第4回やまと Health（ヘルス） & Beautyフェア（ビューティー）2024（3/3、3/5）　コメント提出用紙

みんなで考える！～「細い」じゃなくて、「動ける」カラダ。～

あなたの考えを聞かせてください！

性・年齢問わず
どなたでも
ご参加ください

←まずは、イベントページをチェック

体型に関する風潮について感じることや経験談、「やせている＝よい」という価値観を見直すためのアイディアなど、自由にコメントを記入してください。

例
- SNSで、体が細く見えるほど褒められるのは、違和感を感じていた。この取組みに賛同します！
- 「やせ」ではない、標準体型のモデルさんの活躍の場が増えるといいと思う！　など

コメントを市ホームページに掲載しても良いですか →（ はい ・ いいえ ）

以下、あてはまるものに〇をご記入ください。

年代・性別	大和市内	身近に若い女性はいますか（複数回答可）
10代・20代・30代・40代・50代・60代以上 男　・　女	在住・在勤・在学	友人・パートナー・配偶者・娘・孫 同僚・仕事の関係者（顧客・生徒など） その他（　　）・　あまり関わらない
このイベントを何で知りましたか（複数回答可）		
大和市ホームページ・ヤマトンX（旧twitter）・市PSメール・広報やまと・知人から・チラシをみて→（保健福祉センター内）・LINE・ポスター・その他（　　）		

こちらの用紙と参加賞を交換いたします。ぜひ会場へお越しください！

お問合せ・参加賞引き換え方法　※日にちによって引換場所が異なりますのでご注意ください。

受付：2024年 **3月3日(日)10～16時 文化創造拠点シリウス4階**
3月5日(火)10～16時イオンモール大和ウォーターコート

会場にて、こちらの用紙と参加賞を交換いたします

担当：健康づくり推進課 地域栄養ケア推進係（☎046－260－5804）

＊16～39歳の女性の方は、裏面もご記入ください→

第4回やまと Health（ヘルス） & Beauty（ビューティー）フェア2024（3/3、3/5）　アンケート回答用紙

＊16～39歳の女性対象＊

健康や体型についての意識、体調などについて教えてください

対象年齢の女性にお聞きします

Q１．体型や適正体重について、該当する☐に ✔ または数値をご記入ください。

自分のBMI(体格指数)を知っていますか ※BMI ＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	☐知っている　☐知らない **身長：＿＿＿＿cm　体重：＿＿＿＿kg　BMI：**
自分の適正体重を知っていますか	☐知っている　☐知らない
自分の体型についてどう思いますか	☐やせている　☐ふつう　☐太っている
目標体重について	☐今より増やしたい　☐現状維持　☐減らしたい （理由：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿／目標体重＿＿＿ｋｇ）

Q２．体調や健康について、該当する☐に ✔ を付けてください（複数回答可）。

体の困りごとはありますか　（複数回答）	☐疲れやすい・体力低下　☐筋肉がつきにくい・落ちた ☐肌荒れ　☐冷え　☐むくみ　☐肩こり　☐疲れがとれない ☐腰痛　☐便秘　☐下痢　☐頭痛　☐風邪をひきやすい　☐貧血 ☐その他(　　)　☐特にない
健康や美容に関する相談者や情報源について（複数回答）	☐医療機関(医師)　☐医師以外の専門家（　　） ☐家族　☐友人　☐テレビ番組・CM　☐雑誌・本　☐新聞記事 インターネット：☐SNS／☐動画／☐記事 ☐その他（　　）　☐特にない
あなたが食事を考える上で、大切にしていることは何ですか？　（複数回答）	☐栄養のバランス　☐体の調子を整える　☐減量 ☐筋力アップ　☐美容　☐妊活　☐楽しみ　☐ストレス解消 ☐手軽さ・時短　☐費用　☐家族の健康や好み ☐その他（　　）　☐特にない

Q３．その他、該当する☐に ✔ を付けてください。

やせていることのリスクで知っていることは何ですか（複数回答）	☐体力の低下　☐低血圧　☐卵巣機能障害（月経・排卵の異常など） ☐低出生体重児を出産する可能性が高まる　☐骨粗しょう症 ☐貧血　☐その他（　　） ☐知っていることはない
「大人女子の栄養相談室」や「女子高生のための栄養相談室」を利用したいですか	☐利用したい →（☐近日中に　☐必要になった時に） ☐特に必要ない　詳細はこちら→　女子高生　大人女子
自由記載（こんなサービスがあったらいい等） **例）健康や美容の情報をLINEで受け取りたい 等**	

氏名	ふりがな	**年代**	10代　・　20代　・　30代
家族構成	☐一人暮らし　☐同居者あり（☐配偶者／☐パートナー／☐子ども／☐親・兄弟／☐その他） ☐その他（　　）		
住所		**電話番号**	

☐市からのご案内（健康相談やイベント案内）が不要な場合は✓

先着１００名様にプチギフトをプレゼント！　引き換え方法は、表面参照

※アンケートにご記入いただいた情報は、集計や統計分析、個別相談など、健康づくり事業に使用しますが、それら以外に使用することはありません。