食 生 活 調 査 票

彦根市立病院　栄養治療科

あなたの普段の生活を把握するためにご協力をお願いします。

以前に血糖値や血圧が高いと言われたことはありますか	ない・ある→血糖値（　　年前に言われた） ある→血圧　（　　年前に言われた） その時、栄養指導は（ 受けていない ・ 受けた ）
自分の体重（　　kg）をどう思いますか	適正・多い・少ない・わからない
20 歳の頃と比較して 5kg 以上の体重変化はありますか	ない・ある（20 歳頃　　kg、生涯最高　　kg）
1 人暮らしですか	はい・いいえ（あなたを含めて　　人暮らし）
主に調理をする人はあなたですか	はい・いいえ（妻・夫・母・嫁・その他（　　））
1 日 3 食食べますか	はい・いいえ（朝欠食・4 食以上・その他（　　））
食事時間は一定していますか	朝（　　）時・昼（　　）時・夕（　　）時・不規則
外食をしますか	はい（　　回／日・週・月）・いいえ
「はい」に〇をされた方はどんな店によく行きますか	丼物・寿司・焼肉屋・めん類・定食屋・料亭 ﾌｧｰｽﾄﾌｰﾄﾞ・ﾌｧﾐﾘｰﾚｽﾄﾗﾝ・ｲﾀﾘｱﾝ・中華・飲み屋・ その他（　　）
野菜不足だと思いますか	はい・いいえ
濃い味付けを好みますか	はい（塩辛い・甘い・油こい）・いいえ
市販のお惣菜を利用しますか	ほとんど食べない・毎日・週に（　　回）
漬物（梅干しや佃煮を含む）を食べますか	ほとんど食べない・１日に（　　回）
みそ汁や清まし汁を食べますか	ほとんど食べない・１日に（　　杯）
練り製品や干物を食べますか	ほとんど食べない・週に（　　回）

裏面へ

酒類を飲みますか	飲む(　　回／週)・飲まない 又は やめた(　　年前)
「飲む」に〇をされた方は何をどのくらい飲みますか	日本酒（　　合）ビール(500ml／350ml　　本) 焼酎（　　合）・ウイスキー（ｼﾝｸﾞﾙ･ﾀﾞﾌﾞﾙ　　杯） その他（　　）
タバコを吸いますか	吸う（　　本／日）・吸わない 又は やめた（　　年前）
ジュース類を飲みますか	飲む（　　本／日・週）・飲まない
「飲む」に〇をされた方は 何をよく飲みますか	炭酸飲料・ﾌﾙｰﾂ飲料・ｽﾎﾟｰﾂﾄﾞﾘﾝｸ・栄養ﾄﾞﾘﾝｸ その他（　　）
砂糖、ミルク入りのコーヒーや紅茶を飲みますか	飲む（　　杯／日・週）・飲まない ※カロリー0 の甘味料のみ入れる場合は、飲まないに含む
間食はしますか	はい（　　回／日・週）（午前・午後・夕食後）・ いいえ
「はい」に〇をされた方は 何を食べますか	まんじゅう・せんべい・あられ・ケーキ・あめ ｽﾅｯｸ菓子・菓子パン・果物・ その他（　　）
食生活を改善することに関心はありますか	はい・いいえ
食生活を改善するために気を付けて行っていることはありますか	はい・いいえ
「はい」に〇をされた方は、 内容を教えてください	間食をやめている・ご飯を減らしている・ その他（　　）
運動することに関心はありますか	はい・いいえ
現在定期的に運動を行っていますか	はい・いいえ
「はい」に〇をされた方は、内容を教えてください	（何を　　週に　　回位）

ご協力ありがとうございました。