

青梅市 特定健康診査問診票

* 問診票および検査結果は青梅市および東京都国保連合会へ提出されます。そのことに同意の上、下記問診票および氏名等をご本人がご記入下さい。

氏名	フリガナ	生年月日	昭和	年	月	日(歳)
		電話番号				

あてはまる番号に○印をつけてください。

質 問 項 目		回 答	
1-3 現在、aからcの薬の服用の有無			
1	a 血圧を下げる薬を服用していますか。	1. はい	2. いいえ
2	b インスリン注射または血糖を下げる薬を服用していますか。	1. はい	2. いいえ
3	c 脂質異常症の薬(コレステロールや中性脂肪を下げるなど)を服用していますか。	1. はい	2. いいえ
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞など)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
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞など)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
6	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
7	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
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。(これまでに合計100本以上、または6ヶ月以上吸っている方で、最近1ヶ月間も吸っている方)	1. はい	2. いいえ
9	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	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年以上実施していますか。	1. はい	2. いいえ
11	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
12	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
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 3. ほとんどかめない	
14	人と比較して食べる速度が速いですか。	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に3回以上ありますか。	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回以上ありますか。	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。	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日当たりの飲酒量はどの程度ですか。 [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(飲まない) 2. 1~2合未満 3. 2~3合未満 4. 3合以上	
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	1. はい	2. いいえ
21	運動や食生活など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. 近いうちに(概ね1か月以内)改善するつもりであり、少しずつ始めている 4. すでに改善に取り組んでいる(6か月未満) 5. すで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

*この問診票は、厚生労働省健康局作成の「標準的な質問票」に基づいて作成しております。