



平成26年度県民栄養調査
子どもの食生活状況調査票
 (本人が記入してください。)

施設番号 _____

性別	男 ・ 女			
区分	中学校	1年	2年	3年
	高等学校	1年	2年	3年
クラス		番号		

この調査は、皆さんが健康に過ごせるようにするにはどのようにすればよいかを知るために行うものです。結果に皆さんの氏名などを発表することはありません。皆さんの考えていることやふだんの様子をそのまま答えてください。

問1 通学で、歩いたり自転車に乗ったりする時間はどのくらいですか。(片道)
 (当てはまるところだけ記入してください。高校生でバイク通学の方は記入しないでください。)

歩くのが 分 自転車が 分

問2 運動部やスポーツクラブに入っていますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。
 入っている場合は、週あたりの回数と1回あたりのおおよその時間を記入してください。

1 入っている 2 入っていない

→ 週 回 1回あたりおおよそ 時間 分

問3 運動は好きですか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。

- 1 好き 2 どちらかというが好き 3 どちらかというと嫌い 4 嫌い

問4 外で遊ぶこと(外での手伝いで体を動かすこと、釣りや山歩きなど)は好きですか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけてください。(外で行う活動であれば何でも良い)

- 1 好き 2 どちらかというが好き 3 どちらかというと嫌い 4 嫌い

問5 テレビを見たり、テレビゲームをしたり、コンピュータ（携帯・スマートフォンを含む）を使用する時間は、1日に合計してどれくらいですか。

平日 合計 時間 分
(学校のある日)

休日 合計 時間 分

問6 夜は何時ごろ寝ますか。

夜、 時 分ごろ

問7 今日食べた朝食について、食べたものすべてに○印をつけてください。

主食	①ごはん ②パン（食パン、バターロールなど） ③調理パン（サンドウィッチ、カレーパン、コロッケパンなど） ④菓子パン（あんパン、ジャムパン、メロンパンなど） ⑤シリアル類（コーンフレークなど） ⑥めん類（うどん、ほうとうなど） ⑦その他（ ） ⑧食べない
主なおかず	①魚の料理（焼き魚、しらす干し、ツナ缶など） ②肉の料理（ハム、ウインナー、ハンバーグ、シューマイ、から揚げなど） ③卵の料理（目玉焼き、卵焼き、オムレツ、ゆで卵など） ④大豆の料理（納豆、豆腐、煮豆など） ⑤その他（ ） ⑥食べない
野菜の多いおかず	①煮もの ②炒めもの・揚げもの（野菜炒め、天ぷら、フライなど） ③サラダ（野菜サラダ、ポテトサラダなど）・あえもの（おひたし、酢の物など） ④その他（ ） ⑤食べない
汁もの	①みそ汁 ②スープ ③インスタントのみそ汁、またはインスタントのスープ ④その他（ ） ⑤食べない
飲みもの	①牛乳 ②乳酸菌飲料 ③豆乳・豆乳飲料 ④飲むヨーグルト ⑤野菜ジュース、果汁ジュース、ミックスジュース ⑥お茶・水 ⑦しこう飲料（スポーツドリンク、炭酸が入った飲みもの、砂糖の入った飲みものなど） ⑧その他（ ） ⑨飲まない
その他	①ヨーグルト ②チーズ ③果物 ④ゼリー、プリンなど ⑤その他（ ） ⑥食べない

*ハムエッグのように肉と卵を使った料理は、両方に○印をつけてください。

*わからない料理は「その他」のところに書いてください。

問8 平成24年国民健康・栄養調査で、山梨県民は男性、女性とも食塩摂取量が全国平均よりも高い結果でした。山梨県民の食塩摂取量が多いことを知っていましたか。

1 知っていた 2 知らなかった