

問 診 票（特定健康診査の標準的な質問票）

記号一番号： —	氏名：
----------	-----

質問項目	回答欄
現在、1 から 3 の薬の使用の有無	
1. 血圧を下げる薬	①はい ②いいえ
2. インスリン注射又は血糖を下げる薬	①はい ②いいえ
3. 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。 （「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「過去累計 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. この 1 年間で体重の増減が±3 kg以上あった。	①はい ②いいえ

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. 夕食後に間食(3食以外の夜食)をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
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日当たりの飲酒量清酒1合(180ml)の目安:ビール中瓶1本(約500ml)、焼酎35度(80ml)、ウイスキーダブル一杯(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

\*この問診票は、受診医療機関から要請がある場合は事前に作成し医療機関に提出下さい。

尚、1・2・3・8の項目は特に重要ですので必ず記載下さい。

\*医療機関へのお願い…健診結果をペーパーでご報告の場合は、健診結果報告と共にこの写しを同封送付下さい。