

## IV 調査票様式等





統計法に基づく国の統計調査です。調査関係者の秘密の保護に努めます。

平成25年国民健康・栄養調査  
身体状況調査票

地区番号

市郡番号

世帯番号

世帯員番号

性別  1 男  2 女

年齢   (平成25年11月1日現在)

都道府県  保健所

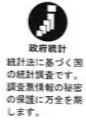
<p><b>【身体計測】</b></p> <p>(1) 身長 (1歳以上) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm <input type="text"/></p> <p>(2) 体重 (1歳以上) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> kg <input type="text"/></p> <p>(3) 腕囲 (6歳以上) (へその高さ) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> cm <input type="text"/></p> <p>測定方法 1 調査員が測定 2 被調査者が測定 (自己申告)</p> <p>(4) 血圧 (20歳以上)</p> <p>1回目 収縮期(最高) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg 拡張期(最低) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg</p> <p>2回目 収縮期(最高) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg 拡張期(最低) <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> mmHg</p> <p>(5) 血液検査実施の有無 (20歳以上) (検査項目は裏面に記載) 1 有 2 無</p> <p><input type="text"/></p>	<p><b>【問診】 (20歳以上)</b></p> <p>(6) 現在、aからfの薬の使用の有無</p> <p>(a) 血圧を下げる薬 有・無</p> <p>(b) 脈の乱れを治す薬 有・無</p> <p>(c) インスリン注射または血糖を下げる薬 有・無</p> <p>(d) コレステロールを下げる薬 有・無</p> <p>(e) 中性脂肪(トリグリセリド)を下げる薬 有・無</p> <p>(f) 貧血治療のための薬(鉄剤) 有・無</p> <p>(7) 現在、糖尿病治療の有無 (通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む) 1 有 2 無</p> <p>(8) 現在、医師等からの運動<sup>※</sup>禁止の有無 1 有 2 無</p> <p>(9) 運動習慣 (医師等から運動を禁止されている((8)で「1有」と回答した)者は記載不要)</p> <p>(a) 1週間の運動日数 <input type="text"/> 日</p> <p>(b) 運動を行う日の平均運動時間 <input type="text"/> 時間 <input type="text"/> 分</p> <p>(c) 運動の継続年数 1 1年未満 2 1年以上</p>
---	---

※運動とは、スポーツやフィットネスなどの健康・体力の維持・増進を目的として、計画的・定期的に行うもの。

厚生労働省

血液検査項目

1	血色素量
2	ヘマトクリット値
3	赤血球数
4	白血球数
5	血小板数
6	血糖値
7	ヘモグロビンA <sub>1c</sub>
8	総コレステロール
9	HDL-コレステロール
10	LDL-コレステロール
11	中性脂肪(トリグリセリド)
12	総たんぱく質
13	アルブミン
14	クレアチニン
15	血清鉄
16	TIBC(総鉄結合能)
17	AST(GOT)
18	ALT(GPT)
19	γ-GT(γ-GTP)
20	尿酸



平成25年国民健康・栄養調査

## 栄養摂取状況調査票

地区番号     -

市郡番号

世帯番号

調査日 平成25年  月  日

都道府県  保健所

調査員氏名

確認者氏名

## 厚生労働省

### I 世帯状況・II 食事状況 「栄養摂取状況調査票の書き方」に沿って、記入してください。

I 世帯状況					
1. 世帯員番号	2. 氏名	3. 生年月日	4. 性別	5. 世帯主との続柄 ※1参照	6. 妊娠・授乳
01		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女	01	1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
02		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
03		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
04		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
05		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
06		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
07		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
08		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している
09		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 <input type="text"/> 年 <input type="text"/> 月 <input type="text"/> 日	1 男 2 女		1 妊娠している <input type="text"/> 週 2 分娩後満6か月未満で現在授乳している 3 分娩後満6か月未満で現在授乳していない 4 分娩後満6か月以上で現在授乳している

※1 世帯主との続柄

- 01 世帯主
- 02 世帯主の配偶者
- 03 子
- 04 子の配偶者
- 05 孫
- 06 孫の配偶者
- 07 世帯主の父母
- 08 配偶者の父母
- 09 祖父母
- 10 兄弟姉妹
- 11 その他の親族
- 12 その他(親族以外)

世帯主の配偶者(夫又は妻)の祖父母・兄弟姉妹はそれぞれ「09 祖父母」「10 兄弟姉妹」に含めます。兄弟姉妹の配偶者は「10 兄弟姉妹」に含めます。「配偶者」には、事実上夫婦として生活しているが、婚姻届を提出していない場合も含みます。

II 食事状況				III 身体状況	
7. 仕事の種類	朝	昼	夕	1日の身体活動量(歩数) (20歳以上)	歩数計の装着状況 朝起きてから寝るまで、ほぼずっとつけていましたか。(入浴、水泳などを除く)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ (いずれかに、レ印をつけて下さい)

朝食 昼食① 昼食② 夕食 間食 予備

食物摂取状況調査

家族が食べたもの、飲んだもの(水以外)は全て記載して下さい				その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ (残した分があれば「残食分」に書いて下さい)								
料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名	残食分
				1	2	3	4	5	6	7	8	9

左頁(太枠内)のみご記入下さい

1

調査員記入欄(ここには、記入しないで下さい)													
料理・調理方法	食品番号	調理コード	摂取量 (左頁の家庭記録簿の 使用量一廃棄量を記入。 外食の場合は、 「人前」)	率 分 比 率									残
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	



平成25年国民健康・栄養調査

## 生活習慣調査票

地区番号      -

市群番号

世帯番号

世帯員番号

性別  1 男  2 女

年齢   (平成25年11月1日現在)

都道府県 \_\_\_\_\_ 保健所 \_\_\_\_\_

## 厚生労働省

問1 あなたは、この1か月間に、次のアからケの食べ物をどのくらいの頻度で食べましたか。それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

	1. 毎日2日以上	2. 毎日1回	3. 週4~6回	4. 週2~3回	5. 週1回	6. 週1回未満	7. 食べなかった
ア ごはん	1	2	3	4	5	6	7
イ パン	1	2	3	4	5	6	7
ウ 麺類	1	2	3	4	5	6	7
エ 肉	1	2	3	4	5	6	7
オ 魚	1	2	3	4	5	6	7
カ 卵	1	2	3	4	5	6	7
キ 大豆・大豆製品	1	2	3	4	5	6	7
ク 緑黄色野菜	1	2	3	4	5	6	7
ケ その他野菜	1	2	3	4	5	6	7

問2 自分の歯\*は何本ありますか。

※「自分の歯」には、親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。親知らずを除くと全部で28本が正常ですが、28本より多かたり少なかたりすることもあります。

自分の歯は   本ある。

問3 かんて食べるときの状態について、あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 何でもかんで食べることができる
- 2 一部かめない食べ物がある
- 3 かめない食べ物が多い
- 4 かんて食べることはできない

問4 あなたは食べ物や飲み物が飲みみにくく感じたり、食事中にむせたりすることがありますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 頻繁にある
- 2 ときどきある
- 3 めったにない
- 4 まったくない

問5 日常生活で体を動かす\*こと（生活活動）についてお伺いします。「健康維持・増進のためには、日常生活で、毎日60分間くらい体を動かすような生活をする事」が推奨されています。あなたは、これを実行していますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※「体を動かす」とは、歩く、犬の散歩をする、そうじをする、自転車に乗る、速歩をする、こどもと活発に遊ぶ、農作業をする、階段を速くのぼるなどと同等の動きを指します。

- 1 実行していないし、実行しようとも考えていない
- 2 実行していないが、実行しようと考えている
- 3 実行しようとして努力しているが、十分に実行できていない
- 4 実行しているが、まだ習慣化していない
- 5 実行していて、十分に習慣化している

問6 あなたは、座ったり寝転がったりして過ごす時間\*が、1日平均してどのくらいありますか。□に数字を入れて下さい。（記入例：5時間→05時間00分 なし→00時間00分）

※「座ったり寝転がったりして過ごす時間」には、机やコンピューターに向かう時間（仕事、勉強や読書などを含む）、テレビを見ている時間、座って会話をしている時間、車を運転する（または車に乗っている）時間、電車で座っている時間等を含みます。ただし、睡眠時間は含みません。

平日 約   時間   分 休日 約   時間   分

問7 あなたはたばこを吸いますか。あてはまる番号1つに○をつけて下さい。

- 1 毎日吸っている
- 2 時々吸う日がある
- 3 以前は吸っていたが、1か月以上吸っていない
- 4 吸わない

（問7-1） たばこをやめたいと思いますか。あてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

- 1 やめたい
- 2 本数を減らしたい
- 3 やめたくない
- 4 わからない

問8 あなたは、この1か月間に、自分以外の人が吸っていたたばこの煙を吸う機会(受動喫煙)がありましたか。次のアからコの場所について、それぞれあてはまる番号を1つ選んで○印をつけて下さい。

※学校、飲食店、遊技場などに勤務して、その職場で受動喫煙があった場合は、「イ 職場」欄に記入して下さい。

	1. ほぼ毎日	2. 週に数回程度	3. 週に1回程度	4. 月に1回程度	5. 全くなかった	6. 行かなかった
ア 家庭	1	2	3	4	5	6
イ 職場	1	2	3	4	5	6
ウ 学校	1	2	3	4	5	6
エ 飲食店	1	2	3	4	5	6
オ 遊技場 (ゲームセンター、 パチンコ、競馬場など)	1	2	3	4	5	6
カ 行政機関 (市役所、町村役場、 公民館など)	1	2	3	4	5	6
キ 医療機関	1	2	3	4	5	6
ク 公共交通機関	1	2	3	4	5	6
ケ 路上	1	2	3	4	5	6
コ 子供が利用する 屋外の空間 (公園、通学路など)	1	2	3	4	5	6

問9 あなたが、受動喫煙の防止対策が今よりも推進されることを望む場所はありますか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- |                               |                               |
|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 家庭                          | 6 行政機関<br>(市役所、町村役場、公民館など)    |
| 2 職場                          | 7 医療機関                        |
| 3 学校                          | 8 公共交通機関                      |
| 4 飲食店                         | 9 路上                          |
| 5 遊技場<br>(ゲームセンター、パチンコ、競馬場など) | 10 子供が利用する屋外の空間<br>(公園、通学路など) |
|                               | 11 特になし                       |

問10 飲酒の知識についておたずねします。「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」とは、男女それぞれ1日平均でどのくらいだと思いますか。清酒に換算<sup>※</sup>し、あてはまる番号をそれぞれ1つ選んで○印をつけて下さい。

※清酒1合(180ml)は、次の量にほぼ相当します。  
ビール・発泡酒中瓶1本(約500ml)、焼酎20度(135ml)、  
焼酎25度(110ml)、焼酎35度(80ml)、チューハイ7度(350ml)、  
ウイスキーダブル1杯(60ml)、ワイン2杯(240ml)

ア 男性の場合

イ 女性の場合

- |               |               |
|---------------|---------------|
| 1 1合(180ml)以上 | 1 1合(180ml)以上 |
| 2 2合(360ml)以上 | 2 2合(360ml)以上 |
| 3 3合(540ml)以上 | 3 3合(540ml)以上 |
| 4 4合(720ml)以上 | 4 4合(720ml)以上 |
| 5 5合(900ml)以上 | 5 5合(900ml)以上 |
| 6 わからない       | 6 わからない       |

問11 睡眠の質についておたずねします。あなたはこの1か月間に、次のようなことが週3回以上ありましたか。あてはまる番号をすべて選んで○印をつけて下さい。

- 1 寝つき(布団に入ってから眠るまでに要する時間)に、いつもより時間がかかった
- 2 夜間、睡眠途中で目が覚めて困った
- 3 起きようとする時刻よりも早く目が覚め、それ以上眠れなかった
- 4 睡眠時間が足りなかった
- 5 睡眠全体の質に満足できなかった
- 6 日中、眠気を感じた
- 7 上記1～6のようなことはなかった

ご協力ありがとうございました。

平成 25 年国民健康・栄養調査  
**栄養摂取状況調査票の書き方**

◎本書をご覧の上、「栄養摂取状況調査票」に黒鉛筆で記入してください。  
 ◎記入方法について、わからないことがありましたら、調査員に質問してください。  
 ◎この調査は、法律に基づいて実施するものであり、調査によってわかった食生活の内容などの秘密保持については、ご迷惑をおかけすることのないよう、厳守いたします。  
 ～ご協力よろしくお願い申し上げます～

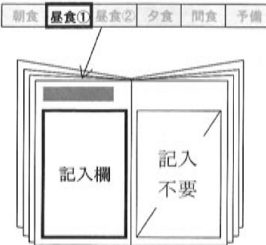
**【1】世帯状況（1ページ）の書き方**

まず、ご家族全員の氏名、生年月日、性別、世帯主との続柄、妊娠・授乳の状況（している場合）、お仕事の種類を記入ください（仕事の種類は別表参照）。 ※1歳未満の乳児については記入する必要はありません。  
 （▲平成25年11月1日現在の年齢が1歳未満の場合）

1. 世帯員番号	2. 氏名	3. 生年月日	4. 性別	5. 世帯主との続柄 ※1. 世帯主	6. 妊娠・授乳	7. 仕事の種類
01	「01」は世帯主	1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 年 月 日	1 男 2 女	01	1 妊娠している 2 分娩後3か月未満で母乳を授乳している 3 分娩後3か月未満で母乳を授乳していない 4 分娩後3か月以上で母乳を授乳している	
02		1 明治 2 大正 3 昭和 4 平成 年 月 日	1 男 2 女		1 妊娠している 2 分娩後3か月未満で母乳を授乳している 3 分娩後3か月未満で母乳を授乳していない 4 分娩後3か月以上で母乳を授乳している	

**【2】食物摂取状況調査（3～14ページ）の書き方**

日曜日と祝日を除く、ふだんの食生活（宴会料理など特別な食事のない日）について、食べたり飲んだりしたものを、すべて記入ください。



【朝食】と【昼食①】、【昼食②】、【夕食】、【間食】、【予備】のページに分かれています。  
 【間食】には、朝食・昼食・夕食以外に食べた飲んだりしたものを書いてください。  
 【昼食②】と【予備】は、記入欄が足りなくなった時に使用してください。

調査用紙の左半分のみご記入ください。右半分の記入は不要です。

— 1 —

**食事摂取状況調査**

料理名	食品名	使用量 (重量または 目安量と その単位)	廃棄量	その料理は、誰がどの割合で食べましたか？ (食べた分があれば「残食分」に書いて下さい)									残食分
				1 氏名 太郎	2 氏名 花子	3 氏名 晴香	4 氏名 花子	5 氏名 晴香	6 氏名 花子	7 氏名 晴香	8 氏名 花子	9 氏名 晴香	
② はん	ごはん(精白米)	200g											
	ごはん(精白米)	200g											
	ごはん(精白米)	100g											
納豆	糸ひき納豆	2パック(100g)		40%	40%	20%							
	タレ	6g											
じゃがいもの 味噌汁	じゃがいも(生)	180g		20%	20%	10%							50%
	玉ねぎ(生)	100g	皮										
	乾燥わかめ	3g											
	だしの素(顆粒)	小さじ1											
ししゃも焼き	赤味噌	大さじ3											
	子持ちししゃも	10本	頭	1本	4本	2本							
オレンジジュース	オレンジジュース(果汁100%)	200ml											
コーヒー	インスタントコーヒー(粉)	2g											
	お湯	140ml											
ビール	発泡酒(産地名)	350ml											
給食 (〇〇中学〇年)	ごはん	1人分											
	ボーケカレー ・・・(以下、つづく)	1人分											
きつねうどん (外食)	きつねうどん (解は全て食べ、汁は半分残した)	1人前		1	0	0							

◆料理名ごとに罫線を引いてください。  
 ◆罫線のすぐ下に、食べた割合を記入してください。

① 1ページ目の「世帯状況」欄の世帯員番号順に左からお名前をご記入ください。  
 ② ご家族が食べた料理とその材料をご記入ください。  
 ◆『食品名』はできるだけ具体的に書いてください。  
 ・加熱した状態か生の状態かを書いてください。  
 ・冷凍食品やアルコール飲料などはメーカーと商品名を書いてください。  
 ◆『使用量』は秤で計った重量(g)を書いてください。  
 ・秤で計れない場合は、目安量(中1個、大1枚、小さじ1など)や食品のパッケージに表示された量を書いてください。  
 ◆『廃棄量』は、皮や芯など、食べなかった部分があれば、その重量(g)を書いてください。(廃棄部分を除いた可食部を計測した場合は、記入不要です)  
 ・廃棄重量がわからなければ「頭と骨」「種」など名称を書いてください。  
 ・名称がわからない場合は「あり」とだけ書いてください。  
 ※外食、給食、惣菜等を食べた場合は、それと分かるように書いてください。  
 ・外食して「使用量」がわからない場合は、「〇人前」と書いてください。  
 ・外食の内容(料理名・食品名)についても、できるだけ具体的に書いてください。  
 ③ ご家族でだれがどの割合で料理を食べたかをご記入ください。  
 ◆食べた割合は、百分率で「40%：40%：20%」でも  
 $\frac{2}{5} : \frac{2}{5} : \frac{1}{5}$   
 分数で「 $\frac{2}{5} : \frac{2}{5} : \frac{1}{5}$ 」でも、整数で「2：2：1」でも、  
 どの書き方でもかまいません。  
 1人ずつ食べた量がはっきりしているものは、グラム数や個数で記入ください(例：パン1枚)。

＜残り物を食べた場合＞

・朝食や昼食の残りを昼食や夕食など調査日のうちに食べた場合は、料理名の欄に朝食や昼食に記入した料理名と同じ料理名を記入し、「みそ汁(昼の残り)」などと書いて、その食べた割合を記入してください。  
 この場合、残っていた量を「100%」として、それぞれどのように分けたか、食べた割合を記入してください。  
 ・前日までに作った料理を食べた場合には、料理名の欄に「料理名(昨日の残り)」などと記入し、料理に使用した食品名をすべて書いたうえで、残っていた料理全体の重量または目安量と食べた割合を記入してください。

書き忘れていませんか？

- ・料理の付け合わせ、小鉢もの
- ・サラダにかけたドレッシングなど
- ・トーストにつけたマーガリンなど
- ・飲み物に入れた砂糖など

食品の種類は何でしたか？

- ・肉(牛・豚・鶏、部位、脂身・皮の有無)
- ・焼き魚(生魚・塩蔵・干物など)
- ・ごはん(精白米・玄米・胚芽米・強化米など)
- ・油(なたね油・ごま油・オリーブ油など)
- ・牛乳(濃厚・普通・低脂肪)
- ・インスタント麺(フライ麺・ノンフライ麺)
- ・しょうゆ(濃口・うす口・減塩)
- ・マヨネーズ(普通・カロリーーフ) など



**【3】食事状況（2ページ）の書き方**

II 食事状況		
朝	昼	夕
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ご家族それぞれの食事について、下記の「1」～「9」から該当する番号を選んで記入ください。  
 「家庭食」と「調理済み食」を組み合わせる場合は、メインのおかずの内容によって番号を選びます。  
 ※おかずを食べていない場合は、主食（ごはん、パン、めんなど）の内容で選んでください。

1	家庭食 家庭で作った食事や弁当を食べた場合
2	調理済み食 すでに調理された惣菜などを買ってきたり、出前をとって家庭で食べた場合
3	外食 飲食店での食事及び家庭以外の場所での出前をとって市販のお弁当を買って食べるなど、家庭で調理をせず、食べる場所も家庭ではない場合
4	保育所・幼稚園給食、学校給食（教職員は職場給食「5」を記入）
5	職場給食（社員食堂を含む）
6	菓子・果物・乳製品・嗜好飲料などの食品のみ食べた場合
7	錠剤・カプセル・顆粒状のビタミン・ミネラル、栄養ドリンク剤のみの場合
8	何も口にできなかった場合（水のみ飲んだ場合も含む）
9	調査不能 （ご家族にどうしても聞くことができないなど、分からない場合に使用ください）

**【4】身体状況（2ページ）の書き方（満20歳以上）**

- ・1日の身体活動量（歩数）に、お渡しした歩数計を1日間（朝起きてから寝るまで）つけて測定した歩数を記入ください。
- ・歩数計の装着状況について、「はい」「いいえ」のいずれかにレ印をつけてください。

身体状況	
1日の身体活動量（歩数） （20歳以上）	歩数計の装着状況 朝起きてから寝るまで、ほぼずっとつけていましたか、 （入浴、水泳中などを除く）
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ （いずれかに、レ印をつけて下さい）

（別表）職業分類表

番号	職業分類項目	仕事の種類
所得（賞金・給料、営業利益など）を伴う仕事についている方 （内職、アルバイト、パートを含む）		
01	専門的・技術的職業従事者	研究者、技術者、医師、歯科医師、獣医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、臨床・衛生検査技師、歯科衛生士、栄養士、あんまマッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師、社会福祉専門職業従事者（保育士など）、法務従事者（裁判官、検察官、弁護士など）、公認会計士、税理士、教員、宗教家、著述家、記者、編集者、美術家、デザイナー、写真家、画家、映像撮影者、音楽家、舞台芸術家、その他の専門的・技術的職業従事者（個人教師、職業スポーツ従事者など）
02	管理的職業従事者	管理的公務員（国会議員、知事、市長など）、会社・団体等役員、会社・団体等管理職員（工場長、支店長、駅長、会社課長など）、その他の管理的職業従事者
03	事務従事者	一般事務従事者（総務事務員、受付・案内事務員、秘書など）、会社事務従事者、外勤事務従事者（兼金人など）、運輸・通信事務従事者、その他の事務従事者（速記者、タイピスト、キーパンチャー、電子計算機オペレーターなど）
04	販売従事者	商品販売従事者（小売店主、飲食店主、販売店員、商品仕入外交員、商品仲介人など）、販売類似職業従事者（不動産仲介人、保険外交員、質屋店主・店員など）
05	サービス職業従事者	家庭生活支援サービス職業従事者（家政婦（夫）、家事手伝い、訪問介護員（ホームヘルパー）など）、生活衛生サービス職業従事者（理容師、美容師、クリーニング職など）、飲食物調理従事者、接客・給仕職業従事者、居住施設・ビル等管理人、その他のサービス職業従事者（旅行・観光案内人、物品一時預かり人など）
06	保安職業従事者	自衛官、警察官、看守、消防員、警備員など
07	農業従事者	農耕、養畜、植木職、造園師など
08	林業従事者	育林、伐木・造材・集材、その他の林業従事者
09	漁業従事者	漁労作業、海藻・貝採取、漁労船の船長・航海士・機関長・機関士、水産養殖など
10	運輸・機械運転従事者	自動車運転者、鉄道・船舶・航空機運転従事者、その他の運輸従事者（車掌、鉄道輸送関連業務従事者、甲板員、船舶機関員、検査員など）
11	生産工程従事者	製造作業員〔金属材料、化学製品、窯業製品、土石製品、食料品、飲料・たばこ、衣服・繊維製品、木・竹・草・つる製品、ハルブ・紙・紙製品、ゴム、プラスチック製品、革・革製品、その他〕、組立・修理作業員〔一般機械器具、電気機械器具、運送機械、計量計測機器・光学機械器具〕、金属加工作業員、金属溶接・溶断作業員、紡績作業員、印刷・製本作業員、ボイラー工、建設機械運転作業員、電気作業員、採掘作業員、とび職、鉄筋工、建設作業員、土木作業従事者、運搬労務作業員、その他の労務作業員（清掃員など）
上記（01～11）の仕事をしていない方		
12	家事従事者	一般家庭の主婦等日常家事に従事することを常態としている人
13	その他	無職（高齢・病氣・障害などの理由による場合も含む）
14	保育園児	保育所へ通うことを常態としている幼児
15	幼稚園児	幼稚園へ通うことを常態としている幼児
16	その他の幼児	保育所や幼稚園に通っていない幼児
17	小学校低学年	小学1、2年生
18	小学校中学年	小学3、4年生
19	小学校高学年	小学5、6年生
20	中学生	中学1～3年生
21	その他の学生	高校生、大学生、大学院生、各種専門学校生など

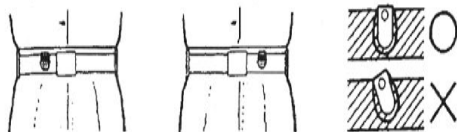
**歩数測定方法**

＜歩数計各部の名称＞



＜装着上の注意＞

- ・装着する前に操作スイッチを左（RESET方向）に押し「00000」にセットしてください。
- ・装着は、朝起きてすぐにベルト（ベルトがない時はベルトストラップやスカートなど）にクリップをしっかりと装着してください。
- ・通常は操作スイッチを「WALK」にセットし、ジョギングやランニングをするときには「JOG」にセットしてください。終わったら「WALK」に戻してください。



＜取扱上の注意＞

- ・ケース内は精密部品でできているので、落としたり、叩いたり強い衝撃を与えないでください。
- ・湿気の多い所や水がかかる所での使用や保存は避けてください。



登録番号 (26) 397

東京都民の健康・栄養状況

(平成25年国民健康・栄養調査 東京都・特別区・八王子市・町田市実施分集計結果)

平成27年3月作成

編集 発行 東京都福祉保健局保健政策部健康推進課  
163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号  
03-5320-4357(ダイヤルイン)

印刷所 株式会社 アイガー

\*国民健康・栄養調査は、昭和21年より継続されている全国調査です。東京都においては、それに先駆けて昭和20年にGHQの指令により栄養士による一般住民の栄養調査実施がはじまりです。

リサイクル適性 

この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。