

# 甲州市母子保健縦断調査

## 30年のあゆみ

～ 甲州プロジェクト ～  
Koshu Project



甲州市役所健康増進課  
山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座

## はじめに



近年の少子化や核家族化をはじめとする、親子を取り巻く状況の変化は、育児不安や親子の孤立化、児童虐待、生活習慣への影響など様々な課題をもたらしており、その対応が求められています。

母子保健は生涯を通じた健康の出発点であり、心身ともに健康で豊かな人生を送るための基盤となるものです。

昭和63年に旧塩山市（現甲州市）と山梨医科大学保健学Ⅱ講座（現山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座）が共同で開始した母子保健縦断調査（甲州プロジェクト）が、本年度で30周年

を迎えました。

本調査は、生涯にわたる疾病予防に寄与することを大きな目的とし、まずはその出発点である母子保健領域について様々な観点から検討し、市民の実態やニーズにあった母子保健活動を行うための基礎資料として活用して参りました。

平成26年度には、本調査によって得られた結果を元に「甲州市母子保健計画～すこやか親子こうしゅう～」を策定し、基本理念である「すべての親と子が健やかで心豊かに暮らせるまちづくり」を目指し、日々取り組んでいるところであります。

また、平成27年度には甲州プロジェクトの取り組みを継続・発展させていくことを目的に、甲州市と山梨大学との包括的連携協定を締結いたしました。

今後は、これらの取り組みを広く市民の皆様にも周知し、還元してまいりたいと考えております。

30年の長きに渡り本調査が継続できましたことは、歴代の教授をはじめとする大学関係者の皆様、そしてアンケートにご協力いただきました市民の皆様のご協力の賜物と心より感謝申し上げます。この貴重な調査が今後も継続され、母子保健のみならず市民の生涯を通じた健康づくりの推進に役立つことを願っております。

この度、本プロジェクトの足跡と調査で得た研究成果をまとめた、「甲州市母子保健縦断調査（甲州プロジェクト）30年のあゆみ」の発刊にあたり、ご尽力を賜りました同講座の関係者の皆様、並びに本調査にご参加を賜り貴重なご意見をいただきました市民の皆様に、改めて心よりお礼申し上げますとともに、今後もより一層のご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

甲州市長 田 辺 篤

## 地域住民とともに白玉探しの甲州プロジェクト

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 教授  
山梨大学大学院総合研究部附属出生コホート研究センター長  
山縣 然太郎



諸葛孔明が子どもに書き残した「寧静致遠（ねいせいちえん）」は、真心を尽くして日々努力を続けないと、遠くにある目的に到達することはできないという意味だそうです。甲州プロジェクト 30周年にふさわしい言葉ではないでしょうか。

「地域における生涯にわたる健康づくりの基礎は地域の住民の健康をつぶさに観察することであり、それは母子保健から」を基本コンセプトに始まったこのプロジェクトで大切なことは、長く「継続」すること、成果を市民に「還元」すること、そして、学術的に世界に「発信」できることだと思います。一概に 30 年と言っても幾多もの困難がありましたが、甲州市民の皆様のご理解とプロジェクトに関わった甲州市の担当者の皆様、講座のスタッフの皆の根気と努力で何とかここまで継続することができました。心より感謝申し上げます。甲州プロジェクトには多くの成果がありますが、特に、妊娠中の喫煙がその子どもの将来の肥満のリスクになるという DOHaD（Development origins of health and disease）の概念をわが国で初めて疫学研究で明らかにしたことは特筆すべきことです。そして、成果は乳幼児健診時に配布するリーフレットとして市民に還元し、甲州市の広報を通じて広く市民に成果を発信することもできました。

さて、多くの疫学研究は病気の原因となる喫煙や肥満などのリスク要因を明らかにすることを目的としています。一方で、別の視点もあります。それが白玉探しを目的とした研究です。ここに、白玉と黒玉の入った袋があります。袋から玉を一つ取り出して、出てきた色と同じ玉を二つにして戻します。もし、黒玉が最初に出ると袋には 2 つの黒玉と 1 つの白玉が入ることになり、次に袋から玉を取り出す時は黒玉をとる確率が  $2/3$  と黒玉の可能性が高くなります。これを繰り返すと益々、黒玉をとる可能性が高くなります。つまり、最初にとった色の玉をその後も取り続けてしまうことになります。しかし、偶然か故意かでも白玉をとることができれば最初の状態にもどる可能性があります。この袋を子どもに置き換えると、黒玉は生まれた時からの健康障害や子育てが困難な家庭環境かもしれません。それを克服できる要因となる白玉を解明することができれば、白玉支援をすることで、生まれた時の健康課題を克服できるかもしれません。すべての子どもたちが健やかに育つ社会のために、市民とともに一つでも多くの白玉を見つけ出すことが私の目標です。

甲州市・山梨大学包括的連携協定を結ぶことで甲州プロジェクトが一つの事業として新たなステージを迎えました。先達の思いを大切にして、市民、行政、大学が一体となって甲州プロジェクトが発展することを願っています。

# 目次

1. 寄稿文 .....	5
2. 甲州プロジェクト 30年のあゆみ 甲州プロジェクトのあゆみ .....	31
3. 思い出のアルバム .....	37
4. 調査の概要 (1) 調査の目的 .....	47
(2) 調査の経緯 .....	47
(3) 調査対象と方法 .....	47
(4) 調査内容 .....	47
(5) データの入力と解析方法 .....	48
(6) 調査メンバー .....	50
5. 30年間の子どもの生活、健康状態の推移 概要 .....	53
(1) 妊娠判明時から乳児期 .....	55
(2) 1歳6ヶ月児期 .....	79
(3) 3歳児期 .....	101
(4) 5歳児期 .....	125
(5) 懐かしい質問等 .....	145
(6) 体格の経年推移 .....	149
(7) 子どもの悩み 年齢別比較 .....	155
(8) エコチル参加者における甲州市と山梨県の比較 .....	157
(9) 甲州市環境データの年次推移 .....	167
(10) 思春期 .....	173
6. 甲州プロジェクトに関する個別研究一覧 プロジェクトに関する個別研究 .....	177
30年間の業績 .....	178
7. 調査票 (1) 母子保健調査票 .....	193
(2) 思春期調査票 .....	289



## 1. 寄稿



## 甲州プロジェクト 30 周年によせて

東京大学 名誉教授  
日暮 眞



「塩山プロジェクト」から「甲州プロジェクト」へと発展した研究企画が今回 30 周年を迎えるにあたり、深い感慨を覚えるものの一人であります。1986 年、当時塩山市役所の相沢主幹（保健師）との出会いが出発点ではじまった日を今更の如く思い出します。

「塩山市母子保健調査 10 年の歩み」誌に記したように、「塩山プロジェクト」として種を蒔いた時点では、その成果を刈取って社会に還元できるのは三世代・四世代後のことと考えておりました。それが思いのほか早く成果が上がりはじめて、今や「甲州プロジェクト」として広く全国あるいは国際的にも出生コホートとして注目を集めるものに成長しているとのこと。それは、本企画を、単に漫然と継承していたからではなく、心を込めて水をやり、肥料を与え、工夫を凝らして育成の労をとった継承者の努力があったからでした。当初、私は考えていた果実の収穫時期が、これ程早く来るとは予想して居りませんでした。これは、とても喜ばしいことでもあります。今後、更に二世代、三世代先に上げられる、より大きな成果を見据えて研究を進めて欲しいと願います。

そのためには、賢い継承者の育成が大変重要です。現在本企画の中心にあって活動している山縣教授は、このことを十分考えて、ことを進めて居られるので安心しております。更なる研究の進展を祈念してやみません。

最後に、これまで本プロジェクトの育成・発展に多大の労を払われた浅香前教授、山縣教授並びに教室員の皆様、甲州市役所の皆様に、感謝と敬意を表します。





## 甲州プロジェクト 30 周年を迎えるにあたって

元山梨大学 教授  
同門会 会長  
浅香 昭雄



甲州プロジェクトが 30 周年を迎えるということで、その初期の段階(塩山プロジェクトと称していた)で多少なりとも、関わらせていただいたひとりとして喜びに堪えません。

記憶は絶えてままならず、入手出来た資料に基づいて、感想を述べるに留めたい。

昭和 56 (1981)年山梨医科大学保健学Ⅱ講座(公衆衛生学)に、日暮眞初代教授が着任した。日暮先生が着任初期から暖めていた構想は、「(ある一定の地域で) 生まれ・育ち・成人になり、老いていく集団の健康と疾病と環境とのからみを観察し、その研究成果を地域に還元していく」ということであり、それに相応しい地域を探し求めていらした。一方、塩山市(当時)の保健師相沢朝子さんは、「これからの保健師活動は、科学的な根拠に基づき、納得のいく仕事をしていきたい」「市民と行政と専門家が一体となった健康づくりをしていきたい」、という思いがあった、というから、日暮先生と塩山市の保健師さん等が相まみえることになるのは、啐啄同時という必然の出会いであったといえよう。相沢さんは、「このプロジェクトが 20、30 年と引き継がれ、発展していくことを願っています」とも言われていらっしゃるが、その 30 年が現実のものとなってしまったのである。

甲州プロジェクトは、市民による、市民のための、市民のプロジェクトがその中核をなすとはいえ、このプロジェクトは市民、行政、大学の三位一体となって初めて成果が期待できるものである。今後とも行政としての甲州市には、引き続き緊密なる応援をお願いしたい。

### 参考資料

- ① 塩山市母子保健調査 10 年のあゆみ 平成 11 (1999) 年 3 月
- ② 甲州市母子保健縦断調査、20 年のあゆみ 平成 20 (2008) 年 7 月

## 30年の感謝を込めて

甲州市役所健康増進課 課長  
藤 政司

甲州市母子保健調査が、山梨医科大学保健学Ⅱ講座（現山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座）のご支援、ご協力をいただき中、本年度で30周年を迎えることができました。

近年、少子化等に伴い子育ての環境が変化する中、安心して子供を産み、子供が健やかに育まれるためには、切れ目のない母子保健サービスの提供が重要であります。

また、子育て支援の充実に加え、妊婦・出産支援の充実を図るとともに、妊婦・出産・子育てへの連続的な支援を提供することができる体制づくりの構築が求められています。

こうした中、30年という長きにわたり、山梨大学のご協力、ご支援により、調査いただいたことは、甲州市の母子保健計画の策定、母子保健のさらなる充実に繋がるものであります。

これからもこの研究調査をさらに続けていただくことをお願いするとともに、これまでご協力をいただきました同講座の関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

今後も甲州市民の福祉の向上、健康増進のため、ご指導、ご協力をいただきますよう重ねてお願い申し上げます。



## 甲州プロジェクト発足の思い出

元塩山市役所保健課保健指導係 主幹  
相澤 朝子

甲州プロジェクト30周年記念誌寄稿のお手紙を頂き、このプロジェクトも早いもので30周年を迎えるのかと感慨を新たに致しますと同時に、あの当時のことが甦った次第です。

確か昭和60年の夏頃であったと思います。当時保健師は皆若くて20歳代から私1人30歳代。そのなかで、これからの保健師活動は「科学的データに基づいた納得のいく仕事をしたい」「市民と行政と専門家が一体となった健康づくりをしていきたい」という新しい仕事に向かう姿勢が打ち出されました。そこで塩山市健康推進協議会へ図り、公衆衛生の専門家でいらっしゃる山梨医科大の保健学教室へ伺ったのが、医大とのプロジェクトの始まりだったと思います。

医大の先生方と話し合いを重ねていく中で『生涯にわたる健康づくりの基礎は母子保健から』との理念から母子カードの見直し、母子健康手帳の交付、乳幼児健診時（1歳6か月児、3歳児、5歳児）のアンケート調査票の作成等から取組みははじめました。大変な作業ではありましたが今となっては楽しい思い出が一杯です。

特に井上保健師さんの実家のお寺（牧丘）においてプロジェクトメンバーで合宿を行い、白熱した議論を行うなど有意義な会議でありました。以後データに基づき市独自のパンフレットの作成が行われ、健診、訪問時などに活用されるようになりました。

このように研究の成果は大学側では日暮眞教授、浅香昭雄教授、山縣然太郎教授と引き継がれ、市側でも市町村合併があり、甲州市となりプロジェクトの名称も変わりましたがこの事業は現在も引き継がれ、これも長年に及ぶ研究の積み重ねによる成果だと思いを新たにしております。併せてこのプロジェクトに関わっていただきました多くの先生方、行政、市民の皆様には深く感謝申し上げます。

終わりにこのプロジェクトが50年、100年と引き継がれ、地域住民の主体的な健康づくりがさらに推進され、その成果が市から県、さらには国、世界へと発信されますようお願いしております。

## 30年の宝物 ～より良い保健活動をめざして～

甲州市社会福祉協議会 技監  
井上 愛子

昭和60年当時、塩山市の保健師は、市役所最年少係長であった30代の相澤朝子さんの下、20代の保健師5人という若いチームでした。「科学的根拠に基づく保健師活動がしたい！」というみんなの思いを実現すべく、勇気を振り絞り、日暮教授のもとへ相談に行ってくださいったことが、このプロジェクトの始まりでした。

私にとっても、38年の保健師人生のほとんどの間、プロジェクトの一員として関わらせていただいたことになりましたが、理論的な分析が苦手な私には、修行となるありがたい出会いになりました。

塩山市から甲州市へと受け継がれたこのプロジェクトは、平成27年には、健康増進課と社会医学講座間の連携から、甲州市と山梨大学との包括的な連携協定締結へと発展し、このプロジェクトが揺らがぬものとなりました。

しかし、今日までプロジェクトが継続できたことは、奇跡に近いものだったと思っています。日暮教授、浅香教授、そして山縣教授へと、大学が3代にも亘り甲州プロジェクトを大切に継続していただいたこと。市も、合併という大きな山を越えられたのは、塩山市の取り組みを共に理解し、継続してくれた保健師の仲間がいたからでした。

30年の間には、母子保健の縦断調査のみならず、神金・奥野田地区の高齢者の調査や健康づくりの推進に、そして健康増進計画や食育推進計画をはじめ、介護保険計画の策定から、教育委員会との連携による思春期調査、また国保保健事業の推進等々、上げきれないほどの保健活動に関わっていただきました。

一つ一つ、話し合いを重ね、共に地域にも出向いていただき、熱い議論を交わしたことが懐かしく思い出されます。

このプロジェクトの成果は、調査としての価値の高さもさることながら、大学の皆様との出会から「住民にとってより良い保健活動をしたい」という思いと実践が継承されてきたことであり、この出会こそが、甲州市にとって掛け替えのない宝物になっていると思います。

このプロジェクトに情熱を注ぎ続けてくださった山縣教授をはじめ、多くの大学関係者の皆様に感謝するとともに、今この宝物を市として大切に引き継いでくださっている皆様に心から感謝申し上げます。

## 30年、これからに新たな希望を託し

甲州市役所介護支援課 課長  
今橋 美穂

テレビの画面から、「あれから 30 年。」というセリフが流れていた。それとダブらせて、奥野田プロジェクトとしてスタートした取り組みも 30 年が経過し、長い時の流れと変化を感じるとともに、あの時の熱い思いが最近のここのように蘇ってきます。

生涯を通じた市民の健康づくりをしたい、そのためのスタートは母子保健、自分たちが現職中はこの取り組みの結果を見ることはできないが、「これは、ずっと続いて行き必ず結果を出す。」という皆の思いの中で話し合いを、そして学習を重ね目指すべき方向について繰り返し語り合いました。時には、合宿と称し泊りで検討を行ったこともあります。

しかし、残念なことに確実に時間は流れ、現職でそこに籍を置く人間は、山縣教授と私だけになってしまい、教授からは「二人は絶滅危惧種だよ。」と言われ関係者皆で笑った場面もありました。

そんな中、山縣教授には、この積み重ねられた実績と目標に向かった取り組みが、ずっと続いていくようにご配慮をいただき、平成 27 年に山梨大学と甲州市での包括的連携協定の締結に至り、これまで携わってきた関係者の努力と思いが引き継がれていくための体制づくりができたと感謝をしております。

これまで 30 年の長きにわたりこのプロジェクトの中で出された結果の多くを、甲州市の母子保健事業に還元し子供たちの健やかな成長のために役立てることができ、この研究に携わっていただきました山縣教授をはじめとする日暮教授、浅香教授、そして多くの先生方には深く感謝をいたします。

今後、40 年、50 年とこのプロジェクトが引き継がれ、過去から積み重ねられたデータを活用し、その時代に合った市民全体の健康づくりに発展していきますことを願っております。



## 30周年に寄せて

元塩山市役所保健環境課保健指導係 係長  
大村 光枝

甲州プロジェクトは長年継続され着実に成果をあげて、30周年を迎えられたことは感慨深いものがあります。私は退職をして20年が過ぎましたが、プロジェクトの初期に保健師として微力ながら携われたことを懐かしく誇りに思っています。

当時、市民総合保健計画を策定し、市民の生涯を通じた健康づくりを推進していました。特に健康づくりの基盤となる母子保健の分野では、山梨医科大学Ⅱ講座の先生方のご指導、ご協力をいただきました。妊婦や乳幼児をもつ母親を対象に「母子アンケート」を実施し、その結果をデータ化し経年的に調査・分析した内容が、各保健事業や相談、教育等の健康づくりに還元されました。経験や勘に頼るのではなく、研究による科学的根拠に基づいた保健師活動は意義深いものでした。多くの学びをいただき、先生方には深く感謝しております。

今は地域の一員として生活していますが、プロジェクトの中で学んだ健康づくりの基盤を日々の生活に活かし、一住民として地域づくりに貢献できればと思っています。

これからも甲州プロジェクトが引き継がれ、発展していかれることを願っています。

## プロジェクト 30年に思う

元塩山市役所保健課介護予防係 副主幹  
根津 直美

プロジェクトから離れ、だいぶ時が経過しました。一番最初の母子アンケート協力者も、もう30歳を超えました。

現在私は、市内で5歳になる双子の孫の育児支援の最中ですが、各乳幼児健診の母子アンケートを目にしたたり、また各健診に同席する機会にプロジェクトを垣間見ることがあり、プロジェクトが継続され30年の節目を迎えました事に、スタート当時から関わった者として大変嬉しく思っています。

30年という年月の中で、育児観や育児環境・生活環境、また社会情勢も大きく変化し、当初の目的であった生涯を通じた健康づくりは難しい状況もあると思います。しかし市民の皆様のご協力とプロジェクト関係者のご努力により、プロジェクトが30年継続され、何万件という母子データが構築されています。

現在、育児真最中の方々、これから誕生する子供の健やかな成長のために、そして将来の市民の健康のために、これからもこのデータが活かされ、役立つことを期待して止みません。

## 市町村合併の時に担当して

元甲州市役所健康増進課母子担当 課長補佐  
遠山 美雪

平成17年11月塩山市、勝沼町、大和村が合併し甲州市が誕生しました。

私は母子担当のリーダーとして大和村から本庁へ異動しました。まず規模の大きさに戸惑い、机に向かっても、用紙一枚のあり場所さえわからず、心が落ち着かず、長い間夢うつつのような状態でした。

しかし、11月といえばすぐに予算編成が始まります。システムも初めてですので不安でいっぱいでした。また予算の必要性をきちんと説明できないとリーダーとしての役割は果たせません。特に甲州プロジェクトの予算は額が大きく、財政が非常に厳しくなっている時期でしたので、予算獲得ができなかったとなれば責任重大です。どんな説明をして予算が通ったのか覚えていませんが、随分ほっとしたことだけは覚えています。

当時、「眠りの大切さ」が研究者や小児科医などから紹介されていました。しかもメラトニンやセロトニンなどのホルモンの働きが、具体的に挙げられている書物は、衝撃的だったり、説得力がありました。

すぐに甲州市の子どもたちの現状を把握するため、山梨大学医学部社会医学講座から毎年届く冊子で現状がわかりました。

なんと、寝る時間が遅い子どもがかなり多いことがわかりました。そこで幼児健診時「子どもの眠りの大切さ」を紙芝居にして、ミニ健康教育を実施しました。

このことから、日々業務に追われている保健師は、膨大な情報がありながら、まとめる時間がなく、活動に活かさきれていない現状を考えると「甲州プロジェクト」は大変有り難く、保健師活動に無くてはならないものと思います。



## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

甲州市役所健康増進課健康企画・地域医療担当  
内田 真由美

思えば甲州市母子保健縦断調査～甲州プロジェクト～20 年のあゆみに当時の母子担当事業者として、私のつたない想いを綴らせていただき、それから早 10 年。よもや 30 年の節目にまたもや自分の甲州プロジェクトに対しての想いが載るとは思いもよりませんでした。

当時を振り返ると今でも鮮明に思い出されるのは、とにかく合併後、当時の母子担当事業者であります遠山美雪保健師さんからの襁を途絶えることなく次につなげること、乳幼児健診等での母子の調査から見えてくる実態が自分達の行う保健活動の根拠や裏づけにつながることで、これらを活かすも無くすも自分たちにかかっている、ということでした。

旧塩山時代にスタートし、当時の相沢朝子保健師さん率いる旧塩山市の先輩保健師方の、この縦断調査に抱く想いや、この取り組みから発展していく願い等を伺う間もなく、合併後の怒涛のような日々が流れていきました。思えば、旧塩山時代の取り組みに込められる想いや魂みみたいなものを諸先輩方に十分に聞いておけばよかったと、当時を振り返れば反省するばかりです。

30 年の歩んできた軌跡をこれから自分たちが甲州市の保健活動にどう活かしていくか。この長きにわたる大学との協働で行ってきた取り組みを地域にどう還元していくか、私たち全員の保健師が共通認識で市の施策に活かしていかなければならないのでは、と自問自答しながら、考えています。

私は現在、甲州市健康増進計画の策定や推進に携わる部署におります。甲州市民の健康づくりの推進にかかわる中で感じていることは、切れ目ない妊産婦・乳幼児への保健対策、学童期・思春期から成人期に向けた保健対策、子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり、これらが円滑に推進されていくようになると、今後甲州市を支えていく市民の人づくり・まちづくりにつながるだろうし、甲州市の子どもたちは幸せに成長していこう、甲州市民の幸福につながっていくだろうなど、そんなことを想像しながら信じております。

今、自分たちが蒔いた種が何年か先に花開き、実になる事が実現できるよう、日々を精進して参りたいと思っております。



## 30周年の節目に寄せて

甲州市役所健康増進課 健康づくり担当  
武藤 陽子

私が甲州プロジェクトに本格的に携わるようになったのは、平成26年度に現担当へ異動してからのことです。もちろん、本市が合併以前から長年にわたって母子保健調査に取り組んできたことは承知していましたが、主担当者となったことで改めてこの事業の理念や活動の変遷をたどりました。そして、壮大なテーマに圧倒されつつも市の保健活動の一端を担う者の1人として、これをどう活用し発展させていくか、模索する日々が始まりました。

一番の記憶は、山縣教授に助言していただきながら社会医学講座の先生方とも試行錯誤し平成26年度に策定した「甲州市母子保健計画～すこやか親子こうしゅう～」のことです。前年度にまとめた「甲州市母子保健縦断調査・合併後のあゆみ」を基礎資料として、甲州市に生まれ育つ子どもたちやその家族、地域が10年後に「こうあったら良いな」というイメージを描きながら、手探りで計画をつくり上げていきました。その過程で、「そもそも現状はどうか」「特に力を入れて取り組むべき課題は何か」など、数的データの読み込みはもとより、母子保健事業等に関して幅広く意見交換を重ねました。途中、どう計画書に落とし込んでいくか方向性を見失い、投げ出したくなるような心境にもなりましたが、骨身を惜しまずご協力いただいた篠原先生（現・健康科学大学健康科学部教授）から「甲州市の親子のために頑張りましょう」と声をかけてくださったことや、黙々と作業してくださった元木さんに支えられ、膨大な検討と作業時間を経てようやく形になりました。

なぜ甲州プロジェクトに取り組むのか。私は、母子保健計画の策定プロセスを通じて考え、そして今も自問自答しています。日々思うことは、現状の母子保健活動が本当に子どもたちの健やかな成長につながっているのか、ご両親の悩みや不安の軽減にどこまで役立っているのか、将来大人になった時にどんな変化をもたらすのか、甲州プロジェクトを通じてこれらを明らかにし、私たちが日々行っている保健活動に反映させなければということです。

これまで脈々とこの事業を受け継いでこられた諸先輩方の努力と、ご協力くださった数多くの先生方に敬意の念を抱きつつ、時代の流れとともに変化していく市民の暮らしを的確に捉え、実態に合った保健活動を行っていくために、さらに甲州プロジェクトが発展していくことを願っております。

## 30周年記念に寄せて

元甲州市役所健康増進課健康づくり担当 課長補佐 萩原 静子

甲州プロジェクト30周年おめでとうございます。日暮教授、浅香教授、山縣教授へと引き継がれたこのプロジェクトに、開始当初は塩山の一番若い保健師という存在で、関わらせて頂きました。当時の相沢係長の担当地区の奥野田を引き継ぎ、地域（住民）と専門家（保健師）研究機関（山梨医科大学）で地区の健康問題を明らかにし、その解決のために住民とともに語り、実践できる健康づくり地域づくりを推進しようと取り組みました。（まさに協同）地域に還元できる研究であること。ここをモデルに科学的な裏付けを持って保健師活動ができるようにと、いつも皆で話し合いながら進めてきました。神金と奥野田には今も健康づくりの会が引き継がれ、健診から始まる健康づくりが定着しています。

母子保健縦断調査では、個人情報扱いや調査同意、還元、市民への周知など市民目線でチェックし、市民との合意が得られる形で継続できる体制を整えることが必要でした。包括的連携協定は、今後の発展的継続にあたり大きな意味のあることだったと思います。

私は家庭の事情で、平成28年3月に職を辞しましたが、母子の健やかな未来のために一線で活躍されている皆様のご苦勞に思いを馳せ、ご健康とますますのご活躍を、そして今後のプロジェクトの発展を心より祈っております。

## 甲州プロジェクト30周年記念によせて

元甲州市健康増進課 管理栄養士  
新井 孝子

住民の健康づくりを目指し、行政と研究機関が協同で取り組む本活動が30周年を迎えられましたことを、心よりお喜び申し上げます。

私は、平成12年から約13年間“栄養に関する啓発活動”の立場から携わらせていただきました。振り返りますと、平成12年頃から、食に関する社会情勢は大きく変化しました。健康に関する懸念が多方面から指摘される中で、専門職として“住民の食生活の現状をどう捉え何を支援していったらよいのか”私は悩みました。

しかし、行政スタッフ・食生活改善推進員・保育・学校関係者と連携することで、悩みは、栄養素バランスツール「塩山式手ばかり」の作成や活用の推進、「野菜・果物を作っておいしく食べるじゃん」をキャッチフレーズにした食育の推進という啓発活動に繋がりました。こうした活動の要になったのは、研究機関との連携でした。“活動の評価と課題の明確化”を客観的に行い、担当者がその結果を共通認識として持ったことは、推進の原動力になりました。

今後も、このような甲州プロジェクトの活動が多角的に発展し、住民の健康づくりにますます寄与されていかれますよう、心から願っております。

## 甲州プロジェクト30周年に寄せて

自治医科大学公衆衛生学教室 教授  
山梨大学 非常勤講師 中村 好一

甲州プロジェクトが開始されて30周年という。心から敬意を表する。小児の追跡研究としてはわが国を代表する研究であり、世界的にも注目されている研究である。大学と地域が一体となって実施しているところに長期継続の秘訣があるのであろう。

小児の追跡研究は成人の追跡研究よりも難易度は高い。(1) 移動(転居)する、(2) 様々な理由により名字が変わる、などが大きな背景として存在する。私も川崎病既往者の長期追跡研究を継続しているが、基本的に法務相の許可を得た上での戸籍や死亡診断書(法務省保管分)を利用しているので、以上のようなハードルは低いが、エンドポイントとして「死亡」しか観察できず、研究の難しさを痛切に感じる。一方で甲州プロジェクトは対象者の状況を適切に把握し、種々のエンドポイントを設定した解析が可能のため、これまでの様々な貴重なデータを発信し続けている。うらやましい限りである。

1点、お願いしたいことがある。追跡調査だけでなく、継続が重要な様々な研究で責任者が引退し、当該研究に理解のない後任を迎えると、研究が立ち消えになることはしばしば経験される場所である。あまり言いたくはないが、山縣先生もそろそろ先が見える年齢になってきた。甲州プロジェクトが継続できるように、今の段階から備えておいて頂ければ、ありがたい。学問と、子供たちのために。



## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

和歌山県立医科大学医学部公衆衛生学教室 教授  
竹下 達也

甲州プロジェクト 30 周年、本当におめでとうございます。30 年間このプロジェクトを続けて来られた、山梨大学社会医学講座の皆様、甲州市の関係者の皆様に、心よりお祝いを申し上げます。

私は、30 年前、当時の保健学Ⅱ講座のスタッフとして、このプロジェクトの立ち上げに参加したメンバーの一人であることを大変誇りに思います。このプロジェクトが、日暮眞先生の「山梨で妊娠から生涯を追跡する研究を始めたい」という強い思いと、当時の塩山市の相沢保健師を中心とする保健師さん達の「地域に貢献する保健研究を行いたい」という熱い気持ちがあいまって開始されたということが強く印象に残っています。また、当時の塩山市の行政の皆様がこのプロジェクトに対する温かいご理解も本当に貴重なことだったと思います。

私自身は、社会医学の中でも、発がん物質の染色体への影響、高発がん遺伝性疾患の染色体変異など実験的なテーマの研究を主に行っていましたが、甲州プロジェクト開始の少し前に行われた山梨県民健康意識調査、そして甲州プロジェクトの皮切りに行われた奥野田地区健康意識調査などで、初めて大型コンピューターを用いた疫学・統計学的解析を経験し、以後の自分自身の疫学研究を進める上での貴重な基礎になりました。松浦賢長先生に大型コンピューター上の SAS での解析方法のご指導を受け大変お世話になりました。

私は甲州プロジェクトには 2 年くらいしか関われなかったと思いますが、保健学Ⅱ講座スタッフと塩山市保健師さん達とで、井上保健師のご実家のお寺で合宿したのが一番の思い出です。あの時何の勉強をしたのか、何の議論をしたのかはすっかり忘れてしまいましたが、楽しかった合宿の光景は今でも脳裏に刻み込まれています。私は最近、和歌山県立医大においても地域コホート研究（わかやまヘルスプロモーション研究）に参加する機会を得ています。この研究では、医大保健看護学部の皆さんや、市町村の保健師さん達と力を合わせて毎年夏に健康調査を実施していますが、私自身はいつもあの時の合宿のイメージを原点として、皆で楽しく力を合わせて調査を継続していきたいという思いでおります。

甲州プロジェクトが、今全国で行われているエコチル調査の先駆的なモデルの 1 つになっていることは大変素晴らしいことだと思います。ここまで発展してきたのは、浅香昭雄先生、山縣然太郎先生をはじめ、教室のスタッフの皆様、甲州市の関係者の皆様のためまぬご努力の賜と思います。深く敬意を表します。甲州プロジェクトがさらに発展しますのを楽しみにしております。

## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

山梨大学 名誉教授  
飯島 純夫

昭和 55 年に、山梨医科大学が一県一医大構想の最後のグループとして開学し、翌年に日暮 眞先生が東京大学医学部母子保健学教室（現発達医科学教室）から教授として赴任され、保健学Ⅱ教室（現社会医学講座）を開設されました。建物や設備などの関係で、実質的に学生の講義や教室員の研究が始まったのは、昭和 58 年の 4 月からでした。教室開設の時、日暮教授は、「山梨県のどこかの地域をフィールドとして息の長いフィールド調査をしていきたい。それも私一代では無理で、次の教授あるいはその次の教授まで続くような調査研究をしていきたい。」との希望を述べておられたのを昨日のここのように思い出します。その後、塩山市（現甲州市）をフィールドとして塩山市の保健師さんたちと協働での調査研究が始まりました。当時私は講師（その後助教授）であり、中間管理職的な御役目を仰せつかっていたように思います。数年してやっと軌道に乗りかけてきたころ、日暮教授が東大の母子保健学教室の教授に移動されるという青天の霹靂的な事が起こり、塩山プロジェクトはどうなるのだろうかと大いに心配しましたが、幸いその後東大から後任の浅香昭雄教授が赴任され、さらに浅香教授退官の後には、その後任として山梨医科大学一期生で大学院生・助手の時からずっと甲州プロジェクトにかかわってきた山縣然太朗助教授が教授に着任したため、山縣教授のもとで甲州プロジェクトは継続発展し、その後現在のように大きく花開くことになったわけです。私は、浅香教授時代に山梨医科大学医学部（現山梨大学医学部）に看護学科が新設されたことに伴い、看護学科に移動したため、直接的にプロジェクトに参加することは少なくなりましたが、現在まで教室員の方々および甲州市の方々が多く有意義深い調査研究を継続されていることに対して深く敬意を表したいと思います。

私が平成 25 年 3 月に山梨大学を定年退官した時の祝賀会に、甲州市から保健師の方々が来てくださったのには本当にうれしく思いました。今後のプロジェクトの益々のご発展を心から祈念いたします。



## 甲州プロジェクト30周年に寄せて

福島学院大学福祉学部福祉心理学科 教授  
織田 正昭

甲州プロジェクト30周年おめでとうございます。

甲州プロジェクトが30周年になるとのこと。誠に“光陰矢の如し”歳月は人を待ってくれません。発足当時は確か“塩山プロジェクト”(以下塩山P)と呼んでいましたが、塩山市は甲州市になり、医大がある中巨摩郡玉穂町は中央市となって玉穂が消え、懐かしき半分さみしき半分(?)。塩山Pが発足する少し前、当時私はアメリカの連邦政府の医学研究機関(FDA)にて感染症の予防、特に百日せきワクチンの研究をしておりましたが、1983年に帰国し保健学II講座(日暮教授(当時))にお世話になることになりました。当時は日暮教授のもと飯島、竹下両先生に私と、海外帰国組が教育スタッフを構成し、加えて山縣、星野2名の若き俊英がいました。それからほどなくして塩山Pが始まり、私は母子保健の担当になりましたが、まだ塩山Pが動き始めたばかりで、塩山市の保健師さんたちと定期的に医大で打ち合わせ会、時に医大のゲストハウス、そして保健師さんのお寺での合宿(?)などをして公私の交流を深めていた(?)時期でしたから、100年先を見据えてできた塩山Pが数年で目に見える成果などあろうはずありません。

ところで私は現在福島学院大学という地方のとても小さな私学で母子保健などの教育研究にあたっております。教育を通じての先の東日本大震災からの復旧復興に向けてのささやかな後方支援です。震災後の原発事故の影響により放射線被曝を恐れて外遊びを大幅に制限された福島の子どものたちの成長発達への影響は大きく、児童の体力はようやく回復したものの、肥満割合は全国トップレベルです。福島の学生は純朴ながら今でも震災については多くを語りませんし、教員も時に言葉を慎重に選びながら講義をします。現在県民は震災の風化と震災後の風評という“二つの風”と戦っているのが現状です。

母子保健を取り巻く環境、社会情勢は時代とともに、その内容、範囲、行政施策などめまぐるしく変化し、30年前の塩山P発足当時と現在では隔世の感があります。その後、私は東大に戻り、タイ、マレーシア、韓国、WHOなどとの母子保健関連共同研究を続け、現在の福島学院大学で再び母子保健学の教育に携わっています。母子保健は時代、洋の東西を問わず、人の出発点となる極めて必要な分野であると実感します。甲州P30周年にあたり、初代日暮教授そして浅香教授、山縣教授とリレーされてきた甲州Pの更なる発展を望み、10年後20年後の姿に思いを馳せています。関係の皆さんの更なるご活躍を心より期待しております。

## 水やり係より甲州プロジェクトに寄せて

南永田診療所（横浜市南区）

水谷 隆史

この度は、甲州プロジェクト 30 周年を迎えられたことを心よりお祝い申し上げます。私は山梨医科大学（現山梨大学）に 2001 年からお世話になりました。講座ではプロジェクトの自称 2 代目管理人（と教室の整理整頓）を任せられました。山縣教授からは、「種をまき、水をやり、育て、大きな花が咲き、収穫できるようにすること」というミッションを頂き、毎日旧第三研究室にあった資料を眺め、欠損データを整理し、個人縦断データの結び付けが日課でした。旧塩山市との往復も、何回したでしょうか。SAS のプログラムが走り、ときめく結果が出力されたときの興奮は今でも忘れられません。今までを振り返ると、自分がプロジェクトで水やりなどの管理をしているというよりも、私もまたプロジェクトの種の一つで、守り育てていただいたとの思いに至りました。今現在横浜で日々、地域の診療に携わっていますが、この甲州プロジェクトマインドを肥料として、地域の皆さんと育っていこうと気持ちを新たにしました。

未筆ながら、今後の甲州プロジェクトの継続・発展と地域への還元及び、甲州市行政に関わった皆様と社会医学講座の皆様のご活躍を祈念致しまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

## 「甲州プロジェクト 30 周年によせて」

山梨大学医学部看護学科

健康・生活支援看護学講座 教授

宮村 季浩

私は、臨床研修の後、平成 4 年（1992 年）に保健学Ⅱ講座（浅香昭雄教授）の大学院に入学し、当時の塩山市の保健師さんと地域住民の骨粗鬆症検診とそれに対する生活習慣指導に関わらせていただきました。特に、奥野田地区、神金地区の皆さまには栄養調査やその結果に基づいた勉強会にも参加いただき、夜に各地区の集会場にお邪魔させていただいたことを思い出します。あれから 25 年も経過していることになります。当時は骨密度測定が一般に普及しておらず、わざわざ附属病院までいらしていただいて測定していましたが、平成 7 年からは大藤診療所で週に 1 回外来をさせていただくことになり、そこで骨密度測定だけでなく各関節の検査を実施することができました。これらの結果から骨粗鬆症や変形性関節症の生活習慣との関係について明らかにすることができました。駆け出しの大学院生がフィールドワーカーとしての貴重な経験を甲州市でさせていただきました。深く感謝申し上げます。多くの方が長い時間を地域で生活する時代になり、ますます地域での健康への取り組みが重要になってきます。甲州プロジェクトはそのための大きな財産になるものと考えます。

## 「地域の中核 世界の人材」を目指して

愛知医科大学医学部衛生学講座 教授

鈴木 孝太

このたびは、甲州プロジェクト 30 周年、おめでとうございます。30 年の歴史のうち、約半分の期間、このプロジェクトに携わってきた者として、改めて関係者方々の努力に敬意を表します。

私は、社会医学講座に助手として着任したときから、甲州市（当時は塩山市）の皆さんと協力して、この縦断調査のデータを用いて、毎年の報告書作成、さらには学会発表や論文作成などに携わってきました。特に、当時、妊娠初期にベースラインの調査を実施している研究は、国際的にも珍しく、妊娠中の喫煙と子どもの肥満に関する検討は、数本の英語論文としてまとめることができ、世界に甲州市のデータを発表することができました。今でも、世界中の研究者の論文で引用され続けており、学術的にもとても貴重な成果だと考えています。一方で、甲州市の保健師さんをはじめとする皆さんと、調査票の改訂を相談したり、地域の皆さんに配布するリーフレットの内容を検討したりできたことは、研究結果を地域に還元していく、という点でとても貴重な経験だったと感じています。

山梨大学のキャッチフレーズは「地域の中核 世界の人材」ですが、まさに、このプロジェクトはこのキャッチフレーズを具現化していると思います。私自身も、山梨での経験を活かして、他の地域でも、地域にしっかりと還元することができ、さらに、世界に研究成果を発信できるような研究をこれからも実施していきたいと思っています。

甲州プロジェクトのますますの発展を祈念しております。

## 「住民に還元する研究」の大切さを教えてくれた甲州プロジェクト

東京大学大学院医学系研究科 准教授

近藤 尚己

甲州市の皆様には、研究を始めた 2002 年から山梨を飛び出した 2011 年までの間、事業計画書づくりや五歳児健診、母乳の研究などでずっとお世話になりました。5 歳児健診などで気になる世帯があり、健診後のカンファレンスで相談すると、たいていの場合、すでにスタッフの皆さんは把握されていることが多く、住民にとっても近い活動をされていることに感銘を受けました。

今も研究・教育のモットーは、現場を知り、住民に還元する研究をすることです。全国の自治体とともに高齢者の追跡研究を行っていますが、データを使って論文を書こうとする大学院生たちは、データには現れないことを知ってもらうために、できるだけ現場へ連れていき、保健師や住民の方々とやり取りをしてもらっています。現場を知り、住民に役立つ研究を行うことが公衆衛生の研究にとっていかに大切なことかを学ばせてもらったのが、甲州プロジェクトでした。



## 甲州プロジェクト 30 周年記念～すこやか親子こうしゅうの思い出～

健康科学大学健康科学部 教授  
篠原 亮次

甲州プロジェクト 30 周年、誠におめでとうございます。心からお祝い申し上げます。私が甲州プロジェクトという事業を初めて知ったのは山梨大学社会講座に赴任した 7 年前の初夏の頃でした。当時、感銘を受けたのは「地域の子どもの健やかな成長を見守る」ために 20 年以上にも及ぶ縦断調査が行なわれてきたこと、また当プロジェクトが妊娠期から追跡しているコホート研究であり、世界的にも稀な事業であることでした。長きにわたりプロジェクトを支えてこられた皆様に敬意を表します。

さて、甲州プロジェクトに関わる私の思い出深い事柄は、大学研究者の立場から、甲州市母子保健計画「すこやか親子こうしゅう」の策定メンバーとして協力・支援を行ったことです。健康増進課の皆さんと多くのミーティングやメールのやり取りで、夜遅くまで意見交換していたのを懐かしく思います。特に関わった保健師の皆さんは、愛する自分の市のためにと熱い思いで計画の作成作業を行っており、その懸命さに頭が下がる思いでした。今後もその熱き思いを胸に、甲州プロジェクトがさらに発展していきますよう深く願っております。本当におめでとうございます。

### 母子保健分野の貴重な財産 甲州プロジェクト

東邦大学健康推進センター 副センター長（講師）  
田中 太一郎

甲州プロジェクトが 30 周年を迎えられるとのこと、おめでとうございます。

私は 2006 年 12 月から 2011 年 12 月までの 5 年間、社会医学講座で勤務していました。私の在職期間の 6 倍もの歴史を有するようになったのですね。私が在職していた 5 年間だけでもいろいろな方がこの甲州プロジェクトに関わっておられたので、30 年間に達するには想像を超える多くの方の関わりや協力・尽力があったものと思います。私自身は社会医学講座在職中、甲州プロジェクトと同時に走っていました厚生労働科学研究に主に携わっていましたので、甲州プロジェクトにはあまりご協力できず、申し訳なく思っています。

私が社会医学講座に着任する頃からちょうど思春期調査が始まりました。今では甲州プロジェクトにはなくてはならない思春期調査だと思いますが、開始当初は鈴木孝太先生をはじめとした先生方が大変苦勞されていたことを思い出し、大変頭が下がる思いです。

母子保健の分野では甲州プロジェクトで得られた成果が色々と活用されています。母子保健分野ではこのような歴史と規模を有する研究が他にありませんので、母子保健分野にとって貴重な存在で、財産だと思えます。

これからもますます発展していくことをお祈りしています。

## 甲州プロジェクト 30 周年を迎えて

山梨大学大学院総合研究部教育学域 准教授

安藤 大輔

甲州プロジェクトが、30 周年という記念すべき節目を迎えられ、記念誌発刊にあたり寄稿させていただく機会を得ましたことを、大変光栄に存じます。

さて、私が甲州プロジェクトに関わらせていただいたのは 2006 年度の思春期調査からであったと記憶しております。当時、思春期調査のオプションとして骨強度測定を実施することを計画していたこともあり、調査の依頼をするために全小中学校にご挨拶にお伺いしたことを昨日の事のように思い出します。2008 年からは思春期調査が毎年実施されておりますが、その年の 10 月に防衛大学校に赴任する直前まで調査に関わらせていただきました。そして、縁あって 2015 年に再び山梨大学に赴任して以降も調査に関わらせていただいております。山梨大学に赴任後の初年度の調査時に現場の先生から「おかえりなさい」というお言葉をいただいた際は、嬉しさを感じると共に、甲州プロジェクトから現場に還元できる学術的な成果を発信できるよう一層の精進を重ねることを誓った次第です。最後にこの甲州プロジェクトが 40 年、50 年と続き、ますます発展していくことを祈念しております。

## 「甲州プロジェクトに参加して」

東京工科大学医療保健学部看護学科

白石 裕子

私が甲州プロジェクト（当時は塩山プロジェクト）にかかわらせていただいたのは、2003 年 4 月から 2005 年 3 月までの 2 年間です。調査票の見直しの時期であり、第 5 次調査票の内容をどのようにするか、旧塩山市の保健師さんたちと話し合いを重ねたことを懐かしく思い出します。当時、既に 20 年近い歴史のあるプロジェクトであり、未来に続くプロジェクトでもあり、時代の流れに沿って修正していく質問内容と、時代が変わっても変えてはいけない内容と、それらを見極めることの責任と重みを感じながらの作業でした。様々なことを学ぶことができた貴重な経験になりました。

塩山は水晶の産地で有名です。私も高校生の時に地学同好会の仲間と夏の合宿で訪れ、小さな水晶のかけらをいくつか拾って、大事に家に持ち帰ったことがあります。時が経ち、その塩山とこのような形で再びかかわることになるとは夢にも思いませんでしたが、2 年間のプロジェクトでの経験は、この時とは比べ物にならない、有形無形の多くの宝物を私にもたらしてくれました。ご指導くださった山縣先生や社会医学講座の皆様、井上さんはじめお世話になった保健師さんたちに心から感謝しております。

## お父さんと甲州市骨強度調査

北里大学一般教育部 講師  
山北 満哉

僕はお父さんが甲州市の骨強度調査に関わり始めた 2010 年の 9 月 1 日に生まれました。骨強度調査は 2 学期の身体測定に合わせて 8 月の終わりから 9 月の初めに行われるようで、僕が生まれるちょっと前のお父さんは、骨の調査のお話ばかりしていて、僕よりも骨の調査のほうが大事なのかなと、お腹の中でちょっと寂しくなりました。僕は今 2 年生で誕生日が来たら 8 歳になります。骨強度調査は 4 年生から中学 3 年生みたいなので、僕はまだ測ってもらえませんが、4 年生になったら測って欲しいと思います。

また、妹もエコチルという調査に参加しています。難しいことはよくわからないけど、お父さんたちがいっぱい研究をすることで僕たちの健康のためになると思うので、一生懸命頑張ってもらいたいです。

子どもになり替わるフリースタイルでお送りしましたが、この度は 30 周年誠におめでとうございます。私と骨強度調査の関わりは息子の年齢でわかります。娘もエコチルドレンで、山北家は甲州プロジェクトとともに成長しております。これまで先輩方が築いて下さったおかげで今の環境があることに感謝し、常に対象者の顔を浮かべて研究を行うことを忘れずに、息子が期待する成果を還元できるよう努めたいと思いますので、今後ともご指導のほど宜しくお願い申し上げます。

## 甲州プロジェクト三十周年に寄せて

山梨大学大学院附属出生コホート研究センター  
川窪 ゆう子

この度甲州プロジェクトにおかれましては、三十周年を迎えられますこと、心からお祝い申し上げます。私は直接携わることはほとんどなったのですが、皆さまとお仕事をさせていただいたことを光栄に思います。三十年の間には、市町村合併など社会環境の変化などがあり、活動を継続するにはたくさんのご苦勞をされたことと思います。皆さま方の母子保健に対する熱意と愛情の深さに感銘いたします。

現在、私は環境省が行うエコチル調査という全国調査の仕事に携わっています。子どもたちが健やかに成長できる環境、安心して子育てができる環境作りを目指している調査です。甲州プロジェクトとの出会いが今日の仕事へと導いてくれたと思っています。

今後、次の四十年へと甲州プロジェクトの活動がさらに発展、継続されることをお祈り申し上げます。

## 「甲州プロジェクトにおけるデータを活用させていただいて」

岡山大学大学院保健学研究科 准教授  
芳我 ちより

「なんて院生の多い講座なのだろう」。山梨大学社会医学講座山縣先生の研究室の中を初めて覗いた時、最初に思った感想です。大学における研究者の端くれとして、自分のゼミをもってはじめて、そのすごさを理解いたしました。当たり前ではありますが、多くの大学院生を引き受けるということは、指導教員自身にその度量が必要です。この30周年を迎えるような大きなプロジェクトを開発・維持できる講座だからこそ、これだけの院生が集まり、研究成果が生まれるのだということを実感させていただきました。

今、私は小児期の縦断データを使って、将来を予測できる成長曲線を開発できないかという（こちらは小さな）プロジェクトを実行中ですが、この構想は同講座における博士課程の院生として甲州市のデータを解析させていただいたことに端を発しております。同じ山梨県下において子どもの体格や生活習慣データをコツコツと蓄えているところです。現時点で「甲州」は甲州市を指しているかと存じますが、将来的には山梨県を示すものとして、合流できることを夢見ております。

## 甲州プロジェクト 30 周年をお祝いして

山梨学院大学健康栄養学部管理栄養学科  
藤井 まさ子

甲州プロジェクト 30 周年、誠におめでとうございます。

妊娠前の母親の食生活から子どもの成長を追った貴重で膨大な調査データの蓄積は、山縣先生をはじめ、スタッフの方々の献身的な積み重ねなくてはあり得ないことです。本来ですと、調査やデータ整理等にご協力しなければいけなかったのですが、仕事と兼務しながらの大学院生であったことから、大変な作業を免除していただいた上に、このデータを使わせていただいて修士論文、博士論文を書かせていただきましたことを、心より感謝申し上げます。

私が勤務しております山梨学院大学健康栄養学部は、2010年に開設した定員40名の学部ですが、この5年間に山梨県内の市町村において採用された本学卒業の行政管理栄養士は10名を超えました。先日開催した大学のホームカミングデーにおいて、住民の健康課題は何かを尋ねたところ、「低出生体重児が多いこと」が即座にあげられました。母子保健対策を担い、住民への支援の充実がはかれる管理栄養士の育成とバックアップが、甲州プロジェクトでお世話になった私自身の使命であると考えております。

今後のさらなるご発展を心よりお祈り申し上げます。

## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

日本歯科大学附属病院  
南（岡安） こそえ

平成 26 年度より社会医学講座にて 3 年間お世話になりました。私のバックグラウンドは歯科であり、甲州プロジェクトでは中学生の歯科保健に係る調査に携わらせていただきました。調査では学校歯科健診の時期に合わせてサンプル採取を行いました。学校歯科健診は原則、6 月末までに実施することとなっております。日毎、湿度を伴う暑さが増していく中での調査は今でも山梨の盆地を鮮明に思い出させる懐かしい思い出です。

調査での思い出は多々ありますが、何よりも佐藤美理先生というすばらしい指導者に恵まれ、様々なアドバイスや丁寧なご指導をして頂いたことに深謝しております。何もわからない私に研究の進め方や統計解析について何度も夜遅くまで根気強く教えていただきました。また、常に前向きに仕事に向かう姿勢は見習うところが多々あり、現在、私の座右の銘とさせて頂いています。

終わりに、甲州プロジェクトに参加させて頂いたことは素晴らしい経験であり嬉しく、誇りに思います。今後もプロジェクトの素晴らしい発展、及び、山縣先生をはじめとする関係者の皆様のご活躍を心より願っております。

## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

韮崎市立病院小児科  
溝呂木 園子

甲州プロジェクトの 30 周年の記念の節目に際し、心よりお慶び申し上げます。

携わらせていただいた期間が短いので、このような機会に恐縮しておりますが、ひとこと書かせていただきます。大学卒業後から 10 年余り、小児科の臨床畑で病院に来ることもたちと接する日々を過ごしておりました。2012 年 7 月より山梨大学社会医学講座でお仕事をなさるご縁をいただき、そこで初めて甲州プロジェクトと出会いました。ずっと山梨県にいたのにもかかわらず、恥ずかしながら、このプロジェクトの存在を知らずにおりました。甲州市のすべての子どもたちが、妊娠期からご家族の情報とともに追跡され蓄積されているという事実に、大変驚きました。今でこそ、臨床家においてもコホート研究の重要性が認識されていますが、30 年以上前にスタートしたという、将来を見据えた見識には本当に感服いたします。この素敵なプロジェクトに関わった経験を、今後の診療に少しでも還元できるように努力していきたいと思っております。貴重な機会をいただいたことに感謝するとともに、甲州プロジェクトのますますのご発展をお祈り申し上げます。

## 甲州プロジェクト三十周年に寄せて

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 准教授  
横道 洋司

甲州プロジェクトが三十周年を迎えられ、誠におめでとうございます。このプロジェクトに関わられた住民の皆様、行政の皆様、保育・教育関係者の皆様、日暮先生、浅香先生、山縣教授とスタッフの方々のご尽力に敬服致します。

私は直接関わる機会が少ないのですが、いつもカンファレンスと学会発表により皆様の活動を拝聴し、勉強させて頂いています。私は最近、小児の成長曲線と成人後の生活習慣病リスクの関係を研究させて頂いています。甲州プロジェクトから生まれた論文を拝読する機会は多く、いかにこのプロジェクトが日本の子どもたちに貢献しているかを実感しています。

小児科医師と結婚し、家庭で小児の発育について話すことは多いです。また甥が間近ですくすくと成長しています。そうする中で、甲州プロジェクトは、子どもがひとつずつ階段を上る際にご家族が感じられる期待や不安を抽出しており、また全ての関係者がそれを共有し、確認し、安心していく場にもなっているのだろう、と思うようになりました。

今後も益々、甲州プロジェクトが発展し、甲州市の子育て環境が豊かになりますことを心から祈念し、お祝いの言葉にかえさせて頂きたいと存じます。

## 甲州プロジェクトとエピジェネティクス

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 准教授  
三宅 邦夫

甲州プロジェクト 30 周年を迎えられたこと、心よりお祝い申し上げます。30 年にもわたり調査が続けられたことは、これまで関わってこられた関係者の皆様のご尽力の賜物と、深く感謝と御礼申し上げます。

近年、「胎児期や乳幼児期の環境要因が成人期の様々な疾患のリスクに影響する」という DOHaD の概念が注目されています。DOHaD 説の分子メカニズムとして考えられているのが、私の研究分野であるエピジェネティクスです。胎児期・乳幼児期の低栄養、ストレス、喫煙などの環境によってエピジェネティクス 異常パターンが形成され、その状態が成人期も維持されることで生活習慣病や神経発達障害の発症に関与している可能性が指摘されています。このようなエピジェネティクス 異常は次世代だけでなく、その先の何世代も渡って持続するとも言われています。“三つ子の魂百までも”ではなく“三つ子の魂子孫まで”なのかもしれません。そのような観点からも今後甲州プロジェクトが 40 周年、50 周年と調査が継続され、世代間のコホート研究となることを期待しております。

## 甲州プロジェクトが語る環境変化

山梨大学大学院総合研究部附属出生コホート研究センター 特任准教授 副センター長  
大西 一成

この度、甲州市のエコチル調査参加者と甲州市における大気環境データを集計する機会をいただきました。甲州プロジェクト開始当初の30年前には、大気環境のデータが採取されておりませんでした。環境問題の歴史の中で甲州市においても測定が段階的に開始されました。大気汚染物質濃度の年次推移を見ますと、2007年頃から減少し始め、越境大気汚染の影響と考えられる2013年は少し上昇しておりますが、その後はさらに減少しております。しかしながら近年少し上昇傾向になっており、それが一時的な越境影響なのか、地元の野焼き影響なのか、あるいは別の要因が隠れているのかその解明が必要となります。

甲州市のエコチル調査参加者は、全体の約50%カバーしております。エコチル調査において、この参加者の反応に甲州市の代表性を持たせて良いか判断することは困難であります。全国で唯一その答えを与えてくれるのは、同時期の2011年から2014年に全数調査を行なっている甲州プロジェクトです。

このように、全く違うプロジェクトと、各部署で採取されたデータを組み合わせて解析をすることで、新たな知見と価値を生むと考え、今後更にデータのコラボレーションを行う場面が増え、甲州プロジェクトのデータの価値が様々な場面で高まっていくことと思えます。

## 5歳児健診と思春期調査

山梨大学大学院総合研究部附属出生コホート研究センター 特任助教  
佐藤 美理

早いもので、甲州プロジェクトに関わらせて頂き10年以上が経ちます。その中でも印象的な節目を2つご紹介します。

5歳児健診のお手伝いをしていた時に甲州市は、厚労省の発達障害早期総合支援事業のモデル地域として、全国20地域の内の1つに選ばれました（モデル地域としては峡東地域3市）。発達障害の早期介入を目的とし、早期発見の機会としての5歳児健診を行う事となり、これは大変な事業かも・・・と不安を抱えながらのスタートでした。しかし、いざ始ってみると、（陰でのご苦労は多かったと推察されますが）、スムーズに適所と連携もされ、今まで蓄積してきたノウハウが活かされていると感じました。健診では、落ち着きのないお子さんの子育てに手を焼いてるお母さんが、「おかあさん、子育て大変だろうけど、よくがんばってるね！」と健診スタッフに声をかけられ涙ぐむ場面も多々ありました。それまでは、「母親の子育てが悪いからだ！」と責められていた母親の肩の力が抜けるのを目の当たりにして、それまでのご苦労へのせつなさやモデル事業の重要さを痛感しました。

そして、同じ頃、甲州プロジェクト思春期調査を開始することになり、各学校にお邪魔して、校長先生や養護教諭の先生方と話す機会を多く頂きました。先生方のご苦労や今の時代特有の問題などを聞かせて頂き、とてもいい経験になったと同時に、研究者としての責務を教えて頂いたような気がします。今、30周年という節目にも立ち会うことが出来、感慨深いものがあります。どうぞ今後とも、宜しくお願い致します。

## 甲州プロジェクト 30 周年に寄せて

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 助教

秋山 有佳

この度、甲州プロジェクトが30周年を迎えられましたこと、心よりお喜び申し上げます。1988年から途絶えることなく、30年という長い年月を迎えられましたのも、本プロジェクトに関わられました甲州市の関係者の皆様、住民の皆様、日暮先生、浅香先生、山縣先生をはじめ、本プロジェクトを支えられてきた多くの皆様のご尽力あってのことと思います。そして、このような貴重なプロジェクトに私自身も関わらせていただけていることに感謝申し上げます。

当講座に修士として入学して以来5年が経ちました。入学当初は講座の先生方や先輩方が甲州プロジェクトに関わられている姿を見ていただけでしたが、最近では、思春期調査や骨強度測定、食育事業等に関わらせていただき、大変光栄に感じております。甲州市の皆様が、お子様やご家族の幸せのために一生懸命に取り組まれている姿を身近で感じさせていただけ、私もこのプロジェクトに関わらせていただいている一人として、これからも私にできることを精一杯していきたいと思っております。

最後になりましたが、甲州プロジェクトの今後のますますのご発展と、甲州市のすべてのお子様、ご家族がより幸せな生活を過ごせますよう、心よりお祈り申し上げます。

## 甲州プロジェクトを通じた学び

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 助教

小島 令嗣

私は昨年度に山梨大学社会医学講座へ助教として着任しました。甲州プロジェクトには、健診現場スタッフの立場、プロジェクト運営スタッフの立場、そしてデータを解析し発信する研究者の立場として深く関わっています。

現場スタッフとしては、小児科医として5歳健診を担当しています。直接子どもとお母さんに向き合うことで、生の声を聞き調査に活かすことができるので、貴重な経験をさせてもらっていると思います。プロジェクト運営に関して、主に甲州市と山梨大学の合同会議に出席することで、どのようにプロジェクトが運営されているか大変勉強させていただいています。山梨大学は、一貫して「甲州市から上がってきた課題などに対し、解決に向け協力をする」というスタンスでいます。「地域主体」のプロジェクトであることが、甲州プロジェクトが長年継続できている要因だと思います。地域と大学や研究者が共同で長期の調査をする際、どのように行えばうまくいくかについて大変よい勉強をさせてもらっています。今回30周年記念誌のために、30年間のデータの解析を行いました。単年の解析ではみえにくかった時代の変遷や母子保健活動等の効果が見えてきました。健診や母子保健活動等の地道な活動が実を結び、地域全体の健康意識が改善していることがデータから読み取れ、長年続けてきた調査の価値がよく理解できました。これからも有用な調査結果を甲州市に還元できるよう日々勉強していきたいと思っております。



## 甲州プロジェクトの未来にむけて

山梨大学大学院総合研究部医学域社会医学講座 助教  
大岡 忠生

この度は、甲州プロジェクトが 30 周年を迎えられた事を心からお祝い申し上げます。2017 年度より社会医学講座の助教として就任致しました大岡忠生と申します。2016 年度に山梨大学にて初期研修医を修了し、社会医学系専攻医の山梨県第一期生として当講座へ入局致しました。この場を借りて関係者の方々に御挨拶申し上げます。

甲州プロジェクトは、旧塩山市と山梨大学の協力をもって 1988 年 7 月から開始された調査と伺っております。私の生まれが 1989 年（平成元年）であり、いよいよ調査対象となった子どもの世代が、当調査を将来へ継いでいく時代になったのだと感じております。今まで多くの方々の御尽力によって築かれた当調査の財産を、未来の子ども達のためにどう活かしていくか。これは、これから私達の世代が尽くすべき課題であります。この 30 周年という記念すべき瞬間に立ち会えた事を、調査に携わった全ての方々へ敬意を持ってお慶び申し上げますと共に、甲州プロジェクトの未来にむけて、調査の継続発展に少しでも寄与していければ幸いです。

末筆ながら、甲州プロジェクトの一層の発展と皆様方の御活躍を祈念致しまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

## 「甲州プロジェクト」30 周年に寄せて

山梨大学大学院歯科口腔外科学講座  
平出 諒太

この度、「甲州プロジェクト」の 30 周年記念誌の発刊、誠に喜ばしく思います。心よりお祝い申し上げます。

「甲州プロジェクト」には、昨年度より私自身のバックグラウンドから、主に中学生の歯科検診において関わらせて頂いております。フィールドワークの経験も全くない状態からのスタートで、事前準備から現場までと、講座の先生方や院生の皆様をはじめ、中学校の先生方の多大な御助力、そして何よりも生徒の皆さんの協力の下、一日一日を終えたことは、まだ記憶に新しいところです。自分の年齢程の長期に渡るプロジェクトに、些少なながらも関わらせて頂いていることに感謝申し上げますとともに、地道な活動の必要性を謙虚に受け止めております。

今後、学校教育への更なる成果が報告できますよう鋭意努力し、「甲州プロジェクト」の益々の発展を心願し、記念誌に寄せる言葉とさせていただきます。

## 2. 甲州プロジェクト 30年のあゆみ



## 甲州プロジェクトのあゆみ

「桃栗三年柿八年」、「継続は力なり」。何かをなすにはそれなりの月日が必要で、こつこつと続けることで力がつき、成就するという有名な言葉です。甲州プロジェクトの30年は種をまいてくれた人がいなければ始まりませんでした。来る日も来る日も見守る人、世話をする人、支援する人がいなければ継続できませんでした。少しずつ花が咲き、実を収穫することができるのは、それを受け継いでくれる人がいたおかげです。先達に感謝し、その先達の苦勞に報いるために日々努力している今の人の労に感謝したいと思います。しかし、なによりも住民の皆様のご理解とご協力があったことです。ここにあらためて感謝申し上げます。ここに、年表で甲州プロジェクト30年を振り返ります。

### 甲州プロジェクト年表

1987年(昭和62年)	・塩山市(現 甲州市)の相澤朝子主幹が保健学Ⅱ講座(現 社会医学講座)の日暮眞教授に地域の健康づくりについて相談、塩山プロジェクト(現 甲州プロジェクト)の準備開始
1988年(昭和63年)	・調査開始(調査の詳細は調査概要を参照) ・塩山市・大学合同の合宿(9月2日、3日) ・日暮眞教授が東京大学教授に配置換え
1989年(平成元年)	・浅香昭雄教授が着任 ・細田恵子保健師が第7回山梨県小児保健研究会で塩山プロジェクトを紹介、塩山プロジェクト初の発表 ・奥野田地区で健康を考える会による住民の健康調査を実施。母子だけでなく成人期、高齢期の健康についての市と大学が共同で調査等を開始。
1990年(平成2年)	・調査票 ver.2 に変更
1991年(平成3年)	・山縣然太朗助手が米国に留学 ・竹下達也助手が大阪大学助教授に昇任 ・飯島純夫助教授が第61回日本衛生学会学術総会で塩山プロジェクトの妊娠届出週数について発表 全国学会初の発表
1994年(平成6年)	・調査票 ver.3 に変更
1995年(平成7年)	・萩原静子保健師、広瀬美穂保健師が第54回日本公衆衛生学会総会(山形市)で不正咬合、虫歯など塩山市の子どもの口腔衛生について初めて発表した。
1996年(平成8年)	・飯島純夫助教授、長田篤大学院生が第55回日本公衆衛生学会総会(大阪市)で塩山市の成人の地域住民の健康調査について初めて発表した。

1997年(平成9年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・矢崎よし哉保健師が第15回山梨県小児保健研究会で山中龍宏先生のご指導の下で塩山市が実施した小児期の事故(浴室の事故)について発表した。地域の子どもの事故についての実態調査はわが国で初めての発表(翌年に第57回日本公衆衛生学会総会(岐阜)(矢崎よし哉保健師)および第101回日本小児科学会学術集会(山中龍宏先生)で全国に発信)</li> </ul>
1998年(平成10年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩山プロジェクト10周年、塩山市母子保健縦断調査10年のあゆみを発行</li> </ul>
1999年(平成11年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・山縣然太郎助教授が教授に就任</li> <li>・根津直美保健師が「地域の母子保健10年の歩み」を第58回日本公衆衛生学会総会(別府市)で発表</li> <li>・チャイルドシート法制化(2000年)前からチャイルドシート着用指導を実施</li> </ul>
2001年(平成13年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調査票 ver.4に変更</li> <li>・保健学II講座開講20周年</li> <li>・根津直美保健師が第23回母子保健奨励賞を受賞</li> </ul>
2003年(平成15年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水谷隆史助手が第62回日本公衆衛生学会総会で「妊娠中の喫煙と5歳児の肥満」を発表。わが国で初めてのDOHaD(胎児期や新生児時期の影響がその後の健康に影響する)疫学研究的発表</li> </ul>
2005年(平成17年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甲州市市制 甲州プロジェクトと名称を変更</li> <li>・介護予防の分野でも高齢者調査などで連携を開始 第3期 甲州市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画策定(2006-2009年)に協力</li> </ul>
2006年(平成18年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調査票 ver.5に変更</li> <li>・井上愛子保健師が第28回母子保健奨励賞を受賞</li> <li>・希望校に骨強度測定調査開始</li> </ul>
2007年(平成19年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期調査の第1回を2月に実施</li> <li>・国際学会で初めて甲州プロジェクトの成果を発表(鈴木孝太助手)</li> </ul>
2008年(平成20年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甲州プロジェクト20周年記念式典、祝賀パーティー(7月20日古名屋ホテル)「甲州プロジェクトのこれまでとこれから」と題してパネルディスカッションを開催</li> <li>・甲州市母子保健縦断調査20年のあゆみを発行</li> <li>・第2回思春期調査を実施 以後毎年実施</li> <li>・甲州市第1次健康増進計画「みんなで元気にくらすじゃん」(2009-2018年)を甲州プロジェクトの成果を取り入れて策定</li> <li>・学校保健委員会で初の講演(勝沼中学校)</li> </ul>

2009年(平成21年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・特定健康診査の受診率向上の取組を開始し、2008年の30.9%から2015年には56.7%受診率がアップ</li> <li>・塩山中学校で初めて生徒に直接、生活習慣指導を行った</li> </ul>
2010年(平成22年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新井孝子さんが大学院での研究「塩山式てばかりと食習慣の関連」を第69回日本公衆衛生学会総会(東京)で発表し、翌年、山梨大学大学院の医科学修士を取得</li> </ul>
2011年(平成23年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・マルチレベル解析の英文論文を鈴木孝太准教授、近藤尚己講師らが初めて発表、以後、身長体重などの繰り返しデータを用いて解析を行っている</li> <li>・甲州市歯科医師会および東京医科歯科大学の先生方とともに中学生に対して不正咬合と口腔内環境の調査を実施</li> <li>・エコチル調査開始 甲州市も対象地域となる</li> </ul>
2012年(平成24年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・溝呂木園子助教が着任し、小児科医として甲州市の5歳児健診に協力</li> </ul>
2014年(平成26年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甲州市母子保健計画「すこやか親子こうしゅう」(2015-2024年)を甲州プロジェクトの成果に基づいて計画を策定</li> <li>・第24回日本疫学会学術総会で鈴木孝太准教授が甲州プロジェクトの研究が認められて日本疫学会奨励賞を受賞</li> </ul>
2015年(平成27年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・甲州市・山梨大学包括的連携協定を提携</li> <li>・甲州市市制10周年記念講甲州市・山梨大学包括的連携協定事業講演会で山縣然太朗教授が市民向けに「すべての親子が健やかで心豊かに暮らせる地域づくり」を講演</li> </ul>
2016年(平成28年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・篠原亮次准教授が健康科学大学の教授に就任</li> <li>・鈴木孝太准教授が愛知医科大学教授に就任</li> </ul>
2017年(平成29年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第27回日本疫学会学術総会を甲府市で山縣然太朗教授が学会長として甲州プロジェクトなどの出生コホートを中心とする「ライフコース・ヘルスケアを支える疫学」のテーマの下で開催</li> </ul>
2018年(平成30年)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第28回日本疫学会学術総会で横道洋司准教授がこれまでの疫学研究の成果が認められて日本疫学会奨励賞を山縣然太朗教授が日本疫学会功労賞を受賞</li> <li>・甲州プロジェクト30周年記念式典、祝賀パーティー開催(7月21日古名屋ホテル)</li> <li>・甲州市母子保健縦断調査30年の記念誌及び資料集を発行</li> </ul>

私は甲州プロジェクトが30周年を迎えたことに、最も深い感慨を覚えるものの一人です。本調査の準備が始まった1986年に大学院生として保健学Ⅱ講座に所属しており、幸運にも88年の調査開始から今日までの30年間の歩みを共にすることができました。プロジェクトを立ち上げるために、日暮教授の指導のもと、当時の飯島純夫助教授、竹下達也先生、織田正昭先生、同期の星野齊之君と一緒に保健師さんたちと喧々諤々の話し合いを重ねた日々や、井上保健師さんの実家で合宿をしたことなどを思い出し、立ち上げの当時を懐かしむと共に、プロジェクト立ち上げの一員に加わられたことに感謝しています。そして、このプロジェクトは、私に多くの知と人とのつながりの大切さを教えてくれ、私の医学教育、研究に大きな影響を与えた師といっても過言ではありません。

大学も行政も人が代われば、方針も変わることがあり、長きに渡って継続することはたやすいことではありません。しかし、日暮教授の後を引き継がれた浅香昭雄教授は、保健師さんたちとプロジェクトを発展させ、1999年には「塩山市母子保健調査10年のあゆみ」を発行されました。その後、私が浅香教授の後任として講座を担当することになり、これまで、多くのスタッフと多くの大学院生そして研究補助員にサポートしてもらいながらこの調査を続けることができました。教室員が増えてきて、私からこのプロジェクトの担当を引き継いでくれた水谷隆史助手、2009年には20周年の記念誌などを準備してくれた鈴木孝太助教は本当に大きな寄与をしてくれました。さらに、思春期調査では安藤大輔助手、佐藤美理助教、山北満哉助手が地域の小中学校を回ってくれました。最近では甲州市歯科医師会の先生方と歯科検診を東京医科歯科大学の森山啓司教授、保田裕子助手、山梨大学医学部歯科口腔外科学講座の耕一郎教授にご協力いただいて実施して咬合不全や口腔内細菌叢の検査をして生徒さん個別に結果をお返ししています。調査だけでなく、乳幼児健診のお手伝いも当初からさせていただき、緑園子どもクリニック院長の山中龍宏先生に小児の事故予防と同時に健診もお願いし、近藤尚己助手、田中太一郎助教、溝呂木園子助教、小島令嗣助教が5歳児健診を手伝ってくれました。そして、勝沼町、大和村との合併による甲州市の誕生のときは、甲州プロジェクトが続けられるかどうか一抹の不安がありましたが、それを吹き飛ばすように遠山保健師さんや内田保健師さんが甲州市全体のプロジェクトとして支えてくださいました。そして、何よりも保健師さんたちの熱意と、塩山市、甲州市の住民の皆さんのご協力があったからこそ、ここまで継続できたのだと思います。そして、2015年に甲州市・山梨大学包括的連携協定を結ぶことができ甲州プロジェクトが関係者の思いだけでなく事業として位置づけられました。

成果の還元は最も重要な甲州プロジェクトの使命です。ママと赤ちゃんのための子育てリーフレットや健康増進計画や母子保健計画の策定に参加し、成果をもとに科学的根拠に基づいて計画を立てようと、保健師さんと一緒に篠原亮次准教授、秋山有佳助教が中心となって活躍してくれました。毎年の報告書は株式会社プリメドジャパンの川村由美子社長を中心に、雨宮志乃さん、五味美香さん、川窪ゆう子さんが多大な貢献をしてくれ、裏方として今井小絵さん、安達麻衣子さんが支えてくれました。学校保健委員会への参加や保

坂一仁教育長のご提案で甲州市の広報で市民全体に成果を報告することができました。

成果を地域だけでなく、日本中の子どもたちそして、世界の子どもたちの健康に役立てればこれほどうれしいことはありません。そこで、日本公衆衛生学会などで保健師さんと一緒に学会発表などもなるべくするようにしてきました。30年経ち、最近やっと世界に発信できる成果も上がってきました。そのひとつが、妊娠中の喫煙が幼児期、思春期の肥満のリスクとなるというものです。これは水谷隆史助手の学位論文として Obesity という肥満の国際雑誌に掲載されましたし、鈴木孝太助手の思春期の肥満との関係はNHKやフランスのAFP通信にもとり挙げられ、世界を駆け巡りました。その後も近藤尚己講師、鈴木孝太准教授らによりマルチレベル解析など新たな解析による成果もでてきました。

甲州プロジェクトは今や全国からまた世界から注目される出生コホート（出生以降の縦断調査、ライフ・コース・リサーチともいいます）になりつつあります。規模は小さいけれども、30年の長きに渡る出生コホートは他にはありません。また、胎児期の情報も解析できる出生コホートは海外でもあまりなく、貴重な調査となっています。さらに、地域とともに実施するコミュニティー・リサーチとしてもひとつの成功事例といえると思います。その実績が、2011年からの環境省の「子どもの健康と環境に関する全国調査（エコチル調査）」につながり、さらなる大きな成果が期待されるところです。

今後は名実ともにライフコース・ヘルスケアを支援するために生涯にわたった調査とすするため成人期の調査が成人式などで実施できればさらに地域に有用な健康情報を提供できると期待しています。

種をまき、それを育て、そして、その時々の実る果実を天の恵みとしてみんなで分け合う。甲州プロジェクトがそのようなものとして、末長く続き、地域住民の健康に寄与し、さらには世界に発信しつづけられるように発展することを願って、これからも私のできることを惜しみなく注ぎたいと思います。

\*職制等はいずれも当時のもの

山縣然太朗





### 3. 思い出のアルバム



# 思い出のアルバム

①

*Album of Memories*

## 塩山プロジェクト合宿(1988年)

井上保健師のご実家で1988年9月2日、3日に1泊2日の塩山プロジェクトキックオフ合宿。お堂で雑魚寝が懐かしい。現存するもっとも古い写真。



飯島 竹下 山縣 星野  
織田 小野 萩原 根津 大間  
井上 大村 日暮 相澤 有泉 今井

## 塩山プロジェクト(1991年)

乳幼児健診後の反省会。竹下先生と萩原保健師。



## 塩山プロジェクト打ち合わせ後の懇親会(1995年)

懇親会でも熱く議論を展開?



飯島 中村  
浅香  
宮村

### 第58回日本公衆衛生学会総会 別府市(1999)

根津保健師が「地域の母子保健10年の歩み」を発表しました。その後、地獄めぐりへ。



### 保健学Ⅱ講座開講20周年記念祝賀会(2001年)

講座20周年記念祝賀会に塩山市の皆様が駆けつけてくれました。



### 第62回日本公衆衛生学会総会 京都市(2003年)

鈴木ゆみ保健師、水谷助手、風間大学院生、久保大学院生が「塩山市母子保健長期縦断研究から」という共通のサブタイトルで、チャイルドシート、妊娠中の喫煙と5歳児の肥満、事故サーベイランス、事故の病院受診の関連要因について発表しました。



**乳幼児健診、事故防止教室(2003年)**

1990年頃から乳幼児健診のお手伝いをしており、現在も5歳児健診の診察を担当しています。山中龍宏先生のご指導のもとで事故防止に取り組みました。実態調査を基にした事故防止教室、チャイルドシートの着用指導、誤飲チェッカーを使った介入等をおこないました。



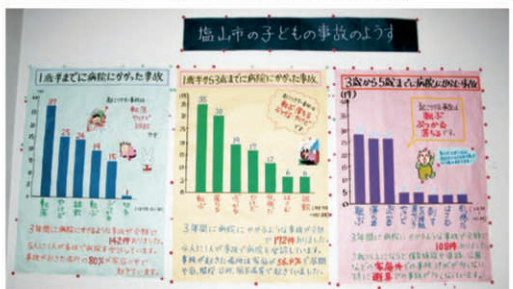
事故予防教室をする鈴木保健師



乳児健診をする山中龍宏先生



5歳児健診をする小島助教



チャイルドシート指導

**事故は防げる!**  
生まれてから1歳半までの山形市の子どもの事故

**転落**  
山形市で起こった転落

**誤飲**  
山形市で起こった誤飲

**やけど**  
山形市で起こったやけど

赤ちゃん和妈妈のための子育て支援シリーズ

### 甲州プロジェクト全体会議(2005年)

毎年2回、甲州市と大学とで全体会議を開催して、年度の目標や調査票の改訂、学会発表計画などを話し合いました。また、担当者会議は頻回に行われました。



真剣に資料を読む  
近藤尚己助教(同時)と  
記録をする佐藤助教



### 第65回日本公衆衛生学会総会 富山市(2006年)

岡本彩子保健師が「1歳6か月から3歳までのう蝕発生と、1歳6か月時の生活習慣、2歳歯科健診との関連」を、鈴木幸太助教が「妊娠初期の喫煙と関連する因子の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-」を発表しました。



虫歯の発表をする岡本保健師と妊婦の  
喫煙の発表をする鈴木助教(当時)

### 骨強度測定(2006年～)

2006年から10年以上、ご希望される小学校と中学校で超音波による骨強度の測定を行っています。山北満哉北里大学講師(北里大学)、安藤大輔准教授(教育学部)佐藤美理助教が中心になって教室員全員で調査しました。成果を学会で発表するだけでなく、健康教材も作成しています。



勝沼小学校での骨強度測定をする佐藤助教と安藤助教(2008年)



骨強度を測定する  
山北講師(2013年)



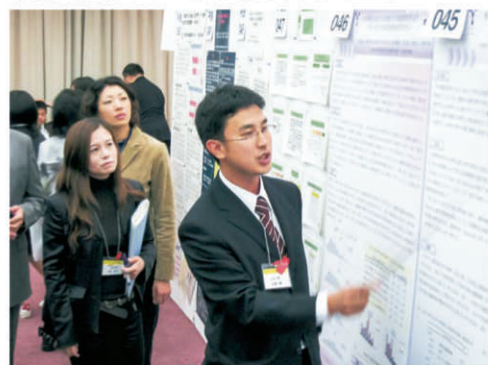
山北講師が作成した骨の健康教育教材



質問票記入を補助古屋助教(看護)

**第66回日本公衆衛生学会総会 松山市(2007年)**

鈴木孝太助教が「妊娠初期の喫煙は小学生肥満のリスクである-甲州市母子保健長期縦断研究から-」を、安藤大輔助教(当時)が「男子小中学生の骨強度に影響する因子の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-」を佐藤美理助教が「小中学生の抑うつ状態はどの程度存在するか-甲州市母子保健長期縦断研究から-」を発表しました。



骨強度の発表をする安藤助教



DOHaDの発表をする鈴木助教 かなりの注目を集めた

**思春期調査袋詰め作業(2007年 冬 夏)**

思春期調査は毎年7月に実施しています。教室員みんなで調査票(約1500人分)を袋詰めして、回収した調査票を開封して、入力、統計解析、報告書の作成に繋がります。



袋詰め作業終了!達成感



調査票取り出し作業(2010年)





### 勝沼中学校保健委員会(2008年)

学校保健委員会への参加も要請に応じて行い、成果をもとにして子どもの健康支援のあり方を検討しています。



講演の後、質問を受ける山縣教授

### 甲州プロジェクト20周年パネルディスカッションと懇親会(2008年)

基調報告(山縣、鈴木、安藤)の後、「甲州プロジェクトのこれまでとこれから」と題してパネルディスカッションを開催した。地域における成果、今後の展開について話し合った。パネリストは井上愛子リーダー、内田眞由美リーダー、山縣然太郎教授、鈴木孝太助教。



日暮初代教授あいさつ



古屋教育長あいさつ



浅香第2代教授あいさつ



竹下先生と相澤、根津、井上  
歴代リーダーそろい踏み



パネルディスカッション  
山縣 鈴木 内田 井上



甲州プロジェクト20周年記念  
母子保健長期縦断調査

竹下 飯島 山縣 浅香 日暮 依田副市長 古屋教育長 相澤 根津 井上 内田

**塩山中学校で講演会(2009年)**

夏休みを前に調査の成果を基に、山縣教授が生徒さんに生活習慣の講演をしました。



**全体会議(2010年)**

甲州プロジェクトの成果は甲州市の母子保健計画や健康増進計画「すこやか親子こうしゅう」(2015-2024年)にも反映されています。



**第71回日本公衆衛生学会総会 山口市(2012年)**

山下奈美保健師が「甲州市における母乳育児支援の取り組みについて」を、山北満哉講師(北里大)が「小学生に対する簡便な睡眠質問項目の妥当性と信頼性」を佐藤美理助教が「中学生の起立性調節障害と生活習慣-思春期調査2008年～2010年の結果から-」を、Zheng Wei大学院生(留学生)が「マルチレベル解析を用いた、小中学生の身長の変化に関する男女差の検討」を発表した。



母乳育児の発表をする山下奈美保健師

Weiさん(中国人留学生)、佐藤助教、山下保健師、鈴木准教授

**第73回日本公衆衛生学会総会 宇都宮市(2014年)**

鈴木恵美香保健師が「母親による自主サークル活動を育成・支援する取り組みについて」を、溝呂木園子助教が「5歳児の遅い就寝時刻に関連する因子は何か?」を、山北満哉が「小・中学生における運動時間と出生体重との関連: 甲州プロジェクト」を発表した。



子育てサークルの発表をする  
鈴木恵美香保健師



子どもの就寝時間に関する発表をする溝呂木園子助教と  
真剣に聞き入る篠原亮次教授(健康科学大学)

**甲州市の広報で調査の概要を3か月連続で紹介(2015年)**

母子保健関係者、学校保健関係者だけでなく、広く市民に子どもの健康のこと、甲州プロジェクトの取組を知っていただくために保坂教育長のお計らいで広報に3回シリーズで「子どもたちを取り巻く環境」を掲載してもらいました。

**甲州市の教育 シリーズ①**  
**子どもたちを取り巻く環境**

家庭・地域・学校  
次代を担う  
子どもたちを支える

7/27(水) 19:00-20:00  
甲州市民会館 大ホール

7/27(水) 19:00-20:00  
甲州市民会館 大ホール

**子どもの健康とスマートフォンなどICT(情報通信技術)の関係**

今から11年前の2004年2月に日本小児科学会、4月には日本小児科学会が、子どもがテレビ・ビデオを長時間見ることは脳やコミュニケーション能力が育ちにくいとの指摘があるとの報告を掲載しました。最新の第3回は携帯電話やスマートフォンなどのICT利用と子どもの健康について解説します。

**甲州市の教育 シリーズ③**  
**子ども達を取巻く環境**

山梨大学大学院  
総合研究部医学域 教授  
医学博士  
山縣 然太郎さん

山梨大学大学院  
総合研究部医学域 教授  
医学博士  
山縣 然太郎さん

**心の健康を支える**

第2回は心の健康です。影響明は保と心が健康に成長する時期で、遅しも発達の不安定になり、心の健康に不安を抱えています。多くの心の成長の中から、特に影響明多く見られる発達性行動障害と闘うについて甲州の子どもの現状を報告して解説します。

山梨大学大学院  
総合研究部医学域 教授  
医学博士  
山縣 然太郎さん

**甲州市の教育 シリーズ②**  
**子ども達を取巻く環境**

山梨大学大学院  
総合研究部医学域 教授  
医学博士  
山縣 然太郎さん

山梨大学大学院  
総合研究部医学域 教授  
医学博士  
山縣 然太郎さん

**甲州市・山梨大学包括的連携協定(2015年)**

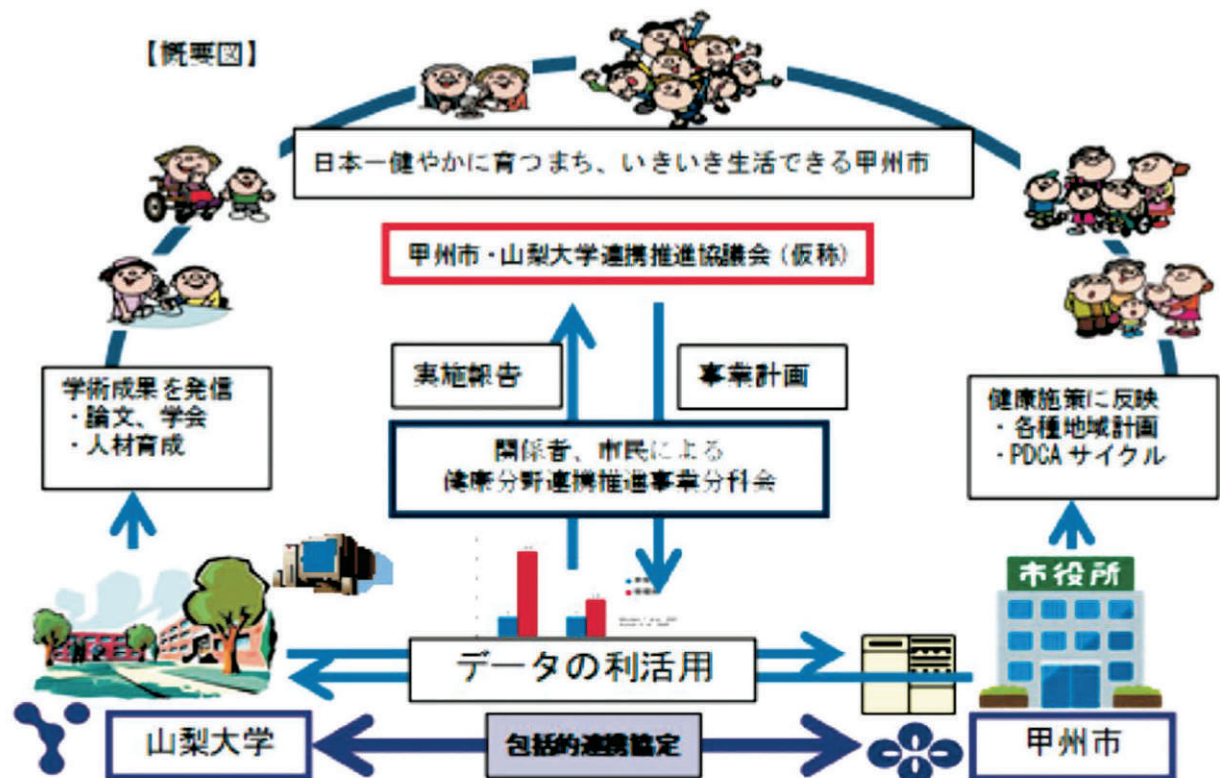
2015年11月12日(木)、甲州市役所において、甲州市と本学との包括的連携協定を締結し、調印式が行われました。甲州市と本学は、昭和62年から母子保健縦断調査(甲州プロジェクト)を基盤とした、環境省の「子どもの健康と環境に関する全国調査(エコチル調査)」を通して連携してきました。活力のある地域社会の形成および発展を目指して、人的資源の交流や物的資源の相互活用など、様々な分野における緊密な連携協力を通じ、永続的なパートナーシップを確立することを目的に、包括的連携協定が結ばれる運びとなりました。調印式では、本学大学院総合研究部 社会医学講座の山縣 然太朗教授から協定締結に至った経過説明があり、その後、田辺 篤甲州市長、島田 眞路学長による協定書の署名がなされ、それぞれから挨拶をいただきました。



協定締結までの経過説明を行う山縣教授



田辺篤市長と島田眞路学長の調印式



### 中学校歯科検診(2017年)

東京医科歯科大学の先生方と共同で不正咬合や口腔内細菌の検査をして結果を一人一人に返却しています。成果として、不正咬合があると頭痛の原因になることや歯磨きをきちんとしていると口腔内細菌が少ないこともわかりました。



口腔内細菌を測定する  
大山大大学院生



### 第76回日本公衆衛生学会総会 鹿児島市(2017年)

学会のブースを使って甲州プロジェクトの紹介をこれまでに何度もしてきました。

学会では、母子保健だけでなく特定健診や介護予防についての発表もしています。宮下真由美保健師の「特定健診受診率向上にむけた未受診者対策の取り組みについて」の発表もその一つです。小島令嗣助教が「中学生におけるネット依存とその関連要因 甲州思春期調査より」を、山北満哉講師(北里大学)「加速度計で測定した身体活動、座位時間と1年後の骨量増加の関連」を、井上みゆき教授(山梨県立大学)が「1歳6ヶ月児の事故・けがによる医療機関受診と関連する生活要因」を平出諒太大学院生(歯科口腔外科)が「学生における咬合機能の検討」を発表しました。



甲州プロジェクトの紹介する大岡忠生助教



甲州市の特定健康診査受診率が種々の取組により2008年の30.9%から2015年には56.7%まで上昇したことを発表する宮下真由美保健師



咬合機能について発表する平出諒太大学院生(歯科医師)



甲州プロジェクト等のライフコース・ヘルスケアを支える疫学研究をテーマに第27回日本疫学会が開催されました。

## 4. 調査の概要



## (1) 調査の目的

本調査の目的は、甲州市の母子保健、さらには学校保健の現状を把握し、よりよい母子保健行政を実施するための基礎資料とすることである。さらに、将来、母子のみならず人の一生の健康問題を明らかにし、より豊かで健やかな人生を送るための対策を検討する上での、重要な縦断的資料となることが期待される。

## (2) 調査の経緯

旧塩山市の保健環境課（現 甲州市福祉保健部健康増進課）が主体となって山梨医科大学保健学Ⅱ講座（現 山梨大学大学院医学工学総合研究部（山梨大学医学部）社会医学講座）が専門家として加わり、1986年（昭和61年）より準備が始まり1988年（昭和63年）7月から調査を開始した。以後、全体会議を1年間に1～2回、研究のための打ち合わせを随時開催し、調査票の検討や、研究についての話し合いを行っている。これまでに5回の調査票の変更を実施し、平成12年度と平成18年度、平成20年度には、市内の小中学生（小学校4年生～中学校3年生）を対象とした思春期調査を行っている。

2015年に、甲州プロジェクトを主体とした甲州市・山梨大学包括的連携協定を結んだ。

## (3) 調査対象と方法

### ◆乳幼児に対する調査

調査対象は母子健康手帳交付時の妊婦、1歳6ヵ月児健診、3歳児健診、5歳児健診を受診する全幼児および母親である。甲州市におけるこれまでの乳幼児健診受診率は90～95%であり、ほぼ悉皆調査となっている。

調査の実施は、アンケート用紙を各健診の受診予定者に対して、健診案内とともにあらかじめ郵送し、健診時に持参してもらう方法により行っている。健診当日は記入漏れの事項や、事故に関する二次質問などを面接で行っている。

### ◆思春期調査

甲州市全域の小学校4年生から6年生までの児童全員および中学校1年生から3年生までの生徒全員と対象児の保護者を調査対象とし、各学校において、児童生徒および保護者に無記名で調査票記入を依頼し、回収を行った。また、希望校において、骨強度測定と運動習慣調査を行った。

## (4) 調査内容

### ◆乳幼児に対する調査

健康状態、生活習慣および育児に関する内容のアンケート調査（表1）を実施している。さらに、母子管理カードから、母子健康手帳交付時、出生届出時、3ヵ月、7ヵ月児健診、2歳歯科健診のデータおよび各健診からの身体を中心としたデータを情報源としている。

### ◆思春期調査

2000年（平成12年）の調査は文部省全国調査「心の健康と生活習慣に関する調査」として行ったため、全国調査で使用した調査票を用いた。2006年度（平成18年度）からの調査



では、平成 12 年度の調査票を改変して用い、は国内で思春期の調査に集団で使用されている Birleson 自己式抑うつ評価尺度 (DSRS-C) を用いて抑うつ状態の評価を、さらには保護者への質問 (塩山式手ばかり調査票を含む) をアンケート調査により行った。身体データ (身長・体重、う歯) については児童生徒健康診断票から情報を得た。希望があった学校では、超音波による骨強度測定も行っている。ネットゲームやスマートフォンなどの普及により ICT 端末による健康障害 (ネット依存) が問題になっており、ヤングのネット依存テストを追加した。

表 1 調査票の実施時期と内容

調査の実施時期	調査項目
母子健康手帳交付時のアンケート	勤労状況、体調、妊娠に関して (妊娠の計画性、夫の気持ち等)、生活習慣 (喫煙、飲酒、食事、運動、睡眠等)、趣味、ストレス等
母子管理カード	届出週数、分娩状況、居住、両親の身長・体重、出生順位、在胎週数、出生時の身長・体重・胸囲、栄養、3・7 ヶ月児健診時の身長・体重・胸囲・頭囲、皮膚の状態、おむつの様子等
1 歳 6 ヶ月児健診時アンケート	妊娠中の病気、産後、悩み、夫の協力、就労状況、子どもの接し方、おむつ、子どもの生活習慣 (食事、おやつ、睡眠等)、通園状況、夫の育児参加、ストレス、子どもの病気、事故等
3 歳児健診時アンケート	悩み、就労状況、通園状況、子どもの遊び、友達の状況・関係、おむつ、子どもの生活習慣 (食事、おやつ、睡眠、テレビ等)、夫の育児参加、子どもの生活自立度、育児の気分・態度、ストレス、子どもの病気、事故等
5 歳児健診時アンケート	悩み、就労状況、通園状況、子どもの遊び、友達の状況・関係、おむつ、子どもの生活習慣 (食事、おやつ、睡眠、テレビ等)、夫の育児参加、子どもの生活自立度、習い事、育児の気分・態度、ストレス、子どもの病気、事故等

## (5) データの入力と解析方法

### ◆乳幼児に対する調査

調査票データについては、健診終了後、随時、パソコンを用いて入力作業が行われ、電子データに変換される。また母子管理カードのデータについても平成 18 年度までは、同様に入力作業が行われていたが、平成 19 年度より甲州市のシステムにあるデータをもとに調査が行われている。個人同定のために市の住民番号を ID として利用している。母親 (妊婦) の ID と児の ID によりアンケートデータと管理票データの連結を行うとともに、個人の各健診時のデータを連結し、縦断 (経時) 的データとして管理している。データ入力は㈱プリメドジャパンが甲州市から委託されて行っている。個人同定は ID のみで行い、氏名などの個人情報の入力が行っていない。匿名化されたデータを大学の研究室内で解析している。

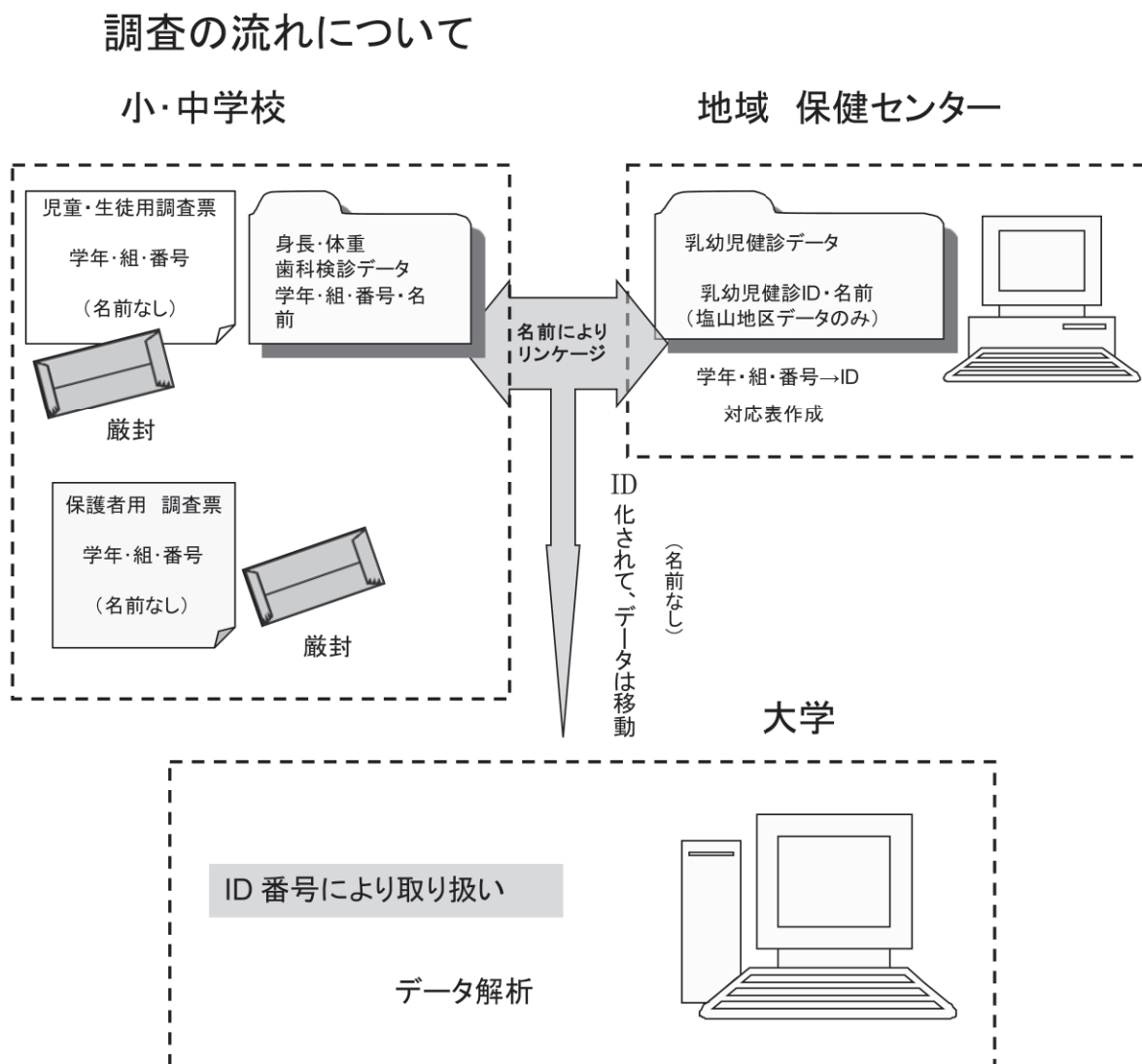
### ◆思春期調査

調査票には氏名は記載されておらず、学校名、学年、組、番号のみが記載されている。調査票回収後、データ入力会社によって電子データに変換される。さらに乳幼児健診データと、

甲州市の塩山保健福祉センターにおいて、ID によって連結される。ここまでの作業は、市内小中学校およびセンター内において行われ、氏名などの個人情報がない ID 化されたデータが大学に移動する。

データの移動についての概要は図 1 に示したとおりである。

図 1：思春期調査データの流れ



#### ◆データの集計・統計解析

電子化されたデータは、統計パッケージソフト SAS（株式会社 SAS インスティテュート）を用いて、プログラムを作成することにより集計、解析されている。表計算ソフト MS Excel やワープロソフト MS Word を用いて、各調査の報告書を作成している。乳幼児に対する調査については、毎年度調査票を発行している。

## (6) 調査メンバー

甲州市健康増進課（旧 塩山市保健環境課、塩山市保健課、塩山市健康増進課、甲州市対策課）

課長：武藤卓夫、広瀬宗勝、古屋有一、藤原義紀、小野 純、古屋昌郎、相沢広貴、  
橘田美正、長瀬静男、根岸洋一、桐原正司、佐藤 充、三科茂、井上愛子、町田幸一、  
今橋美穂、藤政司

保健師：相沢朝子、大村光江、根津直美、萩原静子、細田恵子、芦沢陽子、伊藤美紀、  
木納よし哉、篠原真弓、徳良裕子、雨宮久美子、外川美幸、雨宮ゆみ、岡本彩子、  
駒田史織、山本千夏、遠山美雪、岡澄子、内田真由美、武藤陽子、櫻田和香、  
大柳玲美、鶴田ちはる、小泉今日子、宮下真由美、山下奈美、姫野由香、仲美砂、  
萩原恵美香、赤池亜伊里、三森広美、村田ひろみ、横瀬愛

管理栄養士：小池あゆみ、中村恵理

### 甲州市教育委員会

教育長：保坂一仁

教育総務課長：村松 泰彦

### 山梨大学医学部社会医学講座（旧 山梨医科大学保健学Ⅱ講座）

教授：日暮 眞、浅香昭雄、山縣然太郎

准教授（旧 助教授）・講師：

飯島純夫、武田康久、近藤尚己、鈴木孝太、横道洋司、三宅邦夫、篠原亮二\*、  
大西一成\*

助教（旧 助手）：

竹下達也、織田正昭、宮村季浩、輿石郁生、木之下徹、山田七重、大間敏美、  
大木秀一、間瀬文彦、岡本まさ子、水谷隆史、安藤大輔、田中太一郎、佐藤美理\*、  
溝呂木園子、針谷夏代、秋山有佳、小島令嗣、大岡忠生

大学院生：

星野斉之、五十嵐健康、星合美奈子、篠崎眞一、張英寧、太田昭生、長田篤、  
小林要二、石原融、齊藤真理子、古閑美奈子、唐颯 (Tang S)、成順月 (Cheng S)、  
田村右内、TW マーフィー、久保裕義、望月宗一郎、風間眞理、石山みづ美、  
宮島多映子、戸澤順子、浅川和美、今井久、葉袋淳子、大脇淳子、佐藤悦子、  
志村千鶴子、滝川節子、茂手木明美、李香俊 (Lee)、今留忍、小竹久実子、  
小林たつ子、朱志霞 (Zhu Z)、窪川理英、白石裕子、豊田淑恵、高岸弘美、  
渡辺かおり、村松照美、永井亜貴子、西村明子、古屋洋子、関口文尚、須田由紀、  
孫大鵬、依田純子、横田恵子、山北満哉、王惊宇、森山宏美、伊藤貴子、  
土屋れい子、黒崎真樹、藤井康孝、津田美智子、下園美保子、森川三郎、窪川理英、  
春山佳代、芳我ちより、丸山和美、安田貢、井川由貴、木村昌彦、古賀誠、  
相原洋子、新井孝子、真野芳彦、貫井信幸、陳揚佳、藤井まさ子、陳揚佳、  
井上みゆき、郑薇 (Wei Zheng)、杉田栄樹、島田壽美子、秋山智樹、鮎川将之、

千葉梢、手塚麻希子、浅野克俊、宮田誉大、田村孝司、黄梟 (Huang)、大出幸子、Thao Tran、武内三恵、千葉美幸、廣田真由美、元木愛理、野田北斗、飯塚恵美、伊藤慎吾、平出諒太、山崎さやか、田中深雪、長野 康平、大山裕人、岩淵正博、原田直輝、久島萌、岡猛、須田みゆき、山口香、渡辺浩介、日吉恭則、小林克也、大友一央、佐藤大地、池谷正直、北山哲也、浦中桂一、高橋敦教#、高橋彩紗#、塚原玲#、池田公司郎#、小村慶和#、服部耕大#、池田有#、横田昂之#

研究生、研究員：

鈴木誠、斎藤秀人、永島加代、中村和彦、木之下明美、内藤いづみ、石川サト子、石川操、遠藤俊子、藤井澄、屈衛東 (Qu)、張京川 (Zhang)、玉井真理子、大森智美、篁伊久美子、デレク・スミス、兒玉末、耿国柱 (Geng G)、元振鮮 (Yuan Z)

技術専門職員等：今井桂、今井小絵

技術補佐員など：

福井桂子、渋谷千秋、米山佳代、進藤由紀、竹中和美、吉岡名保恵、川村由美子、五味美香、雨宮志乃、安達麻衣子、川窪ゆう子、若林喜代美、石川由美江、中山さくら

山中龍宏先生（緑園こどもクリニック）には、研究面、乳幼児健診でご協力いただいた。

\* は山梨大学大学院総合研究部院附属出生コホート研究センター

# は特進コースの学生、学部学生



## 5. 30年間の子どもの生活、健康状態の推移



## 概要

甲州市の子どもたちの生活習慣や健康状態、母子保健関連の指標について 30 年間の推移を分析しました。下記のような傾向がわかりました。

母親については、妊娠年齢が上がってきたこと、妊娠の計画性は増加していること、妊娠判明時の喫煙は 2000 年まで増加したがその後減少傾向にあること、父親の喫煙率も 2005 年までは 70%弱と高かったが減少傾向にあること、朝食を欠食している妊婦の割合が増加傾向にあること、妊娠届け出時期は 11 週以内が年々増加して 2014 年には 90%に達していること、働いている母親が増加していること、ゆったりとした気分で子供と接している割合が 1990 年後半から増加していることなどです。

乳児については、低出生体重児の割合が 1988 年には 5.9%であったがその後増加傾向となり、2010 年には 12.9%となり、2015 年では 9.1%となっていること、生後 1 か月の母乳栄養は 2001 年ころまでは減少傾向であったがその後増加傾向にあり、2015 年には 61.3%と 1993 年と同程度になったことなどです。

幼児期については、起床が早くなる傾向にあること、就寝時刻は 2001 年の日本小児科学会の提言以降 22 時前に就寝する子どもが増えたこと、1 歳 6 か月児の保育園への通園は増加しており、1988 年の 11.4%に比べて 2015 年は 54.4%と約 5 倍となっていること、子どもとよく接する父親の割合は増加していること、食事についてはジュースや甘いお菓子をとる子どもの割合が減っていること、魚の摂取が減っていること、家族そろって食事をすする子どもの割合が 1980 年代の 85%から現在は 75%に減少していること、テレビなどの視聴時間は減少傾向にあるがタブレット端末に移行している可能性があること、身長は変化がないが、体重は増加傾向にあることなどです。



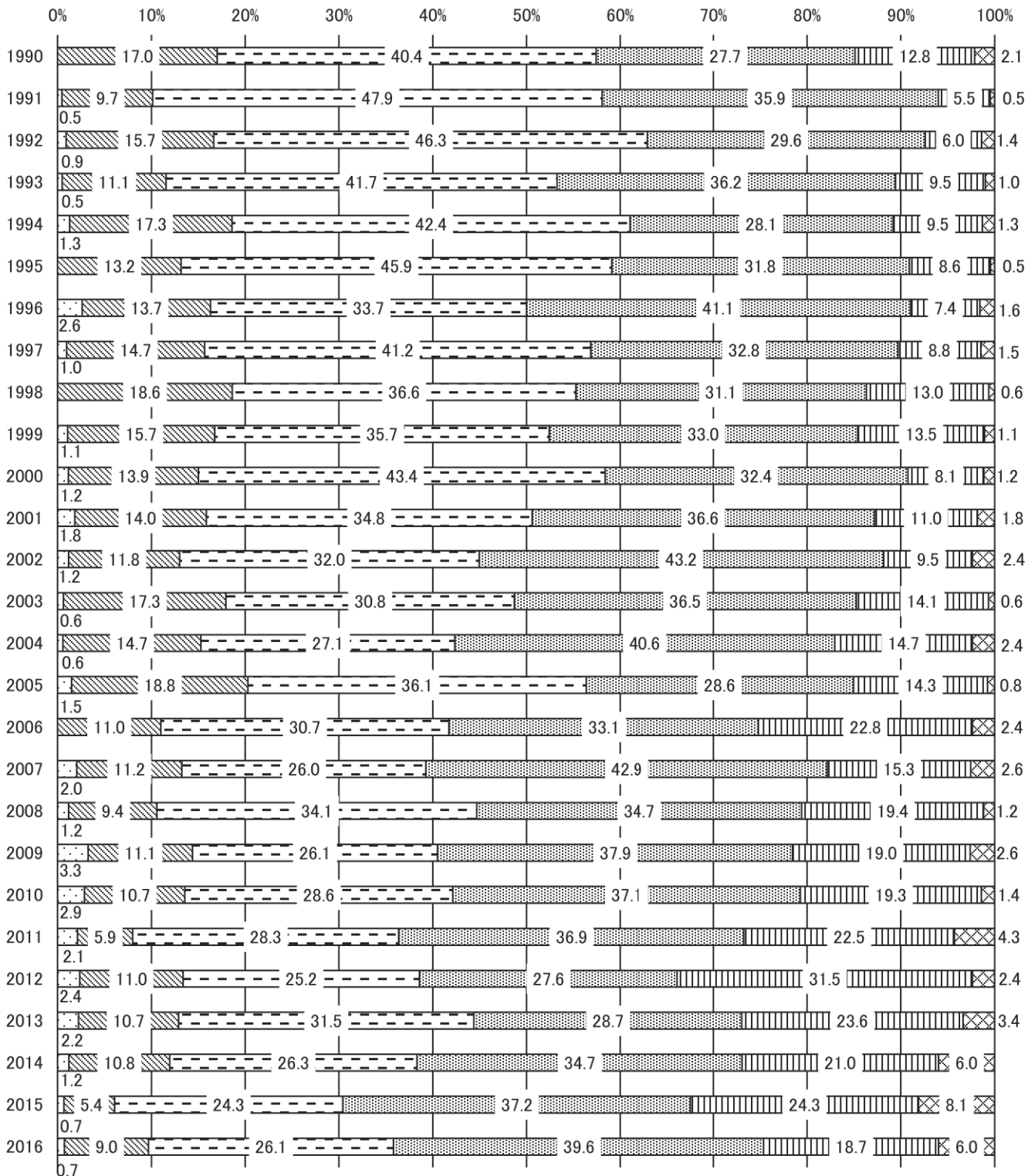


(1) 妊娠判明時から乳児期



## 妊娠判明時の年齢(母親)

□20歳未満   □20～24歳   □25～29歳   □30～34歳   □35～39歳   □40歳以上

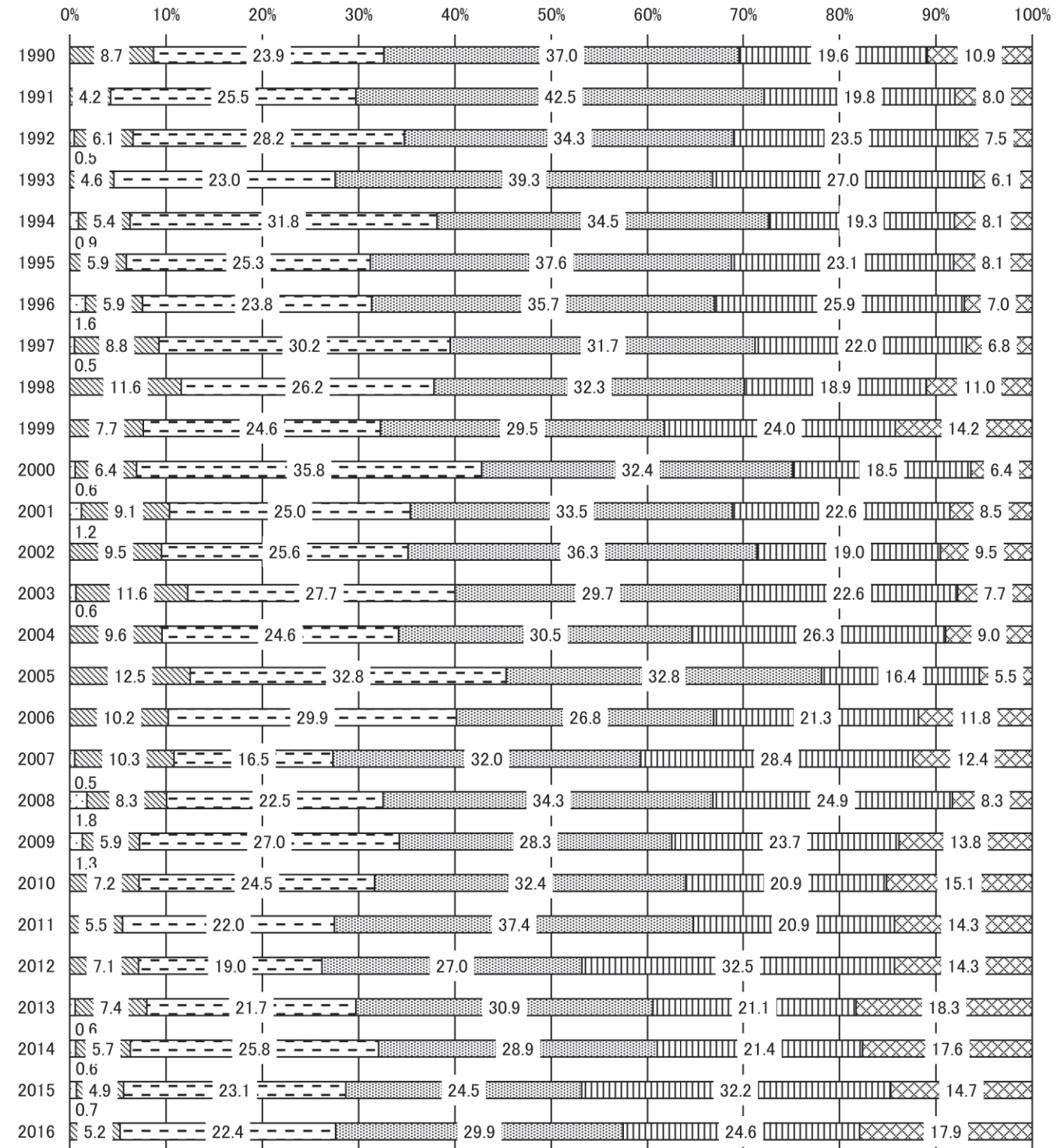


(年度生まれ)

妊娠判明時の母親の年齢は、20～24歳、25～29歳と20歳代の割合が少なくなった一方で、30歳以上の割合が高くなっていった。

# 妊娠判明時の年齢(父親)

□20歳未満 □20～24歳 □25～29歳 □30～34歳 □35～39歳 □40歳以上

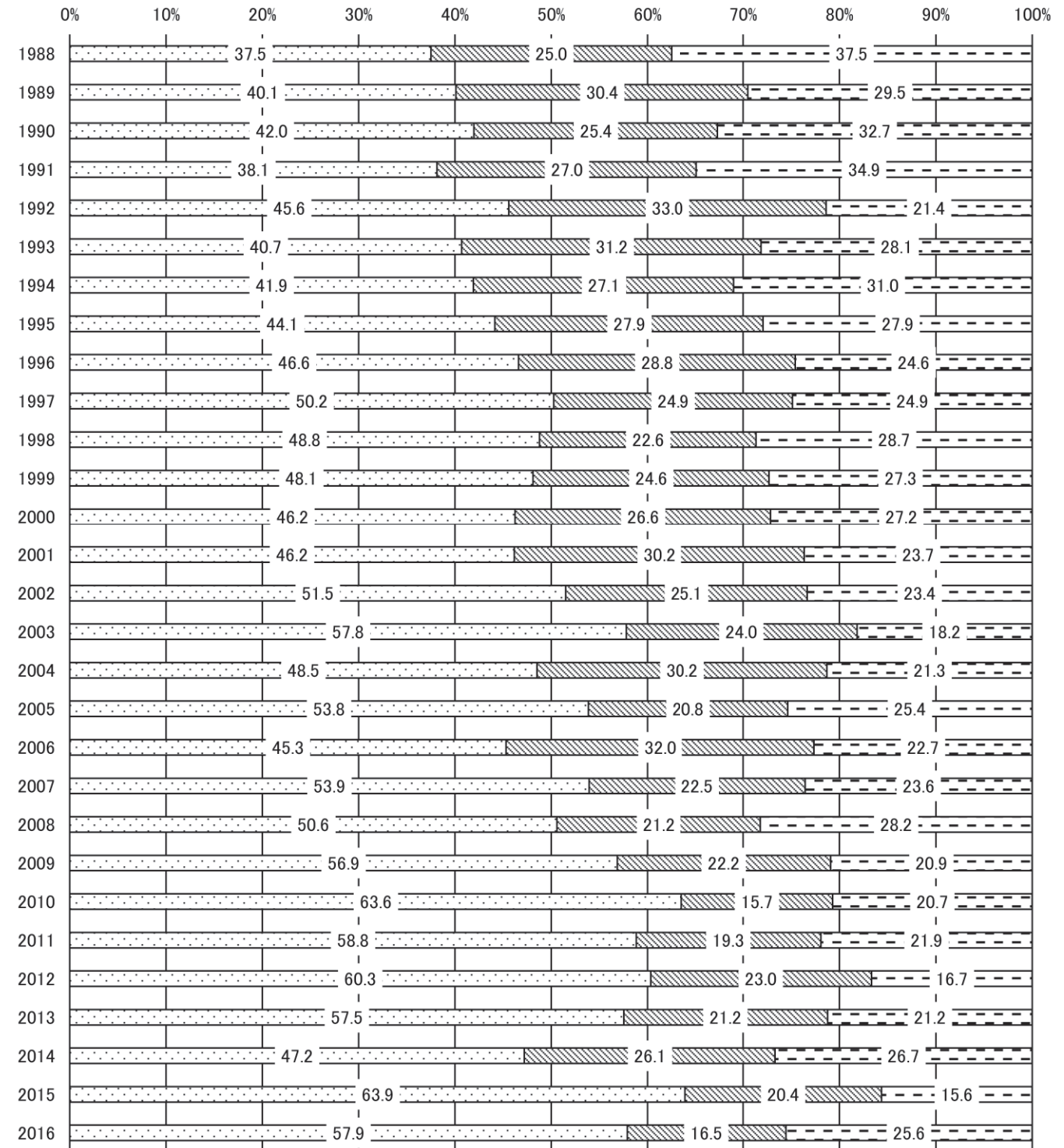


(年度生まれ)

妊娠判明時の父親の年齢は、20歳代と30～34歳の割合が低くなり、35歳以上の割合が高くなっていった。

## 計画的な妊娠か

□はい   ■いいえ   ▨どちらともいえない

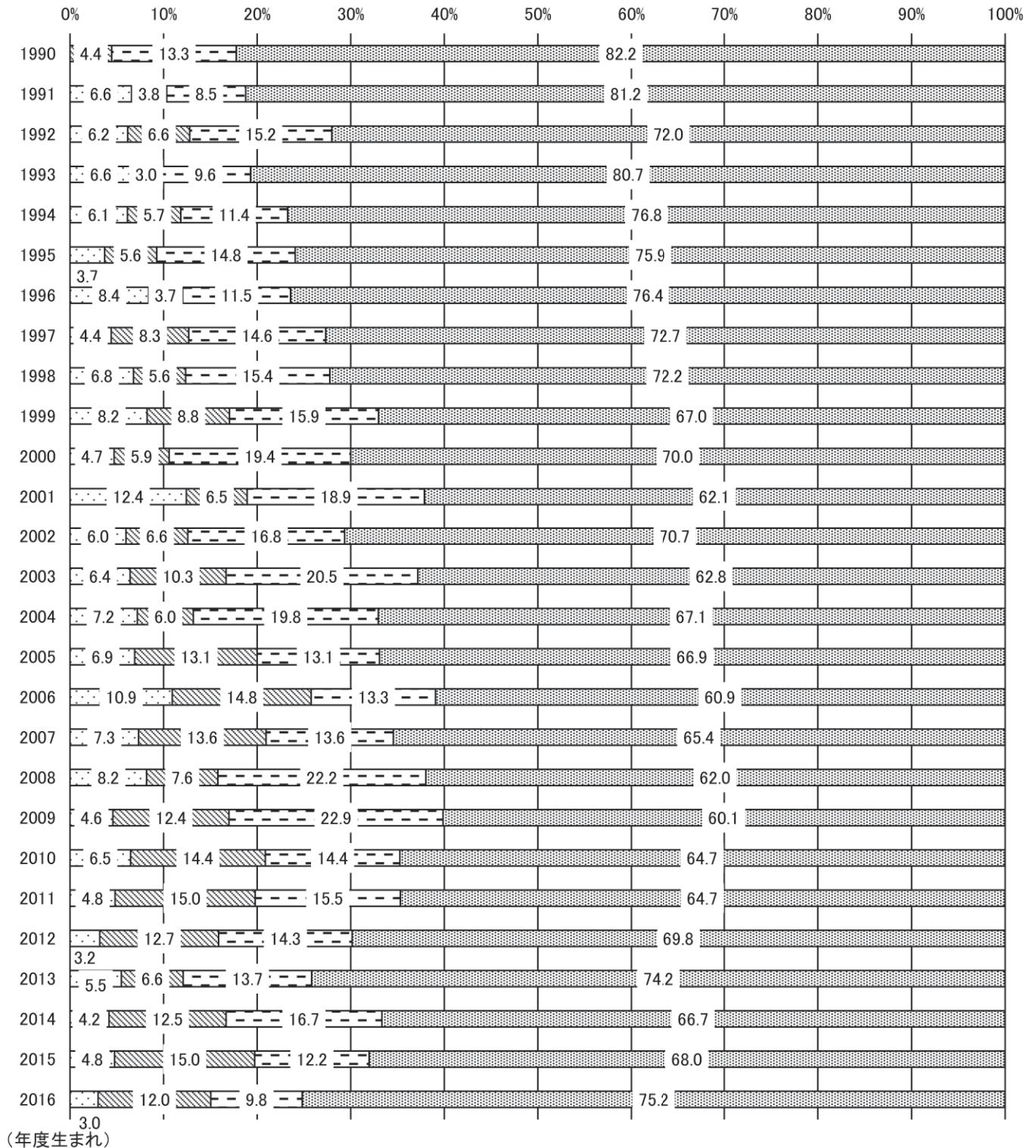


(年度生まれ)

妊娠の計画性については、1990年前後は「はい」の割合が40%前後であったが、近年では60%弱と増加している。また、「いいえ」の割合は減少傾向にある。

## 妊娠判明時の喫煙状況(母親)

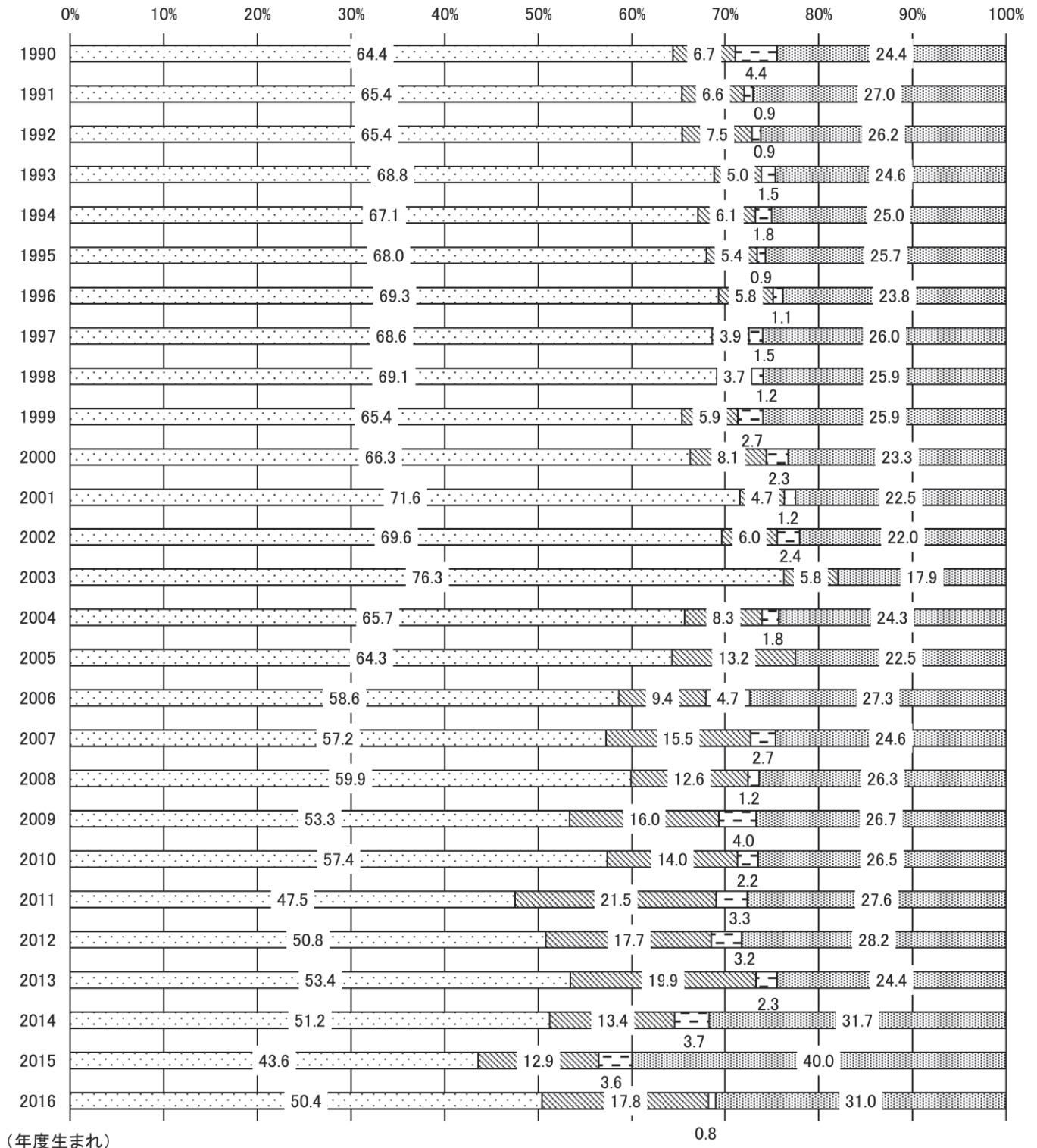
□吸う    ▨妊娠する前からやめていた    □妊娠を機にやめた    ▩以前から全く吸わない



妊娠判明時の母親の喫煙状況は、「吸う」と回答した母親の割合が、1990年代から増加傾向にみられたが、2000年代初頭にピークを迎え、その後は減少傾向にある。反対に、「以前から全く吸わない」と回答した母親の割合は、2009年度までは減少していたが、2010年度以降は増加してきている。

## 妊娠判明時の喫煙状況(父親)

□吸う ■妊娠する前からやめていた □妊娠を機にやめた ▨以前から全く吸わない

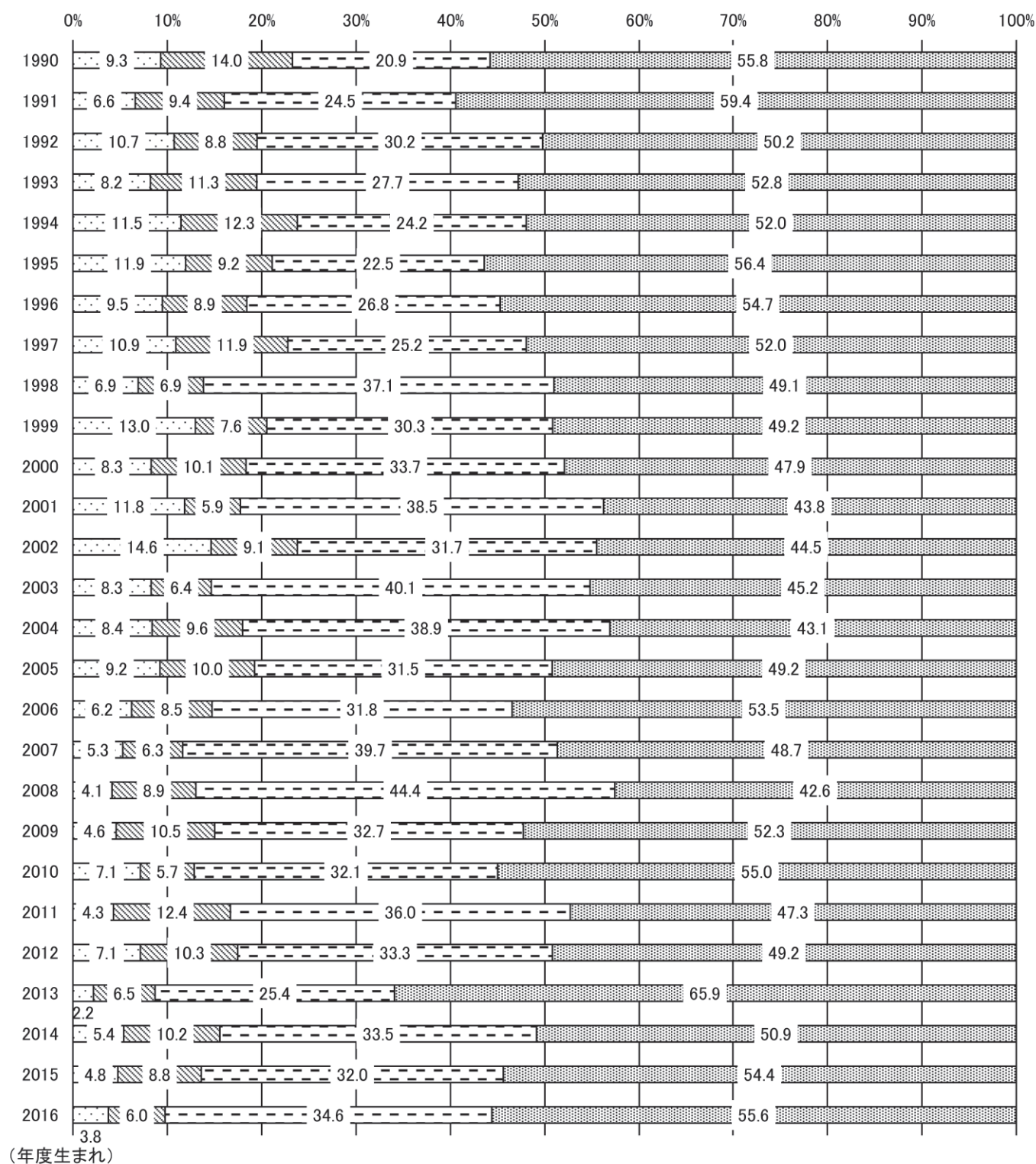


妊娠判明時の父親の喫煙状況は、「吸う」割合が2005年度までは65～70%と高い割合を占めていた。しかし、2006年度以降は徐々に60%を下回り、近年は50%前後を推移している。また、「妊娠する前からやめていた」割合は、この30年間で倍増した。



## 妊娠判明時の飲酒状況(母親)

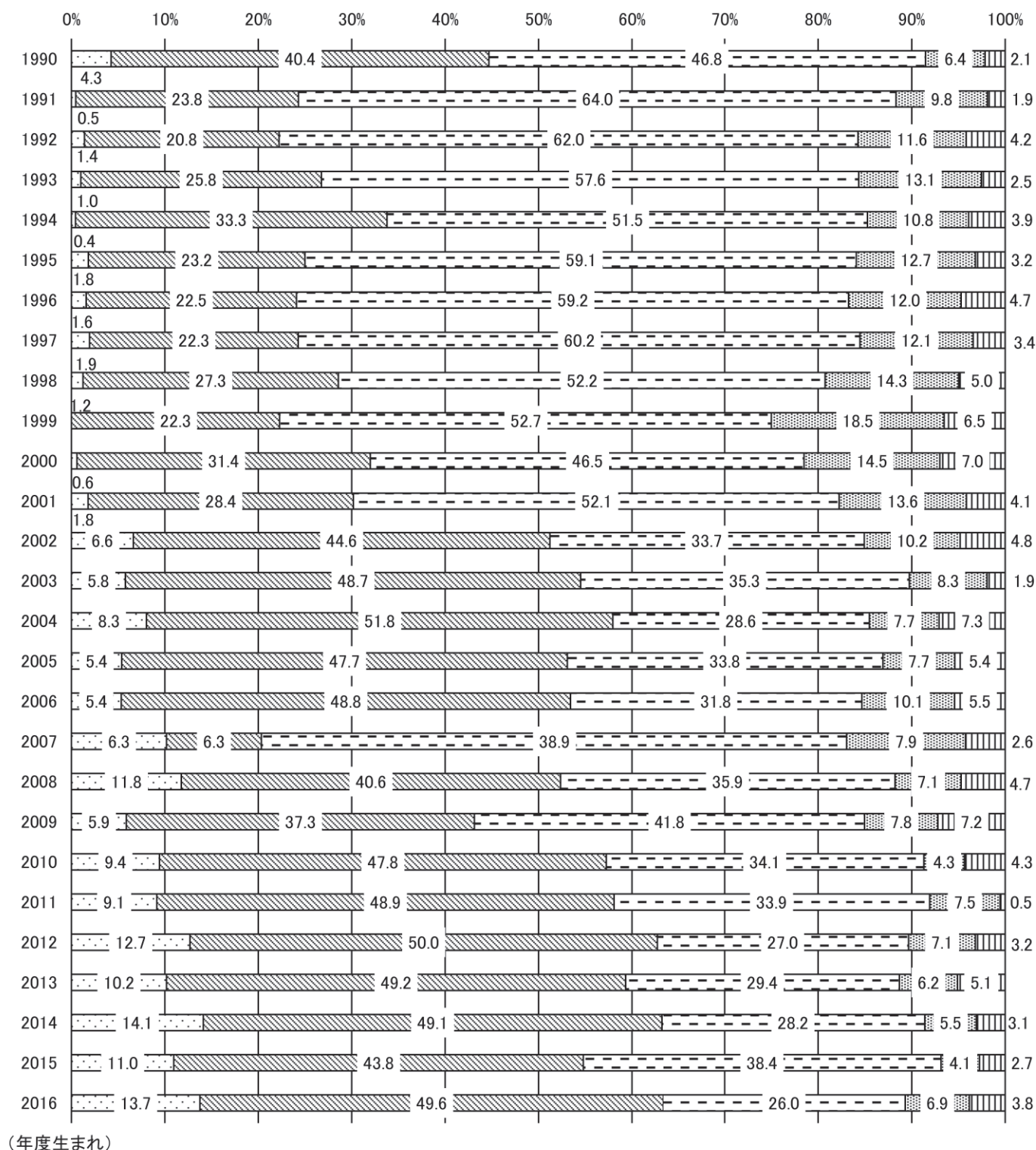
□飲む    ▨妊娠する前からやめていた    □妊娠を機にやめた    ▩以前から全く飲まない



妊娠判明時の母親の飲酒状況は、「飲む」と回答した母親の割合が2002年度までは微増していたが、2003年度以降は徐々に減少している。また、「妊娠を機にやめた」割合は20.9%（1990年度）から34.6%（2016年度）へ増加した。

## 妊娠前の平日の起床時間(母親)

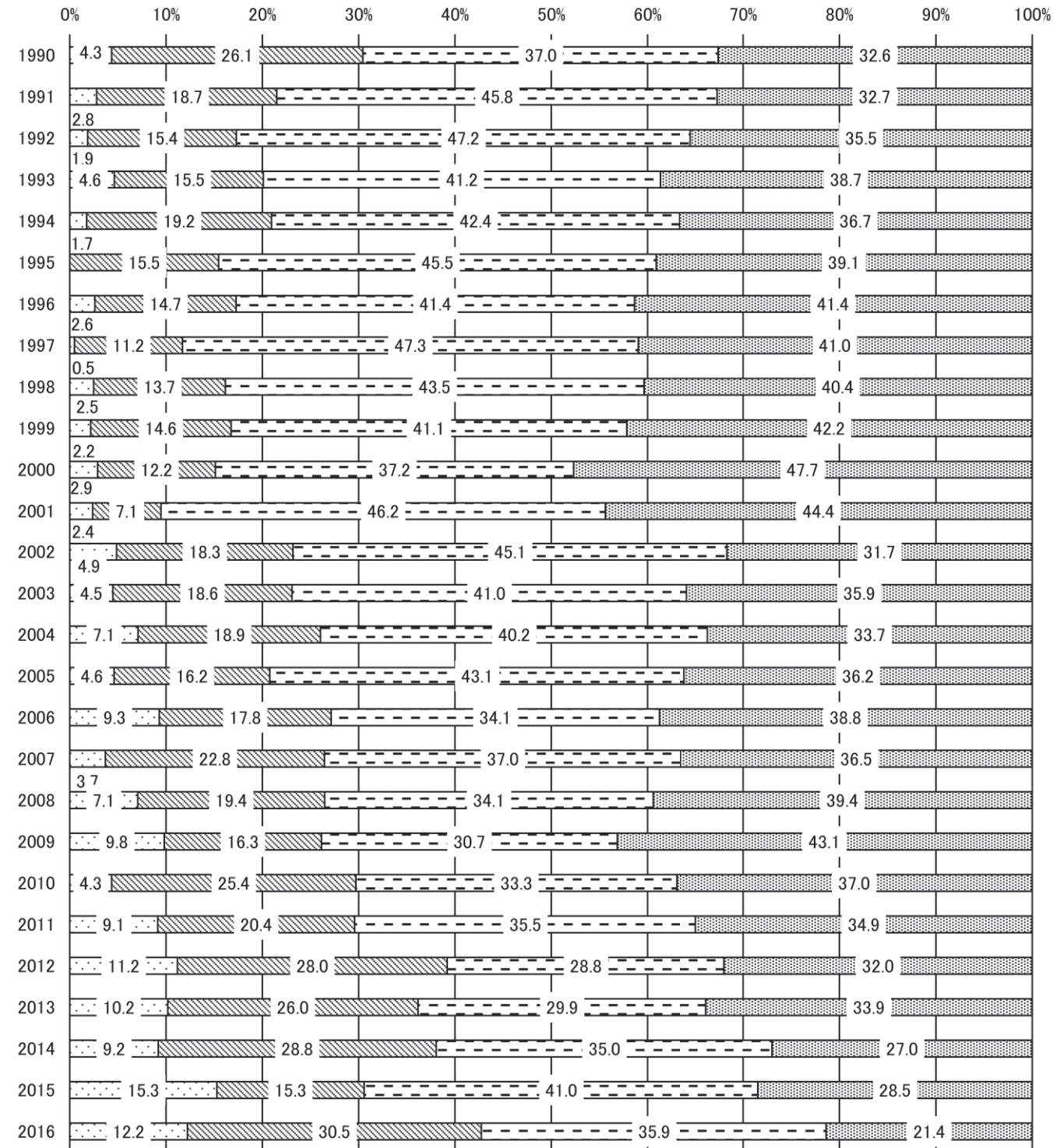
□6時より前 □6時台 □7時台 □8時台 □9時以降



母親の妊娠前の平日の起床時間は、「6時より前」および「6時台」の割合が増加しており、「7時台」以降の割合は少なくなっている傾向がみられ、全体的に起床時間は早くなっていることが分かった。

## 妊娠前の平日の就寝時間(母親)

□22時より前   ▨22時台   ▤23時台   ▩24時以降

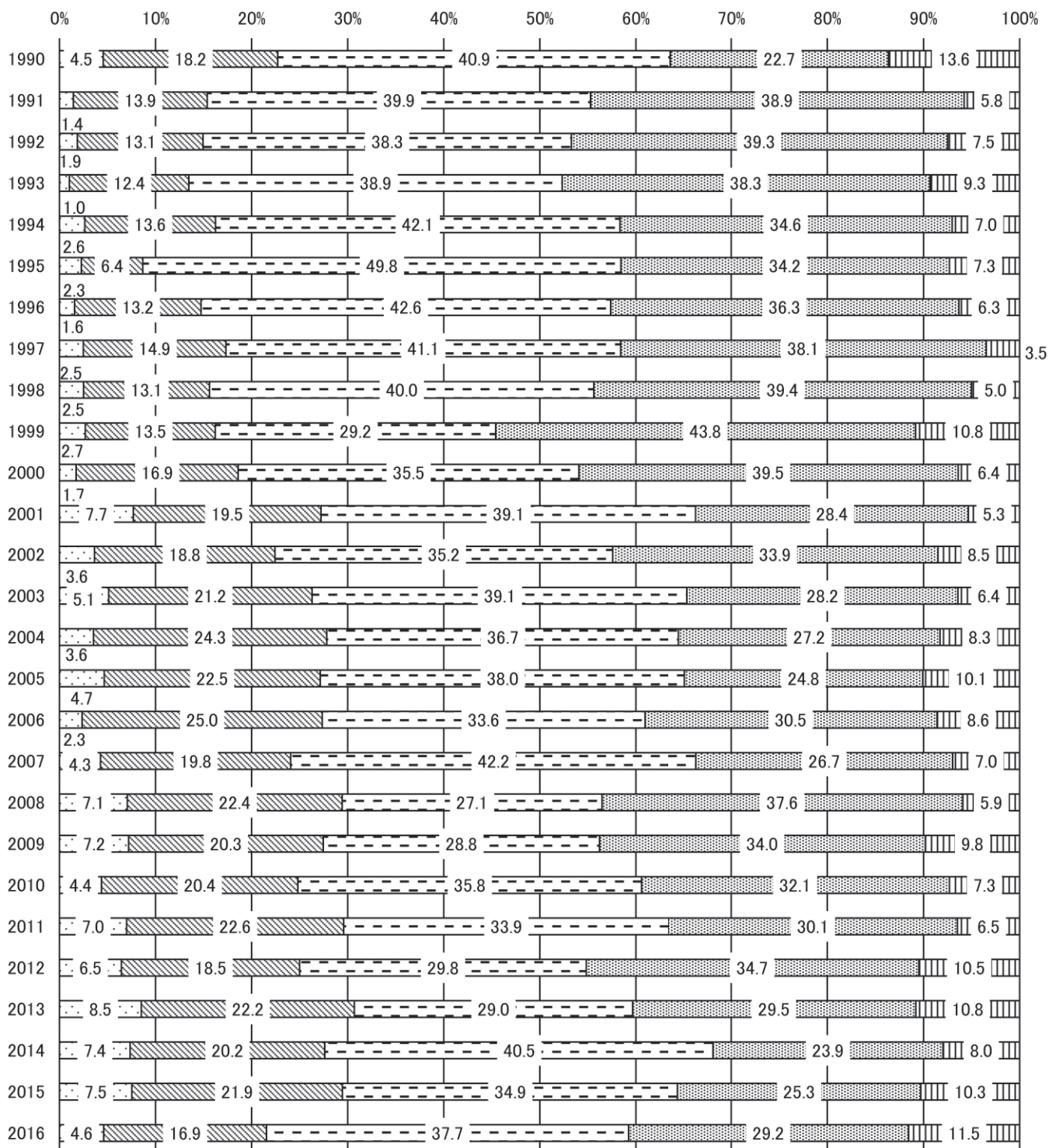


(年度生まれ)

母親の妊娠前の平日の就寝時間は、「22時より前」及び「22時台」の割合が増加してきており、「24時以降」の割合は減少して来ている。「23時台」の割合はほとんど大きな変化は見られなかったことから、母親の妊娠前の就寝時間は早くなっていることが分かった。

## 妊娠前の平日の睡眠時間(母親)

□6時間未満    ▨6～7時間未満    □7～8時間未満    ▨8～9時間未満    □9時間以上

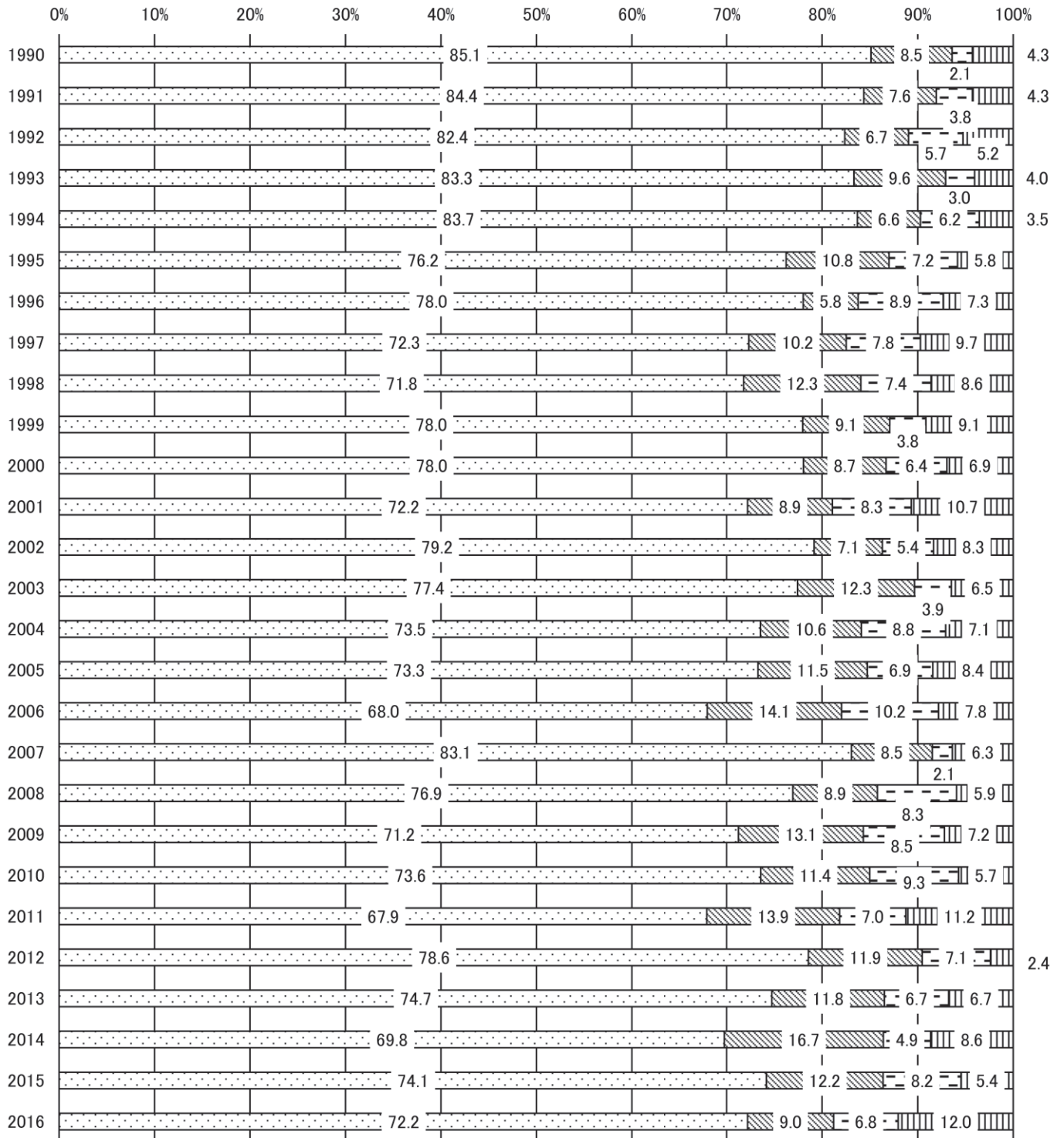


(年度生まれ)

母親の妊娠前の平日の睡眠時間は、「6時間未満」および「6～7時間未満」の割合が増加しており、全体的に睡眠時間は短くなっていることが分かった。

## 朝食摂取状況(母親)

□毎日食べる □週3~5回 □週1~2回 □食べない

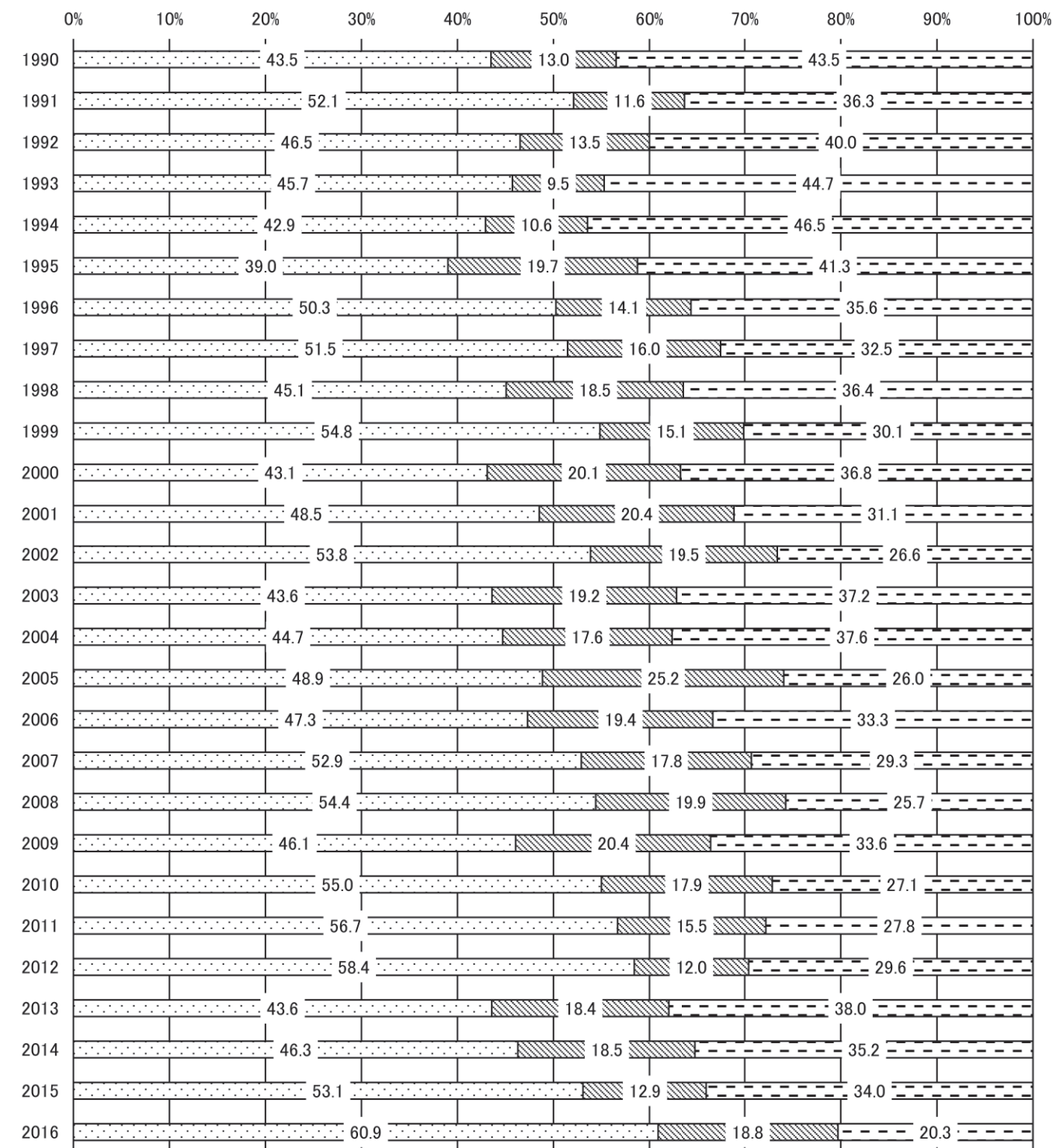


(年度生まれ)

母親の朝食の摂取状況は、「毎日食べる」の割合が85.1%（1990年度）から直近の2016年度には72.2%と10%減少しており、「食べない」と回答した割合は、1990年度の4.3%から2016年度では12.0%と約3倍増加しており、朝食欠食をしている母親の割合が増加していることが分かった。

## 妊娠前の食事は栄養バランスを考えていたか(母親)

□はい   ■いいえ   ▨どちらともいえない

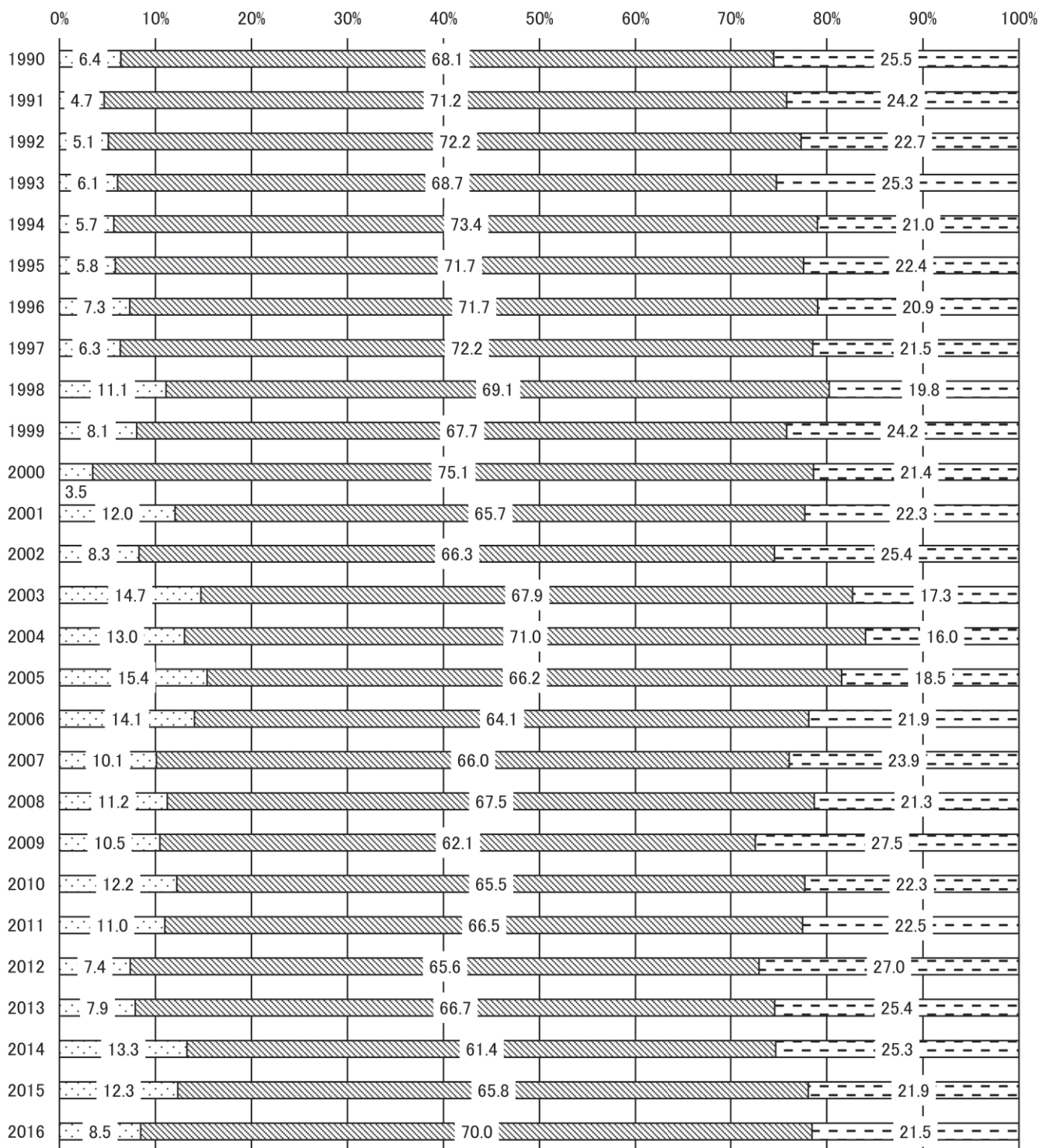


(年度生まれ)

妊娠前の食事の栄養バランスについては、「どちらともいえない」の割合が減少し、「はい(考えていた)」の割合が増加していた。また、「いいえ(考えていなかった)」の割合もわずかに増加していた。

## ストレスを感じていたか

□いつも感じていた    ▨時々感じていた    □ほとんど感じなかった

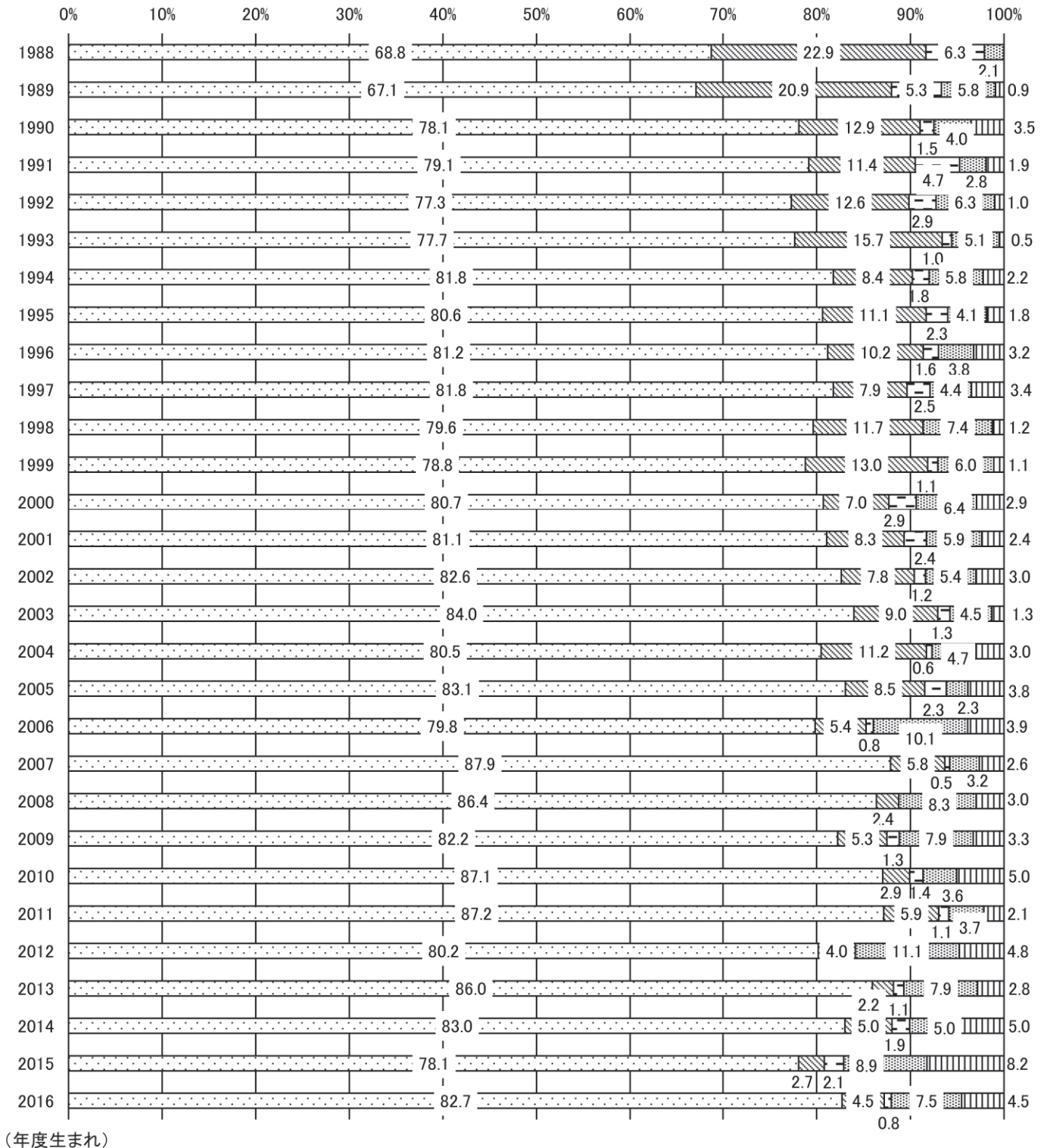


(年度生まれ)

ストレスに関しては、全体的には大きな変化は見られなかったが、「いつも感じていた」と「時々感じていた」と回答した割合がわずかに増加していた。

## 妊娠と分かった時の気持ち(母親)

□嬉しい □照れくさい □何とも感じない □困った □その他

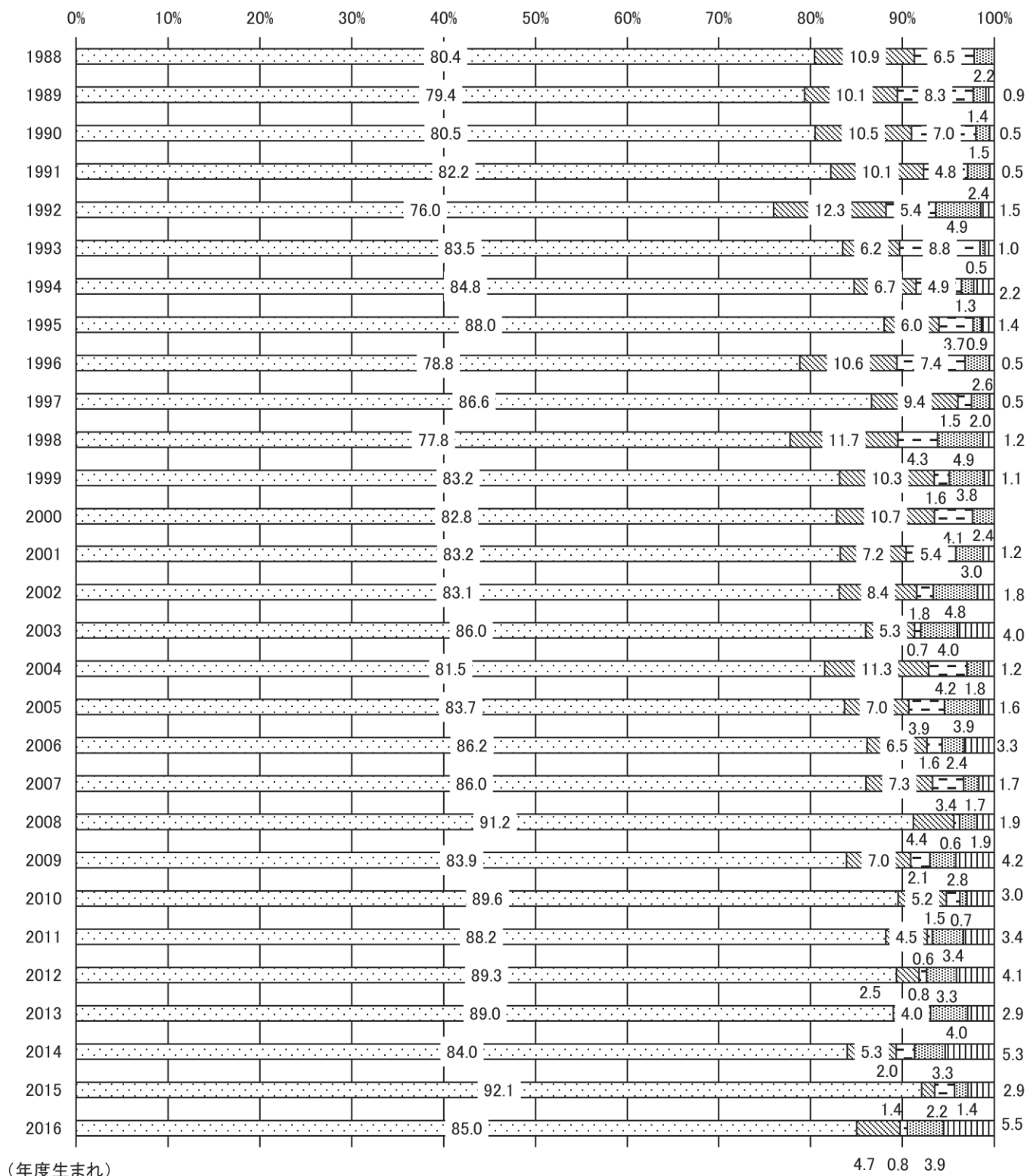


妊娠したと分かった時の母親の気持ちについては、特に大きな変化は見られなかったが、いずれの年度でも「嬉しい」と感じている母親は80%前後と妊娠を喜んでいる割合が高いことが分かった。



## 妊娠と分かった時の気持ち(父親)

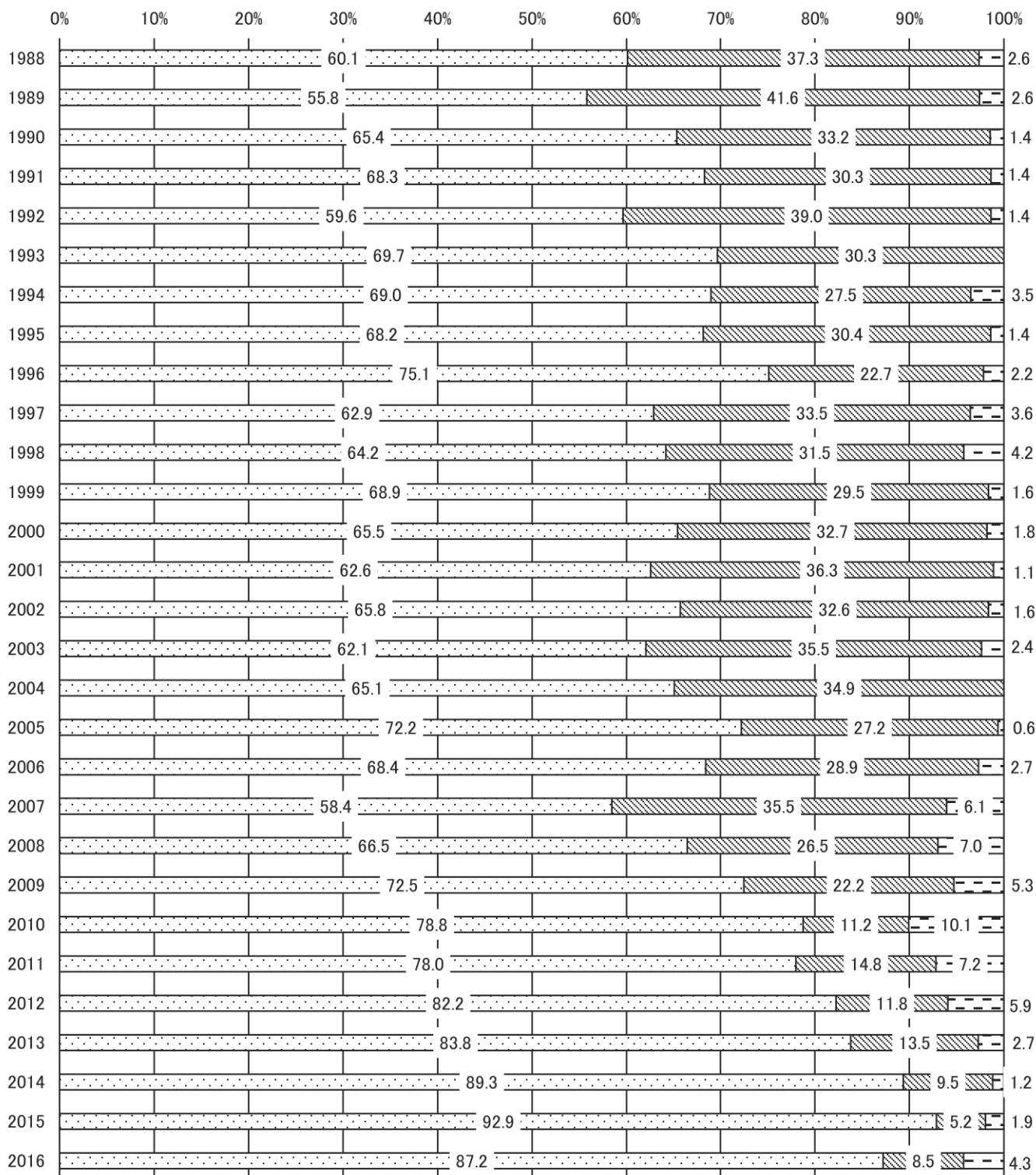
□嬉しそう □照れくさそう □何とも感じない □困った □その他



妊娠したと分かった時の父親の気持ちについても母親と同様、特に大きな変化は見られなかったが、いずれの年度でも「嬉しそう」な父親の割合は90%前後と父親も妊娠を喜んでいる割合が高いことが分かった。

## 妊娠届出週数

□11週以内   ▨12週以降22週未満   ▩22週以降

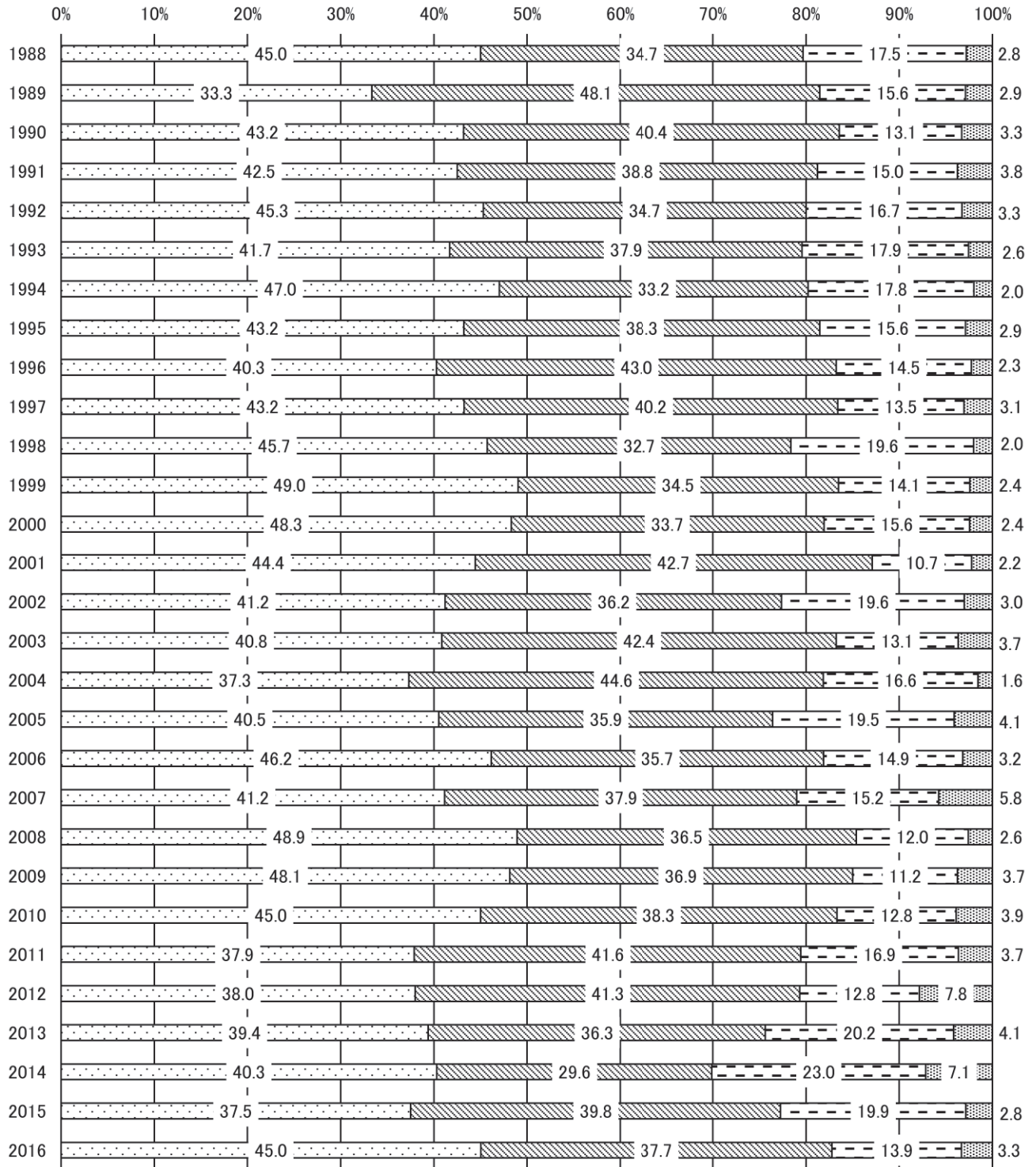


(年度生まれ)

妊娠届出週数は、11週以内の届出が推奨されている。「11週以内」の割合は年々増加しており、2016年度では約90%が11週以内に提出している。一方で22週以降の届け出もわずかではあるが増えていることが分かった。

# 児の出生順位

□ 第1子   ▨ 第2子   □ 第3子   ▩ 第4子以降

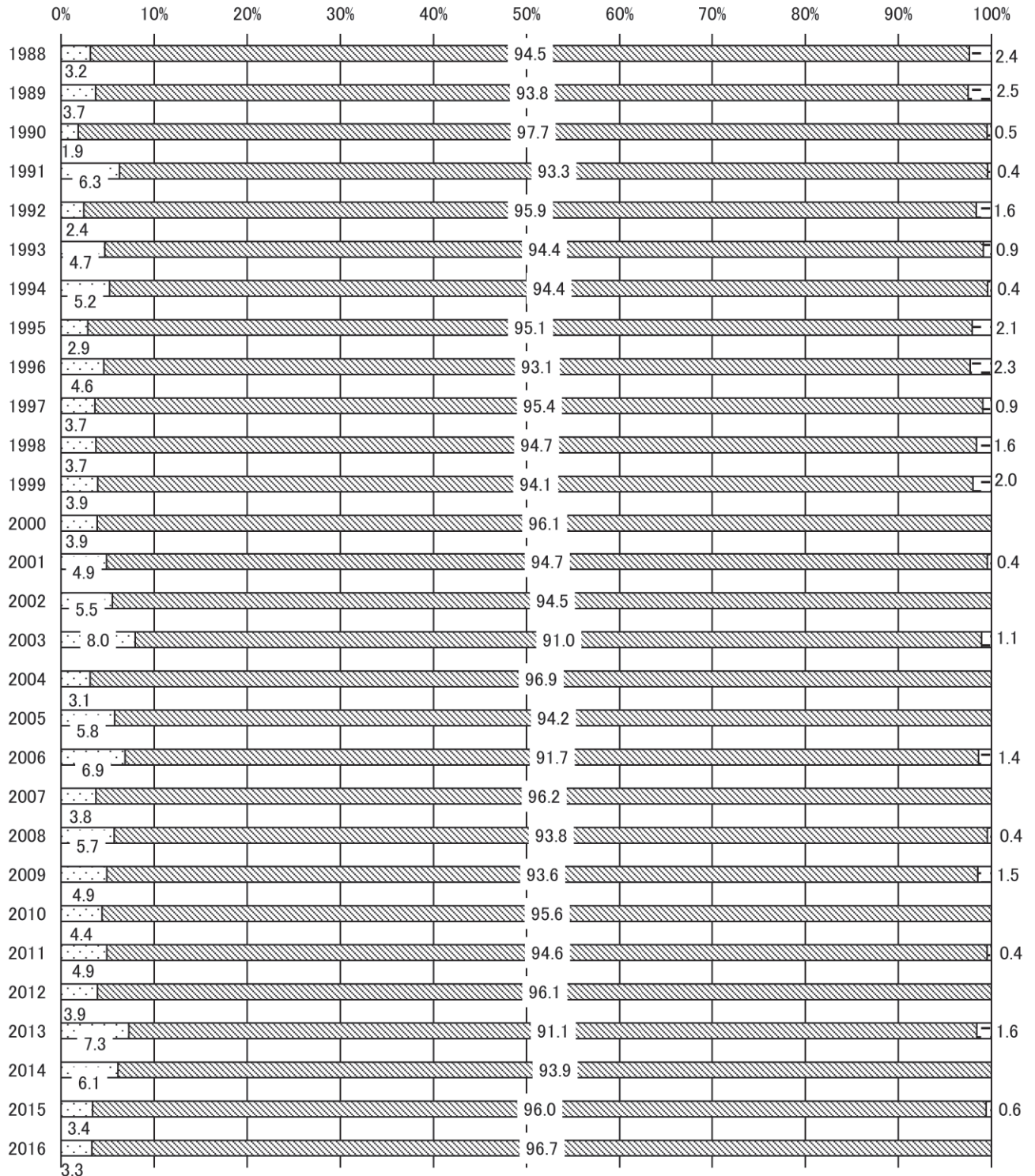


(年度生まれ)

児の出生順位については大きな変化は見られなかった。全体の約45%が第一子であり、35~40%が第2子であった。

# 妊娠週数

□37週未満   ▨37週以降42週未満   □42週以降

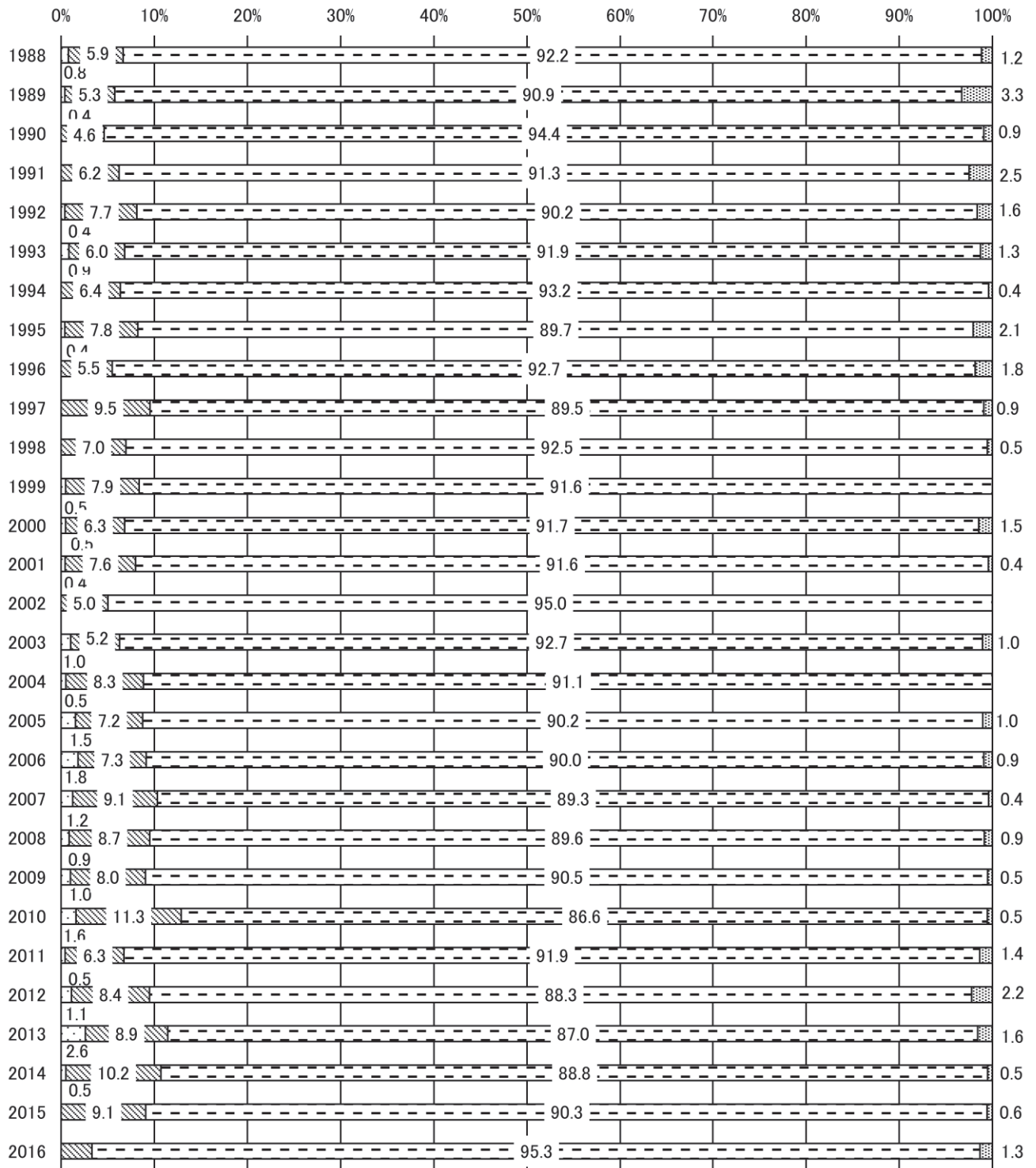


(年度生まれ)

妊娠週数については、大きな変化は見られなかった。正期産である 37 週以降 42 週未満の割合が最も多く、いずれの年度も約 95%を占めていた。

# 出生時の体重

□ 極低出生体重   ▨ 低出生体重   □ 標準体重   ▨ 過体重

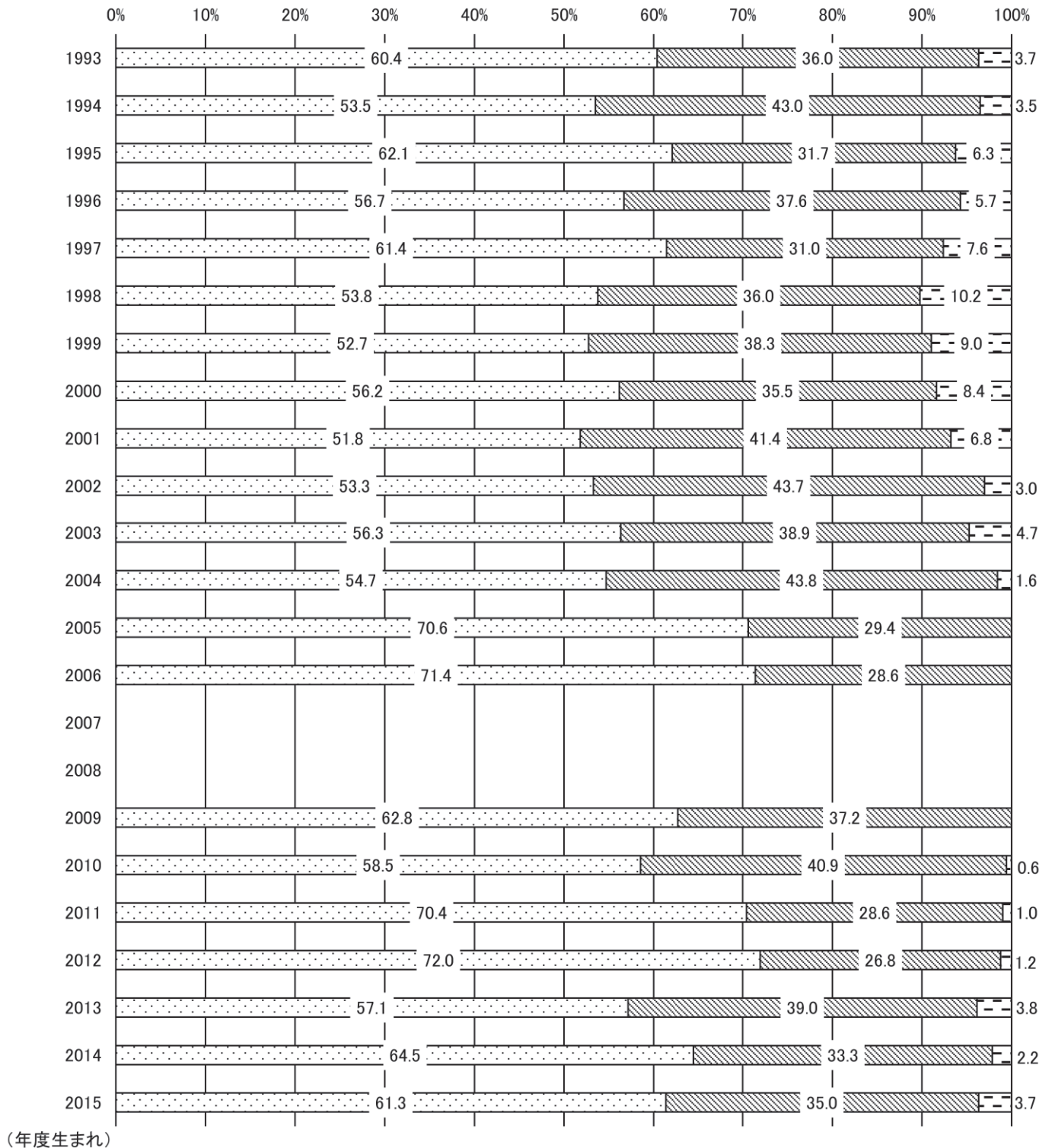


(年度生まれ) 3.3

出生時の体重については、低出生体重児の割合が、5.9%（1988年）から9.1%（2015年）と増加している。極低出生体重児と過体重の割合は一定数いるが、横ばいである。

## 生後1か月の栄養

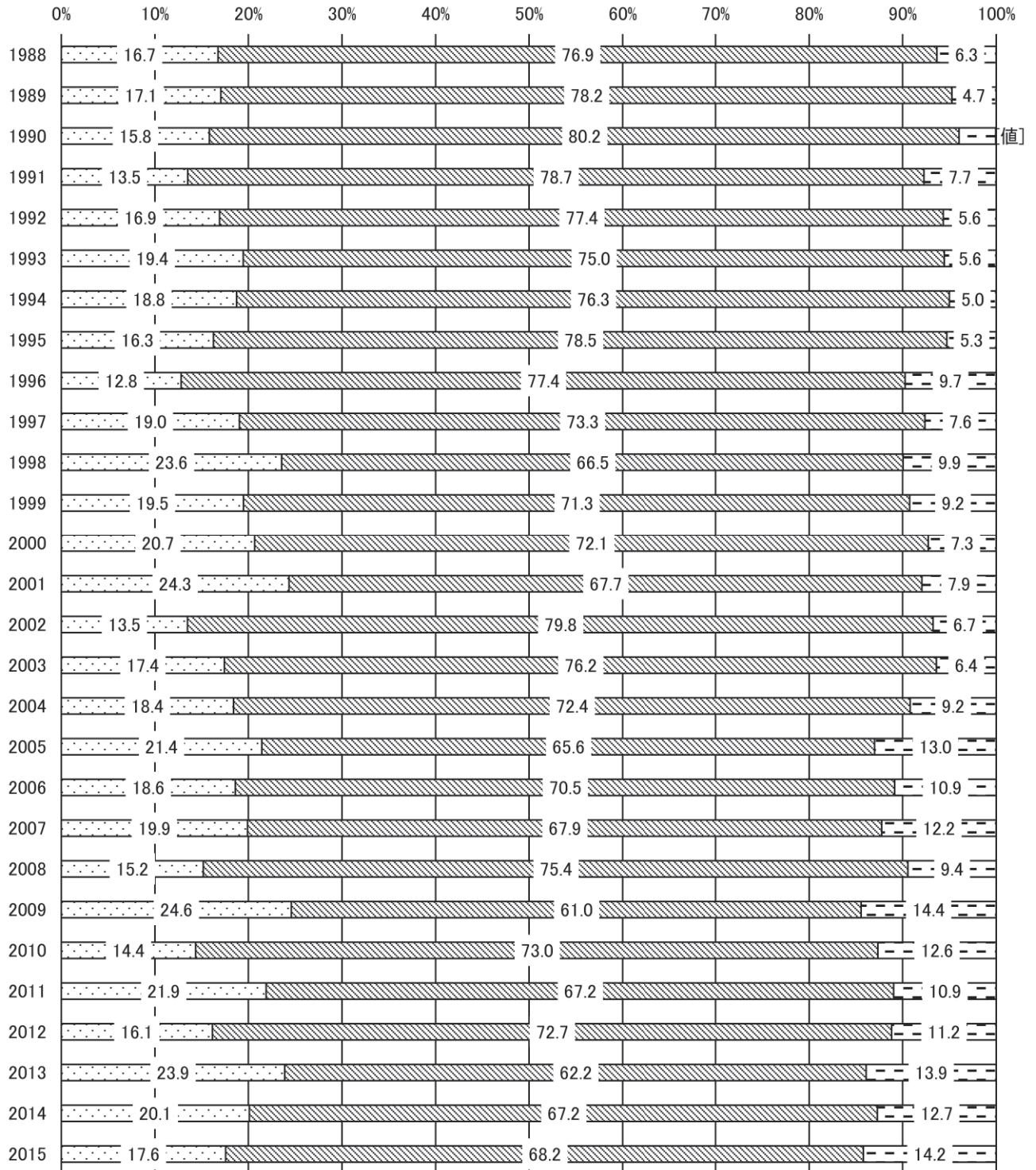
□母乳 ■混合 □人工



生後1か月の栄養状況については、「母乳」の割合が2001年度付近までは減少、「人工」が増加していたが、2002年度以降は増加傾向にあり、直近の2015年度は61.3%と1993年度の60.4%とほぼ同値となっている。

## 妊娠前の母親のBMI

□ やせ ■ 標準 □ 肥満



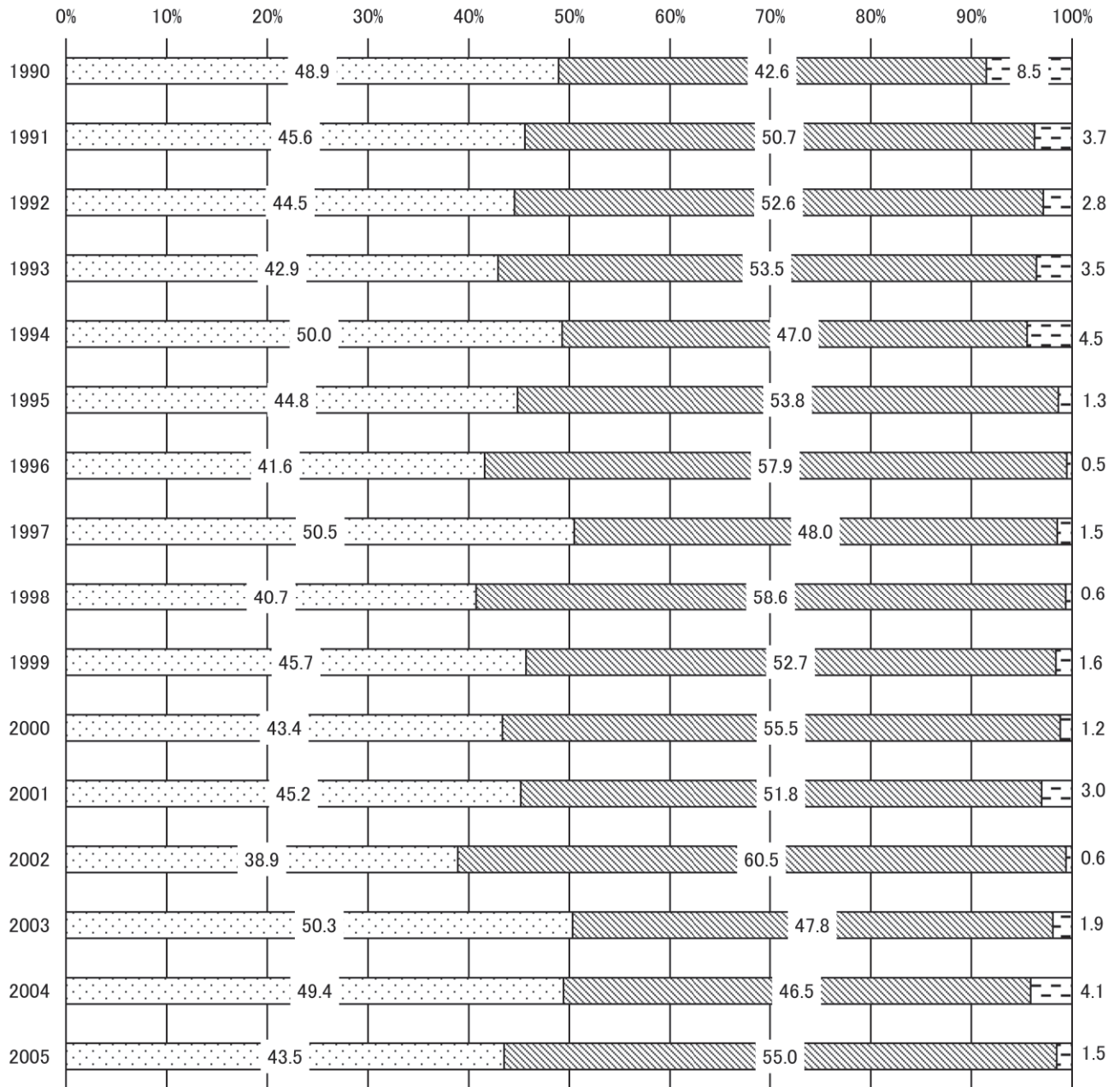
(年度生まれ)

妊娠前の母親のBMIについては、「やせ」の割合が2001年度付近までは微増していたが、その後わずかに減少してきている。また、「肥満」の割合は1988年度の6.3%から2015年度には倍以上の14.2%となっている。

## 母親の就業状況(～2005年度生まれまで)

□勤めている □勤めていない □その他

※勤めている:自営業・常勤・パート 勤めていない:専業主婦・学生



(年度生まれ)

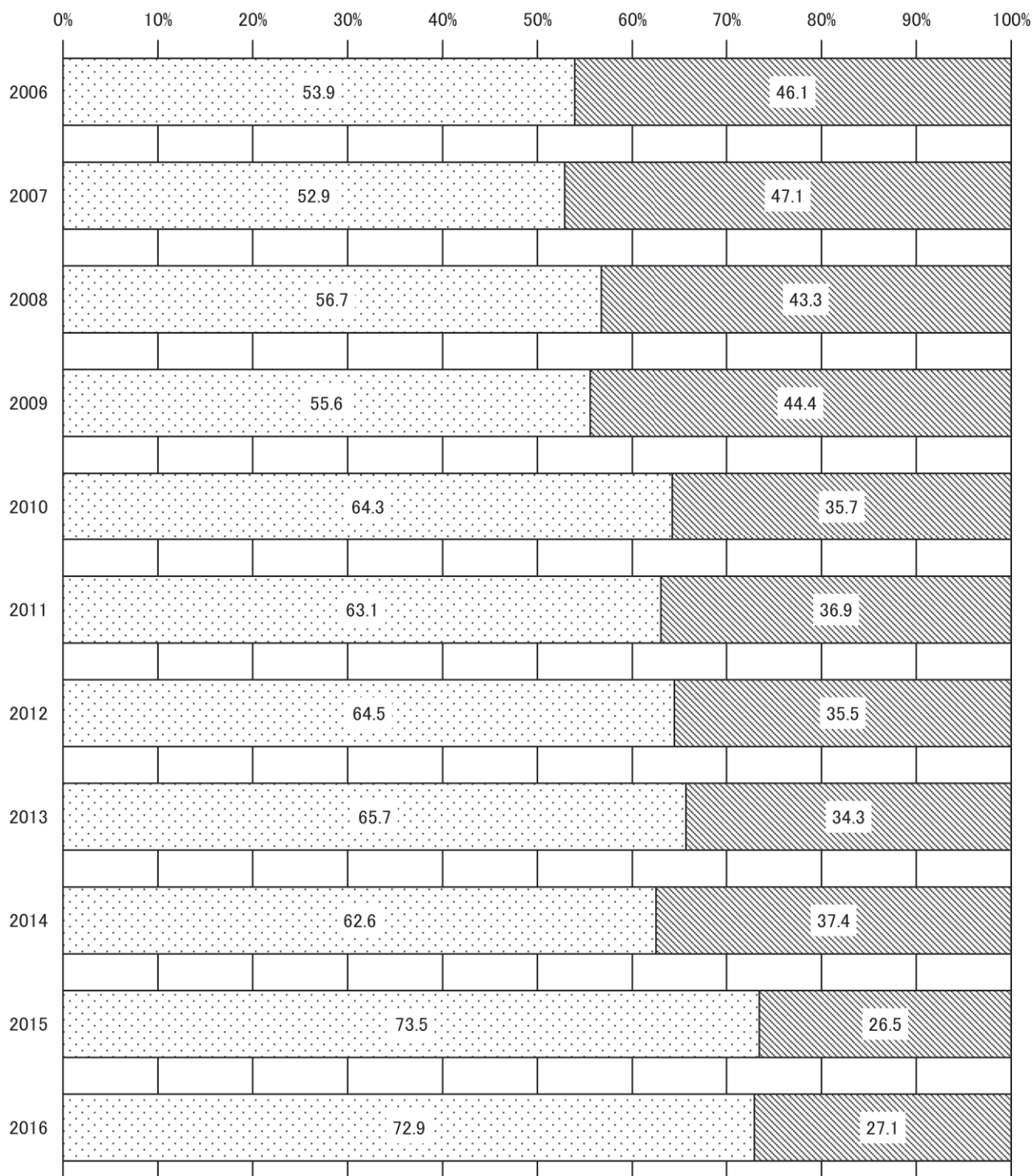
母親の就業状況については、2005年度以前と2006年度以降で設問が変更されているため分けて集計を行った。2005年度までの状況には、大きな変化は見られなかった。



## 母親の就業状況(2006年度生まれ以降)

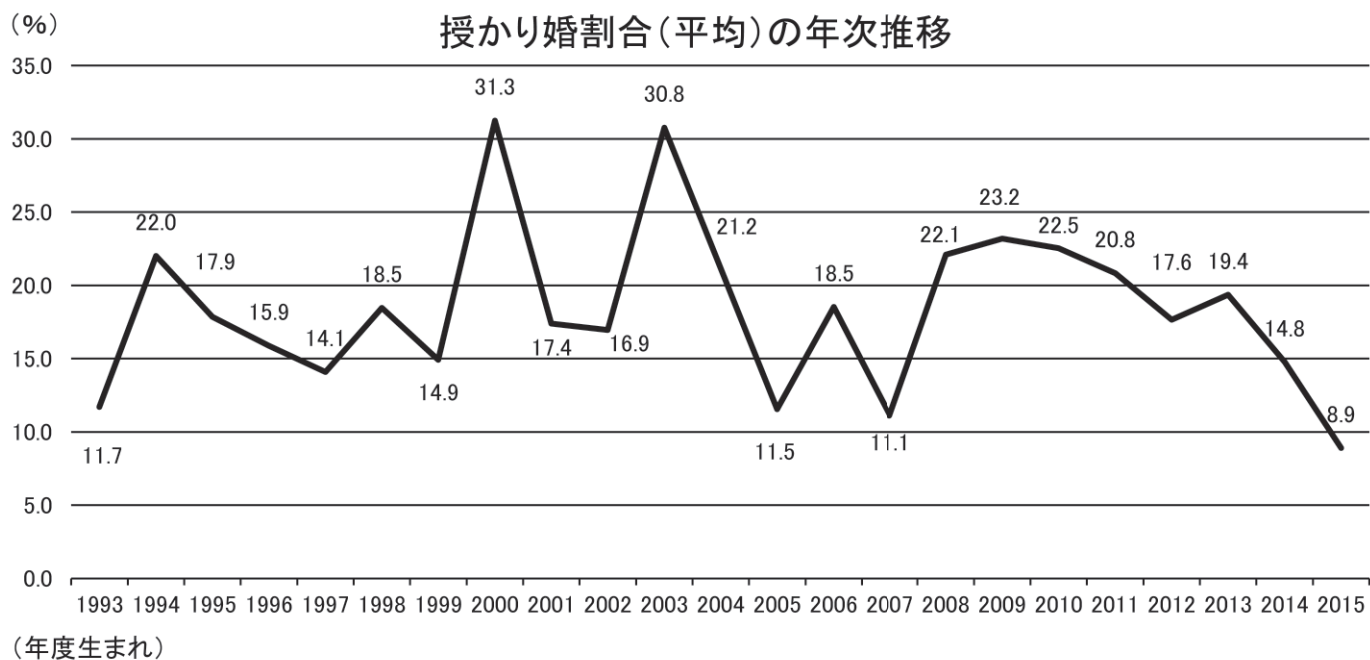
□ 勤めている    ▣ 勤めていない

※ 勤めている: 仕事をしている・休職中    勤めていない: 専業主婦・学生



(年度生まれ)

2006年度以降の就業状況は、年々「働いている」割合が増加していることが分かった。



授かり婚の割合は、第一子に限定して算出している。授かり婚の定義は、児の誕生日と入籍日を比較し、誕生日からさかのぼり、入籍日が210日(30週)より短い場合を授かり婚とした。年度によってばらつきはあるが、近年は減少傾向にあることが分かった。

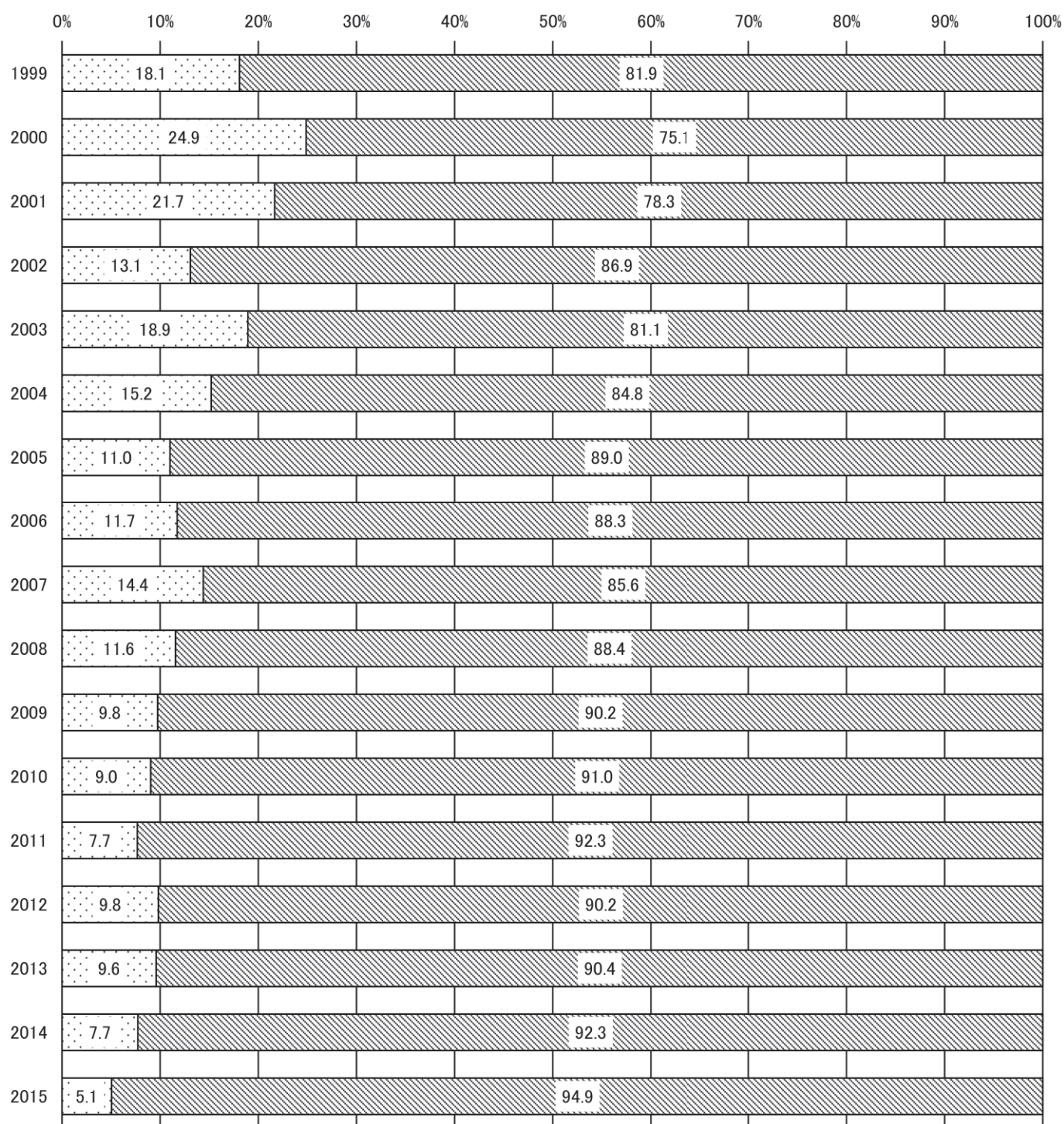


(2) 1歳6ヶ月



## 母親の喫煙状況

□はい □いいえ

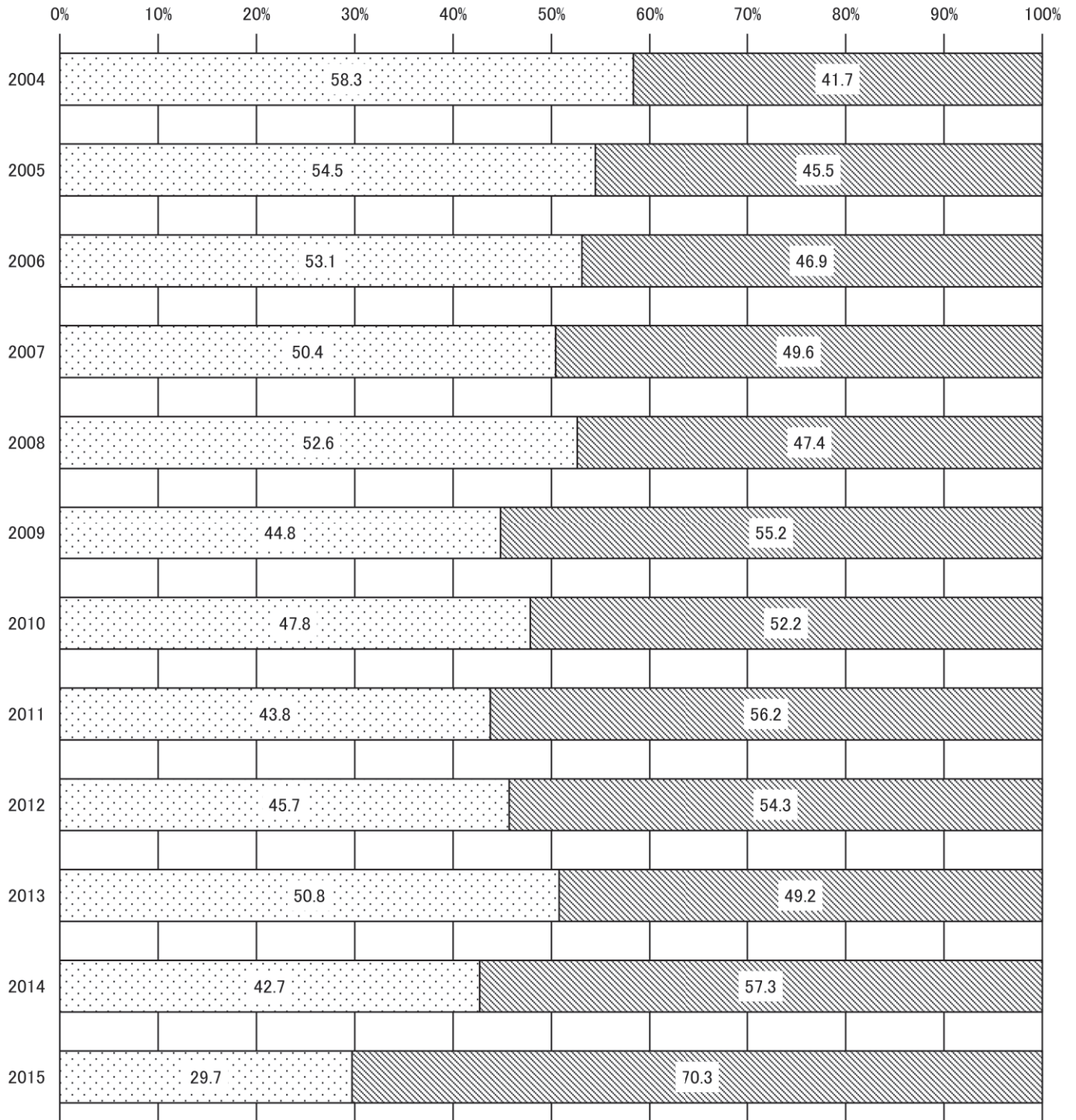


(年度生まれ)

母親の喫煙率は近年全体的に減少傾向にある。2000年代初頭には20%に近かった喫煙率が2010年代には約10%、2015年には5%近くまで減少していた。

## 父親の喫煙状況

□はい □いいえ

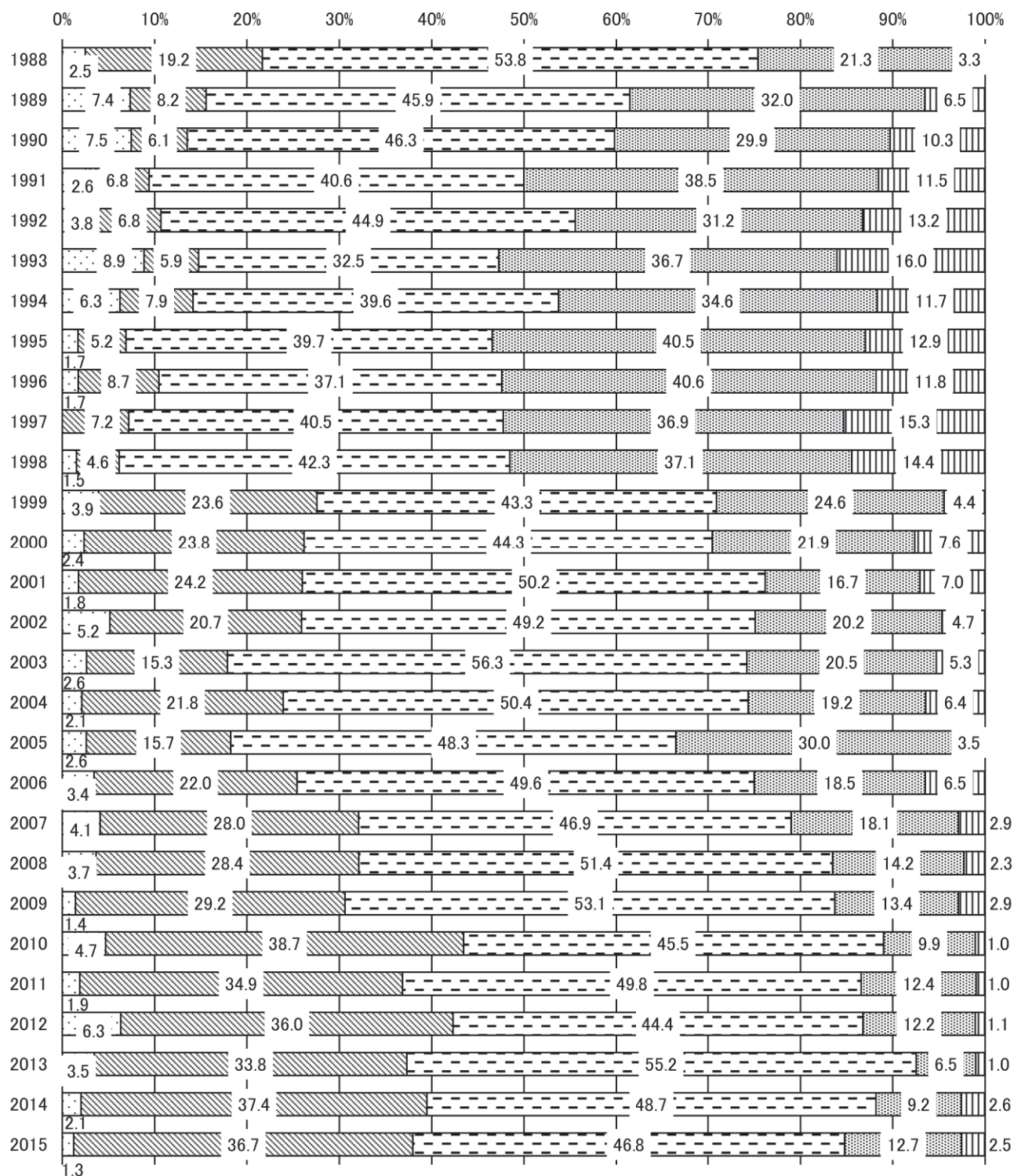


(年度生まれ)

父親の喫煙率は近年全体的に減少傾向にある。2000年代初頭には6割に近かった喫煙率が、2010年代には4割台まで減少しており、2015年には3割近くまで減少していた。

# 起床時間(子ども)

□6時前    ▨6時台    □7時台    ▩8時台    □9時以降



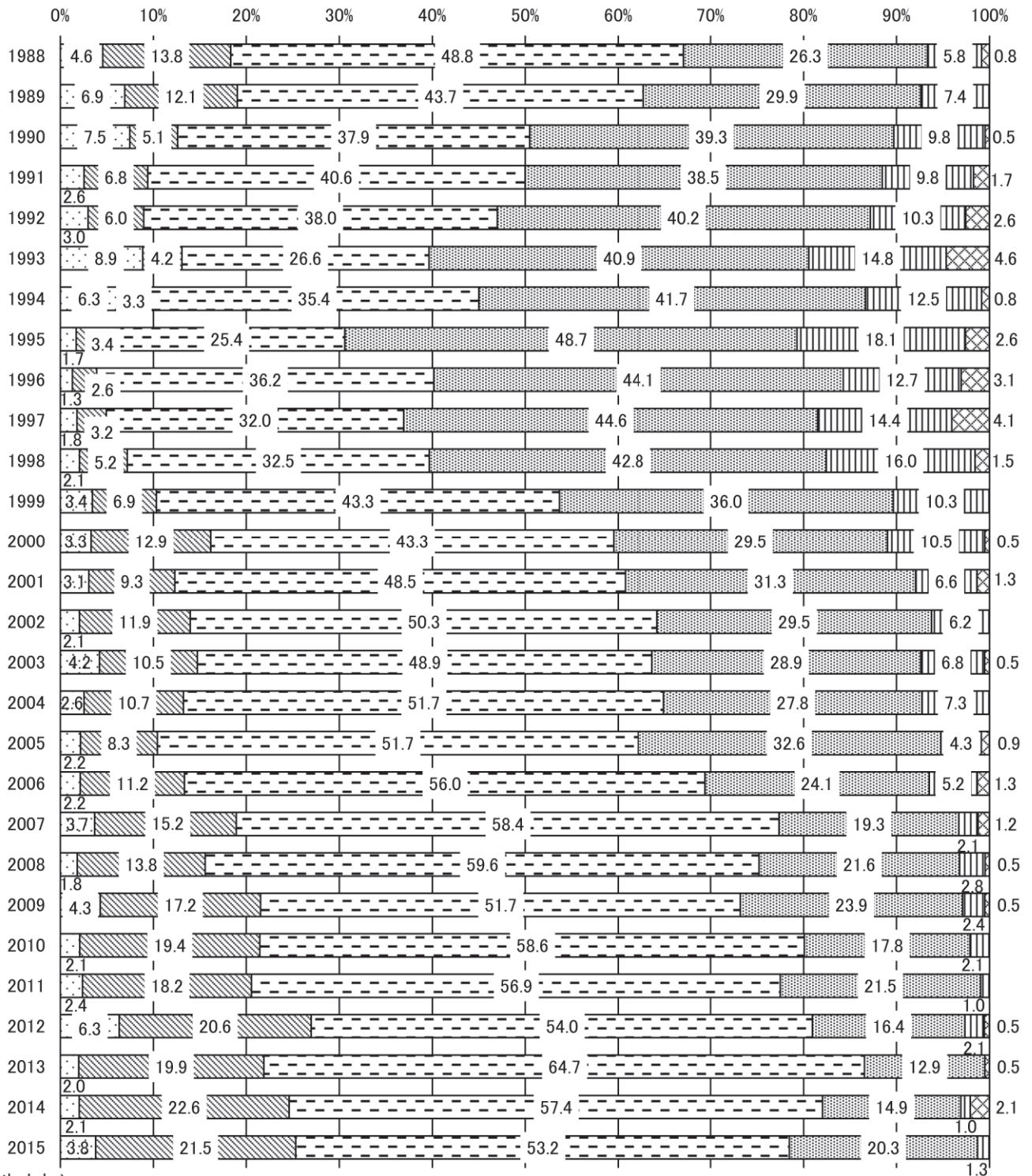
(年度生まれ)

1998年までは「〇時」の部分のみ、1999年からは「〇時〇分」の部分まで考慮している。  
 児の起床時間は全体的に早くなる方向へ移行していた。



# 就寝時間(子ども)

□20時より前 □20時台 □21時台 □22時台 □23時台 □24時以降



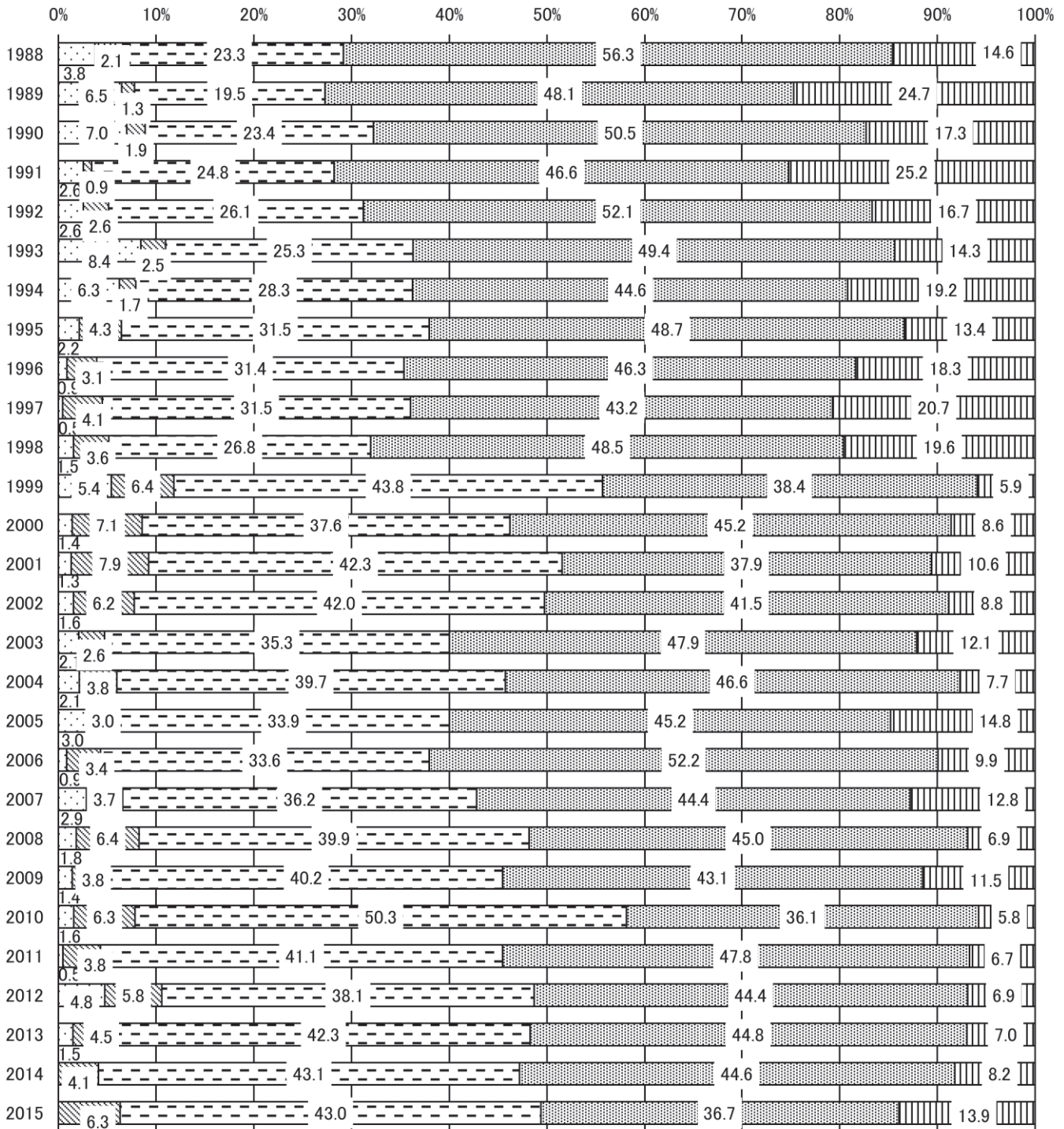
(年度生まれ)

1998年までは「〇時」の部分のみ、1999年からは「〇時〇分」の部分まで考慮している。

児の睡眠時間は2001年に日本小児保健協会が子どもの睡眠に関する提言を行った頃から徐々に増加傾向にある。

# 平均睡眠時間

□8時間未満 □8～9時間 □9～10時間 □10～11時間 □11時間以上

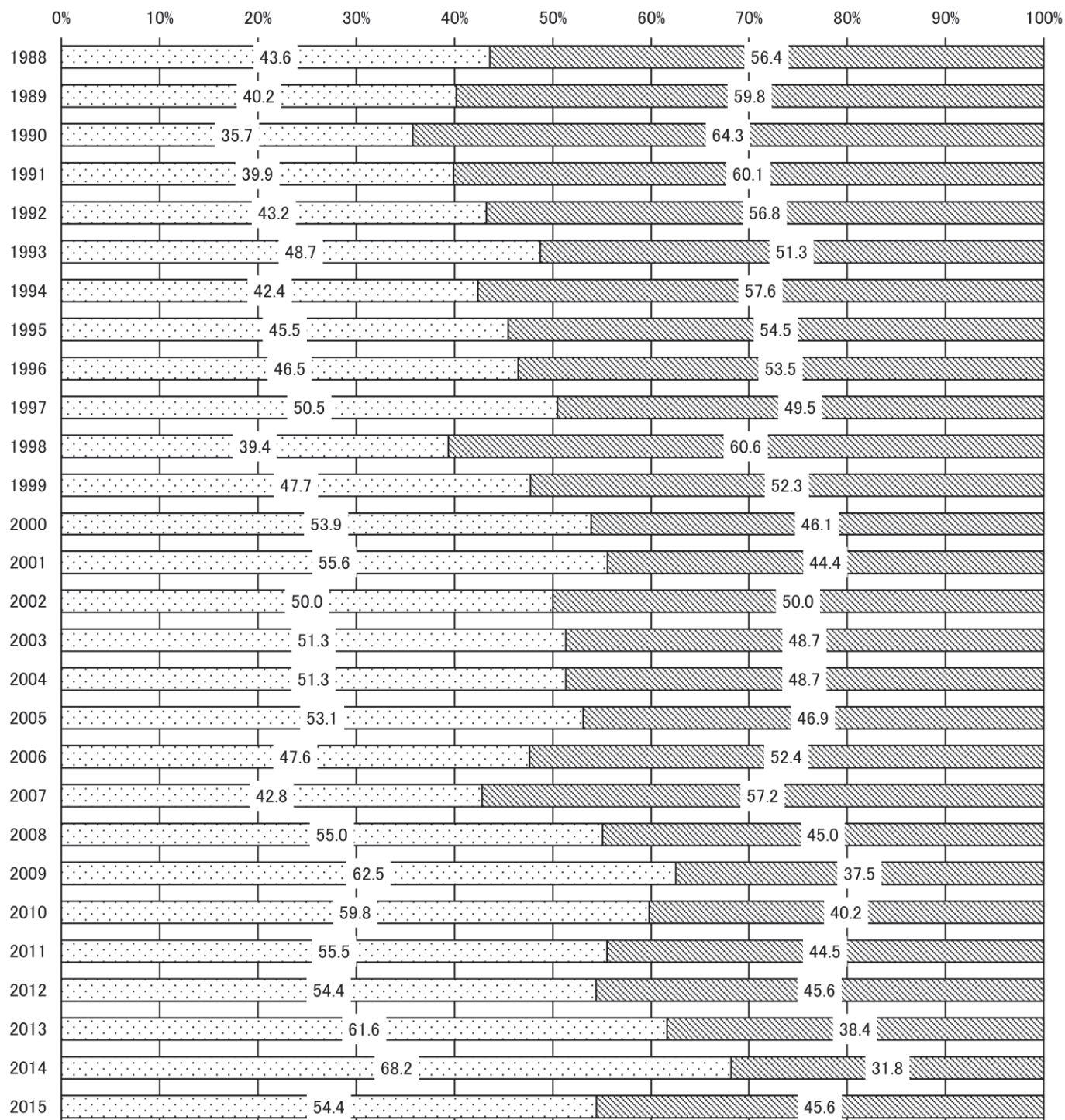


(年度生まれ)

1998年までは「〇時」の部分のみ、1999年からは「〇時〇分」の部分まで考慮している。  
 児の就寝時間は全体的に早くなる方向へ移行していた。2001年に日本小児保健協会が22時前の就寝を推奨した後、22時前に就寝する児の割合は増加傾向にある。

## 育児の悩み

□ある    ▣ない

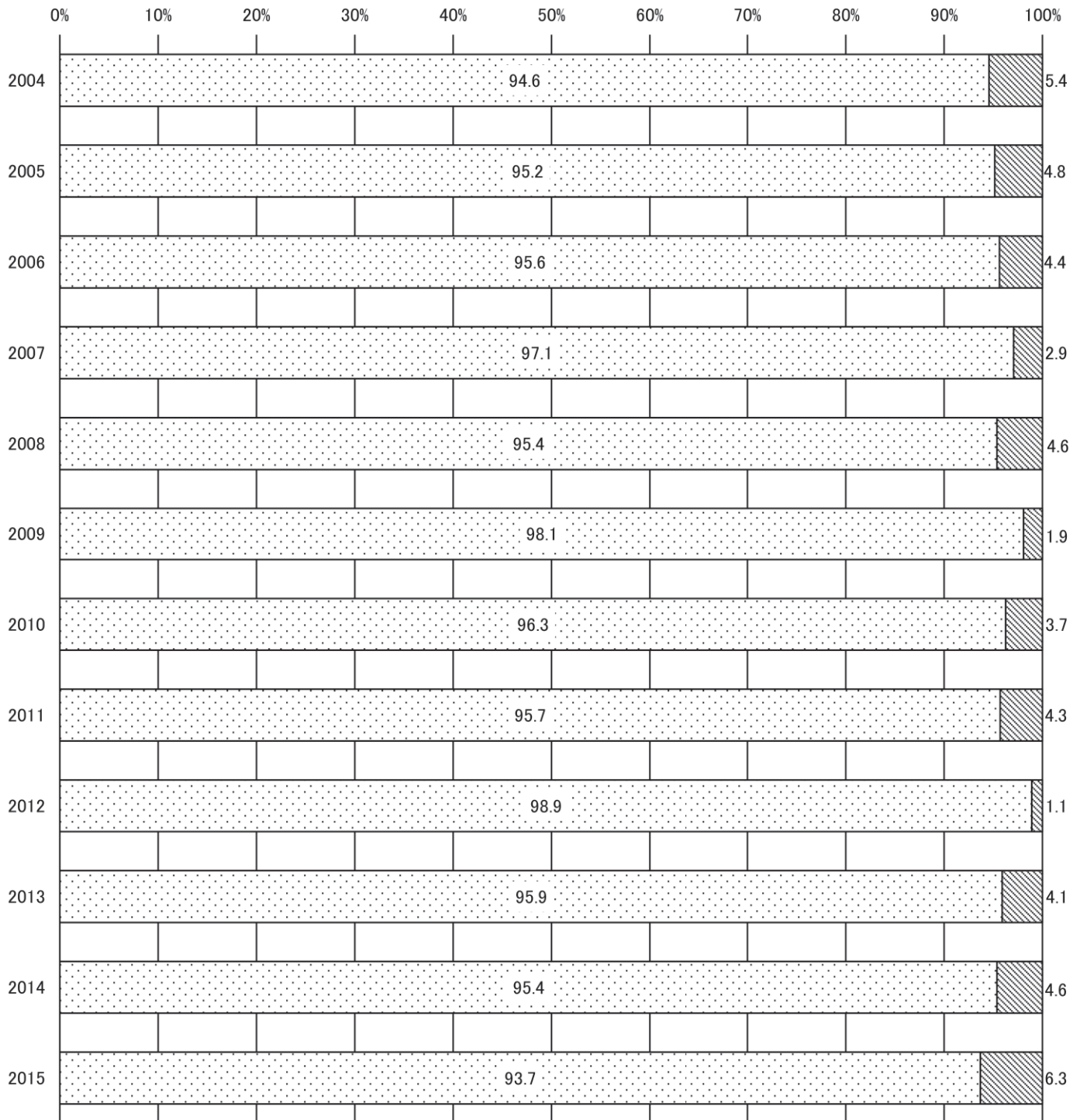


(年度生まれ)

育児の悩みを持つ母親は近年にかけて増加傾向にある。2007年にかけてその割合は4割台まで減少したものの、2010年代には約6割まで再度増加していた。

# 育児の相談相手

□はい □いいえ

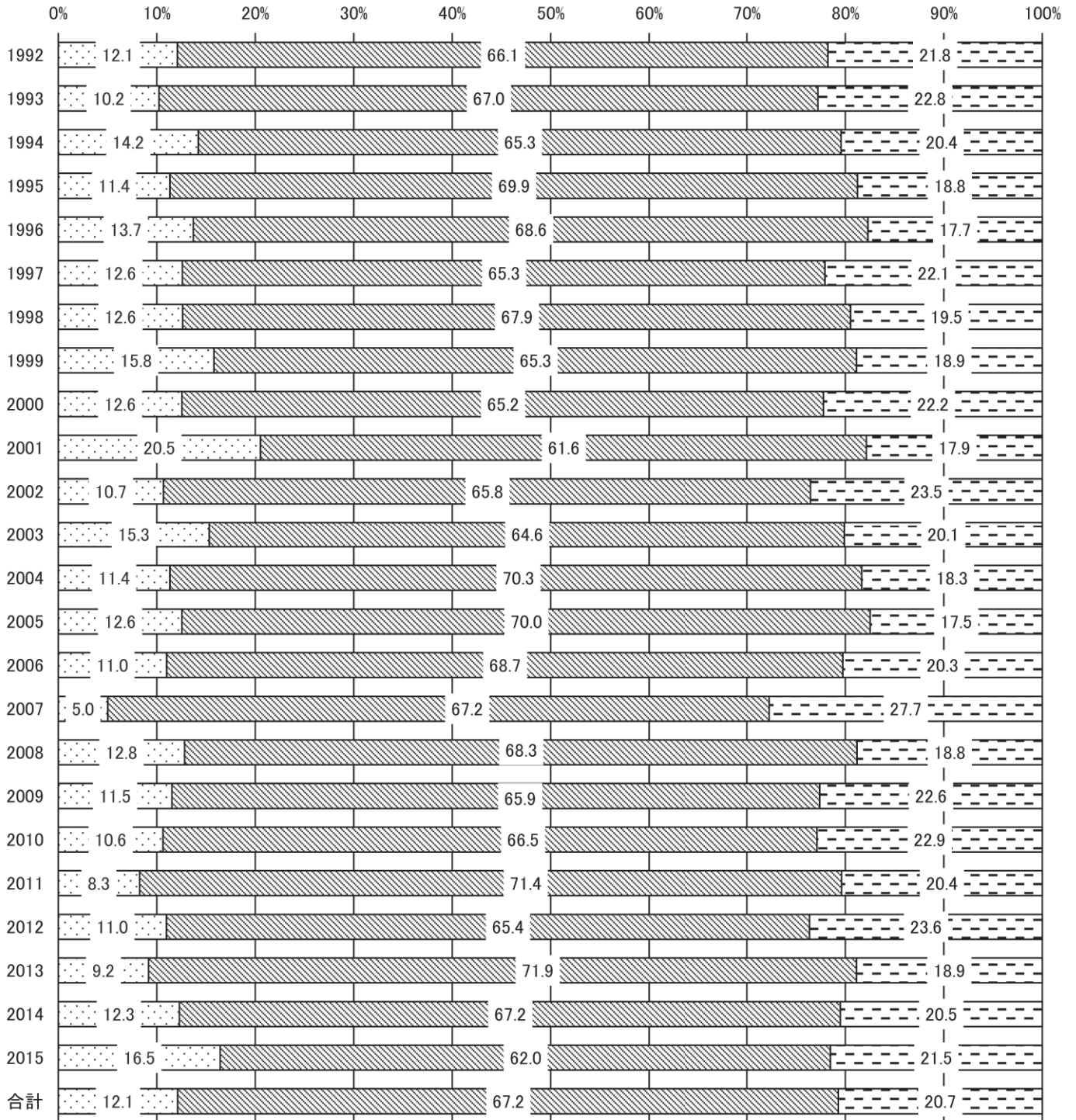


(年度生まれ)

母親に育児に関する相談相手がいる割合は、近年にかけてほぼ横ばいとなっている。

## 育児のストレス

□いつも感じていた □時々感じていた □ほぼ感じなかった

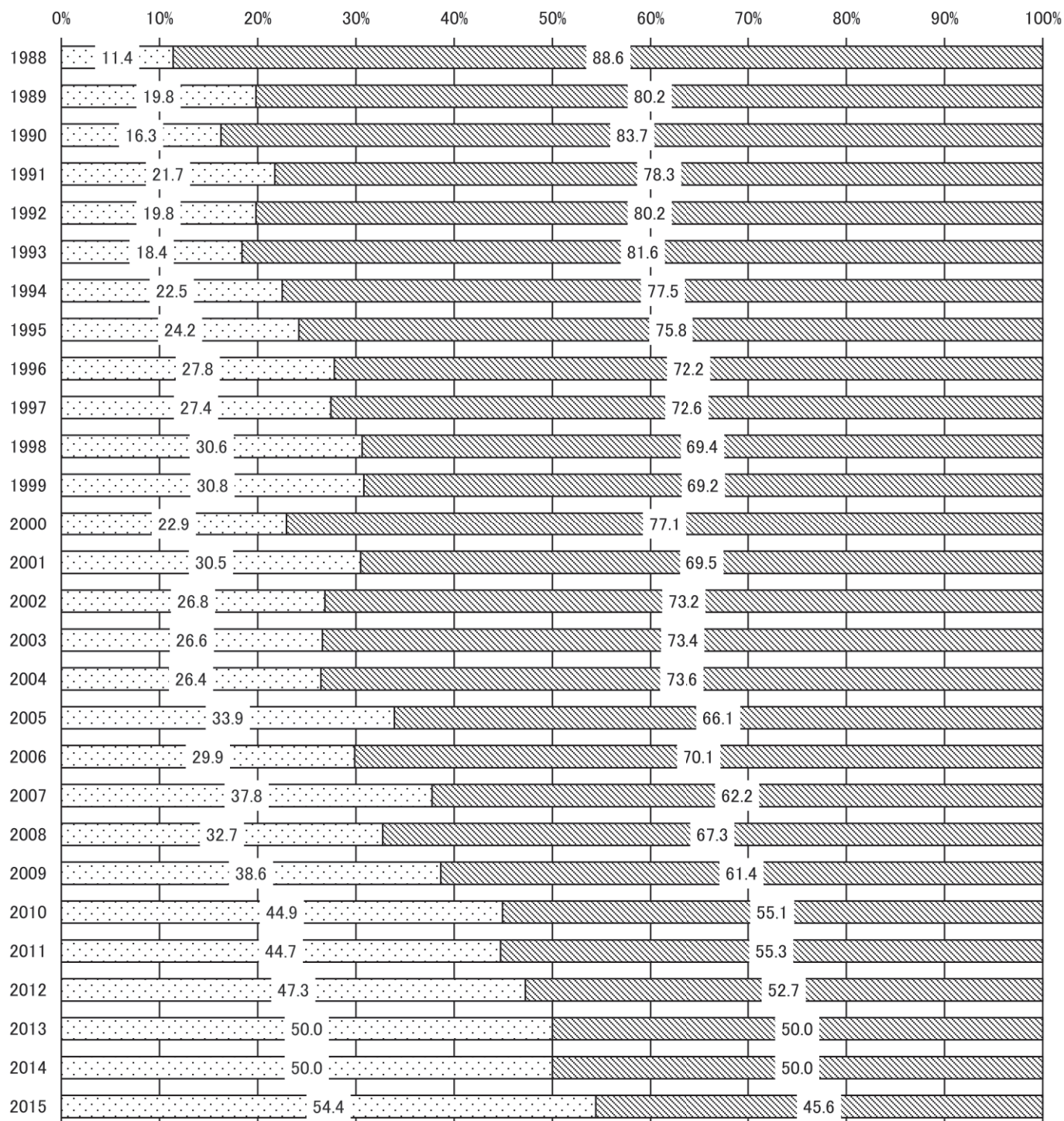


(年度生まれ)

育児のストレスを感じている母親の割合は、近年にかけてほぼ横ばいとなっている。

## 保育所に通園しているか

□はい □いいえ

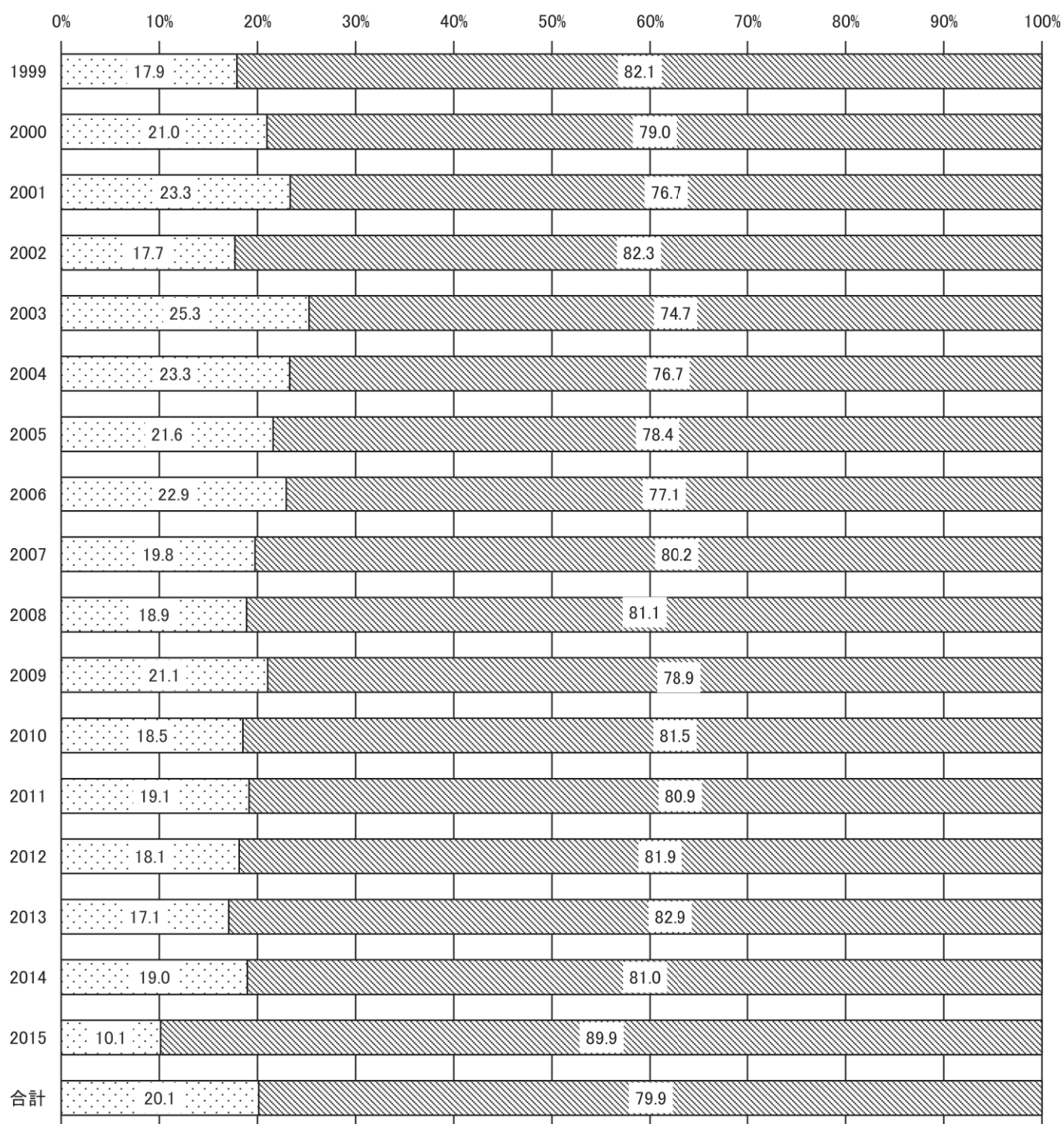


(年度生まれ)

保育所への通園率は近年増加傾向にあり、1988年と比べ2015年ではその割合が約5倍となっている。

## 事故などで医療機関に受診した事があるか

□はい □いいえ

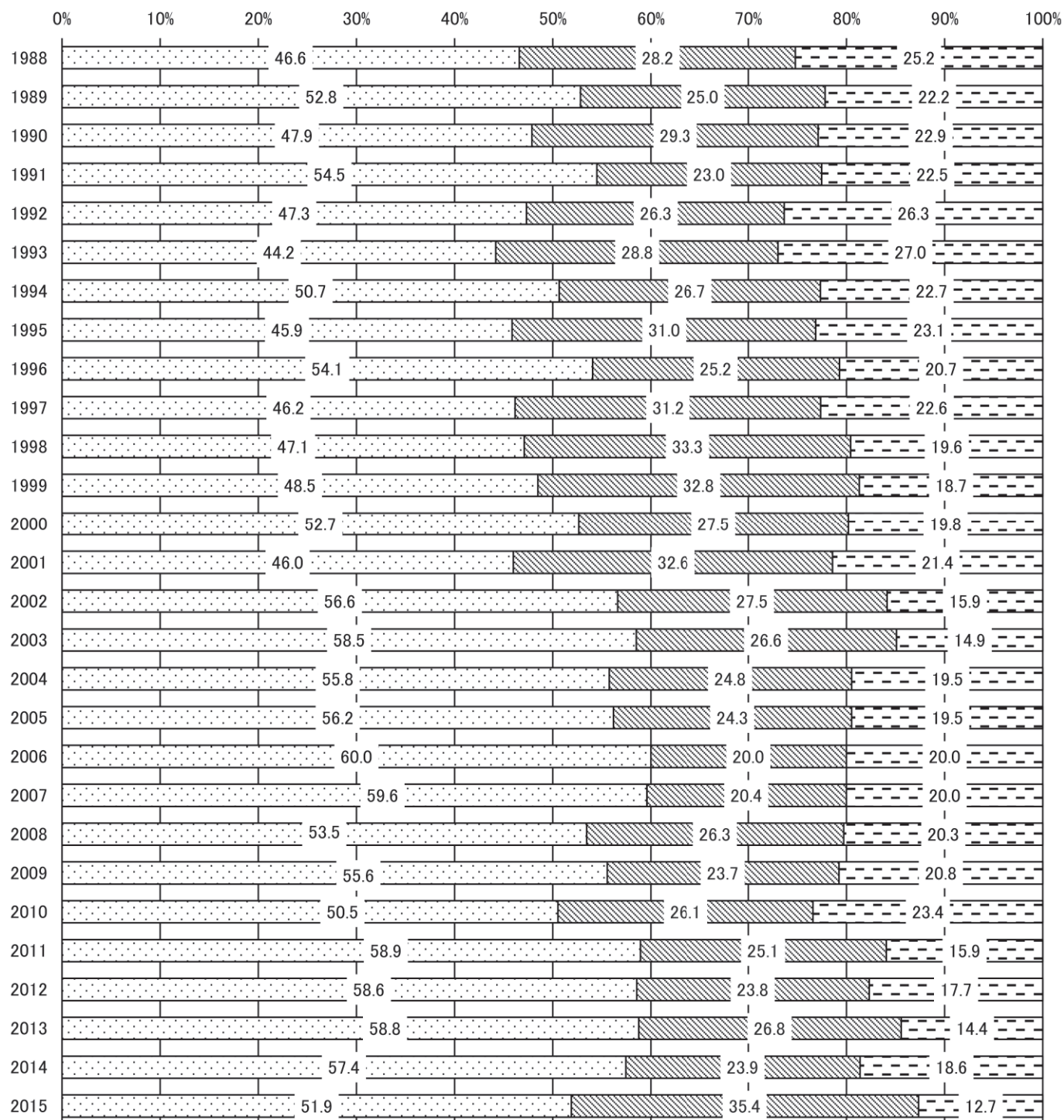


(年度生まれ)

医療機関への受診割合は、近年にかけてほぼ横ばいとなっている。

## おやつをどのように与えているか

□時間を決めて □欲しがる時 □特に気をつけていない



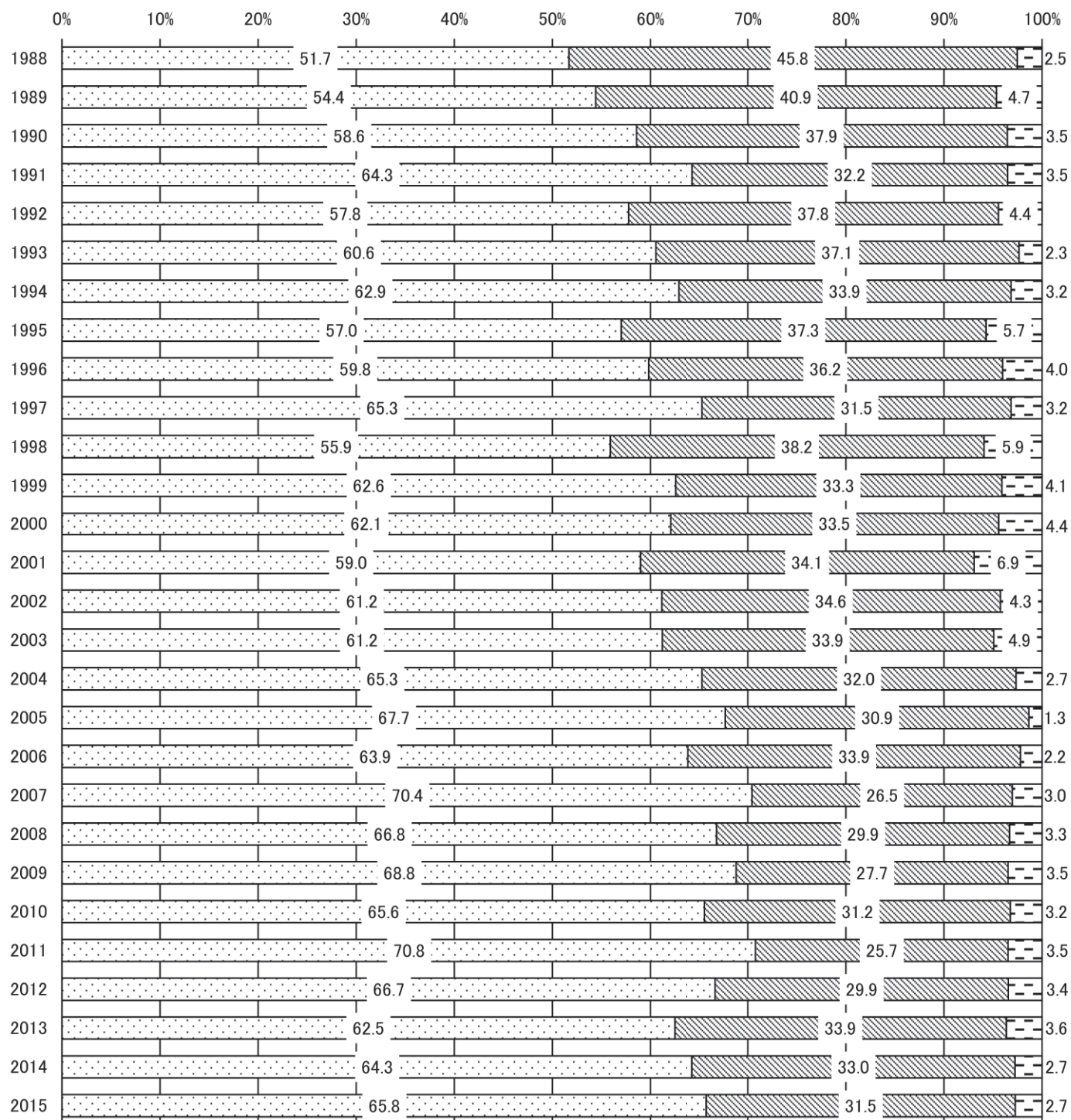
(年度生まれ)

時間を決めておかしを与える母親の割合は近年増加傾向にあり、特に気をつけていない母親の割合は減少傾向にある。



## 父親は子どもとよく接しているか

□よく遊ぶ   □普通   □あまりかまわない

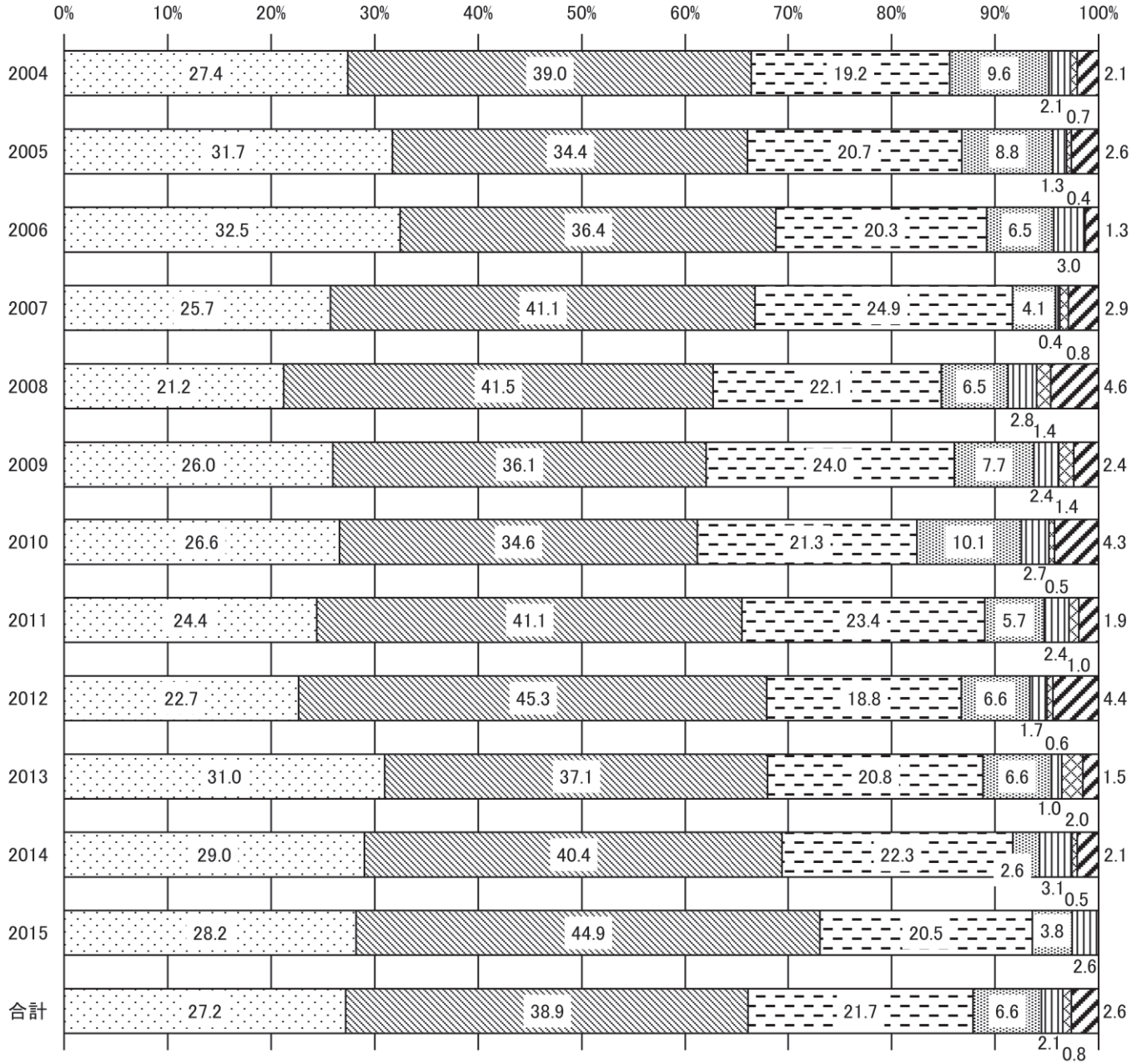


(年度生まれ)

子どもと良く接する夫の割合は近年増加傾向にあるが、子どもにあまりかまわない夫の割合はほぼ横ばいとなっている。

# 1日のTV視聴時間

□1時間以下 □1～2時間 □2～3時間 □3～4時間 □4～5時間 □5時間以上 □見ない



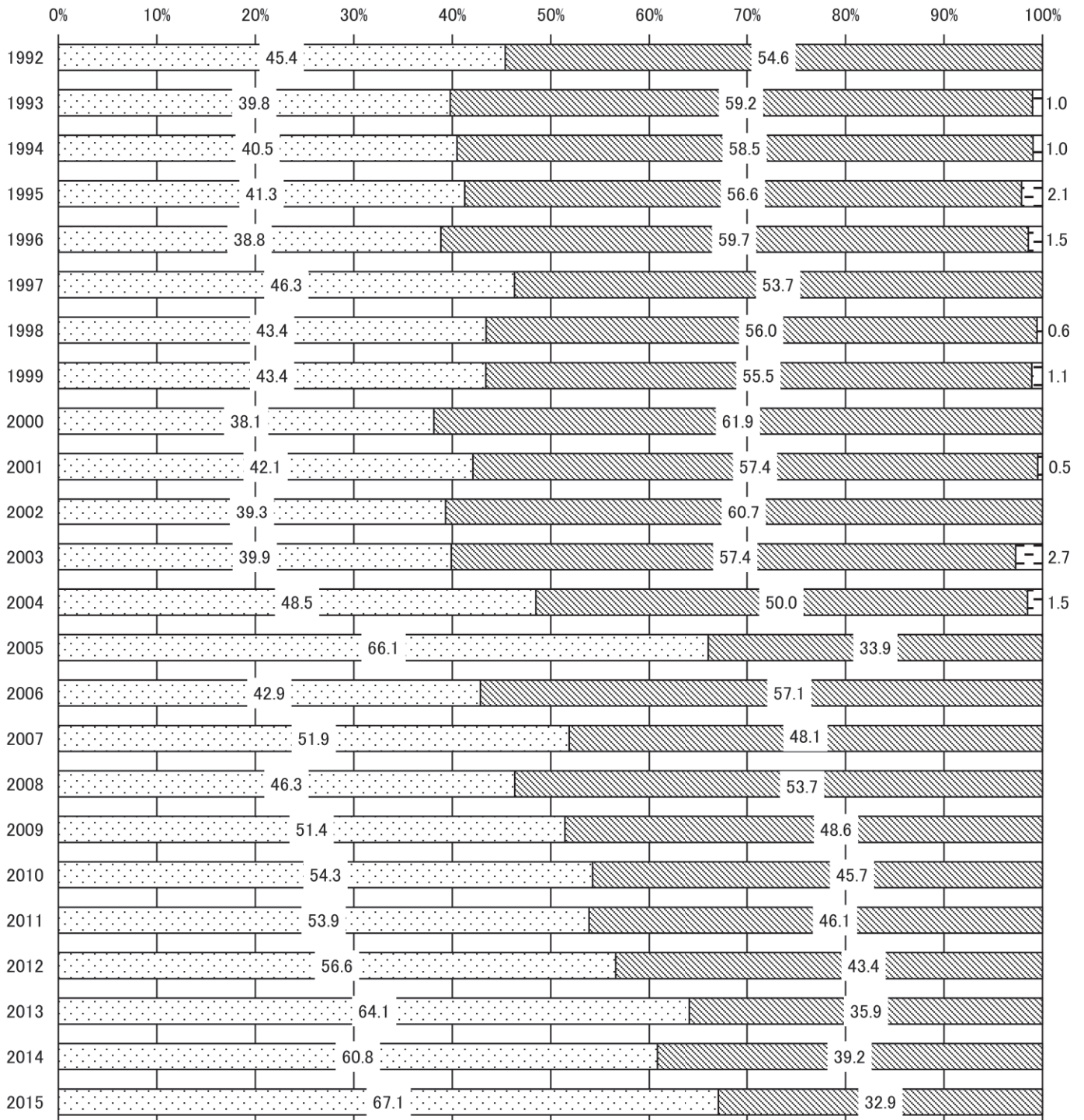
(年度生まれ)

児がテレビや動画を見る時間は2012年にかけて全体的にやや増加傾向にあったが、近年は再び減少傾向にある。

## 母親の就業状況

□勤めている □勤めていない □その他

※勤めている:自営業・常勤・パート 勤めていない:専業主婦・学生



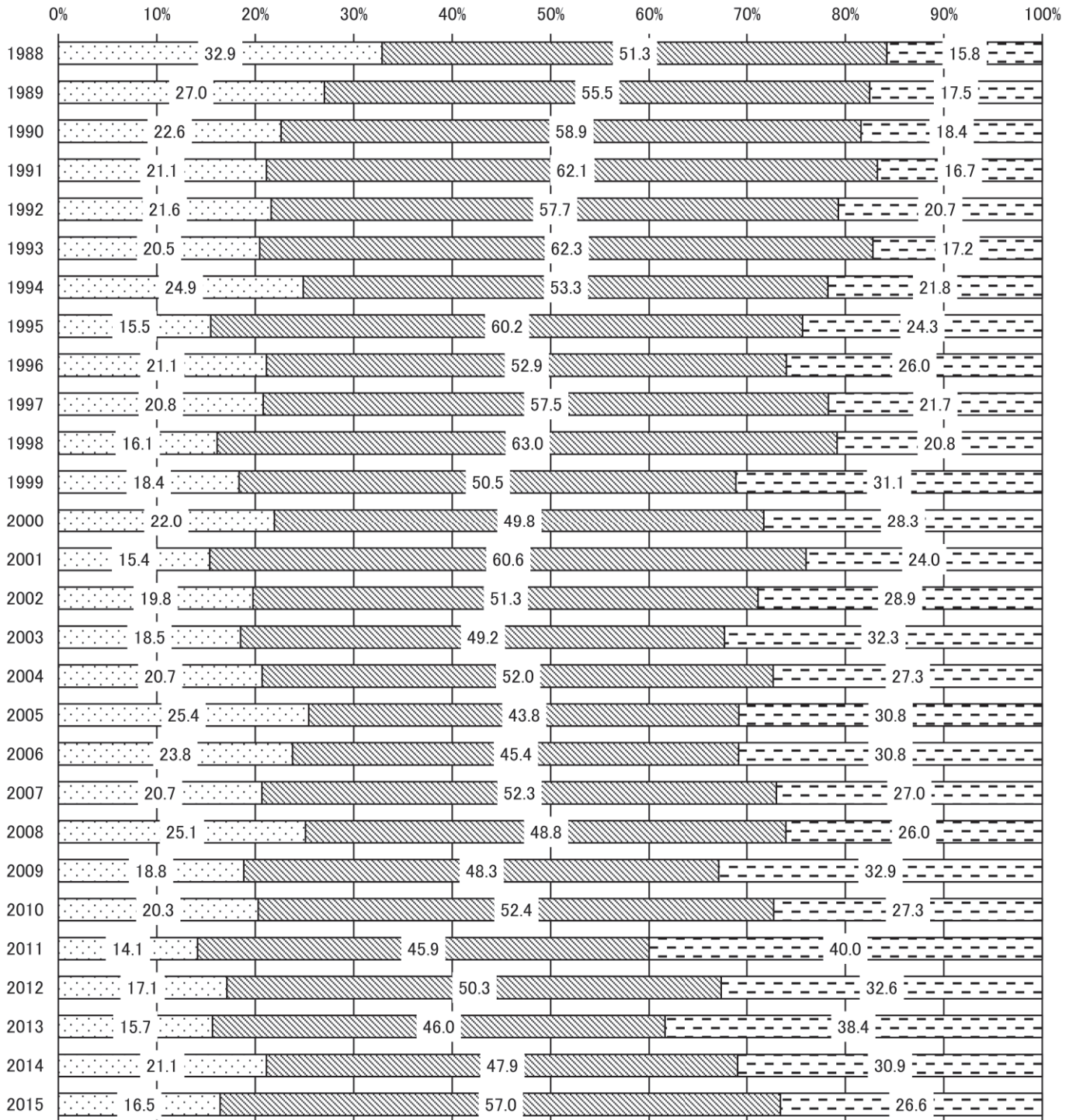
(年度生まれ)

2006年以降は質問紙から「その他」の選択肢は削除されている。

母親の就労は近年にかけて明らかな増加傾向にある。

## パンの摂取状況

□ほとんどとらない   ▨週3回位   ▩ほとんど毎日

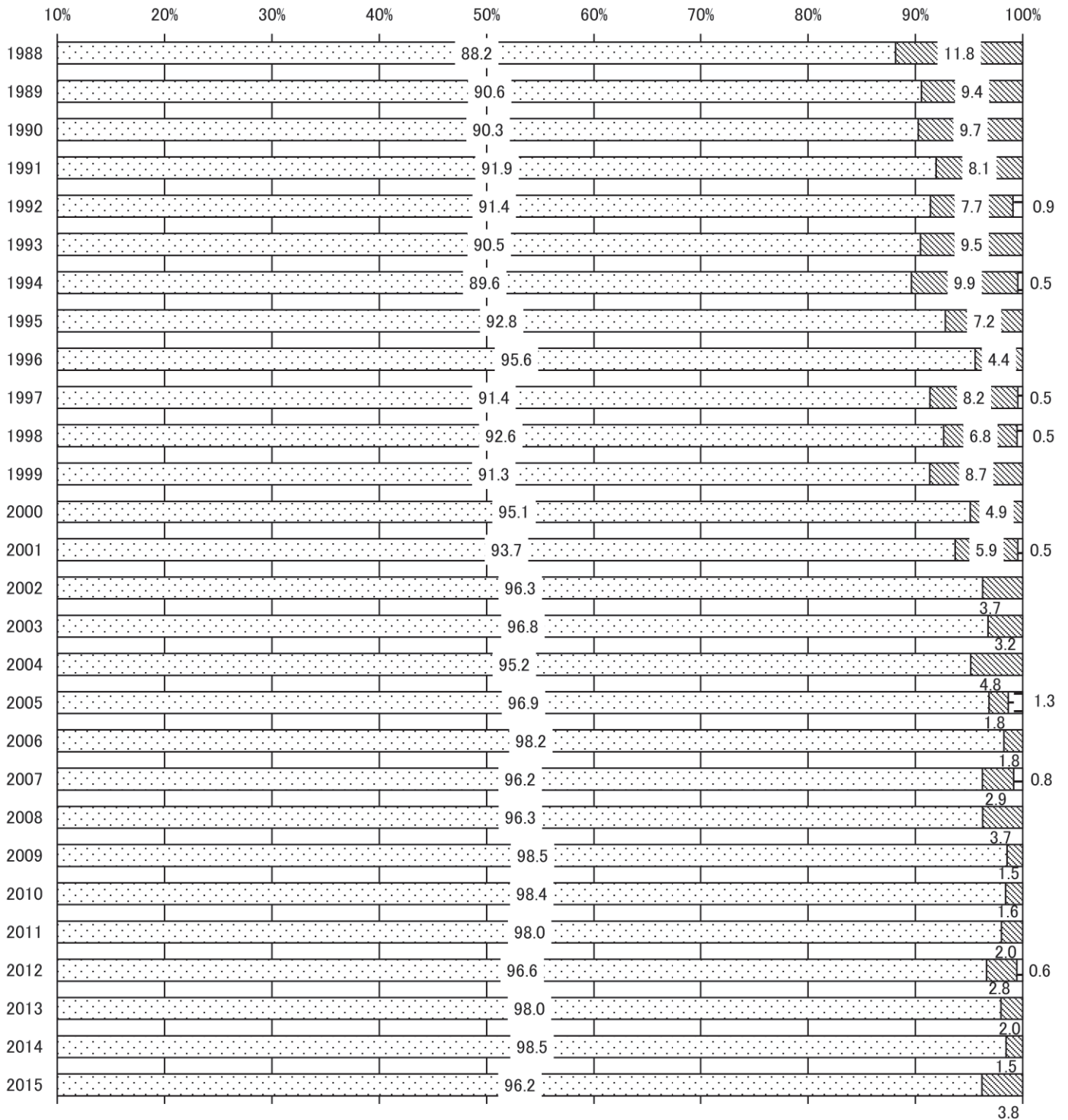


(年度生まれ)

ほとんど毎日パンを食べている児の割合は近年増加傾向にあり、パンをほとんどとらない児の割合は減少傾向にある。

# インスタントラーメンの摂取状況

□ほとんどとらない   ▨ 週3回位   □ほとんど毎日

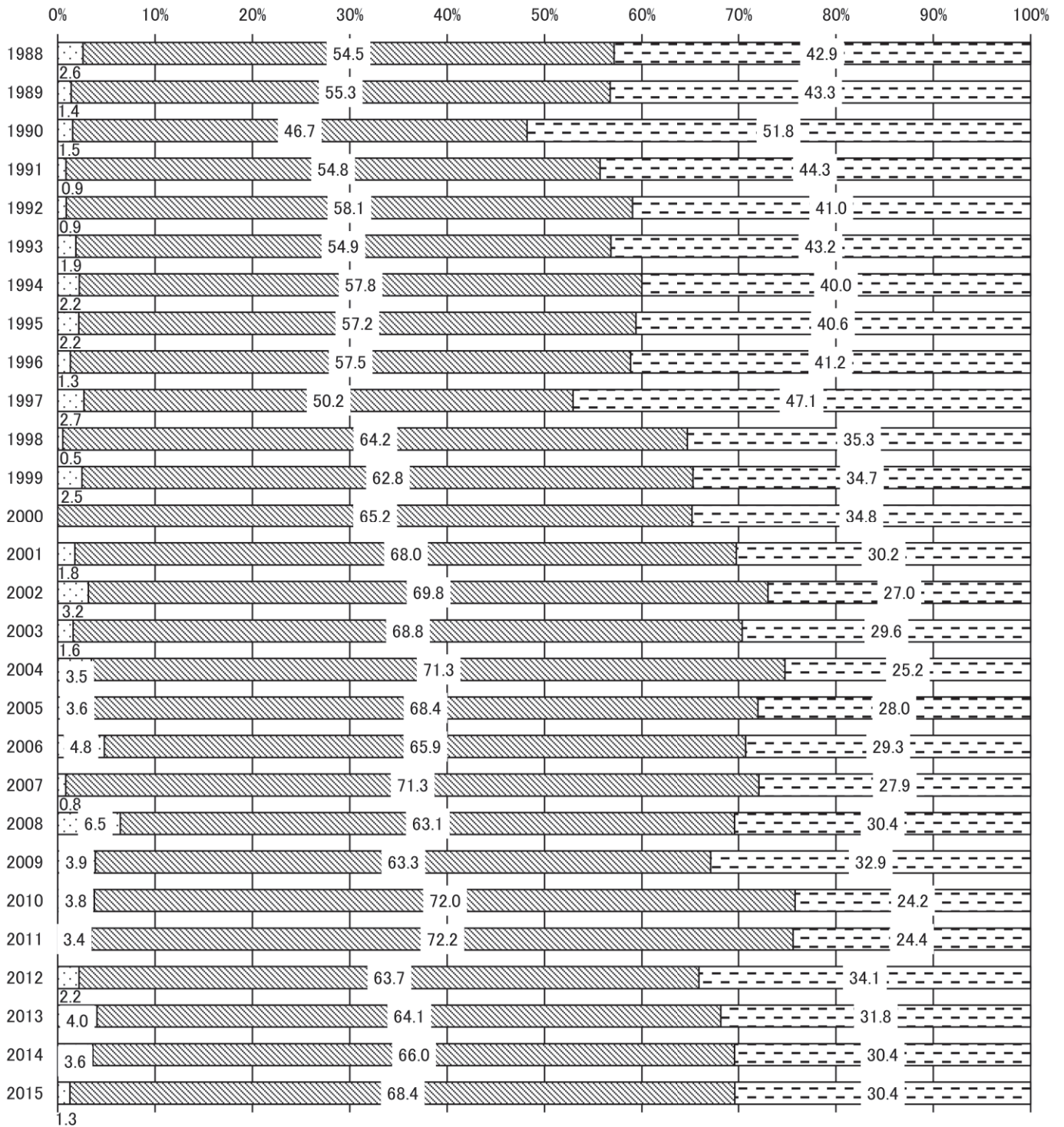


(年度生まれ)

インスタントラーメンをほとんどとらない児の割合は近年増加傾向にある。

# 魚の摂取状況

□ほとんどとらない   ▨週3回位   □ほとんど毎日

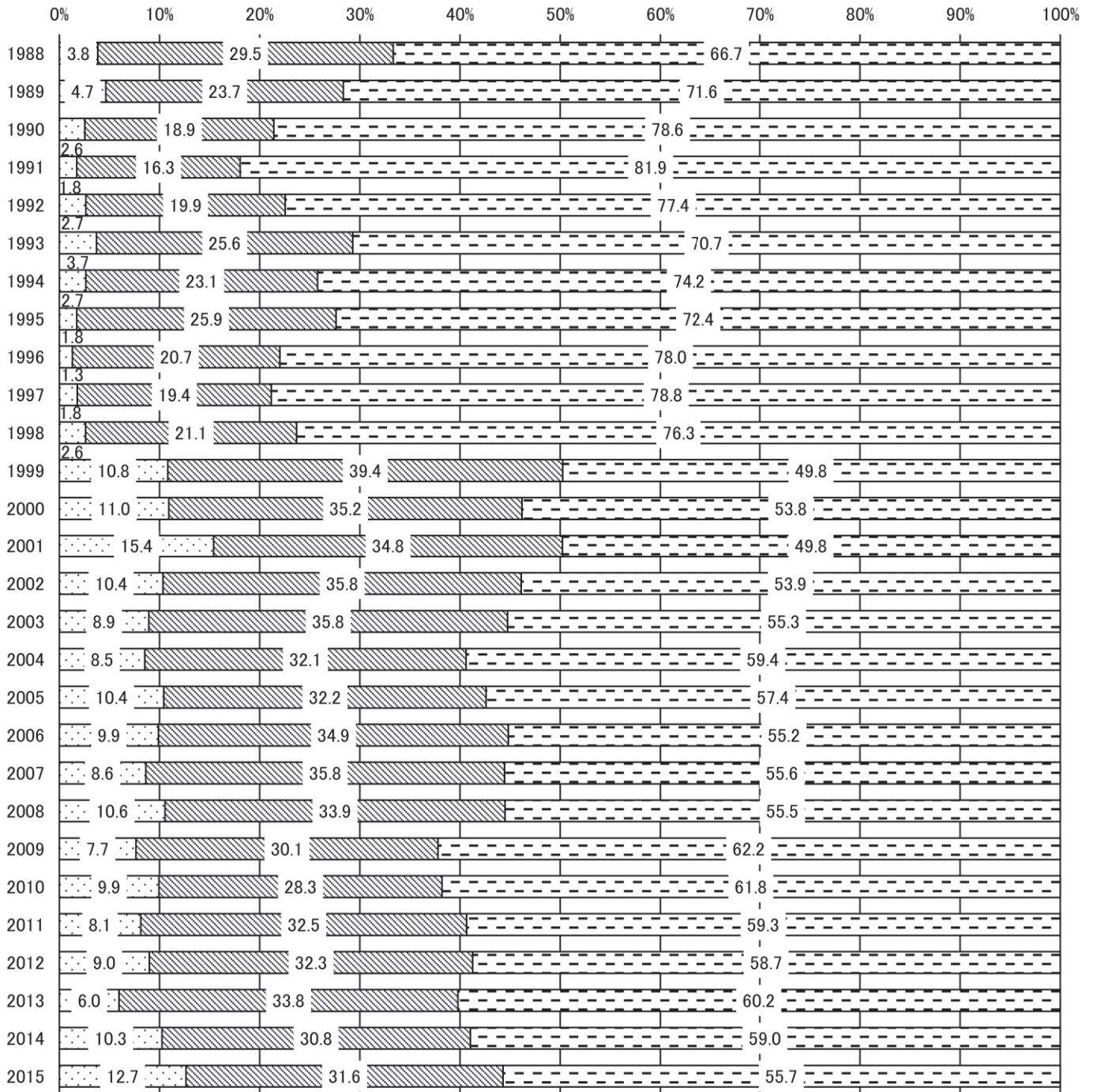


(年度生まれ)

魚をほとんど毎日食べる児の割合は近年にかけて減少しており、週3回位食べる児の割合は増加している。

## 野菜の摂取状況

□ほとんどとらない   ■週3回位   ▨ほとんど毎日

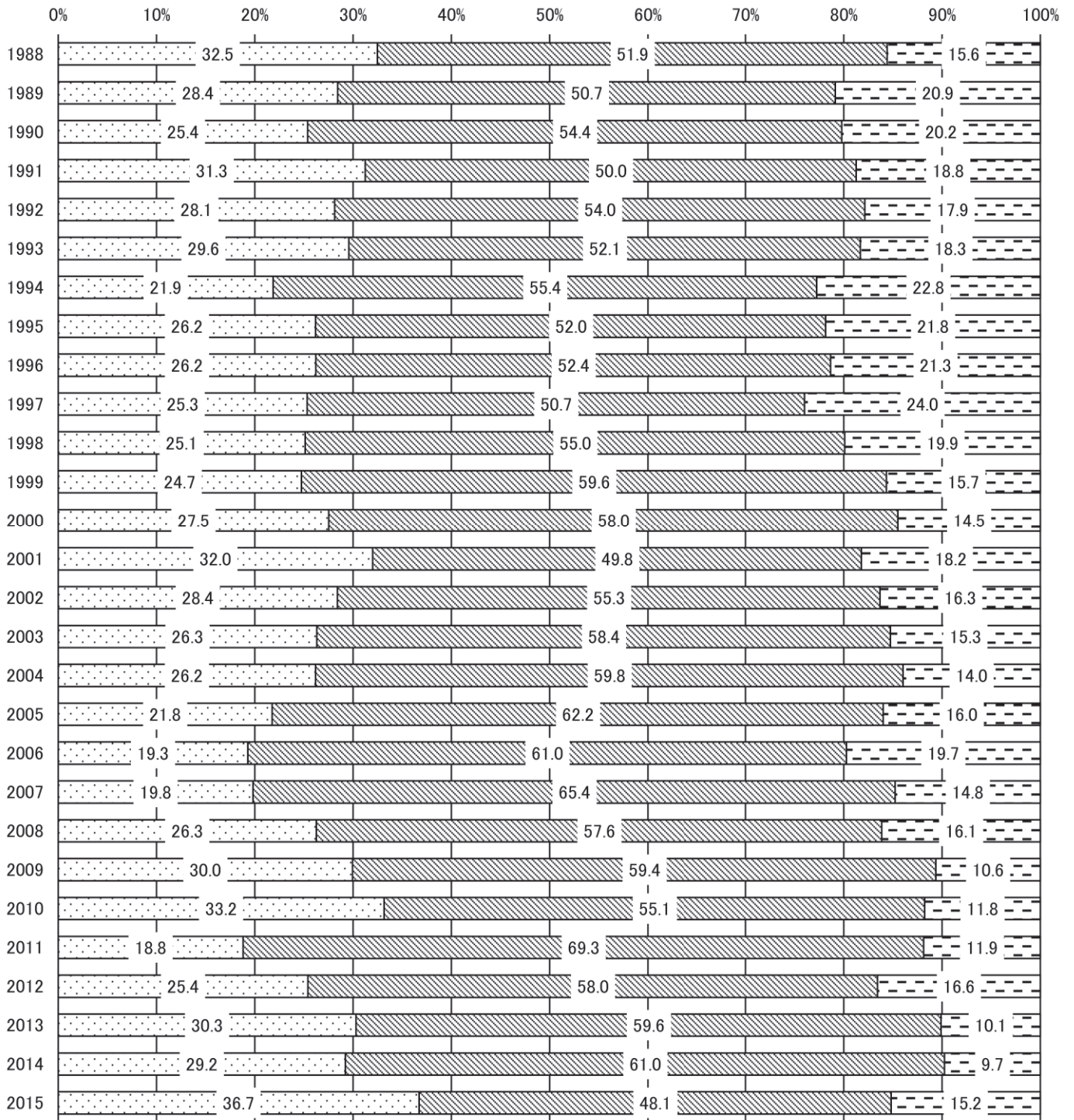


(年度生まれ)

1999年から、質問紙では野菜を緑黄色野菜と淡色野菜の2種類に分けて調査が実施されている。1999年からは、「緑黄色野菜をほとんどとらない」または「淡色野菜をほとんどとらない」のいずれかを回答した方を「ほとんどとらない」群に設定し、「緑黄色野菜をほとんど毎日とる」「淡色野菜をほとんど毎日とる」のいずれかを回答した方を「ほとんど毎日」群に設定した。それ以外の回答をされた方を「週3回位」群に設定している。全体を通して、野菜をほとんど毎日とる児の割合は近年やや増加傾向にある。

# 甘いお菓子の摂取状況

□ほとんどとらない   ▨ 週3回位   ▩ ほとんど毎日



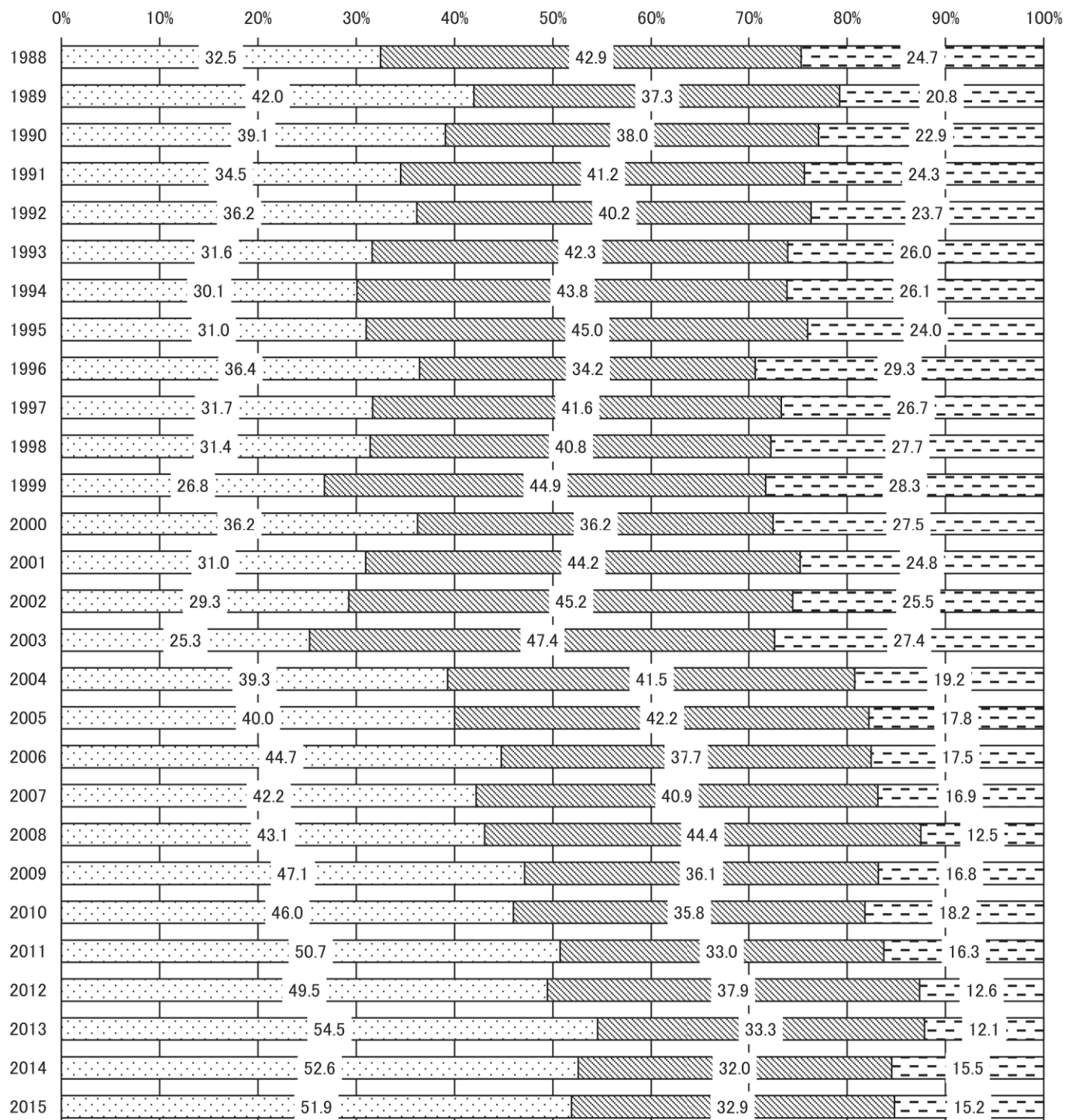
(年度生まれ)

甘いお菓子をほとんどとらない児の割合は近年増加傾向にある。



## ジュースの摂取状況

□ほとんどとらない   ▨ 週3回位   ▩ ほとんど毎日

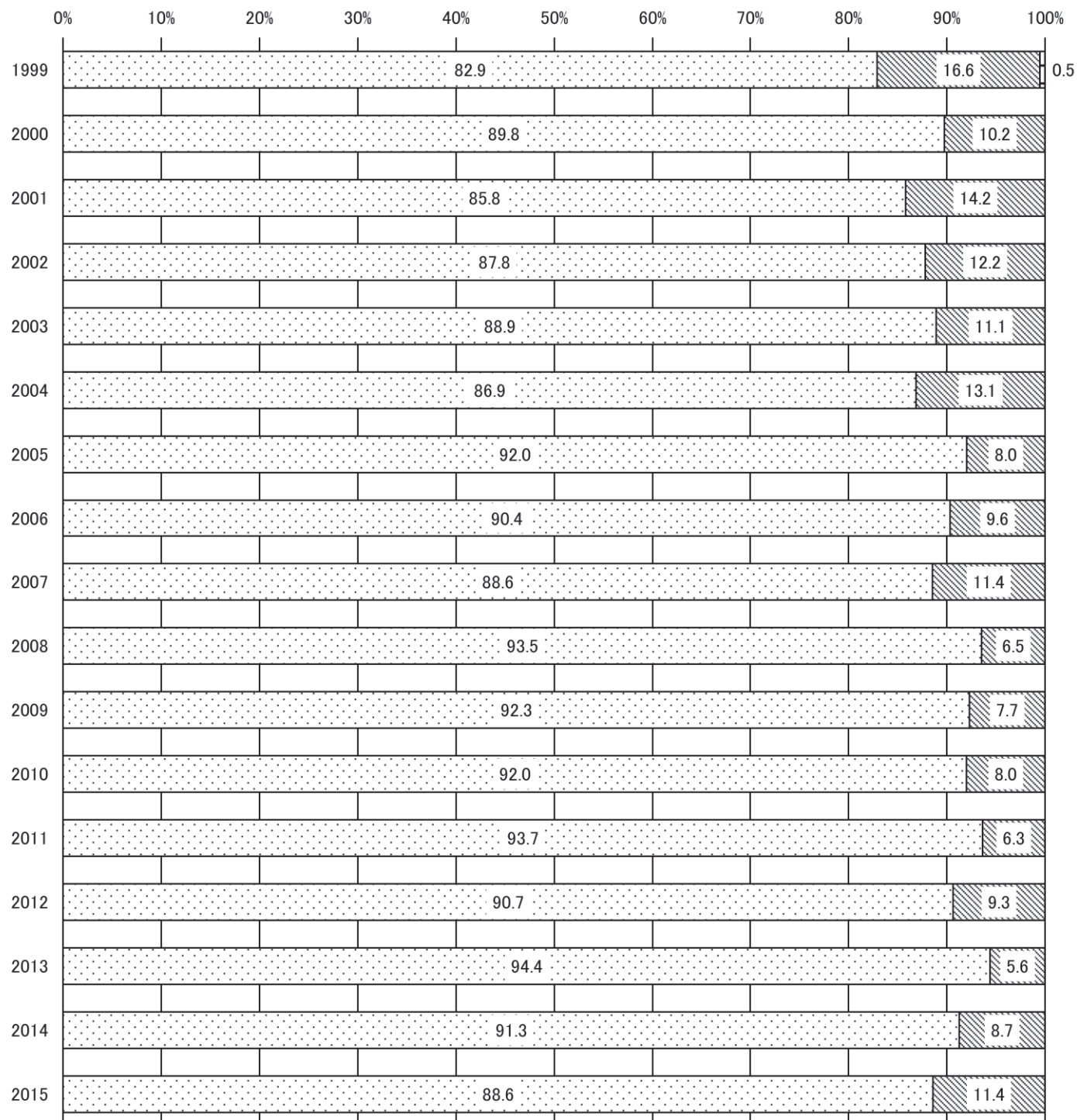


(年度生まれ)

ジュースをほとんどとらない児の割合は近年増加傾向にある。

## ファーストフードの摂取状況

□ほとんどとらない   ▨週3回位   □ほとんど毎日

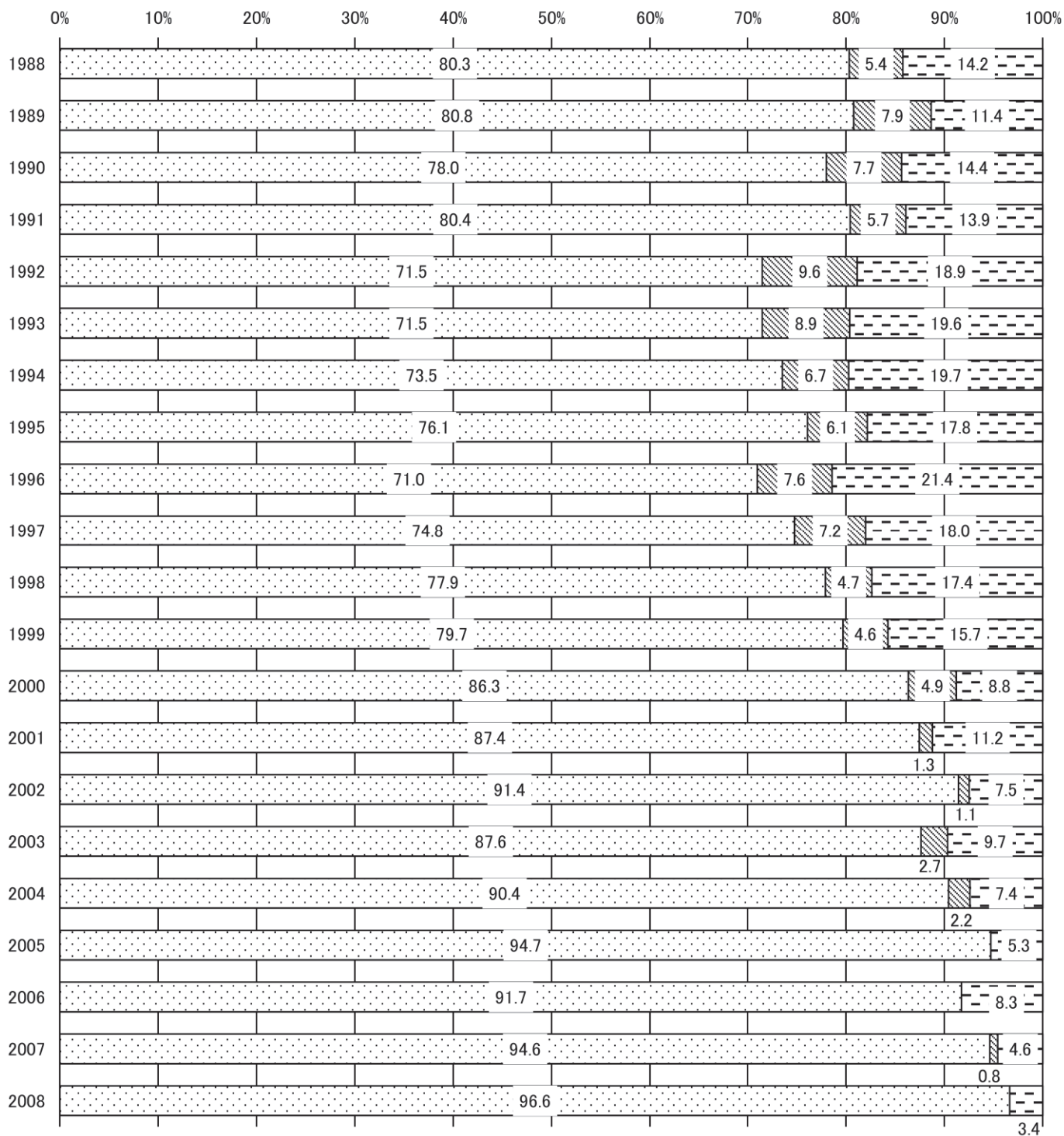


(年度生まれ)

ファーストフードをほとんどとらない児の割合は近年増加傾向にある。

## かかりつけの医者があるか

□はい   ■いいえ   ▨どちらとも言えない/わからない



(年度生まれ)

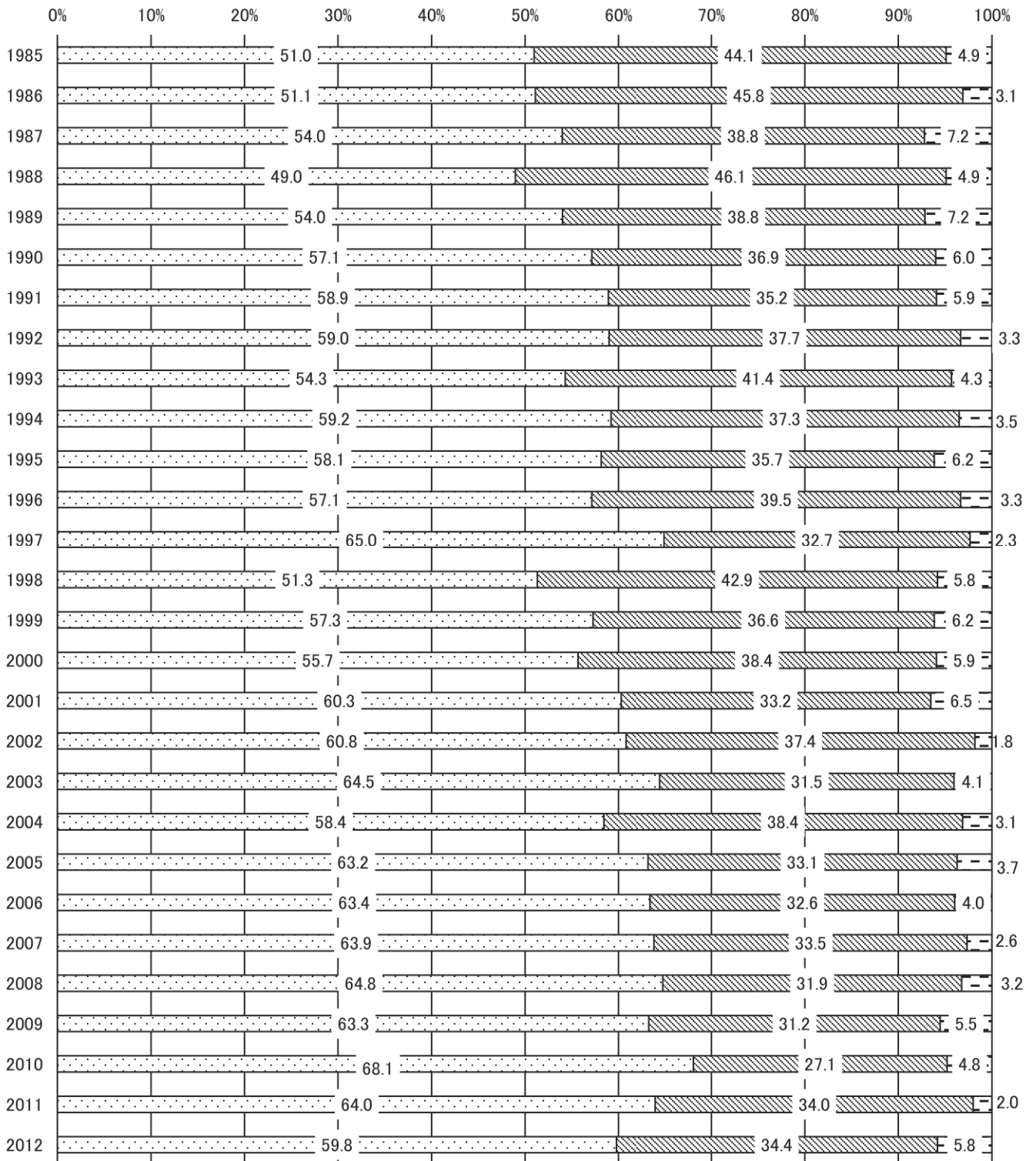
児にかかりつけ医があると答えた母親の割合は近年増加傾向にある。かかりつけ医がいるかどうかともいえない（あまり意識していない）母親の割合は近年減少している。

(3) 3歳児期



## 父親は子どもとよく接しているか

□よく遊ぶ   ▨普通   □あまりかまわない

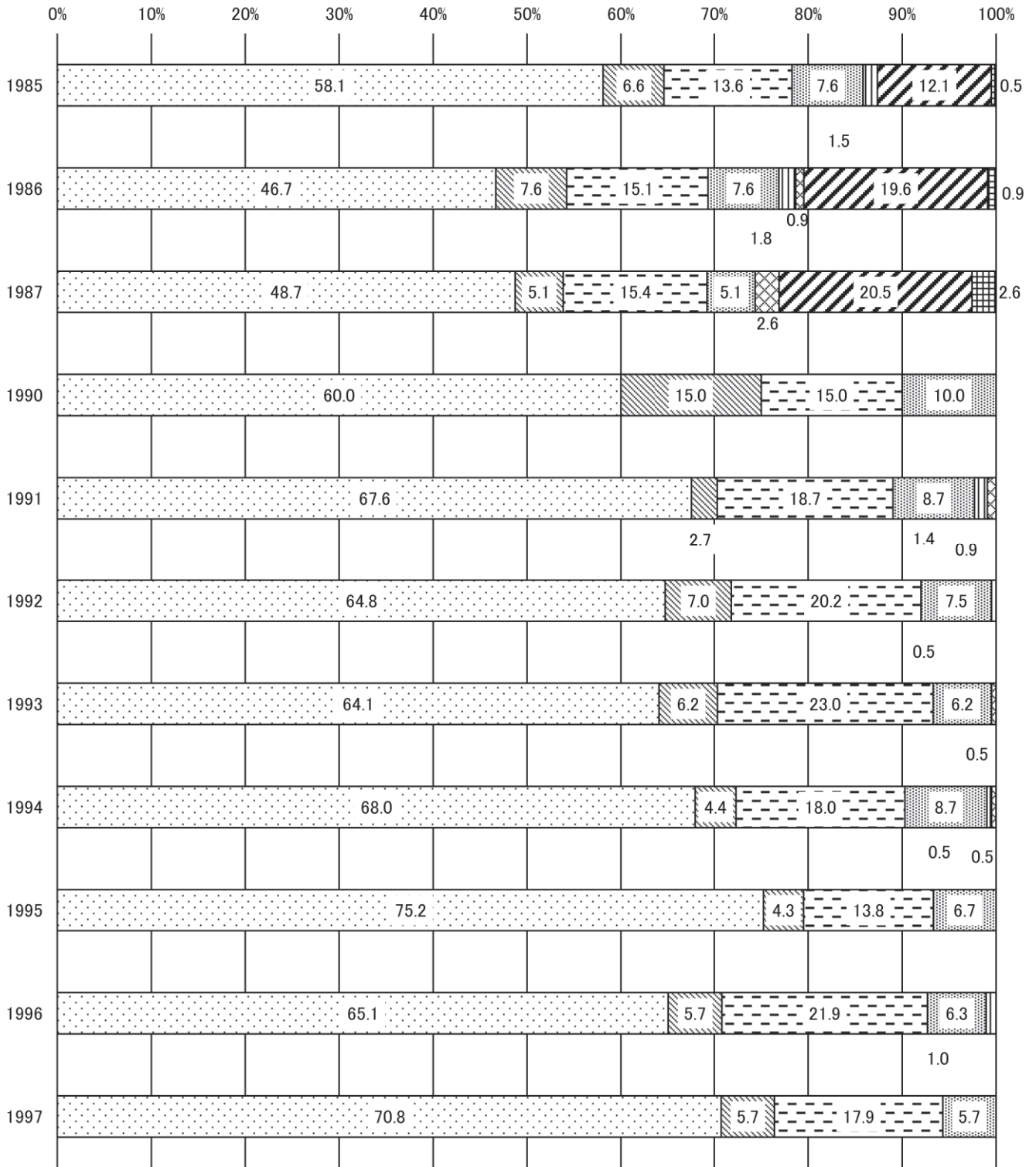


(年度生まれ)

子どもとよく遊ぶ父親の割合は、1980年代50%程度であったのが、2000年以降60%を超えるようになった。「イクメン」は増えてきているようである。

## 育児の相談相手

□夫   □義母   □実母   □きょうだい   □医師   □保健師   □友人・知人   □その他

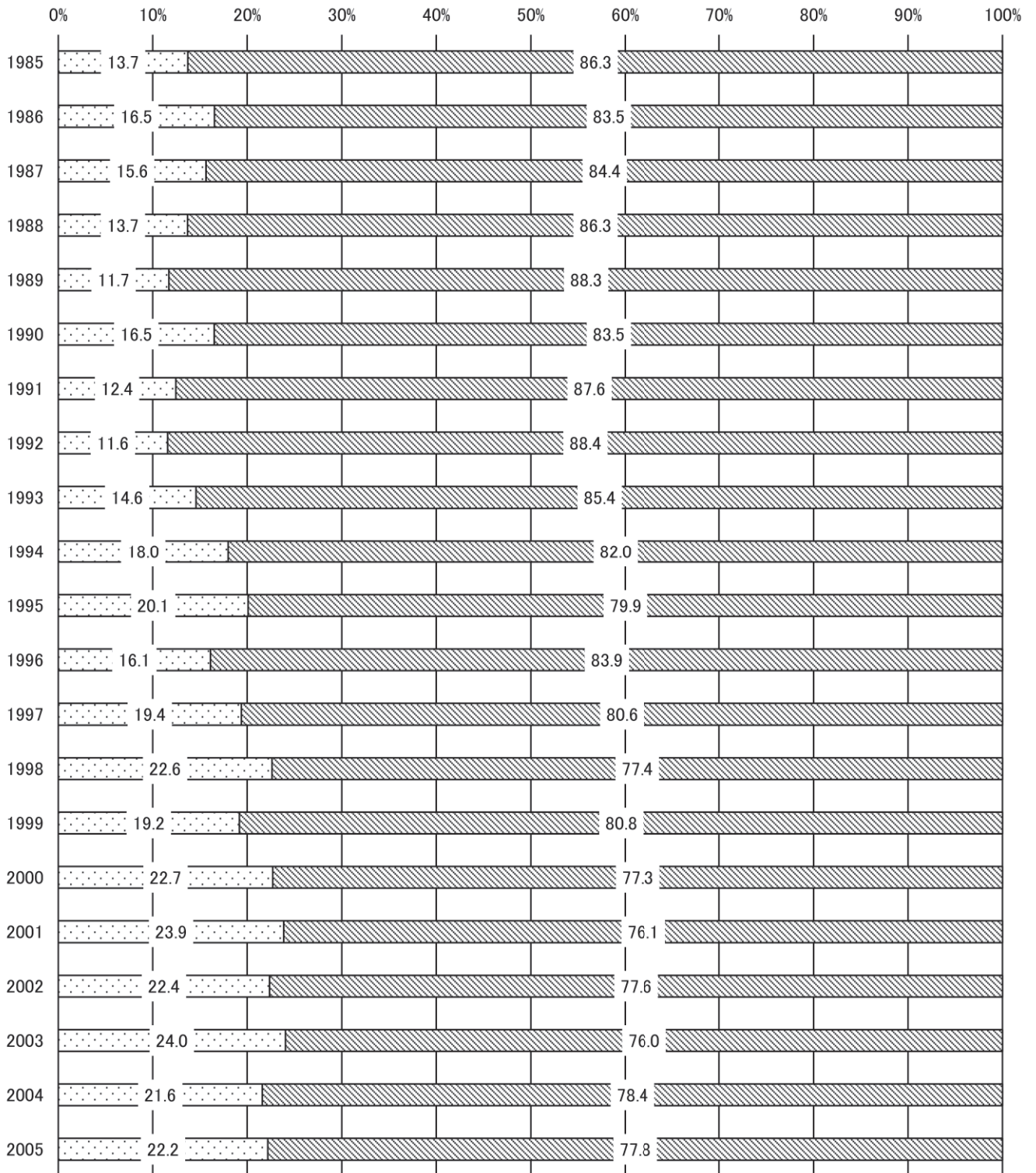


(年度生まれ)

育児相談相手は、夫の割合が最も高く、次いで実母が常に高い。1980年代に比べると1990年代で夫の割合が高くなっており、夫の育児参加が増えてきていると考えられる。

## 事故・ケガの受診

□はい    ■いいえ

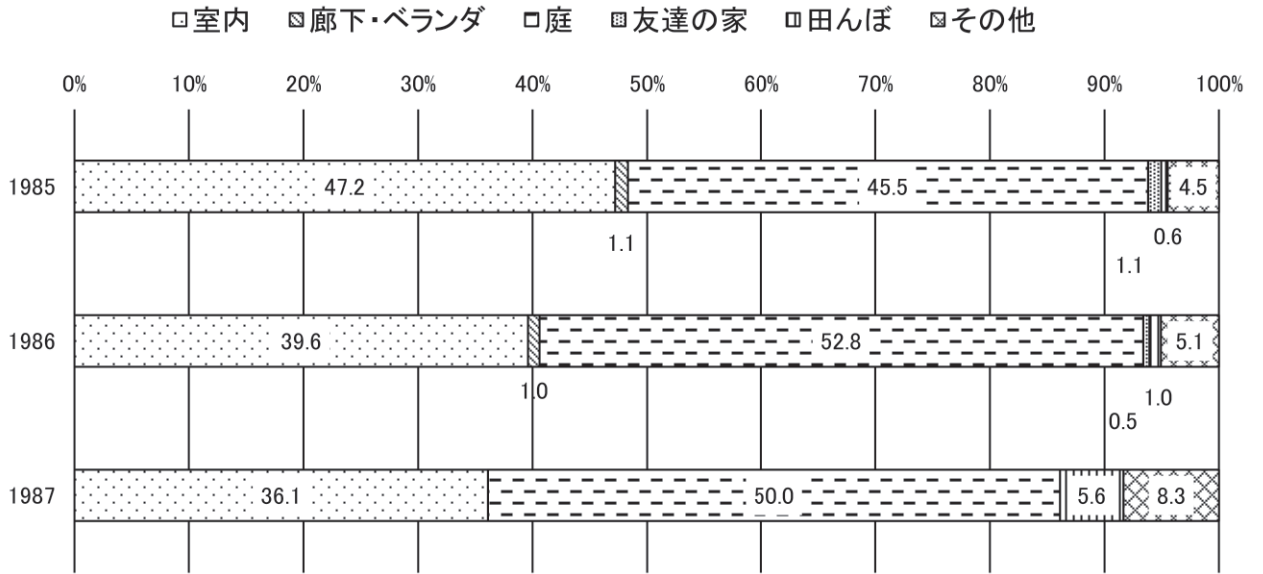


(年度生まれ)

1990年代までは事故・ケガの受診は15%前後であったが、2000年以降は20%を超えるようになった。事故・ケガが増加しているというよりも、受診させるようになったと考えられる。医療費助成などが影響している可能性がある。

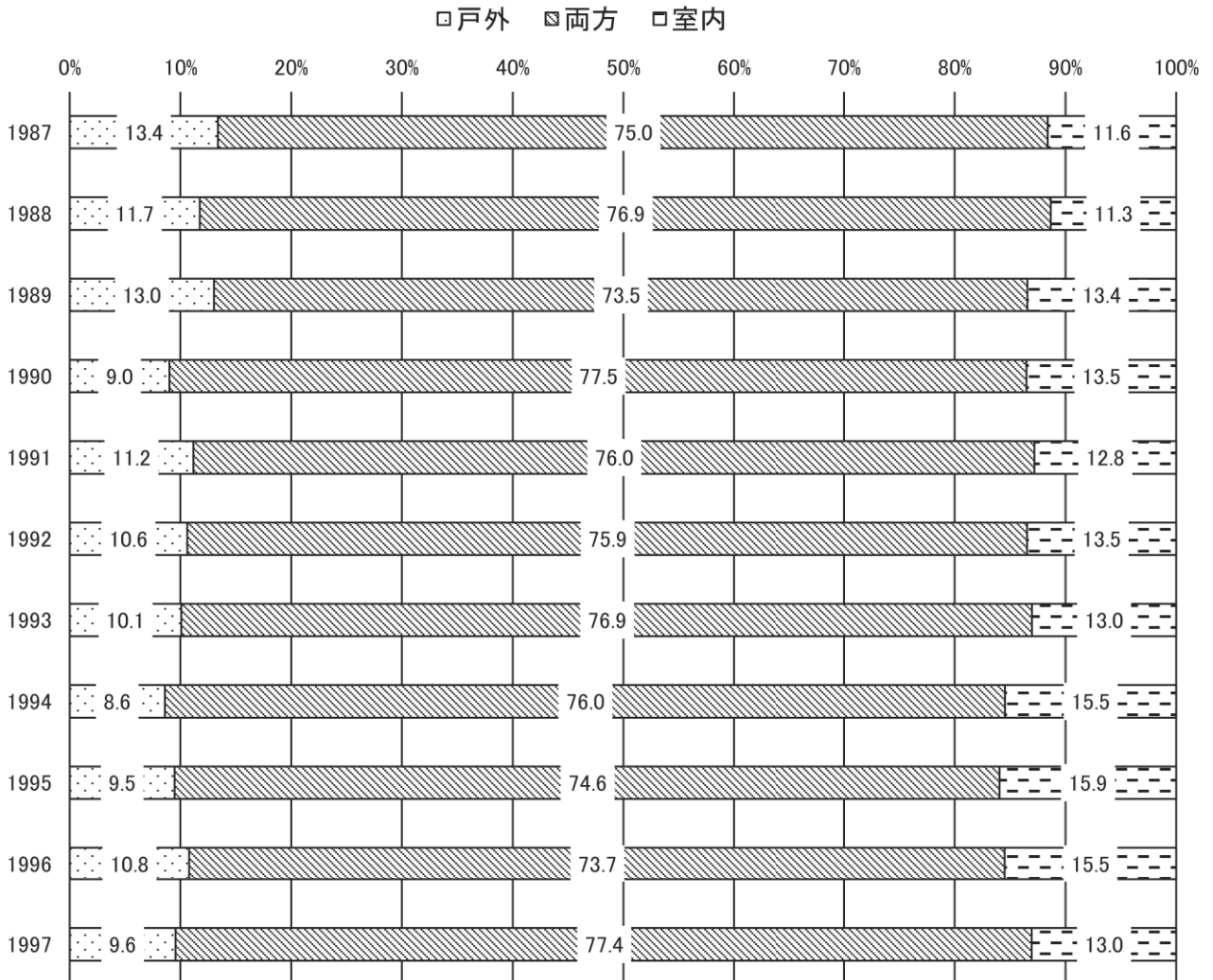


### 子どもの遊ぶ場所(1985～1987年度生まれまで)



(年度生まれ)

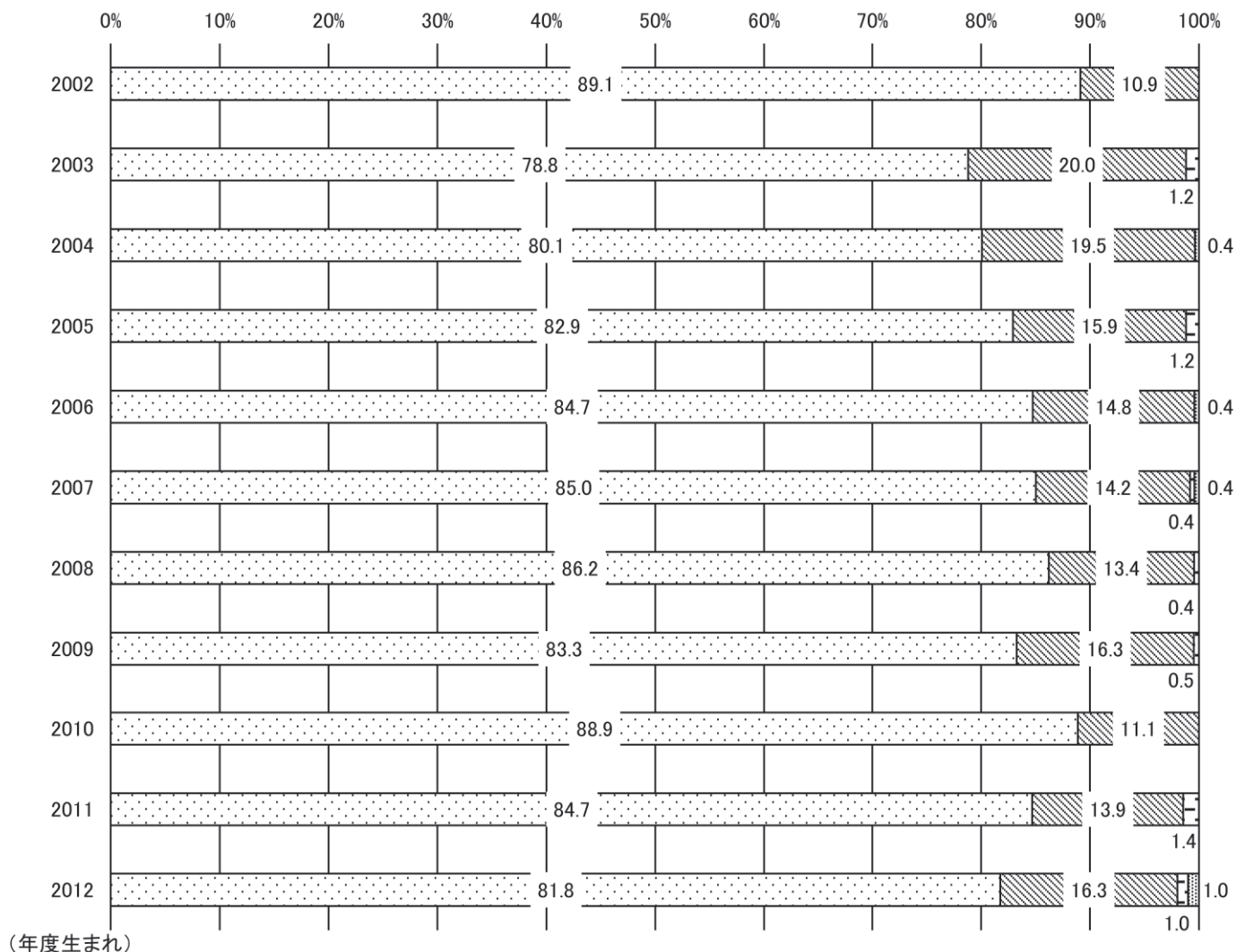
### 子どもの遊ぶ場所(1987～1997年度生まれまで)



(年度生まれ)

## 外遊び

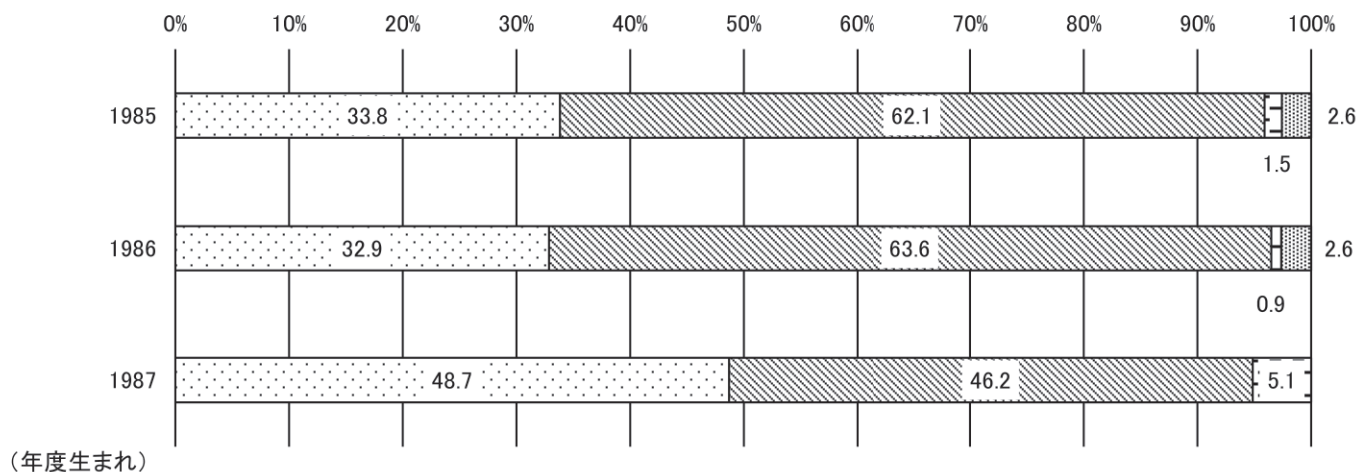
□よくある □ときどき □あまりない □ほとんどない



年代によって質問の仕方が異なっているため、全年代を通した傾向は言えないが、1987年からの10年間で室内の遊びをする児の割合が若干増加傾向にある。

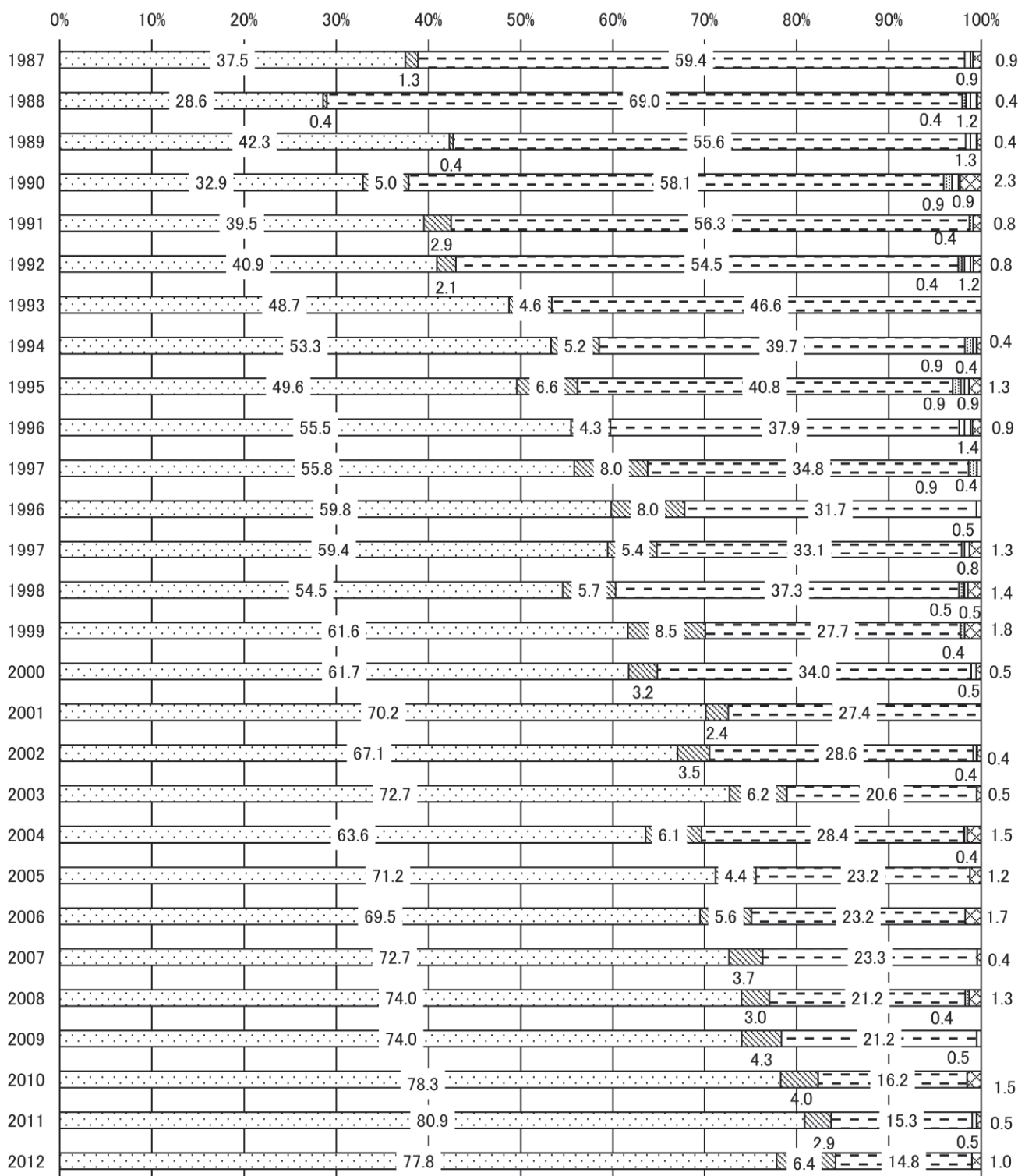
## 通園状況(1985～1987年度生まれまで)

□通園 □今後通園 □通園予定なし □分からない



## 通園状況(1987～2012年度生まれまで)

□ 保育園   ▨ 幼稚園   □ 今後通園   ▩ 通園予定なし   □ 分からない   ▩ その他



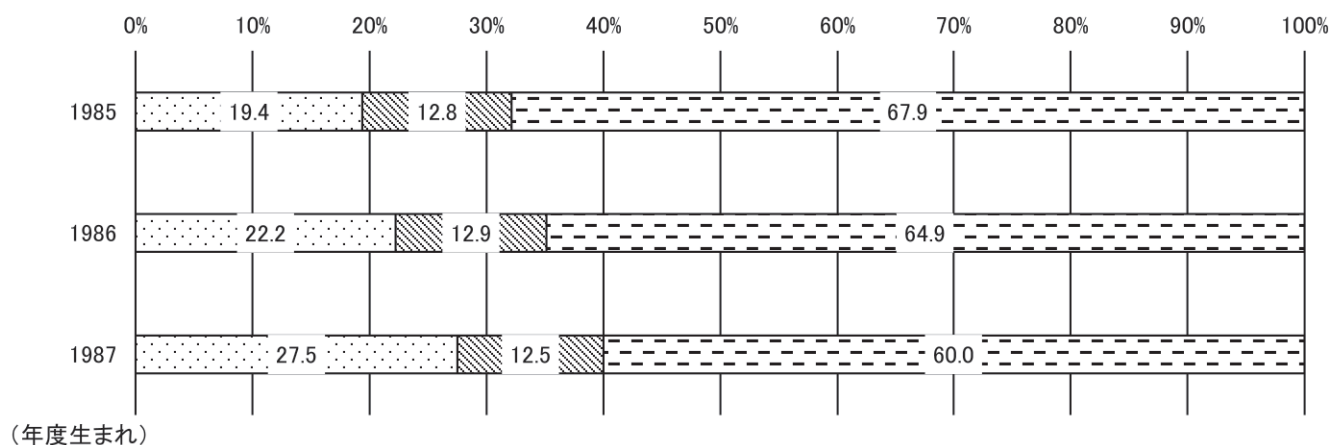
(年度生まれ)

1980年代40%未満だった通園率は年代とともに上昇し、2010年代には80%を超えた。

## 母親の就業状況(1985～1987年度生まれまで)

□常勤 □パート □勤めていない

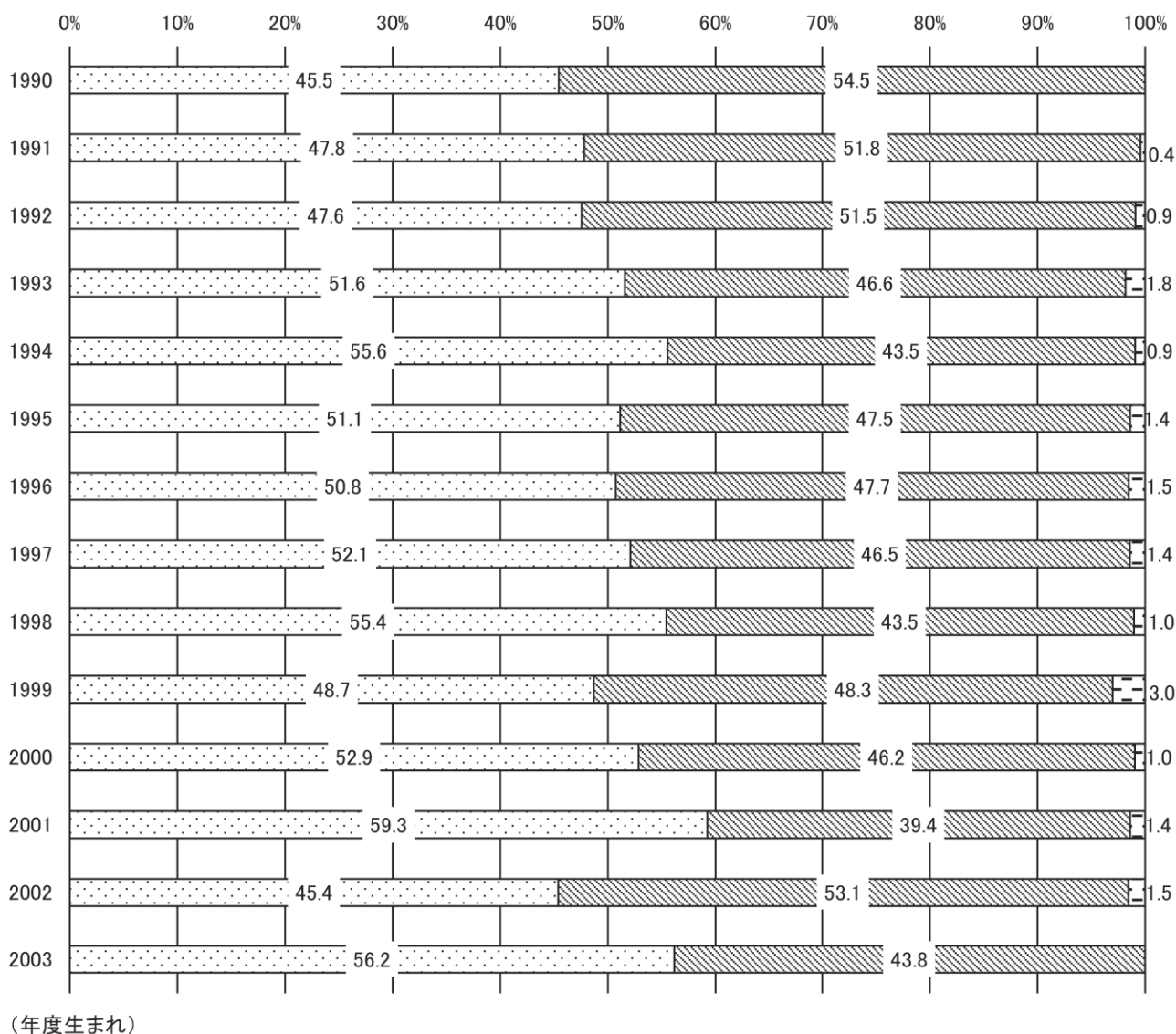
※常勤・パート:仕事をしている・休職中 勤めていない:専業主婦・学生



## 母親の就業状況(1990～2003年度生まれまで)

□勤めている □勤めていない □その他

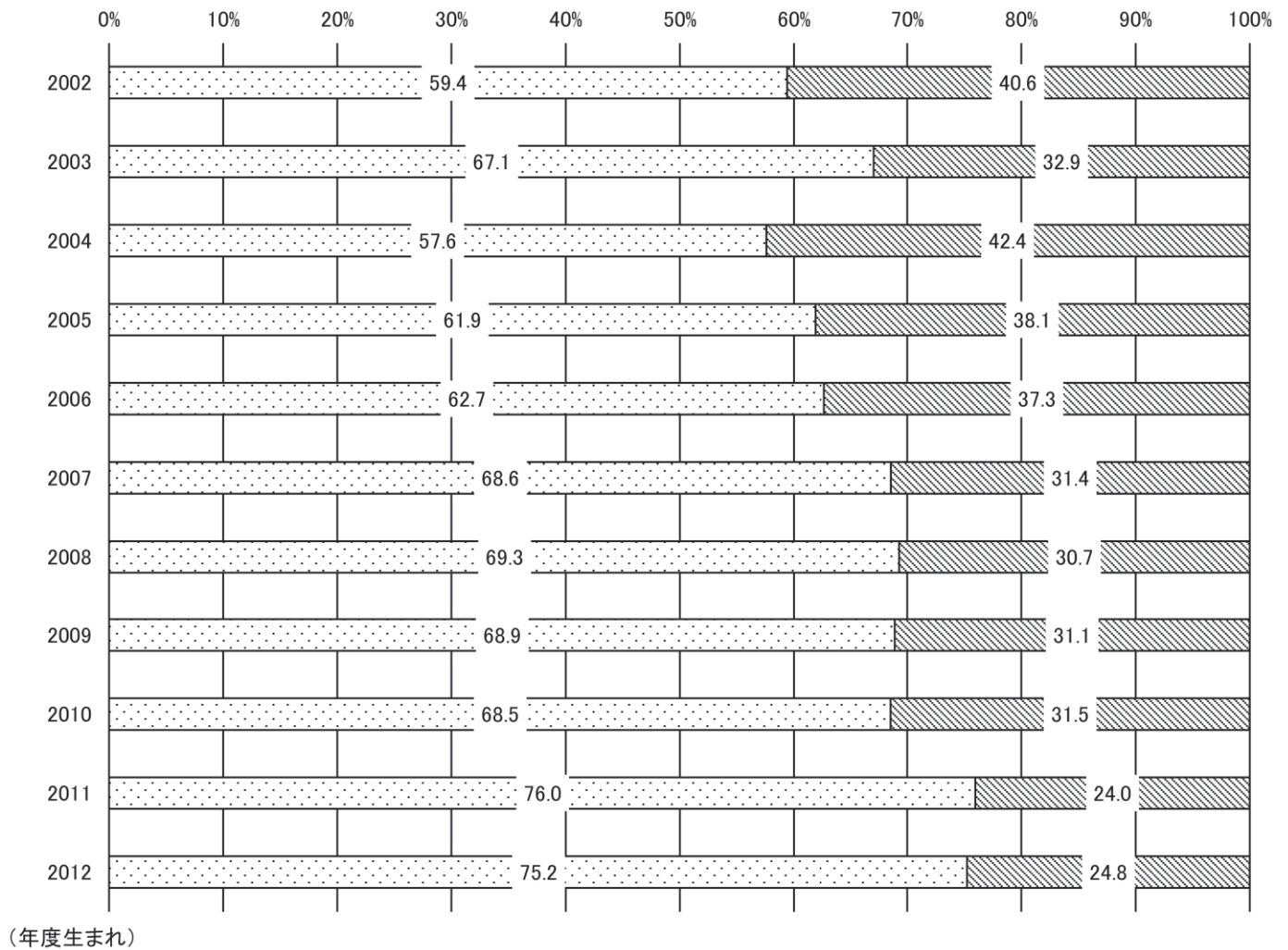
※勤めている:仕事をしている・休職中 勤めていない:専業主婦・学生



## 母親の就業状況(2002～2012年度生まれまで)

□ 勤めている    ▨ 勤めていない

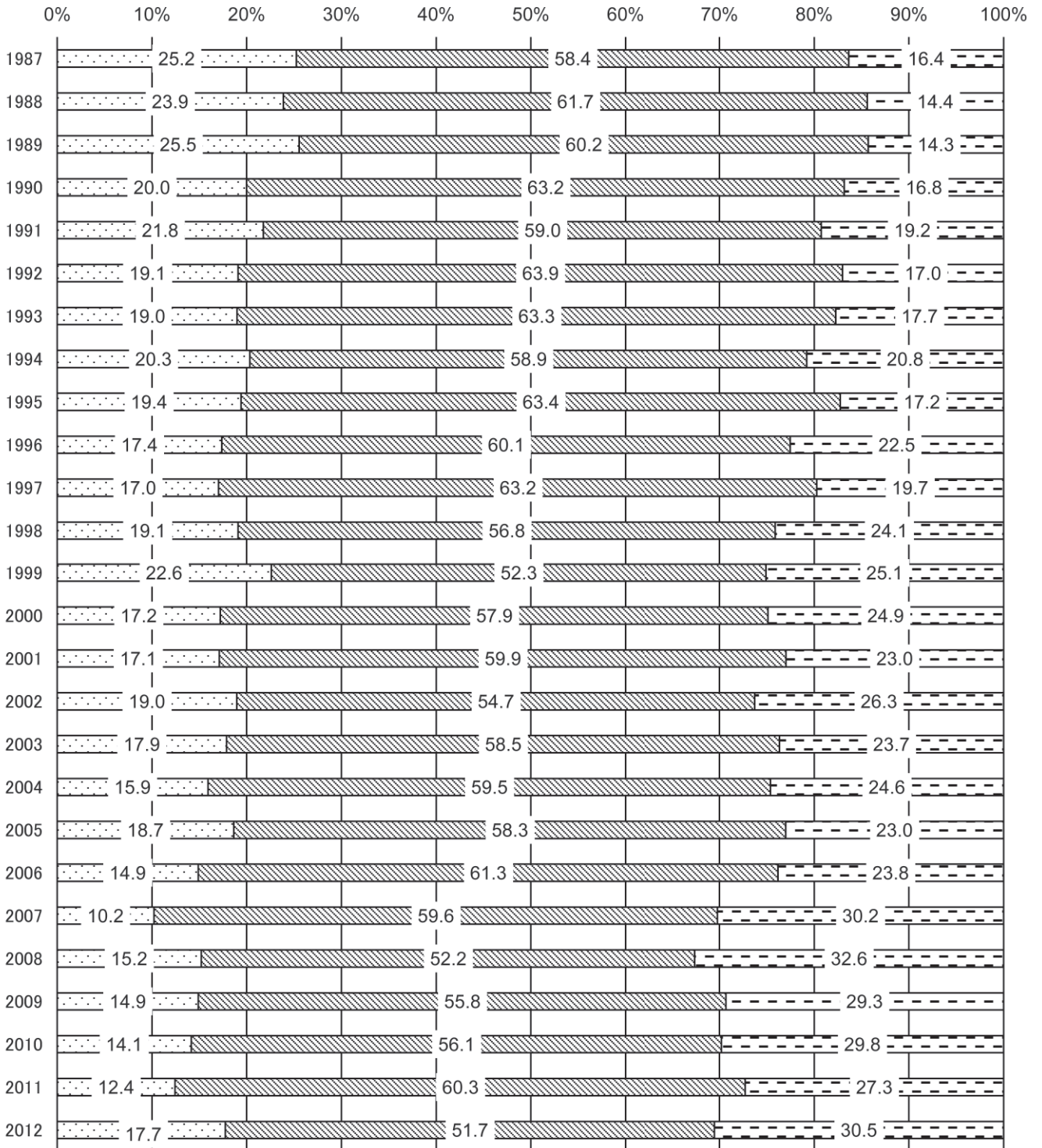
※ 勤めている: 仕事をしている・休職中    勤めていない: 専業主婦・学生



1980年代40%未満だった母の就業率は年代とともに上昇し、2010年代には75%を超えた。この傾向は児の通園率の上昇とほぼ一致している。

# パンの摂取状況

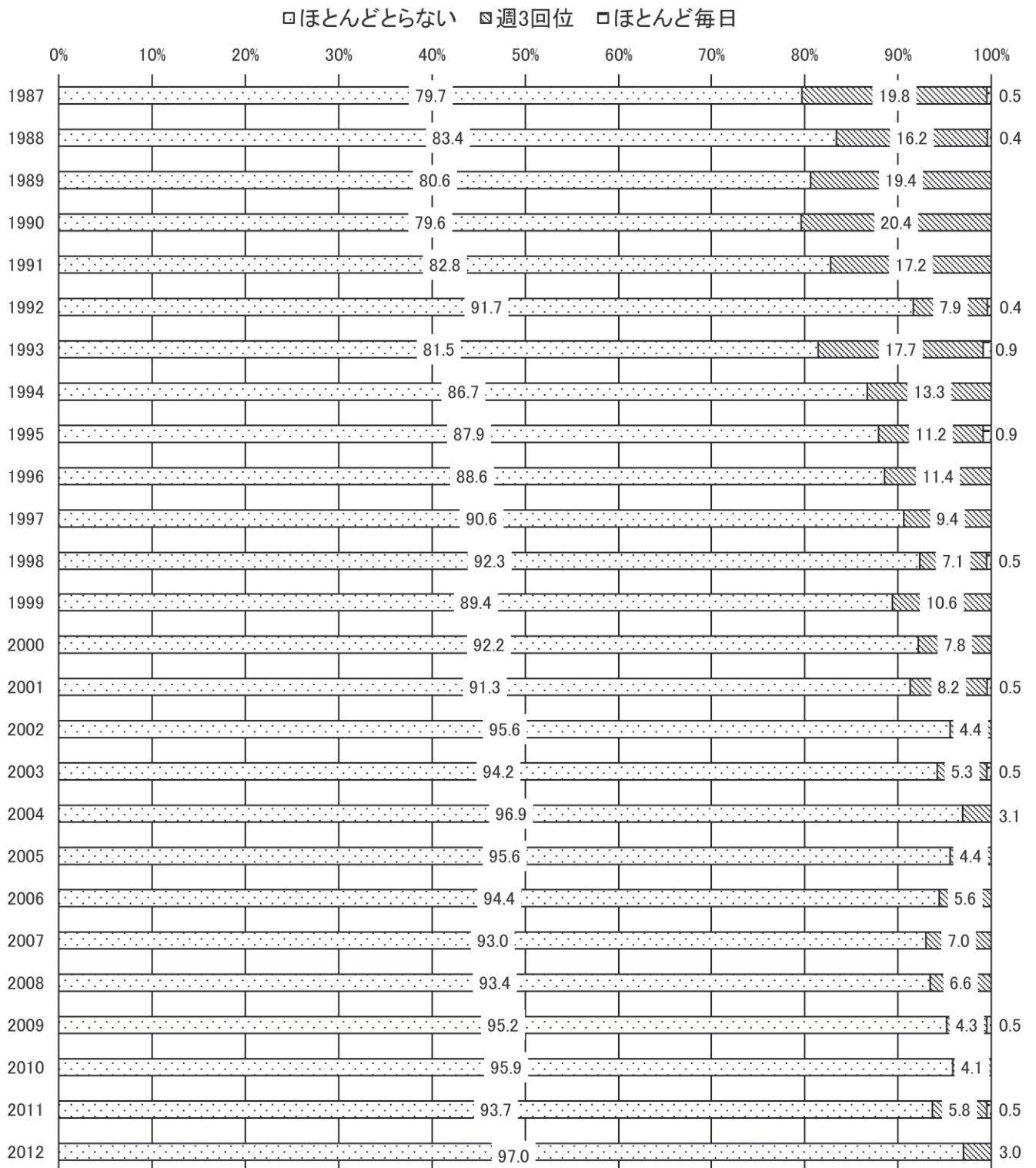
□ほとんどとらない □週3回位 □ほとんど毎日



(年度生まれ)

パンの摂取がほぼ毎日の割合は、1980年代15%前後だったが、その後上昇傾向を示し、2010年代には30%前後となった。

# インスタントラーメンの摂取状況

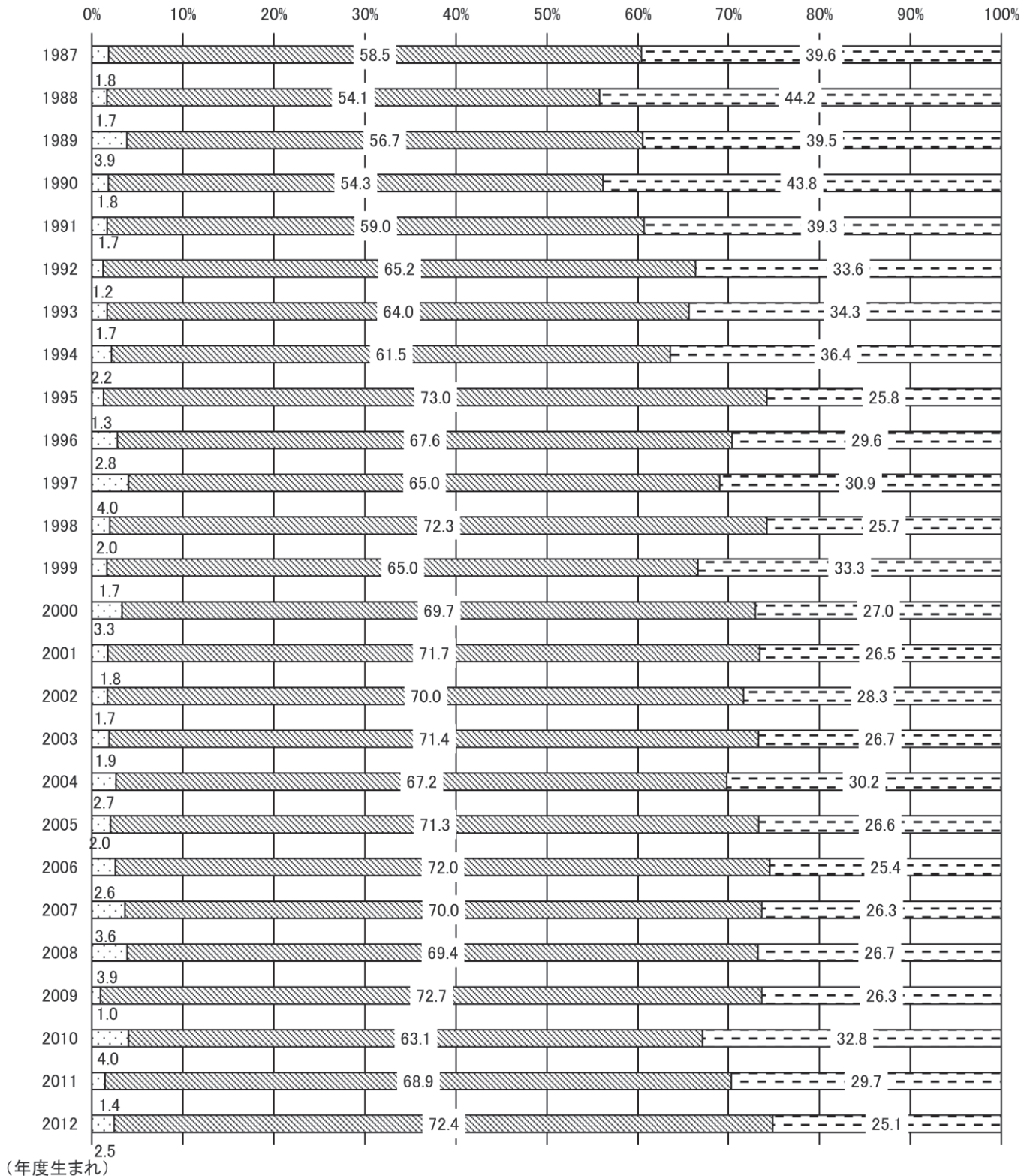


(年度生まれ)

インスタントラーメンの摂取は、ほとんどとらないの割合が経年的に上昇傾向にある。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

## 魚類の摂取状況

□ほとんどとらない   ▨週3回位   □ほとんど毎日

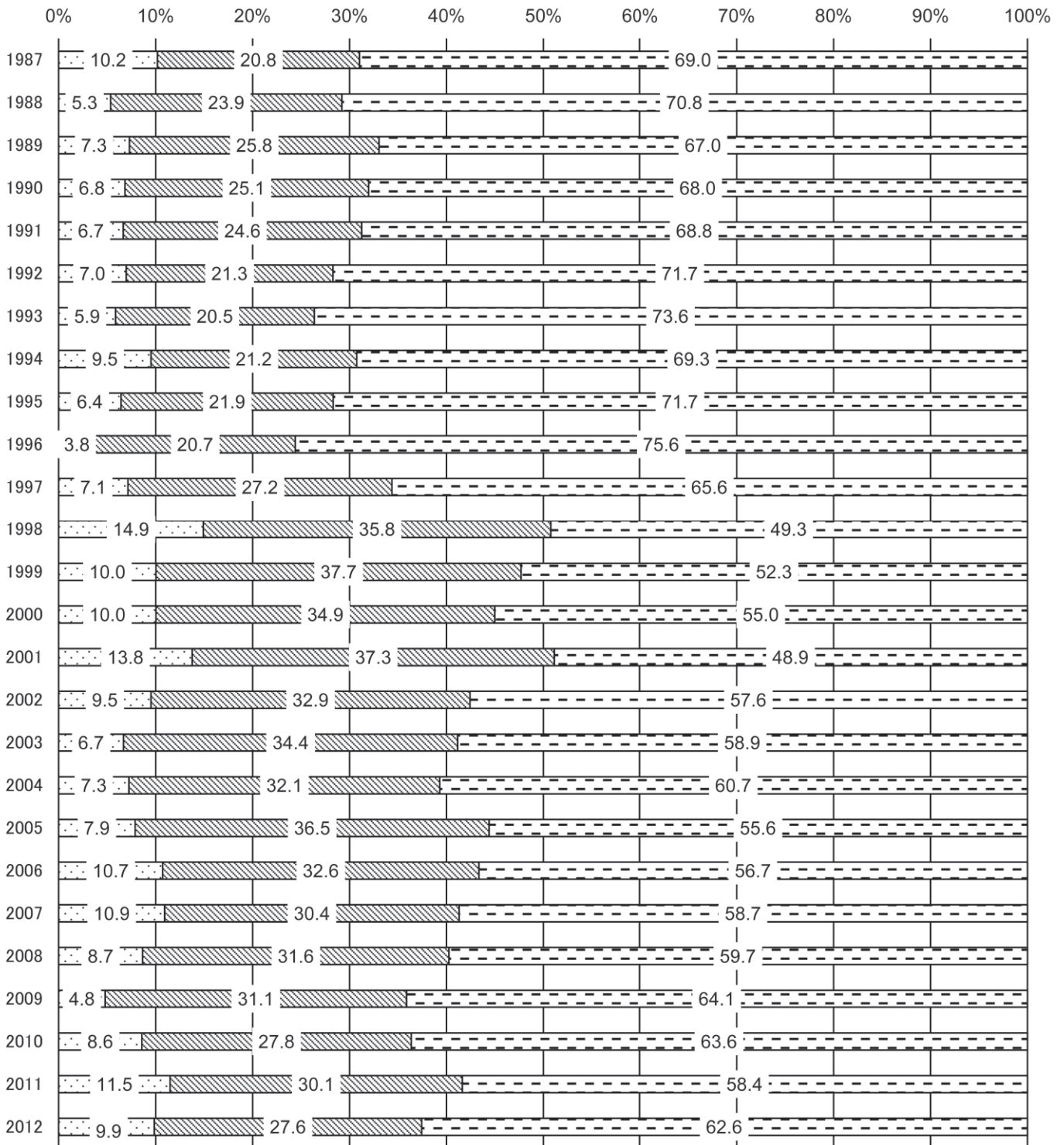


魚類の摂取は、ほとんど毎日の割合が1980年代40%前後であったが、その後低下傾向にあり、2010年代には30%を割り込むようになった。調理が比較的容易な肉類などの摂取に移行していることが予想される。



## 野菜の摂取状況

□ほとんどとらない    ▨週3回位    ▤ほとんど毎日

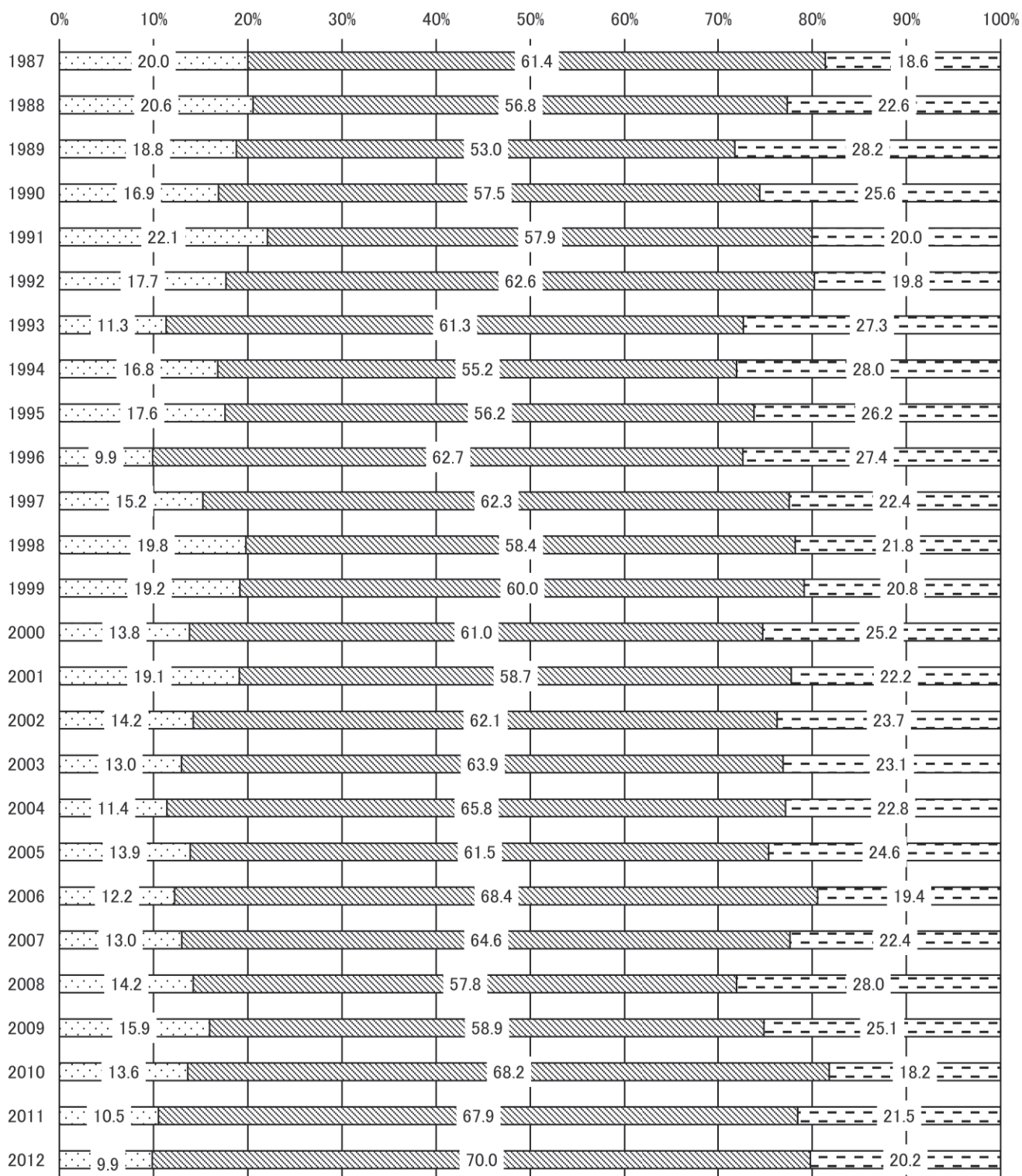


(年度生まれ)

野菜の摂取については、1997年に質問の仕方が変更となり、それまで「野菜」の摂取という聞き方から「緑黄色野菜」「淡黄色野菜」の摂取へ変更した。「緑黄色野菜」「淡黄色野菜」いずれかを「ほとんど毎日」摂取すると回答した場合を「野菜をほとんど毎日」摂取するとした。1998年以降をみると「野菜をほとんど毎日」摂取する割合は上昇傾向にあり2010年代には60%に達するようになった。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

## 甘いお菓子の摂取状況

□ほとんどとらない   ■週3回位   □ほとんど毎日

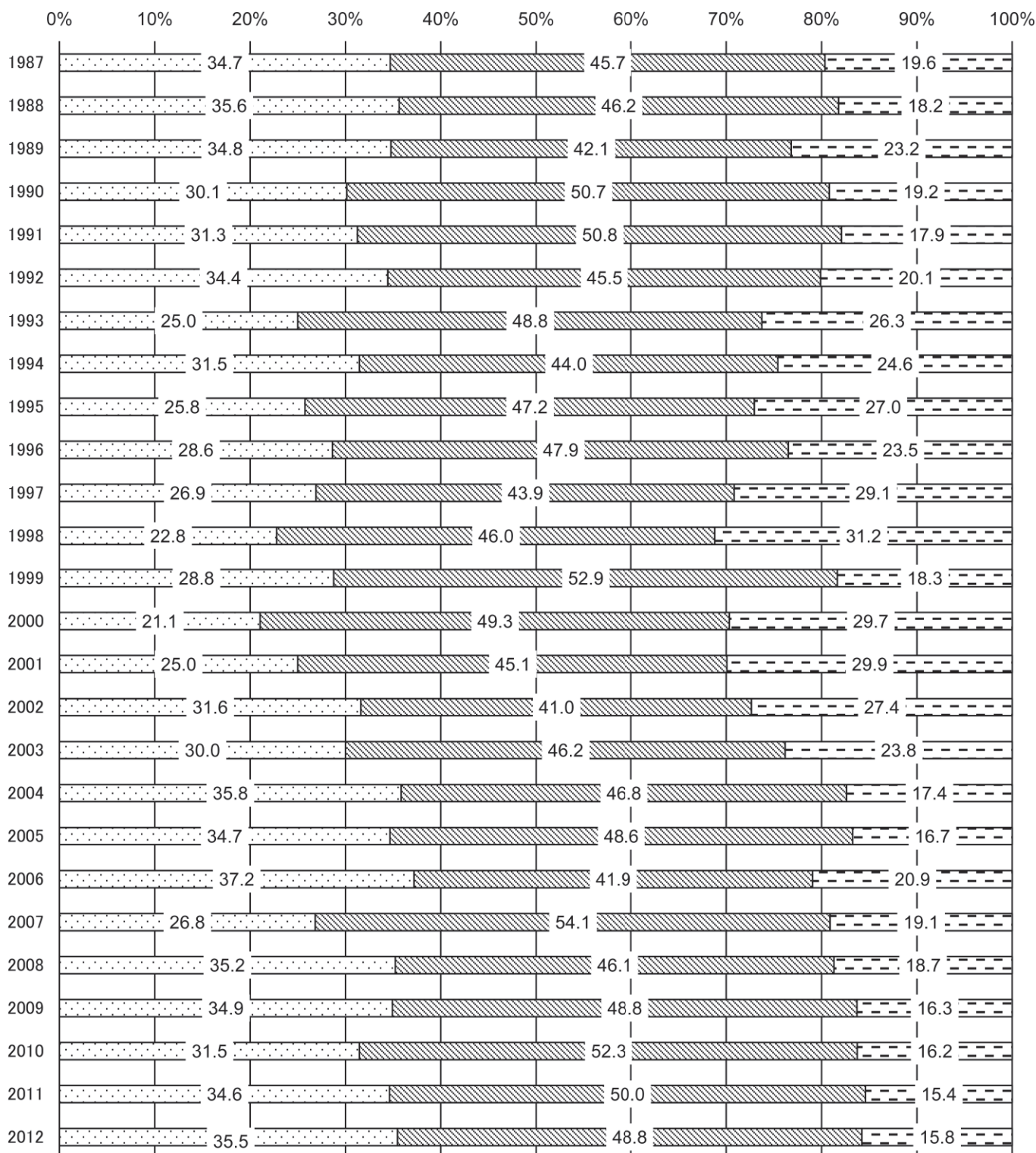


(年度生まれ)

甘いお菓子の摂取はほとんどとらないの割合の低下傾向がややみられるが、大きな変化はみられなかった。

## 市販のジュースの摂取状況

□ほとんどとらない   ▨ 週3回位   ▤ ほとんど毎日

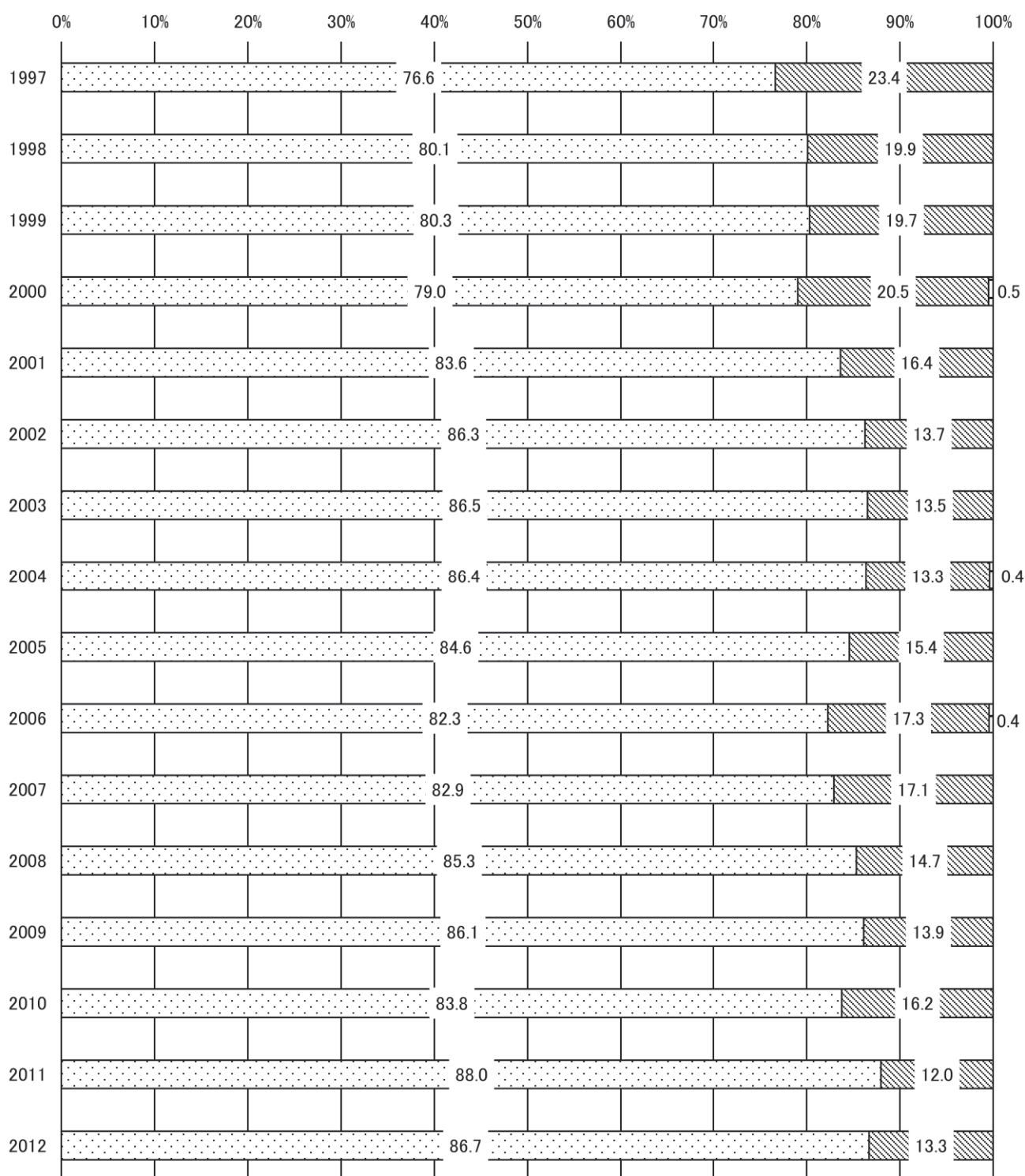


(年度生まれ)

市販のジュースを毎日摂取する割合は1990年代後半に30%まで達していたが、その後低下傾向となり、2010年代には15%程度となった。市販のジュースは「市販のジュース(スポーツ飲料含む)」という聞き方をしており、その内容(100%ジュースかスポーツ飲料かなど)によっても割合が異なってくるので、解釈には注意が必要である。

## ファーストフードの摂取状況

□ほとんどとらない    ▨週3回位    □ほとんど毎日

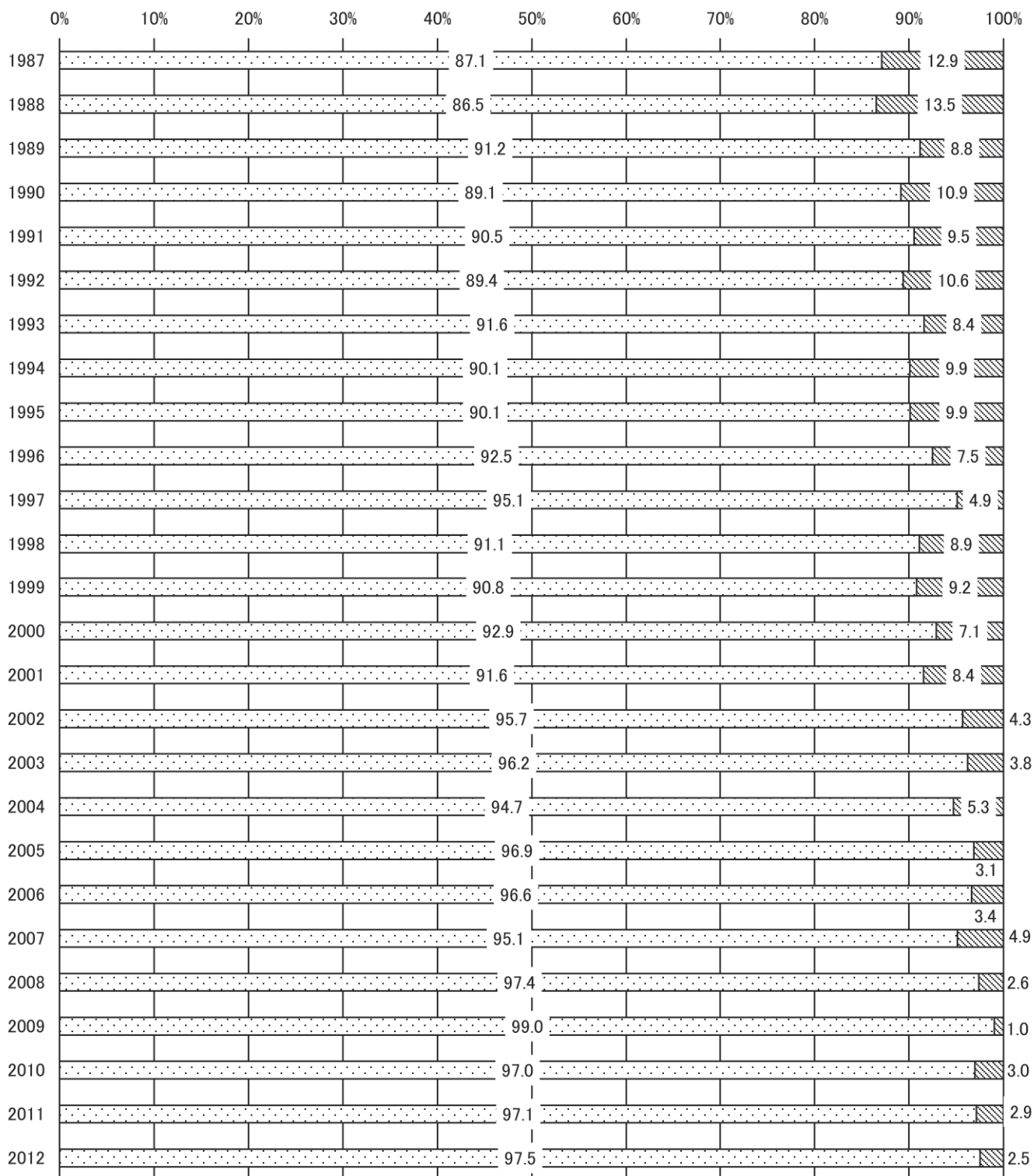


(年度生まれ)

週3日ファーストフードを摂取する割合は1990年代後半に20%前後であったが、その後低下傾向にあり、2010年代には15%を割り込むようになった。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

## 食事は1日3回か

□はい    ▣いいえ

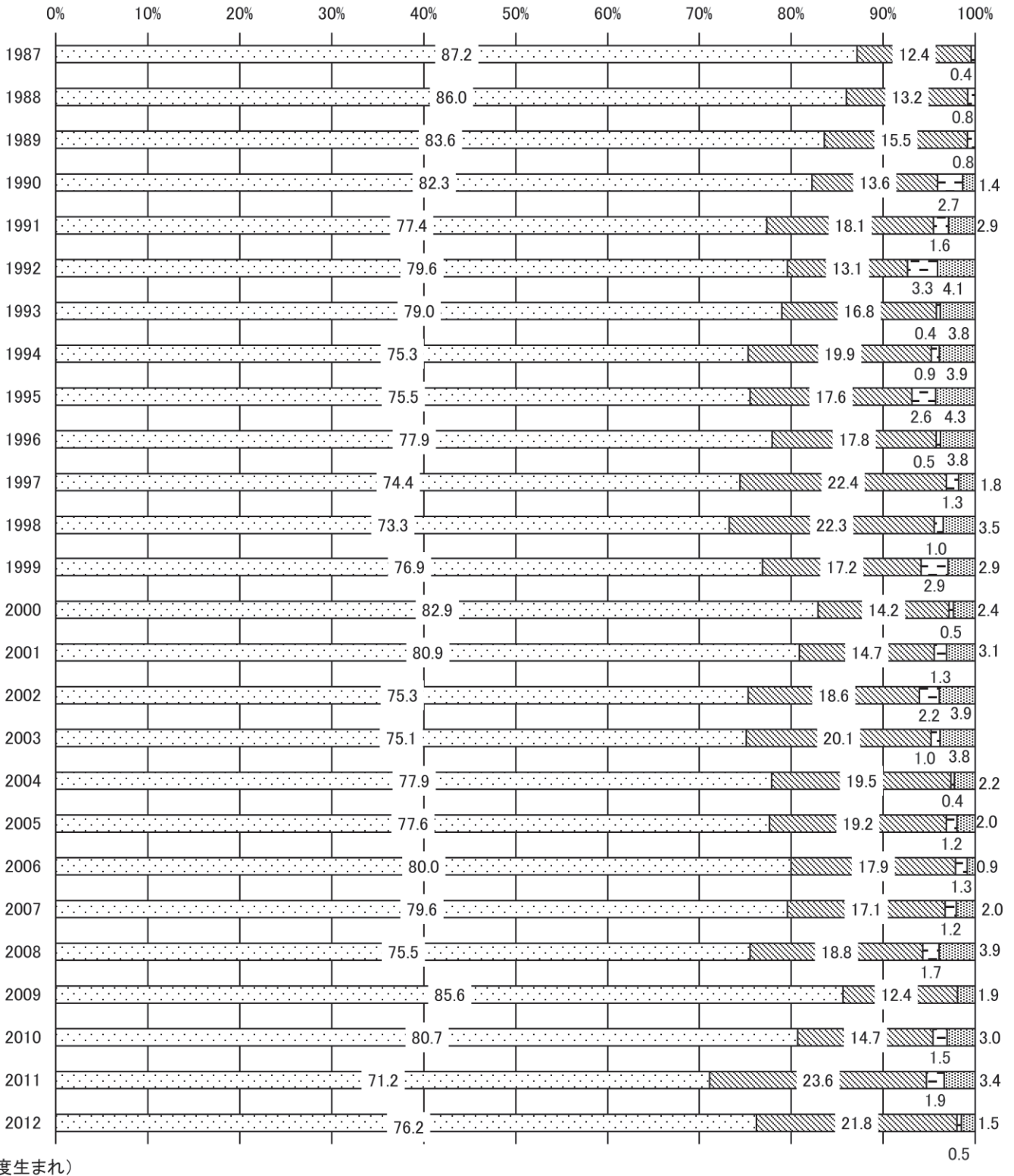


(年度生まれ)

食事が1日3回でない場合の多くは朝食欠食と思われる。1980年以降その割合は低下傾向にあり、2010年代には3%未満となっている。朝食の重要性を含めた保健指導が浸透している可能性がある。

# 子どもは誰と食事するか

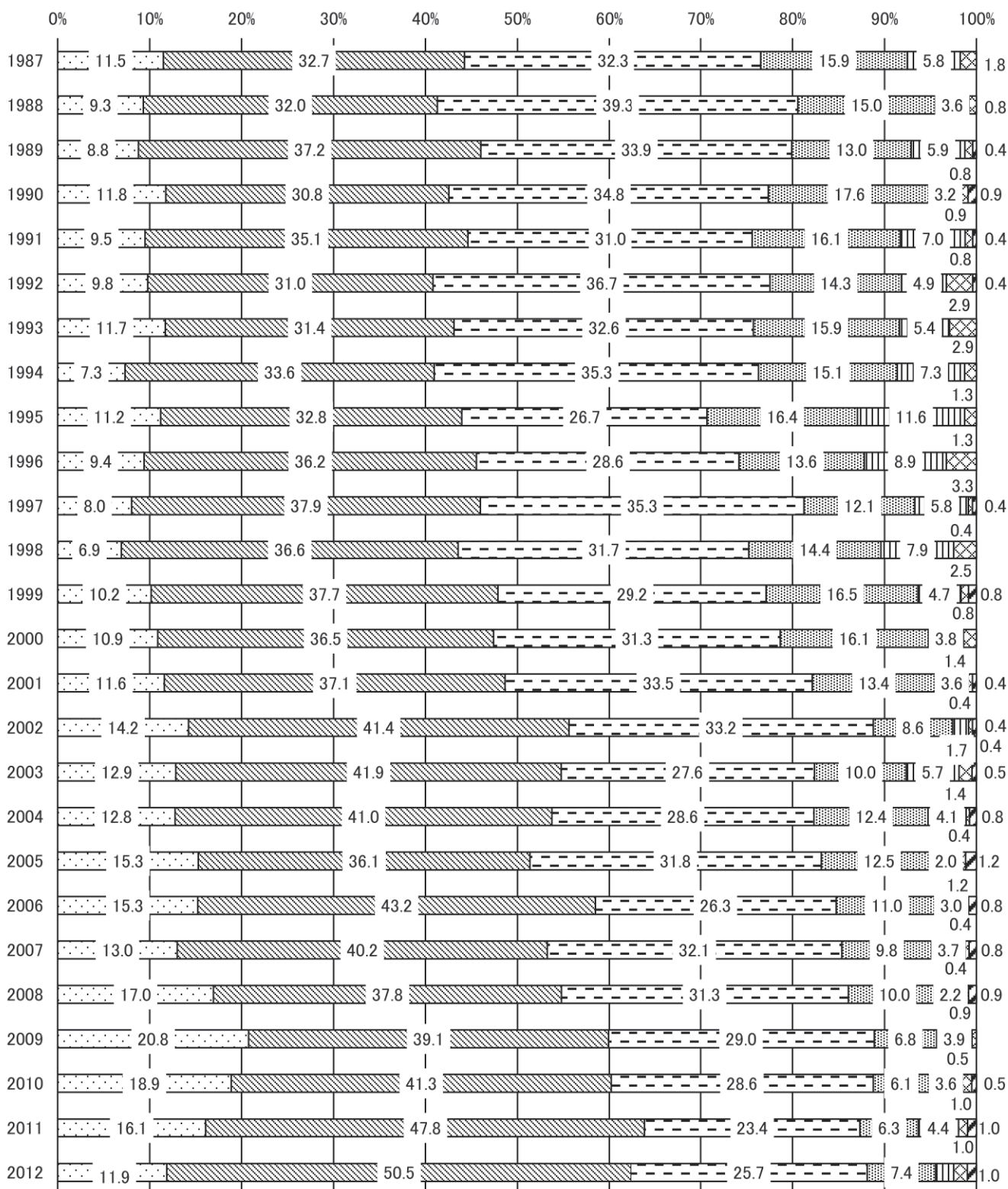
□ 家族そろって    ▨ ときどき家族そろって    □ 子どもだけ    ■ その他



家族そろって食事をする割合は1980年代後半には85%だったのが、その後やや低下傾向となり75%前後で推移している。

# 1日のTV視聴時間

□1時間未満 □1～2時間 □2～3時間 □3～4時間 □4～5時間 □5時間以上 □見ない

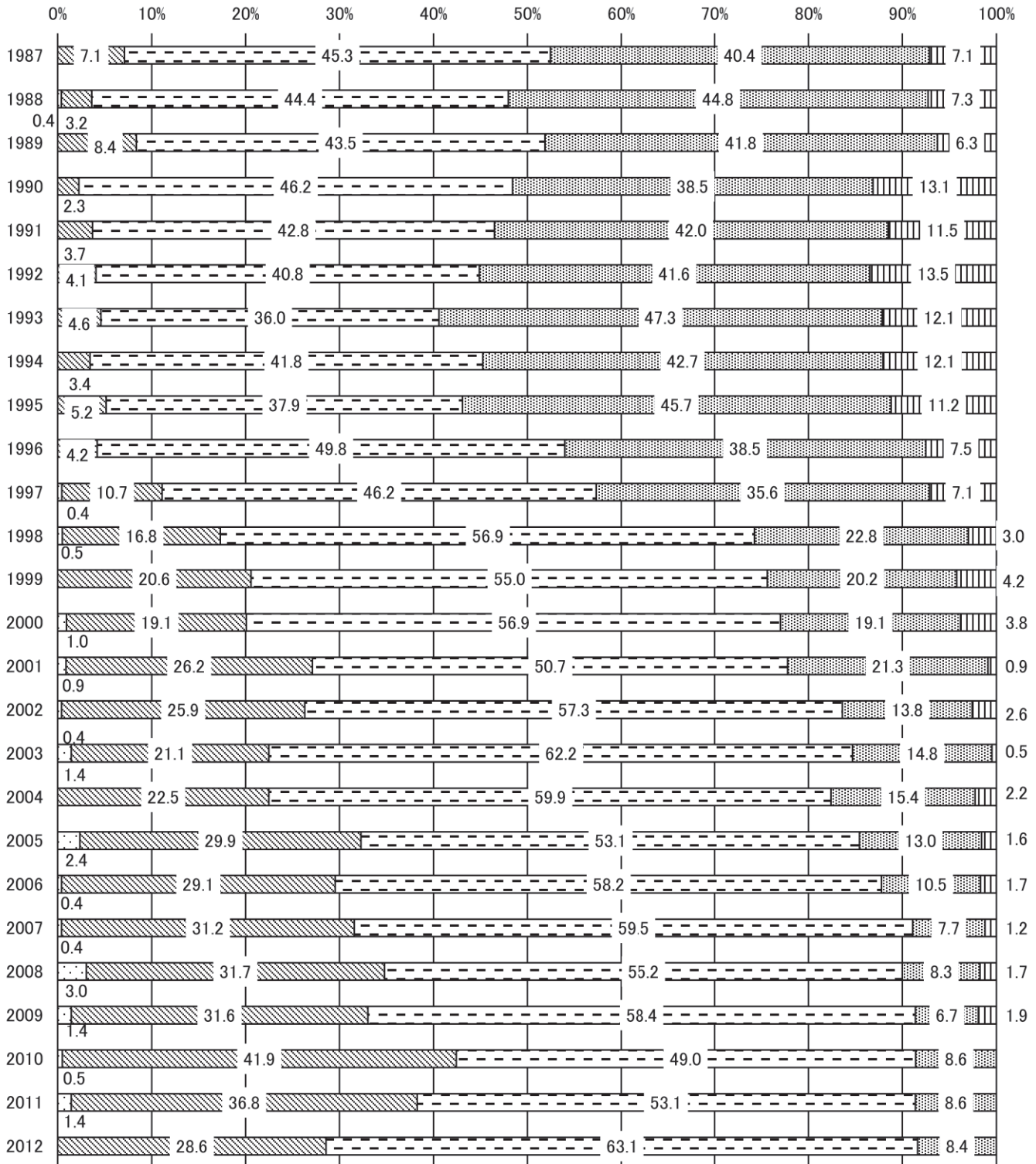


(年度生まれ)

1日のテレビ視聴時間については、2004年に小児科学会より「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」と題する緊急提言が出されており、2002年生まれより1日のテレビ視聴時間2時間未満の割合が50%を超えた。2010年代にはその割合60%に達しているが、タブレット端末やスマートフォンなどテレビ以外の媒体へ移行している可能性もあり、解釈には注意が必要である。

# 起床時間(子ども)

□6時より前 □6時台 □7時台 □8時台 □9時以降



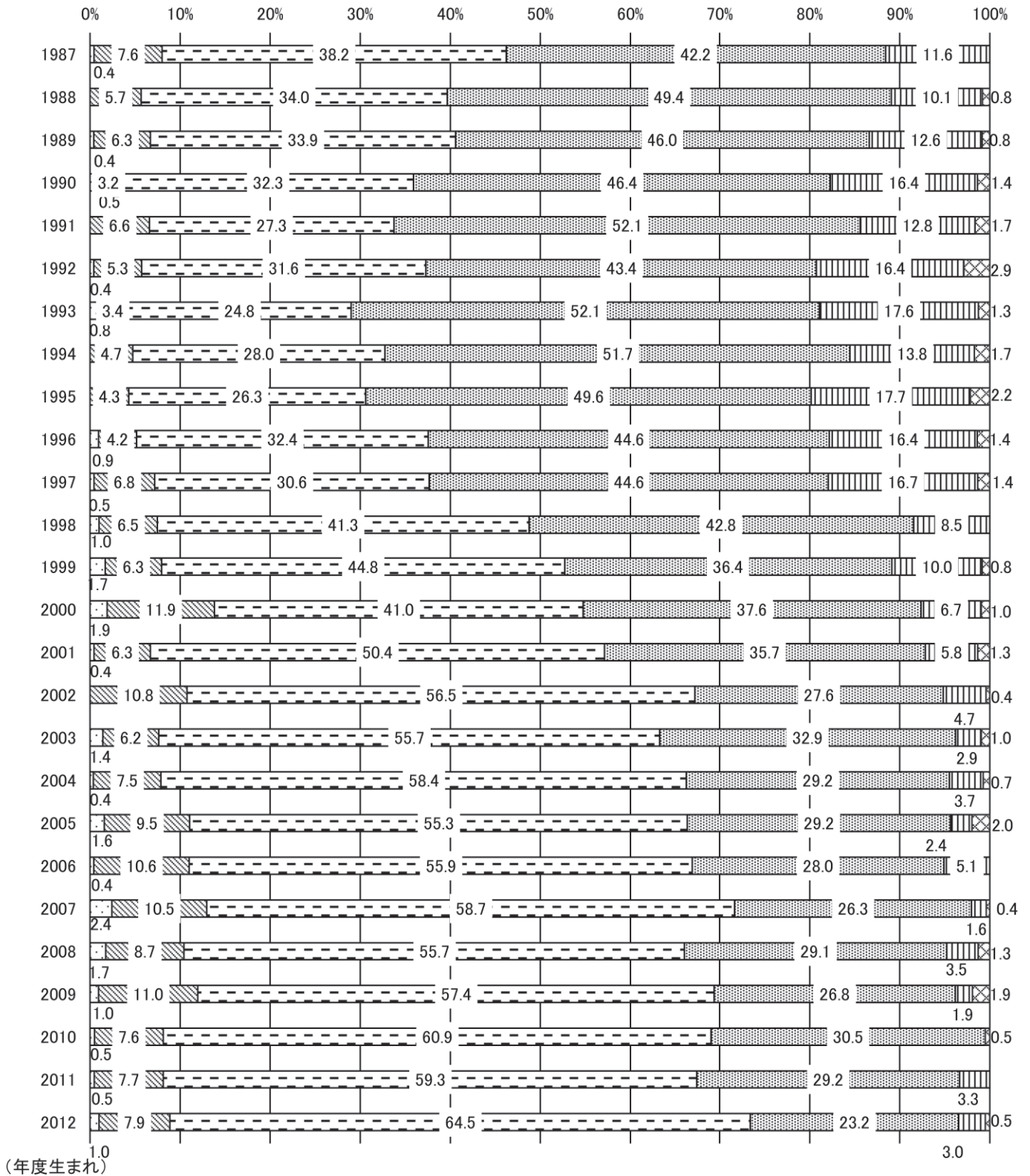
(年度生まれ)

1997年より起床時間が小数点表記された関係で、1998年に大幅な変化がみられる。1990年代後半より6時台の起床の割合が上昇傾向となり、2010年以降には30%に達している。母親の就業が影響していると考えられる。



# 就寝時間(子ども)

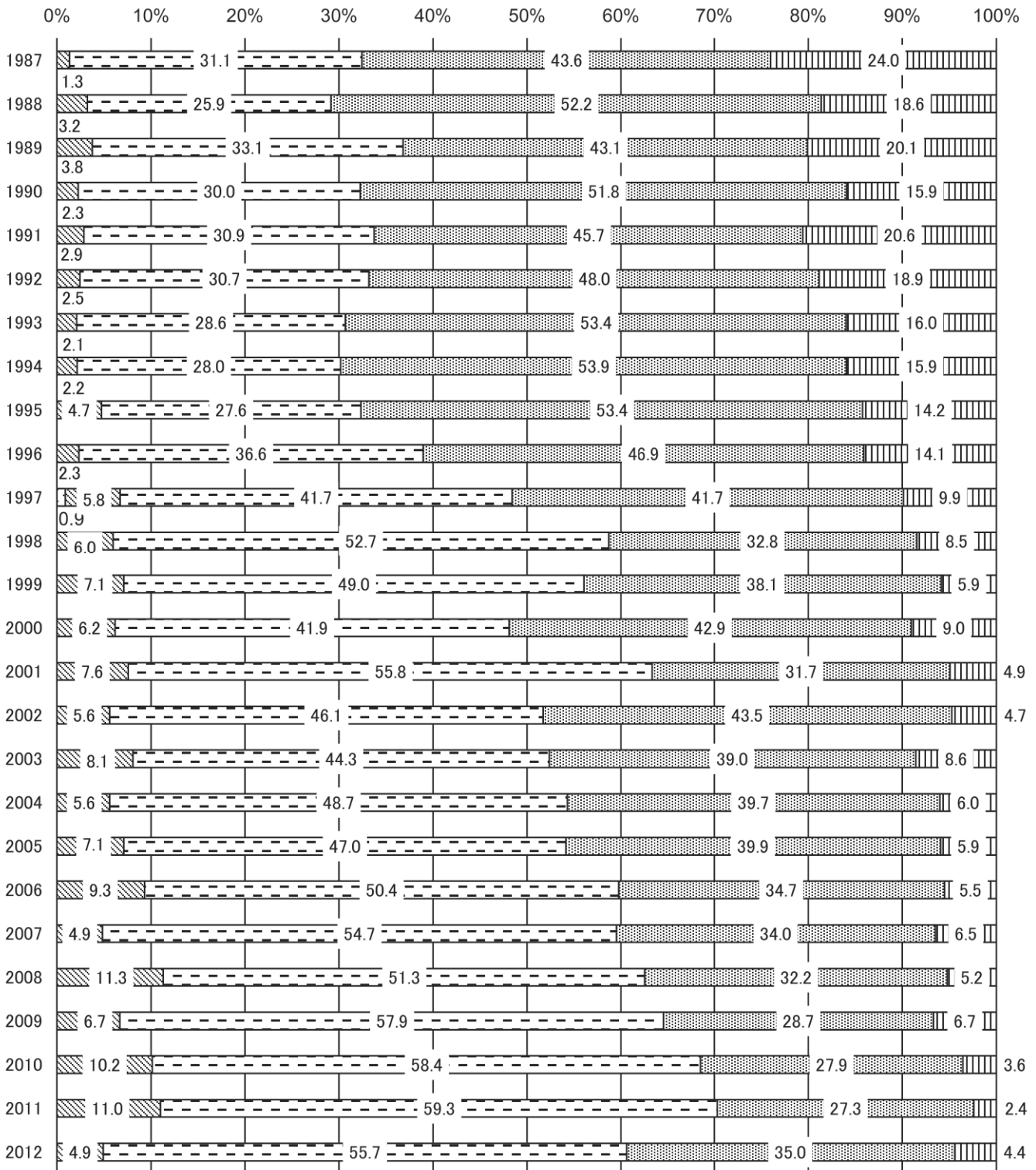
□20時より前 □20時台 □21時台 □22時台 □23時台 □24時以降



1997年より就寝時間が小数点表記された関係で、1998年に大幅な変化がみられる。2000年以降22時以前就寝の割合が上昇傾向となり、2010年以降には70%弱となっている。2001年に日本小児保健協会より「子どもの睡眠に関する提言」が発表されたことが影響していると考えられた。

# 平均睡眠時間(子ども)

□8時間未満 □8～9時間 □9～10時間 □10～11時間 □11時間以上

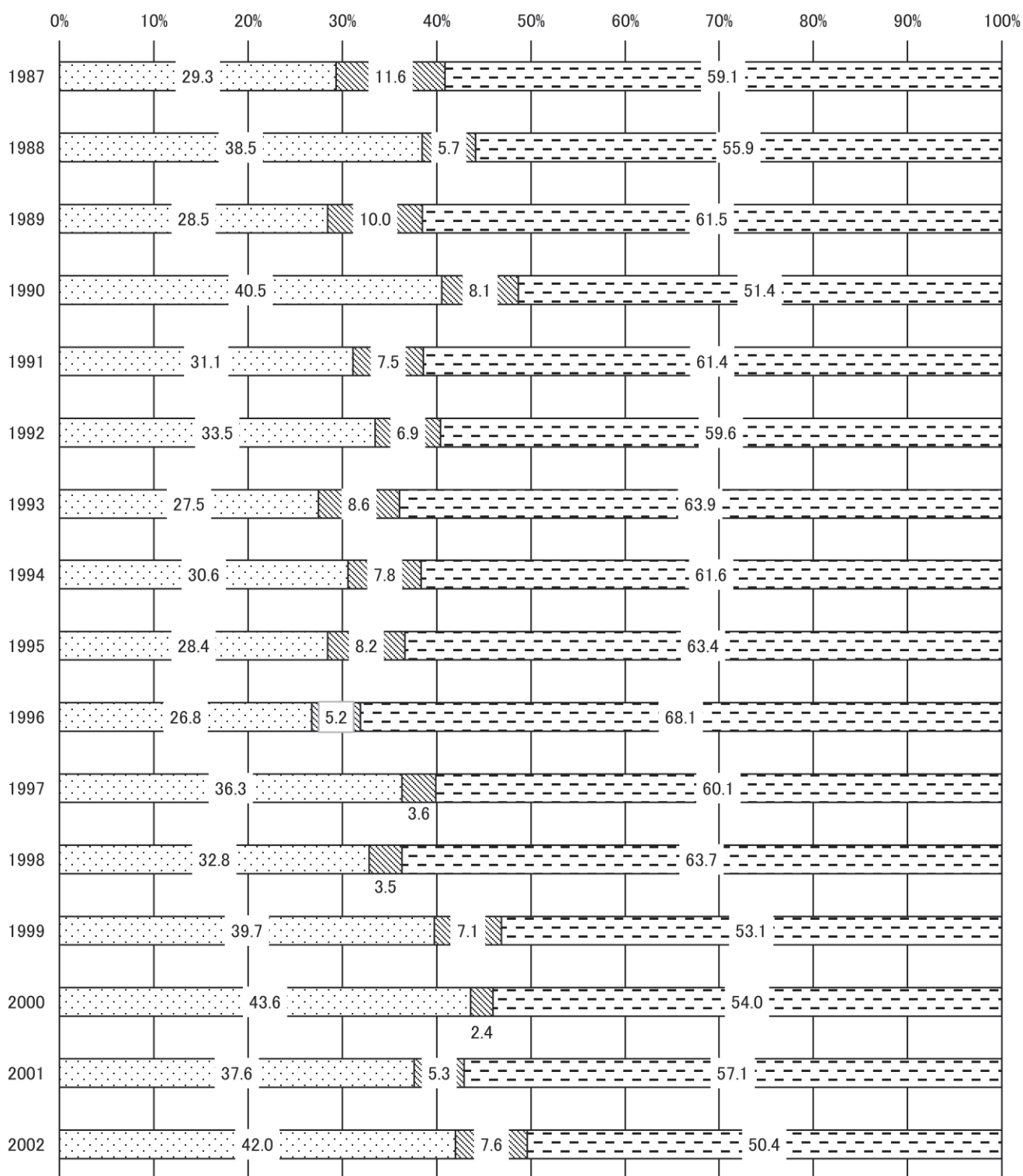


(年度生まれ)

1997年より就寝時間が小数点表記された関係で、1998年に大幅な変化がみられる。2000年以降、睡眠時間9時間未満の割合が上昇傾向にある。22時以降の就寝割合が上昇傾向にあるにもかかわらず、睡眠時間が短くなる傾向にあるのは、起床時間が早くなっていることの方が影響していることが考えられる。

## ゆったりとした気分で子どもと接しているか

□はい □いいえ □何ともいえない

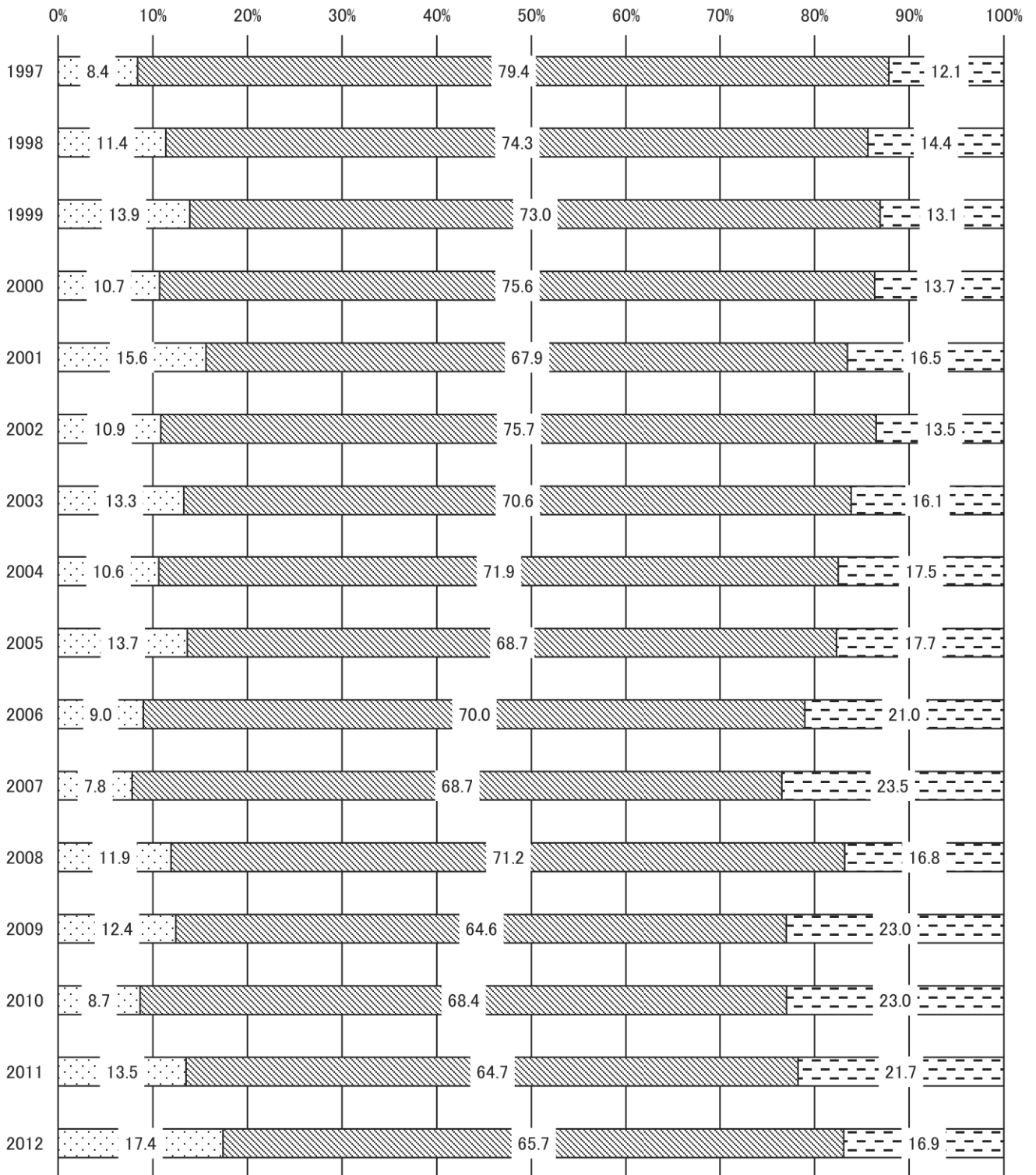


(年度生まれ)

ゆったりとした気分で子どもと接している割合は、1990年代後半からそれ以前と比較してやや上昇している。

## 育児のストレス

□いつも感じている    ▨時々感じている    □ほとんど感じない



(年度生まれ)

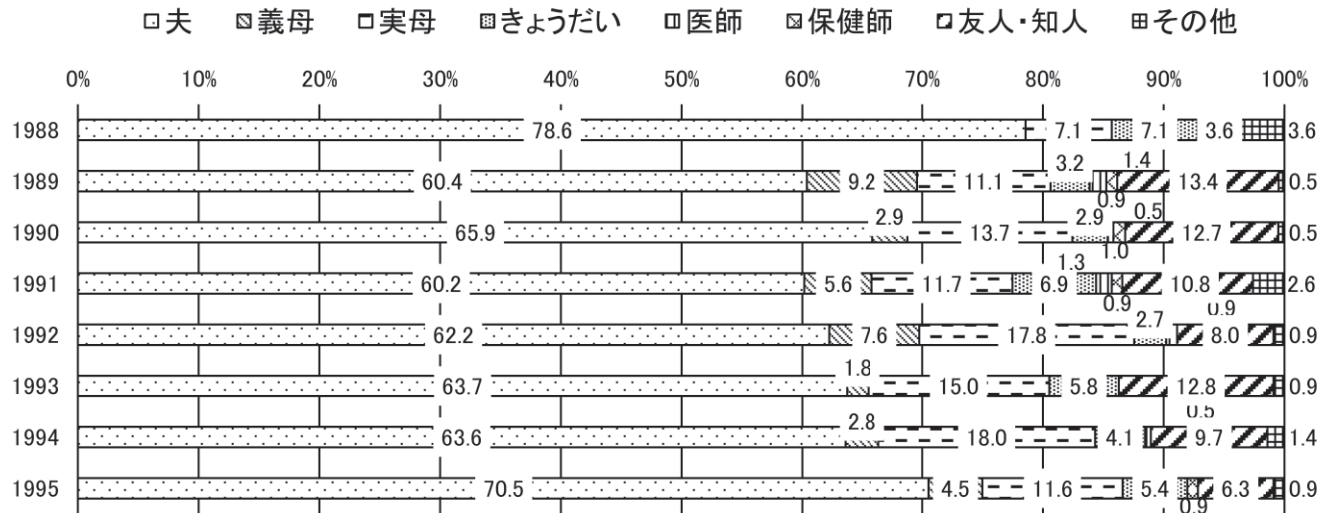
育児のストレスをほとんど感じない割合は、やや上昇傾向にある。一方で育児ストレスをいつも感じている割合は10%前後であり、変化は乏しかった。



(4) 5歳児期



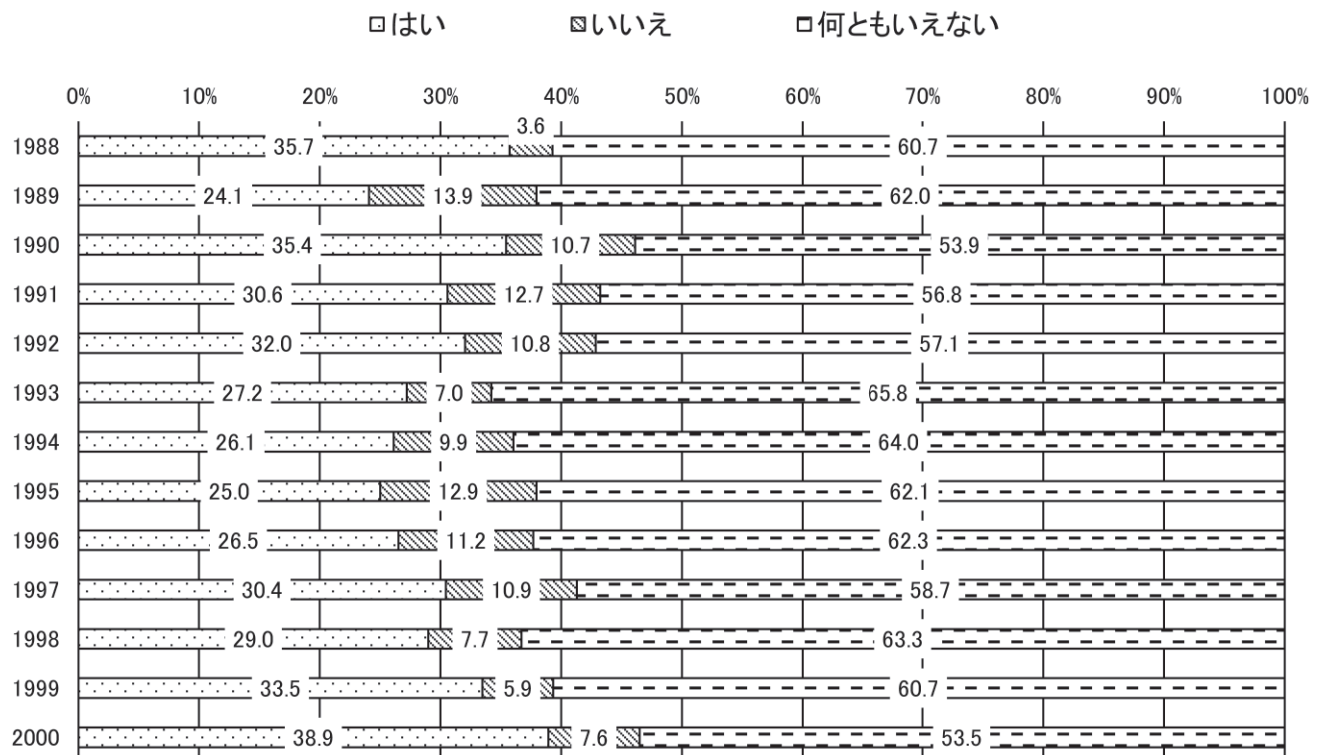
## 育児の相談相手



(年度生まれ)

育児相談相手は、夫の割合が最も高く 65%前後を推移し、次いで実母が高い。

## ゆったりした気分で子どもと接しているか



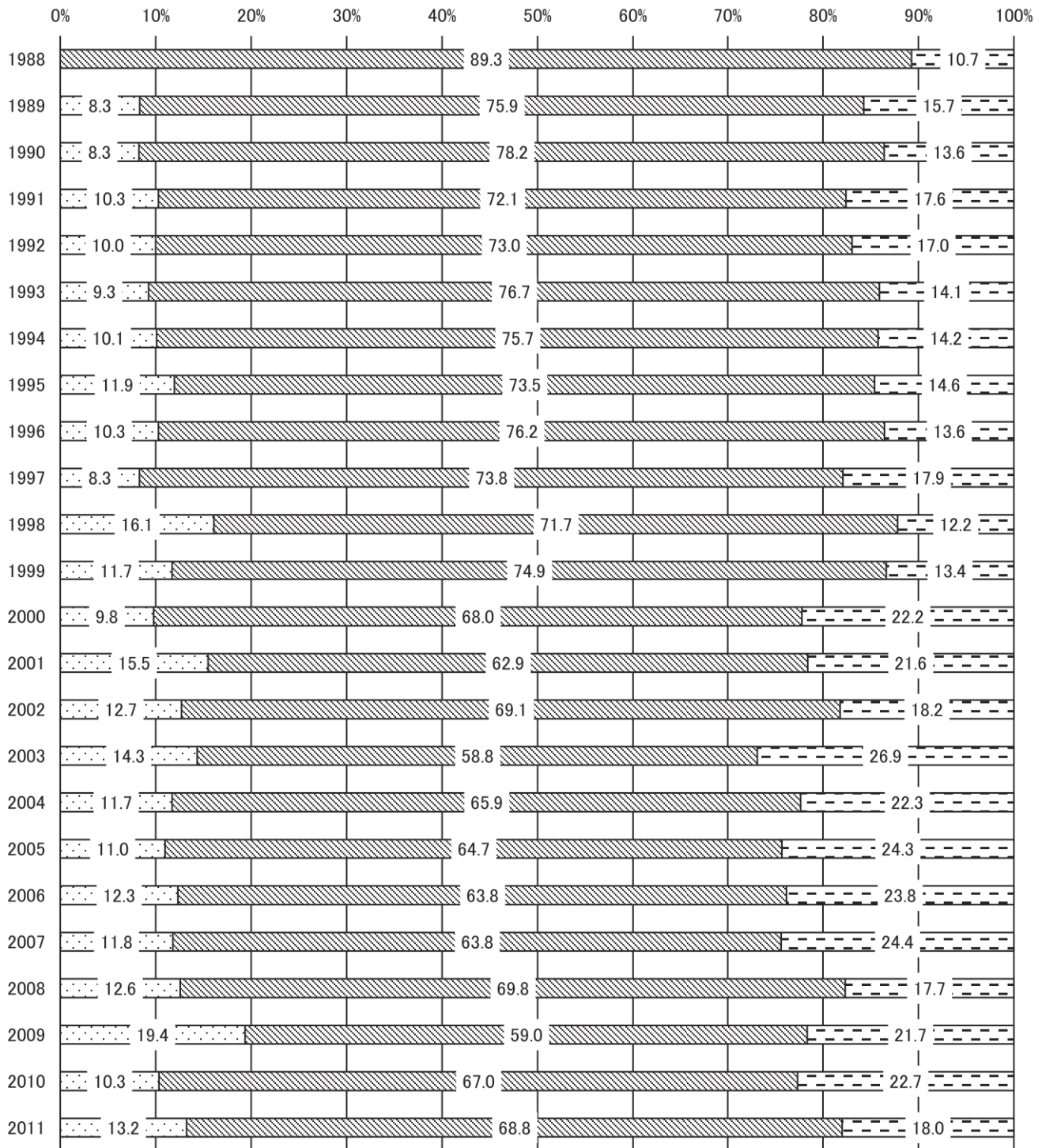
(年度生まれ)

ゆったりとした気分で子どもと接している割合は、1990年代後半からそれ以前と比較して上昇傾向である。



## 育児のストレス

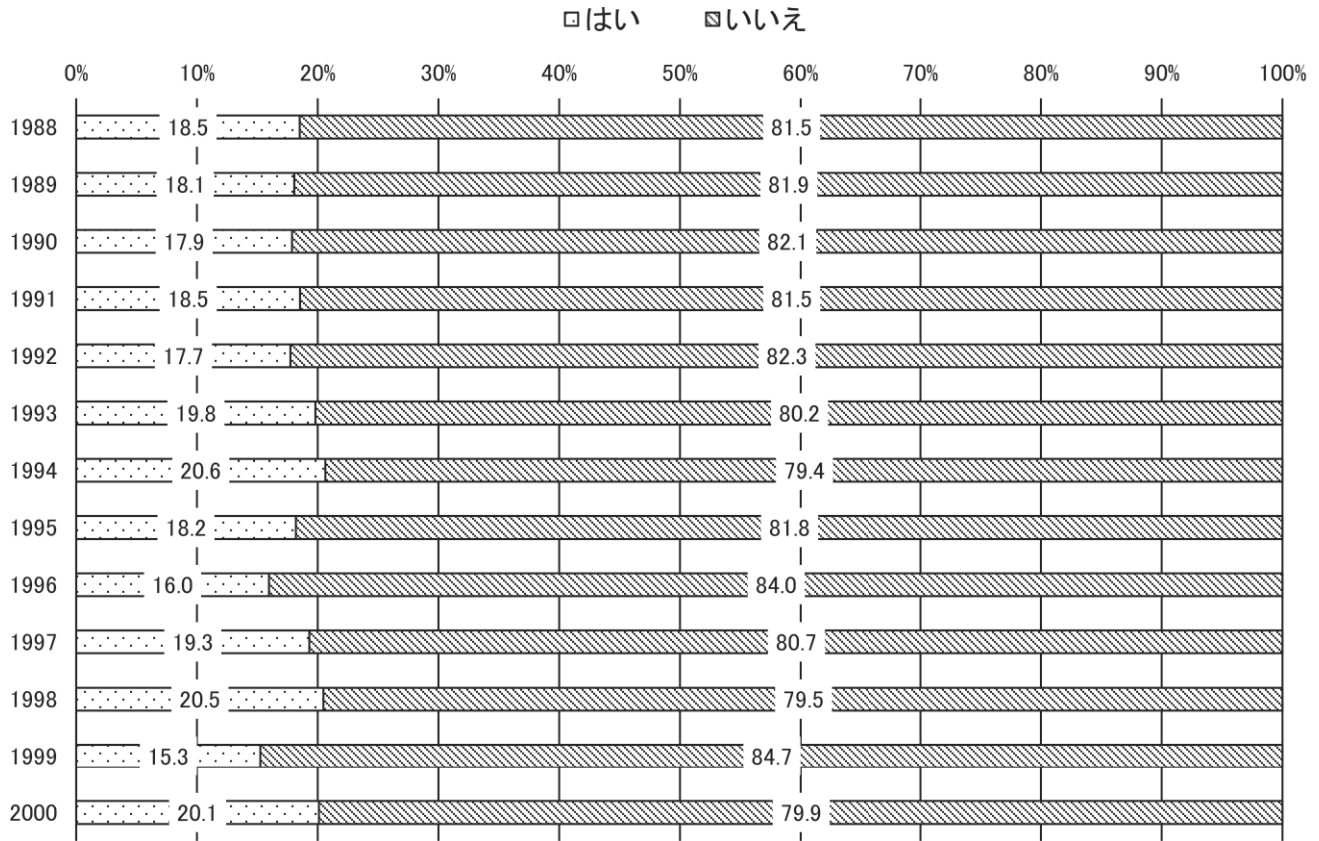
□いつも感じている    ▨時々感じている    □ほとんど感じない



(年度生まれ)

育児のストレスをほとんど感じない割合は、やや上昇傾向にあり、2000年以降20%を超えている。一方で育児ストレスをいつも感じている割合は10%前後であり、変化は乏しかった。

### 3歳以降の事故・ケガの受診

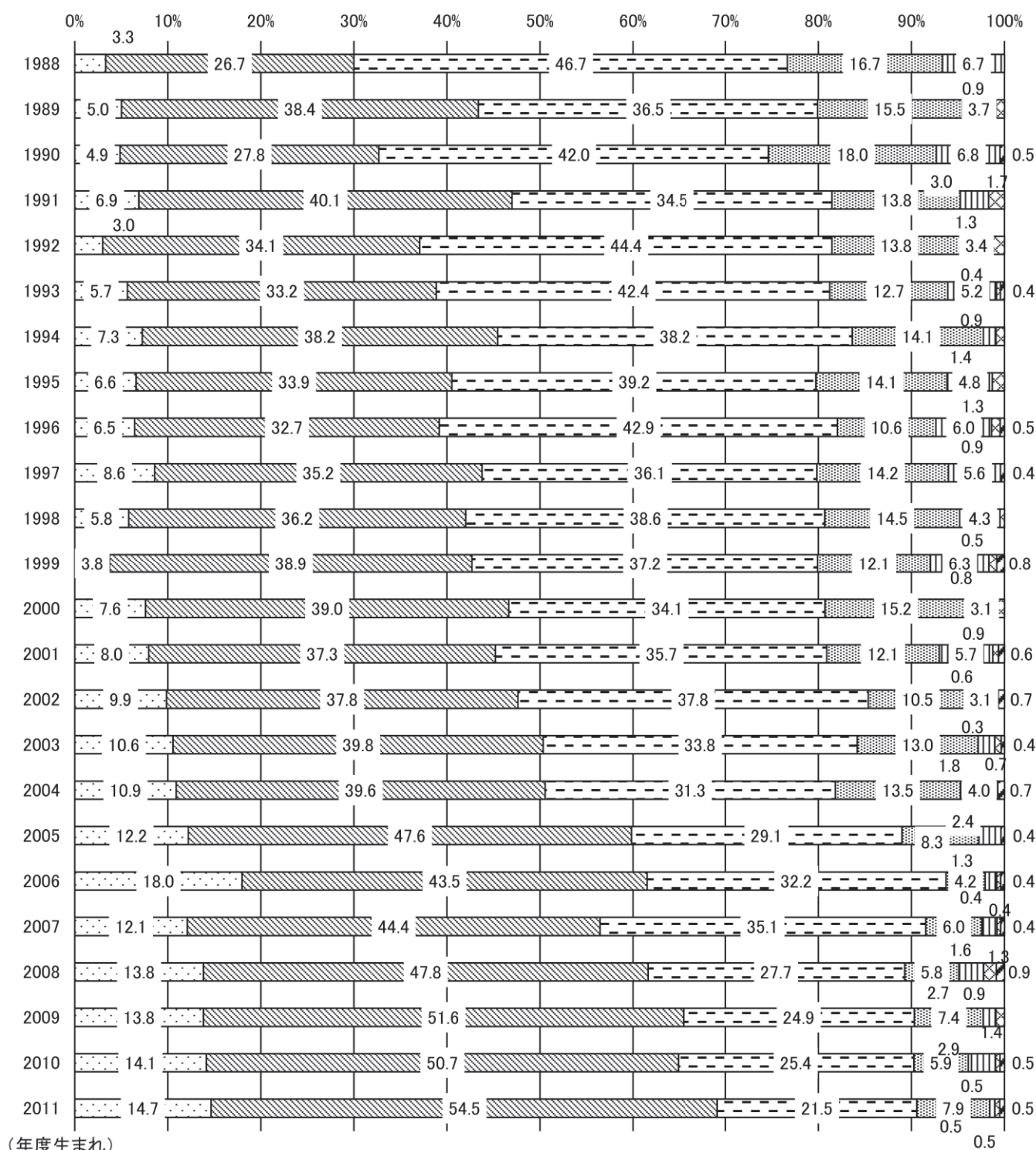


(年度生まれ)

事故・ケガの受診は20%弱を推移している。

# 1日のTV視聴時間

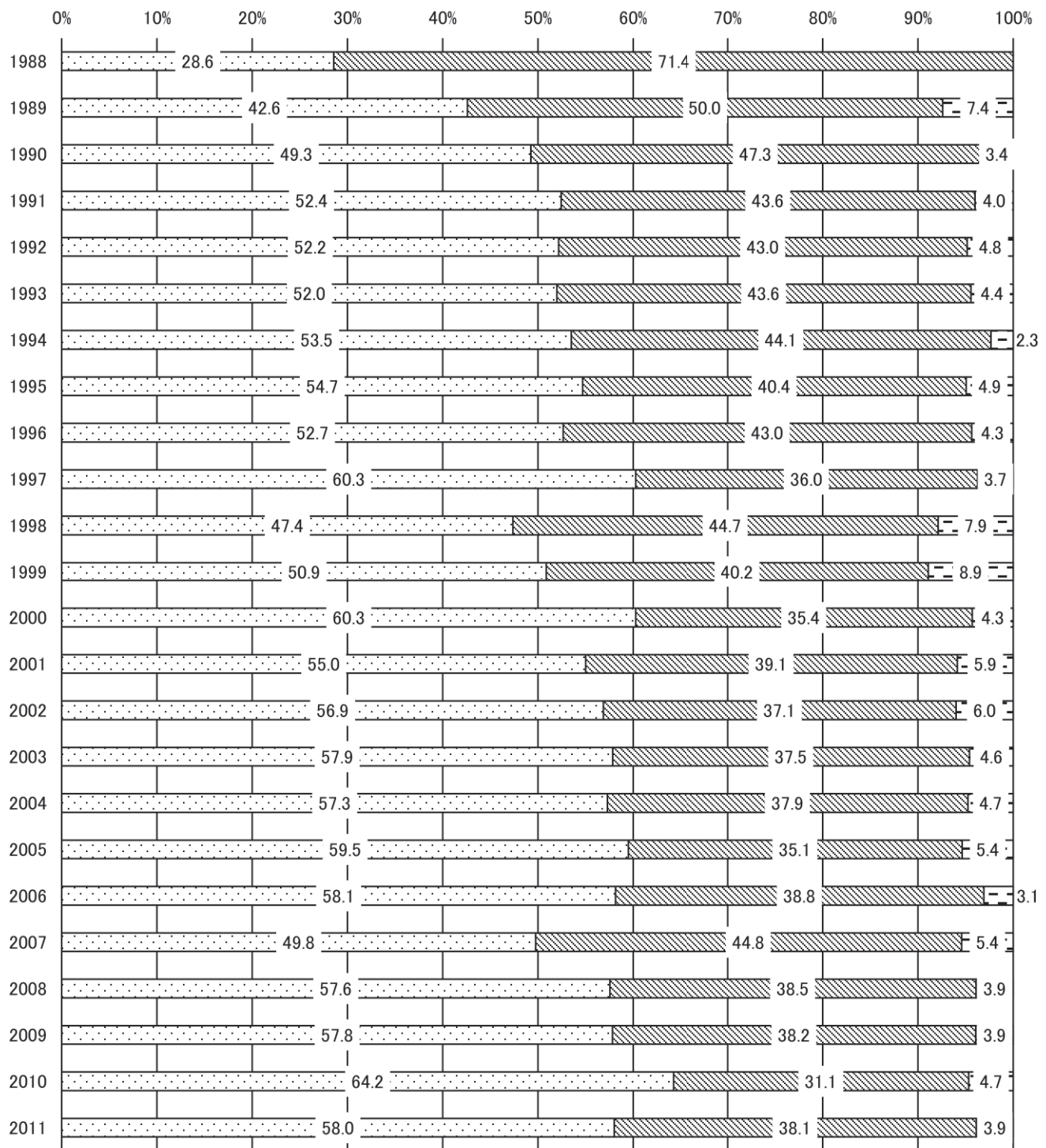
□1時間未満 □1～2時間 □2～3時間 □3～4時間 □4～5時間 □5時間以上 □見ない



1日のテレビ視聴時間については、2004年に小児科学会より「乳幼児のテレビ・ビデオ長時間視聴は危険です」と題する緊急提言が出されており、2003年生まれより1日のテレビ視聴時間2時間未満の割合が50%を超えた。2010年代にはその割合50%に達しているが、タブレット端末やスマートフォンなどテレビ以外の媒体へ移行している可能性もあり、解釈には注意が必要である。

## 父親は子どもとよく接しているか

□よく遊ぶ    ▨普通    ▩あまりかまわない

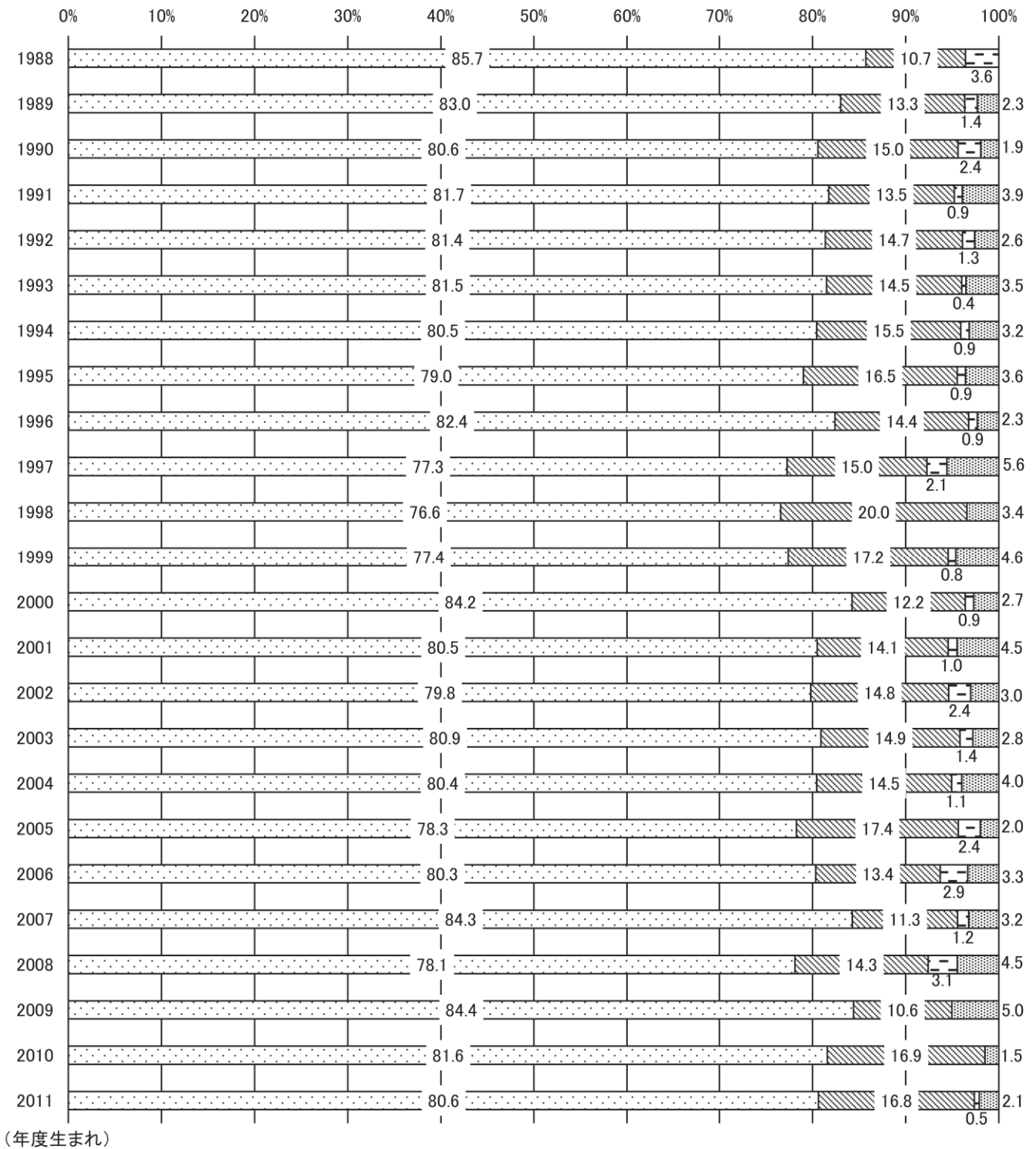


(年度生まれ)

子どもとよく遊ぶ父親の割合は、1990年代50%程度であったのが、2000年以降55%を超えるようになった。「イクメン」は増えてきているようである。

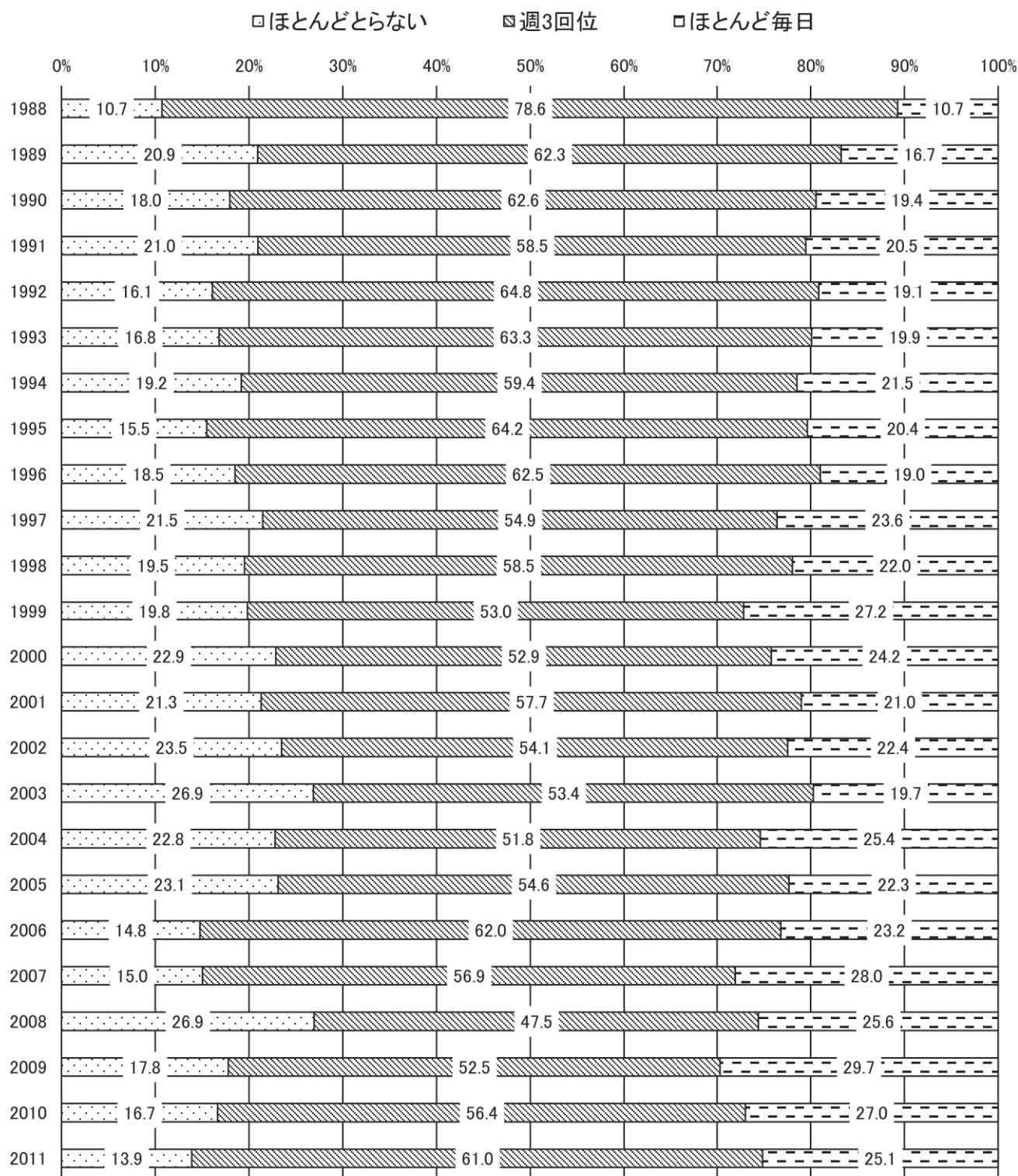
# 子どもは誰と食事するか

□ 家族そろって    ▣ ときどき家族そろって    □ 子どもだけ    ■ その他



家族そろって食事をする割合は80%前後で推移している。

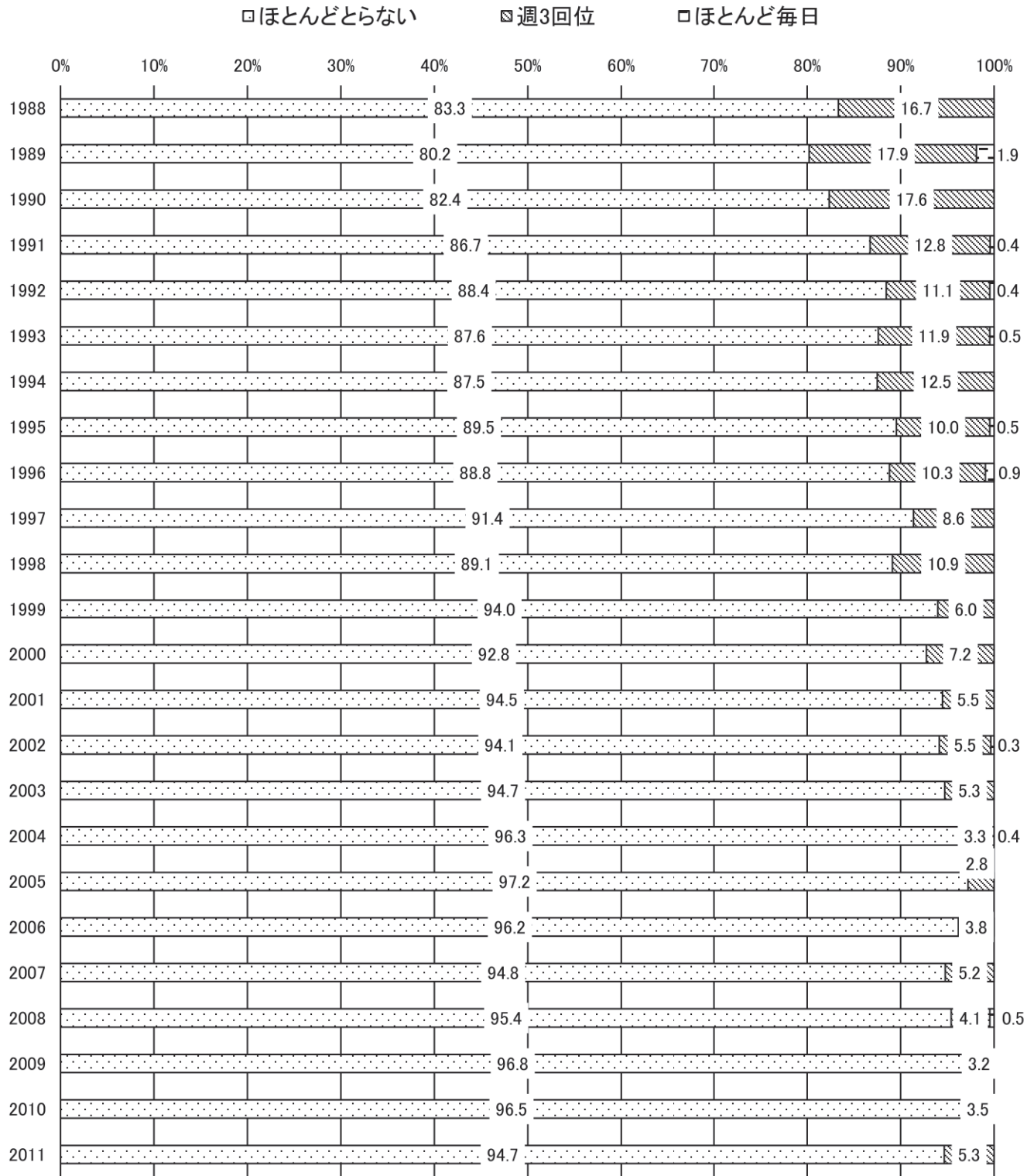
## パンの摂取状況



(年度生まれ)

パンの摂取がほぼ毎日の割合は、1990年代20%前後だったが、その後上昇傾向を示し、2000年代後半には30%弱となった。

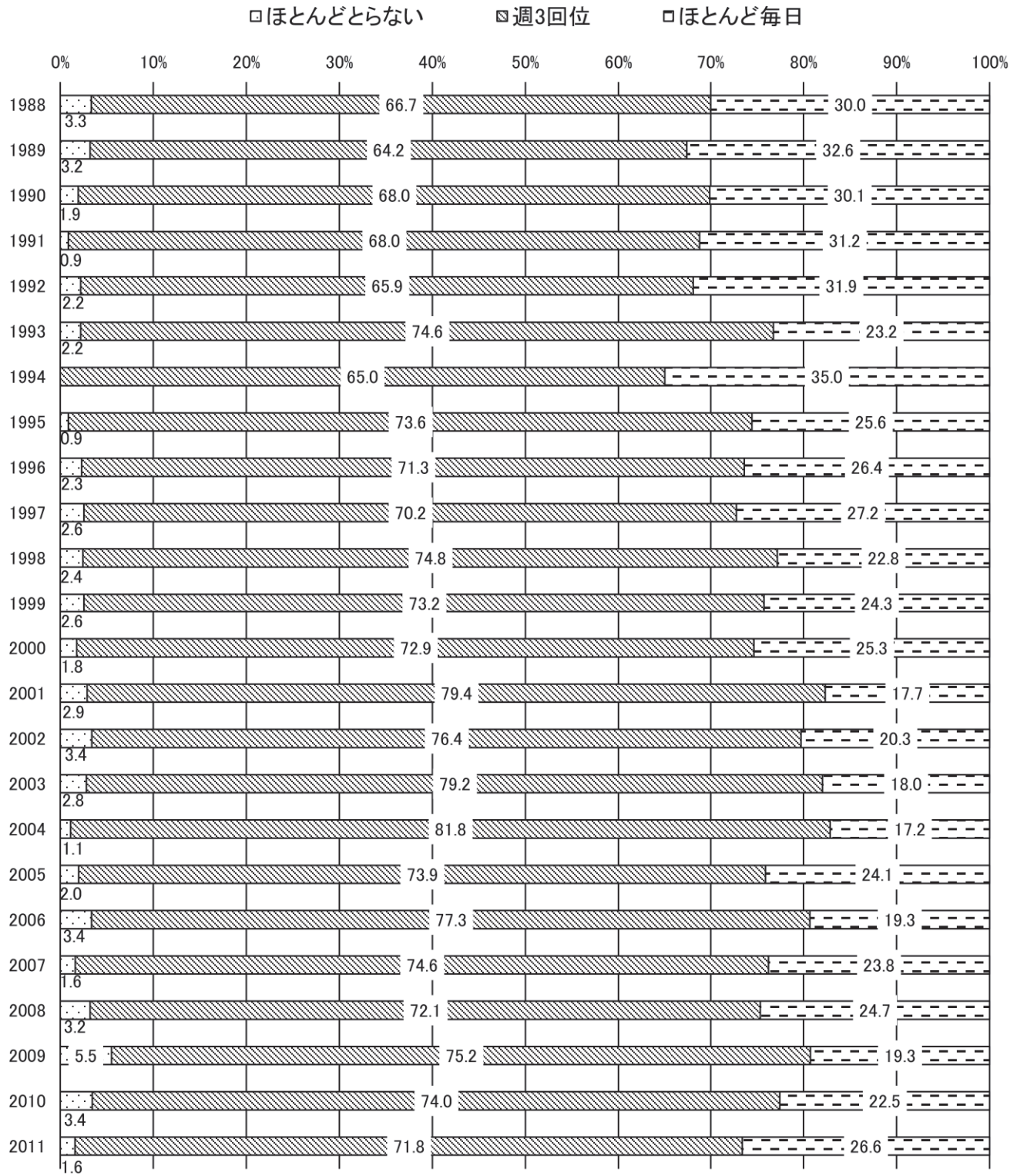
# インスタントラーメンの摂取状況



(年度生まれ)

インスタントラーメンの摂取は、ほとんどとらないの割合が経年的に上昇傾向にある。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

# 魚類の摂取状況



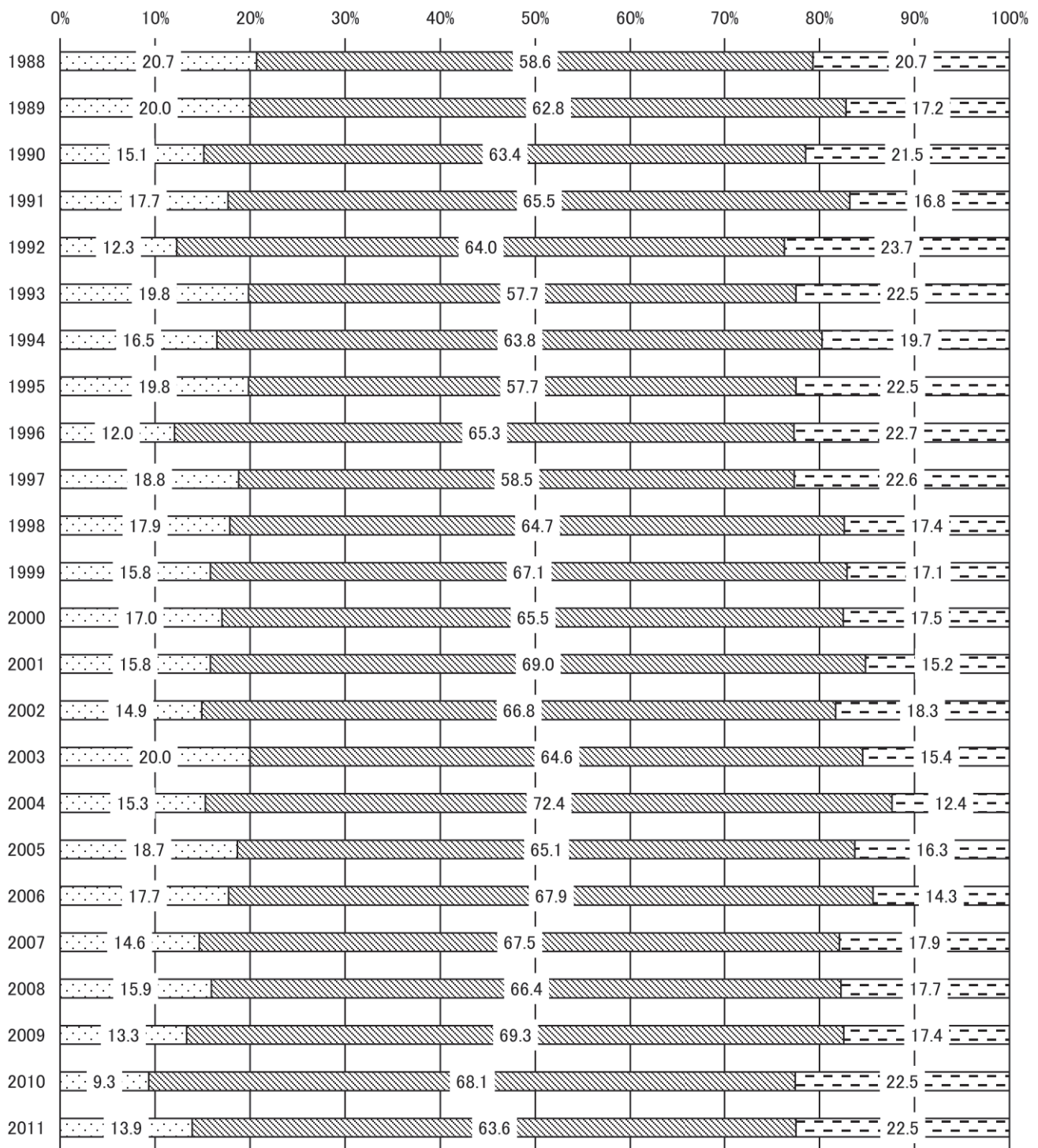
(年度生まれ)

魚類の摂取は、ほとんど毎日の割合が1980年代30%程度であったが、その後低下傾向にあり、2000年代には20%台となった。調理が比較的容易な肉類などの摂取に移行していることが予想される。



## 甘い菓子の摂取状況

□ほとんどとらない    ▨週3回位    □ほとんど毎日

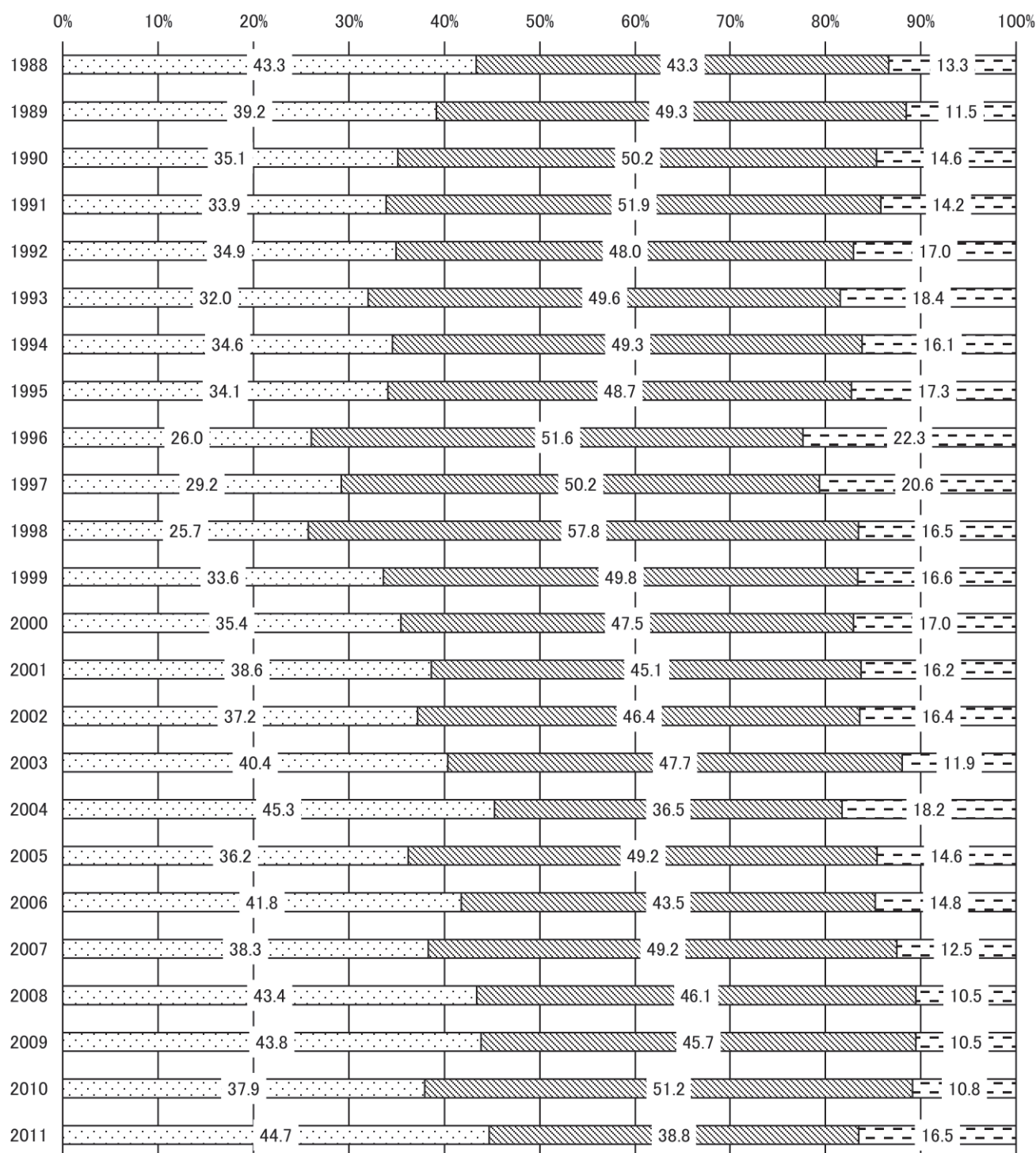


(年度生まれ)

甘いお菓子の摂取はほとんどとらないの割合の低下傾向がややみられるが、大きな変化はみられなかった。

## 市販のジュースの摂取状況

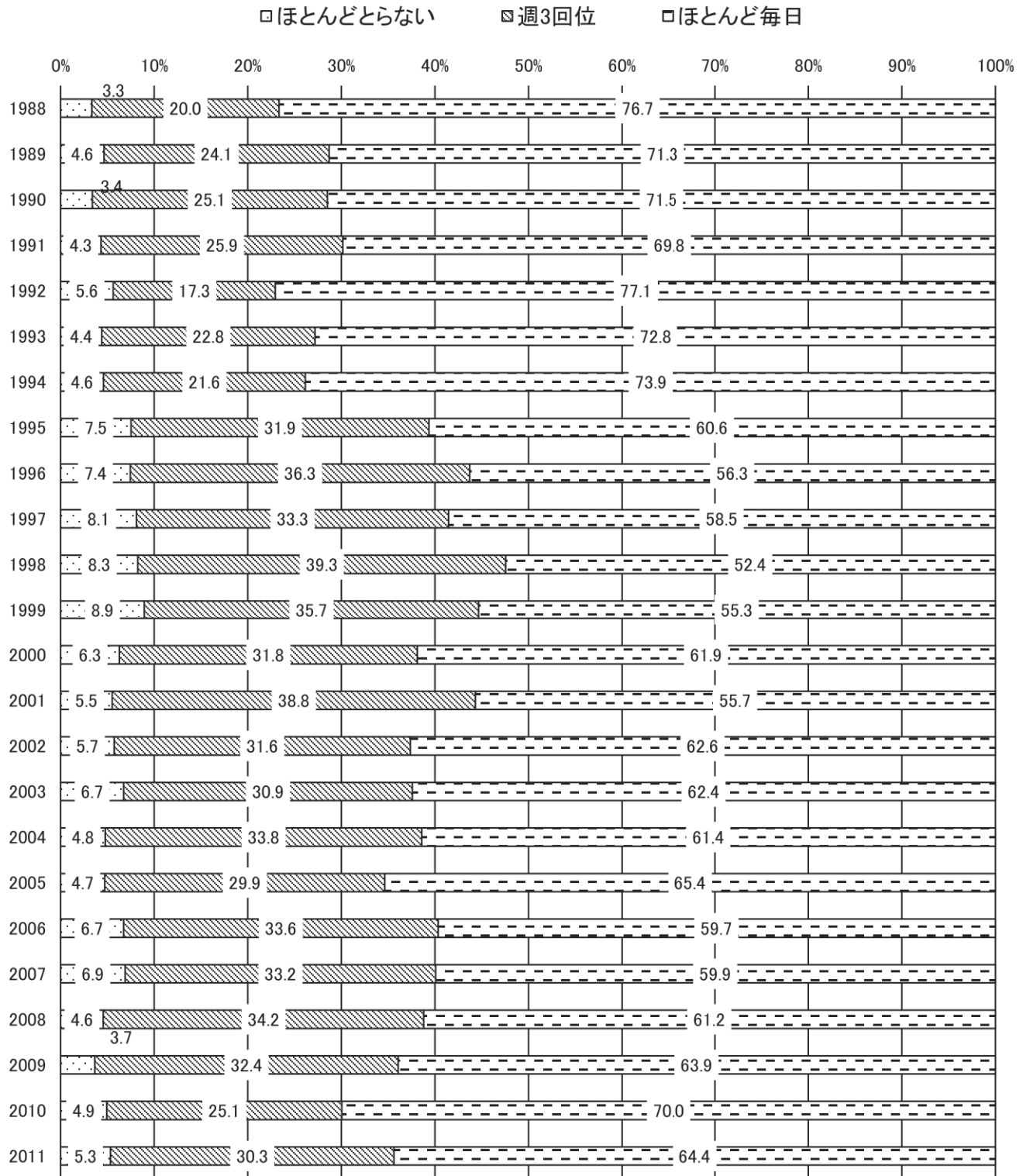
□ほとんどとらない    ▨週3回位    □ほとんど毎日



(年度生まれ)

市販のジュースを毎日摂取する割合は1990年代後半に15%を超えていたが、その後低下傾向となり、2000年代後半には10%程度となった。市販のジュースは「市販のジュース（スポーツ飲料含む）」という聞き方をしており、その内容（100%ジュースかスポーツ飲料かなど）によっても割合が異なってくるので、解釈には注意が必要である。

## 野菜の摂取状況

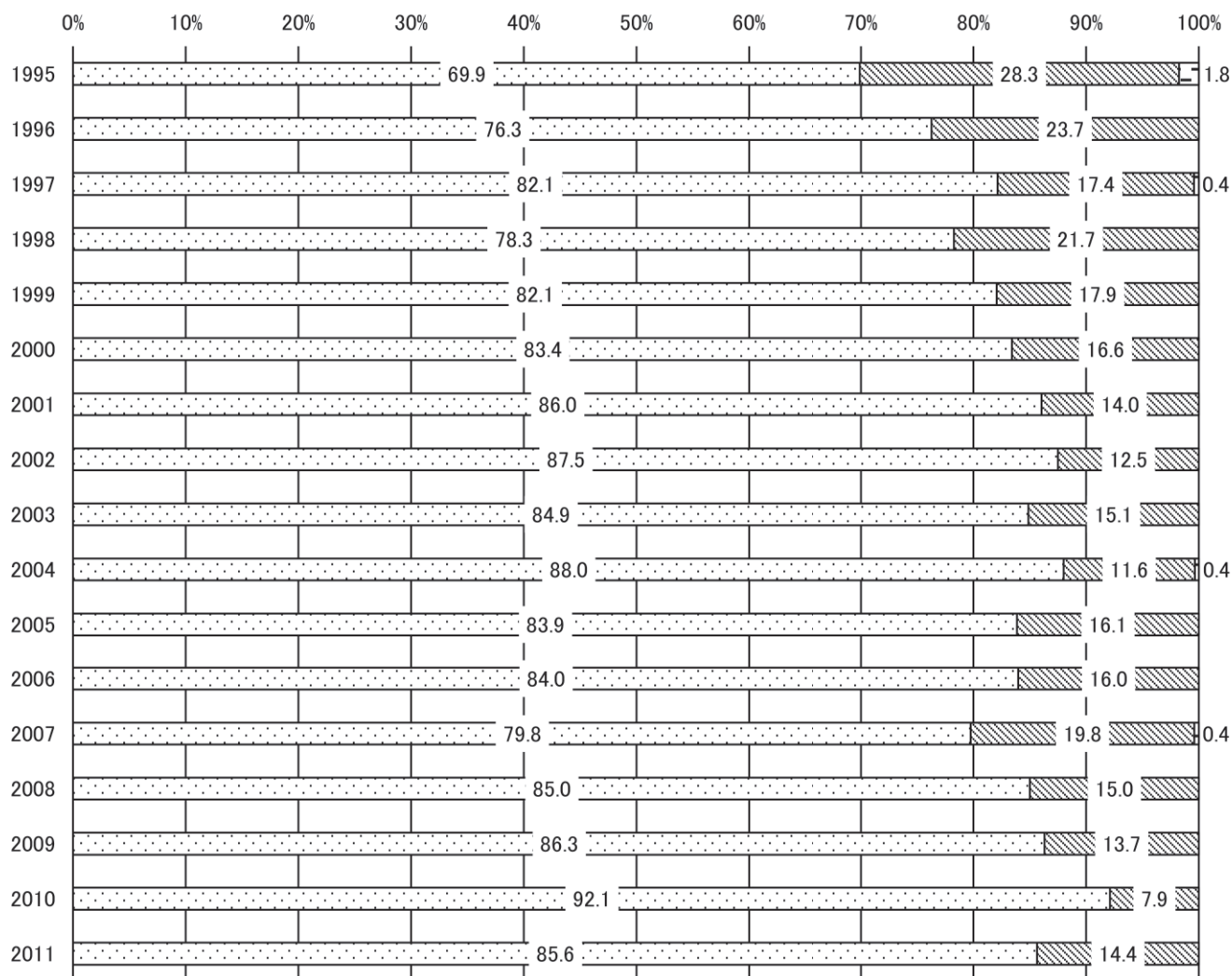


(年度生まれ)

野菜の摂取については、1995年に質問の仕方が変更となり、それまで「野菜」の摂取という聞き方から「緑黄色野菜」「淡黄色野菜」の摂取へ変更した。「緑黄色野菜」「淡黄色野菜」いずれかを「ほとんど毎日」摂取すると回答した場合を「野菜をほとんど毎日」摂取するとした。1998年以降をみると「野菜をほとんど毎日」摂取する割合は上昇傾向にあり2010年代には60%を超えるようになった。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

## ファーストフードの摂取状況

□ほとんどとらない      ▨週3回位      □ほとんど毎日

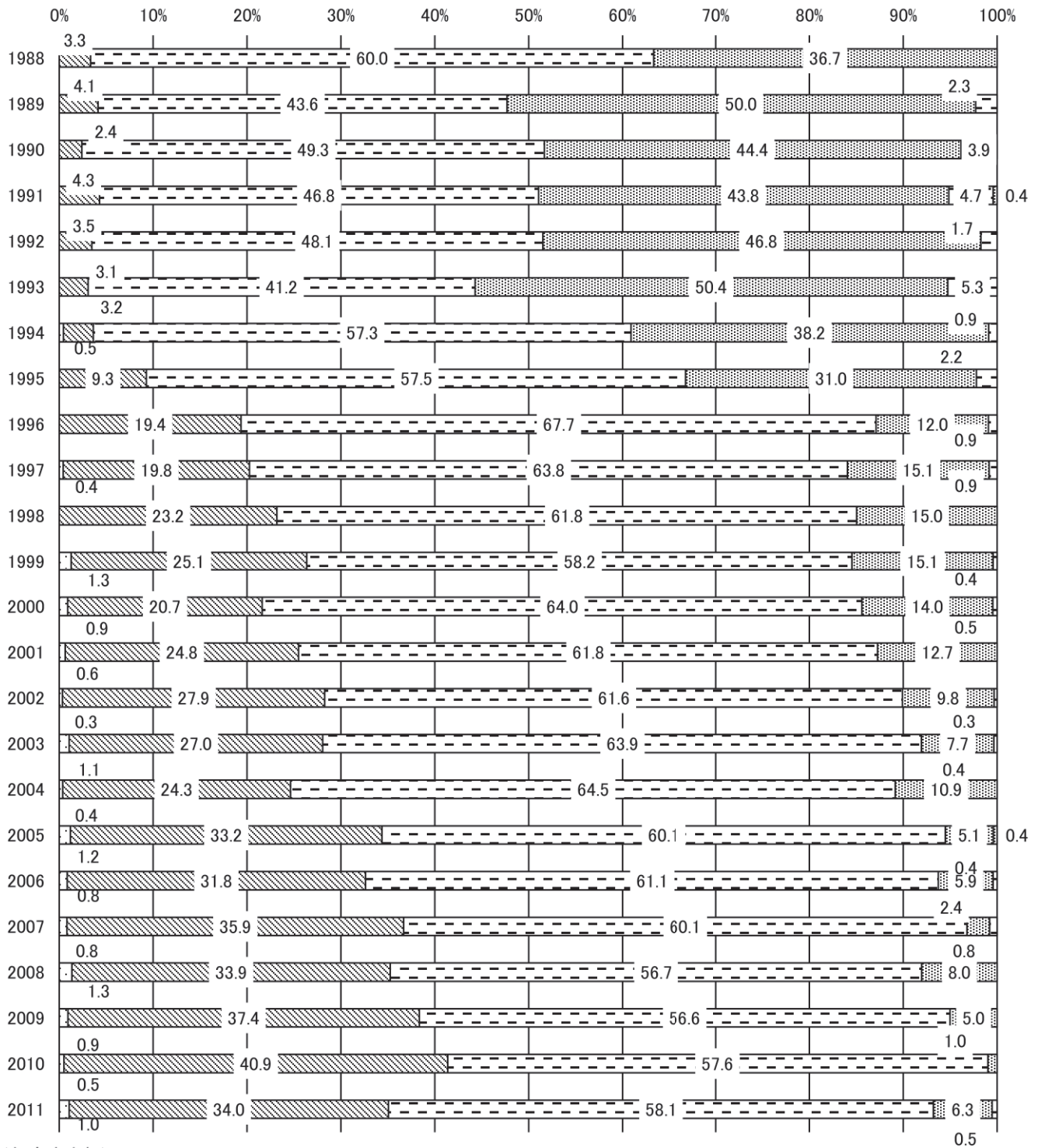


(年度生まれ)

週3日ファーストフードを摂取する割合は1990年代後半に20%前後であったが、その後低下傾向にあり、2010年代には15%を割り込むようになった。保健活動を通じた食育が浸透してきている可能性がある。

# 起床時間(子ども)

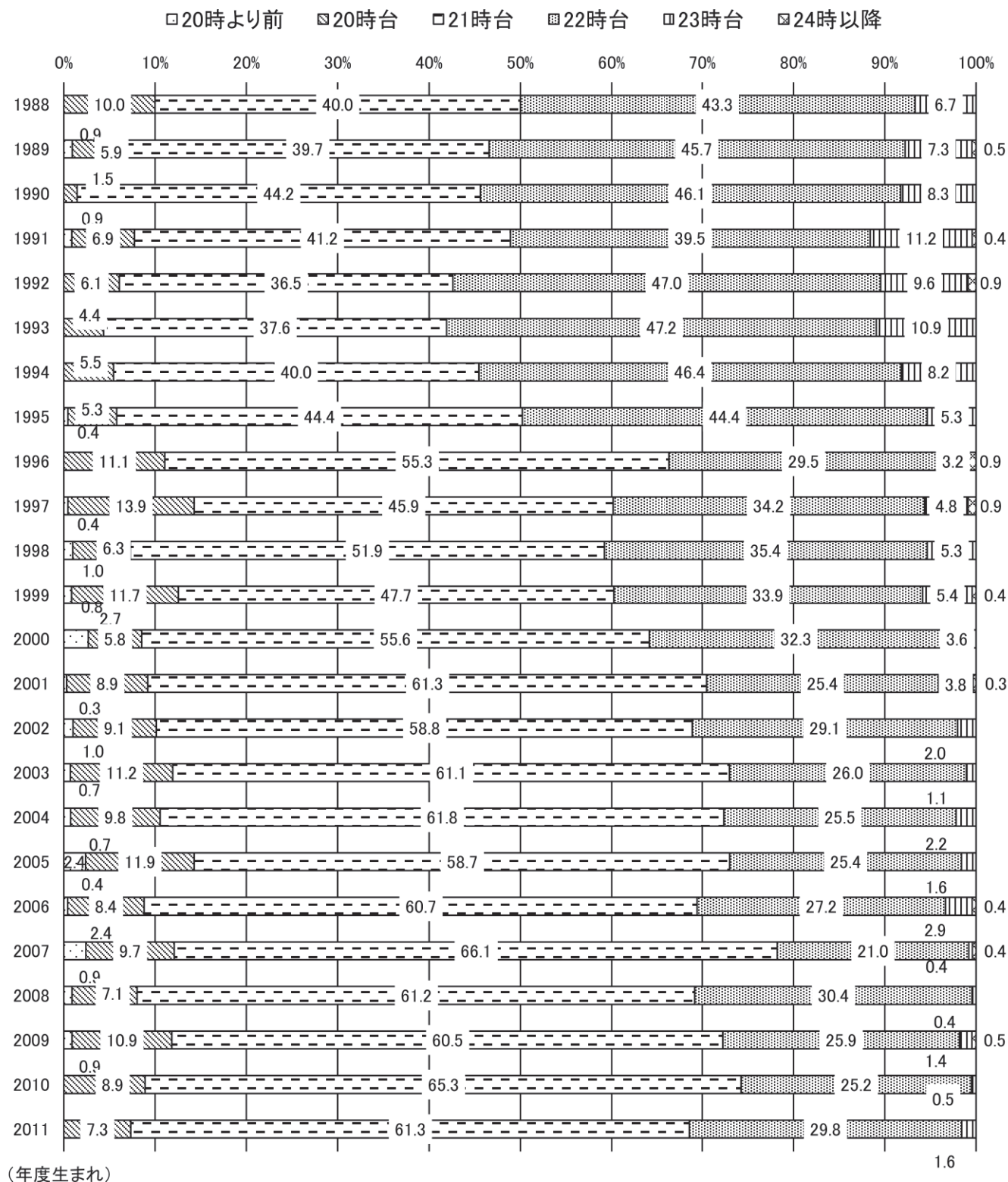
□6時より前 □6時台 □7時台 □8時台 □9時台 □10時以降



(年度生まれ)

1994年より起床時間が小数点表記された関係で、1995年に大幅な変化がみられる。1990年代後半より6時台の起床の割合が上昇傾向となり、2010年以降には30%後半に達している。母親の就業が影響していると考えられる。

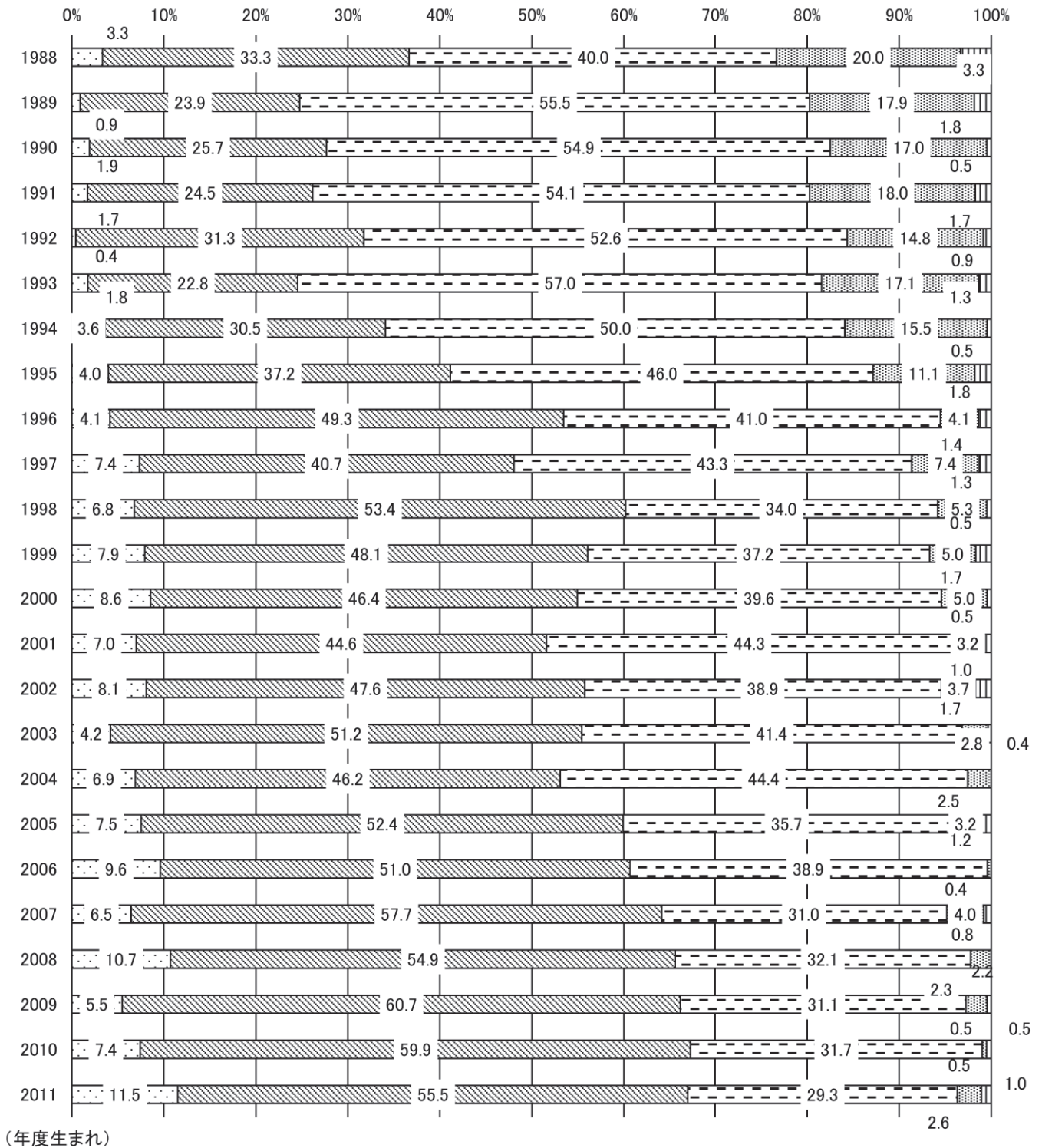
## 就寝時間(子ども)



1994年より就寝時間が小数点表記された関係で、1995年に大幅な変化がみられる。1990年代後半以降、22時以前就寝の割合が上昇傾向となり、2001年以降には70%程度となっている。2001年に日本小児保健協会より「子どもの睡眠に関する提言」が発表されたことが影響していると考えられた。

# 平均睡眠時間(子ども)

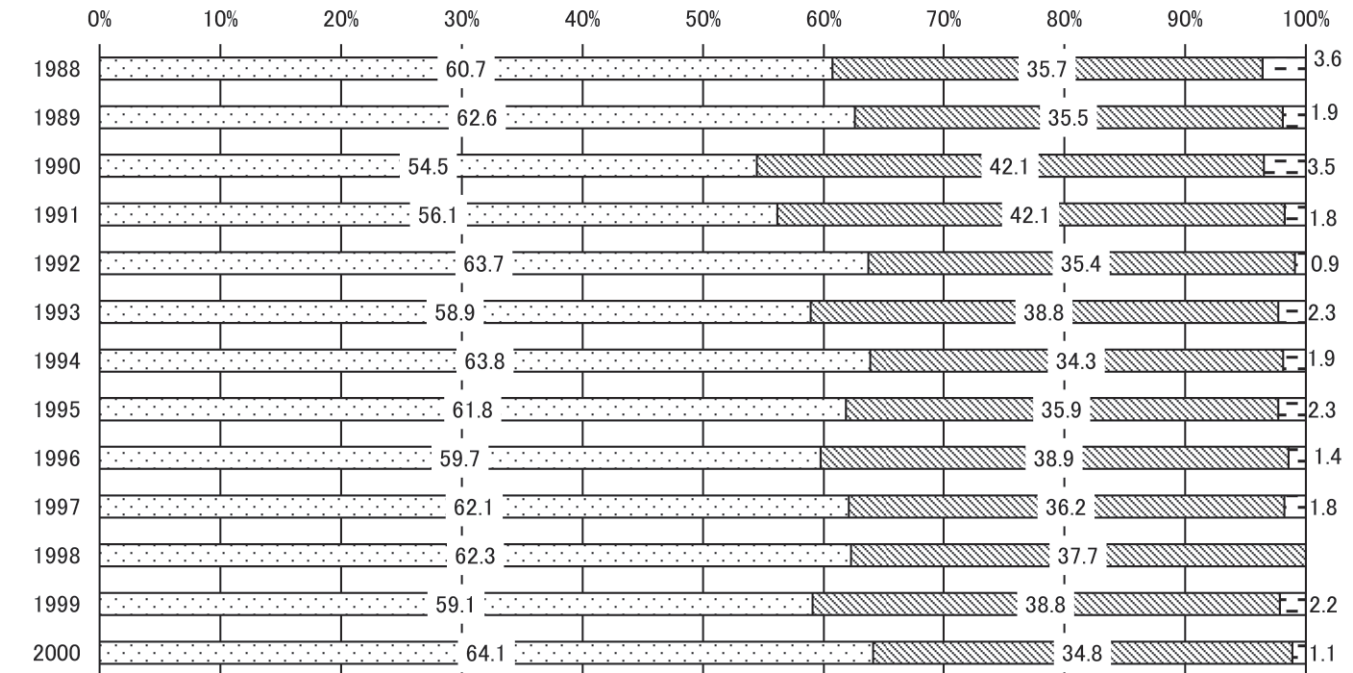
□8時間未満 □8~9時間 □9~10時間 □10~11時間 □11時間以上



1994年より就寝時間が小数点表記された関係で、1995年に大幅な変化がみられる。1990年代後半以降、睡眠時間9時間未満の割合が上昇傾向にある。22時以降の就寝割合が上昇傾向にあるにもかかわらず、睡眠時間が短くなる傾向にあるのは、起床時間が早くなっていることの方が影響していることが考えられる。

## 母の就業(1988～2000年度生まれまで)

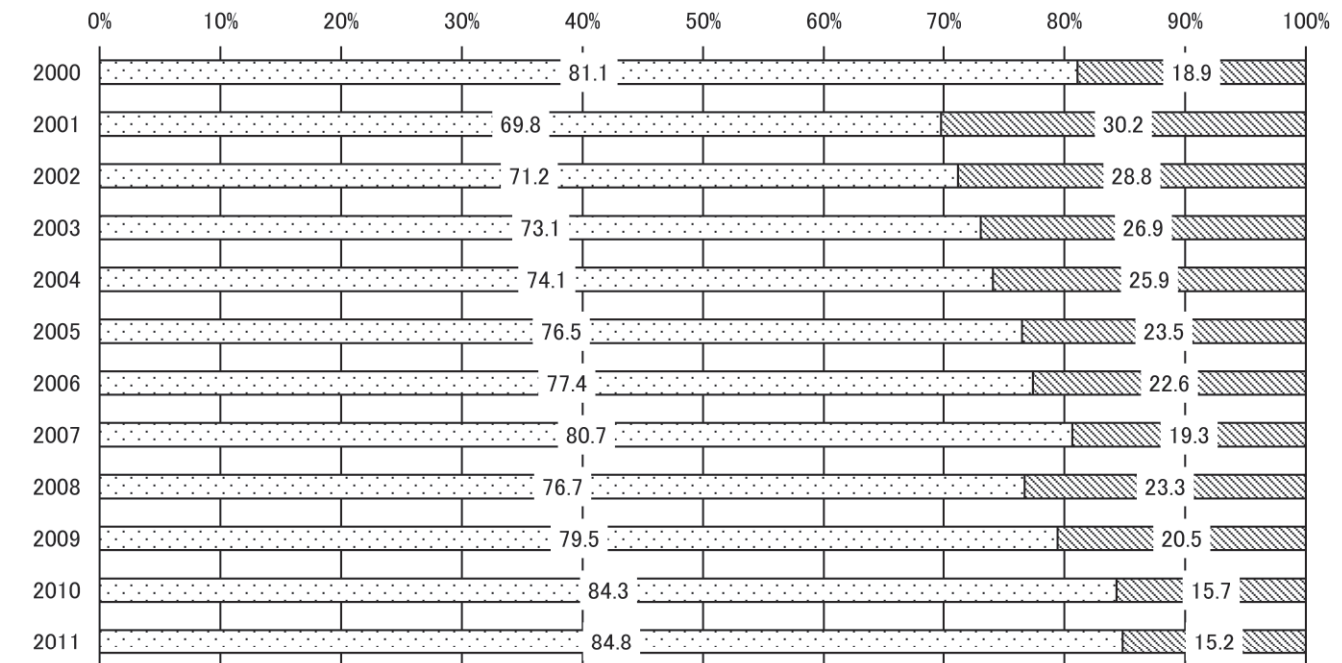
□勤めている    ▨勤めていない    □その他  
 ※勤めている: 仕事をしている・休職中    勤めていない: 専業主婦・学生



(年度生まれ)

## 母の就業(2000～2011年度生まれまで)

□勤めている    ▨勤めていない  
 ※勤めている: 仕事をしている・休職中    勤めていない: 専業主婦・学生

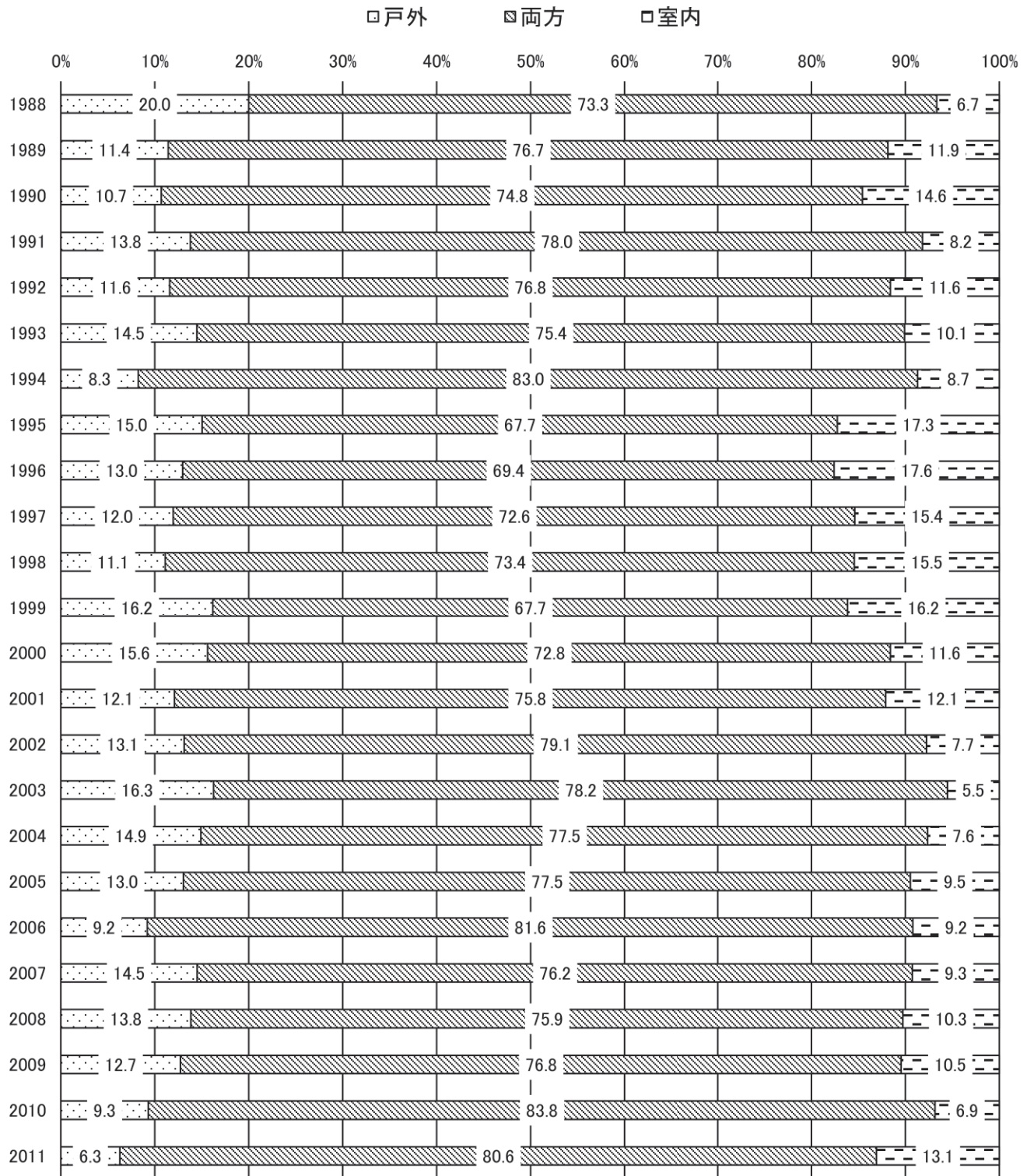


(年度生まれ)

就業している母の割合は、1990年代後半まで60%程度だったが、2000年以降上昇傾向となり、2000年以降70%を超え、2010以降は80%を超えた。



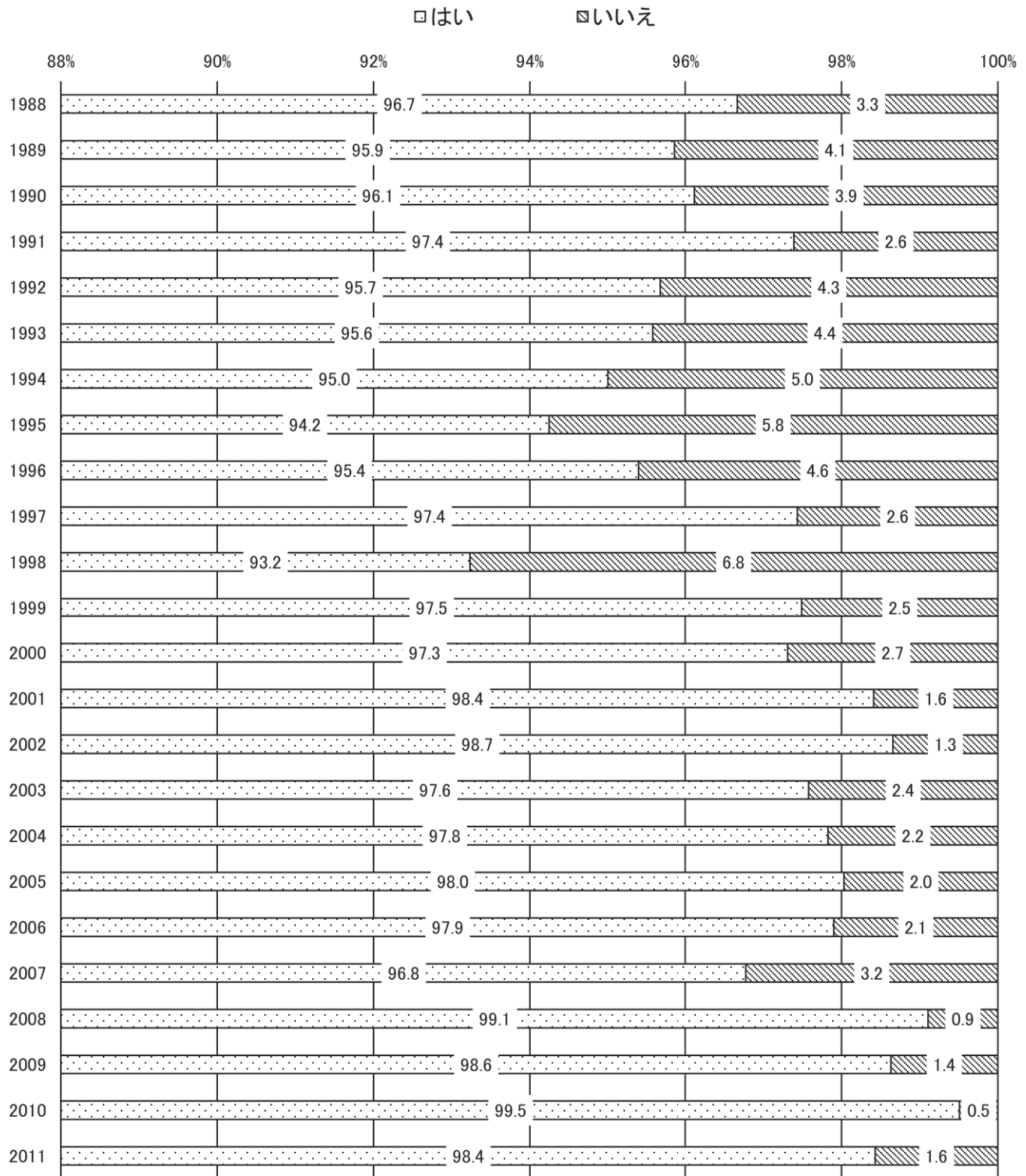
# 子どもの遊ぶ場所



(年度生まれ)

1990年代後半は室内の遊びをする児の割合が若干増加しているが、それ以外は概ね10%前後を推移している。

# 食事は1日3回か



(年度生まれ)

食事が1日3回でない場合の多くは朝食欠食と思われる。2000年以降その割合は低下傾向にあり、2000年代には3%未満となっている。朝食の重要性含めた保健指導が浸透している可能性がある。

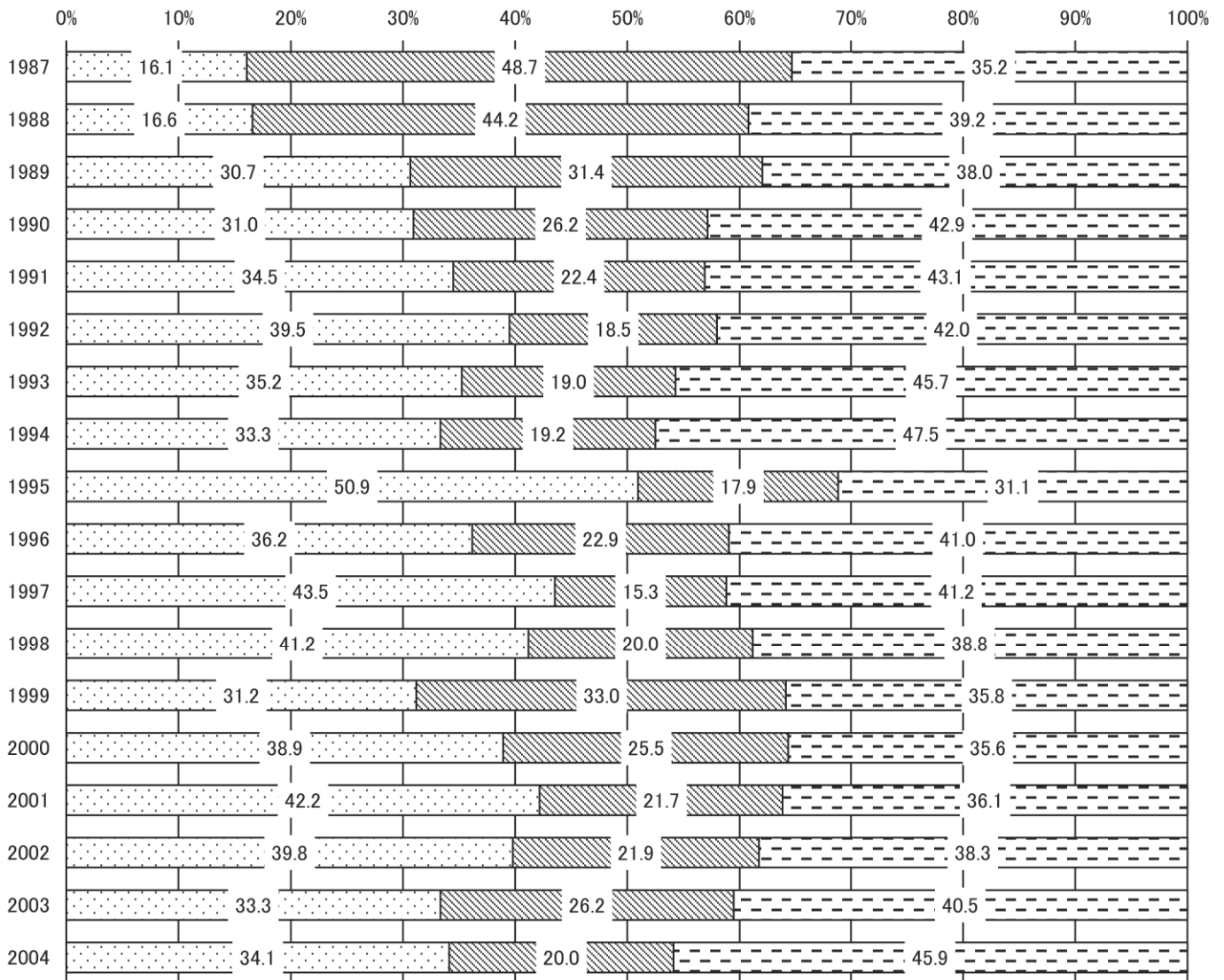


(5) 懐かしい質問等



# 1歳6ヶ月児、おばあちゃん子(又はおじいちゃん子)

□はい □いいえ □どちらともいえない

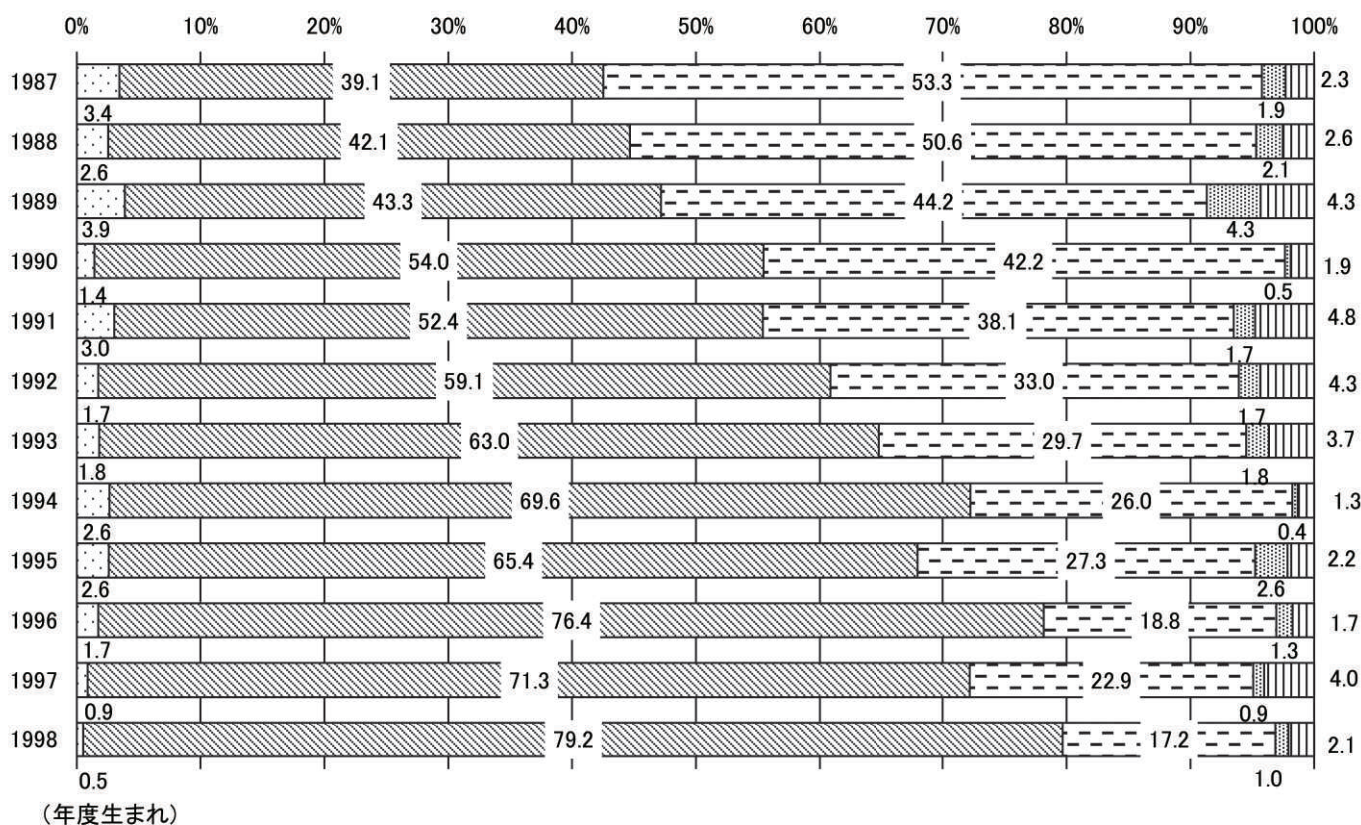


(年度生まれ)

おばあちゃん子の割合は1989年に倍増し、その後は30~40%台で推移していた。核家族化がどのように影響しているかは気になるところである。

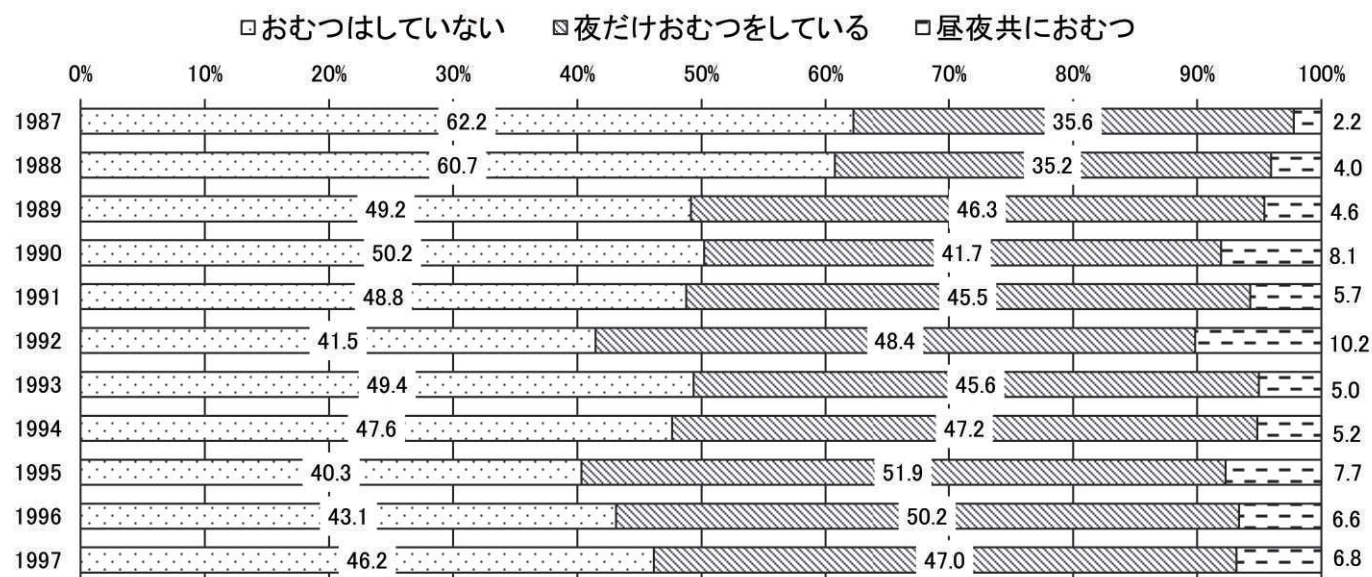
## 1歳6ヶ月児、おむつの種類

□布おむつのみ □紙おむつのみ □両方を使い分けている □特にどちらとも決めていない □その他



当初は紙おむつと布おむつを使い分けている人の割合が多かったが、段階的に紙おむつをみの使用割合が増えていった。紙おむつの使用率の上昇は紙おむつの品質向上や価格の低下、女性の社会進出などが関係していると考えられる。

### 3歳児、おむつがとれているか？



(年度生まれ)

おむつはしていない割合が徐々に減少し、夜だけもしくは昼夜共におむつをしている割合が増加していた。おむつがとれる時期と使用しているおむつの種類に関連(布おむつの方が早くおむつがとれる)があることも指摘されていることから、現代の割合が気になるところである。



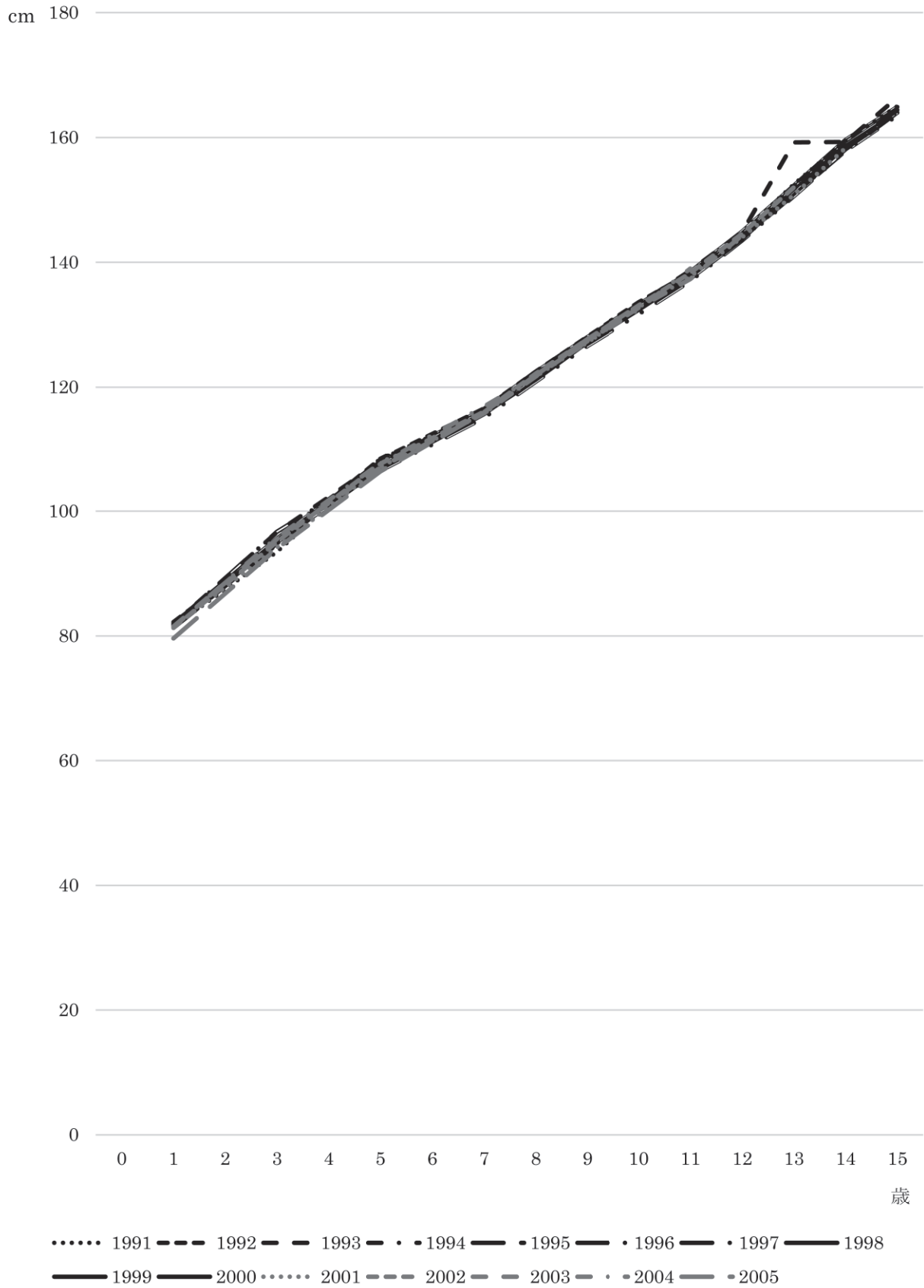


## (6) 体格の経年推移



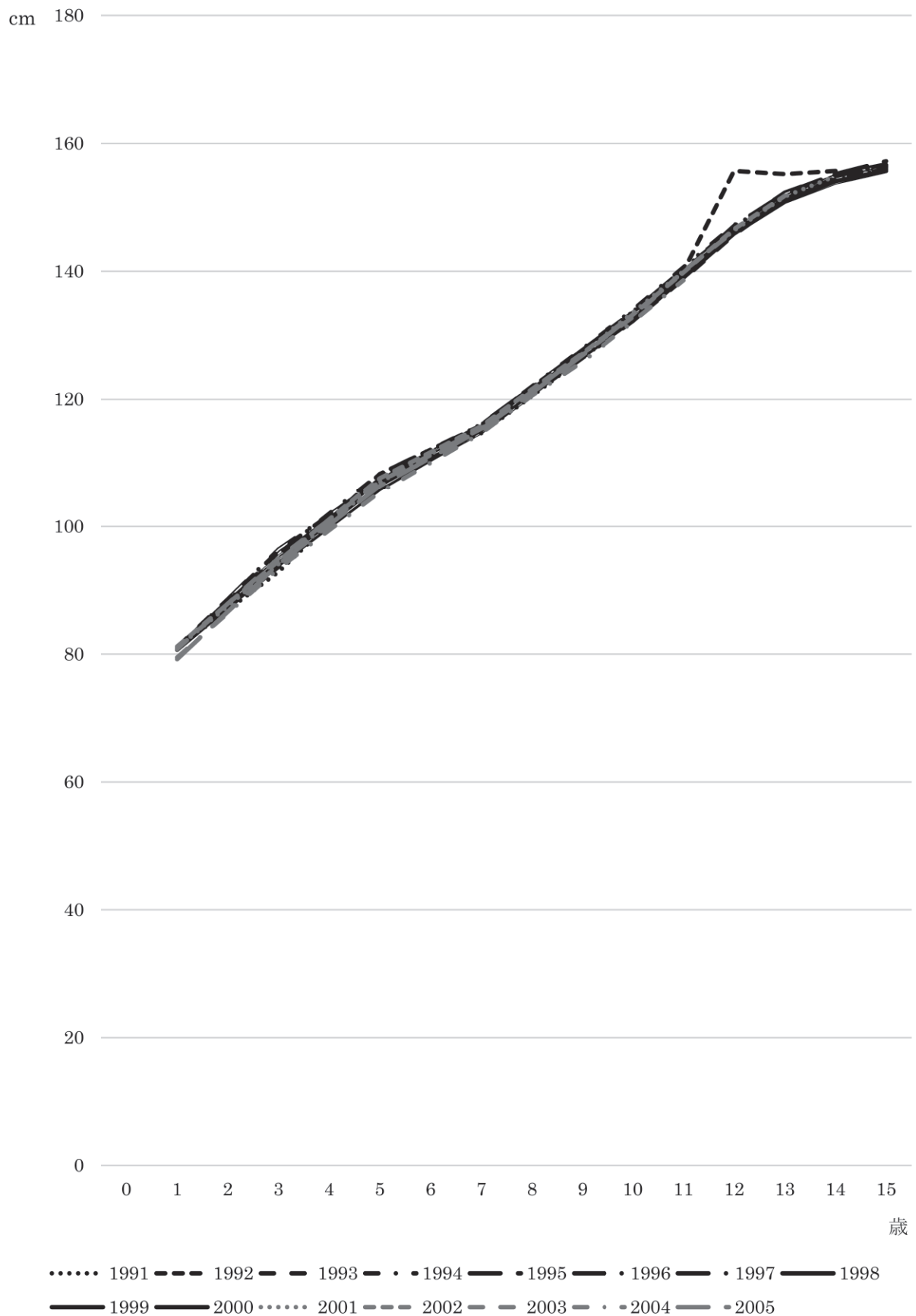
男子の身長は1990年代、2000年代、2010年代生れに大きな変化はない。

### 経年推移（身長、男子）



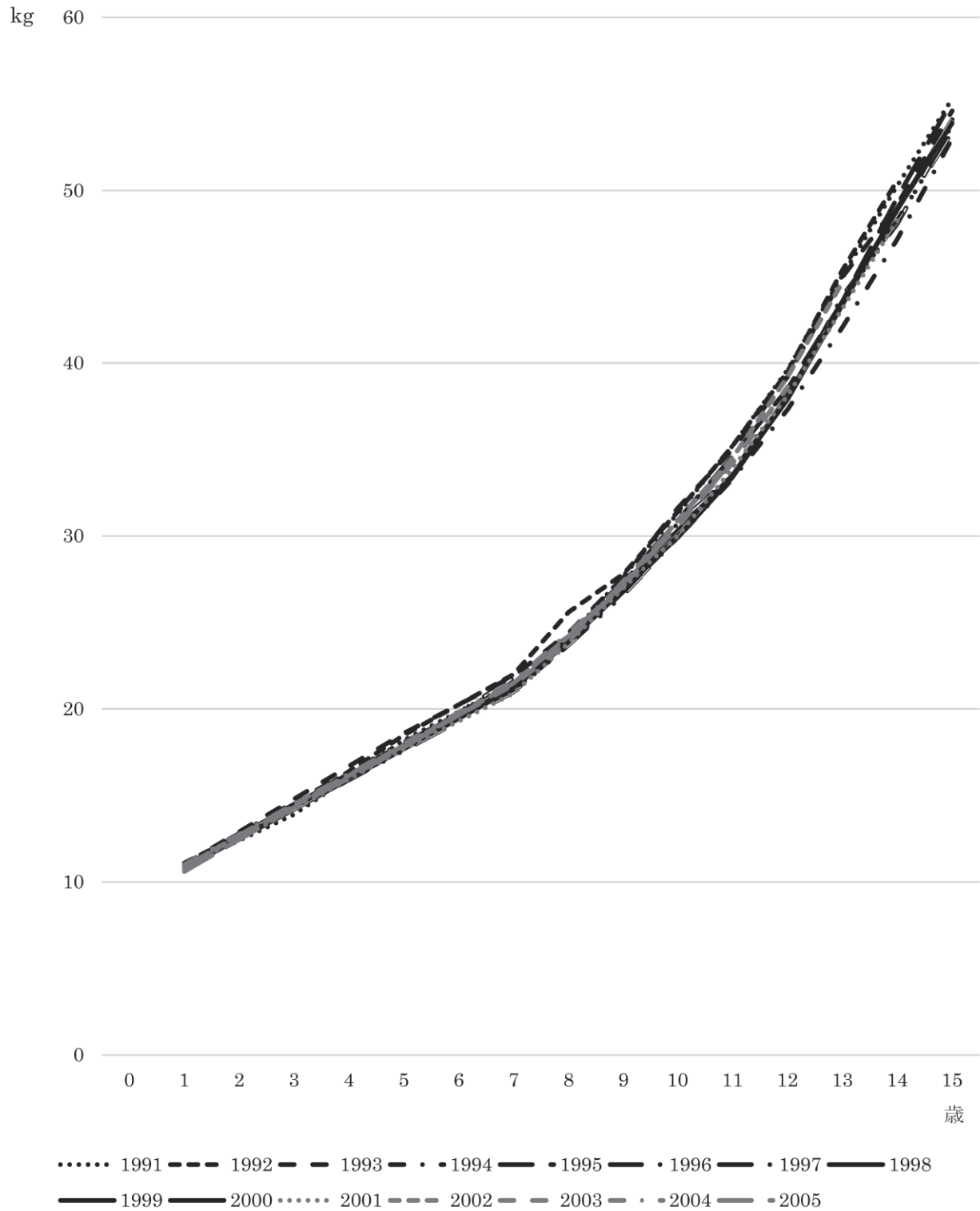
女子の身長は1990年代、2000年代、2010年代生まれに大きな変化はない。

### 経年推移（身長、女子）



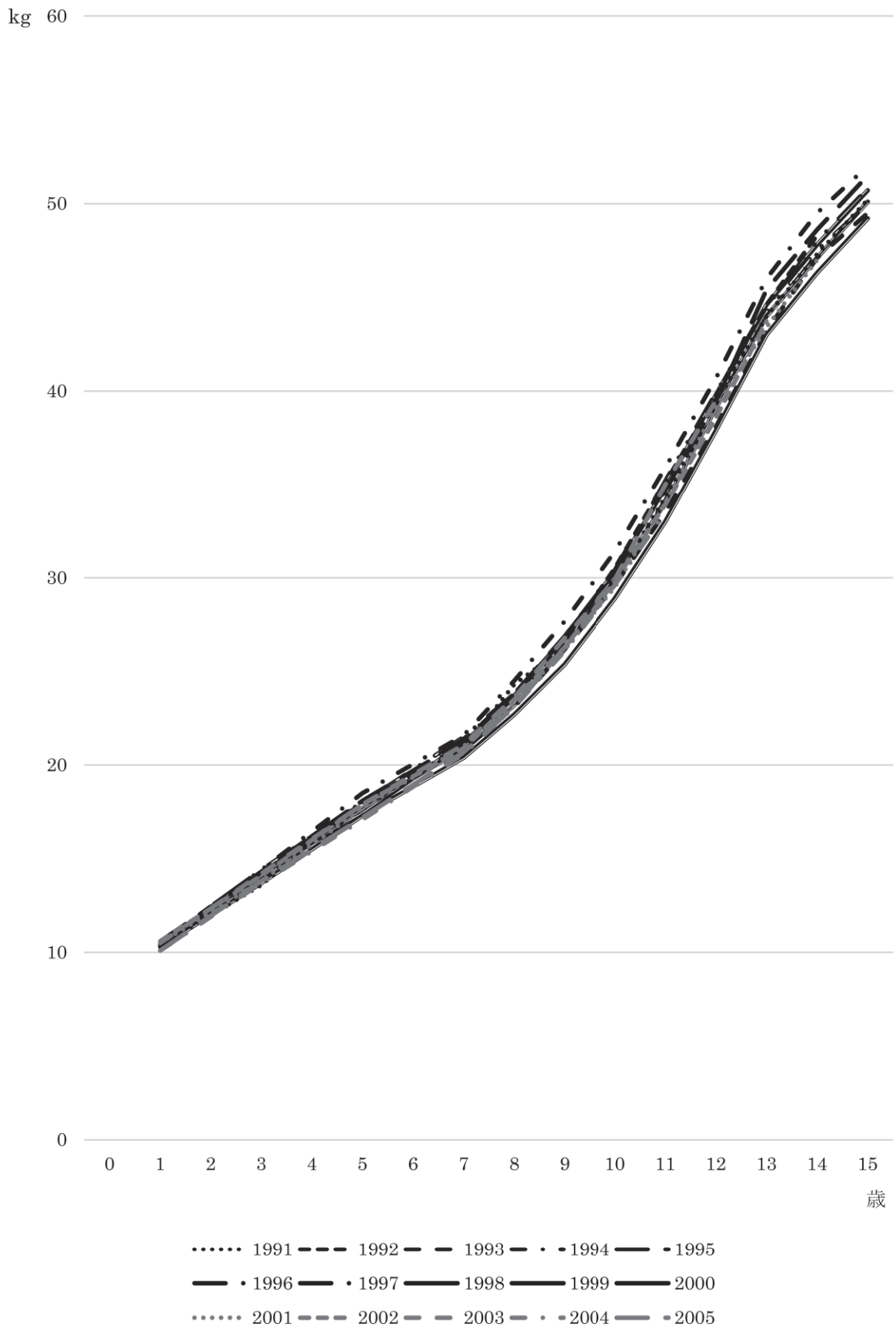
男子の体重は 1990 年代、2000 年代、2010 年代生れに大きな変化傾向はない。

### 経年推移（体重、男子）



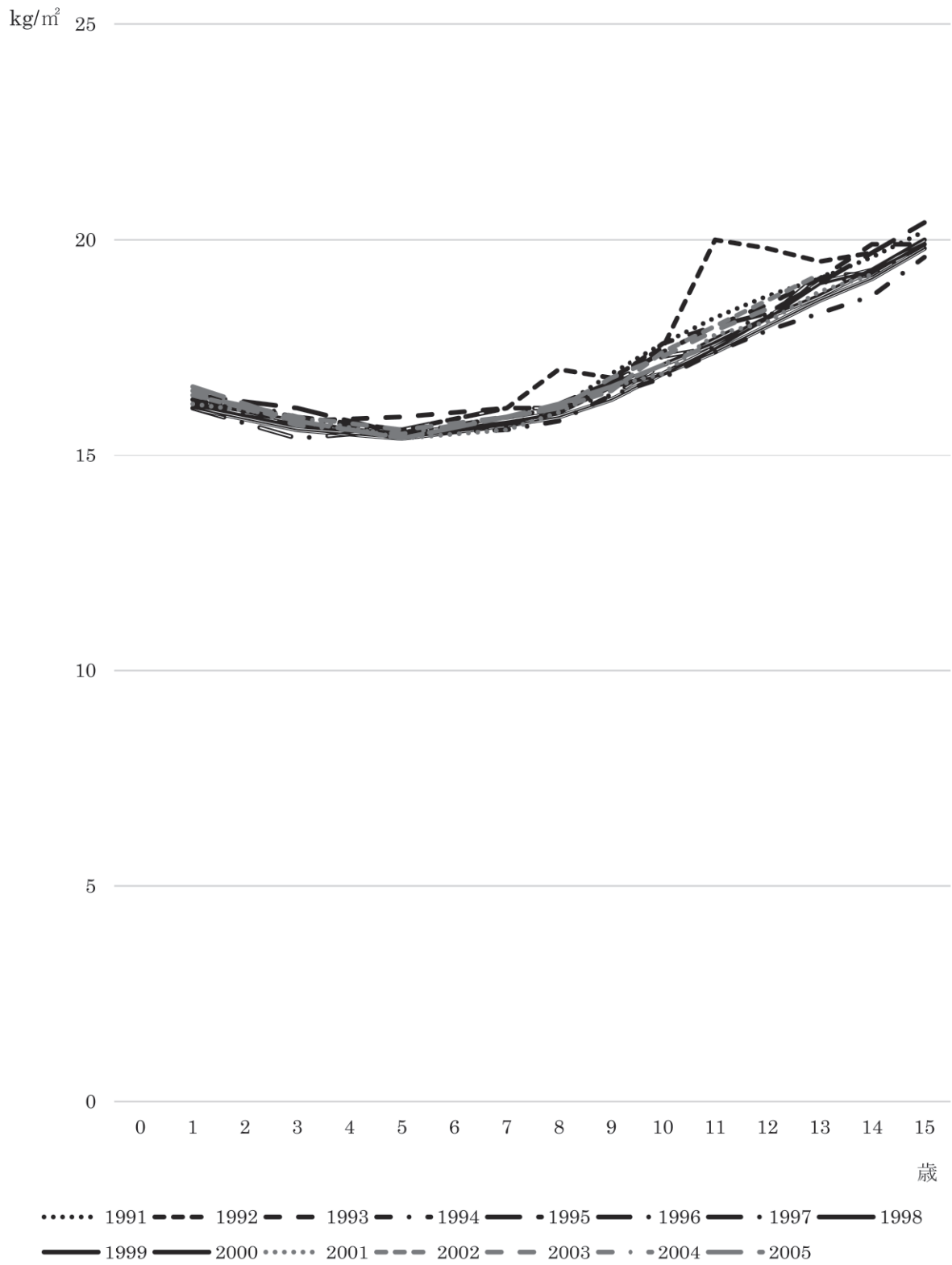
女子の体重は 1990 年代、2000 年代、2010 年代生れになるにつれて平均値が減少傾向にある。

### 経年推移（体重、女子）



男子の体格を BMI (Body Mass Index; 体重 ÷ (身長 × 身長)) で表すと、1990 年代、2000 年代、2010 年代生れに大きな変化はない。

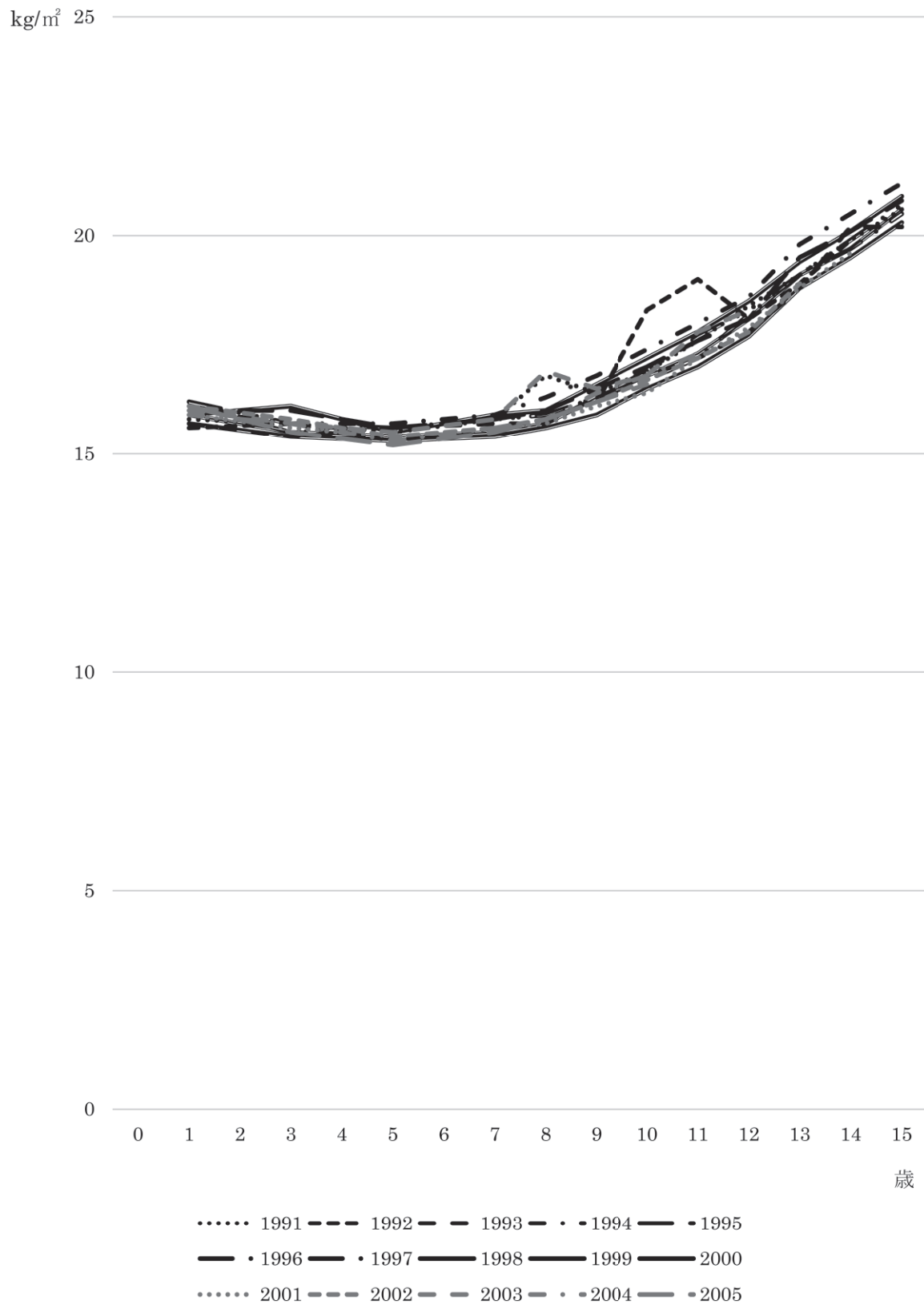
### 経年推移 (BMI、男子)





女子の体格を BMI (Body Mass Index; 体重 ÷ (身長 × 身長)) で表すと、1990 年代、2000 年代、2010 年代生れになるにつれて減少傾向にある。

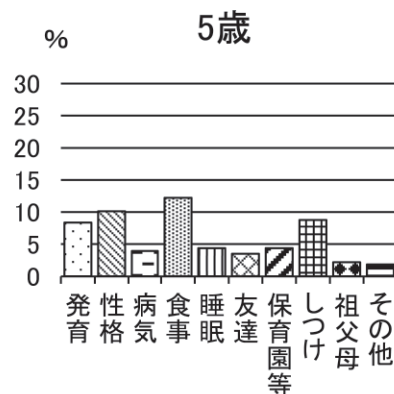
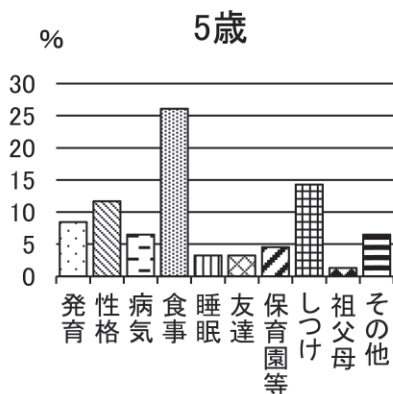
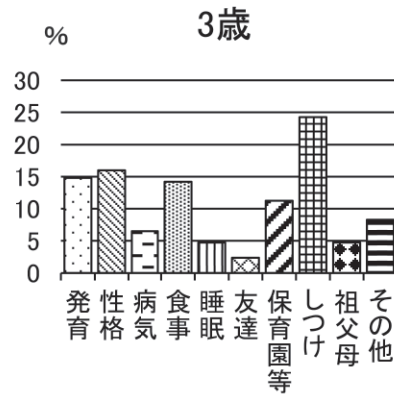
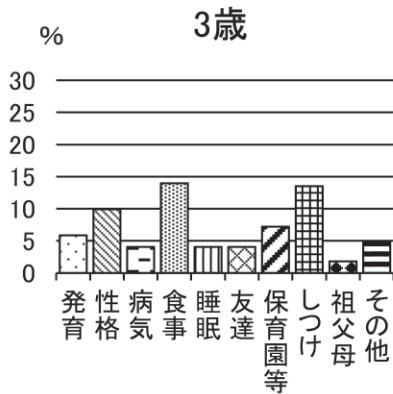
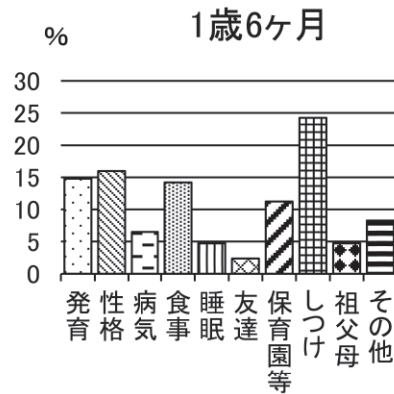
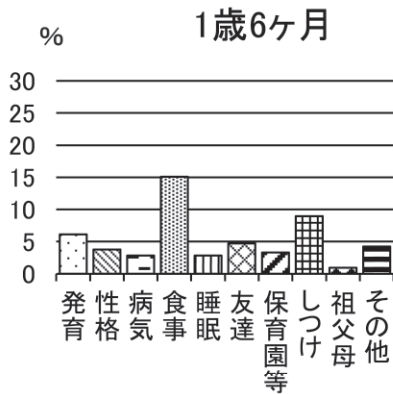
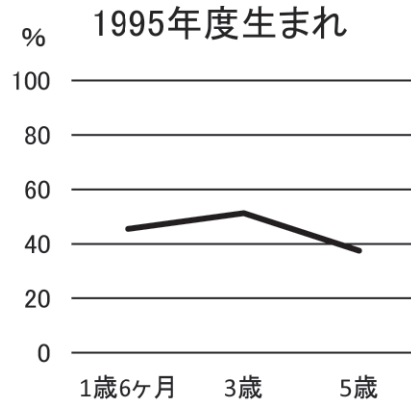
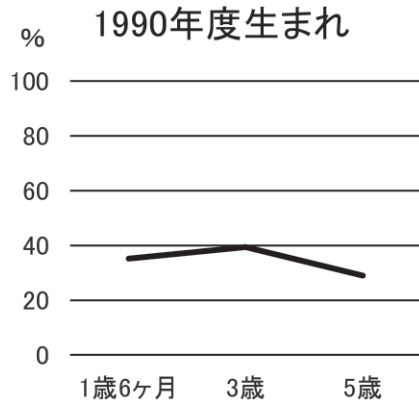
### 経年推移 (BMI、女子)



## (7) 子どもの悩み 年齢別比較

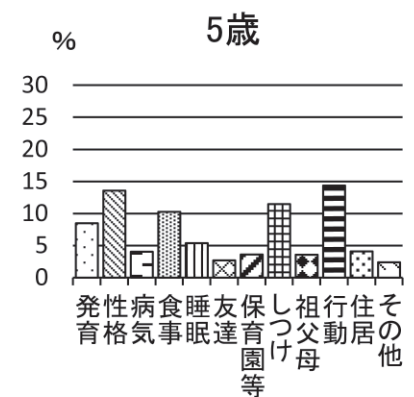
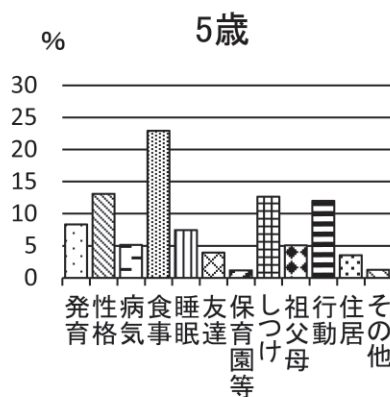
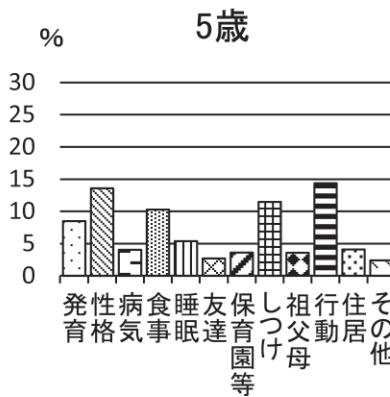
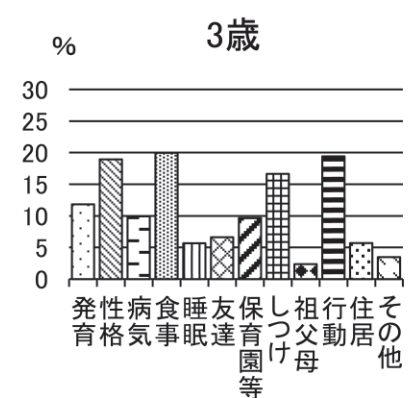
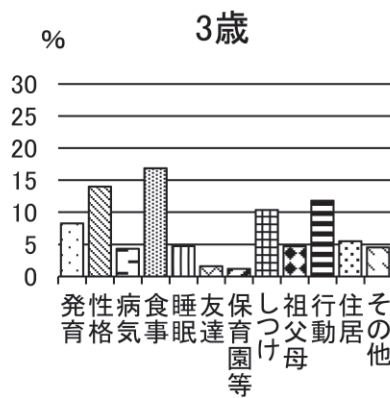
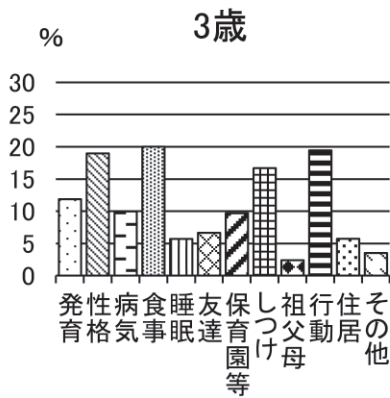
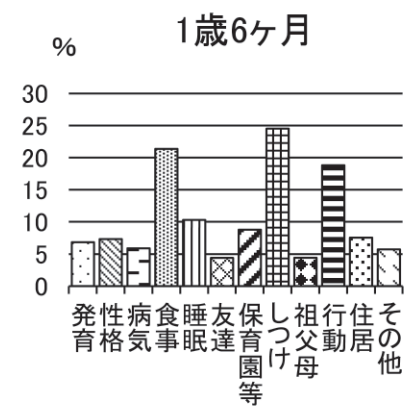
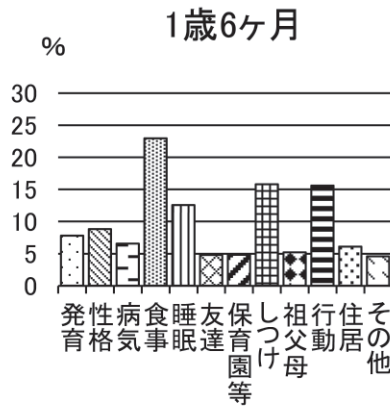
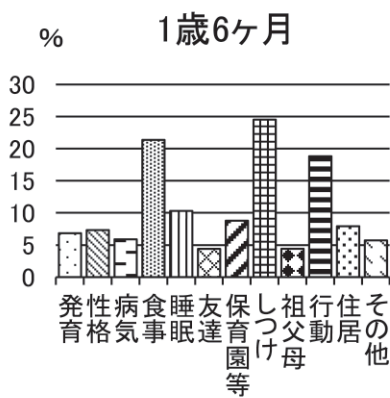
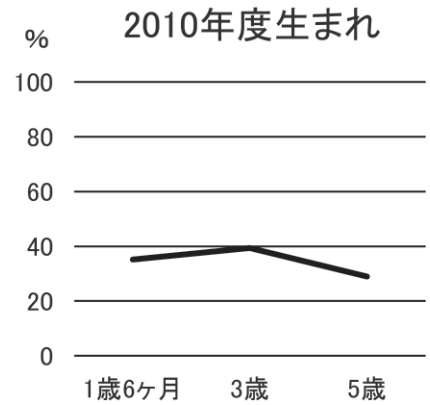
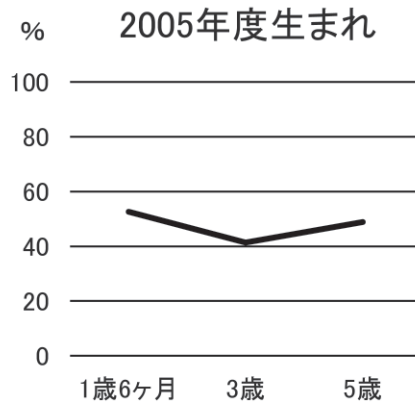
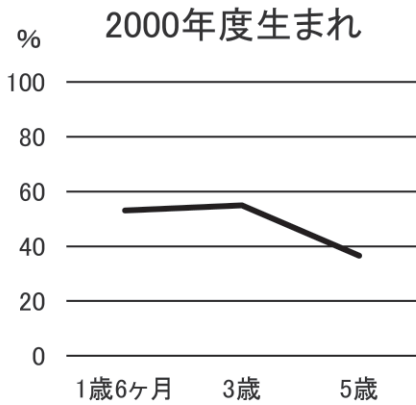


## 悩みがあるかとその内容



健診時に「育児のことで現在悩んでいることがありますか」との問いに「ある」と答えた割合を折れ線グラフで示した。複数回答ありで、その内容を聞いた結果が棒グラフである。1990年生まれでは、各健診で食事が悩みのトップであったが、1995年生まれでは、しつけについての悩みが多かったようである。

悩みがあるかとその内容



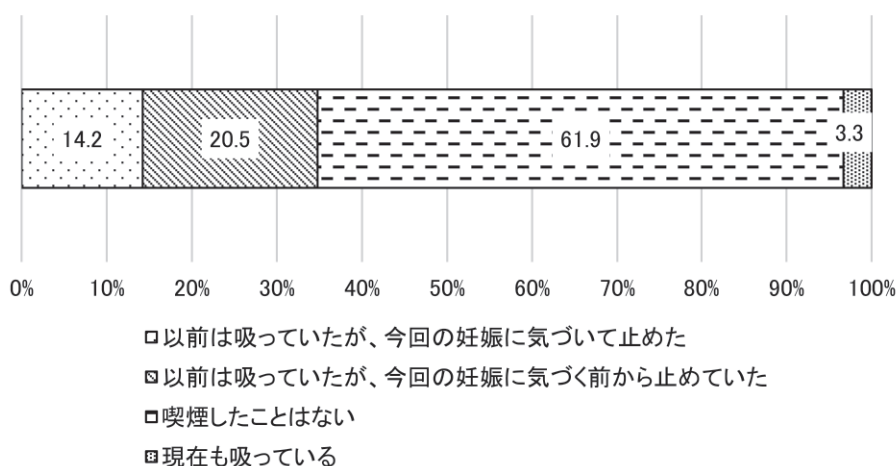
前頁に続いて、育児の悩みについてである。多くの世代では、3歳の時に育児の悩みを自覚しているお母さんが多いようである。そして5歳になると減少している。昔と比べると、育児の悩みがある割合はそれほど増えていないが、様々な内容に複数丸をつける傾向が見られる。

## (8) エコチル参加者における甲州市と山梨県の比較



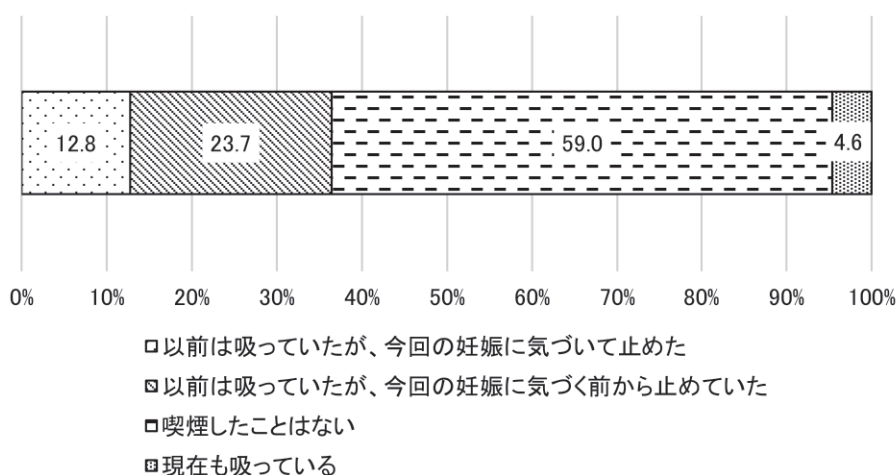
○ エコチル参加者(甲州市 vs 山梨県)および甲州市全体との比較

### 母親の喫煙状況



エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)喫煙状況(甲州市)N=302

### 母親の喫煙状況



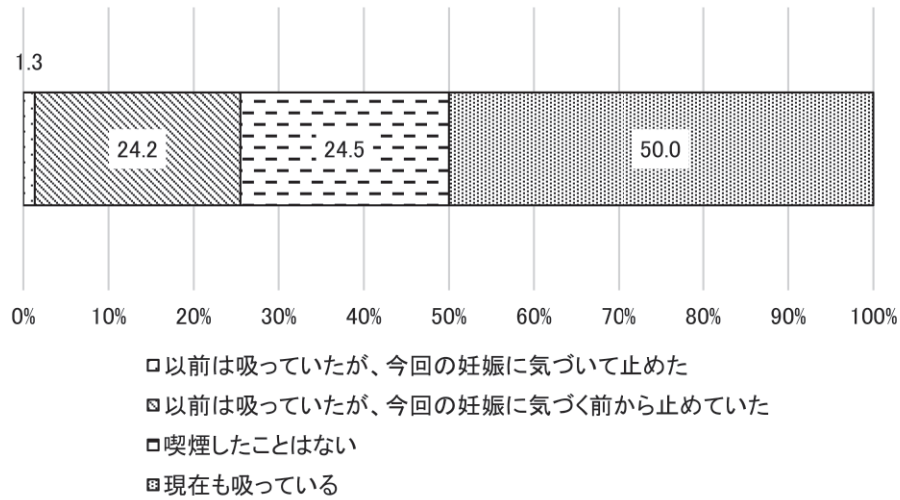
エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)喫煙状況(山梨県)N=4,465

平均的に大きな違いはないが、甲州市は妊娠に気づいてやめた人が多く、現在の喫煙者が山梨県より少ない。

甲州市においてエコチル参加者の状況は甲州市全体(2011年度:以前は吸っていたが妊娠を契機にやめた人が17.2%、妊娠する前からやめた人が14.6%、喫煙をしたことがない人が65.6%、現在も吸っている人が2.6%)とほぼ同程度であった。

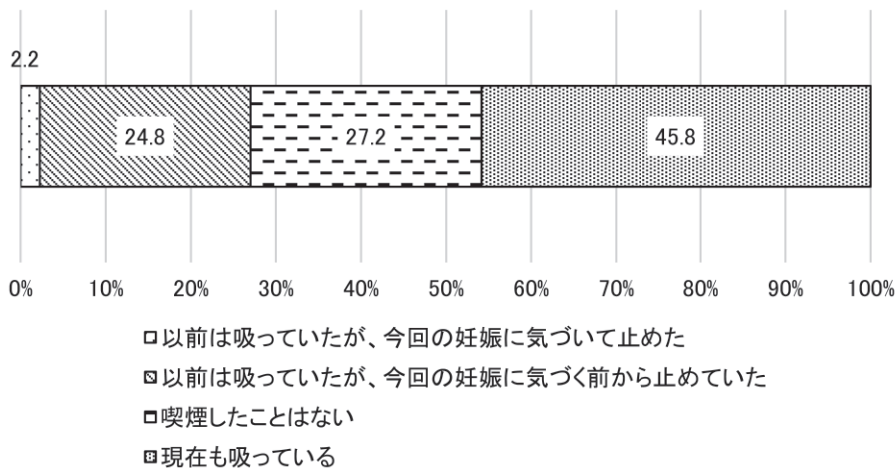


## 父親の喫煙状況



エコチル調査参加父親(妊娠前期 2011 年～2014 年)喫煙状況(甲州市)N=298

## 父親の喫煙状況

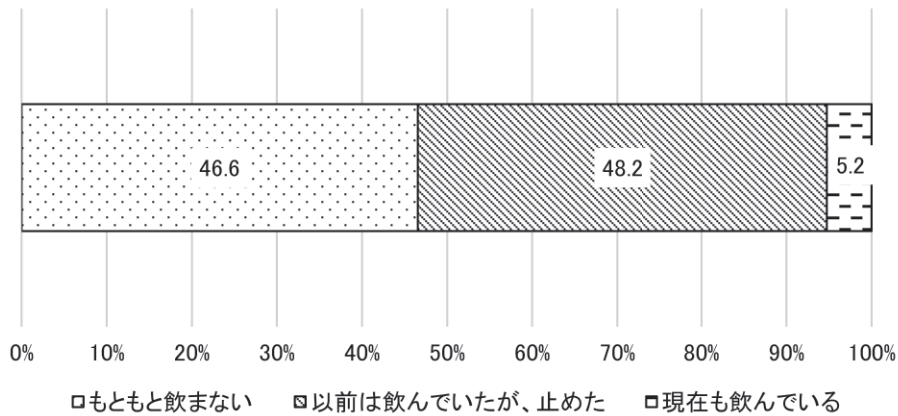


エコチル調査参加父親(妊娠前期 2011 年～2014 年)喫煙状況(山梨県)N=4,386

山梨県と比べると、甲州市では、現在もタバコを吸っている父親が多い。妊娠に関係なく禁煙を行なったお父さんの割合が一致している。

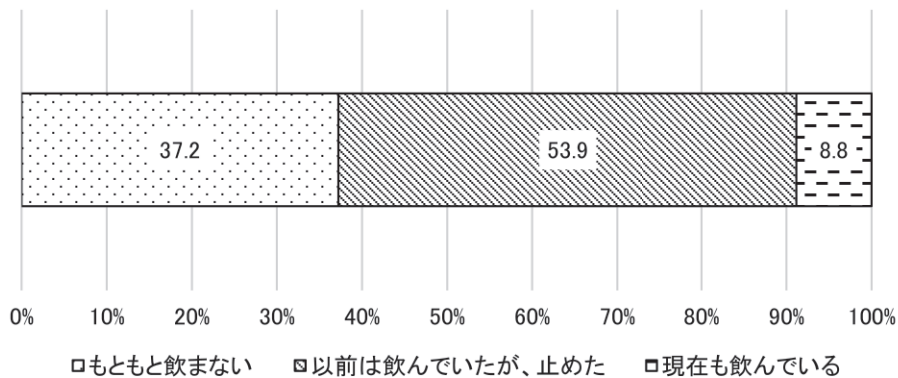
甲州市のエコチル調査参加者は甲州市全体（2011 年度：以前は吸っていたが妊娠を契機にやめた 2.7%、以前は吸っていたが妊娠前からやめた 20.4%、喫煙したことがない 27.4%、現在も吸っている 49.5%）と比較して、喫煙したことのない人の割合が多かった。

## 母親の飲酒状況



エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)飲酒状況(甲州市)N=305

## 母親の飲酒状況

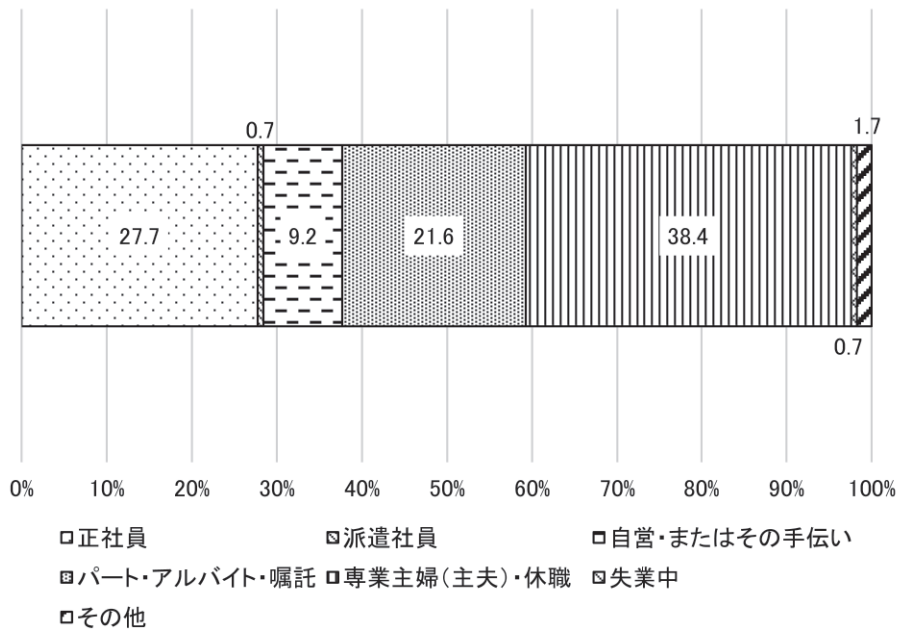


エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)飲酒状況(山梨県)N=3,003

妊娠前期において、甲州市では以前から飲まない人が 10%弱多く、妊娠判明後も飲酒を継続している妊婦が山梨県よりも少ない。

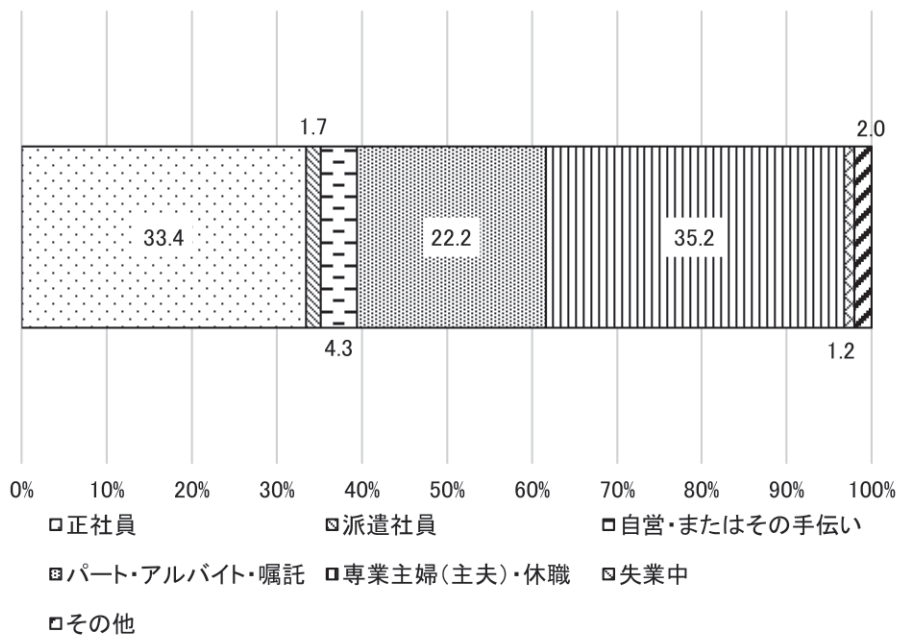
甲州市のエコチル参加者は甲州市全体(2011 年:もともと飲まない 46.4%、妊娠を契機にやめた 39.6%、妊娠する前からやめた 7.8%、飲んでいる 6.3%)と比較して、ほぼ同様の傾向にある。

## 母親の就業状況



エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)就労状況(甲州市)N=292

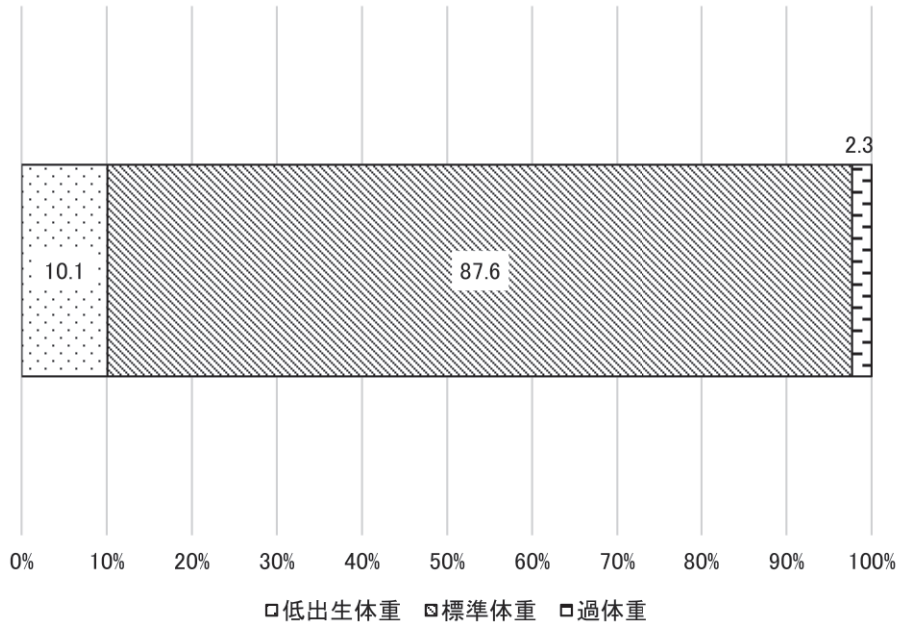
## 母親の就業状況



エコチル調査参加妊婦(妊娠前期 2011 年～2014 年)就労状況(山梨県)N=4,295

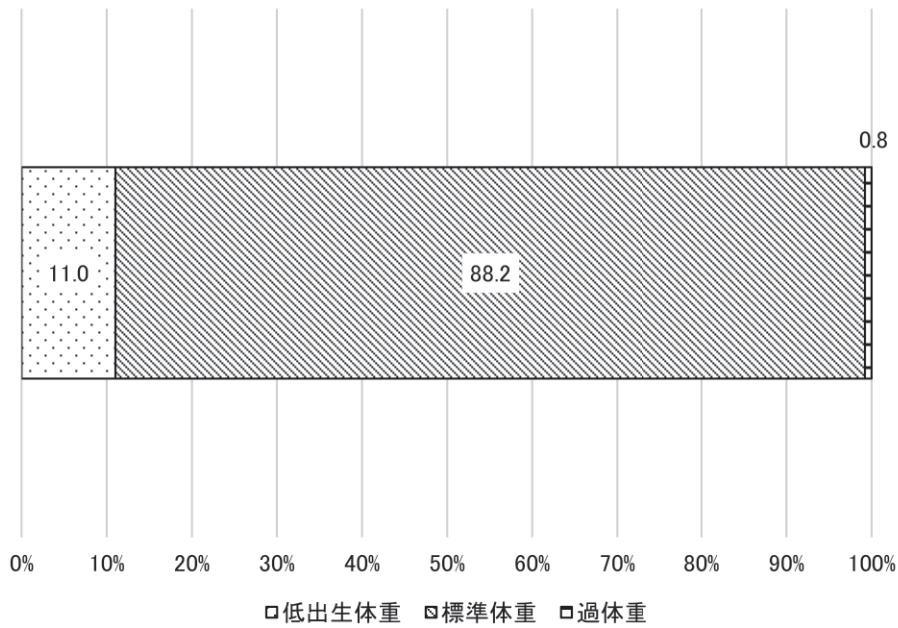
山梨県と比較して甲州市は自営業と主婦が多い。

## 出生時の体重



エコチル調査参加児(2011年～2014年) 出生体重(甲州市)N=307

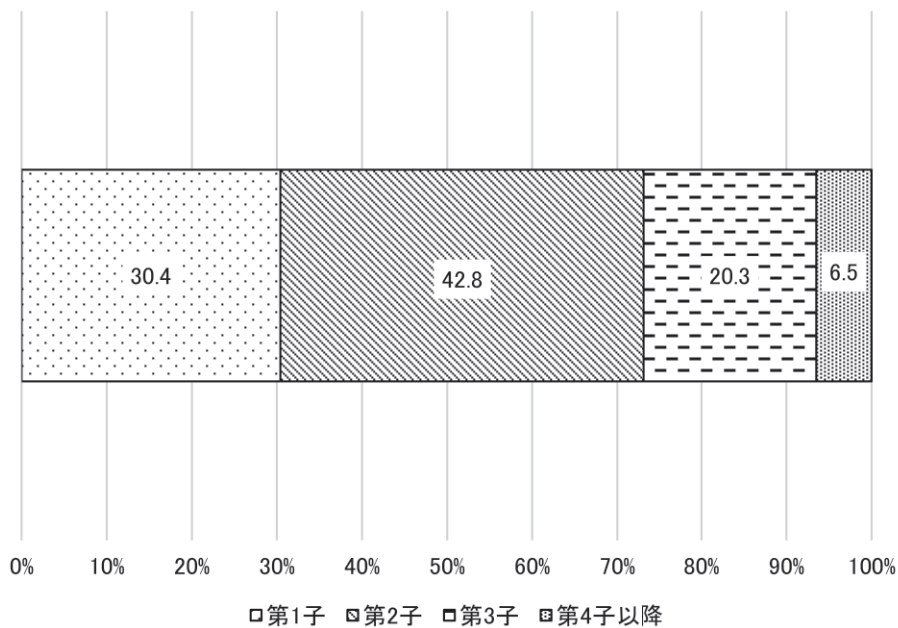
## 出生時の体重



エコチル調査参加児(2011年～2014年) 出生体重(山梨県)N=4,506

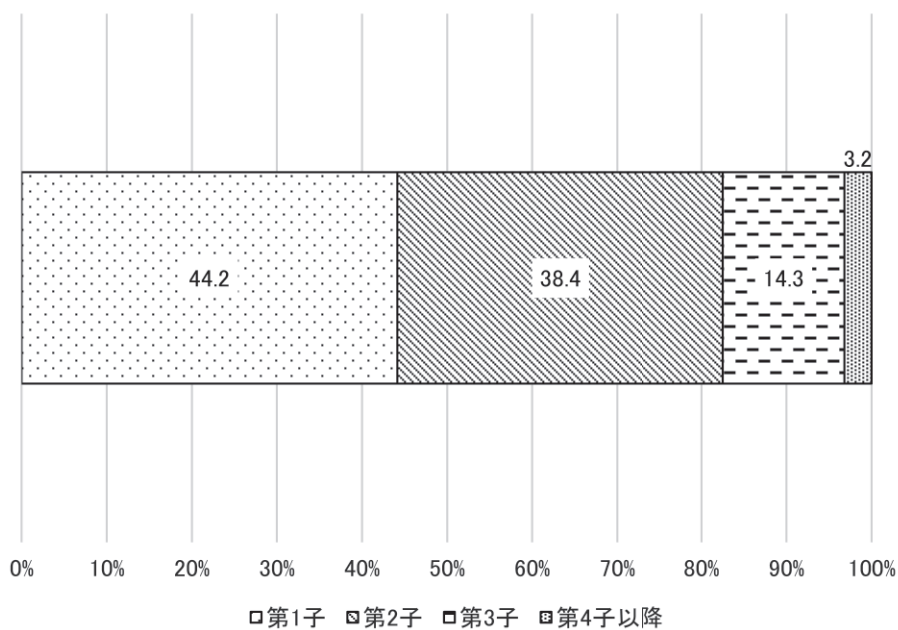
山梨県全体と比較して甲州市では、4000g以上の子供の割合が多い。

## 児の出生順位



エコチル調査参加児(2011年～2014年) 第何子(甲州市) N=306

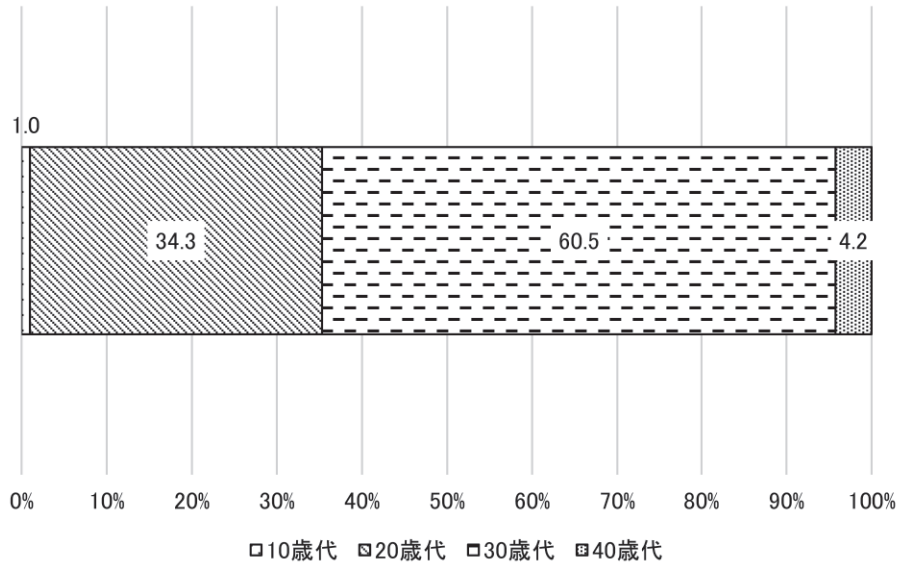
## 児の出生順位



エコチル調査参加児(2011年～2014年) 第何子(山梨県) N=4,522

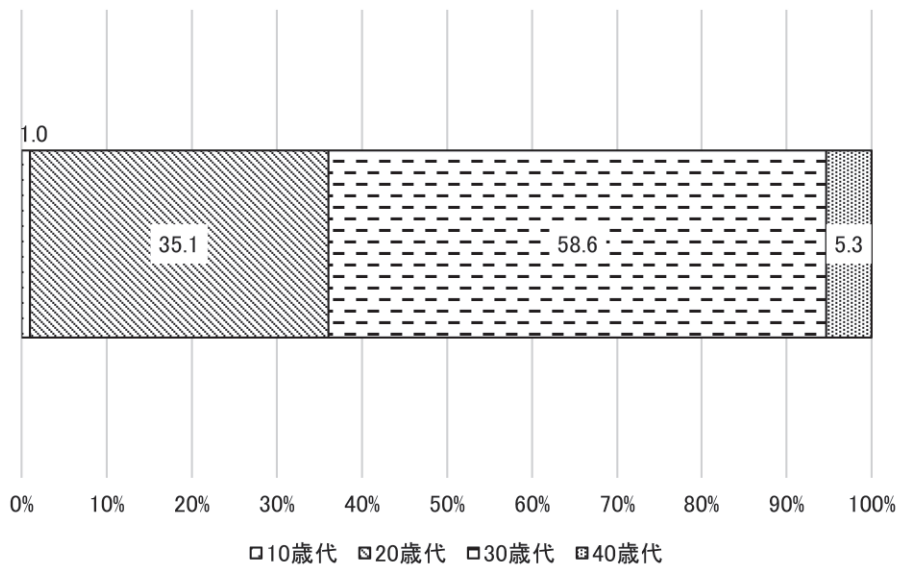
甲州市では山梨県全体と比較して、2子以降の参加者が多い。

## 出産時の母親の年齢



エコチル調査参加妊婦(2011年～2014年) 出産時年齢(甲州市)N=306

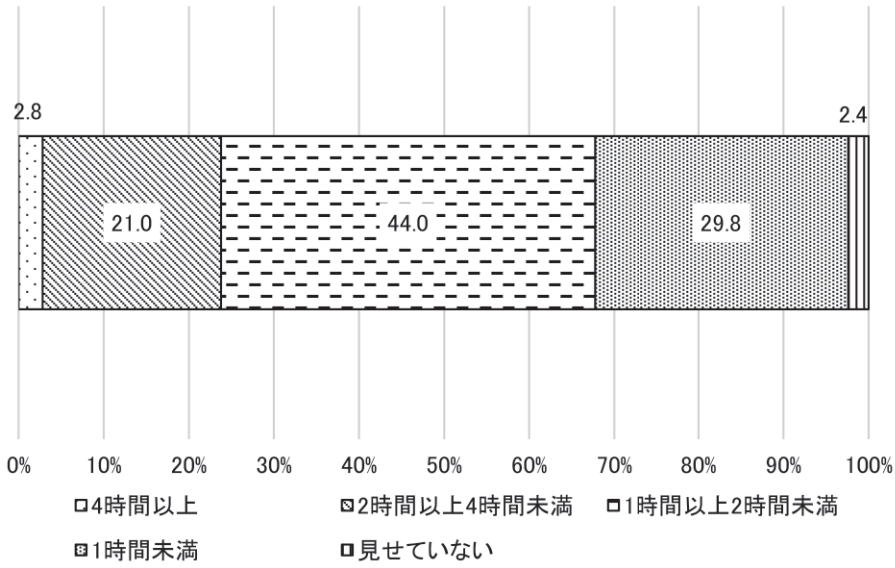
## 出産時の母親の年齢



エコチル調査参加妊婦(2011年～2014年) 出産時年齢(山梨県)N=4,494

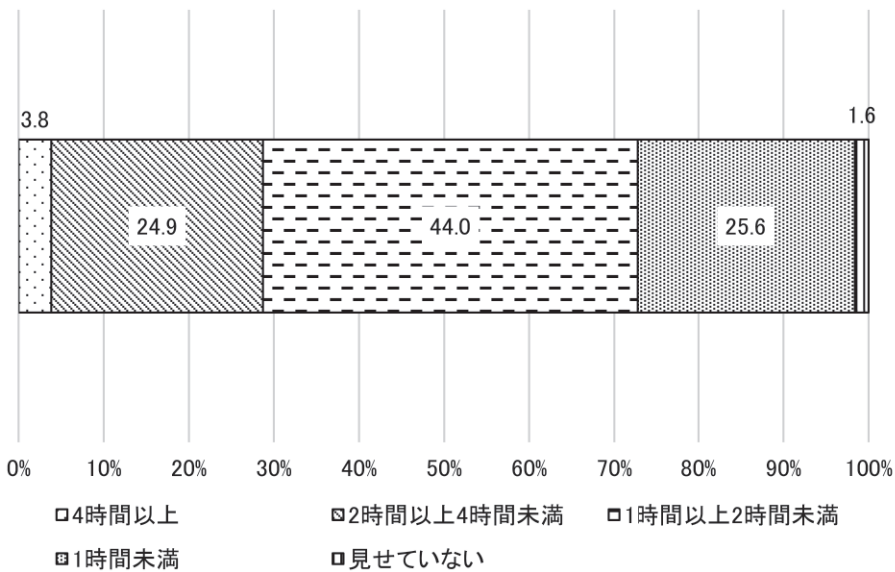
出産時の年齢割合は、ほぼ同じである。

### テレビ視聴時間(3歳児)



エコチル調査参加児(3歳時 2011年～2014年) テレビの視聴時間(甲州市)N=248

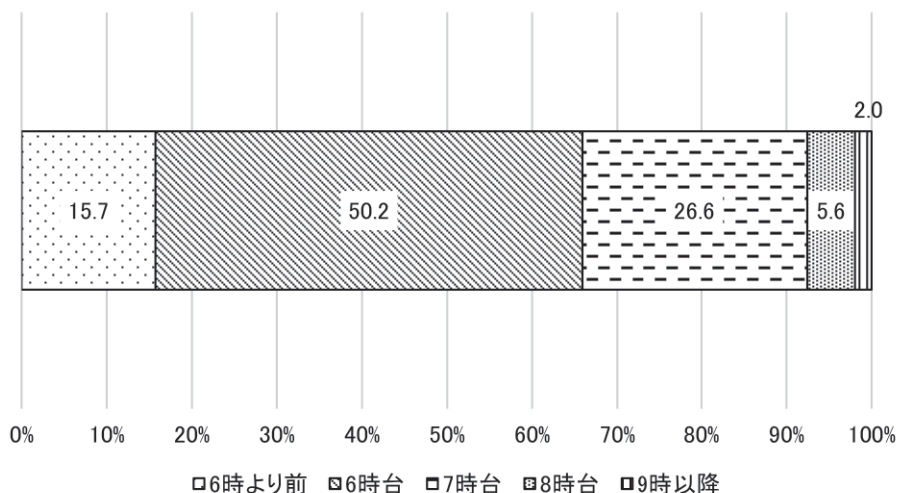
### テレビ視聴時間(3歳児)



エコチル調査参加児(3歳時 2011年～2014年) テレビの視聴時間(山梨県)N=3,486

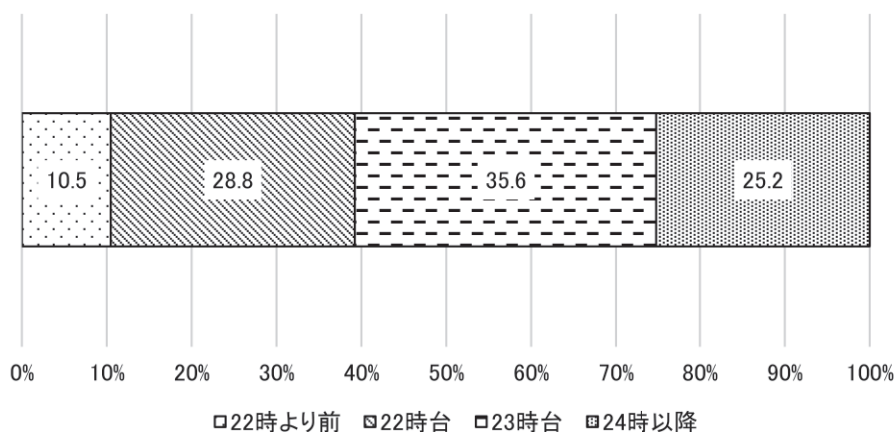
甲州市の方が山梨県全体よりも長時間テレビを視聴する児が少ない傾向が見られた。

## 妊婦の起床時刻



エコチル調査参加妊婦 2011年～2014年 起床時刻(甲州市)N=305

## 妊婦の就寝時刻



エコチル調査参加妊婦 2011年～2014年 就寝時刻(甲州市)N=306

妊婦の起床時刻については、エコチル参加者は甲州市全体に比べて全体に早起床する人が多い。(2011年：甲州市全体は6時前は8.9%、6時台が48.2%、7時台が30.4%、8時台が5.8%、9時以降が6.8%)。

妊婦の就寝時刻については、エコチル参加者は甲州市全体に比べて早く就寝する傾向にある(2011年：甲州市全体は22時より前は10.5%、22時台は20.5%、23時台は30.5%、24時以降は37.4%)。



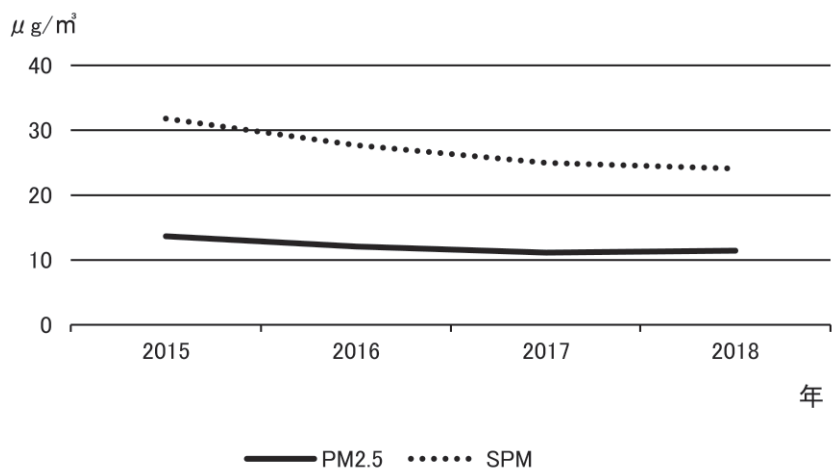


## (9) 甲州市環境データの年次推移



○甲州市の環境データの年次推移

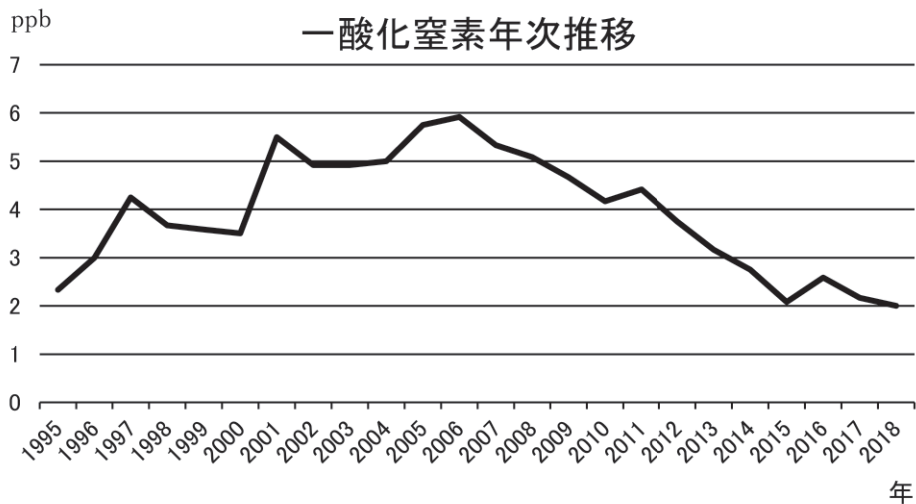
PM2.5濃度およびSPM年次推移



PM2.5(微小浮遊粒子状物質)濃度および SPM(浮遊粒子状物質)の年次推移(東山梨観測所 甲州市)



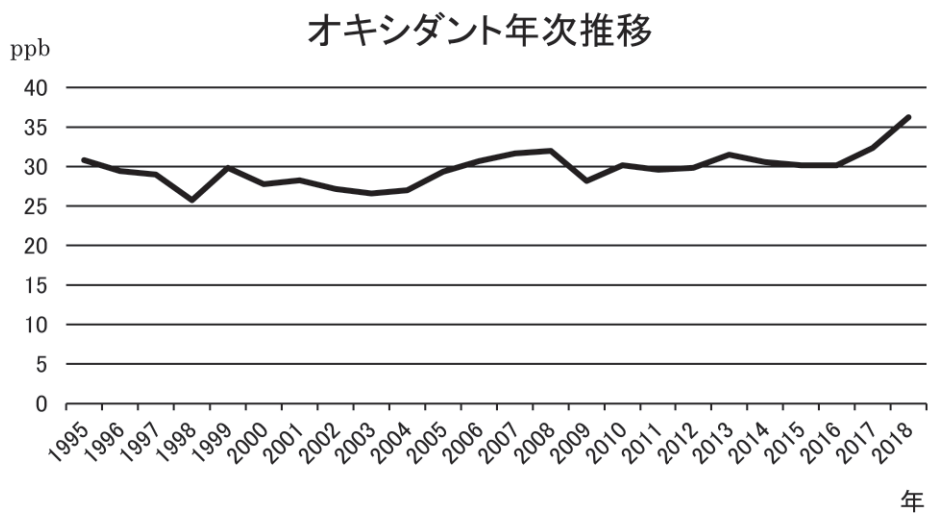
窒素酸化物 NO<sub>x</sub> の年次推移(日下部観測所 甲州市)



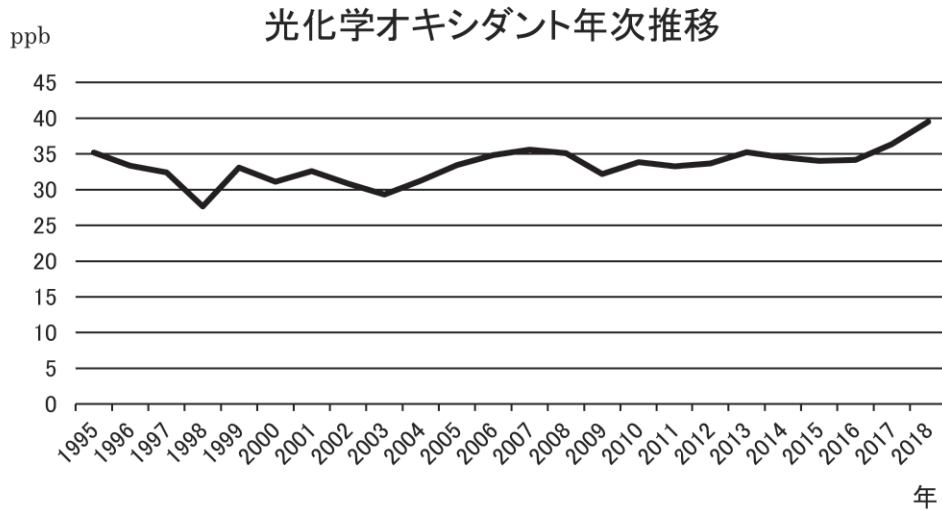
一酸化窒素(NO)の年次推移(日下部観測所 甲州市)



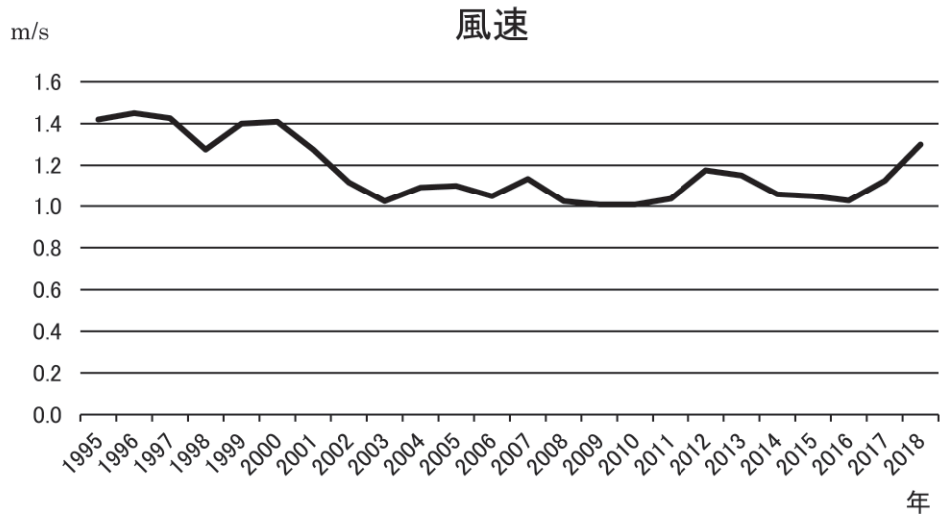
二酸化窒素(NO2)の年次推移(日下部観測所 甲州市)



オキシダント Ox の年次推移(日下部観測所 甲州市)



光化学オキシダントの年次推移(日下部観測所 甲州市)

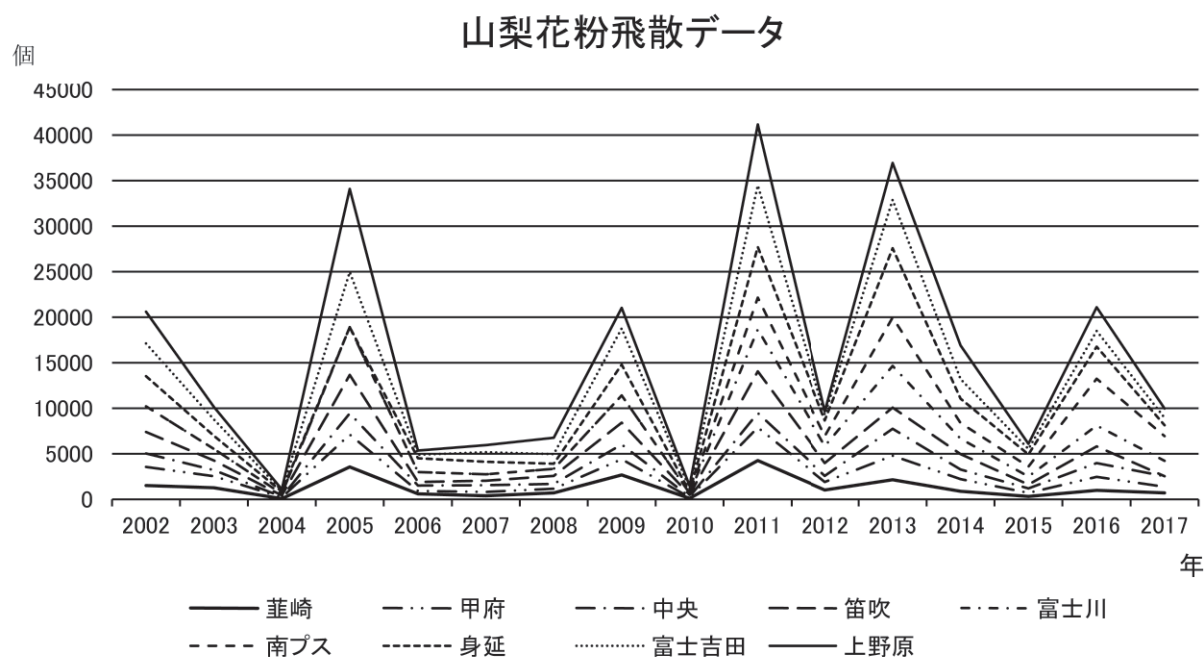


風速の年次推移(日下部観測所 甲州市)

データ提供: 山梨県森林環境部大気水質保全課

甲州市周辺の一般大気汚染物質は、2007年頃から減少している。  
 中国大陸から移入した越境大気汚染が世間に広まった2013年に一時的な上昇が見られた。  
 ここ近年は、大気汚染物質の上昇傾向が見られている。越境汚染か、地元の野焼きの影響などを  
 解明する必要がある。一方で、平均風速が強まっているため、地元や越境による汚染物質が舞い  
 上がりやすい状況もある。

○山梨県内花粉飛散量の年次推移(甲州市周辺)



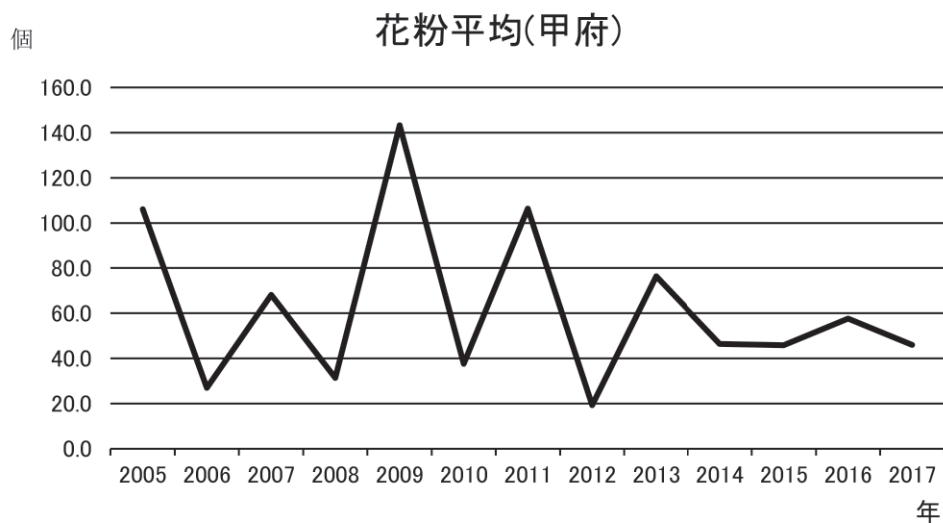
ラーダム法による山梨県のスギ花粉飛散量年次推移(2月～6月の年間採取合計数)

(データ提供:山梨環境アレルギー研究会)

山梨県では、各耳鼻科医院の協力のもと、プレパラートにワセリンを塗り花粉の自然落下によって採取し顕微鏡で計数を行うラーダム法で採取を行った。

花粉の多い年と少ない年が基本的に交互に現れており、地域による例外はなく大まかな傾向が見られた。

一方で、地域ごとの定量的な比較は採取測定地の条件に左右される可能性が高いため、本データのみで知見を述べることはできない。



はなこさんによる山梨県のスギ花粉飛散量年次推移(2月～6月の年平均)  
(データ提供:環境省)

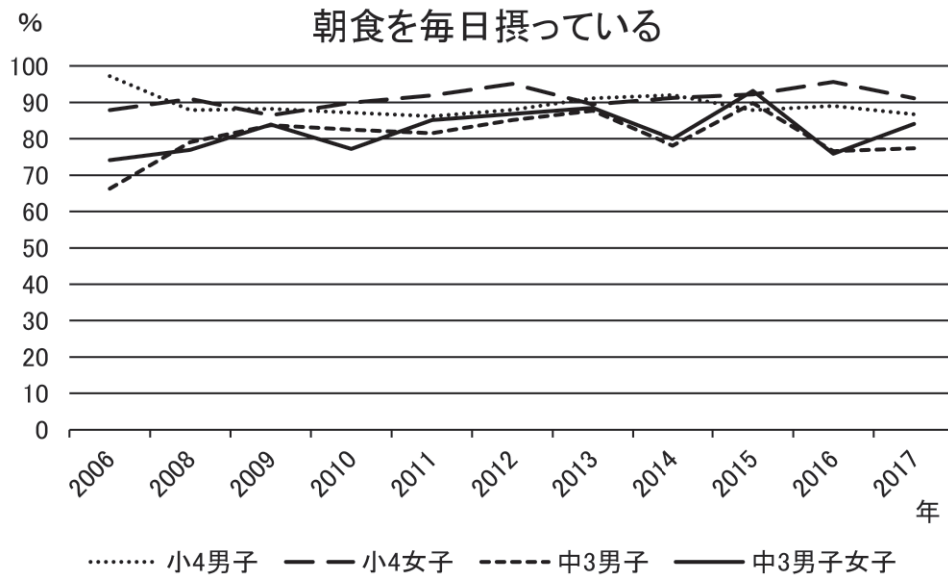
環境省が都市部・山間部で行なっている法定調査で、 $\beta$ 線を利用した花粉計測においても、レーザー法と同様の年次推移結果が得られた。計数方法、計測場所が異なっても傾向は変わらないことが分かった。



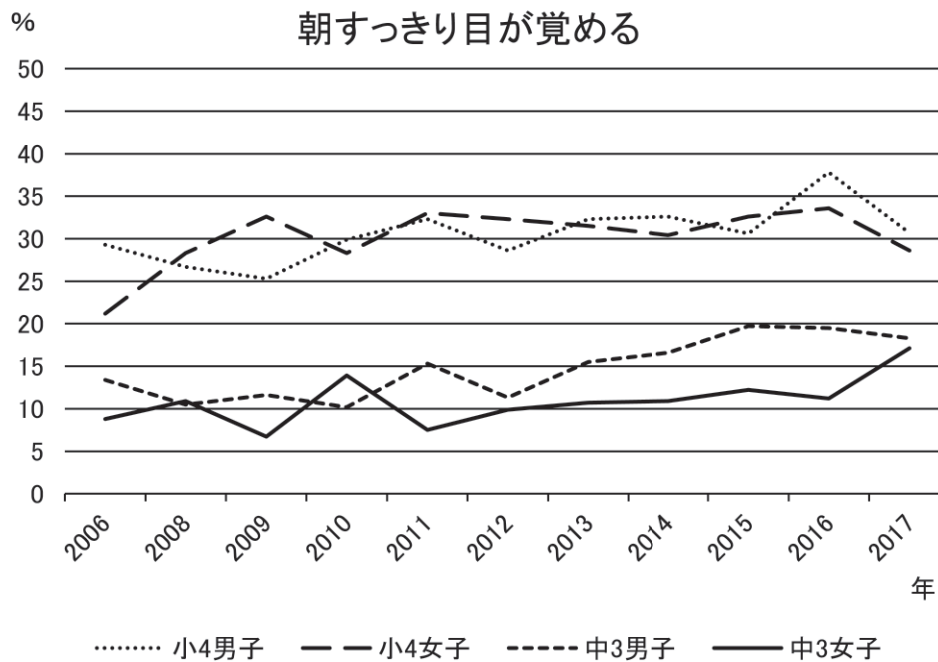


(10) 思春期

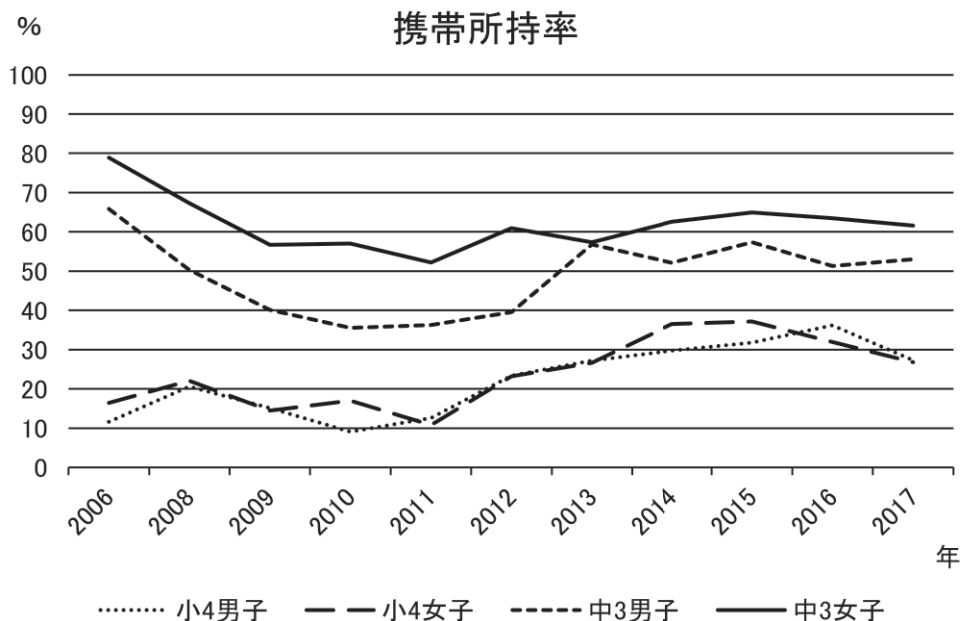




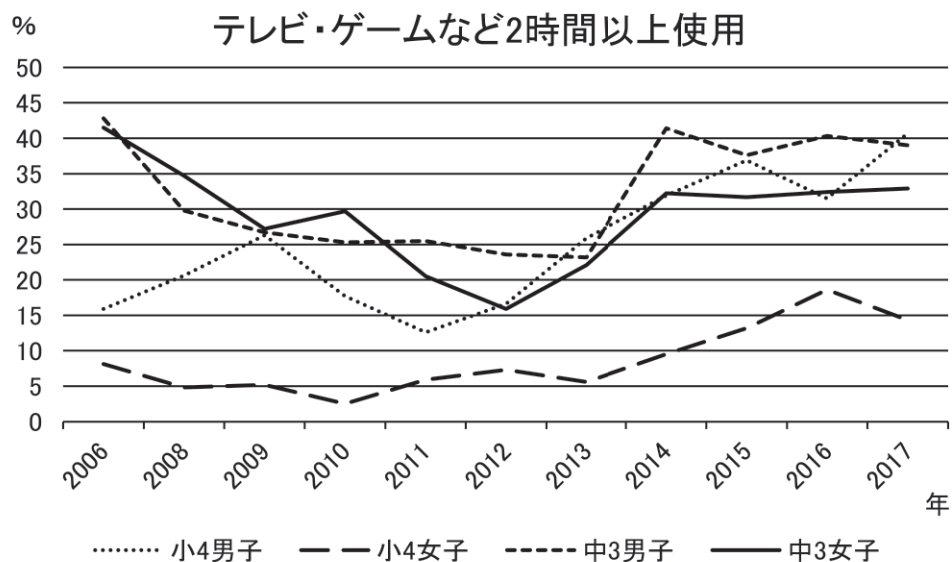
朝食を毎日摂っている子どもの割合である。長いスパンで見ると右肩上がりに見える。小中学生ともに、男子の方が女子よりも摂取率が少ない事がわかる。



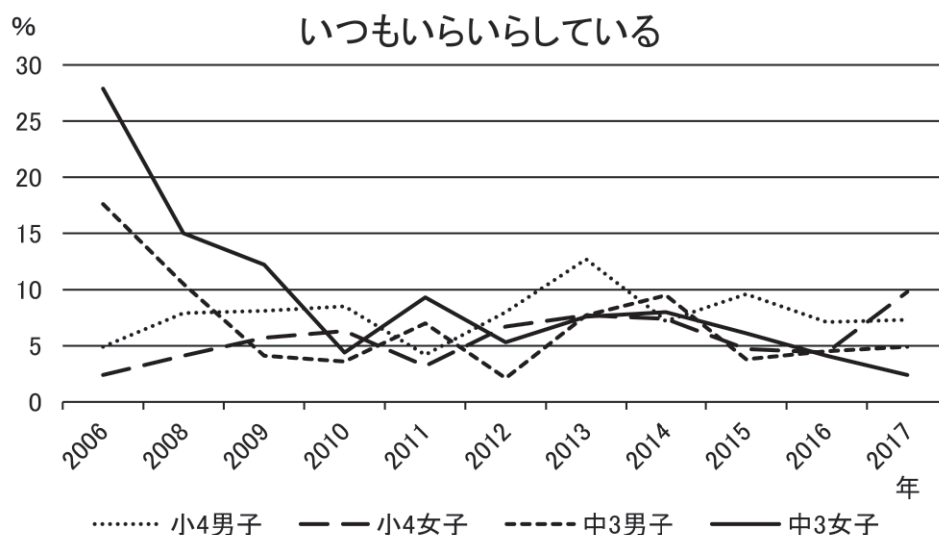
朝はすっきり目が覚めますか?との問いに「1.すっきり目が覚める 2.少し眠い 3.眠くてなかなか起きられない」の3択で回答してもらっている。インターネットの使用の増加などにより、睡眠の質が落ちていると示唆されているが、甲州市の子ども達の日ざめ感は、あまり変わらない。



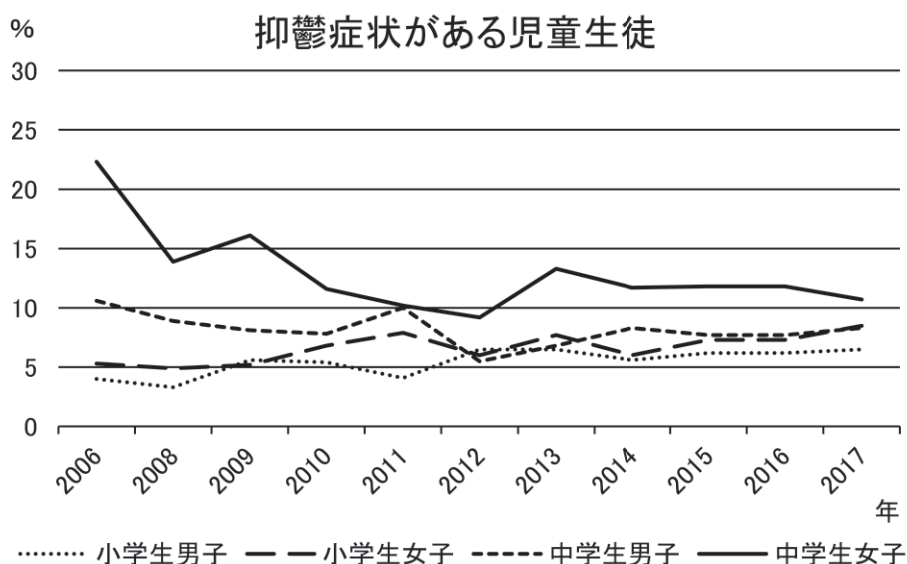
「あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか（途中までは携帯のみで質問）」との問いに、はいと答えた割合である。2011年頃までは、横ばいもしくは下降傾向が見られたが、それ以降は全体的に上がっている。平成30年2月に発表された内閣府の全国調査の結果によると、中学生の携帯・スマートフォンの所有・利用率（平成29年度）は66.7%となっている。その結果から比べると甲州市の中学生の携帯・スマホ所有率（男子53.0%、女子61.6%）は、全国平均からすると若干低いと言える。



携帯電話とスマホ所持率と連動しているようなグラフになっている。インターネットの使用については、契約切れの端末やタブレットなどを使う場面も予想され、子ども達を取り巻くインターネット環境の変化が表れている。



「いらいらしている」との問いに、「いつも」、「ときどき」「そんなことはない」の3択での回答である。その中で、いつもと答えた子どもの割合です。メディアの影響もあるかもしれないが、ふだん「むかつく」や「いらつく」と言う言葉が子ども達の会話の中から頻繁に聞こえてくるようになったが、実際いつもいらいらしていると認識している子どもの割合は、長いスパンで見るとそんなに変わっていないようである。



思春期調査の中には、抑鬱のスクリーニング尺度が入っている。合計得点が決められた得点より高いと「抑鬱症状がある」と言われている。子どもの抑鬱症状については、思春期以降は女子の方が多く症状を呈するとの先行研究があり、甲州市の児童生徒も同じ特徴を持っている。



## 6. 甲州プロジェクトに関する個別研究一覧





## プロジェクトに関する個別研究

甲州プロジェクトでは、調査が開始して2年目の1989年（平成元年）12月に第7回小児保健研究会で細田恵子保健師が「塩山市母子健康手帳交付時および乳幼児健康診査時アンケート調査の報告」を塩山市の保健師さんと保健学II講座の教員とともに発表して以来、30年間に、学術論文が26編、学会発表が139件、新聞等メディアの掲載が26件ありました。成果そのものは資料集にすべて掲載しました。ここでは、その成果の概要をいくつか紹介し、業績リストを掲載します。

注目すべき学術成果は、妊娠中の環境がその子どもの将来の健康に影響するというDOHaD（Development origins of health and disease）の概念をわが国で初めて疫学研究で明らかにしたことです。2003年の第62回日本厚生衛生学会総会（京都市）で水谷隆史助手が「妊娠期間中の喫煙と5歳児の肥満の関連－塩山市母子保健長期縦断研究から－」を発表し、その後分析を重ねて2007年にMizutani T, Suzuki K, Kondo N, Yamagata Z: Association of maternal lifestyles including smoking during pregnancy with childhood obesity. *Obesity* 15(12): 3133-3139, 2007.として世界に発信できました。これは妊娠届け出時に喫煙をしていた母親から生まれた子どもは5歳の時に肥満のリスクが4.4倍になるというものです。また、朝食欠食をすることも肥満のリスクを3.4倍にすることわかりました。以後、鈴木孝太准教授が思春期でもその影響が残っていることなど関連の論文を多く出しています。

地域での事故調査は全国で初めて行ったものであり、山中龍宏先生のご指導の下で、乳幼児の誤飲の地域での頻度や誤飲内容物がタバコ、くすり、コインであることを明らかにし、1999年の第57回日本公衆衛生学会総会で木納（矢崎）よし哉保健師が発表しました。これはその後の他の地域でも同様の結果が出ており、事故防止調査の先駆けとなりました。さらに、誤飲チェッカーを用いた介入を行いその効果を検証し、一定の効果があることを示しました。

縦断調査で得られる繰り返しのデータを適切に解析するためにマルチレベル解析の手法を用いて、子どもの体格のトラジェクトリーを明らかにしたり、Adiposity rebound（アディポシティ・リバウンド）が早期にあると肥満のリスクになるなどの成果が得られました。

希望校で行っている骨強度の研究では山北満哉講師（北里大学）、安藤大輔准教授（山梨大学教育学部）、佐藤美理助教運動や栄養との関連を明らかにしました。

甲州市の歯科医師会、東京医科歯科大学、山梨大学歯科口腔外科学講座との共同で中学生の咬合不正や口腔内細菌叢について調査し、咬合不正は頭痛の原因になることや頻回な歯磨きは口腔内細菌叢を減らすことなどを明らかにしました。

思春期調査を佐藤美理助教を中心に実施して、小児期の健康な子どもの生活習慣と健康状態との関連を明らかにしました。痩せ願望や運動不足がうつと関連していることやインターネット依存が就寝時刻やうつ傾向と関連していることを明らかにし、小島令嗣助教が論文化を進めています。

## 30年間の業績

### 学術論文

1999年	
1	日暮眞：健康調査の一手法．保健の科学．巻頭のことば．第41巻．第11号．1999年 P801
2	二瓶美奈子，大木秀一，山田七重，長田篤，山縣然太朗，根津直美，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀，矢崎よし哉，篠原真弓，中村裕子：地域母子保健調査による食生活の実態把握－おやつに関して－．やまなし小児保健 17：140-143，1999
2000年	
3	古閑美奈子，成順月，田村右内，Trevor W. Murphy，唐颯，山田七重，岡本まさ子，間渕文彦，武田康久，根津直美，広瀬美穂，萩原静子，矢崎よし哉，篠原真弓，中村裕子，雨宮久美子，中野美幸，山縣然太朗：母子保健調査による小児の食生活について－食事の取り方とその要因について－．やまなし小児保健 18：45-47，2000
4	篠原真弓，萩原静子，中村裕子，雨宮久美子，中野美幸，根津直美，広瀬美穂，矢崎よし哉，山中龍宏，古閑美奈子，山田七重，間渕文彦，武田康久，山縣然太朗：塩山市における乳幼児の事故に関する調査－事故の発生状況に着目して－．やまなし小児保健 18：20-21，2000
5	成順月，古閑美奈子，田村右内，T.W.マーフィ，唐颯，山田七重，岡本まさ子，間渕文彦，武田康久，根津直美，広瀬美穂，萩原静子，矢崎よし哉，篠原真弓，中村裕子，雨宮久美子，中野美幸，山縣然太朗：3歳児の通園と日常生活の関連について．やまなし小児保健 18：20-21，2000
2003年	
6	石原融，武田康久，水谷隆史，岡本まさ子，古閑美奈子，田村右内，山田七重，成順月，中村和彦，飯島純夫，山縣然太朗：思春期の肥満に対する乳幼児期の体格と生活習慣の関連 母子保健長期縦断研究から．日本公衆衛生雑誌 50(2)：106-116，2003.2.15
2007年	
7	Mizutani T, Suzuki K, Kondo N, Yamagata Z: Association of maternal lifestyles including smoking during pregnancy with childhood obesity. Obesity 15(12): 3133-3139, 2007.12
2009年	
8	Kohta Suzuki, Daisuke Ando, Miri Sato, Taichiro Tanaka, Naoki Kondo, Zentaro Yamagata : The Association between Maternal Smoking during Pregnancy and Childhood Obesity Persists to the Age of 9-10 Years. Journal of Epidemiology 19(3) : 136-142, 2009.5
2010年	
9	芳我ちより，新井孝子，鈴木孝太，井上愛子，内田眞由美，金井美紀，徳良裕子，櫻田和歌，上田ちはる，佐藤美理，田中太一郎，山縣然太朗：小中学生の肥満予防指導における手ばかりの有用性．臨床栄養．医歯薬出版(株)：116(1) P93-97, 2010.01
10	Kohta Suzuki, Miri Sato, Taichiro Tanaka, Naoki Kondo, Zentaro Yamagata. Recent trends in the prevalence of and factors associated with maternal smoking during pregnancy in Japan. The journal of obstetrics and gynaecology research 36(4) : 745-50, 2010.8
11	Kohta SUZUKI, Naoki KONDO, Miri SATO, Taichiro TANAKA, Daisuke ANDO, Zentaro YAMAGATA: Gender differences in the association between maternal smoking during pregnancy and childhood growth trajectories: multilevel analysis. International journal of obesity (35)53-59, 2010.10

2011 年	
12	Naoki Kondo, Yuki Suda, Atsuhito Nakao, Kyoko Oh-oka, Kohta Suzuki, Kayoko Ishimaru, Miri Sato, Taichiro Tanaka, Akiko Nagai, Zentaro Yamagata : Maternal psychosocial factors determining the concentrations of transforming growth factor-beta in breast milk. : <i>Pediatr Allergy Immunol</i> .2011 Sep 19.
13	鈴木孝太：甲州プロジェクト（甲州市母子保健長期縦断調査）の概要.保健の科学.杏林書院..53 (2) P76~80.2011.2
14	水谷隆史：妊娠の喫煙と子どもの肥満との関連.保健の科学.杏林書院..53 (2) P81~84.2011.2
15	佐藤美理：小児の精神保健に関する成果.保健の科学.杏林書院..53 (2) P85~88.2011.2
16	新井孝子：栄養に関する啓発活動と成果.保健の科学.杏林書院..53 (2) P89~93.2011.2
2012 年	
17	古閑美奈子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 新井孝子, 横道洋司, 近藤尚己, 山縣然太郎：5歳時の食習慣が小学校4年生の肥満に及ぼす要因－甲州市母子保健長期縦断研究より－. <i>臨床栄養</i> 120 (1) : 105-110, 2012.1
18	Kohta Suzuki, Naoki Kondo, Miri Sato, Taichiro Tanaka, Daisuke Ando, Zentaro Yamagata : Maternal Smoking During Pregnancy and Childhood Growth Trajectory: A Random Effects Regression Analysis. <i>Journal of Epidemiology</i> 22(2) : 175-178, 2012.1
2013 年	
19	Kohta Suzuki, Miri Sato, Daisuke Ando, Naoki Kondo, Zentaro Yamagata : Differences in the effect of maternal smoking during pregnancy for childhood overweight before and after 5 years of age. <i>The Journal of Obstetrics and Gynaecology Research</i> 39(5) : 914-921, 2013.5
20	鈴木孝太, 佐藤美理, 篠原亮次, 溝呂木園子, 横道洋司, 山縣然太郎：妊娠前後の喫煙状況の変化と、母親の再喫煙にパートナーの禁煙が与える影響の検討. <i>日本小児禁煙研究会雑誌</i> 3 (2) : 66-71, 2013
21	孫大鵬, 安藤大輔, 佐藤美理, 鈴木孝太, 田中太一郎, 永井亜貴子, 山縣然太郎：男子小中学生の踵骨の定量的超音波指標と体格・生活習慣因子の関連. <i>山梨医科学雑誌</i> 28 (1) : 39-47, 2013
22	Wei Zheng, Kohta Suzuki, Hiroshi Yokomichi, Miri Sato, Zentaro Yamagata : Multilevel longitudinal analysis of sex differences in height gain and growth rate changes in Japanese school-aged children. <i>Journal of Epidemiology</i> 23 (4) : 275-279, 2013
2014 年	
23	Wei Zheng, Kohta Suzuki, Miri Sato, Hiroshi Yokomichi, Ryoji Shinohara, Zentaro Yamagata : Adolescent growth in overweight and non-overweight children in Japan: a multilevel analysis. <i>Paediatric and Perinatal Epidemiology</i> 28(3) : 263-269, 2014.5
2015 年	
24	鈴木孝太：若い女性，特に妊婦，子育て中の母親の喫煙（受動喫煙）が健康に及ぼす影響について. <i>保健医療科学</i> 64 (5) : 484-494, 2015.10
2016 年	
25	Wei Zheng, Kohta Suzuki, Miri Sato, Hiroshi Yokomichi, Ryoji Shinohara, Zentaro Yamagata: Pubertal timing and a family history of hypertension: Prospective cohort study. <i>Pediatrics International</i> 58(4): 284-289. 2016.4
2017 年	
26	山北満哉, 佐藤美理, 安藤大輔, 鈴木孝太, 山縣然太郎：両親の学歴と子ども運動時間の関連. <i>運動疫学研究</i> 19 (1) : 36-43, 2017.3

学会発表

1989 年	
第 7 回山梨県小児保健研究会，平成元年 12 月，甲府	
27	細田恵子，相沢朝子，大村光枝，根津直美，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，芦沢陽子，浅香昭雄，飯島純夫，竹下達也，山縣然太郎，星野齊之：塩山市母子健康手帳交付時および乳幼児健康診査時アンケート調査の報告（やまなし小児保健 7：26-27. 1990）
1990 年	
第 8 回山梨県小児保健研究会，平成 2 年 11 月，山梨大学教育学部	
28	飯島純夫，浅香昭雄，竹下達也，山縣然太郎，大間敏美，相沢朝子，大村光枝，根津直美，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，芦沢陽子：妊娠届け出時の妊娠週数とそれに関連する要因の分析（やまなし小児保健 8：30. 1991）
1991 年	
第 61 回日本衛生学会総会，平成 3 年 4 月，京都	
29	飯島純夫，竹下達也，山縣然太郎，藤嶋美奈子，浅香昭雄：妊娠届出時における妊娠週数とそれに関連する要因の解析（日衛誌 46(1): 321. 1991）
第 38 回日本小児保健学会，平成 3 年 9 月，旭川	
30	飯島純夫，藤嶋美奈子，浅香昭雄：低出生体重児出生に関連する要因と生後の発育（第 38 回日本小児保健学会講演集: 82. 1991）
第 9 回山梨県小児保健研究会，平成 3 年 11 月 30 日，山梨大学	
31	篠崎眞一，藤嶋美奈子，山縣然太郎，大間敏美，飯島純夫，浅香昭雄，金井美紀，芦沢陽子，萩原静子，広瀬美穂，井上愛子，根津直美，大村光枝，相沢朝子：低体重児の生後の発育について（やまなし小児保健 9：39-40. 1992）
1992 年	
第 51 回日本公衆衛生学会，平成 4 年 10 月，東京	
32	山縣然太郎，飯島純夫，篠崎眞一，浅香昭雄，金井美紀，広瀬美穂，井上愛子，相沢朝子：低体重児の乳幼児健診時における身体発育の経時的比較（日本公衛誌 39(10)：635. 1992）
第 10 回山梨小児保健研究会，平成 4 年 11 月 21 日，山梨県立総合婦人会館	
33	篠崎眞一，宮村季浩，五十嵐健康，山縣然太郎，大間敏美，飯島純夫，浅香昭雄，金井美紀，芦沢陽子，萩原静子，広瀬美穂，井上愛子，根津直美，大村光枝，相沢朝子：低体重児の生後の発達について（やまなし小児保健 10：32. 1993）
1993 年	
第 52 回日本公衆衛生学会，平成 5 年，10 月，北九州	
34	飯島純夫，山縣然太郎，篠崎眞一，宮村季浩，浅香昭雄，金井美紀，広瀬美穂，井上愛子，相沢朝子：一農業地域における母子の生活習慣調査の試み
第 11 回山梨県小児保健研究会，平成 5 年 12 月，甲府	
35	根津直美，相沢朝子，大村光枝，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀，山縣然太郎，飯島純夫，大間敏美，五十嵐健康，篠崎眞一，宮村季浩，浅香昭雄：3 歳児童における日常生活の自立に関する要因の分析
36	山縣然太郎，飯島純夫，大間敏美，五十嵐健康，篠崎眞一，宮村季浩，浅香昭雄，相沢朝子，大村光枝，根津直美，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀：低出生体重児及び子宮内発育遅延の成因に関するコホート研究

1993年(続き)	
第7回双生児研究会学術講演会, 平成5年1月, 新潟	
37	篠崎眞一, 宮村季浩, 五十嵐健康, 山縣然太朗, 大間敏美, 飯島純夫, 浅香昭雄, 金井美紀, 相沢朝子: 双生児の成長・発達と地域保健(双生児研究会第7回学術講演会演題抄録: 15. 1993)
1994年	
第53回日本公衆衛生学会総会, 平成6年10月, 鳥取	
38	飯島純夫, 山縣然太朗, 篠崎眞一, 宮村季浩, 浅香昭雄, 金井美紀, 広瀬美穂, 井上愛子, 相沢朝子: 一農業地域における母子の生活習慣調査の試み(第2報)(日本公衛誌 41: 837. 1994)
第12回山梨県小児保健研究会, 平成6年12月, 甲府	
39	萩原静子, 井上愛子, 相沢朝子, 大村光枝, 根津直美, 広瀬美穂, 金井美紀, 矢崎よし哉, 浅香昭雄, 飯島純夫, 山縣然太朗, 大間敏美, 五十嵐健康, 篠崎眞一, 宮村季浩: 3歳児の生活習慣と不正咬合の関係について—主に指しゃぶりとの関連についての考察—
1995年	
第54回日本公衆衛生学会, 平成7年10月12日~14日, 山形	
40	萩原静子, 相沢朝子, 井上愛子, 広瀬美穂, 金井美紀, 浅香昭雄, 飯島純夫, 山縣然太朗, 宮村季浩: 3歳児の生活習慣と不正咬合の関係について —指しゃぶりとの関連についての考察—(日本公衛誌 42: 934. 1995)
41	広瀬美穂, 山縣然太朗, 金井美紀, 井上愛子, 萩原静子, 相沢朝子, 宮村季浩, 飯島純夫, 浅香昭雄: 3歳児における齲蝕発現と歯磨きおよび食生活習慣の関連(日本公衛誌 42: 935. 1995)
第13回山梨県小児保健研究会, 平成7年12月2日, 山梨県立中央病院	
42	大村光枝, 相沢朝子, 根津直美, 井上愛子, 広瀬美穂, 萩原静子, 金井美紀, 矢崎よし哉, 浅香昭雄, 飯島純夫, 宮村季浩, 大間敏美, 長田 篤, 山縣然太朗: 妊婦のストレスに関する要因の分析 — 母子健康手帳交付時におけるアンケート結果より—(やまなし小児保健 13. 24-26. 1995)
43	山縣然太朗, 宮本知子, 相沢朝子, 大村光枝, 根津直美, 井上愛子, 広瀬美穂, 萩原静子, 金井美紀, 矢崎よし哉, 長田 篤, 宮村季浩, 大間敏美, 飯島純夫, 浅香昭雄: 経時的にみた就労女性の育児(やまなし小児保健 13: 30. 1995)
第3回山梨県看護学会, 平成7年3月, 甲府	
44	広瀬美穂, 金井美紀, 相沢朝子, 大村光枝, 根津直美, 井上愛子, 萩原静子, 矢崎よし哉: 1歳6ヵ月児及び3歳児における齲蝕発現と食生活習慣の関連
1996年	
第55回日本公衆衛生学会, 平成8年10月30日~11月1日, 大阪	
45	飯島純夫, 長田 篤, 宮村季浩, 浅香昭雄, 山縣然太朗, 中村和彦, 金井美紀, 萩原静子, 広瀬美穂, 井上愛子, 大村光枝, 相沢朝子: 農業地域における健康意識調査 —6年前の調査結果との比較—(日本公衛誌 43(10): 223. 1996)
46	中村和彦, 山縣然太朗, 山田七重, 宮村季浩, 飯島純夫, 浅香昭雄: 農村地域住民の身体活動に関する調査(日本公衛誌 43(10): 347. 1996)
47	長田 篤, 山縣然太朗, 宮村季浩, 飯島純夫, 浅香昭雄, 井上愛子, 萩原静子, 金井美紀, 広瀬美穂, 大村光枝, 相沢朝子: 農村地域における高齢者の健康調査(日本公衛誌 43(10): 653. 1996)

1996年（続き）	
第14回山梨県小児保健研究会，平成8年12月7日，甲府市東公民館	
48	井上愛子，大村光枝，根津直美，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀，矢崎よし哉，浅香昭雄，飯島純夫，山縣然太郎：幼児期における母親のストレスの要因分析—夫にストレスを感じている母親と育児との関連—（やまなし小児保健14：34-36，1996）
1997年	
第15回山梨県小児保健研究会，1997年12月6日，甲府市総合市民センター	
49	矢崎よし哉，井上愛子，大村光枝，根津直美，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀，山田七重，山縣然太郎，浅香昭雄，山中龍宏，飯島純夫：塩山市における乳幼児の事故に関する調査—その1・1歳6カ月児検診における浴室の構造と浴室での事故の実態調査—（やまなし小児保健15：25-27，1997）
1998年	
第101回日本小児科学会学術集会，平成10年5月，鳥取	
50	山中龍宏，山縣然太郎，浅香昭雄：健診の場を利用した乳幼児の受療状況の調査
第57回日本公衆衛生学会総会，平成10年10月28日～30日，岐阜	
51	矢崎よし哉，井上愛子，山田七重，山縣然太郎，浅香昭雄，山中龍宏，飯島純夫：塩山市における乳幼児の事故に関する調査—1歳6カ月児健診における浴室の構造と浴室での事故の実態調査—（日本公衛誌45(10)：507，1998）
第16回山梨県小児保健研究会，平成10年12月5日，甲府市	
52	萩原静子，矢崎よし哉，篠原真弓，金井美紀，広瀬美穂，井上愛子，根津直美，浅香昭雄，山縣然太郎，山田七重，長田篤，大木秀一，飯島純夫：塩山市の母子保健調査10年間の報告
53	矢崎よし哉，萩原静子，井上愛子，根津直美，山中龍宏，山縣然太郎，山田七重，浅香昭雄：塩山市における乳幼児の事故防止にむけた取り組み～チャイルドシート着用推進について～
1999年	
第58回日本公衆衛生学会総会，1999，大分県別府市	
54	根津直美，井上愛子，広瀬美穂，萩原静子，金井美紀，矢崎よし哉，飯島純夫，長田篤，大木秀一，山田七重，山縣然太郎：地域の母子保健調査10年の歩み
2000年	
第59回日本公衆衛生学会総会，2000年10月18日～20日，前橋市	
55	山田七重，松浦賢長，玉腰浩司，長瀬博文，中村和彦，武田康久，山縣然太郎：母子保健情報の集積及び活用に関する研究
56	古閑美奈子，長田篤，山田七重，田村右内，武田康久，山縣然太郎：幼児期における食品摂取の経年的変化に関する研究
57	中村裕子，矢崎よし哉，根津直美，山中龍宏，山田七重，武田康久，山縣然太郎：小児の事故の実態-地域ベースの調査より-

2001年	
第60回日本公衆衛生学会総会. 2001年10月31日～11月2日. 2001. 高松市	
58	水谷隆史, 武田康久, 石原融, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山縣然太朗: 幼児の生活リズムに与える母親の生活環境因子の関連-塩山市母子保健長期縦断研究から-
59	石原融, 武田康久, 水谷隆史, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山縣然太朗: 思春期の肥満度とその自己評価の関連-塩山市母子保健長期縦断研究から-
60	成順月, 武田康久, 水谷隆史, 石原融, 古閑美奈子, 田村右内, 山縣然太朗: 思春期の喫煙に対する認識について-塩山市母子保健長期縦断研究から-
2002年	
第12回日本疫学会学術総会. 2002年1月24日～26日. 東京	
61	武田康久, 水谷隆史, 石原融, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山縣然太朗: 乳幼児期のアレルギー性疾患と母乳栄養, 母親のアレルギー歴の関連
62	石原融, 武田康久, 水谷隆史, 岡本まさ子, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山縣然太朗: 思春期の肥満に対する幼児期の体格と生活習慣の関連-塩山市母子保健長期縦断研究から-
第61回日本公衆衛生学会総会. 2002年10月23日～25日. さいたま市	
63	中野美幸, 根津直美, 水谷隆史, 武田康久, 山中龍宏, 山縣然太朗: 塩山市における乳幼児誤飲事故防止の取り組み
64	成順月, 武田康久, 水谷隆史, 石原融, 近藤尚己, 古閑美奈子, 田村右内, 山縣然太朗: 中学校の生徒における「いらいら」とライフスタイルとの関連
65	石原融, 水谷隆史, 武田康久, 近藤尚己, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山田七重, 山縣然太朗: 思春期の肥満度とその自己評価の関連-塩山市母子保健長期縦断研究から-
66	水谷隆史, 武田康久, 近藤尚己, 石原融, 古閑美奈子, 田村右内, 成順月, 山田七重, 山縣然太朗: 学童期の睡眠時間に影響を与える因子-塩山市母子保健長期縦断研究から-
第20回山梨小児保健学会. 2002年12月14日. 甲府市	
67	鈴木ゆみ, 中村裕子, 萩原静子, 中野美幸, 篠原真弓, 根津直美, 水谷隆史, 近藤尚己, 武田康久, 山田七重, 山縣然太朗: チャイルドシート着用の法制化後の現状から
2003年	
第13回日本疫学会学術総会. 2003年1月24日～25日. 福岡市	
68	近藤尚己, 水谷隆史, 山中龍宏, 武田康久, 山縣然太朗: 「誤飲チェッカー」を用いた乳幼児の誤飲防止プログラムに関する研究-山梨県塩山市における小児事故対策に関する介入研究中間報告-
69	古閑美奈子, 武田康久, 水谷隆史, 近藤尚己, 田村右内, 松村康弘, 小栗重銃, 岡山明, 柳川洋, 山縣然太朗: 小児の肥満と脂質摂取との関連について-平成7年国民生活基礎調査, 国民栄養調査から-
70	谷原真一, 藤田委由, 水谷隆史, 近藤尚己, 山縣然太朗: 1歳6か月健康診断受診児の事故経歴に関する調査
71	水谷隆史, 近藤尚己, 武田康久, 山中龍宏, 山縣然太朗: チャイルドシート着用の法制化による母親の認識の変化



2003年（続き）

第62回日本公衆衛生学会総会，2003年10月22-24日，京都市

72	水谷隆史，武田康久，近藤尚己，山縣然太郎：妊娠期間中の喫煙と5歳児の肥満の関連－塩山市母子保健長期縦断研究から－
73	風間真理，水谷隆史，武田康久，近藤尚己，山中龍宏，山縣然太郎：行政を主体とした幼児事故サーベイランスの現状－塩山市母子保健長期縦断研究から－
74	久保裕義，水谷隆史，武田康久，近藤尚己，石原融，山中龍宏，山縣然太郎：事故による病院受診に影響を与える生活環境－塩山市母子保健長期縦断研究から－
75	鈴木ゆみ，水谷隆史，山中龍宏，井上愛子，近藤尚己，山田七重，武田康久，山縣然太郎：チャイルドシート着用の法制化後の現状から－塩山市母子保健長期縦断研究から－

第21回山梨小児保健学会，2003年12月13日，甲府市

76	中村裕子，鈴木ゆみ，中野美幸，篠原真弓，木納よし哉，井上愛子，水谷隆史，近藤尚己，武田康久，山田七重，葉袋淳子，山縣然太郎：肥満児に対する有効な保健指導は？
----	--

2004年

第14回日本疫学会学術総会，2004年1月22日～23日，山形市

77	水谷隆史，近藤尚己，武田康久，山縣然太郎：妊娠初期の生活習慣と乳児の肥満との関連
----	--

第63回日本公衆衛生学会，2004年10月27～29日，松江市

78	水谷隆史，白石裕子，武田康久，近藤尚己，山縣然太郎：5歳児の肥満と母親の妊娠初期の生活習慣との関係－塩山市母子保健長期縦断研究から－
----	--

第63回日本公衆衛生学会，2004年10月27～29日，松江市

79	鈴木ゆみ，白石裕子，水谷隆史，中村裕子，井上愛子，岡本彩子，山中龍宏，近藤尚己，武田康久，山縣然太郎：乳幼児の誤飲防止プログラムに関する研究－「誤飲チェッカー」を用いた介入研究
----	--

2005年

第52回日本小児保健協会学術集会，10月6日～8日，下関市

80	鈴木孝太，近藤尚己，葉袋淳子，山縣然太郎：5歳児の肥満に関連する要因の検討
----	---------------------------------------

第23回山梨小児保健学会，12月17日，甲府市

81	鈴木孝太，近藤尚己，山中龍宏，山縣然太郎：「誤飲チェッカー」使用と乳幼児事故の関連についての検討
----	--

2006年

第65回日本公衆衛生学会，2006年10月25日～27日，富山市

82	岡本彩子，鈴木孝太，鈴木ゆみ，近藤尚己，山縣然太郎：1歳6か月から3歳までのう蝕発生と、1歳6か月時の生活習慣、2歳歯科健診との関連
83	鈴木孝太，近藤尚己，山縣然太郎：妊娠初期の喫煙と関連する因子の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-

第24回山梨小児保健学会，2006年12月9日，甲府市

84	津田美智子，鈴木孝太，岡本彩子，近藤尚己，山縣然太郎：3歳から5歳までのう蝕発生に関わる要因の検討
----	---

2007 年	
The Joint Scientific Meeting of the Australasian Epidemiological Association(AEA) and the International Epidemiological Association(IEA) Western Pacific Region. August, 2007.	
85	Kohta Suzuki, Taichiro Tanaka, Naoki Kondo, Junko Minai, Miri Sato, Zentaro Yamagata : In the case of low birth-weight infants, maternal smoking during early pregnancy is not a risk factor for appropriate weight-for-gestational-age infants
第 66 回日本公衆衛生学会総会. 2007 年 10 月 24 日～26 日. 松山市	
86	鈴木孝太, 安藤大輔, 佐藤美理, 田中太一郎, 永井亜貴子, 朱志霞, 近藤尚己, 山縣然太朗 : 妊娠初期の喫煙は、小学生肥満のリスクである - 甲州市母子保健長期縦断研究から -
87	鈴木孝太, 田中太一郎, 安藤大輔, 近藤尚己, 佐藤美理, 山縣然太朗 : 妊婦の生活習慣が、子どもの体重増加に与える影響の検討
2008 年	
第 18 回日本疫学会学術総会. 2008 年 1 月 25 日～26 日. 東京都	
88	山縣然太朗, 鈴木孝太, 田中太一郎, 安藤大輔, 近藤尚己, 塩山プロジェクト研究グループ : 甲州市母子保健長期縦断調査 (塩山プロジェクト) 20 年間の概要
89	佐藤美理, 鈴木孝太, 安藤大輔, 田中太一郎, 永井亜貴子, 近藤尚己, 山縣然太朗 : 妊娠初期の飲酒が、児童・生徒の抑うつ状態に与える影響の検討 - 甲州市母子保健長期縦断研究から -
90	鈴木孝太, 安藤大輔, 佐藤美理, 田中太一郎, 永井亜貴子, 朱志霞, 近藤尚己, 山縣然太朗 : 妊娠初期の生活習慣が児童の肥満に及ぼす、潜在的影響の検討 - 甲州市母子保健長期縦断研究から -
91	大脇淳子, 鈴木孝太, 田中太一郎, 安藤大輔, 山縣然太朗 : 思春期の就寝時刻と 3 歳児および思春期の生活習慣との関連 - 山梨県甲州市母子保健長期縦断調査から -
92	戸澤順子, 鈴木孝太, 田中太一郎, 安藤大輔, 山縣然太朗 : 思春期の身体症状に関連する要因の検討 - 思春期と幼児期の生活習慣との関連 -
平成 19 年度冬季 日本産科婦人科学会山梨地方部会 日本産婦人科医会山梨県支部 合同学術集会. 2008 年 2 月 16 日. 甲府市	
93	鈴木孝太, 田中太一郎, 安藤大輔, 近藤尚己, 佐藤美理, 山縣然太朗 : 妊婦の生活習慣が、出生体重および子どもの体重増加に与える影響の検討
2009 年	
17th European Congress on Obesity(ECO2009). May 6-9, 2009. Amsterdam, The Netherlands	
94	Haga C, Suzuki K, Sato M, Ando D, Tanaka T, Yamagata Z : Association between parent's child-feeding practices and childhood overweight in Japan
95	Suzuki K, Kondo N, Sato M, Tanaka T, Ando D, Yamagata Z : Gender differences in the association between maternal smoking during pregnancy and childhood growth
SOCIETY FOR PEDIATRIC AND PERINATAL EPIDEMIOLOGIC RESEARCH 22nd Annual Meeting. June 22-23, 2009. Anaheim, California	
96	M Sato, K Suzuki, T Tanaka, N Kondo, Z Yamagata : Association between the change in pediatric weight and depressive status: A longitudinal study

2009 年 (続き)

Society for Epidemiologic Research. The 42nd Annual Meeting. June 23-26,2009. Anaheim.California

97	M Sato, K Suzuki, T Tanaka, N Kondo, Z Yamagata : Association between sleeping habits in early childhood and orthostatic dysregulation in puberty:Results from a longitudinal study
98	K Suzuki, M Sato, T Tanaka, N Kondo, Z Yamagata : Survival analysis approach to assess association between maternal smoking during pregnancy and childhood obesity

第 68 回日本公衆衛生学会総会. 2009 年 10 月 21 日～23 日. 奈良県

99	芳我ちより, 鈴木孝太, 佐藤美理, 安藤大輔, 田中太一郎, 近藤尚己, 山縣然太朗: 親の食意識が子どもの肥満に及ぼす影響の検討-甲州プロジェクトより-
100	佐藤美理, 鈴木孝太, 田中太一郎, 近藤尚己, 安藤大輔, 山縣然太朗: 3 歳、5 歳の時の睡眠習慣と思春期における起立性調節障害との関連

第 56 回日本小児保健協会学術集会. 2009 年 10 月 29 日～31 日. 大阪府

101	佐藤美理, 鈴木孝太, 田中太一郎, 近藤尚己, 山縣然太朗: 乳幼児期の睡眠習慣が思春期での起立性調節障害に及ぼす影響の検討
-----	---

2010 年

国際疫学会西太平洋地域学術会議兼第 20 回日本疫学会学術総会. 2010 年 1 月 9 日～10 日. 埼玉県

102	Miri Sato, Kohta Suzuki, Naoki Kondo, Taichiro Tanaka, Daisuke Ando, Zentaro Yamagata : Missing data of Birleson Depression Self-Rating Scale for children: A comparison of 3 imputation methods
103	Chiyori Haga, Kohta Suzuki, Miri Sato, Daisuke Ando, Taichiro Tanaka, Zentaro Yamagata : Effects of Parental Child-Feeding Attitude on Childhood Overweight in a Japanese Rural Area

The 43rd Annual Meeting of the Society for Epidemiologic Research. June23-26,2010. Seattle.Washington

104	K Suzuki, M Sato, T Tanaka, N Kondo, Z Yamagata : Gender differences in the association between maternal smoking during pregnancy and onset phase of childhood overweight
105	M Sato, A Nagai, K Suzuki, T Tanaka, N Kondo, Z Yamagata : Association between the trajectories of weight status and depression in puberty

Asia Pacific Conference on Tobacco or Health (APACT 2010). October 6-9 2010. Sydney.Australia

106	Kohta Suzuki, Miri Sato, Zentaro Yamagata.:The change of smoking habits before and after delivery in Japanese women
-----	---

第 69 回日本公衆衛生学会総会.2010 年 10 月 27 日～29 日.東京

107	新井孝子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 田中太一郎, 近藤尚己, 山縣然太朗: 「塩山式手ばかり」と食習慣との関連
108	古閑美奈子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 横道洋司, 田中太一郎, 近藤尚己, 山縣然太朗: 5 歳児の食習慣が小学 4 年時の肥満に及ぼす要因-甲州市母子保健長期縦断研究より
109	佐藤美理, 田中太一郎, 永井亜貴子, 鈴木孝太, 近藤尚己, 山縣然太朗: 中学生における起立性調整障害の縦断的検討

第 28 回山梨小児保健学会.2010 年 12 月 11 日.山梨県立男女共同参画推進センター

110	新井孝子, 鈴木孝太, 田中太一郎, 近藤尚己, 佐藤美理, 山縣然太朗: 妊産婦における『塩山式手ばかり』を用いた食育活動
-----	--

2011 年	
THE INTERNATIONAL CONFERENCE ON SOCIAL STRATIFICATION AND HEALTH 2011, August 6-7, 2011, Tokyo	
111	Kohta Suzuki: Association between Fetal Environment and Childhood Growth
第 21 回日本疫学会学術総会. 2011 年 1 月 21 日～22 日. 札幌市	
112	鈴木孝太、佐藤美理、田中太一郎、永井亜貴子、近藤尚己、山縣然太朗：妊娠前および妊娠初期の禁煙が、胎児発育に与える影響の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-
113	近藤尚己、須田由紀、中尾篤人、鈴木孝太、佐藤美理、田中太一郎、永井亜貴子、山縣然太朗、大霜かよ子：母乳中の免疫制御サイトカイン Transforming Growth Factor(TGF)- $\beta$ 濃度に影響を与える要因:中間分析結果
114	佐藤美理、永井亜貴子、近藤尚己、鈴木孝太、田中太一郎、安藤大輔、山縣然太朗：思春期における 6 年間の体型の推移と抑うつ症状との関連
Third North American Congress of Epidemiology, June 21-24, 2011, Montreal, Quebec, Canada	
115	Miri Sato, Kohta Suzuki, Taichiro Tanaka, Naoki Kondo, Akiko Nagai, Zentaro Yamagata: TRAJECTORIES OF WEIGHT STATUS AND DEPRESSION DURING PUBERTY.
116	Kohta Suzuki, Miri sato, Taichiro Tanaka, Naoki Kondo, Zentaro Yamagata: EFFECTS OF MATERNAL SMOKING CESSATION BEFORE AND DURING EARLY PREGNANCY ON CHILDHOOD GROWTH.
第 2 回日本小児禁煙研究会学術集会：2011 年 12 月 11 日 パルシェ会議室 (JR 静岡ビル) 9:30～10:30	
117	鈴木孝太：セッション 1「妊娠と喫煙」 6. 「妊娠中の喫煙が子供の発育に与える影響の、マルチレベル解析を用いた検討」
OBESITY 2011 29th Annual Scientific Meeting, October 1-5, Orlando, Florida	
118	Kohta SUZUKI, Ayasa TAKAHASHI, Miri SATO, Naoki KONDO, Taichiro TANAKA and Zentaro YAMAGATA: Relationship between sleep duration at 3 years of age and growth during childhood: A multi-level analysis
第 70 回日本公衆衛生学会総会 2011 年 10 月 18 日～21 日 (秋田)	
119	高橋彩紗、鈴木孝太、佐藤美理、山縣然太朗：3 歳児の睡眠時間がその後の肥満に与える影響の縦断的検討
19th IEA World Congress of Epidemiology. August 7-11, 2011. Edinburgh, Scotland	
120	M Sato, K Suzuki, N Kondo, A Nagai, T Tanaka, Z Yamagata: Association between change of weight status and development of depression during puberty.
第 29 回山梨小児保健学会. 2011 年 12 月 10 日. 山梨大学医学部キャンパス	
121	藤井まさ子、鈴木孝太、佐藤美理、近藤尚己、田中太一郎、横道洋司、山縣然太朗：妊娠前の母親の食習慣が 3 歳児の体格に与える影響の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-
2012 年	
第 22 回日本疫学会学術総会. 2012 年 1 月 26 日～28 日. 東京都	
122	鈴木孝太、佐藤美理、近藤尚己、山縣然太朗：日本人の子どもの体格に関する男女差の検討-甲州市母子保健長期縦断研究から-
123	駒崎裕子、藤原武男、小川卓也、佐藤美理、鈴木孝太、山縣然太朗、森山啓司：日本の中学生における不正咬合の発生率とその男女差について～甲州市母子保健縦断調査～

2012 年 (続き)	
第 71 回日本公衆衛生学会総会. 2012 年 10 月 24 日~26 日. 山口市	
124	山下奈美, 鈴木孝太, 山縣然太郎: 甲州市における母乳育児支援の取り組みについて
125	山北満哉, 佐藤美理, 安藤大輔, 鈴木孝太, 山縣然太郎: 小学生に対する簡便な睡眠質問項目の妥当性と信頼性
126	佐藤美理, 鈴木孝太, 山縣然太郎: 中学生の起立性調節障害と生活習慣-思春期調査 2008 年~2010 年の結果から-
127	Zheng Wei, 鈴木孝太, 横道洋司, 佐藤美理, 山縣然太郎: マルチレベル解析を用いた、小中学生の身長の変化に関する男女差の検討
2013 年	
第 141 回日本小児科学会 山梨地方会. 2013 年 4 月 6 日. 富士吉田市民会館 (富士吉田市)	
128	溝呂木園子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 山縣然太郎: 3 歳児の睡眠に関連する要因の検討-甲州市母子保健縦断調査から-
SPER 26th Annual Meeting (Society for Pediatric and Perinatal Epidemiologic Research) . June 17-18, 2013. Boston, Massachusetts	
129	Miri Sato, Kohta Suzuki, Zentaro Yamagata : Association of individual social skills and classroom connectedness with depressive symptoms in puberty
130	Kohta Suzuki, Miri Sato, Zentaro Yamagata : Effect of smoking cessation before and during early pregnancy on fetal and childhood growth: A prospective cohort study
46th Annual SER Meeting (Society for Epidemiologic Research) . June 18-21, 2013. Boston, Massachusetts	
131	Kohta Suzuki, Miri Sato, Zentaro Yamagata : Childhood growth trajectories by combinations of maternal weight status before pregnancy and maternal smoking during pregnancy: A multilevel analysis
46th Annual SER Meeting (Society for Epidemiologic Research) . June 18-21, 2013. Boston, Massachusetts	
132	Wei Zheng, Kohta Suzuki, Miri Sato, Zentaro Yamagata : Difference in pubertal height gain trajectories based on gender and childhood body mass index: A multilevel analysis
第 60 回日本小児保健協会学術集会. 2013 年 9 月 28 日 13:30-14:30. 国立オリンピック記念青少年総合センター (東京都渋谷区)	
133	鈴木孝太, 佐藤美理, 山縣然太郎: 妊娠前、妊娠初期の禁煙が子どもの身体発育に与える影響: マルチレベル解析による検討
第 72 回日本公衆衛生学会総会. 2013 年 10 月 23 日~25 日. 三重県総合文化センター、アストプラザ (アスト津)	
134	山北満哉, 佐藤美理, 安藤大輔, 鈴木孝太, 山縣然太郎: 小学生女子における 1 年間の骨量変化と運動時間との関連
2014 年	
第 24 回日本疫学会学術総会 奨励賞受賞講演. 2014 年 1 月 24 日 11:00-11:30. 日立システムズホール 仙台 (仙台市)	
135	鈴木孝太: 妊娠中の喫煙などの生活習慣が、子どもの発育に与える影響の縦断的検討
第 24 回日本疫学会学術総会. 2014 年 1 月 23 日~25 日. 長陵会館/日立システムズホール仙台 (仙台市)	
136	Zheng Wei, 鈴木孝太, 篠原亮次, 佐藤美理, 横道洋司, 山縣然太郎: Maternal smoking during pregnancy and infancy growth: a covariance structure analysis

2014 年（続き）

第 24 回日本疫学会学術総会 奨励賞受賞講演. 2014 年 1 月 24 日 11:00-11:30. 日立システムズホール 仙台（仙台市）

137	鈴木孝太, 佐藤美理, 篠原亮次, 横道洋司, Zheng Wei, 山縣然太朗: 20 年間の母子保健縦断研究における個人データを用いた、出生体重に関する Age-Period-Cohort Analysis
138	陳揚佳, 鈴木孝太, 横道洋司, 秋山智樹, 篠原亮次, 佐藤美理, 溝呂木園子, 山縣然太朗: マルチレベル解析を用いた、小中学生における幼児期のむし歯の有無による永久歯のむし歯経年変化の検討
139	佐藤美理, 鈴木孝太, 横道洋司, 篠原亮次, 溝呂木園子, 山縣然太朗: 思春期におけるボディイメージが抑うつスコアに及ぼす影響の経年的検討
140	秋山智樹, 横道洋司, 佐藤美理, 篠原亮次, 溝呂木園子, 鈴木孝太, 山縣然太朗: 1 歳 6 ヶ月から 3 歳の乳歯のむし歯発生リスク・予防因子に関する検討 - 甲州市母子長期縦断研究から -

第 4 回日本小児禁煙研究会. 2014 年 3 月 9 日. ゆめおおおかオフィスタワー内ウィリング横浜（横浜市）

141	鈴木孝太, 佐藤美理, 溝呂木園子, Zheng Wei, 篠原亮次, 横道洋司, 山縣然太朗: 妊娠中の喫煙が子どもの発育に与える影響の、母親の年齢による検討
-----	--

2015 年

European congress of epidemiology 2015. June 25-27, 2015. Maastricht, The Netherlands

142	Miri Sato, Kohta Suzuki, Ryouji Shinohara, Sonoko Mizorogi, Zentarō Yamagata: The association between depressive status and internet addiction in puberty: A community-based cohort study
-----	---

第 70 回日本体力医学会. 2015 年 9 月 18 日～20 日. 和歌山県民文化会館・ホテルアバローム紀の国（和歌山県和歌山市）

143	山北満哉, 佐藤美理, 安藤大輔, 鈴木孝太, 山縣然太朗: 両親の教育歴と小中学生の運動時間の関連: 甲州プロジェクト
-----	--

第 74 回日本公衆衛生学会総会. 2015 年 11 月 4 日～6 日. 長崎ブリックホール、長崎新聞文化ホール他（長崎県長崎市）

144	溝呂木園子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 篠原亮次, 山縣然太朗: 5 歳児健診で発達障害が疑われた児の 3 歳時の生活習慣
145	武藤陽子, 篠原亮次, 山縣然太朗: 産後ケア事業（デイサービス型）の取り組みについて
146	山北満哉, 佐藤美理, 鈴木孝太, 安藤大輔, 山縣然太朗: 妊娠前の母親のスポーツ活動状況と子供の運動時間との関連: 甲州プロジェクト

2016 年

第 26 回日本疫学会学術総会. 2016 年 1 月 21 日～23 日. 米子コンベンションセンター（鳥取県米子市）

147	溝呂木園子, 鈴木孝太, 佐藤美理, 篠原亮次, 山縣然太朗: 5 歳児健診で発達障害が疑われた児と関連する 3 歳時の生活習慣因子
148	野田北斗, 鈴木孝太, 佐藤美理, 山縣然太朗: 小学校 6 年間における視力低下の発症時期およびリスクの検討 甲州プロジェクト 生存時間分析

第 19 回日本運動疫学会学術総会. 2016 年 6 月 18 日～19 日. 早稲田大学東伏見キャンパス（東京都西東京市）

149	山北満哉, 安藤大輔, 佐藤美理, 鈴木孝太, 山縣然太朗: 子どものスポーツクラブ等の所属と Grit（やり抜く力）との関連
-----	---

2016 年（続き）

29th Annual Meeting of SPER(Society for Pediatric and Perinatal Epidemiologic Research). June 20-21, 2016. Maiami, Florida

150	Kohta Suzuki, Miri Sato, Sonoko Mizorogi, Ryoji Shinohara, Zentaro Yamagata: Effect of maternal smoking during pregnancy on childhood growth by quartile of birth weight using multilevel analysis
151	Miri Sato, Kohta Suzuki, Sonoko Mizorogi, Zentaro Yamagata: Effects of depression on later onset of internet addiction in puberty: A community-based cohort study

49th Annual SER Meeting (in the 2016 Epidemiology Congress of the Americas). June 21-24, 2016. Miami, Florida

152	Kohta Suzuki, Miri Sato, Sonoko Mizorogi, Ryoji Shinohara, Zentaro Yamagata: Effect of maternal smoking during pregnancy on childhood growth by quartile of birth weight using multilevel analysis
-----	--

第 63 回日本小児保健協会学術集会. 2016 年 6 月 23 日～25 日. 大宮ソニックシティ（さいたま市）

153	溝呂木園子：5 歳児の就寝時刻に影響を及ぼす 3 歳児の生活習慣因子
-----	------------------------------------

第 5 回日本小児診療多職種研究会 2016 年 7 月 30～31 日 パシフィコ横浜（神奈川県横浜市）

154	溝呂木園子、鈴木孝太、佐藤美理、篠原亮次、横道洋司、山縣然太朗：5 歳時の睡眠習慣と関連する因子の検討 - 甲州市母子保健縦断調査から -
-----	---

第 71 回日本体力医学会. 2016 年 9 月 23 日～25 日. いわて県民情報交流センター、盛岡市民文化ホール（岩手県盛岡市）

155	山北満哉, 安藤大輔, 佐藤美理, 鈴木孝太, 山縣然太朗：子どものスポーツクラブの所属および身体活動と社会経済状況との関連
156	山北満哉, 安藤大輔, 佐藤美理, 鈴木孝太, 山縣然太朗：小学生の骨密度と加速度計で測定した身体活動、座位時間の関連

2017 年

第 27 回日本疫学会学術総会. 2017 年 1 月 25 日-27 日. ベルクラシック甲府（甲府市）

157	山縣然太朗：ライフコース・ヘルスケアを支える疫学 ～研究と政策基盤としてのコホート研究～（学会長講演）
158	駒崎裕子, 藤原武男, 小川卓也, 荒木美祐, 佐藤美理, 山縣然太朗, 森山啓司：日本の中学生における不正咬合と顎関節症との関連性について～甲州市母子保健縦断調査～
159	溝呂木園子, 佐藤美理, 秋山有佳, 大西一成, 横道洋司, 篠原亮次, 鈴木孝太, 山縣然太朗：5 歳児健診で発達障害が疑われた児と関連する 1 歳 6 か月時の生活習慣
160	岡安こずえ, 佐藤美理, 山縣然太朗：思春期の口腔内細菌の相対量に関連する因子の検討

第 76 回日本公衆衛生学会総会. 2017 年 10 月 31 日～11 月 2 日. 宝山ホール、かごしま県民交流センター他（鹿児島県鹿児島市）

161	小島令嗣, 佐藤美理, 秋山有佳, 山縣然太朗：中学生におけるネット依存とその関連要因 甲州思春期調査より
162	山北満哉, 安藤大輔, 佐藤美理, 秋山有佳, 鈴木孝太, 山縣然太朗：加速度計で測定した身体活動、座位時間と 1 年後の骨量増加の関連
163	秋山有佳, 佐藤美理, 山北満哉, 横道洋司, 山縣然太朗：思春期の児童生徒における抑うつ傾向とカルシウム含有食品摂取状況との関連
164	井上みゆき, 秋山有佳, 山縣然太朗：1 歳 6 ヶ月児の事故・けがによる医療機関受診と関連する生活要因
165	平出諒太, 佐藤美理, 大岡忠生, 山縣然太朗：中学生における咬合機能の検討

その他（新聞記事等）

1999 年	
166	山縣然太朗：低体重児出産 喫煙率は 2.7 倍. 山梨日日新聞. 1999.3.21. 記事
167	萩原静子, 山縣然太朗：10 年の成果を冊子に 塩山市・山梨医大の母子保健調査. 毎日新聞. 1999.4.9
2003 年	
168	近藤尚己, 山縣然太朗：「誤飲チェッカー」で乳幼児の誤飲防止を. Medical Tribune. 2003.2.20
169	山縣然太朗：小児事故予防に向けた誤飲事故予防プログラムで地域介入. 家族と健康 (2003.6.1) 記事
2007 年	
170	山縣然太朗：妊娠初期の喫煙 子どもの肥満に. NHK ニュース. 2007.10.23. 出演
171	山縣然太朗：妊婦喫煙で子の肥満率 3 倍. 共同通信. 2007.10.24. 配信
172	山縣然太朗：妊婦 3 カ月時点で喫煙 10 歳での肥満率 2.9 倍 山梨大学医学部が 1000 人調査. Yahoo Japan News. 2007.10.26
173	山縣然太朗：Smoking mothers lead to fat children: Japan study. AFP 通信 (フランス通信社：L'Agence France-Presse) MyWire. 2007.10.28
2007 年 (続き)	
174	山縣然太朗：Smoking mothers lead to fat children: Japan study. AFP Yahoo!News. 2007.10.29
175	山縣然太朗：妊娠初期の喫煙でも、子どもの肥満率 3 倍に. AFPBB News. 2007.10.29
176	山縣然太朗：Japan: New study finds children of smoking mothers have a higher risk of abesity. ASH Daily News. 2007.10.30
177	山縣然太朗：Japan: New Study Finds Children Of Smoking Mothers Have A Higher Risk Of Obesity. Medical News Today. 2007.10.31
178	Yamagata, Z：Smoking mothers lead to fat children: Japan study. Tehran Times. 2007.10.31
179	Yamagata, Z：Smoking Mothers Lead to Fat Children: Japan Study. China.com news. 2007.10.29
2008 年	
180	Yamagata, Z：Smoking Mothers Will Have Obese Children. My Diamond. 2008.6
181	山縣然太朗：甲州市母子保健縦断調査 20 周年記念シンポジウムを開催. 山梨大学ホームページ. 2008.7.28
182	山縣然太朗：妊娠初期に飲酒した母親の子は 小中で抑うつ確率 2.2 倍. 山梨日日新聞. 2008.8.20. 記事
2015 年	
183	甲州市と山梨大学の包括的連携協定. 山梨大学ホームページ. 2015.11.17
184	健康増進へ官学連携. 山梨日日新聞. 2015.11.13. 記事
185	甲州市と山梨大連携協定を結ぶ. 朝日新聞. 2015.11.13. 記事
186	山縣然太朗：30% of 2-year-olds watch two hours of YV a day, ministry says. The Japan Times. 2015.1.28
187	山縣然太朗：妊娠中の喫煙によって将来、子どもが肥満に!?. 妊すぐ. 2015 年 7 月号



2016年	
188	山縣然太郎: No pain, no gain. The Economist. 2016.10.20
2017年	
189	山縣然太郎: 子ども 5000人 健康追跡 30年. 朝日新聞. 2017.4.21. 記事
2018年	
190	山縣然太郎: 子育てファースト (炉辺閑話 2018). 週刊医事新報 No.4889 (2018.1.6)
191	小島令嗣: うつ症状がネット依存の引き金か? うつ症状、女性などがネット依存の予測因子 中学生対象の縦断調査. Medical Tribune Web (2018.3.6) 記事

**低体重児出産 喫煙者は2.7倍**  
山梨市と山梨医大が10年間調査  
サポート体制の充実  
ストレス感じる母親たち 若い父親ほど子供に関心

**10年の成果を冊子に**  
山梨市・山梨医大の母子保健調査  
喫煙で低出生体重児率2.7倍  
随所に注目のデータ

**小児事故予防に向けた**  
**地域介入プログラム**  
小児の健康増進と生活習慣病の予防

**Smoking mothers lead to fat children: Japan study**  
2007/10/28 | 337 words, 1 Images  
AFP - Children whose mothers smoked even in the early stages of pregnancy are nearly three times more likely to struggle with obesity later in life, according to a Japanese study.

**Japan: New study finds children of smoking mothers have a higher risk of obesity**

Children whose mothers smoked even in the early stages of pregnancy are nearly three times more likely to struggle with obesity later in life, according to a Japanese study.

The survey was done over a period of nearly two decades by a team led by Zentaro Yamagata, professor at Yamanashi University's School of Medicine. It covered 1,400 women in Japan birth between April 1991 and March 1997.

**子ども5000人 健康追跡30年**  
甲州市と山梨大 妊娠中から母子調査  
喫煙・朝食との関連…独自データ

**健康増進へ官学連携**  
甲州市 山梨大と協定締結  
2015年(平成27年) 11月13日 金曜日 2版 地産

## 7. 調査票



(1) 母子保健調査票

(No.1～No.6)



調査票 No. 1

(昭和62年7月—平成2年6月)

● 母子健康手帳の交付を受けられる方へ

妊娠おめでとごさいます。新しい生命の誕生をひかえ、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、塩山市（保健環境課）では皆様方が妊娠生活を健やかに送れますよう様々な方面から健康管理に努めておりますが、更により良い妊娠生活が送れ、より健やかなお子様のご誕生が迎えられよう保健指導を行うためにアンケート調査を行うことになりました。このアンケートの結果は、山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ皆様の妊娠中の健康管理に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思えます。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにご記入下さい。

塩山市役所保健環境課

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示により本アンケート用紙を家庭に持ち帰り、かならず本人が記入したうえで早急に市役所まで届けて下さい。

（記入法） 該当する項目に○をつけて下さい。右端の〔 〕欄には、記入しないで下さい。

記入年月日 → ( )年( )月( )日  
氏 名 ( )

Q 1. 今日の体調はいかがですか

- ① 心身ともに快調である
- ② 体調がすぐれない
- ③ 気分がすぐれない
- ④ 心身共に余り調子が良くない
- ⑤ 特にどちらとも言えない

( )

Q 2. 妊娠したら届け出をするということをごどのようになら知りましたか

- ① 以前から知っていた

- ② 病・医院でいわれた
- ③ 家族から聞いた
- ④ 知人・友人などから聞いた
- ⑤ 市役所からの広報・お知らせ板などを見て知った
- ⑥ 週刊誌・雑誌などを通じて知った
- ⑦ 自分が妊娠と自覚すれば、届け出ができると思っていた
- ⑧ その他( )

( )

Q 3. あなた自身が最初に妊娠と気づいたのはどんなことからですか

- ① しばらく気分がよくなかった
- ② 生理が予定日にこなかった
- ③ 基礎体温の高温状態が長く続いた
- ④ 自分では気づかなかったが病・医院でいわれた
- ⑤ その他( )

( )

Q 4. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか

- ① はい
- ② いいえ
- ③ どちらともいえない

( )

Q 5. これまでに基礎体温をつけていましたか

- ① 特につけたことはない
- ② つけていた
- ③ わからない/なんともいえない

( )

Q 6. 今回の妊娠は結婚後何年目ですか

- ① 結婚後〔 〕年目
- ② 結婚前

( )

Q 7. ( 今回の妊娠が2回目以上の方 )

最初の妊娠(流産・死産を含む)は結婚後何年目でしたか

- ① 結婚後〔 〕年目
- ② 結婚前

( )

Q 8. 妊娠とわかった時の気持はどんなでしたか

SQ 1. あなた自身

SQ 2. ご主人

- ↓
- ① うれしかった  
 ② なんとなく照れくさかった  
 ③ 特になんとも感じなかった  
 ④ 困ったと思った  
 ⑤ その他( )
- ↓
- ① 喜んだ  
 ② 照れくさそうだった  
 ③ 特に何とも言わなかった  
 ④ 困った様子だった  
 ⑤ その他( )

Q 9. 妊娠とわかって一番心配なことは何ですか

( )

Q 10. 出産する病・医院を決めていますか

- ① はい ② まだ

SQ 1. どのようにして選びましたか(1つだけに○)

- ① 近くにあるから  
 ② その病・医院の先生を知っているから  
 ③ 前回出産した病院と同じ  
 ④ 知人・親戚などから紹介されたから  
 ⑤ 評判がいいから  
 ⑥ なんとなく  
 ⑦ その他( )

SQ 2. その病・医院は妊婦検診を受けているところと同じですか( )

- ① はい ② いいえ

Q 11. 子供は全部で何人くらい希望しますか

SQ 1. 自分は ①( )人 ② わからない

SQ 2. 夫は ①( )人 ② わからない

Q 12. 市で行なう母親学級の受講を希望しますか

- ① はい ② いいえ ③ わからない/まだ決めていない

- ↓
- (理由) ① 以前受けたことがあるから  
 ② 他の母親学級を受けたいから  
 ③ 特に必要ないと思うから  
 ④ その他( )

Q 13. これまでに貧血と言われたことがありますか

- ① はい ② いいえ ③ わからない

↓

SQ 1. それはいつ頃ですか ( ) 歳ころ ( )

Q 14. 妊娠前の飲酒・喫煙についてうかがいます

- SQ 1. これまでの飲酒歴について該当するものはどれですか ( )
- ① 飲んだことがない ② 年に数回程度 ③ 月に1～2回程度  
 ④ 週に1～2回程度 ⑤ 一日おき程度 ⑥ ほとんど毎日

SQ 2. 一回に飲む量はどのくらいですか? およその目安として一番よく飲むものをどれか一つ選び、一回量に換算するとどのくらいになるか記入して下さい

- ① 日本酒を( )合くらい  
 ② ビールを( )本くらい  
 ③ ワインをグラス( )杯くらい  
 ④ 焼酎をコップ( )杯くらい  
 ⑤ ウイスキーを( )杯くらい  
 ⑥ その他( )を( )杯くらい

SQ 3. これまでの喫煙歴について該当するものはどれですか

- ① 吸ったことがない  
 ② 以前吸ったが現在は吸わない 過去( )年位 ( )  
 ③ たまに吸う



④ 現在吸っている 一日( )本( )年間位

SQ 4. 同居のご家族の中で、喫煙されるかたはいますか ( )

- ① いない ② いる (だれ?) ( )

SQ 5. (現在お酒を飲む方のみ)

これまで飲酒をやめようと思ったことがありますか ( )

- ① 何度もあるがやめられなかった ② 1、2度ある  
③ 少し量を控えようと思っている ④ 特にやめようと思ったことはない

SQ 6. (現在喫煙している方のみ)

これまでで喫煙をやめようと思ったことがありますか ( )

- ① 何度もあるがやめられなかった ② 1、2度ある  
③ 少し量を控えようと思っている ④ 特にやめようと思ったことはない

SQ 7. 妊娠中・非妊娠時にかかわらず、一般に飲酒についてのあなたの考えは次のどれに該当しますか (全員お答え下さい)

- ① 飲みたい人が自由に飲めばよい ( )  
② 健康のため適度に飲めばよい  
③ 健康に良くないからあまり飲まない方がよい  
④ 絶対飲まない方がよい  
⑤ わからない/何ともいいえない

SQ 8. 妊娠中・非妊娠時にかかわらず、一般に喫煙についてのあなたの考えは次のどれに該当しますか (全員お答え下さい)

- ① 吸いたい人が自由に吸えばよい  
② 気分転換などのために適度に吸えばよい  
③ 健康に良くないからあまり吸わない方がよい ( )  
④ 絶対吸わない方がよい  
⑤ わからない/何ともいいえない

Q 15. 日頃の食生活について伺います

SQ 1. 食事を毎日3回とっていますか

- ① はい ② いいえ(いつを抜くことが多いですか) ( )

SQ 2. 好き嫌いがありますか

- ① いいえ ② はい(なに?) ( )

SQ 3. 副食(おかず)としてよく食べるものは何ですか 2つだけあげて下さい ( )

- ( ) ( )

SQ 4. 食事の献立はどのようにしてきめますか (1つだけに○) ( )

- ① 自分できめる ② 夫の好みを中心にしてきめる  
③ 家族(夫以外)の好みを中心にしてきめる ④ 特に何ともいいえない

SQ 5. 味付けの好みはいかがですか

- ① 比較的濃い味が好き ( )  
② 比較的薄い味が好き  
③ 特にどちらともいいえない

Q 16. 妊娠前に比較的よく飲んでいた薬はありますか ( )

- ① いいえ ② はい(何?) ( )

Q 17. 風疹(三日はしか)にかかったことがありますか ( )

- ① いいえ ② はい ③ わからない/忘れた

Q 18. 風疹の予防注射を受けたことがありますか ( )

- ① いいえ ② はい ③ わからない/忘れた

Q 19. 何か趣味をお持ちですか ( )

- ① いいえ ② はい(何?) ( )

Q 20. 日頃ストレスの解消法としてなにか行っていること、心掛けていることが  
 ありますか ( )  
 ① 特にない  
 ② ある(何?) ( )

Q 21. 妊娠前に心掛けて行っていた運動等が有りますか  
 ① 特にない ( )  
 ② ある(何?) ( )

Q 22. 性教育をどのように受けましたか  
 ① 特に受けたことはない ( )  
 ② 小中学校・高校などで授業として受けた ( )  
 ③ 小中学校・高校などで授業以外に別に受けた ( )  
 ④ 学校以外(母親学級など)で受けた ( )  
 ⑤ 忘れた ( )  
 ⑥ その他( )

Q 23. 性に関する情報で最も知りたいと思っっていることはどんなことですか  
 ( ) ( ) ( )

Q 24. 結婚の事情は何でしたか  
 ① 恋愛 ② 見合い ③ その他 ( )

Q 25. 近所づきあいはどのようなにしていますか  
 ① ほとんどしない ② 普通程度にする ③ 積極的にする ④ 何ともいえない ( )

Q 26. 同居のご家族の中で、健康でない方についてお答え下さい  
 (誰が) ……(何の病気で) ……(どうしている) のかたちでお答え下さい。  
 【例】 (義父) ……(何の病気で) …… (入院・通院・観察中・放置・  
 入院・通院・観察中・放置・  
 ( ) ……( ) ……( ) ……( ) ……( ) ……( ) ……( ) ……( ) ……( )

Q 27. 現在お勤めしていますか。  
 ① いいえ ② はい(常勤) ③ はい(パート)  
 ④ 又は③の方 → 1日( )時間

◎ これからの質問については以下の指示に従ってお答え下さい。

現在自宅外にお勤めの方 → Q 28 のみお答え下さい  
 自宅で農業に従事されている方 → Q 29 のみお答え下さい  
 自営の方 → Q 30 のみお答え下さい  
 上記以外の方 → 質問はおわりです

Q 28. この質問は現在自宅外にお勤めの方のみご記入下さい。

SQ 1. これまで、現在の職業でどの位(年月)働いていますか。  
 ( )年( )月

SQ 2. 現在の仕事の内容は主にどんなですか。 ( )

- ① 事務的な仕事 ② 販売・サービスなどの仕事 ③ 専門的な職業
- ④ 簡単な肉体労働 ⑤ その他( )

SQ 3. 就労中の体調はどうですか。 ( ) ( ) ( )

- ① 一般的体調 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調)
- ② 生理 (① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調)
- ③ 精神的な気分 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調)

SQ 4. 今後も仕事を続けますか。

- ① 産前産後の休暇以外は原則として今後も続けたい ( )
- ② 妊娠中の適当な時期にやめたい
- ③ すぐにやめたい
- ④ まだ決めてないのになんともいえない
- ⑤ その他( )

Q 25. この質問は農業に従事している方のみお答え下さい。

SQ1. 農業の内容は主として何ですか ( )

- ① 果樹 ( ) ② そ菜 ③ 養蚕 ④ その他 ( )

SQ2. 農作業のために平均して戸外にどのくらいいますか。 ( )

→ 平均して1日 ( ) 時間くらい

SQ3. これまでの体調はどうですか。 ( )

- ① 一般的体調 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 )  
 ② 生理 ( ① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調 )  
 ③ 精神的な気分 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 )

SQ4. 農薬などが気になることがありますか。 ( )

- ① いいえ ② はい ( ① ほとんど )

SQ5. 最も疲れるのは体のどの部分ですか。 ( )

SQ6. 睡眠は十分とれますか ① はい ② 普通 ③ いいえ ( )

Q 30. この質問は自営の方のみお答え下さい。

SQ1. 自営の内容はなんですか。 ( )

SQ2. 一日あたりの実労働時間はどのくらいですか → ( ) 時間くらい

SQ3. これまでの体調はどうですか。

- ① 一般的体調 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 )  
 ② 生理 ( ① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調 )  
 ③ 精神的な気分 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 )

SQ4. 睡眠は十分とれますか。① はい ② 普通 ③ いいえ ( )

.....  
 以上で質問は終わりです。

※ 1歳6か月児健康診査に來られるお母様方へ

お子様も1歳半を迎えられ、健やかに成長されていることと思います。赤ちゃんの時代から幼児の世界に入っ、お母様自身も子供への夢や期待にさぞ胸をふくらませておられることと思います。

さて当塩山市（保健環境課）では、お子様が心身ともに健やかに成長できますよう、様々な方面から健康管理に努めておりますが、今後さらに健やかに成長されますようお母様方といっしょに考えてゆくために、1歳6か月児に関するアンケート調査を行なうことになりました。このアンケートはお子様のこれからの健康管理に役立つ大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、ありのままにご回答ください。

塩山市役所保健環境課

◎ 本調査票は、お母様ご自身で記入の上健康診査票と一緒に持参下さい。

（記入法） 各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。右端の〔 〕

欄には、記入しないで下さい。

記入年月日 → ( )年( )月( )日  
 お子様のお名前( ) 生年月日( S 年 月 日生 ) ( )

Q 1. 今日のお母様の体調はいかがですか？

- ① 心身ともに快調である
- ② 体調がすぐれない
- ③ 気分がすぐれない
- ④ 心身ともにあまり調子が良くない
- ⑤ 特にどちらとも言えない

……1歳6か月児健診を受けるお子様の妊娠中のことについては、記憶の範囲でお答え下さい。( Q 2～Q 10まで)

Q 2. 妊娠前と比べて食べ物の好き嫌い、におい、味付けなどで変化がありましたか？

- ① 特に変化はなかった
- ② やや変化があった(どんな？) ( )

③ 変化があった(どんな？) ( )

④ わからない/なんとも言えない ( )

Q 3. 出産した病院・医院は、自宅からどのくらいの距離にありましたか？

SQ 1. 手段は ① 徒歩 ② 車 ③ バス ④ その他( )

SQ 2. 時間はどのくらいかかりましたか。( )分

Q 4. 産後のひだちはいかがでしたか？

- ① 順調だった ( )
- ② やや不調だった
- ③ 不調だった
- ④ その他( )

Q 5. 名前は誰がどのようにつけましたか？

SQ 1. お子様の名前は主としてどなたが決めましたか。 ( )

- ① 自分 ② 夫 ③ 自分側の親 ④ 夫側の親 ⑤ その他の家族 ( )
- ⑥ 親戚の人( ) ⑦ 自分または夫の知り合い
- ⑧ その他( )

SQ 2. お子様の名前を付ける際もともと配慮したのは次のどれですか。

- ① 字画 ② 運勢 ③ 親の名前との関係 ④ 兄の兄弟姉妹の名前との関係
- ⑤ 有名人にちなんで ⑥ 将来への希望 ⑦ 名字(姓)との発音のバランス
- ⑧ その他( ) ( )

SQ 3. お子様の名前はいつ頃決めましたか。

- ① 妊娠前 ( )
- ② 妊娠中(いつごろですか？：妊娠前期・中期・後期)
- ③ 出産直後
- ④ 出産後1日から出生届け出迄の間
- ⑤ その他(いつ？) ( )
- ⑥ 忘れた/わからない

Q 6. 妊娠に関する地域内・家庭内の習慣についてお答えください。

SQ 1. 何か慣習をご存じですか。 [ ]

① 腹帯び ② お宮参り ③ お守り ④ 言い伝え ⑤ その他( )

SQ 2. 前の項目のうち実際に行なったのはどれですか。 [ ]

以下の該当する番号すべてに○を付けて下さい。

- ① ② ③ ④ ⑤

Q 7. 出産後初めてお子様を見た時どんな気持ちでしたか。 [ ]

- ① じーんと感動した  
 ② 何か不思議な気がした  
 ③ やっと生まれてほっとした  
 ④ 五体満足でよかった  
 ⑤ 特になんとも感じなかった  
 ⑥ その他( )

Q 8. 妊娠・出産および育児に関する情報のうち、最も役立っていると思うものは何から得たものですか。SQ 1.、SQ 2 共にそれぞれ一つのみ選んで下さい。

SQ 1. 妊娠・出産に関する知識・情報 [ ]

- ① 育児書 ② 定期的な育児雑誌 ③ テレビ/ラジオ番組  
 ④ 病院の医師・看護婦 ⑤ 健診時の医師・保健婦 ⑥ 家族(祖母・実母  
 など) ⑦ 学校での講義 ⑧ 役所などからのパンフレットなど  
 ⑨ 母親学級など ⑩ その他( )

SQ 2. 育児に関する知識・情報 [ ]

- ① 育児書 ② 定期的な育児雑誌 ③ テレビ/ラジオ番組  
 ④ 病院の医師・看護婦 ⑤ 健診時の医師・保健婦 ⑥ 家族(祖母・実母  
 など) ⑦ 学校での講義 ⑧ 役所などからのパンフレットなど  
 ⑨ 母親学級・育児学級など ⑩ その他( )

Q 9. 出産の際「夫の立会い」について、どうお考えですか。

- ① 夫は立ち合わないほうがよい [ ]

② 夫が希望すれば立ち合っても良いと思う

③ 妻が望めば立ち合っても良いと思う

④ 積極的に立ち合ったほうが良いと思う

⑤ どちでも良いと思う

⑥ わからない/何とも言えない

Q 10. 妊娠中ご主人は協力的でしたか。次の該当するものすべてに○を付けて下さい。

- ① 特に妊娠前と変らなかつた  
 ② 夫婦間の会話が增えた  
 ③ 口げんかななどの不一致が減つた  
 ④ 酒・タバコなどが減つた  
 ⑤ 帰宅時間が早くなつた  
 ⑥ 家事を手伝ってくれた  
 ⑦ 身の回りのことを手伝ってくれた  
 ⑧ その他( )

Q 11. ご主人とお子様のことについて話をしますか。 [ ]

- ① よくする  
 ② 時々する  
 ③ あまりしない  
 ④ ほとんどしない  
 ⑤ なんともいえない

Q 12. ご主人はお子様とよく接していますか。 [ ]

- ① よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている  
 ② 普通程度に接している  
 ③ あまりかまわないうである

Q 13. お子様のことについて現在最も関心があることはなんですか。 [ ]

- ① 発育・発達のこと ② 性格のこと ③ 病気・事故のこと ④ 食事睡眠

のこと ⑤ お友達のこと ⑥ 将来の学校の入・進学のこと ⑦ 将来の結婚のこと ⑧ 将来の職業のこと ⑨ その他( )

Q 14. 育児のことで悩んだことがありますか。 ( )

- ① はい(どんな悩み?) ( )  
 ② いいえ ( )

Q 15. 育児に関して困った時だれに最もよく相談しますか。 ( )

- ① 夫 ② 義母 ③ 実母 ④ 兄弟姉妹 ⑤ 医師 ⑥ 保健婦 ⑦ 友人・知人 ⑧ その他( )

Q 16. お子様は、"おばあちゃんっ子"ですか。

- ① はい ② いいえ ③ どちらともいえない ( )

Q 17. 乳児(1才未満)健診をいつ頃受けましたか。受けた時期に○を付けて下さい。

- ① ( ) 1か月 ② ( ) 3～4か月 ③ ( ) 6～7か月 ④ ( ) 9～10か月 ⑤ ( ) 満1歳 ⑥ その他( )

Q 18. (前問で○が0個または1個の方のみお答え下さい。) ( )

健診をあまり受けられなかった最も大きな理由は何ですか。

- ① 健診の日が都合が悪かった  
 ② 健診の時刻が都合悪かった  
 ③ 会場までの距離が遠かった  
 ④ こどもの体調が良くなかった  
 ⑤ 自分の体調が良くなかった  
 ⑥ 健診の日時を忘れていた  
 ⑦ 特に受けなくても良いと思った  
 ⑧ その他( )

Q 19. お子様は、現在どんなおむつを使っていますか。 ( )

- ① 布おむつのみ  
 ② 紙おむつのみ

- ③ 日中は布おむつ、夜間・外出時は紙おむつというように両方使い分けている  
 ④ 特にどちらとも決めていない  
 ⑤ その他( )

Q 20. お子様はこれまでに医者にかかるほどのけが・事故にありましたか。

- ① はい(どんなけが・事故?) ( )  
 ② いいえ ( )

Q 21. (お子様のための)かかりつけのお医者さんがいますか。

- ① はい ② いいえ ③ どちらともいえない/わからない ( )

Q 22. お子様は冬は全体的に薄着ですか、厚着ですか。

- ① 薄着 ② 厚着 ③ どちらともいえない ( )

Q 23. お子様の気に入っているおもちゃを2つあげて下さい。

- ( ) ( )

Q 24. お子様の遊びについてうかがいます。

(保育園にいらっしゃるお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

- SQ 1. 誰とよく遊びますか ( )  
 ① 自分一人で ② お母さんと ③ お父さんと ④ 兄弟と  
 ⑤ 近くの同年代の子供と ⑥ その他( )

SQ 2. 主にどこで遊ぶことが多いですか。 ( )

- ① 部屋の中 ② 廊下・ベランダ ③ 自宅の前の庭 ④ 友達の家 ⑤ 畑  
 ⑥ その他( )

SQ 3. お母様はお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。 ( )

- ① ほとんど毎日する ( )  
 ② とまどきます ( )  
 ③ あまりしない ( )  
 ④ ほとんどしない ( )

Q 25. お子様のおやつについてうかがいます。

SQ1. おやつをどのようにして与えますか

- ① 時間を決めて与える
- ② ほしがる時に与える
- ③ 特に与え方に気をつけていない

SQ2. お子様の好きなおやつは何ですか。二つだけあげてください。

( ) ( )

SQ3. 一回にどのくらい量の量のおやつを与えますか。

( )

- ① 袋のまま与えることが多い
- ② 特に決めていない
- ③ 一定の量を与える
- ④ 少しだけ与える

SQ4. おやつは市販と手作りどちらを多く与えていますか。

( )

- ① だいたい市販のおやつ
- ② だいたい手作りのおやつ
- ③ 市販と手作り半々程度

Q 26. 育児用品は全体として何を参考にして準備しましたか。一つだけ○を付けて下さい。

( )

- ① 自分の考え
- ② 家族(夫・両親のなど)の考え
- ③ 友人・知人
- ④ 新聞・雑誌の記事
- ⑤ 育児書
- ⑥ テレビ・ラジオの情報
- ⑦ 母親学級
- ⑧ 医師・保健婦・助産婦などの医療スタッフのアドバイス
- ⑨ その他( )

Q 27. どんな子供に育って欲しいと思いますか

( ) ( )

Q 28. 市販の育児用品のなかで、こんなものは必要ないと思うものがあれば、いくつか挙げて下さい。

( )

Q 29. 育児の際「こんなものがあつたら(売っていたら)便利だ」と思うものがあり、具体的な記入して下さい。(図を畫いても結構です)

( )

Q 30. お子様は保育園に通園していますか。

( )

- ① 通園している
- ② 通園していないが、これから通園させたい
- ③ ずっと通園させない
- ④ わからない/なんともいえない
- ⑤ その他( )

Q 31. (前問で①と答えた方のみ)お子様をあげるようにした動機はなんですか。以下のうち最も大きなもの1つだけに○をつけて下さい。

( )

- ① 自宅外で働いているから
- ② 集団生活に早く慣れさせたかったから
- ③ 周囲に同年代のあそび相手がないから
- ④ いろいろ教えてもらえらるから
- ⑤ 家庭での保育に自信がないから
- ⑥ まわりの他の子どもがいて、育児が忙しいから
- ⑦ 自宅に他に子供がいて、育児が忙しいから
- ⑧ 自分があまり体調がよくないから
- ⑨ 特に理由はないが、行くのが当たり前だと思つたから
- ⑩ その他( )

Q 32. お子様をおんぶしたり、だっこしたりしますか。

- SQ 1. おんぶ ( )  
 ① よくする ② 時々する ③ あまりしない ④ ほとんどしない

SQ 2. だっこ ( )

- ① よくする ② 時々する ③ あまりしない ④ ほとんどしない

Q 33. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

- ① 朝、平均して何時ごろ起きますか( )時( )分ごろ  
 ② 夜、平均して何時ごろ寝ますか( )時( )分ごろ  
 ③ 昼寝は一日どのくらいしますか( )時間( )分程度  
 ④ 誰と一緒に寝ますか(誰: )

Q 34. 妊娠・出産・育児に関しお母様にとって、こんな法律、制度などがあればいいと思うもの、また役所にこんなふうにしてほしいと思うことがありますいたら、お書き下さい。

Q 35. お母様は現在お勤めをしていますか。

- ① いいえ ② はい(常勤) ③ はい(パート)  
 →②または③の方 → 1日( )時間

◎ これからの質問については以下の指示に従ってお答え下さい。

- 現在自宅外にお勤めの方 → → → → Q 36のみお答え下さい。  
 自宅で農業に従事されている方 → → → → Q 37のみお答え下さい。  
 自営の方 → → → → → → → → Q 38のみお答え下さい。  
 上記以外の方 → → → → → → → → 質問はおわりです

Q 36. この質問は現在自宅外にお勤めの方のみご記入下さい。

SQ 1. これまで、現在の職業でどのくらい(年月)働いていますか。( 雇前 雇後休暇も含めて下さい。 ) → → → → ( )年( )月( )日

SQ 2. 現在の仕事の内容は主にどんなですか。

- ① 事務的な仕事 ② 販売・サービスなどの仕事 ③ 専門的な職業  
 ④ 簡単な肉体労働 ⑤ その他( )

SQ 3. 就労中の体調はどうですか。

- ① 一般的体調 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )  
 ② 生理 ( ① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調 ) ( )  
 ③ 精神的な気分 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )

SQ 4. 雇前の休暇はとれましたか。 ① はい ② いいえ ( )

SQ 5. 雇後の休暇はとれましたか。 ① はい ② いいえ ( )

SQ 6. 雇後お勤めを始めた。(再開した)のはいつですか。

雇後( )か月ごろ ( )

SQ 7. 育児休暇はありましたか。 ① はい ② いいえ ( )

SQ 8. 育児休暇は十分とれましたか。

- ① 十分とれた ② 少しだけとれた ③ あまりとれなかった

SQ 9. 出勤時間は、何時頃ですか。( )時( )分 ( )

SQ 10. 帰宅時間は何時頃ですか。( )時( )分 ( )

SQ 11. 生理休暇はとれますか。

- ① 届け出により自由にとれる ( )  
 ② 一定日数内にとれる ( )  
 ③ とりたいが十分とれない ( )  
 ④ 特にとる必要がない ( )  
 ⑤ とれない ( )  
 ⑥ その他( )



SQ 12. 勤務中お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている
- ② 実母または義母にみてもらっている
- ③ 隣人または友人にみてもらっている
- ④ 勤務先でみてもらっている
- ⑤ その他( )

SQ 13. 今後仕事が続きますか。

- ① 今後も続けたい
- ② 適当な時期に辞めたい
- ③ すぐに辞めたい
- ④ まだ決めてないのでなんとも言えない
- ⑤ その他( )

Q 37. この質問は農業に従事している方のみお答え下さい。

SQ 1. 農業の内容は主としてなんですか。

- ① 果樹( )
- ② 野菜
- ③ 養蚕
- ④ その他( )

SQ 2. 農作業のために平均して戸外にどのくらいいますか。

→ 平均して1日( )時間くらい

SQ 3. これまでの体調はどうですか。

- ① 一般的体調 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )
- ② 生理 ( ① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調 ) ( )
- ③ 精神的な気分 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )

SQ 4. 産前どのくらい農作業を控えましたか。( )日くらい

SQ 5. 産後どのくらいしてから農作業をはじめようになりましたか。

産後( )日ころから

SQ 6. 農作業中、お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている
- ② 実母または義母にみてもらっている
- ③ 隣人または友人にみてもらっている

④ 作業の場所で仕事をしながら自分でみている

⑤ その他( )

SQ 7. 農業などの気になることがありますか。

- ① いいえ
- ② はい( )
- ③ どちらでもない
- ④ どちらでもない
- ⑤ その他( )

SQ 8. 最も疲れるのは体のどの部分ですか。

( )

SQ 9. 睡眠は十分とれていますか。

- ① はい
- ② 普通
- ③ いいえ

Q 38. この質問は自営の方のみお答えください。

SQ 1. 自営の内容は何ですか。

( )

SQ 2. 一日あたりの実労働時間はどのくらいですか → ( )時間くらい

SQ 3. これまでの体調はどうですか。

- ① 一般的体調 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )
- ② 生理 ( ① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調 ) ( )
- ③ 精神的な気分 ( ① 快調 ② やや不調 ③ 不調 ) ( )

SQ 4. 睡眠は十分とれますか。

- ① はい
- ② 普通
- ③ いいえ

SQ 5. 産前どのくらい仕事をひかえましたか。( )日くらい

SQ 6. 産後どのくらいしてから仕事をはじめましたか。( )日くらい

SQ 7. 仕事、お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている
- ② 実母または義母にみてもらっている
- ③ 隣人または友人にみてもらっている
- ④ 仕事をしながら自分でみている
- ⑤ その他( )

以上です。ご協力ありがとうございました。

※ 3歳児健康診査に來られるお母様方へ

3歳を迎えられたお子様の健康はいかがですか。お母様の愛情にはぐくまれ、健やかに成長のことと思えます。また少しずつお友達や社会の事にも興味が生えてきておられる頃かと思えます。

さて当塩山市(保健環境課)では、様々な面からお子様の健康管理に努めておりますが、心身ともに一層すこやかなお子様に成長できましますようにお母様方といっしょに考えてまいりますため、3歳児に関するアンケート調査を行なうことになりました。

この調査の結果はお子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入されました内容につきましては、固く秘密が守られますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

塩山市役所保健環境課

[この調査用紙は、3歳のお子様についてお母様ご自身で記入のうえ、健診会場にご持参ください。]

(記入法) 各質問について該当するものの番号に○を付けて下さい。

なお、右端の〔 〕欄には何も記入しないでください。

記入年月日 → ( )年( )月( )日  
 お子様のお名前( ) 生年月日(S 年 月 日生) ( )

Q 1. 今日のお母様の体調はいかがですか。

- ① 心身ともに快調である
- ② 体調がすぐれない
- ③ 気分がすぐれない
- ④ 心身共に余り調子がよくない
- ⑤ 特にどちらとも言えない

Q 2. 育児に関する知識・情報源としてもっとも役にたっているものは何から得たのですか。一つだけ選んで下さい。

- ① 育児書 ② 定期的な育児雑誌 ③ テレビ/ラジオ番組 ④ 病院の医師・看護婦 ⑤ 健診時の医師・保健婦 ⑥ 家庭(祖母・実母など)
- ⑦ 学校での講義 ⑧ 役所などからのパンフレットなど ⑨ 母親学級・育児学級など ⑩ すこやか通信 ⑪ その他( ) ( )

Q 3. ご主人とお子様の事について話をしますか。

- ① よくする ② 時々する ③ あまりしない ④ ほとんどしない

⑤ なんともいいえない

Q 4. ご主人はお子様とよく接していらっしゃいますか。

- ① よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
- ② 普通程度に接している
- ③ あまりかまわないほうである

Q 5. お子様のことについて現在最も関心があることは何ですか。(一つだけ○)

- ① 発育・発達的事 ② 性格の事 ③ 病氣・事故の事 ④ 食事・睡眠のこと ⑤ お友達関係 ⑥ 将来の学校の入・進学のこと ⑦ 将来の結婚のこと ⑧ 将来の職業のこと ⑨ その他( ) ( )

Q 6. 育児のことで悩んだことがありますか。

- ① はい(どんな悩み?)
- ② いいえ

Q 7. 育児に困してこまってきたとき誰にもっともよく相談しますか。

- (該当するもの一つだけ○)
- ① 夫 ② 義母 ③ 実母 ④ 兄弟姉妹 ⑤ 医師 ⑥ 保健婦
- ⑦ 友人・知人 ⑧ その他( )

Q 8. お子様はおむつがとれていますか。

- ① はい(昼夜とれたのはいつ頃ですか? 才 カ月頃)
- ② いいえ

Q 9. お子様はこれまでに、医者にかかるほどのけが・事故にあってあることがありますか。

- ① はい(どんなけが・事故?)
- ② いいえ

Q 10. (お子様のための)かかりつけのお医者さんがいますか。

- ① はい ② いいえ ③ どちらともいえぬ/わからない ( )

Q 11. お子様は冬は全体的に薄着ですか、厚着ですか。

- ① 薄着 ② 厚着 ③ どちらともいえぬ

Q 12. お子様の入浴についてお伺いします。

SQ 1. 入浴が好きですか。

- ① はい ② いいえ ③ どちらともいえぬ ( )

SQ 2. いつ入りますか。

- ① 午前 ② 午後早目 ③ 夕方 ④ 夜 ⑤ 不特定

- SQ3. 一回にどのくらいおふろに入りますか。 [ ]  
 ① 5分以内 ② 5～15分程度 ③ 15～30分程度  
 ④ 30～1時間程度 ⑤ 1時間以上 ⑥ その時によっていろいろ
- SQ4. 誰と一緒にいることも多々も多々も多々ですか。(一つだけ○) [ ]  
 ① ひとり ② おとうさん ③ おかあさん ④ おしいちやん  
 ⑤ おばあちゃん ⑥ 兄弟・姉妹 ⑦ 特に決っていない ⑧ その他
- Q 13. お子様の気に入っているおもちゃを2つあげてください。 [ ]  
 ( ) ( )
- Q 14. お子様の遊び(園以外)についてうかがいます。  
 SQ1. 誰とよく遊びますか。(1つだけ○) [ ]  
 ① 自分一人で ② お母さんと ③ お父さんと ④ 兄弟と  
 ⑤ 近くの同年代の子ども ⑥ その他 ( )
- SQ2. 主にどこで遊ぶことが多いですか。 [ ]  
 ① 部屋の中 ② 廊下・ベランダ ③ 自宅の前の庭 ④ 友達の家  
 ⑤ たんぼ・畑 ⑥ その他 ( )
- SQ3. お子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。  
 ① ほとんど毎日する [ ]  
 ② ときどきする [ ]  
 ③ あまりしない [ ]  
 ④ ほとんどしない [ ]
- Q 15. お子様は音楽・歌が好きですか。  
 ① はい ② ふつう ③ いいえ ④ 何ともいえない [ ]
- Q 16. お子様はテレビを見るのが好きですか。  
 ① はい ② ふつう ③ いいえ ④ 何ともいえない [ ]
- Q 17. お子様の食事についてうかがいます。  
 SQ1. お子様はパンとごはんのどちらをよよく食べますか。 [ ]  
 ① ほとんどごはん ② どちらかといえはごはん ③ ほとんどパン  
 ④ どちらかといえはパン ⑤ どちらでもよよく食べる ⑥ その他 ( )
- SQ2. つぎのうちよよく食べるものに○を付けて下さい。(いくつでも結構です)  
 ① 牛乳・ミルク ② 魚貝類 ③ 肉・ハム類 ④ チーズ・バター  
 ⑤ 野菜 ⑥ 卵 ⑦ 海草類 ⑧ その他 ( ) [ ]
- SQ3. 好きな料理(献立)は何ですか。二つあげて下さい。 [ ] [ ]  
 ( ) [ ]
- Q 18. お子様へのおやつについてうかがいます。(保育園にいらしているお子様は、園  
 SQ1. おやつをどのようにして与えますか。 以外の場合についてご記入下さい)  
 ① 時間を決めて与える [ ]  
 ② ほしがるときに与える [ ]  
 ③ 特に与えかたに気をつけていない [ ]
- SQ2. お子様の好きなおやつは何ですか。二つあげてください。  
 ( ) [ ] ( ) [ ]
- SQ3. 一回にどのくらいのおやつを与えますか。  
 ① 袋のまま与えることが多い [ ]  
 ② 特に決めていない [ ]  
 ③ 一定の量を与える [ ]  
 ④ 少しでも与える [ ]
- SQ4. おやつは、市販と手作りどちらが多いですか。  
 ① だいたい市販のおやつ [ ]  
 ② だいたい手作りのおやつ [ ]  
 ③ 市販と手作り半々程度 [ ]
- Q 19. お子様のききではどちらですか。 [ ]  
 ① 右手 ② 左手 ③ 同程度に両手を使う ④ わからない
- Q 20. お子様は家庭にいるときは、はしとスプーン(先割れスプーンなど)のど  
 ちらをよく使いますか。  
 ① ほとんどはし [ ]  
 ② ほとんどスプーン [ ]  
 ③ はしとスプーン半々でいど [ ]  
 ④ わからない/どちらともいえない [ ]
- Q 21. お子様は将来どんな職業について欲しいと思っていますか。  
 ① 特に考えていない [ ]  
 ② 将来子供が考えれば良いと思う [ ]  
 ③ 例えは ( )  
 ④ わからない/何ともいえない [ ]
- Q 22. 市販の育児用品のなかで、こんなものは必要ない と思うものが有れば、  
 いくつでも挙げて下さい。 [ ]



Q 31. この質問は現在自宅外にお勤めの方のみご記入下さい。

SQ 1. これまで、現在の職業でどの位(年月)働いていますか。(産前産後  
休暇も含めて下さい) → ( )年( )月 ( )

SQ 2. 現在の仕事の内容は主にどんなですか。 ( )

- ① 事務的な仕事 ② 販売・サービスなどの仕事 ③ 専門的な職  
④ 簡単な肉体労働 ⑤ その他 ( )

SQ 3. 就労中の体調はどうですか。

- ① 一般的体調 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調) ( )  
② 生理 (① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調) ( )  
③ 精神的な気分 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調) ( )

SQ 4. 産前の休暇は、規定どおりとれましたか。

- ① はい ② いいえ ( )

SQ 5. 産後の休暇はとれましたか。 ① はい ② いいえ

SQ 6. 産後お勤めを始めた(再開した)のはいつですか。

- 産後( )か月ごろ ( )

SQ 7. 育児休暇はありましたか。 ① はい ② いいえ

SQ 8. 育児休暇は十分とれましたか。

- ① 十分とれた ② 少しだけとれた ③ 余りとれなかった ④ その他 ( )

SQ 9. 出勤時間は、何時ごろですか。 ( )時 ( )

SQ 10. 帰宅時間は、何時ごろですか。 ( )時 ( )

SQ 11. 生理休暇はとれますか。

- ① 届け出により自由にとれる ( )  
② 一定日数内にとれる ( )  
③ とりたいたいが十分とれない ( )  
④ 特にとる必要がない ( )  
⑤ その他 ( )

SQ 12. 勤務中、お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている ( )  
② 母(実母または義母)にみてもらっている ( )  
③ 隣人または友人にみてもらっている ( )  
④ 勤務先でみてもらっている ( )  
⑤ その他 ( )

SQ 13. 今後も仕事を続けますか。

- ① 今後も続けたい ( )  
② 適当な時期にやめたい ( )

③ すぐにやめたい

④ まだ決めてないのでもいえない

⑤ その他 ( )

Q 32. この質問は農業に従事している方のみお答え下さい。

SQ 1. 農業の内容は主として何ですか。 ( )

- ① 果樹 ( ) ② そ菜 ③ 養蚕 ④ その他 ( )

SQ 2. 農作業のために平均して戸外にどのくらいいますか。

→ 平均して1日 ( )時間くらい

SQ 3. これまでの体調はどうですか。

- ① 一般的体調 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調) ( )  
② 生理 (① 生理痛 ② 生理不順 ③ 月経過多 ④ 順調) ( )  
③ 精神的な気分 (① 快調 ② やや不調 ③ 不調) ( )

SQ 4. 産前どのくらい農作業を控えましたか。( )日くらい ( )

SQ 5. 産後どのくらいしてから農作業を始めるようになりましたか。( )  
産後 ( )日ころから

SQ 6. 農作業中、お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている ( )  
② 母(実母または義母)にみてもらっている ( )  
③ 隣人または友人にみてもらっている ( )  
④ 作業の場所で仕事をしながら自分でみている ( )  
⑤ その他 ( )

SQ 7. 農菜など気になることがありますか。

- ① いいえ ② はい(どんなこと?) ( )

SQ 8. 最も疲れるのは体のどの部分ですか。

- ( )

SQ 9. 睡眠は十分とれますか。

- ① はい ② 普通 ③ いいえ ( )

Q 33. この質問は自営の方のみお答え下さい。

SQ 1. 自営の内容はなんですか。 ( )

SQ2. 一日あたりの実労働時間はどのくらいですか。 → ( ) 時間くらい

SQ3. これまでの体調はどうですか。

- ① 一般的体調 ( ① 快調    ② やや不調    ③ 不調 ) (    )  
② 生理 ( ① 生理痛    ② 生理不順    ③ 月経過多    ④ 順調 ) (    )  
③ 精神的な気分 ( ① 快調    ② やや不調    ③ 不調 ) (    )

SQ4. 睡眠は十分とれますか。

- ① はい    ② 普通    ③ いいえ (    )

SQ5. 産前はどのくらい仕事を控えましたか。

- (    ) 日くらい (    )

SQ6. 産後どのくらいしてから仕事をはじめましたか。

- (    ) 日くらい (    )

SQ7. 仕事中、お子様の育児はどうされていますか。

- ① 保育園・幼稚園にあずけている (    )  
② 母(実母または義母)にみてもらっている (    )  
③ 隣人または友人にみてもらっている  
④ 仕事をしながら自分でみている  
⑤ その他 (    )

.....

以上です。ご協力ありがとうございました。

調査票 No. 2

(平成2年7月－平成6年3月)

❖ 母子健康手帳の交付を受けられる方へ

妊娠おめでとうございます。新しい生命の誕生をひかえ、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、塩山市（保健環境課）では皆様方が妊娠中の生活を健やかに送れますよう様々な方面から健康管理に努めておりますが、更により良い妊娠中の生活が送れ、より健やかなお子様のご誕生が迎えられますよう保健指導を行うためにアンケート調査を行うことになりました。このアンケートの結果は、山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ皆様の妊娠中の健康管理に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思っております。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにご記入下さい。

塩山市役所保健環境課

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示により本人アンケート用紙を家庭に持ち帰り、かならず本人が記入したうえで早急に市役所まで届けて下さい。

(記入法) 各質問に対し、該当する番号に○印や記入をして下さい。

氏名 \_\_\_\_\_  
 出産予定日 \_\_\_\_\_  
 記入年月日 \_\_\_\_\_

Q 1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業（農業含む） 2. 常勤 3. パート・内職 4. 専業主婦  
 5. 学生 6. その他（ ）
- Q 2. 上の質問で1～3と答えた方は、主な仕事をこの中からひとつ選んでください。  
 (自営・家族従業) 1. 農業・林業およびその家族従事者  
 2. 自由業・商工業・サービス業等個人経営者およびその家族従事者

- (勤務) 3. 官公庁・大中企業等の課長以上の給与生活者  
 4. 事務職・専門職・サービス業の勤労者、公務員、教員など  
 5. 生産工程の勤労者・および運輸・労務・保安職業の勤労者  
 6. その他（ ）

Q 3. 現在の体調はいかがですか。

1. 心身ともに快調である 2. 体調がすぐれない 3. 気分がすぐれない  
 4. 心身共に余り調子が良くない 5. 特にどちらとも言えない

Q 4. 妊娠とわかった時の気持はどんなでしたか。

- SQ1. あなた自身 ↓ SQ2. ご主人 ↓
1. うれしかった 1. 喜んだ  
 2. なんとも照れくさかった 2. 照れくさそうだった  
 3. 特に何とも感じなかった 3. 特に何とも言わなかった  
 4. 困ったと思った 4. 困った様子だった  
 5. その他（ ） 5. その他（ ）

Q 5. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q 6. 健康のために妊娠中、どのような点に気をつけられよいと思いますか。一番気をつけたいものに○、二番目に気をつけたいものに○をつけてください。

1. 適度な運動をする 2. 塩分をひかえる 3. 体重増加に気をつける  
 4. タンパク質を多くとる 5. 野菜をもっと食べる  
 6. 牛乳を飲む 7. タバコをひかえる 8. お酒をひかえる  
 9. 睡眠時間を十分にとる 10. ストレスがたまらないようにする  
 11. その他（ ）  
 12. とくにない

Q 7. あなたはタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸っている）  
 2. 妊娠する前からやめていた（以前一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸った）  
 3. 妊娠を契機にやめた（以前一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸った）  
 4. 以前から全く吸わない

Q 8. あなたはタバコの本数を減らしたいと思っていますか。

(タバコを吸う方のみお答えください)

1. いつも思っている 2. ときどき思う 3. 思わない

Q 9. あなたのご主人はタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸っている）  
 2. 妊娠する前からやめていた（以前一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸った）  
 3. 妊娠を契機にやめた（以前一日平均 \_\_\_\_\_ 本、今まで \_\_\_\_\_ 年間吸った）  
 4. 以前から全く吸わない



- Q10. ご主人以外の同居のご家族の中で、喫煙されるかたはいますか。  
 1. はい  
 2. いる (だれ?) )
- Q11. あなたはお酒を飲みますか。  
 1. 飲む (月平均 \_\_\_ 日、 \_\_\_ 年間飲んでいる)  
 2. 妊娠する前からやめていた (以前、月平均 \_\_\_ 日、 \_\_\_ 年間飲んでいた)  
 3. 妊娠を契機にやめた (以前、月平均 \_\_\_ 日、 \_\_\_ 年間飲んでいた)  
 4. 以前から全く飲まない

(次のQ12～Q13は、少しでもアルコールを飲む方はお答えください。)

- Q12. 飲むお酒の種類は何ですか、一番多いものひとつに○をつけて、一回に飲むお酒の量を記入してください。  
 1. ビール (大びん \_\_\_ 本) 2. 日本酒 ( \_\_\_ 合)  
 3. ワイン ( \_\_\_ 合) 4. ウイスキー・ブランデー (水割り \_\_\_ 杯)  
 5. しょうちゅう (水割り等 \_\_\_ 杯) 6. その他 ( \_\_\_ )

- Q13. あなたは、お酒をひかえたり、やめようと思っていますか。  
 1. いつも思っている 2. ときどき思う 3. 思わない
- Q14. あなたの妊娠前の食事についてうかがいます。

SQ1. 栄養のバランスを考えていましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

SQ2. カロリーをとりすぎないようにしていましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

SQ3. 塩分はできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

SQ4. 動物性脂肪をできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

SQ5. 野菜をたべるようにしていましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

SQ6. 無農薬・添加物など意識して食品を選んでいましたか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいええない

- SQ7. 朝食を食べていましたか。  
 1. 毎日食べる 2. 週3～5回 3. 週1～2回 4. 食べない

SQ8. 間食の頻度はどれくらいでしたか。(夜食は含まない)

1. 1日2回以上 2. 1日1回位 3. 週3～5回  
 4. 週1～2回 5. それ以下の頻度

SQ9. 夜食の頻度はどれくらいでしたか。

1. 毎日 2. 週3～5回 3. 週1～2回  
 4. それ以下の頻度

Q15. 妊娠前、以下に挙げる食品について、普通一週間にどのくらい食べていたかお答えください。(該当する数字に○)

	殆ど毎日 食べる	週1～3 回食べる	殆ど 食べない
a. 米 飯	3	2	1
b. パン	3	2	1
c. めん類	3	2	1
d. 卵 類	3	2	1
e. 芋 類	3	2	1
f. 砂糖 (コーヒー・紅茶等に入れるものを含む)	3	2	1
g. 油もの	3	2	1
h. 豆類 (豆腐・納豆などを含む)	3	2	1
i. 果物類	3	2	1
j. 緑黄色野菜 (ピーマン・にんじん・かぼちゃなど)	3	2	1
k. 淡色野菜 (きゅうり・キャベツ・白菜など)	3	2	1
l. ドレッシング・マヨネーズ	3	2	1
m. 牛乳・乳製品	3	2	1
n. 海藻類	3	2	1
o. 肉 類	3	2	1
p. 魚介類	3	2	1
q. みそ汁	3	2	1
r. つげもの	3	2	1
s. 菓子類	3	2	1
t. 清涼飲料水	3	2	1

- Q16. 妊娠を契機にあなたが食事について実行しはじめたことはありますか。( )
1. ある ( )
  2. な い
- Q17. コーヒー・紅茶・日本茶をどのくらい飲みますか。  
( )のなかにお答え下さい。
1. 一日5杯以上
  2. 一日4杯まで
  3. 飲まない
- コーヒー ( ) 紅 茶 ( ) 日本茶 ( )
- Q18. 妊娠前から服用していた薬があったら○をつけてください。
1. 頭痛薬・鎮痛剤
  2. 胃腸薬
  3. ビタミン剤
  4. 便秘薬
  5. その他 ( )
  6. とくにない
- Q19. あなたは中学・高校時代にクラブに入りスポーツをしていましたか。( )
1. していた (何に?) ( )
  2. していない
- Q20. 妊娠前、あなたは一日に戸外をどのくらい歩きましたか。  
(平日についてお答えください)
1. ほとんど歩かない
  2. 15分未満
  3. 15分～30分未満
  4. 30分～1時間未満
  5. 1時間～2時間未満
  6. 2時間以上
- Q21. 妊娠前、あなたは、スポーツ (野球・バレーボール・ソフト・卓球・水泳・ゴルフ・その他) をどれくらいやっていましたか。
1. 週5回以上
  2. 週2～4回
  3. 週1回
  4. 月1～2回
  5. それ以下の頻度
  4. 全くやらない
- Q22. 妊娠前、あなたは、スポーツ以外にどのような趣味をもっていましたか、いくつでも○をつけてください。
1. 生花
  2. 茶道
  3. 手芸
  4. 編み物
  5. 書道
  6. 民謡
  7. 読書
  8. 音楽
  9. 映画・ビデオ鑑賞
  10. ドライブ
  11. 美術
  12. 料理・菓子作り
  13. その他 ( )
- Q23. 妊娠前、あなたは運動不足だと思っていましたか。
1. 運動不足であった
  2. 少し運動不足であった
  3. まあ運動している方であった
  4. よく運動していた

- Q24. 妊娠前のあなたの平日 (土、日を除く) の起床・就寝についてうかがいます。
1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分
  2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分
  3. 平均して何時間寝ますか ( ) 時間位
- Q25. ストレスを感じたことがありますか。
1. いつも感じていた
  2. 時々感じていた
  3. ほとんど感じなかった
- Q26. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか、一番多いものに○、二番目に多いものに○をつけてください。
1. 家庭での人間関係
  2. 職場での人間関係
  3. 仕事の内容・地位など
  4. 隣近所との人間関係
  5. 収入
  6. 住居とそのまわりの環境
  7. 自分自身の健康問題
  8. 家族・知人の健康問題
  9. 自分自身の生き方・将来のこと
  10. 世の中のできごと
  11. その他 ( )
- Q27. あなたは、むしゃくしゃしたりイライラしたときに、どのような方法で気分転換していますか、3つ○をつけてください。
1. 酒をのむ
  2. 食べる
  3. 買物をする
  4. 趣味やスポーツにうちこむ
  5. 寝る
  6. 人に話を聞いてもらう
  7. 人や物にあたりちらす
  8. ドライブ
  9. じっと耐える
  10. TV・ラジオ・ビデオ
  11. カラオケ
  12. その他 ( )
- Q28. 近所つきあいはどのようにしていますか。
1. ほとんどしない
  2. 普通程度にする
  3. 積極的にする
  4. 何ともいえない
- Q29. あなたの方御夫婦、あなたの御両親、ご主人の御両親の中に血圧の高い方はいますか。
1. いない
  2. いる (該当する人に○をつけてください)
- |          |         |    |    |    |    |
|----------|---------|----|----|----|----|
| 本人       | 夫       | 実父 | 実母 | 義父 | 義母 |
| 本人のきょうだい | 夫のきょうだい |    |    |    |    |

以上です。ご協力ありがとうございます。

★ 1歳6ヶ月児健康診査に來られるお母様方へ

お子様も1歳半を迎えられ、健やかに成長されていることと思います。赤ちゃんの時代から幼児の世界に入って、お母様自身も子供への夢や期待にさぞ胸をふくらませておられることと思います。

さて当塩山市（保健環境課）では、お母様が心身ともに健やかに成長できますよう、様々な方面から健康管理に努めておりますが、今後さらに健やかに成長されますようお母様方といっしょに考えてゆくとために、1歳6ヶ月児に関するアンケート調査を行うことになりました。このアンケートの結果は山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ、お子様のこれからの健康管理に役立つ大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、ありのままにご回答ください。

塩山市役所保健環境課

◎ 本調査票は、お母様ご自身で記入の上健康診査票と一緒にご持参下さい。  
（記入法）各質問の該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日→（ ）年（ ）月（ ）日

お子様のお名前（ ）生年月日（ ）年（ ）月（ ）日（ ）日生

— Q1～Q2については、1才6ヶ月児健診を受けるお子様の妊娠中のことについてうかがいます。記憶の範囲でお答えください。 —

Q1. 妊娠中に何か病気がかかりましたか。

1. いいえ
2. はい（なに？ ）

Q2. 産後のひだちはいかがでしたか？

1. 順調だった
2. やや不調だった
3. 不調だった
4. その他（ ）

Q3. あなたは育児のことで現在悩んでいることがありますか。

1. ある
  2. ない
- ↓
- ① 発育・発達のこと
  - ② 性格のこと
  - ③ 病氣・事故のこと
  - ④ 食事のこと
  - ⑤ 睡眠のこと
  - ⑥ お友達のこと
  - ⑦ 保育園・幼稚園の入園について
  - ⑧ しつけについて
  - ⑨ 祖父母との育児方針
  - ⑩ その他（ ）

Q4. お母様は現在お勤めをしていますか。

1. いいえ
  2. はい（常勤）
  3. はい（パート）
- 2. または 3. の方 → 1日（ ）時間 週（ ）日

Q5. お子様は保育所に通園していますか。

1. 通園している
2. 通園していない

Q6. （前問で1. と答えた方のみ）お子様をあずけるようにした動機は何ですか。

1. 働いているから
2. 集団生活になれさせなかったから
3. 周囲に友達がいらないから
4. その他（ ）

Q7. お子様の遊びについてうかがいます。

（保育園にいらっているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい）

SQ1. 誰とよく遊びますか。

1. 自分一人で
2. お母さんと
3. お父さんと
4. 兄弟と
5. おばあちゃんと
6. おじいちゃんと
7. 近くの同年代の子供と
8. その他（ ）

SQ2. お母様はお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。

1. ほとんどする
2. ときどきする
3. あまりしない
4. ほとんどしない

SQ3. お子様はふだん動き回っていることが多いですか、おとなしく遊んでいることが多いですか。

1. 動き回っていることが多い 2. おとなしく遊んでいることが多い

SQ4. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 戸外で遊ぶことが多い  
2. 戸外・室内両方であそぶ  
3. 室内で遊ぶことが多い

Q8. お子様をおんぶしたり、だっこしたりしますか。

SQ1. おんぶ

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
4. ほとんどしない

SQ2. だっこ

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
4. ほとんどしない

Q9. (祖父母と同居の方のみお答え下さい。)

お子様は、「おばあちゃん子(またはおじいちゃん子)」ですか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q10. (お子様のための) かかりつけのお医者さんがいますか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない/わからない

Q11. お子様は、現在どんなおむつをつけていますか。

1. 布おむつのみ  
2. 紙おむつのみ  
3. 日中は布おむつ、夜間・外出時は紙おむつというように両方使い分けている  
4. 特にどちらとも決めていない  
5. その他 ( )

Q12. お子様の食事について、該当する番号に○印をして下さい。

	ほとんど毎日	週3回	ほとんどとらない
米飯	3	2	1
パン	3	2	1
めん類	3	2	1
インスタントラーメン	3	2	1
いも類	3	2	1
卵	3	2	1
牛乳	3	2	1
チーズ	3	2	1
肉類	3	2	1
魚類	3	2	1
豆・大豆(とうふ・納豆などを含む)	3	2	1
野菜	3	2	1
果物	3	2	1
海藻類	3	2	1
塩からいもの(つくだに・漬け物等)	3	2	1
油料理(フライ・油炒めなど)	3	2	1
汁もの(みそ汁・すましなど)	3	2	1
塩味の菓子(ポテトチップなど)	3	2	1
甘い菓子(砂糖を多く含むもの)	3	2	1
炭酸飲料(コーラなど)	3	2	1
ヨーグルト	3	2	1
乳酸飲料(ヤクルトなど)	3	2	1
市販のジュース	3	2	1
粉ミルク	3	2	1

Q13. お子様のおやつについてうかがいます。

- SQ1. おやつをどのようなように与えますか。  
1. 時間を決めて与える  
2. ほしがる時に与える  
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回 2. 2回 3. 3回 4. 4回以上 5. なし

Q14. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
3. 昼寝を始める時間は何時ですか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
4. 昼寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位  
5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰: )

Q15. ご主人とお子様のことについて話をしますか。

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
4. ほとんどしない 5. なんともいえない

Q16. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている  
2. 普通程度に接している  
3. あまりかまわないほうである

---

以上です。ご協力ありがとうございました。

＊ 3歳児健康診査に來られるお母様方へ

3歳を迎えられたお子様の健康はいかがでしょう。お母様の愛情にはぐくまれ、健やかに成長のことと思います。また少しづつお友達や社会のことも興味が生えてきておられる頃かと思ひます。

さて当塩山市（保健環境課）では、様々な方面から健康管理に努めておりますが、心身ともに一層健やかなお子様にご成長されますようにお母様方といっしょに考えていくために、3歳児に関するアンケート調査を行うことになりました。

この調査の結果は山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

塩山市役所保健環境課

◎ この調査用紙は、3歳のお子様についてお母様ご自身で記入のうえ、健診会場にご持参下さい。

（記入法）各質問について該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日→( )年( )月( )日  
 お子様のお名前( )生年月日( )年( )月( )日生

Q 1. 現在育児の事で悩んでいることがありますか。

1. ある 2. ない

↓

- ①発育・発達のこと ②性格のこと ③病氣・事故のこと ④食事のこと  
 ⑤睡眠のこと ⑥お友達のこと ⑦保育園・幼稚園の入園のこと ⑧しつけ  
 ⑨祖父母との育児方針 ⑩その他( )

Q 2. お子様は保育所または幼稚園に通園していますか。

1. 保育所に通園している  
 2. 幼稚園に通園している  
 3. 通園していないが、これから通園させたい( )歳から  
 4. ずっと通園させないつもりである  
 5. わからない/なんともしえない  
 6. その他

Q 3. (前問で1. または2. と答えた方のみ) お子様をあずけるようにした動機は何ですか。

1. 働いているから  
 2. 集団生活になれさせなかったから  
 3. 周囲に友達がいらないから  
 4. その他( )

Q 4. お子様の遊びについてうかがいます。

(保育園にいらっしゃるお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。)

SQ1. 誰とよく遊びますか。

1. 自分一人で 2. お母さんと 3. お父さんと 4. 兄弟と  
 5. おばあちゃんと 6. おじいちゃんと 7. 近くの同年代の子供と  
 8. その他( )

SQ2. お母様はお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。

1. ほとんどする  
 2. ときどきする  
 3. あまりしない  
 4. ほとんどしない

SQ3. お子様はふだん動き回っていることが多いですか、おとなしく遊んでいることが多いですか。

1. 動き回っていることが多い  
 2. おとなしく遊んでいることが多い

SQ4. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 戸外で遊ぶことが多い  
 2. 戸外・室内両方で遊ぶ  
 3. 室内で遊ぶことが多い

SQ5. どんな遊びが好きですか。よくするもの3つに○をつけて下さい。

1. ままごと 2. 三輪車 3. つみ木・ブロック 4. 砂場あそび  
 5. 水遊び 6. かけっこ 7. 鬼ごっこ 8. お人形あそび  
 9. 絵本 10. おえかき 11. ボール遊び 12. その他 ( )

SQ6. 近所にお友達はいますか。

1. たくさんいる 2. ふつう  
 3. 少ないほうである 4. まったくいない

SQ7. お友達とよく遊べますか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q5. お子様はこれまでに、医療機関にかかるほどのけが・事故にあったことがありますか。

1. はい (どんなけが・事故? \_\_\_\_\_)  
 2. いいえ

Q6. お子様は冬は全体的に薄着ですか、厚着ですか。

1. 薄着 2. 厚着 3. どちらともいえない

Q7. お子様のおむつについて該当するものに○印をつけて下さい。

1. おむつはしていない  
 2. 夜だけおむつをしている  
 3. 昼・夜ともにおむつをしている

Q8. お子様の食事について、該当する番号に○印をして下さい。

	ほとんど毎日	週3回	ほとんどとらない
米飯	3	2	1
パン	3	2	1
めん類	3	2	1
インスタントラーメン	3	2	1
いも類	3	2	1
卵	3	2	1
牛乳	3	2	1
チーズ	3	2	1
肉類	3	2	1
魚類	3	2	1
豆・大豆(とうふ・納豆を含む)	3	2	1
野菜	3	2	1
果物	3	2	1
海藻類	3	2	1
塩からいもの(つくだに・漬け物等)	3	2	1
油料理(フライ・油炒めなど)	3	2	1
汁もの(みそ汁・すましなど)	3	2	1
塩味の菓子(ポテトチップスなど)	3	2	1
甘い菓子(砂糖を多く含むもの)	3	2	1
炭酸飲料(コーラなど)	3	2	1
ヨーグルト	3	2	1
乳酸飲料(ヤクルトなど)	3	2	1
市販のジュース	3	2	1

SQ1. 食事は一日に3回とっていますか。

1. はい  
 2. いいえ (いつ食べないことが多いですか：朝 昼 夜 )

SQ2. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって 2. 時々家族そろって  
 3. だいたい子供だけ

Q 9. お子様のおやつについてうかがいます。

SQ1. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. なし

Q10. お子様はテレビを見るのが好きですか。

1. はい
2. 普通
3. いいえ
4. なんともいええない

SQ1. 一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q11. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分
3. 起床を始める時間は何時ですか ( ) 時 ( ) 分
4. 起床は一日どのくらいしますか ( ) 時間位
5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰: )

Q12. ご主人とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいええない

Q13. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわまないほうである

Q14. お子様の日常生活の状況についてうかがいます。

SQ1. 日常のあいさつ

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ2. 排便・排尿

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ3. 手洗い

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ4. 食事

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ5. 歯磨き

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ6. うがい

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ7. 衣服の着脱

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ8. 靴の着脱

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ9. 後片付け

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ10. 簡単なお手伝い

1. できる
2. なんとかかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

Q15. あなたはお子様とゆったりとした気分で接していますか。

1. はい
2. いいえ
3. 何ともいええない

Q16. あなたはお子様の世話をするのが面倒に感じる日がありますか。

1. まったくない
2. 時々ある
3. よくある (どんなとき? : )



Q17. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまいますか。

1. いつも聞いてしまう
2. 時々聞く
3. なるべく我慢させる

Q18. あなたはお子様がおかしく欲しいのかがよく分るので要求がある前にやってしまうことが多いと思いますか。

1. いつもやってあげてしまう
2. 時々やってあげる
3. 全くない

Q19. あなたはよその子のことをごどのように思いますか。

1. 気になるのでいつもわが子とくらべてしまう
2. 気になるが個人差があると思っている
3. なるべく気にならないようにしている
4. 全く気にならない

Q20. あなたはお子様のしつけをするとき、たとえば「そんなことをするとおかあさんはどこかにいってしまう」「病気になるてしまう」「よその子ととりかえてしまおう」等と言いがちですか。

1. よく言う
2. 時々言う
3. 言わないようにしている

Q21. あなたはお子様を連れて、祖父母・親戚・友人等の所へ出かけますか。

1. よくいく
2. 時々いく
3. いかない

Q22. あなたはお子様を、買物や用たし等に連れていきますか。

1. よく連れていく
2. 時々連れていく
3. 連れていかない

Q23. お子様はいつもあなたにベタベタとまとわりつき、離れないでいますか。

1. はい
2. いいえ
3. 何ともいえない

Q24. 長い時間（2時間以上）あなたがいないときお子様はどうですか。

1. お母さんがいないとだめなほうだ
2. 他の家族がいれば平気
3. 1人でいても平気

以上です。ご協力ありがとうございました。

調査票 No. 3

(平成6年4月－平成12年12月)

母子健康手帳の交付を受けられる方へ

妊娠おめでとうございます。新しい生命の誕生をひかえ、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、塩山市（保健課）では皆様方が妊娠中の生活を健やかに送れますよう様々な方面から健康管理に努めておりますが、更により良い妊娠中の生活が送れ、より健やかなお子様の誕生が迎えられよう保健指導を行うために、アンケート調査を行うことになりました。このアンケートの結果は、山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ皆様の妊娠中の健康管理に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思っております。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにご記入下さい。

塩山市役所保健課

世帯  
個人

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示によりアンケート用紙を家庭に持ち帰り、かならず本人が記入したうえで早急に市役所まで届けて下さい。

（記入法） 各質問に対し、該当する番号に○印や記入をして下さい。

氏名			
出産予定日	年	月	日
記入年月日	年	月	日

Q 1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業（農業含む） 2. 常 勤 3. パート・内職 4. 専業主婦  
5. 学 生 6. その他（ ）  
1～3に○をつけた方 → 1日（ ）時間 週（ ）日

Q 2. 上の質問で1～3と答えた方は、主な仕事をこの中からひとつ選んでください。

- （自営・家業従事の方） 1. 農業・林業およびその家族従事者  
2. 自由業・商工業・サービス業等個人経営者およびその家族従事者

（勤 務 の 方） 3. 官公庁・大中企業等の課長以上の給与生活者

4. 事務職・専門職・サービス業の勤労者、公務員、教員  
など

5. 生産工程の勤労者・および運輸・労務・保安職業の勤労者  
6. その他（ ）

Q 3. 現在の体調はいかがですか。

1. 心身ともに体調である 2. 体調がすぐれない 3. 気分がすぐれない  
4. 心身共に余り調子が良くない 5. 特にどちらとも言えない

Q 4. 妊娠とわかった時の気持はどんなでしたか。

SQ 1. あなた自身 SQ 2. ご主人

↓ ↓

1. うれしかった 1. 喜んだ  
2. なんとなく照れくさかった 2. 照れくさそうだった  
3. 特に何とも感じなかった 3. 特に何とも言わなかった  
4. 困ったと思った 4. 困った様子だった  
5. その他（ ） 5. その他（ ）

Q 5. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q 6. 子供は全部で何人くらい希望しますか。

SQ 1. 自分は ①（ ）人 ② わからない

SQ 2. 夫は ①（ ）人 ② わからない

Q 7. 健康のために妊娠中、どのような点に気をつけられたいと思いますか。一番気をつけたいものに◎、二番目に気をつけたいものに○をつけてください。

1. 適度な運動をする 2. 塩分をひかえる 3. 体重増加に気をつける  
4. タンパク質を多くとる 5. 野菜をもっと食べる 6. 牛乳を飲む  
7. タバコをひかえる 8. お酒をひかえる 9. 睡眠時間を十分にとる  
10. ストレスがたまらないようにする 11. その他（ ）  
12. とくにない

Q 8. あなたはタバコを吸いますか。

1. 吸う(一日平均     本、今まで     年間吸っている)
2. 妊娠する前からやめていた(以前一日平均     本、今まで     年間吸った)
3. 妊娠を契機にやめた(以前一日平均     本、今まで     年間吸った)
4. 以前から全く吸わない

Q 9. あなたはタバコの本数を減らしたいと思っっていますか。

- (タバコを吸う方のみお答えください)
1. いつも思っている
  2. ときどき思う
  3. 思わない

Q 10. あなたのご主人はタバコを吸いますか。

1. 吸う(一日平均     本、今まで     年間吸っている)
2. 妊娠する前からやめていた(以前一日平均     本、今まで     年間吸った)
3. 妊娠を契機にやめた(以前一日平均     本、今まで     年間吸った)
4. 以前から全く吸わない

Q 11. ご主人以外の同居のご家族の中で、喫煙されるかたはいますか。

1. いない
2. いる(だれ? )

Q 12. あなたはお酒を飲みますか。

1. 飲む(月平均     日、    年間飲んでいる)
2. 妊娠する前からやめていた(以前、月平均     日、    年間飲んでた)
3. 妊娠を契機にやめた(以前、月平均     日、    年間飲んでた)
4. 以前から全く飲まない

[次のSQ1・SQ2は、Q12で1と答えた方のみお答えください。]

SQ 1. 飲むお酒の種類は何ですか。一番多いものひとつに○をつけて、一回に飲むお酒の量を記入してください。

1. ビール(大びん     本)    2. 日本酒(    合)    3. ワイン(    合)
4. ウイスキー・ブランデー(水割り     杯)    5. しょうちゆう(水割り等     杯)
6. その他(    )

SQ 2. あなたは、お酒をひかえたり、やめようと思っっていますか。

1. いつも思っている
2. ときどき思う
3. 思わない

Q 13. あなたの妊娠前の食事についてうかがいます。

SQ 1. 栄養のバランスを考えましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 2. カロリーをとりすぎないようにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 3. 塩分はできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 4. 動物性脂肪をできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 5. 野菜をたべるようにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 6. 無農薬・添加物など意識して食品を選んでいましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえぬ

SQ 7. 朝食を食べていましたか。

1. 毎日食べる
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. 食べない

SQ 8. 間食の頻度はどれくらいでしたか。(夜食は含まない)

1. 1日2回以上
2. 1日1回位
3. 週3～5回
4. 週1～2回
5. それ以下の頻度

SQ 9. 夜食の頻度はどれくらいでしたか。

1. 毎日
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. それ以下の頻度

Q14. 妊娠前、以下に挙げる食品について、普通一週間ほどのくらい食べていたか、お答えください。(該当する数字に○)

	殆んど食べない	週1～3回食べる	殆んど毎日食べる
a. 米飯	1	2	3
b. パン	1	2	3
c. めん類	1	2	3
d. 卵類	1	2	3
e. 芋類	1	2	3
f. 砂糖(コーヒー・紅茶等に入れるものを含む)	1	2	3
g. 油もの	1	2	3
h. 豆類(豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
i. 果物類	1	2	3
j. 緑黄色野菜(ピーマン・にんじん・かぼちゃなど)	1	2	3
k. 淡色野菜(きゅうり・キャベツ・白菜など)	1	2	3
l. ドレッシング・マヨネーズ	1	2	3
m. 牛乳・乳製品	1	2	3
n. 海藻類	1	2	3
o. 肉類	1	2	3
p. 魚介類	1	2	3
q. みそ汁	1	2	3
r. つけもの	1	2	3
s. 菓子類	1	2	3
t. 清涼飲料水	1	2	3

Q15. 妊娠を契機にあなたが食事について実行しはじめたことはありますか。  
 1. ある( )  
 2. ない

Q16. コーヒー・紅茶・日本茶を一日どのくらい飲みますか。  
 ( )のなかにお答えください。

飲まないときは0と書いてください。

コーヒー( )杯 紅茶( )杯 日本茶( )杯

Q17. 妊娠前から服用していた薬があったら○をつけてください。

1. 頭痛薬・鎮痛剤 2. 胃腸薬 3. ビタミン剤  
 4. 便秘薬 5. その他( ) 6. とくにない

Q18. あなたは中学・高校時代にクラブに入りスポーツをしていましたか。

1. していた(何に?)  
 2. していなかった

Q19. 妊娠前、あなたは運動不足だと思っていましたか。

1. 運動不足であった 2. 少し運動不足であった  
 3. まあ運動している方であった 4. よく運動していた

Q20. 妊娠前、あなたは一日に戸外をどのくらい歩きましたか。

(平日についてお答えください)

1. ほとんど歩かない 2. 15分未満 3. 15分～30分未満  
 4. 30分～1時間未満 5. 1時間～2時間未満 6. 2時間以上

Q21. 妊娠前、あなたは、スポーツ(野球・バレーボール・ソフト・卓球・水泳・ゴルフ・その他)をどれくらいやっていましたか。

1. 週5回以上 2. 週2～4回 3. 週1回 4. 月1～2回  
 5. それ以下の頻度 6. 全くやらない

Q22. 妊娠前、あなたは、スポーツ以外にどのような趣味をもっていましたか、いくつでも○をつけてください。

1. 生花 2. 茶道 3. 手芸 4. 編み物 5. 書道  
 6. 民謡 7. 読書 8. 音楽 9. 映画・ビデオ鑑賞  
 10. ドライブ 11. 美術 12. 料理・菓子作り 13. その他( )

Q 23. 妊娠前のあなたの平日（土、日を除く）の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか（ ）時（ ）分ごろ
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか（ ）時（ ）分ごろ
3. 平均して何時間寝ますか（ ）時間位

Q 24. ストレスを感じたことがありますか。

1. いつも感じていた
2. 時々感じていた
3. ほとんど感じなかった

Q 25. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに◎、二番目に多いものに○をつけてください。

1. 家庭での人間関係（それはどなたですか。1つ選んで下さい。）  
① 義父母 ② 父母 ③ 夫 ④ その他
2. 職場での人間関係
3. 仕事の内容・地位など
4. 隣近所との人間関係
5. 収入
6. 住居とそのまわりの環境
7. 自分自身の健康問題
8. 家族・知人の健康問題
9. 自分自身の生き方・将来のこと
10. 世の中のできごと
12. 育児
11. その他（ ）

Q 26. あなたは、むしやくしやくしたりイライラしたときに、どういう方法で気分転換していますか。3つ○をつけてください。

1. 酒をのむ
2. 食べる
3. 買物をする
4. 趣味やスポーツにうちこむ
5. 寝る
6. 人に話を聞いてもらう
7. 人や物にあたりちらす
8. ドライブ
9. じっと耐える
10. TV・ラジオ・ビデオ
11. カラオケ
12. その他（ ）

Q 27. 近所づきあいはどうしていますか。

1. ほとんどしない
2. 普通程度にする
3. 積極的にする
4. 何ともいえない

Q 28. あなた方が家族の中に血圧の高い方はいますか。

1. いない
2. いる（該当する人に○をつけてください。）

本人 夫 実父 実母 義父 義母 本人の兄弟 夫の兄弟

Q 29. あなた方が家族の中にアレルギー-体質（花粉症・アレルギー-性鼻炎・気管支喘息・じんま疹・食物アレルギー・薬物アレルギーなど）の方はいますか。

1. いない
2. いる（該当する人に○をつけてください）

本人・夫・実父・実母・義父・義母・本人の兄弟・夫の兄弟・子供

以上です。ご協力ありがとうございました。

※ 1歳6ヶ月児健康診査に来られるお母様方へ

お子様も1歳半を迎えられ、健やかに成長されていることと思います。赤ちゃんの時代から幼児の世界に入って、お母様自身も子供への夢や期待にさぞ胸をふくらませておられることと思います。

さて当塩山市（保健課）では、お子様が心身ともに健やかに成長できますよう、様々な方面から健康管理に努めておりますが、今後さらに健やかに成長されますようお母様方といっしょに考えてゆぐために、1歳6ヶ月児に関するアンケート調査を行うことになりました。このアンケートの結果は山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ、お子様のこれからの健康管理に役立つ大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまられますので、ありのままにご回答ください。

塩山市役所保健課

世帯  
個人

◎ 本調査票は、お母様ご自身で記入の上健康診査票と一緒にご持参下さい。

（記入法） 各質問の該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日 → ( )年( )月( )日

お子様のお名前( )生年月日( )年( )月( )日生

→ Q 1～Q 2については、1才6ヶ月児健診を受けるお子様の妊娠中のことについてうかがいます。記憶の範囲でお答えください。 ←

Q 1. 妊娠中に何か病気がかかりましたか。

1. いいえ  
2. はい( )  
3. はい( )

Q 2. 産後のみだちはいかがでしたか？

1. 順調だった  
2. やや不調だった  
3. 不調だった  
4. その他( )

Q 3. あなたは育児のことで現在悩んでいることがありますか。

1. ある  
2. ない  
↓  
①発育・発達のこと ②性格のこと ③病気・事故のこと ④食事のこと  
⑤睡眠のこと ⑥お友達のこと ⑦保育園・幼稚園の入園について  
⑧しつけについて ⑨祖父母との育児方針 ⑩その他( )

Q 4. 育児に関して困った時だれに最もよく相談しますか。

- ①夫 ②義母 ③実母 ④兄弟姉妹 ⑤医師 ⑥保健婦  
⑦友人・知人 ⑧その他( )

Q 5. お子様が生まれてからご主人は協力的でしたか。次の該当するものすべてに○をつけて下さい。

- ① 特に妊娠前と変わらなかった  
② 夫婦間の会話が増えた  
③ 口げんかなどの不一致が減った  
④ 酒・タバコなどが減った  
⑤ 帰宅時間が早くなった  
⑥ 家事を手伝ってくれた  
⑦ 身の回りのことを手伝ってくれた  
⑧ その他( )

Q 6. お母様は現在お勤めをしていますか。

S Q 1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業（農業を含む） 2. 常勤 3. パート・内職 4. 専業主婦  
5. 学生 6. その他( )  
1～3の方 → 1日( )時間 週( )日

S Q 2. 上の質問で1～3と答えた方は、主な仕事をこの中からひとつ選んでください。

（自営・家業従事の方） 1. 農業・林業およびその家族従事者

2. 自由業・商工業・サービス業等個人経営者およびその家族従事者

（勤務の方） 3. 官公庁・大企業等の課長以上の給与生活者

4. 事務職・専門職・サービス業の勤務者、公務員、教員など

5. 生産工程の勤務者・および運輸・労務・保安職業の勤務者

6. その他( )

- Q 7. お子様は保育所に通園していますか。  
 1. 通園している ( 歳 ケ月から )      2. 通園していない
- Q 8. (前問で1.と答えた方のみ) お子様をあずけるようにした動機は何ですか。  
 1. 働いているから  
 2. 集団生活になれさせなかったから  
 3. 周囲に友達がいらないから  
 4. その他 ( )
- Q 9. お子様の遊びについてうかがいます。  
 ( 保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。 )
- SQ 1. 誰といちばんよく遊びますか。(1つだけ選んで下さい)  
 1. 自分一人で      2. お母さんと      3. お父さんと      4. 兄弟と  
 5. おばあちゃんと      6. おじいちゃんと      7. 近くの同年代の子供と  
 8. その他 ( )
- SQ 2. お母様はお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。  
 1. よくする      2. とまどきする  
 3. あまりしない      4. ほとんどしない  
 3. お子様はふだん動き回っていることが多いですか。おとなしく遊んでいることが多いですか。  
 1. 動き回っていることが多い      2. おとなしく遊んでいることが多い  
 4. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。  
 1. 戸外で遊ぶことが多い      2. 戸外・室内両方であそぶ  
 3. 室内で遊ぶことが多い  
 お子様をおんぶしたり、だっこしたりしますか。  
 1. おんぶ  
 1. よくする      2. 時々する      3. あまりしない      4. ほとんどしない  
 2. だっこ  
 1. よくする      2. 時々する      3. あまりしない      4. ほとんどしない

Q 11. ( 祖父母と同居の方のみお答え下さい。 )

お子様は、" おばあちゃん子 ( 又はおじいちゃん子 ) " ですか。

1. はい      2. いいえ      3. どちらともいえない

Q 12. ( お子様のための ) かかりつけのお医者さんがいますか。

1. はい      2. いいえ      3. どちらともいえない / わからない

Q 13. お子様は、現在どんなおむつをつけていますか。

1. 布おむつのみ      2. 紙おむつのみ

3. 日中は布おむつ、夜間・外出時は紙おむつというように両方使い分けている  
 4. 特にどちらとも決めていない      5. その他 ( )

Q 14. お子様の食事について、該当する番号に○印をして下さい。

	ほとんどとらぬ	週に3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類	1	2	3
インスタントラーメン	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
チーズ	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆・大豆(とうふ・納豆などを含む)	1	2	3
野菜	1	2	3
果物	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの(つくだに、漬け物等)	1	2	3
油料理(フライ・油炒めなど)	1	2	3
汁もの(みそ汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子(ポテトチップなど)	1	2	3
甘い菓子(砂糖を多く含むもの)	1	2	3
炭酸飲料(コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料(ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース	1	2	3
粉ミルク	1	2	3



Q 15. お子様のおやつについてうかがいます。

SQ 1. おやつをどのようなようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ 2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. なし

SQ 3. よく食べるおやつは何ですか。(2つお書き下さい。)

( ) ( )

S 16. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか( )時( )分ごろ
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか( )時( )分ごろ
3. 昼寝を始める時間は何時ですか( )時( )分ごろ
4. 昼寝は一日どのくらいしますか( )時間位
5. 夜、誰と一緒に寝ますか(誰: )

Q 17. ご主人とお子様のことについて話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q 18. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわないほうである

Q 19. ストレスを感じたことがありますか。

1. いつも感じていた
2. 時々感じていた
3. ほとんど感じなかった

Q 20. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに◎、二番目に多いものに○をつけてください。

1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。1つ選んで下さい。)

- ① 義父母 ② 父母 ③ 夫 ④ その他

2. 職場での人間関係 3. 仕事の内容・地位など 4. 隣近所との人間関係

5. 収入 6. 住居とそのまわりの環境 7. 自分自身の健康問題

8. 家族・知人の健康問題 9. 自分自身の生き方・将来のこと

10. 世の中のできごと 12. 育児 11. その他( )

Q 21. あなたは、むしゃくしゃしたりイライラしたときに、どのような方法で気分転換していますか。3つ○をつけてください。

1. 酒をのむ 2. 食べる 3. 買物をする 4. 趣味やスポーツにうちこむ

5. 寝る 6. 人に話を聞いてもらう 7. 人や物にあたりちらす

8. ドライブ 9. じっと耐える 10. TV・ラジオ・ビデオ

11. カラオケ 12. その他( )

Q 22. お子さんは、生まれてから今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( ) 回)

2. いいえ

SQ 1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

	1 回目	2 回目	3 回目
入院年月日	年 月 日頃	年 月 日頃	年 月 日頃
入院期間	( ) 日間	( ) 日間	( ) 日間
病名	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )

子どもの事故について環境の調査ご協力お願いします

Q23. お子さんは、生まれてから今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注:タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなるけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

- 1. はい
- 2. いいえ

Q24. お子さんは、生まれてから今までに病氣やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( ) 回
- 2. いいえ

SQ1. その時の病名と医療機関名は  
病名 (またはその症状) 医療機関名

- [ ] ( )
- [ ] ( )
- [ ] ( )
- [ ] ( )

幼児の事故の中で、全国的にも当市においても多く起こっているのが、交通事故や溺水事故です。

今回、溺水事故を防止していくために、特に危険とされるお風呂を中心に生活環境についてお伺い致します。

お手数でもご協力くださいますようお願い致します。

Q1. お宅のお風呂について教えて下さい。お宅のお風呂はどんなタイプですか。(注:1, 2と両用タイプの場合は、主に使用するほうに○をして下さい)

- 1. 給湯式
- 2. ガス・灯油等で沸かすタイプ
- 3. 24時間入浴可能なタイプ
- 4. お風呂は無い

Q2. お子さんは、今までにお風呂場で危険な目にあったことがありますか。(お風呂場でおぼれかかった、すべった、やけどなど)

- 1. はい  
ア. おぼれた ( ) 回 イ. すべった ( ) 回  
ウ. やけど ( ) 回 エ. その他 ( ) 回
- 2. いいえ

上記で「1. はい」と答えられた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい。

	1回目	2回目	3回目
何歳頃でしたか	歳 月 日	歳 月 日	歳 月 日
いつでしたか	ア. 平日 イ. 休日	ア. 平日 イ. 休日	ア. 平日 イ. 休日
何時頃でしたか	午前・午後 ( ) 時	午前・午後 ( ) 時	午前・午後 ( ) 時
どんな状況でしたか			
病院受診したか	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない



※ 3歳児健康診査に來られるお母様方へ

3歳を迎えられたお子様の健康はいかがでしょうか。お母様の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。また少しずつお友達や社会のことにも興味が生えてきておられる頃かと思ひます。

さて当塩山市(保健環境課)では、様々な方面から健康管理に努めておりますが、心身ともに一層健やかなお子様にご成長されますようお母様方といっしょに考えていくために、3歳児に関するアンケート調査を行うことになりました。

この調査の結果は山梨医科大学保健学Ⅱ教室の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

塩山市役所保健課  
世帯  
個人

◎ この調査用紙は、3歳のお子様についてお母様ご自身で記入のうえ、健診会場にご持参下さい。

(記入法) 各質問について該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日 → ( )年( )月( )日

お子様のお名前( ) 生年月日( )年 月 日生)

Q 1. 現在育児の事で悩んでいることがありますか。

1. ある 2. ない

↓

- ①発育・発達のこと ②性格のこと ③病気・事故のこと ④食事のこと  
⑤睡眠のこと ⑥お友達のこと ⑦保育園・幼稚園の入園のこと ⑧しつけ  
⑨祖父母との育児方針 ⑩その他( )

Q 2. 育児に関してこまったとき誰にもっともよく相談しますか。

(該当するものにつだけ○)

- ①夫 ②義母 ③実母 ④兄弟姉妹 ⑤医師 ⑥保健婦  
⑦友人・知人 ⑧その他( )

Q 3. 現在お勤めをしていますか。

SQ 1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業(農業を含む) 2. 常勤 3. パート・内職  
4. 専業主婦 5. 学生 6. その他( )  
1～3に○をつけた方 → 1日( )時間 週( )日

SQ 2. 上の質問で1～3と答えた方は、主な仕事をこの中からひとつ選んでください。  
(自営・家族従業の方) 1. 農業・林業およびその家族従事者

2. 自由業・商工業・サービス業等個人経営者およびその家族従事者

(勤務の方) 3. 官公庁・大企業等の課長以上の給与生活者

4. 事務職・専門職・サービス業の勤労者、公務員、教員など

5. 生産工程の勤労者・および運輸・労務・保安職業の勤労者

6. その他( )

Q 4. お子様は保育所または幼稚園に通園していますか。

1. 保育所に通園している( )歳から)  
2. 幼稚園に通園している( )歳から)  
3. 通園していないが、これから通園させたい( )歳から)  
4. ずっと通園させないつもりである  
5. わからない/なんともいえない  
6. その他

Q 5. (前問で1 または2 と答えた方のみ) お子様をあずけるようにした動機は何ですか。

1. 働いているから  
2. 集団生活になれさせたいから  
3. 周囲に友達がいらないから  
4. その他( )

Q 7. お子様はこれまでに、医療機関にかかるほどのけが・事故があったことがありますか。  
 1. はい (どんなけが・事故? \_\_\_\_\_)  
 2. いいえ

Q 8. お子様は冬は全体的に薄着ですか、厚着ですか。  
 1. 薄着 2. 厚着 3. どちらともいいえない

Q 9. お子様のおむつについて該当するものに○印をつけて下さい。  
 1. おむつはしていない  
 2. 夜だけおむつをしている  
 3. 昼・夜ともにおむつをしている

Q 10. お子様の食事について、該当する番号に○印をして下さい。

	ほとんどとらない	週に3回位	ほとんど毎日
米	1	2	3
パン	1	2	3
めん類	1	2	3
インスタントラーメン	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
チーズ	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆・大豆(とうふ・納豆などを含む)	1	2	3
野菜	1	2	3
果物	1	2	3
海草類	1	2	3
塩からいもの(つくたに・漬け物等)	1	2	3
油料理(フライ・油炒めなど)	1	2	3
汁もの(みそ汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子(ポテトチップスなど)	1	2	3
甘い菓子(砂糖を多く含むもの)	1	2	3
炭酸飲料(コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料(ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース	1	2	3

Q 6. お子様の遊びについてうかがいます。  
 (保育園・幼稚園にいらっしゃるお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。)

SQ 1. 誰とよく遊びますか。

1. 自分一人で
2. お母さんと
3. お父さんと
4. 兄弟と
5. おばあちやんと
6. おじいちやんと
7. 近くの同年代の子供と
8. その他( )

SQ 2. お母様はお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。

1. よくする
2. ときどきする
3. あまりしない
4. ほとんどしない

SQ 3. お子様はふだん動き回っていることが多いですか、おとなしく遊んでいることが多いですか。

1. 動き回っていることが多い
2. おとなしく遊んでいることが多い

SQ 4. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 戸外で遊ぶことが多い
2. 戸外・室内両方であそぶ
3. 室内で遊ぶことが多い

SQ 5. どんな遊びが好きですか。よくするもの3つに○をつけて下さい。

1. ままごと
2. 三輪車
3. つみ木・ブロック
4. 砂場あそび
5. 水遊び
6. かけっこ
7. 鬼ごっこ
8. お人形あそび
9. 絵本
10. おえかき
11. ボール遊び
12. その他( )

SQ 6. 近所にお友達はいいますか。

1. たくさんいる
2. ふつう
3. 少ないほうである
4. まったくいない

SQ 7. お友達とよく遊べますか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいいえない

SQ 1. 食事は一日3回とっていますか。

1. はい
2. いいえ(いつ食べないことが多いですか：朝・昼・夜)

SQ 2. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって
2. 時々家族そろって
3. だいたい子供だけ
4. その他( )

Q 11. お子様のおやつ(食事以外のおかし、のみ物、果物など)についてうかがいます。

SQ 1. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ 2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. なし

SQ 3. お子様がよく食べるおやつは何ですか。2つあげてください。

( ) ( )

Q 12. お子様はテレビやビデオを見るのが好きですか。

1. はい
2. 普通
3. いいえ
4. なんともいえない

SQ 1. 一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q 13. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか( )時( )分ごろ
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか( )時( )分ごろ
3. 起床を始める時間は何時ですか( )時( )分ごろ
4. 就寝は一日どのくらいいますか( )時間位
5. 夜、誰と一緒に寝ますか(誰： )

Q 14. ご主人とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q 15. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく遊んだり、相手をしている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわわないほうである

Q 16. お子様の日常生活の状況についてうかがいます。

SQ 1. 日常のあいさつ

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 2. 排便・排尿

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 3. 手洗い

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 4. 食事

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 5. 歯磨き

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 6. うがい

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 7. 衣服の着脱

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 8. 靴の着脱

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ 9. 後片付け

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

S Q 10. 簡単なお手伝い

1. できる 2. なんとかできる 3. ほとんどできない 4. できない 5. わからない

Q 17. あなたはお子様とゆったりとした気分ですべて接していますか。

1. はい 2. いいえ 3. 何ともいえない

Q 18. あなたはお子様の世話をするのが面倒に感じる日がありますか。

1. まったくない 2. 時々ある  
3. よくある(どんなとき?) :

Q 19. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまいますか。

1. いつも聞いてしまう 2. 時々聞く  
3. なるべく我慢させる

Q 20. あなたはお子様がおかしく思っているかよく分るので要求がある前にやってしまうことが多いと思いますか。

1. いつもやってあげてしまう 2. 時々やってあげる  
3. 全くない

Q 21. あなたはよその子のお子様のことをどのようかのように思っていますか。

1. 気になるのでもいつもわが子とくらべてしまう  
2. 気になるが個人差があると思っている  
3. なるべく気にならないようにしている  
4. 全く気にならない

Q 22. あなたはお子様のしつけをするとき、たとえば「そんなことをするとおかあさんはどこかかいてしまう」「病気になる」「よその子ととりかえしてしまふ」等と言いがちですか。

1. よく言う 2. 時々言う 3. 言わないようにしている

Q 23. あなたはお子様を連れて、祖父母・親戚・友人等の所へ出かけますか。

1. よく行く 2. 時々行く 3. いかない

Q 24. あなたはお子様を、買物や用たし等に連れていきますか。

1. よく連れていく 2. 時々連れていく 3. 連れていかない

Q 25. お子様はいつもあなたにベタベタとまとわりつき、離れないでいますか。

1. はい 2. いいえ 3. 何ともいえない

Q 26. 長い時間(2時間以上)あなたがいないときお子様はどうですか。

1. お母さんがいないとだめなほう  
2. 他の家族がいれば平気  
3. 1人でいても平気

Q 27. お子様をはめるのはどんな時がもっとも多いですか。一つだけあげてください。( )

Q 28. お子様をしかるのはどんな時がもっとも多いですか。一つだけあげてください。( )

Q 29. ストレスを感じたことがありますか。

1. いつも感じていた  
2. 時々感じていた  
3. ほとんど感じなかった

Q 30. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか、一番多いものに◎、二番目に多いものに○をつけてください。

1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。1つ選んで下さい)  
① 義父母 ② 父母 ③ 夫 ④ その他  
2. 職場での人間関係 3. 仕事の内容・地位など 4. 隣近所との人間関係  
5. 収入 6. 住居とそのまわりの環境 7. 自分自身の健康問題  
8. 家族・知人の健康問題 9. 自分自身の生き方・将来のこと  
10. 世の中のできごと 12. 育児 11. その他( )

Q 31. あなたは、むしやくしゃしたりイライラしたときに、どういう方法で気分転換していますか。3つ○をつけてください。

1. 酒をのむ 2. 食べる 3. 買物をする 4. 趣味やスポーツにうちこむ  
5. 寝る 6. 人に話を聞いてもらう 7. 人や物にあたりちらす  
8. ドライブ 9. じっと耐える 10. TV・ラジオ・ビデオ  
11. カラオケ 12. その他( )

Q32. お子さんは、1歳6か月健診から今までに病気で入院したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

SQ1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

1回目		2回目		3回目	
入院年月日	年 月 日頃	年 月 日頃	年 月 日	年 月 日	年 月 日
入院期間	( 日間 )	( 日間 )	( 日間 )	( 日間 )	( 日間 )
病名	( )	( )	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )	( )	( )

Q33. お子さんは、1歳6か月健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

- (注:タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなどがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)
- 1. はい
- 2. いいえ

Q34. お子さんは、1歳6か月健診から今までに病気やけがを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

SQ1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
[ ]	[ ]
[ ]	[ ]
[ ]	[ ]
[ ]	[ ]

以上です。ご協力ありがとうございました。



## ☆5歳児健康診査に來られる保護者の方へ☆

5歳を迎えられたお子様の健康はいかがでしょう。ご家族の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。日常生活習慣の自立が徐々にみられ、お友達との遊びが増えたり、社会性の広がりもみられることと思います。

さて、当塩山市（保健環境課）では、様々な方面から健康管理に努めておりますが、心身ともに一層すこやかなお子様にご成長されますよう、皆様方といっしょに考えてまいりたいと思います。そこで、5歳児に関するアンケート調査を行うことになりました。

この調査の結果はお子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

### 塩山市保健課

世帯  
個人

〔この調査用紙は、お母様ご自身で記入の上、健診会場にご持参下さい。〕  
（記入法：各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。）

◆ 記入年月日→平成（ ）年（ ）月（ ）日

◆ お子様のお名前（ ） 生年月日（ ）年 月 日生

Q 1. 4歳のお誕生日の時の発育についておうかがいします。

身長（ cm ） 体重（ kg ） 未 検 査

Q 2. 現在育児の事で悩んでいることがありますか。

1. あ る 2. な い

↓

①発育・発達のこと ②性格のこと ③病気・事故のこと ④食事のこと  
⑤睡眠のこと ⑥お友達のこと ⑦保育園、幼稚園のこと ⑧しつけ  
⑨祖父母との育児方針 ⑩その他（ ）

Q 3. 育児に関して困ったとき誰に最もよく相談しますか。

（該当するものに1つだけ○をつけて下さい）

①夫 ②義母 ③実母 ④兄弟姉妹 ⑤医師 ⑥保健婦  
⑦友人・知人 ⑧その他（ ）

Q 4. お母様は、現在お勤めをしていますか。

SQ 1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業（農業を含む） 2. 常 勤 3. パート・内職  
4. 専業主婦 5. 学 生 6. その他（ ）

1～3の方→1日（ ）時間 週（ ）日

SQ 2. 上の質問で1～3と答えた方は、主な仕事をこの中からひとつ選んで下さい。  
（自営・家族従事の方）

1. 農業・林業及びその家族従事者  
2. 自由業・商工業・サービス業等個人経営者及びその家族従事者  
（勤 務 の 方）  
3. 官公庁・大企業等の課長以上の給与生活者  
4. 事務職・専門職・サービスマスの勤労者、公務員教員等  
5. 生産工程の勤労者および運輸・労務・保安職業の勤労者  
6. その他（ ）

Q 5. お子様は保育園または幼稚園に通園していますか

1. 保育園に通園している（ ）歳から）  
2. 幼稚園に通園している（ ）歳から）  
3. 通園していない  
4. 通園していたがやめた  
5. その他（ ）

Q 6. （前問で1または2と答えた方のみ）お子様をあずけるようにした動機はなんですか

1. 働いているから  
2. 集団生活に早く慣れさせたかったから  
3. 周囲に友達がないから  
4. その他（ ）

Q 7. お子様の遊びについてうかがいます

（保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい）

SQ 1. お子様はふだん動き回っていることが多いですか、おとなしく遊んでいることが多いですか。

1. 動き回っていることが多い  
2. おとなしく遊んでいることが多い

SQ 2. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 戸外で遊ぶことが多い
2. 戸外・室内両方で遊ぶことが多い
3. 室内で遊ぶことが多い

SQ 3. どんな遊びが好きですか。よくするもの3つに○をつけて下さい。

1. ままごと
2. 自転車
3. 積み木・ブロック
4. 砂・水遊び
5. 鬼ごっこ・かくれんぼ
6. お人形遊び
7. 絵本
8. おえかき
9. ボール遊び
10. ファミコン
11. その他 ( )

SQ 4. 近所にお友達はいますか。

1. たくさんいる
2. ぶつう
3. 少ないほうである
4. まったくない

SQ 5. お友達とよく遊べますか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

Q 8. お子様はこれまでに医療機関にかかるほどのけが・事故にありましたか。

1. はい (どんなけが・事故? : )
2. いいえ

Q 9. お子様のおねしょについておうかがいします。

(該当するものに○をつけて下さい)

1. まったくしない
2. 週1～2回する
3. 週3～4回する
4. ほとんど毎晩する

Q 10. お子様の食事について、該当する番号に○印をして下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類	1	2	3
インスタントラーメン	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
チーズ	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
野菜	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩からいもの (つくだに・漬物など)	1	2	3
油料理 (フライ・油炒めなど)	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子 (ポテトチップなど)	1	2	3
甘い菓子 (砂糖を多く含むもの)	1	2	3
炭酸飲料 (コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース	1	2	3

SQ 1. 食事は一日に3回とっていますか。

1. はい
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか：朝・昼・夜)

SQ 2. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって
2. 時々家族そろって
3. だいたい子供だけ
4. その他 ( )

Q11. お子様のおやつ（食事以外のお菓子・飲み物・果物など）についておうかがいします。  
（保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい）

SQ1. おやつをどのようなようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ2. お子様がよく食べるおやつは何ですか。2つだけあげてください。  
( ) ( )

Q12. お子様はテレビやビデオを見るのが好きですか。

1. はい
2. 普通
3. いいえ
4. なんともいえない

SQ1. 一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q13. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時頃起きますか ( ) 時 ( ) 分
2. 夜、平均して何時頃寝ますか ( ) 時 ( ) 分
3. 昼寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位
4. 夜、一人で寝ますか → ①寝る ②寝ない (誰と: )

Q14. ご主人とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q15. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている。
2. 普通程度に接している。
3. あまりかまわわないほうである。

Q16. お子様の日常生活の状況についておうかがいします。

SQ1. 日常のあいざつがしっかりできますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ2. 排便・排尿後、後始末までできますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ3. うがい・手洗いができますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ4. 食事は箸を使って食べられますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ5. 歯磨きをすすんでしますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ6. 衣服の着脱ができますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ7. 靴の着脱ができますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

SQ8. 後片付けをすすんでしますか。

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない
5. わからない

Q17. 毎日決まってお子様に手伝いをさせていることがありますか。

1. ある (なに: )
2. な い
3. なんともいえない

Q18. あなたはお子様とゆったりとした気分で接していますか。

1. はい
2. いいえ
3. 何ともいえない

Q19. あなたはお子様の世話をするのが面倒に感じる日がありますか。

1. まったくない
2. 時々ある
3. よくある (どんなとき?: )

Q20. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまうほうですか。

1. いつも聞いてしまう
2. 時々聞く
3. なるべく我慢させる

- Q21. あなたは子供が何かして欲しいのかがよく分かるので要求がある前にやってしまうことが多いと思いますか。
1. いつもやってあげてしまう
  2. 時々やってあげる
  3. 全くない
- Q22. あなたはよその子のことをどのように思いますか。
1. 気になるのでもいつもわが子とくらべてしまう
  2. 気になるが個人差があると思っている
  3. なるべく気にしないようにしている
  4. 全く気にならない
- Q23. あなたはお様のしつけをするとき、たとえば「そんなことをするとおかあさんはどこかにいってしまう」「病気になるってしまう」「よその子ととりかえしてしまう」等と言いがちなですか。
1. よく言う
  2. 時々言う
  3. 言わないようにしている
- Q24. あなたはお子様を連れて、祖父母・親戚・友人等の所へ出かけますか。
1. よく行く
  2. 時々行く
  3. 行かない
- Q25. あなたはお子様を、買物や用事等に連れていきますか。
1. よく連れていく
  2. 時々連れていく
  3. 連れていかない
- Q26. お子様はいつもあなたにベタベタとまとわりつき、離れないでいますか。
1. はい
  2. いいえ
  3. 何ともいえない
- Q27. お様をほめるのはどんな時が最も多いですか。一つだけあげてください。  
( )
- Q28. お様をしかるのはどんな時が最も多いですか。一つだけあげてください。  
( )

Q29. 習い事についておうちかかいます。

SQ1. 現在お子様は何か習い事をしていますか。

1. していない
  2. している (該当するものにすべて○をつけて下さい)
- ①ピアノ・エレクトーン・オルガンなど    ②習字    ③絵画  
④英会話 (英語教材などを含む)    ⑤学習塾  
⑥スポーツクラブ (スイミング・サッカー・バレエ・野球・空手・柔道・剣道・新体操)  
⑦その他 ( )

SQ2. 習い事などたくさんありますが、お子様に対してどのようにお考えですか。

1. 子供の意志で決めさせる
2. 何か習わせたい
3. 何ともいえない (理由: )

Q30. 就学に関して不安がありますか。

1. な い
2. あ る (どのような )

Q31. お母様はストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じない

Q32. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに○を、二番目に多いものに○をつけて下さい。

1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。一つだけ選んで下さい)  
①義父母    ②父 母    ③夫    ④その他 ( )
2. 職場での人間関係    3. 仕事の内容・地位など    4. 隣近所との人間関係
5. 収入    6. 住居とそのまわりの環境    7. 自分自身の健康問題
8. 家族・知人の健康問題    9. 自分自身の生き方・将来のこと
10. 世の中のできごと    12. 育児    11. その他 ( )

Q33. あなたは、むしゃくしゃくしたりイライラしたときに、どういう方法で気分転換していますか。3つ○をつけて下さい。

1. 酒を飲む
2. 食べる
3. 買物をする
4. 趣味やスポーツに打ち込む
5. 寝る
6. 人に話を聞いてもらう
- 7.人や物にあたり散らす
8. ドライブ
9. じっと耐える
10. テレビ・ラジオ・ビデオ
11. カラオケ
12. その他 ( )

Q 34. お子さんは、3歳児健診から今までに病気で入院したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

S01. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

	1回目	2回目	3回目
入院年月日	年 月 日頃	年 月 日頃	年 月 日頃
入院期間	( 日間 )	( 日間 )	( 日間 )
病名	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )

Q 35. お子さんは、3歳児健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診を受診したことがありますか

(注:タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

- 1. はい
- 2. いいえ

Q 36. お子さんは、3歳児健診から今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

S01. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( )	( )
( )	( )
( )	( )
( )	( )

以上です。御協力ありがとうございました。

調査票 No. 4

(平成 13 年 1 月 — 平成 18 年 3 月)

## 母子健康手帳の交付を受けられる方へ

妊娠おめでとございます。新しい生命の誕生をひかえ、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、塩山市（保健課）では皆様方が妊娠中の生活を健やかに送れますよう様々な方面から健康管理に努めておりますが、更により良い妊娠中の生活が送れ、より健やかなお子様のご誕生が迎えられるよう保健指導を行うために、アンケート調査を行っています。このアンケートの結果は、山梨医科大学保健学Ⅱ講座の先生方の協力を得てまとめ皆様の妊娠中の健康管理に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思っております。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにご記入下さい。

塩山市役所保健課

世帯  
個人

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示により本アンケート用紙を家庭に持ち帰り、かならず本人が記入したうえで早急に保健福祉センターまで届けて下さい。

（記入法） 各質問に対し、該当する番号に○印や記入をして下さい。

氏 名 \_\_\_\_\_  
 出産予定日 年 月 日 \_\_\_\_\_  
 記入年月日 年 月 日 \_\_\_\_\_

Q1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業（農業含む）    2. 常勤    3. パート・内職    4. 専業主婦  
 5. 学生    6. その他（    ）  
 1～3に○をつけた方 → 1日（    ）時間 週（    ）日勤務

Q2. あなたのお家は農家を営んでいらっしゃいますか。

1. 農家を営んでおり、自分自身も従事しているか、手伝っている。  
 2. 農家を営んでいるが、ほとんど手伝っていない。  
 3. 農家を営んでいない。

Q3. 現在の体調はいかがですか。

1. 心身ともに快調である    2. 体調がすぐれない    3. 気分がすぐれない  
 4. 心身に余り調子が良くない    5. 特にどちらとも言えない

Q4. 妊娠とわかった時の気持ちはどんなでしたか。

- SQ1. あなた自身 ↓    SQ2. 夫 ↓
1. うれしかった    1. 喜んだ  
 2. なんとなく照れくさかった    2. 照れくさそうだった  
 3. 特に何とも感じなかった    3. 特に何とも言わなかった  
 4. 困ったと思った    4. 困った様子だった  
 5. その他（    ）    5. その他（    ）

Q5. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

Q6. 子供は全部で何人くらい希望しますか。

- SQ1. 自分は ①（    ）人    ②わからぬ  
 SQ2. 夫は ①（    ）人    ②わからぬ

Q7. 健康のために妊娠中、どのような点に気をつけなければよいと思いませんか。一番気をつけたいものに◎、二番目に気をつけたいものに○をつけてください。

1. 適度な運動をする    2. 塩分をひかえる    3. 体重増加に気をつける  
 4. タンパク質を多くとる    5. 野菜をもっと食べる    6. 牛乳を飲む  
 7. タバコを吸わない    8. お酒を飲まない    9. 睡眠時間を十分にとる  
 10. ストレスがたまらないようにする    11. その他（    ）  
 12. とくにない

Q9. あなたはタバコを吸いますか。

1. 吸う (一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸っている)
2. 妊娠する前からやめていた (以前一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸った)
3. 妊娠を契機にやめた (以前一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸った)
4. 以前から全く吸わない

Q9. Q8で1.と答えた方のみお答えください。

あなたはタバコの本数を減らしたいと思っていますか。

1. いつも思っている
2. とときどき思う
3. 思わない

Q10. あなたのご主人はタバコを吸いますか。

1. 吸う (一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸っている)
2. 妊娠する前からやめていた (以前一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸った)
3. 妊娠を契機にやめた (以前一日平均 \_\_\_本、今まで \_\_\_年間吸った)
4. 以前から全く吸わない

Q11. ご主人以外の同居のご家族の中で、喫煙されるかたはいいますか。

1. いない
2. いる (だれ? : )

Q12. あなたはお酒を飲みますか。

1. 飲む (月平均 \_\_\_日、\_\_\_年間飲んでいる)
2. 妊娠する前からやめていた (以前、月平均 \_\_\_日、\_\_\_年間飲んでいました)
3. 妊娠を契機にやめた (以前、月平均 \_\_\_日、\_\_\_年間飲んでいました)
4. 以前から全く飲まない

(次のSQ1・SQ2は、Q12で1と答えた方のみお答えください。)

SQ1. 飲むお酒の種類は何ですか。一番多いものひとつに○をつけて、一回に飲むお酒の量を記入してください。

1. ビール (大びん \_\_\_本)
2. 日本酒 ( \_\_\_合)
3. ワイン ( \_\_\_合)
4. ウイスキー・ブランデー (水割り \_\_\_杯)
5. しょうちゆう (水割り等 \_\_\_杯)
6. その他 ( )

SQ2. あなたは、お酒をひかえたり、やめようと思っていますか。

1. いつも思っている
2. とときどき思う
3. 思わない

Q13. あなたの妊娠前の食事についてうかがいます。

SQ1. 栄養のバランスを考えていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ2. カロリーをとりすぎないようにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ3. 塩分はできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ4. 動物性脂肪をできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ5. 野菜をたべないようにしていましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ6. 食品を選ぶ時、無農薬・添加物などを意識して選んでいましたか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

SQ7. 朝食を食べていましたか。

1. 毎日食べる
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. 食べない

SQ8. 間食の頻度はどれくらいでしたか。(夜食は含まない)

1. 1日2回以上
2. 1日1回位
3. 週3～5回
4. 週1～2回
5. それ以下の頻度

SQ9. 夜食の頻度はどれくらいでしたか。

1. 毎日
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. それ以下の頻度

SQ10. 外食の頻度はどれくらいでしたか。

1. 毎日
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. 月1～2回
5. それ以下の頻度

SQ11. 調理済み食品、半調理済食品をよく使いますか?

1. 毎日
2. 週3～5回
3. 週1～2回
4. 月1～2回
5. それ以下の頻度



Q14. 妊娠前、以下に挙げる食品について、普通一週間にどのくらい食べていましたか。  
 当てはまる箇所に○をつけてください。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米 飯	1	2	3
パ ン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛 乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉 類	1	2	3
魚 類	1	2	3
豆 類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン、にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり、キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海草類	1	2	3
塩からいもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理 (フライ・油炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子 (ポタトチップスなど)	1	2	3
甘い菓子 (砂糖を多く含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料 (コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドック・肉まんなど)	1	2	3

Q15. 妊娠前から服用していた薬があったら○をつけてください。  
 1. 頭痛薬・鎮痛剤                      2. 胃腸薬                      3. ビタミン剤  
 4. 便秘薬                                  5. その他 (                      )                      6. とくにない

Q16. あなたは中学・高校時代にクラブに入りスポーツをしていましたか。  
 1. していた (何? :                      )  
 2. していなかった

Q17. 妊娠前、あなたは運動不足だと思っていましたか。  
 1. 運動不足であった                      2. 少し運動不足であった  
 3. まあ運動している方であった                      4. よく運動していた

Q18. 妊娠前、あなたは一日に戸外をどのくらい歩きましたか。  
 (平日についてお答えください)  
 1. ほとんど歩かない                      2. 15分未満                      3. 15分～30分未満  
 4. 30分～1時間未満                      5. 1時間～2時間未満                      6. 2時間以上

Q19. 妊娠前、あなたはスポーツ (バレーボール・ソフト・卓球・水泳・ゴルフ・  
 その他) をどれくらいやっていましたか。  
 1. 週5回以上                      2. 週2～4回                      3. 週1回  
 4. 月1～2回                      5. それ以下の頻度                      6. 全くやらない

Q20. 妊娠前のあなたの平日 (土、日を除く) の起床・就寝時間についてうかがいます。  
 1. 朝、平均して何時ごろ起きますか (                      ) 時 (                      ) 分  
 2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか (                      ) 時 (                      ) 分  
 3. 平均して何時間寝ますか (                      ) 時間

Q21. ストレスを感じたことがありますか。  
 1. いつも感じていた                      2. 時々感じていた                      3. ほとんど感じなかった

Q22. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに○、二番目に  
 多いものに○をつけてください。  
 1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。1つ選んで下さい。)  
     ① 義父母    ② 父母    ③ 夫    ④ その他 (                      )  
 2. 職場での人間関係    3. 仕事の内容・地位など    4. 隣近所との人間関係  
 5. 収入    6. 住居とそのまわりの環境    7. 自分自身の健康問題  
 8. 家族・知人の健康問題    9. 自分自身の生き方・将来のこと  
 10. 世の中のできごと    11. 育児    12. その他 (                      )

Q23. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている 2. まあまあできている 3. できていない 4. 何ともいえない

Q24. 近所つきあいはどのようになっていますか。

1. ほとんどしない 2. 普通程度にする 3. 積極的にする 4. 何ともいえない

Q25. あなたの方ご家族の中にアレルギー体質（花粉症・アレルギー性鼻炎・気管支喘息・じんま疹・食物アレルギー・薬物アレルギーなど）の方はいますか。

1. いない 2. いる（該当する人に○をつけてください）

本人 夫 実父 義父 義母 本人の兄弟 夫の兄弟 子供

Q26. あなたは妊娠がわかるまで車を運転する時いつもシートベルトを締めていましたか。

1. いつも締めている  
2. 時々締めている  
3. あまり締めていない

Q27. あなたは妊娠してからも、車を運転するときや助手席に乗るときにシートベルトを締めますか。

1. 締める  
2. おなかが大きくなったら（目立ってきたら）締めない  
3. 締めない

以上です。ご協力ありがとうございました。

1 歳 6 カ月 児健康診査に来られるお母様方へ

お子様も1歳半を迎えられ、健やかに成長されていることと思います。赤ちゃんの時代から幼児の世界に入って、お母様自身も子供への夢や期待にさぞ胸をふくらませておられることと思います。

さて当塩山市（保健課）では、お子様が心身ともに健やかに成長できますよう、様々な方面から健康管理に努めておりますが、今後さらに健やかに成長されますようお母様方といっしょに考えてゆくにために、1歳6カ月児に関するアンケート調査を行っています。このアンケートの結果は山梨医科大学保健学Ⅱ講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様のこれからの健康管理に役立つ大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、ありのままにご回答ください。

塩山市役所保健課

世帯

個人

◎ 本調査票は、お母様ご自身で記入の上健康診査票と一緒にご持参下さい。

（記入法） 各質問の該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日 → ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日

お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( ) 年 月 日生

Q1～Q2については、1才6カ月児健診を受けるお子様の妊娠中のことについてうかがいます。記憶の範囲でお答えください。

Q1. 妊娠中に何か病気がかかりましたか。

1. いいえ  
2. はい（なに？）

SQ1. 妊娠中、たばこを吸っていましたか。

1. はい 2. いいえ

SQ2. 現在たばこを吸っていますか。

1. はい 2. いいえ

SQ3. 妊娠中、飲酒をやめていましたか。

1. はい 2. いいえ

- Q2. 産後のひだちはいかがでしたか？
1. 順調だった
  2. やや不調だった
  3. 不調だった
  4. その他 ( )
- Q3. あなたは育児のこと
- ①発育・発達のこと
  - ②性格のこと
  - ③病気・事故のこと
  - ④変事のこと
  - ⑤睡眠のこと
  - ⑥お友達のこと
  - ⑦保育園・幼稚園について
  - ⑧しつけについて (トイレットトレーニング含む)
  - ⑨祖父母との育児方針
  - ⑩行動・癖のこと
  - ⑪住居環境のこと
  - ⑫その他
1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
  1. ない
  2. ある ( )
- Q4. お子様が生まれてから夫は協力的でしたか。次の該当するものすべてに○をつけて下さい。
- ①あまり協力的ではなかった
  - ②妊娠前と変わらず協力的であった
  - ③夫婦間の会話が增える等して精神的に支えられた
  - ④タバコを吸わなくなったり、外で吸うようになった
  - ⑤帰宅時間が早くなった
  - ⑥家事を手伝ってくれた
  - ⑦育児を手伝ってくれるようになった
  - ⑧その他 ( )
- SQ1. お子様が生まれてからの夫の協力が満足していますか。
1. 満足している
  2. 満足していない
- Q5. お母様は現在お勤めをしていますか。
- SQ1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。
1. 自営業 (農業を含む)
  2. 常勤
  3. パート・内職
  4. 専業主婦
  5. 学生
  6. その他 ( )
- 1～3の方 → 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務
- SQ2. あなたのお家は農家を営んでいらっしゃいますか。
1. 農家を営んでおり、自分自身も従事しているか、手伝っている
  2. 農家を営んでいるが、ほとんど手伝っていない
  3. 農家を営んでいない
- Q6. お子様は保育所に通園していますか。
1. 通園している ( 歳 ヶ月から)
  2. 通園していない
- Q7. (前問で 1. と答えた方のみ) お子様をあずけるようにした動機は何ですか。
1. 働いているから
  2. 集団生活になれさせたかったから
  3. 周囲に友達がいないから
  4. その他 ( )
- SQ1. 保育所に希望することや、通園上の悩みがありますか。
1. ある ( )
  2. ない
- Q8. お子様の遊びについてうかがいます。(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。)
- SQ1. 誰と遊ぶ頻度はよく遊びますか。(1つだけ選んで下さい)
1. 自分一人で
  2. お母さんと
  3. お父さんと
  4. 兄弟と
  5. おばあちゃんと
  6. おじいちゃんと
  7. 近くの同年代の子供と
  8. その他 ( )
- SQ2. 誰がお子様を戸外で遊ばせたり散歩させたりしていますか。
1. よくする
  2. ときどきする
  3. あまりしない
  4. ほとんどしない
- Q9. お子様をおんぶしたり、だっこしたりしますか。
1. よくする
  2. 時々する
  3. あまりしない
  4. ほとんどしない
- Q10. お子様は、“おばあちゃん子 (又はおじいちゃん子)”ですか。
1. はい
  2. いいえ
  3. どちらともいえない

Q11. お子様のお食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米 飯	1	2	3
パ ン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛 乳・幼児用ミルク	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉 類	1	2	3
魚 類	1	2	3
豆 類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン、にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり、キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海草類	1	2	3
塩からいもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理 (フライ・油炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘い菓子 (砂糖を多く含むもの)	1	2	3
砂糖 (ココア等に入れるもの含む)	1	2	3
炭酸飲料 (コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドック・肉まんなど)	1	2	3

Q12. お子様のおやつについてうかがいます。

SQ1. おやつをどのようなようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. なし

Q13. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分
3. 昼寝を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分
4. 昼寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位
5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰: )

Q14. 夫とお子様のことについて話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q15. 夫はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわないほうである

Q16. ストレスを感じたことがありますか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じていない

Q17. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに◎、二番目に多いものに○をつけてください。

1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。1つ選んで下さい)
  - ① 義父母
  - ② 父母
  - ③ 夫
  - ④ その他 ( )
2. 職場での人間関係
3. 仕事の内容・地位など
4. 隣近所との人間関係
5. 収入
6. 住居とそのまわりの環境
7. 自分自身の健康問題
8. 家族・知人の健康問題
9. 自分自身の生き方・将来のこと
10. 世の中のできごと
11. 育児
12. その他 ( )

Q18. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q19. (お子様のための) かかりつけのお医者さんがいますか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない/わからない

Q20. お子様は、生まれてから今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( ) 回)
2. いいえ

SQ1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

	1回目	2回目	3回目
入院年月日	年 月 日頃	年 月 日頃	年 月 日頃
入院期間	( ) 日間)	( ) 日間)	( ) 日間)
病名	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )

Q21. お子様は、生まれてから今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどをした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます。)

1. はい
2. いいえ

Q22. お子様は、生まれてから今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

1. はい ( ) 回)
2. いいえ

SQ1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( )	( )
( )	( )
( )	( )
( )	( )

Q23. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. いくらかそう思う
4. 全くそうは思わない

\*注：2003年6月から追加したため、母数が異なる。

Q24. あなたには、子ども連れで母親同士が集まれる場所がありますか。

1. はい
2. いいえ

\*注：2003年6月から追加したため、母数が異なる。

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

子どもの事故について環境の調査ご協力お願いします

幼児の事故の中で、全国的にも当市においても多く起こっているのが、交通事故や溺水事故です。

今回、溺水事故を防止していくために、特に危険とされるお風呂を中心に生活環境についてお伺い致します。

お手数でもご協力くださいますようお願い致します。

Q1. お子様は、今までにお風呂場で危険な目にあったことがありますか。

(お風呂場でおぼれかかった、すべった、やけどなど)

- 1. はい
  - ア. おぼれた ( ) 回 イ. すべった ( ) 回
  - ウ. やけど ( ) 回 エ. ころんだ ( ) 回
  - オ. その他 ( ) 回
- 2. いいえ

上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい。

何歳頃でしたか いつでしたか	1回目		2回目		3回目	
	歳	カ月頃	歳	カ月頃	歳	カ月頃
何時頃でしたか	ア. 平日	ア. 平日	ア. 平日	ア. 平日	ア. 平日	ア. 平日
どんな状況でしたか	イ. 休日	イ. 休日	イ. 休日	イ. 休日	イ. 休日	イ. 休日
病院受診したか	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃
受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない

Q2. お風呂場での事故防止のため工夫していることがありますか。

(該当するものはいくつでも○をつけて下さい)

- 1. お風呂場に入れないように、鍵をかけている
- 2. 浴槽にため湯や残り湯をしない様になっている
- 3. 浴槽のふたを固くしてしっかりしているものになっている
- 4. その他 ( )
- 5. 特にしていない

Q3. お宅の浴槽の高さ (洗い場から浴槽の縁までの高さ) は、何 cm ですか。

\*お手数ですが、同封の紙のメジャーで測定し記入して下さい。

( ) cm

以上です。ご協力ありがとうございました。

3 歳児健康診査に来られるお母様方へ

3 歳を迎えられたお子様の健康はいかがですか。お母様の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。また少しずつお友達や社会のことにも興味が生えてきておられる頃かと思ひます。

さて当塩山市 (保健課) では、様々な方面から健康管理に努めておりますが、心身ともに一層健やかなお子様にご成長されますようお母様方といっしょに考えていくために、3 歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は山梨医科大学保健学Ⅱ講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

塩山市役所保健課  
世帯  
個人

◎ この調査用紙は、3 歳のお子様についてお母様ご自身で記入のうえ、健診会場にご持参下さい。

(記入法) 各質問について該当する番号に○印や記入をして下さい。

記入年月日 → ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日

お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( ) 年 月 日生

Q1. 現在育児の事で悩んでいることがありますか。

- ①発育・発達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ②性格のこと 1. ない 2. ある ( )
- ③病気・事故のこと 1. ない 2. ある ( )
- ④食事のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑤睡眠のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑥お友達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑦保育園・幼稚園の入園のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑧しつけ 1. ない 2. ある ( )
- ⑨祖父母との育児方針 1. ない 2. ある ( )
- ⑩行動・癖のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑪住居環境のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑫その他 1. ない 2. ある ( )

Q2. 現在お勤めをしていますか。

SQ1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 自営業 (農業を含む) 2. 常勤 3. パート・内職  
4. 専業主婦 5. 学生 6. その他 ( )  
1～3に○をつけた方 → 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

SQ2. あなたのお家は農家を営んでいらっしゃいますか。

1. 農家を営んでおり、自分自身も従事しているか、手伝っている。  
2. 農家を営んでいるが、ほとんど手伝っていない。  
3. 農家を営んでいない。

Q3. お子様は保育所または幼稚園に通園していますか。

1. 保育所に通園している ( 歳から )  
2. 幼稚園に通園している ( 歳から )  
3. 通園していないが、これから通園させたい ( 歳から )  
4. ずっと通園させないつもりである  
5. わからない／なんともいえない  
6. その他

Q4. お子様の遊びについてうかがいます。

(保育園・幼稚園にいらっしゃるお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。)

SQ1. 誰とよく遊びますか。

1. 自分一人で 2. お母さんと 3. お父さんと 4. 兄弟と  
5. おばあちゃんと 6. おじいちゃんと 7. 近くの同年代の子供と  
8. その他 ( )

SQ2. 誰がお子様と一緒に戸外で遊んだり散歩したりしますか。

1. よくする 2. ととききする  
3. あまりしない 4. ほとんどしない

SQ3. どんな遊びが好きですか。よくするもの3つに○をつけて下さい。

1. ままごと 2. 三輪車・車 3. つみ木・ブロック 4. 砂場あそび  
5. 水遊び 6. かけっこ 7. 鬼ごっこ 8. お人形あそび  
9. 絵本 10. おえかき 11. ボール遊び 12. おもちゃ  
13. TV・ビデオ 14. テレビゲーム 15. その他 ( )

Q5. 同年代の子どもに興味や関心をもちますか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q6. お子様の食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン、にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり、キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩からいもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理 (フライ・油炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味の菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘い菓子 (砂糖を多く含むもの)	1	2	3
砂糖 (ココア等に入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料 (コーラなど)	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドック・肉まんなど)	1	2	3

SQ1. 食事は一日に3回とっていますか。

1. はい
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか： 朝・昼・夜)

SQ2. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって
2. 時々家族そろって
3. だいたい子供だけ
4. その他 ( )

Q7. お子様のおやつ (食事以外のおかし、飲物、果物など) についてうかがいます。

SQ1. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

SQ2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回
2. 2回
3. 3回
4. 4回以上
5. なし

Q8. お子様はテレビやビデオを一日どのくらい見ますか

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q9. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分
3. 起床を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分
4. 起床は一日どのくらいしますか ( ) 時間位
5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰： )

Q10. 夫とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q11. 夫はお子様とよく接していますか。

1. よく遊んだり、相手をしている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわわないほうである

Q12. お子様の日常生活の状況についてうかがいます。

SQ1. 日常のあいさつ

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ2. 排便・排尿

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ3. 手洗い

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ4. 食事

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ5. うがい

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ6. 衣服の着脱

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ7. 靴の着脱

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ8. 後片付け

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ9. 簡単なお手伝い

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない



Q13. あなたはお子様とゆったりとした気分で接していますか。

1. はい      2. いいえ      3. 何ともいえない

Q14. あなたはお子様の世話をするのが面倒に感じる日がありますか。

1. まったくない      2. 時々ある  
3. よくある（どんなとき？）

Q15. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまいますか。

1. いつも聞いてしまう      2. 時々聞く  
3. なるべく我慢させる

Q16. あなたはお子様がおかしいかかして欲しいのかがよく分るので要求がある前にやってしまうことが多いと思いますか。

1. いつもやってあげてしまう      2. 時々やってあげる  
3. 全くない

Q17. あなたはよその子のことをどのように思いますか。

1. 気になるのでいつもわが子とくらべてしまう  
2. 気になるが個人差があると思っている  
3. なるべく気にしないようにしている  
4. 全く気にならない

Q18. あなたはお子様のしつけをするとき、たとえば「そんなことをするとおかあさんはどこかにいってしまいます」「よその子ととりかえてしまう」等と言いがちですか。

1. よく言う      2. 時々言う      3. 言わないようにしている

Q19. あなたはお子様を連れて、祖父母・親戚・友人等の所へ出かけますか。

1. よくいく      2. 時々いく      3. いかない

Q20. お子様はいつもあなたにベタベタとまとわりつき、離れないでいますか。

1. はい      2. いいえ      3. 何ともいえない

Q21. お子様をほめるのはどんな時がもっとも多いですか。一つだけあげてください。  
( )

Q22. お子様をしかるのはどんな時がもっとも多いですか。一つだけあげてください。  
( )

Q23. ストレスを感じたことがありますか。

1. いつも感じている  
2. 時々感じている  
3. ほとんど感じていない

Q24. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか、一番多いものに◎、二番目に多いものに○をつけてください。

1. 家庭での人間関係（それはどなたですか。1つ選んで下さい）  
① 義父母    ② 父母    ③ 夫    ④ その他 ( )  
2. 職場での人間関係    3. 仕事の内容・地位など    4. 隣近所との人間関係  
5. 収入    6. 住居とそのまわりの環境    7. 自分自身の健康問題  
8. 家族・知人の健康問題    9. 自分自身の生き方・将来のこと  
10. 世の中のできごと    11. 育児    12. その他 ( )

Q25. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている    2. まあまあできている    3. できていない    4. 何ともいえない

Q26. お子様は、1歳6カ月健診から今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( ) 回)  
2. いいえ

SQ1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

入院年月日	1回目			2回目			3回目		
	年	月	日頃	年	月	日頃	年	月	日頃
入院期間	( )	( )	日間)	( )	( )	日間)	( )	( )	日間)
病名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

Q27. お子様は、1歳6ヵ月健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなかげなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

- 1. はい
- 2. いいえ

Q28. お子様は、1歳6ヵ月健診から今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

SQ1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )

Q29. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

- 1. よく思う
- 2. ときどき思う
- 3. いくらか思う
- 4. 全く思うは思わない

\*注：2003年6月から追加したため、母数が異なる。

Q30. あなたには、子ども連れて母親同士が集まれる場所がありますか。

- 1. はい
- 2. いいえ

\*注：2003年6月から追加したため、母数が異なる。

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

以上です。ご協力ありがとうございました。

5 歳児健康診査に来られる保護者の方へ

5歳を迎えられたお子様の健康はいかがですか。ご家族の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。日常生活習慣の自立が徐々にみられ、お友達との遊びが増えたり、社会性の広がりもみられていることと思います。

さて、当塩山市（保健課）では、様々な方面から健康管理に努めておりますが、心身ともに一層すこやかなお子様にご成長されますよう、皆様方といっしょに考えていくために、5歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は、山梨医科大学保健学II講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまわれますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

塩山市保健課

世帯  
個人

[この調査用紙は、お母様ご自身で記入の上、健診会場にご持参下さい。]  
(記入法：各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。)

◆記入年月日 → 平成 ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日

◆お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日 (生)

Q1. 4歳のお誕生日の時の発育についておとうかがいします。  
身長 ( ) cm 体重 ( ) kg 未検査

Q2. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ①発育・発達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ②性格のこと 1. ない 2. ある ( )
- ③病気・事故のこと 1. ない 2. ある ( )
- ④食事のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑤睡眠のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑥お友達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑦保育園・幼稚園について 1. ない 2. ある ( )
- ⑧しつけについて 1. ない 2. ある ( )
- ⑨祖父母との育児方針 1. ない 2. ある ( )
- ⑩行動・癖のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑪住居環境のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑫その他 1. ない 2. ある ( )

Q3. お母様は、現在お勤めをしていますか。

SQ1. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

- 1. 自営業（農業を含む）
  - 2. 常勤
  - 3. パート・内職
  - 4. 専業主婦
  - 5. 学生
  - 6. その他（ ）
- 1～3の方 → 1日（ ）時間 週（ ）日勤務

SQ2. あなたのお家は農家を営んでいらっしゃいますか。

- 1. 農家を営んでいるが、自分自身も従事しているが、手伝っている。
- 2. 農家を営んでいるが、ほとんど手伝っていない。
- 3. 農家を営んでいない。

Q4. お子様は保育園または幼稚園に通園していますか。

- 1. 保育園に通園している（ 歳から）
- 2. 幼稚園に通園している（ 歳から）
- 3. 通園していない
- 4. 通園していたがやめた
- 5. その他（ ）

Q5. お子様の遊びについてうかがいます。

（保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい。）

SQ1. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

- 1. 戸外で遊ぶことが多い。
- 2. 戸外・室内両方で遊ぶことが多い。
- 3. 室内で遊ぶことが多い。

SQ2. どのような遊びが好きですか。よくするもの3つに○をつけて下さい。

- 1. ままごと
- 2. 自転車
- 3. 積み木・ブロック
- 4. 砂・水遊び
- 5. 鬼ごっこ・かくれんぼ
- 6. お人形遊び
- 7. 絵本
- 8. おえかき
- 9. ボール遊び
- 10. テレビゲーム
- 11. おもちゃ
- 12. TV・ビデオ
- 13. その他（ ）

SQ3. お友達とよく遊べますか。

- 1. はい
- 2. いいえ
- 3. どちらともいえない

Q6. お子様のおねしょについておうかがいします。

（該当するものに○をつけて下さい）

- 1. まったくしない
- 2. 週1～2回する
- 3. 週3～4回する
- 4. ほとんど毎晩する

Q7. お子様の食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類（インスタントラーメン以外）	1	2	3
インスタントラーメン （カップラーメン含む）	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品（チーズなど）	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類（豆腐・納豆などを含む）	1	2	3
緑黄色野菜（ピーマン、にんじんなど）	1	2	3
淡色野菜（きゅうり、キャベツなど）	1	2	3
果物類	1	2	3
海草類	1	2	3
塩からいもの（つくだし・漬物など）	1	2	3
油料理（フライ・油炒めなど）	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの（味噌汁・すましなど）	1	2	3
塩味の菓子（ポテトチップスなど）	1	2	3
甘い菓子（砂糖を多く含むもの）	1	2	3
砂糖（ココア等に入れるものを含む）	1	2	3
炭酸飲料（コーラなど）	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料（ヤクルトなど）	1	2	3
市販のジュース（スポーツ飲料含む）	1	2	3
ファーストフード（ハンバーガー・ ホットドック・肉まんなど）	1	2	3

SQ1. 食事は一日に3回とっていますか。

1. はい
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか： 朝・昼・夜)

SQ2. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって
2. 時々家族そろって
3. だいたい子供だけ
4. その他 ( )

Q8. お子様のおやつ(食事以外のお菓子・飲み物・果物など)についておうちがいます。(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

SQ1. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

Q9. お子様はテレビやビデオを一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q10. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時頃起きますか ( )時 ( )分ごろ
2. 夜、平均して何時頃寝ますか ( )時 ( )分ごろ
3. 昼寝は一日どのくらいしますか ( )時間位
4. 夜、一人で寝ますか → ①寝る ②寝ない(誰と： )

Q11. ご主人とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q12. ご主人はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわわないほうである

Q13. お子様の日常生活の状況についておうちがいますか。

SQ1. 日常のあいさつがしっかりできますか

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ2. 排便・排尿後、後始末までできますか

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ3. 歯磨きをすすんでしますか

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

SQ4. 後片付けをすすんでしますか

1. できる
2. なんとかできる
3. ほとんどできない
4. できない

Q14. 毎日決まってお子様に手伝いをさせていることがありますか。

1. ない
2. なんともいえない
3. ある(該当するものに○をつけて下さい)

- ① 食事の準備
- ② 食事の後片付け
- ③ くつをそろえる
- ④ 洗濯物をたたむ
- ⑤ 兄弟の面倒をみる
- ⑥ おそうじ
- ⑦ その他 ( )

Q15. あなたはお子様とゆったりとした気分で接していますか。

1. はい
2. いいえ
3. 何ともいえない

Q16. あなたはお子様の世話をするのが面倒に感じる日がありますか。

1. まったくない
2. 時々ある
3. よくある(どんなとき？)

Q17. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまうほうですか。

1. いつも聞いてしまう
2. 時々聞く
3. なるべく我慢させる

Q18. あなたは子供が何かして欲しいのかがよく分るので要求がある前にやってしまうことが多いと思いますか。

1. いつもやっあってあげてしまう
2. 時々やっあってあげる
3. 全くない

Q19. あなたはよその子のことをどのように思いますか。

1. 気になるのでいつもわが子とくらべてしまう
2. 気になるが個人差があると思う
3. なるべく気にならないようにしている
4. 全く気にならない

Q20. あなたはお子様のしつけをするとき、たとえば「そんなことをするとおかあさんはどこかにいってしまおう」「よその子ととりかえてしまおう」等と言いがちですか。

1. よく言う
2. 時々言う
3. 言わないようにしている

Q21. あなたはお子様を連れて、祖父母・親戚・友人等の所へ出かけますか。

1. よく行く
2. 時々行く
3. 行かない

Q22. お子様はいつもあなたにベタベタとまとわりつき、離れないでいますか。

1. はい
2. いいえ
3. 何ともいえない

Q23. お子様をほめるのはどんな時が多いですか。一つだけあげて下さい。  
( )

Q24. お子様をしかるのはどんな時が多いですか。一つだけあげて下さい。  
( )

Q25. 習い事についておうかがいます

SQ1. 現在お子様は何か習い事をしていますか。

1. していない
2. している (該当するものすべてに○をつけて下さい)  
①ピアノ・エレクトーン・オルガンなど ②習字 ③絵画  
④英会話 (英語教材などを含む) ⑤学習塾  
⑥スポーツクラブ (スイミング・サッカー・バレー・野球・空手・柔道・剣道・新体操)  
⑦その他 ( )

SQ2. 習い事に対してどのようにお考えですか。

1. 何か習わせた
2. 習わせたくない
3. 他の習い事もさせたい
4. 何ともいえない (理由: )

SQ3. 習い事をどのように決めようと思いますか。または、決めましたか。

1. 親の意志で決める。または決めた。
2. 子どもの意志で決める。または決めた。
3. その他 ( )

Q26. 就学に関して不安がありますか。

1. ない
2. ある (どのような: )

Q27. お母様はストレスを感じることはありませんか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じない

Q28. どういう時にイライラしたりストレスを感じますか。一番多いものに○を、二番目に多いものに○をつけて下さい。

1. 家庭での人間関係 (それはどなたですか。一つだけ選んで下さい)  
① 義父母 ② 父母 ③ 夫 ④ その他 ( )
2. 職場での人間関係 3. 仕事の内容・地位など 4. 隣近所との人間関係
5. 収入 6. 住居とそのまわりの環境 7. 自分自身の健康問題
8. 家族・知人の健康問題 9. 自分自身の生き方・将来のこと
10. 世の中のごと 11. 育児 12. その他 ( )

Q29. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q30. お子さんは、3歳児健診から今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( ) 回)
2. いいえ

SQ1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

入院年月日	1回目			2回目			3回目		
	年	月	日	年	月	日	年	月	日
入院期間	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
病名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

Q31. お子さんは、3歳児健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注: タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

1. はい
2. いいえ

Q32. お子さんは、8歳児健診から今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

SQ1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )
( ) ( )	( )

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

以上です。御協力ありがとうございました。

調査票 No. 5

(平成 18 年 4 月 — 平成 21 年)

## 母子健康手帳の交付を受けられる方へ

妊娠おめでとうございます。新しい生命の誕生をひかえ、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、甲州市（子育て支援課）では皆様方が妊娠中の生活を健やかに送れますように、様々な方面から健康支援に努めております。より健やかにお子様のご誕生を迎えられるよう、皆様方と一緒に考えていくために、アンケート調査を行っています。このアンケートの結果は、山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ皆様方の妊娠中の健康管理に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思っております。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにお答えください。

甲州市役所 子育て支援課

世帯  
個人

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示により本アンケート用紙を家庭に持ち帰り、必ず本人が記入したうえで早急に子育て支援課まで届けてください。（記入法） 各質問に対し、該当する番号に○印や記入をしてください。

氏名 \_\_\_\_\_  
 出産予定日 年 月 日  
 記入年月日 年 月 日

Q1. あなたのお仕事の有無について次の中からお選びください。

1. 仕事をしている
2. 仕事はしているが現在休職中である
3. 仕事はしていない（専業主婦である）
4. 学生である

→3、4と答えた方は  
Q3. へお進みください

Q2. Q1で1、2と答えた方のみお答えください。

あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
2. 自営業
3. 常勤
4. パート・内職
5. その他（ ）

2-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日（ ）時間 週（ ）日勤務

Q3. 妊娠とわかった時の気持ちはどんなでしたか。

SQ1. あなた自身

↓

1. うれしかった
2. なんとなく照れくさかった
3. 特に何とも感じなかった
4. 困ったと思った
5. その他（ ）

SQ2. 夫

↓

1. うれしかった
2. なんとなく照れくさかった
3. 特に何とも感じなかった
4. 困ったと思った
5. その他（ ）

Q4. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

Q5. 子どもは全部で何人くらい希望しますか。

- 3-1. 自分は ①（ ）人 ②わからない
- 3-2. 夫は ①（ ）人 ②わからない

Q6. あなたはタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_年間吸っている）
2. 妊娠する前からやめていた（以前一日平均 \_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_年間吸った）
3. 妊娠を契機にやめた（以前一日平均 \_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_年間吸った）
4. 以前から全く吸わない

Q7. Q6で1と答えた方のみお答えください。

あなたはタバコの本数を減らしたい、あるいはやめたいと思っていますか。

1. いつも思っている
2. とときどき思う
3. 思わない

Q8. あなたの夫はタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_本）
2. 妊娠する前からやめていた
3. 妊娠を契機にやめた
4. 以前から全く吸わない

Q9. ご主人以外の同居のご家族の中で、喫煙されるかたはいますか。

1. いない
2. いる（どなたですか？： ）

Q10. あなたはお酒を飲みますか。

1. 飲む（月平均 \_\_\_\_日、 \_\_\_\_年間飲んでいる）
2. 妊娠する前からやめていた（以前、月平均 \_\_\_\_日、 \_\_\_\_年間飲んでいて）
3. 妊娠を契機にやめた（以前、月平均 \_\_\_\_日、 \_\_\_\_年間飲んでいて）
4. 以前から全く飲まない



(Q10で1と答えた方のみお答えください。)

10-1. 飲むお酒の種類は何ですか。一番多いものひとつに○をつけて、一回に飲むお酒の量を記入してください。

1. ビール (大びん \_\_\_本)    2. 日本酒 (\_\_\_合)    3. ワイン (\_\_\_合)  
 4. ウイスキー・ブランデー (水割り \_\_\_杯)    5. しょうちゅう (水割り等 \_\_\_杯)  
 6 その他 ( )

10-2. あなたは、お酒をひかえたり、やめようと思っていますか。

1. いつも思っている    2. ときどき思う    3. 思わない

Q11. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい    2. いいえ    3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q12. 妊娠前の食事に関心していかかいます。

※妊娠前とは、おおよそ妊娠する1年間くらい前までのこととお考えください。

12-1. 栄養のバランスを考えていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-2. カロリーをとりすぎないようにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-3. 塩分はできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-4. 動物性脂肪をできるだけひかえめにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-5. 野菜をたべるようにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-6. 食品を選ぶ時、無農薬・添加物などを意識して選んでいましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

12-7. 天ぷら・フライ・カレーなど油を多く使う料理、1週間のうちどのくらいの頻度で食べていましたか。(それぞれの食品は単独ではなく、トータルして考えてください)

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

12-8. マヨネーズを使った料理は、1週間のうちどのくらいの頻度で食べていましたか。

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

12-9. 朝食を食べていましたか。

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

12-10. 外食の頻度はどのくらいでしたか。

1. 毎日    2. 週3～5回    3. 週1～2回  
 4. 月1～2回    5. それ以下の頻度

12-11. 妊娠前の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べるのは何時ごろでしたか？平日と休日で異なった場合は平日のことをお書きください。

- 朝食 ( ) 時 ころ  
 昼食 ( ) 時 ころ  
 夕食 ( ) 時 ころ

Q13. 妊娠前、以下に挙げる食品について、普通1週間にどのくらい食べていましたか。  
当てはまる箇所には○をつけてください。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆を含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q14. 妊娠前、あなたは運動不足だと思っていましたか。

1. 運動不足であった
2. 少し運動不足であった
3. まあ運動している方であった
4. よく運動していた

Q15. 妊娠前、あなたは一日に戸外をどのくらい歩きましたか。

(平日についてお答えください)

1. ほとんど歩かない
2. 15分未満
3. 15分～30分未満
4. 30分～1時間未満
5. 1時間～2時間未満
6. 2時間以上

Q16. 妊娠前、あなたはスポーツ (ジョギング・エアロビクス・テニス・卓球・水泳・ゴルフ・その他) をどれくらいやっていますか。

1. 週5回以上
2. 週2～4回
3. 週1回
4. 月1～2回
5. それ以下の頻度
6. 全くやらない

Q17. 妊娠前のあなたの平日 (土、日を除く) の起床・就寝時間についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時ころ
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時ころ
3. 平均して何時時間寝ますか ( ) 時間位

Q18. 現在ストレスを感じることはありませんか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じていない

Q19. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることすべてに○をつけてください。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係
  - ① 義父母
  - ② 父母
  - ③ 夫
  - ④ その他 ( )
2. 家庭以外での人間関係
  - ① 職場
  - ② 隣近所
  - ③ その他 ( )
3. 育児に関して
4. 健康上の心配事
  - ① 自分自身
  - ② 子ども
  - ③ 子ども以外の家族
  - ④ その他 ( )
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)
6. 経済的な心配事
7. その他 ( )

Q20. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q21. 近所づきあいはどのようになっていますか。

1. ほとんどしない 2. 普通程度にする 3. 積極的にする 4. 何ともいえない

Q22. あなたはこの1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがよくありますか？

1. はい 2. いいえ

Q23. あなたはこの1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか？

1. はい 2. いいえ

以上です。ご協力ありがとうございました。

### 1 歳 6 か月児健康診査に来られる保護者の皆様へ

1 歳半を迎えられたお子様のご様子はいかがでしょう。ご家族の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。

さて甲州市役所（子育て支援課）では、様々な方面から健康への支援に努めております。お子様が心身ともに一層健やかにご成長されますよう、保護者の皆様と一緒に考えていくために、1 歳 6 か月児に関するアンケート調査を行っています。

このアンケートの結果は山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様のこれからの健康管理に役立つ大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がもられますので、ありのままにお答えください。

甲州市役所 子育て支援課  
世帯  
個人

[この調査用紙は、保護者様ご自身で記入の上、健診会場にお持ち下さい。]

(記入法：各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。)

記入年月日 → ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日 記入者続柄【父 母 その他 ( ) 】  
お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( ) 年 月 日生

Q1. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ①発育・発達のこと 1. ない 2. ある ( )  
②性格のこと 1. ない 2. ある ( )  
③行動・癖のこと 1. ない 2. ある ( )  
④病気・事故のこと 1. ない 2. ある ( )  
⑤食事のこと 1. ない 2. ある ( )  
⑥睡眠のこと 1. ない 2. ある ( )  
⑦お友達のこと 1. ない 2. ある ( )  
⑧しつけについて (トイレトレーニング含む)  
1. ない 2. ある ( )  
⑨保育園・幼稚園について 1. ない 2. ある ( )  
⑩祖父母との育児方針 1. ない 2. ある ( )  
⑪住居環境のこと 1. ない 2. ある ( )  
⑫その他 1. ない 2. ある ( )

Q2. あなたのお仕事の有無について次の中からお選びください。

1. 仕事をしている  
2. 仕事はしているが現在休職中である  
3. 仕事はしていない (専業主婦である)  
4. 学生である
- 3. 4. と答えた方は  
Q4. へお進みください

**Q3. Q2**で1. 2. と答えた方のみお答えください。

あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業    2. 自営業    3. 常勤    4. パート・内職  
5. その他 (    )

3-1. 仕事をされる時間はどのくらいですか。 1日 (                    ) 時間 週 (                    ) 日勤務

**Q4.** たばこについておききます。

4-1. 現在あなたはたばこを吸っていますか。

1. はい    2. いいえ

4-2. 現在あなたの夫はたばこを吸っていますか。

1. はい    2. いいえ

**Q5.** お子さんは保育所に通園していますか。

1. 通園している (                    歳                    カ月から)                    2. 通園していない

**Q6.** お子さんは普段ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

1. よくある    2. ときどきある  
3. あまりない    4. ほとんどない

**Q7.** お子さんは戸外で遊んだり散歩することがありますか。

1. よくある    2. ときどきある  
3. あまりない    4. ほとんどない

**Q8.** お子さんはテレビやビデオ・DVDを一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下    2. 1～2時間    3. 2～3時間    4. 3～4時間  
5. 4～5時間    6. 5時間以上    7. 見ない

**Q9.** お子様とおんぶやだっこなどスキンシップをしていますか？お母さんとお母さん以外の人についてそれぞれお答えください。

9-1. お母さんとはどうですか

1. よくある    2. ときどきある  
3. あまりない    4. ほとんどない

9-2. お母さん以外の人とはどうですか

1. よくある    2. ときどきある  
3. あまりない    4. ほとんどない

**Q10.** お子様の食事について伺います。

10-1. お子様は天ぷら・フライ・カレーなど油を多く使う料理は、1週間のうちのどのくらいの頻度で食べていますか。(それぞれの食品は単独ではなく、合わせて考えてください。)

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

10-2. お子様はマヨネーズやマヨネーズを使った料理は、1週間のうちのどのくらいの頻度で食べていますか。

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

10-3. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べるのは何時ごろですか？平日と休日で異なる場合は平日のことをお書きください。

- 朝食 (                    ) 時                    ころ  
昼食 (                    ) 時                    ころ  
夕食 (                    ) 時                    ころ

10-4. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい    2. いいえ    3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

**Q11.** お子様のおやつについてうかがいます。

11-1. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える  
2. ほしがる時に与える  
3. 特に与え方に気をつけていない

11-2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回    2. 2回    3. 3回    4. 4回以上    5. なし

Q12.お子様の食事について、核当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q13. お子様の起床・就寝など睡眠の様子についてうかがいます。

- 12-1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
 12-2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
 12-3. 起床を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分ごろ  
 12-4. 起床は一日どのくらいいらしますか ( ) 時間位  
 12-5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰: )

Q14. 夫とお子様のことについて話をしますか。

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
 4. ほとんどしない 5. なんともいえない

Q15. 夫はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている 3. あまりかわまないほうである  
 2. 普通程度に接している

Q16. あなたはストレスを感じることはありませんか。

1. いつも感じている 2. 時々感じている 3. ほとんど感じていない

Q17. あなたはこういうことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることにすべてに○をつけてください。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係 ①義父母 ②父母 ③夫 ④その他 ( )  
 2. 家庭以外での人間関係 ①職場 ②隣近所 ③その他 ( )  
 3. 育児に関して  
 4. 健康上の心配事 ①自分自身 ②子ども ③子ども以外の家族 ④その他 ( )  
 5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)  
 6. 経済的な心配事  
 7. その他 ( )

Q18. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている 2. まあまあできている 3. できていない 4. 何ともいえない

Q19. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う 2. ときどきそう思う  
 3. あまりそう思わない 4. 全くそう思わない

Q20. あなたには、子ども連れて母親同士が集まれる場所がありますか。

- 1. はい
  - 2. いいえ
- Q21. 子育てをしていくなかで、あなたにとって誰か精神的に支えになる人がいますか。
- 1. はい
  - 2. いいえ

Q22. あなたは他のお子様と比べて、(我が子は)育てにくいと感じることがありますか。

- 1. よくそう思う
- 2. ときどきそう思う
- 3. あまりそうは思わない
- 4. 全くそうは思わない

Q23. お子様はかかりつけのお医者さんがいますか。

- 1. はい
- 2. いいえ
- 3. どちらともいえない/わからない

Q24. お子様は、生まれてから今までに病気で入院したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

24-1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入ください

入院年月日	1回目			2回目			3回目		
	年	月	日頃	年	月	日頃	年	月	日頃
入院期間	(	)	日間)	(	)	日間)	(	)	日間)
病名	(	)	(	)	(	)	(	)	(
医療機関名	(	)	(	)	(	)	(	)	(

Q25. お子様は、生まれてから今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどをした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます。)

- 1. はい
- 2. いいえ

Q26. お子様は、生まれてから今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい ( 回)
- 2. いいえ

26-1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( ) ( )	( ) ( )
( ) ( )	( ) ( )
( ) ( )	( ) ( )
( ) ( )	( ) ( )

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

子どもの事故についての環境の調査ご協力お願いします

幼児の事故の中で、全国的にも当市においても多く起こっているのが、交通事故や溺水事故です。

今回、溺水事故を防止していくために、特に危険とされるお風呂を中心に生活環境についてお伺い致します。

お手数でもご協力くださいますようお願い致します。

Q1. お子様は、今までにお風呂場で危険な目にあったことがありますか。  
(お風呂場でおぼれかかった、すべった、やけどなど)

1. はい
- |               |               |
|---------------|---------------|
| ア. おぼれた ( ) 回 | イ. すべった ( ) 回 |
| ウ. やけど ( ) 回  | エ. ころんだ ( ) 回 |
| オ. その他 ( ) 回  |               |
2. いいえ

上記で1. はいと答えた方は、その時の詳しい内容をご記入ください。

	1回目	2回目	3回目
何歳頃でしたか	歳	カ月頃	歳
いつでしたか	ア. 平日	ア. 平日	ア. 平日
	イ. 休日	イ. 休日	イ. 休日
何時頃でしたか	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃	午前・午後 ( ) 時頃
どんな状況でしたか			
病院受診したか	受診した・しない	受診した・しない	受診した・しない

Q2. お風呂場での事故防止のため工夫していることがありますか。

(該当するものにいくつでも○をつけてください)

- お風呂場に入れないように、鍵をかけている
- 浴槽にため湯や残り湯をしない様になっている
- 浴槽のふたを固めてしっかりしているものになっている
- その他 ( )
- 特にしていない

Q3. お宅の浴槽の高さ(洗い場から浴槽の縁までの高さ)は、何cmですか。

\*お手数ですが、同封の紙のメジャーで測定し記入してください。

( ) cm

以上です。ご協力ありがとうございました。

3 歳児健康診査に来られる保護者様へ

3歳を迎えられたお子様のご様子はいかがでしょうか。ご家族の方の愛情にはぐくまれ、健康やかにご成長のことと思います。

さて甲州市(子育て支援課)では、様々な方面から健康への支援に努めております。お子様が心身ともに一層健康やかにご成長されますよう、保護者の皆様と一緒に考えていくために、3歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

甲州市役所 子育て支援課  
世帯  
個人

[この調査用紙は、保護者様ご自身で記入の上、健診会場にお持ち下さい。]

(記入法：各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。)

記入年月日 → ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日  
お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( ) 年 月 日生

Q1. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- |                |       |           |
|----------------|-------|-----------|
| ①発育・発達のこと      | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ②性格のこと         | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ③行動・癖のこと       | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ④病気・事故のこと      | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑤食事のこと         | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑥睡眠のこと         | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑦お友達のこと        | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑧保育園・幼稚園の入園のこと | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑨しつけ           | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑩祖父母との育児方針     | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑪住居環境のこと       | 1. ない | 2. ある ( ) |
| ⑫その他           | 1. ない | 2. ある ( ) |

Q2. あなたのお仕事の有無について次の中からお選び下さい。

1. 仕事をしている
  2. 仕事はしているが現在休職中である
  3. 仕事はしていない(専業主婦である)
  4. 学生である
- 3. 4. と答えた方は
- Q4. へお進みください

Q3. あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選び下さい。

1. 農業
2. 自営業
3. 常勤
4. パート・内職
5. その他 ( )

3-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

Q4. お子様は保育所または幼稚園に通園していますか。

1. 保育所に通園している ( 歳から)
2. 幼稚園に通園している ( 歳から)
3. 通園していないが、これから通園させたい ( 歳から)
4. ずっと通園させないつもりである
5. わからない/なんともいいえない
6. その他

Q5. お子様は普段、ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q6. お子様は戸外で遊んだり散歩することがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q7. お子様は同年代の子どもに興味や関心を持ちますか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいいえない

Q8. お子様の食事について、該当する番号に○をつけてください。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3



Q9. お子様の食事について伺います。

9-1. お子様は、食事を1日に3回とっていますか。

1. はい  
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか： 朝 ・ 昼 ・ 夜 )

9-2. お子様は天ぷら・フライ・カレーなど油を多く使う料理は、1週間のうちのどれくらいの頻度で食べていますか。(それぞれの食品は単独ではなく、合わせて考えてください。)

1. 毎日食べる 2. 週3～5回 3. 週1～2回 4. 食べない

9-3. お子様はマヨネーズやマヨネーズを使った料理は、1週間のうちのどれくらいの頻度で食べていますか。

1. 毎日食べる 2. 週3～5回 3. 週1～2回 4. 食べない

9-4. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べ始めるのは何時ごろですか？平日と休日で異なる場合は平日のことをお書きください。

- 朝食 ( ) 時 ころ  
昼食 ( ) 時 ころ  
夕食 ( ) 時 ころ

9-5. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって 2. 時々家族そろって  
3. だいたい子どもだけ 4. その他 ( )

9-6. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい 2. いいえ 3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q10. お子様のおやつ (食事以外のおかし、飲物、果物など) についてうかがいます。

101. おやつをどのようにして与えますか。

1. 時間を決めて与える  
2. ほしがる時に与える  
3. 特に与え方に気をつけていない

10-2. おやつは1日何回ですか。

1. 1回 2. 2回 3. 3回 4. 4回以上 5. なし

Q11. お子様はテレビやビデオ・DVDを一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3～4時間  
5. 4～5時間 6. 5時間以上 7. 見ない

Q12. お子様はテレビゲーム類 (ゲームボーイ・携帯電話のゲーム・コンピューターゲーム等も含む) を一日どのくらい行いますか。

1. 1時間以下 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3～4時間  
5. 4～5時間 6. 5時間以上 7. 行わない

Q13. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

- 13-1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
13-2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
13-3. 昼寝を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
13-4. 昼寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位  
13-5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰： )

Q14. 夫とお子様の事について話をしますか。

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
4. ほとんどしない 5. なんともしえない

Q15. 夫はお子様とよく接していますか。

1. よく遊んだり、相手をしている  
2. 普通程度に接している  
3. あまりかまわないほうである

Q16. あなたはストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている  
2. 時々感じている  
3. ほとんど感じていない

Q17. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることに◎をつけて下さい。

1. 家庭での人間関係  
①義父母 ②父母 ③夫 ④その他 ( )  
2. 家庭以外での人間関係  
①職場 ②隣近所 ③その他 ( )  
3. 育児に関して  
4. 健康上の心配事  
①自分自身 ②子ども ③子ども以外の家族  
④その他 ( )  
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)  
6. 経済的な心配事  
7. その他 ( )

Q18. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている 2. まあまあできている 3. できていない 4. 何ともいえない

Q19. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う 2. ときどきそう思う  
3. あまりそうは思わない 4. 全くそうは思わない

Q20. あなたには、子ども連れて母親同士が集まれる場所がありますか。

1. はい 2. いいえ

Q21. 子育てをしていくなかで、あなたにとって精神的に支えになる人がいますか。

1. はい 2. いいえ

Q22. お子様は、1歳6か月健診から今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( 回)  
2. いいえ

22-1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

入院年月日	1回目			2回目			3回目			
	年	月	日頃	年	月	日頃	年	月	日頃	
入院期間	(	)	(	日間)	(	)	(	)	(	日間)
病名	(	)	(	)	(	)	(	)	(	)
医療機関名	(	)	(	)	(	)	(	)	(	)

以上です。ご協力ありがとうございました。

24-1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( )	( )
( )	( )
( )	( )
( )	( )

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

Q23. お子様は、1歳6か月健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

1. はい  
2. いいえ

Q24. お子様は、1歳6か月健診から今までに病气やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

1. はい ( 回)  
2. いいえ

5歳児健康診断に来られる保護者様へ

5歳を迎えられたお子様のご様子はいかがでしょうか。ご家族の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。

さて甲州市役所（子育て支援課）では、様々な方面から健康への支援に努めております。お子様が心身ともに一層健やかにご成長されますよう、保護者の皆様と一緒に考えていくために、5歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は、山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康管理に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

甲州市役所 子育て支援課  
世帯  
個人

【この調査用紙は、保護者様ご自身で記入の上、健診会場にお持ち下さい。】  
（記入法：各質問の該当するものの番号に○をつけて下さい。）

記入年月日 → 平成（ ）年（ ）月（ ）日  
お子様のお名前（ ） 生年月日（ ）年 月 日生

Q1. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ① 発育・発達のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ② 性格のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ③ 行動・癖のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ④ 病気・事故のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ⑤ 食事のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ⑥ 睡眠のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ⑦ お友達のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ⑧ 保育園・幼稚園について 1. ない 2. ある（ ）
- ⑨ しつけについて 1. ない 2. ある（ ）
- ⑩ 祖父母との育児方針 1. ない 2. ある（ ）
- ⑪ 住居環境のこと 1. ない 2. ある（ ）
- ⑫ その他 1. ない 2. ある（ ）

Q2. あなたのお仕事の有無について次の中からお選び下さい。

- 1. 仕事をしている
  - 2. 仕事はしているが現在休職中である
  - 3. 仕事はしていない（専業主婦である）
  - 4. 学生である
- Q4. へお進みください

Q3. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

- 1. 農業
- 2. 自営業
- 3. 常勤
- 4. パート・内職
- 5. 学生
- 6. その他（ ）

3-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 → 1日（ ）時間 週（ ）日勤務

Q4. お子様は保育園または幼稚園に通園していますか。

- 1. 保育園に通園している（ ）歳から
- 2. 幼稚園に通園している（ ）歳から
- 3. 通園していない
- 4. 通園していたがやめた
- 5. その他（ ）

Q5. お子様は普段ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

- 1. よくある
- 2. ときどきある
- 3. あまりない
- 4. ほとんどない

Q6. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

- 1. 戸外で遊ぶことが多い。
- 2. 戸外・室内両方で遊ぶことが多い。
- 3. 室内で遊ぶことが多い。

Q7. お子様は同年代のお友達とよく遊べますか。

- 1. はい
- 2. いいえ
- 3. どちらともいえない

Q8. お子様の食事について伺います。

8-1. お子様は、食事を1日に3回とっていますか。

1. はい  
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか： 朝・昼・夜)

8-2. お子様は天ぷら・フライ・カレーなど油を多く使う料理は、1週間のうちのどのくらいの頻度で食べられていますか。(それぞれの食品は単独ではなく、合わせて考えてください。)

1. 毎日食べる 2. 週3～5回 3. 週1～2回 4. 食べない

8-3. お子様はマヨネーズやマヨネーズを使った料理は、1週間のうちのどのくらいの頻度で食べていますか。

1. 毎日食べる 2. 週3～5回 3. 週1～2回 4. 食べない

8-4. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べるのは何時ごろですか？平日と休日と休日と異なる場合は平日のことをお書きください。

- 朝食 ( ) 時 ころ  
昼食 ( ) 時 ころ  
夕食 ( ) 時 ころ

8-5. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって 2. 時々家族そろって  
3. だいたい子どもだけ 4. その他 ( )

8-6. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい 2. いいえ  
3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q9. お子様のおやつはどのようなようにして与えますか。(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

1. 時間を決めて与える  
2. ほしがる時に与える  
3. 特に与え方に気をつけていない

Q10. お子様の食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q10. お子様はテレビやビデオ・DVDを一日どのくらい見ますか。 6. 経済的な心配事  
 1. 1時間以下 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3～4時間 7. その他 ( )  
 5. 4～5時間 6. 5時間以上 7. 見ない

Q11. お子様はテレビゲーム・ゲーム類 (ゲームボーイ・携帯電話のゲーム・コンピュータゲーム等も含む)を一日どのくらい行いますか

1. 1時間以下 2. 1～2時間 3. 2～3時間 4. 3～4時間  
 5. 4～5時間 6. 5時間以上 7. 行わない

Q12. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

- 12-1. 朝、平均して何時頃起きますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
 12-2. 夜、平均して何時頃寝ますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
 12-3. 昼寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位  
 12-4. 夜、一人で寝ますか → ①寝る ②寝ない (誰と: )

Q13. 夫とお子様の事について話をしますか。

1. よくする 2. 時々する 3. あまりしない  
 4. ほとんどしない 5. なんともいえない

Q14. 夫はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている  
 2. 普通程度に接している  
 3. あまりかまわないほうである

Q15. あなたはストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている  
 2. 時々感じている  
 3. ほとんど感じない

Q16. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることに◎をつけて下さい。

1. 家庭での人間関係  
 ①義父母 ②父母 ③夫 ④その他 ( )  
 2. 家庭以外での人間関係  
 ①職場 ②隣近所 ③その他 ( )  
 3. 育児に関して  
 4. 健康上の心配事  
 ①自分自身 ②子ども ③子ども以外の家族  
 ④その他 ( )  
 5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)

Q17. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている 2. まあまあできている 3. できていない 4. 何ともいえない

Q18. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う 2. ときどきそう思う  
3. あまりそうは思わない 4. 全くそうは思わない

Q19. 子育てをしていくなかで、あなたにとって精神的に支えになる人がいますか。

1. はい 2. いいえ

Q20. あなたは他のお子様と比べて、(我が子は) 育てにくく感じることがありますか。

1. よくそう思う 2. ときどきそう思う  
3. あまりそうは思わない 4. 全くそうは思わない

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、自由にお書きください。

以上です。御協力ありがとうございました。

調査票 No. 6

(平成 22年 — 現在)

母子健康手帳の交付を受けられる方へ (H222～)

妊娠おめでとうございます。新しい生命の誕生に向け、期待に胸をふくらませていることと思います。

さて、甲州市（健康増進課）では皆様方が妊娠中の生活を健やかに送れますように、様々な方面から健康支援に努めております。より健やかにお子様のご誕生を迎えられるよう、皆様方と一緒に考えていくために、アンケート調査を行っています。このアンケートの結果は、山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、皆様の妊娠中の健康支援に役立たせると共に、将来妊娠される方々の保健指導にも生かしていきたいと思っております。

記入された個々の内容に関しては、秘密が守られますので、ありのままにお答えください。

甲州市役所 健康増進課  
世帯 \_\_\_\_\_  
個人 \_\_\_\_\_

注：妊娠された本人以外の方が母子健康手帳を受け取る場合は、窓口の指示により本アンケート用紙を家庭に持ち帰り、必ず本人が記入したうえで早急に健康増進課まで届けてください。

(記入法：各質問に対し、該当する番号に○印や記入をしてください。)

氏名 \_\_\_\_\_  
出生予定日 年 月 日  
記入年月日 年 月 日

Q1. あなたのお仕事の有無について次の中からお選びください。

1. 仕事をしている
2. 仕事はしているが現在休職中である
3. 仕事はしていない（専業主婦である）
4. 学生である

→3. 4と答えた方は  
Q3. へお進みください

Q2. Q1で1. 2. と答えた方のみお答えください。

あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
  2. 自営業
  3. 常勤
  4. パート・内職
  5. その他 ( )
- 2-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

Q3. あなたの配偶者の方が従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
  2. 自営業
  3. 常勤
  4. パート・内職
  5. その他 ( )
- 3-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務
- 3-2. 基本的な勤務時間帯は何時ですか。 ( ) 時～ ( ) 時 ( ) 交代制

Q4. 妊娠とわかった時の気持ちはどんなでしたか。

SQ1. あなた自身 ↓  
SQ2. 夫 ↓

1. うれしかった
2. なんとなく照れくさかった
3. 特に何とも感じなかった
4. 困ったと思った
5. その他 ( )

Q5. 今回の妊娠は計画的な妊娠ですか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

Q6. 子どもは全部で何人くらい希望しますか。

- 6-1. 自分は ① ( ) 人 ② わからない
- 6-2. 夫は ① ( ) 人 ② わからない

Q7. あなたはタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_\_年間吸っている）
2. 妊娠する前からやめていた（以前一日平均 \_\_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_\_年間吸った）
3. 妊娠を契機にやめた（以前一日平均 \_\_\_\_\_本、今まで \_\_\_\_\_年間吸った）
4. 以前から全く吸わない

Q8. Q7で1. と答えた方のみお答えください。

あなたはタバコの本数を減らしたい、あるいはやめたいと思っていますか。

1. いつも思っている
2. とときどき思う
3. 思わない

Q9. あなたの夫はタバコを吸いますか。

1. 吸う（一日平均 \_\_\_\_\_本）
2. 妊娠する前からやめていた
3. 妊娠を契機にやめた
4. 以前から全く吸わない

Q10. ご主人以外の同居のご家族の中で、喫煙される方はいますか。

1. いない
2. いる（どなたですか？）

Q11. あなたはお酒を飲みますか。

1. 飲む（月平均 \_\_\_\_\_日、 \_\_\_\_\_年間飲んでいる）
2. 妊娠する前からやめていた（以前、月平均 \_\_\_\_\_日、 \_\_\_\_\_年間飲んでいて）
3. 妊娠を契機にやめた（以前、月平均 \_\_\_\_\_日、 \_\_\_\_\_年間飲んでいて）
4. 以前から全く飲まない



(Q11で1と答えた方のお答えください。)

11-1. 飲むお酒の種類は何ですか。一番多いものひとつに○をつけて、一回に飲むお酒の量を記入してください。

1. ビール (大びん \_\_\_本)    2. 日本酒 (\_\_\_合)    3. ワイン (\_\_\_合)  
 4. ウイスキー・ブランデー (水割り \_\_\_杯)    5. しょうちゅう (水割り等 \_\_\_杯)  
 6. その他 ( )

11-2. あなたは、お酒をひかえたり、やめようと思っていますか。

1. いつも思っている    2. ときどき思う    3. 思わない

Q12. 妊娠前、通常の1週間で運動(体力の維持・向上を目的として、計画的・意図的に実施するウォーキングやスポーツなど)を、1週間にどのくらい行いましたか。

1. ほとんどしない    2. 1時間未満    3. 1～2時間未満  
 4. 2～6時間未満    5. 6時間以上

12-1. 行っているという方はどのような内容ですか。具体的にお書きください。

( )

Q13. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい    2. いいえ    3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q14. 妊娠前の食事に関するうかがいます。

※妊娠前とは、おおよそ妊娠する1年間くらい前までのこととお考えください。

14-1. 栄養のバランスを考えていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

14-2. カロリーをとりすぎないようにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

14-3. 野菜をたべないようにしていましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

14-4. 食品を選ぶ時、無農薬・添加物などを意識して選んでいましたか。

1. はい    2. いいえ    3. どちらともいえない

14-5. 朝食を食べていましたか。

1. 毎日食べる    2. 週3～5回    3. 週1～2回    4. 食べない

Q15. 妊娠前、以下に挙げる食品について、普通1週間にどのくらい食べていましたか。当てはまる箇所を○をつけてください。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q16. 妊娠前のあなたの平日（土、日を除く）の起床・就寝時間についてうかがいます。

1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時ころ
2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時ころ
3. 平均して何時時間寝ますか ( ) 時間位

Q17. 現在ストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じていない

Q18. あなたはどういうことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることすべてに○をつけてください。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係
  - ①義父母
  - ②父母
  - ③夫
  - ④その他 ( )
2. 家庭以外での人間関係
  - ①職場
  - ②隣近所
  - ③その他 ( )
3. 育児に関して
4. 健康上の心配事
  - ①自分自身
  - ②子ども
  - ③子ども以外の家族
  - ④その他 ( )
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)
6. 経済的な心配事
7. その他 ( )

Q19. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q20. 近所づきあいはどの程度していますか。

1. まったくしない
2. あいさつ程度
3. 立ち話しをする程度
4. 家を訪問しあう

Q21. あなたはこの1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか？

1. はい
2. いいえ

Q22. あなたはこの1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか？

1. はい
2. いいえ

以上です。ご協力ありがとうございました。

## 1 歳 6 カ月 児 健 康 診 査 に 来 ら れ る 保 護 者 の 皆 様 へ ( H 2 2 ～ )

1 歳 6 カ月 を 迎 え ら れ た お 子 様 の ご 様 子 は い か が で し ょ う か 。 ご 家 族 の 愛 情 に は ぐ く ま れ 、 健 や か に ご 成 長 の こ と と 思 い ま す 。

さ て 甲 州 市 ( 健 康 増 進 課 ) で は 、 お 子 様 が 心 身 と も に 一 層 健 や か に ご 成 長 さ れ ま す よ う 、 保 護 者 の 皆 様 と 一 緒 に 考 え て い く た く ため に 、 1 歳 6 カ月 児 に 関 す る ア ン ケ ー ト 調 査 を 行 っ て い ま す 。

こ の ア ン ケ ー ト の 結 果 は 山 梨 大 学 医 学 部 社 会 医 学 講 座 の 先 生 方 の 協 力 を 得 て ま と め 、 お 子 様 の こ れ か ら の 健 康 支 援 に 役 立 つ 大 切 な も の で す 。 ま た 記 入 さ れ た 内 容 に つ き ま し て は 、 固 く 秘 密 が ま ら れ ま す の で 、 ど う ぞ ご 安 心 の 上 、 あ り の ま ま に お 答 え く だ さ い 。

甲州市役所 健康増進課  
世帯 \_\_\_\_\_  
個人 \_\_\_\_\_

[ この 調 査 用 紙 は 、 保 護 者 様 ご 自 身 で 記 入 の 上 、 健 診 会 場 に お 持 ち 下 さ い 。 ]  
( 記 入 法 : 各 質 問 の 該 当 す る 番 号 に ○ 印 や 記 入 を し て く だ さ い 。 )

記 入 年 月 日 → ( ) 年 ( ) 月 ( ) 日 記 入 者 続 柄 【 父 母 そ の 他 ( ) 】  
お 子 様 の お 名 前 ( ) 生 年 月 日 ( 年 月 日 生 )

Q1. あなただは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ① 発育・発達のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ② 性格のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ③ 行動・癖のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ④ 病気・事故のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑤ 食事のこと
  1. ない
  2. ある ( )

あると答えた方はどのようなことでお悩みですか？

1. 食べ方にむらがある
2. 食量 ( 少ない・多い )
3. 丸のみ ( 良く噛まない )
4. 偏食
5. 間食が多い
6. 遊び食べ
7. その他 ( )
- ⑥ 睡眠のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑦ お友達のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑧ しつけについて ( トイレトレーニング含む )
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑨ 保育園・幼稚園について
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑩ 祖父母との育児方針
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑪ 住居環境のこと
  1. ない
  2. ある ( )
- ⑫ その他
  1. ない
  2. ある ( )

Q2. あなたのお仕事の有無について次のうちからお選びください。

1. 仕事をしている
2. 仕事はしているが現在休職中である
3. 仕事はしていない(専業主婦である)
4. 学生である

→3. 4と答えられた方は

Q4へお進みください

Q3. Q2で1. 2と答えられた方のみお答えください。

あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
2. 自営業
3. 常勤
4. パート・内職
5. その他 ( )

3-1. 仕事をされる時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

Q4. あなたの配偶者の方が従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
2. 自営業
3. 常勤
4. パート・内職
5. その他 ( )

4-1. 仕事をされる時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

4-2. 基本的な勤務時間帯は何時ですか。( ) 時～( ) 時 ( ) 交代制

Q5. たばこについておききます。

5-1. 現在あなたはたばこを吸っていますか。

1. はい
2. いいえ

5-2. 現在あなたの配偶者はたばこを吸っていますか。

1. はい
2. いいえ

Q6. お子様は保育所に通園していますか。

1. 通園している ( 歳 カ月から)
2. 通園していない

Q7. お子様は普段ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q8. お子様は戸外で遊んだり散歩することがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q9. お子様はテレビやビデオ・DVDを一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q10. お母様は、お子様とおんぶやだっこなどスキンシップをしていますか？お母様とお母様以外の人についてそれぞれお答えください。

10-1. お母様とはどうですか

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

10-2. お母様以外の人とはどうですか

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q11. お子様の起床・就寝など睡眠の様子についてうかがいます。

11-1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分ごろ

11-2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分ごろ

11-3. 星寝を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分ごろ

11-4. 星寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位

11-5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰： )

Q12. あなたは配偶者とお子様のことについて話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q13. お子様のお父様はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわないうほうである

Q14. お子様の食事について伺います。

14-1. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べるのは何時ごろですか？平日と休日で異なる場合は平日のことをお書きください。

朝食 ( ) 時 ころ

昼食 ( ) 時 ころ

夕食 ( ) 時 ころ

14-2. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい
2. いいえ
3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q15. お子様のおやつ(食事以外のおかし、飲物、果物など)をどのようにして与えますか。(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

Q16. お子様の食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q17. あなたはストレスを感じることはありませんか。

1. いつも感じている      2. 時々感じている      3. ほとんど感じていない

Q18. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることすべてに○をつけてください。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係  
 ①義父母    ②父母    ③配偶者    ④その他 (    )
2. 家庭以外での人間関係  
 ①職場    ②隣近所    ③その他 (    )
3. 育児に関して
4. 健康上の心配事  
 ①自分自身    ②子ども    ③子ども以外の家族    ④その他 (    )
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)
6. 経済的な心配事
7. その他 (    )

Q19. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている    2. まあまあできている    3. できていない    4. 何ともいえない

Q20. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う    2. ときどきそう思う  
 3. あまりそう思わない    4. 全くそう思わない

Q21. あなたはこの1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか？

1. はい    2. いいえ

Q22. あなたはこの1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか？

1. はい    2. いいえ

Q23. 近所付き合いほどの程度していますか。

1. まったくしない    2. あいさつ程度    3. 立ち話をする程度    4. 家を訪問しあう

Q24. 地域の行事 (区や組の行事) にどのくらい参加していますか。

1. まったくしない    2. ほとんどしない    3. 時々参加する    4. 積極的に参加する

Q25. 子育てをしていくなかで、あなたにとって誰か精神的に支えになる人がいますか。

1. はい  
2. いいえ

Q26. あなたは他のお子様と比べて、(我が子は) 育てにくく感じることがありますか。

1. よくそう思う  
2. ときどきそう思う  
3. あまりそうは思わない  
4. 全くそうは思わない

Q27. あなたはお子様をつい感情的に怒ってしまうことがあると思いますか。

1. よくそう思う  
2. ときどきそう思う  
3. あまりそうは思わない  
4. 全くそうは思わない

Q28. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまいますか。

1. いつも聞いてしまう  
2. 我慢させることもある  
3. 全て聞き入れない

Q29. お子様は、生まれてから今までに病気で入院したことがありますか。

1. はい ( 回)  
2. いいえ

29-1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入ください

入院年月日	1回目			2回目			3回目		
	年	月	日頃	年	月	日頃	年	月	日頃
入院期間	( )	( )	( ) 日間	( )	( )	( ) 日間	( )	( )	( ) 日間
病名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
医療機関名	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

Q30. お子様は、生まれてから今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどをした・窒息・おぼれた・いろいろなけがなど。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます。)

1. はい  
2. いいえ

Q31. お子様は、生まれてから今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

1. はい ( 回)  
2. いいえ

31-1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
( ) ( ) ( )	( ) ( ) ( )
( ) ( ) ( )	( ) ( ) ( )
( ) ( ) ( )	( ) ( ) ( )
( ) ( ) ( )	( ) ( ) ( )

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、ご自由にお書きください。

以上です。ご協力ありがとうございます。

3 歳児健康診査に来られる保護者様へ (H22～)

3歳を迎えられたお子様のご様子はいかがでしょうか。ご家族の方の愛惜にはぐくまれ、健康やかにご成長のことと思います。

さて甲州市（健康増進課）では、お子様が心身ともに一層健やかにご成長されますよう、保護者の皆様と一緒に考えていくために、8歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康支援に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

甲州市役所 健康増進課  
世帯 \_\_\_\_\_  
個人 \_\_\_\_\_

【この調査紙は、保護者様ご自身で記入の上、健診会場にお持ち下さい。】

（記入法：各質問の該当する番号に○印や記入をしてください。）

記入年月日 → ( )年( )月( )日 記入者続柄【 父 母 その他 ( ) 】  
お子様のお名前 ( ) 生年月日 ( )年( )月( )日生

Q1. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ①発育・発達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ②性格のこと 1. ない 2. ある ( )
- ③行動・癖のこと 1. ない 2. ある ( )
- ④病気・事故のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑤食事のこと 1. ない 2. ある ( )

あと答えた方はどのようなことですか当てはまるもの全てに○を付けてください。

- ① 食べ方にむらがある 2. 食事量 (少ない・多い) 3. 良く噛まない
- ④ 偏食 5. 間食が多い 6. 遊び食べ 7. その他 ( )
- ⑥ 睡眠のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑦ お友達のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑧ 保育園・幼稚園について 1. ない 2. ある ( )
- ⑨ しつけについて 1. ない 2. ある ( )
- ⑩ 祖父母との育児方針 1. ない 2. ある ( )
- ⑪ 住居環境のこと 1. ない 2. ある ( )
- ⑫ その他 1. ない 2. ある ( )

Q2. あなたのお仕事の有無について次の中からお選び下さい。

- 1. 仕事をしている
  - 2. 仕事はしているが現在休職中である
  - 3. 仕事はしていない (専業主婦である) → 3. 4. と答えた方は
  - 4. 学生である
- Q4. へお進みください

Q3. あなたが従事している仕事の形態を次の中からお選び下さい。

- 1. 農業 2. 自営業 3. 常勤 4. パート・内職
  - 5. その他 ( )
- 3-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

Q4. あなたの配偶者の方が従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

- 1. 農業 2. 自営業 3. 常勤 4. パート・内職
  - 5. その他 ( )
- 4-1. 仕事をする時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務
- 4-2. 基本的な勤務時間帯は何時ですか。( ) 時～( ) 時 ( ) 交代制

Q5. お子様は保育所または幼稚園に通園していますか。

- 1. 保育所に通園している ( ) 歳から
- 2. 幼稚園に通園している ( ) 歳から
- 3. 通園していないが、これから通園させたい ( ) 歳から
- 4. ずっと通園させないつもりである
- 5. わからない/なんともいえない
- 6. その他

Q6. お子様は普段、ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

- 1. よくある 2. ときどきある
- 3. あまりない 4. ほとんどない

Q7. お子様は戸外で遊んだり散歩することがありますか。

- 1. よくある 2. ときどきある
- 3. あまりない 4. ほとんどない

Q8. お子様は同年代の子どもに興味や関心をもちますか。

- 1. はい 2. いいえ 3. どちらともいえない

Q9. お子様の食事について、該当する番号に○をつけてください。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q10. お子様の食事について伺います。

10-1. お子様は、食事を1日に3回とっていますか。

1. はい  
2. いいえ (いつ食べないことが多いですか： 朝 ・ 昼 ・ 夜 )

10-2. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べ始めるのは何時ごろですか？平日と休日と異なる場合は平日のことをお書きください。

朝食 ( ) 時 ころ  
昼食 ( ) 時 ころ  
夕食 ( ) 時 ころ

10-3. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって  
2. 時々家族そろって  
3. だいたい子どもだけ  
4. その他 ( )

10-4. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい  
2. いいえ  
3. 聞いた事はあるが、内容は知らない  
Q11. お子様のおやつ (食事以外のおかし、飲物、果物など) はどのようにして与えますか。  
(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

1. 時間を決めて与える  
2. ほしがる時に与える  
3. 特に与え方に気をつけていない

Q12. お子様はテレビやビデオ・DVDを1日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下  
2. 1～2時間  
3. 2～3時間  
4. 3～4時間  
5. 4～5時間  
6. 5時間以上  
7. 見ない

Q13. お子様はテレビゲーム類 (ゲームボーイ・携帯電話のゲーム・コンピュータゲーム等も含む) を1日どのくらい行いますか。

1. 1時間以下  
2. 1～2時間  
3. 2～3時間  
4. 3～4時間  
5. 4～5時間  
6. 5時間以上  
7. 行わない

Q14. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

- 14-1. 朝、平均して何時ごろ起きますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
14-2. 夜、平均して何時ごろ寝ますか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
14-3. 昼寝を始める時間は何時ごろですか ( ) 時 ( ) 分 ころ  
14-4. 昼寝は1日どのくらいしますか ( ) 時間位  
14-5. 夜、誰と一緒に寝ますか (誰： )

Q15. あなたは配偶者とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえぬ

Q16. お子様のお父様はお子様とよく接していますか。

1. よく遊んだり、相手をしている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわないうほうである

Q17. あなたはストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じていない

Q18. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることすべてに○をつけて下さい。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係  
①義父母 ②父母 ③配偶者 ④その他 ( )
2. 家庭以外での人間関係  
①職場 ②隣近所 ③その他 ( )
3. 育児に関して
4. 健康上の心配事  
①自分自身 ②子ども ③子ども以外の家族 ④その他 ( )
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)
6. 経済的な心配事
7. その他 ( )

Q19. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q20. あなたはこの1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか？

1. はい
2. いいえ

Q21. あなたはこの1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか？

1. はい
2. いいえ

Q22. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

Q23. 近所付き合いほどの程度していますか。

1. まったくしない
2. あいさつ程度
3. 立ち話しをする程度
4. 家を訪問しあう程度

Q24. 地域の行事(区や組の行事)にどのくらい参加していますか。

1. ほとんどしない
2. 時々参加する
3. 積極的に参加する
4. 何ともいえない

Q25. あなたには、子ども連れで親同士が集まれる場所がありますか。

1. はい
2. いいえ

Q26. 子育てをしていくなかで、あなたにとって精神的に支えになる人がいますか。

1. はい
2. いいえ

Q27. あなたは他のお子様と比べて、(我が子は)育てにくいと感じることがありますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

Q28. あなたはお子様をつい感情的に怒ってしまうことがあると思いますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

Q29. あなたはお子様の要求は何でも聞いてしまいますか。

1. いつも聞いてしまう
2. 我慢させることもある
3. 全て聞き入れない



Q30. お子様は、1歳6か月健診から今までに病気で入院したことがありますか。

- 1. はい (      回)
- 2. いいえ

30-1. 上記で「1. はい」と答えた方は、その時の詳しい内容をご記入下さい

入院年月日	1回目			2回目			3回目		
	年	月	日頃	年	月	日頃	年	月	日頃
入院期間	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )
病名	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )
医療機関名	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )	(    )

Q31. お子様は、1歳6か月健診から今までに事故やけがなどで医療機関を受診したことがありますか。

(注：タバコを飲んだ・頭をぶつけた・やけどした・窒息・おぼれた・いろいろなか  
けがなどが。受診しても何も治療を受けなかった場合も含みます)

- 1. はい
- 2. いいえ

Q32. お子様は、1歳6か月健診から今までに病気やケガを含め、夜間や休日などに救急外来を受診したことがありますか。

- 1. はい (      回)
- 2. いいえ

32-1. その時の病名と医療機関名は

病名 (またはその症状)	医療機関名
(    ) (    )	(    )
(    ) (    )	(    )
(    ) (    )	(    )

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、ご自由にお書きください。

以上です。ご協力ありがとうございました。

5歳児健康診査に來られる保護者様へ (H222～)

5歳を迎えられたお子様のご様子はいかがでしょうか。ご家族の愛情にはぐくまれ、健やかにご成長のことと思います。

さて甲州市(健康増進課)では、お子様が心身ともに一層健やかにご成長されますよう、保護者の皆様と一緒に考えていくために、5歳児に関するアンケート調査を行っています。

この調査の結果は、山梨大学医学部社会医学講座の先生方の協力を得てまとめ、お子様の今後の健康支援に生かされる大切なものです。また記入された内容につきましては、固く秘密がまもられますので、どうぞご安心の上、ありのままにお答え下さい。

甲州市役所 健康増進課  
世帯 \_\_\_\_\_  
個人 \_\_\_\_\_

[この調査用紙は、保護者様ご自身で記入の上、健診会場にお持ち下さい。]  
(記入法：各質問の該当する番号に○印や記入をしてください。)

記入年月日 → 平成(    )年(    )月(    )日 記入者続柄【 父 母 その他(    ) 】  
お子様のお名前 (    ) 生年月日 (    年 月 日生)

Q1. あなたは育児のことで現在解決できずに悩んでいることがありますか。

- ①発育・発達のこと      1. ない      2. ある (    )
  - ②性格のこと            1. ない      2. ある (    )
  - ③行動・癖のこと        1. ない      2. ある (    )
  - ④病気・事故のこと      1. ない      2. ある (    )
  - ⑤食事のこと            1. ない      2. ある (    )
- あると答えた方はどのようなことですか当てはまるものを全てに○を付けてください。
- 1. 食べ方にむらがある    2. 食事量(少ない・多い)    3. 良く噛まない
  - 4. 偏食                    5. 間食が多い            6. 遊び食べ                7. その他(    )

- ⑥睡眠のこと            1. ない      2. ある (    )
- ⑦お友達のこと         1. ない      2. ある (    )
- ⑧保育園・幼稚園について    1. ない      2. ある (    )
- ⑨しつけについて       1. ない      2. ある (    )
- ⑩祖父母との育児方針    1. ない      2. ある (    )
- ⑪住居環境のこと       1. ない      2. ある (    )
- ⑫その他                1. ない      2. ある (    )

Q2. あなたのお仕事の有無について次の中からお選び下さい。

1. 仕事をしている
  2. 仕事はしているが現在休職中である
  3. 仕事はしていない(専業主婦である)
  4. 学生である
- 3. 4. と答えられた方は  
Q4. へお進みください

Q3. あなたが従事している仕事を次の中からお選び下さい。

1. 農業
  2. 自営業
  3. 常勤
  4. パート・内職
  5. 学生
  6. その他 ( )
- 3-1. 仕事をされる時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務

Q4. あなたの配偶者の方が従事している仕事の形態を次の中からお選びください。

1. 農業
  2. 自営業
  3. 常勤
  4. パート・内職
  5. その他 ( )
- 4-1. 仕事をされる時間はどのくらいですか。 1日 ( ) 時間 週 ( ) 日勤務
- 4-2. 基本的な勤務時間帯は何時ですか。( ) 時～( ) 時 ( ) 交代制

Q5. お子様は保育園または幼稚園に通園していますか。

1. 保育園に通園している ( 歳から)
2. 幼稚園に通園している ( 歳から)
3. 通園していない
4. 通園していたがやめた
5. その他 ( )

Q6. お子様は普段ご両親やきょうだい以外の人と触れ合うことがありますか。

1. よくある
2. ときどきある
3. あまりない
4. ほとんどない

Q7. お子様は戸外・室内どちらで遊ぶことが多いですか。

1. 戸外で遊ぶことが多い。
2. 戸外・室内両方で遊ぶことが多い。
3. 室内で遊ぶことが多い。

Q8. お子様は同年代のお友達とよく遊べますか。

1. はい
2. いいえ
3. どちらともいえない

Q9. お子様はテレビやビデオ・DVDを一日どのくらい見ますか。

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 見ない

Q10. お子様はテレビゲームやゲーム類(ゲームボーイ・携帯電話のゲーム・コンピュータゲーム等も含む)を一日どのくらい行いますか

1. 1時間以下
2. 1～2時間
3. 2～3時間
4. 3～4時間
5. 4～5時間
6. 5時間以上
7. 行わない

Q11. お子様の起床・就寝についてうかがいます。

- 11-1. 朝、平均して何時頃起きますか ( ) 時 ( ) 分 ころ
- 11-2. 夜、平均して何時頃寝ますか ( ) 時 ( ) 分 ころ
- 11-3. 星寝は一日どのくらいしますか ( ) 時間位
- 11-4. 夜、一人で寝ますか → ①寝る ②寝ない(誰と: )

Q12. お子様の食事について伺います。

- 12-1. お子様は、食事を1日に3回とっていますか。
1. はい
  2. いいえ(いつ食べないことが多いですか: 朝・昼・夜)

12-2. お子様の1日の食事の時間についてうかがいます。それぞれの食事を食べるのは何時ごろですか?平日と休日で異なる場合は平日のことをお書きください。

- 朝食 ( ) 時 ころ
- 昼食 ( ) 時 ころ
- 夕食 ( ) 時 ころ

12-3. お子様は誰と一緒に食事を食べますか。

1. だいたい家族そろって
2. 時々家族そろって
3. だいたい子どもだけ
4. その他 ( )

12-4. あなたは「手ばかり」を知っていますか。

1. はい
2. いいえ
3. 聞いた事はあるが、内容は知らない

Q13. お子様のおやつ(食事以外のおかし、飲物、果物など)はどのようにして与えますか。(保育園に行っているお子様は、園以外の場合についてご記入下さい)

1. 時間を決めて与える
2. ほしがる時に与える
3. 特に与え方に気をつけていない

Q14. お子様の食事について、該当する番号に○をつけて下さい。

	ほとんどとらない	週3回位	ほとんど毎日
米飯	1	2	3
パン	1	2	3
めん類 (インスタントラーメン以外)	1	2	3
インスタントラーメン (カップラーメン含む)	1	2	3
いも類	1	2	3
卵	1	2	3
牛乳	1	2	3
乳製品 (チーズなど)	1	2	3
肉類	1	2	3
魚類	1	2	3
豆類 (豆腐・納豆などを含む)	1	2	3
緑黄色野菜 (ピーマン・にんじんなど)	1	2	3
淡色野菜 (きゅうり・キャベツなど)	1	2	3
果物類	1	2	3
海藻類	1	2	3
塩辛いもの (つくだに・漬け物など)	1	2	3
油料理(フライ・肉炒めなど)	1	2	3
ドレッシング	1	2	3
マヨネーズ	1	2	3
汁もの (味噌汁・すましなど)	1	2	3
塩味のお菓子 (ポテトチップスなど)	1	2	3
甘いお菓子 (砂糖を含むもの)	1	2	3
砂糖 (コーヒー・紅茶に 入れるものを含む)	1	2	3
炭酸飲料	1	2	3
ヨーグルト	1	2	3
乳酸飲料 (ヤクルトなど)	1	2	3
市販のジュース (スポーツ飲料含む)	1	2	3
ファーストフード (ハンバーガー・ ホットドッグ・肉まんなど)	1	2	3

Q15. あなたの配偶者とお子様の事について話をしますか。

1. よくする
2. 時々する
3. あまりしない
4. ほとんどしない
5. なんともいえない

Q16. お子様のお父様はお子様とよく接していますか。

1. よく一緒に遊んだり、相手をしてあげている
2. 普通程度に接している
3. あまりかまわないほうである

Q17. あなたはストレスを感じることがありますか。

1. いつも感じている
2. 時々感じている
3. ほとんど感じない

Q18. あなたはどのようなことがストレスだと感じますか。ストレスだと感じることすべてに○をつけて下さい。その中で一番強くストレスを感じることに◎をつけてください。

1. 家庭での人間関係  
①義父母 ②父母 ③配偶者 ④その他 ( )
2. 家庭以外での人間関係  
①職場 ②隣近所 ③その他 ( )
3. 育児に関して
4. 健康上の心配事  
①自身 ②子ども ③子ども以外の家族 ④その他 ( )
5. 仕事上の問題や心配事 (内容・地位など)
6. 経済的な心配事
7. その他 ( )

Q19. あなたは、ストレスを解消できていますか。

1. できている
2. まあまあできている
3. できていない
4. 何ともいえない

Q20. あなたはこの1か月間、気分が沈んだり、ゆううつな気持ちになったりすることがありましたか？

1. はい
2. いいえ

Q21. あなたはこの1か月間、どうしても物事に対して興味がわかない、あるいは心から楽しめない感じがよくありましたか？

1. はい
2. いいえ

Q22. あなたは、子どもを育てることが楽しいと思いますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

Q23. 近所付き合いはどの程度していますか。

1. まったくしない
2. あいさつ程度
3. 立ち話しをする程度
4. 家を訪問しあう

Q24. 地域の行事（区や組の行事）にどのくらい参加していますか。

1. ほとんどしない
2. 時々参加する
3. 積極的に参加する
4. 何ともいえない

Q25. 子育てをしていくなかで、あなたにとって精神的に支えになる人がいますか。

1. はい
2. いいえ

Q26. あなたは他のお子様と比べて、(我が子は) 育てにくいと感じることがありますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

Q27. あなたはお子様をいつい感情的に怒ってしまうことがあると思いますか。

1. よくそう思う
2. ときどきそう思う
3. あまりそうは思わない
4. 全くそうは思わない

今、子育てしている中で関心があること、行政への要望等がありましたら、ご自由にお書きください。



(2) 思春期調査票

(No.1～No.11)



思春期調査票 No. 1

平成19年（2007年）



学年	組	番
----	---	---

じ どうせい と ところ けんこう せいかつしゅうかん かん ちようさ

整理番号 (記入は不要です)
----------------

## 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

しょうがくせいよう

(小学生用)

みなさんへのおねがい

げんき がっこう かよ

みなさん、元気で学校に通っていますか。

ぜんこく こ たの まいにち

わたしたちはいま、全国の子どもたちが、楽しくいきいきした毎日です

なに たいせつ がっこう せんせい こ たい て だす

ごすには何が大切か、学校の先生が子どもたちに対してできる手助

いっしょうけんめい かんがえ ようし せんこう

けはどのようなものか、一生懸命に考えています。この用紙は、その参考

がっこう きょうがっこう

とさせていたただくため、きのう学校が終わってから今日学校にくるまで

せいかつ ようす さいきん ところ ようす からだ ようす せ

の生活の様子、最近の心の様子や体の様子などをお聞きするもの

です。

きょうりよく

どうぞ、ご協力をおねがいたします。

こた

<お答えになる前に必ずお読みください>

か ぶん よ こた

○書いてある文をよく読んでから、お答えください。

ちようさ めいわく けっ

○この調査で、みなさんにご迷惑をおかけすることは決してありませんので、安心

こた

してお答えください。

せんせい き

○ぜひお答えください。わからないことがありましたら先生に聞いてください。

\*書き終わりましたら、封筒に入れて先生に渡してください。

【A】最初に、あなたやあなたの家のことについてお聞きします

問1. 今、いっしょに住んでいるご家族すべてに○をつけてください。

1. お父さん      2. お母さん      3. きょうだい  
4. おじいさん      5. おばあさん      6. その他

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか      2. 学校の先生      3. 友だち      4. その他  
( )

問2-1 「1. 家族のだけか」と答えた人だけお答えください。

あなたは、家族のだれに相談していますか。(あてはまるものすべてに○)

1. お父さん      2. お母さん      3. きょうだい  
4. おじいさん      5. おばあさん      6. その他

問2-2 「2. 学校の先生」と答えた人だけお答えください。

あなたは、どの先生に相談していますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 担任の先生      2. 保健室の先生      3. その他  
の先生

問3. あなたは、自分の携帯を持っていますか？

1. 持っていない      2. 持っている

問4. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日もあります。みなさんがこの一週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。よい答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問      いつもそうだ      ときどきそう      そんなことはない

1. 楽しみにしていることがたくさんある      1      2      3  
2. とても良く眠れる      1      2      3  
3. 泣きたいような気がする      1      2      3  
4. 遊びに出かけるのが好きだ      1      2      3

5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
質問	いつもそうだ	ときどきそう	そんなことはない
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱい	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈な気がする	1	2	3

問5 あなたの運動について思うことをお答えください。  
問5-1 身体を動かしたり、運動をすることは楽しいですか？

- 1 楽しい  
2 やや楽しい  
3 どちらとも言えない  
4 あまり楽しくない  
5 全く楽しくない

問5-2 将来(大人になっても)何か運動をしたいと思いますか？  
1 はい  
2 いいえ

B【ここからは、ふだんの日の生活についてお聞きします】

問6 あなたは日頃の生活で食事を食べないことがありますか？  
それぞれの食事について、あてはまる箇所に○をつけて下さい。

問6-1 朝食について

1 毎朝 食べない 2 5～6回 は 食べない 3 3～4回 は 食べない

問6-2 昼食について

1 毎日 食べない 2 5～6回 は 食べない 3 3～4回 は 食べない

問6-3 夕食について

1 毎晩 食べない 2 5～6回 は 食べない 3 3～4回 は 食べない

問6-4 夕食について

1 毎晩 食べない 2 5～6回 は 食べない 3 3～4回 は 食べない

問7 あなたは、日頃の一週間の食生活で、だれかといっしょに食事を食べていますか。朝食についてと夕食について、それぞれ答えてください。

問7-1 朝食について

- 1 毎日だれかといっしょに食べている
- 2 1週間のうち半分はだれかと食べている
- 3 ほとんど毎日ひとりで食べている。

問7-2 夕食について

- 1 毎日だれかといっしょに食べている
- 2 1週間のうち半分はだれかと食べている
- 3 ほとんど毎日ひとりで食べている。

問8

日頃、あなたが眠ったり、起きたりする時間と 眠さを感じる時間帯を教えてください。

(例) 朝、6時半におきて 朝の支度の間は眠い。6時間目も眠くなることもある。夕方5時に塾に行く前に30分寝た。夜は、9時ごろ眠くなるが、寝るのは10時ごろ。

6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	

6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	

問9 ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける 2. すぐにはできないが、少しの時間で眠りにつける  
3. なかなか眠れない 4. 明け方まで眠れない 5. 眠れない

問10 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める 2. 少し眠い  
3. 眠くてなかなか起きられない

問11 朝はどのようなように起きてきますか。(○はひとつ)

1. 家の人に起こされる 2. 目覚し時計で起きる  
3. ひとりで目に目が覚める 4. その他

問12 ふだんの日、学校が終わった後、家の中、また家の外で、それぞれ何を過ごすごすことが多いですか(あてはまるものすべてに○をつけてください。ただし、あてはまるものが1つの場合は1つでもいいです)。

問12-1 家の中の過ごし方 (あてはまるものすべてに○)

- 1. テレビを見たり、音楽を聞いたりする
- 2. 宿題をしたり、読書をしたりする
- 3. テレゲームをする(コンピュータゲームも含む)
- 4. テレゲーム以外の遊びをする

5. 家族、友人などと会話を**する**
6. 特にもせず、ごろごろ**することが多い**
7. おやつを**食べ**ている**ことが多い**
8. 楽譜を**演奏**したり**絵**をかいたり**することが多い**

問 12-2 テレビゲームやパソコンや**携帯電話**で遊んだり、メールをしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。

1. 30分くらい 2. 1時間くらい 3. 1時間30分くらい 4. 2時間以上

問 12-3 家の外での**過ごし方**（あてはまるものすべてに○）

1. ボール遊びやおにごっこ、虫取りなど、からだを動かして遊ぶ
2. 商店、書店などで**過ごす**
3. コンビニエンスストアで**過ごす**
4. ゲームセンターなどの**娯楽施設**で**過ごす**
5. 図書館などで**過ごす**
6. 児童館・**学童クラブ**などで**過ごす**

問 13-1 あなたは、なにか**お手伝い**をしていますか。

1. している 2. していない

問 13-1で している と答えた方のみお答えください。

問 13-2 どんな**お手伝い**をしていますか。（いくつ○をつけてもいいです）

1. 食事の**準備**・**片付け** 2. **料理** 3. **掃除** 4. **洗濯** 5. **買い物**
6. **弟・妹**の世話 7. **ゴミ捨て** 8. **植物**の水やり
9. その他（ ）

C【心の健康について】

問 13 あなた自身のことについてたずねます。アからチまでの内容について、あなたに当てはまるかどうか考えてみてください。

そして、1から3のうち、あなたの気持ちに近いものを1つ選んで番号に○をつけてください。

例	ともだちはみなやさしい	① 思う	そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ア	よくあたまがいたくなる	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
イ	中学にいくと、あたらしい <b>勉強</b> ができるのでたのしみだ	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ウ	わたしなんかいないほうがよい <b>と思う</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
エ	よくおなかをいたくなる	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
オ	わたしはみんなとなかよよくできない	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
カ	「やればできる」と <b>思う</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
キ	<b>自分</b> のやりたい <b>こと</b> はやれる <b>と思う</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ク	だれもわたしを <b>大切</b> にしてくれない <b>と思う</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ケ	はきげが <b>する</b> 。 <b>気持ち</b> がわるい	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
コ	わたしはよく <b>口げんか</b> をする	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
サ	みんなわたしを <b>まら</b> っている <b>と思う</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
シ	わたしは <b>友達</b> を <b>ぶつたり</b> 、 <b>らんぼう</b> する	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ス	わたしはおこり <b>っぽい</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
セ	<b>人に</b> すぐ <b>乱暴</b> な <b>言葉</b> や <b>汚い言葉</b> をつかつて <b>しまう</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
ソ	<b>人と</b> 仲よくなるのが <b>じょうず</b> だ	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない
タ	<b>排便</b> のリズムが <b>くずれやすい</b>	1 思う	1 そのとおりで	2 そう思うことが	3 そう思わない

チ	わたしはいらいらしている	1. そのとおりだと 思う	2. そう思うことが ある	3. そう思わない
---	--------------	------------------	------------------	-----------

- 問 18 あなたはタバコに  
関心がありますか？（○はひとつ）
- 4-4 家族かぞく
  - 4-5 恋愛れんあい
  - 4-6 将来しょうらいのこと
  - 4-7 その他ほか（  
1. ある  
2. ない  
3. どちらともいえない

D【思春期ししゅんきに関する ことについて】

問 14 歯はみがきはいつしますか？（○はいくつでも）。

- 1 朝あさ
- 2 昼ひる
- 3 夜よる

問 15 あなたは自分じぶんの体型たいけいをどう思おもいますか？（○はひとつ）。

- 1 太ふとっている
- 2 少し太ふとっている
- 3 普通ふつう
- 4 少しやせている
- 5 やせている

問 16 あなたは自分じぶんの体型たいけいに対して、「やせたい」もしくは「太ふとりたい」と思おもっていますか？（○はひとつ）。

- 1 かなりやせたい
- 2 少しだけやせたい
- 3 今のまがよい
- 4 少し太ふとりたい
- 5 かなり太ふとりたい

問 17 あなたは今いま、悩みなやみがありますか？（○はひとつ）。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 どちらともいえない

→1と答こたえた人は、その内容ないようをお答こたえ下さい（○はいくつでも）。

- 4-1 勉強べんきょう
- 4-2 友人ゆうじん関係かんけい（友達ともだちのこと）
- 4-3 教師きょうし（先生せんせいのこと）

問 19-1 現在げんざい一緒いっしょに住すんでいる家族かぞくで、タバコを吸すっている人ひとはいま  
すか？（○はいくつでも）。

- 1. 父ちち
- 2. 母はは
- 3. 兄弟きょうだい姉妹しまい
- 4. 祖父そふぼ祖母そぼ
- 5. その他ほか（  
6. いない

問 19-2 あなたは将来しょうらいタバコを吸すいたいと思おもいますか？（○はひとつ）。

- 1 思おもう
- 2 思おもわない

以上いじょうで 質問しつもんはおわりです。ありがとうございます。

年 組 番

整理番号 (記入は不要です)

## 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査

(中学生用)

みなさんへのお願い

みなさん、元気で学校に通っていますか。  
 わたしたちはいま、全国の生徒のみなさんが、楽しくいきいきした毎日をすごすには何  
 が大切か、学校の先生が生徒のみなさんに対してできる手助けはどのようなものか、一生  
 懸命に考えています。この用紙は、その参考とさせていただきます。昨日学校が終わって  
 から今日学校に来るまでの生活の様子、最近の心の様子や体の様子などを教えてください。  
 です。

どうぞ、ご協力をお願いいたします。

<お答えになる前に必ずお読みください>

- 書いてある文をよく読んでから、お答えください。
- この調査で、みなさんにご迷惑をおかけすることは決してありませんので、安心してお答えくだ  
 さい。
- 全部お答えください。分からないことがあれば先生に聞いてください。

\* 書き終わりましたら、封筒に入れ先生に渡してください。

A 【最初に、あなたやあなたの家のことについてお聞きします】

問 1. 今、一緒に住んでいるご家族すべてに○をつけてください。

- |          |          |           |
|----------|----------|-----------|
| 1. お父さん  | 2. お母さん  | 3. きょうだい  |
| 4. おじいさん | 5. おばあさん | 6. その他の家族 |

問 2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。  
 (あてはまるものすべてに○)

- |           |          |        |            |
|-----------|----------|--------|------------|
| 1. 家族のだけか | 2. 学校の先生 | 3. 友だち | 4. その他 ( ) |
|-----------|----------|--------|------------|

小問 1 「1. 家族のだけか」と答えた人だけお答えください。

あなたは、家族のだれに相談していますか。(あてはまるものすべてに○)

- |          |          |           |
|----------|----------|-----------|
| 1. お父さん  | 2. お母さん  | 3. きょうだい  |
| 4. おじいさん | 5. おばあさん | 6. その他の家族 |

小問 2 「2. 学校の先生」と答えた人だけお答えください。

あなたは、家族のだれに相談していますか。(あてはまるものすべてに○)

- |                      |           |
|----------------------|-----------|
| 1. 学級 (ホームルーム) 担任の先生 | 2. 保健室の先生 |
| 3. その他の先生            |           |

問 3. あなたは、自分の携帯を持っていますか？

- |           |          |
|-----------|----------|
| 1. 持っていない | 2. 持っている |
|-----------|----------|

問 4. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日も あります。みなさん  
 がこの一週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答え  
 はありません。思ったとおりに答えて下さい。

	質問	いつもそうだ	ときどきそうだ	そんなことはない
1.	楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2.	とても良く眠れる	1	2	3
3.	泣きたいような気がする	1	2	3
4.	遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5.	逃げ出したいような気がする	1	2	3

質問	いつもそうだ	ときどきそうだ	そんなことはない
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつもものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. 独りぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈な気がする	1	2	3

問 5 あなたの運動について思うことをお答えください。

問 5-1 身体を動かしたり、運動をすることは楽しいですか？

- 1 楽しい
  - 2 やや楽しい
  - 3 どちらとも言えない
  - 4 あまり楽しくない
  - 5 全く楽しくない
- 問 5-2 将来(大人になっても)何か運動をしたいと思えますか？
- 1 はい
  - 2 いいえ

B【ここからは、ふだんの日の生活についてお聞きします】

問 6 あなたは日頃の一週間の食生活で食事を食べないことがありますか？  
それぞれの食事について、あてはまる箇所を○をつけて下さい。

問 6-1 朝食について

- 1 毎朝食べない
- 2 5~6回は食べない
- 3 3~4回は食べない
- 4 1~2回は食べない
- 5 毎朝食べる

問 6-2 昼食について

- 1 毎日食べない
- 2 5~6回は食べない
- 3 3~4回は食べない
- 4 1~2回は食べない
- 5 毎日食べる

問 6-3 夕食について

- 1 毎晩食べない
- 2 5~6回は食べない
- 3 3~4回は食べない
- 4 1~2回は食べない
- 5 毎晩食べる

問 7 あなたは、日頃の一週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。

問 7-1 朝食について

- 1 毎日だれかといっしょに食べている
- 2 1週間のうち半分以上はだれかと食べている
- 3 ほとんど毎日ひとりで食べている。

問 7-2 夕食について

- 1 毎日だれかといっしょに食べている
- 2 1週間のうち半分以上はだれかと食べている
- 3 ほとんど毎日ひとりで食べている。

問 8 日頃、あなたが眠ったり、起きたりする時間と 眠さを感じる時間帯を教えてください。

例のように、寝ている時間と眠さを感じる時間帯を教えてください。

(例) 朝、6時半におきて 朝の支度の間は眠い。6時間目も眠くなることがある。  
夕方5時に塾に行く前に30分寝た。夜は、9時ごろ眠くなるが、寝るのは10時ごろ。

6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
寝ている時																				
眠い時間																				

6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
寝ている時																				
眠い時間																				

問 9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける 2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける  
3. なかなか眠れない 4. 明け方まで眠れない 5. 眠れない

問 10 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める 2. 少し眠い  
3. 眠くてなかなか起きられない

問 11 朝はどのようなようにして起きますか。(○はひとつ)

1. 家の人に起こされる 2. 目覚し時計で起きる  
3. ひとりで目が覚める 4. その他

問 12. ふだんの日、学校が終わった後、家の中、また家の外で、それぞれ何をして過ごすことが多いですか(あてはまるものすべてに○をつけてください。ただし、あてはまるものが1つの場合は1つでもいいです)。

問12-1 家の中の過ごし方 (あてはまるものすべてに○)

問12-2

1. テレビを見たり、音楽を聞いたりする  
2. 宿題をしたり、読書をしたりする  
3. テレビゲームをする(コンピュータゲームも含む)  
4. テレビゲーム以外の遊びをする  
5. 家族、友人などと会話をする  
6. 特になにもせず、ごろごろすることが多い  
7. おやつを食べることが多い  
8. 楽器を演奏したり絵をかいたりすることが多い

問 12-2 テレビゲームやパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、1日のうちどのくらいですか。

1. 30分くらい 2. 1時間くらい 3. 1時間30分くらい 4. 2時間以上

問 12-3 家の外での過ごし方 (あてはまるものすべてに○)

1. ボール遊びやおにごっこ、虫取りなど、からだを動かして遊ぶ  
2. 商店、書店などで過ごす  
3. コンビニエンスストアで過ごす  
4. ゲームセンターなどの娯楽施設で過ごす  
5. 図書館などで過ごす  
6. 児童館・学童クラブなどで過ごす

問 13-1 あなたは、なにかお手伝いをしていますか。

1. している 2. していない

1でしていると答えた方のみお答えください。

問 13-2 どのお手伝いをしていますか。

1. 食事の準備・片付け 2. 料理 3. 掃除 4. 洗濯 5. 買い物 6. 弟・妹の世話  
7. ゴミ捨て 8. 植物の水やり 9. その他 ( )



C【心の健康についてお聞きします】

問 14 あなた自身のことについてたずねます。アからチまでの内容について、あなたにあってはまるかどうか考えてみてください。

そして、1から3のうち、あなたの気持ちに近いものを1つ選んで番号に○をつけてください。

例	ともだちはみなやさしい	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ア	将来やってみたいことがある	1 ある	2 わからない	3 ない
イ	よく頭が痛くなる	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ウ	私なんかいないほうがよいと思う	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
エ	将来には夢がある	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
オ	みんな私を嫌っていると思う	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
カ	将来ついてみたい仕事がある	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
キ	よくお腹が痛くなる	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ク	私はいらいらしている	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ケ	吐き気がする。気持ち悪い	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
コ	私は何をやってもうまくいかないと思う	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
サ	誰も私を大切にしてくれないと思う	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
シ	私はかっとなると物を壊してしまう	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ス	私は怒りっぽい	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
セ	人にすぐ乱暴な言葉や汚い言葉を使ってしまう	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
ソ	今頑張れば将来はうまくいくと思う	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
タ	私はよく口げんかをする	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない
チ	排便のリズムがぐずれやすい	1 そのとおりだと思う	2 そう思うことがある	3 そう思わない

D【思春期に関することについてお聞きします】

問 15 歯みがきはいつしますか？ (○はいくつでも)。

- 1 朝
- 2 昼
- 3 夜

問 16 あなたは自分の体型をどう思いますか？ (○はひとつ)。

- 1 太っている
- 2 少し太っている
- 3 普通
- 4 少しやせている
- 5 やせている

問 17 あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？ (○はひとつ)。

- 1 かなりやせたい
- 2 少しだけやせたい
- 3今のままがよい
- 4 少し太りたい
- 5 かなり太りたい

問 18 あなたは今、悩みがありますか？ (○はひとつ)。

- 1 ある
- 2 ない
- 3 どちらともいえない

→1と答えた人は、その内容をお答え下さい (○はいくつでも)。

- 4- 1 勉強
- 4- 2 友人関係 (友達のこと)
- 4- 3 教師 (先生のこと)
- 4- 4 家族
- 4- 5 恋愛
- 4- 6 将来のこと
- 4- 7 その他 ( )

問 19 あなたはタバコに関心がありますか？（○はひとつ）

- 1 ある
- 2 ない
- 3 どちらともいえない

問 20-1 現在一緒に住んでいる家族で、タバコを吸っている人はいますか？（○はいくつでも）。

- 1. 父
- 2. 母
- 3. 兄弟姉妹
- 4. 祖父母
- 5. その他（ ）
- 6. いない

問 20-2 あなたは将来タバコを吸いたいと思いますか？（○はひとつ）。

- 1 思う
- 2 思わない

以上です。ご協力ありがとうございました。

思春期調査票 No. 2

(2008年)

年 組 番 (男・女)

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。

1. はい 2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだれか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？

1. 毎朝食べない 2. 5～6回は食べない 3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない 5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の1週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。

- 問4-1. 朝食について  
1. 毎日誰かと一緒に食べている 2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問4-2. 夕食について

1. 毎日誰かと一緒に食べている 2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？

1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか (例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間 2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに入れて下さい。

質問	ときどき そうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2
2. とても良く眠れる	1	2
3. 泣きたいような気がする	1	2
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2
5. 逃げ出したいような気がする	1	2
6. おなか痛くなる	1	2
7. 元気がいい	1	2
8. 食事が楽しい	1	2
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2
12. いつものように何をしても難しい	1	2
13. 家族と話すのが好きだ	1	2
14. こわい夢を見る	1	2
15. 独りぼっちの気がする	1	2
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2
17. とても悲しい気がする	1	2
18. とても退屈な気がする	1	2
19. いらいらしている	1	2
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2

問 8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をしてください。

質問	ある	
	まれに・たまに (1~2ヶ月に1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起す(目の前が真っ暗になる)	1 2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1 2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1 2	3
4. 少し動くとき、動悸(心臓がばくばくする)あるいは、息切れがする	1 2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1 2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分ですう息	1 2	3
7. 食欲がない	1 2	3
8. 強い腹痛がある	1 2	3
9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい	1 2	3
10. 頭痛がする	1 2	3
11. 乗り物に酔う	1 2	3

問 9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末それぞれお答えください。

問 9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分
問 9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない	2. 持っている 一いつからですか？	小学生 ( ) 年生から 中学校 ( ) 年生から
-----------	--------------------	------------------------------

問 13. テレビゲーム(プレイステ、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 1時間30分くらい	5. 2時間以上
----------	-----------	-----------	--------------	----------

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべて○をつけてください。

1. Eメール	2. 勉強(しらべ学習など)	3. オンラインゲーム	4. チャット・掲示板
5. ブログ	6. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス		

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のプログラムを持っている	2. 友達のプロダクトや掲示板を利用したことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある	
4. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある	

問 16. あなたは自分の体型をどう思いますか？

1. 笑っている	2. 少し笑っている	3. 普通	4. 少しやせている	5. やせている
----------	------------	-------	------------	----------

問 17. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かなりやせたい	2. 少しだけやせたい	3. 今のままがよい
4. 少し太りたい	5. かなり太りたい	

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください



問 8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困っているかどうかも教えてください。

質 問	ない		ある		「ある」と答え た人は その事で困って いますか？
	1	2	3	ある ときに・ たまに・ しばしば (週に1回 以上)	
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起 こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3		1. はい 0. いいえ
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3		1. はい 0. いいえ
3. 入浴時あるいは、いやなことを見 聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3		1. はい 0. いいえ
4. 少し動くと動悸(心臓がばくばく する)あるいは、息切れがする	1	2	3		1. はい 0. いいえ
5. 朝なかなか起きられず午前中調 子が悪い	1	2	3		1. はい 0. いいえ
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは 自分ですごう思う	1	2	3		1. はい 0. いいえ
7. 食欲がない	1	2	3		1. はい 0. いいえ
8. 強い腹痛がある	1	2	3		1. はい 0. いいえ
9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲 れやすい	1	2	3		1. はい 0. いいえ
10. 頭痛がする	1	2	3		1. はい 0. いいえ
11. 乗り物に酔う	1	2	3		1. はい 0. いいえ

問 9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末それぞれお答えください。

問 9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分	起床 ( ) 分
問 9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分	起床 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない	2. 持っている	一いつからですか？	小学校 ( ) 年生から 中学校 ( ) 年生から
-----------	----------	-----------	------------------------------

問 13. テレビゲーム (プレステ、Wii、DS、PSP など) やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 1時間30分くらい	5. 2時間以上
----------	-----------	-----------	--------------	----------

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. Eメール	2. 勉強 (しらべ学習など)	3. オンラインゲーム	4. チャット・掲示板
5. ブログ	6. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス		

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のブログを持っている	2. 友達のプロログや掲示板を利用したことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある	
4. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある	

問 16. あなたは自分の体型をどう思いますか？

1. 太っている	2. 少し太っている	3. 普通	4. 少しやせている	5. やせている
----------	------------	-------	------------	----------

問 17. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かなりやせたい	2. 少しだけやせたい	3. 今のままがよい
4. 少し太りたい	5. かなり太りたい	

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

思春期調査票 No. 3

(2009年)



年 組 番 (男・女)

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)  
 \_\_\_\_\_ 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください \_\_\_\_\_

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)  
 1. はい 2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)  
 1. 家族のだけか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)  
 1. 毎朝食べない 2. 5~6回は食べない 3. 3~4回は食べない  
 4. 1~2回は食べない 5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の1週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。  
 問4-1. 朝食について (○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている 2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
 3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問4-2. 夕食について (○はひとつ)  
 1. 毎日誰かと一緒に食べている 2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
 3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)  
 1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない  
 4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか (例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)  
 1. 週に合計して、約 ( ) 時間 2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日はかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	ときどき そうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2 3
2. とても良く眠れる	1	2 3
3. 泣きたいような気がする	1	2 3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2 3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2 3
6. おなかが痛くなる	1	2 3
7. 元気がいっぱいだ	1	2 3
8. 食事が楽しい	1	2 3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2 3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2 3
11. やろうと思っただけでうまくできる	1	2 3
12. いつものように何をしても難しい	1	2 3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2 3
14. こわい夢を見る	1	2 3
15. 独りぼっちの気がする	1	2 3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2 3
17. とても悲しい気がする	1	2 3
18. とても速屈な気がする	1	2 3
19. いらいらしている	1	2 3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2 3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2 3

問8. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問8-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分 起る時間 ( ) 時 ( ) 分  
 問8-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分 起る時間 ( ) 時 ( ) 分

問9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができですか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問10. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問11. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？(○はひとつ)

1. 持っていない
2. 持っている
3. 持っている
4. 小学校( )年生から

問12. テレビゲーム(プレイステーション、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない
2. 30分くらい
3. 1時間くらい
4. 1時間30分くらい
5. 2時間以上

問13. あなたは自分の体型をどう思っていますか？(○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問14. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かなりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のままがよい
4. 少し太りたい
5. かなり太りたい

問15. あなたは、次のような時に、楽しいと思っていますか。

問15-1. 学校にいる時(○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-2. 友達と遊んでいる時(放課後など)(○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-3. 家にいる時(○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

年 組 番 (男・女)

### 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査(中学生用)

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ——

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか
2. 学校の先生
3. 友だち
4. その他( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない
2. 5~6回は食べない
3. 3~4回は食べない
4. 1~2回は食べない
5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の1週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。

問4-1. 朝食について(○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問4-2. 夕食について(○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない
5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約( )時間
2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. ととても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元氣いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. ととても悲しい気がする	1	2	3
18. ととても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいべん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3

問8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困まどっているかどうかも教えてください。

質 問	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に 1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回 以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 <small>どうご</small> (心臓がぼくぼくする)あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分
問9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない
2. 持っている 一いつからですか？ 小学校 ( ) 年生から  
中学校 ( ) 年生から

問 13. テレビゲーム (プレイステ、Wii、DS、PSP など) やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない
2. 30分くらい
3. 1時間くらい
4. 1時間30分くらい
5. 2時間以上

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. Eメール
2. 勉強 (しらべ学習など)
3. オンラインゲーム
4. チャット・掲示板
5. ブログ
6. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のプログラムを持っている
2. 友達のプログラムや掲示板を利用したことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある
4. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある
5. インターネットで知り合った人と、実際に会った事がある

問 16. あなたは下記のようなインターネット上の行為についてどのように考えていますか？

問 16-1. 自分に来たチャームメールを転送する (○はひとつ)

1. してもよい
2. たいして悪い事ではない
3. してはいけない
4. わからない

問 16-2. インターネットの掲示板やメールに他人のことを自由に書き込む (○はひとつ)

1. してもよい
2. たいして悪い事ではない
3. してはいけない
4. わからない

問 16-3. ブログやブログなどに自分の住所や写真を載せる (○はひとつ)

1. してもよい
2. たいして悪い事ではない
3. してはいけない
4. わからない

問 16-4. 友だちの住所や写真をインターネットの掲示板などに書き込む (○はひとつ)

1. してもよい
2. たいして悪い事ではない
3. してはいけない
4. わからない

問 17. あなたは自分の体型をどう思いますか？ (○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問 18. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？ (○はひとつ)

1. かなりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のままがよい
4. 少し太りたい
5. かなり太りたい

問 19. あなたは、下の場所にいる時、居心地が良いと思っっていますか。

問 19-1. 学校にいる時 (部活動を含む) (○はひとつ)

1. とても良い
2. 良い
3. 普通
4. あまり良くない
5. 良くない
6. わからない

問 19-2. 友達と遊んでいる時 (放課後など) (○はひとつ)

1. とても良い
2. 良い
3. 普通
4. あまり良くない
5. 良くない
6. わからない

問 19-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とても良い
2. 良い
3. 普通
4. あまり良くない
5. 良くない
6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

思春期調査票 No. 4

(2010年)

年 組 番 (男・女)

2010年  
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査(小学生用)

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ——

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい  
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか  
2. 学校の先生  
3. 友だち  
4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない  
2. 5～6回は食べない  
3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない  
5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の1週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。

問4-1. 朝食について(○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている  
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問4-2. 夕食について(○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている  
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている  
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい  
2. やや楽しい  
3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない  
5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間  
2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質	いつもそうだ	ときどきそうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分でも「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思っただけでやることがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. 細りぼちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2	3

問8. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問8-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問8-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができですか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐにはではないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問10. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問11. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？(○はひとつ)

1. 持っていない
2. 持っている ーいつからですか？ 小学校 ( ) 年生から

問12. テレビゲーム(プレイステ、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない
2. 30分くらい
3. 1時間くらい
4. 1時間30分くらい
5. 2時間以上

問13. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問14. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かななりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のまがよい
4. 少し太りたい
5. かなり太りたい

問15. あなたは、次のような時に、楽しいと思っていますか。

問15-1. 学校にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-2. 友達と遊んでいる時(放課後など) (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

年 組 番 (男・女)

## 2010年 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ———

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか
2. 学校の先生
3. 友だち
4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない
2. 5~6回は食べない
3. 3~4回は食べない
4. 1~2回は食べない
5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の1週間の食生活で、だれかと一緒に食事を食べていますか。朝食と夕食について教えてください。

問4-1. 朝食について (○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問4-2. 夕食について (○はひとつ)

1. 毎日誰かと一緒に食べている
2. 1週間のうち半分以上は誰かと食べている
3. ほとんど毎日ひとりで食べている

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない
5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか  
(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間
2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元氣いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいべん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3

問8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困っているかどうかも答えてください。

質 問	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に 1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回 以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 <small>どうご</small> (心臓がぼくぼくする)あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分
問9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分



問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける  
 2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける  
 3. なかなか眠れない  
 4. 明け方まで眠れない  
 5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める  
 2. 少し眠い  
 3. 眠くてなかなか起きられない

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない  
 2. 持っている ーいつからですか？ 小学校 ( ) 年生から  
 中学校 ( ) 年生から

問 13. パソコンや携帯電話で遊んだり、メールやテレビゲーム(プレイステ、Wii、DS、PSP など)をしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない  
 2. 30分くらい  
 3. 1時間くらい  
 4. 1時間30分くらい  
 5. 2時間以上

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. E-メール  
 2. 勉強(しらべ学習など)  
 3. 検索(Google・Yahoo!など)  
 4. 動画(YouTube・ニコニコ動画など)  
 5. オンラインゲーム  
 6. ブログ  
 7. Twitter・リアル  
 8. チャット・掲示板  
 9. ブログ  
 10. 携帯小説  
 11. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のブログを持っている  
 2. 友達のプロフや掲示板掲示板を利用している  
 3. 自分のプロフを持っている  
 4. 友達のプロフを利用している  
 5. 学校裏サイトをみたことがある  
 6. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある  
 7. インターネットで知り合った人と、実際に会った事がある  
 8. 動画をアップしたことがある

問 16. あなたは下記のようなインターネット上の行為にについてのどのように考えていますか？

問 16-1. 自分に来たチャームメールを転送する(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-2. インターネットの掲示板やメールに他人のことを自由に書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-3. プロフやブログなどに自分の住所や写真を載せる(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-4. 友だちの住所や写真をインターネットの掲示板などに書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 17. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている  
 2. 少し太っている  
 3. 普通  
 4. 少しやせている  
 5. やせている

問 18. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？(○はひとつ)

1. かなりやせたい  
 2. 少しだけやせたい  
 3. 今のままがよい  
 4. 少し太りたい  
 5. かなり太りたい

問 19. あなたは、下の場所にいる時、居心地が良いと思っていますか。

問 19-1. 学校にいる時(部活動を含む)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-2. 友達と遊んでいる時(放課後など)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-3. 家にいる時(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

思春期調査票 No. 5

(2011年)

年 組 番 (男・女)

2011年  
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査(小学生用)

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ——

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい  
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない 2. 5～6回は食べない 3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない 5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問4-1. 朝の歯みがきについて(○はひとつ)  
1. 毎朝、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 朝は歯みがきをしない

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(○はひとつ)  
1. 毎晩、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 夜は歯みがきをしない

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間 2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	いつもそうだ	ときどきそうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気がいっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分でも「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思っただけでうまくできる	1	2	3
12. いつもどのように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. 細りぼちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2	3

問8. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問8-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問8-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができずか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問10. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問11. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？(○はひとつ)

1. 持っていない
2. 持っている 一いつからですか？ 小学校 ( ) 年生から

問12. テレビゲーム(プレイステ、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない
2. 30分くらい
3. 1時間くらい
4. 1時間30分くらい
5. 2時間以上

問13. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問14. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かななりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のままがよい
4. 少し太りたい
5. かななり太りたい

問15. あなたは、次のような時に、楽しいと思っていますか。

問15-1. 学校にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-2. 友達と遊んでいる時(放課後など) (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

年 組 番 (男・女)

## 2011年 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ———

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のたれか
2. 学校の先生
3. 友だち
4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない
2. 5～6回は食べない
3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない
5. 毎朝食べる

問4. あなたは、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしない

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしない

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない
5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか  
(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間
2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元氣いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいべん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3

問8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困っているかどうかも答えてください。

質 問	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に 1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回 以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 <small>どうご</small> (心臓がぼくぼくする)あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分
問9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起る時間 ( ) 時 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける  
 2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける  
 3. なかなか眠れない  
 4. 明け方まで眠れない  
 5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める  
 2. 少し眠い  
 3. 眠くてなかなか起きられない

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない  
 2. 持っている ーいつからですか？ 小学校 ( ) 年生から  
 中学校 ( ) 年生から

問 13. パソコンや携帯電話で遊んだり、メールやテレビゲーム(プレイステ、Wii、DS、PSP など)をしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない  
 2. 30分くらい  
 3. 1時間くらい  
 4. 1時間30分くらい  
 5. 2時間以上

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. E-メール  
 2. 勉強(しらべ学習など)  
 3. 検索(Google・Yahoo!など)  
 4. 動画(YouTube・ニコニコ動画など)  
 5. オンラインゲーム  
 6. ブログ  
 7. Twitter・リアル  
 8. チャット・掲示板  
 9. ブログ  
 10. 携帯小説  
 11. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のブログを持っている  
 2. 友達のブログや掲示板掲示板を利用している  
 3. 自分のブログを持っている  
 4. 友達のブログを利用している  
 5. 学校裏サイトをみたことがある  
 6. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある  
 7. インターネットで知り合った人と、実際に会った事がある  
 8. 動画をアップしたことがある

問 16. あなたは下記のようなインターネット上の行為にどのようなように考えていますか？

問 16-1. 自分に来たチャームメールを転送する(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-2. インターネットの掲示板やメールに他人のことを自由に書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-3. ブログやブログなどに自分の住所や写真を載せる(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-4. 友だちの住所や写真をインターネットの掲示板などに書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 17. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている  
 2. 少し太っている  
 3. 普通  
 4. 少しやせている  
 5. やせている

問 18. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？(○はひとつ)

1. かなりやせたい  
 2. 少しだけやせたい  
 3. 今のままがよい  
 4. 少し太りたい  
 5. かなり太りたい

問 19. あなたは、下の場所にいる時、居心地が良いと思っていますか。

問 19-1. 学校にいる時(部活動を含む)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-2. 友達と遊んでいる時(放課後など)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-3. 家にいる時(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

思春期調査票 No. 6

(2012年)

年 組 番 (男・女)

2012年  
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい 2. いいえ

問 2. あなたは今、困ったことや心配できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 ( )

問 3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？ (○はひとつ)

1. 毎朝食べない 2. 5～6回は食べない 3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない 5. 毎朝食べる

問 4. あなたは、白頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 朝は歯みがきをしない

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 夜は歯みがきをしない

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？ (○はひとつ)

1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問 6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか (例：スポーツ少年団、部活動、スイミングスクールやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間 2. まったくしない

問 7. 私たちは、楽しい日はかりではなく、ちよつとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質	量	とき	とき	とき
			そう	だ
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	2	3
11. やろうと思っただけでうまくできる	1	2	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	2	3
15. 独りぼっちの気がする	1	2	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	2	3
18. とても退屈な気がする	1	2	2	3
19. いらいらしている	1	2	2	3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2	2	3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2	2	3



問 8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をしてください。

質問	ある		
	まれに・たまに (1~2ヶ月に1~2回以下)	2	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸(心臓がぼくぼくする)あるいは、息切れがする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問 9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問 8-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃	起る時間 ( ) 時 ( ) 分頃
問 8-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃	起る時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはではないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか? (○はひとつ)

1. 持っていない	2. 持っている	1つからですか? 小学校 ( ) 年生から
-----------	----------	-----------------------

問 13. テレビゲーム(プレイステーション、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 1時間30分くらい	5. 2時間以上
----------	-----------	-----------	--------------	----------

問 14. あなたは自分の体型をどう思いますか? (○はひとつ)

1. 太っている	2. 少し太っている	3. 普通	4. 少しやせている	5. やせている
----------	------------	-------	------------	----------

問 15. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか?

1. かなりやせたい	2. 少しだけやせたい	3. 今のままがよい
4. 少し太りたい	5. かなり太りたい	

問 16. あなたは、次のような時に、楽しいと思っていますか。

問 16-1. 学校にいる時 (○はひとつ)

1. とっても楽しい	2. 楽しい	3. 普通	4. あまり楽しくない	5. 楽しくない	6. わからない
------------	--------	-------	-------------	----------	----------

問 16-2. 友達と遊んでいる時(放課後など) (○はひとつ)

1. とっても楽しい	2. 楽しい	3. 普通	4. あまり楽しくない	5. 楽しくない	6. わからない
------------	--------	-------	-------------	----------	----------

問 16-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とっても楽しい	2. 楽しい	3. 普通	4. あまり楽しくない	5. 楽しくない	6. わからない
------------	--------	-------	-------------	----------	----------

問 17. 学校以外での勉強について教えてください。  
 学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。

問 17-1.

平日（月曜日から金曜日まで）、1日あたりの勉強時間

1. 3時間以上
2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない
4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない
6. 全くしない

問 17-2.

週末（土曜日や日曜日）、1日あたりの勉強時間

1. 4時間以上
2. 3時間以上、4時間より少ない
3. 2時間以上、3時間より少ない
4. 1時間以上、2時間より少ない
5. 1時間より少ない
6. まったくしない

問 18. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？

1. はい
2. いいえ

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

年 組 番 (男・女)

2012年

### 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（中学生用）

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください。———

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ

問 2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか
2. 学校の先生
3. 友だち
4. その他 ( )

問 3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない
2. 5～6回は食べない
3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない
5. 毎朝食べる

問 4. あなたは、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしない

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしない

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない
5. まったく楽しくない

問 6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか  
 (例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間
2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元氣いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいべん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3

問8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困まどっているかどうかも教えてください。

質問	ない		ある	
	まれに・たまに (1~2ヶ月に 1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回 以上)		
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3	
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3	
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3	
4. 少し動くと動悸 <small>どうご</small> (心臓がぼくぼくする)あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3	
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3	
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3	
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3	
8. 強い腹痛がある	1	2	3	
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3	
10. 頭痛がする	1	2	3	
11. 乗り物に酔う	1	2	3	

問9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分
問9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける  
 2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける  
 3. なかなか眠れない  
 4. 明け方まで眠れない  
 5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める  
 2. 少し眠い  
 3. 眠くてなかなか起きられない

問 12. あなたは、自分の携帯電話を持っていますか？

1. 持っていない  
 2. 持っている 一いつからですか？ 小学校 ( ) 年生から  
 中学校 ( ) 年生から

問 13. パソコンや携帯電話で遊んだり、メールやテレビゲーム(プレイステーション、Wii、DS、PSP など)をしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない  
 2. 30分くらい  
 3. 1時間くらい  
 4. 1時間30分くらい  
 5. 2時間以上

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. Eメール  
 2. 勉強(しらべ学習など)  
 3. 検索(Google・Yahoo!など)  
 4. 動画(YouTube・ニコニコ動画など)  
 5. オンラインゲーム  
 6. ブログ  
 7. Twitter・リアル  
 8. チャット・掲示板  
 9. ブログ  
 10. 携帯小説  
 11. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のブログを持っている  
 2. 友達のプロフや掲示板を利用している  
 3. 自分のプロフを持っている  
 4. 友達のプロフを利用している  
 5. 学校裏サイトをみたことがある  
 6. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある  
 7. インターネットで知り合った人と、実際に会った事がある  
 8. 動画をアップしたことがある

問 16. あなたは下記のようなインターネット上の行為にどのように考えていますか？

問 16-1. 自分に来たチャットメッセージを転送する(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-2. インターネットの掲示板やメールに他人のことを自由に書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-3. ブログやブログなどに自分の住所や写真を載せる(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 16-4. 友だちの住所や写真をインターネットの掲示板などに書き込む(○はひとつ)

1. してもよい  
 2. たいして悪い事ではない  
 3. してはいけない  
 4. わからない

問 17. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている  
 2. 少し太っている  
 3. 普通  
 4. 少しやせている  
 5. やせている

問 18. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？(○はひとつ)

1. かなりやせたい  
 2. 少しだけやせたい  
 3. 今のままがよい  
 4. 少し太りたい  
 5. かなり太りたい

問 19. あなたは、下の場所にいる時、居心地が良いと思っっていますか。

問 19-1. 学校にいる時(部活動を含む)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-2. 友達と遊んでいる時(放課後など)(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 19-3. 家にいる時(○はひとつ)

1. とても良い  
 2. 良い  
 3. 普通  
 4. あまり良くない  
 5. 良くない  
 6. わからない

問 20. 学校以外での勉強について教えて下さい。  
学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。

問 20-1.

平日（月曜日から金曜日まで）、1日あたりの勉強時間
1. 3時間以上
2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない
4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない
6. 全くしない

問 20-2.

週末（土曜日や日曜日）、1日あたりの勉強時間
1. 4時間以上
2. 3時間以上、4時間より少ない
3. 2時間以上、3時間より少ない
4. 1時間以上、2時間より少ない
5. 1時間より少ない
6. まったくしない

問 21. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？

1. はい
2. いいえ

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください。

思春期調査票 No. 7

(2013年)

年 組 番 (男・女)

2013年 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)  
 1. はい 2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)  
 1. 家族のだけか 2. 学校の先生 3. 友だち 4. その他 ( )

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)  
 1. 毎朝食べない 2. 5～6回は食べない 3. 3～4回は食べない  
 4. 1～2回は食べない 5. 毎朝食べる

問4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。  
 問4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)  
 1. 毎朝、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
 3. 朝は歯みがきをしない

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)  
 1. 毎晩、歯みがきをしている 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
 3. 夜は歯みがきをしない

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？(○はひとつ)  
 1. 楽しい 2. やや楽しい 3. どちらともいえない  
 4. あまり楽しくない 5. まったく楽しくない

問6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか  
 (例：スポーツ少年団、スイミングスクールやテニススクールなど)  
 1. 週に合計して、約 ( ) 時間 2. まったくしない

問7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	ときぞうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2 3
2. とても良く眠れる	1	2 3
3. 泣きたいような気がする	1	2 3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2 3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2 3
6. おなか痛くなる	1	2 3
7. 元気がいっぱいだ	1	2 3
8. 食事が楽しい	1	2 3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2 3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2 3
11. やらうと思うことがうまくできる	1	2 3
12. いつものように何をしても難しい	1	2 3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2 3
14. こわい夢を見る	1	2 3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2 3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2 3
17. とても悲しい気がする	1	2 3
18. とても退屈な気がする	1	2 3
19. いらいらしている	1	2 3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2 3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2 3

問8. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問8-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問8-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問10. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問11. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？(○はひとつ)

1. 持っていない
2. 持っている ーいつからですか？ 小学校 ( ) 年生から

問12. テレビゲーム(プレステ、Wii、DS、PSPなど)やパソコンや携帯電話で遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない
2. 30分くらい
3. 1時間くらい
4. 1時間30分くらい
5. 2時間以上

問13. あなたは自分の体型をどう思いますか？(○はひとつ)

1. 太っている
2. 少し太っている
3. 普通
4. 少しやせている
5. やせている

問14. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？

1. かななりやせたい
2. 少しだけやせたい
3. 今のままがよい
4. 少し太りたい
5. かななり太りたい

問15. あなたは、次のような時に、楽しいと思っていますか。

問15-1. 学校にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-2. 友達と遊んでいる時(放課後など) (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問15-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とても楽しい
2. 楽しい
3. 普通
4. あまり楽しくない
5. 楽しくない
6. わからない

問16. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？

1. はい
2. いいえ

4年生、5年生の皆さんはここで終わります。  
ご協力ありがとうございました。封をして提出してください

\*\*\*\*\*ここから下は6年生だけ回答してください \*\*\*\*\*

問17. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。

問17-1.

平日(月曜日から金曜日まで)、1日あたりの勉強時間

1. 3時間以上
2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない
4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない
6. 全くしない

問17-2.

週末(土曜日や日曜日)、1日あたりの勉強時間

1. 4時間以上
2. 3時間以上、4時間より少ない
3. 2時間以上、3時間より少ない
4. 1時間以上、2時間より少ない
5. 1時間より少ない
6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください



年 組 番 (男・女)

2013年  
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください。———

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい  
2. いいえ

問 2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか  
2. 学校の先生  
3. 友だち  
4. その他 ( )

問 3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？ (○はひとつ)

1. 毎朝食べない  
2. 5～6回は食べない  
3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない  
5. 毎朝食べる

問 4. あなたは、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている  
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 朝は歯みがきをしな

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている  
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 夜は歯みがきをしな

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？ (○はひとつ)

1. 楽しい  
2. やや楽しい  
3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない  
5. まったく楽しくない

問 6. あなたはふだん、体育の時間以外で週に合計何時間くらい、体を動かしていますか  
(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. 週に合計して、約 ( ) 時間  
2. まったくしない

問 7. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. 独りぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても速屈 <small>はやくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいべん</small> のリズムがぐずれやすい	1	2	3

問 8. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をし、症状がある場合には、それについて困っているかどうかも教えてください。

質 問	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に1~2回以下)	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす(目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くとき動悸(心臓がばくばくする)あるいは、息切れがする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠(体がだるい)あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問 9. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

問9-1. 平日	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分
問9-2. 週末	寝る時間 ( ) 時 ( ) 分	起きる時間 ( ) 時 ( ) 分

問 10. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問 11. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問 12. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？

1. 持っていない	2. 持っている	一いつからですか？	小学校 ( ) 年生から
			中学校 ( ) 年生から

問 13. パソコンや携帯電話などで遊んだり、メールやテレビゲーム(プレステ、Wii、DS、PSPなど)をしたりする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 1時間30分くらい
	5. 2時間以上		

問 14. 携帯電話やパソコンの利用の仕方、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. Eメール	2. 勉強(しらべ学習など)	3. 検索(Google・Yahoo!など)
4. 動画(YouTube・ニコニコ動画など)	5. オンラインゲーム	6. ブログ
7. Twitter・リアル	8. チャット・掲示板	9. ブログ
11. ミクシイなどのソーシャルネットワークサービス	12. LINE	10. 携帯小説

問 15. 次にあげる中で、あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 自分のプログラムを持っている	2. 友達のプログラムや掲示板を利用している
3. 自分のプログラムを持っている	4. 友達のプログラムを利用している
5. 学校裏サイトをみたことがある	
6. インターネットや携帯電話のサイトでいやな思いをしたことがある	
7. インターネットで知り合った人と、実際に会ったことがある	
8. 動画をアップしたことがある	

問 16. あなたは自分の体型をどう思いますか？ (○はひとつ)

1. 太っている 2. 少し太っている 3. 普通 4. 少しやせている 5. やせている

問 17. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？ (○はひとつ)

1. かなりやせたい 2. 少しだけやせたい 3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい 5. かなり太りたい

問 18. あなたは、下の場所にいる時、居心地が良いと思っていますか。

問 18-1. 学校にいる時 (部活動を含む) (○はひとつ)

1. とても良い 2. 良い 3. 普通 4. あまり良くない 5. 良くない 6. わからない

問 18-2. 友達と遊んでいる時 (放課後など) (○はひとつ)

1. とても良い 2. 良い 3. 普通 4. あまり良くない 5. 良くない 6. わからない

問 18-3. 家にいる時 (○はひとつ)

1. とても良い 2. 良い 3. 普通 4. あまり良くない 5. 良くない 6. わからない

問 19. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？

1. はい 2. いいえ

問 20. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。

問 20-1.

平日 (月曜日から金曜日まで)、1日あたりの勉強時間

1. 3時間以上  
2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない  
4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない  
6. 全くしない

問 20-2.

週末 (土曜日や日曜日)、1日あたりの勉強時間

1. 4時間以上  
2. 3時間以上、4時間より少ない  
3. 2時間以上、3時間より少ない  
4. 1時間以上、2時間より少ない  
5. 1時間より少ない  
6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください。

思春期調査票 No. 8

(2014年)

年 組 番 (男・女)

2014年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ——

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ

問2. あなたは今、困ったことや心配ことを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか
2. 学校の先生
3. 友だち
4. その他 ( )
5. いな

問3. あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

1. はい
2. いいえ
3. わからない

問4. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。(○はひとつ)

1. 毎朝食べない
2. 5~6回は食べない
3. 3~4回は食べない
4. 1~2回は食べない
5. 毎朝食べる

問5. あなたの日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問5-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかつたりする
3. 朝は歯みがきをしない

問5-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている
2. 歯みがきをしたり、しなかつたりする
3. 夜は歯みがきをしない

問6. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか? (○はひとつ)

1. 楽しい
2. やや楽しい
3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない
5. まったく楽しくない

問7-1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。(○はひとつ)

(例: スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. ほとんど毎日 (週に3日以上)
2. ときどき (週に1~2日くらい)
3. ときたま (月に1~3日くらい)
4. しない

問7-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は記入しないでください。

週に合計して、約 ( ) 時間くらい

問8. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問8-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問8-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問9. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける
2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない
4. 明け方まで眠れない
5. 眠れない

問10. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める
2. 少し眠い
3. 眠くてなかなか起きられない

問11. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちよつとさみしい日 も、楽しくない日 もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2 3
2. とても良く眠れる	1	2 3
3. 泣きたいような気がする	1	2 3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2 3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2 3
6. おなかが痛くなる	1	2 3
7. 元気がいっぱいだ	1	2 3
8. 食事が楽しい	1	2 3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2 3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2 3
11. やろうと思っただけでやることがうまくできる	1	2 3
12. いつものように何をしても難しい	1	2 3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2 3
14. こわい夢を見る	1	2 3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2 3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2 3
17. とても悲しい気がする	1	2 3
18. とても退屈な気がする	1	2 3
19. いらいらしている	1	2 3
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2 3
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2 3

問12. あなたは自分の体型をどう思いますか？ (○はひとつ)

1. 太っている    2. 少し太っている    3. 普通    4. 少しやせている    5. やせている

問13. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？ (○はひとつ)

1. かなりやせたい    2. 少しだけやせたい    3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい    5. かなり太りたい

問14. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？ (○はひとつ)

1. 持っていない    2. 持っている

問15. テレビゲーム (プレステ、Wii、DS、PSP など) やパソコンや携帯電話・スマートフォンで遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない    2. 30分くらい    3. 1時間くらい    4. 2時間くらい  
5. 3時間くらい    6. 4時間以上

問16. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？ (○はひとつ)

1. はい    2. いいえ

4年生、5年生の皆さんはここで終わりです。  
6年生の皆さんは次ページへ進んでください。

\*\*\*\*\* ここから下は6年生だけ回答してください \*\*\*\*\*

年 組 番 (男・女)

問 17. 学校以外での勉強について教えて下さい。  
学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。(○はひとつ)

問 17-1.

平日 (月曜日から金曜日まで)、1日あたりの勉強時間  
1. 3時間以上  
2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない  
4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない  
6. まったくしない

2014年  
児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

問 17-2.

週末 (土曜日や日曜日)、1日あたりの勉強時間  
1. 4時間以上  
2. 3時間以上、4時間より少ない  
3. 2時間以上、3時間より少ない  
4. 1時間以上、2時間より少ない  
5. 1時間より少ない  
6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください





問9. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質 問	いつもそうだ	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元氣いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き気 <small>はきけ</small> がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいぶん</small> のリズムがぐずれやすい	1	2	3

問10. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

問 10-1. 平日 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分  
頭

問 10-2. 週末 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分  
頭

問11. ふとんに入って(床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける 2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける  
3. なかなか眠れない 4. 明け方まで眠れない 5. 眠れない

問12. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める 2. 少し眠い 3. 眠くてなかなか起きられない

問13. あなたは自分の体型をどう思いますか。(○はひとつ)

1. 太っている 2. 少し太っている 3. 普通 4. 少しやせている 5. やせている

問14. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか。(○はひとつ)

1. かなりやせたい 2. 少しだけやせたい 3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい 5. かなり太りたい

問15. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか。(○はひとつ)

1. はい 2. いいえ

問16. 学校以外での勉強について教えてください。

学校の授業時間以外に、1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。

問16-1. (○はひとつ)

平日 (月曜日から金曜日まで)、1日あたりの勉強時間  
1. 3時間以上  
2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない  
4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない  
6. まったくしない

## 問 16-2. (○はひとつ)

週末(土曜日や日曜日)、1日あたりの勉強時間

1. 4時間以上
2. 3時間以上、4時間より少ない
3. 2時間以上、3時間より少ない
4. 1時間以上、2時間より少ない
5. 1時間より少ない
6. まったくしない

問 17. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか。(○はひとつ)

1. 持っていない
2. 持っている

\*\*\*\*\* ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください \*\*\*\*\*

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマートフォン・タブレット・携帯電話』で行うすべての事を指します。

問 18\_1. 下の欄の中で、ネットですべてのものに○をつけてください。(無回答可)

- |                                     |                   |            |
|-------------------------------------|-------------------|------------|
| 1. ゲーム                              | 2. LINE           | 3. Twitter |
| 4. 動画 (Youtube・ニコニコ動画など)            | 5. ブログ、掲示板やまとめサイト |            |
| 6. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む) |                   |            |

問 18-2. 上記以外で、夢中になっているネットの使い方があったら教えてください。(無回答可)

問 19. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

- |           |           |           |           |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. 全くしない  | 2. 30分くらい | 3. 1時間くらい | 4. 2時間くらい |
| 5. 3時間くらい | 6. 4時間以上  |           |           |

問 20. ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

1. ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある
2. 動画をアップしたことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある
4. ネットで嫌な思いをしたことがある
5. ネットで知り合った人と、実際に会った事がある

問 21. ネットの利用について、あてはまるものに○をしてください。

質 問	全く ない	ま れ に あ る	と き あ る	よ く あ る	い つ も あ る
1. 気がつくこと、思っていたより長い時間ネットをしていることがありませんか	1	2	3	4	5
2. ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事(お手伝い)をおろそかにすることがありますか	1	2	3	4	5
3. 家族や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか	1	2	3	4	5
4. ネットで新しく知り合いを作ることができますか	1	2	3	4	5
5. 周りの人から、ネットを利用する時間や頻度(回数)について文句を言われたことがありますか	1	2	3	4	5
6. ネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業(勉強)に支障をきたすことがありますか	1	2	3	4	5
7. 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールやSNS(LINE など)をチェックすることがありますか	1	2	3	4	5
8. ネットが原因で、仕事(勉強や部活動、習い事など)の能率や成果に悪影響が出ることがありますか	1	2	3	4	5
9. 人にネットで何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがありますか	1	2	3	4	5
10. 日々の生活の問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがありますか	1	2	3	4	5
11. 気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがありますか	1	2	3	4	5
12. ネットのない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがありますか	1	2	3	4	5
13. ネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがありますか	1	2	3	4	5
14. 夜遅くまでネットをすることが原因で、睡眠時間が短くなっていますか	1	2	3	4	5
15. ネットをしていないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットをしているところを空想したりすることがありますか	1	2	3	4	5
16. ネットをしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがありますか	1	2	3	4	5
17. ネットをする時間や頻度(回数)を減らそうとしても、できないことがありますか	1	2	3	4	5
18. ネットをしている時間や頻度(回数)を、人に隠そうとすることがありますか	1	2	3	4	5
19. 誰かと外泊するより、ネットを利用することを選ぶことがありますか	1	2	3	4	5
20. ネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりしても、ネットを再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか	1	2	3	4	5

出典：Young, K. (1998). Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons.  
Chang & Man Law (2008) Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出をしてください。

思春期調査票 No. 9

(2015年)

年 組 番 (男・女)
-------------

2015年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだれか	2. 学校の先生	3. 友だち	4. その他 ( )	5. いない
-----------	----------	--------	------------	--------

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない	2. 5～6回は食べない	3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない	5. 毎朝食べる	

問4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問4-1. 朝の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしらない	

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしらない	

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（○はひとつ）

1. 楽しい	2. やや楽しい	3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない	5. まったく楽しくない	

問6\_1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。（○はひとつ）

（例：スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど）

1. ほとんど毎日（週に3日以上）	2. ときどき（週に1~2日くらい）
3. ときたま（月に1~3日くらい）	4. しない

問6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は記入しないでください。

週に合計して、約（ ）時間くらい
------------------

問7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

平日：寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃
------------------	----------------

週末：寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃
------------------	----------------

問8. ふとんに入って（床について）、すぐに眠りにつくことができますか。（○はひとつ）

1. すぐに眠りにつける	2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問9. 朝はすっきり目が覚めますか。（○はひとつ）

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問10. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2
2. とても良く眠れる	1	2
3. 泣きたいような気がする	1	2
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2
5. 逃げ出したような気がする	1	2
6. おなかが痛くなる	1	2
7. 元気がいい	1	2
8. 食事が楽しい	1	2
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2
11. やろうと思っただけでうまくできる	1	2
12. いつものように何をしても難しい	1	2
13. 家族と話すのが好きだ	1	2
14. こわい夢を見る	1	2
15. 独りぼっちの気がする	1	2
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2
17. とても悲しい気がする	1	2
18. とても退屈な気がする	1	2
19. いらいらしている	1	2
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2
21. 排便のリズムがくずれやすい	1	2

問 11. あなたは自分の体型をどう思いますか？（○はひとつ）

1. 太っている    2. 少し太っている    3. 普通    4. 少しやせている    5. やせている

問 12. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？（○はひとつ）

1. かなりやせたい    2. 少しだけやせたい    3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい    5. かなり太りたい

問 13. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？（○はひとつ）

1. 持っていない    2. 持っている

問 14. テレビゲーム（プレイステーション、Wii、DS、PSP など）やパソコンや携帯電話・スマートフォンで遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。（○はひとつ）

1. 全くしない    2. 30分くらい    3. 1時間くらい    4. 2時間くらい  
5. 3時間くらい    6. 4時間以上

問 15. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？（○はひとつ）

1. はい    2. いいえ

問 16. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。（○はひとつ）

1. 3時間以上    2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない    4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない    6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。  
封をして提出してください。

年 組 番 （男・女）

2015年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（中学生用）

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください。 ——

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

- 1. はい
- 2. いいえ

問 2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

- 1. 家族のだけか
- 2. 学校の先生
- 3. 友だち
- 4. その他 ( )
- 5. いない

問 3. あなたは日頃の 1 週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。(○はひとつ)

- 1. 毎朝食べない
- 2. 5～6回は食べない
- 3. 3～4回は食べない
- 4. 1～2回は食べない
- 5. 毎朝食べる

問 4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

- 1. 毎朝、歯みがきをしている
- 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
- 3. 朝は歯みがきをしない

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

- 1. 毎晩、歯みがきをしている
- 2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
- 3. 夜は歯みがきをしない

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。(○はひとつ)

- 1. 楽しい
- 2. やや楽しい
- 3. どちらともいえない
- 4. あまり楽しくない
- 5. まったく楽しくない

問 6\_1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。(○はひとつ)

(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

- 1. ほとんど毎日 (週に3日以上)
- 2. ととき (週に1～2日くらい)
- 3. ときたま (月に1～3日くらい)
- 4. しない

問 6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は無記入にしてください。

週に合計して、約 ( ) 時間くらい

問 7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

平日： 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

週末： 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問 8. ふとんに入って (床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

- 1. すぐに眠りにつける
- 2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける
- 3. なかなか眠れない
- 4. 明け方まで眠れない
- 5. 眠れない

問 9. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

- 1. すっきり目が覚める
- 2. 少し眠い
- 3. 眠くてなかなか起きられない

問 10. あなたは自分の体型をどう思いますか。(○はひとつ)

- 1. 太っている
- 2. 少し太っている
- 3. 普通
- 4. 少しやせている
- 5. やせている

問 11. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか。(○はひとつ)

- 1. かなりやせたい
- 2. 少しだけやせたい
- 3. 今のままがよい
- 4. 少し太りたい
- 5. かなり太りたい



問 12. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

	いつも そうだ	ときどき そうだ	そんなこと はない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したような気がする	1	2	3
6. おなか痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思っただけがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても難しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいぶん</small> のリズムがぐずれやすい	1	2	3

問 13. あなたの体調について教えて下さい。あてはまる症状に○をしてください。

	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に1~3回以下)	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす (目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 <small>どうき</small> (心臓がばくばくする) あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい) あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔 <small>よ</small> う	1	2	3

問 14. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていませんか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 15. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいどの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。(○はひとつ)

1. 3時間以上	2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない	4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない	6. まったくしない

問 16. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っているですか。(○はひとつ)

1. 持っていない	2. 持っている
-----------	----------

\*\*\*\*\* ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください  
\*\*\*\*\*

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話』で行うすべての事を指します。

問 17. 下の欄の中で、ネットを利用して利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。(無回答可)

1. ゲーム	2. LINE	3. Twitter
4. 動画 (Youtube・ニコニコ動画など)		5. ブログ
6. 掲示板やまとめサイト		
7. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む)		

問 18. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 2時間くらい
5. 3時間くらい	6. 4時間以上		

問 19. ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

1. ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めている
2. 動画をアップしたことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある
4. ネットで嫌な思いをしたことがある
5. ネットで知り合った人と、実際に会った事がある

問 20. ネットの利用について、あてはまるものに○をしてください。

質 問	全くない	まれにある	ときどきある	よくある	いつもあ
1. 気がつくと思っていたより長い時間ネットをしていることがありますか	1	2	3	4	5
2. ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事(お手伝い)をおろそかにすることがありますか	1	2	3	4	5
3. 家族や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか	1	2	3	4	5
4. ネットで新しく知り合いを作ることがありますか	1	2	3	4	5
5. 周りの人から、ネットを利用する時間や頻度(回数)について文句を言われたことがありますか	1	2	3	4	5
6. ネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業(勉強)に支障をきたすことがありますか	1	2	3	4	5
7. 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールやSNS(LINEなど)をチェックすることがありますか	1	2	3	4	5
8. ネットが原因で、仕事(勉強や部活動、習い事など)の能率や成果に悪影響が出ることがありますか	1	2	3	4	5
9. 人にネットを何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがありますか	1	2	3	4	5
10. 日々の生活の問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがありますか	1	2	3	4	5
11. 気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがありますか	1	2	3	4	5
12. ネットのない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがありますか	1	2	3	4	5
13. ネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがありますか	1	2	3	4	5
14. 夜遅くまでネットをすることが原因で、睡眠時間が短くなっていますか	1	2	3	4	5
15. ネットをしていないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットをしているところを空想したりすることがありますか	1	2	3	4	5
16. ネットをしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがありますか	1	2	3	4	5
17. ネットをする時間や頻度(回数)を減らそうとしても、できないことがありますか	1	2	3	4	5
18. ネットをしている時間や頻度(回数)を、人に隠そうとすることがありますか	1	2	3	4	5
19. 誰かと外出するより、ネットを利用することを選ぶことがありますか	1	2	3	4	5
20. ネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりして、ネットを再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか	1	2	3	4	5

出典：Young, K. (1998). Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons.  
Chang & Man Law (2008) Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出をしてください。

思春期調査票 No. 10

(2016年)

年 組 番 (男・女)
-------------

2016年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだれか	2. 学校の先生	3. 友だち	4. その他 ( )	5. い
-----------	----------	--------	------------	------

問3. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない	2. 5～6回は食べない	3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない	5. 毎朝食べる	

問4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問4-1. 朝の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしない	

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしない	

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（○はひとつ）

1. 楽しい	2. やや楽しい	3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない	5. まったく楽しくない	

問6\_1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。（○はひとつ）

（例：スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど）

1. ほとんど毎日（週に3日以上）	2. ときどき（週に1~2日くらい）
3. ときたま（月に1~3日くらい）	4. しない

問6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は記入しないでください。

週に合計して、約（ ）時間くらい
------------------

問7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

平日：寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃
------------------	----------------

週末：寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃
------------------	----------------

問8. ふとんに入って床について、すぐに眠りにつくことができますか。（○はひとつ）

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問9. 朝はすっきり目が覚めますか。（○はひとつ）

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問10. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	ときどき そうだ	そんなことは ない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2
2. とても良く眠れる	1	2
3. 泣きたいような気がする	1	2
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2
5. 逃げ出したような気がする	1	2
6. おなかが痛くなる	1	2
7. 元気がいっぱいだ	1	2
8. 食事が楽しい	1	2
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2
11. やろうと思っただけのことやうまくできる	1	2
12. いつものように何をしていても楽しい	1	2
13. 家族と話すのが好きだ	1	2
14. こわい夢を見る	1	2
15. 独りぼっちの気がする	1	2
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2
17. とても悲しい気がする	1	2
18. とても退屈な気がする	1	2
19. いらいらしている	1	2
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2
21. 排便のリズムがくずれやすい	1	2
22. いつものように何をしていても難しい	1	2

問 11. あなたは自分の体型をどう思いますか？（○はひとつ）

1. 太っている    2. 少し太っている    3. 普通    4. 少しやせている    5. やせている

問 12. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？（○はひとつ）

1. かなりやせたい    2. 少しだけやせたい    3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい    5. かなり太りたい

問 13. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？（○はひとつ）

1. 持っていない    2. 持っている

問 14. テレビゲーム（プレイステーション、Wii、DS、PSP など）やパソコンや携帯電話・スマートフォンで遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。（○はひとつ）

1. 全くしない    2. 30分くらい    3. 1時間くらい    4. 2時間くらい  
5. 3時間くらい    6. 4時間以上

問 15. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？（○はひとつ）

1. はい    2. いいえ

問 16. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。（○はひとつ）

1. 3時間以上    2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない    4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない    6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。  
封をして提出してください。

年 組 番 （男・女）

2016年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査（中学生用）

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください。———

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい  
2. いいえ

問 2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか  
2. 学校の先生  
3. 友だち  
4. その他 ( )  
5. いない

問 3. あなたは日頃の 1 週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。(○はひとつ)

1. 毎朝食べない  
2. 5～6回は食べない  
3. 3～4回は食べない  
4. 1～2回は食べない  
5. 毎朝食べる

問 4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている  
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 朝は歯みがきをしない

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている  
2. 歯みがきをしたり、しなかったりする  
3. 夜は歯みがきをしない

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。(○はひとつ)

1. 楽しい  
2. やや楽しい  
3. どちらともいえない  
4. あまり楽しくない  
5. まったく楽しくない

問 6\_1. あなたは、体育の時間以外でのくらしい運動していますか。(○はひとつ)

(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. ほとんど毎日 (週に3日以上)  
2. ととき (週に1～2日くらい)  
3. ときたま (月に1～3日くらい)  
4. しない

問 6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。運動をしない人は無記入にしてください。

週に合計して、約 ( ) 時間くらい

問 7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

平日： 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

週末： 寝る時間 ( ) 時 ( ) 分頃 起きる時間 ( ) 時 ( ) 分頃

問 8. ふとんに入って (床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける  
2. すぐには眠れないが、少しの時間で眠りにつける  
3. なかなか眠れない  
4. 明け方まで眠れない  
5. 眠れない

問 9. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める  
2. 少し眠い  
3. 眠くてなかなか起きられない

問 10. あなたは自分の体型をどう思いますか。(○はひとつ)

1. 太っている  
2. 少し太っている  
3. 普通  
4. 少しやせている  
5. やせている

問 11. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか。(○はひとつ)

1. かなりやせたい  
2. 少しだけやせたい  
3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい  
5. かなり太りたい

問12. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

	いつも そうだ	ときどき そうだ	そんなこと はない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したような気がする	1	2	3
6. おなか痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思っただけで、やることがうまくできる	1	2	3
12. いつもどのように何をしても楽しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. ひとりぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いろいろなしらしている	1	2	3
20. 吐き <small>き</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいぶん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3
22. いつもどのように何をしても難しい			

問13. あなたの体調について教えて下さい。あてはまる症状に○をしてください。

	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に1~3回以下)	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす (目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 <small>どうき</small> (心臓がばくばくする)あるいは、息切れ <small>いきぎれ</small> がする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分でそう思う	1	2	3
7. 食欲 <small>しょくよく</small> がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 <small>けんたい</small> (体がだるい) あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔 <small>よ</small> う	1	2	3

問14. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていませんか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問15. 学校以外での勉強について教えて下さい。

学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。(○はひとつ)

1. 3時間以上	2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない	4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない	6. まったくしない



問 16. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っているか。(○はひとつ)

1. 持っていない	2. 持っている
-----------	----------

\*\*\*\*\* ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください \*

\*\*\*\*\*

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマートフォン・携帯電話』で行うすべての事を指します。

問 17. 下の欄の中で、ネットを利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。(無回答可)

1. ゲーム	2. LINE	3. Twitter
4. 動画 (Youtube・ニコニコ動画など)	5. ブログ	
6. 掲示板やまとめサイト		
7. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む)		

問 18. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちのどれくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 2時間くらい
5. 3時間くらい	6. 4時間以上		

問 19. ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

1. ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある
2. 動画をアップしたことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある
4. ネットで嫌な思いをしたことがある
5. ネットで知り合った人と、実際に会った事がある

問 20. ネットの利用について、あてはまるものに○をしてください。

質問	全くない	まれにある	ときある	よくある	いつもあ
1. 気がつくと思っていたより長い時間ネットをしていることがありますか	1	2	3	4	5
2. ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事(お手伝い)をおろそかにすることがありますか	1	2	3	4	5
3. 家族や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか	1	2	3	4	5
4. ネットで新しく知り合いを作るがありますか	1	2	3	4	5
5. 周りの人から、ネットを利用する時間や頻度(回数)について文句を言われたことがありますか	1	2	3	4	5
6. ネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業(勉強)に支障をきたすことがありますか	1	2	3	4	5
7. 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールやSNS(LINEなど)をチェックすることがありますか	1	2	3	4	5
8. ネットが原因で、仕事(勉強や部活動、習い事など)の能率や成果に悪影響が出ることがありますか	1	2	3	4	5
9. 人にネットを何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがありますか	1	2	3	4	5
10. 日々の生活の問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがありますか	1	2	3	4	5
11. 気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがありますか	1	2	3	4	5
12. ネットのない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがありますか	1	2	3	4	5
13. ネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがありますか	1	2	3	4	5
14. 夜遅くまでネットをすることが原因で、睡眠時間が短くなっていますか	1	2	3	4	5
15. ネットをしていないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットをしているところを空想したりすることがありますか	1	2	3	4	5
16. ネットをしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがありますか	1	2	3	4	5
17. ネットをする時間や頻度(回数)を減らそうとしても、できないことがありますか	1	2	3	4	5
18. ネットをしている時間や頻度(回数)を、人に隠そうとすることがありますか	1	2	3	4	5
19. 誰かと外出するより、ネットを利用することを選ぶことがありますか	1	2	3	4	5
20. ネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりして、ネットを再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか	1	2	3	4	5

出典：Young, K. (1998). Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons.  
Chang & Man Law (2008) Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出をください。

思春期調査票 No. 11

(2017年)

年 組 番 (男・女)
-------------

2017年

児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (小学生用)

——— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください。———

問1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか	2. 学校の先生	3. 友だち	4. その他 ( )	5. いらない
-----------	----------	--------	------------	---------

問3-1. あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ	3. わかりない
-------	--------	----------

問3-2. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか？(○はひとつ)

1. 毎朝食べない	2. 5～6回は食べない	3. 3～4回は食べない
4. 1～2回は食べない	5. 毎朝食べる	

問4. あなたの、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問4-1. 朝の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 朝は歯みがきをしない	

問4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて(○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかったりする
3. 夜は歯みがきをしない	

問5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか？（○はひとつ）

1. 楽しい	2. やや楽しい	3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない	5. まったく楽しくない	

問6-1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。（○はひとつ）

（例：スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど）

1. ほとんど毎日（週に3日以上）	2. ときどき（週に1～2日くらい）
3. ときたま（月に1～3日くらい）	4. しない

問6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。

週に合計して、約（ ）時間くらい
------------------

月	—	—
火	—	—
水	—	—
木	—	—
金	—	—
土	—	—
日	—	—

計算に使って下さい

問7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方教えてください。

平日： 寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃
週末： 寝る時間（ ）時（ ）分頃	起きる時間（ ）時（ ）分頃

問8. ふとんに入って（床について）、すぐに眠りにつくことができますか。（○はひとつ）

1. すぐに眠りにつける	2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける
3. なかなか眠れない	4. 明け方まで眠れない
	5. 眠れない

問9. 朝はすっきり目が覚めますか。（○はひとつ）

1. すっきり目が覚める	2. 少し眠い	3. 眠くてなかなか起きられない
--------------	---------	------------------

問10. 私たちは、楽しい日ばかりではなく、ちょっとさみしい日も、楽しくない日もあります。みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、当てはまるものに○をつけて下さい。良い答え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

質問	ときどき そうだ	そんなことはない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2
2. とても良く眠れる	1	2
3. 泣きたいような気がする	1	2
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2
5. 逃げ出したような気がする	1	2
6. おなかが痛くなる	1	2
7. 元気がいい	1	2
8. 食事が楽しい	1	2
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2
12. いつものように何をしても楽しい	1	2
13. 家族と話すのが好きだ	1	2
14. こわい夢を見る	1	2
15. 独りぼっちな気がする	1	2
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2
17. とても悲しい気がする	1	2
18. とても退屈な気がする	1	2
19. いらいらしている	1	2
20. 吐き気がする。気持ち悪い	1	2
21. 排便のリズムがぐずれやすい	1	2
22. いつものように何をしても難しい	1	2

問 11. あなたは自分の体型をどう思いますか？ (○はひとつ)

1. 太っている    2. 少し太っている    3. 普通    4. 少しやせている    5. やせている

問 12. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか？ (○はひとつ)

1. かなりやせたい    2. 少しだけやせたい    3. 今のままがよい  
4. 少し太りたい    5. かなり太りたい

問 13. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか？ (○はひとつ)

1. 持っていない    2. 持っている

問 14. テレビゲーム (プレイステーション、Wii、DS、PSP など) やパソコンや携帯電話・スマートフォンで遊んだり、メールをしたりする時間は、一日のうちどのくらいですか。 (○はひとつ)

1. 全くしない    2. 30分くらい    3. 1時間くらい    4. 2時間くらい  
5. 3時間くらい    6. 4時間以上

問 15. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか？ (○はひとつ)

1. はい    2. いいえ

問 16. 学校以外での勉強について教えてください。  
学校の授業時間以外に、平日1日あたりどれくらいの時間勉強をしていますか。  
学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。 (○はひとつ)

1. 3時間以上    2. 2時間以上、3時間より少ない  
3. 1時間以上、2時間より少ない    4. 30分以上、1時間より少ない  
5. 30分より少ない    6. まったくしない

以上です。ご協力ありがとうございました。  
封をして提出してください。

—— 書いてある文をよく読んで、最後まで全部答えてください ——

年	組	番	(男・女)
---	---	---	-------

問 1. あなたは、今、おじいさんかおばあさんと一緒に住んでいますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 2. あなたは今、困ったことや心配ごとを相談できる人がいますか。(あてはまるものすべてに○)

1. 家族のだけか	2. 学校の先生	3. 友だち
4. その他 ( )	5. いらない	

### 児童生徒の心の健康と生活習慣に関する調査 (中学生用)

2017年

問 3-1. あなたは、朝、昼、夕の三食を必ず食べるように気をつけていますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ	3. わからない
-------	--------	----------

問 3-2. あなたは日頃の1週間の食生活で朝食をとらないことがありますか。(○はひとつ)

1. 毎朝食べない	2. 5~6回は食べない	3. 3~4回は食べない
4. 1~2回は食べない	5. 毎朝食べる	

問 4. あなたは、日頃の歯みがきの習慣について教えてください。

問 4-1. 朝の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎朝、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかつたりする
3. 朝は歯みがきをしない	

問 4-2. 夕食後または夜寝る前の歯みがきについて (○はひとつ)

1. 毎晩、歯みがきをしている	2. 歯みがきをしたり、しなかつたりする
3. 夜は歯みがきをしない	

問 5. あなたは、身体を動かしたり、運動をしたりすることは楽しいですか。(○はひとつ)

1. 楽しい	2. やや楽しい	3. どちらともいえない
4. あまり楽しくない	5. まったく楽しくない	

問 6-1. あなたは、体育の時間以外でどのくらい運動していますか。(○はひとつ)  
(例：部活動、スポーツ少年団、スイミングやテニススクールなど)

1. ほとんど毎日 (週に3日以上)      2. ときどき (週に1~2日くらい)  
3. ときたま (月に1~3日くらい)      4. しない

問 6-2. 運動している人は、体育の時間以外で週に合計何時間くらい体を動かしていますか。  
運動をしない人は無記入にしてください。

週に合計して、約 (      ) 時間くらい

問 7. あなたの就寝・起床時刻について教えてください。平日と週末の両方答えてください。

平日： 寝る時間 (      ) 時 (      ) 分頃      起きる時間 (      ) 時 (      ) 分頃

週末： 寝る時間 (      ) 時 (      ) 分頃      起きる時間 (      ) 時 (      ) 分頃

問 8. ふとんに入って (床について)、すぐに眠りにつくことができますか。(○はひとつ)

1. すぐに眠りにつける      2. すぐにはないが、少しの時間で眠りにつける  
3. なかなか眠れない      4. 明け方まで眠れない      5. 眠れない

問 9. 朝はすっきり目が覚めますか。(○はひとつ)

1. すっきり目が覚める      2. 少し眠い      3. 眠くてなかなか起きられない

問 10. あなたは自分の体型をどう思いますか。(○はひとつ)

1. 太っている      2. 少し太っている      3. 普通      4. 少しやせている      5. やせている

問 11. あなたは自分の体型に対して、「やせたい」もしくは「太りたい」と思っていますか。  
(○はひとつ)

1. かなりやせたい      2. 少しだけやせたい      3. 今のまがよい  
4. 少し太りたい      5. かなり太りたい

問 12. 私たちは、楽しい日はかりではなく、ちよっとさみしい日も、楽しくない日もあります。  
みなさんがこの1週間、どんな気持ちだったか、あてはまるものに○をつけて下さい。良い答  
え、悪い答えはありません。思ったとおりに答えて下さい。

	いつも そうだ	ときどき そうだ	そんなこと はない
1. 楽しみにしていることがたくさんある	1	2	3
2. とても良く眠れる	1	2	3
3. 泣きたいような気がする	1	2	3
4. 遊びに出かけるのが好きだ	1	2	3
5. 逃げ出したいような気がする	1	2	3
6. おなかが痛くなる	1	2	3
7. 元気いっぱいだ	1	2	3
8. 食事が楽しい	1	2	3
9. いじめられても自分で「やめて」といえる	1	2	3
10. 生きていても仕方ないと思う	1	2	3
11. やろうと思ったことがうまくできる	1	2	3
12. いつものように何をしても楽しい	1	2	3
13. 家族と話すのが好きだ	1	2	3
14. こわい夢を見る	1	2	3
15. 独りぼっちの気がする	1	2	3
16. 落ち込んでいてもすぐに元気になる	1	2	3
17. とても悲しい気がする	1	2	3
18. とても退屈 <small>たいくつ</small> な気がする	1	2	3
19. いらいらしている	1	2	3
20. 吐き <small>はき</small> 気がする。気持ち悪い	1	2	3
21. 排便 <small>はいっぴん</small> のリズムがくずれやすい	1	2	3
22. いつものように何をしても難しい	1	2	3

問 13. あなたの体調について教えてください。あてはまる症状に○をしてください。

	ない	ある	
		まれに・たまに (1~2ヶ月に1~3回以下)	ときどき・しばしば (週に1回以上)
1. 立ちくらみ、あるいはめまいを起こす (目の前が真っ暗になる)	1	2	3
2. 立っていると気持ちが悪くなる	1	2	3
3. 入浴時あるいは、いやなことを見聞きすると気持ちが悪くなる	1	2	3
4. 少し動くと動悸 (心臓がぼくぼくする) あるいは、息切れがする	1	2	3
5. 朝なかなか起きられず午前中調子が悪い	1	2	3
6. 顔色が青白いと言われる。あるいは自分ですごう思う	1	2	3
7. 食欲がない	1	2	3
8. 強い腹痛がある	1	2	3
9. 倦怠 (体がだるい) あるいは、疲れやすい	1	2	3
10. 頭痛がする	1	2	3
11. 乗り物に酔う	1	2	3

問 14. 学習塾に通ったり、あるいは、家庭教師の先生に教わったりしていますか。(○はひとつ)

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 15. 学校以外での勉強について教えてください。  
学校の授業時間以外に、平日 1 日あたりどれくらいの時間、勉強をしていますか。学習塾で勉強している時間や家庭教師の先生に教わっている時間もふくみます。(○はひとつ)

1. 3時間以上	2. 2時間以上、3時間より少ない
3. 1時間以上、2時間より少ない	4. 30分以上、1時間より少ない
5. 30分より少ない	6. まったくしない

問 16. あなたは、自分の携帯電話やスマートフォンを持っていますか。(○はひとつ)

1. 持っていない	2. 持っている
-----------	----------

\*\*\*\*\* ここからはあなたのインターネットの使用について教えてください \*\*\*\*\*

※ここでいう『ネット』とは、メール・ゲーム・アプリ・サイトを見る、などの『パソコン・スマホ・タブレット・携帯電話』で行うすべての事を指します。

問 17. 下の欄の中で、ネットで利用するものがあれば、すべてのものに○をつけてください。(無回答可)

1. ゲーム	2. LINE	3. Twitter
4. 動画 (Youtube・ニコニコ動画など)		5. ブログ
6. 掲示板やまとめサイト		
7. ショッピング (オークション参加や音楽のダウンロード購入も含む)		

問 18. ゲーム機でのゲームや、ネットをする時間は、1日のうちのどのくらいですか。(○はひとつ)

1. 全くしない	2. 30分くらい	3. 1時間くらい	4. 2時間くらい
5. 3時間くらい	6. 4時間以上		

問 19. ネットを利用する時のことで、あてはまるものがあればすべてに○をつけてください。(無回答可)

1. ネットを利用するにあたって、保護者と約束事を決めてある
2. 動画をアップしたことがある
3. 学校裏サイトをみたことがある
4. ネットで嫌な思いをしたことがある
5. ネットで知り合った人と、実際に会った事がある



問 20. ネットの利用について、あてはまるものに○をしてください。

質 問	全く ない	ま れ に あ る	と き あ る	よ く あ る	い つ も あ る
1. 気がつくと思っていたより長い時間ネットをしていることがありますか	1	2	3	4	5
2. ネットを長く利用していたために、家庭での役割や家事(お手伝い)をおろそかにすることがありますか	1	2	3	4	5
3. 家族や友だちと過ごすよりも、ネットを利用したいと思うことがありますか	1	2	3	4	5
4. ネットで新しく知り合いを作ることがありますか	1	2	3	4	5
5. 周りの人から、ネットを利用する時間や頻度(回数)について文句を言われたことがありますか	1	2	3	4	5
6. ネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業(勉強)に支障をきたすことがありますか	1	2	3	4	5
7. 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールやSNS(LINE など)をチェックすることがありますか	1	2	3	4	5
8. ネットが原因で、仕事(勉強や部活動、習い事など)の能率や成果に悪影響が出ることがありますか	1	2	3	4	5
9. 人にネットで何をしているのか聞かれたとき、いいわけをしたり、隠そうとしたりすることがありますか	1	2	3	4	5
10. 日々の生活の問題から気をそらすために、ネットで時間を過ごすことがありますか	1	2	3	4	5
11. 気がつけば、また次のネット利用を楽しみにしていることがありますか	1	2	3	4	5
12. ネットのない生活は、退屈で、むなしく、わびしいだろうと不安に思うことがありますか	1	2	3	4	5
13. ネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、言い返したりすることがありますか	1	2	3	4	5
14. 夜遅くまでネットをすることが原因で、睡眠時間が短くなっていますか	1	2	3	4	5
15. ネットをしていないときでも、ネットのことを考えてぼんやりしたり、ネットをしているところを空想したりすることがあります	1	2	3	4	5
16. ネットをしているとき「あと数分だけ」と自分で言い訳していることがありますか	1	2	3	4	5
17. ネットをする時間や頻度(回数)を減らそうとしても、できないことがありますか	1	2	3	4	5
18. ネットをしている時間や頻度(回数)を、人に隠そうとすることがあります	1	2	3	4	5
19. 誰かと外出するより、ネットを利用することを選ぶことがありますか	1	2	3	4	5
20. ネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりしても、ネットを再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか	1	2	3	4	5

出典：Young, K. (1998). Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons.  
Chang & Man Law (2008) Factor structure for Young's Internet Addiction Test: A confirmatory study

以上です。ご協力ありがとうございました。封をして提出してください。

## あとがき

甲州プロジェクト 30 周年記念誌の発行にあたり、多くの方々に寄稿していただきました。それぞれの思いが詰まっており、一読三嘆しました。写真を整理していると、もっと、記録をとっておけばよかったと後悔しつつ、若かりし頃のことを思い出し、しばし作業が止まりました。

30 年間の子どもの生活や健康状態の推移を見てもようということで、データを分析し、それをグラフにしました。これらを作り上げるには相当の時間と労力が必要でした。(株)プリメドジャパン(川村由美子社長)が毎年の報告書作成のために入力したデータをあらためて整理しなおし、個人を縦断的に突合して、解析プログラムを作り、その膨大な分析結果をグラフ化することです。横道洋司准教授(3 歳児)、三宅邦夫准教授(懐かしい質問等)、大西一成准教授(エコチル調査との比較および環境)、佐藤美理助教(思春期、年齢別分析)、秋山有佳助教(妊娠期)、小島令嗣助教(5 歳児、体格の推移)、大岡忠生助教(1 歳 6 か月児)が分析を担当してコメントをつけてくれました。大学院生の大山裕冬君もデータ分析を手伝ってくれました。また、膨大な分析結果をグラフ化するにあたって秋山助教が基本グラフを示して、すべてのグラフ作成作業を青木ゆきみさん、岡田あゆみさん、小澤有紀さんがしてくれました。そして、この膨大な記念誌の編集を私と一緒に担当してくれ、原稿依頼から印刷会社との連絡、ページ割り付け作業まで、膨大なデータでパソコンがフリーズするような場面を乗り越えながら中山さくらさんがやってくれました。また、記念誌の印刷製本をお願いしました(株)少国民社の五味輝仁様には再三にわたり無理なお願いをしましたが気持ちよく受けてくださいました。寄稿してくださった方をはじめ記念誌に関わっていただいたすべての皆様にあらためて心から感謝申し上げます。

2018 年 7 月 山縣然太朗

---

～甲州プロジェクト～  
甲州市母子保健縦断調査『30年のあゆみ』

---

発行日 平成30年7月発行

発行・編集 甲州市役所 健康増進課

〒404-8501 山梨県甲州市塩山上於曾 1085-1

TEL：0553-33-7812

山梨大学大学院総合研究部医学域 社会医学講座

〒409-3898 山梨県中央市下河東 1110

TEL：055-273-9566

株式会社プリメドジャパン(社会医学講座内)

印刷・製本 株式会社少國民社

---

