

③参加者用 事前アンケート

【事前／参加者用】

平成 27 年度 消費者ニーズ対応型食育活動モデル事業
事前アンケート

この度は、農林水産省の食育モデル事業の一環として開催する食育活動体験会にご参加をいただき、ありがとうございます。
本活動が、皆様の食生活にどのような影響をもたらすのかを調査するため、ご参加の前後にアンケートを実施しております。ご協力の程お願いします。
返却いたしたアンケートは後日集計した結果を農林水産省へ報告し、今後の食育活動の参考にさせていただきます。

一般社団法人MOAインターナショナル

Q1. ご自身のことについてお聞かせします。

(1) あなたのお住まいについて教えてください。
_____ 都 道 府 県 _____ 市 区 町 村

(2) あなたの性別について教えてください。(どちらかに○)
イ) 男 ロ) 女

(3) あなたの年代について教えてください。(あてはまるものに○)
イ) 10代 ロ) 20代 ハ) 30代 ニ) 40代 ホ) 50代
ヘ) 60代 ト) 70代 チ) 80代以上

(4) あなたの世帯状況は、次のうちどれですか。(あてはまるものに○)
イ) 一人暮らし ロ) 夫婦2人 ハ) 親と子ども ニ) 3世代同居
ホ) その他

(5) 職業について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) 勤め(全日)
ロ) 勤め(パート・アルバイト)
ハ) 自営業
ニ) 学生
ホ) 専業主婦
ヘ) 無職
ト) その他

1

【事前／参加者用】

(6) あなたのお通じの状況について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) ほぼ毎日ある
ロ) 2～3日に1回程度
ハ) 4日以上1回程度

(7) あなたが過去1年間に、食育セミナーや料理教室などの食育活動へ参加した回数を教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) 1回 ロ) 2回 ハ) 3回以上 ニ) なし

(8) あなたがこれから参加する、食育活動体験会は何ですか。(あてはまるもの1つに○)
イ) 食育セミナー ロ) 料理講習会 ハ) 食文化体験セミナー
ニ) 農業体験・見学会 ホ) 加工体験・見学会

(9) あなたは、食生活を改善したいと思いますか。(あてはまるもの1つに○)
イ) とてもそう思う
ロ) ややそう思う
ハ) どちらとも言えない
ニ) あまり思わない
ホ) まったくそう思わない

Q2. あなたは「日本型食生活」をご存じですか。(あてはまるもの1つに○)
イ) 内容を含めて知っている
ロ) 言葉は聞いたことがある
ハ) 知らなかった

2

【事前／参加者用】

Q3. あなたは、ごはんを主食とした、主菜、副菜のそろった食事を実践していますか。
※主菜とは、魚・肉・卵・大豆製品などのおかず。副菜とは野菜中心のおかず。
(レトルト食品や冷凍食品の利用、外食なども含みます)

(あてはまるもの1つに○)
イ) ほとんど実践している
ロ) 1日に2食程度実践している
ハ) 1日に1食程度実践している
ニ) 週に何度か実践している
ホ) ほとんど実践していない

Q4. あなたは、食材に地産地消や国内産のものを意識して使っていますか。
(あてはまるもの1つに○)
イ) 意識している
ロ) 少し意識している
ハ) あまり意識していない
ニ) 意識していない

Q5. あなたは田植え、稲刈り、野菜の収穫など、農林漁業の体験に興味はありますか。
(どちらかに○)
イ) ある
ロ) ない

Q6. あなたはこれまでに、農林漁業の体験に参加したことがありますか。
(どちらかに○)
イ) ある
ロ) ない

3

【事前／参加者用】

Q7. 食事習慣のセルフチェックをしてみましょう。

1 食事習慣セルフチェック

(記入方法) (1) 食事習慣のチェック項目(10項目)のうち5項目(半分以上)を「はい」で答えてください。
(2) チェック項目(10項目)のうち「はい」の数を合計し、合計点数を記入します。
(3) チェック判定(1～5)は「はい」が二つ以上(半分以上)の項目のチェック項目(10項目)のうち2つ以上を「はい」で答えた場合に該当します。

	チェック項目	セルフチェック	チェック判定
A	①ご飯などの主食を食べる前におかずだけを食べる時がある	はい いいえ	A
	②夕食のうち野菜を食べない時がある	はい いいえ	
	③大豆や納豆、豆腐、みそなど大豆製品をあまり食べない	はい いいえ	
B	④主食はお米よりもパンや麺類が多い	はい いいえ	B
	⑤魚料理よりも肉料理をよく食べる	はい いいえ	
	⑥単品(ラーメン・カレー・オムライスなど)で済ませることが多い	はい いいえ	
C	⑦食べる食材の産地が少なく、同じものを食べていることが多い	はい いいえ	C
	⑧インスタントやレトルト食品、加工食品をよく食べる	はい いいえ	
	⑨化学肥料や農薬、添加物をあまり気にしていない	はい いいえ	
D	⑩辛い・濃厚・はっきりした味が好き	はい いいえ	D
	⑪インスタントだしや調味料(〇〇の素)をよく使う	はい いいえ	
	⑫食材を細かく刻む、煮るなどの調理方法が多い	はい いいえ	
E	⑬朝食を抜く、欠食することが多い	はい いいえ	E
	⑭食事時間が不規則である	はい いいえ	
	⑮お昼寝が長い(1時間以上)に食べる、寝るなどの生活リズム	はい いいえ	
F	⑯新聞を読みながらなど、何かしながら食べることが多い	はい いいえ	F
	⑰食べる時間が10分以内で、「早食い」である	はい いいえ	
	⑱苦手で食べない食材が多く、食事を残すことが多い	はい いいえ	

チェック判定!

「はい」の合計	点
---------	---

ご協力ありがとうございました。

4

④参加者用 事後アンケート

【事後／参加者用】

平成 27 年度 消費者ニーズ対応型食育活動モデル事業
事後アンケート

この度は、農林水産省の食育モデル事業の一環として開催する食育活動体験会にご参加を頂き、ありがとうございました。
本活動が、貴様の食生活にどのような影響をもたらすのかを調査するため、ご参加の後にアンケートを実施しております。ご協力の程お願い致します。

※頂いたアンケートは後日集計した結果を農林水産省へ報告し、今後の食育活動の参考にさせていただきます。

一般社団法人MOAインターナショナル

Q1. ご自身のことについてお聞かせします。

(1) あなたのお住まいについて教えてください。
_____ 都 道 府 県 _____ 市 区 町 村

(2) あなたの性別について教えてください。(どちらかに○)
イ) 男 ロ) 女

(3) あなたの年代について教えてください。(あてはまるものに○)
イ) 10代 ロ) 20代 ハ) 30代 ニ) 40代 ホ) 50代
ヘ) 60代 ト) 70代 チ) 80代以上

(4) あなたの世帯状況は、次のうちどれですか。(あてはまるものに○)
イ) 一人暮らし ロ) 夫婦2人 ハ) 親と子ども ニ) 3世代同居
ホ) その他

(5) 職業について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) 勤め(全日) ロ) 勤め(パート・アルバイト) ハ) 自営業 ニ) 学生
ホ) 専業主婦 ヘ) 無職 ト) その他

(6) あなたのお通じの状況について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) ほぼ毎日ある ロ) 2～3日に1回程度 ハ) 4日以上1回程度

(7) あなたが今回参加した、食育活動体験会は何でしたか。(あてはまるもの1つに○)
イ) 食育セミナー ロ) 料理講習会 ハ) 食文化体験セミナー
ニ) 農業体験・見学会 ホ) 加工体験・見学会

1

【事後／参加者用】

Q2. あなたが作成した「元気になるチャレンジ宣言書」についてお聞かせします。

(1) あなたが立てた食事習慣のチャレンジ項目を記入してください。
(_____)
※[A B C D E F]-[1 2 3 4]

(2) チャレンジ項目の実践状況について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
イ) はほぼ毎日、実践できた
ロ) 2～3日に1度、実践できた
ハ) 1週間に1度、実践できた
ニ) あまりできなかった

(3) 引き続き食事習慣の改善を継続しようと思いますか。(あてはまるもの1つに○)
イ) とてもそう思う ロ) ややそう思う ハ) どちらとも言えない
ニ) あまり思わない ホ) まったくそう思わない

Q3. あなたが、今回の食育活動体験会に参加して食生活の改善に取り組んだ結果、学んだことや理解が深まったことなど、以下の点についてお答え下さい。

(1) 日本型食生活の理解についてお伺いします。(あてはまるもの1つに○)
イ) より一層理解が深まった
ロ) 少し理解が深まった
ハ) あまり変わらなかった

(2) 日本型食生活の実践についてお伺いします。(あてはまるもの1つに○)
イ) より一層実践が進んだ
ロ) 少し実践が進んだ
ハ) あまり変わらなかった

(3) (2)で「より一層実践が進んだ」「少し実践が進んだ」と回答された方にお伺いします。

① ごはんを食べる量や回数が増えましたか。(あてはまるもの1つに○)
イ) 増えた ロ) 少し増えた ハ) 変わらなかった

② 野菜を食べる量や回数が増えましたか。(あてはまるもの1つに○)
イ) 増えた ロ) 少し増えた ハ) 変わらなかった

2

【事後／参加者用】

(4) 食や農林水産への理解について、お伺いします。(あてはまるもの1つに○)
イ) より一層理解が深まった
ロ) 少し理解が深まった
ハ) あまり変わらなかった

(5) 地産地消を含む国内産の食材を積極的に使いたいと思いますか。
(あてはまるもの1つに○)
イ) 思う ロ) やや思う ハ) あまり思わない ニ) 思わない

Q4. あなたが立てた食事習慣のチャレンジ項目が継続できるように、互いに声をかけ合い応援するあり方についてお伺いします。

(1) このような応援のあり方は、良いと思いましたが(あてはまるもの1つに○)
イ) 良い ロ) どちらとも言えない ハ) あまり良くない

(2) (1)で記入した、その理由をお聞かせください
(_____)

Q5. その他、気付いたことや感想、要望など自由にお書きください。

3

【事後／参加者用】

Q6. 食事習慣のセルフチェックをしてみましょう。

1 食事習慣セルフチェック

(※記入方法) ① 食事習慣のチェック項目②の右のセルフチェックを記入します。
(※) チェックが判定し「はい」の数を数え、合計の数を記入します。
(※) チェックが判定し「いいえ」が二つ以上ついた項目のセルフチェックは○をつけます。

A	チェック項目	セルフチェック	チェック数
A	① ご飯などの主食を食べずに、おかずだけを食べている時がある	はい	いいえ
	② 夕食のうち野菜を食べない時がある	はい	いいえ
	③ 大豆や納豆、豆腐、みそなど豆製品をあまり食べない	はい	いいえ
B	④ 主食はお米よりもパンや麺類が多い	はい	いいえ
	⑤ 魚料理よりも肉料理をよく食べる	はい	いいえ
	⑥ 単品(ア mend カレー・アイスなど)で済ませることが多い	はい	いいえ
C	⑦ 食べる食材の種類が少なく、同じものを食べていることが多い	はい	いいえ
	⑧ インスタントやレトルト食品、加工食品をよく食べる	はい	いいえ
	⑨ 化学肥料や農薬、添加物をあまり気にしていない	はい	いいえ
D	⑩ 辛い・濃厚・塩辛い・脂っこい料理が好き	はい	いいえ
	⑪ インスタント・レトルト・調理済み(○○の蓋)をよく使う	はい	いいえ
	⑫ 食材を腐かす・乾かす・凍らす・火を通すことが多い	はい	いいえ
E	⑬ 朝食を抜く・欠食することが多い	はい	いいえ
	⑭ 食事時間が不規則である	はい	いいえ
	⑮ お腹がいっぱいなのに食べる。満腹になるまで食べる	はい	いいえ
F	⑯ 新聞を読みながらなど、何かしながら食べることが多い	はい	いいえ
	⑰ 食べる時間が10分以内で、「早食い」である	はい	いいえ
	⑱ 苦手な食べ物が多く、食事を残すことが多い	はい	いいえ

チェック判定

「はい」の合計 _____ 点

ご協力ありがとうございました。

4

⑤資格者用 事前アンケート

【事前／食育資格者用】

平成 27 年度 消費者ニーズ対応型食育活動モデル事業
事前アンケート

この度は、農林水産省の食育モデル事業にご協力をいただき、ありがとうございます。
本運動が、参加者だけでなく資格者の皆様にも、どのような影響をもたらすのかを調査する為
開催前後にアンケートの記入をお願いしております。ご協力の程お願い致します。
※頂いたアンケートは後日集計した結果を農林水産省へ報告し、今後の食育活動の参考にさせていただきます。

一般社団法人MOAインターナショナル

Q1. 資格者ご自身の状況についてお聞します。

(1) 現在お持ちの食育関係の資格について教えてください。(あてはまるものに○)
 イ) MOA 食育推進員である
 ロ) MOA 食育指導員である
 その他(の食に依る資格 ハ) 管理栄養士、ニ) 栄養士、ホ) 調理学、ヘ) 食生活改善推進員、ト) その他 ()

(2) お住まいについて教えてください。
 _____ 都 道 府 県 _____ 市 区 町 村

(3) あなたの性別について教えてください。(どちらかに○)
 イ) 男 ロ) 女

(4) あなたの年代について教えてください。(あてはまるものに○)
 イ) 10 代 ロ) 20 代 ハ) 30 代 ニ) 40 代 ホ) 50 代
 ヘ) 60 代 ト) 70 代 チ) 80 代以上

(5) あなたの世帯状況は次のうちどれですか。(あてはまるものに○)
 イ) 一人暮らし
 ロ) 夫婦 2 人
 ハ) 親と子ども
 ニ) 3 世代同居
 ホ) その他

1

【事前／食育資格者用】

(6) 職業について教えてください。(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) 勤め(全日)
 ロ) 勤め(パート・アルバイト)
 ハ) 自営業
 ニ) 学生
 ホ) 専業主婦
 ヘ) 無職
 ト) その他

(7) あなたのお通じの状況について教えてください。(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) ほぼ毎日ある
 ロ) 2～3 日に 1 回程度
 ハ) 4 日以上に 1 回程度

(8) あなたが今回開催する、食育活動は何ですか。(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) 食育セミナー
 ロ) 料理講習会
 ハ) 食文化体験セミナー
 ニ) 農業体験・見学会
 ホ) 加工体験・見学会

(9) あなたは、食生活を改善したいと願いますか。(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) とても思う
 ロ) ややそう思う
 ハ) どちらとも言えない
 ニ) あまり思わない
 ホ) まったくそう思わない

Q2. あなたは「日本型食生活」をご存じですか。(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) 内容を含めて知っている
 ロ) 言葉は聞いたことがある
 ハ) 知らなかった

2

【事前／食育資格者用】

Q3. あなたは、ごはんを主食とした、主菜、副菜のそろった食事を実践していますか。
 ※主菜とは、魚・肉・卵・大豆製品などのおかず。副菜とは野菜中心のおかず。
 (レトルト食品や冷凍食品の利用、外食なども含まれます)

(あてはまるもの 1 つに○)
 イ) ほとんど実践している
 ロ) 1 日に 2 食程度実践している
 ハ) 1 日に 1 食程度実践している
 ニ) 週に何度が実践している
 ホ) ほとんど実践していない

Q4. あなたは、食材に地産産物や国産産物のものを意識して使っていますか。
 (あてはまるもの 1 つに○)
 イ) 意識している
 ロ) 少し意識している
 ハ) あまり意識していない
 ニ) 意識していない

Q5. あなたは田植え、稲刈り、野菜の収穫など、農林漁業の体験に興味がありますか。
 (どちらかに○)
 イ) ある
 ロ) ない

Q6. あなたはこれまでに、農林漁業の体験に参加したことがありますか。(どちらかに○)
 イ) ある
 ロ) ない

Q7. 参加者の食生活が改善・継続するよう、どのように応援しますか？(複数回答可)
 イ) 会った時に「続けていますか？」など、声をかける
 ロ) 電話やメールで連絡し、応援する
 ハ) 自分のチャレンジ記録表を見せて話し合う
 ニ) 継続できない場合は、あまり無理をしないよう見守る
 ホ) その他 ()

3

【事前／食育資格者用】

Q8. 食事習慣のセルフチェックをしてみましょう。

1 食事習慣セルフチェック

【記入方法】 (1) 食事習慣のセルフチェック項目の中からセルフチェックを記入します。
 (2) チェック結果「はい」の数を数え、合計点数を記入します。
 (3) チェック結果「はい」が二つ以上ついた項目のアルファベットを記入します。

チェック項目		セルフチェック		チェック結果
A	① ご飯などの主食を食べず、おかずばかりを食べる時がある	はい	いいえ	A
	② 3 食のうち野菜を食べない時がある	はい	いいえ	
	③ 大豆や納豆、豆腐、みそなど大豆製品をおおりに食べない	はい	いいえ	
B	④ 主食はお米よりもパンや麺類が多い	はい	いいえ	B
	⑤ 魚料理よりもお肉料理をよく食べる	はい	いいえ	
	⑥ 単品(ラーメン・カレー・オムライスなど)で済ませることが多い	はい	いいえ	
C	⑦ 食べる食材の産地が少なく、同じものを食べていることが多い	はい	いいえ	C
	⑧ インスタントやレトルト食品、加工食品をよく食べる	はい	いいえ	
	⑨ 化学調味料や農薬、添加物をおおりにしていない	はい	いいえ	
D	⑩ 辛い・濃厚・はきりした味付けが好き	はい	いいえ	D
	⑪ インスタントだしや調味料(〇〇の膏)をよく使う	はい	いいえ	
	⑫ 食材を細かく切る、柔らかくなるまで火を通すことが多い	はい	いいえ	
E	⑬ 朝食を抜く、欠食することが多い	はい	いいえ	E
	⑭ 食事時間が不規則である	はい	いいえ	
	⑮ お腹が空いていないのに食べる、満腹になるまで食べる	はい	いいえ	
F	⑯ 新陳代謝が落ちるなど、何かしながら食べることが多い	はい	いいえ	F
	⑰ 食べる時間が10分以内で、「早食い」である	はい	いいえ	
	⑱ 舌手な食べ残が多く、食事を残すことが多い	はい	いいえ	

チェック判定!

「はい」の合計 _____ 点

ご協力ありがとうございました。

4

⑥資格者用 事後アンケート

【事後／食育資格者用】

平成 27 年度 消費者ニーズ対応型食育活動モデル事業
事後アンケート

この度は、農林水産省の食育モデル事業にご協力をいただき、ありがとうございました。本活動が、参加者だけでなく資格者の皆様にも、どのような影響をもたらすのかを調査する為、開催後にアンケートの記入をお願いしております。ご協力の程お願い致します。

※頂いたアンケートは後日集計した結果を農林水産省へ報告し、今後の食育活動の参考にさせていただきます。

一般社団法人MOAインターナショナル

Q1. 資格者ご自身の状況についてお聞きします。

(1) 現在お持ちの食育関係の資格について教えてください。(あてはまるものに○)
 イ) MOA 食育推進員である
 ロ) MOA 食育指導員である
 その他(の食に係る資格 ハ) 管理栄養士、ニ) 栄養士、ホ) 調理師、ヘ) 食生活改善推進員、ト) その他()

(2) お住まいについて教えてください。
 _____ 都 道 府 県 _____ 市 区 町 村

(3) あなたの性別について教えてください。(どちらかに○)
 イ) 男 ロ) 女

(4) あなたの年代について教えてください。(あてはまるものに○)
 イ) 10代 ロ) 20代 ハ) 30代 ニ) 40代 ホ) 50代
 ヘ) 60代 ト) 70代 チ) 80代以上

(5) あなたの世帯状況は次のうちどれですか。(あてはまるものに○)
 イ) 一人暮らし ロ) 夫婦2人 ハ) 親と子ども ニ) 3世代同居
 ホ) その他

(6) 職業について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
 イ) 勤め(会社) ロ) 勤め(パート・アルバイト) ハ) 自営業 ニ) 学生
 ホ) 専業主婦 ヘ) 無職 ト) その他

1

【事後／食育資格者用】

(7) あなたのお通じの状況について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
 イ) ほぼ毎日ある ロ) 2～3日に1回程度 ハ) 4日以上1回程度

(8) あなたが今回開催した、食育活動は何ですか。(あてはまるもの1つに○)
 イ) 食育セミナー ロ) 料理講習会 ハ) 食文化体験セミナー
 ニ) 農業体験・見学会 ホ) 加工体験・見学会

Q2. あなたが作成した「元気になるチャレンジ宣言書」についてお聞きします。

(1) あなたが立てた食事習慣のチャレンジ項目を記入してください。
 ()
 ※[A B C D E F] - [1 2 3 4]

(2) チャレンジ項目の実践状況について教えてください。(あてはまるもの1つに○)
 イ) ほぼ毎日、実践できた
 ロ) 2～3日に1度、実践できた
 ハ) 1週間に1度、実践できた
 ニ) あまりできなかった

(3) 引き続き食事習慣の改善を実践しようと思いませんか。(あてはまるもの1つに○)
 イ) とてもそう思う ロ) ややそう思う ハ) どちらとも言えない
 ニ) あまり思わない ホ) まったくそう思わない

Q3. あなたが、今回の食育活動を通して学んだことや理解が深まったことなど、以下の点についてお答え下さい。

(1) 日本型食生活の理解についてお伺いします。(あてはまるもの1つに○)
 イ) より一層理解が深まった
 ロ) 少し理解が深まった
 ハ) あまり変わらなかった

(2) 日本型食生活の実践についてお伺いします。(あてはまるもの1つに○)
 イ) より一層実践が進んだ
 ロ) 少し実践が進んだ
 ハ) あまり変わらなかった

2

【事後／食育資格者用】

(3) (2)で「より一層実践が進んだ」「少し実践が進んだ」と回答された方にお伺いします。

① ごはんを食べる量や回数が増えましたか。(あてはまるもの1つに○)
 イ) 増えた ロ) 少し増えた ハ) 変わらなかった

② 野菜を食べる量や回数が増えましたか。(あてはまるもの1つに○)
 イ) 増えた ロ) 少し増えた ハ) 変わらなかった

(4) 食や農林水産業への理解について、お伺いします。(あてはまるもの1つに○)
 イ) より一層理解が深まった ロ) 少し理解が深まった ハ) あまり変わらなかった

(5) 地場産を含む国内産の食材を積極的に使いたいと思いますか。
 (あてはまるもの1つに○)
 イ) 思う ロ) やや思う ハ) あまり思わない ニ) 思わない

Q4. 食事習慣の改善に向かって、立てたチャレンジ項目が継続できるように、互いに声をかけ合い応援するあり方についてお伺いします。

(1) 参加者の食生活が改善・継続するよう、どのように応援しましたか？
 イ) 会った時に「続けていますか？」など、声をかけた (複数回答可)
 ロ) 電話やメールで連絡し、応援した
 ハ) 自分のチャレンジ記録表を見せて話しかけた
 ニ) 応援していたが継続が難しそうなので、様子を見守ることにした
 ホ) その他()

(2) この応援のあり方は、良いと思いますか。(あてはまるもの1つに○)
 イ) 良い ロ) どちらとも言えない ハ) あまり良くない

(3) (2)で記入した、その理由をお聞かせください
 ()

Q5. その他、気付いたことや感想、要望など自由にお書きください。

3

【事後／食育資格者用】

Q6. 食事習慣のセルフチェックをしてみましょう。

1 食事習慣セルフチェック

【記入方法】 (1) 食事や生活のチャレンジ項目①から⑩のセルフチェックを記入します。
 (2) チェック判定「はい」「いいえ」の数をそれぞれ、合計点数を記入します。
 (3) チェック判定「はい」が1つ以上ついた項目のアルファベットを○をつけます。

項目	チェック項目	セルフチェック	チェック判定
A	① 肉類などの主食を必ず、おかず付けを食べる時がある	はい いいえ	A
	② 3食のうち野菜を食べない時がある	はい いいえ	
	③ 大豆や納豆、豆腐、みそなど豆製品をおかず食べない	はい いいえ	
B	④ 主食はお米よりも、パンや麺類が多い	はい いいえ	B
	⑤ 食料品よりもお肉料理をよく食べる	はい いいえ	
	⑥ 単品(ラーメン、カレー、オムライスなど) で満足することが多い	はい いいえ	
C	⑦ 食べる食材の量が少なく、同じものを食べていることが多い	はい いいえ	C
	⑧ インスタントやレトルト食品、加工食品をよく食べる	はい いいえ	
	⑨ 化学調味料や農薬、添加物をおかずにしていない	はい いいえ	
D	⑩ 辛い・濃厚・はっきりした味が好き	はい いいえ	D
	⑪ インスタントやレトルト食品、加工食品をよく使う	はい いいえ	
	⑫ 食材を細かく刻む、柔らかくなるまで火を通すことが多い	はい いいえ	
E	⑬ 朝食を抜く、欠食することが多い	はい いいえ	E
	⑭ 食事時間が不規則である	はい いいえ	
	⑮ お腹が空いていないのに食べる、満腹になるまで食べる	はい いいえ	
F	⑯ 新陳代謝が低下するなど、何かしながら食べることが多い	はい いいえ	F
	⑰ 食べる時間が10分以内で、「早食い」である	はい いいえ	
	⑱ 好きな食べ物が多く、食事を残すことが多い	はい いいえ	

チェック判定

「はい」「いいえ」の合計	点
--------------	---

ご協力ありがとうございました。

4

◇本資料の複製、および転載は、必ず一般社団法人MOAインターナショナルの了解を得たうえで行って下さい。

平成 27 年度 農林水産省 補助事業
消費者ニーズ対応型 食育活動モデル事業 報告書

平成 28 年 3 月 印刷

平成 28 年 3 月 発行

発行所 一般社団法人 MOA インターナショナル

発 行 羽根 進

編 集 小菅 豊弘

事務所 〒413-0011 静岡県熱海市田原本町 9 番 1 号

電 話 0557-84-2266

F a x 0557-84-2491

U R L <http://www.moainternational.or.jp>