

# 特定健診質問票

被保険者証の 記号・番号	—
利用者氏名	

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
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か月間吸っている 条件②：生涯で6か月間以上吸っている、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か月間は吸っていない（条件②のみ満たす）
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年以上実施している。	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時間以上実施している。	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
14	人と比較して食べる速度が速い。	1	速い	2	ふつう
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
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。 ※回答「7 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年以上酒類を摂取していない者	1	毎日	2	週5～6日
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（同5度・500ml） 焼酎（同25度・約110ml） ワイン（同14度・約180ml） ウイスキー（同43度・60ml） 缶チューハイ（同5度・約500ml、同7度・約350ml）	1	1合未満	2	1～2合未満
20	睡眠で休養が十分にとれている。	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か月以内）
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