

情報提供やご相談をお受けしたりする以外の患者さんの支援について検討しています。
 以下に、生活や人生において重要と一般的に言われている項目をあげました。これらのなかで、あなた
が現在、ほしいものやしたいこと、さらに望むことは何ですか？ あてはまるものすべてをマークして
 ください。また、その他の場合は、具体的にお書きください

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 健康 | <input type="checkbox"/> 睡眠・休息 | <input type="checkbox"/> 性生活 |
| <input type="checkbox"/> 時間 | <input type="checkbox"/> 好きなものを食べたり
飲んだりすること | <input type="checkbox"/> 仕事や仕事の充実 |
| <input type="checkbox"/> 子どもや親の身の回りの世話 | <input type="checkbox"/> 生活費や治療・療養
に関わる費用 | <input type="checkbox"/> 左記以外のお金 |
| <input type="checkbox"/> 社会福祉制度の充実 | <input type="checkbox"/> 安定した暮らし | <input type="checkbox"/> 精神的な安らかさ |
| <input type="checkbox"/> ボランティアなどの
社会福祉活動や地域活動 | <input type="checkbox"/> サークルやおけいごと、
趣味の集まり | <input type="checkbox"/> 趣味・レジャー・
スポーツ |
| <input type="checkbox"/> 配偶者・恋人 | <input type="checkbox"/> 子ども・孫 | <input type="checkbox"/> 親しい友人・知人 |
| <input type="checkbox"/> 職場・近隣・趣味活動・
社会活動などの仲間や知人 | <input type="checkbox"/> 容姿や見た目の良さ | <input type="checkbox"/> 将来への希望・展望 |
| <input type="checkbox"/> 人からのまごころや思いやり | <input type="checkbox"/> 人からの手助けを受けること | <input type="checkbox"/> 人の役に立つこと |
| <input type="checkbox"/> 自分をしっかり見つめること | <input type="checkbox"/> その他 () | |
| <input type="checkbox"/> 今あるもので十分 | | |

乳がんになったことと関連して、これまでに困ったことがありましたら、ご自由にお書きください。

(担当医師による記入用)

切り離してFAXでお送りください (03-5298-8536)

生活習慣や代替療法に関する質問票 ＜3回目調査用＞

質問票配布連絡票

枠内にご記入のうえ、1枚目（本紙）のみ下記データセンターまでFAXでお送りください。
2枚目からは患者さん用の質問票になっています。1枚目を切り離したことを必ずご確認ください
だき、2枚目以降を患者さんにお渡しください。

CSPOR・疫学データセンター

FAX : 03-5298-8536

電話 : 03-3254-8029

受付時間 : 平日 10時～17時 (祝祭日、年末年始を除く)

N-SAS BC06 登録番号 :

施設名 :

担当医師名 :

コホート質問票番号

1 2 3 4

(患者さんご本人記入用)

返信用封筒で郵送返却してください

生活習慣や代替療法に関する質問票 ＜ 3 回目調査用 ＞

この質問票は、生活習慣や代替療法についておたずねするものです。「調査研究へのご協力のお願い」をお読みになり、この研究参加に同意されたうえで、以下の質問にお答えいただきますようお願いいたします。

お答えいただいた質問票は、実行委員会によって厳重に管理され、個人が特定できないかたちで集計されるため、あなたの回答内容について担当医師やご家族に知られることはありません。

以下の質問に順番にお答えください。答えは、特に指示がなければあてはまるもの1つをマークし、指示があるところにはあてはまるものすべてにマークしたり、数字や言葉を記入してください。答えたくない質問にはお答えいただかなくてもかまいませんので、最後までご回答いただけますようお願いいたします。

この質問票を渡された日：

平成 年 月 日

*ご記入ください

この質問票に回答した日：

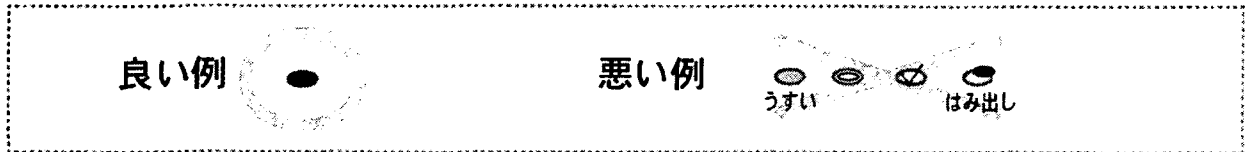
平成 年 月 日

*ご記入ください



記入上の注意

1. ご本人が記入してください。
2. 黒色の鉛筆で、あてはまるマーク（○のところ）をぬりつぶすか、の中に数字や文字を記入してください。また、選択肢に「その他」を選んだ場合、その後ろの（ ）の中に具体的な内容を記入してください。
3. 鉛筆は、HB、B、Hのものを使ってください。
4. 万年筆やボールペンは、絶対に使わないでください。
5. 訂正する場合は、消しゴムで完全に消してください。
6. 余白には、何も記入しないでください。

(マーク記入例)



たとえば、もしもあなたが現在たばこをすい、すい始めた年齢が20歳なら、次のように記入してください。

現在、  たばこをすっていますか？		
<input checked="" type="radio"/> すっている	<input type="radio"/> やめた	<input type="radio"/> すわない
	何歳の時たばこをやめましたか？	
	<input type="text"/> <input type="text"/> 歳	
	↓	
何歳からすい始めましたか？	何歳からすい始めましたか？	
<input checked="" type="radio"/>  20 歳	<input type="text"/> <input type="text"/> 歳	
↓	↓	

○●○● たばこやお酒についてうかがいます ●○●○

生まれてからこれまでに、合計して少なくとも100本以上のたばこをすっていますか？

- はい いいえ

現在たばこをすっていますか？

- すっている やめた すわない

何歳の時たばこをやめましたか？
 歳

何歳からすい始めましたか？
 歳

何歳からすい始めましたか？
 歳

1日何本すいますか？
 本

1日何本すっていましたか？
 本

たばこをやめたいと思いますか？
 (1つにマークしてください)

- 思う
 本数を減らしたい
 思わない

たばこをやめたのはなぜですか？
 (いくつでもマークしてください)

- 健康を害したから
 自分の将来の健康に良くないから
 周りの人の迷惑になるから
 すえる場所が少なくなったから
 経済的な理由から
 その他

たばこをすわないのはなぜですか？
 (いくつでもマークしてください)

- もともと体が弱いから
 自分の体質にあわないから
 自分の将来の健康に良くないから
 周りの人の迷惑になるから
 経済的な理由から
 その他

家庭や職場やお店などで、他人のたばこの煙をすう機会（1日1時間以上）はどのくらいありましたか？

10歳のころ	<input type="radio"/> ほとんどない	<input type="radio"/> 月1~3日	<input type="radio"/> 週1~4日	<input type="radio"/> ほとんど毎日
30歳のころ	<input type="radio"/> ほとんどない	<input type="radio"/> 月1~3日	<input type="radio"/> 週1~4日	<input type="radio"/> ほとんど毎日
現在	<input type="radio"/> ほとんどない	<input type="radio"/> 月1~3日	<input type="radio"/> 週1~4日	<input type="radio"/> ほとんど毎日

記入不可

お酒には強いと思いますか？

- 強い方
 ふつう
 弱い方
 わからない

お酒を飲むと、すぐに顔が赤くなりますか？

- なる
 どちらかというとなる
 ならない
 わからない

現在お酒を飲みますか？

- 飲む
 やめた
 飲まない

何歳の時お酒をやめましたか？

--	--

 歳

お酒を飲むのはなぜですか？
 (1つマークしてください)
 好きだから
 つきあいで

お酒をやめたのはなぜですか？
 (いくつでもマークしてください)
 健康を害したから
 自分の体質にあわなかったから
 自分の将来の健康に良くないから
 飲酒の機会が減ったから
 経済的な理由から
 その他 ()

お酒を飲まないのはなぜですか？
 (いくつでもマークしてください)
 もともと体が弱いから
 自分の体質にあわないから
 自分の将来の健康に良くないから
 飲酒の機会がないから
 経済的な理由から
 その他 ()

次ページの質問へ

どのくらいの頻度で飲みますか？ (やめた方は飲んでいた頃のことを書いてください)

- 月に1回未満
 → 次ページの質問へ
 月に1~3日
 週に1~2日
 週に3~4日
 週に5~6日
 毎日飲む

1日に飲む、もっとも普通の組み合わせを選んでください。

(例) ふだんビールを大ビン1本飲んだあとに、日本酒を2合飲むなら、
 「ビール」のところの「1本」と、「日本酒」のところの「2合」をぬりつぶし
 「焼酎・泡盛」「ウイスキー」「ワイン」のところは「飲まない」をぬりつぶす。

日本酒 1合 (180ml) で
 飲まない
 0.5合未満
 1合
 2合
 3合
 4合
 5~6合
 7合以上

焼酎・泡盛 原液1合 (180ml) で (チューハイ350ml缶1本を0.7合と換算してください)
 飲まない
 0.5合未満
 1合
 2合
 3合
 4合
 5~6合
 7合以上

ビール 大ビン (633ml) で (中ビン又は500ml缶を0.8本、小ビン又は350ml缶を0.6本と換算してください)
 飲まない
 0.5本未満
 1本
 2本
 3本
 4本
 5~6本
 7本以上

ウイスキー シングル (30ml) で
 飲まない
 0.5杯未満
 1杯
 2杯
 3杯
 4杯
 5~6杯
 7杯以上

ワイン グラス (100ml) で
 飲まない
 0.5杯未満
 1杯
 2杯
 3杯
 4杯
 5~6杯
 7杯以上

その他 () 0.5杯未満
 1杯
 2杯
 3杯
 4杯
 5~6杯
 7杯以上

○●○○ ●●○○ 診断を受けて以降の食生活に関する質問 ●○○○

ここからしばらく、食事についての質問が続きます。

過去1年間の食事を思い出して、平均的な頻度や量を教えてください。

質問の数も多く、たいへんとは思いますが、ぜひ最後まで記入して下さるよう、お願いいたします。

「ごはん（米飯）」についておたずねします。

どのくらいの大きさの茶碗で食べますか？

- 小さな茶碗 普通の茶碗（女性用） 普通の茶碗（男性用） どんぶり

朝・昼・夕食あわせて、1日におよそ何杯食べますか？

- 1杯未満 1杯 2杯 3杯 4杯
 5杯 6杯 7～9杯 10杯以上

「ビタミン強化米」を食べていますか？

- いいえ まれに食べる ときどき食べる よく食べる いつも食べている

「麦」をまぜますか？

- まぜない まれにまぜる ときどきまぜる よくまぜる いつもまぜる

「あわ・ひえ」をまぜますか？

- まぜない まれにまぜる ときどきまぜる よくまぜる いつもまぜる

「みそ汁」についておたずねします。

どのくらいの頻度で飲みますか？

- ほとんど飲まない 月に1～3日 週に1～2日 週に3～4日 週に5～6日 毎日飲む

朝・昼・夕食あわせて、1日におよそ何杯飲みますか？

- 1杯未満 1杯 2杯 3杯 4杯
 5杯 6杯 7～9杯 10杯以上

どのような味付けですか？

- かなりうすめ ややうすめ ふつう ややこいめ かなりこいめ

記入不可

過去1年間の食事を思い出して、平均的な頻度や量を記入してください。

記入例

もし、あなたが「牛のステーキ」を月に2回くらい食べ、1回に食べる量が「1枚の半分」くらいであれば、次のように記入してください。

食品名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの目安量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
牛肉 ステーキ 焼き物(焼き肉など)	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ステーキ用1枚(150g位) うす切り5枚(100g位)	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

あなたが「牛のステーキ」をほとんど食べない(月1回未満)なら、次のように記入してください。

食品名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの目安量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
牛肉 ステーキ 焼き物(焼き肉など)	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ステーキ用1枚(150g位) うす切り5枚(100g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

「目安量」のところには何も記入しなくてけっこうです。

ここから回答を始めてください。

食品名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの目安量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
牛肉	ステーキ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ステーキ用1枚(150g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	焼き物(焼き肉など)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	うす切り5枚(100g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	炒め物(野菜炒めなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	うす切り3枚(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	煮込み(カレー・シチューなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2〜3cm角切り3個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
豚肉	炒め物(野菜炒めなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	うす切り3枚(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	揚げ物(とんかつなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	とんかつ用1枚(100g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	煮込み(カレー・シチューなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2〜3cm角切り3個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	煮物(角煮)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2きれ(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	汁物(豚汁)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	うす切り2枚(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	レバー (レバニラ炒めなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2きれ(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

過去1年間の食事を思い出して、平均的な頻度や量を記入してください。

食品名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの目分量	目分量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
鶏肉 焼き物 (やきとりなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	やきとり2本(70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
炒め物 (野菜炒めなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5きれ(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
煮物	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2〜3cm角切り(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
揚げ物 (からあげなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
レバー (やきとりなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	やきとり1本(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ロースハム	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	普通切り1枚(15g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ウィンナー・ソーセージ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2本(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ベーコン	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1枚(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
牛乳 低脂肪乳	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	200cc1本	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
普通乳	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	200cc1本	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
卵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	中1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
チーズ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	スライスチーズ1枚(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ヨーグルト	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	カップ型1個(120g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
塩たら・塩さけ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	切り身1きれ(70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ひもの (あじ開きぼしなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1枚(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
まぐろ缶詰 (シーチキンフレーク)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1缶(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
さけ・ます	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	切り身1きれ(70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
かつお・まぐろ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	さしみ4きれ(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ぶり・はまち	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	さしみ4きれ(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
たら・かれい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1きれ(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
たい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1きれ(70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
あじ・いわし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1尾(80g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
さんま・さば	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1尾(80g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
しらすぼし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大さじ2杯(10g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
たらこ・すじこ・いくら	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	たらこ4分の1腹(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
うなぎ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1串(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
いか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	さしみ3きれ(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
たこ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	あし1/3本(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
えび	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大正えび2尾(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
あさり・しじみ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	むき身10個(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ちくわ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6分の1本(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
かまぼこ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2きれ(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
さつまあげ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1きれ(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

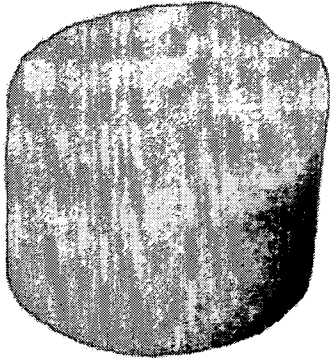
記入不可

野菜の目安量 (実物大)

1回に食べる量が写真と同じくらいなら『同じ』をぬりつぶしてください。
写真より多ければ(1.5倍以上)『多い』を、少なければ(半分以下)
『少ない』をぬりつぶしてください。

(イ) にんじん

4分の1本 (50g位)



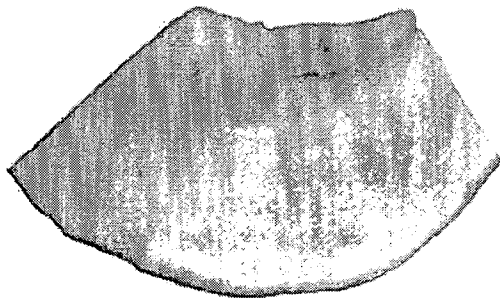
(ロ) ほうれんそう

2かぶ (50g位)



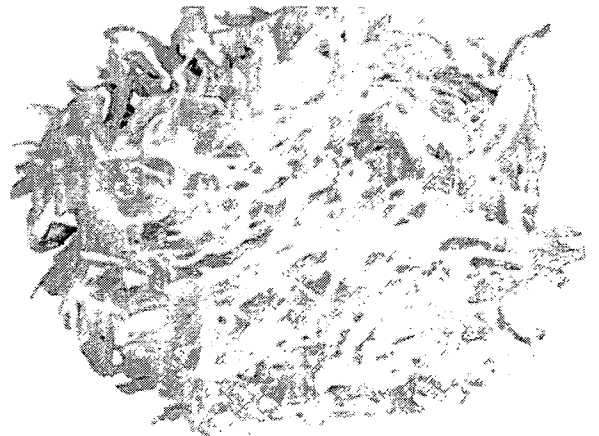
(ハ) かぼちゃ

4~5cm 角切り1個 (40g位)



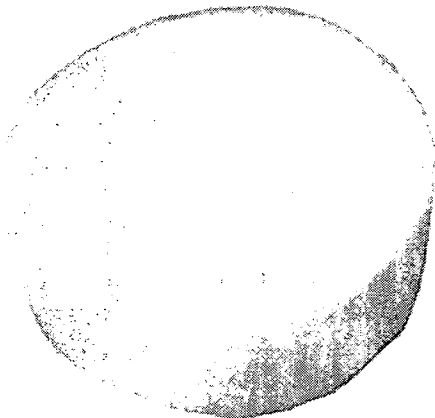
(ニ) キャベツ

中葉2分の1枚 (30g位)



(ホ) だいこん

2cm 輪切り1個 (80g位)



つぎの野菜は左のページ写真を参考にして、でまわっている季節に食べる頻度や量を記入してください。

食品名	月に1回未満	月に1～3回	週に1～2回	週に3～4回	週に5～6回	毎日1回	毎日2～3回	毎日4～6回	毎日7回以上	1回あたりの目分量	目分量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(1.5倍以上)
にんじん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	写真(イ)参照	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ほうれんそう	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	写真(ロ)参照	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
かぼちゃ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	写真(ハ)参照	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
キャベツ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	写真(ニ)参照	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
だいこん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	写真(ホ)参照	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

つぎの野菜は、でまわっている季節に食べる頻度や量を記入してください。

漬物	たくわん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3きれ(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	緑の葉のつけもの (野沢菜・高菜)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	漬物小皿1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	うめぼし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	中1個(8g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	はくさい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	漬物小皿1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	きゅうり	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	漬物小皿1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	なす	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	漬物小皿1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	かぶ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	漬物小皿1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	ピーマン	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1個(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	トマト	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	長ねぎ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1本(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	青ねぎ・わけぎ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大きじ1杯(6g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	にら	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2かぶ(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	しゅんぎく	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3分の1束(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	こまつな	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1かぶ(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	ブロッコリー	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3房(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	たまねぎ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	きゅうり	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3分の1本(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	なす	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1個(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	はくさい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	中葉3分の1枚(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	ごぼう	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1本(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	もやし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1袋(25g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	さやいんげん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6さや(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	レタス	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	中葉1枚(10g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	グリーンアスパラガス	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1本(15g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	にんにく	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1かけ(2g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

記入不可 ● ●

つぎの果物は、でまわっている季節に食べる頻度や量を記入してください。

食 品 名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの 目 安 量	目安量より		
											少ない (半分以下)	同 じ	多 い (1.5倍以上)
みかん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2個 (140g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
その他かんきつ類 (はっさく・いよかん・オレンジ)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(75g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
りんご	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(85g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
かき	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(80g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
いちご	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	5粒 (75g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ぶどう	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大粒10個 (100g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
メロン	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	プリンスメロンとして 4分の1個(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
すいか	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8分の1個(120g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
もも	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(65g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
なし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(80g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
キウイフルーツ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
パインアップル	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8分の1個(130g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
バナナ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1本 (75g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

過去1年間の食事を思い出して、平均的な頻度や量を記入してください。

パン類 (菓子パンも含む)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6枚切り1枚(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
うどん	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	どんぶり1杯(250g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
そば	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	どんぶり1杯(200g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ラーメン	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	どんぶり1杯(220g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
スパゲティ・マカロニ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1皿分(250g)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
そうめん・ひやむぎ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1人前(200g)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
もち	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	市販もち1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
和菓子 (だいふく・まんじゅう)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1個 (70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ケーキ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小ショートケーキ1きれ(70g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ビスケット・クッキー	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	クッキー2枚(25g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
チョコレート	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	板チョコレート1/2枚(25g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
アイスクリーム	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	カップ入り1個分(80g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
スナック菓子(ポテトチップスなど)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1袋(25g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
せんべい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1枚 (15g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ごま	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小さじ4分の1 (0.5g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ピーナッツ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	ピーナッツ20粒(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

過去1年間の食事を思い出して、平均的な頻度や量を記入してください。

食品名	月に1回未満	月に1〜3回	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7回以上	1回あたりの目安量	目安量より		
											少ない(半分以下)	同じ	多い(3倍以上)
とうふ(みそ汁の具)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	角切り5個(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
とうふ(湯どうふ・冷や奴など)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1丁(75g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
高野どうふ・しみとうふ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1枚(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
生揚げ・厚揚げ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	2分の1枚(60g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
あぶらあげ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	みそ汁1杯分(2g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
なっとう	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小1カップ(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
さつまいも	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	6分の1個(40g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
じゃがいも	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	3分の1個(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
さといも	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1個(30g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
やまいも・ながいも	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	8分の1本(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
こんにゃく・しらたき	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	おでん2個位(50g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
しいたけ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	1枚(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
えのきだけ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1株(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
しめじ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	4分の1株(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
わかめ・こんぶ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小鉢1杯分(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ひじき	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小鉢1杯分(20g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
のり(焼きのり・味付けのり)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	味付けのり5枚(2g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

食卓でつかう平均的な頻度や量を記入してください。

パンにつけるバター	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	食パン1枚にぬる程度(8g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
パンにつけるマーガリン	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	食パン1枚にぬる程度(8g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
パンにつける ジャム・マーマレード	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	食パン1枚にぬる程度(8g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ドレッシング	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大さじ1杯(10g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
マヨネーズ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	大さじ2分の1杯(7g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ソース	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小さじ1杯(5g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ケチャップ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小さじ1杯(6g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
からし	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小さじ4分の1(1g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
わさび	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	小さじ4分の1(1g位)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

記入不可

過去1年間の食事を思い出して記入してください。

次の飲み物は、どのくらいの頻度で飲みますか？

飲 料 名	週に1回未満	週に1～2回	週に3～4回	週に5～6回	毎日1杯	毎日2～3杯	毎日4～6杯	毎日7～9杯	毎日10杯以上
日本茶（葉からいれたもの）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
日本茶（缶・ペットボトル）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ウーロン茶（葉からいれたもの）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
ウーロン茶（缶・ペットボトル）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
紅茶（葉からいれたもの）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
紅茶（缶・ペットボトル）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
コーヒー（豆からいれたもの）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
コーヒー（インスタント）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
コーヒー（缶・ペットボトル）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
トマトジュース	○	○	○	○	○	○	○	○	○
野菜ジュース	○	○	○	○	○	○	○	○	○
果汁100%オレンジジュース	○	○	○	○	○	○	○	○	○
果汁100%りんごジュース	○	○	○	○	○	○	○	○	○
果汁100%グレープフルーツジュース	○	○	○	○	○	○	○	○	○
果汁飲料（100%でないジュース）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
炭酸飲料	○	○	○	○	○	○	○	○	○
豆乳	○	○	○	○	○	○	○	○	○
乳酸菌飲料（ヤクルトなど）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
飲料水（水道水・井戸水）	○	○	○	○	○	○	○	○	○
飲料水（市販・浄水器）	○	○	○	○	○	○	○	○	○

紅茶やコーヒーを飲む人は、砂糖やミルクを入れますか？

		入れない	スプーン 半 分	スプーン 1 杯	スプーン 2 杯	スプーン 3杯以上
紅 茶	砂 糖	○	○	○	○	○
	ミ ル ク	○	○	○	○	○
コ ー ヒ ー	砂 糖	○	○	○	○	○
	ミ ル ク	○	○	○	○	○

今までにあがってきた以外の食物と飲物で、最近1年以内に週1回以上食べている（飲んでいる）物があれば、その名前と、頻度を答えてください。

食 品 名	週に1〜2回	週に3〜4回	週に5〜6回	毎日1回	毎日2〜3回	毎日4〜6回	毎日7〜9回	毎日10回以上
飲 料 名	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

「朝食」は、どのくらいの頻度で食べますか？

- 月に1回未満
 月に1〜3回
 週に1〜2回
 週に3〜4回
 週に5〜6回
 毎日食べる

「外食」は、どれくらいの頻度でしますか？(店で買った弁当やおにぎりは、外食に数える)

- 月に1回未満
 月に1〜3回
 週に1〜2回
 週に3〜4回
 週に5〜6回
 毎日食べる

「インスタント食品」は、どれくらいの頻度で食べますか？(ラーメン・カップ麺・レトルト食品など)

- 月に1回未満
 月に1〜3回
 週に1〜2回
 週に3〜4回
 週に5〜6回
 毎日食べる

油をつかった「炒め物（野菜炒めなど）」は、どれくらいの頻度で食べますか？

- 月に1回未満
 月に1〜3回
 週に1〜2回
 週に3〜4回
 週に5〜6回
 毎日食べる

油をつかった「揚げ物（フライ・てんぷらなど）」は、どれくらいの頻度で食べますか？

- 月に1回未満
 月に1〜3回
 週に1〜2回
 週に3〜4回
 週に5〜6回
 毎日食べる

肉のあぶら身をどれくらい食べますか？

- ほとんど食べない
 3分の1くらい食べる
 半分くらい食べる
 3分の2くらい食べる
 ほとんど全部食べる

ラーメン・うどん・そばの汁をどれくらい飲みますか？

- ほとんど飲まない
 3分の1くらい飲む
 半分くらい飲む
 3分の2くらい飲む
 ほとんど全部飲む

記入不可



食卓で料理に、塩をふる習慣がありますか？

- ない まれにかける ときどきかける たいていかける いつもかける

食卓で料理に、しょうゆをかける習慣がありますか？

- ない まれにかける ときどきかける たいていかける いつもかける

一番よくつかう油を選んで1つだけマークしてください。

- サラダ油 (調合油) サフラワー油 (べに花油) コーン油 大豆油 なたね油・
キャノーラ油
 オリーブ油 その他

過去1年間について記入してください。

もっとも多い調理方法を1つだけマークしてください。

	なま	煮る	焼く	揚げる	炒める	その他
肉類は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
魚介類は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
野菜類は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

ステーキ・焼き肉は、どのような焼き具合で食べることが最も多いですか？

- なまに近い状態 (レア) ややなまに近い状態 中程度 (ミディアム) ややよく焼けた状態 よく焼けた状態 (ウェルダン)

「焼き魚」は、どのくらいの頻度で食べますか？

- 月に1回未満 月に1~3回 週に1~2回 週に3~4回 週に5~6回 毎日食べる

「焼き魚」を食べるときに、焦げた部分を食べますか？

- ほとんど食べない 3分の1くらい食べる 半分くらい食べる 3分の2くらい食べる ほとんど全部食べる

料理の好みについて、いずれかにマークしてください。

	好き	普通	嫌い
「こってり」とした料理は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
「辛い味」の料理は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
「塩加減の濃い味」の料理は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
「すっぱい味」の料理は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
お菓子などの甘い物は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
熱い食べ物や飲み物は？	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

乳がんと診断された前と後で、生活習慣が変化したかどうかについてお聞きします。

	多く とるよう になった	特に変化 はない	少なく とるよう になった	変化した場合、 乳がんと診断されてから 何ヶ月後に変化したか？	
ご飯	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
牛肉	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
豚肉	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
鶏肉	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
魚介類 (刺身、焼き魚、煮魚)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
卵	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
牛乳・乳製品	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
豆腐	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
納豆	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
みそ汁	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
緑黄色野菜	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
果物	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
お酒	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
たばこ	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後
一日の運動量	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/> ヶ月後

上記の品目以外に、特定の品目を増やす、また減らすなど、食生活が変化した場合は、品目をご記入ください。また、変化した場合それはいつくらいからでしたか。

変化した品目	変化した時期
<input type="radio"/> <input type="text"/>	(乳がんと診断されてから、 <input type="text"/> <input type="text"/> ヶ月くらい後)
<input type="radio"/> <input type="text"/>	(乳がんと診断されてから、 <input type="text"/> <input type="text"/> ヶ月くらい後)
<input type="radio"/> <input type="text"/>	(乳がんと診断されてから、 <input type="text"/> <input type="text"/> ヶ月くらい後)

記入不可

「始めた理由」の選択肢

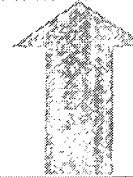
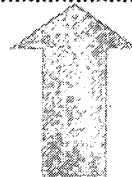
下の表にマークしてください。

1. 乳がんが改善すること、あるいは進行を抑えることを期待して
2. 痛みや抗がん剤の副作用などの症状が軽くなることを期待して
3. 病院による治療だけでは不十分だと考えて
4. 他に有効な治療法がないから
5. 周りの人からのすすめでしかたなく
6. その他

「中止した理由」の選択肢

下の表にマークしてください。

1. 効果がないから
2. 乳がんやその治療に関連した症状が悪化したから
3. 健康補助食品やサプリメントなどによる副作用が生じたから
4. 症状の悪化や副作用など、悪い影響がでることが心配になったから
5. 費用がかかるから
6. 周りの人に中止することをすすめられたから
7. その他



左のページでお答えいただいた健康補助食品やサプリメントなどについて引き続きおたずねします。番号は、左のページの番号に対応します。

番号	続けている(いた)期間	始めた理由 (上記の選択肢から いくつでも選んでください)			1ヶ月にかかる (かかった) 平均費用	現在も続けていますか (どちらか1つにマーク)		<中止した方に> 中止した理由 (上記の選択肢から いくつでも選んでください)			
		1	2	3		継続	中止	1	2	3	4
1	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	年 月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	円/月	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

記入不可 ● ●

次に健康法やその他の代替療法についてうかがいます。ただし、前のページでお答えいただいた健康補助食品やサプリメントなどは含みません。下の具体例を参考にしてください。

具体例にあるような健康法やその他の代替療法に興味はありますか。1つだけにマークしてください。

おおいにあった
 少しあった
 なかった

乳がんの診断を受けて以降に、具体例にあるような健康法やその他の代替療法を行ったことがありますか。

ある ない

健康法やその他の代替療法の具体例

鍼(はり)
 灸
 その他
 マッサージ、アロマセラピー、ホメオパシー、
 ヨガ、イメージ療法・瞑想、催眠療法、
 菜食療法、温泉療法、アーユルヴェーダ、
 免疫監視療法、オゾン療法、尿療法、
 ゲルソン療法 など

以下の質問には、健康法やその他の代替療法を「行ったことがある」と答えた方のみお答えください。

あなたが行った健康法やその他の代替療法について、以下の質問にお答えください。
 4～8番は自由記載です。健康法名または療法名が分からない場合は、具体例を参考にしてください。

番号	健康法名または療法名	施設名など	行っている頻度 (1つだけマーク)					
			週に1~2回	週に3~4回	週に5~6回	毎日1回	毎日2~3回	毎日4回以上
1 <input type="radio"/>	ヨガ		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 <input type="radio"/>	鍼(はり)		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 <input type="radio"/>	マッサージ		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 <input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 <input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 <input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 <input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 <input type="radio"/>			<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

右のページへ続きます →