

特定健康診査 質問票

保険証 記号・番号		.		受診日	
フリガナ				続柄	
氏名	本人・配偶者・その他			生年月日	年齢

☆以下の質問項目に対して、回答欄に数字でお答え下さい。

No.	質問項目	はい	いいえ	回答
1	現在、血圧を下げる薬を服用していますか。	1	2	
2	現在、血糖を下げる薬またはインスリン注射を使用していますか。	1	2	
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用していますか。	1	2	
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているとされたり、治療を受けたことがありますか。	1	2	
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞等)にかかっているとされたり、治療を受けたことがありますか。	1	2	
6	医師から、慢性腎臓病や腎不全にかかっているとされたり、治療(人工透析など)を受けていますか。	1	2	
7	医師から、貧血と言われたことがありますか。	1	2	
8	現在、タバコ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か月間吸っている。 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か月間は吸っていない(条件2のみ満たす) 3:いいえ(1、2以外)	1~3		
9	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	1	2	
10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。	1	2	
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ますか。	1	2	
12	ほぼ同じ年齢の同性の方と比較して、歩く速度が速いですか。	1	2	
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、かみにくい所がある。 3:ほとんどかめない。	1~3		
14	人と比較して食べる速度が速いですか。 1:速い 2:ふつう 3:遅い	1~3		
15	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。	1	2	
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	1~3		
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	1	2	
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)	1~8		
19	飲酒日の1日あたりの飲酒量 ※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・約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	1~5		
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	1	2	
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:改善するつもりである(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:すでに改善に取り組んでいる(6ヶ月未満) 5:すでに改善に取り組んでいる(6ヶ月以上)	1~5		
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	2	