

食事に対するアンケート：子供版EAT-26 (小4-中3)

下のそれぞれの文について、あなたにもっともよくあてはまると思うものを一つ選んで、○をつけてください

	いつも	しばしば	ときどき	たまに	まったくない
1 太ることが怖い	----- ----- ----- -----				1
2 おなかがすいても何も食べないようにしている	----- ----- ----- -----				2
3 食べ物のことをいつも考えている	----- ----- ----- -----				3
4 いったん食べ始めた後で、やめられないと思うことがある	----- ----- ----- -----				4
5 一口ずつ食べる	----- ----- ----- -----				5
6 自分が食べる食べ物のカロリーを知っている	----- ----- ----- -----				6
7 パン、ごはん、パスタなどは食べないようにしている	----- ----- ----- -----				7
8 他の人は、私よりもっと食べた方がいいと思っている	----- ----- ----- -----				8
9 食べたあとで、はいてしまうことがある	----- ----- ----- -----				9
10 食べたあとで、食べなければよかったと思うことがある	----- ----- ----- -----				10
11 いつもやせたいと思っている	----- ----- ----- -----				11
12 運動するときは、カロリーを使っていることを考えながらやっている	----- ----- ----- -----				12
13 他の人は、わたしのことをやせすぎだと思っている	----- ----- ----- -----				13
14 自分のからだのしぼりや肉が気になる	----- ----- ----- -----				14
15 他の人より食べるのに時間がかかる	----- ----- ----- -----				15
16 あまい食べ物は食べないようにしている	----- ----- ----- -----				16
17 ダイエット食品を食べる	----- ----- ----- -----				17
18 私の生活は食べ物にふりまわされている気がする	----- ----- ----- -----				18
19 食べすぎてしまうことはなく、自分で食べることをやめられる	----- ----- ----- -----				19
20 他の人がわたしにもっと食べるようにプレッシャーをかけていると思う	----- ----- ----- -----				20
21 食べ物について考えている時間が長すぎる	----- ----- ----- -----				21
22 あまい物を食べた後で、気持ちがわるくなる	----- ----- ----- -----				22
23 やせようとしてダイエットをしている	----- ----- ----- -----				23
24 おなかがすいている感じが好きだ	----- ----- ----- -----				24
25 食事の後で、はきそうになる	----- ----- ----- -----				25