

特定健康診査用質問表 【今年度40歳～74歳になる方 必須】

保険証記号-番号	氏名	年齢
----------	----	----

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りますか。	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、「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以上増加していますか。	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年以上実施していますか。	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ますか。	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ですか。	①はい	②いいえ
13	食事を間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ですか。	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回以上ありますか。	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はい	②いいえ ③ほとんど摂取していない
17	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	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。	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日当たりの飲酒量はどのくらいですか。 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 ③2～3合未満	②1～2合未満 ④3合以上
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	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

【既往歴・自覚症状】	
1	今までに大きな病気にかかった事がある場合は病名を記入してください。 ()
2	自覚症状のある場合、症状を記入してください。《例:たちくらみ めまい など》 ()

※ ご記入いただきました個人情報につきましては、特定健康診査・特定保健指導を実施する目的以外で使用することはありません。