

赤穂市の健康や食育に関するアンケート調査(案)

(5歳児の保護者用)

***** アンケート調査ご協力のお願い *****

市民の皆様には、日頃より市政に関してご理解とご協力をいただき厚くお礼申し上げます。赤穂市では、平成14年度に「健康あこう21（新赤穂市地域保健推進計画）」、平成22年度に「赤穂市食育推進計画」の策定、平成30年度に「赤穂市食育推進計画（第3次）」を包含する計画として「赤穂市健康増進計画（第3次）」を策定し、健康づくりを推進しているところです。

今回お願いする調査は、皆さんに健康づくりや食育に関する意識や実態をおうかがいし、計画の最終評価及び見直しと、新たな計画「赤穂市健康増進計画（第4次）」を策定することを目的として実施するものです。アンケート調査は無記名で実施し、調査により収集した情報は、当該計画策定に反映するための集計、分析等に用い、他の目的に利用することはありません。

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、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

令和4年●月

赤穂市長 牟禮 正稔

***** 記入に際して注意していただきたいこと *****

- 1 回答は主に育児をされている方がご記入ください。
- 2 5歳児のお子様についてお答えください。
- 3 アンケートに記載いただいたご意見や問い合わせには、返信、回答はできませんのでご了承ください。
- 4 アンケート調査の結果は、原則、市ホームページ等で公開いたします。自由意見欄についても公開いたしますが、個人情報などは除きます。
- 5 ご記入がお済みになりましたら、調査票を同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、●月●日（●）までに返送して下さるようお願いいたします。

【問い合わせ先】 赤穂市健康福祉部保健センター

住 所 〒678-0176 赤穂市南野中321番地（赤穂すこやかセンター）

電話番号 0791-46-8701

FAX 番号 0791-46-8705

メールアドレス hoken@city.ako.lg.jp

お子様の食習慣（食育）について

○問7 お子様は朝食を食べますか。（1つに○）

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

問7で、「1」「2」「3」を選んだ方にお聞きします。

問7-1 普段、主にどんな朝食を食べていますか。（あてはまるものすべてに○）

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1 | 主食（ごはん・パン・麺など） |
| 2 | 主菜（肉・魚・卵・大豆料理など） |
| 3 | 副菜（野菜・いも料理・きのこ・海藻・野菜たっぷりの汁物など） |
| 4 | 牛乳・乳製品（チーズ・ヨーグルトなど） |
| 5 | 果物 |
| 6 | 嗜好飲料（コーヒー・紅茶・ジュースなど） |
| 7 | 菓子類（菓子パン含む） |
| 8 | その他（) |

問7で、「2」「3」「4」を選んだ方にお聞きします。

問7-2 お子様は朝食を食べない、または食べない日がある理由は何ですか。

（最もあてはまるもの1つに○）

- | | | | |
|---|-------------|---|----------------|
| 1 | 朝食を食べる時間がない | 2 | 食べたがらない（食欲がない） |
| 3 | 朝食を作っていない | 4 | その他（) |

問8 お子様は普段、朝食は誰と食べていますか。（1つに○）

- | | | | |
|---|-----------|---|-----------|
| 1 | 家族そろって食べる | 2 | 大人の誰かと食べる |
| 3 | 子どもだけで食べる | 4 | 一人で食べる |
| 5 | 朝食は食べない | | |

問9 お子様は普段、夕食は誰と食べていますか。（1つに○）

- | | | | |
|---|-----------|---|-----------|
| 1 | 家族そろって食べる | 2 | 大人の誰かと食べる |
| 3 | 子どもだけで食べる | 4 | 一人で食べる |
| 5 | 夕食は食べない | | |

問 1 0 お子様の食生活の状況についておうかがいします。

(①～⑨についてそれぞれどちらかに○)

① 野菜が好き	1 はい	2 いいえ
② 緑黄色野菜（ほうれんそう・にんじんなど）を ほぼ毎日食べている	1 はい	2 いいえ
③ 果物類をほぼ毎日食べている	1 はい	2 いいえ
④ 朝・昼・夕の3食を必ず食べるようにしている	1 はい	2 いいえ
⑤ 間食を1日3回以上する	1 はい	2 いいえ
⑥ 間食は時間と量を決めて食べている	1 はい	2 いいえ
⑦ 決まった時間に食事するなど、健康的な食習慣を 身につけている	1 はい	2 いいえ
⑧ 食事を楽しみにしている	1 はい	2 いいえ
⑨ ゆっくりよく噛んで（20～30回）食べている	1 はい	2 いいえ

問 1 1 お子様の普段の食事で、主食・主菜・副菜がそろうのは1日何回ですか。（○は1つ）

1 ほぼ毎食	2 1日2回
3 1日1回	4 なし

「主食」とは、ご飯・パン・めん類などの穀類のこと。

「主菜」とは、肉・魚・卵・大豆製品などを使ったおかずのこと。

「副菜」とは、野菜・きのこ・いも・海藻などを使ったおかずのこと。

問 1 2 お子様は、食事のあいさつ「いただきます」、「ごちそうさま」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 1 3 お子様は、食事づくり（食器運び・片付け・材料をちぎるなど簡単な調理を含む）に参加していますか。（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	

お子様の生活習慣について

問 1 4 お子様は、一日に、何回くらい歯みがきをしますか。(またはみがいてもらいますか。)
(1つに○)

- | | |
|-----------|------------|
| 1 1日3回 | 2 1日2回 |
| 3 1日1回 | 4 歯みがきはしない |
| 5 その他 () | |

問 1 5 毎日、お子様の歯の仕上げみがきをしますか。(1つに○)

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

問 1 6 お子様の歯の健康のために気をつけていることは何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

- | |
|----------------------------|
| 1 歯のつけ根や歯と歯の間などをていねいに磨く |
| 2 デンタルフロス(糸ようじ)を使う |
| 3 ときどき歯や歯ぐきを点検する |
| 4 飲食内容(甘いお菓子、ジュースなど)に気をつける |
| 5 定期的に歯科健診を受ける |
| 6 フッ化物(フッ素)配合の歯みがき剤を使う |
| 7 フッ素塗布を受ける |
| 8 その他 () |

問 1 7 お子様は普段、朝何時頃起きますか。(1つに○)

- | | |
|------------|-----------|
| 1 6時までに起きる | 2 6時台に起きる |
| 3 7時台に起きる | 4 8時台に起きる |
| 5 9時以降に起きる | 6 決まっていない |

問 1 8 お子様は普段、夜何時頃寝ますか。(1つに○)

- | | |
|-----------|------------|
| 1 8時までに寝る | 2 8時台に寝る |
| 3 9時台に寝る | 4 10時台に寝る |
| 5 11時台に寝る | 6 12時以降に寝る |
| 7 決まっていない | |

問 1 9 お子様は、幼稚園や保育所での生活以外に、外遊びをしていますか。(1つに○)

- | | |
|------------|-------------|
| 1 よくしている | 2 時々している |
| 3 あまりしていない | 4 まったくしていない |

問20 お子様の身長と体重を記入してください。

身長 () cm	体重 () kg
------------------------------	------------------------------

主に育児をされている方にお聞きします。

問21 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 どちらかといえば関心がない
4 関心がない
5 わからない

問22 一緒に暮らしている家族に、たばこを吸う方はいますか。お子様から見た続柄で○印をつけてください。(あてはまるものすべてに○)

1 父親	2 母親	} (問22-1へ)
3 祖父	4 祖母	
5 その他 ()		
6 誰も吸わない → (問23へ)		

問22で、「1」「2」「3」「4」「5」を選んだ方にお聞きします。

問22-1 たばこを吸っている方は、お子様のそばで吸っていますか。(1つに○)

1 特に気にせず吸っている
2 気になっているが、吸っている
3 子どものそばでは吸っていない

問23 受動喫煙が健康に悪影響をおよぼすことを知っていますか。(1つに○)

※受動喫煙とは、他人のたばこの煙を吸わされることです。

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問24 子どもがたばこの煙を吸うと、大人よりも体に悪影響が出ることを知っていますか。(1つに○)

1 知っている	2 知らない
---------	--------

問25 お子様の病気やけがの時に相談できる医師がいますか。(1つに○)

- | | | |
|------|-------|---------|
| 1 いる | 2 いない | 3 わからない |
|------|-------|---------|

問26 あなたは、悩んでいる時に相談にのってくれる機関や人はいますか。(3つまで○)

- | | |
|-------------|--------------|
| 1 配偶者 | 2 実父・実母 |
| 3 義父・義母 | 4 兄弟姉妹 |
| 5 友人 | 6 近所の人 |
| 7 病院の医師・看護師 | 8 保育所、幼稚園の先生 |
| 9 保健センター | 10 インターネット |
| 11 その他 () | |
| 12 誰もいない | |

問27 あなたは、周囲の人に支えてもらって子育てをしているという実感がありますか。
(1つに○)

- | | |
|----------|----------|
| 1 大いにある | 2 まあまあある |
| 3 ほとんどない | 4 まったくない |

問28 あなたは、イライラして子どもを叩きたくなったり、叩いてしまったりすることがありますか。(1つに○)

- | | |
|--------|-------------|
| 1 ない | 2 時々ある |
| 3 よくある | 4 どちらともいえない |

問29 あなたは、子育てについてどのように感じていますか。(1つに○)

- | |
|----------------|
| 1 楽しみや喜びを感じている |
| 2 生きがいを感じる |
| 3 不安や負担を感じる |
| 4 その他 () |

問30 あなたは、子どもたちが心も体も元気に育っていくためには、何が必要だと思いますか。
(3つまで○)

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1 規則正しい生活習慣 | 2 病気の早期発見 |
| 3 生活のゆとり | 4 子育て支援サービスの充実 |
| 5 近所の人たちの見守り | 6 医療サービスの充実 |
| 7 相談機関の充実 | 8 公園や広場の整備 |
| 9 事故などの予防への取り組み | |
| 10 その他 () | |
| 11 特にない | |

★問3 1 家庭で用意している非常用の食料等の種類を次から選んでください。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|--|
| 1 主食 (レトルトご飯、おかゆ、 α 化米、乾パン、真空パック餅、カップ麺 等) |
| 2 主菜 (肉・魚等の缶詰、カレー・シチュー等のレトルト食品 等) |
| 3 副菜 (野菜・果物等の缶詰、乾燥野菜 等) |
| 4 飲料 (水、お茶、野菜・果物ジュース 等) |
| 5 その他 (チョコレート、あめ、ドライフルーツ 等) |
| 6 食器・調理器具 |
| 7 熱源 (固形燃料・カセットコンロ等) |
| 8 用意していない |

★問3 2 あなたの家庭では、家族の年齢 (乳幼児、高齢者など) や健康状態 (食物アレルギー、血圧が高い、食べ物を噛みにくいなど) に応じて、非常用の食糧を用意していますか。(○は一つ)

- | |
|-------------------|
| 1 用意している |
| 2 用意していない |
| 3 特別な対応が必要な家族はいない |

【問3 2で「1. 用意している」とお答えの方は、以下の1) について、お答えください。】

★問3 2-1 家族の年齢や、健康状態に応じてどのような食糧を用意していますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | |
|-----------------------------------|
| 1 乳幼児用ミルクや離乳食、幼児食のレトルト食品を用意している |
| 2 アレルゲンが除去された食品を用意している |
| 3 お粥ややわらかい食品を用意している |
| 4 慢性疾患(高血圧、糖尿病など) に対応できる食品を用意している |
| 5 宗教上の理由で対応できる食品を用意している |
| 6 その他 () |

新型コロナウイルス感染症に関する生活の変化について

★問3 3 感染予防対策として、お子様は、どのようなことに取り組まれていますか。

(○はいくつでも)

- | |
|--------------------------|
| 1 手洗い |
| 2 うがい |
| 3 マスク |
| 4 薬品 (アルコールなど) を使用した環境消毒 |
| 5 ワクチン接種 |
| 6 その他(具体的に) |

