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
1~3	現在a~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: 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	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) ウイスキーダブル1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(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 (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	