

## 歯や口の生活習慣についてのアンケート

### 問1. いつ歯みがきをしていますか(あてはまるものすべてに○印)

- ・ 起床時 ・ 朝食後 ・ 昼食後 ・ 夕食後 ・ 就寝前 ・ その他( )

### 問2. 歯みがきの時、歯ブラシ以外に使っているものはありますか

- ・ 歯ブラシ以外は使っていない

- 印はくぐり印も
- ・ 歯間部清掃用具(デンタルフロス・歯間ブラシ) → 問2-2へ
  - ・ ワンタフトブラシ
  - ・ 舌ブラシ(歯ブラシで代用している場合も含む)
  - ・ フッ素入り歯みがき剤などのフッ素製品※フッ素はフッ化物のことです
  - ・ その他( )



### 問2-2. 歯間部清掃用具(デンタルフロス・歯間ブラシ)を使っている方におたずねします どのくらいの頻度で使っていますか(1つだけ○印)

- ・ 毎日使っている
- ・ 週3~4日使っている(1日おき程度の頻度)
- ・ 週3~4日よりも間隔をあけて使っている  
→どのくらいの頻度ですか( )
- ・ 頻度は決まっていないが使っている  
→どんなときに使いますか( )
- ・ その他( )

### 問3. 平日家庭で、おやつを1日何回食べますか(1つだけ○印)

- ・ 0回 ・ 1回 ・ 2回 ・ 3回以上

### 問4. 平日家庭で、主にどんなものを飲んでいますか(1つだけ○印)

- ・ 水、お茶、牛乳
- ・ ジュース、スポーツドリンク(イオン飲料)、乳酸菌飲料、炭酸飲料
- ・ その他( )

### 問5. あなたの保護者は、歯みがきの時、歯間部清掃用具(デンタルフロス・歯間ブラシ)を使っていますか(1つだけ○印) ※保護者は父・母・その他を問いません

- ・ 毎日使っている
- ・ 時々使っている
- ・ 使っていない
- ・ わからない
- ・ その他( )

裏面も回答をお願いします

**問6. 朝食を毎日食べていますか(1つだけ○印)**

- ・ 食べている
- ・ どちらかと言えば食べている
- ・ あまり食べていない
- ・ まったく食べていない

**問6-2. あまり食べていない、全く食べていないと回答した方におたずねします  
食べない時の理由を教えてください(あてはまるものすべてに○印)**

- ・ 時間がない
- ・ 食べたくない
- ・ お腹がすいていない
- ・ 朝食を食べる習慣がない
- ・ その他( )

**問7. 普段の朝食で食べている料理・食品を教えてください(あてはまるものすべてに○印)**

- ・ 主食(ごはん、パン、めん類などの料理)
- ・ 主菜(魚介類、肉類、卵類、大豆、大豆製品を主材料にした料理)
- ・ 副菜(野菜類、海藻類、きのこ類を主材料にした料理)
- ・ 果物
- ・ 牛乳・乳製品(チーズ・ヨーグルトなど)
- ・ その他( )

**問8. 夕食の時間(平日)を教えてください(1つだけ○印)**

- ・ 18 時台 ・ 19 時台 ・ 20 時台 ・ 21 時以降 ・ 決まっていない

**問9. 就寝時間(平日)を教えてください(1つだけ○印)**

- ・ 20 時台 ・ 21 時台 ・ 22 時台 ・ 23 時以降 ・ 決まっていない

ご協力ありがとうございました