

## 特定健康診査 質問票

◎太枠内をご記入ください。

住所	〒 510 - 菰野町	※受診年月日 (担当者記入欄)	平成・令和 年 月 日
		電話番号	—
氏名	フリガナ( )	生年月日 (年齢)	昭和・平成 年 月 日 ( 歳)
		性別	男性・女性

1. 令和6年度の特定健康診査の受診状況について、お聞きします。

今年度、健診を受診された方は、「町の健診」か「町以外の健診」のいずれかに○をしてください。

番号	質問項目	回答(いずれかに○)	
1	令和6年4月以降に、町の受診券を使って、特定健康診査を受けましたか？	1. はい (町の健診)	2. いいえ (町の受診券を使わず、このドック申請のみ行います)

2. 回答欄の該当する項目に○をつけてください。

番号	質問項目	回答(いずれかに○)	
1	血圧を下げる薬を使用している。	1. はい	2. いいえ
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
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)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)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ますか？ (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を満たす者である。 条件1: 最近1ヶ月間吸っている 条件2: 生涯で6ヶ月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている)	1. はい(条件1と条件2を両方満たす) 2. 以前は吸っていたが、最近1ヶ月は吸っていない(条件2のみ満たす) 3. いいえ(①②以外)	
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

<裏面に続く>

番号	質問項目	回答(いずれかに○)	
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、かみにくいところがある 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)を飲む頻度はどのくらいですか?(※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者)	1. 毎日 2. 週5~6日 3. 週3~4日 4. 週1~2日 5. 月に1~3日 6. 月に1日未満 7. やめた 8. 飲まない(飲めない)	
19	飲酒日の1日当たりの飲酒量はどれだけですか? 日本酒1合(アルコール度数15度180ml)の目安: ビール(同5度500ml)、 焼酎(同25度110ml)、 ワイン(同14度180ml) ウイスキー(同43度60ml)、 缶チューハイ(同5度・約500ml、同7度・約350ml)	1. 1合未満 2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3~5合未満 5. 5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 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、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか?	1. はい	2. いいえ

3. ご自身が実践している健康法や興味のあることなどを教えてください。

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。