

## 加古川市「健康」と「食」についてのアンケート調査

### アンケート調査ご協力のお願い

日頃より市政全般にご理解とご協力を賜りましてありがとうございます。

加古川市では、市民の皆様が生涯にわたり健康でいきいきと、安心して暮らせることを目指して、平成 30 年 3 月に見直し・策定されたウェルネスプランかこがわ 第 2 次健康増進計画・第 2 次食育推進計画のもと市民の健康づくりを推進しています。

本アンケート調査は、幼児を持つ市民の方に、お子様（5 歳児）や保護者の方の健康や食に関する意識や実態をうかがい、次期計画策定の基礎資料とし、今後の市政に活用していくために実施いたします。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、本調査の趣旨をご理解の上、何卒ご協力いただきますようお願い申し上げます。

本アンケートは、個人を特定するものではありませんので、お名前と住所のご記入は不要です。ご回答いただいた内容は、厳重な管理のもと、すべて統計的に処理し、調査の目的以外に使用することはございません。

令和 5 年 6 月

加古川市長 岡田 康裕

### 記入にあたってのお願い

アンケート設問数 : 25 問  
アンケート所要時間: 5 分(目安)

- (1) 本調査には、保護者の方がお答えください。  
お子様(5歳児)のことについてお尋ねする質問と保護者の方にお尋ねする質問があります。
- (2) 回答は、あてはまる番号を囲むように○印をつけてください。  
設問文の後に、○の数を指定している場合は、記載どおりお選びください。  
また、( )内などの記入欄については、具体的な内容をご記入ください。
- (3) ご記入いただいた調査票は、お名前やご住所を記入なさらずに、所定の封筒に入れて封をしてお子様が通う認定こども園・保育所・幼稚園に提出してください。

**【提出期限 7月18日(火曜日)】**

〈調査に関するお問い合わせ先〉

加古川市 健康医療部 市民健康課

加古川市加古川町北在家 2000 番地(本館2階39番窓口)

電話:079-427-9015 FAX:079-421-2063

加古川市  
食育マスコット  
キャラクター  
もぐピー



【記入例】問1 お子さんの身体的性別を教えてください。(1つに○)

※お子さんが「女兒」の場合、下のように番号に○を付けてください。

1. 男      2. 女      3. 回答しない

【1】 お子さん(5歳児)のことについておたずねします。

問1 お子さんの身体的性別を教えてください。(1つに○)

1. 男      2. 女      3. 回答しない

問2 お子さんの身長と体重を記入してください。

身長 (      ) cm      体重 (      ) kg

問3 お子さんは、1日あたりどの程度、デジタルメディア(テレビや DVD、ゲームやスマートフォン・タブレット)を利用していますか。(平日と休日それぞれ1つに○)

〈平日(月～金曜日)〉

1. 4 時間以上      2. 3 時間以上 4 時間未満      3. 2 時間以上 3 時間未満  
4. 1 時間以上 2 時間未満      5. 1 時間未満      6. 利用していない

〈休日(土曜日、日曜日、祝日)〉

1. 4 時間以上      2. 3 時間以上 4 時間未満      3. 2 時間以上 3 時間未満  
4. 1 時間以上 2 時間未満      5. 1 時間未満      6. 利用していない

問4 お子さんの普段の就寝時間と起床時間を記入してください。

就寝時間 (      ) 時 (      ) 分      起床時間 (      ) 時 (      ) 分

【2】 食生活・健康づくりについておたずねします。

問5 お子さんは毎日、朝・昼・夕の3食を食べていますか。(1つに○)

1. 毎日3食食べている  
2. 毎日ではないが、時々3食食べている  
3. 毎日1～2食になることが多い

問6 お子さんは、1日に2回以上、主食\*、主菜\*、副菜\*の3つを組み合わせる食べることが、週に何日ありますか。(1つに○)

\*主食…ごはん・パン・めんなど

\*主菜…肉・魚・卵・大豆料理など

\*副菜…野菜・きのこ・芋・海藻料理など

- |           |          |          |             |
|-----------|----------|----------|-------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週4～5日 | 3. 週2～3日 | 4. ほとんど食べない |
|-----------|----------|----------|-------------|

問7 お子さんは、朝食を食べることが週に何日ありますか。(1つに○)

- |             |                              |
|-------------|------------------------------|
| 1. ほとんど毎日   | (→1.は問7-2へ)                  |
| 2. 週4～5日    | 3. 週2～3日 (→2.～3.は問7-2、問7-3へ) |
| 4. ほとんど食べない | (→4.は問7-3へ)                  |

問7-2 問7で「1. ほとんど毎日」、「2. 週4～5日」、「3. 週2～3日」を選んだ方におたずねします。お子さんは、普段どのような朝食を食べていますか。(あてはまるものすべてに○)

- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| 1. ごはん・パン・めん・シリアル   | 2. 肉・魚・卵・大豆料理          |
| 3. 野菜・芋料理・野菜たっぷりの汁物 | 4. 牛乳・乳製品              |
| 5. 果物               | 6. 菓子類(菓子パン・甘いシリアルを含む) |
| 7. ジュース(スポーツ飲料含む)   | 8. その他( )              |

問7-3 問7で「2. 週4～5日」、「3. 週2～3日」、「4. ほとんど食べない」を選んだ方におたずねします。お子さんが朝食を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- |                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| 1. 子どもが食べる時間がない     | 2. 子どもが食べたがらない  |
| 3. 保護者が朝食を準備する時間がない | 4. 保護者が準備するのが面倒 |
| 5. その他( )           |                 |

問8 お子さんは、朝食を大人の家族と一緒に食べることはどの程度ありますか。(1つに○)

- |           |          |          |             |
|-----------|----------|----------|-------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週4～5日 | 3. 週2～3日 | 4. ほとんど食べない |
|-----------|----------|----------|-------------|

問9 お子さんは、夕食を大人の家族と一緒に食べることはどの程度ありますか。(1つに○)

- |           |          |          |             |
|-----------|----------|----------|-------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週4～5日 | 3. 週2～3日 | 4. ほとんど食べない |
|-----------|----------|----------|-------------|

問10 お子さんは、普段何時頃に夕食を食べていますか。(1つに○)

- |            |            |            |
|------------|------------|------------|
| 1. 午後6時より前 | 2. 午後6時～7時 | 3. 午後7時～8時 |
| 4. 午後8時～9時 | 5. 午後9時以降  | 6. 食べない    |

問 11 お子さんは、普段ゆっくりよく噛んで食べていますか。(1つに○)

- |                            |
|----------------------------|
| 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 お子さんの家庭での食事や間食(おやつ)の時間は決まっていますか。(1つに○)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 決まっている     | 2. だいたい決まっている |
| 3. あまり決まっていない | 4. 決まっていない    |

問 13 お子さんが、主に間食(おやつ)として食べるものは何ですか。(3つまで○)

- |                  |                        |
|------------------|------------------------|
| 1. 果物            | 2. 牛乳・乳製品(ヨーグルト・チーズなど) |
| 3. おにぎり・サンドイッチなど | 4. 甘いお菓子(飴やチョコなど)      |
| 5. スナック菓子        | 6. 菓子パン                |
| 7. アイス           | 8. ジュース(スポーツ飲料を含む)     |
| 9. その他( )        |                        |
| 10. 食べていない       |                        |

問 14 お子さんは、家での食事のときに「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(1つに○)

- |            |           |              |
|------------|-----------|--------------|
| 1. いつもしている | 2. 時々している | 3. ほとんどしていない |
|------------|-----------|--------------|

問 15 お子さんは、家での食事づくりの手伝い(食器を運ぶ、片付ける、野菜などの皮むき・ちぎるなど簡単な調理)をしていますか。(1つに○)

- |           |            |          |              |
|-----------|------------|----------|--------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週2～4日程度 | 3. 週1日程度 | 4. ほとんどしていない |
|-----------|------------|----------|--------------|

問 16 お子さんに、むし歯はありますか。(1つに○)

- |            |                |       |          |
|------------|----------------|-------|----------|
| 1. ある(未治療) | 2. ある(治療中・治療済) | 3. ない | 4. わからない |
|------------|----------------|-------|----------|

問 17 お子さんのむし歯予防のためにしていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

- |                       |              |
|-----------------------|--------------|
| 1. おやつを決めている          | 2. 甘いおやつを控える |
| 3. 食後にお茶やお水を飲ませる      | 4. 食後に歯磨きをする |
| 5. デンタルフロス・歯間ブラシなどを使う | 6. フッ化物洗口をする |
| 7. 歯科医院でフッ化物塗布をする     | 8. その他( )    |
| 9. 何もしていない            |              |

### 【3】 あなた(保護者の方)についておたずねします。

問 18 あなたの身体的性別と、年齢を教えてください。

|      |      |          |         |
|------|------|----------|---------|
| 1. 男 | 2. 女 | 3. 回答しない | 年齢 ( )歳 |
|------|------|----------|---------|

問 19 あなたは、1日にどれくらいの時間、テレビやゲームなどを利用していますか。(スマートフォンやタブレットを含む)(1つに○)  
※仕事で利用する時間は除きます。

|                  |                  |                  |
|------------------|------------------|------------------|
| 1. 4 時間以上        | 2. 3 時間以上 4 時間未満 | 3. 2 時間以上 3 時間未満 |
| 4. 1 時間以上 2 時間未満 | 5. 1 時間未満        | 6. 利用していない       |

問 20 あなたは、1日に2回以上、主食\*、主菜\*、副菜\*の3つを組み合わせる食べることが、週に何日ありますか。(1つに○)

\*「主食」…ごはん、パン、めん類などの料理

\*「主菜」…魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品などを主材料にした料理

\*「副菜」…野菜類、海藻類、きのこ類などを主材料にした料理

|           |              |              |             |
|-----------|--------------|--------------|-------------|
| 1. ほとんど毎日 | 2. 週 4 ～ 5 日 | 3. 週 2 ～ 3 日 | 4. ほとんど食べない |
|-----------|--------------|--------------|-------------|

問 21 あなたは、朝食を食べることが週に何日ありますか。(1つに○)

|             |              |              |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日   | 2. 週 4 ～ 5 日 | 3. 週 2 ～ 3 日 |
| 4. ほとんど食べない |              |              |

問22 あなたは、食育\*に関心がありますか。(1つに○)

\*「食育」…様々な経験を通して食に関する知識と、食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる力を育むこと。

|             |                                   |
|-------------|-----------------------------------|
| 1. 非常に関心がある | 2. どちらかといえば関心がある(→1.～2.は問 22-2 へ) |
| 3. あまり関心がない | 4. 全く関心がない                        |

問 22-2 問 22 で「1. 非常に関心がある」または「2. どちらかといえば関心がある」を選んだ方におたずねします。

あなたは普段から食育を何らかの形で実践していますか。(1つに○)

|                          |                   |             |
|--------------------------|-------------------|-------------|
| 1. 積極的にしている              | 2. できるだけするようにしている | 3. あまりしていない |
| 4. したいと思っているが、実践方法が分からない | 5. したいとは思わない      |             |

問 23 あなたは、家族と一緒に食事することは、大切だと思いますか。(1つに○)

|          |       |            |             |
|----------|-------|------------|-------------|
| 1. とても思う | 2. 思う | 3. あまり思わない | 4. まったく思わない |
|----------|-------|------------|-------------|

1. 父親            2. 母親            3. 祖父母            4. その他 (            ) (→1.~4. は問 24-2 へ)

---

5. 誰も喫煙していない

※兵庫県条例では、20 歳未満の人・妊婦と同じ部屋や自動車の車内などで喫煙することは禁止されています。加熱式たばこも同様です。

1. 妊婦や子どもがいる空間（部屋・車内）では喫煙しない
2. 屋外でも妊婦や子どもの近くでは喫煙しない
3. 気をつけていることはない

1. 年1回以上、歯科健診を受けている
2. かかりつけ歯科医をもつ
3. 食後に歯みがきをする
4. 歯間清掃器具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）を使用している
5. その他（ ）
6. 何もしていない