

※健診結果票のコピーに添付して下さい。

被保険者証		実施事業所
記号	番号	

← 健康保険組合で記入します。

受診者氏名	カナ
	漢字

健診受診日：20 年 月 日

← 必ずご記入ください。

### 問診票

※太字の質問には、必ずお答え願います。

質問項目		回答 (はいか、いいえに○をつけてください)
<b>現在、aからcの薬の使用の有無</b>		
1	<b>a.血圧を下げる薬</b>	①はい ②いいえ
2	<b>b.インスリン注射又は血糖を下げる薬</b>	①はい ②いいえ
3	<b>c.コレステロールを下げる薬</b>	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。	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	<b>現在、たばこを習慣的に吸っている。</b> （※「習慣的に喫煙している者」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者」であり最近1ヶ月間も吸っている者）	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	この1年間で体重の増減が±3kg以上あった。	①はい ②いいえ
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	夕食後に間食（3食以外の夜食）をとることが週に3回以上ある。	①はい ②いいえ
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（清酒、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）
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（500ml） 焼酎35度（80ml） ウイスキーダブル一杯（60ml） ワイン2杯（240ml）	①1合未満 ②1～2合未満 ③2～3合未満 ④3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