質　問　票

健康保険組合コード	０６１３５８９１		
保険証　記号・番号	(記号)	(番号)	
フ リ ガ ナ			
氏名 (漢字)			
生 年 月 日	昭和・平成・令和　　年　　月　　日		
性 別	1 男 ・ 2 女	続柄	1 本人 ・ 2 家族
健 診 日	令和　　年　　月　　日		
実施医療機関都道府県			

該当箇所へチェックを付けてください。

	質　問　項　目	回答記入欄(Vチェック)
1～3	現在、aからcの薬の使用の有無	
1	a. 血圧を下げる薬	□ はい　□ いいえ
2	b. 血糖を下げる薬又はインスリン注射。	□ はい　□ いいえ
3	c. コレステロールや中性脂肪を下げる薬。	□ 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。	□ 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	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、「現在までに合計100本以上、又は6ヶ月以上吸っている者」であり、最近1か月間も吸っている者)	□ はい　□ いいえ
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。	□ 何でもかんで食べる □ かみにくいことがある □ ほとんどかめない
14	人と比較して食べる速度が速い。	□ 速い　□ ふつう　□ 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。	□ 毎日　□ 時々 □ 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	お酒(清酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度	□ 毎日　□ 時々 □ 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 清酒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合未満 □ 1～2合未満 □ 2～3合未満 □ 3合以上
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すか。	□ 改善するつもりはない □ 改善するつもりである (概ね6か月以内) □ 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 □ 既に改善に取り組んでいる (6か月未満) □ 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。	□ はい　□ いいえ