

子どもと家族の食生活等実態調査

この調査は、栃木県の健康づくり事業を推進するうえで、保育所、幼稚園及び幼保連携型認定子ども園に通う3歳以上（平成27年4月1日現在）のお子さんと御家族の方々の食生活や生活習慣等について把握するため、皆様の御家庭におけるお子様の状況について、お聞きするものです。

調査結果については統計的な処理を行い、調査の目的以外に使用することは一切ありませんので、御協力をお願い申し上げます。

平成27年12月

調査に御協力いただく皆様

栃木県保健福祉健康増進課長 鈴木 正人

問い合わせ 栃木県保健福祉部健康増進課
健康長寿推進班 (tel 028-623-3094)

【記入方法等】

- お子さんと家族の方についての質問項目があります。
- 調査は無記名です。保護者の方(又はこれに代わる方)が記入してください。
- 回答は、各質問ごとに、**数字の記入又は該当する番号・記号に1つ○をつけてください。**
- 平成27年12月1日現在の状況を記入してください。
- お手数ですが、調査票はお子さん1人について1部使用し、御記入ください。
- ご記入が済みましたら、12月14日(月)までに、保育所又は幼稚園等に提出してください。

問1 お子さんの年齢 _____ 歳 (年齢は、平成27年12月1日現在で記入ください。)

問2 お子さんの性別はどちらですか。 1 男 ・ 2 女

問3 お子さんの身長 _____ c m 体重 _____ k g

問4 お子さんが同居している家族についてあてはまるものすべてに○を付けてください。
また、父母については年齢についてもお答えください。

- | | | | | | |
|------|-------------|--------|-------|-------|---------|
| 1 父親 | (年齢: ア20歳未満 | イ20歳代 | ウ30歳代 | エ40歳代 | オ50歳以上) |
| 2 母親 | (年齢: ア20歳未満 | イ20歳代 | ウ30歳代 | エ40歳代 | オ50歳以上) |
| 3 祖父 | 4 祖母 | 5 兄弟姉妹 | 6 その他 | | |

問5 この調査票に記入しているのはどなたですか。

- | | | | | |
|------|------|------|------|-------|
| 1 父親 | 2 母親 | 3 祖父 | 4 祖母 | 5 その他 |
|------|------|------|------|-------|

問6 主にお子さんの食事の用意をしているのはどなたですか。

- | | | | | |
|------|------|------|------|-------|
| 1 父親 | 2 母親 | 3 祖父 | 4 祖母 | 5 その他 |
|------|------|------|------|-------|

問7 問6でお子さんの食事の用意をしている人は、働いていますか。

- | | | | |
|-----------|------------|----------|----------|
| 1 フルタイム勤務 | 2 パートタイム勤務 | 3 働いていない | 4 産休・育休中 |
|-----------|------------|----------|----------|

問8 お子さんは、保育所等の活動も含め、どのくらい**運動(外遊びも含む)**をしていますか。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1 1週間に5日より多くしている | 2 1週間に1~2日している |
| 3 1週間に3~4日している | 4 していない |

問9 お子さんのふだんの**起床・就寝時刻**について、平日と休日とでそれぞれあてはまる番号を1つ選んで○を付けてください。

起床時刻	平日	休日
午前6時前	1	1
午前6時台	2	2
午前7時台	3	3
午前8時台	4	4
午前9時台	5	5
午前10時以降	6	6
決まっていない	7	7

就寝時刻	平日	休日
午後8時前	1	1
午後8時台	2	2
午後9時台	3	3
午後10時台	4	4
午後11時台	5	5
深夜12時以降	6	6
決まっていない	7	7

問10 お子さんの**排便の頻度**はどのくらいですか。

1 毎日	2 2～3日に1回程度	3 4～5日に1回程度
4 週に1回程度	5 不規則である	6 便秘の治療を行っている

6を選択した人は1～5には○をつけしないでください。

問11 ふだんの**食事の状況**についてお答えください。

朝食、夕食を食べていますか。お子さん、お母さん、お父さんのそれぞれにおいてあてはまる番号を1つ選んで○を付けてください。

朝食	お子さん	母親	父親
毎日食べる	1	1	1
週に1～3日食べないことがある	2	2	2
週に4～5日食べないことがある	3	3	3
ほとんど食べない	4	4	4
全く食べない	5	5	5

夕食	お子さん	母親	父親
毎日食べる	1	1	1
週に1～3日食べないことがある	2	2	2
週に4～5日食べないことがある	3	3	3
ほとんど食べない	4	4	4
全く食べない	5	5	5

問12 (問11で朝食についてお子さんと母親の4、5に○をつけた方) お子さんとお母さんが**朝食を食べない主な理由**は何ですか。(あてはまる番号を3つまで○)

朝食	お子さん	母親
食べる時間がない	1	1
食欲がない	2	2
食べる時間に寝ている	3	3
食べる習慣がない	4	4
朝食を用意しない	5	5
肥満予防のため朝食は控えている	6	6
食事を用意する時間がない	7	7
その他	8 ()	8 ()

問13 お子さんのふだんの**夕食時間**は何時頃ですか。

1 午後6時以前	2 午後6時台	3 午後7時台
4 午後8時台	5 午後9時以降	6 決まっていない

問14 お子さんは、ふだんどのように食事をしていますか。(朝食及び夕食それぞれについて、あてはまる番号を1つ選んで○を付けてください。)

朝食	夕食
1 家族そろって食べる 2 大人の家族の誰かと食べる 3 子どもだけで食べる 4 一人で食べる 5 その他 ()	1 家族そろって食べる 2 大人の家族の誰かと食べる 3 子どもだけで食べる 4 一人で食べる 5 その他 ()

問15 お子さんの食事で、**主食**（ごはん、パン、麺類などの料理）・**主菜**（魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品を主材料にした料理）・**副菜**（野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理）をそろえて食べる回数は何回ありますか。朝/昼/夕それぞれに、該当する番号を1つ選んで○を付けてください。

朝食	昼食	夕食
1 ほとんど毎日 2 週4～5回 3 週2～3回 4 ほとんどない	1 ほとんど毎日 2 週4～5回 3 週2～3回 4 ほとんどない	1 ほとんど毎日 2 週4～5回 3 週2～3回 4 ほとんどない

問16 お子さんは、ふだんどのようなおやつを多く食べますか。2つ以内で選んでください。

1 牛乳・乳製品	2 果物	3 スナック菓子	4 甘いお菓子
5 甘い飲み物(ジュース・スポーツドリンクなど)	6 おにぎり	7 せんべい	
8 ファストフード(フライドポテト等)	9 菓子パン	10 その他	

問17 お子さんは、就寝前2時間以内におやつ(甘い飲み物を含む)をとることがありますか。

1 よくある	2 たまにある	3 ほとんどない	4 ない
--------	---------	----------	------

問18 お子さんの食習慣に対するあなたの考えをお聞かせください。次のアからサのそれぞれの項目についてあてはまる番号1つに○を付けてください。

	改善したい	できていないが改善したいと思わない	すでにできているので改善の必要がない
ア 主食・主菜・副菜を組み合わせて食べる	1	2	3
イ 主食を十分に食べる	1	2	3
ウ 野菜を十分に食べる	1	2	3
エ 牛乳・乳製品を食べる	1	2	3
オ 朝食を食べる	1	2	3
カ 塩分の多い料理を控える	1	2	3
キ 菓子や甘い飲み物をほどほどにする	1	2	3
ク 食事時間を規則正しくする	1	2	3
ケ 「いただきます」などのあいさつをする	1	2	3
コ 好き嫌いなく何でも食べる	1	2	3
サ しっかり噛んで食べる	1	2	3

問19 **お子さんの食事で、特に気をつけていることはありますか。**当てはまる番号をすべて選んでください。なければ、15に○を付けてください。

1 栄養バランス	2 食べる量
3 食べ物の大きさ、固さ	4 料理の味付け
5 料理の盛り付け、色どり	6 規則正しい時間に食事をする
7 よくかむこと	8 食事のマナー
9 一緒に食べる	10 楽しく食べる
11 一緒に作る	12 間食の内容
13 間食の量(間食は適量にする)	14 その他 ()
15 特になし	

問20 ① **お子さんは、これまでに食物アレルギーの原因(と思われる)食物を食べないように除去したり、制限したことはありますか。**

1 現在している	2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない
3 今までにしたことはない	

「1 現在もしている」「2 過去にしていたことはあるが、現在はしていない」と回答した方におたずねします。

② **食事制限や食物除去は、医師の指示で行いましたか。**

1 はい	2 いいえ
------	-------

問21 **外食や市販のお惣菜、お弁当などの利用状況**についてお伺いします。
 お子さんを連れて外食(飲食店での食事)する頻度はどれくらいですか。
 また、お子さんの食事に市販のお惣菜やお弁当などを利用する頻度はどれくらいですか。

お子さんを連れて外食する頻度		お子さんの食事に市販のお惣菜やお弁当を利用する頻度	
1 毎日	2 週に4～6回	1 毎日	2 週に4～6回
3 週に2～3回	4 週に1回	3 週に2～3回	4 週に1回
5 週1回未満	6 全く利用しない	5 週1回未満	6 全く利用しない

問22 **お子さんの歯磨きの際、仕上げ磨きをしていますか。**

1 はい	2 いいえ
------	-------

問23 **お子さんが同居している家族のうち喫煙する人はいますか。**(複数回答可)

1 父	2 母	3 祖父	4 祖母	5 その他	6 喫煙者はいない
-----	-----	------	------	-------	-----------

問24 問23で喫煙する人がいると答えた方におたずねします。喫煙する人のうち**家の中で喫煙**する人はいますか。

1 いる	2 いない
------	-------

※ベランダなど屋外で喫煙する場合は「いない」になります。

問25 **お子さんの日中の保育**について、主に保育をお願いしている先として当てはまる番号を選び、登園及び退園の時間を記入してください。

保育の依頼先	平均的な登園時間	平均的な退園時間
1 保育所(園)	午前 時	午後 時
2 幼稚園		
3 幼保連携型認定こども園		

御協力ありがとうございました。