

# 「健康とんだばやし21」計画策定のための

## アンケート調査

### 中学生用

富田林市では、みなさんが大人になっても健康で明るく元気に生活できるようなまちにするために、みなさんが日ごろから毎日の生活習慣に注意し、積極的に健康づくりができるよう、「健康とんだばやし21」計画づくりに取り組んでいます。

そのために、市内で住んでいる中学生のみなさんに「毎日の生活の中で、どのようなことに気をつけているか」、「どのようなことを知っているか」を教えてくださいたいと思っています。その結果を計画づくりに活かしていきたいと思っています。

今回回答いただいた内容については、プライバシーの保護に十分注意し、本調査の目的以外に使用することはありませんので、調査にご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

平成26年7月

富田林市 多田 利喜

#### <調査票の記入にあたってのお願い>

- 回答は、質問をよく読んで、あなたの状態や考え方に最も近い番号を選び、その番号に○をつけてください。○の数は、問いによって1つの場合と複数の場合がありますので、問いの指示に従ってください。
- 回答は、えんぴつ・黒ボールペンなどではっきりとご記入ください。

※本アンケートに関するお問い合わせ先  
富田林市健康推進部健康づくり推進課  
電話 0721-28-5520

## A. あなたご自身についてお聞きします。

問1 あなたの性別を教えてください。

1. 男

2. 女

問2 あなたの身長と体重をご記入ください。(小数点第1位まで)

身長 \_\_\_\_\_ cm

体重 \_\_\_\_\_ kg

問3 あなたが理想と思う体重をご記入ください。(小数点第1位まで)

体重 \_\_\_\_\_ kg

問4 あなたは、標準体型だと思いますか。

1. やせていると思う      2. 標準体型だと思う

3. 太っていると思う      4. わからない

## B. 栄養・食生活についておたずねします。

(以下の文章をよくお読みいただいた後にお答えください。)

「食育」とは、様々な経験を通して、食べ物に関する興味を育て、規則正しい食生活、食べ物の選び方や食事の大切さを学び、健全な食生活を実践するちからを身につけることをいいます。

問5 あなたは「<sup>しょくいく</sup>食育」という言葉を知っていましたか。

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6 あなたは食育に関心がありますか。

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7 あなたはふだん朝食を食べていますか。

1. 毎日食べる →問9へ

2. ほぼ毎日食べる →問8へ

3. ほとんど食べない →問8へ

4. 食べない →問8へ

問8 朝食を食べない日がある理由は何ですか？（複数回答可）

- |             |                    |
|-------------|--------------------|
| 1. 食欲がない    | 2. 食べる時間がない        |
| 3. 食べる習慣がない | 4. 太りたくない（ダイエットの為） |
| 5. 用意されてない  | 6. 作るのが面倒          |
| 7. その他（     | ）                  |

問9 あなたは普段どれぐらい野菜（野菜ジュース、漬物を除く）を食べていますか。

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1. 毎日、3食とも食べる | 2. 毎日、1～2回食べる |
| 3. 週に何日かは食べる  | 4. ほとんど食べない   |

問10 朝食や夕食についてあなたは普段、家族の誰かと一緒に食べることはどのくらいありますか。

- |             |            |
|-------------|------------|
| 1. 毎日食べる    | 2. ほぼ毎日食べる |
| 3. ほとんど食べない | 4. 食べない    |

問11 以下は富田林市の農産物です。あなたは富田林市の農産物を知っていますか？  
知っているものすべてに○をつけてください。

- |         |         |           |         |
|---------|---------|-----------|---------|
| 1. 大阪なす | 2. 紅ずいき | 3. 大阪きゅうり | 4. えびいも |
| 5. その他（ |         |           | ）       |

問12 あなたは自分で食事を選ぶときに気をつけていることはありますか？  
（当てはまるものすべてに○をつけてください）

- |                  |       |             |            |   |
|------------------|-------|-------------|------------|---|
| 1. 栄養のバランスを考えて選ぶ |       |             |            |   |
| 2. 手軽さ           | 3. 値段 | 4. 好きなものを選ぶ | 5. 選ぶ機会がない |   |
| 6. その他（          |       |             |            | ） |

### C. 飲酒についておたずねします。

問13 あなたは、未成年の飲酒が法律で禁止されていることを知っていますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問14 あなたは、これまでにアルコール類（ビール、ワイン、焼酎、ウイスキー、日本酒など）を飲んでしまったことがありますか。

- |             |              |
|-------------|--------------|
| 1. はい →問15へ | 2. いいえ →問17へ |
|-------------|--------------|

問15 はじめて飲んでしまったのはいつですか。

- |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|
| 1. 小学校入学前    | 2. 小学校1・2年生頃 | 3. 小学校3・4年生頃 |
| 4. 小学校5・6年生頃 | 5. 中学生1年生頃   | 6. 中学2年生頃    |

問16 そのきっかけは何ですか。(複数回答可)

- |                |                       |
|----------------|-----------------------|
| 1. 好奇心から       | 2. おいしそうだから           |
| 3. カッコいいから     | 4. 友達にすすめられたから        |
| 5. 大人にすすめられたから | 6. 先輩にすすめられたから (祭りなど) |
| 7. その他 (       | )                     |

問17 中学生や高校生がアルコール類を飲むことについてどう思いますか。(複数回答可)

- |                     |   |
|---------------------|---|
| 1. 法律で禁止されているから良くない |   |
| 2. 健康への害があるので良くない   |   |
| 3. 少くくらいであればかまわない   |   |
| 4. 大人がすすめるからかまわない   |   |
| 5. その他 (            | ) |

#### D. 喫煙についておたずねします。

問18 あなたは、未成年の喫煙が法律で禁止されていることを知っていますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問19 あなたはこれまでにタバコを吸ってしまったことがありますか。

- |                                |
|--------------------------------|
| 1. 1回も吸ったことがない →問24へ           |
| 2. 以前吸ったことがあるがその後は吸っていない →問22へ |
| 3. 吸っている →問20へ                 |

問20 どの程度吸ってしまっていますか。

- |              |         |
|--------------|---------|
| 1. ほぼ毎日吸っている | 2. それ以外 |
|--------------|---------|

問21 あなたはタバコをやめたいと思いますか。

- |   |                       |
|---|-----------------------|
| 1. やめたいと思う<br>→やめたいと思う理由について教えてください。(複数回答可) |                       |
| 1). 健康が気になるため                               | 2). お金の節約、たばこの値段が高いため |
| 3). 周囲にやめるよう言われたため                          | 4). 美容のため             |
| 5). 高校受験や進路のため                              | 6). クラブ活動のため          |
| 7). その他 (                                   | )                     |
| 2. できたらやめたいが、やめる自信はない (やめられないと思う)           |                       |
| 3. やめたいと思わない                                |                       |
| 4. わからない                                    |                       |

問22 はじめて吸ってしまったのはいつですか。

- |              |              |              |
|--------------|--------------|--------------|
| 1. 小学校入学前    | 2. 小学校1・2年生頃 | 3. 小学校3・4年生頃 |
| 4. 小学校5・6年生頃 | 5. 中学生1年生頃   | 6. 中学2年生頃    |

問23 初めてたばこを吸ってしまったきっかけは何ですか？（複数回答可）

- |                      |                    |
|----------------------|--------------------|
| 1. 興味があったから          | 2. かっこいいと思ったから     |
| 3. 大人っぽくみられたいから      | 4. 同級生の友達にすすめられたから |
| 5. 先輩にすすめられたから（祭りなど） | 6. 家族や親戚にすすめられたから  |
| 7. 近所の大人にすすめられたから    | 8. 何となく            |
| 9. その他（              | ）                  |

問24 中学生や高校生がたばこを吸うことについてどう思いますか。（複数回答可）

- |                      |
|----------------------|
| 1. 法律で禁止されているから良くない  |
| 2. 健康に害があるので良くない     |
| 3. 大人が吸っているのかまわないと思う |
| 4. 少しぐらいならかまわない      |
| 5. その他（              |

問25 家の中でたばこを吸う人はいますか。

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

問26 たばこを吸っている人は下記の病気等にかかりやすくなる等、健康に影響があると言われています。あなたが知っているものはどれですか？知っているもの全てに○をしてください。

- |  |            |                |         |
|--|------------|----------------|---------|
| 1. 肺がん   | 2. 食道や胃のがん | 3. 大腸がん        | 4. 子宮がん |
| 5. 脳卒中（脳の血管が切れたりつまったりすること）                             |            |                |         |
| 6. 心筋梗塞（心臓の血管がつまること）                                   |            |                |         |
| 7. 喘息や気管支炎（のどに炎症が起きて息苦しくなること）                          |            |                |         |
| 8. 胃潰瘍（胃の表面が傷ついて、痛みがある）                                |            | 9. 歯周病（歯ぐきの病気） |         |
| 10. 妊娠への影響（赤ちゃんが予定日より早く未熟な状態で生まれることや体重の小さい赤ちゃんが生まれること） |            |                |         |
| 11. 全く知らない   |            |                |         |

(以下の文章をよくお読みいただいた後にお答えください。)

＜受動喫煙＞

たばこを吸わない人が、他の人が吸っているたばこの先（火がついている部分）から出る煙（副流煙）を吸い込むことを言います。副流煙には、たばこを吸う人本人が吸う煙（主流煙）よりも悪い物質が多く含まれています。

問 2 7 あなたは、上記のように副流煙には主流煙よりも悪い物質が多く含まれていることを知っていましたか？

1. 知っていた

2. 知らなかった

問 2 8 受動喫煙によって、下記のような病気にかかりやすくなったり、健康に影響を及ぼしたりすると言われてしています。あなたが知っているものはどれですか？

1. 肺がん
2. 副鼻腔（鼻の奥の）がん
3. 子宮がん
4. 気管支喘息（のどに炎症がおきて息苦しくなること）の悪化
5. 脳卒中（脳の血管が切れたりつまったりすること）
6. 心筋梗塞（心臓の血管がつまること）
7. 流産・早産（赤ちゃんが生まれずにお母さんのお腹の中で亡くなること、  
予定日より早く未熟な状態で生まれること）
8. 乳幼児突然死症候群（赤ちゃんが眠っている間に突然亡くなること）
9. 子どもの身長や体重の成長が進みにくいこと
10. 小児がん（子どものがん）
11. 全く知らない

問 2 9 健康や食育に関する思いなどをお聞かせ下さい。

★ご協力ありがとうございました。★

記入もれがないか、もう一度お確かめください。