

## 食育に関する市民意識調査（成人）

・該当する番号に○を付けてください。

【年齢】 1. 20代 2. 30代 3. 40代 4. 50代 5. 60代 6. 70代以上

【性別】 1. 男性 2. 女性

【家族構成】 1. 大家族（3世代以上） 2. 核家族（夫婦のみ又は親と子供の世帯）  
3. 単身者 4. その他

●18歳以下の子どもの有無 1. いる 2. いない

●65歳以上の高齢者の有無 1. いる 2. いない

【住んでいる校区】 1. 本山 2. 赤崎 3. 須恵 4. 小野田 5. 有帆 6. 高千帆 7. 高泊  
8. 厚狭 9. 出合 10. 厚陽 11. 津布田 12. 埴生 13. 市外

【1】「食育」という言葉を聞いたことがありますか？

1. 関心がある
2. 聞いたことはあるが、関心がない
3. 聞いたことがない

○食育とは

- ・生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるものです。
- ・さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する能力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

【2】「食」のどの分野に関心がありますか？（複数回答可）

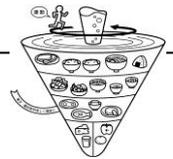
1. 食の安心・安全
2. 食生活・食習慣の改善
3. 農林水産加工業体験（収穫・工場見学など）
4. 食文化の伝承
5. 環境に配慮した食品リサイクル等
6. 食事の食べ方やマナー
7. 食を通じたコミュニケーション
8. その他（ ）
9. 関心がない

【3】「食事バランスガイド」を知っていますか？

1. 知っていて、食事の参考に使っている
2. 知っているが、食事の参考にはしていない
3. 知らない

○「食事バランスガイド」とは

- ・食事を主食、主菜、副菜、牛乳・乳製品、果物の5つのグループに分け、1日に「何を」「どれだけ」食べたらいいのかという目安を、コマのイラストであらわしたものです。



食事バランスガイド

【4】山陽小野田市でつくられる食材・特産品を知っていますか？

1. 知っている（具体的に： ）
2. 知らない

【5】郷土料理（ぬた・ちしやなます・けんちょう・そうめん瓜なますなど）を知っていますか？

1. 知っていて、家でも食べる
2. 知っているが、家では食べない
3. 知らない

【6】「食」に関する情報をどこから得ていますか？（複数回答可）

1. テレビ・ラジオ
2. 新聞や雑誌等
3. スーパーや小売店
4. 家族や友達
5. インターネット
6. 活動しているグループ
7. 行政の広報誌
8. 専門誌
9. その他（ ）
10. 特になし

【7】加工食品（おやつやインスタント食品など）を購入する時や食べる時、栄養成分（カロリー・塩分量など）を見て参考にしますか？

1. いつも見て参考にする
2. 時々見て参考にする
3. 全く見ない

【8】食品を購入する時は、原材料や産地を見て参考にしますか？

1. いつも見て参考にする
2. 時々見て参考にする
3. 全く見ない

【9】朝食を食べていますか？

1. ほとんど毎日食べる
2. 食べない日がある
3. ほとんど食べていない

【9-1】どんな朝食を食べていますか？

（直近の朝食をご記入ください。）

（例）ご飯、味噌汁、目玉焼き

○朝食について

- ・朝食は、1日をスタートさせるためのエネルギーのもとで、休んでいた脳や体を目覚めさせ、1日の生活リズムを整える大切な役割をもっています。
- ・主食・主菜・副菜をバランスよくとることができる朝食が理想です。

【10】普段の食生活で、1日に野菜料理（海藻類・いも・きのこ類を含む）を毎回（食）食べますか？

1. 毎回（3食）食べる
2. 2食は食べる
3. 1食は食べる
4. ほとんど食べない

【11】外食・中食（惣菜・弁当など）をどのくらい利用しますか？

1. 週6日以上
2. 週4～5日
3. 週2～3日
4. 週1日以下

【12】肉や魚の加工食品（ハム、ベーコン、ちくわ、かまぼこ、干物等）をどのくらい食べますか？

1. 週6日以上
2. 週4～5日
3. 週2～3日
4. 週1日以下

【13】麺類の汁はどうしていますか？

1. 全て飲む
2. 半分程度残す
3. ほとんど飲まない

裏面もお答えください ⇒

【14】 外食を利用する時、味付けは家庭と比べていかがですか？

1. 外食の方が濃い
2. 外食と同じ
3. 外食の方が薄い
4. わからない

【15】 ゆっくり噛んで食べるようにしていますか？

1. いつも心がけている
2. 時々心がけている
3. あまり心がけていない

【16】 家庭で行事食を食べていますか？

1. 食べる
2. 食べない

○行事食とは

季節折々の伝統行事などの際にいただく料理、特別な行事の時の華やかだ食事のことをいいます。  
(おせち料理、七草がゆ、節分のいわし、桃の節句のちらし寿司など)

【17】 地域にいる様々な人が集える共食の場（自治会や子ども会などの会食の場）に参加したことがありますか？

1. 参加したことがある
2. 参加する場はあるが、参加したことがない
3. 参加する場がない

○共食とは

家族や友人などみんなで食事を共にすることをいいます。

【18】 孤食をしている子ども、一人暮らしの若い世代や高齢者など、地域にいる様々な人が集える共食の場があれば参加したいと思いますか？

1. 参加したい
2. 一緒に行く人がいれば参加したい
3. 参加したくない

○コ食には

孤食…一人で食べる食事  
個食…食卓でそれぞれ別々のものを食べる食事  
子食…子どものみで食べる食事  
濃食…味の濃い食事  
粉食…粉類（パン、麺類）のみの食事  
小食…量が少ない食事 などがあります。

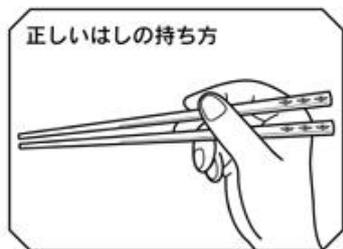
【19】 家庭で料理、食事の準備、片付けなどをしますか？

1. ほとんど毎日する
2. 時々する
3. 全くしない

【20】 食事の時など、子どもたちに食べ方や食事のマナーを伝えていますか？

1. 教えている
2. 教えていない
3. 機会がない

～こんな使い方はマナー違反～



【21】 食事を残さないようにしていますか？

1. 残さない
2. 時々残す
3. いつも残す

【22】 生ごみを減らす工夫（食材を買い過ぎない、食事を作り過ぎない、生ごみを堆肥化するなど）をしていますか？

1. している
2. 時々している
3. 全くしていない

【23】 家庭で野菜などの栽培・収穫をしますか？

1. よくする
2. 時々する
3. 全くしない

【24】 山陽小野田市食育推進計画「元気いっぱい ねたろう『食育』プラン」を知っていますか？

1. 名前も内容も知っている
2. 名前は知っているが、内容は知らない
3. 知らない

【25】 「ねたろう食育博士」のキャラクターを知っていますか？

1. 知っている
2. 知らない



ねたろう食育博士

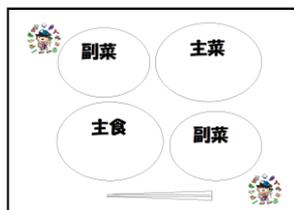
【26】 「ねたろう食育博士養成講座」を知っていますか？

1. 知っている または すでに食育博士になっている
2. 知っているが、ねたろう食育博士になりたいとは思わない
3. 知らない

○食育博士養成講座とは  
食に関する知識について体験などを通して身につけることで、健全な食生活を実践し、食育の大切さを広くPRできる人材を養成することを目的とした講座です。

【27】 「ねたろう食育ランチョンマット」を知っていますか？

1. 活用している
2. 知っているが、活用していない
3. 知らない



【28】 山陽小野田市ホームページ「食育」を知っていますか？

1. 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

○山陽小野田市ホームページ「食育」へは、「山陽小野田市健康増進課」→「食育」で検索してください。