

2024 (R6) 年度受診分～

質問票

記号番号:	氏名:
-------	-----

質問項目		はい	いいえ
1	a. 血圧を下げる薬を使用している	はい	いいえ
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射を使用している	はい	いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬を使用している	はい	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。	はい	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。	はい	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。	はい	いいえ
7	医師から、貧血といわれたことがある。	はい	いいえ
8	<p>現在、たばこを習慣的に吸っていますか。</p> <p>※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、条件1と条件2を両方満たす者である。</p> <p>条件1:最近1か月間吸っている</p> <p>条件2:生涯で6か月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている</p>	<p>①はい(条件1と条件2を両方満たす)</p> <p>②以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない(条件2のみ満たす)</p> <p>③いいえ(①②以外)</p>	
9	20歳の時の体重から10kg以上増加している	はい	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	はい	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	はい	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	はい	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	<p>①何でもかんで食べることができる</p> <p>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</p> <p>③ほとんどかめない</p>	
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。	はい	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。	はい	いいえ
18	<p>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。</p> <p>※「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</p>	<p>①毎日</p> <p>②週5～6日</p> <p>③週3～4日</p> <p>④週1～2日</p>	<p>⑤月に1～3日</p> <p>⑥月に1日未満</p> <p>⑦やめた</p> <p>⑧飲まない(飲めない)</p>
19	<p>飲酒日の1日当たりの飲酒量</p> <p>※日本酒1合(アルコール度数15度・180ml)の目安</p> <p>ビール(同5度・500ml)、焼酎(同25度・約110ml)</p> <p>ワイン(同14度・約180ml)、ウイスキー(同43度・60ml)</p> <p>缶チューハイ(同5度・約500ml、同7度・約350ml)</p>	<p>①1合未満</p> <p>②1～2合未満</p> <p>③2～3合未満</p> <p>④3～5合未満</p> <p>⑤5合以上</p>	
20	睡眠で休養が十分とれている。	はい	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。	<p>①改善するつもりはない</p> <p>②改善するつもりである(概ね6か月以内)</p> <p>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</p> <p>④既に改善に取り組んでいる(6か月未満)</p> <p>⑤既に改善に取り組んでいる(6か月以上)</p>	
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。	はい	いいえ