

川口市健康・生きがいづくり・食育のための 川 口 市 民 意 識 調 査 ～市民の皆さまの声を聞かせてください～

市民の皆さまには、日頃から市政の推進にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

川口市では、市民の皆さまが、健康で生きがいを持って生活できるまちの実現のため、「川口市健康・生きがいづくり計画・食育推進計画（第三次）」を策定します。つきましては、市民の皆さまの健康や食育に関する考えをお伺いし、計画に反映させていくために、調査へのご協力をお願いいたします。

令和6年6月 川口市長 奥ノ木信夫

1. 今回の市民意識調査対象者の選び方

- (1) 3～5歳児の保護者（無作為抽出）
- (2) 指定する市立小学校2年生の保護者
- (3) 指定する市立小学校5年生の児童及び保護者
- (4) 指定する市立中学校2年生の生徒及び保護者
- (5) 市立高等学校2年生（全日制）の生徒及び保護者
- (6) 18歳以上の成人（無作為抽出）

※指定する小・中学校については、学校給食の調理方式、栄養教諭・栄養士の配置状況、児童・生徒数、地区を勘案して選定しています。

2. 回答の方法

ご自身について回答してください。氏名の記入は不要です。

※調査は強制ではありませんので、抵抗を感じる方はご回答いただかなくても結構です。

答えたくない質問も飛ばしていただいて構いません。一方で、今後の施策に向けた大切な調査でありますことから、ご理解・ご協力の程よろしくをお願いいたします。

◆回答期限：令和6年7月19日（金）まで

◆回答方法：インターネットで回答

パソコン・スマートフォンで二次元コードまたはURLから
アンケートページにアクセスしてご回答ください。

二次元コード

URL：○○○○○○○

3. 回答結果の取扱い

回答結果は統計データの作成のみに活用しますので、個人の秘密や回答内容が漏れることや、調査目的以外に使用することは一切ありません。

問1 あなたの性別はどちらですか。(1つに○)

1. 男

2. 女

3. 未回答

問2 あなたの学年をえらんでください。(1つに○)

1. 小学5年生

2. 中学2年生

3. 高校2年生

問3 あなたは、朝食をどれくらい食べていますか。(1つに○)

1. ほぼ毎日食べている(6~7日)

2. 週に4~5日食べている

3. 週に2~3日食べている

4. ほとんど食べない(0~1日)

問3-1 問3で、1~3を選んだ方にお聞きします。朝食にかかる時間はどれくらいですか。

()分

問3-2 問3で、1~3を選んだ方にお聞きします。朝食にどんなものを食べていますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. ご飯・パン・めん

2. 魚・肉・卵・大豆製品

3. 野菜・いも・海藻・きのこ類

4. 味噌汁・スープ

5. 牛乳・乳製品(ヨーグルト・チーズなど)

6. 果物

7. シリアル食品・バランス栄養食品など

8. 野菜ジュースなど

9. お茶・紅茶・コーヒー

10. その他()

問3-3 問3で、2~4を選んだ方にお聞きします。朝食を毎日食べない理由はなんですか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 食欲がない

2. 食べる時間がない

3. 好きな食べ物がでない

4. 食事が用意されていない

5. 食べる習慣がない

6. 食事に関心がない

7. 太りたくない

8. その他()

9. とくに理由はない

問4 あなたは、昼食から夕食の間に何か(おやつ・間食など)食べますか。(1つに○)

1. ほぼ毎日食べている(6~7日)

2. 週に4~5日食べている

3. 週に2~3日食べている

4. ほとんど食べない(0~1日)

問5 あなたは、夕食から就寝の間に何か(おやつ・間食など)食べますか。(1つに○)

1. ほぼ毎日食べている(6~7日)

2. 週に4~5日食べている

3. 週に2~3日食べている

4. ほとんど食べない(0~1日)

問6 問4・問5で、1~3を選んだ方にお聞きします。おやつ・間食で何を食えることが多いですか。

(上位3つまで)

1. スナック菓子

2. 果物

3. チョコレート

4. クッキー・ビスケット

5. ケーキ

6. 団子・まんじゅう

7. せんべい

8. グミ・あめ・キャラメル

9. ヨーグルト

10. ゼリー・プリン

11. アイス・アイスクリーム

12. チーズ

13. ファストフード

14. 菓子パン・ドーナツ・総菜パン

15. ホットケーキ

16. おにぎり

17. インスタントラーメン

18. その他

問 14 あなたは、野菜（ジュースを除く）をどのくらい食べていますか。（1つに○）

- | | |
|--------------------|-------------------|
| 1. ほぼ毎日食べている（6～7日） | 2. 週に4～5日食べている |
| 3. 週に2～3日食べている | 4. ほとんど食べない（0～1日） |

問 15 食事の時に、「主食」「主菜」「副菜」の3つを組み合わせた食事を意識すると、栄養面だけでなく見た目にもバランスの良い食事になります。あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をとることが体にいいことを知っていますか。（1つに○）

※「主食」…ごはん、パン、めん、パスタなどを使った料理（炭水化物）

「主菜」…肉、魚、卵、大豆などを使った料理（たんぱく質、脂質など）

「副菜」…野菜、海藻、きのこなどを使った料理（ビタミン、ミネラル、食物繊維など）

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 16 あなたは、「食品ロス」という言葉を知っていますか。（1つに○）

※「食品ロス」とは、本来は食べることができるのに捨てられてしまう食品をいいます。

食べ物を捨てることはもったいないことで、環境にも悪い影響を与えてしまいます。

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 言葉も意味も知っている | 2. 言葉は知っているが、意味は知らない |
| 3. 言葉も意味も知らない | |

問 17 あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていますか。（1つに○）

※「食育」とは、食事が体や健康にどう影響するか、食べ物がどこから来てどう作られるのかということを学ぶことです。食文化の大切さを知ることも含まれます。

- | | |
|----------------|----------------------|
| 1. 言葉も意味も知っている | 2. 言葉は知っているが、意味は知らない |
| 3. 言葉も意味も知らない | |

問 18 あなたは、「食育」に関心がありますか。（1つに○）

- | | |
|----------|------------------|
| 1. 関心がある | 2. どちらかといえば関心がある |
| 3. 関心がない | 4. わからない |

問 19 あなたは、食に関する次の取り組みを知っていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | | |
|--------------------------|----------------|---------------|
| 1. 地産地消 | 2. 早寝早起き朝ごはん運動 | 3. 外食栄養成分表示店 |
| 4. 食育の日（毎月19日） | 5. 食育月間（毎年6月） | 6. 食品衛生月間（8月） |
| 7. 彩の国ふるさと学校給食月間（6月と11月） | 8. 8020運動 | |
| 9. その他（ | | ） |
| 10. 何も知らない | | |

問 20 あなたは、食べ物や食事について家庭でどんなことを教わりましたか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | | |
|-----------------------------------|---------------|-----------------|
| 1. 食べ物を大事にする | 2. 家庭の味 | 3. 行事食（正月のおせち等） |
| 4. 郷土料理 | 5. 食の安全性 | 6. 賞味（消費）期限 |
| 7. 料理の方法 | 8. よく噛んで食べる | 9. 外国の食文化 |
| 10. 食事の時に挨拶すること（「いただきます」「ごちそうさま」） | | |
| 11. 食事の前に手を洗う | 12. 箸の持ち方・使い方 | |
| 13. その他（ | | ） |
| 14. とくに教わっていない | | |

問 21 あなたは、食べ物や食事に関して、家庭で何をしていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | | |
|-------------|----------|----------|
| 1. 買い物 | 2. 調理 | 3. 食卓の準備 |
| 4. 食器を片付ける | 5. 食器を洗う | |
| 6. その他（ | | ） |
| 7. とくにしていない | | |

問 22 あなたは、農業体験などをしてみたいですか。（1 つに○）

- | | |
|----------|------------|
| 1. してみたい | 2. してみたくない |
|----------|------------|

問 22-1 問 22 で、1 を選んだ方にお聞きします。体験したい内容がありますか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|-----------------------------|-------------|
| 1. 米づくり | 2. 野菜づくり（畑） |
| 3. ベランダなどでのプランター菜園 | |
| 4. 食べ物づくり体験（味噌づくり・チーズづくりなど） | |
| 5. その他（ | ） |

問 23 この1年間で学校や家庭で行事食を食べましたか。（1 つに○）

※「行事食」…雑煮（正月）、福豆（節分）、あられ（ひな祭り）、かしわ餅（端午の節句）
うなぎ蒲焼き（土用の丑の日）、お月見だんご（十五夜）、千歳飴（七五三）、かぼちゃ（冬至）、
年越しそば（大みそか）など

- | | |
|--------|-----------|
| 1. 食べた | 2. 食べていない |
|--------|-----------|

問 24 あなたは、川口市の郷土料理で思い浮かぶものはありますか。（1 つに○）

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問 24-1 問 24 で、1 を選んだ方にお聞きします。思い浮かんだものは何ですか。

（	）
---	---

問 25 あなたは、食事や食品について、どのようなことを学びたいですか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------------------|---------------|
| 1. 食の大切さについて | 2. 健康な食生活について |
| 3. 食事リズムや食事バランスについて | 4. 食品の安全性について |
| 5. 行事食（お正月のお節料理等）や郷土料理について | |
| 6. 食事のマナーについて | 7. 調理の仕方について |
| 8. 各国の食文化 | |
| 9. その他（ | ） |
| 10. とくにない | |

問 26 あなたの身長を教えてください。

（	）cm
---	-----

問 27 あなたの体重を教えてください。

（	）kg
---	-----

問 28 あなたは、今の体重をどう思いますか。（1 つに○）

- | | | |
|--------------|-------------|-------------|
| 1. 体重はちょうどいい | 2. 体重を増やしたい | 3. 体重を減らしたい |
|--------------|-------------|-------------|

問 29 あなたは、現在ダイエットをしていますか。（1つに○）

- | | |
|---------|----------|
| 1. している | 2. していない |
|---------|----------|

問 30 あなたは、学校の体育の授業以外で、運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをどのくらいしていますか。（1つに○）

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. ほぼ毎日している（6～7日） | 2. 週に4～5日 |
| 3. 週に2～3日 | 4. ほぼしていない（0～1日） |

問 31 あなたは、歯みがきを1日に何回しますか。（1つに○）

- | | |
|---------|-----------------|
| 1. 3回以上 | 2. 2回 |
| 3. 1回 | 4. 1回もみがかない日がある |

問 32 あなたは歯や口の中で心配なこと・悩んでいることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|--------------------------|-------------------|
| 1. 虫歯が多い | 2. 歯並びや噛み合わせがよくない |
| 3. 歯磨きが正しい方法でできているかわからない | |
| 4. 口のニオイが気になる | 5. 口呼吸をよくする |
| 6. 口の中がカラカラになる | |
| 7. その他（ | ） |
| 8. とくにない | |

問 33 あなたは、歯や口の中の健康について行っていることはありますか。

（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---------------------------------|-----------------------|
| 1. 食後に歯をみがく | 2. 定期的に歯科医院での健診を受けている |
| 3. 甘いものなど虫歯の原因となるものを食べないようにしている | |
| 4. その他（ | ） |
| 5. とくにない | |

問 34 あなたは、学習の場面以外で電子メディア機器（テレビや動画、ゲーム機、スマートフォンも含む）を1日あたり何時間くらい見ますか。【平日の場合】（1つに○）

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 1. 1時間未満 | 2. 1～2時間程度 | 3. 2～3時間程度 |
| 4. 3～4時間程度 | 5. 4時間以上 | 6. 全く見ない |

問 35 あなたは、学習の場面以外で電子メディア機器（テレビや動画、ゲーム機、スマートフォンも含む）を1日あたり何時間くらい見ますか。【休日の場合】（1つに○）

- | | | |
|------------|------------|------------|
| 1. 1時間未満 | 2. 1～2時間程度 | 3. 2～3時間程度 |
| 4. 3～4時間程度 | 5. 4時間以上 | 6. 全く見ない |

問 36 あなたの平日の起床時刻はいつですか。

（ ）時（ ）分頃

問 37 あなたの平日の就寝時刻はいつですか。

（ ）時（ ）分頃

問 38 あなたの休日の起床時刻はいつですか。

（ ）時（ ）分頃

問 39 あなたの休日の就寝時刻はいつですか。

() 時 () 分頃

問 40 あなたの平均的な睡眠時間はどれくらいですか。(1つに○)

- | | |
|------------|------------|
| 1. 8時間以上 | 2. 6～8時間程度 |
| 3. 4～6時間程度 | 4. 4時間以下 |

問 41 あなたは、最近、睡眠で休養がとれていると感じますか。(1つに○)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. とれている | 2. だいたいとれている |
| 3. あまりとれていない | 4. とれていない |

問 42 あなたは、20歳未満の人がアルコール類を飲むことで身体に及ぼす影響（急性アルコール中毒や内臓への負担など）を知っていますか。(1つに○)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 43 あなたは、たばこが体に及ぼす影響（がんや心臓などの病気など）を知っていますか。
(1つに○)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 44 あなたは、シンナーや危険ドラッグ等の薬物が体に及ぼす影響（脳や身体へのダメージ、やめたくてもやめられなくなるなど）を知っていますか。(1つに○)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 45 あなたは、自分が健康だと思いますか。(1つに○)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1. とてもそう思う | 2. ややそう思う |
| 3. あまりそう思わない | 4. 全くそう思わない |

問 46 あなたは、この1週間でどれくらいストレスを感じましたか。(1つに○)

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. かなり感じている | 2. 少し感じている |
| 3. あまり感じない | 4. ほとんど感じない |

問 47 あなたは、この1週間で次のような状態になりましたか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. 疲れがたまっていると感じる | 2. やる気がでない |
| 3. イライラする | 4. 気分が落ち込むことがある |
| 5. よく眠れない | 6. 食欲を感じない |
| 7. 授業に集中できない | 8. とくにない |

問 48 あなたは、悩んだときや困ったときに相談できる人や場所がありますか。

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問 48-1 問 48 で、1を選んだ方に伺います。どこに相談しますか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. 家族や親戚 | 2. 友だち・知り合い |
| 3. 学校の先生 | 4. 保健室の先生 |
| 5. 電話相談窓口 | 6. SNS（LINEなど）相談窓口 |
| 7. インターネットやSNSだけでつながっている人 | |
| 8. その他 () | |

ご意見など、ご自由にお書きください。

--

調査にご協力いただき、ありがとうございました。