標　準　的　な　質　問　票

被保険者証　記号番号		氏　　　　名	
記　号	番　号	フリガナ	
		漢字	

		質　問　項　目	回　答
1～3		現在、aからcの薬の使用の有無	
必須項目	1	a. 血圧を下げる薬を飲んでいる	□ はい　□ いいえ
	2	b. インスリン注射又は血糖を下げる薬を飲んでいる	□ はい　□ いいえ
	3	c. コレステロールを下げる薬を飲んでいる	□ 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る	□ 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る	□ 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）を受けたことがある	□ 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
必須項目	8	現在、たばこを習慣的に吸っている。（※） （※「現在、習慣的に喫煙している者」とは、「現在までに合計100本以上、又は6ヶ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
9		２０歳の時の体重から１０ｋｇ以上増加している	□ はい　□ いいえ
10		１回３０分以上の汗をかく運動を週２日以上、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ときの状態はどれにあてはまりますか。	□ 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 □ ほとんどかめない
14		人と比較して食べる速度が速い	□ 速い　□ ふつう □ 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	□ はい　□ いいえ
16		夕食後に間食（３食以外の夜食）をとることが週に３回以上ある	□ はい　□ いいえ
17		朝食を抜くことが週に３回以上ある	□ はい　□ いいえ
18		お酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒など）を飲む頻度	□ 毎日　□ 時々 □ ほとんど飲まない
19		飲酒日の１日当たりの飲酒量 日本酒１合（180mｌ）の目安：ビール500mｌ、焼酎25度（110mｌ）、ウイスキーダブル１杯（60mｌ）、ワイン２杯（240mｌ）	□ 1合未満　□ 1～2合未満 □ 2～3合未満　□ 3合以上
20		睡眠で休養が十分とれている	□ はい　□ 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	□ 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 □ 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）
22		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、利用しますか	□ はい　□ いいえ

＊すべての質問にご回答ください。

愛知県医療健康保険組合

（R01.05～）