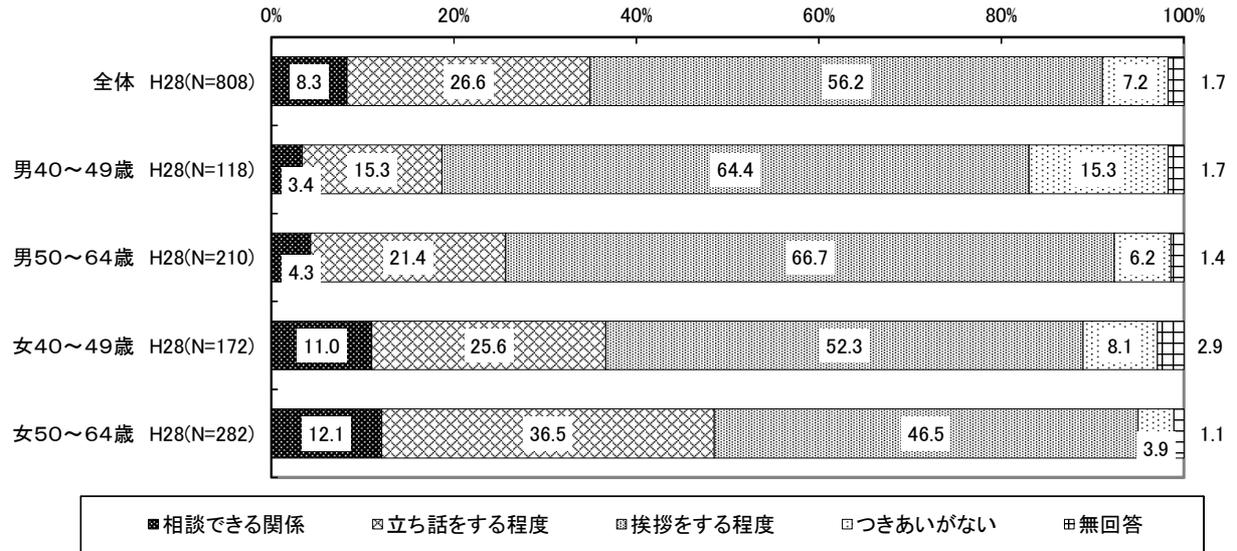


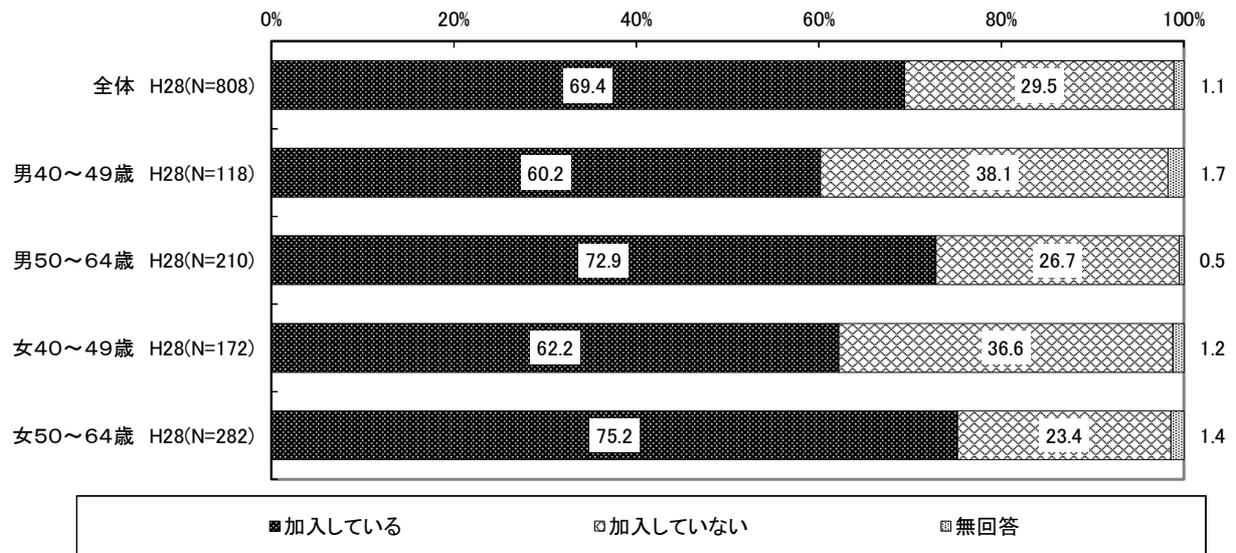
Q9 近所づきあいの状況

問9 あなたはご近所とのつきあいはどの程度ありますか。(〇は1つ)



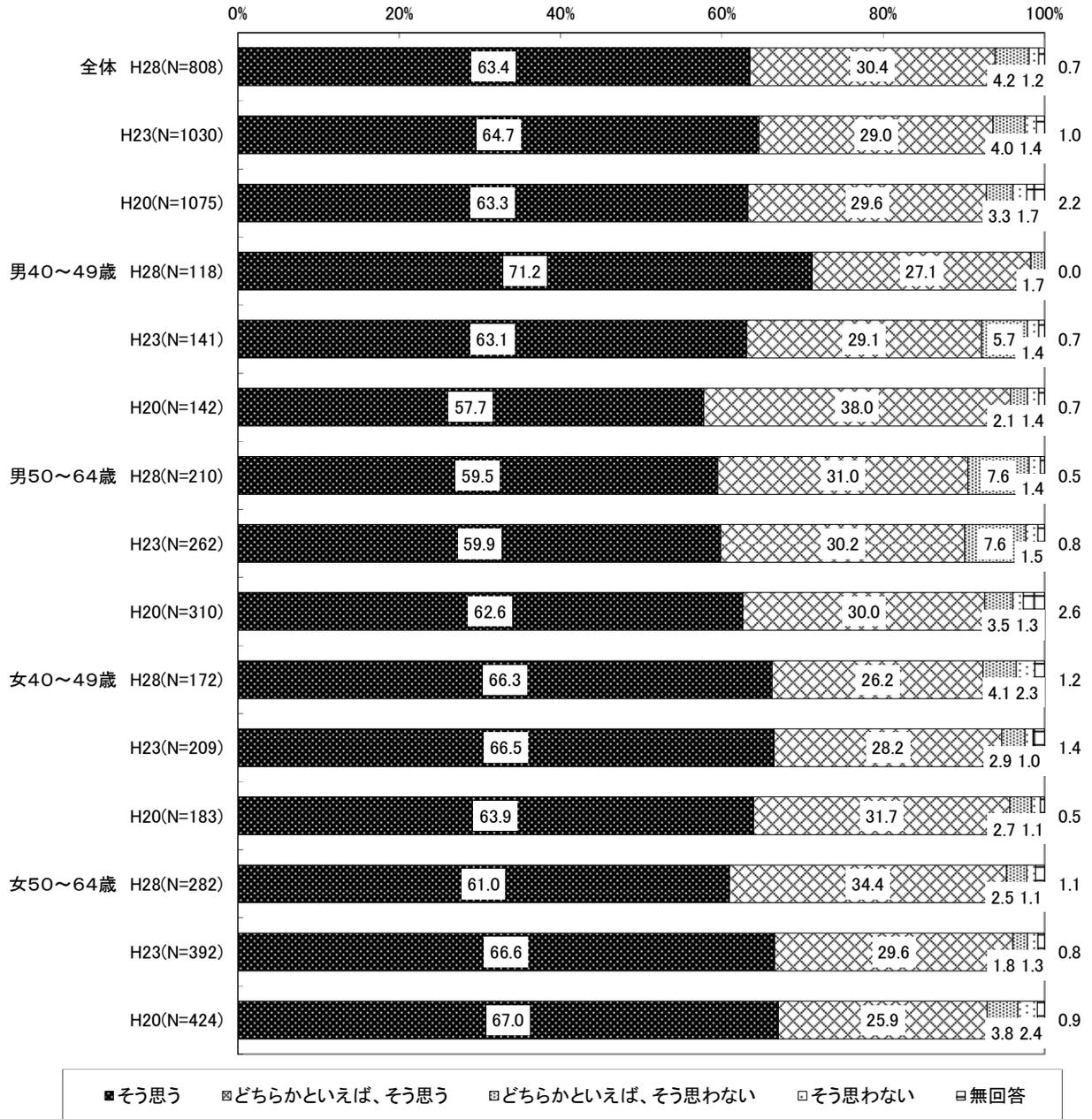
Q10 自治会の加入状況

問10 自治会（町内会）に加入していますか。（○は1つ）



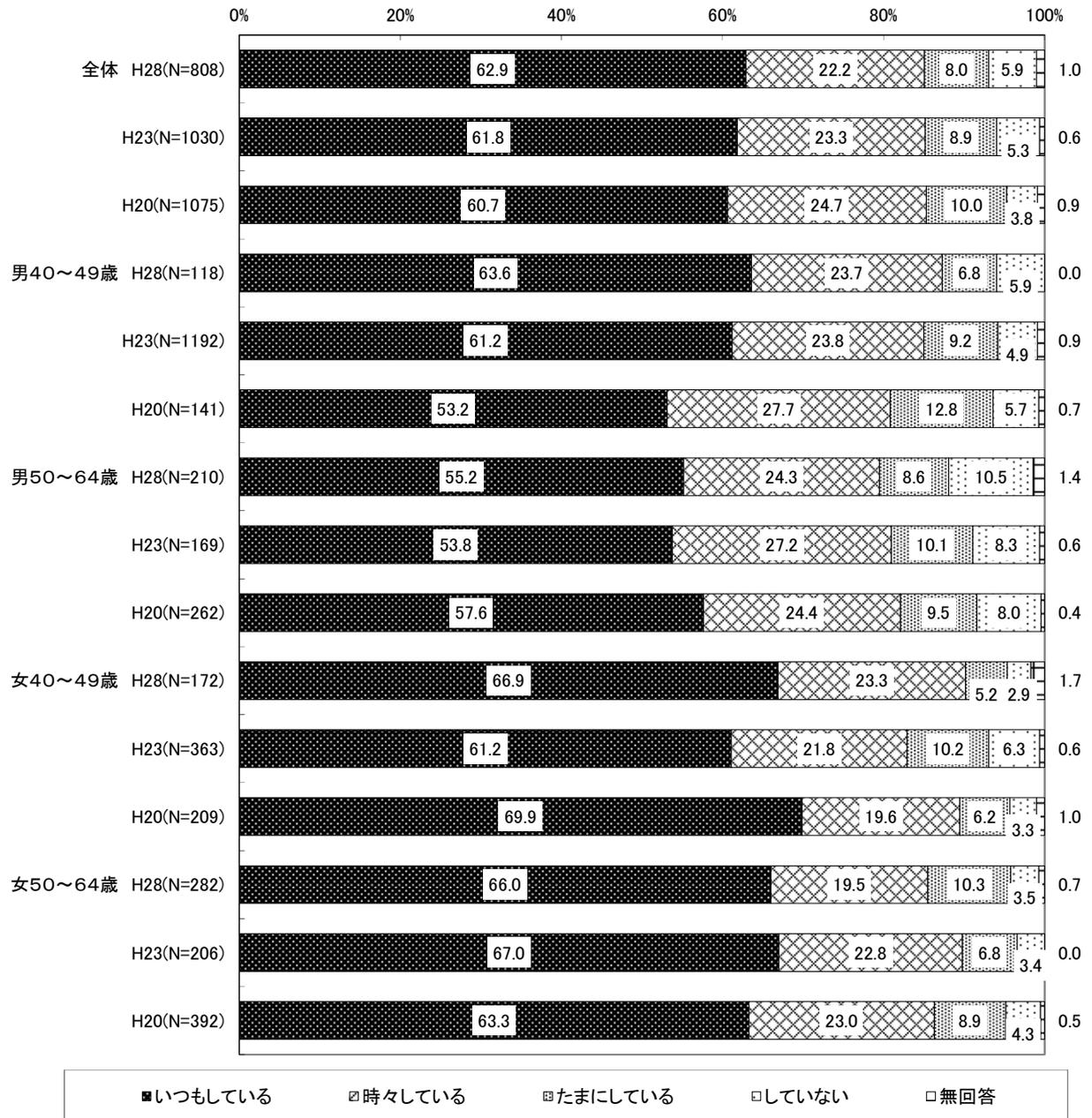
Q11 食事に対する満足度

問11 毎日の食事がおいしいと思いますか。(○は1つ)



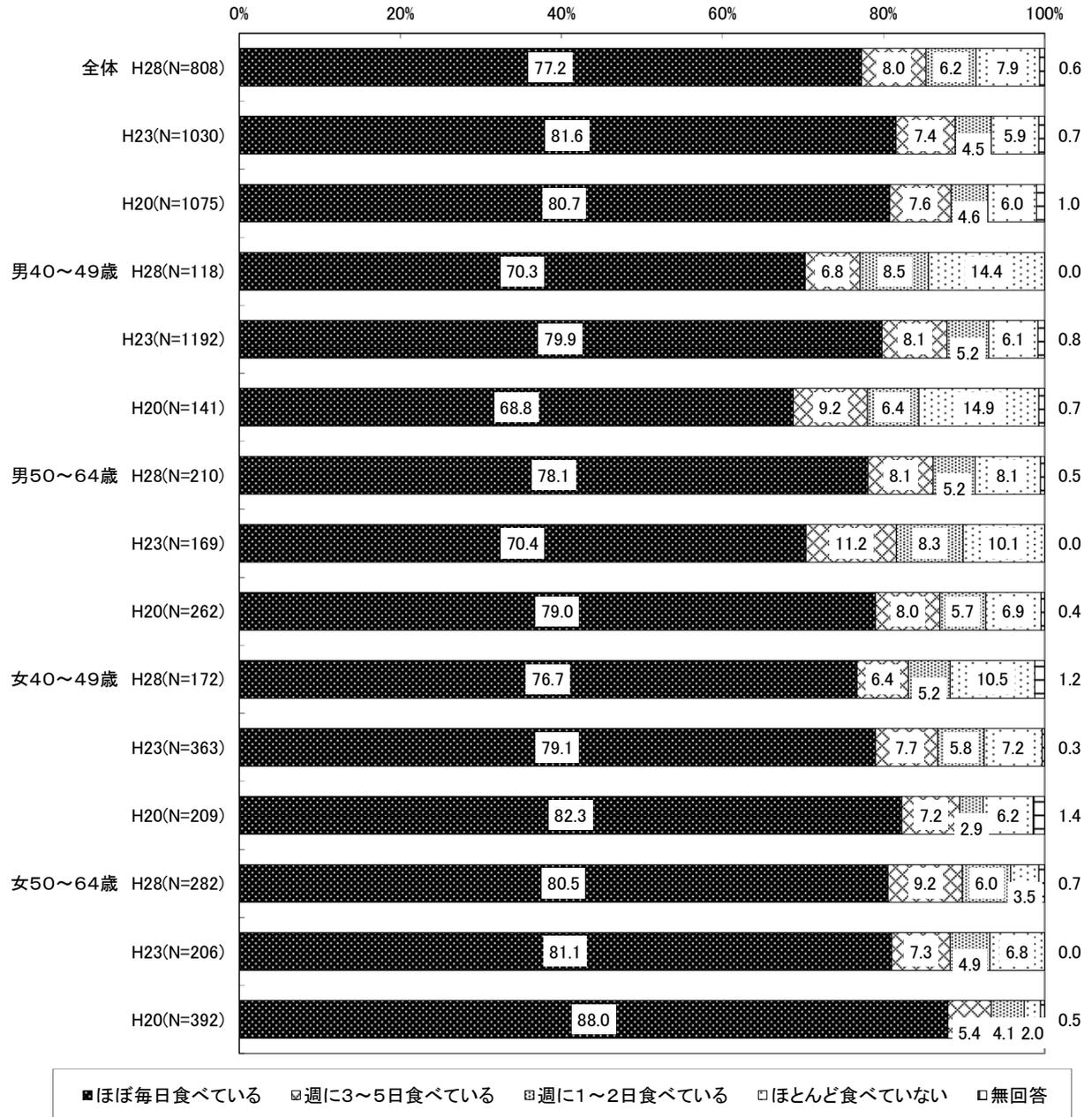
Q12 家族そろっての食事の頻度

問12 家族や仲間と楽しく食事をしていますか。(〇は1つ)



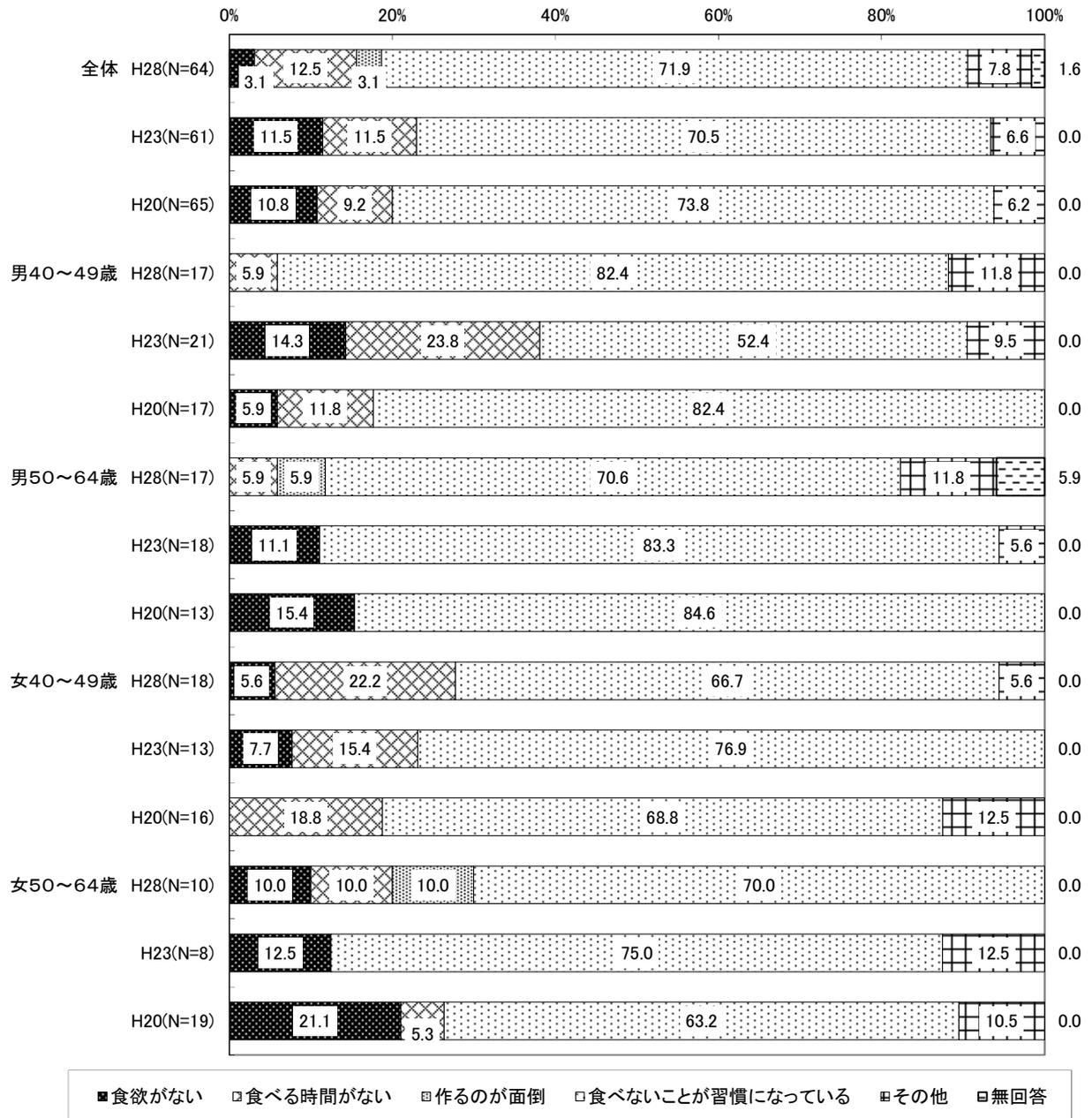
Q13 3食食べる頻度

問13 3食を食べていますか。(○は1つ)



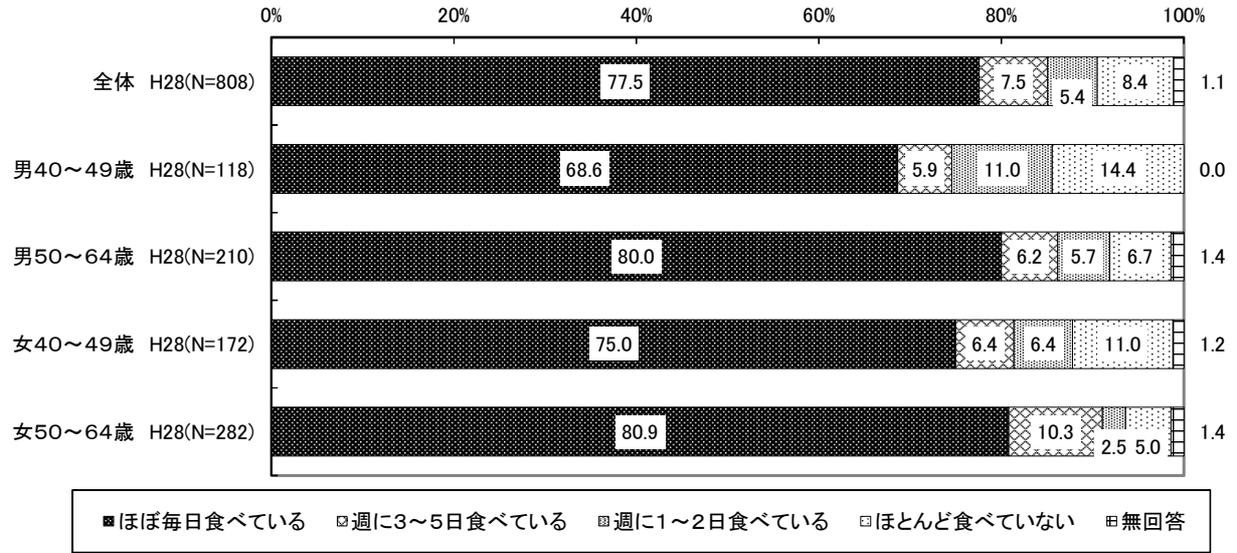
Q13S1 3 食を食べない理由

問 13-1 食べていない理由はなんですか。(〇は1つ)



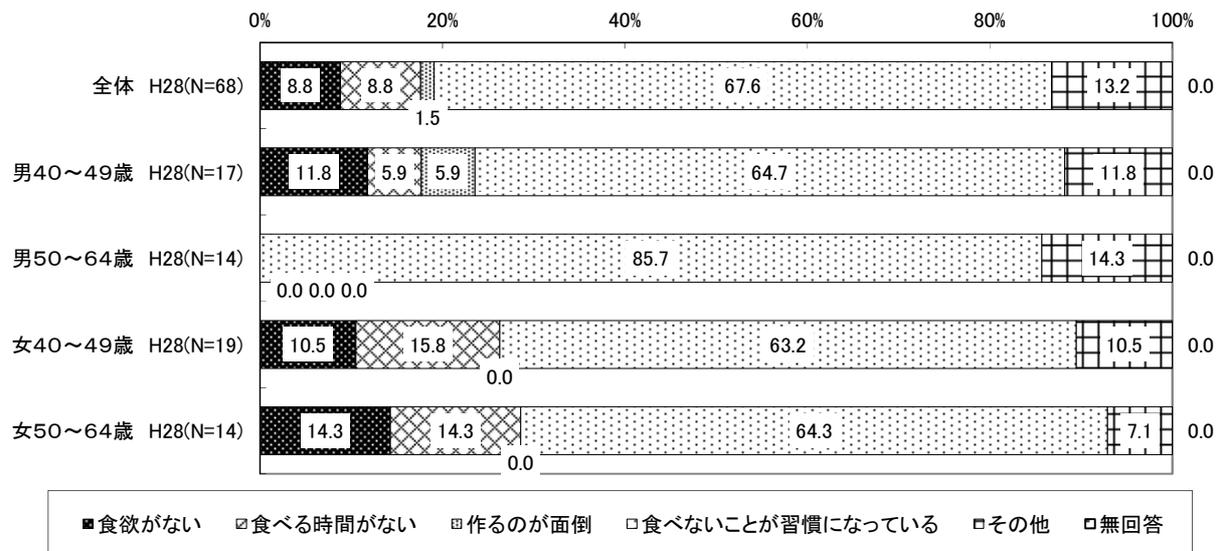
Q14 朝食を食べる頻度

問14 朝食を食べていますか。(○は1つ)



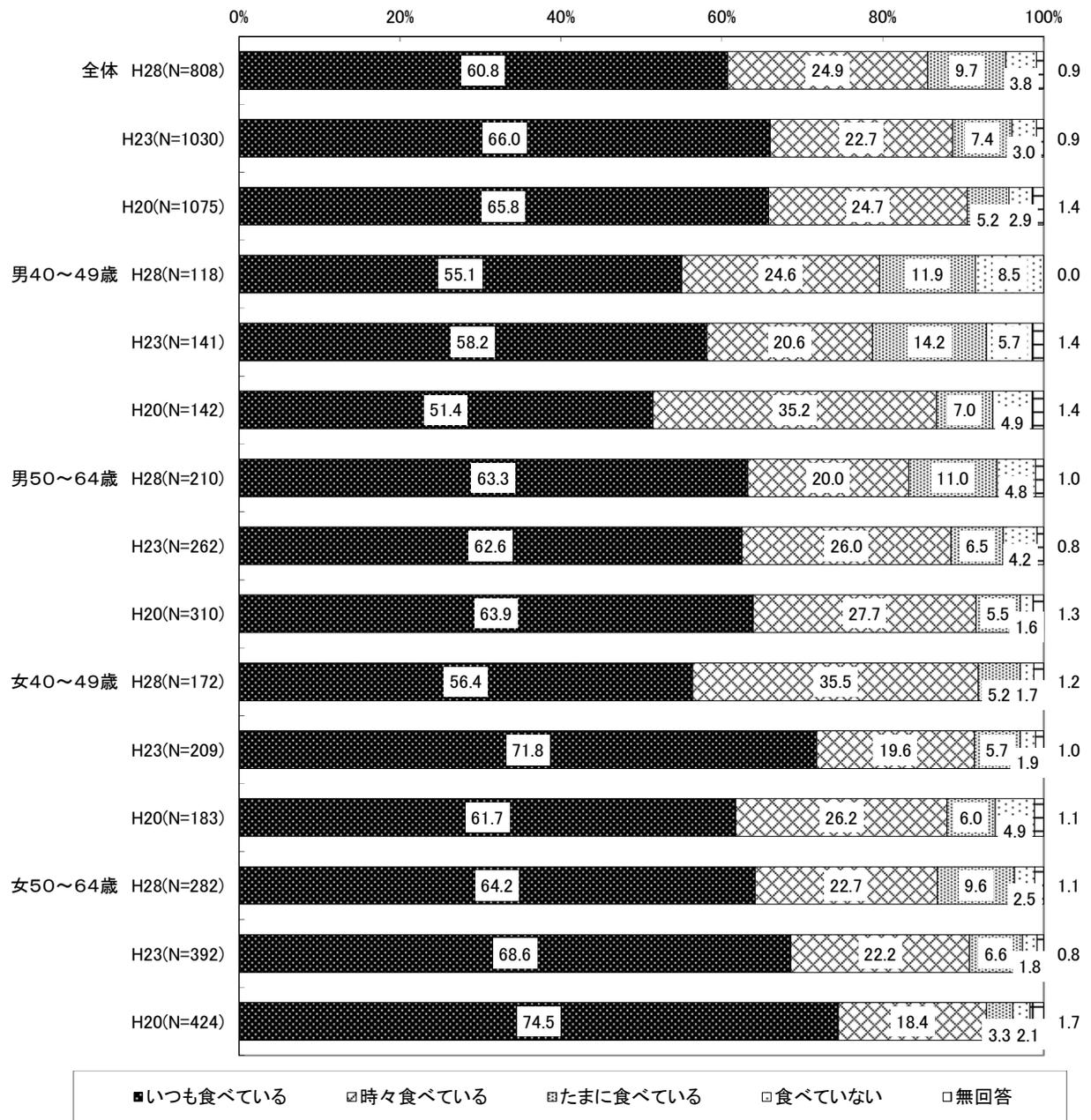
Q14S1 朝食を食べていない理由

問 14-1 食べていない理由は何ですか。(○は1つ)



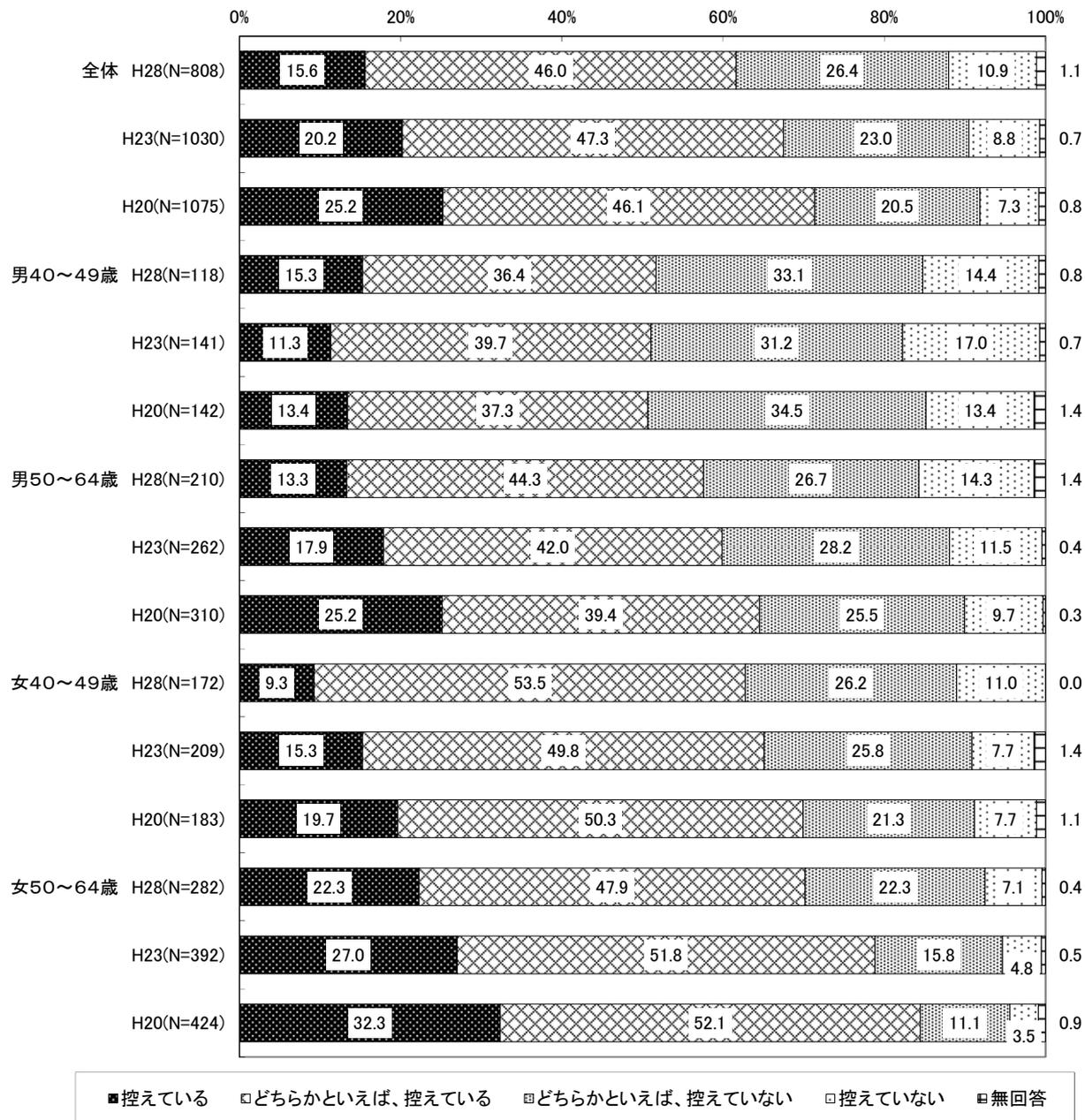
Q15 バランスのよい夕食を食べる頻度

問 15 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）



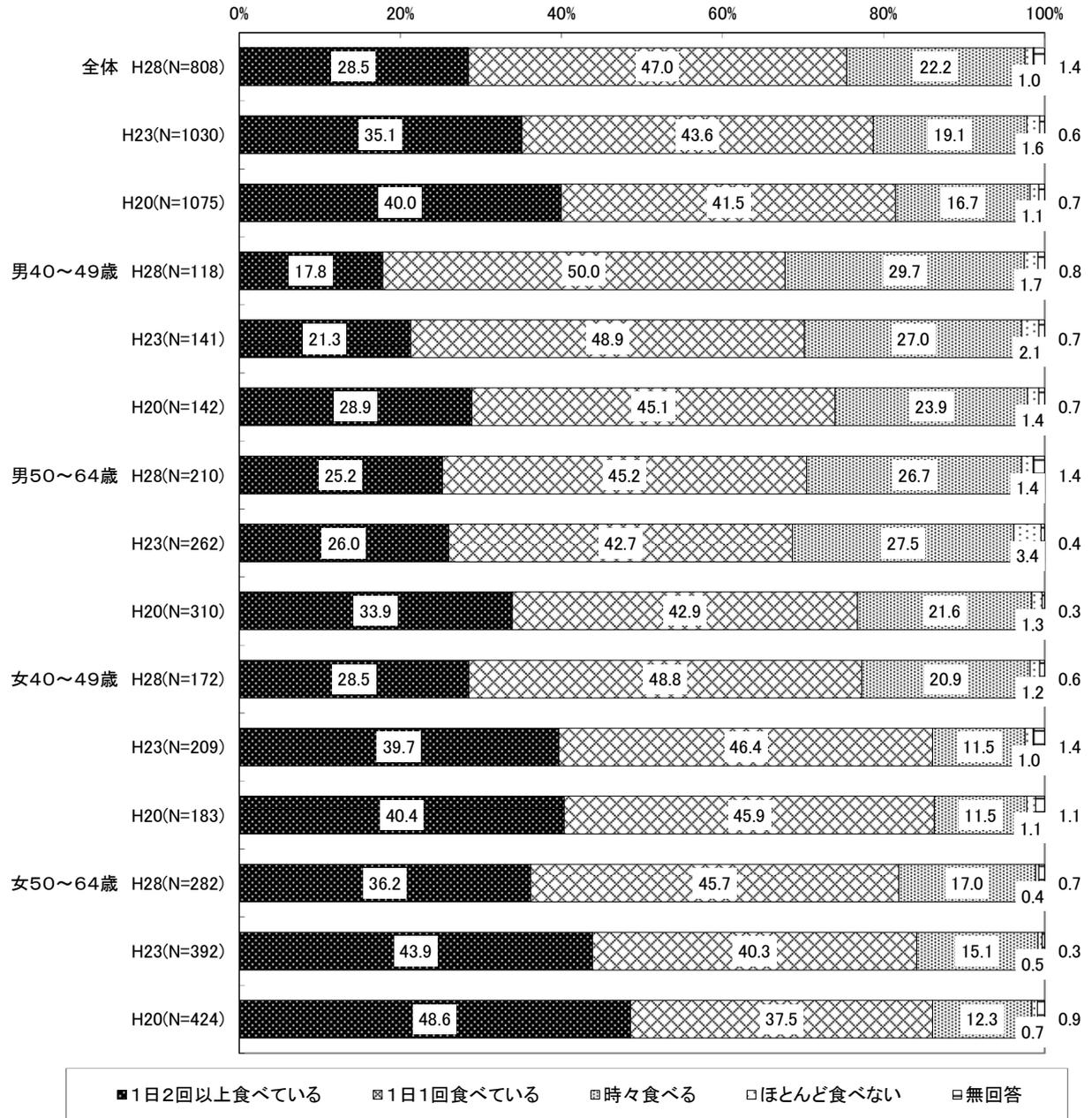
Q16 食事の際の塩分摂取制限

問16 食事の際に塩分を控えていますか。(〇は1つ)



Q17 野菜を食べる頻度

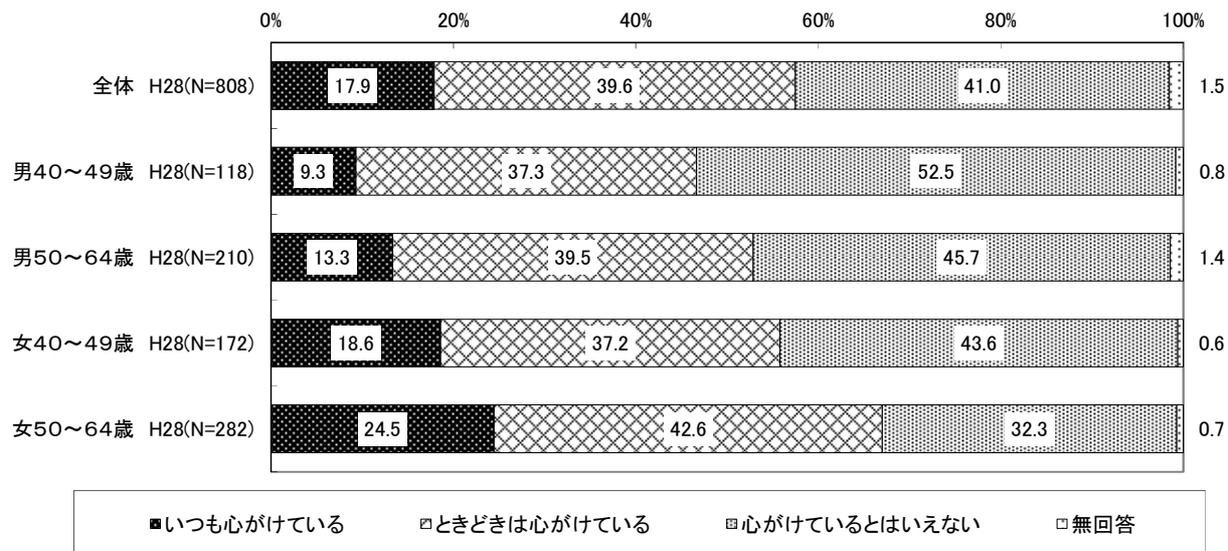
問17 野菜（煮物や炒め物を含む）を食べていますか。（○は1つ）



第6章 壮年期の市民に対する調査結果

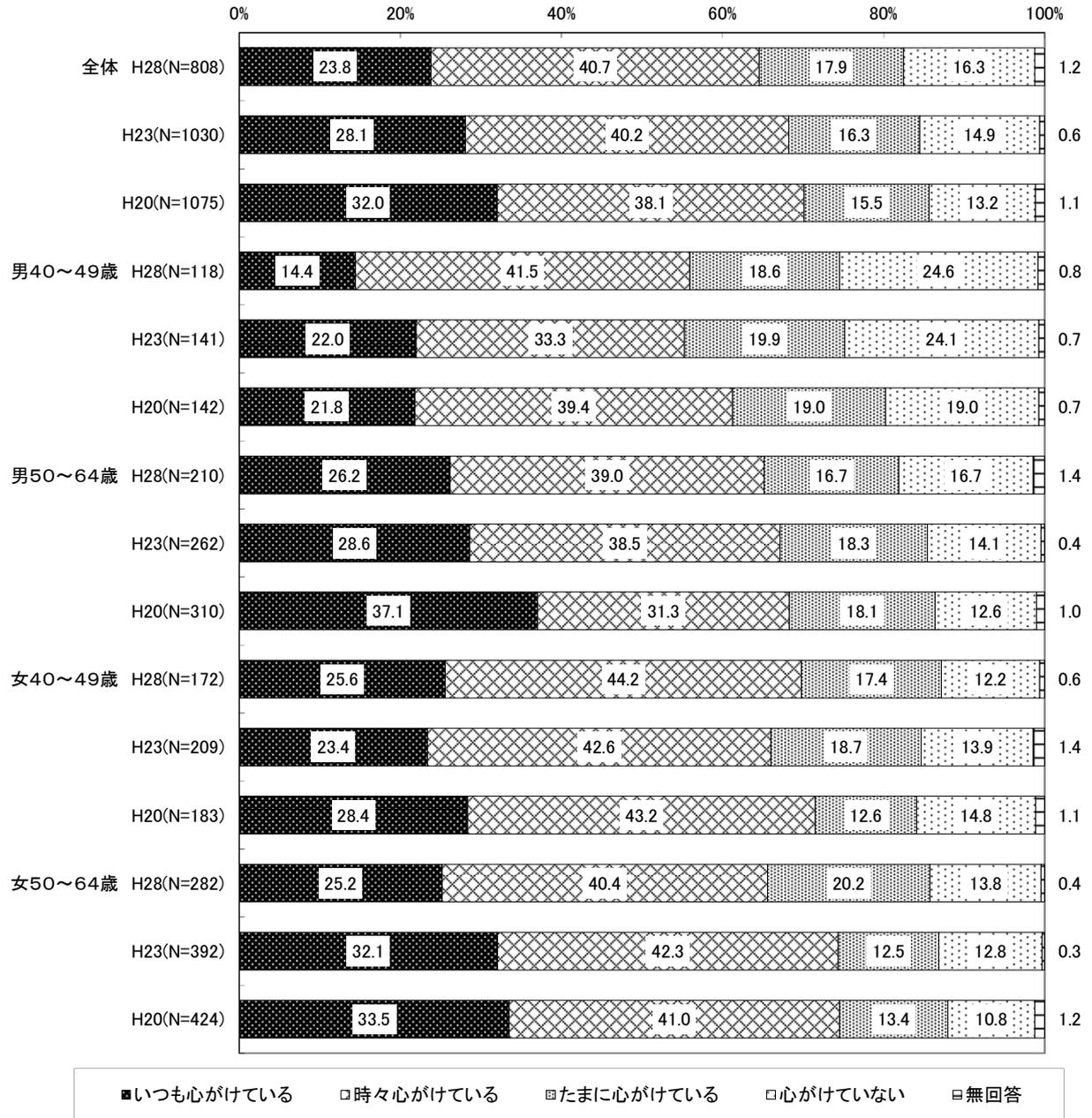
Q18 野菜を350g以上とることに對する心がけ

問18 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）



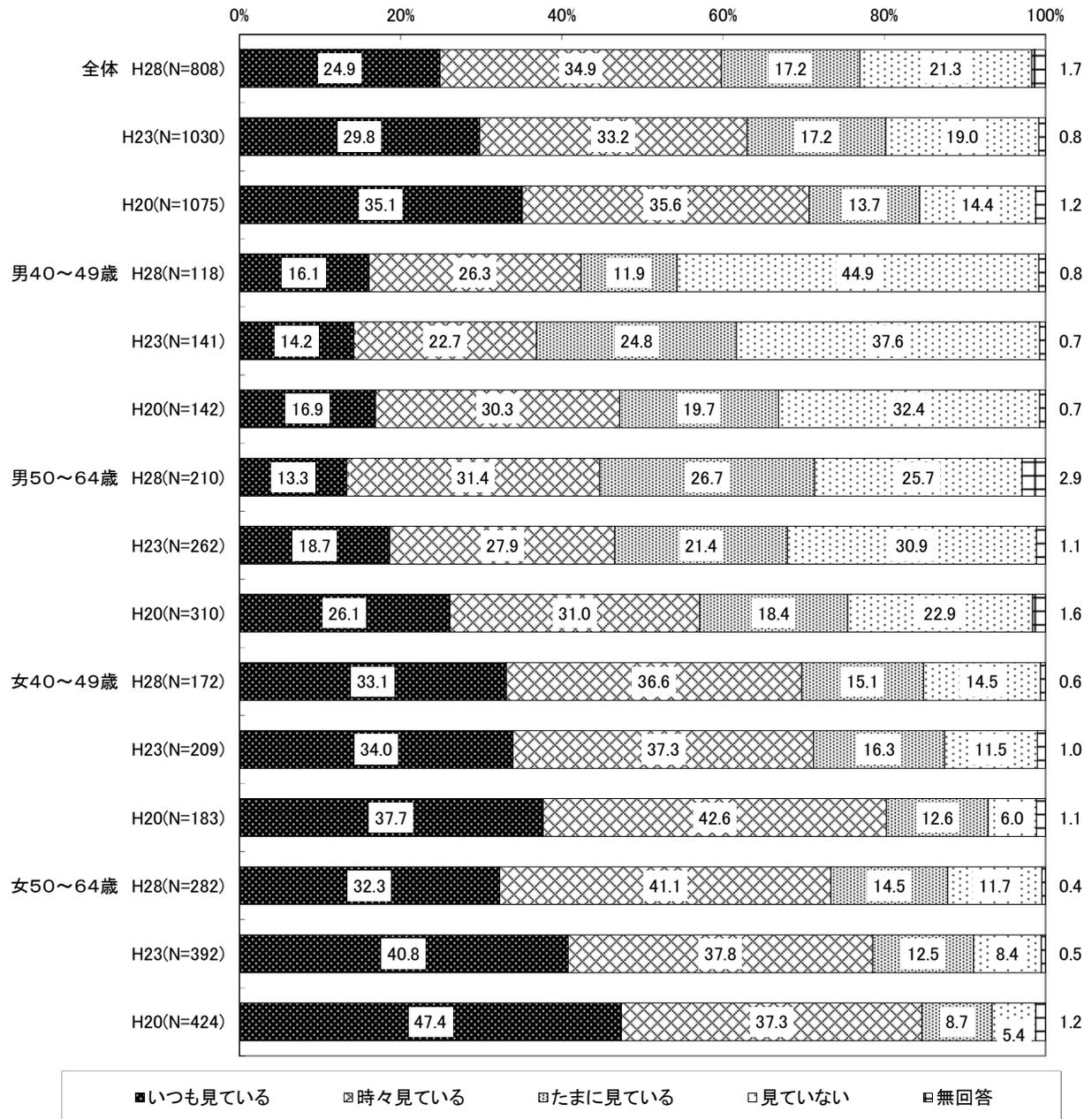
Q19 食事の適量摂取の心がけ

問19 腹八分目を心がけていますか。(〇は1つ)



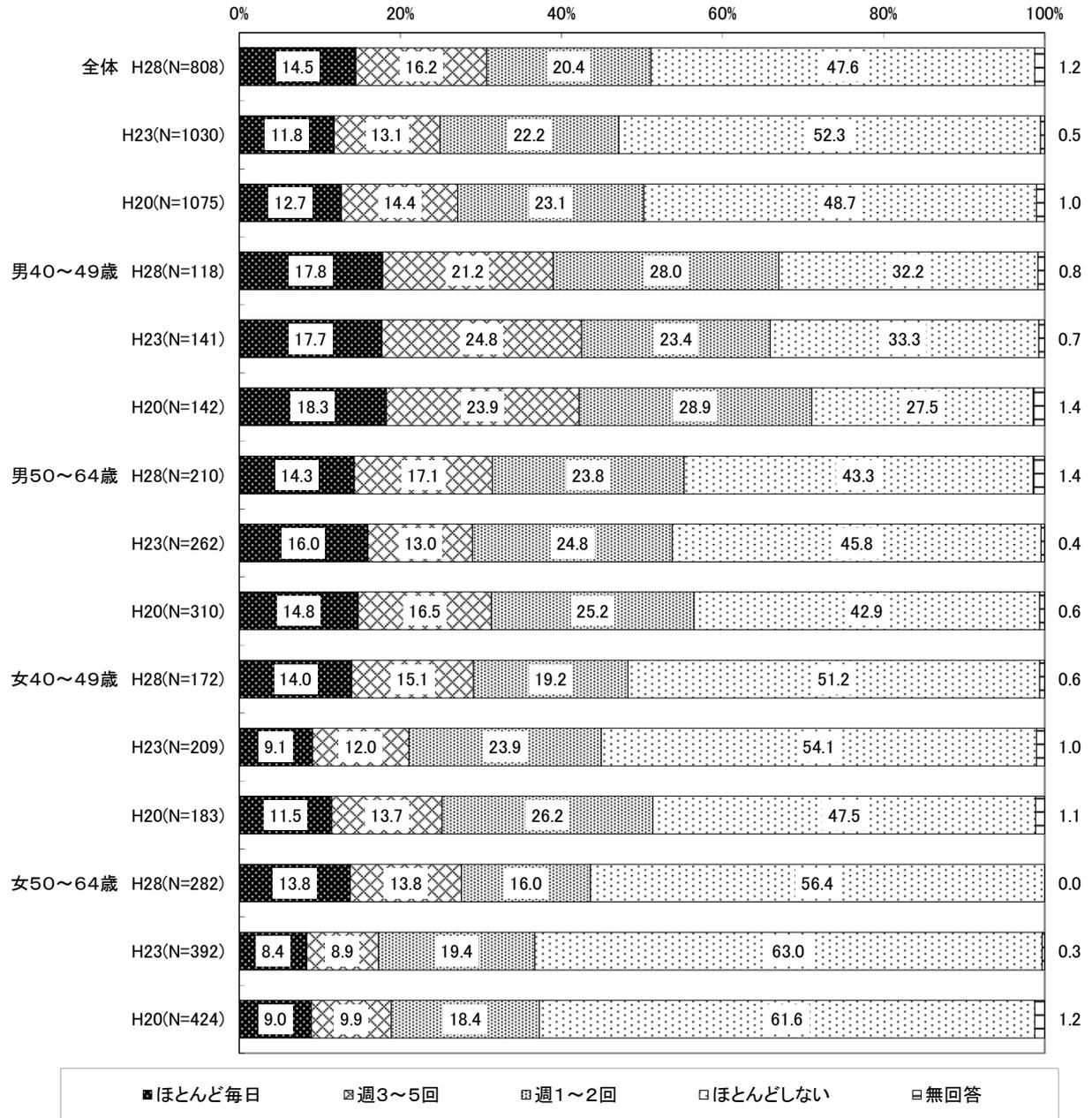
Q20 食品表示の確認頻度

問20 食品を購入するときに表示（原材料、栄養成分、添加物）を見ていますか。（○は1つ）



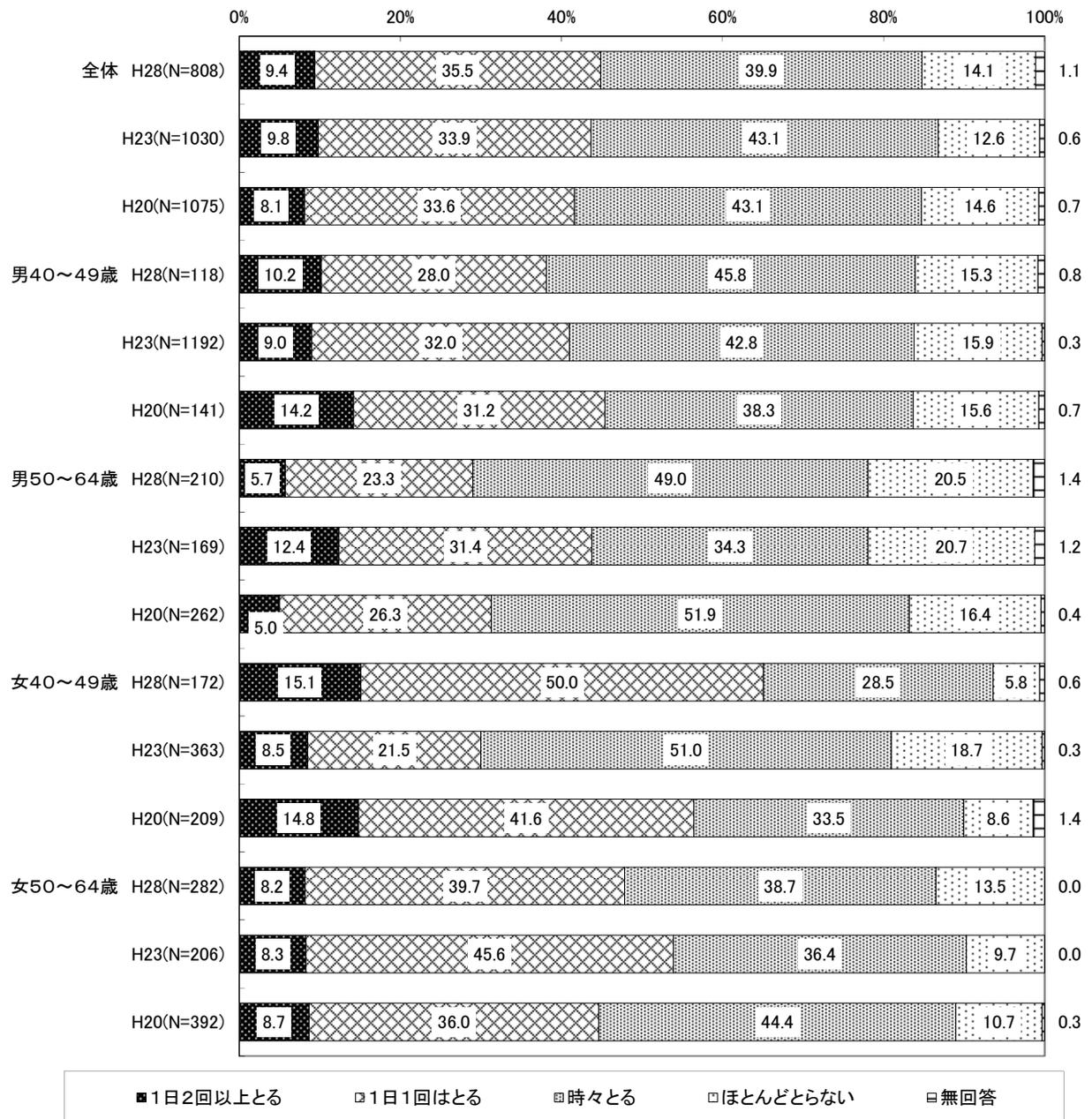
Q21 就寝前に食事をする頻度

問21 寝る前の2時間以内に食事をすることがありますか。(○は1つ)



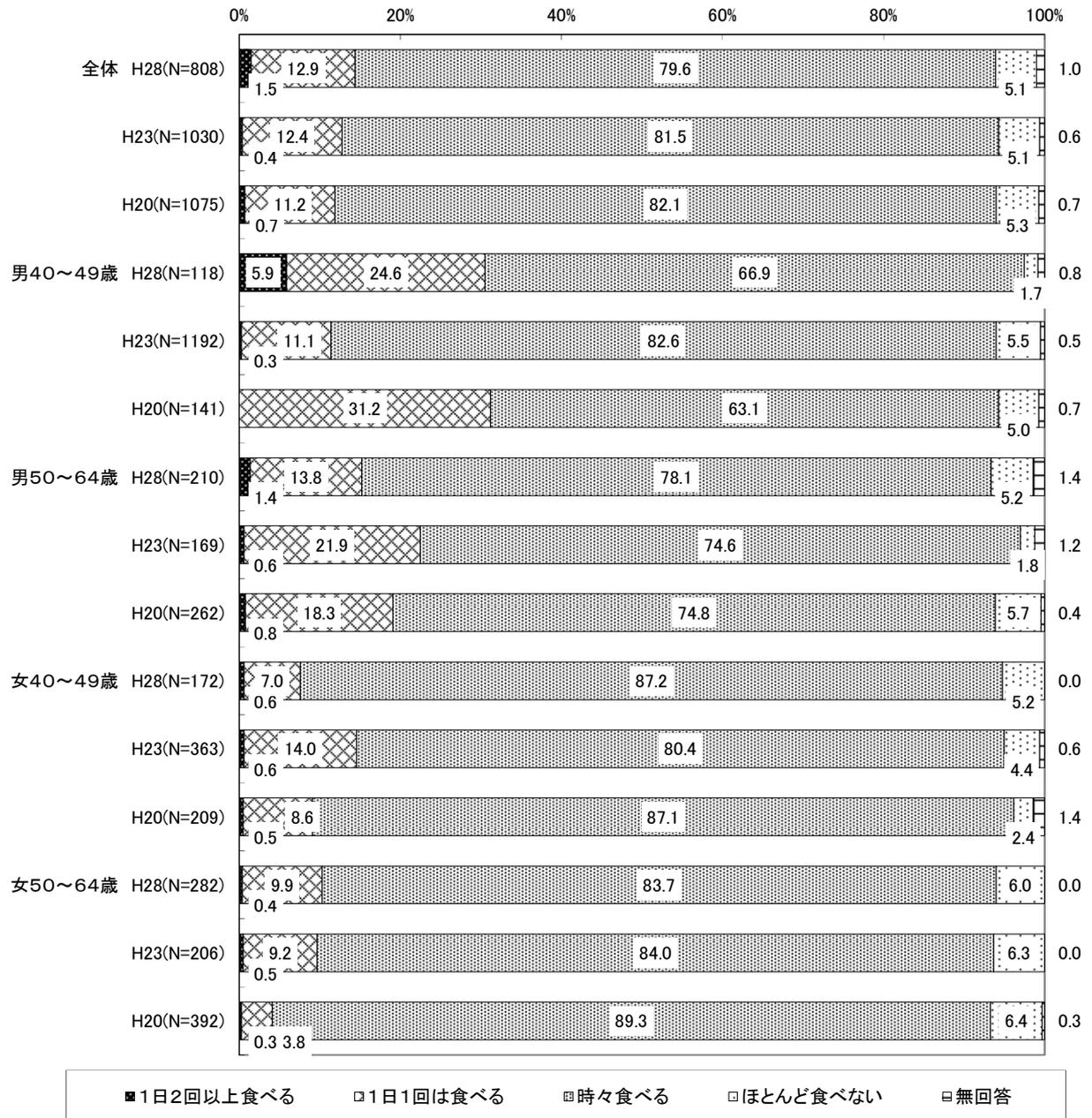
Q22 甘味飲料を飲む頻度

問22 お菓子や甘い飲料（スポーツ飲料を含む）をとりますか。（○は1つ）



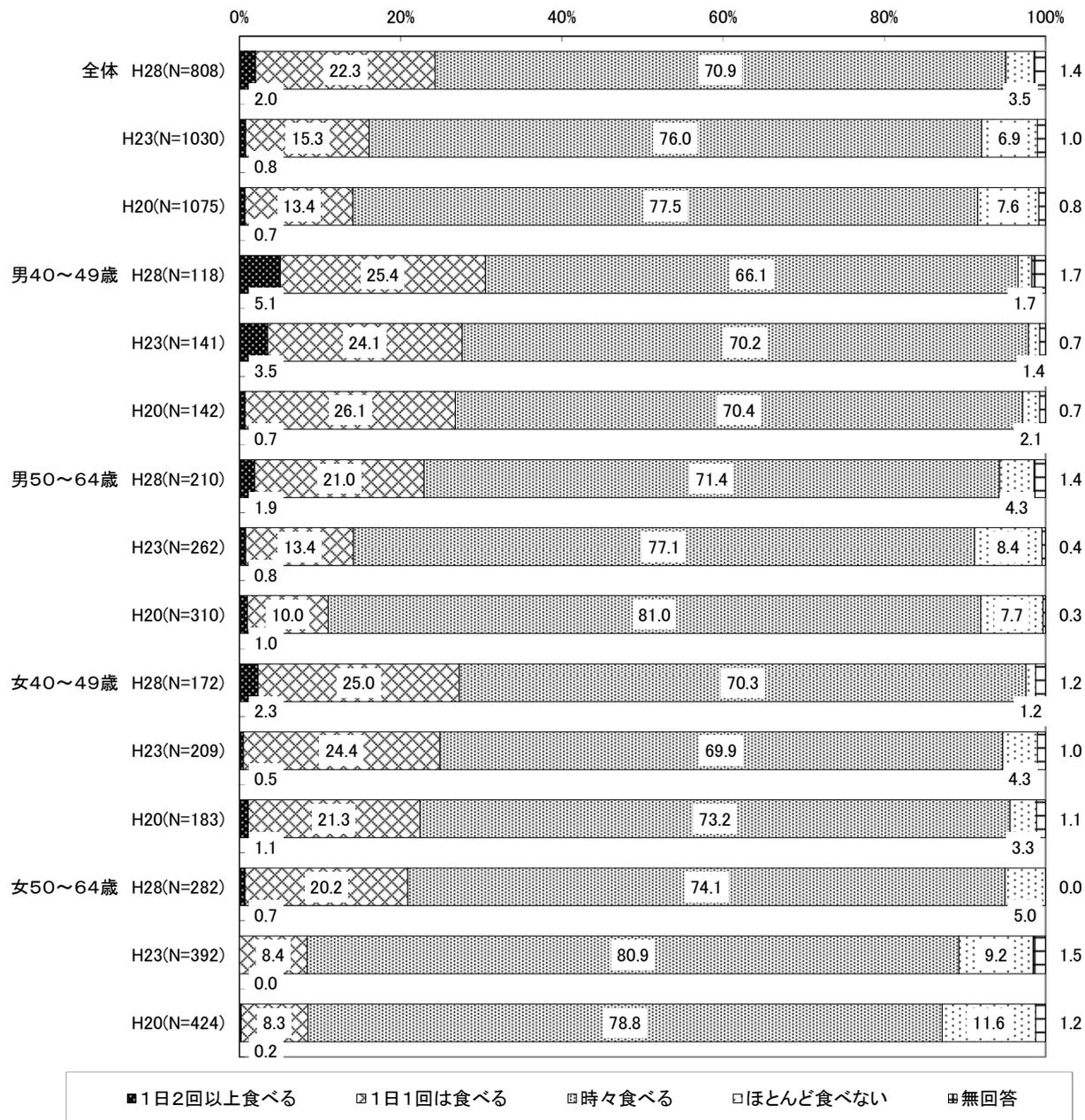
Q23 揚げ物を食べる頻度

問23 揚げ物（てんぷら、フライ、唐揚げ）をどれくらい食べますか。（○は1つ）



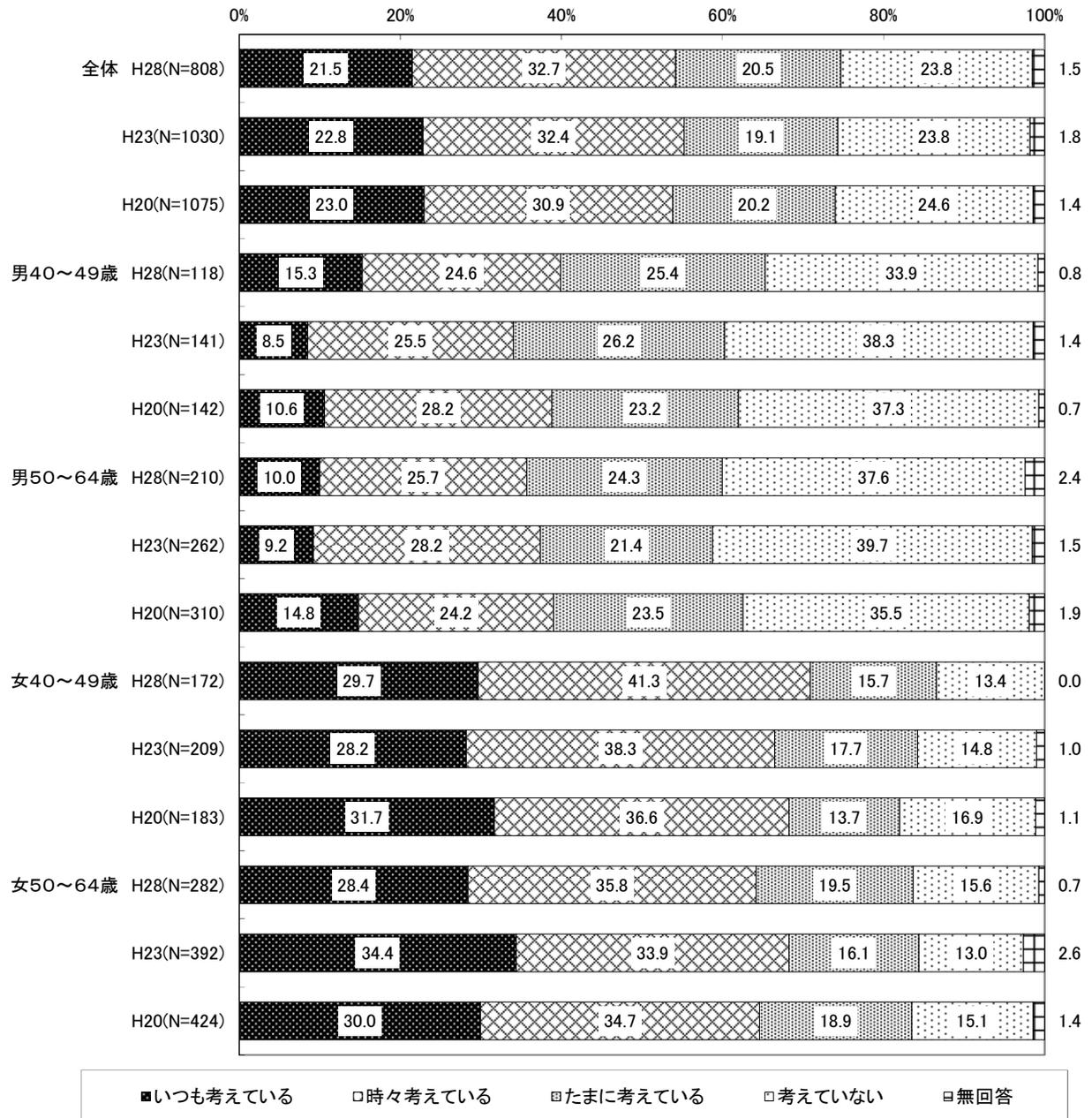
Q24 肉の脂身等を食べる頻度

問24 肉の脂身、バラ肉、ひき肉（ハンバーグやウインナー等）をどれくらい食べますか。（〇は1つ）



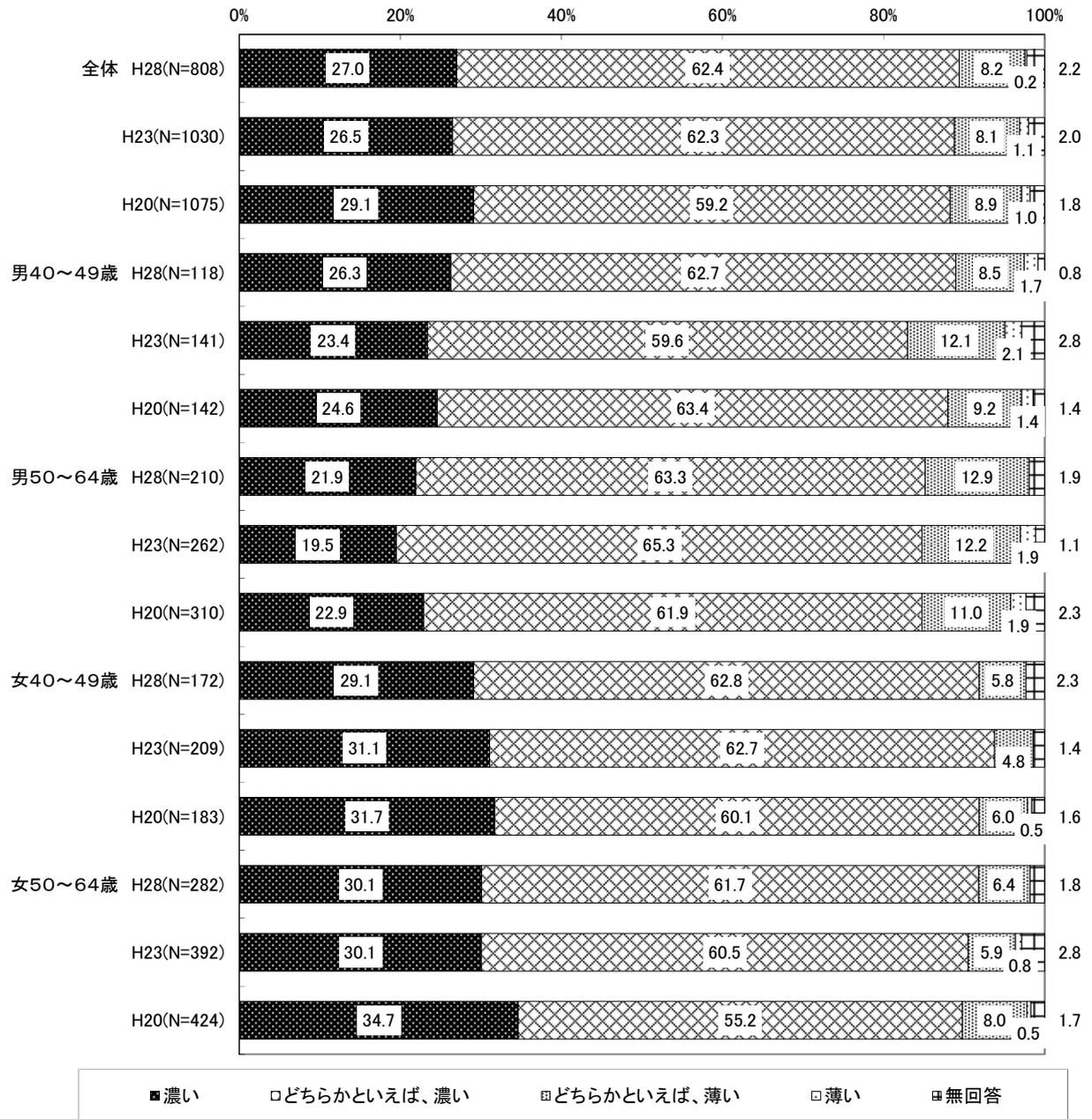
Q25 外食時のカロリー等に対する心かけ

問25 外食時や市販の弁当・惣菜を購入する時にカロリーや栄養のバランスを考えますか。(○は1つ)



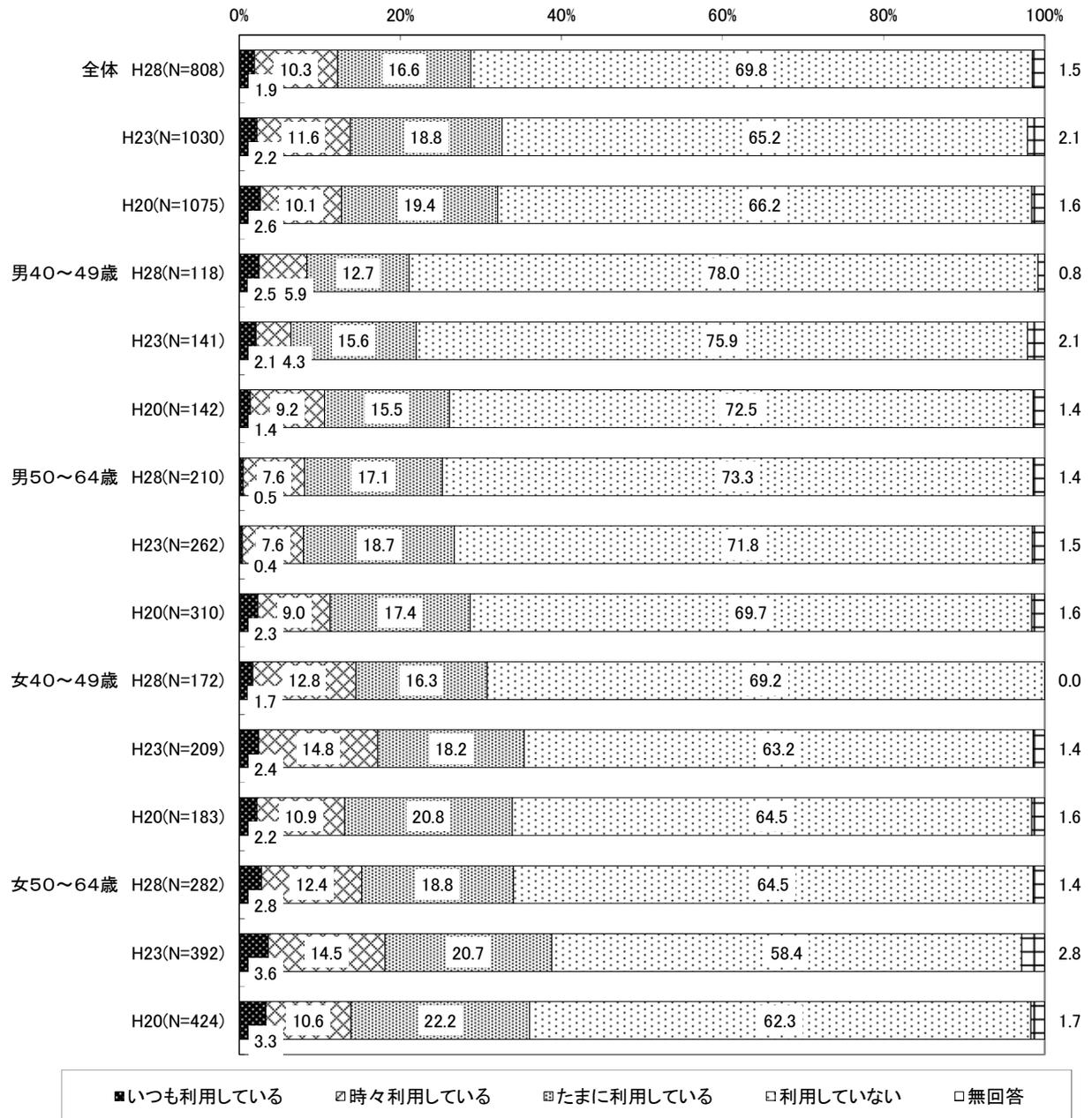
Q26 外食・弁当等の味付け

問26 外食や市販の弁当・惣菜の味付けをどのように感じますか。(○は1つ)



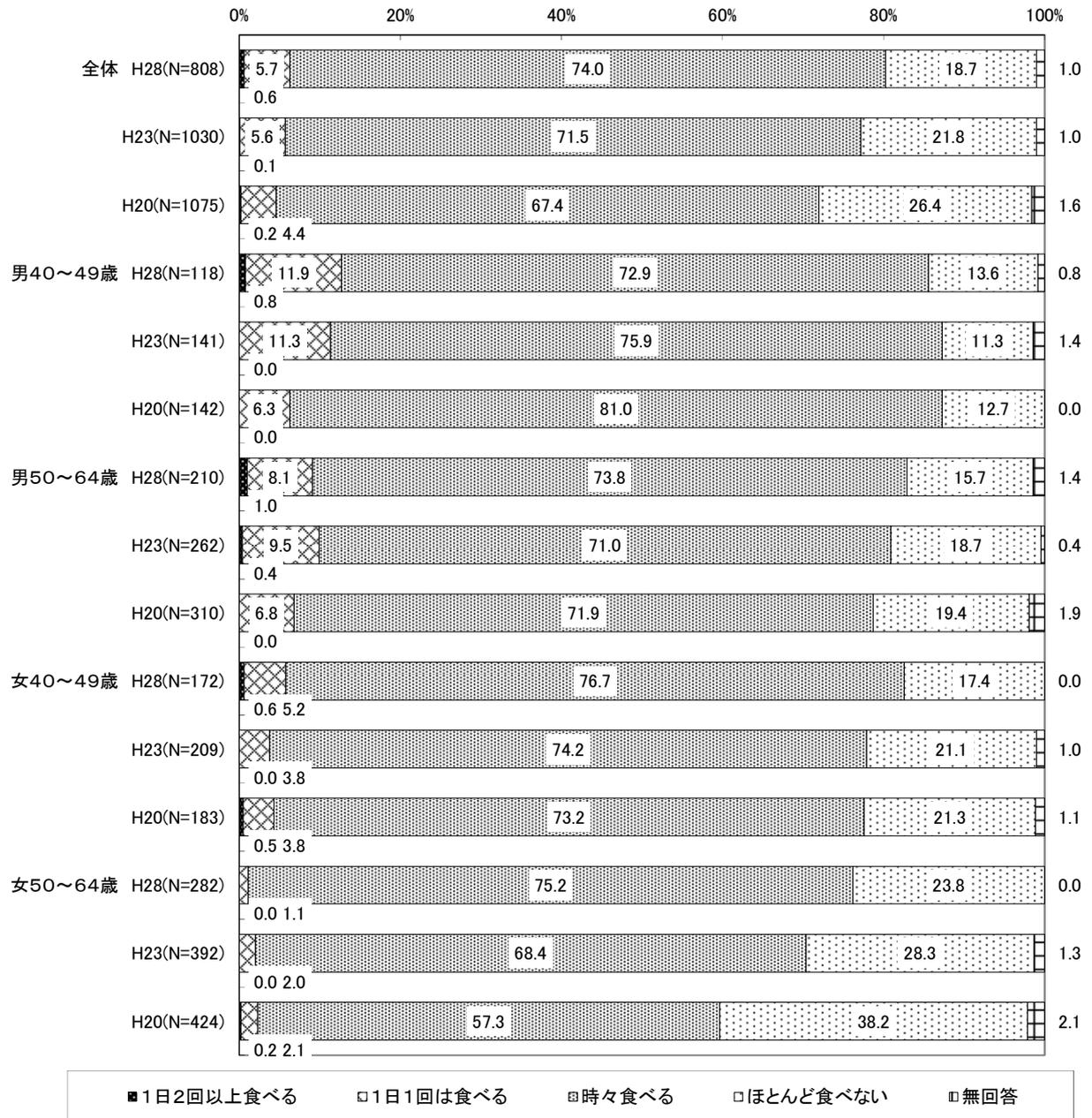
Q27 健康的な食事ができる店の利用頻度

問27 塩分を控えた健康的な外食や弁当、惣菜を提供してくれるお店を利用していますか。(○は1つ)



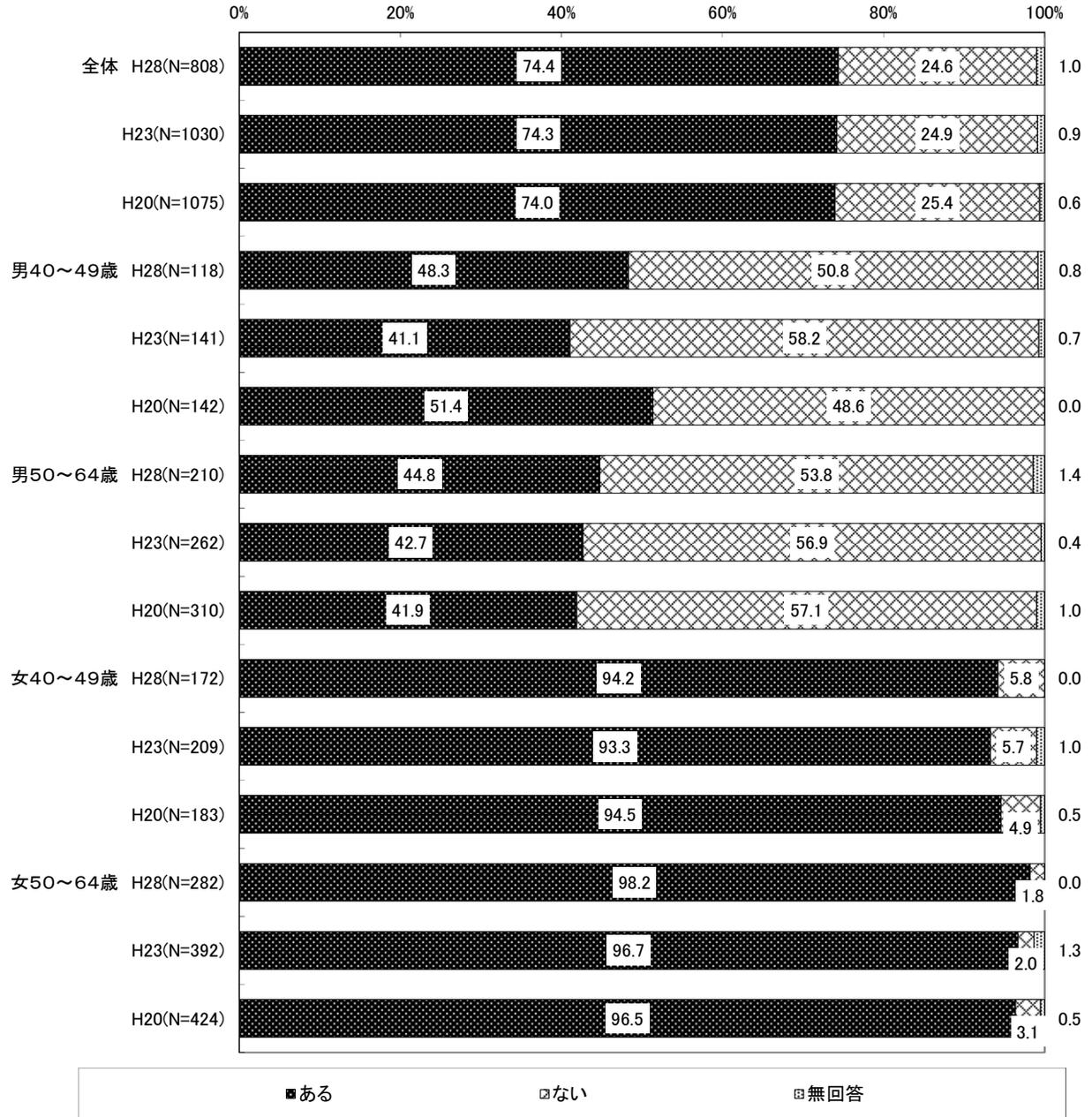
Q28 インスタント・レトルト食品を食べる頻度

問28 インスタント食品やレトルト食品を食べますか。(○は1つ)



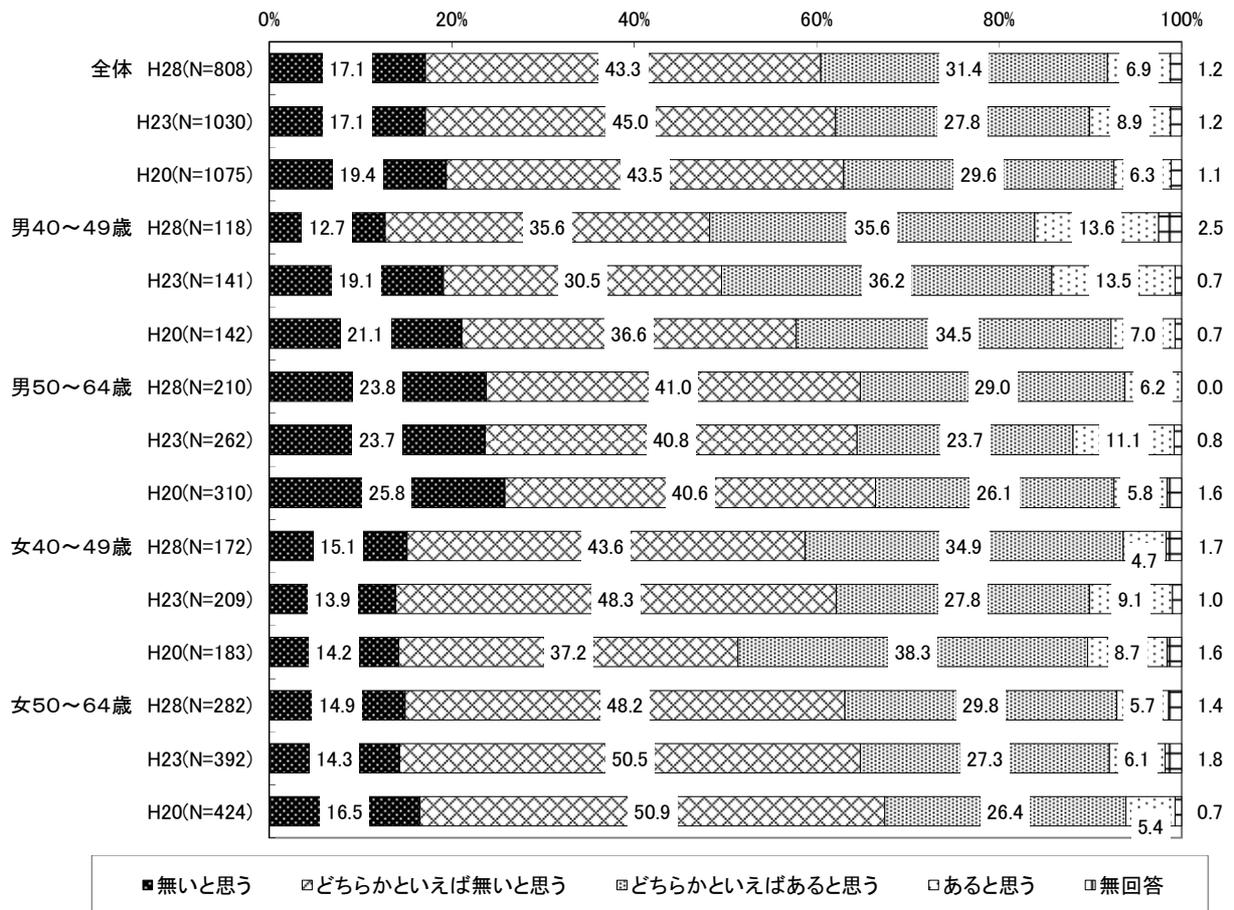
Q29 料理を作ること

問29 自分や家族の料理を作ることがありますか。(○は1つ)



Q30 食事の問題点の有無

問30 あなたの現在の食事について問題があると思いますか。(〇は1つ)



## Q30S1 食事の問題点

問30-1 あなたの食事はどのような問題があると思いますか。(〇はいくつでも)

			サ ン プ ル 数	食 事 の 量	食 事 の バ ラ ン ス	味 付 け	不 規 則 な 食 事 時 間	欠 食 （ 食 事 を 抜 く ）	そ の 他	無 回 答	
		上段:実数、下段:%									
全 体		H28	310	109	217	75	100	57	10	10	
			100.0	35.2	70.0	24.2	32.3	18.4	3.2	3.2	
		H23	378	122	268	96	136	64	20	10	
			100.0	32.3	70.9	25.4	36.0	16.9	5.3	2.6	
		H20	386	113	249	97	136	76	29	5	
			100.0	29.3	64.5	25.1	35.2	19.7	7.5	1.3	
性・年代	男40～49歳	H28	58	23	38	14	22	10	2	1	
			100.0	39.7	65.5	24.1	37.9	17.2	3.4	1.7	
		H23	70	31	48	22	34	22	3	2	
				100.0	44.3	68.6	31.4	48.6	31.4	4.3	2.9
			H20	59	22	35	18	27	16	3	1
				100.0	37.3	59.3	30.5	45.8	27.1	5.1	1.7
	男50～64歳	H28	74	22	51	18	16	13	0	6	
			100.0	29.7	68.9	24.3	21.6	17.6	0.0	8.1	
		H23	91	25	59	20	26	13	5	1	
				100.0	27.5	64.8	22.0	28.6	14.3	5.5	1.1
			H20	99	23	59	24	27	18	4	1
				100.0	23.2	59.6	24.2	27.3	18.2	4.0	1.0
	女40～49歳	H28	68	25	46	13	25	12	4	2	
			100.0	36.8	67.6	19.1	36.8	17.6	5.9	2.9	
		H23	77	26	55	20	35	13	7	1	
			100.0	33.8	71.4	26.0	45.5	16.9	9.1	1.3	
		H20	86	24	63	17	32	18	9	0	
			100.0	27.9	73.3	19.8	37.2	20.9	10.5	0.0	
女50～64歳	H28	100	34	74	28	30	17	3	1		
		100.0	34.0	74.0	28.0	30.0	17.0	3.0	1.0		
	H23	131	38	102	32	36	16	4	5		
			100.0	29.0	77.9	24.4	27.5	12.2	3.1	3.8	
		H20	135	42	87	37	45	23	12	2	
			100.0	31.1	64.4	27.4	33.3	17.0	8.9	1.5	