

健康づくりに関するアンケート（高校3年生）

豊橋市では、心身ともに成長している皆さんが健康でいきいきと生活できるよう「豊橋市母子保健推進計画(第2次)」等に取り組んでいます。そこで、みなさんの健康や生活を知るために豊橋市内の高校3年生を対象にアンケートを実施することになりました。

なお、このアンケートで個人は特定されません。また、この目的以外に使用することはありませんので、ご協力をお願いします。

令和4年10月

豊橋市長 浅井 由崇

回答についてのお願い

- 1 個人の意見は公表しませんので、あなたのご意見をありのままお書きください。
- 2 調査のご回答はご本人がお答えください。
- 3 回答は特に指定のない限り、該当する番号を○印で囲んでください。
- 4 このアンケートは、11月15日(火)までにご記入のうえ同封の返信用封筒(切手不要)でご返送ください。
- 5 このアンケートはWEB(インターネット)でも回答することができます。
パソコンやスマートフォン等で下記 URLを入力、もしくはQRコードを読み取っていただき、回答ページにアクセスし、貼付のIDとパスワードを入力しますと回答することができます。
※WEBで回答した場合、本調査票のご記入・ご提出の必要はございません。

回答URL <https://smilesurvey.co/s/69d11b15/o>

QRコード



ID/パスワード貼付欄

【お問い合わせ先】

豊橋市健康部保健所 ともも保健課 健康づくりグループ(TEL 0532-39-9160)

【あなた自身のことについてお伺いします】

問1 あなたの性別は何ですか。

ア.男 イ.女 ウ.その他

問2 身長と体重を記入してください。

ア.身長()cm イ.体重()kg

【食生活や運動についてお伺いします】

問3 朝食を食べない日が週に何日ありますか。

ア.ない(毎日食べる) イ.1~2日 ウ.3~5日 エ.6~7日(ほとんど食べない)

問4 問3で「イ.1~2日」「ウ.3~5日」「エ.6~7日(ほとんど食べない)」と回答した方におたずねします。その理由は何ですか。(あてはまるもの1つに○)

ア.食欲がない イ.太りたくない ウ.食べる時間がない エ.いつも食べない
オ.朝食が用意されていない カ.その他()

問5 誰と朝食を食べることが多いですか。(あてはまるもの1つに○)

ア.家族全員 イ.父親か母親(祖父か祖母) ウ.兄弟姉妹のみ エ.1人
オ.朝食は食べない

問6 普段バランスの良い食事[主食(ごはん、パン、めん)・主菜(肉、魚、豆腐など)・副菜(野菜)を基本にした食事]をしていますか。

ア.はい イ.いいえ

問7 1日に必要な野菜の食べる量が350g(生野菜なら両手3杯)以上であることを知っていますか。

ア.はい イ.いいえ

問8 ふだん、ゆっくりよくかんで食べていますか。

ア.はい イ.いいえ

問9 これまでの1年間で、学校の体育の授業以外に週一回以上運動をしていますか。

ア.はい イ.いいえ

【あなたの体型についてお伺いします】

問10 自分の体型をどう思いますか。

ア.やせている イ.普通 ウ.太っている

問11 自分の適性体重(健康でいられるための体重)を知っていますか。

ア.はい イ.いいえ

【メディアの利用についてお伺いします】

問12 平日(月~金曜日)について聞きます。学習以外で、1日にどのくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。

※休日の画面視聴時間は含まない

ア.5時間以上 イ.4時間以上5時間未満 ウ.3時間以上4時間未満
エ.2時間以上3時間未満 オ.1時間以上2時間未満 カ.1時間未満
キ.全く見ない

【たばこについてお伺いします】

問 13 今まで、たばこを吸ったことがありますか。

ア.ある イ.ない

問 14 問 13 で「ア.ある」と答えた方におたずねします。吸ったたばこの種類は何ですか。
(あてはまるものすべてに○)

ア.紙巻たばこ

たばこの葉を
紙で巻き、
火をつけて吸うもの



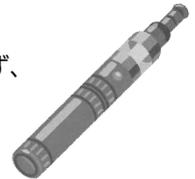
イ.加熱式たばこ

たばこの葉を
火を使わず加熱し、
蒸気を吸うもの



ウ.電子タバコ

たばこの葉を使わず、
液体を加熱し、
蒸気を吸うもの



エ.その他() オ.わからない

【飲酒についてお伺いします】

問 15 今までに、飲酒をしたことがありますか。

ア.ある イ.ない

【お口の健康についてお伺いします】

問 16 はみがきは1日何回していますか。

ア.1回 イ.2回 ウ.3回 エ.4回以上 オ.みがかない

問 17 昼食後に歯をみがいていますか。

ア.みがいている イ.みがいていない

問 18 この1年間に、はみがき指導を受けたことはありますか。

ア.ある イ.ない

問 19 むし歯菌は、はしやスプーンを他人と一緒に使うことでうつると思いますか。

ア.思う イ.思わない ウ.どちらとも言えない

問 20 甘いおやつ(砂糖を含むもの)を一日に何回食べますか。

ア.0回 イ.1回 ウ.2回 エ.3回以上

問 21 口呼吸は健康に良くないことを知っていますか。

ア.知っている イ.知らない

【こころの健康や性についてお伺いします】

問 22 ストレスを感じることはありますか。

ア.いつも感じる イ.時々感じる ウ.ほとんど感じない エ.全く感じない

