

特定健康診査質問票

受診されます前に、必ず住所・氏名等及び質問項目をご自身にてご記入ください。
(回答欄の該当する項目に○をつけてください。)

住所	(〒)	電話番号	()
		生年月日	昭和 年 月 日
フリガナ		性別	男性 ・ 女性
氏名		年齢	歳

番号	質問項目	回答(いずれかに○)	
1-1	血圧を下げる薬を服用している。	1. はい	2. いいえ
1-2	血糖を下げる薬またはインスリン注射を使用している。	1. はい	2. いいえ
1-3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用している。	1. はい	2. いいえ
4	医師から脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがある。	1. はい	2. いいえ
5	医師から心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているといわれたり、治療を受けたことがある。	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いわれたり、治療(人工透析など)を受けたことがある。	1. はい	2. いいえ
7	医師から貧血といわれたことがある。	1. はい	2. いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「今までに合計100本以上」、または「6ヶ月以上吸っている者」であり最近1ヶ月間も吸っている者)	1. はい	2. いいえ
9	20歳の時の体重から10キロ以上増加している。	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回以上、1年以上実施している。	1. はい	2. いいえ
11	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している。	1. はい	2. いいえ
12	同世代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 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。 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. 普通 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	朝昼夜の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 2. 時々 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)を現在どのくらいの頻度で飲みますか？	1. 毎日 2. 時々 3. ほとんど飲まない(飲めない)	
19	飲酒日の1日当りの飲酒量はどれだけですか？ 日本酒1合(180ml)の目安:ビール(500ml)、焼酎25度(110ml)、 ウイスキーダブル1杯(60ml)、 ワイン2杯(240ml)	1. 1合未満 2. 1～2合未満 3. 2～3合未満 4. 3合以上	
20	睡眠で休養が得られている。	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せんか？	1. 改善するつもりはない 2. 改善するつもり(概ね6ヶ月以内) 3. 近いうち(概ね1ヶ月以内)に改善するつもりであり、少しずつ始めている 4. 既に取り組んでいる(6ヶ月未満) 5. 既に取り組んでいる(6ヶ月以上)	
22	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば利用しますか？	1. はい	2. いいえ