

# 特定健診問診票

サンヨー連合健康保険組合提出用

保険証記号・番号	—		医療機関名		
カナ氏名			健診日	平成	年 月 日
生年月日	昭和	年 月 日	*全項目とも必ず回答のいずれかに○をしてください		

以下の質問項目を読み、回答欄へ①～⑤の該当するものに○印を入れてください。

質問項目		回答	
1	現在、aからcの薬を使用していますか。	a. 血圧を下げる薬	① はい ② いいえ
		b. インスリン注射または血糖を下げる薬	① はい ② いいえ
		c. コレステロールを下げる薬	① はい ② いいえ
2	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	
3	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	
4	医師から、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)を受けていますか。	① はい ② いいえ	
5	医師から、貧血といわれたことがありますか。	① はい ② いいえ	
6	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、「合計100本以上、又は6か月以上吸っている者」であり、かつ最近1か月間も吸っている者)	① はい ② いいえ	
7	20歳の時から体重が10kg以上増加していますか。	① はい ② いいえ	
8	1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか。	① はい ② いいえ	
9	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか。	① はい ② いいえ	
10	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。	① はい ② いいえ	
11	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	
12	人と比較して食べる速度が速いですか。	①はい ②ふつう ③遅い	
13	就寝前の2時間以内に夕食をとることが週に3回以上ありますか。	① はい ② いいえ	
14	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	
15	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	① はい ② いいえ	
16	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒、ワインなど)を飲む頻度はどれくらいですか。	①毎日 ②時々 ③ほとんど飲まない(飲めない)	
17	飲酒日の1日当りの飲酒量はどれくらいですか。 日本酒1合(180ml)の目安:ビール中瓶1本(約500ml) 焼酎25度(110ml) ウイスキーダブル1杯(60ml) ワイン2杯(240ml) *質問16で③を選択した方は①に○をしてください	① 1合未満 ② 1~2合未満	
		③ 2~3合未満 ④ 3合以上	
18	睡眠で休養が十分とれていますか。	① はい ② いいえ	
19	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か月以内) ③ 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か月未満) ⑤ 既に改善に取り組んでいる(6か月以上)	
20	生活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	