

| | | | |
|---------|-----|----|-----|
| 被保険者証記号 | 71- | 番号 | |
| フリガナ | | | |
| 氏名 | | | |
| 受診年月日 | 平成 | 年 | 月 日 |

特定健康診査問診票（組合提出用）

下記の質問に回答してください。（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、医師の診断・治療のもとで、次のaからcの薬を服用していますか。 | | | |
| 1 | a. 血圧を下げる薬 | 1. はい | 2. いいえ | |
| 2 | b. インスリン注射又は血糖を下げる薬 | 1. はい | 2. いいえ | |
| 3 | c. コレステロール又は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、慢性の腎不全にかかっているといわれたり、治療（人工透析）を受けたことがありますか。 | 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。 〔「現在、たばこを習慣的に吸っている」とは、最近1か月間吸っていて、かつ今までに合計100本以上又は6か月以上吸ったことがある状態のことをいいます。〕 | 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日以上かつ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又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 | この1年間で体重の増減が±3kg以上ありましたか。 | 1. はい | 2. いいえ | |
| 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 | 夕食後に間食（3食以外の夜食）をとることが週に3回以上ありますか。 | 1. はい | 2. いいえ | |
| 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（清酒、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くらいですか。 〔 清酒1合（180ml）の目安 ⇒ビール中瓶1本（約500ml）、焼酎35度（80ml）、ウイスキーダブル1杯（60ml） ワイン2杯（240ml） 〕 | 1. 1合未満 2. 1合以上～2合未満 3. 2合以上～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. 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. 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 | |