



紹介したいキッチングッズやキッチン設備（圧力なべ、収納庫など）その理由

☆ミジヨギ子の食生活アンケート 2021 ☆

Q1 料理は一日何回しますか？

- 1 0回      2 1回      3 2回      4 3回

Q2 外食や中食（調理済みを買ってくる）は一週間に何食しますか？

- 1 0      2 1～5      3 6～10      4 11以上

Q3 朝食はどうしてますか？

- 1 パンやシリアル、パスタなど（洋風）  
2 ごはんやおかゆなど（和風）  
3 ヨーグルトやジュースなど（炭水化物以外）  
4 食べない

Q4 一週間に何回食材を買いに行きますか？

- 1 毎日～1日おき      2 2～3日おき      3 4～5日おき      4 一週間おき

Q5 宅配を使っていますか？

- 1 使う      2 使わない

Q6 食洗機を使っていますか？

- 1 使う      2 使わない

Q7 買い出し、料理、片付けのうち家族が半分以上やっているものがありますか？

- 1 どれもなし      2 1つ      3 2つ      4 全部

(以上)