

定期健診、人間ドックを受診した場合は、健診機関に提出した問診票の写し または 下記の問診票に改めて記入して「契約外医療機関費用精算書」に添付してください

問 診 票

記入日： 年 月 日

氏 名		健康保険被保険者証 記号一番号	—
-----	--	--------------------	---

1	a：血圧を下げる薬の使用の有無	□はい □いいえ
2	b：インスリン注射又は血糖を下げる薬の使用の有無	□はい □いいえ
3	c：コレステロールを下げる薬の使用の有無	□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）を受けたことがありますか。	□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
8	現在、たばこ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を両方満たす者である。 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か月間は吸っていない（条件2のみ満たす） □いいえ（上記以外）
9	20歳の時から体重が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日以上かつ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
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。	□はい 何でもかんで食べることができる □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 □いいえ（上記以外）

14	人と比較して食べる速度が速い。	<input type="checkbox"/> 速い <input type="checkbox"/> ふつう <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> 毎日 <input type="checkbox"/> 時々 <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
18	お酒（日本酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度はどのくらいですか。 （※「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）	<input type="checkbox"/> 毎日 <input type="checkbox"/> 週5～6日 <input type="checkbox"/> 週3～4日 <input type="checkbox"/> 週1～2日 <input type="checkbox"/> 月に1～3日 <input type="checkbox"/> 月に1日未満 <input type="checkbox"/> やめた <input type="checkbox"/> 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・約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）	<input type="checkbox"/> 1合未満 <input type="checkbox"/> 1～2合未満 <input type="checkbox"/> 2～3合未満 <input type="checkbox"/> 3～5合未満 <input type="checkbox"/> 5合以上
20	睡眠で休養が十分とれている。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> 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すか。	<input type="checkbox"/> 改善するつもりはない <input type="checkbox"/> 改善するつもりである （概ね6か月以内） <input type="checkbox"/> 近いうち（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。 <input type="checkbox"/> 既に改善に取り組んでいる（概ね6か月未満） <input type="checkbox"/> 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。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ