

調 査 票

調査年月日 平成 年 月 日

* 学年・性別・身長・体重についてお答えください。

学年	小 1 小 2 小 3	小 4 小 5 小 6	中 1 中 2 中 3	性別	男 女
身長	100 cm 未満 100以上 ~ 110 cm 未満 110 ~ 120 cm 120 ~ 130 cm 130 ~ 140 cm 140 ~ 150 cm 150 ~ 160 cm 160 ~ 170 cm 170 ~ 180 cm 180cm 以上	体重	15 kg 未満 15以上 ~ 20 kg 未満 20 ~ 25 kg 25 ~ 30 kg 30 ~ 35 kg 35 ~ 40 kg 40 ~ 45 kg 45 ~ 50 kg 50 ~ 55 kg 55 ~ 60 kg		

甘いものに対する考えについておたずねします。

(1) あなたはふだん甘いものとして主に何を食べていますか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

白砂糖	黒砂糖	グラニュー糖	カラメル糖
ハチミツ	糖蜜	氷砂糖	
ノンカロリーシュガー (ダイエットシュガーなど)			
わからない			

(2) 甘いものは好きですか嫌いですか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

好き	やや好き	やや嫌い	嫌い
----	------	------	----

(3) 甘い食べものや飲みものをどのように食べていますか。
(該当するところをすべて選んでください)

毎日ほしくなりとる
一度にたくさんとる
ご飯が食べられないくらいとる
たくさんとるが、ご飯もたくさん食べる
欲しいとき、好きなだけとる

少しずつだが、合計するとたくさんになる
食べる量も、飲む量もやや多い
好きであるがなるべく少なくしている
少しだけとるので、ご飯の量は変わらない
つきあい程度に食べる

それほどほしいと思ったことはない
自分から進んでとろうとは思わない
嫌いなのでほとんどとらない

(4) お菓子、ジュースなどかなり甘いものを次の年齢の頃、
どのくらい食べていましたか。
(それぞれの項目に対して該当するところを 1 つだけ選んでください)

	たいへん	かなり	すこし	まったく
・ 0 ~ 2 才 未 満				
・ 2 ~ 4 才 未 満				
・ 4 ~ 6 才 未 満				
・ 小 1 ~ 小 3 の 頃				
・ 小 4 ~ 小 6 の 頃				
・ 中 学 生 の 頃				

(5) 《 最近 》 甘いものをとる量が変わりましたか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

増えた	やや増えた	変わらない	やや減った	減った
-----	-------	-------	-------	-----

(6) どんなとき甘いものがほしくなりますか。
(該当するところをすべて選んでください)

疲れたとき	いらいらしているとき
たいくつなとき	おいしいものが食べたいとき
気分転換をしたいとき	食事を終えたとき
おなかがすいたとき	遊んでいるとき
むしゃくしゃしたとき	勉強をしているとき

(7) 甘いものをとるとどうなりますか。
(該当するところをすべて選んでください)

満足感がする	頭が痛くなる
疲れがとれる	気持ちがわるくなる
活動的になる	胸やけがする
頭がすっきりする	口の中が変になる
落ち着く	
心がなごむ	何の変化もない

(8) 甘いものが健康へ及ぼす影響についてどう思いますか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

良い	やや良い	やや悪い	悪い
----	------	------	----

A 甘いものは精神状態をどのようにすると思いますか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

安定にする
不安定にする
どちらでもない
わからない

B 甘いものは行動をどのようにすると思いますか。
(該当するところを 1 つだけ選んでください)

穏やかにする
粗暴にする
どちらでもない
わからない

C 甘いものは体の働きをどのようにすると思いますか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 良くする
- 悪くする
- どちらでもない
- わからない

あなたがいつも間食(おやつ)としてどんなものをとっているかについて、
おたずねします。

《1週間あたり》次のものをどのくらいとりますか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

- | | |
|-----------|-----------|
| ・ 紅茶 | ・ コーヒー |
| とらない | とらない |
| 1 ~ 3 杯 | 1 ~ 3 杯 |
| 4 ~ 6 杯 | 4 ~ 6 杯 |
| 7 ~ 10 杯 | 7 ~ 10 杯 |
| 11 ~ 14 杯 | 11 ~ 14 杯 |
| 15 杯以上 | 15 杯以上 |
- また、砂糖をどのくらい入れますか。 また、砂糖をどのくらい入れますか。
- | | |
|----------|----------|
| 入れない | 入れない |
| 1 ~ 2 さじ | 1 ~ 2 さじ |
| 3 さじ以上 | 3 さじ以上 |
-
- | | | |
|--------------|-----------|-----------|
| ・ ジュース(コップで) | ・ アイスクリーム | ・ ヨーグルト |
| とらない | とらない | とらない |
| 1 ~ 3 杯 | 1 ~ 3 個 | 1 ~ 3 杯 |
| 4 ~ 6 杯 | 4 ~ 6 個 | 4 ~ 6 杯 |
| 7 ~ 10 杯 | 7 ~ 10 個 | 7 ~ 10 杯 |
| 11 ~ 14 杯 | 11 ~ 14 個 | 11 ~ 14 杯 |
| 15 杯以上 | 15 個以上 | 15 杯以上 |
-
- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| ・ ガム | ・ ゼリー | ・ アメ |
| とらない | とらない | とらない |
| 1 ~ 3 枚 | 1 ~ 3 個 | 1 ~ 3 個 |
| 4 ~ 6 枚 | 4 ~ 6 個 | 4 ~ 6 個 |
| 7 ~ 10 枚 | 7 ~ 10 個 | 7 ~ 10 個 |
| 11 ~ 14 枚 | 11 ~ 14 個 | 11 ~ 14 個 |
| 15 枚以上 | 15 個以上 | 15 個以上 |
-
- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| ・ ビスケット | ・ せんべい | ・ 菓子パン |
| とらない | とらない | とらない |
| 1 ~ 3 枚 | 1 ~ 3 個 | 1 ~ 3 個 |
| 4 ~ 6 枚 | 4 ~ 6 個 | 4 ~ 6 個 |
| 7 ~ 10 枚 | 7 ~ 10 個 | 7 ~ 10 個 |
| 11 ~ 14 枚 | 11 ~ 14 個 | 11 ~ 14 個 |
| 15 枚以上 | 15 個以上 | 15 個以上 |
-
- | | |
|-------------------|-----------|
| ・ ケーキ(ショトケキの大きさで) | ・ プリン |
| とらない | とらない |
| 1 ~ 3 個 | 1 ~ 3 個 |
| 4 ~ 6 個 | 4 ~ 6 個 |
| 7 ~ 10 個 | 7 ~ 10 個 |
| 11 ~ 14 個 | 11 ~ 14 個 |
| 15 個以上 | 15 個以上 |

- | | |
|---------------------|--------------------|
| ・ チョコレート(板チョコの大きさで) | ・ 和菓子(だんご、まんじゅうなど) |
| とらない | とらない |
| 1 ~ 3 個 | 1 ~ 3 個 |
| 4 ~ 6 個 | 4 ~ 6 個 |
| 7 ~ 10 個 | 7 ~ 10 個 |
| 11 ~ 14 個 | 11 ~ 14 個 |
| 15 個以上 | 15 個以上 |

食事についておたずねします。

(1) 食事は規則正しくとっていますか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | | |
|-------|---------|-------|-----|
| 規則正しい | やや規則正しい | やや不規則 | 不規則 |
|-------|---------|-------|-----|

(2) 間食(おやつ)をとりますか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | | |
|----|----|-----|------|
| 毎日 | 時々 | あまり | まったく |
|----|----|-----|------|

(3) 夜食をとりますか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | | |
|----|----|-----|------|
| 毎日 | 時々 | あまり | まったく |
|----|----|-----|------|

(4) 家庭での1日の食事の様式はおおむねどのようですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | |
|----|----|-----|
| 和風 | 洋風 | 中華風 |
|----|----|-----|

- ・ 朝食
- ・ 昼食
- ・ 夕食

(5) 食事の内容についておたずねします。(1日3食として)

A 《1週間あたり》主食として、次のものをどのくらいとりますか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | |
|------------------|-----------|-----------|
| ・ 米飯食(玄米、麦なども含む) | ・ パン食 | ・ めん類 |
| とらない | とらない | とらない |
| 1 ~ 3 食 | 1 ~ 3 食 | 1 ~ 3 食 |
| 4 ~ 6 食 | 4 ~ 6 食 | 4 ~ 6 食 |
| 7 ~ 10 食 | 7 ~ 10 食 | 7 ~ 10 食 |
| 11 ~ 14 食 | 11 ~ 14 食 | 11 ~ 14 食 |
| 15 食以上 | 15 食以上 | 15 食以上 |

B 《1週間あたり》副食として、次のものをどのくらいとりますか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

- | | | |
|------------|------------|--------------|
| ・ みそ汁(お椀に) | ・ いも類(小鉢に) | ・ きのこと類(小鉢に) |
| とらない | とらない | とらない |
| 1 ~ 3 杯 | 1 ~ 3 杯 | 1 ~ 3 杯 |
| 4 ~ 6 杯 | 4 ~ 6 杯 | 4 ~ 6 杯 |
| 7 ~ 10 杯 | 7 ~ 10 杯 | 7 ~ 10 杯 |
| 11 ~ 14 杯 | 11 ~ 14 杯 | 11 ~ 14 杯 |
| 15 杯以上 | 15 杯以上 | 15 杯以上 |

- ・ 海草類（小鉢に）
とらない
1 ~ 3 杯
4 ~ 6 杯
7 ~ 10 杯
11 ~ 14 杯
15 杯以上
- ・ 豆類（小鉢に）
とらない
1 ~ 3 杯
4 ~ 6 杯
7 ~ 10 杯
11 ~ 14 杯
15 杯以上
- ・ 焼き魚，煮魚類
とらない
1 ~ 3 匹
4 ~ 6 匹
7 ~ 10 匹
11 ~ 14 匹
15 匹以上

- ・ 刺身類
とらない
1 ~ 3 人前
4 ~ 6 人前
7 ~ 10 人前
11 ~ 14 人前
15 人前以上
- ・ 牛豚肉類
とらない
1 ~ 3 人前
4 ~ 6 人前
7 ~ 10 人前
11 ~ 14 人前
15 人前以上
- ・ 鳥肉類
とらない
1 ~ 3 人前
4 ~ 6 人前
7 ~ 10 人前
11 ~ 14 人前
15 人前以上

- ・ チーズ
とらない
1 ~ 3 切
4 ~ 6 切
7 ~ 10 切
11 ~ 14 切
15 切以上
- ・ 牛乳（コップで）
とらない
1 ~ 3 杯
4 ~ 6 杯
7 ~ 10 杯
11 ~ 14 杯
15 杯以上

C 野菜についておたずねします。

野菜は好きですか。嫌いですか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- 好き やや好き やや嫌い 嫌い

野菜をどの程度食べていますか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- 1日に2回以上食べる
- 1日に1回食べる
- 食べたり食べなかったりムラがある
- ほとんど食べない

野菜の種類はどのようなものですか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- 緑黄色野菜が多い
- 淡色野菜が多い
- 根菜類が多い
- いずれもまんべんなく食べている

主に生野菜（サラダなど）をとりますか，調理した野菜をとりますか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- 生野菜 調理した野菜 両方とる

《1週間あたり》生野菜として食べる量はどのくらいですか。

- ・ サラダとして食べる量は，どんぶりでのどのくらいですか。
（該当するところを1つだけ選んでください）
とらない 1 ~ 7 杯 8 ~ 14 杯 15 杯以上

・ ジュースとして飲む量は，コップでどのくらいですか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- とらない 1 ~ 7 杯 8 ~ 14 杯 15 杯以上

D 副食として加工した食品はどのくらい利用しますか。
（それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください）

- たいへん かなり すこし まったく

- ・ かんづめ食品
- ・ インスタント食品
- ・ 冷凍食品
- ・ レトルト食品
- ・ 乾物（干し魚，のりなど）
- ・ ドライフルーツ

これら食品の利用は全食品に対してどのくらいの割合を占めていますか。
（該当するところを1つだけ選んでください）

- 2割未満 2 ~ 5割未満 5 ~ 8割未満 8割以上

E 《1カ月あたり》家庭で次の調味料の使用量はどのくらいですか。
（それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください）

・ 砂糖

- 1 kg 未満
- 1 ~ 2 kg 未満
- 2 ~ 4 kg 未満
- 4 ~ 6 kg 未満
- 6 kg 以上

・ 塩

- 50 g 未満
- 50 ~ 100 g 未満
- 100 ~ 250 g 未満
- 250 ~ 350 g 未満
- 350 g 以上

・ みそ

- 1 kg 未満
- 1 ~ 2 kg 未満
- 2 ~ 4 kg 未満
- 4 ~ 6 kg 未満
- 6 kg 以上

・ しょうゆ

- 1 匁 未満
- 1 ~ 2 匁 未満
- 2 ~ 4 匁 未満
- 4 ~ 6 匁 未満
- 6 匁 以上

F 《1カ月あたり》ファーストフードショップ（持ち帰り弁当・寿司なども含む）はどのくらい利用しますか。
（それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください）

- 利用しない 1 ~ 3 回 4 ~ 10 回 10 回以上

- ・ ハンバーガ
- ・ フライドチキン
- ・ ソーセージ
- ・ フライドポテト
- ・ 寿司
- ・ 弁当

G 毎日の食事に対するお子さんの意識と行動についておたずねします。

お子さんは食事についてどう思っていますか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 雰囲気を楽しむ
- ・ おいしく食べている
- ・ 無理に食べている
- ・ 料理を楽しむ
- ・ 食事の時間が待ちどおしい

- ・ 食事の時間が苦痛である
- ・ 好きなものだけ食べている
- ・ メニューにこだわる
- ・ おやつだけを求める

夕食の時間にお子さんが次のことをしていた場合、すぐにやめられますか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

はい いいえ

- ・ テレビ
- ・ 家での遊び
- ・ 外での遊び
- ・ 読書
- ・ 勉強
- ・ 手伝い

一般的な性格・体質の状態についておたずねします。

(1) 性格はどうか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ わがままである
- ・ 几帳面である
- ・ のん気である
- ・ 優しい性格である
- ・ 恥かしがりやである

- ・ 誠実である
- ・ 消極的である
- ・ 自己主張が強い
- ・ はきはきしている
- ・ 短気である

- ・ あきっぽい
- ・ 怒りっぽい
- ・ 人前に出るとドキドキする
- ・ ふさぎこむ
- ・ 積極的である

- ・ 意見をはっきりしめす
- ・ 集中力に欠ける
- ・ くよくよしない
- ・ 緊張しやすい
- ・ いらいらしやすい

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 気にしやすい
- ・ 人見知りする
- ・ 物忘れしやすい
- ・ 内にこもる
- ・ 疑い深い

- ・ けんかっ早い
- ・ 移り気である
- ・ がまん強い
- ・ 努力家である
- ・ 物おじしない

- ・ おとなしい
- ・ 動作が機敏である
- ・ 友達とよく遊ぶ
- ・ 自分勝手である
- ・ 人の気持ちを考える

- ・ 怒ることがあまりない
- ・ 人の面倒をよくみる
- ・ くじけない
- ・ 冷静な判断ができる
- ・ やる気が多い

- ・ 動作が緩慢である
- ・ 落ち着いている
- ・ ほがらかである

(2) 体質はどうか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ かぜをひきやすい
- ・ のどが弱い
- ・ 皮膚が弱い
- ・ アレルギー性体質である
(じんましん, ぜんそく, アトピー, 薬物など)

- ・ 下痢をしやすい
- ・ 寝つきが良い
- ・ 疲れやすい
- ・ 汗っかきである

ここ1~2年の身体面・精神面についての変化をおたずねします。

(1) 身体面ではどうか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 頭が痛くなる
- ・ てんかん発作を起こす
- ・ 気を失うことがある
- ・ どもる
- ・ 目がくらむ

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 鼻血が出る
- ・ ぼんやり物が見える
- ・ 小さな音がよく聞こえない
- ・ 耳が痛むことがある
- ・ 立ちくらみがする

- ・ 耳なりがする
- ・ 鼻がつまる
- ・ 目が疲れる
- ・ においがわからない
- ・ 歯をみがくと血が出る

- ・ 吐き気をもよおす
- ・ 手足がむくむことがある
- ・ 息切れがする
- ・ しっしんがでる
- ・ 手，足，腰に妙な痛みがある

- ・ じんましんがでる
- ・ 痛みをあまり感じない
- ・ 手がふるえる
- ・ 体がかゆくなる
- ・ 関節が痛いときがある

- ・ ぜんそく発作がおこる
- ・ 手足が冷える
- ・ 足がだるいときがある
- ・ おなかが痛くなる
- ・ 下痢をする

- ・ 便秘である
- ・ すぐに疲れる
- ・ 筋肉がかたくなることがある
- ・ 汗をたくさんかくことがある
- ・ 脈がはやくなることがある

(2) 精神面ではどうですか。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 集中力がない
- ・ ゆうつになる
- ・ くよくよ悩む
- ・ ふさぎこむ
- ・ 動作がなんとなくにぶくなる

- ・ わけもなく不安になる
- ・ ちょっとしたことで不気嫌になる
- ・ いらいらする
- ・ 物忘れする
- ・ 何もしたくなくなる

- ・ 気疲れする
- ・ 移り気である
- ・ ほがらかである
- ・ ポーツとすることがある
- ・ 自分の言っていることが分からなくなる

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 人のことにこだわる
- ・ 不平，不満がつもの
- ・ 爪をよくかむ
- ・ 内にこもる
- ・ いやな夢を見る

- ・ 物事に対して積極的である
- ・ 自殺を考えたことがある
- ・ 突然わけの分からないふるまいをする
- ・ うたがい深くなる
- ・ けんかっ早くなる

- ・ 家庭内や学校で暴力をふるう
- ・ 妄想や幻覚にとられる
- ・ 他の人から見られていると感じる
- ・ いつも眠くなる
- ・ 落ち着いて行動する

- ・ 何に対しても努力する
- ・ 明るい気分になる
- ・ 夜，眠れないことがある
- ・ 物をよくこわす
- ・ 夜よく眠れる

- ・ 寝起きは良い
- ・ 楽しい夢をみる
- ・ 自分さえ良ければよい
- ・ 理由なく怒る
- ・ 人の面倒をよくみる

- ・ 気持ちがすぐにくじける
- ・ 物事を冷静に判断できる
- ・ やる気が起こらない
- ・ 交通などのきまりを守らない
- ・ 社会問題などに関心がある

- ・ 物事に対して消極的である
- ・ やる気が起こる

ふだんの生活のようすについておたずねします。

(1) 学校についておたずねします。

A 一般的にいつて学校が好きですか，嫌いですか。

好き 嫌い どちらでもない

B 学校での勉強と運動についてはどうですか。
(それぞれの項目に対してどちらか1つだけ選んでください)

- ・ 勉強 好き 嫌い どちらでもない
- ・ 運動 好き 嫌い どちらでもない

(2) 学校での生活についておたずねします。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

たいへん かなり すこし まったく

- ・ 勉強が楽しい
- ・ 休み時間をみんなで楽しく過ごす
- ・ 友達がいる

(3) 塾通い(そろばん , 書道 , 学習塾 , 家庭教師 など) についておたずねします。
(それぞれの項目に対して該当するところを1つだけ選んでください)

A 《 1 週間あたり 》 塾に何回通っていますか。

通っていない

- 1 回
- 2 ~ 3 回
- 4 ~ 5 回
- 6 回以上

B 《 1 回あたり 》 塾で過す時間はどのくらいですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 30 分未満
- 30 分 ~ 1 時間未満
- 1 ~ 2 時間
- 2 ~ 3 時間
- 3 ~ 4 時間
- 4 時間以上

(4) 《 1 日あたり 》 家庭での勉強時間(学校 , 学習塾以外) はどのくらいですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 30 分未満
- 30 分 ~ 1 時間未満
- 1 ~ 2 時間
- 2 ~ 3 時間
- 3 ~ 4 時間
- 4 時間以上

(5) 《 1 日あたり 》 学校以外に外で遊ぶ時間はどのくらいですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 30 分未満
- 30 分 ~ 1 時間未満
- 1 ~ 2 時間
- 2 ~ 3 時間
- 3 ~ 4 時間
- 4 時間以上

(6) 《 1 日あたり 》 家の中で遊ぶ時間(テレビ以外) はどのくらいですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 30 分未満
- 30 分 ~ 1 時間未満
- 1 ~ 2 時間
- 2 ~ 3 時間
- 3 ~ 4 時間
- 4 時間以上

(7) 《 1 日あたり 》 家の中でテレビを見て過ごす時間はどのくらいですか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- 全く見ない
- 30 分未満
- 30 分 ~ 1 時間未満
- 1 ~ 2 時間
- 2 ~ 3 時間
- 3 ~ 4 時間
- 4 時間以上

お子さんのケガと病気についておたずねします。

(1) 1 年間にカゼをどのくらいひきますか。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- ほとんどひかない
- 1 ~ 3 回
- 4 ~ 6 回
- 7 ~ 9 回
- 10 回以上

(2) 虫歯の数はどのくらいですか。治療済の虫歯も数えてください。
(該当するところを1つだけ選んでください)

- | | |
|---------|-----------|
| まったくない | 10 ~ 12 本 |
| 3 本以下 | 13 ~ 16 本 |
| 4 ~ 6 本 | 17 ~ 20 本 |
| 7 ~ 9 本 | 21 本以上 |

(3) お子さんが骨折したことがありますか。

ある ない

(4) お子さんがケガ(交通事故以外) で10日以上入院したことがありますか。

ある ない

(5) お子さんが病気(かぜ以外) で10日以上入院したことがありますか。

ある ない

家族構成と保護者についておたずねします。

(1) 家族構成についておたずねします。

A いっしょに住んでいる人はどなたですか。
(該当するところをすべて選んでください。)

祖父 祖母 父 母 おじ おば

また , 兄弟についてそれぞれの人数を選んでください。

いない 1 人 2 人 3 人以上

- ・ 兄
- ・ 弟
- ・ 姉
- ・ 妹

