

## 特定健康診査の質問票

被保険者	記号	番号	受診者氏名	フリガナ
			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ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヶ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ヶ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1～2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・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・350ml）	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 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近いうちに（概ね1ヶ月以内）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ヶ月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6ヶ月以上）
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

令和 年 月 日提出

受付日付印