

この質問票は、特定健康診査を受ける際に受診券と併せて医療機関にご提出ください。

標準的な質問票

記号

番号

氏名

質問項目		回答										
1-3	回答日現在a～cの薬の服薬状況	該当する方に○をつけてください。										
1	a. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ										
2	b. 血糖を下げる薬またはインスリン注射	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 言われたり、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 言われたり、治療(人工透析等)を受けている	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る ※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と2両方を 満たす者である <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>条件1</td> <td>最近1か月間吸っている</td> </tr> <tr> <td>条件2</td> <td>生涯で6か月以上吸っている 又は合計100本以上吸っている</td> </tr> </table>	条件1	最近1か月間吸っている	条件2	生涯で6か月以上吸っている 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(①②以外)						
条件1	最近1か月間吸っている											
条件2	生涯で6か月以上吸っている 又は合計100本以上吸っている											
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 実施している	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 以上実施している	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	食事を噛んで食べる時の状態について	①なんでも噛んで食べることができる ②歯や歯茎、噛み合わせなど気になる部分 があり、噛みにくいところがある ③ほとんど噛めない										
14	食べる時の速度は、人と比較して	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、間食や甘いものを摂取している	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 ※「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年以内摂取していない者のことを言 う	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日当たりの飲酒量について ※日本酒1合(アルコール度数15度・180ml)の目安 <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>ビール</td> <td>同5度・500ml</td> </tr> <tr> <td>焼酎</td> <td>同25度・約110ml</td> </tr> <tr> <td>ワイン</td> <td>同14度・約180ml</td> </tr> <tr> <td>ウイスキー</td> <td>同43度・60ml</td> </tr> <tr> <td>缶チューハイ</td> <td>同5度・約500ml 同7度・約350ml</td> </tr> </table>	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	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5合以上
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											
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う	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か月以内) ③近いうち(概ね1か月以内)に改善するつ もりであり、少しずつ始めている ④既に改善に取り組んでいる(6か月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(6か月以上)										
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 たことがある	①はい ②いいえ										