

健康診断問診票（令和6年4月1日受診分～）

被 保 険 者 等	記号		氏名		生年 月日	昭和・平成	年	月	日	健診日	令 和	年	月	日
	番号		続柄		事業所名称	[電話] — —								

質問8, 9, 18, 19については20歳以上が対象

	質 問 事 項	回 答
	腹囲の数値をご記入ください。	cm
1	血圧を下げる薬を服用している。	☐ 1. はい ☐ 2. いいえ
2	インスリン注射を使用又は血糖を下げる薬を服用している。	☐ 1. はい ☐ 2. いいえ
3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用している。	☐ 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)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を両方満たすものである。) 条件1: 最近1ヶ月間吸っている 条件2: 生涯で6ヶ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ヶ月間は吸っていない(条件2のみ満たす) ☐ 3. いいえ(1・2以外)
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	☐ 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 ☐ 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)を飲む頻度はどのくらいですか (※「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 ☐ 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(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 ☐ 3. 2～3合未満 ☐ 4. 3～5合未満 ☐ 5. 5合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	☐ 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ヶ月以内) ☐ 3. 近いうちに(概ね1ヶ月以内)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ヶ月未満) ☐ 5. 既に改善に取り組んでいる(6ヶ月以上)
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
23	既往歴について	☐ 1. ある ☐ 2. 特になし
24	自覚症状について	☐ 1. ある ☐ 2. 特になし
25	他覚症状について	☐ 1. ある ☐ 2. 特になし