

食育アンケート

「食べること」についての考えやふだんしていることなどについてお聞きします。
回答内容は、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教えてください。

◆自分の学年と性別に○をしましょう。

- <学年> ① 小学5年生 ② 中学2年生
<性別> ① 男 ② 女

◆1週間の生活で、自分にもっとも当てはまるものをえらんで、番号に○をしましょう。

問1 いつも、何時ごろ起きますか。(24時間制で記入)

時 分ごろ

問2 いつも何時ごろ寝ますか。(24時間制で記入)

時 分ごろ

問3 毎日朝ごはんを食べますか。(ひとつだけ○)

- ① 毎日食べる ← 問5へ進む。
② 週に5・6日食べる ③ 週に3・4日食べる ④ 週に1・2日食べる ⑤ 食べない

②③④⑤と答えた人は4の問いに教えてください。

問4 朝ごはんを食べない時のもっとも大きな理由はなんですか。(ひとつだけ○)

- ① 食べる時間がないから ② 食欲がないから ③ いつも食べないから ④ 太りたくないから
⑤ 朝ごはんが用意されていないから ⑥ その他()

問5 朝ごはんによく食べるものはなんですか。(ひとつだけ○)

- ① ごはん ② パン ③ シリアル類(コーンフレークなど) ④ めん類(うどんなど)
⑤ その他() ⑥ 朝ごはんは食べない

問6 朝ごはんに野菜は食べますか。(ひとつだけ○)

- ① 毎日食べる ② 週に5・6日食べる ③ 週に3・4日食べる ④ 週に1・2日食べる ⑤ 食べない

問7 夕食は何時ごろに食べる人が多いですか。(24時間制で記入)

時 分ごろ

問8 いつもどのように食事をしていますか。(ひとつだけ○)

朝食

- ① 家族そろって食べる ② 大人の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 その他() ⑥ 食べない

夕食

- ① 家族そろって食べる ② 大人の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 その他() ⑥ 食べない

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。(ひとつだけ○)

- ① いつもする ② よくする ③ あまりしない ④ しない

問10 料理や食事の用意などのお手伝いをしますか。(ひとつだけ○)

- 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

①②③④と答えた人は11の問いに答えてください。

問12へ進む。

問11 どのようなお手伝いをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

- 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12 食べ物の好ききらいはありますか。(ひとつだけ○)

- ① ない ② ほとんどない ③ 少しある ④ 多い

問13 きらいなものでも食べていますか。(ひとつだけ○)

- ① がまんして食べる ② 学校では食べる ③ 少しだけ食べる ④ 食べない

問14 次のようなことを感じることはありませんか。(ひとつだけ○)

- ◆体のだるさや疲れやすさを感じる ① よく感じる ② ときどき感じる ③ たまに感じる ④ ない
◆イライラする ① よく感じる ② ときどき感じる ③ たまに感じる ④ ない

問15 食事を楽しいと感じるのはどんな時ですか。(3つまで○)

- ① 朝食のとき ② 学校給食(お弁当)のとき ③ 夕食のとき ⑤ 外食するとき ⑥ 一人で食べるとき
⑦ 自分で作ったり手伝ったりしたものを食べる時 ⑧ その他()

問16 自分だけで料理を作りますか。(ひとつだけ○)

- ① よく作っている ② ときどき作ることがある(週に1回程度) ③ ほとんど作らない

問17 あなたは夜食(夕食を食べてから寝るまでの間に食べるもの)を食べますか。(ひとつだけ○)

- ① ほとんど毎日食べる ② 1週間に4・5日食べる ③ 1週間に2・3日食べる
④ ほとんど食べない

①②③と答えた人は18の問いに答えてください。

問19へ進む。

問18 よく食べる夜食はどれですか。(3つまで○)

- ① アイスクリーム類 ② ジュース類 ③ スナック菓子(ポテトチップスなど) ④ ココアやコーヒーなど
⑤ 牛乳・乳製品 ⑥ プリン・ゼリー ⑦ ガム・あめ・ラムネなど ⑧ 甘い菓子(チョコレート・ケーキ)
⑨ 塩からい菓子(おかき・せんべい) ⑩ くだもの ⑪ インスタント食品(ラーメン・スープ)
⑫ おにぎりやパン・ピザなど ⑬ その他()

問19 将来一人で食生活をしていく場合、必要なことはどんなことだと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 調理ができる ② 何をどれだけ食べたらよいか分かる ③ 安全な食品を選ぶことができる
④ 食品の正しいあつかい方がわかる ⑤ その他()

問20 食べ残し(ごはんやおかずを食べずに残すこと)について、もったいないと思いますか。(ひとつだけ○)

- ① 思う ② ときどき思う ③ あまり思わない ④ 思わない ⑤ わからない

問21 食事について家の人にどのようなことを言われますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 早く食べなさい ② 好き嫌いをしてはいけません ③ 姿勢に気をつけなさい ④ おはしを正しく持ちなさい
⑤ 残さず食べなさい ⑥ 食べ過ぎなので気をつけなさい ⑦ よくかんで食べなさい ⑧ 特に何も言わない
⑨ その他()

ご協力ありがとうございました。