

お子さんの食生活についてお聞きします。

問 12-1 お子さんの普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。

(○は1つ)

- | | | | |
|---------|------------|------------|-----------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に4日～6日 | 3. 週に1日～3日 | 4. 週に1日未満 |
|---------|------------|------------|-----------|

問 12-2 問 12-1 で4に○をした方に伺います。その理由を教えてください。(○は1つ)

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 授乳中・離乳中のため | 5. 主食・主菜・副菜が分からない |
| 2. 子どもに食事制限がある | 6. 食事の用意ができない |
| 3. 子どもが好き嫌いをする | 7. 特に理由はない |
| 4. 必要性を感じない | 8. その他 () |

問 13 お子さんの普段の食事で減塩を意識していますか。(○は1つ)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. とても意識している | 2. まあまあ意識している |
| 3. あまり意識していない | 4. 全く意識していない |

問 14-1 お子さんは朝食を食べていますか。(○は1つ)

- | | | | |
|---------|------------|------------|-----------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に4日～6日 | 3. 週に1日～3日 | 4. 週に1日未満 |
|---------|------------|------------|-----------|

問 14-2 問 14-1 で2. 3. 4. に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きします。

お子さんが食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. 朝食を食べる時間がない | 5. 朝食の用意ができない |
| 2. 子どもの食欲がない | 6. 痩せさせたい |
| 3. 朝食を食べる習慣がない | 7. 特に理由はない |
| 4. 子どもが好き嫌いをする | 8. その他 () |

問 15 お子さんは家族と食卓を囲む機会がありますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. 1日に1回以上 | 2. 2～3日に1回程度 | 3. 4～6日に1回程度 |
| 4. 1週間に1回以下 | 5. その他 () | |

問 16 お子さんの外食や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)の頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. 1日に1回以上 | 2. 2～3日に1回程度 | 3. 4～6日に1回程度 |
| 4. 1週間に1回以下 | 5. その他 () | |

問 17 お子さんの食材・食料品を選択する時のポイントは何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 価格	7. 生産地
2. 鮮度	8. 製造会社
3. 話題性	9. おいしさ・味
4. 食品表示(栄養成分・原材料名など)	10. 賞味期限
5. 旬のもの	11. その他()
6. 店の人に勧められたもの	12. 特に気にしない

問 18 お子さんの普段の食生活について、実行していることはありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他()

問 19 お子さんは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む)	5. 魚釣り・地引網
2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む)	6. 家畜の世話
3. 田植え・稲刈り	7. 林業(下草刈り、伐採、植林など)
4. 海藻ひろい	8. その他()

お子さんの遊びについてお聞きます。

問 20 外遊びをさせていますか。(〇は1つ)

1. 週3日以上	2. 週1～2日	3. ほとんどしない	4. 健康上していない
----------	----------	------------	-------------

お子さんの睡眠についてお聞きます。

問 21 お子さんの寝る時間は大体何時頃ですか。(〇は1つ)

1. 午後8時より前	2. 午後8時台	3. 午後9時台
4. 午後10時台	5. 午後11時台	6. 午前0時台
7. 午前1時よりあと	8. 決まっていない	

問 6 あなたは、けんこうのために、教えてほしいことや知りたいことはありますか。

(○はあてはまるものすべて)

1. けんこうによい食事について	7. お酒・たばこ・薬物について
2. 安全な食材、食事について	8. 放射能など安全な環境について
3. 運動やスポーツについて	9. インターネットやSNS (ツイッターやインスタグラムなど) とのつきあいについて
4. 友だちとのつきあいについて	10. その他 ()
5. すいみんについて	
6. 自分の体について	

問 7 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を知っていますか。(○は1つ)

1. テレビや家族の話を聞いてよく知っている
2. 聞いたことはあるがよくわからない
3. 聞いたことがない

問 8 あなたの現在の身長と体重を教えてください。(数字でお答えください)

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問 9 自分の体型については、どのようにしたいと思っていますか。(○は1つ)

1. かなりやせたいと思っている	2. 少しだけやせたいと思っている
3.今のままがよいと思っている	4. 少し太りたいと思っている

問 10 あなたは、地域の活動に参加していますか。(○はあてはまるものすべて)

1. 参加している (具体的に :)	2. 参加していない
---------------------	------------

あなたの食生活についてお聞きます。

問 11-1 普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日～6日	3. 週に1日～3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 11-2 問 11-1 で4に○をした方に伺います。その理由を教えてください。(○は1つ)

1. 食事制限がある	5. 食事の用意ができない
2. 好き嫌いがある	6. 特に理由はない
3. 必要性を感じない	7. その他 ()
4. 主食・主菜・副菜が分からない	

問 12 あなたは普段の食事で減塩(体のために塩辛い料理や食べ物を食べすぎない)を意識していますか。
(○は1つ)

1. とても意識している	2. まあまあ意識している
3. あまり意識していない	4. 全く意識していない

問 13-1 朝食を食べていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日～6日	3. 週に1日～3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 13-2 問 13-1 で2. 3. 4. に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きします。食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

1. 朝食を食べる時間がない	5. 朝食の用意がない
2. 食欲がない	6. 痩せたい
3. 朝食を食べる習慣がない	7. 特に理由はない
4. 好き嫌いがある	8. その他 ()

問 14 あなたは食事を食べるのが速いほうですか。(○は1つ)

1. とても速いほう	2. やや速いほう	3. ふう
4. やや遅いほう	5. とても遅いほう	

問 15 あなたは家族と食卓を囲む機会がありますか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 16 あなたの外出や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)の頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 17 普段の食生活について、実行していることはありますか。(〇はあてはまるものすべて)

- | |
|---|
| 1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他() |
|---|

問 18 あなたは逗子市の特産品(食品)を知っていますか。

- | | |
|------------------|---------|
| 1. 知っている(具体的に:) | 2. 知らない |
|------------------|---------|

問 19 あなたは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(〇はあてはまるものすべて)

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む) | 5. 魚釣り・地引網 |
| 2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む) | 6. 家畜の世話 |
| 3. 田植え・稲刈り | 7. 林業(下草刈り、伐採、植林など) |
| 4. 海藻ひろい | 8. その他() |

運動についてお聞きします。

問 20 あなたは、運動やスポーツをすることが楽しいですか。(〇は1つ)

- | | | | |
|-----------|----------|-------------|--------------|
| 1. とても楽しい | 2. まあ楽しい | 3. あまり楽しくない | 4. まったく楽しくない |
|-----------|----------|-------------|--------------|

問 21 あなたは、学校の体育の授業以外に運動やスポーツをしますか。(〇は1つ)

- | | | |
|------------------|-----------|----------|
| 1. 週に5日以上 | 2. 週3~4日 | 3. 週1~2日 |
| 4. 月に2~3日 | 5. 月に1日以下 | 6. していない |
| 7. けんこう上の理由でできない | | |

問 22 あなたは、今後どのくらい運動をしたいと思いますか。(〇は1つ)

- | | | |
|-----------|--------------|-------------|
| 1. もっとしたい | 2.今のままで続けたい | 3. 始めたい |
| 4. 減らしたい | 5. けんこう上できない | 6. 特に考えていない |

問7 メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を知っていますか。(○は1つ)

- | |
|------------------------|
| 1. テレビや家族の話を聞いてよく知っている |
| 2. 聞いたことはあるがよくわからない |
| 3. 聞いたことがない |

問8 あなたの現在の体型を教えてください。(数字でお答えください)

身長	cm	体重	kg
----	----	----	----

問9 自分の体型については、どのようにしたいと思っていますか。(○は1つ)

- | | |
|------------------|-------------------|
| 1. かなりやせたいと思っている | 2. 少しだけやせたいと思っている |
| 3.今のままがよいと思っている | 4. 少し太りたいと思っている |

問10 あなたは、地域の活動に参加していますか。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|-------------------|------------|
| 1. 参加している(具体的に：) | 2. 参加していない |
|-------------------|------------|

医療満足度についてお聞きします。

問11 お住まいの地域の医療機関(病院・医院・クリニック)について、どのように感じていますか。(○は1つ)

- | |
|-------------------------------|
| 1. 医療機関はたくさんあるので十分。 |
| 2. 医療機関はあるので特に不便はない。 |
| 3. 医療機関はあるが、自分の受けたい診療科が無くて不便。 |
| 4. 医療機関が少なくて困っている。 |
| 5. その他() |

問12 お住まいの地域の医療体制について、今後、より充実してもらいたい医療機能は何ですか。

(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|------------------------|------------------|
| 1. 小児に対する医療機能 | 6. 訪問診療などの在宅医療 |
| 2. 救急医療体制 | 7. 災害時の医療提供機能 |
| 3. 出産及びその前後の母子に関する医療機能 | 8. 市外にある医療機関との連携 |
| 4. 休日等の時間外診療科目の充実 | 9. その他() |
| 5. 人間ドック・がん検診などの健康診断機能 | |

あなたの食生活についてお聞きします。

問13-1 普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。(○は1つ)

- | | | | |
|---------|------------|------------|-----------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に4日～6日 | 3. 週に1日～3日 | 4. 週に1日未満 |
|---------|------------|------------|-----------|

問 13-2 問 13-1 で4に○をした方に伺います。その理由を教えてください。(○は1つ)

1. 食事制限がある	5. 食事の用意ができない
2. 好き嫌いがある	6. 特に理由はない
3. 必要性を感じない	7. その他 ()
4. 主食・主菜・副菜が分からない	

問 14 あなたは普段の食事で減塩(体のために塩辛い料理や食べ物を食べすぎない)を意識していますか。
(○は1つ)

1. とても意識している	2. まあまあ意識している
3. あまり意識していない	4. 全く意識していない

問 15-1 朝食を食べていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日～6日	3. 週に1日～3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 15-2 問 15-1 で2. 3. 4に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きします。食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

1. 朝食を食べる時間がない	5. 朝食の用意がない
2. 食欲がない	6. 痩せたい
3. 朝食を食べる習慣がない	7. 特に理由はない
4. 好き嫌いがある	8. その他 ()

問 16 あなたは食事を食べるのが速いほうですか。(○は1つ)

1. とても速いほう	2. やや速いほう	3. ふつう
4. やや遅いほう	5. とても遅いほう	

問 17 あなたは家族と食卓を囲む機会はありますか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 18 普段の食生活で困っていることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

<p>【食事内容について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 肉や魚が多すぎる 2. 肉や魚が少なすぎる 3. 牛乳・乳製品が少なすぎる 4. 脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる 5. 野菜摂取が少なすぎる 6. 果物類が少なすぎる 7. 果物類が多すぎる 8. 甘い飲み物やスナック菓子が多すぎる 9. 塩分が多すぎる 10. 摂取品目が少ない 11. 適切な食事の量や内容が分からない <p>【食事量について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 12. 食べすぎる 13. 食欲がない 14. 夕食が遅い 	<p>【食習慣について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. 食事時間が不規則 16. 早食い <p>【食環境について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 17. ひとりで食べることが多い 18. 外食や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)が多い <p>【調理について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 19. メニューを決めるのが負担 20. 調理が面倒 21. 調理方法が分からない 22. 調理に時間がかけられない <p>【その他】</p> <ol style="list-style-type: none"> 23. その他 () 24. 困っていることはない
--	--

問 19 あなたの外食や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)の頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2~3日に1回程度	3. 4~6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 20 食材・食料品を選択する時のポイントは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 価格 2. 鮮度 3. 話題性 4. 食品表示(栄養成分・原材料名など) 5. 旬のもの 6. 店の人に勧められたもの 	<ol style="list-style-type: none"> 7. 生産地 8. 製造会社 9. おいしさ・味 10. 賞味期限 11. その他 () 12. 特に気にしない
---	--

問 21 普段の食生活について、実行していることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | |
|---|
| 1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他() |
|---|

問 22 あなたは逗子市の特産品(食品)を知っていますか。

- | | |
|------------------|---------|
| 1. 知っている(具体的に:) | 2. 知らない |
|------------------|---------|

問 23 あなたは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む) | 5. 魚釣り・地引網 |
| 2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む) | 6. 家畜の世話 |
| 3. 田植え・稲刈り | 7. 林業(下草刈り、伐採、植林など) |
| 4. 海藻ひろい | 8. その他() |

運動についてお聞きします。

問 24 あなたは、学校の体育の授業以外に運動やスポーツをしますか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------|----------------|----------|
| 1. 週に5日以上 | 2. 週3~4日 | 3. 週1~2日 |
| 4. 月に2~3日 | 5. 月に1日以下 | |
| 6. していない | 7. 健康上の理由で出来ない | |

問 25 あなたは、運動やスポーツをすることが楽しいですか。(○は1つ)

- | | | | |
|-----------|--------|-------------|--------------|
| 1. とても楽しい | 2. 楽しい | 3. あまり楽しくない | 4. まったく楽しくない |
|-----------|--------|-------------|--------------|

問 26 あなたは、今後どのくらい運動をしたいと思えますか。(○は1つ)

- | | | |
|-----------|-------------|-------------|
| 1. もっとしたい | 2.今のままで続けたい | 3. 始めたい |
| 4. 減らしたい | 5. 健康上できない | 6. 特に考えていない |

問 11 健康のために知りたいことや教えてほしいことはありますか。(○はあてはまるものすべて)

1. 健康によい食事について	6. 自分の体について
2. 安全な食材、食事について	7. お酒・たばこ・薬物について
3. 運動やスポーツについて	8. 放射能など安全な環境について
4. ストレスなど、心の健康について	9. その他 ()
5. 睡眠について	10. 特にない

問 12 あなたは、地域の活動に参加していますか。(○はあてはまるものすべて)

1. 参加している (具体的に:)	2. 参加していない
--------------------	------------

医療満足度についてお聞きします。

問 13 お住まいの地域の医療機関(病院・医院・クリニック)について、どのように感じていますか。(○は1つ)

1. 医療機関はたくさんあるので十分。
2. 医療機関はあるので特に不便はない。
3. 医療機関はあるが、自分の受けたい診療科が無くて不便。
4. 医療機関が少なく困っている。
5. その他 ()

問 14 お住まいの地域の医療体制について、今後、より充実してもらいたい医療機能は何ですか。

(○はあてはまるものすべて)

1. 小児に対する医療機能	6. 訪問診療などの在宅医療
2. 救急医療体制	7. 災害時の医療提供機能
3. 出産及びその前後の母子に関する医療機能	8. 市外にある医療機関との連携
4. 休日等の時間外診療科目の充実	9. その他 ()
5. 人間ドック・がん検診などの健康診断機能	

あなたの食生活についてお聞きします。

問 15-1 普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日~6日	3. 週に1日~3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 15-2 問 15-1 で4に○をした方に伺います。その理由を教えてください。(○は1つ)

1. 食事制限がある	5. 食事の用意ができない
2. 好き嫌いがある	6. 特に理由はない
3. 必要性を感じない	7. その他 ()
4. 主食・主菜・副菜が分からない	

問 16 あなたは普段の食事で減塩を意識していますか。(○は1つ)

1. とても意識している	2. まあまあ意識している
3. あまり意識していない	4. 全く意識していない

問 17-1 朝食を食べていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日~6日	3. 週に1日~3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 17-2 問 17-1 で2. 3. 4に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きます。食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

1. 朝食を食べる時間がない	6. 朝食を作る時間がない
2. 食欲がない	7. 痩せたい
3. 朝食を食べる習慣がない	8. 特に理由はない
4. 好き嫌いがある	9. その他()
5. 朝食の用意がない	

問 18 あなたは食事を食べるのが速いほうですか。(○は1つ)

1. とても速いほう	2. やや速いほう	3. ふつう
4. やや遅いほう	5. とても遅いほう	

問 19 あなたは家族や友人と食卓を囲む機会がありますか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2~3日に1回程度	3. 4~6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他()	

問 20 普段の食生活で困っていることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

<p>【食事内容について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 肉や魚が多すぎる 2. 肉や魚が少なすぎる 3. 牛乳・乳製品が少なすぎる 4. 脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる 5. 野菜摂取が少なすぎる 6. 果物類が少なすぎる 7. 果物類が多すぎる 8. 甘い飲み物やスナック菓子が多すぎる 9. 塩分が多すぎる 10. 摂取品目が少ない 11. 適切な食事の量や内容が分からない <p>【食事量について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 12. 食べすぎる 13. 食欲がない 14. 夕食が遅い 	<p>【食習慣について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. 食事時間が不規則 16. 早食い <p>【食環境について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 17. ひとりで食べることが多い 18. 外食や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)が多い <p>【調理について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 19. メニューを決めるのが負担 20. 調理が面倒 21. 調理方法が分からない 22. 調理に時間がかけられない <p>【その他】</p> <ol style="list-style-type: none"> 23. その他 () 24. 困っていることはない
--	--

問 21 あなたの外食や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)の頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 22 食材・食料品を選択する時のポイントは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 価格 2. 鮮度 3. 話題性 4. 食品表示(栄養成分・原材料名など) 5. 旬のもの 6. 店の人に勧められたもの 	<ol style="list-style-type: none"> 7. 生産地 8. 製造会社 9. おいしさ・味 10. 賞味期限 11. その他 () 12. 特に気にしない
---	--

問 23 普段の食生活について、実行していることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | |
|---|
| 1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他() |
|---|

問 24 あなたは逗子市の特産品(食品)を知っていますか。

- | | |
|------------------|---------|
| 1. 知っている(具体的に:) | 2. 知らない |
|------------------|---------|

問 25 あなたは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む) | 5. 魚釣り・地引網 |
| 2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む) | 6. 家畜の世話 |
| 3. 田植え・稲刈り | 7. 林業(下草刈り、伐採、植林など) |
| 4. 海藻ひろい | 8. その他() |

問 26 あなたは食育に関心がありますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| 1. とても関心がある | 2. まあまあ関心がある | 3. あまり関心がない |
| 4. 全く関心がない | | |

運動についてお聞きします。

問 27-1 あなたは日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のため意識的に身体を動かす運動(1日 30分以上の運動)をしていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------------|-----------|----------|
| 1. 週に5日以上 | 2. 週3~4日 | 3. 週1~2日 |
| 4. 月に2~3日 | 5. 月に1日以下 | 6. していない |
| 7. 健康上の理由で出来ない | | |

問 27-2 運動をしている方は、いつ行うことが多いですか。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|----------|-------------|
| 1. 平日の朝から午前中 | 2. 平日の午後 | 3. 平日の夕方から夜 |
| 4. 休日の朝から午前中 | 5. 休日の午後 | 6. 休日の夕方から夜 |
| 7. 特に決まっていない | | |

問 13 健康のために知りたいことや教えてほしいことはありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 健康によい食事について	6. 自分の体について
2. 安全な食材、食事について	7. お酒・たばこ・薬物について
3. 運動やスポーツについて	8. 放射能など安全な環境について
4. ストレスなど、心の健康について	9. その他 ()
5. 睡眠について	10. 特にない

問 14 あなたは、地域の活動に参加していますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 参加している (具体的に:)	2. 参加していない
--------------------	------------

医療満足度についてお聞きします。

問 15 お住まいの地域の医療機関(病院・医院・クリニック)について、どのように感じていますか。(〇は1つ)

1. 医療機関はたくさんあるので十分。
2. 医療機関はあるので特に不便はない。
3. 医療機関はあるが、自分の受けたい診療科が無くて不便。
4. 医療機関が少なくて困っている。
5. その他 ()

問 16 お住まいの地域の医療体制について、今後、より充実してもらいたい医療機能は何ですか。

(〇はあてはまるものすべて)

1. 小児に対する医療機能	6. 訪問診療などの在宅医療
2. 救急医療体制	7. 災害時の医療提供機能
3. 出産及びその前後の母子に関する医療機能	8. 市外にある医療機関との連携
4. 休日等の時間外診療科目の充実	9. その他 ()
5. 人間ドック・がん検診などの健康診断機能	

あなたの食生活についてお聞きします。

問 17-1 普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。(〇は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日~6日	3. 週に1日~3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 17-2 問 17-1 で4に〇をした方に伺います。その理由を教えてください。(〇は1つ)

1. 食事制限がある	5. 食事の用意ができない
2. 好き嫌いがある	6. 特に理由はない
3. 必要性を感じない	7. その他 ()
4. 主食・主菜・副菜が分からない	

問 18 あなたは普段の食事で減塩を意識していますか。(○は1つ)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. とても意識している | 2. まあまあ意識している |
| 3. あまり意識していない | 4. 全く意識していない |

問 19-1 朝食を食べていますか。(○は1つ)

- | | | | |
|---------|------------|------------|-----------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に4日～6日 | 3. 週に1日～3日 | 4. 週に1日未満 |
|---------|------------|------------|-----------|

問 19-2 問 19-1 で2. 3. 4に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きます。食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. 朝食を食べる時間がない | 6. 朝食を作る時間がない |
| 2. 食欲がない | 7. 痩せたい |
| 3. 朝食を食べる習慣がない | 8. 特に理由はない |
| 4. 好き嫌いがある | 9. その他 () |
| 5. 朝食の用意がない | |

問 20 あなたは食事を食べるのが速いほうですか。(○は1つ)

- | | | |
|------------|------------|--------|
| 1. とても速いほう | 2. やや速いほう | 3. ふつう |
| 4. やや遅いほう | 5. とても遅いほう | |

問 21 あなたは家族や友人と食卓を囲む機会はありますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|--------------|
| 1. 1日に1回以上 | 2. 2～3日に1回程度 | 3. 4～6日に1回程度 |
| 4. 1週間に1回以下 | 5. その他 () | |

問 22 普段の食生活で困っていることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

<p>【食事内容について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 肉や魚が多すぎる 2. 肉や魚が少なすぎる 3. 牛乳・乳製品が少なすぎる 4. 脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる 5. 野菜摂取が少なすぎる 6. 果物類が少なすぎる 7. 果物類が多すぎる 8. 甘い飲み物やスナック菓子が多すぎる 9. 塩分が多すぎる 10. 摂取品目が少ない 11. 適切な食事の量や内容が分からない <p>【食事量について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 12. 食べすぎる 13. 食欲がない 14. 夕食が遅い 	<p>【食習慣について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. 食事時間が不規則 16. 早食い <p>【食環境について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 17. ひとりで食べることが多い 18. 外食や中食（なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること）が多い <p>【調理について】</p> <ol style="list-style-type: none"> 19. メニューを決めるのが負担 20. 調理が面倒 21. 調理方法が分からない 22. 調理に時間がかけられない <p>【その他】</p> <ol style="list-style-type: none"> 23. その他 () 24. 困っていることはない
--	--

問 23 あなたの外食や中食（なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること）の頻度はどのくらいですか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 24 食材・食料品を選択する時のポイントは何ですか。(○はあてはまるものすべて)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 価格 2. 鮮度 3. 話題性 4. 食品表示（栄養成分・原材料名など） 5. 旬のもの 6. 店の人に勧められたもの 	<ol style="list-style-type: none"> 7. 生産地 8. 製造会社 9. おいしさ・味 10. 賞味期限 11. その他 () 12. 特に気にしない
---	--

問 25 普段の食生活について、実行していることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | |
|---|
| 1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他() |
|---|

問 26 あなたは逗子市の特産品(食品)を知っていますか。

- | | |
|------------------|---------|
| 1. 知っている(具体的に:) | 2. 知らない |
|------------------|---------|

問 27 あなたは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(○はあてはまるものすべて)

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む) | 5. 魚釣り・地引網 |
| 2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む) | 6. 家畜の世話 |
| 3. 田植え・稲刈り | 7. 林業(下草刈り、伐採、植林など) |
| 4. 海藻ひろい | 8. その他() |

問 28 あなたは食育に関心がありますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------------|--------------|-------------|
| 1. とても関心がある | 2. まあまあ関心がある | 3. あまり関心がない |
| 4. 全く関心がない | | |

運動についてお聞きします。

問 29-1 あなたは日頃から日常生活の中で、健康の維持・増進のため意識的に身体を動かす運動(1日 30 分以上の運動)をしていますか。(○は1つ)

- | | | |
|----------------|-----------|----------|
| 1. 週に5日以上 | 2. 週3～4日 | 3. 週1～2日 |
| 4. 月に2～3日 | 5. 月に1日以下 | 6. していない |
| 7. 健康上の理由で出来ない | | |

問 29-2 運動をしている方は、いつ行うことが多いですか。(○は1つ)

- | | | |
|--------------|----------|-------------|
| 1. 平日の朝から午前中 | 2. 平日の午後 | 3. 平日の夕方から夜 |
| 4. 休日の朝から午前中 | 5. 休日の午後 | 6. 休日の夕方から夜 |
| 7. 特に決まっていない | | |

問 13 健康のために知りたいことや教えてほしいことはありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 健康によい食事について	6. 自分の体について
2. 安全な食材、食事について	7. お酒・たばこ・薬物について
3. 運動やスポーツについて	8. 放射能など安全な環境について
4. ストレスなど、心の健康について	9. その他 ()
5. 睡眠について	10. 特にない

医療満足度についてお聞きします。

問 14 お住まいの地域の医療機関(病院・医院・クリニック)について、どのように感じていますか。(〇は1つ)

1. 医療機関はたくさんあるので十分。
2. 医療機関はあるので特に不便はない。
3. 医療機関はあるが、自分の受たい診療科が無くて不便。
4. 医療機関が少なくて困っている。
5. その他 ()

問 15 お住まいの地域の医療体制について、今後、より充実してもらいたい医療機能は何ですか。
(〇はあてはまるものすべて)

1. 小児に対する医療機能	6. 訪問診療などの在宅医療
2. 救急医療体制	7. 災害時の医療提供機能
3. 出産及びその前後の母子に関する医療機能	8. 市外にある医療機関との連携
4. 休日等の時間外診療科目の充実	9. その他 ()
5. 人間ドック・がん検診などの健康診断機能	

あなたの食生活についてお聞きします。

問 16-1 普段の食事は、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ありますか。(〇は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日～6日	3. 週に1日～3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 16-2 問 16-1 で4に〇をした方に伺います。その理由を教えてください。(〇は1つ)

1. 食事制限がある	5. 食事の用意ができない
2. 好き嫌いがある	6. 特に理由はない
3. 必要性を感じない	7. その他 ()
4. 主食・主菜・副菜が分からない	

問 17 あなたは普段の食事で減塩を意識していますか。(〇は1つ)

1. とても意識している	2. まあまあ意識している
3. あまり意識していない	4. 全く意識していない

問 18-1 朝食を食べていますか。(○は1つ)

1. ほぼ毎日	2. 週に4日～6日	3. 週に1日～3日	4. 週に1日未満
---------	------------	------------	-----------

問 18-2 問 18-1 で2. 3. 4に○をした方(朝食を食べない日がある方)にお聞きます。食べない理由を教えてください。(○はあてはまるものすべて)

1. 朝食を食べる時間がない	6. 朝食を作る時間がない
2. 食欲がない	7. 痩せたい
3. 朝食を食べる習慣がない	8. 特に理由はない
4. 好き嫌いがある	9. その他 ()
5. 朝食の用意がない	

問 19 あなたは食事を食べるのが速いほうですか。(○は1つ)

1. とても速いほう	2. やや速いほう	3. ふつう
4. やや遅いほう	5. とても遅いほう	

問 20 あなたは家族や友人と食卓を囲む機会はありますか。(○は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2～3日に1回程度	3. 4～6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他 ()	

問 21 普段の食生活で困っていることはありますか。(○はあてはまるものすべて)

<p>【食事内容について】</p> <p>1. 肉や魚が多すぎる</p> <p>2. 肉や魚が少なすぎる</p> <p>3. 牛乳・乳製品が少なすぎる</p> <p>4. 脂肪の多い料理や油を使った料理が多すぎる</p> <p>5. 野菜摂取が少なすぎる</p> <p>6. 果物類が少なすぎる</p> <p>7. 果物類が多すぎる</p> <p>8. 甘い飲み物やスナック菓子が多すぎる</p> <p>9. 塩分が多すぎる</p> <p>10. 摂取品目が少ない</p> <p>11. 適切な食事の量や内容が分からない</p> <p>【食事量について】</p> <p>12. 食べすぎる</p> <p>13. 食欲がない</p> <p>14. 夕食が遅い</p>	<p>【食習慣について】</p> <p>15. 食事時間が不規則</p> <p>16. 早食い</p> <p>【食環境について】</p> <p>17. ひとりで食べることが多い</p> <p>18. 外食や中食(なかしょく：市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)が多い</p> <p>【調理について】</p> <p>19. メニューを決めるのが負担</p> <p>20. 調理が面倒</p> <p>21. 調理方法が分からない</p> <p>22. 調理に時間がかけられない</p> <p>【その他】</p> <p>23. その他 ()</p> <p>24. 困っていることはない</p>
--	--

問 22 あなたの外出や中食(なかしょく:市販の弁当や総菜を持ち帰って食べること)の頻度はどのくらいですか。(〇は1つ)

1. 1日に1回以上	2. 2~3日に1回程度	3. 4~6日に1回程度
4. 1週間に1回以下	5. その他()	

問 23 食材・食料品を選択する時のポイントは何ですか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 価格	7. 生産地
2. 鮮度	8. 製造会社
3. 話題性	9. おいしさ・味
4. 食品表示(栄養成分・原材料名など)	10. 賞味期限
5. 旬のもの	11. その他()
6. 店の人に勧められたもの	12. 特に気にしない

問 24 普段の食生活について、実行していることはありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 食事を楽しむ
2. 正しく箸を使う
3. 食品をむだにしない
4. 「いただきます」「ごちそうさま」を言う
5. 身近な地域で生産されたものを食べる(地産地消)
6. 衛生的に食品を取り扱う
7. 日本の行事や季節にちなんだ料理(おせち料理や節分の福豆、柏餅など)を食べる
8. 食事作り(買い物・調理・配膳・片付け等てつだいも含む)に参加する
9. その他()

問 25 あなたは逗子市の特産品(食品)を知っていますか。

1. 知っている(具体的に:)	2. 知らない
------------------	---------

問 26 あなたは次の農林水産に関わる体験をしたことがありますか。(〇はあてはまるものすべて)

1. 野菜・果物を育てる(家庭菜園などを含む)	5. 魚釣り・地引網
2. 野菜・果物の収穫(家庭菜園などを含む)	6. 家畜の世話
3. 田植え・稲刈り	7. 林業(下草刈り、伐採、植林など)
4. 海藻ひろい	8. その他()

問 27 あなたは食育に関心がありますか。(〇は1つ)

1. とても関心がある	2. まあまあ関心がある	3. あまり関心がない
4. 全く関心がない		