

## 問診票

被保険者記号番号	ふりがな	生年月日	年齢	受診年月日
—	氏名	昭和 平成 年 月 日	歳	令和 年 月 日

質問事項		下記の当てはまるものを○で囲んでください。	
問1	血圧を下げる薬を使用している	1. はい	2. いいえ
問2	インスリン注射又は血糖を下げる薬を使用している	1. はい	2. いいえ
問3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用している	1. はい	2. いいえ
問4	医師に脳卒中(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
問5	医師に心臓病(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
問6	医師に慢性腎臓病や腎不全にかかっているといわれたり、治療を(人工透析など)を受けている	1. はい	2. いいえ
問7	医師に貧血といわれたことがある	1. はい	2. いいえ
問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、条件1と条件2を両方満たす者である 条件1:最近1カ月間吸っている 条件2:生涯で6カ月間以上吸っている 又は合計100本以上吸っている	1. はい(条件1と条件2を両方満たす) 2. 以前は吸っていたが、最近1カ月は吸っていない(条件2のみ満たす) 3. いいえ(1. 2. 以外)	
問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
問10	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している	1. はい	2. いいえ
問11	日常生活において歩行又は同等の身体運動を1日1時間以上実施している	1. はい	2. いいえ
問12	同世代の同性と比較して歩く速度が速い	1. はい	2. いいえ
問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、かみ合せなどが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	
問14	人と比較して食べる速度が速い	1. 速い	2. 普通 3. 遅い
問15	就寝前の2時間以内に夕食を取ることが週に3回以上ある	1. はい	2. いいえ
問16	朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂ることがある	1. 毎日	2. 時々 3. 殆ど摂らない
問17	朝食を抜くことが週に3回以上ある	1. はい	2. いいえ
問18	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度はどのくらいですか (※「やめた」とは、過去に月1回以上の習慣的な飲酒歴があった者のうち、最近1年以上酒類を摂取していない者)	1. 毎日	2. 週5~6日 3. 週3~4日 4. 週1~2日 5. 月に1~3日 6. 月に1日未満 7. やめた 8. 飲まない(飲めない)
問19	飲酒日の1日当たりの飲酒量 日本酒1合(アルコール度数15度・180ml)の目安: ビール(同5度・500ml)、焼酎(同25度・約110ml)、 ワイン(同14度・約180ml)、ウイスキー(同43度・60ml)、 缶チューハイ(同5度・約500ml、同7度・約350ml)	1. 1合未満	2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3~5合未満 5. 5合以上
問20	睡眠で休養が得られている	1. はい	2. いいえ
問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)	
問22	生活習慣の改善について、これまでに特定保健指導を受けたことがありますか	1. はい	2. いいえ