特定健康診査質問票

保険者番号	保険者名
113027	埼玉県歯科医師国民健康保険組合

氏 名				
生年月日	昭和•平成	年	月	日
記入日	令和	年	月	日

※ 各自ご記入ください。

	質問内容		回答欄(チェックをつけて下さい)		
1	血圧を下げる薬を服用している。		□はい	□いいえ	
2	インスリン注射又は血糖を下げる薬を使用している。		□はい	□いいえ	
3	コレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用している。		□はい	□いいえ	
4	医師から、脳卒中(脳出血、脳梗塞等)にかかっているといわれたり、治療 を受けたことがある。		口はい	□いいえ	
5	医師から、心臓病(狭心症、心筋梗塞)にかかっているといわれたり、治療 を受けたことがある。		口はい	□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 受けている。		口はい	□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	
8	現在、たばこを習慣的に吸っている。(※「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2:生涯で6か月間以上吸っている、又は合計100本以上吸っている		□はい(条件1と条件2を両方満たす) □以前は吸っていたが、最近1か月 は吸っていない(条件2のみ満たす) □いいえ		
9	9 20歳の時の体重から10kg以上増加している。		□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	近している。	□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	2 ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速い。		口はい	□いいえ	
13	3 食事を噛んで食べる時の状態はどれにあてはまるか。		□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が速い。		□速い □ふ	つう □遅い	
15	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。		口はい	□いいえ	
16	6 朝昼夕の3食以外に間食や甘い飲み物を摂取することがある。		□毎日 □時々 □ほとんど摂取しない		
17			□はい	□いいえ	
18	お酒(日本酒、焼酎、ビール、洋酒など)を飲む頻度について 3(※「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3~4日 □月に1~3日 □やめた	□週5~6日 □週1~2日 □月に1日未満 □飲まない	
19	飲酒日の1日あたりの飲酒量 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:180ml) ウイスキー(同43度:60ml)、缶酎ハイ(同5度:500ml、同7度:350ml)		□1合未満 □2~3合未満 □5合以上	□1~2合未満 □3~5合未満	
20	睡眠で休養は十分にとれている。		□はい	□いいえ	
	運動や食生活等の生活習慣を改善してみようと思いますか。	□改善するつもりはない			
		□改善するつもりである(概ね6か月以内)			
2.1		□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			
		□既に改善	□既に改善に取り組んでいる(6か月未満)		
		□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すか。	ことがありま	□はい	□いいえ	