質 問 票（特 定 健 診）

保険証記号・番号	－	被保険者名		受診者名	

		質問項目		回答
1	1	現在、a から c の薬の使用の有無	a．血圧を下げる薬	①はい　②いいえ
	2		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		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る。		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る。		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）を受けたことがある。		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、「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才の時の体重から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早い。		①はい　②いいえ
１３		この１年間で体重の増減が±３ｋｇ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うか。		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		生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば、利用するか。		①はい　②いいえ
２３		既往歴（ありの場合：　　）		①あり　②なし
２４		自覚症状（ありの場合：　　）		①あり　②なし

※全ての質問に対し、回答欄の該当する番号に○を付けてください（回答は、正しく○を付けてください。回答結果により特定保健指導の区分が変わります）。また２３・２４番は、ありの場合その内容を記入してください。