

## 質 問（ 問 診 ） 票

特定健診用

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
	2		b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射
	3		c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬
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ヵ月以上吸っている者」であり、最近1ヵ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早い。		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（日本酒、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 〔日本酒1合（180ml）の目安： ビール500ml、焼酎（25度）110ml、ワイン2杯（240ml） ウイスキーダブル1杯（60ml）〕	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ヵ月以内） ③近いうちに（概ね1ヵ月以内）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ヵ月未満） ⑤既に改善に取り組んでいる（6ヵ月以上）	
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	
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	

※回答は、全ての質問に対し正しく○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。

※23・24番について、ありの場合はその内容を記入してください。