

第二章 未就学児を対象とした調査

I 調査の概要

1 調査の目的

生涯にわたる健康的な食習慣の継続には、子どもの頃から適切な食習慣の獲得の有無が影響することから、子どもの食習慣等に関する実態を調査することで、現状および課題を明らかにし、県の栄養施策の検討および市町村等の取組を支援する。

2 調査の実施要領

調査地域：奈良県全域

調査対象：1歳～5歳（未就学児童）の保護者 2,000人

標本抽出は、県内39市町村ごとの人口及び年齢構成に応じて設定し、一部、人口規模の小さな村については抽出していない。

調査期間：令和3年10月18日～令和3年11月8日

調査方法：郵送による配布・回収。無記名方式。調査期間中に礼状兼督促状を1回送付

調査項目：・子どもの食生活等について

・保護者の食生活等について

・回答者の属性について

3 調査票の配付、回収の状況

図表 91 調査票の配付、回収の状況（市町村別）

上段：回収数、下段：回収率

市町村	配布数	回収数
奈良市	522	336 64.4%
大和高田市	77	41 53.2%
大和郡山市	114	70 61.4%
天理市	104	62 59.6%
橿原市	189	124 65.6%
桜井市	81	54 66.7%
五條市	28	17 60.7%
御所市	23	12 52.2%
生駒市	198	140 70.7%
香芝市	153	100 65.4%
葛城市	75	50 66.7%
宇陀市	28	21 75.0%
山添村	4	2 50.0%
平群町	24	16 66.7%
三郷町	38	27 71.1%
斑鳩町	50	41 82.0%
安堵町	9	8 88.9%
川西町	12	9 75.0%
三宅町	8	6 75.0%
田原本町	49	33 67.3%

市町村	配布数	回収数
曽爾村	0	0 —
御杖村	0	0 —
高取町	7	5 71.4%
明日香村	8	5 62.5%
上牧町	26	19 73.1%
王寺町	53	35 66.0%
広陵町	68	48 70.6%
河合町	18	12 66.7%
吉野町	6	1 16.7%
大淀町	18	14 77.8%
下市町	6	3 50.0%
黒滝村	0	0 —
天川村	0	0 —
野迫川村	0	0 —
十津川村	4	2 50.0%
下北山村	0	0 —
上北山村	0	0 —
川上村	0	0 —
東吉野村	0	0 —
合計	2,000	1,326 66.3%

4 数値の取り扱い等について

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示している。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合がある。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合がある。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがある。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことである。

II 調査の結果

1 回答者の属性等

図表 92 回答者の属性等

上段：実数 下段：%

調査対象となる 子どもの性別	男	女	無回答	合計			
	661	660	5	1,326			
	49.8	49.8	0.4				
調査対象となる 子どもの年齢	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	無回答	合計
	217	273	253	305	265	13	1,326
	16.4	20.6	19.1	23.0	20.0	1.0	
回答者(保護者)	父	母	祖父	祖母	その他	無回答	合計
	104	1211	-	4	2	5	1,326
	7.8	91.3	-	0.3	0.2	0.4	
回答者(保護者)の年齢	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	無回答	合計
	133	886	297	4	2	4	1,326
	10.0	66.8	22.4	0.3	0.2	0.3	

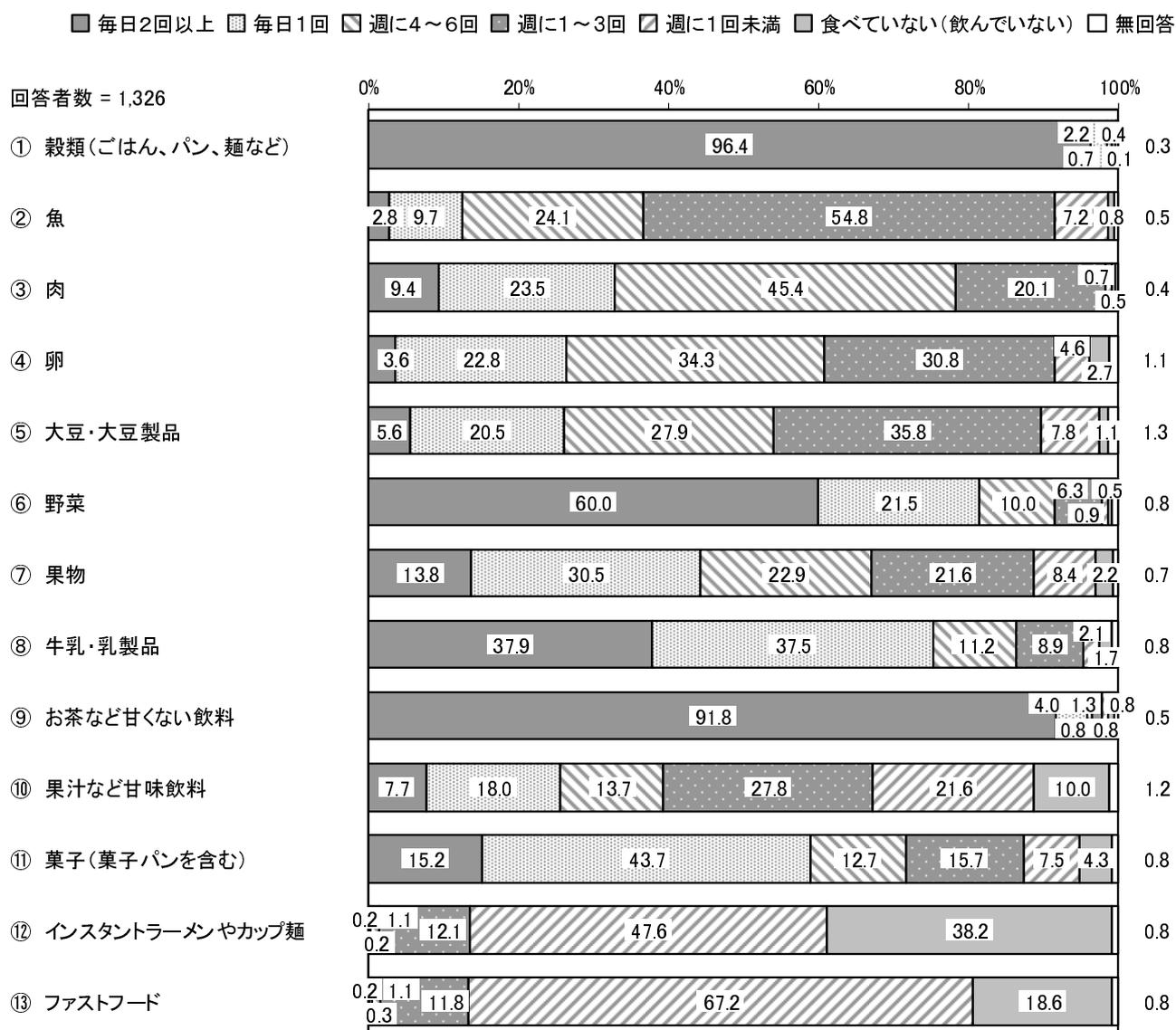
2 子どもの食生活等について

(1) 主要食物の摂取頻度

問1 お子さんは次の食べものをどのくらいの頻度で食べていますか。

13種類の食物の摂取頻度について、穀類、お茶など甘くない飲料、野菜、牛乳・乳製品は「毎日2回以上」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ96.4%、91.8%、60.0%、37.9%だった。菓子（菓子パンを含む）、果物は「毎日1回」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ43.7%、30.5%だった。肉、卵は「週に4～6日」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ45.4%、34.3%だった。魚、大豆・大豆製品は「週に1～3日」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ54.8%、35.8%だった。魚、大豆・大豆製品は「週に1～3日」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ54.8%、35.8%だった。ファストフード、インスタントラーメンやカップ麺は「週に1回未満」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ67.2%、47.6%であった。

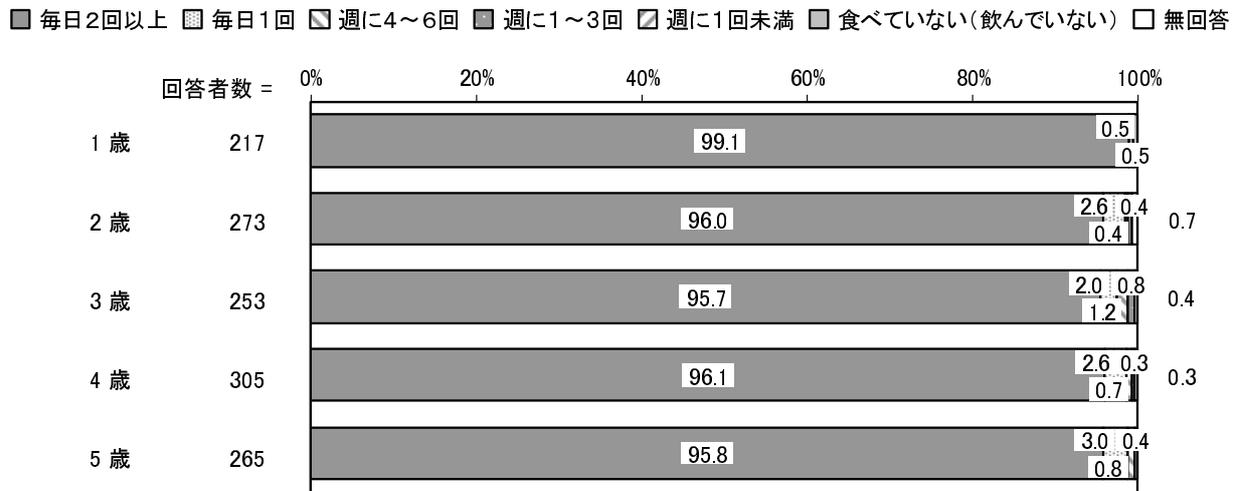
図表 93 主要食物の摂取頻度



【年齢別】

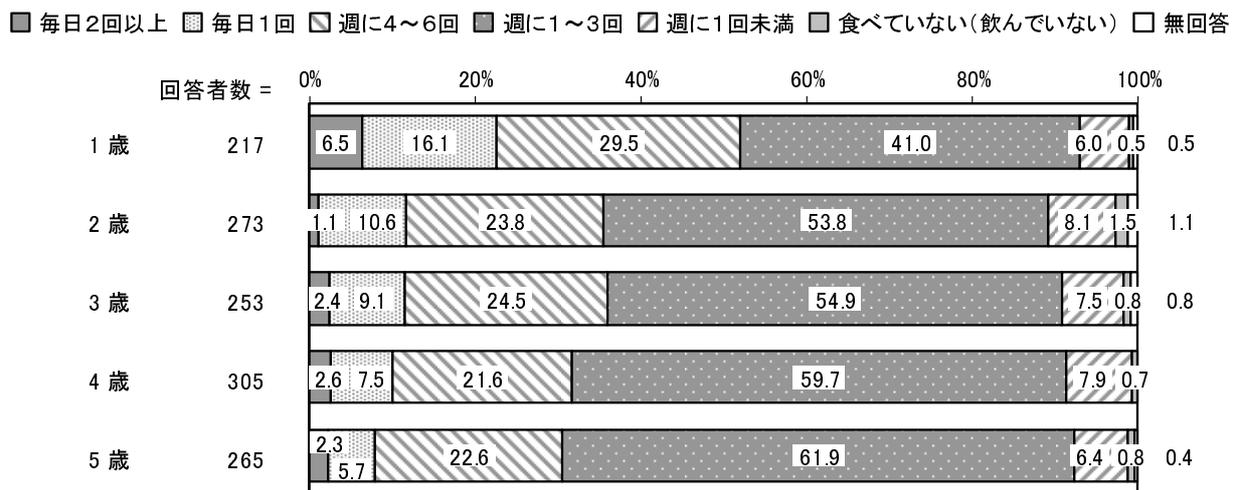
① 穀類（ごはん、パン、麺など）

図表 94 穀類（ごはん、パン、麺など）の摂取頻度（年齢別）



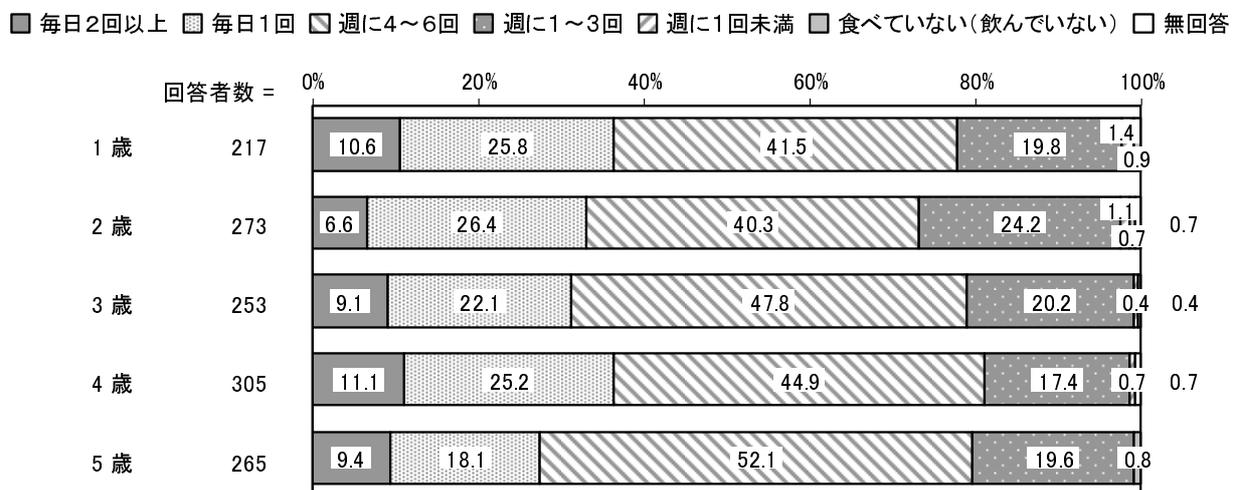
② 魚

図表 95 魚の摂取頻度（年齢別）



③ 肉

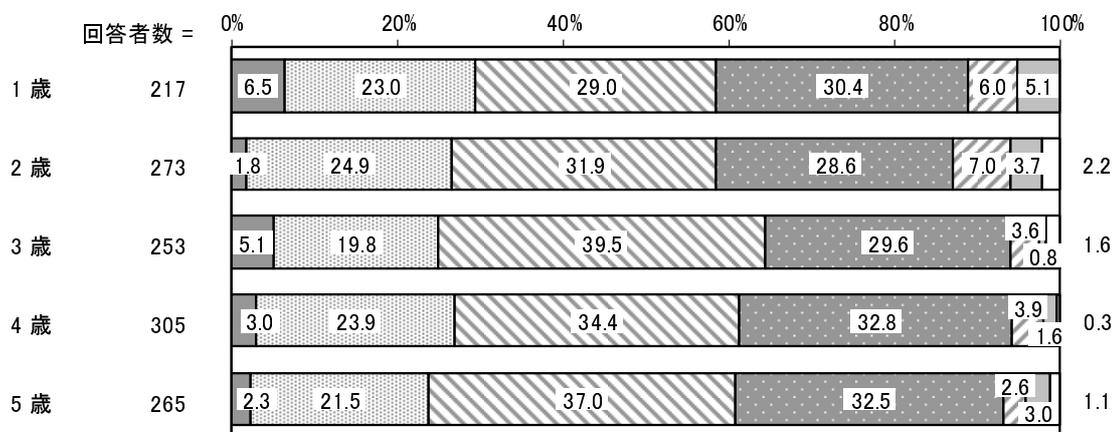
図表 96 肉の摂取頻度（年齢別）



④ 卵

図表 97 卵の摂取頻度（年齢別）

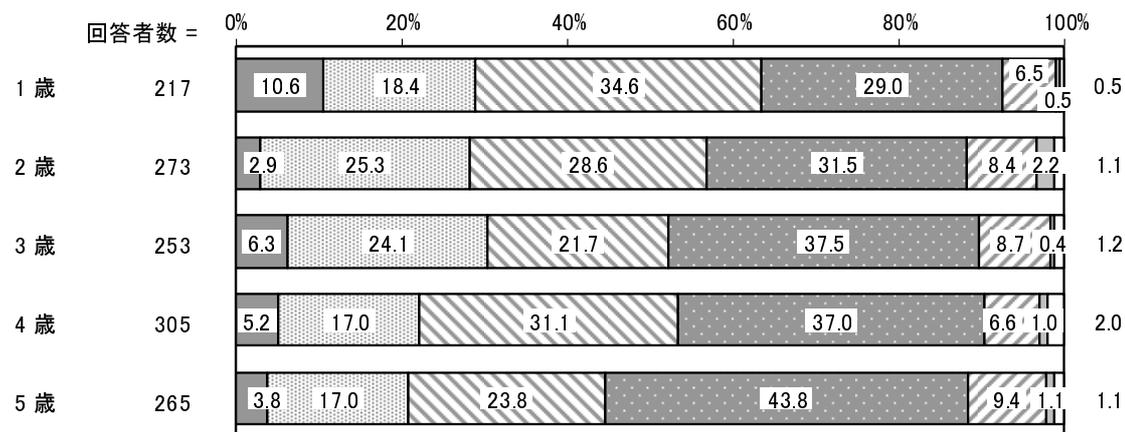
■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



⑤ 大豆・大豆製品

図表 98 大豆・大豆製品の摂取頻度（年齢別）

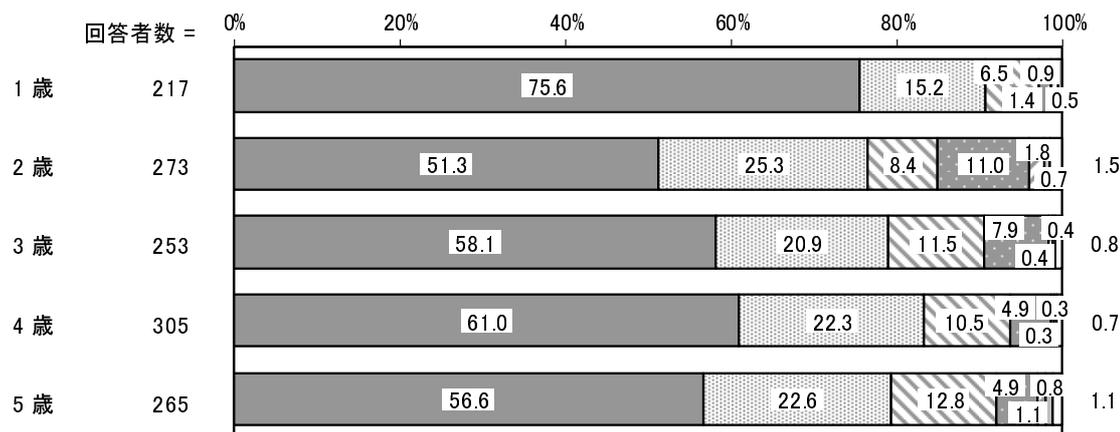
■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



⑥ 野菜

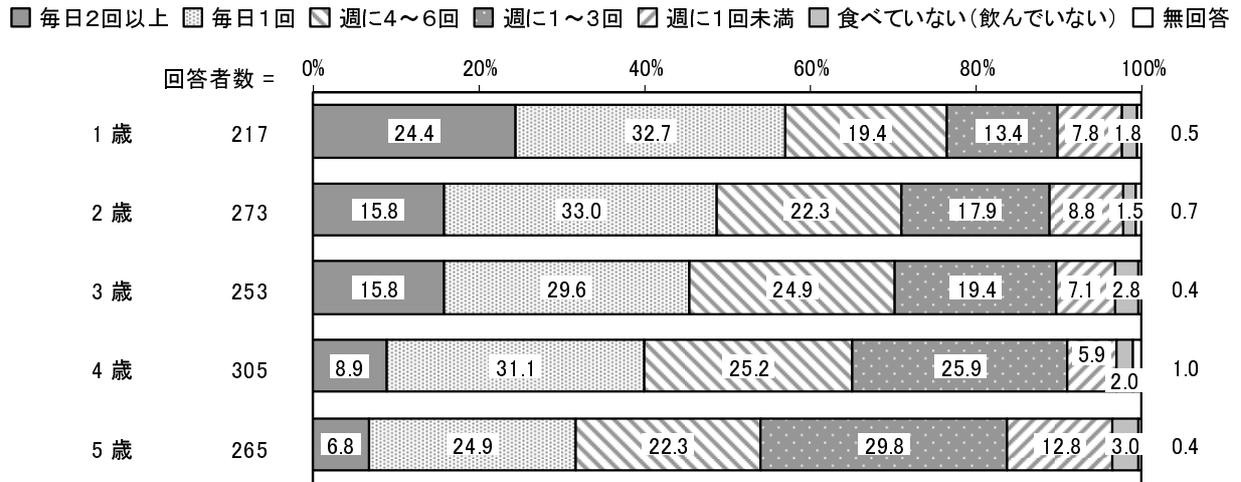
図表 99 野菜の摂取頻度（年齢別）

■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



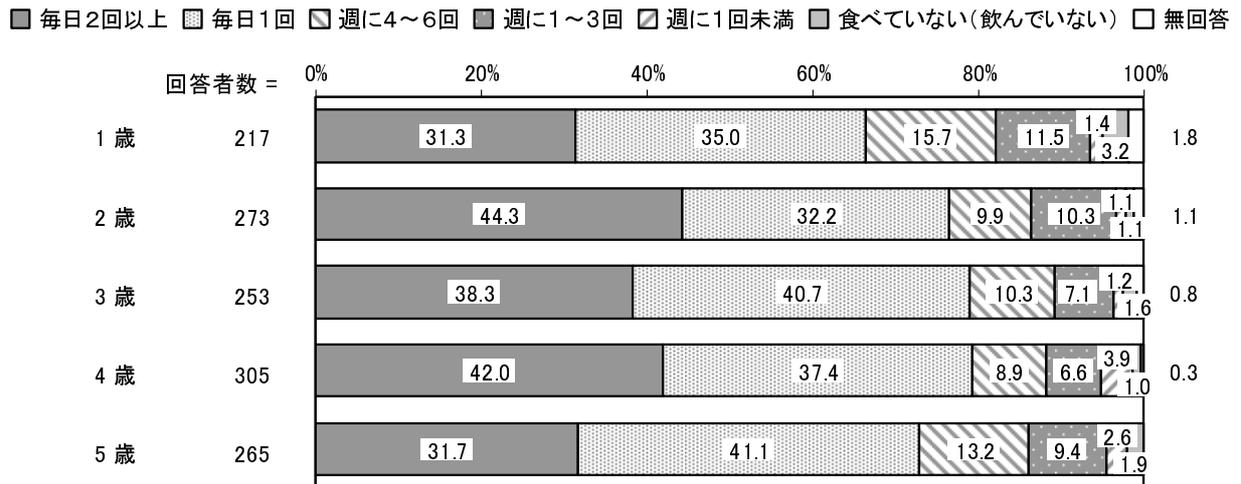
⑦ 果物

図表 100 果物の摂取頻度（年齢別）



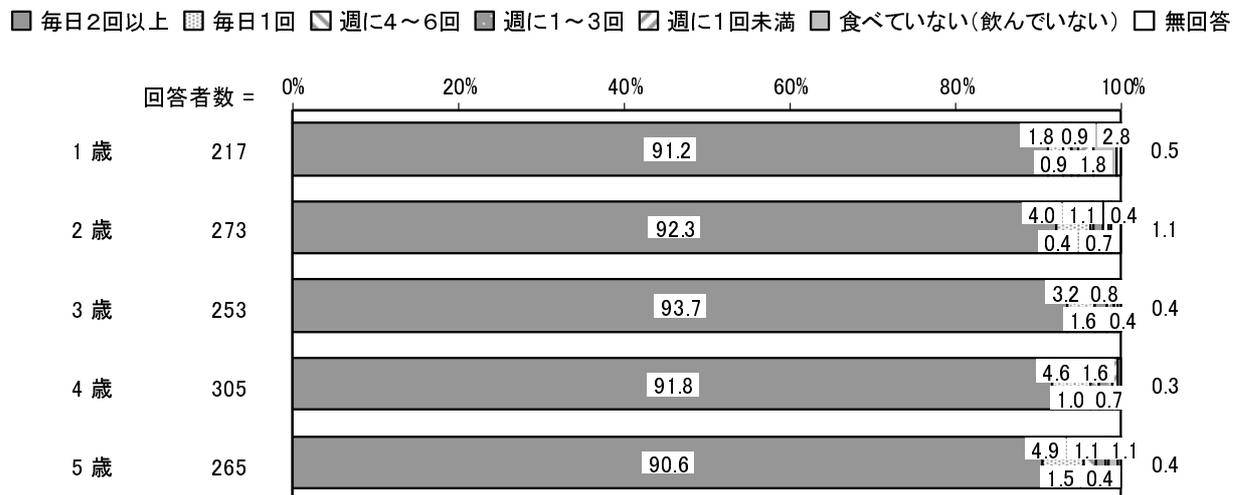
⑧ 牛乳・乳製品

図表 101 牛乳・乳製品の摂取頻度（年齢別）



⑨ お茶など甘くない飲料

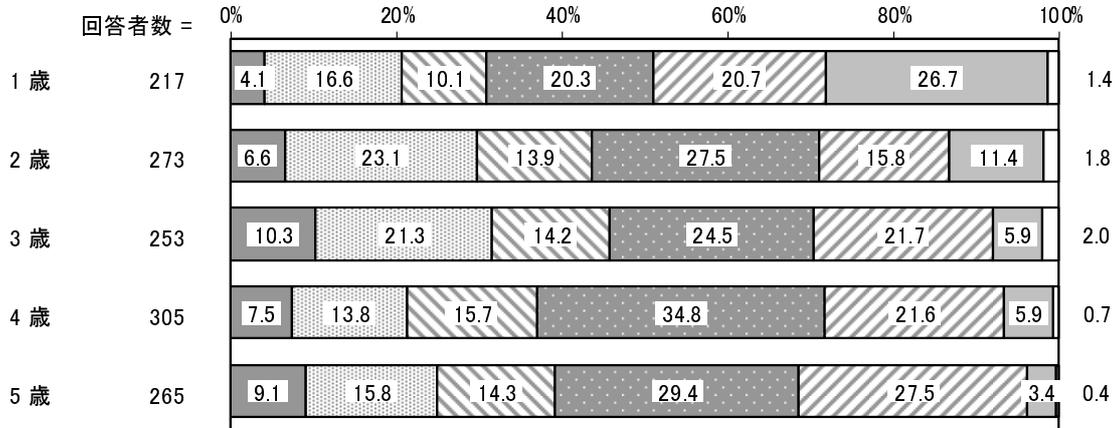
図表 102 お茶など甘くない飲料の摂取頻度（年齢別）



⑩ 果汁など甘味飲料

図表 103 果汁など甘味飲料の摂取頻度（年齢別）

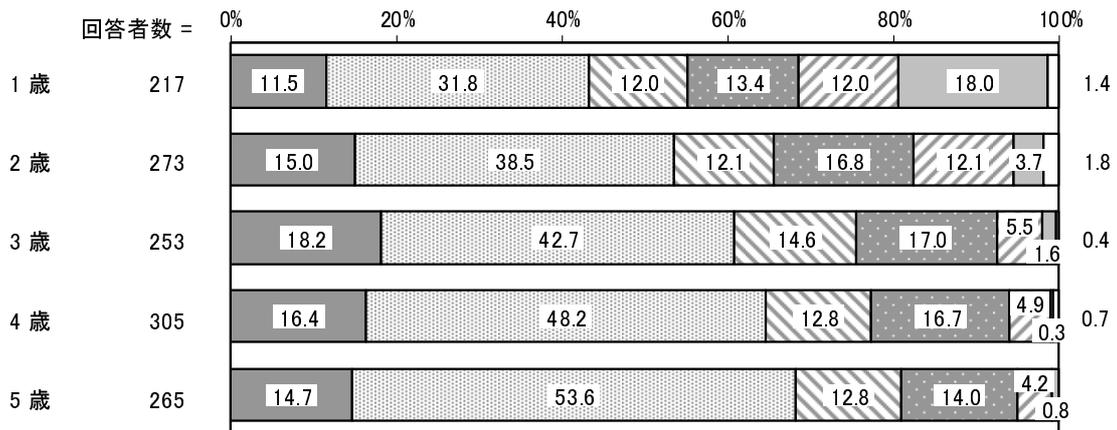
■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



⑪ 菓子（菓子パンを含む）

図表 104 菓子（菓子パンを含む）の摂取頻度（年齢別）

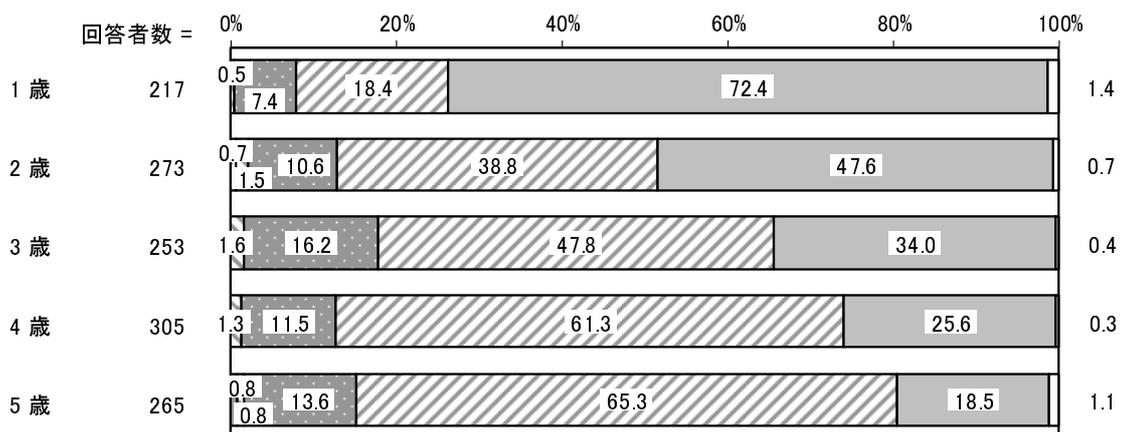
■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



⑫ インスタントラーメンやカップ麺

図表 105 インスタントラーメンやカップ麺の摂取頻度（年齢別）

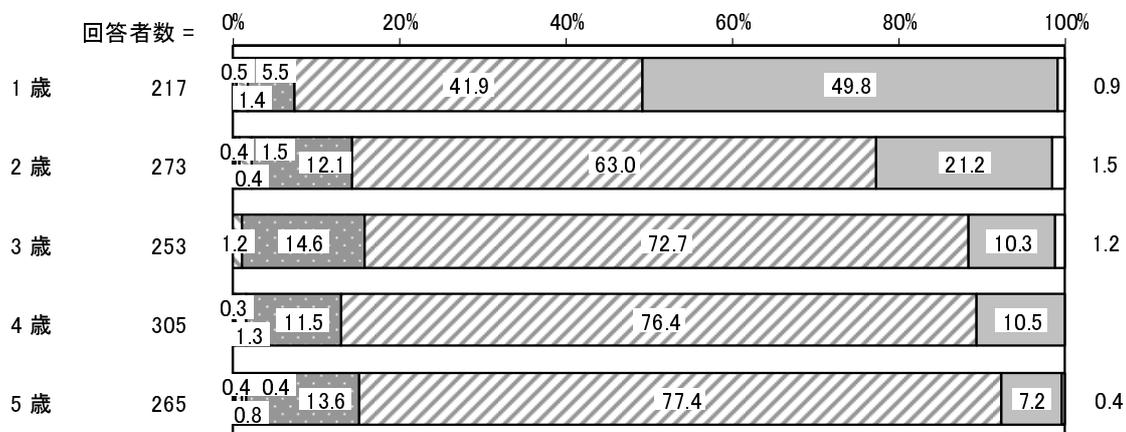
■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



⑬ ファストフード

図表 106 ファストフードの摂取頻度（年齢別）

■ 毎日2回以上 ■ 毎日1回 ■ 週に4~6回 ■ 週に1~3回 ■ 週に1回未満 ■ 食べていない(飲んでいない) □ 無回答



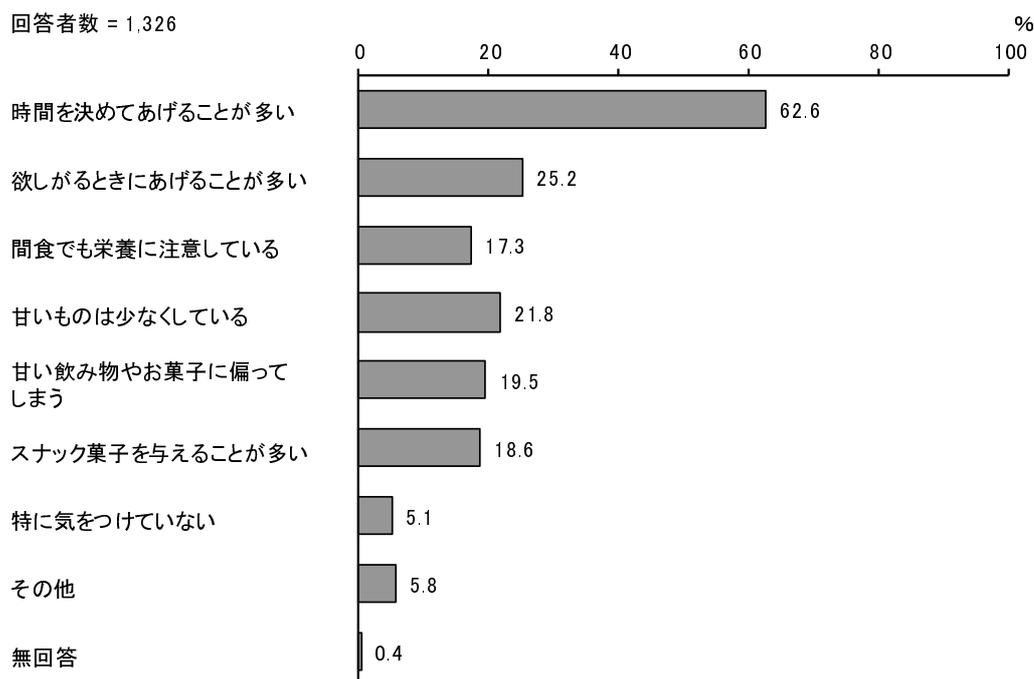
(2) 間食の状況

問2 お子さんの間食（3食以外に食べるもの）の与え方をどのようにしていますか。

子どもの間食（3食以外に食べるもの）の与え方について、「時間を決めてあげることが多い」と回答した人の割合が62.6%と最も高かった。

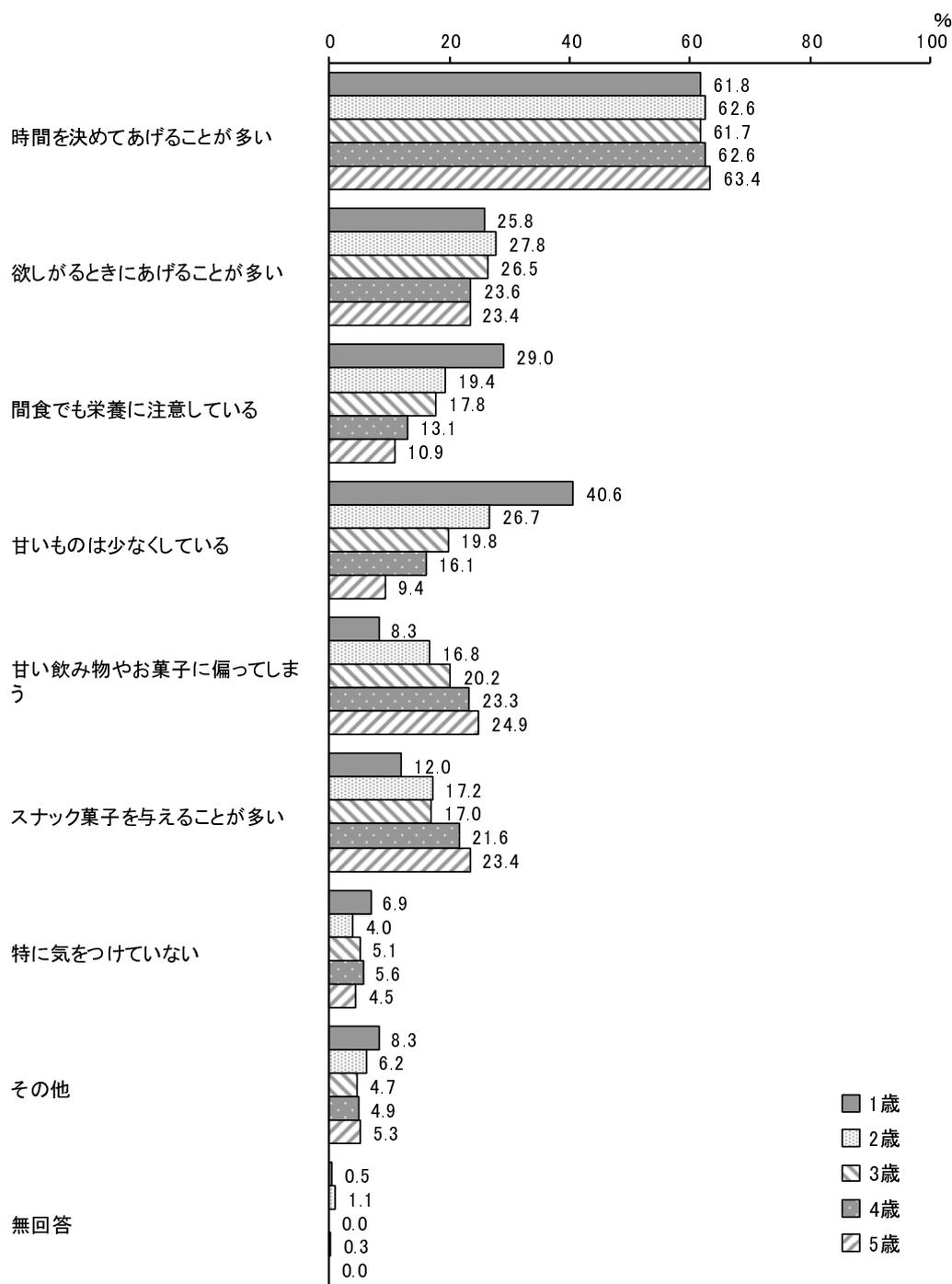
年齢別で見ると、1歳で「間食でも栄養に注意している」「甘いものは少なくしている」と回答した人の割合が高かった。また、年齢が大きくなるほど、「甘いものは少なくしている」と回答した人の割合が低く、「甘い飲み物やお菓자에偏ってしまう」「スナック菓子を与えることが多い」と回答した人の割合が高くなった。

図表 107 間食の状況



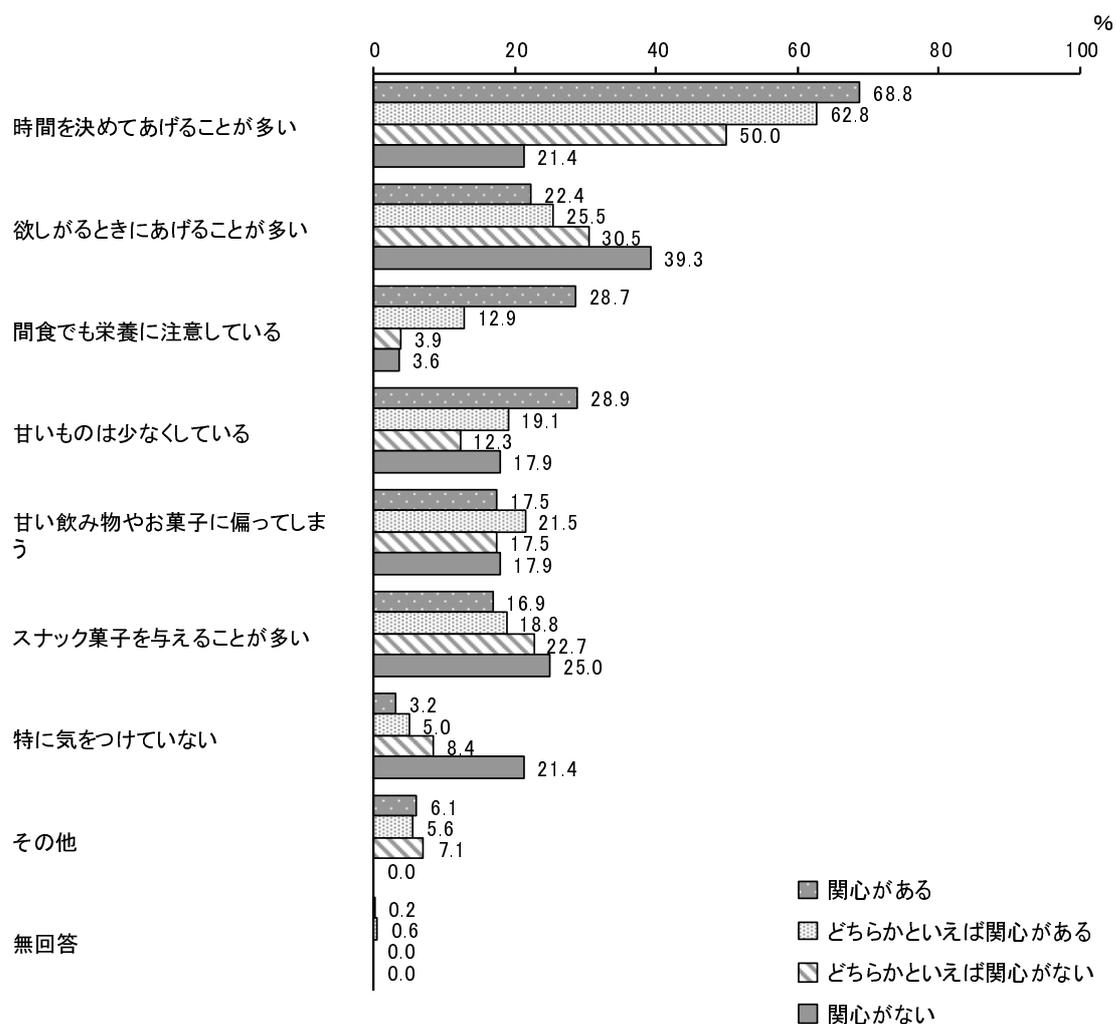
【年齢別】

図表 108 間食の状況（年齢別）



【食育への関心度別】

図表 109 間食の状況（食育への関心度別）

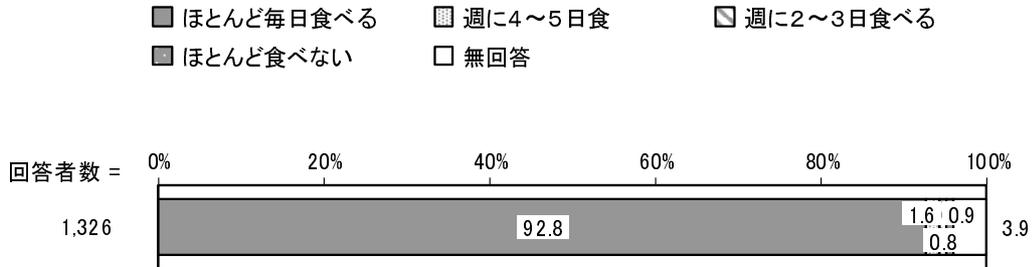


(3) 朝食習慣

問3 お子さんの朝食のとりかたはどうか。

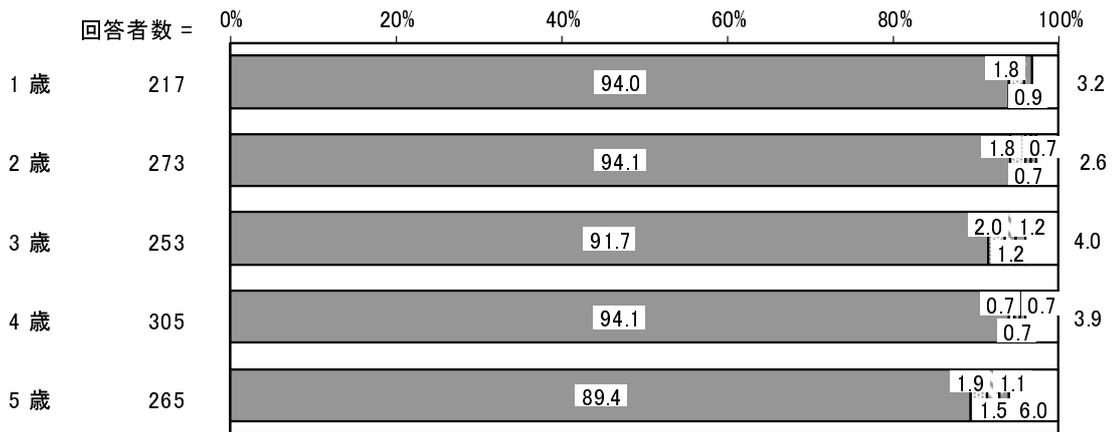
朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答した人の割合は、92.8%であった。
年齢別でも、大きな差異はなかった。

図表 110 朝食習慣



【年齢別】

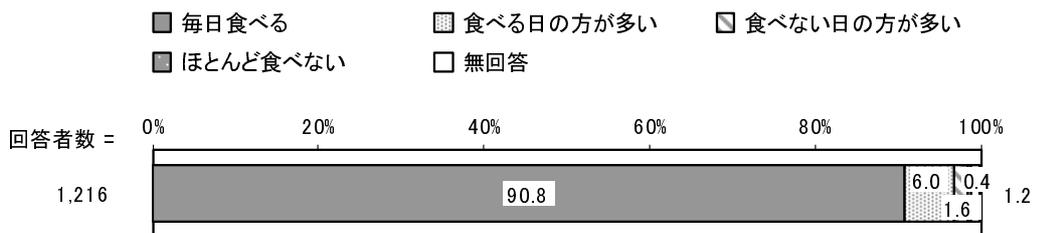
図表 111 朝食習慣（年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

<朝食習慣について>

図表112 朝食習慣（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）



(4) 共食の状況

問4 お子さんは、ふだん、どのように食事をしていますか。

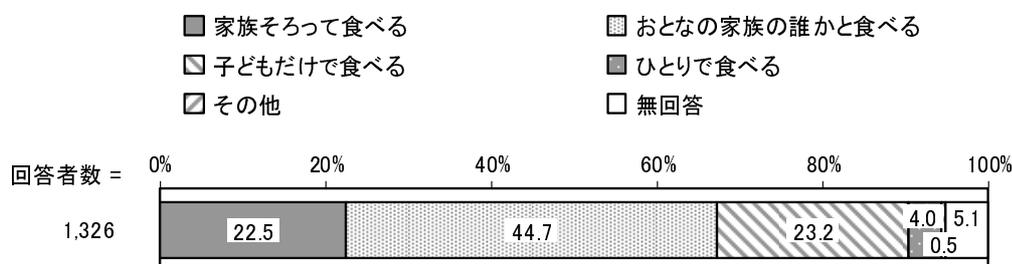
子どもの共食の状況について、朝食は「おとなの家族の誰かと食べる」と回答した人の割合が44.7%と最も高く、次いで「子どもだけで食べる」と回答した人の割合が23.2%、「家族そろって食べる」と回答した人の割合が22.5%であった。夕食は「家族そろって食べる」と回答した人の割合が45.5%と最も高かった。

年齢別でみると、朝食は、年齢が大きくなるほど、「子どもだけで食べる」と回答した人の割合が高くなり、5歳では30.2%であった。

平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査結果と比較すると、夕食では「家族そろって食べる」と回答した人の割合は、10%以上減少していた。

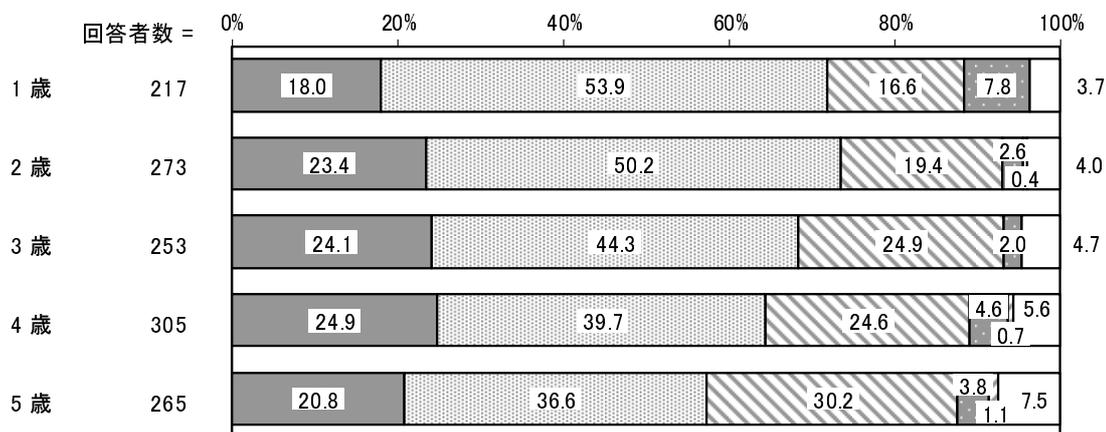
① 朝食

図表 113 共食状況（朝食）



【年齢別】

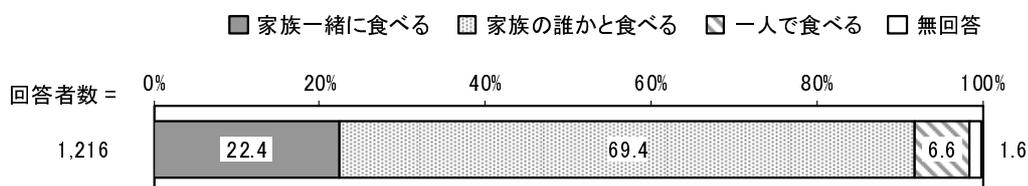
図表 114 共食状況（朝食）（年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

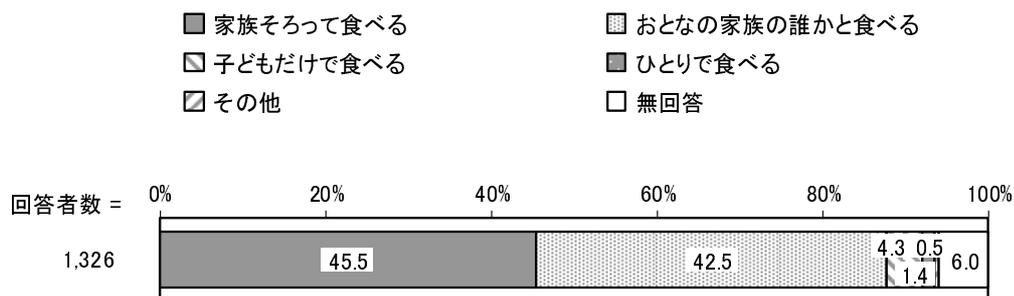
<共食の状況について（朝食）>

図表115 共食状況（朝食）（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）



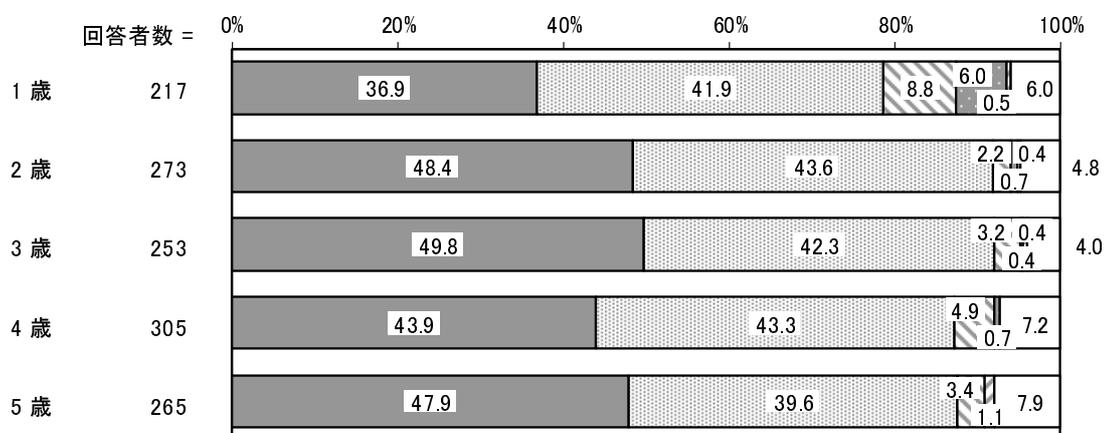
② 夕食

図表 116 共食状況（夕食）



【年齢別】

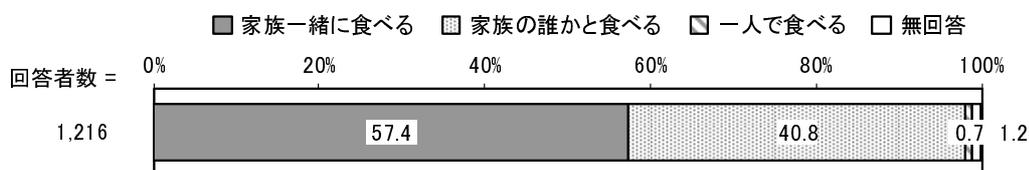
図表 117 共食状況（夕食）（年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

<共食の状況について（夕食）>

図表118 共食状況（夕食）（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）



(5) 起床時刻・就寝時刻

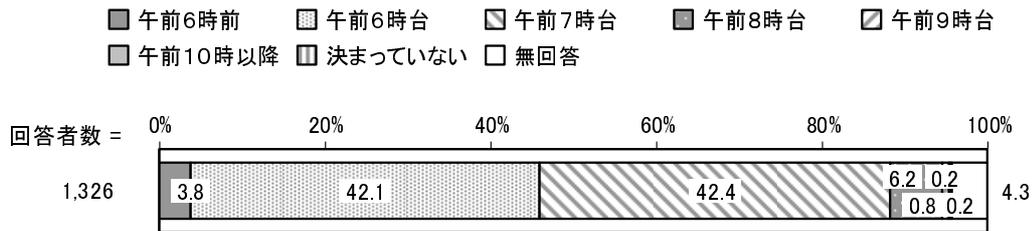
問5 お子さんのふだんの起床・就寝時刻について

起床時刻については、平日、休日とも「午前7時台」（平日42.4%、休日43.5%）と回答した人の割合が最も高かった。就寝時刻については、子どもは平日、休日とも「午後9時台」（平日48.3%、休日46.5%）と回答した人の割合が最も高かった。

① 起床時刻

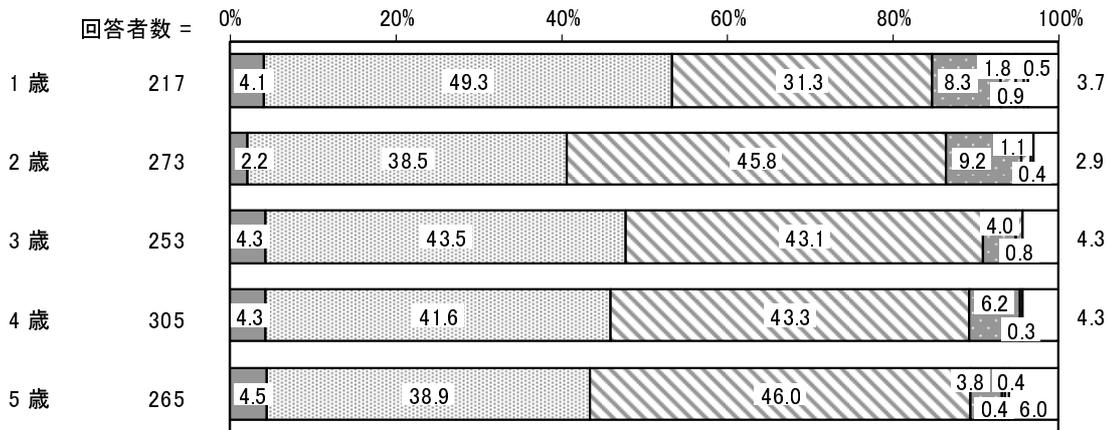
ア 平日

図表 119 起床時刻（平日）



【年齢別】

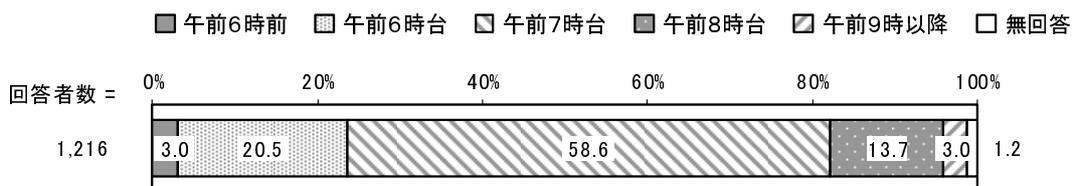
図表 120 起床時刻（平日）（年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

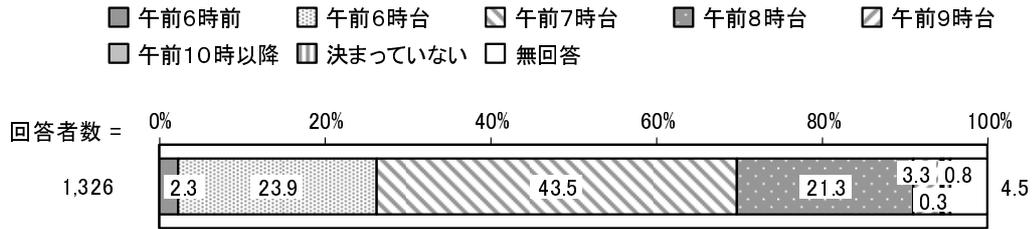
<起床時刻について>

図表121 起床時刻（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）



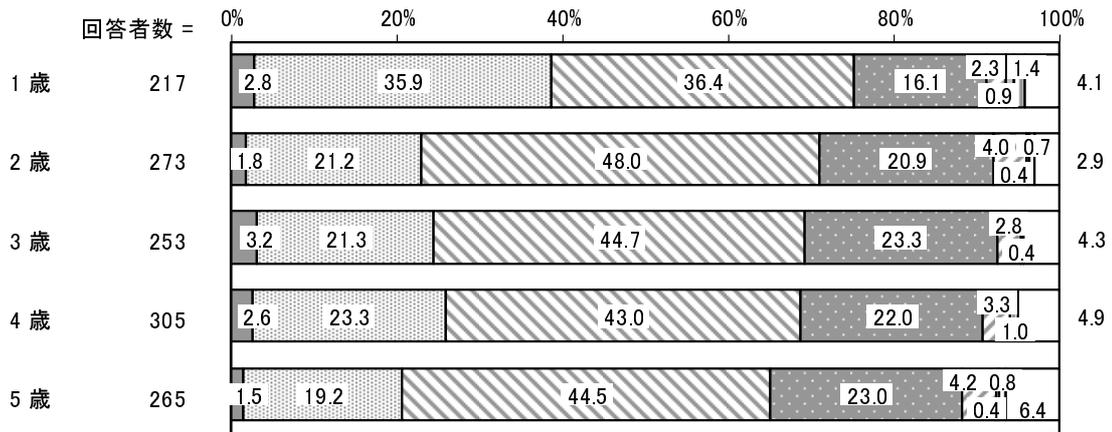
イ 休日

図表 122 起床時刻（休日）



【年齢別】

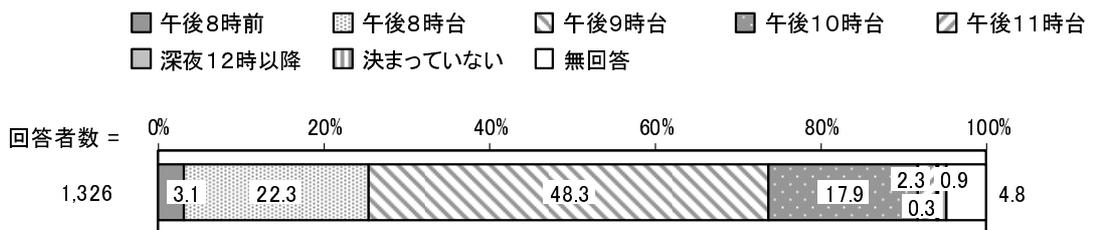
図表 123 起床時刻（休日）（年齢別）



② 就寝時刻

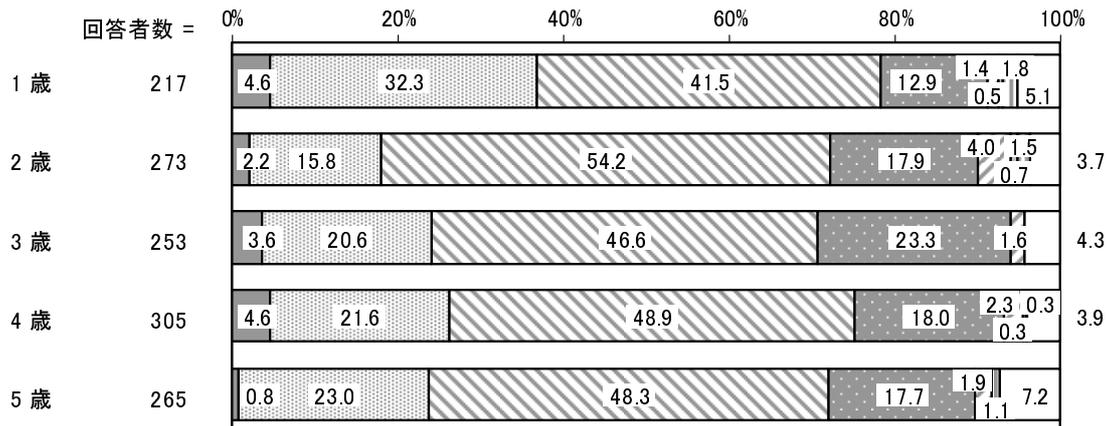
ア 平日

図表 124 就寝時刻（平日）



【年齢別】

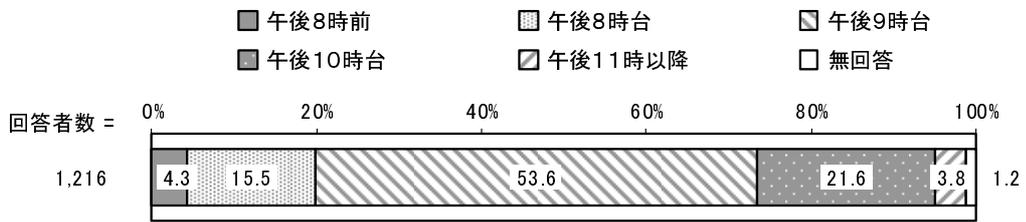
図表 125 就寝時刻（平日）（年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

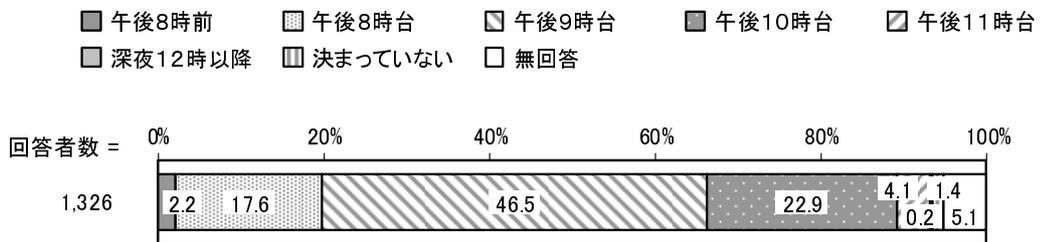
<就寝時刻について>

図126 就寝時刻（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）



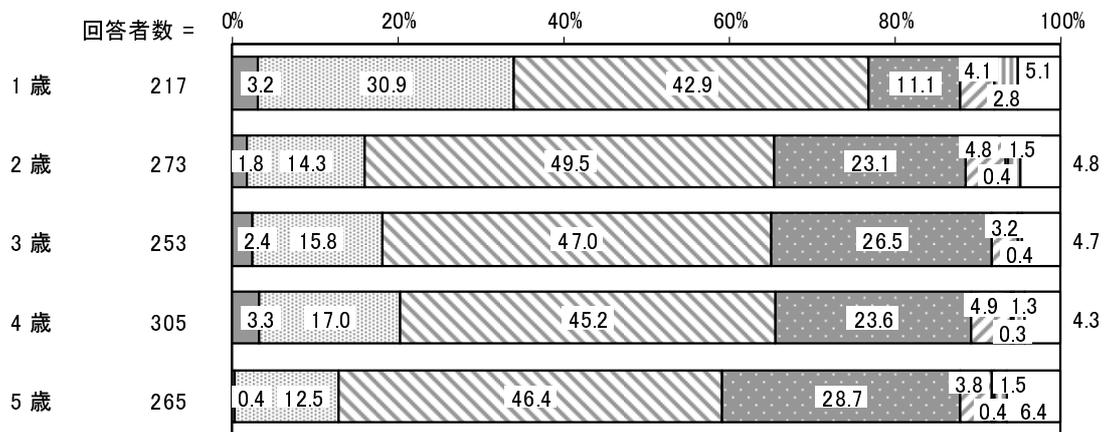
イ 休日

図表 127 就寝時刻（休日）



【年齢別】

図表 128 就寝時刻（休日）（年齢別）



(6) 子どもの食事について困っていること

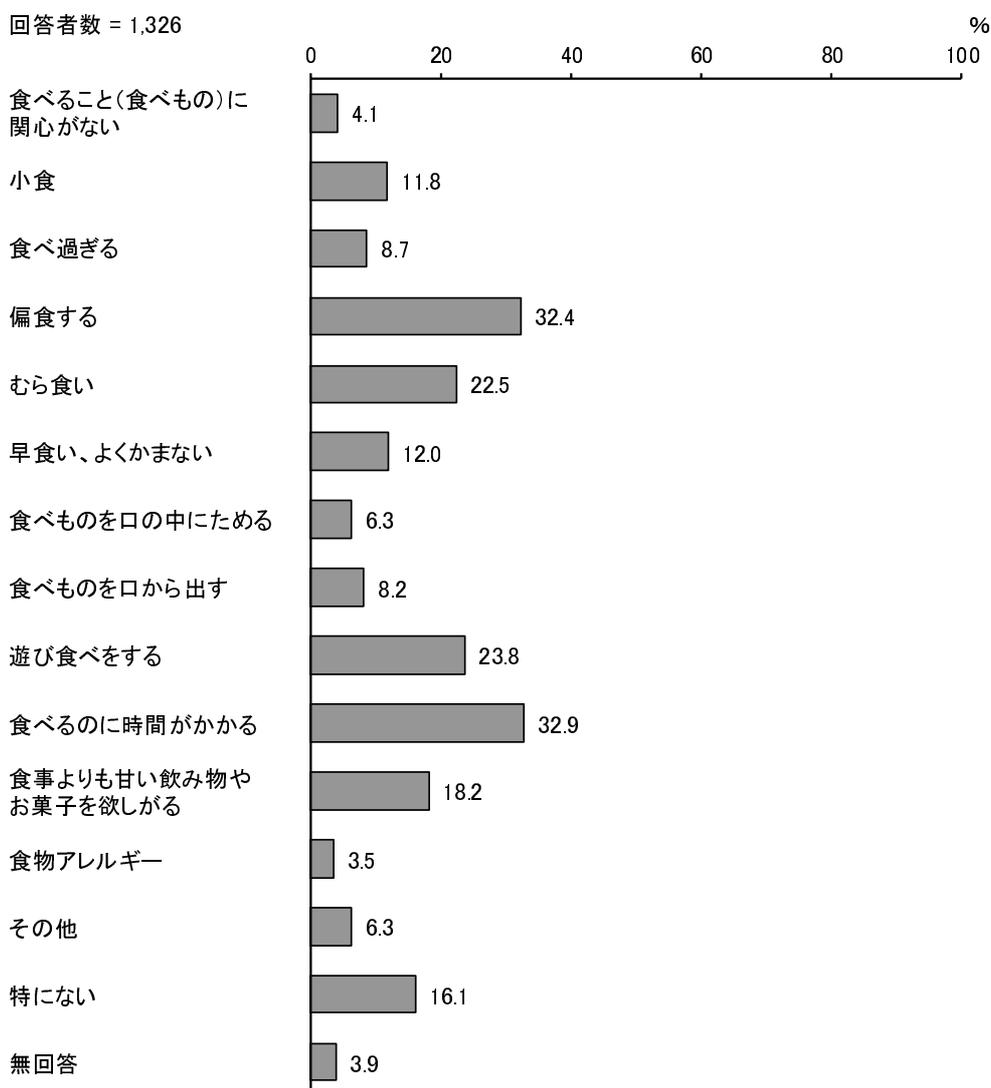
問6 現在、お子さんの食事で困っていることがありますか。

子どもの食事について困っていることは、「食べるのに時間がかかる」と回答した人の割合が32.9%と最も高く、次いで「偏食する」と回答した人の割合が32.4%、「遊び食べをする」と回答した人の割合が23.8%であった。

年齢別で見ると、1歳では「遊び食べをする」、2歳、3歳では「偏食する」、4歳、5歳では「食べるのに時間がかかる」と回答した人の割合が最も高かった。

「特にない」と回答した人の割合は、最も高い5歳でも20.0%であり、約8割の保護者が子どもの食事について困りごとを抱えていた。

図表 129 子どもの食事について困っていること

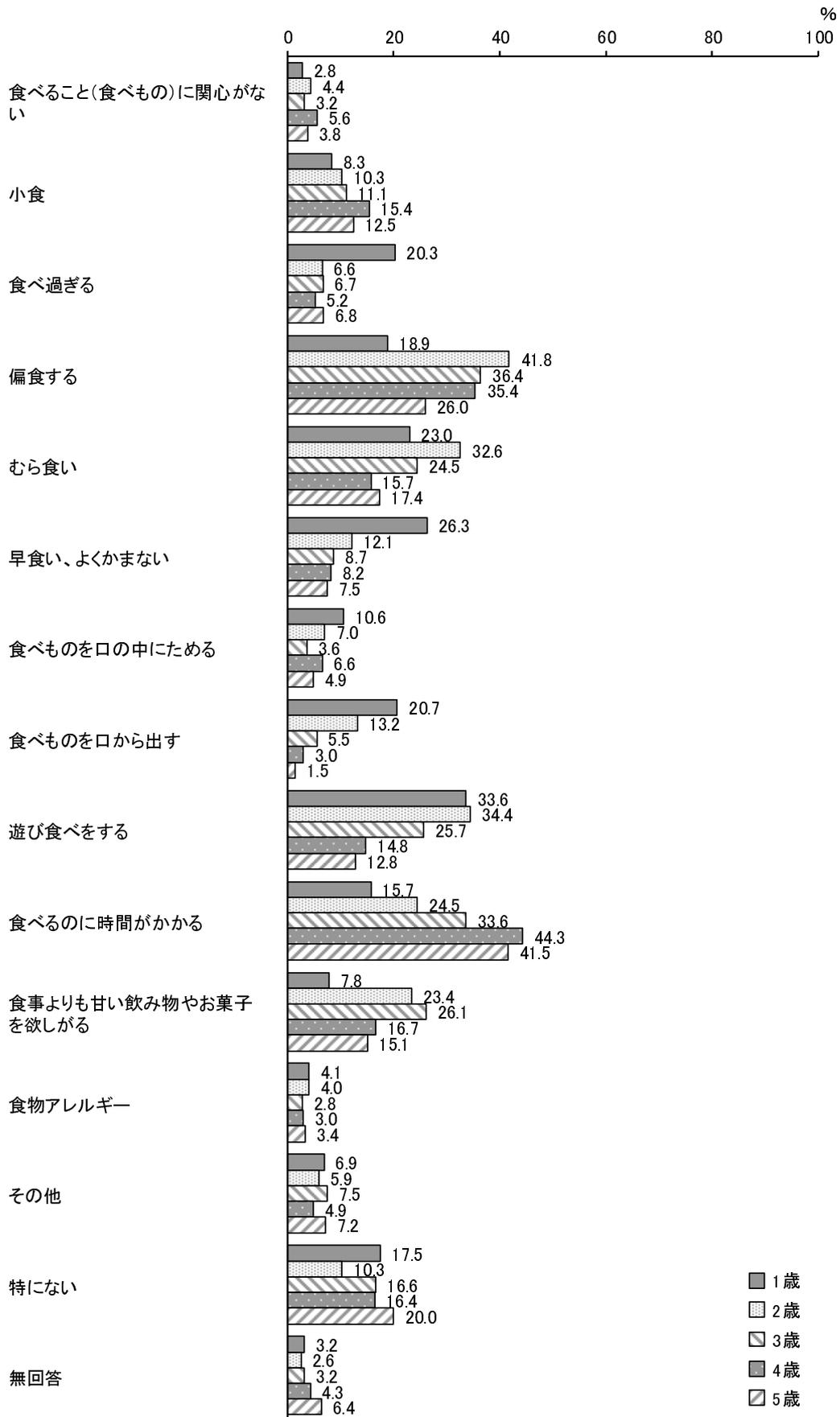


●参考：平成27年乳幼児栄養調査（厚生労働省）

子どもの食事について困っていることは、2歳で「遊び食べ」41.8%、3歳、4歳、5歳で「食べるのに時間がかかる」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ32.4%、37.3%、34.6%であった。

【年齢別】

図表 130 子どもの食事について困っていること（年齢別）



(7) 子どもの食事で特に気をつけていること

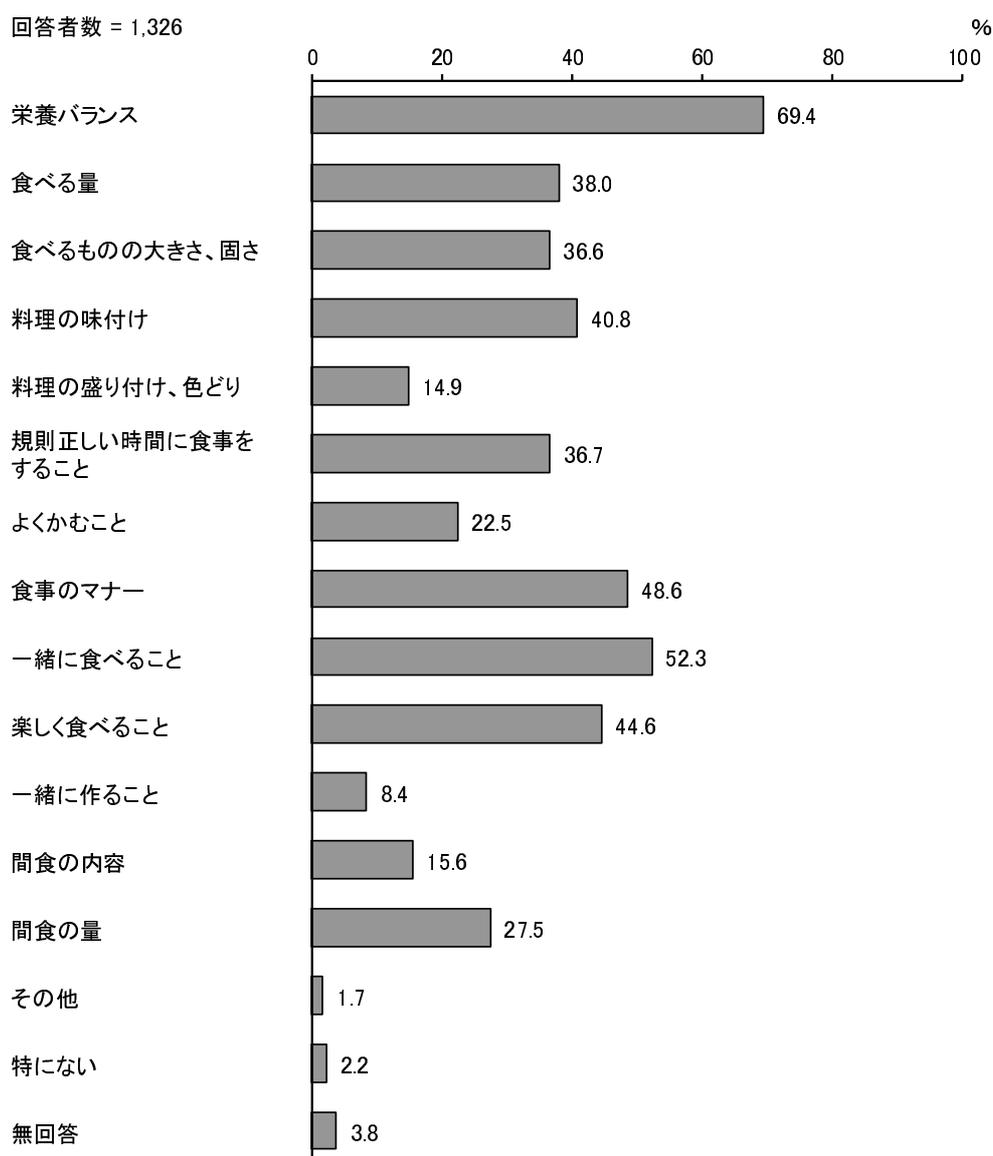
問7 お子さんの食事で特に気をつけていることがありますか。

子どもの食事で特に気をつけていることは、「栄養バランス」と回答した人の割合が69.4%と最も高く、次いで「一緒に食べること」と回答した人の割合が52.3%、「食事のマナー」と回答した人の割合が48.6%であった。

「栄養のバランス」と回答した人の割合は、すべての年齢において最も高かった。

子どもの食事で特に気をつけていることは「特にない」と回答した人の割合は2.2%であり、ほとんどの保護者は子どもの食事について、何らかの気をつけていることがあった。

図表 131 子どもの食事で特に気をつけていること

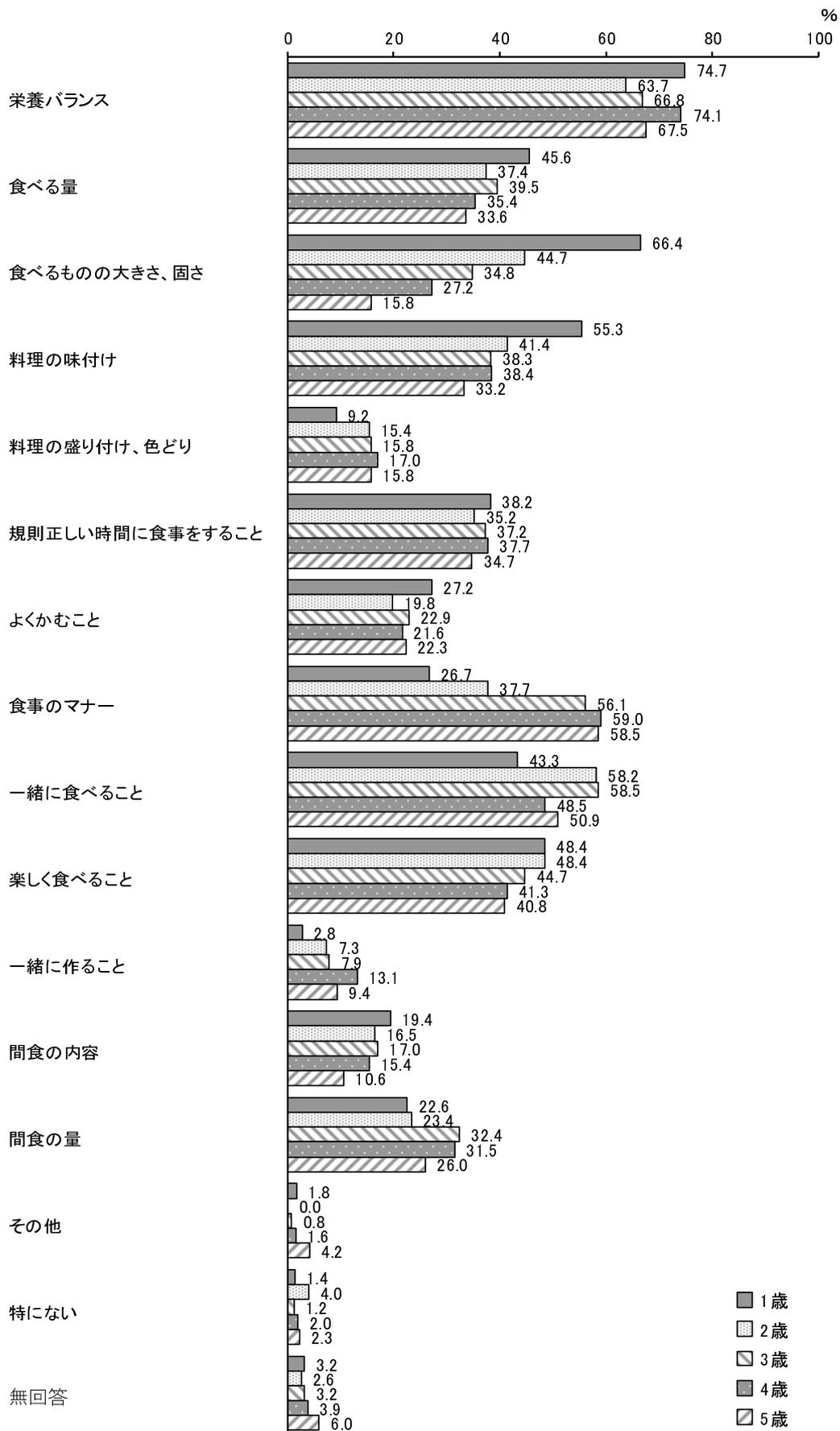


●参考：平成27年乳幼児栄養調査（厚生労働省）

子どもの食事で特に気をつけていることは、「栄養バランス」と回答した人の割合が72.0%と最も高く、次いで「一緒に食べること」が69.5%、「食事のマナー」が67.0%だった。

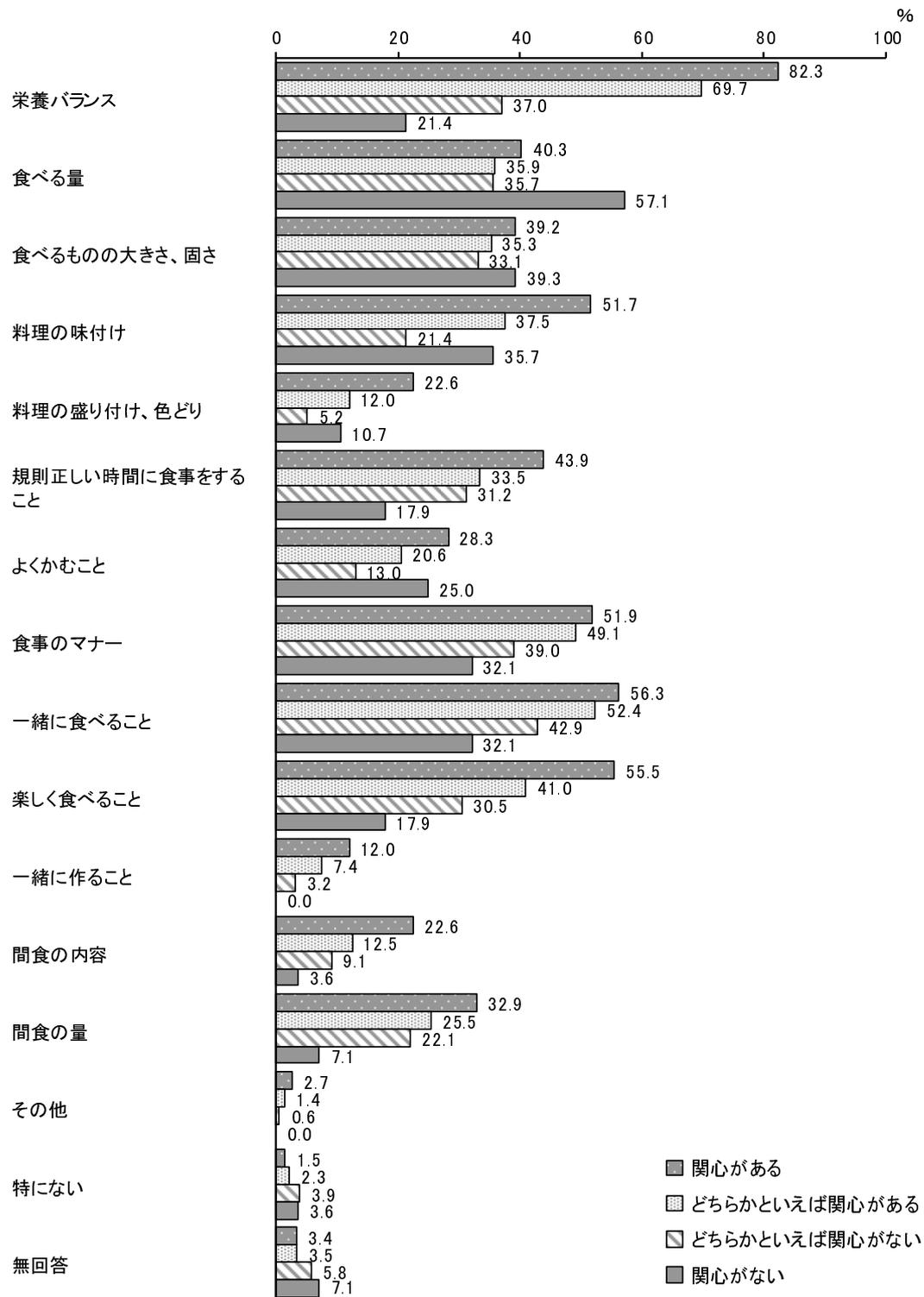
【年齢別】

図表 132 子どもの食事で特に気をつけていること（年齢別）



【食育への関心度別】

図表 133 子どもの食事で特に気をつけていること（食育への関心度別）



(8) 子どもに食生活について教えていること

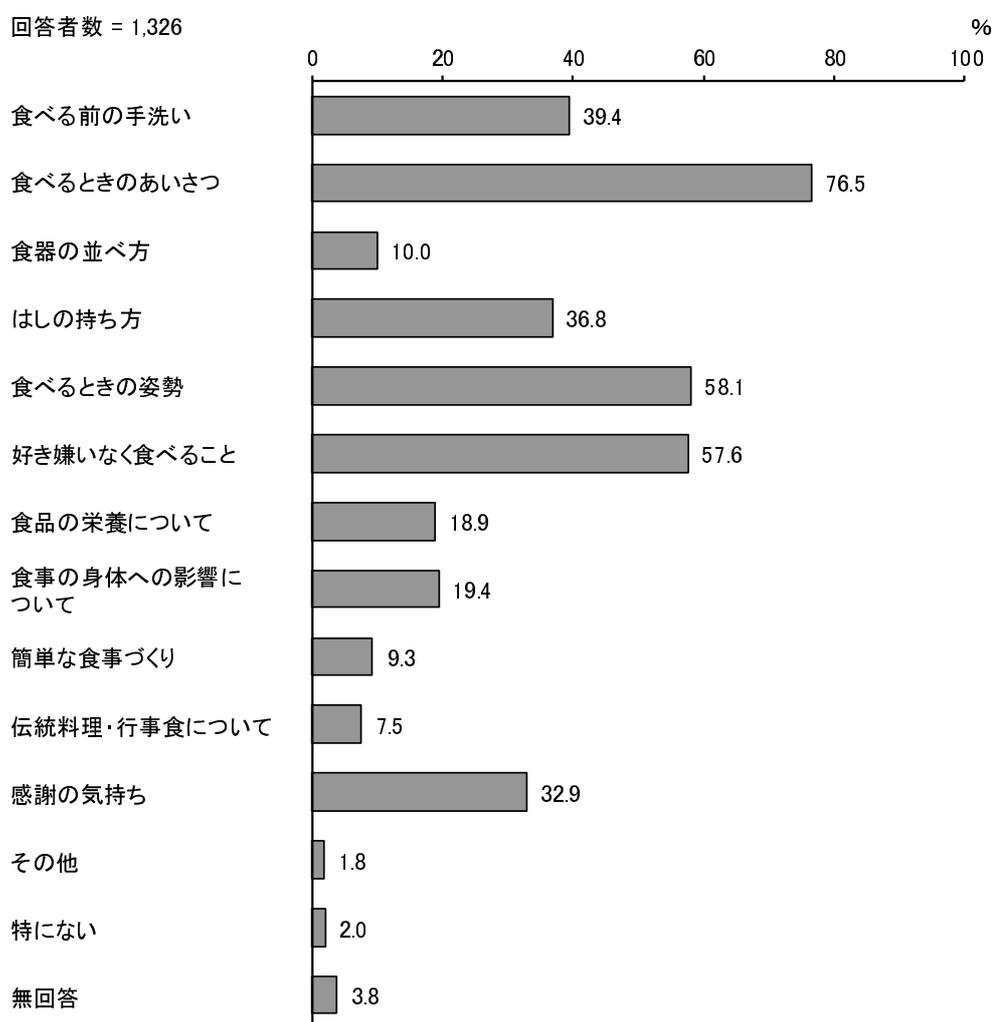
問8 お子さんに食生活についてどのようなことを教えていますか。

子どもに食生活について教えていることは、「食べるときのあいさつ」と回答した人の割合が76.5%と最も高く、次いで「食べるときの姿勢」と回答した人の割合が58.1%、「好き嫌いなく食べること」と回答した人の割合が57.6%であった。

年齢別でみると、1歳から4歳において、「食べるときのあいさつ」と回答した人の割合が最も高かった。

また、年齢が大きくなるほど、「はしの持ち方」「食べるときの姿勢」「好き嫌いなく食べること」「感謝の気持ち」等について教えると回答した人の割合が高くなった。

図表 134 子どもに食生活について教えていること

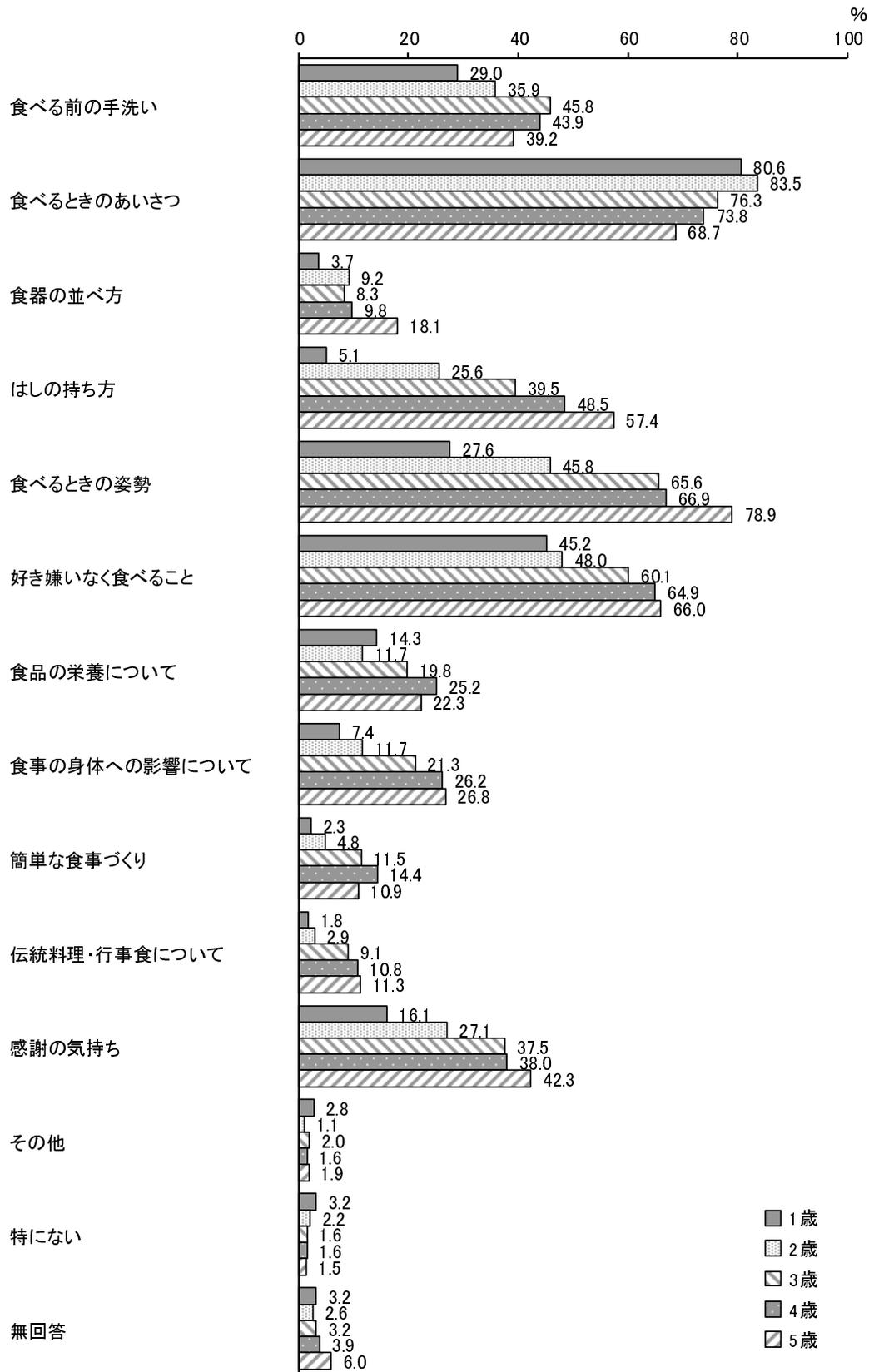


●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

子どもに食生活について教えていることは、「食べるときのあいさつ」と回答した人の割合が82.1%で最も高く、次いで「好き嫌いなく食べること」が73.0%、「食べるときの姿勢」が66.3%だった。

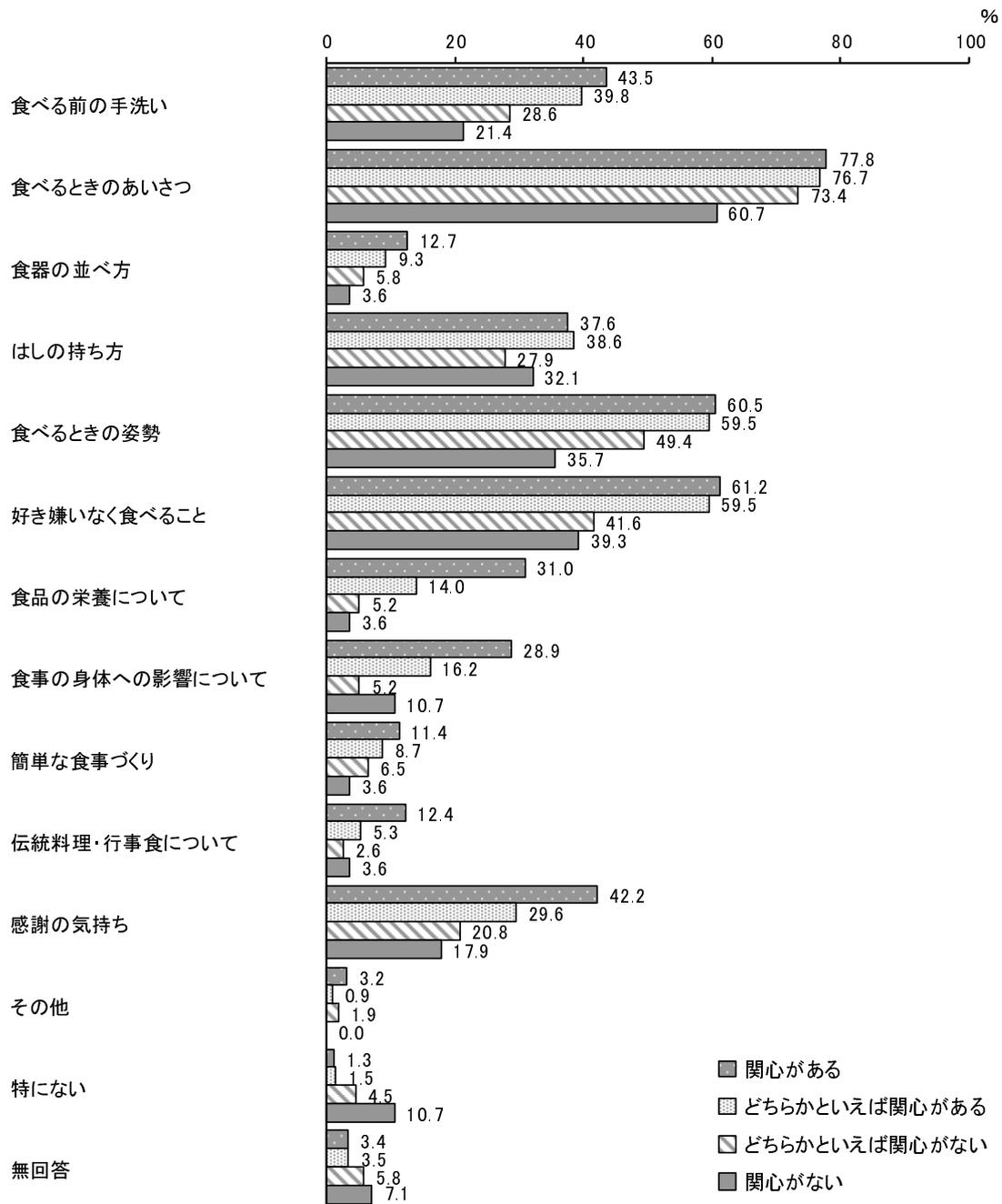
【年齢別】

図表 135 子どもに食生活について教えていること（年齢別）



【食育への関心度別】

図表 136 子どもに食生活について教えていること（食育への関心度別）



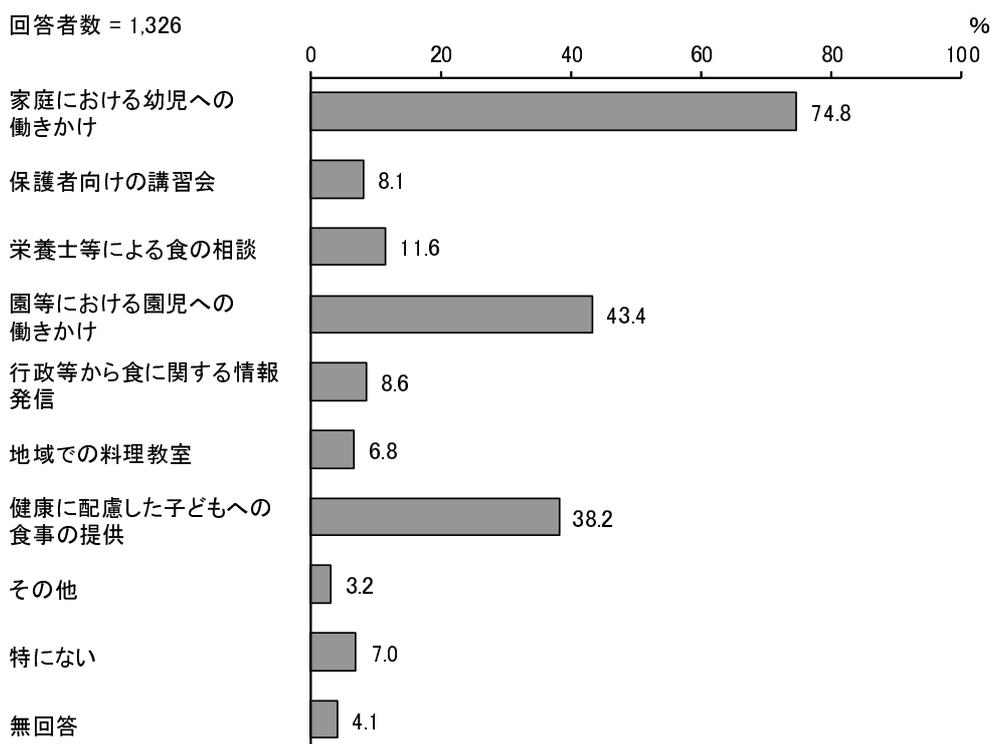
(9) 子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要なこと

問9 お子さんが健康的な食習慣を身につけるためには何が重要だと思いますか。

子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要だと思うことは、「家庭における幼児への働きかけ」と回答した人の割合が74.8%と最も高く、次いで「園等における園児への働きかけ」と回答した人の割合が43.4%、「健康に配慮した子どもへの食事の提供」と回答した人の割合が38.2%であった。

年齢別でみると、1歳で「栄養士等による食の相談」と回答した人の割合が高くなった。

図表 137 子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要なこと

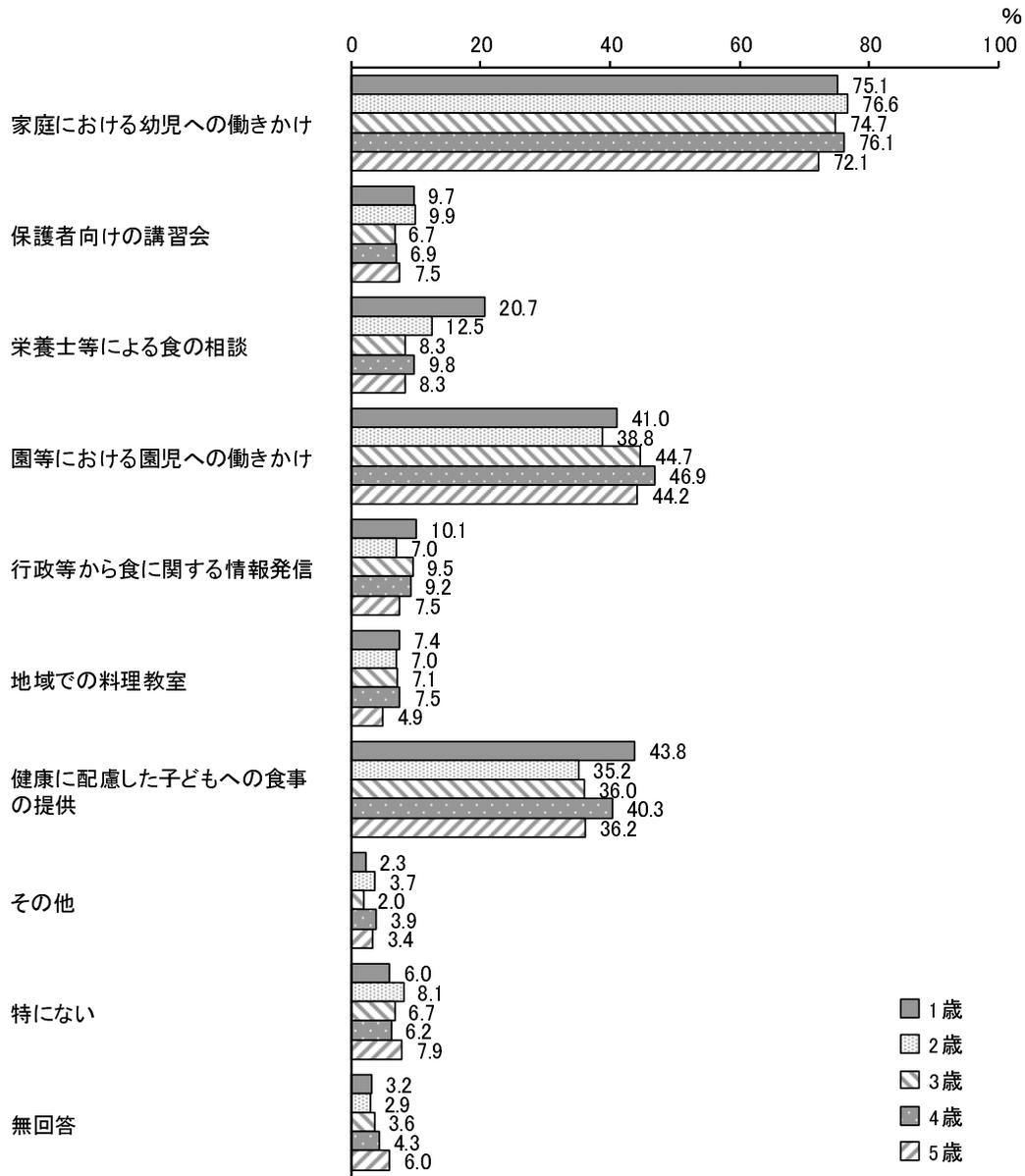


●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要なことは、「家庭における幼児への働きかけ」と回答した人の割合が83.9%と最も高く、次いで「健康に配慮した子どもへの食事の提供」が58.8%、「園等における園児への働きかけ」が53.9%であった。

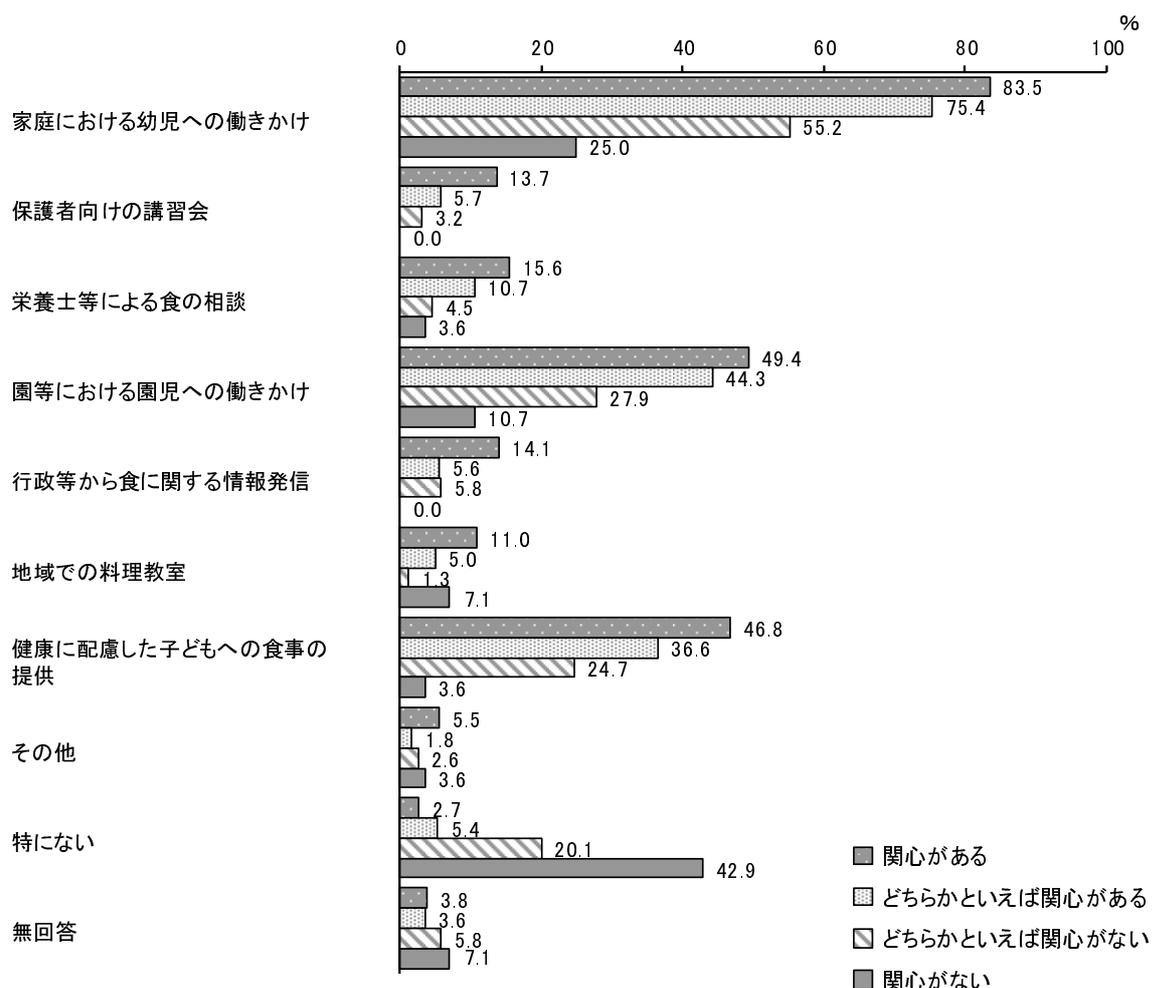
【年齢別】

図表 138 子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要なこと（年齢別）



【食育への関心度別】

図表 139 子どもが健康的な食習慣を身につけるために必要なこと（食育への関心度別）



(10) 子どもの体格について

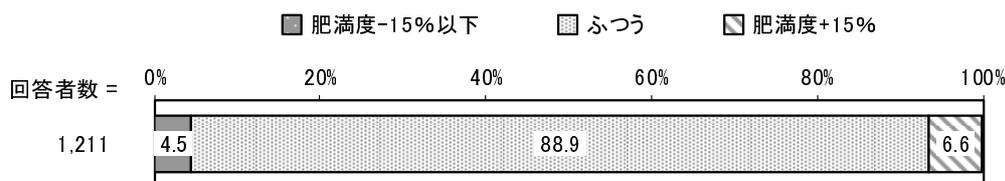
問13 お子さんの身長と体重をご記入ください。

幼児身長体重曲線を用いた評価による肥満度は、ふつう（肥満度±15%）の子どもの割合が88.9%であり、ふつうより肥満度が高い（肥満度+15%）子どもの割合が6.6%、ふつうより肥満度が低い（肥満度-15%以下）子どもの割合が4.5%であった。

※自己申告による身長、体重により算出（未記入を除く）

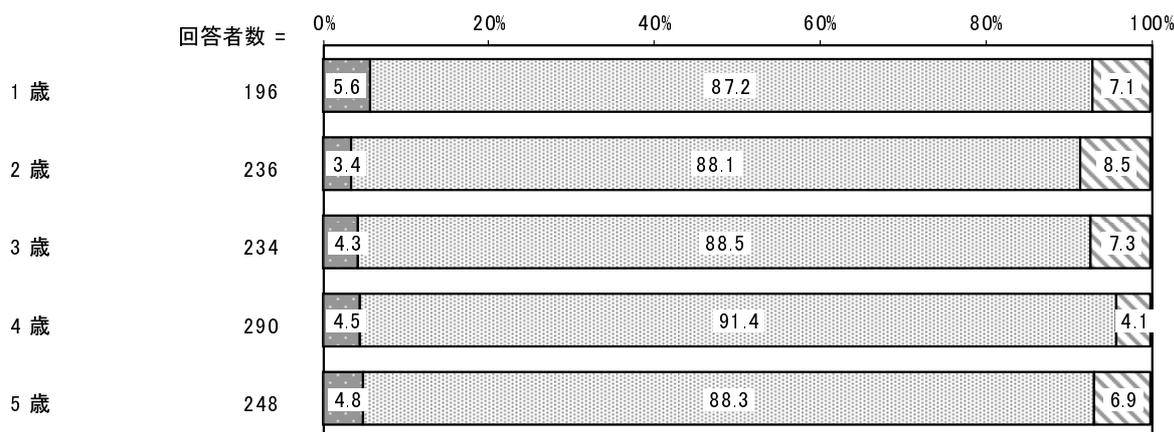
<肥満度>

図表 140 肥満度



【年齢別】

図表 141 肥満度（年齢別）



上段：実数、横：%

	回答者数 (件)	肥満度 -15%以下	ふつう	肥満度 +15%以下
全 体	1,211	55 4.5	1076 88.9	80 6.6
1歳	196	11 5.6	171 87.2	14 7.1
2歳	236	8 3.4	208 88.1	20 8.5
3歳	234	10 4.3	207 88.5	17 7.3
4歳	290	13 4.5	265 91.4	12 4.1
5歳	248	12 4.8	219 88.3	17 6.9

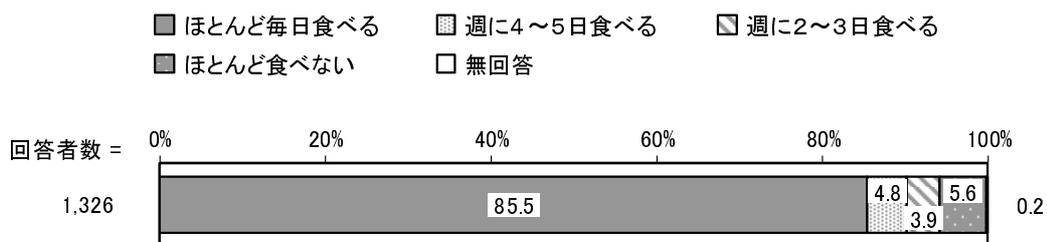
3 保護者の食生活等について

(1) 保護者の朝食習慣

問16 あなたは、ふだん朝食を食べますか。

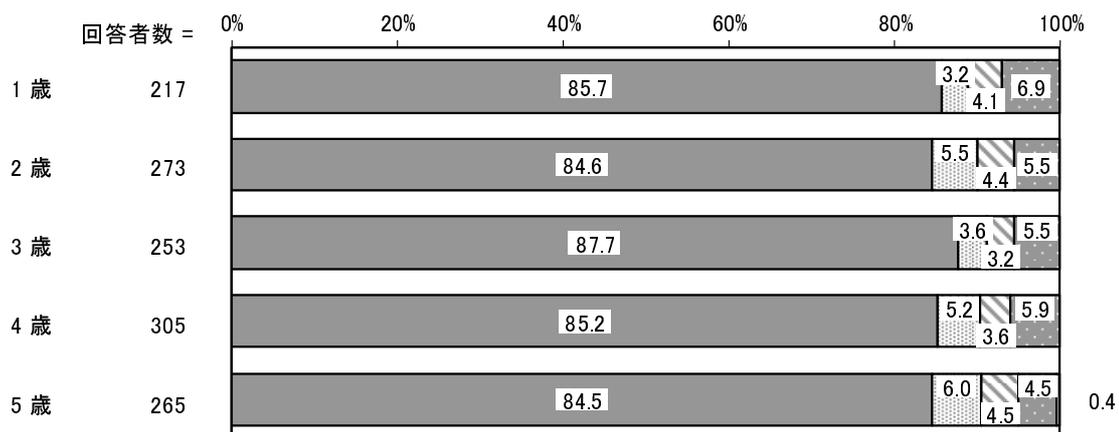
朝食を「ほとんど毎日食べる」と回答した保護者の割合は85.5%であった。
 子どもの年齢別でも、大きな差異は見られなかった。

図表 142 保護者の朝食習慣



【子どもの年齢別】

図表 143 保護者の朝食習慣（子どもの年齢別）



(2) 保護者の起床時刻・就寝時刻

問17 あなたのふだんの起床・就寝時刻について

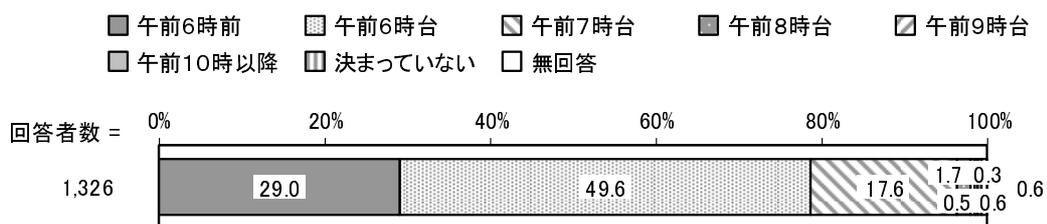
保護者の起床時刻については、平日は「午前6時台」、休日は「午前7時台」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ49.6%、40.6%であった。

就寝時刻については、平日は「午後10時台」、休日は「午後11時台」と回答した人の割合が最も高く、それぞれ26.8%、28.0%であった。

① 起床時刻

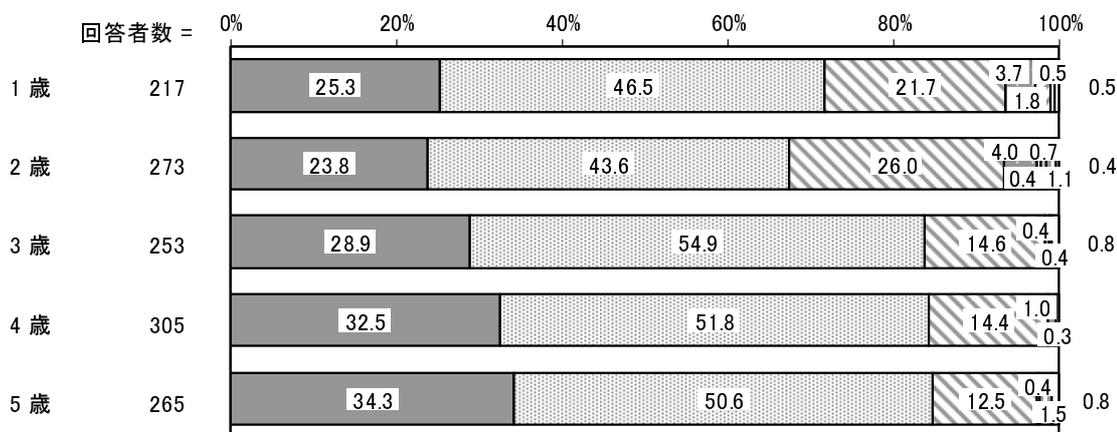
ア 平日

図表 144 起床時刻（平日）



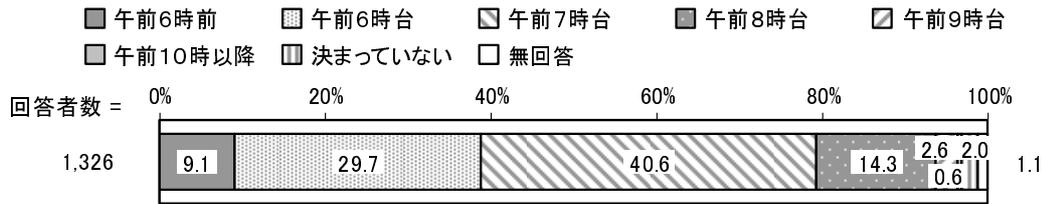
【子どもの年齢別】

図表 145 起床時刻（平日）（子どもの年齢別）



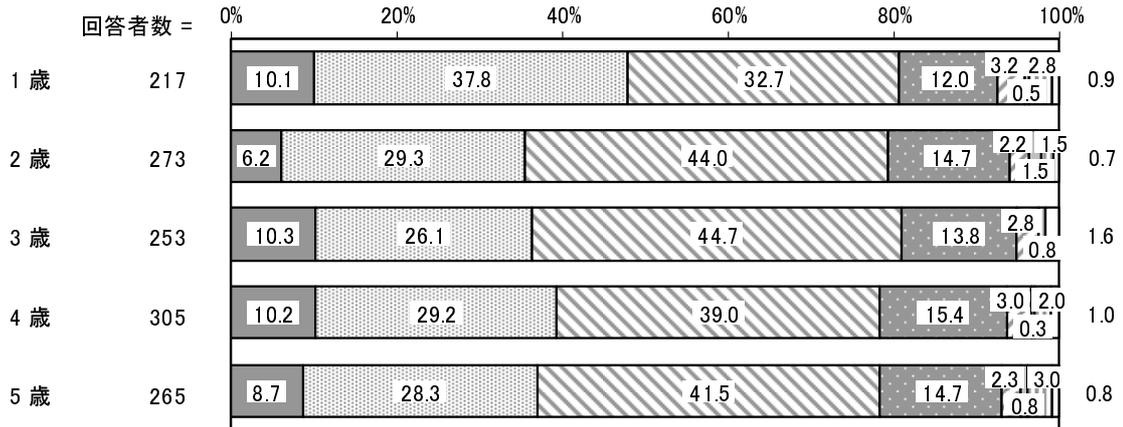
イ 休日

図表 146 起床時刻（休日）



【子どもの年齢別】

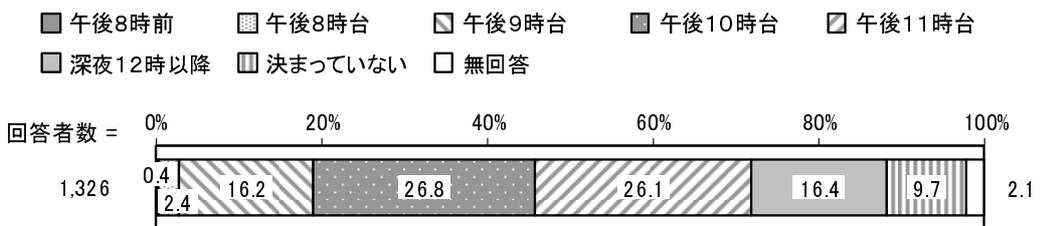
図表 147 起床時刻（休日）（子どもの年齢別）



② 就寝時刻

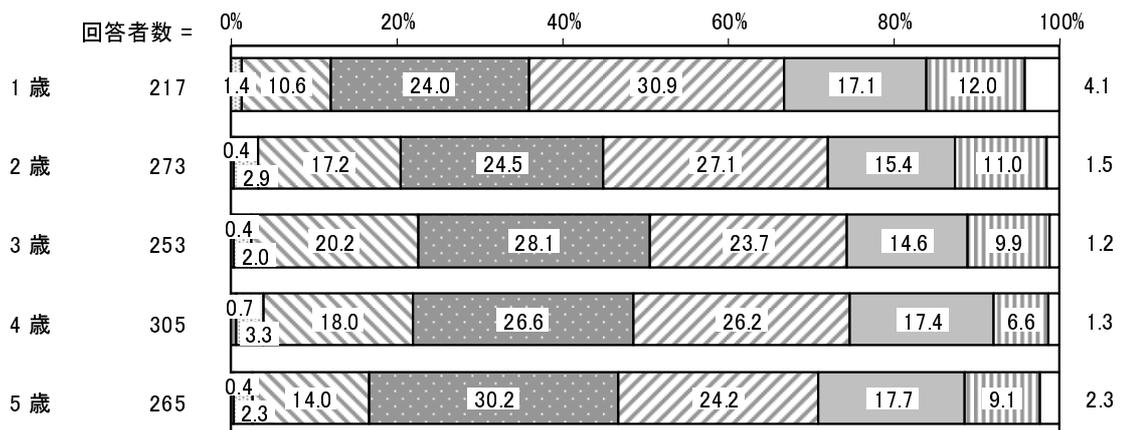
ア 平日

図表 148 就寝時刻（平日）



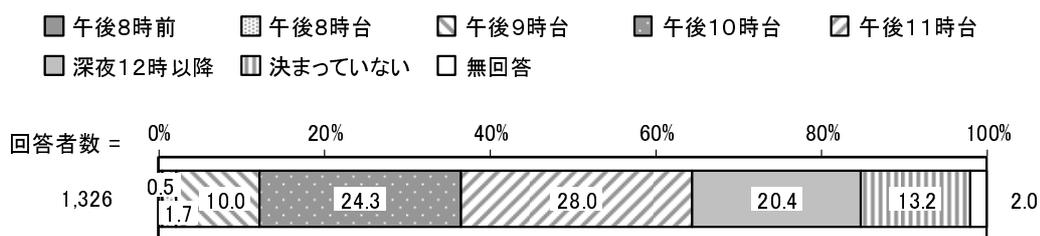
【子どもの年齢別】

図表 149 就寝時刻（平日）（子どもの年齢別）



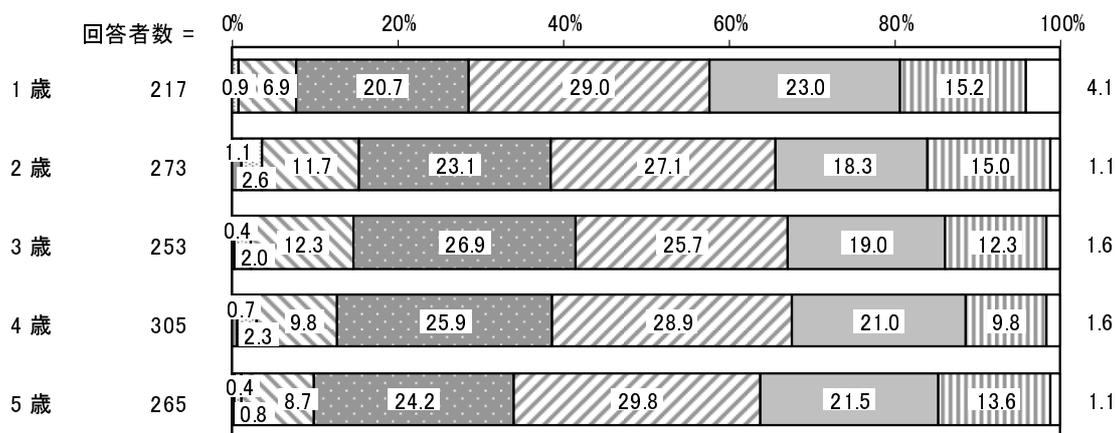
イ 休日

図表 150 就寝時刻（休日）



【子どもの年齢別】

図表 151 就寝時刻（休日）（子どもの年齢別）



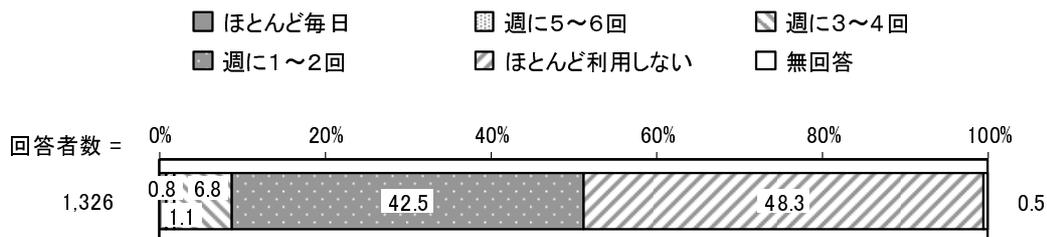
(3) 持ち帰り弁当や総菜の利用

問18 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜をどれくらい利用しますか。

持ち帰り弁当や総菜の利用について、「ほとんど利用しない」と回答した保護者の割合が48.3%と最も高く、次いで「週に1～2回」と回答した保護者の割合が42.5%であった。

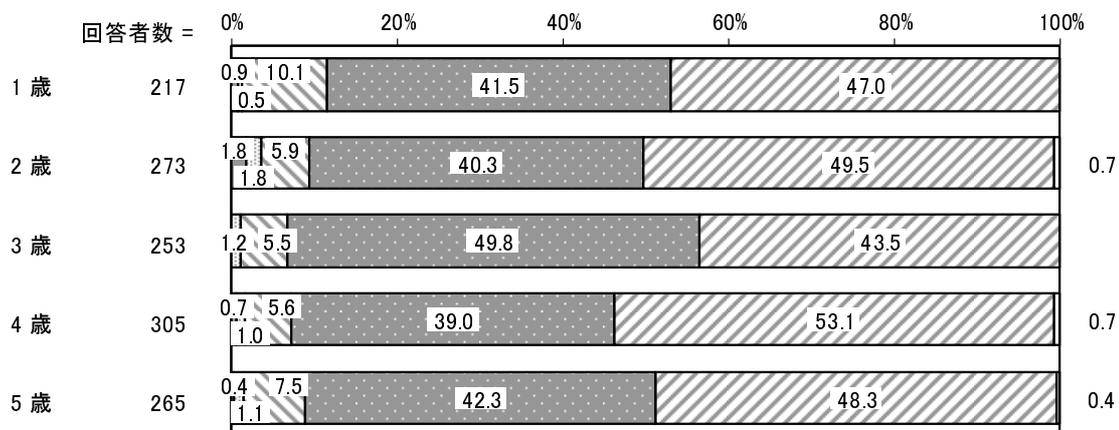
子どもの年齢別で見ると、1歳で「週に3～4回」と回答した保護者の割合が10.1%であった。

図表 152 持ち帰り弁当や総菜の利用



【子どもの年齢別】

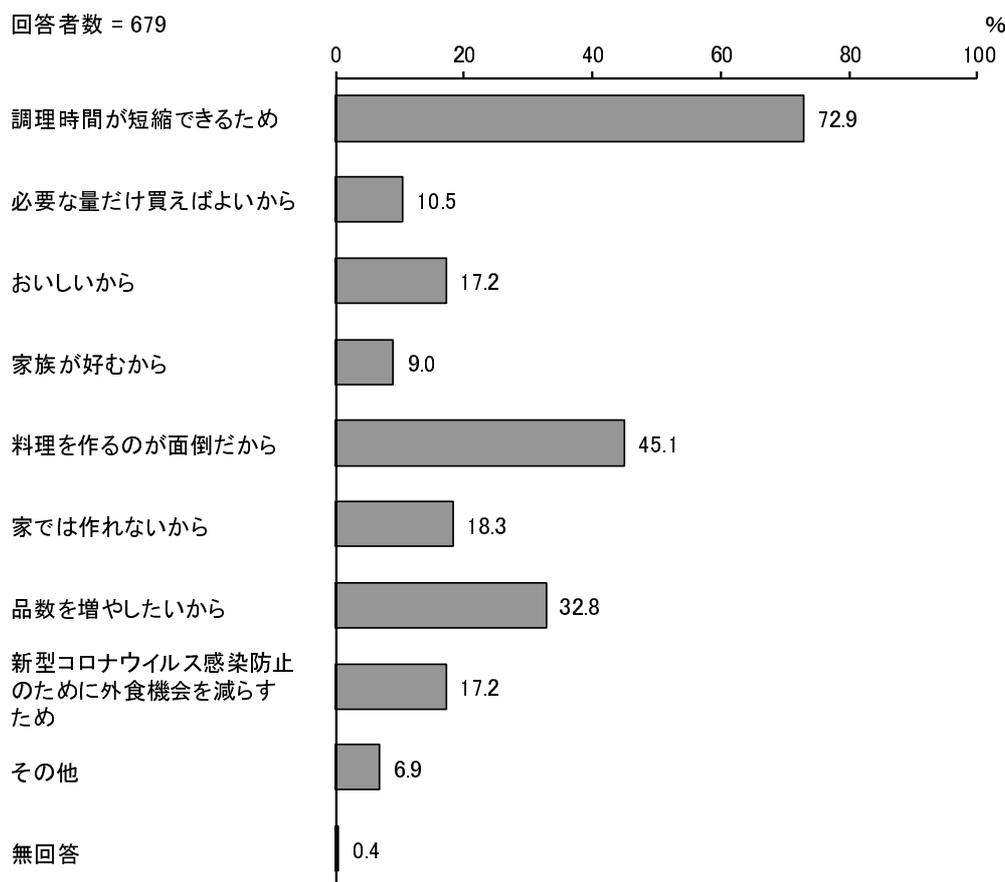
図表 153 持ち帰り弁当や総菜の利用（子どもの年齢別）



【利用する理由について】

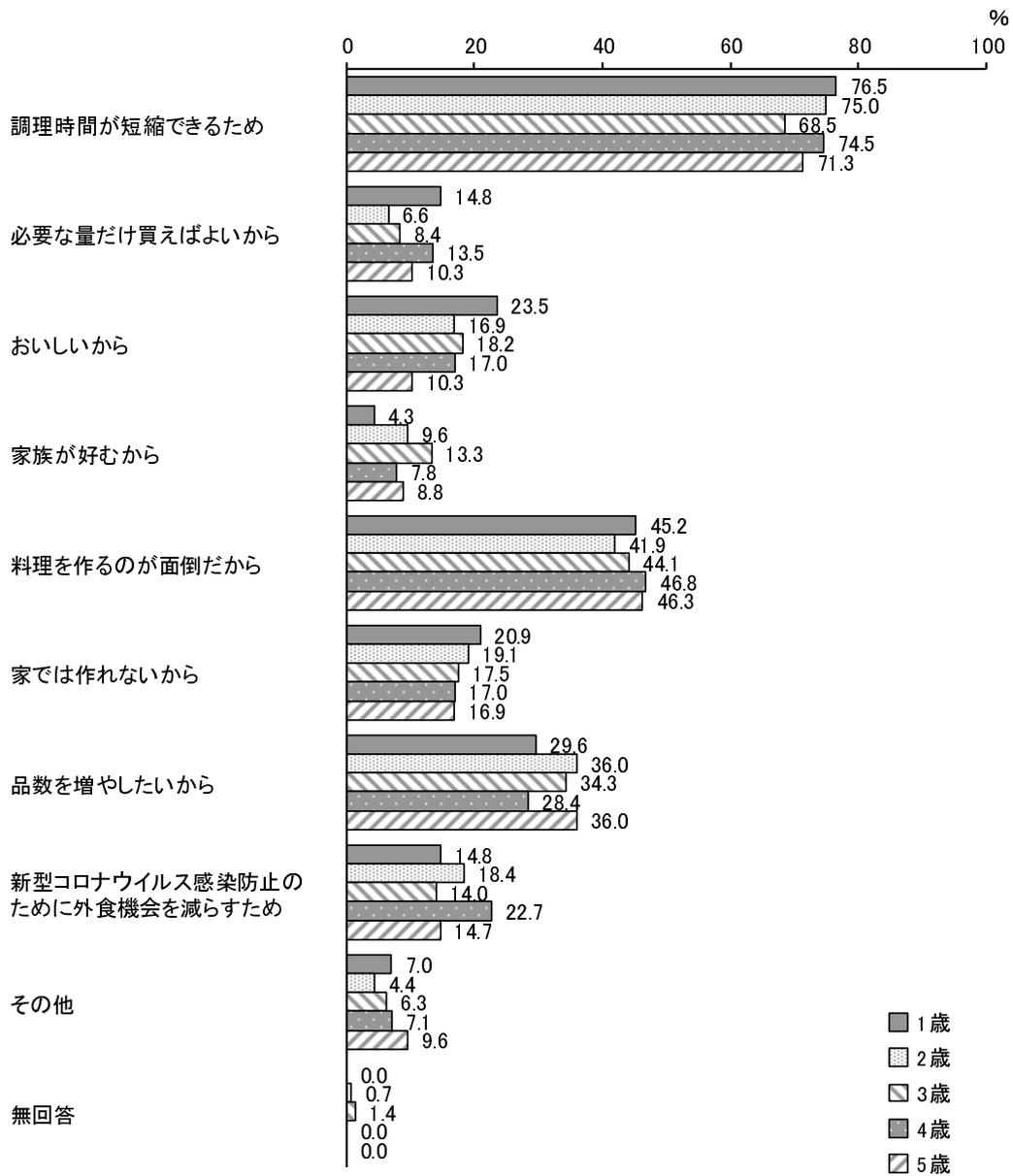
「ほとんど毎日」「週に5～6回」「週に3～4回」「週に1～2回」を選んだ回答者（679名）のうち、「調理時間が短縮できるため」と回答した人の割合が72.9%と最も高く、次いで「料理を作るのが面倒だから」と回答した人の割合が45.1%、「品数を増やしたいから」と回答した人の割合が32.8%であった。

図表 154 持ち帰り弁当や総菜を利用する理由



【子どもの年齢別】

図表 155 持ち帰り弁当や総菜を利用する理由（子どもの年齢別）



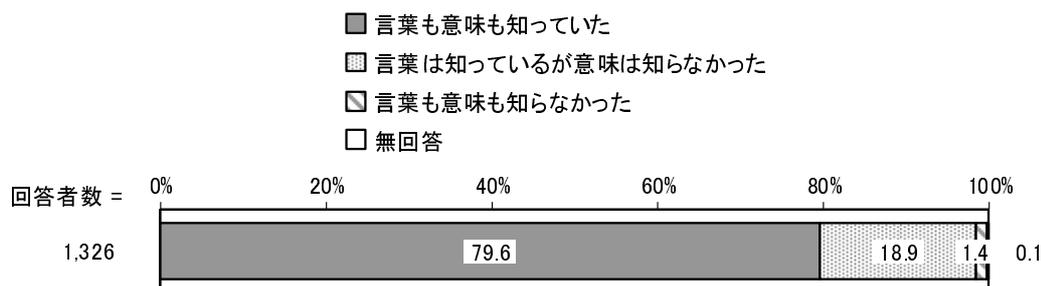
(4) 「食育」について

問19 あなたは「食育」という言葉を知っていますか。

「食育」という言葉について、「言葉も意味も知っていた」と回答した人の割合が79.6%と最も高く、次いで「言葉は知っているが意味は知らなかった。」と回答した人の割合が18.9%であった。

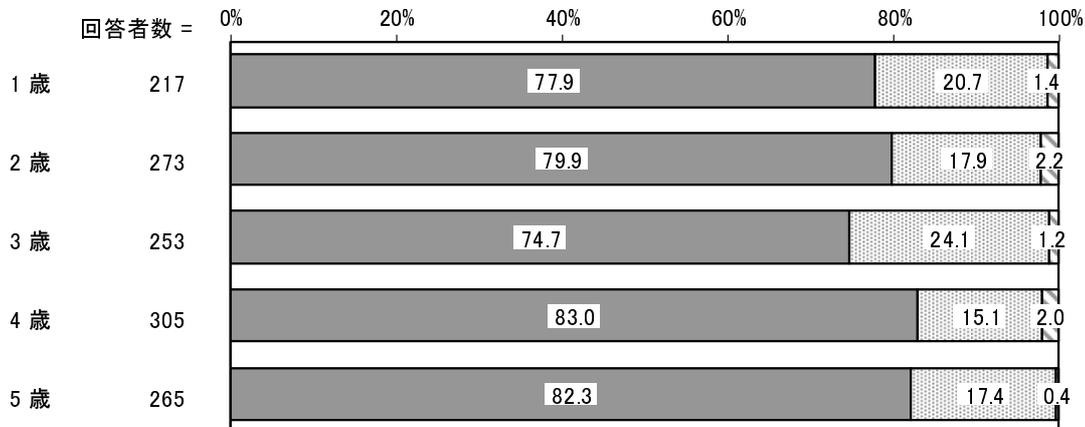
平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査結果と比較すると、「言葉も意味も知っていた」と回答した人の割合は、約30%増加している。

図表 156 「食育」について



【子どもの年齢別】

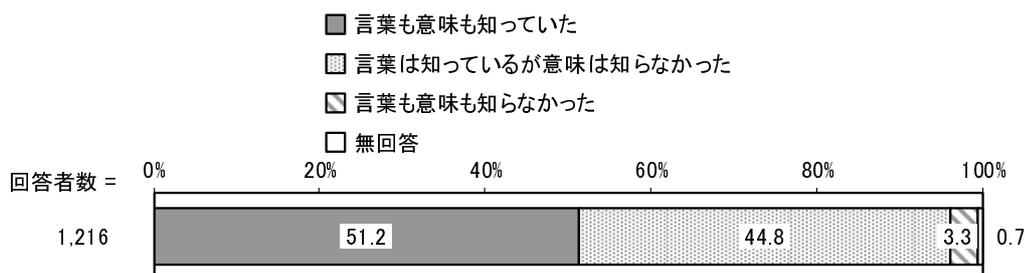
図表 157 「食育」について（子どもの年齢別）



●参考：平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査

< 「食育」について >

図表158 「食育」について（平成22年奈良県食育等に関するアンケート調査）

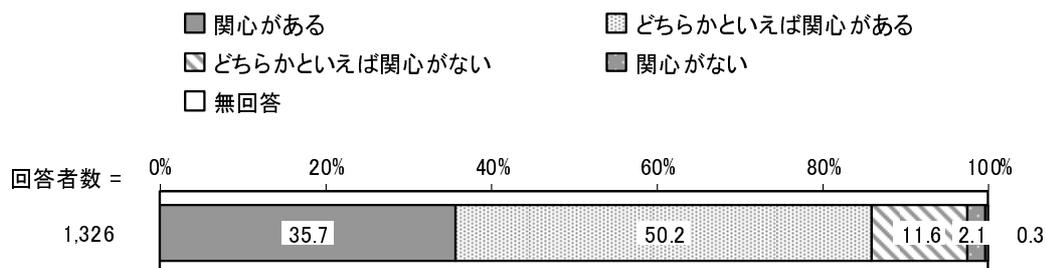


(5) 食育への関心について

問20 あなたは「食育」に関心がありますか。

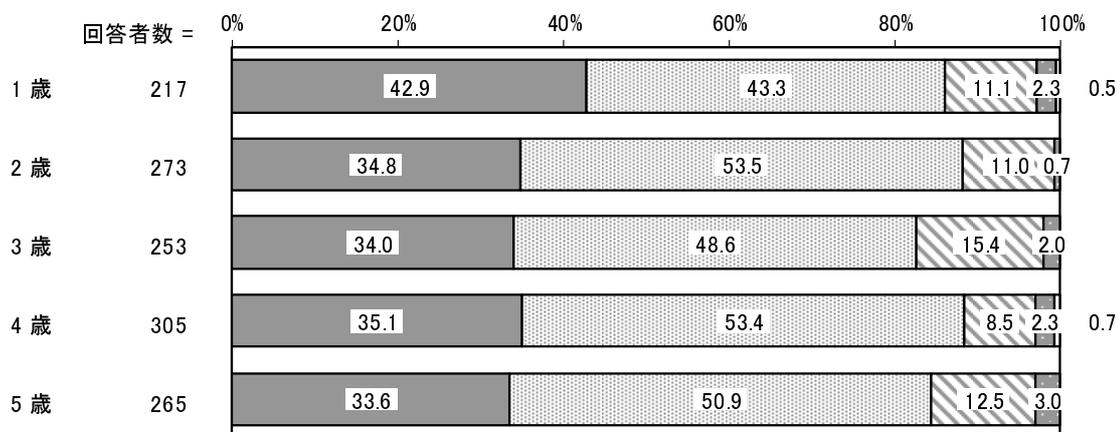
食育について、「関心がある」と「どちらかといえば関心がある」と回答した人を合わせた“関心がある”の割合が85.9%「どちらかといえば関心がない」と「関心がない」と回答した人を合わせた“関心がない”の割合が13.7%であった。子どもの年齢別では、大きな差異はみられなかった。

図表 159 食育への関心



【子どもの年齢別】

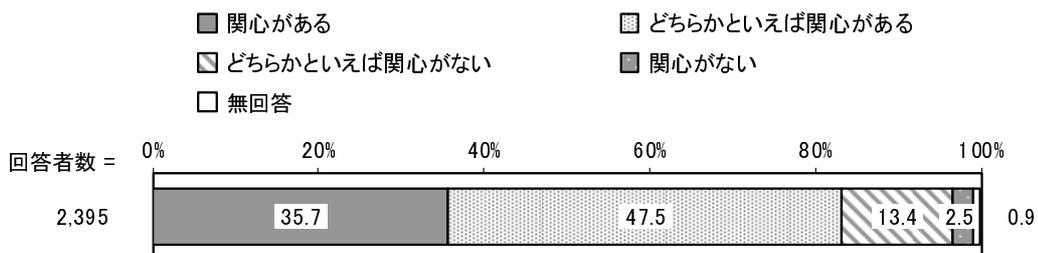
図表 160 食育への関心（子どもの年齢別）



●参考：令和2年食育に関する意識調査（農林水産省）

<食育への関心について>

図表161 食育への関心（令和2年食育に関する意識調査（農林水産省））

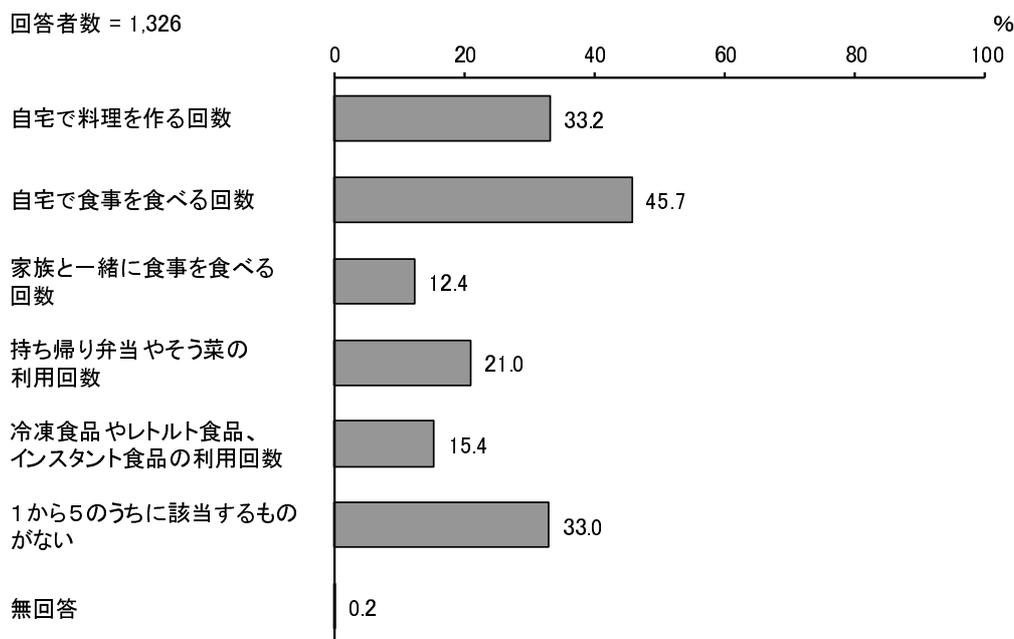


(6) 新型コロナウイルス感染症の影響（食事形態）

問21 あなたは、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べ、増えた食事形態等がありますか。

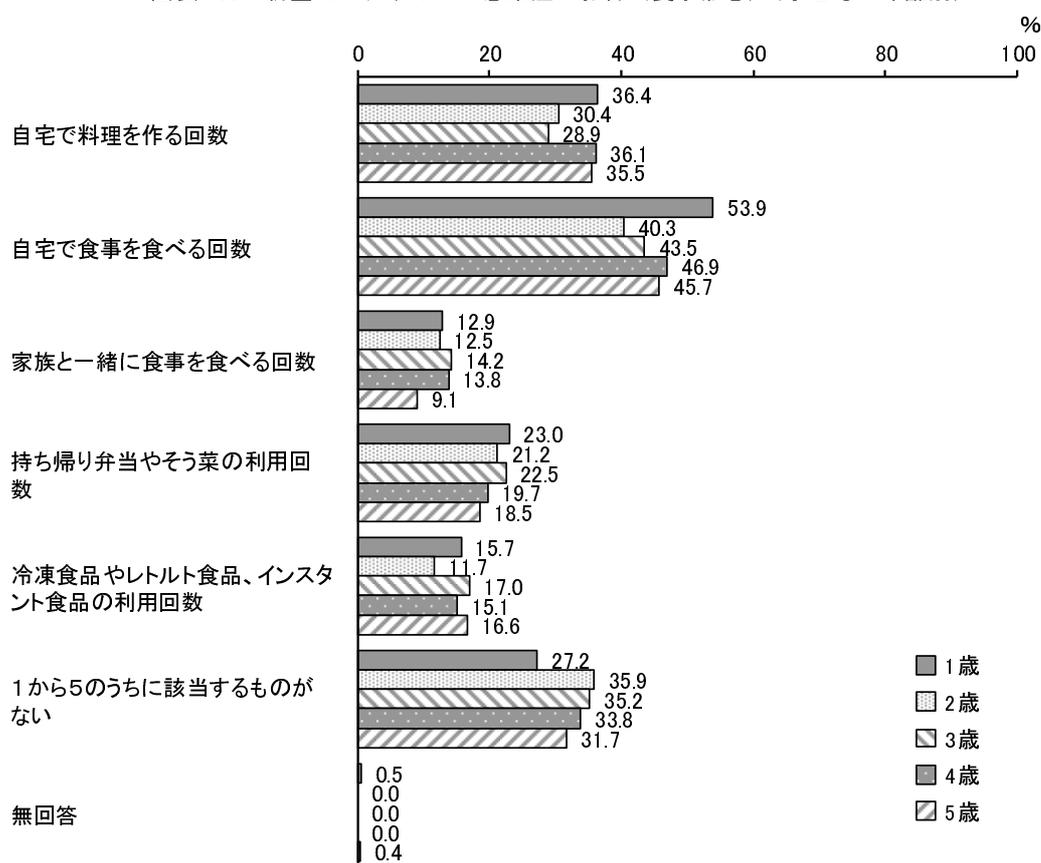
新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べて増えた食事形態について、「自宅で食事を食べる回数」と回答した人の割合が45.7%と最も高く、次いで「自宅で料理を作る回数」と回答した人の割合が33.2%であった。

図表 162 新型コロナウイルス感染症の影響（食事形態）



【子どもの年齢別】

図表 163 新型コロナウイルス感染症の影響（食事形態）（子どもの年齢別）

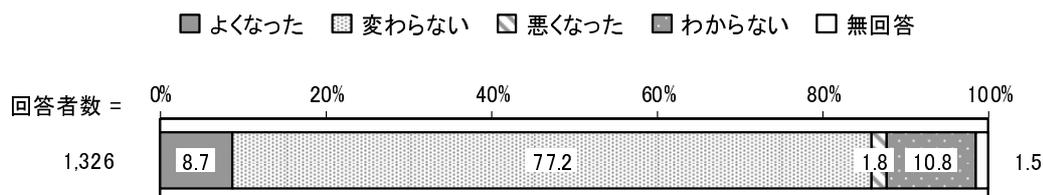


(7) 新型コロナウイルス感染症の影響（栄養バランス）

問22 あなたは、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べ、食事の栄養バランスは変化しましたか。

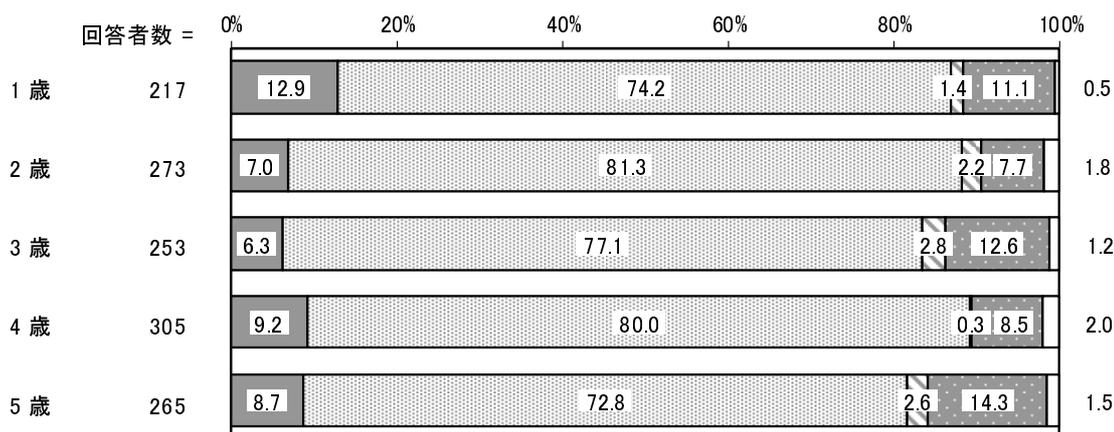
新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べた食事の栄養バランスの変化について、「変わらない」と回答した人の割合が77.2%と最も高く、次いで「わからない」と回答した人の割合が10.8%であった。

図表 164 新型コロナウイルス感染症の影響（栄養バランス）



【子どもの年齢別】

図表 165 新型コロナウイルス感染症の影響（栄養バランス）（子どもの年齢別）



Ⅲ 調査票

食育等に関するアンケート調査票

1 お子さんの食生活についておたずねします。

問1 お子さんは次の食べものをどのくらいの頻度で食べていますか。①～⑬までについて、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

	毎日2回 以上	毎日1回	週に4～ 6回	週に1～ 3回	週に1回 未満	食べていな い(飲んでい ない)
① 穀類(ごはん、パン、麺など)	1	2	3	4	5	6
② 魚	1	2	3	4	5	6
③ 肉	1	2	3	4	5	6
④ 卵	1	2	3	4	5	6
⑤ 大豆・大豆製品	1	2	3	4	5	6
⑥ 野菜	1	2	3	4	5	6
⑦ 果物	1	2	3	4	5	6
⑧ 牛乳・乳製品	1	2	3	4	5	6
⑨ お茶など甘くない飲料	1	2	3	4	5	6
⑩ 果汁など甘味飲料 ※1	1	2	3	4	5	6
⑪ 菓子(菓子パンを含む) ※2	1	2	3	4	5	6
⑫ インスタントラーメンやカップ麺	1	2	3	4	5	6
⑬ ファストフード※3	1	2	3	4	5	6

※1 主に炭酸飲料(コーラやサイダー)や果汁飲料などのことを言います。

※2 主にあめ、チョコレート、クッキー、アイスクリーム、ケーキ等と言います。

※3 短時間で調理され、すぐ食べることができるハンバーガーやドーナツ、ピザなどの手軽な食事や食品と言います。

問2 お子さんの間食(3食以外に食べるもの)の与え方をどのようにしていますか。あてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。(複数選択可)

- 1 特に気をつけていない
- 2 時間を決めてあげることが多い
- 3 欲しがるときにあげることが多い
- 4 間食でも栄養に注意している
- 5 甘いものは少なくしている
- 6 甘い飲み物やお菓자에偏ってしまう
- 7 スナック菓子を与えることが多い
- 8 その他()

問3 お子さんの朝食のとりかたはどうか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください

- 1 ほとんど毎日食べる
- 2 週に4～5日食べる
- 3 週に2～3日食べる
- 4 ほとんど食べない

問4 お子さんは、ふだん、どのように食事をしていますか。朝食と夕食でそれぞれあてはまるものを1つ選んで番号に○をつけてください。

朝食		夕食	
1	家族そろって食べる	1	家族そろって食べる
2	おとなの家族の誰かと食べる	2	おとなの家族の誰かと食べる
3	子どもだけで食べる	3	子どもだけで食べる
4	ひとりで食べる	4	ひとりで食べる
5	その他 ()	5	その他 ()

問5 お子さんのふだんの起床・就寝時刻について、平日と休日でそれぞれあてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

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6 現在、お子さんの食事で困っていることがありますか。あてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。なければ14に○をつけてください。(複数選択可)

- 1 食べること(食べもの)に関心がない
- 2 小食
- 3 食べ過ぎる
- 4 偏食する
- 5 むら食い
- 6 早食い、よくかまない
- 7 食べものを口の中にとめる
- 8 食べものを口から出す
- 9 遊び食べをする
- 10 食べるのに時間がかかる
- 11 食事よりも甘い飲み物やお菓子を欲しがる
- 12 食物アレルギー
- 13 その他 ()
- 14 特にない

問7 お子さんの食事で特に気をつけていることがありますか。あてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。なければ、15に○をつけてください。(複数選択可)

- 1 栄養バランス
- 2 食べる量
- 3 食べるものの大きさ、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こと
- 7 よくかむこと
- 8 食事のマナー
- 9 一緒に食べること
- 10 楽しく食べること
- 11 一緒に作ること
- 12 間食の内容
- 13 間食の量
- 14 その他 ()
- 15 特にない

問8 お子さんに食生活についてどのようなことを教えていますか。あてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。なければ13に○をつけてください。

- 1 食べる前の手洗い
- 2 食べるときのあいさつ
- 3 食器の並べ方
- 4 はしの持ち方
- 5 食べるときの姿勢
- 6 好き嫌いなく食べること
- 7 食品の栄養について
- 8 食事の身体への影響について
- 9 簡単な食事づくり
- 10 伝統料理・行事食について
- 11 感謝の気持ち
- 12 その他 ()
- 13 特にない

問9 お子さんが健康的な食習慣を身につけるためには何が必要だと思いますか。あてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。なければ9に○をつけてください。

- 1 家庭における幼児への働きかけ
- 2 保護者向けの講習会
- 3 栄養士等による食の相談
- 4 園等における園児への働きかけ
- 5 行政等から食に関する情報発信
- 6 地域での料理教室
- 7 健康に配慮した子どもへの食事の提供
- 8 その他 ()
- 9 特にない

2 お子さんについておたずねします。

問 10 お子さんのお住まいの市町村名をご記入ください。

市町村

問 11 おさんの性別はどちらですか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 男 2 女

問 12 おさんは何歳ですか。あてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

- 1 1歳 2 2歳 3 3歳 4 4歳 5 5歳

問 13 おさんの身長と体重をご記入ください。

- 1 身長 () cm 2 体重 () g

3 保護者（ご記入いただいている方）についておたずねします。

問 14 あなたは、おさんから見るとどのような続柄ですか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 父 2 母 3 祖父 4 祖母 5 その他 ()

問 15 あなたの年齢について、あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 20歳代 2 30歳代 3 40歳代
4 50歳代 5 60歳以上

問 16 あなたは、ふだん朝食を食べますか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 ほとんど毎日食べる
2 週に4～5日食べる
3 週に2～3日食べる
4 ほとんど食べない

問 17 あなたのふだんの起床・就寝時刻について、平日と休日でそれぞれあてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

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 18 あなたは、持ち帰りの弁当や惣菜をどれくらい利用しますか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 ほとんど毎日
- 2 週に5～6回
- 3 週に3～4回
- 4 週に1～2回
- 5 ほとんど利用しない

問 18-2 問 18 で 1, 2, 3, 4, を選んだ方におたずねします。利用する理由についてあてはまるものをすべて選んで、番号に○をつけてください。

- 1 調理時間が短縮できるため
- 2 必要な量だけ買えばよいから
- 3 おいしいから
- 4 家族が好むから
- 5 料理を作るのが面倒だから
- 6 家では作れないから
- 7 品数を増やしたいから
- 8 新型コロナウイルス感染防止のために外食機会を減らすため
- 9 その他 ()

問 19 あなたは「食育」という言葉を知っていますか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 言葉も意味も知っていた
- 2 言葉は知っているが意味は知らなかった。
- 3 言葉も意味も知らなかった。

問 20 あなたは「食育」に関心がありますか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない

問 21 あなたは、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べ、増えた食事形態等がありますか。あてはまるものすべてを選んで、番号に○をつけてください。

- 1 自宅で料理を作る回数
- 2 自宅で食事を食べる回数
- 3 家族と一緒に食事を食べる回数
- 4 持ち帰り弁当やそう菜の利用回数
- 5 冷凍食品やレトルト食品、インスタント食品の利用回数
- 6 1から5のうちに該当するものがない

問 22 あなたは、新型コロナウイルス感染症の拡大前と比べ、食事の栄養バランスは変化しましたか。あてはまるものを1つ選んで、番号に○をつけてください。

- 1 よくなった
- 2 変わらない
- 3 悪くなった
- 4 わからない

以上で調査は終了です。ご協力ありがとうございました。