

妊娠前

妊婦さんへのおたずね

☆☆☆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。

妊娠前身長	cm	妊娠前体重	Kg	(BMI)	
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1-2) 食べなかった理由は何ですか？	1. 時間が なかった	2. お腹が空い ていなかった	3. いつも食べ ない習慣だか ら	4. 食事準備が できていない から	
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1日3回食べていましたか？	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)	1. 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)	
問6. お酒は飲んでいましたか？ (清酒・焼酎・ビール・洋酒など)	1. 毎日	2. 時々	3. 飲まない		
問7. たばこを吸っていましたか？	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	
問9. 普段の食生活について、食べているものに○をつけてください。	<p><日本型バランスのよい食事></p> <p>副菜 体の調子を整えるビタミン・ミネラル源 野菜・芋・きのこ・海藻・こんにゃく (お野菜は毎食食べてね！)</p> <p>主菜 血や肉や骨になるたんぱく質源 卵、または肉、または魚、または大豆製品 (毎食、品をかえて)</p> <p>主食 エネルギー源になる。 ごはん・パン・麺</p> <p>汁、または果物、または牛乳 (毎食品をかえて)</p>				
朝食	主食	主菜	副菜	牛乳・乳製品	果物
昼食	主食	主菜	副菜	牛乳・乳製品	果物
夕食	主食	主菜	副菜	牛乳・乳製品	果物

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。

★★★ありがとうございました★★★

※市記入欄

受付者	指導者	継続支援	プラン作成者
		有・無	
歯科受診の有無： 有 ・ 無			
支援理由・特記事項 外国人の方の場合：日本語（通訳必要・会話・ひらがな・漢字）			
身元確認用書類	<input type="checkbox"/> 個人番号カード <input type="checkbox"/> 運転免許証 <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> パスポート <input type="checkbox"/> その他 ()		