

令和2年度第1回食育推進会議次第

日 時 令和2年7月6日（月）
午後2時から

場 所 保健センター 2階 講堂

1 開会

2 委員等の紹介について

3 議 事

- (1) 会長の互選について
- (2) 副会長の互選について
- (3) 食育推進会議の運営等について
- (4) 食育コーディネータの推薦について
- (5) 市民アンケートについて

4 その他

5 閉会

小金井市食育推進会議委員名簿

令和2年7月6日

No.	選出区分	氏名
●市民（5人）		
1	公募市民	しぶや せいこ 澁谷 聖子
2	公募市民	たかだ かよこ 高田 佳代子
3	公募市民	みぞえ しゅお 溝江 朱緒
4	公募市民	やまざき すみえ 山崎 澄江
5	公募市民	よこやま えりこ 横山 英吏子
●学識経験者（2人）		
6	東京学芸大学教育学部生活科学講座教授	みなみ みちこ 南 道子
7	野菜料理研究家	まつしま あおい 松嶋 あおい
●関係機関の役員又は職員（7人）		
8	小金井市立東小学校栄養教諭	いくま かずや 伊熊 和也
9	小金井市立小中学校PTA連合会	きたわき りえ 北脇 理恵
10	小金井市社会福祉協議会	さくらい あやこ 櫻井 綾子
11	東京都小金井歯科医師会	たなか やすまさ 田中 康雅
12	小金井市農業振興連合会	はぎわら ひでゆき 萩原 英幸
13	東京むさし農業協同組合小金井支店	すざき のぼる 須崎 登
14	小金井市商工会	ほうや たくみ 保谷 匠
●関係行政機関の職員（1人）		
15	東京都多摩府中保健所	ひろしげ ともみ 廣繁 理美
●市の職員		
16	小金井市福祉保健部長	なかや ゆきお 中谷 行男

資料 1

小福健発第 2 2 7 号

令和 2 年 3 月 2 5 日

小金井市食育推進会議 会長 様

小金井市長 西岡 真一郎

小金井市食育推進計画（案）の策定について（諮問）

小金井市食育推進基本条例第 1 4 条の規定に基づき、下記のとおり諮問します。

記

1 諮問事項

- (1) 小金井市食育推進計画（案）（令和 4 年度～令和 9 年度）の策定
- (2) 小金井市食育推進計画（平成 2 9 年度～平成 3 3 年度）の進捗状況の検証

2 諮問主旨

小金井市食育推進計画は、平成 2 9 年度から平成 3 3 年度までの計画として、平成 2 9 年 3 月に改定されました。本市における更なる食育の推進を図るため、小金井市食育推進計画（案）（令和 4 年度～令和 9 年度）の策定と現行計画の進捗状況について諮問するものです。

令和 2 年 5 月 2 5 日

小金井市食育推進会議の運営等について

1 会議録作成の基本方針等

- (1) 小金井市食育推進会議（以下「推進会議」という。）における会議録の作成は、市民参加条例施行規則第 5 条の規定により、①全文記録、②発言者の発言内容ごとの要点記録、③会議内容の要点記録の作成方法のうち、全文記録とする。
- (2) 会議録は、原則として次回の推進会議で内容の確認後、ホームページに掲載し、情報公開コーナー（第二庁舎 6 階）等に据え置き公開する。
- (3) 発言者名を正確に把握するため、推進会議での発言は会長が指名後、名前を発言してから行う。（例「〇〇です。〇〇〇については、・・・」）

2 推進会議の公開

推進会議は、小金井市市民参加条例第 6 条の規定により、原則として公開する。

3 推進会議の開催日時及び会場

推進会議は、小金井市保健センター又は市の施設等を会場とし、推進委員の出席が多い日時に調整を図ることとする。

4 推進会議の傍聴

小金井市附属機関等の会議に関する傍聴要領のとおりとする。

5 資料提出等

- (1) 委員が書面で資料等を提出する場合は、資料名、委員名、提出日を記載して事務局へ推進会議開催日の土日祝日を除く 3 日前の午後 5 時までに提出するものとする。
- (2) 傍聴者を含む市民からの推進会議の検討内容等に対する意見は、「意見・提案シート」を用いて、推進会議開催日の土日祝日を除く 3 日前の午後 5 時までに提出し（氏名、提出日を記載していただく。）、推進会議で配付するものとする。

小金井市食育コーディネータ運営規則

(趣旨)

第1条 この規則は、小金井市食育推進基本条例（平成25年条例第22号。以下「条例」という。）第14条第9項の規定に基づき設置された食育コーディネータの運営に関し、必要な事項を定めるものとする。

(所掌事務)

第2条 食育コーディネータは、条例第3条に規定する基本理念を踏まえ、関係機関（同条第3号に規定する関係機関をいう。以下同じ。）との幅広い連携を促進し、もって、小金井市（以下「市」という。）の食育の推進を図るため、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 関係機関及び市民から食育に関連する情報を収集し、連携の促進に必要な情報を関係機関及び市民に提供すること。
- (2) 市内で食育に携わる団体等の活動内容等の情報を集約し、連携の促進に必要な情報を関係機関及び市民に提供すること。
- (3) 前2号に掲げるもののほか、市の食育推進に必要な事項に関すること。

(協力の要請)

第3条 食育コーディネータは、前条の事務を遂行するため、条例第14条第1項に規定する小金井市食育推進会議（以下「推進会議」という。）に必要な協力を求めることができる。

2 推進会議の委員（以下「委員」という。）は、食育コーディネータから前条の規定による協力の求めがあった場合は、協力を努めるものとする。

(任期)

第4条 食育コーディネータの任期は委員の任期とし、再任を妨げない。ただし、補欠の任期は、前任者の残任期間とする。

(庶務)

第5条 食育コーディネータの運営に関する庶務は、福祉保健部健康課が処理する。

(委任)

第6条 この規則に定めるもののほか、食育コーディネータの運営に関し必要な事項は、市長が推進会議に諮り、別に定める。

付 則

この規則は、公布の日から施行し、平成27年10月27日から適用する。

令和元年度 食育コーディネータ記録

		依頼者	
NO.	依頼日時	団体名 氏名	依頼内容
1	H31.4.11	和食アドバイザー協会	和食アドバイザー検定の周知
2	H31.4.19	けやき保育園	地域対象の子育て支援事業の周知
3	H31.4.26	食育推進議員懇談会	食育推進議員懇談会の講演会の出席依頼
4	R1.5.24	食育HP委員会	キッズカーニバルの周知
5	R1.9.3	TVQ九州放送	小金井市食育HP内の写真の使用許可
6	R1.10.24	産業労働局農林水産部食料安全課	食育フェアの周知
7	R1.10.19	わかたけ保育園	地域対象の離乳食試食会の周知
8	R2.1.10	「早寝早起き朝ごはん」全国協議会	ニュースレターの配布
9	R2.1.17	わかたけ保育園	地域対象の離乳食試食会の周知
10	R2.1.18	一般の方	東京江戸野菜の種の間合せ

問No.	問内容	答え選択																																						
問1	あなたの性別をお答えください。(○は1つ)	1 男性	2 女性	3 回答しない																																				
問2	アンケートに答えてくださるあなたの年齢をお答えください。(○は1つ)	1 18~19歳	2 20歳代	3 30歳代	4 40歳代	5 50歳代	6 60歳代	7 70歳以上																																
問3	あなたを含めてあなたの世帯は何人ですか。	1 1人(自分のみ)	2 2人	3 3人	4 4人	5 5人	6 6人	7 7人	8 8人	9 ()人	10 その他																													
問4	家族で食事をする人は、何人いますか。	1 1人(自分のみ)	2 2人	3 3人	4 4人	5 5人	6 6人	7 7人	8 8人	9 ()人	10 その他																													
問5	あなたが食生活で不安に思っていることは何ですか。(○は3つまで)	1 一日分の栄養を満たす献立がわからないこと	2 生活習慣病にならないこと	3 食料難がつかまらないこと	4 安心安全な食品を購入ができていないこと	5 家庭でできる食品ロスの方法がわからないこと	6 地域の郷土食や食文化がたれてきていること	7 消費者や生産者の間での交流や信頼が不足していること	8 買い物などに不自由なことがあること	9 食品にアレルギーをかけること	10 離乳食や介護食を作ること	11 偏食などの子どもの食生活																												
問6	あなたやあなたの家族は毎年健康診断を受けていますか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 受けている	2 受けていない	3 自分のご自身以外にわからない																																				
問7	あなたやあなたの家族は定期的に歯科検診を受けていますか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 受けている	2 受けていない	3 自分のご自身以外にわからない																																				
問8	あなたやあなたの家族で食物アレルギーのある方はいますか。(あなたがなくてもある方が一人でもいれば1を選択)	1 はい	【「2」をいいえ → 選んだ方は問9へ】																																					
	8-2(問8で「1」の方)該当するアレルギーを教えてください。(1~9に当てはまらない場合は10に食品名をご記入ください。)	1 そば	2 小麦	3 卵	4 乳製品	5 えび	6 かき	7 ナッツ系	8 肉類	9 の	10 くだも()人	11 その他																												
	8-3食物アレルギーがあることでお困りのことは、ありますか。ある場合、内容は問37の自由記述欄にご記入ください。	1 ある	2 ない																																					
問9	あなたやあなたの家族は主食・主菜・副菜のそろった朝食を毎日食べますか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 ほとんど毎日食べる	2 週に5~6日食べる	3 週に4~5日食べる	4 週に3~4日食べる	5 週に2~3日食べる	6 週に1~2日食べる	7 全く食べない																																
	9-2(問9で「2」~「7」の方)あなたやあなたの家族はいつ頃から朝食を食べなくなりましたか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 小学生の頃から	2 中学生の頃から	3 高校生の頃から	4 高校を卒業した頃から	5 20歳代	6 30歳代	7 40歳代	8 50歳代	9 60歳代	10 70歳以上	11 覚えていない																												
	9-3(問9で「2」~「7」の方)あなたやあなたの家族が朝食を食べない最も大きな理由は何ですか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 時間がないから	2 食欲がわかないから	3 朝食を食べるより寝ていたいから	4 減量(ダイエット)のため	5 朝食が用意されていないから	6 以前から食べない習慣がないから	7 食べたり準備するのが面倒だから	8 ()人	9 ()人	10 ()人	11 ()人																												
	9-4(問9で「1」~「6」の方)あなたのご家庭では、朝食で主食に何をよく食べますか。(○は3つまで) ※主食:ごはん、パン、めん類など	1 ごはん	2 食パン・ロールパン	3 菓子パン・調理パン	4 めん類	5 シリアル	6 その他()人	7 主食は食べない																																
	9-5(問9で「1」~「6」の方)あなたのご家庭では、朝食で主食以外に主に何をよく食べますか。(○は3つまで) *ハム・ウインナー等の加工品は、1になります。	1 肉・魚類	2 卵料理	3 納豆・豆製品	4 生野菜	5 炒め物などの火を通した野菜	6 汁もの(味噌汁やスープ等)	7 牛乳・乳製品	8 果物	9 その他																														
問10	あなたはふだん、誰と朝食・昼食・夕食を食べますか。「その他」を選択された方は具体的な内容をお書きください。(①~③それぞれに○は1つ)	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>家族</th> <th>友人</th> <th>職場の人</th> <th>ひとり</th> <th>その他</th> <th>(具体的に)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 朝食</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>()</td> </tr> <tr> <td>② 昼食</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>()</td> </tr> <tr> <td>③ 夕食</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>()</td> </tr> </tbody> </table>												家族	友人	職場の人	ひとり	その他	(具体的に)	① 朝食	1	2	3	4	5	()	② 昼食	1	2	3	4	5	()	③ 夕食	1	2	3	4	5	()
	家族	友人	職場の人	ひとり	その他	(具体的に)																																		
① 朝食	1	2	3	4	5	()																																		
② 昼食	1	2	3	4	5	()																																		
③ 夕食	1	2	3	4	5	()																																		

問11	あなたやあなたの家族は昼食をふだんどのようにしていますか。(〇はいくつでも)【「3」～「4」を選んだ方は問12へ】	1 飲食店(ファミリ-レストランなども含む)などに行き、そこで食べる	2 コンビニエ-ンスストアやスーパーなどで買ってきて食べる(宅配弁当も含む)	3 お弁当(持参したもの)	4 自分で作って家で食べる。	5 その他()				
	11-2(問11で「1」～「2」の方)その際、昼食にかける金額は、平均していくらですか。(〇は1つ)	1 300円未満	2 300円～500円未満	3 500円～700円未満	4 700円～1,000円未満	5 1,000円～1,200円未満	6 1,200円以上			
問12	あなたやあなたの家族の平日の夕食の時間は何時ごろですか。(単身世帯以外は複数回答可)	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時台	7 午後11時台	8 午後12時以降	9 その他()
問13	あなたやあなたの家族は間食(夜食を含む)をすることはありますか。(単身世帯以外は複数回答可)	1 毎日食べる	2 週5～6回食べる	3 週4～5回食べる	4 週3～4回食べる	5 週2～3回食べる	6 週1～2回食べる	7 食べない		
問14	あなたやあなたの家族は、主食(ごはん、パン、めん類など)を1日に合計でどのくらい食べていますか。一人当たりの平均の量を回答してください。(例を参考に〇は該当するものすべて)例を線で示す。	1 1つ分	2 2つ分	3 3つ分	4 4つ分	5 5つ分	6 6つ分	7 7つ分	8 8つ分以上	
問15	あなたは、主菜(肉・魚などを使ったメイン料理のこと)を食べる時、一緒に野菜をどのくらい食べていますか。一人当たりの平均の量を回答してください。(〇は1つ)	1 小鉢3皿程度	2 小鉢2皿程度	3 小鉢1皿程度	4 付け合せ程度	5 ほとんど食べない	6 その他()			
問16	あなたやあなたの家族はここ2日間の牛乳(低脂肪・無脂肪乳を含む)またはヨーグルトの摂取量はどのくらいですか。一人当たりの平均の量を回答してください。(〇は該当するもの全て)※ヨーグルト1個=100g程度、牛乳1杯=200ml程度	1 牛乳3杯以上	2 牛乳2杯程度(ヨーグルト4個)	3 牛乳1杯程度(ヨーグルト2個)	4 ヨーグルト1個程度	5 ほとんどとらない				
問17	ここ2日間の朝食・昼食・夕食のうち、和食のみの食事を何回食べましたか。(〇は1つ)※和食:一汁三菜を基本とする日本の食事(丼ぶりもの等の一品料理は除く)なお、一汁一菜や一汁二菜の場合は5の()に回数を記入してください。	1 5～6回	2 3～4回	3 1～2回	4 0回	5 ()				
問18	あなたやあなたの家族は、魚を週何回くらい食べますか。 * サバ缶や魚肉練り製品(かばぼこ等)などの加工品も数えてよい。	1 7回以上	2 5～6回	3 3～4回	4 1～2回	5 食べない				
問19	あなたやあなたの家族は色の濃い野菜を週にどれくらいとっていますか。 * 色の濃い野菜→小松菜などの青菜、人参、にら、かぼちゃなど。	1 7回以上	2 5～6回	3 3～4回	4 1～2回	5 食べない				
問20	あなたは、だしを素材(かつお、煮干し、昆布など)からとっていますか。* 紙パックに入った魚粉等は素材とする。	1 毎回とる	2 時々とる	3 市販のだしを使用している	4 だしもとらないし、市販のだしも使わない。					
問21	あなたの家庭では、中食(調理済み食品:弁当、総菜など)を利用しますか。(おかず1品でも1回と数えてください。)なお直近1週間について利用したところに〇をお願いします。 ① 1日目 ② 2日目 ③ 3日目 ④ 4日目 ⑤ 5日目 ⑥ 6日目 ⑦ 7日目	朝	昼	夜						
問22	あなたやあなたの家族で外食することがありますか。(〇は1つ)	1 ほぼ毎日	2 週4～5回程度	3 週2～3回程度	4 週1回程度	5 月1回程度	6 外食しない → 【「6」を選んだ方は問23.3%へ】			
	22-2あなたやあなたの家族で外食をする時、何に重点をおいて選んでいますか。(〇は3つまで)	1 その時たべたいもの	2 主食(ごはん、めん、パンできめる)	3 メニューで決める(すし、焼き肉)	4 お店の評判	5 価格や量	6 行きつけ	7 栄養や安全性	8 その他	
	市内で採れた野菜を買うことはありますか。(〇は1つ)	1 いつも買う	2 時々買う	3 たまに買う	4 ほとんど買わない	5 全く買わない	6 販売されていることを知らない			

問23	23-2あなたがふだん野菜を買う時に配慮していることはありますか。(当てはまるもの全てに○)	1 鮮度	2 無農薬・減農薬のもの	3 価格	4 季節のもの	5 産地	6 扱いやすいもの(洗うだけで使える等)	7 その他	8 特に配慮していない							
	23-3あなたは野菜を栽培したことはありますか。(当てはまるもの全てに○)	1 よくある	2 時々ある	3 たまにある	4 ほとんどない	5 全くない										
	23-4あなたは野菜や果物の生産地に向いて収穫したことがありますか。(当てはまるもの全てに○)	1 よくある	2 時々ある	3 たまにある	4 ほとんどない	5 全くない										
問24	あなたは、「食育」※という言葉やその意味を知っていますか。(○は1つ)※「食育」とは、生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるもの。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。	1 言葉も意味も知っている	2 言葉は知っているが、意味は知らない	3 言葉も意味も知らない												
問25	毎月19日は食育の日、毎年6月は食育月間であるということを知っていますか。(○は1つ)	1 どちらとも知っている	2 食育の日だけ知っている	3 食育月間だけ知っている	4 両方とも知らない											
問26	あなたが「食育」に関心がある理由は何ですか。(○は3つまで) 食育に関心がない場合は15	1 心身の健全な発達のために必要だから	2 食生活の乱れ(栄養バランスの崩れ、不規則な食事等)が問題になっているから	3 生活習慣病(がん、糖尿病等)の増加が問題になっているから	4 食料を海外からの輸入に依存しすぎるのが問題になっているから	5 自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから	6 肥満ややせなどの自然環境が問題になっているから	7 有機農業などの自然環境と調和した食料生産が重要だから	8 大量の食べ残しなど食品廃棄物の増加が問題になっているから	9 食品偽装など、食品の安全確保に関する問題が発生しているから	10 食にまつわる地域の伝統や文化を守ることが重要だから	11 消費者や生産者の間の交流や信頼が不足しているから	12 その他()	13 特にない	14 わからない	15 食育には関心がない
	26-2(問26で「1」～「14」の方)あなたはどのような食育活動に参加してみたいと思いますか。(○は3つまで)	1 生活習慣病予防などのための料理教室	2 食生活の知識普及に関する活動	3 郷土料理、伝統料理等の食文化継承活動	4 食品の安全や表示に関する活動	5 食品廃棄や食品リサイクルに関する活動	6 農林漁業などに関する体験活動	7 食育に関する国際交流活動	8 その他()	9 特にない						
問27	あなたやあなたの家族が参加したことのある小金井市の食育のイベントは何ですか。(当てはまるもの全てに○)	1 小金井市食育ホームページの閲覧	2 食育ミニイベント等の食育に関するチラシの取得	3 保健センターで実施された食育に関する教室、実習、相談	4 保健センター以外の市内公施設(公民館等)で実施された食育に関する教室、実習、相談	5 保育所・幼稚園・小学校・中学校で実施された食育に関する教室、実習、相談	6 市内農業体験等の参加	7 農業祭等市内の食に関するイベントの参加	8 食品ゴミのリサイクル等の取組	9 行なったことはない	10 行っていないことを知らない					
問28	あなたは家庭における「食育」についてどのようなことを行なっていますか。(おこなっていましたか。)(①～⑪それぞれに○は1つ)	※「日本型食生活」とは、ごはんを中心として、大豆、野菜、魚など国産の素材を用い、しょうゆ・みそ・だしなどにより調理された副食の組み合わせに、畜産物(肉や卵等)や果物などをバランスよく加える食生活のこと。														
		当てはまる	まあまあ当てはまる	あまり当てはまらない	全く当てはまらない											
		① 主食、主菜、副菜のそろった食事を3度する。	1	2	3	4										
		② 食事はなるべく家で手作りする。	1	2	3	4										
		③ なるべく小金井産の農産物を使う。	1	2	3	4										
		④ 家族や友人と食卓を囲み、楽しみながら食事をしている	1	2	3	4										
		⑤ 正しい箸の持ち方をこころがける	1	2	3	4										
		⑥ 食事前後にあいさつをしている	1	2	3	4										
		⑦ 食事の仕度や片づけを自分でしている	1	2	3	4										
		⑧ 家庭では食事マナーについても教えている	1	2	3	4										
		⑨ 食事の廃棄を少なくする。	1	2	3	4										
		⑩ よくかんで食べる。	1	2	3	4										
		⑪ 食後にすぐはみがきをする。	1	2	3	4										
問29	あなたはつくった食事や購入した食品を廃棄することがありますか。(○は1つ)	1 ある	2 たまにある	3 よくある	4 ほとんどない											
問30	食品産業や家庭において食べ残しや食品の廃棄が発生していることに関して「もったいない」と感じるがありますか。(○は1つ)	1 いつも感じている	2 しばしば感じている	3 あまり感じていない	4 全く感じていない											
問31	あなたの家庭では、正月や節句などの行事食を食べますか。食べるものを下記のなかから選んでください。(食べるもの全てに○をつける)	1 おせち料理	2 お雑煮	3 七草かゆ	4 鏡開き	5 節分(大豆、いわしなど)	6 ひな祭り(五目ずしなど)	7 春分の日(ぼたもちなど)	8 端午の節句(ちまきなど)	9 七夕(そうめんなど)	10 土用の丑の日(ウナギなど)	11 十五夜(お月見団子)	12 秋分の日(おはきなど)	13 冬至(かぼちゃを使った料理など)	14 大晦日(年越しそばなど)	15 その他()

	31-2あなたの家庭では、正月や節句などの行事食をご家庭で作りますか。(手作りするもの全てに○をつける) *買ってきてたべるのではなく、ご家庭で作るもののみご回答ください。	1 おせち料理 2 お雑煮 3 七草かゆ 4 鏡開き 5 節分(大豆、いわしなど) 6 ひな祭り(五目ずしなど) 7 春分の日(ぼたもちなど) 8 端午の節句(ちまきなど) 9 七夕(そうめんなど) 10 土用の丑の日(ウナギなど) 11 十五夜(お月見団子) 12 秋分の日(おはぎなど) 13 冬至(かぼちゃを使った料理など) 14 大晦日(年越しそばなど) 15 その他()																																				
問32	あなたが食事について、最優先することは何ですか。(○は1つ)	1 その時に何を食いたいのか(家庭の意向も考慮) 2 短時間に調理出来ること 3 空腹を満たせれば何でも良い 4 和食や洋食など献立を統一する。 5 栄養のバランス 6 安全性 7 価格 8 季節感 9 特にな 10 その他() 11 特にな																																				
問33	あなたが食品を購入するとき、商品を選択するポイントは何ですか。(○はいくつでも) *食品→生鮮食品、中食(調理済み食品)、加工食品を含む。	1 価格 2 消費期限や賞味期限 3 内容量 4 原産国や生産地 5 原材料名 6 栄養成分表示 7 食品添加物表示 8 遺伝子組み換え表示 9 アレルギー(特定原材料)の表示 10 その他() 11 特にな																																				
問34	あなたは食事や食に関する知識を必要とするとき、何を参考にしていますか。(当てはまるもの全てに○)	1 テレビ番組 2 雑誌・料理本 3 インターネット 4 親・親戚からの情報 5 友人からの情報 6 その他																																				
問35	あなたは食と健康に関する全般の知識を必要とするとき、何を参考にしていますか。(当てはまるもの全てに○)	1 テレビ番組 2 雑誌・料理本 3 官公庁HP 4 国公立の施設のHP 5 企業のHP 6 ツイッター、ブログ 7 親・親戚からの情報 8 友人からの情報 9 その他																																				
問36	次の各々の項目について、改善したいと思いますか。(①~⑪それぞれに○は1つ)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>改善したい</th> <th>改善するつもりはない</th> <th>できているので改善しない</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>① 栄養バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をする</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>② 1食につき副菜(野菜類)を1~2皿(70g~140g) 食べる</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>③ うす味を心がける(塩分を控える)</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>④ 適正体重を維持する</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑤ 牛乳・乳製品を毎日200g程度摂る(※牛乳1杯=約200g)</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑥ 果物を毎日100g程度(キウイ1個程度) 食べる</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑦ 食事時間を規則正しくする</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑧ 水分補給は、水かお茶(無糖)にする</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑨ 自炊をする</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑩ 食事はゆっくりよく噛んで食べる</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> <tr> <td>⑪ 食事を「嗜む」、「飲み込む」が問題なくできる</td> <td>1</td> <td>2 3</td> </tr> </tbody> </table>	改善したい	改善するつもりはない	できているので改善しない	① 栄養バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をする	1	2 3	② 1食につき副菜(野菜類)を1~2皿(70g~140g) 食べる	1	2 3	③ うす味を心がける(塩分を控える)	1	2 3	④ 適正体重を維持する	1	2 3	⑤ 牛乳・乳製品を毎日200g程度摂る(※牛乳1杯=約200g)	1	2 3	⑥ 果物を毎日100g程度(キウイ1個程度) 食べる	1	2 3	⑦ 食事時間を規則正しくする	1	2 3	⑧ 水分補給は、水かお茶(無糖)にする	1	2 3	⑨ 自炊をする	1	2 3	⑩ 食事はゆっくりよく噛んで食べる	1	2 3	⑪ 食事を「嗜む」、「飲み込む」が問題なくできる	1	2 3
改善したい	改善するつもりはない	できているので改善しない																																				
① 栄養バランスのとれた食事(主食・主菜・副菜)をする	1	2 3																																				
② 1食につき副菜(野菜類)を1~2皿(70g~140g) 食べる	1	2 3																																				
③ うす味を心がける(塩分を控える)	1	2 3																																				
④ 適正体重を維持する	1	2 3																																				
⑤ 牛乳・乳製品を毎日200g程度摂る(※牛乳1杯=約200g)	1	2 3																																				
⑥ 果物を毎日100g程度(キウイ1個程度) 食べる	1	2 3																																				
⑦ 食事時間を規則正しくする	1	2 3																																				
⑧ 水分補給は、水かお茶(無糖)にする	1	2 3																																				
⑨ 自炊をする	1	2 3																																				
⑩ 食事はゆっくりよく噛んで食べる	1	2 3																																				
⑪ 食事を「嗜む」、「飲み込む」が問題なくできる	1	2 3																																				
問37	このアンケートについてご意見・ご感想などあればご自由にお書きください。																																					

*小中高校生のいる家庭のみ別紙あり。

現在ご家族の中で小中高校生の方がいるご家庭のみお答えください。

お子さんのことについて、() 内にご記入下さい。また、質問項目については、あてはまるものに○をつけて下さい。その他を選んだ場合は、() 内に記入して下さい。

1	お子さんが該当するところに人数をご記入ください。	小学校 () 人・中学校 () 人 高校生 () 人
2	(1) ふだん、お子さんは朝ごはんを食べていますか。	① ほとんど毎日食べる ② 週4～5日食べる ③ 週2～3日食べる ④ ほとんど食べない
	(2)上の質問で、朝ごはんを②週4～5日食べる③週2～3日食べる④ほとんど食べないを選んだ方は、食べない理由は何ですか。 あてはまるもの ^{すべて} に○をつけて下さい。	① 時間がない ② 食欲がわからない ③ 朝食を食べるより寝ていたい ④ 体重を減らす(ダイエット)ため ⑤ 朝食を食べる習慣を持っていない ⑥ その他 ()
3	お子さんは、朝ごはんは何をよく主食に食べますか。あてはまるものを 2つまで 選んで下さい。 ※主食…ご飯、パン、めん類 ^{るい} など	① ごはん ② 食パン・ロールパン ③ 菓子パン・調理パン ④ めん類(うどん等) ⑤ シリアル ⑥ 牛乳・乳製品 ⑦ くだもの ⑧ その他 ⑨ 食べない
4	お子さんが朝ごはん ^で 主食と一緒によく食べるおかずを 2つまで 選んで下さい。	① 肉(ハム・ウィンナー含む)・魚類 ② 卵(オムレツ、卵焼き等) ③ 納豆や豆腐などの豆製品 ④ サラダやお浸しなどの野菜のみのおかず ⑤ 具たくさん汁物などの火を通した野菜の多いおかず ⑥ おかずはあまり食べない
5	ふだん、お子さんは誰と一緒に朝ごはんを食べていますか。	① 家族といっしょに食べることが多い ② たまに一人で食べる ③ 一人で食べるが多い

6	ふだん、お子さんは誰と一緒に <u>夕ごはん</u> を食べていますか。	①家族といっしょに食べることが多い ② たまに一人で食べる ② 一人で食べることが多い
7	ふだんお子さんの夕食時間は何時ですか。	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時台 ⑦午後11時台 ⑧午前12時台以降
8	ふだん、お子さんは、家で食事の準備、料理、後片付けを手伝いますか。	① よくする ② ときどきする ③ たまにする ④ ほとんどしない
9	お子さんは、食事マナー（挨拶、姿勢、箸の持ち方等）ができていますか。	① できている ② ほぼできている ③ ややできている ④ できていない
10	日曜日や夏休みなどの学校の長い休みには、お子さんは牛乳を飲みますか。	① 必ず飲む。 ②ときどき飲む ③ 飲まない
11	お子さんのふだんの ^{からだ ちょうし} 体の調子についてあてはまるもの ^{すべて} 全てに○をつけて下さい。	① 体の調子はよい ② 朝すっきり目覚められる ③ 朝すっきり目覚められない ④ 眠いことが多い ⑤ 疲れやすい ⑥ イライラすることが多い ⑦ 長い時間立っていることがつらい ⑧ 毎日排便がある ⑨便秘気味である
12	お子さんのふだんの睡眠時間はどのくらいですか。	① 5時間より少ない②5～6時間の間 ③ 6～7時間の間 ④ 7時間より多い
13	ふだん、お子さんは、家での食事は残さず食べますか	① いつも残さず食べる ② だいたい残さず食べる ③ 残すことが多い
14	ふだんのお子さんは、間食でどのようなものを食べていますか。あてはまるもの全てに○をつけてください。	① キャンディー・ガム・グミ ② チョコ菓子 ③ クッキー・ビスケット ④ スナック菓子（ポテトチップ等） ⑤ プリン・ゼリー類 ⑥ ケーキ類 ⑦ せんべい ⑧ まんじゅう・だんご ⑨ ヨーグルト ⑩ ふかしいも・とうもろこし・枝豆等 ⑪ 乳製品（ヨーグルト・乳酸飲料等） ⑫ アイスクリーム ⑬ その他

小中学生対象 食育に関するアンケート

自分のことについて、() 内にご記入下さい。また、質問項目については、あてはまるものに○をつけて下さい。その他を選んだ場合は、() 内に記入して下さい。

No.	調査項目	選択肢
1	学校はどちらですか。	①小学校 ②中学校
2	(1)ふだん、朝ごはんを食べていますか。	① ほとんど毎日食べる ② 週4～5日食べる ③ 週2～3日食べる ④ ほとんど食べない
	(2)上の質問で、朝ごはんを②週4～5日食べる③週2～3日食べる④ほとんど食べないを選んだ方は、食べない理由は何ですか。 あてはまるもの ^{すべて} に○をつけて下さい。	① 時間がない ② 食欲がわからない ③ 朝食を食べるより寝ていたい ④ 体重を減らす(ダイエット)ため ⑤ 朝食の用意がされていない ⑥ 自分で用意するのがめんどろ ⑦ その他()
3	朝ごはんは何をよく主食に食べますか。あてはまるものを2つまで選んで下さい。 ※主食…ご飯、パン、めん類 ^{るい} など	① ごはん ② 食パン・ロールパン ③ 菓子パン・調理パン ④ めん類(うどん等) ⑤ シリアル ⑥ 牛乳・乳製品 ⑦ くだもの ⑧ その他 ⑨ 食べない
4	朝ごはん ^で 主食と一緒によく食べるおかずを2つまで選んで下さい。	① 肉(ハム・ウィンナー含む)・魚類 ② 卵(オムレツ、卵焼き等) ③ 納豆や豆腐などの豆製品 ④ サラダやお浸しなどの野菜のみのおかず ⑤ 具だくさんの汁物などの火を通した野菜の多いおかず ⑥ おかずはあまり食べない
5	ふだん、家ではだれかといっしょに朝ごはんを食べていますか。	① だれかといっしょに食べることが多い ② たまに一人で食べる ③ 一人で食べる人が多い
6	朝ごはん ^を 食べる時の自分の気持ちに近いものはどれですか。	① 出来れば家族といっしょに食べたい ② 友人等といっしょに食べたい ③ 一人で食べたい
7	ふだん、家ではだれかといっしょに夕ごはんを食べていますか。	① だれかといっしょに食べる人が多い ② たまに一人で食べる ③ 一人で食べる人が多い

8	夕ごはんを食べる時の自分の気持ちに近いものはどれですか。	① 出来れば家族といっしょに食べたい ② 友人等といっしょに食べたい ③ 一人で食べたい
9	ふだん夕ごはんは何時ですか。	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時台 ⑦午後11時台 ⑧午前12時台以降
10	家で食事の準備、料理、後片付けを手伝いますか。	① よくする ② ときどきする ③ たまにする ④ ほとんどしない
11	①平日に、1日で主食と主菜と副菜のそろった食事を何回していますか。 ※主菜…肉、魚、卵、納豆などのおかず 副菜…野菜のおかず	① 1回（給食のみ） ② 2回 ③ 3回
	②給食のない日曜日や夏休みなどには、1日で主食と主菜と副菜のそろった食事を何回していますか。	① 1回 ② 2回 ③ 3回
12	給食のない日曜日や夏休みなどには、牛乳を飲みますか。	① 必ず飲む ② ときどき飲む ③ 飲まない
13	ふだんの体の調子についてあてはまるもの すべてに○をつけて下さい。	① 体の調子はよい ② 朝すっきり目覚められる ③ 朝すっきり目覚められない ④ 眠いことが多い ⑤ 疲れやすい ⑥ イライラすることが多い ⑦ 長い時間立っていることがつらい ⑧ 毎日排便がある ⑨便秘気味である
14	ふだんの睡眠時間はどのくらいですか。	① 5時間より少ない ② 5～6時間の間 ③ 6～7時間の間 ④ 7時間より多い
15	次の給食で関係している事柄から知っているものにすべてに○をつけてください。	① 小金井市内でつくられた野菜が給食に使われている。 ② 毎月11日ははしの日である。 ③ 毎月24日は小金井和食の日である。 ④ 6月19日は食育の日である。
16	給食は残さず食べますか	① いつも残さず食べる ② だいたい残さず食べる ③ 残すことが多い
17	家での食事は残さず食べますか	① いつも残さず食べる ② だいたい残さず食べる ③ 残すことが多い