

特定健康診査 質問票		被保険者等	記号	番号
		フリガナ		
		氏 名		
	質 問 項 目	回 答		
1-3	現在、aから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、条件 1 と条件 2 を両方満たす者である。 条件 1：最近 1 か月間吸っている 条件 2：障害で 6 か月以上吸っている、又は合計 1 0 0 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 か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	2 0 歳の時の体重から 1 0 kg 以上増加している。	① はい ② いいえ		
10	1 回 3 0 分以上の軽く汗をかく運動を週 2 回以上、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 速い ② ふつう ③ 遅い		
15	就寝前の 2 時間以内に夕食をとることが週 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 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（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）	① 1 合未満 ② 1 ～ 2 合未満 ③ 2 ～ 3 合未満 ④ 3 ～ 5 合未満 ⑤ 3 合以上		
20	睡眠で休養が充分とれている。	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 か月以内） ③ 近いうちに（概ね 1 か月以内）改善するつもりであり、少しづつ始めている 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）		
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		