

## 健康診断質問票

記号( )番号( )

氏名( )

	質問項目	回答
1-3	現在、aからcの薬の使用の有無 ※	
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)にかかっているといわれたり、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)にかかっているといわれたり、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いわれたり、治療(人工透析等)を受けたことがありますか	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を両方満たす者である 条件1: 最近1カ月間吸っている 条件2: 生涯で6か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カ月間は吸っていない(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当てはまりますか	①何でもかんで食べることができる ②歯や歯ぐき、かみあわせ等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ふつう ③遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食を取ることが週に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 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、洋酒等)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、最近一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(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・約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)	①1合未満 ②1~2合未満 ③2~3号未満 ④3~5号未満 ⑤5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	運動や食生活など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改善するつもりである(概ね6カ月以内) ③近いうちに(概ね1カ月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる(6カ月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6カ月以上)
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

※医師の診断・治療のもとで服薬中のものを指す