

被保険者証 記号-番号	-	受診者氏名	健診受診日 20 年 月 日
----------------	---	-------	----------------

問診票	
質問項目	回答(○をつけてください)
現在、1～3の薬を使用していますか(※医師の判断・治療のもとで服薬中のもの)	
1 血圧を下げる薬	1. はい 2. いいえ
2 血糖を下げる薬又はインスリン注射	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	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りますか	1. はい 2. いいえ
現在、たばこを習慣的に吸っていますか	
8 ※「現在習慣的に喫煙している」とは「吸い始めてから現在までの合計が100本以上、又は6ヶ月以上吸っている」状態にあり、最近1ヶ月も吸っている方を指します。	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に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. 普通 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	1. 毎日 2. 時々 3. ほとんど飲まない(飲めない)
飲酒日の1日当たりの飲酒量	
19 日本酒1合(180ml)の目安/ビール中瓶1本(約500ml) 焼酎25度(110ml) ウイスキーダブル1杯(60ml) ワイン2杯(240ml)	1. 0～1合未満 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