

平成 23 年度  
宗像市児童生徒の食生活等に関する  
実態調査報告書

平成 24 年 3 月  
宗像市教育委員会

## 目次

### I 調査の概要

1	目的	1
2	調査対象	1
3	調査時期	1
4	調査方法	1
5	調査内容	1
6	調査人員数	1
7	調査主体及び実施機関	1

### II 調査結果の概要

1	学校給食に関すること	2
2	食事に関すること	2
3	健康と生活に関すること	3

### III 調査結果

1	給食の好き嫌い	5
2	給食を好きな理由	6
3	給食の残食状況	7
4	給食を残す理由	8
5	朝食の摂取状況	9
6	朝食を欠食する理由	10
7	朝食・夕食の摂り方	11
8	栄養のバランスへの配慮（小学5年生・中学生）	14
9	外食・インスタント食品などの摂取状況	15
10	おやつの摂取状況	16
11	消涼飲料水の摂取状況	17
12	食べ物への感謝の気持ち（小学5年生・中学生）	18
13	食事中のマナー（小学5年生・中学生）	19
14	伝統的な食文化、郷土料理の認知度（小学5年生・中学生）	20
15	宗像産の食材を使用する頻度（小学5年生・中学生）	21
16	生産地への訪問経験（小学5年生・中学生）	22
17	健康状態（小学2年生・小学5年生）	23
18	健康状態（中学生）	23
19	健康への配慮（中学生）	24

2 0	健康に対する不安（中学生）	25
2 1	就寝時刻	26
2 2	起床時刻	28
2 3	排便習慣	30
2 4	運動習慣（小学 5 年生）	31
2 5	運動習慣（中学生）	32

#### IV 調査結果（クロス集計）

	クロス集計結果の概要	33
1	朝食の摂取状況と就寝時間の関連性	34
2	朝食の摂取状況と起床時間の関連性	36
3	朝食の摂取状況と排便習慣の関連性	38
4	朝食の摂取状況と健康状態の関連性	39
5	朝食の摂取状況と給食の好き嫌いの関連性	40
6	給食の好き嫌いと健康状態の関連性	41
7	給食の残食状況と食べ物への感謝の気持ちの関連性（小学 5 年生・中学生）	42
8	就寝時刻と起床時刻との関連性	43
9	夕食の共食状況と食事中のマナーの関連性	44
1 0	朝食の共食状況と排便習慣の関連性	45
1 1	朝食の共食状況と夕食の共食状況の関連性	46

#### V 調査用紙

	小学 2 年生用	47
	小学 5 年生用	51
	中学 2 年生用	55

## I 調査の概要

### 1. 目的

本調査は、自ら健康な生活を実践する子どもを育てるために、児童生徒の食生活等の課題を明らかにすることにより、今後の食育の推進及び学校給食の充実に資することを目的とする。

また、「健康むなかた 21」及び「健康むなかた食育プラン」の中間評価等のため、目標指標などの推移データをとるものとする。

### 2. 調査対象

- (1) 市内全小学 2 年生
- (2) 市内全小学 5 年生
- (3) 市内全中学 2 年生

### 3. 調査時期

平成 23 年 10 月 11 日～10 月 31 日

### 4. 調査方法

- (1) 学校管理課が作成した調査用紙を学校に配布し、回収の上集計を行う。
- (2) 調査用紙の記入は、児童生徒本人が学校で行う。
- (3) 調査用紙は、無記名とする。

### 5. 調査内容

- (1) 学校給食に関するここと
- (2) 食事に関するここと
- (3) 健康と生活に関するここと

### 6. 調査人員数

区分	調査対象者数※	有効回収数	有効回収率
小学 2 年生	871 人	859 人	98. 62%
小学 5 年生	858 人	831 人	96. 85%
中学 2 年生	912 人	853 人	93. 53%

※平成 23 年 10 月 1 日統計調査在籍児童生徒数

### 7. 調査主体及び実施機関

【調査主体】 宗像市 教育部 学校管理課

【集計・分析】 宗像市

## II 調査結果の概要

### 1. 学校給食に関すること

#### 中学2年生における給食に対する意識の変化

学校給食を好きな割合は、小学2年生が一番高く、小学5年生、中学2年生と学年が上がるにしたがい、給食を好きな割合が減少するという結果になった。

中学2年生では、給食を「大好き・好き」と回答した生徒の割合は、調査を開始した平成14年度から増加傾向にあり、平成20年度の調査（以下「前回の調査」という。）では55.7%、平成23年度では63.0%となり、中学校における学校給食に対する意識の変化がみられた。これは、平成18年度から給食の調理方式を共同調理場方式から単独調理場方式に移行していることが、結果に反映していると考える。

### 2. 食事に関すること

#### (1) 朝食欠食率の減少と増加

朝食を「ほとんど食べない」と回答した生徒の割合は、平成14年度から徐々に減少しており、中学校における朝食欠食状況が改善されつつあることが明らかとなった。

しかし一方では、朝食を「ほとんど食べない」と回答した児童の割合が、平成14年度から平成20年度にかけては徐々に減少していたが、今年度の調査では若干増加していることが明らかとなった。このことは、平成18年度から平成20年度まで市内全小中学校において「朝ごはん調べ」を実施していたが、その後、調査を実施していないことが、原因の一つではないかと考えられる。

また、独立行政法人日本スポーツ振興センターが調査を行った「平成19年度児童生徒の食事状況等調査報告書」（以下「国の調査」という。）では、小学5年生の「ほとんど食べない」割合は1.6%で、福岡県学校給食会研究協議会が調査を行った「平成22年度福岡県児童生徒食生活等実態調査」（以下「県の調査」という。）では2.5%、宗像市では2.5%であり、国の調査と比較すると本市の欠食率は高く、県の調査と欠食率が同じであるということがわかった。中学2年生では、国は2.9%、県は4.9%、本市は2.2%であり、国の調査と比較すると本市の欠食率は若干ではあるが低く、県と比較すると半分以下の割合であることが分かった。

国の「第2次食育推進基本計画」においては、小学生の朝食欠食率を平成27年度までに0%とすることを目指す、と明記されており、県の「健康福岡21」においても、朝食を毎日食べている児童の割合が95%、生徒の割合が90%と目標値が明記されている。本市の朝食を毎日食べている児童の割合は91.7%、生徒の割合は88.1%であり、国及び県の目標を達成するには至っていないことから、朝食の重要性について、啓発していく必要がある。

#### (2) 孤食の増加

朝食を食べる時に「一人で食べる」児童生徒が、小学2年生で20.0%、小学5年生で18.2%、中学2年生では44.2%おり、前回の調査時には小学2年生で20.1%、小学5年生で17.3%、中学2年生は42.1%であったため、ごくわずかに減少した小学2年生を除き、孤食が増加していることが明らかとなった。

国の調査では、小学5年生では11.4%であり、中学2年生の「一人で食べる」割合は30.4%であった。これらのことから、本市の結果は国の結果を大幅に上回るものであり、本市では児童生徒の孤食化が進んでいることが明らかとなった。

これは夕食でも同じ傾向が見られた。夕食を「一人で食べる」児童が小学2年生で

1.9%、小学5年生で2.8%となっており、前回の調査の小学校2年生で1.7%、5年生で2.1%をわずかであるが上回ることが分かった。国の調査では、夕食を「一人で食べる」割合が小学5年生で1.5%であったことから、本市の結果は高いと言える。中学2年生では夕食を「一人で食べる」と回答した生徒は10.0%となっており、前回の調査の8.8%を上回っていた。また、国の調査では、夕食を「一人で食べる」割合が5.6%であり、本市の結果は高いといえる。

大人の家族と食事をともにすることで、食事中におけるマナーや、バランスよく食べること、伝統的な食文化など食について学ぶことが多いが、そのような機会が減ることによって、子どもたちの食に対する意識が低下するのではないかと考えられる。

また、国「第2次食育推進基本計画」では重点課題として「家庭における共食を通じた子どもへの食育の推進」が掲げられていることからも、共食の大切さについて啓発していく必要がある。

### (3) 小学2年生でのおやつ等を食べる割合の増加

小学2年生では、外食をする、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べる割合は5.7%であり、前回の調査6.3%と比べ減少したが、甘いお菓子やスナック菓子を食べる、清涼飲料水を飲む割合がいずれも増加した。

小学5年生ではいずれの項目も前回の調査と比べ、わずかではあるが減少しており、外食をする、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べる割合と清涼飲料水を飲む割合については平成17年度から減少傾向にある。

中学2年生では外食をする、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べる割合と甘いお菓子やスナック菓子を食べる割合は前回の調査と比べ、減少したが、清涼飲料水を飲む割合は増加した。インスタント食品やコンビニ弁当等を食べる割合については平成17年度から減少傾向にある。

## 3. 健康と生活に関するこ

### (1) 就寝、起床時刻の改善

学年が上がるにしたがい、就寝時刻は遅くなる傾向にあった。

小学校2年生では、12時以降に寝ると回答した割合は前回の調査1.5%から2.0%と増加していることが分かった。小学5年生では12時以降に寝ると回答した割合は前回の調査3.9%から2.2%と減少しており、中学2年生でも15.1%と前回の調査28.1%から大幅に減少していた。しかし、国の結果では小学5年生の12時以降に寝ると回答した割合は、0.8%であり、中学2年生では9.4%であるため、本市の児童生徒は就寝時刻が遅い傾向にあることが明らかとなった。

また、起床時刻は7時31分以降に起きる割合が、小学2年生、小学5年生、中学2年生いずれも前回も調査結果から減少していた。しかし、中学校2年生における7時31分以降における割合は国の結果では0.2%であり、本市の12.0%をはるかに下回っている。

いずれの学年においても、前回調査から就寝時刻・起床時刻の改善がみられたことは、「早寝・早起き・朝ごはん」などの生活習慣に関する啓発の効果であると考えられる。今後も継続して啓発を行う必要があると考える。

### (2) 毎日排便する児童の減少

小学2年生で排便を「毎日する」と回答した割合は49.5%であり、前回の調査の52.0%に比べ減少した。これは、小学5年生についても同じ傾向が見られた。小学5年生で排便を「毎日する」と回答した割合が47.6%であり、前回の調査の49.8%に比べ、毎日排便を行う児童が減少した。

中学2年生では、前回の調査で排便を「毎日する」と回答した割合は48.9%であり、平成23年度は51.5%と増加していた。

児童ではいずれの学年も「一週間に1回する」という割合が平成17年度から増加していることから、排便習慣に関して指導を行うなどの対応が必要ではないかと考える。

### III 調査結果

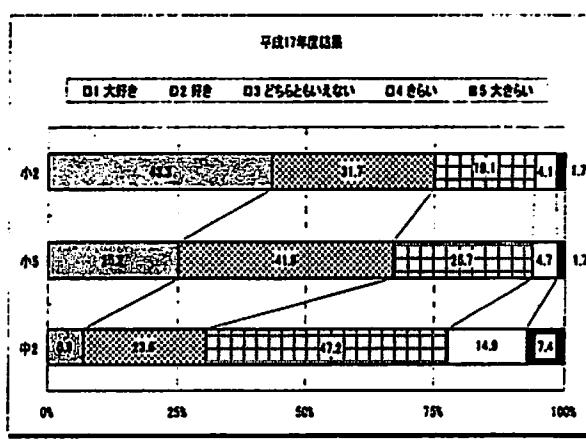
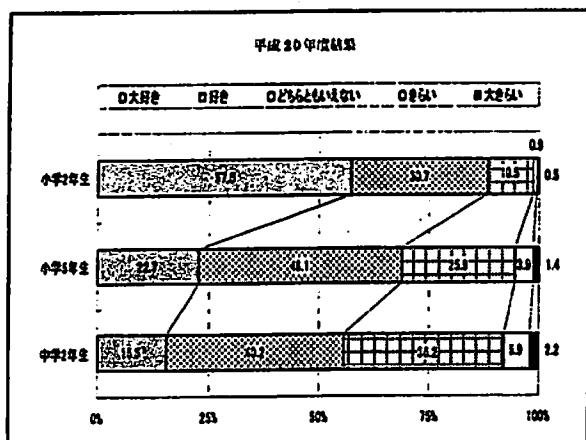
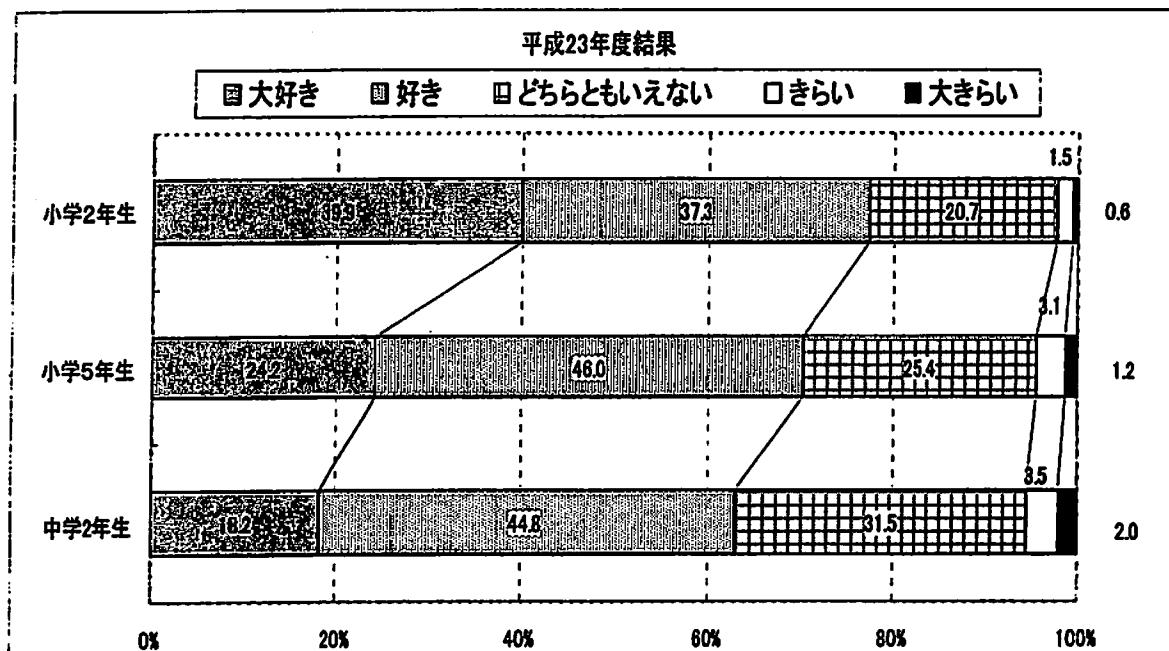
調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(1) あなたは、給食が好きですか。一つ選んで○をつけてください。

1. 大好き 2. 好き 3. どちらともいえない 4. きらい 5. 大きらい

学年が上がるにしたがい、給食を好きな割合が減っていくという傾向は平成17・20年度と変わらない。

中学2年生については、平成17年度では「大好き」「好き」が占める割合が30%程度、平成20年度では、半数を上回り55.7%、平成23年度ではさらに上回り63%となつた。

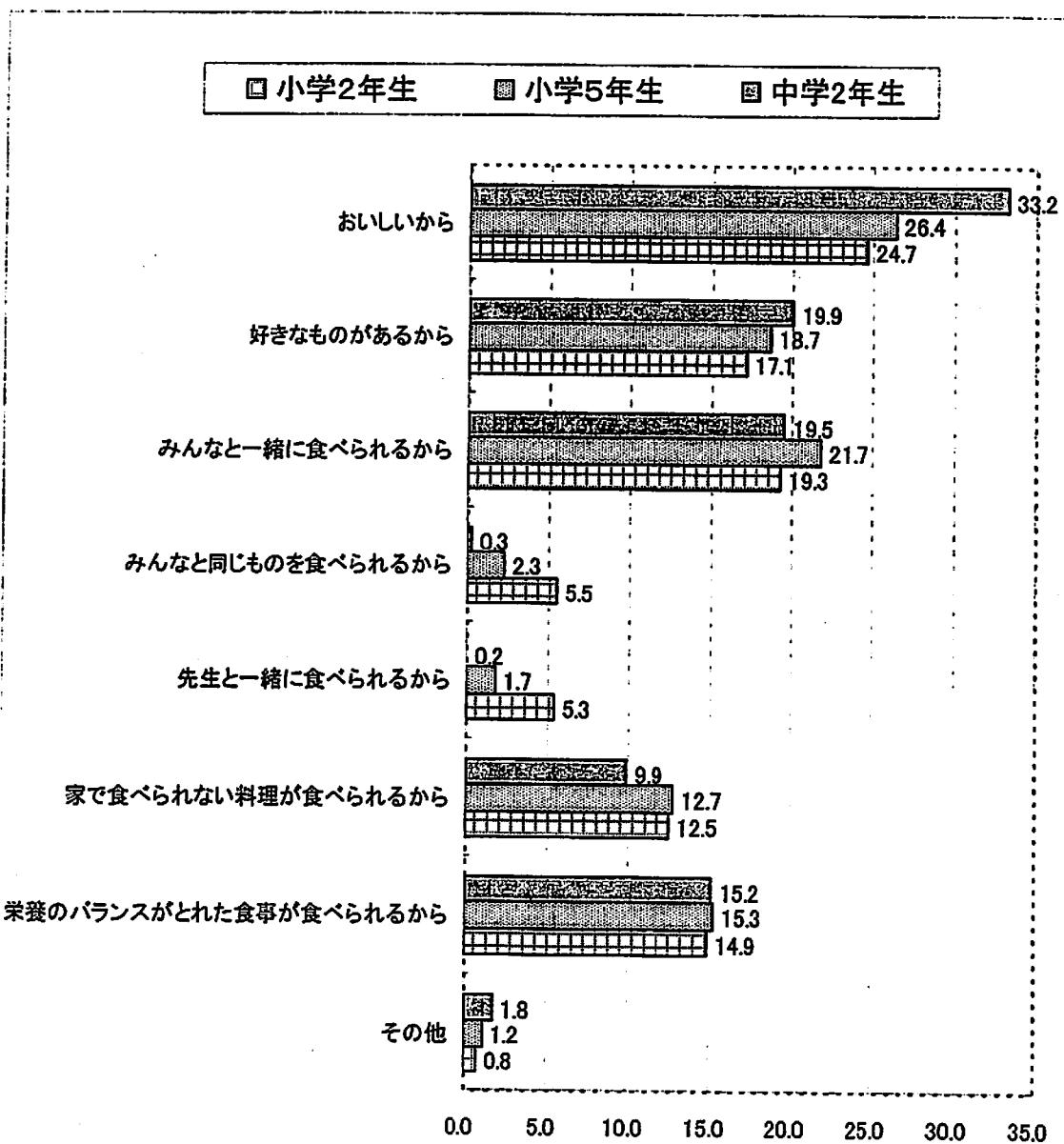


調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(2) (1)で1、2に○をつけた人に聞きます。その理由を3つまで選んで○をつけてください。

- |                          |                       |
|--------------------------|-----------------------|
| 1. おいしいから                | 2. 好きなものがあるから         |
| 3. みんなと一緒に食べられるから        | 4. みんなと同じものを食べられるから   |
| 5. 先生と一緒に食べられるから         | 6. 家で食べられない料理が食べられるから |
| 7. 栄養のバランスがとれた食事が食べられるから |                       |
| 8. その他 ( )               |                       |

給食を好きな理由の上位は、平成20年度の結果と同様、「おいしいから」「みんなと一緒に食べられるから」「好きなものがあるから」であった。



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

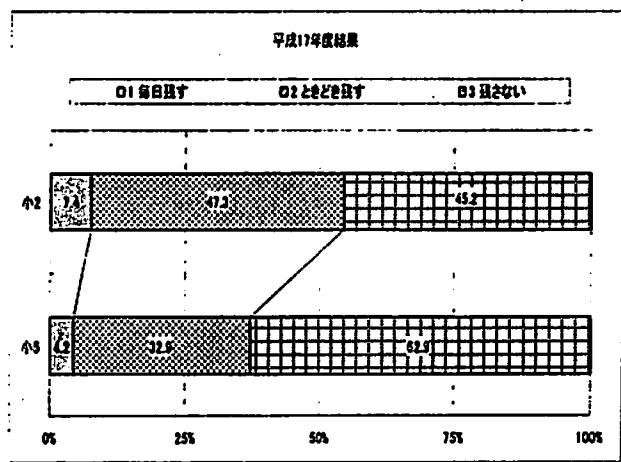
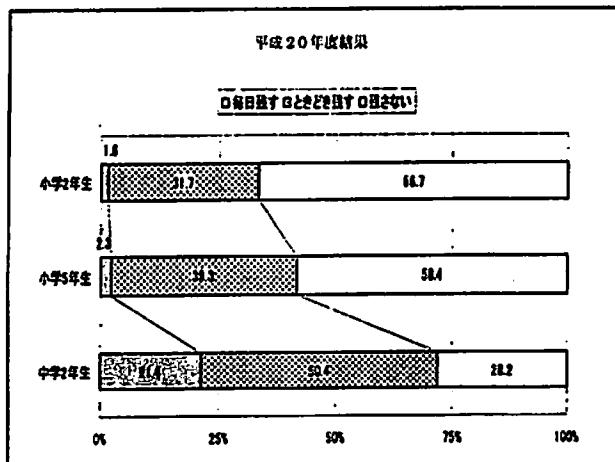
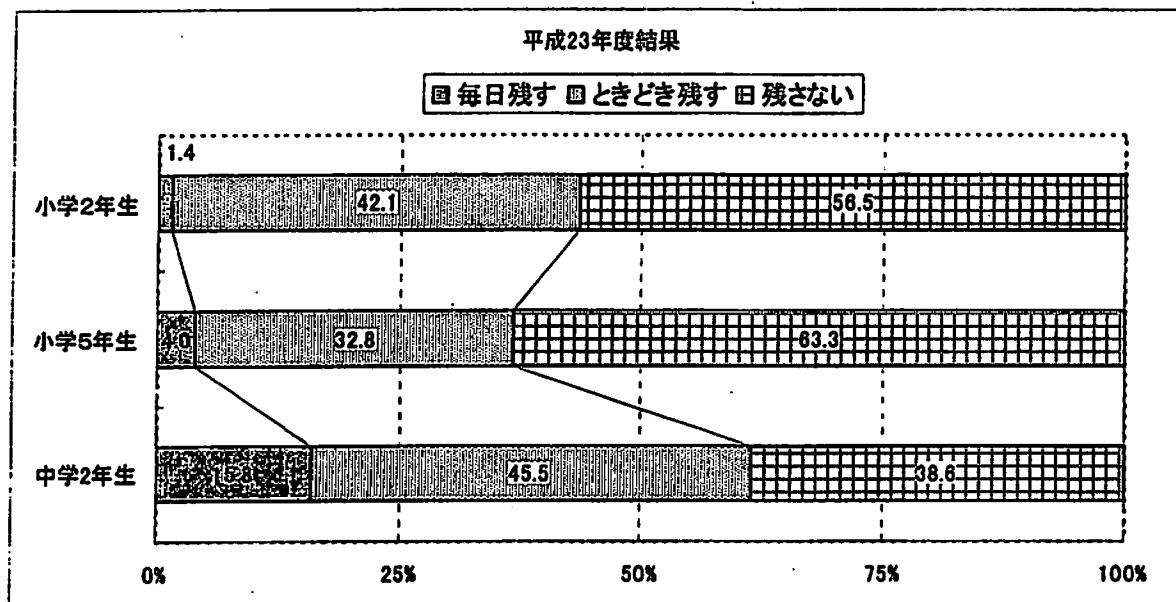
(3) あなたは、給食で出されたものを残すことがありますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 每日残す

2. ときどき残す

3. 残さない

学年が上がるにしたがい、給食を残す割合が増える傾向がある。特に、小学5年生から中学2年生にかけて、「毎日残す」割合が大幅に増加し、中学2年生では「毎日残す」「ときどき残す」割合が60%を超えるという結果となったが、平成20年度の結果71.8%よりも約10%減少していた。

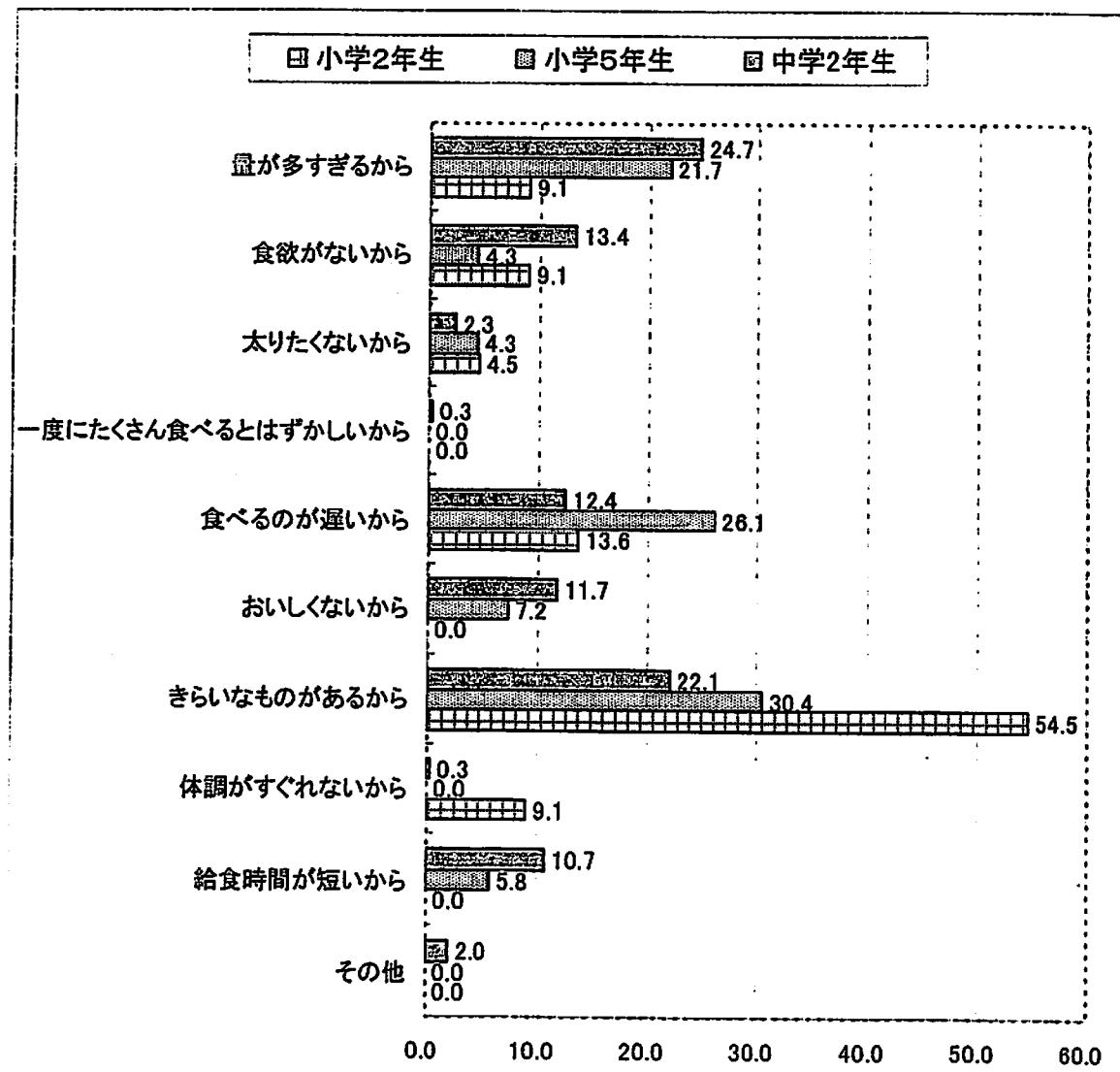


調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(4) (3)で1に○をつけた人に聞きます。残すときの理由は何ですか。3つまで選んで○をつけてください。

- |                |                       |
|----------------|-----------------------|
| 1. 量が多すぎるから    | 2. 食欲がないから            |
| 3. 太りたくないから    | 4. 一度にたくさん食べるとはずかしいから |
| 5. 食べるのがおそいから  | 6. おいしくないから           |
| 7. きらいなものがあるから | 8. 体調がすぐれないから         |
| 9. 給食時間が短いから   | 10. その他 ( )           |

給食を残す理由は、小学2年生と小学5年生では「きらいなものがあるから」という理由が最も多く、中学2年生では「量が多すぎるから」という理由が最も多かった。



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

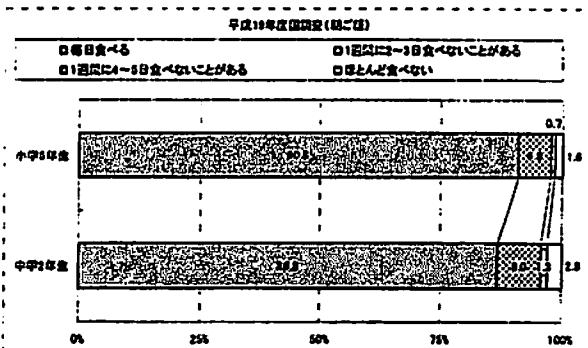
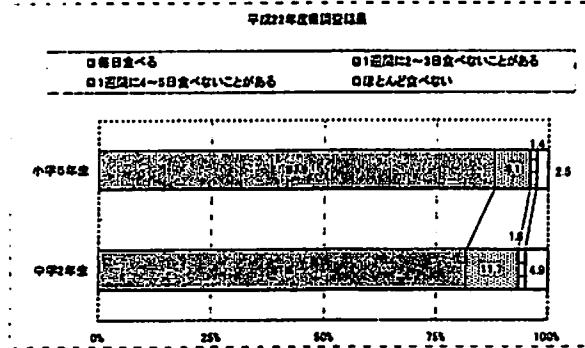
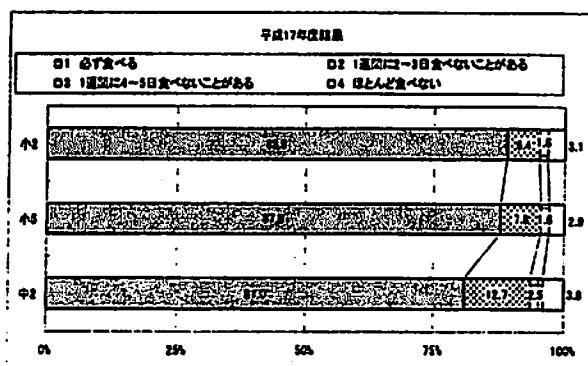
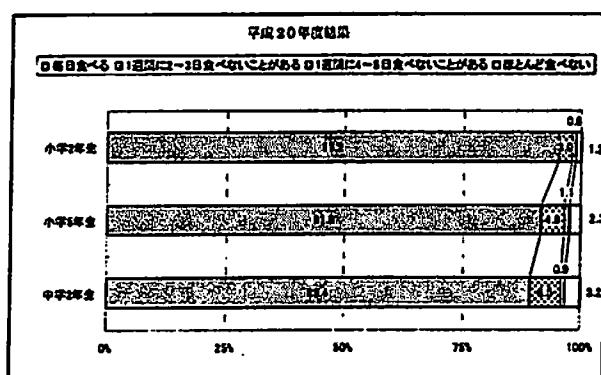
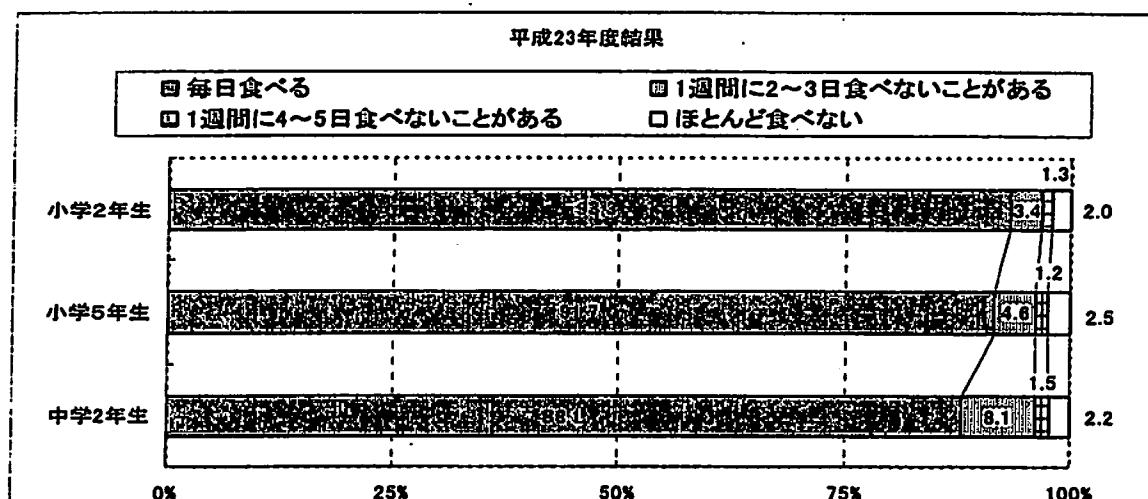
(5) あなたは、毎日朝食を食べますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 1. 毎日食べる             | 2. 一週間に2~3日食べないことがある |
| 3. 一週間に4~5日食べないことがある | 4. ほとんど食べない          |

学年が上がるにしたがい朝食を「毎日食べる」割合は減少傾向にある。

小学2年生と小学5年生では朝食を「ほとんど食べない」割合は平成20年度に比べ増加しているが、中学2年生では減少していた。

小学5年生の「ほとんど食べない」割合は、国の調査では1.6%であり、県の調査では2.5%であった。また、中学2年生の「ほとんど食べない」割合は、国の調査では2.9%であり、県の調査では4.9%であった。本市の小学5年生の方が全国平均に比べ朝食を食べていない割合が高く、本市の中学2年生の方が全国平均及び県平均に比べ朝食を食べていない割合が低いという結果になった。



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(6) (5)で2~4に○をつけた人に聞きます。その理由は何ですか。一つ選んで○をつけてください。

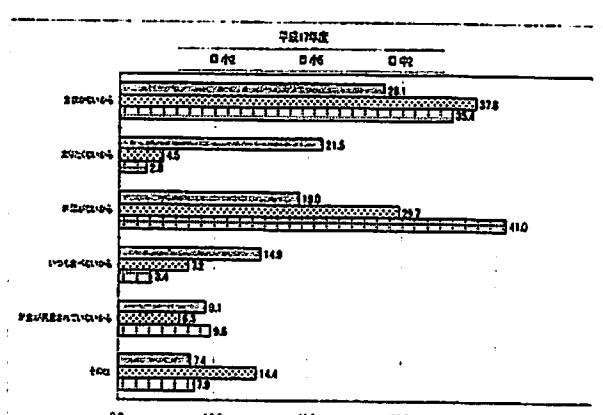
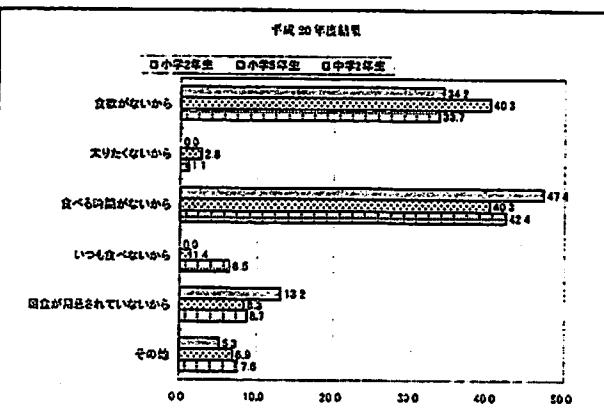
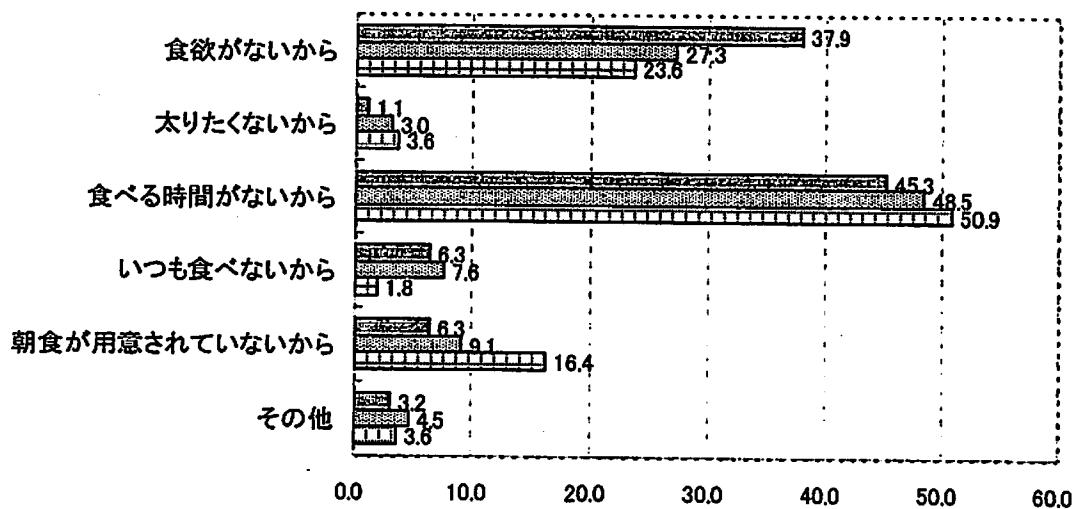
- |                  |              |
|------------------|--------------|
| 1. 食欲がないから       | 2. 太りたくないから  |
| 3. 食べる時間がないから    | 4. いつも食べないから |
| 5. 朝食が用意されていないから |              |
| 6. その他 ( )       |              |

朝ごはんを食べない理由は、どの学年も「食べる時間がないから」が最も多く、次に「食欲がないから」という理由であった。

小学2年生と小学校5年生では「いつも食べないから」という理由が平成20年度に比べ増加している。

平成23年度結果

□ 小学2年生    □ 小学5年生    □ 中学2年生



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(7) あなたは、学校がある日は、いつもどのように食事をしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |    |  |                               |
|----|--|-------------------------------|
| 朝食 | 1. 家族そろって食べる<br>3. 子どもだけで食べる<br>5. その他 ( ) | 2. おとなの家族の誰かと食べる<br>4. 一人で食べる |
| 夕食 | 1. 家族そろって食べる<br>3. 子どもだけで食べる<br>5. その他 ( ) | 2. おとなの家族の誰かと食べる<br>4. 一人で食べる |

#### 【朝食】

小学2年生では「子どもだけで食べる」割合が増加していた。小学2年生、中学2年生では「一人で食べる」割合がわずかに増加していた。

小学生のうちには、半数近くが「家族そろって」もしくは「大人の家族の誰か」と食べているが、中学2年生では3分の1程度にとどまり、平成20年度結果と変化はみられなかった。

国調査では、小学5年生の「一人で食べる」割合は11.4%であるのに対し、市の調査では17.3%であった。中学2年生においても国調査結果は30.4%であるのに対し、市では42.1%であり、国調査結果と比較すると、宗像市では孤食の傾向が高いことがうかがえる。

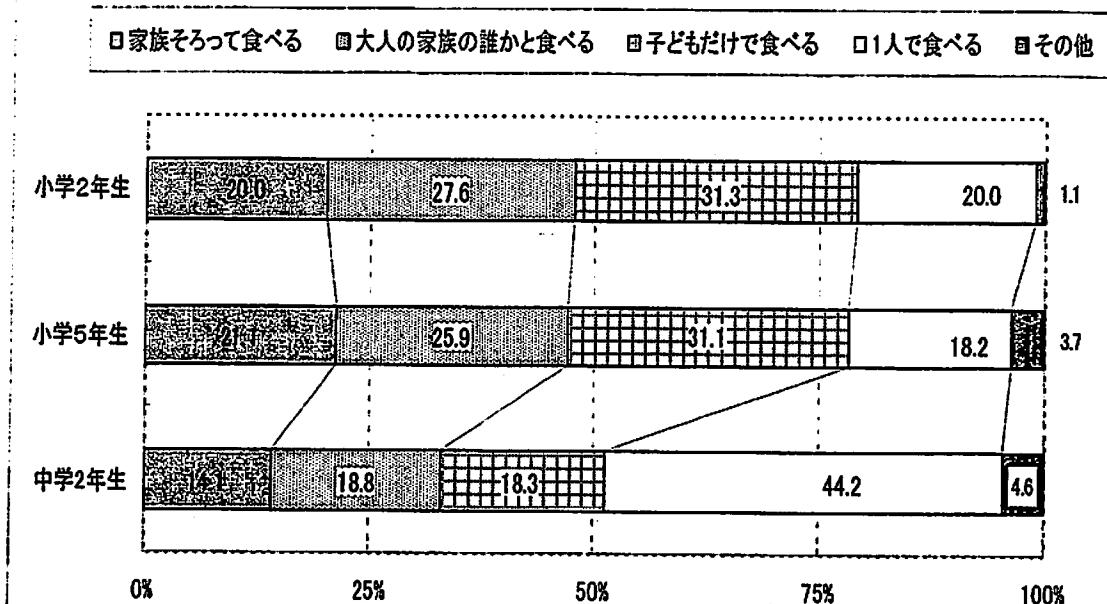
#### 【夕食】

朝食と比較すると、夕食は家族そろって食べる割合が高くなるが、中学2年生の10.0%は「一人で食べている」という結果であり、これは前回の調査結果に比べ増加している。

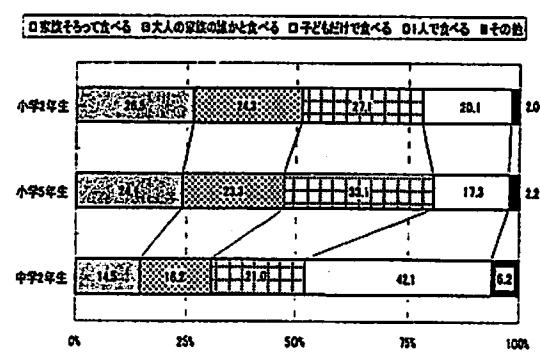
国調査では、中学2年生の「一人で食べる」割合は5.1%であり、夕食においても市の方が孤食の割合が高いという結果となった。

(朝食) いつもどのように食事をしているか

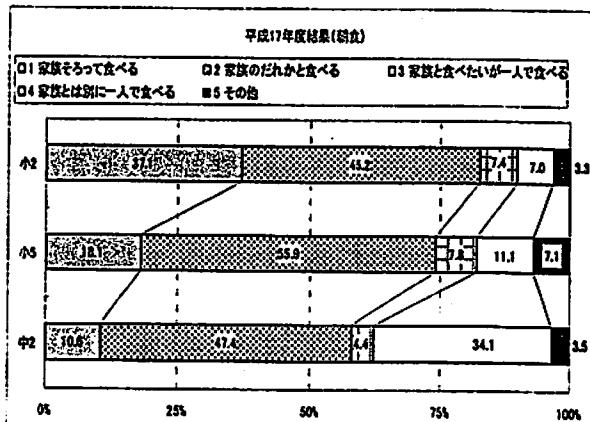
平成23年度結果



平成20年度結果  
結果

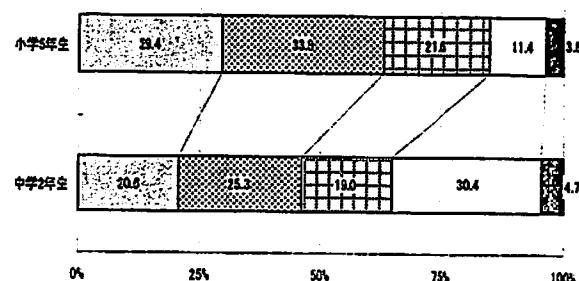


平成17年度結果(結果)



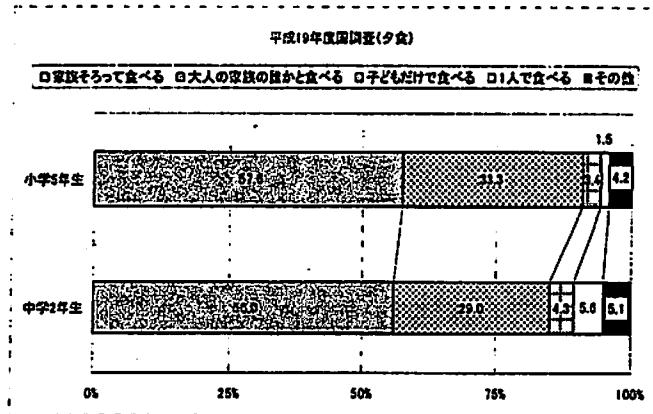
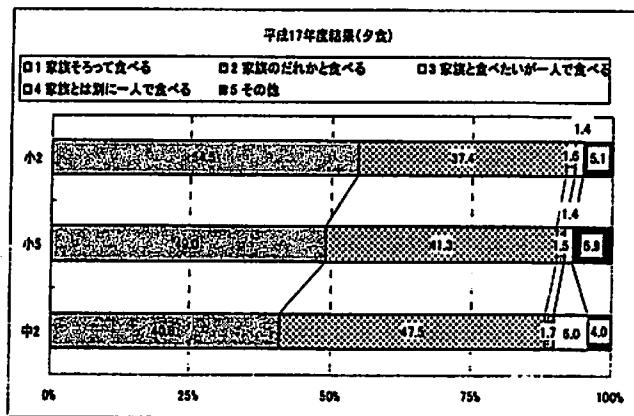
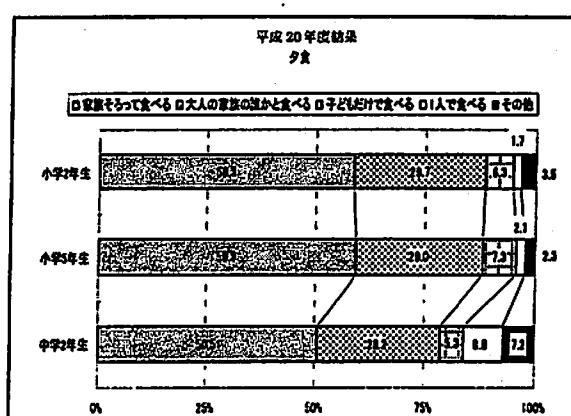
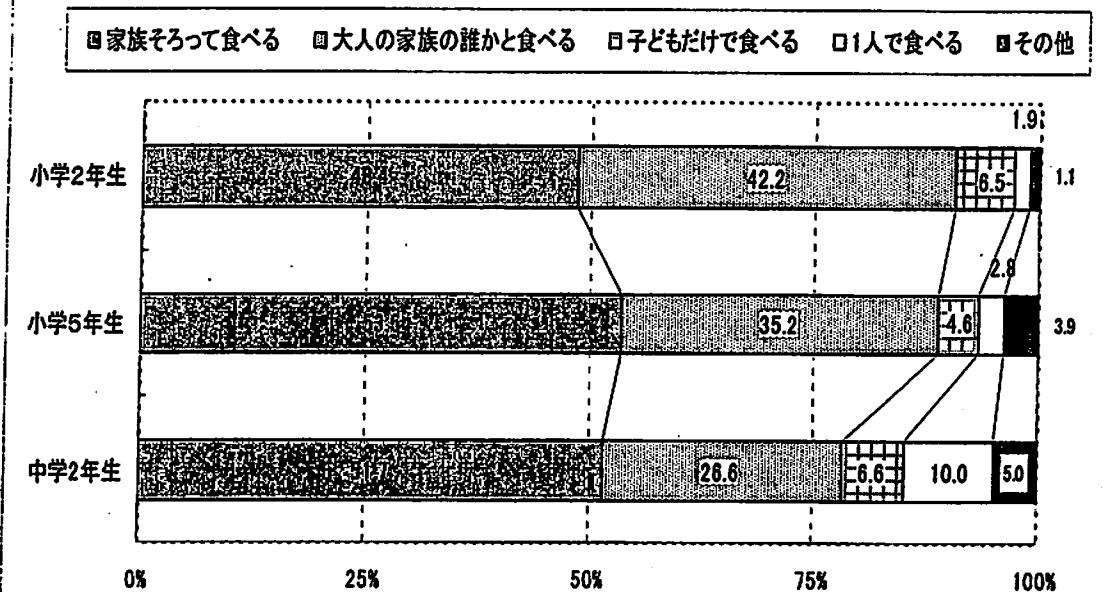
平成10年度調査(結果)

□家族そろって食べる ■大人の家族の誰かと食べる ▨子どもだけで食べる □1人で食べる ▨その他



(夕食) いつもどのように食事をしているか

平成23年度結果



調査対象：小学5年生、中学2年生

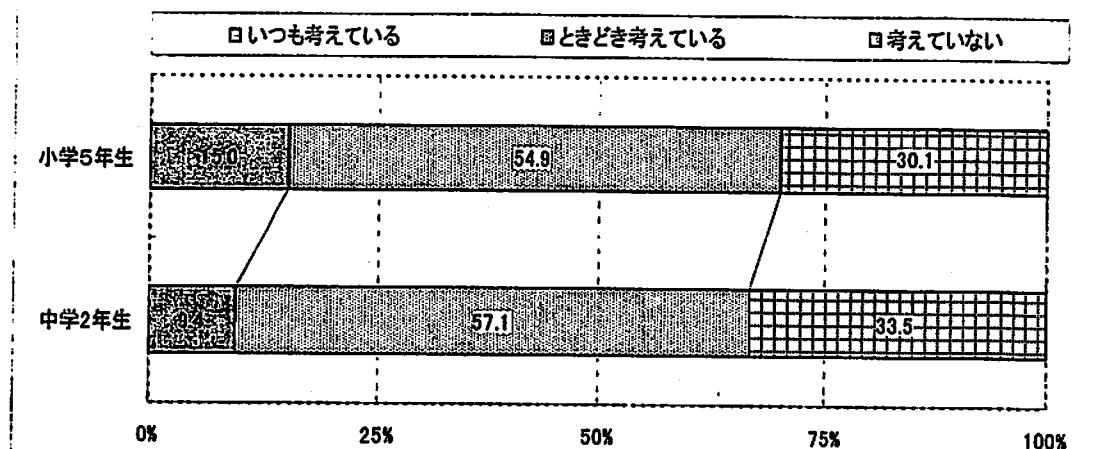
(8) あなたは、食事のとき、栄養のバランスを考えていますか。一つ選んで○をつけてください。

1. いつも考えている      2. ときどき考えている      3. 考えていない

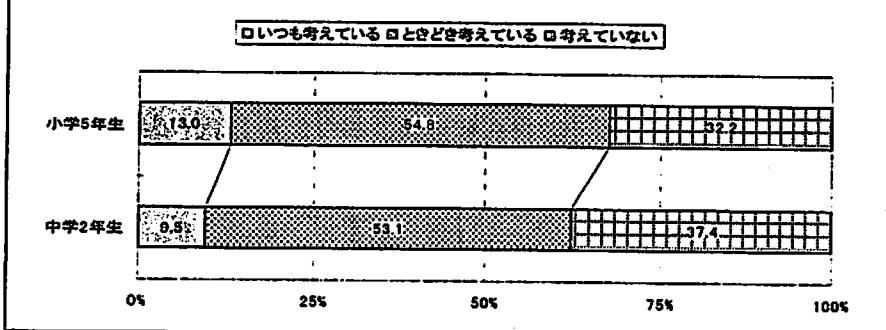
栄養のバランスを考えて食べている割合は、中学2年生よりも小学5年生の方が高いという結果となった。

また、小学5年生も中学2年生も「いつも考えている」「ときどき考えている」と回答した割合は平成20年度に比べわずかであるが増加している。

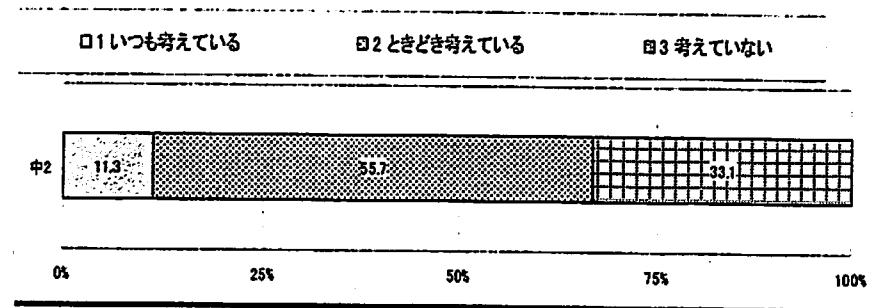
平成23年度結果



平成20年度結果



平成17年度結果



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

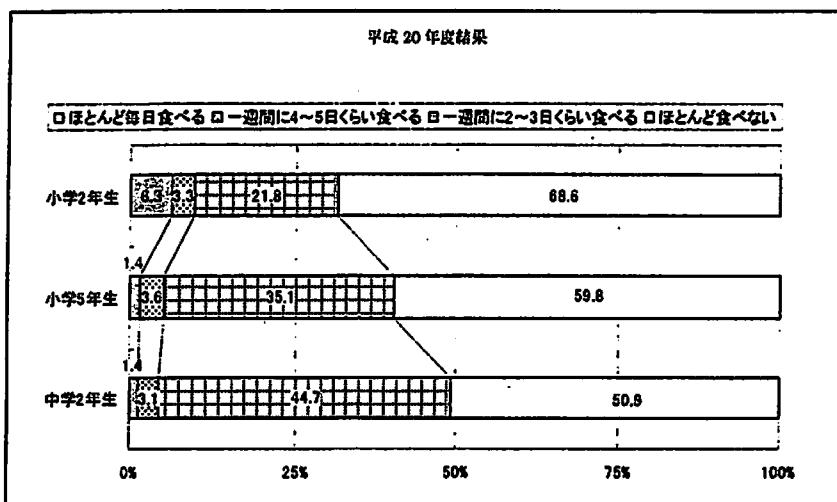
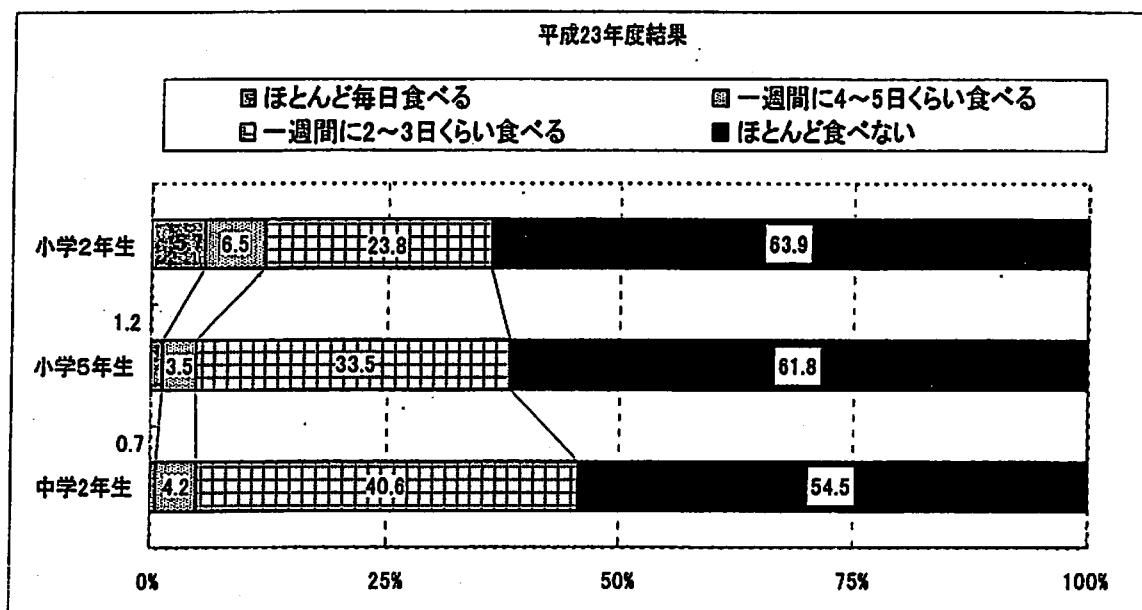
(9) あなたは、外食をしたり、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べたりしますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる      | 2. 一週間に4~5日くらい食べる |
| 3. 一週間に2~3日くらい食べる | 4. ほとんど食べない       |

「ほとんど毎日食べる」割合は、小学2年生が最も高かったが、一週間のうちに食べる割合としては、学年があがるにしたがい高くなる傾向となった。これは平成20年度と変わらない傾向である。

「ほとんど毎日食べる」割合は、平成20年度に比べ、どの学年でも減少した。

また、「ほとんど食べない」割合は、平成20年度の小学2年生では68.6%であったが、平成23年度は63.9%であり、減少している。



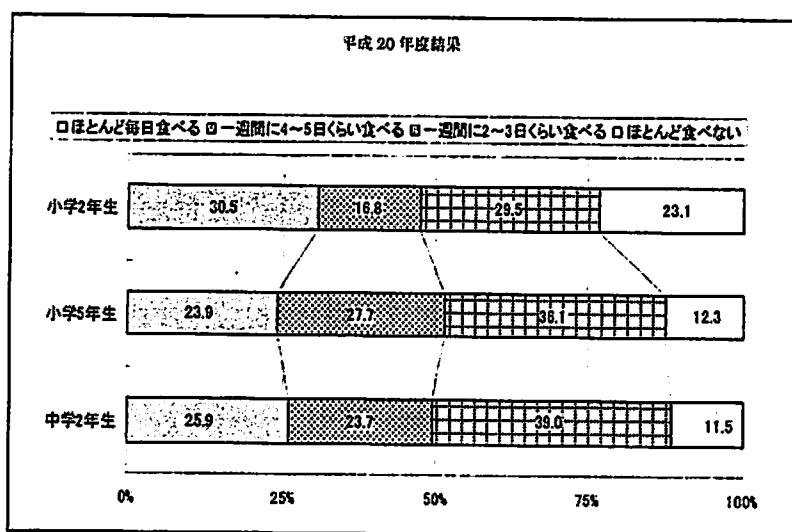
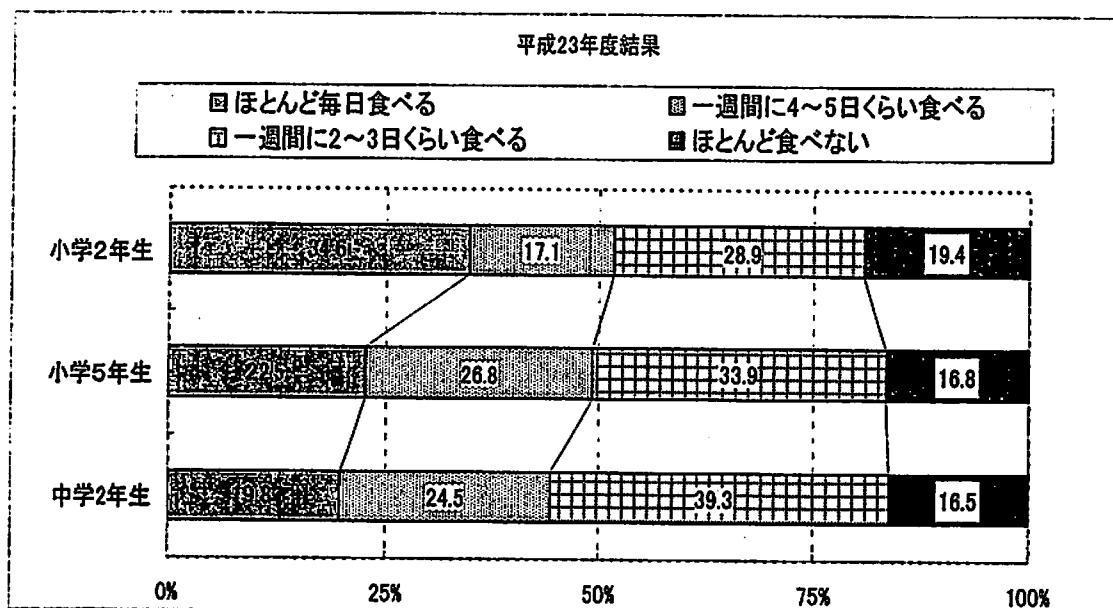
調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(10) あなたは、甘いお菓子やスナック菓子を食べますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる      | 2. 一週間に4~5日くらい食べる |
| 3. 一週間に2~3日くらい食べる | 4. ほとんど食べない       |

「ほとんど毎日食べる」割合は小学2年生が一番高いが、逆に「ほとんど食べない」割合も小学2年生が一番高いという結果となった。これは平成20年度と変わらない傾向である。

平成20年度と比較すると、小学5年生、中学校2年生ともに「ほとんど食べない」割合は増加しているが、小学2学年では減少した。



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(11) あなたは、清涼飲料水（ジュース、炭酸飲料、スポーツドリンク等）を飲みますか。一つ選んで○をつけてください。

1. ほとんど毎日飲む

2. 一週間に4~5日くらい飲む

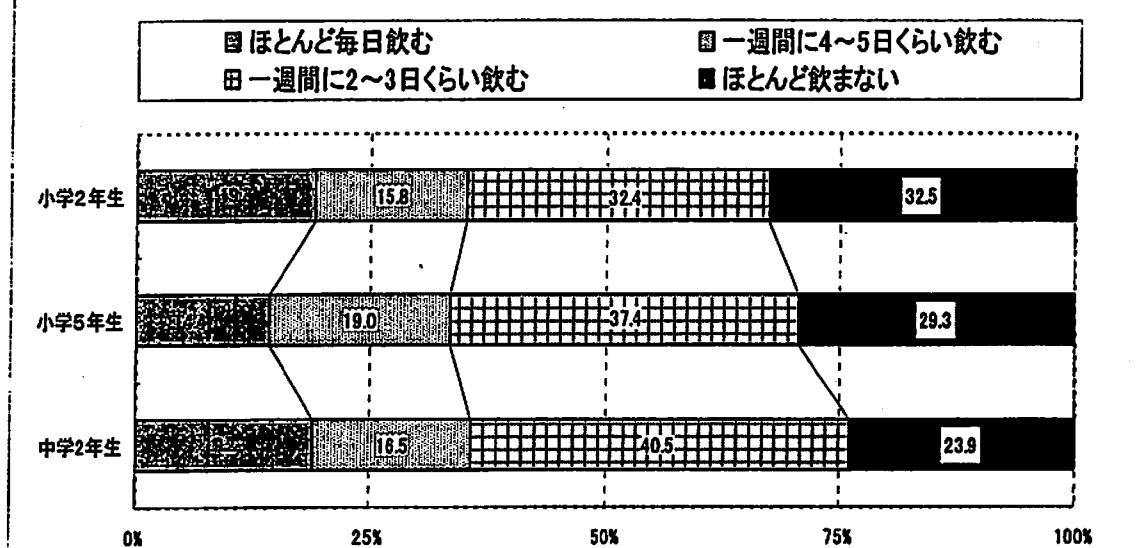
3. 一週間に2~3日くらい飲む

4. ほとんど飲まない

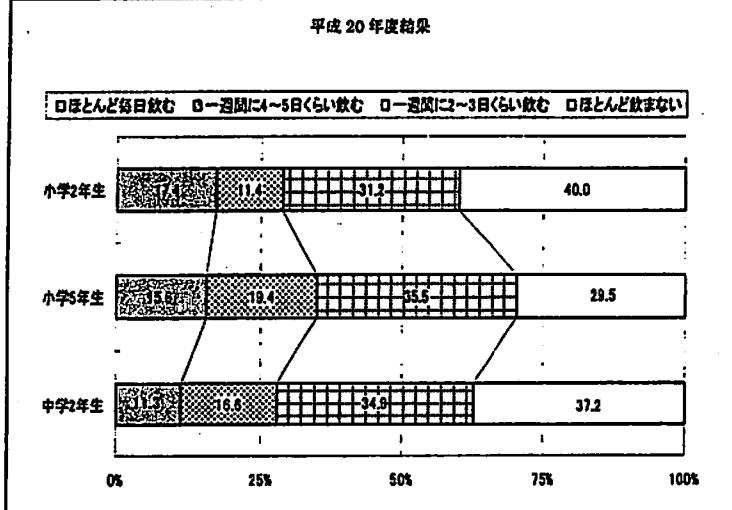
一週間をとおして清涼飲料水を飲む割合は、学年があがるにしたがい高くなる傾向となつた。

平成20年度と比較すると、「ほとんど毎日飲む」割合は小学2年生と中学2年生でに増加していたが、小学5年生ではわずかに減少している。

平成23年度結果



平成20年度結果



調査対象：小学5年生、中学2年生

(12) あなたは、食べ物に感謝して食べていますか。一つ選んで○をつけてください。

1. いつも

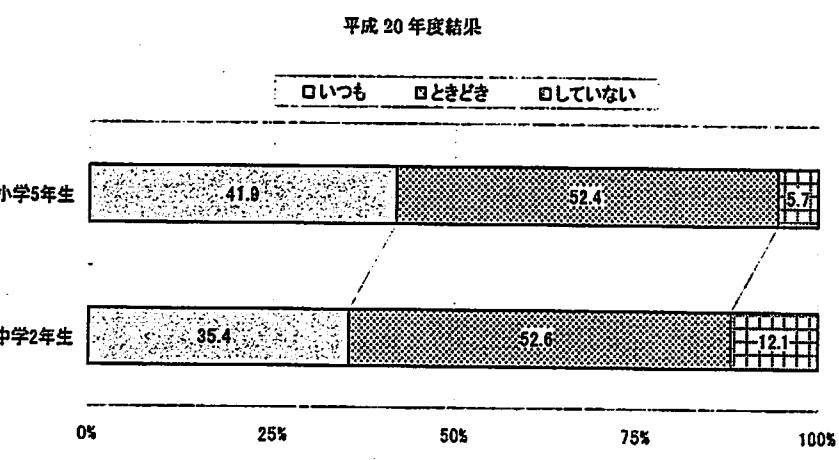
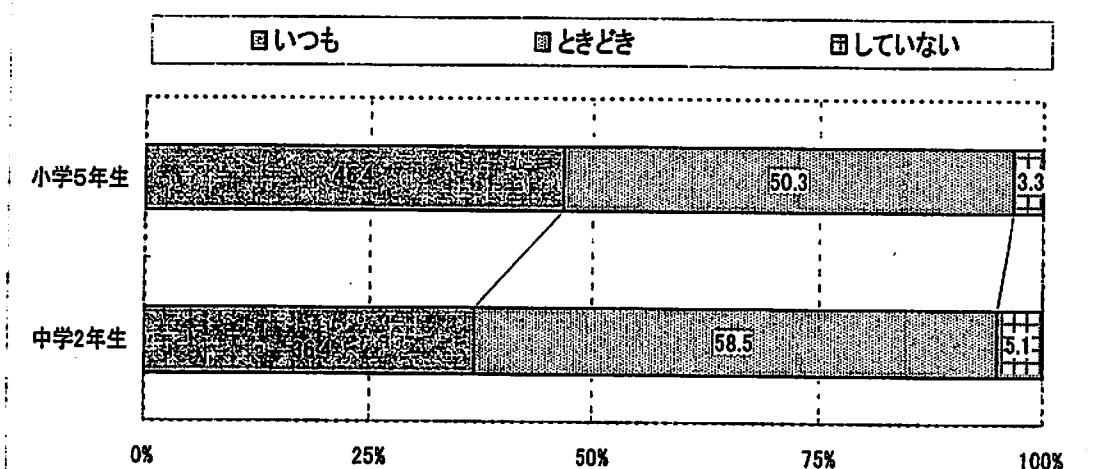
2. ときどき

3. していない

中学2年生よりも小学5年生の方が食べ物に感謝して食べる割合が高かった。これは平成20年と同じ傾向である。

小学5年生も中学2年生も食べ物に「いつも」感謝して食べる割合が平成20年度に比べ増加しており、「していない」割合も平成20年度に比べ減少している。特に中学2年生では「していない」割合は半分以下となっている。

平成23年度結果



調査対象：小学 5 年生、中学 2 年生

(13) あなたは、マナーを守って食べていますか。一つ選んで○をつけてください。

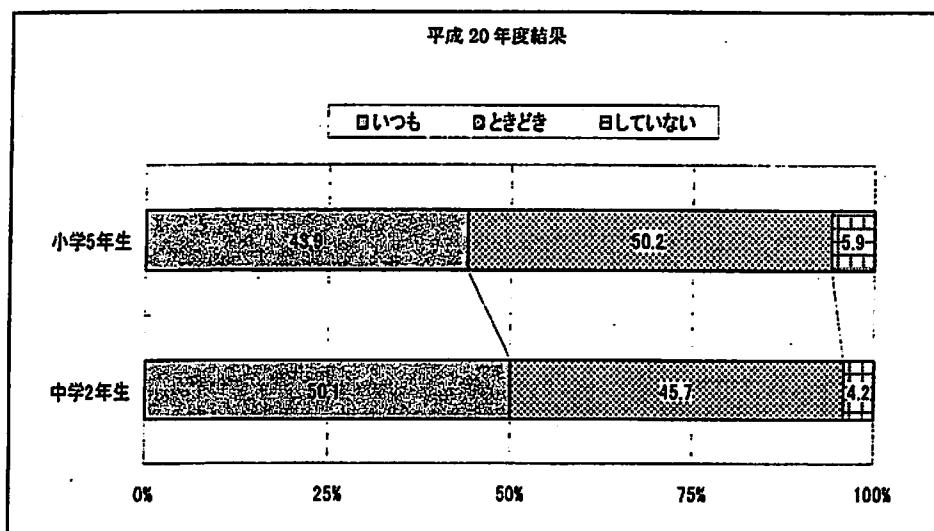
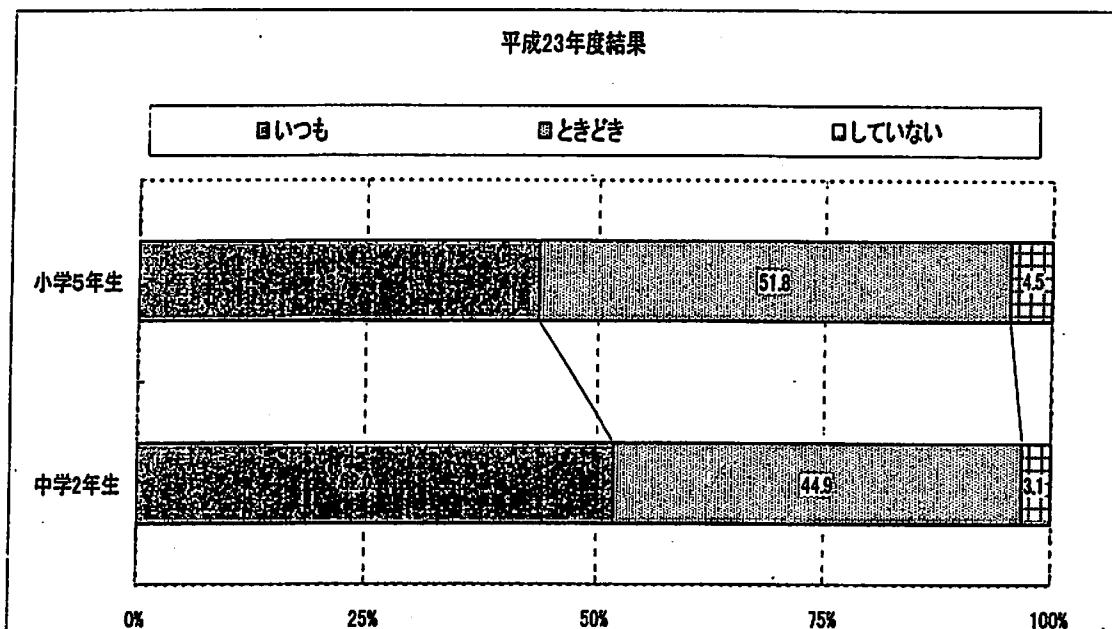
1. いつも

2. ときどき

3. していない

マナーを守って食べていると回答した割合は、小学 5 年生よりも中学 2 年生の方が高く、平成 20 年度と同様の傾向を示した。

小学 5 年生も中学 2 年生も「していない」割合が平成 20 年度に比べ減少している。



調査対象：小学5年生、中学2年生

(14) あなたは、季節の食事、行事の食事、宗像の郷土料理について知っていますか。一つ選んで○をつけてください。

1. はい

2. いいえ

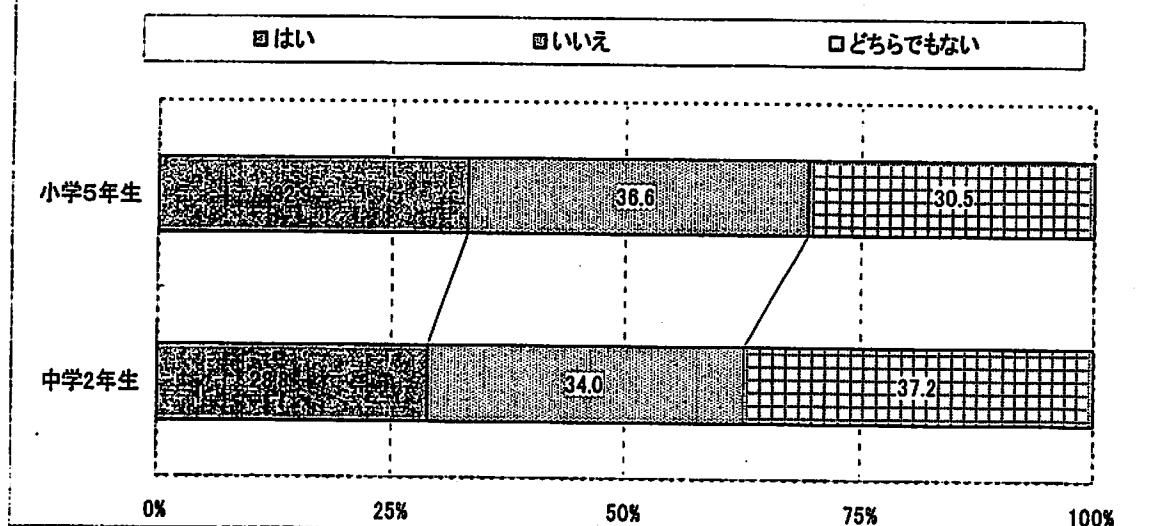
3. どちらでもない

知っていると回答した割合は、中学2年生よりも小学5年生の方が高く、平成20年度と同様の傾向を示した。

小学5年生も中学2年生も「はい」割合が平成20年度に比べわずかではあるが増加している。

また、平成22年度の県調査項目「福岡の郷土料理を知っていますか」の回答では「よく知っている」「少し知っている」と回答した小学5年生は49%、中学2年生は70.2%であり、質問内容は若干異なってはいるが、本市の結果と比べると本市の郷土料理等を「知っている」割合が低いことが分かった。

平成23年度結果



平成20年度結果

口はい 口いいえ 口どちらでもない

小学5年生 30.7 41.1 28.2

中学2年生 27.2 38.5 34.4

0% 25% 50% 75% 100%

平成22年度県調査結果

口よく知っている 口少し知っている 口知らない

小学5年生 6.1 42.6 51.1

中学2年生 10.0 60.2 29.8

0% 25% 50% 75% 100%

調査対象：小学 5 年生、中学 2 年生

(15) あなたは、宗像産の食材を買ったり、使ったりしていますか。一つ選んで○をつけてください。

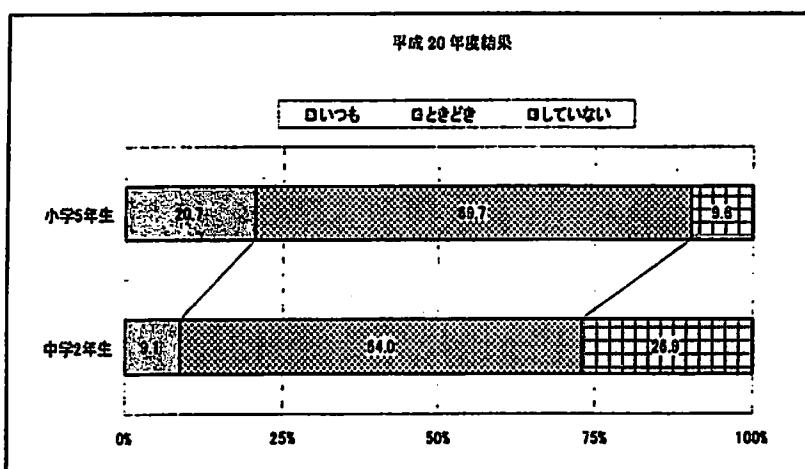
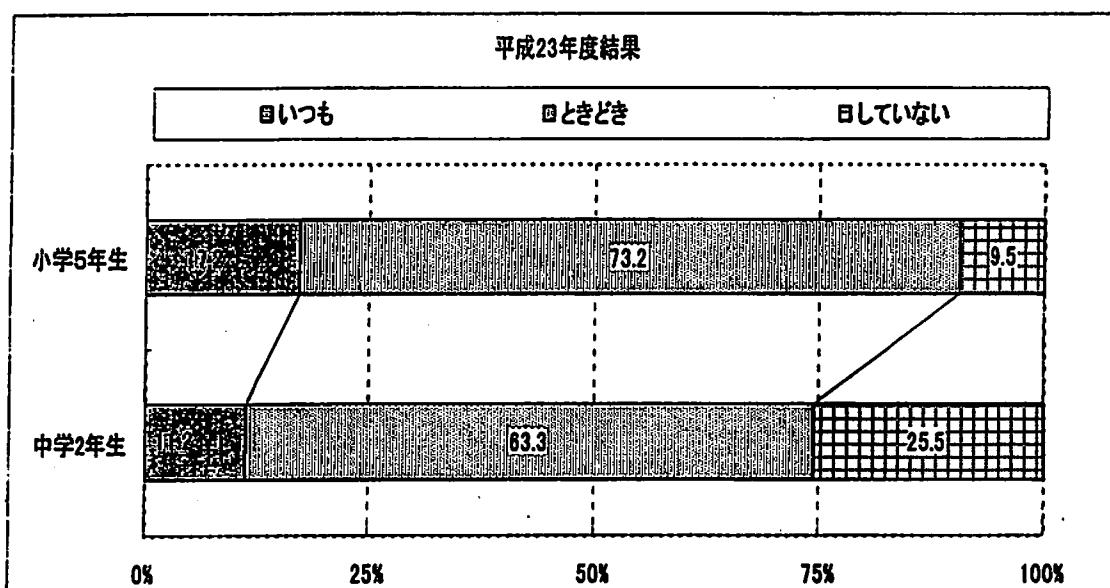
1. いつも

2. ときどき

3. していない

宗像産のものを使う割合は、中学 2 年生よりも小学 5 年生の方が高く、平成 20 年度と同様の傾向を示した。

中学 2 年生では 20 年度結果に比べ「いつも」の割合が増加し、「していない」割合が減少している。



調査対象：小学5年生、中学2年生

(16) あなたは、宗像産の食材が収穫、生産されている場に行った事がありますか。一つ選んで○をつけてください。

1. ある

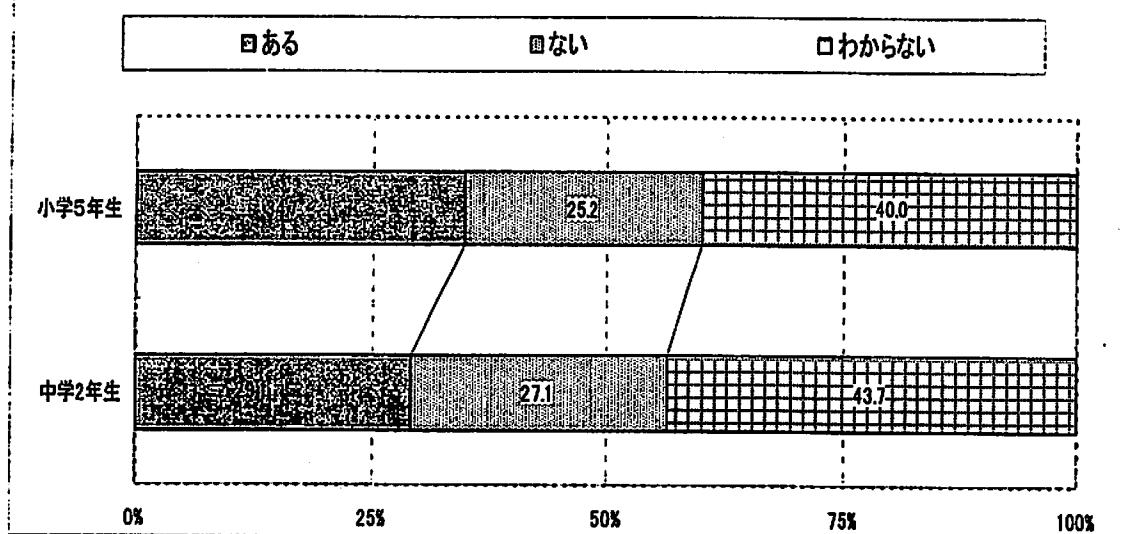
2. ない

3. わからない

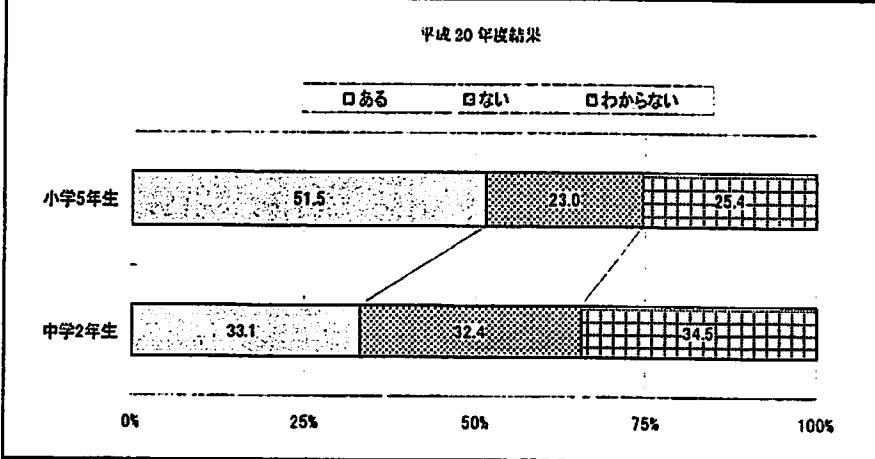
年齢が上がるほどに体験活動は増えるはずであるが、宗像産の食材が収穫・生産されている場に行ったことがあると回答した割合は、中学2年生よりも小学5年生の方が高く、平成20年度と同じ傾向を示した。

また、平成20年度に比べ、小学5年生、中学2年生いずれも「ある」の割合が減少し、「ない」の割合が増加している。

平成23年度結果



平成20年度結果



調査対象：小学2年生、小学5年生

(17) あなたは、毎日元気にすごしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. とても元気である  | 2. まあまあ元気である |
| 3. あまり元気ではない | 4. 元気ではない    |

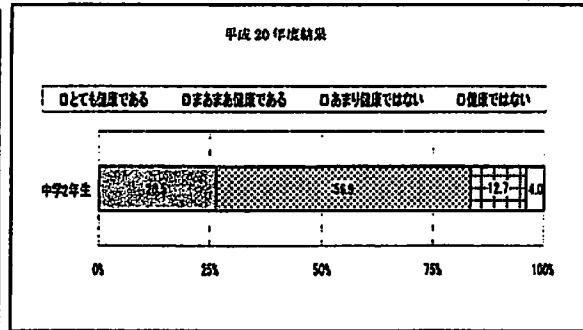
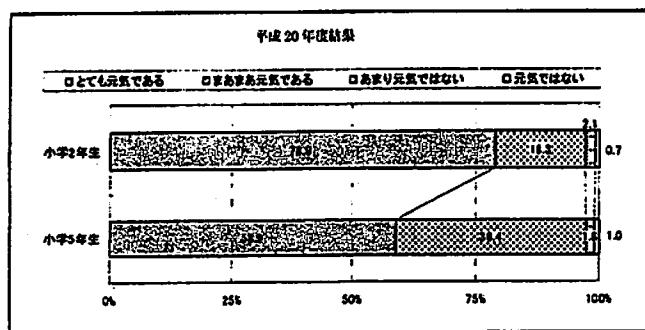
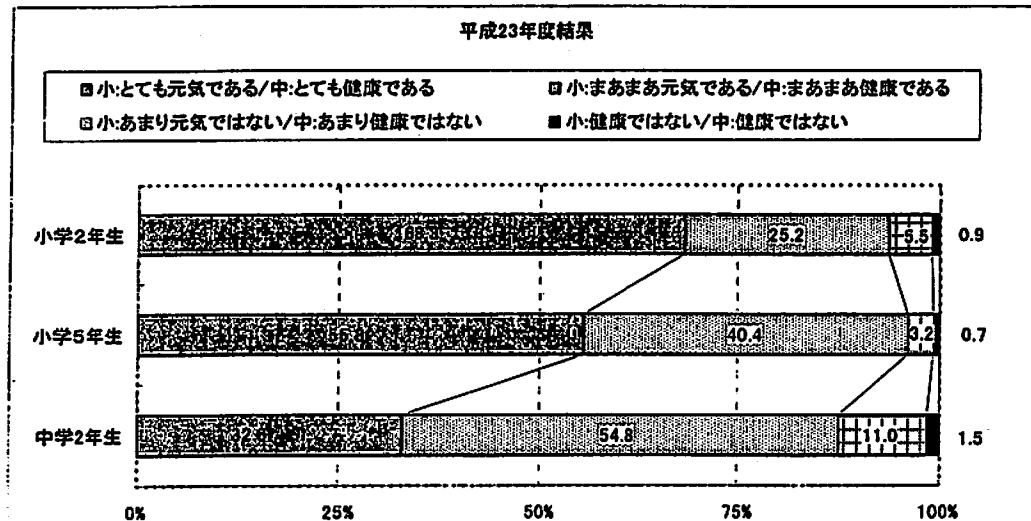
調査対象：中学2年生

(18) あなたは、最近一ヶ月の自分の健康状態をどのように感じていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. とても健康である  | 2. まあまあ健康である |
| 3. あまり健康ではない | 4. 健康ではない    |

「とても元気である」と回答した割合は学年があがるにしたがい低くなる傾向となった。

平成20年度と比較すると、小学2年生、5年生ともに「とても元気である」「まあまあ元気である」が全体に占める割合が減少し、「あまり元気ではない」「元気ではない」の割合が増加している。中学2年生では「とても健康である」の割合が増加し、「あまり健康ではない」「健康ではない」の割合が減少していた。



調査対象：中学2年生

(19) あなたは、日頃健康に気をつけていますか。一つ選んで○をつけてください。

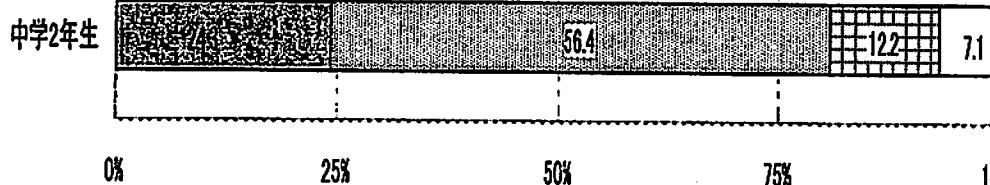
- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 1. 気をつけている     | 2. ある程度は気をつけている |
| 3. あまり気をつけていない | 4. 気をつけていない     |

日頃健康に「気をつけている」「ある程度は気をつけている」と回答した割合は、全体の約8割を占めるという結果となった。

平成20年度と比較して「気をつけている」割合は増加したが、「気をつけていない」割合もまた、わずかであるが増加している。

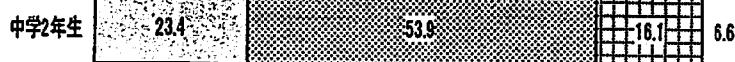
平成23年度結果

□気をつけている □ある程度は気をつけている □あまり気をつけていない □気をつけていない



平成20年度結果

□気をつけている □ある程度は気をつけている □あまり気をつけていない □気をつけていない



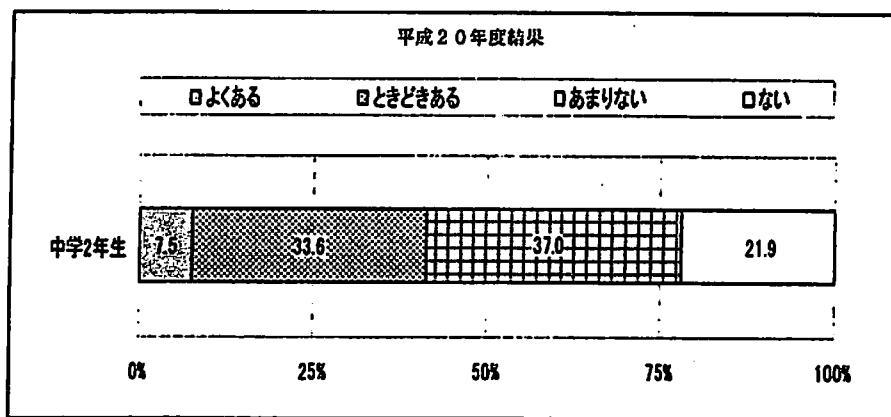
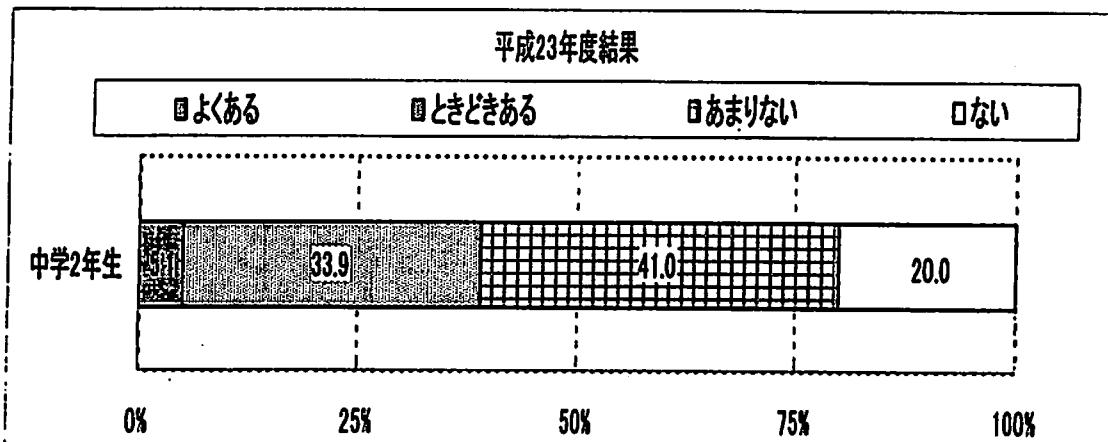
調査対象：中学2年生

(20) あなたは、健康について不安を感じることがありますか。一つ選んで○をつけてください。

- |         |           |          |       |
|---------|-----------|----------|-------|
| 1. よくある | 2. ときどきある | 3. あまりない | 4. ない |
|---------|-----------|----------|-------|

健康について不安に感じることが「よくある」と回答した割合は5.1%で、「ときどきある」と回答した割合も合わせると39.0%となり、平成20年度に比べ減少している。

健康について不安を感じることが「あまりない」と回答した割合が増加したが、「ない」と回答した割合が若干減少している。



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(21) あなたは、学校がある日の前日は、何時ごろ寝ますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 9時前

2. 9時1分～10時

3. 10時1分～11時

4. 11時1分～12時

5. 12時1分～

学年が上がるにしたがい就寝時刻は遅くなるが、特に中学2年生では、11時以降に就寝する割合が全体の約半分を占めるという結果となった。

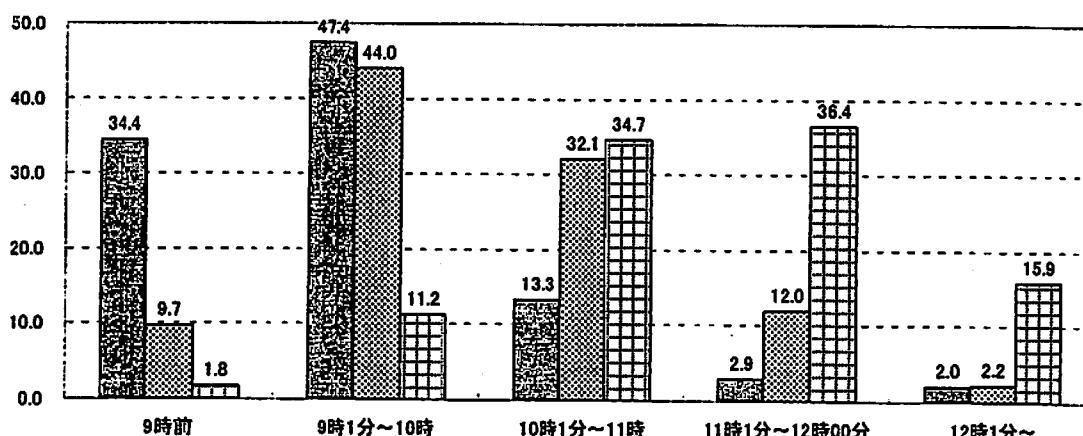
平成20年度と比較すると、中学2年生は12時以降に寝る割合が大幅に減少しており、11時以降に就寝する割合も20年度の66.8%から減少している。小学5年生では12時以降に就寝する割合が若干減少したが、小学2年生では12時以降に就寝する割合が若干増加している。

国との比較では、小学5年生、中学2年生ともに市の方が全体的に寝る時刻が遅いという結果となった。

特に中学2年生の12時以降に寝る割合は、市が15.9%もいるのに対し、国の結果では9.4%であり、依然として大きな差があることがわかった。

平成23年度結果(横グラフ)

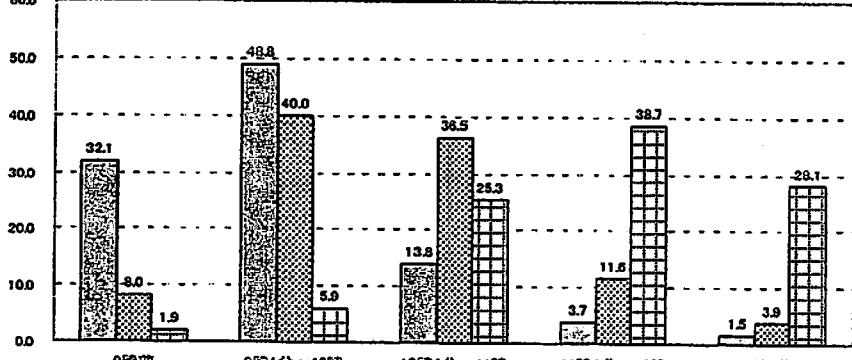
□ 小学2年生 □ 小学5年生 □ 中学2年生



平成20年度

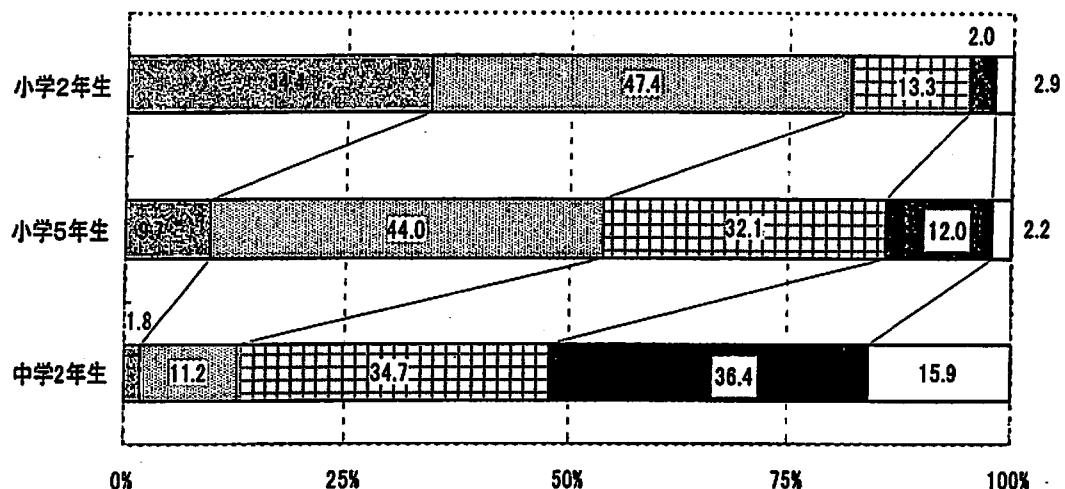
横グラフ

□ 小学2年生 □ 小学5年生 □ 中学2年生

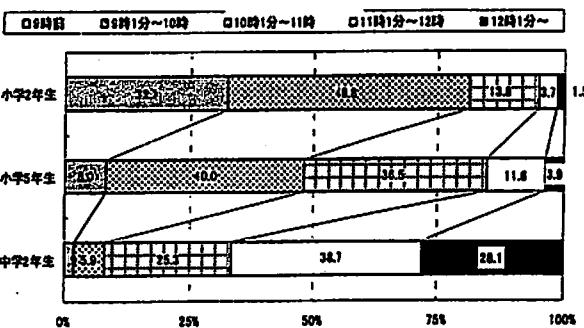


平成23年度結果

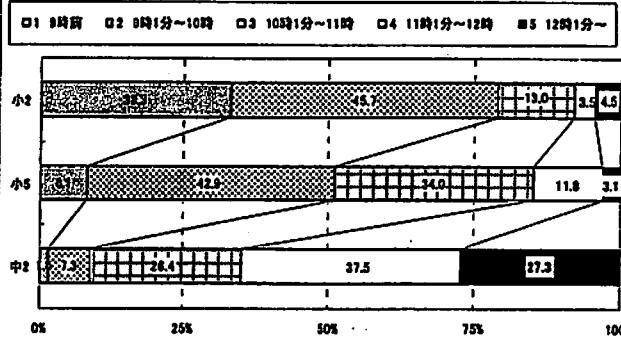
□9時前 □9時1分～10時 □10時1分～11時 □11時1分～12時00分 □12時1分～



平成 20 年度結果

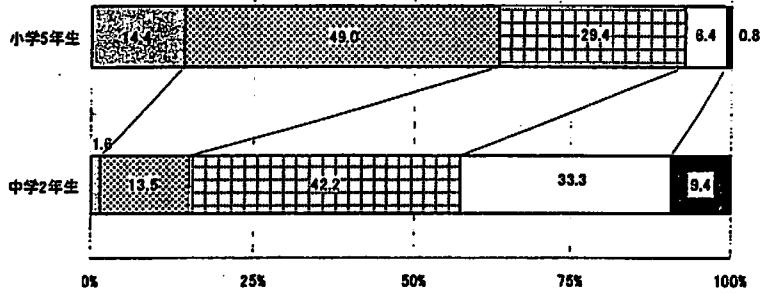


平成17年度結果



19年度国調査(寝る時間)

□9時前 □9時1分～10時 □10時1分～11時 □11時1分～12時 □12時1分～



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

(22) あなたは、学校がある日は、何時ごろ起きますか。一つ選んで○をつけてください。

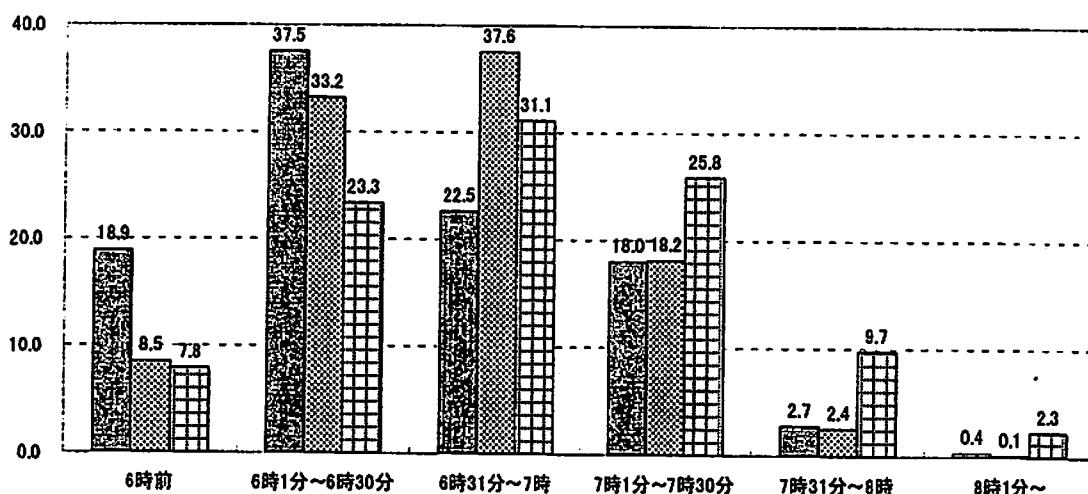
- |               |               |             |
|---------------|---------------|-------------|
| 1. 6時前        | 2. 6時1分～6時30分 | 3. 6時31分～7時 |
| 4. 7時1分～7時30分 | 5. 7時31分～8時   | 6. 8時1分～    |

就寝時刻と同様に、学年が上がるにしたがい起きる時刻は遅くなる傾向があるが、7時31分以降に起きる割合は、小学5年生が一番低いという結果となった。これは、平成20年度と同様の結果であった。また、どの学年においても7時31分以降に起きる割合は、平成20年度に比べ減少している。

国の結果と比較すると、市の方が全体的に起きる時刻が遅いという結果となった。特に、中学2年生では7時31分以降に起きる割合が、市が12.0%であるのに対し、国は2.0%であり、依然として大きな差があることがわかった。

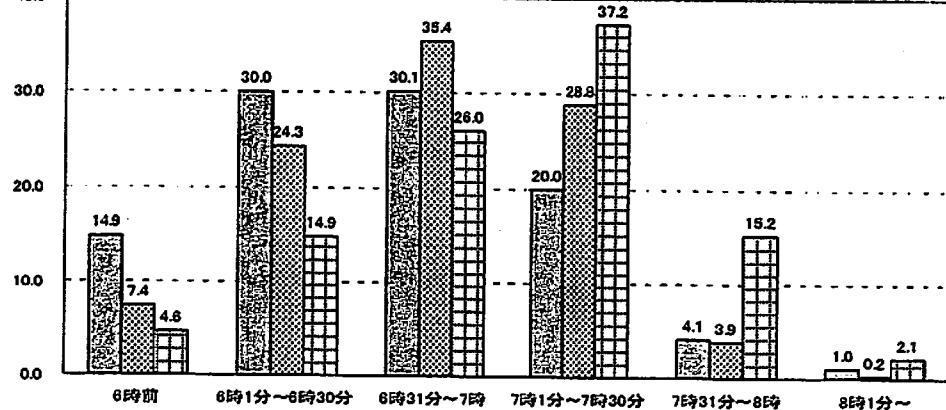
平成23年度結果(横グラフ)

[□ 小学2年生 □ 小学5年生 □ 中学2年生]



平成20年度結果 棒グラフ

[□ 小学2年生 □ 小学5年生 □ 中学2年生]



平成23年度結果

□6時前 □6時1分～6時30分 □6時31分～7時 □7時1分～7時30分 □7時31分～8時 □8時1分～

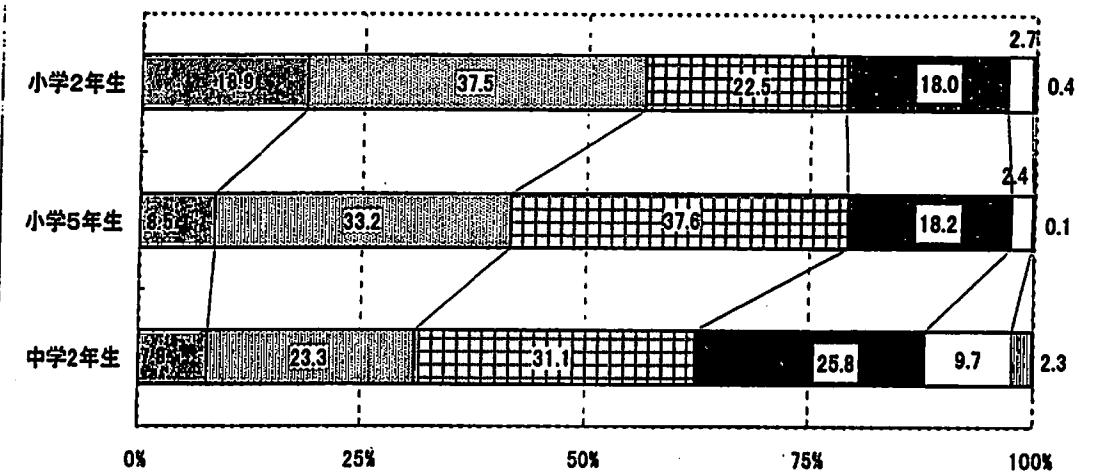
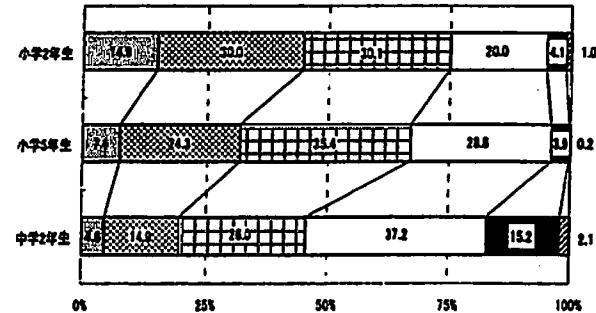


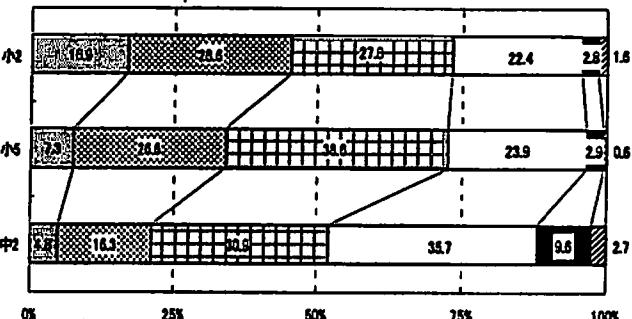
図27

□6時前 □6時1分～6時30分 □6時31分～7時 □7時1分～7時30分 □7時31分～8時 □8時1分～



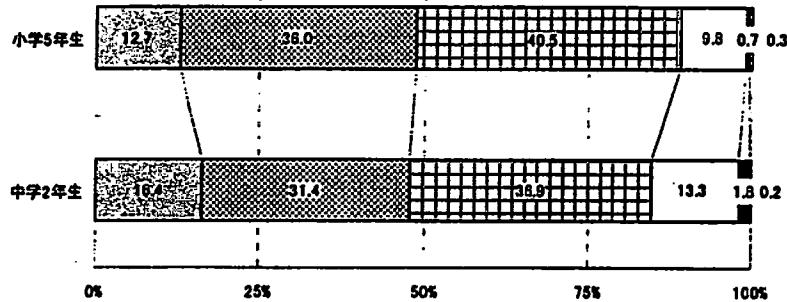
平成17年度結果

□1 6時前 □2 6時1分～6時30分 □3 6時31分～7時  
□4 7時～7時30分 □5 7時31分～8時 □6 8時1分～



平成19年度国調査(起きる時間)

□6時前 □6時1分～6時30分 □6時31分～7時 □7時1分～7時30分 □7時31分～8時 □8時1分～



調査対象：小学2年生、小学5年生、中学2年生

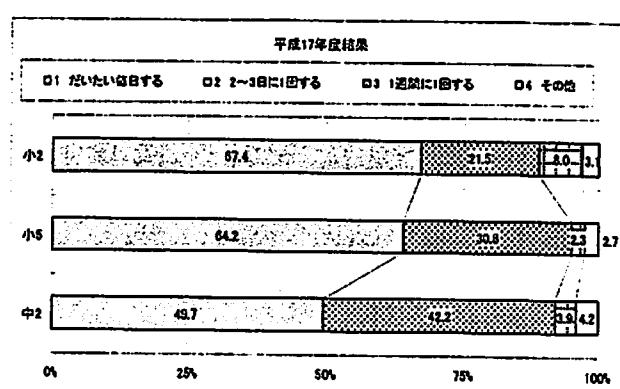
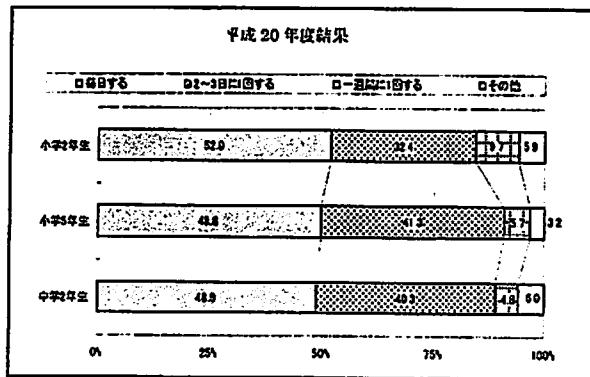
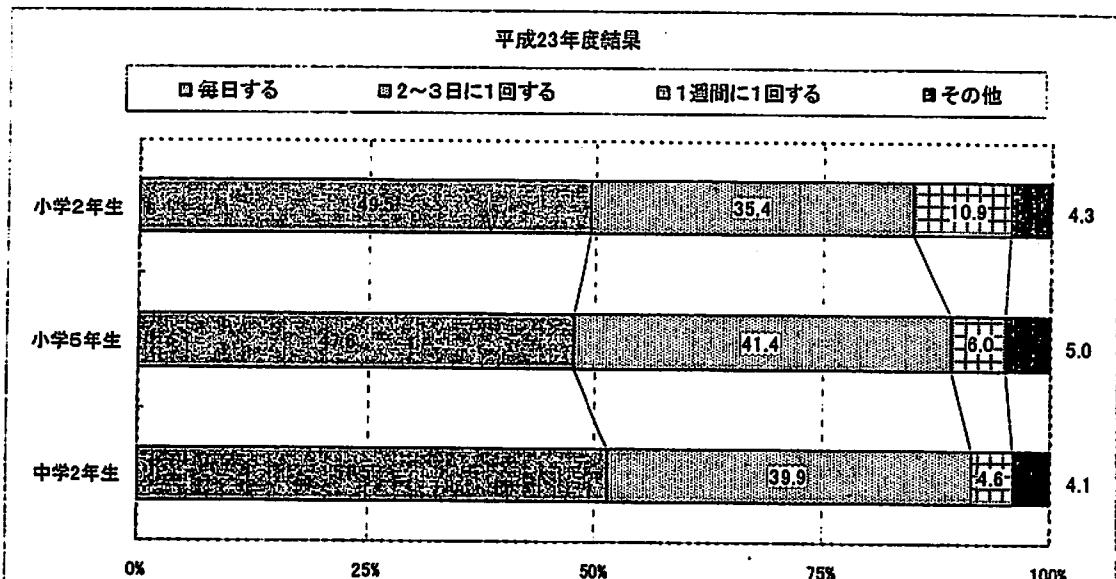
(23) あなたは、毎日排便(うんち)をしますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 每日する  
3. 一週間に1回する

2. 2~3日に1回する  
4. その他 ( )

学年による大きな差はみられなかったが、平成20年度と比較すると、小学生における排便の頻度が少なくなってきており、「毎日する」割合が小学2年生、小学5年生ともに減少するという結果となった。これは平成20年度の傾向と同じであった。

中学2年生では、「毎日する」割合が平成20年度に比べ増加していた。

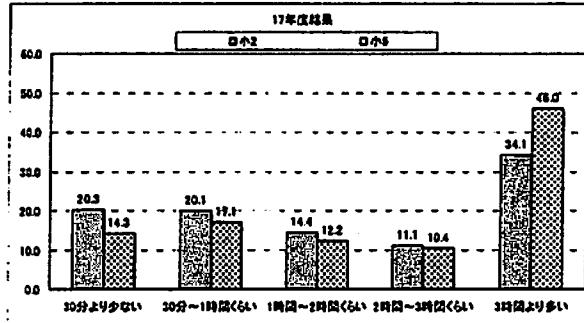
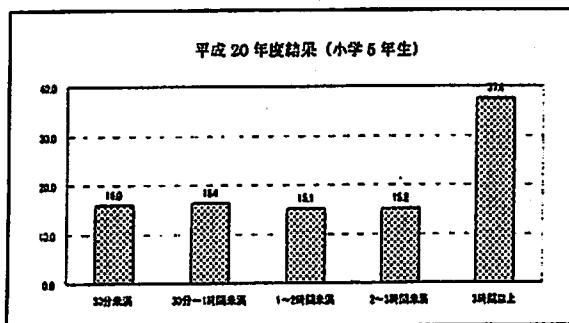
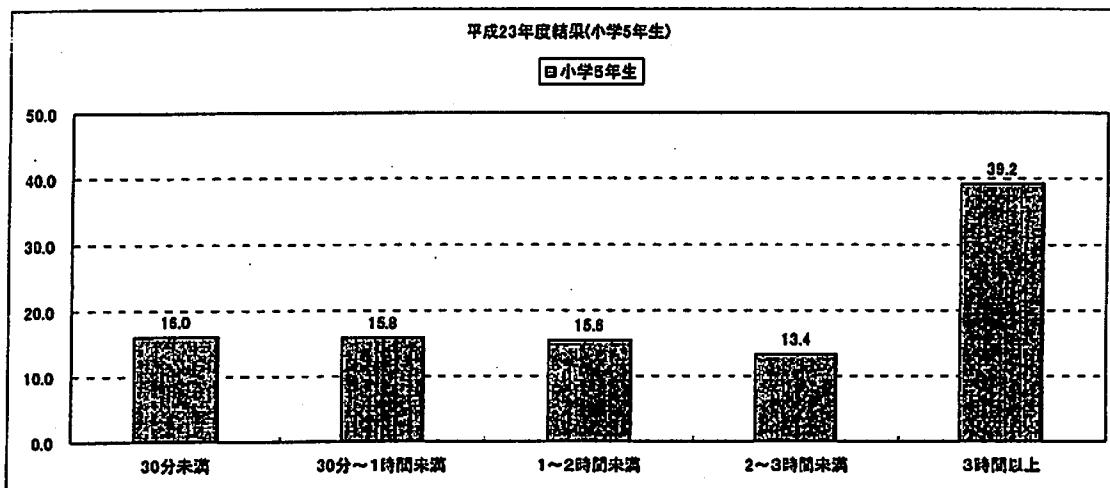


調査対象：小学5年生

(24) あなたは、学校が休みの日、どのくらいの時間、外で遊んだり、運動をしたりしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |            |              |            |
|------------|--------------|------------|
| 1. 30分未満   | 2. 30分～1時間未満 | 3. 1～2時間未満 |
| 4. 2～3時間未満 | 5. 3時間以上     |            |

外で遊ぶ割合は、3時間以上が最も高く39.2%を占めた。これは平成20年度結果の37.4%に比べ若干増加している。



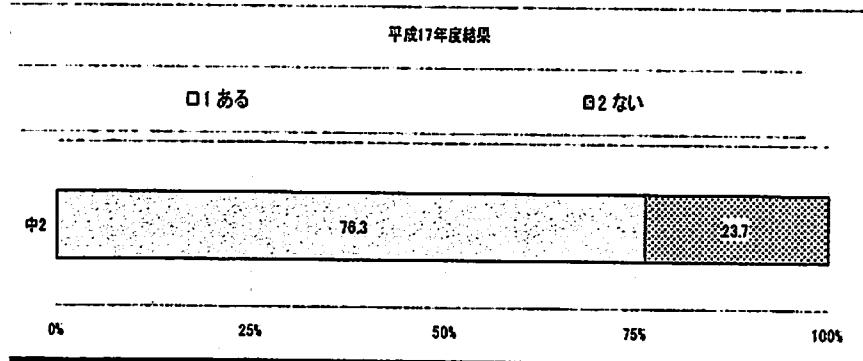
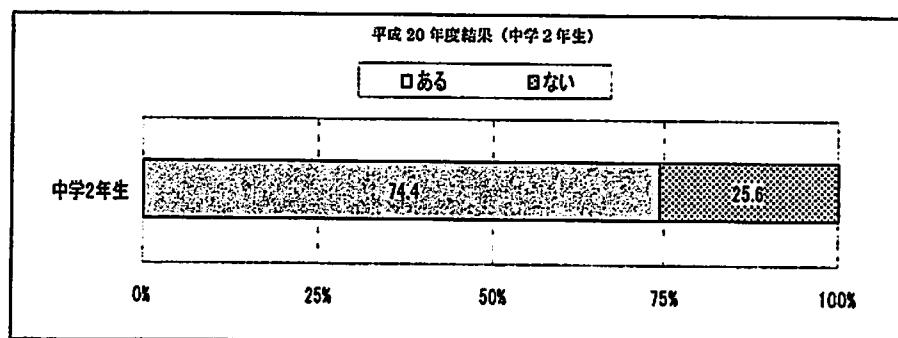
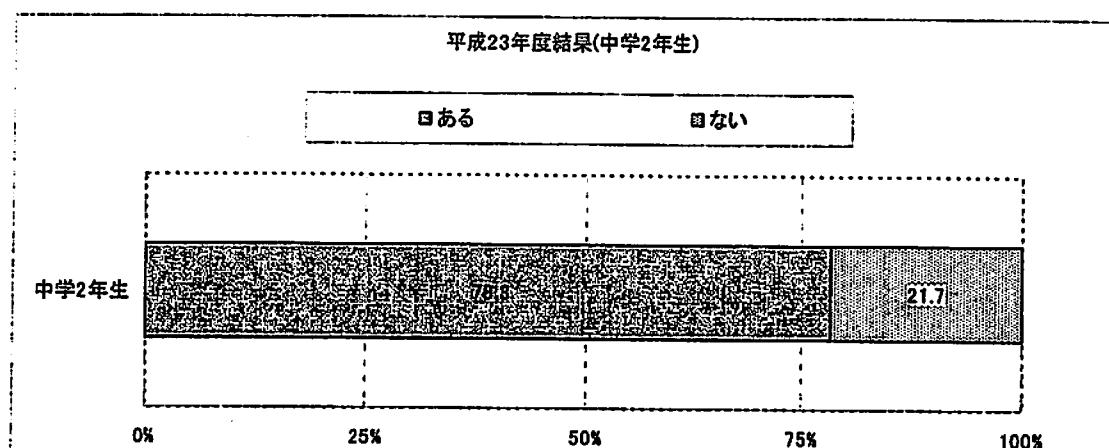
調査対象：中学2年生

(25) あなたは、学校の授業以外で運動をする習慣がありますか。(部活動は含みます。) 一つ選んで○をつけてください。

1. ある

2. ない

運動習慣があると回答した割合は、平成20年度は4.4%に対し、平成23年度は78.3%となり、若干増加した。



#### IV 調査結果（クロス集計）

中学2年生で朝ごはんを「ほとんど食べない」と回答した生徒のうち、42.3%が12時以降に就寝している生徒であった。就寝時刻が遅くなることにより、朝ごはんの欠食率が高くなる傾向がみられた。

また、起床時刻が遅いほど朝ごはんを欠食する傾向もみられた。

朝ごはんの摂取状況と、排便習慣の関連性については、明確にみることはできなかつた。

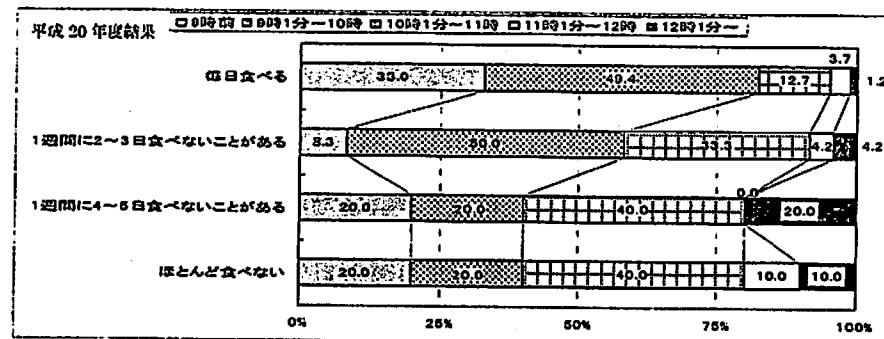
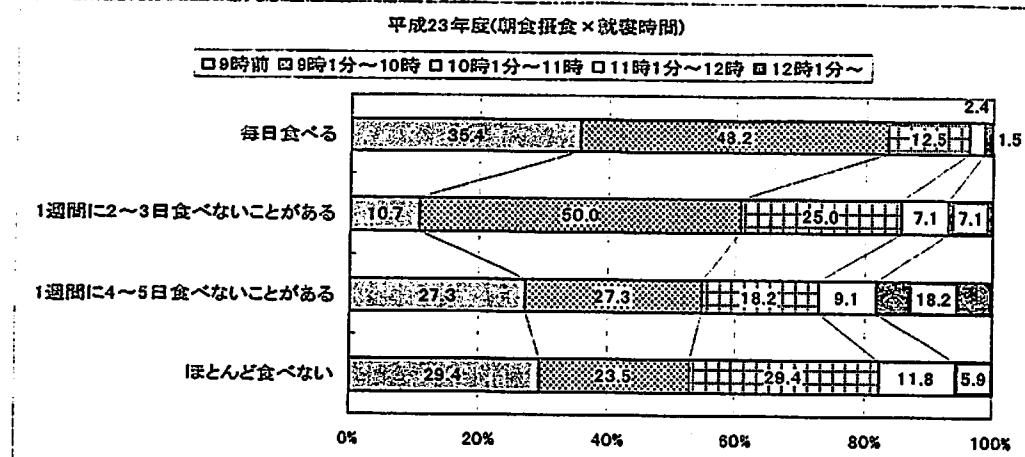
中学2年生では朝ごはんを食べる頻度が多くなるほど、「健康ではない」と回答した割合が減少する傾向見られた。

給食の残食状況と食べ物に感謝して食べることの関連では、給食を「残さない」児童生徒のうち、「いつも」感謝して食べると回答した割合が、「毎日残す」児童生徒よりも高いことが分かった。

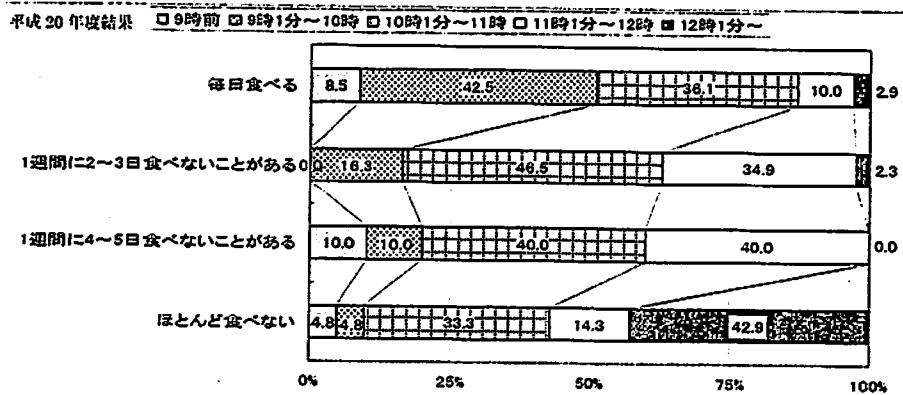
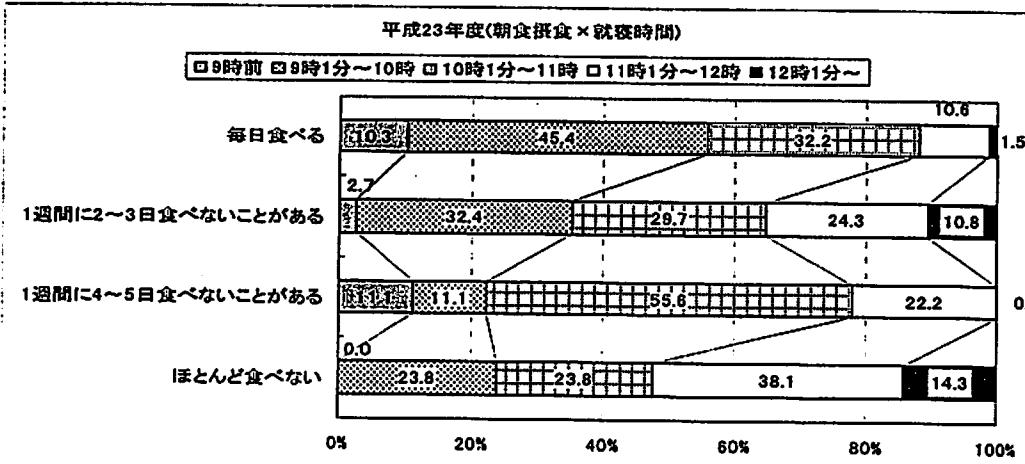
朝食を家族そろって食べる児童生徒は、夕食も家族そろって食べる割合が高いという傾向がみられた。また、小学5年生、中学2年生においては「朝食を一人で食べる」児童生徒は、夕食も一人で食べる割合が「家族そろって食べる」「家族のおとの誰かと食べる」「子どもだけで食べる」児童生徒よりも、若干ではあるが高くなるという傾向がみられた。

## 1 朝食の摂取状況と就寝時刻の関連性

### 小学2年生



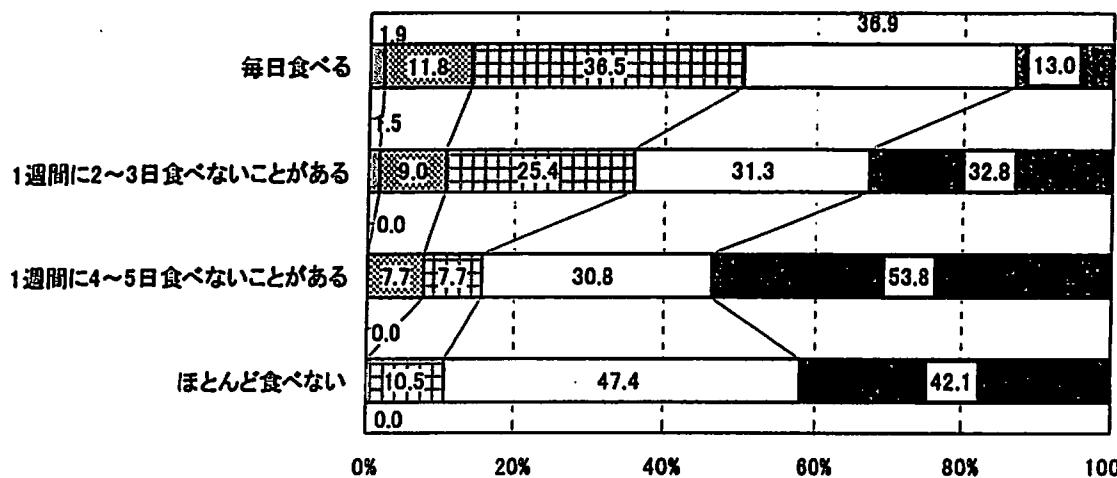
### 小学5年生



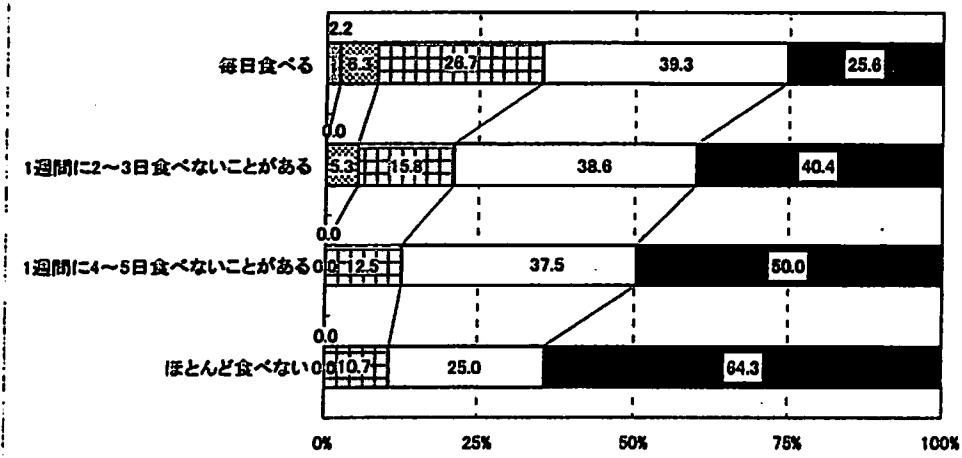
中学2年生

平成23年度(朝食摂食×就寝時間)

□9時前 □9時1分～10時 □10時1分～11時 □11時1分～12時 □12時1分～

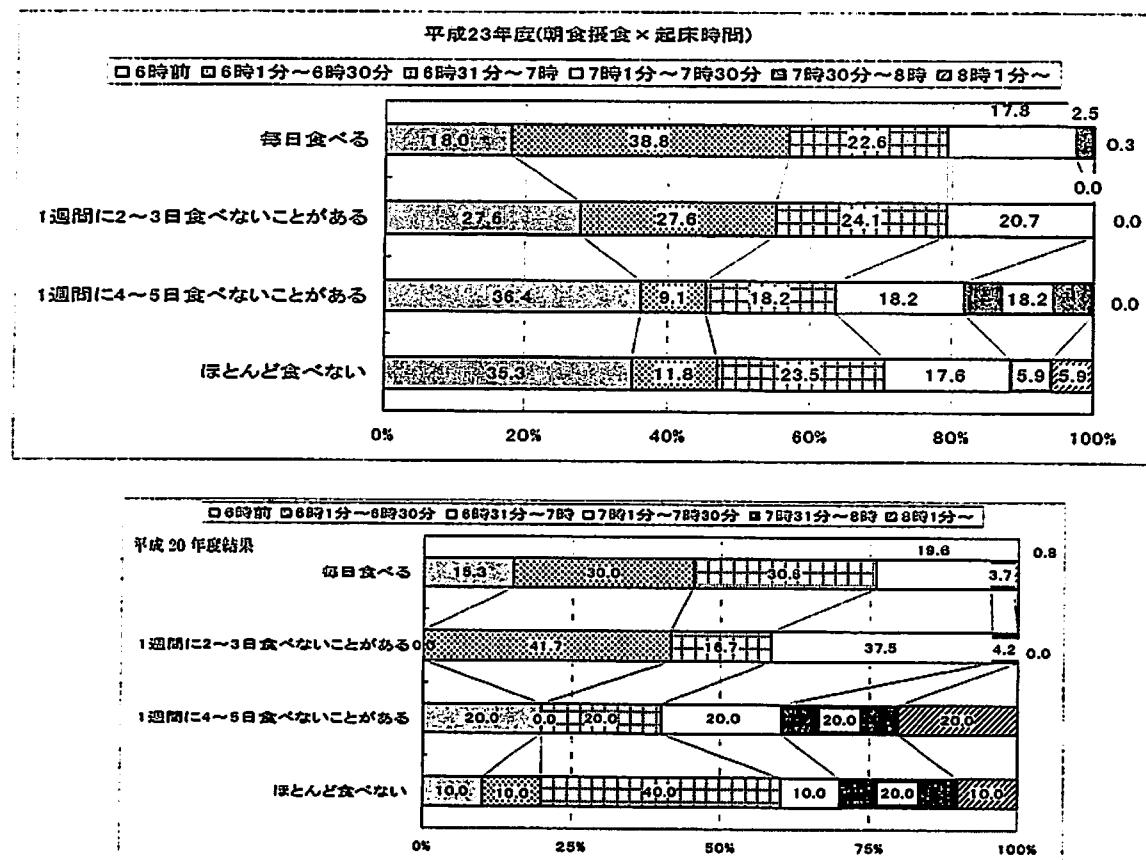


平成20年度結果 □9時前 □9時1分～10時 □10時1分～11時 □11時1分～12時 ■12時1分～

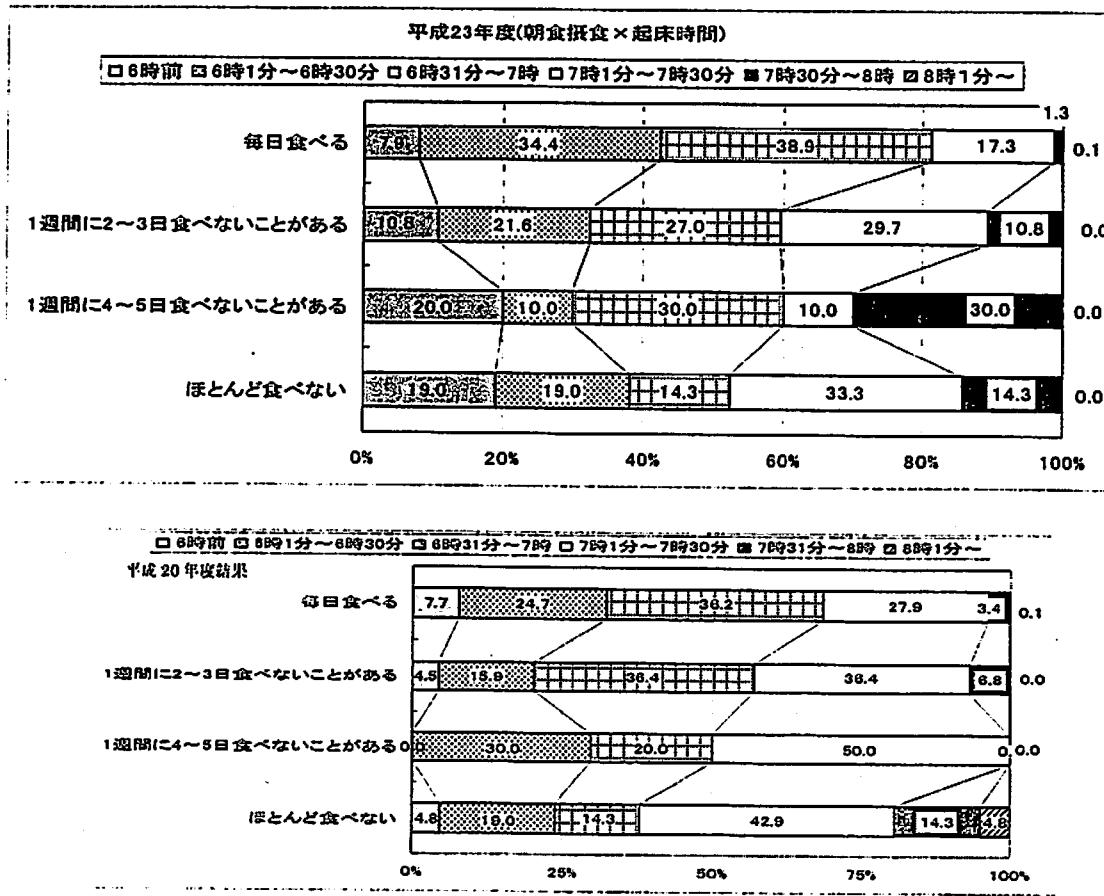


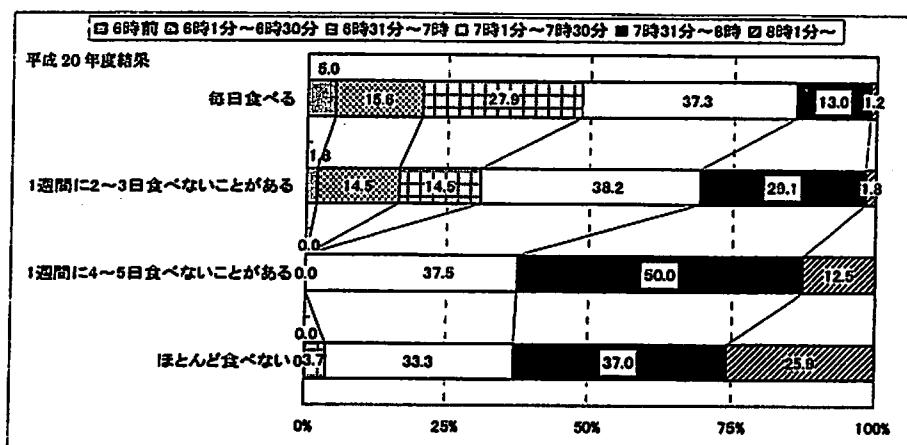
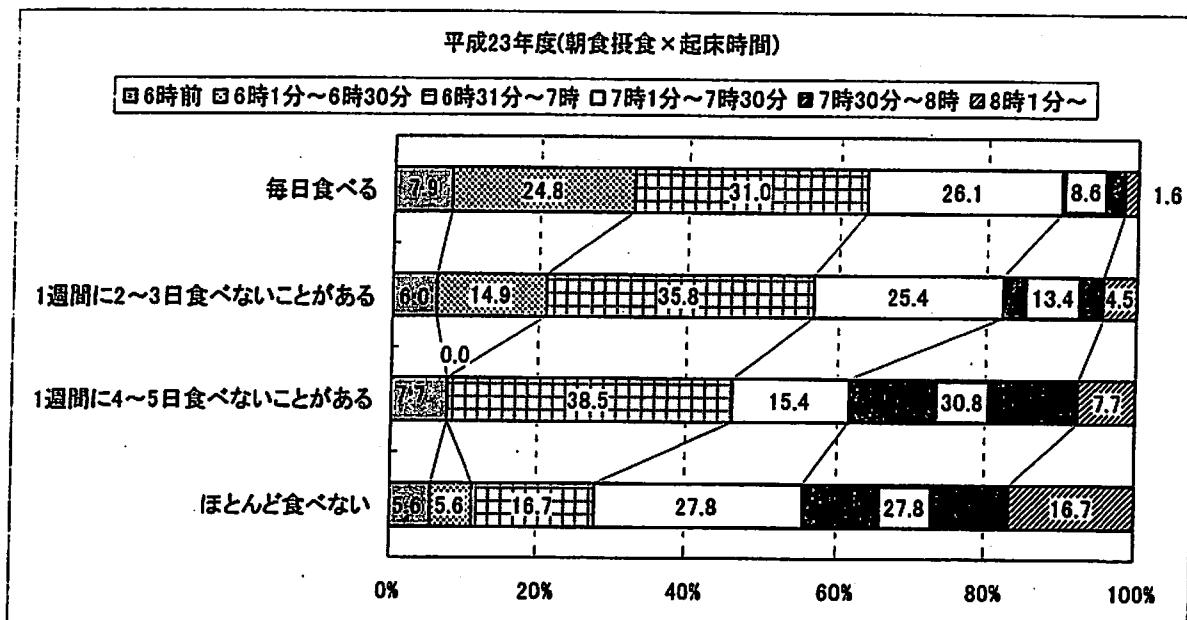
## 2 朝食の摂取状況と起床時間の関連性

### 小学2年生



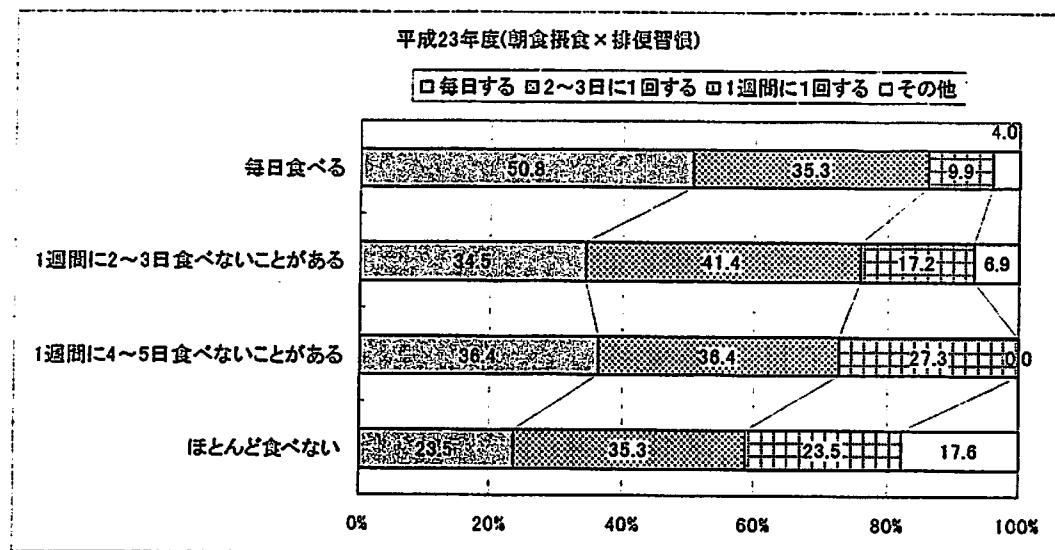
### 小学5年生



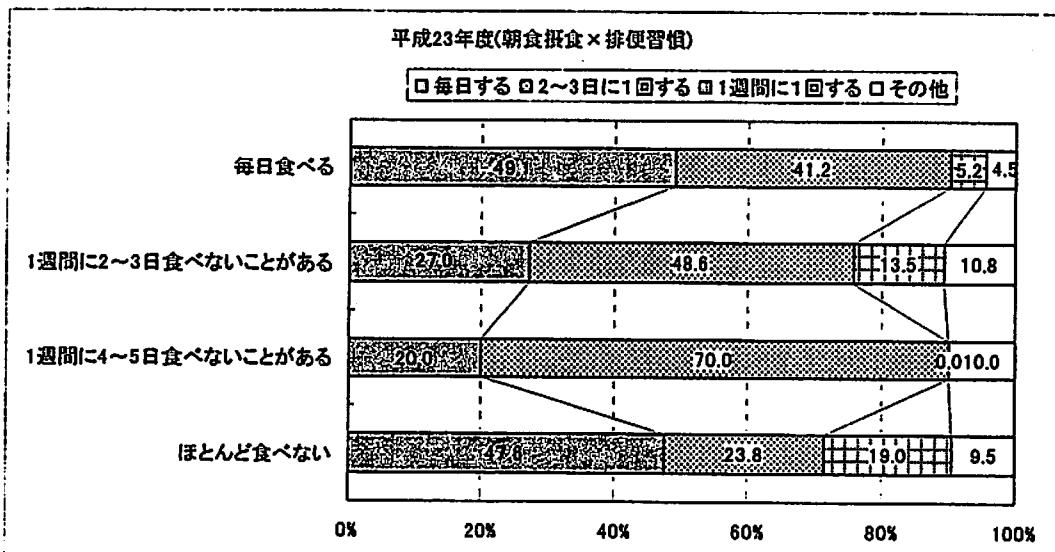


### 3 朝食の摂取状況と排便習慣の関連性

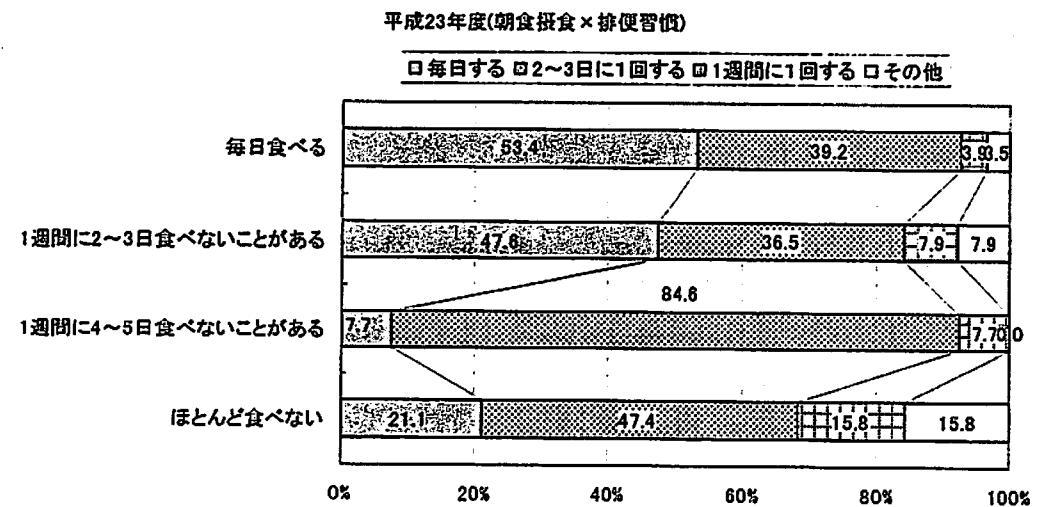
#### 小学2年生



#### 小学5年生

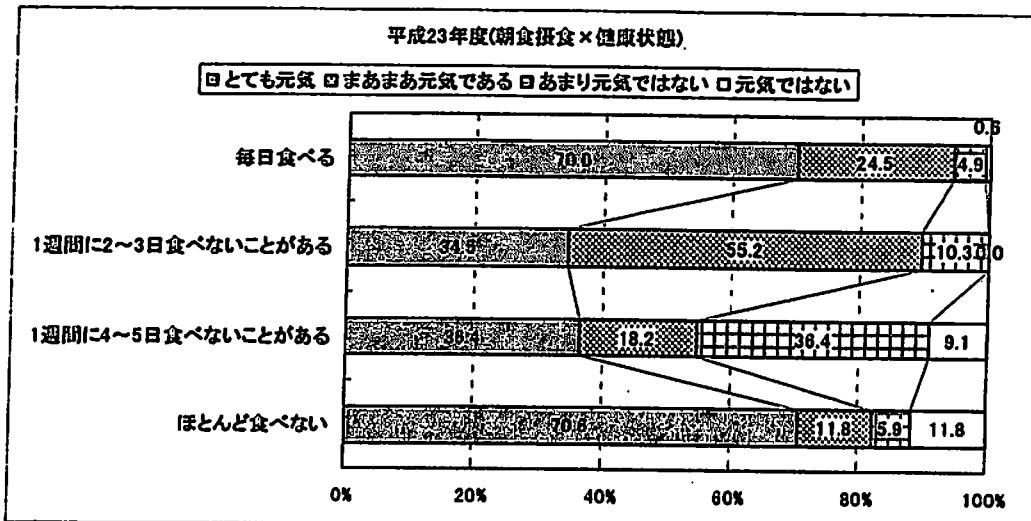


#### 中学2年生

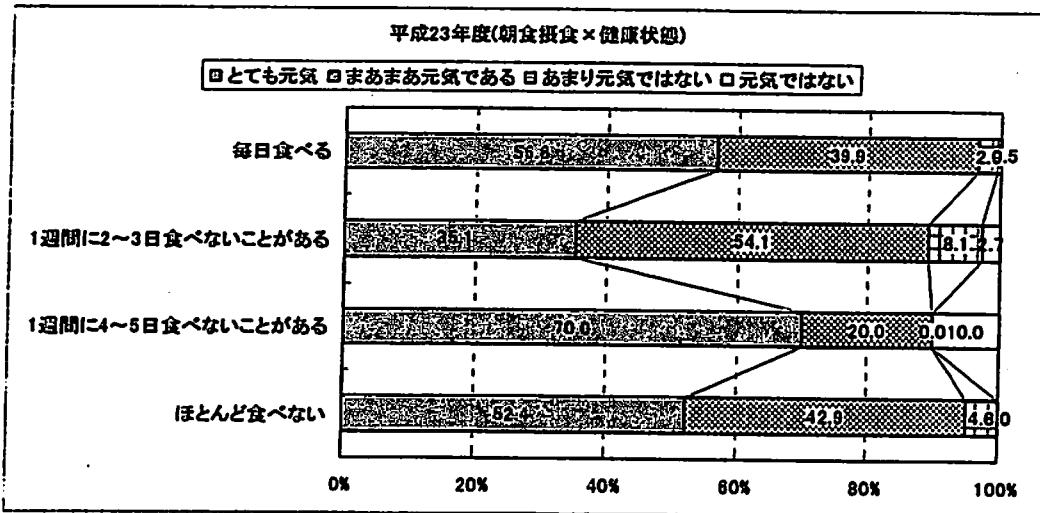


#### 4 朝食の摂取状況と健康状態の関連性

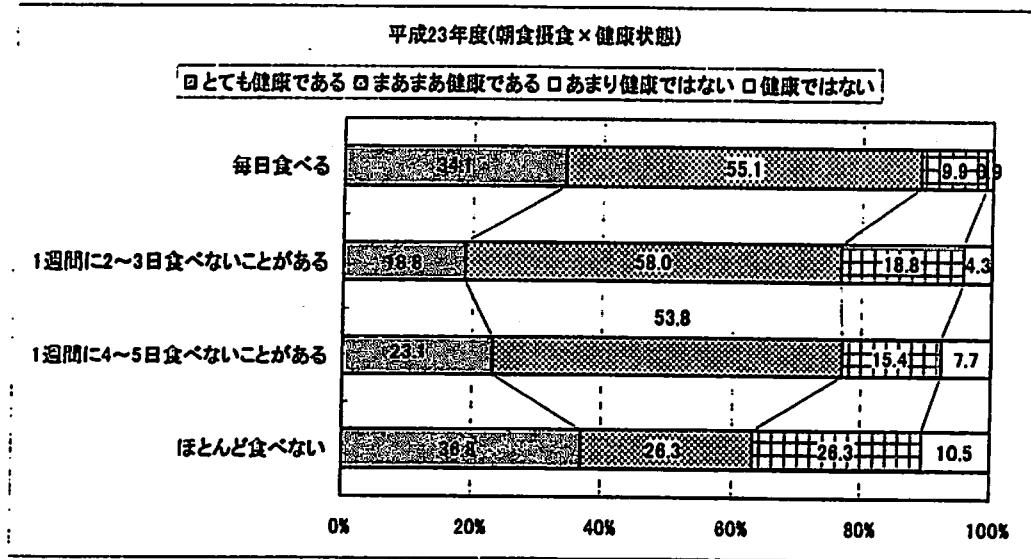
##### 小学2年生



##### 小学5年生

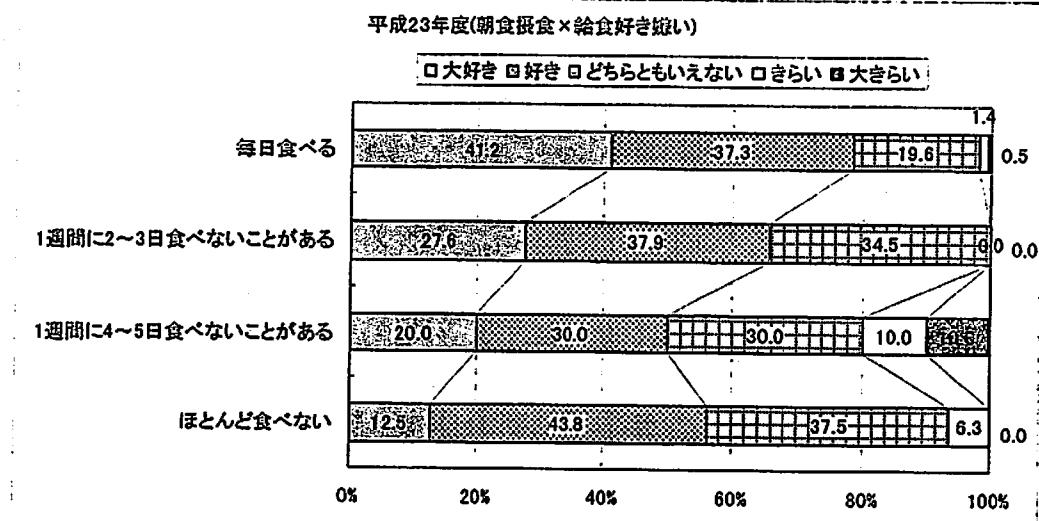


##### 中学2年生

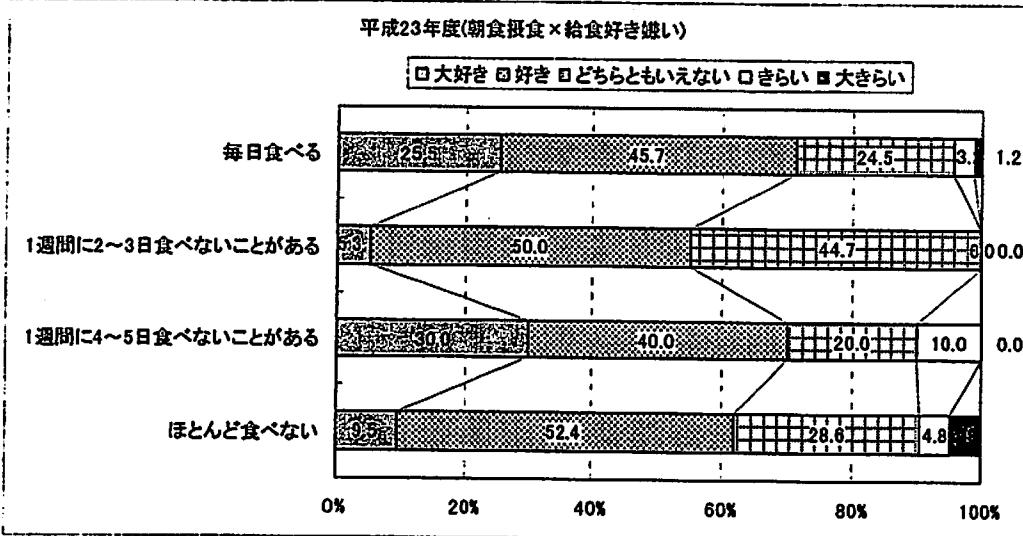


## 5 朝食の摂取状況と給食の好き嫌いの関連性

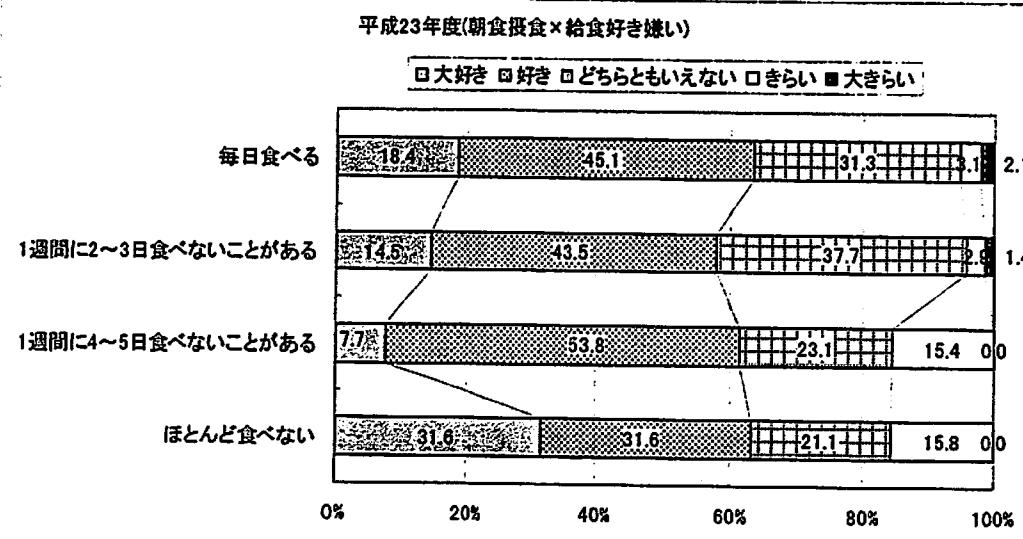
### 小学2年生



### 小学5年生

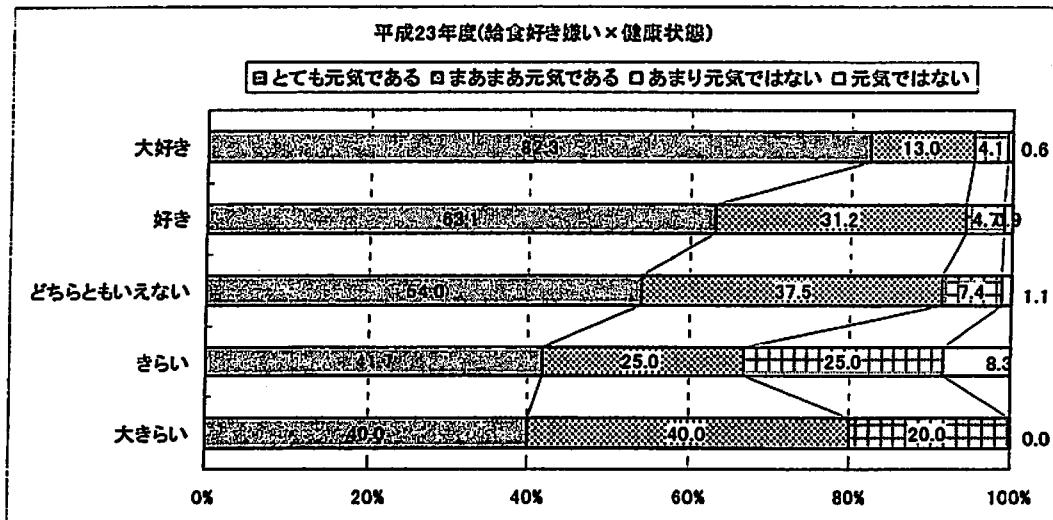


### 中学2年生

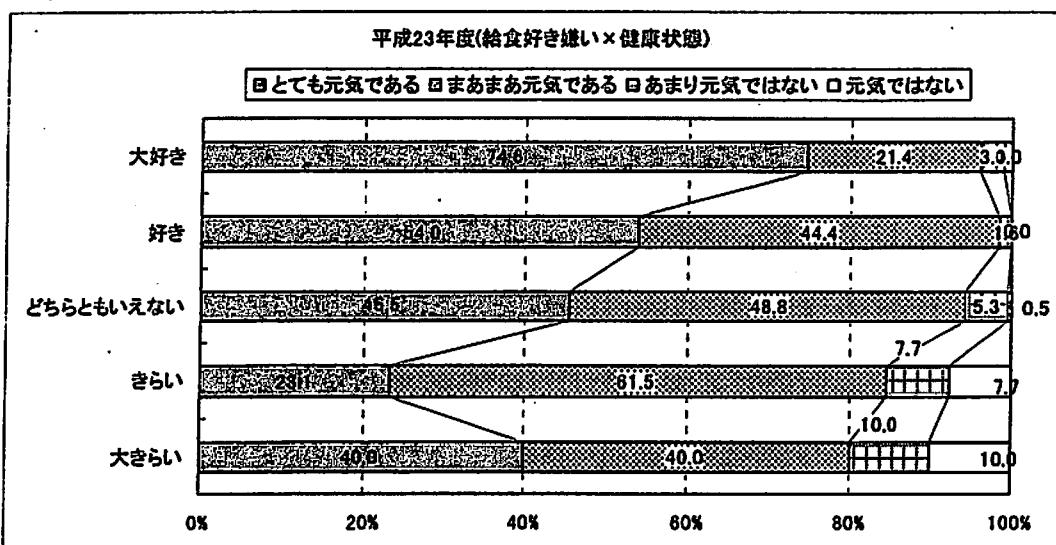


## 6 給食の好き嫌いと健康状態の関連性

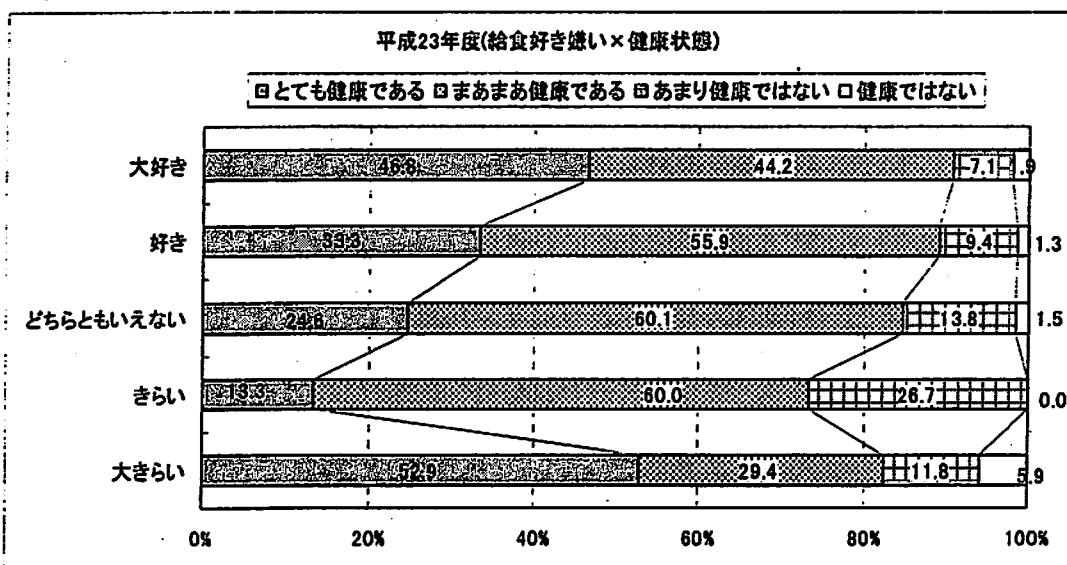
### 小学2年生



### 小学5年生



### 中学2年生

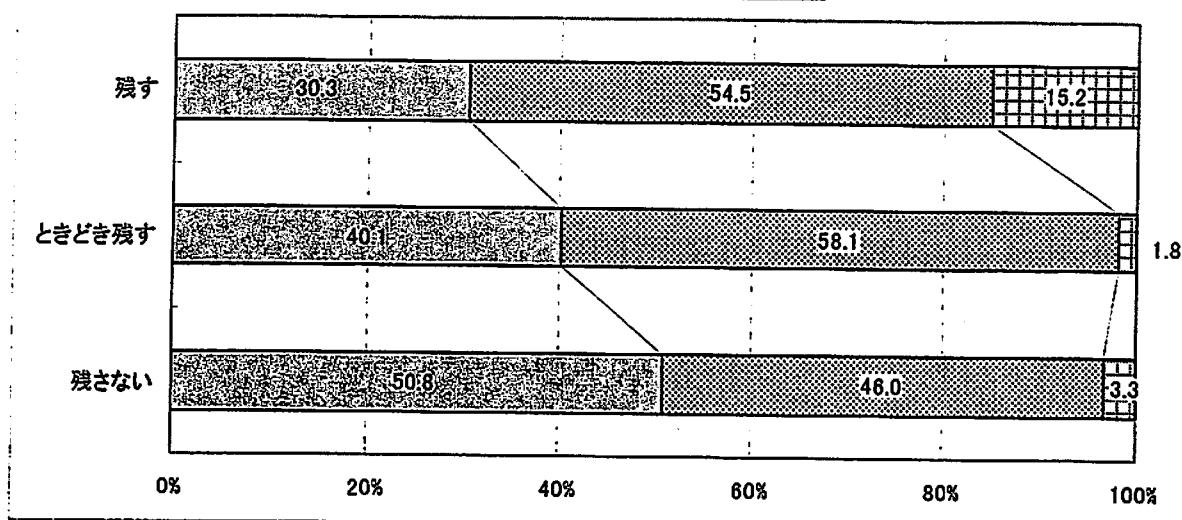


7 給食の残食状況と食べ物への感謝の気持ちの関連性

小学 5 年生

平成23年度(給食残食状況×食への感謝)

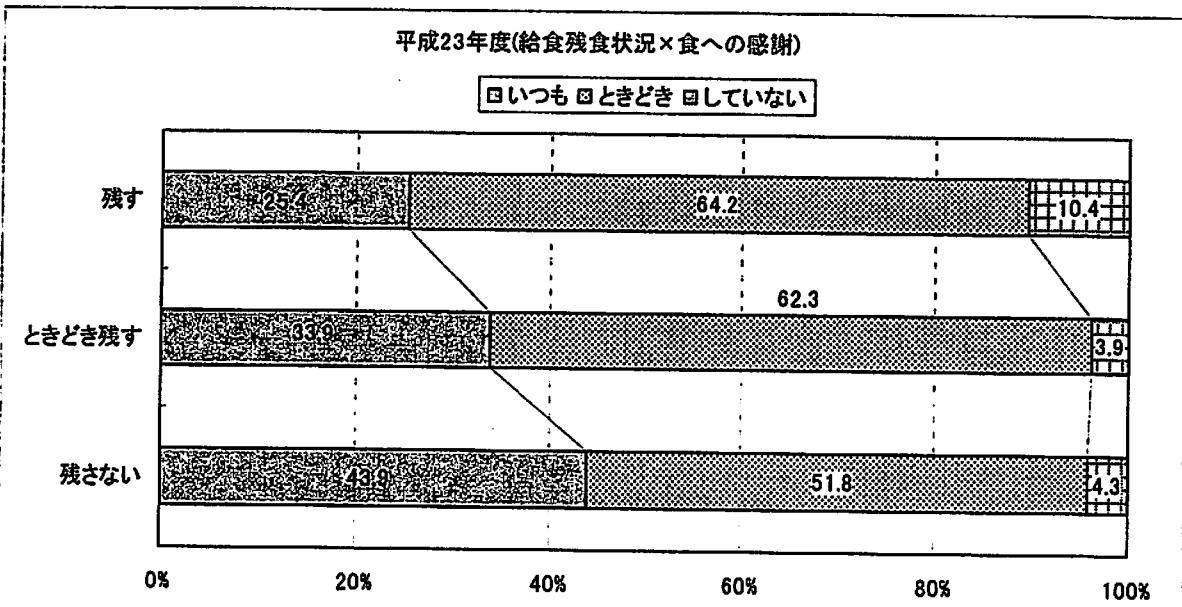
いつも ときどき していない



中学 2 年生

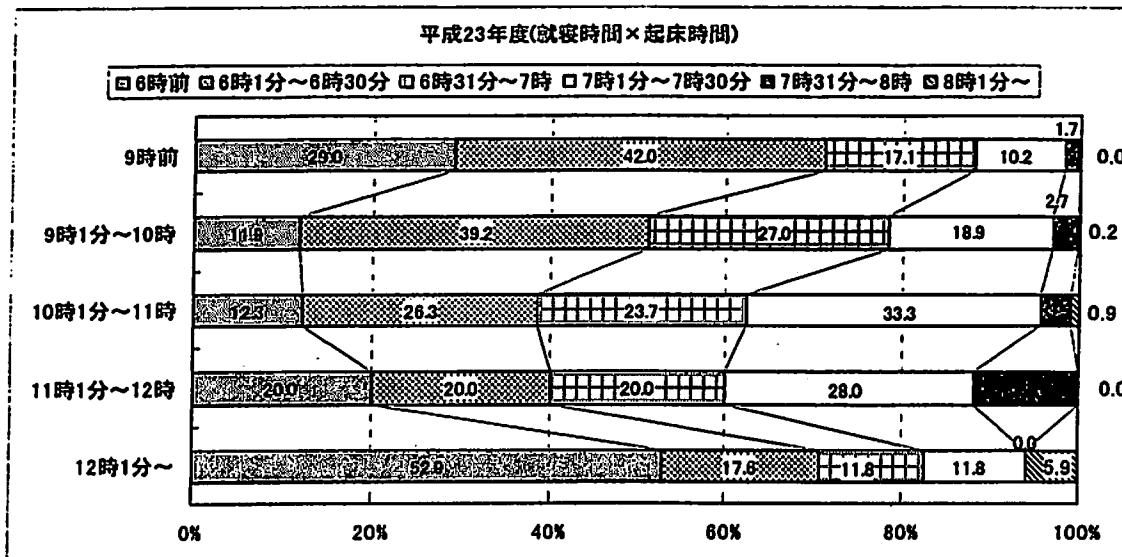
平成23年度(給食残食状況×食への感謝)

いつも ときどき していない

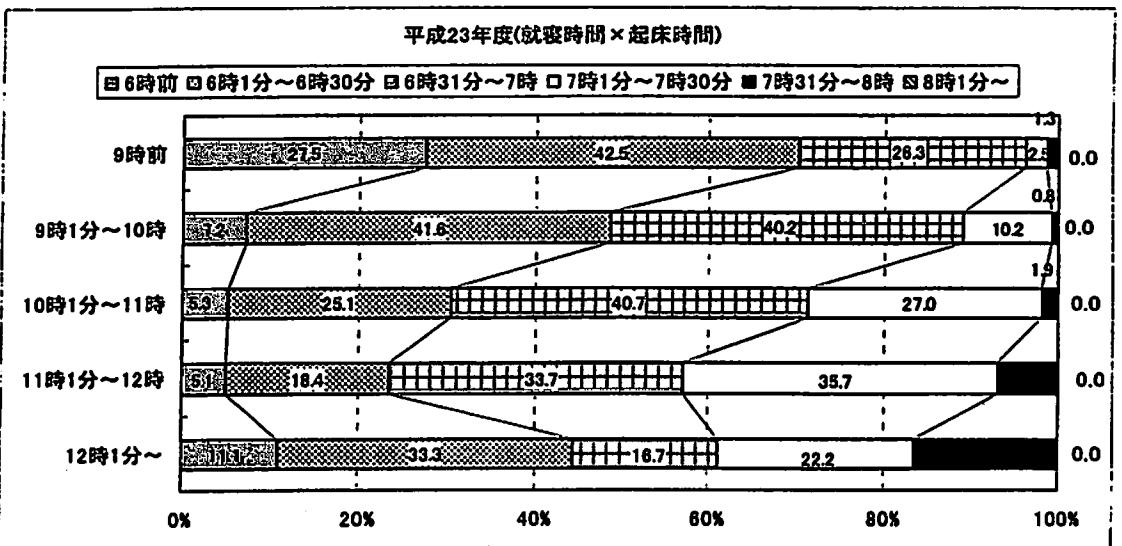


## 8 就寝時刻と起床時刻の関連性

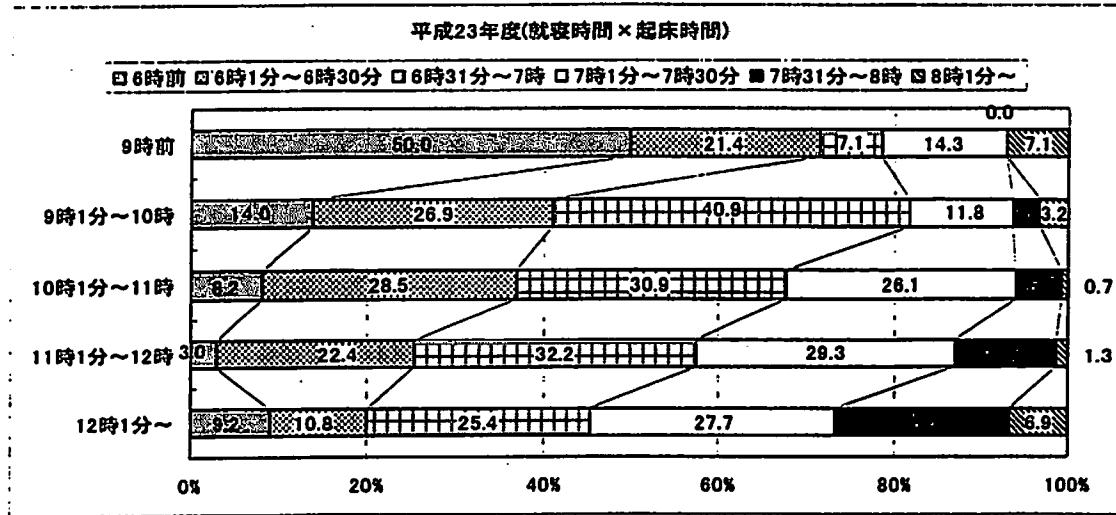
### 小学2年生



### 小学5年生



### 中学2年生



## 9 夕食の共食状況と食事中のマナーの関連性

小学 5 年生

平成23年度(食事マナー×夕食共食)

□いつも 日ときどき □していない

家族そろって食べる

47.7 48.2 4.1

おとの家族の誰かと食べる

42.8 52.2 5.1

子どもだけで食べる

25.7 71.4 2.9

一人で食べる

22.7 72.7 4.5

その他

38.7 58.1 3.2

0% 20% 40% 60% 80% 100%

中学 2 年生

平成23年度(食事マナー×夕食共食)

□いつも 日ときどき □していない

家族そろって食べる

51.6 46.2 2.2

おとの家族の誰かと食べる

58.0 37.9 3.3

子どもだけで食べる

43.4 56.6 0.0

一人で食べる

43.0 46.3 10.0

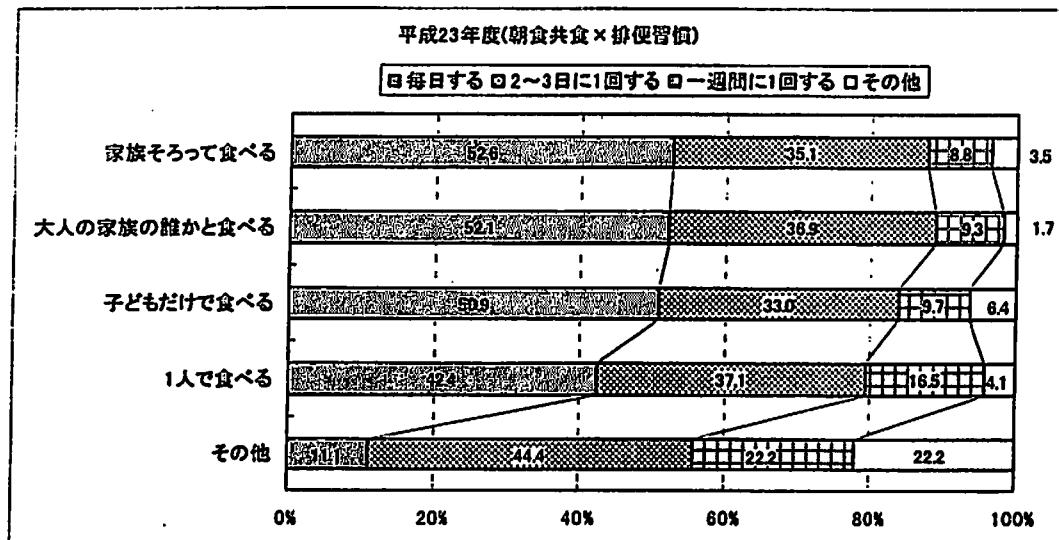
その他

52.5 45.0 2.5

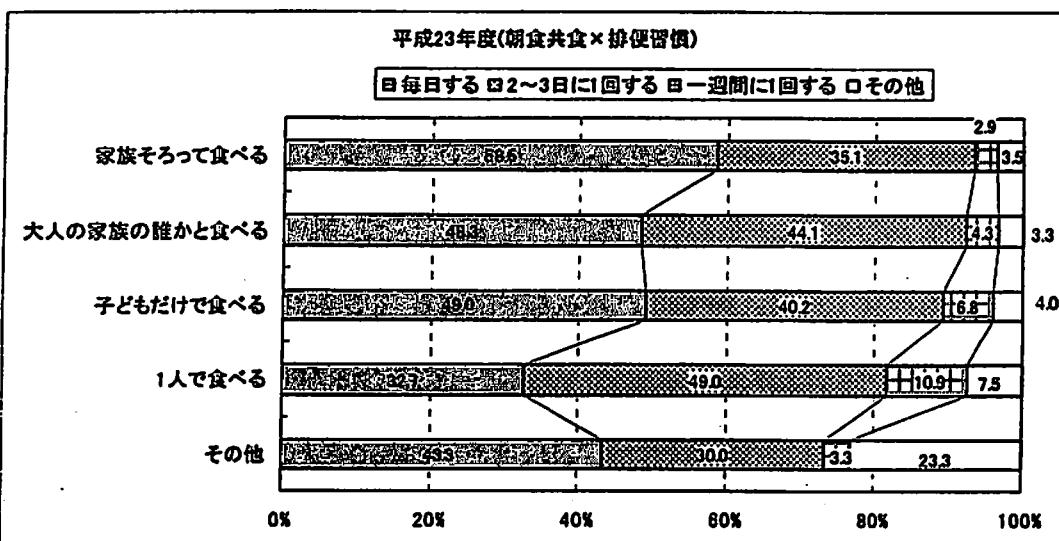
0% 20% 40% 60% 80% 100%

## 10 朝食の共食状況と排便習慣の関連性

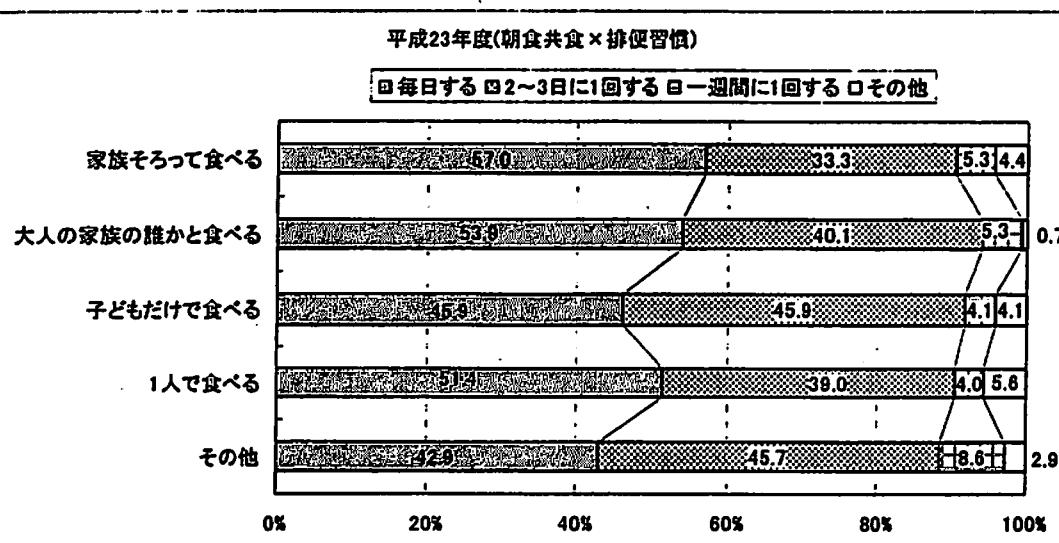
### 小学2年生



### 小学5年生

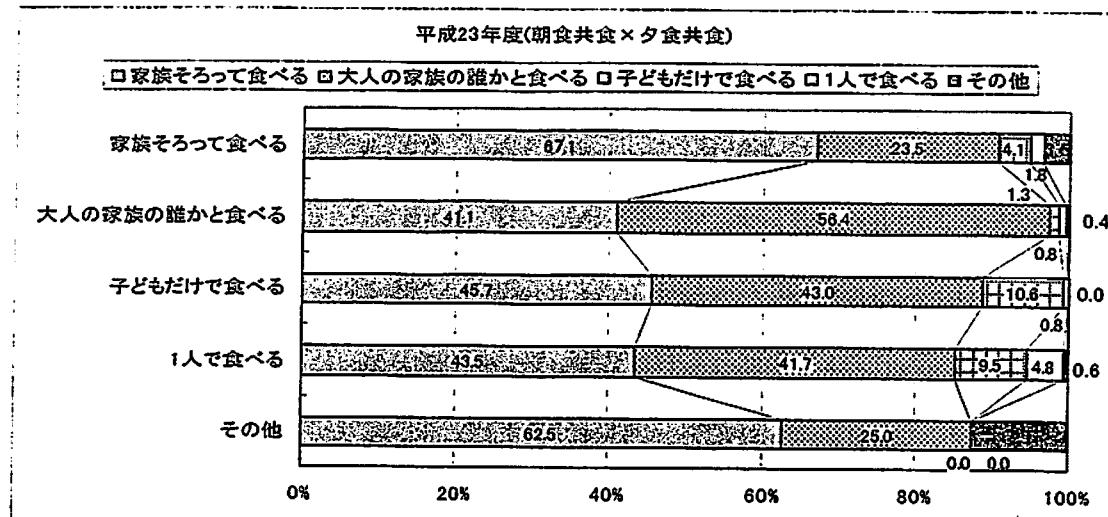


### 中学2年生

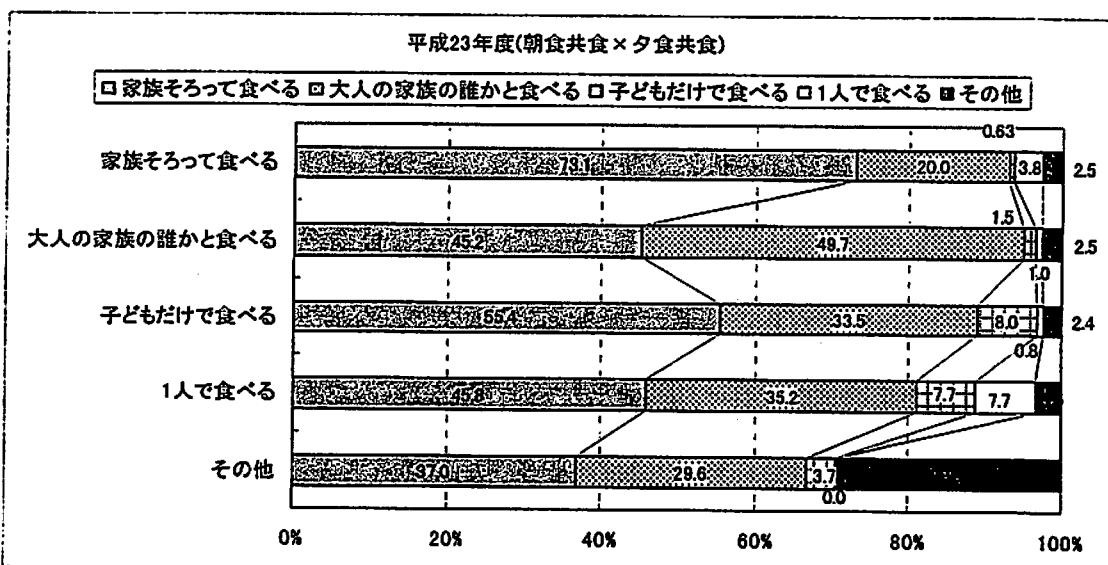


## 11 朝食の共食状況と夕食の共食状況の関連性

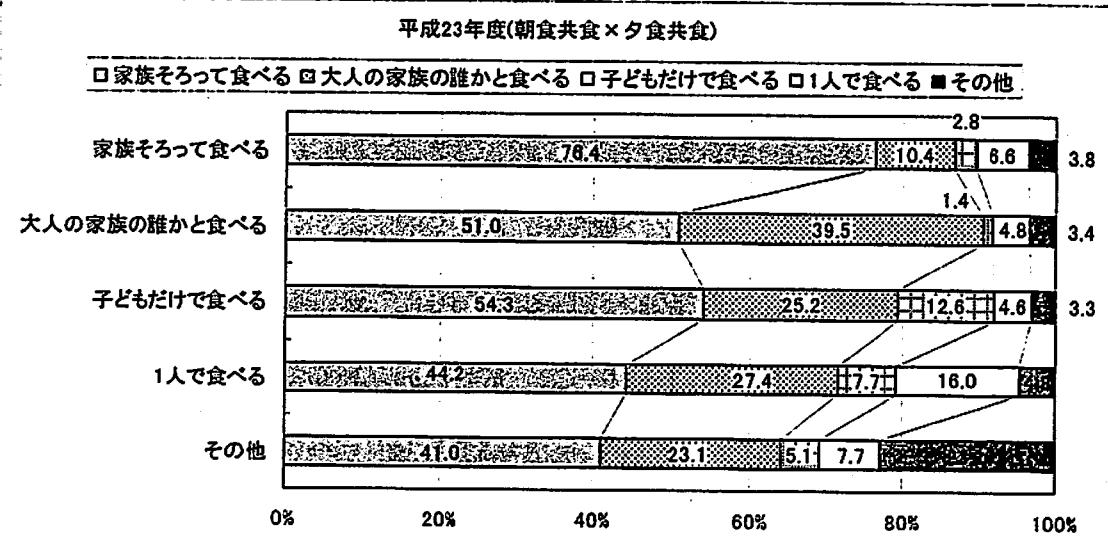
### 小学2年生



### 小学5年生



### 中学2年生



## ちょうさようし

(問1) あなたは、男の子ですか、女の子ですか。○をつけてください。

1. 男

2. 女

きゅうしょく  
給食について しつもんします。

(問2) あなたは、給食がすきですか。一つえらんで○をつけてください。

1. 大好き 2. すき 3. どちらともいえない 4. きらい 5. 大きらい

(問3) 問2で1、2に○をつけた人にきます。 すきなりゆうを3つまでえらんで  
○をつけてください。

1. おいしいから
2. 好きなものが あるから
3. みんなと いっしょに 食べられるから
4. みんなと おなじものを 食べられるから
5. 先生と いっしょに 食べられるから
6. 家で 食べられないりょうりが 食べられるから
7. えいようのバランスがとれたしょくじが 食べられるから
8. そのた( )

(問4) あなたは、給食でだされたものを、のこすことがありますか。一つえらんで○をつけてください。

1. 毎日のこす

2. ときどき のこす

3. のこさない

(問5) 問4で1に○をつけた人に聞きます。のこすりゅうは何ですか。3つまでえらんで○をつけてください。

- |                |                        |
|----------------|------------------------|
| 1. りょうが多すぎるから  | 2. しょくよくがないから          |
| 3. 太りたくないから    | 4. いちどにたくさん食べるとはずかしいから |
| 5. 食べるのがおそいから  | 6. おいしくないから            |
| 7. きらいなものがあるから | 8. 体のちょうしがよくないから       |
| 9. 給食時間がみじかいから | 10. そのた( )             |

しょくじ  
食事について しつもんします。

(問6) あなたは、毎日 朝ごはんを食べますか。一つえらんで○をつけてください。

- |                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| 1. 毎日食べる             | 2. 一週間に2~3日食べないことがある |
| 3. 一週間に4~5日食べないことがある | 4. ほとんど食べない          |

(問7) 問6で2~4に○をつけた人に聞きます。そのりゅうは何ですか。一つえらんで○をつけてください。

- |                     |              |
|---------------------|--------------|
| 1. しょくよくがないから       | 2. 太りたくないから  |
| 3. 食べる時間がないから       | 4. いつも食べないから |
| 5. 朝ごはんがよういされていないから |              |
| 6. そのた( )           |              |

(問8) あなたは、朝ごはんを食べる時、いつもだれと食べることが多いですか。

一つえらんで○をつけてください。(学校がある日)

- |               |                    |
|---------------|--------------------|
| 1. かぞくそろって食べる | 2. おとなのかぞくのだれかと食べる |
| 3. 子どもだけで食べる  | 4. ひとりで食べる         |

(問9) あなたは、よくごはんを食べる時、いつもだれと食べることが多いですか。

一つえらんで○をつけてください。(学校がある日)

- |               |                    |
|---------------|--------------------|
| 1. かぞくそろって食べる | 2. おとなのかぞくのだれかと食べる |
| 3. 子どもだけで食べる  | 4. ひとりで食べる         |
| 5. そのた( )     |                    |

(問10) あなたは、外食をしたり、インスタント食品や、コンビニで買った

おべんとうなどを食べたりしますか。一つえらんで○をつけてください。

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる      | 2. 一週間に4~5日くらい食べる |
| 3. 一週間に2~3日くらい食べる | 4. ほとんど食べない       |

(問11) あなたは、あまいおかしや、スナックがしを食べますか。一つえらんで○をつけてください。

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる      | 2. 一週間に4~5日くらい食べる |
| 3. 一週間に2~3日くらい食べる | 4. ほとんど食べない       |

(問12) あなたは、清涼飲料水(ジュース、炭酸飲料、スポーツドリンクなど)

を飲みますか。一つえらんで○をつけてください。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. ほとんど毎日飲む      | 2. 一週間に4~5日くらい飲む |
| 3. 一週間に2~3日くらい飲む | 4. ほとんど飲まない      |

生活について しつもんします。

(問13) あなたは、毎日元気にすごしていますか。一つえらんで○をつけてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. とても元気である  | 2. まあまあ元気である |
| 3. あまり元気ではない | 4. 元気ではない    |

(問 14) あなたは、学校がある日は、何時ごろねますか。一つえらんで○をつけてください。

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. 9時まえ      | 2. 9時1分～10時 | 3. 10時1分～11時 |
| 4. 11時1分～12時 | 5. 12時1分～   |              |

(問 15) あなたは、学校がある日は、何時ごろおきますか。一つえらんで○をつけてください。

- |               |               |             |
|---------------|---------------|-------------|
| 1. 6時まえ       | 2. 6時1分～6時30分 | 3. 6時31分～7時 |
| 4. 7時1分～7時30分 | 5. 7時31分～8時   | 6. 8時1分～    |

(問 16) あなたは、毎日うんちをしますか。一つえらんで○をつけてください。

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. 每日する     | 2. 2～3日に1回する |
| 3. 一週間に1回する | 4. その他 ( )   |

ごきょうりょく ありがとうございました。

(問1) あなたの性別に○をつけてください。

1. 男子

2. 女子

給食について質問します。

(問2) あなたは、給食が好きですか。一つ選んで○をつけてください。

1. 大好き 2. 好き 3. どちらともいえない 4. きらい 5. 大きらい

(問3) 問2で1、2に○をつけた人に聞きます。その理由を3つまで選んで○をつけてください。

- |                          |                       |
|--------------------------|-----------------------|
| 1. おいしいから                | 2. 好きなものがあるから         |
| 3. みんなと一緒に食べられるから        | 4. みんなと同じものを食べられるから   |
| 5. 先生と一緒に食べられるから         | 6. 家で食べられない料理が食べられるから |
| 7. 栄養のバランスがとれた食事が食べられるから |                       |
| 8. その他 ( )               |                       |

(問4) あなたは、給食で出されたものを残すことがありますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 毎日残す 2. ときどき残す 3. 残さない

(問5) 問4で1に○をつけた人に聞きます。残すときの理由は何ですか。3つまで選んで○をつけてください。

- |                |                       |
|----------------|-----------------------|
| 1. 量が多すぎるから    | 2. 食欲がないから            |
| 3. 太りたくないから    | 4. 一度にたくさん食べるとはづかしいから |
| 5. 食べるのがおそいから  | 6. おいしくないから           |
| 7. きらいなものがあるから | 8. 体調がすぐれないから         |
| 9. 給食時間が短いから   | 10. その他 ( )           |

しょくじ  
食事について質問します。

(問6) あなたは、毎日朝食<sup>まいにちちょうしょく</sup>を食べますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 每日食べる      2. 一週間に<sup>いっしゅうかん</sup>2~3日食べないことがある  
3. 一週間に<sup>いっしゅうかん</sup>4~5日食べないことがある      4. ほとんど食べない

(問7) 問6で2~4に○をつけた人に聞きます。その理由は何ですか。一つ選んで○をつけてください。

1. 食欲がないから      2. 太りたくないから  
3. 食べる時間ががないから      4. いつも食べないから  
5. 朝食<sup>ちょうしょく</sup>が用意されていないから  
6. その他( )

(問8) あなたは、学校がある日は、いつもどのように食事をしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- 朝食<sup>ちょうしょく</sup>      1. 家族そろって食べる      2. おと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( )
- 夕食<sup>ゆうしょく</sup>      1. 家族そろって食べる      2. おと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9) あなたは、食事のとき、栄養のバランスを考えていますか。一つ選んで○をつけてください。

1. いつも考えている      2. ときどき考えている      3. 考えていない

(問10) あなたは、外食をしたり、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べたりしますか。

一つ選んで○をつけてください。

1. ほとんど毎日食べる

2. 一週間に4~5日くらい食べる

3. 一週間に2~3日くらい食べる

4. ほとんど食べない

(問11) あなたは、甘いお菓子やスナック菓子を食べますか。 一つ選んで○をつけてください。

1. ほとんど毎日食べる

2. 一週間に4~5日くらい食べる

3. 一週間に2~3日くらい食べる

4. ほとんど食べない

(問12) あなたは、清涼飲料水(ジュース、炭酸飲料、スポーツドリンク等)を飲みます

か。 一つ選んで○をつけてください。

1. ほとんど毎日飲む

2. 一週間に4~5日くらい飲む

3. 一週間に2~3日くらい飲む

4. ほとんど飲まない

(問13) あなたは、食べ物に感謝して食べていますか。 一つ選んで○をつけてください。

1. いつも

2. ときどき

3. していない

(問14) あなたは、マナーを守って食べていますか。 一つ選んで○をつけてください。

1. いつも

2. ときどき

3. していない

(問15) あなたは、季節の食事、行事の食事、宗像の郷土料理について知っていますか。 二つ選んで○をつけてください。

1. はい

2. いいえ

3. どちらでもない

(問16) あなたは、宗像市内でとれた野菜、肉、魚などを買ったり、使ったりしていますか。

一つ選んで○をつけてください。

1. いつも

2. ときどき

3. していない

(問17) あなたは、宗像市内で野菜、肉、魚などが収穫、生産される場所に行ったことがありますか。一つ選んで○をつけてください。

- |       |       |          |
|-------|-------|----------|
| 1. ある | 2. ない | 3. わからない |
|-------|-------|----------|

健康と生活について質問します。

(問18) あなたは、毎日元気にすごしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. とても元気である  | 2. まあまあ元気である |
| 3. あまり元気ではない | 4. 元気ではない    |

(問19) あなたは、学校がある日の前日は、何時ごろねますか。一つ選んで○をつけてください。

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. 9時前       | 2. 9時1分～10時 | 3. 10時1分～11時 |
| 4. 11時1分～12時 | 5. 12時1分～   |              |

(問20) あなたは、学校がある日は、何時ごろ起きますか。一つ選んで○をつけてください。

- |               |               |             |
|---------------|---------------|-------------|
| 1. 6時前        | 2. 6時1分～6時30分 | 3. 6時31分～7時 |
| 4. 7時1分～7時30分 | 5. 7時31分～8時   | 6. 8時1分～    |

(問21) あなたは、毎日排便(うんち)をしますか。一つ選んで○をつけてください。

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. 毎日する     | 2. 2～3日に1回する |
| 3. 一週間に1回する | 4. その他( )    |

(問22) あなたは、学校が休みの日、どのくらいの時間、外で遊んだり、運動をしたりしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |            |              |            |
|------------|--------------|------------|
| 1. 30分未満   | 2. 30分～1時間未満 | 3. 1～2時間未満 |
| 4. 2～3時間未満 | 5. 3時間以上     |            |

ご協力ありがとうございました。

(問1) あなたの性別に○をつけてください。

1. 男子

2. 女子

給食について質問します。

(問2) あなたは、給食が好きですか。一つ選んで○をつけてください。

1. 大好き 2. 好き 3. どちらともいえない 4. きらい 5. 大きらい

(問3) 問2で1、2に○をつけた人に聞きます。その理由を3つまで選んで○をつけてください。

1. おいしいから

2. 好きなものがあるから

3. みんなと一緒に食べられるから

4. みんなと同じものを食べられるから

5. 先生と一緒に食べられるから

6. 家で食べられない料理が食べられるから

7. 栄養のバランスがとれた食事が食べられるから

8. その他 ( )

(問4) あなたは、給食で出されたものを残すことがありますか。一つ選んで○をつけてください。

1. 每日残す

2. ときどき残す

3. 残さない

(問5) 問4で1に○をつけた人に聞きます。残すときの理由は何ですか。3つまで選んで○をつけてください。

1. 量が多すぎるから

2. 食欲がないから

3. 太りたくないから

4. 一度にたくさん食べるとはづかしいから

5. 食べるのがおそいから

6. おいしくないから

7. きらいなものがあるから

8. 体調がすぐれないから

9. 給食時間が短いから

10. その他 ( )

食事について質問します。

(問 6) あなたは、毎日朝食を食べますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                        |                        |
|------------------------|------------------------|
| 1. 每日食べる               | 2. 一週間に 2~3 日食べないことがある |
| 3. 一週間に 4~5 日食べないことがある | 4. ほとんど食べない            |

(問 7) [問 6]で 2~4 に○をつけた人に聞きます。その理由は何ですか。一つ選んで○をつけてください。

- |                  |              |
|------------------|--------------|
| 1. 食欲がないから       | 2. 太りたくないから  |
| 3. 食べる時間ががないから   | 4. いつも食べないから |
| 5. 朝食が用意されていないから |              |
| 6. その他 ( )       |              |

(問 8) あなたは、学校がある日は、いつもどのように食事をしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| 朝食 1. 家族そろって食べる | 2. おとな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 ( )      |                  |
| 夕食 1. 家族そろって食べる | 2. おとな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 9) あなたは、食事のとき、栄養のバランスを考えていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |             |              |           |
|-------------|--------------|-----------|
| 1. いつも考えている | 2. ときどき考えている | 3. 考えていない |
|-------------|--------------|-----------|

(問 10) あなたは、外食をしたり、インスタント食品やコンビニ弁当等を食べたりしますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる        | 2. 一週間に 4~5 日くらい食べる |
| 3. 一週間に 2~3 日くらい食べる | 4. ほとんど食べない         |

(問 11) あなたは、甘いお菓子やスナック菓子を食べますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                   |                   |
|-------------------|-------------------|
| 1. ほとんど毎日食べる      | 2. 一週間に4~5日くらい食べる |
| 3. 一週間に2~3日くらい食べる | 4. ほとんど食べない       |

(問 12) あなたは、清涼飲料水（ジュース、炭酸飲料、スポーツドリンク等）を飲みますか。

一つ選んで○をつけてください。

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1. ほとんど毎日飲む      | 2. 一週間に4~5日くらい飲む |
| 3. 一週間に2~3日くらい飲む | 4. ほとんど飲まない      |

(問 13) あなたは、食べ物に感謝して食べていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |        |         |          |
|--------|---------|----------|
| 1. いつも | 2. ときどき | 3. していない |
|--------|---------|----------|

(問 14) あなたは、マナーを守って食べていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |        |         |          |
|--------|---------|----------|
| 1. いつも | 2. ときどき | 3. していない |
|--------|---------|----------|

(問 15) あなたは、季節の食事、行事の食事、宗像の郷土料理について知っていますか。一つ

選んで○をつけてください。

- |       |        |            |
|-------|--------|------------|
| 1. はい | 2. いいえ | 3. どちらでもない |
|-------|--------|------------|

(問 16) あなたは、宗像産の食材を買ったり、使ったりしていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |        |         |          |
|--------|---------|----------|
| 1. いつも | 2. ときどき | 3. していない |
|--------|---------|----------|

(問 17) あなたは、宗像産の食材が収穫、生産されている場に行った事がありますか。一つ選んで○をつけてください。

- |       |       |          |
|-------|-------|----------|
| 1. ある | 2. ない | 3. わからない |
|-------|-------|----------|

健康及び生活について質問します。

(問 18) あなたは、最近一ヶ月の自分の健康状態をどのように感じていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. とても健康である  | 2. まあまあ健康である |
| 3. あまり健康ではない | 4. 健康ではない    |

(問 19) あなたは、日頃健康に気をつけていますか。一つ選んで○をつけてください。

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 1. 気をつけている     | 2. ある程度は気をつけている |
| 3. あまり気をつけていない | 4. 気をつけていない     |

(問 20) あなたは、健康について不安を感じことがありますか。一つ選んで○をつけてください

- |         |           |          |       |
|---------|-----------|----------|-------|
| 1. よくある | 2. ときどきある | 3. あまりない | 4. ない |
|---------|-----------|----------|-------|

(問 21) あなたは、学校がある日の前日は、何時ごろ寝ますか。一つ選んで○をつけてください

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. 9時前       | 2. 9時1分～10時 | 3. 10時1分～11時 |
| 4. 11時1分～12時 | 5. 12時1分～   |              |

(問 22) あなたは、学校がある日は、何時ごろ起きますか。一つ選んで○をつけてください。

- |               |               |             |
|---------------|---------------|-------------|
| 1. 6時前        | 2. 6時1分～6時30分 | 3. 6時31分～7時 |
| 4. 7時1分～7時30分 | 5. 7時31分～8時   | 6. 8時1分～    |

(問 23) あなたは、毎日排便(うんち)をしますか。一つ選んで○をつけてください。

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. 毎日する     | 2. 2～3日に1回する |
| 3. 一週間に1回する | 4. その他 ( )   |

(問 24) あなたは、学校の授業以外で運動をする習慣がありますか。(部活動は含みます。) 一つ選んで○をつけてください。

- |       |       |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

ご協力ありがとうございました。