

## 「小児期からの成人病予防に関する総合研究」の総括

大国真彦<sup>1</sup>、日比逸郎<sup>2</sup>、久道茂<sup>3</sup>

要約：小児期からの成人病予防に関する総合研究としてコホート研究を行うが、そのために事前の研究方法、データの保存、解析、利用などの申し合わせが重要である。本研究班に設置された協議会における討論を含めてこれらの検討を行い、コホート研究を開始した。

見出し語：コホート研究、成人病予防

成果：

1. 健診の通知、栄養調査様式、生活調査様式を協議会において作成し、各班に配布し、試用を開始した。同意書についても検討を行った。(図1～3)
2. 各班員の調査成績のコンピューターへのストレージを開始した。
3. 肥満児の持つ成人病危険因子とその可逆性について検討した。
4. コホート研究を開始するにあたり、問題点を検討した。11地区において調査を開始した。

- 
1. 日本大学医学部小児科学教室 (Dept. of Pediatrics, Nihon University School of Medicine)
  2. 国立小児病院 (National Children's Hospital)
  3. 東北大学医学部公衆衛生学教室 (Dept. of Public Health, Tohoku University School of Medicine)

年 月 日

————— 学校長殿

————— 委員会  
委員長 —————

『小児期からの成人病予防に関する健診』の依頼について

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

常日頃より学校保健の立場から児童の健康につきましては、一方ならぬご理解とご指導を賜り、心から感謝を申し上げます。

さてご存知のように、今日“子どもは成人病の予備軍”という言葉に大きな関心が払われています。このことは現代の生活習慣が子どもの健康に悪影響を与えていることを物語っています。なかでも食生活の乱れや運動不足が子どものからだに静かに成人病の下ごしらえを進めているのです。このため私たちは、未来のある子どもたちの健康のために、全国各地で表記の健診を別紙の要領ですすめています。

つきましては、ご当地では学校保健において特に実績のある貴校のご協力を是非賜りたく、ここにご依頼申し上げる次第です。

記

1. 健診項目
2. 健診結果の通知
3. プライバシーの厳守
4. 健診結果の通知後の問題
5. 健診辞退の自由

精密検査を必要とするケースについてはかかりつけの小児科医に相談し、検査を受けさせて下さい。その際、同封の封筒入り書類をその主治医にお渡しするようご指示下さい。

年 月 日

————— 健診センター 所長殿

————— 委員会  
委員長 —————

『小児期からの成人病予防に関する健診』の依頼について

時下、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

常日頃より小児保健の立場から児童の健康につきましては、一方ならぬご理解とご指導を賜り、心から感謝を申し上げます。

さてご存知のように、今日“子どもは成人病の予備軍”という言葉に大きな関心が払われています。このことは現代の生活習慣が子どもの健康に悪影響を与えていることを物語っています。なかでも食生活の乱れや運動不足がこどものからだに静かに成人病の下ごしらえを進めているのです。このため私たちは、未来のある子どもたちの健康のために、全国各地で表記の健診を別紙の要領ですすめています。

つきましては、ご当地では小児保健において特に実績のある貴センターのご協力を是非賜りたく、ここにご依頼申し上げる次第です。

記

1. 健診項目
2. 健診結果の通知
3. プライバシーの厳守
4. 健診結果の通知後の問題
5. 健診辞退の自由

精密検査を必要とするケースについてはかかりつけの小児科医に相談し、検査を受けさせて下さい。その際、同封の封筒入り書類をその主治医にお渡しするようご指示下さい。

## 食 習 慣 調 査 票 (幼児用)

フロッピーNo	氏 名	性別	生 年 月 日	身 長	体 重	ID No
*		男・女	西暦 昭和 年 月 日生 平成	cm	kg	* 調査年月日

お子さんの最近1週間(月 日～月 日)の家庭での朝、夕の食事(昼食は除く)について、1日平均の食べた量をおたずねします。答は回答欄の中から該当する番号に○をつけて下さい。なお回答欄「5」は具体的に食品名と数量または目安量をご記入下さい。

(\*印は記入しないで下さい)

群	質 問	回 答 欄					計	給食	合計	目標量	
		0	5	15	30	45					
I	(1) 卵類はどの位たべますか。	1 たべない	2 10日に1個位たべる	3 3日に1個位たべる	4 2日に1個位たべる	5 1日1個以上 ( ) 個位たべる		7		5.0	
	(2) 乳類は1日平均どの位のみますか。	1.牛 乳	1 のまない	2 コップ1/4杯位のむ	3 コップ1/2杯位のむ	4 コップ1杯位のむ	5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ				
		2.ヨーグルト	1 のまない	2 コップ1/4杯位のむ	3 コップ1/2杯位のむ	4 コップ1杯位のむ	5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ				
		3.チーズ類	1 たべない	2 スライスチーズ1/3枚 またはうすぎり1/2切 位たべる	3 スライスチーズ1/2枚 またはうすぎり1切 位たべる	4 スライスチーズ1枚 またはうすぎり2切 位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		総脂乳 200		28.0
	(3) 肉類は1日平均どの位たべますか。	1.牛肉、豚肉 または鶏肉	1 たべない	2 うすぎり1/3枚位 たべる	3 うすぎり2/3枚位 たべる	4 うすぎり2枚位たべる	5 うすぎり3枚または ( ) 枚位たべる				
		2.ハムまたは ウィンナ	1 たべない	2 ハム1/4枚、または ウィンナ小1/2本位 たべる	3 ハム1/2枚、または ウィンナ小1本位 たべる	4 ハム2/3枚、または ウィンナ小1本半位 たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		12		5.0
	(4) 魚類は1日平均どの位たべますか。	1.さしみ または切身	1 たべない	2 さしみ1きれ、または 切身1/6きれ位 たべる	3 さしみ2きれ、または 切身1/3きれ位 たべる	4 さしみ3きれ、または 切身1/2切れ位 たべる	5 ( ) を ( ) きれ位たべる				
		2.かまぼこ またはちくわ	1 たべない	2 かまぼこ1cm厚さ 1/3きれ、またはち くわ小1/10本位 たべる	3 かまぼこ1cm厚さ 1きれ、またはちくわ 小1/4本位たべる	4 かまぼこ1cm厚さ 2きれ、またはちくわ 小1/2本位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		14		3.0
	(5) 豆類は1日平均どの位たべますか。	1.豆腐、または 納豆	1 たべない	2 豆腐1cm角4個、 または納豆小パック 1/8個位たべる	3 豆腐1cm角8個、 または納豆小パック 1/4個位たべる	4 豆腐1/9丁、または 納豆小パック3/4個 位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる				
		2.み そ	1 たべない	2 みそしるは2日に1杯 位のむ	3 みそしるは1日に1杯 位のむ	4 みそしるは1日に2杯 位のむ	5 みそしるは1日に ( ) 杯位のむ		2.0		4.0
II	(6) 野菜類は毎食どの位たべますか。	1.朝 食	1 たべない	2 生野菜を片手1/3杯位 たべる	3 生野菜を片手1/2杯位 たべる	4 生野菜を片手軽く1杯 位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる				
		2.夕 食	1 たべない	2 生野菜を片手1/3杯位 たべる	3 生野菜を片手1/2杯位 たべる	4 生野菜を片手軽く1杯 位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		7.0	24.0	
群	(7) 果物は1日平均どの位たべますか。	1 たべない	2 りんご中1/4個、 バナナ中1/2本、 みかん小1個、または いちご中2粒位たべる	3 りんご小1/2個、 バナナ小1本、 みかん小2個、または いちご中4粒位たべる	4 りんご中3/4個、 バナナ中1本半、 みかん小3個、または いちご中8粒位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		3.0		15.0	
	(8) いも類は1日平均どの位たべますか。	1 たべない	2 1.5cm角1個位たべる	3 卵大2/5個位たべる	4 卵大1個位たべる	5 卵大( ) 個 位たべる		3.0		5.0	

(幼児用)

ID No.
*
調査年月日

群	質問	回答欄					計	給食	合計	目標量			
III 群	(9) 主食は毎食どの位たべますか。ご飯かパンのどちらかを選んで下さい。パン1斤=8枚切	1.朝食	0 1たべない	40 2こども茶わん1/2杯位たべる	80 3こども茶わん1杯位たべる	120 4こども茶わん1杯半位たべる	5こども茶わん( )杯位たべる	140	(9) (18)	385			
			0.3 2食パン1/2枚位たべる	20 3食パン1枚位たべる	40 4食パン2枚位たべる	80 5食パン( )枚位たべる							
	2.夕食	0 1たべない	40 2こども茶わん1/2杯位たべる	80 3こども茶わん1杯位たべる	120 4こども茶わん1杯半位たべる	5こども茶わん( )杯位たべる							
		0.3 2食パン1/2枚位たべる	20 3食パン1枚位たべる	40 4食パン2枚位たべる	80 5食パン( )枚位たべる								
	(10) パンには何を付けてたべますか。(主食にパンを選んだ人のみ答えて下さい。)	1.バター、マーガリン、またはマヨネーズ	0 1つけない	0.1 2食パン1枚にうすくつける	5 3食パン1枚に普通につける	10 4食パン1枚に多めにつける	15 5食パン1枚に厚くつける				33	(10)-2 (11) (12)	
			0 2はちみつまたはジャム	1 2食パン1枚にうすくつける	11 3食パン1枚に普通につける	22 4食パン1枚に多めにつける	33 5食パン1枚に厚くつける						
	(11) 砂糖やしょう油を使った料理はどの位たべますか。	0 1たべない	0.5 22日に1回位たべる	2 31日に1回位たべる	4 41日に2回位たべる	8 51日に3回位たべる							
	(12) 牛乳、ヨーグルト、麦茶、紅茶等の飲料に砂糖をいれてのみますか。	0 1のまない	2 2コップ1杯に小さじ1杯位入れている	3 3コップ1杯に小さじ2杯位入れている	6 4コップ1杯に小さじ3杯位入れている	8 5コップ1杯に小さじ( )杯位入れる					2.5		2.0
	(13) 菓子類は1日平均どの位たべますか。	1.スナック菓子	0 1たべない	10 2小1/4袋位たべる	35 3小1袋位たべる	65 4大2/3袋位たべる	65 5大( )袋位たべる						3.0
			0 1たべない	25 2ケーキ小1/4またはチョコレート5かけ位たべる	50 3ケーキ小2/3またはチョコレート10かけ位たべる	80 4ケーキ小1個またはチョコレート16かけ位たべる	80 5( )を( )位たべる						
0 1たべない			25 2クッキー中2枚、ビスケット大4枚半、またはせんべい大1枚位たべる	50 3クッキー中3枚、ビスケット大7枚、またはせんべい大2枚位たべる	80 4クッキー中5枚、ビスケット大10枚、またはせんべい大4枚位たべる	80 5( )を( )枚位たべる							
(14) 嗜好飲料は1日平均どの位のみますか。	1.サイダー、コーラなどの清涼飲料 コーヒー牛乳	0 1のまない	10 2ほとんどのまない	40 3コップ1/4杯または1/6缶位のむ	90 4コップ3/4杯または1/3缶位のむ	90 5コップ1杯、または1缶位のむ			8.0				
		0 1のまない	10 2週に1個位のむ	40 3週に3個位のむ	90 4毎日1個位のむ	90 5週に( )個位のむ							
(15) 油を使った料理は1日に何回位たべますか。	0 1たべない	0.5 2野菜、肉、魚などの油料理を1回位たべる	5 3野菜、肉、魚などの油料理を2回位たべる	10 4野菜、肉、魚などの油料理を3回位たべる	15 5野菜、肉、魚などの油料理を( )回位たべる			(10)-1 (15) (16)					
(16) ドレッシングやマヨネーズなどは1日平均どの位たべますか。	0 1たべない	0.1 2小さじ1杯位たべる	5 3小さじ2杯位たべる	10 4小さじ3杯位たべる	15 5小さじ4杯位たべる		3.5		2.5				
塩分換算	(17) ソースやしょう油をかけるときはどの位かけますか。	0 1かけない	0.5 2少しかける	1.0 3普通にかける	1.5 4多めにかける	5( )にかける			(2)-3 (3)-2 (4)-2 (5)-2 (9) (10)-1 (11) (13)-1 (15) (16) (17) (18)				
	(18) 麺類(そば、そうめん、うどん、中華麺など)は週に何回位たべますか。	0 1たべない	1.0 2週1~2回位たべる	60 3週3~4回位たべる	120 4毎日1回位たべる	200 5毎日( )を( )回位たべる		2.4					

ありがとうございました。

図2-b

食 習 慣 調 査 票 (低学年)

フロッピーNo	氏 名	性 別	生 年 月 日	身 長	体 重		ID No.
*		男・女	西曆 昭和 年 月 日生 平成	cm	kg		*
							調査年月日

お子さんの最近1週間( 月 日～ 月 日)の家庭での朝、夕の食事(昼食は除く)について、1日平均の食べた量をおたずねします。答は回答欄の中から該当する番号に○をつけて下さい。なお回答欄「5」は具体的に食品名と数量または目安量をご記入下さい。

(\*印は記入しないで下さい。)

群	質 問	回 答 欄					計	給食	合計	目 標 量
I	(1) 卵類はどの位たべますか。	0 1 たべない	5 2 5日に1個位たべる	15 3 3日に1個位たべる	25 4 2日に1個位たべる	25 5 1日1個以上 ( ) 個位たべる		8		50
	(2) 乳類は1日平均どの位のみますか。	1.牛乳	0 1 のまない	35 2 コップ1/4杯位のむ	70 3 コップ1/2杯位のむ	140 4 コップ1杯位のむ	140 5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ			
		2.ヨーグルト	0 1 のまない	35 2 コップ1/4杯位のむ	70 3 コップ1/2杯位のむ	140 4 コップ1杯位のむ	140 5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ			
		3.チーズ類	0 1 たべない	0.2 2 スライスチーズ1.3枚 またはうすぎり1/2切 位たべる	7 3 スライスチーズ1.2枚 またはうすぎり1切位 たべる	10 4 スライスチーズ1枚 またはうすぎり2切位 たべる	20 5 ( ) を ( ) 位たべる		210	
	(3) 肉類は1日平均どの位たべますか。	1.牛肉、豚肉 または鶏肉	0 1 たべない	40 2 うすぎり1枚半位 たべる	50 3 うすぎり2枚位たべる	70 4 うすぎり2枚半位 たべる	70 5 うすぎり3枚または ( ) 枚位たべる		15	
2.ハムまたは ウィンナ	0 1 たべない	0.2 2 ハム1.2枚、または ウィンナ小1本位 たべる	10 3 ハム1枚、または ウィンナ小2本位 たべる	20 4 ハム1枚半、または ウィンナ小3本位 たべる	30 5 ( ) を ( ) 位たべる					
(4) 魚類は1日平均どの位たべますか。	1.さしみ または切身	0 1 たべない	10 2 さしみ1きれ、または 切身1.6きれ位 たべる	30 3 さしみ3きれ、または 切身1.2きれ位 たべる	60 4 さしみ6きれ、または 切身1きれ位たべる	60 5 ( ) を ( ) きれ位たべる				
	2.かまぼこ またはちくわ	0 1 たべない	0.3 2 かまぼこ1cm厚さ 1.3きれ、または ちくわ小1.10本位 たべる	5 3 かまぼこ1cm厚さ 1きれ、またはちくわ 小1.4本位たべる	15 4 かまぼこ1cm厚さ 2きれ、またはちくわ 小1.2本位たべる	25 5 ( ) を ( ) 位たべる		14		30
(5) 豆類は1日平均どの位たべますか。	1.豆腐、または 納豆	0 1 たべない	5 2 豆腐1cm角4個、 または納豆小パック 1/8個位たべる	12 3 豆腐1.5cm角3個、 または納豆小パック 1/4個位たべる	35 4 豆腐1/8丁、または 納豆小パック1個位 たべる	35 5 ( ) を ( ) 位たべる				
	2.みそ	0 1 たべない	0.3 2 みそしるは2日に1杯 位のむ	5 3 みそしるは1日に1杯 位のむ	10 4 みそしるは1日に2杯 位のむ	20 5 みそしるは1日に ( ) 杯位のむ		19		40
II	(6) 野菜類は毎食どの位たべますか。	1.朝 食	0 1 たべない	25 2 生野菜を片手1/2杯位 たべる	35 3 生野菜を片手軽く1杯 位たべる	50 4 生野菜を片手多めに 1杯位たべる	50 5 ( ) を ( ) 位たべる			
		2.夕 食	0 1 たべない	25 2 生野菜を片手1/2杯位 たべる	35 3 生野菜を片手軽く1杯 位たべる	50 4 生野菜を片手多めに 1杯たべる	50 5 ( ) を ( ) 位たべる		79	270
群	(7) 果物は1日平均どの位たべますか。	0 1 たべない	50 2 りんご中1/4個、 バナナ中1.2本、 みかん小1個、または いちご中3粒位たべる	100 3 りんご中1/2個、 バナナ中1本、 みかん小2個、または いちご中5粒位たべる	150 4 りんご中3/4個、 バナナ中1半本、 みかん小3個、または いちご中8粒位たべる	150 5 ( ) を ( ) 位たべる				
	(8) いも類は1日平均どの位たべますか。	0 1 たべない	5 2 1.5cm角1個位たべる	10 3 卵大1/5個位たべる	20 4 卵大2/5個位たべる	20 5 卵大 ( ) 個 位たべる		36		50

(低学年)

I D No
*
調査年月日

群	質 問	回 答 欄					計	給食	合計	目標量					
群	(9) 主食は毎食どの位たべますか。 ご飯パンのどちらかを選んで下さい。 パン1斤=8枚切	1.朝 食	0	40	80	120	5	170	(9) (18)	440					
			1 たべない	2 こども茶わん1/2杯位たべる	3 こども茶わん1杯位たべる	4 こども茶わん1杯半位たべる					5 こども茶わん( )杯位たべる				
		2.夕 食	0	40	80	120	5								
			1 たべない	2 こども茶わん1/2杯位たべる	3 こども茶わん1杯位たべる	4 こども茶わん1杯半位たべる					5 こども茶わん( )杯位たべる				
	0.3	20	0.5	40	1.0	80	5								
		2 食パン1/2枚位たべる	3 食パン1枚位たべる	4 食パン2枚位たべる	5 食パン( )枚位たべる										
	(10) パンには何を付けてたべますか。 (主食にパンを選んだ人のみ答えて下さい)	1.バター、マーガリン、またはマヨネーズ	0	5	10	15	5	2.6	(10)-2 (11) (12)						
			1 つけない	2 食パン1枚にうすくつける	3 食パン1枚に普通につける	4 食パン1枚に多めにつける					5 食パン1枚に厚くつける				
	2.はちみつまたはジャム	0	11	22	33	5									
		1 つけない	2 食パン1枚にうすくつける	3 食パン1枚に普通につける	4 食パン1枚に多めにつける		5 食パン1枚に厚くつける								
	0.3	20	0.5	40	1.0	80	5								
		2 食パン1/2枚位たべる	3 食パン1枚位たべる	4 食パン2枚位たべる	5 食パン( )枚位たべる										
	(11) 砂糖やしょうゆを使った料理はどの位たべますか。	1 たべない	0	2	4	8	5	3.0							
			0.5	2	1.0	4					2.0	8			
	(12) 牛乳、ヨーグルト、麦茶、紅茶等の飲料に砂糖をいれてのみますか。	1 のまない	0	3	6	9	5								
			0.3	2 コップ1杯に小さじ1杯位入れてのむ	3 コップ1杯に小さじ2杯位入れてのむ	4 コップ1杯に小さじ3杯位入れてのむ					5 コップ1杯に小さじ( )杯位入れる				
	(13) 菓子類は1日平均どの位たべますか。	1.スナック菓子	0	20	35	70	5								
			0.2	2 小1/2袋位たべる	3 小1袋位たべる	4 大2/3袋位たべる					5 大( )袋位たべる				
0			1 たべない	2 ケーキまたはチョコレート	3 ケーキ小1/3またはチョコレート4かけ位たべる	4 ケーキ小1個またはチョコレート13かけ位たべる					5 ( )を( )位たべる				
2.クッキー、ビスケット、せんべい	0	20	35	70	5										
	1 たべない	2 クッキー中1枚半、ビスケット大3枚、またはせんべい大1枚位たべる	3 クッキー中2枚半、ビスケット大5枚、またはせんべい大2枚位たべる	4 クッキー中5枚、ビスケット大10枚、またはせんべい大4枚位たべる		5 ( )を( )枚位たべる									
(14) 嗜好飲料は1日平均どの位のみますか。	1.サイダー、コーラなどの清涼飲料 コーヒー牛乳	0	20	40	80	5	4.0								
		0	2 ほとんどのまない	3 コップ1/4杯または1/6個位のむ	4 コップ1/2杯、または1/3個位のむ								5 コップ1杯、または1.2個位のむ		
2.乳酸飲料、乳飲料	0	20	40	80	5										
	1 のまない	2 週に1個位のむ	3 週に2個位のむ	4 週に4個位のむ		5 週に( )個位のむ									
(15) 油を使った料理は1日に何回位たべますか。	1 たべない	0	5	10	15	5							4.0	(10)-1 (15) (16)	
		0.5	2 野菜、肉、魚などの油料理を1回位たべる	3 野菜、肉、魚などの油料理を2回位たべる	4 野菜、肉、魚などの油料理を3回位たべる										
(16) ドレッシングやマヨネーズなどは1日平均どの位たべますか。	1 たべない	0	5	10	15	5									
		0.1	2 小まじ1杯位たべる	3 小まじ2杯位たべる	4 小まじ3杯位たべる										
0.3	20	0.2	40	0.3	60	5									
	2 小まじ1杯位たべる	3 小まじ2杯位たべる	4 小まじ3杯位たべる	5 小まじ4杯位たべる											
(17) ソースやしょうゆをかけるときはどの位かけますか。	1 かけない	0	5	10	15	5		2.4	(5)-2 (11) (17) (18)						
		0.5	2 少しかける	3 普通にかける	4 多めにかける										
(18) 麺類(そば、そうめん、うどん、中華麺など)は週に何回位たべますか。	1 たべない	0	60	120	200	5									
		0	2 週1~2回位たべる	3 週3~4回位たべる	4 毎日1回位たべる										
0.1	20	0.2	40	0.3	60	5									
	2 週1~2回位たべる	3 週3~4回位たべる	4 毎日1回位たべる	5 毎日( )を( )回位たべる											
塩分換算	1 たべない	0	5	10	15	5									
		0.5	2 少しかける	3 普通にかける	4 多めにかける										
0.1	20	0.2	40	0.3	60	5									
	2 週1~2回位たべる	3 週3~4回位たべる	4 毎日1回位たべる	5 毎日( )を( )回位たべる											

ありがとうございます。

図 2-C

食 習 慣 調 査 票 (中学年)

フロッピーNo.	氏 名	性別	生 年 月 日	身 長	体 重		ID No.
*		男・女	西暦 昭和 年 月 日生 平成	cm	kg		* 調査年月日

お子さんの最近1週間( 月 日～ 月 日)の家庭での朝、夕の食事(昼食は除く)について、1日平均の食べた量をおたずねします。答は回答欄の中から該当する番号に○をつけて下さい。なお回答欄「5」は具体的に食品名と数量または目安量をご記入下さい。

(\*印は記入しないで下さい。)

群	質 問	回 答 欄						計	給食	合計	目標量
		0	1	2	3	4	5				
I	(1) 卵類はどの位たべますか。	0 1 たべない	5 2 10日に1個位たべる	15 3 3日に1個位たべる	25 4 2日に1個位たべる	25 5 1日1個以上 ( ) 個位たべる		1.0		5.0	
	(2) 乳類は1日平均どの位のみますか。	1.牛 乳	0 1 のまない	35 2 コップ1/4杯位のむ	80 3 コップ1/2杯位のむ	140 4 コップ1杯位のむ	5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ				
		2.ヨーグルト	0 1 のまない	25 2 コップ1/4杯位のむ	80 3 コップ1/2杯位のむ	140 4 コップ1杯位のむ	5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ				
		3.チーズ類	0 1 たべない	0.2 2 スライスチーズ1/3枚 またはうすざり1/2切 位たべる	7 0.3 3 スライスチーズ1/2枚 またはうすざり1切位 たべる	10 0.5 4 スライスチーズ1枚 またはうすざり2切位 たべる	20 5 ( ) を ( ) 位たべる		2.10		3.50
	(3) 肉類は1日平均どの位たべますか。	1.牛肉、豚肉 または鶏肉	0 1 たべない	50 2 うすざり2枚位たべる	70 3 うすざり2枚半位 たべる	100 4 うすざり3枚半位 たべる	5 うすざり4枚または ( ) 枚位たべる				
2.ハムまたは ウィンナ	0 1 たべない	0.1 2 ハム1/4枚、または ウィンナ小1/2本位 たべる	5 0.2 3 ハム1/2枚、または ウィンナ小1本位 たべる	10 0.3 4 ハム2/3枚、または ウィンナ小1本半位 たべる	15 5 ( ) を ( ) 位たべる		1.7		7.5		
(4) 魚類は1日平均どの位たべますか。	1.さしみ または切身	0 1 たべない	10 2 さしみ1きれ、または 切身1/6きれ位 たべる	15 3 さしみ1きれ半、 または切身1/4きれ位 たべる	35 4 さしみ3きれ、または 切身2/3きれ位 たべる	5 ( ) を ( ) きれ位たべる					
	2.かまぼこ またはちくわ	0 1 たべない	0.3 2 かまぼこ1cm厚さ 1/3きれ、または ちくわ小1/10本位 たべる	5 0.5 3 かまぼこ1cm厚さ 1きれ、またはちくわ 小1/4本位たべる	15 0.8 4 かまぼこ1cm厚さ 2きれ、またはちくわ 小1/2本位たべる	25 5 ( ) を ( ) 位たべる		15.5		3.0	
(5) 豆類は1日平均どの位たべますか。	1.豆腐、または 納豆	0 1 たべない	5 2 豆腐1cm角4個、 または納豆小パック 1/8個位たべる	10 3 豆腐1cm角8個、 または納豆小パック 1/4個位たべる	40 4 豆腐1丁、または 納豆小パック3/4個 位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる					
	2.み そ	0 1 たべない	0.3 2 みそしるは2日に1杯 位のむ	5 0.6 3 みそしるは1日に1杯 位のむ	10 1.0 4 みそしるは1日に2杯 位のむ	20 5 みそしるは1日に ( ) 杯位のむ		20.5		4.0	
II	(6) 野菜類は毎食どの位たべますか。	1.朝 食	0 1 たべない	20 2 野菜を片手1/2杯位 たべる	45 3 野菜を片手多めに 1/2杯位たべる	65 4 野菜を片手1杯半位 たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる				
		2.夕 食	0 1 たべない	20 2 野菜を片手1/2杯位 たべる	45 3 野菜を片手軽く1杯 位たべる	65 4 野菜を片手多めに 1杯たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		8.6		3.00
群	(7) 果物は1日平均どの位たべますか。	0 1 たべない	65 2 リンゴ中1/4個、 バナナ中1/2本、 みかん小1個、または いちご中3粒位たべる	85 3 リンゴ小1/2個、 バナナ小1本、 みかん小2個、または いちご中5粒位たべる	150 4 リンゴ中3/4個、 バナナ中1本半、 みかん小3個、または いちご中8粒位たべる	5 ( ) を ( ) 位たべる		3.5		1.50	
	(8) いも類は1日平均どの位たべますか。	0 1 たべない	5 2 1.5cm角1個位たべる	10 3 卵大2/5個位たべる	30 4 卵大2/3個位たべる	5 卵大 ( ) 個 位たべる		4.0		5.0	



(中学年)

I D No.

\*

調査年月日

群	質 問	回 答 欄					計	給食	合計	目標量
III	(9) 主食は毎食どの位たべますか。 ご飯かパンのどちらかを選んで下さい。 パン1斤=8枚切	1.朝 食	0 1 たべない	40 2 こども茶わん1/2杯位 たべる	80 3 こども茶わん1杯位 たべる	120 4 こども茶わん1杯半位 たべる	5 5 こども茶わん ( ) 杯位たべる	19.0		(9) (18)
			0.3 2 食パン1/2枚位たべる	0.5 3 食パン1枚位たべる	1.0 4 食パン2枚位たべる	80 5 食パン( )枚 位たべる				
		2.夕 食	0 1 たべない	40 2 こども茶わん1/2杯位 たべる	80 3 こども茶わん1杯位 たべる	120 4 こども茶わん1杯半位 たべる	5 5 こども茶わん ( ) 杯位たべる			
			0.3 2 食パン1/2枚位たべる	0.5 3 食パン1枚位たべる	1.0 4 食パン2枚位たべる	80 5 食パン( )枚 位たべる				
	(10) パンは何をつけてたべますか。 (主食にパンを選んだ人のみ答えて下さい。)	1.バター、マーガリン、またはマヨネーズ	0 1 つけない	5 2 食パン1枚にうすくつける	10 3 食パン1枚に普通につける	15 4 食パン1枚に多めにつける	5 5 食パン1枚に厚くつける			(10)-2 (11) (12)
		2.はちみつまたはジャム	0 1 つけない	11 2 食パン1枚にうすくつける	22 3 食パン1枚に普通につける	33 4 食パン1枚に多めにつける	33 5 食パン1枚に厚くつける			
	(11) 砂糖やしょうゆを使った料理はどの位たべますか。	0 1 たべない	0.5 2 2日に1回位たべる	2 3 1日に1回位たべる	4 4 1日に2回位たべる	8 5 1日に3回位たべる	3			2.0
	(12) 牛乳、ヨーグルト、麦茶、紅茶等の飲物に砂糖をいれてのみますか。	0 1 のまない	3 2 コップ1杯に小さじ1杯位入れている	6 3 コップ1杯に小さじ2杯位入れている	9 4 コップ1杯に小さじ3杯位入れている	9 5 コップ1杯に小さじ( )杯位入れている				
	(13) 菓子類は1日平均どの位たべますか。	1.スナック菓子	0 1 たべない	0.2 2 小1/2袋位たべる	0.4 3 小1袋位たべる	0.5 4 大2/3袋位たべる	60 5 大( )袋位 たべる			3.0
		2.ケーキまたはチョコレート	0 1 たべない	20 2 ケーキ小1/4またはチョコレート4かけ位たべる	40 3 ケーキ小2/3またはチョコレート8かけ位たべる	60 4 ケーキ小1個またはチョコレート12かけ位たべる	60 5 ( )を( )位たべる			
		3.クッキー、ビスケット、せんべい	0 1 たべない	20 2 クッキー中2枚、ビスケット大3枚半、またはせんべい大1枚位たべる	40 3 クッキー中2枚半、ビスケット大7枚、またはせんべい大2枚位たべる	60 4 クッキー中5枚、ビスケット大10枚、またはせんべい大4枚位たべる	60 5 ( )を( )枚位たべる			
	(14) 嗜好飲料は1日平均どの位のみますか。	1.サイダー、コーラなどの清涼飲料 コーヒー牛乳	0 1 のまない	35 2 コップ1/4杯または1/7量位のむ	70 3 コップ1/2杯または1/4量位のむ	110 4 コップ3/4杯または1/2量位のむ	110 5 コップ1杯、または1量位のむ			8.0
2.乳酸飲料、乳飲料		0 1 のまない	35 2 週に2個位のむ	70 3 週に4個位のむ	110 4 毎日1個位のむ	110 5 週に( )個位のむ				
(15) 油を使った料理は1日に何回位たべますか。	0 1 たべない	1.0 2 野菜、肉、魚などの油料理を2回位たべる	1.5 3 野菜、肉、魚などの油料理を3回位たべる	2.0 4 野菜、肉、魚などの油料理を4回位たべる	2.0 5 野菜、肉、魚などの油料理を( )回位たべる	4.5			(10)-1 (15) (16)	
(16) ドレッシングやマヨネーズなどは1日平均どの位たべますか。	0 1 たべない	0.1 2 小さじ1杯位たべる	0.2 3 小さじ2杯位たべる	0.3 4 小さじ3杯位たべる	15 5 小さじ4杯位たべる					
塩分換算	(17) ノースやしょうゆをかけるときはどの位かけますか。	0 1 かけない	0.5 2 少しかける	1.0 3 普通にかける	1.5 4 多めにかける	5 5 たっぷりかける	塩分として		(5)-2 (11) (17) (18)	
	(18) 麺類(そば、そうめん、うどん、中華麺など)は週に何回位たべますか。	0 1 たべない	1.0 2 週1~2回位たべる	3.0 3 週3~4回位たべる	5.0 4 毎日1回位たべる	200 5 毎日( )を( )回位たべる				2.6

ありがとうございました。

図2-d

食 習 慣 調 査 票 (高学年)

フロッピーNo.	氏 名	性 別	生 年 月 日	身 長	体 重		ID No.
*		男・女	西曆 昭和 年 月 日生 平成	cm	kg		* 調査年月日

お子さんの最近1週間(月 日～月 日)の家庭での朝、夕の食事(昼食は除く)について、1日平均の食べた量をおたずねします。答は回答欄の中から該当する番号に○をつけて下さい。なお回答欄「5」は具体的に食品名と数量または目安量をご記入下さい。

(\*印は記入しないで下さい。)

群	質 問	回 答 欄					計 給食	合計	目 標 量
I	(1) 卵類はどの位たべますか。	0 1 たべない	5 2 10日に1個位たべる	15 3 3日に1個位たべる	25 4 2日に1個位たべる	25 5 1日1個以上 ( ) 個位たべる	11		50
	(2) 乳類は1日平均どの位 のみますか。	1.牛 乳	0 1 のまない	35 2 コップ1/4杯位のむ	80 3 コップ1/2杯位のむ	120 4 コップ1杯位のむ	120 5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ	210	350
		2.ヨーグルト	0 1 のまない	25 2 コップ1/4杯位のむ	80 3 コップ1/2杯位のむ	120 4 コップ1杯位のむ	120 5 コップ2杯以上 ( ) 杯位のむ		
		3.チーズ類	0 1 たべない	0.2 2 スライスチーズ1/3枚 またはうすぎり1/2切 位たべる	7 0.3 3 スライスチーズ1/2枚 またはうすぎり1切位 たべる	10 0.5 4 スライスチーズ1枚 またはうすぎり2切位 たべる	20 5 ( ) を ( ) 位たべる		
	(3) 肉類は1日平均どの位 たべますか。	1.牛肉、豚肉 または鶏肉	0 1 たべない	70 2 うすぎり2枚半位 たべる	80 3 うすぎり3枚位たべる	110 4 うすぎり4枚位たべる	110 5 うすぎり6枚または ( ) 枚位たべる	19.5	100
2.ハムまたは ウィンナ		0 1 たべない	0.2 2 ハム1/2枚、または ウィンナ小1本位 たべる	10 0.4 3 ハム1枚、または ウィンナ小2本位 たべる	20 0.6 4 ハム1枚半、または ウィンナ小3本位 たべる	20 5 ( ) を ( ) 位たべる			
(4) 魚類は1日平均どの位 たべますか。	1.さしみ または切身	0 1 たべない	10 2 さしみ1きれ、または 切身1/6きれ位 たべる	35 3 さしみ3きれ、または 切身1/2きれ位 たべる	65 4 さしみ6きれ、または 切身1きれ位たべる	65 5 ( ) を ( ) きれ位たべる	18	60	
	2.かまぼこ またはちくわ	0 1 たべない	0.3 2 かまぼこ1cm厚さ 1/3きれ、または ちくわ小1/10本位 たべる	5 0.5 3 かまぼこ1cm厚さ 1きれ、またはちくわ 小1/4本位たべる	15 0.8 4 かまぼこ1cm厚さ 2きれ、またはちくわ 小1/2本位たべる	25 5 ( ) を ( ) 位たべる			
(5) 豆類は1日平均どの位 たべますか。	1.豆腐、または 納豆	0 1 たべない	5 2 豆腐1cm角4個、 または納豆小パック 1/8個位たべる	15 3 豆腐1.5cm角4個、 または納豆小パック 1/4個位たべる	30 4 豆腐1/9丁、または 納豆小パック3/4個 位たべる	30 5 ( ) を ( ) 位たべる	22	40	
	2.み そ	0 1 たべない	0.3 2 みそしるは2日に1杯 位のむ	5 0.6 3 みそしるは1日に1杯 位のむ	10 1.0 4 みそしるは1日に2杯 位のむ	20 5 みそしるは1日に ( ) 杯位のむ			
II	(6) 野菜類は毎食どの位 たべますか。	1.朝 食	0 1 たべない	35 2 野菜を片手軽く1杯 位たべる	50 3 野菜を片手多めに 1杯位たべる	80 4 野菜を片手2杯位 たべる	80 5 ( ) を ( ) 位たべる	100	300
		2.夕 食	0 1 たべない	35 2 野菜を片手軽く1杯 位たべる	50 3 野菜を片手多めに 1杯位たべる	80 4 野菜を片手2杯位 たべる	80 5 ( ) を ( ) 位たべる		
群	(7) 果物は1日平均どの位 たべますか。	0 1 たべない	65 2 りんご中1/4個、 バナナ中1/2本、 みかん小1個、または いちご中3粒位たべる	85 3 りんご小1/2個、 バナナ小1本、 みかん小2個、または いちご中5粒位たべる	180 4 りんご中3/4個、 バナナ中1本半、 みかん小3個、または いちご中9粒位たべる	180 5 ( ) を ( ) 位たべる	40	150	
	(8) いも類は1日平均どの位 たべますか。	0 1 たべない	5 2 1.5cm角1個位たべる	10 3 卵大2/5個位たべる	35 4 卵大1.2個位たべる	35 5 卵大( ) 個 位たべる	45	80	

(高学年)

I D No.
*
調査年月日

群	質 問	回 答 欄					計	給食	合計	目標量	
		0	0.5	1.0	1.5	2.0					
III	(9) 主食は毎食どの位たべますか。ご飯かパンのどちらかを選んで下さい。パン1斤=8枚切	1.朝 食	1 たべない	2 普通茶わん1/2杯位 たべる	3 普通茶わん1杯位 たべる	4 普通茶わん1杯半位 たべる	5 普通茶わん ( ) 杯位 たべる	2.40	(9) (18)		
			0	0.5	1.0	1.5	2.0				
		2.夕 食	1 たべない	2 普通茶わん1/2杯位 たべる	3 普通茶わん1杯位 たべる	4 普通茶わん1杯半位 たべる	5 普通茶わん ( ) 杯位 たべる				
			0	0.5	1.0	1.5	2.0				
	(10) パンには何を付けてたべますか。(主食にパンを選んだ人のみ答えて下さい。)	1.バター、マーガリン、またはマヨネーズ	1 つけない	2 食パン1枚にうすくつける	3 食パン1枚に普通につける	4 食パン1枚に多めにつける	5 食パン1枚に厚くつける			(10)-2 (11) (12)	
			0	0.1	0.2	0.3	15				
		2.はちみつまたはジャム	1 つけない	2 食パン1枚にうすくつける	3 食パン1枚に普通につける	4 食パン1枚に多めにつける	5 食パン1枚に厚くつける				
			0	0.5	1.0	2.0	8				
	(11) 砂糖やしょうゆを使った料理はどの位たべますか。	1 たべない	2 2日に1回位たべる	3 1日に1回位たべる	4 1日に2回位たべる	5 1日に3回位たべる					
	(12) 牛乳、ヨーグルト、麦茶、紅茶等の飲物に砂糖をいれてのみますか。	1 のまない	2 コップ1杯にスプーン2杯入れてのむ	3 コップ1杯にスプーン2杯入れてのむ	4 コップ1杯にスプーン3杯入れてのむ	5 コップ1杯にスプーン( ) 杯位入る	3.5		2.0		
	(13) 菓子類は1日平均どの位たべますか。	1.スナック菓子	1 たべない	2 小1.2袋位たべる	3 小1袋位たべる	4 大2/3袋位たべる	5 大( ) 袋位 たべる				
		2.ケーキまたはチョコレート	1 たべない	2 ケーキ小1/4またはチョコレート5かけ位 たべる	3 ケーキ小2/3またはチョコレート9かけ位 たべる	4 ケーキ小1個またはチョコレート14かけ位 たべる	5 ( ) を ( ) 位 たべる				
3.クッキー、ビスケット、せんべい		1 たべない	2 クッキー中2枚、ビスケット大4枚、またはせんべい大1枚位 たべる	3 クッキー中3枚、ビスケット大7枚、またはせんべい大2枚位 たべる	4 クッキー中5枚、ビスケット大10枚、またはせんべい大4枚位 たべる	5 ( ) を ( ) 枚位 たべる			3.0		
(14) 嗜好飲料は1日平均どの位のみますか。	1.サイダー、コーラなどの清涼飲料	1 のまない	2 ほとんどのみない	3 コップ1/3杯または1/4箇位のむ	4 コップ3/4杯または1/2箇位のむ	5 コップ1杯、または1箇位のむ					
	2.乳酸飲料、乳飲料	1 のまない	2 週に1箇位のむ	3 週に3箇位のむ	4 毎日1箇位のむ	5 週に( ) 箇位のむ			8.0		
(15) 油を使った料理は1日に何回位たべますか。	1 たべない	2 野菜、肉、魚などの油料理を2回位たべる	3 野菜、肉、魚などの油料理を3回位たべる	4 野菜、肉、魚などの油料理を4回位たべる	5 野菜、肉、魚などの油料理を( ) 回位たべる			(10)-1 (15) (16)			
(16) ドレッシングやマヨネーズなどは1日平均どの位たべますか。	1 たべない	2 小さじ1杯位たべる	3 小さじ2杯位たべる	4 小さじ3杯位たべる	5 小さじ4杯位たべる	5.0		3.0			
塩分換算	(17) ソースやしょうゆをかけるときどの位かけますか。	1 かけない	2 少しかける	3 普通にかける	4 多めにかける	5 たっぷりかける	塩分として	(2)-3 (3)-2 (4)-2 (5)-2 (9) (17)	(11) (13)-1 (15) (16) (17)		
	(18) 漬物(そば、そうめん、うどん、中華麺など)は週に何回位たべますか。	1 たべない	2 週1~2回位たべる	3 週3~4回位たべる	4 毎日1回位たべる	5 毎日( ) を ( ) 回位たべる	2.8	(10)-1 (18)			

ありがとうございます。

(幼児用)

1. 生活習慣に関するアンケート

ID番号

調査年月日

名前 \_\_\_\_\_ 生年月日 昭・平 年 月 日 年齢 才 ヶ月

性別 1. 男 2. 女 市町村名 \_\_\_\_\_

下記の質問項目について右側の解答欄より該当する番号に○をつけて下さい。また「その他」のところは具体的に記入して下さい。

質問項目	解答
1. 現在の家族構成は (複数可)	1. 祖父 2. 祖母 3. 父 4. 母 5. 兄弟姉妹 (本人以外) 6. その他 _____
2. 父親の主な職業は	1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 5. 無職
3. 母親の主な職業は	1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 5. 無職
4. 主な保育者は	1. 祖父 2. 祖母 3. 父 4. 母 5. その他 _____
5. 朝起きる時間は	1. 6時前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時以後
6. 夜寝る時間は	1. 8時前 2. 8時台 3. 9時台 4. 10時台 5. 11時以後
7. 平均睡眠時間は (昼ねも含む)	1. 9時間未満 2. 9時間台 3. 10時間台 4. 11時間以上
8. 大便の回数は	1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2日に1回 4. 3日に1回以下
9. 大便の時間は	1. 決まっている 2. だいたい決まっている 3. バラバラである
10. 保育園や幼稚園に	1. 行っている 2. 行っていない
11. 園への通園方法は	1. 徒歩 2. 乗り物 (自転車の後ろも含む)
12. 片道の通園時間は	1. 10分未満 2. 10分台 3. 20分台 4. 30分以上
13. 園で過ごす時間は	1. 6時間未満 2. 6時間以上～8時間未満 3. 8時間以上
14. 体の動かし方は	1. 活発なほう 2. 普通 3. あまり活発でない
15. 自宅において屋外 で遊ぶ時間は	1. 30分未満 2. 30分～1時間未満 3. 1時間～2時間未満 4. 2時間以上
16. 朝食は	1. 毎日食べる 2. 時々食べない 3. ほとんど食べない
17. 朝食は誰と食べま すか (複数可)	1. 祖父と 2. 祖母と 3. 父と 4. 母と 5. 兄弟姉妹と 6. その他 _____ と
18. 夕食は誰と食べま すか (複数可)	1. 祖父と 2. 祖母と 3. 父と 4. 母と 5. 兄弟姉妹と 6. その他 _____ と
19. 食事の時間は	1. いつも決まっている 2. だいたい決まっている 3. 決まっていない

質問項目	解	答
20. 給食以外の外食や飲食店の料理を与えるのは	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 週に3~5回 4. 週に1~2回 5. 月に2~3回 6. 月に1回以下	
21. 肉類(ハム、ウィンナーも含む)は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
22. 魚介類(かまぼこちくわも含む)は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
23. 卵類は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
24. 大豆・大豆製品は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
25. 牛乳・乳製品(ヨーグルト、チーズ)は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
26. 野菜類は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 週に1回 5. ほとんど食べない	
27. うす味には	1. 気をつけている 2. 気をつけていない	
28. ファーストフード(ハンバーガー、フライドチキン)は	1. 毎日食べる 2. 週に3~5回 3. 週に1~2回 4. 月に2~3回 5. 月に1回以下	
29. 間食の時間は	1. いつも決めている 2. だいたい決めている 3. 決めていない	
30. 間食の回数は	1. 1日1回 2. 2回 3. 3回 4. 4回以上	
31. 間食で多く食べているものは(3つ選んで○)	1. ごはん、パン、めん類 2. ヨーグルト 3. 果物 4. おかき・せんべい 5. まんじゅう 6. ビスケット・クッキー 7. チョコレート・ケーキ・アイスクリーム 8. ドーナツ 9. プリン・ゼリー 10. あめ・ガム 11. スナック菓子 12. その他( )	
32. 次の飲み物は1日平均どのくらい飲みますか	1. 牛乳( ml) 2. ジュース( ml) 3. 炭酸飲料( ml) 4. 乳酸飲料( ml)	



(児童用)

生活習慣に関するアンケート

ID番号 \_\_\_\_\_

調査年月日 \_\_\_\_\_

名前 \_\_\_\_\_ 生年月日 昭 年 月 日 年齢 \_\_\_\_\_ 性別 1.男 2.女  
 学校名 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組 \_\_\_\_\_

下記の質問項目について右側の解答欄より該当する番号に○をつけて下さい。また「その他」のところは具体的に記入して下さい。

質問項目	解 答
1. 現在の家族構成は (複数可)	1. 祖父 2. 祖母 3. 父 4. 母 5. 兄弟姉妹(本人以外) 6. その他 _____
2. 父親の職業は	1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 5. 無職
3. 母親の職業は	1. 常勤 2. パート 3. 自営 4. 農林漁業 無職
4. 朝食は	1. 毎日食べる 2. 時々食べない 3. ほとんど食べない
5. 朝食のおかずの内容は (複数可)	1. みそ汁 2. 牛乳 3. ジュース・紅茶・コーヒー 4. 卵・肉・魚料理 5. 野菜 6. ほとんどおかずなし 7. その他 _____
6. 朝食は誰と食べますか (複数可)	1. 自分だけ 2. 祖父と 3. 祖母と 4. 父と 5. 母と 6. 兄弟姉妹と 7. その他 _____ と
7. 学校給食は	1. ある 2. ない
8. 学校給食の味は	1. うすく感じる 2. ふつう 3. 濃く感じる
9. 夕食は誰と食べますか (複数可)	1. 自分だけ 2. 祖父と 3. 祖母と 4. 父と 5. 母と 6. 兄弟姉妹と 7. その他 _____ と
10. 外食や飲食店の料理を食べるのは	1. 日に1回以上 2. 週に3~5回 3. 週に1~2回 4. 月に2~3回 5. 月に1回以下
11. インスタントめん類は	1. 日に1回以上 2. 週に3~5回 3. 週に1~2回 4. 月に2~3回 5. 月に1回以下
12. 間食は	1. 日に2回以上 2. 日に1回 3. 2~3日に1回 4. 食べない
13. 間食で多く食べているものは (3つ選んで○)	1. ごはん、パン、めん類 2. ヨーグルト 3. 果物 4. おかき・せんべい 5. まんじゅう 6. ビスケット・クッキー 7. チョコレート・ケーキ・アイスクリーム 8. ドーナツ 9. プリン・ゼリー 10. あめ・ガム 11. スナック菓子 12. その他 _____
14. 1日平均どのくらい飲みますか	1. 牛乳 (            ml) 2. 炭酸飲料 (            ml) 3. ジュース (            ml) 4. 乳酸飲料 (            ml)

質問項目	解	答
15. 夜食は	1. 毎日食べる 2. 2～3日に1回 3. 週に1～2回 4. 食べない	
16. 夜食の種類は (複数可)	1. ごはん、パン、めん類 2. 果物 3. 飲み物 4. 菓子類 5. その他 _____	
17. 食事は	1. 早食いだ 2. 早食いでない	
18. 塾や習い事は	1. している 2. していない	
19. 習い事の行き帰り や途中に飲食をしますか(複数可)	1. いいえ 2. はい(内容 1. 弁当 2. ファーストフード(ハンバーガー、フライドチキン等) 3. お菓子 4. ジュース・コーラ・コーヒー等の飲み物 5. その他 _____)	
20. 朝起きる時間は	1. 6時前 2. 6時台 3. 7時台 4. 8時台以後	
21. 夜寝る時間は	1. 9時前 2. 9時台 3. 10時台 4. 11時台 5. 12時台以後	
22. 平均睡眠時間は	1. 7時間未満 2. 7時間台 3. 8時間台 4. 9時間台 5. 10時間以上	
23. 大便の回数は	1. 1日2回以上 2. 1日1回 3. 2日に1回 4. 3日に1回以下	
24. 大便の時間は	1. 決まっている 2. だいたい決まっている 3. バラバラである	
25. 通学に要する時間	1. 歩く( )分 2. 自転車( )分 3. 乗り物( )分 4. 合計( )分	
26. 通学の道は	1. 坂道、山道、階段がほとんど 2. 坂道、山道、階段がやや多い 3. ほぼ平らな道	
27. 運動は好きですか	1. はい 2. いいえ	
28. 運動は	1. よくする 2. あまりしない	
29. 学校の運動クラブ		
1)入っていますか	1. はい(何のクラブですか _____) 2. いいえ	
2)活動日数	1. ほぼ毎日 2. 週4～5回 3. 週2～3回 4. 週1回以下	
3)1日の時間	1. 30分未満 2. 30分～1時間未満 3. 1時間台 4. 2時間台 5. 3時間以上	
30. 学校以外の運動クラブ		
1)入っていますか	1. はい(何のクラブですか _____) 2. いいえ	
2)活動日数	1. ほぼ毎日 2. 週4～5回 3. 週2～3回 4. 週1回以下	
3)1日の時間	1. 30分未満 2. 30分～1時間未満 3. 1時間台 4. 2時間台 5. 3時間以上	



## 家族歴アンケート

1. 両親の身長・体重を記入して下さい。
- |   |    |  |    |    |  |    |
|---|----|--|----|----|--|----|
| 父 | 身長 |  | cm | 体重 |  | kg |
| 母 | 身長 |  | cm | 体重 |  | kg |
2. 以下の表に父方、母方に分けて、現在の年齢、あるいは死亡年齢、また下記の各成人病について医師から指摘されたことがあれば○、なければ×、わからなければ？を記入してください。

	父 方			母 方		
	父	祖 父	祖 母	母	祖 父	祖 母
年 齢						
死 亡 年 齢						
高 血 圧						
心筋梗塞・狭心症						
脳 卒 中						
糖 尿 病						
高 脂 血 症*						

\* 高脂血症とは血液中のコレステロールや中性脂肪が多いことです。

3. 父方・母方のおじ・おば（両親の兄弟・姉妹）は何人ですか。

父方 おじ 人 おば 人      母方 おじ 人 おば 人

各人について現在の年齢、あるいは死亡年齢、また下記の各成人病について医師から指摘されたことがあれば○、なければ×、わからなければ？を記入してください。

	父 方			母 方		
	父	祖 父	祖 母	母	祖 父	祖 母
おじ・おば**						
年 齢						
死 亡 年 齢						
高 血 圧						
心筋梗塞・狭心症						
脳 卒 中						
糖 尿 病						
高 脂 血 症						

\*\* この欄に、おじ1、おじ2、おば1のようにしてすべてのおじ・おばを記入。

## 食品摂取状況アンケート

次の食品群について学校給食以外の日常の食べる回数をおたずねします。当てはまるところに○印をつけて下さい。

		①1日2回 以上	②ほぼ1日 1回	③週3～ 5回	④週1～ 2回	⑤ほとんど 食べない
1	卵類					
2	乳類					
	牛乳 乳製品(チーズ、ヨーグルト)					
3	肉類					
	脂身の多い部分 脂身の少ない部分					
	ハム、ベーコン、ウインナーなど					
4	魚類					
	魚介類(エビ、タコ、イカ、 貝も含む) かまぼこ、ちくわ、さつまあげなど					
5	大豆・大豆製品					
6	果物類					
7	野菜					
	淡色野菜* 緑黄色野菜**					
8	いも類					
9	穀類					
	ご飯 パン めん類					
10	揚げ物・炒めもの					
11	みそ汁					
12	調味料					
	ケチャップ、ソース しょうゆ ドレッシング、マヨネーズ、バター					

\* 淡色野菜……キャベツ・きゅうり・なす・たまねぎ

\*\* 緑黄色野菜……ニンジン・ほうれんそう・かぼちゃ・サラダ菜



## 検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用

論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



要約:小児期からの成人病予防に関する総合研究としてコーホート研究を行うが、そのために事前の研究方法、データの保存、解析、利用などの申し合わせが重要である。本研究班に設置された協議会における討論を含めてこれらの検討を行い、コーホート研究を開始した。