

# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

～アンケート調査へのご協力のお願い～

生涯（しょうがい）を健康に過ごすためには、子どものころからの健康づくりがとても大切です。

久喜市では、だれもが健康で安心して暮らせるまちづくりを目指して、平成23（2011）年度から「健康づくり」や「食育（しょくいく）」に関する計画をつくり、みんなの身体と心の健康づくりをすすめています。

令和4（2022）年度に、令和5（2023）年度から令和9（2027）年度までの5か年の計画づくりを行うため、皆さんのふだんの生活習慣などについて調査を行うことにいたしました。

調査票に名前を書く必要はありませんので、皆さんのふだんの様子や意見をありのままに書いてください。ご協力、よろしくお願ひいたします。

令和3年11月

久喜市長 梅田 修一

次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。[不正行為の報告](#)

Google フォーム

# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

◆◆ご記入にあたってのお願い◆◆

- \* あてはまる答えを選んでください。
- \* みなさんの回答は、この調査の目的以外には使用しません。

戻る

次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは 久喜市教育委員会 内部で作成されました。 [不正行為の報告](#)

Google フォーム



# 健康と食に関する市民意識調査 【児童・生徒用】

あなたご自身のことについてお答えください。

問1 あなたの性別は。 (1つ選ぶ)

- 男
- 女
- その他 (答えたくない)

問2 あなたの学年は。 (1つ選ぶ)

- 小学5年生
- 中学2年生

問3 あなたが通っている学校は。 (1つ選ぶ)

選択



問4 あなたの家族構成は。 (1つ選ぶ)

- 2世代世帯 (親と子)
- 3世代世帯 (祖父母と親と子)
- その他:

戻る

次へ



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

あなたの食生活についてお答えください。

問5 あなたは朝食を食べていますか。（1つ選ぶ）

- ほとんど毎日食べる ⇒ 問7にお進みください
- 週に4～5回食べる ⇒ 問7にお進みください
- 週に2～3回食べる ⇒ 問7にお進みください
- ほとんど食べない ⇒ 問6にお進みください

問6 問5で「ほとんど食べない」と答えた方にお聞きします。その理由はなんですか。（あてはまるものすべて選ぶ）

- 食べる時間がないから
- 食欲がないから
- 食べる習慣がないから
- ダイエットのため
- その他:

問7 あなたは、きちんとした食事（主食やおかずがそろったもの）を2人以上で、楽しくゆっくり（30分以上かけて）食べていますか。（1つ選ぶ）

【ポイント】「主食」とは米、パン、麺類などの穀類。「おかず」とは、主菜（肉や魚、卵、大豆製品などを使ったおかずの中心となる料理）や副菜（野菜菜緒を使った料理）がそろったもの。

- ほとんど毎日食べる
- 週に4～5回食べる
- 週に2～3回食べる
- ほとんど食べない



問8 あなたは、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べていますか。（1つ選ぶ）

- ほとんど毎日食べる
- 週に4～5回食べる
- 週に2～3回食べる
- ほとんど食べない

問9 あなたは、朝食又は夕食を家族と一緒に食べていますか。（1つ選ぶ）

- 朝食と夕食どちらもほとんど毎食食べる（1週間に11回以上）
- 朝食又は夕食のどちらかはほとんど毎食食べる（1週間に6回以上）
- たまに食べる（1週間に2、3回）
- ほとんど食べない

問10 あなたは、食事が楽しいですか。（1つ選ぶ）

- とても楽しい
- どちらかといえば楽しい
- どちらかといえばあまり楽しくない
- 楽しくない

問11 あなたは、買い物や外食をするときに、どのような表示を見て選んでいますか。（あてはまるものすべて選ぶ）

- どんな材料から作られているかを見て、選ぶ
- 栄養やカロリーが書かれたものを見て、選ぶ
- どこで作られているかを見て、選ぶ
- 表示を見ても選ぶ参考にしない
- 表示を見たことがない



問1 2 あなたは、農業体験（野菜や米などの栽培・収穫など）をしたことがありますか。（1つ選ぶ）

- 学校の活動で体験したことがある ⇒ 問1 3にお進みください
- 学校以外の活動で体験したことがある ⇒ 問1 3にお進みください
- 体験したことがない ⇒ 問1 4にお進みください

問1 3 問1 2で「学校の活動で体験したことがある」「学校以外の活動で体験したことがある」と答えた方にお聞きします。農業体験のあと、食べ物への興味がわきましたか。（1つ選ぶ）

- 興味がわいた
- 特に変化はない
- わからない

問1 4 あなたは、今後、農業体験をしたいと思いますか。（1つ選ぶ）

- したい
- したくない
- わからない

問1 5 あなたは、「食育」を知っていますか。（1つ選ぶ）

【ポイント】食育とは、「自分の食について考える習慣」や「食に関するさまざまな知識」、「食を選ぶ判断力」を楽しく身につけるための学習などのことです。

- 言葉も意味も知っている
- 言葉は知っているが、意味は知らない
- 言葉も意味も知らない

戻る 次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。不正行為の報告

Google フォーム



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

あなたの運動習慣などについてお答えください。

問16 あなたは、学校の授業以外で、運動をしていますか。（1つ選ぶ）

- いつもしている
- 時々している
- していない日のほうが多い
- していない

問17 あなたは、スポーツや運動をするのは楽しいですか。（1つ選ぶ）

- とても楽しい
- 楽しい
- あまり楽しくない
- まったく楽しくない

問18 あなたは、自分の体力に自信がありますか。（1つ選ぶ）

- とても自信がある
- 自信がある
- あまり自信がない
- まったく自信がない

戻る

次へ



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

お酒・たばこについてお答えください。

問19 あなたは、未成年者（20歳未満）がお酒を飲むことやたばこを吸うことが、法律で禁止されていることを知っていますか。（1つ選ぶ）

- 知っている
- 知らない

問20 あなたは、お酒を飲むと健康にどのような影響があると思いますか。（1つ選ぶ）

- 大いに害がある
- 害があるが大したことはない
- 特に影響はない
- わからない

問21 あなたは、たばこを吸うと健康にどのような影響があると思いますか。（1つ選ぶ）

- 大いに害がある
- 害があるが大したことはない
- 特に影響はない
- わからない



問22 あなたと一緒に住んでいる人にたばこを吸う人はいますか。 (1つ選ぶ)

いる

いない

戻る

次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。 [不正行為の報告](#)

Google フォーム



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

あなたの歯の健康についてお答えください。

問23 あなたは、歯みがきを1日に何回しますか。 (1つ選ぶ)

- 3回以上
- 2回
- 1回
- していない

問24 あなたは、歯周病（ししゅうびょう）を知っていますか。 (1つ選ぶ)

- 知っている
- 知らない

戻る

次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。[不正行為の報告](#)

Google フォーム



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

あなたの健康に関することや心配ごとについてお答えください。

問25 あなたは、今、心配ごとや悩んでいることはありますか。 (1つ選ぶ)

- ある
- ない

問26 あなたは、何か困ったことや心配ごとがある場合、気軽に相談できる人がいますか。 (1つ選ぶ)

- いる
- いない

問27 あなたは、悩みや不安、ストレスを感じたとき、どのように対処していますか。 (あてはまるものすべて選ぶ)

- 友達と遊ぶ
- スポーツをしたり音楽を聞く
- ゆっくり休む
- 家族で旅行する
- 相談する（家族、先生、友達など）
- 何もしない
- ストレスを感じない
- その他:



問28 あなたは、平日（学校のある日）は何時ごろ起きますか。（1つ選ぶ）

- 午前6時前
- 午前6時台（6時～7時前）
- 午前7時台（7時～8時前）
- 午前8時以降

問29 あなたは、平日（学校のある日）は何時ごろ寝ますか。（1つ選ぶ）

- 午後9時前
- 午後9時台（9時～10時前）
- 午後10時台（10時～11時前）
- 午後11時台（11時～午前0時前）
- 午後0時以降

問30 睡眠（すいみん）について、あなたはどれにあてはまりますか。（あてはまるものすべて選ぶ）

- 寝不足で起きるのがつらい
- 寝ても疲れがとれない
- ふとんに入っても、なかなか眠れない
- 夜中に何度も目がさめる
- 早く目がさめてしまい、まだ眠りたいのに眠れない
- 学校の授業中に眠くなる
- よく眠れる



問3 1 あなたは、心や身体の健康には、食生活、運動、休養（睡眠）などの生活習慣が深く関係していることを知っていますか。（1つ選ぶ）

- よく知っている
- 知っている
- あまり知らない
- まったく知らない

問3 2 あなたは、「メタボリックシンドローム」という言葉を聞いたことがありますか。（1つを選ぶ）

【ポイント】メタボリックシンドロームとは、「内臓脂肪が蓄積することによって血圧、血糖値が高くなったり、血中の脂質異常を起こしてたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

- ない⇒問3 4にお進みください
- ある⇒問3 3にお進みください

問3 3 あなたは、「メタボリックシンドローム」の内容を知っていますか。（1つを選ぶ）

- 知っている
- 知らない



問34 あなたは、健康的な生活習慣が身についていると思いますか。 (1つ選ぶ)

- そう思う ⇒ 問36にお進みください
- ややそう思う ⇒ 問35にお進みください
- あまりそう思わない ⇒ 問35にお進みください
- そう思わない ⇒ 問35にお進みください

問35 問34で「ややそう思う」「あまりそう思わない」「そう思わない」と答えた方にお聞きします。あなたが見直したいと思う自分の生活習慣は何ですか。 (あてはまるものすべて選ぶ)

- 食生活
- 睡眠（すいみん）や休養
- 運動
- 特に見直したいものはない
- その他:

問36 あなたは、「第2次久喜市健康増進・食育推進計画」を知っていますか。 (1つ選ぶ)

- 内容まで知っている
- 名前だけは知っている
- 知らない

戻る

次へ

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。 [不正行為の報告](#)

Google フォーム



# 健康と食に関する市民意識調査【児童・生徒用】

\*アンケートは以上です。ご協力、ありがとうございました。

久喜市役所 健康・子ども未来部 健康医療課 健康企画係

戻る

送信

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

このフォームは久喜市教育委員会 内部で作成されました。[不正行為の報告](#)

Google フォーム

