

「食」に関するアンケート(大学生・専門学校生) (案) 枚方市

健康な体を維持するために、『食』はとても大切であると考えています。皆様に食に関する意識の調査をさせていただき、今後より良い食環境を整備するための参考とさせていただきます。アンケート結果は『第3次枚方市食育推進計画』の評価や食育推進の目的以外で使うことはありません。ご協力いただきますようお願いいたします。

問1 あなたは「食育」に関心がありますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- (1) とても関心がある (2) どちらかといえば関心がある
 (3) あまり関心がない (4) まったく関心がない
 (5) 「食育」という言葉や内容自体を知らない

問2 あなたは、自分の食生活をどう思いますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- (1) よいと思う
 (2) 少しは問題があるが、おおむねよいと思う
 (3) 問題があり改善したいと思う
 (4) 問題はあるが改善したいとは思わない
 (5) その他 ()

問3 問2で(3)～(4)に○をされた方にお聞きします。あなたの食生活の問題点はどのようなものですか。

あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- (1) 栄養バランスが悪い (2) 間食が多い (3) 食事の時間が不規則
 (4) 外食や市販食品の利用が多い (5) 食べ過ぎてしまう (6) 欠食がある
 (7) その他 ()

問4 あなたは毎食、食事をとっていますか。それぞれあてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

朝食について

- (1) 毎日食べる (2) 週 2～3 日食べない (3) 週 4～5 日食べない (4) ほとんど食べない

昼食について

- (1) 毎日食べる (2) 週 2～3 日食べない (3) 週 4～5 日食べない (4) ほとんど食べない

夕食について

- (1) 毎日食べる (2) 週 2～3 日食べない (3) 週 4～5 日食べない (4) ほとんど食べない

問5 問4で、朝食について、(2)～(4)に○をされた方にお聞きします。あなたが朝食を毎日食べない理由は何か。あてはまる番号をすべて選んで○をつけてください。

- (1) 少しでも長く寝ていたいから (2) 朝は忙しくて時間がないから
 (3) 食欲がないから (4) 作るのが面倒だから
 (5) 朝食が準備されていないから (6) 朝昼兼用になっているから
 (7) 普段から朝食を食べる習慣がないから (8) 朝食を食べることが必要と思わないから
 (9) 太りたくないから
 (10) その他 ()

問6 あなたのふだんの食事は、①～③がすべてそろったものになっていますか？

① 主食となる、**ごはん・パン・麺**などのいずれか

② 主菜の主な食材となる、**魚・肉・卵・大豆、大豆製品**のいずれか

③ 副菜の主な食材となる、**野菜**(果物、漬物、野菜ジュースや薬味・飾り程度の量の場合は除く)

それぞれあてはまる番号を**1つだけ**選んで○をつけてください。

朝食について

(1) そろっている (2) そろっていない (3) 朝食を食べない (4) その他 ()

昼食について

(1) そろっている (2) そろっていない (3) 昼食を食べない (4) その他 ()

夕食について

(1) そろっている (2) そろっていない (3) 夕食を食べない (4) その他 ()

問7 新型コロナウイルス感染拡大の影響で食生活に変化がありましたか。あてはまるものに○をつけてください。 **【変更】**

(1) 食事の回数 (①増えた ②減った ③変わらない)

(2) 外食の頻度 (①増えた ②減った ③変わらない)

(3) 中食※の頻度 (①増えた ②減った ③変わらない)

(4) 自炊の頻度 (①増えた ②減った ③変わらない)

(5) 野菜の摂取量 (①増えた ②減った ③変わらない)

(6) 間食の量 (①増えた ②減った ③変わらない)

(7) 飲酒量や頻度 (①増えた ②減った ③変わらない)

(8) 家族と一緒に食事をする機会 (①増えた ②減った ③変わらない)

(9) 減塩に対する意識 (①意識するようになった ②意識しないようになった ③変わらない) **【新設】**

(10) 体重の増減 (①増えた ②減った ③変わらない) **【新設】**

(11) その他 ()

例：食生活が不規則になった、バランスよく食べるようになった等

※中食とは、調理済みのものを購入して家で食べること
(宅配・デリバリーを含む)

問8 普段、健康に関する情報はどこで得ていますか。(複数回答可)

- (1) テレビ (2) インターネット (3) SNS (Facebook、Twitter など) (4) スーパーマーケット
(5) 新聞・雑誌 (6) 家族や友人、知人 (7) 薬局・ドラッグストア (8) その他 ()

問9 あなたは枚方市内にお住まいですか。

- (1) はい (2) いいえ

問10 あなたの性別に○をつけてください。

- (1) 男性 (2) 女性 (3) 男性・女性では答えられない (4) 答えない

ご協力ありがとうございました