

## 高知市食育に関するアンケート調査

小5・中2用



それぞれの質問にあてはまるものの番号に <sup>まる</sup>○ をつけてください。

問1 あなたの学年を教えてください。

1. 小学5年生                      2. 中学2年生

問2 あなたが「食」に関することで行っていることは何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 一日3食きちんと食べる                      2. 決まった時間に食べる                      3. 栄養バランスのとれた食事  
4. よくかんで食べる                      5. 家族や友人と楽しく食べる                      6. 食事のマナーに気をつける  
7. 食べ物を大切に作る                      8. 食事を作ってくれた人へ感謝する  
9. 行事の食べ物や郷土料理を食べる                      10. 野菜を育てたり魚をとったり、酪農体験をする  
11. その他(                      )                      12. 特にない

問3 あなたは、ふだん朝食を食べていますか。

1. ほとんど毎日食べる → 問5へ  
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

問4 問3で「ほとんど毎日食べる」以外をえらんだ人にお聞きます。

朝食を食べない一番の理由は何ですか。12選んでください。

1. 時間がない                      2. 食欲がない                      3. 食事が用意されていない  
4. 作るのが面倒だ                      5. 食べる習慣がない                      6. その他(                      )

問5 あなたは学校がある日、朝何時におきていますか。

1. 6時30分まで                      2. 7時まで                      3. 7時30分まで                      4. 8時まで                      5. 8時よりあと

問6 あなたは、あした学校があるという日には、夜何時にねていますか。

1. 9時まで                      2. 10時まで                      3. 11時まで                      4. 12時まで                      5. 12時よりあと

問7 あなたは、平日(学校がある日)、朝食を誰かと一緒に食べますか。

1. 誰かと一緒に食べることが多い                      2. 一人で食べることが多い                      3. 朝食を食べない

問8 あなたは、平日(学校がある日)、夕食を誰かと一緒に食べますか。

1. 誰かと一緒に食べることが多い                      2. 一人で食べることが多い                      3. 夕食を食べない

問9 おいしく食べるためには、口の健康が大切ですが、あなたは、歯をみがく時、歯ぐきから血がでることがあります。

1. ある                      2. ない

問 10 口の健康のために、あなたが気をつけていることは何ですか。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 鏡で歯や歯ぐきの観察をする
2. 丁寧に歯をみがく
3. フッ素入りの歯磨剤を使う
4. 定期的に歯医者さんへ受診する
5. 口の体操をする(あいうべ体操など)
6. その他( )
7. 特にない

問 11 あなたは、ふだん、ゆっくりよく噛んで食べていますか。12選んでください。

1. ゆっくりよく噛んで食べている
2. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べている
3. どちらかといえばゆっくりよく噛んで食べていない
4. ゆっくりよく噛んで食べていない

問 12 あなたは、おせち料理や七草がゆ、冬至のかぼちゃ料理といった、伝統的な行事の食べ物を家で食べる  
ことがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. まったくない

問 13 あなたは、高知ならではの料理や食材(皿鉢料理、いたどりなど)を食べたことがありますか。

1. 食べたことがある
2. 食べたことがない
3. 高知ならではの料理や食材を知らない

問 14 あなたは、地域の人や家族と一緒に、高知ならではの食(皿鉢料理や田舎ずし、山菜採りやタタキづくり  
など)を楽しむことがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. ほとんどない
4. したことがない

問 15 高知市では木曜市や日曜市などの街路市が開かれています。あなたは街路市に行くことがあります  
か。

1. よく行く
2. ときどき行く
3. ほとんど行かない
4. 行ったことがない

問 16 あなたは、食べ残しをしないように心がけていますか。

1. いつも心がけている →問 17 へ
2. ある程度心がけている →問 17 へ
3. あまり心がけていない →問 18 へ
4. まったく心がけていない →問 18 へ

問 17 どんなことを心がけていますか。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 好き嫌いをしない
2. 一口だけでも食べてみる
3. 食べることができる量に調整する

問 18 あなたは、「食品ロス」が問題となっていることを知っていますか。

※食品ロスとは、「本来食べられるにもかかわらず捨てられる食品」のことです。

1. よく知っている
2. ある程度知っている
3. あまり知らない
4. まったく知らない

アンケートはこれでおわりです。ご協力ありがとうございました。