

## 原田地区 食育に関するアンケート調査



### ～調査ご協力をお願い～

皆様には、本市食育事業にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

本市では、令和6年3月に『第4次富士山おむすび計画（富士市食育推進計画）』を策定し、“食で育む健全な心とからだ”を基本理念とし、市民一人ひとりが食について意識を高め、食育活動を実践することを目指し、食育を推進しています。

地区においては、中学校区単位で食育推進地区及び食育推進校事業を実施することとし、本年度は吉永・原田地区が食育推進地区、吉永第一小学校・原田小学校・吉原第三中学校が食育推進校です。

つきましては、原田地区の皆様の食習慣や食育に関する意識を把握するため、「食育に関するアンケート調査」を実施いたします。

集計結果および自由意見は今年度中に回覧いたします。なお、この調査は無記名でご回答いただき、調査の結果はすべて統計的に処理しますので、個人情報外部に漏れたり、他の目的に使用されたりすることはございません。

お手数をお掛けし、恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

令和8年6月

富士市保健部地域保健課長

### 調査票記入にあたってのお願い

- 1 各世帯のどなたかお一人がご回答下さい。
- 2 ご記入は、えんぴつまたは黒のボールペンをお使い下さい。
- 3 問により「○○○の方にお聞きします」と回答者を限定している場合がありますが、それ以外については、すべての問にお答えください。
- 4 ご回答は、あてはまる番号を選んで○をつけて下さい。なお、問によって、回答数を（1つだけ）（2つ以内）など指定してありますのでご注意ください。
- 5 「その他（                      ）」の場合には、番号に○をつけ、（                      ）の中に具体的にご記入下さい。
- 6 記入式回答の  には、直接ご記入下さい。

### 【アンケートの提出について】

アンケートに回答後、7月12日（日）までに、アンケート用紙を添付の封筒に入れて、班長さん宅に、ご提出ください。

各班長さんは、7月26日（日）までに、町内会長さんにご提出ください。

各町内会長さんは、提出されたアンケート用紙を8月4日（火）までに、原田まちづくりセンターへお持ちください。

このアンケートについてのお問い合わせは、下記までお願い致します。



問6で「1」「2」を選んだ方にお聞きします。

補問6-1 どのようなことを実践していますか。該当するものを全て選んでください。

- |                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| 1 バランスのよい食生活を心がけている | 2 よく噛んで食べている    |
| 3 1日1回は家族そろって食事している | 4 地産地消を心がけている   |
| 5 自分で野菜を育てている       | 6 食品ロス削減を心がけている |
| 7 わからない             |                 |
| 8 その他               | ( )             |

問6で「3」「4」「5」を選んだ方にお聞きします。

補問6-2 「食育」を実践をしていない理由は何ですか。該当するものを全て選んでください。

- |                                      |                          |
|--------------------------------------|--------------------------|
| 1 自分や家族の食事・食生活に関心がないから               |                          |
| 2 食事や食生活への関心はあるが、他のこと(仕事や趣味など)で忙しいから |                          |
| 3 食事や食生活への関心はあるが、食費を安くすることの方が重要だから   |                          |
| 4 食事や食生活を特に意識しなくても問題はないから            |                          |
| 5 食育自体についてよく知らないから                   | 6 活動や行動をしたくても情報が入手できないから |
| 7 その他( )                             | 8 特にない                   |

## 現在の食生活・生活習慣について

問7 あなたは、米を中心として水産物、畜産物、野菜など多様な副食から構成された日本独自の食生活を実践したり、または、油の多いものを控えたりするなど、栄養のバランスに気をつけていますか。  
次の中から1つだけ選んでください。

- |            |            |          |
|------------|------------|----------|
| 1 必ずしている   | 2 しばしばしている | 3 時々している |
| 4 あまりしていない | 5 全くしていない  |          |



問8 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。

次の中から1つだけ選んでください。

「主食」とは、米、パン、麺類などの穀類で、主として糖質エネルギーの供給源となるものです。  
「主菜」とは、魚や肉、卵、大豆製品などを使った副食の中心となる料理で、主として良質たんぱく質や脂肪の供給源となるものです。  
「副菜」とは、野菜などを使った料理で、主食と主菜に不足するビタミン、ミネラル、食物繊維などを補う重要な役割を果たしています。

- |                 |                 |                 |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| 1 ほぼ毎日          | 2 週に4～5日 補問8-1へ | 3 週に2～3日 補問8-1へ |
| 4 ほとんどない 補問8-1へ | 5 わからない         |                 |

※裏面に続きます。

問8で「2. 週に4～5日」又は「3. 週に2～3日」又は「4. ほとんどない」と答えた人にお伺いします。

補問8-1 主食・主菜・副菜を3つそろえて食べる回数を増やすためには、どのようなことが必要だと思いますか。次の中から当てはまるものを3つ以内で選んでください。

- |                                |                         |
|--------------------------------|-------------------------|
| 1 手間がかからないこと                   | 2 時間があること               |
| 3 食費に余裕があること                   | 4 自分で用意することができること       |
| 5 食欲があること                      | 6 3つそろえて食べるメリットを知っていること |
| 7 家に用意されていること                  |                         |
| 8 外食やコンビニなどで手軽に取ることができる環境があること |                         |
| 9 その他( )                       |                         |
| 10 分からない                       |                         |

問9 あなたは、ふだん朝食を食べますか。次の中から1つだけ選んでください。

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 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 ほとんど食べない  |

問10 ふだんの朝食は、どのような組み合わせで食べていますか。

該当するものを全て選んでください。

※主食(ごはん、パン、麺)・主菜(肉、魚、卵、大豆)・副菜(野菜、きのこ、海藻)

- |       |          |          |      |
|-------|----------|----------|------|
| 1 主食  | 2 主菜     | 3 副菜     | 4 果物 |
| 5 乳製品 | 6 その他( ) | 7 何も食べない |      |

問11 あなたは、ふだん何時に夕食を食べ始めますか。

次の中から1つだけ選んでください。

- |          |          |
|----------|----------|
| 1 20時より前 | 2 20時以降  |
| 3 食べない   | 4 その他( ) |

問12 あなたは、治療以外で、1年に1回以上、定期的な歯の健診を受けていますか。

次の中から1つだけ選んでください。

- |         |          |
|---------|----------|
| 1 受けている | 2 受けていない |
|---------|----------|

問13 あなたは、健康のため、食生活に気をつけていますか。  
次の中から当てはまるものをすべて選んでください。



- |                         |                           |
|-------------------------|---------------------------|
| 1 朝昼晩1日3回規則正しく食べている     | 2 塩分を控えている                |
| 3 栄養バランスを考えて色々な食品を食べている | 4 ゆっくりよく噛んで食べている          |
| 5 外食しすぎないようにしている        | 6 腹8分目を心がけている             |
| 7 間食や夜食をあまりとらないようにしている  | 8 油脂をとりすぎないようにしている        |
| 9 海藻やきのこを食べている          | 10 ほうれん草・人参などの緑黄色野菜を食べている |
| 11 生野菜を食べている            | 12 果物を食べている               |
| 13 魚介類を食べている            | 14 納豆・豆腐・大豆など大豆製品を食べている   |
| 15 牛乳・乳製品をとっている         | 16 米を食べている                |
| 17 赤身肉を食べている            | 18 アルコールを控えている            |
| 19 その他( )               |                           |
| 20 気をつけていない             |                           |

## 食育に関する取り組みについて

問14 あなたは、家族や友人と食卓を囲み、食事を楽しむ機会をふやすなど、食を通じたコミュニケーションを充実させていますか。次の中から1つだけ選んでください。

- |            |             |
|------------|-------------|
| 1 積極的にしている | 2 できるだけしている |
| 3 時々している   | 4 あまりしていない  |
| 5 全くしていない  |             |

問15 あなたは、食事に関する作法に気をつけていますか。次の中から1つだけ選んでください。

- |                |               |
|----------------|---------------|
| 1 いつも気をつけている   | 2 ほぼ気をつけている   |
| 3 時々気をつけている    | 4 あまり気をつけていない |
| 5 ほとんど気をつけていない |               |

問16 あなたは、みずから料理に取り組んでいますか。次の中から1つだけ選んでください。

- |               |               |             |
|---------------|---------------|-------------|
| 1 積極的に取り組んでいる | 2 しばしば取り組んでいる | 3 時々取り組んでいる |
| 4 あまり取り組んでいない | 5 全く取り組んでいない  |             |

問17 あなたの家庭では、ふだんの買い物や食事の際に、地産地消(\*)を意識していますか。  
次の中から1つだけ選んでください。

※地産地消とは・・・

「地場生産－地場消費」を略した言葉で、地域で生産されたものを地域で消費すること。食料に対する安全志向の高まりを背景とした、消費者と生産者の相互理解を深める取り組みの1つ。

- |                                    |          |             |
|------------------------------------|----------|-------------|
| 1 大いに意識している                        | 2 意識している | 3 少しは意識している |
| 4 今まではほとんど意識していなかったが、これからは意識していきたい |          |             |
| 5 今までも意識していなかったし、これからも意識しないと思う     |          |             |

※裏面に続きます。

問18 あなたの家庭では、行事食(※)を取り入れていますか。次の中から1つだけ選んでください。

※行事食とは…

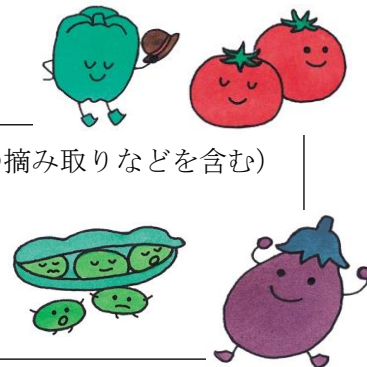
正月のおせち料理、ひな祭りのちらし寿司、端午の節句の柏餅、土用丑のうなぎ、冬至のかぼちゃ料理などの季節折々の日本の伝統行事の際に食べる料理や、特別な行事の時の食事のこと。

- |               |                |
|---------------|----------------|
| 1 意識して取り入れている | 2 ある程度は取り入れている |
| 3 少しは取り入れている  | 4 ほとんど取り入れていない |

問19 あなたは、過去3年間に「農業体験」をしたことがありますか。

次の中から1つだけ選んでください。

- |  |
|--|
| 1 収穫体験など部分的にしたことがある（芋掘り体験や観光農園での摘み取りなどを含む） |
| 2 家庭菜園や鉢植え栽培などで育て、収穫までしたことがある              |
| 3 日頃、農作業を行っている（専業農家、兼業農家、農家の手伝いなど）         |
| 4 したことがない                                  |



問20 あなたは、食べ残しや廃棄を減らすために、どのようなことに気をつけていますか。

次の中から当てはまるものを全て選んでください。

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 1 残さないように食べている  | 2 つくり過ぎないようにしている |
| 3 買い過ぎないようにしている | 4 その他( )         |
| 5 気をつけていることはない  |                  |

問21 あなたは、安全な食生活を送るための食品の安全性に関する基礎的な知識があると思いますか。次の中から1つだけ選んでください。

- |            |             |
|------------|-------------|
| 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   |

## 今後の「食育」に関する取り組みについて

問22 「食育」にはさまざまな分野(内容)が含まれますが、今後、富士市はどのようなことに重点的に取り組むべきだと思いますか。次の中から3つ以内で選んでください。

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| 1 正しい食習慣の定着         | 2 栄養バランスの良い食生活の推進     |
| 3 食を通しての生活習慣病の予防・改善 | 4 食生活を維持するための歯と口の健康増進 |
| 5 家族や仲間と楽しく食べる習慣の定着 | 6 食事作法の習得の推進          |
| 7 食文化の伝承            | 8 環境への配慮              |
| 9 食の安全・安心確保         | 10 地産地消の推進            |
| 11 食育体験活動の推進        | 12 その他( )             |



富士市食育  
キャラクター

むすびん

