



**Q5** あなたは、食べ残しをどのくらいしますか。(1つに○)

- ① ほとんど残す      ② 半分残す      ③ ちょっと残す      ④ 残さない

**Q6** あなたは、よい食生活を送れていると思いますか。(1つに○)

- ① よい食生活を送れていると思うが、これから、さらに良くしていきたい  
 ② よい食生活を送れていると思うし、これからも続けていきたい  
 ③ よい食生活を送れていると思っていないが、これから良くしていきたい  
 ④ よい食生活を送れているとは思っていないが、特に変える気はない

**Q7** あなたは、ふだんの食事の時間が楽しいですか。(1つに○)

- ① 非常に楽しい      ② やや楽しい      ③ あまり楽しくない      ④ 全く楽しくない

**Q8** あなたは、「地産地消」という言葉やその意味を知っていますか。(1つに○)

※ 地産地消とは、地域で生産されたものをその地域で消費すること

- ① 知っている      ② 知らない

**Q9** 和光市内で行われている食育に関するイベントや体験活動、教室のうち、参加や利用したことがあるものはありますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 農業体験      ② 体験教室（そば打ちやみそ作りなど）  
 ③ 料理教室      ④ 食育講座  
 ⑤ 市民まつりでのイベント      ⑥ 歯科教室  
 ⑦ 和光市でとれた農産物      ⑧ その他（      ）  
 ⑨ 参加したことがない      ※おもに公民館・市役所で開催しています。

**Q9-1** ⑨に○をつけた方にうかがいます。参加したことがない理由は何ですか。(あてはまるもの3つまで○)

- ① 実施を知らなかったから      ② 自分には必要ないから      ③ 場所が不便だから  
 ④ 日程が合わなかったから      ⑤ 対象年齢ではなかったから  
 ⑥ 一人では参加しにくいから      ⑦ 興味がないから  
 ⑧ その他（      ）

**Q10** 自治体やボランティア、企業などの食育の取り組みに参加してみたいと思うものはありますか。(あてはまるもの3つまで○)

- ① 郷土料理・伝統料理などの食文化を伝えていく活動  
 ② 農業、林業、漁業などに関する体験活動  
 ③ むし歯予防や健康づくりなどのための食生活に関する活動  
 ④ 食品廃棄や食品リサイクルに関する活動      ⑤ 子どもに対する食育活動  
 ⑥ 食品工場見学などの活動      ⑦ 食の安全や表示に関する活動  
 ⑧ その他（      ）      ⑨ 特にない

**Q11** 「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。(1つに○)

- ① ほぼ毎日      ② 週に4～5日      ③ 週に2～3日      ④ 週に1日程度      ⑤ ほとんどない



**Q19** あなたがストレスを感じる主な原因は何ですか。(〇はいくつでも)

- |            |            |             |
|------------|------------|-------------|
| ① 勉強や進路のこと | ② 友人との人間関係 | ③ 家族関係      |
| ④ 異性関係     | ⑤ 先生との人間関係 | ⑥ 経済的な問題    |
| ⑦ 自分や家族の病気 | ⑧ 自分の容姿や体形 | ⑨ ストレスは感じない |
| ⑩ その他 ( )  |            |             |

**Q20** あなたはストレスを感じたとき、どのようなことをしていますか。(〇はいくつでも)

- |                |                  |
|----------------|------------------|
| ① おしゃべり        | ② 買い物            |
| ③ 飲食           | ④ テレビ、DVD、音楽等の視聴 |
| ⑤ ゲーム          | ⑥ 運動             |
| ⑦ 部活動・クラブ活動    | ⑧ 睡眠             |
| ⑨ パソコン、メール、スマホ | ⑩ 本、雑誌、マンガ       |
| ⑪ 特に何もしない      | ⑫ その他 ( )        |

**Q21** あなたは、こころの悩みや人間関係や勉強のことなどのストレスを誰に相談しますか。(〇はいくつでも)

- |                    |              |                   |
|--------------------|--------------|-------------------|
| ① 家族               | ② 友人・知人      | ③ 学校の先生 (養護教諭も含む) |
| ④ インターネット、SNS      | ⑤ 市の相談機関     | ⑥ 医師              |
| ⑦ 学校相談員・スクールカウンセラー | ⑧ 国・県の相談機関   |                   |
| ⑨ 特に相談しない          | ⑩ 相談できる人がいない |                   |
| ⑪ その他 ( )          |              |                   |

**Q22** あなたは、<sup>ふだん</sup>普段どのくらい運動・外遊びをしていますか。(1つに〇)  
(公園や体育館での遊びやスポーツ教室などはこれに含まれますが、体育の授業は除きます)

- |               |               |
|---------------|---------------|
| ① ほぼ毎日している    | ② 週4～5日程度している |
| ③ 週2～3日程度している | ④ ほとんどしていない   |

**Q22-1** ①や②に〇をつけた方にお聞きします。

あなたは1回平均どのくらい運動・外遊びをしていますか。(1つに〇)

- |         |              |         |
|---------|--------------|---------|
| ① 30分未満 | ② 30分以上1時間未満 | ③ 1時間以上 |
|---------|--------------|---------|

**Q22-2** ④に〇をつけた方にお聞きします。

あなたが運動・外遊びをほとんどしていない理由はなんですか。

(〇はいくつでも)

- |  |                           |                             |
|--|---------------------------|-----------------------------|
| ① <sup>いそが</sup> 忙しく時間がない  | ② <sup>つか</sup> 疲れている     |                             |
| ③ <sup>ほごしゃ</sup> 保護者が <sup>いそが</sup> 忙しく時間がない、 <sup>つか</sup> または疲れている | ④ <sup>きかい</sup> 場所や機会がない |                             |
| ⑤ <sup>いっしょ</sup> 一緒にする <sup>ともだち</sup> 友達がいない                         | ⑥ <sup>きら</sup> 運動が嫌い     | ⑦ <sup>しょうがい</sup> 病気や障害がある |
| ⑧ <sup>ひつよう</sup> 必要がないと思っている  | ⑨ その他 ( )                 |                             |

ありがとうございました。