

問5 食べる時の状態について、あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 何でも噛んで食べることができる
- 2 一部噛めない食べ物がある
- 3 噛めない食べ物が多い
- 4 噛んで食べることはできない

問6 飲み込み（嚥下）について、あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 飲み込みにくいものがある →
- 2 飲み込みに特に問題はない

あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- ① ごはんやおかずなどの食べ物でつかえる
- ② お茶やみそ汁などの飲み物でむせる
- ③ 食べ物と飲み物の両方

問7 「8020（ハチマルニイマル）」は、80歳になっても20本以上の自分の歯を保つという目標です。あなたは、「8020」をご存知でしたか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 知っていた
- 2 知らなかった

問8 あなたは、歯ブラシ・つまようじの他に、次の器具（歯間部清掃用器具など）を使用していますか。あてはまる番号すべてに○をつけてください。

- 1 糸（付）ようじ（デンタルフロス） → 使う頻度は：週に（ ）日
- 2 歯間ブラシ → 使う頻度は：週に（ ）日
- 3 その他（ ）
- 4 使用なし

現在の食生活・生活習慣についておたずねします

下記枠内を読んでお答えください。

「食育」は、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどを身に付けたり、自然の恵みへの感謝や伝統的な食文化などへの理解を深めたりすることを育てることです。

問9 あなたは「食育」に関心がありますか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

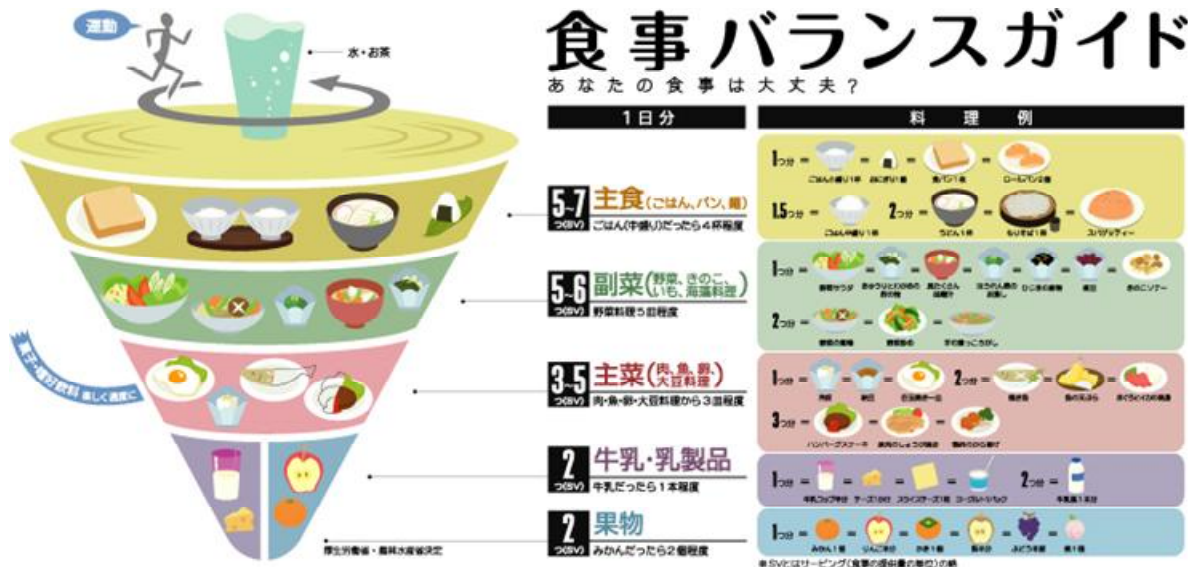
- 1 関心がある
- 2 どちらかといえば関心がある
- 3 どちらかといえば関心がない
- 4 関心がない
- 5 「食育」という言葉を知らない

問10 あなたは、噛み方、味わい方といった食べ方に関心がありますか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○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11 あなたは次の食事バランスガイドにあるように、主食（ごはん、パン、麺など）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品などを使った料理）、副菜（野菜、きのこ、いも、海藻などを使った料理）が3つそろった食事を1日に2回以上食べていますか。
あてはまるものを1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 ほとんど毎日
- 2 週に2～5日
- 3 ほとんどない



下記枠内を読んでお答えください。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは、「内臓脂肪が蓄積することによって、血圧、血糖が高くなったり、血中の脂質異常を起こしたりして、食事や運動などの生活習慣を改善しなければ、心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態」のことです。

問12 あなたは、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防や改善のために、適切な食事、定期的な運動、週に複数回の体重計測のいずれかを実践していますか。
あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 実践して、半年以上継続している
- 2 実践しているが、半年未満である
- 3 時々気をつけているが、継続的ではない
- 4 現在はしていないが、近いうちにしようと思っている
- 5 現在していないし、しようとも思わない

裏面に続きます

問13 地域や所属コミュニティ（職場等を含む）での食事会等の機会があれば、参加したいと思いますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 とてもそう思う 2 そう思う 3 どちらともいえない
4 あまりそう思わない 5 全くそう思わない

※問13で「1 とてもそう思う」または「2 そう思う」と答えた方のみにお聞きします。

問13-2 あなたは過去1年間に、地域や所属コミュニティでの食事会等に参加しましたか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 参加した 2 参加していない

問14 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭で受け継がれてきた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を受け継いでいますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 受け継いでいる 2 受け継いでいない

※問14で「1 受け継いでいる」と答えた方のみにお聞きします。

問14-2 あなたは、郷土料理や伝統料理など、地域や家庭において受け継いできた料理や味、箸づかいなどの食べ方・作法を地域や次世代（子どもや孫を含む）に対し伝えていますか。あてはまる番号を1つだけ選んで○をつけてください。

- 1 伝えている 2 伝えていない

問15 あなたのことについてお尋ねします。

年齢（平成28年11月1日現在）	_____ 歳
性別 番号に○をつけてください。	1 男性 2 女性
職業 番号に○をつけてください。	1 会社員 2 自営業 3 アルバイト・パート 4 無職 5 その他（ ）
あてはまる項目すべてに○をつけてください。	
1 幼児や児童・生徒の保護者	2 高校・大学・専門学校生等学生
3 食育、健康関連ボランティア	4 農林漁業、食品関連事業者
5 教育・保育・保健等関係者	6 1～5以外
あなたが同居している方はあなたを含めて何人ですか。： 人	

ご協力いただきありがとうございました。質問は以上です。
記入漏れがないかももう一度ご確認をお願いします。