

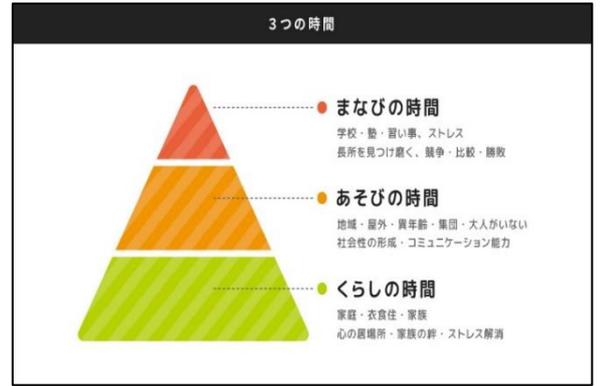
# 「食育」に関するアンケートのお願い

北辰中学校 PTA

みなさんは、日々の「くらし」「あそび」「まなび」の時間の三層構造を知っていますか。

「くらし」とは、衣食住に関する時間で**家庭が中心**です。「あそび」とは、子どもだけの自由な時間で**地域が中心**です。「まなび」とは、学習の時間で、**学校・部活動・塾などが中心**です。少し難しいかもしれませんが、下から順に「くらし」「あそび」「まなび」となっていて、下層ほど基礎的な役割を果たすものです。つまり、家庭の「くらし」がもっとも大切で、その時間が充実すると、「あそび」「まなび」の時間がより充実したものになるという考え方です。そこで、日々の生活習慣の様子をみなさんに教えていただきたいと思い、アンケート調査を実施することにしました。

※アンケートは裏面もあります



学年 ( ) 年 ( 男 ・ 女 )

Q.1 学校がある日の起床時間・就寝時間に、それぞれ○をつけてください。

## ◎起床時間

- ・ 午前5時前
- ・ 午前5:01~6:00
- ・ 午前6:01~6:30
- ・ 午前6:31~7:00
- ・ 午前7:01~7:30
- ・ 午前7:31~8:00

## ◎就寝時間

- ・ 午後9時前
- ・ 午後9:01~10:00
- ・ 午後10:01~11:00
- ・ 午後11:01~12:00
- ・ 午前12:01~1:00
- ・ 午前1:01~

Q.2 家の人とあいさつをしますか。するものに○をつけてください。

- ・ おはよう ・ おやすみ ・ 行ってきます ・ 行ってらっしゃい ・ ただいま
- ・ おかえり ・ いただきます ・ ごちそうさま ・ ありがとう

Q.3 家族と一緒に食事をする頻度を教えてください。

- ・ 朝食 ( 週 回くらい ) ・ 夕食 ( 週 回くらい )

Q.4 毎日朝食を食べていますか。

- ・ 毎日食べる ・ 週 ( ) 回くらい食べない日がある ・ まったく食べない

Q.5 Q.4で、食べない日がある・まったく食べないと答えた人へ。

それはなぜだと思いますか。(朝起きられない など)

Q.6 登校前に排便はありますか。頻度を教えてください。(毎日ある 2~3日に1回くらい など)

Q.7 午前中に学校で眠くなることがありますか。

- ・ 眠くなる ( 毎日 週2~3日 それ以上 ) ・ あまり眠くならない

Q.8 眠くなると答えた人へ。それはなぜだと思いますか。

Q.9 イライラすることはありますか。 ( よくある たまにある ほとんどない まったくない )

Q.10 体調面の悩みはありますか。(ニキビ等の肌荒れ 太っている やせている など)

- ・ ある ( ) ・ ない

Q.11 清涼飲料水を飲みますか。

- ・ 毎日飲む ・ たまに飲む ・ めったに飲まない ・ まったく飲まない

Q.12 お菓子をよく食べますか。また、どんなお菓子をよく食べますか。

- ・ 毎日食べる ・ たまに食べる ・ めったに食べない ・ まったく食べない  
よく食べる・好きなお菓子(複数回答可)

Q.13 インスタント食品やレトルト食品を食べるタイミングや頻度を教えてください。

- また、どんなものを食べますか。( 週末の昼食 2週間に1回 など )

Q.14 ファストフードを利用するタイミング頻度を教えてください。( 週末の昼食 2週間に1回 など )

- また、どんなものを食べますか。

Q.15 コンビニを利用する頻度を教えてください。( 2週間に1回 など )

- また、どのようなものを買いますか。

Q.16 食材の買い物と一緒にいきますか。

- ・ よく行く ・ たまに行く ・ ほとんど行かない ・ まったく行かない

Q.17 料理の手伝いをしていますか。

- ・ よくしている ・ たまにしている ・ ほとんどしない ・ まったくしない

Q.18 食料自給率や食品の安全・安心などの食糧問題について家族で話した経験はありますか。

- ・ ある ・ ない

Q.19 朝食でみそ汁を飲みますか。

- ・ 毎回飲む ・ たまに飲む ・ ほとんど飲まない ・ まったく飲まない

Q.20 夕食でみそ汁を飲みますか。

- ・ 毎回飲む ・ たまに飲む ・ ほとんど飲まない ・ まったく飲まない

Q.21 みそ汁には、だしが入っていますか。

- ・ 入っている(具体的に ) ・ 入っていない ・ わからない

Q.22 好きなみそ汁の具材は何ですか。( 複数回答可 )

ご協力ありがとうございました。