

<p style="text-align: center;">特 定 健 診 問 診 票</p> <p style="text-align: center;">(標 準 的 な 質 問 票)</p>		記 号		番 号	
		被保険者証 記号・番号			
		フリガナ			
		受診者 氏 名			
		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		はい	いいえ	
2	b . 血糖を下げる薬又はインスリン注射		はい	いいえ	
3	c . コレステロールや中性脂肪下げる薬		はい	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。		はい	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。		はい	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）を受けていますか。		はい	いいえ	
7	医師から、貧血といわれたことがある。		はい	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、「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）		はい	いいえ	
9	20 歳の時の体重から 10kg 以上増加している。		はい	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		はい	いいえ	
11	日常生活において歩行又は同等の身体運動を 1 日 1 時間以上実施		はい	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。		はい	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。		何でもかんで食べることができる 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 ほとんどかめない		
14	人と比較して食べる速度が速い。		速い	ふつう	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。		はい	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。		毎日	時々 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。		はい	いいえ	
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度		毎日	時々 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）		1 合未満	1~2 合未満 2~3 合未満	
20	睡眠で休養が十分とれている。		はい	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。		改善するつもりはない 改善するつもりである （概ね 6 ヶ月以内） 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 既に改善に取り組んでいる （6 ヶ月未満） 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保健指導を受ける機会があれば、利用しますか。		はい	いいえ	