

★1日の食事について教えてください★

令和 年 月 日() 訪問・来所

面談担当: _____

☆1日の食事は何回ありますか？

母子手帳番号: _____

1回 / 2回 / 3回 / 4回 / 5回 / それ以上

☆間食は1日何回ありますか？

1回 / 2回 / 3回 / 4回 / 5回 / それ以上

☆よく食べているものを教えてください。(あてはまるものに○、複数可)

| | |
|-----|--|
| 主食 | ごはん / パン / 麺類 / その他() |
| 副菜 | 野菜 /きのこ / いも / 海藻 / その他() |
| 主菜 | 肉類(牛肉・鶏肉・豚肉) / 魚類(生魚・加熱) / 卵 / 加工肉(ベーコン・ハム) / 大豆製品(豆腐・納豆) / その他() |
| 乳製品 | 牛乳 / チーズ / ヨーグルト / その他() |
| 果物 | リンゴ / みかん / バナナ / ぶどう / その他() |
| 間食 | チョコ/ケーキ/ポテトチップス/グミ/ガム/菓子パン/せんべい/プリン/アイス / 和菓子/ドーナツ/その他() |
| 飲み物 | 水・お茶 / ジュース類/酢飲料/イオン飲料 / 乳酸菌飲料 / 炭酸類 / その他() |
| 外食 | ハンバーガー / ピザ / ファミレス / 寿司 / 洋食(ステーキ・パスタ) / 食堂 / 中華 / その他() |

☆妊娠前の生活リズムを教えてください。

■:睡眠 ☆:食事 ○:間食

6時 9時 12時 15時 18時 21時 24時 3時

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

例 ■■■■■ ☆ ☆ ○ ☆ ■■■■■

名護市の妊婦さんの食生活を把握するためにアンケートにご協力をお願いします。
尚、こちらのアンケートを参考に妊婦健診の結果についてお話することがあります☆