

問 診 票

被保険者証 記号

番号

氏名

項番	質 問 事 項	回 答
	現在、a から c の薬を使用していますか	
1	a. 血圧を下げる薬	① はい ② いいえ
2	b. 血糖を下げる薬	① はい ② いいえ
3	c. 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)を受けていますか	① はい ② いいえ
7	医師から貧血と言われたことがありますか	① はい ② いいえ
8	現在、タバコを習慣的に吸っていますか ※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か月間吸っている条件 条件2:障害で6か月間以上吸っている、又は100本以上吸っている	① はい ② 以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない ③ いいえ
9	20歳の時の体重から、10Kg以上増加していますか	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回以上、1年以上実施していますか	① はい ② いいえ
11	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか	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ですか	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 ほとんど噛めない
14	人と比較して食べる速度が速いですか	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回以上ありますか	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回以上ありますか	① はい ② いいえ
18	お酒(日本酒・焼酎・ビール・洋酒など)を飲む頻度はどれくらいですか ※「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回 ③ 週3~4回 ④ 週1~2回 ⑤ 月に1~3回 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・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・約500ml、同7度・約350ml)	① 1合未満 ② 1~2合未満 ③ 2~3合未満 ④ 3~5合未満 ⑤ 5合以上
20	睡眠で休養が十分にとれていますか	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 意思なし ② 意思あり(6か月以内) ③ 意思あり(近いうち) ④ 取組済み(6か月未満) ⑤ 取組済み(6か月以上)
22	生活習慣の改善について、これまで特定保健指導を受けたことがありますか	① はい ② いいえ