

◆◇新島村の食育について◇◆ ～アンケートご協力のお願～

新島村では、進学や就職の際に、多くの子どもたちが親元を離れて生活する現状にあり、それまでに「自分で食を選ぶ力」を身につけて生涯の健康づくりにつなげることで、また高齢化が進む中でも、健康でいられる食生活を送ることが求められています。

そのため村では平成23年に「新島村食育推進計画」を策定、以後5年毎に改定する際、その評価指標としてアンケート調査を聞き取り方式にて実施してきました。今回、令和3年3月「新島村食育推進計画（第三次）」の改定にあたり、アンケートへのご協力は新型コロナウイルス感染症拡大予防対策のため、全戸配布・回収方式で行うことになりました。

このアンケートは新島村の食育を推進するため、20歳以上の住民全員が対象です。みなさんの食習慣の状況を把握する目的で実施します。お聞きした内容について秘密を守り、目的以外に使用することはありません。

村では、今回のアンケートを返信していただくことで、今までより幅広く、食育に対する意見をお聞かせいただける貴重な機会ととらえております。一人でも多くみなさまのご意見をお聞かせいただきたく、ご協力お願いいたします。

アンケートの返信方法 ①②のいずれかをお願いします

①ご自宅の玄関など、わかるところに置いてください。
6月22日(月)から6月24日(水)までに、回収に伺います。

②返信用封筒に入れ、7月10日(金)までにポストに投函してください
(切手はいりません)

※このアンケート用紙は世帯に1部配布させていただいておりますが、世帯に1人だけの回答に限定しません。ほかに回答されたい方には、さわやか健康センターにアンケート用紙をご用意しております。また、コピーして回答することもできます。

～このアンケートについてのお問い合わせ～

新島村さわやか健康センター 管理栄養士 えんどう
TEL 04992-5-1856

◇朝食・昼食・夕食についてお聞きします

問13 朝食・昼食・夕食をそれぞれ食べますか？

①食べる ②時々食べる ③食べない

問14 主菜（肉・魚・卵・大豆製品）は何品食べていますか？

①なし ②1品 ③2品以上

問15 副菜（野菜・海藻・イモ類を主に使ったおかず）は何品食べていますか？

①なし ②1品 ③2品以上

	朝食	昼食	夕食
問13			
問14			
問15			

◇食生活についてお聞きします

問16 毎日どれくらいの野菜の量を食べていますか？（漬物は除く）

①毎食必ず小鉢1杯食べている ②1日小鉢1杯食べている
③ほとんど食べない

問17 1日に必要な野菜の量を知っていますか？

知っている場合は（ ）に量を書いてください。
①知っている（ ）g ②知らない

問18 野菜はどんな調理法でよく食べますか？（あてはまるもの全部）

①生野菜 ②ゆで野菜 ③炒める ④煮物 ⑤揚げ物
⑥野菜ジュース ⑦その他

問19 どちらかという塩辛い味付けを好みますか？

①はい ②いいえ

問20 どちらかという甘い味付けを好みますか？

①はい ②いいえ

問21 どちらかという脂っこい味付けを好みますか？

①はい ②いいえ

問22 食事以外に間食はしますか？

①ほとんどしない ②時々する ③1日1回 ④1日2回以上

問23 間食はよくどんなものを食べますか？（あてはまるもの全部）

①菓子類 ②軽食 ③乳製品 ④果物 ⑤芋・栗類 ⑥その他

問24 一日に果物をどれくらい食べますか？

※目安： みかん2個＝りんご半分＝柿半分＝バナナ1本
①毎日1～2個 ②毎日みかん3個程度
③毎日4個以上 ④ほとんど食べない

問16

問17

問18

その他 ()

問19

問20

問21

問22

問23

その他 ()

問24

回答は当てはまる番号を選択のうえ、なるべく最も近いと思われる番号をできるだけ回答欄へご記入ください。

-----> 【 回答欄 】

問1 性別 ①男 ②女
問2 年齢 _____ 歳
問3 住所 ①本村 ②若郷 ③式根島
問4 家族構成

①一人暮らし ②夫婦のみ ③親と子の二世帯
④親・子・孫の三世帯 ⑤その他

問5 あなたは健康だと思いますか？

①はい ②いいえ ③どちらともいえない

問6 定期的な健診（特定健診・企業健診など）は受けていますか？

①受けている ②受けていない

問7 現在かかっている病気はありますか？

①ない ②ある

→ ②ある と答えた方にお聞きします。

問8 何の病気ですか？

①糖尿病 ②高血圧 ③脂質異常症
④腎機能 ⑤痛風 ⑥その他

問9 定期的に受診していますか？

①している ②していない

◇お酒についてお聞きします

問10 飲酒する習慣がありますか？

①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない(飲めない)
→ ①毎日 ②時々 と答えた方にお聞きします。

問11 何を主に飲みますか？

①ビール ②焼酎 ③日本酒 ④ウイスキー ⑤その他

問12 1回の飲酒量はどれくらいですか？

①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3合以上

※目安： 飲酒日の1日当たりの飲酒量

⇒清酒1合(180ml)＝ビール中瓶1本(500ml)
＝焼酎35度(80ml)
＝ウイスキーダブル1杯(60ml)
＝ワイン2杯(240ml)

問25 漬物は1日何回食べますか？

①1日3回 ②1日2回 ③1日1回 ④ほとんど食べない

問26 汁物(味噌汁・スープ)は1日何回食べますか？

①1日3回 ②1日2回 ③1日1回 ④ほとんど食べない

問27 食品を買うとき、栄養成分表示を見ますか？

①必ず見る ②時々見る ③ほとんど見ない

問28 新島で作っている地場の食品をよく食べていますか？

(明日葉・芋・海産物など)
①よく食べている(週3回以上) ②時々食べる(週1回位)
③食べない

→ ③よく食べている と答えた方にお聞きします。

問29 どんなものをよく食べていますか？(あてはまるもの全部)

①明日葉 ②サツマイモ ③里芋 ④のり ⑤貝類
⑥魚 ⑦野菜類 ⑧山菜類 ⑨その他

問30 新版バランスガイドを見たことがありますか？

①ある ②ない

→ ①ある と答えた方にお聞きします。

問31 内容が理解できますか？

①よくわかる ②少しわかる ③わからない

問32 バランスガイドを見て、自分の食事に当てはめたことがありますか？

①ある ②ない

問33 新島村の食育につきまして、ご意見・ご要望などありましたらご記入をお願いします(自由回答)

つづきます →

～アンケートにご協力いただき、ありがとうございました～