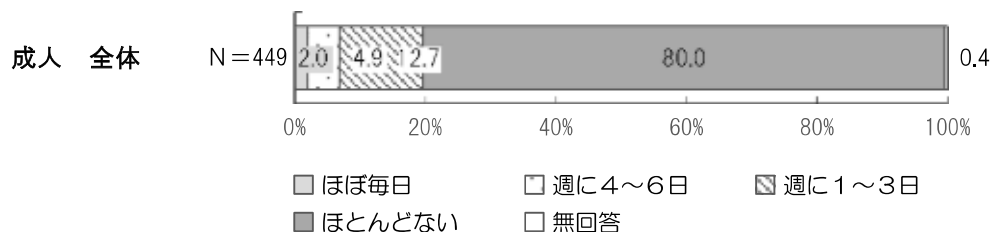
(○はひとつだけ)



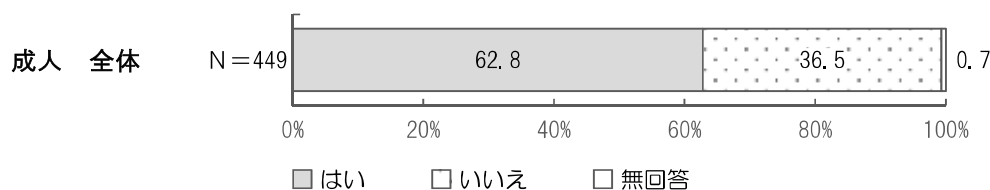
問17 1日1回以上、家族（全員でなくても構いません）と共に食事をする日は、週にどのくらいありますか。（○は1つだけ）



問18 21時以降に夕食を摂る日は、週にどのくらいありますか。（○はひとつだけ）

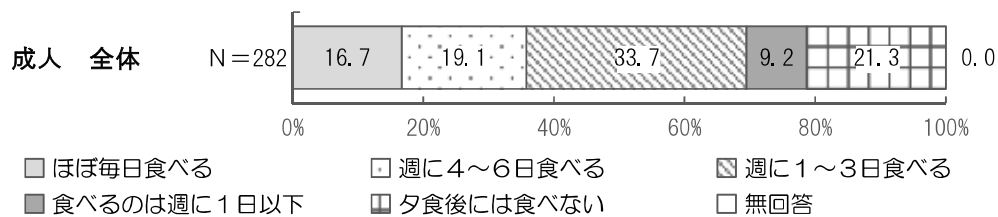


問19 間食（おやつ）または夜食を食べますか。（○はひとつだけ）

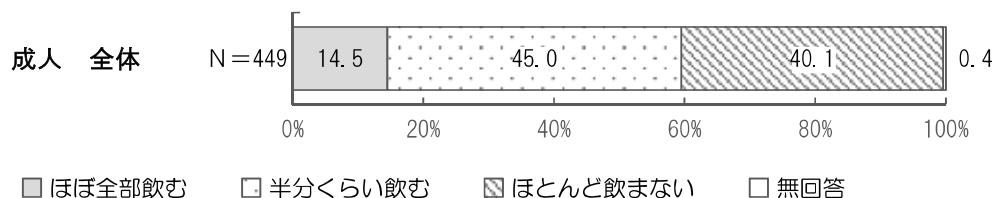


問19で「はい」と回答された方にお聞きます。

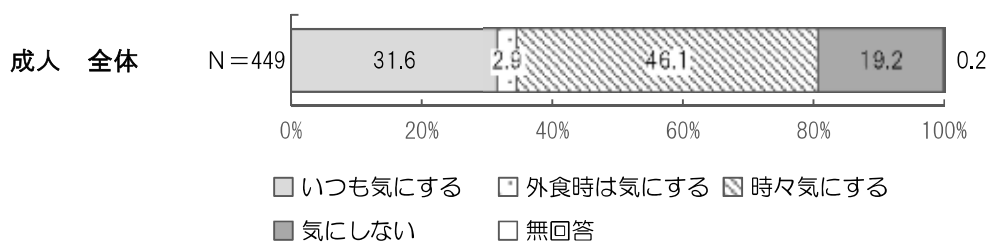
問20 夕食後に間食や夜食を食べる日は、週にどのくらいありますか。（○はひとつだけ）



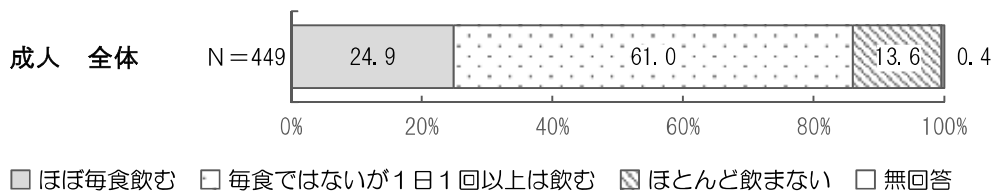
問21 うどん、そば、ラーメンなどのつゆ（スープ）をどのくらい飲みますか。（○はひとつだけ）



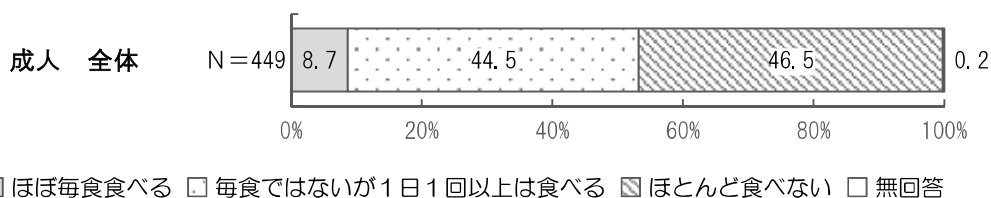
問22 薄味を心掛けていますか。(〇はひとつだけ)



問23 みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(〇はひとつだけ)

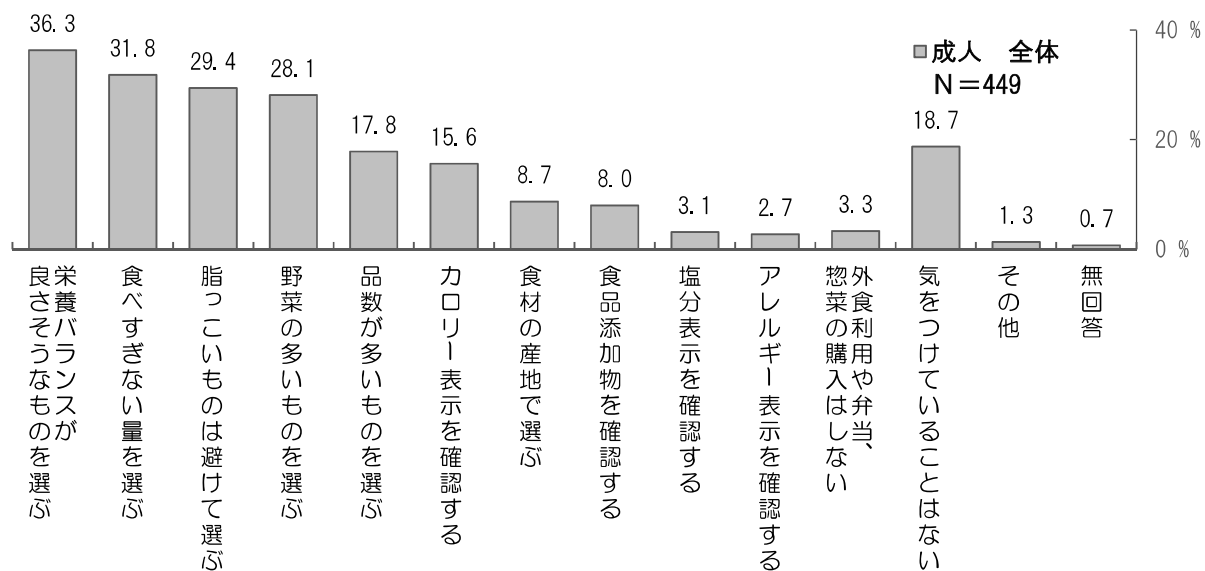


問24 果物を1日にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

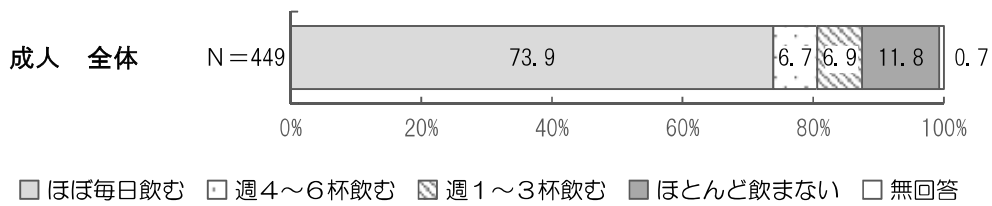


問25 外食をする時またはお弁当やお惣菜を購入する時に、気をつけていることは何ですか。

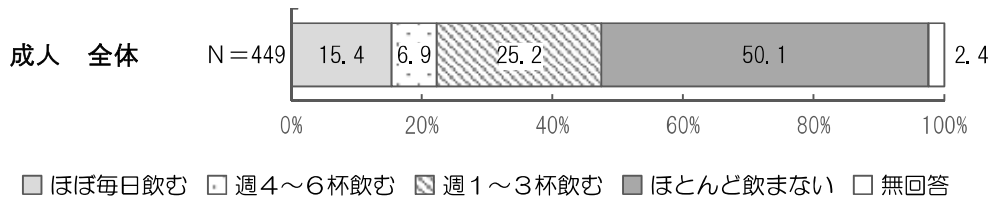
(〇は3つまで)



問26 ①【緑茶（お茶の葉から浸出するもの）】を週にどのくらい飲みますか。（〇はひとつだけ）

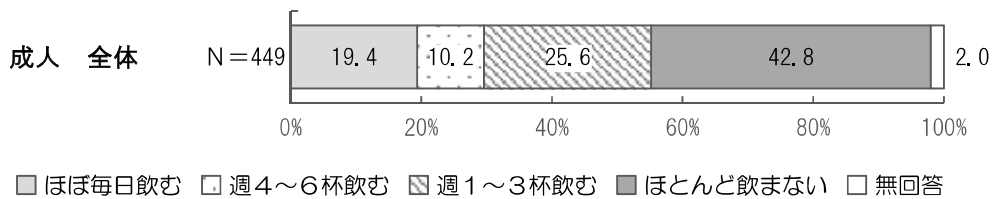


問26 ②【缶、ペットボトル入りの緑茶】を週にどのくらい飲みますか。（〇はひとつだけ）

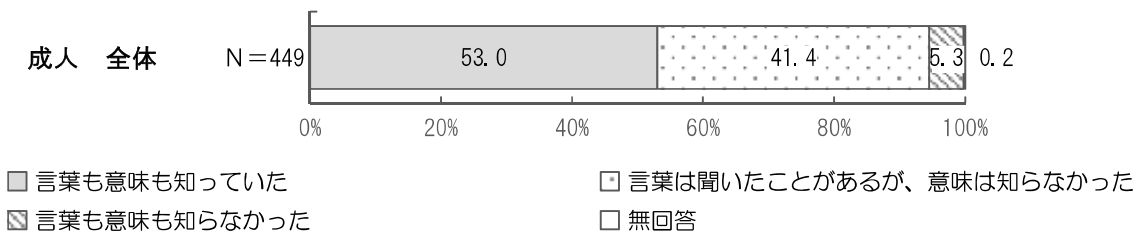


問26 ③【甘みのある（砂糖の入っている）飲み物】を週にどのくらい飲みますか。

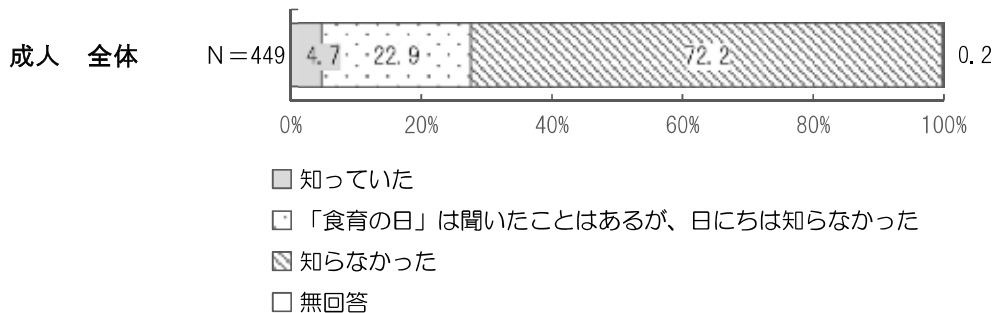
（〇はひとつだけ）



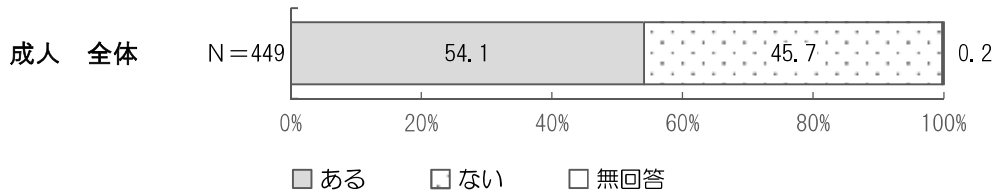
問27 食育という言葉の意味を知っていますか。（〇はひとつだけ）



問28 毎月19日は「食育の日」ということを知っていますか。（〇はひとつだけ）

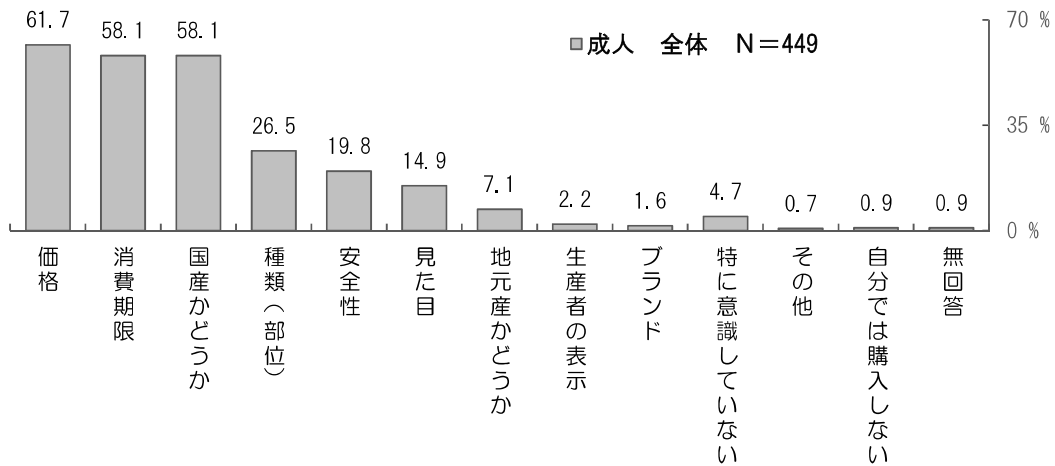


問29 ここ1年で、野菜の栽培、収穫、魚釣りを体験したことはありますか。(〇はひとつだけ)



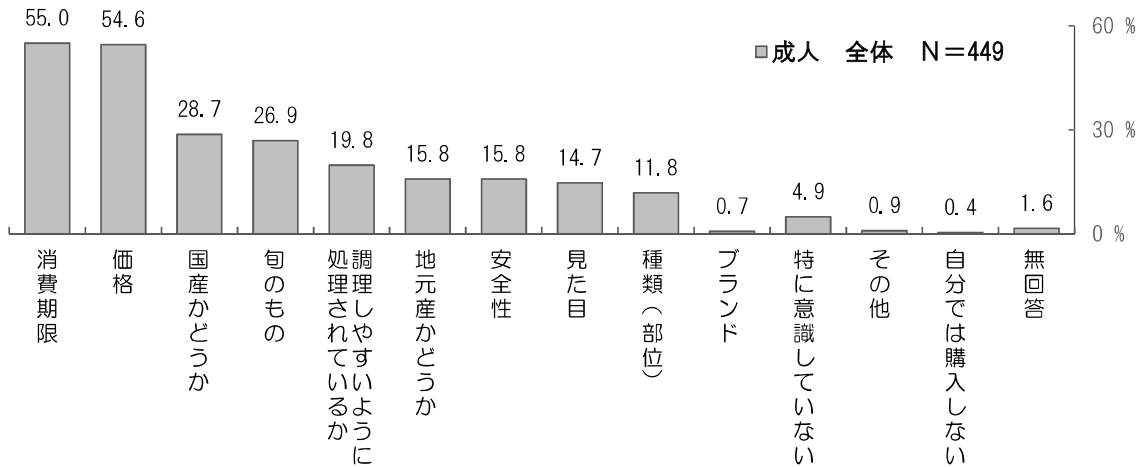
問30 ①【肉(牛・豚・鶏など)】の買物で意識している(気にしている)点は何ですか。

(〇は3つまで)



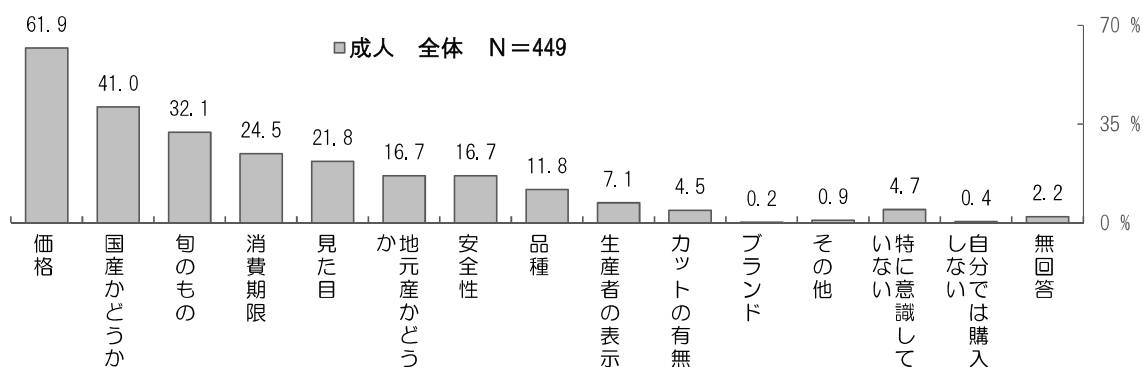
問30 ②【魚】の買物で意識している(気にしている)点は何ですか。

(〇は3つまで)

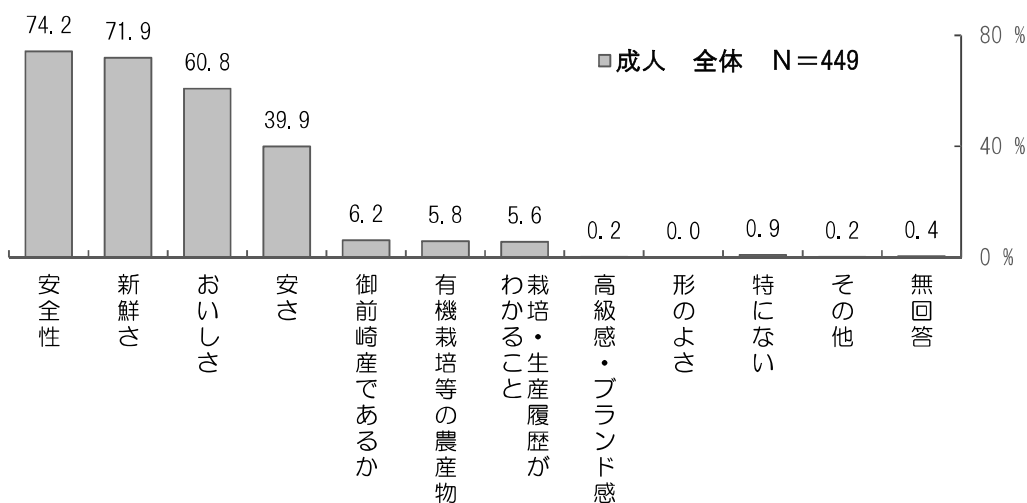


問30 ③【野菜・果物】の買物で意識している（気にしている）点は何ですか。

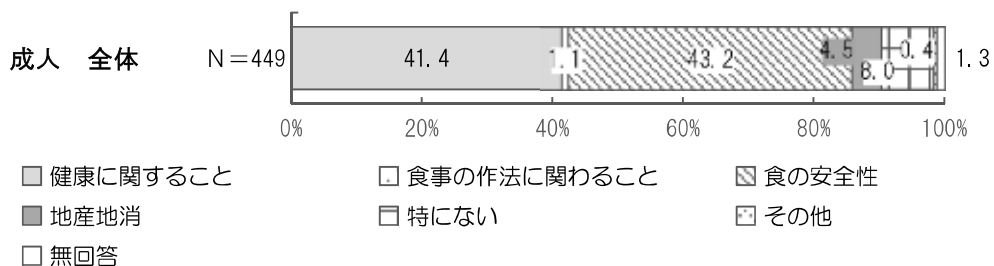
(〇は3つまで)



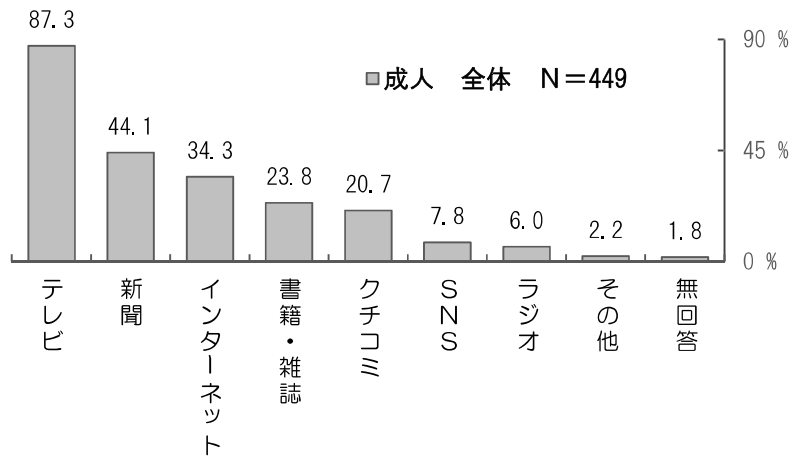
問31 国産の魚・肉・農作物に望むことは何ですか。(〇は3つまで)



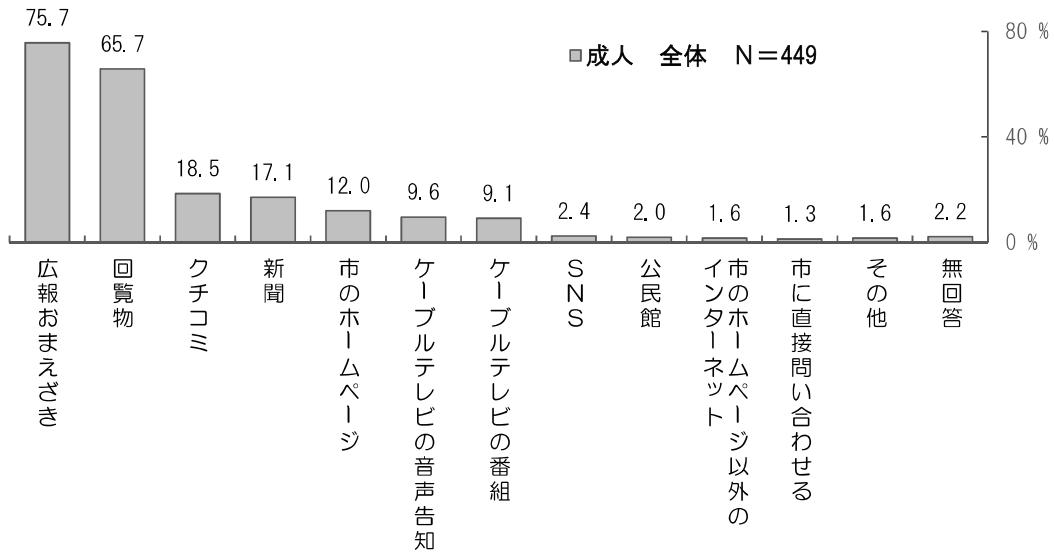
問32 食に関することで、特に気になることや関心のある事は何ですか。(〇はひとつだけ)



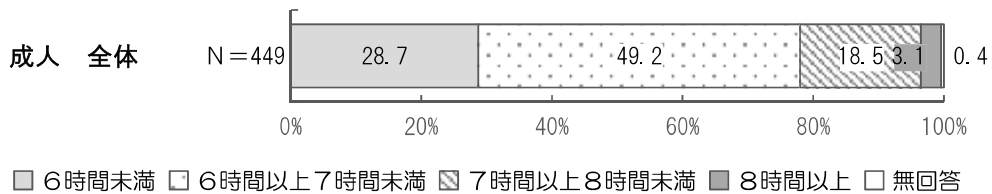
問33 食や健康に関する情報はどこから得ることが多いですか。(〇は3つまで)



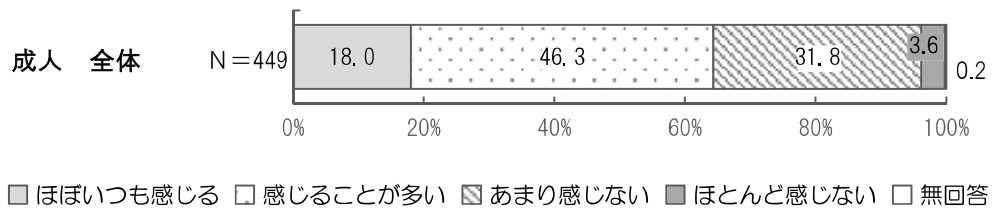
問34 市の情報はどこから得ることが多いですか。(〇は3つまで)



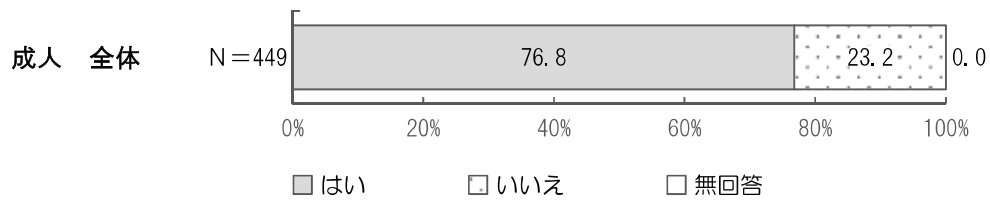
問35 睡眠時間は、平均するとどれくらいですか。(〇はひとつだけ)



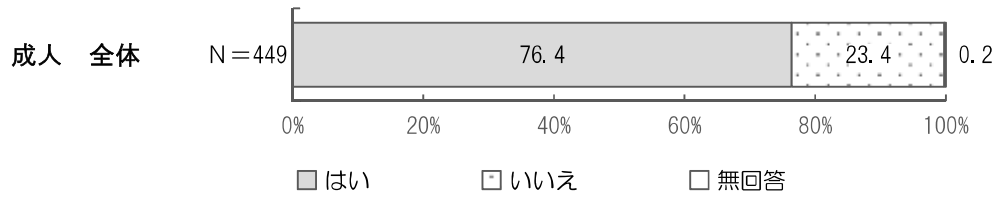
問36 ストレスを感じるがありますか。(〇はひとつだけ)



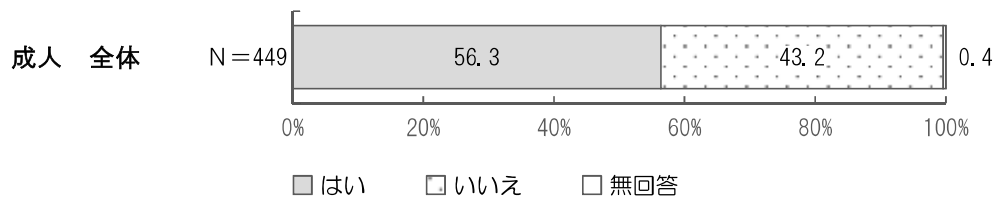
問37 自分なりのストレス解消法がありますか。(〇はひとつだけ)



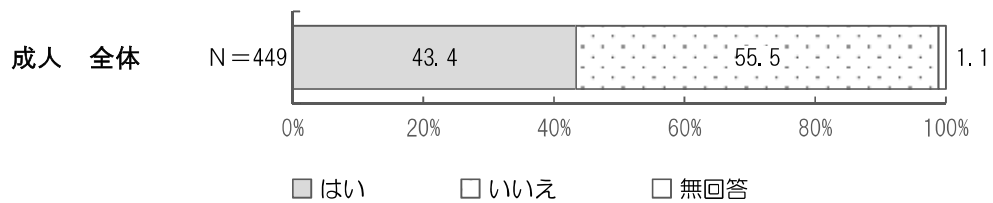
問38 休息が必要と感じた時、家庭や職場で休みが取れますか。(〇はひとつだけ)



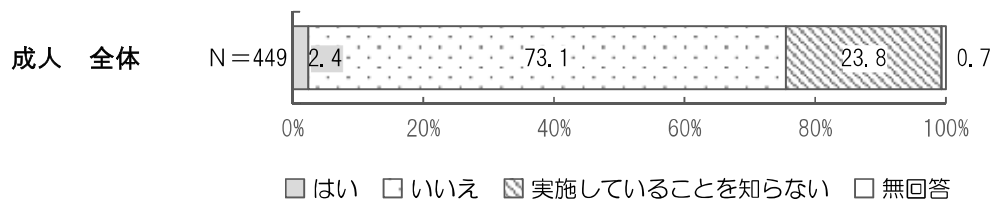
問39 ストレスの原因となる悩み等について相談する先はありますか。(〇はひとつだけ)



問40 助けを求めたり、誰かに相談したいと思うことはありますか。(〇はひとつだけ)

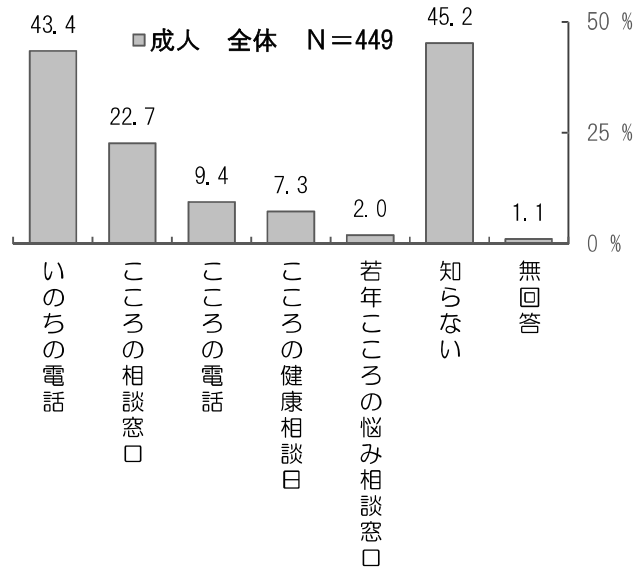


問41 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。(〇はひとつだけ)

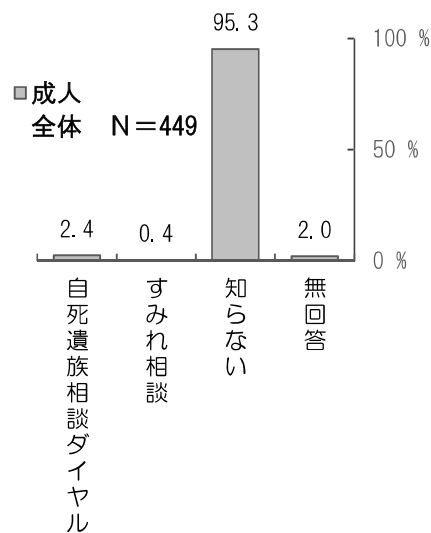


問42 こころの悩みなどの相談窓口について、知っているものはありますか。

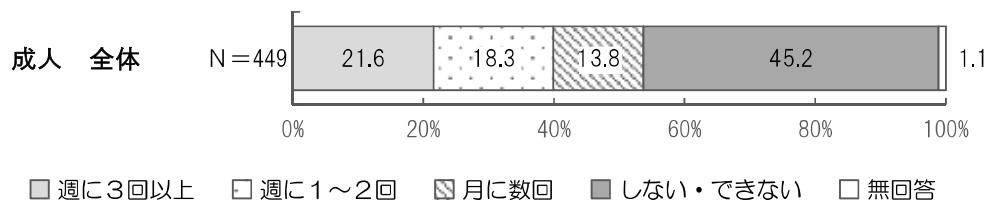
(あてはまるものすべてに○)



問43 自死遺族の支援について、知っているものはありますか。(知っているものすべてに○)

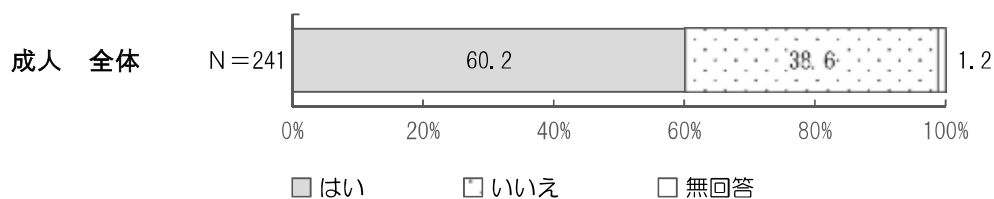


問44 家事や仕事以外で、1日30分以上の運動をしていますか。(○はひとつだけ)

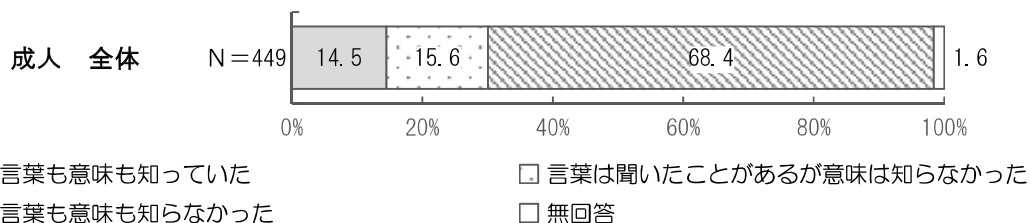


問44 で「週に3回以上」「週に1～2回」「月に数回」と回答された方にお聞きします。

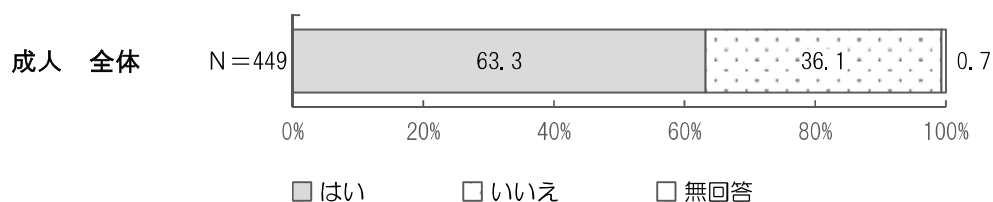
問45 一緒に運動をする仲間（家族も含みます）がいますか。（○はひとつだけ）



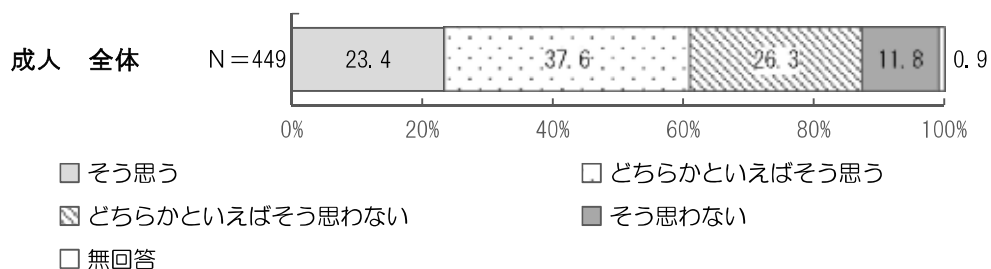
問46 あなたは、「ロコモティブシンドローム」を知っていますか。（○はひとつだけ）



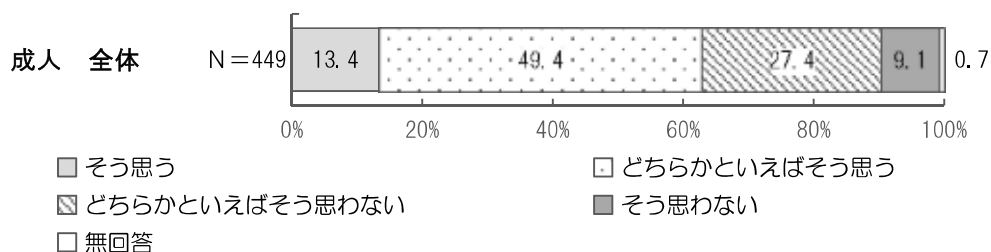
問47 足や腰の痛みがありますか。（○はひとつだけ）



問48 よく外出する方だと思いますか。（○はひとつだけ）

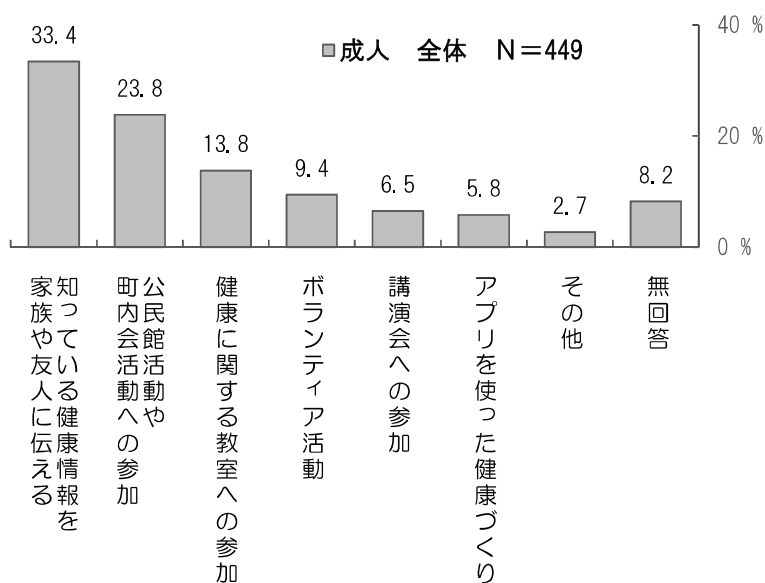


問49 お住まいの地域の人々は、お互いに助け合っていると思いますか。（○はひとつだけ）



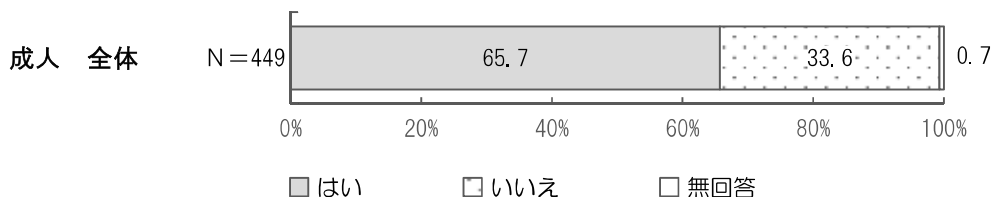
問50 地域で健康づくりをすすめていくために、あなたが取組めることはありますか。

(○は1つだけ)

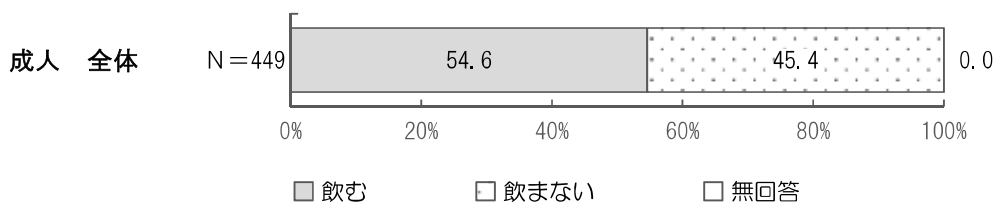


問51 この1年の間に、人とかがわる地域社会活動（町内会、地域行事、ボランティアなど）、

趣味やおけいこ事などをおこないましたか。(○はひとつだけ)

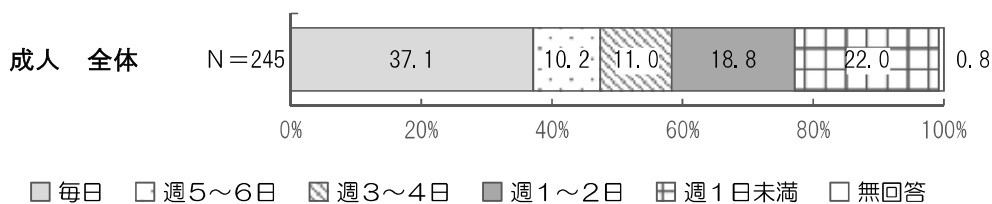


問52 アルコールは飲みますか。(○はひとつだけ)



問 52 で「飲む」と回答された方にお聞きします。

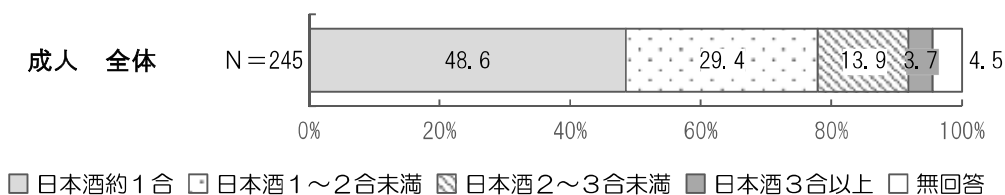
問53 アルコールをどのくらい飲みますか。(○はひとつだけ)



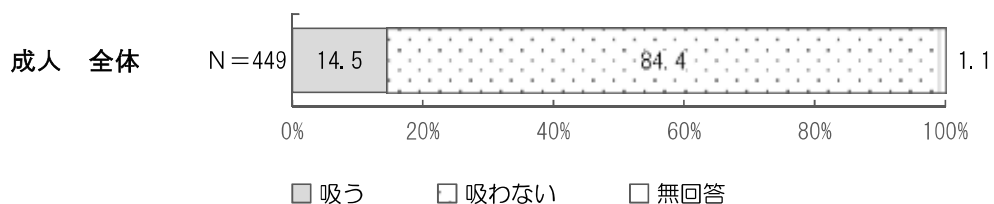
問 52 で「飲む」と回答された方にお聞きします。

問54 1回の飲酒でどのくらい飲みますか。(酎ハイ、発泡酒、ビール、日本酒など)

(○はひとつだけ)

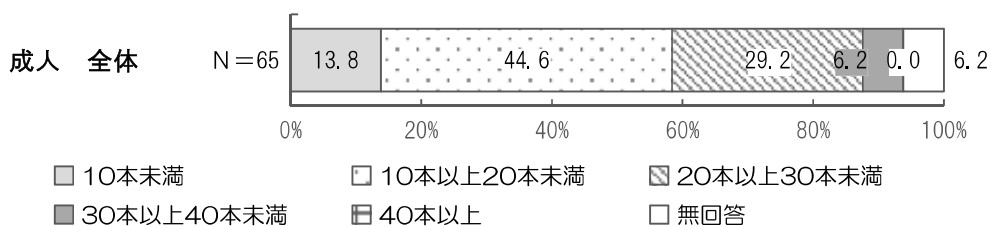


問55① たばこを吸いますか。(○はひとつだけ)



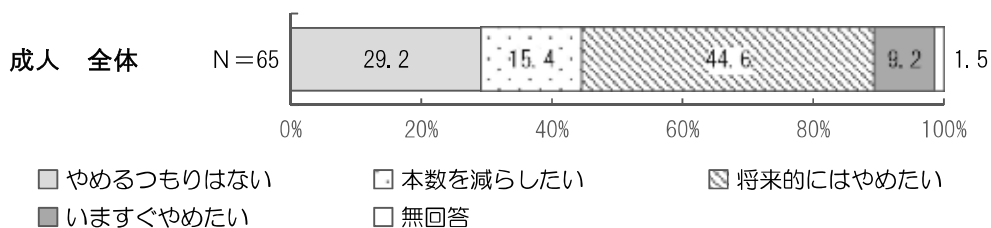
問 55①で「吸う」と回答された方にお聞きします。

問55② 1日に吸うたばこの平均本数

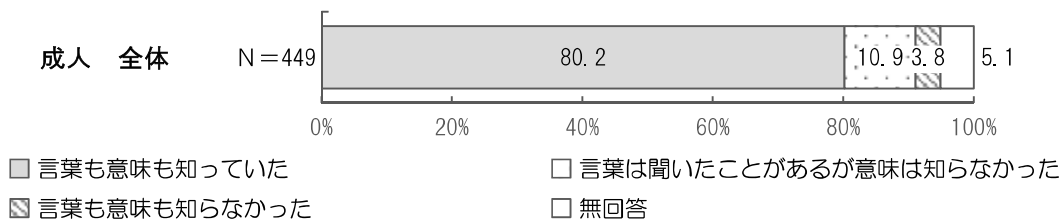


問 55①で「吸う」と回答された方にお聞きします。

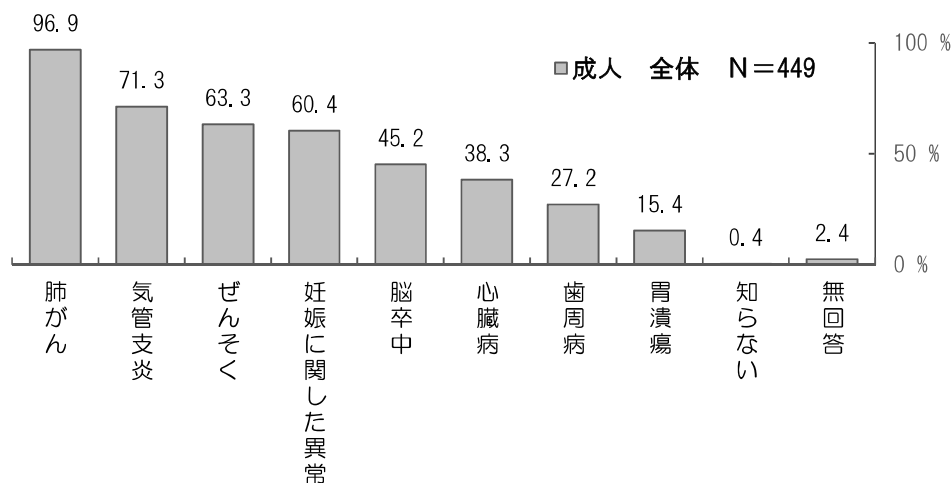
問56 たばこを今後も吸いますか。やめたいですか。(○はひとつだけ)



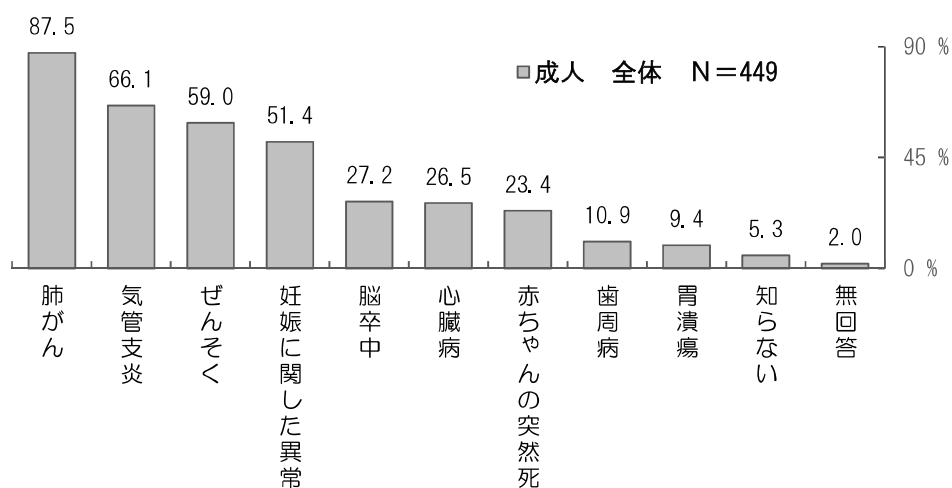
問57 禁煙外来を知っていますか。(○はひとつだけ)



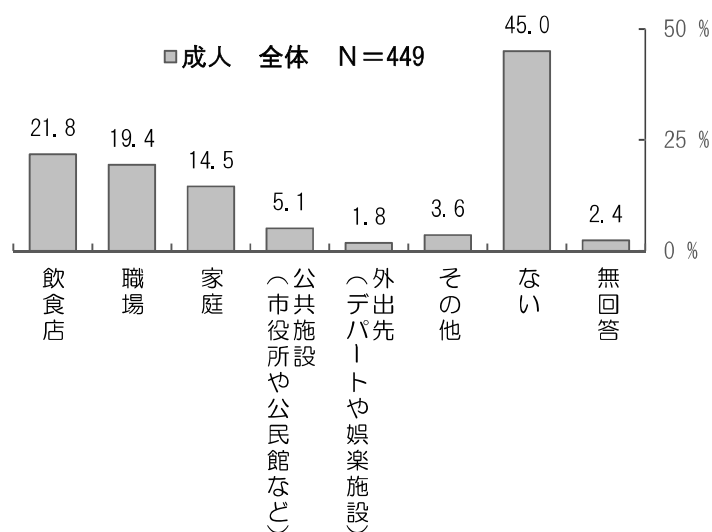
問58 喫煙が影響する病気として知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)



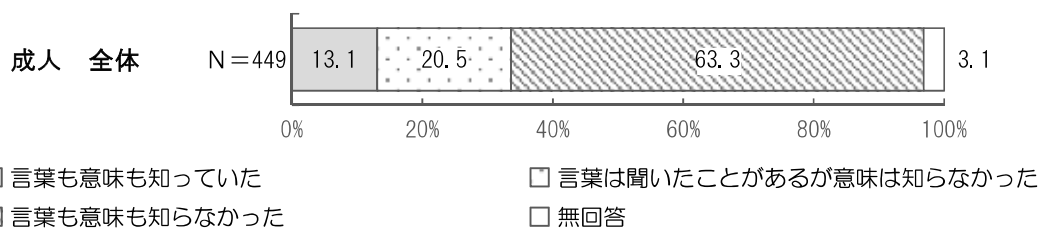
問59 受動喫煙(自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸わされること)が影響する病気として知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)



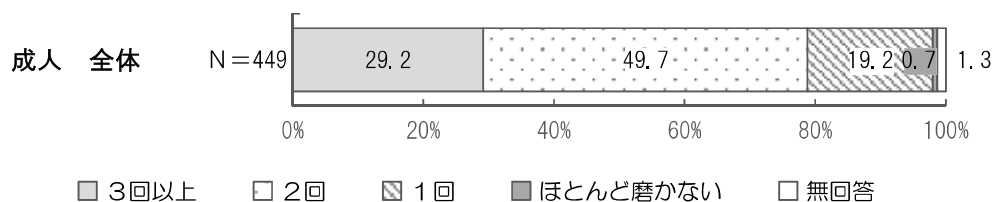
問60 この1か月間に、受動喫煙(自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸わされる)の機会がありましたか。(あてはまるものすべてに○)



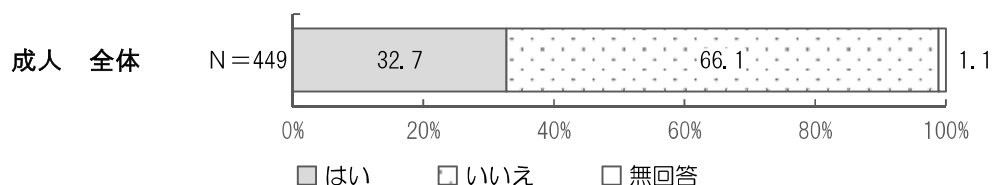
問61 「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」という病気を知っていますか。（○はひとつだけ）



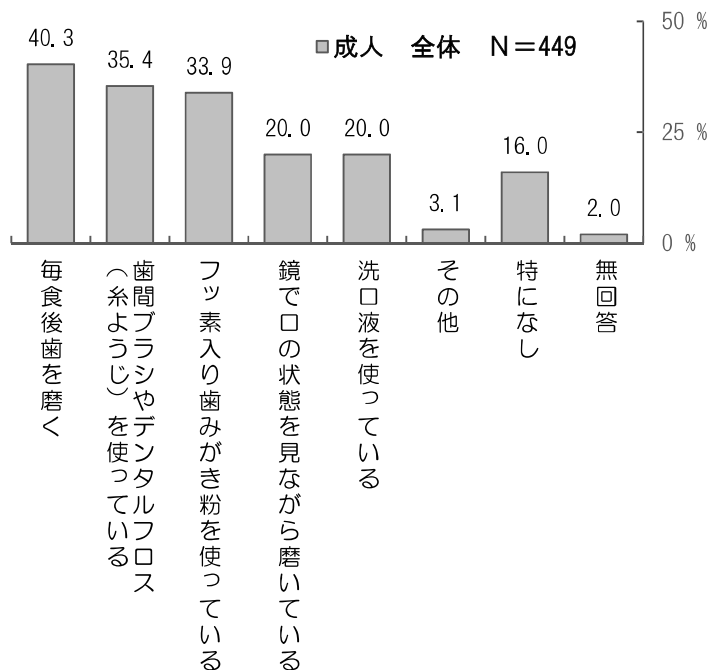
問62 1日に何回歯を磨きますか。（○はひとつだけ）



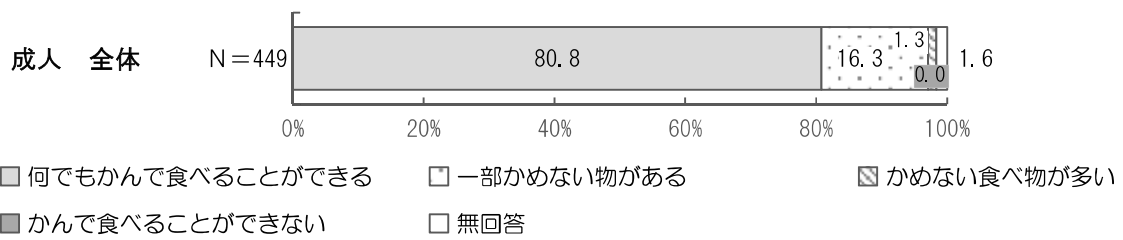
問63 1年に1回以上定期的な歯科検診を受けていますか。（○はひとつだけ）



問64 歯磨きの時、日ごろから心がけていることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

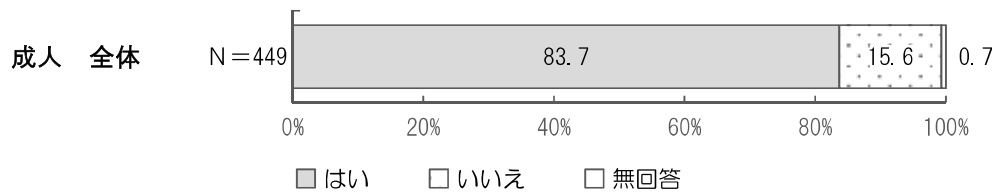


問65 かねで食べるときの状態はどうか。(〇はひとつだけ)

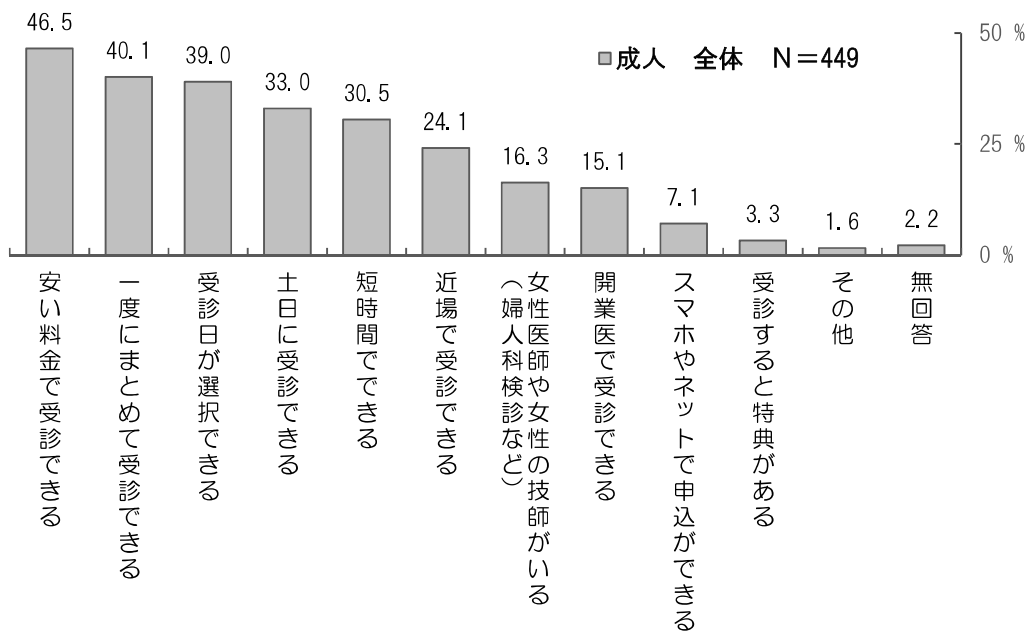


問66 1年以内に人間ドックや職場の健診、特定健診やがん検診などの健診を受けましたか。

(〇はひとつだけ)

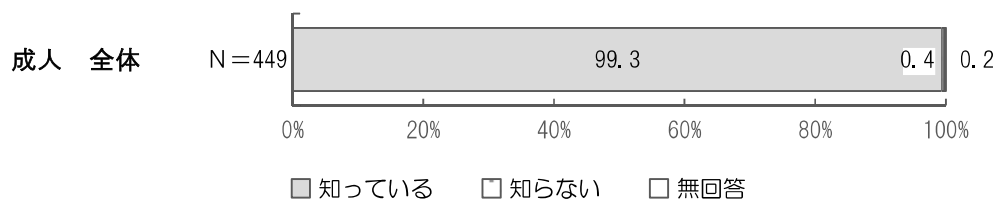


問67 どのような体制があればより受診しやすいですか。(〇は3つまで)



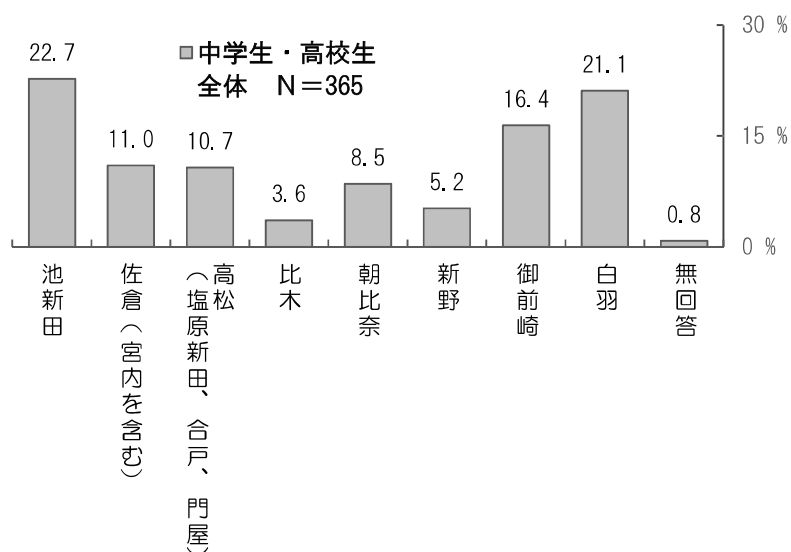
問68 麻薬や覚せい剤、危険ドラッグなどの薬物が体に悪影響を及ぼすことを知っていますか。

(〇はひとつだけ)

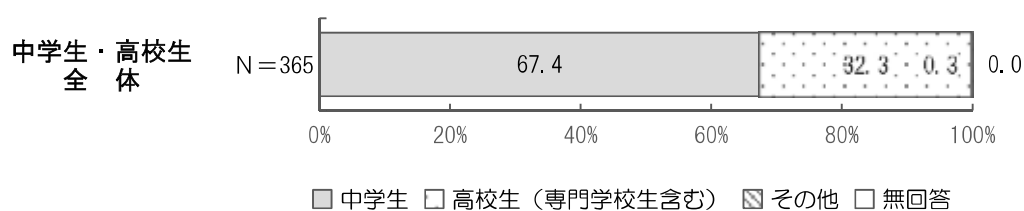


(2) 中学生・高校生調査結果

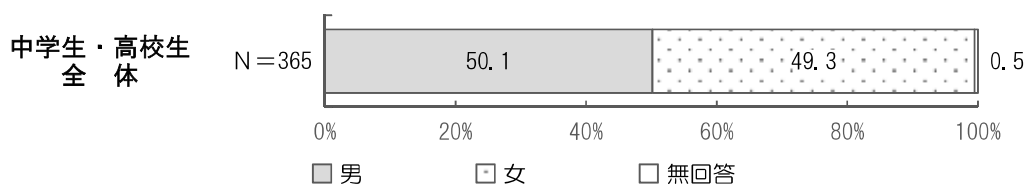
問1 あなたがお住いの地区（行政区）はどこですか。（〇はひとつだけ）



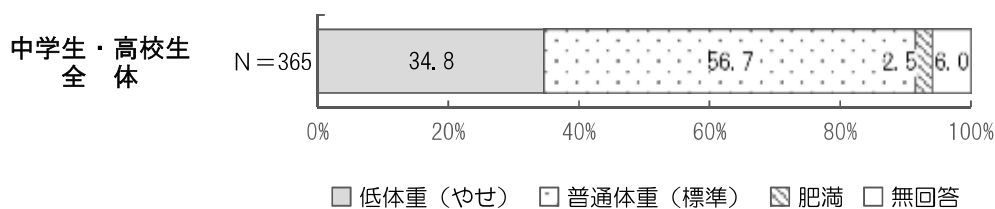
問2 あなたは以下のうちどれに当てはまりますか。（〇はひとつだけ）



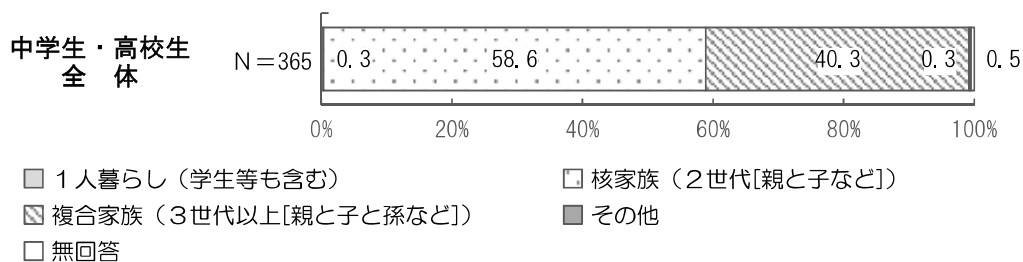
問3 あなたの性別はどちらですか。（〇はひとつだけ）



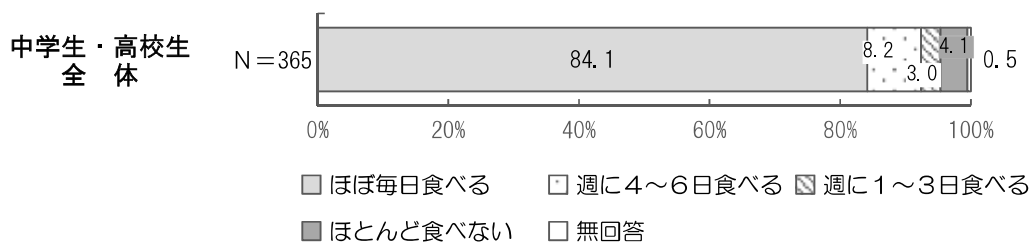
問4 BMI判定



問5 あなたの家族構成はどれに当てはまりますか。(〇はひとつだけ)

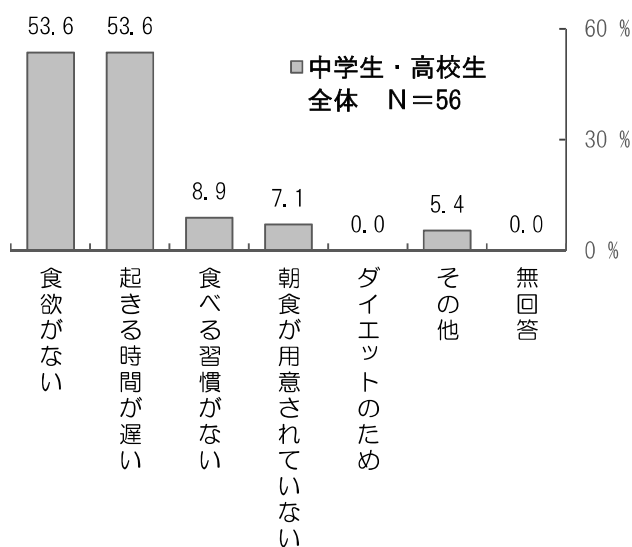


問6 あなたは朝食を週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

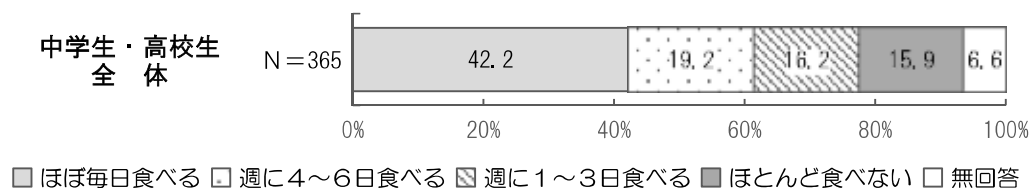


問6で「週4~6日食べる」「週1~3日食べる」「ほとんど食べない」と回答された方にお聞きます。

問7 朝食を、毎日食べない理由は何ですか。(〇は3つまで)

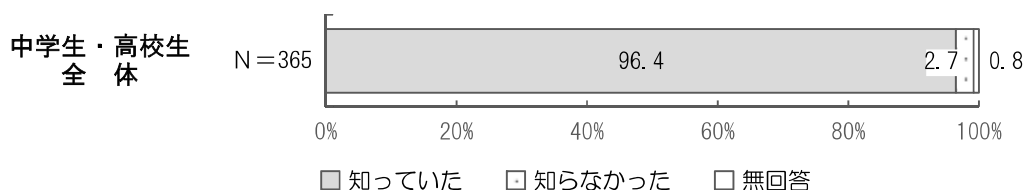


問8 主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

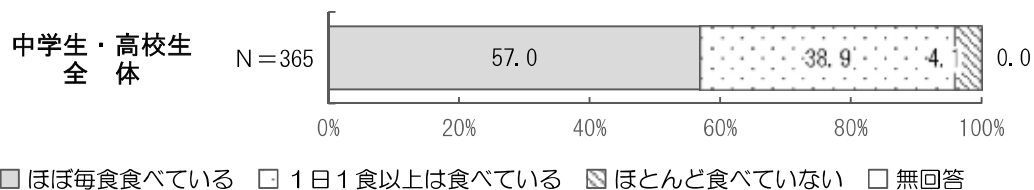


問9 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が健康に良いということを知っていますか。

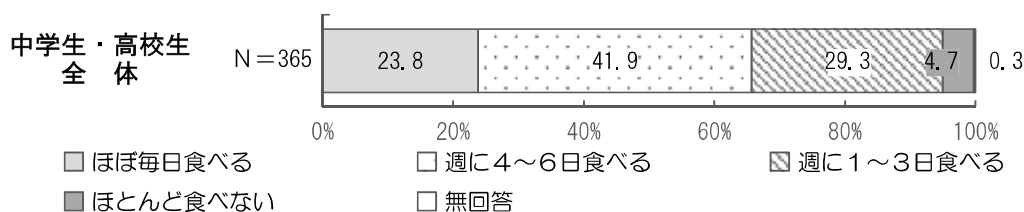
(○はひとつだけ)



問10 毎食野菜を食べていますか。(○はひとつだけ)

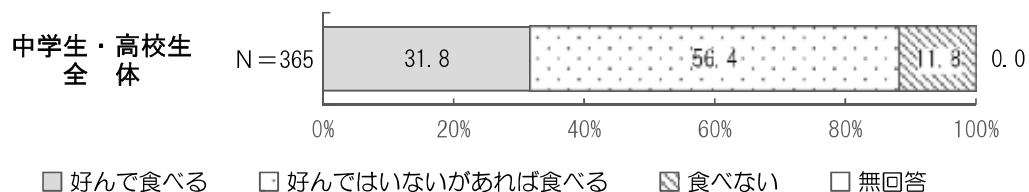


問11 油を使った料理(炒め物、揚げ物など)を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいありますか。(○はひとつだけ)



問12 塩分の多い副菜(漬物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を好んで食べますか。

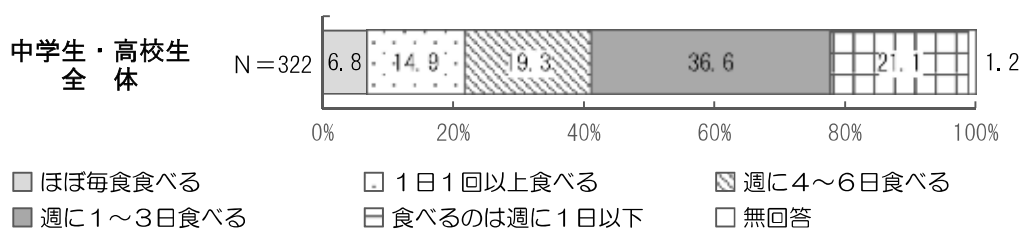
(○はひとつだけ)



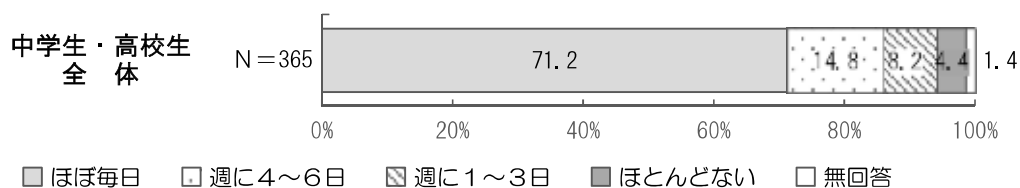
問12で「好んで食べる」「好んではないがあれば食べる」と回答された方にお聞きます。

問13 塩分の多い副菜(漬物、佃煮、梅干し、シラス干しなど)を週にどのくらい食べますか。

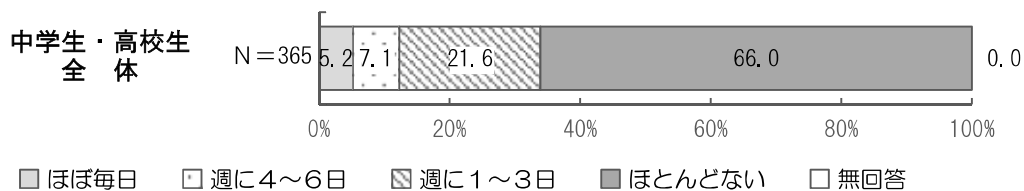
(○はひとつだけ)



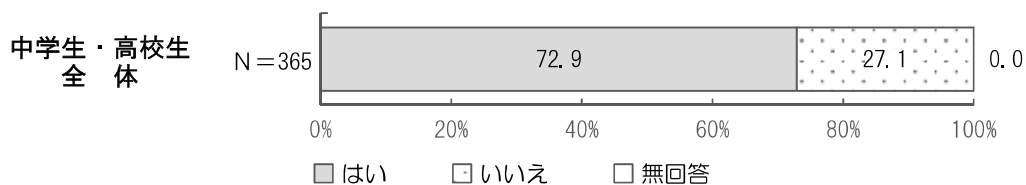
問14 1日1回以上、家族（全員でなくても構いません）と共に食事をする日は、週にどのくらいありますか。（○はひとつだけ）



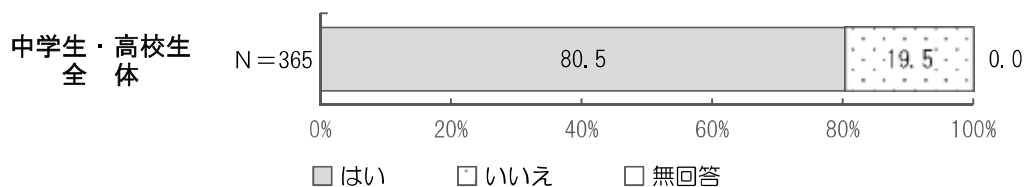
問15 21時以降に夕食を食べる日は、週にどのくらいありますか。（○はひとつだけ）



16 毎食「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしますか。（○はひとつだけ）

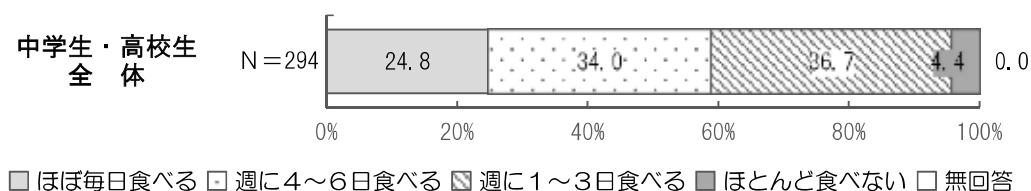


問17 間食（おやつ）または夜食を食べますか。（○はひとつだけ）



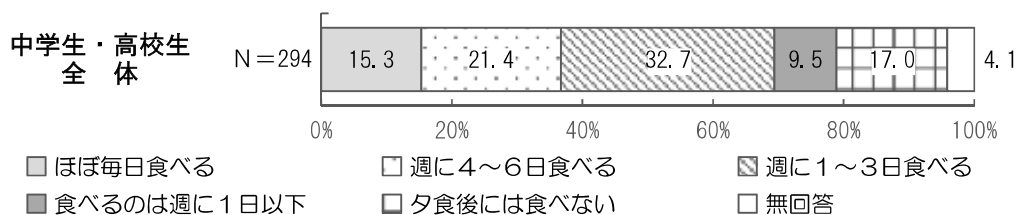
問17で「はい」と回答された方にお聞きます。

問18 チョコレートやアイス、クッキー、ゼリー、プリンなどの甘い菓子を週にどのくらい食べますか。（○はひとつだけ）

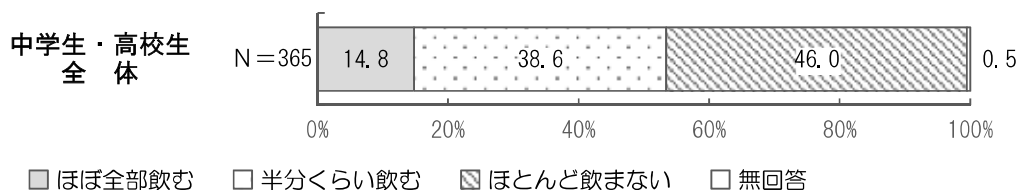


問 17 で「はい」と回答された方にお聞きます。

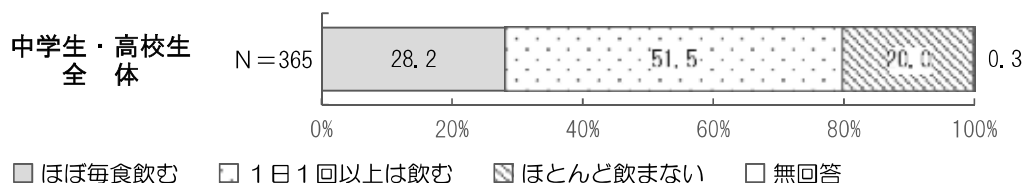
問19 夕食後の間食や夜食を食べる日は、週にどのくらいありますか。(〇はひとつだけ)



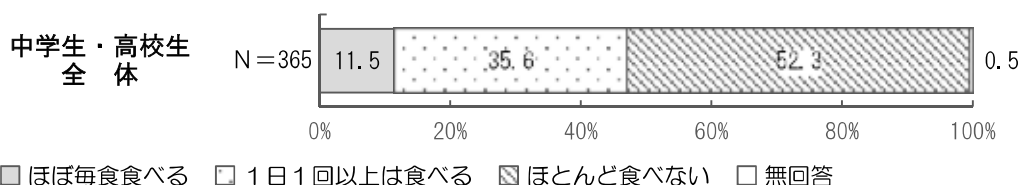
問20 うどん、そば、ラーメンなどのつゆ(スープ)をどのくらい飲みますか。(〇はひとつだけ)



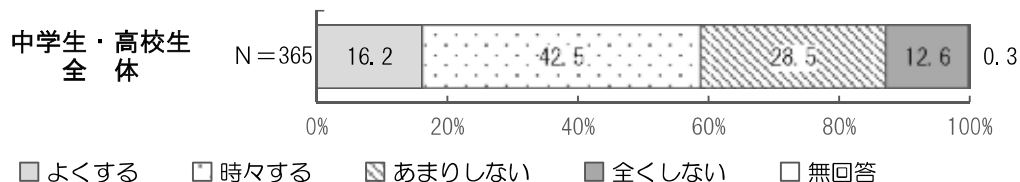
問21 みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(〇はひとつだけ)



問22 果物を1日にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

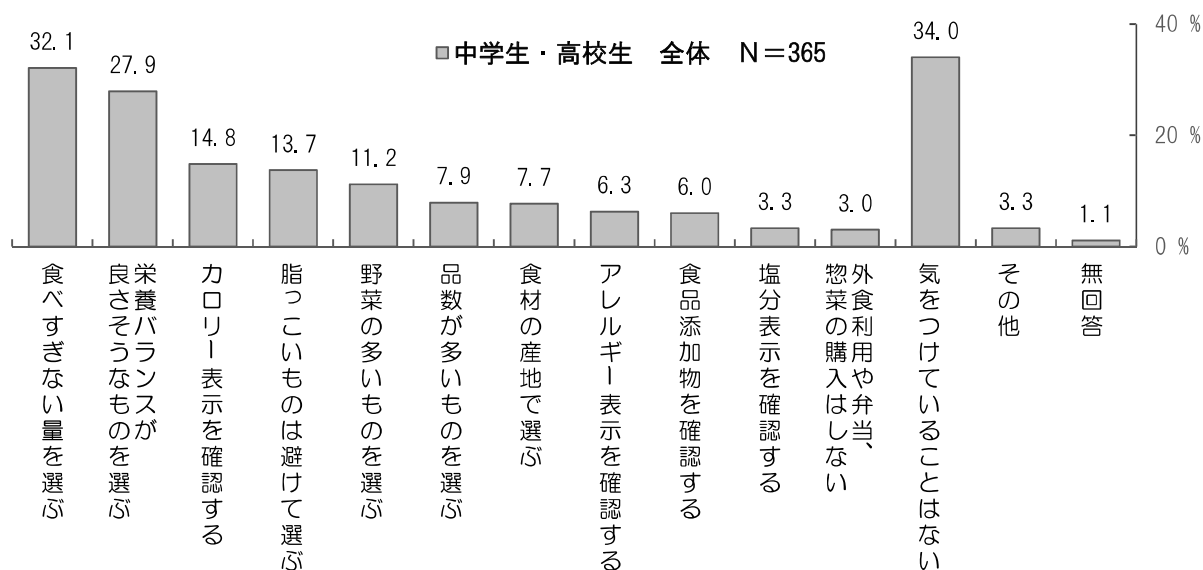


問23 食事の用意や手伝いをしますか。(〇はひとつだけ)

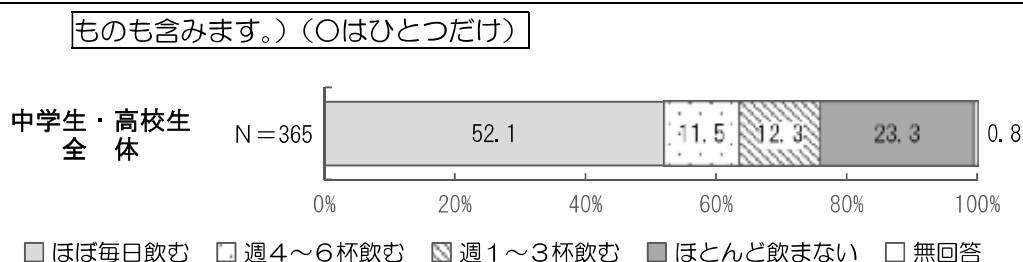


問24 外食をする時またはお弁当やお惣菜を購入する時に、気をつけていることは何ですか。

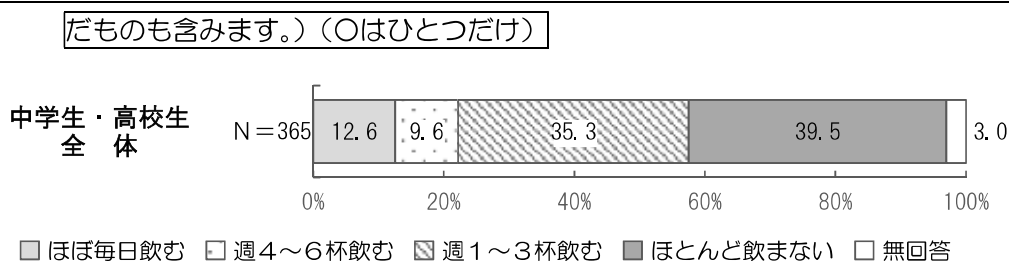
(〇は3つまで)



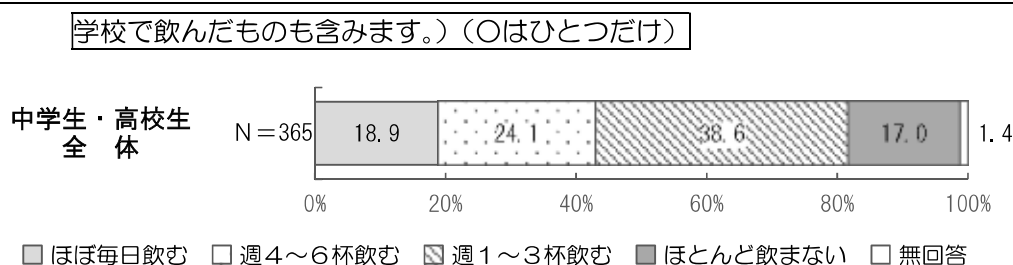
問25 ①【緑茶（お茶の葉から浸出するもの）】を週にどのくらい飲みますか。（給食など学校で飲んだものも含みます。）（〇はひとつだけ）



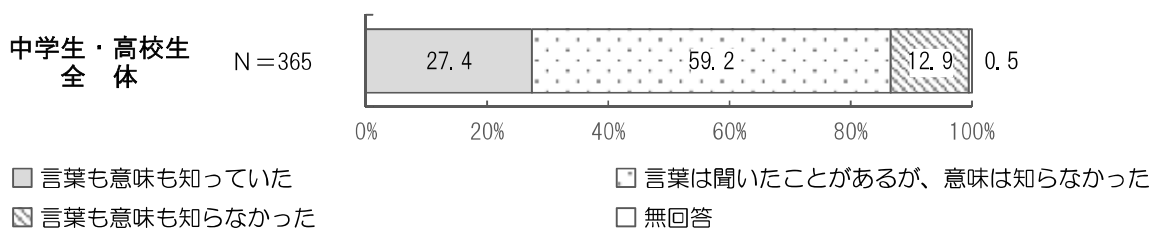
問25 ②【缶、ペットボトル入りの緑茶】を週にどのくらい飲みますか。（給食など学校で飲んだものも含みます。）（〇はひとつだけ）



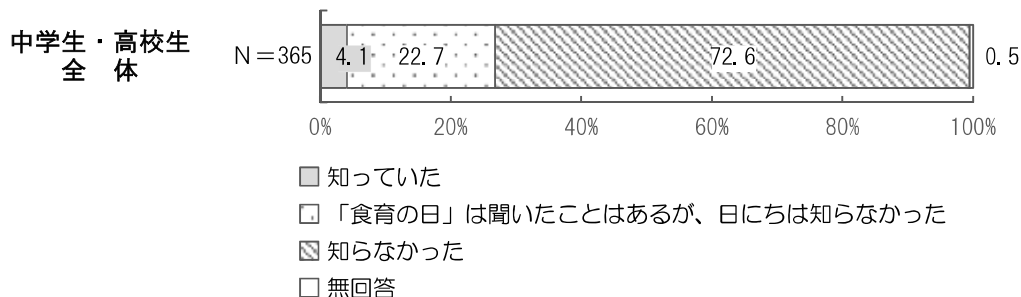
問25 ③【甘みのある（砂糖の入っている）飲み物】を週にどのくらい飲みますか。（給食など学校で飲んだものも含みます。）（〇はひとつだけ）



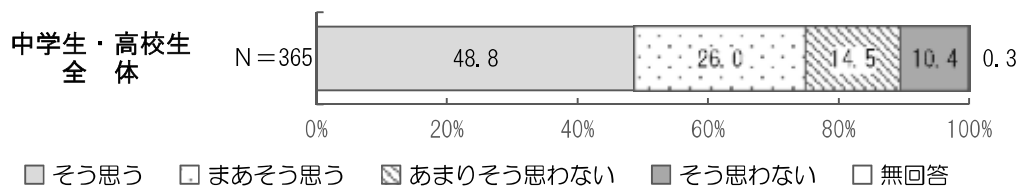
問26 食育という言葉の意味を知っていますか。(〇はひとつだけ)



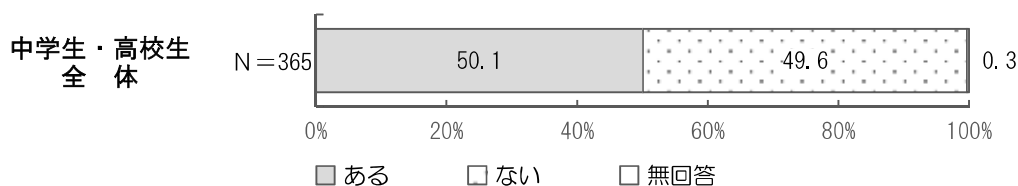
問27 毎月19日は「食育の日」ということを知っていますか。(〇はひとつだけ)



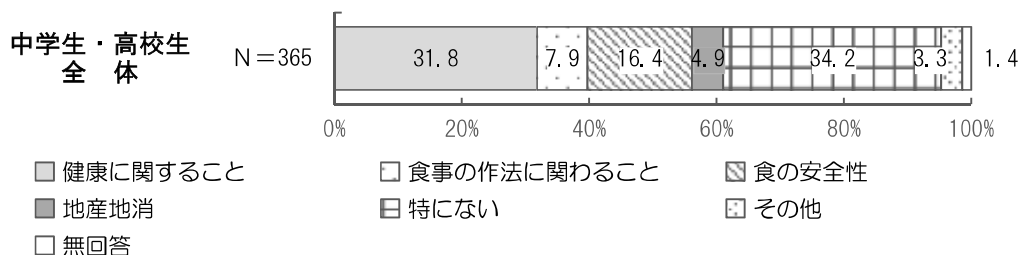
問28 お箸を正しい持ち方で持てますか。(〇はひとつだけ)



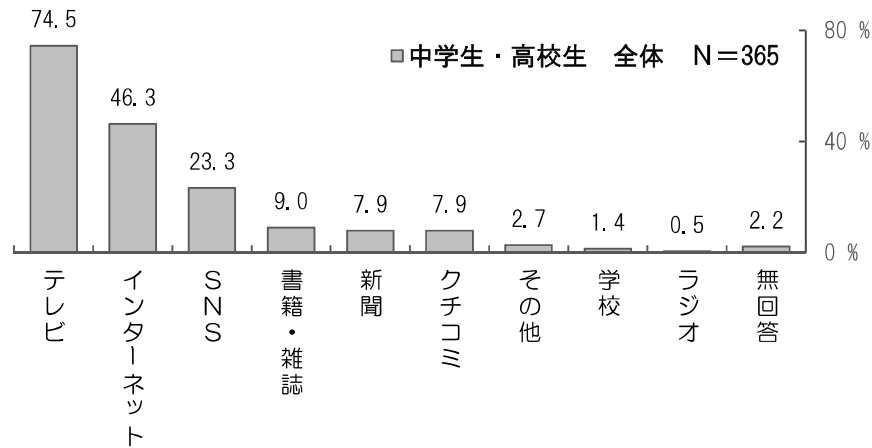
問29 ここ1年で、野菜の栽培、収穫、魚釣りのいずれかを体験しましたか。(学校での体験も含みます。)(〇はひとつだけ)



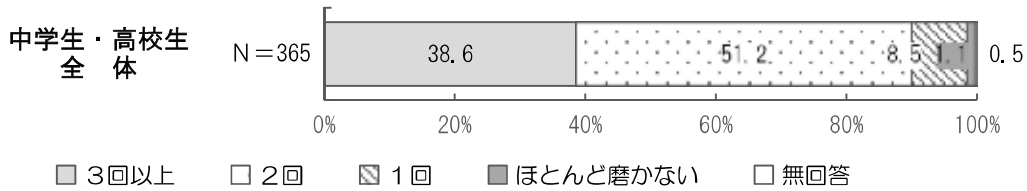
問30 食に関することで、特に気になることや関心のある事は何か。(〇はひとつだけ)



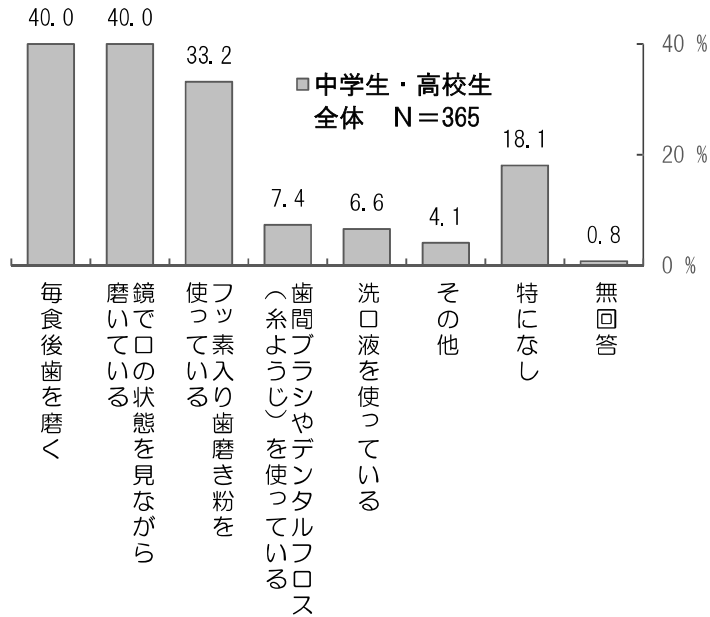
問31 食や健康に関する情報はどこから得ることが多いですか。(〇は3つまで)



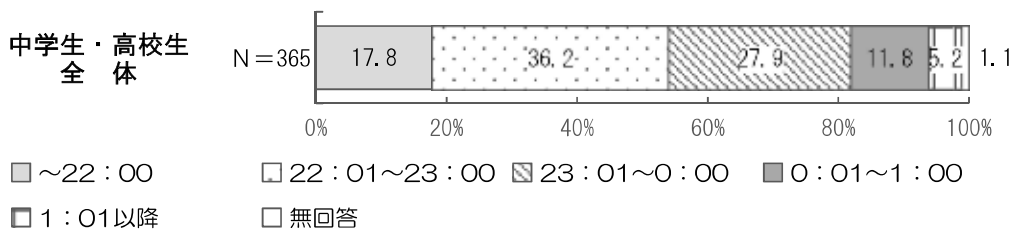
問32 1日に何回歯を磨きますか。(〇はひとつだけ)



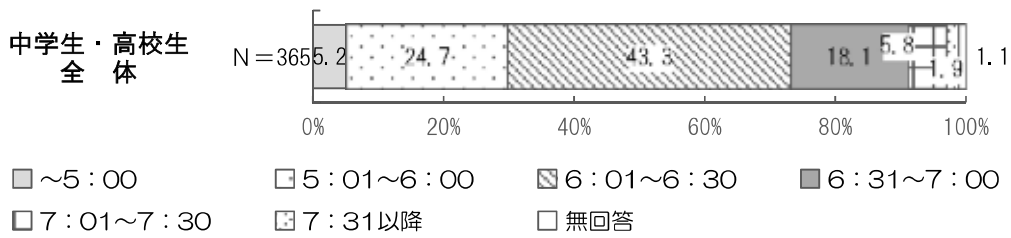
問33 歯磨きの時、日ごろから心がけていることはありますか。(あてはまるものすべてに〇)



問34 普段の就寝時間は何時頃ですか。(試験前など、特別な時期は除きます)(〇はひとつだけ)

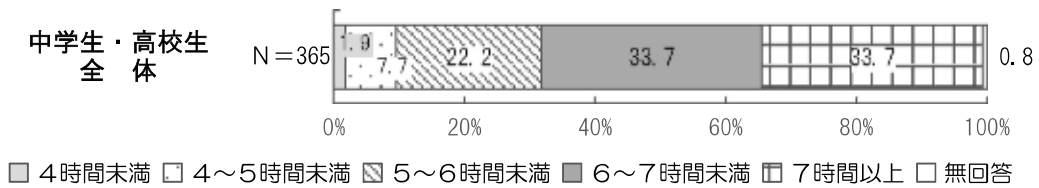


問35 普段の起床時間は何時頃ですか。(〇はひとつだけ)

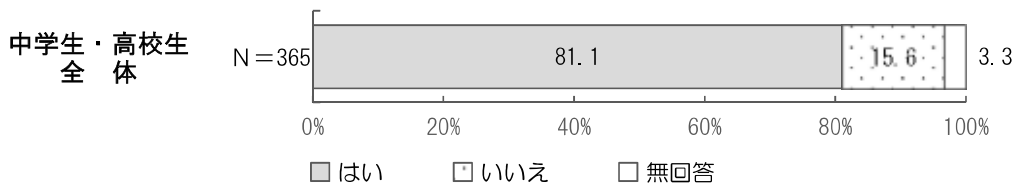


問36 睡眠時間は平均すると何時間くらいですか。(試験や部活など、特別な日は除きます)

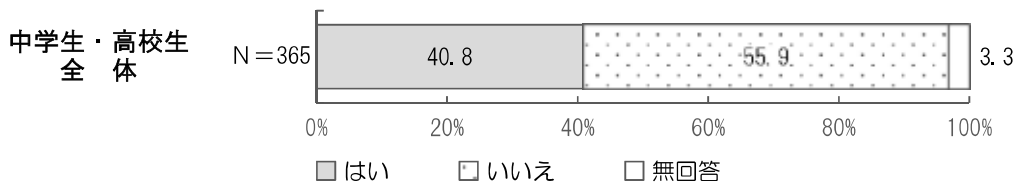
(〇はひとつだけ)



問37 夜はぐっすり眠れますか。(〇はひとつだけ)

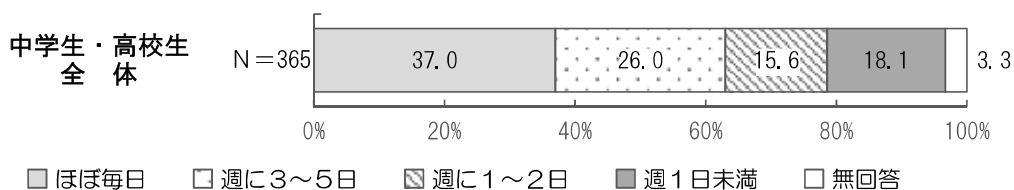


問38 朝は気持ちよく起きられますか。(〇はひとつだけ)

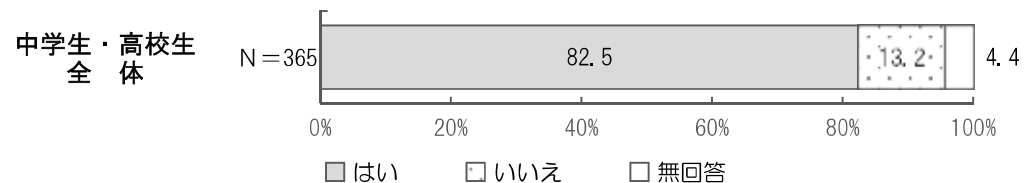


問39 部活や趣味の活動など、学校の授業以外での運動を普段どのくらいしていますか。

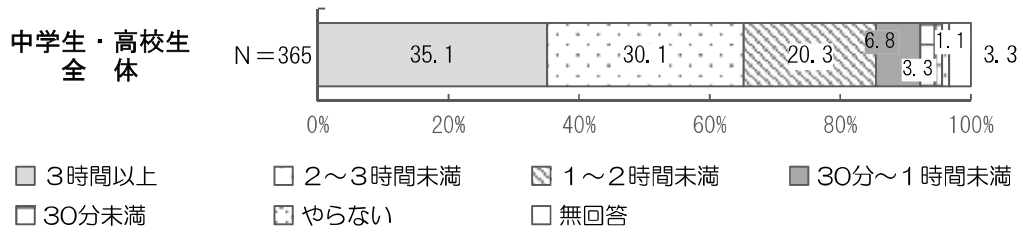
(〇はひとつだけ)



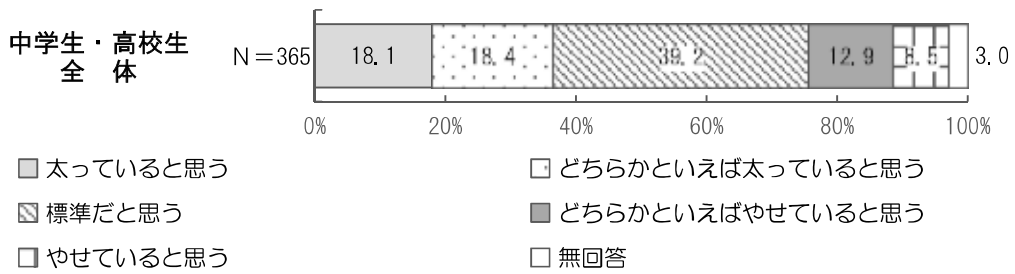
問40 一緒に遊んだり運動をする仲間(友達、先輩、後輩など)がいますか。(〇はひとつだけ)



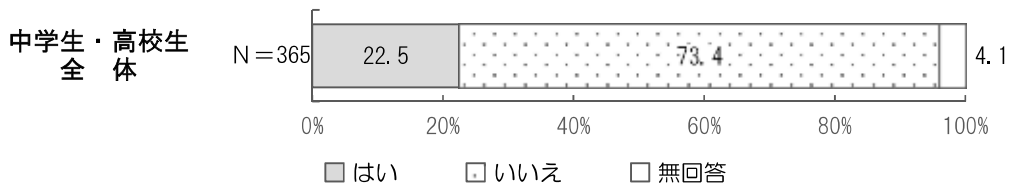
問41 普段テレビゲームや携帯型ゲーム、パソコン、スマートフォンなどをする時間はどれくらいありますか。(〇はひとつだけ)



問42 あなたは自分の体型のことをどう思いますか。(〇はひとつだけ)

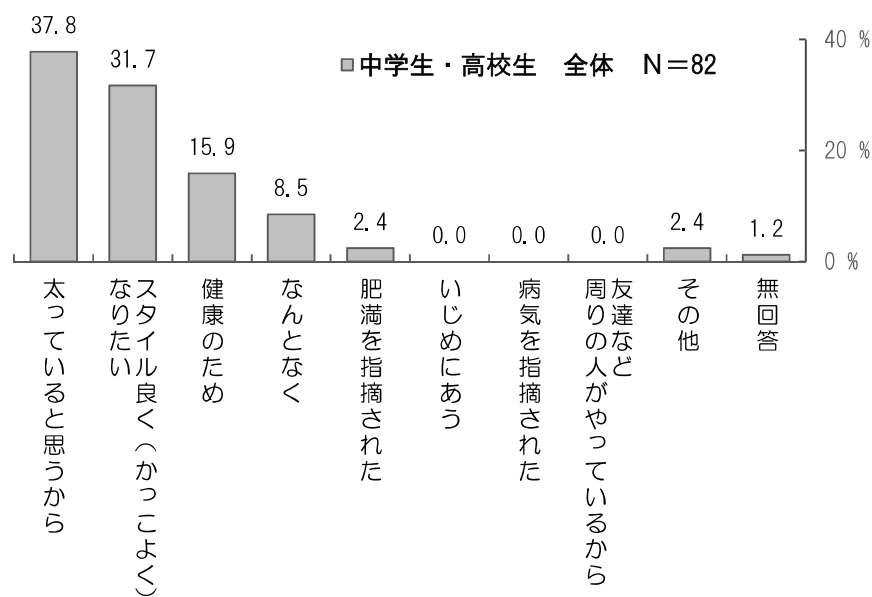


問43 あなたはダイエットをしたことがありますか。(〇はひとつだけ)

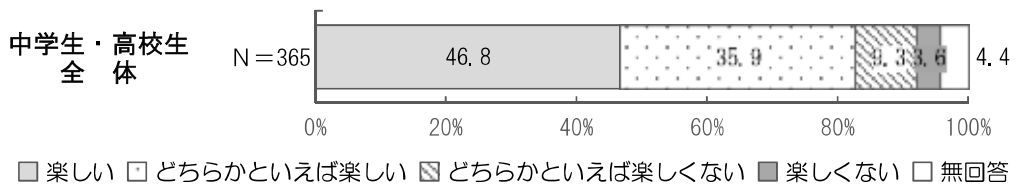


問43で「はい」と回答された方にお聞きます。

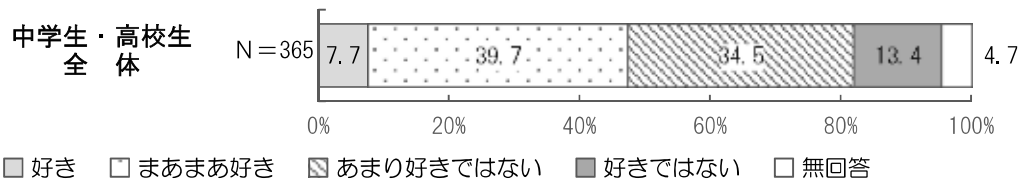
問44 ダイエットの主な目的は何ですか。(〇はひとつだけ)



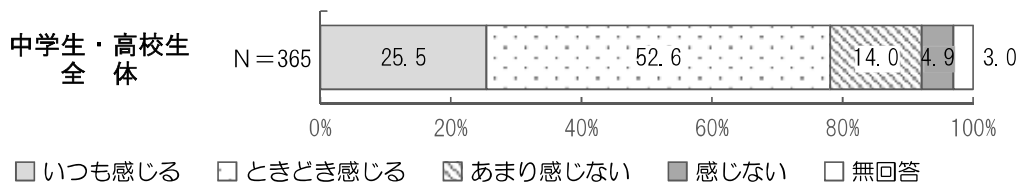
問45 今の生活は楽しいと感じていますか。(〇はひとつだけ)



問46 自分自身の事についてどう思いますか。(〇はひとつだけ)

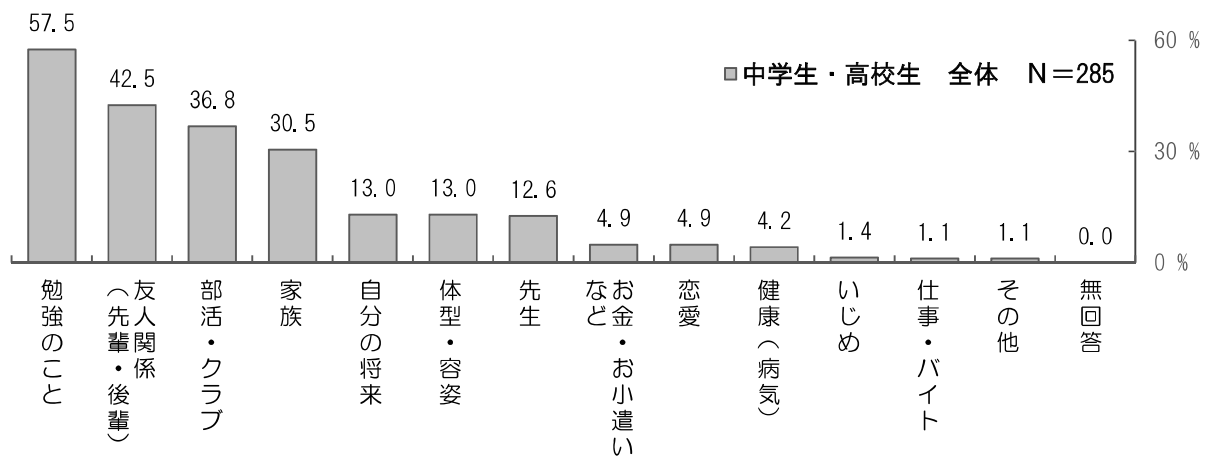


問47 ストレスを感じることがありますか。(〇はひとつだけ)

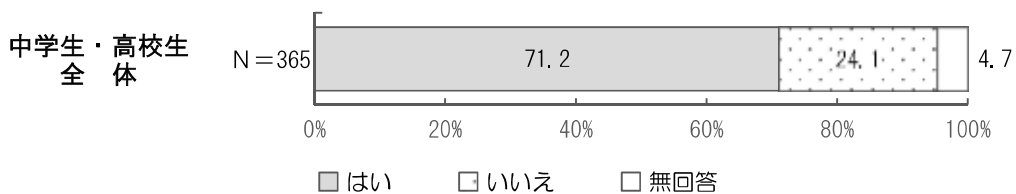


問47で「いつも感じる」「ときどき感じる」と回答された方にお聞きします。

問48 ストレスの原因は何ですか。(主なもの3つ以内に〇)

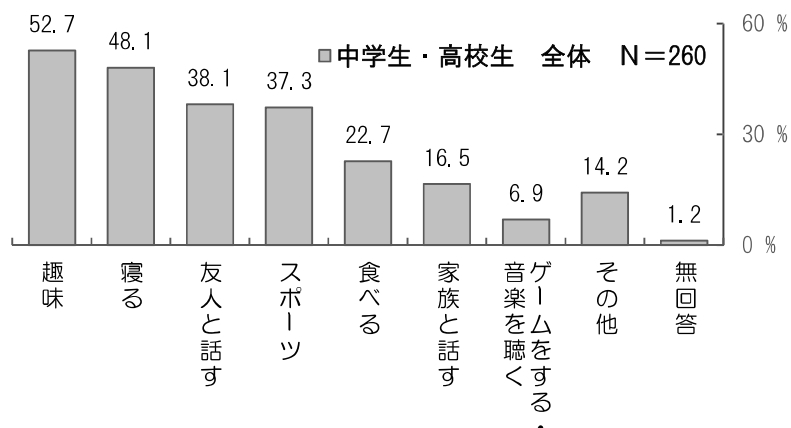


問49 自分なりのストレス解消法がありますか。(〇はひとつだけ)

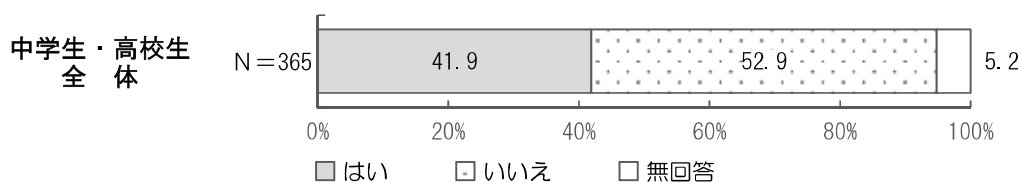


問 49 で「はい」と回答された方にお聞きします。

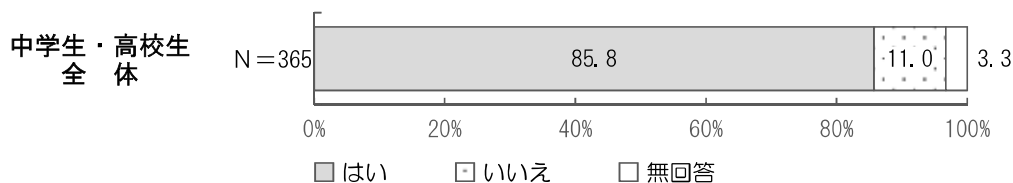
問50 ストレスをどのように解消していますか。(あてはまるものすべてに○)



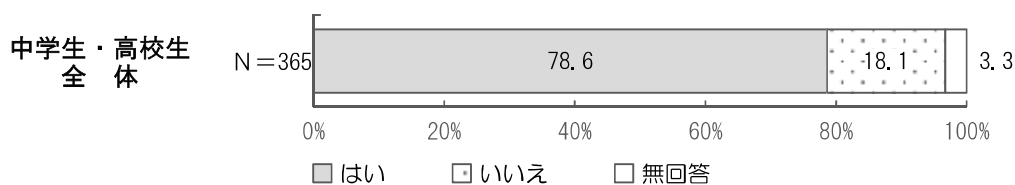
問51 助けを求めたり、誰かに相談をしたいと思うことはありますか。(○はひとつだけ)



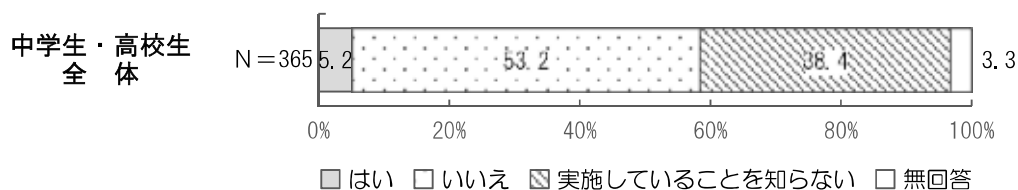
問52 悩みごとなどを相談する相手がありますか。(○はひとつだけ)



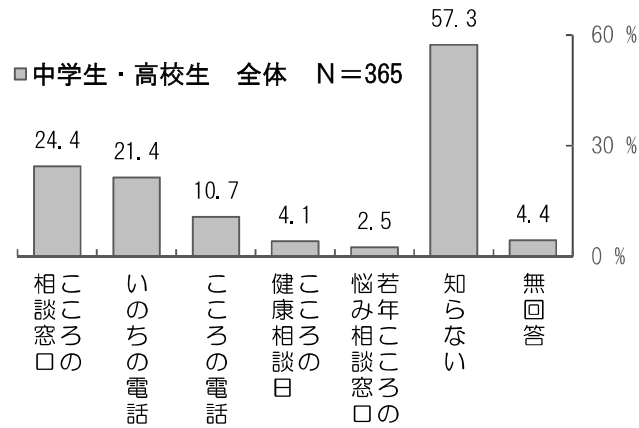
問53 信頼でき相談することができる大人がまわりにいますか。(○はひとつだけ)



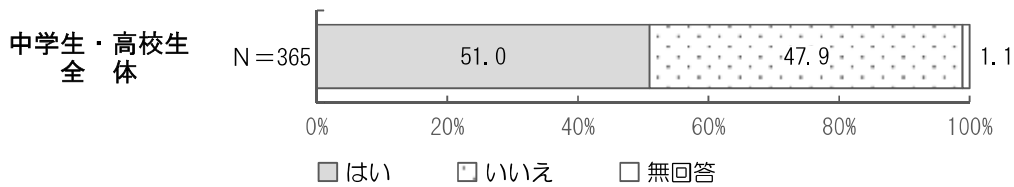
問54 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。(○はひとつだけ)



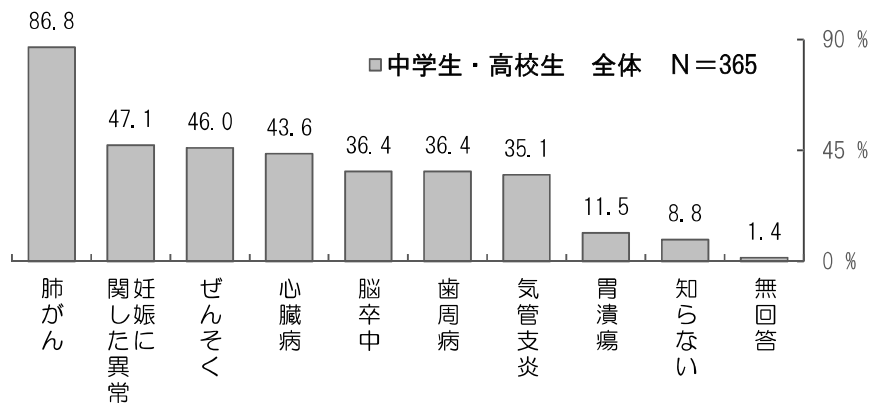
問55 こころの悩みなどの相談窓口について知っているものはありますか。(あてはまるものすべてに○)



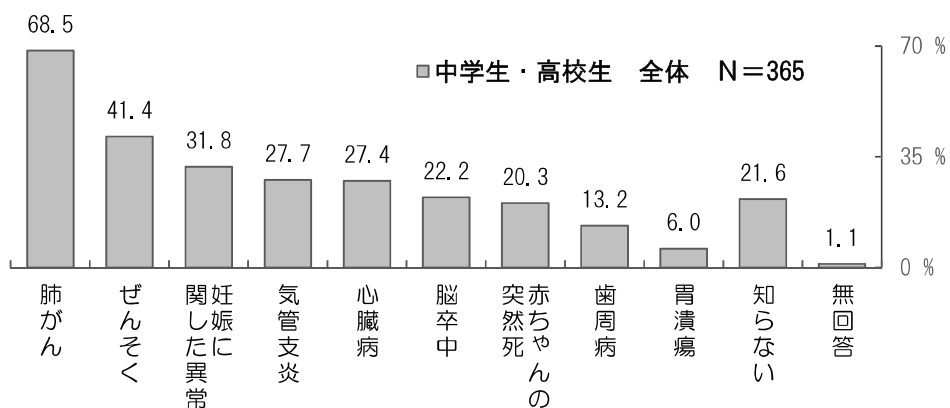
問56 同居家族の中でタバコを吸う人はいますか。(○はひとつだけ)



問57 喫煙が身体に与える影響を知っていますか。(あてはまるものすべてに○)

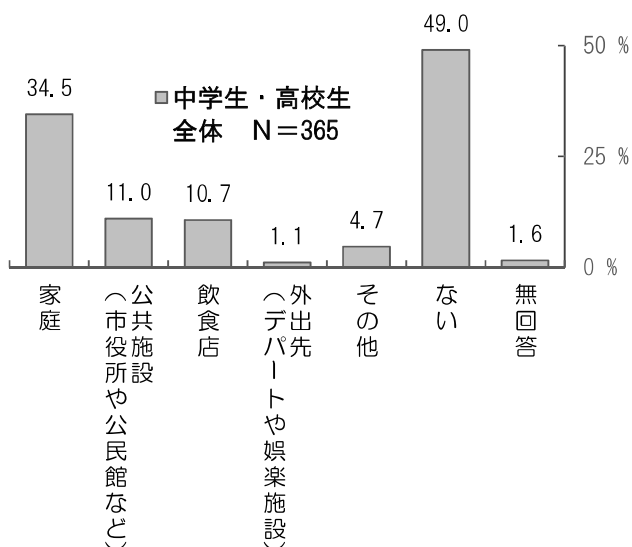


問58 受動喫煙(自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸うこと)が影響する病気として知っているものはどれですか。(あてはまるものすべてに○)

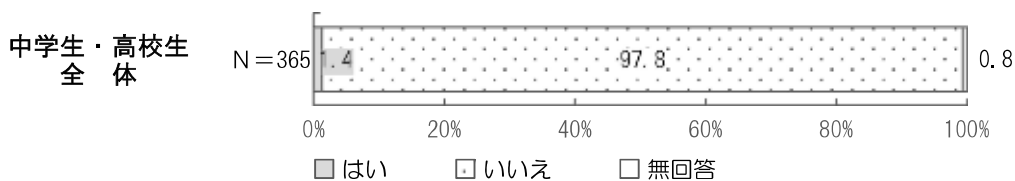


問59 この1か月間に、受動喫煙（自分以外の人が吸っていたタバコの煙を吸うこと）がありましたか。

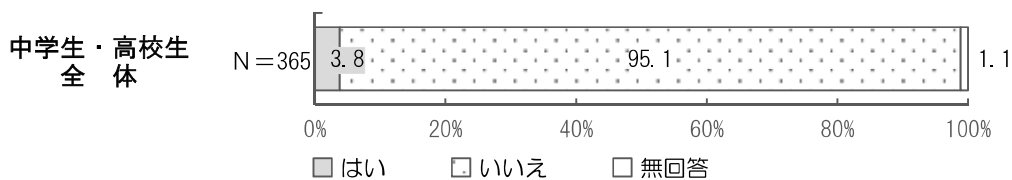
（あてはまるものすべてに○）



問60 2回以上タバコを吸ったことがありますか。（○はひとつだけ）

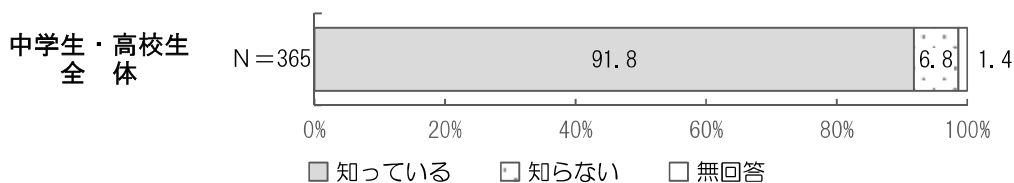


問61 2回以上お酒（アルコール飲料）を飲んだことがありますか。（○はひとつだけ）



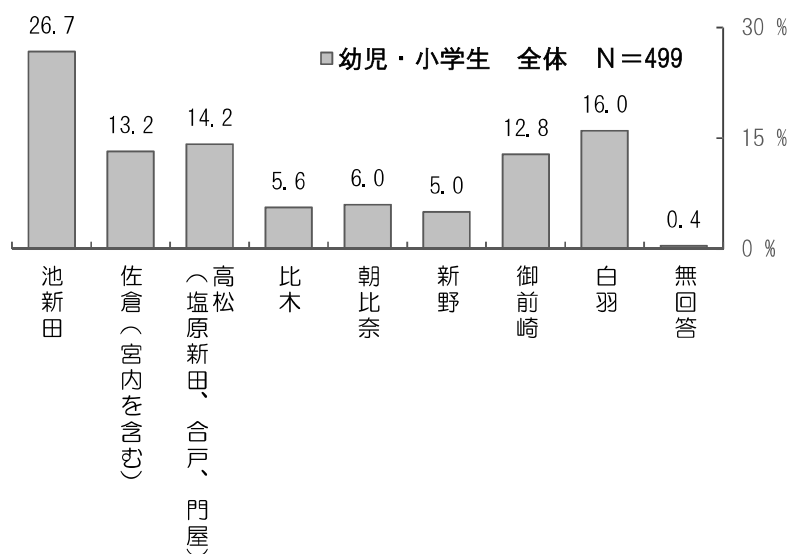
問62 シンナー、危険ドラッグなどの薬物が体に悪影響を及ぼすことを知っていますか。

（○はひとつだけ）

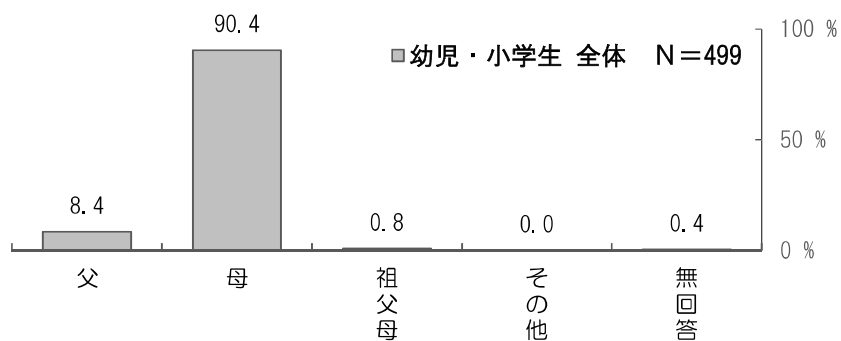


(3) 幼児・小学生調査結果

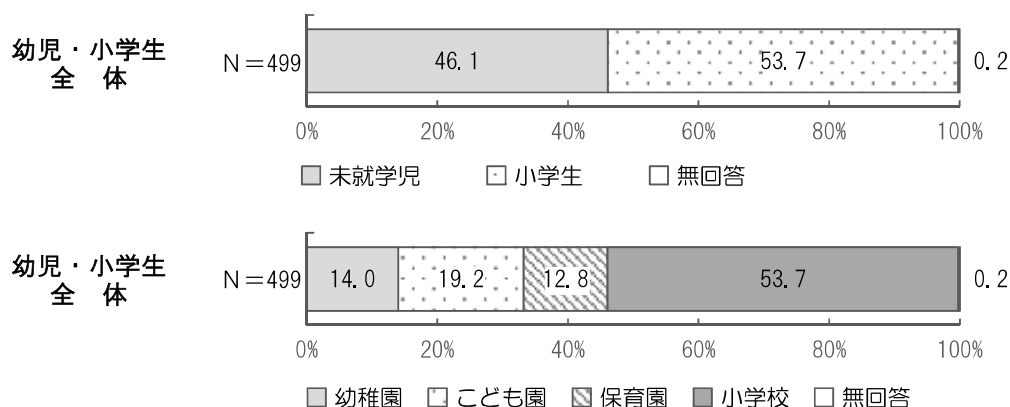
問1 お子様がお住まいの地区（行政区）はどこですか。（〇はひとつだけ）



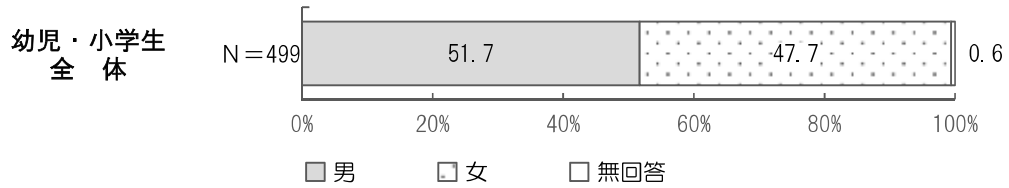
問2 このアンケートの記入者はどなたですか。（〇はひとつだけ）



問3 お子様該当するものに〇をつけてください。（〇はひとつだけ）



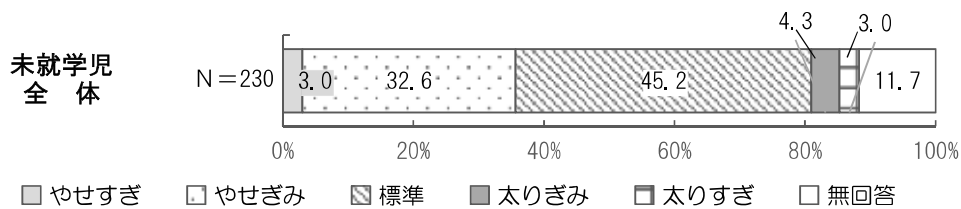
問4 お子様の性別はどちらですか。(〇はひとつだけ)



問5 カウプ指数、ローレル指数

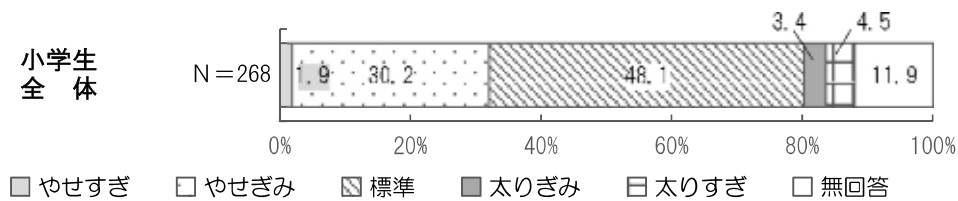
カウプ指数は、乳幼児（3ヶ月～5歳）の発育状態の程度を表す指数です。

$$\text{カウプ指数} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(cm)}^2 \times 10^4$$

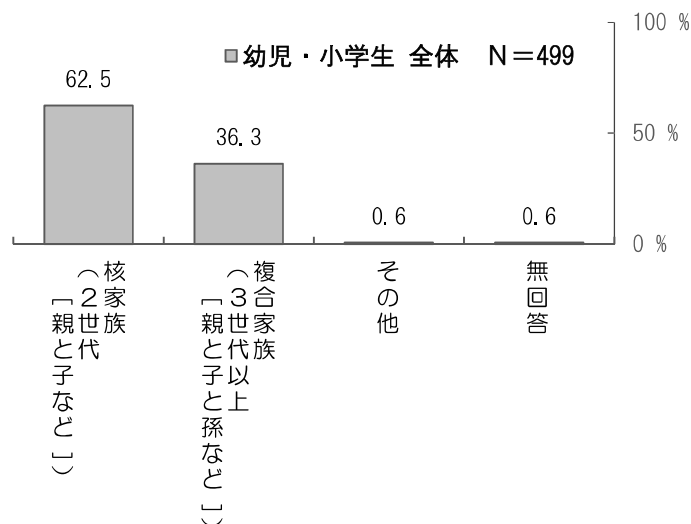


ローレル指数は、学童の肥満の程度を表す指数です。

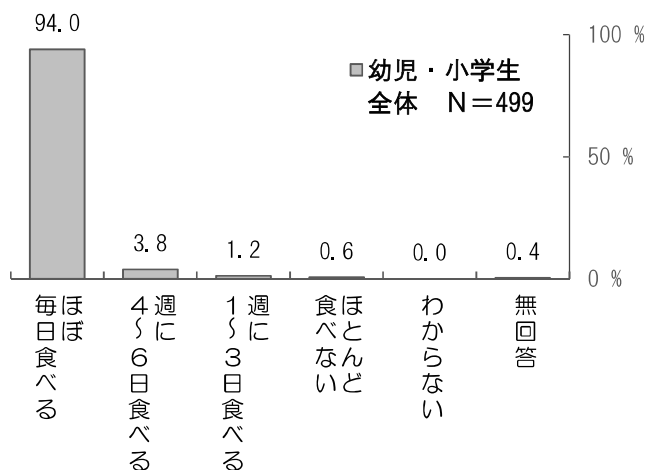
$$\text{ローレル指数} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(cm)}^3 \times 10^7$$



問6 家族構成はどれにあたりますか。(〇はひとつだけ)

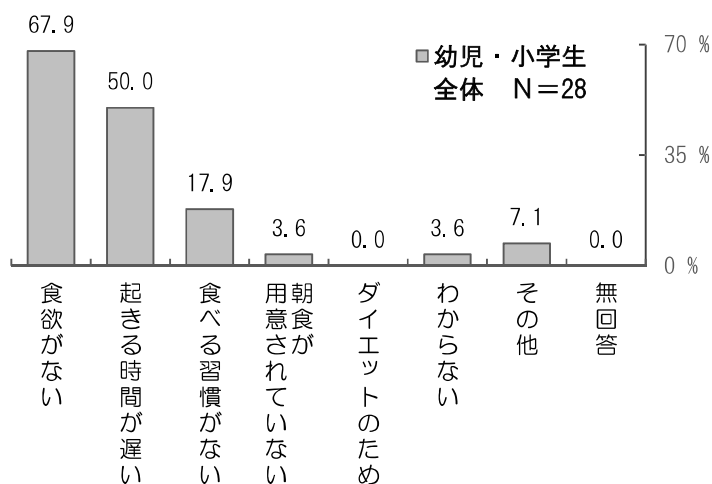


問7 お子様は、朝食を週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)

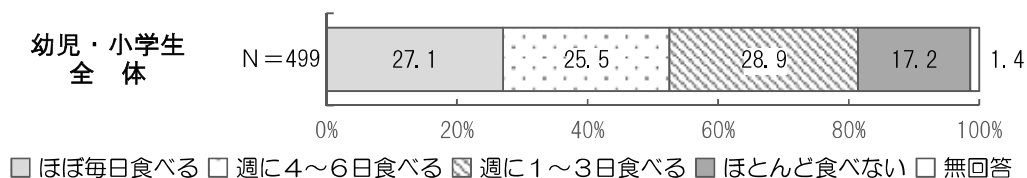


問7で「週4~6日食べる」「週1~3日食べる」「ほとんど食べない」と回答された方にお聞きます。

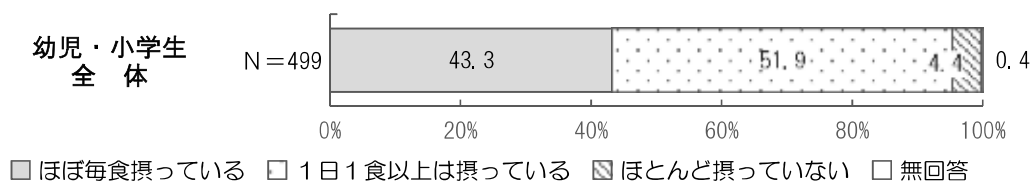
問8 朝食を、毎日食べない理由は何だと思えますか。(〇は3つまで)



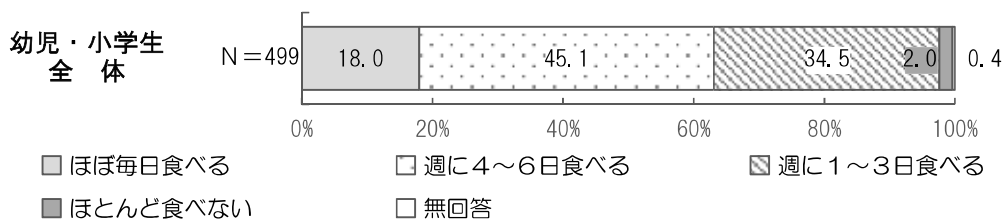
問9 お子様は、主食・主菜・副菜がそろっているなど、栄養バランスの良い朝食を、週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)



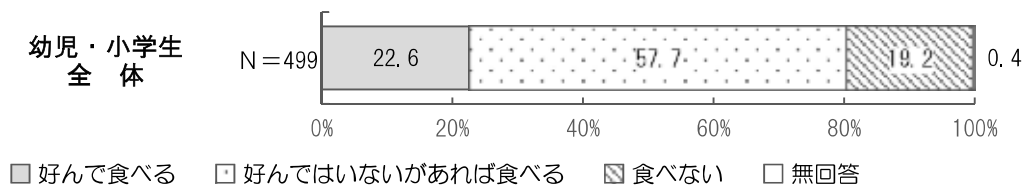
問10 お子様は、毎食野菜を摂っていますか。(〇はひとつだけ)



問11 お子様が、油を使った料理（炒め物、揚げ物など）を、1日2回以上食べる日は、週にどのくらいですか。（〇はひとつだけ）

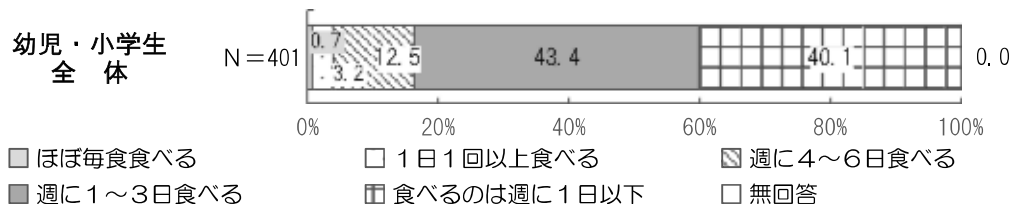


問12 お子様は、塩分の多い副菜（漬物、佃煮、梅干し、シラス干しなど）を好んで食べますか。（〇はひとつだけ）

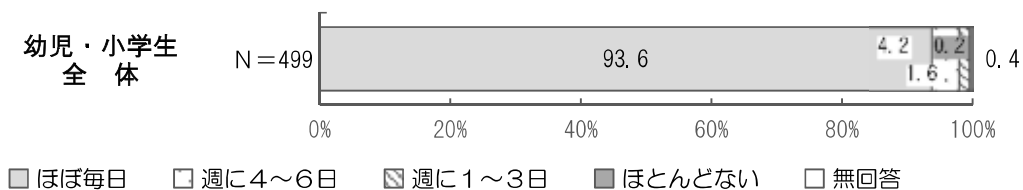


問12で「好んで食べる」「好んではないががあれば食べる」と回答された方にお聞きします。

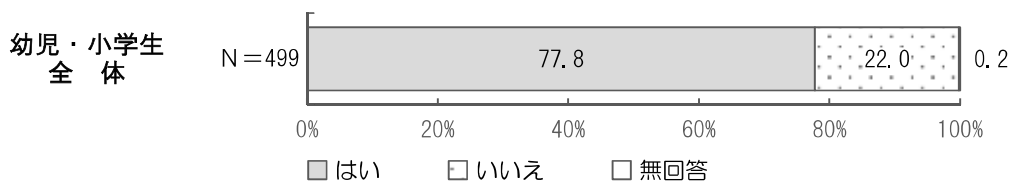
問13 お子様は、塩分の多い副菜（漬物、佃煮、梅干し、シラス干しなど）を週にどのくらい食べますか。（〇はひとつだけ）



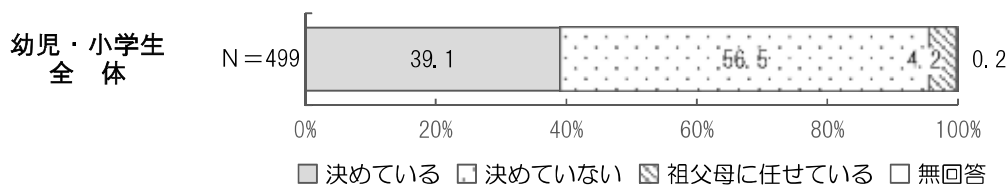
問14 お子様が、1日1回以上家族（全員でなくても構いません）と共に食事をする日は、週にどのくらいありますか。（〇はひとつだけ）



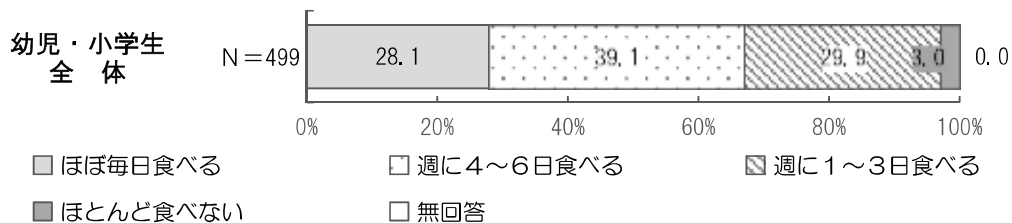
問15 お子様は、毎食「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしますか。（〇はひとつだけ）



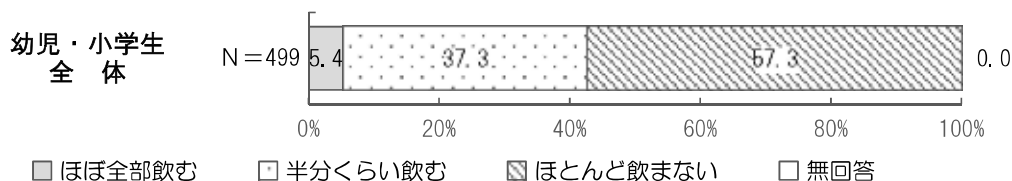
問16 お子様のおやつ回数や量を決めていますか。(〇はひとつだけ)



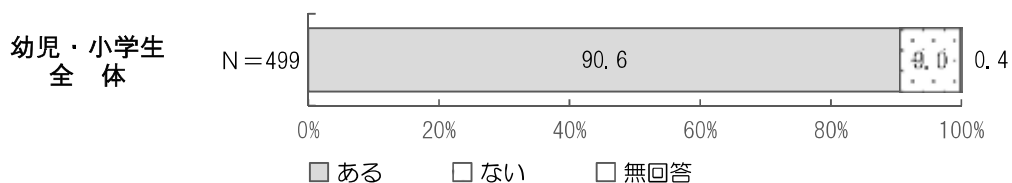
問17 お子様は、チョコレートやアイス、クッキー、ゼリー、プリンなどの甘い菓子を週にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)



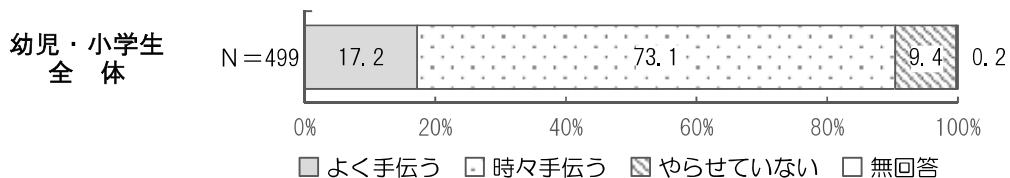
問18 お子様は、うどん、そば、ラーメンなどを食べるとき、つゆ(スープ)をどのくらい飲みますか。(〇はひとつだけ)



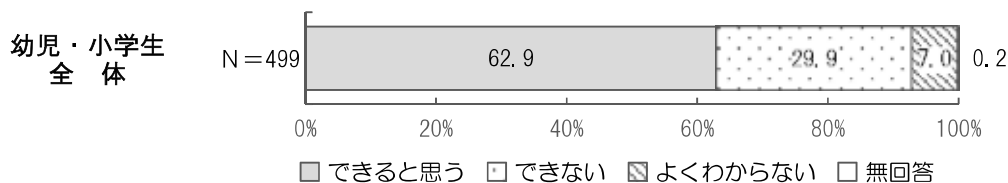
問19 お子様は、ここ1年で、野菜の栽培、収穫、魚釣りのいずれかを体験しましたか。(園や学校での体験も含みます。)(〇はひとつだけ)



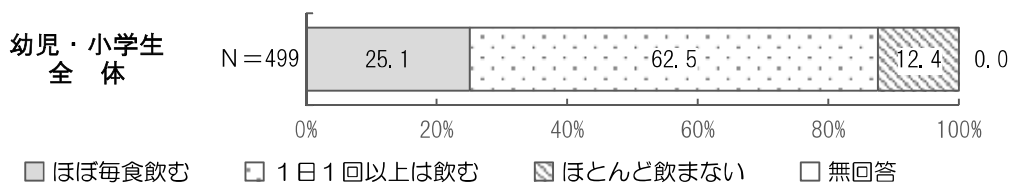
問20 お子様は、家で料理や食事の手伝いをしますか。(〇はひとつだけ)



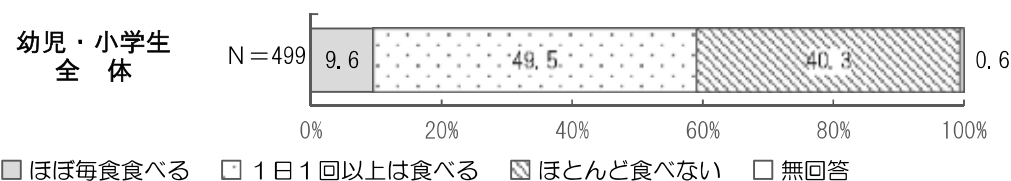
問21 お子様は、お箸を正しい持ち方で持てますか。(〇はひとつだけ)



問22 お子様は、みそ汁やスープなどの汁物を1日にどのくらい飲みますか。(〇はひとつだけ)

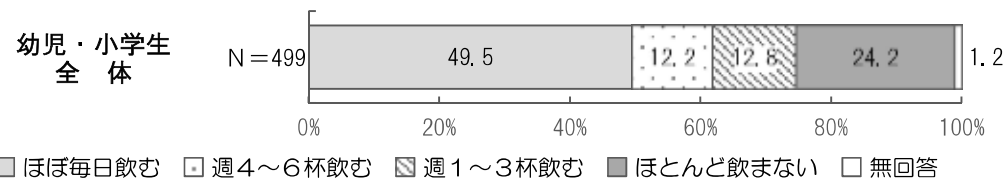


問23 お子様は、果物を1日にどのくらい食べますか。(〇はひとつだけ)



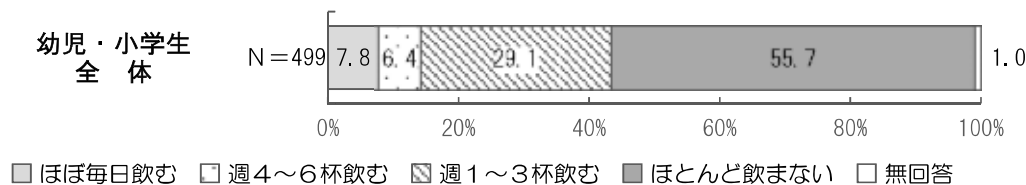
問24 ①お子様は、【緑茶（お茶の葉から浸出するもの）】を週にどのくらい飲みますか。

(〇はひとつだけ)



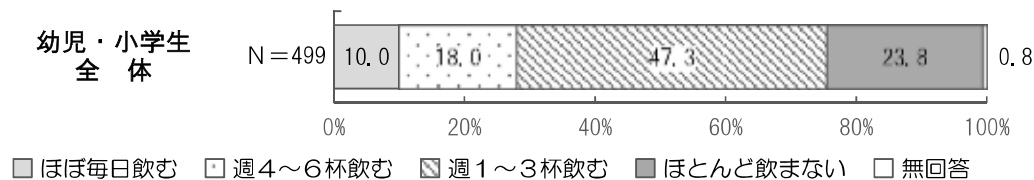
問24 ②お子様は、【缶、ペットボトル入りの緑茶】を週にどのくらい飲みますか。

(〇はひとつだけ)

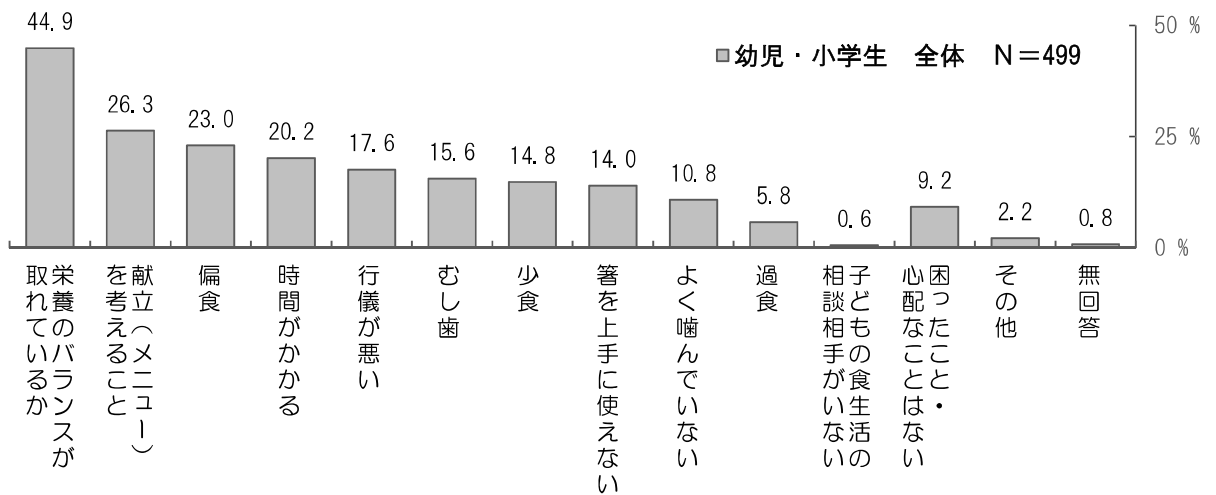


問24 ③お子様は、【甘みのある（砂糖の入っている）飲み物】を週にどのくらい飲みますか。

(〇はひとつだけ)

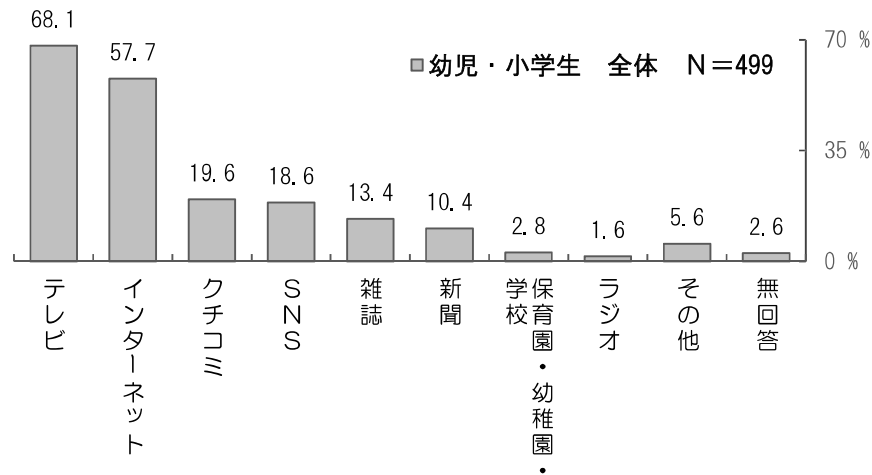


問25 お子様の食生活で困ったこと、心配なことは何ですか。(〇は3つまで)

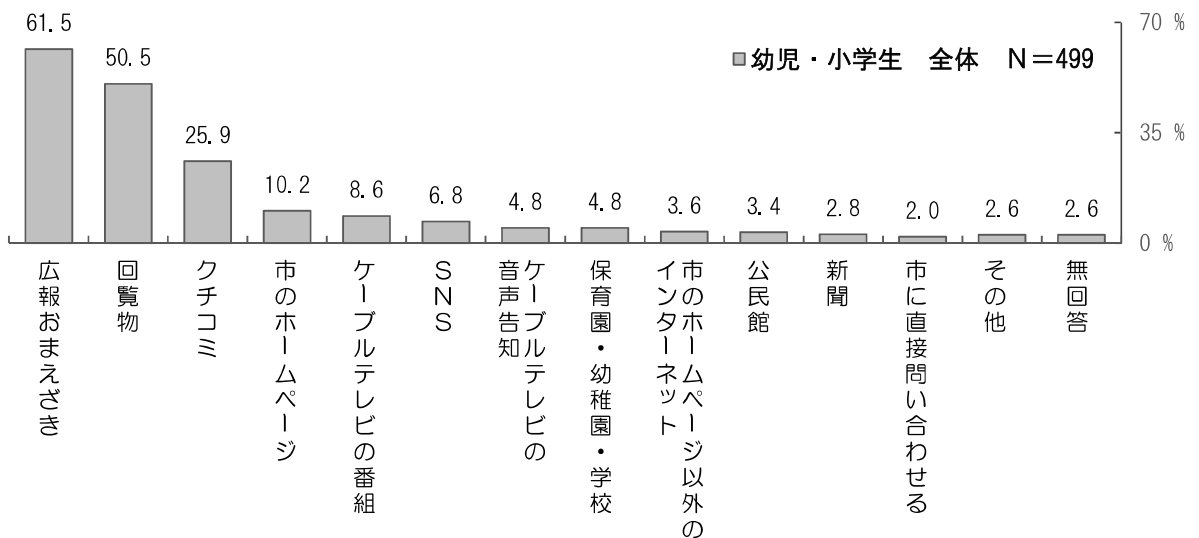


問26 お子様の食や健康に関する情報は、どこから得ることが多いですか。(主なものを3つまでに〇)

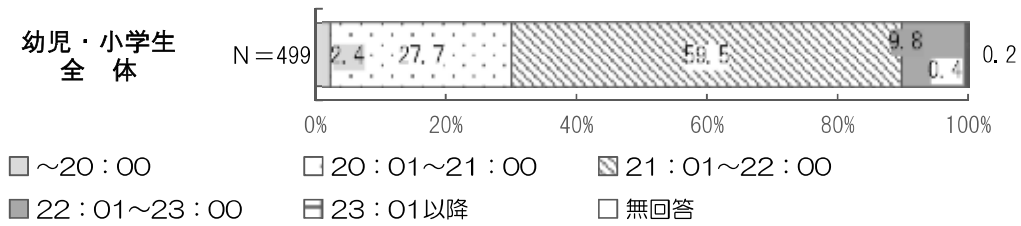
(主なものを3つまでに〇)



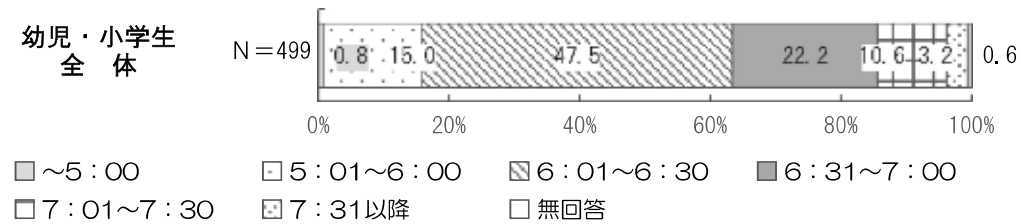
問27 お子様に関する市の情報はどこから得ることが多いですか。(〇は3つまで)



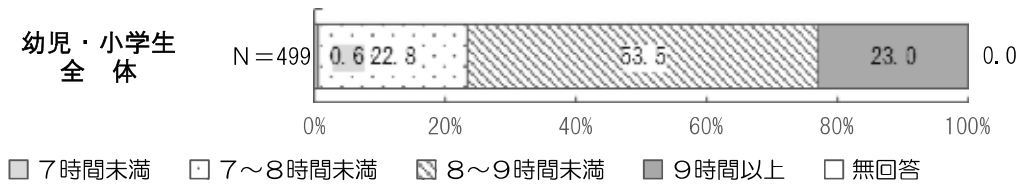
問28 お子様の普段の就寝時間はだいたい何時ですか。(〇はひとつだけ)



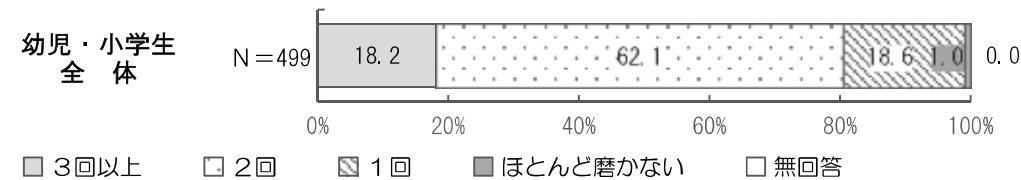
問29 お子様の普段の起床時間はだいたい何時ですか。(〇はひとつだけ)



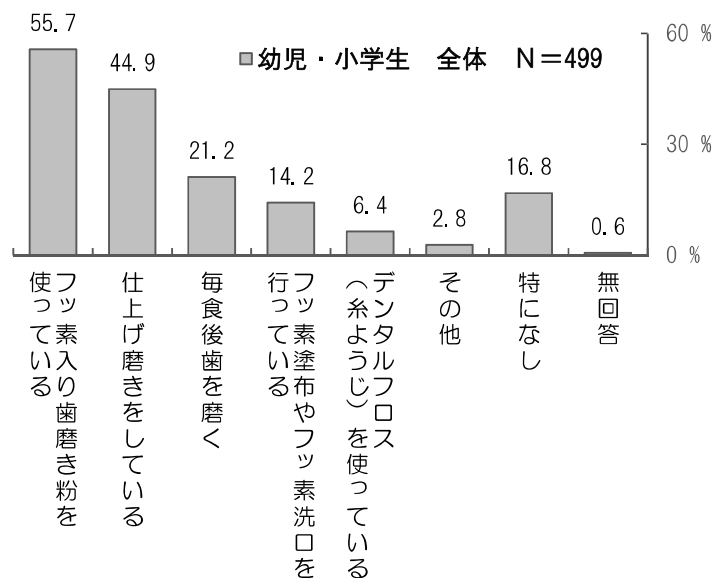
問30 お子様の睡眠時間は平均するとどのくらいですか。(〇はひとつだけ)



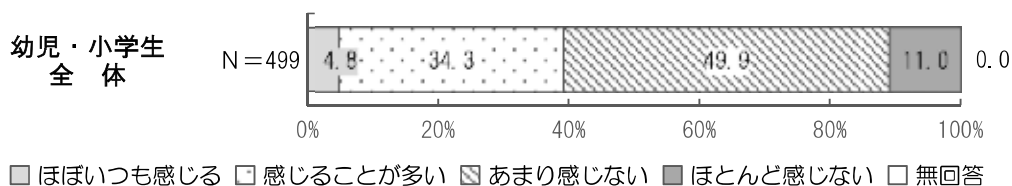
問31 1日に何回歯磨きをしていますか。(〇はひとつだけ)



問32 歯磨きの時、日ごろから心がけていることはありますか。(あてはまるものすべてに〇)

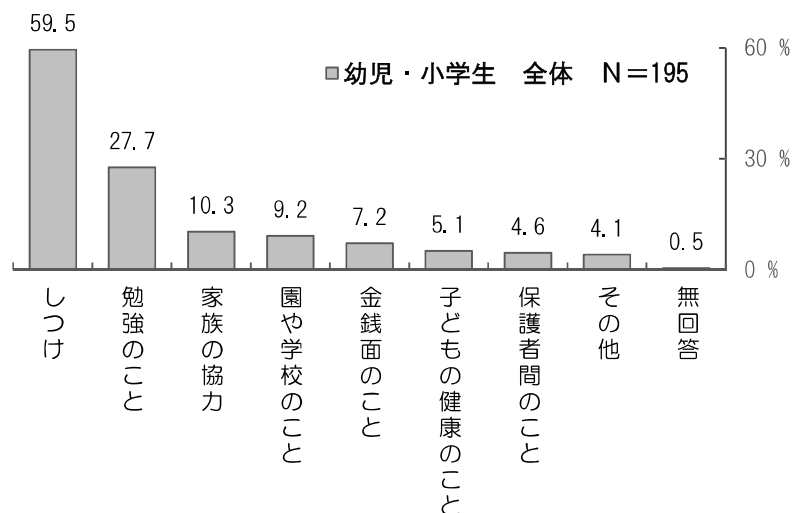


問33 お子様の子育てをされていてストレスを感じることがありますか。(〇はひとつだけ)

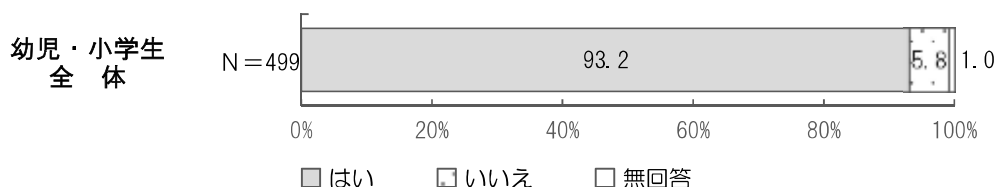


問33で「ほぼいつも感じる」「感じるが多い」と回答された方にお聞きます。

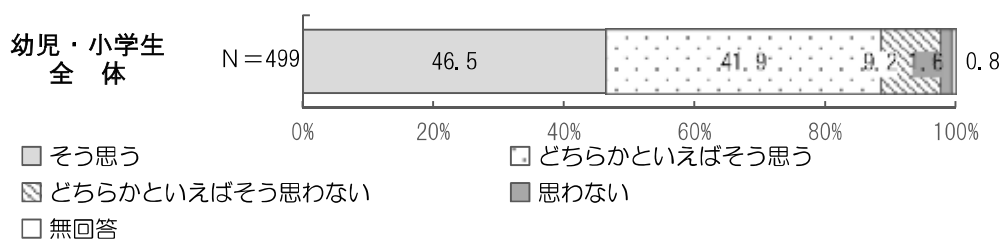
問34 そのストレスの原因は何ですか。(主なものひとつに〇)



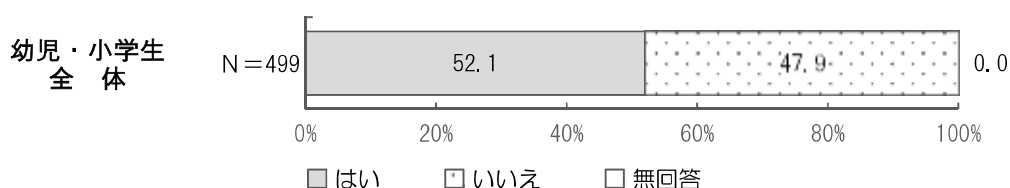
問35 お子様の子育てについて相談できる人はいますか。(〇はひとつだけ)



問36 お子様の家族は、子育てや家事に積極的に参加していますか。(〇はひとつだけ)

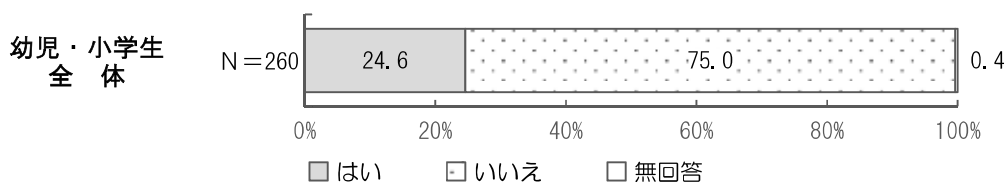


問37 お子様の同居家族の中でタバコを吸う人はいますか。(〇はひとつだけ)



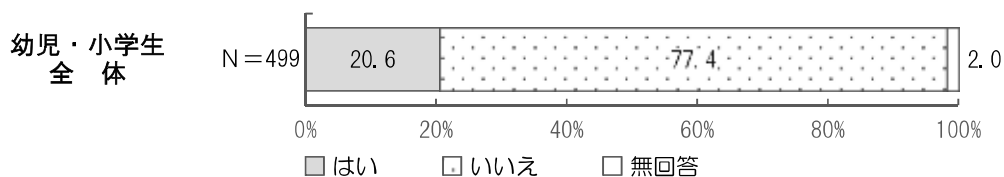
問 37 で「はい」と回答された方にお聞きします。

問38 その人がお子様の近くでタバコを吸うことがありますか。(〇はひとつだけ)



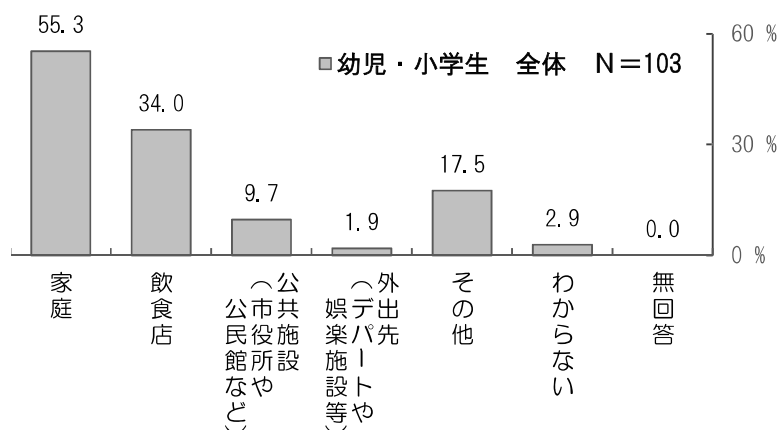
問39 この1か月にお子様の受動喫煙（他人が吸っていたタバコの煙を吸うこと）がありましたか。

(〇はひとつだけ)

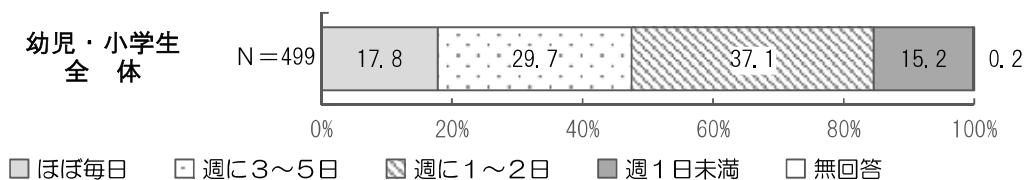


問 39 で「はい」と回答された方にお聞きします。

問40 どこで受動喫煙がありましたか。(あてはまるものすべてに〇)



問41 園や学校での活動以外に運動やスポーツを普段どのくらいしていますか。(〇はひとつだけ)



問42 テレビゲームや携帯型ゲーム、パソコン、スマートフォンで遊ぶ時間を決めていますか。

(〇はひとつだけ)

