

生活についてのアンケート（中学1年生）

■あてはまるものに○や数字を記入してください。

問1 あなたの性別はどちらですか。（○は1つだけ）

男子	女子
----	----



問2 あなたの身長と体重を教えてください。（例：133.6cm 30.4kg）

身長	おおよそ	cm	体重	おおよそ	kg
----	------	----	----	------	----

問3 あなたは、ふだん、朝ごはんをきちんと食べるようにしていますか。（○は1つだけ）

1 毎日かかさず食べている	4 週に1～3回くらい食べている
2 週に6回くらい食べている	5 朝ごはんは食べない
3 週に4～5回くらい食べている	

問4 あなたは、ふだん、家ではだれと一しょにごはん（朝、夕）を食べますか。（あてはまるものすべてに○）

1 母	4 おばあさんやおじいさん	7 その他
2 父	5 友だち	()
3 兄弟姉妹	6 ひとり	

問5 あなたは、ゆっくりよくかんで食べるようにしていますか。（○は1つだけ）

1 いつもゆっくりよくかんでいる	3 よくかまないことが多い
2 たまによくかまないときがある	

問6-1 あなたは、ふだん、どのくらい間食（お菓子、パンやおにぎり、甘い飲み物など）をしますか。（○は1つだけ）

1 毎日間食する	4 週に1～3回くらい間食する
2 週に6回くらい間食する	5 ほとんど間食はしない
3 週に4～5回くらい間食する	

問6-2 間食をするときには、1日に何回くらいしますか。（○は1つだけ）

1 1日に4回以上間食する	4 1日に2回くらい間食する
2 1日に3回くらい間食する	5 1日に1回くらい間食する

問7 あなたは、ふだん何時にねて、何時に起きていますか。

ねる時間 時ころ 起きる時間 時ころ

問8 あなたはふだん十分にねむれていますか。（○は1つだけ）

1 よくねむれている	3 ねぶそくのことが多い
2 ときどきねぶそくになることがある	4 いつもねぶそくである

問9 あなたは、ふだんの1日のうち「テレビを見る時間」「パソコンをしている時間」「ゲーム（家庭用ゲーム機器の使用）をしている時間」「けいたいでんわ・スマートフォンを利用している時間」はあわせてどれくらいですか。

（○は1つだけ）

1 0～1時間まで	3 2時間1分～3時間	5 4時間より多い
2 1時間1分～2時間	4 3時間1分～4時間	

問10 「テレビを見る時間」「パソコンをしている時間」「ゲーム（家庭用ゲーム機器の使用）をしている時間」「けいたいでんわ・スマートフォンを利用している時間」について、1日の時間で長い順番に順位をつけてください。

位	位	位	位
テレビ	パソコン	ゲーム (家庭用ゲーム機器の使用)	けいたいでんわ スマートフォン (ラインやゲーム)

利用していないものには、×印をつけてください。

問11 あなたは自分のことが好きですか。（○は1つだけ）

1 そう思う（自分のことが好き）	3 あまりそう思わない
2 まあそう思う	4 そう思わない（自分のことが好きではない）

ご協力ありがとうございました。いただいたご意見は、市のとくみに活用させていただきます。