

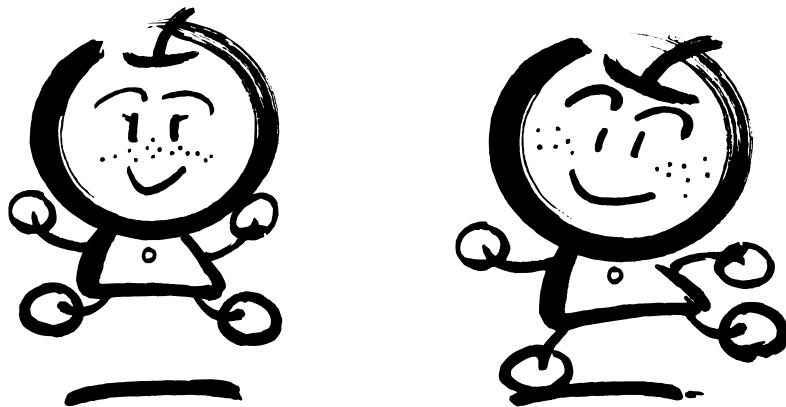
# 前回調査票(H31.11月実施)

## 小学5年生の「健康」に関する アンケート調査票

### ちょうさ きょうりょく ねが 調査ご協力のお願い

次のアンケートにお答えください。名前を書く必要はありませんので、  
ありのままを書いてください。ただし、答えるのがむずかしい、答えたく  
ない問は、むりに答える必要はありません。

アンケートの内容は、本人以外にはわからないように、書いたら封筒に  
入れて12月6日(金)までに担任の先生に出してください。



白井市役所 健康子ども部 健康課

各問のあてはまる番号に○をつけてください。

その他（　　）を選んだ場合は、（　　）の中にその内容を記入してください。

## 1. 生活習慣について

問1 あなたは普段、何時に寝ていますか。（○は1つ）

- |               |             |              |
|---------------|-------------|--------------|
| 1 午後9時前       | 2 午後9時から10時 | 3 午後10時から11時 |
| 4 午後11時から午前0時 | 5 午前0時過ぎ    |              |

問2 あなたが、学校から帰って家で1時間以上していることはありますか。  
(○はいくつでも)

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| 1 メールやラインなどをしている | 2 インターネットをしている |
| 3 ゲームをしている       | 4 テレビを見ている     |
| 5 勉強をしている        | 6 読書をしている      |
| 7 外で遊んでいる        | 8 その他（　　）      |



## 2. 食生活・食育について

問3 あなたは、朝食を食べますか。（○は1つ）

- |               |             |
|---------------|-------------|
| 1 毎日食べる       | → 問4へ       |
| 2 週に4～6日食べる   | 3 週に1～3日食べる |
| 4 朝食はほとんど食べない | 5 決まっていない   |

（問3で「2」「3」「4」「5」と答えた人に質問します）

問3－1 あなたが毎日朝食を食べない理由は何ですか。（○はいくつでも）

- |              |           |
|--------------|-----------|
| 1 食べる時間がないから | 2 食欲がないから |
| 3 食べる習慣がないから | 4 やせたいから  |
| 5 食事の用意がないから | 6 その他（　　） |

問4 あなたは1人で食事をすることができますか。(○はそれぞれ1つずつ)

<朝食>

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 1 いつも誰かと食べている   | 2 誰かと食べていることが多い |
| 3 1人で食べていることが多い | 4 いつも1人で食べている   |

<夕食>

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 いつも誰かと食べている | 2 誰かと食べているが多い |
| 3 1人で食べているが多い | 4 いつも1人で食べている |

問5 あなたは、ふだんの食事時間が楽しいですか。(○は1つ)

- |                 |               |
|-----------------|---------------|
| 1 楽しい           | 2 どちらかというと楽しい |
| 3 どちらかというと楽しくない | 4 楽しくない       |

削除

問6 あなたは、苦手な食べ物がありますか。(○はいくつでも)

- |                               |             |
|-------------------------------|-------------|
| 1 野菜                          | 2 魚介類       |
| 3 貝類                          | 4 肉類        |
| 5 豆類・ <small>だいす</small> 大豆製品 | 6 乳製品       |
| 7 卵                           | 8 キノコ類      |
| 9 海そう類                        | 10 果物類      |
| 11 その他 ( )                    | 12 苦手なものはない |

問7 あなたは、家でどれくらい食事の用意を手伝いますか。(料理や配ぜんなど)

(○は1つ)

- |                     |                  |
|---------------------|------------------|
| 1 いつもしている(週に5・6・7日) | 2 時々している(週に3・4日) |
| 3 あまりしていない(週に1・2日)  | 4 ほとんどしていない      |

問8 あなたは、家で食をするときに「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをしていますか。(○は1つ)

- |            |             |
|------------|-------------|
| 1 いつもしている  | 2 時々している    |
| 3 あまりしていない | 4 ほとんどしていない |

削除

問9 あなたは、普段の食事で、よくかんで食べていますか。(○は1つ)

- 1 よくかんで食べている      2 よくかまないで食べている      3 わから 削除

問10 あなたは、食事を残したときに「もったいない」と思いますか。(○は1つ)

- 1 とても思う      2 まあ思う  
3 あまり思わない      4 思わない

問11 野菜を育てたり、収穫<sup>しゅうかく</sup>することに興味<sup>きょうみ</sup>がありますか。(○は1つ)

- 1 とても興味がある      2 少し興味がある  
3 どちらかというと興味がない      4 全く興味がない

問12 あなたは、おやつを食べますか。(○は1つ)

- 1 毎日食べる      2 食べる日が多い  
3 食べない日が多い      4 いつも食べない

→ 問13へ

→(問12で「1 毎日食べる」か「2 食べる日が多い」と答えた人に質問します)

問12-1 次のうち、よく食べるものを答えてください。(○はいくつでも)

- 1 甘い菓子 (チョコ・アメ・ガムなど)      2 せんべい・スナック菓子  
3 パン・めん・おにぎり      4 果物<sup>くだもの</sup>  
5 甘い飲み物 (コーラ・ジュースなど)      6 牛乳・乳製品<sup>にゅうせいひん</sup>  
7 その他 ( )

### 3. 運動について

問13 あなたは、体を動かすことは好きですか。(○は1つ)

- 1 とても好き      2 まあ好き  
3 あまり好きではない      4 好きではない

問14 あなたは、授業以外の部活動や習い事 (スポーツ少年団を含む) で運動をしていますか。(○は1つ)

- 1 週6～7日      2 週4～5日      3 週2～3日  
4 週1日      5 月に2～3回      6 ほとんどしない

問15 どのようなことがあれば、今よりもっと運動をしたいと思いますか。

(○はいくつでも) 削除

- 1 自分が好きな運動、できそうな運動を教えてもらえたたら
- 2 友達と一緒にできたら
- 3 自由に使える場所があつたら
- 4 運動をする自由な時間があつたら
- 5 その他 ( )
- 6 特にない

#### 4. 歯の健康について

問16 あなたは、いつ歯をみがきますか。(○はいくつでも)

- |        |       |            |
|--------|-------|------------|
| 1 朝食の前 | 2 朝食後 | 3 昼食後      |
| 4 夕食後  | 5 寝る前 | 6 歯みがきをしない |

問17 あなたは歯をみがくときに1日に1回以上歯みがき剤（ざい）を使っていますか。

(○は1つ)

- |      |       |
|------|-------|
| 1 はい | 2 いいえ |
|------|-------|

問18 今までに学校で歯みがきの授業を受けたことがありますか。(○は1つ)

削除

- |      |      |         |
|------|------|---------|
| 1 ある | 2 ない | 3 わからない |
|------|------|---------|



## 5. あなたや家族について

① あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

1 男性

2 女性

3 無回答

② あなたの現在の身長と体重を答えてください。

身長 

--	--	--

. 

--

 cm

(例) 

1	4	0
---	---	---

. 

3
---

 cm

体重 

--	--	--

. 

--

 kg

(例) 

	3	6
--	---	---

. 

8
---

 kg

③ 自分の体型についてどう思いますか。(○は1つ)

1 やせている

2 普通

3 太っている

④ あなたは、<sup>げんりょう</sup>減量(ダイエット)をしたことがありますか。(○は1つ)

1 今している

2 したことがある

3 したことがない

⑤ あなたが一緒に住んでいる人を教えてください。(○はいくつでも)

1 父

2 母

3 きょうだい

4 おじいさん

5 おばあさん

6 その他 ( )

⑥ あなたの家に、たばこを吸う人はいますか。(○は1つ)

1 いる

2 いない

アンケートは以上です。ご協力いただきありがとうございました。