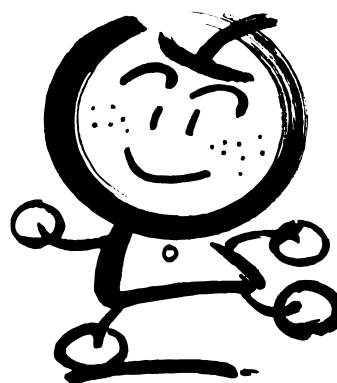
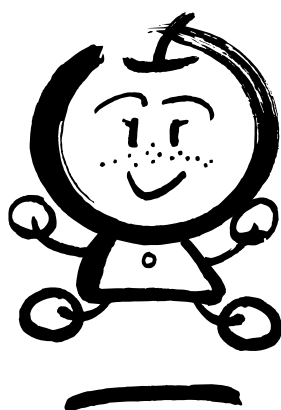


小学5年生の「健康」に関する アンケート調査票

ちょうさ きょうりょく ねが
調査ご協力をお願い

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、書いたら封筒ふうとうに入れて 月 日()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ありますか。(○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 |

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 どちらかという楽しい |
| 3 どちらかという楽しくない | 4 楽しくない |

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 <small>ぎょかい</small> 魚介類 |
| 3 貝類 | 4 肉類 |
| 5 豆類・ <small>だいず</small> 大豆製品 | 6 <small>にゅうせいひん</small> 乳製品 |
| 7 卵 | 8 キノコ類 |
| 9 海そう類 | 10 <small>くだもの</small> 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、家で食事をするときに「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 |

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 わからない |
|--------------|----------------|---------|

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、しゅうかく収穫きょうみすることに興味がありますか。(○は1つ)

- | | |
|-----------------|-----------|
| 1 とても興味がある | 2 少し興味がある |
| 3 どちらかというに興味がない | 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 <small>くだもの</small> 果物 |
| 5 甘い飲み物 (コーラ・ジュースなど) | 6 牛乳・ <small>にゅうせいひん</small> 乳製品 |
| 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せんか。

(○はいくつでも)

- 1 自分が好きな運動、できそうな運動を教えてもらえたら
- 2 友達と一緒にできたら
- 3 自由に使える場所があったら
- 4 運動をする自由な時間があったら
- 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回以上歯みがき剤ぎ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)

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



