

## 栄養食事指導のための問診票

お名前 \_\_\_\_\_

該当するところに、○またはご記入をお願いします。

### ○食習慣

#### ・食事内容

朝食	自宅で食べる ・ 外食が多い ・ 食べない時が多い その他( )
昼食	自宅で食べる ・ 自宅で作った弁当を食べる 市販の弁当を買って食べる ・ 外食が多い ・ その他( )
夕食	自宅で食べる ・ 週3日以上は外食をする その他( )

#### ・嗜好飲料

頻度	ほとんど毎日 ・ その他( ) ・ 飲まない
種類	コーヒー ・ 炭酸飲料 ・ 野菜ジュース ・ フルーツジュース スポーツドリンク ・ その他( )

#### ・菓子類

頻度	ほとんど毎日 ・ その他( ) ・ 食べない
種類	和菓子 ・ 洋菓子 ・ スナック菓子 ・ その他( )

#### ・飲酒習慣

頻度	ほとんど毎日 ・ その他( ) ・ 飲まない
種類	ビール ・ 焼酎 ・ 日本酒 ・ その他( )

### ○運動習慣

頻度	ほとんど毎日 ・ その他( ) ・ なし
種類	ウォーキング ・ ジョギング ・ 体操 その他( )

### ○生活パターン

区分	時刻	備考
起床時刻	時 分頃	
就寝時刻	時 分頃	
食事時刻(朝食)	時 分頃	
食事時刻(昼食)	時 分頃	
食事時刻(夕食)	時 分頃	