

事業所名 \_\_\_\_\_  
 記 号 \_\_\_\_\_ 番 号 \_\_\_\_\_  
 受診機関 \_\_\_\_\_

受診者名 \_\_\_\_\_  
 受診日 平成 年 月 日

標準的な質問票

質問項目		回答	
1~3	現在、次のaからcの薬を服用していますか。		
1	a 血圧を下げる薬	はい	いいえ
2	b インスリン注射又は血糖を下げる薬	はい	いいえ
3	c コレステロールを下げる薬	はい	いいえ
4	医師から、脳卒中（脳出血・脳梗塞等）にかかっていると言われたり、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）にかかっていると言われたり、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言われたり、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、貧血と言われたことがありますか。	はい	いいえ
8	上記以外にかかった病気がありますか。（既往歴）あれば病名を記入してください。	病名：	
9	現在、たばこを習慣的に吸っていますか。（「習慣的に喫煙している者」とは、「合計100本以上、又は6か月以上吸っている者」であり、最近1か月間も吸っている者）	はい	いいえ
10	20歳の時の体重から10kg以上増加していますか。	はい	いいえ
11	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。	はい	いいえ
12	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。	はい	いいえ
13	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いですか。	はい	いいえ
14	この1年間で体重の増減が±3kg 以上ありましたか。	はい	いいえ
15	人と比較して食べる速度が速いですか。	速い	ふつう 遅い
16	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。	はい	いいえ
17	夕食後に間食（3食以外の夜食）をとることが週に3回以上ありますか。	はい	いいえ
18	朝食を抜くことが週に3回以上ありますか。	はい	いいえ
19	お酒（清酒・焼酎・ビール・洋酒など）を飲む頻度は。	毎日	時々 殆んど飲まない(飲めない)
20	飲酒日の1日当りの飲酒量清酒1合（180ml）の目安：ビール中瓶1本（約500ml）、焼酎35度（80ml）、ウイスキーW一杯（60ml）、ワイン2杯（240ml）	1合未満 2~3合未満	1~2合未満 3合以上
21	睡眠で休養が十分とれていますか。	はい	いいえ
22	自分の体調が最近不調だと感じたことがありますか。（自覚症状）あればその症状を記入してください。	はい	いいえ
23	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。	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）。 近いうち（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。 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）	
24	生活習慣の改善について保健指導を受ける機会があれば利用されますか。	はい	いいえ

ありがとうございました。

兵庫県運輸業健康保険組合