

せい かつしゅう かん 生活習慣についてのアンケート

山都町養護教諭部会

* 学校がある日の毎日の生活の様子について質問します。番号に○をつけて教えてください。

ねん ばん なまえ
年 番 名前

Q 1 なんじ お
何時ごろ起きますか？

てん 1点	7時すぎ
てん 2点	6時30分～6時59分
てん 3点	6時30分より前

Q 2 あさ かお あら
朝、顔を洗いますか？

てん 1点	洗わない
てん 2点	ときどき洗わない
てん 3点	毎日洗う

Q 3 あさ まいにち た
朝ごはんを、毎日食べていますか？

てん 1点	ほとんど食べない
てん 2点	ときどき食べない
てん 3点	毎日食べる

* Q3で「毎日食べる」と答えた以外の人にお聞きします。毎日食べない理由はなんですか？

1	食欲がない
2	太るから
3	時間がないから
4	いつも食べない
5	用意していない
6	その他()

Q 4 にち なんかい は
1日に何回歯をみがきますか？

てん 1点	みがかない
てん 2点	1・2回
てん 3点	3回より多い

Q 5 よる は じかん
夜の歯みがきの時間はどのくらいですか？

てん 1点	夜はみがかない
てん 2点	1・2分くらい
てん 3点	3分より多い

Q 6 ゲームを長い時間すると、健康に悪いことを知っていますか？

1点	知らない
2点	なんとなく知っている
3点	よく知っている

* 1日の中でゲームをする時間はどれぐらいですか？

1	1時間より少ない
2	1～2時間
3	2～3時間
4	3時間以上

Q 7 夜、寝るのは何時ごろですか？

1点	10時すぎ
2点	9～10時の間
3点	9時より前

Q 8 毎日の学校生活についてお聞きします。

1点	楽しくない
2点	まあまあ楽しい
3点	毎日楽しい

ご協力ありがとうございました