《健康診断》特定健診・特定保健指導質問票・業務歴

保険証記号・番号　：　　-	**生年月日　：**
受診者氏名　　：　　（続柄　：　　）	**当該年度末3.31時点の年齢　：**

【特定健診・特定保健指導】質問　※該当する番号に○をつけてください。		
1-3	現在、"a "から" c "の薬を使用していますか。　※医師の判断・治療のもとで服薬中のものを指します。	
a	血圧を下げる薬	①はい　②いいえ
b	血糖を下げる薬またはインスリン注射	①はい　②いいえ
c	コレステロールや中性脂肪を下げる薬	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。	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
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ヶ月間吸っている/条件２：生涯で６ヶ月間以上吸っている、又は合計100 本以上吸っている）	①はい（条件１と条件２を両方満たす） ②以前は吸っていたが、最近１ヶ月間は吸っていない（条件２のみ満たす） ③いいえ（①②以外）
9	20 歳の時の体重から10kg 以上増加していますか。	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年以上実施していますか。	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時間以上実施していますか。	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ですか。	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 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	人と比較して食べる速度が速いですか。	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に3回以上ありますか。	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回以上ありますか。	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）	①毎日　②週５～６日　③週３～４日　④週１～２日 ⑤月に１～３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）	①１合未満　②１～２合未満　③２～３合未満　④３～５合未満　⑤５合以上
20	睡眠で休養が十分とれていますか。	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

業務歴について（被保険者のみ回答）		
1	過去の業務歴についてご回答ください（128文字以内） ※職種・年数等をご記入ください。勤務先は不要です （例）システムエンジニア　5年	
2	これまで、有害業務（※）に従事したことはありますか（前職も含む） ※ 有害業務 粉じん作業、有機溶剤取扱い作業、鉛取扱い作業、特定化学物質 取扱い作業、放射線にさらされる作業、騒音職場等	①従事したことはない　②従事したことがある