

資料1 明健中学校区児童生徒の食生活アンケート

ねん くみ おとこ おんな
年 組 男 ・ 女

問1 あなたのお子さんは、学校がある日何時ごろ起きますか？1つ選んで○をつけてください。

- 1 午前6時前 2 午前6時から6時30分のあいだ
3 午前6時30分から7時のあいだ 4 午前7時から7時30分のあいだ
5 午前7時30分以降

問2 あなたのお子さんは、起きるとき、すっきりと目がさめますか？

- 1 すっきりと目がさめることが多い 2 少しねむいことが多い
3 ねむくて、なかなか起きられないときが多い



問3 あなたのお子さんは、どのようにして起きますか？1つ選んで○をつけてください。

- 1 いつも自分で目がさめる 2 めざまし時計で目をさます
3 家の人に起こしてもらう 4 その他 ()

問4 あなたのお子さんは、朝食を食べますか？1つ選んで○をつけてください。

- 1 毎朝食食べる 2 食べることが多い(週に4~5日食べる)
3 食べないことが多い(週に1~3日食べる) 4 ほとんど食べない

問5 朝食を毎日食べない人はどうしてですか。

- 1 食欲がない 2 食べる時間がない
3 朝食の用意がない 4 いつも食べないから
5 その他 ()

問6 あなたのお子さんは、毎朝、排便(うんちがでること)をしていますか。

- 1 毎朝する 2 2日に1回くらい
3 3日に1回くらい 4 決まっていない

問7-1

あなたのお子さんは、給食を残すことがありますか？1つ選んで○をつけてください。

- 1 いつも残さないで食べる 2 週に1~2回残す
3 週に3~4回残す 4 いつも残す

問7-2

問7-1で2, 3, 4と答えた人に聞きます。残したときにどんな気持ちになりますか？

1つ選んで○をつけてください

- 1 もったいないと思う 2 しかたないと思う
3 なんとも思わない 4 その他 ()

問9 あなたのお子さんは、学校が終わってから夕食までのあいだ

- 1 毎日食べる 2 食べることが多い
(どんなもの) (どんなもの)
3 食べないことが多い(週に1~3回食べる)

問10 あなたのお子さんは夕食を食べてから寝るまでに夜食をた

- 1 毎日食べる 2 食べることが多い
(どんなもの) (どんなもの)
3 食べないことが多い(週に1~3回食べる)

問11 いつも(学校がある日)どのように食事をしていますか。

朝ごはん

- 1 家族そろって食べる 2 家族のだれかと
3 ひとりで食べる 4 その他 ()

夕ごはん

- 1 家族そろって食べる 2 家族のだれかと
3 ひとりで食べる 4 その他 ()

問12 あなたのお子さんは、学校がある日に何時ごろ寝ますか？

- 1 午後9時前 2 午後9時から1
3 午後10時から11時のあいだ 4 午後11時から
5 午前0時以降

問13 あなたのお子さんは、学校の授業以外で運動や外で遊んでし

- 1 運動する・遊ぶ 2 運動しない・遊

問14 あなたのお子さんは、次のようなことを感じることはありませんか？

- 感じたことがない 時々感じる
(月に1回くらい)

- 1 体がだるい () ()
2 つかれる () ()
3 肩がこる () ()
4 頭痛がする(頭がいたし) () ()
5 おなかがいたい () ()

問 8-1

あなたのお子さんは、苦手な食べ物がありますか？

- 1 ある
- 2 ない

問 8-2

問 8-1 で、1 と答えた人に聞きます。苦手な食べ物が出たときにはどうしますか？

家庭と学校それぞれ、1つ選んで○をつけてください。

家庭

- 1 残さないで食べる
- 2 少しだけ食べる
- 3 手をつけなくて残す

学校

- 1 残さないで食べる
- 2 少しだけ食べる
- 3 手をつけなくて残す

6 目がつかれる () ()

7 何もやる気がおこらない () ()

8 イライラする () ()

月 日 () までに学級担任へ提出くださるよ

ご協力あ

に何か食べますか？ 1つ選んで○をつけてください。

はい (週に4~5日食べる)

)

4 食べない

べますか？ 1つ選んで○をつけてください。

はい (週に4~5日食べる)

)

4 食べない

食べる

)

食べる

)

1つ選んで○をつけてください。

0時のあいだ

、12時のあいだ

いますか？ 1つ選んで○をつけてください。

しばない

ますか？それぞれ1つ選んで○をつけてください。

しばしば感じる いつも感じる

(週に1回くらい) (毎日)

() ()

() ()

() ()

() ()

() ()

() ()
() ()
() ()

うにねがお願いいたします。
りがとうございました。

