

平成11年

調査の概要

調査の概要

1 調査の目的

この調査は、県民の食物摂取状況や生活習慣状況の実態を明らかにし、栄養改善をはじめとする県民の健康づくり対策について検討するための基礎資料を得ることを目的に実施した。

2 調査の対象及び客体

平成11年国民栄養調査地区及び平成7年国勢調査の単位区より無作為抽出した次の11地区の世帯(293世帯)と世帯員(940人)を調査の客体とした。【表1・2・3】

3 調査の項目

(1) 栄養摂取状況調査(国民栄養調査の事項に準じる)

①世帯状況

世帯員数、氏名、性別、生年月、妊婦・授乳婦の別、仕事の種類、日常生活活動強度

②食事状況(1日)

各世帯員の朝・昼・夕別、家庭食・外食・欠食の区別

③食物摂取状況調査(1日)

料理名、食品名、使用量、廃棄量、世帯ごとの案分比率(朝・昼・夕・間食別)

(2) 食生活状況調査(国民栄養調査の事項に準じる)

満15歳以上のすべての男女を対象。

エネルギー、脂肪、塩分の過剰摂取について、食生活改善のために必要とされる家族の支援、職場環境や食品・外食産業等の整備項目などに関するアンケート調査。

(3) 生活習慣状況調査No.1、No.2

①満15歳以上のすべての男女を対象。

身体状況、食生活状況、運動習慣、その他の生活習慣に関するアンケート調査。

運動量(歩行数)調査。

②各世帯の食事担当者を対象。

食習慣づくり、夕食準備時間、調理済み食品・半調理食品に関するアンケート調査。

4 調査の時期

(1) 栄養摂取状況調査

11月中の1日間を任意に定めて行った。

祝祭日、その他特別に食物摂取に変化のある日は避けた。

(2) 食生活状況調査

栄養摂取状況調査と同日に行った。

(3) 生活習慣状況調査

栄養摂取状況調査と同日に行った。

5 調査の要領

(1) 調査体制及び調査員の構成

- ① 県は、ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査委員会を設置した。
- ② ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査委員会は、総合企画立案と調査結果の、まとめを行い、事務局は保健福祉部保健予防課内に置いた。
- ③ 調査地区を管轄する保健福祉事務所は、当該市町村の協力を得て調査を実施した。
- ④ 調査地区を管轄する保健福祉事務所職員が調査実務主体となり、雇い上げた栄養士等がこれに協力した。
- ⑤ 調査担当者は、平成11年ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査員として知事が任命し、これを示す証票を携帯して調査にあたった。

(2) 調査票の様式

- | | |
|----------------------------|--------|
| ①栄養摂取状況調査票（様式第1号） | 15 頁参照 |
| ②食生活状況調査票（様式第2号） | 20 頁参照 |
| ③生活状況調査票No.1、No.2（様式第3・4号） | 23 頁参照 |

(3) 調査の方法

調査開始前に被調査世帯に対し、調査の趣旨を周知し協力を依頼するとともに、調査票を配布し、記入方法を説明した。

①栄養摂取状況調査

食物摂取状況については、事前に秤を配布し、できる限り秤量記入を依頼したが、摂取量が少なく秤量困難な場合は目安量を用いた。

調査員が各世帯を訪問して世帯の代表者及び食事づくり担当者に面接のうえ、具体的な記入方法等を指導した。

②食生活状況調査

対象世帯の満15歳以上の男女に調査票を配布し、回答を得た。

③生活習慣状況調査

No.1については、対象世帯の満15歳以上の男女に調査票および歩数計を配布し、歩行数の測定結果を含む回答を得た。

No.2については、対象世帯の炊事担当者に調査票を配布し、回答を得た。

調査員は調査実施後に調査票を回収し、栄養摂取状況調査票への純摂取量及び食品番号の記載をはじめ、各調査票における記入漏れや誤記入の有無をチェックし、正確な調査票とし、保健福祉部保健予防課に提出した。

6 集計及び製表方法

保健福祉部保健予防課は、各調査票について十分審査した後、集計及び製表を行った。集計に際しては、前回（平成7年）調査時に開発したシステムを改良して用いた。

7 本書利用上の留意点

(1) 栄養価算定に使用した成分表について

原則として「四訂日本食品標準成分表」を使用した。

外食料理及び総菜等については、国民栄養調査の集計のために定めている使用食品名及び使用分量から計算した。

- (2) 食品群分類について
食品群分類については、食品群別表【表4】に示したとおりであり、その内容については国民栄養調査食品群別表【表5】によった。
- (3) 平均栄養所要量について
平均栄養所要量は、「第5次改定日本人の栄養所要量」を用い、被調査世帯員の年齢、性別、生活活動強度別、妊婦・授乳婦別栄養所要量に従い、客体1人1日当たりの栄養所要量を算出し、世帯、地区、性、年齢別に集計し、各々の客対数で除し、各々の平均栄養所要量とした。
今回の調査における栄養素等摂取量の結果は、被調査世帯員総数の総摂取量を単純平均して、1人1日当たりとして算出したものである。
この結果を評価するために、前述の平均栄養所要量と比較した。
- (4) 個人の集計区分について
外食、欠食等の個人単位の集計に使用した職業分類は、職業分類表【表6】によった。
- (5) 外食内容の構成比について
次の区分により集計した。

そば、うどん類	各種そば、うどん、中華そば、たんめん、焼そば、その他
すし	にぎりずし、ちらしずし、のりまき、いなり、その他
どんぶりもの	かつ丼、てん丼、親子丼、玉子丼、その他
カレーライス類	カレーライス、ハヤシライス、チキンライス、オムライス、炒飯、その他
マカロニ類	マカロニグラタン、スパゲティー各種
パン類	トースト、ホットドック、サンドイッチ、ホットケーキ、菓子パン、その他
その他和食	和定食、幕の内弁当、おにぎり、赤飯、その他
その他洋食	ハンバーグステーキ、カツライス、ビーフステーキ、その他

- (6) 肥満の判定
BMI (Body Mass Index, 次式) を用いて判定した。
BMI = 体重kg / (身長m)²
男女とも20歳以上BMI = 22を標準とし、今回用いた肥満の判定表は下記のとおりである。

判定	やせ	普通	肥満
BMI	18.5未満	18.5以上 25.0未満	25.0以上

(「日本肥満学会による肥満の判定基準」より)

【表1】調査実施状況

担当保健福祉事務所名	市町村名	国勢調査区番号	地区番号	実 施 数				
				栄養摂取状況		食生活状況	生活習慣状況	
				世帯数	世帯員数		NO. 1	NO. 2
前 橋	前橋市	0546	01	24	57	55	55	24
渋 川	榛東村	0050	02	23	74	61	61	23
藤 岡	藤岡市	0327	03	14	59	49	49	14
太 田	太田市	0753	04	24	77	62	64	24
高 崎	高崎市	0193-1	05	44	125	108	108	44
富 岡	下仁田町	0127-1	06	40	120	97	97	40
中之条	吾妻町	0040-1	07	26	79	64	64	26
沼 田	昭和村	0004-1	08	29	111	102	102	29
伊勢崎	伊勢崎市	0681-1-2	09	23	78	66	66	23
桐 生	桐生市	0007-1-1	10	24	71	60	60	24
館 林	館林市	0446-1-1	11	22	89	79	79	23
計				293	940	803	805	294

※ 地区番号01～04は平成11年国民栄養調査対象地区、05～11は平成7年国勢調査単位区より無作為抽出した地区。

【表2】職業別人員構成（性・年齢階級別）

性別	職業			常用 労働者	日雇 労働者	勤 労働者	自 営業 その他 及び 自 商 人 職	農 漁	林 夫	自 業 の 者 他	小 中 学 校 生 ・ 幼 稚 園 ・ 社 児 福 施 設 を 含 む	高 校 以 上 の 学 徒	家 事 従 事 者	無 職 其 他
	年 齢	人 員	%											
男	1～6	24	5.3								16			8
	7～14	47	10.4								47			
	15～19	22	4.9	1		2					4	14		1
	20～24	17	3.8	4		7	1					5		
	25～29	29	6.4	10		13	4	1						1
	30～39	58	12.9	15		31	8	2						2
	40～49	55	12.2	12		27	7	8	1					
	50～59	72	16.0	18		24	14	10	1					5
	60～69	80	17.8	8	1	9	10	19						33
	70～79	35	7.8	1		2	5	7	1					19
	80～89	11	2.4											11
	90～			-										
計	450	100.0	69	1	115	49	47	3	67	19			80	
女	1～6	26	5.3								19			7
	7～14	46	9.4								46			
	15～19	14	2.9			1					2	10		1
	20～24	27	5.5	7	1	10	1	2	1			3	1	1
	25～29	38	7.8	6		21							10	1
	30～39	61	12.4	2	7	21	1	3					27	
	40～49	44	9.0	4	4	10	3	7					16	
	50～59	86	17.6	8	3	19	9	9	2				35	1
	60～69	72	14.7	2		8	2	6					49	5
	70～79	52	10.6	2		2	2	4					16	26
	80～89	23	4.7										4	19
	90～	1	0.2											1
計	490	100.0	31	15	92	18	31	3	67	13	158	62		

【表3】生活活動強度別人員構成（性・年齢階級別）

性別	年齢階級	総数		軽い		中等度		やや重い		重い	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
男	1～6	24	100.0								
	7～14	47	100.0								
	15～19	22	100.0	11	50.0	7	31.8	4	18.2		
	20～24	17	100.0	5	29.4	8	47.1	3	17.6	1	5.9
	25～29	29	100.0	8	27.6	14	48.3	6	20.7	1	3.4
	30～39	58	100.0	24	41.4	26	44.8	8	13.8		
	40～49	55	100.0	17	30.9	27	49.1	11	20.0		
	50～59	72	100.0	25	34.7	28	38.9	17	23.6	2	2.8
	60～69	80	100.0	35	43.8	32	40.0	10	12.5	3	3.8
	70～79	35	100.0	22	62.9	13	37.1				
	80～89	11	100.0	9	81.8	2	18.2				
90～											
	計	450	100.0	156	34.7	157	34.9	59	13.1	7	1.6
女	1～6	26	100.0								
	7～14	46	100.0								
	15～19	14	100.0	7	50.0	5	35.7	1	7.1	1	7.1
	20～24	27	100.0	15	55.6	11	40.7	1	3.7		
	25～29	38	100.0	14	36.8	22	57.9	2	5.3		
	30～39	61	100.0	31	50.8	21	34.4	7	11.5	2	3.3
	40～49	44	100.0	15	34.1	22	50.0	7	15.9		
	50～59	86	100.0	27	31.4	48	55.8	11	12.8		
	60～69	72	100.0	36	50.0	30	41.7	5	6.9	1	1.4
	70～79	52	100.0	35	67.3	17	32.7				
	80～89	23	100.0	20	87.0	3	13.0				
90～	1	100.0	1	100.0							
	計	490	100.0	201	41.0	179	36.5	34	6.9	4	0.8

【表4】食品群別表

小分類				大分類
食品群別	番号	食品群別	番号	
総量	1~85	その他の野菜根	44~51	①米穀類 ②その他穀類 ③小麦類 ④小種実類 ⑤いも類 ⑥砂糖類 ⑦菓油類 ⑧菓子脂類 ⑨豆果類 ⑩豆腐類 ⑪緑黄色野菜類 ⑫その他野菜類 ⑬海藻類 ⑭調味料類 ⑮魚介類 ⑯肉卵乳その他食料類
動物性食品	23, 26, 62~84	大ねぎ	44	
植物性食品	1~61, 85 (23, 26除く)	たまご	45	
		きゅうり	46	
穀類	1~10	さといも	47	
		その他の野菜類	48	
米	1~2	その他の野菜類	49	
		米	50	
米加工品	2	たくあん、その他のつけもの	51	
		米	52	
小麦類	3	きのこ類	53	
		小麦	54~61	
小麥粉	4~9	調味嗜好飲料	54	
		小麥	55	
パン	4	しょうゆ類	56	
		菓子パン	57	
菓子	5	その他の調味料	58	
		菓子	59	
生めん、ゆでめん	6	日本酒	60	
		生めん、ゆでめん	61	
乾めん、マカロン	7	洋酒その他嗜好飲料	62~74	
		乾めん、マカロン	62~66	
即席めん類	8	魚介類	62	
		即席めん類	63	
その他穀類	9	さけ、まぐろ類	64	
		その他穀類	65	
種いも	10	たい、かい類	66	
		種いも	67	
さいのも	11	いか、たこ、貝類	68	
		さいのも	69	
砂糖	12~15	魚介類	70	
		砂糖	71	
菓子	16~17	魚介類	72	
		菓子	73	
菓子	18~22	魚介類	74	
		菓子	75~80	
飴せき	18	肉類	75	
		飴せき	76	
ケーキ類	19	牛豚鶏鯨その他の肉類	77	
		ケーキ類	78	
カビ類	20	ハム、ソーセージ類	79	
		カビ類	80	
その他菓子類	21	卵乳類	81	
		その他菓子類	82~84	
油	23~27	牛乳類	82	
		油	83	
バター	23	牛乳製品	84	
		バター	85	
植物油	24	その他の食品		
		植物油		
動物性油脂	25			
		動物性油脂		
マヨネーズ	26			
		マヨネーズ		
大豆	27			
		大豆		
大豆製品	28~32			
		大豆製品		
味豆腐	28			
		味豆腐		
加工腐製品	29			
		加工腐製品		
大豆製品	30			
		大豆製品		
大豆製品	31			
		大豆製品		
果実	32			
		果実		
柑類	33~38			
		柑類		
橘類	33			
		橘類		
バナナ	34			
		バナナ		
いちご	35			
		いちご		
その他の果実	36			
		その他の果実		
果汁	37			
		果汁		
野菜	38			
		野菜		
緑黄色野菜	39~43			
		緑黄色野菜		
ほうれん草	39			
		ほうれん草		
マタ	40			
		マタ		
ピーマン	41			
		ピーマン		
その他の緑黄色野菜	42			
		その他の緑黄色野菜		
	43			

【表5】国民栄養調査食品群別表

食品群別		食品名
穀類	米	玄米, 半つき, 七分つき, 精白, 輸入精白
	米加工品	もち, 赤飯, アルファ米, じょうしん粉, しらたま粉, ビーフン, 米こうじ, かきもち, きりたんぼ, こおりもち, 道明寺粉, 酒粕
	大麦	えん麦, 大麦・玄, はだか麦・玄, らい麦・全粒, オートミール, 押し麦, 切断麦, 麦こがし, 押しらい麦
	小麦粉	内地普通, 内地強力, 輸入軟質, 輸入硬質, 小麦粉・一等粉・薄力, 中力, 強力, 二等粉・薄力, 中力, 強力, ふ
	パン	食パン, コッペパン, 黒パン, ぶどうパン, フランスパン, 乾パン, らい麦パン, パン粉, ホットケーキ, ロールパン
	菓子パン	あんパン, クリームパン, ジャムパン, デニッシュ, チョココロネ
	生めん, ゆでめん	めん類・うどん, 中華生そば, ゆでそば, ゆでめん
	乾めん, マカロニ	かんめん, そうめん, ひやむぎ, 干し中華そば, マカロニ, スパゲティ, 干そば
	即席めん	即席めん
	その他の穀類	あわ・全粒, 精白, きび・全粒, 精白, そば・全粒, 粉, とうもろこし・乾燥, 粉(とうもろこし), コーンフレーク, ポップコーン, ひえ・全粒, 精白, もろこし・全粒, 精白, あわめし, あわもち, 全穀粉, コーンミール, はと麦, コーンスターチ, 小麦はいが, 米ぬか
種実類	あさの実, アーモンド, カシュー, かぼちゃ種, かや実, ぎんなん, くり・生, 甘ぐり, かんろ煮(かん詰), くるみ, ごま, すいか種, とち実, はす実, ひまわり実, ブラジルナッツ, ぺカン, ヘーゼルナッツ, 松の実, らっかせい乾, いりらっかせい, バターピーナッツ	
いも類	さつまいも	さつまいも
	じゃがいも	じゃがいも
	その他のいも	きくいも, さといも・子いも・親いも, やまのいも
	いも類加工品	こんにゃく, しらたき, いも粉, むし切干, マッシュポテトフレーク, ポテトチップ, はるさめ, かんしょでんぶん, くずでんぶん, ばれいしょでんぶん
砂糖類	砂糖	粗糖, 車糖・三温, 中白, 上白, 双糖・中双, グラニュー糖, 角砂糖, 氷砂糖, 黒砂糖, 糖みつ, ぶどう糖・精製, 結晶, 無水, こなあめ, みずあめ, はちみつ
	ジャム類	あんずジャムびん詰, いちごジャムびん詰, マーマレード, ぶどうジャムびん詰, りんごジャムびん詰
菓子類	飴類	あめ玉, キャラメル, ドロップ, ヌガー
	せんべい類	あられ, おこし, 揚げせんべい, 甘辛せんべい, 塩せんべい, いそべせんべい, かわらせんべい, 南部せんべい, 松風, 八ッ橋
	カステラ, ケーキ類	カステラ, カップケーキ, ショートケーキ, デコレーションケーキ, ロシアケーキ
	ビスケット類	ビスケット, ボーロ, クラッカー

食品群別		食品名
菓子類	その他の菓子類	今川焼き, ういろう, うぐいすもち, かしわもち, かのこ, かりんとう, かるかん, きびだんご, ぎゅうひ, きんつば, くしだんご, 月餅, 源平豆, ごかぼう, さくらもち, だいふくもち, ちまき, ちゃつう, だら焼き, ねりきり, ひがし, まんじゅう, 中華まんじゅう, もなか, ゆべし, ようかん, らくがん, ウエファース, シュークリーム, チョコレート, ドーナツ, パイ, 甘なっとう, マシュマロ, ワッフル, その他の菓子
	バター	バター
	マーガリン	マーガリン, ショートニング
	植物油	植物油
	動物性油脂	牛脂, ラード
マヨネーズ類	マヨネーズ, スプレッド, ドレッシング	
大豆類	大豆・大豆製品	
	味噌	甘みそ, 淡色辛みそ, 赤色辛みそ, 豆みそ, 粉みそ, 金山寺みそ, たいみそ, 鉄火みそ
	豆腐	とうふ普通, 絹ごしとうふ, 袋入りとうふ, 焼とうふ
	豆腐加工品	あぶらあげ, 生あげ, がんもどき
大豆, 其他大豆製品	大豆乾燥, 凍りとうふ, ゆば, おから, 豆乳, 脱脂大豆, きなこ, ぶどう豆, なっとう, はまなっとう	
その他の豆類, 加工品	あずき・乾燥, ゆであずき, さらしあん, こし生あん, いんげん豆, うずら豆・煮豆, えんどう・乾燥, 塩えんどう, うぐいす豆, ささげ, そらまめ, フライビーンズ, ふき豆, おたふく豆, りょくとう, 小倉あん	
果類	柑橘類	いよかん, きんかん・皮, きんかん果肉, くねんぼ, グレープフルーツ, さんぼうかん, ネーブルオレンジ, はっさく, ひゅうがなつみかん, ほんたん, ほんかん, みかん, ゆず, レモン, なつみかん
	りんご	りんご
	バナナ	バナナ
	いちご	いちご
実類	その他の果実 (かん詰を含む)	すいか, まくわうり, あんず・生, あんず・干, いちじく・生, いちじく・干, うめ・生, あまがき, じゅくしがき, しぶぬきがき, ほしがき, ぐみ, さくらんぼ・生, ざくろ, デーツ・干, なし, ネクタリン・生, パイヤ, びわ・生, ぶどう・生, 干ぶどう, プラム, マスクメロン, 洋梨, うめびしお, うめぼし, うめづけ, その他果実かん詰
	果汁	トマトジュース, みかんジュース (濃厚), みかんジュース (かん詰), みかんジュース (びん詰), トマトビュレ, パインアップルジュース (濃厚), パインアップルジュース (びん詰), ぶどうジュース (濃厚), りんごジュース (濃厚), りんごジュース (かん詰), りんごジュース (びん詰)
緑黄色野菜	にんじん	にんじん
	ほうれん草	ほうれん草
	ピーマン	ピーマン
	トマト	トマト
その他の緑黄色野菜	イタリアンブロッコリー, かぶ葉・生, からしな, きょうな, こまつな, さんとうさい, しそ葉, しそ実, しゅんぎく, すぐきな・生, だいこん・葉・生, だいこん・まびきな, たいさい・生, たかな・生, ちしゃ・かきちしゃ, たまちしゃ, とうがらし・生, 葉とうがらし, とうな, にら, のざわな, パセリ, ひろしまな・生, ふだんそう, みずがらし, みつば・根みつば, ようさい, わけぎ, アスパラガス・グリーン, 葉ねぎ, セロリー, つくし, つるな, みずな, よめな, よもぎ, ながちしゃ, ふきの葉, たんぼぼ, かぼちゃ, あさつき, あしたば, さやいんげん, さやえんどう, おおさかしらな, おかひじき, オクラ, キンツアイ, じゅうろくささげ, チンゲンツアイ, つるむらさき, ひのな, めキャベツ, リーキ	

食品群別		食品名
その他の野菜類	大根	大根
	たまねぎ	たまねぎ
	キャベツ	キャベツ
	きゅうり	きゅうり
	はくさい	はくさい
	その他の野菜	せり(軟白), アスパラガス・ホワイト, うど, えだ豆, かぶ・生, グリンピース・生, くわい, ごぼう, しょうが・生, そら豆, 食用ビート, しろうり・生, ずいき・生, たけのこ・生, とうがん, とうもろこし, にんにく・生, ねぎ・根深ねぎ, はつかだいこん, はなやさい, ふき, みょうが, もやし・大豆, もやし・りょくとう, ゆり根, れんこん, わさび・生, ぜんまい・生, わらび・生, きくの花, にがうり, はやとうり, ふきのとう, なす
葉類つけもの	すぐきな・つけもの, たいさい・つけもの, たかな・つけもの, のざわな・つけもの, はくさい・つけもの, その他葉類つけもの	
たくあんその他つけもの	大根・つけもの, なす・つけもの, かぶ・つけもの, きゅうり・つけもの, その他(ならづけ, みそづけ, 酢づけ, からしづけ, ふくじんづけ)	
きのこ類	香たけ・干, なめこ水煮かん詰, マッシュルーム水煮かん詰, まつたけ, まつたけ水煮かん詰, しいたけ・干, しいたけ・生, えのきたけ, マッシュルーム, しめじ, はつたけ, きくらげ, ひらたけ	
海藻類	あおさ, あおのり, あさくさのり, あらめ, いわのり, おごのり, かわのり, かんてん, こんぶ・まこんぶ, 長こんぶ, りしりこんぶ, みついしこんぶ, ほそめこんぶ, とろろこんぶ, こぼまき, つくだ煮, すいせんじのり, ところてん, のりつくだ煮, ひじき, ひとえぐさ, まつも, もずく, わかめ	
調味・嗜好飲料	しょうゆ	しょうゆ, タレ
	ソース類	ウスターソース, とんかつソース, トマトケチャップ
	塩	食塩
	その他調味料	風味調味料, めんつゆ, ブイヨン, 焼肉のたれ, 食酢, みりん
	日本酒	日本酒, 白酒
	ビール	ビール
	洋酒その他	洋酒, ブドウ酒, 薬味酒, うめ酒, 焼酎, スイートワイン, ブランデー
その他の嗜好飲料	各種コーラ, サイダー, コーヒー, 紅茶, ココア, 日本茶, 甘酒, 乳酸菌飲料, 麦芽飲料, 粉末清涼飲料, スポーツ飲料	
魚介類	さけ, ます	さけ, ます, にじます
	まぐろ類	まぐろ, かつお, きわだまぐろ, めじまぐろ, かじき類
	たい, かれい類	あこうだい, あまだい, きんめだい, まだい, 赤魚, くらだい, きだい, ちだい, かれい, ひらめ, たら, すけそうだら
	あじ, いわし類	まあじ, むろあじ, まいわし, かたくちいわし, さば, さんま, にしん
	その他の生魚	あなご, あゆ, あんこう, いさき, うぐい, うなぎ・生・きも, えい, おいかわ, かます, きす, ぐち, こい, こち, このしろ, さめ, あぶらざめ, よしきりざめ, さわら, したびらめ, しらうお・生, すずき, たちうお, どじょう, とびうお, はぜ・生, はも, ふぐ, ふな・生, ぶり・生, はまち, ほっけ, ほら・生, むつ, やつめうなぎ・生, わかさぎ, かんぱち, その他生魚
いか, たこ, かに	あみ・生, いか・生, ほたるいか, えび・いせえび, くるまえび, しばえび, かに・たらばがに, がざみ, ずわいがに, しゃこ, たこ・まだこ, いだこ, なまこ・生, うに	

食品群別		食品名
魚介類	貝類	あかがい・生, あさり・生, あわび・生, かき・生, さざえ・生, しじみ, たいらがい, とこぶし, とりがい, ばかがい, はまぐり・生, ほたてがい・貝柱, ほっきがい, もがい, その他貝類
	魚(塩蔵)	塩ます, 塩さけ, 塩ほっけ, 塩さんま, 塩たら, 塩さば, 塩いわし, 塩にしん, その他塩蔵魚
	魚介(生干し, 乾物)	干しあじ, いわし生干し, 丸干し, めざし, 煮干し, しらす干し, さんまみりん干し, 干したら, するめ, ししゃも, その他魚介乾物
	魚介かん詰	あじ味付かん詰, いわし水煮かん詰, いわし味付かん詰, いわしトマトづけかん詰, いわし油づけかん詰, うなぎかばやき, かつお角煮, 花かつおつくだ煮, かつお水煮かん詰, かつおやまと煮かん詰, かつおフレック味付かん詰, かつお油づけかん詰, さけ水煮かん詰, さば水煮かん詰, さんま味付かん詰, さんまトマトづけかん詰, その他魚介かん詰
	魚介佃煮	こうなご佃煮(あめ煮), はぜ佃煮(かんろ煮), ふな佃煮(かんろ煮), わかさぎ佃煮(あめ煮), 切りいかあめ煮, あみ佃煮, さくらえび佃煮, その他魚介佃煮
	魚介練製品	うめやき, かまぼこ・むしかまぼこ, やきかまぼこ, やきぬきかまぼこ, こぶまきかまぼこ, すきまかまぼこ, さつまあげ, だてまき, ちくわ, つみれ, なるとまき, はんぺん, 焼きちくわ, その他練製品
	魚肉ハム, ソーセージ	魚肉ソーセージ, 魚肉ハム
肉類	牛肉	牛肉もも, かた, ばら, しもふり, 牛・肝臓, 牛・心臓, 牛・腎臓, 牛・舌, 牛・尾, こうし肉, コンビーフ
	豚肉	豚肉もも, かた, ばら, ロース, 豚・肝臓, 豚・胃, 豚・腎臓, 焼豚
	鶏肉	鶏肉, ひな肉, もつ, にわとり・皮, 骨スープ, くしやき肉(かん詰), 肝臓くしやきかん詰
	鯨肉	くじら・塩蔵赤肉, うね・脂身, うね・肉質, 冷凍尾肉, 冷凍赤肉, 鯨かん詰
	その他の肉	いのしし肉, うさぎ肉, きじ肉, 馬肉, こがも肉, 七面鳥肉, 食用がえる, すずめ肉(骨とも), すっぽん肉, つぐみ肉(骨とも), ひつじ肉, やぎ肉, やまばと肉, しぎ肉, ひよどり肉
	ハム, ソーセージ	ロースハム, プレスハム, 混合プレスハム, ベーコン, ポークソーセージ, ウインナーソーセージ, レバーソーセージ, サラミソーセージ, 混合ソーセージ
卵類	鶏卵, うずら卵, あひる卵, ピータン	
乳類	牛乳	牛乳・生乳, 市乳, 濃厚牛乳
	チーズ	チーズ・チェダー, チーズ・ゴーダ, チーズ・エダム, チーズ・ブルー, チーズ・カテージ, チーズ・プロセス
	その他の乳製品	フルーツヨーグルト, 粉乳, 調製粉乳, 脱脂粉乳, 練乳, カゼイン, 生クリーム, ヨーグルト含脂, ヨーグルト脱脂, アイスクリューム(高脂), アイスクリューム(低脂), ソフトクリーム, ミックスパウダー
その他の食品	カレールー, ハヤシルー, クリームスープ類, コンソメスープ類, 酒かす, 即席清汁の素, 即席みそ汁の素, お茶漬・ふりかけ類, 中華合わせ調味料	

【表6】職業分類表

職業等の分類	基 準	仕事の種類の内容例示
1 常用労働者	<p>同一の事業所に引き続き1カ月以上雇用されている筋肉労働者。</p> <p>事業所には官公及び民間を含む。</p> <p>官公の事業所とは、国の行政機関、地方公共団体及びそれらの経営する事業所をいう。</p> <p>民間の事業所とは官公以外のものとする。JR、NTT、日本たばこ産業及び駐留軍関係を含める。</p> <p>筋肉労働者のうちには、常用の販売人・サービス職業従事者をも含める。(同一事業所に引き続き1カ月以上雇用され、主として物品の販売に従事するもの。または家事用務・家の接待、給仕など主として個人に対するサービスに従事するもの。)</p> <p>農林・漁業従事者でも官公及び法人経営の農林・漁業事業所の雇用者はここに含める。</p>	<p>常用の採炭夫、支柱夫、坑内運搬夫、石切出夫、川砂採取人、船員、汽車機関士、自動車運転手、自動車車掌、金属プレス工、織物工、ミシン工、建築大工、水箱製造工、建築塗装工、木版製工、ボイラー火夫、守衛、公園掃除人、衛生掃除人。</p> <p>化粧品外交員、駅構内売子、販売人、食堂給仕人、旅館従業員、家政婦、集金人、郵便配達人。</p> <p>運材夫、筏流し夫、伐採夫、捕鯨船砲手、海女、投網漁夫、園芸農夫、のり養殖人、こんぶ採取人等。</p>
2 日雇労働者	<p>官公庁または民間に1カ月未満の期間または日々の契約で雇用されている筋肉労働者。</p> <p>日雇の販売人、サービス職業従事者もここに含める。</p> <p>官公及び法人経営の農林・漁業事務所日雇の雇用者はここに含める。</p> <p>日雇労働者をさらに説明すると日雇健康保険を受けている者が該当し、形式の如何を問わず、他人に雇われているもの(日雇に出るもの)であって、非農林・漁業にあつては日々雇入れられているものをいう。</p> <p>農林・漁業にあつては、1カ月未満の契約によって雇入れられている者であつて、実際には1カ月以上にわたる雇用関係にある場合でも、形式上「雇用契約」が1カ月以内であるものはその契約形式により日雇とするが契約形式が不明確であるものは、賃金の支払形式など、その実態によって判定する。</p> <p>子守、家事手伝などでこれを業で行うのではなく、時たまたのまれて従事し、受ける報酬が労働の対価というよりは謝礼または友誼的受贈金と考えられる場合には、これに含まれない。</p>	<p>日雇で上記(1)に示した仕事に従事しているもの。及び失業対策の日雇労働者等。</p>

職業等の分類	基 準	仕事の種類の内容例示
3 勤 労 職 員	<p>個人経営の事務所、または会社、組合その他法人、団体などに雇用され、主として技術的、教育的、書記的、管理的な仕事に従事している者。</p> <p>なお経営者もここに含める。経営者とは民間企業を主宰経営するもので、技術的職業に従事しないものをいう。</p> <p>ただし、「商人及び職人」に区分するものは除く。</p> <p>官公庁職員 国または地方公共団体の営む事業所、事務所に雇用され、主として、技術的、教育的、書記的、管理的な仕事に従事している者。</p>	<p>民間の事務、事業所において航海士、航空士、ヘリコプター操縦士、無線通信士、船舶無線通信士、有線通信員、電話交換手、タイピスト、医師、歯科医師、薬剤士、看護婦、あんま師、接骨師、採炭技術者、合金技師、工作機械組立技師、電気工事技術者。</p> <p>小学校校長、高等学校教員、洋裁学校講師、医学研究員、人事事務員、給与事務員、電報受付事務員、小荷物受付事務員、出札事務員、火災保険代理店主、建築現場監督者、販売部長、人事課長、会社社長、工場長、組合理事、映画館経営者、ホテル経営者等。</p> <p>官公庁または官公立の事務所、事業所において、上記に例示した種の仕事に従事している者等。</p>
4 自 営 業 そ の 他 商 人 及 び 職 人	<p>独立した小規模（家族でない使用人4人以下）で商品の仕入、販売、製造、加工またはサービスを提供する事業を営む事業主または家族従事者及び事業主の雇用者で他に分類されない者。</p>	<p>青果店主、菓子小売店主、洋品店店員、理髪店員、表具店、たばこ屋、写真屋、紙芝居屋、織物ブローカー、呉服行商人、鮮魚行商人、牛馬仲買人、材木売買仲立人、呼売人。</p> <p>鳶職、植木職、大工、左官、屋根屋、ブリキ屋、ペンキ屋、石屋、建具屋、畳屋、靴屋、靴磨き、露天商、廃品回収業等。</p>
5 農 林 ・ 漁 夫	<p>個人で農業、林業または漁業を営んでいる者、その家族従事者及びその事業主の雇用者。</p> <p>法人経営の農林・漁業事業所の雇用者はここに含めない。</p>	<p>農耕主、農業家族従事者、園芸農夫、豚飼育人、馬丁、運材夫、筏流し夫、伐採夫、海女、投網漁夫、こんぶ採取人等。</p>
6 自 由 業 者 そ の 他	<p>個人で自分の専門の技術や知識を内容とする仕事に従事する者。</p>	<p>開業医師、開業歯科医師、開業薬剤師、開業あんま師、開業接骨師、弁護士、オペラ歌手、講談師、脚本家、画家、会計士、カメラマン、職業野球選手、マネキン等。</p>
7 小 中 学 校 児 童 生 徒	<p>幼稚園及び児童福祉施設内の児童を含める。</p>	
8 高 校 以 上 の 生 徒 学 生	<p>高校以上の学校（各種学校を含み修業年限1年未満のものは除く）の生徒学生。</p>	
9 家 事 従 事 者	<p>日常家事に従事することを常態としている者をいう。</p>	<p>一般家庭の主婦、お手伝い等。</p>
10 無 職 そ の 他	<p>職のない者。就業前の乳幼児を含む。但し幼稚園児、児童福祉施設の児童は除く。</p>	<p>失業者、隠居者等。</p>

調査票の様式

平成11年ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査

栄養摂取状況調査票

地区番号			世帯番号		
------	--	--	------	--	--

保健福祉事務所名

調査員氏名

群馬県

I 世帯状況・II 食事状況

I 世 帯 状 況							
1. 世帯員 番 号	2. 氏 名	3. 性別	4. 生 年 月		5. 妊婦・授乳婦	6. 仕事の種類	
						職業名	※判定
0 1		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 2		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 3		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 4		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 5		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 6		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 7		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 8		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>
0 9		1 男 2 女	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成	<input type="text"/> <input type="text"/>	年 月	1 妊娠満19週未満 2 妊娠満19週以上 3 授乳婦	<input type="text"/> <input type="text"/>

月 日【朝食】

食物摂取状況調査

①

家族が食べたものは全て記載してください				その料理は、どのように家族で分けましたか？									
料理名	食品名	使用量 (重量または目安量)	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	残

調査員記入欄（ここには、記入しないでください）

料理・整理番号	食品番号	使用量 (左記の家庭記入欄の 使用量－廃棄量を記 入すること)	案 分 比 率														
			小数点 ↓														
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	残					

平成11年ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査

食生活状況調査票

(満15歳以上の方はすべて記入してください)

地区番号			世帯番号			世帯員番号		
性別	1 男		2 女		年齢			

保健福祉事務所名

調査員氏名

群馬県

問1 今日1日の食事内容で、エネルギー、脂肪、塩分の摂取量は、適当だと思いますか。

1) ~3) について、該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | | | | | | | | |
|----------|---|---------|---|--------|---|-----|---|-------|
| 1) エネルギー | 1 | とりすぎている | 2 | ちょうどよい | 3 | 少ない | 4 | わからない |
| 2) 脂肪 | 1 | とりすぎている | 2 | ちょうどよい | 3 | 少ない | 4 | わからない |
| 3) 塩分 | 1 | とりすぎている | 2 | ちょうどよい | 3 | 少ない | 4 | わからない |

問2 あなたは、自分の健康のために、エネルギーや脂肪、塩分を適量にしようと思いますか。

1) ~3) について、該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

1) エネルギーについて

- | | | | | | | | |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|
| 1 | かなり思う | 2 | まあまあ思う | 3 | あまり思わない | 4 | まったく思わない |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|

2) 脂肪について

- | | | | | | | | |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|
| 1 | かなり思う | 2 | まあまあ思う | 3 | あまり思わない | 4 | まったく思わない |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|

3) 塩分について

- | | | | | | | | |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|
| 1 | かなり思う | 2 | まあまあ思う | 3 | あまり思わない | 4 | まったく思わない |
|---|-------|---|--------|---|---------|---|----------|

問3 エネルギー量を適量にするために、あなたにとってどのようなことが必要ですか。

あてはまるものすべて選んで○印をつけてください。

- | | | | | | |
|---|-----------------|---|----------------------|---|-------|
| 1 | 自分の心がけ | 2 | 家族の協力 | 3 | 職場の協力 |
| 4 | 市販食品や外食の栄養成分の表示 | 5 | 飲食店でのバランスのとれたメニューの提供 | | |
| 6 | 栄養士などの専門家のアドバイス | 7 | その他 | | |
| 8 | 適量にはできない | | | | |

問4 あなたは、食品を選んだり、食事を整えるのに困らない知識や技術がありますか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | | | | | | | |
|---|-------|---|--------|---|-------|---|--------|
| 1 | 十分にある | 2 | まあまあある | 3 | あまりない | 4 | まったくない |
|---|-------|---|--------|---|-------|---|--------|

問5 あなたは、自分の健康や食生活をより良い方向にすることに関心がありますか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | | | | | | | |
|---|-------|---|--------|---|-------|---|--------|
| 1 | 十分にある | 2 | まあまあある | 3 | あまりない | 4 | まったくない |
|---|-------|---|--------|---|-------|---|--------|

問6 あなたは、ふだん外食をする時や食品を購入する時に、栄養成分の表示を参考にしていますか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | | | | | | | |
|---|---------|---|--------|---|----------|---|-----------|
| 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 |
|---|---------|---|--------|---|----------|---|-----------|

問7 あなたは、自分に見合った食品や料理を選ぶのに、食品の表示や、外食料理のメニューなどが整っていると思いますか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 十分整っている 2 まあまあ整っている 3 あまり整っていない
4 まったく整っていない

問8 あなたは、ふだん家族と一緒に食事をするのがどれくらいありますか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 週に4、5日以上 2 週に2、3日 3 週に1日 4 ほとんどない

問9 あなたの家族は、あなたが健康や食生活をより良い方向にしようとすることに協力的ですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 非常に協力的 2 まあまあ協力的 3 あまり協力的でない
4 まったく協力的でない 5 わからない

問10 あなたの職場は、次のようなことについて配慮がありますか。あてはまるものすべて選んで○印をつけてください。

- 1 バランスのとれた給食の提供 2 食事時間の確保
3 健康や食生活に関する情報の提供 4 健康診断の受診
5 栄養指導や栄養相談 6 特にない 7 勤務していない

問11 あなたは、自分が「太っている」あるいは「太る」ことについて、どう考えますか。あてはまるものすべて選んで、○印をつけてください。

- 1 少しぐらい太っている方が健康的である 2 かっこよくない(きれいでない)
3 貫禄があるように見える 4 疾病になる危険が高まる
5 その他 6 特にない

問12 あなたは、現在、健康に何か問題がありますか。該当する番号に○印をつけてください。

- 1 ある 2 ない

ア) 1「ある」と回答した方にお聞きします。どのような問題がありますか。あてはまるものすべて選んで、○印をつけてください。

- 1 肥満 2 血圧が高い 3 血糖が高い 4 中性脂肪やコレステロールが高い
5 その他

平成11年ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査

生活習慣状況調査票 No.1

(満15歳以上の方はすべて記入してください)

地区番号			世帯番号			世帯員番号		
性別	1 男		2 女		年齢			

保健福祉事務所名

調査員氏名

群馬県

この調査票は、満15歳以上の方が記入してください。

I あなたの身体状況についておたずねします。

問1 あなたの身長、体重を教えてください。

身長 . c m

体重 . k g

※ 最近の検診の結果または実際に計測した数値を記入してください。

問2 あなたは、現在の自分の体型をどう思いますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 太っている 2 太りすぎ 3 ふつう 4 やせすぎ 5 やせている

問3 あなたは、健康チェックを受けていますか。
該当する番号すべてに○印をつけてください。

- 1 市町村や職場、学校が実施する定期健康診断を受けている。
- 2 人間ドックを受けている。
- 3 かかりつけの医師に定期的に受診している。
- 4 激しいスポーツをする前にメディカルチェックを受けている。
- 5 家庭で血圧測定などの健康チェックをしている。
- 6 健康チェックは受けていない。

II あなたの食生活状況についておたずねします。

問1 あなたはふだん欠食することがありますか。
朝食、昼食、夕食それぞれ該当するところに1つずつ○印をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
1 ほとんど毎日欠食する			
2 週4～5回欠食する			
3 週2～3回欠食する			
4 ほとんど欠食しない			

※ 欠食とは食事をぬくこと。

問2 あなたはふだん外食することがありますか。
朝食、昼食、夕食それぞれ該当するところに1つずつ○印をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
1 ほとんど毎日外食する			
2 週4～5回外食する			
3 週2～3回外食する			
4 ほとんど外食しない			

問3 あなたはふだん主食、主菜、副菜のそろった食事を食べますか。
朝食、昼食、夕食それぞれ該当するところに1つずつ○印をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
1 ほとんど毎日食べる			
2 週4～5回食べる			
3 週2～3回食べる			
4 ほとんど食べない			

※主食・・・ご飯、パン、麺類など
主菜・・・肉、魚、卵、大豆製品などを使った中心となるおかず
副菜・・・野菜、海草、きのこなどを使った脇役のおかず

問4 あなたはふだん間食（夜食も含む）をすることがありますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日2回以上間食する
- 2 ほとんど毎日1回以上間食する
- 3 週4～5回間食する
- 4 週2～3回間食する
- 5 ほとんど間食しない

問5 あなたはふだん何人の人と食事を食べますか。
朝食、昼食、夕食それぞれ該当するところに1つずつ○印をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
1 自分1人で食べる			
2 2～3人で食べる			
3 4～5人で食べる			
4 6人以上で食べる			

問6 あなたはふだん食事を食べるのに、どのくらいの時間をかけますか。
朝食、昼食、夕食それぞれ該当するところに1つずつ○印をつけてください。

	朝 食	昼 食	夕 食
1 15分未満			
2 15分～30分未満			
3 30分～1時間未満			
4 1時間以上			

問7 調査日の食事内容で、カルシウム、鉄は、十分にとれていると思いますか。
該当する番号をそれぞれ1つ選んで○印をつけてください。

- カルシウム 1 十分にとれている 2 ほぼとれている 3 とれていない 4 わからない
鉄 1 十分にとれている 2 ほぼとれている 3 とれていない 4 わからない

問8 あなたは、自分の食生活について問題があると思いますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 かなり思う 2 少し思う 3 あまり思わない 4 まったく思わない

問9 あなたは、ふだん健康や栄養に関する学習の機会がありますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 機会があり参加する 2 機会はあるが参加しない
3 機会がない 4 わからない

〔 1 と答えた方におたずねします。〕主にどこで学習しますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 学校 2 職場 3 地域 4 その他 ()

問10 あなたは、ふだん健康や栄養に関して自主的に活動しているグループに参加していますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 参加している 2 グループは知っているが参加しない
3 グループがあることを知らない 4 わからない

〔 1 と答えた方におたずねします。〕主にどこで活動していますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 学校 2 職場 3 地域 4 その他 ()

Ⅲ 運動習慣についておたずねします。

問1 あなたの調査日の運動量はどのくらいでしたか。1日の歩数を教えてください。

--	--	--	--	--

 歩

問2 あなたは日頃から、日常生活の中で、健康の維持・増進のために意識的に身体を動かしていますか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日動かしている
- 2 週に3～4回程度動かしている
- 3 週に1～2回程度動かしている
- 4 ほとんど(まったく)動かしていない

→〔2-1 1、2、3と答えた方におたずねします。〕それはどのようなことですか。該当する番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 散歩したり、早く歩いたり、乗り物やエレベーターを使わずに歩くようにしている
- 2 柔軟体操やストレッチなどで身体を伸ばす運動をしている
- 3 腹筋運動や腕立て伏せ、ダンベルなどで筋力をつける運動をしている
- 4 水泳、ジョギング、各種球技、ジャズダンスなどの運動をしている
- 5 その他 ()

→〔2-2 1、2、3と答えた方におたずねします。〕あなたが意識的に身体を動かす時間は1日にどれくらいですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 15分未満
- 2 15分～30分未満
- 3 30分～1時間未満
- 4 1時間以上

→〔2-3 1、2、3と答えた方におたずねします。〕あなたが意識的に身体を動かす時、心がけていることは何ですか。該当する番号をすべて選んで○印をつけてください。

- 1 体調に合わせる
- 2 家族や仲間を誘い合う
- 3 楽しくおこなう
- 4 特にない
- 5 その他 ()

→〔2-4 4と答えた方におたずねします。〕それはなぜですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 施設、場所がないから
- 2 忙しくて時間がないから
- 3 何をどのようにやったらよいかわからないから
- 4 とくに必要と思わないから
- 5 やりたくないから
- 6 その他 ()

Ⅳ その他の生活習慣についておたずねします。

問1 あなたは、自分の健康について次のようなことをどの程度感じますか。それぞれ該当する欄に1つずつ○印をつけてください。

	大いに感じる	ある程度感じる	あまり感じない	ほとんど感じない
1 肉体的な疲労				
2 精神的な疲労 ストレス				
3 体力の衰え				
4 生活習慣病に 対する不安				
5 運動不足				

問2 あなたのいつもの睡眠時間はどのくらいですか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 5時間未満
- 2 5～6時間未満
- 3 6～7時間未満
- 4 7～8時間未満
- 5 8～9時間未満
- 6 9時間以上

問3 あなたは、いつもの睡眠で休養が充分とれていると思いますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 充分とれている
- 2 まあとれている
- 3 あまりとれていない
- 4 まったくとれていない
- 5 わからない

問4 あなたは、眠りを助けるために睡眠剤や安定剤などの薬やアルコール飲料を使いますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 全く使わない
- 2 めったに使わない
- 3 時々使う
- 4 常にする

問5 あなたが、一日の中で自分の自由になる時間はどのくらいですか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 30分未満
- 2 30分～1時間未満
- 3 1時間～3時間未満
- 4 3時間以上
- 5 ほとんどない

問6 あなたは、自分の自由な時間をどのように過ごしていますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- | | |
|---------------|-------------------------------|
| 1 疲れをとる | 2 地域社会とのつながりを深める (自治会・子ども会など) |
| 3 積極的な体力づくり | 4 教養、技能を高める |
| 6 ボランティア活動に参加 | 5 家族との団らん |
| 8 自由な時間がない | 7 その他 () |

問7 あなたは、たばこを吸いますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 以前から(ほとんど)吸わない
- 2 以前は吸っていたが今は吸わない
- 3 現在吸っている

→〔7-1 2、3と答えた方におたずねします。〕
1日平均何本くらい、何年間吸っていますか。(吸っていましたか。)
具体的に記入してください。

1日平均喫煙歴 { } 本年 ※ 禁煙期間があれば除く

→〔7-2 3と答えた方にだけおたずねします。〕あなたは、今後たばこを吸うのをやめたい
と思いませんか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 すぐにでもやめたいと思う
- 2 近々やめたいと思う
- 3 やめたくない

問8 あなたは、飲酒の習慣がありますか。
該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 以前から(ほとんど)飲酒の習慣はない
- 2 以前は飲酒の習慣があったが現在ない
- 3 現在飲酒の習慣がある

※ 飲酒の習慣とはめやすとして、週3回以上の頻度で、日本酒なら1合以上、ビールなら大瓶1本以上、ウイスキーならダブルを1杯以上の分量飲むことをいう。

→〔2、3と答えた方におたずねします。〕1回平均どのくらい、週に何回、何年間飲んで
いますか。(飲んでいましたか。)具体的に記入してください。

1回平均 日本酒にして { } 合
週 に { } 回
飲 酒 歴 { } 年 ※ 禁酒期間があれば除く

※ ビールは大瓶1本、ウイスキーはダブル1杯が日本酒1合に相当する。

平成11年ぐんま健康栄養計画策定基礎資料調査

生活習慣状況調査票 No2

(食事を作っている人が記入してください)

地区番号			世帯番号			世帯員番号		
性別	1 男		2 女		年齢			

保健福祉事務所名

調査員氏名

群馬県

この調査票は、主に食事づくりを担当している方が記入してください。

問1 お子さん（18歳以下）が望ましい食習慣を身につけられるよう、あなたが家庭で心がけていること（いたこと）は何ですか。主な番号を3つ選んで○印をつけてください。

- | | |
|--------------------------|----------------|
| 1 1日3回きちんと食事すること | 2 好き嫌いをなくすこと |
| 3 主食・主菜・副菜を揃えバランスよく食べる | 4 おやつを食べすぎないこと |
| 5 牛乳・乳製品をとること | 6 薄味をこころがけること |
| 7 食事のマナーに気を付けること | 8 なごやかな食卓にすること |
| 9 表示（栄養成分等）を見て食品や料理を選ぶこと | 10 とくにない |
| 11 子どもはいない | |

問2 あなたはふだん夕食の調理に要する時間はどれくらいですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 15分未満
- 2 15～30分未満
- 3 30～45分未満
- 4 45～60分未満
- 5 60分以上

調理済み食品、半調理食品の使用状況についておたずねします。

問3 主食として使う調理済み食品（弁当類、寿司、サンドイッチ等）の利用状況はいかがですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日使う
- 2 1週間に3～4回使う
- 3 1週間に1～2回使う
- 4 1ヶ月に1～2回使う
- 5 ほとんど使わない

問4 副食として使う調理済み食品（揚げてあるコロッケ、フライ、サラダ、煮物等）の利用状況はいかがですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日使う
- 2 1週間に3～4回使う
- 3 1週間に1～2回使う
- 4 1ヶ月に1～2回使う
- 5 ほとんど使わない

問5 主食として使う半調理食品（インスタントラーメン、冷凍ピラフ等）の利用状況はいかがですか。該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日使う
- 2 1週間に3～4回使う
- 3 1週間に1～2回使う
- 4 1ヶ月に1～2回使う
- 5 ほとんど使わない

問6 副食として使う半調理食品（揚げる前のコロッケ、フライ、冷凍おかず、ハンバーグ等）の利用状況はいかがですか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日使う
- 2 1週間に3～4回使う
- 3 1週間に1～2回使う
- 4 1ヶ月に1～2回使う
- 5 ほとんど使わない

問7 調理済み食品、半調理食品を使う理由は何ですか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 調理をすることが好きでないから
- 2 自分で作るより経済的だから
- 3 家で作る時間的余裕がないから
- 4 自分で作るよりおいしいから
- 5 家族が好むから
- 6 栄養のバランスや質がよいから
- 7 その他 ()
- 8 ほとんど使わない

→ 〔8と答えた方におたずねします。〕 調理済み食品、半調理食品をほとんど使わない理由は何ですか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 おいしくないから
- 2 家族が好まないから
- 3 経済的でないから
- 4 栄養のバランスや質がよくないから
- 5 原材料の内容がよくわからないから
- 6 自分で料理を作るのが楽しいから
- 7 その他 ()

問8 調理済み食品、半調理食品の利用について、今後どのようにお考えですか。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 もっと利用したい
- 2 今と同じ程度に利用したい
- 3 利用を減らしたい
- 4 利用をやめたい（全く利用していない）

問9 調理済み食品、半調理食品を購入するにあたって、あなたが特に知りたい情報は何か。

該当する番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 原材料の内容
- 2 食品添加物使用の有無
- 3 栄養成分の内容
- 4 製造年月日（賞味期限）
- 5 調理方法
- 6 その他 ()