

問 診 票

〔令和6年4月1日受診分から〕

(東京港健康保険組合)

フリガナ		保険証 記号・番号	—	健診年月日	年 月 日
氏 名		生年月日	年 月 日	性別／年齢	男・女 歳

質 問 事 項		回 答
1	現在、イ～ハ の薬の使用の有無	
1-1	イ.「血圧を下げる薬」を使用していますか？	① はい ② いいえ
1-2	ロ.「血糖を下げる薬」又は「インスリン注射」を使用していますか？	① はい ② いいえ
1-3	ハ.「コレステロールや中性脂肪を下げる薬」を使用していますか？	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年以上行っていますか？	① はい ② いいえ
11	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上行っていますか？	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歯や舌ぐき、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	朝昼夜の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回以上の週間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日当たりの飲酒量は？ 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せんか？	①改善するつもりはない ②改善するつもりである ③近いうち改善するつもりであり、 少しずつ取り組んでいる ④すでに改善に取り組んでいる（6ヶ月未満） ⑤すでに改善に取り組んでいる（6ヶ月以上）
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