

奈良市「食育」に関する意識調査（高校生）

奈良市では、「食」を通じた健康づくりと豊かな人間形成をめざす「食育」を推進するため、「奈良市食育推進計画」に基づいて様々な取り組みを実施しています。この調査は、食育を総合的に推進するための基礎資料を得る目的で、高校生の皆様の「食」に関する意識や日頃の生活等についてのお考えをお聞かせいただくために実施するものです。調査の趣旨をご理解いただきご協力いただきますようよろしくお願い申し上げます。
この調査は無記名で行い、ご回答いただいた内容はプライバシーの保護に注意し、アンケートの目的以外に使うことはありませんので、あなたが思ったとおりに答えてください。
なお、アンケートに答えなくても成績などあなたの不利になることはありません。

以下の質問に対する答えを右に記入してください。

◆あなたの性別 1 男 2 女

性別

◆1週間の生活についておたずねします。

問1 平日 時 分 ごろ
 休日 時 分 ごろ

問1 ふだん何時ごろ起きますか。平日と休日にわけてお書きください。（24時間制で記入）

問2 ふだん何時ごろ寝ますか。平日と休日にわけてお書きください。（24時間制で記入）

問2 平日 時 分 ごろ
 休日 時 分 ごろ

問3 毎日朝食を食べますか。（いずれか1つ）

1 ほぼ毎日食べる ☒ 問5へ進む。
2 週に4～5日は食べる 3 週に2～3日は食べる 4 ほとんど毎日食べない

問3

2、3、4と答えた人は問4へ進む

問4 朝食を食べない時のもっとも大きな理由はなんですか。（いずれか1つ）

1 起きるのがおそく時間がないため 2 やせたい、ダイエットのため 3 食欲がないため
4 朝食を普段から食べない 5 朝食が準備されていないため 6 食事を準備するのが面倒なので
7 時間が不規則だから 8 なんとなく(深い理由はない) 9 その他()

問4

問5 あなたは、ふだん朝食・昼食・夕食のそれぞれで、『主食(ごはん・パン・麺など)』『主菜(肉・魚・卵・豆腐などの料理)』

『副菜(野菜を中心にした料理)』をとっていますか。（朝食・昼食・夕食のそれぞれについて、あてはまるものすべて）

朝食： 1 主食 2 主菜 3 副菜 4 食べない
昼食： 1 主食 2 主菜 3 副菜 4 食べない
夕食： 1 主食 2 主菜 3 副菜 4 食べない

問5 朝食
 昼食
 夕食

【記入例】 「朝食にパン・野菜サラダを食べる場合」
朝食: ① 主食 2 主菜 ③ 副菜 4 食べない ➡ 1、3 と記入

問6 一日に、野菜料理を何皿食べますか(○は1つだけ)

※小皿(小鉢)1皿分の目安は、1人前のおひたしや野菜サラダ、具たくさん味噌汁1杯分です。
1 小皿(小鉢)で5皿(鉢)以上 2 小皿(小鉢)で3～4皿(鉢) 3 小皿(小鉢)で1～2皿(鉢)
4 ほとんど食べない

問6

問7 夕食は何時ごろに食べる人が多いですか。平日と休日にわけてお書きください。（24時間制で記入）

問7 平日 時 分 ごろ
 休日 時 分 ごろ

問8 ふだんどのように食事をすることが多いですか。（いずれか1つ）

朝 食

1 家族そろって食べる 2 家族の誰かと食べる 3 子どもだけで食べる
4 一人で食べる 5 友人と食べる 6 その他() 7 食べない

問8 朝食

昼 食

1 家族そろって食べる 2 家族の誰かと食べる 3 子どもだけで食べる
4 一人で食べる 5 友人と食べる 6 その他() 7 食べない

昼食

夕 食

1 家族そろって食べる 2 家族の誰かと食べる 3 子どもだけで食べる
4 一人で食べる 5 友人と食べる 6 その他() 7 食べない

夕食

問9 食事の時、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつはしていますか。（いずれか1つ）

1 いつもする 2 よくする 3 あまりしない 4 しない

問9

問10 料理や食事の用意などの手伝いをしますか。（いずれか1つ）

1 毎日する 2 週に5・6日する 3 週に3・4日する 4 週に1・2日する
5 しない ➡ 問12へ進む。

1234と答えた人は問11へ進む。

問10

問11 どのような手伝いをしていますか。（あてはまるものすべて）

1 買い物 2 調理 3 食卓(テーブル)の準備 4 食器をさげる 5 食器を洗う
6 ごみ出し 7 その他()

問11

★★★裏に続く★★★

