特定健康診査質問表

氏名 _____

受診日 平成 年 月 日

1. 現在の薬の使用の有無 a. 血圧を下げる薬	1.はい	2.いいえ
2. 現在の薬の使用の有無 b. インスリン注射又は血糖を下げる薬	1.はい	2.いいえ
3. 現在の薬の使用の有無 c. コレステロールを下げる薬	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、慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析）を受けたことがありますか。	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る。（「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（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	1.ほとんど毎日	2.時々 3.ほとんど飲まない
19. 飲酒日の1日当たりの飲酒量 〔清酒1合（180ml）＝ビール中（約500ml）＝焼酎35度（80ml） ＝ウイスキー（60ml）＝ワイン2杯（2）〕	1. 1合未満	2. 1～2合未満 3. 2～3合未満 4. 3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