

食育に関する意識調査のお願い

— 一般用 —

市民のみなさんには、日ごろから市政発展のため、ご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。

前橋市では、市民一人ひとりが食について考える習慣を身に付け、生涯を通じて健全で安全な食生活を実現することができるよう、「元気 まえばし 食育プラン～第23次前橋市食育推進計画～」に基づき「食育」を推進しています。

今回お願いする調査は、この計画の見直しに向けた基礎資料として、市民のみなさんの食育に対する意識や関心、日ごろの生活等についてのお考えをお聞かせいただくために実施するものです。

つきましては、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

なお、~~調査結果は目的以外には利用いたしません。~~調査結果は、市民皆さまの健康増進の取組を推進するための基礎資料としても活用させていただきます。

平成28年—令和3年9月

前橋市長 山本 龍

笑顔で笑顔と健康育てよう
前橋・高崎食育連携スローガン



ご記入にあたってのお願い

1. 答えを選択肢から選ぶ方法です。当てはまる回答の数字に○印をつけてください。
2. 一部の方にお答えいただく質問もございます。
その場合は、質問○へお進みくださいに従ってお答えください。
3. 選択肢の中に該当するものがなく、その他の答えがある場合は、「その他」に○をつけ、()内に具体的に記入してください。
4. できるだけ未記入の項目がないようにお願いします。
5. ご記入いただいたアンケートは、入っていた封筒に戻していただき、保健推進員または食生活改善推進員が回収にお伺いした際にお渡しく下さい。

●お問合せ先●

前橋市 健康部 健康増進課 食育推進係
(電話) 220-5783 (FAX) 223-8849

あなたのことについて

F1 あなたの年齢は、何歳ですか。(○は1つ)

1. 20～29 歳	2. 30～39 歳	3. 40～44 歳
4. 45～49 歳	5. 50～54 歳	6. 55～59 歳
7. 60～64 歳	8. 65～69 歳	9. 70 歳以上

- 前回調査結果が10歳刻みのため、10歳刻みとしたい。
20歳代 2. 30歳代 3. 40歳代 4. 50歳代 5. 60歳代 6. 70歳以上
→ ①70代、80代と分けるか、②70～74歳、75歳以上 後期高齢を一括り？要検討。

F2 あなたの性別についてお聞かせください。(○は1つ)

1. 男性	2. 女性
-------	-------

- 性別は2つでないため、3. その他()を追加。
→ その他で性別を書かせるのではなく、「答えたくない」の方が良いのでは。

F3 現在、あなたが同居している人についてお聞かせください。(あてはまるものすべてに○)

1. 一人暮らし	2. 父	3. 母
4. 配偶者	5. 子ども	6. 子の配偶者
7. 兄弟姉妹	8. 祖父母	9. 孫
10. その他 ()		

- あなたの家族構成はどのようになっていますか。(あてはまるもの1つに○)
1. 単身(一人暮らし) 2. 夫婦のみ(一世代世帯) 3. 親と子(二世帯世帯)
4. 親、子、子の子(三世帯世帯) 5. その他(具体的に)
→ ・65歳以上のみの世帯が抽出出来るような質問項目が必要か？
・母子世帯も増えていることから、小学生アンケートで家族構成を問いたい。

F4 あなたの身長、体重を教えてください。(小数点以下は四捨五入してください)

■身長

<input type="text"/>	センチメートル c m
----------------------	----------------

■体重

<input type="text"/>	キログラム k g
----------------------	--------------

F6 あなたの日頃の体調はいかがですか

削除

1. 良い
2. どちらかと言えば良い
3. どちらとも言えない
4. どちらかと言えば悪い
5. 悪い

F7 あなたは全体として現在の生活に満足していますか。 **削除**

1. 満足している
2. どちらかと言えば満足している
3. どちらとも言えない
4. どちらかと言えば満足していない
5. 満足していない

・【追加】住んでいる地域を把握するため。

→ あなたのお住いはどちらですか。 前橋市 町

「食育」について

質問1 あなたは「食育」という言葉を知っていますか。(〇は1つ)

1. 言葉も意味も知っていた
2. 言葉は知っていたが、意味は知らなかった
3. 言葉も意味も知らなかった

<食育について>

「食育」は、心身の健康の増進と豊かな人間形成のために、食に関する知識や食を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践することができる人間を育てることで、その中には、規則正しい食生活や栄養バランスのとれた食事などを実践したり、食を通じたコミュニケーションやマナー、あいさつなどの食に関する基礎付けたり、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が含まれます。



質問2 あなたは「食育」に関心がありますか。(〇は1つ)

→ 【指標】

1. 関心がある ⇒ 質問2-1へお進みください
2. どちらかといえば関心がある ⇒ 質問2-1へお進みください
3. どちらかといえば関心がない ⇒ 質問3へお進みください
4. 関心がない ⇒ 質問3へお進みください
5. わからない ⇒ 質問3へお進みください

※質問3が削除されると、この表現は変更。 関心のない人は次の質問に進むので良いか。

【質問2で「1」または「2」を選択した方】

質問2-1 「食育」に関心がある理由は何ですか。(あてはまるものすべてに〇)

1. 生活習慣病(※)の増加が問題となっているから
2. 子どもの心身の健全な発育のために必要だから
3. 食生活の乱れが問題だから
4. 自然の恩恵や食への感謝の気持ちが薄れているから
5. 食料を海外からの輸入に依存し過ぎているから
6. 食は、生きる上での基本だから
7. 学習やスポーツをする体力づくりの基礎だから
8. 食事は、コミュニケーションの良好な人間関係づくりのために必要だから
9. 食事のマナーが低下しているから
10. その他 ()

(※)生活習慣病とは、日々の生活習慣が積み重なって引き起こされる病気です。肥満、糖尿病などが含まれます。

質問3 「食育」は、どこで行うことが効果的だと思いますか。(あてはまるものすべてに○) 削除

1. 家庭
2. 学校
3. 保育園(所)・幼稚園
4. 地域(公民館または市民サービスセンター、保健センター、自治会、育成会など)
5. その他()

質問4 市民の意識として「食育」は広まってきていると思いますか。(○は1つ) 削除

1. とても広まっている ⇒ 質問4-1へお進みください
2. ある程度広まっていると思う ⇒ 質問4-1へお進みください
3. あまり広まっていないと思う ⇒ 質問5へお進みください
4. 広がっていない ⇒ 質問5へお進みください
5. わからない ⇒ 質問5へお進みください

【質問4で「1」または「2」を選択した方】

質問4-1 そう思う理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○) 削除

1. 「食育」という言葉をよく見たり、聞いたりするようになったから
2. 「食育」に関する講演会に参加したり、イベントに行ったことがあるから
3. 市が主催する「食育」に関する教室に参加したから
4. 「いただきます」「ごちそうさま」という食事に対する感謝の言葉をよく聞くから
5. 職場の食堂などで、健康に配慮したメニューが出されているから
6. 家族や身の回りの人が食生活に気をつけるようになったから
7. スーパーなどで、地元の農産物を購入できる「地産地消」のコーナーがあるから
8. その他()

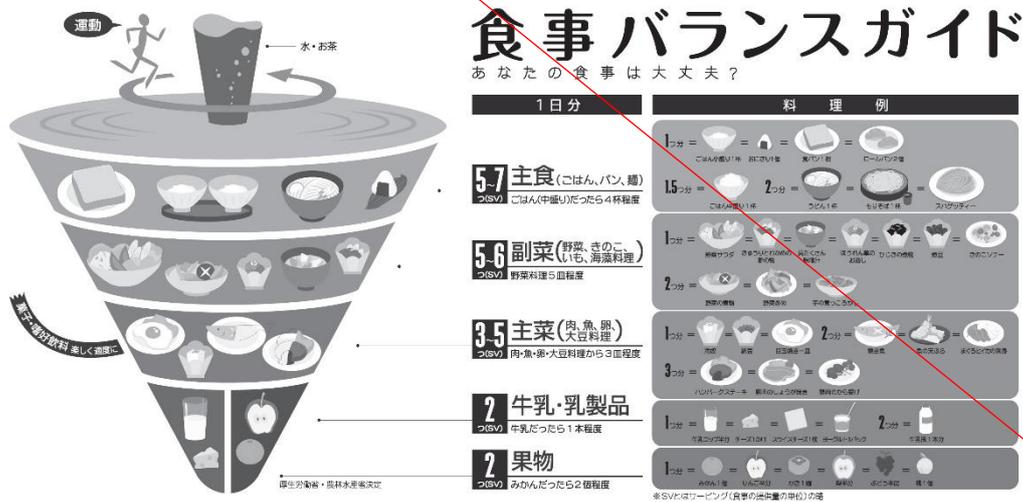
「食生活」について

質問5 下図の『食事バランスガイド』について、以前から知っていましたか。(見たこと・聞いたことがありましたか。)(○は1つ) **削除**

- | | |
|--------------|--------------------|
| 1. 知っていた | 2. 見たことがあった |
| 3. 聞いたことがあった | 4. 見たことも聞いたこともなかった |

<食事バランスガイドについて>

国では、にっぽん食育推進事業の一環として、米を中心とした『日本型食生活』の普及・啓発と健康的な食生活を応援するため、『食事バランスガイド』を活用した食生活を推奨しています。



→ あなたは、主食・副菜・主菜の3つを組み合わせる食べることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(あてはまるもの1つに○)

1. ほぼ毎日 2. 週に4~5日 3. 週に2~3日 4. ほとんどない 5. わからない

「主食」とは、ごはん、パン、めん類など ※菓子パンは含まない。

「副菜」とは、野菜、きのこ、いも、海藻を主材料にした料理

「主菜」とは、肉、魚、卵、大豆製品を主材料にした料理

質問6 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、①適切な食事②定期的な運動③週に複数回の体重計測、のいずれかを継続的に実践していますか。(複数実施している場合は一番実践期間が長いものについてお答えください)

→ 【指標】

1. 半年以上継続して実施している
2. 継続して実践しているが、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、今後もしようと思わない

質問7 あなたは、ご自身の食生活をどのように思いますか。(○は1つ)

削除

1. 大変良い
2. 良い
3. 少し問題がある
4. 問題が多い
5. わからない

質問8 あなたの食事や生活の問題点はどのようなものですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|----------------------|----------------------------------|
| 1. 食べすぎてしまう | 2. 食欲がない |
| 3. 間食が多い | 4. 栄養のバランスが悪い(野菜不足など) |
| 5. 高カロリー食が多い(油、糖分など) | 6. 塩分をとりすぎている |
| 7. 欠食がある | 8. ^{なかしょく} 中食(※)・外食が多い |
| 9. 食事の時間が不規則 | 10. 標準よりやせているまたは太っている |
| 11. 運動不足 | →食事や生活の問題点を問う項目ではないため、削除。 |
| 13. その他() | 12. ストレスがたまっている |
| | 14. 特にない |

→ 質問が生活の問題点も問うているため、「夜更かし・生活の乱れ」を追加。

(※) 中食とは、調理済みで市販されている弁当や惣菜などを家庭で食べることを指します。店などで食べる「外食」、家庭で調理して食べる「内食(うちしょく・ないしょく)」の中間の形態を示す言葉です。

【質問8で「1」～「9」を選択した方】

質問8-1 今後食生活を改善したいと思いますか。

1. はい
2. いいえ

【質問8-1で「2 いいえ」を選択した方】

質問8-2 それはなぜですか。(あてはまるものをすべてに○)

1. 面倒だから
2. 時間の余裕がないから
3. 今のところ健康だから
4. 経済的事情のため
5. 好きなように食事をするのが楽しみだから
6. その他()

質問9 食生活でころがけていることはありますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 楽しく食べる
2. 家族そろって食事をする
3. 3回決まった時間に食事をする
4. バランスのとれた食事をする → **【指標】**
5. 好き嫌いなく食べる
6. ごはんなどの穀類をしっかり取る
7. 塩分をひかえめにする
8. 脂肪をひかえめにする
9. 間食や甘いものをひかえめにする
10. 食べ過ぎないようにする
11. 外食や出来合いのものをひかえた手作りの料理
12. 地域の産物を生かした料理
13. 旬の食材を取り入れた料理
14. ~~食事バランスガイド、栄養成分表示、カロリー表、栄養成分表示~~ (エネルギーや食塩相当量等の表示)などを参考にしている
15. テレビで良いと紹介のあった食品・栄養法を取り入れている
16. 食事の時のあいさつやマナーを大切にする → **【指標】**
17. 買いすぎ、作りすぎに気をつけ、食品の廃棄が少なくなるようにする → **【指標】**
18. おいしい、安全な水を飲む
19. よくかんで味わって食べる → **【指標】**
20. その他 ()
21. 特になし

・質問10 食品の食べ残しや廃棄を少なくするために注意していることはありますか。(あてはまるものすべてに○) → **【指標】**

1. 作りすぎないように注意している
2. 食品に合わせた保存をころがけている
3. 食品の消費期限・賞味期限をこまめに確認している
4. 調理方法を工夫し、捨てる部分が少なくなるようにしている
5. まとめ買いをせず、こまめに買い物をするようにしている
6. 小分け野菜や、ばら売りなど、使いきれ分量を購入するようにしている
7. 缶詰や冷凍食品など、比較的賞味期限の長い食品を利用している
8. カット野菜など、下処理済みの食品を購入するようにしている
9. その他 ()
10. 特になし

質問11 あなたは朝食を食べますか。(〇は1つ) → 【指標】

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. ほとんど毎日食べる | 2. 週4～5日は食べる |
| 3. 週2～3日は食べる | 4. ほとんど食べない |

【質問11で「1」～「3」を選択した方】

質問11-1 あなたはふだん、朝食で何を食えることが多いですか。(あてはまるものすべてに〇)

- | |
|--|
| 1. ご飯、パン、麺など |
| 2. 肉、魚、卵、納豆などのおかず |
| 3. 野菜、きのこ、いも、海草料理などのおかず |
| 4. 牛乳、チーズ、ヨーグルト |
| 5. 果物 |
| 6. 菓子・嗜好飲料(※) (菓子パン含む) ※菓子(菓子パン含む)と嗜好飲料を分ける。 |
| 7. 嗜好飲料(※) |
| 7. その他() |

(※) 嗜好飲料とは、コーヒー、スポーツドリンク、ジュースなどのことを指します。

【質問11で「2」～「4」を選択した方】

質問11-2 朝食を食べない最も大きな理由は何ですか。(〇は1つ)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 1. 食べる時間がないから | 2. つくる時間がないから |
| 3. 食欲がないから | 4. 太りたくないから |
| 5. 朝食が用意されていないから | 6. 調理や片づけが面倒だから |
| 7. 食べる習慣がないから | 8. その他() |

質問12 平日の昼食を主にどのようにして食べていますか。(〇は1つ)

削除

- | |
|--------------------------|
| 1. 家庭で食べる(家に帰る) |
| 2. 職場などに弁当を持っていく |
| 3. 職場などで注文している(弁当や出前を頼む) |
| 4. コンビニ・スーパー・売店などで購入する |
| 5. 飲食店で食べる |
| 6. 食べないことが多い |

質問 13 平日の昼食を飲食店等で食べる場合、どのような店で食べる人が多いですか。
(あてはまるものすべてに○) **削除**

- | |
|--|
| 1. 職場の給食や食堂、学食 |
| 2. 食堂・ファミリーレストラン（和・洋・中料理店、ラーメン店、焼肉店などを含む） |
| 3. そば・うどん店（立ち食いそば・うどん店を含む） |
| 4. すし店（回転寿司を含む） |
| 5. ファーストフード |
| 6. その他の飲食店（喫茶店、お好み焼き店などを含む） |
| 7. その他（ ） |
| 8. 飲食店を利用しない |

→ あなたは、食品や食事の購入のために、次の（ア）～（キ）をどのくらい利用しますか。
 （それぞれ1つだけ○）

（ア）コンビニエンスストア	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（イ）スーパーマーケット	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（ウ）農産物直売所	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（エ）ドラッグストア	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（オ）宅配サービス（主に食材）	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（カ）配食サービス（主に弁当）	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下
（キ）外食	1. 週4日以上	2. 週2～3日	3. 週1日以下

→ あなたは、外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分表示（エネルギーや食塩相当量等の表示）を参考にしていますか。（あてはまるもの1つだけ○）

1. いつもしている 2. 時々している 3. あまりしていない 4. ほとんどしていない

→ 健康メニューや健康サービスの提供を行う「まえばし健康づくり協力店」という右のマークのついたお店の取り組みを知っていますか。

1. 知っている 2. 知らない

→ 1. 知っていると答えた方のみ

健康づくり協力店のイメージを教えてください。

（ 自由記載 ） ※質問要検討。

→ 健康づくり協力店の説明を簡単に記載。



登録証



ステッカー

質問 14 毎日の食事で、野菜をどのくらい食べていますか。(1皿を野菜70グラム程度を目安とします。)(それぞれに○はひとつ)

①朝食

1. 全く食べていない
2. 半皿未満
3. 半皿程度
4. 1皿程度
5. 2皿以上

②昼食

1. 全く食べていない
2. 半皿未満
3. 半皿程度
4. 1皿程度
5. 2皿以上

③夕食

1. 全く食べていない
2. 半皿未満
3. 半皿程度
4. 1皿程度
5. 2皿以上

●野菜一皿 70グラムの目安● キノコ・海草・いも類含むきのこ・いも・海藻は含まない。

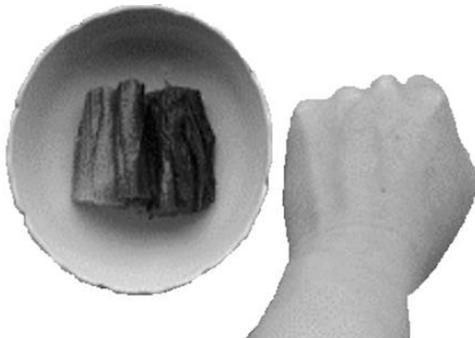


→ サラダのいも、酢の物のワカメは野菜ではないため、イラスト変更する。

野菜70グラムの目安

<ゆで野菜> にぎりこぶし大

<生野菜> 両手にいっぱい



【質問 14 の①～③のいずれかで「1」を選択した方】

質問 14-1 あなたが野菜料理を食べない理由は何ですか。(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|---------------------------|--------------------|
| 1. 調理や後片づけが面倒だから | 2. 調理または食べる時間がないから |
| 3. 野菜が苦手だから | 4. 野菜料理が用意されていないから |
| 5. 料理方法がよくわからないから | 6. 野菜の価格が高いから |
| 7. 栄養補助食品(サプリメント)で補っているから | 8. その他() |

質問 15 あなたはふだん、以下のことをする機会がどれくらいありますか。(それぞれに○は1つ)

	毎日	5週に 6日	3週に 4日	1週に 2日	ほとんど しない
① 家族や友人と楽しく食卓を囲むこと【指標】	1	2	3	4	5
②自ら調理し、食事をつくること	1	2	3	4	5
③冷凍食品やインスタント食品を使うこと	1	2	3	4	5
④外食をすること	1	2	3	4	5
⑤主に市販の弁当や惣菜を利用する食事の回数こと	1	2	3	4	5

→ 質問9・15に「楽しく食べる」や「家族や友人と楽しく食卓を囲む」とあるが、コロナの状況によっては馴染まない項目であるため、「共食」は指標であるため質問とする旨を追記したほうが良いか？

質問 16 あなたは、日頃の食事の中で、減塩を意識していますか。(○は1つ)

1. 意識している	2. 少し意識している
3. 意識していない	4. わからない

「食の安全性」について

質問 17 最近、食品に不安を感じたことはありますか。(○は1つ)

1. 感じたことがある ⇒ 質問 17-1へお進みください
2. 感じたことはない ⇒ 質問 18へお進みください

【質問 17で「1」を選択した方】

質問 17-1 どのようなことに不安を感じますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 残留農薬の安全性
2. 食品添加物の安全性
3. 遺伝子組換え食品の安全性
4. 輸入食品の安全性
5. **食品の放射能汚染** → **食品中の放射性物質**
6. 産地や期限表示などの**表示偽装**
7. 食中毒
8. その他 ()

質問 18 あなたは食品を購入するときに、食品の表示(原材料や産地など)を確認していますか(○は1つ) → 【指標】

1. いつも確認している
2. 食品によっては確認している
3. 確認はしていない

【質問 18で「1」または「2」を選択した方】

質問 18-1 あなたは食品の表示を確認するときに、どのような**項目—事項**が重要だと思えますか。(あてはまるもの 3つまで○)

1. **原産国や国内産地** → **製造地や原料原産地**
2. 原材料
3. 消費期限や賞味期限
4. 食品添加物の使用の有無
5. 生産者や製造者
6. 遺伝子組換え食品の使用の有無
7. ~~エネルギー(カロリー)~~などの**栄養成分**
→ **栄養成分表示(エネルギーや食塩相当量等の表示)**
8. ~~栽培方法(有機栽培など)~~ → **保存方法**
9. アレルギー物質の有無
10. その他 ()

質問 19 食に関する以下の項目それぞれどのくらい知っていますか。(それぞれに○は1つ)

	よく知っています	ある程度知っています	あまり知らない	知らない
①地域の産物、旬の食材	1	2	3	4
②消費期限と賞味期限の意味の違い	1	2	3	4
③エネルギー（カロリー）などの栄養成分表示の見方	1	2	3	4
④食中毒にならないようにするための「食中毒予防の3原則」	1	2	3	4
⑤食品ごとに適した保存方法	1	2	3	4
⑥食品の廃棄を減らす方法	1	2	3	4
⑦災害時の非常食の備え方	1	2	3	4

上記⑦をひとつの質問項目とする。

→ あなたの家では、非常用の食料・食器・熱源などを備えていますか。(あてはまるものすべて○)

1.食料 2.飲料（水・お茶・野菜・果物ジュースなど） 3.食器・調理器具 4.熱源（固形燃料・カセットコンロ・ガスボンベなど） 5.備えてない

→ 「1.食料」 「2.飲料（水・お茶・野菜・果物ジュースなど）」と答えた方にお聞きします。

・あなたの家庭での備蓄は、家族全員で何日分ですか。(それぞれ1つだけ○)

(1) 飲料水（※1日分は、1人3リットルを目安と考える。）

1. 1～2日分 2. 3日分 3. 4～6日分 4. 7日分 5. 8～13日分 6. 14日分

(2) 食料品（※1日分は、3食分を目安として考える。）

2. 1～2日分 2. 3日分 3. 4～6日分 4. 7日分 5. 8～13日分 6. 14日分

質問 20 食品添加物の使用について、どのように考えますか(○は1つ)

削除

1. 使用基準に基づき適正にしようされていれば、問題ない
2. 基準を守るだけでなく、使用はなるべく少なくするようにしてほしい
3. 食品の保存性や品質が低下しても、一切使用しないほしい
4. 特に気にしていない
5. わからない

「地域の食」について

質問 24 『地産地消』(※)について、以前から知っていましたか。(聞いたことがありましたか。)

(○は1つ) → 【指標】

1. 言葉も意味も知っており、実践している
2. 言葉も意味も知っていたが、実践はしていない
3. 言葉だけは知っていた (聞いたことがあった)
4. 知らなかった (聞いたことがなかった)

(※) 地産地消とは、「地場生産―地場消費」を略した言葉で、地元で生産されたものを地域で消費することです。

質問 25 地産地消(地元の産物を地元で消費しようという取組)についてどう思いますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 新鮮でおいしいからよい
2. 生産者が身近で安心できるからよい
3. 価格が安くてよい
4. 農業振興につながるからよい
5. よいと思うが、価格が高い
6. よいと思うが、実際の購入ではこだわらない
7. よいと思うが、実際に野菜などが売られていることが少ない
8. 特に地産地消にこだわらなくても自分が納得して購入すればよい
9. その他 ()

質問 26 あなたが知っている前橋市の郷土料理は何ですか。(思いつかない場合は、無記入で結構です。)

()

質問 27 郷土料理を知る機会がありますか。(○は1つ) → 【指標】

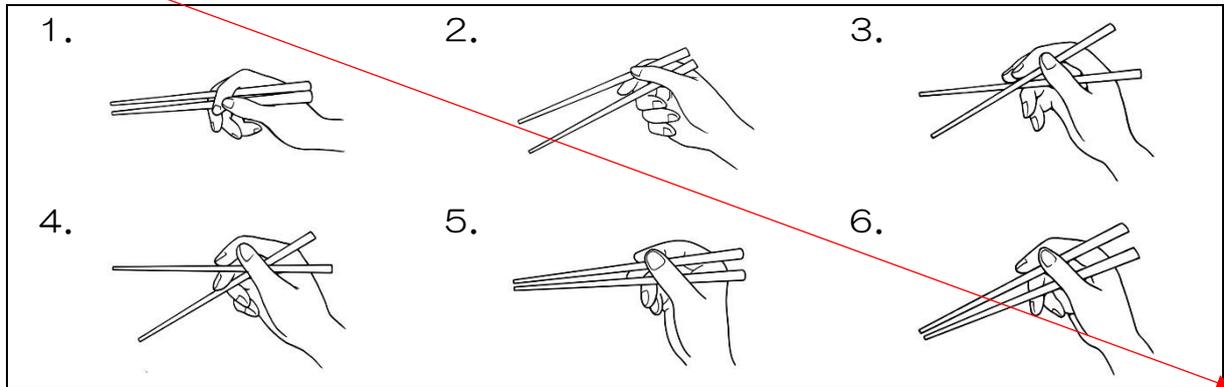
1. はい (⇒どのような機会です:)
2. いいえ



「食べること」について

質問 28 あなたのはしの持ち方は次の中で、どれが一番近いですか。(○は1つ)

削除



質問 29 次世代の子どもたちに何を伝えていくべきだと思いますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族が食卓を囲み、楽しく食事をする
2. 家庭料理の作り方や味
3. バランスのとれた食事をする
4. 1日に3回決まった時間に食事をする
5. 地域の伝統的な郷土料理
6. 食事のマナー（挨拶、姿勢、はしの使い方）
7. 食を通じた地域とのコミュニケーション
8. 食に関する理解や判断力
9. 食に対する感謝の気持ちを持つこと
10. 食事を残さず食べる
11. その他（)

★食育に関する考え、ご意見やご要望がありましたら、ご記入ください。

[]

歯の健康について

質問 30 現在、自分の歯は何本くらい残っていますか。(※永久歯は28本(親知らず4本含めず))

- 1 全部ある(28本) 4 半分ある(19~10本くらい) 7 わからない
2 ほとんどある(27~24本くらい) 5 ほとんどない(9~1本)
3 ほぼある(23~20本くらい) 6 まったくない

質問 31 歯列矯正をしたことがありますか。

- 1 はい 2 いいえ → 質問33へお進みください



質問 32 質問31で「1 はい」と答えた方にお聞きします。

矯正治療を受けた時、抜歯した本数を記入してください。 → () 本

質問 33 歯や口の中に関する自覚症状で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

- | | |
|--------------------|---|
| 1 歯が痛んだり、しみたりする | 8 歯肉が下がって、歯が長くなった |
| 2 歯がぐらつく | 9 口の中が粘る |
| 3 歯ブラシに血がにじむ | 10 口臭がある |
| 4 歯に近いところの歯肉が赤い | 11 歯が浮く感じがする |
| 5 かみあわせがよくない | 12 歯並びが気になる |
| 6 口をあけるとあごの関節の音がする | 13 その他 [] |
| 7 ものがはさまる | |

質問 34 自分自身の歯みがきや歯肉の手入れ等について指導を受けたことがありますか。

- 1 ある 2 ない

↓ どこで受けましたか

- ①歯科医院 ②職場・保健センター ③その他()

質問 35 定期検診(検診・歯石除去・歯面清掃)を受けていますか。 ※1年間で1回以上

- 1 受けている 2 受けていない

質問 36 1日に何回歯みがきをしていますか。

- 1 1回 2 2回 3 3回以上 4 していない

質問 37 「8020運動」について知っていますか。

- 1 はい 2 いいえ

質問 38 歯周病の原因として、喫煙や生活習慣が影響していることを知っていますか。

- 1 はい 2 いいえ

質問 39 ゆっくりよく噛んで食事をしますか。 → 質問9.19と重複

- 1 はい 2 いいえ

質問 40 自分の歯または義歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられますか。

- 1 左右両方噛める 2 片方 3 両方噛めない

アンケートは以上になります。ご協力ありがとうございました。