

A：食物について

- ・花や野菜を自分で育てることができますか。

①しっかりできる ②だいたいできる ③あまりできない ④まったくできない

- ・知っている野菜の名前を5つ教えてください。

① () ② () ③ () ④ () ⑤ ()

- ・じ ば さん ぶ つ地場産物（新発田市でとれる食物）に、どのようなものがあるか知っていますか。

①知っている ②知らない



- ・「知っている」を選んだ人は、じ ば さん ぶ つ知っている地場産物の名前を3つ教えてください。

① () ② () ③ ()

- ・食物を生産し続けるためには、自然環境を守ることが大切だと思いますか。

①とてもそう思う ②まあそう思う ③あまりそう思わない ④まったくそう思わない

B：食事について

- ・食事の手伝い（買い物、料理、はい ぜん配膳、片付けなど）をしていますか。

①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤していない

- ・食事の手伝いや自分で料理をすることが楽しいですか。

①とても楽しい ②まあ楽しい ③あまり楽しくない ④まったく楽しくない
⑤料理や手伝いをしないので分からない

- ・一人で弁当を作ることができますか。

①できる ②できない



- ・「できる」を選んだ人は次のことができますか。（複数回答）

①し ゅ し ゅ く主食・し ゅ さ い主菜・ふ く さ い副菜の組み合わせで作ることができる ②いろ ど彩りを考えて作ることができる
③いろいろな調理法や味付けを考えて作ることができる

- ・朝食についてふ だ ん普段、し ゅ し ゅ く主食・し ゅ さ い主菜・ふ く さ い副菜がそろった食事をしていますか。

①いつもしている ②だいたいしている ③あまりしていない ④まったくしていない
⑤主食・主菜・副菜が分からない

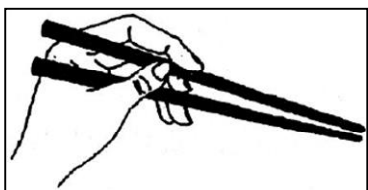
- ・夕食についてふ だ ん普段、し ゅ し ゅ く主食・し ゅ さ い主菜・ふ く さ い副菜がそろった食事をしていますか。

①いつもしている ②だいたいしている ③あまりしていない ④まったくしていない
⑤主食・主菜・副菜が分からない

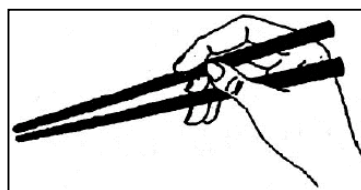
- ・正しいはしの持ち方ができますか。（イラスト参照）

①できる ②できない

（左利き）



（右利き）



- ・食事をする時に「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。

①いつもしている ②だいたいしている ③あまりしていない ④まったくしていない

- ・「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつは誰にむけてすると思いますか。(複数回答)
 - ①生き物(動物・植物) ②食物の生産をする人 ③食物の加工や販売はんばいをする人
 - ④料理を作る人 ⑤一緒に食事いっしょをする人 ⑥その他()
 - ・朝食を食べることは、健康でいるために大切だと思いますか。
 - ①とてもそう思う ②まあそう思う ③あまりそう思わない ④まったくそう思わない
 - ・毎日朝食を食べますか。
 - ①毎日 ②週5～6日 ③週3～4日 ④週1～2日 ⑤いつも食べない

↓
 - ・「毎日」以外を選んだ人はその理由は何ですか。(複数回答)
 - ①食欲がない ②太りたくない ③食べる時間がない ④朝食が用意されていない
 - ⑤その他()
 - ・朝食について家族のおとなと一緒に食事をしていきますか。
 - ①いつもしている ②だいたいしている ③あまりしていない ④まったくしていない
 - ・夕食について家族のおとなと一緒に食事をしていきますか。
 - ①いつもしている ②だいたいしている ③あまりしていない ④まったくしていない
 - ・食事が楽しいですか。
 - ①いつも楽しい ②ときどき楽しい ③あまり楽しくない ④まったく楽しくない
 - ⑤分からない
 - ・普段、よく噛んで食べていますか。
 - ①よく噛んでいる ②どちらかというによく噛んでいる ③どちらかというによく噛んでいない
 - ④よく噛んでいない
- C：地産地消、環境等について**
- ・家で、地場産物じばさん(新発田市でとれる食物)を食べていますか。
 - ①いつも食べている ②ときどき食べている ③あまり食べていない ④まったく食べていない
 - ⑤地場産じばさん(新発田市産)かどうか分からない
 - ・家で、新潟県内でとれる食物を食べていますか。
 - ①いつも食べている ②ときどき食べている ③あまり食べていない ④まったく食べていない
 - ⑤新潟県産かどうか分からない
 - ・食品の安全に対する知識(品質、食品表示の見方など)をもっていると思いますか。
 - ①もっている ②どちらかというともっている ③どちらかというともっていない
 - ④もっていない
 - ・食物を無駄むだにしないように、食べ残しを減らす努力をしていますか。
 - ①必ずしている ②だいたいしている ③ときどきしている ④あまりしていない
 - ⑤まったくしていない
 - ・食物を残すことが「もったいない」と思いますか。
 - ①とてもそう思う ②まあそう思う ③あまりそう思わない ④まったくそう思わない

・給食の食べ残しが堆肥^{たいひ}としてリサイクルできることを知っていますか。

- ①知っている ②知らない

・食物を残さないことや生ごみをリサイクルすることは、自然環境を守るために大切だと思いますか。

- ①とてもそう思う ②まあそう思う ③あまりそう思わない ④まったくそう思わない

D: 睡眠^{すいみん}について

・普段、夜何時に寝ますか。

- ①午後10時前 ②午後10時～11時前 ③午後11時～午前0時前 ④午前0時以降

・普段、朝何時に起きますか。

- ①午前6時前 ②午前6時～7時前 ③午前7時～8時前 ④午前8時以降

・普段の睡眠^{すいみん}時間は何時間ですか。

- ①8時間以上 ②7時間くらい ③6時間くらい ④5時間以下

E: 排便^{はいべん}について

・毎日排便^{はいべん}がありますか。

- ①毎日ある ②2日に1回 ③3日に1回 ④4日に1回以下 ⑤その他 ()

・1日のうち、だいたいいつ排便^{はいべん}がありますか。

- ①朝(学校に行く前) ②日中(学校にいる間) ③夜(家に帰ってきてから就寝^{しゅうしん}するまで)
④決まっていない

F: 健康状態^{けんこうじょうたい}について

・「たちくらみ」や「めまい」を起こすことがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

・朝なかなか起きられず、午前中、身体の調子が悪いことがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

・食欲がないことがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

・身体のだるさや疲れやすさを感じる^{つか}ことがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

・イライラすることがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

・何もやる気がおこらないことがありますか。

- ①よくある ②ときどきある ③たまにある ④ない

G: 歯科^{しか}について

・1日に何回歯をみがきますか。

- ①3回以上 ②2回 ③1回 ④みがいていない

・1日に何回おやつを食べますか(甘いジュースやスポーツ飲料を含む)。

- ①3回以上 ②2回 ③1回 ④食べない

・デンタルフロス（糸ようじ）を使っていますか。

- ①使っている ②使っていない

・かかりつけの歯医者で年1回以上^{し かけんしん}歯科健診を受けていますか。

- ①受けている ②受けていない