

質問票

保険証

受診日

記号

番号

カナ氏名

(男・女)

受診機関(都道府県)

生年月日 昭和 平成 年 月 日

番号	質問項目	回答値
(1)	血圧を下げる薬を使用している	1:はい 2:いいえ
(2)	インスリン注射又は血糖を下げる薬を使用している	1:はい 2:いいえ
(3)	コレステロールを下げる薬を使用している	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る	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る	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)を受けている	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る ※「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)	食事を噛んで食べる時の状態はどれにあてはまりますか	1:何でも噛んで食べることができる 2:歯や歯ぐき、噛み合わせなど気になる部分があり、噛みにくいことがある 3:ほとんど噛めない
(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することがある	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・訳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合~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、これまでに特定保健指導を受けたことがある	1:はい 2:いいえ

※質問項目(8)、(18)、(19)、(22)については、令和6年度から変更されています。