

特定健診質問票

受診者氏名 _____

質 問 項 目		回 答	
1	現在、aからcの薬の使用有無		
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)にかかっていると言われたり、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)にかかっていると言われたり、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言われたり、治療(人工透析)を受けていますか。	①はい	②いいえ
7	医師から、貧血と言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と思いますか。	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と思いますか。	①速い	②普通 ③遅い
15	就寝前の2時間以内に夕食を取ることが週に3回以上ありますか。	①はい	②いいえ
16	朝昼夜の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回以上ありますか。	①はい	②いいえ
18	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒等)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 日本酒1合(180ml)の目安:ビール約500ml、焼酎25度(110ml)、ウィスキーダブル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	睡眠で休養が十分取れていると思いますか。	①はい	②いいえ
21	運動や食生活等の生活習慣病を改善してみようと思いますか。	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	生活習慣病の改善について、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