

2023 年度版

健康診査に係る質問票(健保組合被保険者の場合提出)

記入日	西暦	年	月	日	所属事業所名		職員番号	
健診日	西暦	年	月	日	保険証番号・枝番	100・	氏名	

健診機関名	法人名		健診を実施した医師名	
	施設名			

質 問 項 目	回答(該当する □ に ✓)
◆現在、aからcの薬の有無	
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
◆既往歴について	
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、慢性肝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
◆たばこ・体重について	
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、「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ヶ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
◆運動習慣について	
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
◆食事習慣について	
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 ほとんどかめない	①から③のいずれかを選択 ☐ ① ☐ ② ☐ ③
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3回以上ある。	☐ はい ☐ いいえ
◆飲酒習慣について	
18) お酒(日本酒、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 日本酒1合(180ml)の目安: ビール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
◆休養について	
20) 睡眠で休養が十分にとれている。	☐ はい ☐ いいえ
◆生活習慣改善について	
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)	①から⑤のいずれかを選択 ☐ ① ☐ ② ☐ ③ ☐ ④ ☐ ⑤
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