

平成7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と食生活状況を把握し、県民の健康づくりや望ましい食生活の方途を講ずる基礎資料を得ることを目的とするものである。

2. 調査の対象及び客体

平成7年国民栄養調査地区及び平成2年国勢調査の単位区より無作為抽出した各保健所1地区の次の12地区の世帯（328世帯）と世帯員（1,043人）を調査の客体とする。

(1) 平成7年国民栄養調査地区：5地区

地区番号	保健所名	市町村名	世帯数	世帯人員
01	高崎保健所	高崎市	19	41
02	伊勢崎保健所	伊勢崎市	24	83
03	富岡保健所	富岡市	18	71
04	沼田保健所	利根郡新治村	16	49
05	館林保健所	邑楽郡大泉町	26	85

(2) 平成2年国勢調査の単位区のうち前橋、桐生、太田、渋川、藤岡、安中、中之条保健所管内の各々の単位区から無作為抽出した地区：7地区

地区番号	保健所名	市町村名	世帯数	世帯人員
06	前橋保健所	前橋市	42	111
07	桐生保健所	新田郡笠懸町	36	142
08	太田保健所	太田市	21	58
09	渋川保健所	北群馬郡子持村	33	117
10	藤岡保健所	多野郡吉井町	30	95
11	安中保健所	碓氷郡松井田町	31	88
12	中之条保健所	吾妻郡中之条町	32	103

3. 調査客体の概要

(1) 職業別状況（性・年齢階級別）

性別	職業			常用労働者	日雇労働者	勤労職員	自営業その他商人及び職人	農漁夫	林業その他	小中高校生・幼稚園・福祉施設を 児童児童を 児童児童を	高校生以上	家事従事者	無職その他
	年齢	人員	%										
男	1～6	33	6.6							20			13
	7～14	46	9.2							46			
	15～19	35	7.0	4		1				7	23		
	20～24	28	5.6	7		14	1	1			4		1
	25～29	34	6.8	12		17	4	1					
	30～39	50	10.0	18		21	9	2					
	40～49	70	14.0	16	1	38	11	2	1			1	
	50～59	84	16.8	25	2	33	16	6					2
	60～69	68	13.6	11	3	14	11	9	2				18
	70～79	41	8.2	1	1	5	5	9				1	19
	80～89	11	2.2					2					9
	90～	1	0.2				1						
計	501	100.0	94	7	143	58	32	3	73	27	2	62	
女	1～6	28	5.2							11			17
	7～14	43	7.9							43			
	15～19	32	5.9	1		2			1	5	23		
	20～24	36	6.6	7		21					3	4	1
	25～29	34	6.3	4	2	13	1		1			13	
	30～39	49	9.0	11	4	6	3		1			24	
	40～49	94	17.3	13	10	21	8	3	2			35	2
	50～59	76	14.0	16	5	17	11	5	1			20	1
	60～69	73	13.5	8	2	4	8	10				26	15
	70～79	51	9.4			1	1	3				17	29
	80～89	20	3.7				1	1				2	16
	90～	6	1.1									2	4
計	542	100.0	60	23	85	33	22	6	59	26	143	85	

(2) 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	%
全体	1～6	61	100.0								
	7～14	89	100.0								
	15～19	67	100.0	38	56.7	27	40.3	2	3.0		
	20～24	64	100.0	23	35.9	38	59.4	3	4.7		
	25～29	68	100.0	21	30.9	42	61.8	5	7.4		
	30～39	99	100.0	32	32.3	57	57.6	10	10.1		
	40～49	164	100.0	69	42.1	82	50.0	13	7.9		
	50～59	160	100.0	51	31.9	91	56.9	18	11.3		
	60～69	141	100.0	55	39.0	73	51.8	13	9.2		
	70～79	92	100.0	62	67.4	29	31.5	1	1.1		
	80～89	31	100.0	23	74.2	8	25.8				
	90～	7	100.0	5	71.4	1	14.3	1	14.3		
	計	1043	100.0	379	36.3	448	43.0	66	6.3		

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	33	100.0								
	7～14	46	100.0								
	15～19	35	100.0	16	45.7	17	48.6	2	5.7		
	20～24	28	100.0	9	32.1	16	57.1	3	10.7		
	25～29	34	100.0	8	23.5	22	64.7	4	11.8		
	30～39	50	100.0	13	26.0	29	58.0	8	16.0		
	40～49	70	100.0	29	41.4	36	51.4	5	7.1		
	50～59	84	100.0	29	34.5	42	50.0	13	15.5		
	60～69	68	100.0	27	39.7	35	51.5	6	8.8		
	70～79	41	100.0	22	53.7	18	43.9	1	2.4		
	80～89	11	100.0	6	54.5	5	45.5				
	90～	1	100.0	1	100.0						
	計	501	100.0	160	31.9	220	43.9	42	8.4		

性別	年齢階級	総数		軽い		中等度		やや重い		重い	
		人	%	人	%	人	%	人	%	人	%
女	1～6	28	100.0								
	7～14	43	100.0								
	15～19	32	100.0	22	68.8	10	31.3				
	20～24	36	100.0	14	38.9	22	61.1				
	25～29	34	100.0	13	38.2	20	58.8	1	2.9		
	30～39	49	100.0	19	38.8	28	57.1	2	4.1		
	40～49	94	100.0	40	42.6	46	48.9	8	8.5		
	50～59	76	100.0	22	28.9	49	64.5	5	6.6		
	60～69	73	100.0	28	38.4	38	52.1	7	9.6		
	70～79	51	100.0	40	78.4	11	21.6				
	80～89	20	100.0	17	85.0	3	15.0				
	90～	6	100.0	4	66.7	1	16.7	1	16.7		
	計	542	100.0	219	40.4	228	42.1	24	4.4		

4. 調査項目及び実施時期

(1) 調査項目

本調査は、栄養摂取状況調査、食生活状況調査及び運動量調査からなり、調査項目は下記のとおりである。

ア 栄養摂取状況調査

① 世帯の状況

世帯員数、氏名、性別、生年月、満年齢、仕事の種類、妊婦・授乳婦の別、日常生活強度

② 食事状況に関する事項

- ・ 連続した3日間の各世帯員の食事状況（欠食、外食、家庭食の区別）
- ・ 連続した3日間の各世帯及び各世帯員の摂取した食事（外食も含む）の料理名、食品名と数量

イ 食生活状況調査

① 満15歳以上の男女を対象にアンケート調査

- ・ 栄養摂取状況調査の第1日目の食事に関する「今日の食事について」のアンケート調査（No.1）
- ・ 食生活及び運動、休養状況を含めた日常生活状況に関するアンケート調査（No.2）

② 各世帯の食事担当者を対象にアンケート調査（No.3）

ウ 運動量（歩行数）調査

満15歳以上の男女を対象に連続した3日間の歩行数を調査

(2) 調査時期

ア 栄養摂取状況調査

11月中の連続した3日間を任意に定めて行った（祝祭日は除く）。

イ 食生活状況調査

栄養摂取状況調査期間中に行った。

ウ 運動量（歩行数）調査

栄養摂取状況調査期間中に行った。

5. 調査要領

(1) 調査体制及び調査員の構成

ア 健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）委員会は、総合企画立案と調査結果のまとめを行い、事務局は衛生環境部健康長寿課内に置いた。

イ 調査地区を管轄する保健所は、当該市町村の協力を得て調査を実施した。

ウ 調査地区を管轄する保健所の栄養士及び保健婦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て行った。

調査担当者は、平成7年健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）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

ア 栄養摂取状況調査（様式第1号）……………19頁参照

イ 食生活状況調査（様式第2・3・4号）……………27頁参照

ウ 運動量（歩行数）調査（様式様式第1号）……………26頁参照

(3) 調査の方法

ア 栄養摂取状況調査

調査日の選定にあたっては、祝祭日、冠婚葬祭その他特別に食物摂取に変化のある日を選び、なるべく普通の摂取状況にある連続した3日間を選び、あらかじめ被調査者の積極的協力を得るため、調査開始前に被調査地区住民に対し調査の趣旨を十分納得させた後、栄養摂取状況記入帳を各世帯に配布し、記入要領を十分説明したうえ、秤を用いて秤量記入させたが、消費量が少なく秤量困難なもの等については目安量をもってした。

また、調査員である栄養士は調査期間中少なくとも1日1回以上被調査世帯を直接訪問し、記入状況を点検するとともに、不備な点の是正や記入要領の指導にあたった。

イ 食生活状況調査

栄養摂取状況調査と同時に実施した。

対象世帯の満15歳以上の男女及び食事担当者に配布し、記入させた。

ウ 運動量（歩行数）調査

対象世帯の満15歳以上の男女に歩数計を配布し、歩行数の測定を記録させた。

6. 集計及び製表方法

(1) 調査地区における集計

栄養摂取状況調査について各調査地区の調査員は、各世帯が記入した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、不明確な部分は各世帯等に問い合わせのうえ、正確な調査票とした。

また、調査員は、各世帯が記入した食物摂取状況記入帳の3日間の摂取食品の純摂取量及び食品番号を記入した。

(2) 県における集計及び製表

県（健康長寿課）に提出された各世帯別、個人別に作成された調査票について十分審査した後、パンチ入力を行い、1人1日あたり栄養摂取量、食品群別摂取量、食生活状況等についての集計及び製表を行った。

7. 本書利用上の留意点

(1) 栄養価算定に使用した成分票について

原則として「四訂日本食品標準成分表」を使用した。

外食料理及び惣菜等については、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、食品群分類票（9頁）に示した分類で示しており、その内容については国民栄養調査食品群別表（10頁）によった。

なお、植物性食品の項に含まれている23の「バター」と26の「動物性油脂」は動物性食品として取り扱っているので注意されたいこと。

(3) 平均栄養所要量について

ア 栄養摂取状況成績は、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。この摂取量を評価するに平均栄養所要量と比較した。

イ 平均栄養所容量は、第5次改訂「日本人の栄養所要量」（14頁）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日当たり栄養所要量を算出し、世帯、地区、性、年齢別等に集計し、各々の客体数で除し、各々の平均栄養所要量とした。

(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、職業分類票（16頁）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、ホットドッグ、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

(集計では職場給食、学校給食を除いてある。)

食品群別

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米類 ②その他穀類 ③小麦類 ④小種麦実類 ⑤いも類 ⑥砂糖類 ⑦菓油類 ⑧豆類 ⑨果油類 ⑩緑黄色野菜類 ⑪その他野菜類 ⑫海味嗜好飲料類 ⑬調味嗜好飲料類 ⑭魚介類 ⑮肉類 ⑯卵乳類 ⑰その他食品類
動物性食品	23, 26, 62~84	大まねぎ	44	
植物性食品	1~61, 85 (23, 26除く)	たき	45	
		きの	46	
穀類	1~10	味の嗜好飲料	47	
		味の嗜好飲料	48	
米類	1~2	その他の野菜類	49	
米加工品	2	たき海味	50	
小麦類	3	きの草類	51	
小麦粉	4~9	味の嗜好飲料	52	
菓子パン	4	味の嗜好飲料	53	
菓子パン	5	味の嗜好飲料	54~61	
生めん、ゆでめん	6	味の嗜好飲料	54	
乾めん、マカロニ	7	味の嗜好飲料	55	
即席めん類	8	味の嗜好飲料	56	
その他穀類	9	味の嗜好飲料	57	
種い	10	味の嗜好飲料	58	
種い	11	味の嗜好飲料	59	
種い	12~15	味の嗜好飲料	60	
種い	12	味の嗜好飲料	61	
種い	13	味の嗜好飲料	62~74	
種い	14	味の嗜好飲料	62~66	
種い	15	味の嗜好飲料	62	
砂	16~17	味の嗜好飲料	63	
砂	16	味の嗜好飲料	64	
砂	17	味の嗜好飲料	65	
菓	18~22	味の嗜好飲料	66	
菓	18	味の嗜好飲料	67	
菓	19	味の嗜好飲料	68	
菓	20	味の嗜好飲料	69	
菓	21	味の嗜好飲料	70	
菓	22	味の嗜好飲料	71	
油	23~27	味の嗜好飲料	72	
油	23	味の嗜好飲料	73	
油	24	味の嗜好飲料	74	
油	25	味の嗜好飲料	75~80	
油	26	味の嗜好飲料	75	
油	27	味の嗜好飲料	76	
豆	28~32	味の嗜好飲料	77	
豆	28	味の嗜好飲料	78	
豆	29	味の嗜好飲料	79	
豆	30	味の嗜好飲料	80	
豆	31	味の嗜好飲料	81	
豆	32	味の嗜好飲料	82~84	
豆	33~38	味の嗜好飲料	82	
豆	33	味の嗜好飲料	83	
豆	34	味の嗜好飲料	84	
豆	35	味の嗜好飲料	85	
豆	36	味の嗜好飲料		
豆	37	味の嗜好飲料		
豆	38	味の嗜好飲料		
豆	39~43	味の嗜好飲料		
豆	39	味の嗜好飲料		
豆	40	味の嗜好飲料		
豆	41	味の嗜好飲料		
豆	42	味の嗜好飲料		
豆	43	味の嗜好飲料		

表1

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, おどうパン, フランSPAN, 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, ペカン, 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	こんにやく, 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, かんしょでんぷん, くずでんぷん, ばれいしよでんぷん
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, おどう糖・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, おどうジャムびん詰, 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, 八ツ橋
	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, どら焼き, 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	
油	バター	バター	
	マーガリン	マーガリン, ショートニング	
脂	植物油	植物油	
	動物性油脂	牛脂, ラード	
類	マヨネーズ類	マヨネーズ, スプレッド, ドレッシング	
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, その他大豆製品	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, りよくとう, 小倉あん	
果	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), トマトピューレ, 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, いら, 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, たんぽぽ, 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, キンツァイ, じゅうろくささげ, チンゲンツァイ, 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, あおりのり, 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, こぶまき, 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、かつおフレーク味付かん詰、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、こぼまきかまぼこ、すまきかまぼこ、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、アイスクリーム（高脂）、アイスクリーム（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3

職業分類表

職業等の分類	基 準	仕事の種類の内容例示
1 常用労務者	<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務者。</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、JT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・客の接待、給仕、慰安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、木箱製造工、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>運搬夫、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 日雇労務者	<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>日雇労務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・漁業にあっては日々雇入れられているものをいう。</p> <p>農林・漁業にあっては、1カ月未満の契約によって雇入れられている者であって、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務者等。</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>いわゆる役人といわれるものがこれに入る。</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>

平成7年健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）

栄養摂取状況調査票

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

保健所名

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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>

			Ⅱ 食 事 状 況								
7. 日 常 生 活 活 動 強 度			第 1 日			第 2 日			第 3 日		
時 間	※ 判 定		朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											
歩く時間	<input type="text"/>										
立っている時間											

注) ※ この欄には記入しないで下さい (記入は調査員が行います)。

〈記入例〉

月 日 【昼食】

食物摂取状況調査

②

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	残食分 残
				太郎 1	泰子 2	二郎 3	紋香 4	三郎 5	英三郎 6	7	
1	ごはん	ごはん(中)	3杯 (495g)	2	0	0	0	0	1		
2	ごはん	ごはん(小)	2杯 (220g)	0	1.5	0	0.5	0	0		
3	食パン	食パン(6枚切)	3枚	0	0	2	0	1	0		
4	そばの塩焼	そば(塩平)	450g	1/5	1/5	1/5	0	0	1/5		
		大根	100g								
		しょうゆ	小スプ2杯	1	0	0	0	0	0		
5	リンゴ	リンゴ(皮付)	300g	0	3/4	1/4	0	1/4	0		
6	カニコロッケ	① カニコロッケ	250g (8個)	4	0	2	1	0	1		
		植物油		0	1	0	1	0	1		
		ソース	小スプ3杯								
7	わかめの味噌汁		朝の残り)	1	0	1	0	0	1		
8	味噌ラーメン	① 味噌ラーメン	2袋								
		② カルピス モヤシ	100g お椀1杯		20%	10%	10%	20%	0	20%	20%
9	すき焼き	牛肉(モロ)	300g								
		香葱	1束								
		ねぎ	1本								
		豆腐	1丁								
		白菜	1/4株		2/8	1/8	1/8	1/8	0	2/8	1/8
		しらたき	1袋								
		しょうゆ	カップ1杯								
		砂糖	大スプ4杯								
		酒	大スプ3杯								
		鶏卵	3個		1	1	0	0	0	1	
	うどん	1玉		1/2	0	0	0	1/2	0		
10	カルピス	カルピス(原液)	10g	1	0	0	0	0	0		
11	バタージェース	バタージェース(50%)	1本(250cc)	0	1/2	0	1/2	0	0		
12	学校給食		1人前	0	0	0	1	0	0		
13	① 親子丼		半人前	0	0	1	0	0	0		
14	② たまごめし		2人前	1	0	0	0	0	0		
15	③ 焼そば		3人前	0	0.5	0	0.5	0	0		
16	④ 焼肉定食		1人前	1/3	0	1/3	0	0	1/3		
17	⑤ ビール		3本	1	0	1	0	0	1		
18	⑥ おれん		1人前	1/3	0	1/3	0	0	1/3		
19	マーガリン	低脂肪マーガリン	大スプ1杯	0	0	1	0	1	0		
20	⑦ 化学調味料	味の素	1/2g							おれんの記×忘れ	
21	ポテトサラダ (昨日の残り)	ポテト	} 150g	1/6	2/6	0	0	2/6	1/6		
		レタス									
		マヨネーズ									
		玉ねぎ									
		わかめ(生)									

〈記入例〉

2

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 (全て重量で示す)			廃棄量			案分比率							
					概			概			1	2	3	4	5	6	7	残
	kg	g	mg	kg	g	mg	kg	g	mg									
1				5	2	0	0	0				2	0	0	0	0	1	
2				5		9	0	2				0	0	0	1	0	0	
3			1	7	1	9	5	0				0	0	2	0	1	0	
4		3	4	7	4	5	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0	1	
		7	5	9	1	0	0	0										
	1	0	0	5		1	2	0				1	0	0	0	0	0	
5		9	2	5	3	0	0	0				0	2	1	0	1	0	
6	2	0	0	9	2	5	0	0				4	0	2	1	0	1	
		2	0	0		4	2	5										
	1	0	4	2		1	5	0				0	1	0	1	0	1	
7		9	8	8		1	5	0				1	0	1	0	0	1	
		2	6	3		5	4	0										
		2	5	2		3	0	0										
8			4	2	2	0	0	0				2	1	1	2	0	2	2
		5	0	6	1	0	0	0										
		7	8	3		5	0	0										
9		5	3	6	3	0	0	0				2	1	1	2	0	2	2
		6	9	9	2	5	0	0										
		7	7	1	1	0	0	0										
		2	5	7	3	0	0	0										
		7	7	2	2	5	0	0										
		7	0		2	0	0	0										
	1	0	0	5	2	0	0	0										
		1	0	4		3	6	0										
		1	0	0	4	5	0	0										
		6	3	2	1	8	0	0				1	1	0	0	0	1	
		2	7		2	0	0	0				1	0	0	0	1	0	
10		6	4	9		1	0	0				1	0	0	0	0	0	
11		9	4	9	2	5	0	0				0	1	0	1	0	0	
12	3	6	0	0			1	0				0	0	0	1	0	0	
13	2	5	3	0			0	5				0	0	1	0	0	0	
14	2	5	0	8			2	0				1	0	0	0	0	0	
15	2	5	2	0			3	0				0	1	0	1	0	0	
16	2	5	2	4			1	0				1	0	1	0	0	1	
17	1	0	0	7	1	8	9	0	0			1	0	1	0	0	1	
18		8	3	5		2	0	0				1	0	1	0	0	1	
19		2	0	4			6	5				0	0	1	0	1	0	
20	1	0	4	8			0	1				1	0	1	0	0	1	
21			7	4	1	1	5	0				1	2	0	0	2	1	
		7	2	1		1	2	0										
	1	0	5	0		1	1	5										
		7	4	7			6	5										
		9	8	8			5	0										

1日の運動量（歩行数）

世帯員番号	氏名	歩 行 数			
		1日目	2日目	3日目	*平均

注) *この欄には記入しないでください（記入は調査員が行います）。

平成7年健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）

食生活状況調査票 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			

保健所名

調査員氏名

群馬県

あなたの今日（栄養素摂取状況調査実施日）の食事について、お聞きします。

質問1 あなたは下の食品のとり方について、ちょうどよい量だと思いますか。それとももっと多く食べた方がよいと思いますか、もっと少なくした方がよいと思いますか。ごはん、パンなどの食品ごとに、それぞれあてはまる欄に○印をつけてください。（食べなかった場合にも、「もっと多く食べた方がよい」と思うか、あるいは「ちょうどよい」と思うか、または「わからない」のいずれかの欄に○をつけてください。）

	(1)もっと多く食べた方がよい	(2)ちょうどよい	(3)もっと少なくした方がよい	(4)わからない
1 ごはん				
2 パン・めん				
3 肉				
4 魚				
5 卵				
6 大豆・大豆製品				
7 牛乳・乳製品				
8 緑黄色野菜 (にんじん、ほうれん草など)				
9 その他の野菜 (大根、キャベツ、白菜など)				
10 果物				
11 菓子類				
12 清涼飲料水				
13 酒類				
14 油脂類				
15 インスタント食品・加工食品				

質問2 今日1日の食事内容で、エネルギー、脂肪の摂取量は、あなたに見合った量だと思いますか。次の中から1つ選んでその番号に○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

質問3 今日1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。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1) 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
 2) 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

質問4 今日1日の食事内容で、塩分は、あなたに見合った量だと思いますか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 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

質問5 今日1日食べた食事（間食等を含む）の量はどうでしたか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 多すぎた
- 2 やや多かった
- 3 ちょうどよかった
- 4 やや少なかった
- 5 少なすぎた

質問6 今日は、次のことに気をつけた1日でしたか。いずれかの番号に○印をつけてください。

- | | | |
|------------------|------|-------|
| 1) 栄養のバランス | 1 はい | 2 いいえ |
| 2) いろいろな食品をとる | 1 はい | 2 いいえ |
| 3) よくからだを動かす | 1 はい | 2 いいえ |
| 4) 栄養、運動、休養のバランス | 1 はい | 2 いいえ |

質問7 あなたは、現在の自分の体型をどう思いますか。

- 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

平成7年健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）

食生活状況調査票 NO2

（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。

質問 1 あなたはふだん欠食することがありますか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日1回は欠食する。
- 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。

質問 2 あなたはふだん外食することがありますか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日2回以上外食する。
- 2 ほとんど毎日1回外食する。
- 3 週4～5回外食する。
- 4 週2～3回外食する。
- 5 ほとんど外食しない。

2-1 5以外に○印をつけた方におたずねします。あなたは外食料理の栄養成分表示を見たことがありますか。次のいずれかの番号に○印をつけてください。

- 1 ある
- 2 ない

2-2 1のあるに○印をつけた方におたずねします。あなたは外食の栄養成分表示についてどう思いましたか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 食べる料理を選択するのに参考になると思う。
- 2 関心はあるが、特に食べる料理の選択には参考にしようとは思わない。
- 3 関心はあるが、表示内容の栄養成分についてよく知らないので、参考にはならないと思う。
- 4 あまり関心がないので表示はなくてもよいと思う。

質問 3 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。次の中から1つ選んでその番号に○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。

質問 9 あなたは健康のために心がけていることがありますか。あてはまるすべての番号に○印をつけてください。

- 1 多様な食品をとるように心がけている。
- 2 栄養に気をつけている。
- 3 いわゆる健康食品と呼ばれているものをとるようにしている。
- 4 食事の場を楽しむようにしている。
- 5 栄養や食事についての知識や情報を増やすようにしている。
- 6 ビタミン剤や栄養ドリンクを飲むようにしている。
- 7 規則正しい生活をするようにしている。
- 8 睡眠・休養を十分とるようにしている。
- 9 スポーツなど適度な運動をするようにしている。
- 10 酒をつつしむようにしている。
- 11 たばこをつつしむようにしている。
- 12 その他（具体的に)
- 13 特に何も心がけていない。

質問 10 あなたの運動状況（散歩等の軽い運動も含む）はどうですか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 ほとんど毎日している。
- 2 週に3～4回程度運動している。
- 3 週に1～2回程度運動している。
- 4 ほとんど（まったく）していない。 → 質問12へ

質問 11 質問10で1～3に○印をつけた方におたずねします。あなたが実施している運動（いくつでも）の番号に○印をつけてください。

- 1 歩行・散歩 2 ジョギング・ランニング 3 自転車・サイクリング
- 4 なわとび 5 水泳 6 ジャズダンス・エアロビクスダンス
- 7 ウェイトトレーニング 8 サーキットトレーニング
- 9 テニス 10 ゲートボール
- 11 室内運動器具によるもの（ルームランナー・自転車エルゴメーター等）
- 12 ラジオ体操・ストレッチ体操
- 13 その他（)

11-1 あなたが運動を実施される主な理由は何ですか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 健康のため。
- 2 体力をつけたいから。
- 3 美容のため。
- 4 好きだから。（楽しいから）
- 5 競技能力向上のため。
- 6 その他（)

質問 1 5 あなたは文化伝承活動や自治会活動、ボランティア活動等の地域活動に参加していますか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 参加している。
- 2 今は参加していないが、ぜひ参加したい。
- 3 条件があえば参加したい。
- 4 参加したいとは思わない。—————→ 1 5 - 2 へ

1 5 - 1 1 に○印をつけた方におたずねします。あなたが活動に参加するようになった理由は何ですか。次の中からあてはまるすべての番号に○印をつけてください。

- 1 生活に充実感を持ちたい。
- 2 自分の技術経験を生かしたい。
- 3 新しい友人を得たい。
- 4 社会への見識を広めたい。
- 5 健康や体力に自信をつけたい。
- 6 地域社会に貢献したい。
- 7 その他 ()

1 5 - 2 4 に○印をつけた方におたずねします。あなたが活動に参加したいとは思わない理由は何ですか。次の中からあてはまるすべての番号に○印をつけてください。

- 1 時間がない。
- 2 関心がない。
- 3 団体の行動が嫌い。
- 4 自分に合うものがない。
- 5 どの様な活動が行われているか知らない。
- 6 経費や手間がかかりすぎる。
- 7 気軽に参加できる活動が少ない。
- 8 同行の友人や仲間がいない。
- 9 活動場所が近くにない。
- 1 0 家庭の事情 (病人・家事・仕事等)
- 1 1 健康・体力に自信がない。
- 1 2 過去に参加したが期待はずれだった。
- 1 3 その他 ()

質問 1 6 喫煙についておたずねします。次の中からあてはまる番号に○印をつけて下さい。

- 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ほとんど吸わない。
- 3 現在喫煙している。

平成7年健康増進基礎資料調査（食生活診断調査）

食生活状況調査票 NO3

（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			

保健所名

調査員氏名

群馬県

この調査票は、食事を作っている方が記入してください。

質問 1 お宅の家族構成（0歳児は除く）についておたずねします。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 単身世帯 —————→質問6へ
- 2 夫婦のみの世帯
- 3 夫婦と未婚の子供のみの世帯
- 4 片親と未婚の子のみの世帯
- 5 三世代世帯（親・子・孫等）
- 6 その他の世帯

質問 2 質問1で1以外に○印をつけた方におたずねします。あなたのお宅では、調査の3日間の朝食のうち家族（0歳児は除く）そろって食事をしたのは何回でしたか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 3回とも全員そろって食べた。
- 2 2回は全員そろって食べた。
- 3 1回は全員そろって食べた。
- 4 1回も全員そろって食べなかった。

質問 3 質問1で1以外に○印をつけた方におたずねします。あなたのお宅では、調査の3日間の夕食のうち家族（0歳児は除く）そろって食事をしたのは何回でしたか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 3回とも全員そろって食べた。
- 2 2回は全員そろって食べた。
- 3 1回は全員そろって食べた。
- 4 1回も全員そろって食べなかった。

質問 4 質問1で1以外に○印をつけた方におたずねします。ふだんあなたのお宅では、朝食は家族全員（0歳児は除く）同じようなものを食べていますか。（ここでいう主食とは、ごはん類、パン類、めん類をいう）次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 主食、副食とも同じである。
- 2 主食は同じで、副食がちがう。
- 3 副食は同じで、主食がちがう。
- 4 主食、副食ともちがう。

質問 5 質問1で1以外に○印をつけた方におたずねします。ふだんあなたのお宅では、夕食は家族全員（0歳児は除く）同じようなものを食べていますか。（ここでいう主食とはごはん類、パン類、めん類をいう）次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 主食、副食とも同じである。
- 2 主食は同じで、副食がちがう。
- 3 副食は同じで、主食がちがう。
- 4 主食、副食ともちがう。

質問 6 あなたがふだん夕食の調理に要する時間はどれくらいですか。次の中から1つ選んでその番号に○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

質問 7 下の表に例示したように最近はそのまま、あるいは簡単に手を加えるだけで食べられる各種の調理済み食品や半調理食品がたくさん出回っていますが、お宅での利用状況はいかがですか。あてはまるものを1つ選んでその該当欄に○印をつけてください。

	主食的なもの		副食的なもの	
	そのまま食べられるもの	簡単に手を加えるだけで食べられるもの	そのまま食べられるもの	簡単に手を加えるだけで食べられるもの
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カ月に1～2回使う				
5 ほとんど使わない				
例	弁当類 寿司 サンドイッチ等	インスタントラーメン 冷凍ピザ等	揚げてある ポック、フライ サラダ 煮物等	揚げる前の ポック、フライ 冷凍おかず ハンバーグ等

質問 8 質問7で1～4を選んだ方におたずねします。調理済み食品、半調理食品を使う理由はいくつあると思いますが、次の中から1つ選んでその番号に○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 自分でつくるより経済的だから。
- 3 家で作る時間的ゆとりがないから。
- 4 自分で作るよりおいしいから。
- 5 家族が好むから。
- 6 栄養的だから。
- 7 その他 ()

質問 9 質問7で5を選んだ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」のはどうしてですか。次の中から1つ選んでその番号に○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 栄養的でないから。
- 5 原材料の内容がよくわからないから。
- 6 自分で料理をつくるのが楽しいから。
- 7 その他 ()

質問10 お宅で、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。
次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 もっと利用したい。
- 2 今後も今ぐらい利用したい。
- 3 現在利用していないが、今後利用したい。
- 4 できるなら減らしたい。
- 5 できるだけ減らしたい。
- 6 今後は利用しない。
- 7 今後とも利用しない。
- 8 その他 ()

質問11 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どんなことですか。次の中から1つ選んでその番号に○印をつけてください。

- 1 原材料の内容
- 2 食品添加物の使用の有無
- 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 ()