

令和7年度

新発田市食育実態調査報告書

— 小学6年生、中学3年生 —

新発田市教育委員会

はしがき

新発田市教育委員会では、「ひとが第一、ひとが大事、新発田の教育」を基本理念とし、「新発田への愛着と誇りをもち、夢や希望に向かって、学び続ける子ども」を目指し、学校、家庭、地域が連携してその実現に取り組んでいます。この中で新発田市の特色ある教育の一つとして、平成20年度から市内の全小中学校において、「食の循環によるまちづくり」の考え方に基づいた食育「食とみどりの新発田っ子プラン」に取り組んでいます。

「食とみどりの新発田っ子プラン」は、教育活動の中で、新発田の「豊かなる大地を基盤とした食のサイクル」（「育てる（栽培）」→「作る（料理）」→「食べる」→「返す（リサイクル）」→「育てる」・・・）を子どもたち自身が日常生活において意識し実践することにより、自立に向けた「生きる力」を身に付け、将来の新発田市を担う人材を育成することを目的としています。子どもたちは、学校菜園での栽培活動、給食時間における食事マナーの習得、弁当作りや小煮物作りの調理実習など、成長段階に応じた食育活動や地場産物を取り入れた学校給食を通じ、食物に関わるすべての人への感謝の気持ちや、栄養バランスを考えた食事作りなど、将来の自立のために必要な知識や経験を身に付けています。

本調査は、この「食とみどりの新発田っ子プラン」を効果的に進める上での基礎資料として、児童生徒の食の実態を把握するものであり、市内全ての小学6年生、中学3年生を対象とし、平成20年度から毎年実施しております。

今後も、本報告書に示すような結果や課題・対策を踏まえ、子どもたちの「生きる力」を育むため、学校、家庭、地域の様々な環境において、食に関する指導を継続することにより、子どもたちが正しい知識をもち、自ら判断、実践し、望ましい食習慣が身に付くよう食育を推進してまいります。

令和8年3月

新発田市教育委員会

目 次

I 調査の概要	
1 目的	2
2 調査対象	2
3 調査時期	2
4 調査方法	2
5 調査内容・項目	2
6 回収率	2
II 調査結果の概要と課題・対策	
1 調査結果の概要と課題・対策について	5
2 調査結果抜粋	6
3 食の循環の段階別調査結果	17
III 調査結果(集計表)	
1 小学6年生	24
2 中学3年生	29
IV 調査票	
1 小学6年生用	35
2 中学3年生用	38

I 調査の概要

1 目的

新発田市食育実態調査は、「食とみどりの新発田っ子プラン(※P.3)」の取組が子どもたちの意識や行動にどのような効果があったかを把握していくものである。平成20年度から調査を実施し、今年度で18回目の実施となる。

この調査では、同一学年(小学6年生・中学3年生)を対象とした定点調査を行っている。

2 調査対象

新発田市内の全小中学校の小学6年生、中学3年生

3 調査時期

令和7年11月～12月

4 調査方法

小学生、中学生ともに学校にて集合法で実施した。

5 調査内容・項目

食の循環「育てる(栽培)→作る(料理)→食べる→返す(リサイクル)」の各段階に関して「めざす姿」は、どの対象にも共通であるが、発達段階に応じて異なる目標が設定されている。小学6年生では、小学校卒業までに身に付けることが目標とされている項目を、中学3年生では、一部小学校の目標を入れながら、中学校で新たに身に付けることが目標とされている項目を設定した。

また、発達段階に応じて設定されている学習目標の達成度が評価できるように、成果指標と質問項目を作成した。

なお、「学年」の欄には、小学1年生～中学3年生まで、どの年代での目標として設定されているかを示している。対象者間の比較ができるように、小学生と中学生に共通の項目もいくつか設定されている。

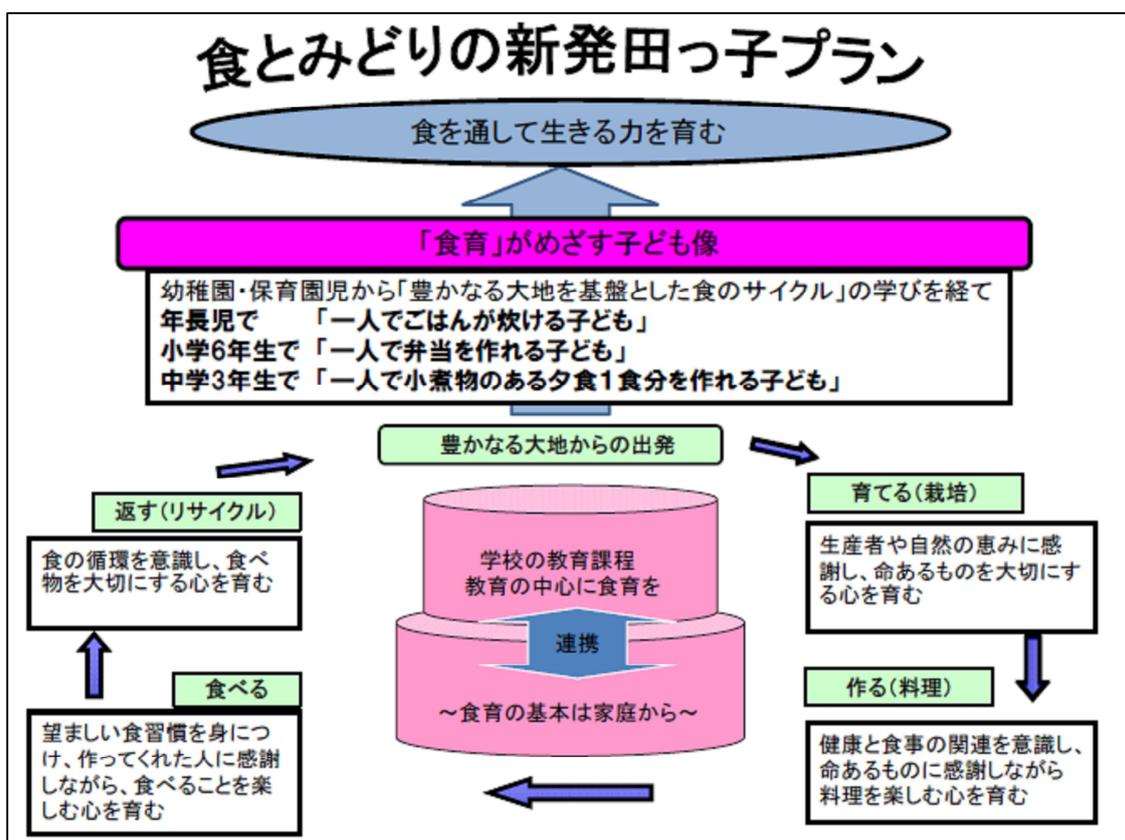
6 回収率

対象者数、有効回収数、有効回収率は、以下のとおりである。

	小学6年生	中学3年生
対象者数	794	824
有効回収数	703	606
有効回収率	88.5%	73.5%

※参考:食とみどりの新発田っ子プラン

新発田市では、「豊かなる大地を基盤とした食のサイクル」の考え方に基づき、『食の循環によるまちづくり』を推進している。その考え方を保育・教育分野において体系的に推進するために「食とみどりの新発田っ子プラン」が策定され、平成 20 年度から市内全小中学校で取組がスタートした。「食とみどりの新発田っ子プラン」では、小学6年生で「一人で弁当を作れる子ども」、中学3年生で「一人で小煮物のある夕食1食分を作れる子ども」を目指している。また、食の循環としての「育てる(栽培)ー作る(料理)ー食べるー返す(リサイクル)」について、小学校、中学校の発達段階に応じた学習目標を設定し、各学校で取組を行っている。



Ⅱ 調査結果の概要と課題・対策

1 調査結果の概要と課題・対策について

『育てる(栽培)』

「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う」児童・生徒の割合が3年連続下降している。食料生産や環境問題の学習については、社会科や総合的な学習の時間を中心に行う内容であるが、食育や給食も関連付けながら横断的・総合的に学習を行えるよう意識していく必要がある。

『作る(料理)』

小学6年生の「一人で弁当を作ることができる」割合が上昇した。今年度はほとんどの小学校で弁当のおかずを複数作り、一食分を完成させるという内容の調理実習を行っており、その経験が数値の上昇に結びついたと思われる。

中学3年生の「一人で小煮物を作ることができる」割合は昨年度より若干下降したが、令和3、4年度のコロナ禍で調理実習ができなかった年の数値に比べると、高い割合で推移しており、いかに調理実習の経験が知識や技術の習得や“一人でできる”という自信につながっているのかが分かる。

『食べる』

小学6年生の「朝食をほとんど毎日食べている」割合が、ここ数年下降傾向であったが、このたび上昇した。一方で、中学3年生の割合は、3年連続で下降している。また、小学6年生・中学3年生ともに「朝食を食べることは健康でいるために大切だと思う」割合が、年々下降しているため、朝食摂取が心身の健康を維持するために重要であることを発達段階に合わせて具体的に指導していく必要がある。

また、朝食摂取を含めた生活習慣は保護者が大きく影響しており、引き続き、家庭への啓発により保護者の食への意識を高めていくことも重要である。

『返す(リサイクル)』

小学6年生の「返す(リサイクル)」に関わるすべての設問の数値が昨年度に比べて下降した。有機資源センターの見学や、堆肥を使っての花や野菜の栽培・収穫体験など、さまざまな体験活動を通じて、市の取組である“食の循環”について、理解を深めていく必要がある。

『生活習慣』

不定愁訴がある児童生徒の割合が年々上昇している。特に「身体のだるさや疲れやすさを感じることもある」「イライラすることもある」「何もやる気がおこらないこともある」の3つの設問に関しては、児童・生徒の5割以上が、「よくある」とときどきある」と回答している。不定愁訴は一般的に心身のストレス、不規則な生活習慣、寒暖差などが原因で自律神経のバランスが崩れたときにあらわれることが多いとされているが、改善のためには、身体活動量やメディアに接する時間、睡眠の量や質、朝食摂取など、生活習慣全体を捉え、食育事業を通じて、多様なアプローチをしていく必要がある。

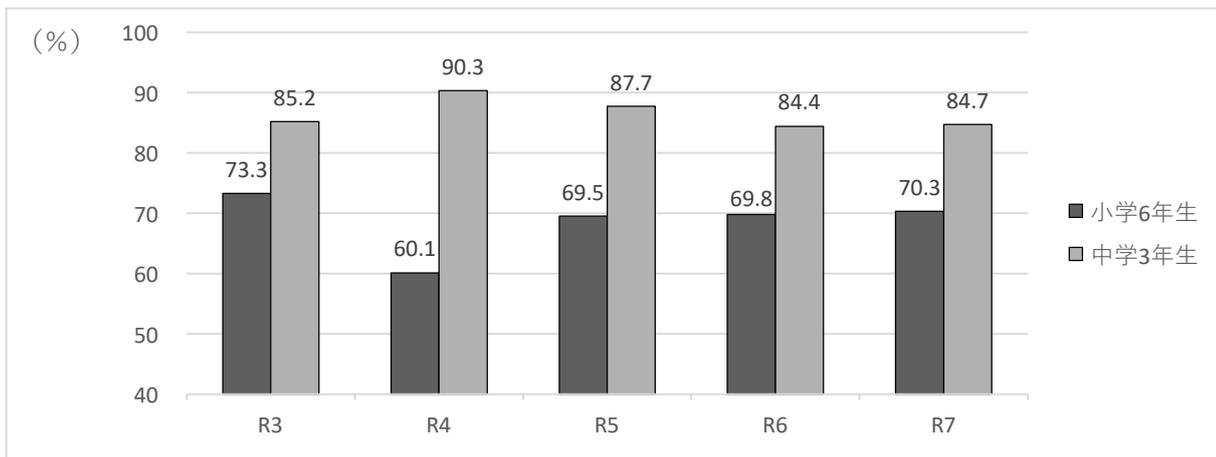
2 調査結果抜粋

1) 育てる(栽培)

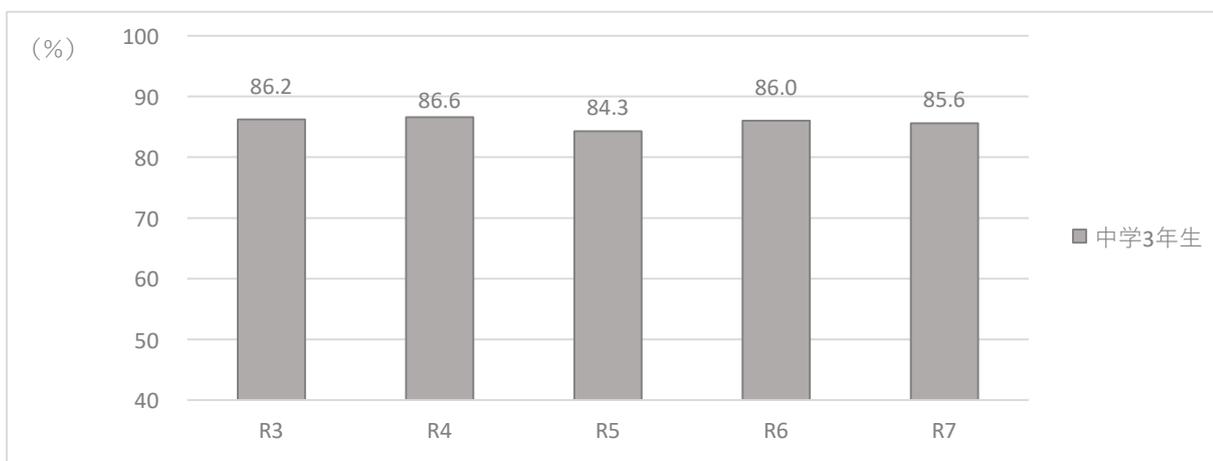
めざす姿

「生産者や自然の恵みに感謝し、命あるものを大切にする心を育む」

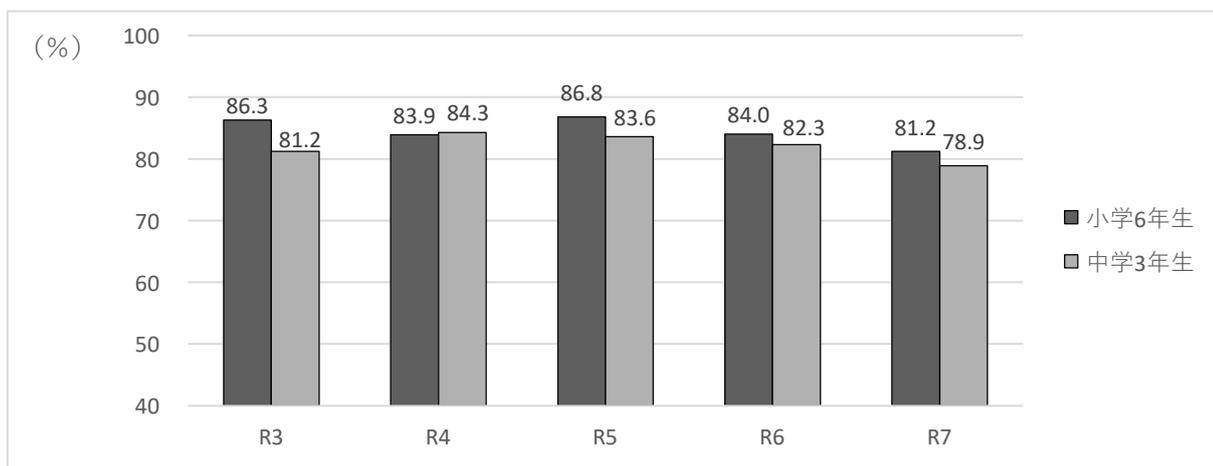
○地場産物(新発田市でとれる食物)を「知っている」
(中学3年生は「10品目以上」「5～9品目」「5品目未満」を選択した人)



○「地産地消」という言葉の意味を「知っている」



○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「とてもそう思う」

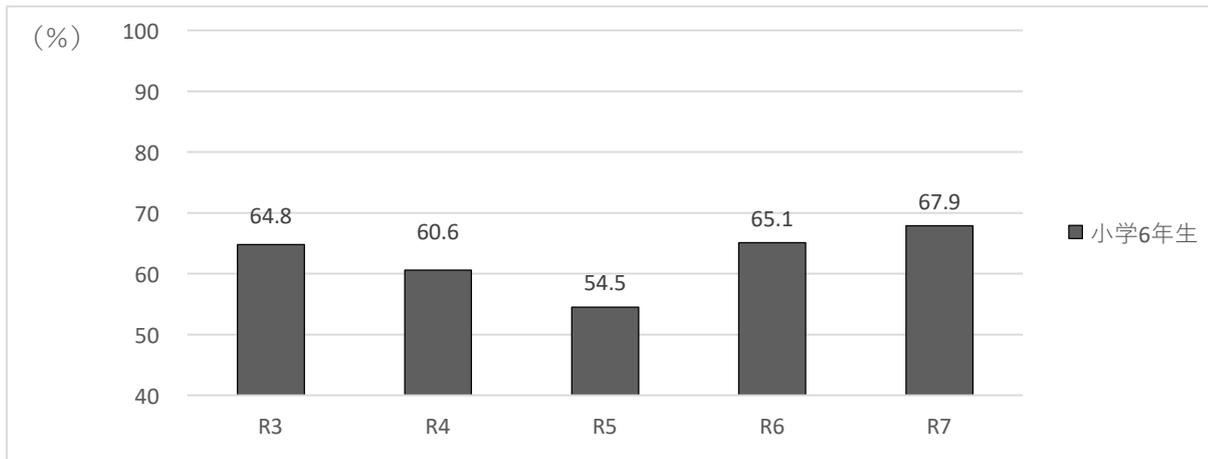


2) 作る(料理)

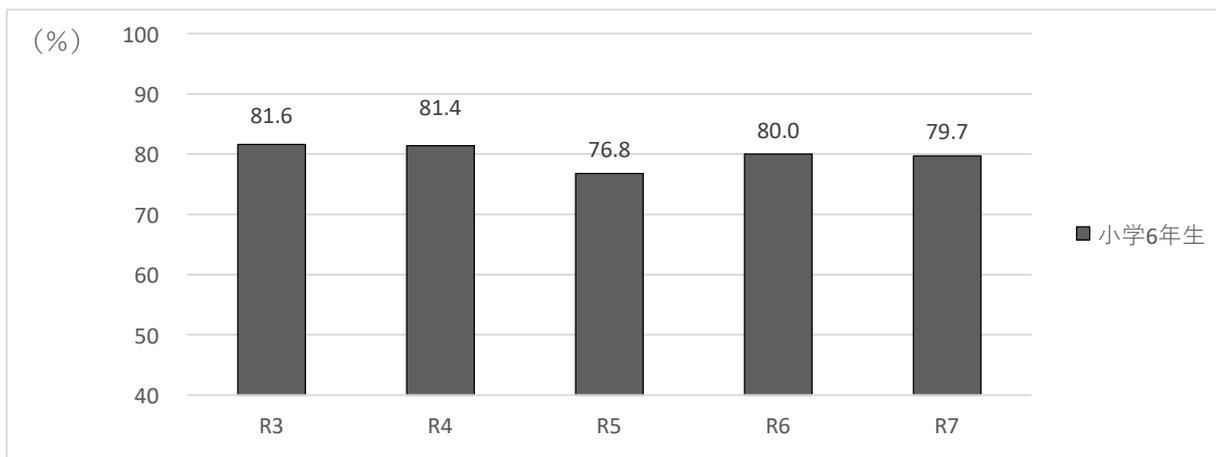
めざす姿

「健康と食事の関連を意識し、命あるものに感謝しながら、料理を楽しむ心を育む」

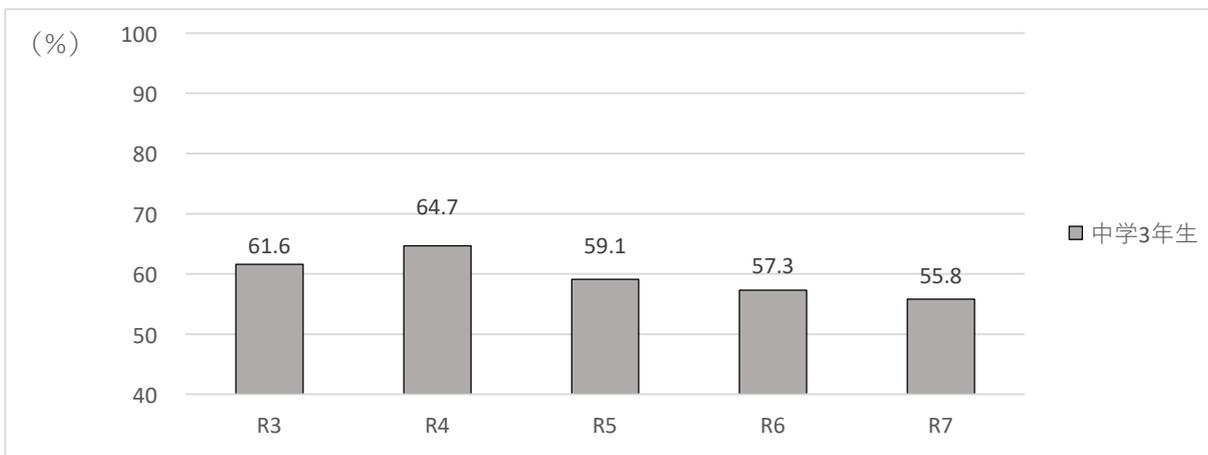
○一人で弁当を作ることが「できる」



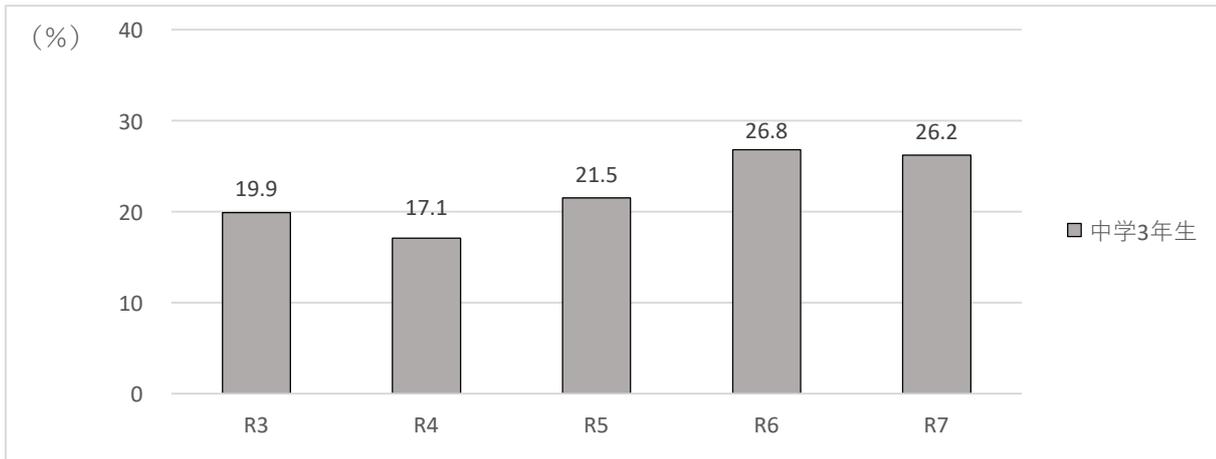
○「一人で弁当を作ることができる」人のうち、「主食・主菜・副菜の組み合わせで弁当を作ることができる」



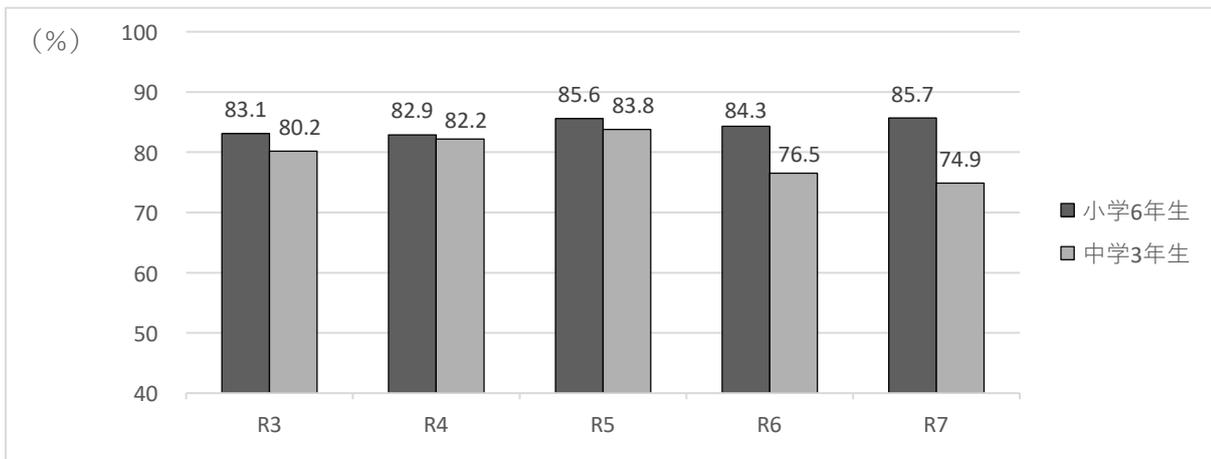
○一人で主食・主菜・副菜の組み合わせで1食分を作ることが「できる」



○一人で小煮物を作ることが「できる」



○料理が「とても」「まあ」楽しい

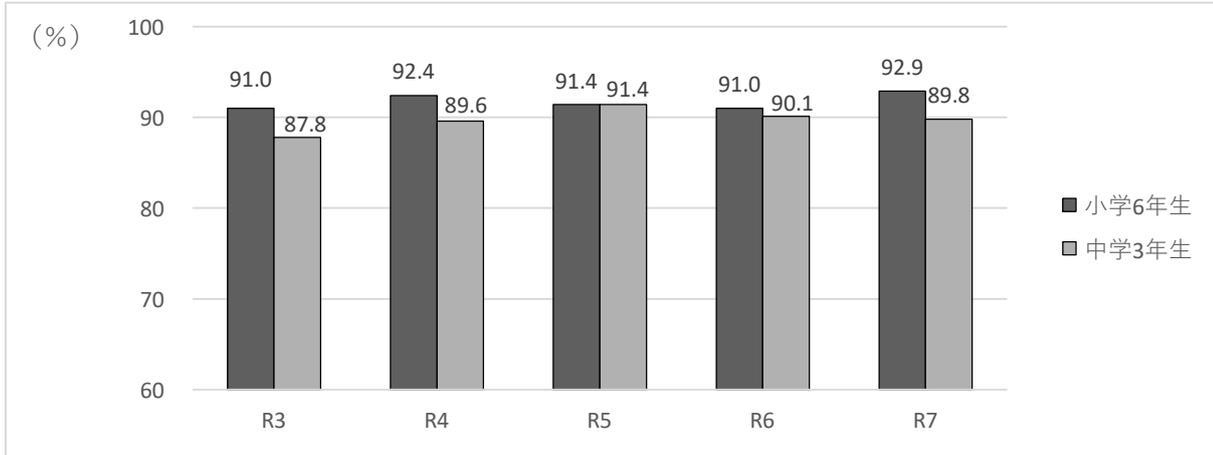


3) 食べる

めざす姿

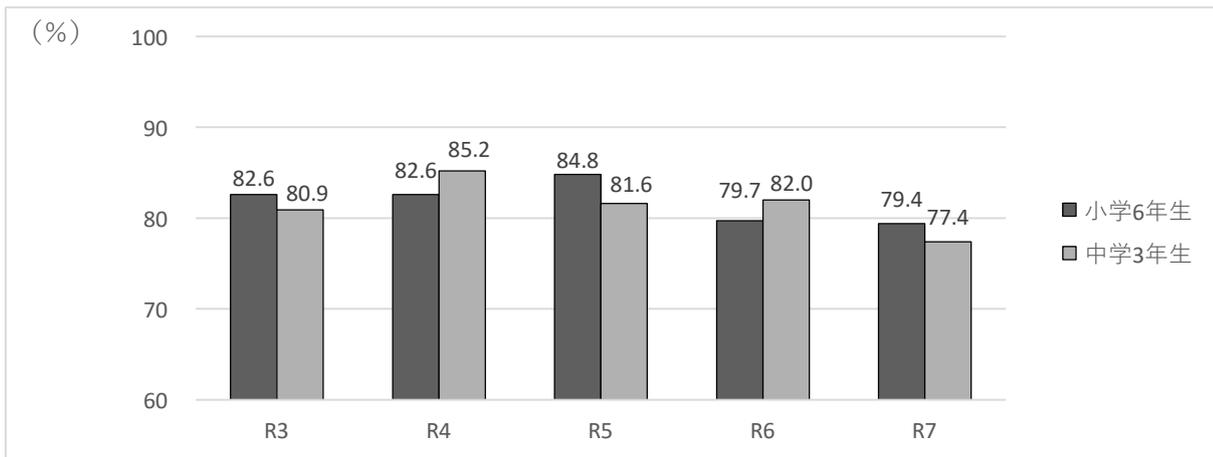
「望ましい食習慣を身に付け、作ってくれた人に感謝しながら、食べることを楽しむ心を育む」

○朝食を「毎日」「週5～6日」食べている

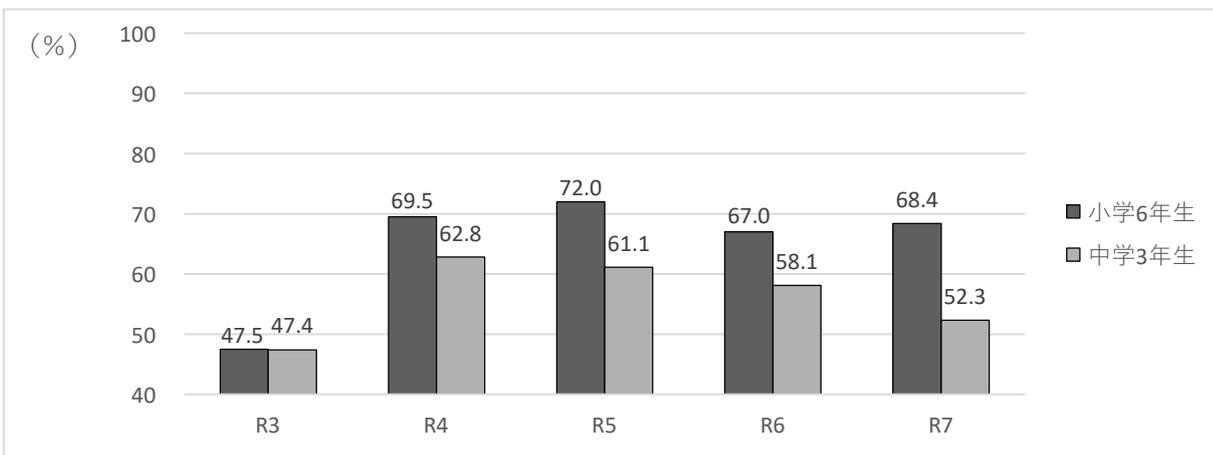


* 食べない理由は、小学生は「食べる時間がない」、中学生は「食べる時間がない」が最も多かった。

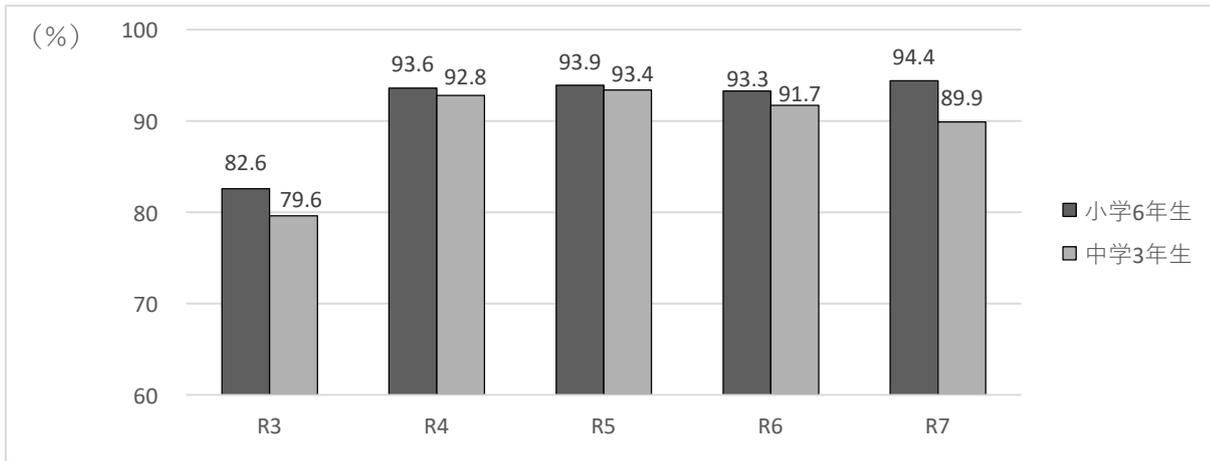
○朝食を食べることは健康であるために大切だと「とてもそう思う」



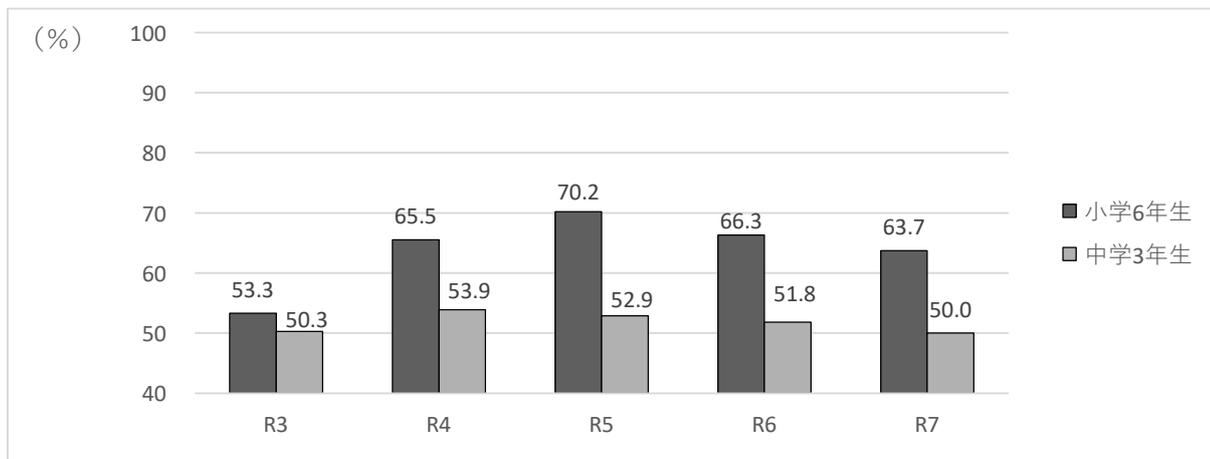
○主食・主菜・副菜がそろった食事を「いつも」「だいたい」している【朝食】



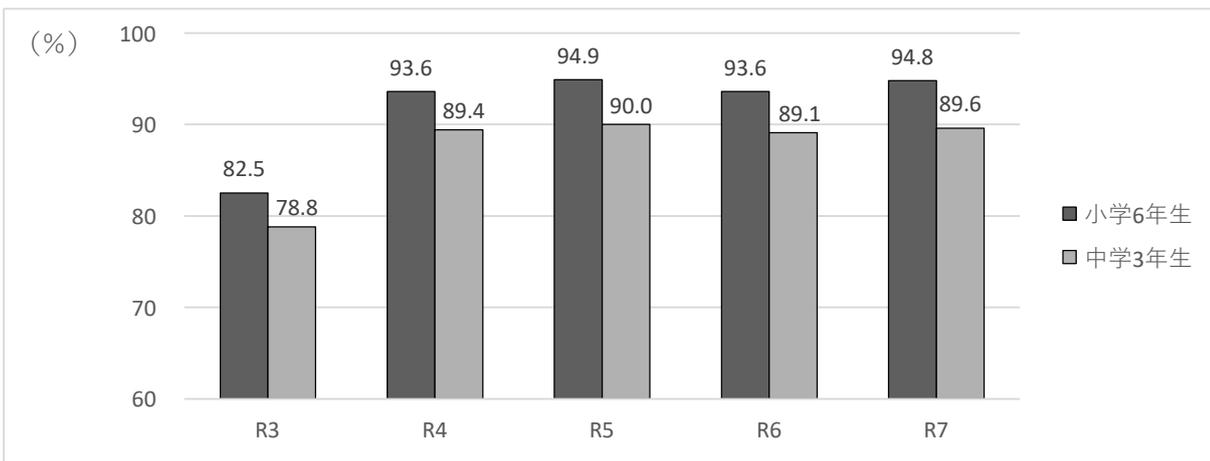
【夕食】



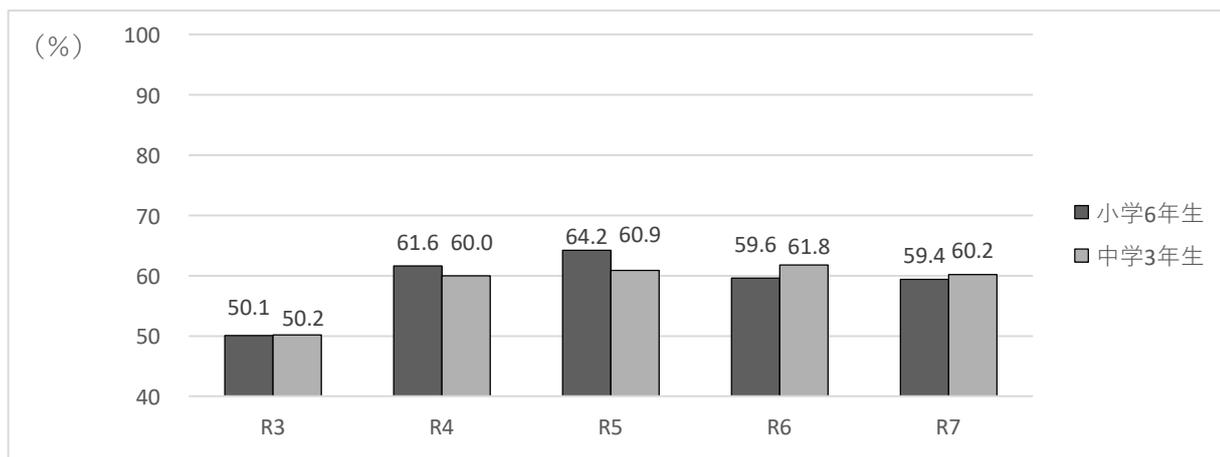
○家族のおとなと一緒に食事を「いつも」「だいたい」している 【朝食】



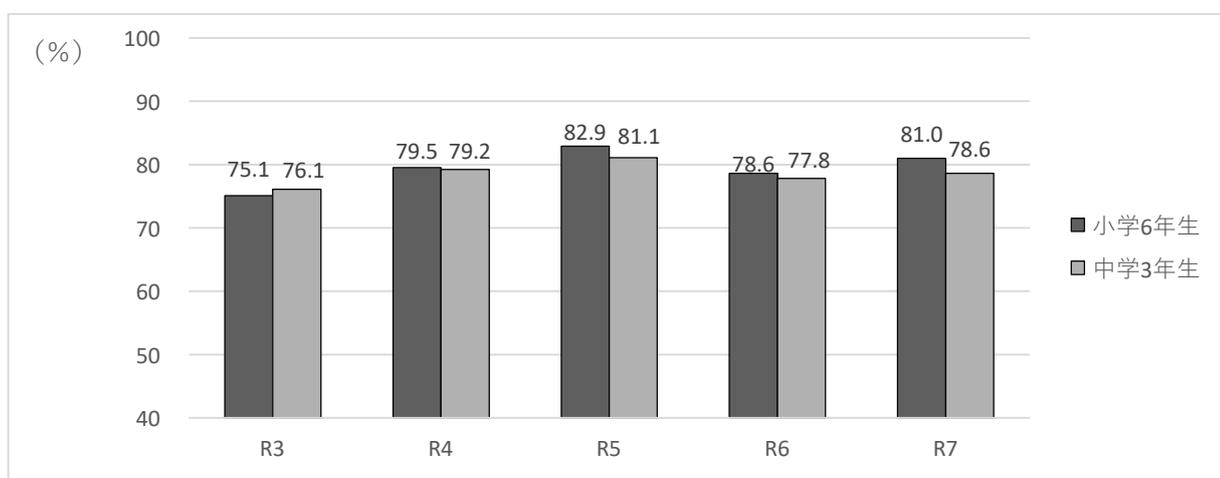
【夕食】



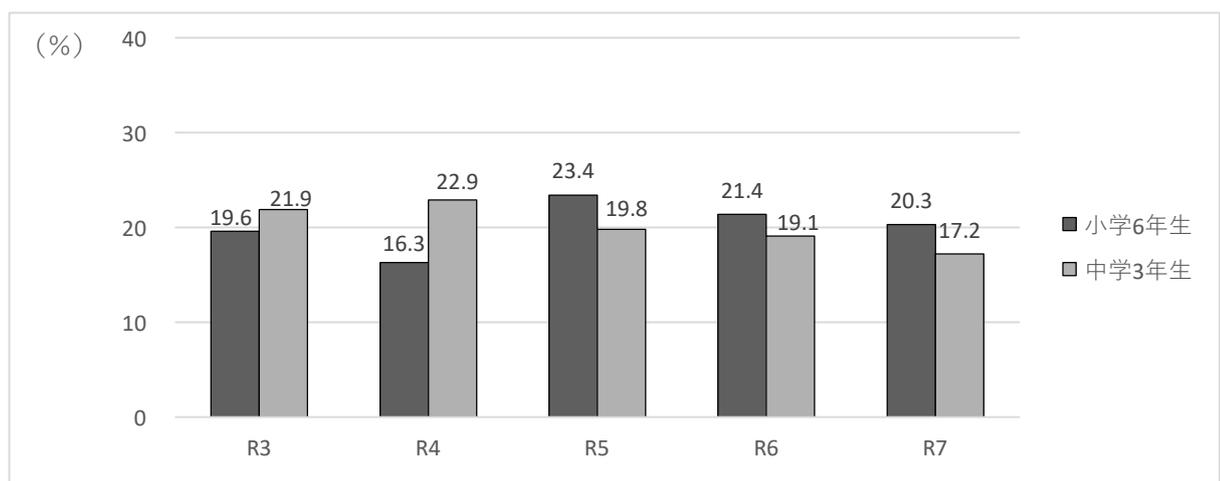
○食事が「いつも楽しい」



○「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを「いつもしている」



○家で地場産物(新発田市でとれる食物)を「いつも食べている」

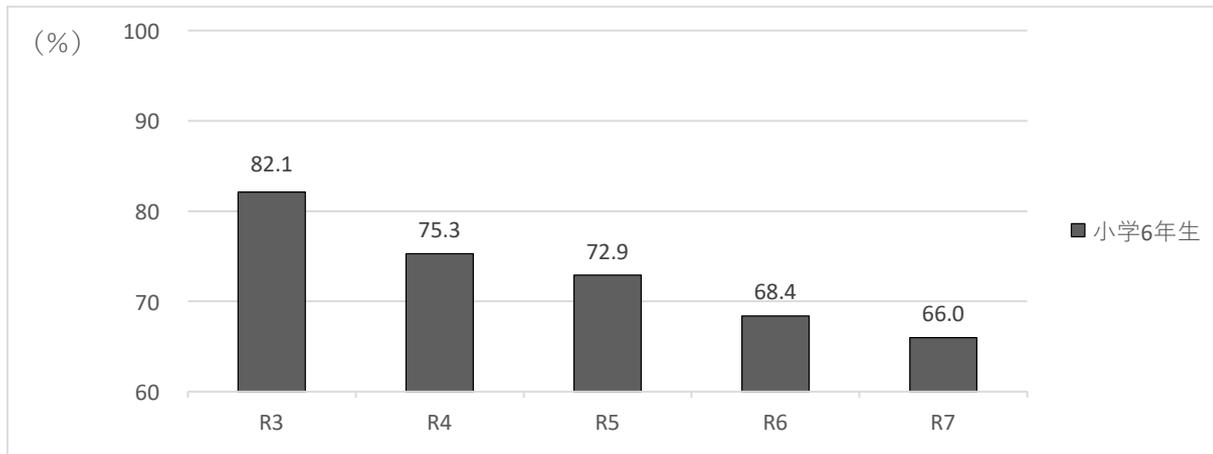


4) 返す(リサイクル)

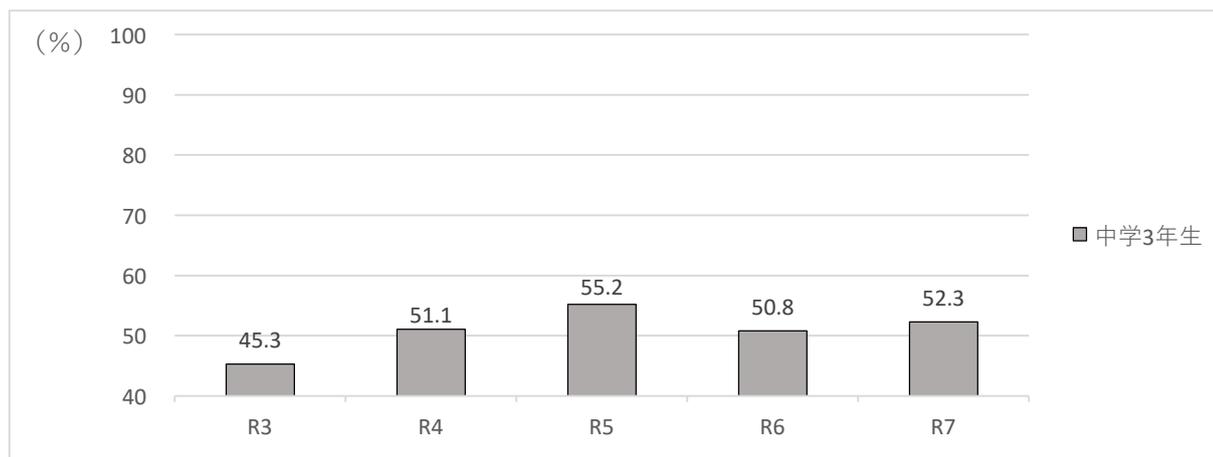
めざす姿

「食の循環を意識し、食べ物を大切にする心を育む」

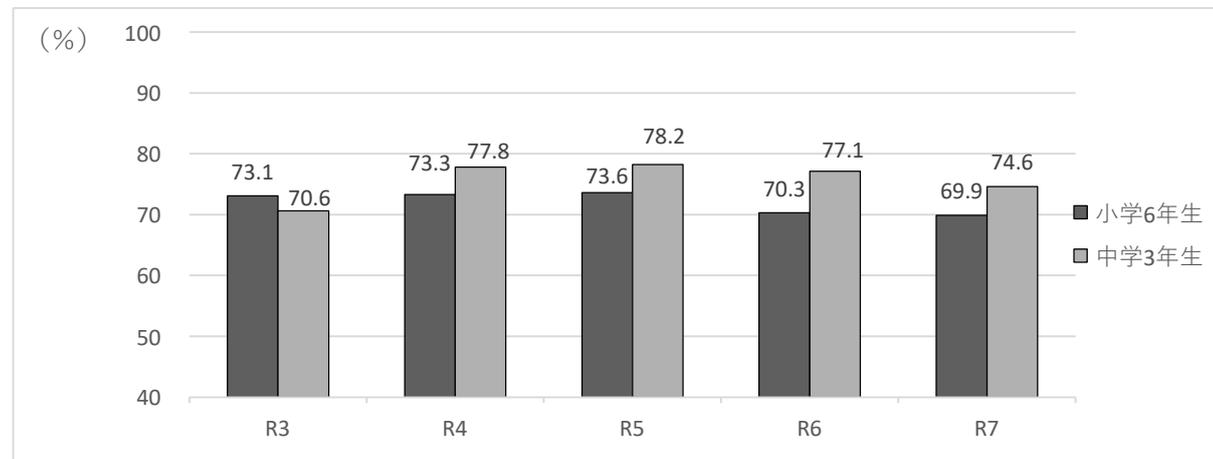
○給食の食べ残しが堆肥としてリサイクルできることを「知っている」



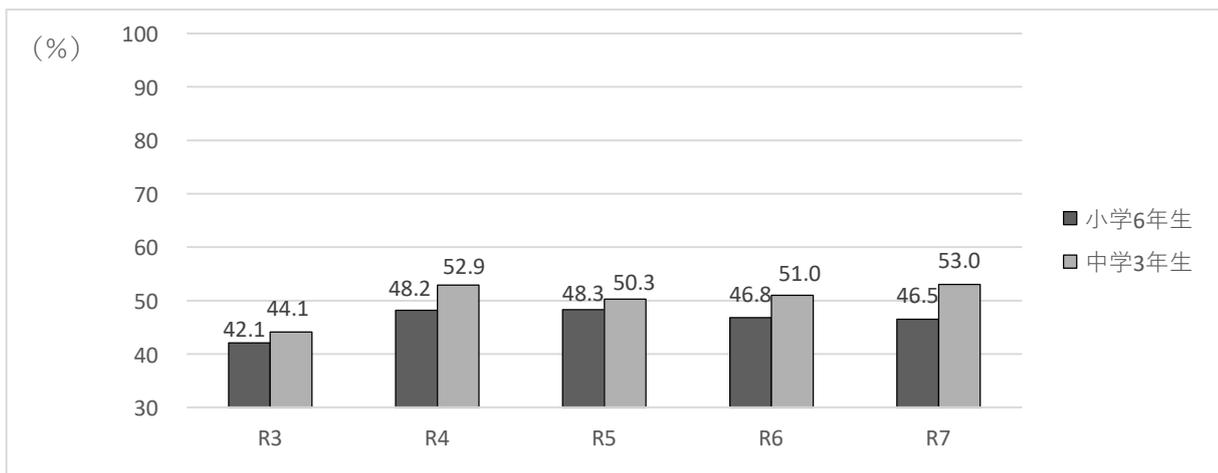
○新発田市の食の循環(サイクル)「育てる→作る→食べる→返す」を「知っている」



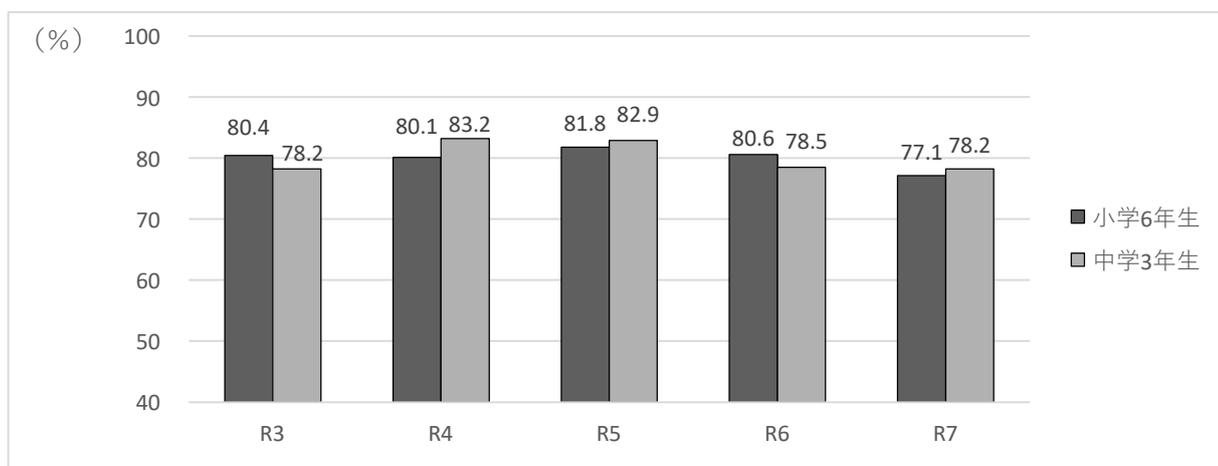
○食物を残すことがもったいないと「とてもそう思う」



○食物を無駄にしないように、食べ残しを減らす努力を「必ずしている」

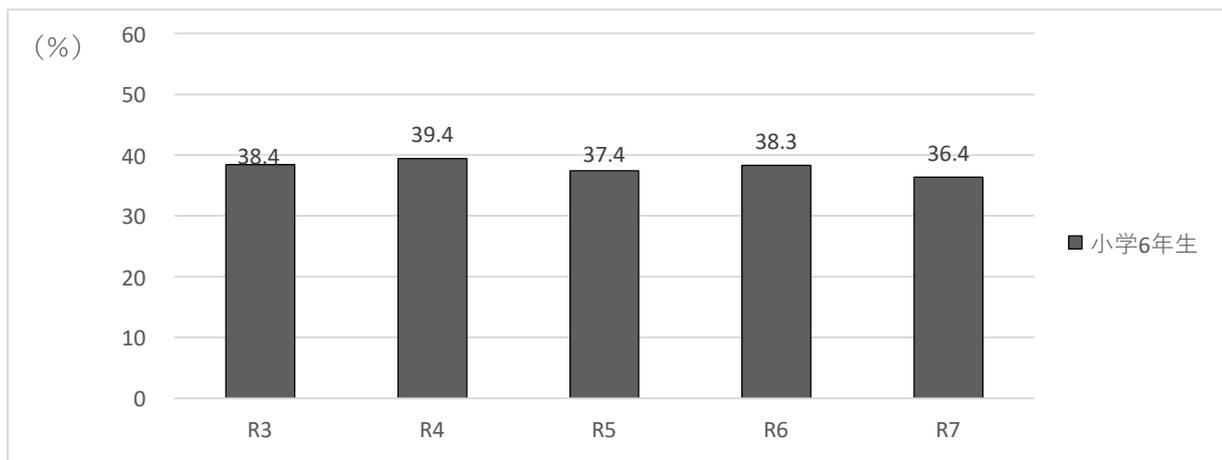


○食物を残さないことや生ごみをリサイクルすることは、自然環境を守るために大切だと「とてもそう思う」

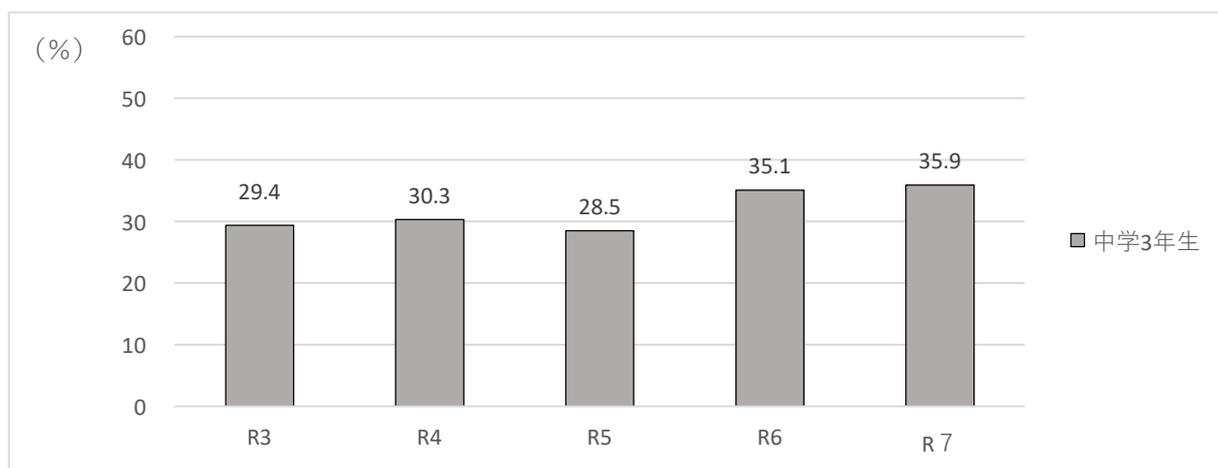


5) 生活習慣

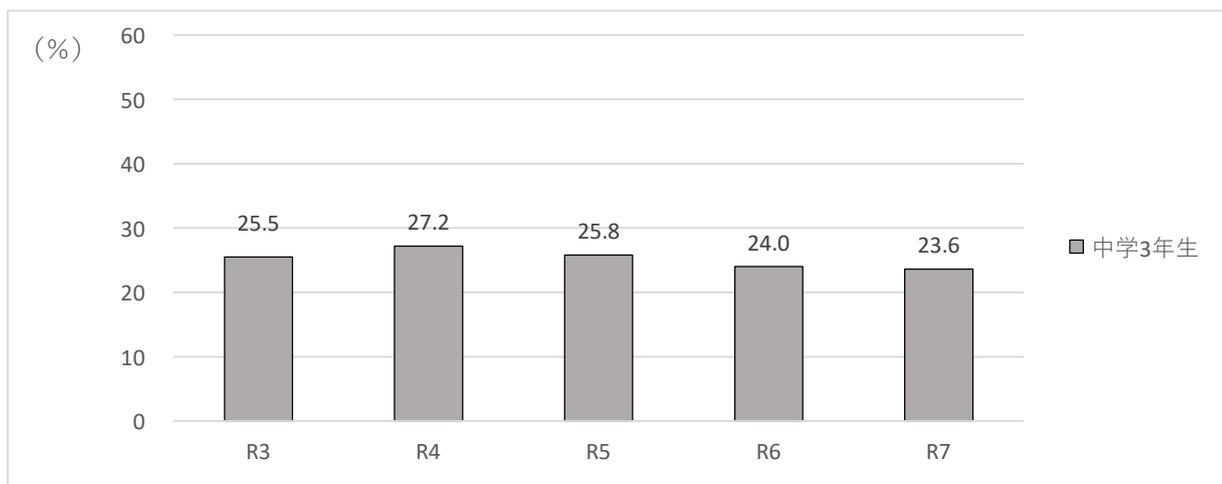
○就寝時刻が「午後10時前」



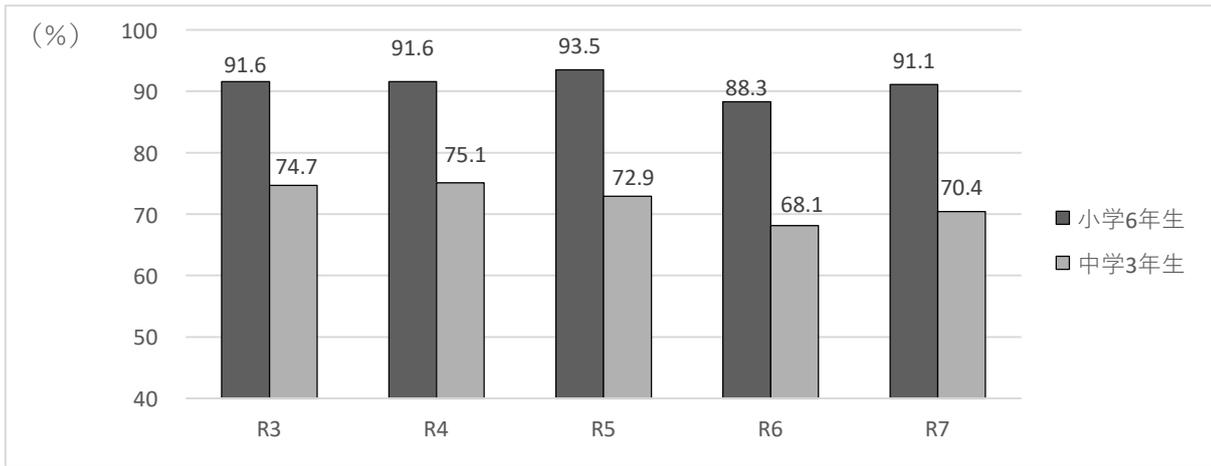
○就寝時刻が「午後10時前」「午後10時～11時前」



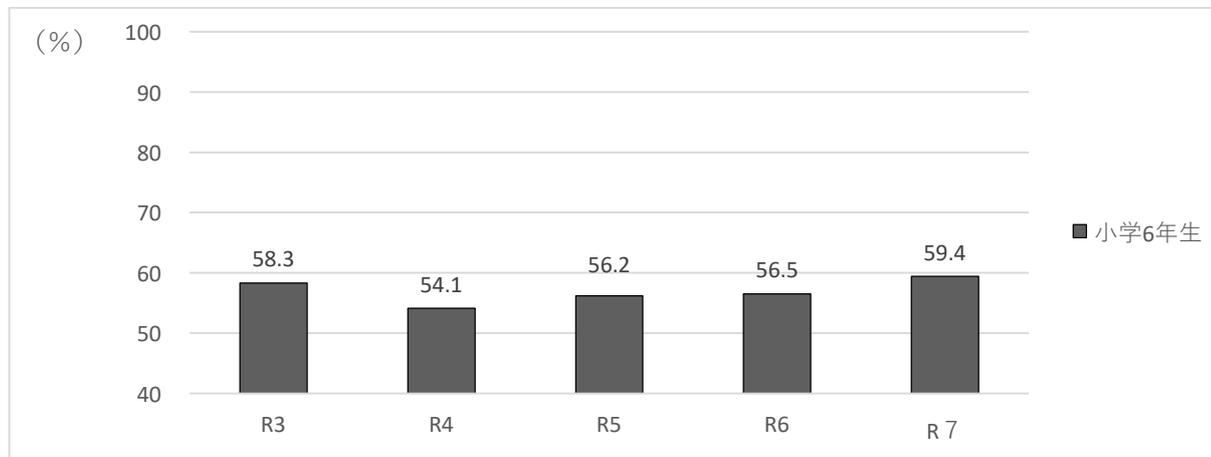
○就寝時刻が「午前0時以降」



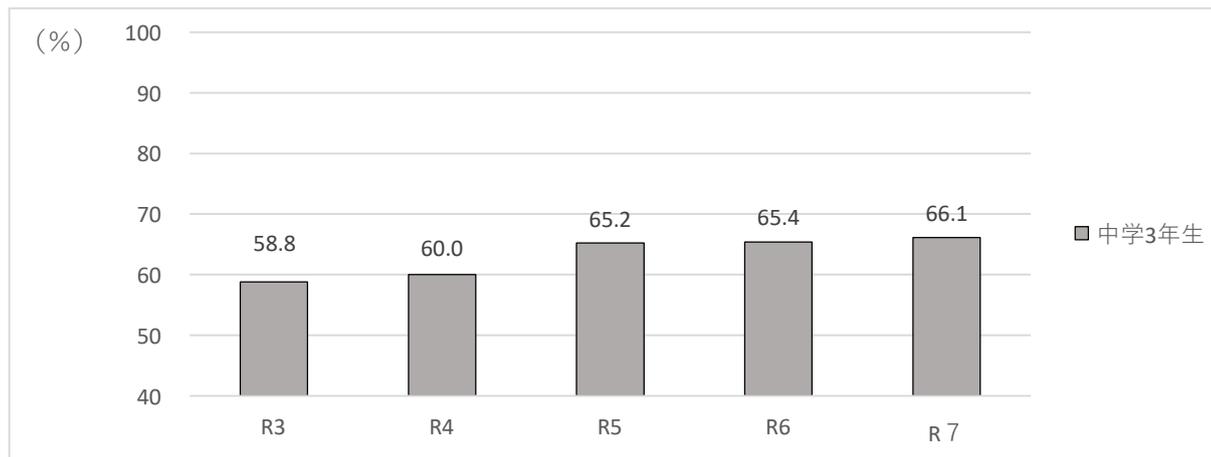
○起床時刻が「午前6時前」「午前6時～7時前」



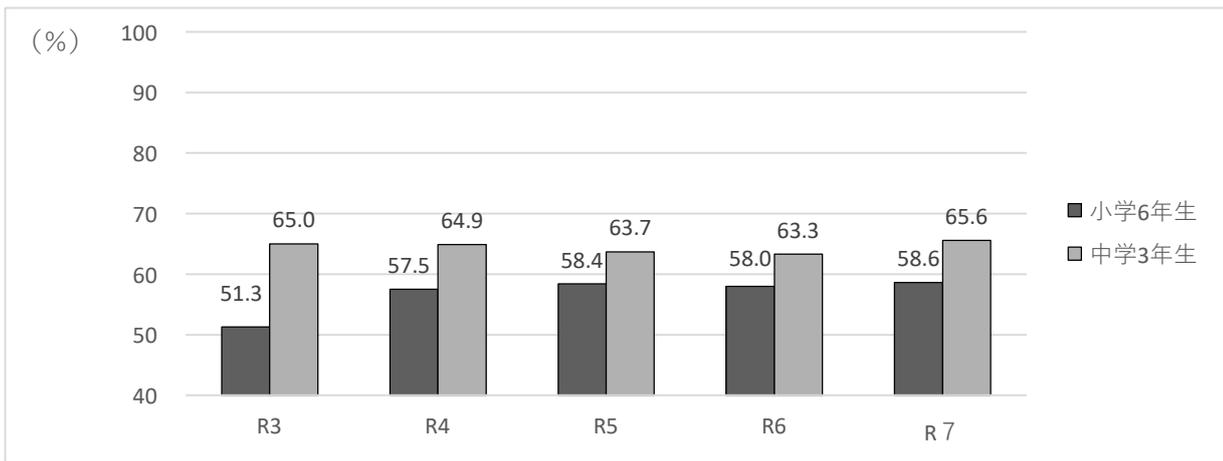
○睡眠時間が「8時間以上」



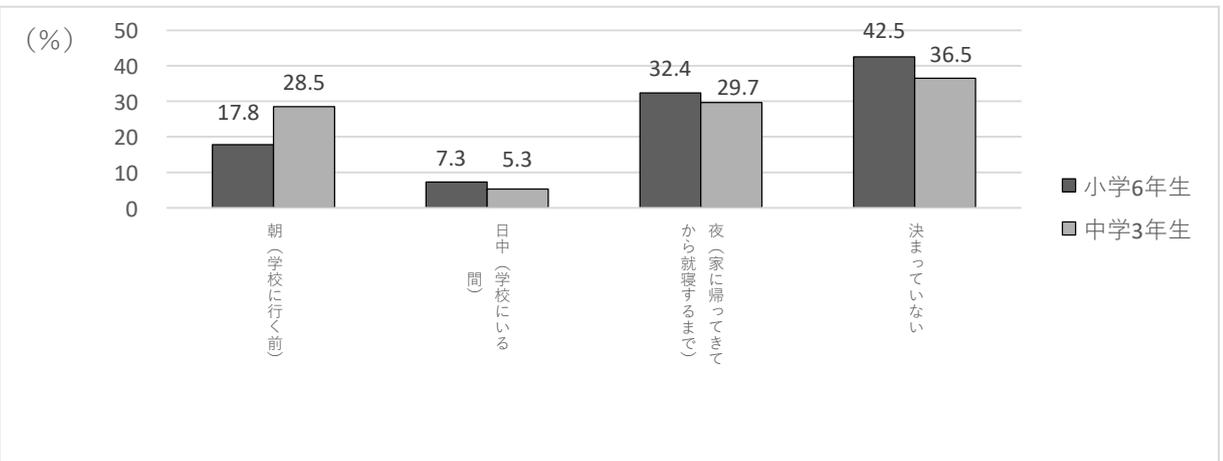
○睡眠時間が「8時間以上」「7時間くらい」



○「毎日」排便がある



○排便がある時間帯



3 食の循環の段階別調査結果

令和3年度から令和7年度の年次変化を、次項以降の表A-1、A-2に示す。

表A-1 年次変化の一覧表 小学6年生

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
育てる (栽培)	生産者や自然の恵みに感謝し、命あるものを大切にすることを育む	小3,4	栽培・収穫に興味・関心をもち、自分の手で育てることができる	花や野菜を自分で育てることができる児童の割合	技能	花や野菜を自分で育てることができ ますか	①しっかりと できる②だ いたいでき る	72.7%	70.3%	75.0%	72.6%	75.8%
		小1,2	食べ物や動植物に興味・関心をもち	野菜の名前を5つ以上知っている児童の割合	知識	知っている野菜の名前を5つ教え てください	5つ記入し た人	98.0%	99.8%	99.2%		
		小5,6	育てることを通じて農産物に関心をもち、理解を深める	地場産物(新発田市でとれる食物)を知っている児童の割合	知識	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	73.3%	60.1%	69.5%	69.8%	70.3%
						「知っている」を選んだ人は、知っている地場産物の名前を3つ教えてください	3つ記入した人	71.0%	86.9%	86.6%	88.0%	94.6%
		小中 共通	健全な自然環境から健全な食物ができるというつながりを知り、意識する	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う児童の割合	態度	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	86.3%	83.9%	86.8%	84.0%	81.2%
作る (料理)	健康と食事の関連を意識し、命あるものに感謝しながら料理を楽しむ心を育む	小1,2	料理に興味・関心をもち	食事に関するお手伝いをする児童の割合	行動	食事の手伝い(買い物、料理、配膳、片付けなど)をしていますか	①毎日② 週5~6日	47.0%	54.2%	50.6%	48.4%	49.4%
		小3,4	料理を楽しむことができる	食事の手伝いや自分で料理をすることが楽しいと思う児童の割合	態度	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	83.1%	82.9%	85.6%	84.3%	85.7%
		小5,6	栄養のバランスを考えて料理ができる	一人で主食・主菜・副菜の組み合わせで、弁当を考えて作ることができる児童の割合	技能	一人で弁当を作ることができますか	①できる	64.8%	60.6%	54.5%	65.1%	67.9%
「できる」を選んだ人は、次のことができますか	①主食・主 菜・副菜の 組み合わせ で作ること ができる					81.6%	81.4%	76.8%	80.0%	79.7%		
食べる	望ましい食習慣を身に付け、作ってくれた人に感謝しながら、食べることを楽しむ心を育む	小5,6	正しい食習慣を理解する	主食・主菜・副菜がそろった食事をしている児童の割合	行動	朝食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか	朝食:①い つもしてい る②だいた いしている	47.5%	69.5%	72.0%	67.0%	68.4%
						夕食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか	夕食:①い つもしてい る②だいた いしている	82.6%	93.6%	93.9%	93.3%	94.4%
		小3,4	正しいマナーで食べることができる	正しいはしの持ち方ができる児童の割合	技能	正しいはしの持ち方ができますか	①できる	79.9%	86.8%	86.1%	83.1%	87.9%
		小1,2	基本的なマナーが分かる	食事のあいさつをする児童の割合	行動	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	75.1%	79.5%	82.9%	78.6%	81.0%
		小5,6	食に携わる人々に感謝して食べることができる	生きものや食に携わる人々に感謝の気持ちをもつ児童の割合	態度	「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	3種類以上 あげた人	77.5%	72.5%	70.7%		
		小3,4	朝食を食べることの大切さを理解する	朝食の大切さが分かる児童の割合	態度	朝食を食べることは、健康であるために大切だと思いますか	①とてもそ う思う	82.6%	82.6%	84.8%	79.7%	79.4%
		小中 共通	生活リズムを身に付ける(朝食摂取)	朝食をほとんど毎日食べる児童の割合	行動	毎日朝食を食べますか	①毎日 ②週5~6 日	91.0%	92.4%	91.4%	91.0%	92.9%
						態度	「毎日」以外を選んだ人はその理由は何か	最も多い理由	食欲がない	食べる時間がない	食欲がない	食欲がない

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
			家族と食事をする	家族と食事をする児童の割合	行動	朝食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか	朝食:①いつもしている②だいたいしている	53.3%	65.5%	70.2%	66.3%	63.7%
食べる	望ましい食習慣を身に付け、作ってくれた人に感謝しながら、食べることを楽しむ心を育む	小中 共通	家族と食事をする	家族と食事をする児童の割合	行動	夕食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか	夕食:①いつもしている②だいたいしている	82.5%	93.6%	94.9%	93.6%	94.8%
			食事を楽しむ	食事が楽しいと思う児童の割合	態度	食事が楽しいですか	①いつも楽しい	50.1%	61.6%	64.2%	59.6%	59.4%
			よく噛んで味わって食べる	普段から食物をよく噛んで食べている児童の割合	行動	普段、よく噛んで食べていますか	①よく噛んでいる②どちらかというとよく噛んでいる	85.1%	91.6%	90.2%	89.3%	93.1%
			地場産の食物を食べる	地場産物(新発田市でとれる食物)を分かって食べている児童の割合	行動	家で、地場産物(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	19.6%	16.3%	23.4%	21.4%	20.3%
				新潟県内でとれる食物を分かって食べている児童の割合	行動	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	39.1%	36.6%	42.8%	40.1%	39.1%
			食品の安全について関心をもち、選択するための知識をもつ	食品の安全に対する知識をもっていることを自覚している児童の割合	態度	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どちらかともっている	62.5%	63.6%	68.1%	69.3%	74.1%
返す(リサイクル)	食の循環を意識し、食べ物を大切にすることを育む	小中 共通	自然の恵みに感謝し、食べ物を大切に する	食物を無駄にしないように食物を残さないようにしている児童の割合	行動	食物を無駄にしないように、食べ残しを減らす努力をしていますか	①必ずしている	42.1%	48.2%	48.3%	46.8%	46.5%
				食物を残すことがもったいないと思う児童の割合	態度	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	73.1%	73.3%	73.6%	70.3%	69.9%
		小4-6	リサイクルの仕組みや、食べ物もリサイクルできることを理解する	給食の食べ残しが堆肥としてリサイクルできることを知っている児童の割合	知識	給食の食べ残しが堆肥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	82.1%	75.3%	72.9%	68.4%	66.0%
		小中 共通	食物資源の有効利用が自然環境を守るために必要であることを知り、意識する	食物資源の有効利用が自然環境を守るために大切だと思う児童の割合	態度	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	80.4%	80.1%	81.8%	80.6%	77.1%
生活習慣		小中 共通	生活リズムが整った生活をする	夜10時までに就寝する児童の割合	行動	普段、夜何時に寝ますか	①午後10時前	38.4%	39.4%	37.4%	38.3%	36.4%
				朝7時までに起床する児童の割合	行動	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	91.6%	91.6%	93.5%	88.3%	91.1%
				睡眠時間が8時間以上の児童の割合	行動	普段の睡眠時間は何時間ですか	①8時間以上	58.3%	54.1%	56.2%	56.5%	59.4%
				毎日排便習慣がある児童の割合	行動	毎日排便がありますか	①毎日ある	51.3%	57.5%	58.4%	58.0%	58.6%
				朝に排便習慣がある児童の割合	行動	1日のうち、だいたいいつ排便がありますか	①朝(学校に行く前)	17.5%	23.4%	22.5%	19.1%	17.8%
健康状態		小中 共通	体調がよい(不定愁訴をもたない)	不定愁訴をもつ児童の割合	健康	「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	25.9%	25.2%	26.2%	27.5%	25.7%
					健康	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	17.8%	23.1%	25.1%	25.6%	22.0%

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
健康状態		小中 共通	体調がよい(不定愁訴をもたない)	不定愁訴をもつ児童の割合	健康	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	24.9%	24.4%	25.8%	27.2%	26.6%
						身体のだるさや疲れやすさを感じることがありますか	①よくある ②ときどきある	39.0%	46.0%	45.9%	49.0%	47.3%
						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	43.3%	51.1%	52.2%	53.8%	50.3%
						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	35.2%	44.2%	44.2%	51.5%	47.1%
生活習慣		小中 共通	普段の生活習慣から歯科の病気を予防する	歯科の病気の予防に努めている児童の割合	行動	1日に何回歯をみがきますか	①3回以上	40.1%	31.9%	33.9%	44.3%	48.3%
						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)	②2回③1回④食べない	84.0%	83.2%	82.6%	84.1%	86.1%
						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	34.7%	38.6%	38.5%	41.1%	39.8%
						かかりつけの歯医者で年1回以上歯科健診を受けていますか	①受けている	69.1%	68.4%	71.6%	73.2%	74.8%

表A-2 年次変化の一覧表 中学3年生

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
育てる(栽培)	生産者や自然の恵みに感謝し、命あるものを大切にすることを育む	中学	安全・安心な農産物の生産について理解を深める	地場産物(新発田市でとれる食物)を5品目以上知っている生徒の割合	知識	地場産物(新発田市でとれる食物)をどれだけ知っていますか	①10品目以上②5~9品目	36.3%	43.6%	40.8%	41.3%	38.9%
				地場産物(新発田市でとれる食物)を1品目以上知っている生徒の割合			1品目以上	85.2%	90.3%	87.7%	84.4%	84.7%
				「地産地消」という言葉の意味を知っている生徒の割合	知識	「地産地消」という言葉の意味を知っていますか	①知っている	86.2%	86.6%	84.3%	86.0%	85.6%
		小中 共通	健全な自然環境から健全な食物ができるというつながりを知り、意識する	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う生徒の割合	態度	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	81.2%	84.3%	83.6%	82.3%	78.9%
作る(料理)	健康と食事の関連を意識し、命あるものに感謝しながら料理を楽しむ心を育む	小3.4		料理を楽しむことができる	態度	料理を楽しむことができますか	①とても楽しい②まあ楽しい	80.2%	82.2%	83.8%	76.5%	74.9%
				健康と食事の関わりや食文化を理解し、1食分の献立を考え料理できる			一人です食・主菜・副菜のそろった1食分の献立を考え、料理を作ることができる生徒の割合	技能	一人で主食・主菜・副菜の組み合わせで、1食分の食事を作ることができますか	①できる	61.6%	64.7%
		中学		小煮物(のっぺ)の郷土料理を知り、作ることができる生徒の割合	技能	一人で小煮物を作ることができますか	①できる	19.9%	17.1%	21.5%	26.8%	26.2%
食べる	望ましい食習慣を身に付け、作ってくれた人に感謝しながら、食べることを楽しむ心を育む	小中 共通	地場産の食物を食べる	地場産物(新発田市でとれる食物)を分かって食べている生徒の割合	行動	家で、地場産物(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	21.9%	22.9%	19.8%	19.1%	17.2%
				地場産の食物を食べる			新潟県内でとれる食物を分かって食べている生徒の割合	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	41.5%	40.8%	39.7%
		中学	五大栄養素と6つの食品群の働きについて理解する	6つの食品群の働きを知っている生徒の割合	知識	(1) 魚、肉、卵、豆、豆製品	ウ、主に体の組織をつくる	47.3%	82.5%	83.5%		
						(2) 牛乳、乳製品、小魚、海藻	ウ、主に体の組織をつくる	61.8%	40.6%	38.0%		
						(3) 緑黄色野菜	ア、主に体の調子を整える	72.0%	91.5%	91.4%		
						(4) その他の野菜、果物	ア、主に体の調子を整える	72.7%	89.4%	86.7%		
						(5) 穀類、いも類、砂糖	イ、主にエネルギーになる	67.3%	83.8%	77.6%		
						(6) 油脂	イ、主にエネルギーになる	65.6%	75.0%	75.1%		
		小5.6	正しい食習慣を理解する	主食・主菜・副菜がそろった食事をしている生徒の割合	行動	朝食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか	朝食:①いつもしている②だいたいしている	47.4%	62.8%	61.1%	58.1%	52.3%
夕食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか	夕食:①いつもしている②だいたいしている					79.6%	92.8%	93.4%	91.7%	89.9%		

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
食べる	望ましい食習慣を身に付け、作ってくれた人に感謝しながら、食べることを楽しむ心を育む	小1,2	基本的なマナーが分かる	食事のあいさつをする生徒の割合	行動	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	76.1%	79.2%	81.1%	77.8%	78.6%
		小5,6	食に携わる人々に感謝して食べることができる	生き物や食に携わる人々に感謝の気持ちをもつ生徒の割合	態度	「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	3種類以上あげた人	75.0%	77.3%	73.1%		
		小3,4	朝食を食べることの大切さを理解する	朝食の大切さが分かる生徒の割合	態度	朝食を食べることは、健康であるために大切だと思いますか	①とてもそう思う	80.9%	85.2%	81.6%	82.0%	77.4%
		小中 共通	生活リズムを身に付ける(朝食摂取)	朝食をほとんど毎日食べる生徒の割合	行動	毎日朝食を食べますか	①毎日 ②週5～6日	87.8%	89.6%	91.4%	90.1%	89.8%
					態度	「毎日」以外を選んだ人は、その理由は何ですか	最も多い理由	食欲がない	食べる時間がない	食べる時間がない	食べる時間がない	食べる時間がない
		家族と食事をする	家族と食事をする生徒の割合	行動	朝食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか	朝食:①いつもしている ②だいたいしている	50.3%	53.9%	52.9%	51.8%	50.0%	
					夕食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか	夕食:①いつもしている ②だいたいしている	78.8%	89.4%	90.0%	89.1%	89.6%	
		食事を楽しむ	食事が楽しいと思う生徒の割合	態度	食事が楽しいですか	①いつも楽しい	50.2%	60.0%	60.9%	61.8%	60.2%	
		よく噛んで味わって食べる	普段から食物をよく噛んで食べている生徒の割合	行動	普段、よく噛んで食べていますか	①よく噛んでいる②どちらかというときよく噛んでいる	81.7%	87.7%	86.9%	86.4%	87.9%	
		食品の安全について関心を持ち、選択するための知識をもつ	食品の安全に対する知識をもっていることを自覚している生徒の割合	態度	食品の安全に対する知識(品質、食品表示の見方など)をもっているとしますか	①もっている②どちらかというときもっている	62.1%	71.1%	65.9%	66.4%	65.8%	
返す(リサイクル)	食の循環を意識し、食べ物を大切にすることを育む	小中 共通	自然の恵みに感謝し、食べ物を大切にします	食物を無駄にしないように、食物を残さないようにしている生徒の割合	行動	食物を無駄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	44.1%	52.9%	50.3%	51.0%	53.0%
				食物を残すことがもったいないと思う生徒の割合	態度	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	70.6%	77.8%	78.2%	77.1%	74.6%
		中学	環境に配慮した食の循環を理解する	新発田市の食の循環を知っている生徒の割合	知識	新発田市の食の循環(サイクル)「育てる→作る→食べる→返す」を知っていますか	①知っている	45.3%	51.1%	55.2%	50.8%	52.3%
		小中 共通	食物資源の有効利用が自然環境を守るために必要であることを知り、意識する	食物資源の有効利用が自然環境を守るために大切だと思う生徒の割合	態度	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	78.2%	83.2%	82.9%	78.5%	78.2%
生活習慣	小中 共通	生活リズムが整った生活をする	夜11時までに就寝する生徒の割合	行動	普段、夜何時に寝ますか	①午後10時前②午後10時～11時前	29.4%	30.3%	28.5%	35.1%	35.9%	
				朝7時までに起床する生徒の割合	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	74.7%	75.1%	72.9%	68.1%	70.4%	
				睡眠時間が7時間以上の生徒の割合	普段の睡眠時間は何時間ですか	①8時間以上②7時間くらい	58.8%	60.0%	65.2%	65.4%	66.1%	
				毎日排便習慣がある生徒の割合	毎日排便がありますか	①毎日ある	65.0%	64.9%	63.7%	63.3%	65.6%	

食の循環	めざす姿	学年	目標	成果指標	指標の種類	質問項目	回答肢	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
				朝に排便習慣がある生徒の割合		1日のうち、だいたいいつ排便がありますか	①朝(学校に行く前)	29.5%	29.1%	26.7%	24.6%	28.5%
健康状態		小中 共通	体調がよい(不定愁訴をもたない)	不定愁訴をもつ生徒の割合	健康	「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	45.3%	43.7%	51.0%	49.8%	50.5%
						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	32.5%	31.0%	39.9%	40.1%	35.7%
						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	32.6%	28.9%	32.8%	30.1%	29.4%
						身体のだるさや疲れやすさを感じることがありますか	①よくある ②ときどきある	53.4%	51.8%	58.1%	56.1%	59.1%
						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	35.0%	39.7%	43.7%	45.6%	50.6%
						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	49.2%	49.0%	58.8%	61.2%	61.6%
生活習慣		小中 共通	普段の生活習慣から歯科の病気を予防する	歯科の病気の予防に努めている生徒の割合	行動	1日に何回歯をみがきますか	①3回以上	45.8%	41.1%	41.4%	36.4%	35.3%
						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)	②2回 ③1回 ④食べない	89.6%	87.3%	86.3%	86.4%	88.0%
						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	23.1%	24.3%	32.6%	26.2%	31.5%
						かかりつけの歯医者で年1回以上歯科健診を受けていますか	①受けている	56.5%	54.3%	59.6%	65.0%	61.4%

Ⅲ 調査結果(集計表)

■小学6年生■

花や野菜を自分で育てることができますか。

	人	%
しっかりできる	130	18.5
だいたいできる	403	57.3
あまりできない	142	20.2
まったくできない	28	4.0
合計	703	100.0

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。

	人	%
知っている	494	70.3
知らない	209	29.7
合計	703	100.0

「知っている」を選んだ人は、知っている地場産物の名前を3つ教えてください。

	人	%
1種類	8	1.6
2種類	17	3.4
3種類	467	94.6
無回答	2	0.4
合計	494	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	571	81.2
まあそう思う	132	18.8
あまりそう思わない		0.0
まったくそう思わない		0.0
合計	703	100.0

食事の手伝い(買い物、料理、配膳、片付けなど)をしていますか。

	人	%
毎日	238	33.9
週5~6日	109	15.5
週3~4日	154	21.9
週1~2日	155	22.0
していない	47	6.7
合計	703	100.0

食事の手伝いや自分で料理をすることが楽しいですか。

	人	%
とても楽しい	217	30.9
まあ楽しい	386	54.8
あまり楽しくない	68	9.7
まったく楽しくない	4	0.6
料理や手伝いをしないので分からない	28	4.0
合計	703	100.0

一人で弁当を作ることができますか。

	人	%
できる	477	67.9
できない	226	32.1
合計	703	100.0

「できる」を選んだ人は、次のことができますか。(複数回答)

	人	%
1種類	130	27.3
2種類	153	32.1
3種類	192	40.2
無回答	2	0.4
合計	477	100.0

「できる」を選んだ人は、次のことができますか。(組合せ)

	人	%
①	57	11.9
②	37	7.8
③	36	7.5
①②	94	19.7
①③	37	7.8
②③	22	4.6
①②③	192	40.3
無回答	2	0.4
合計	477	100.0

朝食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	194	27.6
だいたいしている	287	40.8
あまりしていない	156	22.2
まったくしていない	60	8.5
主食・主菜・副菜が分からない	6	0.9
合計	703	100.0

夕食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	408	58.0
だいたいしている	256	36.4
あまりしていない	31	4.4
まったくしていない	4	0.6
主食・主菜・副菜が分からない	4	0.6
合計	703	100.0

正しいはしの持ち方ができますか。

	人	%
できる	618	87.9
できない	85	12.1
合計	703	100.0

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。

	人	%
いつもしている	569	81.0
だいたいしている	109	15.5
あまりしていない	20	2.8
まったくしていない	5	0.7
合計	703	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	558	79.4
まあそう思う	135	19.2
あまりそう思わない	9	1.3
まったくそう思わない	1	0.1
合計	703	100.0

毎日朝食を食べますか。

	人	%
毎日	600	85.4
週5～6日	53	7.5
週3～4日	23	3.3
週1～2日	10	1.4
いつも食べない	17	2.4
合計	703	100.0

「毎日」以外を選んだ人は、その理由は何ですか。(複数回答)

	人	%
1つ	72	70.0
2つ	26	25.2
3つ	3	2.9
4つ		0.0
5つ		0.0
無回答	2	1.9
合計	103	100.0

「毎日」以外を選んだ人は、その理由は何ですか。(内容)

	人	%
①食欲がない	49	36.8
②太りたくない	2	1.5
③食べる時間がない	57	42.9
④朝食が用意されていない	4	3.0
⑤その他	21	15.8
合計	133	100.0

朝食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	261	37.1
だいたいしている	187	26.6
あまりしていない	154	21.9
まったくしていない	101	14.4
合計	703	100.0

夕食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	494	70.3
だいたいしている	172	24.5
あまりしていない	27	3.8
まったくしていない	10	1.4
合計	703	100.0

食事が楽しいですか。

	人	%
いつも楽しい	417	59.4
ときどき楽しい	244	34.7
あまり楽しくない	27	3.8
まったく楽しくない	3	0.4
分からない	12	1.7
合計	703	100.0

普段、よく噛んで食べていますか。

	人	%
よく噛んでいる	398	56.5
どちらかとよく噛んでいる	257	36.6
どちらかというときよく噛んでいない	42	6.0
よく噛んでいない	6	0.9
合計	703	100.0

家で、地場産物(新発田市でとれる食物)を食べていますか。

	人	%
いつも食べている	143	20.3
ときどき食べている	334	47.6
あまり食べていない	79	11.2
まったく食べていない	5	0.7
地場産(新発田市産)かどうか分からない	142	20.2
合計	703	100.0

家で、新潟県内でとれる食物を食べていますか。

	人	%
いつも食べている	275	39.1
ときどき食べている	277	39.4
あまり食べていない	32	4.6
まったく食べていない	1	0.1
新潟県産かどうか分からない	118	16.8
合計	703	100.0

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。

	人	%
もっている	175	24.9
どちらかというともっている	346	49.2
どちらかというともっていない	141	20.1
もっていない	41	5.8
合計	703	100.0

食物を無駄にしないように、食べ残しを減らす努力をしていますか。

	人	%
必ずしている	327	46.5
だいたいしている	281	40.0
ときどきしている	70	10.0
あまりしていない	22	3.1
まったくしていない	3	0.4
合計	703	100.0

食物を残すことが「もったいない」と思いますか。

	人	%
とてもそう思う	491	69.9
まあそう思う	197	28.0
あまりそう思わない	14	2.0
まったくそう思わない	1	0.1
合計	703	100.0

給食の食べ残しが堆肥としてリサイクルできることを知っていますか。

	人	%
知っている	464	66.0
知らない	239	34.0
合計	703	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	542	77.1
まあそう思う	155	22.0
あまりそう思わない	6	0.9
まったくそう思わない		0.0
合計	703	100.0

普段、夜何時に寝ますか。

	人	%
午後10時前	256	36.4
午後10時～11時前	345	49.1
午後11時～午前0時前	86	12.2
午前0時以降	16	2.3
合計	703	100.0

普段、朝何時に起きますか。

	人	%
午前6時前	103	14.7
午前6時～7時前	537	76.4
午前7時～8時前	62	8.8
午前8時以降	1	0.1
合計	703	100.0

普段の睡眠時間は何時間ですか。

	人	%
8時間以上	417	59.4
7時間くらい	242	34.4
6時間くらい	36	5.1
5時間以下	8	1.1
合計	703	100.0

毎日排便がありますか。

	人	%
毎日ある	412	58.6
2日に1回	198	28.2
3日に1回	53	7.5
4日に1回以下	22	3.1
その他	18	2.6
合計	703	100.0

1日のうち、だいたいいつ排便がありますか。

	人	%
朝(学校に行く前)	125	17.8
日中(学校にいる間)	51	7.3
夜(家に帰ってきてから就寝するまで)	228	32.4
決まっていない	299	42.5
合計	703	100.0

「たちくらみ」や「めまい」を起こすことがありますか。

	人	%
よくある	67	9.5
ときどきある	114	16.2
たまにある	200	28.4
ない	322	45.9
合計	703	100.0

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。

	人	%
よくある	48	6.8
ときどきある	107	15.2
たまにある	217	30.9
ない	331	47.1
合計	703	100.0

食欲がないことがありますか。

	人	%
よくある	52	7.4
ときどきある	135	19.2
たまにある	252	35.8
ない	264	37.6
合計	703	100.0

身体のだるさや疲れやすさを感じるがありますか。

	人	%
よくある	146	20.8
ときどきある	186	26.5
たまにある	247	35.1
ない	124	17.6
合計	703	100.0

イライラすることがありますか。

	人	%
よくある	162	23.0
ときどきある	192	27.3
たまにある	250	35.6
ない	99	14.1
合計	703	100.0

何もやる気がおこらないことがありますか。

	人	%
よくある	142	20.2
ときどきある	189	26.9
たまにある	237	33.7
ない	135	19.2
合計	703	100.0

1日に何回歯をみがきますか。

	人	%
3回以上	339	48.3
2回	332	47.2
1回	31	4.4
みがいていない	1	0.1
合計	703	100.0

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)。

	人	%
3回以上	98	13.9
2回	270	38.4
1回	307	43.7
食べない	28	4.0
合計	703	100.0

デンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。

	人	%
使っている	280	39.8
使っていない	423	60.2
合計	703	100.0

かかりつけの歯医者で年1回以上歯科健診を受けていますか。

	人	%
受けている	526	74.8
受けていない	177	25.2
合計	703	100.0

■ 中学3年生 ■

地場産物(新発田市でとれる食物)をどれだけ知っていますか。

	人	%
10品目以上	62	10.2
5～9品目	174	28.7
5品目未満	277	45.8
全然知らない	93	15.3
合計	606	100.0

「地産地消」という言葉の意味を知っていますか。

	人	%
知っている	519	85.6
知らない	87	14.4
合計	606	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	478	78.9
まあそう思う	119	19.6
あまりそう思わない	2	0.3
まったくそう思わない	7	1.2
合計	606	100.0

料理をすることが楽しいですか。

	人	%
とても楽しい	164	27.1
まあ楽しい	290	47.8
あまり楽しくない	49	8.1
まったく楽しくない	3	0.5
料理をしないので分からない	100	16.5
合計	606	100.0

一人で主食・主菜・副菜の組み合わせで、1食分の食事を作ることができますか。

	人	%
できる	338	55.8
できない	253	41.7
主食・主菜・副菜が分からない	15	2.5
合計	606	100.0

一人で小煮物を作ることができますか。

	人	%
できる	159	26.2
できない	447	73.8
合計	606	100.0

家で、地場産物(新発田市でとれる食物)を食べていますか。

	人	%
いつも食べている	104	17.2
ときどき食べている	277	45.6
あまり食べていない	67	11.1
まったく食べていない	6	1.0
地場産(新発田市産)かどうか分からない	152	25.1
合計	606	100.0

家で、新潟県内でとれる食物を食べていますか。

	人	%
いつも食べている	205	33.8
ときどき食べている	237	39.1
あまり食べていない	34	5.6
まったく食べていない	1	0.2
新潟県産かどうか分からない	129	21.3
合計	606	100.0

朝食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	160	26.4
だいたいしている	157	25.9
あまりしていない	168	27.7
まったくしていない	114	18.8
主食・主菜・副菜が分からない	7	1.2
合計	606	100.0

夕食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	331	54.6
だいたいしている	214	35.3
あまりしていない	46	7.6
まったくしていない	6	1
主食・主菜・副菜が分らない	9	1.5
合計	606	100

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。

	人	%
いつもしている	477	78.6
だいたいしている	90	14.9
あまりしていない	30	5.0
まったくしていない	9	1.5
合計	606	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	469	77.4
まあそう思う	108	17.8
あまりそう思わない	18	3.0
まったくそう思わない	11	1.8
合計	606	100.0

毎日朝食を食べますか。

	人	%
毎日	474	78.2
週5～6日	70	11.6
週3～4日	19	3.1
週1～2日	16	2.6
いつも食べない	27	4.5
合計	606	100.0

「毎日」以外を選んだ人は、その理由は何ですか。(複数回答)

	人	%
1つ	95	71.9
2つ	26	19.7
3つ	7	5.3
4つ		0.0
5つ	1	0.8
無回答	3	2.3
合計	132	100.0

「毎日」以外を選んだ人は、その理由は何ですか。(内容)

	人	%
①食欲がない	53	30.6
②太りたくない	9	5.2
③食べる時間がない	72	41.6
④朝食が用意されていない	15	8.7
⑤その他	24	13.9
合計	173	100.0

朝食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	215	35.5
だいたいしている	88	14.5
あまりしていない	131	21.6
まったくしていない	172	28.4
合計	606	100.0

夕食について家族のおとなと一緒に食事をしていますか。

	人	%
いつもしている	388	64.0
だいたいしている	155	25.6
あまりしていない	44	7.3
まったくしていない	19	3.1
合計	606	100.0

食事が楽しいですか。

	人	%
いつも楽しい	364	60.2
ときどき楽しい	176	29.0
あまり楽しくない	19	3.1
まったく楽しくない	2	0.3
分からない	45	7.4
合計	606	100.0

普段、よく噛んで食べていますか。

	人	%
よく噛んでいる	314	51.8
どちらかというによく噛んでいる	219	36.1
どちらかというによく噛んでいない	61	10.1
よく噛んでいない	12	2.0
合計	606	100.0

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。

	人	%
もっている	175	28.9
どちらかというともっている	224	36.9
どちらかというともっていない	149	24.6
もっていない	58	9.6
合計	606	100.0

食物を無駄にしないように食べ残しを減らす努力をしていますか。

	人	%
必ずしている	321	53.0
だいたいしている	211	34.8
ときどきしている	47	7.8
あまりしていない	19	3.1
まったくしていない	8	1.3
合計	606	100.0

食物を残すことが「もったいない」と思いますか。

	人	%
とてもそう思う	452	74.6
まあそう思う	143	23.6
あまりそう思わない	6	1.0
まったくそう思わない	5	0.8
合計	606	100.0

新発田市の食の循環(サイクル)「育てる→作る→食べる→返す」を知っていますか。

	人	%
知っている	317	52.3
知らない	289	47.7
合計	606	100.0

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。

	人	%
とてもそう思う	474	78.2
まあそう思う	120	19.8
あまりそう思わない	6	1.0
まったくそう思わない	6	1.0
合計	606	100.0

普段、夜何時に寝ますか。

	人	%
午後10時前	50	8.3
午後10時～11時前	167	27.6
午後11時～午前0時前	246	40.5
午前0時以降	143	23.6
合計	606	100.0

普段、朝何時に起きますか。

	人	%
午前6時前	74	12.2
午前6時～7時前	353	58.2
午前7時～8時前	170	28.1
午前8時以降	9	1.5
合計	606	100.0

普段の睡眠時間は何時間ですか。

	人	%
8時間以上	128	21.1
7時間くらい	273	45.0
6時間くらい	175	28.9
5時間以下	30	5.0
合計	606	100.0

毎日排便がありますか。

	人	%
毎日ある	397	65.6
2日に1回	146	24.1
3日に1回	39	6.4
4日に1回以下	13	2.1
その他	11	1.8
合計	606	100.0

1日のうち、だいたいいつ排便がありますか。

	人	%
朝(学校に行く前)	173	28.5
日中(学校にいる間)	32	5.3
夜(家に帰ってきてから就寝するまで)	180	29.7
決まっていない	221	36.5
合計	606	100.0

「たちくらみ」や「めまい」を起こすことがありますか。

	人	%
よくある	127	21.0
ときどきある	179	29.5
たまにある	160	26.4
ない	140	23.1
合計	606	100.0

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。

	人	%
よくある	95	15.7
ときどきある	121	20.0
たまにある	169	27.9
ない	221	36.4
合計	606	100.0

食欲がないことがありますか。

	人	%
よくある	67	11.1
ときどきある	111	18.3
たまにある	184	30.4
ない	244	40.2
合計	606	100.0

身体のだるさや疲れやすさを感じるがありますか。

	人	%
よくある	180	29.7
ときどきある	178	29.4
たまにある	162	26.7
ない	86	14.2
合計	606	100.0

イライラすることがありますか。

	人	%
よくある	139	22.9
ときどきある	168	27.7
たまにある	185	30.6
ない	114	18.8
合計	606	100.0

何もやる気がおこらないことがありますか。

	人	%
よくある	208	34.4
ときどきある	165	27.2
たまにある	162	26.7
ない	71	11.7
合計	606	100.0

1日に何回歯をみがきますか。

	人	%
3回以上	214	35.3
2回	383	63.2
1回	5	0.8
みがいていない	4	0.7
合計	606	100.0

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)。

	人	%
3回以上	73	12.0
2回	182	30.0
1回	277	45.8
食べない	74	12.2
合計	606	100.0

デンタルフロス(糸ようじ)を使っていますか。

	人	%
使っている	191	31.5
使っていない	415	68.5
合計	606	100.0

かかりつけの歯医者で年1回以上歯科健診を受けていますか。

	人	%
受けている	372	61.4
受けていない	234	38.6
合計	606	100.0

IV 調査票

(Web アンケート形式)

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

・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、知っている^{じばさんぶつ}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主^{しゅしょく}食・主^{しゅさい}菜・副^{ふくさい}菜の組み合わせで作ることができる ②彩^{いろど}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、主^{しゅしょく}食・主^{しゅさい}菜・副^{ふくさい}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

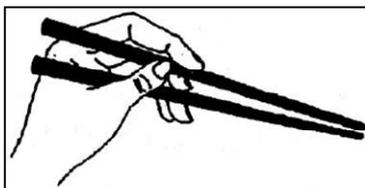
・夕食について^{ふだん}普段、主^{しゅしょく}食・主^{しゅさい}菜・副^{ふくさい}菜がそろった食事をしていますか。

- 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

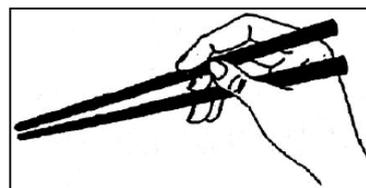
・正しいはしの持ち方ができますか。（イラスト参照）

- 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

・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

ふだん

・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

ふだん すいみん

・普段の睡眠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：排便について

はいべん

・毎日排便がありますか。

- 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するまで）
④決まっていない

F：健康状態について

・「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

しか

G：歯科について

・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

A：食物について

- ・地場産物（新発田市でとれる食物）をどれだけ知っていますか。
①10品目以上 ②5～9品目 ③5品目未満 ④全然知らない
- ・「地産地消」という言葉の意味を知っていますか。
①知っている ②知らない
- ・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
- ・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料理をしないので分からない
- ・一人で主食・主菜・副菜の組み合わせで、1食分の食事を作ることができますか。
①できる ②できない ③主食・主菜・副菜が分からない
- ・一人で小煮物（のっぺ）を作ることができますか。
①できる ②できない
- ・家で、地場産物（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（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

B：食事について

- ・朝食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしてしていますか。
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
- ・夕食について普段、主食・主菜・副菜がそろった食事をしてしていますか。
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
- ・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
- ・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
- ・夕食について家族のおとなと一緒に食事をしてしていますか。
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

・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^か噛んで食べていますか。

- ①よく^か噛んでいる ②どちらかというときよく^か噛んでいる ③どちらかというときよく^か噛んでいない
④よく^か噛んでいない

C：地産地消、環境等について

・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

・新発田市の食の循環（サイクル）「育てる→作る→食べる→返す」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：排便について

・毎日^{はいべん}排便がありますか。

- 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^{はいべん}排便がありますか。

- 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^{しゅうしん}就寝するまで）
④決まっていない

F：健康状態について

・「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^{つか}疲れやすさを感じ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

・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