

취학전 어린이(만 3~5세)

영양지수 설문지

취학전 어린이(만 3~5세) 영양지수 조사지

▶ 본 조사는 귀 자녀의 영양상태와 식행동을 간단하게 평가하기 위한 영양지수 계산에 사용될 것입니다. 귀 자녀가 가정에서는 물론, 어린이집/유치원이나 외식에서 먹는 것도 모두 포함해서 답해 주시기 바랍니다.

1 귀하의 자녀는 한 번 식사할 때 채소류 반찬 (김치포함)을 몇 가지나 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 1가지
- ③ 2가지
- ④ 3가지
- ⑤ 4가지 이상

2 귀하의 자녀는 과일을 얼마나 자주 먹나요?

- ① 2주일에 1번 이하
- ② 일주일에 1~3번
- ③ 일주일에 4~6번
- ④ 하루에 1번
- ⑤ 하루에 2번 이상

3 귀하의 자녀는 흰 우유나 유제품(치즈, 플레인 요거트)을 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 일주일에 1~3번
- ③ 일주일에 4~6번
- ④ 하루에 1번
- ⑤ 하루에 2번 이상

4 귀하의 자녀는 육류(쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 오리고기 등)를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

5 귀하의 자녀는 생선이나 조개류(오징어, 굴, 새우 등 포함)를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

6 귀하의 자녀는 달걀(메추리알 포함)을 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

7 귀하의 자녀는 콩이나 두부(두유 포함)를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

8 귀하의 자녀는 단맛이 있는 간식(과자, 초콜릿, 젤리, 아이스크림, 케이크 등)이나 단 음료(탄산음료, 착향음료 등)를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

9

귀하의 자녀는 기름진 음식(감자칩, 핫도그, 너겟 등)을 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

11

귀하의 자녀는 햄, 소시지, 베이컨 등의 가공 육류를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

13

귀하의 자녀는 음식을 먹기 전에 손을 씻나요?

- ① 전혀 씻지 않는다
- ② 씻지 않는 편이다
- ③ 보통이다
- ④ 씻는 편이다
- ⑤ 항상 씻는다

15

귀하의 자녀는 운동(어린이집(유치원), 실내·외 운동 교실, 가정 내 운동 포함)을 얼마나 자주 하나요?

- ① 하지 않는다
- ② 일주일에 1~2번
- ③ 일주일에 3~4번
- ④ 일주일에 5~6번
- ⑤ 매일

10

귀하의 자녀는 패스트푸드(피자, 햄버거, 닭튀김 등)를 얼마나 자주 먹나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 2주일에 1번 정도
- ③ 일주일에 1~3번
- ④ 일주일에 4~6번
- ⑤ 하루에 1번 이상

12

귀하의 자녀는 아침 식사를 얼마나 자주 하나요?

- ① 거의 먹지 않는다
- ② 일주일에 1~2번
- ③ 일주일에 3~4번
- ④ 일주일에 5~6번
- ⑤ 매일

14

귀하의 자녀는 식사할 때 돌아다니거나, TV, 스마트폰, 게임 등을 하면서 식사하는 편인가요?

- ① 전혀 그렇지 않다
- ② 그렇지 않는 편이다.
- ③ 보통이다
- ④ 그렇다
- ⑤ 매우 그렇다

▶ 일반 사항

D1 귀 자녀의 성별은?

① 남자 ② 여자

D2 귀 자녀의 만 나이는?

만 _____ 세

D3 귀 자녀의 키는?

_____ cm

D4 귀 자녀의 몸무게는?

_____ kg