

特定健康診査 質問票 (第3期対応)		保険証記号	番号	フリガナ	日中連絡可能な電話番号
				氏名	
1-3	現在、aからcの薬の使用の有無 * *は、医師の判断・治療のもとで服薬中のものを指す。				
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(人工透析など)を受けていますか。				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、たばこを習慣的にすっている。 (※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は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				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日当たりの飲酒量 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)				①1合未満 ②1~2合未満 ③2~3合未満 ④3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か月以内) ③近いうちに(概ね1か月以内)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