

(アンケート例②)

けんこうせいかつ
健康生活アンケート

(年 組 男 ・ 女)

次の質問について、あてはまる数字を に書きましょう。

1. 毎日、何時に起きますか？

- ①6時まで ②6時00分～6時30分 ③6時30分～7時00分
④7時00分～7時30分 ⑤7時30分以降

1	<input type="text"/>
---	----------------------

2. 毎日、朝ごはんを食べますか？

- ①毎日食べる ②だいたい食べる (1週間に4～5回くらい)
③ときどき食べる (1週間に2～3回くらい) ④食べない (毎日ほとんど食べない)

2	<input type="text"/>
---	----------------------

3. 1で朝ごはんを「③ときどき食べる」「④食べない」と答えた人は、食べない理由は何ですか？

- ①寝坊した ②食べたくなかった ③時間がなかった ④いつも食べない
⑤用意されていなかった ⑥その他 ()

3	<input type="text"/>
---	----------------------

4. 朝ごはんはどのような内容ですか？

次の中から、自分に一番近いものを選んでください。なければ、その他に書いてください。

- ①「ごはんまたはパン」だけ
②「ごはんまたはパン」と「のみもの」
③「ごはんまたはパン」と「おかず」
④「ごはんまたはパン」と「おかず」と「のみもの」
⑤「のみもの」だけ
⑥「おかず」だけ
⑦ その他 ()

4	<input type="text"/>
---	----------------------

5. 食事のときに、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？

- ①いつもする ②する時としない時がある ③しない

5	<input type="text"/>
---	----------------------

6. 給食で、きれいな食べ物が出たらどうしますか？

- ①残さず食べる ②半分は食べる ③ひとくちは食べる ④まったく食べない

6	<input type="text"/>
---	----------------------

7. 野菜やくだもの皮をほうちょうでむいたり、かんたんな料理を作ったりすることができますか？

- ①できる ②すこしできる ③できない

7	<input type="text"/>
---	----------------------

8. 夏(春・秋・冬)にとれる野菜を知っているだけ書いてください。

--

9. 滋賀県の特産物や郷土料理を知っているだけ書いてください。

--

10. 3日以上うんちがでないことがありますか？

- ①よくある ②ほとんどない

10	
----	--

11. どんなうんちがでますか？

- ①ころころうんち ②バナナうんち ③どろどろした水っぽいうんち

11	
----	--

12. 毎日、何時に寝ますか？

- ①9時まで ②9時～10時 ③10時～11時
④11時～12時 ⑤12時以降

12	
----	--

13. 12の質問で④、⑤と答えた人に質問します。11時以降に寝る理由は何ですか？

- ①宿題をしているから ②習い事があるから ③テレビを見たり、ゲームをしたりしているから
④眠たくないから ⑤家族が起きているから ⑥その他

13	
----	--

14. TVやゲームをする時間はどのぐらいですか？

- ①1時間未満 ②1～2時間未満 ③2～3時間 ④3時間以上

14	
----	--

15. 眠る前にTVを見たり、ゲームをしたりすることがよくありますか？

- ①はい ②いいえ

15	
----	--

16. いらいらしたり、つかれを感じることはありませんか？

- ①よくある ②たまにある ③ない

16	
----	--

17. あなたが歯みがきをする時はいつですか？ する時全部に○をつけましょう。

- ①朝 ②昼 ③夜 ④みがかかない

ありがとうございました。