

ふだんの健康づくりや、生活についてお聞かせください。

げんき ちょうさ ～さむかわ元気プラン アンケート調査～

しょうがくせい ちゅうがくせいちようさ 【小学生・中学生調査】

大人になっても健康でいるためには、好き嫌いしないで食べたり、遊びや運動をしたり、よくねむることなど、子どものころからの健康づくりがとても大切です。

そこで、寒川町に住んでいるみなさんに、ふだんの健康づくりや生活についてアンケート調査を行うことになりました。

みなさんからいただいた答えは、健康づくりのための取り組みを考えたり、健康づくりの計画を見直すために使います。

アンケートは、あなたの名前を書かないであつめますので、だれかに答えを知られることはありません。思ったとおりに答えてください。

みなさんといっしょに、これからの健康づくりについて考えていきたいと思しますので、アンケートへの協力をお願いします。

れいわ ねん がつ
令和6年5月
さむかわちようちょう
寒川町長

— アンケートに答える前にお読みください —

- 質問の意味がわからないときは、お父さんやお母さんなどに聞いて答えてください。保護者の方はお忙しいところ恐縮ですがアンケートへのご協力をお願いします。
- 質問は問11まであります。答えがわからない質問は、答えなくても、だいじょうぶです。
- 答えは、質問ごとに○印をつける数がちがいます。例えば[○は1つだけ]、「○はあてはまるものぜんぶ」などです。
- 黒のえんぴつやボールペンを使い、番号を囲むようにはっきり○をつけてください。例①
- すべての質問の答えを書き終わったら、**6月7日(金)までに**担任の先生にわたしてください。
- このアンケートについて、わからないことがあったら、次のところへ連絡してください。

さむかわまちけんこう か けんこう たんとう
寒川町健康・スポーツ課 健康づくり担当

でんわ TEL. 0467-74-1111(内線261) / FAX. 0467-74-9141

ちょうさひょう 調査票

1 食事について

問1 朝ごはんや夕ごはんを食べていますか。 [①と②それぞれ、○は1つだけ]

① 朝ごはん	1 毎日食べる	3 食べない日の方が多い
	2 食べる日の方が多い	4 食べない
② 夕ごはん	1 毎日食べる	3 食べない日の方が多い
	2 食べる日の方が多い	4 食べない

問2 平日の朝ごはんは、家族と食べますか。 [○は1つだけ]

- 1 みんなそろって食べる
- 2 みんなはそろわないが家族と食べる
- 3 ひとりで食べる日の方が多い
- 4 ひとりで食べる

2 運動について

問3 体を動かして遊ぶことが多いですか。 [○は1つだけ]

- 1 はい
- 2 いいえ

3 睡眠や、ふだんの気持ちについて

問4 ふだんの日、夜は何時ごろ寝ていますか。 [○は1つだけ]

- 1 午後7時より前
- 2 午後7時台
- 3 午後8時台
- 4 午後9時台
- 5 午後10時台
- 6 午後11時台
- 7 午前0時台
- 8 午前1時台
- 9 午前2時より後

とい 問5 ふだんの生活で楽しいと感じていますか。 [○は1つだけ]

- 1 はい 2 いいえ

とい 問6 ふだんの生活でイライラを感じていますか。 [○は1つだけ]

- 1 はい 2 いいえ

4 は けんこう 歯の健康について

とい 問7 いつ歯みがきをしていますか。 [○はあてはまるものぜんぶ]

- 1 朝 4 食べたらみがく
2 昼 5 歯みがきをしていない
3 夜

とい 問8 歯の健康に関心がありますか。 [○は1つだけ]

- 1 関心がある 2 少し関心がある 3 あまり関心がない 4 関心がない

とい 問9 むし歯を防ぐ方法を知っていますか。 [○は1つだけ]

- 1 知っている 2 少し知っている 3 あまり知らない 4 知らない

5 さけ お酒とたばこについて

とい 問10 子どもはお酒やたばこの害を大人より受けやすいことを知っていますか。 [○は1つだけ]

- 1 知っている 2 知らない

6 けんこう 健康づくりについて

とい 問11 次のうち、ふだんあなたが心がけているものに○をつけてください。

[○はあてはまるものぜんぶ]

- 1 はやね はやお 早寝・早起きをする 7 からだ うご あそ 体を動かす遊びをする
2 朝ごはんを毎日食べる 8 は たいせつ 歯を大切にする
3 食べる量に気をつける 9 きそくただい せいかつ 規則正しい生活をする
4 太りすぎない 10 とも たの 友だちと楽しくすごす
5 やせすぎない 11 とくにない
6 うんどう やスポーツをする 12 その他 ()

しつもん こた 質問に答えてくれて、ありがとうございました。