# 特　定　健　診　質　問　票

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 健康保険<br>記号・番号 | － | 受診者氏名 | | 生年月日<br>昭和・平成　　年　　月　　日 | | | |
| 受診健診機関<br>医者名 | （健診機関名） | | | | | | |
| | （担当医師名） | | | 性別 | 男　・　女 | 年齢 | 歳 |

| 質　問　項　目 | | | 回　答 | | |
|---|---|---|---|---|---|
| １～３ | | 現在、ＡからＣの薬を使用していますか | | | |
| | １ | Ａ．血圧を下げる薬 | １．はい | ２．いいえ | |
| | ２ | Ｂ．血糖を下げる薬　又はインスリン注射 | １．はい | ２．いいえ | |
| | ３ | Ｃ．コレステロールや中性脂肪を下げる薬 | １．はい | ２．いいえ | |
| ４ | | 医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことがありますか。 | １．はい | ２．いいえ | |
| ５ | | 医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっていると言われたり、治療を受けたことがありますか。 | １．はい | ２．いいえ | |
| ６ | | 医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっていると言われたり、治療（人工透析など）を受けていますか。 | １．はい | ２．いいえ | |
| ７ | | 医師から、貧血と言われたことがある。 | １．はい | ２．いいえ | |
| ８ | | 現在、たばこを習慣的に吸っていますか。<br>①最近１ヶ月間も吸っている<br>②合計１００本以上、又は６ヶ月以上吸っている | １．はい（①・②の両方）<br>２．以前は吸っていた（②のみ）<br>３．いいえ（①・②以外） | | |
| ９ | | ２０歳の時の体重から、１０ｋｇ以上増加している。 | １．はい | ２．いいえ | |
| １０ | | １回３０分以上の軽く汗をかく運動を週２日以上、１年以上実施 | １．はい | ２．いいえ | |
| １１ | | 日常生活において歩行又は同等の身体活動を１日に１時間以上実施 | １．はい | ２．いいえ | |
| １２ | | ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。 | １．はい | ２．いいえ | |
| １３ | | 食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。 | １．何でもかんで食べることができる<br>２．歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある<br>３．ほとんどかめない | | |
| １４ | | 人と比較して食べる速度が速い。 | １．速い | ２．ふつう | ３．遅い |
| １５ | | 就寝前の２時間以内に夕食をとることが週に３回以上ある。 | １．はい | ２．いいえ | |
| １６ | | 朝昼夕の３食以外に間食や甘い飲み物を摂取していますか。 | １．毎日<br>２．時々<br>３．ほとんど摂取しない | | |
| １７ | | 朝食を抜くことが週に３回以上ある。 | １．はい | ２．いいえ | |
| １８ | | お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度 | １．毎日　２．週５～６日<br>３．週３～４日　４．週１～２日<br>５．月１～３日　６．月１日未満<br>７．やめた　８．飲まない（飲めない） | | |
| １９ | | 飲酒日の１日当たりの飲酒量<br>日本酒１合（１８０ｍｌ）の目安：ビール（５００ｍｌ）、焼酎２５度（１１０ｍｌ）、ウイスキー４３度（６０ｍｌ）、ワイン１４度（１８０ｍｌ）、缶チューハイ５度（５００ｍｌ）７度（３５０ｍｌ） | １．１合未満<br>２．１～２合未満<br>３．２～３合未満<br>４．３～５合未満<br>５．５合以上 | | |
| ２０ | | 睡眠で休養が十分とれている。 | １．はい | ２．いいえ | |
| ２１ | | 運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。 | １．改善するつもりはない<br>２．改善するつもりである（概ね６ヶ月以内）<br>３．近いうちに（概ね１ヶ月以内）改善するつもりであり、少しずつ始めている<br>４．既に改善に取り組んでいる（６ヶ月未満）<br>５．既に改善に取り組んでいる（６ヶ月以上） | | |
| ２２ | | 生活習慣の改善についてこれまで保健指導を受けたことがありますか。 | １．はい | ２．いいえ | |

※この質問票の情報は、特定健診・特定保健指導以外には利用いたしません。