

問 診 表 2 枚目

この問診表は、あなたの健康づくりに役立てること、効果的な健康づくり対策に役立てることを目的としております。秘密は厳守されますので、率直にお答えください。

住 所	〒			電話番号	※日中 繋がりやすい番号をご記入ください		
氏 名	(フリガナ)	性 別	生年月日 (年度年齢)	年 月 日	診察券番号		
				歳			

記載例:)	マーク記入 ☐ ☐	数字記載 8	契約団体 	受診日 	受診者番号
-------	--	--	------------------------------	-----------------------------	-------------------------------

(注) 問1～3の薬には、サプリメントは含まれません。

1	現在、血圧を下げる薬を使用している	☐ は い	☐ いいえ
2	現在、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	現在、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）にかかっていると言われたり治療を受けたことがある	☐ は い	☐ いいえ
5	医師から、心臓病（狭心症、心筋梗塞等）にかかっていると言われたり治療を受けたことがある	☐ 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言われたり、治療(人工透析など)を受けている	☐ は い	☐ いいえ
7	医師から、貧血と言われたことがある	☐ は い	☐ いいえ
8	現在、たばこを習慣的に吸っていますか 条件1：最近1ヶ月間吸っている 条件2：生涯で6ヵ月以上吸っている、又は合計100本以上吸っている	☐ は い (条件1と2を両方満たす) ☐ 以前吸っていたが、最近1ヶ月間は吸っていない (条件2のみ満たす) ☐ いいえ (どちらの条件も満たさない)	
9	20歳の時の体重から、10Kg以上増加していますか	☐ 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年以上実施している	☐ 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時間以上実施している	☐ は い	☐ いいえ
12	ほぼ同じ年齢の同性と比較して、歩く速度は速い	☐ は い	☐ いいえ
13	食事を噛んで食べる時の状態は、どれに当てはまりますか	☐ 何でも噛んで食べる事ができる ☐ 歯や歯ぐき、噛み合わせなど気になる部分があり、噛みにくいことがある ☐ ほとんど噛めない	
14	人と比較して、食べる速度は、どれに当てはまりますか	☐ 速 い ☐ 遅 い ☐ ふつう	
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（日本酒、焼酎、ビール、洋酒等）を飲む頻度はどの位ですか ※「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	☐ 毎 日 ☐ 週5～6日 ☐ 週3～4日 ☐ 週1～2日 ☐ 月1～3日 ☐ 月1日未満 ☐ やめた ☐ 飲まない（飲めない）	
19	飲酒日の一日当たりの飲酒量はどの位ですか 日本酒 1合の目安 (アルコール度数15度 180ml) { ビール (同5度・500ml)、焼酎 (同25度・110ml)、 ワイン (同14度・180ml)、ウイスキー (同43度・60ml)、 缶チューハイ (同5度・500ml、同7度・350ml)	☐ 1合未満(飲まない人) ☐ 1～2合未満 ☐ 3～5合未満 ☐ 2～3合未満 ☐ 5合以上	
20	睡眠で休養が十分とれていますか	☐ 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 ☐ 改善するつもりはない ☐ 既に改善に取り組んでいる(6ヵ月未満)	☐ 改善するつもり(6ヵ月以内) ☐ 既に改善に取り組んでいる(6ヵ月以上) ☐ 近いうちに(1ヵ月以内)改善するつもりで、少しずつ始めている	
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