

令和6年度 特定健診問診票 ※集団検診を受診する人は不要です。

①

あなたの氏名			
あなたの住所	筑後市大字		
生年月日	昭和 年 月 日	年齢	歳
電話番号	-	-	※日中連絡が付きやすい番号を書いてください

1. 現在、下記に掲げるお薬を使っていますか（該当する番号を○印で囲んでください。）

- ① 血圧を下げる薬 1)はい 2)いいえ
- ② 血糖を下げる薬又はインスリン注射 1)はい 2)いいえ
- ③ コレステロールや中性脂肪を下げる薬 1)はい 2)いいえ

2. 病歴等についてお尋ねします。（該当する番号を○印で囲んでください。）

- ④ 医師から、脳卒中（脳出血、脳梗塞など）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、心筋梗塞など）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（人工透析など）を受けていますか 1)はい 2)いいえ
- ⑦ 医師から貧血といわれたことがありますか 1)はい 2)いいえ

3. 日常生活についてお尋ねします。（該当する番号を○印で囲んでください。）

- ⑧ 現在、たばこを習慣的に吸っていますか^(※) 1)はい（左記条件①②該当）
※習慣的に吸っているとは、下記条件①・②両方満たす場合です。
条件①：最近1か月間吸っている 2)以前は吸っていたが、最近1か月間は吸っていない（左記条件②のみ該当）
条件②：生涯で6か月以上吸っている、又は合計100本以上吸っている 3)いいえ（上記1,2.以外）
- 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年以上続けている 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時間以上している 1)はい 2)いいえ
- ⑫ ほぼ同じ年齢の同性と比べて歩く速度が速い 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 1)速い 2)普通 3)遅い
 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
- ⑭ 人と比べて食べる速度が速い 1)速い 2)普通 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 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回以上ある 1)はい 2)いいえ
- ⑱ お酒（日本酒・ビール・焼酎・洋酒等）を飲む頻度
 1)毎日 2)週5~6日 3)週3~4日 4)週1~2日 5)月1~3日 6)月1日未満
 7)やめた（過去に月1回以上の飲酒習慣があり、最近1年以上飲酒していない） 8)飲まない・飲めない
- ⑲ 飲酒日の1日当たりの飲酒量（日本酒換算[※]）
※目安：日本酒1合（15度・180ml）＝ビール（5度）500ml＝焼酎（25度）110ml＝ウイスキー（43度）60ml
 ＝ワイン（14度）180ml程度＝缶チューハイ（5度）500mlもしくは（7度）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)概ね6か月以内に改善するつもりである
 3)概ね1か月以内に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）
- 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 1)はい 2)いいえ