

## 第4回 食生活改善・生活習慣病予防のためのアンケート作成

### ◆本日の作業

食生活および生活習慣に関するアンケート（問診表）を作成する。  
（サンプルイメージを参考にして作成すること）

### ◆アンケートの目的

管理栄養士が、栄養指導対象者に「食生活の改善と生活習慣病の予防」について指導するための資料として活用する。

### ◆アンケートの想定

- ・栄養指導対象者は、食生活・生活習慣に関して、何らかの改善が必要と思われる人である。
- ・栄養指導対象者はすでに健康診断を受診しており、検診結果を自分で持っている。
- ・健康診断の結果を本人に自覚してもらうために、検診値を記入する欄を用意しておく。

### ◆アンケート作成上の注意点

- ・サンプルの「①基本情報項目」と「②健康診断結果」にある項目をすべて入れること。
- ・レイアウトは自由に設定してよい。（見やすく、かつ記入しやすい書式を工夫すること）
- ・食生活と生活習慣の実態を把握するための質問項目を少なくとも10問以上設定すること。
- ・質問項目はウェブサイトを参考にしてもよい。（ただし**コピーは不可**）
- ・完成形はWord文書でA4版2ページ（両面印刷のイメージ）とすること。

提出するファイル名

**食生活改善アンケート bxn11xxx 氏名**

（CoursePowerで提出する）

## 食生活と生活習慣に関するアンケート

## (①基本情報項目の記入欄)

(氏名・住所・年齢・TEL・性別・家族構成の記入欄を用意する)

## (②健康診断結果の記入欄)

身体計測	身長	(cm)	血圧	最大	(mmHg)
	体重	(kg)		最小	(mmHg)
	BMI	(kg/m <sup>2</sup> )			
	腹囲	(cm)			
脂質系	中性脂肪	(mg/dl)	肝機能	AST (GOT)	(U/L)
	HDL コレステロール	(mg/dl)		ALT (GPT)	(U/L)
	LDL コレステロール	(mg/dl)		γ-GT (γ-GTP)	(U/L)
	総コレステロール	(mg/dl)			
血糖	空腹時血糖値	(mg/dl)	血液系	ヘマトクリット値	(%)
	ヘモグロビン A1c	(%)		血色素量	(g/dl)
				赤血球数	(10 <sup>4</sup> /mm <sup>3</sup> )
腎機能	尿蛋白	(+/-)	その他	心電図所見	
	尿素窒素	(mg/dl)		眼底検査	
	クレアチニン	(mg/dl)			

## (③食生活と生活習慣に関する質問項目)

Q1. あなたは . . . . . がありますか。

( はい ときどきある ない )

Q2. あなたは . . . . . をしていますか。

( いつもしている ときどきしている していない )

Q3. :

:

:

- ・ 質問を 10 問以上設定すること
- ・ 完成形は 2 ページ（両面印刷）とする

管理栄養士

(自分の氏名を入れる)