

第3段階調査票 (NA3)

氏名: 性別 : 男 ・ 女 年齢 歳 調査年月日: 年 月 日

住所: 〒 ー 電話: 調査員名・職種:

回答者: 本人・家族・その他()

	食べた物・飲んだ物	目安量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	水分 mL	塩分 g
朝						
昼						
夕						
その他 飲食						
計						

〔記入方法〕 食べた物, 飲んだ物を記録し, 器の大きさ, 形, 盛り付け量から推測して目安量を割り出す。
栄養素等簡易早見表 (p.254) を用いて該当料理のエネルギー, たんぱく質, 水分, 塩分を計上,
1日の栄養素量を算出する。

〔判断の目安〕 1,200kcal/日以上: 問題なし, 900~1,200kcal/日: 要観察, 900kcal/日未満: 危険