

特定健康診査 問診票		健康保険 被保険者証	記号	番号	
		住 所			
			電話番号	-	-
			フリガナ		
			氏 名		
			生年月日	西暦	年 月 日
1～3	現在aからcの薬の使用の有無（医師の診断・治療のもとで服薬中のものをさす）				
1	a: 血圧を下げる薬	①はい	②いいえ		
2	b: 血糖を下げる薬又はインスリン注射	①はい	②いいえ		
3	c: コレステロールや中性脂肪を下げる薬	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 言われたり、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 言われたり、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 言われたり、治療(人工透析など)を受けていますか。	①はい	②いいえ		
7	医師から貧血と言われたことがある。	①はい	②いいえ		
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。 ※「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ヵ月間吸っている 条件2: 生涯で6ヵ月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ヵ月間は吸っていない (条件2のみ満たす) ③いいえ(①②以外)			
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速い。	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早い ②普通 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年以上酒類を接種していない者)	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)			
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 (アルコール度数5度・500ml) 焼酎 (アルコール度数25度・約110ml) ワイン (アルコール度数14度・約180ml) ウイスキー (アルコール度数43度・60ml) 缶チューハイ (アルコール度数5度・約500ml アルコール度数7度・約350ml))	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3～5合未満 ⑤5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(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(概ね6ヶ月未満) ⑤既に改善に取り組んでいる(概ね6ヶ月以内)			
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		