

特定健康診査 質問票

特定健康診査 質問票				健診年月日	
健康保険証	記号	番号	氏名		
NO.	質問項目			回答 (いずれかに○)	
1~3	薬の使用の有無				
1	現在、血圧を下げる薬を使用していますか。			① はい	② いいえ
2	現在、血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用していますか。			① はい	② いいえ
3	現在、コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用していますか。			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」とは、条件1と条件2を両方満たす者 条件1: 最近1か月間吸っている 条件2: 生涯で6か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か月間は吸っていない(条件2のみ満たす)
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 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1~3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日当たりの飲酒量はどのくらいですか。 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・110ml) ワイン(同14度・180ml) ウイスキー(同43度・60ml) 缶チューハイ(同5度・500ml、同7度・350ml)			① 1合未満	② 1~2合未満
				③ 2~3合未満	④ 3~5合未満
				⑤ 5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、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