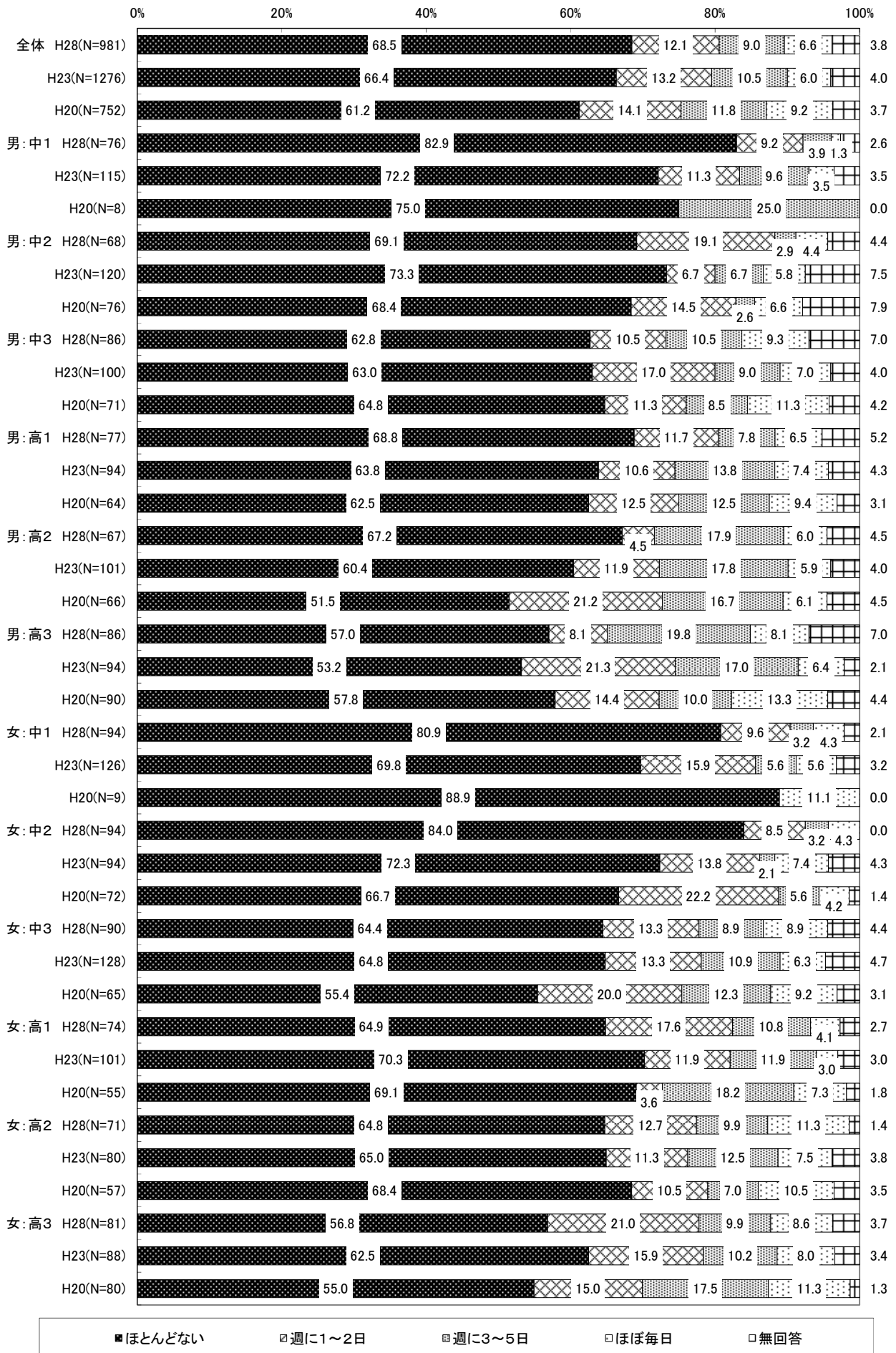


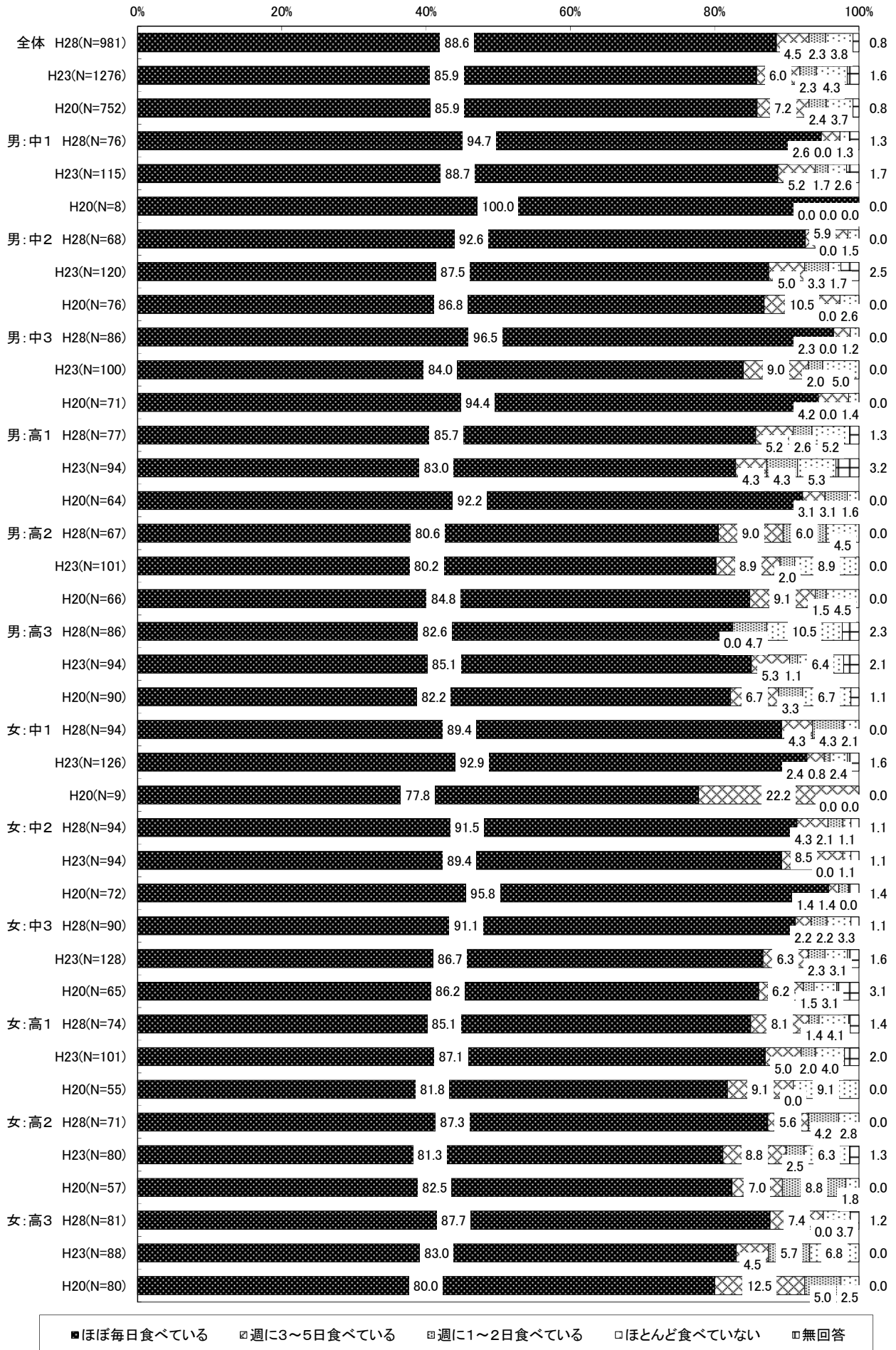
Q10S2 夕食を1人で食べる頻度

問10-2 一人で食事をとることがありますか。朝食と夕食についてお答えください。(○はそれぞれ1つ) 夕食



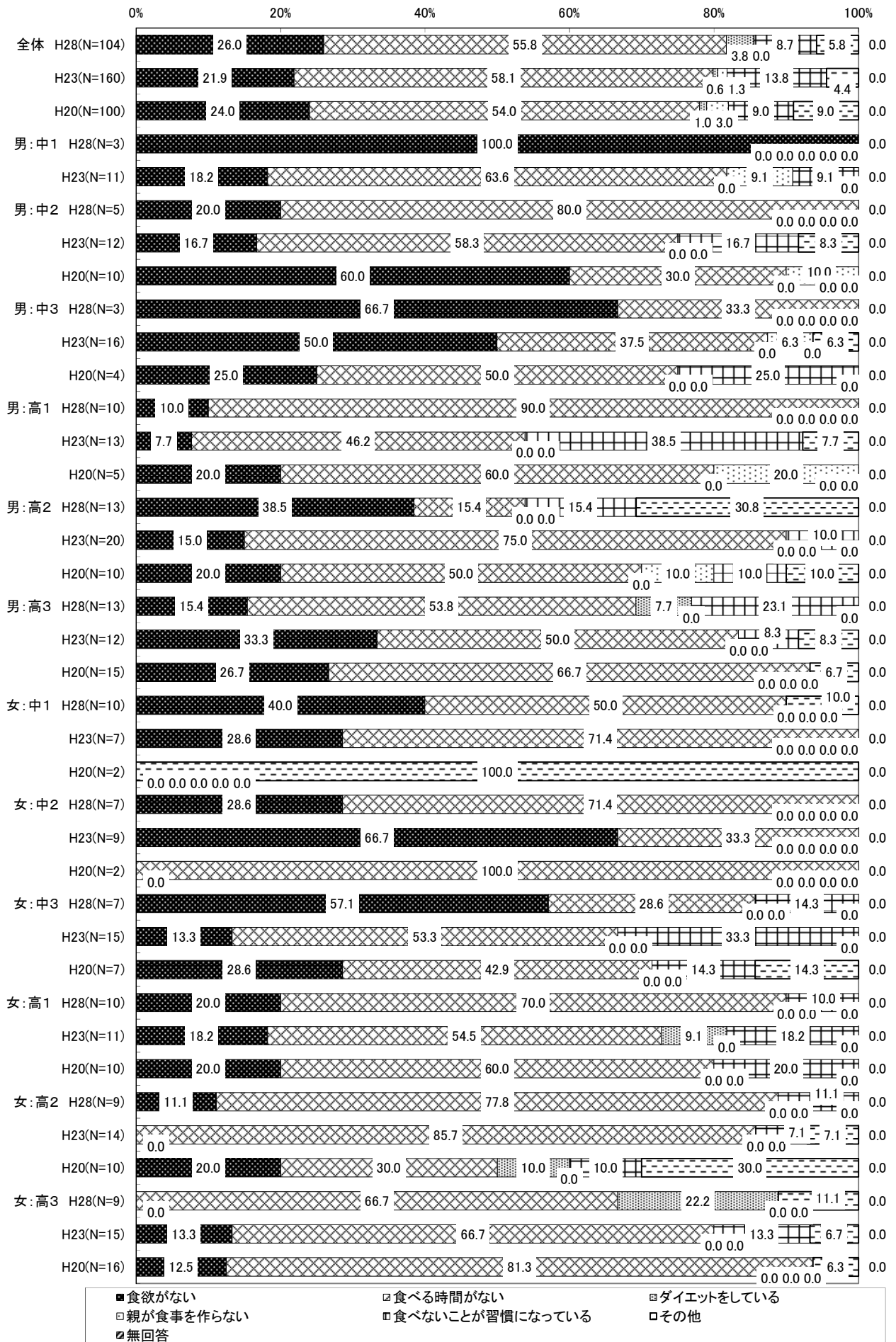
Q11 朝食を食べる頻度

問11 あなたは朝食を食べていますか。(○は1つ)



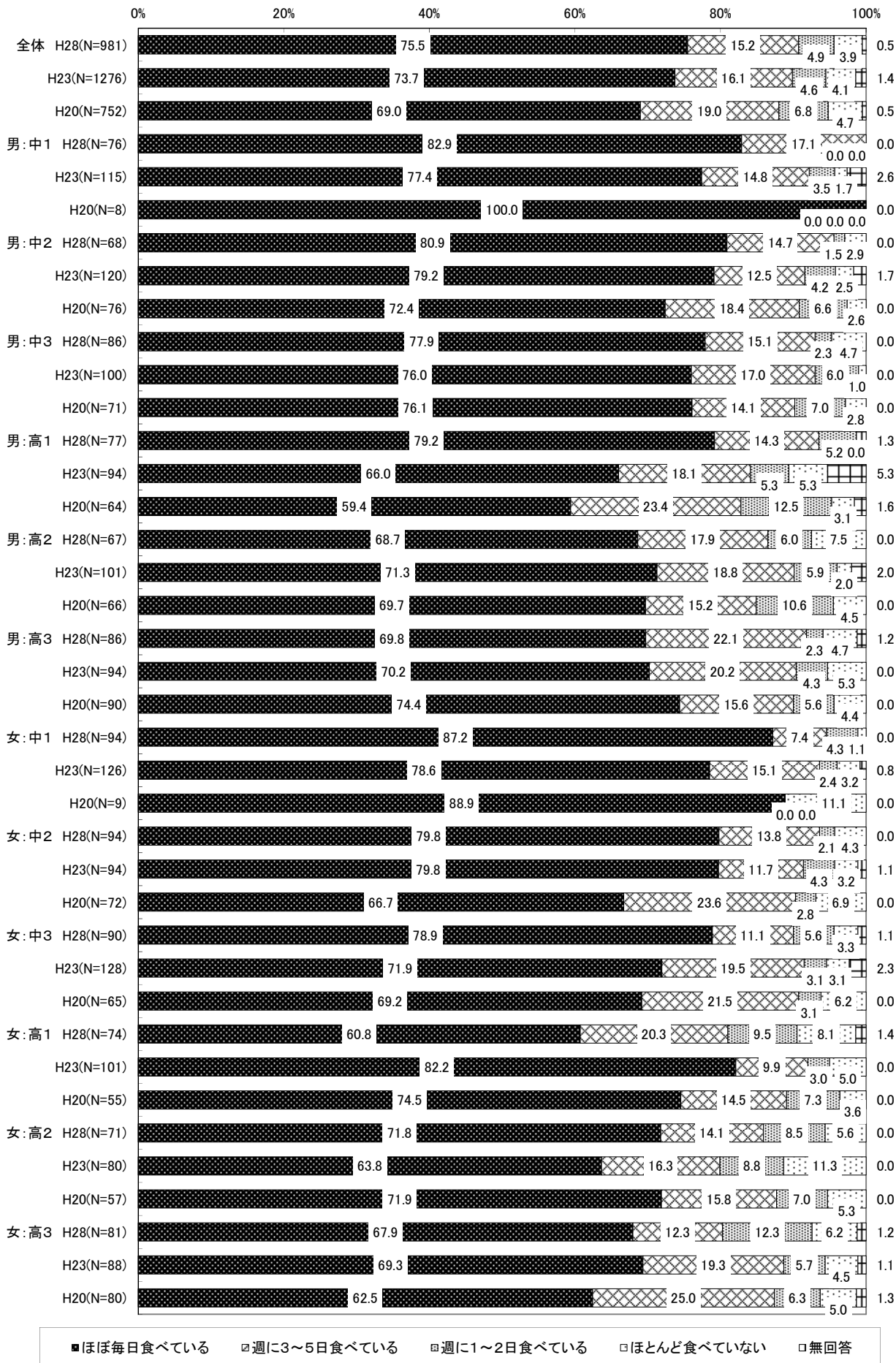
Q11S1 朝食を食べない理由

問 11-1 朝食を食べない主な理由を一つ選んでください。(○は1つ)



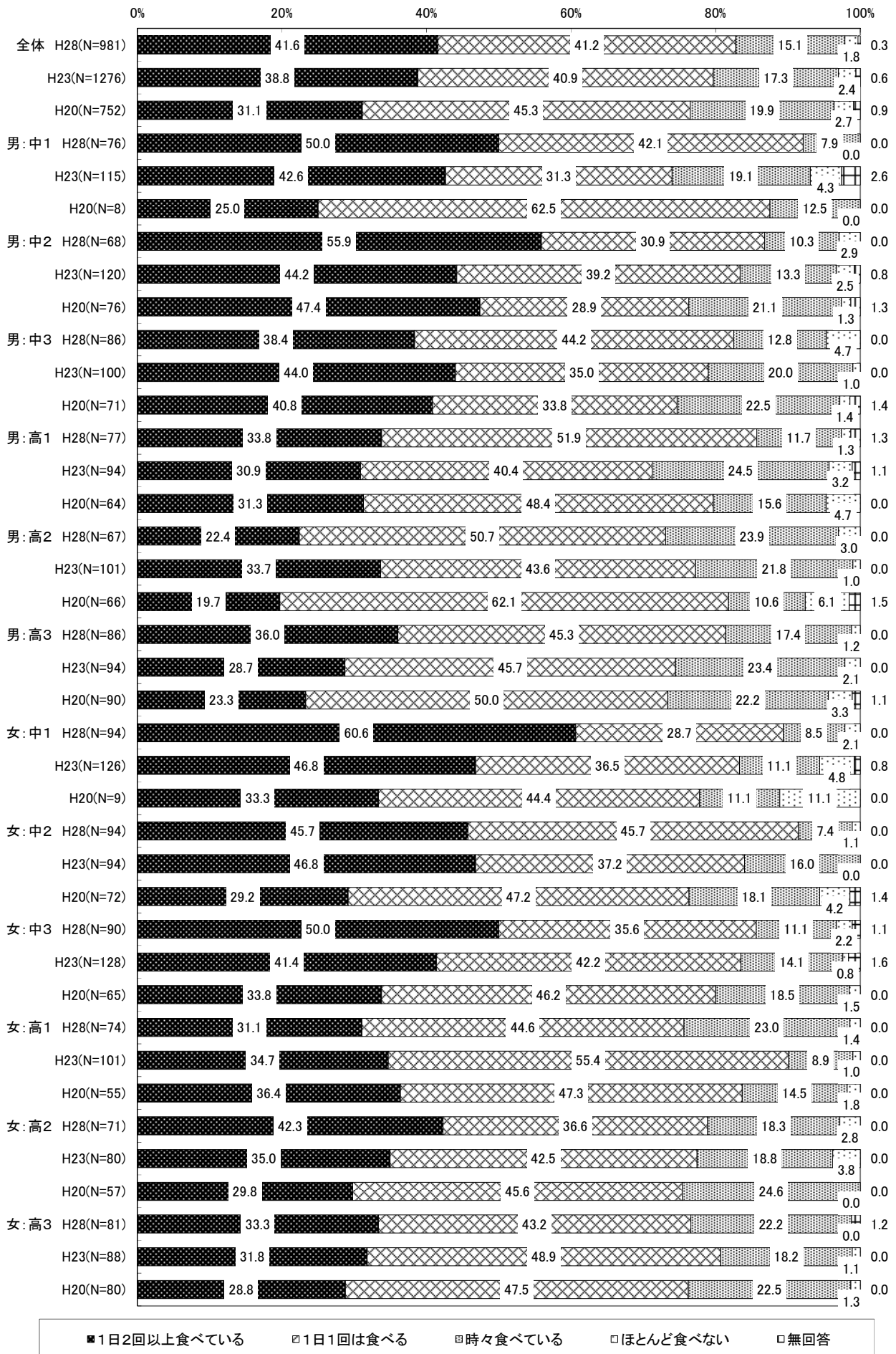
Q12 バランスのよい夕食を食べる頻度

問12 夕食では主食（ご飯、パン、めん）・主菜（肉、魚、卵、大豆製品を材料にしたおかず）・副菜（野菜を材料にしたおかず）をバランスよく食べていますか。（○は1つ）



Q13 野菜を食べる頻度

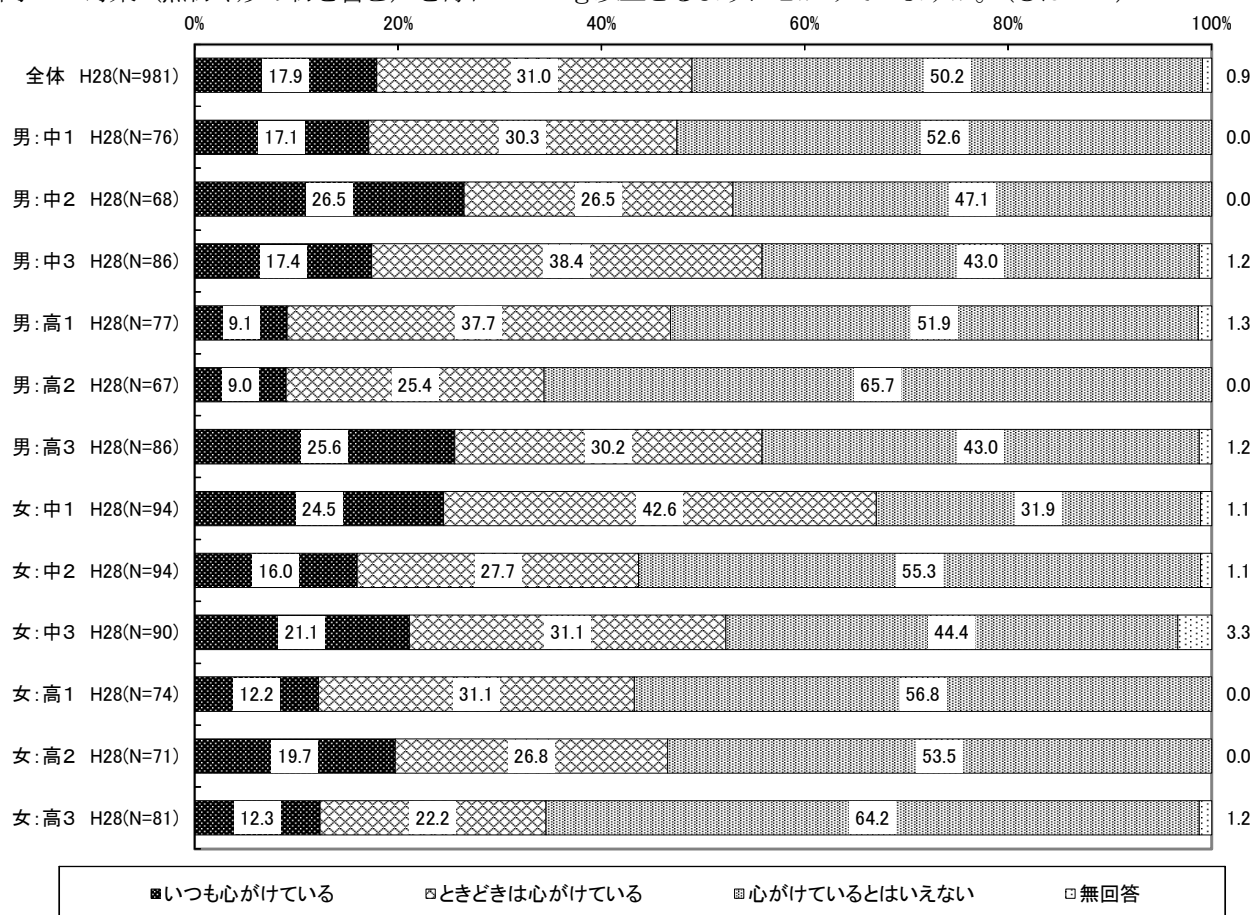
問13 野菜（煮物や炒め物を含む）を食べていますか。（○は1つ）



第4章 中高生に対する調査結果

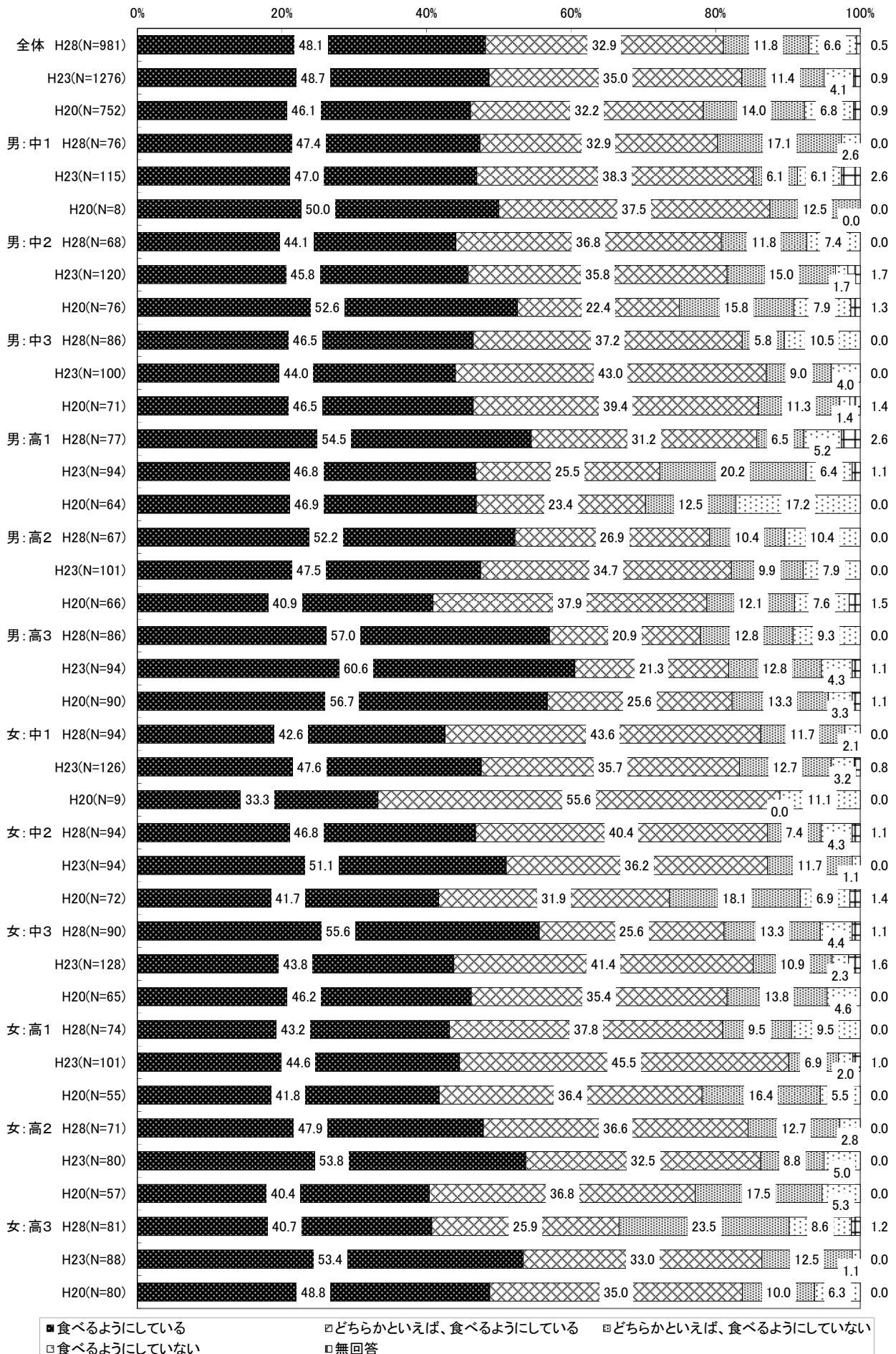
Q14 野菜を毎日350g以上とるように心がけているか

問14 野菜（煮物や炒め物を含む）を毎日350g以上とるように心がけていますか。（○は1つ）



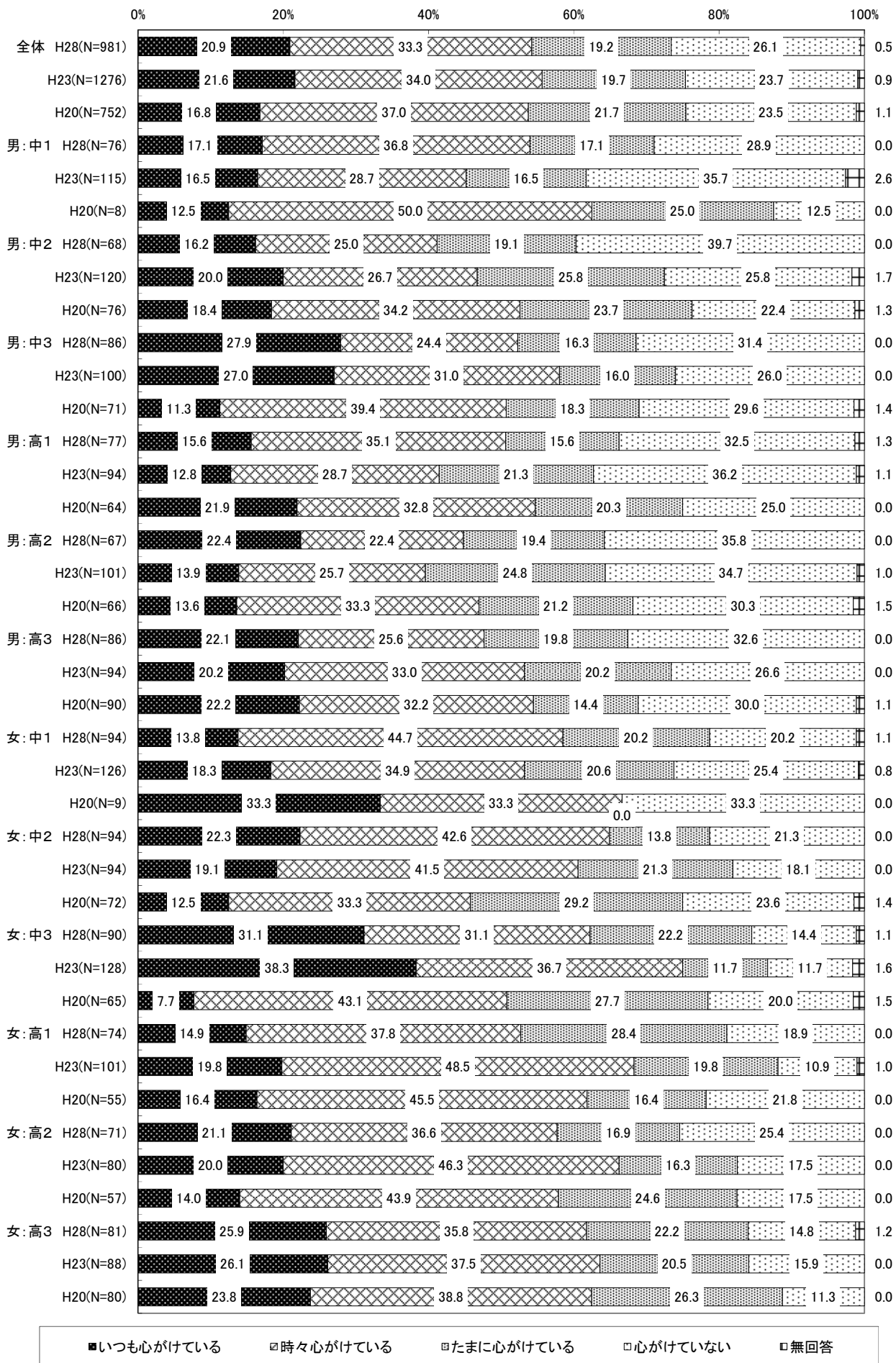
Q15 好き嫌いせずに食べる心がけ

問15 好き嫌いせずに食べるようにしていますか。(○は1つ)



Q16 食事の適量摂取の心がけ

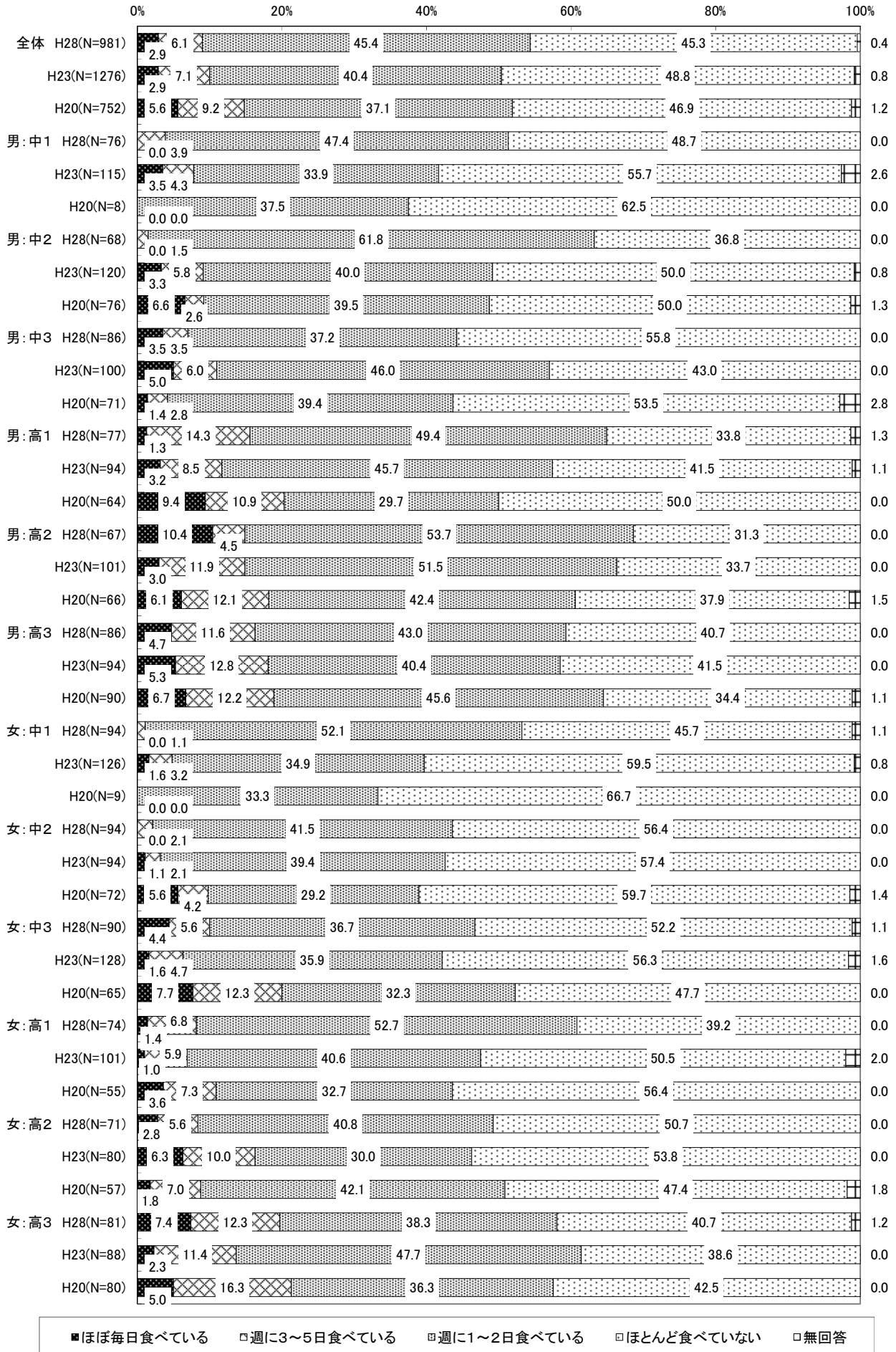
問16 食べすぎないようにしていますか（腹八分目をこころがけている）。(○は1つ)





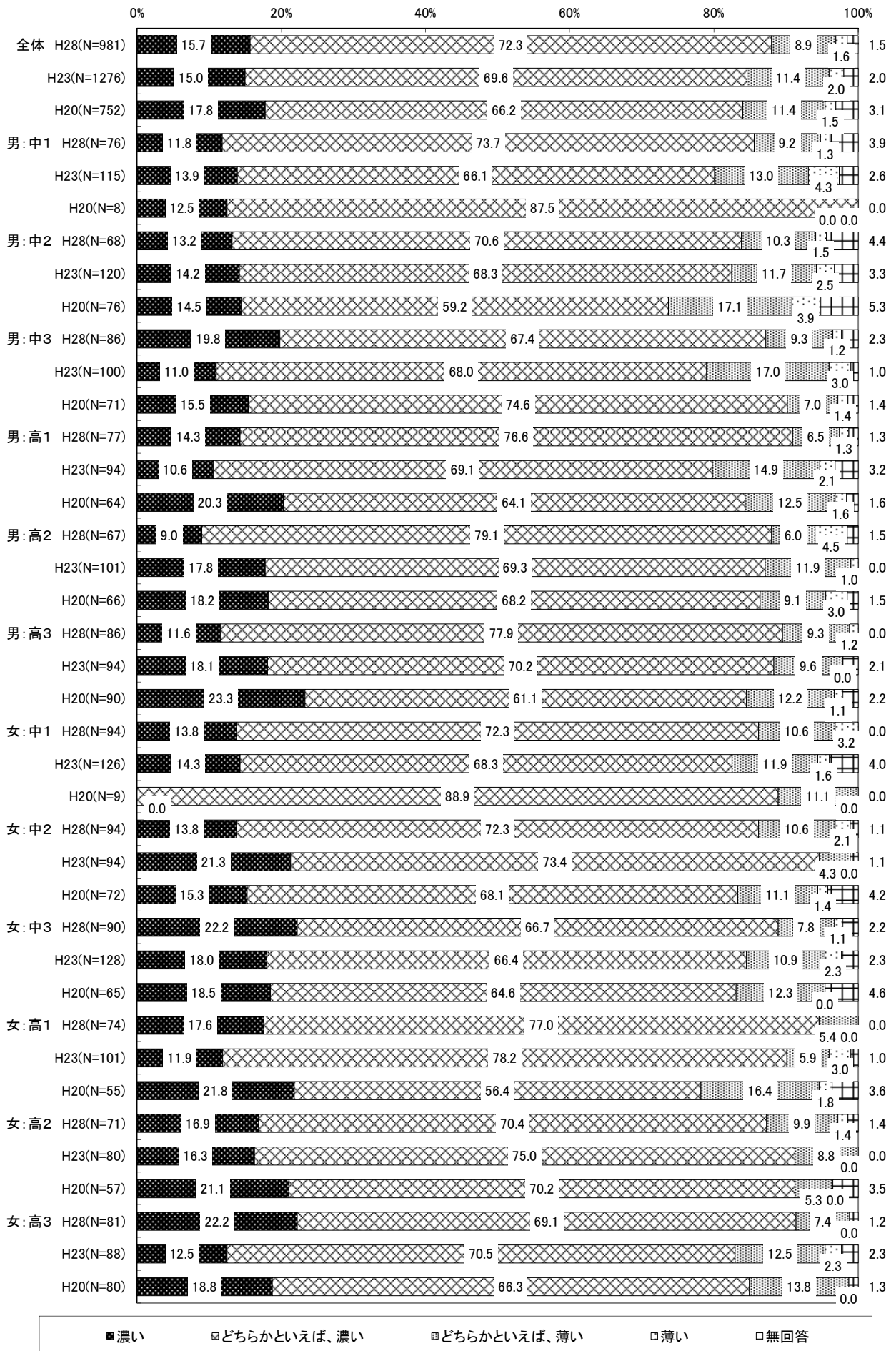
Q17 外食等の利用頻度

問17 外食や市販の弁当やおかずをどのくらい食べますか。(〇は1つ)



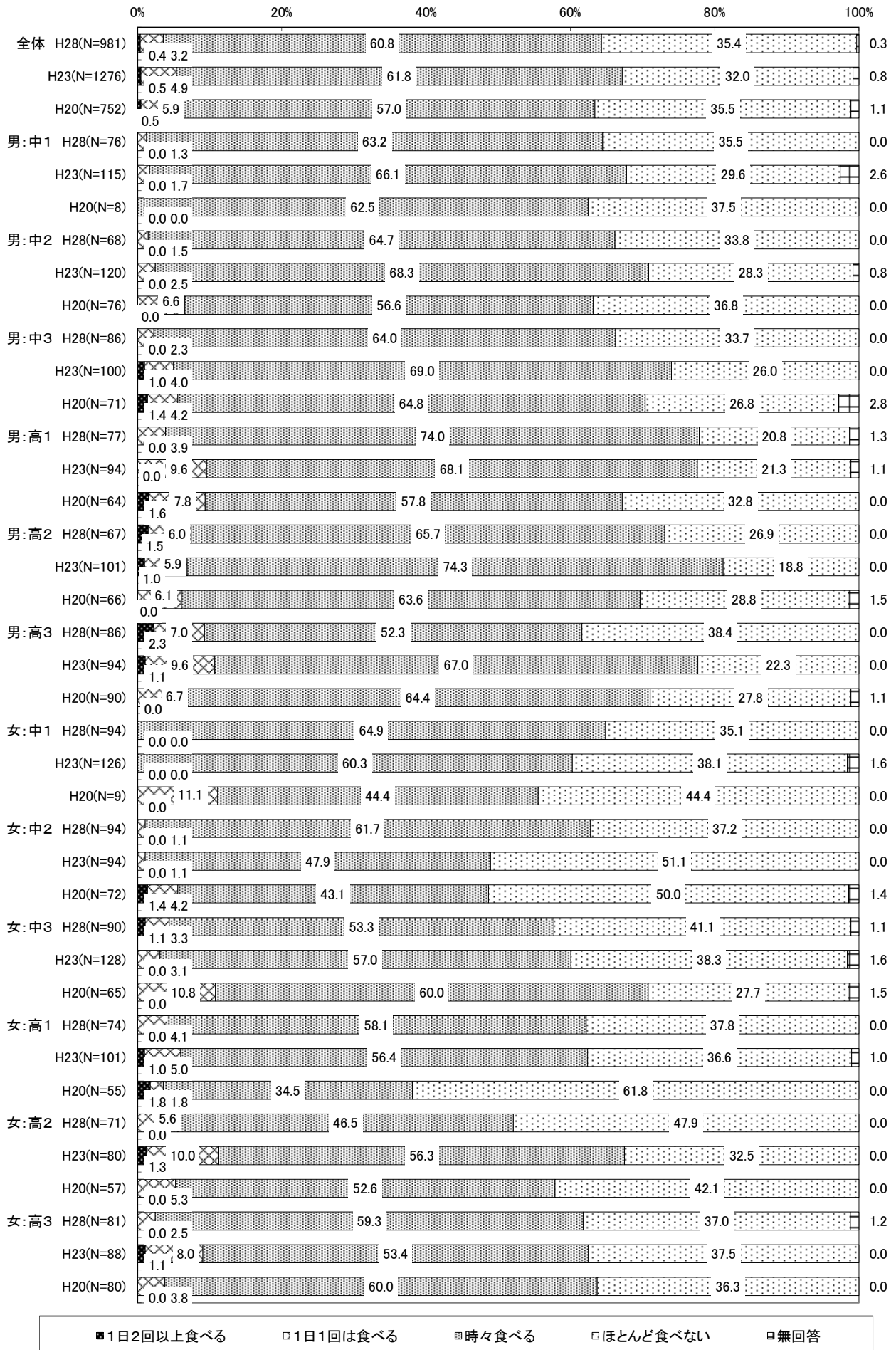
Q18 外食・弁当等の味付け

問 18 外食や市販の弁当やおかずの味つけをどのように感じますか。(○は1つ)



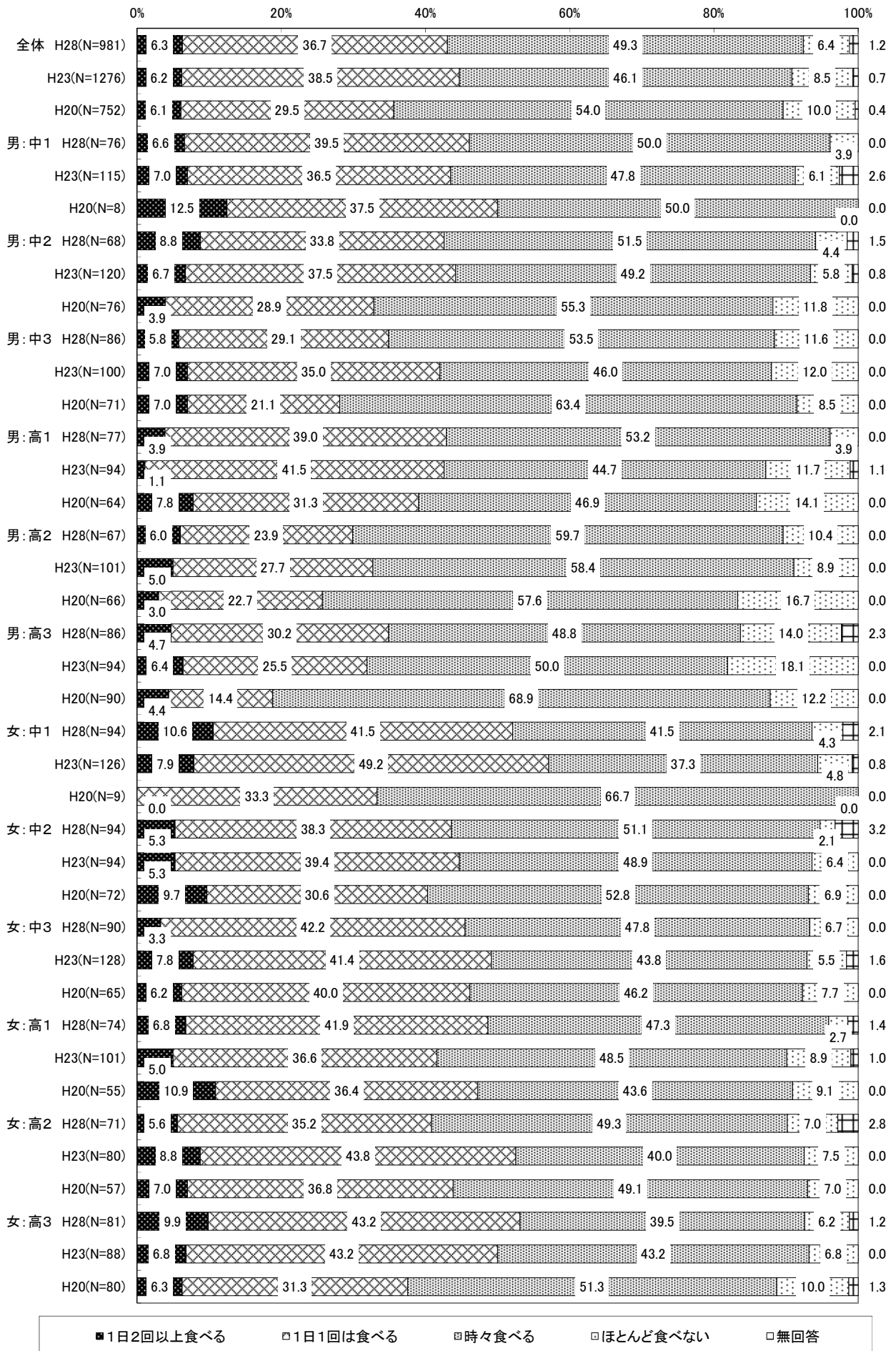
Q19 インスタント・レトルト食品を食べる頻度

問19 インスタント食品やレトルト食品を一日にどれくらい食べますか。(〇は1つ)



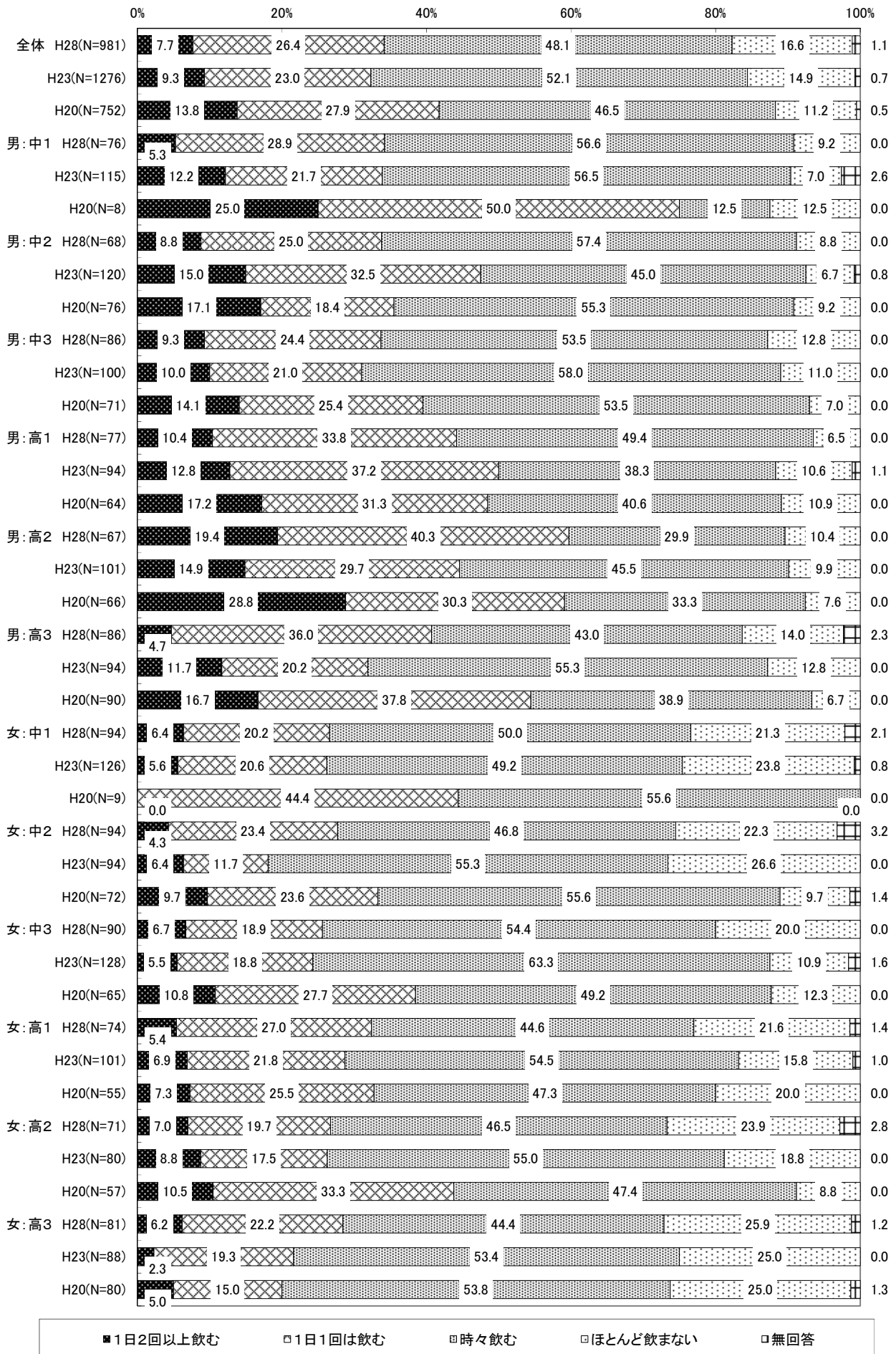
Q20 甘いお菓子やスナック菓子を食べる頻度

問20 甘いお菓子やスナック菓子をどのくらいとりますか。(〇は1つ)



Q21 甘味飲料を飲む頻度

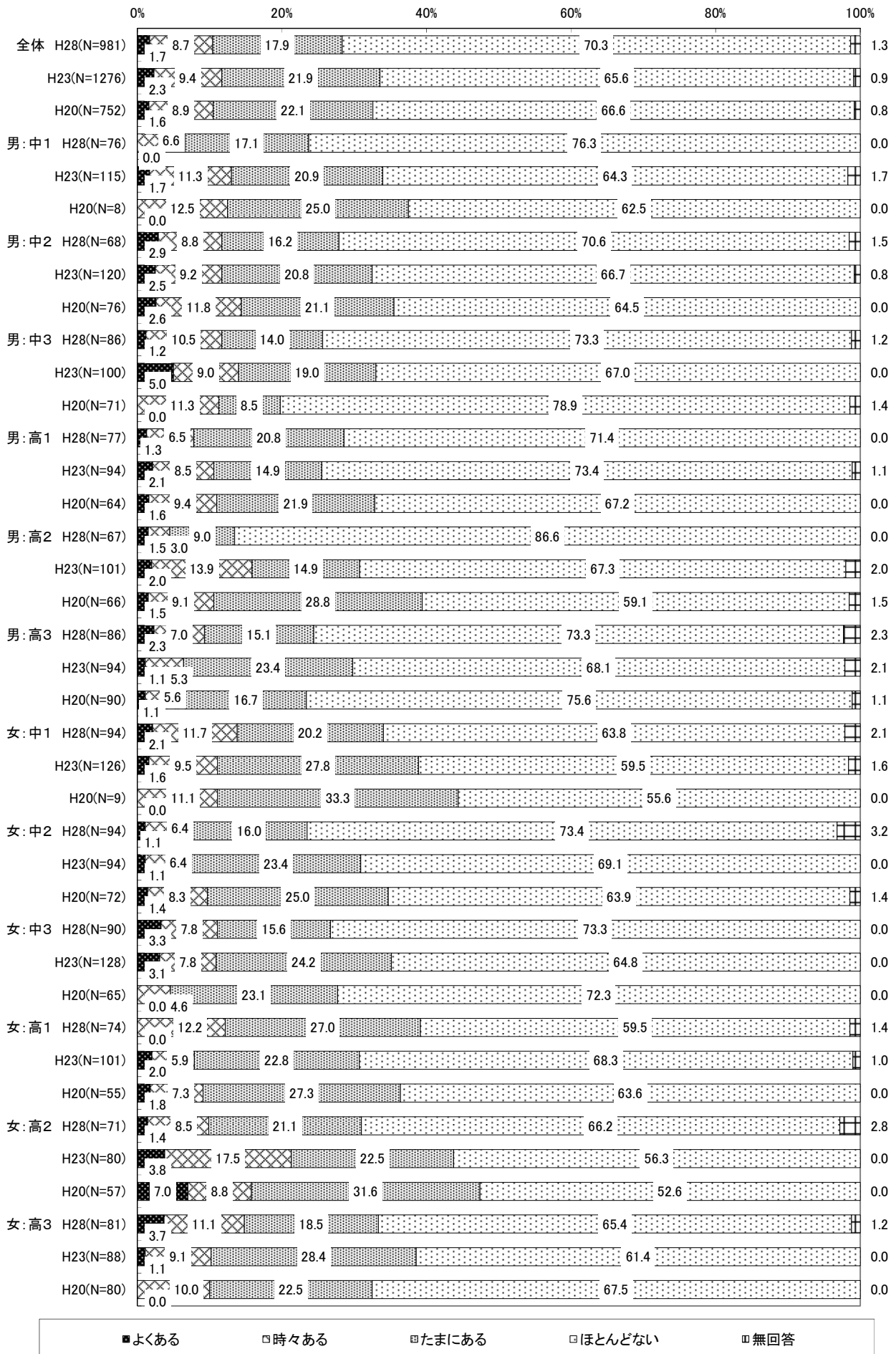
問21 ジュース（スポーツ飲料、炭酸飲料や甘い飲み物）などを飲みますか。（○は1つ）



第4章 中高生に対する調査結果

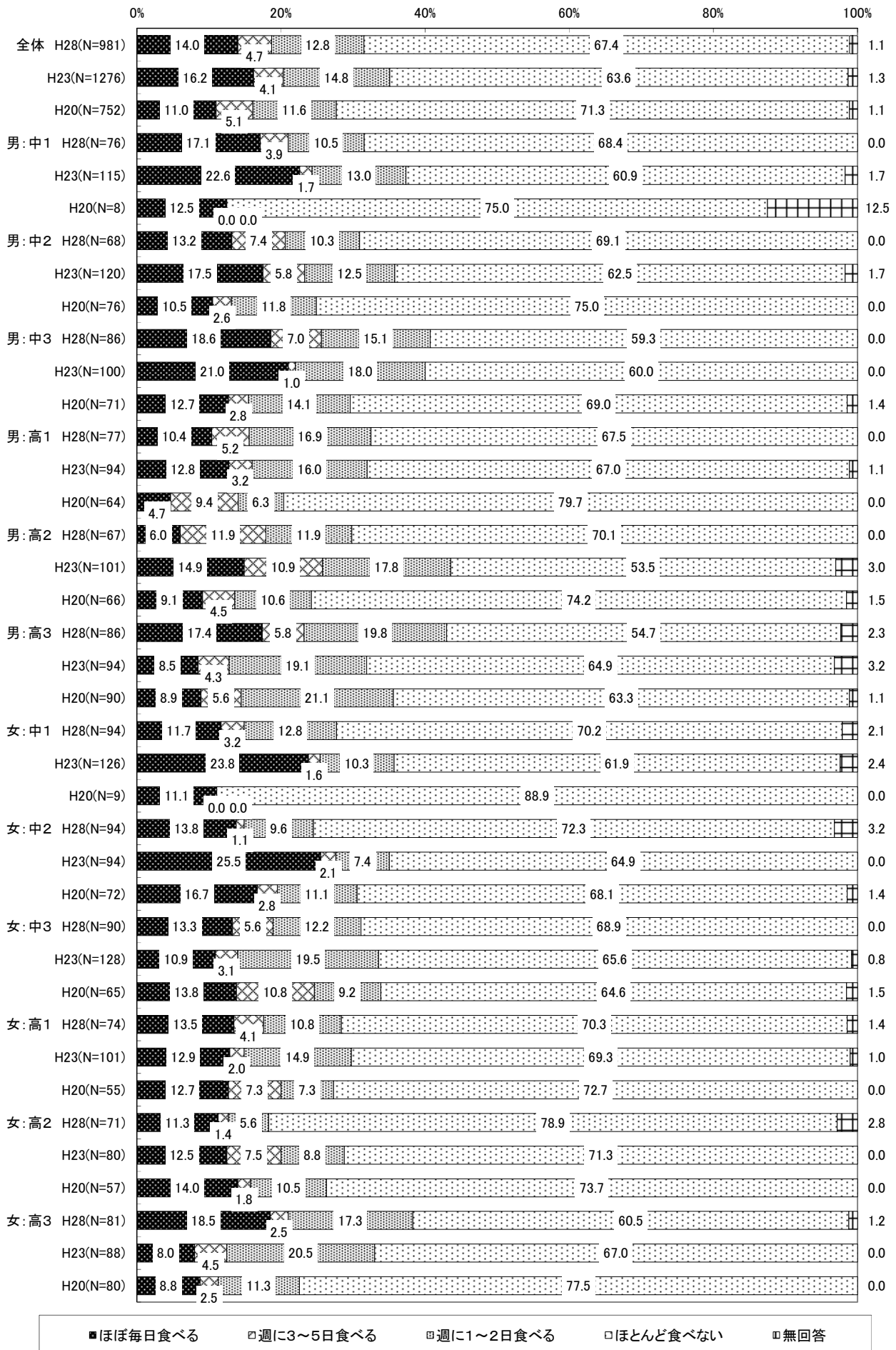
Q22 おやつを食べすぎて夕食が食べられない頻度

問22 おやつを食べ過ぎて夕食が食べられないことがありますか。(○は1つ)



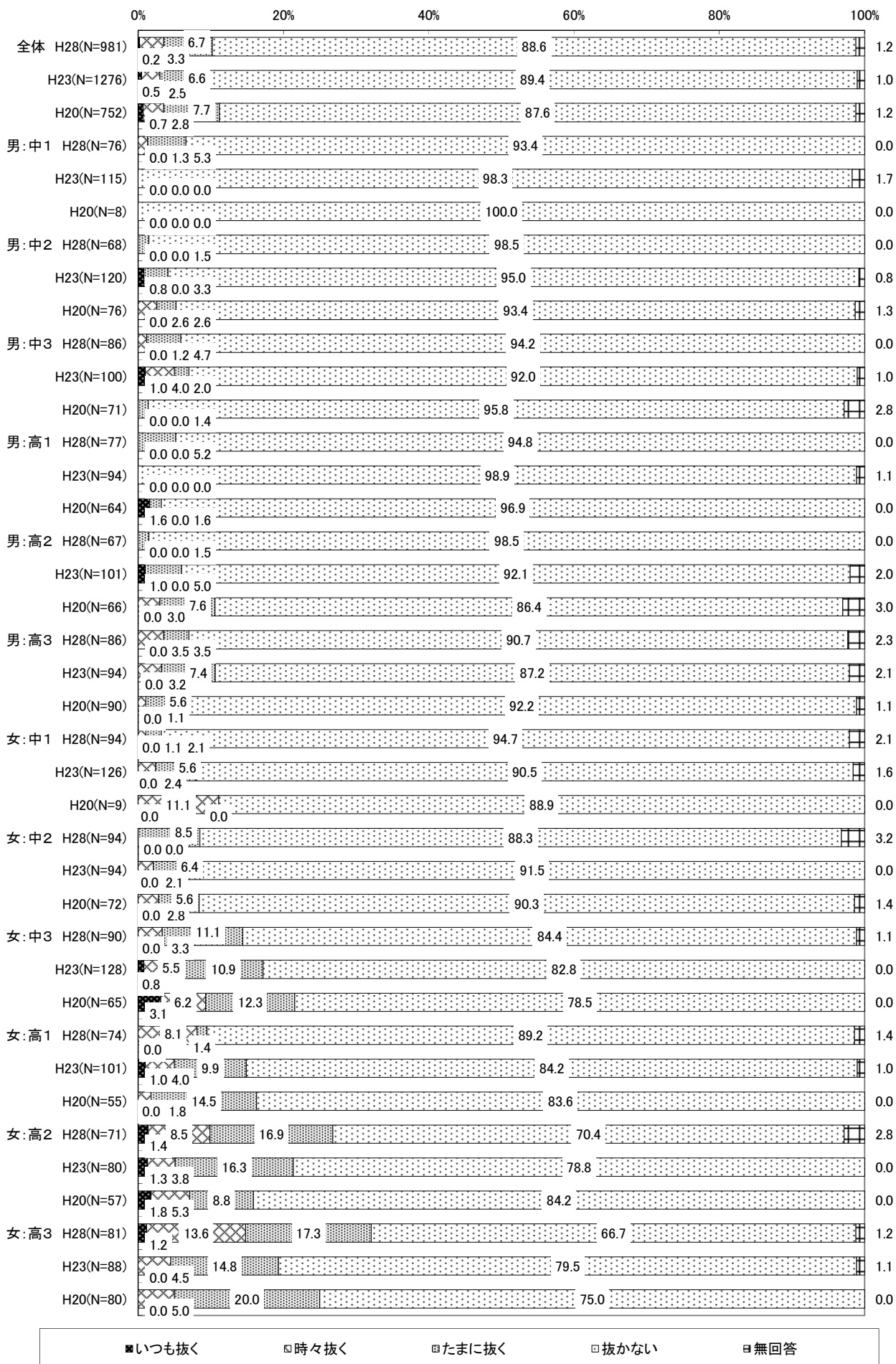
Q23 夜食を食べる頻度

問23 夜食を食べますか。(○は1つ)



Q24 ダイエットによる食事制限の頻度

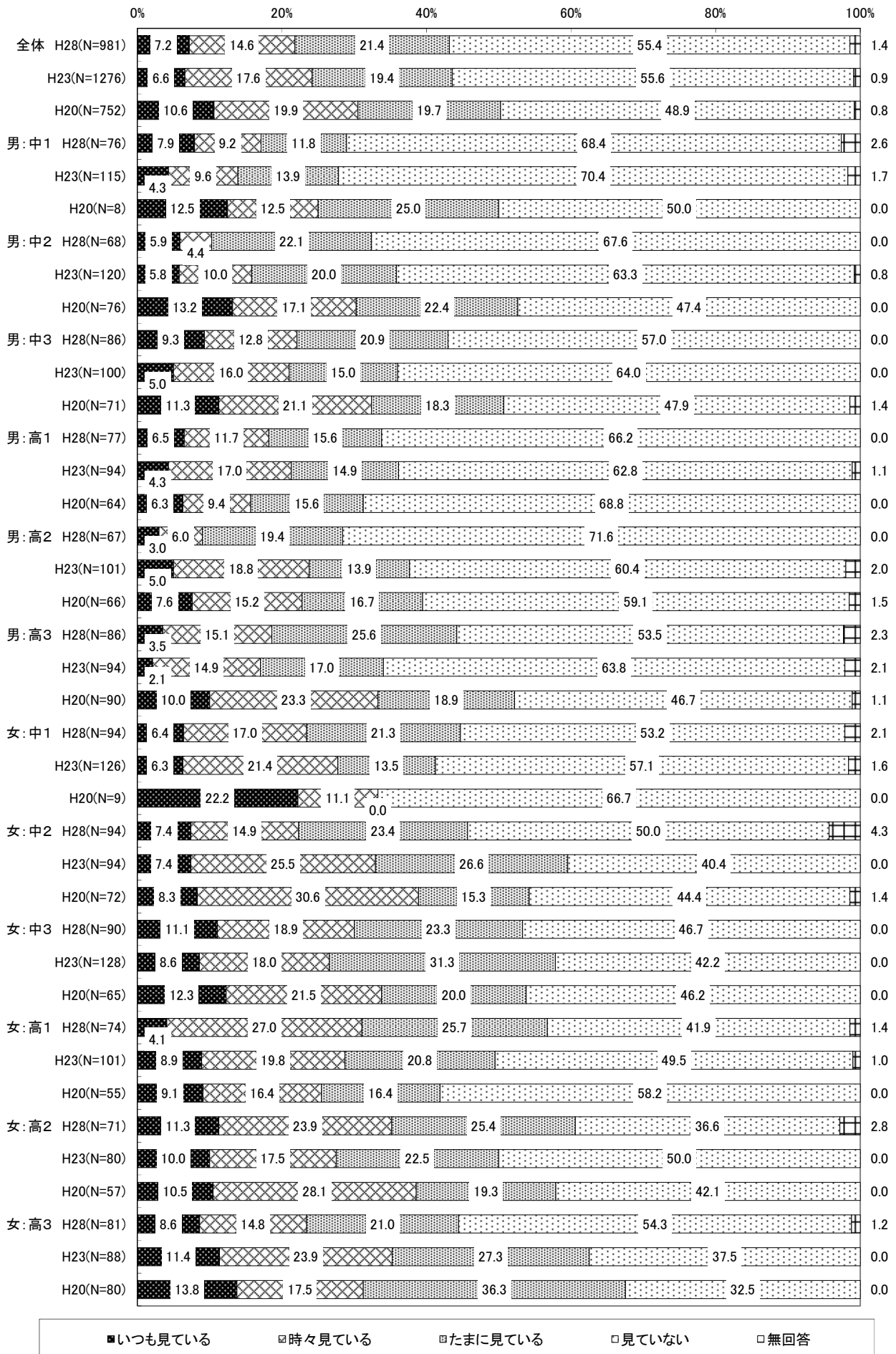
問24 ダイエットのために食事を抜く（食べない）ことがありますか。（○は1つ）





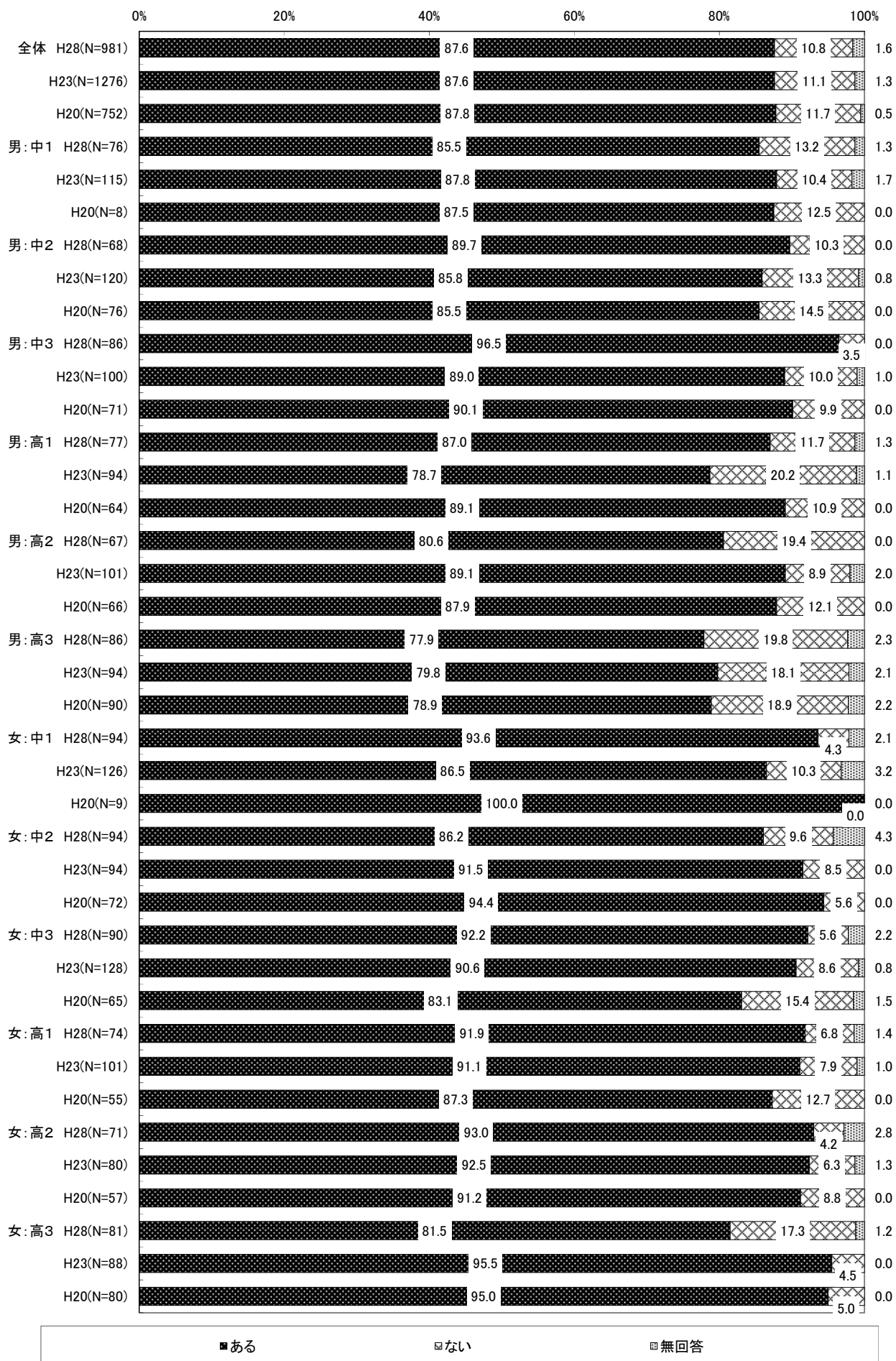
Q25 食品表示の確認頻度

問25 食品を買ったり食べたりするときに表示（原材料、栄養成分、添加物）を見ていますか。（○は1つ）



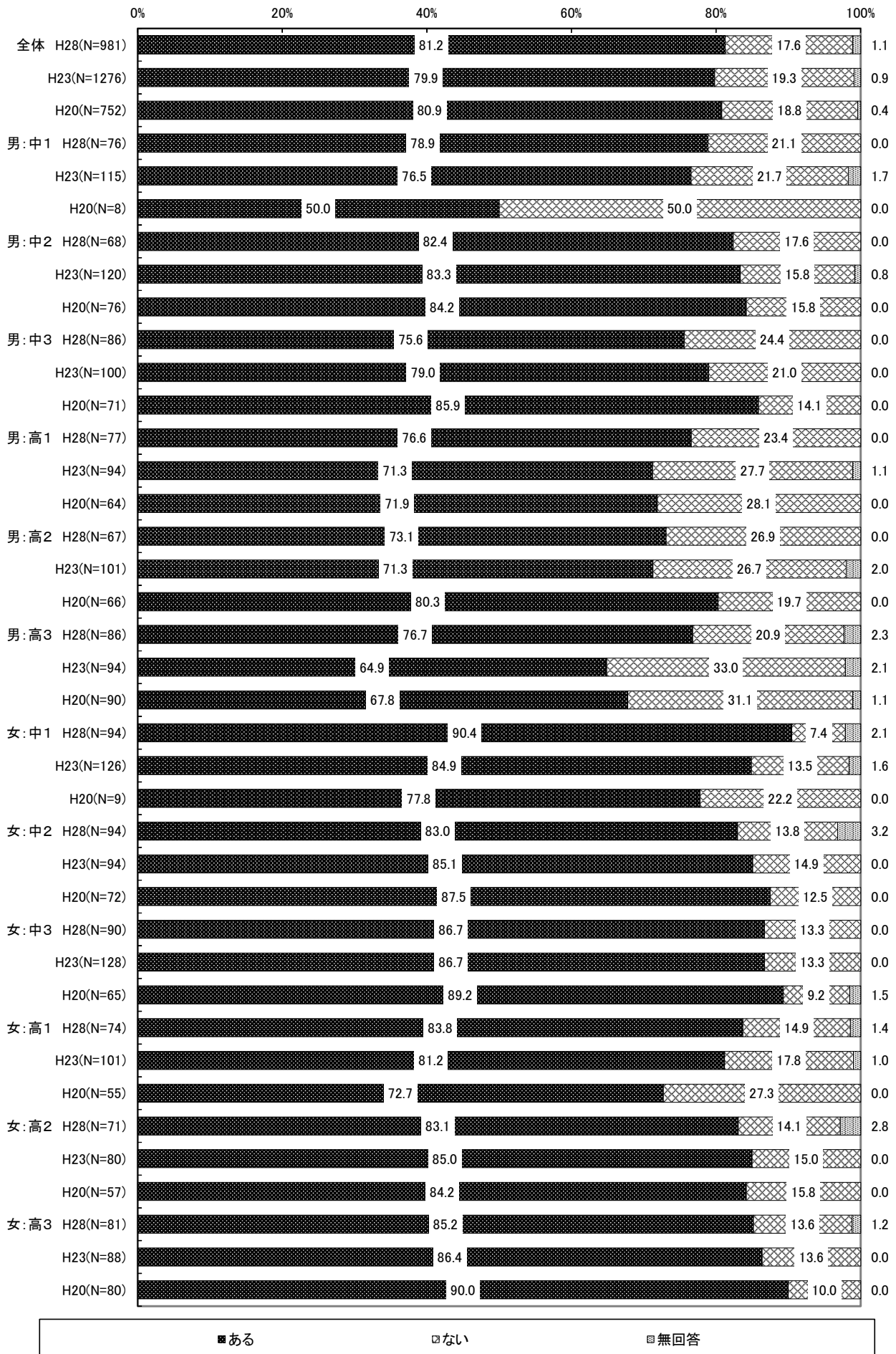
Q26 食生活等についての学習経験

問26 食生活と健康について学習したことがありますか。(○は1つ)



Q27 簡単に作れる料理の有無

問27 自分で作れる簡単な料理がありますか。(カップ麺はのぞく) (○は1つ)



Q28 食事づくり等の手伝いの頻度

問28 ふだん食事づくりや買い物の手伝いなどをしていますか。(○は1つ)

