

食生活アンケート ～妊娠前の食生活について～

☆☆☆妊娠おめでとうございます☆☆☆

みなさんの食事の様子をお聞きし、おかあさんとあかちゃんの健康のために役立てたいと思います。
下記のアンケートにご協力ください。

※妊娠前の食事についておたずねします。あてはまる番号に○印をつけてください。

妊婦氏名 _____ 年齢 _____ 歳 身長 _____ cm 妊娠前体重 _____ kg

問1. 食事は1日に3食、食べていましたか？	1. はい	2. いいえ			
問1で「いいえ」と答えた方にお聞きします。 (問1-1) 食事を食べないのはいつですか？ (複数回答可)	1. 朝食	2. 昼食	3. 夕食		
問2. 牛乳・乳製品(ヨーグルト、チーズなど)を食べていましたか？ ※乳酸菌飲料は含まない	1. 毎日	2. 時々	3. ほとんど食べない		
問3. 野菜は毎食食べていましたか？	1. はい	2. いいえ			
問3で「いいえ」と答えた方にお聞きします。 (問3-1) 野菜を食べないのはいつですか？ (複数回答可)	1. 朝食	2. 昼食	3. 夕食		
問4. サプリメントを利用していましたか？	1. はい	2. いいえ			
問4で「はい」と答えた方にお聞きします。 (問4-1) サプリメントの種類は何でしたか？ (複数回答可)	1. 葉酸	2. カルシウム	3. 鉄	4. その他 ()	
問5. 間食は食べていましたか？	1. よく食べた	2. 時々	3. ほとんど食べない		
問5で「1. よく食べた」と「2. 時々」と答えた方にお聞きします。 (問5-1) 何を間食に食べましたか？ (複数回答可)	1. 牛乳 乳製品 (甘みのないもの)	2. 牛乳 乳製品 (甘みのあるもの)	3. 果物	4. 菓子類 (あめ・チョコ・ スナック菓子・ 菓子パン・せん べい等)	5. 飲み物 (甘みのあるもの)
問6. 弁当や総菜を利用していましたか？		1. 毎日	2. 時々	3. 利用しない	
問7. 食事を菓子パン、インスタントラーメン等で済ませることがありましたか？	1. はい	2. いいえ			
問8. 妊娠をして、食事に対する意識が変わりましたか？	1. はい	2. いいえ	理由を教えてください ()		

このアンケートにご記入いただいた個人情報は、目的以外に利用することはありません。

★★★ご協力ありがとうございました★★★