

ふだんの健康づくりや、生活についてお聞かせください。

～さむかわ元気プラン アンケート調査～

【小学生・中学生調査】

大人になっても元気であるためには、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います。

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ねがいします。

令和6年5月
寒川町長

— アンケートに答える前にお読みください —

- 1 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。
- 2 質問は問 18 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。
- 3 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
- 4 すべての質問の答えを書き終わったら、**6月5日(水)までに**担任の先生にわたしてください。
- 5 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。

寒川町健康づくり課 健康づくり担当

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

調査票

1

食事について

問1 朝ごはんを食べていますか。 [○は1つだけ]

- | | |
|-------------|--------------|
| 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 夕ごはんを食べていますか。 [○は1つだけ]

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

問4 食事の用意やあとかたづけなど、お手伝いをしますか。

- | | |
|---------|-------|
| 1 よくする | 3 しない |
| 2 たまにする | |

2

運動について

問5 運動やスポーツをすることは、好きですか。 [○は1つだけ]

- | | |
|---------|-------------|
| 1 とても好き | 3 あまり好きではない |
| 2 好き | 4 きらい |

問6 週3日以上運動(外遊びを含みます)をしていますか。 [○は1つだけ]

- | | |
|-------|-------|
| 1 はい | |
| 2 いいえ | → 問7へ |

問 13 悩みやストレスなどで困った時、相談できる相手はいますか。

- 1 相談できる相手がいる
- 2 相談できる相手はいるが、あまり相談したくない
- 3 相談できる相手がない

4 歯の健康について

問 14 1日、何回歯みがきをしていますか。【○は1つだけ】

- 1 1回 →問 15
- 2 2回 →問 15
- 3 3回以上 →問 15
- 4 磨かない

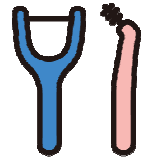
問 15 問 14 で1～3と答えた方に聞きます。

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
- 2 昼
- 3 夜
- 4 食べたらみがく
- 5 歯みがきをしていない

問 16 デンタルフロスや歯間ブラシを使用していますか。【○は1つだけ】

- 1 はい
- 2 いいえ
- 3 ときどき



※デンタルフロス、歯間ブラシとは、歯ブラシでは取れない歯と歯の間の汚れを取るための道具です。

問 17 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 お酒とたばこについて

問 18 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

質問にご回答いただき、ありがとうございました。