

## 問診票

保険証記号番号	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(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 合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている、 最近1ヶ月間も吸っている	1. はい	2. いいえ
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	1. 毎日	2. 時々 3. 殆ど飲まない
問19	飲酒日の1日当たりの飲酒量(日本酒換算)はどのくらいですか 日本酒1合(180ml)の目安:ビール500ml、焼酎(25度)110ml、 ウィスキーダブル1杯60ml、ワイン2杯240ml	1. 1合未満	2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3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えますか	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