

熊本市食の安全安心・食育に関するアンケート

＜ご記入にあたっての注意＞

1. 質問は、**封筒の宛名の方**のご意見でお願いします。
2. 質問に対する回答については、次の2種類があります。
 - ・【〇はいくつでも】…選択肢の中から該当するものをすべてお選びください。
 - ・【〇は1つだけ】…選択肢の中から該当するものを1つだけお選びください。
3. 黒の鉛筆またはボールペンなどではっきりと記入してください。
4. 調査票、返信用封筒には、住所、氏名を記入する必要はありません。
5. 記入した調査票は、**平成24年7月10日（火）**までに
同封の返信用封筒に入れ、ポストに入れてください（※切手は不要です）。
6. このアンケートに関するお問い合わせは、下記までお願いします。

【お問い合わせ】 熊本市役所 健康福祉子ども局 健康づくり推進課
電話 : 096-328-2145・FAX : 096-351-2183
電子メール : kenkouzukuri@city.kumamoto.lg.jp

●あなたご自身のことについてお聞きします。

- ・性別 (男 ・ 女)
- ・年齢(平成24年4月1日現在) () 歳
- ・お住まいの小学校校区 () 校区
校区がわからない方はお住まいの町名 () 区
例えば「東区健軍1丁目」「中央区手取本町」

問1 あなたが同居している方はあなたを含めて何人ですか。【〇は1つだけ】

1. 1人
2. 2人
3. 3人
4. 4人
5. 5人
6. 6人
7. 7人以上

問2 あなたは、1週間に家族と一緒に1回でも食事をする日がどのくらいありますか。【○は1つだけ】

- 1. ほとんど毎日食べる _____
- 2. 週に4～5日食べる _____
- 3. 週に2～3日食べる _____ → 問3へ
- 4. 週に1日程度食べる _____
- 5. ほとんどない _____
- 6. 一人暮らし -----> 問2-2へ

★問2で「6. 一人暮らし」と答えた方にお尋ねします。

問2-2 あなたは、友人や仲間と一緒に食事をすることがありますか。

【○は1つだけ】

- 1. ほとんど毎日食べる _____
- 2. 週に4～5日食べる _____
- 3. 週に2～3日食べる _____ → 問6へ
- 4. 週に1日程度食べる _____
- 5. ほとんどない _____

★問2で「1.」～「5.」に○をつけた方へおたずねします。

問3 朝食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。【○は1つだけ】

- 1. ほとんど毎日食べる
- 2. 週に4～5日食べる
- 3. 週に2～3日食べる
- 4. 週に1日程度食べる
- 5. ほとんど食べない

★問2で「1.」～「5.」に○をつけた方へおたずねします。

問4 夕食を家族と一緒に食べることはどのくらいありますか。【○は1つだけ】

- 1. ほとんど毎日食べる
- 2. 週に4～5日食べる
- 3. 週に2～3日食べる
- 4. 週に1日程度食べる
- 5. ほとんど食べない

★問2で「1.」～「5.」に○をつけた方へおたずねします。

問5 あなたは家族で食に関することや健康について話をすることができますか。

【○は1つだけ】

- 1. いつもしている
- 2. 時々している
- 3. あまりしていない
- 4. していない

問6 あなたは食事の時間が楽しいですか。【○は1つだけ】

- | | |
|------------|-------------|
| 1. とても楽しい | 2. 楽しい |
| 3. どちらでもない | 4. あまり楽しくない |
| 5. 楽しくない | |

問7 あなたはふだん朝食を食べますか。【○は1つだけ】

- | | | |
|--------------|-------------|---------|
| 1. ほとんど毎日食べる | -----> | 問8へ |
| 2. 週に4～5日食べる | ┌
├
└ | → 問7-2へ |
| 3. 週に2～3日食べる | | |
| 4. ほとんど食べない | | |

★問7で「2.」～「4.」に○をつけた方へおたずねします。

問7-2 朝食を食べない最も大きな理由は何ですか。【○は1つだけ】

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. 時間がない | 2. 食欲がない |
| 3. 朝食を食べるより寝ていたい | 4. 減量（ダイエット）のため |
| 5. 朝食が用意されていない | 6. 以前から食べる習慣がない |
| 7. 食べたり準備することが面倒である | |
| 8. その他（具体的に | ） |

問8 今朝、あなたはどんな朝食を食べましたか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. 一品（ごはん・パンのみ） | |
| 2. 二品（ごはん・パン+おかずなど一品） | |
| 3. 三品（ごはん・パン+おかずなど二品）以上 | |
| 4. おかずのみ | |
| 5. 飲み物・果物のみ | |
| 6. その他（具体的に | ） |
| 7. 何も食べていない | |

問9 あなたはふだん外食をすることがありますか。【○は1つだけ】

※外食とは、飲食店での食事（含；宴会）をする場合とします。給食は含みません。

- | | |
|-----------|---------------|
| 1. 毎日2回以上 | 2. 毎日1回程度 |
| 3. 週に5～6回 | 4. 週に3～4回 |
| 5. 週に1～2回 | 6. 月に2～3回 |
| 7. 月1回程度 | 8. 外食はほとんどしない |

問 10 外食をするとき、よく利用する施設は何ですか。【○はいくつでも】

- | | |
|-----------------|-------------|
| 1. ファミリーレストラン | 2. ファーストフード |
| 3. カフェ・コーヒーショップ | 4. 洋食店 |
| 5. 定食店 | 6. 中華料理店 |
| 7. 焼肉店 | 8. そば・うどん店 |
| 9. ラーメン店 | 10. 牛丼店 |
| 11. 回転寿司店 | 12. 居酒屋 |
| 13. 会社や学校の食堂 | |
| 14. その他（具体的に | ） |

問 11 あなたはふだん中食を利用することがありますか。【○は1つだけ】

※中食とは、手を加えなくても食事として食べられる状態に調理された食品を家庭などに持ち帰って食べる場合とします。

- | | |
|-----------|--------------|
| 1. 毎日2回以上 | 2. 毎日1回程度 |
| 3. 週に5～6回 | 4. 週に3～4回 |
| 5. 週に1～2回 | 6. 月に2～3回 |
| 7. 月1回程度 | 8. ほとんど利用しない |

問 12 あなたは中食をどこで購入しますか。【○はいくつでも】

- | | |
|----------------|--------------------|
| 1. 弁当店・惣菜店 | 2. スーパーマーケット |
| 3. デパートの食料品売り場 | 4. コンビニエンスストア |
| 5. パン屋 | 6. ファーストフードのテイクアウト |
| 7. 宅配ピザ・出前 | |
| 8. その他（具体的に | ） |

問 13 あなたは毎日排便がありますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 毎日1回以上ある | 2. 2～3日に1回 |
| 3. 4～5日に1回 | 4. 週に1回程度 |
| 5. その他（具体的に | ） |

問 14 あなたは次のものをどのくらいの頻度で食べていますか。

①緑黄色野菜（にんじん・トマト・ほうれん草・かぼちゃ・ピーマン など）

【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|-----------|
| 1. 1日2回以上 | 2. 1日1回程度 |
| 3. 週4～5回 | 4. 週1～3回 |
| 5. ほとんど食べない | |

②その他の野菜（きゅうり・大根・玉ねぎ・キャベツ・なす など）【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|-----------|
| 1. 1日2回以上 | 2. 1日1回程度 |
| 3. 週4～5回 | 4. 週1～3回 |
| 5. ほとんど食べない | |

問 15 あなたはふだんから次の各項目について実践していますか。

①栄養バランスの優れた「日本型食生活」の実践、野菜摂取量を増やす、油の多いものを控えるなど、栄養バランスに気をつけている【○は1つだけ】

※「日本型食生活」とは、主食である「米」を中心として、大豆・野菜・魚などの副食を組み合わせたものに、畜産物や果物などがバランスよく加わった食事パターンをいう。

1. 必ずしている
2. しばしばしている（週に4～5日程度）
3. 時々している（週に1～3日程度）
4. あまりしていない
5. 全くしていない

②毎日朝食を摂るなど規則正しい食生活に努めている【○は1つだけ】

1. 必ずしている
2. しばしばしている（週に4～5日程度）
3. 時々している（週に1～3日程度）
4. あまりしていない
5. 全くしていない

③自ら料理に取り組んでいる【○は1つだけ】

1. 必ずしている
2. しばしばしている（週に4～5日程度）
3. 時々している（週に1～3日程度）
4. あまりしていない
5. 全くしていない

問 16 あなたは、自分で食品や食材を購入する機会がありますか。【○は1つだけ】

1. ある
2. ない

問 17 あなたは自分の適正体重を認識し、体重コントロールを心がけていますか。
【○は1つだけ】

※適正体重とは、身長（m）×身長（m）×22 で算出される値（kg）で、健康を維持していくための目安となる体重です。

1. 適正体重を維持している
2. 適正体重に近づけようと心がけている
3. どちらともいえない
4. あまり心がけていない
5. 全く気にしていない

問 18 あなたは1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。【○は1つだけ】

1. している
2. していない

問 19 あなたは「内臓脂肪症候群（メタリックシンドローム）」を知っていますか。
【○は1つだけ】

※「内臓脂肪症候群（メタリックシンドローム）」とは、内臓脂肪がたまることによって血圧、血糖が高くなったり血中の脂質異常をおこしたりして、心筋梗塞や脳卒中等が起こりやすくなる状態のことです。このような状態を改善するためには食事や運動などの生活習慣を変える必要があります。

1. 言葉や内容を知っている
2. 言葉を聞いたことはあるが内容は知らない
3. 知らない（今回の調査で初めて聞いた場合を含む）

問 20 あなたは、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）の予防や改善のために、適切な食事、定期的な運動、週に複数回の体重計測、のいずれかを実践していますか。【〇は1つだけ】

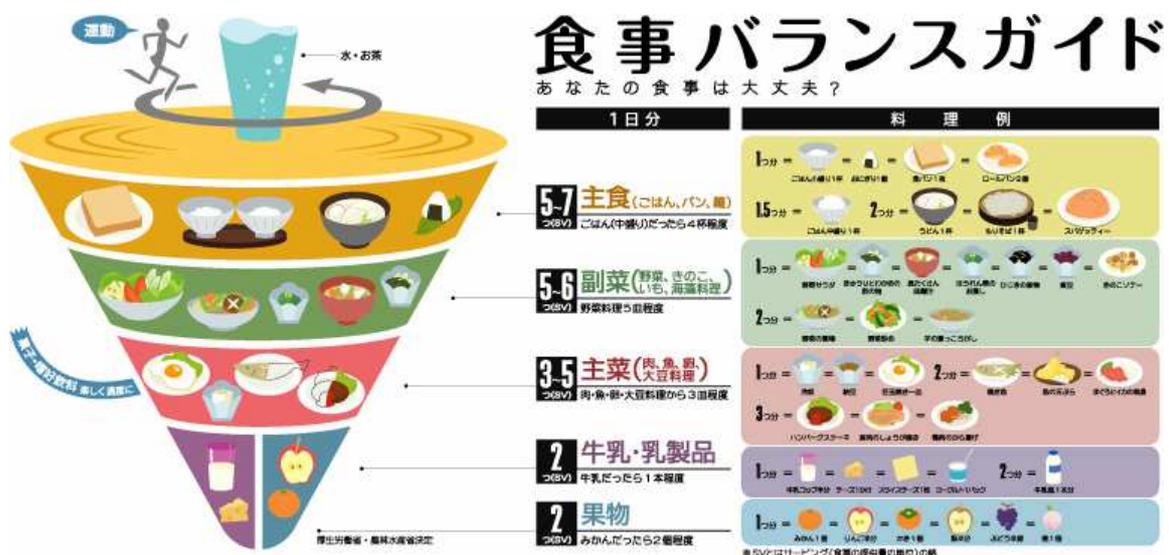
1. 実践して、半年以上継続している
2. 実践しているが、半年未満である
3. 時々気をつけているが、継続的ではない
4. 現在はしていないが、近いうちにしようと思っている
5. 現在していないし、しようとも思わない

問 21 あなたは、噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか、それとも関心がありませんか。【〇は1つだけ】

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 あなたは、下のコマ型の「食事バランスガイド」を見たことがありますか。【〇は1つだけ】

1. ある -----> 問 22-2・問 22-3 へ
2. ない -----> 問 23 へ



★問 22 で「1. ある」と答えた方へおたずねします。

問 22-2 どこでまたは何で見ましたか。【○はいくつでも】

1. スーパーマーケット
2. コンビニエンスストア
3. デパート
4. その他の商店
5. 飲食店
6. 社員食堂や学生食堂
7. 職場や学校の講習会や広報
8. 保健所・保健福祉センターや市の講習会や広報
9. シンポジウムなどのイベント
10. 新聞
11. 雑誌・本
12. テレビ
13. インターネット（ホームページ）
14. 電車・バス内の広告、広報ポスター
15. その他（具体的に _____)

問 22-3 「食事バランスガイド」を参考にしてメニューを考えたり選んだりしますか。

【○は1つだけ】

1. ほぼ毎食参考になっている
2. 毎日1食は参考になっている
3. 時々参考になっている
4. ほとんど参考にしない

問 23 あなたは飲食店、レストラン、食品売り場および職場（学校）の給食施設・食堂などで食品や料理の栄養成分が表示してあるのを見たことがありますか。

【○は1つだけ】

1. ある -----> 問 23-2 へ
2. ない -----> 問 24 へ
3. わからない -----> 問 24 へ

★問 23 で「1. ある」と答えた方へおたずねします。

問 23-2 その場合、栄養成分を参考にしてメニューを選びますか。【○は1つだけ】

1. いつも参考にしている
2. 時々参考にしている
3. ほとんど参考にしていない

問 24 あなたは「食育」という言葉やその意味を知っていますか。【○は1つだけ】

※「食育（しょくいく）」とは、子どもの頃から、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を身につけさせ、健康で安全安心な食生活を日々送ることができる人を育てていくことで、あらゆる世代の人々に必要なものです。

1. 言葉も意味も知っていた
2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった（今回の調査で初めて聞いた場合を含む）

問 25 あなたは「食育」に関心がありますか。【○は1つだけ】

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 26 あなたは、ふだん「食育」に関する活動や行動をしていますか。

【○は1つだけ】

※「食育に関する活動」とは、栄養バランスのとれた食生活の実践、より安全な食品の購入、農業・加工活動への参加・体験、食生活改善に関する勉強会やボランティア活動への参加などです。

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、実際にはしていない
5. したいとは思わないし、してもいない
6. わからない

問 27 あなたは食品の安全性に関して不安に感じることはありますか。

【○は1つだけ】

1. 大いに感じている → 問 27-2・問 27-3 へ
2. 多少感じている → 問 27-2・問 27-3 へ
3. どちらともいえない
4. あまり感じていない → 問 28 へ
5. 全く感じていない → 問 28 へ

★問 27 で「1.」または「2.」と回答された方へおたずねします。

問 27-2 不安を感じるものは何ですか。【○はいくつでも】

- | | |
|-----------------------------|--------------------|
| 1. 病原性大腸菌 (O157 など) | 2. 残留農薬 |
| 3. 動物用医薬品の残留 | 4. 遺伝子組換え食品 |
| 5. 食品添加物 | 6. 輸入食品 |
| 7. 食品の不正 (偽装) 表示 | 8. 牛海綿状脳症 (BSE) |
| 9. 健康食品 | 10. 環境ホルモン |
| 11. かび毒・自然毒 | 12. 食中毒を起こす細菌・ウイルス |
| 13. 異物 (髪の毛・金属片・ガラス片など) の混入 | |
| 14. アレルギー物質 | 15. 放射性物質 |
| 16. 生食用食肉 (牛・鶏) | 17. 生食用食肉 (馬) |
| 18. その他 (具体的に) | |

問 27-3 どんなときに、不安を感じますか。【○はいくつでも】

1. スーパー等で肉、魚、野菜等を購入するとき
2. 中食 (持ち帰り惣菜店、コンビニ、ファストフードなどの店舗で購入し、家や職場で調理せずに食べる食事形態) を購入するとき
3. 飲食店で外食するとき
4. インターネット等で食品を購入するとき
5. その他 (具体的に)

問 28 あなたは、食品の安全な取り扱いや選び方など食品の安全性に関する知識があると思いますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-------------|--------------|
| 1. 十分にあると思う | 2. ある程度あると思う |
| 3. あまりないと思う | 4. 全くないと思う |

問 29 あなたは食品を購入する際に表示を確認しますか。【○は1つだけ】

- | | |
|---------------|------------|
| 1. 毎回確認している | → 問 29-2 へ |
| 2. 時々確認している | → 問 29-2 へ |
| 3. どちらでもない | → 問 30 へ |
| 4. あまり確認していない | → 問 30 へ |
| 5. 全く確認していない | → 問 30 へ |

★問 29 で「1.」または「2.」と答えた方へおたずねします。

問 29-2 何を確認しますか。【○はいくつでも】

- | | |
|---------------|----------------|
| 1. 消費または賞味期限 | 2. 保存方法 |
| 3. 原材料の種類 | 4. 原産地・原産国 |
| 5. 食品添加物の有無 | 6. 遺伝子組換え食品の有無 |
| 7. アレルギー物質の有無 | 8. 製造者・販売者 |
| 9. 栄養成分 | |
| 10. その他（具体的に | ） |

問 30 あなたは栄養や食事・食品に関する知識や情報を何から得ていますか。

【○はいくつでも】

- | | |
|-----------------------|---------------|
| 1. 雑誌・本 | 2. テレビ・ラジオ |
| 3. 保育所・学校など | 4. 友人・知人 |
| 5. 家族 | 6. 新聞 |
| 7. インターネット | 8. 熊本市のホームページ |
| 9. 保健所・保健福祉センターなど公的機関 | |
| 10. 飲食店・食料品店 | |
| 11. 医療機関（病院など） | |
| 12. 食生活改善推進員など地域支援者 | |
| 13. 講演会やイベント | |
| 14. 農家など生産者 | |
| 15. その他（具体的に | ） |

問 31 あなたは食生活や食品に関してどのような情報が欲しいですか。

【○はいくつでも】

1. 食事の量や組み合わせなど栄養バランス
2. 食品に含まれる栄養素やその働き
3. 食事に関する作法やしつけ（マナー）
4. 調理方法（レシピ）
5. 食生活の乱れからくる影響について
6. 農業や漁業などを体験する方法
7. 農畜水産物に関する生産履歴などの情報
8. 食品の安全性や健康被害などの情報
9. 食品の試験検査や監視指導の結果
10. 食品表示の見方やその内容
11. 食に関わるイベント情報
12. その他（具体的に)

問 32 あなたは、熊本市のホームページに【くまもとの食（安全安心のひろば・食育のひろば）】のページがあることを知っていますか。【○は1つだけ】

1. 知っているし、見たことがある
2. 知っているが、見たことはない
3. 知らない

問 33 あなたは、熊本市が食品の製造販売施設及び飲食店の監視や、食品の検査を行っていることを知っていますか。【○は1つだけ】

1. 知っている
2. 知らない

問 34 あなたは「地産地消」という言葉を知っていますか。【○は1つだけ】

※「地産地消（ちさんちしょう）」とは、地元でとれた生産物を地元で消費する(食べる)という意味です。

1. 言葉も意味も知っていた
2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった（今回の調査で初めて聞いた場合を含む）

問 35 あなたは、農作物を購入する際、主にどのような点を重要視して購入していますか。【○は1つだけ】

1. 価格
2. 鮮度
3. 品質
4. 産地
5. 栽培方法（有機栽培、減農薬など）
6. その他（具体的に _____）

問 36 あなたは、地産地消の推進のため、すすんで地元産（熊本市産や熊本県産）の農産物や水産物を購入していますか。【○は1つだけ】

1. いつもしている
2. 時々している
3. どちらともいえない
4. あまりしていない
5. していない

問 37 あなたは農産物を購入する際、主にどのような店舗を利用しますか。

【○は1つだけ】

1. 近所のスーパーマーケット
2. 大型ショッピングセンター
3. デパート
4. 近所の八百屋
5. 農産物直販所
6. 移動販売
7. その他（具体的に _____）

問 38 あなたは食生活面で「くまもとらしさ」を感じることはありますか。

【○は1つだけ】

1. ある -----▶ 問 38-2 へ
2. ない -----▶ 問 39 へ
3. わからない -----▶ 問 39 へ

★問 38 で「1. ある」と答えた方へおたずねします。

問 38-2 それはどんなことですか。【〇はいくつでも】

1. 水がおいしいこと
2. お茶やコーヒーがおいしいこと
3. お酒（含；赤酒）がおいしいこと
4. しょうゆが甘いこと
5. 果物や野菜、米など農産物がおいしいこと
6. のりや魚介類など水産物がおいしいこと
7. 酪農製品や肉など畜産物がおいしいこと
8. 食材そのものを活かした素朴な料理が多いこと
9. 田畑や漁場などの生産風景や豊かな自然が間近に見られること
10. 生産地と消費地が近く、農業者や漁業者との交流がし易い環境にあること
11. 水前寺もやしを雑煮に入れるなど、自然や歴史に育まれた食文化や食生活があること
12. その他（具体的に _____）

問 39 あなたは、熊本市の良質な地下水が、地元の食材や料理の「おいしさ」の基になっていると思っていますか。【〇は1つだけ】

1. 思う
2. 思わない
3. わからない

問 40 あなたは、熊本の郷土料理や伝統料理、食文化などについて、子どもや孫たちに伝えたいと思いますか。【〇は1つだけ】

1. 積極的に伝えたい
2. 機会があれば伝えたい
3. どちらともいえない
4. あまり伝えたいと思わない
5. 伝えたいと思わない

問 41 あなたは家庭での食事に伝統料理（行事食など）や郷土料理を取り入れていませんか。【〇は1つだけ】

1. よく取り入れている
2. 時々取り入れている
3. どちらともいえない
4. あまり取り入れていない
5. 全く取り入れていない

問 42 あなたは、食品を購入したり食事を作る際に、ゴミを少なくするために「作りすぎ」や「買いすぎ」をしないように心がけていますか。【○は1つだけ】

- | | |
|--------------|---------------|
| 1. いつも心がけている | 2. 時々心がけている |
| 3. どちらともいえない | 4. あまり心がけていない |
| 5. 心がけていない | |

問 43 あなたは、家庭で出る生ゴミについて、処理機を用いてたい肥を作るなどリサイクルに関する取り組みを行っていますか。【○は1つだけ】

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. いつも行っている | 2. 時々行っている |
| 3. あまり行っていない | 4. 興味はあるが、行っていない |
| 5. 興味もなく、行ってもない | |

問 44 あなたは次の項目に関する教室や講演会、イベント、体験活動、自主グループなどの活動に参加したことがありますか。

①親子料理教室など、食生活改善や健康づくりに関するもの【○は1つだけ】

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 週に1回程度 | 2. 月に1～2回程度 |
| 3. 年に数回程度 | 4. 参加したことはないが参加したいと思う |
| 5. 参加したことはなく関心もない | |

②田植えや芋ほりといった栽培・収穫体験など、農林漁業やその産物に関するもの【○は1つだけ】

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 週に1回程度 | 2. 月に1～2回程度 |
| 3. 年に数回程度 | 4. 参加したことはないが参加したいと思う |
| 5. 参加したことはなく関心もない | |

③ゴミ減量やリサイクルなど、環境保全に関するもの【○は1つだけ】

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 週に1回程度 | 2. 月に1～2回程度 |
| 3. 年に数回程度 | 4. 参加したことはないが参加したいと思う |
| 5. 参加したことはなく関心もない | |

④食中毒予防講座など、食品の安全性や食品衛生に関するもの【○は1つだけ】

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 週に1回程度 | 2. 月に1～2回程度 |
| 3. 年に数回程度 | 4. 参加したことはないが参加したいと思う |
| 5. 参加したことはなく関心もない | |

問 45 あなたのふだんの生活の状況についてあてはまるものをすべてお選びください。【〇はいくつでも】

1. 食料品店が遠い
2. 買った物を持って帰るのが大変
3. 盛合わせやパック詰ばかりで適量の買い物ができない
4. 地域で食事会などの交流会がない
5. 健康的な食生活に関する情報がない
6. 食事面での相談先がわからない
7. 調理や後片付けが面倒くさい
8. ゴミが重くて出せない
9. その他（具体的に _____）
10. 特にない

問 46 あなたのふだんの食生活についてあてはまるものをすべてお選びください。【〇はいくつでも】

1. 自分の適量がわからない
2. 食事療法を実行するのが大変
3. 好き嫌いがある
4. いつも同じような料理になってしまう
5. おいしく感じない
6. 胃腸の調子が悪く食べられない
7. のみ込みがしにくい
8. 義歯が合わない
9. その他（具体的に _____）
10. 特にない

★『食の安全安心・食育』に関するご意見などありましたら何でも結構です。
ご自由にお書きください。

～記入もれなどが無いかな再度ご確認ください。ご協力ありがとうございました。～