



厚木市マスコットキャラクター

あゆむ回ちゃん

◆幼児の保護者の方へ◆

皆様には、日頃から本市の市政に格別な御協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

この調査は、市民の皆様の健康についての考え方や関心、生活習慣の実態を把握するとともに、平成27年度に策定いたしました「第2次健康食育あつぎプラン」の進捗状況について、中間評価を行うための基礎資料にすることを目的として実施するものです。

調査の対象者は、幼児から成人まで合わせて3,000人の方を無作為に選ばせていただきました。生涯現役健康都市の実現に向けて、皆様の貴重な御意見が必要となります。

お忙しいところたいへん恐縮ですが、現行のプランの達成度を確認するとともに、たくさんの御意見を次期計画に反映していきたいと考えていますので、調査に御協力いただきますよう、お願い申し上げます。

2019年6月

厚木市長

#### 《調査票の記入について》

- この調査票は、保護者の方が調査対象のお子さんの状況を見て回答してください。
- 回答は、当てはまる番号に○をつけてください。その際に、問いの文にある（○は1つ）（該当するものすべてに○）などの指示にしたがって回答してください。また、数字や御意見を記入していただく場合もあります。

#### 《記入した調査票の回収について》

- 記入した調査票を返信用封筒に入れ平成2019年6月24日（月）までに郵便ポストに投函してください（切手を貼る必要はありません。）。

\*皆様から提出いただいた調査票は、全てコンピュータで統計処理し、この調査の目的以外には使用しません（無記名回答です。）。

#### 【お問合せ先】

この調査について、分からない点や御質問がありましたら、お手数ですが、次の担当までお問い合わせください。

担当 厚木市 市民健康部 健康長寿推進課 健康医療係

〒243-0018 厚木市中町1丁目4番1号（保健福祉センター内）

電話：046-225-2174

FAX：046-224-8407





**問 10 お子さんの朝食の時間は、主に何時ですか。(○は1つ)**

1. 午前6時台
2. 午前7時台
3. 午前8時台
4. 午前9時以降
5. その他 ( )

**問 11 お子さんは、おやつと食事時間の間隔は2時間以上あいていますか。(○は1つ)**

1. あいている
2. あいていることが多い
3. あいていないことが多い
4. あいていない

**問 12 お子さんの夕食の時間は、主に何時ですか。(○は1つ)**

1. 午後5時台
2. 午後6時台
3. 午後7時台
4. 午後8時台
5. 午後9時台
6. 午後10時以降
7. 不規則

**問 13 お子さんは、夕食から寝るまでの間に飲食しますか。(○は1つ)**

1. 毎日する
2. 時々する
3. ほとんどしない
4. 全くしない

**問 14 お子さんが、同居家族と一緒に食べる食事は何回ですか。(○は1つ)**

1. 1日2回以上
2. 1日1回
3. 週に数回
4. 月に数回
5. ほとんどなし

**問 15 お子さんが、ふだん、同居家族と一緒に食事をするのはいつですか。  
(該当するものすべてに○)**

1. 朝食
2. 昼食
3. 夕食
4. 夜食
5. なし

**問 16 お子さんは、よく噛んで食べていますか。(○は1つ)**

1. はい
2. いいえ

**問 17 お子さんの食事の味付けの濃さは、大人の食事と比べてどうですか。(○は1つ)**

1. 大人と一緒にの濃さにしている
2. 大人の半分位の濃さにしている
3. 大人の1/3位の濃さにしている

**問 18 保護者の方にお聞きします。**

日ごろ、主食（ご飯、パン、麺など）・主菜（肉・魚・卵など）・副菜（野菜を使ったものなど）をバランス良く食べさせるように心掛けていますか。（○は1つ）

1. はい
2. いいえ

**問 19 保護者の方にお聞きします。**

外食・弁当購入の利用はどのくらいですか。（○は1つ）

1. 1日2回以上
2. 1日1回
3. 週に数回
4. 月に数回
5. ほとんどなし

**問 20 保護者の方にお聞きします。**

レトルト・調理済冷凍食品・購入惣菜等の利用はどのくらいですか。（○は1つ）

1. 1日2品以上
2. 1日1品
3. 1週間に数品程度
4. ほとんどなし

**問 21 お子さんは、めん類の汁はどのくらい飲みますか。（○は1つ）**

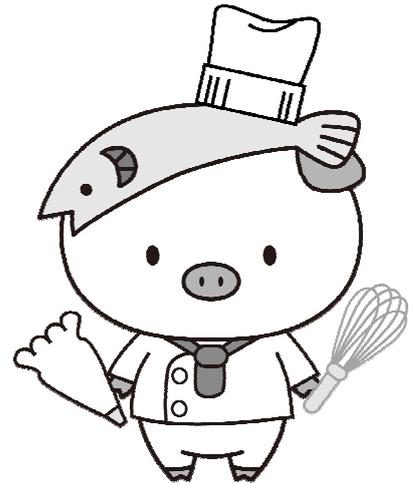
1. ほとんど飲まない
2. 半分くらい飲む
3. 全部飲む

**問 22 お子さんの1日のおやつ回数は何回ですか。（○は1つ）**

1. 1回
2. 2回
3. 3回以上
4. ほとんどなし
5. 不規則

**問 23 お子さんのおやつはどのようなものが多いですか。(よく食べるもの3つ以内に○)**

1. ごはん類 (おにぎり、すし、カレーライス、もちなど)
2. パン、お好み焼き類 (トースト、サンドイッチ、ピザ、パイ、ホットケーキ、お好み焼きなど)
3. めん類 (即席めん、うどん、焼きそば、スパゲティなど)
4. 菓子パン、ケーキ類 (あんパン、ジャムパン、カステラ、プリン、ショートケーキなど)
5. ビスケット、せんべい類 (ビスケット、クッキー、せんべい、あられなど)
6. スナック菓子類 (ポテトチップス、ポップコーンなど)
7. キャラメル、あめ、ソフトキャンディ
8. チョコレート
9. ガム類
10. アイスクリーム、シャーベット類
11. 牛乳、乳製品 (アイスクリームは除く)
12. 果物類
13. その他 ( )



**問 24 お子さんに、食事を食べさせる上で困っていることは何ですか。  
(該当するものすべてに○)**

1. 食事に時間が掛かる
2. 子どもに偏食がある
3. 3食きちんと食べてくれない
4. 食事の量に問題がある (小食、食べ過ぎ)
5. 食べ方に問題がある (早食い、丸呑み、ムラ食い、遊び食べ)
6. おやつが好きでご飯を食べない
7. 飲物が多くてご飯を食べない
8. 子どもに食べさせる量が分からない
9. 保護者の偏食が子どもに影響している
10. 調理時間がない (保護者)
11. 料理のレパートリーが少ない (保護者)
12. 子どもと一緒に食べた気がしない
13. 大人と食事時間がずれるので手間が掛かる
14. 家族間 (夫婦や祖父母など) で食事やおやつに対しての考え方が異なる
15. 特にない
16. その他 ( )

---

---

## 食育についてお聞きします。

---

問 25 保護者の方にお聞きします。

「食育」を知っていますか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っている
2. 聞いたことはあるが内容は知らない
3. 知らない

**食育とは…**

生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、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。

問 26 保護者の方にお聞きします。

食育はお子さんの健康づくりに役立っていますか。(○は1つ)

1. とても役立っている
2. やや役立っている
3. あまり役立っていない
4. 全く役立っていない
5. その他

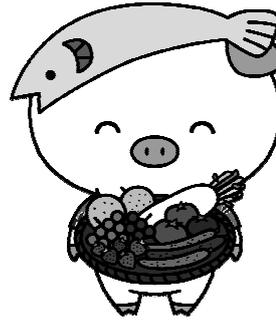
食は生きるために、必要不可欠であり、心と身体の健康を保ち、活力ある人生を送るための基礎となるものです。子どものころから、食を大切にすることを育み、食を選択する力を身に付けるためには、家庭や地域での食育が重要です。

問 27 お子さんは、外出先から帰った時、手洗い・うがいをしていますか。(○は1つ)

1. 必ずしている
2. ほとんどしている
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 28 お子さんは、食事の時に「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(○は1つ)

1. 必ずしている
2. ほとんどしている
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 29 保護者の方にお聞きします。(○は1つ)

調理や保存を上手にし、食べ残しや食品の廃棄を少なくする努力をしていますか。

1. している
2. だいたいしている
3. あまりしていない
4. 全くしていない

問 30 お子さんが農業とふれあう機会がありますか。(該当するものすべてに○)

1. 家庭菜園などでの手伝い
2. 農作業体験ツアーなどへの参加
3. 保育所や幼稚園でやっている
4. ふれあう機会はない
5. その他 ( )

問 31 保護者の方にお聞きします。

あなたは、地産地消という言葉や意味を知っていましたか。(○は1つ)

1. 言葉も意味も知っていた
2. 言葉は知っていたが意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった

地産地消とは・・・地域内で生産された農産物を地域内で消費する取組です。

問 32 保護者の方にお聞きします。

郷土料理や伝統料理(年中行事の料理等)など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味で、次世代に伝えたいものがありますか。(○は1つ)

1. 伝えたいものがある
2. 伝えたいものがない
3. 分からない

問 33 保護者の方にお聞きします。

栄養成分表示を参考にして食品や料理品目を選んでいきますか。(○は1つ)

1. 選んでいる
2. 選んでいない
3. その他

《例》	ビスケット
栄養成分表示	《1箱あたり》
熱量	390kcal
たんぱく質	5g
脂質	19g
炭水化物	49g
ナトリウム	311mg
カルシウム	20mg

問 34 保護者の方にお聞きします。

「食事バランスガイド」について知っていますか。

(○は1つ)

1. 知っている
2. 知らない

食事バランスガイドとは…

1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかを  
コマのイラストでわかりやすく示したものです。



問 35 保護者の方にお聞きします。

食品を購入するときに何を重視しますか。(該当するものすべてに○)

- |        |       |            |         |
|--------|-------|------------|---------|
| 1. 新鮮さ | 2. 価格 | 3. 賞味・消費期限 | 4. 味の良さ |
| 5. 栄養  | 6. 産地 | 7. 無添加・無農薬 | 8. 色や形  |

問 36 保護者の方にお聞きします。

今後の食生活で、どのような面に力を入れたいと思いますか。

(該当するものすべてに○)

1. 家族や友人と食卓を囲む機会の増加
2. 食事の正しいマナーの習得
3. 地域性や季節感のある食事の実践
4. 地場産物の購入
5. 食べ残しや食品の廃棄を減らす
6. 生産から消費までのプロセスの理解
7. 食品の安全性への理解
8. 食事作りにかかる時間や労力の確保
9. 栄養バランスのとれた食事の実践
10. 規則正しい食生活リズムの実践
11. 多様な食生活の利用
12. 食品の購入(飲食)場所の上手な利用
13. 食に関する適切な情報の利用
14. おいしさや楽しさなど食の豊かさ
15. 分からない
16. 特にない
17. その他( )





問 41 保護者の方にお聞きします。

子育てを負担だと感じるがありますか。(○は1つ)

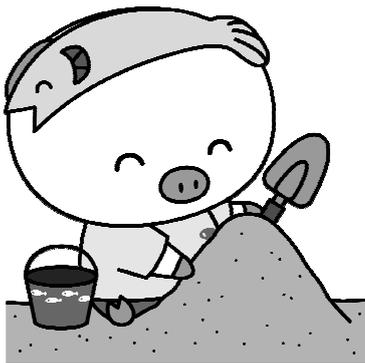
1. はい 2. いいえ

↓ 問41-1へ

問41-1は、問41で「1. はい」と答えた方のみにお聞きします。

問41-1 どのようなことで子育てを負担だと感じますか。(○は3つ以内)

- |                        |                     |
|------------------------|---------------------|
| 1. 子育ての仕方がよく分からない      | 8. 育児に追われて時間に余裕がない  |
| 2. 成長・発達が心配            | 9. 孤立感がある           |
| 3. 子どもの病気のことが分からない     | 10. 配偶者と子育てへの価値観が違う |
| 4. 子どもが言うことをきかない       | 11. 仕事と育児の両立が難しい    |
| 5. 育児を代わってくれる人やサポートがない | 12. 経済的な不安がある       |
| 6. 近くに相談する人がいない        | 13. 兄弟姉妹がいるので手間が掛かる |
| 7. 自分の時間が持てない          | 14. その他 ( )         |



---

---

## 歯の健康についてお聞きします。

---

---

問 42 お子さんに、むし歯は何本ありますか。数字を記入してください。

--	--

本 ※無い場合は0を記入してください。

問 43 お子さんの歯や歯ぐきのことで困っていることはなんですか。

(該当するものすべてに○)

- |               |                          |
|---------------|--------------------------|
| 1. むし歯がある     | 6. 歯磨きを嫌がる               |
| 2. むし歯になりやすい  | 7. むし歯かどうか判断できない         |
| 3. 歯並びが悪い     | 8. 甘いお菓子や飲物を欲しがる         |
| 4. 指しゃぶりがあがる  | 9. むし歯になりやすいお菓子の種類が分からない |
| 5. 食べ物が詰まりやすい | 10. 特にない                 |

**問 44** お子さんの歯や歯ぐきの健康のために実行していることはありますか。  
(該当するものすべてに○)

1. 食事の後、子どもが歯を磨くように促している
2. 保護者が仕上げ磨きをしている → 問 47-1 へ
3. フッ素入り歯磨き剤(練り歯磨き剤・液状・フォーム状)を使用している
4. フッ素洗口剤などを使用している
5. 食後に番茶やほうじ茶などのお茶を飲む習慣を付けている
6. 歯の間を清掃するための器具(糸付きようじなど)を使っている
7. よく噛むことを心掛けている
8. 定期的に歯科健康診査を受けている(市の健康診査以外に)
9. 特にない
10. その他 ( )

**問 44-1** は、問 44 で「2. 保護者が仕上げ磨きをしている」と答えた方のみにお聞きします。

**問 44-1** 仕上げ磨きをする場合、どのような方法で行っていますか。(○は1つ)

1. 子どもの正面に立って行う
2. 子どもの背後に立って鏡に映したり、上からのぞきこんで行う
3. 大人のひざの上に頭を乗せて寝かせて行う
4. 大人のわきに寝かせて横から行う
5. その他 ( )

---

### 喫煙についてお聞きします。

---

**問 45** 同居している家族の中に、たばこを吸う人はいますか。(該当するものすべてに○)

1. 誰も吸わない
2. 父
3. 母
4. 祖父
5. 祖母
6. 兄
7. 姉
8. その他

2~8 と答えた方は 問 48-1 へ



**問 45-1** は、問 45 で「2~8」と答えた方のみにお聞きします。

**問 45-1** お子さんのいる家庭での分煙・禁煙については、どのようにしていますか。  
(○は1つ)

1. 室内での喫煙場所を決める
2. 家の中では吸わない
3. 子どもの見ている前では吸わないようにする
4. 特に配慮は必要ない
5. その他 ( )

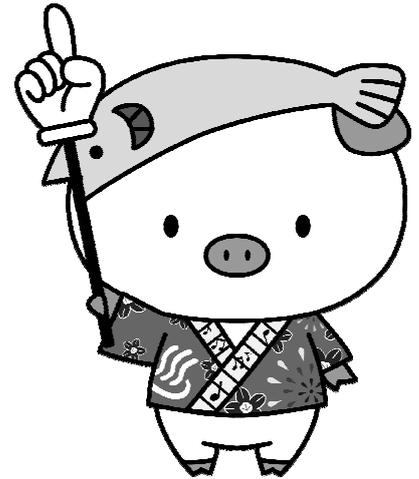
問 46 人が吸っているたばこの煙についてどう思いますか。(1項目につき○は1つ)

①お子さんの立場として

1. やめて欲しい
2. 場所を考えて吸って欲しい(分煙して欲しい)
3. どちらでもいい
4. なんとも思わない・興味がない

②保護者の方は

1. やめて欲しい
2. 場所を考えて吸って欲しい(分煙して欲しい)
3. どちらでもいい
4. なんとも思わない・興味がない



---

## 市の保健施策について

---

問 47 保護者の方にお聞きします。

「第2次健康食育あつぎプラン」を知っていますか。(○は1つ)

1. 内容を知っている
2. 内容はわからないが、名称は知っている
3. 知らない

「第2次健康食育あつぎプラン」とは…

生涯現役健康都市の実現に向け、市民協働による新たな健康づくりの施策展開を図るため、これからの健康増進と食育の行動目標をまとめ、平成27年度に策定した厚木市健康増進計画・食育推進計画「第2次健康食育あつぎプラン」です。

問 48 お子さんの、かかりつけの医師や歯科医師がいますか。ア・イの項目で、それぞれ、当てはまる番号を選んでください。(1項目につき○は1つ)

ア. かかりつけの医師	1. いる	2. いない
イ. かかりつけの歯科医師	1. いる	2. いない

問 49 市の保健に関する事業について、要望や意見等があれば、次の欄に自由に記入してください。

.....

.....

.....

.....

アンケートは以上です。御協力ありがとうございました。