

<p style="text-align: center;"><b>特定健診問診票</b></p> <p style="text-align: center;">(標準的な質問票)</p>		記号	番号
		被保険者証 記号・番号	
		フリガナ	
		受診者 氏名	
質問項目		回答	
1~3	現在、a から c の薬の使用の有無		
1	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、「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運動を 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 ±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 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、利用しますか。	①はい	②いいえ