

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	