

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

あて名のお子さんについて、どなたかが 1 度回答してください。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：〇〇〇〇〇〇

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。

川口市 保健部 保健総務課 企画係

電話：048-229-3291（直通）

問1 あて名のお子さんの性別はどちらですか。(1つに○)

1. 男	2. 女	3. 未回答
------	------	--------

問2 あなたの性別はどちらですか。(1つに○)

1. 男	2. 女	3. 未回答
------	------	--------

問3 あなたの年齢はいくつですか。(1つに○)

1. 10代	2. 20代	3. 30代	4. 40代	5. 50代
6. 60代	7. それ以上			

問4 同居している家族の構成を教えてください。(1つに○)

1. 2世代世帯(親と子)	2. 3世代世帯(祖父母と親と子)
3. その他()	

問5 学校へ行く日、あて名のお子さんの起床時刻はいつですか。

()時()分頃

問6 学校へ行く日、あて名のお子さんの就寝時刻はいつですか。

()時()分頃

問7 あて名のお子さんは、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7-1 問6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7-2 問7で、1~3を選んだ方にお聞きします。あて名のお子さんは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7-3 問7で、2~4を選んだ方にお聞きします。あて名のお子さんが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. 子どもが食べたがらない	2. 子どもが朝食を食べる時間がない
3. 朝食を準備する時間がとれない	4. 家庭で朝食を食べる習慣がない
5. 体型維持のため食べさせない	
6. その他()	

問8 あて名のお子さんは、朝・昼・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8-1 問8で、1～3を選んだ方にお聞きます。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9 あて名のお子さんが、よく飲む飲み物はどれですか（上位2つまで）

- | |
|------------------------------|
| 1. 無糖のお茶類（麦茶・緑茶など）・無糖のコーヒー |
| 2. 甘味料の入ったお茶類・甘味料の入ったコーヒー |
| 3. 水・炭酸水 |
| 4. 100％ジュース（100％野菜ジュース含む） |
| 5. 果汁入り飲料 |
| 6. 炭酸飲料 |
| 7. スポーツドリンク |
| 8. 牛乳 |
| 9. 甘味料入りの乳飲料（カフェオレ・フルーツオレなど） |
| 10. その他（ |

）

問10 あて名のお子さんは、ふだん、誰と食事をすることが多いですか。【朝食の場合】（1つに○）

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. 家族そろって食えることが多い | 2. 家族のだれかと食えることが多い |
| 3. 家族以外の親類・知人・友人と食えることが多い | |
| 4. ひとりで食えることが多い | 5. その他（ |

）

問10-1 問10で、4を選んだ方にお聞きます。週に何日ひとりで食べますか。

週（ ）日

問11 あて名のお子さんは、ふだん、誰と食事をする人が多いですか。【夕食の場合】（1つに○）

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. 家族そろって食えることが多い | 2. 家族のだれかと食えることが多い |
| 3. 家族以外の親類・知人・友人と食えることが多い | |
| 4. ひとりで食えることが多い | 5. その他（ |

）

問11-1 問11で、4を選んだ方にお聞きます。週に何日ひとりで食べますか。

週（ ）日

問 12 あて名のお子さんは、食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしますか。

(1つに○)

- | | |
|------------|---------|
| 1. 必ず言う | 2. 時々言う |
| 3. あまり言わない | 4. 言わない |

問 13 あて名のお子さんは、食事の準備・片付けに関して、何を手伝っていますか。

(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. 食器をさげる |
| 5. 食器を洗う | 6. その他 () |
| 7. 手伝っていない | |

問 14 あて名のお子さんの食行動について気になることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-----------------------------|
| 1. 好き嫌が多い |
| 2. 偏食がある |
| 3. 好きなものばかり食べてしまう |
| 4. お菓子やジュースなどの甘いものを好んで食べる |
| 5. 野菜を食べてくれない・食べたがらない |
| 6. 果物を食べてくれない・食べたがらない |
| 7. ジャンクフードを好んで食べる |
| 8. アレルギーで食べられないものが多い |
| 9. ながら食べをする |
| 10. 食べるときと食べないときの差がある(ムラ食い) |
| 11. よく噛んで食べてくれない・早食い |
| 12. 食べ物を口の中にため込んで飲み込めない |
| 13. 食べすぎる |
| 14. 食事中に気が散ることが多い・食事に集中できない |
| 15. 食べるのが遅い・食事の時間が長い |
| 16. その他 () |
| 17. とくにない |

問 15 あなたのご家庭では主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上とるようにしていますか。(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. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問 16 本来は食べることができるのに捨ててしまう「食品ロス」という問題を知っていますか。

(1つに○)

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

問 17 食品ロスをなくすために意識していることはありますか。（あてはまるものすべてに○）

1. 食材を買いすぎない
2. 食べきれ的分だけ作る・外食時は食べきれる量を注文する
3. 食品を早めに使い切る
4. 食材を無駄なく使い切る
5. 家にある食材の量や食品の賞味（消費）期限を把握しておく
6. 残さず食べる
7. 冷凍保存を活用する
8. 残った料理を別の料理に作り替える（リメイクする）
9. 商品棚の手前に並ぶ期限の近い商品を購入する（てまえどり）
10. 環境に配慮した農林水産物・食品を選ぶ（有機 JAS マーク・エコレールマークなどがついたもの）
11. その他（ ）
12. とくにない

問 18 あなたは、あて名のお子さんに「食」に関してどのようなことを教えていますか。

（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. 各国の食文化 | 10. 食事の時に挨拶する（「いただきます」など） |
| 11. 食事の前に手を洗う | 12. 箸の持ち方・使い方 |
| 13. その他（ ） | |
| 14. とくに教えていない | |

問 19 家庭内であて名のお子さんにどのような食育をしていきたいですか。

（あてはまるものすべてに○）

1. 食の大切さについての教育
2. 健康な食生活の確立
3. 食の安全性への教育
4. 食材を選び、食事をつくれる能力の向上
5. 農業体験（米・野菜づくりなど）、食づくり体験（味噌づくり・チーズづくりなど）
6. 家庭での地産地消の推進
7. 家庭での行事食や郷土料理の取り入れ
8. 食事のマナーについての教育
9. 家庭で食育を推進するための勉強
10. その他（ ）
11. 食育について取り組む時間が作れない

問 20 学校での食育にどのようなことを望みますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 食の大切さについての教育
2. 健康な食生活の確立
3. 食の安全性への教育
4. 食材を選び、食事をつくれる能力の向上
5. 農業体験(米・野菜づくりなど)、食づくり体験(味噌づくり・チーズづくりなど)
6. 給食での地産地消の推進
7. 給食での行事食や郷土料理の取り入れ
8. 食事のマナーについての教育
9. 保護者への食育の推進
10. 各国の食文化や食糧事情
11. その他()
12. とくにない

問 21 あて名のお子さんの食育のために、知りたいこと、参加してみたいことはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 子どもに必要なエネルギーや栄養素
2. 家庭で食事のマナーについて教育するための方法
3. 忙しくてもできる簡単な調理方法
4. 栄養バランスがとれる食事のレシピ
5. 安全な食材の入手方法・選び方
6. 加工食品・健康食品の活用方法
7. 調理の基礎を学べる料理教室
8. 親子で料理をするイベント
9. 各国の食文化
10. その他()
11. とくにない

問 22 あて名のお子さんは、体育の授業以外に体を動かす機会がどのくらいありますか。

- | | |
|-------------------|------------------|
| 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 23 あて名のお子さんの体力や健康について気になることはありますか。
(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 運動不足である | 2. 体力がない |
| 3. 同年代の子と比べて太っていると感じる | 4. 同年代の子と比べてやせていると感じる |
| 5. 生活習慣病の心配がある | 6. 寝不足である |
| 7. 疲れがたまっている | 8. 無気力である |
| 9. ストレスがたまっている | |
| 10. その他() | |
| 11. とくにない | |

問 24 あて名のお子さんは、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 25 あて名のお子さんは、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 26 あて名のお子さんの歯や口の中で心配なことはありますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|----------------------------------|------------------|
| 1. 虫歯が多い | 2. 歯並び・噛み合わせ |
| 3. 歯磨きが十分にできていない・正しい方法で行われているか心配 | |
| 4. 口臭が気になる | 5. 口呼吸がある |
| 6. 乾燥や唾液の少なさ | 7. 永久歯の生え変わりについて |
| 8. その他（ | ） |
| 9. とくにない | |

問 27 あて名のお子さんの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. 食後に歯をみがくように声をかけている | |
| 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させないように気をつけている | |
| 4. フッ化物塗布をしている | |
| 5. 仕上げみがきをしている | |
| 6. その他（ | ） |
| 7. とくにない | |

問 28 あなたは、健康や病気、食育などについての知識や情報を何で知りますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---|--------------------------|
| 1. テレビ・ラジオ | 2. 新聞・雑誌 |
| 3. 健康関連の書籍 | 4. インターネット（ウェブサイト、ブログなど） |
| 5. SNS（YouTube、Facebook、X、Instagram など） | |
| 6. 勉強会・講演会・セミナー | |
| 7. 行政機関からの情報（ウェブサイト、SNSを含む） | |
| 8. その他（ | ） |

問 29 あなたは、お酒をどれくらい飲みますか。（1つに○）

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほぼ毎日飲む（6～7日） | 2. 週に4～5日飲む |
| 3. 週に2～3日飲む | 4. ほとんど飲まない（0～1日） |
| 5. まったく飲まない（飲めない） | |

問 29-1 問 29 で、1～4 を選んだ方に伺います。あなたは、1 日平均どれくらい飲みますか。お酒に含まれる純アルコール量でお答えください。（1 つに○）

$$\left[\begin{array}{l} \text{純アルコール量 (g)} = \text{飲む量 (ml)} \times \text{度数 (\%)} \times 0.01 \times 0.8 \text{ (比重)} \\ \text{例) 度数 5 \% のビールを 500ml 飲んだ場合: } 500 \text{ (ml)} \times 5 \text{ (\%)} \times 0.01 \times 0.8 = 20 \text{ (g)} \end{array} \right]$$

1. 20g 未満

2. 20g～40g 未満

3. 40g 以上

問 30 ご自身も含め、あて名のお子さんと同居している家族で喫煙者がいますか。

1. いる

2. いない

問 30-1 問 30 で、1 を選んだ方に伺います。喫煙の際、家庭内で決めていること（ルール）はありますか。（1 つに○）

1. ある

2. ない

問 31 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 32 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 33 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 33-1 問 33 で、1～3 を選んだ方に伺います。あなたはこの 1 週間どんな時にストレスを感じましたか。（あてはまるものすべてに○）

1. 子どもがなかなか寝ないとき

2. 子どもがいうことを聞かないとき

3. 子どもが泣きやまないとき

4. 子どもが食事を食べないとき

5. 子どもが病気になったとき、けがをしたとき

6. 仕事との両立が難しいとき

7. 家事をしているとき

8. 子育てや家事をしていて孤独を感じる時

9. 自分の時間が取れないとき

10. 家族との時間が取れないとき

11. 家庭や職場の人間関係

12. その他（

）

問 34 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 34-1 問 34 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. 電話相談窓口

4. SNS（LINE など）相談窓口

5. インターネットやSNS だけでつながっている人

6. 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。