東金市 結果提出用問診票（国民健康保険被保険者）

住　所			
氏　名			
生年月日	昭和　　年　　月　　日	性別	1 男 2 女
電話番号		年齢	歳

※該当する項目番号に○をつけてください。

1) 現在、血圧を下げる薬を使用
1 はい　2 いいえ

2) 現在、血糖を下げる薬やインスリン注射を使用
1 はい　2 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
1 はい　2 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
1 はい　2 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
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）を受けた
1 はい　2 いいえ

7) 医師から貧血といわれた
1 はい　2 いいえ

8) 現在、タバコを習慣的に吸っている
条件1　最近1か月間吸っている
条件2　生涯で6か月以上、又は合計100本以上吸っている
1 はい　2 以前は吸っていたが、最近1か月は吸っていない　3 いいえ

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回以上、1年以上実施
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時間以上実施
1 はい　2 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
1 はい　2 いいえ

13) 食事をかんで食べる時の状態は
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る
3 ほとんどかめない

14) 人と比較して食べる速度が速い
1 速い　2 ふつう　3 遅い

15) 就寝前の2時間以内に夕食をとることが週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とる頻度
1 毎日　2 時々　3 ほとんどとらない

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、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度

1	毎日	2	週5～6日	3	週3～4日
4	週1～2日	5	月に1～2日	6	月に1日未満
7	やめた	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)

1	1合未満	2	1～2合	3	2～3合
		4	3～5合	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) 運動や食生活を改善してみようと思いますか？

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）

22) 生活習慣の改善について、これまで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

23) 最近3か月以内に気になる症状がありますか？

1	症状なし	2	頭痛	3	音や声が聞き取りにくい		
4	耳鳴り	5	めまい	6	腹痛	7	むくみ
8	肩こり	9	手足のしびれ			10	食欲不振
11	腰痛	12	舌のもつれ			13	脈の乱れ
14	のどが渇く	15	動悸･息切れがする			16	胸が痛む
17	尿の回数が増えた	18	夜トイレに2回以上行く				
19	失神発作がある	20	せき･たんがよくでる				
21	全身の疲労感が強い	22	よく眠れない				
23	その他（　　）						

24) 現在治療中、または過去にかかった病気がありますか？

1	ない	2	高血圧	3	糖尿病	4	脳卒中
5	高脂血症	6	狭心症･心筋梗塞				
7	その他心臓病（　　）						
8	血液疾患(血友病,血小板減少等)	9	腎不全(人工透析含)				
10	その他腎疾患（　　）	11	甲状腺疾患				
12	貧血症	13	肝疾患	14	痛風	15	結核
16	眼疾患(白内障,緑内障含)	17	呼吸器疾患				
18	すい疾患(すい炎等)	19	尿路結石	20	胆石		
21	その他胆嚢疾患（　　）	22	胃腸疾患				
23	耳疾患	24	悪性腫瘍（　　）				
25	その他（　　）						

25)検査の際、医師から指摘はありましたか？

1	ない	2	黄疸	3	貧血	4	浮腫
5	心音異常	6	不整脈	7	肝腫	8	脾腫
9	その他（　　）						

26)最近の状況を教えてください。

身長　　cm　　体重　　kg

腹囲（おへその高さ）　　cm

血圧　　～　　mmHg